



ཕྱི་ལོ་ལྷན་པའི་ཕྱི་ལོ་

ལྷན་པའི་ཕྱི་ལོ་ལྷན་པའི་ཕྱི་ལོ་

MAITREYA'S  
DISTINGUISHING THE MIDDLE FROM  
EXTREMES

♦  
*with Commentaries by*

KHENPO SHENGA and JU MIPHAM

མཁའ་དབྱིངས་ཀུན་ཀྱི་བྱམས་པའི་འོད་ཟེར་གྱིས། །  
འགྲོ་ལ་སློབ་གྲོས་སྒྲུབ་བ་རྣམ་འབྱེད་པ། །  
རྒྱལ་བ་ཉི་མའི་གཉེན་དང་རྒྱལ་བའི་སྲས། །  
མ་ཕམ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ནས། །  
ཡོད་མེད་རྟག་ཆད་མཐའ་ལ་མི་གནས་ཤིང་། །  
ཡང་དག་འཕགས་པའི་ལམ་བཟང་མཚོན་པའི་སློ། །  
དབུས་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི། །  
ཚིག་དོན་ལེགས་པར་སྤྲོ་སྤྲོ་བཤད་པར་བྱ། །

དེ་ལ་འདྲིར་རྒྱལ་ཚབ་ས་བཅུའི་སེམས་དཔའ་མཚོག་གི་བསྟན་བཅོས་ཚེན་པོ་སྤྲོ་  
ལྡེའི་ཡ་གྲུལ་ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུང་མཐའ་དག་གི་ལམ་གྱི་གནད་ཟབ་མོ་མཐའ་གཉིས་དང་  
བྲལ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྟོན་པར་བྱེད་པ་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་བསྟན་  
བཅོས་འདི་འཆད་པ་ལ། མཚན་དོན། འགྱུར་ཕྱག་ གཞུང་དོན། མཇུག་དོན་བཞི།

དང་པོ་། མཚན་དོན་། །

རྒྱ་གར་སྐད་དུ། མཇུག་བེ་བློ་ག་ཀུ་རི་ཀུ།

བོད་སྐད་དུ། དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཚིག་ལེན་བྱས་པ།

རྒྱ་གར་སྐད་དུ། མཇུག་ཞེས་པ་བོད་སྐད་དུ། དབུས་མཐའ། དེ་བཞིན་དུ། རིམ་པ་ལྟར་  
མཐའ་དང་བྲལ་བའི་དེ་ཁོ་ན་བེ་བློ་ག། རྣམ་པར་འབྱེད་པ། ཀུ་རི་ཀུ། ཚིག་ལེན་བྱས་  
པ་ཞེས་ཉིད་དབུས་གང་ཡིན་པ་དང་། རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་གང་ཡིན་པ་མ་ཉོར་བར་  
རྣམ་པར་འབྱེད་པར་བྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་གང་ཞེས། གཞུང་མཐའ་དག་ཚིགས་སུ་  
བཅད་པའི་རྒྱལ་དུ་བྱས་པ་ནི་ཚིག་ལེན་བྱས་པའོ། །

གཉིས་པ་། འགྱུར་ཕྱག་། ལ། འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གཞོན་རྒྱུར་པ་ལ་  
ཕྱག་འཚལ་ལོ། ཞེས་པས་བསྟན།

འཇམ་དཔལ་གཞོན་རྒྱུར་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

གསུམ་པ་། གཞུང་དོན་། ལ། སྤོམ་གྱི་སློབ་སྲས་མདོར་བསྟན་པ་དང་། དེའི་དོན་  
རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་། སྤོམ་གྱི་སློབ་སྲས་མདོར་བསྟན་པ་། མཚན་  
ཉིད་སྤྱི་བ་པ་སོགས་ཚིགས་བཅད་གཅིག་གིས་བསྟན་ཏེ། །

མཚན་ཉིད་སྤྱི་བ་པ་དེ་ཁོ་ན། །  
གཉེན་པོ་དག་ནི་བསྟོམ་པ་དང་། །  
དེ་ཡི་གནས་དང་འབྲས་བུ་འཐོབ། །  
ཐེག་པ་སློབ་མེད་པའོ། །

ཐོག་མ་ཁོ་ནར་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ལུས་རྣམ་པར་བཞག་པ་ནི། མཚན་ཉིད་དང་སྐྱིབ་པ་དང་  
དེ་ཁོ་ན་དང་། །གཉེན་པོ་དག་ནི་བསྐྱོམ་པ་དང་། །གཉེན་པོ་བསྐྱོམ་པ་དེ་ཡི་གནས་དང་  
འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་དང་། །ཐེག་པ་སྐྱེན་མིང་པའོ།

བསྟན་བཅོས་འདིའི་དབྱུ་ཞབས་ཀྱི་དོན་ཐམས་ཅད་བསྟུན་རྣམ་པ་བདུན་དུ་འདུས་ཏེ།  
ཐོག་མར་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཀུན་བྱང་གི་མཚན་ཉིད་བསྟན་ལ། དེའི་རྗེས་སུ་བདག་ནི་  
རྣམ་པར་བྱང་བ་དེའང་སྐྱིབ་པ་སྤང་བ་ལས་ཐོབ་པས་སྐྱིབ་པ་བསྟན། སྐྱིབ་པ་དེ་ནི་  
དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དམིགས་པས་སྤོང་བར་འགྱུར་བས་ན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བསྟན། དེ་བཞིན་  
དུ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དམིགས་ནས་གཉེན་པོ་སྐྱོམ་པའི་ཚུལ་དང་། གཉེན་པོ་དེ་རང་  
རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་པའི་གནས་སྐབས་གང་ཡིན་པ་དང་། གཉེན་པོ་བསྐྱོམ་པའི་འབྲས་བུ་  
གང་ཐོབ་པ་དང་དུག་ནི་སྤྱིར་བསྟན་ནས། སངས་རྒྱས་ཉིད་ཐོབ་པའི་ཐུན་མོང་མ་  
ཡིན་པའི་ལམ་ཐེག་པ་སྐྱེན་མིང་པའི་བྱུང་ཚེས་དམིགས་བསལ་ནས་བསྟན་པ་སྟེ།  
དོན་རྣམ་པ་བདུན་དུ་ཡོང་པའོ། །

གཉིས་པ་ ། དེའི་དོན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ ། ལ། ཤེས་བྱ་སྤྱིའི་ཚུལ་དང་། ཐེག་  
ཚེན་ཐུན་མོང་མིན་པའི་ཚུལ་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ ། ཤེས་བྱ་སྤྱིའི་ཚུལ་ །  
ལ་ཤེས་བྱའི་ཡུལ། ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ལམ། ལམ་དེའི་འབྲས་བུ་དང་གསུམ།  
དང་པོ་ ། ཤེས་བྱའི་ཡུལ་ ། ལ་ཤེས་བྱ་མཚན་ཉིད། སྤང་བྱ་སྐྱིབ་པ། ཉོགས་བྱ་དེ་  
ཁོ་ན་ཉིད་དང་གསུམ།





# ཡལ་ལོ།

དང་པོ་ རྒྱལ་བྱ་མཚན་ཉིད་ ། ལ། གུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་མཚན་ཉིད་དང་།  
 རྣམ་པར་བྱང་བའི་མཚན་ཉིད་གཉིས། དང་པོ་ རྒྱུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་མཚན་  
 ཉིད་ ། ལ། གུན་ཉོན་གྱི་ངོ་བོ་དང་། ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཉོན་མོངས་པའོ། དང་པོ་ རྒྱུན་  
 ཉོན་གྱི་ངོ་བོ་ ། ལ། གནས་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་དང་། སྤང་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་  
 བྱས་པ་དང་། དེ་དག་གི་དོན་ལ་འཇུག་ཚུལ་ལོ། དང་པོ་ རྒྱུན་ཉོན་གྱི་དབང་  
 དུ་བྱས་པ་ ། ། ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་གུན་གུན་རྟོག་ཡོད། ། ཅེས་པ་ནས། དེ་ནི་དབྱུ་  
 མའི་ལམ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་གུན་རྟོག་ཡོད། །
- དེ་ལ་གཉིས་པོ་ཡོད་མ་ཡིན། །
- སྤོང་པ་ཉིད་ནི་འདི་ལ་ཡོད། །
- དེ་ལ་ཡང་ནི་དེ་ཡོད་དོ། །
- སྤོང་པ་མ་ཡིན་མི་སྤོང་མིན། །
- དེ་ལྟར་ན་ཐམས་ཅད་བཤད། །
- ཡོད་པས་མེད་པ་ཡོད་པས་ན། །

# དེ་ནི་དབྱུ་མའི་ལམ་ཡིན་ནོ། །

མཚན་ཉིད་ལས་བརྒྱུ་མས་ཏེ་བཤད་པ་ནི། ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་གུན་ཏུ་རྟོག་པ་གཟུང་  
 བ་དང་འཛིན་པ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་ཡོད་ལ། ། དེ་ལ་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་གཉིས་པོ་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཅིང་། ། གཟུང་འཛིན་དང་བྲལ་བའི་སྤོང་པ་ཉིད་ནི་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་  
 པའི་གུན་ཏུ་རྟོག་པ་འདི་ལ་ཡོད་ཅིང་། ། སྤོང་པ་ཉིད་དེ་ལ་ཡང་ནི་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་  
 པའི་གུན་ཏུ་རྟོག་པ་དེ་ཡོད་དོ། ། དེ་ལྟར་གང་ལ་གང་མེད་པ་དེ་ནི་དེས་སྤོང་པར་ཡང་དག་  
 པ་ཇི་ལྟར་བ་བཞིན་དུ་རྗེས་སུ་མཐོང་དོ། ། སྤོང་པ་ཉིད་དང་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་གུན་ཏུ་  
 རྟོག་པ་ནི་སྤོང་པ་མ་ཡིན་ཅིང་གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱིས་མི་སྤོང་པ་མིན་པ། ། དེ་ལྟར་བས་  
 རྟོག་པ་མ་ཡིན་པའི་གུན་རྟོག་ཅེས་པ་འདུས་བྱས་དང་སྤོང་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདུས་མ་  
 བྱས་ཐམས་ཅད་བཤད་ལ། ། ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་གུན་ཏུ་རྟོགས་པ་ཡོད་པས་དང་  
 གཟུང་འཛིན་གཉིས་མེད་པས་དང་སྤོང་པ་ཉིད་ཡོད་པས་ན། ། ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་སྤོང་  
 པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ་གཅིག་ཏུ་མི་སྤོང་པ་ཡང་མ་ཡིན་པ་དེ་ནི་དབྱུ་མའི་ལམ་ཡིན་ནོ། ། དེ་  
 ལྟར་འདི་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་སྤྱོད་པ་ལ་སོགས་པའི་ནང་ནས་འདི་ཐམས་ཅད་སྤོང་པ་  
 ཡང་མ་ཡིན་མི་སྤོང་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཞེས་འབྲུང་བ་དང་མཐུན་པར་བྱས་པ་ཡིན་ནོ།

མ་དག་འཁོར་བ་ལྟར་སྤང་བའི་སྐབས་འདི་ན། ། འདི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤང་གཞིར་  
 ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་གུན་ཏུ་རྟོག་པ་ཅམ་རྗེས་སུ་ཡོད་ཅེས་བྱ་སྟེ། ། འདི་ལྟར་  
 འཁོར་བའི་སྤང་བ་བསྟོན་མེད་དུ་ཤར་བ་འདི་ཅམ་མི་སྤང་བར་སྐབས་ཀྱང་དགག་མི་

ཉུང་ལ། ལྷ་བ་དེ་ཡང་རང་གི་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པའི་དབང་གིས་བྱུང་བ་ལས་གཞན་དུ་  
གྱུར་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པར་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་ན་ཐ་སྐད་ལ་སྐྱུར་པ་མི་གདབ་པའི་ཕྱིར་  
འཁོར་བ་ཉིད་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པའི་དབང་གིས་ཡོད་པ་ཡིན་པར་འཛོག་ཅིང་དེ་ལ་མ་དག་  
པ་གཞན་དབང་ཅེས་ཀྱང་བྱུང་། །གཞན་དབང་གི་རྣམ་ཤེས་སམ་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པ་དེ་  
ལ་ཇི་ལྟར་སྐྱུང་བ་ལྟར་གྱི་གཟུང་འཛིན་གཉིས་པོ་ནི་དེ་ལྟར་གྲུབ་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་  
རི་མོ་ལ་མཐོང་མཚན་དུ་སྐྱུང་བ་དང་། ཐོ་ཡོར་ལ་མིར་སྐྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་  
ཀུན་ཏུ་བཏགས་པ་ཙམ་ལས་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་མེད་པའོ། །

དེའི་ཕྱིར་ན་གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་དེ་ནི་གཞན་དབང་  
གི་རྣམ་ཤེས་སམ། ཀུན་ཏུ་རྟོག་པ་འདི་ལ་ཚོས་ཉིད་གྱི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པའམ་ཡོངས་  
སྤུ་གྲུབ་པ་ཡིན་ཅོ། །སྟོང་ཉིད་དེ་ལ་ཡང་ནི་ཀུན་རྟོག་དེ་ཚོས་ཅན་གྱི་ཚུལ་དུ་ཡོད་  
དོ། །དེ་གཉིས་རང་བཞིན་དང་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ཚོས་སྤུ་ངེས་པས་ན་མ་རྟོགས་པའི་  
དུས་ན་ཡང་མེ་དང་མེའི་ཚ་བ་བཞིན་འབྲུལ་མི་ཤེས་ལ། རྟོགས་པའི་ཚོ་ཚོས་ཉིད་གྱི་  
རང་བཞིན་ཁོ་ནར་གཟིགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཉིད་དུ་འབྱུང་བའོ། །དེ་བས་ན་ཀུན་རྟོག་  
རྗེས་སུ་ཡོད་པའམ་ཐ་སྐད་དུ་མི་བསྐྱུ་བར་ཡོད་པས་སྟོང་པ་ཁོ་ན་མ་ཡིན་ལ། ཡོད་  
ཀྱང་སྐྱུང་བ་ལྟར་གྱི་གཟུང་འཛིན་གཉིས་མེད་པས་ན་མི་སྟོང་པའང་མིན་ཏེ། དེ་ལྟ་  
བས་ན་ཚུལ་དེ་ཉིད་ལ་དགོངས་ནས། ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་སོགས་མདོ་སྡེ་  
དག་ལས་སྟོང་པའང་མ་ཡིན། མི་སྟོང་པའང་མ་ཡིན་ཅོ། །ཞེས་མཐའ་དག་བཀག་  
པ་ཡི་སོར་བཞག་ཚོག་ཐམས་ཅད་གྱིས་བཤད་པ་ཡིན་གྱི་ཕྱོགས་རེ་རེ་ནས་མ་ཡིན་  
ཅོ། །དེ་ཡང་ཇི་སྐད་དུ་དེ་ལྟར་གང་ན་གང་མེད་པ་དེ་ནི་དེས་སྟོང་པ་ཡང་

དག་པ་ཇི་ལྟར་བཞིན་དུ་རྗེས་སུ་མཐོང་དོ། །འདི་ལ་ལྷག་མ་ཡོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
ནི་འདིར་ཡོད་པར་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟར་བཞིན་དུ་རབ་དུ་ཤེས་ཏེ། དེ་ལྟར་སྟོང་པ་ཉིད་  
གྱི་མཚན་ཉིད་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ཅོ། །ཞེས་དབྱིག་གཉིན་གྱི་འགྲུལ་  
པ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ཤན་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ལེགས་  
པར་འབྱེད་པའི་སྐབས་སུ་ཐག་པ་ལ་སྐྱུལ་དུ་འབྱུལ་བཞིན་པའི་ཚོ་ནའང་། སྐྱུལ་  
དངོས་གྱིས་ཐག་པ་དེ་སྟོང་པ་བཞིན་དུ་ཡང་དག་པའི་དོན་དུ་མེད་བཞིན་དུ་གཟུང་  
འཛིན་གཉིས་སུ་སྐྱུང་བ་ཡང་དག་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པ་ཉིད་ཡོད་པ་འདིའི་ཚོ་ན་  
ཡང་། གང་མེད་པ་ནི་གཟུང་འཛིན་གཉིས་པོ་དེ་ཡིན་ཏེ། སྐྱུང་ཡང་དེ་ལྟར་གྲུབ་པ་  
མ་སྟོང་བས་ན་ཀུན་རྟོག་དེ་ནི་གཟུང་འཛིན་གཉིས་པ་དེས་སྟོང་པར་ཤེས་སོ། །སྐྱུལ་  
མེད་ཀྱང་ཐག་པ་རང་ཉིད་ཐ་སྐད་དུ་ཡོད་པ་དང་སྐྱུལ་མེད་པ་ཉིད་ཐག་པ་དེ་ལ་ཡོད་  
པ་ལྟར་འདི་ལ་ལྷག་མ་ཡོད་པ་ནི་ཐ་སྐད་དུ་ཀུན་རྟོག་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལ་སྟོང་པ་ཉིད་  
ཚོས་ཉིད་གྱི་ཚུལ་དུ་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའམ་ཡོད་པ་གཉིས་པོ་དེ་ནི་ཡོད་པར་ཁས་ལེན་  
པའམ་ཡོད་པར་འདོད་དགོས་ཏེ། ཀུན་རྟོག་མེད་པར་ཁས་སྐྱེངས་ན་འཁོར་བ་གཏན་  
མེད་དུ་འགྱུར་བས་ཐ་སྐད་ལ་སྐྱུར་བ་འདེབས་པ་དང་། སྟོང་པ་ཉིད་ནི་ཚོས་ཅན་དེའི་  
སྟོང་དུ་སྐྱུབ་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཡོད་པར་མ་བཟུང་བར་དགག་ན་གཟུང་འཛིན་གཉིས་  
ཡོད་པར་འགྱུར་བས་དོན་དམ་པར་སྟོབ་བཏགས་པའི་སྐྱོན་དུ་འགྱུར་ཏེ། ཐ་སྐད་དུ་  
དགག་པ་དང་སྐྱུབ་པ་གང་ཡིན་པ་མཐའ་གཅིག་དུ་ཁས་ལེན་ཚུལ་ཤེས་དགོས་གྱིས་  
དེ་ལས་འདས་ན་བསྐྱོག་ཕྱོགས་གྱིས་དོན་གཞན་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་  
འཁོར་པའི་དུས་ན་ཡང་དག་མིན་པའི་ཀུན་རྟོག་གམ་གཉིས་སུ་སྐྱུང་བ་ཅན་གྱི་རྣམ་

རིག་ཅམ་འབྱུང་ཉིད་མངོན་སུམ་སྤང་བ་འདི་ནི་སྤང་ངོར་མི་བསྐྱུ་བར་ཡོད་པས་དང་།  
གཟུང་འཛིན་གཉིས་པོ་ཐ་དད་དུ་སྤང་བ་ལྟར་དོན་དུ་གྲུབ་པ་མེད་པས་དང་། གཟུང་  
འཛིན་གཉིས་གྱིས་སྤོང་པའི་སྤོང་ཉིད་དེ་ཚོས་ཅན་ཀུན་རྟོག་འདི་ལ་ཚོས་ཉིད་གྱི་ཚུལ་  
དུ་ཡོད་པས་ན། སྤང་ཡང་ངོ་བོས་མ་གྲུབ་པའམ་སྤང་སྤོང་བྱུང་དུ་འབྱུག་པའི་རང་  
བཞིན་དུ་ངེས་པ་ན། ཚུལ་དེ་ལྟ་བུར་རྟོགས་པ་ནི་ཡོད་མེད་སྟོན་སྐྱུར་གྱི་མཐའ་དང་  
བྲལ་བ་དབུ་མའི་ལམ་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོའི་ཚོས་ཉིད་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རྟོགས་པའི་  
སྤྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ ། སྤང་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ ། ། དོན་དང་སེམས་ཅན་སོགས་གྱིས་  
བསྟན་ཏེ། །

- དོན་དང་སེམས་ཅན་བདག་རྣམ་རིག་ །
- སྤང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི། །
- རབ་ཏུ་སྐྱེའོ་དེའི་དོན་མེད། །
- དེ་མེད་པས་ན་དེ་ཡང་མེད། །
- ཡང་དག་མ་ཡིན་ཀུན་རྟོག་པ། །
- དེ་ན་དེ་སྤྱིར་གྲུབ་པ་ཡིན། །
- དེ་བཞིན་མ་ཡིན་ཡེ་མེད་ཡིན། །
- དེ་ཟད་ནས་ནི་གྲོལ་བར་འདོད། །

དེ་ལྟར་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་མཚན་ཉིད་བསྟན་ནས། ད་ནི་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་  
ཀུན་རྟོག་རང་གི་མཚན་ཉིད་བཟོད་དེ་དོན་དུ་སྤང་བ་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་སྤང་བ་  
དང་སེམས་ཅན་དུ་སྤང་བ་དབང་པོ་ལྟར་བདག་དང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་ལ་སྤང་བ་དང་བདག་  
དུ་སྤང་བ་ནི་བདག་དུ་མོངས་པ་ལ་སོགས་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་ཉོན་མོངས་  
པ་ཅན་གྱི་ཡིད་དང་རྣམ་པར་རིག་པ་སྟེ། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་དུག་ཏུ་སྤང་བའི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་ནི། །རབ་ཏུ་སྐྱེའོ་དེའི་དོན་དང་སེམས་ཅན་དུ་སྤང་བ་དེའི་དོན་མེད་ལ། །དེ་མེད་པས་  
བདག་དང་རྣམ་པར་རིག་པར་སྤང་བ་ནི་ལོག་པར་སྤང་བའི་སྤྱིར་ན་འཛིན་པ་དེ་ཡང་མེད་  
དོ། །ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་དུ་རྟོག་པ། །དེ་ནི་དེ་ལྟར་སྤང་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་གྲུབ་པ་  
ཡིན་ཞིང་། །ཇི་ལྟ་བ་དེ་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་འབྲུལ་བ་ཅམ་དུ་འབྱུང་བས་ཡེ་མེད་པ་  
ཡང་ཡིན། །ཅིའི་སྤྱིར་དེ་ཡེ་མེད་པ་ཉིད་དུ་མི་འདོད་ཅེ་ན། །འདི་ལྟར་དེ་ཟད་ནས་ནི་གྲོལ་བར་  
འདོད་དོ། །གཞན་དུ་ན་བཅིང་བ་དང་ཐར་པར་མི་འགྲུབ་སྟེ་ཀུན་ཉོན་དང་རྣམ་བུར་ལ་སྐྱུར་  
པ་འདེབས་པའི་ཉེས་པར་འགྱུར་རོ།

དེ་ལ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་དུ་རྟོག་པ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཅི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་སྟུམ་ན།  
འདི་ལྟར་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཅིག་པུ་ཉིད་སྤྱོད་ཚོགས་པའི་ཚོས་སུ་སྤང་སྟེ།  
གཟུགས་སོགས་སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་དུ་སྤང་བ་དང་། མིག་སོགས་དབང་པོ་དང་ལྡན་པའི་  
སེམས་ཅན་དུ་སྤང་བ་དང་། བདག་དུ་སྤང་བ་ཉོན་མོངས་པའི་ཡིད་དང་། རྣམ་པར་  
རིག་པའི་ཚོགས་དུག་དུ་སྤང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གོམས་པའི་  
བག་ཆགས་གྱི་དབང་གིས་རབ་ཏུ་སྐྱེ་སྟེ། མི་ལམ་གྱི་སྤང་བ་བཞིན་དུ་གཟུང་འཛིན་སྤྱོད་



ཚོགས་པའི་རྣམ་པར་སྤྲོད་བའོ། །དེ་ལྟར་སྤྲོད་ཡང་ལོགས་པར་དཔྱད་ན་ཚོགས་ཀྱི་གཞི་གི་འཛིན་པ་དེའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་དོན་ནི་གྲུབ་པ་མེད་དེ། རྒྱ་གཅིག་ལ་ཡི་དྲུགས་དང་མི་ལ་སོགས་པས་རྣམ་དང་རྒྱ་སོགས་སུ་མཐོང་བ་བཞིན་རང་གི་སེམས་ཉིད་ཡུལ་དུ་སྤྲོད་གི་འཛིན་པ་ལས་ཐ་དད་པའི་དོན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་གྲུབ་པས་སྤྱི་དོན་མ་གྲུབ་ཅེས་བྱའོ། །དེ་ལྟར་གཟུང་བ་དེ་མེད་པས་ན་དེ་ལ་སྣོན་རྣམས་འཛིན་པར་བཞག་པ་དེའང་མེད་དེ། དེ་གཉིས་ཉོས་འཛོལ་གིས་གྲུབ་གྱི་ཡན་གར་དུ་གྲུབ་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྤྲོད་བ་ཡོད་ཀྱང་གཉིས་སུ་གྲུབ་པ་མེད་པ་དེའི་སྤྱིར་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་རྒྱན་ཏུ་རྟོག་པ་དེ་ནི་རྗེས་སུ་གྲུབ་པ་འཕམ་ཡོད་ཅེས་པའི་དོན་དེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། གཉིས་སྤྲོད་ཅན་གྱི་རྣམ་ཤེས་འདི་ཡོ་ནས་ཡོད་མ་སྤྱོད་བ་རི་བོང་གི་རྩ་དང་འདྲན་དེ་གཏན་མེད་དུ་གྱུར་པས་སུས་ཀྱང་ཡོད་ཅེས་འདོད་མི་རུས་ལ། སྤྲོད་བ་ལྟར་གཉིས་སུ་གྲུབ་པ་ཞིག་ན་ཡང་དག་མིན་རྟོག་ཏུ་ཡང་བཞག་ཏུ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡང་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་ཇི་ལྟར་སྤྲོད་བ་དེ་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་ཡང་དག་མིན་རྟོག་ཅེས་བྱ་ལ། གཉིས་སུ་མེད་ཀྱང་གཉིས་སུ་སྤྲོད་བ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཡོ་ནས་མེད་པ་མོ་གཤམ་གྱི་བུ་ལྟ་བུ་སུ་ལ་སྤྲོད་མ་སྤྱོད་བ་མིན་པའི་སྤྱིར། ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་རྒྱན་རྟོག་ནི་འཁོར་བ་ཉིད་དུ་གདགས་པའི་གཞི་འཕམ་རྗེས་སུ་རྣམ་པར་བཞག་པ་ནི་སྤྱོད་མེད་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཡིན་ཏེ་སུས་ཀྱང་དེ་མ་ཡིན་ཅེས་བཤམ་དུ་མེད་དོ། །དེ་ལྟར་བྱའི་ཡང་དག་མིན་པའི་རྒྱན་རྟོག་གམ་འབྲུལ་པ་དེ་ཟད་པར་གྱུར་ནས་གཟུང་འཛིན་མེད་པའི་རབ་ཏུ་སྤྱེ་བས་ཚོས་ཉིད་ཐོབ་པ་ནི་གྲོལ་བ་ཞེས་བྱ་བར་འདོད་དེ་འབྲུལ་པའི་རྣམ་རྟོག་དེ་མ་ཡིན་པར་གཞན་པའི་འཁོར་

བ་ཞེས་བྱ་བ་རྟུལ་ཅོམ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡང་དག་མིན་པའི་རྒྱན་རྟོག་དེ་ཉིད་ཐ་སྤྲོད་དུ་དེ་ལྟར་ཡོད་པའི་སྤྱིར་རྒྱན་གྱི་དང་དང་འཛིང་གྲོལ་ཐམས་ཅད་འཐད་གྱི་དེ་མེད་ན་ཐམས་ཅད་མི་འཐད་པར་འགྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་། །དེ་དག་གི་དོན་ལ་འཇུག་ཚུལ་། །ལ། མཚན་ཉིད་གསུམ་གྱི་དོན་དུ་བརྟན་པ་དང་། དེ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་། མཚན་ཉིད་གསུམ་གྱི་དོན་དུ་བརྟན་པ་། །བརྟན་པ་དང་ནི་ཞེས་སོགས་གསུངས་ཏེ། །

- བརྟགས་པ་དང་ནི་གཞན་དབང་དང་། །
- ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཀྱང་ངོ་། །
- དོན་སྤྱིར་ཡང་དག་མིན་རྟོག་སྤྱིར། །
- གཉིས་པོ་མེད་པའི་སྤྱིར་བཤད་དོ། །

ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་དུ་ཇི་ལྟར་བསྟུ་བར་འགྱུར་བའི་བསྟུ་བའི་མཚན་ཉིད་ནི། རྒྱན་ཏུ་བརྟགས་པ་དང་ནི་གཞན་གྱི་དབང་དང་། །ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཀྱང་ངོ་། །འདི་དག་རིམ་པ་བཞིན་དོན་དུ་འཛིན་པའི་སྤྱིར་དང་ཡང་དག་པ་མིན་པའི་རྒྱན་ཏུ་རྟོག་པའི་སྤྱིར་དང་། །གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་གཉིས་པོ་མེད་པའི་སྤྱིར་བཤད་དོ།

རྒྱན་ཏུ་རྟོག་པ་དེ་ལ་མཚན་ཉིད་གསུམ་གྱིས་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་བཞག་ཏུ་ཡོད་དེ། གང་ཞེས་རྒྱན་ཏུ་བརྟན་པ་དང་ནི། གཞན་གྱི་དབང་དག་དང་། ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་

ཉིད་ཀྱང་ངོ་། །ཇི་ལྟར་ན་སྤྱི་དོན་དུ་སྒྲུང་ཞིང་གཉིས་སྒྲུང་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ན་དོན་མེད་  
ཀྱང་དོན་དུ་སྒྲུང་བ་དེ་ཡི་ཆ་ནས་འབྲུལ་པའམ་ཀུན་བཏགས་སུ་བཞག་པ་དང་། དེ་  
ལྟར་སྒྲུང་བ་དེ་ནི་ཡང་དག་པ་མིན་པའི་ཀུན་རྟོག་ཙམ་ལས་གཞན་དུ་མེད་པའི་སྤྱིར་  
ན་དེའི་སྒྲུང་གཞི་དེའི་ཆ་ནས་དེ་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་གཞན་དབང་གི་རྣམ་ཤེས་སུ་བཞག་  
པ་དང་། གཟུང་འཛིན་གཉིས་པོ་ཡོ་ནས་དོན་ལ་གྲུབ་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་། དེའི་རང་  
བཞིན་ལ་གཉིས་མེད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཡིན་པར་བཤད་དོ། །

གཉིས་པ་ ། ཇི་ལ་འཇུག་ཚུལ་། ། དམིགས་པ་ལ་ནི་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- དམིགས་པ་ལ་ནི་བརྟེན་ནས་སུ། །
- མི་དམིགས་པ་ནི་རབ་ཏུ་སྐྱེ། །
- མི་དམིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སུ། །
- མི་དམིགས་པ་ནི་རབ་ཏུ་སྐྱེ། །
- དེ་ཡི་སྤྱིར་ན་དམིགས་པ་ནི། །
- མི་དམིགས་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་གྲུབ། །
- དེ་ལྟ་བས་ན་དམིགས་པ་དང་། །
- མི་དམིགས་མཉམ་པར་ཤེས་པར་གྱ། །

དེ་ནི་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་མེད་པའི་མཚན་ཉིད་ལ་འཇུག་པའི་  
ཐབས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ནི། རྣམ་པར་རིག་པ་ཙམ་དུ་དམིགས་པ་ལ་ནི་བརྟེན་ནས་སུ། །སྤྱི་

ངོལ་གྱི་དོན་མི་དམིགས་པ་ནི་རབ་ཏུ་སྐྱེ་ཞིང་། །གཟུང་བུའི་དོན་མི་དམིགས་པ་ལ་བརྟེན་  
ནས་སུ། །འཛིན་པ་ཉིད་ཀྱང་མི་དམིགས་པ་ནི་རབ་ཏུ་སྐྱེ་ཏེ། །དམིགས་བུའི་དོན་མེད་པ་དེ་  
ཡི་སྤྱིར་ན་དམིགས་པའི་སྐྱོན་ནི། །མི་དམིགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་གྲུབ་སྟེ་དམིགས་པར་གྲུབ་པའི་  
དོན་མེད་ན་དམིགས་པ་མི་རུང་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་བས་ན་མི་དམིགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་  
ཡང་དོན་དུ་སྒྲུང་བས་དམིགས་པ་དང་། །མི་དམིགས་པ་མཉམ་པར་ཤེས་པར་གྱུ་ཏེ།

མཚན་ཉིད་གསུམ་གྱིས་བསྟུས་པའི་ཀུན་རྟོག་དེའི་རང་བཞིན་ལ་འཇུག་པའི་ཚུལ་ནི།  
དོན་དུ་སྒྲུང་བ་ཉིད་ནང་གི་བག་ཆགས་སྒྲིན་པའི་བདག་ཉིད་དུ་དམིགས་པའམ་ཤེས་  
ཤིང་གོམས་པ་ལ་ནི་བརྟེན་ནས་སུ། །སྤྱི་དོན་རྣམས་སུ་མི་དམིགས་པའི་རྟོག་པ་ནི་རབ་  
ཏུ་སྐྱེ་ལ། དེ་ལྟར་སྤྱི་དོན་མི་དམིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སུ། །འཛིན་པ་ཉིད་ཀྱང་མི་  
དམིགས་པ་ནི་རབ་ཏུ་སྐྱེ་ཞིང་། དེ་ཡི་སྤྱིར་ན་སྤྱི་དོན་ཉིད་མ་གྲུབ་པར་མི་ལམ་གྱི་ཡུལ་  
ལྟར་ན་ནང་སྐྱོ་ཡི་བདག་ཉིད་དུ་དམིགས་པ་དེ་ནི་སྤྱི་དོན་མི་དམིགས་པའམ་མ་གྲུབ་  
པར་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་བས་ན་སྒྲུང་བ་ཐམས་ཅད་ཀུན་ཏུ་  
རྟོག་པ་ཙམ་གྱི་རང་བཞིན་དུ་དམིགས་པའམ། རྣམ་པར་རིག་པ་ཙམ་གྱི་བདག་ཉིད་  
དུ་དམིགས་པ་དང་། །སྤྱི་དོན་དུ་མི་དམིགས་པ་གཉིས་ནི་མཉམ་པའམ་དོན་འདྲ་བར་  
ཤེས་པར་གྱེ་སྐྱབ་སྤྱོད་པ་དང་དགག་སྤྱོད་པ་ནས་བསྟན་པ་དེ་གཉིས་གང་ལྟར་  
ཀྱང་དོན་དུ་གནད་གཅིག་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཉོན་མོངས་པ་བཤད་པ་ལ། །གང་གིས་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་



པ་དང་། དེས་ཇི་ལྟར་བྱུང་ཉོན་མོངས་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ །གང་གིས་ཉོན་  
མོངས་པར་བྱེད་པ། ། ཡང་དག་མ་ཡིན་སོགས་ཚོགས་བཅད་གཉིས་ཀྱིས་བསྟན་  
ཏེ། །

ཡང་དག་མ་ཡིན་ཀུན་ཏྲོག་ནི། །  
སེམས་དང་སེམས་བྱུང་ཁམས་གསུམ་པ། །  
དེ་ལ་དོན་མཐོང་རྣམ་པར་ཤེས། །  
དེ་ཡི་ཁྱད་པར་སེམས་ལས་བྱུང་། །  
གཅིག་ནི་རྒྱུ་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས། །  
གཉིས་པ་ཉི་བར་སྐྱོད་པ་ཅན། །  
ཉི་བར་སྐྱོད་དང་ཡོངས་གཅོད་དང་། །  
དེ་ཡི་འཇུག་བྱེད་སེམས་ལས་བྱུང་། །

ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་ཏྲོག་པའི་དབྱེ་བའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་ཡང་  
དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་ཏྲོག་པ་ནི། །སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཁམས་གསུམ་  
གྲིས་བསྟུས་པ་ཡིན་ལ། །རྣམ་བཤངས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་དེ་ལ་དོན་ཅམ་མཐོང་བ་ནི་རྣམ་  
པར་ཤེས་པ་དང་། །དོན་དེ་ཡི་ཁྱད་པར་མཐོང་བ་ནི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཚོར་བ་ལ་སོགས་  
པའོ། །འཇུག་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་གཅིག་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་  
པ་གཞན་དག་གི་རྒྱུ་ཡིན་པས་རྒྱུ་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། །གཉིས་པ་འཇུག་པའི་རྣམ་  
པར་ཤེས་པ་ནི་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་དུག་ལ་ཉི་བར་སྐྱོད་པ་ཅན་ཏེ། །ཉི་བར་

སྐྱོད་པ་ཚོར་བ་དང་ཡོངས་སུ་གཅོད་པ་འདུ་ཤེས་དང་། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ཡི་འཇུག་པར་  
བྱེད་པ་དག་ནི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་འདུ་བྱེད་རྣམས་ཏེ་སེམས་པ་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་  
སོགས་པའོ།

དེ་ལ་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་འདིར་གང་གིས་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པའི་བྱེད་པ་  
པོ་གཞན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དེ། རང་གི་ཀུན་ཏྲོག་པས་སོ། །དེ་ལ་ཡང་དག་པ་  
མ་ཡིན་པའི་ཀུན་ཏྲོག་ཅེས་བྱ་བ་གང་ཡིན་ན། དེ་ནི་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྤང་བ་  
ཅན། ཁམས་གསུམ་གྲིས་བསྟུས་པའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཐམས་ཅད་  
དོ། །དེས་ཟག་མེད་ཀྱི་སེམས་ནི་འདིར་མི་གཏོགས་པར་བསྟན་ཏོ། །དེ་ལ་གཙོ་བོའི་  
སེམས་དང་འཁོར་སེམས་བྱུང་གི་ཁྱད་པར་ཅི་ཞེ་ན། དོན་གྱི་དོ་བོ་ཅམ་མཐོང་བའི་  
ཆ་ནས་གཙོ་སེམས་སམ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་ལ། དོན་དའི་ཁྱད་པར་གྱི་ཚོས་  
མཐོང་བའི་འཛིན་སྤངས་བྱེ་བྲག་པའི་ཆ་ནས་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་  
གཙོ་སེམས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ལ་དབྱེ་ན་ཚོགས་བསྐྱེད་དུ་ཡོད་པ་ལས་ཀུན་གཞིའི་  
རྣམ་ཤེས་གཅིག་ཕུ་ནི་རྒྱུ་རྣམ་རྒྱུའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཚོགས་བདུན་པའི་  
གཞིར་གྱུར་པས་སོ། །ཕྱོགས་གཉིས་པ་ཀུན་གཞི་དེ་ལས་བྱུང་བའི་ཚོགས་བདུན་ནི་  
རང་གི་ཡུལ་སོ་སོ་ལ་ཉི་བར་ཡོངས་སྐྱོད་པ་ཅན་ཡིན་ནོ། །སེམས་བྱུང་གི་དབྱེ་བ་  
ལའང་། ཚོར་བ་ནི་ཡུལ་བདེ་སྟུག་བཏང་སྟོམས་ལ་ཉི་བར་ཡོངས་སྐྱོད་པ་དང་། འདུ་  
ཤེས་ནི་ཡུལ་གྱི་མཚན་མ་ཡོངས་སུ་གཅོད་པའི་ཚུལ་གྱིས་འཛིན་པ་དང་། དེ་ལས་  
གཞན་པའི་སེམས་བྱུང་སེམས་པ་དང་མོས་པ་སོགས་ལྡན་པའི་འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་

ནི་རྣམ་ཤེས་དེའི་ངོ་བོ་ཡུལ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་པའི་སེམས་ཅན་ཏེ་དཔེར་ན་སེམས་  
 ཡུལ་ལ་གཡོ་ཞིང་འཇུག་པའི་ཆ་ནས་སེམས་བྱུང་སེམས་པ་དང་། གནས་པའི་ཆ་  
 ནས་ཏིང་ངེ་འཛིན་སོགས་སུ་བཞག་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་ཚོར་འདུ་འདུ་བྱེད་གསུམ་གྱིས་  
 བསྐྱེད་པ་རྣམས་ནི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ ། ཉེས་ཇི་ལྟ་བུར་ཉོན་མོངས་པར་བསྟན་པ་། ། བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་  
 སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- སྐྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་འདེབས་པའི་ཕྱིར། །
- ཁྲིད་པའི་ཕྱིར་དང་ཀུན་འཛིན་ཕྱིར། །
- ཚོགས་བྱེད་ཕྱིར་དང་གསུམ་གཅོད་ཕྱིར། །
- ཉེ་བར་གཅོད་ཕྱིར་ཀུན་འཛིན་ཕྱིར། །
- ཚོགས་བྱེད་ཕྱིར་དང་གསུམ་གཅོད་ཕྱིར། །
- ཉེ་བར་གཅོད་ཕྱིར་སྐྱེད་པའི་ཕྱིར། །
- སྐྱོར་བའི་ཕྱིར་དང་མངོན་དུའི་ཕྱིར། །
- སྐྱུག་བསྐྱེད་ཕྱིར་ནི་འགྲོ་ཉོན་མོངས། །
- རྣམ་གསུམ་རྣམ་གཉིས་ཀྱང་ཉོན་མོངས། །
- རྣམ་བདུན་ཡང་དག་མིན་ཉོན་མོངས། །

ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་མཚན་ཉིད། མ་རིག་པས་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་མཐོང་།

བ་ལ་སྐྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་འདུ་བྱེད་རྣམས་གྱིས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་ལས་གྱི་བག་ཆགས་  
 སྐྱིན་པའི་ས་བོན་འདེབས་པའི་ཕྱིར་དང་། །རྣམ་ཤེས་གྱིས་སྐྱེ་བའི་གནས་སུ་ཁྲིད་པའི་  
 ཕྱིར་དང་མིང་དང་གཞུགས་གྱིས་ལུས་ཀུན་ཏུ་འཛིན་པའི་ཕྱིར་དང་། །སྐྱེ་མཆེད་དུག་གིས་  
 ལུས་གྱི་གནས་སྐབས་ཚོགས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་རིག་པས་ཡུལ་དང་དབང་པོ་ཤེས་པ་  
 གསུམ་ཚོགས་ཏེ་ཡོངས་སུ་གཅོད་པའི་ཕྱིར་དང་། །ཚོར་བས་བདེ་སྐྱུག་གི་རང་བཞིན་ལ་ཉེ་  
 བར་གཅོད་པའི་ཕྱིར་དང་སྲིད་པས་ལས་གྱིས་བཏབ་པའི་ཡང་སྲིད་ལ་གསོས་འདེབས་པས་  
 སྐྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། །ལེན་པས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེ་བ་དང་མཐུན་པར་འདོད་པ་ལ་སོགས་  
 བ་རྣམས་སུ་སྐྱོར་བའི་ཕྱིར་དང་སྲིད་པས་ཡང་སྲིད་སྲི་མ་མངོན་དུ་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་  
 དང་། །སྐྱེ་བ་དང་གཤེས་སྐྱུག་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་ནི་འགྲོ་བ་རྣམས་ཉོན་མོངས་པར་  
 བྱེད་དོ། །དེ་ཡང་མ་རིག་པ་དང་སྲིད་པ་དང་ལེན་པ་རྣམས་ནི། ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་ནས་  
 ཉོན་མོངས་པ་དང་འདུ་བྱེད་རྣམས་དང་སྲིད་པ་ནི་ལས་གྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་  
 ཡན་ལག་ལྷག་མ་རྣམས་ནི། སྐྱེ་བའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་སྟེ་རྣམ་པ་གསུམ་དང་རྒྱུའི་  
 ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་འབྲས་བུའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱང་ཉོན་  
 མོངས། །དེ་ལ་རྒྱུའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ནི། ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་  
 དང་ལས་གྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་འབྲས་བུའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ནི་ཡང་ལག་  
 ལྷག་མ་རྣམས་སོ། །རྣམ་པ་བདུན་ནི་རྒྱ་རྣམ་པ་བདུན་ཏེ་མ་རིག་པའི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་རྒྱུའོ།  
 །འདུ་བྱེད་རྣམས་ནི་འདེབས་པའི་རྒྱུའོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་ཉེ་བར་ཁྲིད་པའི་རྒྱུའོ། །མིང་  
 གཞུགས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ནི་ཀུན་འཛིན་པའི་རྒྱུའོ། །རིག་པ་དང་ཚོར་བ་ནི་ཉེ་བར་སྐྱོད་པའི་  
 རྒྱུའོ། །སྲིད་ལེན་སྲིད་པ་གསུམ་ནི་སྐྱེད་པའི་རྒྱུའོ། །སྐྱེ་བ་དང་གཤེས་པའི་སྐྱེ་བའི་

རྒྱལ་ལོ། །ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་ཡང་དག་པ་པ་མིན་པའི་ཀུན་ཏུ་  
རྟོག་པ་ལས་འབྱུང་བའོ། །ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པའི་དོན་བསྐྱུས་པ་ནི།  
ཡོད་པའི་མཚན་ཉིད་དང་། མེད་པའི་མཚན་ཉིད་དང་། རང་གི་མཚན་ཉིད་དང་། བསྐྱུས་  
པའི་མཚན་ཉིད་དང་། མེད་པའི་མཚན་ཉིད་ལ་འཇུག་པའི་ཐབས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དང་། རབ་  
ཏུ་དབྱེ་བའི་མཚན་ཉིད་དང་། རྣམ་གྲངས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དང་། འཇུག་པའི་མཚན་ཉིད་དང་།  
ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་མཚན་ཉིད་དེ་མཚན་ཉིད་རྣམ་པ་དགུ་བསྟན་པའོ།

ཀུན་ཏུ་རྟོག་པའི་དབང་གིས་སྲིད་པ་བརྒྱད་མར་འཇུག་ཅིང་ཉོན་མོངས་པར་འགྱུར་  
བའི་ཚུལ་ནི་ཇི་ལྟར་ན། ཉོན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་པོ་བར་མ་ཆད་ཏུ་འབྲེལ་  
བའི་དབང་གིས་ལུག་རྒྱུད་ཏུ་འཁོར་བར་འགྱུར་ཏེ། གང་ཞེ་ན། མ་རིག་པས་འགྲོ་  
བ་རྣམས་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་དེ། ཡང་དག་པའི་དོན་མཐོང་བ་ལ་བསྐྱིབ་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །དེའང་ཡང་དག་པའི་དོན་མཐོང་བ་ལ་སྐྱིབ་པའི་མ་རིག་པ་ང་དང་ང་ཡིར་  
འཛིན་པའི་དབང་གིས་ལས་འདུ་བྱེད་པ་སོགས་ཡན་ལག་སྲི་མ་ཀུན་འབྱུང་བར་བྱེད་  
པའོ། །དེ་བཞིན་ཏུ་འདུ་བྱེད་ཀྱིས་འགྲོ་བ་རྣམས་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་དེ་རྣམ་ཤེས་ལ་  
ཡང་སྲིད་ཀྱིས་བོན་འདེབས་པའི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་ཏུ་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་ཅེས་རྣམ་  
ཤེས་ལ་སོགས་པ་ཀུན་ལ་སྐྱུར་ཏེ། བག་ཆགས་ཀྱིས་བགོས་པའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱིས་  
འགྲོ་བ་རྣམས་སྐྱེ་གནས་སུ་སྲིད་པའི་ཕྱིར་དང་། མིང་གཟུགས་ཀྱིས་སྲིད་པའི་ལུས་  
ཀུན་ཏུ་འཛིན་པའི་ཕྱིར་དང་། སྐྱེ་མཆེད་དུག་གིས་མིང་གཟུགས་ཀྱི་གནས་སྐབས་  
ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། རིག་པས་ཡུལ་དབང་ཤེས་

གསུམ་འདུས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡུལ་གྱི་འགྱུར་བ་ཡོངས་སུ་གཅོད་པའི་ཕྱིར་དང་།  
ཚོར་བས་རྣམ་སྲིན་བདེ་སྐྱབ་གི་ཆ་ལ་ཉེ་བར་ཡོངས་སྐྱོད་པའི་ཕྱིར་དང་། སྲིད་པས་  
ཡང་སྲིད་ཕྱིར་སྲི་མ་ཉེ་བར་སྐྱུད་པའི་ཕྱིར་དང་། ལེན་པས་ཡང་སྲིད་ལ་མངོན་དུ་  
སྐྱོར་བའི་ཕྱིར་དང་། སྲིད་པས་སྐྱེ་བ་སྲི་མ་མངོན་དུ་འགྱུབ་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་།  
སྐྱེ་བས་ནི་རྒྱ་བ་སོགས་སྐྱབ་བསྐྱུལ་གྱི་རྟེན་བྱེད་ལ། རྒྱ་ལོ་ནི་སྐྱབ་བསྐྱུལ་གྱི་དོ་བོ་  
ཡིན་པས་དེ་གཉིས་ཀྱིས་འགྲོ་བ་རྣམས་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་དེ། སྐྱབ་བསྐྱུལ་བར་  
བྱེད་པའི་ཕྱིར་ན་དེ་ལྟར་རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་པོ་སྐྱ་མ་སྐྱ་མ་ལས་སྲི་མ་  
སྲི་མ་རིམ་གྱིས་རྒྱན་མི་འཆད་པར་འབྱུང་བའི་ཚུལ་གྱིས་འགྲོ་བ་རྣམས་ཉོན་མོངས་  
པར་བྱེད་དེ། ཟག་བཅས་ལས་ཉོན་གྱི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བའི་སྐྱེ་བ་གང་ཡིན་ཀྱང་གནས་  
སྐབས་འགྱུར་བའི་རྒྱ་བ་དང་། རྒྱན་འགག་པའི་ཤི་བ་དེས་མཚོན་པའི་སྐྱ་ངན་དང་  
སྐྱེ་སྐྱབས་འདོན་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱབ་བསྐྱུལ་གྱི་སྐྱུང་པོ་ཆེན་པོ་འབའ་ཞིག་པ་  
འདི་འབྱུང་བར་འགྱུར་ཏེ། ཟག་བཅས་ཀྱི་སྐྱུང་པོའི་ཆ་སྐྱད་ཅིག་མ་རེ་རེ་ཡང་དོ་བོ་  
ཉིད་ཀྱིས་སྐྱབ་བསྐྱུལ་བའོ། །བདེ་བ་ལྟར་སྐྱུང་ཡང་འགྱུར་བ་དང་བཅས་པ་དང་།  
བདེའམ་སྐྱབ་བསྐྱུལ་ཀྱང་སྐྱུར་སྐྱབ་བསྐྱུལ་གྱི་རྒྱུར་གྱུར་པའི་ཆ་ནས་སྐྱབ་བསྐྱུལ་གྱི་  
སྐྱབ་བསྐྱུལ་དང་། འགྱུར་བའི་སྐྱབ་བསྐྱུལ་དང་། ལྷན་པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱབ་བསྐྱུལ་  
གསུམ་པོ་ཅི་རིགས་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་ན་ཟག་བཅས་ཀྱི་སྐྱུང་པོ་ནི་སྐྱབ་བསྐྱུལ་གྱི་  
རྟེན་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་པོ་འདི་དག་ཀྱང་  
སྲི་ཚོན་གསུམ་དུ་བསྐྱུ་ན། མ་རིག་པ་དང་སྲིད་བ་དང་ལེན་པ་རྣམ་པ་གསུམ་ལ་ཉོན་  
མོངས་པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཞེས་བྱ་ཞིང་། དེར་མ་ཟད་འདུ་བྱེད་དང་སྲིད་པ་



རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱང་ལས་ཀྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལྟའི་ལྷག་མ་རྣམ་  
པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་སྐྱབས་བསྐྱེད་ཀྱི་གཞི་རྣམ་པ་བདུན་ལ་ནི་སྐྱེ་བའམ་ཚེའི་  
ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྩ་བ་ཡང་དག་པ་མིན་པའི་  
ཀུན་ཏུ་ཉོན་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པས། འདི་དག་གིས་སེམས་ཅན་རྣམས་འཁོར་བར་  
ཡང་ནས་ཡང་དུ་སྦྱོར་ཞིང་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པས་མིང་དེ་སྐད་དུ་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་རྣམས་བྱང་གི་མཚན་ཉིད་ལ་མདོར་བསྟན་དང་རྒྱས་ལའད་གཉིས། དང་  
པོ་ཁོད་མདོར་བསྟན། ལྟོང་པ་ཉིད་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- ལྟོང་པ་ཉིད་ནི་མདོར་བསྟན། །
- མཚན་ཉིད་དང་ནི་རྣམ་གྲངས་དང་། །
- དེ་ཡི་དོན་དང་དབྱེ་བ་དང་། །
- སྐྱབས་པ་དག་སྟེ་ཤེས་པར་བྱ། །

ད་ནི་ལྟོང་པ་ཉིད་ཇི་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་བ་དེ་སྟོན་ཏེ། ལྟོང་པ་ཉིད་ནི་མདོར་བསྟན། །མཚན་  
ཉིད་དང་ནི་རྣམ་གྲངས་དང་། །རྣམ་གྲངས་དེ་ཡི་དོན་དང་དབྱེ་བ་དང་། །སྐྱབས་པར་བྱེད་པ་  
དག་སྟེ་དོན་ལྡན་ཤེས་པར་བྱའོ།

དེ་ཡང་རྒྱ་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་དང་། འབྲས་བུ་སྐྱབས་བསྐྱེད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་  
འཁོར་བ་ཉིད་དང་བྲལ་བའི་རྣམ་གྲངས་གི་གནས་སུ་བྱུང་བ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་

དོན་ནི་མདོར་བསྟན། ལྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རང་གི་མཚན་ཉིད་དང་ནི། གཞན་ཡང་དེའི་  
མིང་གི་རྣམ་གྲངས་དང་། རྣམ་གྲངས་དེའི་དོན་དང་། ལྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་།  
དེ་ལ་དྲི་བཅས་དྲི་མེད་དུ་འཛོག་པའི་འཐད་པ་བསྐྱབས་པ་དག་སྟེ་དེ་ལྟར་དོན་གྱི་རྣམ་  
གྲངས་རྣམ་པ་ལྟའི་སྟོན་པ་དེ་ཡི་རྩ་བ་གཏན་ལ་དབབ་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་ལའད། གོང་གི་མདོར་བསྟན་གྱི་རིམ་པ་དང་མཚུངས་པར་ས་བཅད་  
ལྟ་ཡོད་པ་ལས། དང་པོ་མཚན་ཉིད་ནི། གཉིས་དངོས་མེད་དང་སོགས་ཀྱིས་  
བསྟན་ཏེ། །

- གཉིས་དངོས་མེད་དང་དངོས་མེད་པའི། །
- དངོས་པོ་སྟོང་པའི་མཚན་ཉིད་དོ། །
- ཡོད་པ་མ་ཡིན་མེད་པའང་མིན། །
- ཐ་དད་གཅིག་པའི་མཚན་ཉིད་མིན། །

མཚན་ཉིད་ཇི་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་ཞེས། གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་དངོས་པོ་མེད་པ་དང་  
དངོས་པོ་མེད་པ་དེའི། །དངོས་པོ་ནི་སྟོང་པའི་མཚན་ཉིད་དོ། །དངོས་པོ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་  
གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་དངོས་པོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ་གཉིས་ཀྱི་སྟོང་པའི་ངོ་  
བོ་མེད་པའང་མིན། །ཚོས་དང་ཚོས་ཉིད་གཞན་མ་ཡིན་པས་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་  
ཏུ་ཉོན་པ་དང་ཐ་དད་པ་མིན་ཞིང་རྣམ་པར་དག་པའི་དམིགས་པ་མི་རུང་བས་གཅིག་པའི་  
མཚན་ཉིད་ཀྱང་མིན་ནོ།

གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་དངོས་པོར་མེད་པ་དང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་དངོས་པོ་མེད་པའི་  
དངོས་པོ་ཉིད་ཡོད་པ་ནི་སྣང་པའི་མཚན་ཉིད་དེ། གཟུང་འཛིན་གཉིས་རྣམ་བཅད་  
ལ་ཁེབས་པས་དེ་གཉིས་མེད་པའི་སྣང་ཉིད་ཡོངས་གཙོ་དུ་གྲུབ་པ་དེ་དེ་བཞིན་ཉིད་  
ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

དེ་ལྟར་གཟུང་འཛིན་གྱི་ངོ་བོར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ། གཉིས་སྣང་གི་ངོ་བོར་  
མེད་པའང་མིན་ཅིང་། ཚོས་ཅན་ཡང་དག་མིན་རྟོག་དང་ཚོས་ཉིད་གཉིས་སྣང་གི་  
རང་བཞིན་དེ་གཉིས་ཐ་དད་པ་དང་གཅིག་པའི་མཚན་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། རིམ་པ་ལྟར་  
གཉིས་པོ་ཁེབས་པས་གཉིས་སྣང་གྲུབ་ལ། གལ་ཏེ་གཉིས་སྣང་མེད་ན་གཟུང་  
འཛིན་གཉིས་པོ་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ་དགག་པ་བཀག་པ་སྐྱབ་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དང་།  
གཉིས་སྣང་དང་ཀུན་རྟོག་དེ་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་མིན་ཏེ། ཚུ་རོལ་མཐོང་བས་ཀུན་  
རྟོག་སྣང་བས་གྲུབ་ཀྱང་སྣང་མ་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་ཐ་དད་ཀྱང་མིན་ཏེ་ཚོས་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་  
དུ་གཞུང་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ ༼ དེའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ ༽ ། སྣང་པ་ཉིད་ནི་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- སྣང་པ་ཉིད་ནི་མདོར་བསྟུན། །
- དེ་བཞིན་ཉིད་དང་ཡང་དག་མཐའ། །
- མཚན་མ་མེད་དང་དོན་དམ་དང་། །
- ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་རྣམ་གྲངས་སོ། །

རྣམ་གྲངས་ཇི་ལྟར་རིག་པར་བྱ་ཞེས། སྣང་པ་ཉིད་ནི་མདོར་བསྟུན། ། དེ་བཞིན་ཉིད་དང་  
ཡང་དག་པའི་མཐའ་དང་། །མཚན་མ་མེད་པ་དང་དོན་དམ་པ་དང་། །ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་  
མིང་གི་རྣམ་གྲངས་སོ། །

སྣང་པ་ཉིད་ཀྱི་མིང་ནི་མདོར་བསྟུན། དེ་བཞིན་ཉིད་དང་། ཡང་དག་པའི་མཐའ་  
དང་། མཚན་མ་མེད་པ་དང་། དོན་དམ་པ་དང་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་  
དག་ནི་སྣང་པ་ཉིད་ཀྱི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་སོ། །

གསུམ་པ་ ༼ རྣམ་གྲངས་དེའི་དོན་ ༽ ། གཞན་མིན་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- གཞན་མིན་སྤྱིན་ཅི་ལོག་མ་ཡིན། །
- དེ་འགོག་འཕགས་པའི་སྣོད་ཡུལ་དང་། །
- འཕགས་པའི་ཚོས་ཀྱི་རྒྱ་ཡི་སྤྱིར། །
- རྣམ་གྲངས་དོན་ཏེ་གོ་རིམ་བཞིན། །

རྣམ་གྲངས་ཀྱི་དོན་ཇི་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་ཞེས། གཞན་མིན་པའི་སྤྱིར་དེ་བཞིན་ཉིད་དེ་རྟོག་  
དུ་གཞུང་པའི་སྤྱིར་རོ་སྤྱིན་ཅི་ལོག་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཡང་དག་པའི་མཐའ་སྟེ་སྤྱིན་ཅི་ལོག་  
གི་གཞི་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །མཚན་མ་དེ་འགོག་པའི་སྤྱིར་མཚན་མ་མེད་པ་སྟེ་མཚན་མ་  
ཐམས་ཅད་དང་བུལ་བའི་སྤྱིར་རོ་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྣོད་ཡུལ་ཡིན་པས་དོན་དམ་  
པ་སྟེ་ཡེ་ཤེས་དམ་པའི་ཡུལ་ཡིན་སྤྱིར་དང་། །འཕགས་པའི་ཚོས་ཀྱི་རྒྱ་ཡི་སྤྱིར་ཚོས་ཀྱི་

དབྱིངས་ཏེ་དེ་ལ་དམིགས་པས་འཕགས་པའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་དོ། །འདི་

དག་རྣམ་གྲངས་ཀྱི་དོན་ཏེ་གོ་ཅི་མ་བཞིན་ཅོ།

ལུགས་མ་ཐག་པའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ལྷ་པོ་དེ་དག་གི་དོན་ནི། གཞན་དུ་འགྱུར་  
བ་མིན་པའི་ཕྱིར་ན་ཇི་ལྟར་སྤར་བཞིན་ཕྱིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཡིན་པས་དེ་བཞིན་ཉིད་  
ཅེས་བྱ་ལ། དེ་བཞིན་དུ་དངོས་པོའི་གནས་རྒྱལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་མ་ཡིན་པའི་ཡང་དག་  
པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཡང་དག་པའི་མཐའ་དང་། སྟོང་ཉིད་དེ་ནི་སྟོས་པའི་མཚན་མ་  
མཐའ་དག་འགོག་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མཚན་མ་མེད་པ་དང་། གནས་  
ལྷགས་དེ་ནི་ཡུལ་ཅན་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དམ་པའི་སྟོན་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དོན་  
དམ་པའི་བདེན་པ་དང་། དེ་ལ་དམིགས་ནས་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཀུན་སྐྱེད་པར་བྱེད་  
པས་འཕགས་པའི་ཚོས་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུའམ་དབྱིངས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་  
ཞེས་བྱ་སྟེ། འདི་དག་གོང་གི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་སོ་སོའི་དོན་ཡིན་ཏེ་དེ་ལྟར་གོ་  
ཅི་མ་བཞིན་དུ་སྤར་བར་བྱའོ། །

བཞི་པ་དབྱེ་བ་ ། སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ ། ལ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་དང་། བཅུ་དྲུག་  
ཏུ་དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ ། གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་ ། ། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་སོགས་ཀྱིས་  
བསྟན་ཏེ། །

ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་རྣམ་པར་དག།  
དེ་ནི་དྲི་བཅས་དྲི་མ་མེད། །

ཚུ་ཁམས་གསེར་དང་ནམ་མཁའ་རྣམས། །

དག་པ་བཞིན་དུ་དག་པར་འདོད། །

སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ཇི་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་ཞེས། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་  
པར་དག་པ། །དེ་ནི་དྲི་མ་དང་བཅས་པ་དང་དྲི་མ་མེད་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱིས་སོ། །འོ་  
ན་དེ་འགྱུར་བའི་ཚོས་ཅན་ཡིན་པས་ཇི་ལྟར་མི་རྟག་པར་མི་འགྱུར་ཞེས། ཚུ་ཁམས་ཀྱི་  
སྟོག་མ་དང་གསེར་གྱི་གཡའ་དང་ནམ་མཁའ་ལ་སྟོན་རྣམས། །དག་པ་བཞིན་དུ་སྟོ་བྱུར་  
གྱི་དྲི་མ་དག་པར་འདོད་དོ།

སྟོང་པ་ཉིད་དེ་ལ་དབྱེ་བ་གཉིས་སུ་ཡོད་དེ། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་བཅས་པ་  
དྲི་བཅས་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་། སྟོན་གཉིས་རྣམ་པར་དག་པ་དེ་ནི་དྲི་མ་མེད་པའི་  
དེ་བཞིན་ཉིད་ཅེས་བྱའོ། །དྲི་མ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ན་རང་བཞིན་དག་པ་མི་འཐད་  
སྟམ་ན། མི་འཐད་པ་མེད་དེ། ཇི་ལྟར་རྒྱུ་ཡི་ཁམས་དང་གསེར་དང་ནམ་མཁའ་  
རྣམས་ཀྱི་རང་གི་ངོ་བོ་རྣམ་པར་དག་པ་དེ་བཞིན་དུ་དེ་བཞིན་ཉིད་དེ་ཡང་རང་གི་ངོ་  
བོ་ཡོ་ནས་རྣམ་པར་དག་པར་འདོད་དེ་མ་དག་པ་གནས་རྒྱལ་ལ་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་ ། བཅུ་དྲུག་ཏུ་དབྱེ་བ་ ། ། ཟ་བ་བཟའ་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཟ་བ་བཟའ་དང་དེ་ཡི་ལུས། །  
གནས་ཀྱི་གཞི་ཡི་སྟོང་པ་ཉིད། །



དེ་ཡང་གང་གིས་ཇི་ལྟར་མཐོང་། །

གང་ཕྱིར་དེ་ཡང་སྟོང་པ་ཉིད། །

གཞན་ཡང་སྟོང་པ་ཉིད་བཅུ་དྲུག་པོ་འདི་དག་དབྱེ་བ་ཡིན་ཏེ་ཟ་བ་ནང་གི་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་  
སྟོང་པ་ཉིད་དང་བཟའ་བ་ཕྱིར་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་སྟོང་པ་ཉིད་དང་དེ་གཉིད་ག་ཡི་གནས་སྲུ་  
བྱུར་པ་ལུས་ཏེ་དེའི་སྟོང་པ་ནི་སྐྱེ་ནང་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། །གནས་ཀྱི་གཞི་སྟོང་གི་འཇིག་  
རྟེན་དེ་ཡི་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་ཆེན་པོ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། །ནང་གི་སྐྱེ་མཆེད་ལ་སོགས་པ་དེ་ཡང་  
སྟོང་གང་གིས་སྟོང་པ་ཇི་ལྟར་མཐོང་བ། །གང་ཕྱིར་དེ་ཡང་སྟོང་པ་ཉིད་དེ་སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་  
པ་ཉིད་དོ། །ཇི་ལྟར་དོན་དམ་པའི་རྣམ་པར་མཐོང་བ་དེའི་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་དོན་དམ་པར་  
སྟོང་པ་ཉིད་དོ།

གང་སྟོང་པ་ཉིད་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་དབྱེ་བ་མེད་ཀྱང་། སྟོང་གཞི་ཚོས་ཅན་སོགས་ཀྱི་  
དབྱེ་བ་ལ་སྟོང་ཉིད་བཅུ་དྲུག་ཏུ་གསུངས་ཏེ་གང་ཞེས། ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་ལ་ལོངས་  
སྟོང་པ་པོ་འཇམ། ཟ་བ་པོ་མིག་སོགས་ནང་གི་སྐྱེ་མཆེད་དྲུག་གི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་གྲུབ་པའི་  
ཆ་ནས་ནང་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྲུ་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་བཟའ་བའམ་ལོངས་སྟོང་པ་ཉིད་ཕྱིར་  
སྐྱེ་མཆེད་དྲུག་རང་བཞིན་མེད་པར་གྱུར་པའི་ཆ་ནས་སྐྱེ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ཕྱི་ནང་གི་  
ཚོས་དེ་ཡི་རྟེན་རྣམས་ལུས་ཏེ་གཞི་མཐའ་དག་གིས་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སྐྱེ་ནང་སྟོང་པ་ཉིད་  
ཅེས་བྲུ་འོ། །གནས་ཀྱི་གཞི་སྟོང་གི་འཇིག་རྟེན་སྟོགས་བཅུས་བསྐྱུས་པ་ཡི་རང་བཞིན་  
སྟོང་པ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་ཆེན་པོ་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྲུ་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྲུ་བ་ལས་  
དེ་དང་དེའི་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་བརྗོད་པའོ། །དེ་ལྟར་སྐྱེ་དང་ནང་གིས་བསྐྱུས་པའི་

ཚོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གནས་པ་དེ་ཡང་ཡུལ་ཅན་སྟོང་གང་གིས་མཐོང་བ་དེ་  
ལ་ཡུལ་གྱི་མིང་བཏགས་ནས་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྲུ་ལ། དེ་ལ་ཡང་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་  
དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཆ་ནས་སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྲུ་འོ། །སྟོང་པ་ཉིད་དེ་ནི་  
དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ཡང་དག་པ་ཉིད་དུ་ཇི་ལྟར་མཐོང་བ་དེ་ལ་མི་བསྐྱུ་བའི་སྐྱེ་  
དོན་དམ་པ་ཞེས་བྲུ་ལ། དོན་དམ་པ་དེ་ཡང་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་མེད་པ་ནི་དོན་  
དམ་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །

- དགོ་གཉིས་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་སྐྱེ་བ། །
- རྟུག་ཏུ་སེམས་ཅན་པན་པའི་སྐྱེ་བ། །
- འཁོར་བ་བཏང་བར་མི་བྱའི་སྐྱེ་བ། །
- དགོ་བ་མི་ཟད་བྱ་བའི་སྐྱེ་བ། །
- རིགས་ཀྱང་རྣམ་པར་དག་བྱའི་སྐྱེ་བ། །
- མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ཐོབ་བྱའི་སྐྱེ་བ། །
- སངས་རྒྱས་ཚོས་རྣམས་དག་བྱའི་སྐྱེ་བ། །
- བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྐྱུ་བ་པར་བྱེད། །
- གང་ཟག་དང་ནི་ཚོས་རྣམས་ཀྱི། །
- དངོས་པོ་མེད་འདིར་སྟོང་པ་ཉིད། །
- དེ་དངོས་མེད་པའི་དངོས་ཡོད་པ། །
- དེ་ནི་དེ་ལས་སྟོང་ཉིད་གཞན། །

གང་གི་སྲིད་བྱུང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་དེ་ཡང་སྣོད་པ་ཉིད་དོ། །དེ་གང་ཡིན་  
ཞེས། འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་དགོ་བ་གཉིས་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་སྲིད་རོ། །སྲིད་ཞི་  
གཉིས་ཀྱི་མཐའ་ལས་འདས་པའི་སྣོད་པ་ཉིད་ནི་རྟག་ཏུ་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཕན་པར་བྱ་  
བའི་སྲིད་དང་། །འཁོར་བ་ནི་ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་མེད་པ་སྟེ། དེ་སྣོད་པ་ཉིད་ནི་གཞན་དོན་དུ་  
འཁོར་བ་གཏོང་བར་མི་བྱ་བའི་སྲིད་དང་། །ཡུང་པོ་ལྷག་མེད་དུ་སྐྱུང་ན་ལས་འདས་པ་ན་  
ཡང་དོར་བ་མེད་པ་ནི། དགོ་བའི་ཚོས་ཏེ་དེ་ཡང་སྣོད་པ་ཉིད་དེ་དགོ་བ་མི་ཟད་པར་བྱ་བའི་  
སྲིད་དང་། །རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་ནི་རང་བཞིན་ཏེ་དེའི་སྣོད་པ་ཉིད་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
རིགས་ཀྱང་རྣམ་པར་དག་པར་བྱ་བའི་སྲིད་དང་། །མཚན་དང་དཔེ་བྱུང་ནི་རང་གི་མཚན་  
ཉིད་ཡིན་ལ། དེའི་སྣོད་པ་ཉིད་ནི་མཚན་དང་དཔེ་བྱུང་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་སྲིད་དང་། །སྟོབས་  
ལ་སོགས་པ་ནི་ཚོས་ཐམས་ཅད་དེ་དེའི་སྣོད་པ་ཉིད་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཚོས་རྣམས་དག་པར་  
བྱ་བའི་སྲིད་དང་། །བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱབ་པར་བྱེད་དོ། །གང་ཟག་དང་  
ནི་ཚོས་རྣམས་ཀྱི། །བདག་གི་དངོས་པོ་མེད་པ་ནི་འདིར་དངོས་པོ་མེད་པ་སྣོད་པ་ཉིད་དང་  
། །དེ་ཡི་དངོས་པོ་མེད་པའི་དངོས་པོ་ཡོད་པ། །དེ་ནི་དེ་ལས་སྣོད་ཉིད་གཞན་དངོས་པོ་མེད་  
པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྣོད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །འདི་གཉིས་ནི་གང་ཟག་དང་ཚོས་སུ་སྐྱོ་འདོགས་པ་  
དང་དེའི་སྣོད་པ་ཉིད་ལ་སྐྱུར་བ་འདེབས་པ་བསལ་བའི་སྲིད་གོ་རིམ་བཞིན་ནོ། །

སྣོད་པ་ཉིད་བསྐྱོམ་པ་གང་གི་སྲིད་ཡིན་ན་འདུས་བྱས་ལམ་དང་འདུས་མ་བྱས་  
འབྲས་བུ་སྐྱུང་འདས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐོབ་པའི་སྲིད་བསྐྱོམ་པ་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་རང་གི་ངོ་  
བོས་སྣོད་པ་ཉིད་དུ་གྱུར་པའོ། །ཞེས་མདོར་བསྟན་ནས། དེ་ལ་ལམ་དང་

འབྲས་བུའི་ཡོན་ཏན་གང་གི་སྲིད་སྣོད་པ་ཉིད་བསྐྱོམ་ཞེས། དགོ་གཉིས་ཐོབ་ནས་  
སྐྱབ་པར་བྱེད་ཀྱི་བར་ཚིགས་བཅད་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱས་པར་ལའད་དེ། འདུས་བྱས་སྣོད་  
པ་ཉིད་དང་འདུས་མ་བྱས་སྣོད་པ་ཉིད་གཉིས་ནི། འདུས་བྱས་ལམ་དང་། འདུས་མ་  
བྱས་སྐྱུང་འདས་སམ། སྲིད་པ་དང་ཞི་བའི་ཡོན་ཏན་བསྐྱེད་པའི་དགོ་བ་གཉིས་པོ་  
ཡོངས་སུ་དག་པ་འཐོབ་པར་བྱ་བའི་སྲིད་བསྐྱོམས་ཏེ། དགོ་བ་དེ་དག་ལ་མཚན་མར་  
འཛིན་ཅིང་ཞེན་ན་ཡོངས་སུ་དག་པར་མི་འགྱུར་ལ། དེ་དག་སྣོད་པ་ཉིད་དུ་ཤེས་ནས་  
སྐྱོམ་པ་མེད་པའི་རྒྱལ་གྱིས་བསྐྱབས་ན་དགོ་བའི་རྩ་བ་དེ་དག་ཡོངས་སུ་དག་པ་  
འཐོབ་པའི་སྲིད་རོ། །སྲིད་པ་དང་ཞི་བའི་མཐའ་ལས་འདས་པ་གང་དེ་རང་གི་ངོ་བོས་  
སྣོད་པ་ནི་མཐའ་ལས་འདས་པ་སྣོད་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་ལ། དེ་ནི་དུས་རྟག་ཏུ་སེམས་  
ཅན་ལ་ཕན་པར་བྱ་བའི་སྲིད་བསྐྱོམ་པ་ཡིན་ཏེ། སྲིད་ཞེའི་མཐའ་ལ་མི་གནས་པའི་  
སྐྱུང་འདས་མངོན་དུ་མཛད་ན་ནམ་མཁའ་ཇི་སྲིད་དུ་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་པ་མཛད་པ་  
ཡིན་ཅིང་། དེ་ཡང་དེར་སྐྱོམ་པས་ཞེན་པ་དང་བཅས་ན་ཡོངས་སུ་དག་པ་མངོན་དུ་  
མི་འགྱུར་ལ། མ་ཞེན་པའི་ཐབས་མཁས་ཀྱིས་བསྐྱབས་ན་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་སྲིད་  
རོ། །ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་མེད་པ་ནི་འཁོར་བ་ཡིན་ལ། དེ་དག་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་  
གང་ཡིན་པ་ནི་ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་མེད་པ་སྣོད་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ལྟར་འཁོར་བ་སྣོད་པར་  
ཤེས་པ་དེ་ནི་འཁོར་བ་ཡོངས་སུ་གཏོང་བར་མི་བྱ་བའི་སྲིད་བསྐྱོམ་པ་སྟེ། འཁོར་བ་  
རང་བཞིན་མེད་པར་མ་ཤེས་ན་དེ་ལ་སྐྱོན་དུ་མཐོང་ནས་འདོར་བར་འགྱུར་བའི་སྲིད་  
རོ། །ཡུང་པོ་ལྷག་མེད་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་དགོ་བའི་རྩ་བ་མི་ཟད་པ་ནི་དོར་བ་མེད་པ་ཞེས་  
བྱ་ལ། དེ་ཡང་དེ་ཡི་ངོ་བོས་སྣོད་པ་ནི་དོར་བ་མེད་པ་སྣོད་པ་ཉིད་ཅེས་བྱའོ། །ཡུང་

པོ་ལྷག་མེད་གྱི་དུས་སུ་ཡང་དགོ་བའི་རྩ་བ་མི་ཟད་པ་དེ་ལྷ་བྱ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་  
 དོར་བ་མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་འདི་བསྐྱོམ་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་མཐུས་མི་ཟད་པའི་དགོ་རྩ་ལ་  
 ཡང་གཟུང་འཛིན་གྱི་དྲི་མ་དག་ཅིང་ཚོས་སྐྱེ་འཐོབ་ནས་དེའི་དགོ་རྩ་ནམ་མཁའ་ཇི་  
 སྲིད་དུ་རྒྱན་མི་འཆད་པར་བྱེད་དེ། རང་བཞིན་གནས་རིགས་ལ་རང་བཞིན་ཞེས་བྱ་  
 ཞིང་། དེའི་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ནི་རིགས་ཉིད་ཀྱང་རྣམ་པར་  
 དག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བསྐྱོམ་སྟེ། རིགས་ལ་དེར་ཞེན་གྱི་དྲི་མ་དག་ནས་རིག་མཛོན་དུ་  
 འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དོ། །སངས་རྒྱས་གྱི་མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ལ་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཅེས་  
 སྐབས་འདིར་བཤད་ལ། དེ་ཉིད་དེའི་ངོ་བོས་སྟོང་པ་ནི་རང་གི་མཚན་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་  
 དོ། །དེ་ནི་མཚན་བཟང་པོ་སུམ་ཅུ་རྩ་གཉིས་དང་། དཔེ་བྱད་བརྒྱད་ཅུ་དག་པ་འཐོབ་  
 པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བསྐྱོམས་ཏེ། མཚན་དཔེ་ལ་བདེན་ཞེན་དག་ནས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་  
 པ་འགྲུབ་བོ། །སྟོབས་དང་མི་འཇིགས་པ་དང་མ་འདྲེས་པ་སོགས་སངས་རྒྱས་གྱི་  
 ཚོས་ལ་སྐབས་འདིར་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཅེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ཉིད་དེས་སྟོང་པ་ནི་ཚོས་  
 ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ནི་སངས་རྒྱས་གྱི་ཚོས་རྣམས་ལ་བདེན་འཛིན་གྱི་དྲི་  
 མ་དག་ནས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ན་བསྐྱོམ་སྟེ། དེ་ལྷར་སྟོང་པ་  
 ཉིད་དེ་དག་ལ་དམིགས་ནས་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ལམ་དེ་ལྷ་བྱ་སྐྱབ་  
 པར་བྱེད་དོ། །དེ་ལྷར་སྟོང་ཉིད་བཅུ་བཞིར་གསུངས་པ་དེ་དག་ཀྱང་གཉིས་སུ་འདུ་  
 སྟེ། གང་ཟག་གི་བདག་དང་ནི་དེ་ལས་གཞན་པའི་ཚོས་རྣམས་ཀྱི་བདག་གི་དངོས་  
 པོ་མེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྐབས་འདིར་དངོས་པོ་མེད་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་སྟེ།  
 དགག་བྱ་བདག་གཉིས་རྣམ་བཅད་དུ་ཞེགས་པའོ། །བདག་གཉིས་པོ་དེའི་

དངོས་པོ་མེད་པའི་དངོས་པོ་འཇམ་སྟོང་པ་ཉིད་ཡོངས་གཙོ་དུ་བྱུང་བ་ཅིང་ཡོད་པ་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ལ་ནི། གོང་དུ་བཤད་པ་དེ་ལས་སྟོང་པ་ཉིད་གཞན་དངོས་པོ་མེད་པའི་ངོ་  
 བོ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་གསུངས་ཏེ། སྡེ་མ་བདག་གཉིས་སུ་སྐྱོ་འདོགས་པ་སེལ་  
 བའི་ཕྱིར་དང་། ཐ་མ་སྟོང་ཉིད་ལ་མེད་པར་སྐྱུར་པ་འདེབས་པ་བསལ་བའི་ཕྱིར་དུ་  
 སྐད་གསུངས་སོ། །

**ལྷ་པ་སྐྱབ་པ་ནི། གལ་ཏེ་ཉོན་མོངས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ།**

- གལ་ཏེ་ཉོན་མོངས་དེ་མ་གྱུར། །
- ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྲོལ་བར་འགྱུར། །
- གལ་ཏེ་རྣམ་དག་དེ་མ་གྱུར། །
- འབད་པ་འབྲས་བུ་མེད་པར་འགྱུར། །
- ཉོན་མོངས་མ་ཡིན་མི་མོངས་མིན། །
- དེ་ནི་དག་དང་མ་དག་མིན། །
- བསྟན་བཅོས་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས། མཚན་ཉིད་
- གྱི་ལེན་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་དང་པོའོ། །
- སྐྱབ་པ་ཇི་ལྷར་ཤེས་པར་བྱ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་གཉིན་པོ་མ་སྐྱེས་པར་ཡང་སྐྱོ་བུར་གྱི་ཉོན་
- མོངས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དེ་མ་གྱུར་ན། །ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་འབད་



པ་མེད་པར་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་གཉེན་པོ་མ་སྐྱིས་ཀྱང་རྣམ་པར་དག་པ་དེ་མ་  
གྱུར་ན། །ཐར་པའི་ཕྱིར་འབད་པ་དེ་ཡང་འབྲས་བུ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་སེམས་  
ནི་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་ལ་བས་ཉོན་མོངས་པ་མ་ཡིན་གྲོ་བུར་གྱི་དྲི་མ་ཡོད་པས་ཉོན་  
མི་རྐྱེད་པ་ཡང་མིན་ལ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་ནི་དག་པ་དང་མ་དག་པ་ཡང་མིན་ལོ། །དེ་ཡང་  
སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་བསྟུས་པ་ནི། མཚན་ཉིད་རྣམ་པར་བཞག་པར་རིག་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་  
མཚན་ཉིད་ནི། དངོས་པོ་མེད་པའི་མཚན་ཉིད་དང་དངོས་པོའི་མཚན་ཉིད་དོ། །དངོས་པོའི་  
མཚན་ཉིད་ཀྱང་དངོས་པོ་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་མཚན་ཉིད་དང་། དེ་  
ཉིད་དང་གཞན་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་མཚན་ཉིད་དོ། །རྣམ་གྲངས་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་  
པར་བཞག་པ་བརྟན་པས་ནི། རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་སྐྱབས་པ་དང་ལེ་ལོ་དང་ཐེ་ཚོམ་ཉེ་བར་  
ཞི་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྟོང་པ་ཉིད་རང་གི་མཚན་ཉིད་དང་ལས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དང་། ཀུན་ནས་  
ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བའི་མཚན་ཉིད་དང་། རིགས་པའི་མཚན་ཉིད་བརྗོད་པ་  
ཡིན་ལོ། །བསྟན་བཅོས་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ལེའུར་  
བཅད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་དང་པོའོ། །

སྟོང་པ་ཉིད་རང་གི་དོས་ནས་སམ་གནས་ཚུལ་ལ་དག་མ་དག་གི་བྱུང་པར་མེད་  
ཀྱང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་སྐྱང་ཚུལ་ལ་དྲི་བཅས་དང་དྲི་མེད་ཀྱི་གནས་སྐབས་  
སུ་བཞག་པ་འཐད་དེ། གལ་ཏེ་གྲོ་བུར་གྱི་ཉོན་མོངས་པ་དང་བཅས་པའི་གནས་  
སྐབས་སུ་སྟོང་ཉིད་དེ་མ་གྱུར་པ་ཞིག་ན། །དང་པོ་ནས་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་འབད་མེད་དུ་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་གཉེན་པོ་

བསྐྱོམས་པས་ཕྱིས་རྣམ་པར་དག་པའི་བདག་ཉིད་དུ་སྟོང་ཉིད་དེ་མ་གྱུར་པའམ། དག་  
པར་སྐྱང་བ་མེད་ན་ལམ་ལ་འབད་པ་འབྲས་བུ་མེད་པར་འགྱུར་བས་སུ་ཡང་ལམ་ལ་  
འབད་མི་རིགས་སོ། །དེས་ན་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་དོ་བོ་རང་བཞིན་གྱི་འོད་གསལ་བས་  
ན་གནས་ཚུལ་ལ་ཉོན་མོངས་པ་མ་ཡིན་ལ། གྲོ་བུར་གྱི་དྲི་མ་དང་བཅས་པར་སྐྱང་  
བའི་སྐྱང་ཚུལ་གྱི་དོས་ནས་ཉོན་མི་མོངས་པའང་མིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་ན་དབྱིངས་དེ་  
ནི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དག་པ་དང་མ་དག་པ་ཉིད་དུ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ལོ། །ཞེས་  
སོ། །

ལེའུའི་མཚན་ནི། བསྟན་བཅོས་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས་  
ཀུན་བྱང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཚིག་ལེའུར་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་དང་པོའི་འགྲེལ་པའོ། །  
།



# རྒྱུ་ལ།

གཉིས་པ་སྤང་བྱ་སྐྱོབ་པ་ལ། སྐྱིར་བསྟན་པ། བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ། རོན་བསྟུ་བ་  
གསུམ། དང་པོ་། སྐྱིར་བསྟན་པ་། ། ལྷན་དང་ཉི་ཚེ་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- ལྷན་དང་ཉི་ཚེ་ལྷག་པ་དང་། །
- མཉམ་དང་ལེན་དང་སྤོང་བ་ནི། །
- གཉིས་ཀྱི་སྐྱོབ་པར་བསྟན་པ་ཡིན། །

སྐྱོབ་པའི་དབང་དུ་མཛད་དེ། ལྷན་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རིགས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཉོན་  
ཤེས་ཀྱི་སྐྱོབ་པ་གཉིས་ཏེ་རང་གཞན་གྱི་དོན་མཐའ་དག་ལ་སྐྱོབ་པའི་སྤྱིར་དང་ཉི་ཚེ་བ་ནི་  
ཉན་རང་གི་རིགས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཉོན་སྐྱོབ་སྟེ་བདག་གི་དོན་ཅམ་ལ་སྐྱོབ་པའི་སྤྱིར་དང་  
ལྷག་པ་ནི་རིགས་ཅན་གསུམ་ཀའི་ཆགས་སོགས་ལྷག་པར་སྤོང་པ་སྟེ་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་  
སྤྱིར་དང་། །མཉམ་པ་ནི་དེ་གསུམ་གྱི་ཆ་མཚུངས་པར་སྤོང་པ་སྟེ་བག་ལ་ཉལ་གྱི་སྐྱོབ་པ་  
ཡིན་པའི་སྤྱིར་དང་ལེན་པ་དང་སྤོང་བ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རིགས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྐྱོབ་  
པ་སྟེ་འཁོར་བ་ལེན་པ་དང་སྤོང་བ་མི་གནས་པའི་སྤྱིར་དང་ལས་འདས་པ་ལ་སྐྱོབ་པའི་སྤྱིར་  
ཏེ། །དེ་ལྟར་དེ་དག་ཅི་རིགས་པར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རིགས་ཅན་རྣམས་དང་།

ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་རིགས་ཅན་གཉིས་ཀྱི་སྐྱོབ་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ།

རང་བཞིན་གྱིས་དག་པའི་ཚོས་ཉིད་ལ་སྐྱོབ་བྱེད་གྲོ་བུར་བའི་དྲི་མ་རྣམས་རིགས་  
བསྟུས་ན་འདི་ལྟར། གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་  
ཅན་གྱི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་སྐྱོབ་པ་ལ་ལྷན་པའི་སྐྱོབ་པ་ཞེས་བཤད་དེ། སྐྱོབ་པ་དེས་  
ཐེག་པ་ཆེན་པོ་པ་དེ་དག་གི་རང་གཞན་དོན་གཉིས་སྐྱོབ་པའི་ཚུལ་ལ་བསྐྱོབས་པས་  
ན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་བསྐྱབ་པ་ལ་གོགས་བྱེད་པའི་ཆ་ནས་ཆེན་པོ་འམ་  
ལྷན་པ་ཞེས་བཛྲོད་དོ། །

ཐེག་པ་དམན་པ་ཉན་རང་གི་རིགས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྐྱོབ་པ་ལ་ཉི་ཚེ་བའི་སྐྱོབ་  
པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་མ་སྤང་བར་དུ་རང་དོན་ཉི་ཚེ་བའི་འབྲས་བུ་དེ་མི་ཐོབ་པར་བྱེད་  
པའི་སྤྱིར་རོ། །

ཡང་ཉོན་མོངས་པ་རང་ཉིད་སྐྱེ་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། གང་ཟག་སྤྱི་ཡང་  
རུང་སྟེ། དུལ་རུང་ཟད་ཅམ་ལའང་ཆགས་སོགས་ཆེན་པོ་སྐྱེ་བ་ལ་ལྷག་པའི་སྐྱོབ་  
པ་ཞེས་བྱ་ཞིང་། དུལ་དང་འཚམས་པར་འབྱུང་བ་ལ་མཉམ་པའི་སྐྱོབ་པ་ཞེས་བྱ་  
ལ། ཡང་ན་ལྷག་དང་ཞེས་ཆགས་སོགས་གང་རུང་ལྷག་པར་ཆེ་བ་དང་། དུག་  
གསུམ་ཆ་མཉམ་པ་ལའང་དེ་ལྟར་བཛྲོད་དེ། དེ་གང་ལྟར་གྱང་ཉོན་མོངས་པ་སྐྱེ་  
ཚུལ་གྱི་དབང་གིས་དབྱེ་བ་གཉིས་སོ། །

ཡང་མྱོངས་པའི་དབང་གིས་འཁོར་བའི་རྒྱ་ཉི་བར་ལེན་པ་དང་། བསམ་པས་  
འཁོར་བ་སྤང་བ་གཉིས་ནི། ལམ་གྱི་སྤྱིར་པོ་ཤེས་རབ་དང་ཐབས་གཉིས་ཀྱི་སྐྱོབ་པར་

བསྟན་པའི་ཆ་ནས་བཞག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་སྐྱོབ་པའི་རྣམ་གྲངས་དྲུག་ཏུ་བསྟན་པ་དེ་དག་གི་དང་པོ་དང་ཐ་མ་གཉིས་ཏེ་གསུམ་ནི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་ལམ་གྱི་མི་མཐུན་སྟོབས་ཡིན་ལ། གཉིས་པ་ཉེན་རང་གི་ལམ་གྱི་མི་མཐུན་སྟོབས་དང་། དེ་དག་གི་ལྷག་མ་གཉིས་ནི་ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུ་ཐུན་མོང་གི་ལམ་གྱི་སྐྱོབ་པ་འོ། །

གཉིས་པ་ ། བྱེ་བྲག་ཏུ་ལའད་པ་ ། །ལ། ཐར་པ་ལ་སྐྱོབ་པ། དགོ་སོགས་བརྟུལ་སྐྱོབ་པ། གཉིན་པོ་གསུམ་ལ་སྐྱོབ་པ་དང་གསུམ། དང་པོ་ ། ཐར་པ་ལ་སྐྱོབ་པ་ ། །ལ། སྐྱོབ་པ་དངོས་དང་། དེས་ཇི་ལྟར་སྐྱོབ་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ་ ། སྐྱོབ་པ་ ། །དངོས་ ། ། ཉོན་མོངས་མཚན་ཉིད་སོགས་རྐང་པ་གཉིས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཉོན་མོངས་མཚན་ཉིད་རྣམ་དགའོ། །  
ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་རྣམས་སྐྱོབ་པ་ཡིན། །

ཡང་ཉོན་མོངས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་སྐྱོབ་པ་ནི་རྣམ་པ་དགའོ། །དེ་དག་གྱུང་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བ་རྣམས་སྐྱོབ་པ་ཡིན་ནོ།

ཐར་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ལ་གོགས་སུ་གྱུར་བ་ནི་མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་མཚན་ཉིད་འཛིན་པ་རྣམ་པ་དགའུ་པོ་འདིའོ། །དེ་ལྟར་བྱའི་ཉོན་མོངས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་ལ་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྲིད་པར་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བར་བྱེད་པའི་སྲིད་ནའོ། །དེ་ལྟར་བྱའི་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བ་དེ་རྣམས་

ནི་སྐྱོབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ལ་ཀུན་སྐྱོར་དགུ་ནི། མ་རིག་པ། འདོད་ཆགས། ཁོང་ལྷོ། ང་རྒྱལ། ཐེ་ཚོམ་སྟེ་ལྷ་མིན་ལྟ་དང་། འཇིག་ལྟ་ལོག་ལྟ་མཐར་ལྟ་གསུམ་གཅིག་ཏུ་བརྩིས་ནས་ལྟ་བ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ལྟ་བ་མཚོག་འཛིན་དང་། ཚུལ་བྱིས་ས་བརྟུལ་ཞུགས་མཚོག་འཛིན་གཉིས་གཅིག་ཏུ་བརྩིས་ཏེ་མཚོག་འཛིན་ཅེས་བྱ་བ་དང་། ལྷག་དོག་དང་། སེར་སྐྱ་སྟེ་དེ་ལྟར་དགའོ།

གཉིས་པ་དེས་ཇི་ལྟར་སྐྱོབ་ཅེན། སྐྱོབ་དང་ནི་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- སྐྱོབ་དང་ནི་བྱང་སྟོབས་དང་། །
- དེ་ཁོ་ན་ནི་མཐོང་བ་དང་། །
- འཇིག་ཚོགས་ལྟ་དང་དེའི་གཞི་དང་། །
- འགོག་དང་ལམ་དང་དགོན་མཚོག་དང་། །
- ཉིད་པ་དང་ནི་བཀུར་སྟེ་དང་། །
- ཡོ་བྱད་བསྐྱུངས་པ་ཡོངས་ཤེས་ལ། །

དེ་དག་གང་ལ་གང་གིས་སྐྱོབ་ཅེན། ཇི་སྲིད་ཆགས་པའི་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བས་སྐྱོབ་པ་དང་། ནི་ཁོང་ལོ་བའི་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བས་བྱང་སྟོབས་ལ་དང་། །ལྷག་མ་རྣམས་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་མཐོང་བ་དང་འགལ་ལོ། །ཇི་ལྟར་ཞེན། ང་རྒྱལ་གྱི་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བ་ནི། འཇིག་ཚོགས་ལ་ལྟ་བ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་སྐྱོབ་སྟེ་མངོན་པར་མ་ཉོགས་པའི་དུས་ན་ངའོ་སྟེ་མ་པའི་ང་རྒྱལ་བར་ཆད་དང་བཅས་པ་དང་། བར་ཆད་མེད་པར་ཀུན་ཏུ་འབྱུང་བའི་དབང་གིས་དེ་མི་སྲང་།



བདེ་སྲིད་དང་མ་རིག་པའི་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བ་ནི་འཇིག་ལྟ་དེའི་གཞི་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་སྐྱིབ་  
 ལྟ་དེས་ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཕུང་པོ་རྣམས་ཡོངས་སུ་མི་ཤེས་པའི་སྲིད་དང་། །ལྟ་བའི་ཀུན་ཏུ་  
 སྐྱོར་བ་ནི། **འགོག་**པའི་བདེན་པ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་སྐྱིབ་ལྟ་འཇིག་ལྟ་མཐར་ལྟ་གཉིས་  
 ཅི་དེ་ལ་སྐྱབ་པ་དང་ལོག་ལྟས་དེ་ལ་སྐྱར་པ་འདེབས་པའི་སྲིད་དང་མཚོག་ཏུ་འཇིན་པའི་  
 ཀུན་སྐྱོར་ནི། **ལམ་**གྱི་བདེན་པ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་སྐྱིབ་ལྟ་རྣམ་པ་གཞན་ལ་དག་པ་དང་  
 མཚོག་ཏུ་འཇིན་པའི་སྲིད་དང་ཐེ་ཚོམ་གྱི་ཀུན་སྐྱོར་ནི། **མགོན་མཚོག་**གསུམ་ཡོངས་སུ་  
 ཤེས་པ་ལ་སྐྱིབ་ལྟ་དེའི་ཡོན་ཏན་ལ་མངོན་པར་ཡིད་མི་ཆེས་པའི་སྲིད་དང་། །ཕྲག་དོག་གི་  
 ཀུན་སྐྱོར་ནི། **ཉིད་པ་དང་ནི་བཀྱར་སྟེ་**ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་སྐྱིབ་ལྟ་དེའི་ཉེས་པའི་མི་མཐོང་  
 བའི་སྲིད་དང་། །སེར་སྐྱའི་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བ་ནི། **ཡོ་བྱད་བསྐྱེད་པ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་སྐྱིབ་**  
 ལྟ་ཡོ་བྱད་ལ་ལྟག་པར་ཞེན་པའི་སྲིད་རོ།

འདོད་ཆགས་གྱི་ཀུན་སྐྱོར་དེས་འཁོར་བར་ཡོངས་སུ་སྐྱོབ་པ་ལ་སྐྱིབ་པར་བྱེད་དེ། ཟག་  
 བཅས་ལ་ཡོན་ཏན་དུ་བལྟས་ནས་ཆགས་པའི་སྐྱོད་པའི་འཁོར་བའི་སྐྱོན་མི་མཐོང་བར་  
 བྱེད་པའི་སྲིད་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཁོང་ཁྱོས་ནི་སེམས་བཏང་སྟོམས་སུ་རྣལ་དུ་གནས་པ་  
 ལ་སྐྱིབ་པ་དང་། དེ་དག་གི་ལྟག་མ་བདུན་གྱིས་སྐྱུ་མོང་དུ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བ་  
 ལ་སྐྱིབ་པ་དང་། འཇིག་ཏུ་རྒྱུ་གྱིས་ནི་འཇིག་ཚོགས་ལ་ལྟ་བའི་ཉེས་དམིགས་  
 ཤེས་པ་ལ་བསྐྱིབས་ཉེ་བའོ་སྐྱུ་དུ་ལྟ་བའི་དོན་དེ་དམ་དུ་འཇིན་པའི་སྲིད་རོ། །མ་  
 རིག་པས་ནི་འཇིག་ལྟ་དེའི་གཞི་ཉེར་ལོན་གྱིས་ཕུང་པོ་ལྗེས་གནས་ཚུལ་ཤེས་པ་ལ་  
 སྐྱིབ་ཅིང་དེའི་རང་བཞིན་ཇི་ལྟ་བུ་མི་ཉོགས་པར་བྱེད་དོ། །ལྟ་བས་ནི་འགོག་

བདེན་མངོན་དུ་བྱེད་པ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ། ཇི་ལྟར་ན་བདག་ཏུ་ལྟ་བ་འཇིག་ལྟའི་དབང་གིས་  
 འགོག་པའི་སྐྱབས་ན་བདག་ཆད་དུ་དོགས་པ་སོགས་གྱིས་སྐྱབ་ནས་ཐར་པ་ལ་མི་  
 འཇུག་པ་དང་། ཉུག་ཆད་དུ་ལྟ་བས་འགོག་པ་ཐོབ་ཏུ་མིད་པ་དང་། ལོག་ལྟས་འགོག་  
 པ་ཉིད་མིད་པར་སྐྱར་པ་འདེབས་པ་སོགས་གྱིས་དེ་ཐོབ་པ་ལ་གོགས་བྱེད་པའི་སྲིད་  
 རོ། །མཚོག་འཇིན་གྱིས་ལམ་བདེན་རྒྱུད་ལ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ། ལྟ་བ་རན་  
 པ་དང་ཐར་པའི་རྒྱ་མིན་པའི་རྩལ་གྱིས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་སྤྱོད་ཅི་ལོག་ལ་མཚོག་  
 ཏུ་འཇིན་པ་དེས་བསྐྱུས་ནས་ལམ་རྣམ་དག་ལ་མི་འཇུག་པའི་སྲིད་རོ། །ཐེ་ཚོམ་གྱིས་  
 ཅི་དགོན་མཚོག་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཤེས་པ་ལ་སྐྱོ་རྟེ་གཉིས་སུ་གྱུར་པའི་རྩལ་གྱིས་  
 སྐྱིབ་པར་བྱེད་དེ་དེས་པར་མི་སྐྱེ་བའི་སྲིད་རོ། །ཕྲག་དོག་གིས་ནི་ཉིད་པ་དང་བཀྱར་  
 ལྟའི་ཉེས་དམིགས་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ། རང་ཉིད་བཀྱར་ལ་ཆགས་ཤིང་  
 གཞན་གྱི་སྐྱུ་ཚོགས་ལ་མི་བཟོད་པའི་ཕྲག་དོག་ཡོད་པ་དེ་སྤྱིད་ཉིད་བཀྱར་གྱི་ཉེས་  
 དམིགས་རྩལ་བཞིན་བསམ་པར་མི་རུས་སོ། །སེར་སྐྱས་ནི་ཡོ་བྱད་བསྐྱེད་པ་  
 ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་བསྐྱིབ་པར་བྱེད་དེ། དེས་ཡོ་བྱད་ཅི་ཅམ་ཚོགས་ཀྱང་ཚོག་མི་  
 ཤེས་པར་དམ་དུ་འཇིན་པར་བྱེད་པའི་སྲིད་རོ། །དེ་ལྟར་ཀུན་སྐྱོར་དགུ་མ་སྐྱང་བར་དུ་  
 སྤྱིད་པར་འཆིང་ཞིང་ཐར་པ་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ ། །དགོ་སོགས་བརྩམས་སྐྱིབ་པ་ ། །ལ་བསྐྱུ་བཤད་གཉིས། ། །དང་པོ་  
 ། །མདོར་བསྟན། ། །དགོ་ལ་སོགས་པ་བརྩམས་གཞན། ། །ཅེས་པས་བསྟན་ཏེ། །

དགོ་ལ་སོགས་པ་བརྒྱ་ལ་གཞན། །

དགོ་ལ་སོགས་པ་བརྒྱ་ལ་སྒྲིབ་པ་ནི་གཞན་དུ་རིག་པར་བྱའོ།

བསྒྲིབ་བྱ་དགོ་བ་ལ་སོགས་པ་བརྒྱ་ལ་སྒྲིབ་པར་བྱེད་པའི་སྒྲིབ་པ་གང་ཞིག་གོང་དུ་  
བཤད་མ་ཐག་པ་ལས་གཞན་པ་ཡང་ཡོད་དོ། །ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་ ། རྒྱུ་མ་བཤད་ ། ལ། སྒྲིབ་བྱེད་སུམ་ཅུ། བསྒྲིབ་བྱ་བཅུ། དེ་དག་སྦྱར་  
ཏེ་བཤད་པ་གསུམ་གྱི། དང་པོ་ ། སྒྲིབ་བྱེད་སུམ་ཅུ་ ། སྦྱོར་བ་མེད་དང་སོགས་  
གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

སྦྱོར་བ་མེད་དང་སྦྱོར་མཆེད་མིན། །

རྣལ་འབྱོར་མིན་པས་གང་བསྐྱེད་དང་། །

སྦྱོར་བ་མེད་དང་ཡིད་མི་བྱེད། །

ཚོགས་ནི་རབ་ཏུ་མ་རྗེས་གསུམ་དང་། །

རིགས་དང་བཤེས་གཉེན་མི་ལྡན་དང་། །

སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་སྦྱོར་བ་དང་། །

སྦྱོར་བ་དང་ཡང་མི་ལྡན་དང་། །

སྦྱོར་བོ་ངན་སྤང་འགྲོགས་པ་དང་། །

རང་གི་གནས་ངན་ལེན་གསུམ་ལས། །

ལྷག་མ་ཤེས་རབ་མ་སྒྲིན་དང་། །

རང་བཞིན་གྱི་ནི་གནས་ངན་ལེན། །

ལེ་ལོ་དང་ཡང་བག་མེད་དང་། །

སྤྲིད་དང་ཡོངས་སྦྱོར་ཆགས་པ་དང་། །

སེམས་ནི་ལྷུ་མ་པར་གྱུར་པ་དང་། །

མ་དད་པ་དང་མ་མོས་དང་། །

སྦྱོར་བཞིན་དུ་ནི་སྦྱོར་བ་དང་། །

དམ་ཚོས་ཆེད་ཆེར་མིན་འཛིན་དང་། །

ཉིད་ལ་གདུ་དང་སྦྱིང་རྗེ་མེད། །

ཐོས་པས་ཕོངས་དང་ཉུང་བ་དང་། །

ཏིང་འཛིན་སྦྱངས་པ་མ་བྱས་པའོ། །

སྒྲིབ་པ་དེ་ནི་གང་དགོ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་གང་ཞེས། དགོ་བ་ལ་སྦྱོར་བ་མེད་པ་དང་སྦྱོ་  
མཆེད་མིན་པ་སྟེ་བྱང་རྒྱུ་སྦྱོར་བ་པའི་ཐབས་མིན་པ་དང་། །རྣལ་འབྱོར་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་  
རྣལ་འབྱོར་མིན་པས་གང་བསྐྱེད་པ་གསུམ་དང་། །དགོ་ཚུ་སྦྱོར་བ་མེད་པ་དང་རྣལ་འབྱོར་དུ་  
ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པ་དང་། །ཚོགས་ནི་རབ་ཏུ་མ་རྗེས་པ་གསུམ་དང་། །རིགས་དང་མི་ལྡན་  
པ་དང་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་མི་ལྡན་པ་དང་། །དཀའ་བ་སྦྱོར་པས་སེམས་ནི་ཡོངས་  
སུ་སྦྱོར་བ་གསུམ་དང་། །ཕར་ཕྱིན་སྦྱོར་བ་དང་ཡང་མི་ལྡན་པ་དང་། །སྦྱོར་བོ་ངན་པ་དང་  
འགྲོགས་པ་དང་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་ལ་མི་དགའ་ཞིང་སྤང་བ་དང་འགྲོགས་པ་གསུམ་

དང་། །རང་གི་གནས་ངན་ལེན་དང་ཉོན་མོངས་པ་དང་ལས་དང་རྣམ་སྐྱེན་གྱི་སྐྱིབ་པ་  
གསུམ་ལས། །ལྷག་མ་གང་ཡང་རུང་བ་དང་ཐོས་བསམ་གྱི་ཤེས་རབ་མ་སྐྱེན་པ་གསུམ་  
དང་། །རང་བཞིན་གྱིས་ཏེ་ལྷན་སྐྱེས་གྱི་ནི་གནས་ངན་ལེན་དང་། །ལེ་ལོ་དང་ཡང་བག་  
མེད་པ་གསུམ་དང་། །སློན་མེད་པ་རྗེས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཡོངས་སུ་མི་བསྐྱོ་བར་སྲིད་པ་  
ལ་ཆགས་པ་དང་ལོངས་སྤྱོད་ལ་ཆགས་པ་དང་། །དགོ་བའི་ལས་ལ་སེམས་ནི་ལྷུ་པར་  
གྱུར་པ་གསུམ་དང་། །གང་ཟག་ལ་མ་དད་པ་དང་ཚོས་ལ་མ་མོས་པ་དང་། །དོན་ལ་སྐྱ་  
ཇི་བཞིན་དུ་ནི་སྤྱོད་པ་གསུམ་དང་། །དམ་པའི་ཚོས་ལ་ཆེད་ཆེར་མི་འཇིན་པ་དང་། །ཉིད་  
ལ་གདུ་བ་སྟེ་ཉིད་པ་དང་བཀུར་སྟེ་དང་མཚེད་པ་ལ་ཆེས་ཆེར་འཇིན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་  
སྤྱིང་རྗེ་མེད་པ་གསུམ་དང་། །ཐོས་པས་ཐོངས་པ་དང་ཐོས་པ་ཉུང་བ་དང་། །ཉིང་དེ་འཇིན་  
སྤྱངས་པ་མ་གུས་པའོ།

དགོ་སོགས་བཅུ་ལ་སྐྱིབ་པའི་སྐྱིབ་པ་དེ་གང་ཞེ་ན། བག་མེད་པ་དང་། ལེ་ལོས་དགོ་  
བ་ལ་འཇུག་པའི་སྐྱོར་བ་མེད་པ་དང་། གལ་ཏེ་དགོ་བ་ལ་འཇུག་པར་བརྩམས་ཀྱང་  
དགོ་ཙམ་དེ་སྐྱེ་ཞིང་གོང་ནས་གོང་དུ་མཚེད་པར་བྱེད་པའི་སྐོ་ཡང་དག་པའི་གསུང་  
རབ་སོགས་ཡིན་པ་ལ། དེ་ལྟ་བུ་དང་མི་ལྡན་པ་ནི་དགོ་ཙམ་ཞིང་མཚེད་པ་མིན་པ་  
སྟེ། བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པའི་ཐབས་མིན་པའི་བསྟན་བཅོས་ངན་པ་ལ་ཞེན་པ་ལ་སོགས་པ་  
ནི་རྒྱལ་དེས་དགོ་ཙམ་གོང་ནས་གོང་དུ་སྐྱེ་ཞིང་འཕེལ་བར་མི་བྱེད་པའོ། །ཡང་  
དག་པའི་གསུང་རབ་སོགས་ལ་ཐོས་བསམ་བྱས་སུ་ཟིན་ཀྱང་དེའི་དོན་རྒྱལ་བཞིན་  
དུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་རྣལ་འབྱོར་དང་མི་ལྡན་པའམ། །རྒྱལ་བཞིན་ཡིད་བྱེད་

གྱིས་ཉོན་མོངས་སྤོང་བའི་ཐབས་མིན་པ་ནི་རྣལ་འབྱོར་མིན་པ་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་  
ཡང་དག་པ་མིན་པའི་སྐོ་པ་རྣལ་འབྱོར་མིན་པས་གང་བསྐྱེད་པ་སྟེ། དེ་གསུམ་  
གྱིས་བྱང་ཆུབ་གྱི་རྒྱུར་གྱུར་པའི་དགོ་བ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ། དགོ་ཙམ་ལ་གཏོན་ནས་མི་འཇུག་  
པའམ། ལྷགས་ཀྱང་གོང་འཕེལ་གྱི་རྒྱུ་ཐོས་བསམ་ཡང་དག་པ་དང་མི་ལྡན་པ་དང་།  
ཐོས་བསམ་བྱས་ཀྱང་སྐོ་པའི་གནད་མ་ལོག་པ་དང་མི་ལྡན་པ་དེས་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་  
པའི་དགོ་བ་ཉིད་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་དད་བརྩོན་དང་  
མི་ལྡན་པས་བྱང་ཆུབ་གྱི་རྒྱུར་གྱུར་པའི་དགོ་ཙམ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་། ལེ་ལོའི་དབང་  
གིས་བྱང་ཆུབ་དང་དེའི་ལམ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པས་དགོ་ཙམ་བྱང་དུ་  
མི་འཕེལ་བ་དང་། བྱང་ཆུབ་གྱི་རྒྱུ་ཚོགས་གཉིས་ནི་རབ་ཏུ་མ་ཚང་བའམ་མ་རྗེས་གས་  
པ་སྟེ་བྱང་དུ་མ་འབྲེལ་པ་དང་གསུམ་ནི་འབྲས་བུ་བྱང་ཆུབ་དེ་ཉིད་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པའམ་  
བསམ་པའི་སྐོ་ནས་མི་གཏོང་བར་བྱེད་པའི་སྐྱིབ་པ་ཡིན་ཏེ། བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པའི་དགོ་  
ཙམ་བསགས་ཤིང་། ཡིད་ལ་མ་བྱས་པ་དང་ཚོགས་མ་རྗེས་གས་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་  
ཆེན་པོར་སེམས་བསྐྱེད་པ་འཇིན་པར་མི་རུས་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཡང་ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་  
དང་མི་ལྡན་པ་དང་། རིགས་ཡོད་ཀྱང་ཐེག་ཆེན་སྟོན་པའི་བཤེས་གཉེན་དང་མི་ལྡན་  
པ་དང་། བཤེས་གཉེན་དང་ལྡན་དུ་ཟིན་ཀྱང་རང་ཉིད་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དཀའ་སྤྱད་  
ལ་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་སྐྱོ་བ་དང་གསུམ་ནི་སྐྱོར་བའི་སྐོ་ནས་བྱང་ཆུབ་ཡང་དག་  
པར་འཇིན་པ་ལ་བསྐྱིབས་ཏེ་རྒྱལ་དེས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཉམས་སུ་ལེན་པར་མི་བྱེད་  
པའི་སྤྱིར་རོ། །ཤར་སྤྱིན་དུག་པོ་རྣམས་སྐྱུབ་པ་དང་ཡང་མི་ལྡན་པ་དང་། གང་དང་  
འགྲོགས་ན་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་འགྲིབ་པར་འགྱུར་བའི་སྐྱེ་བོ་ངན་པ་དང་འགྲོགས་



པ་དང་། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཚོས་དང་གང་ཟག་ལ་ཡིད་སྤང་ཞིང་སྒྲོན་གདགས་པའི་སྐྱེ་  
བོ་རྣམས་དང་འགྲོགས་པ་སྟེ་དེ་གསུམ་གྱིས་སློབ་ལྡན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འགྲུར་  
བ་ལ་བསྐྱེགས་ཏེ་འདི་ནི་མོས་སྟོན་གྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སེམས་དཔའོ། །རང་གི་སློབ་  
གསུམ་གྱི་གནས་ངན་ལེན་ཤས་ཆེར་སྟོན་པ་དང་། ཉོན་མོངས་ལས་དང་རྣམ་སྤྲིན་  
གྱི་སྐྱིབ་པ་གསུམ་ལས་ལྷག་མ་སྟེ་གང་རུང་ཡོད་པ་དང་། ཐོས་བསམ་གྱི་ཤེས་རབ་  
ཡོངས་སུ་མ་སྤྲིན་པ་དང་གསུམ་གྱིས་བདེན་དོན་མངོན་སུམ་མཐོང་བས་འབྲུལ་པ་  
མེད་པས་མཐོང་ལམ་ཐོབ་པ་ལ་སྐྱིབ་པར་བྱེད་དོ། །རང་བཞིན་གྱིས་ནི་གནས་ངན་  
ལེན་ཞེས་པ་ལྷན་སྐྱེས་གྱི་གནས་ངན་ལེན་དང་། དགོ་བ་ལ་མི་སྟོབ་པའི་ལོ་ལོ་དང་  
ཡང་དེར་མ་ཟད་ཟག་བཅས་ལས་སེམས་མི་བསྐྱུང་བའི་བག་མེད་པ་དང་དེ་གསུམ་  
གྱིས་ནི་སྐྱིབ་པ་མེད་པར་བྱེད་པ་སློམ་ལམ་ལ་བསྐྱེབས་ཏེ་ཉེས་པ་འདི་དག་གི་སློམ་  
པའི་ཡོན་ཏན་གོང་འཕེལ་དུ་མི་འགྲུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྲིད་པ་ལྷུང་པོ་ལྷུ་ལ་ཞེན་པ་  
དང་། གཟུགས་སོགས་ཡུལ་གྱི་ཡོངས་སྟོན་ལ་ཆགས་པ་དང་། དགོ་བའི་སྟོན་པ་  
རྒྱབས་པོ་ཆེ་ལ་འཇུག་མི་རུས་པར་སེམས་ནི་ལྷུ་ལ་པར་གྱུར་པ་དང་གསུམ་གྱིས་  
ཐབས་ལ་མཁས་པས་ཡོངས་སུ་བསྟོབ་པ་ལ་བསྐྱིབ་སྟེ་འདུན་པ་རྒྱ་རྒྱུང་ཞིང་སྤྲིད་པར་  
ཆགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་འཛིན་པའི་གང་ཟག་གསལ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་  
འབྲས་ལ་མ་དད་པ་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཡུང་གི་ཚོས་ལ་མ་མོས་པ་དང་། གསུང་  
རབ་གྱི་དགོངས་དོན་མི་ཤེས་པར་སྐྱེ་བའི་བཞེན་དུ་བབྱང་བས་ནོར་བ་སྟེ་དེ་གསུམ་  
གྱིས་ནི། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་གསུང་རབ་ལ་མི་སྐྱེག་པའམ་མོས་པ་ལ་  
སྐྱིབ་པར་བྱེད་དོ། །ཚོས་ལ་གཅེས་སྤྲས་མེད་པས་དམ་པའི་ཚོས་གཙོ་བོར་

རམ་ཆེད་ཆེར་ཏེ་ནན་ཏན་དུ་མི་འཛིན་པ་དང་། ཟང་ཟིང་གི་རྟེན་པ་ལ་གདུ་བ་སྟོན་ན་  
ཆགས་བྱེད་པ་དང་། གཞན་ལ་ཕན་འདོད་ཀྱིས་ཚོས་སྟོན་པའི་ཀུན་སྟོང་མེད་པའམ་  
སྟོང་རྗེ་མེད་པ་སྟེ། དེ་གསུམ་གྱིས་རྟེན་བཀུར་ལ་མི་ལྷ་བར་སེར་སྐྱ་མེད་པའི་ཚོས་  
སྟོན་པ་ལ་སྐྱིབ་བོ། །ཚོས་སྤང་གི་ལས་བསགས་པས་དམ་ཚོས་ཉན་པ་དང་བུལ་  
ཏེ་ཐོས་པས་ཐོངས་པས་རྣལ་འབྱོར་རི་ལྟར་བྱེད་པའི་དམིགས་རྣམ་མི་ཤེས་པ་དང་།  
ཅུང་ཟད་ཐོས་ཀྱང་གཞུང་རྒྱ་ཆེན་པོ་འཛིན་པའི་རུས་པ་མེད་པས་སྤང་དོར་གྱི་མཐའ་  
རྒྱ་མཚོད་པས་ཐོས་པ་ཉུང་བ་དང་། ཐོས་སུ་བྱིན་ཀྱང་ཉམས་སུ་མ་སྤང་བར་འདུན་  
བཙོན་སོགས་གྱི་རྐང་པས་ཏིང་ཏིང་འཛིན་སྤང་བ་མ་བྱས་པ་དང་གསུམ་ནི་དབང་བཅུ་  
ཐོབ་པ་ལ་སྐྱིབ་པའོ། །

གཉིས་པ་ ( བསྐྱིབ་བྱ་བཅུ་ ) ། དགོ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་གྱིས་བསྟོན་ཏེ། །

- དགོ་དང་བྱང་ཆུབ་ཡང་དག་འཛིན། །
- སློབ་ལྡན་འབྲུལ་མེད་སྐྱིབ་པ་མེད། །
- བསྟོན་པ་མི་སྐྱེག་སེར་སྐྱ་མེད། །
- དབང་ནི་དགོ་ལ་སོགས་པའོ། །

བྱང་ཆུབ་གྱི་རྒྱུར་གྱུར་པའི་དགོ་བ་དང་བྱང་ཆུབ་དང་སེམས་བསྐྱེད་ཡང་དག་པར་འཛིན་  
པ་དང་། །སློབ་སྟེ་ཤེས་རབ་དང་ལྡན་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་འབྲུལ་བ་མེད་པ་དང་  
སྐྱིབ་པ་མེད་པ་སྟེ་སྟོང་བ་དང་། །བྱང་ཆུབ་གྱི་རྒྱུར་བསྟོབ་དང་ཟབ་མོ་ལ་མི་སྐྱེག་པ་དང་

སེར་སྣ་མེད་པ་དང་། །དབང་ཐོབ་པ་དང་བཅས་པ་ནི་དགེ་བ་ལ་སོགས་པ་ལོ།

ཉེས་པ་སྐྱུ་ཕུ་པོ་དེས་གང་ལ་བསྐྱིབ་ན། བྱང་རྒྱུ་གྱི་རྒྱུར་གྱུར་བའི་དགེ་བ་དང་པོར་  
སྐྱེ་བ་དང་། བྱང་རྒྱུ་ལ་དམིགས་པའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་། སྦྱོར་བས་བྱང་རྒྱུ་  
ལ་འཇུག་པའམ་ཡང་དག་པར་འཛིན་པ་དང་། ཚུལ་དེས་སློབ་ལྡན་བྱང་རྒྱུ་སེམས་  
དཔར་འགྱུར་པ་དང་། དེས་འབྱུང་བ་མེད་པ་མཐོང་ལམ་ཐོབ་པ་དང་། དེས་སྐྱིབ་པ་  
མེད་པ་སློམ་ལམ་ཐོབ་པ་དང་། ལམ་བྱུང་པར་དུ་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་  
བསྐྱོ་བ་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་འབྲས་ལ་མི་སྐྱེག་པར་མོས་པ་དང་། གདུལ་བྱ་  
ལ་སེར་སྣ་མེད་པར་ཆོས་སློན་པ་གསུམ་དང་། དབང་བཅུ་པོ་ཐོབ་སྟེ་མཐར་ཐུག་གི་  
འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཉིད་འགྲུབ་པ་དང་བཅུ་ནི་དགེ་ལ་སོགས་པ་བཅུ་ལོ། །འདི་དག་  
ན་ལམ་གྱི་ཐོག་མ་ནས་ཐ་མའི་བར་གྱི་གནས་སྐབས་བཅུ་ཡིན་ལ། དེ་དག་གི་སྐྱིབ་པ་  
དེ་རྣམས་ངོ་ཤེས་ནས་གཉེན་པོས་ཚུལ་བཞིན་སྦངས་ན་ལམ་དང་འབྲས་བུའི་ཡོན་  
ཏན་ཀུན་འགྲུབ་པར་འགྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་ ། དེ་དག་སྦྱར་ཏེ་བཤད་པ་གསུམ་ ། ། དེ་དག་གི་ནི་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་  
ཏི། །

དེ་དག་གི་ནི་སྐྱིབ་པ་རྣམས། །  
གསུམ་གསུམ་དག་ཏུ་ཤེས་པར་བྱ། །

དགེ་སོགས་འདི་དག་གང་ལ་སྐྱིབ་པ་དུ་ཡོད་པ་ཤེས་པར་བྱ། ། རེ་དག་གི་ནི་སྐྱིབ་པ་  
རྣམས་སྐྱིབ་བྱ་རེ་རེ་ལ། ། སྐྱིབ་པ་གསུམ་གསུམ་དག་ཏུ་ཤེས་པར་བྱ། །

དགེ་ལ་སོགས་པ་བཅུ་པོ་དེ་དག་གི་ནི་མི་མཐུན་སྤྱོད་སྐྱིབ་པ་སྐྱུ་ཕུ་པོ་རྣམས་ནི་  
བསྐྱིབ་བྱ་བཅུ་པོ་རེ་རེ་ལ་གསུམ་དག་ཏུ་སྦྱར་བཤེས་པར་བྱ། དགོས་ཏེ་གོང་དུ་བཤད་  
ཟིན་ཏོ། །

དེའི་རྗེས་སུ་བྱེད་རྒྱ་བཅུ་ནི་ཞེས་སོགས་ཚིགས་བཅད་གཉིས་པོ། །

- བྱེད་རྒྱ་བཅུ་ནི་སྐྱེ་བ་དང་། །
- གནས་པ་ཉེན་དང་བསྟན་བྱ་དང་། །
- འགྱུར་དང་འབྲུལ་དང་གཞན་དུ་དང་། །
- ཡིད་ཆེས་གོ་འབྱེད་འཐོབ་རྣམས་ལ། །
- མིག་དང་ཟས་ས་མར་མེ་དང་། །
- མི་ལ་སོགས་པ་དེ་ཡི་དཔེ། །
- ཐོར་བ་བཟོ་ཤེས་དུ་བ་དང་། །
- རྒྱ་དང་ལམ་ལ་སོགས་པ་གཞན། །

སྐྱིབ་པ་འདི་དག་བསྐྱོག་པས་དགེ་སོགས་དེ་དག་ལ་བྱེད་རྒྱ་བཅུར་ནི་བྱེད་པའི་ཚུལ་ལས་  
སྐྱེ་བའམ་འབྱུང་བའི་བྱེད་རྒྱ་ནི། དཔེར་ན་མིག་ཤེས་སོགས་ཀྱི་མིག་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་

དང་། །གནས་པའི་རྒྱ་ནི། དཔེར་ན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཟས་བཞི་ལྟ་བུ་དང་རྟེན་པའི་  
 བྱེད་རྒྱ་ནི། གང་གི་གནས་སུ་གང་གྱུར་པ་སྟེ་དཔེར་ན་སེམས་ཅན་གྱི་འཇིག་རྟེན་གྱི་སྟོང་  
 ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ལྟ་བུ་དང་བསྟན་བྱ་གསལ་བའི་ཐབས་ཀྱི་གསལ་པའི་བྱེད་རྒྱ་ནི། དཔེར་ན་  
 གཟུགས་ཀྱི་སྒྲུབ་བཟུང་བུ་དང་། །འགྱུར་བའི་བྱེད་རྒྱ་ནི། དཔེར་ན་བཙོ་བལ་སོགས་པའི་མི་  
 ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་དང་འབྲལ་བའི་བྱེད་རྒྱ་ནི། དཔེར་ན་བར་བར་བྱ་བལ་སོགས་པའི་ཚོར་  
 བལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་དང་གཞན་དུ་བསྐྱར་བས་བསྐྱར་བའི་བྱེད་རྒྱ་ནི། དཔེར་ན་གསེར་ལ་  
 སོགས་པའི་གསེར་མགར་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་དང་། །ཡིད་ཆེས་པའི་བྱེད་རྒྱ་ནི། དཔེར་ན་  
 མི་ལ་སོགས་པ་ལ་དུ་བལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་དང་གོ་འབྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ནི། དཔེར་ན་དམ་བཅའ་  
 དང་གཏན་ཚིགས་ལྟ་བུ་དང་འཐོབ་པའི་རྒྱ་ནི། དཔེར་ན་སྤང་ན་ལས་འདས་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་ལམ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་རྣམས་ལ། །གོང་དུ་བསྟན་པ་ལྟར་མིག་དང་ཟས་དང་ས་དང་  
 མར་མི་དང་། །མི་ལ་སོགས་པ་དེ་ཡི་དཔེ། །ཚོར་བ་དང་བཟོ་ཤེས་པ་དང་དུ་བ་དང་། །ཡིད་  
 ཆེས་པའི་རྒྱ་དང་ལམ་ལ་སོགས་པ་གཞན་ལོ། །དགོ་བལ་སོགས་པའི་གོ་རིམ་ནི། །འདི་  
 ཡིན་ཏེ་བྱང་རྒྱུ་ཐོབ་པར་འདོད་པས་ཐོག་མ་ཉིད་དུ་དགོ་བའི་རྩ་བ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །དེའི་  
 འོག་དུ་དགོ་བའི་སྟོབས་བསྐྱེད་དེ་བྱང་རྒྱུ་འཐོབ་པར་བྱའོ། །དགོ་བའི་རྩ་བ་བསྐྱེད་པའི་  
 གནས་ནི་བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་སོ། །དེའི་གནས་ནི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའོ། །དེས་ནི་སྤྱིན་ཅི་  
 འོག་སྤང་བའི་སྤྱིན་སྤྱིན་ཅི་མ་འོག་པ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །དེའི་འོག་དུ་མཐོང་བའི་ལམ་ལ་  
 སྤྱིན་ཅི་མ་འོག་པས་བསྐྱོམ་པའི་ལམ་གྱིས་སྤྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་སྤང་བར་བྱའོ། །དེ་སྤངས་  
 རས་དགོ་རྩ་ཐམས་ཅད་སྤང་ན་མིད་པའི་བྱང་རྒྱུ་དུ་བསྟོན་པར་བྱའོ། །དེའི་འོག་དུ་བསྟོན་བའི་  
 སྟོབས་བསྐྱེད་ནས་ཚོས་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བ་བསྟན་པ་དག་ལ་མི་སྐྱེག་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་

བྱས་ནས་གཞན་དག་ལ་ཚོས་དེ་དག་རྒྱ་ཆེན་ཡང་དག་པར་བསྟན་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ཡོན་  
 ཏན་སྤྲོ་ཚོགས་ཀྱི་སྟོབས་བསྐྱེད་པ་དེ་སྤྱུར་དུ་སྤྲོ་ན་མིད་པའི་བྱང་རྒྱུ་ཐོབ་ནས་ཚོས་ཐམས་  
 ཅད་ལ་དབང་ཐོབ་པོ།

འདི་གཞུང་རྩ་བའི་ཚིག་དངོས་མིན་གྱང་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་  
 གཞུང་འདིའི་འབྲེལ་བར་བཀོད་པ་འདིས་དགོ་སོགས་བཅུའི་དོན་གསལ་བར་བྱེད་  
 པ་ཡིན་པས་ན། འདིའི་དོན་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། བྱེད་རྒྱ་བཅུ་ནི་སྐྱེ་བ་དང་ཞེས་སོགས་  
 ཚིགས་བཅད་དང་པོའི་རྒྱ་བཅུ་དང་འོག་མས་དེའི་དཔེ་བསྟན་པ་སྤྱུར་ཏེ་བཤད་ན།  
 བྱེད་པའི་རྒྱ་བཅུ་ཡོད་པ་ནི་གང་ཞེ་ན། སྐྱེ་བའི་བྱེད་རྒྱ་ཞེས་པ་མིག་དབང་ལས་མིག་  
 ཤེས་སྐྱེ་བ་ལྟ་བུ་དང་། གནས་པའི་བྱེད་རྒྱ་ཟས་བཞིས་ལུས་གནས་པར་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་  
 དང་། རྟེན་པའི་བྱེད་རྒྱ་བཅུད་རྣམས་སྟོང་ས་གཞི་ལ་བཞེན་པ་ལྟ་བུ་དང་། བཞེན་པར་  
 བྱ་བའམ་གསལ་བའི་བྱེད་རྒྱ་མར་མེས་སུ་ཉ་ཁུང་གི་གཟུགས་གསལ་བ་ལྟ་བུ་དང་།  
 འགྱུར་བའི་བྱེད་རྒྱ་བཙོ་སྟེག་བྱེད་པའི་མི་ལྟ་བུ་དང་། འབྲལ་བའི་བྱེད་རྒྱ་རྩ་བར་བལ་  
 ཚོར་བ་ལྟ་བུ་དང་། གཞན་དུ་བསྐྱར་བའི་བྱེད་རྒྱ་བཟོ་ཤེས་པའམ་མགར་པ་མཁམས་  
 པས་གསེར་གྱི་སྐྱམ་བུ་གདུ་བུ་སོགས་སུ་བསྐྱར་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཡིད་ཆེས་པའི་བྱེད་  
 རྒྱ་དུ་བའི་རྟགས་ལས་མིར་ངེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། གོ་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ནི་རྒྱ་དང་ཞེས་  
 གཏན་ཚིགས་ལས་དོན་ལ་ངེས་པ་སྐྱེ་བ་ལྟ་བུ་དང་། འཐོབ་པའི་བྱེད་རྒྱ་ལམ་ལས་  
 སྤང་འདས་ཐོབ་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ལྟར་སྐྱེ་བའི་བྱེད་རྒྱ་སོགས་བཅུ་པོ་རྣམས་ལ་མིག་  
 ལ་སོགས་པ་བཅུ་ནི་དེ་ཡི་དཔེར་སྤྱུར་ཏེ་ཤེས་པར་བྱ་ལ། དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་སྐྱབས་



གྱི་དོན་དགོ་སོགས་བཅུ་དང་སྐར་ན་དགོ་བ་ནི་བསྐྱེད་པའི་བྱེད་རྒྱ་སྟེ་འདིས་བྱང་རྒྱལ་  
བསྐྱེད་པས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྱང་རྒྱལ་གནས་པའི་བྱེད་རྒྱ་སྟེ་དགོ་བའི་རྒྱན་གནས་  
པར་བྱེད་པ་དང་། ཡང་དག་འཛིན་བརྟེན་པར་བྱེད་རྒྱ་སྟེ་གནས་པ་ཉིད་མི་ཉམས་  
པར་བརྟེན་པ་དང་། སློ་ལྡན་ནི་གསལ་བའི་བྱེད་རྒྱ་སྟེ་བྱང་རྒྱལ་གྱི་རྒྱུད་དང་འབྲས་  
བུའི་མཚན་ཉིད་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པའོ། །མཐོང་ལམ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པར་བྱེད་པ་  
སྟེ་འགྲུར་པའི་བྱེད་རྒྱ། སློམ་ལམ་ནི་སྐྱིབ་པ་དང་བུལ་བའི་བྱེད་རྒྱ། བསྟོ་བ་ནི་གཞན་  
དུ་བསྐྱར་བའི་བྱེད་རྒྱ་མི་སྐྱབ་པ་ཐེག་ཆེན་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་བྱེད་རྒྱ། ཚོས་སྟོན་པ་  
གོ་བར་བྱེད་པའི་བྱེད་རྒྱ། དབང་བཅུ་ནི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་བྱེད་  
རྒྱ་སྟེ་དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་སྐྱིབ་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་དག་སྐྱེ་བར་བྱེད་པ་དང་། གནས་པར་  
བྱེད་པ་སོགས་ལ་སྐྱིབ་པ་ཡིན་པར་ཤེས་ནས་དེ་དག་གི་སྟོང་གཉིན་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པར་  
བྱ་སྟེ། སྐྱིབ་པ་དེ་དང་དེ་ལས་བསྐྱོག་ནས་ངག་རྒྱལ་སྐྱོར་པ་དང་། སྐྱེ་མཆེད་ཡིན་པ་  
དང་། ཡང་དག་པའི་རྣལ་འབྱོར་ཡིན་པས་བསྐྱེད་པ་གསུམ་ནི་དགོ་ཅ་སྐྱེད་པར་བྱེད་  
པ་ཡིན་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་དགོ་ཅ་བསྐྱེད་པ་སོགས་གསུམ་བྱང་རྒྱལ་གནས་པའི་  
བྱེད་རྒྱ་ཡིན་པ་སོགས་ལྷག་མ་ཐམས་ཅད་འགྲེས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་གཉིན་པོ་གསུམ་གྱི་སྐྱིབ་པ་བཤའ་པ་ལ། མདོར་བསྟན་རྒྱས་བཤའ་  
གཉིས། དང་པོ་། མདོར་བསྟན། ། ཕྱོགས་དང་པོ་ལོ་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

**ཕྱོགས་དང་པོ་ལོ་སོགས་ལ། །**

**སྐྱིབ་པ་དག་ནི་གཞན་ཡིན་ལོ། །**

བྱང་རྒྱལ་གྱི་ཕྱོགས་དང་པོ་ལོ་སོགས་ལ། སྐྱིབ་པ་དག་ནི་གཞན་ཡིན་  
ལོ།

བྱང་ཕྱོགས་སོ་བདུན་དང་། པ་རོལ་ཕྱིན་པ་བཅུ་དང་། ས་བཅུ་ལ་སྐྱིབ་པ་དག་ནི་  
གོང་དུ་བཤའ་པ་ལས་སྟེ་ཚན་གཞན་དུ་གྲུར་བའི་སྐྱིབ་པ་དག་ཡིན་ལོ།

གཉིས་པ་། །རྒྱས་བཤའ་། །ལ། བྱང་ཕྱོགས་དང་། པར་ཕྱིན་དང་། སའི་སྐྱིབ་པ་  
གསུམ། དང་པོ་། །བྱང་ཕྱོགས་། ། གཞི་ལ་མི་མཁས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

གཞི་ལ་མི་མཁས་ལེ་ལོ་དང་། །

གཉིས་ཀྱིས་ཉིང་འཛིན་ཉམས་པ་དང་། །

མི་སྐྱེད་པ་དང་ཉམ་རྒྱུད་དང་། །

ལྟ་དང་གནས་ངན་ལེན་སྐྱོན་ཆགས། །

དེ་ཡང་བྱང་རྒྱལ་གྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཚོས་རྣམས་ལ་སྐྱིབ་པ་ནི། གཞི་ལ་མི་མཁས་པས་དྲན་པ་  
ཉེ་བར་བཞག་པ་རྣམས་ལ་སྐྱིབ་པ་དང་ལེ་ལོས་ཡང་དག་པ་སྟོང་བ་རྣམས་དང་། །འདུན་  
པ་བཙོན་འགྲུས་སེམས་པ་དཔྱོད་པ་རྣམས་ལས་གང་རུང་མ་ཚང་བ་དང་། སྟོང་བའི་འདུ་  
བྱེད་བསྐྱོམ་པ་མ་ཚང་བ་གཉིས་ཀྱིས་ཉིང་འཛིན་ཉམས་པས་རྩུ་འཕུལ་གྱི་རྟུང་པ་ལ་སྐྱིབ་  
པ་དང་། །ཐར་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་རྣམས་མི་སྐྱེད་པས་དབང་པོ་རྣམས་ལ་སྐྱིབ་པ་དང་།

དབང་པོ་དེ་དག་ཉམ་ཚུང་བས་སློབས་རྣམས་ལ་སྒྲིབ་པ་དང་། །ལྟ་བའི་སྒྲིན་ཆགས་པས་  
བྱང་ཚུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་རྣམས་ལ་སྒྲིབ་པ་དང་གནས་ངན་ལེན་གྱི་སྒྲིན་ཆགས་པས་ལམ་གྱི་  
ཡན་ལག་རྣམས་ལ་སྒྲིབ་པ་ཡིན་ནོ།

བརྟགས་ཤིང་གཏན་ལ་དབབ་པའི་གཞི་ལུས་ཚོར་སེམས་ཚོས་བཞི་ལ་རིམ་པ་ལྟར་  
གཙང་བ་དང་། བདེ་བ་དང་། བདག་དང་བདག་གིར་འཇིག་ཅིང་དེ་ཡི་རང་བཞིན་  
མི་གཙང་བ་སོགས་ལ་མི་མཁས་པས་ནི་དྲན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་བཞི་ལ་སྒྲིབ་པོ།  
།ལེ་ལོ་དག་གིས་ཡང་དག་སློང་བ་བཞི་ལ་སྒྲིབ་པ་དང་། འགལ་སྐྱེན་གྱིང་གོད་ཡོད་  
པ་དང་། མཐུན་སྐྱེན་འདུན་བཙོན་སོགས་མ་ཚང་བ་གཉིས་ཀྱིས་ཉིང་དེ་འཇིག་ཐོབ་  
པ་ལས་ཉམས་པ་ནི་རྩུ་འཕུལ་གྱི་རྟེན་པ་བཞི་ལ་སྒྲིབ་པ་དང་། དད་སོགས་རང་  
སྐྱེད་ལ་མི་བསྐྱེད་པ་དེ་ཡིས་དབང་པོ་ལྷ་ལ་སྒྲིབ་པ་དང་། བསྐྱེད་ཀྱང་དད་སོགས་  
ཀྱི་རྣམས་པ་ཉམ་ཚུང་བས་རང་རང་གི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱིས་བརྗི་རྣམས་པ་སློབས་ལཱི་  
སྒྲིབ་པ་དང་། འཇིག་ལྟ་སོགས་མཐོང་སྤངས་རྣམས་དང་ལྡན་པ་བྱང་ཚུབ་ཡན་  
ལག་བདུན་གྱི་སྒྲིབ་པ་དང་། སློ་གསུམ་ལས་བྱུང་པའི་ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི་གནས་ངན་  
ལེན་གྱི་སྒྲིན་ཆགས་པ་འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ ། སྤར་སྐྱེན་ ། ། ལྷག་པོ་དང་ནི་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ལྷག་པོ་དང་ནི་བདེ་འགྲོ་དང་། །  
སེམས་ཅན་མི་གཏོང་སྒྲིབ་པ་དང་། །

ཉེས་པ་དག་དང་ཡོན་ཏན་རྣམས། །  
འགྲི་དང་འཕེལ་དང་འཇུག་པ་དང་། །  
གྲོལ་བར་བྱེད་དང་མི་ཟད་དང་། །  
དགོ་བ་རྒྱན་མི་འཆད་པ་དང་། །  
ངེས་པར་བྱེད་དང་ཚོས་རྣམས་ལ། །  
ཡོངས་པར་སློད་དང་ཡོངས་སྒྲིན་གྱིད། །

པ་རོལ་ཏུ་སྐྱེན་པ་རྣམས་ལ་སྒྲིབ་པ་ནི། སྐྱེན་པའི་པ་རོལ་ཏུ་སྐྱེན་པའི་འབྲས་བུ་ལྷག་པོ་  
དང་ནི་ཚུལ་གྲིམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་བདེ་འགྲོ་དང་། ། བཟོད་པའི་འབྲས་བུ་སེམས་ཅན་  
ཡོངས་སུ་མི་གཏོང་བ་ལ་སྒྲིབ་པ་དང་། །བཙོན་འབྲས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཉེས་པ་དག་དང་  
ཡོན་ཏན་རྣམས། །རིམ་པ་ལྟར་འགྲི་བ་དང་འཕེལ་བ་དང་བསམ་གཏན་གྱི་འབྲས་བུ་  
གཏུལ་བུ་འཇུག་པ་དང་། །ཤེས་རབ་ཀྱི་འབྲས་བུ་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་བྱེད་པ་དང་ཐབས་  
ཀྱི་འབྲས་བུ་སྐྱེན་སོགས་མི་ཟད་པ་དང་། །སློན་ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་དགོ་བ་རྒྱན་མི་འཆད་  
པ་དང་། །སློབས་ཀྱི་འབྲས་བུ་དགོ་བ་དེ་ཉིད་ངེས་པར་བྱེད་པ་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་  
སྐྱེན་པའི་འབྲས་བུ་བདག་དང་གཞན་ཚོས་རྣམས་ལ། །ཡོངས་སྤོགས་པར་སློད་པ་དང་  
སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་བྱེད་པ་ལ་སྒྲིབ་པ་སྟེ་པ་རོལ་ཏུ་སྐྱེན་པ་རྣམས་ཀྱི་མི་མཐུན་  
པའི་ཕྱོགས་དག་གིས་སོ།

སེར་སྐྱས་སྐྱེན་པ་ལ་སྒྲིབ་ཅིང་དེ་ཡི་དབང་གིས་སྐྱེན་པར་འབྲས་བུ་ཡོངས་སློད་ཆེན་  
པོ་དང་ལྡན་པའི་ལྷག་པོ་ལ་སྒྲིབ་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཏུ་སྐྱར་ཏེ་ཚུལ་འཆལ་གྱིས་སྐྱེ་

ཚུལ་གྱི་མཁུ་དང་དེའི་འབྲས་བུ་བདེ་འགྲོ་ཐོབ་པ་ལ་སྐྱིབ་པ་དང་། ཁོང་ཁྲོས་བཟོད་པ་  
དང་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་མི་གཏོང་བ་ལ་སྐྱིབ་པ་དང་། ལེ་ལོས་བརྩོན་འགྲུས་ཀྱི་  
སློན་སྐྱོན་ཉེས་པ་འབྲི་བ་དང་ཡོན་ཏན་འཕེལ་བ་ལ་སྐྱིབ་པ་དང་། རྣམ་གཡེངས་གིས་  
བསམ་གཏན་ཐོབ་པ་དང་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རྩུ་འཕྲུལ་མངོན་པར་འདུ་བྱ་བས་གདུལ་  
བྱ་མ་དད་པ་རྣམས་བསྟན་པ་འདི་ལ་འཇུག་པ་ལ་སྐྱིབ་པ་དང་། ཤེས་འཆལ་གྱིས་  
ཤེས་རབ་ཀྱི་སློན་སྐྱོན་ཚོས་བསྟན་པས་གདུལ་བྱ་རྒྱུད་གྲོལ་བར་བྱེད་པ་ལ་སྐྱིབ་པ་  
དང་། ཐབས་དང་བྲལ་བས་ཐབས་ལ་མཁུས་པའི་སློན་སྐྱོན་དགོ་བའི་རྩ་བ་མི་ཟད་པར་  
བྱེད་པ་ལ་སྐྱིབ་པ་དང་། སློན་ལམ་ལ་མི་འཇུག་པས་ནི་སློན་ལམ་གྱི་སློན་སྐྱོན་དགོ་བ་  
ཐམས་ཅད་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་སྐྱབ་པ་ལ་སྐྱིབ་པ་དང་། བར་ཕྱིན་གྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་  
ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པ་ལ་རུས་པ་རྒྱུད་བས་ནི་སྟོབས་དང་དེའི་བྱེད་ལས་དགོ་བའི་  
འབྲས་བུ་རྣམས་རྒྱུད་མི་ཟ་པར་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དེས་པར་བྱེད་པ་ལ་སྐྱིབ་པ་དང་།  
གསུང་རབས་ཀྱི་དགོངས་དོན་ཟབ་མོ་མི་ཤེས་པར་སྐྱེ་བཞིན་དུ་འཇོན་པ་སོགས་  
གྱིས་ཡོ་ཤེས་དང་དེའི་འབྲས་བུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་རྣམས་ལ་རང་ཉིད་ལོངས་  
པར་སྟོན་པ་སྟེ་རྟོགས་པར་ལོངས་སྟོན་པ་དང་། གཞན་ལ་མ་ཞོར་བར་བསྟན་པའི་སློན་  
ནས་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྐྱིན་པར་བྱེད་པ་ལ་སྐྱིབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་ ། སའི་སྐྱིབ་པ་ ། ། ཀུན་ཏུ་འགྲོ་དོན་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཀུན་ཏུ་འགྲོ་དོན་མཚོག་གི་དོན། །

རྒྱུ་མཐུན་དོན་གྱི་མཚོག་ཉིད་དང་། །  
ཡོངས་སུ་འཇོན་པ་མེད་དོན་དང་། །  
རྒྱུད་རྣམས་ཐ་དད་མེད་དོན་དང་། །  
ཉོན་མོངས་རྣམ་དག་མིན་དོན་དང་། །  
ཐ་དད་མེད་པའི་དོན་ཉིད་དང་། །  
དྲི་མེད་འཕེལ་བ་མེད་དོན་དང་། །  
དབང་ནི་རྣམ་པ་བཞི་ཡི་གནས། །  
ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་མ་རིག་པ། །  
ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་སྐྱིབ་པ་བཅུ། །  
ས་བཅུའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་རྣམས་ཀྱི། །  
གཉེན་པོ་དག་ནི་ས་ཡིན་ནོ། །

སའི་སྐྱིབ་པ་ཡང་ས་དང་པོ་ལ་ནི་ཚོས་དབྱིངས་ཀུན་ཏུ་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་རྟོགས་ཏེ་དེས་  
བདག་གཞན་མཉམ་པ་ཉིད་རབ་ཏུ་འཐོབ་པ་དང་གཉིས་པ་ལ་ནི་ཚོས་དབྱིངས་མཚོག་  
གི་དོན་དུ་རྟོགས་ཏེ་དེ་ལ་གོམས་པས་རྟོགས་པ་གོང་ནས་གོང་དུ་འགྲོ་བར་མཐོང་བ་  
དང་། །གསུམ་པ་ལ་ནི་ཚོས་དབྱིངས་རྒྱུ་མཐུན་པ་དོན་གྱི་མཚོག་ཉིད་དུ་རྟོགས་ཏེ་དེས་ཐོས་  
པ་མཚོག་ཏུ་རིག་ནས་དེའི་ཕྱིར་མའི་འོབས་སྟོང་གསུམ་གྱི་སྟོང་ཆེན་པོའི་ཚད་ཅུ་ཡང་  
བདག་ཉིད་བརྒྱལ་བ་དང་། །བཞི་པ་ལ་ནི་ཚོས་དབྱིངས་ཡོངས་སུ་འཇོན་པ་མེད་པའི་དོན་  
དུ་རྟོགས་ཏེ་ཚོས་ལ་སྟོན་པ་ཡང་སྟོན་པ་དང་། །ལྷ་པ་ལ་ཚོས་དབྱིངས་རྒྱུ་རྣམས་ཐ་དད་



མིད་པའི་དོན་དུ་རྟོགས་ཏེ་བདག་དང་གཞན་ཐ་དད་མིད་པར་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་ལྟ་བུ་དང་  
། །དུག་པ་ལ་ཚོས་དབྱིངས་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་དག་པ་མིན་པའི་དོན་  
དུ་རྟོགས་ཏེ་རྟོན་ཅིང་འཕྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་དོན་ལ་ཚོས་དེ་དག་གང་དུ་ཡང་མ་མཐོང་བ་  
དང་། །བདུན་པ་ལ་ཚོས་དབྱིངས་ཐ་དད་མིད་པའི་དོན་ཉིད་དུ་རྟོགས་ཏེ་མཚན་མ་མིད་པས་  
མདོ་སྤེལ་སོགས་པའི་ཚོས་ཀྱི་མཚན་མ་ཐ་དད་པར་མི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་དང་། །བརྒྱད་པ་  
ལ་ནི་ཚོས་དབྱིངས་བྱི་བ་མིད་ཅིང་འཕྲེལ་བ་མིད་པའི་དོན་དུ་རྟོགས་ཏེ་མི་སྐྱེ་བའི་ཚོས་ལ་  
བཟོད་པ་ཐོབ་པས་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བའི་ཚོས་ལ་བྱི་འཕྲེལ་མིད་  
པ་དང་། །བརྒྱད་པ་དེ་ཉིད་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་དང་ཞིང་དག་པ་ལ་དབང་ཞིང་། དགུ་པ་ལ་  
ཚོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་ལ་དབང་བའི་གནས་ཉིད་དུ་རྟོགས་ཏེ་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་  
ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དང་། །བརྒྱ་པ་ལ་ནི་ཚོས་དབྱིངས་ལས་ལ་དབང་བའི་གནས་ཉིད་དུ་རྟོགས་  
ཏེ་ཇི་ལྟར་བཞེད་པ་བཞེན་དུ་སྐྱེལ་པ་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་  
དབང་ནི་རྣམ་པ་བཞི་ཡི་གནས་སོ། །དེ་ལྟར་བས་ན་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་མ་རིག་པ། །ཉོན་  
མོངས་པ་ཅན་མིན་པའི་སྐྱིབ་པ་བརྩུ་ཡོད་པ། །ས་བརྩུའི་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་དེ་རྣམས་  
གྱི། །གཉིན་པོ་དག་ནི་ས་ཡིན་ནོ།

རྟོགས་བྱ་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་ངོ་བོ་ལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་མིད་ཅིང་། །དེ་རྟོགས་པའི་  
ཡུལ་ཅན་ས་བརྩུའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་མཉམ་གཞན་རྣམས་ལ་གོང་ནས་གོང་དུ་  
མཐོང་བ་རྣམ་པར་དག་པའི་བྱང་ཡོད་ཀྱང་། །སྤྱོད་པ་དང་བྲལ་བའི་དབྱིངས་སུ་  
གཉིས་སྐྱུང་རྒྱུ་པའི་ཚུལ་གྱིས་མཉམ་པར་བཞེད་པ་ལ་བྱང་མིད་པས། །ཇི་

ལྟར་བར་སྐྱུང་གི་བྱ་ཡི་རྗེས་སོ་སོར་དབྱེ་མ་རྣམས་པ་ལྟར་མཉམ་གཞན་གྱི་ངོས་ནས་  
སོ་སོར་འབྱེད་མི་རྣམས་པས། །མཉམ་གཞན་གྱི་ཡེ་ཤེས་བྱང་པར་ཅན་གྱིས་ས་ནས་  
སར་འབར་བའི་ཚོས་དེ་དང་དེའི་སྐྱུང་བྱ་སྤོང་ལ། །དེའི་རྣམ་པས་རྗེས་ཐོབ་དུ་ཚོས་ཀྱི་  
དབྱིངས་ལ་ངེས་པར་བྱང་པར་ཅན་སྐྱེས་པའི་རྣམ་པ་དེའི་ཆ་ནས་སྐྱུང་བྱ་སྤོང་ཚུལ་  
བཤད་དེ། །ཇི་ལྟར་ནས་དང་པོར་ཚོས་དབྱིངས་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་ཚེ་དེའི་  
རྗེས་ཐོབ་དུ་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་ཅིང་ཀྱན་དུ་འགྲོ་བའི་རང་བཞིན་དུ་  
རྟོགས་པར་འབྱུང་སྟེ། །དེ་ལྟར་ན་མཉམ་གཞན་དེ་ནི་རྗེས་ཀྱིས་ངེས་པ་དེ་ལྟར་བྱུང་བ་  
པའི་དོན་དུ་སོང་བ་ཡིན་ཏེ། །དེ་ལ་བཞེན་ནས་དེ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དོ། །ཡང་ན་ཚོས་ཀྱི་  
དབྱིངས་དེ་ཀྱན་དུ་འགྲོ་བའི་དོན་ཅན་དུ་རྟོགས་པ་སོགས་ཀྱི་དོན་དུ་བྱས་ཀྱང་རུང་  
ངོ། །དེས་ན་ཚོས་དབྱིངས་ཀྱན་དུ་འགྲོ་བའི་དོན་དེ་ལྟར་བྱ་མི་རྟོགས་པའི་གོགས་དེ་  
ནི་ས་དེའི་སྐྱིབ་པ་སྟེ། །ས་དང་པོའི་ཡེ་ཤེས་སྐྱེས་པས་དེ་སྐྱུང་བའི་ཕྱིར་རྗེས་ཐོབ་ན་  
དེ་ལྟར་བྱུང་བའི་ངེས་པར་ཤུགས་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་ཉིད་དོ། །དེའང་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་མངོན་སུམ་  
མཐོང་བའི་དུས་ན་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་པས་  
བདག་གཞན་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཚོས་ཉིད་ཐོབ་པས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་འོག་མ་ཀྱན་  
ལ་འང་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། །ས་གཉིས་པའི་མཉམ་གཞན་ཡེ་ཤེས་ནི་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་  
རྟོགས་པའི་རྟོགས་པ་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕགས་པའམ་མཚོག་དུ་འཕྲེལ་བ་དག་  
གི་དོན་དུ་གྱུར་པ་སྟེ། །ཇི་ལྟར་ནས་གཉིས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པ་དེས་སྐྱུང་ལས་ཆེས་  
ལྷག་པའི་བརྩོན་པ་ཆེན་པོས་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་པ་ཉི་བར་སྐྱབ་པའོ། །ས་གསུམ་པར་  
ཚོས་དབྱིངས་དེའི་རྐྱེན་མཐུན་གསུང་རབ་ཐོས་པ་ཉིད་དོན་དུ་གཉིས་བྱུང་མཚོག་ཉིད་

དུ་རྟོག་ནས་ཚིགས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་གི་ཕྱིར་དུ་སྟོང་གསུམ་མེས་གང་བའི་འོབས་  
ལས་བརྒྱལ་བར་བྱེད་དོ། །དེའང་རྟོགས་བྱ་བམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ན་དོན་ཆེ་ཞིང་མི་  
བསྐྱུ་བ་མཚོག་ཏུ་གྱུར་པ་ནི་ཚོས་དབྱིངས་ཡིན་ལ། དེ་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་ལ་གསུང་  
རབ་ཐོས་པ་ལས་ལྷག་པའི་རྒྱ་མེད་པར་མཐོང་བའི་ཕྱིར་དོ། །ས་བཞི་པར་ཚོས་གང་  
ལའང་བདག་གིར་འཛིན་པ་སོགས་མདོར་ན་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་མེད་པའི་དོན་དུ་  
རྟོགས་ཏེ། ཚོས་ལའང་སྲིད་པ་ལྷོག་ན་ཚོས་མིན་ལ་ལྷ་ཅི་སྟོས་པའི་ཕྱིར་དོ། །ས་  
ལྔ་པར་བདག་དང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་དུ་གཏོགས་པའི་ཚོས་རྣམས་ཐ་དད་མེད་པའི་  
དོན་དུ་རྟོགས་ཏེ། དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་བྱུང་སེམས་རྣམས་དང་བདག་ཐ་མི་  
དད་ཅིང་མཚུངས་པར་མཐོང་དོ། །དེ་ཡང་སེམས་དང་བསམ་པ་རྣམ་པར་དག་པ་  
མཉམ་པ་ཉིད་བཅུའི་རྒྱལ་གྱིས་ཏེ། འདས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཚོས་རྣམ་པར་དག་  
པ་ལ་བསམ་པ་མཉམ་པ་ཉིད་དང་། དེ་བཞིན་དུ་མ་འོངས་པ་དང་། ད་ལྟར་གྱི་དང་།  
རྒྱལ་གྱིས་རྣམ་དག་དང་། སེམས་ཅན་རྣམ་དག་དང་། །ལྷ་བ་ཐེ་ཚོམ་འགྲོད་པ་  
སེལ་བ་རྣམ་དག་དང་། ལམ་དང་ལམ་མིན་ཤེས་པ་རྣམ་དག་དང་། ལམ་ཤེས་པ་  
རྣམ་དག་དང་། བྱང་སྟོགས་ཀྱི་ཚོས་རྣམས་གོང་ནས་གོང་དུ་རྣམ་པར་འཛོག་པ་རྣམ་  
དག་དང་། སེམས་ཅན་སྟོན་བྱེད་རྣམ་དག་ལ་བསམ་པ་མཉམ་པ་ཉིད་དང་བཅུར་  
མདོ་ལས་གསུངས་སོ། །དེ་དག་གི་སྟོན་སངས་རྒྱས་ཚོས་ཀྱི་རྒྱུར་རྒྱུད་ཐ་མི་དད་  
པར་རྟོགས་སོ། །ས་དྲུག་པར་རྟོན་འབྲེལ་ཟབ་མེད་དོན་མཐོང་བས་སྐར་ཀུན་ནས་  
ཉོན་མོངས་པ་དང་། ཕྱིས་རྣམ་པར་དག་པར་འགྱུར་བའི་ཚོས་གང་ཡང་ཡོད་པ་མིན་  
པར་རྟོགས་པའི་དོན་དང་། ས་བདུན་པར་མཚན་མ་མེད་པར་རྟོགས་པས་

ཚོས་ཐམས་ཅད་ལ་ཐ་དད་པ་མེད་པའི་རོ་གཅིག་པའི་དོན་ཉིད་དུ་རྟོགས་པ་དང་། ས་  
བརྒྱད་པར་མི་སྐྱེ་བའི་བཟོད་པ་ཐོབ་པས་ཚོས་ཐམས་ཅད་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་གནས་པ་  
དེ་ལས་བྱི་བ་མེད་ཅིང་འཕེལ་བ་མེད་པའི་དོན་རྟོགས་པ་དང་། དག་པ་ས་གསུམ་གྱི་  
ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ནི་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་དེ་དབང་རྣམ་པ་བཞི་ཡི་གནས་སུ་རྟོགས་པ་འབྱུང་  
སྟེ། དབང་བཞི་ནི་རྣམ་པར་མི་རྟོགས་པའི་ཚོས་དབྱིངས་ལ་དབང་བ། ཞིང་ཡོངས་  
སུ་དག་པ་ལ་དབང་བ། ཡེ་ཤེས་ལ་དབང་བ། ལས་ལ་དབང་བའོ། །དེ་ཡང་ས་  
བརྒྱད་པར་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་རོ་གཅིག་ཏུ་སྟོམས་པར་ཞུགས་པའི་རྒྱལ་གྱིས་སྟོས་  
མཚན་མེད་པས་ན་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ལ་དབང་བ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དང་  
འཁོར་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྒྲུང་བ་སུ་མེད་པར་སྒྲུང་ཞིང་རབ་དུ་སྟོན་པའི་ཕྱིར་ན་  
ཞིང་དག་པ་ལ་དག་པ་གཉིས་ཐོབ་བོ། །ས་དབྱུ་པར་མཉམ་གཞག་ཏུ་ཚོས་དབྱིངས་  
བསྟོམ་པའི་རྗེས་ཐོབ་ལ་སོ་སོ་ཡང་དག་པ་རིག་པ་བཞིས་ཚོས་སྟོན་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་  
དབང་བ་འཐོབ་བོ། །ས་བརྒྱུ་པར་མཉམ་བཞག་ཏུ་ཚོས་དབྱིངས་བསྟོམས་པས་རྗེས་  
ཐོབ་ཀྱི་སྐབས་ན་རི་ལྟར་བཞེད་པ་བཞིན་སྟོན་ལས་འབྱུང་པའི་སྟོན་ལས་ལ་དབང་བ་  
ཐོབ་སྟེ། དེ་ལྟར་ས་དེ་དག་གི་མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས་དེ་ནི་དབང་དེ་དག་གི་རྒྱུའམ་  
གནས་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་དེས་ཚོས་དབྱིངས་ལ་དམིགས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཡིན་པས་  
ན་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་བྱུང་བའི་གནས་སུ་རིག་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ།  
བྱང་སེམས་དེ་དག་གིས་དེ་ལྟར་མདོན་སུམ་དུ་མཐོང་བས་གཏན་ལ་འབབས་རུས་  
ཤིང་། གཞན་ཕལ་པ་དག་གིས་དེ་ལྟར་རྗེས་སུ་དཔགས་ནས་ཤེས་པར་བྱ་བའོ། །དེ་  
ལ་དབྱིངས་ཀུན་ཏུ་འགྲོ་བ་དང་བྱི་གང་མེད་པ་སོགས་ཀྱི་དོན་ཅན་ཡིན་པ་ལ་ངེས་



པ་འདྲོད་བ་ཙམ་མོས་སྒྲིབ་ནའང་ཡོད་མོད་ཀྱི། ས་དང་ས་ཡི་ཡེ་ཤེས་དེ་དག་གིས་  
ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་དག་པ་དེ་ལྟ་བུ་མངོན་དུ་མཇུག་བའི་རྗེས་ཐོབ་ན་སྤོང་བའི་སྒྲོབས་  
ཀྱིས་སྒྲོ་འདོགས་གཙོད་པའི་ངེས་པ་འབད་མེད་དུ་ཐོབ་ནས་དབྱིངས་ཀྱི་རང་བཞིན་  
ཇི་དག་ཏུ་མཐོང་བའི་མཐོང་བ་བྱུང་པར་ཅན་ས་ནས་སར་འཕར་བའི་གནས་སྐབས་  
ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་ལ་དེ་ལྟར་གོ་བར་བྱུངོ། །དེ་ལྟར་ན་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཇི་  
ལྟ་བུར་མཐོང་བ་ལ་སྒྲིབ་པའི་མ་རིག་པ་སྟེ། ཤིན་ཏུ་སྤོངས་པའམ་ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱི་མིང་  
ཅན། རང་གི་ངོ་བོ་སྒྲིབ་གཉིས་ཀྱིས་སྐྱེས་སྤེལ་བའི་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པ་ཡི་སྒྲིབ་པ་  
བཅུ་པོ་གང་ཞིག ས་བཅུའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མི་མཐུན་སྤོགས་སུ་བྱུང་པ་འདི་རྣམས་ཀྱི་  
གཉིན་པོ་དག་ནི་ས་དེ་དང་དེ་དག་ཡིན་ཏེ། ས་དེ་དང་དེ་ཐོབ་པས་འདི་དག་གཏན་དུ་  
སྤོང་བར་བྱེད་པའི་སྤྱིར་མོ། །

གསུམ་པ་ ། རོན་བསྐྱེད་ཀྱི། རོན་བསྐྱེད་ཉོན་མོངས་པ་ཡི་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱེད་ཏེ། །

- ཉོན་མོངས་པ་ཡི་སྒྲིབ་པ་དང་། །
- ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་ཉིད་དུ་བསྐྱེད། །
- དེར་ནི་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་དེ། །
- དེ་ཟད་ནས་ནི་གྲོལ་བར་འདོད། །

བསྐྱེད་བཅོས་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས། །སྒྲིབ་པའི་  
ལེན་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་གཉིས་པའོ། །

མདོར་བསྐྱེད་ཉོན་མོངས་པ་ཡི་སྒྲིབ་པ་དང་། །ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་ཉིད་དུ་བསྐྱེད། །དེར་  
ནི་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་འདུས་པ་ཉིད་དེ། །གཉིས་པོ་དེ་ཟད་ནས་ནི་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་ལས་  
གྲོལ་བར་འདོད། །དེ་ཡང་སྒྲིབ་པ་ཚེན་པོ་ནི་བྱུང་བ་གང་ཡིན་པའོ། །སྒྲིབ་པ་རྒྱུ་དུ་ནི་ཉི་  
ཚོ་བ་གང་ཡིན་པའོ། །སྒྲོར་བའི་སྒྲིབ་པ་ནི་ལྟག་པ་གང་ཡིན་པའོ། །ཐོབ་པ་ལ་སྒྲིབ་པ་ནི་  
མཉམ་པ་གང་ཡིན་པའོ། །ཐོབ་པ་བྱུང་པར་ཅན་ལ་སྒྲིབ་པ་ནི་ལེན་པ་དང་སྤོང་བ་གང་ཡིན་  
པའོ། །ཡང་དག་པར་སྒྲོར་བ་ལ་སྒྲིབ་པ་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་སྒྲིབ་པ་རྣམས་པ་དགུ་གང་ཡིན་  
པའོ། །རྒྱུ་ལ་སྒྲིབ་པ་ནི་དགོ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་པ་བཅུ་ལ་སྒྲིབ་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ལོ་  
ན་ལ་འཇུག་པ་ལ་སྒྲིབ་པ་ནི་བྱང་རྒྱུ་ཀྱི་སྤོགས་རྣམས་ལ་སྒྲིབ་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དགོ་བ་  
སྐྱེད་མེད་པ་ལ་སྒྲིབ་པ་ནི་པོ་ལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་རྣམས་ལ་སྒྲིབ་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་བྱུང་པར་  
དུ་འགོ་བ་ལ་སྒྲིབ་པ་ནི་ས་རྣམས་ལ་སྒྲིབ་པ་གང་ཡིན་པའོ། །བསྐྱེད་པའི་སྒྲིབ་པ་ནི་མདོར་  
བསྐྱེད་པ་རྣམས་པ་གཉིས་པོ་གང་ཡིན་པའོ། །བསྐྱེད་བཅོས་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་  
འབྱེད་པ་ལས་སྒྲིབ་པའི་ལེན་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་གཉིས་པའོ། །

གོང་དུ་ཇི་སྐྱད་བཤད་པ་དེས་མཚོན་ནས་སྒྲིབ་པ་ཚད་མེད་པ་ཉིད་བཤད་ཀྱང་དོན་  
མདོར་བསྐྱེད་ན། ཐར་པ་ལ་གོགས་བྱེད་ཅིང་འཁོར་བ་འགྲུབ་པའི་རྒྱ་ཉོན་མོངས་པ་ཡི་  
སྒྲིབ་པ་དང་། ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་མོངས་དུ་གཟིགས་པའི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཐོབ་  
ལ་གགས་བྱེད་ཅིང་སྒྲོས་པའི་སྤོང་ཡུལ་དུ་ལྷུང་བར་བྱེད་པ་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་ཉིད་  
དུ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ལ། སྒྲིབ་པ་གཉིས་པོ་དེར་ནི་སྒྲིབ་པ་ཡིན་ནོ་ཅོག་ཐམས་ཅད་འདུ་  
བར་ཟད་དེ། འཐད་པ་ནི་དོན་དུ་གཉེར་བྱ་ཐར་པ་རྣམས་མཁྱེན་གཉིས་ལས་གཞན་པའི་



འབྲས་བུ་ཕུང་སུམ་པ་མེད་ལ། དེ་གཉིས་ལ་གཙོ་བོར་སྐྱིབ་པའི་ཆ་ནས་ཉོན་ཤེས་ཀྱི་  
སྐྱིབ་པ་གཉིས་སུ་བཞག་པ་དང་། དེ་གཉིས་འབྲུང་བའི་རྒྱ་ནི་གང་ཟག་དང་ཚོས་ཀྱི་  
བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ཡིན་ལ། བདག་འཛིན་གཉིས་པོ་སྤོང་བྱེད་བདག་མེད་ཉོག་གས་པ་  
གཉིས་ཡིན་ཅིང་། དེ་གཉིས་ཀྱིས་ཉོག་གས་བྱ་ལས་ལྷག་པའི་དོན་དམ་པ་གཞན་ཉོག་གས་  
སུ་མེད་པའི་ཕྱིར་ན་ཡང་སྐྱིབ་པ་གཉིས་སུ་བྱང་ངེས་ཀྱི་མང་ཉུང་གི་མཐའ་ཁེགས་  
པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཕྱིར་སྐྱིབ་པ་གཉིས་པོ་དེ་ཟད་ནས་ནི་དེ་ལས་གཞན་པའི་སྐྱིབ་པ་གང་  
ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་སྐྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་བར་འདོད་དེ། གཞན་ཏུ་དེ་ལྟར་  
མིན་ན་སྐྱིབ་པ་མཐའ་དག་སྤང་བའི་རྣམ་གྲོལ་མཐར་ཐུག་པ་དང་སྐྱིབ་པ་སྤོང་བྱེད་ཀྱི་  
གཉིན་པོ་སོགས་ཚུལ་བཞིན་ཁོང་དུ་ཚུད་པར་མི་རྣམས་པའི་ཕྱིར་ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་  
གཏིང་ཚུགས་པ་འཆད་དུ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །

བསྟན་བཅོས་དབུས་མཐའ་རྣམ་འབྱེད་ལས་སྐྱིབ་པའི་ལེའུར་བཅས་པའི་  
འགྲེལ་བའོ། །།



# ། རོལ་ཞི། །

གསུམ་པ་རྟོགས་བྱ་དེ་ལོ་ན་ཉིད་བཤད་པ་ལ། མདོར་བསྟན། རྩུ་བཤད་གཉིས།  
 དང་པོ་། མདོར་བསྟན། ། རྩུ་བཤད་མཚན་ཉིད་སོགས་གྲིས་བསྟན་ཏེ། །

རྩུ་བཤད་མཚན་ཉིད་དེ་ལོ་ན། །

སྤྱི་ཅི་མ་ལོག་མཚན་ཉིད་དང་། །

འབྲས་བུ་རྩུ་ཡི་དེ་ལོ་ན། །

རགས་པ་དང་ནི་སྤྱ་བ་དང་། །

གྲགས་དང་རྣམ་པར་དག་ཡུལ་དང་། །

བསྐྱ་དང་དབྱེ་བའི་མཚན་ཉིད་དང་། །

མཁས་དེ་ལོ་ན་རྣམ་བཅུ་ནི། །

བདག་ཏུ་ལྟ་བའི་གཉིན་པོ། །

དེ་ལོ་ན་ཉིད་གྱི་དབང་དུ་མཛད་ནས་རྩུ་བའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་དང་མཚན་ཉིད་གྱི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་དང་།

། སྤྱི་ཅི་མ་ལོག་པའི་མཚན་ཉིད་གྱི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་དང་། འབྲས་བུ་དང་རྩུ་ཡི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་

དང་། རགས་པ་དང་ནི་སྤྱ་བའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་དང་། གྲགས་པའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་དང་རྣམ་པར་

དག་པའི་སྤྱོད་ཡུལ་གྱི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་དང་། བསྐྱ་བའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་དང་རབ་ཏུ་དབྱེ་བའི་

མཚན་ཉིད་གྱི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་དང་། མཁས་པའི་དེ་ལོ་ན་རྣམ་པ་བཅུ་ནི། བདག་ཏུ་ལྟ་བའི་རྣམ་  
 པ་བཅུ་འི་གཉིན་པོར་རིག་པར་བྱོ། །དེ་ཡང་འདི་ལྟར་སྤྱད་པོ་ལ་མཁས་པ་དང་ཁམས་  
 ལ་མཁས་པ་དང་སྤྱི་མཛད་ལ་མཁས་པ་དང་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ལ་མཁས་པ་  
 དང་གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་ལ་མཁས་པ་དང་། དབང་པོ་ལ་མཁས་པ་དང་དུས་ལ་  
 མཁས་པ་དང་བདེན་པ་ལ་མཁས་པ་དང་ཐེག་པ་ལ་མཁས་པ་དང་འདུས་བྱས་དང་འདུས་  
 མ་བྱས་གྱི་ཚོས་ལ་མཁས་པ་པོ།

ཤེས་པར་བྱ་བ་ནི་ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་ཀུན་བརྟགས་གཞན་དབང་ཡོངས་བྱུང་གསུམ་  
 གྲིས་བསྐྱུས་ཤིང་དེ་དག་གི་རྩུ་ལ་སྤྱི་ཅི་མ་ལོག་བར་གཏན་ལ་ཕབ་པས་དེ་ལོ་ན་ཉིད་  
 མཚན་པ་ཡིན་ལ། ཇི་ལྟར་ན་ཚོས་ཐམས་ཅད་གང་དུ་འདུ་བ་རྩུ་བའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་དོ་  
 བོ་ཉིད་གསུམ་དུ་བསྟན་པ་དང་དེ་གསུམ་མཚན་པའི་མཚན་ཉིད་གྱི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་དང་།  
 དེ་གསུམ་ལ་མི་རྟོག་སོགས་སྤྱི་ཅི་མ་ལོག་པ་བདེན་པའི་དོན་རྣམ་མཚན་ཉིད་གྱི་དེ་  
 ལོ་ན་ཉིད་བཞག་པ་དང་། དེ་གསུམ་ལ་ཀུན་བྱང་གི་འབྲས་བུ་དང་རྩུ་ཡི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་  
 རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་། དེ་གསུམ་ལ་རགས་པ་དང་སྤྱ་བའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་རྣམ་པར་  
 བཞག་པ་དང་། དེ་གསུམ་ལ་གྲགས་པའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་། དེ་  
 གསུམ་ལ་རྣམ་པར་དག་པའི་ཡུལ་ཡིན་མིན་གྱི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་།  
 དེ་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་ཚོས་སྤྱ་བསྐྱུས་པའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་། དེ་  
 གསུམ་ལས་འཇུག་སོགས་བདུན་དབྱེ་བའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་། དེ་  
 གསུམ་ལ་མཁས་པའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་རྣམ་པར་བཞག་པ་སྟེ་དེ་ལོ་ན་ཉིད་བཅུ་འི་རྩུ་ལ་

གྲིས་དོ་བོ་ཉིད་གསུམ་ལས་བརྒྱུ་མས་སྟེ་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཤེས་པར་བྱའོ། །མཁམ་  
པའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་འདི་ལ་ནང་གི་བྱེ་བྲག་རྣམ་པ་བརྒྱ་ཡོད་ལ། དེ་ནི་སྤང་བྱ་བ་དག་ཏུ་  
ལྟ་བའི་རྒྱལ་མི་འདྲ་བ་བརྒྱའི་གཉེན་པོ་ཉིད་དུ་གྱུར་པའོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། མཚོན་བྱ་ཚུ་བ་དོ་བོ་ཉིད་གསུམ་གྱི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་  
དང་། དེ་གསུམ་གྱི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ་དང་། དེ་དག་གི་རྣམ་གཞག་རྣམ་པ་  
བརྒྱད་བསྟན་པ་གསུམ། དང་པོ་༼ མཚོན་བྱ་ཚུ་བ་དོ་བོ་ཉིད་གསུམ་གྱི་དེ་ལོ་ན་  
ཉིད་༽། དོ་བོ་ཉིད་གསུམ་སོགས་གྲིས་བསྟན་ཏེ། །

- དོ་བོ་ཉིད་གསུམ་རྟག་མེད་དང་། །
- ཡོད་ཀྱང་ལོ་ན་མ་ཡིན་དང་། །
- ཡོད་དང་མེད་དེ་ལོ་ན་སྟེ། །
- དོ་བོ་ཉིད་ནི་གསུམ་དུ་འདོད་དོ། །

དེ་ལ་རྩ་བའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་ནི་དོ་བོ་ཉིད་གསུམ་སྟེ་དེ་ལས་ཀུན་ཏུ་བརྟགས་པའི་མཚན་ཉིད་ནི་  
རྟག་ཏུ་མེད་པ་ལོ་ན་དང་། །གཞན་གྱི་དབང་གི་མཚན་ཉིད་ནི་ཡོད་ཀྱང་འབྲུལ་པའི་སྤྱིར་དེ་  
ཡང་དག་པ་ལོ་ན་མ་ཡིན་པ་དང་། །ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་མཚན་ཉིད་ནི་ཡོད་པ་དང་མེད་  
པའི་དེ་ལོ་ན་སྟེ། །དོ་བོ་ཉིད་ནི་གསུམ་དུ་འདོད་དོ།

ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་འདི་གསུམ་གྱི་བསྟན་པའི་སྤྱིར་རྩ་བའི་

དེ་ལོ་ན་ཉིད་ཅེས་བྱ་ལ། དེ་ལོ་ན་ཉིད་ལྷག་མ་རྣམས་གྲིས་གཏན་ལ་དབབ་པར་བྱ་བ་  
ཡང་དེ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་གང་ཞེན། དོ་བོ་ཉིད་གསུམ་སྟེ། ཀུན་བརྟགས་དང་གཞན་  
དབང་དང་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་ཅན་གསུམ་སྟེ། གྲིས་པ་འབྲུལ་པའི་  
སྟོས་བདག་གཉིས་སུ་བརྒྱུང་ཡང་རང་གི་དོ་བོས་རྟག་ཏུ་མེད་པ་སྟེ་ཡོང་མ་སྟོང་པ་  
ལ་ནི་ཀུན་ཏུ་བརྟགས་པ་ཞེས་བྱ་བའོ། །ཀུན་ཏུ་རྟོག་པའི་དོར་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་  
སྤང་བ་ཡོད་ཀྱང་། ཇི་ལྟར་སྤང་བ་དེ་ལོ་ན་ལྟར་གཉིས་སུ་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་  
པར་རིག་པ་ལ་གཞན་དབང་ཞེས་བྱ་སྟེ་ཀུན་བརྟགས་འབྲུལ་པ་སྟེ་བའི་གཞི་ཡིན་  
པའི་སྤྱིར་རོ། །གཉིས་སྟོང་གི་དོ་བོར་ཡོད་པ་དང་གཟུང་འཛིན་གཉིས་མེད་པའི་དེ་ལོ་  
ན་ཉིད་ནི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའམ་གནས་ལུགས་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ཀུན་བརྟགས་གྱི་དོ་  
བོ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་གསུམ་དུ་འདོད་དོ། །

གཉིས་པ་༼ དེ་གསུམ་གྱི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ་༽། འདི་ལ་ཚོས་དང་སོགས་གྲིས་  
བསྟན་ཏེ། །

- འདི་ལ་ཚོས་དང་གང་ཟག་དང་། །
- གཟུང་བ་དག་དང་འཛིན་པ་དང་། །
- ཡོད་དང་མེད་པར་སྟོན་འདོགས་དང་། །
- སྤྱིར་བའདེབས་པར་ལྟ་བ་དག །
- གང་ཤེས་ནས་ནི་མི་འབྱུང་བ། །





པ། ངག་ཡུལ་ཡིན་མིན་དུ་བཞག་པ། བསྐྱབ་བཤའ་པ། དབྱེ་བ་བཤའ་པ། མཁས་  
བྱེད་གནས་བཅུར་བཞག་པ་དང་བརྒྱད་ལས། དང་པོ་། བདེན་དོན་དུ་བཞག་པ། །  
མི་རྟག་དོན་ནི་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- མི་རྟག་དོན་ནི་མེད་དོན་དང་། །
- སྐྱེ་ཞིང་འཇིག་པའི་མཚན་ཉིད་དང་། །
- དྲི་བཅས་དྲི་མ་མེད་དོན་ཏེ། །
- རྩ་བའི་ཁོ་ནར་གོ་རིམས་བཞིན། །
- སྐྱབ་བསྐྱལ་ལེན་དང་མཚན་ཉིད་དང་། །
- འབྲེལ་བ་གཞན་དུ་འདོད་པ་ཡིན། །
- དངོས་མེད་དེ་དངོས་མ་ཡིན་དང་། །
- རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྟོང་པར་འདོད། །
- མཚན་ཉིད་མེད་པས་བདག་མེད་དང་། །
- དེ་དང་མི་མཐུན་མཚན་ཉིད་དང་། །
- རང་གི་མཚན་ཉིད་བསྟན་པ་ཡིན། །

རྩ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཇི་ལྟར་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པར་རིག་པར་བྱ་ཞེན། མི་རྟག་པའི་དོན་  
ནི་མེད་པའི་དོན་དང་། །སྐྱེ་ཞིང་འཇིག་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་དང་། །དྲི་མ་དང་བཅས་ཤིང་  
དྲི་མ་མེད་པའི་དོན་ཏེ། །རྩ་བའི་དེ་ཁོ་ནར་དོ་བོ་ཉིད་གསུམ་པོ་དག་དང་གོ་རིམ་བཞིན་  
ནོ། །ཡང་ཀུན་བརྟགས་དང་གང་ཟག་དང་ཚོས་ལ་མདོན་པར་ཞེན་པས་སྐྱབ་བསྐྱལ་

ལེན་པ་དང་གཞན་དབང་སྐྱབ་བསྐྱལ་གསུམ་གྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པ་དང་། །ཡོངས་སྐྱབ་  
སྐྱབ་བསྐྱལ་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱིར་སྐྱབ་བསྐྱལ་བ་སྟེ་སྤྱི་མ་ལས་གཞན་དུ་འདོད་པ་ཡིན་  
ནོ། །ཡང་སྟོང་པ་ཉིད་གསུམ་ནི་ཀུན་བརྟགས་གྱི་མཚན་ཉིད་ནི་རྣམ་པ་གང་གིས་ཀྱང་ཡོད་  
པ་མ་ཡིན་པས་དངོས་པོ་མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་གཞན་དབང་གི་མཚན་ཉིད་ནི་ཇི་ལྟར་ཀུན་  
བརྟགས་པ་དེ་ལྟར་མེད་གྱི། །ཡེ་ཤེས་མེད་པ་མ་ཡིན་པས་དངོས་པོ་མེད་པ་དེའི་དངོས་  
པོ་མ་ཡིན་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། །ཡོངས་སྐྱབ་སྐྱབ་པའི་མཚན་ཉིད་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་གྱི་ངོ་བོ་  
ཉིད་ཁོ་ན་ཡིན་པས་རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྟོང་པར་འདོད་དོ། །ཡང་བདག་མེད་གསུམ་ནི་  
ཀུན་བརྟགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི་མཚན་ཉིད་གྱིས་མེད་པས་མཚན་ཉིད་དེའི་བདག་མེད་པ་  
དང་། །གཞན་དབང་ལ་མཚན་ཉིད་ཡོད་ཀྱང་ཇི་ལྟར་ཀུན་དུ་བརྟགས་པ་ལྟར་མེད་པས་དེ་  
དང་མི་མཐུན་པའི་མཚན་ཉིད་གྱིས་དེའི་བདག་མེད་པ་དང་། །ཡོངས་སྐྱབ་སྐྱབ་པ་ནི་ངོ་བོ་  
ཉིད་གྱིས་བདག་མེད་པས་རང་གི་མཚན་ཉིད་གྱིས་དེའི་བདག་མེད་པ་བསྟན་པ་ཡིན་པ།

ཟག་བཅས་འཁོར་བའི་ཚོས་རྣམས་ལ་རང་གི་ངོ་བོས་རྟག་པ་སོགས་མེད་པའི་སྤྱིར་  
ན། དེ་ལ་རྟག་པ་དང་བདེ་བ་དང་བདག་དང་བདག་གིར་བབྱུང་བ་ནི་སྤྱིན་ཅི་ལོག་  
གི་སྟོང་དང་། དེའི་བབྱུང་བའི་ཡུལ་དེ་ནི་དངོས་པོ་ལ་མེད་པས་སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཅས་  
བྱའོ། །དེ་ལས་བསྐྱོད་སྟེ་མི་རྟག་སྐྱབ་བསྐྱལ་སྟོང་པ་བདག་མེད་བཞིན་སྤྱིན་ཅི་མ་  
ལོག་པ་བདེན་པའི་དོན་ཅན་ནོ། །དེ་ཡང་མཚན་ཉིད་གསུམ་ལ་མི་རྟག་པ་སོགས་གྱི་  
དོན་འཇོག་ཚུལ་གང་ཞེན། མི་རྟག་པའི་དོན་ནི་འདི་ལྟར་འཇོག་སྟེ། ཀུན་བརྟགས་  
རྣམས་སྐྱབ་མེད་པའི་དོན་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར། རྟག་པ་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་ཡོད་དགོས་པ་

ལ་མེད་པ་དེ་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་ཡོད་པ་ལས་སྟོན་པ་ཙམ་གྱི་ཆ་ནས་ཀུན་བརྟགས་ལ་  
 ཡང་མི་རྟག་པའི་ཐ་སྐད་ཀྱི་དོན་ཐོབ་སྟེ་རྟག་མི་རྟག་དངོས་འགལ་གྱི་བར་ན་སྤང་  
 བ་སྐྱུམ་མེད་པ་ལ། ཀུན་བརྟགས་དེ་ནི་རྟག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་དེ་ལྟར་བརྟགས་  
 པའོ། །གཞན་དབང་རྣམ་པར་རིག་པ་ནི་སྐད་ཅིག་གིས་སྐྱེ་ཞིང་འཇིག་པའི་མཚན་  
 ཉིད་ཅན་གྱི་སྤྱིར་མི་རྟག་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་པ་དང་། ཡོངས་གྲུབ་ནི་སྤྱིར་བཏང་དང་།  
 སྤྱིས་དྲི་མ་མེད་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་དོན་ཅན་ཏེ། སྤང་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་  
 གཞན་དང་འབྲེལ་པའི་དབང་གིས་མི་རྟག་པའི་གནས་སྐབས་དང་ལྡན་པ་ཙམ་  
 ལས་མི་རྟག་པའི་ཐ་སྐད་སྤྱིར་བཏང་རུ་སྟེ། དེས་ན་མི་རྟག་པའི་ཐ་སྐད་སྤྱིར་བཏང་གྱི་  
 མཚན་གསུམ་འདི་རྩ་བའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་གསུམ་པོར་གོ་རིམ་བཞིན་སྤྱིར་ཏེ་ཤེས་པར་  
 བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྤྱི་བསྟུན་གྱི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་། ཀུན་བརྟགས་ལ་དངོས་པོར་  
 བཟུང་ནས་སྤྱི་བསྟུན་སྤྱི་བསྟུན་སྤྱི་བསྟུན་ལེན་པའི་སྤྱིར་དང་། གཞན་དབང་ནི་སྤྱི་བསྟུན་  
 གསུམ་གྱི་མཚན་ཉིད་དང་ཅི་རིགས་པར་ལྡན་པ་དང་། ཡོངས་གྲུབ་ནི་སྤྱི་བསྟུན་  
 དང་ཚོས་ཅན་དང་ཚོས་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་འབྲེལ་བའི་ཆ་ནས་དེ་ལྟར་འཇོག་ལ། འདི་ན་  
 སྤྱི་བསྟུན་གཉིས་ལས་གཞན་ཡོངས་གྲུབ་ལ་སྤྱི་བསྟུན་གྱི་དོན་འཇོག་ཚུལ་དུ་འདོད་  
 པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་བརྟགས་ནི་རང་གི་དངོས་པོ་ཉིད་དུ་མེད་པའི་སྤྱིར་སྤྱོད་  
 པ་དང་། གཞན་དབང་ནི་ཡོད་ཀྱང་ཇི་ལྟར་སྤང་བ་དེ་ཡི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་པའམ། ཇི་  
 ལྟར་ཀུན་ཏུ་བརྟགས་པ་དེ་ཡི་དངོས་པོས་ཡིན་པས་ན་སྤྱོད་པ་དང་། ཡོངས་གྲུབ་ནི་  
 རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྤྱོད་པར་འདོད་དེ། སྤྱོད་པ་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་དེ་ལ་ཡོངས་སུ་གྲུབ་  
 ཅེས་བརྟགས་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་བརྟགས་ནི་རང་གི་མཚན་ཉིད་

མེད་པས་བདག་མེད་པ་དང་། གཞན་དབང་ནི་ཇི་ལྟར་སྤང་བའམ། ཀུན་ཏུ་བརྟགས་  
 པ་ཇི་ལྟར་བ་དེ་དང་མི་མཐུན་པའི་མཚན་ཉིད་གྱིས་བདག་གི་ངོ་བོར་མེད་པ་དང་།  
 ཡོངས་གྲུབ་ནི་རང་གི་མཚན་ཉིད་གྱིས་བདག་མེད་པར་བསྟན་ཏེ། སྤྱོད་པ་ཉིད་ཀྱི་  
 རང་བཞིན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ ། རྒྱ་འབྲུག་སྤྱི་བསྟུན་པ། ། དེ་སྤྱིར་སྤྱི་བསྟུན་གྱིས་བསྟན་ཏེ།

- དེ་སྤྱིར་སྤྱི་བསྟུན་གྱི་བདེན་པར་འདོད། །
- བག་ཆགས་དང་ནི་ཀུན་ནས་འབྱུང་། །
- མ་གྲུལ་བ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །
- ངོ་བོ་ཉིད་དང་གཉིས་མི་སྟེ། །
- དྲི་མ་ཞི་བ་གཉིས་སུ་འདོད། །
- ཡོངས་སུ་ཤེས་དང་སྤང་བ་དང་། །
- ཐོབ་པར་མངོན་སུམ་བྱས་བས་ནི། །
- ལམ་གྱི་བདེན་པ་ཡང་དག་བཤད། །

དེ་སྤྱིར་སྤྱི་བསྟུན་གྱི་བདེན་པར་འདོད་དོ། །ཀུན་འབྱུང་བའི་དོན་རྣམ་པ་གསུམ་གྱིས་ཀུན་  
 འབྱུང་གི་བདེན་པ་སྟེ་བག་ཆགས་ཀྱི་ཀུན་འབྱུང་བ་ནི། ཀུན་བརྟགས་པའི་ངོ་བོ་ལ་མངོན་  
 པར་ཞེན་པའི་བག་ཆགས་དང་ནི་ཀུན་ནས་འབྱུང་བའི་ཀུན་འབྱུང་བ་ནི་ལས་དང་ཉོན་  
 མོངས་པ་རྣམས་སོ། །མ་གྲུལ་བའི་ཀུན་འབྱུང་བ་སྟེ་དེ་བཞིན་ཉིད་སྤྱི་བསྟུན་པ་དང་མ་གྲུལ་བ་



ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །འགོག་པ་རྣམ་པ་གསུམ་གྱིས་འགོག་པའི་བདེན་པ་སྟོང་བོ་ཉིད་ཀྱིས་  
མི་སྐྱེ་བ་དང་གཟུང་བ་དང་འཇིག་པ་གཉིས་མི་སྐྱེ་བ་དང་། །དྲི་མ་ཞི་བ་སོ་སོར་བརྟགས་པའི་  
འགོག་པ་དང་དེ་བཞིན་ཉིད་གཉིས་སུ་འདོད་དོ། །ལམ་གྱི་བདེན་པ་རྩ་བའི་དེ་ལོན་རྣམ་པ་  
གསུམ་དུ་ཇི་ལྟར་བཞག་ཅིན། །ཀུན་བརྟགས་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་དང་གཞན་གྱི་དབང་  
ནི་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་དང་སྤང་བར་བྱ་བ་དང་། །ཡོངས་གྲུབ་ཀྱང་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་དང་  
ཐོབ་པར་མངོན་སུམ་བྱ་བས་ནི། །ལམ་གྱི་བདེན་པ་ཡང་དག་པར་བཤད་དོ།

ཀུན་ཉོན་དང་རྣམ་བུ་གི་རྒྱ་འབྲས་ཕྲུག་གཉིས་བཞིས་བསྐྱུས་པ་བདེན་པ་བཞིའི་  
དོན་ཐམས་ཅད་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་ལ་ཚང་སྟེ། གོང་དུ་ཇི་སྐད་བཤད་པ་མི་རྟག་པ་ལ་  
སོགས་པའི་དོན་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེའི་སྤྱིར་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་བདེན་པར་རང་རྣམ་པར་  
བཞག་བ་ཉིད་ཡིན་པར་འདོད་ལ། དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་བརྟགས་ལ་ཞེན་པས་འཁོར་བའི་  
བག་ཆགས་གསོག་པར་བྱེད་པས་བག་ཆགས་ཀྱི་ཀུན་འབྱུང་ཞེས་བྱ་བ་དང་། གཞན་  
དབང་གིས་འཁོར་བ་ཀུན་ནས་འབྱུང་བར་བྱེད་པ་ཀུན་ནས་འབྱུང་བའི་ཀུན་འབྱུང་  
དང་། ཡོངས་གྲུབ་ནི་ཀུན་འབྱུང་བ་དེ་དང་མ་བུལ་བ་སྟེ་ཚོས་ཉིད་དུ་གྱུར་པས་ན་མ་  
བུལ་བའི་ཀུན་འབྱུང་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་ལ་ཀུན་འབྱུང་བའི་བདེན་  
པ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་འཇོག་པ་ཡིན་ནོ། །ཀུན་བརྟགས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་མི་སྐྱེ་བའི་སྤྱིར་  
དང་། གཞན་དབང་ལ་གཟུང་འཇིག་གཉིས་མ་གྲུབ་པའམ་མི་སྐྱེ་བའི་སྤྱིར་དང་།  
ཡོངས་གྲུབ་ནི་གདོད་ནས་དྲི་མ་ཞི་བའི་སྤྱིར་ན་དེ་གསུམ་ལ་དེ་ལྟར་འགོག་བདེན་གྱི་  
དོན་འཇོག་ཅིང་། སྤྱི་མ་ཡོངས་གྲུབ་འདི་ལ་དགག་གཞི་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་

དྲི་མ་ཡོངས་སུ་བུལ་བ་སོ་སོར་བརྟགས་འགོག་གི་ཆ་ནས་གཉིས་སུ་འདོད་ལ། དེའི་  
ནང་གི་སྤྱི་མ་བུལ་ཆ་འདི་ནི་འགོག་པ་དངོས་ཡིན་ནོ། །ངོ་བོ་ཉིད་འདི་གསུམ་ལ་  
ལམ་གྱི་བདེན་པ་ཡིན་པར་ཡང་དག་པར་བཤད་དེ། ཇི་ལྟར་ན་ཀུན་བརྟགས་ལམ་  
གྱིས་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་སྟེ་དངོས་པོ་མེད་པར་ཤེས་བྱ་ཡིན་པས་ཡུལ་ཅན་  
ལམ་གྱི་མིང་ཡུལ་དེ་ལའང་བརྟགས་ཏེ་བསྟན་པ་དང་། གཞན་དབང་ནི་ལམ་གྱིས་  
སྤང་བར་བྱ་བ་སྟེ་ཡང་དག་མིན་པའི་ཀུན་རྟོག་གཉིས་སུ་སྤང་བ་ཅན་ཟད་པའི་སྟོབས་  
གྱིས་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་པས་ན་གོང་དུ་ཀུན་ཉོན་གྱི་མཚན་ཉིད་བསྟན་པའི་སྐྱབས་སུ། དེ་  
ཟད་ནས་ནི་གོལ་བར་འདོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཏེ། དེས་ན་དེ་ལ་ལམ་གྱི་མིང་  
བརྟགས་པ་ནི་གཉིན་པའི་མིང་སྤང་བྱ་ལ་བརྟགས་པའོ། །ཡོངས་གྲུབ་ནི་ཐོབ་པར་  
མངོན་སུམ་དུ་བྱ་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ནི་ལམ་དུ་བཤད་དེ་འབྲས་བུའི་མིང་རྒྱ་ལ་  
བརྟགས་པའོ། །

གསུམ་པ་ ། སྤྱི་རགས་སུ་བཞག་པ་ ། ལ་རགས་པ་ཀུན་རྫོབ་དང་། སྤྱི་བ་དོན་དམ་  
བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ ། རགས་པ་ཀུན་རྫོབ་ ། ། བརྟགས་པ་དང་ནི་སོགས་  
གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

བརྟགས་པ་དང་ནི་ཤེས་པ་དང་། །  
དེ་བཞིན་བརྫོད་པ་རགས་པ་ཡིན། །

རགས་པ་དང་སྤྱི་བའི་དེ་ལོན་ཉིད་ནི་ཀུན་རྫོབ་པ་དང་དོན་དམ་པའི་བདེན་པའོ། །དེ་རྩ་བའི་

དེ་ལོ་ནང་ཇི་ལྟར་རིགས་པར་བྱ་ཞེས། **བཏགས་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཀུན་བཏགས་དང་ནི་ཤེས་**  
**པའི་ཀུན་རྫོབ་གཞན་དབང་དང་། །དེ་བཞིན་དུ་བརྗོད་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཡོངས་སུ་གྲུབ་སྟེ་འདི་**  
**དག་ནི་རག་པ་ཡིན་ལ། །**

ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་པོ་དེ་ལ་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་གྱི་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་བཤད་ན། ཀུན་  
རྫོབ་ལ་གསུམ་ཡོད་པ་ལས། **བཏགས་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཀུན་བཏགས་དང་ནི། ཤེས་**  
**པའི་ཀུན་རྫོབ་གཞན་དབང་དང་། དེ་བཞིན་དུ་བརྗོད་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཡོངས་སུ་གྲུབ་སྟེ་**  
**ཚུལ་ཉིད་དེ་དོན་སྲིད་དོན་ཚུལ་གྱིས་བརྗོད་པ་ཙམ་ལས་སོ། །དེ་ལྟར་ཀུན་རྫོབ་གྱིས་**  
**བསྐྱེས་པ་དེ་དག་རགས་པ་ཡིན་ཏེ་མཉམ་པར་མ་བཞག་པ་དང་གཉིས་སྐྱང་གི་ཤེས་**  
**པའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །**

**གཉིས་པ་ ། སྤྱི་བ་དོན་དམ་བཤད་པ་ ། ལ་དངོས་དང་། དེའི་དབྱེ་བ་གཉིས། དང་**  
**པོ་ ། དངོས་ ། ། དམ་པའི་དོན་ནི་གཅིག་པུ་ལོ། ། ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། །**

**དམ་པའི་དོན་ནི་གཅིག་པུ་ལོ།**

**དམ་པའི་དོན་ནི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་གཅིག་པུ་ལོ།**

དོན་དམ་པའམ་དམ་པའི་དོན་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་ཡོངས་སུ་གྲུབ་གཅིག་  
པུ་ཡིན་གྱི་གཞན་གཉིས་མ་ཡིན་ཏེ། **གཉིས་སྐྱང་མེད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་**

ཐ་མལ་པའི་ཤེས་བརྗོད་ལས་འདས་པའམ། **གནས་སྐྱང་མཐུན་པ་ནི་འདི་ལོ་ན་ཡིན་**  
**པའི་སྤྱིར་རོ།**

**གཉིས་པ་ ། དེའི་དབྱེ་བ་ ། ། དོན་དང་ཐོབ་དང་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །**

**དོན་དང་ཐོབ་དང་སྐྱབ་པ་ནི། །**

**དོན་དམ་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་འདོད། །**

**འགྲུར་མེད་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ། །**

**ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་རྣམ་པ་གཉིས། །**

དེ་ལ་དམིགས་པ་**དོན་དམ་ནི། དེ་བཞིན་ཉིད་དེ་ཡོ་ཤེས་དམ་པའི་སྲོད་ཡུལ་དང་ཐོབ་པ་**  
**དོན་དམ་ནི། སྐྱང་ན་ལས་འདས་པ་དང་སྐྱབ་པ་དོན་དམ་ནི། ལམ་སྟེ། དེ་ལྟར་དོན་**  
**དམ་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་འདོད་དོ། །འདུས་མ་བྱས་དང་འདུས་བྱས་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་ངོ་**  
**བོ་ཉིད་དུ་ཇི་ལྟར་བརྗོད་ཅེས། འདུས་མ་བྱས་པ་འགྲུར་མེད་ཡོངས་སུ་གྲུབ་དང་འདུས་བྱས་**  
**ལམ་གྱི་བདེན་པ་ཡིན་པས་ཤེས་བྱ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ཤེས་པ་སྟེ། །ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་**  
**རྣམ་པ་གཉིས་སོ།**

དོན་དམ་པ་དེའི་གྲངས་སུ་གཏོགས་པའི་དབྱེ་བ་ནི། **དོན་དམ་པ་ཞེས་པ་དེ་བཞིན་**  
**ཉིད་དེ་དེ་ཉིད་ཡོ་ཤེས་དམ་པའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཐོབ་པ་དོན་དམ་པ་ནི་སྐྱེ་**  
**ངན་ལས་འདས་པ་སྟེ་དོན་དུ་གཉེར་བྱ་ཐམས་ཅད་གྱི་ནང་ན་སྐྱེ་དུ་གྲུར་པའི་སྤྱིར་**

དོ། །སྐྱབ་པ་དོན་དམ་པ་ནི་ལམ་སྟེ་འབྲས་བུའི་མཚོག་སྐྱང་འདས་སྐྱབ་པར་བྱེད་  
པའི་ཕྱིར་དོ། །དེ་ལྟར་ན་དོན་དམ་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་འདོད་དོ། །

དེ་ལྟར་གཞི་འབྲས་ལམ་གསུམ་ལ་དོན་དམ་དུ་བཞག་པའི་དབྱེ་བ་གསུམ་  
མམ། ཡང་ན་འགྲུར་མེད་ཡོངས་གྲུབ་དེ་བཞིན་ཉིད་འདུས་མ་བྱས་པ་དང་། ཕྱིན་ཅི་མ་  
ལོག་པའི་ཡོངས་གྲུབ་དེ་བཞིན་ཉིད་དེའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཏེ། ཡོངས་གྲུབ་རྣམ་  
པ་གཉིས་སུ་དོན་དམ་ཐམས་ཅད་འདུས་སོ། །དེ་ཡང་དང་པོ་ལ་གཞི་འབྲས་ཀྱི་ཕྱོག་  
ཆས་གཉིས་སུ་སྟེ་ཞིང་། ཕྱི་མ་ལམ་བདེན་འདུས་བྱས་སྐྱབ་པ་དོན་དམ་དུ་བྱས་པས་  
སྐྱེ་མ་གསུམ་དང་གནད་གཅིག་པར་འགྲུར་ཏེ། ཚུལ་དེ་ལྟ་བུའི་དབང་དུ་ན་གནས་  
སྐྱང་མཐུན་པའི་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དོན་དམ་པའི་བདུ་སྐྱར་བའི་ཕྱིར་  
ལམ་བདེན་གྱང་ཡོངས་གྲུབ་ཀྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པར་བསྐྱབ་པའི་བཤད་ཚུལ་ཡིན་  
ཏེ། དེ་ལ་དག་པ་གཞན་དབང་གི་བདུ་སྐྱར་ན་ཡང་དགོངས་བཞེད་ཀྱི་དབང་གིས་མི་  
འགལ་བར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

བཞི་པ་། །གྲགས་པའི་དོན་བཞག་པ་། ། །གཅིག་གིས་འཇིག་རྟེན་སོགས་ཀྱིས་  
བསྟན་ཏེ། །

གཅིག་གིས་འཇིག་རྟེན་གྲགས་པ་སྟེ། །  
གསུམ་གྱིས་རིགས་པའི་གྲགས་པ་འོ། །

གྲགས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྩ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ལ་སྟོ་ཇི་ལྟར་བཞག་ཅེ་ན། །ཀུན་བརྟགས་པའི་

དོ་བོ་ཉིད་གཅིག་གིས་འཇིག་རྟེན་གྲགས་པ་སྟེ། དངོས་པོ་གང་ལ་འདི་ནི་ས་ཡིན་གྱི་མི་མ་  
ཡིན་ཞེས་པ་དང་། འདི་ནི་གཟུགས་ཀྱི་ཡིན་གྱི་སྐྱེ་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་པ་སོགས་ལ་ཐམས་ཅད་  
མཐུན་པ་ཡིན་ནོ། །ཚད་མ་གསུམ་གྱིས་སྐྱབ་པ་ནི་རིགས་པའི་གྲགས་པ་འོ།

གང་ཚོས་སུ་བརྟགས་པ་ཇི་སྟེད་པ་འདི་དག་འཇིག་རྟེན་ན་གྲགས་པ་འམ། རིགས་  
པས་གྲགས་པ་གཉིས་པོ་གང་རུང་གི་སྟོན་ས་རྣམ་བཞག་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་  
གྲགས་པ་གཉིས་པོའི་ཁྱད་པར་བསྟན་པ་ནི་ཀ་བ་དང་བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་བདའི་  
རྗེས་སུ་འཇུག་པའི་ཐ་སྟོན་གདགས་པ་གཅིག་པུའི་སྟོན་ས་གྲགས་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་  
ཐ་སྟོན་གྱིས་གྲགས་པ་ཞེས་བྱ་ལ། གང་ཟེག་རིགས་པའི་དོན་ལ་མཁས་པ་རྣམས་  
གྱིས་མངོན་སུམ་རྗེས་དཔག་ལུང་གི་ཚད་མ་གསུམ་མམ། ཡང་ན་བྱ་བ་བྱེད་པ་  
བསྟོས་པ་ཚོས་ཉིད་ཀྱི་རིགས་པ་གསུམ་གྱི་སྟོན་ས་དོན་གང་ཞིག་རྣམ་པར་བཞག་  
ཅིང་དེ་ལྟར་གྲགས་པ་ནི་རིགས་པའི་གྲགས་པ་སྟེ། དཔེར་ན་གདུང་འདེགས་ཀྱི་  
དོན་བྱེད་པའི་དངོས་པོ་ལ་ཀ་བ་ཞེས་སུ་མིང་ཐོགས་པ་དེ་འཇིག་རྟེན་ཐ་སྟོན་གྱིས་  
གྲགས་པ་དང་། ཀ་བ་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་པར་རིགས་པས་གྲགས་པ་སྟེ་བྱ་ཡིན་  
ནོ། །སྐྱབས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་དོ་བོ་ཉིད་གསུམ་པོ་འདི་གྲགས་པ་དེ་གཉིས་གང་གི་སྟོ་  
ནས་གྲགས་ཤིང་གྲུབ་པ་ཡིན་ཅེ་ན། ཀུན་བརྟགས་གཅིག་པུའི་ཆ་ལས་འཇིག་རྟེན་  
གྱི་གྲགས་པ་རྣམ་པར་བཞག་སྟེ། ཇི་ལྟར་སྐྱང་བ་ལ་དེ་དང་དེར་ཞེན་པའི་མིང་སྐྱ་  
ཚོགས་སུ་འཇིག་རྟེན་ན་འདོགས་པར་བྱེད་དོ། །གཞན་དབང་དང་ཡོངས་གྲུབ་ནི་  
ཚད་མ་གསུམ་གྱི་སྟོན་ས་རིགས་པས་གྲགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་



གྲགས་པ་ཀུན་བརྟགས་ཁོ་ན་ལས་འཇོག་པ་དང་། བསྟན་བཅོས་ལ་གྲགས་པ་ནི་ངོ་  
བོ་ཉིད་གསུམ་ཀ་ལའང་ཅི་རིགས་པར་བཞག་ཏུ་རུང་སྟེ། མངོན་སུམ་སོགས་ཀྱི་སྒོ་  
ནས་དེ་དག་གི་རྣམ་བཞག་སྒྲ་ཚོགས་པ་བསྟན་བཅོས་ལས་གྲགས་པ་རྣམས་སོ། །

ལྷ་པ་ ། རྒྱུ་བ་ལྷ་ལ་ཡིན་མིན་དུ་བཞག་པ་ ། ། རྣམ་དག་སྟོད་ལུལ་སོགས་ཀྱིས་  
བསྟན་ཏེ། །

རྣམ་དག་སྟོད་ལུལ་རྣམ་གཉིས་ཏེ། །  
གཅིག་ཕུ་ཁོ་ནར་བརྗོད་པ་ཡིན། །

རྣམ་པར་དག་པའི་སྟོད་ལུལ་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་  
སྒྲིབ་པ་རྣམ་པར་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྟོད་ལུལ་ལོ། །འདི་ནི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་ངོ་བོ་  
ཉིད་གཅིག་ཕུ་ཁོ་ནར་བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ་ངོ་བོ་ཉིད་གཞན་ནི་ཡེ་ཤེས་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱི་སྟོད་  
ལུལ་མ་ཡིན་ནོ།

རྣམ་པར་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྟོད་ལུལ་བཤད་པ་ལ་དབྱེ་བ་གཉིས་ཡོད་དེ། ཉོན་སྒྲིབ་  
དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྟོད་ལུལ་དང་། ཤེས་སྒྲིབ་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྟོད་ལུལ་  
ལ། །དེ་ལྟར་བྱའི་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ལུལ་ཉིད་ཀུན་བཏགས་དང་གཞན་དབང་  
གཉིས་མ་ཡིན་ལ། ཡོངས་སུ་གྲུབ་གཅིག་ཕུ་ཁོ་ན་ཡིན་པར་བརྗོད་དེ། དེ་སྟོད་ལུལ་དུ་  
བྱས་ཚེ་གནས་སྐྱང་མཐུན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

རྒྱུ་པ་ ། རྒྱུ་བ་བཤད་པ་ ། ། རྒྱུ་དང་རྣམ་པར་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

རྒྱུ་དང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་། །  
མིང་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་བསྟུ། །  
ཡང་དག་ཡེ་ཤེས་རབ་ཁོ་ན། །  
གཅིག་ཕུ་ཁོ་ནས་བསྟུས་པ་ཡིན། །

བསྟུ་བའི་དེ་ཁོ་ན་རྒྱ་བའི་ཁོ་ནར་ཇི་ལྟར་རིག་པར་བྱ་ཞེས། དངོས་པོ་ལྷ་ལས་བརྒྱུ་མས་ཏེ་  
རྒྱུ་དང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཉིས་གཞན་དབང་དང་། །མིང་ནི་ཀུན་ཏུ་བཏགས་པ་སྟེ་དེ་ལྟར་  
རྣམ་པ་གཉིས་སུ་བསྟུ་ལ། །ཡང་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་གཞན་ལས་རབ་ཏུ་གྱུར་པ་དེ་ཁོ་  
ན་སྟེ། །དེ་བཞིན་གཉིས་ནི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་གཅིག་ཕུ་ཁོ་ནས་བསྟུས་པ་ཡིན་ནོ།

ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མཐའ་དག་ཡི་དོན་བསྟུས་པའི་སྟོམ་ནི་དངོས་པོ་ལྷ་ལས་ཚོས་ལྷར་  
གསུངས་ཏེ། གང་ཞེས། མིང་དང་། རྒྱུ་མཚན་དང་། རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་། ཡང་  
དག་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་། དེ་བཞིན་ཉིད་དང་ལྷའོ། །དེ་ལ་མིང་ནི་ཀ་བ་དང་བུམ་པ་  
སོགས་བརྗོད་སྟོན་སྟེ་བཏགས་པ་ཙམ་སོ། །རྒྱུ་མཚན་ནི་མིང་གི་གདགས་གཞི་  
གདུང་འདེགས་སོགས་ཀྱི་དོན་བྱེད་པ་དང་། །སྟོ་ལྷུ་ར་བ་ལ་སོགས་པར་སྐྱང་བ་ལྟ་  
བུའོ། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་རྣམ་ཤེས་ཚོགས་བརྒྱད་དོ། །ཡང་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི་དེ་  
བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ལུལ་ཅན་ལས་དང་། དེ་བཞིན་ཉིད་ནི་ལམ་གྱིས་དམིགས་ལུལ་ཚོས་  
ཀྱི་དབྱིངས་སོ། །དེ་ལྟར་བྱའི་ཚོས་ལྷ་པོ་དེ་ཡང་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་འདུག་སྟེ།

གང་ཞིན། རྒྱ་མཚན་དང་། རྒྱ་མཐར་རྟོག་པ་དང་། མིང་དང་གསུམ་པོ་དེ་ནི་གཞན་  
 དབང་དང་། གུན་བཏགས་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་བསྒྲུབ་རབ་གྲུ་ཞེ། ཚོགས་བརྒྱད་གྱི་རང་  
 བཞིན་ཅན་གྱི་རྣམ་ཤེས་དང་། གཉིས་སྒྲུང་དང་བཅས་པའི་སྒྲུང་བ་ལ་ཚོས་མི་འདྲ་  
 བ་སྐྱེ་ཚོགས་སུ་སྒྲུང་བ་མིང་གདགས་པའི་བཞི་འཇམ་རྒྱ་མཚན་དུ་གྱུར་པ་དེ་གཉིས་ནི་  
 གཞན་དབང་གི་ཁོངས་སུ་འདུའོ། །མིང་ནི་གུན་བཏགས་གྱིས་བསྐྱུས་པའོ། །ཡང་  
 དག་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་། ཚོས་ཐམས་ཅད་གྱི་ནང་ན་རབ་དུ་གྱུར་པ་དང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
 དུ་གྱུར་པ་དེ་བཞིན་ཉིད་གཉིས་ནི། ཡོངས་གྲུབ་གཅིག་སྤྱོད་ཁོས་བསྐྱུས་པ་ཡིན་ཏེ།  
 བོད་དུ་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཡོངས་གྲུབ་གཉིས་ལའང་པ་བཞིན་ནོ། །

བདུན་པ་ ། འདུག་དེ་ཁོ་ན་སོགས་གྱིས་བསྐྱུས་ཏེ། །

འདུག་དེ་ཁོ་ན་རྣམ་པ་གཉིས། །

གནས་པ་དང་ནི་ངན་པར་ལྷགས། །

མཚན་ཉིད་རྣམ་པར་རིག་དང་དག། །

ཡང་དག་སྐྱབ་པ་གཅིག་སྤྱོད། །

རབ་དུ་དབྱེ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཅུ་བའི་དེ་ཁོ་ན་རྟེན་སྐྱེ་བའི་རིག་པར་བྱ་ཞིན། དགོངས་པ་ངེས་  
 པར་འབྲེལ་པའི་མདོ་ལས་སྐྱུང་བ་བཞིན་རྣམ་པ་བདུན་ལས་འདུག་པའི་དེ་ཁོ་ན་གུན་  
 བཏགས་དང་གཞན་དབང་རྣམ་པ་གཉིས་དང་། །དེ་བཞིན་དུ་གནས་པ་དང་ནི་ངན་པར་  
 ལྷགས་པའམ་ལོག་པར་སྐྱབ་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཡང་གཉིས་སུ་རིག་པར་གྱུའོ། །མཚན་ཉིད་

གྱི་དེ་ཁོ་ན་དང་རྣམ་པར་རིག་པའི་དེ་ཁོ་ན་དང་རྣམ་པར་དག་པའི་དེ་ཁོ་ན་དང་། །ཡང་དག་  
 སྐྱབ་པའི་དེ་ཁོ་ན་དང་བཞིན་ཉིད་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་གཅིག་སྤྱོད།

དེ་ཡང་མདོ་སྤེལ་གྱི་རྒྱན་ལས། དེ་བཞིན་ནི་རྣམ་བདུན་ལ། བཞིན་ནས་བདེན་པ་རྣམ་  
 པར་བཞག། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། འདུག་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཉིད་འབྲེལ་ལུགས་  
 འབྱུང་སྲོལ་མ་དག་པ་དང་དག་པའི་གཞན་དབང་གིས་བསྐྱུས་པ་དང་། རྣམ་པ་  
 མཚན་ཉིད་གྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་གསུམ་སྟེ། གུན་བཏགས་མཚན་ཉིད་  
 ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ། གཞན་དབང་སྐྱེ་བར་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ། ཡོངས་གྲུབ་དོན་དམ་  
 ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པའོ། །མཚན་པ་རྣམ་པར་རིག་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པའི་ཚོགས་བརྒྱད་དང་། གནས་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་སྐྱབ་བསྐྱེལ་བདེན་པ་གང་ཞིག་  
 །འབྲུང་ཚོས་མི་རྟོག་སོགས་བཞི་དང་ལྡན་པའི་གནས་སྐབས་དང་། ལོག་པར་སྐྱབ་  
 པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་རྒྱ་གུན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་རབ་དུ་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་  
 བཞི་དང་ལྡན་པ་དང་། རྣམ་པར་དག་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་འགོག་ཞི་སོགས་ཚོས་བཞི་  
 དང་བདེན་པའི་འགོག་བདེན་དང་། ཡང་དག་པར་སྐྱབ་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་ལམ་  
 རིགས་པ་སྐྱབ་པ་ངེས་འབྱིན་བཞི་དང་ལྡན་པའི་ལམ་བདེན་དང་བདུན་པོ་འདི་ལ་དེ་  
 བཞིན་ཉིད་རྣམ་པ་བདུན་ཅེས་གྱུའོ། །ཡང་མདོ་དང་དབུས་མཐའ་ལྟར་ན། འདུག་པ་  
 འཁོར་བ་ཐོག་མཐའ་མེད་པར་རྒྱན་གྱིས་འདུག་པ། མཚན་ཉིད་བདག་མེད་གཉིས།  
 རྣམ་རིག་འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་རིག་པ་ཅོམ་དུ་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ། ལྷག་མ་  
 བཞི་བདེན་བཞི་དང་སྐྱུར་བ་བཞག་མ་ཐག་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་ལས་

དེ་ཉིད་བདུན་པོ་དབྱེ་བའི་རྩལ་ནི། འཇུག་པའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་ནི་ཀུན་བརྟགས་དང་  
གཞན་དབང་རྣམ་པ་གཉིས་ལས་དབྱེ་སྟེ། ཀུན་བརྟགས་ལ་བདེན་པར་ཞེན་ཅིང་མ་  
དག་གཞན་དབང་གི་ངོ་བོས་འཁོར་བར་འཇུག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གནས་པ་དང་  
ལོག་པར་སྐྱབ་པའམ་མངོན་པར་ཞུགས་པ་གཉིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་བརྟགས་  
དང་གཞན་དབང་གཉིས་ལས་དབྱེ་སྟེ། འཁོར་བའི་རྒྱ་འབྲས་འདི་དག་ཀྱང་ཀུན་  
བརྟགས་ལ་དངོས་པོར་ཞེན་ནས་གཞན་དབང་གི་འཇུག་པ་གོང་དུ་བཤའ་བ་བཞིན་  
ནོ། །མཚན་ཉིད་དང་རྣམ་པར་རིག་པ་དང་རྣམ་པར་དག་པ་དང་ཡང་དག་པར་སྐྱབ་  
པ་བཞིན་ཡོངས་གྲུབ་གཅིག་ཕུར་འདུ་བས་ན་དེ་ལས་བཞིར་དབྱེ་བ་ཉིད་དུ་རིག་པར་  
བྱ་སྟེ། མཚན་ཉིད་བདག་མེད་པའི་དོན་དང་། རྣམ་དག་འགོག་པ་གཉིས་འགྱུར་  
མེད་ཡོངས་གྲུབ་དང་། ཚེས་ཐམས་ཅད་རྣམ་རིག་ཅམ་དུ་རྟོགས་པ་དང་། ཡང་དག་  
སྐྱབ་པ་ལམ་གཉིས་ནི། དངོས་པོའི་དོན་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་འཇུག་པའི་སྤྱིར་སྤྱིན་  
ཅི་མ་ལོག་པའི་ཡོངས་གྲུབ་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །

བརྒྱད་པ་མཁས་པའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་བཤའ་བ་ལ། སྤང་བྱ་བདག་ལྟ་བུ་བཤའ་བ་  
དང་། སྤོང་བྱེད་མཁས་བུའི་གནས་བུ་བཤའ་བ་གཉིས། དང་པོ་༼ སྤང་བྱ་བདག་  
ལྟ་བུ་བཤའ་བ་༽། གཅིག་དང་རྒྱ་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

གཅིག་དང་རྒྱ་དང་བཟའ་བ་དང་། །  
བྱེད་པ་དང་ནི་དབང་བསྐྱར་དང་། །

བདག་པོའི་དོན་དང་རྟག་པ་དང་། །  
ཉོན་མོངས་པ་དང་དག་པའི་གནས། །  
རྣལ་འབྱོར་ཅན་དང་མ་གྲོལ་གྲོལ། །  
འདི་དག་ལ་ནི་བདག་ཏུ་སྟེ། །

མཁས་པའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་བུ་ཕུང་པོ་སོགས་ལ་བདག་ཏུ་སྟེ་བ་རྣམ་པ་བཅུའི་ 30 གཉིན་  
པོའི་སྐར་འགྱུར་ཞེ་ན། གཅིག་ཕུར་འཛིན་པ་དང་རྒྱ་དུ་འཛིན་པ་དང་བཟའ་བའི་འཛིན་པ་  
དང་། །བྱེད་པར་འཛིན་པ་དང་ནི་དབང་བསྐྱར་བར་འཛིན་པ་དང་། །བདག་པོའི་དོན་  
དུ་འཛིན་པ་དང་རྟག་པར་འཛིན་པ་དང་། །ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་དག་པའི་གནས་  
སུ་འཛིན་པ་དང་། །རྣལ་འབྱོར་ཅན་དུ་འཛིན་པ་དང་མ་གྲོལ་བ་དང་གྲོལ་བར་འཛིན་པ་  
སྟེ། །འདི་དག་ལ་ནི་བདག་ཏུ་སྟེ།

མཁས་པར་བྱ་བའི་གནས་བུ་པོ་འདི་གཏན་ལ་ཕབ་ན་དེར་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་འདུ་  
བ་ཡིན་ལ། གནས་བུ་པོ་དེའི་རང་བཞིན་ལ་མཁས་པར་གྱུར་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་  
བདག་ཏུ་སྟེ་བའི་རྣམ་པ་མི་འདྲ་བ་བུ་སྟོང་བའང་ཤུགས་ཀྱིས་འགྲུབ་པར་འགྱུར་བ་  
ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་མཁས་པར་བྱ་བའི་གནས་བུ་གང་ཞེ་ན། ཕུང་པོ་ལ་མཁས་པ་  
དང་། ཁམས་ལ་མཁས་པ་དང་། སྤྱི་མཆིད་ལ་མཁས་པ་དང་། ཉིན་འབྲེལ་ལ་  
མཁས་པ་དང་། གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་ལ་མཁས་པ་དང་། དབང་པོ་ལ་  
མཁས་པ་དང་། དུས་ལ་མཁས་པ་དང་། བདེན་པ་ལ་མཁས་པ་དང་། ཐེག་པ་



ལ་མཁའ་པ་དང་། འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་ལ་མཁའ་པ་ལོ། །  
 དེ་ལ་བདག་ལྟ་བུ་ནི། བདག་གཅིག་ཕྱར་ལྟ་བ་དང་། བདག་རྒྱུར་ལྟ་བ་  
 སོགས་བུ་ལྟོ། དེ་ཡང་ཕྱང་པོ་ལ་མཁའ་པས་བདག་གཅིག་ཕྱར་ལྟ་བ་སྒྲོང་སྟེ།  
 དེའི་རྒྱ་མཚན་བདག་གི་གདགས་གཞི་ནི་ཕྱང་པོ་ལྟ་བུ་འདི་ཅམ་དུ་ཟད་ལ། འདི་  
 ལ་གཅིག་ཕྱར་ཆ་མེད་དུ་གྲུབ་པ་གང་ཡང་མེད་དེ་ཕྱང་པོ་ལྟར་དབྱེར་ཡོད་ཅིང་། དེ་  
 རེ་རེ་ལའང་ནང་གི་བྱེ་བྲག་དུ་མ་ཡོད་པས་ཚོས་དུ་མ་བསྐྱས་ནས་སྤྱངས་པ་ལ་ཕྱང་  
 པོའི་རྣམ་བཞག་ཏུ་བྱས་པའི་རྒྱལ་ཁོང་དུ་རྒྱད་པ་ལས་བདག་ཅེས་བྱ་བ་གཅིག་ཕྱར་བ་  
 ཞིག་མེད་པར་ཤེས་རུས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྒྲོང་བུ་ལྟོ་བདག་ཡིན་ནོ་སྟེ་མ་པ་ནི་  
 ཁམས་ལ་མཁའ་པས་སྒྲོང་སྟེ། སྤྱི་དང་ནང་གི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཁམས་བཅོ་བརྒྱད་དུ་  
 འདུ་ལ། དེ་དག་ནི་སོ་སོ་རང་རང་གི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་རུས་པའམ་ས་པོན་སོ་སོར་འཛིན་  
 པའི་ལས་ཅན་ཡིན་པས་ན། དེ་དག་སོ་སོའི་རྒྱ་ལས་སྒྲོང་བུ་ལྟོ་འདི་འབྱུང་གི་བདག་  
 ནི་རུང་ཟད་ཀྱང་རྒྱ་མིན་པར་ཤེས་སོ། །བདག་ཡུལ་ལ་ལོངས་སྒྲོང་པ་པོའམ་ཟ་བ་  
 པོར་འཛིན་པ་ནི་སྐྱེ་མཆེད་ལ་མཁའ་པས་སྒྲོང་སྟེ། ཚོས་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་མཆེད་བུ་  
 གཉིས་པོ་འདིར་འདུས་ཀྱི་དེ་ལས་གཞན་པ་མེད་ལ། ལོངས་སྤྱད་བྱ་སྤྱིའི་སྐྱེ་མཆེད་  
 ཏུག་ལ་ནང་གི་སྐྱེ་མཆེད་ཏུག་གི་ལོངས་སྒྲོང་པར་བྱེད་པ་འདི་ཅམ་ལས་གཞན་པའི་  
 ཟ་བ་པོ་གང་ཡང་མེད་པར་རྟོགས་པས་སོ། །བདག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱེད་པ་པོར་འཛིན་  
 པ་རྟེན་འབྲེལ་ལ་མཁའ་པས་སྒྲོང་སྟེ། ཚོས་ཐམས་ཅད་རང་རང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་རྟེན་  
 འབྲེལ་ཚོགས་ན་མི་སྐྱེ་བའི་དབང་མེད་ཅིང་མ་ཚོགས་ན་ནམ་ཡང་མི་སྐྱེ་བར་མཐོང་  
 ནས་བདག་གིས་བྱེད་པ་ཅི་ཡང་མེད་པར་ཤེས་སོ། །བདག་ནི་ཐམས་ཅད་

ལ་དབང་བསྐྱུར་བ་རང་དབང་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་འཛིན་པ་གནས་དང་གནས་མིན་ལ་  
 མཁའ་པས་སྒྲོང་སྟེ། ཚོས་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་སོ་སོའི་གནས་དང་གནས་མ་  
 ཡིན་པའི་དབང་གིས་ཡོད་མེད་ཡིན་མིན་སྣ་ཚོགས་སུ་སྤྱང་གི། བདག་གིས་ནི་རང་  
 དབང་བསྐྱུར་ཏེ་ཅི་ཡང་བྱ་མི་རུས་པར་རྟོགས་སོ། །བདག་ནི་བདག་པོའམ་གཙོ་བོ་  
 ལྟེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་དབང་པོར་གྱུར་པའི་དོན་ཅན་དུ་འཛིན་པ་ནི་དབང་པོ་ལ་  
 མཁའ་པས་སྒྲོང་སྟེ། ཀུན་ཉོན་དང་རྣམ་བུ་གི་སྤྱོད་ཀྱི་ཚོས་ལ་དབང་བྱེད་པ་ན་  
 དབང་པོ་རྟེན་གཉིས་པོ་འདི་ཅམ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་གཞན་པའི་དབང་པོར་གྱུར་པ་  
 གཞན་ཅི་ཡང་མི་དགོས་ལམ་དམིགས་པའི་སྤྱིར་དོ། །བདག་སྤྱི་མི་འབྱུར་མི་འཕོ་  
 བའི་རྟོག་པར་འཛིན་པ་ནི་དུས་ལ་མཁའ་པས་སྒྲོང་སྟེ། དངོས་པོའི་སྐྱེ་འཇིག་ལ་  
 བརྟེན་ནས་དུས་གསུམ་དུ་བཞག་ཅིང་དེ་གསུམ་གནས་སྐྱབས་ཐ་དད་པས་གཅིག་ཏུ་  
 མི་རུང་ལ། དངོས་པོར་ཡོད་པ་ལ་སྐྱེ་འགག་དང་དུས་གསུམ་གྱི་འབྱུར་བ་མེད་པར་  
 མི་སྤྱིད་པར་གྲུབ་པས་སོ། །བདག་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་དག་པའི་  
 གནས་སམ་གཞི་ཉིད་དུ་ལྟ་བ་ནི་བདེན་པ་ལ་མཁའ་པས་སྒྲོང་སྟེ། ཀུན་ཉོན་དང་རྣམ་  
 བུང་གི་བདེན་གཞི་རྒྱ་འབྲས་སུགས་གཉིས་ཀྱི་རྒྱལ་དུ་རྟོགས་པས་དེ་ལས་གཞན་  
 པའི་ཀུན་བུང་གི་གཞིའམ་དེ་ལ་ལོངས་སྒྲོང་པ་པོ་གང་ཡང་མ་གྲུབ་པར་རྟོགས་པས་  
 སོ། །བདག་རྣལ་འབྱོར་ཅན་དུ་འཛིན་པ་ནི་ཐེག་པ་ལ་མཁའ་པས་སྒྲོང་སྟེ། ཐེག་  
 པ་གསུམ་གྱི་ལམ་ཉམས་སུ་སྤྱང་པ་ལས་དེ་དང་དེའི་ཡོན་ཏན་སྤྱང་གི། གཞན་དུ་  
 རྣལ་འབྱོར་ཅན་ནམ་སྒྲོམ་པ་དང་ལྡན་པའི་དངོས་པོ་གང་ཡང་མི་དམིགས་པས་  
 སོ། །བདག་དེ་ཉིད་སྤྱར་མ་གྲོལ་ལ་སྤྱིས་གྲོལ་བའི་བྱེད་པར་ཅན་དུ་ལྟ་བ་ནི་འདུས་

བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་ལ་མཁས་པས་སྒྲོང་སྟེ། འདུས་བྱས་ཟག་པ་རྣམས་ཟད་  
པ་སོ་སོར་བརྟག་འགོགས་འདུས་མ་བྱས་ལ་སྤང་འདས་ཞེས་བརྗོད་གྱི། དེ་ལས་  
གཞན་པའི་མ་དག་པ་དང་དག་པར་གྱུར་པའི་བདག་ཚད་མས་མ་དམིགས་ལ། དེ་  
ལྟ་བུ་ཡོད་ན་ཐར་པ་མེད་པར་འགྱུར་བའི་རིགས་པས་གཞོན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དོ། །ད་  
ལྟར་ན་ཕུང་པོ་ལ་སོགས་པ་བརྒྱ་པོ་འདི་དག་ལ་ནི་དམིགས་ནས་མི་མཁས་པ་རྣམས་  
གྱིས་རྟག་གཅིག་རང་དབང་བ་སོགས་གྱི་རྣམ་པར་ཀུན་ཏུ་བརྟགས་ནས་བདག་ཏུ་ལྟ་  
བ་ཡིན་ལ། ལྟ་བའི་གནས་ཤེས་བྱ་དེ་དག་གི་རང་བཞིན་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཚོས་རབ་  
རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་གཏན་ལ་ཐེབས་ན་ལྟ་བ་རྣམས་ཐམས་ཅད་ལས་  
རང་གྲོལ་བར་འགྱུར་དོ། །

གཉིས་པ་ ། སྒྲོང་བྱེད་མཁས་བྱའི་གནས་བརྒྱ་བཤད་པ་ ། ལ། གནས་བརྒྱ་པོ་  
རང་བཞིན་གསུམ་དུ་འདུ་ཚུལ་དང་། གནས་སོ་སོར་མཁས་པར་བྱ་བའོ། །དང་པོ་  
། གནས་བརྒྱ་པོ་རང་བཞིན་གསུམ་དུ་འདུ་ཚུལ་ ། ། ཀུན་ཏུ་རྟོག་དང་སོགས་གྱིས་  
བསྟན་ཏེ། །

ཀུན་ཏུ་རྟོག་དང་རྣམ་རྟོག་དོན། །  
ཚོས་ཉིད་དོན་གྱིས་དེ་དག་དེས། །

མཁས་པའི་དེ་ལོ་ན་རྣམ་པ་བརྒྱ་པོ་དག་ཅུ་བའི་དེ་ལོ་ན་རྗེ་ལྟར་འདུས་ཤིང་། ཀུན་ཏུ་

རྟོག་པས་བརྟགས་པའི་གཟུགས་ནི་གཟུགས་གྱི་ཀུན་ཏུ་བརྟགས་པའི་ངོ་བོ་དང་རྣམ་པར་  
རྟོག་པས་བརྟགས་པའི་དོན་གྱི་གཟུགས་ནི་གཟུགས་གྱི་གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་དང་  
། །ཚོས་ཉིད་གྱི་དོན་གྱིས་གཟུགས་གྱི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་སྟེ་དེ་དག་དེར་ལྟ་ཞིང་། །གཟུགས་  
ལ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཚོར་བ་ལ་སོགས་པའི་ཕུང་པོ་རྣམས་དང་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ལ་  
སོགས་ལ་ཡང་སྐྱར་བར་བྱའོ།

མཁས་པར་བྱ་བའི་གནས་རྣམ་པ་བརྒྱ་པོ་འདི་དག་གྱང་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་དུ་འདུ་  
ཚུལ་བཤད་ན། འདི་དག་ལ་གཉིས་སུ་སྤང་ཞིང་ཞེན་པས་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པས་དེ་དང་  
དེར་བརྟགས་པའི་ཆ་རྣམས་ནི་ཀུན་བརྟགས་དང་། དེ་དག་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་  
རྟོག་པ་ཙམ་གྱི་ངོ་བོར་གྱུར་པའི་དོན་གྱི་ཆ་ནས་གཞན་དབང་དང་། དེ་ཐམས་ཅད་  
གཉིས་སྒྲོང་གི་ཚོས་ཉིད་ཅན་དུ་གྲུབ་པའི་དོན་གྱིས་དེའི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་གྱང་ཡོད་དེ།  
དེ་ལྟར་ཕུང་པོ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་པོ་དེར་འདུ་བ་ཡིན་ལོ། །དེ་  
དཔེར་ན་གཟུགས་ལ་སྤྱི་དོན་དུ་ཞེན་ཅིང་བརྗོད་པ་ནི་གཟུགས་གྱི་ཀུན་བརྟགས་  
སོ། །རྣམ་པར་རིག་པ་ཉིད་རྣམ་པར་བརྟག་པའི་གཟུགས་སུ་སྤང་བ་ནི་གཟུགས་  
གྱི་གཞན་དབང་ངོ་། །གཟུགས་དེའི་ཚོས་ཉིད་གཉིས་སྒྲོང་གང་ཡིན་པ་གཟུགས་  
གྱི་ཡོངས་གྲུབ་པོ། །དེས་ན་ཀུན་བརྟགས་པ་ལ་སོགས་པ་དེའི་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་  
པའི་གཟུགས་སུ་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་བྱར་རུང་སྟེ། དེ་བཞིན་དུ་ཚོར་འདུ་སོགས་དང་།  
ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་སོགས་ལྷག་མ་ཀུན་ལ་སྐྱར་ཏེ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ ། གནས་སོ་སོར་མཁས་པར་བྱ་བ་ ། རྒྱས་བཤད་ལ། གོང་དུ་བཤད་  
པ་བཞིན་བརྟུན་ལས། དང་པོ་སྤང་པོ་ལ་མཁས་པ་ནི། ཐོག་མར་དུ་མ་སོགས་ཀྱིས་  
བསྟན་ཏེ། །

**ཐོག་མ་དུ་མ་ཉིད་དང་ནི། །**

**བསྟུས་དང་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་པའི་དོན།**

ཇི་ལྟར་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་རྣམ་པ་བརྟུན་གཉིན་པོར་སྤང་པོ་སོགས་ལ་མཁས་པ་འདི་བཤད་ན།  
།སྤང་པོ་སོགས་ཀྱི་དོན་མ་བཤད་པས་དེ་བཞེད་པ་ནི་**ཐོག་མ་**ཁོ་ནར་སྤང་པོ་དེ་དག་དོན་  
རྣམ་པ་གསུམ་དུ་རིག་པར་བྱ་སྟེ་**དུ་མ**འི་དོན་གཟུགས་གང་ཅི་ཡང་རྩེ་ལྟོ་འདས་པ་དང་  
མ་འོངས་པ་ཞེས་རྒྱ་ཆེར་འབྲུང་བ་**ཉིད་དང་ནི།** **།བསྟུས་**པའི་དོན་ནི་དེ་དག་ཐམས་ཅད་  
གཅིག་ཏུ་བསྟུས་ཏེ་ཞེས་འབྲུང་བ་**དང་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་པའི་དོན་**ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་  
མཚན་ཉིད་ཐ་དད་དུ་རྣམ་པར་བཞག་པའོ། །སྤང་པོའི་དོན་ནི་སྤངས་པའི་དོན་ཏེ།

མཁས་པར་བྱ་བའི་གནས་བརྟུན་ཐོག་མ་སྤང་པོ་ཞེས་པ་ཇི་ལྟར་ན། འདུས་བྱས་ཀྱིས་  
བསྟུས་པའི་ཚོས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་རང་མཚན་ཐ་དད་པ་དུ་མ་ཉིད་དུ་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་དང་ནི།  
དུ་མའི་ཚོས་དེ་དག་རིགས་མཐུན་པའི་སློ་ནས་ལྷན་ཅིག་བསྟུས་པ་དང་གཉིས་ཀྱི་སློ་  
ནས་དུ་མ་ལྷན་ཅིག་སྤངས་པ་ལ་སྤང་པོ་ཞེས་བྱ་ཞིང་། དེ་ལ་འང་ནང་གི་དབྱེ་བ་ལྟར་  
ཡོངས་སུ་སྤྱོད་པའི་དོན་ནམ་ཚུལ་དེ་ཉིད་ཀྱི་སློ་ནས་སྤང་པོ་ལྟར་རྣམ་པར་བཞག་པ་  
ཞེས་པར་བྱའོ། །གང་ཞེ་ན།

གཟུགས་དང་། ཚོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་། འདུ་བྱེད་དང་། རྣམ་པར་  
ཤེས་པའི་སྤང་པོའོ། །

དེ་ལ་དབང་པོ་ལྟ་དང་། དོན་ལྟ་སྟེ་བརྟུན་པོ་འདི་དག་རྩལ་དུ་གྲུབ་པའི་བདག་  
ཉིད་ཡིན་པས་གཟུགས་སུ་རྩེད་བར་རིགས་འདྲ་བའི་སྤྱིར་ཚོས་ཐ་དད་པ་སྤྱོད་པ་དང་  
དུས་ཀྱིས་བསྟུས་པ་དེ་ཀུན་སྤྱོད་པ་གཅིག་ཏུ་བསྟུས་ནས་གཟུགས་ཀྱི་སྤང་པོ་ཞེས་  
པའི་གྲངས་སུ་བཞག་པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་རང་རམ་གཞན་གྱི་རྒྱུད་དུ་གཏོགས་པའི་  
བདེ་སྤྱུག་བཏང་སྟོམས་སྤྱོད་བའི་སེམས་སྤྱོད་ཡིན་ནེ་ཅོག་ལ་ཚོར་བའི་སྤང་པོ་དང་།  
དེ་བཞིན་དུ་མཚན་མར་འཛིན་པའི་འདུ་ཤེས། ཤེས་པ་ཡུལ་ལ་འཇུག་པར་འདུ་བྱེད་  
པའི་སེམས་སྤྱོད་རྣམས་ཀྱིས་མཚོན་ནས་སྤང་པོ་བཞི་ལས་གཞན་པའི་འདུ་བྱེད་ཐམས་  
ཅད་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་ཚོགས་བརྒྱུད་དམ་དུག་གི་རང་བཞིན་ཅན་ལོ། །

**གཉིས་པ་ཁམས་ལ་མཁས་པ།** འཛིན་དང་གཟུང་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

**འཛིན་དང་གཟུང་དང་དེ་འཛིན་པ། །**

**ས་བོན་དོན་ཏེ་གཞན་དུ་འདོད། །**

ཁམས་ཀྱི་དོན་ནི་**འཛིན་**པའི་ས་བོན་གྱི་དོན་མིག་གི་ཁམས་ལ་སོགས་པ་དང་གཟུང་བའི་  
ས་བོན་གྱི་དོན་གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་ལ་སོགས་པ་དང་དེ་འཛིན་པའི། **།ས་བོན་**མིག་གི་  
རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་ལ་སོགས་པའི་**དོན་ཏེ་**འདི་དག་ནི་སྤྲ་མ་ལས་གཞན་དུ་འདོད་  
དོ།



ཁམས་ཞེས་པ་རྒྱུ་ལ་གཞི་ལས་ས་བོན་གྱི་དོན་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ནང་གི་དབྱེ་བ་བཙོ་  
 བརྒྱད་དུ་ཡོད་དོ། །དེ་ཡང་མིག་དབང་ནས་ཡིད་དབང་གི་བར་གྱི་མིག་གི་ཁམས་  
 ལ་སོགས་པ་རྩལ་པོ་ནི་འཛིན་པར་བྱེད་པའི་ས་བོན་གྱི་དོན་ཅན་ཏེ། དབང་པོ་རྩལ་  
 པོ་དེ་ལ་རང་ཡུལ་འཛིན་པར་བྱེད་པའི་རྣམས་པའམ་ཡོན་ཏན་ཡོད་དེ། དེ་དག་ལ་མ་  
 བརྟེན་པར་མཐོང་སོགས་མི་རྣམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ཐ་སྙད་དུ་དེ་དག་རང་གི་ངོ་  
 བོ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་ལ་ནི་མའི་ཚ་བ་བཞིན་དུ་དེ་དག་གི་ཁམས་ཞེས་བཏགས་  
 ཏེ། ལྷ་གྲུ་བསྐྱེད་པའི་བྱེད་པ་གང་ལ་ཡོད་པ་ལ་ས་བོན་གྱི་ཁམས་ཞེས་བརྗོད་པ་  
 བཞིན་ནོ། །དེས་ན་དབང་པོ་རྟེན་བཅས་སུ་མ་ཟད་དེ་མཚུངས་ཀྱི་སྐབས་ན་ཡང་ཡུལ་  
 འཛིན་པའི་རྣམས་པ་དང་བུལ་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། སྐྱོམ་ནང་གི་ས་བོན་བཞིན་དུ་དེ་ལ་དེའི་  
 ཚོས་དེ་དག་འབྲལ་མེད་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་ནས་  
 ཚོས་ཁམས་ཀྱི་བར་རྩལ་པོ་འདི་ནི་ཡུལ་ཅན་དབང་པོ་དང་སྐྱོམ་གཟུང་བའི་གཞི་ལས་  
 ས་བོན་གྱི་དོན་ཡིན་ལ། ཡུལ་དབང་ཤེས་གསུམ་ཚོགས་པར་བསྐྱེད་པ། མིག་གི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་ནས་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཁམས་ཀྱི་བར་རྩལ་ནི། ཡུལ་  
 གཟུགས་སོགས་དེ་ཤེས་ཤིང་འཛིན་པའི་ས་བོན་གྱི་དོན་ཅན་ཡིན་ཏེ། གསལ་ཞིང་  
 རིག་པའི་ངོ་བོས་ཡུལ་གྱི་རང་བཞིན་ཇི་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་དང་དེ་གཅོད་པར་བྱེད་པའོ།  
 །གཞན་དུ་འདོད་ཅེས་པ་ནི། ལའད་མ་ཐག་པ་མཁས་བུའི་གནས་དང་པོ་ལས་གཞན་  
 པ་ཁམས་ལ་མཁས་པའི་གནས་ཉིད་དུ་འདོད་ཅེས་པ་ཙམ་སྟེ། འོག་གི་སྐབས་རྣམས་  
 སུའང་དེ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་ ། སྐྱེ་མཆེད་ལ་མཁས་པ་ ། ། ཚོར་དང་དོན་རྣམས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་  
 ཏེ། །

ཚོར་དང་དོན་རྣམས་ཡོང་གཅོད་ཀྱི། །  
 ཉེར་སྤྱོད་འབྲུང་སྐྱོ་གཞན་ཡིན་ནོ། །

སྐྱེ་མཆེད་ལས་ནང་གི་སྐྱེ་མཆེད་དག་ནི་ཚོར་བ་ཉེ་བར་སྤྱོད་པའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱོམ་ཕྱིར་དང་ཕྱིའི་  
 སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་ནི་དོན་རྣམས་ཡོངས་སུ་གཅོད་བྱེད་ཀྱི། ། ཉེ་བར་སྤྱོད་པ་སྐྱེ་རྣམས་ཤེས་  
 འབྲུང་བའི་སྐྱོ་སྐྱེ་མ་གཉིས་ལས་གཞན་ཡིན་ནོ།

སྐྱེ་མཆེད་བཅུ་གཉིས་ལས། མིག་གི་སྐྱེ་མཆེད་ནས་ཡིད་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་བར་ནང་  
 གི་དེ་རྩལ་པོ་ནི། ཚོར་བ་ཉེ་བར་སྤྱོད་པའི་འབྲུང་སྐྱོམ་སྐྱེ་སྐྱོ་ཡིན་ཏེ། མིག་སོགས་  
 རང་གི་སྐྱེ་མཆེད་རྩལ་པོ་འདིས་ཡུལ་རྩལ་གི་རང་བཞིན་ལ་ཉེ་བར་ཡོངས་སྤྱོད་ནས་  
 བདེ་སྤྱུག་སོགས་སྤོང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ནས་ཚོས་ཀྱི་སྐྱེ་  
 མཆེད་ཀྱི་བར་གྱི་སྐྱེ་ཡི་སྐྱེ་མཆེད་རྩལ་པོ་དེ་ནི་དོན་རྣམས་སོ་སོའི་རང་གི་ངོ་བོ་ཡོངས་  
 སུ་གཅོད་པའི་ཚུལ་ལ་ཉེ་བར་སྤྱོད་པའི་འབྲུང་སྐྱོ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་  
 དེ་དག་ཡུལ་དུ་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་དང་དེར་ཤེས་པས་ཡོངས་སུ་གཅོད་པའི་ཉེ་བར་  
 སྤྱོད་པ་འབྲུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡང་སྐྱེ་མཆེད་ཅེས་པ་ཤེས་པ་ཉེ་བར་སྐྱེ་བའི་སྐྱོ་ཡིན་  
 པ་ལ་བཤད་དེ། སྐྱོ་འདི་དག་གིས་ཤེས་པ་ཡུལ་ལ་སྐྱེ་ཞིང་མཆེད་པར་བྱེད་པ་ལ་  
 མིང་དེ་སྐད་དུ་བཏགས་པའོ། །དེས་ན་གཟུགས་སོགས་ནི་ཡོངས་སུ་གཅོད་པར་བྱ་

བ་དང་། མིག་སོགས་ནི་ཡུལ་སོགས་དེ་ལས་བྱུང་བའི་ཚོར་བ་ལ་ཉེ་བར་ལོངས་སྤྱོད་  
པ་པོ་ཡིན་པས་ན་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་ཚོགས་ནས་ཤེས་པ་སྐྱེ་ཞིང་དེ་དང་དེ་ལ་ཉེ་  
བར་ལོངས་སྤྱོད་བས་ན་ཉེར་སྤྱོད་ཅིས་བྱ་ཞིང་། དེ་འབྱུང་བའི་སྒོ་ནི་སྤྱི་དང་ནང་གིས་  
བསྐྱུས་པའི་ཚོས་བཅུ་གཉིས་པོ་འདི་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དོ། །དེ་ལ་འང་ཚོས་སྤྱི་གདགས་  
པ་ཇི་སྟེད་པ་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ལ་སྤྱང་ཞིང་དེས་དེ་ལྟར་ཐ་སྟོན་བྱེད་ལ། དེ་ལས་  
བྱུང་བའི་བདེ་སྤྱད་གི་ཆ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཤེས་པས་སྤྱོད་བ་ལས་གཞན་དུ་མེད་པས་  
ན་ཤེས་པ་ཉིད་འདོགས་བྱེད་ཡིན་ཅིང་། ཚོས་སྤྱི་གདགས་པ་ཀུན་གྱི་ནང་ན་འདི་གཙོ་  
ཆེ་བའི་སྤྱིར་ཚུལ་དེ་ལྟར་དེ་ཉིད་སྐྱེ་ཞིང་མཆེད་པའི་སྒོ་ཡི་ཚུལ་གྱིས་བསྟན་པ་ཡིན་  
ནོ། །

བཞི་པ་ ། རྟོན་འབྲེལ་ལ་མཁས་པ་ ། ། རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཚོལ་བ་ལ། །  
སྒོ་འདོགས་མེད་ཅིང་སྐྱར་འདེབས་མེད། །

རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་དོ་བོ་ནི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་དང་བྱེད་པའི་ཚོལ་བ་ལ། ། །སྒོ་  
འདོགས་པ་མེད་ཅིང་སྐྱར་བ་འདེབས་པ་མེད་པའོ།

རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་གང་ཞེ་ན། སྤྱི་ནང་གི་ཚོས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་  
རྒྱུ་རྟོན་འབྲེལ་ལས་སྐྱེ་བ་སྟེ། དེ་ཡང་ནང་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་ཐམས་

ཅད་ནི་མ་རིག་པ་ནས་རྒྱ་ཤིའི་བར་གྱི་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་འབྱུང་བ་དང་།  
སྤྱིའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ས་བོན་ལས་སྤྱི་གྱུ་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཚོགས་  
པ་ལས་སྐྱེ་ཡི། རྒྱ་མེད་པ་དང་རྒྱ་མིན་པ་དུས་དང་དབང་ཕུག་སོགས་ལས་མི་སྐྱེ་  
བ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱེ་དབྱེ་གྱི་རྒྱ་དང་རང་རང་  
གི་འབྲས་བུ་དང་། རྒྱས་རང་འབྲས་བུ་སྤྱོད་པའི་ཚོལ་བ་འཇུག་བྱེད་ལས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་  
སྒོ་འདོགས་པ་མེད་ཅིང་སྐྱར་འདེབས་མེད་པར་ཇི་བཞིན་གཏན་ལ་ཐེབས་པ་ནི་རྟོན་  
འབྲེལ་གྱི་དོན་ལ་མཁས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་རྒྱ་མིན་རྒྱ་སྒོ་འདོགས་པ་ནི་དུས་དང་  
དབང་ཕུགས་སོགས་སེམས་ཅན་གྱི་བྱེད་པ་བོར་འདོད་པ་ལྟ་བུའོ། །རྒྱ་ཡིན་པ་ལ་རྒྱ་  
མིན་དུ་སྐྱར་བ་འདེབས་པ་ནི། ད་ལྟའི་ཕུང་པོ་འདི་སྐྱེ་བ་སྤྱི་མའི་ཕུང་པོ་ལས་མ་བྱུང་  
བར་འདོད་པ་ལྟ་བུའམ། ཡང་ན་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་སེམས་ཅན་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་མ་  
ཡིན་པར་འདོད་པ་ལྟ་བུའོ། །

འབྲས་བུ་ལ་སྒོ་འདོགས་པ་ནི། འཇིག་རྟོན་འདི་དག་དབང་ཕུག་སོགས་  
གྱིས་བྱས་པའི་འབྲས་བུར་འདོད་པའམ། རང་གི་དོ་བོས་བྱུང་བ་ལྟ་བུར་འདོད་པ་  
དང་། འབྲས་བུ་ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་པ་ལས་གྱི་རྣམ་པར་སྤྲིན་པ་མེད་ཅིས་སམ།  
ཆེ་སྤྱི་མ་མེད་པའམ། འགོག་པ་མེད་པ་ལྟ་བུ་སོགས་ཡོད་པའི་འབྲས་བུ་ལ་སྐྱར་  
བ་འདེབས་པ་ཐམས་ཅད་དོ། །རྒྱའི་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་ཚུལ་གྱི་ཚོལ་བའམ་བྱེད་པ་ལ་  
སྒོ་འདོགས་པ་ནི། ས་བོན་ལས་སྤྱི་གྱུ་དང་མ་རིག་པ་ལས་འདུ་བྱེད་འབྱུང་བ་ལྟ་  
བུ་ལ་རྒྱ་དེས་འབྲས་བུ་དེ་བྱེད་ཞེས་བསམ་པ་སྤྱི་དུ་བཏང་ནས་བྱེད་པ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་  
གྱིས་བྱེད་པ་པོར་འདོད་པའམ། ཡང་ན་དབང་ཕུག་སོགས་གྱིས་དེ་ལ་དེ་བྱེད་དུ་

གཞུག་པ་ལྟ་བུའི་བྱེད་པ་རང་དབང་བ་ཞིག་འཛིན་པའོ། །

བྱེད་པ་ལ་སྐྱུར་པ་འདེབས་པ་ནི་རྒྱ་དེས་དེ་བྱེད་མི་རྣམས་ཏེ་འབྲས་དུས་ན་རྒྱ་  
འགག་པ་སོགས་ཀྱི་སྤྱིར་རྒྱ་ལ་བྱེད་པའི་རྣམས་པ་མེད་པར་འཛིན་པ་ལྟས་སྟེ། མདོར་  
ན་རྒྱ་འབྲས་ཐམས་ཅད་ནི་སྐྱད་ཅིག་མ་ཡིན་ལ། སྐྱད་ཅིག་སྤྱི་མེད་མི་དུས་  
ན་མེད། རང་དུས་སྐྱད་ཅིག་གཅིག་པོ་དེར་འབྲས་བུ་བྱེད་པའི་ཚུལ་བའམ་བྱེད་པ་  
ཞེས་བྱ་བ་གཞན་ཅི་ཡང་མེད་ཀྱང་། རྒྱ་ཚོགས་ན་འབྲས་བུ་མི་སྐྱེ་པའི་དབང་མེད་པ་  
ཙམ་གྱི་སྤྱིར་རྒྱ་འབྲས་སུ་བཞག་གོ། རྒྱའི་སྐྱད་ཅིག་ལ་འབྲས་བུ་བྱེད་འདོད་ཀྱི་ཚུལ་  
བ་མེད་ཀྱང་བསྐྱེད་པའི་རྣམས་པ་མེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཚོས་ཐམས་ཅད་བྱེད་པོས་  
དབེན་བཞིན་དུ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དབང་གིས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། ས་བོན་དང་མ་རིག་པ་ལྟ་  
བུས་བདག་གིས་སྐྱུ་གུ་འདུ་བྱེད་ལྟ་བུ་འདི་བསྐྱེད་དོ་སྦྱོམ་དུ་མི་རྟོག་ སྐྱུ་གུ་དང་འདུ་  
བྱེད་དེ་དག་གིས་བདག་འདིས་བསྐྱེད་དོ་སྦྱོམ་དུ་མི་རྟོག་བཞིན་དུ་རྟེན་འབྲེལ་བསྐྱུ་  
མེད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་འབྱུང་བ་དེ་བཞིན་དུ་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དེ་དང་འབྲས་སྟེ། འདུས་  
བྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྐྱད་ཅིག་མ་ཡིན་པ་དང་། རྒྱ་འབྲས་སྐྱེ་འགག་བྱེད་ཚུལ་ལ་  
འབྱུང་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེས་ན་གང་ཟག་གི་བསམ་པ་སྟོན་དུ་བཏང་ནས་ཟས་གོས་  
གནས་མལ་སོགས་བྱས་ནས་རང་ཉིད་དེ་ལ་འོངས་སྟོན་པ་ལྟ་བུ་ལའང་། རྒྱུན་གྱི་  
དབང་གིས་བྱེད་པོ་སོགས་སུ་བཏགས་ཀྱི། དོན་ལ་བྱེད་པ་པོར་གྲུབ་པ་མེད་དེ། རྟོན་  
དུས་བཟའ་བར་བུའོ་སྦྱོམ་པའི་ཡིད་ཀྱིས་སྐྱེས་བུའི་དཔྱིད་དུས་ས་བོན་འདེབས་འདོད་  
ཀྱི་བསམ་པ་དེ་ལོ་ཏོག་གི་རྒྱའི་ཚོགས་པ་སྤྱད་པ་ལ་ཉེ་བར་ཕན་པའི་བརྒྱུད་རྒྱ་ཡིན་  
ནའང་དེ་རང་ཉིད་ཀྱང་སྟོན་སོང་གི་རྒྱ་གཞན་གྱིས་བསྐྱེད་ལ། སེམས་པ་དེ་

ཁོ་ནས་ལོ་ཏོག་རང་དབང་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་གྱི། དེའི་སྤྱི་ལོགས་སུ་བྱུང་བའི་རྒྱ་ཇི་  
སྟེད་ཅིག་ཚོགས་པའི་ཐ་མར་ལོ་ཏོག་བསྐྱེད་ལ། འབྲས་བུ་ལོ་ཏོག་སྐྱེས་པའི་དུས་ན་  
རྒྱ་ཐམས་ཅད་འགགས་པའི་སྤྱིར་ལོ་ཏོག་སྐྱེད་པའི་བྱེད་པོ་རྣམས་སུ་གྲུབ་པ་གང་ཡང་  
མེད་དེ། ཚོས་སྤྱི་ཚོགས་པའི་རྒྱས་བསྐྱེད་ཅིང་རྒྱ་དེ་དག་ཀྱང་སྐྱད་ཅིག་མ་ཡིན་པའི་  
སྤྱིར་བྱེད་པ་པོ་མི་དམིགས་སོ། །འོན་ཀྱང་ཤིང་འདི་ནི་མི་འདིས་བཙུགས་སོ་ཞེས་  
བྱེད་པོར་འཛིན་པ་ལྟ་བུའི་ཐོག་མར་རྒྱའི་ཚོགས་པ་སྤྱད་པའི་སྐྱེས་བུ་དེའི་ཕུང་པོའི་  
རྒྱུན་ལ་བྱེད་པ་པོ་བཏགས་པ་ཙམ་སྟེ་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྐྱད་ཐམས་ཅད་དེ་ལྟར་གནས་  
པ་ཤེས་པར་བུའོ། །

ལྟ་བུ་། གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་ལ་མཁའས་པ། ། མི་འདོད་འདོད་དང་  
སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- མི་འདོད་འདོད་དང་རྣམ་དག་དང་། །
- མཉམ་དུ་འབྱུང་དང་དབང་བྱེད་དང་། །
- འཐོབ་དང་ཀུན་དུ་སྟོན་པ་དག །
- གཞན་དབང་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཏེ་གཞན། །

གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་ནི་གཞན་གྱི་དབང་རྣམ་པ་བདུན་གྱིས་རིག་པར་བྱསྟེ། མི་  
འདོད་པ་གཞན་དབང་ནི་ཉེས་པར་སྟོན་པས་མི་འདོད་བཞིན་དུ་ངན་འགྲོ་འགྲོ་བ་དང་འདོད་  
པ་གཞན་དབང་ནི་ལོགས་པར་སྟོན་པས་འདོད་པས་བདེ་འགྲོར་འགྲོ་བ་དང་རྣམ་དག་



གཞན་དབང་ནི་སྐྱོབ་པ་ལྟ་མ་སྤངས་ལ་བྱང་རྒྱུ་གི་ཡན་ལག་རྣམས་མ་བསྐྱོམས་ན་སྤྱི་ག་  
བསྐྱེད་མཐར་མི་བྱེད་པ་དང་། །མཉམ་དུ་འབྱུང་བ་གཞན་དབང་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
དང་འཁོར་སྐྱུར་གཉིས་གཉིས་སྤྲ་སྤྲི་མེད་པར་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་གཅིག་ཏུ་མི་འབྱུང་བ་  
དང་དབང་བྱེད་པ་གཞན་གྱི་དབང་ནི་བྱུང་མེད་འཁོར་ལོས་སྐྱུར་བ་ལ་སོགས་པ་མི་བྱེད་པ་  
དང་། །འཐོབ་པ་གཞན་དབང་ནི་བྱུང་མེད་གྱིས་རང་སངས་རྒྱས་དང་གླུ་མེད་པ་རྗེས་སུ་  
པའི་སངས་རྒྱས་མི་འཐོབ་པ་དང་ཀུན་ཏུ་སྤྱོད་པ་གཞན་དབང་ནི་ལྟ་བུ་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་  
པས་སློབ་གཙོད་པ་སོགས་ཀུན་ཏུ་མི་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་འདི་དག །གཞན་དབང་ཉིད་ཀྱི་དོན་  
ཏེ་སྤྲ་མ་དག་ལས་གཞན་མོ། །རྒྱ་ཆེར་ནི་ཁམས་མང་པོ་ཅན་གྱི་མདོ་ལས་འབྱུང་བ་བཞིན་  
ཁོང་དུ་རྒྱུད་པར་བྱའོ།

སྤྱིར་གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་བྱུང་ཆེ་སྟེ། རྒྱ་གང་  
ལས་འབྲས་བུ་གང་འབྱུང་བ་དང་མི་འབྱུང་བ། འབྲས་བུ་གང་ཞིག་རྒྱ་གང་ལ་  
བལྟོས་པ་དང་མི་བལྟོས་པ་ལྟ་བུའི་རྒྱུ་གི་སྤྱིད་པ་དང་མི་སྤྱིད་པའམ། གནས་ཡོད་  
པ་དང་གནས་མེད་པའི་རྒྱུ་ཤེས་པའི་སྐྱོ་ནས་འཁོར་འདས་སྤང་དོར་གྱི་བྱ་བ་སྤྲ་  
རགས་ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་སློབ་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དོ། །སྐྱབས་འདེར་གཞན་  
དབང་རྣམ་པ་བདུན་དུ་བསྟན་པ་འདིས་མཚོན་ནས་གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པའི་  
རྒྱུ་མཐའ་དག་ལ་མཁའ་པར་བྱ་བར་བསྟན་ཏེ། གང་ཞེན། མི་འདོད་པ་གཞན་  
དབང་ཉེས་པར་སྤྱོད་པའི་ལས་གྱིས་མི་འདོད་བཞིན་ངན་སོང་དུ་འགྲོ་བ་ལྟ་བུ་དང་།  
འདོད་པ་གཞན་དབང་ལེགས་པར་སྤྱད་པའི་ལས་གྱིས་འདོད་པའི་ཡུལ་བདེ་

འགྲོ་བོ་ཐོབ་པ་ལྟ་བུ་དང་། རྣམ་པར་དག་པ་གཞན་གྱི་དབང་ལས་སྐྱོམ་ཞིང་སྐྱོབ་པ་མ་  
སྤང་བར་རྣམ་པར་དག་པ་མི་ཐོབ་པ་ལྟ་བུ་དང་། མཉམ་དུ་བྱུང་བ་གཞན་དབང་ནི་  
འབྲུན་རྒྱ་མེད་པའི་ལས་བསགས་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་གཅིག་ཏུ་སངས་རྒྱས་  
གཉིས་དང་འཁོར་ལོས་བསྐྱུར་བ་གཉིས་སྤུན་ཅིག་མི་འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་དང་། དབང་  
བྱེད་གཞན་དབང་བྱུང་མེད་གྱི་རྟེན་འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་བདུན་ལ་དབང་བྱེད་  
མི་རུས་པ་ལྟ་བུ་དང་། འཐོབ་པ་གཞན་དབང་བྱུང་མེད་གྱི་རྟེན་ལ་རང་སངས་རྒྱས་  
དང་སངས་རྒྱས་ཉིད་མི་ཐོབ་པ་ལྟ་བུ་དོ། །ཀུན་ཏུ་སྤྱོད་པ་གཞན་དབང་ནི་འཕགས་  
པས་སློབ་གཙོད་པ་སོགས་ཀུན་ཏུ་མི་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་དོ། །དེ་ལྟར་ལས་དང་ཉོན་མོངས་  
དང་ཚེའི་གཞན་དབང་གསུམ་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་བདུན་པོ་འདི་གཞན་དབང་ཉིད་ཀྱི་  
དོན་ཏེ། དཔེར་ན་མི་དགའི་ལས་གྱིས་ངན་འགྲོར་འགྲོ་བ་གནས་ཡོད་པ་ཡིན་ཅིང་།  
དེས་བདེ་འགྲོར་འགྲོ་བ་གནས་མེད་ཅིང་སྐྱབས་མེད་པའོ། །དེ་ལ་མི་འདོད་གཞན་  
དབང་ཞེས་བྱ་སྟེ། ངན་འགྲོར་འགྲོ་བ་སུས་ཀྱང་མི་འདོད་མོད་གྱི་རྒྱ་མི་དགའི་ལས་  
སྤོན་སོང་གི་གཞན་དབང་ཅན་ཡིན་ཏེ་རང་གི་འདོད་པས་བསྐྱོབ་ཏུ་མེད་དོ། །དེ་  
བཞིན་དུ་དགོ་བའི་ལས་གྱིས་བདེ་འགྲོར་འགྲོ་བ་གནས་ཡོད་ལ། ངན་འགྲོར་འགྲོ་  
བ་གནས་མེད་པས་འདོད་པའི་བདེ་འགྲོ་ཐོབ་པ་དེ་ཡང་དགོ་བའི་ལས་སྤོན་སོང་ལ་  
རགས་ལས་པའི་གཞན་དབང་ཅན་ཡིན་ཏེ། རང་གི་འདོད་པས་འཇུག་པ་ནི་མ་ཡིན་  
མོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྐྱོབ་པ་སྤངས་པ་ལས་རྣམ་དག་ཐོབ་པ་དང་། མ་སྤངས་ན་མི་ཐོབ་  
པ་སོགས་སྤྱི་ག་རྣམས་ལའང་སོ་སོའི་གནས་ཡོད་སྐྱབས་ཡོད་དང་། གནས་མེད་  
སྐྱབས་མེད་གྱི་རྒྱུ་ཤེས་པར་བྱས་ནས་དེས་མཚོན་ཏེ་ཚོས་ཐམས་ཅད་གྱི་དངོས་པོའི་

ཚོས་ཉིད་རང་གི་ཚུལ་ཇི་ལྟར་བྱ་ཡིན་པ་ལ་སྐྱེས་བུའི་རང་འདོད་ཀྱིས་བཅོས་སུ་མེད་  
པར་ཤེས་ནས་ཚོས་གང་ལ་གང་ཞིག་གནས་ཡོད་པ་ཡིན་པ་དང་། གང་ལ་གང་  
གནས་མིན་ཅིང་སྐབས་མིན་པའི་དགག་སྐབ་ཀྱི་ཚུལ་ལ་མཁས་པར་བྱའོ། །

དུག་པོ་ ། དབང་པོ་ལ་མཁས་པ། ། འཛིན་དང་གནས་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ།  
།

འཛིན་དང་གནས་དང་རྒྱན་མི་འཆད། །

སྲོད་དང་དག་པ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱིར། །

དབང་པོ་ནི་རྣམ་པ་ཉར་གཉིས་ཏེ་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་དུག་འཛིན་པ་ལ་མིག་  
སོགས་དུག་པོ་དབང་བྱེད་པ་དང་གནས་པ་ལ་སློབ་གོ་དབང་གི་བྱེད་པ་དང་རིགས་རྒྱན་  
མི་འཆད་པ་ལ་ཕོ་དང་མོའི་དབང་པོ་གཉིས་དབང་བྱེད་པ་དང་། །དག་མི་དགའི་འབྲས་བུ་  
ལོངས་སྲོད་པ་ལ་ཚོར་བ་རྣམས་དབང་བྱེད་པ་དང་འཛིན་ཉེན་དང་འཛིན་ཉེན་ལས་འདས་  
པའི་དག་པ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱིར་དེ་ལ་དབང་བྱེད་པ་ནི་རིམ་པ་ལྟར་དད་སོགས་ལྟ་དང་ཀུན་ཤེས་  
གསུམ་ཡིན་ནོ།

དེ་ཡང་བྲམ་ཟེ་རང་བཞིན་ཉན་གྱིས་ལྷུས་པའི་དབང་དུ་མཛད་ནས་དབང་པོ་ཉར་  
གཉིས་སུ་གསུངས་ཏེ། མིག་དབང་སོགས་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་པ་ལྟ་དང་། ཡིད་  
དབང་དང་། སློབ་གོ་དབང་པོ་དང་། ཕོ་དབང་དང་། མོ་དབང་དང་། ཚོར་

བ་བདེ་བ་དང་། ཡིད་བདེ་བ་དང་། རྒྱལ་བསྐྱེད་དང་། ཡིད་མི་བདེ་བ་དང་། བཏང་  
སློམས་ཀྱི་དབང་པོ་ལྟ་དང་། དད་པའི་དབང་པོ་སོགས་དབང་པོ་ལྟ་དང་། མི་ཤེས་པ་  
ཀུན་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་དབང་པོ་ཀུན་ཤེས་པའི་དབང་པོ། ཀུན་ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་  
པོ་གསུམ་སྟེ་དེ་ལྟར་ཉར་གཉིས་སོ། །དེ་ལ་ཀུན་ཤེས་བྱེད་པའི་དབང་པོ་ནི། མཐོང་  
ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཡིད་དང་དད་སོགས་ལྟ་དང་། ཚོར་བ་དེ་ཡིད་བདེ་བཏང་སློམས་  
ཀྱི་དབང་པོ་ཀུན་ཤེས་པའི་དབང་པོ། ཀུན་ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་པོ་གསུམ་སྟེ་དེ་ལྟར་  
ཉར་གཉིས་སོ། །དེ་ལ་ཀུན་ཤེས་བྱེད་པའི་དབང་པོ་ནི། མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཡིད་  
དང་དད་སོགས་ལྟ་དང་། ཚོར་བ་དེ་ཡིད་བདེ་བཏང་སློམས་ཀྱི་དབང་པོ་དགུ་པོ་དེ་ལ་  
མིང་དེ་ལྟར་བཟོད་ཅིང་། དེ་བཞིན་དུ་སློམ་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་དེ་དགུ་ལ་ཀུན་ཤེས་པའི་  
དབང་པོ་དང་། མི་སློབ་པའི་ལམ་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་དེ་དགུ་ལ་ཀུན་ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་པོ་  
ཞེས་བཟོད་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་དག་གིས་གང་ལ་དབང་བྱེད་ཟེར་ན། མིག་དབང་ནས་ཡིད་དབང་གི་བར་  
གྱི་དུག་པོ་དེས་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རང་ཡུལ་དེ་དག་འཛིན་པ་ལ་དབང་བྱེད་དོ།  
།སློབ་གོ་དབང་པོས་རིས་མཐུན་པར་གནས་པ་ལ་དབང་བྱེད། ཕོ་མོའི་དབང་པོས་  
མངལ་ནས་སྐྱེ་བ་རྒྱན་མི་འཆད་པ་ལ་དབང་བྱེད། ཚོར་བ་བདེ་སོགས་ལྟ་པོས་དགོ་  
སྒྲིག་གི་འབྲས་བུ་ལ་ལོངས་སྲོད་པ་ལ་དབང་བྱེད་པ་དང་། དད་སོགས་ལྟ་དང་ཀུན་  
ཤེས་བྱེད་སོགས་གསུམ་གྱིས་དག་པ་རྣམ་པ་གཉིས་ལ་དབང་བྱེད་པ་ཉིད་དེ། ཇི་  
ལྟར་ན་དད་སོགས་དབང་པོ་ལྟས་འཛིན་ཉེན་པའི་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་དབང་བྱེད་པ་  
དང་། ཀུན་ཤེས་བྱེད་པ་སོགས་དབང་པོ་གསུམ་གྱིས་འཛིན་ཉེན་ལས་འདས་པའི་





ལྡན་པའི་ཕྱིར་ན་གཞན་དུ་འདོད། །

བདེན་པ་བཤད་པ་ལ་ཟག་བཅས་གྱི་ཚོར་བ་རྒྱ་དང་བཅས་པའི་དོན་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལ་གྱི་བདེན་  
པ་དང་། །སྤྲུག་བསྐྱེད་དེ་ཡི་རྒྱ་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་ནི་སྤྲུག་པ་ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་  
ཡིན་ལ། །དེ་གཉིས་ཞི་བ་འགོག་བདེན་དང་གཉིན་པའི་དོན་དང་། །ལྡན་པའི་ཕྱིར་ན་ལམ་  
གྱི་བདེན་པ་སྟེ་སྐྱེ་མ་དག་ལས་གཞན་དུ་འདོད་དོ།

དངོས་པོའི་ཚོས་ཉིད་རི་ལྟ་བུ་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཟིགས་པའི་དོར་བདེན་ཅིང་  
མི་བསྐྱེད་བའི་དོན་ལ་བདེན་པ་ཞེས་བྱ་བ། དེ་ལ་དབྱེན་ཀུན་གྱི་རྒྱ་ལས་ལས་  
སྤྲུག་བའི་བདེན་པ་རྣམས་པ་བཞི་འོ། །དེ་གང་ཞེ་ན། ཟག་བཅས་གྱི་ཚོར་བ་གང་ཞེ་ག་  
སྤྲུག་བསྐྱེད་གསུམ་དང་ཅི་རིགས་པར་ལྡན་པ་དང་དེའི་རྒྱ་ལས་གཞི་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་  
ལྷན་པོ་ལྡན་བསྐྱེད་པའི་དོན་ཅན་གྱི་ཚོས་རྣམས་ནི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལ་གྱི་བདེན་པ་འོ། །

སྤྲུག་བསྐྱེད་དེ་ཡི་རྒྱ་ནི་འཁོར་བའི་ཡང་སྲིད་ཀུན་ནས་འབྱུང་བའམ་སྤྲུག་  
པར་བྱེད་པ་དེ་ཡིན་ཏེ། གང་ཞེ་ན། ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ཀུན་  
འབྱུང་བའི་བདེན་པ་ཞེས་བྱ་འོ། །སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་ཀུན་འབྱུང་དེ་གཉིས་གཏན་དུ་ཞི་  
བ་ནི་འགོག་པའི་བདེན་པ་དང་། ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ཚོས་དེ་དག་ཟད་པར་བྱེད་  
པའི་གཉིན་པའི་དོན་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་ན་ལམ་གྱི་བདེན་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། བདག་མེད་  
རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་འཁོར་དང་བཅས་པ་འོ། །

དགྲ་པ་ ། ཐེག་པ་ལ་མཁས་པ་ ། ། ཡོན་ཏན་སྐྱོན་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱེད་ཏེ། །

ཡོན་ཏན་སྐྱོན་དང་རྣམ་མི་རྟོག་ །

ཤེས་པས་གཞན་ལས་བདག་གིས་ནི། །

ངེས་པར་འབྱུང་ཕྱིར་གཞན་ཞེས་བྱ། །

ཐེག་པ་གསུམ་བཤད་པ་ནི། ལྷན་ལས་འདས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་འཁོར་བའི་སྐྱོན་སོ་  
སོར་ཤེས་པ་ཉན་རང་གཉིས་དང་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་དོན། །ཤེས་པས་བྱུང་རྒྱུ་སེམས་  
དཔའི་ཐེག་པ་སྟེ་དེ་ཡང་སྐྱོན་ཡོན་ཤེས་པ་གཞན་ལས་ཐོས་ནས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་ཉན་  
ཐོས་དང་བདག་གིས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་རང་སངས་རྒྱས་དང་བདག་གིས་ནི། །མི་རྟོག་  
ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་བྱུང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་ཐེག་པ་སྟེ་རྣམ་པར་བཞག་  
པ་སྐྱེ་མ་དག་ལས་གཞན་ཞེས་བྱ་འོ།

དེ་ལ་ཐེག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། ལྷན་ལས་བྱངས་ན་བཞེན་པ་སོགས་ཀྱི་དོན་ལ་  
འཇུག་སྟེ་ལམ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་གང་ཟག་གང་ཞེ་ག་ཞུགས་པའམ་ཞེ་ན། དེ་ཉིད་  
ཀྱིས་གང་འདོད་པ་འབྲས་བུའི་ཕྱོགས་སུ་འདེགས་ཤིང་ཕྱིན་པར་བྱེད་པས་ན་ཐེག་པ་  
ཞེས་བྱ་འོ། །དེ་ལ་ལམ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ལ་འདིས་འདེགས་པ་རྒྱུའི་ཐེག་པ་དང་།  
དེས་ཐོབ་བུའི་འབྲས་བུ་ལ་འདིར་འདེགས་པ་འབྲས་བུའི་ཐེག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་སྟོད་  
མཚན་དོ། །དེ་སྟེ་བུའི་ཐེག་པ་དེ་ལ་འཇིག་རྟེན་པའི་ཐེག་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་  
འདས་པའི་ཐེག་པའི་དབྱེ་སྒྲོ་ནས་རྣམ་གྲངས་དུ་མར་ཡོད་ཀྱང་སྐབས་འདིར་རྣམ་

ཕར་གྲོལ་བ་ཉན་རང་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཐེག་པ་གསུམ་དང་། དེ་ཡང་བསྐྱུ་ན་ཐེག་པ་ཆེ་  
 རྒྱུ་གཉིས་སུ་འདུལ། དེ་དག་གི་བྱུང་པར་བཤད་ན། སྤང་ན་ལས་འདས་པའི་ཡོན་  
 ཏན་དང་། འཁོར་བའི་སྐྱོན་དང་འདི་གཉིས་སློབ་དཔོན་གཞན་ལས་ཐོས་ཤིང་དེ་ཡི་  
 རང་བཞིན་ཤེས་པའི་སློ་ནས་རང་འབྱས་འཁོར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཞི་བའི་ས་ལ་ངེས་  
 པར་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་ན་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ཞེས་བྱའོ། །འཁོར་འདས་ཀྱི་སྐྱོན་ཡོན་  
 དེ་དག་སློབ་དཔོན་ལ་མ་བསྟོམས་པར་བདག་གིས་ནི་མངོན་དུ་ཤེས་པས་ཞི་བའི་ས་  
 ལ་ངེས་པར་འབྱུང་བ་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་ཞེས་བྱའོ། །འཁོར་འདས་ལ་སྐྱོན་  
 དང་ཡོན་ཏན་ཐ་དད་པ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པར་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་ཤེས་ནས། སྤྱིད་ཞིར་  
 མི་གནས་པའི་སྤང་འདས་ཆེན་པོར་ངེས་པར་འབྱུང་བ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་  
 ཡང་སྤྱིའི་ཡོངས་འཛིན་དགོ་བའི་བཤེས་གཉིན་གཞན་དང་། རང་གི་ཡོངས་འཛིན་པ་  
 དག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཐབས་ཤེས་ཟབ་མོ་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བ་སྟེ་གཉིས་པོ་དེ་ཡི་མཐུ་ལས་དེ་  
 ལྟ་བུར་བྱུར་པ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ་ཞེས་སོ། །

བརྩུ་པ་ ། འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་ལ་མཁས་པ་ ། །  
 སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

བཏགས་པ་རྒྱུར་བཅས་

- བཏགས་བཅས་རྒྱུར་བཅས་རྒྱུ་མཚན་དང་། །
- རབ་ཏུ་ཞི་བ་དོན་བཅས་ནི། །
- ཐ་མ་ཉིད་དུ་བཤད་པ་ཡིན། །

བསྟན་བཅས་དབྱས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྲེད་པ་ལས། །  
 དེ་ཁོ་ནའི་ལཱུར་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ་གསུམ་པའོ། །

འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་བཤད་པ་ནི། བཏགས་པ་སྟེ་མིང་གི་ཚོགས་ལ་སོགས་  
 པ་དང་བཅས་པ་དང་རྒྱུར་བྱུར་པ་ས་བོན་དུ་བསྐྱུས་པའི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་  
 བཅས་པ་དང་རྒྱུ་མཚན་ནི་གནས་དང་ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་དུ་བསྐྱུས་པ་དང་། །རབ་ཏུ་  
 ཞི་བ་འགོག་པ་དོན་ཏེ་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་བཅས་པ་ནི། །ཐ་མ་ཉིད་དུ་བཤད་པ་ཡི་ནོ། །དེ་  
 ཁོ་ནའི་དོན་བསྐྱུས་པ་ནི་མདོར་བསྐྱུ་ན། རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ་མེ་ལོང་ལྟ་བུའི་དེ་ཁོ་ན་དང་སྤང་  
 བའི་དེ་ཁོ་ནའོ། །དེ་ལ་མེ་ལོང་ལྟ་བུ་ནི་རྩ་བའི་དེ་ཁོ་སྟེ་ལྷག་མ་རྣམས་དེ་ལ་སྤང་བའི་  
 སྤྱིར་རོ། །སྤང་བའི་ནི་རྣམ་པ་དགུ་སྟེ། ང་རྒྱལ་མེད་པའི་སྤང་བའི་དེ་ཁོ་ན་དང་། །སྤྱིན་  
 ཅི་ལོག་གི་གཉིན་པོའི་སྤང་བ་དེ་ཁོ་ན་དང་། །ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་  
 སྤང་བའི་དེ་ཁོ་ན་དང་། །རགས་པས་ཡོངས་སུ་སྤྱིན་པར་བྱེད་ཅིང་སྤང་བས་རྣམ་པར་གྲོལ་  
 བར་བྱེད་པའི་སྤྱིར་ཐེག་པ་ཆེན་པོས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་སྤང་བའི་དེ་ཁོ་ན་དང་། །དཔེ་ལ་  
 བཞེན་ཏེ་རིགས་པས་ཚར་གཅོད་པའི་སྤྱིར་ཕས་ཀྱི་རྟོལ་བ་ཚར་གཅོད་པ་སྤང་བའི་དེ་ཁོ་ན་  
 དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མངོན་པར་བརྗོད་པ་སྤང་བའི་དེ་ཁོ་ན་དང་། །ཤེས་བྱའི་རྣམ་པ་  
 ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་པ་སྤང་བའི་དེ་ཁོ་ན་དང་། མ་ཞོར་བའི་དེ་བཞིན་ཉིད་མངོན་པར་  
 བརྗོད་པ་སྤང་བའི་དེ་ཁོ་ན་དང་། བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་གཞི་ལ་དགོངས་པ་ཐམས་ཅད་  
 རྟོགས་པར་སྤང་བའི་དེ་ཁོ་ནའོ། །བསྟན་བཅས་དབྱས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྲེད་པ་ལས་  
 དེ་ཁོ་ནའི་ལཱུར་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་གསུམ་པའོ།

མིང་ཚིག་ཡི་གཏི་སྒོ་ནས་བཏགས་པ་དང་བཅས་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་ཚོས་གང་ཞིག་  
རྒྱུར་བཅས་ཞེས། རྒྱུ་ནི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ཉིད་དེ་དེ་ལ་བག་ཆགས་སྐྱེ་ཚོགས་  
བསགས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཁམས་ལས་སྐྱེང་བ་ཐམས་ཅད་བྱུང་བའོ། །རྒྱུ་མཚན་དང་བཅས་  
པ་ཞེས་མིང་གདགས་པའི་གཞིའམ་རྒྱུ་མཚན་གྱི་ནང་གི་སྐྱེང་བ་རྣམས་ཏེ། གང་ཞེ་  
ན། སྤྱི་ཡུལ་གྱི་ཆར་བསྐྱུས་པ་གནས་སྒོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་རི་གླིང་སོགས་སུ་སྐྱེང་བ་  
དང་། ལུས་སུ་སྐྱེང་བ་སེམས་ཅན་སོ་སོའི་ལུས་དང་ཡོངས་སྒོད་དུ་སྐྱེང་བ་གཟུགས་  
ལ་སོགས་པ་དང་། ནང་འཇིག་པའི་ཆར་བསྐྱུས་པ། ཉོན་མོངས་པའི་ཡིད་དང་། རྣམ་  
ཤེས་ཚོགས་ལྔ་དང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཞེས་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དང་བཅས་པའི་ཚོགས་  
བདུན་པོ་དག་སྟེ། དེ་ལྟར་སྤྱི་ནང་གི་སྐྱེང་བ་འདི་ཐམས་ཅད་ཀུན་གཞི་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་  
ཆའོ། །འདི་ཐམས་ཅད་ནི་ལས་ཉོན་གྱི་རྒྱུ་ལས་འདུས་བྱས་ཤིང་མི་རྟག་པའི་སྤྱིར་ན་  
འདུས་བྱས་ཞེས་བྱའོ། །རབ་ཏུ་ཞི་བ་འགོག་པ་དང་། དོན་ནི་ལམ་གྱིས་དམིགས་  
ཡུལ་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་བཅས་པ་འདི་དག་འདུས་མ་བྱས་པའོ། །དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་  
ཡུལ་ཅན་ལམ་དེ་ཡང་ཞི་བར་བྱེད་པས་ན་ཞི་བར་གཏོགས་ཤིང་ལས་ཉོན་གྱིས་  
འདུས་མ་བྱས་པའི་ཆ་ནས་འདུས་མ་བྱས་པའི་ཐ་སྙད་བཏགས་པ་ལ་འགལ་བ་མེད་  
ཀྱང་། ལམ་རང་གི་ངོ་བོ་སྐྱེ་འགག་དང་བཅས་པས་ན་འདུས་མ་བྱས་མཚན་ཉིད་པར་  
མི་བཞག་གོ། །འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་ལ་མཁས་པ་འདི་ནི་མཁས་བུའི་གནས་  
བཅུའི་ནང་གི་ཐ་མ་ཉིད་དུ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །བཤད་ཚུལ་དེ་ལྟར་ན། དོན་བཅས་  
ཞེས་པ་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་། རབ་ཞི་འགོག་པ་འབྲས་བུ་མི་སྒྲོབ་ལམ་གྱི་ཆར་བསྐྱུ་ན།

ཚོས་ལྔ་ལ་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས་ནས་དེའི་སྐྱེང་ནས་འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་  
ཀྱི་བྱེད་པར་སྤེ་སྟེ་འཇོག་ཚུལ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་འགྲོ་བ་ནི་སྤྱི་དང་བྱེད་པར་སེམས་ཅམ་  
གྱི་ལུས་ལ་མཇོས་ཤིང་ཐུན་མོང་སྤྱིར་ནི། བཏགས་པ་དང་བཅས་ཤིང་རྒྱུར་བཅས་  
པའི་རྒྱུ་མཚན་གྱིས་རབ་ཏུ་སྤེ་བ་སྟེ། ཀུན་ཏུ་བཏགས་པའི་གཞིར་གྱུར་པ་དང་བཅས་  
ཤིང་། གཞན་དབང་གི་རྒྱུ་ལས་སྐྱེས་པ་དང་བཅས་པའམ། རྒྱུ་ལས་སྐྱེས་པ་སྐྱེ་  
འགག་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་འདུས་བྱས་དང་། བཏགས་བཅས་དང་རྒྱ་རྒྱུན་ལས་  
སྐྱེ་བ་དང་འགག་པ་དེ་དག་རབ་ཏུ་ཞི་བ་གང་ཞིག་དོན་དང་བཅས་པ་སྟེ་གཏན་མེད་  
རི་བོང་གི་རྩ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པ་ཡོངས་གྲུབ་དེ་བཞིན་ཉིད་ལྟ་བུ་ནི་འདུས་  
མ་བྱས་པའོ། །ཞེས་བཤད་ཀྱང་དོན་གྱི་འགལ་བ་མ་མཐོང་ངོ་། །དབུས་མཐའ་རྣམ་  
འབྱེད་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་ལེ་ལུའི་འགྲེལ་བའི་སྐབས་སོ། །།





# ཉལ་པ་ལའལེ་གཤམ།

གཉིས་པ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ། ལམ་གྱི་ཚེས་དང་། ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་དང་།  
 ལམ་གྱི་འབྲས་བུའོ། །དང་པོ་། ལམ་གྱི་ཚེས་ ། ལམ་ལྔ་ལ་བྱང་ཕྱོགས་  
 གྱི་ཚེས་སོ་བདུན་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་། དེ་དག་གནས་སྐབས་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་  
 དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལམ་གྱི་ཁྱད་པར་ལའད་པའོ། །དང་པོ་། ལམ་ལྔ་  
 ལ་བྱང་ཕྱོགས་གྱི་ཚེས་སོ་བདུན་རྣམ་པར་བཞག་པ་ ། ལ་ཚོགས་ལམ་རྒྱུ་རྩུ་རྩུ་  
 པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་བཞི་ལའད་པ། འབྲིང་པོར་ཡང་དག་སྤོང་བ་བཞི། ཚེན་པོར་  
 རྩུ་འཕུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་བཞི། སྤྱིར་ལམ་དོད་ཅེ་གཉིས་སུ་དབང་པོ་ལྔ་བཟོད་པ་ཚོས་  
 མཚོག་གཉིས་སུ་སྤོབས་ལྔ། མཐོང་ལམ་དུ་བྱང་ཆུབ་ཡན་ལག་བདུན། སྒྲོམ་ལམ་  
 དུ་འཕགས་ལམ་བརྒྱུད་ལའད་པའོ། །དང་པོ་། ཚོགས་ལམ་རྒྱུ་རྩུ་རྩུ་པ་ཉེ་  
 བར་བཞག་པ་བཞི་ལའད་པ་ ། ། གནས་ངན་ལེན་སྤྱིར་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- གནས་ངན་ལེན་སྤྱིར་སྤྱིར་སྤྱིར་ །
- གཞི་ཡི་སྤྱིར་དང་མ་ཚོངས་སྤྱིར་ །
- བདེན་པ་བཞི་ལ་འཇུག་བྱ་བས། །

# བྱན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་བསྒྲོམ་ །

གཉིན་པོ་བསྒྲོམ་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་གྱི་ཕྱོགས་བསྒྲོམ་པ་སྟེ་དེ་ལས་བྱན་པ་ཉེ་བར་བཞག་  
 པ་ལས་ལུས་གྱིས་ནི། **གནས་ངན་ལེན་**རབ་ཏུ་སྟོན་ཏེ་དེ་ལ་ཡོངས་སུ་བཏྲགས་པས་  
 སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་བདེན་པ་ལ་འཇུག་པའི་སྤྱིར་དང་སྤྱིད་པའི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་ནི་ཚོར་བ་སྟེ་དེ་  
 ལ་ཡོངས་སུ་བཏྲགས་པས་ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་ལ་འཇུག་པའི་སྤྱིར་དང་། །བདག་ཏུ་  
 མངོན་པར་ཞེན་པའི་གཞི་ནི་སེམས་ཏེ་དེ་ལ་ཡོངས་སུ་བཏྲགས་པས་འགོག་པའི་བདེན་  
 པ་ལ་འཇུག་པ་དེ་ཡི་སྤྱིར་དང་ཚོས་ལ་ཡོངས་སུ་བཏྲགས་པས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོས་ང་པ་  
 དང་རྣམ་པར་བྱང་བའི་ཚོས་ལ་མ་ཚོངས་པའི་སྤྱིར་ལམ་གྱི་བདེན་པ་ལ་འཇུག་པས། །དེ་  
 ལྟར་བདེན་པ་བཞི་ལ་འཇུག་པར་བྱ་བས། །བྱན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་བསྒྲོམ་པར་བྱའོ།

ལུས་ནི་གནས་ངན་ལེན་གྱི་གཞི་སྟེ། ཇི་ལྟར་ན་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་འདུ་བྱེད་པ་ནི་  
 གནས་ངན་ལེན་ཞེས་བྱ་བ་ལ། རྣམ་སྒྲིམ་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ལུས་དེའི་  
 དོན་ལ་བྱན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པས་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་བདེན་པ་ལ་འཇུག་གོ། །ཚོར་  
 བ་ནི་ཀུན་འབྱུང་གི་གཙོ་བོ་སྤྱིད་པའི་རྒྱུ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དེ་ལ་ཡོངས་སུ་བཏྲགས་པས་  
 ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་ལ་འཇུག་གོ། །སེམས་ནི་བདག་ཏུ་ལྟ་བའི་གཞི་མཐར་ཐུག་  
 པ་ཡིན་པས་དེ་ལ་བཏྲགས་པས་འགོག་བདེན་ལ་འཇུག་སྟེ་བདག་མིད་པ་རྣམ་རིག་  
 ཅམ་གྱི་དོན་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པའི་སྒྲོ་ནས་བདག་ཆད་གྱིས་དོགས་པའི་སྤྱག་པ་མིད་པར་  
 འགོག་པ་ལ་འཇུག་གོ། །ཚོས་ཐམས་ཅད་ལ་རྣམ་པར་བཏྲག་པའི་ཀུན་ཉོན་དང་རྣམ་

བྱང་གི་ཚོས་ལ་རྗེངས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ལམ་བདེན་ལ་འཇུག་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་བདེན་  
པ་བཞི་ལ་འཇུག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཐོག་མར་དྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་བཞི་སྒོམ་པ་རྣམས་  
པར་བཞག་གོ། །

གཉིས་པ་ ། རྒྱུ་ལྡན་པོར་ཡང་དག་སྟོང་བ་བཞི་ ། ། མི་མཐུན་ཕྱོགས་དང་སོགས་  
ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

མི་མཐུན་ཕྱོགས་དང་གཉིན་པོ་རྣམས། །  
རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་ཤེས་ན། །  
དེ་དག་སྟོངས་ཕྱིར་བཅོམ་འགྲུས་ནི། །  
རྣམ་པ་བཞི་དག་རབ་ཏུ་འབྱུང་། །

དེའི་འོག་ཏུ་ཡང་དག་པར་སྟོང་བ་རྣམས་སྟོན་ཏེ། འདི་ལྟར་དྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་  
བསྒོམས་པས་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་དང་གཉིན་པོ་རྣམས། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཏུ་ཡོངས་  
སུ་ཤེས་ན། །མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་དེ་དག་སྟོང་ཞིང་གཉིན་པོ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་བཅོམ་  
འགྲུས་ནི། །མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་མ་སྐྱེས་པ་མི་བསྐྱེད། །སྐྱེས་པ་སྤང་། །གཉིན་པོ་མ་  
སྐྱེས་པ་སྐྱེད། །སྐྱེས་པ་སྤེལ་བའི་བྱེ་བྲག་གིས། །རྣམ་པ་བཞི་དག་རབ་ཏུ་འབྱུང་ངོ་།

དེ་ལྟར་དྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་བསྒོམས་པས་སྤང་བུ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་དང་སྟོང་བྱེད་  
གཉིན་པོ་རྣམས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཏུ་ཡོངས་སུ་ཤེས་ན། མི་མཐུན་པའི་

ཕྱོགས་དེ་དག་སྟོང་བའི་ཕྱིར་དུ་གཉིན་པོ་བསྐྱེད་པའི་བཅོམ་འགྲུས་ནི་རྣམ་པ་བཞི་  
དག་རབ་ཏུ་འབྱུང་སྟེ། མི་དག་བའི་ཚོས་སྐྱེས་པ་སྟོང་བའི་ཕྱིར་བཅོམ་པ་དང་། མ་  
སྐྱེས་པ་མི་སྐྱེ་བའི་བཅོམ་པ་དང་། དག་བའི་ཚོས་ལ་སྐྱེས་པ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་བཅོམ་པ་  
དང་། སྐྱེས་པ་མི་ཉམས་པའི་ཕྱིར་བཅོམ་པ་དང་བཞི་ལོ། །

གསུམ་པ་ ། ཚེན་པོར་རྩུ་འཕུལ་གྱི་རྒྱུ་ལྡན་པ་བཞི་ ། ། དགོས་པ་དང་བཅས་ཏེ་  
རྩུ་འཕུལ་རྒྱུ་ལྡན་པ་བསྐྱེད་ཚུལ་མདོར་བསྟན། དེ་དག་གི་དོན་རྒྱུ་པར་བཤམ་པའོ།  
། དང་པོ་ ། དགོས་པ་དང་བཅས་ཏེ་རྩུ་འཕུལ་རྒྱུ་ལྡན་པ་བསྐྱེད་ཚུལ་མདོར་བསྟན་ ། །  
དེར་གནས་ལས་སུ་རུང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

དེར་གནས་ལས་སུ་རུང་བ་ཉིད། །  
དོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་འབྱོར་བར་འགྱུར། །  
ཉེས་པ་ལྔ་སྟོང་འདུ་བྱེད་བརྒྱད། །  
བསྟེན་པའི་རྒྱུ་ལས་བྱུང་བའོ། །

དེ་སྤང་བའི་ཕྱིར་བཅོམ་འགྲུས་ཚོམ་པ་ན་དེར་སེམས་གནས་པ་ལས་སུ་རུང་བ་ཉིད་ནི་  
རྩུ་འཕུལ་གྱི་རྒྱུ་ལྡན་པ་བཞི་པོ་དག་སྟེ། །དོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་འབྱོར་བར་འགྱུར་བའི་རྒྱུ་  
ཡིན་ནོ། །གོགས་འདུན་པ་དང་བཅོམ་འགྲུས་དང་སེམས་པ་དང་དཔྱོད་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་  
ཉིང་རེ་འཛིན་བཞིའོ། །དེ་ཕྱིར་ཡང་དག་པར་སྟོང་བའི་འོག་ཏུ་རྩུ་འཕུལ་གྱི་རྒྱུ་ལྡན་པ་  
སོ། །ལས་སུ་རུང་བ་དེ་ཡང་ཉེས་པ་ལྔ་སྟོང་བའི་ཕྱིར་སྟོང་བའི་འདུ་བྱེད་བརྒྱད། །བསྟེན་





ཞི་ཚེ་རྣམ་ཏུ་འཇུག་པ་ལོ། །

དེ་དག་གི་གཉེན་པོར་སྤོང་བའི་འདུ་བྱེད་བརྒྱུད་ཇི་ལྟར་རྣམ་པར་བཞག་ཅེ་ན། ཚུལ་བའི་  
གནས་འདུན་པ་དང་འདུན་པ་དེ་ལ་གནས་པ་ཚུལ་བ་དང་། །གནས་འདུན་པའི་རྒྱ་དྲུང་བ་  
དང་གནས་པ་ཚུལ་བའི་འབྲས་བུ་ཤིན་ཏུ་སྤོང་བ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར་བའོ། །སྤོང་བའི་འདུ་བྱེད་  
ལྷག་མ་བཞིན་དམིགས་པ་བརྗེད་པར་མ་གྱུར་པ་དྲན་པ་དང་། །བྱིང་དང་ཚོད་པ་རྟོགས་  
པ་ཤེས་བཞིན་དང་། །རྟོགས་ནས་དེ་སྤོང་བའི་ཕྱིར་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པའི་སེམས་པ་  
དང་། །བྱིང་བ་དང་ཚོད་པ་ཞི་བའི་ཚེ་རྣམ་ཏུ་འཇུག་པ་སེམས་བཏང་སྟོམས་སུ་བྱེད་པ་ལོ།

ལེ་ལོ་སྤང་པའི་གཉེན་པོ་བཞི་ནི། དད་པ་འདུན་པ་ཚུལ་བ་ཤིན་སྤང་བཞི་ཡིན་ཏེ།  
ཤིན་སྤང་གྲུབ་ན་ལེ་ལོ་མི་འབྱུང་ལ། ཤིན་སྤང་དེ་ནི་ཚུལ་བས་འགྲུབ་ཅིང་། ཚུལ་  
བ་ནི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་འདུན་པའི་སྟོན་ནས་འགྲུབ་ལ། འདུན་པ་སྤྱོད་པ་ནི་ཐོག་མར་དེ་  
ལ་ཡིད་ཆེས་ཤིང་དད་པས་སོ། །དེས་ན་ཚུལ་བའི་གནས་ནི་ཉིང་འཛིན་དེ་མངོན་པར་  
འདོད་པའི་འདུན་པ་དང་། འདུན་པ་དེ་ལ་གནས་པ་ཚུལ་བ་དང་། འདུན་པའི་རྒྱ་དྲུང་  
པ་དང་། ཚུལ་བའི་འབྲས་བུ་ཤིན་ཏུ་སྤོང་བ་ཉིད་ཏུ་གྱུར་པ་ལོ། །དེས་ན་དེ་བཞིས་ལེ་  
ལོ་སྤོང་ངོ་། །དེ་བཞིན་ཏུ་ཉེས་པ་གཞན་བཞིའི་གཉེན་པོ་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་ཏུ་དྲན་པ་  
ཤེས་བཞིན་སེམས་པ་བཏང་སྟོམས་བཞི་སྟེ། དྲན་པས་གདམས་ངག་གི་དམིགས་  
པ་བརྗེད་པར་མ་གྱུར་པ་དང་། ཤེས་བཞིན་གྱིས་བྱིང་པ་དང་ཚོད་པ་གྲུང་བ་ཤེས་  
ཤིང་རྟོགས་པ་དང་། སེམས་པས་བྱིང་ཚོད་གྱི་ཉེས་པ་དེ་སྤོང་བའི་གཉེན་པོ་

མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་དང་། བཏང་སྟོམས་གྱིས་བྱིང་ཚོད་ཞི་ཚེ་རང་བབ་གྱིས་རྣམ་  
ཏུ་འཇུག་པ་ལོ། །

བཞི་པ་ (སྤོང་ལམ་དྲོད་ཅེ་གཉིས་སུ་དབང་པོ་ལྟེ།) ། ཐར་པའི་ཆ་དང་མཐུན་  
གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- ཐར་པའི་ཆ་དང་མཐུན་བསྟེན་ནས། །
- འདུན་དང་སྤོང་བ་དབང་བྱེད་དང་། །
- དམིགས་པ་བརྗེད་པར་མ་གྱུར་དང་། །
- མི་འཕྲོ་རྣམ་པར་འབྱེད་ཀྱང་ངོ་། །

དེའི་ལོག་ཏུ་དབང་པོ་རྣམས་ཉེ་རྒྱ་འཕུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་རྣམས་གྱིས་སེམས་ལས་སུ་རུང་བ་  
དང་ཐར་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་བསྟེན་ནས། །དད་པས་བདེན་བཞིའི་སྤང་  
ངོར་ལ་འདུན་པ་ལ་དབང་བྱེད་པ་དང་བཙུན་འགྲུས་གྱིས་དེ་ལ་སྤོང་བ་ལ་དབང་བྱེད་པ་  
དང་། །དྲན་པས་དེའི་དམིགས་པ་བརྗེད་པར་མ་གྱུར་པ་ལ་དབང་བྱེད་པ་དང་། །ཉིང་དེ་  
འཛིན་གྱིས་སེམས་མི་འཕྲོ་བ་ལ་དབང་བྱེད་པ་དང་ཤེས་རབ་གྱིས་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལ་  
དབང་བྱེད་པ་དག་ཀྱང་ངོ་།

རྒྱ་འཕུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་རྣམས་གྱིས་སེམས་ལས་སུ་རུང་བ་དང་། ཐར་པའི་ཆ་དང་མཐུན་  
པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་བསྟེན་པར་བྱས་ནས་དད་པས་བདེན་བཞི་སྤང་ངོར་ལ་འདུན་པ་

ལ་དབང་བྱེད་པ་དང་། བརྩོན་པས་སྦྱོར་བ་ཉམས་ལེན་ལ་དབང་བྱེད་པ་དང་། འདིར་  
དབང་བྱེད་ཅེས་པ་འདི་ཚོགས་བཅད་ཀྱི་དབྱས་སྤྱོད་བ་ནི་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་ཅེས་  
བྱ་སྟེ། ཐོག་མཐའ་ཀུན་ལ་འང་དབང་བྱེད་ཅེས་སྦྱར་བར་བྱ་དགོས་པ་ཤེས་པར་བྱའོ།  
ཁྲན་པས་དམིགས་པ་བརྗེད་པར་མ་གྱུར་པ་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་སེམས་གཞན་  
དུ་མི་འཕྲོ་བ་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཚོས་རབ་དུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལ་དབང་བྱེད་པ་སྟེ།  
དེ་ལྟར་དང་པོ་ལྷན་རྒྱུ་བྱེད་གི་ཚོས་འདྲེན་པར་བྱེད་དོ། །

ལྷ་པ་ ། བཟོད་པ་ཚོས་མཚོག་གཉིས་སུ་སྟོབས་ལྷ་ ། ལ། དངོས་དང་སྦྱོར་ལམ་  
དང་དབང་སྟོབས་སྦྱར་ཚུལ་གྱིས་མཚུག་བསྐྱབ་གཉིས། དང་པོ་ ། དངོས་ ། ། མི་  
མཐུན་སྦྱོགས་ནི་སྤྲོད་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

མི་མཐུན་སྦྱོགས་ནི་སྤྲོད་པའི་ཕྱིར། །  
སྟོབས་ལྷན་འབྲས་བུ་ཕྱི་མ་ཡིན། །

དད་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཉིད་སྟོབས་དང་ལྷན་པར་གྱུར་པ་ལ་སྟོབས་ཞེས་བྱ་སྟེ་དད་པ་  
སོགས་མི་མཐུན་པའི་སྦྱོགས་ནི་སྤྲོད་པའི་ཕྱིར། །སྟོབས་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་དད་སོགས་  
དེ་དག་སྤྱིར་བསྟན་ཅེ་ན། །འདི་ལྟར་སྤྱི་མའི་འབྲས་བུ་ཕྱི་མ་ཡིན་ཏེ་དད་པར་གྱུར་པས་  
ནི་བརྩོན་འགྲུས་རྩེ་མོ། །བརྩོན་འགྲུས་བརྩམས་པས་ནི་ཁྲན་པ་ཉེ་བར་གནས་སོ། །ཁྲན་  
པ་ཉེ་བར་གནས་པས་ནི་སེམས་མཉམ་པར་འཛོག་གོ། །སེམས་མཉམ་པར་བཞག་པས་ནི་  
ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཤེས་སོ།

དད་པ་སོགས་ལྷ་པོ་དེའི་རང་རང་གི་མི་མཐུན་སྦྱོགས་མ་དད་པ་དང་ལེ་ལོ་དང་  
བརྗེད་ངས་དང་རྣམ་གཡེངས་དང་རྗེས་པའམ་ཤེས་འཆལ་རྣམས་ནི་སྤྲོད་པ་སྟེ།  
ཉམས་པར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་ན། དད་སོགས་ལྷ་པོ་སྟོབས་དང་ལྷན་ཏེ་མི་མཐུན་སྦྱོགས་  
ཀྱིས་བརྗེ་མི་རྣམས་པས་ན་དད་པའི་སྟོབས་སོགས་སུ་བརྗེད་དེ། དེ་ལྟར་དབང་སྟོབས་  
དེ་དག་གྲང་སྤྱི་མ་སྤྱི་མའི་འབྲས་བུ་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་ཡིན་ཏེ། དད་པའི་དབང་གིས་བརྩོན་  
པ་དང་། དེའི་དབང་གིས་ཁྲན་པ་དང་། དེ་ལས་ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་སེམས་མཉམ་པར་  
བཞག་པས་ནི་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རབ་དུ་ཤེས་པའི་བར་དུའོ། །

གཉིས་པ་ ། སྦྱོར་ལམ་དང་དབང་སྟོབས་སྦྱར་ཚུལ་གྱིས་མཚུག་བསྐྱབ་ ། ། དབང་  
པོ་རྣམས་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

དབང་པོ་རྣམས་དང་སྟོབས་རྣམས་ལ། །  
ངས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་གཉིས་གཉིས་སོ། །

དབང་པོ་རྣམས་དང་སྟོབས་རྣམས་ལ་དྲོ་བར་གྱུར་པ་དང་རྩེ་མོ་དག་གི་ཚོ་དབང་པོ་རྣམས་  
དང་བཟོད་པ་དང་ཚོས་མཚོག་ལ་སྟོབས་རྣམས་ཏེ། །ངས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་གཉིས་གཉིས་སོ།  
དབང་པོ་ལྷ་པོ་རྣམས་དང་། སྟོབས་ལྷ་པོ་རྣམས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ལ་ངས་འབྱེད་ཆ་  
མཐུན་ཏེ་སྦྱོར་ལམ་བཞི་པོ་གཉིས་གཉིས་སུ་འཛོག་པར་བྱ་སྟེ། ཇི་ལྟར་ན་དྲོད་དང་རྩེ་  
མོ་གཉིས་ཀྱི་དུས་ན་དབང་པོ་ལྷ་དང་། བཟོད་པ་ཚོས་མཚོག་གཉིས་ཀྱི་ཚོན་སྟོབས་





མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་གཉེན་པོར་ནི། །

ལམ་གྱི་ཡན་ལག་དེ་བརྒྱད་དོ། །

ལྟ་དང་ཚུལ་བྲིམས་ཡོ་བྱད་བསྐྱེད་སྤྱོད། །

གཞན་ལ་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་འདོད། །

ཉོན་མོངས་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་དབང་། །

མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་གཉེན་པོའོ། །

དེའི་འོག་ཏུ་བསྐྱོམ་པའི་ལམ་གྱི་ཚེ་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་རྣམས་ཉེ་དེ་དག་ཇི་ལྟར་རྣམ་པར་  
བཞག་ཅེ་ན། ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་ནི་ཡོངས་སུ་གཙོ་བོ་པའི་ཡན་ལག་སྟེ་འཇིག་རྟེན་ལས་  
འདས་པའི་རྗེས་ལས་ཐོབ་པ་འཇིག་རྟེན་པ་དེས་རང་གི་རྟོགས་པ་ཡོངས་སུ་གཙོ་བོ་པ་དང་  
ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་རང་གི་གཞན་ལ་གོ་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་སྟེ་ཀུན་  
ནས་སྦྱོང་བ་དང་བཅས་པའི་རང་གིས་དེ་གོ་བར་བྱེད་པ་དང་། །ཡང་དག་པའི་རང་དང་  
ལས་ཀྱི་མཐའ་དང་འཚོ་བ་སྟེ་རྣམ་པ་གསུམ་ནི་གཞན་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་  
དང་། །མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་གཉེན་པོར་ནི་ཡང་དག་པའི་རྩོལ་བ་དང་བྱམ་པ་དང་ཉིང་  
ངེ་འཇིག་རྟེ། །དེ་ལྟར་ན་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་དེ་བརྒྱད་དོ། །དེའང་ཡང་དག་པའི་རང་གིས་  
ལྟ་བུ་དང་ཡང་དག་པའི་ལས་ཀྱི་མཐའ་ནི་ཚུལ་བྲིམས་དང་ཡང་དག་པའི་འཚོ་བས་ནི་ཡོ་  
བྱད་བསྐྱེད་སྤྱོད་པ་རྣམས། །གཞན་ལ་རྣམ་པར་རིག་པར་བྱེད་པ་འདོད་ལ། །ཡང་དག་པའི་  
རྩོལ་བས་སྦྱོམ་སྤྱོད་ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོར་བྱེད་པ་དང་ཡང་དག་པའི་བྱམ་པས་ཞི་  
གནས་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་རྣམས་ལ་བྱམ་པ་ལོན་ཏུ་ཉེ་བར་གནས་པས་བྱིང་བ་

དང་ཚོད་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོར་བྱེད་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་  
ཉིང་ངེ་འཇིག་རྟེས་བསམ་གཏུན་ལ་གནས་ནས་མངོན་ཤེས་ལ་སོགས་པ་ཡོན་ཏུ་བྱེད་  
པར་ཅན་ལ་དབང་བྱེད་མི་རུས་པའི་སྦྱོམས་འཇུག་གི་སྒྲིབ་པའི་གཉེན་པོར་བྱེད་པས། །མི་  
མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་གཉེན་པོའོ།

འདི་ལྟར་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་དང་། རྟོག་པ་དང་། རང་དང་། ལས་ཀྱི་མཐའ་དང་།  
འཚོ་བ་དང་། རྩོལ་བ་དང་། བྱམ་པ་དང་ཉིང་ངེ་འཇིག་རྟེ་འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་  
ལག་བརྒྱད་ཏུ་གསུངས་པ་དེ་དག་ལས་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་ནི་དོན་ཇི་ལྟར་བཞིན་ཏུ་  
ཡོངས་སུ་གཙོ་བོ་པར་བྱེད་པའི་བདག་ཉིད་དེ་མཐོང་བའི་ལམ་གྱིས་ཚོས་ཉིད་མངོན་  
སུམ་མཐོང་བའི་རྗེས་ལས་ཐོབ་པའི་ཤེས་རབ་ངོ་མ་མེད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ངེས་པར་  
ཤེས་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པའི་དོན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་འཇིག་པའམ་ཡོངས་སུ་གཙོ་བོ་  
པའོ། །ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ་དང་རང་གཉེས་ནི་གཞན་ལ་གོ་བར་བྱེད་པ་སྟེ། རང་  
ཉིད་གྱིས་ཇི་ལྟར་ཁོང་ཏུ་བྱེད་པའི་དོན་རྣམས་སྟོན་པའི་ཀུན་སྦྱོང་ལ་རྟོག་པ་དང་།  
དེས་ཀུན་ནས་བསྐྱེད་སྤྱོད་རང་གཏུ་བཟོད་པ་ནི་རང་གི་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ངོ་མ་མེད་པའི་  
ཡང་དག་པ་ཅན་ནོ། །རང་གི་ལས་མཐའ་འཚོ་བ་རྣམ་པ་གསུམ་ནི། གཞན་ཡིད་ཆེས་  
པར་བྱེད་པ་སྟེ་ཇི་ལྟར་ན་ཡང་དག་པའི་རང་གིས་ལྟ་བུ་རྣམ་པར་དག་པ་གཞན་ལ་  
རིག་པར་བྱེད་ཅིང་གཞན་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་ལམ་གྱི་མཐའ་  
ནི། སྒྲིབ་ཏུ་མི་དགོ་བའི་ཚོས་ཀུན་ཏུ་མི་སྦྱོད་པ་ཚོས་ཉིད་གྱིས་ཐོབ་པའི་འཕགས་པ་  
དགེས་པའི་ཚུལ་བྲིམས་ཡིན་པས་དེས་ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་གཞན་ལ་རིག་

པར་བྱེད་ཅིང་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད། ཡང་དག་པའི་འཚོ་བ་ནི་འཕགས་པ་རྣམས་ལོག་  
པའི་འཚོ་བ་ཁ་གསལ་སོགས་དང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་བྲལ་བ་ཡིན་པས། དེས་  
ཡོ་བྱེད་བསྐྱེད་བ་དང་ལྡན་པ་གཞན་ལ་རིག་པར་བྱེད་ཅིང་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད་པ་ཉིད་  
དུ་འདོད་དོ། །

ཚོལ་བ་དང་ཉིང་ངེ་འཇོན་དང་དུན་པ་གསུམ་ནི་ལམ་གྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་  
གཉེན་པོར་ནི་གྱུར་པ་སྟེ། ཇི་ལྟར་ན་ཚོལ་བས་སློམ་སྲུང་གི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་  
སྲོང་བ་དང་། དུན་པས་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་བྱིང་ཚོད་སྲོང་སྟེ། ཞི་གནས་སོགས་  
ཀྱི་རྒྱ་རྣམས་ལ་དུན་པ་ཤིན་ཏུ་ཉེ་བར་འཇོག་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཉིང་ངེ་འཇོན་ནི་ཡོན་ཏན་བྱེད་པར་ཅན་ལ་དབང་འབྱེད་བའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་  
ཀྱི་གཉེན་པོར་གྱུར་པ་ཡིན་ཏེ། བསམ་གཏུན་ལ་གནས་ནས་མངོན་ཤེས་སོགས་  
ཀྱི་ཡོན་ཏན་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་འཕགས་པའི་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་ནི་ལྟ་བ་  
སོགས་དེ་རྣམ་པ་བརྒྱུད་དོ། །

གཉེས་པ་གནས་སྐབས་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་ནི། ཇི་སྲིད་མཐུན་པ་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་  
ཏེ། །

- ཇི་སྲིད་མཐུན་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག།
- ཇི་སྲིད་འབྲེལ་བཅས་བརྗོད་པ་དང་། །
- ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་ཕྱིན་ཅི་ལོག།

### ཇི་སྲིད་འབྲེལ་བཅས་བརྗོད་པའོ། །

གཉེན་པོ་བརྗོད་པ་དེ་མདོར་བསྟུན་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་རིག་པར་བྱ་སྟེ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་  
ཇི་སྲིད་མཐུན་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་ཚོགས་སྐྱོར་བའི་བརྗོད་པ་དང་། །ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་  
བརྗོད་པ་ཇི་སྲིད་འབྲེལ་བ་དང་བཅས་ཤིང་ངོ་བོ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལས་བརྗོད་པ་འཕགས་  
པ་སློབ་པའི་བརྗོད་པ་དང་། །ངོ་བོ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་ཅིང་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་དང་། །ཇི་སྲིད་  
འབྲེལ་བ་མེད་པ་མི་སློབ་པའི་བརྗོད་པའོ།

ལམ་ཐམས་ཅད་གནས་སྐབས་རྣམ་པ་གསུམ་གྱིས་བསྐྱེད་ཏེ། ཚོགས་སྐྱོར་བས་  
དུན་ཉེ་སོགས་ཀྱི་སློན་སྐྱོད་ལམ་བརྗོད་པ་ནི། ཐོས་བསམ་གྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་  
ཇི་སྲིད་མཐུན་པར་གཞུགས་པས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་ལ། བདག་མེད་པའི་དོན་སྤྱི་ལ་  
བདག་མེད་ཀྱི་རང་མཚན་དུ་ཞེན་པས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དང་ལྡན་པའི་གནས་སྐབས་  
སོ། །མཐོང་སློམ་གྱི་སྐབས་སུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སློབ་པ་ཇི་སྲིད་འབྲེལ་བ་དང་བཅས་  
པ་ཡིན་ནའང་བདག་མེད་ཀྱི་དོན་མངོན་སུམ་མཐོང་བས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལས་བརྗོད་  
པའང་ཡིན་ནོ། །སློམ་པ་མཐར་ཕྱིན་པ་མི་སློབ་པ་མི་སློབ་ལམ་ནི་ཚོས་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་  
ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་གཟིགས་པ་དང་སློབ་པ་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་སྲུངས་པས་  
ན། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཇི་སྲིད་འབྲེལ་བ་མེད་པར་བརྗོད་པའོ། །

གསུམ་པ་ ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལམ་གྱི་བྱེད་པར་བཤམ་པ་ ། ། བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ནི། །

དམིགས་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་། །

འཐོབ་པས་དེ་ནི་ཁྱད་པར་འཕགས། །

ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་རང་གི་རྒྱུད་དུ་གཏོགས་པའི་ལུས་ལ་སོགས་  
པ་ལ་དམིགས་ལ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ནི། །བདག་དང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་དུ་  
གཏོགས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་པ་དང་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་ལུས་  
ལ་སོགས་པ་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པར་ཡིད་ལ་བྱེད་ལ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་  
མི་དམིགས་པའི་རྩལ་གྱིས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་། །ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་  
ནི་ཅི་ནས་ཀྱང་ལུས་ལ་སོགས་པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་བསྐྱོམ་ལ། །བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་  
རྣམས་ནི་འབྲལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡང་མ་ཡིན་མི་འབྲལ་བའི་ཕྱིར་ཡང་མ་ཡིན་གྱི། མི་  
གནས་པའི་སྤྱང་ན་ལས་འདས་པའི་ཕྱིར་བསྐྱོམ་སྟེ་དེ་བས་ན་འཐོབ་པས་ཀྱང་དེ་ནི་ཁྱད་  
པར་དུ་འཕགས་སོ།

བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ལམ་དུ་ཉེ་སོགས་སྐྱོམ་པ་ནི་ཁྱད་པར་གསུམ་  
གྱིས་འཕགས་ཏེ་གང་ཞེ་ན། དམིགས་པ་རང་གཞན་གཉིས་ཀའི་རྒྱུད་གྱིས་བསྐྱུས་  
པའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱད་པར་དམིགས་ནས་བདག་མེད་གཉིས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་  
ལྟ་བས་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་། ཉན་རང་གི་ནི་རང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཚོགས་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་གང་  
ཟག་གི་བདག་མེད་པ་ཙམ་ལ་དམིགས་པས་རྒྱ་རྒྱུད་བའོ། །ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ནི་ཉན་  
རང་གིས་མི་རྟག་སོགས་ཀྱི་མཚན་མར་ཡིད་ལ་བྱེད་ཅིང་། བྱང་རྒྱལ་སེམས་

དཔས་རྟག་མི་རྟག་སོགས་སྐྱོ་སྐྱུར་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་ཏེ་མི་དམིགས་པའི་རྩལ་  
གྱིས་ཡིད་ལ་བྱེད་དོ། །

འབྲས་བུ་ཐོབ་རྩལ་ཀྱང་ཉན་རང་རྣམས་ལུས་མི་གཙང་སོགས་དང་འབྲལ་  
ཞིང་དམན་པའི་སྤྱང་འདས་ཐོབ་ལ། བྱང་སེམས་རྣམས་ལུས་སོགས་དང་འབྲལ་  
མི་འབྲལ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱིར་མ་ཡིན་པར་མི་གནས་པའི་སྤྱང་འདས་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་  
བསྐྱོམས་པས་ན་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྐྱོམ་པ་དེ་ནི་དེ་ལྟར་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་སོ། །

གཉིས་པ་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་ལ། གནས་སྐབས་དགུར་བཞག་པ་དང་། གསུམ་  
དུ་བཞག་པ་གཉིས། དང་པོ་། གནས་སྐབས་དགུར་བཞག་པ་། ལ་དངོས་དང་།  
དེའི་རྣམ་བཞག་བསྟན་པ་གཉིས། དང་པོ་། དངོས་། རྒྱ་ཡི་གནས་དང་སོགས་  
གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- རྒྱ་ཡི་གནས་དང་ལྷགས་པ་དང་། །
- སྐྱོར་དང་འབྲས་བུ་བརྗོད་པ་དང་། །
- བྱ་དང་བྱ་མེད་ཁྱད་པར་དང་། །
- དེ་ནི་སྐྱ་མ་སྐྱ་ན་མེད། །

གཉིན་པོ་བསྐྱོམ་པ་དེའི་གནས་གང་ཞེ་ན། རྒྱ་ཡི་གནས་ནི་རིགས་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་  
དང་ལྷགས་པའི་གནས་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་། །སྐྱོར་བའི་གནས་ནི་སེམས་བསྐྱེད་ནས་  
འབྲས་བུ་མ་ཐོབ་རྩལ་ཆད་དང་འབྲས་བུའི་གནས་སུ་བརྗོད་པ་ནི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་དང་། །བྱ་



བ་དང་བཅས་པའི་གནས་ནི་སློབ་པ་དང་བྱ་བ་མེད་པའི་གནས་ནི་མི་སློབ་པ་དང་བྱུང་པར་  
གྱི་གནས་ནི་མངོན་ཤེས་སོགས་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱུང་པར་དང་ལྡན་པ་དང་། །དེ་ནི་སྐྱ་མའི་  
གནས་ནི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་དང་སྐྱ་ན་མེད་པའི་གནས་ནི་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་  
།

ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་ལ་རྣམ་པ་དགུས་བཤད་དེ། རྒྱུའི་གནས་ནི་རིགས་ལ་གནས་  
པའི་གང་ཟག་དང་། ལྷགས་པ་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་གནས་སྐབས་  
དང་། སྦྱོར་བ་ཞེས་པ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་དང་པོ་མ་ཐོབ་བར་དུ་དང་། འབྲས་བུ་  
ཉིད་བརྗོད་པ་ས་དང་པོ་ཐོབ་པ་དང་། ལམ་ལ་འབད་ཚུལ་གྱི་བྱ་བ་དང་བཅས་པ་ས་  
གཉིས་པ་ནས་ས་བདུན་པའི་བར་དང་། འབད་ཚུལ་གྱི་བྱ་བ་མེད་པའམ་མི་སློབ་  
པས་བརྒྱུད་པ་དང་། སོ་སོ་ཡང་དག་རིག་པ་དང་མངོན་ཤེས་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་  
ཏན་བྱུང་པར་ཅན་དང་ལྡན་པ་ས་དགུ་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ནི་སློབ་པའི་ས་ཀུན་ལས་  
སྐྱ་མ་ཉིད་དུ་གྱུར་པས་བཅུ་པ་དང་། སྐྱ་ན་མེད་པ་མི་སློབ་པ་ལམ་སངས་རྒྱས་ཉིད་  
གྱི་ས་ཏེ་དེ་ལྟར་རྣམ་པ་དགུའོ། །

གཉིས་པ་ ། དེའི་རྣམ་བཞག་བསྟན་པ་ ། མོས་པ་དང་ནི་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

མོས་པ་དང་ནི་འཇུག་པ་དང་། །  
དེས་པར་འབྱུང་དང་ལུང་བསྟན་དང་། །

བརྗོད་པ་དང་ནི་དབང་བསྐྱར་དང་། །  
ཕྱིན་པ་དང་ནི་ཕན་ཡོན་དང་། །  
བྱ་བ་བསྐྱབ་པ་བསྟན་པའོ། །

མོས་པའི་གནས་ནི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་མོས་པས་སྦྱོད་པའི་ཐམས་ཅད་དང་  
ནི་འཇུག་པའི་གནས་ནས་དང་པོ་དང་། །དེས་པར་འབྱུང་བའི་གནས་ནི་དེའི་འོག་ས་རྒྱལ་  
པོ་དག་དང་ལུང་བསྟན་པའི་གནས་ནི་ས་བརྒྱུད་པ་དང་། །བརྗོད་པའི་གནས་ནི་ས་དགུ་  
པ་དང་ནི་དབང་བསྐྱར་བའི་གནས་ནི་ས་བཅུ་པ་དང་། །ཕྱིན་པའི་གནས་ནི་ཚོས་གྱི་སྐྱ་  
དང་ནི་ཕན་ཡོན་གྱི་གནས་ནི་འོངས་སྦྱོད་རྫོགས་པའི་སྐྱ་དང་། །བྱ་བ་བསྐྱབ་པའི་གནས་  
ནི་སྐྱལ་པའི་སྐྱ་རུ་བསྟན་པའོ།

དེ་ལ་གོང་དུ་བཤད་པ་དེ་ལས་གཞན་པའི་རྣམ་གྲངས་ཀྱང་རིགས་དང་ལྷགས་པ་  
དང་སྦྱོར་བས་བསྐྱས་པ་ཚོགས་སྦྱོད་གྱི་ལམ་ལ་གནས་པ་ནི། མོས་པས་སྦྱོད་པའི་  
གནས་སྐབས་ཞེས་བྱ་བ་དང་། འདས་པའི་ལམ་ལ་དངོས་སུ་འཇུག་པས་དང་པོ་  
དང་། གཉིས་པ་ནས་བདུན་པའི་བར་དུ་འབད་པའི་སློ་ནས་སྦྱོང་གྱི་ལས་ངེས་པར་  
འབྱུང་བ་དང་། ས་བརྒྱུད་པར་ལུང་བསྟན་ཐོབ་པ་དང་། དགུ་པར་ཡང་དག་རིག་པ་  
བཞི་གདུལ་བྱུང་ལ་ཚོས་བརྗོད་པ་དང་། ས་བཅུ་པར་འོད་ཟེར་ཆེན་པོས་དབང་བསྐྱར་  
བ་དང་། སངས་རྒྱས་གྱི་ས་ལ་ཕྱིན་པ་ཚོས་གྱི་སྐྱ་དང་། ཕན་ཡོན་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པ་  
འོངས་སྐྱ་དང་། གདུལ་བྱུང་ཏེ་གྱི་བྱ་བ་བསྐྱབ་པ་སྐྱལ་པའི་སྐྱ་དང་གསུམ་གྱི་དབྱེ་  
བ་བྱས་ནས་དེ་ལྟར་གནས་སྐབས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་དགུར་ཡང་བསྟན་པའོ། །

གཉིས་པ་ ། གསུམ་དུ་བཞག་པ་ ། ། ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་རྣམ་གསུམ་སྟེ། །

མ་དག་མ་དག་དག་པ་དང་། །

རྣམ་པར་དག་པར་ཅི་རིགས་སྐྱུར། །

འདི་ལས་ཇི་ལྟར་འོས་འོས་སུ། །

གང་ཟག་རྣམ་པར་གཞག་པར་འདོད། །

ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། ། མ་དག་པའི་གནས་ནི་རྒྱུའི་གནས་ནས་ཉེ་  
བར་བཟུང་སྟེ་སྐྱུར་བའི་བར་དུ་དང་མ་དག་པ་དང་དག་པའི་གནས་ནི་སློབ་པ་རྣམས་  
དང་། ། རྣམ་པར་དག་པར་སྐྱུར་པའི་གནས་ནི་མི་སློབ་པ་སྟེ་ཅི་རིགས་སུ་སྐྱུར་  
ཏེ། ། གནས་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་འདི་ལས་ཇི་ལྟར་འོས་འོས་སུ། ། འདི་ནི་རིགས་ལ་གནས་  
པའོ་འདི་ནི་ཞུགས་པའོ་ཞེས་གང་ཟག་རྣམ་པར་བཞག་པར་འདོད་དོ།

ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་གི་གནས་སྐབས་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། ། ཇི་  
མས་མ་དག་པ་སེམས་ཅན་གྱི་གནས་སྐབས་དང་། ། སློབ་པ་མཐའ་དག་མ་དག་ལ་  
ཅི་རིགས་དག་པ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་གནས་སྐབས་དང་། ། ལྷན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་  
པས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཉེ་རྣམ་པ་གསུམ་པོ་འདི་ནི་སྐྱང་རྒྱལ་གྱི་ངོས་ནས་  
ཐ་སྙད་ཇི་ལྟར་རིགས་པར་སྐྱུར་བ་སྟེ། ། ཇི་ལྟར་ན་གོང་དུ་བཤད་པའི་གནས་སྐབས་  
དགུ་ཚན་གཉིས་པོ་འདི་ལས་ཇི་ལྟར་འོས་འོས་སུ་གང་ཟག་གསུམ་པོ་འཕམ།

གནས་སྐབས་གསུམ་པོ་རྣམ་པར་བཞག་པར་འདོད་དེ། ། རྒྱ་དང་ཞུགས་པ་སྐྱུར་བ་  
མོས་པའི་གནས་སྐབས་ལ་གནས་པ་ནི་མ་དག་པ་སེམས་ཅན་གྱི་གནས་སྐབས་  
སོ། ། འབྲས་བུ་ནས་སྐྱེ་མའི་བར་ལྟ་དང་། ། འཇུག་པ་ནས་དབང་བསྐྱུར་བའི་བར་གྱི་  
ལྟ་སྟེ་བཅུ་པོ་དེ་ལ་གནས་པ་ནི་དག་མ་དག་གཉིས་ལྡན་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་སྐྱུར་  
པ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་སས་བསྐྱུས་པའོ། ། དེའི་ལྷག་མ་སྐྱེ་མེད་དང་སྐྱེ་པ་ལ་  
སོགས་པ་གསུམ་སྟེ་བཞི་མི་སློབ་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སས་བསྐྱུས་པ་ལྷན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་  
གི་གནས་སྐབས་སོ། ། དེ་ལ་བྱ་མེད་ཅེས་པ་འདི་ལ་མི་སློབ་པ་ཞེས་དང་། ། སྐྱེ་མེད་ཞེས་  
པ་འདི་ལ་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་བས་སར་ཞུགས་པའི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའོ་ཞེས་  
དབྱིག་གཉེན་གྱིས་གསུངས་པའི་དོན། ། སློབ་ཏུ་གྱིས་མི་སློབ་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
ས་དང་། ། ཉན་ཐོས་སོགས་ལས་བདག་མེད་གཉིས་ཀ་རྩོགས་པར་རྟོགས་པས་ཐེག་  
ཆེན་འཕགས་པའི་སར་ཞུགས་པ་ཞེས་འགྲེལ་པར་མཛད་པ་ལྟར་ན། ། སྐྱེ་མེད་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་སར་ཡར་སྐྱུར་བ་དང་། ། སྐྱེ་མེད་ས་བཅུ་པ་ལ་མི་སྐྱུར་བར་སྐྱུར་སྐྱུར་བར་མཛད་  
དོ། ། དེ་ལྟར་ན་ས་བཅུ་པ་དང་བརྒྱུད་པའི་གནས་སྐབས་དམིགས་བསལ་ཉེ་མ་བསྟན་  
པ་དང་། ། མི་སློབ་པ་དང་སྐྱེ་མེད་པ་སྐྱོས་པ་དང་། ། དགུ་ཚན་སྐྱེ་མེད་ཀྱི་ལྷན་པར་གོ་  
རིམ་བཞིན་དུ་མི་འགྱུར་བ་དང་། ། སར་ཞུགས་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱང་གོང་མ་རྣམས་  
དང་། ། དོན་གྱིས་སྐྱོས་པ་སོགས་བཤད་རྒྱལ་རྒྱུ་ལ་མི་བདེ་འབྲ་བས། ། དབྱིག་འགྲེལ་  
དུ་གསུངས་པའི་མི་སློབ་པ་ནི་ལམ་ལ་སློབ་པའི་འབད་རྩོལ་མེད་པའི་དོན་ཡིན་གྱི་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་མ་ཡིན་ལ། ། ཉན་རང་ལས་འཕགས་པའི་སར་ཞུགས་པ་ཞེས་པ་  
ཉན་རང་སོགས་དང་། ། སློབ་པའི་བྱང་སེམས་ས་དགུ་པ་མན་ཆད་གྱི་སྐྱེ་མར་གྱུར་པའི་

ས་བརྟུ་པ་ལ་ཞུགས་པ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ནའང་འགལ་བ་མེད་པར་མ་ཟད། དགུ་  
ཚོན་སྤྱིའི་གོ་རིམ་འགྲོར་པ་དང་། གོང་འོག་གི་དོན་ཐམས་ཅད་མ་འཇུགས་པར་གོ་  
བའི་གནས་ལུགས་ཤོ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་འདི་ལྟར་བཤད་པ་ནི་རང་ཁོ་ནས་སྤྱིས་པ་ལས་  
གཞན་ལས་དེ་ལྟར་མ་མཐོང་བས་སྤྱིར་ཡང་སློབ་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་དཔྱད་པར་འཚལ་  
ལོ། །

གསུམ་པ་ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་ལ། འབྲས་བུ་ལྟ་སྤྱིར་བསྟན། ལམ་གྱི་ངོས་ནས་བྱེ་  
བྲག་ཏུ་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་། འབྲས་བུ་ལྟ་སྤྱིར་བསྟན། ། ལྟོད་ལྟར་རྣམ་  
པར་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- ལྟོད་ལྟར་རྣམ་པར་སྤྱིན་བརྗོད་དང་། །
- དེ་ཡི་དབང་གིས་སྟོབས་དང་ནི། །
- འདོད་དང་འཕེལ་དང་རྣམ་དག་སྟེ། །
- དེ་དག་འབྲས་བུ་གོ་རིམས་བཞིན། །

འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་གང་ཞེན། ལྟོད་ལྟར་པ་དེ་ནི་གང་དགོ་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་རྣམ་  
པར་སྤྱིན་པར་བརྗོད་པ་དང་། ལྟོད་ལྟར་པ་དེ་ཡི་དབང་གིས་དགོ་བ་ཤས་ཆེར་གྱུར་པ་  
སྟོབས་དང་ནི། ལྟོན་གོམས་པར་བྱས་པས་དགོ་བ་འདོད་པ་དང་ད་ལྟ་གོམས་པས་དགོ་  
བ་འཕེལ་བ་དང་སྤྱིབ་པ་སྟོང་བས་རྣམ་པར་དག་པ་སྟེ། རྟེན་པར་འབྲས་བུ་ལྟ་དང་གོ་རིམ་  
བཞིན་དང་།

ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་སྤྱིར་བསྟོན་པ་རྣམས་པ་ལྟར་འདུ་སྟེ། དགོ་བ་སྤྱད་  
པའི་འབྲས་བུ་སྤྱི་ཞིང་སྤྱི་བ་རྣམས་སུ་དགོ་བའི་སྟོད་ལྟར་ལྟར་པའི་རྟེན་ཐོབ་པ་ནི་རྣམ་  
པར་སྤྱིན་པའི་འབྲས་བུར་བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ། གང་དགོ་བའི་སྟོད་ལྟར་ལྟར་པ་མི་ཁོམས་  
པ་བརྗོད་དང་བུལ་བའི་ལུས་རྟེན་བཟང་པོ་རྟེན་པ་དང་། ཡིད་དགོ་བ་ལ་འཇུག་པ་  
ནི། དགོ་བའི་ཚོས་རྣམས་སྤྱི་བའི་སྟོང་མ་སྟོད་ལྟར་ལྟར་ཡིན་ལ། དེ་དགོ་བ་སྤྱི་མའི་  
རྣམ་པར་སྤྱིན་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ནོ། །སྟོད་ལྟར་པ་དེའི་དབང་གིས་དག་པ་སྤྱིབ་  
པ་ལ་སྟོབས་དང་ལྡན་པ་བདག་པོའི་འབྲས་བུ་དང་ནི། དགོ་བ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་  
བྱེད་པར་འདོད་པ་རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་དང་། ཚོ་འདིར་དགོ་བ་སྤྱི་མ་གོམས་པའི་  
མཐུ་ལས་སྤྱིར་མེད་པ་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པ་སྤྱིས་བུ་བྱེད་པའི་འབྲས་  
བུ་དང་། མི་མཐུན་སྟོགས་རྣམ་པར་དག་པ་བུལ་བའི་འབྲས་བུ་སྟེ། དེ་ལྟར་བཤད་  
མ་ཐག་པ་དེ་དག་ནི་ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་ལས་སྤྱི་མ་སྤྱི་  
མ་འགྱུར་བའི་ཚུལ་གྱིས་གོ་རིམ་བཞིན་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་། ལམ་གྱི་ངོས་ནས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་། རྟེན་པ་སྤྱི་མ་སོགས་ཀྱིས་  
བསྟན་ཏེ། །

- སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་ཐོག་མ་དང་། །
- དེ་གོམས་བྱས་དང་རྗོགས་པའོ། །
- རྗེས་སུ་མཐུན་དང་མི་མཐུན་སྟོགས། །



བྲལ་བ་དང་ནི་བྱུང་པར་དང་། །

སྐྱམ་དང་ནི་སྐྱེ་ན་མེད། །

འབྲས་བུ་གཞན་ཏེ་མདོར་བསྟུས་པའོ། །

བསྟན་བཅོས་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས། །གཉེན་པོ་

བསྐྱོམ་པའི་ལེའུར་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ་བཞི་པའོ། །

སྤྱི་མ་སྤྱི་མའི་འབྲས་བུ་རིགས་ལས་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ་ཐོག་མའི་  
འབྲས་བུ་ནི་དང་པོར་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཚོས་ཐོབ་པ་དང་། །དེ་གོམས་པར་བྱས་  
པའི་འབྲས་བུ་ནི་སྐྱོབ་པ་རྣམས་དང་རྫོགས་པའི་འབྲས་བུ་ནི་མི་སྐྱོབ་པའོ། །རྗེས་སུ་མཐུན་  
པའི་འབྲས་བུ་ནི་རྒྱུའི་དངོས་པོའི་སྤྱི་མ་སྤྱི་དང་མི་མཐུན་སྤྱོད་ཀྱི་འབྲས་བུ་ནི་སྤོང་བའི་  
ལམ་སྟེ་ཐོག་མའི་འབྲས་བུ་གང་ཡིན་པའོ། །ཉོན་མོངས་པ་བྲལ་བའི་འབྲས་བུ་ནི་གོམས་  
པར་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་དང་རྫོགས་པའི་འབྲས་བུ་སྟེ་སྐྱོབ་པ་དང་མི་སྐྱོབ་པ་དག་དང་ནི་  
བྱུང་པར་གྱི་འབྲས་བུ་ནི་མངོན་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱུང་པར་དང་། །སྐྱེ་  
མའི་འབྲས་བུ་ནི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་ས་རྣམས་དང་ནི་སྐྱེ་ན་མེད་པའི་འབྲས་བུ་ནི་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའོ་འདི་དག་ཀྱང་འབྲས་བུ་གཞན་ཏེ་མདོར་བསྟུས་པ་ཡིན་པས་རྒྱས་པར་  
ནི་དཔག་ཏུ་མེད་པའོ། །དེ་ལ་གཉེན་པོ་སྐྱོམ་པའི་བསྟུས་དོན་ནི། བྱང་བར་བྱ་བའི་སྐྱོམ་པ་  
དང་། བསྟུབ་པའི་སྐྱོམ་པ་དང་། ཡོངས་སུ་སྤྱང་བར་བྱ་བའི་སྐྱོམ་པ་དང་། གོང་མ་ཡང་  
དག་པར་རྩོམ་པའི་སྐྱོམ་པ་དང་། མཐོང་བའི་ལམ་དང་འབྲེ་བའི་སྤྱིར་འབྲེ་བའི་སྐྱོམ་པ་  
དང་། ལྷགས་པའི་སྐྱོམ་པ་དང་། མཚོག་གི་སྐྱོམ་པ་དང་། ཐོག་མའི་སྐྱོམ་པ་དང་།

བར་མའི་སྐྱོམ་པ་དང་། མཐའི་སྐྱོམ་པ་དང་། སྐྱམ་དང་བཅས་པའི་སྐྱོམ་པ་དང་། སྐྱ་ན་  
མེད་པའི་སྐྱོམ་པ་སྟེ་གང་དམིགས་པ་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་ཐོབ་པ་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་  
པའོ། །གནས་རྣམས་ཀྱི་དོན་བསྟུས་པ་ནི། རིགས་ལ་གནས་པའི་སྐྱལ་པ་ཡོད་པའི་གནས་  
དང་། སེམས་བསྐྱེད་ནས་བཟུང་སྟེ་སྤྱོད་བའི་བར་རྩོམ་པའི་གནས་དང་། མ་དག་པ་དང་  
དག་པ་དང་ཤིན་ཏུ་དག་པའི་གནས་དང་། རྒྱན་དང་བཅས་པའི་གནས་དང་། ས་བཅུ་བྱུབ་  
པའི་སྤྱིར་བྱུབ་པར་བྱ་བའི་གནས་དང་། སྐྱེ་ན་མེད་པའི་གནས་སོ། །འབྲས་བུ་རྣམས་ཀྱི་  
དོན་བསྟུས་པ་ནི། བསྟུས་པ་དང་། དེའི་བྱེ་བྲག་དང་། སྤོན་གོམས་པར་བྱས་པ་དང་། གོང་  
ནས་གོང་དུ་བསྐྱབ་པ་དང་། བསྟན་པ་དང་། བཤད་པའོ། །དེ་ཡང་བསྟུས་པ་ནི་འབྲས་བུ་  
ལཱོ། །དེའི་བྱེ་བྲག་ནི་ལྷག་མ་རྣམས་སོ། །སྤོན་གོམས་པར་བྱས་པ་ནི་རྣམ་པར་སྤྲིན་པའི་  
འབྲས་བུའོ། །དེ་གོང་ནས་གོང་དུ་བསྐྱབ་པ་ནི་དེ་མ་ཡིན་པ་གཞན་བཞིའོ། །བསྟན་པ་ནི་  
སྤྱི་མ་སྤྱི་མའི་འབྲས་བུ་ལ་སོགས་པ་བཞིའོ། །བཤད་པ་ནི་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་ལ་  
སོགས་པ་བྱུག་སྟེ་དེ་དག་ཉིད་བཤད་པའི་སྤྱིར་འོ། །བསྟན་བཅོས་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་  
པར་འབྱེད་པ་ལས་གཉེན་པོ་བསྐྱོམ་པའི་ལེའུར་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་བཞི་པའོ། །

རིགས་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་བསྐྱེད་པ་སོགས་འབྱུང་བས་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་རྒྱུ་དང་སྤྱི་མ་  
སྤྱི་མ་འབྲས་བུ་ཡིན་པ་དང་། ཐོག་མ་ནི་མཐོང་ལམ་སྟེ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་  
ལམ་དང་པོར་གྱུར་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་། མཐོང་ཟིན་དེ་གོམས་པར་བྱེད་པ་སྐྱོམ་  
ལམ་དང་། གོམས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་མཐར་སྤྱིན་ལམ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་མོས་སྤྱོད་  
གྱི་ལམ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་གསུམ་སྟེ་དེ་བཞིར་ལམ་གྱི་འབྲས་

བྱ་ཐམས་ཅད་འདྲོ། །

དེ་ཡང་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་ནི་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་  
དང་ཚོས་མཐུན་པའམ་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་མཐུན་པར་འཇུག་པའི་སྤྱིར་རོ། །མཐོང་  
ལམ་ལ་ནི་མི་མཐུན་སྤྱོད་ལས་སུ་གྱུར་པའི་འབྲས་བུ་ཞེས་བྱ་སྟེ།

མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བའི་ཉོན་མོངས་རྣམས་ཀྱི་མི་མཐུན་སྤྱོད་ལས་ཡིན་པའི་  
སྤྱིར་རོ། །གོམས་པར་བྱས་པ་དང་རྗོད་པ་བཞིན་ལ་བྲལ་བའི་འབྲས་བུ་ཞེས་  
བྱས་ཏེ་རང་སའི་སྤྱི་བ་པ་དང་བྲལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །

ཡང་མངོན་ཤེས་སོགས་ཡོན་ཏན་བྱུང་པར་ཅན་ཐོབ་པ་ལ་བྱུང་པར་གྱི་འབྲས་  
བུ་ཞེས་དང་། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་ས་ལ་སྤྱི་མ་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་འབྲས་བུ་ཞེས་  
བྱ་སྟེ་ཉོན་རང་ལས་སྤྱི་མར་གྱུར་པའི་སྤྱིར་རོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་སྤྱི་མ་མེད་པའི་  
འབྲས་བུ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་འབྲས་བུའི་རྣམ་གྲངས་བསྟན་པ་འདི་ནི་གོང་དུ་  
བཤད་པ་སྟོན་དུ་གྱུར་པ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་ལས་གཞན་ཏེ། གོང་འོག་དུ་བཤད་  
པའི་འབྲས་བུའི་རྣམ་གྲངས་འདི་དག་གིས་ལམ་མཐའ་དག་གི་འབྲས་བུ་མདོར་  
བསྟུས་ཏེ་སྤྱི་རིགས་ནས་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། རྒྱས་པར་ཐེག་པ་གསུམ་སོ་སོའི་འབྲས་  
བུའི་དབྱེ་བ་བྱས་ན་ཚད་མེད་པ་ཡོད་དོ། །

དབུས་མཐའ་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་གཉེན་པོ་བསྐྱོམ་པའི་ལེ་ལུའི་འགྲེལ་པའོ། ། །



# ཐེག་ལུ་འཕེལ་ལེ་།།

གཉིས་པ་ རྩུ་མིན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་བཤད་པ་ལ། མདོར་བསྟན། རྩུ་བཤད་  
གཉིས། དང་པོ་ རྩུ་མིན་ཉིད་ཉི་མོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

སྐྱབ་པ་འདི་ནི་སྐྱབ་པ་དང་། །  
དམིགས་པ་དང་ནི་ཡང་དག་འགྲུབ། །  
བསྟན་པ་ཡིན་པར་འདོད་པའོ། །

དེ་ནི་ཐེག་པ་སྐྱབ་པ་མེད་པ་བཤད་དགོས་པས་དེ་བརྗོད་པ་སྐྱབ་པ་ཉིད་ཉི་མོགས་མེད་པ་  
དང་། །དམིགས་པ་སྐྱབ་པ་མེད་པ་དང་ནི་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་སྐྱབ་པ་མིན་པ། །བསྟན་  
པ་ཡིན་པར་འདོད་པའོ།

ཐེག་པ་སྐྱབ་པ་མེད་པ་ཉིད་ཉི་མོགས་སྐྱབ་པ་སྐྱབ་པ་མེད་པ་དང་། དམིགས་པ་སྐྱབ་  
པ་མེད་པ་དང་ནི། །ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་སྐྱབ་པ་མེད་པ་དང་གསུམ་གྱི་སྐོན་ས་དོན་  
མདོར་བསྟན་པ་ཡིན་པར་འདོད་པའོ། །

གཉིས་པ་ རྩུ་བཤད་ ། ལ། རྩུ་བཤད་སྐྱབ་པ་སྐྱབ་པ་མེད་པ་དང་། དམིགས་པ་སྐྱབ་པ་མེད་པ་  
འགྲུབ་པ་སྐྱབ་པ་མེད་པ་གསུམ་གྱི་དང་པོ་ རྩུ་བཤད་ ། ལ་མདོར་བསྟན། རྩུ་  
བཤད་གཉིས། དང་པོ་ རྩུ་མིན་ཉིད་ཉི་མོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

སྐྱབ་པ་དག་ནི་རྣམ་ཏུ་གསེ། །  
པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དེ་དག་ལ་འོ། །  
དམ་པ་དང་ནི་ཡིད་བྱེད་དང་། །  
རྗེས་སུ་མཐུན་ཚོས་མཐའ་སྤངས་དང་། །  
བྱུང་པར་ཅན་དང་བྱུང་པར་མེད། །

སྐྱབ་པ་དག་ནི་རྣམ་པ་ཏུ་གསེ། །པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དེ་དག་ལ་འཇུག་པའོ། །འདི་སྐྱབ་  
དམ་པར་སྐྱབ་པ་དང་ནི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྐྱབ་པ་དང་། །རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཚོས་སྐྱབ་པ་  
དང་མཐའ་གཉིས་རྣམ་པར་སྤངས་བསྐྱབ་པ་དང་། །བྱུང་པར་ཅན་སྐྱབ་པ་དང་བྱུང་པར་  
མེད་པ་སྐྱབ་པའོ།

སྐྱབ་པ་སྐྱབ་པ་མེད་པ་དག་ནི་རྣམ་པ་ཏུ་གསེ། དེ་ཡང་བསྐྱབ་བྱ་ནི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་  
ཏུ་གསུམ་བཅུ་པོ་དེ་དག་ལ་འོ། །སྐྱབ་པ་ཏུ་གསུམ་ཞེས། དམ་པའི་སྐྱབ་པ་དང་།  
ཡིད་བྱེད་ཀྱི་སྐྱབ་པ་དང་། །རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཚོས་ཀྱི་སྐྱབ་པ་དང་། །མཐའ་གཉིས་  
སྤང་བའི་སྐྱབ་པ་དང་། །བྱུང་པར་ཅན་དང་བྱུང་པར་མེད་པའི་སྐྱབ་པའོ། །



གཉིས་པ་ ། རྒྱལ་བཤད་ ། ལ། གོང་གི་རིམ་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྔ་ལས། དང་  
པོ། དམ་པའི་སྐྱབ་པ་ལ། སྐྱབ་ཚུལ་དམ་པ་བཅུ་གཉིས། བསྐྱབ་བྱ་པར་ཕྱིན་  
བཅུ་འོ། །དང་པོ་ ། སྐྱབ་ཚུལ་དམ་པ་བཅུ་གཉིས་ ། ། དམ་པ་བཅུ་གཉིས་སོགས་  
གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

དམ་པ་བཅུ་གཉིས་བདག་ཉིད་དེ། །

རྒྱ་ཆེ་བ་དང་ཡུན་རིང་དང་། །

ཆེད་དུ་བྱ་དང་མི་ཟད་དང་། །

རྒྱན་མི་འཆད་དང་ཚོགས་མེད་དང་། །

དབང་འབྱོར་བ་དང་ཡོངས་གཟུང་དང་། །

རྩོམ་དང་འཐོབ་དང་རྒྱ་མཐུན་དང་། །

འགྲུབ་པ་དམ་པར་འདོད་པ་ཡིན། །

དེ་ལ་དམ་པ་ནི་རྣམ་པ་བཅུ་གཉིས་གྱི་བདག་ཉིད་དེ། །འཇིག་རྟེན་གྱི་སྤུན་སྲུང་ཚོགས་པ་  
ཐམས་ཅད་མི་འདོད་པ་དང་མཚོག་ཏུ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ལ་འཇུག་པས་རྒྱ་ཆེ་བ་  
དམ་པ་དང་བསྐྱལ་པ་གྲངས་མེད་པ་གསུམ་དུ་བརྩོན་འགྲུས་བརྩམས་པས་ཡུན་རིང་བ་  
དམ་པ་དང་། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་དོན་བྱེད་པས་ཆེད་དུ་བྱ་བ་དམ་པ་དང་བྱང་རྒྱུ་  
ཆེན་པོར་ཡོངས་སུ་བསྐྱོས་པས་མི་ཟད་པ་དམ་པ་དང་། །བདག་གཞན་མཉམ་པར་མོས་  
ཏེ་སྤྱིན་སོགས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པས་རྒྱན་མི་འཆད་པ་དམ་པ་དང་གཞན་གྱི་སྤྱིན་  
སོགས་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་ཅོམ་གྱིས་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་

པས་ཚོགས་མེད་པ་དམ་པ་དང་། །རྣམ་མཁའ་མཛོད་གྱི་ཉིང་ངེ་འཇིག་སོགས་གྱིས་སྤྱིན་  
སོགས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པས་དབང་འབྱོར་བ་དམ་པ་དང་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་  
ཡེ་ཤེས་གྱིས་གཟུང་བས་ཡོངས་སུ་གཟུང་བ་དམ་པ་དང་། །མོས་པས་སྤོད་པའི་ས་ལ་  
བདག་མེད་པའི་དོན་ལ་བཟོད་པ་གོང་འཕེལ་དུ་བྱེད་པས་རྩོམ་པ་དམ་པ་དང་ས་དང་པོ་ཐོབ་  
པས་འཐོབ་པ་དམ་པ་དང་གཉིས་པ་ནས་དགྲུ་པའི་བར་རྣམས་རྒྱ་མཐུན་པ་དམ་པ་དང་།  
།ས་བཅུ་པ་དང་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པ་ནི་འགྲུབ་པ་དམ་པར་འདོད་པ་ཡིན་ཞོ།

དེ་ཡང་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་ལམ་པར་ཕྱིན་ལ་འཇུག་ཅིང་སྐྱབ་པ་ནི་ཉན་རང་གི་  
ལམ་ལས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་ཏེ་དམ་པའི་སྐྱབ་པ་སོགས་གྱི་སྒོ་ནས་སོ། །དེ་ལ་  
དམ་པ་བཞེས་པ་ཅི་ལྟ་བུ་ཞེན་རྣམ་པ་བཅུ་གཉིས་གྱི་བདག་ཉིད་དོ། །གང་ཞེན་རྒྱ་ཆེ་  
བ་དམ་པ་འཇིག་རྟེན་གྱི་སྤུན་ཚོགས་མི་འདོད་པར་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡོན་  
ཏན་རྒྱ་ཆེ་བ་ལ་འཇུག་པ་དང་། །ཡུན་རིང་བ་དམ་པ་བསྐྱལ་པ་གྲངས་མེད་གསུམ་  
དུ་བརྩོན་འགྲུས་རྩོམ་པ་དང་། །ཆེད་དུ་བྱ་བ་དམ་པ་མཐའ་ཡས་པའི་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་གྱི་ཆེད་དུ་བསྐྱབ་པ་དང་། །མི་ཟད་པ་དམ་པ་བྱང་རྒྱུ་ཆེན་པོར་ཡོངས་སུ་  
བསྐྱོས་པས་སྤུང་པོ་ལྟ་བུ་མེད་དུ་ཡང་མི་ཟད་པར་བྱེད་པ་དང་། །རྒྱན་མི་འཆད་པ་དམ་  
པ་བདག་གཞན་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་མོས་པས་དགོ་བ་རྒྱན་མི་འཆད་པར་རྫོགས་པར་  
བྱེད་པ་དང་། །ཚོགས་མེད་པ་དམ་པ་ནི་རྗེས་སུ་ཡི་རང་སོགས་ཐབས་མཁས་གྱིས་  
སྤྱིན་སོགས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་དང་། །དབང་འབྱོར་བ་དམ་པ་རྣམ་མཁའ་  
མཛོད་གྱི་ཉིང་ངེ་འཇིག་ལ་སོགས་པའི་སྒོ་ནས་སྤྱིན་སོགས་པར་ཕྱིན་རྣམས་ཇི་ལྟར་

འདོད་པར་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་དང་། ཡོངས་སུ་བབྱུང་བ་དམ་པ་ནི་རྣམ་  
པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་སྦྱོར་སོགས་དེ་དག་ཡོངས་སུ་བབྱུང་བ་དང་། དེ་བརྒྱུད་  
ཀྱི་སློན་ས་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཚུལ་གྱིས་ཕར་སྦྱོར་སྦྱོར་ཚུལ་བྱེད་པར་འཕགས་པ་  
ཡིན་ལ། ཚུལ་དེ་ལྟར་བྱེད་པའི་སྦྱོར་པ་དེ་དག་ས་མཚམས་ཀྱིས་དབྱེ་ན་རྩོམ་  
པ་དམ་པ་ཚོགས་སྦྱོར་དུ་སྦྱོང་ཉིད་ལ་བཟོད་པ་ཆེར་འཕེལ་བར་བྱེད་པ་དང་། འཕྲོབ་  
པ་དམ་པས་དང་ཕོར་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་གསུམ་དུ་ཐོབ་པ་དང་། རྒྱ་  
མཐུན་པ་དམ་པ་ས་གཉིས་པ་ནས་དགུ་པའི་བར་དུ་སྦྱོར་དུག་གི་རྒྱ་མཐུན་རིམ་གྱིས་  
འབྱུང་བ་དང་། འབྲུབ་པ་དམ་པ་ནི་ས་བཅུ་པ་ལ་བྱུང་སེམས་མཐར་ཐུག་པ་དང་།  
བཅུ་གཅིག་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ལས་སངས་རྒྱས་འབྲུབ་པར་འདོད་པ་ཡིན་  
ནོ། །

གཉིས་པ་བསྐྱབ་བྱ་ཕར་སྦྱོར་བཤུག་པ་ལ་མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤུག་གཉིས། དང་  
པོ་རྩ་མདོར་བསྟན། ། དེ་སྦྱོར་དམ་པའི་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

དེ་སྦྱོར་དམ་པའི་དོན་གྱིས་ནི། །  
ཕ་རོལ་ཏུ་སྦྱོར་པ་བཅུར་འདོད་དོ། །

དེ་སྦྱོར་དམ་པའི་དོན་བཅུ་གཉིས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ནི། །ཕ་རོལ་ཏུ་སྦྱོར་པ་བཅུར་རྣམ་  
པར་བཞག་པར་འདོད་དོ།

བཤུག་མ་ཐག་པའི་དམ་པ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་དང་ལྡན་པ་དེ་སྦྱོར་དམ་པའམ་མཚོག་  
གི་དོན་གྱིས་ནི། ཕ་རོལ་ཏུ་སྦྱོར་པ་བཅུར་འདོད་དེ། ཚུ་རོལ་ཏེ་དམ་པ་མིན་པ་དམན་  
པའི་ས་ལས་འདས་པས་ན་ཕ་རོལ་ཏུ་སྦྱོར་པ་ཞེས་བཤུག་དོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་བཤུག་ཏེ། རོ་བོ་དང་། བྱེད་ལས་གཉིས། དང་པོ་རྩ་  
པོ། ། སྦྱོར་དང་ཚུལ་གྲིམས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

སྦྱོར་དང་ཚུལ་གྲིམས་བཟོད་བཅོམ་འགྲུས། །  
བསམ་གཏན་དང་ནི་ཤེས་རབ་ཐབས། །  
སློན་ལམ་སློབས་དང་ཡེ་ཤེས་དང་། །  
འདི་དག་ཕ་རོལ་ཏུ་བཅུརོ། །

ཁ་ཅིག་བཅུ་གང་ཡིན་སྟེ་དུ་སེམས་པ་ལ་དེ་དག་གི་མིང་བསྟན་པར་བྱ་བའི་སྦྱོར་སྦྱོར་པ་  
དང་ཚུལ་གྲིམས་དང་བཟོད་པ་དང་བཅོམ་འགྲུས་དང་། །བསམ་གཏན་དང་ནི་ཤེས་རབ་  
དང་ཐབས་དང་། །སློན་ལམ་དང་སློབས་དང་ཡེ་ཤེས་དང་བཅས་པ། །འདི་དག་ཕ་རོལ་  
ཏུ་སྦྱོར་པ་བཅུརོ།

ཕ་རོལ་ཏུ་སྦྱོར་པ་བཅུ་པོ་དེ་གང་ཞེན། མ་ཆགས་པར་གཏོང་བའི་སྦྱོར་པ་དང་། ལྷང་  
དོར་ཚུལ་བཞིན་འཇུག་པ་ལས་མི་འདེལ་བའི་ཚུལ་གྲིམས་དང་། །ཁོང་སློ་སོགས་མི་  
མཐུན་སྦྱོགས་ཀྱིས་མི་རྒྱུགས་ཤིང་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་འབྲུགས་པ་མེད་པའི་བཟོད་པ་

དང་། དགོ་བའི་གནས་ལ་སྡོམ་ཞིང་ཡང་ནས་ཡང་དུ་འཇུག་པའི་བརྗོན་འགྲུས་དང་།  
དམིགས་པའི་དངོས་པོ་ལ་སེམས་རྩེ་གཅིག་ཏུ་གནས་ཤིང་མི་གཡོ་བའི་བསམ་  
གཏན་དང་། ཚེས་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་དང་། རང་གཞན་  
གྱི་དོན་ཚེན་པོ་བདེ་སྤྲུལ་ཏུ་འགྲུབ་པར་འབྱེད་པའི་ཐབས་མཁས་པ་དང་། དགོ་བའི་  
ཚོགས་རྒྱལ་སོ་སོ་ཆེ་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་སྦྲུང་པའི་སྡོམ་ལམ་དང་། དགོ་ཙུང་མི་གྲ་  
ཞིང་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཟིལ་གྱིས་གནོན་པའི་སྡོམ་པར་དང་། ཐེག་པ་ཚེན་པོའི་དགོངས་  
དོན་རྣམ་པར་བཞག་པ་བཞིན་མཐར་ཐུག་གི་དོན་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པའི་ཡི་ཤེས་ཏེ། འདི་  
དག་ནི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་བཅུ་འོ། །

**གཉིས་པ་ ། བྱེད་ལས་ ། །** ལས་ནི་རྗེས་སུ་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- ལས་ནི་རྗེས་སུ་འཛིན་བྱེད་དང་། །
- གནོད་མི་བྱེད་དང་དེ་ལ་བཟོད། །
- ཡོན་ཏན་འཕེལ་དང་འཇུན་རྣམས་དང་། །
- རྣམ་པར་གྲོལ་བར་བྱེད་པ་དང་། །
- མི་གྲ་པ་དང་རྟལ་འཇུག་དང་། །
- དེས་པར་ཡོངས་སྡོམ་སྒྲིན་པར་བྱེད། །

འདི་དག་གི་སོ་སོའི་ལས་ཅི་ཞེན། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྒྲིན་པའི་ལས་ནི་སེམས་ཅན་  
རྣམས་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་བྱེད་པ་དང་། རྒྱལ་ཁྲིམས་གྱིས་ནི་དེ་དག་ལ་གནོད་པར་མི་

བྱེད་པ་དང་བཟོད་པས་ནི་གཞན་གྱིས་གནོད་པར་བྱེད་པ་དེ་ལ་བཟོད་རྣམས་པ་དང་། །བརྗོན་  
འགྲུས་གྱིས་ནི་ཡོན་ཏན་རྣམས་འཕེལ་བར་བྱེད་པ་དང་བསམ་གཏན་གྱིས་ནི་རྒྱ་འཕྲུལ་  
སོགས་གྱིས་མགུ་བར་བྱས་ཏེ་ཚེས་སྡོར་འཇུན་རྣམས་པ་དང་། །ཤེས་རབ་གྱིས་ནི་ཡང་དག་  
པའི་གདམས་རག་གྱིན་པས་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་བྱེད་པ་དང་། །ཐབས་ལ་མཁས་པས་ནི་  
བྱང་རྒྱལ་ཚེན་པོར་བསྡོམ་པའི་སྡོམ་ནས་དགོ་ཙུང་མི་གྲ་པར་བྱེད་པ་དང་སྡོམ་ལམ་གྱིས་མཐུན་  
པའི་སྡོམ་བ་ཡོངས་སུ་འཛིན་པས་ཚེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་སངས་རྒྱས་འབྱུང་བ་ལ་མཉེས་  
པར་བྱེད་ཅིང་སྒྲིན་སོགས་པར་སྒྲིན་རྣམས་ལ་རྟལ་ཏུ་འཇུག་པ་དང་། །སྡོམས་གྱིས་ནི་སོ་  
སོར་རྟོག་པ་དང་བསྡོམ་པའི་སྡོམས་གཉིས་གྱིས་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་གྱིས་ཟིལ་གྱིས་མི་  
ནོན་པའི་སྤྱིར་སྒྲིན་སོགས་ལ་དེས་པར་འཇུག་པ་དང་ཡི་ཤེས་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པས་ནི་ཚེས་  
ལ་སྐྱེ་བཞིན་ཏུ་སྡོངས་པ་དང་བུལ་བས་སྒྲིན་པ་ལ་སོགས་པའི་དབང་དུ་མཇུག་པའི་ཚེས་  
ལ་ཡོངས་སྡོམ་པ་དང་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་བྱེད་དོ།

པར་སྒྲིན་བཅུ་པོ་དེའི་ལས་ནི་སྒྲིན་པས་སེམས་ཅན་ཚོམ་པར་བྱས་ཏེ་རྗེས་སུ་འཛིན་  
པར་བྱེད་པ་དང་། རྒྱལ་ཁྲིམས་གྱིས་གཞན་ལ་གནོད་པ་མི་བྱེད་པ་སྟེ་གཞན་གནོད་  
གཞིར་བཅས་སྤོང་བ་དང་། བཟོད་པས་གནོད་པའི་ཡུལ་དེ་ལ་བཟོད་པ་དང་། བརྗོན་  
འགྲུས་གྱིས་ཡོན་ཏན་གོང་དུ་འཕེལ་བ་དང་། བསམ་གཏན་གྱི་མངོན་ཤེས་དང་  
རྒྱ་འཕྲུལ་བསྟན་པ་སོགས་གྱིས་གཞན་བསྟན་པ་ལ་འཇུན་རྣམས་པ་དང་། ཤེས་རབ་  
གྱིས་ཚེས་བསྟན་པས་གཞན་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་བྱེད་པ་དང་། བསྡོམ་པ་སོགས་ཐབས་  
མཁས་གྱིས་དགོ་ཙུང་མི་གྲ་པ་ཉིད་དུ་བྱེད་པ་དང་། སྡོམ་ལམ་གྱིས་སྡོམ་བ་ཡང་དག་



པར་འཛིན་པ་དང་རྟེན་དེས་སྦྱིན་སོགས་ལ་རྟག་ཏུ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་དང་། ལྷོ་བས་  
གྲིས་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཟིལ་གྲིས་མནན་ནས་དགོ་ཚུ་བྱང་ཚུབ་ཏུ་དེས་པར་བྱེད་པ་  
དང་། ཡེ་ཤེས་གྲིས་སྦྱིན་སོགས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་རང་ཉིད་མ་ཞོར་བར་  
ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་སེམས་ཅན་གཞན་ཚུལ་དེས་སྦྱིན་པར་བྱེད་པའོ། །

གཉིས་པ་ཡིད་བྱེད་ལ་མདོར་བསྡུས་པ་ཤེས་རབ་གསུམ་གྲིས་ཡིད་ལ་བྱེད་ཚུལ་དང་།  
རྒྱས་པར་ཆོས་སྤྱོད་བཅུའི་ཚུལ་གྲིས་ཡིད་ལ་བྱེད་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ་། མདོར་  
བསྡུས་པ་ཤེས་རབ་གསུམ་གྲིས་ཡིད་ལ་བྱེད་ཚུལ་། ལ། དངོས་དང་དེའི་བྱེད་  
ལས་གཉིས། དང་པོ་། དངོས་། ཐེག་པ་ཆེན་པོར་སོགས་གྲིས་བསྟན་ཏེ། །

- ཐེག་པ་ཆེན་པོར་ཇི་ལྟ་བུར། །
- ཆོས་རྣམས་བཏགས་པར་མཛད་པ་དག། །
- བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་རྟག་པར་ཡང་། །
- ཤེས་རབ་གསུམ་གྲིས་ཡིད་བྱེད་པའོ། །

ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྐྱབ་པ་གང་ཞེ་ན། སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་དབང་དུ་མཛད་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་  
པོར་མདོ་སྡེ་ལ་སོགས་པ་ཇི་ལྟ་བུར། ཆོས་རྣམས་བཏགས་པར་མཛད་པ་དག་ལ། བྱང་  
ཚུབ་སེམས་དཔའ་དུས་རྟག་པར་ཡང་ཐོས་པ་དང་བསམ་པ་དང་བསྟོམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་  
ཤེས་རབ་གསུམ་གྲིས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་བསྐྱབ་པའོ།

བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་གང་ཞེ་ག་ཡིད་ལ་བྱེད་ན། ཐེག་པ་ཆེན་པོར་ཆོས་རྣམས་ཇི་ལྟ་  
བུར་བཏགས་པར་མཛད་པ་དེ་དག་གོ། །དེ་ཡང་མདོ་སྡེ་དང་དབྱངས་གྲིས་བསྟན་པ་  
སོགས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གཞུང་ན། ཆོས་རྣམས་རྣམ་པར་བཞག་པའམ་བཏགས་པ་  
ནི། རྣམ་ཐར་སྟོགས་ལུས་དང་། སེམས་སྦྱིན་བཅུ་དང་། ས་བཅུ་ལམ་ལྟ་གཟུང་དང་ཉིང་དེ་  
འཛིན་ལ་སོགས་པ་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་པ་མང་པོ་བསྟན་པ་དེ་དག་ཇི་  
ལྟ་བུར་བསྟན་པ་དེ་བཞིན་དུ་མ་ཞོར་བར་ཡིད་ལ་བྱེད་པའོ། །ཚུལ་ཇི་ལྟར་ན་དམིགས་  
པ་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཆོས་ཀྱི་དོན་དེ་དག་ལ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་དུས་  
རྟག་པར་ཡང་ཐོས་པ་དང་བསམ་པ་དང་བསྟོམ་པའི་ཤེས་རབ་རྣམ་པ་གསུམ་གྲིས་  
ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་། དེའི་བྱེད་ལས་། ། ཁམས་བརྟན་བྱེད་དང་སོགས་གྲིས་བསྟན་ཏེ། །

- ཁམས་རྟན་བྱེད་དང་འཇུག་བྱེད་དང་། །
- དེ་ནི་དོན་རྣམས་འགྲུབ་པར་འགྱུར། །

ཤེས་རབ་གསུམ་གྲིས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དེས་ཡོན་ཏན་ཅི་ཞེ་ག་འཐོབ་ཅི་ན། ཐོས་པ་ལས་  
བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་གྲིས་ཡིད་ལ་བྱེད་ན་ཁམས་བརྟན་པར་བྱེད་པ་དང་བསམ་པ་ལས་བྱུང་  
བས་ནི་ཐོས་པ་དེའི་དོན་ལ་སྦྱིང་ནས་འཇུག་པར་བྱེད་པ་དང་། །བསྟོམ་པ་ལས་བྱུང་བ་དེ་  
ཡིས་ནི་དོན་རྣམས་འགྲུབ་པར་འགྱུར་ཏེ།

དེ་ལྟར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དོན་དེ་ཉིད་ཐོས་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་ཡིད་ལ་བྱས་པས་  
རིགས་སམ་ཁམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བརྟམས་པ་སྟེ་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་དང་། བསམ་པའི་  
ཤེས་རབ་གྱིས་དེའི་དོན་ལ་བསམ་པ་ཐག་པས་འཇུག་པར་བྱེད་པ་དང་། བསྐྱོམས་  
པས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དེ་ནི་རང་ལམ་གྱིས་དོན་དུ་གཉེར་བུའི་དོན་རྣམས་ཡོངས་སུ་  
འགྲུབ་པར་འགྱུར་ཏེ། ས་ལ་ལྷགས་ནས་རིམ་གྱིས་མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུ་འགྲུབ་  
པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ ། རྒྱས་པར་ཆོས་སྟོན་བཅུའི་ཚུལ་གྱིས་ཡིད་ལ་བྱེད་ཚུལ་ ། ལ། མདོར་  
བསྟན་རྒྱས་བཤད་གཉིས། དང་པོ་ ། མདོར་བསྟན་ ། ། དེ་ནི་ཆོས་སྟོན་སོགས་  
གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

དེ་ནི་ཆོས་སྟོན་རྣམ་བཅུ་དང་། །  
ཡང་དག་ལྡན་པར་ཤེས་པར་བྱ། །

ས་ལ་འཇུག་པ་ཡོངས་སུ་སྟོན་པའི་ཕྱིར་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་གྲུབ་པ་དེ་ནི་ཆོས་སྟོན་རྣམ་པ་བཅུ་  
དང་། ། ཡང་དག་པར་ལྡན་པར་ཤེས་པར་བྱ།

ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དེ་ནི་རྒྱས་པར་བྱེན་ཆོས་སྟོན་རྣམ་པ་བཅུ་དང་  
ཡང་དག་པ་ལྡན་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་ ། རྒྱས་བཤད་ ། ལ། ཆོས་སྟོན་བཅུའི་ངོ་བོ་ཕན་ཡོན་བཅས་པ་བསྟན་པ་  
དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་སྟོན་གྱི་ཕན་ཡོན་བྱེད་པར་དུ་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་  
། ཆོས་སྟོན་བཅུའི་ངོ་བོ་ཕན་ཡོན་བཅས་པ་བསྟན་པ་ ། ། ཡི་གེ་འབྲི་མཚོད་སོགས་  
གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཡི་གེ་འབྲི་མཚོད་སྟེན་པ་དང་། །  
ཉན་དང་གྲོག་དང་ལེན་པ་དང་། །  
འཆད་དང་ཁ་ཏོན་བྱེད་པ་དང་། །  
དེ་སེམས་པ་དང་བསྐྱོམ་པའོ། །  
སྟོན་པ་དེ་བཅུའི་བདག་ཉིད་ནི། །  
བསོད་ནམས་སྲུང་པོ་དཔག་ཏུ་མེད། །

ཆོས་སྟོན་བཅུ་གང་ཞེན། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཡི་གེ་འབྲི་བ་དང་དེ་ལ་མཚོད་པ་དང་གཞན་  
དག་ལ་སྟེན་པར་བྱེད་པ་དང་། ། གཞན་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་གྲོག་པ་ལ་ཉན་པ་དང་བདག་ཉིད་  
གྱིས་གྲོག་པ་དང་དེའི་ཚིག་གྲོ་ལ་ལེན་པ་དང་། ། ཚིག་དང་དོན་གཞན་ལ་འཆད་པ་དང་  
ཚིག་ཁ་ཏོན་དུ་བྱེད་པ་དང་། ། དེའི་དོན་ལ་སེམས་པ་དང་ཚུལ་བཞིན་དུ་ཡིད་ལ་བྱེད་དེ་  
བསྐྱོམ་པའོ། ། ཆོས་ལ་སྟོན་པ་དེ་བཅུའི་བདག་ཉིད་ནི། ། བསོད་ནམས་ཀྱི་སྲུང་པོ་དཔག་  
ཏུ་མེད་དོ།

དམ་པའི་ཚོས་ཉམས་སྲུ་ལེན་པའམ་སྲོད་པའི་ཚུལ་མཐའ་དག་བསྐྱུས་ནས་རྣམ་  
པ་བཅུར་གོང་དུ་བསྐྱུས་པ་དེ་གང་ཞེས། ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུད་གིས་བསྐྱུས་པའི་དམ་པའི་  
ཚོས་ཀྱི་རྟེན་ཡི་གེ་འབྲི་བ་དང་། ཚོས་དང་ཚོས་སྐྱབ་ལ་མཚོད་པ་དང་། ཚོས་སྐྱབ་  
དང་ཚོས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྦྱིན་པ་གཏོང་བ་དང་། ཚོས་ཀྱི་ཚིག་ལ་རྣ་བའི་དབང་པོས་ཉན་  
པ་དང་། ཚོས་ཀྱི་སྒྲིག་བམ་སྒྲོག་པ་དང་། རྗེད་བྱེད་ཀྱི་ཚིག་སྒྲོ་ལ་ལེན་པ་དང་། ཚིག་  
གི་དོན་གཞན་ལ་འཆད་པ་དང་། སྒྲོ་ལ་སྒྲུངས་ཟིན་པ་ཁ་ཏོན་དུ་བྱེད་པ་དང་། ཚོས་  
ཀྱི་དོན་དེ་ཡིད་ལ་སེམས་པ་དང་། ཚུལ་བཞིན་དུ་ཕྱེ་གཅིག་པའི་ཡིད་ཀྱིས་སྒྲོམ་པར་  
བྱེད་པ་དང་བཅུ་པོ་འདིར་དམ་པའི་ཚོས་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་མཐའ་དག་འདུ་བས་  
ན་ཚོས་སྲོད་བཅུ་ཞེས་གསུངས་ཤིང་། སྲོད་པ་དེ་བཅུའི་བདག་ཉིད་ནི་རེ་རེ་ལའང་  
བསོད་ནམས་སྤང་པོ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡོད་དེ། དམ་པའི་ཚོས་ནི་ཕན་བདེ་མཐའ་  
དག་གི་འབྲུང་གནས་ཡིན་ཅིང་འཇིག་རྟེན་འདས་པའི་ལམ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ན་འདི་  
དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་དོན་ཆེ་བའི་སྤྱིར། ཚིགས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་  
འབྲི་བ་དང་ཐོས་པའི་ཕན་ཡོན་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་པའི་དགོ་རྩ་ཀུན་ལས་འཕགས་པར་  
རྒྱ་ཆེར་བསྐྱུས་པ་ནི་མདོ་རྣམས་ལས་འབྲུང་བ་ལྟར་རོ། །

གཉིས་པ་ ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་སྲོད་ཀྱི་ཕན་ཡོན་ལྷན་པར་དུ་བཤའ་པ་ ། ། ལྷན་  
པར་སྤྱིར་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱུས་ཏེ། །

ལྷན་པར་སྤྱིར་དང་མི་ཟད་སྤྱིར། །

གཞན་ལ་ཕན་འདོགས་མ་ཞེས་སྤྱིར། །

ཅིའི་སྤྱིར་མདོ་དག་ལས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཉིད་ཀྱིས་ཚོས་སྲོད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་འབྲས་བུ་ཆེ་བར་  
བསྐྱུས་ཀྱི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ནི་མ་ཡིན་ཞེས། ལྷན་པར་དུ་འཕགས་པའི་སྤྱིར་དང་མི་ཟད་  
པའི་སྤྱིར་ཏེ། །གཞན་ལ་ཕན་འདོགས་པ་ལ་ལྷགས་པའི་སྤྱིར་ལྷན་པར་དུ་འཕགས་པ་དང་  
ཡོངས་སུ་སྤང་ན་ལས་འདས་པ་ན་ཡང་སྐྱུ་དང་ཡེ་ཤེས་རྒྱན་ཆད་དེ་མ་ཞེས་བའི་མི་ཟད་པ་  
ཉིད་དུ་རིག་པར་བྱའོ།

དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་མདོ་རྣམས་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་སྲོད་ཁོ་ན་ལྷན་པར་  
དུ་བསྐྱུས་པ་ཅིའི་སྤྱིར་ཞེས། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་ཡི་གེར་འབྲི་བ་སོགས་ཐེག་  
ཆེན་ཀྱི་ཚོས་སྲོད་བཅུ་ནི་ཐེག་དམན་ཀྱི་དེ་ལས་ལྷན་པར་འཕགས་ཏེ། གང་གི་སྤྱིར་  
ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ནི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ལས་ལྷན་པར་འཕགས་པའི་སྤྱིར་དང་།  
སྐྱུ་དང་ཡེ་ཤེས་སོགས་སྤང་པོ་ལྷག་མེད་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་ཡང་མི་ཟད་པའི་ཡོན་ཏན་  
བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བའི་འབྲས་བུ་དང་ལྡན་པའི་སྤྱིར་ན་ལམ་དང་འབྲས་བུ་དེ་ལྟ་  
བུ་སྟོན་པའི་ཚོས་ནི་ལྷན་པར་དུ་འཕགས་པའི་སྤྱིར། དེ་འབྲི་བ་སོགས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་  
ཀྱང་དེ་ལྟར་འཕགས་སོ། །བཤའ་མ་ཐེག་པ་དེ་ལྟར་ཀྱང་ཡིན་ཏེ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་  
ལམ་ནི་རང་དོན་ཅུ་སྐབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ནི་གཞན་ལ་  
ཕན་འདོགས་པ་གཙོ་བོར་སྐྱབ་ཅིང་། དེའི་འབྲས་བུ་སྦྱིན་ལས་ཀྱི་འཇུག་པ་སེམས་  
ཅན་གྱི་ཁམས་ཇི་སྟེན་པ་དེ་སྟེན་དུ་མ་ཞེས་བར་རྒྱན་མི་འཆད་པའི་སྤྱིར་རོ། །



གསུམ་པ་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་སྐྱབ་པ་ལ། མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད་གཉིས། དང་  
པོ་ ། མདོར་བསྟན་ ། མི་གཡེངས་ཕྱིན་ཅི་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

མི་གཡེང་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར། །

གྲུར་པ་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཚོས། །

རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཚོས་སྐྱབ་པ་གང་ཞེས། རྣམ་པར་མི་གཡེང་བ་དང་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་  
པར། །གྲུར་པ་ནི་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཚོས་སོ།

ཚོས་ལ་ཚོས་ཀྱི་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་བསྐྱབ་པ་ཅི་ལྟ་བུ་ཞེས། ཞི་གནས་ཀྱིས་དམིགས་  
པའི་དོན་ལས་མི་གཡེངས་པ་དང་། ལྷག་མཐོང་གིས་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་ཕྱིན་  
ཅི་མ་ལོག་པར་མཐོང་བར་གྲུར་པ་ནི་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཚོས་ཀྱི་སྐྱབ་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ།  
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་ལས་བསྟན་པ་ཇི་ལྟ་བུར་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་དོན་དེ་ཉིད་དང་  
རྗེས་སུ་མཐུན་པར་སྐྱབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡང་སེམས་གཞན་དུ་མི་འཕྲོ་བའི་  
ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་བརྟེན་པའི་ཤེས་རབ་དྲི་མ་མེད་པས་ནི་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་མ་  
ཚོར་བར་རྟོགས་རྒྱས་པས་ན་ཞི་ལྷག་གཉིས་ཀྱིས་ཚོས་ཀྱི་དོན་ཉམས་སུ་ལེན་པའོ། །

གཉིས་པ་ ། རྒྱས་བཤད་ ། ལ། མི་གཡེང་པ་ཞི་གནས་དང་། ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་  
ལྷག་མཐོང་རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ ། མི་གཡེང་པ་ཞི་གནས་ ། ། ལྷང་  
དང་ཡུལ་ལ་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ལྷང་དང་ཡུལ་ལ་འཇུག་པ་དང་། །  
དེ་བཞིན་རོ་ལྷང་བྱིང་དང་རྟོད། །  
ཡིད་ཆེས་པ་ཡི་བསམ་པ་དང་། །  
ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ངར་འཛིན་དང་། །  
རྒྱང་དུ་འོ་སེམས་ནི་གཡེང་བ་སྟེ། །  
ལྷོ་ལྷན་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱ། །

དེ་ལ་རྣམ་པར་གཡེང་བ་རྣམ་པ་དུག་མེད་པ་ནི་མི་གཡེང་བ་ཡིན་ལ། གཡེང་བ་དུག་  
ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚོགས་ལྟ་ཉིང་དེ་འཛིན་ལས་ལྷང་བ་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་  
གཡེང་བ་དང་ཡུལ་ལ་འཇུག་པ་སྤྱི་རོལ་དུ་རྣམ་པར་གཡེང་བ་དང་། །དེ་བཞིན་དུ་ཉིང་  
དེ་འཛིན་གྱིས་རོ་ལྷང་བ་དང་བྱིང་བ་དང་རྟོད་པ་ནི་ནང་གི་རྣམ་པར་གཡེང་བ་དང་། །དེ་  
ལ་མཚན་མར་བབུང་ནས་ཡིད་ཆེས་པ་ཡི་བསམ་པ་ནི་མཚན་མའི་རྣམ་པར་གཡེང་བ་  
དང་། །ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ངར་འཛིན་པ་དང་བཅས་པ་ནི་གནས་ངན་ལེན་གྱི་རྣམ་པར་གཡེང་  
བ་དང་། །རྒྱང་དུ་འོ་སྟེ་ཐེག་པ་དམན་པའི་སེམས་ནི་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་རྣམ་པར་གཡེང་བ་  
སྟེ། །ལྷོ་ལྷན་རྣམས་ཀྱི་ཤེས་པར་བྱོ།

མི་གཡེང་པའི་ཞི་གནས་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེས། གཡེང་བ་རྣམ་པ་དུག་དང་བུལ་བའི་ཉིང་དེ་  
འཛིན་གང་ཡིན་པའོ། །གཡེང་བ་རྣམ་པ་དུག་པོ་གང་ཞེས། དེ་བཞིན་གྱི་གཡེང་བ་  
མིག་ཤེས་སོགས་ཚོགས་ལྟ་སྟེ། དེ་དག་རང་བཞིན་གྱིས་ཁ་སྤྱིར་བཏུས་པས་ཉིང་དེ་  
འཛིན་ལས་ལྷང་བ་ཡིན་པ་དང་། སྤྱི་རོལ་དུ་གཡེང་བ་ཡིད་ཤེས་ཡུལ་ལ་འཕྲོ་བའམ་

འཇུག་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ནང་གི་གཡེང་བ་ནི་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་རོ་སྤང་བ་དང་།  
བྱིང་ཚོད་དང་། མཚན་མའི་གཡེང་བ་ནི་ཉིང་ངེ་འཛིན་དེ་ཉིད་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་ཡི་  
བསམ་པས་མཚན་མར་བཟུང་ཞིང་ཞེན་པ་དང་། གནས་ངན་ལེན་གྱི་གཡེང་བ་ངར་  
འཛིན་དང་བཅས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྟེ། ང་རྒྱལ་གྱིས་གཞན་ལས་བྱུང་པར་  
དུ་འཕགས་པར་ཡིད་ལ་བྱེད་པའམ། ངར་འཛིན་དང་བཅས་པ་ཞེས་བྱའོ། །

ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་གཡེང་བ་ནི་ཐེག་པ་ཚུང་དུ་འི་སེམས་དང་མ་བྲལ་བ་ཐེག་  
དམན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་ནི་དེ་ལྟར་གཡེང་བ་དུག་སྟེ། དེ་དུག་པོ་རྣམ་བཅད་ལ་  
ཁེགས་པའི་ཡོངས་གཙོ་མི་གཡེངས་པའི་ཞི་གནས་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཞི་གནས་  
བྱུང་པར་ཅན་ཏེ། ནང་དུ་ཅེ་གཅིག་པར་གནས་པའི་ཞི་གནས་སྒྲོན་མེད་པ་ཡིན་  
པ་དང་། དེ་ཡང་རང་གི་ནང་གི་ཉིང་ངེ་འཛིན་དེ་ཅུམ་ལ་འདག་གྲོལ་དུ་འཛིན་པ་  
སོགས་མཚན་མར་འཛིན་པ་དང་། ངར་འཛིན་དང་བཅས་པ་སྤྱི་རོལ་པའི་བསམ་  
གཏུན་ལྟ་བུ་དང་། དེར་མ་ཟད་དམན་ལམ་གྱི་ཉེན་དུ་བསྐྱོམ་པ་ལྟ་བུའི་ཡིད་བྱེད་  
དང་ཡང་བྲལ་བས་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཞི་གནས་བྱུང་པར་ཅན་ཡིན་པར་སྒྲོ་ལྟན་  
རྣམས་གྱིས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ ། སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ལྷག་མཐོང་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ ། ། ལ། མདོར་བསྟན།  
རྒྱས་བཤད་གཉིས། དང་པོ་ ། མདོར་བསྟན་ ། ། ཡི་གོ་དོན་དང་སོགས་གྱིས་བསྟན་  
ཏེ། །

ཡི་གོ་དོན་དང་ཡིད་བྱེད་དང་། །  
མི་འཕྲོ་བ་དང་མཚན་ཉིད་གཉིས། །  
མ་དག་དག་དང་སྒྲོ་བྱུར་དང་། །  
མི་སྤང་བ་དང་ཁེངས་པ་མེད། །

སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་དངོས་པོ་ནི་རྣམ་པ་བཅུ་རིག་པར་བྱསྟེ། ཡི་གོ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་  
དོན་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་སྤྱིན་ཅི་ལོག་པ་དང་། །མི་འཕྲོ་བ་ལ་སྤྱིན་  
ཅི་མ་ལོག་པ་དང་རང་དང་སྤྱི་ལེན་མཚན་ཉིད་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་གཉིས་དང་། །མ་དག་པ་  
དང་དག་པ་གཉིས་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་སྒྲོ་བྱུར་པ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་། །མི་  
སྤང་བ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་ཁེངས་པ་མེད་པ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའོ།

ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལྷག་མཐོང་ནི་རི་ལྟ་བུ་དང་རི་སྟེང་པའི་དོན་མ་ཙོར་བར་ཉོགས་པ་  
ཡིན་ལ། དེ་ཡང་རྣམ་པ་བཅུས་བསྟུས་ཏེ་བསྟན་ན། ཡི་གོ་དང་དོན་དང་ཡིད་བྱེད་  
དང་མི་འཕྲོ་བ་དང་རང་མཚན་དང་སྤྱི་མཚན་ཏེ་དེ་གཉིས་དང་། དག་མ་དག་དང་།  
སྒྲོ་བྱུར་བ་དང་། མི་སྤངས་པ་དང་། ཁེངས་པ་མེད་པ་དང་བཅུ་པོ་དེ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་  
ལོག་པའོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་བཤད་ལ་མདོར་བསྟན་དང་མཚུངས་པར་བཅུ་སྟེ། ༡ རྗོད་བྱེད་ཡི་  
གོ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ། ༢ བརྗོད་བྱེད་དོན་ཀུན་བརྟགས་རང་བཞིན་མེད་པ་སྤྱིན་ཅི་  
མ་ལོག་པ། ༣ གཉིས་སྤང་གི་རྒྱ་གཞན་དབང་གི་རྣམ་རིག་ཅུམ་དུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་

ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ ༄ གཉིས་སུ་སྒྲུང་ཡང་མི་བདེན་པ་སྐྱུ་མ་ལྟར་རྟོགས་པས་  
མཐའ་གཉིས་སུ་མི་འཕྲོ་བ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ ༥ ཡོངས་བྱུང་གཟུང་འཛིན་དང་  
བྲལ་བའི་རང་མཚན་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ ༦ གཉིས་སྟོང་གི་དེ་ཉིད་ལས་ཚོས་ཀུན་  
མི་འདའ་བར་ཤེས་པ་ཚོས་སྤྱི་ཡི་མཚན་ཉིད་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ། ༧ དེ་ལོ་ན་ཉིད་  
རྟོགས་མ་རྟོགས་ལས་དག་མ་དག་ཏུ་འགྱུར་བ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ། ༨ རང་བཞིན་  
དག་པར་གནས་པའི་ཕྱིར་དག་མ་དག་ཏུ་སྒྲུང་བ་ཡང་སྟོ་བྱུར་བར་ཤེས་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་  
མ་ལོག་པ། ༩ གདོད་ནས་དག་པས་ཀུན་ཉོན་འགྲིབ་པར་བྱེད་པ་ལ་མི་སྒྲུངས་པ་  
ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ། ༡༠ རྣམ་བུང་འཕེལ་བ་མེད་པས་ཡོན་ཏན་ལྷག་པས་ང་རྒྱལ་བ་  
མེད་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའོ། །དང་པོ་ ། རྫོང་བྱེད་ཡི་གེ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ །  
འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་དང་འདྲིས་ཕྱིར་དང་། །  
མ་འབྲེལ་ཕྱིར་དང་མ་འདྲིས་ཕྱིར། །  
དོན་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་སྟེ། །  
དེ་ནི་ཡི་གེ་མ་ལོག་པའོ། །

ཡི་གེ་རྣམས་དང་འབྲེལ་ཏེ་རྒྱན་མི་འཆད་པར་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་དང་འདྲི་མིང་ནི་འདྲི་  
ཞེས་འདྲིས་པའི་ཕྱིར་དང་། །དེ་གཉིས་ལས་ལྷོག་པས་མ་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་དང་མ་འདྲིས་  
པའི་ཕྱིར། །སྤྱི་མ་གཉིས་དོན་ཡོད་པ་དང་ཕྱི་མ་གཉིས་དོན་མེད་པ་སྟེ། །དེ་ནི་ཡི་གེ་ལ་ཕྱིན་  
ཅི་མ་ལོག་པའོ།

དང་པོ་རྫོང་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་འདི་དག་ནི་གོ་རིམ་མ་ཚོར་བར་གཅིག་ལ་གཅིག་རྗེས་སུ་  
འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་དང་། །ཡི་གེ་ལས་བཞག་པའི་བརྗོད་པ་དོན་གང་གི་བརྗོད་པར་  
སྟོ་ལ་འདྲིས་པའི་ཕྱིར་དོན་ཡོད་པ་སྟེ། །དཔེར་ན་ཀ་བ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ལ་ཀ་སྟོན་དང་བ་  
རྗེས་སུ་བྱས་ཏེ་འབྲེལ་པར་བརྗོད་ཚེ་གཏུང་འདེག་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་དངོས་པོ་དེ་གོ་  
བར་བྱེད་གྱི། །བ་སྟོན་དང་ཀ་རྗེས་སུ་བྱས་པའམ། །འབྲེལ་བ་མེད་པར་སོ་སོར་ལྷལ་  
ཏེ་བརྗོད་ན་དེ་གོ་མི་རུས་ལ། །དེར་མ་ཟད་ཡི་གེ་དེ་གཉིས་དེ་ལྟར་བཀོད་པའི་བརྗོད་  
གཏུང་འདེགས་ཀྱི་དོན་བྱེད་པའི་དངོས་པོའི་བརྗོད་པར་སྤྱར་ནས་འདྲིས་པའི་བོད་  
ཀྱི་མི་རྣམས་ལ་བརྗོད་པའི་དོན་གོ་བར་བྱེད་ཅིང་། །ཡུལ་གཞན་པའི་མིས་དེ་ལྟར་མི་གོ་  
བ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་འདྲིས་འབྲེལ་གཉིས་ལས་བརྗོད་པའི་དོན་ཡོད་པ་དང་། །དེ་ལས་  
བརྗོད་སྟེ་མ་འབྲེལ་པའི་ཕྱིར་དང་། །མ་འདྲིས་པའི་ཕྱིར་ཡི་གེ་དོན་མེད་པའོ། །དེ་  
ལྟར་རྒྱལ་བཞིན་རྟོགས་པ་དེ་ནི་ཡི་གེ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་སྟེ་ཡི་གེ་རྣམས་ཀྱིས་  
བརྗོད་པས་དོན་གོ་རྒྱལ་ནི་དེ་ལྟར་སྤྱི་བུའི་རྟོགས་པས་འབྲེལ་པ་གསར་དུ་བྱས་ཤིང་  
བཏགས་པ་ཙམ་ལས་ཡིན་གྱི། །མིང་དོན་རང་གི་དོ་བོས་འབྲེལ་བ་མེད་པ་དེ་ལྟ་བུ་  
ནི་ཡི་གེ་ལས་དོན་རྟོགས་རྒྱལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་གཏན་ལ་ཐབ་པ་ཡིན་ལ། །འདི་  
ལས་བུང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་དམ་པའི་དོན་དུ་སྤྱིས་བརྗོད་པར་བྱ་བའི་དོན་  
དང་བྲལ་བའི་རྟོགས་པ་སྟེ། །

གཉིས་པ་ ། རྫོང་བྱེད་དོན་ཀུན་བཏགས་རང་བཞིན་མེད་པ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ །  
གཉིས་སུ་སྒྲུང་བར་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་དོན། །



གཉིས་སུ་སྒྲུང་བར་གྱུར་པ་ནི། །

དེ་ལྟར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །

དེ་ནི་དོན་ལ་མ་ལོག་པ། །

ཡོད་དང་མེད་པ་རྣམ་པར་སྒྲུང་ས། །

གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་གཉིས་སུ་སྒྲུང་བར་གྱུར་པ་ནི། །

ཇི་ལྟར་སྒྲུང་བ་དེ་ལྟར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །

དེ་ལྟར་དོན་ལ་མ་ཐོང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དོན་ལ་སྲིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་། །

གཉིས་ཀ་རྣམ་པར་སྒྲུང་ས་ཏེ། །

འདི་ལྟར་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྒྲུང་བར་གྱུར་པ་ནི། །

ཇི་ལྟར་སྒྲུང་བ་དེ་ལྟར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །

སྒྲུང་ཡང་མི་བདེན་པའོ། །

དེ་ལྟར་རྟོགས་པ་ནི་དོན་ལ་སྲིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། །

གཉིས་སུ་མ་གྲུབ་པས་ཡོད་པའི་མཐའ་སྒྲུང་ས་ལ་སྒྲུང་ཅམ་དུ་ཡོད་པས་མེད་པའི་མཐའ་རྣམ་པར་སྒྲུང་ས་པའི་དོན་རྣམ་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་སྲིར་འོ། །

གསུམ་པ་ ། གཉིས་སྒྲུང་གི་རྒྱ་གཞན་དབང་གི་རྣམ་རིག་ཅམ་དུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་སྲིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ །

རྟོག་པ་དེ་ཡིས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

རྟོག་པ་དེ་ཡིས་བསྟོམས་པ་ཡི། །

རྟོག་པ་ཡིད་བྱེད་དེའི་གནས་ནི། །

ཡིད་ལ་བྱེད་པ་མ་ལོག་པ། །

གཉིས་སུ་སྒྲུང་བའི་རྒྱ་ལ་འོ། །

གཟུང་བ་དང་འཛིན་པར་རྟོག་པ་དེ་ཡིས་ཡོངས་སུ་བསྟོམས་པ་ཡིས། །

རྟོག་པ་ཡིད་བྱེད་དེའི་གནས་ཤེས་པ་དེ་ནི། །

ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྲིན་ཅི་མ་ལོག་པའོ། །

ཡིད་ལ་བྱེད་པ་གང་ལ་སྲིན་ཅི་མ་ལོག་ཅེས། །

གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྒྲུང་བའི་རྒྱ་ལ་སྟེ་རྟོག་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ནི་བརྗོད་པའི་འདུ་ཤེས་སྲིན་ཅི་ལོག་པ་མ་བསྟོམས་པའོ། །

གཟུང་འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་སྐྱ་མ་སྐྱ་མ་དེ་ཡིས་བསྟོམས་པ་ཡི་དབང་གིས་བྱུང་བའི་སྲི་མ་སྲི་མ་གནས་དོན་ལུས་སུ་སྒྲུང་བའི་རྟོག་པ་ཡིད་བྱེད་དེའི་གནས་གང་ཡིན་པ་རྒྱལ་བཞིན་ཤེས་པ་ནི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་སྲིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། །

ཡིད་བྱེད་དམ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཅམ་གྱི་རང་བཞིན་དེ་ཇི་ལྟར་རྟོག་པའོ། །

དེ་ལ་དེའི་གནས་སམ་གཞི་གང་ཞེས། །

གཉིས་སུ་སྒྲུང་བའི་རྒྱ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ལ་རྒྱུར་ཤེས་པ་སྟེ་ཀུན་གཞི་ལ་རྟོག་པ་སྐྱ་ཚོགས་ཀྱིས་བསྟོམས་པའི་རྒྱ་ཡི་ཆ་རྣམས་བག་ཆགས་སྐྱ་ཚོགས་པའི་ཀུན་གཞི་དང་། །

དེའི་མཐུས་སྲི་ནང་གི་ཚོས་སྐྱ་ཚོགས་སུ་སྒྲུང་བ་ནི་རྣམ་པར་སྲིན་པའི་ཀུན་གཞི་སྟེ་དེ་ལྟར་ན་ཀུན་གཞི་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུར་ཤེས་པའོ། །

བཞི་པ་ ། གཉིས་སྒྲུང་ཡང་མི་བདེན་པ་སྐྱུ་མ་ལྟར་རྟོགས་པས་མཐའ་གཉིས་སུ་མི་འཕྲོ་བ་ལ་སྲིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ །

དོན་གྱིས་མེད་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

འཕྲོ་བ་ལ་སྲིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ །

དོན་གྱིས་མེད་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

བཞི་པ་ ། གཉིས་སྒྲུང་ཡང་མི་བདེན་པ་སྐྱུ་མ་ལྟར་རྟོགས་པས་མཐའ་གཉིས་སུ་མི་འཕྲོ་བ་ལ་སྲིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ །

དོན་གྱིས་མེད་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

དོན་གྱི་མེད་དང་ཡོད་པ་སྟེ། །

སྐྱུ་མ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་འདོད། །

དེ་ནི་མི་འཕྲོག་མ་ལོག་སྟེ། །

ཡོད་དང་མེད་པ་མི་འཕྲོག་སྟེ། །

དོན་གྱིས་མེད་པ་དང་ཡོད་པ་སྟེ། །གོང་དུ་བཤད་པ་དེ་དག་སྐྱུ་མ་དང་མི་ལམ་དང་སྐྱིག་  
སྐྱུ་དང་ཕུ་རླུ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་འདོད་དེ། །དེ་དག་དངོས་པོར་ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་  
ལ། །དེའི་འབྲུལ་པ་ཙམ་དུ་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་དོན་ལ་སྐྱུ་མ་ལ་སོགས་  
པ་ལྟ་བུར་མཐོང་ནས་སེམས་མི་འཕྲོག་མཐོང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མི་འཕྲོག་པ་ལ་སྐྱིན་ཅི་མ་  
ལོག་པ་སྟེ། །ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ལ་སེམས་མི་འཕྲོག་པའི་སྟེང་ལོ།

གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཚོས་འདི་དག་ནི། །རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སམ་  
དོན་རང་གི་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་དང་། །སྤང་ཙམ་དུ་ཡོད་པ་སྟེ་ཇི་ལྟར་ན་སྐྱུ་མ་  
དང་མི་ལམ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་འདོད་ལ། །དེ་ལ་ནི་མི་འཕྲོག་སྐྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་  
ཞེས་བྱ་སྟེ། །གང་གིས་ན་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་སྟོགས་སྐྱུ་མ་ལྟར་  
བའམ་མི་འཕྲོག་པར་གྱུར་པའི་སྟེང་ལོ། །

ལྟ་བུ་ ། །ཡོངས་གྲུབ་གཟུང་འཛིན་དང་བུལ་བའི་རང་མཚན་ལ་སྐྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ ། །  
རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་མི་འཕྲུག་སྟེ། །

ཐམས་ཅད་མིང་ཙམ་ཁོ་ན་སྟེ། །

རང་གི་མཚན་ཉིད་མ་ལོག་པའོ། །

དོན་དམ་རང་གི་མཚན་ཉིད་ལའོ། །

རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་མི་འཕྲུག་པའི་སྟེང་། །མིག་དང་གཟུགས་རྣམས་ནས་ཡིད་དང་ཚོས་  
རྣམས་ཞེས་པའི་བར་ཐམས་ཅད་མིང་ཙམ་ཁོ་ན་རུ་ཤེས་པ་སྟེ། །འདི་ནི་རང་གི་མཚན་  
ཉིད་ལ་སྐྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའོ། །མཚན་ཉིད་གང་ལ་ཞེན། །ཀུན་རྗེ་བུ་ནི་འདི་མིང་ཙམ་མོ་  
ཞེས་འཛིན་པ་ཡིན་པས་དོན་དམ་པ་རང་གི་མཚན་ཉིད་ལའོ།

ཡང་དག་པའི་དོན་གྱིས་རང་མཚན་ལ་ནི་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
ཐམས་ཅད་མི་འཕྲུག་སྟེ། །སོ་སོ་རང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་དམ་པའི་ཡུལ་སྟོས་པ་ཉི་  
བར་ཞི་བ་ཡིན་པའི་སྟེང་ལོ། །དེ་ལྟ་བུའི་དོན་ལ་དབྱེ་བ་སྤྲོ་ཚོགས་མེད་ཅིང་། །རྣམ་  
པ་ཐ་དད་པའི་ཚོས་སྐྱུ་སྤང་བ་གང་ཇི་སྟོད་པ་འདི་ཐམས་ཅད་ནི་ཇི་ལྟར་སྤང་བ་བཞིན་  
དུ་དེ་དང་དེའི་རང་མཚན་སོ་སོར་གྲུབ་པ་མེད་དེ་ཡང་དག་པར་ན་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་  
མེད་པ་ལ་མིང་དུ་བཏགས་པ་ཙམ་ཁོ་ན་སྟེ། །དེས་ན་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་གི་  
མཚན་ཉིད་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །

དེ་ལྟར་ཤེས་ན་རང་གི་མཚན་ཉིད་ལ་སྐྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ཡང་  
འཛིན་ཉེན་ཐ་སྟོད་དུ་ཀ་བ་དང་བུལ་པ་སོགས་ཀྱི་རང་མཚན་ཞེས་སོ་སོའི་རྣམ་པར་

སྤང་བ་ལ་བརྗོད་ཀྱང་འདི་ནི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ལུགས་དོན་དམ་པའི་རང་གི་  
མཚན་ཉིད་ལ་རང་མཚན་དུ་བརྗོད་པའོ། །

དུག་པ་ ། གཉིས་སྤོང་གི་དེ་ཉིད་ལས་ཚོས་ཀུན་མི་འདའ་བར་ཤེས་པ་ཚོས་སྤྱི་ཡི་  
མཚན་ཉིད་ལ་སྤྱི་ཅི་མ་ལོག་པ་ ། ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་མ་གཏོགས་པར། །  
འདི་ལྟར་ཚོས་ཡོད་མ་ཡིན་ཏེ། །  
དེ་སྤྱིར་སྤྱི་ཡི་མཚན་ཉིད་དེར། །  
དེ་ནི་སྤྱི་ཅི་མ་ལོག་པའོ། །

ཚོས་ལ་བདག་མིད་པའི་རང་བཞིན་གྱི་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་མ་གཏོགས་པར། །འདི་ལྟར་  
ཚོས་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །དེའི་སྤྱིར་ན་ཚོས་སྤྱི་ཡི་མཚན་ཉིད་དེར་ཤེས་པ། །དེ་  
ནི་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་ལ་སྤྱི་ཅི་མ་ལོག་པའོ།

གཉིས་སྤོང་གི་རང་བཞིན་ཅན་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་འབའ་ཞིག་ལས་ནི་མ་གཏོགས་པར་  
འདི་ལྟར་ཚོས་ཞེས་བྱ་བ་གཞན་ཞིག་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཚོས་ཐམས་  
ཅད་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་པ་དེ་ཡི་སྤྱིར་ཚོས་དབྱིངས་དེ་ནི་ཚོས་  
ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱབ་པའི་སྤྱི་ཡི་མཚན་ཉིད་ཅེས་བྱ་ལ། དེར་དེ་ལྟར་ཤེས་པ་དེ་ནི་སྤྱི་  
མཚན་ལ་སྤྱི་ཅི་མ་ལོག་པ་ཞེས་བྱའོ། །

བདུན་པ་ ། དེ་ལོ་ན་ཉིད་རྟོགས་མ་རྟོགས་ལས་དག་མ་དག་ཏུ་འགྱུར་བ་ལ་སྤྱི་ཅི་  
མ་ལོག་པ་ ། སྤྱི་ཅི་ལོག་གི་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

སྤྱི་ཅི་ལོག་གི་ཡིད་ལ་བྱེད། །  
མ་སྤངས་པ་དང་སྤངས་པ་ལས། །  
དེ་ནི་མ་དག་རྣམ་དག་སྟེ། །  
དེ་ཡང་དེ་ལས་ལོག་པའོ། །

སྤྱི་ཅི་ལོག་གི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ། །མ་སྤངས་པ་དང་དེ་སྤངས་པ་ལས། །ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་  
དེ་ནི་མ་དག་པ་དང་རྣམ་པར་དག་པ་སྟེ། །དེ་ལྟར་ཤེས་པ་དེ་ཡང་མ་དག་པ་དང་རྣམ་  
པར་དག་པ་དེ་ལ་སྤྱི་ཅི་མ་ལོག་པའོ།

འདི་ལྟར་འཁོར་འདས་དང་དག་མ་དག་ཅེས་བྱ་བ་ཡང་དངོས་པོའི་སྤོང་ན་དོན་  
གཞན་དང་གཞན་དུ་གྱུར་པ་ནི་ཅི་ཡང་མེད་ཀྱི། རང་གི་སྤྱི་ཅི་མ་ལོག་གི་ཡིད་ལ་  
བྱེད་པ་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་སོགས་མ་སྤངས་པ་དང་སྤངས་པ་ལས་གང་ཟག་དེ་ནི་རིམ་  
པ་ལྟར་མ་དག་པ་དང་རྣམ་པར་དག་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་རྟོག་པ་དེའང་དག་པ་  
དང་མ་དག་པའི་དོན་དེ་ལ་སྤྱི་ཅི་མ་ལོག་པའོ། །

བརྒྱད་པ་ ། རང་བཞིན་དག་པར་གནས་པའི་སྤྱིར་དག་མ་དག་ཏུ་སྤང་བ་ཡང་སྤྱོད་བྱུང་  
བར་ཤེས་པ་ལ་སྤྱི་ཅི་མ་ལོག་པ་ ། ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །



ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་རང་བཞིན་གྱི། །

རྣམ་པར་དག་ཕྱིར་ནམ་མཁའ་བཞིན། །

གཉིས་ནི་སློབ་བྱུང་བ་སྟེ། །

དེ་ཡང་དེ་ལ་མ་ལོག་པའོ། །

ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་རང་བཞིན་གྱིས། །རྣམ་པར་དག་པའི་ཕྱིར་ནམ་མཁའ་བཞིན་ཡིན་ལ།  
རྣམ་པར་མ་དག་པ་དང་ཕྱིས་རྣམ་པར་དག་པ་གཉིས་ནི་སློབ་བྱུང་བ་སྟེ། །དེ་ལྟར་  
ཤེས་པ་ཡང་སློབ་བྱུང་བ་དེ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའོ།

ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་དག་པའི་ཕྱིར་ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་  
ནམ་ཡང་འགྱུར་བ་མེད་པ་ནི་གནས་ལུགས་གཉུག་མའི་དོན་ཅོ། །སྤྱིར་མ་དག་པ་  
དང་ཕྱིས་དག་པ་གཉིས་ནི་སྤྱིར་ཚུལ་ཅམ་གྱི་དོར་སློབ་བྱུང་བ་སྟེ། དེ་ལྟར་ཤེས་པ་  
དེ་ཡང་སློབ་བྱུང་བ་དེ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཞེས་བྱའོ། །

རྩ་བའི་ས་བཅད་དགུ་པ་དང་བཅུ་པ་ལྟན་ཅིག་ཏུ། ཚོས་རྣམས་དང་ནི་སོགས་ཀྱིས་  
བསྟན་ཏེ། །

ཚོས་རྣམས་དང་ནི་གང་ཟག་གི། །

ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་རྣམ་དག་མེད། །

མེད་ཕྱིར་དེ་བས་སྐྱག་དང་དེ། །

མེད་དེ་དེ་འདིར་མ་ལོག་པའོ། །

ཚོས་རྣམས་དང་ནི་གང་ཟག་གི། །ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་དག་པ་ཡང་མེད་  
ལ། །དེ་མེད་པའི་ཕྱིར་དེ་བས་སྐྱག་པ་དང་ད། །རྒྱལ་བ་ཡང་མེད་དེ་དེ་འདིར་སྐྱག་པ་  
མེད་པ་དང་ཁེངས་པ་མེད་པ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའོ།

ཚོས་རྣམས་དང་ནི་གང་ཟག་གི་རང་བཞིན་ལ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པར་གྱུར་པ་  
དང་། དེ་རྣམ་པར་དག་པར་གྱུར་བ་ཡང་མེད་དོ། །ཚོས་དང་གང་ཟག་གི་དོ་བོ་  
ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་དོ། །གང་དོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་དེ་ལ་ཉོན་མོངས་པས་བཅིང་པ་དང་  
དེ་ལས་གོལ་བ་ཡང་མེད་དེ་ནམ་མཁའ་བཞིན་ཅོ། །དེ་ལྟར་གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་  
དུ་ཚོས་གང་ཡང་ཀུན་ཉོན་དང་རྣམ་བུ་དུ་གྱུར་པ་མེད་པ་དེ་བས་ན། འདི་ལྟར་  
ཆགས་སོགས་ཀུན་ཉོན་སྤྱོད་ལས་འཕེལ་བས་སྐྱག་པ་དང་། དང་སོགས་རྣམ་བུ་  
སྤྱོད་ལས་འཕེལ་བས་ང་རྒྱལ་དུ་གྱུར་པ་མེད་དེ། སྐྱག་པར་བྱ་བ་དང་ང་རྒྱལ་དུ་བྱེད་  
པའི་གཞི་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་དོ། །དེ་ལྟ་བུ་ནི་སྤྱིར་མེད་པ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་  
ལོག་པ་དང་། ཁེངས་པ་མེད་པ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཞེས་བྱའོ།

། གསུམ་པ་ ། སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དེ་བཅུའི་སྤྱོད་མམ་ལུས་མདོར་བསྟན་པ་དང་།  
དེ་དག་ལ་དོ་རྒྱའི་ཚོག་བཅུར་བཞག་པ་འགྲེལ་པས་ཁ་བསྐྱང་བ་ནི། །དང་པོ་སྤྱིན་  
ཅི་མ་ལོག་པ་དེ་བཅུའི་སྤྱོད་མམ་ལུས་མདོར་བསྟན་པ་ ། གང་ལ་གང་ཞིག་སོགས་  
ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

གང་ལ་གང་ཞིག་གང་ལས་འབྱུང་། །  
མ་འབྱུང་གང་ཞིག་གང་ལ་དང་། །  
འབྱུང་དང་མ་འབྱུང་འབྲས་བུ་ཉིད། །  
དེ་གཉིས་ཀྱི་ནི་མཐའ་མའོ། །

འདི་དག་ནི་རྒྱས་པར་དོ་རྗེའི་ཚིག་བཅུ་པོ་དག་གིས་ཤེས་པར་འགྱུར་རོ། །དོ་རྗེའི་ཚིག་  
རྣམས་ཀྱི་ལུས་རྣམ་པར་བཞག་པ་ནི། །དོ་བོ་ཉིད་རྣམ་པ་གསུམ་དང་དམིགས་པ་དང་རྣམ་  
པར་མི་རྟོག་པ་དང་བཀའ་བ་དང་ལན་ཏེ་གང་ལ་འབྱུང་པ་ཡོངས་གྲུབ་དང་གང་ཞིག་  
འབྱུང་པ་ཀུན་བརྟགས་དང་གང་ལས་འབྱུང་པ་གཞན་གྱི་དབང་དང་། །མ་འབྱུང་པ་  
གང་ཞིག་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ནི་ཤེས་རབ་དང་གང་ལ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་  
འོད་གསལ་བ་དང་། །འབྱུང་པ་དང་མ་འབྱུང་པའི་འབྲས་བུ་ཉིད། །དེ་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་  
མའོ། །དོ་རྗེའི་ཚིག་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་དོན་ནི་དོ་བོ་ཉིད་གསུམ་ནི་དམིགས་པ་སྟེ།  
ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་དང་། ཀུན་བརྟགས་པ་དང་། གཞན་གྱི་དབང་ཞེས་བྱ་བ་དག་སྟེ། ཚིག་  
དང་པོ་གསུམ་དང་གོ་རིམ་བཞིན་ནོ། །རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཉིད་ནི་གང་གིས་རྣམ་པར་མི་  
རྟོག་ཅེ་ན། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་སོ། །གང་ལ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་ཅེ་ན། རང་  
བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་ཉིད་ལའོ། །དེ་བས་ན་འདིར་ཤེས་པ་དང་། ཤེས་བྱ་རྣམ་པར་  
བཞག་པ་འདི་ལྟ་སྟེ། དོ་བོ་ཉིད་གསུམ་དང་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཉིད་དང་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་  
རིག་པར་བྱའོ། །བཀའ་བ་དང་ལན་ནི་ལྷག་མ་རྣམས་ཏེ། དེ་ལ་བཀའ་བ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ།  
གལ་ཏེ་ཀུན་བརྟགས་པ་དང་གཞན་གྱི་དབང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཚོས་དེ་དག་མེད་ན་

ཇི་ལྟར་དམིགས་པར་འགྱུར། ཅི་སྟེ་ཡོད་ན་དེ་ལྟར་ན་སྟེ་ཚོས་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་  
གསལ་བ་ཉིད་དུ་མི་རྩེད་ཞེ་ན། །དེའི་ལན་ནི་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྐྱུ་མ་བྱས་  
པ་ནི་མེད་ཀྱང་དམིགས་པ་ལྟ་བུའོ། །གལ་ཏེ་ཚོས་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་  
ཉིད་ཡིན་ན་ཇི་ལྟར་སྐྱུ་མ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཕྱིས་རྣམ་པར་བྱུང་ཞེ་ན། དེའི་ལན་ནི་ཀུན་  
ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱུང་བ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུར་རིག་པར་བྱ་ཡིན་ཏེ། །དཔེར་  
ན་ནམ་མཁའ་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་སོ། །རྣམ་པར་  
བྱུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །གལ་ཏེ་སངས་རྒྱས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་སྟེ། སེམས་ཅན་  
དཔག་ཏུ་མེད་པ་དག་གི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་བསལ་ན། དེའི་ཕྱིར་ཅི་ལྟར་འཁོར་བ་རྒྱུན་  
ཆད་ ༥༦ པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། ལྷ་དཀ་ལས་འདས་པ་འཕེལ་བར་མི་འགྱུར་ཞེ་ན། དེའི་  
ལན་ནི་འགྲིབ་པ་མེད་པ་དང་། ལྷ་དཀ་ལྟ་བུ་འཕགས་པ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཅན་གྱི་  
ཁམས་དང་། རྣམ་པར་བྱུང་བའི་ཕྱོགས་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ།

ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་བཅུ་འམ་དོ་རྗེའི་ཚིག་བཅུ་པོ་འདི་ལ་ལུས་རྣམ་པར་བཞག་པ་མི་  
འབྲ་བ་གཉིས་ལས།

དང་པོ་ལ། དམིགས་པ་དང་། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཉིད་དང་། བཀའ་བ་  
དང་། ལན་ཏེ་རྣམ་བྱངས་བཞིས་བསྟན་ཏེ། གང་ལ་དམིགས་པ་འམ་ཤེས་པར་བྱ་  
བ་དོ་བོ་ཉིད་གསུམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གནས་དང་པོ་གསུམ་བསྟན་ལ། གང་གི་  
དམིགས་པའི་ཤེས་པ་གཙོ་བོའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་བསྟན་ཅིང་། དེ་  
ལ་གང་གིས་མི་རྟོག་པ་ཡུལ་ཅན་གྱི་ངོས་ནས་རང་མཚན་ལ་མ་ལོག་པ་དང་། གང་

ལ་མི་རྟོག་པ་རང་བཞིན་འོད་གསལ་བ་སྤྱི་མཚན་ལ་མ་ལོག་པ་གཉིས་བཤད་དོ།  
།དེ་ལྟའི་ལྷག་མ་རྣམས་ནི་བརྒྱལ་བ་དང་ལན་ཅི་རིགས་པ་སྟེ། དེ་ལ་ཀུན་ཉོན་དང་  
རྣམ་བུང་བསྟན་པའི་དོན་རྗེས་ཚིག་གསལ། མ་དག་པ་དང་དག་པ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་  
པ་ནི། ཀུན་ཉོན་མེད་ན་ཅི་ལྟར་དམིགས། ཡོད་ན་རང་བཞིན་གྱིས་དག་པར་མི་རུང་  
ཞེས་པ་དང་། སངས་རྒྱལ་དུ་མས་སེམས་ཅན་དཔག་མེད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་བསལ་  
ན་འཁོར་བ་རྒྱུ་ཆད་ཅིང་སྤང་འདས་འཕེལ་བར་ཅིས་མི་འགྱུར་སྟེ་མ་པའི་དོགས་  
པ་ཐམས་ཅད་དག་པ་དང་མ་དག་པའི་གནས་ལས་བརྒྱུ་སྟེ་འགྱུར་བས་འདི་ནི་  
བརྒྱལ་བར་བྱ་བའི་གནས་ལྟ་བུའོ། །དེའི་ལན་ནི་བཞི་སྟེ། གཟུང་འཛིན་དོན་ལ་མེད་  
ཀྱང་སྤང་བའི་ལན་སྤྱི་མ་ལྟ་བུ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་དག་ན་སྤྱི་ཉོན་མོངས་དང་  
བཅས་པར་མི་འཐད་པའི་བརྒྱལ་ལན་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་  
དག་ཀྱང་སྟོབྱུར་གྱིས་སྤྱིན་ཡོད་མེད་ལས་སྤང་ཚུལ་དེ་ལྟར་འཐད་པར་བསྟན་པ་  
དང་། གལ་ཏེ་སྤྱི་མ་དག་པ་སྤྱིས་དག་ཏུ་རྒྱུག་ཀྱང་དག་པ་སྤྱིར་མི་སྟོབྱུ་ཅིང་འགྲིབ་  
པ་ཡོད་པས་ན་འཁོར་བ་རྒྱུ་འཆད་ཅིང་སྤང་འདས་འཕེལ་བར་ཅིས་མི་འགྱུར་ཞེས་  
པའི་བརྒྱལ་ལན་འགྲིབ་མེད་དང་ཁེངས་མེད་གཉིས་ཏེ། རང་བཞིན་མ་གྲུབ་པའི་  
གནད་གྱིས་ཀུན་བུང་ལ་ཚད་མ་མཚིས་པས་ན་འདི་ལ་འགྲིབ་ཏུ་མི་མངོན་ཏེ་དཔག་  
ཏུ་མེད་པར་བསྟན་པའོ། །དེ་ཡང་དང་པོ་དམིགས་པ་དོ་བོ་ཉིད་གསུམ་ཡོངས་གྲུབ་  
ཀུན་བརྟགས་གཞན་དབང་ཞེས་ཚིག་དང་པོ་གསུམ་དང་གོ་རིམ་བཞིན་ནོ་ཞེས་  
གསུངས་པས་དང་པོ་ཡོད་མེད་དང་ཡོངས་གྲུབ་སྤྱི་ཚུལ་ནི། འདྲིས་འབྲེལ་དག་  
ལས་ཡི་གོ་དོན་ཡོད་ཀྱི་དོ་བོ་ཉིད་གྱིས་བརྗོད་དུ་མེད་པར་ཤེས་པས། སྤྱིས་

བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཡོངས་གྲུབ་ཀྱི་དོན་ལ་འཇུག་པའམ། རྒྱ་གར་པ་ཁ་ཅིག་གིས་ཚོས་  
ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་རྒྱ་མཐུན་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་ནི་སྤྱིན་ཅི་ལོག་གི་གཉིན་པོ་སྟེ་ཚུལ་  
དེ་ལྟ་བུ་དང་ལྡན་པས་ཤིན་ཏུ་ཟབ་མོ་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་ཚུལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་  
ཤེས་རུས་པའི་སྤྱིར་དེ་ལྟར་འདོད་པ་དང་། ཡང་ཁ་ཅིག་གིས་སྤོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོ་བོར་  
སོད་པ་དང་། གཉིས་ཀྱི་དོ་བོར་མེད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཉིད་ན་  
ཡོད་པ་དང་མེད་པར་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་དེ་ལྟར་ཡོད་མེད་ཅིས་པའི་མིང་  
གིས་དོན་གྱིས་བསྟན་པར་ཡང་བཤད་དོ། །གང་ལྟར་ཡང་རུང་གནས་དང་པོ་གཉིས་  
ཀུན་བརྟགས་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་འཇུག་པས་ན། ཀུན་བརྟགས་ཀྱིས་སྤོང་པ་དེས་  
ཡོངས་གྲུབ་ཀྱི་ཚུལ་ཤེས་པའི་སྤྱིར་གནད་མཐུན་པར་འཆར་བ་ཡིན་ནོ། །སྤྱིན་ཅི་མ་  
ལོག་པའམ་དོན་ལ་མ་ལོག་པ་ནི་གནས་གཉིས་པ་སྟེ། དེ་ནི་གཉིས་སུ་སྤོང་ཡང་དེ་  
ལྟར་མ་གྲུབ་པས་ཀུན་ཏུ་བརྟགས་པ་ཙམ་དུ་བསྟན་པའོ། །གནས་སམ་ཡིད་བྱེད་ལ་  
སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ནི་གཞན་དབང་སྟེ་སྤོང་བའི་གཞིའམ་རྒྱ་ཡིན་པས་གནས་ཡིན་  
ལ། སྤོང་ཟིན་ནམ་འབྲས་བུའི་ཆ་ནས་གཞན་གྱི་དབང་ཞེས་བརྟགས་པའོ། །ཡང་  
ལུས་རྣམ་པར་བཞག་པ་གཅིག་ལྟར་ན། གང་ལ་གང་ཞིག་གང་ལས་འབྲུལ། །མ་  
འབྲུལ་གང་ཞིག་གང་ལ་དང་། །འབྲུལ་དང་མ་འབྲུལ་འབྲས་བུ་ཉིད། །དེ་ཉིད་ཀྱི་  
ནི་ཐ་མའོ། །ཞེས་གསུངས་པས། གང་ལ་འབྲུལ་ན་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་དོན་ལ་མིང་  
དོན་གྱི་འབྲེལ་པ་ཅན། མཚན་མའི་སྟོན་ཡུལ་སྤང་བ་ལ་འབྲུལ། གང་ཞིག་འབྲུལ་  
པའི་དོ་བོ་ནི་གཉིས་སུ་མེད་པ་ལ་གཉིས་སུ་སྤོང་བའི་སྤྱིན་ཅི་ལོག་པ་ཉིད་དོ། །རྒྱུའམ་  
གནས་གང་ལས་འབྲུལ་ན་རྟོག་པས་བསྟོས་པའི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཉིད་



ལས་སོ། །མ་འབྲུལ་པའི་ངོ་བོ་གང་ཞིག་ཡིན་པ་ནི། རོན་གྱིས་མེད་ཀྱང་སྤང་བ་སྐྱུ་  
མ་ལྟ་བུར་ཤེས་པའི་རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་ངེས་པ་དང་། མཉམ་གཞག་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་  
ཡི་ཤེས་གཉིས་ནི་མ་འབྲུལ་པའི་ངོ་བོ་འཇམ་ཡུལ་ཅན་ལོ། །གང་ལ་མ་འབྲུལ་ན་རང་  
བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བའམ། སྤྱི་མཚན་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་སྟེ་ཡོངས་སུ་གྲུབ་  
པའི་དོན་ལོ། །འབྲུལ་པའི་འབྲས་བུ་ནི་ཀུན་ཉོན་དང་། མ་འབྲུལ་པའི་རྒྱ་མཐུན་  
པའམ་འབྲས་བུ་ནི་རྣམ་པར་བྱང་བ་ཉིད་དེ། དེ་དག་ནི་ཀུན་བྱང་བསྟན་པ་དང་། རྣམ་  
མཁའ་ལྟ་བུ་ཉིད་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། སྤྱི་མ་ཐ་སྟོན་དང་། སྤྱི་མ་དོན་དམ་གྱི་ཆ་ནས་བསྟན་  
པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཐ་མ་ཞེས་པ་ནི། བཤད་མ་ཐག་པའི་འབྲས་བུ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་  
མཐར་སྤྱིན་པའམ་ཐ་མ་གཉིས་བསྟན་ཏེ། དེ་ལ་འཕགས་ཡུལ་གྱི་མཁས་པ་ཁ་ཅིག་  
གིས་ཀུན་བྱང་གཉིས་ཀའི་མཐའ་སྤང་འདས་ཏེ། དེ་ཡང་འཕེལ་འགྲིབ་མེད་པས་ན།  
དོན་གྱིས་མཐར་སྐྱབ་པ་མེད་པ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་ཀྱིས་མཐར་སྤྱིན་པའོ་ཞེས་ཟེར་ཞིང་།  
ཡང་ཁ་ཅིག་གིས་འཁོར་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་སྤྱིར་འགྲིབ་པ་མེད་པ་དང་ལྡན་པ་ཀུན་  
ཉོན་གྱི་མཐའ་མ་དང་། སྤང་འདས་དཔག་ཏུ་མེད་པས་ལྷག་པ་མེད་པ་ཉིད་རྣམ་བུང་  
གི་ཐ་མ་ཞེས་འདོད་པ་ཡིན་ལ། འདིར་འཁོར་འདས་སྤྱིའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་ཐ་སྟོན་དུ་  
མཐའ་རྫོགས་པའི་ཚད་དང་། དོན་དམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་བདེན་གྲུབ་ཀྱི་བསལ་  
བཞག་མེད་པར་མཐར་སྤྱིན་པར་སློབ་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱའོ། །དོ་རྗེའི་ཚིག་གི་  
གནས་འདི་དག་ལ་འཆད་རྒྱལ་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་ཐོབ་ཀྱང་རེ་ཞིག་སློབ་དཔོན་སློབ་རྟོན་  
གྱི་གཞུང་བཞིན་གསལ་བར་སྟེ་སྟེ་བཤད་པ་ཡིན་ལོ། །དེ་ལྟར་དོན་བཅུ་པོ་དེས་འཁོར་  
འདས་ཀྱིས་བསྐྱས་པའི་ཚོས་རྣམས་ཀྱི་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་རང་

བཞིན་སྤྱིན་མ་ལོག་པར་བསྟན་པས་ཇི་ལྟ་ཇི་སྟེད་ཀྱི་ལྷག་མཐོང་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ།  
། །གཉིས་པ་དེ་དག་ལ་དོ་རྗེའི་ཚིག་བཅུར་བཞག་པ་འགྲེལ་པས་ཁ་བསྟངས་བ་། །

ཡོད་མེད་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་དང་། །  
གནས་དང་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཉིད། །  
མི་རྟོག་པ་དང་རང་བཞིན་གྱིས། །  
རྟོག་པར་འོད་གསལ་ཉིད་དང་ནི། །  
ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་རྣམ་བུང་དང་། །  
དེ་བཞིན་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་ཉིད། །  
འགྲིབ་པ་མེད་དང་ལྷག་མེད་པ། །  
དོ་རྗེའི་ཚིག་ནི་བཅུ་ཞེ་བྱ། །

ཡི་གེ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་ཡོད་མེད་དང་དོན་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་ནས་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་  
དང་། །ཡིད་ལ་བྱེད་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་གནས་དང་མཐའ་གཉིས་སུ་མི་འཕྲོ་བ་ལ་སྤྱིན་  
ཅི་མ་ལོག་པས་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཉིད་དང་། །རང་གི་མཚན་ཉིད་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་མི་རྟོག་  
པ་དང་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་རང་བཞིན་གྱིས། །རྟོག་པར་འོད་གསལ་བ་  
ཉིད་དང་ནི་མ་དག་པ་དང་དག་པ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས། །ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་  
རྣམ་པར་བྱང་བ་དང་། །དེ་བཞིན་དུ་སློབ་དུ་བྱང་བ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་ནམ་མཁའ་  
ལྟ་བུ་ཉིད་དང་། །མི་སྐྱབ་པ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་འགྲིབ་པ་མེད་པ་དང་ཁེངས་པ་མེད་པ་

ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་ལྷག་པ་མེད་པ་དང་། །དོ་རྗེའི་ཚིག་ནི་རྣམ་པ་བརྩུ་ཞེས་བྱའོ།

དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་བརྩུ་པོ་དེ་ལ་དོ་རྗེའི་ཚིག་བརྩུ་ཞེས་བྱ་སྟེ། བཤེན་ལོ།  
གོང་དང་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་ཡོད་མེད་ཉིད་དང་། སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་། བཀས་  
དང་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཉིད་དང་། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་རྟོག་པར་  
འོད་གསལ་ལ་པ་ཉིད་དང་། གུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱུང་བ་ཉིད་དང་།  
དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་མཁའ་ལྟ་བུ་ཉིད་དང་། འགྲིབ་པ་མེད་པ་དང་། ལྷག་པ་མེད་པ་  
སྟེ་དེ་དག་རྟོག་གའི་རིག་པས་ཤེས་པར་དཀའ་བའི་སྤྱིར་དོ་རྗེའི་ཚིག་ནི་རྣམ་པ་བརྩུ་  
ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ལོ། །

བཞི་པ་མཐའ་གཉིས་སྤངས་པའི་སྐྱབ་པ་ལ། བདུན་ཚན་དང་པོ་དང་། བདུན་ཚན་  
གཉིས་པའོ། །དང་པོ་བདུན་ཚན་དང་པོ་། ཐ་དད་པ་དང་སོགས་གྱིས་བསྟན་  
ཏེ། །

- ཐ་དད་པ་དང་གཅིག་མཐའ་དང་། །
- སྐྱ་སྟེགས་ཉན་ཐོས་གཉིས་ཀ་དང་། །
- གང་ཟག་ཚོས་ལ་སྐྱོ་འདོགས་དང་། །
- སྐྱར་འདེབས་མཐའ་རྣམས་གཉིས་གཉིས་དང་། །
- མི་མཐུན་སྤྱོད་དང་གཉིན་པོའི་མཐའ་། །
- རྟོག་དང་ཆད་པར་འདུ་ཤེས་དང་། །

གཟུང་དང་འཇོན་དང་གུན་ཉོན་མོངས། །  
རྣམ་པར་བྱུང་ལ་གཉིས་དང་གསུམ། །

མཐའ་གཉིས་སྤང་བ་བསྐྱབ་པ་གང་ཞེན། བདག་དང་སྤང་པོ་ཐ་དད་པར་ལྟ་བའི་མཐའ་དང་  
དེ་གཉིས་གཅིག་དུ་སྐྱ་བའི་མཐའ་དང་། །གཟུགས་སོགས་རྟོག་གོ་ཞེས་པ་སྐྱ་སྟེགས་ཅན་  
གྱིས་བརྟགས་པའི་མཐའ་དང་མི་རྟོག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉན་ཐོས་གྱིས་བརྟགས་པའི་མཐའ་  
སྟེ་དེ་གཉི་ག་དང་། །གང་ཟག་དང་ཚོས་ལ་སྐྱོ་འདོགས་པ་དང་། །སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་  
མཐའ་རྣམ་པ་གཉིས་གཉིས་དང་། །མི་དགོ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཚོས་ནི་གུན་ནས་ཉོན་མོངས་  
པའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་དང་དགོ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་རྣམ་པར་བྱུང་བའི་ཞེས་  
བྱ་བ་ནི་གཉིན་པོའི་མཐའ་དང་། །གང་ཟག་དང་ཚོས་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་རྟོག་པ་དང་དེ་མེད་  
དོ་ཞེས་ཆད་པར་འདུ་ཤེས་པའི་མཐའ་དང་། །གཟུང་བ་དང་འཇོན་པའི་མཐའ་དང་གུན་  
ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། །རྣམ་པར་བྱུང་བའི་མཐའ་ལ་རིམ་པ་བཞིན་གཉིས་དང་གསུམ་  
སྟེ་སྤྱི་མ་ཉོན་མོངས་པའི་གུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་ལས་གྱི་གུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་  
སྐྱོ་བའི་གུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་གསུམ་དང་དེའི་གཉིན་པོ་རྣམ་པར་བྱུང་བ་ཡང་གསུམ་མོ།

གང་གི་སྤྱིར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ནི་མཐའ་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་དབུ་མའི་རྩལ་ལ་  
གནས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་མཐའ་ནི་ཇི་སྟེ་བྱ་ཞེན། གཟུགས་སོགས་བདག་དང་ཐ་  
དད་པ་དང་ངོ་བོ་གཅིག་པར་འཇོན་པ་ནི་མཐའ་ཡིན་ལ། དེ་སྤོང་བྱེད་དབུ་མའི་ལམ་  
ནི་གང་བདག་མེད་པ་ནས་ཤེད་བྱ་མེད་པའི་བར་དུ་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ་སྤང་པོ་ལ་  
བརྟེན་ནས་བདག་དུ་གདགས་པ་ལས་བདག་རང་གི་ངོ་བོ་མེད་ལ། དེ་མེད་པས་དེའི་

མིང་གི་རྣམ་གྲངས་གང་ཟག་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་གི་བཏགས་དོན་གྲང་མེད་ཅིང་།  
དེས་ན་དེ་ཡི་ཕྱི་དང་གཅིག་ཟེར་དུ་ཡང་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་སོགས་  
རྟག་པར་འཛིན་པ་སྤྱི་བཏགས་ཀྱིས་འདོད་པའི་མཐའ་དང་། གཟུགས་སོགས་མི་རྟག་  
པར་འཛིན་པ་ཉན་ཐོས་ཀྱིས་འདོད་པའི་མཐའ་སྟེ།

དེ་གཉིས་ཀ་ཡོངས་སུ་སྤངས་པ་དབུ་མའི་ལམ་ནི། གང་གཟུགས་ལ་སོགས་  
པ་ལ་རྟག་པར་ཡང་མི་རྟོག་མི་རྟོག་པར་ཡང་མི་རྟོག་པ་སྒྲོལ་བུ་དུ་བསྒྲོལ་པ་སྟེ།  
མདོ་ལས། གཟུགས་རྟག་པ་ཡང་མ་ཡིན། མི་རྟོག་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཅེས་གསུངས་  
པ་ལྟ་བུ་ལོ། །གང་ཟག་དང་ཚོས་ལ་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་པར་སྒྲོ་འདོགས་པ་དང་། ཐ་  
སྟོན་སྒྲུང་ཙམ་དུ་མེད་པར་སྐྱར་པ་འདེབས་པའི་མཐའ་རྣམ་པ་གཉིས་གཉིས་ཏེ་གང་  
ཟག་ཡོད་པ་དང་སེམས་སོགས་ཚོས་ཡོད་པར་སྒྲོ་འདོགས་པ་གཉིས་དང་། གང་  
ཟག་མེད་པ་དང་ཚོས་མེད་པར་སྐྱར་འདེབས་གཉིས་སོ། །དེ་ལ་གང་ཟག་ལ་སྒྲོ་སྐྱར་  
དེ་སྒྲོང་བྱེད་དབུ་མའི་ལམ་ནི་གང་བདག་དང་བདག་མེད་པ་གཉིས་ཀྱི་དབུས་ནི་རྣམ་  
པར་མི་རྟོག་པའོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་དང་། སེམས་སོགས་ཚོས་ལ་སྒྲོ་སྐྱར་སྒྲོང་  
བ་དབུ་མའི་ལམ་ནི་གང་ལ་སེམས་མེད་པ་དང་སེམས་པ་མེད་པ་དང་། ཡིད་མེད་པ་  
དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །མི་དགོ་བ་དང་ཀུན་  
ཉོན་ལ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་དང་། དགོ་བ་དང་རྣམ་བུ་ལ་གཉེན་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་ལྟ་  
བའི་མཐའ་དེ་དག་སྒྲོང་བྱེད་དབུ་མའི་ལམ་ནི། གང་མཐའ་དེ་གཉིས་ཁས་མི་ལེན་  
ཅིང་མི་བརྗོད་མི་སྤྱོད་བར་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །གང་ཚོས་དང་གང་ཟག་ཡོད་ཅིང་དེ་

ཐེར་བྱུག་ཏུ་གནས་པར་འདུ་ཤེས་པ་རྟག་པའི་མཐའ་དང་། ཚོས་དང་གང་

ཟག་མེད་པར་མ་རྒྱུན་ཆད་དེ་མཚམས་མི་སྒྲིབ་བར་འདུ་ཤེས་པ་ཆད་པའི་མཐའ་སྟེ།  
དེ་གཉིས་སྒྲོང་བྱེད་དབུ་མའི་ལམ་ནི། རྟག་པ་དང་ཆད་པ་མེད་པའི་དབུས་  
སུ་བསྟེན་པ་གང་ཡིན་པའོ། །ཡང་གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་དང་། ཀུན་ཉོན་  
དང་རྣམ་བུ་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་སྟེ་མཐའ་གཉིས་སུ་སྒྲིབ་བསྟེན་པ་དང་། དེ་ཡང་ཅི་  
ལྟ་བུ་ཞེ་ན། མ་རིག་པ་ནས་རྒྱ་ཤིའི་བར་ཀུན་ཉོན་ལ་གཟུང་འཛིན་དུ་ཞེན་པ་དང་།  
མ་རིག་པ་འགག་པ་ནས་རྒྱ་ཤིའི་བར་འགགས་པའི་རྣམ་བུ་ལ་གཟུང་འཛིན་དུ་  
ཞེན་པའི་མཐའ་གཉིས་པོ་དེ་སྒྲོང་བྱེད་དབུ་མའི་ལམ་ནི། རིག་དང་མ་རིག་པ་འདི་  
ནི་གཉིས་སུ་མེད་དོ་ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་འབྲུང་བ་བཞིན་ལོ། །

ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་  
པ་དང་། ལས་ཀྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྒྱུ་བའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའོ། །

དེའི་དང་པོ་ལ་ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ལ་ལྟ་བ་དང་དུག་  
གསུམ་གྱི་རྒྱུ་དང་། ཡང་སྲིད་ལ་སྒྲོབ་པ་གསུམ་ཡོད་པ་དེ་དག་གི་གཉེན་པོར་སྒྲོང་  
ཉིད་མཚན་མེད་སྒྲོན་མེད་དུ་ཤེས་པའོ། །

གཉིས་པ་ལས་ཀྱི་ཀུན་ཉོན་ཅིག་ནི་དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བའི་ལས་མངོན་པར་  
འདུ་བྱེད་པའོ། །དེའི་གཉེན་པོར་མངོན་པར་འདུ་མི་བྱེད་པ་ཤེས་པའོ། །

གསུམ་པ་སྐྱེ་བའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ནི། ཡང་སྲིད་པར་སྐྱེ་བ་དང་།  
སྐྱེས་ནས་མ་ཤི་བར་སེམས་སེམས་བྱུང་རྣམས་སྐྱད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་འབྲུང་བ་དང་།  
ཡང་སྲིད་པའི་རྒྱུན་ཏེ་རིམ་པ་ལྟར་འཆི་སྲིད་དང་སྐྱེ་སྲིད་བར་སྲིད་རྣམ་པ་གསུམ་  
མོ། །དེ་དག་གི་གཉེན་པོར་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཤེས་པ། འབྲུང་བ་མེད་པར་ཤེས་



པ། རོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་ཤེས་པ་ལོ། །དེ་ལྟར་ཀུན་ཉོན་ལྷན་པ་དེ་གསུམ་བུལ་བ་  
ནི་རྣམ་བུང་སྟེ་དེ་ལའང་དེའི་རོ་བོ་ཉིད་དུ་ཞེན་པ་མེད་པ་དང་། མདོར་བསྟན་  
ཚེས་དབྱིངས་ཉོན་མོངས་པར་གྱུར་པའམ། རྣམ་པར་དག་པར་གྱུར་པའོ་སྟེ་  
དུ་ཞེན་ཅིང་དེ་ཡང་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་གཉིན་པོ་དེ་དག་གིས་སྤང་བུ་དེ་དག་  
བསལ་ལོ་སྟེ་དུ་ཞེན་ནས་མཐའ་གཉིས་སུ་འཛིན་པའི་གཉིན་པོར་གང་སྟོང་པ་  
ཉིད་ཀྱིས་ཚེས་རྣམས་སྟོང་པར་མི་བྱེད་ཀྱི་ཚེས་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པའོ་  
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། གང་སྤང་བུ་དང་གཉིན་པོ་དང་སྟོང་པ་དང་མ་སྟོང་པ་  
ལ་སོགས་པའི་མཐའ་ཡོད་ཀྱི་རིང་ལ་ཀུན་བརྟགས་པ་དང་ཀུན་རྫོབ་དང་ཐ་སྟོད་  
ཀྱི་སྟོད་ཡུལ་དུ་ལྷུང་བ་ཡིན་ལ། སྟོང་པ་ཉིད་དོན་དམ་པའི་རང་གི་རོ་བོ་ཉིད་དུ་  
གདོད་ནས་མཐའ་གང་དུའང་མ་གྲུབ་པ་བརྗོད་དུ་མེད་པ་དེའི་སྤྱིར་དེས་སྟོང་པར་  
བྱས་པ་མ་ཡིན་གྱི་ཡོ་ནས་མཐའ་ཀུན་དང་བུལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་  
ནོ། །

གཉིས་པ་བདུན་ཚན་སྟེ་མ་ལ། མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད་གཉིས། དང་པོ་  
། མདོར་བསྟན་། རྣམ་པར་རྟོག་པ་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཉིས་ཀྱི་མཐའ། །  
དེ་ནི་རྣམ་པ་བདུན་དུ་འདོད། །

ཡང་དངོས་པོ་ཡོད་པ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་སྟེ། །དེ་

ནི་རྣམ་པ་བདུན་དུ་འདོད།

གོང་དུ་བསྟན་པ་དེར་མ་ཟད་གཞན་ཡང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་མ།  
མཐའ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་དེ་ནི་རྣམ་པ་བདུན་དུ་འདོད་དོ། །

གཉིས་པ་ ། རྒྱས་བཤད་། ། དངོས་མེད་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

དངོས་ཡོད་དངོས་མེད་ཞི་བུ་དང་། །  
ཞི་བུ་སྐྱབ་བུ་དེ་ལ་འཇིགས། །  
གཟུང་དང་འཛིན་དང་ཡང་དག་ཉིད། །  
ལོག་པ་ཉིད་དང་བྱེད་དང་མིན། །  
སྐྱེ་བ་མེད་དང་མཉམ་པའི་དུས། །  
དེ་ནི་རྣམ་རྟོག་གཉིས་ཀྱི་མཐའ། །

བདུན་གང་ཞེན། །བདག་གི་དངོས་པོ་ཡོད་པ་དང་དེ་དངོས་པོ་མེད་པར་ལྟ་བ་དང་ཞི་  
བར་བུ་བསྤང་བུ་དང་། །ཞི་བར་བྱེད་པ་གཉིན་པོར་ལྟ་བ་དང་སྐྱབ་བུར་རྟོག་པ་དང་དེ་ལ་  
འཇིགས་པར་སྐྱེ་བ་རྟོག་པ་དང་། །གཟུང་བ་དང་འཛིན་པར་རྟོག་པ་དང་ཡང་དག་པ་ཟག་  
པ་མེད་པ་ཉིད་དང་། །ལོག་པ་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་དུ་རྟོག་པ་དང་སྤང་བུ་སྟོང་བར་  
བྱེད་པ་དང་དེ་སྟོང་བར་བྱེད་ལུས་པ་མིན་པར་རྟོག་པ་དང་། །གཉིན་པོ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་  
སྐྱེས་ཀྱང་སྤང་བུ་མཉམ་པའི་དུས་གཅིག་ཏུ་ལྟ་བུ་སྟེ། །བདུན་པོ་དེ་ནི་རྣམ་རྟོགས་གཉིས་ཀྱི་

རྣམ་ཏོག་གི་མཐའ་གཉིས་ཟུང་དུ་སྐྱུར་བ་བདུན་པོ་དེ་གང་ཞེ་ན། དངོས་པོ་ཡོད་པར་  
 རྣམ་པར་ཏོག་པ་ཡང་མཐའ་ཡིན་ལ། དངོས་པོ་མེད་པ་རྣམ་པར་ཏོག་པ་ཡང་མཐའ་  
 ཡིན་པས་མཐའ་དེ་གཉིས་ཀྱི་གཉིན་པོར་དབུ་མའི་ལམ་བསྟན་པ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། གང་  
 ཟུག་རྣམ་པར་གཞིག་པའི་སྤྱིར་སྟོང་པ་ཉིད་མ་ཡིན་གྱི་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་སྟོང་སྟེ། སྟོན་  
 ཀྱི་མཐའ་སྟོང་པ་དང་། སྤྱི་མའི་མཐའ་སྟོང་པ་ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་ཡིན་  
 རོ། །ཞི་བར་བྱ་བ་སྤང་བྱ་དང་། ཞི་བར་བྱེད་པ་གཉིན་པོ་ལ་དེ་དང་དེར་རྣམ་པར་ཏོག་  
 པ་ནི་མཐའ་ཡིན་ལ། དེའི་གཉིན་པོ་དབུ་མའི་ལམ་ནི་སྤང་བྱ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་  
 བྱུང་བས་དེའི་གཉིན་པོ་ཡང་དོན་དམ་པར་མ་བྱུང་བར་བསྟན་པ་ནི། འོད་སྤང་འདི་  
 ལྟ་སྟེ། མི་ལ་ལ་རྣམ་མཁས་འཇིགས་ཤིང་སྐྱབ་ནས་དུས་ཏེ་རྣམ་མཁའ་འདི་སོལ་  
 ཞེས་ཟེར་ན། འོད་སྤང་འདི་ཅི་སྟོམ་དུ་སེམས། རྣམ་མཁའ་འདི་བསལ་བར་རུས་  
 སམ་ཞེས་སོགས་གསུང་པ་ལྟ་བུའོ། །སྐྱབ་བསྐྱལ་གྱི་འབྱུང་གནས་ཁམས་གསུམ་  
 འཁོར་བ་ལ་སྐྱབ་བྱ་ཉིད་དུ་ཏོག་པ་དང་། དེ་ལ་འཇིགས་ཤིང་སྐྱབ་པའི་ཏོག་པ་ནི་  
 མཐའ་ཡིན་ལ། མཐའ་དེ་དག་སྟོང་བྱེད་དབུ་མའི་ལམ་ནི། འོད་སྤང་དཔེར་ན་འདི་  
 ལྟ་སྟེ། རི་མོ་མཁའ་ཞིག་བདག་ཉིད་གྱིས་གཞོད་སྦྱིན་གྱི་གཟུགས་འཇིགས་འཇིགས་  
 ལྟ་ཞིག་གིས་ནས། དེས་འཇིགས་སྐྱབ་སྟེ་ཁ་སྐྱབ་དུ་འབྲེལ་ནས་བརྒྱལ་བར་བྱུར་བ་  
 དེ་བཞིན་དུ་ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། རང་གི་རྣམ་པར་ཏོག་པས་སྐྱུལ་པའི་  
 འཁོར་བ་དང་དེ་ལ་སྐྱབ་པའང་བཤད་མ་ཐག་པའི་དཔེ་དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་

མཐའ་དེ་གཉིས་སྟོང་བ་ཡིན་ནོ། །དཔེ་སྐྱུ་མ་རྣམ་མཁའི་དཔེ་ནི་ཉན་ཐོས་རྣམས་  
 ལས་བརྒྱུམས་ཏེ་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། ཉན་ཐོས་པས་ཚོས་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་  
 པར་ཁོང་དུ་མ་རྒྱུད་ནས། ཚོས་རྣམས་སྤང་བྱ་དང་སྟོང་ཉིད་སྟོང་བྱེད་ལྟ་བུར་བསམ་  
 ཞིང་། སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ཚོས་རྣམས་བཤེག་པར་བྱེད་པའི་དོན་དུ་བརྒྱུད་ནས་སྟོང་པ་  
 ཉིད་ལ་སྐྱབ་པ་རྣམས་ལ་སྐྱབ་པ་དེ་སྟོང་བའི་དོན་དུ་རྣམ་མཁའ་བསལ་བར་མི་  
 རུས་པ་ལྟར་སྟོང་པ་ཉིད་ཚོས་ཐམས་ཅད་ལ་ཚོས་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཡི་ནས་ཇིས་སུ་སོང་  
 བར་བསྟན་པའོ། །དཔེ་སྤྱི་མ་རི་མོ་མཁའ་ཀྱི་དཔེས་བསྟན་པ་དེ་ནི་བྱང་ཚུབ་སེམས་  
 དཔེར་རྣམས་འཁོར་བ་ཡུན་རིང་དུ་བཞུགས་པ་ལ་མི་སྐྱོ་བར་བྱ་བའི་སྤྱིར་བསྟན་པའོ།  
 །འདི་གཉིས་ལ་རྣམ་པ་གཞན་དང་གཞན་གྱིས་འཆད་ཚུལ་སྟོ་བརྟན་འབྲེལ་པ་ན་  
 སྤང་ངོ། །གཟུགས་སོགས་ལ་གཟུང་བ་དང་། མིག་སོགས་ལ་འཇིན་པར་རྣམ་པར་  
 ཏོག་པ་ཡང་མཐའ་ཡིན་ལ། དེ་གཉིས་སྟོང་བྱེད་དབུ་མའི་ལམ་ནི་འོད་སྤང་འདི་ལྟ་  
 སྟེ། དཔེར་ན་སྐྱུ་མ་བྱེད་པའི་མི་ཞིག་གིས་སྐྱུ་མ་སྐྱུལ་པ་དེས་སྐྱུ་མ་བྱེད་པ་ཉིད་ཟོས་  
 པ་དེ་བཞིན་དུ་ཞེས་སོགས་གསུངས་ཏེ། གཟུང་འཇིན་གཉིས་སུ་སྤང་ཡང་ཐ་དད་དུ་  
 མེད་དེ་རྣམ་རིག་ཙམ་དུ་བྱུང་ལ། དེ་གཉིས་གཅིག་མ་བྱུང་ན་ཅིག་ཤོས་ཀྱང་མི་བྱུང་  
 པས་དོན་ལ་གཟུང་འཇིན་དུ་མ་བྱུང་པ་དཔེ་དེས་བསྟན་ཏོ། །ཟུག་མེད་ལ་ཡང་དག་  
 པ་གཉིས་སུ་ཏོག་པ་དང་། ཟུག་བཅས་ལ་ལོག་པ་ཉིད་དུ་ཏོག་པ་ཡང་མཐའ་ཡིན་  
 ལ། དེ་གཉིས་སྟོང་བྱེད་དབུ་མའི་ལམ་བསྟན་པ་ནི། འོད་སྤང་འདི་ལྟ་སྟེ་དཔེར་ན་  
 ཤིང་གཉིས་རྒྱུད་གིས་དུད་པ་ལས་མི་འབྱུང་སྟེ། བྱུང་མ་ཐག་དུ་ཤིང་དེ་གཉིས་ཚིག་  
 པར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཞེས་སོགས་གསུངས་ཏེ་ཇི་ལྟར་མའི་རང་བཞིན་མིན་པའི་

ཤིང་ལས་མི་བྱུང་ལ། དེས་ཤིང་དེ་ཉིད་བསྐྱེད་པ་བཞིན་དུ་ཡང་དག་མིན་པའམ་  
 ཟག་པ་དང་བཅས་པ་སྒྲིབ་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་ན་ཡོད་པའི་སོ་སོར་རྟོག་པ་ཤིང་  
 ལྟ་བུ་ལས། ཡང་དག་པ་ཟག་མེད་འཕགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་མི་འབྱུང་ལ། མི་དེས་  
 སོ་སོར་རྟོག་པ་ཉིད་འཚོགས་པ་ལྟར་འཇིག་པར་བྱེད་པ་དེ་དག་ནི་བརྟེན་ནས་འབྱུང་  
 བ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཡིན་གྱི། ཡང་དག་དང་ལོག་པ་ཞེས་རིས་སུ་མ་ཆད་དེ་རང་གི་ངོ་བོས་  
 མ་གྲུབ་པར་བསྟན་པའོ། །གཉིན་པོ་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་སྤང་བུ་སྤོང་བའི་བྱ་བ་བྱེད་པ་ལ་  
 བྱེད་པའི་ངོ་བོར་བདེན་པར་འཇིག་པའམ། ཡང་ན་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་སྤང་བུ་སྤོང་ངོ་སྟོམ་  
 དུ་སྤོ་སྤོན་དུ་བཏང་ནས་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་བྱེད་པར་སྤོ་འདོགས་པའི་རྟོག་པ་དང་། སྤོང་  
 བའི་བྱ་བ་བྱེད་མི་རུས་པའམ། བྱེད་པ་མིན་པར་རྟོགས་པ་ནི་སྐྱུར་འདེབས་ཀྱི་མཐའ་  
 ཡིན་ལ། དེ་སེལ་བྱེད་དབུ་མའི་ལམ་ནི་འོད་སྤང་འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན་མར་མི་བྱུང་  
 ན་སུན་པ་སུན་ནག་ཐམས་ཅད་མེད་པར་འགྱུར་ཡང་། འོད་སྤང་མར་མི་དེ་འདི་  
 ལྟར་བདག་གིས་སུན་པ་སུན་ནག་གང་དག་བསལ་ལོ་སྟོམ་དུ་མི་སེམས་མོད་ཀྱང་།  
 མར་མི་ལ་བརྟེན་ནས་སུན་པ་སུན་ནག་མེད་པར་གྱུར་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཞེས་སོགས་  
 ཀྱིས་བསྟན་པར་མཛད་དེ། མར་མི་ལ་རྟོག་པ་མེད་ཀྱང་སུན་པ་སེལ་བའི་མཐུ་ཡོད་  
 པ་བཞིན་དུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་སྤོབ་པ་སེལ་བ་ཡང་དེ་དང་འདྲ་བར་བསྟན་པའོ། །སེམས་  
 ཅན་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ལྷགས་པའི་སྤོབ་པ་འདི་དག་སྤོང་དཀའ་  
 ཞིང་ཚན་ཆེ་བས་ན་གཉིན་པོ་ཡེ་ཤེས་སྐྱེ་བའི་གོ་སྐབས་མེད་དོ་སྟོམ་དུ་གཉིན་པོ་རྒྱུད་  
 ལ་སྐྱེ་བ་མེད་པར་འཇིག་པའི་རྟོག་པ་དང་། སྐྱེས་ཀྱང་སྤང་བུ་དེ་མ་ཐག་ཏུ་འགག་  
 མི་རུས་པས་སྤོང་གཉིན་གཉིས་དུས་མཉམ་པར་ཡུན་རིང་འགྲོགས་པའམ།

མཉམ་པའི་དུས་ཅན་རྒྱུར་སྟོམ་པའི་རྣམ་རྟོག་ནི་མཐའ་ཡིན་ལ། དེ་དག་སྤོང་  
 བྱེད་དབུ་མའི་ལམ་བསྟན་པ་ནི། འོད་སྤང་འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན་གྲིམ་མམ། ཁང་  
 པའམ། ཁང་སྐར་ལོ་བརྒྱ་སྤོང་འདས་པར་སུས་ཀྱང་མར་མི་མ་བུས་པ་དེར་མི་ལ་  
 ལ་ཞིག་གིས་མར་མི་དེ་བུས་ན། འོད་སྤང་འདི་ཅི་སྟོམ་དུ་སེམས། སུན་པ་སུན་ནག་  
 དེ་འདི་ལྟར་བདག་ནི་ལོ་བརྒྱ་སྤོང་དུ་བསགས་པ་བདག་ནི་འདི་ནས་མི་འགྲོའོ་སྟོམ་  
 དུ་སེམས་སམ། ཞེས་སོགས་གསུངས་ཏེ། སྤང་བ་སྐྱེས་ན་སུན་པ་དེས་པར་འགག་  
 པ་དང་། དེ་གཉིས་དུས་མཉམ་པར་མི་འགྲོགས་པ་དང་། སུན་པ་ཡུན་ཅི་རིང་ཡང་  
 དེར་མར་མི་སྤར་བ་མི་སྤིད་པ་མིན་པའི་དཔེ་དེའི་སྤོ་ནས་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་མཐའ་  
 དེ་དག་བསལ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བཤད་མ་ཐག་པའི་རྣམ་རྟོག་ཟུང་རེ་སྐྱུར་བ་བདུན་  
 ཚན་གཅིག་པོ་དེ་ནི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུན་དང་མི་མཐུན་པར་འཇིག་པའི་རྟོག་པ་  
 གང་ཞིག་སྤོ་སྐྱུར་གང་ཅུང་གི་སྤོགས་སུ་སྤང་བས་ན་རྣམ་རྟོག་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་ཞེས་  
 བྱ་ལ། མཐའ་དེ་དག་དང་བུལ་བ་དབུ་མའི་དོན་ལ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་འཇུག་པ་ནི་བྱང་  
 རྒྱུ་སེམས་དཔའི་ལམ་མཐའ་གཉིས་སྤོང་བའི་སྐྱུབ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གོང་གིས་བཅད་ལྟ་པ་དང་དུག་པ་ལྟ་ན་ཅིག་ཏུ། བྱེད་པར་ཅན་དང་སོགས་ཀྱིས་  
 བསྟན་ཏེ། །

བྱེད་པར་ཅན་དང་བྱེད་མེད་ནི། །  
 ས་བཅུ་དག་ཏུ་ཤེས་པར་བྱ། །



བྱུང་པར་ཅན་དང་བྱུང་པར་མེད་པ་སྐྱབ་པ་གང་ཞེ་ན། །བྱུང་པར་ཅན་དང་བྱུང་པར་མེད་  
པ་ནི། །ས་བཅུ་དག་ཏུ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེས་གང་ལ་ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་གང་ཤས་ཆེ་བ་དེ་ནི་  
བྱུང་པར་ཅན་དང་ཐམས་ཅད་ཏུ་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་པར་བསྐྱབ་པ་ནི་བྱུང་པར་མེད་པ་འོ།

བྱུང་པར་ཅན་གྱི་སྐྱབ་པ་དང་། བྱུང་པར་མེད་པའི་སྐྱབ་པ་ནི་ས་བཅུ་པོ་དག་ཏུ་ཤེས་  
པར་བྱ་སྟེ། གང་ཞེ་ན། ས་དང་པོ་ལ་སྤྱིན་པ་ཤས་ཆེར་སྐྱབ་པ་དང་། གཉིས་པར་  
ཚུལ་གྲིམས་ལྷག་པར་སྐྱབ་པ་སོགས་གྱི་ཆ་ནས་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་སྐྱབ་པ་ཞེས་བྱ་ལ།  
ས་ཐམས་ཅད་ཏུ་ཡང་ཕར་སྤྱིན་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་པར་སྐྱབ་པའི་ཆ་ནས་བྱུང་པར་  
མེད་པའི་སྐྱབ་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་སྐྱབ་པ་རྣམ་པ་དུག་གི་སྒོ་ནས་ལམ་སྐྱབ་པ་  
སྐྱེ་ན་མེད་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

ད་ནི་གཉིས་པ་དམིགས་པ་སྐྱེ་ན་མེད་པ་ནི། རྣམ་པར་བཞག་དང་སོགས་གྱིས་  
བསྟན་ཏོ། །

- རྣམ་པར་བཞག་དང་དེ་བཞིན་དབྱིངས། །
- སྐྱབ་དང་སྐྱབ་དང་འཛིན་པ་དང་། །
- ངེས་པར་འཛིན་དང་རབ་ཏུ་འཛིན། །
- རབ་ཏུ་རྟོགས་དང་རབ་རྒྱས་དང་། །
- རྣམ་པར་རྟོག་དང་རྣལ་འདུག་དང་། །

### ཕུལ་དུ་བྱུང་བའི་དམིགས་པར་འདོད། །

དམིགས་པ་སྐྱེ་ན་མེད་པ་ལས་ཚོས་བརྟགས་པ་རྣམ་པར་བཞག་པ་གསུང་རབ་ཡན་ལག་  
བཅུ་གཉིས་ལ་དམིགས་པ་དང་དེ་བཞིན་ཏུ་ཚོས་གྱི་དབྱིངས་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་དམིགས་  
པ་དང་། །བསྐྱབ་བྱ་ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་དུག་ལ་དམིགས་པ་དང་ལམ་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་གྱི་  
དམིགས་པ་དང་ཐོས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་པས་འཛིན་པ་དང་། །བསམ་པ་ལས་བྱུང་  
བའི་ཤེས་པས་ངེས་པར་འཛིན་པའི་དམིགས་པ་དང་བསྐྱོམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་  
གྱིས་རབ་ཏུ་འཛིན་པའི་དམིགས་པ་དང་། །རབ་ཏུ་རྟོགས་པའི་དམིགས་པ་དང་མཐོང་  
ལམ་ཐོབ་པས་རབ་ཏུ་རྒྱས་པའི་དམིགས་པ་དང་། །ས་བདུན་པའི་བར་དུ་རྣམ་པར་རྟོག་  
པའི་དམིགས་པ་དང་ས་བརྒྱད་པ་ལ་རྣལ་ཏུ་འདུག་པའི་དམིགས་པ་དང་། །ས་དགུ་པ་  
ཡན་ཆད་ཕུལ་དུ་བྱུང་བའི་དམིགས་པ་ཡིན་པར་འདོད་དོ།

སྐྱབ་པའི་གཞིར་གྱུར་པ་ཡུལ་གང་ལ་ཇི་ལྟར་དམིགས་ནས་འཇུག་ཅེ་ན། ཉན་ཐོས་  
ལ་སོགས་པ་ལྟར་དམིགས་པ་ནི་ཚེ་བ་མ་ཡིན་ཏེ་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་དོན་མཐའ་  
དག་གཏན་ལ་ཐེབས་པའི་ཚུལ་གྱིས་དམིགས་པ་ཡིན་པས་དམིགས་པ་སྐྱེ་ན་མེད་  
པ་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་ནི་ངོ་བོའི་སྒོ་ནས་རྣམ་པ་བཞི་དང་། ས་མཚམས་གྱི་སྒོ་ནས་  
བརྒྱད་དེ་བཅུ་གཉིས་སུ་ཡོད་དོ། །དེ་ཡང་ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་བཅུ་དང་ས་དང་ལམ་  
དང་གཟུགས་དང་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་སོགས་པ་སྐྱ་ཚོགས་པའི་ཚོས་གང་དག་རྣམ་  
པར་བཞག་པའི་དོན་ཇི་སྟེད་པའི་གནས་ལ་མ་ནོར་བར་དམིགས་པ་དང་། གནས་  
ལུགས་དེ་བཞིན་ཉིད་བདག་གཉིས་གྱིས་སྟོང་པའི་དབྱིངས་ཟབ་མོའི་དོན་ལ་ཇི་ལྟ་བ་

བཞིན་དུ་དམིགས་པ་དང་གཉིས་ནི་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པ་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་ཟབ་  
པའི་དོན་གཏན་ལ་ཕེབས་པའི་ཚུལ་གྱིས་དམིགས་པ་ལོ། །བསྐྱུབ་བྱ་ལ་དམིགས་པ་  
དང་། སྐྱབ་པའི་དམིགས་པ་གཉིས་ནི་སྤྲ་མ་གཉིས་ཀྱི་དབང་གིས་ཏེ། ཇི་ལྟར་ན་རྒྱ་  
ཆེ་བའི་ལམ་གྱི་རྣམ་པ་མཐའ་དག་པར་བྱིན་བཅུར་འདུ་བས་ན་དེ་ཉིད་ཉམས་སུ་ལེན་  
པ་ནི་བསྐྱུབ་བྱ་པར་ཕྱིན་ལ་དམིགས་པ་དང་། ཟབ་མོ་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྟོགས་པས་  
ན་པར་ཕྱིན་དེ་དག་ཀྱང་འཁོར་གསུམ་དག་པར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་ནས་  
ཐབས་མཁས་ཀྱི་སྐྱབ་པ་བྱུང་པར་ཅན་དུ་གྱུར་པ་ནི་སྐྱབ་པའི་དམིགས་པ་ཞེས་བྱ་  
སྟེ། འཁོར་གསུམ་དག་རྟོགས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་པའི་པར་ཕྱིན་རྣམས་ནི་ཟག་  
པ་མེད་པའི་ལམ་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་པར་ཕྱིན་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དེ་  
ལྟར་བརྗོད་དོ། །ཚུལ་བཞི་པོ་དེ་ལྟ་བུ་དང་ལྡན་པའི་སློབ་ནས་དམིགས་པ་སློབ་མེད་པ་  
ཡིན་ལ། དེའང་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་རྣམས་སུ་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བའི་ཚུལ་  
གྱིས་དམིགས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ཡང་ཐོས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཚོས་ཀྱི་  
དབྱིངས་དང་སྐྱིན་སོགས་ལ་དམིགས་པ་ནི་འཇིན་པའི་དམིགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་དང་།  
རིགས་པ་བཞི་དང་ལྡན་པའི་བསམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དེ་གཉིས་ལ་  
དམིགས་ཤིང་དོན་རྟོགས་པ་ནི་ངེས་པར་འཇིན་པའི་དམིགས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་  
སློབ་པ་ལས་བྱུང་བའི་སོ་སོ་རང་གི་རིག་པས་དམིགས་པ་ནི་ཡང་དག་པར་རབ་ཏུ་  
འཇིན་པའི་ཚུལ་གྱིས་དམིགས་པ་དང་། ས་དང་པོར་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་མངོན་སུམ་  
རབ་ཏུ་རྟོགས་པའི་དམིགས་པ་དང་། ས་གཉིས་པ་ནས་བདུན་པའི་བར་གྱིས་ས་རྒྱུག་  
པོ་རྟོགས་པ་གོང་ནས་གོང་དུ་རབ་ཏུ་རྒྱས་པའི་དམིགས་པ་དང་། ས་བདུན་

པ་དེ་ཉིད་ལ་མདོ་སྡེ་ལ་སོགས་པའི་ཚོས་ཀྱི་ཁོང་དུ་རྒྱུད་ཅིང་སྲིད་ཞིའི་ཚོས་ལ་  
མཚན་མ་མེད་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་དམིགས་པ་དང་། ས་བརྒྱད་པར་འབད་རྩོལ་  
དང་འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་ཏེ་རྣལ་དུ་འདུག་པའི་དམིགས་པ་དང་། ས་དགུ་  
པ་བཅུ་པ་བཅུ་གཅིག་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་གསུམ་ལ་ཡི་ཤེས་སུལ་དུ་བྱུང་བ་དང་།  
སྲིན་ལས་སུལ་བྱུང་དང་། རྣམ་པར་དག་པ་སུལ་བྱུང་གསུམ་འབྱུང་བའི་དེ་དག་གི་  
དམིགས་པ་སྟེ། ས་དགུ་པར་སོ་སོར་ཡང་དག་པ་རིག་པ་བཞིའི་ཡི་ཤེས་སུལ་དུ་བྱུང་  
བ་ཐོབ་པས་ཡི་ཤེས་སུལ་དུ་བྱུང་བའི་དམིགས་པ་དང་། ས་བཅུ་པར་སྲིན་ལས་ལ་  
དབང་བ་སུལ་དུ་བྱུང་བ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་སྲིན་ལས་སུལ་དུ་བྱུང་བའི་དམིགས་པ་དང་།  
བཅུ་གཅིག་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་ནི་ཉོན་མོངས་དང་ཤེས་བྱའི་སྐྱིབ་པ་མ་ལུས་པ་  
རྣམ་པར་དག་པ་སུལ་དུ་བྱུང་བ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་དག་པ་སུལ་དུ་བྱུང་བའི་  
དམིགས་པར་འདོད་དེ། ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པའི་ཡི་ཤེས་དེས་ཇི་ལྟ་ཇི་སྟེད་ཀྱི་ཚོས་  
མ་ལུས་པ་གཟིགས་པའམ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་ཡང་དག་པར་འགྱུབ་པ་སློབ་མེད་པ་ནི། མ་ཚང་མེད་དང་སོགས་ཀྱིས་  
བསྟན་ཏེ། །

- མ་ཚང་མེད་དང་མི་སྲོང་དང་། །
- མི་གཡེང་བ་དང་རབ་རྗོགས་དང་། །
- ཡང་དག་བསྐྱེད་དང་འཕེལ་བ་དང་། །

ལས་སུ་རུང་དང་མི་གནས་དང་། །

སྐྱིབ་པ་མེད་པ་ཉིད་དང་དེ། །

རྒྱན་མི་གཙོད་པ་ཡང་དག་འགྲུབ། །

ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་ནི་ལམ་གྱི་རྒྱན་མ་ཚང་བ་མེད་པས་རིགས་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་  
པ་དང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མི་སྤྲོད་བས་མོས་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་། །ཐེག་པ་དམན་  
པས་སེམས་མི་གཡོང་བ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་  
རབ་ཏུ་རྫོགས་པས་བསྐྱེད་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་། །འཕགས་པའི་ལམ་ཡང་དག་  
པར་བསྐྱེད་པས་སྐྱོན་མེད་འཇུག་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་དགོ་བའི་རྩ་བ་འཕེལ་བས་  
སེམས་ཅན་སྦྱིན་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་། །སེམས་ལས་སུ་རུང་བས་ཞིང་ཡང་དག་  
པར་འགྲུབ་པ་དང་སྤྱི་ཞིང་མི་གནས་པས་ལུང་བསྟན་པ་འཐོབ་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་  
པ་དང་། །སྐྱིབ་པ་མེད་པ་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་དེ། །རྒྱན་མི་  
གཙོད་པས་བྱང་རྒྱུ་ཏུ་སྦྱོན་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པོ།

ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་ཞུགས་པས་གནས་སྐྱབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུ་  
གང་ཞིག་ཉན་རང་གི་ཐོབ་བྱ་ལས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་འགྲུབ་པ་ནི་རྣམ་པ་བཅུས་  
བསྟན་ཏེ། དེ་ཡང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མཐའ་དག་གི་དོན་བསྐྱེད་པ་རྣམ་པ་བཅུར་གསུངས་  
པ་ནི། མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། རིགས་དང་ཚོས་ལ་མོས་པ་དང་། །དེ་བཞིན་སེམས་ནི་  
བསྐྱེད་པ་དང་། །སྦྱིན་ལ་སོགས་པ་སྐྱབ་པ་དང་། །སྐྱོན་མེད་པ་ལ་འཇུག་

ཉིད་དང་། །སེམས་ཅན་རྣམས་ཡོངས་སྤོངས་བྱེད་དང་། །ཞིང་ནི་རྣམ་པར་སྤྲོད་བ་དང་།  
།མི་གནས་སྤངས་འདས་པ་དང་། །བྱང་རྒྱུ་མཚོག་དང་སྦྱོན་པའོ། །ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར་ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་སད་པ་དང་། སད་པའི་རྒྱན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་ལ་  
མོས་པ་དང་། བསམ་པ་སྐྱོན་མེད་བྱང་རྒྱུ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་། སྤྲོད་བ་ཕར་  
ཕྱིན་དུག་བསྐྱབ་པ་དང་། སྐྱོན་མེད་པ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་ས་དང་པོ་ལ་འཇུག་པ་  
ནས་འཕགས་པའི་སར་རྒྱུད་པ་དང་། ཐབས་ལ་མཁས་པས་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་  
སྦྱིན་པར་བྱེད་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་རྣམ་པར་སྤྲོད་བ་དང་། སྤྱི་ཞིང་མཉམ་  
ཉིད་དུ་རྫོགས་པས་མི་གནས་པའི་སྤངས་ལས་འདས་པའི་ཚོས་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་  
སྟེ་འདི་གསུམ་ནི་གཙོ་བོར་དག་སས་བསྐྱེད་པའི་ཡོན་ཏན་ལོ། །མཐར་འབྲས་སྐྱེན་  
མེད་པའི་བྱང་རྒྱུ་མཚོག་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པ་དང་། ཐོབ་ནས་སྤྱི་པ་ཇི་སྤྱི་དུ་བྱང་  
རྒྱུ་ཡང་དག་པར་སྦྱོན་པའམ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱལ་རྒྱན་མི་གཙོད་པ་སྟེ། གཟུགས་  
སྐྱེད་ཀྱིས་འཁོར་བ་ཇི་སྤྱི་བར་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པའི་རྒྱལ་རྒྱན་མི་གཙོད་  
པའོ། །རྒྱལ་དེ་དང་མཐུན་པར་འདིར་ཡང་ཐེག་ཆེན་སྦྱོན་པའི་དགོ་བའི་བཞེས་གཉེན་  
སོགས་འཁོར་ལོ་ཆེན་པོ་བཞི་དང་ལྟན་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་སད་པའི་རྒྱན་མ་  
ཚང་བ་མེད་པ་ནི་རིགས་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་སྟེ་རྒྱུ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དང་པོའོ། །དེ་  
བཞིན་དུ་ཐེག་པ་མཚོག་གི་ལམ་ཡོངས་སུ་མི་སྤྲོད་བ་ཐེག་ཆེན་ལ་མོས་པ་ཡང་དག་  
པར་འགྲུབ་པ་དང་། ཐེག་དམན་ཡིད་བྱེད་ཀྱིས་མི་གཡོང་བ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་  
ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་། པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དུག་རབ་ཏུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་སྐྱབ་  
པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་། ས་དང་པོར་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ཡང་དག་



པའི་ཚོས་འཕགས་ལམ་བསྐྱེད་པ་སྒྲིན་མེད་པར་འཇུག་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་  
དང་། དེ་ནས་ས་བདུན་པའི་བར་དུ་དགོ་བའི་རྩ་བ་གོང་ནས་གོང་དུ་ཡུན་རིང་པོར་  
འཕེལ་བས་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་། ས་བརྒྱད་  
པ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་སེམས་ལས་སུ་རུང་ཞིང་ཁ་སྤྱིར་བཏུས་སྒོ་  
ལཱའི་རྣམ་ཤེས་གནས་གྱུར་པས་ཞིང་ཡོངས་སུ་དག་པ་ཡོངས་སུ་འགྲུབ་པ་དང་།  
སྤྱིད་ཞི་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་ཏེ་ཁ་ནང་བཏུས་ཉོན་མོངས་པའི་ཡིད་གནས་གྱུར་  
པས་འཁོར་འདས་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་ལ་མི་གནས་པའི་སྤང་འདས་ཀྱི་དོན་མཐོང་བས་  
སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱིར་མི་ལྷོག་པའི་ས་ལ་ལུང་སྒྲོན་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་  
པ་དང་། སྤྱིབ་གཉིས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་ཡོངས་སུ་ཟད་པས་སྤྱིབ་པ་མེད་པས་  
བྱང་ཆུབ་མཆོག་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་ཉིད་དང་། རྣམ་མེད་པ་  
བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་སྐྱེ་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་དེ་ཡི་རྩལ་ནམ་ཡང་རྒྱན་མི་གཙོད་  
པ་བྱང་ཆུབ་ཀུན་ཏུ་སྒྲོན་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་ཉིད་དེ། དེ་ལྟར་མཐར་ཐུག་གི་  
འབྲས་བུའི་བར་དུ་འགྲུབ་རྩལ་ལེགས་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །



# ཡུལ་གྱི་འོག་

བཞི་པ་མཇུག་གི་དོན་ལ་གཞུང་འདི་རྟོགས་དཀའ་ཞིང་ཡོན་ཏན་ཆེ་བར་བསྟན་པ་  
དང་། གཞུང་དེའི་མཛད་བྱང་དང་འགྲུར་བྱང་སྒྲོམ་པའོ། །དང་པོ་། གཞུང་འདི་  
རྟོགས་དཀའ་ཞིང་ཡོན་ཏན་ཆེ་བར་བསྟན་པ་། ། དབུས་རྣམ་འབྱེད་པའི་སོགས་  
གྲིས་བསྟན་ཏེ། །

དབུས་རྣམ་འབྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཏེ། །

རྟོགས་པར་དཀའ་དང་སྤྲིང་པའི་དོན། །

དོན་ཆེན་དེ་བཞིན་ཀུན་གྱི་དོན། །

དོན་མེད་ཐམས་ཅད་སེལ་བའོ། །

བསྟན་བཅོས་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས། ཐེག་པ་སློན་

མེད་པའི་ལེའུར་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་ལྟ་པའོ། །

དེ་ལྟར་ན་འདི་ནི་དབུས་རྣམ་འབྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཏེ་དབུ་མའི་ལམ་རབ་ཏུ་སྟོན་པའི་

ཕྱིར་དོ། །འདི་ནི་རྟོག་གའི་སྟོན་ཡུལ་མ་ཡིན་པས་རྟོགས་པར་དཀའ་བ་དང་ཕས་གྱི་

ཚོལ་བ་དག་གིས་མི་ཤིགས་པས་སྤྲིང་པའི་དོན་དང་། །བདག་དང་གཞན་གྱི་དོན་བསྐྱབས་  
པས་དོན་ཆེན་དང་དེ་བཞིན་དུ་ཐེག་པ་གསུམ་ཆར་གྱི་ལམ་སྟོན་པས་ཀུན་གྱི་དོན་བསྐྱབ་པ་  
དང་། །དོན་མེད་པ་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་སེལ་བའོ། །ཐེག་པ་  
སློན་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་བསྐྱབས་པའི་དོན་ནི་གསུམ་སྟེ། སྐྱབ་པ་དང་། བསྐྱབ་པའི་གཞི་དང་།  
བསྐྱབས་པའི་འབྲས་བུའོ། །སྐྱབ་པ་ནི། ཐེག་པ་ཆེན་པོར་ཇི་ལྟ་བུར་ཚོས་རྣམས་རབ་ཏུ་  
གཞུག་པ་དང་། ཞེས་པ་ལ་སོགས་པས་སོ། །དེའང་ཞི་གནས་བསྐྱོམ་པ་ལ་གཡེང་བ་མེད་  
པ་དང་། ལྷག་མཐོང་བསྐྱོམ་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་གྱུར་པའོ། །གང་གི་དོན་དུ་ཞེ་ན།  
དབུ་མའི་ལམ་གྲིས་ངེས་པར་འབྱུང་བར་བྱ་བའི་དོན་དུའོ། །གང་དུ་ཞེ་ན། །ས་བཅུ་དག་སྟེ་  
བྱུང་པར་ཅན་དང་བྱུང་པར་མེད་པའོ་ཞེས་བྱའོ། །ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་རྣམས་ཀྱང་ཡི་གེ་ལ་  
ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་ཞི་གནས་གྱི་མཚན་མ་རབ་ཏུ་རྟོགས་པ་དང་། དོན་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་  
པས་ལྷག་མཐོང་གི་མཚན་མ་རབ་ཏུ་རྟོགས་པ་དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་  
ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་གི་གཞི་ཡོངས་སུ་སྤོང་བ་དང་། མི་འགྲོ་བ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་དེའི་  
མཚན་མ་ལོགས་པར་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་དང་། རང་གི་མཚན་ཉིད་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་  
དེའི་གཉེན་པོ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ལམ་བསྐྱོམ་པ་དང་། སྤྲིའི་མཚན་ཉིད་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་  
ལོག་པས་རྣམ་པར་བྱུང་བའི་རང་བཞིན་དུ་རབ་ཏུ་རྟོགས་པ་དང་། མ་དག་པ་དང་དག་པ་  
ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་དེའི་སྒྲིབ་པ་མ་སྤངས་པ་དང་སྤངས་པ་རབ་ཏུ་ཤེས་  
པ་དང་། དེའི་སྟོན་བྱུང་བུ་བྱུང་བ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་  
པར་བྱུང་བ་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་རབ་ཏུ་ཤེས་པ་དང་། མི་སྐྱེག་པ་དང་ཁིངས་པ་མེད་  
པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་སྒྲིབ་པ་མེད་པར་ངེས་པར་འབྱུང་བའོ། །བསྟན་བཅོས་དབུས་

དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས་ཐེག་པ་སྐྱོན་མེད་པའི་ལེན་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་ལྟ་  
པའོ། །

མཐའ་དང་བྲལ་བའི་དབྱུང་གང་ཡིན་པ་དབྱུང་མའི་ལམ་སྟོན་པས་ན། དབྱུང་རྣམ་  
པར་འབྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་སམ། དབྱུང་དང་མཐའ་མ་འདྲིས་པ་རྣམ་པར་  
འབྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཞེས་བྱ་སྟེ། འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་ཟབ་པས་ཉོག་གའི་སྟོས་ཉོགས་  
པར་དཀའ་བ་དང་། ཕས་གྱི་རྟོལ་བས་མི་ཤེས་པའི་སྦྱིང་པའི་དོན་རྣམས། ཐེག་པ་  
མཐའ་དག་གི་སྦྱིང་པའི་དོན་དུ་གྱུར་པ་དང་། རང་དང་གཞན་གྱི་དོན་ཆེན་པོ་གནས་  
སྐབས་དང་མཐའ་ཐུག་གི་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བའི་པ་ཐོབ་པ་དང་། ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་  
རིགས་ཅན་མཐའ་དག་པ་ཀུན་གྱི་དོན་དུ་གྱུར་པ་དང་། དོན་མེད་པ་མ་ཉོགས་ལོག་  
ཉོག་ཐེ་ཚོམ་གྱི་དྲི་མ་དང་། ཉོན་ཤེས་གྱི་སྦྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་སེལ་བ་སྟེ་ཡོན་ཏན་གྱི་  
བྱུང་པར་ལྟ་དང་ལྟན་པའི་ཕྱིར་མཚོག་གི་བསྟན་བཅོས་སུ་གྱུར་པ་ཉིད་དོ། །བསྟན་  
བཅོས་དབྱུང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་གྱི་ཐེག་པ་སྐྱོན་མེད་པའི་ལེན་འཁྲུའི་འགྲུལ་པའི་སྐབས་  
སོ། །

གཉིས་པ་མཛད་བྱང་ནི། །

བསྟན་བཅོས་དབྱུང་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཚིག་  
ལེན་བྱས་པ་འཕགས་པ་བྱམས་པས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ། །

རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་རྗེ་ཀ་མི་ཏུ་དང་། ལྷི་ལེན་བྲ་བོ་རྗེ་དང་། ལྷ་ཆེན་གྱི་  
ལོ་རྒྱུ་བ་བན་རྗེ་ཡེ་ཤེས་སྟེས་བསྟུར་ཅིང་ལྷས་ཏེ་གཏན་ལ་ཕབ་པའོ། །

༥༥

བསྟན་བཅོས་དབྱུང་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཚིག་ལེན་བྱས་པ་  
འཕགས་པ་བྱམས་པས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ། ། །རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་རྗེ་ཀ་མི་ཏུ་སྟེ་རྒྱལ་  
བའི་བཤེས་གཉེན་དང་། ལྷི་ལེན་བོ་རྗེ་སྟེ་བྱིམས་འབྱུང་དབང་པོ་དང་། ལྷ་ཆེན་ལོ་རྒྱུ་བ་  
བརྗེ་ཞང་སྐྱ་རྣམ་པའི་ཤེས་སྟེས་བསྟུར་ཅིང་ལྷས་ཏེ་གཏན་ལ་ཕབ་པའོ། །

བསྟན་བཅོས་དབྱུང་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཚིག་ལེན་བྱས་པ་  
འཕགས་པ་བྱམས་པས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ། ། །ཞེས་དང་། འགྱུར་བྱང་ནི། རྒྱ་  
གར་གྱི་མཁན་པོ་རྗེ་ཀ་མི་ཏུ་དང་། ལྷི་ལེན་བོ་རྗེ་དང་། ལྷ་ཆེན་ལོ་རྒྱུ་བ་རྗེ་ཡེ་ཤེས་  
སྟེས་བསྟུར་ཅིང་ལྷས་ཏེ་གཏན་ལ་ཕབ་པའོ། །ཞེས་སོ།

སྐར་ཡང་སྐྱས་པ།

མཆན་འདི་ཡང་སྟོན་བྱོན་སྐུལ་པའི་ལོ་པཎ་རྣམས་གྱི་གསུང་རབ་དྲི་མ་མེད་པ་དག་ལས།  
སྟོབ་དཔོན་སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་དབྱིག་གཉེན་གྱི་འགྲུལ་པ་ལྟར་གཞན་ཕན་སྐྱང་བས་  
བྲིས་པ་དག་ལེགས་སུ་གྱུར་ཅིག།



མཐར་འཇིག་ལྟ་བུ་འདྲི་གཡང་ས་ལས། །བདེ་བར་སྒོལ་བྱེད་ཡང་དག་དབུ་  
 མའི་ལམ། །རིགས་ཅན་གསུམ་གྱི་གང་ཟག་འཇུག་པའི་སྒོ། །རྒྱལ་ཚབ་སེམས་  
 དཔའ་མཚོག་དེས་ལེགས་པར་བསྟན། །སྤྱོད་ཚོགས་ཚོས་གྱི་ཕུང་པོའི་རིན་ཆེན་  
 གཏིར། །གང་དུ་རྒྱུན་པ་རྒྱ་ཆེན་ཚོས་གྱི་མཛོད། །གསལ་བར་སྟོན་པ་ལེགས་ལའོད་  
 འོད་ཕྱེད་འདིས། །འགྲོ་ཀུན་ཚོས་གྱི་འགྲོར་པས་ཚིམ་བྱེད་ཤོག །ཚོས་སྡེ་འདིས་  
 མཚོན་འཇོམ་སྲིད་ཐ་བྱ་ཀུན། །ཡང་དག་ཚོས་གྱི་སྤྱང་བས་ཁྱབ་བྱུར་ཏེ། །བཤད་  
 རྒྱུ་བ་པརྱའི་དགའ་ཚལ་རབ་རྒྱས་ཤིང་། །མི་ཉམས་སྲིད་མཐའི་བར་དུ་གནས་བྱུར་  
 ཅིག །བདག་ཀྱང་རྫོགས་སྒྲིན་སྤྱངས་པ་མཐར་ཕྱིན་ཅིང་། །མཁའ་ཁྱབ་ཡིད་ཅན་  
 ཐེག་པ་མཚོག་ལ་འགོད། །བསྟན་དང་འགྲོ་བའི་དཔལ་ཡོན་གོང་དུ་འཕེལ། །འགྲོ་  
 ཀུན་བྱང་རྒྱལ་མཚོག་གི་གནས་ཐོབ་ཤོག །

ཅེས་པ་འདི་ནི་མཁའ་བཙུན་བཟང་པོའི་རྣམ་ཐར་མཚུངས་པ་མེད་པའི་སྐོ་  
 ལ་གནས་ཤིང་སྤྱོད་ཚོ་འདྲི་པོར་སྐྱབ་པའི་རྒྱལ་མཚོན་ཆེན་པོ་ལེགས་པར་བཙུགས་  
 པའི་རྣམ་ཐར་གྱིས་ས་གསུམ་མངོན་པར་དགའ་བའི་དཔལ་སྟེར་བ་ཀུན་པོ་ཐོག་པ་  
 ལུམ་ལ་སྐྱལ་པའི་སྐྱུ་པརྱ་དགོན་མཚོག་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚོན་དཔལ་བཟང་པོའི་  
 ཞལ་སྤྱོད་ཀྱིས་བཀྲ་ཤིས་པའི་སྤྱོད་ཤོག་དང་། དེ་ཆེན་གཉིས་པའི་སྐྱེས་དང་བཅས་  
 བཀའ་ཡིས་བསྐྱལ་མ་གནང་བ་སྲིད་ལ་འཆང་ནའང་། དེ་ཞིག་དེ་གར་ལུས་པ།  
 སྤྱོད་ནས་ཀུན་པོ་ཐོག་པ་སི་ཏུ་སྐྱལ་པའི་སྐྱུ་རིན་པོ་ཆེར་བུམས་ཚོས་སྐྱོར་སྐྱལ་བའི་  
 རྒྱལ་པོ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་མཐུན་པའི་རྒྱུན་སྤྱོད་བ་ལས། མདོ་ཁམས་འདི་ན་འགྲན་  
 རྒྱ་དང་བུལ་བའི་གདན་ས་ཆེན་པོ་འཕགས་ལུལ་མ་ག་རྩ་གཉིས་པར་

གཤགས་པ་ཀུན་པོ་ཐོག་པ་དོན་གདན་གྱི་ཚོས་སྤྱོད་ཆེན་པོར་མི་ཐམ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བས་  
 རབ་ཚོས་རྒྱལ་བ་ཤིང་ཏུ་ཡོད་ཀྱི་ལུམས་སྟོད་རྒྱ་བའི་ཚོས་ཉེར་གསུམ་ལ་དབུ་བཙུམ་  
 སྟེ་བཤད་པ་བྱེད་པའི་སྐྱུན་གསེང་རྣམས་སུ་རྒྱུང་ཟད་དེ་གྲིས་ཤིང་། རྒྱ་བ་དེའི་སྐྱེ་  
 མའི་ཚོས་སྤྱོད་གཟུང་སྐྱར་དགོ་བའི་སྤྱོད་ཆར་གྲུབ་པར་བཀྲིས་པ་འདིས། སྐྱལ་བ་པོ་  
 སོགས་བདག་གི་སྤྱོད་མ་ཞི་བར་གཤེགས་པ་རྣམས་གྱི་དགོངས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་  
 པ་དང་། མ་འོངས་པའི་གང་ཟག་རྣམས་ལ་ཚོས་གྱི་མིག་ཡོངས་སུ་འབྱེད་པ་དང་།  
 མཁའ་ཁྱབ་གྱི་སྤྱོད་རྒྱ་རྣམས་ལ་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་དོན་ཡོངས་སུ་  
 གྲུབ་པའི་དགོ་ལེགས་གྱི་དཔལ་དམ་པ་སྤྱིན་པར་གྱུར་ཅིག །སུ་མཚུ་ལོ།།  
 སྐྱུ་མ་ལུ་མེ་རི་ཡ། །བསྐྱལ་བཟང་རྣམ་འབྱོར་སྤྱོད་པ་བུམས་པའི་མཚོན། །གསུང་  
 རབ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཚོན་ཐེག་ཆེན་པོ། །ཟབ་རྒྱས་དོན་སྟོན་དབུས་མཐའ་རྣམ་པར་  
 འབྱེད། །མཚོན་ཉིད་སྤྱི་བ་པ་དེ་མཉམ་སྦྱོར་མེད་སྤྱོད། །ཉིན་འབྱུང་གཞན་དབང་ཀུན་  
 བཏགས་གྱིས་སྟོང་པའི། །ཡོངས་གྲུབ་དབུ་མའི་ལམ་མཚོག་སྟོན་པའི་གཞུང་།  
 །མི་ཐམ་མཁའ་པའི་དབང་པོས་ལེགས་བཀྲལ་བའི། །འབྲེལ་ཆེན་ཉིན་བྱེད་སྤྱང་  
 བ་འཆར་འདི་མེད། །གཞུང་འདི་སྤྱོད་བསྐྱུན་རྣམ་དཀར་དགོ་བའི་མཐུས། །ཐུབ་  
 བསྟན་མདོ་སྤྱོད་ཤོག་རིགས་ལམ་ཡན་ལག་བཅས། །བཤད་སྐྱུ་ཕྱིན་ལས་མི་རུབ་  
 བུམས་བསྟན་བར། །འཕེལ་བའི་རྒྱུར་བསྟོད་དེ་བཞིན་འབྲུབ་གྱུར་ཅིག །ཅེས་པ་ཀུན་  
 མཚོན་མི་ཐམ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་རབ་རྣམས་སྤྱོད་མ་ཞི་སྟོང་གིས་སྤྱོད་གྱི་འདུ་བྱེད་  
 བཀྲི་སྐབས་དགོ་རྒྱུན་བུམས་པ་འདས་པོའི་དངོས་རྫས་དགོ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 སྤྱོད་གྱི་ཡོན་ཇི་བབས་སུལ་ཏེ་དཔལ་སྤྱོད་སྤྱོད་གྲུབ་སྟེང་དུ་རབ་རྒྱལ་ལུགས་ཏེ་རྒྱ་

དུས་ཚོས་དགེ་བའི་ཆར་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་བགྱིས་པ་དགེ་ལེགས་འཕྲིལ། །།སྐྱེ་  
མཚན་ལོ། །།





འགྲུབ་ལྷན་པའི་འཇམ་མཁའ་ལྷོ་མཁའ་

འཇམ་མཁའ་ལྷོ་མཁའ་ལྷོ་མཁའ་ལྷོ་མཁའ་

MAITREYA'S  
DISTINGUISHING THE MIDDLE FROM  
EXTREMES

•  
*with Commentaries by*  
KHENPO SHENGA and JU MIPHAM



མཁའ་དབྱིངས་ཀུན་ཁྱབ་བྱམས་པའི་འོད་ཟེར་གྱིས། །  
འགྲོ་ལ་སློབ་གྲོས་སྦྱང་བ་རྣམ་འབྱེད་པ། །  
རྒྱལ་བ་ཉི་མའི་གཉེན་དང་རྒྱལ་བའི་སྣུམ། །  
མ་ཕམ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ནས། །  
ཡོད་མེད་རྟག་ཆད་མཐའ་ལ་མི་གནས་ཤིང་། །  
ཡང་དག་འཕགས་པའི་ལམ་བཟང་མཚོན་པའི་སྒོ། །  
དབུས་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་གྱི། །  
ཚོག་དོན་ལེགས་པར་སྤྲེ་སྤྲེ་བཤད་པར་བྱ། །

དེ་ལ་འདྲིར་རྒྱལ་ཚབ་ས་བཅུའི་སེམས་དཔའ་མཚོག་གི་བསྟན་བཅོས་ཆེན་པོ་སྤྲེ་ལྟའི་ཡ་གྲུལ་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་  
མཐའ་དག་གི་ལམ་གྱི་གནད་ཟབ་མོ་མཐའ་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་སྟོན་པར་བྱེད་པ་དབུས་དང་  
མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་འདི་འཆད་པ་ལ། མཚན་དོན། འགྱུར་ཕྱག་ གཞུང་དོན། མཇུག་དོན་  
བཞི།

དང་པོ་ ། མཚན་དོན་ ། །

རྒྱ་གར་སྐད་དུ། མཇུག་པོ་ལྟོ་ག་ཀུ་རི་ཀུ།

པོད་སྐད་དུ། དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཚོག་ལེའུར་བྱས་པ།

རྒྱ་གར་སྐད་དུ། མཇུག་ཞེས་པ་པོད་སྐད་དུ། དབུས་མཐའ། དེ་བཞིན་དུ། རིམ་པ་ལྟར་མཐའ་དང་བྲལ་བའི་དེ་  
ལོ་ན་བོ་གྲེག། །རྣམ་པར་འབྱེད་པ། ཀུ་རི་ཀུ། ཚོག་ལེའུར་བྱས་པ་ཞེས་ཉིད་དབུས་གང་ཡིན་པ་དང་། རྟག་ཆད་  
གྱི་མཐའ་གང་ཡིན་པ་མ་ཉོར་བར་རྣམ་པར་འབྱེད་པར་བྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་གང་ཞིག། གཞུང་མཐའ་དག་  
ཚོགས་སུ་བཅད་པའི་ཚུལ་དུ་བྱས་པ་ནི་ཚོག་ལེའུར་བྱས་པའོ། །

གཉིས་པ་ ། འགྱུར་ཕྱག་ ། ། ལ། འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གཞོན་རུར་གྱུར་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། ། ཞེས་པས་  
བསྟན།

འཇམ་དཔལ་གཞོན་རུར་གྱུར་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

གསུམ་པ་ ། གཞུང་དོན་ ། ། ལ། སྤོམ་གྱི་སྟོན་ས་མདོར་བསྟན་པ་དང་། དེའི་དོན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས།  
དང་པོ་ ། སྤོམ་གྱི་སྟོན་ས་མདོར་བསྟན་པ་ ། ། མཚན་ཉིད་སྤྱི་བ་པ་སོགས་ཚོགས་བཅད་གཅིག་གིས་བསྟན་ཏེ།  
།

མཚན་ཉིད་སྤྱི་བ་པ་དེ་ལོ་ན། །

གཉེན་པོ་དག་ནི་བསྟོམ་པ་དང་། །

དེ་ཡི་གནས་དང་འབྲས་བུ་འཐོབ། །

ཐོག་པ་སྒྲིན་མེད་པའོ། །

ཐོག་མ་ཁོ་ནར་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ལུས་རྣམ་པར་བཞག་པ་ནི། མཚན་ཉིད་དང་སྒྲིབ་པ་དང་དེ་ཁོ་ན་དང་། །གཉེན་པོ་དག་ནི་  
བསྐྱོམ་པ་དང་། །གཉེན་པོ་བསྐྱོམ་པ་དེ་ཡི་གནས་དང་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་དང་། །ཐོག་པ་སྒྲིན་མེད་པའོ།

བསྟན་བཅོས་འདིའི་དབྱུ་ཞབས་ཀྱི་དོན་ཐམས་ཅད་བསྟན་རྣམ་པ་བདུན་དུ་འདུས་ཏེ། ཐོག་མར་ཤེས་པར་བྱ་  
བ་ཀུན་བྱང་གི་མཚན་ཉིད་བསྟན་ལ། དེའི་རྗེས་སུ་བདག་ནི་རྣམ་པར་བྱང་བ་དེའང་སྒྲིབ་པ་སྤང་བ་ལས་ཐོབ་  
པས་སྒྲིབ་པ་བསྟན། སྒྲིབ་པ་དེ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དམིགས་པས་སྤོང་བར་འགྱུར་བས་ན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བསྟན། དེ་  
བཞིན་དུ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དམིགས་ནས་གཉེན་པོ་སྐྱོམ་པའི་ཚུལ་དང་། གཉེན་པོ་དེ་རང་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་པའི་གནས་  
སྐབས་གང་ཡིན་པ་དང་། གཉེན་པོ་བསྐྱོམ་པའི་འབྲས་བུ་གང་ཐོབ་པ་དང་དུག་ནི་སྤྱིར་བསྟན་ནས། སངས་  
རྒྱུས་ཉིད་ཐོབ་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལམ་ཐོག་པ་སྒྲིན་མེད་པའི་ཁྱད་ཚོས་དམིགས་བསལ་ནས་བསྟན་པ་  
སྟེ། དོན་རྣམ་པ་བདུན་དུ་ཡོང་པའོ། །

གཉེས་པ་ ། དེའི་དོན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ ། ལ། ཤེས་བྱ་སྤྱིའི་ཚུལ་དང་། ཐོག་ཆེན་ཐུན་མོང་མིན་པའི་ཚུལ་  
བཤད་པ་གཉེས། དང་པོ་ ། ཤེས་བྱ་སྤྱིའི་ཚུལ་ ། ལ། ཤེས་བྱའི་ཡུལ། ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ལམ། ལམ་དེའི་  
འབྲས་བུ་དང་གསུམ། དང་པོ་ ། ཤེས་བྱའི་ཡུལ་ ། ལ། ཤེས་བྱ་མཚན་ཉིད། སྤང་བྱ་སྒྲིབ་པ། རྟོགས་བྱ་དེ་ཁོ་  
ན་ཉིད་དང་གསུམ།



# ལུས་ཀྱི།

དང་པོ་། ཉེས་བྱ་མཚན་ཉིད་ ། ལ། གུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་མཚན་ཉིད་དང་། རྣམ་པར་བྱང་བའི་མཚན་ཉིད་གཉིས། དང་པོ་། གུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་མཚན་ཉིད་ ། ལ། གུན་ཉོན་གྱི་ངོ་བོ་དང་། ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཉོན་མོངས་པའོ། ། དང་པོ་། གུན་ཉོན་གྱི་ངོ་བོ་ ། ལ། གནས་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་དང་། ལྡང་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་དང་། དེ་དག་གི་དོན་ལ་འཇུག་ཚུལ་ལོ། ། དང་པོ་། གནས་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ ། ། ཡང་དག་པ་ཡིན་གུན་གུན་རྟོག་ཡོད། ། ཅེས་པ་ནས། དེ་ནི་དབྱ་མའི་ལམ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་གུན་རྟོག་ཡོད། །
- དེ་ལ་གཉིས་པོ་ཡོད་མ་ཡིན། །
- སྣང་པ་ཉིད་ནི་འདི་ལ་ཡོད། །
- དེ་ལ་ཡང་ནི་དེ་ཡོད་དོ། །
- སྣང་པ་མ་ཡིན་མི་སྣང་མིན། །
- དེ་ལྟར་བས་ན་ཐམས་ཅད་བཤད། །
- ཡོད་པས་མེད་པ་ཡོད་པས་ན། །
- དེ་ནི་དབྱ་མའི་ལམ་ཡིན་ནོ། །

མཚན་ཉིད་ལས་བརྒྱུས་ཏེ་བཤད་པ་ནི། ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་གུན་ཏུ་རྟོག་པ་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་ཡོད་ལ། ། དེ་ལ་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་གཉིས་པོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཅིང་། ། གཟུང་འཛིན་དང་བྲལ་བའི་སྣང་པ་ཉིད་ནི་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་གུན་ཏུ་རྟོག་པ་འདི་ལ་ཡོད་ཅིང་། ། སྣང་པ་ཉིད་དེ་ལ་ཡང་ནི་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་གུན་ཏུ་རྟོག་པ་དེ་ཡོད་དོ། ། དེ་ལྟར་གང་ལ་གང་མེད་པ་དེ་ནི་དེས་སྣང་པར་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟར་བ་བཞིན་དུ་རྗེས་སུ་མཐོང་ངོ། ། སྣང་པ་ཉིད་དང་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་གུན་ཏུ་རྟོག་པ་ནི་སྣང་པ་མ་ཡིན་ཅིང་གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱིས་མི་སྣང་པ་མིན་པ། ། དེ་ལྟར་བས་ན་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་གུན་རྟོག་ཅེས་པ་འདུས་བྱས་དང་སྣང་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདུས་མ་བྱས་ཐམས་ཅད་བཤད་ལ། ། ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་གུན་ཏུ་རྟོགས་པ་ཡོད་པས་དང་གཟུང་འཛིན་གཉིས་མེད་པས་དང་སྣང་པ་ཉིད་ཡོད་པས་ན། ། ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་སྣང་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ་གཅིག་ཏུ་མི་སྣང་པ་ཡང་མ་ཡིན་པ་དེ་ནི་དབྱ་མའི་ལམ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ལྟར་འདི་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ནང་ནས་འདི་ཐམས་ཅད་སྣང་པ་ཡང་མ་ཡིན་མི་སྣང་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཞེས་འབྲུང་བ་དང་མཐུན་པར་བྱས་པ་ཡིན་ནོ།

མ་དག་འཁོར་བ་ལྟར་སྣང་བའི་སྐབས་འདི་ན། འདི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྣང་གཞིར་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་གུན་ཏུ་རྟོག་པ་ཅམ་རྗེས་སུ་ཡོད་ཅེས་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་འཁོར་བའི་སྣང་བ་བསྟོན་མེད་དུ་ཤར་བ་འདི་ཅམ་མི་སྣང་བར་སྐྱེས་ཀྱང་དག་གི་རྣམས་ལ། ལྡང་བ་དེ་ཡང་རང་གི་གུན་ཏུ་རྟོག་པའི་དབང་གིས་བྱང་བ་ལས་གཞན་དུ་གྱུར་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པར་བྱུང་བའི་སྤྱིར་ན་ཐ་སྟོན་ལ་སྐྱར་པ་མི་གདབ་པའི་སྤྱིར་འཁོར་བ་ཉིད་གུན་ཏུ་རྟོག་པའི་དབང་གིས་ཡོད་པ་ཡིན་པར་འཛོག་ཅིང་དེ་ལ་མ་དག་པ་གཞན་དབང་ཅེས་ཀྱང་བྱེད། ། གཞན་དབང་གི་རྣམ་ཤེས་སམ་གུན་ཏུ་རྟོག་པ་དེ་ལ་ཇི་ལྟར་སྣང་བ་ལྟར་གྱི་གཟུང་འཛིན་གཉིས་པོ་ནི་དེ་ལྟར་བྱུང་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་རི་མོ་ལ་མཐོ་དམན་དུ་སྣང་བ་དང་། ཐོ་ཡོར་ལ་མིར་སྣང་བ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་གུན་ཏུ་བྱུང་བའི་པ་ཅམ་ལས་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་མེད་པའོ། །



དེའི་སྤྱིར་ན་གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་དེ་ནི་གཞན་དབང་གི་རྣམ་ཤེས་སམ། ཀུན་
 ཏུ་ཉོག་པ་འདི་ལ་ཚོས་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པའམ་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །སྟོང་ཉིད་དེ་ལ་ཡང་ནི་ཀུན་ཉོག་
 དེ་ཚོས་ཅན་གྱི་ཚུལ་དུ་ཡོད་དོ། །དེ་གཉིས་རང་བཞིན་དང་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ཚོས་སུ་ངེས་པས་ན་མ་ཉོག་ས་
 པའི་དུས་ན་ཡང་མེད་མེད་མེད་ཚེ་བ་བཞིན་འབྲལ་མི་ཤེས་ལ། ཉོག་ས་པའི་ཚོ་ཚོས་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཁོ་ནར་
 གཟིགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཉིད་དུ་འབྱུང་བའོ། །དེ་བས་ན་ཀུན་ཉོག་རྗེས་སུ་ཡོད་པའམ་ཐ་སྐད་དུ་མི་བསྐྱུ་བར་ཡོད་
 པས་སྟོང་པ་ཁོ་ན་མ་ཡིན་ལ། ཡོད་ཀྱང་སྤང་བ་ལྟར་གྱི་གཟུང་འཛིན་གཉིས་མེད་པས་ན་མི་སྟོང་པའང་མིན་
 ཏེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་ཚུལ་དེ་ཉིད་ལ་དགོངས་ནས། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་སྤྱོད་པ་སོགས་མདོ་སྡེ་དག་ལས་སྟོང་
 པའང་མ་ཡིན། མི་སྟོང་པའང་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་མཐའ་དག་བཀག་པ་ཡི་སོར་བཞག་ཚོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་
 བཤད་པ་ཡིན་གྱི་སྤྱོད་ས་རེ་རེ་ནས་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་ཇི་སྐད་དུ་དེ་ལྟར་གང་ན་གང་མེད་པ་དེ་ནི་དེས་སྟོང་པ་
 ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རྗེས་སུ་མཐོང་དོ། །འདི་ལ་ལྷག་མ་ཡོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འདིར་ཡོད་པར་
 ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རབ་དུ་ཤེས་ཏེ། དེ་ལྟར་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་སྤྱོད་ཅི་མ་ལོག་པར་བསྟན་པ་
 ཡིན་ནོ། །ཞེས་དབྱིག་གཉིན་གྱི་འགྲེལ་པ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ཤེས་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཡོད་པ་དང་
 མེད་པ་ལེགས་པར་འབྱེད་པའི་སྐབས་སུ་ཐག་པ་ལ་སྐྱུལ་དུ་འབྲལ་བཞིན་པའི་ཚོ་ནའང་། སྐྱུལ་དངོས་ཀྱིས་
 ཐག་པ་དེ་སྟོང་པ་བཞིན་དུ་ཡང་དག་པའི་དོན་དུ་མེད་བཞིན་དུ་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྤང་བ་ཡང་དག་མ་ཡིན་
 པའི་ཀུན་ཏུ་ཉོག་པ་ཉིད་ཡོད་པ་འདིའི་ཚོ་ན་ཡང་། གང་མེད་པ་ནི་གཟུང་འཛིན་གཉིས་པོ་དེ་ཡིན་ཏེ། སྤང་ཡང་
 དེ་ལྟར་གྲུབ་པ་མ་སྟོང་བས་ན་ཀུན་ཉོག་དེ་ནི་གཟུང་འཛིན་གཉིས་པ་དེས་སྟོང་པར་ཤེས་སོ། །སྐྱུལ་མེད་ཀྱང་
 ཐག་པ་རང་ཉིད་ཐ་སྐད་དུ་ཡོད་པ་དང་སྐྱུལ་མེད་པ་ཉིད་ཐག་པ་དེ་ལ་ཡོད་པ་ལྟར་འདི་ལ་ལྷག་མ་ཡོད་པ་ནི་ཐ་
 སྐད་དུ་ཀུན་ཉོག་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལ་སྟོང་པ་ཉིད་ཚོས་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའམ་ཡོད་པ་གཉིས་པོ་
 དེ་ནི་ཡོད་པར་ཁས་ལེན་པའམ་ཡོད་པར་འདོད་དགོས་ཏེ། ཀུན་ཉོག་མེད་པར་ཁས་སྤངས་ན་འཁོར་

བ་གཏན་མེད་དུ་འགྱུར་བས་ཐ་སྐད་ལ་སྐྱུར་བ་འདེབས་པ་དང་། སྟོང་པ་ཉིད་ནི་ཚོས་ཅན་དེའི་སྟོང་དུ་སྐྱུབ་
 པའི་ཚུལ་གྱིས་ཡོད་པར་མ་བཟུང་བར་དགག་ན་གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཡོད་པར་འགྱུར་བས་དོན་དམ་པར་སྐྱོ་
 བཏགས་པའི་སྐྱོན་དུ་འགྱུར་ཏེ། ཐ་སྐད་དུ་དགག་པ་དང་སྐྱུབ་པ་གང་ཡིན་པ་མཐའ་གཅིག་དུ་ཁས་ལེན་ཚུལ་
 ཤེས་དགོས་ཀྱིས་དེ་ལས་འདས་ན་བརྗོད་སྤྱོད་ཀྱིས་དོན་གཞན་དུ་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེས་ན་འཁོར་པའི་
 དུས་ན་ཡང་དག་མིན་པའི་ཀུན་ཉོག་གམ་གཉིས་སུ་སྤང་བ་ཅན་གྱི་རྣམ་རིག་ཅམ་འབྱུང་ཉིད་མངོན་སུམ་སྤང་
 བ་འདི་ནི་སྤང་དོར་མི་བསྐྱུ་བར་ཡོད་པས་དང་། གཟུང་འཛིན་གཉིས་པོ་ཐ་དད་དུ་སྤང་བ་ལྟར་དོན་དུ་གྲུབ་པ་
 མེད་པས་དང་། གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་པའི་སྟོང་ཉིད་དེ་ཚོས་ཅན་ཀུན་ཉོག་འདི་ལ་ཚོས་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་
 ཡོད་པས་ན། སྤང་ཡང་དོ་བོས་མ་གྲུབ་པའམ་སྤང་སྟོང་བྱུང་དུ་འཇུག་པའི་རང་བཞིན་དུ་ངེས་པ་ན། ཚུལ་དེ་ལྟ་
 བུར་ཉོག་ས་པ་ནི་ཡོད་མེད་སྐྱོ་སྐྱུར་གྱི་མཐའ་དང་བྲལ་བ་དབུ་མའི་ལམ་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོའི་ཚོས་ཉིད་ཇི་ལྟ་བ་
 བཞིན་དུ་ཉོག་ས་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ ། སྤང་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ ། ། དོན་དང་སེམས་ཅན་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- དོན་དང་སེམས་ཅན་བདག་རྣམ་རིག་ །
- སྤང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི། །
- རབ་དུ་སྐྱེའོ་དེའི་དོན་མེད། །
- དེ་མེད་པས་ན་དེ་ཡང་མེད། །
- ཡང་དག་མ་ཡིན་ཀུན་ཉོག་པ། །
- དེ་ན་དེ་སྤྱིར་གྲུབ་པ་ཡིན། །

དེ་བཞིན་མ་ཡིན་ཡེ་མེད་ཡིན། །

དེ་ཟད་ནས་ནི་གྲོལ་བར་འདོད། །

དེ་ལྟར་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་མཚན་ཉིད་བསྟན་ནས། ད་ནི་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་རྟོག་རང་གི་མཚན་ཉིད་བཟོད་དེ་  
དོན་དུ་སྒྲུང་བ་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་སྒྲུང་བ་དང་སེམས་ཅན་དུ་སྒྲུང་བ་དབང་པོ་ལྟར་བདག་དང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་ལ་སྒྲུང་  
བ་དང་བདག་དུ་སྒྲུང་བ་ནི་བདག་དུ་སྒྲོངས་པ་ལ་སོགས་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་དང་  
རྣམ་པར་རིག་པ་སྟེ། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་དུག་དུ་སྒྲུང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི། །རབ་དུ་སྐྱོའོ་དོན་དང་སེམས་ཅན་དུ་སྒྲུང་བ་  
དེའི་དོན་མེད་ལ། །དེ་མེད་པས་བདག་དང་རྣམ་པར་རིག་པར་སྒྲུང་བ་ནི་ལོག་པར་སྒྲུང་བའི་སྤྱིར་ན་འཛིན་པ་དེ་ཡང་མེད་  
དོ། །ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་དུ་རྟོག་པ། །དེ་ནི་དེ་ལྟར་སྒྲུང་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་གྲུབ་པ་ཡིན་ཞིང་། །ཇི་ལྟར་དེ་བཞིན་  
ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་འབྲུལ་བ་ཙམ་དུ་འབྲུང་བས་ཡེ་མེད་པ་ཡང་ཡིན། །ཅིའི་སྤྱིར་དེ་ཡེ་མེད་པ་ཉིད་དུ་མི་འདོད་ཅེན། །འདི་  
ལྟར་དེ་ཟད་ནས་ནི་གྲོལ་བར་འདོད་དོ། །གཞན་དུ་ན་བཅིང་བ་དང་ཐར་པར་མི་འགྲུབ་སྟེ་ཀུན་ཉོན་དང་རྣམ་བུང་ལ་སྐྱུར་པ་  
འདེབས་པའི་ཉེས་པར་འགྱུར་རོ།

དེ་ལ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་དུ་རྟོག་པ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཅི་ལྟར་བྱ་ཞེས་ཡིན་སྟེ། །འདི་ལྟར་ཀུན་གཞིའི་  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཅིག་པུ་ཉིད་སྒྲུ་ཚོགས་པའི་ཚོས་སུ་སྒྲུང་སྟེ། །གཟུགས་སོགས་སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་དུ་སྒྲུང་བ་  
དང་། །མིག་སོགས་དབང་པོ་དང་ལྡན་པའི་སེམས་ཅན་དུ་སྒྲུང་བ་དང་། །བདག་དུ་སྒྲུང་བ་ཉོན་མོངས་པའི་ཡིད་  
དང་། །རྣམ་པར་རིག་པའི་ཚོགས་དུག་དུ་སྒྲུང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གོམས་པའི་བག་ཆགས་  
གྱི་དབང་གིས་རབ་དུ་སྐྱེ་སྟེ། །མི་ལམ་གྱི་སྒྲུང་བ་བཞིན་དུ་གཟུང་འཛིན་སྒྲུ་ཚོགས་པའི་རྣམ་པར་སྒྲུང་བའོ། །དེ་  
ལྟར་སྒྲུང་ཡང་ལོགས་པར་དཔུང་ན་ཚོགས་དུག་གི་འཛིན་པ་དེའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་དོན་ནི་གྲུབ་པ་མེད་དེ། །ཅུ་  
གཅིག་ལ་ཡི་དུགས་དང་མི་ལ་སོགས་པས་རྣག་དང་ཅུ་སོགས་སུ་མཐོང་བ་བཞིན་རང་གི་སེམས་ཉིད་

ཡུལ་དུ་སྒྲུང་གི་འཛིན་པ་ལས་ཐ་དང་པའི་དོན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་གྲུབ་པས་སྤྱི་དོན་མ་གྲུབ་ཅེས་བྱའོ། །དེ་ལྟར་  
གཟུང་བ་དེ་མེད་པས་ན་དེ་ལ་སྟོམ་ནས་འཛིན་པར་བཞག་པ་དེའང་མེད་དེ། །དེ་གཉིས་རྟོགས་འཛོག་གིས་གྲུབ་གྱི་  
ཡན་གར་དུ་གྲུབ་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྒྲུང་བ་ཡོད་ཀྱང་གཉིས་སུ་གྲུབ་པ་མེད་  
པ་དེའི་སྤྱིར་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་དུ་རྟོག་པ་དེ་ནི་རྗེས་སུ་གྲུབ་པའམ་ཡོད་ཅེས་པའི་དོན་དེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ།  
གཉིས་སྒྲུང་ཅན་གྱི་རྣམ་ཤེས་འདི་ཡེ་ནས་ཡོད་མ་སྟོང་བ་རི་བོང་གི་རྩ་དང་འབྲན་དེ་གཏན་མེད་དུ་གྱུར་པས་  
སུས་ཀྱང་ཡོད་ཅེས་འདོད་མི་རུས་ལ། །སྒྲུང་བ་ལྟར་གཉིས་སུ་གྲུབ་པ་ཞེས་ན་ཡང་དག་མིན་རྟོག་དུ་ཡང་བཞག་  
དུ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡང་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་ཇི་ལྟར་སྒྲུང་བ་དེ་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་  
ཡང་དག་མིན་རྟོག་ཅེས་བྱ་ལ། །གཉིས་སུ་མེད་ཀྱང་གཉིས་སུ་སྒྲུང་བ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཡེ་ནས་མེད་པ་མོ་གཤམ་  
གྱི་བྱ་ལྟ་བུ་སུ་ལ་སྒྲུང་མ་སྟོང་བ་མིན་པའི་སྤྱིར། །ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་རྟོག་ནི་འཁོར་བ་ཉིད་དུ་གདགས་  
པའི་གཞིའམ་རྗེས་སུ་རྣམ་པར་བཞག་པ་ནི་སྐྱོན་མེད་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཡིན་ཏེ་སུས་ཀྱང་དེ་མ་ཡིན་ཅེས་བརྟལ་  
དུ་མེད་དོ། །དེ་ལྟར་བྱའི་ཡང་དག་མིན་པའི་ཀུན་རྟོག་གམ་འབྲུལ་པ་དེ་ཟད་པར་གྱུར་ནས་གཟུང་འཛིན་མེད་པའི་  
རབ་དུ་སྤྱེ་བས་ཚོས་ཉིད་ཐོབ་པ་ནི་གྲོལ་བ་ཞེས་བྱ་བར་འདོད་དེ་འབྲུལ་པའི་རྣམ་རྟོག་དེ་མ་ཡིན་པར་གཞན་པའི་  
འཁོར་བ་ཞེས་བྱ་བ་རྩལ་ཙམ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡང་དག་མིན་པའི་ཀུན་རྟོག་དེ་ཉིད་ཐ་སྙད་དུ་དེ་ལྟར་  
ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཀུན་བྱང་དང་འཛིང་གྲོལ་ཐམས་ཅད་འཐད་གྱི། །དེ་མེད་ན་ཐམས་ཅད་མི་འཐད་པར་འགྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་ །དེ་དག་གི་དོན་ལ་འཇུག་ཚུལ་ །ལ། །མཚན་ཉིད་གསུམ་གྱི་དོན་དུ་བསྟན་པ་དང་། །དེ་ལ་འཇུག་  
ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ །མཚན་ཉིད་གསུམ་གྱི་དོན་དུ་བསྟན་པ་ །། །བརྟག་པ་དང་ནི་ཞེས་སོགས་གསུངས་ཏེ། །

བརྟགས་པ་དང་ནི་གཞན་དབང་དང་། །



ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཀྱང་ངོ། །

དོན་སྲིད་ཡང་དག་མིན་ཉོན་སྲིད། །

གཉིས་པོ་མེད་པའི་སྲིད་ལའད་དོ། །

ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་དུ་ཇི་ལྟར་བསྐྱབ་བར་འགྱུར་བའི་བསྐྱབ་བའི་མཚན་ཉིད་ནི། གུན་ཏུ་བརྟགས་པ་དང་ནི་གཞན་གྱི་དབང་

དང་། །ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཀྱང་ངོ། །འདི་དག་རིམ་པ་བཞིན་དོན་དུ་འཛིན་པའི་སྲིད་དང་ཡང་དག་པ་མིན་པའི་གུན་

ཏུ་ཉོན་པའི་སྲིད་དང་། །གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་གཉིས་པོ་མེད་པའི་སྲིད་ལའད་དོ།

གུན་ཏུ་ཉོན་པ་དེ་ལ་མཚན་ཉིད་གསུམ་གྱིས་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་བཞག་ཏུ་ཡོད་དེ། གང་ཞེ་ན་གུན་ཏུ་བརྟགས་པ་དང་

ནི། གཞན་གྱི་དབང་དག་དང་། ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཀྱང་ངོ། །ཇི་ལྟར་ན་སྲིད་དོན་དུ་སྒྲུང་ཞིང་གཉིས་སྒྲུང་ཡོད་

པའི་སྲིད་ན་དོན་མེད་ཀྱང་དོན་དུ་སྒྲུང་བ་དེ་ཡི་ཆ་ནས་འབྲུལ་པའམ་གུན་བརྟགས་སུ་བཞག་པ་དང་། དེ་ལྟར་

སྒྲུང་བ་དེ་ནི་ཡང་དག་པ་མིན་པའི་གུན་ཉོན་ཅམ་ལས་གཞན་དུ་མེད་པའི་སྲིད་ན་དེའི་སྒྲུང་གཞི་དེའི་ཆ་ནས་དེ་

རང་གི་ངོ་བོ་ལ་གཞན་དབང་གི་རྣམ་ཤེས་སུ་བཞག་པ་དང་། གཟུང་འཛིན་གཉིས་པོ་ཡི་ནས་དོན་ལ་གྲུབ་པ་

མེད་པའི་སྲིད། དེའི་རང་བཞིན་ལ་གཉིས་མེད་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཡིན་པར་ལའད་དོ། །

གཉིས་པ་ ། ཇི་ལ་འཇུག་ཚུལ་ ། ། དམིགས་པ་ལ་ནི་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

དམིགས་པ་ལ་ནི་བརྟེན་ནས་སུ། །

མི་དམིགས་པ་ནི་རབ་ཏུ་སྐྱེ། །

མི་དམིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སུ། །

མི་དམིགས་པ་ནི་རབ་ཏུ་སྐྱེ། །

དེ་ཡི་སྲིད་ན་དམིགས་པ་ནི། །

མི་དམིགས་པ་ལ་བརྟེན་དུ་གྲུབ། །

དེ་ལྟར་བས་ན་དམིགས་པ་དང་། །

མི་དམིགས་མཉམ་པར་ཤེས་པར་བྱ། །

དེ་ནི་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་གུན་ཏུ་ཉོན་པ་དེ་ཉིད་གྱི་མེད་པའི་མཚན་ཉིད་ལ་འཇུག་པའི་ཐབས་གྱི་མཚན་ཉིད་ནི། རྣམ་

པར་རིག་པ་ཅམ་དུ་དམིགས་པ་ལ་ནི་བརྟེན་ནས་སུ། །སྲིད་ལ་གྱི་དོན་མི་དམིགས་པ་ནི་རབ་ཏུ་སྐྱེ་ཞིང་། །གཟུང་བའི་དོན་

མི་དམིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སུ། །འཛིན་པ་ཉིད་ཀྱང་མི་དམིགས་པ་ནི་རབ་ཏུ་སྐྱེ་ལོ། །དམིགས་བའི་དོན་མེད་པ་དེ་ཡི་སྲིད་

ན་དམིགས་པའི་སྲིད་ནི། །མི་དམིགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་གྲུབ་སྟེ་དམིགས་པར་བྱ་བའི་དོན་མེད་ན་དམིགས་པ་མི་རུང་བའི་སྲིད་

པོ། །དེ་ལྟར་བས་ན་མི་དམིགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ཡང་དོན་དུ་སྒྲུང་བས་དམིགས་པ་དང་། །མི་དམིགས་པ་མཉམ་པར་

ཤེས་པར་བྱའོ།

མཚན་ཉིད་གསུམ་གྱིས་བསྐྱབ་པའི་གུན་ཉོན་དེའི་རང་བཞིན་ལ་འཇུག་པའི་ཚུལ་ནི། དོན་དུ་སྒྲུང་བ་ཉིད་ནང་

གི་བག་ཆགས་སྒྲིན་པའི་བདག་ཉིད་དུ་དམིགས་པའམ་ཤེས་ཤིང་གོམས་པ་ལ་ནི་བརྟེན་ནས་སུ། །སྲིད་དོན་རྗེས་

སུ་མི་དམིགས་པའི་ཉོན་པ་ནི་རབ་ཏུ་སྐྱེ་ལ། །དེ་ལྟར་སྲིད་དོན་མི་དམིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སུ། །འཛིན་པ་ཉིད་

ཀྱང་མི་དམིགས་པ་ནི་རབ་ཏུ་སྐྱེ་ཞིང་། །དེ་ཡི་སྲིད་ན་སྲིད་དོན་ཉིད་མ་གྲུབ་པར་མི་ལམ་གྱི་ཡུལ་ལྟར་ན་ནང་སྟོ་ཡི་

བདག་ཉིད་དུ་དམིགས་པ་དེ་ནི་སྲིད་དོན་མི་དམིགས་པའམ་མ་གྲུབ་པར་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་ཡིན་ལ།

དེ་ལྟར་བས་ན་སྒྲུང་བ་ཐམས་ཅད་གུན་ཏུ་ཉོན་པ་ཅམ་གྱི་རང་བཞིན་དུ་དམིགས་པའམ། རྣམ་པར་རིག་པ་ཅམ་གྱི་



བདག་ཉིད་དུ་དམིགས་པ་དང་། སྤྱི་དོན་དུ་མི་དམིགས་པ་གཉིས་ནི་མཉམ་པའམ་དོན་འདྲ་བར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ་  
སྐྱབ་སྤྱོད་པ་དང་དགག་སྤྱོད་པ་ནས་བསྟན་པ་དེ་གཉིས་གང་ལྟར་ཀྱང་དོན་དུ་གནད་གཅིག་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཉོན་མོངས་པ་བཤད་པ་ལ། གང་གིས་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པ་དང་། དེས་ཇི་ལྟར་ཉོན་  
མོངས་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་། གང་གིས་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པ་། ། ཡང་དག་མ་ཡིན་སོགས་ཚོགས་  
བཅད་གཉིས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- ཡང་དག་མ་ཡིན་ཀུན་ཏྲོག་ནི། །
- སེམས་དང་སེམས་བྱུང་ཁམས་གསུམ་པ། །
- དེ་ལ་དོན་མཐོང་རྣམ་པར་ཤེས། །
- དེ་ཡི་བྱུང་པར་སེམས་ལས་བྱུང་། །
- གཅིག་ནི་རྒྱུ་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས། །
- གཉིས་པ་ཉེ་བར་སྤྱོད་པ་ཅན། །
- ཉེ་བར་སྤྱོད་དང་ཡོངས་གཙོ་དང་། །
- དེ་ཡི་འཇུག་བྱེད་སེམས་ལས་བྱུང་། །

ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་ཏྲོག་པའི་དབྱེ་བའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་ཏྲོག་  
པ་ནི། །སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཁམས་གསུམ་གྱིས་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། །རྣམ་གྲངས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་དེ་ལ་  
དོན་ཅམ་མཐོང་བ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། །དོན་དེ་ཡི་བྱུང་པར་མཐོང་བ་ནི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཚོར་བ་ལ་སོགས་  
པའོ། །འཇུག་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་གཅིག་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཞན་དག་གི་རྒྱུ་ཡིན་

པས་རྒྱུ་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། །གཉིས་པ་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་དུག་ལ་ཉེ་བར་  
སྤྱོད་པ་ཅན་ཏེ། །ཉེ་བར་སྤྱོད་པ་ཚོར་བ་དང་ཡོངས་སུ་གཙོ་དང་པ་འདུ་ཤེས་དང་། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ཡི་འཇུག་པར་བྱེད་པ་  
དག་ནི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་འདུ་བྱེད་རྣམས་ཏེ་སེམས་པ་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའོ།

དེ་ལ་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་འདྲིའི་གང་གིས་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པའི་བྱེད་པ་པོ་གཞན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མིད་  
དེ། རང་གི་ཀུན་ཏྲོག་པས་སོ། །དེ་ལ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་ཏྲོག་ཅེས་བྱ་བ་གང་ཡིན་ན། དེ་ནི་གཟུང་  
འཛིན་གཉིས་སུ་སྒྲུབ་བ་ཅན། །ཁམས་གསུམ་གྱིས་བསྟན་པའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཐམས་ཅད་  
དོ། །དེས་ཟག་མེད་གྱི་སེམས་ནི་འདྲིའི་མི་གཏོགས་པར་བསྟན་ཏེ། །དེ་ལ་གཙོ་བོའི་སེམས་དང་འཁོར་སེམས་  
བྱུང་གི་བྱུང་པར་ཅི་ཞེ་ན། །དོན་གྱི་དོ་བོ་ཅམ་མཐོང་བའི་ཆ་ནས་གཙོ་སེམས་སམ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་ལ།  
དོན་དེའི་བྱུང་པར་བྱི་ཚོས་མཐོང་བའི་འཛིན་སྟངས་བྱེ་བྲག་པའི་ཆ་ནས་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་  
གཙོ་སེམས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ལ་དབྱེ་ན་ཚོགས་བརྒྱད་དུ་ཡོད་པ་ལས་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་གཅིག་ཕུ་ནི་རྒྱུ་  
ནམ་རྒྱུའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཚོགས་བདུན་པའི་གཞིར་གྱུར་པས་སོ། །སྤྱོད་པ་གཉིས་པ་ཀུན་གཞི་དེ་  
ལས་བྱུང་བའི་ཚོགས་བདུན་ནི་རང་གི་ཡུལ་སོ་སོ་ལ་ཉེ་བར་ཡོངས་སྤྱོད་པ་ཅན་ཡིན་ནོ། །སེམས་བྱུང་གི་དབྱེ་  
བ་ལའང་། ཚོར་བ་ནི་ཡུལ་བདེ་སྐྱབ་བཏང་སྟོམས་ལ་ཉེ་བར་ཡོངས་སྤྱོད་པ་དང་། །འདུ་ཤེས་ནི་ཡུལ་གྱི་མཚན་  
མ་ཡོངས་སུ་གཙོ་དང་པའི་ཚུལ་གྱིས་འཛིན་པ་དང་། །དེ་ལས་གཞན་པའི་སེམས་བྱུང་སེམས་པ་དང་མོས་པ་  
སོགས་ལྟན་པའི་འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་ནི་རྣམ་ཤེས་དེའི་དོ་བོ་ཡུལ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་པའི་སེམས་ཅན་ཏེ་དཔེར་  
ན་སེམས་ཡུལ་ལ་གཡོ་ཞིང་འཇུག་པའི་ཆ་ནས་སེམས་བྱུང་སེམས་པ་དང་། །གནས་པའི་ཆ་ནས་ཉིང་དེ་འཛིན་  
སོགས་སུ་བཞག་པ་སྟེ། །དེ་ལྟར་ཚོར་འདུ་འདུ་བྱེད་གསུམ་གྱིས་བསྟན་པ་རྣམས་ནི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་  
ནོ། །

གཉིས་པ་ ། རྗེས་ཇི་ལྟ་བུར་ཉོན་མོངས་པར་བསྟན་པ་ ། ། བསྐྱིབ་པའི་ཕྱིར་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

སྐྱིབ་པའི་ཕྱིར་དང་འདེབས་པའི་ཕྱིར། །  
 ཁྲིད་པའི་ཕྱིར་དང་ཀུན་འཛིན་ཕྱིར། །  
 རྫོགས་བྱེད་ཕྱིར་དང་གསུམ་གཅོད་ཕྱིར། །  
 ཉེ་བར་གཅོད་ཕྱིར་ཀུན་འཛིན་ཕྱིར། །  
 རྫོགས་བྱེད་ཕྱིར་དང་གསུམ་གཅོད་ཕྱིར། །  
 ཉེ་བར་གཅོད་ཕྱིར་སྟུང་པའི་ཕྱིར། །  
 སྐྱོར་བའི་ཕྱིར་དང་མངོན་དུའི་ཕྱིར། །  
 སྟུག་བསྐྱེད་ཕྱིར་ནི་འགྲོ་ཉོན་མོངས། །  
 རྣམ་གསུམ་རྣམ་གཉིས་ཀྱང་ཉོན་མོངས། །  
 རྣམ་བདུན་ཡང་དག་མིན་རྟོག་ལས། །

ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་མཚན་ཉིད། མ་རིག་པས་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞུགས་མཐོང་བ་ལ་སྐྱིབ་པའི་ཕྱིར་དང་འདེབས་བྱེད་  
 རྣམས་ཀྱིས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་སློན་པའི་ས་བོན་འདེབས་པའི་ཕྱིར་དང་། །རྣམ་ཤེས་ཀྱིས་སྐྱོ་བའི་  
 གནས་སུ་ཁྲིད་པའི་ཕྱིར་དང་མིང་དང་གཟུགས་ཀྱིས་ལུས་ཀུན་ཏུ་འཛིན་པའི་ཕྱིར་དང་། །སྐྱེ་མཆེད་དུག་གིས་ལུས་ཀྱི་  
 གནས་སྐབས་རྫོགས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་རིག་པས་ཡུལ་དང་དབང་པོ་ཤེས་པ་གསུམ་ཚོགས་ཏེ་ཡོངས་སུ་གཅོད་པའི་  
 ཕྱིར་དང་། །ཚོར་བས་བདེ་སྟུག་གི་རང་བཞིན་ལ་ཉེ་བར་གཅོད་པའི་ཕྱིར་དང་སྲིད་པས་ལས་ཀྱིས་བཏབ་པའི་ཡང་སྲིད་ལ་  
 གསོས་འདེབས་པས་སྟུང་པའི་ཕྱིར་དང་། །ལེན་པས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱོ་བ་དང་མཐུན་པར་འདོད་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་  
 སུ་སྐྱོར་བའི་ཕྱིར་དང་སྲིད་པས་ཡང་སྲིད་ཕྱི་མ་མངོན་དུ་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། །སྐྱོ་བ་དང་མ་ལོ་གསུག་བསྐྱེད་

བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ནི་འགྲོ་བ་རྣམས་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་དེ། །དེ་ཡང་མ་རིག་པ་དང་སྲིད་པ་དང་ལེན་པ་རྣམས་ནི། ཉོན་  
 མོངས་པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་འདུ་བྱེད་རྣམས་དང་སྲིད་པ་ནི་ལས་ཀྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཡན་ལག་  
 ལྷག་མ་རྣམས་ནི། སྐྱོ་བའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་སྟེ་རྣམ་པ་གསུམ་དང་རྒྱུའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་འབྲས་བུའི་  
 ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱང་ཉོན་མོངས། །དེ་ལ་རྒྱུའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ནི། ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་ནས་  
 ཉོན་མོངས་པ་དང་ལས་ཀྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་འབྲས་བུའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ནི་ཡང་ལག་ལྷག་མ་རྣམས་  
 སོ། །རྣམ་པ་བདུན་ནི་རྒྱ་རྣམ་པ་བདུན་ཏེ་མ་རིག་པའི་སྲིན་ཅི་ལོག་གི་རྒྱུའོ། །འདུ་བྱེད་རྣམས་ནི་འདེབས་པའི་རྒྱུའོ། །རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་ནི་ཉེ་བར་ཁྲིད་པའི་རྒྱུའོ། །མིང་གཟུགས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ནི་ཀུན་འཛིན་པའི་རྒྱུའོ། །རིག་པ་དང་ཚོར་བ་ནི་ཉེ་  
 བར་སྟུང་པའི་རྒྱུའོ། །སྲིད་ལེན་སྲིད་པ་གསུམ་ནི་སྟུང་པའི་རྒྱུའོ། །སྐྱོ་བ་དང་མ་ལོ་གཉིས་ནི་སྐྱོ་བའི་རྒྱུའོ། །ཀུན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་པ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་ཡང་དག་པ་པ་མིན་པའི་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པ་ལས་འབྱུང་བའོ། །ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་  
 ཏུ་རྟོག་པའི་དོན་བསྟུས་པ་ནི། ཡོད་པའི་མཚན་ཉིད་དང་། མེད་པའི་མཚན་ཉིད་དང་། རང་གི་མཚན་ཉིད་དང་། བསྟུས་  
 པའི་མཚན་ཉིད་དང་། མེད་པའི་མཚན་ཉིད་ལ་འཇུག་པའི་ཐབས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དང་། རབ་ཏུ་དབྱེ་བའི་མཚན་ཉིད་དང་།  
 རྣམ་གྲངས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དང་། འཇུག་པའི་མཚན་ཉིད་དང་། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་མཚན་ཉིད་དེ་མཚན་ཉིད་རྣམ་པ་  
 དགུ་བསྟན་པའོ།

ཀུན་ཏུ་རྟོག་པའི་དབང་གིས་སྲིད་པ་བརྒྱུད་མར་འཇུག་ཅིང་ཉོན་མོངས་པར་འབྱུང་བའི་ཚུལ་ནི་ཇི་ལྟར་ན། ཉོན་  
 འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྟུ་གཉིས་པོ་བར་མ་ཆད་དུ་འབྲེལ་བའི་དབང་གིས་ལུག་རྒྱུད་དུ་འཁོར་བར་འབྱུང་ཏེ། གང་  
 ཞེ་ན། མ་རིག་པས་འགྲོ་བ་རྣམས་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་དེ། ཡང་དག་པའི་དོན་མཐོང་བ་ལ་བསྐྱིབ་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེའང་ཡང་དག་པའི་དོན་མཐོང་བ་ལ་སྐྱིབ་པའི་མ་རིག་པ་དང་དང་ལེན་འཛིན་པའི་དབང་གིས་ལས་  
 འདུ་བྱེད་པ་སོགས་ཡན་ལག་སྟེ་མ་ཀུན་འབྱུང་བར་བྱེད་པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་འདུ་བྱེད་ཀྱིས་འགྲོ་བ་རྣམས་ཉོན་



མོངས་པར་བྱེད་དེ་རྣམ་ཤེས་ལ་ཡང་སྲིད་གྱི་ས་བོན་འདེབས་པའི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་ཅིས་  
 རྣམ་ཤེས་ལ་སོགས་པ་ཀུན་ལ་སྦྱར་ཏེ། བག་ཆགས་གྱིས་བགོས་པའི་རྣམ་ཤེས་གྱིས་འགྲོ་བ་རྣམས་སྐྱེ་བཞུགས་  
 ལྷ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། མིང་གཟུགས་གྱིས་སྲིད་པའི་ལུས་ཀུན་དུ་འཛིན་པའི་ཕྱིར་དང་། སྐྱེ་མཆེད་དུག་གིས་  
 མིང་གཟུགས་གྱི་བཞུགས་སྐབས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། རིག་པས་ཡུལ་དབང་ཤེས་གསུམ་  
 འདུས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡུལ་གྱི་འགྲུར་བ་ཡོངས་སུ་གཙོད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཚོར་བས་རྣམ་སྲིན་བདེ་སྦྱུག་གི་  
 ཆ་ལ་ཉེ་བར་ཡོངས་སྦྱོར་པའི་ཕྱིར་དང་། སྲིད་པས་ཡང་སྲིད་ཕྱིར་ཕྱི་མ་ཉེ་བར་སྦྱད་པའི་ཕྱིར་དང་། ལེན་པས་  
 ཡང་སྲིད་ལ་མངོན་དུ་སྦྱོར་བའི་ཕྱིར་དང་། སྲིད་པས་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་མངོན་དུ་འགྲུབ་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། སྐྱེ་  
 བས་ནི་ཀ་བ་སོགས་སྦྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྟེན་བྱེད་ལ། ཀ་ལི་ནི་སྦྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་དོ་བོ་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་གྱིས་འགྲོ་  
 བ་རྣམས་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་དེ། སྦྱུག་བསྐྱེད་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ན་དེ་ལྟར་རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྟུ་གཉིས་  
 བོ་སྐྱ་མ་སྐྱ་མ་ལས་སྐྱི་མ་སྐྱི་མ་རིམ་གྱིས་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་འགྲུང་བའི་རྩལ་གྱིས་འགྲོ་བ་རྣམས་ཉོན་མོངས་  
 པར་བྱེད་དེ། ཟག་བཅས་ལས་ཉོན་གྱི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བའི་སྐྱེ་བ་གང་ཡིན་གྲང་གནས་སྐབས་འགྲུར་བའི་ཀ་བ་  
 དང་། རྒྱུན་འགག་པའི་ཤི་བ་དེས་མཚོན་པའི་སྤངས་དང་སྐྱེ་སྐྱུགས་འདོན་པ་ལ་སོགས་པའི་སྦྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་  
 ཕྱང་པོ་ཚེན་པོ་འབའ་ཞིག་པ་འདི་འགྲུང་བར་འགྲུར་ཏེ། ཟག་བཅས་གྱི་ཕྱང་པོའི་ཆ་སྐྱད་ཅིག་མ་རེ་རེ་ཡང་དོ་བོ་  
 ཉིད་གྱིས་སྦྱུག་བསྐྱེད་བའམ། བདེ་བ་ལྟར་སྦྱང་ཡང་འགྲུར་བ་དང་བཅས་པ་དང་། བདེའམ་སྦྱུག་བསྐྱེད་གྲང་  
 སྦྱར་སྦྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱུར་གྲུར་པའི་ཆ་ནས་སྦྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྦྱུག་བསྐྱེད་དང་། འགྲུར་བའི་སྦྱུག་བསྐྱེད་དང་  
 ། ལྷོ་བ་འདུ་བྱེད་གྱི་སྦྱུག་བསྐྱེད་གསུམ་པོ་ཅི་རིགས་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་ན་ཟག་བཅས་གྱི་ཕྱང་པོ་ནི་སྦྱུག་  
 བསྐྱེད་ཀྱི་རྟེན་དུ་གྲུར་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྟུ་གཉིས་པོ་འདི་དག་གྲང་སྡེ་ཚན་གསུམ་དུ་  
 བསྐྱེད་ན། མ་རིག་པ་དང་སྲིད་བ་དང་ལེན་པ་རྣམ་པ་གསུམ་ལ་ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཞེས་བྱ་  
 ཞིང་། དེར་མ་ཟད་འདུ་བྱེད་དང་སྲིད་པ་རྣམ་པ་གཉིས་གྲང་ལས་གྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཞེས་བྱའོ།

།དེ་ལྟར་སྦྱུག་མ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་སྦྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་གཞི་རྣམ་པ་བདུན་ལ་ནི་སྐྱེ་བའམ་ཚེའི་ཀུན་  
 ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ཐམས་ཅད་གྲང་རྩ་བ་ཡང་དག་པ་མིན་པའི་ཀུན་དུ་རྟོག་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་  
 པས། འདི་དག་གིས་སེམས་ཅན་རྣམས་འཁོར་བར་ཡང་ནས་ཡང་དུ་སྦྱོར་ཞིང་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པས་མིང་  
 དེ་སྐྱད་དུ་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་རྣམས་བྱང་གི་མཚན་ཉིད་ལ་མདོར་བསྟན་དང་རྒྱས་ལའད་གཉིས། དང་པོ་། མདོར་བསྟན་།  
 སྦྱོང་པ་ཉིད་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- སྦྱོང་པ་ཉིད་ནི་མདོར་བསྟན། །
- མཚན་ཉིད་དང་ནི་རྣམ་གྲངས་དང་། །
- དེ་ཡི་དོན་དང་དབྱེ་བ་དང་། །
- སྦྱོང་པ་དག་སྟེ་ཤེས་པར་བྱ། །

ད་ནི་སྦྱོང་པ་ཉིད་ཇི་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་བ་དེ་སྟོན་ཏེ། སྦྱོང་པ་ཉིད་ནི་མདོར་བསྟན། །མཚན་ཉིད་དང་ནི་རྣམ་གྲངས་  
 དང་། །རྣམ་གྲངས་དེ་ཡི་དོན་དང་དབྱེ་བ་དང་། །སྦྱོང་པར་བྱེད་པ་དག་སྟེ་དོན་སྦྱུང་ཤེས་པར་བྱའོ།

དེ་ཡང་རྒྱ་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་དང་། འབྲས་བུ་སྦྱུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་འཁོར་བ་ཉིད་དང་བྲལ་བའི་  
 རྣམ་བྱང་གི་བཞུགས་སུ་གྲུར་པ་སྦྱོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ནི་མདོར་བསྟན། སྦྱོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རང་གི་མཚན་ཉིད་དང་ནི།  
 གཞན་ཡང་དེའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་དང་། རྣམ་གྲངས་དེའི་དོན་དང་། སྦྱོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་། དེ་ལ་བྱི་  
 བཅས་བྱི་མིད་དུ་འཛོག་པའི་འཐད་པ་བསྐྱབ་པ་དག་སྟེ་དེ་ལྟར་དོན་གྱི་རྣམ་གྲངས་རྣམ་པ་ལྟའི་སྟོན་ནས་དེ་ཡི་



ཚུལ་གཏན་ལ་དབབ་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་ལལ། གོང་གི་མདོར་བསྟན་གྱི་རིམ་པ་དང་མཚུངས་པར་ས་བཅད་ལྔ་ཡོད་པ་ལས། དང་པོ་  
མཚན་ཉིད་ནི། གཉིས་དངོས་མེད་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

གཉིས་དངོས་མེད་དང་དངོས་མེད་པའི། །

དངོས་པོ་སྟོང་པའི་མཚན་ཉིད་དོ། །

ཡོད་པ་མ་ཡིན་མེད་པའང་མིན། །

ཐ་དད་གཅིག་པའི་མཚན་ཉིད་མིན། །

མཚན་ཉིད་ཇི་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་ཞེས། གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་དངོས་པོ་མེད་པ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་དེའི། །དངོས་  
པོ་ནི་སྟོང་པའི་མཚན་ཉིད་དོ། །དངོས་པོ་མེད་པའི་དོ་བོ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་དངོས་པོ་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་ལ་གཉིས་ཀྱི་སྟོང་པའི་དོ་བོ་མེད་པའང་མིན། །ཚོས་དང་ཚོས་ཉིད་གཞན་མ་ཡིན་པས་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་  
ཏུ་རྟོག་པ་དང་ཐ་དད་པ་མིན་ཞིང་རྣམ་པར་དག་པའི་དམིགས་པ་མི་རུང་བས་གཅིག་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་མིན་ལོ།

གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་དངོས་པོར་མེད་པ་དང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་དངོས་པོ་མེད་པའི་དངོས་པོ་ཉིད་ཡོད་པ་ནི་སྟོང་  
པའི་མཚན་ཉིད་དེ། གཟུང་འཛིན་གཉིས་རྣམ་བཅད་ལ་ཁེགས་པས་དེ་གཉིས་མེད་པའི་སྟོང་ཉིད་ཡོངས་གཅོད་  
དུ་གྲུབ་པ་དེ་དེ་བཞིན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལོ། །

དེ་ལྟར་གཟུང་འཛིན་གྱི་དོ་བོར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ། གཉིས་སྟོང་གི་དོ་བོར་མེད་པའང་མིན་ཅིང་། ཚོས་  
ཅན་ཡང་དག་མིན་རྟོག་དང་ཚོས་ཉིད་གཉིས་སྟོང་གི་རང་བཞིན་དེ་གཉིས་ཐ་དད་པ་དང་གཅིག་པའི་

མཚན་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། རིམ་པ་ལྟར་གཉིས་པོ་ཁེགས་པས་གཉིས་སྟོང་གྲུབ་ལ། གལ་ཏེ་གཉིས་སྟོང་མེད་ན་  
གཟུང་འཛིན་གཉིས་པོ་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ་དག་པ་བཀག་པ་སྐྱབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། གཉིས་སྟོང་དང་  
ཀུན་རྟོག་དེ་གཉིས་དོ་བོ་གཅིག་མིན་ཏེ། ཚུ་རོལ་མཐོང་བས་ཀུན་རྟོག་སྟོང་བས་གྲུབ་ཀྱང་སྟོང་མ་གྲུབ་པའི་  
ཕྱིར་ཐ་དད་ཀྱང་མིན་ཏེ་ཚོས་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་གནས་པའི་ཕྱིར་ལོ། །

གཉིས་པ་ ། དེའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ ། ། སྟོང་པ་ཉིད་ནི་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

སྟོང་པ་ཉིད་ནི་མདོར་བསྟན། །

དེ་བཞིན་ཉིད་དང་ཡང་དག་མཐའ། །

མཚན་མ་མེད་དང་དོན་དམ་དང་། །

ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་རྣམ་གྲངས་སོ། །

རྣམ་གྲངས་ཇི་ལྟར་རིག་པར་བྱ་ཞེས། སྟོང་པ་ཉིད་ནི་མདོར་བསྟན། །དེ་བཞིན་ཉིད་དང་ཡང་དག་པའི་མཐའ་དང་  
། །མཚན་མ་མེད་པ་དང་དོན་དམ་པ་དང་། །ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་སོ། །

སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་མིང་ནི་མདོར་བསྟན། དེ་བཞིན་ཉིད་དང་། ཡང་དག་པའི་མཐའ་དང་། མཚན་མ་མེད་པ་དང་།  
དོན་དམ་པ་དང་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་དག་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་སོ། །

གསུམ་པ་ ། རྣམ་གྲངས་དེའི་དོན་ ། ། གཞན་མིན་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

གཞན་མིན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་མ་ཡིན། །

དེ་འགོག་འཕགས་པའི་སྲོད་ཡུལ་དང་། །

འཕགས་པའི་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་ཡི་སྲིད་། །

རྣམ་གྲངས་དོན་ཏེ་གོ་རིམ་བཞིན། །

རྣམ་གྲངས་ཀྱི་དོན་ཇི་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་ཞེན། གཞན་མིན་པའི་སྲིད་དེ་བཞིན་ཉིད་དེ་རྟག་ཏུ་གནས་པའི་སྲིད་རོ་སྲིད་ཅི་ལོག་མ་ཡིན་པའི་སྲིད་ཡང་དག་པའི་མཐའ་སྟེ་སྲིད་ཅི་ལོག་གི་གཞི་མ་ཡིན་པའི་སྲིད་རོ། །མཚན་མ་དེ་འགོག་པའི་སྲིད་མཚན་མ་མེད་པ་སྟེ་མཚན་མ་ཐམས་ཅད་དང་བུལ་བའི་སྲིད་རོ་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྲོད་ཡུལ་ཡིན་པས་དོན་དམ་པ་སྟེ་ཡེ་ཤེས་དམ་པའི་ཡུལ་ཡིན་སྲིད་དང་། །འཕགས་པའི་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་ཡི་སྲིད་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཏེ་དེ་ལ་དམིགས་པས་འཕགས་པའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་སྲིད་རོ། །འདི་དག་རྣམ་གྲངས་ཀྱི་དོན་ཏེ་གོ་རིམ་བཞིན་ནོ།

བཤད་མ་ཐག་པའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ལྷ་པོ་དེ་དག་གི་དོན་ནི། གཞན་དུ་འགྱུར་བ་མིན་པའི་སྲིད་ན་ཇི་ལྟར་སྲུང་བཞིན་སྲིད་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཡིན་པས་དེ་བཞིན་ཉིད་ཅེས་བྱ་ལ། དེ་བཞིན་དུ་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་སྲིད་ཅི་ལོག་མ་ཡིན་པའི་ཡང་དག་པ་ཡིན་པའི་སྲིད་ཡང་དག་པའི་མཐའ་དང་། སྟོང་ཉིད་དེ་ནི་སྲོས་པའི་མཚན་མ་མཐའ་དག་འགོག་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་སྲིད་མཚན་མ་མེད་པ་དང་། གནས་ལུགས་དེ་ནི་ཡུལ་ཅན་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དམ་པའི་སྲོད་ཡུལ་ཡིན་པའི་སྲིད་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་དང་། དེ་ལ་དམིགས་ནས་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཀུན་སྐྱེད་པར་བྱེད་པས་འཕགས་པའི་ཚོས་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུ་འཕྲོད་ཡིན་པའི་སྲིད་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཞེས་བྱ་སྟེ། འདི་དག་གོང་གི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་སོ་སོའི་དོན་ཡིན་ཏེ་དེ་ལྟར་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་སྲུང་བར་བྱའོ། །

བཞི་པ་དབྱེ་བ་ །སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ །ལ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་དང་། བཅུ་དྲུག་ཏུ་དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་

། གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་ ། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་རྣམ་པར་དག། །

དེ་ནི་དྲི་བཅས་དྲི་མ་མེད། །

རྒྱ་ཁམས་གསེར་དང་ནམ་མཁའ་རྣམས། །

དག་པ་བཞིན་དུ་དག་པར་འདོད། །

སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ཇི་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་ཞེན། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་དག་པ། །དེ་ནི་དྲི་མ་དང་བཅས་པ་དང་དྲི་མ་མེད་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱིས་སོ། །འོ་ན་དེ་འགྱུར་བའི་ཚོས་ཅན་ཡིན་པས་ཇི་ལྟར་མི་རྟག་པར་མི་འགྱུར་ཞེན། རྒྱ་ཁམས་ཀྱི་རྣམ་མ་དང་གསེར་གྱི་གཡའ་དང་ནམ་མཁའ་ལ་སྲིད་རྣམས། །དག་པ་བཞིན་དུ་སྟོང་པ་ཀྱི་དྲི་མ་དག་པར་འདོད་དོ།

སྟོང་པ་ཉིད་དེ་ལ་དབྱེ་བ་གཉིས་སུ་ཡོད་དེ། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་བཅས་པ་དྲི་བཅས་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་། སྐྱིབ་གཉིས་རྣམ་པར་དག་པ་དེ་ནི་དྲི་མ་མེད་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཅེས་བྱའོ། །དྲི་མ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ན་རང་བཞིན་དག་པ་མི་འཐད་སྟམ་ན། མི་འཐད་པ་མེད་དེ། ཇི་ལྟར་རྒྱ་ཁམས་དང་གསེར་དང་ནམ་མཁའ་རྣམས་ཀྱི་རང་གི་དོ་བོ་རྣམ་པར་དག་པ་དེ་བཞིན་དུ་དེ་བཞིན་ཉིད་དེ་ཡང་རང་གི་དོ་བོ་ཡེ་ནས་རྣམ་པར་དག་པར་འདོད་དེ་མ་དག་པ་གནས་ཚུལ་ལ་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་ །བཅུ་དྲུག་ཏུ་དབྱེ་བ་ ། ཟ་བ་བཟའ་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཟ་བ་བཟའ་དང་དེ་ཡི་ལུས། །  
གནས་ཀྱི་གཞི་ཡི་སྣང་པ་ཉིད། །  
དེ་ཡང་གང་གིས་ཇི་ལྟར་མཐོང་། །  
གང་སྤྱིར་དེ་ཡང་སྣང་པ་ཉིད། །

གཞན་ཡང་སྣང་པ་ཉིད་བཅུ་དྲུག་པོ་འདི་དག་དབྱེ་བ་ཡིན་ཏེ་ཟ་བ་ནང་གི་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་སྣང་པ་ཉིད་དང་བཟའ་བ་སྤྱིར་སྐྱེ་  
མཆེད་རྣམས་སྣང་པ་ཉིད་དང་དེ་གཉིད་གཞི་གཞི་གནས་སུ་གྱུར་པ་ལུས་ཏེ་དེའི་སྣང་པ་ནི་སྤྱི་ནང་སྣང་པ་ཉིད་དང་། །གནས་ཀྱི་  
གཞི་སྣང་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་དེ་ཡི་སྣང་པ་ཉིད་ནི་ཆེན་པོ་སྣང་པ་ཉིད་དང་། །ནང་གི་སྐྱེ་མཆེད་ལ་སོགས་པ་དེ་ཡང་སྣོ་གང་གིས་  
སྣང་པ་ཇི་ལྟར་མཐོང་བ། །གང་སྤྱིར་དེ་ཡང་སྣང་པ་ཉིད་དེ་སྣང་པ་ཉིད་སྣང་པ་ཉིད་དོ། །ཇི་ལྟར་དོན་དམ་པའི་རྣམ་པར་  
མཐོང་བ་དེའི་སྣང་པ་ཉིད་ནི་དོན་དམ་པར་སྣང་པ་ཉིད་དོ།

གང་སྣང་པ་ཉིད་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་དབྱེ་བ་མེད་ཀྱང་། སྣང་གཞི་ཆོས་ཅན་སོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལ་སྣང་ཉིད་བཅུ་དྲུག་  
ཏུ་གསུངས་ཏེ་གང་ཞེན། སྤྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ་པོ་འཇམ། ཟ་བ་པོ་མིག་སོགས་ནང་གི་སྐྱེ་མཆེད་  
དྲུག་གི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་གྲུབ་པའི་ཆ་ནས་ནང་སྣང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་བཟའ་བའམ་ལོངས་སྤྱོད་བྱ་  
སྤྱིར་སྐྱེ་མཆེད་དྲུག་རང་བཞིན་མེད་པར་གྱུར་པའི་ཆ་ནས་སྤྱི་སྣང་པ་ཉིད་དང་། སྤྱི་ནང་གི་ཆོས་དེ་ཡི་རྟེན་རྣམ་  
ལུས་ཏེ་གཞི་མཐོང་དག་གིས་སྣང་པ་ཉིད་ལ་སྤྱི་ནང་སྣང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱའོ། །གནས་ཀྱི་གཞི་སྣང་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་  
སྤྱོགས་བཅུས་བསྐྱུས་པ་ཡི་རང་བཞིན་སྣང་པ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་ཆེན་པོ་སྣང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་སྟེ་ཆོས་ཅན་གྱི་  
དབྱེ་བ་ལས་དེ་དང་དེའི་སྣང་པ་ཉིད་དུ་བརྗོད་པའོ། །དེ་ལྟར་སྤྱི་དང་ནང་གིས་བསྐྱུས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྣང་  
པ་ཉིད་དུ་གནས་པ་དེ་ཡང་ཡུལ་ཅན་སྣོ་གང་གིས་མཐོང་བ་དེ་ལ་ཡུལ་གྱི་མིང་བཏགས་ནས་སྣང་པ་ཉིད་ཅེས་  
བྱ་ལ། དེ་ལ་ཡང་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཆ་ནས་སྣང་པ་ཉིད་སྣང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱའོ། །སྣོ་དེས་

སྣང་པ་ཉིད་དེ་ནི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ཡང་དག་པ་ཉིད་དུ་ཇི་ལྟར་མཐོང་བ་དེ་ལ་མི་བསྐྱེད་པའི་སྤྱིར་དོན་དམ་  
པ་ཞེས་བྱ་ལ། དོན་དམ་པ་དེ་ཡང་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་མེད་པ་ནི་དོན་དམ་པ་སྣང་པ་ཉིད་དོ། །

དགོ་གཉིས་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར། །  
རྟེན་ཏུ་སེམས་ཅན་པན་པའི་སྤྱིར། །  
འཁོར་བ་བཏང་བར་མི་བྱའི་སྤྱིར། །  
དགོ་བ་མི་ཟད་བྱ་བའི་སྤྱིར། །  
རིགས་ཀྱང་རྣམ་པར་དག་བྱའི་སྤྱིར། །  
མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ཐོབ་བྱའི་སྤྱིར། །  
སངས་རྒྱས་ཆོས་རྣམས་དག་བྱའི་སྤྱིར། །  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྐྱབ་པར་བྱེད། །  
གང་ཟག་དང་ནི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི། །  
དངོས་པོ་མེད་འདིར་སྣང་པ་ཉིད། །  
དེ་དངོས་མེད་པའི་དངོས་ཡོད་པ། །  
དེ་ནི་དེ་ལས་སྣང་ཉིད་གཞན། །

གང་གི་སྤྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་དེ་ཡང་སྣང་པ་ཉིད་དོ། །དེ་གང་ཡིན་ཞེན། འདུས་བྱས་དང་འདུས་  
མ་བྱས་ཀྱི་དགོ་བ་གཉིས་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་རོ། །སྤྱིད་ཞི་གཉིས་ཀྱི་མཐོང་ལས་འདས་པའི་སྣང་པ་ཉིད་ནི་རྟེན་ཏུ་སེམས་  
ཅན་རྣམས་ལ་པན་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་དང་། །འཁོར་བ་ནི་སྤྱོད་པ་དང་སྤྱོད་པ་མེད་པ་སྟེ། དེ་སྣང་པ་ཉིད་ནི་གཞན་དོན་དུ་འཁོར་  
བ་གཏོང་བར་མི་བྱ་བའི་སྤྱིར་དང་། བྱང་པོ་སྐྱབ་མེད་དུ་སྐྱེད་ལས་འདས་པ་ན་ཡང་དོར་བ་མེད་པ་ནི། དགོ་བའི་ཆོས་ཏེ་



དེ་ཡང་སྟོང་པ་ཉིད་དེ་དགའ་བ་མི་ཟད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། །རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་ནི་རང་བཞིན་ཏེ་དེའི་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཀྱང་རྣམ་པར་དག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། །མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ནི་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ལ། དེའི་  
སྟོང་པ་ཉིད་ནི་མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། །སྟོབས་ལ་སོགས་པ་ནི་ཚོས་ཐམས་ཅད་དེ་དེའི་སྟོང་པ་ཉིད་  
ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཚོས་རྣམས་དག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། །བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱབ་པར་བྱེད་དོ། །གང་  
ཟག་དང་ནི་ཚོས་རྣམས་ཀྱི། །བདག་གི་དངོས་པོ་མེད་པ་ནི་འདིར་དངོས་པོ་མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། །དེ་ཡི་དངོས་པོ་མེད་  
པའི་དངོས་པོ་ཡོད་པ། །དེ་ནི་དེ་ལས་སྟོང་ཉིད་གཞན་དངོས་པོ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་ཅོ། །འདི་གཉིས་ནི་  
གང་ཟག་དང་ཚོས་སྐྱོ་འདོགས་པ་དང་དེའི་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སྐྱུར་བ་འདེབས་པ་བསལ་བའི་ཕྱིར་གོ་རིམ་བཞིན་ཅོ། །

སྟོང་པ་ཉིད་བསྐྱོམ་པ་གང་གི་ཕྱིར་ཡིན་ན་འདུས་བྱས་ལམ་དང་འདུས་མ་བྱས་འབྲས་བུ་སྲུང་འདས་ཀྱི་ཡོན་  
ཏན་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་བསྐྱོམ་པ་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་རང་གི་ངོ་བོས་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར་པའོ། །ཞེས་མདོར་བསྟན་ནས།  
དེ་ལ་ལམ་དང་འབྲས་བུའི་ཡོན་ཏན་གང་གི་ཕྱིར་སྟོང་པ་ཉིད་བསྐྱོམ་ཞེ་ན། དགོ་གཉིས་ཐོབ་ནས་སྐྱབ་པར་བྱེད་  
ཀྱི་བར་ཚིགས་བཅད་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱས་པར་བཤའ་དེ། འདུས་བྱས་སྟོང་པ་ཉིད་དང་འདུས་མ་བྱས་སྟོང་པ་ཉིད་  
གཉིས་ནི། འདུས་བྱས་ལམ་དང་། འདུས་མ་བྱས་སྲུང་འདས་སམ། སྲིད་པ་དང་ཞི་བའི་ཡོན་ཏན་བསྐྱེད་པའི་  
དགོ་བ་གཉིས་པོ་ཡོངས་སུ་དག་པ་འཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བསྐྱོམས་ཏེ། དགོ་བ་དེ་དག་ལ་མཚན་མར་འཛིན་  
ཅིང་ཞེན་ན་ཡོངས་སུ་དག་པར་མི་འགྱུར་ལ། དེ་དག་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་ཤེས་ནས་སྐྱོམ་པ་མེད་པའི་རྩལ་གྱིས་  
བསྐྱབས་ན་དགོ་བའི་རྩལ་དེ་དག་ཡོངས་སུ་དག་པ་འཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྲིད་པ་དང་ཞི་བའི་མཐའ་ལས་འདས་  
པ་གང་དེ་རང་གི་ངོ་བོས་སྟོང་པ་ནི་མཐའ་ལས་འདས་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་ལ། དེ་ནི་དུས་རྟག་ཏུ་སེམས་ཅན་  
ལ་ཕན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བསྐྱོམ་པ་ཡིན་ཏེ། སྲིད་ཞེའི་མཐའ་ལ་མི་གནས་པའི་སྲུང་འདས་མངོན་དུ་མཛད་ན་  
ནམ་མཁའ་ཇི་སྲིད་དུ་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་པ་མཛད་པ་ཡིན་ཅིང་། དེ་ཡང་དེར་སྐྱོམ་པས་ཞེན་པ་དང་

བཅས་ན་ཡོངས་སུ་དག་པ་མངོན་དུ་མི་འགྱུར་ལ། མ་ཞེན་པའི་ཐབས་མཁས་ཀྱིས་བསྐྱབས་ན་ཡོངས་སུ་གྱུབ་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་མེད་པ་ནི་འཁོར་བ་ཡིན་ལ། དེ་དག་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་གང་ཡིན་པ་ནི་ཐོག་  
མ་དང་ཐ་མ་མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ལྟར་འཁོར་བ་སྟོང་པར་ཤེས་པ་དེ་ནི་འཁོར་བ་ཡོངས་སུ་གཏོང་བར་མི་  
བྱ་བའི་ཕྱིར་བསྐྱོམ་པ་སྟེ། འཁོར་བ་རང་བཞིན་མེད་པར་མ་ཤེས་ན་དེ་ལ་སྐྱོན་དུ་མཐོང་ནས་འདོར་བར་འགྱུར་  
བའི་ཕྱིར་རོ། །ཡུང་པོ་ལྷག་མེད་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་དགོ་བའི་རྩལ་བ་མི་ཟད་པ་ནི་དོར་བ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་ཡང་  
དེ་ཡི་ངོ་བོས་སྟོང་པ་ནི་དོར་བ་མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་འོ། །ཡུང་པོ་ལྷག་མེད་ཀྱི་དུས་སུ་ཡང་དགོ་བའི་རྩལ་  
མི་ཟད་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དོར་བ་མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་འདི་བསྐྱོམ་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་མཐུས་མི་ཟད་  
པའི་དགོ་རྩལ་ཡང་གཟུང་འཛིན་གྱི་དྲི་མ་དག་ཅིང་ཚོས་སྐྱོ་འཐོབ་ནས་དེའི་དགོ་རྩལ་ནམ་མཁའ་ཇི་སྲིད་དུ་རྒྱུན་  
མི་འཆད་པར་བྱེད་དེ། རང་བཞིན་གནས་རིགས་ལ་རང་བཞིན་ཞེས་བྱ་ཞིང་། དེའི་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་རང་བཞིན་  
སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ནི་རིགས་ཉིད་ཀྱང་རྣམ་པར་དག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བསྐྱོམ་སྟེ། རིགས་ལ་དེར་ཞེན་གྱི་དྲི་མ་  
དག་ནས་རིག་མངོན་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ལ་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཅེས་  
སྐབས་འདིར་བཤའ་ལ། དེ་ཉིད་དེའི་ངོ་བོས་སྟོང་པ་ནི་རང་གི་མཚན་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ནི་མཚན་བཟང་  
པོ་སུམ་ཅུ་རྩ་གཉིས་དང་། དཔེ་བྱད་བརྒྱད་ཅུ་དག་པ་འཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བསྐྱོམས་ཏེ། མཚན་དཔེ་ལ་བདེན་  
ཞེན་དག་ནས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་འགྱུབ་པོ། །སྟོབས་དང་མི་འཇིགས་པ་དང་མ་འདྲིས་པ་སོགས་སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་ཚོས་ལ་སྐབས་འདིར་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཅེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ཉིད་དེས་སྟོང་པ་ནི་ཚོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་ཉིད་  
དོ། །དེ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཚོས་རྣམས་ལ་བདེན་འཛིན་གྱི་དྲི་མ་དག་ནས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་  
ཕྱིར་ན་བསྐྱོམ་སྟེ། དེ་ལྟར་སྟོང་པ་ཉིད་དེ་དག་ལ་དམིགས་ནས་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ལམ་དེ་  
ལྟ་བུ་སྐྱབ་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་སྟོང་ཉིད་བཅུ་བཞིར་གསུངས་པ་དེ་དག་ཀྱང་གཉིས་སུ་འདུ་སྟེ། གང་ཟག་གི་  
བདག་དང་ནི་དེ་ལས་གཞན་པའི་ཚོས་རྣམས་ཀྱི་བདག་གི་དངོས་པོ་མེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྐབས་འདིར་

དངོས་པོ་མེད་པའི་སྣང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་སྟེ། དག་ག་བྱ་བདག་གཉིས་རྣམ་བཅད་དུ་ཁོག་པའོ། །བདག་གཉིས་  
པོ་དེའི་དངོས་པོ་མེད་པའི་དངོས་པོ་ལ་སྣང་པ་ཉིད་ཡོངས་གཙོ་དུ་གྱུ་བ་ཅིང་ཡོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་ནི།  
གོང་དུ་བཤད་པ་དེ་ལས་སྣང་པ་ཉིད་གཞན་དངོས་པོ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྣང་པ་ཉིད་ཅེས་གསུངས་ཏེ། ལྷ་མ་  
བདག་གཉིས་སུ་སྒྲོ་འདོགས་པ་སེལ་བའི་ཕྱིར་དང་། ཐ་མ་སྣང་ཉིད་ལ་མེད་པར་སྐྱར་པ་འདེབས་པ་བསལ་  
བའི་ཕྱིར་དུ་དེ་སྐད་གསུངས་སོ། །

ལྷ་པ་སྐྱབ་པ་ནི། གལ་ཏེ་ཉོན་མོངས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ།

- གལ་ཏེ་ཉོན་མོངས་དེ་མ་གྱུར། །
- ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྲོལ་བར་འགྱུར། །
- གལ་ཏེ་རྣམ་དག་དེ་མ་གྱུར། །
- འབད་པ་འབྲས་བུ་མེད་པར་འགྱུར། །
- ཉོན་མོངས་མ་ཡིན་མི་མོངས་མིན། །
- དེ་ནི་དག་དང་མ་དག་མིན། །
- བསྟན་བཅོས་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས། མཚན་ཉིད་ཀྱི་ལུང་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་  
བ་སྟེ་དང་པོའོ། །

སྐྱབ་པ་ཇི་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་ཞེན། གལ་ཏེ་གཉིན་པོ་མ་སྐྱེས་པར་ཡང་གྲོ་བུར་གྱི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་ཉོན་  
མོངས་པ་དེ་མ་གྱུར་ན། །ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་འབད་པ་མེད་པར་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་གཉིན་པོ་མ་སྐྱེས་

གྲང་རྣམ་པར་དག་པ་དེ་མ་གྱུར་ན། །ཐར་པའི་ཕྱིར་འབད་པ་དེ་ཡང་འབྲས་བུ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་སེམས་ནི་  
རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བས་ཉོན་མོངས་པ་མ་ཡིན་གྲོ་བུར་གྱི་དྲི་མ་ཡོད་པས་ཉོན་མི་རྣོངས་པ་ཡང་མིན་ལ། །དེའི་  
ཕྱིར་དེ་ནི་དག་པ་དང་མ་དག་པ་ཡང་མིན་ནོ། །དེ་ཡང་སྣང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་བསྟུས་པ་ནི། མཚན་ཉིད་རྣམ་པར་བཞག་པར་  
རིག་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་མཚན་ཉིད་ནི། དངོས་པོ་མེད་པའི་མཚན་ཉིད་དང་དངོས་པོའི་མཚན་ཉིད་དོ། །དངོས་པོའི་མཚན་  
ཉིད་གྲང་དངོས་པོ་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་མཚན་ཉིད་དང་། དེ་ཉིད་དང་གཞན་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་  
བའི་མཚན་ཉིད་དོ། །རྣམ་གྲངས་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་བཞག་པ་བསྟན་པས་ནི། རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་སྐྱག་པ་དང་  
ལེ་ལོ་དང་ཐེ་ཚོམ་ཉེ་བར་ཞེ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྣང་པ་ཉིད་རང་གི་མཚན་ཉིད་དང་ལས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དང་། ཀུན་ནས་ཉོན་  
མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བའི་མཚན་ཉིད་དང་། རིགས་པའི་མཚན་ཉིད་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །**བསྟན་བཅོས་དབུས་དང་**  
**མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ལུང་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་དང་པོའོ། །**

སྣང་པ་ཉིད་རང་གི་ངོས་ནས་སམ་གནས་རྒྱལ་ལ་དག་མ་དག་གི་བྱུང་པར་མེད་ཀྱང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་  
སྣང་རྒྱལ་ལ་དྲི་བཅས་དང་དྲི་མེད་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་བཞག་པ་འཐད་དེ། གལ་ཏེ་གྲོ་བུར་གྱི་ཉོན་མོངས་པ་  
དང་བཅས་པའི་གནས་སྐབས་སུ་སྣང་ཉིད་དེ་མ་གྱུར་པ་ཞེས་ན། །དང་པོ་ནས་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་འབད་མེད་དུ་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་གཉིན་པོ་བསྐྱེས་པས་ཕྱིས་རྣམ་པར་དག་  
པའི་བདག་ཉིད་དུ་སྣང་ཉིད་དེ་མ་གྱུར་པའོ། །དག་པར་སྣང་བ་མེད་ན་ལམ་ལ་འབད་པ་འབྲས་བུ་མེད་པར་  
འགྱུར་བས་སུ་ཡང་ལམ་ལ་འབད་མི་རིགས་སོ། །དེས་ན་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་རང་བཞིན་གྱི་འོད་གསལ་  
བས་ན་གནས་རྒྱལ་ལ་ཉོན་མོངས་པ་མ་ཡིན་ལ། གྲོ་བུར་གྱི་དྲི་མ་དང་བཅས་པར་སྣང་བའི་སྣང་རྒྱལ་གྱི་ངོས་  
ནས་ཉོན་མི་མོངས་པའང་མིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་ན་དབྱིངས་དེ་ནི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དག་པ་དང་མ་དག་པ་ཉིད་དུ་  
བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོ། །

ལེན་ལེན་མཚན་ནི། བསྟན་བཅོས་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས་ཀུན་གྱི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་  
ཚོག་ལེན་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་དང་པོའི་འགྲེལ་པའོ། །





# ཉིལ།

གཉིས་པ་སྤང་བྱ་སྤྱི་བ་པ་ལ། སྤྱི་བ་བསྟན་པ། བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ། རོན་བསྟུ་བ་གསུམ། དང་པོ་། སྤྱི་བ་བསྟན་པ་། ། བྱེ་བྲག་ཏུ་ཉི་ཚེ་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- བྱེ་བྲག་ཏུ་ཉི་ཚེ་སྟག་པ་དང་། །
- མཉམ་དང་ལེན་དང་སྤོང་བ་ནི། །
- གཉིས་ཀྱི་སྤྱི་བ་པ་བསྟན་པ་ཡིན། །

སྤྱི་བ་པའི་དབང་དུ་མཛད་དེ། བྱེ་བྲག་ཏུ་ཉི་ཚེ་སྟག་པ་དང་། མཉམ་དང་ལེན་དང་སྤོང་བ་ནི་ཉམ་རང་གི་རིགས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཉོན་ཤེས་ཀྱི་སྤྱི་བ་པ་གཉིས་ཏེ་རང་གཞན་གྱི་དོན་མཐའ་དག་ལ་སྤྱི་བ་པའི་སྤྱི་བ་དང་ཉི་ཚེ་བའི་ཉམ་རང་གི་རིགས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཉོན་ཤེས་སྟེ་བདག་གི་དོན་ཅམ་ལ་སྤྱི་བ་པའི་སྤྱི་བ་དང་སྟག་པ་ནི་རིགས་ཅན་གསུམ་གའི་ཆགས་སོགས་སྟག་པ་སྤོང་བ་སྟེ་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་སྤྱི་བ་དང་། །མཉམ་པ་ནི་དེ་གསུམ་གྱི་ཆ་མཚུངས་པར་སྤོང་བ་སྟེ་བག་ལ་ཉལ་གྱི་སྤྱི་བ་པ་ཡིན་པའི་སྤྱི་བ་དང་ལེན་པ་དང་སྤོང་བ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རིགས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་བ་པ་སྟེ་འཁོར་བ་ལེན་པ་དང་སྤོང་བ་མི་གནས་པའི་སྤྱི་བ་པ་ལ་ལས་འདས་པ་ལ་སྤྱི་བ་པའི་སྤྱི་བ་ཏེ། །དེ་ལྟར་དེ་དག་ཅི་རིགས་པར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རིགས་ཅན་རྣམས་དང་། ཉམ་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་རིགས་ཅན་གཉིས་ཀྱི་སྤྱི་བ་པ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ།

རང་བཞིན་གྱིས་དག་པའི་ཚོས་ཉིད་ལ་སྤྱི་བ་བྱེད་གྲོ་བྱར་བའི་དྲི་མ་རྣམས་རིགས་བསྟུས་ན་འདི་ལྟར། གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་སྤྱི་བ་པ་ལ་བྱེད་པའི་སྤྱི་བ་པ་ཞེས་བཤད་དེ། སྤྱི་བ་པ་དེས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་པ་དེ་དག་གི་རང་གཞན་དོན་གཉིས་སྤྱོད་པའི་རྒྱུ་ལ་བསྤྱི་བས་པས་ན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་བསྟུན་པ་ལ་གོགས་བྱེད་པའི་ཆ་ནས་ཆེན་པོ་འམ་བྱེད་པ་ཞེས་བཛྲོད་དོ། །

ཐེག་པ་དམན་པ་ཉམ་རང་གི་རིགས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱི་བ་པ་ལ་ཉི་ཚེ་བའི་སྤྱི་བ་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་མ་སྤང་བར་དུ་རང་དོན་ཉི་ཚེ་བའི་འབྲས་བུ་དེ་མི་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་སྤྱི་བ་པ་། །

ཡང་ཉོན་མོངས་པ་རང་ཉིད་སྤྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། གང་ཟག་སྤྱི་ཡང་རུང་སྟེ། དུལ་ཅུང་ཟད་ཅམ་ལའང་ཆགས་སོགས་ཆེན་པོ་སྤྱི་བ་ལ་སྟག་པའི་སྤྱི་བ་པ་ཞེས་བྱ་ཞིང་། དུལ་དང་འཚམས་པར་འབྱུང་བ་ལ་མཉམ་པའི་སྤྱི་བ་པ་ཞེས་བྱ་ལ། ཡང་ན་སྟག་དང་ཞེས་ཆགས་སོགས་གང་རུང་སྟག་པར་ཆེ་བ་དང་། དུག་གསུམ་ཆ་མཉམ་པ་ལའང་དེ་ལྟར་བཛྲོད་དེ། དེ་གང་ལྟར་གྱང་ཉོན་མོངས་པ་སྤྱི་རྒྱུ་ལ་གྱི་དབང་གིས་དབྱེ་བ་གཉིས་སོ། །

ཡང་མྱོངས་པའི་དབང་གིས་འཁོར་བའི་རྒྱ་ཉི་བར་ལེན་པ་དང་། བསམ་པས་འཁོར་བ་སྤང་བ་གཉིས་ནི། ལམ་གྱི་སྤྱི་བ་པོ་ཤེས་རབ་དང་ཐབས་གཉིས་ཀྱི་སྤྱི་བ་པ་བསྟན་པའི་ཆ་ནས་བཞག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་སྤྱི་བ་པའི་རྣམ་གྲངས་དུག་ཏུ་བསྟན་པ་དེ་དག་གི་དང་པོ་དང་ཐ་མ་གཉིས་ཏེ་གསུམ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལམ་གྱི་མི་མཐུན་སྤྱོད་ལམ་ལ། གཉིས་པ་ཉམ་རང་གི་ལམ་གྱི་མི་མཐུན་སྤྱོད་ལམ་དང་། དེ་དག་གི་སྟག་པ་གཉིས་ནི་ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུ་བྱན་མོང་གི་ལམ་གྱི་སྤྱི་བ་པའོ། །

གཉིས་པ་། སྤྱི་བ་པ་ལ་སྤྱི་བ་པ་། བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་། །ལ། ཐར་པ་ལ་སྤྱི་བ་པ། དགོ་སོགས་བཅུ་ལ་སྤྱི་བ་པ། གཉིན་པོ་གསུམ་ལ་

སྐྱིབ་པ་དང་གསུམ། དང་པོ་༼ ཐར་པ་ལ་སྐྱིབ་པ་ ༽ ལ། སྐྱིབ་པ་དངོས་དང་། དེས་ཇི་ལྟར་སྐྱིབ་ཚུལ་གཉིས།  
དང་པོ་༼ སྐྱིབ་པ་དངོས་ ༽ ། ཉོན་མོངས་མཚན་ཉིད་སོགས་རྐང་པ་གཉིས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཉོན་མོངས་མཚན་ཉིད་རྣམ་དགུའོ། །  
ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་རྣམས་སྐྱིབ་པ་ཡིན། །

ཡང་ཉོན་མོངས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་སྐྱིབ་པ་ནི་རྣམ་པ་དགུའོ། །དེ་དག་གྲང་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བ་རྣམས་སྐྱིབ་པ་ཡིན་ནོ།

ཐར་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ལ་གོགས་སུ་གྱུར་བ་ནི་མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་མཚན་ཉིད་འཛིན་  
པ་རྣམ་པ་དགུའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཉོན་མོངས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་ལ་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་  
བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྲིད་པར་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བར་བྱེད་པའི་སྲིད་ནའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བ་དེ་རྣམས་ནི་སྐྱིབ་པ་ཡིན་  
ནོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ལ་ཀུན་སྐྱོར་དགུ་ནི། མ་རིག་པ། འདོད་ཆགས། ཁོང་ཁྲོ། ང་རྒྱལ། ཐེ་ཚོམ་སྟེ་ལྟ་  
མིན་ལྟ་དང་། འཇིག་ལྟ་ལོག་ལྟ་མཐར་ལྟ་གསུམ་གཅིག་ཏུ་བརྩིས་ནས་ལྟ་བ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ལྟ་བ་མཚོག་  
འཛིན་དང་། ཚུལ་གྲིམས་བརྟུལ་ཞུགས་མཚོག་འཛིན་གཉིས་གཅིག་ཏུ་བརྩིས་ཏེ་མཚོག་འཛིན་ཅེས་བྱ་བ་དང་།  
ཕྱག་དོག་དང་། སེར་སྐྱ་སྟེ་དེ་ལྟར་དགུའོ།

གཉིས་པ་དེས་ཇི་ལྟར་སྐྱིབ་ཅེ་ན། སྐྱོབ་དང་ནི་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

སྐྱོབ་དང་ནི་བཏང་སྟོམས་དང་། །  
དེ་ཁོན་ནི་མཐོང་བ་དང་། །

འཇིག་ཚོགས་ལྟ་དང་དེའི་གཞི་དང་། །  
འགོག་དང་ལམ་དང་དགོན་མཚོག་དང་། །  
ཉིད་པ་དང་ནི་བཀུར་སྟེ་དང་། །  
ཡོ་བྱད་བསྐྱེད་ས་པ་ཡོངས་ཤེས་ལ། །

དེ་དག་གང་ལ་གང་གིས་སྐྱིབ་ཅེ་ན། ཇིས་སུ་ཆགས་པའི་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བས་སྐྱོབ་པ་ལ་དང་ནི་ཁོང་ཁྲོ་བའི་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བས་  
བཏང་སྟོམས་ལ་དང་། །ལྷག་མ་རྣམས་ནི་དེ་ཁོན་ཉིད་ནི་མཐོང་བ་དང་འགལ་ལོ། ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། ང་རྒྱལ་གྱི་ཀུན་ཏུ་  
སྐྱོར་བ་ནི། འཇིག་ཚོགས་ལ་ལྟ་བ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ་མངོན་པར་མ་རྟོགས་པའི་དུས་ན་ངའོ་སྐྱམ་པའི་ང་རྒྱལ་  
བར་ཆད་དང་བཅས་པ་དང་། བར་ཆད་མེད་པར་ཀུན་ཏུ་འབྱུང་བའི་དབང་གིས་དེ་མི་སྲིད་བའི་སྲིད་དང་མ་རིག་པའི་ཀུན་  
ཏུ་སྐྱོར་བ་ནི་འཇིག་ལྟ་དེའི་གཞི་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ་དེས་ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཕྱང་པོ་རྣམས་ཡོངས་སུ་མི་ཤེས་པའི་  
སྲིད་དང་། །ལྟ་བའི་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བ་ནི། འགོག་པའི་བདེན་པ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ་འཇིག་ལྟ་མཐར་ལྟ་གཉིས་ནི་དེ་  
ལ་སྐྱག་པ་དང་ལོག་ལྟས་དེ་ལ་སྐྱུར་པ་འདེབས་པའི་སྲིད་དང་མཚོག་ཏུ་འཛིན་པའི་ཀུན་སྐྱོར་ནི། ལམ་གྱི་བདེན་པ་ཡོངས་  
སུ་ཤེས་པ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ་རྣམ་པ་གཞན་ལ་དགུ་པ་དང་མཚོག་ཏུ་འཛིན་པའི་སྲིད་དང་ཐེ་ཚོམ་གྱི་ཀུན་སྐྱོར་ནི། མ་ཀོན་མཚོག་  
གསུམ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ་དེའི་ཡོན་ཏན་ལ་མངོན་པར་ཡིད་མི་ཆེས་པའི་སྲིད་དང་། །ཕྱག་དོག་གི་ཀུན་སྐྱོར་ནི།  
ཉིད་པ་དང་ནི་བཀུར་སྟེ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ་དེའི་ཉེས་པའི་མི་མཐོང་བའི་སྲིད་དང་། །སེར་སྐྱའི་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བ་ནི།  
ཡོ་བྱད་བསྐྱེད་ས་པ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ་ཡོ་བྱད་ལ་ལྷག་པར་ཞེན་པའི་སྲིད་འོ།

འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཀུན་སྐྱོར་དེས་འཁོར་བར་ཡོངས་སུ་སྐྱོབ་པ་ལ་སྐྱིབ་པར་བྱེད་དེ། ཟག་བཅས་ལ་ཡོན་ཏན་ཏུ་  
བསྟན་ནས་ཆགས་པའི་སྐྱོད་དེས་འཁོར་བའི་སྐྱོན་མི་མཐོང་བར་བྱེད་པའི་སྲིད་འོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཁོང་ཁྲོས་ནི་



སེམས་བཏང་སྒྲོམས་སུ་རྣམ་ཏུ་གནས་པ་ལ་སྐྱིབ་པ་དང་། དེ་དག་གི་ལྷག་མ་བདུན་གྱིས་ཐུན་མོང་དུ་ནི་དེ་ལོ་  
 ན་ཉིད་མཐོང་བ་ལ་སྐྱིབ་པ་དང་། གྱེ་བྲག་ཏུ་རྒྱལ་གྱིས་ནི་འཛིག་ཚོགས་ལ་ལྟ་བུའི་ཉེས་དམིགས་ཤེས་པ་ལ་  
 བསྐྱབས་ཏེ་རེ་སྒྲུལ་དུ་ལྟ་བུའི་དོན་དེ་དམ་དུ་འཛིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །མ་རིག་པས་ནི་འཛིག་ལྟ་དེའི་གཞི་ཉེར་ལེན་  
 གྱིས་ལུང་པོ་ལྡེའི་གནས་ཚུལ་ཤེས་པ་ལ་སྐྱིབ་ཅིང་དེའི་རང་བཞིན་ཇི་ལྟ་བུའི་རྟོགས་པར་བྱེད་དོ། །ལྟ་བས་ནི་  
 འགོག་བདེན་མངོན་དུ་བྱེད་པ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ། ཇི་ལྟར་ན་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་འཛིག་ལྟའི་དབང་གིས་འགོག་པའི་སྐབས་  
 ན་བདག་ཆད་དུ་དོགས་པ་སོགས་གྱིས་སྐྱབ་ནས་ཐར་པ་ལ་མི་འཇུག་པ་དང་། ཏུག་ཆད་དུ་ལྟ་བས་འགོག་པ་  
 ཐོབ་ཏུ་མེད་པ་དང་། ལོག་ལྟས་འགོག་པ་ཉིད་མེད་པར་སྐྱར་པ་འདེབས་པ་སོགས་གྱིས་དེ་ཐོབ་པ་ལ་གོགས་  
 བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མཚོག་འཛིན་གྱིས་ལམ་བདེན་རྒྱུད་ལ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ། ལྟ་བུ་དམ་པ་དང་ཐར་  
 པའི་རྒྱ་མིན་པའི་ཚུལ་གྲིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་སྟེན་ཅི་ལོག་ལ་མཚོག་ཏུ་འཛིན་པ་དེས་བསྐྱུས་ནས་ལམ་རྣམ་  
 དག་ལ་མི་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཐེ་ཚོམ་གྱིས་ནི་དཀོན་མཚོག་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཤེས་པ་ལ་སྐྱོ་ཅེ་གཉིས་སུ་  
 བྱུར་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྐྱིབ་པར་བྱེད་དེ་དེས་པར་མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཕྱག་དོག་གིས་ནི་རྙིང་པ་དང་བཀྱར་སྟེའི་  
 ཉེས་དམིགས་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ། རང་རྙིང་བཀྱར་ལ་ཆགས་ཤིང་གཞན་གྱི་ཕུན་ཚོགས་ལ་མི་བཟོད་  
 པའི་ཕྱག་དོག་ཡོད་པ་དེ་སྟེད་རྙིང་བཀྱར་གྱི་ཉེས་དམིགས་ཚུལ་བཞིན་བསམ་པར་མི་རུས་སོ། །སེར་སྐྱས་ནི་  
 ཡོ་བྱད་བསྐྱེད་པ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་བསྐྱིབ་པར་བྱེད་དེ། དེས་ཡོ་བྱད་ཅི་ཅུ་ཚོགས་ཀྱང་ཚོག་མི་ཤེས་པར་  
 དམ་དུ་འཛིན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཀུན་སྐྱོར་དགུ་མ་སྤང་བར་དུ་སྟིད་པར་འཆིང་ཞིང་ཐར་པ་ཐོབ་པར་  
 མི་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ ། དགོ་སོགས་བཅུ་ལ་སྐྱིབ་པ་ ། ལ་བསྐྱེད་བཤད་གཉིས། དང་པོ་ ། མདོར་བསྟན། ། དགོ་ལ་  
 སོགས་པ་བཅུ་ལ་གཞན། ། ཅེས་པས་བསྟན་ཏེ། །

དགོ་ལ་སོགས་པ་བཅུ་ལ་གཞན། །

དགོ་ལ་སོགས་པ་བཅུ་ལ་སྐྱིབ་པ་ནི་གཞན་དུ་རིག་པར་བྱའོ།

བསྐྱིབ་བྱ་དགོ་བ་ལ་སོགས་པ་བཅུ་ལ་སྐྱིབ་པར་བྱེད་པའི་སྐྱིབ་པ་གང་ཞིག་གོང་དུ་བཤད་མ་ཐག་པ་ལས་  
 གཞན་པ་ཡང་ཡོད་དོ། །ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་ ། རྒྱས་བཤད་ ། ལ། སྐྱིབ་བྱེད་སུམ་ཅུ། བསྐྱིབ་བྱ་བཅུ། དེ་དག་སྐྱར་ཏེ་བཤད་པ་གསུམ་གྱི། དང་  
 པོ་ ། སྐྱིབ་བྱེད་སུམ་ཅུ། ། སྐྱོར་བ་མེད་དང་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

སྐྱོར་བ་མེད་དང་སྐྱེ་མཆེད་མིན། །

རྣམ་འབྱོར་མིན་པས་གང་བསྐྱེད་དང་། །

སྐྱེ་བ་མེད་དང་ཡིད་མི་བྱེད། །

ཚོགས་ནི་རབ་ཏུ་མ་རྒྱུགས་དང་། །

རིགས་དང་བཤེས་གཉེན་མི་ལྡན་དང་། །

སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་སྐྱོ་བ་དང་། །

སྐྱབ་པ་དང་ཡང་མི་ལྡན་དང་། །

སྐྱེ་བོ་ངན་སྤང་འགྲོགས་པ་དང་། །

རང་གི་གནས་ངན་ལེན་གསུམ་ལས། །

ལྷག་མ་ཤེས་རབ་མ་སྐྱིན་དང་། །



རང་བཞིན་གྱི་ནི་གནས་ངན་ལེན། །  
ལེ་ལོ་དང་ཡང་བག་མིད་དང་། །  
སྲིད་དང་ཡོངས་སྲོད་ཆགས་པ་དང་། །  
སེམས་ནི་ལྷུ་པར་གྱུར་པ་དང་། །  
མ་དད་པ་དང་མ་མོས་དང་། །  
སྐྱ་བཞིན་དུ་ནི་སྲོད་པ་དང་། །  
དམ་ཚེས་ཆེད་ཆེར་མིན་འཛིན་དང་། །  
ཉེད་ལ་གདུ་དང་སླིང་རྗེ་མེད། །  
ཐོས་པས་ཐོངས་དང་རྩུང་བ་དང་། །  
ཉིང་འཛིན་སྐྱངས་པ་མ་བྱས་པའོ། །

སྐྱིབ་པ་དེ་ནི་གང་དགོ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་གང་ཞེ་ན། དགོ་བ་ལ་སྲོར་བ་མིད་པ་དང་སྐྱེ་མཆེད་མིན་པ་སྟེ་བྱང་ཆུབ་སྐྱུ་བ་པའི་ཐབས་མིན་པ་དང་། །ཚུལ་བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་རྣལ་འབྱོར་མིན་པས་གང་བསྐྱེད་པ་གསུམ་དང་། །དགོ་ཙུ་སྐྱེ་བ་མིད་པ་དང་ཚུལ་བཞིན་དུ་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པ་དང་། །ཚོགས་ནི་རབ་ཏུ་མ་རྗོགས་པ་གསུམ་དང་། །རིགས་དང་མི་ལྡན་པ་དང་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་མི་ལྡན་པ་དང་། །དཀའ་བ་སྐྱེད་པས་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་སྲོབ་གསུམ་དང་། །པར་སྐྱིན་སྐྱུ་བ་པ་དང་ཡང་མི་ལྡན་པ་དང་། །སྐྱེ་བོ་ངན་པ་དང་འགྲོགས་པ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ལ་མི་དགའ་ཞིང་སྐྱང་བ་དང་འགྲོགས་པ་གསུམ་དང་། །རང་གི་གནས་ངན་ལེན་དང་ཉོན་མོངས་པ་དང་ལས་དང་རྣམ་སྲིན་གྱི་སྐྱིབ་པ་གསུམ་ལས། །ལྷག་མ་གང་ཡང་རུང་བ་དང་ཐོས་བསམ་གྱི་ཤེས་རབ་མ་སྲིན་པ་གསུམ་དང་། །རང་བཞིན་གྱིས་ཉེ་ལྷན་སྐྱིས་གྱི་ནི་གནས་ངན་ལེན་དང་། །ལེ་ལོ་དང་ཡང་བག་མིད་པ་གསུམ་དང་། །སྐྱ་ན་མིད་པ་རྗོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཡོངས་

སྐྱ་མི་བསྐྱོ་བར་སྲིད་པ་ལ་ཆགས་པ་དང་ཡོངས་སྲོད་ལ་ཆགས་པ་དང་། །དགོ་བའི་ལས་ལ་སེམས་ནི་ལྷུ་པར་གྱུར་པ་གསུམ་དང་། །གང་ཟག་ལ་མ་དད་པ་དང་ཚེས་ལ་མ་མོས་པ་དང་། །དོན་ལ་སྐྱ་རྗེ་བཞིན་དུ་ནི་སྲོད་པ་གསུམ་དང་། །དམ་པའི་ཚེས་ལ་ཆེད་ཆེར་མིན་འཛིན་པ་དང་། །ཉེད་ལ་གདུ་བ་སྟེ་ཉེད་པ་དང་བཀུར་སྲིད་མཆོད་པ་ལ་ཆེས་ཆེར་འཛིན་པ་དང་། །སེམས་ཅན་ལ་སླིང་རྗེ་མེད་པ་གསུམ་དང་། །ཐོས་པས་ཐོངས་པ་དང་ཐོས་པ་རྩུང་བ་དང་། །ཉིང་འཛིན་སྐྱངས་པ་མ་བྱས་པའོ།

དགོ་སོགས་བཅུ་ལ་སྐྱིབ་པའི་སྐྱིབ་པ་དེ་གང་ཞེ་ན། བག་མིད་པ་དང་། ལེ་ལོས་དགོ་བ་ལ་འཇུག་པའི་སྲོར་བ་མིད་པ་དང་། གལ་ཉེ་དགོ་བ་ལ་འཇུག་པར་བརྩམས་ཀྱང་དགོ་ཙུ་དེ་སྐྱེ་ཞིང་གོང་ནས་གོང་དུ་མཆེད་པར་བྱེད་པའི་སྲོ་ཡང་དག་པའི་གསུང་རབ་སོགས་ཡིན་པ་ལ། དེ་ལྟ་བུ་དང་མི་ལྡན་པ་ནི་དགོ་ཙུ་སྐྱེ་ཞིང་མཆེད་པ་མིན་པ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པའི་ཐབས་མིན་པའི་བསྟན་བཅོས་ངན་པ་ལ་ཞེན་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཚུལ་དེས་དགོ་ཙུ་རྣམས་གོང་ནས་གོང་དུ་སྐྱེ་ཞིང་འཕེལ་བར་མི་བྱེད་པའོ། །ཡང་དག་པའི་གསུང་རབ་སོགས་ལ་ཐོས་བསམ་བྱས་སུ་ཟེན་གྱང་དེའི་དོན་ཚུལ་བཞིན་དུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་རྣལ་འབྱོར་དང་མི་ལྡན་པའམ། །ཚུལ་བཞིན་ཡིད་བྱེད་གྱིས་ཉོན་མོངས་སྲོང་བའི་ཐབས་མིན་པ་ནི་རྣལ་འབྱོར་མིན་པ་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་ཡང་དག་པ་མིན་པའི་སྐྱོམ་པ་རྣལ་འབྱོར་མིན་པས་གང་བསྐྱེད་པ་སྟེ། དེ་གསུམ་གྱིས་བྱང་ཆུབ་གྱི་རྐྱུར་གྱུར་པའི་དགོ་བ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ། དགོ་ཙུ་ལ་གཏན་ནས་མི་འཇུག་པའམ། ལྷགས་གྱང་གོང་འཕེལ་གྱི་རྐྱེ་ཐོས་བསམ་ཡང་དག་པ་དང་མི་ལྡན་པ་དང་། ཐོས་བསམ་བྱས་གྱང་སྐྱོམ་པའི་གནད་མ་ལོག་པ་དང་མི་ལྡན་པ་དེས་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པའི་དགོ་བ་ཉིད་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་འོ། །དེ་བཞིན་དུ་དད་བརྩོན་དང་མི་ལྡན་པས་བྱང་ཆུབ་གྱི་རྐྱུར་གྱུར་པའི་དགོ་ཙུ་སྐྱེ་བ་མིད་པ་དང་། ལེ་ལོའི་དབང་གིས་བྱང་ཆུབ་དང་དེའི་ལམ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པས་དགོ་ཙུ་བྱེད་དུ་མི་འཕེལ་བ་དང་། བྱང་ཆུབ་གྱི་རྐྱེ་ཚོགས་གཉིས་ནི་རབ་ཏུ་མ་ཚང་བའམ་མ་རྗོགས་པ་སྟེ།

བྱུང་དུ་མ་འབྲེལ་པ་དང་གསུམ་ནི་འབྲས་བུ་བྱུང་རྒྱུ་དེ་ཉིད་ཁོང་དུ་རྒྱུ་པའམ་བསམ་པའི་སློབ་མོ་གཉོང་  
བར་བྱེད་པའི་སློབ་པ་ཡིན་ཏེ། བྱུང་རྒྱུ་ཐོབ་པའི་དགོ་རྩུ་མ་བསམ་གསལ་ཤིང་། ཡིད་ལ་མ་བྱས་པ་དང་ཚོགས་  
མ་རྫོགས་བདག་གིས་བྱུང་རྒྱུ་ཆེན་པོར་སེམས་བསྐྱེད་པ་འཛིན་པར་མི་རྣམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
རིགས་དང་མི་ལྡན་པ་དང་། རིགས་ཡོད་ཀྱང་ཐེག་ཆེན་སྟོན་པའི་བཤེས་གཉེན་དང་མི་ལྡན་པ་དང་། བཤེས་  
གཉེན་དང་ལྡན་དུ་ཟིན་ཀྱང་རང་ཉིད་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དཀའ་སྤྱད་ལ་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་སློབ་དང་གསུམ་ནི་  
སློབ་བའི་སློབ་མ་བྱུང་རྒྱུ་ཡང་དག་པར་འཛིན་པ་ལ་བསྐྱིབས་ཏེ་རྒྱལ་དེས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཉམས་སུ་ལེན་པར་  
མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡར་ཕྱིན་དུག་པོ་རྣམས་སྐྱབ་པ་དང་ཡང་མི་ལྡན་པ་དང་། གང་དང་འགྲོགས་ན་བྱུང་རྒྱུ་  
གྱི་སེམས་འགྲིབ་པར་འགྱུར་བའི་སློབ་པོ་དེ་དེ་པ་དང་འགྲོགས་པ་དང་། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཚོས་དང་གང་ཟག་ལ་ཡིད་  
སྤང་ཞིང་སྟོན་གདགས་པའི་སློབ་པོ་རྣམས་དང་འགྲོགས་པ་སྟེ་དེ་གསུམ་གྱིས་སློབ་པུན་བྱུང་རྒྱུ་སེམས་དཔུང་  
འགྱུར་བ་ལ་བསྐྱིབས་ཏེ་འདི་ནི་མོས་སློབ་ཀྱི་གནས་སྐབས་གྱི་སེམས་དཔུང་། །རང་གི་སློབ་གསུམ་གྱི་གནས་  
ངན་ལེན་ཤས་ཆེར་སློབ་པ་དང་། ཉོན་མོངས་ལས་དང་རྣམ་སྐྱེན་གྱི་སྐྱིབ་པ་གསུམ་ལས་ལྷག་མ་སྟེ་གང་རུང་  
ཡོད་པ་དང་། ཐོས་བསམ་གྱི་ཤེས་རབ་ཡོངས་སུ་མ་སྐྱེན་པ་དང་གསུམ་གྱིས་བདེན་དོན་མངོན་སུ་མ་མཐོང་  
བས་འཁྲུལ་པ་མེད་པས་མཐོང་ལམ་ཐོབ་པ་ལ་སྐྱིབ་པར་བྱེད་དོ། །རང་བཞིན་གྱིས་ནི་གནས་ངན་ལེན་ཞེས་པ་  
ལྡན་སྐྱིས་གྱི་གནས་ངན་ལེན་དང་། དགོ་བ་ལ་མི་སློབ་པའི་ལེ་ལོ་དང་ཡང་དེར་མ་ཟད་ཟག་བཅས་ལས་སེམས་  
མི་བསྐྱུང་བའི་བག་མེད་པ་དང་དེ་གསུམ་གྱིས་ནི་སྐྱིབ་པ་མེད་པར་བྱེད་པ་སློབ་ལམ་ལ་བསྐྱིབས་ཏེ་ཉམས་  
པ་འདི་དག་གི་སློབ་པའི་ཡོན་ཏན་གོང་འཕེལ་དུ་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྱིད་པ་ཕྱང་པོ་ལྷུ་ལ་ཞེན་པ་དང་།  
གཟུགས་སོགས་ལྷུ་གྱི་ལོངས་སློབ་ལ་ཆགས་པ་དང་། དགོ་བའི་སློབ་པ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་ལ་འཇུག་མི་རྣམས་པར་  
སེམས་ནི་ལྷུ་པར་གྱུར་པ་དང་གསུམ་གྱིས་ཐབས་ལ་མཁས་པས་ཡོངས་སུ་བསློབ་པ་ལ་བསྐྱིབ་སྟེ་འདུན་པ་རྒྱ་  
རྒྱུ་ཞིང་སྤྱིད་པར་ཆགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་འཛིན་པའི་གང་ཟག་གམ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་

འབྲས་ལ་མ་དད་པ་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལུང་གི་ཚོས་ལ་མ་མོས་པ་དང་། གསུང་རབ་གྱི་དགོངས་དོན་མི་  
ཤེས་པར་སྐྱེ་བཞིན་དུ་བབྱུང་བས་ནོར་བ་སྟེ་དེ་གསུམ་གྱིས་ནི། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་གསུང་རབ་  
ལ་མི་སྐྱབ་པའམ་མོས་པ་ལ་སྐྱིབ་པར་བྱེད་དོ། །ཚོས་ལ་གཅིས་སྐྱས་མེད་པས་དམ་པའི་ཚོས་གཙོ་བོར་རམ་  
ཆེད་ཆེར་ཏེ་ནན་ཏན་དུ་མི་འཛིན་པ་དང་། ཟང་ཟིང་གི་རྟེན་པ་ལ་གདུ་བ་སྟོན་ན་ཆགས་བྱེད་པ་དང་། གཞན་  
ལ་ཕན་འདོད་ཀྱིས་ཚོས་སྟོན་པའི་ཀུན་སློང་མེད་པའམ་སྤིང་རྗེ་མེད་པ་སྟེ། དེ་གསུམ་གྱིས་རྟེན་བཀུར་ལ་མི་  
ལྷ་བར་སེར་སྐྱ་མེད་པའི་ཚོས་སྟོན་པ་ལ་སྐྱིབ་བོ། །ཚོས་སྤང་གི་ལས་བསམ་གསལ་པས་དམ་ཚོས་ཉན་པ་དང་བུལ་  
ཏེ་ཐོས་པས་མོངས་པས་རྣལ་འབྱོར་རི་ལྟར་བྱེད་པའི་དམིགས་རྣམ་མི་ཤེས་པ་དང་། ཅུང་ཟད་ཐོས་ཀྱང་གཞུང་  
རྒྱ་ཆེན་པོ་འཛིན་པའི་རྣམས་པ་མེད་པས་སྤང་དོར་གྱིས་ཐའ་རྒྱ་མཚོད་པས་ཐོས་པ་ཉུང་བ་དང་། ཐོས་སུ་ཟིན་ཀྱང་  
ཉམས་སུ་མ་སྤང་བར་འདུན་བཅོམ་སོགས་གྱི་རྐང་པས་ཏིང་འཛིན་སྤང་བ་མ་བྱས་པ་དང་གསུམ་ནི་དབང་  
བཅུ་ཐོབ་པ་ལ་སྐྱིབ་པའོ། །

གཉིས་པ་ ། བསྐྱིབ་བྱ་བཅུ་ ། དགོ་དང་བྱུང་རྒྱུ་སོས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- དགོ་དང་བྱུང་རྒྱུ་ཡང་དག་འཛིན། །
- སློབ་པུན་འཁྲུལ་མེད་སྐྱིབ་པ་མེད། །
- བསློབ་པའི་སྐྱབ་སེར་སྐྱ་མེད། །
- དབང་ནི་དགོ་ལ་སོགས་པའོ། །

བྱུང་རྒྱུ་གྱི་རྒྱུར་གྱུར་པའི་དགོ་བ་དང་བྱུང་རྒྱུ་དང་སེམས་བསྐྱེད་ཡང་དག་པར་འཛིན་པ་དང་། །སློབ་པའི་ཤེས་རབ་དང་  
ལྡན་པ་བྱུང་རྒྱུ་སེམས་དཔུང་དང་འཁྲུལ་བ་མེད་པ་དང་སྐྱིབ་པ་མེད་པ་སྟེ་སློབ་པ་དང་། །བྱུང་རྒྱུ་གྱི་རྒྱུར་བསློབ་པ་དང་།







ལྟ་བུ་དང་གོ་འབྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ནི། དཔེར་ན་དམ་བཅའ་དང་གཏན་ཚིགས་ལྟ་བུ་དང་འཐོབ་པའི་རྒྱ་ནི། དཔེར་ན་སྤང་བ་ལས་  
འདས་པ་ལ་སོགས་པའི་ལམ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་རྣམས་ལ། །གོང་དུ་བསྟན་པ་ལྟར་མིག་དང་ཟས་དང་ས་དང་མར་མི་  
དང་། །མི་ལ་སོགས་པ་དེ་ཡི་དཔེ། །ཟོར་བ་དང་བཟོ་ཤེས་པ་དང་དུ་བ་དང་། །ཡིད་ཆེས་པའི་རྒྱ་དང་ལམ་ལ་སོགས་པ་  
གཞན་ནོ། །དགོ་བ་ལ་སོགས་པའི་གོ་རིམ་ནི། །འདི་ཡིན་ཏེ་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་འདོད་པས་ཐོག་མ་ཉིད་དུ་དགོ་བའི་རྩ་བ་  
བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །དེའི་འོག་དུ་དགོ་བའི་སྟོབས་བསྐྱེད་དེ་བྱང་ཆུབ་འཐོབ་པར་བྱའོ། །དགོ་བའི་རྩ་བ་བསྐྱེད་པའི་གནས་  
ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སོ། །དེའི་གནས་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའོ། །དེས་ནི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་སྤང་བའི་ཕྱིར་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་  
བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །དེའི་འོག་དུ་མཐོང་བའི་ལམ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་བསྐྱོམ་པའི་ལམ་གྱིས་སྐྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་སྤང་  
བར་བྱའོ། །དེ་སྤངས་ནས་དགོ་རྩ་ཐམས་ཅད་སྐྱ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་དུ་བསྐྱོ་བར་བྱའོ། །དེའི་འོག་དུ་བསྐྱོ་བའི་སྟོབས་  
བསྐྱེད་ནས་ཚོས་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བ་བསྟན་པ་དག་ལ་མི་སྐྱག་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱས་ནས་གཞན་དག་ལ་ཚོས་དེ་དག་རྒྱ་  
ཆེན་ཡང་དག་པར་བསྟན་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ཡོན་ཏན་སྣ་ཚོ་གས་ཀྱི་སྟོབས་བསྐྱེད་པ་དེ་སྤྱིར་དུ་སྐྱ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་  
ཐོབ་ནས་ཚོས་ཐམས་ཅད་ལ་དབང་ཐོབ་གོ།

འདི་གཞུང་རྩ་བའི་ཚིག་དངོས་མིན་གྱང་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་དབྱིག་གཉིན་གྱིས་གཞུང་འདིའི་འགྲེལ་བར་བཀོད་  
པ་འདིས་དགོ་སོགས་བཅུའི་དོན་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་ན། འདིའི་དོན་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། བྱེད་རྒྱ་བཅུ་ནི་  
སྐྱེ་བ་དང་ཞེས་སོགས་ཚིགས་བཅད་དང་པོའི་རྒྱ་བཅུ་དང་འོག་མས་དེའི་དཔེ་བསྟན་པ་སྤྱིར་ཏེ་བཤད་ན། བྱེད་  
པའི་རྒྱ་བཅུ་ཡོད་པ་ནི་གང་ཞེ་ན། སྐྱེ་བའི་བྱེད་རྒྱ་ཞེས་པ་མིག་དབང་ལས་མིག་ཤེས་སྐྱེ་བ་ལྟ་བུ་དང་། གནས་  
པའི་བྱེད་རྒྱ་ཟས་བཞིས་ལུས་གནས་པར་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཉེན་པའི་བྱེད་རྒྱ་བཅུད་རྣམས་སྟོད་ས་གཞི་ལ་  
བརྟེན་པ་ལྟ་བུ་དང་། བརྟེན་པར་བྱ་བའམ་གསལ་བའི་བྱེད་རྒྱ་མར་མེས་སུན་ཁྲུང་གི་གཟུགས་གསལ་བ་ལྟ་བུ་  
དང་། འགྲུར་བའི་བྱེད་རྒྱ་བཙོ་སྟེག་བྱེད་པའི་མེ་ལྟ་བུ་དང་། འགྲེལ་བའི་བྱེད་རྒྱ་རྩ་བརྟེན་ལ་ཟོར་བ་ལྟ་

བུ་དང་། གཞན་དུ་བསྐྱར་བའི་བྱེད་རྒྱ་བཟོ་ཤེས་པའམ་མགར་པ་མཁས་པས་གསེར་གྱི་སྐྱམ་བུ་གདུ་བུ་སོགས་  
སྤྱི་བསྐྱར་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཡིད་ཆེས་པའི་བྱེད་རྒྱ་དུ་བའི་རྟགས་ལས་མེར་ངེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། གོ་བར་བྱེད་པའི་  
རྒྱ་ནི་རྒྱ་དང་ཞེས་གཏན་ཚིགས་ལས་དོན་ལ་ངེས་པ་སྐྱེ་བ་ལྟ་བུ་དང་། འཐོབ་པའི་བྱེད་རྒྱ་ལམ་ལས་སྤང་  
འདས་ཐོབ་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ལྟར་སྐྱེ་བའི་བྱེད་རྒྱ་སོགས་བཅུ་པོ་རྣམས་ལ་མིག་ལ་སོགས་པ་བཅུ་ནི་དེ་ཡི་དཔེར་  
སྤྱིར་ཏེ་ཤེས་པར་བྱ་ལ། དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་སྐྱབས་ཀྱི་དོན་དགོ་སོགས་བཅུ་དང་སྤྱིར་ན་དགོ་བའི་བསྐྱེད་པའི་  
བྱེད་རྒྱ་སྟེ་འདིས་བྱང་ཆུབ་བསྐྱེད་པས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་གནས་པའི་བྱེད་རྒྱ་སྟེ་དགོ་བའི་རྒྱ་གནས་  
པར་བྱེད་པ་དང་། ཡང་དག་འཛིན་བརྟེན་པར་བྱེད་རྒྱ་སྟེ་གནས་པ་ཉིད་མི་ཉམས་པར་བརྟེན་པ་དང་། རྩོ་ལྡན་ནི་  
གསལ་བའི་བྱེད་རྒྱ་སྟེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་མཚན་ཉིད་ཁོང་དུ་རྒྱད་པའོ། །མཐོང་ལམ་འཇིག་རྟེན་  
ལས་འདས་པར་བྱེད་པ་སྟེ་འགྲུར་པའི་བྱེད་རྒྱ། རྩོམ་ལམ་ནི་སྐྱིབ་པ་དང་བྲལ་བའི་བྱེད་རྒྱ། བསྐྱོ་བའི་གཞན་  
དུ་བསྐྱར་བའི་བྱེད་རྒྱ་མི་སྐྱག་པ་ཐེག་ཆེན་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་བྱེད་རྒྱ། ཚོས་སྟོན་པ་གོ་བར་བྱེད་པའི་བྱེད་རྒྱ།  
དབང་བཅུ་ནི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་བྱེད་རྒྱ་སྟེ་དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་སྐྱིབ་པ་རྣམས་གྱིས་དེ་དག་སྐྱེ་  
བར་བྱེད་པ་དང་། གནས་པར་བྱེད་པ་སོགས་ལ་སྐྱིབ་པ་ཡིན་པར་ཤེས་ནས་དེ་དག་གི་སྟོང་གཉིན་ཁོང་དུ་རྒྱད་  
པར་བྱ་སྟེ། སྐྱིབ་པ་དེ་དང་དེ་ལས་བསྐྱོག་ནས་ངག་རྩལ་སྦྱོར་པ་དང་། སྐྱེ་མཆེད་ཡིན་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་  
རྩལ་འགྲོར་ཡིན་པས་བསྐྱེད་པ་གསུམ་ནི་དགོ་རྩ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་དགོ་རྩ་བསྐྱེད་པ་  
སོགས་གསུམ་བྱང་ཆུབ་གནས་པའི་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་པ་སོགས་ལྟག་མ་ཐམས་ཅད་འགྲེལ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་གཉིན་པོ་གསུམ་གྱི་སྐྱིབ་པ་བཤད་པ་ལ། མདོར་བསྟན་རྒྱས་བཤད་གཉིས། དང་པོ་། མདོར་  
བསྟན། །། སྟོགས་དང་པོ་ལ་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཕྱོགས་དང་ཕ་རོལ་ཕྱིན་ས་ལ། །

སྐྱིབ་པ་དག་ནི་གཞན་ཡིན་ནོ། །

བྱང་རྒྱུ་གྱི་ཕྱོགས་དང་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དང་ས་རྣམས་ལ། །སྐྱིབ་པ་དག་ནི་གཞན་ཡིན་ནོ།

བྱང་ཕྱོགས་སོ་བདུན་དང་། ཕ་རོལ་ཕྱིན་པ་བཅུ་དང་། ས་བཅུ་ལ་སྐྱིབ་པ་དག་ནི་གོང་ཏུ་བཤད་པ་ལས་སྡེ་ཚོན་གཞན་ཏུ་གྱུར་བའི་སྐྱིབ་པ་དག་ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་ ། རྒྱས་བཤད་ ། ལ། བྱང་ཕྱོགས་དང་། ཕར་ཕྱིན་དང་། སའི་སྐྱིབ་པ་གསུམ། དང་པོ་ ། བྱང་ཕྱོགས་ ། ། གཞི་ལ་མི་མཁམས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

གཞི་ལ་མི་མཁམས་ལེ་ལོ་དང་། །

གཉིས་ཀྱིས་ཉིང་འཛིན་ཉམས་པ་དང་། །

མི་སྐྱེད་པ་དང་ཉམ་རྒྱུང་དང་། །

ལྟ་དང་གནས་ངན་ལེན་སྐྱོན་ཆགས། །

དེ་ཡང་བྱང་རྒྱུ་གྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཚོས་རྣམས་ལ་སྐྱིབ་པ་ནི། གཞི་ལ་མི་མཁམས་པས་དྲན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་རྣམས་ལ་སྐྱིབ་པ་དང་ལེ་ལོས་ཡང་དག་པ་སྤོང་བ་རྣམས་དང་། །འདུན་པ་བཙོན་འགྲུས་སེམས་པ་དཔྱོད་པ་རྣམས་ལས་གང་ཏུང་མ་ཚང་བ་དང་། སྤོང་བའི་འདུ་བྱེད་བསྐྱོམ་པ་མ་ཚང་བ་གཉིས་ཀྱིས་ཉིང་འཛིན་ཉམས་པས་རྩུ་འཕུལ་གྱི་རྒྱུ་ལ་སྐྱིབ་པ་དང་། །ཐར་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་རྣམས་མི་སྐྱེད་པས་དབང་པོ་རྣམས་ལ་སྐྱིབ་པ་དང་དབང་པོ་དེ་དག་ཉམ་རྒྱུང་བས་སྟོབས་རྣམས་ལ་སྐྱིབ་པ་དང་། །ལྟ་བའི་སྐྱོན་ཆགས་པས་བྱང་རྒྱུ་གྱི་ཡན་ལག་རྣམས་ལ་སྐྱིབ་པ་དང་གནས་ངན་

ལེན་གྱི་སྐྱོན་ཆགས་པས་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་རྣམས་ལ་སྐྱིབ་པ་ཡིན་ནོ།

བརྟགས་ཤིང་གཏན་ལ་དབབ་པའི་གཞི་ལུས་ཚོར་སེམས་ཚོས་བཞི་ལ་རིམ་པ་ལྟར་གཙང་བ་དང་། བདེ་བ་དང་། བདག་དང་བདག་གིར་འཛིན་ཅིང་དེ་ཡི་རང་བཞིན་མི་གཙང་བ་སོགས་ལ་མི་མཁམས་པས་ནི་དྲན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་བཞི་ལ་སྐྱིབ་པོ། །ལེ་ལོ་དག་གིས་ཡང་དག་སྤོང་བ་བཞི་ལ་སྐྱིབ་པ་དང་། །འགལ་རྒྱུན་གྱིང་གོང་ཡོད་པ་དང་། །མཐུན་རྒྱུན་འདུན་བཙོན་སོགས་མ་ཚང་བ་གཉིས་ཀྱིས་ཉིང་འཛིན་ཐོབ་པ་ལས་ཉམས་པ་ནི་རྩུ་འཕུལ་གྱི་རྒྱུ་ལ་སྐྱིབ་པ་དང་། །དད་སོགས་རང་རྒྱུད་ལ་མི་བསྐྱེད་པ་དེ་ཡིས་དབང་པོ་ལྟ་ལ་སྐྱིབ་པ་དང་། །བསྐྱེད་ཀྱང་དད་སོགས་ཀྱི་རྣམས་པ་ཉམ་རྒྱུང་བས་རང་རང་གི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱིས་བརྩི་རྣམས་པ་སྟོབས་ལུང་སྐྱིབ་པ་དང་། །འཇིག་ལྟ་སོགས་མཐོང་སྤངས་རྣམས་དང་ལྟན་པ་བྱང་རྒྱུ་ཡན་ལག་བདུན་གྱི་སྐྱིབ་པ་དང་། །སྟོ་གསུམ་ལས་བྱུང་པའི་ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི་གནས་ངན་ལེན་གྱི་སྐྱོན་ཆགས་པ་འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་གྱི་སྐྱིབ་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ ། ཕར་ཕྱིན་ ། ། ལྷག་པོ་དང་ནི་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ལྷག་པོ་དང་ནི་བདེ་འགྲོ་དང་། །

སེམས་ཅན་མི་གཏོང་སྐྱིབ་པ་དང་། །

ཉེས་པ་དག་དང་ཡོན་ཏན་རྣམས། །

འགྲོ་དང་འཕེལ་དང་འཇུག་པ་དང་། །

གྲོལ་བར་བྱེད་དང་མི་ཟད་དང་། །

དགོ་བ་རྒྱུན་མི་འཆད་པ་དང་། །



ངེས་པར་བྱེད་དང་ཚོས་རྣམས་ལ། །

ཡོངས་པར་སྐྱོད་དང་ཡོངས་སྐྱོད་བྱེད། །

པ་རོལ་ཏུ་སྐྱོན་པ་རྣམས་ལ་སྐྱིབ་པ་ནི། སྐྱོན་པའི་པ་རོལ་ཏུ་སྐྱོན་པའི་འབྲས་བུ་སྐྱུག་པོ་དང་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་  
བདེ་འགྲོ་དང་། ། བཟོད་པའི་འབྲས་བུ་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་མི་གཏོང་བ་ལ་སྐྱིབ་པ་དང་། ། བརྩོན་འགྲུས་ཀྱི་འབྲས་བུ་  
ཉེས་པ་དག་དང་ཡོན་ཏན་རྣམས། ། རིམ་པ་ལྟར་འབྲི་བ་དང་འཕེལ་བ་དང་བསམ་གཏན་གྱི་འབྲས་བུ་གདུལ་བུ་འཇུག་པ་  
དང་། ། ཤེས་རབ་ཀྱི་འབྲས་བུ་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་བྱེད་པ་དང་ཐབས་ཀྱི་འབྲས་བུ་སྐྱོན་སོགས་མི་ཟད་པ་དང་། ། སློན་ལམ་  
ཀྱི་འབྲས་བུ་དགོ་བ་རྒྱན་མི་འཆད་པ་དང་། ། སློབས་ཀྱི་འབྲས་བུ་དགོ་བ་དེ་ཉིད་ངེས་པར་བྱེད་པ་དང་ཡི་ཤེས་ཀྱི་པ་རོལ་  
ཏུ་སྐྱོན་པའི་འབྲས་བུ་བདག་དང་གཞན་ཚོས་རྣམས་ལ། ། ཡོངས་སྐྱོད་པར་སྐྱོད་པ་དང་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྐྱོན་པར་  
བྱེད་པ་ལ་སྐྱིབ་པ་སྟེ་པ་རོལ་ཏུ་སྐྱོན་པ་རྣམས་ཀྱི་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་དག་གིས་སོ།

སེར་སྐྱས་སྐྱོན་པ་ལ་སྐྱིབ་ཅིང་དེ་ཡི་དབང་གིས་སྐྱོན་པར་འབྲས་བུ་ཡོངས་སྐྱོད་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པའི་སྐྱུག་པོ་ལ་  
སྐྱིབ་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཏུ་སྐྱར་ཏེ་ཚུལ་འཆལ་གྱིས་རྒྱ་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་དེའི་འབྲས་བུ་བདེ་འགྲོ་ཐོབ་པ་ལ་སྐྱིབ་  
པ་དང་། ཁོང་སློབ་བཟོད་པ་དང་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་མི་གཏོང་བ་ལ་སྐྱིབ་པ་དང་། ཡི་ཡོས་བརྩོན་འགྲུས་  
ཀྱི་སྐྱོན་སེམས་ཉེས་པ་འབྲི་བ་དང་ཡོན་ཏན་འཕེལ་བ་ལ་སྐྱིབ་པ་དང་། རྣམ་གཡོངས་གིས་བསམ་གཏན་ཐོབ་པ་  
དང་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱ་འཕུལ་མངོན་པར་འདུ་བུ་བས་གདུལ་བུ་མ་དད་པ་རྣམས་བསྐྱོན་པ་འདི་ལ་འཇུག་པ་  
ལ་སྐྱིབ་པ་དང་། ཤེས་འཆལ་གྱིས་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྐྱོན་སེམས་ཚོས་བསྐྱོན་པས་གདུལ་བུ་རྒྱུད་གྲོལ་བར་བྱེད་པ་ལ་  
སྐྱིབ་པ་དང་། ཐབས་དང་བུལ་བས་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་སྐྱོན་སེམས་དགོ་བའི་རྩ་བ་མི་ཟད་པར་བྱེད་པ་ལ་སྐྱིབ་  
པ་དང་། སློན་ལམ་ལ་མི་འཇུག་པས་ནི་སློན་ལམ་ཀྱི་སྐྱོན་སེམས་དགོ་བ་ཐམས་ཅད་རྒྱན་མི་འཆད་པར་སྐྱུབ་པ་ལ་  
སྐྱིབ་པ་དང་། ཕར་སྐྱོན་གྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པ་ལ་རུས་པ་རྒྱུང་བས་ནི་སྐྱོབས་དང་དེའི་

བྱེད་ལས་དགོ་བའི་འབྲས་བུ་རྣམས་རྒྱུད་མི་ཟ་པར་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པར་བྱེད་པ་ལ་སྐྱིབ་པ་དང་། གསུང་  
རབས་ཀྱི་དགོངས་དོན་ཟབ་མོ་མི་ཤེས་པར་སྐྱ་ཇི་བཞིན་ཏུ་འཛིན་པ་སོགས་ཀྱིས་ཡི་ཤེས་དང་དེའི་འབྲས་བུ་  
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་རྣམས་ལ་རང་ཉིད་ཡོངས་པར་སྐྱོད་པ་སྐྱོད་པས་ཡོངས་སྐྱོད་པ་དང་། གཞན་ལ་མ་  
ཚོར་བར་བསྐྱོན་པའི་སྐྱོན་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྐྱོན་པར་བྱེད་པ་ལ་སྐྱིབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་ ། སའི་སྐྱིབ་པ་ ། ། ཀུན་ཏུ་འགྲོ་དོན་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱོན་ཏེ། །

- ཀུན་ཏུ་འགྲོ་དོན་མཚོག་གི་དོན། །
- རྒྱ་མཐུན་དོན་གྱི་མཚོག་ཉིད་དང་། །
- ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་མེད་དོན་དང་། །
- རྒྱུད་རྣམས་ཐ་དད་མེད་དོན་དང་། །
- ཉོན་མོངས་རྣམ་དག་མིན་དོན་དང་། །
- ཐ་དད་མེད་པའི་དོན་ཉིད་དང་། །
- དྲི་མེད་འཕེལ་བ་མེད་དོན་དང་། །
- དབང་ནི་རྣམ་པ་བཞི་ཡི་གནས། །
- ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་མ་རིག་པ། །
- ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་སྐྱིབ་པ་བཅུ། །
- ས་བཅུའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་རྣམས་ཀྱི། །
- གཉིན་པོ་དག་ནི་ས་ཡིན་ནོ། །



སའི་སྐྱིབ་པ་ཡང་ས་དང་པོ་ལ་ནི་ཚོས་དབྱིངས་ཀྱན་ཏུ་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་རྟོགས་ཏེ་དེས་བདག་གཞན་མཉམ་པ་ཉིད་རབ་ཏུ་འཐོབ་པ་དང་  
གཉིས་པ་ལ་ནི་ཚོས་དབྱིངས་མཚོག་གི་དོན་དུ་རྟོགས་ཏེ་དེ་ལ་གོམས་པས་རྟོགས་པ་གོང་ནས་གོང་དུ་འགྲོ་བར་མཐོང་བ་  
དང་། །གསུམ་པ་ལ་ནི་ཚོས་དབྱིངས་རྒྱ་མཐུན་པ་དོན་གྱི་མཚོག་ཉིད་དུ་རྟོགས་ཏེ་དེས་ཐོས་པ་མཚོག་ཏུ་རིག་ནས་དེའི་ཕྱིར་  
མའི་འོབས་སྟོང་གསུམ་གྱི་སྟོང་ཆེན་པོའི་ཚད་ཅམ་དུ་ཡང་བདག་ཉིད་བརྒྱལ་བ་དང་། །བཞི་པ་ལ་ནི་ཚོས་དབྱིངས་ཡོངས་  
སྤུ་འཛིན་པ་མེད་པའི་དོན་དུ་རྟོགས་ཏེ་ཚོས་ལ་སྟེན་པ་ཡང་ལྡོག་པ་དང་། །ལྷ་པ་ལ་ཚོས་དབྱིངས་རྒྱ་རྣམས་ཐ་དད་མེད་  
པའི་དོན་དུ་རྟོགས་ཏེ་བདག་དང་གཞན་ཐ་དད་མེད་པར་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་ལྷ་བ་དང་། །དུག་པ་ལ་ཚོས་དབྱིངས་ཀྱན་ནས་  
ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་དག་པ་མིན་པའི་དོན་དུ་རྟོགས་ཏེ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་དོན་ལ་ཚོས་དེ་དག་གང་དུ་  
ཡང་མ་མཐོང་བ་དང་། །བདུན་པ་ལ་ཚོས་དབྱིངས་ཐ་དད་མེད་པའི་དོན་ཉིད་དུ་རྟོགས་ཏེ་མཚན་མ་མེད་པས་མདོ་སྡེ་ལ་  
སོགས་པའི་ཚོས་གྱི་མཚན་མ་ཐ་དད་པར་མི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་དང་། །བརྒྱད་པ་ལ་ནི་ཚོས་དབྱིངས་གྲི་བ་མེད་ཅིང་འཕེལ་བ་  
མེད་པའི་དོན་དུ་རྟོགས་ཏེ་མི་སྐྱེ་བའི་ཚོས་ལ་བཟོད་པ་ཐོབ་པས་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བའི་ཚོས་ལ་གྲི་  
འཕེལ་མེད་པ་དང་། །བརྒྱད་པ་དེ་ཉིད་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་དང་ཞིང་དག་པ་ལ་དབང་ཞིང་། དགུ་པ་ལ་ཚོས་དབྱིངས་ཡི་  
ཤེས་ལ་དབང་བའི་གནས་ཉིད་དུ་རྟོགས་ཏེ་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དང་། །བརྒྱུ་པ་ལ་ནི་ཚོས་དབྱིངས་  
ལས་ལ་དབང་བའི་གནས་ཉིད་དུ་རྟོགས་ཏེ་ཇི་ལྟར་བཞེད་པ་བཞེན་དུ་སྐྱུལ་པ་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་  
པའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་དབང་ནི་རྣམ་པ་བཞི་ཡི་གནས་སོ། །དེ་ལྟར་བས་ན་ཚོས་གྱི་དབྱིངས་ལ་མ་རིག་པ། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་  
མིན་པའི་སྐྱིབ་པ་བརྒྱ་ཡོད་པ། །ས་བརྒྱའི་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་དེ་རྣམས་ཀྱི། །གཉེན་པོ་དག་ནི་ས་ཡིན་ནོ།

རྟོགས་བྱ་ཚོས་གྱི་དབྱིངས་གྱི་དོ་བོ་ལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་མེད་ཅིང་། །དེ་རྟོགས་པའི་ཡུལ་ཅན་ས་བརྒྱའི་གནས་  
སྐབས་གྱི་མཉམ་གཞན་རྣམས་ལ་གོང་ནས་གོང་དུ་མཐོང་བ་རྣམ་པར་དག་པའི་བྱུང་ཡོད་ཀྱང་། སྟོས་པ་  
དང་བྲལ་བའི་དབྱིངས་སྤུ་གཉིས་སྤང་རུབ་པའི་ཚུལ་གྱིས་མཉམ་པར་བཞག་པ་ལ་བྱུང་མེད་པས།

ཇི་ལྟར་བར་སྤང་གི་བྱ་ཡི་རྗེས་སོ་སོར་དབྱེ་མ་རྣམས་པ་ལྟར་མཉམ་གཞན་གྱི་དོས་ནས་སོ་སོར་འབྱེད་མི་རྣམས་  
པས། མཉམ་གཞན་གྱི་ཡི་ཤེས་བྱུང་པར་ཅན་གྱིས་ས་ནས་སར་འབར་བའི་ཚོས་དེ་དང་དེའི་སྤང་བྱ་སྟོང་ལ།  
དེའི་རྣམས་པས་རྗེས་ཐོབ་ཏུ་ཚོས་གྱི་དབྱིངས་ལ་ངེས་པར་བྱུང་པར་ཅན་སྐྱེས་པའི་རྣམ་པ་དེའི་ཆ་ནས་སྤང་བྱ་  
སྟོང་ཚུལ་བཤད་དེ། ཇི་ལྟར་ནས་དང་པོར་ཚོས་དབྱིངས་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་ཚོ་དེའི་རྗེས་ཐོབ་ཏུ་ཚོས་  
གྱི་དབྱིངས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་ཅིང་ཀྱན་ཏུ་འགྲོ་བའི་རང་བཞིན་དུ་རྟོགས་པར་འབྱུང་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་མཉམ་  
གཞན་དེ་ནི་རྗེས་གྱིས་ངེས་པ་དེ་ལྟ་བུ་འབྲེན་པའི་དོན་དུ་སོང་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་བཞེན་ནས་དེ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །ཡང་ན་ཚོས་གྱི་དབྱིངས་དེ་ཀྱན་ཏུ་འགྲོ་བའི་དོན་ཅན་དུ་རྟོགས་པ་སོགས་གྱི་དོན་དུ་བྱས་ཀྱང་རུང་ངོ་།  
།དེས་ན་ཚོས་དབྱིངས་ཀྱན་ཏུ་འགྲོ་བའི་དོན་དེ་ལྟ་བུ་མི་རྟོགས་པའི་གོགས་དེ་ནི་ས་དེའི་སྐྱིབ་པ་སྟེ། ས་དང་  
པོའི་ཡི་ཤེས་སྐྱེས་པས་དེ་སྤང་བའི་ཕྱིར་རྗེས་ཐོབ་ན་དེ་ལྟ་བུའི་ངེས་པར་ཤུགས་གྱིས་སྐྱེ་བ་ཉིད་དོ། །དེའང་  
ཚོས་གྱི་དབྱིངས་མངོན་སུམ་མཐོང་བའི་དུས་ན་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཚོས་གྱི་དབྱིངས་གྱི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་པས་  
བདག་གཞན་མཉམ་པ་ཉིད་གྱི་ཚོས་ཉིད་ཐོབ་པས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་འོག་མ་ཀྱན་ལའང་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། ས་  
གཉིས་པའི་མཉམ་གཞན་ཡི་ཤེས་ནི་ཚོས་གྱི་དབྱིངས་རྟོགས་པའི་རྟོགས་པ་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕགས་པའམ་  
མཚོག་ཏུ་འཕེལ་བ་དག་གི་དོན་དུ་གྱུར་པ་སྟེ། ཇི་ལྟར་ནས་གཉིས་པའི་ཡི་ཤེས་ཐོབ་པ་དེས་སྤར་ལས་ཆེས་  
ལྷག་པའི་བརྩོན་པ་ཆེན་པོས་ཡོངས་སུ་སྟོན་པ་ཉི་བར་སྐྱབ་པའོ། །ས་གསུམ་པར་ཚོས་དབྱིངས་དེའི་རྒྱན་  
མཐུན་གསུང་རབ་ཐོས་པ་ཉིད་དོན་དུ་གཉེར་བྱའི་མཚོག་ཉིད་དུ་རྟོག་ནས་ཚོགས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་གི་ཕྱིར་  
དུ་སྟོང་གསུམ་མེས་གང་བའི་འོབས་ལས་བརྒྱལ་བར་བྱེད་དོ། །དེའང་རྟོགས་བྱ་ཐམས་ཅད་གྱི་ནང་ན་དོན་ཆེ་  
ཞིང་མི་བསྐྱེ་བ་མཚོག་ཏུ་གྱུར་པ་ནི་ཚོས་དབྱིངས་ཡིན་ལ། དེ་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་ལ་གསུང་རབ་ཐོས་པ་ལས་  
ལྷག་པའི་རྒྱ་མེད་པར་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ས་བཞི་པར་ཚོས་གང་ལའང་བདག་གིར་འཛིན་པ་སོགས་མདོར་  
ན་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་མེད་པའི་དོན་དུ་རྟོགས་ཏེ། ཚོས་ལའང་སྟེན་པ་ལྡོག་ན་ཚོས་མིན་ལ་ལྟ་ཅི་སྟོས་པའི་

ཕྱིར་རོ། །ས་ལྷ་པར་བདག་དང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་དུ་གཏོགས་པའི་ཚོས་རྣམས་ཐ་དད་མེད་པའི་དོན་དུ་རྟོགས་  
 ཏེ། དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་རྣམས་དང་བདག་ཐ་མི་དད་ཅིང་མཚུངས་པར་མཐོང་ངོ། །དེ་  
 ཡང་སེམས་དང་བསམ་པ་རྣམ་པར་དག་པ་མཉམ་པ་ཉིད་བཅུའི་ཚུལ་གྱིས་ཏེ། འདས་པའི་སངས་རྒྱས་གྱིས་  
 ཚོས་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་བསམ་པ་མཉམ་པ་ཉིད་དང་། དེ་བཞིན་དུ་མ་འོངས་པ་དང་། ད་ལྟར་གྱི་དང་། ཚུལ་  
 བྱིམས་རྣམ་དག་དང་། སེམས་ཅན་རྣམ་དག་དང་། །ལྟ་བུ་ཐེ་ཚོམ་འགྲོད་པ་སེལ་བ་རྣམ་དག་དང་། ལམ་དང་  
 ལམ་མིན་ཤེས་པ་རྣམ་དག་དང་། ལམ་ཤེས་པ་རྣམ་དག་དང་། བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཚོས་རྣམས་གོང་ནས་གོང་དུ་  
 རྣམ་པར་འཛོག་པ་རྣམ་དག་དང་། སེམས་ཅན་སྤྲིན་གྱི་རྣམ་དག་ལ་བསམ་པ་མཉམ་པ་ཉིད་དང་བཅུར་མདོ་  
 ལས་གསུངས་སོ། །དེ་དག་གི་སློན་སངས་རྒྱས་ཚོས་ཀྱི་རྒྱུད་རྒྱུད་ཐ་མི་དད་པར་རྟོགས་སོ། །ས་དུག་པར་  
 རྟེན་འབྲེལ་བྱེད་མེད་པའི་དོན་མཐོང་བས་སྤར་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། ཕྱིས་རྣམ་པར་དག་པར་འགྱུར་བའི་  
 ཚོས་གང་ཡང་ཡོད་པ་མིན་པར་རྟོགས་པའི་དོན་དང་། ས་བདུན་པར་མཚན་མ་མེད་པར་རྟོགས་པས་ཚོས་  
 ཐམས་ཅད་ལ་ཐ་དད་པ་མེད་པའི་རོ་གཅིག་པའི་དོན་ཉིད་དུ་རྟོགས་པ་དང་། ས་བརྒྱད་པར་མི་སྐྱེ་བའི་བཟོད་  
 པ་ཐོབ་པས་ཚོས་ཐམས་ཅད་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་གནས་པ་དེ་ལས་གྲི་བ་མེད་ཅིང་འཕེལ་བ་མེད་པའི་དོན་རྟོགས་  
 པ་དང་། དག་པ་ས་གསུམ་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ནི་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་དེ་དབང་རྣམ་པ་བཞི་ཡི་གནས་སུ་རྟོགས་  
 པ་འབྱུང་སྟེ། དབང་བཞི་ནི་རྣམ་པར་མི་རྟོགས་པའི་ཚོས་དབྱིངས་ལ་དབང་བ། ཞིང་ཡོངས་སུ་དག་པ་ལ་  
 དབང་བ། ཡེ་ཤེས་ལ་དབང་བ། ལས་ལ་དབང་བའོ། །དེ་ཡང་ས་བརྒྱད་པར་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་རོ་གཅིག་  
 དུ་སྟོམས་པར་ཞུགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྟོས་མཚན་མེད་པས་ན་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ལ་དབང་བ་དང་། སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དང་འཁོར་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྤྲིང་བ་སུ་མེད་པར་སྤྲིང་ཞིང་རབ་དུ་སྟོན་པའི་ཕྱིར་ན་ཞིང་དག་  
 པ་ལ་དག་པ་གཉིས་ཐོབ་པོ། །ས་དགུ་པར་མཉམ་གཞན་དུ་ཚོས་དབྱིངས་བསྐྱོམ་པའི་རྗེས་ཐོབ་ལ་སོ་སོ་ཡང་  
 དག་པ་རིག་པ་བཞིས་ཚོས་སྟོན་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་དབང་བ་འཐོབ་པོ། །ས་བཅུ་པར་མཉམ་གཞན་དུ་

ཚོས་དབྱིངས་བསྐྱོམས་པས་རྗེས་ཐོབ་གྱི་སྐྱབས་ན་རི་ལྟར་བཞེད་པ་བཞིན་སྤོང་ལས་འབྱུང་པའི་སྤོང་ལས་ལ་  
 དབང་བ་ཐོབ་སྟེ། དེ་ལྟར་ས་དེ་དག་གི་མཉམ་གཞན་ཡེ་ཤེས་དེ་ནི་དབང་དེ་དག་གི་རྒྱུ་ལམ་གནས་ཡིན་ལ།  
 དེ་ཡང་དེས་ཚོས་དབྱིངས་ལ་དམིགས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཡིན་པས་ན་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་གྱུང་  
 བའི་གནས་སུ་རིག་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། བྱང་སེམས་དེ་དག་གིས་དེ་ལྟར་མདོན་སུམ་དུ་མཐོང་བས་གཏན་ལ་  
 འབེབས་རྒྱས་ཤིང་། གཞན་པལ་པ་དག་གིས་དེ་ལྟར་རྗེས་སུ་དཔགས་ནས་ཤེས་པར་བྱ་བའོ། །དེ་ལ་དབྱིངས་  
 ཀུན་དུ་འགྲོ་བ་དང་གྲི་གང་མེད་པ་སོགས་ཀྱི་དོན་ཅན་ཡིན་པ་ལ་ངེས་པ་འདྲོད་བ་ཅོམ་མོས་སྟོད་ནའང་ཡོད་  
 མོད་གྱི། ས་དང་ས་ཡི་ཡེ་ཤེས་དེ་དག་གིས་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་དག་པ་དེ་ལྟ་བུ་མདོན་དུ་མཇུག་བའི་རྗེས་ཐོབ་  
 ན་སྟོང་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྟོ་འདོགས་གཅོད་པའི་ངེས་པ་འབད་མེད་དུ་ཐོབ་ནས་དབྱིངས་ཀྱི་རང་བཞིན་རི་དག་  
 དུ་མཐོང་བའི་མཐོང་བ་བྱུང་པར་ཅན་ས་ནས་སར་འཕར་བའི་གནས་སྐབས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པ་ལ་དེ་ལྟར་གོ་བར་  
 བྱའོ། །དེ་ལྟར་ན་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་རང་བཞིན་རི་ལྟ་བུར་མཐོང་བ་ལ་སྐྱིབ་པའི་མ་རིག་པ་སྟེ། ཤིན་ཏུ་མོངས་  
 པའམ་ཤེས་སྐྱིབ་གྱི་མིང་ཅན། རང་གི་ངོ་བོ་སྐྱིབ་གཉིས་ཀྱིས་ལྷས་སྟེ་བའི་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པ་ཡི་སྐྱིབ་པ་  
 བཅུ་པོ་གང་ཞིག་ས་བཅུའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་སུ་གྱུར་པ་འདི་རྣམས་ཀྱི་གཉིན་པོ་དག་ནི་ས་དེ་དང་དེ་  
 དག་ཡིན་ཏེ། ས་དེ་དང་དེ་ཐོབ་པས་འདི་དག་གཏན་དུ་སྟོང་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་། །དོན་བསྐྱེད་། ། དོན་བསྐྱེད་ཉོན་མོངས་པ་ཡི་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- ཉོན་མོངས་པ་ཡི་སྐྱིབ་པ་དང་། །
- ཤེས་བྱའི་སྐྱིབ་པ་ཉིད་དུ་བསྟན། །
- དེར་ནི་སྐྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་དེ། །



དེ་ཟད་ནས་ནི་གྲོལ་བར་འདོད། །

བསྟན་བཅོས་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས། སྐྱིབ་པའི་ལེའུར་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་  
གཉིས་པའོ། །

མདོར་བསྟུན་ཉོན་མོངས་པ་ཡི་སྐྱིབ་པ་དང་། །ཤེས་བྱའི་སྐྱིབ་པ་ཉིད་དུ་བསྟན་ལ། །དེར་ནི་སྐྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་འདུས་པ་  
ཉིད་དེ། །གཉིས་པོ་དེ་ཟད་ནས་ནི་སྐྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་བར་འདོད། །དེ་ཡང་སྐྱིབ་པ་ཆེན་པོ་ནི་ཁྱེད་པ་གང་ཡིན་  
པའོ། །སྐྱིབ་པ་རྒྱུ་དུ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་གང་ཡིན་པའོ། །སྦྱོར་བའི་སྐྱིབ་པ་ནི་ལྷག་པ་གང་ཡིན་པའོ། །ཐོབ་པ་ལ་སྐྱིབ་པ་ནི་མཉམ་  
པ་གང་ཡིན་པའོ། །ཐོབ་པ་ཁྱེད་པར་ཅན་ལ་སྐྱིབ་པ་ནི་ལེན་པ་དང་སྦྱོར་བ་གང་ཡིན་པའོ། །ཡང་དག་པར་སྦྱོར་བ་ལ་སྐྱིབ་  
པ་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་སྐྱིབ་པ་རྣམ་པ་དགུ་གང་ཡིན་པའོ། །རྒྱུ་ལ་སྐྱིབ་པ་ནི་དགོ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་བཅུ་ལ་སྐྱིབ་པ་  
གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ལོན་ལ་འཇུག་པ་ལ་སྐྱིབ་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་རྣམས་ལ་སྐྱིབ་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དགོ་བ་གྲུ་ན་  
མེད་པ་ལ་སྐྱིབ་པ་ནི་པ་རོལ་དུ་སྦྱིན་པ་རྣམས་ལ་སྐྱིབ་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ཁྱེད་པར་དུ་འགྲོ་བ་ལ་སྐྱིབ་པ་ནི་ས་རྣམས་ལ་  
སྐྱིབ་པ་གང་ཡིན་པའོ། །བསྟུས་པའི་སྐྱིབ་པ་ནི་མདོར་བསྟུས་པ་རྣམ་པ་གཉིས་པོ་གང་ཡིན་པའོ། །**བསྟན་བཅོས་དབུས་**  
**དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས་སྐྱིབ་པའི་ལེའུར་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་གཉིས་པའོ། །**

གོང་དུ་ཇི་སྐད་བཤད་པ་དེས་མཚོན་ནས་སྐྱིབ་པ་ཚད་མེད་པ་ཉིད་བཤད་ཀྱང་དོན་མདོར་བསྟུན། ཐར་པ་ལ་  
གོགས་བྱེད་ཅིང་འཁོར་བ་འགྲུབ་པའི་རྒྱ་ཉོན་མོངས་པ་ཡི་སྐྱིབ་པ་དང་། །ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་མོངས་དུ་གཟིགས་  
པའི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཐོབ་ལ་གགས་བྱེད་ཅིང་སྦྱོས་པའི་སྦྱོད་ལུལ་དུ་སྦྱང་བར་བྱེད་པ་ཤེས་བྱའི་སྐྱིབ་པ་  
ཉིད་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། སྐྱིབ་པ་གཉིས་པོ་དེར་ནི་སྐྱིབ་པ་ཡིན་ནོ་ཅོག་ཐམས་ཅད་འདུ་བར་ཟད་དེ། །འཐད་པ་ནི་

དོན་དུ་གཉིས་བྱ་ཐར་པ་རྣམ་མཁྱེན་གཉིས་ལས་གཞན་པའི་འབྲས་བུ་ཕུང་སུམ་པ་མེད་ལ། དེ་གཉིས་ལ་གཙོ་  
བོར་སྐྱིབ་པའི་ཆ་ནས་ཉོན་ཤེས་ཀྱི་སྐྱིབ་པ་གཉིས་སུ་བཞག་པ་དང་། དེ་གཉིས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ནི་གང་ཟག་དང་  
ཚོས་ཀྱི་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ཡིན་ལ། བདག་འཛིན་གཉིས་པོ་སྦྱོར་བྱེད་བདག་མེད་ཉོགས་པ་གཉིས་ཡིན་ཅིང་།  
དེ་གཉིས་ཀྱིས་ཉོགས་བྱ་ལས་ལྷག་པའི་དོན་དམ་པ་གཞན་ཉོགས་སུ་མེད་པའི་སྤྱིར་ན་ཡང་སྐྱིབ་པ་གཉིས་སུ་  
བྱང་ངེས་ཀྱི་མང་ཉུང་གི་མཐའ་ཁེགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་སྤྱིར་སྐྱིབ་པ་གཉིས་པོ་དེ་ཟད་ནས་ནི་དེ་ལས་གཞན་པའི་  
སྐྱིབ་པ་གང་ཡང་མེད་པའི་སྤྱིར་སྐྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་བར་འདོད་དེ། གཞན་དུ་དེ་ལྟར་མིན་ན་སྐྱིབ་པ་  
མཐའ་དག་སྤང་བའི་རྣམ་གྲོལ་མཐར་ཐུག་པ་དང་སྐྱིབ་པ་སྦྱོར་བྱེད་ཀྱི་གཉིན་པོ་སོགས་རྩལ་བཞིན་ཁོང་དུ་རྒྱུད་  
པར་མི་རུས་པའི་སྤྱིར་ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་གཏིང་རྩལ་པ་འཆད་དུ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །

བསྟན་བཅོས་དབུས་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་ལས་སྐྱིབ་པའི་ལེའུར་བཅས་པའི་འགྲུལ་བའོ། ། །





# །། རོ་གཞི།།

གསུམ་པ་རྟོགས་བྱ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བཤད་པ་ལ། མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད་གཉིས། དང་པོ་། མདོར་བསྟན། །།  
རྩ་བ་མཚན་ཉིད་སོགས་གྲིས་བསྟན་ཏེ། །

- རྩ་བ་མཚན་ཉིད་དེ་ཁོ་ན། །
- སྤྱི་ཅི་མ་ལོག་མཚན་ཉིད་དང་། །
- འབྲས་བུ་རྒྱ་ཡི་དེ་ཁོ་ན། །
- རྒྱགས་པ་དང་ནི་སྤྲ་བ་དང་། །
- གྲགས་དང་རྣམ་པར་དག་ཡུལ་དང་། །
- བསྟུ་དང་དབྱེ་བའི་མཚན་ཉིད་དང་། །
- མཁས་དེ་ཁོ་ན་རྣམ་བཅུ་ནི། །
- བདག་ཏུ་ལྟ་བའི་གཉིན་པོའོ། །

དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གྱི་དབང་དུ་མཛད་ནས་རྩ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་མཚན་ཉིད་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་། །སྤྱི་ཅི་མ་ལོག་པའི་མཚན་  
ཉིད་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་། །འབྲས་བུ་དང་རྒྱ་ཡི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་། །རྒྱགས་པ་དང་ནི་སྤྲ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་། །གྲགས་  
པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་རྣམ་པར་དག་པའི་སྤྱོད་ཡུལ་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་། །བསྟུ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་རབ་ཏུ་དབྱེ་བའི་

མཚན་ཉིད་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་། །མཁས་པའི་དེ་ཁོ་ན་རྣམ་པ་བཅུ་ནི། །བདག་ཏུ་ལྟ་བ་རྣམ་པ་བཅུའི་གཉིན་པོར་རིག་པར་  
བྱའོ། །དེ་ཡང་འདི་ལྟར་ཕུང་པོ་ལ་མཁས་པ་དང་ཁམས་ལ་མཁས་པ་དང་སྤྱི་མཆོད་ལ་མཁས་པ་དང་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་  
བར་འབྲུང་བ་ལ་མཁས་པ་དང་གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་ལ་མཁས་པ་དང་། །དབང་པོ་ལ་མཁས་པ་དང་དུས་ལ་  
མཁས་པ་དང་བདེན་པ་ལ་མཁས་པ་དང་ཐེག་པ་ལ་མཁས་པ་དང་འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་གྱི་ཚོས་ལ་མཁས་པའོ།

ཤེས་པར་བྱ་བ་ནི་ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་ཀུན་བརྟགས་གཞན་དབང་ཡོངས་གྲུབ་གསུམ་གྲིས་བསྟུས་ཤིང་དེ་དག་  
གི་རྒྱལ་སྤྱི་ཅི་མ་ལོག་བར་གཏན་ལ་ཕབ་པས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཚན་པ་ཡིན་ལ། །ཇི་ལྟར་ན་ཚོས་ཐམས་ཅད་  
གང་དུ་འདུ་བ་རྩ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་དུ་བསྟན་པ་དང་དེ་གསུམ་མཚན་པའི་མཚན་ཉིད་གྱི་དེ་ཁོ་  
ན་ཉིད་དང་། །དེ་གསུམ་ལ་མི་རྟག་སོགས་སྤྱི་ཅི་མ་ལོག་པ་བདེན་པའི་དོན་རྣམ་མཚན་ཉིད་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
བཞག་པ་དང་། །དེ་གསུམ་ལ་ཀུན་གྲང་གི་འབྲས་བུ་དང་རྒྱ་ཡི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་། །དེ་གསུམ་  
ལ་རྒྱགས་པ་དང་སྤྲ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་། །དེ་གསུམ་ལ་གྲགས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྣམ་པར་  
བཞག་པ་དང་། །དེ་གསུམ་ལ་རྣམ་པར་དག་པའི་ཡུལ་ཡིན་མིན་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་། །དེ་  
གསུམ་གྱི་ནང་དུ་ཚོས་ལྟ་བསྟུས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་། །དེ་གསུམ་ལས་འཇུག་སོགས་  
བདུན་དབྱེ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་། །དེ་གསུམ་ལ་མཁས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྣམ་པར་བཞག་པ་  
སྟེ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བཅུའི་རྒྱལ་གྲིས་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་ལས་བརྩམས་སྟེ་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཤེས་པར་བྱའོ། །མཁས་  
པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་འདི་ལ་ནང་གི་བྱེ་བྲག་རྣམ་པ་བཅུ་ཡོད་ལ། །དེ་ནི་སྤང་བྱ་བདག་ཏུ་ལྟ་བའི་རྒྱལ་མི་འབྲ་བ་  
བཅུའི་གཉིན་པོ་ཉིད་དུ་གྱུར་པའོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། མཚན་གྲུ་རྩ་བ་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་གྱི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་དང་། དེ་གསུམ་གྱི་མཚན་  
ཉིད་བཤད་པ་དང་། དེ་དག་གི་རྣམ་གཞག་རྣམ་པ་བརྒྱད་བརྟན་པ་གསུམ། དང་པོ་ ། མཚན་གྲུ་རྩ་བ་ངོ་བོ་ཉིད་  
གསུམ་གྱི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་ ། ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་སོགས་གྱིས་བརྟན་ཏེ། །

ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་རྟག་མེད་དང་། །

ཡོད་ཀྱང་ལོ་ན་མ་ཡིན་དང་། །

ཡོད་དང་མེད་དེ་ལོ་ན་སྟེ། །

ངོ་བོ་ཉིད་ནི་གསུམ་དུ་འདོད། །

དེ་ལ་རྩ་བའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་སྟེ་དེ་ལས་ཀུན་ཏུ་བརྟགས་པའི་མཚན་ཉིད་ནི་རྟག་ཏུ་མེད་པ་ལོ་ན་དང་།  
།གཞན་གྱི་དབང་གི་མཚན་ཉིད་ནི་ཡོད་ཀྱང་འབྲུལ་པའི་ཕྱིར་དེ་ཡང་དག་པ་ལོ་ན་མ་ཡིན་པ་དང་། །ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་  
མཚན་ཉིད་ནི་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་དེ་ལོ་ན་སྟེ། །ངོ་བོ་ཉིད་ནི་གསུམ་དུ་འདོད་དོ།

ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་འདི་གསུམ་གྱི་བསྟུན་པའི་ཕྱིར་རྩ་བའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་ཅེས་བྲུ་ལ། དེ་ལོ་ན་ཉིད་  
རྟག་མ་རྣམས་གྱིས་གཏན་ལ་དབབ་པར་བྱ་བ་ཡང་དེ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་གང་ཞེ་ན། ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་སྟེ། ཀུན་  
བརྟགས་དང་གཞན་དབང་དང་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་ཅན་གསུམ་སྟེ། གྱིས་པ་འབྲུལ་པའི་སྟོས་  
བདག་གཉིས་སུ་བབྱང་ཡང་རང་གི་ངོ་བོས་རྟག་ཏུ་མེད་པ་སྟེ་ཡོང་མ་སྟོང་པ་ལ་ནི་ཀུན་ཏུ་བརྟགས་པ་ཞེས་བྱ་  
བའོ། །ཀུན་ཏུ་རྟོག་པའི་ངོར་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྤང་བ་ཡོད་ཀྱང་། ཇི་ལྟར་སྤང་བ་དེ་ལོ་ན་ལྟར་གཉིས་སུ་  
གྲུབ་པ་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་པར་རིག་པ་ལ་གཞན་དབང་ཞེས་བྱ་སྟེ་ཀུན་བརྟགས་འབྲུལ་པ་སྟེ་བའི་གཞི་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །གཉིས་སྟོང་གི་ངོ་བོར་ཡོད་པ་དང་གཟུང་འཛིན་གཉིས་མེད་པའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་ནི་ཡོངས་སུ་

གྲུབ་པའམ་གནས་ལུགས་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ཀུན་བརྟགས་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་གསུམ་དུ་འདོད་དོ། །  
གཉིས་པ་ ། དེ་གསུམ་གྱི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ་ ། ། འདི་ལ་ཚོས་དང་སོགས་གྱིས་བརྟན་ཏེ། །

འདི་ལ་ཚོས་དང་གང་ཟག་དང་། །

གཟུང་བ་དག་དང་འཛིན་པ་དང་། །

ཡོད་དང་མེད་པར་སྟོང་འདོགས་དང་། །

སྐྱར་བ་འདེབས་པར་ལྟ་བ་དག །

གང་ཤེས་ནས་ནི་མི་འབྱུང་བ། །

དེ་དེ་ལོ་ནའི་མཚན་ཉིད་དང་། །

མཚན་ཉིད་གྱི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་གང་ཞེ་ན། །འདི་ལ་གང་ཤེས་ནས་ཚོས་དང་གང་ཟག་གཉིས་ལ་སྟོང་འདོགས་པ་དང་སྐྱར་བ་  
འདེབས་པར་ལྟ་བ་མི་འབྱུང་བ་དེ་ནི་ཀུན་བརྟགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་གྱི་དེ་ལོ་ནའི་མཚན་ཉིད་དང་། །གང་ཤེས་ནས་གཟུང་བ་  
དག་དང་འཛིན་པ་གཉིས་ལ་སྟོང་འདོགས་པ་དང་སྐྱར་བ་འདེབས་པར་ལྟ་བ་མི་འབྱུང་བ་དེ་ནི་གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་  
གྱི་མཚན་ཉིད་དང་། །དངོས་པོ་ཡོད་པ་དང་མེད་པར་སྟོང་འདོགས་པ་དང་། །སྐྱར་བ་འདེབས་པར་ལྟ་བ་དག །གང་ཤེས་  
ནས་ནི་མི་འབྱུང་བ། །དེ་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་གྱི་དེ་ལོ་ནའི་མཚན་ཉིད་དོ། །རྩ་བའི་དེ་ལོ་ན་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དེ་  
ནི་མཚན་ཉིད་གྱི་དེ་ལོ་ན་ཞེས་བྲུའོ།

ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་པོ་འདི་ལ་སོ་སོའི་མཚན་ཉིད་ཅི་ལྟར་བྱ་ཡིན་པ་ནི་ཡུལ་ཅན་སྟོའི་འཛིན་སྤངས་དོན་མཐུན་གྱི་  
སྟོན་སུ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། །ཡུལ་གྱི་རང་བཞིན་ལ་སྟོང་འདོགས་དང་སྐྱར་བ་འདེབས་མེད་པར་ཇི་ལྟར་བཞིན་དུ་







བསྐྱེད་པ་སྐྱེ་སྐྱེ་མ་ལས་གཞན་དུ་འདོད་པ་ཡིན་ཞོ། །ཡང་སྟོང་པ་ཉིད་གསུམ་ནི་ཀུན་བརྟགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ནི་རྣམ་པ་  
གང་གིས་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་དངོས་པོ་མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་གཞན་དབང་གི་མཚན་ཉིད་ནི་ཇི་ལྟར་ཀུན་བརྟགས་  
པ་དེ་ལྟར་མེད་ཀྱི། །ཡི་ཤེས་མེད་པ་མ་ཡིན་པས་དངོས་པོ་མེད་པ་དེའི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། །ཡོངས་  
སྤྱུ་གྲུབ་པའི་མཚན་ཉིད་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ལོ་ན་ཡིན་པས་རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྟོང་པར་འདོད་དོ། །ཡང་བདག་  
མེད་གསུམ་ནི་ཀུན་བརྟགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མེད་པས་མཚན་ཉིད་དེའི་བདག་མེད་པ་དང་། །གཞན་  
དབང་ལ་མཚན་ཉིད་ཡོད་ཀྱང་ཇི་ལྟར་ཀུན་དུ་བརྟགས་པ་ལྟར་མེད་པས་དེ་དང་མི་མཐུན་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་དེའི་བདག་  
མེད་པ་དང་། །ཡོངས་སྤྱུ་གྲུབ་པ་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བདག་མེད་པས་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་དེའི་བདག་མེད་པ་བསྟན་པ་  
ཡིན་པ།

ཟག་བཅས་འཁོར་བའི་ཚོས་རྣམས་ལ་རང་གི་ངོ་བོས་རྟག་པ་སོགས་མེད་པའི་ཕྱིར་ན། དེ་ལ་རྟག་པ་དང་བདེ་  
བ་དང་བདག་དང་བདག་གིར་བརྩུང་བ་ནི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྟོང་དང་། དེའི་བརྩུང་བའི་ཡུལ་དེ་ནི་དངོས་པོ་ལ་མེད་  
པས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཅེས་བྱའོ། །དེ་ལས་བསྐྱོད་སྐྱེ་མི་རྟག་སྤྱུ་གྲུབ་སྟོང་པ་བདག་མེད་བཞིན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་  
པ་བདེན་པའི་དོན་ཅན་ཞོ། །དེ་ཡང་མཚན་ཉིད་གསུམ་ལ་མི་རྟག་པ་སོགས་ཀྱི་དོན་འཇོག་ཚུལ་གང་ཞེ་ན། མི་  
རྟག་པའི་དོན་ནི་འདི་ལྟར་འཇོག་སྟེ། ཀུན་བརྟགས་རྗེས་སུ་མེད་པའི་དོན་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟག་པ་ནི་ཐམས་  
ཅད་དུ་ཡོད་དགོས་པ་ལ་མེད་པ་དེ་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་ཡོད་པ་ལས་ལྡོག་པ་ཙམ་གྱི་ཆ་ནས་ཀུན་བརྟགས་ལ་ཡང་  
མི་རྟག་པའི་ཐ་སྐྱོད་ཀྱི་དོན་ཐོབ་སྟེ་རྟག་མི་རྟག་དངོས་འགལ་གྱི་བར་ན་ཕུང་གསུམ་མེད་པ་ལ། ཀུན་བརྟགས་  
དེ་ནི་རྟག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་དེ་ལྟར་བརྟགས་པའོ། །གཞན་དབང་རྣམ་པར་རིག་པ་ནི་སྐྱད་ཅིག་གིས་སྐྱེ་  
ཞིང་འཇོག་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་ཕྱིར་མི་རྟག་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་པ་དང་། །ཡོངས་སྤྱུ་གྲུབ་ནི་སྤྱི་བཅས་དང་།  
ཕྱིས་དྲི་མ་མེད་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་དོན་ཅན་ཏེ། སྤང་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གཞན་དང་འབྲེལ་

པའི་དབང་གིས་མི་རྟག་པའི་གནས་སྐབས་དང་ལྡན་པ་ཙམ་ལས་མི་རྟག་པའི་ཐ་སྐྱོད་སྤྱུ་གྲུབ་བར་ཕུང་སྟེ། དེས་  
ན་མི་རྟག་པའི་ཐ་སྐྱོད་སྤྱུ་གྲུབ་བའི་རྒྱ་མཚན་གསུམ་འདི་རྩ་བའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་གསུམ་པོར་གོ་རིམ་བཞིན་སྤྱུ་གྲུབ་ཏེ་  
ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྤྱུ་གྲུབ་བསྐྱེད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་། ཀུན་བརྟགས་ལ་དངོས་པོར་བརྩུང་ནས་སྤྱུ་གྲུབ་  
བསྐྱེད་སྐྱོགས་ལེན་པའི་ཕྱིར་དང་། གཞན་དབང་ནི་སྤྱུ་གྲུབ་བསྐྱེད་གསུམ་གྱི་མཚན་ཉིད་དང་ཅི་རིགས་པར་  
ལྡན་པ་དང་། །ཡོངས་སྤྱུ་གྲུབ་ནི་སྤྱུ་གྲུབ་དང་ཚོས་ཅན་དང་ཚོས་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་འབྲེལ་བའི་ཆ་ནས་དེ་ལྟར་  
འཇོག་ལ། །འདི་ན་སྤྱེ་མ་གཉིས་ལས་གཞན་ཡོངས་སྤྱུ་གྲུབ་ལ་སྤྱུ་གྲུབ་ཀྱི་དོན་འཇོག་ཚུལ་དུ་འདོད་པ་ཡིན་  
ཞོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་བརྟགས་ནི་རང་གི་དངོས་པོ་ཉིད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་སྟོང་པ་དང་། གཞན་དབང་ནི་ཡོད་ཀྱང་  
ཇི་ལྟར་སྤྱང་བ་དེ་ཡི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་པའམ། ཇི་ལྟར་ཀུན་དུ་བརྟགས་པ་དེ་ཡི་དངོས་པོས་ཡིན་པས་ན་སྟོང་པ་  
དང་། །ཡོངས་སྤྱུ་གྲུབ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྟོང་པར་འདོད་དེ། སྟོང་པ་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་དེ་ལ་ཡོངས་སྤྱུ་གྲུབ་ཅེས་  
བརྟགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་བརྟགས་ནི་རང་གི་མཚན་ཉིད་མེད་པས་བདག་མེད་པ་དང་། གཞན་  
དབང་ནི་ཇི་ལྟར་སྤྱང་བའམ། ཀུན་དུ་བརྟགས་པ་ཇི་ལྟར་བ་དེ་དང་མི་མཐུན་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་བདག་གི་ངོ་  
བོར་མེད་པ་དང་། །ཡོངས་སྤྱུ་གྲུབ་ནི་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་བདག་མེད་པར་བསྟན་ཏེ། སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ །རྒྱ་འབྲས་སུ་བཞག་པ་། ། དེ་ཕྱིར་སྤྱུ་གྲུབ་བསྐྱེད་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ།

- དེ་ཕྱིར་སྤྱུ་གྲུབ་བསྐྱེད་བདེན་པར་འདོད། །
- བག་ཆགས་དང་ནི་ཀུན་ནས་འབྱུང་། །
- མ་བུལ་བ་ཡང་དེ་བཞིན་ཞོ། །









གནད་གཅིག་པར་འགྱུར་ཏེ། ཚུལ་དེ་ལྟ་བུའི་དབང་དུ་ན་གནས་སྐྱོད་མཐུན་པའི་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དོན་དམ་པའི་བདེ་སྐྱོད་བའི་སྤྱིར་ལམ་བདེན་ཀྱང་ཡོངས་གྲུབ་ཀྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པར་བསྐྱེད་པའི་བཤད་ཚུལ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་དག་པ་གཞན་དབང་གི་བདེ་སྐྱོད་ན་ཡང་དགོངས་བཞེད་ཀྱི་དབང་གིས་མི་འགལ་བར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

**བཞི་པ་ ། རྒྱགས་པའི་དོན་བཞག་པ་ །** གཅིག་གིས་འཇིག་རྟེན་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

**གཅིག་གིས་འཇིག་རྟེན་གྲགས་པ་སྟེ། །  
གསུམ་གྱིས་རིགས་པའི་གྲགས་པའོ། །**

གྲགས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཅུ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ལ་སློང་ཇི་ལྟར་བཞག་ཅེན། ཀུན་བརྟགས་པའི་དོ་བོ་ཉིད་གཅིག་གིས་འཇིག་རྟེན་གྲགས་པ་སྟེ་དངོས་པོ་གང་ལ་འདི་ནི་ས་ཡིན་གྱི་མེ་མ་ཡིན་ཞེས་པ་དང་། འདི་ནི་གཟུགས་ཀྱི་ཡིན་གྱི་སྐྱེ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པ་སོགས་ལ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཡིན་ནོ། །ཚད་མ་གསུམ་གྱིས་སྐྱབ་པ་ནི་རིགས་པའི་གྲགས་པའོ།

གང་ཚོས་སུ་བརྟགས་པ་ཇི་སྟེད་པ་འདི་དག་འཇིག་རྟེན་ན་གྲགས་པའམ། རིགས་པས་གྲགས་པ་གཉིས་པོ་གང་རུང་གི་སློན་སྐྱོད་ལྟར་བཞག་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་གྲགས་པ་གཉིས་པོའི་ཁྱད་པར་བསྟན་པ་ནི་ཀ་བ་དང་བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་བདེན་ཇེས་སུ་འཇུག་པའི་ཐ་སྐྱོད་གདགས་པ་གཅིག་ཕུའི་སློན་སྐྱོད་གྲགས་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་ཐ་སྐྱོད་ཀྱིས་གྲགས་པ་ཞེས་བྱ་ལ། གང་ཟླ་རིགས་པའི་དོན་ལ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མངོན་སུམ་རྗེས་དཔག་ལུང་གི་ཚད་མ་གསུམ་མམ། ཡང་ན་བྱ་བ་བྱེད་པ་བསྟོས་པ་ཚོས་ཉིད་ཀྱི་རིགས་པ་གསུམ་གྱི་སློན་སྐྱོད་དོན་གང་ཞིག་རྣམ་པར་བཞག་ཅིང་དེ་ལྟར་གྲགས་པ་ནི་རིགས་པའི་གྲགས་པ་སྟེ། དཔེར་ན་གདུང་འདེགས་ཀྱི་

དོན་བྱེད་པའི་དངོས་པོ་ལ་ཀ་བ་ཞེས་སུ་མིང་ཐོགས་པ་དེ་འཇིག་རྟེན་ཐ་སྐྱོད་ཀྱིས་གྲགས་པ་དང་། ཀ་བ་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་པར་རིགས་པས་གྲགས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །སྐབས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་དོ་བོ་ཉིད་གསུམ་པོ་འདི་གྲགས་པ་དེ་གཉིས་གང་གི་སློན་སྐྱོད་གྲགས་པའི་བྱ་བ་པ་ཡིན་ཅེན། ཀུན་བརྟགས་གཅིག་ཕུའི་ཆ་ལས་འཇིག་རྟེན་གྱི་གྲགས་པ་རྣམ་པར་བཞག་སྟེ། ཇི་ལྟར་སྐྱོད་པ་ལ་དེ་དང་དེར་ཞེན་པའི་མིང་སྐྱོད་ཚོགས་སུ་འཇིག་རྟེན་ན་འདོགས་པར་བྱེད་དོ། །གཞན་དབང་དང་ཡོངས་གྲུབ་ནི་ཚད་མ་གསུམ་གྱི་སློན་སྐྱོད་རིགས་པས་གྲགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་གྲགས་པ་ཀུན་བརྟགས་ཁོ་ན་ལས་འཇིག་པ་དང་། བསྟན་བཅོས་ལ་གྲགས་པ་ནི་དོ་བོ་ཉིད་གསུམ་ཀ་ལའང་ཅི་རིགས་པར་བཞག་ཏུ་རུང་སྟེ། མངོན་སུམ་སོགས་ཀྱི་སློན་སྐྱོད་དེ་དག་གི་རྣམ་བཞག་སྐྱོད་ཚོགས་པ་བསྟན་བཅོས་ལས་གྲགས་པ་རྣམས་སོ། །

**སྐུ་པ་ ། རྒྱགས་ཡུལ་ཡིན་མིན་དུ་བཞག་པ་ །** རྣམ་དག་སྟོན་ཡུལ་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

**རྣམ་དག་སྟོན་ཡུལ་རྣམ་གཉིས་ཏེ། །  
གཅིག་ཕུ་ཁོ་ནར་བརྗོད་པ་ཡིན། །**

རྣམ་པར་དག་པའི་སྟོན་ཡུལ་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་སྐྱིབ་པ་རྣམ་པར་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྟོན་ཡུལ་ལོ། །འདི་ནི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་དོ་བོ་ཉིད་གཅིག་ཕུ་ཁོ་ནར་བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ་དོ་བོ་ཉིད་གཞན་ནི་ཡེ་ཤེས་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་ཡུལ་མ་ཡིན་ནོ།

རྣམ་པ་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྟོན་ཡུལ་བཤད་པ་ལ་དབྱེ་བ་གཉིས་ཡོད་དེ། ཉོན་སྐྱིབ་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྟོན་ཡུལ་དང་། ཤེས་སྐྱིབ་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྟོན་ཡུལ་ལ། །དེ་ལྟ་བུའི་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་ཉིད་ཀུན་

བཏགས་དང་གཞན་དབང་གཉིས་མ་ཡིན་ལ། ཡོངས་གྲུབ་གཅིག་ཕུ་ཁོ་ན་ཡིན་པར་བརྗོད་དེ། དེ་སྤྱོད་ཡུལ་དུ་  
བྱས་ཚེ་གནས་སྤང་མཐུན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

དུག་པ་ ། བསྐྱེད་བཤའ་པ་ ། རྒྱ་དང་རྣམ་པར་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

རྒྱ་དང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་། །

མིང་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་བསྐྱེ། །

ཡང་དག་ཡི་ཤེས་རབ་ཁོ་ན། །

གཅིག་ཕུ་ཁོ་ནས་བསྐྱེས་པ་ཡིན། །

བསྐྱེ་བའི་དེ་ཁོ་ན་རྩ་བའི་ཁོ་ནར་ཇི་ལྟར་རིག་པར་བྱ་ཞེས། དངོས་པོ་ལྷུ་ལས་བརྒྱུ་མཐུན་ཏེ་རྒྱ་དང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཉིས་  
གཞན་དབང་དང་། །མིང་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་སྤྱོད་དེ་ལྟར་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་བསྐྱེ་ལ། །ཡང་དག་པའི་ཡི་ཤེས་དང་གཞན་  
ལས་རབ་ཏུ་གྱུར་པ་དེ་ཁོ་ན་སྟེ། །དེ་བཞིན་གཉིས་ནི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་གཅིག་ཕུ་ཁོ་ནས་བསྐྱེས་པ་ཡིན་ལོ།

ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མཐའ་དག་ཡི་དོན་བསྐྱེས་པའི་སྟོམ་ནི་དངོས་པོ་ལྷུ་ལས་ཚོས་ལྟར་གསུངས་ཏེ། གང་ཞེས། མིང་  
དང་། རྒྱ་མཚན་དང་། རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་ཡི་ཤེས་དང་། དེ་བཞིན་ཉིད་དང་ལྟའོ། །དེ་ལ་  
མིང་ནི་ག་བ་དང་བུམ་པ་སོགས་བཟའི་སྟོན་ས་བཏགས་པ་ཙམ་མོ། །རྒྱ་མཚན་ནི་མིང་གི་གདགས་གཞི་གདུང་  
འདེགས་སོགས་གྱི་དོན་བྱེད་པ་དང་། ལྟོ་ལྟར་བ་ལ་སོགས་པར་སྤང་བ་ལྟ་བུའོ། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་རྣམ་ཤེས་  
ཚོགས་བརྒྱད་དོ། །ཡང་དག་པའི་ཡི་ཤེས་ནི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་ལས་དང་། དེ་བཞིན་ཉིད་ནི་ལམ་གྱིས་  
དམིགས་ཡུལ་ཚོས་གྱི་དབྱིངས་སོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཚོས་ལྟ་པོ་དེ་ཡང་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་འདུག་

སྟེ། གང་ཞེས། རྒྱ་མཚན་དང་། རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་། མིང་དང་གསུམ་པོ་དེ་ནི་གཞན་དབང་དང་། རྒྱ་  
བཏགས་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་བསྐྱེ་བར་བྱ་སྟེ། ཚོགས་བརྒྱད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་རྣམ་ཤེས་དང་། གཉིས་སྤང་  
དང་བཅས་པའི་སྤང་བ་ལ་ཚོས་མི་འདྲ་བ་སྤྱོད་ཚོགས་སུ་སྤང་བ་མིང་གདགས་པའི་གཞི་ལམ་རྒྱ་མཚན་དུ་གྱུར་  
པ་དེ་གཉིས་ནི་གཞན་དབང་གི་ཡོངས་སུ་འདུའོ། །མིང་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གྱིས་བསྐྱེས་པའོ། །ཡང་དག་པའི་  
ཡི་ཤེས་དང་། ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ན་རབ་ཏུ་གྱུར་པ་དང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་དེ་བཞིན་ཉིད་གཉིས་ནི།  
ཡོངས་གྲུབ་གཅིག་ཕུ་ཁོ་ནས་བསྐྱེས་པ་ཡིན་ཏེ། གོང་དུ་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཡོངས་གྲུབ་གཉིས་བཤའ་པ་བཞིན་  
ནོ། །

བདུན་པ་ ། དབྱེ་བ་བཤའ་པ་ ། འཇུག་དེ་ཁོ་ན་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

འཇུག་དེ་ཁོ་ན་རྣམ་པ་གཉིས། །

གནས་པ་དང་ནི་ངན་པར་ཞུགས། །

མཚན་ཉིད་རྣམ་པར་རིག་དང་དག། །

ཡང་དག་སྐྱབ་པ་གཅིག་ཕུའོ། །

རབ་ཏུ་དབྱེ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྩ་བའི་ཁོ་ནར་ཇི་ལྟར་རིག་པར་བྱ་ཞེས། དགོངས་པ་ངས་པར་འགྲེལ་པའི་མདོ་ལས་བྱུང་  
བ་བཞིན་རྣམ་པ་བདུན་ལས་འཇུག་པའི་དེ་ཁོ་ན་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་གཞན་དབང་རྣམ་པ་གཉིས་དང་། །དེ་བཞིན་དུ་གནས་  
པ་དང་ནི་ངན་པར་ཞུགས་པའམ་ལོག་པར་སྐྱབ་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཡང་གཉིས་སུ་རིག་པར་བྱའོ། །མཚན་ཉིད་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་དང་  
རྣམ་པར་རིག་པའི་དེ་ཁོ་ན་དང་རྣམ་པར་དག་པའི་དེ་ཁོ་ན་དང་། །ཡང་དག་སྐྱབ་པའི་དེ་ཁོ་ན་དང་བཞི་ནི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་  
པ་གཅིག་ཕུའོ།



དེ་ཡང་མདོ་སྡེ་རྒྱུ་ལས། དེ་བཞིན་ནི་རྣམ་བདུན་ལ། བརྟེན་ནས་བདེན་པ་རྣམ་པར་བཞག་ ཅེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར། འཇུག་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་རྟེན་འབྲེལ་ལུགས་འབྲུང་སྡོག་མ་དག་པ་དང་དག་པའི་གཞན་དབང་གིས་  
 བསྐྱུས་པ་དང་། རྣམ་པ་མཚན་ཉིད་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་གསུམ་སྟེ། ཀུན་བཏགས་མཚན་ཉིད་ངོ་  
 བོ་ཉིད་མེད་པ། གཞན་དབང་སྐྱེ་བར་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ། ཡོངས་གྲུབ་དོན་དམ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པའོ། །མཚན་  
 པ་རྣམ་པར་རིག་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚོགས་བརྒྱད་དང་། གནས་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་སྐྱུག་  
 བསྐྱེལ་བདེན་པ་གང་ཞིག །བྱུང་ཚེས་མི་རྟག་སོགས་བཞི་དང་ལྡན་པའི་གནས་སྐབས་དང་། ལོག་པར་སྐྱུབ་  
 པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་རྒྱ་ཀུན་འབྲུང་གི་བདེན་པ་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་བཞི་དང་ལྡན་པ་དང་། རྣམ་  
 པར་དག་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་འགོག་ཞི་སོགས་ཚེས་བཞི་དང་བདེན་པའི་འགོག་བདེན་དང་། ཡང་དག་པར་  
 སྐྱུབ་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་ལམ་རིགས་པ་སྐྱུབ་པ་ངེས་འབྱེན་བཞི་དང་ལྡན་པའི་ལམ་བདེན་དང་བདུན་པོ་འདི་ལ་  
 དེ་བཞིན་ཉིད་རྣམ་པ་བདུན་ཅེས་བྱའོ། །ཡང་མདོ་དང་དབུས་མཐའ་ལྟར་ན། འཇུག་པ་འཁོར་བ་ཐོག་མཐའ་  
 མེད་པར་རྒྱུན་གྱིས་འཇུག་པ། མཚན་ཉིད་བདག་མེད་གཉིས། རྣམ་རིག་འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་རིག་  
 པ་ཙམ་དུ་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ། ལྷག་མ་བཞི་བདེན་བཞི་དང་སྐྱར་བ་བཤད་མ་ཐག་པ་ལྟར་འོ། །དེ་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་  
 གསུམ་ལས་དེ་ཉིད་བདུན་པོ་དབྱེ་བའི་ཚུལ་ནི། འཇུག་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་ཀུན་བཏགས་དང་གཞན་དབང་  
 རྣམ་པ་གཉིས་ལས་དབྱེ་སྟེ། ཀུན་བཏགས་ལ་བདེན་པར་ཞེན་ཅིང་མ་དག་གཞན་དབང་གི་ངོ་བོས་འཁོར་བར་  
 འཇུག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་འོ། །གནས་པ་དང་ལོག་པར་སྐྱུབ་པའམ་མངོན་པར་ལྷགས་པ་གཉིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་  
 དུ་ཀུན་བཏགས་དང་གཞན་དབང་གཉིས་ལས་དབྱེ་སྟེ། འཁོར་བའི་རྒྱ་འབྲས་འདི་དག་ཀྱང་ཀུན་བཏགས་  
 ལ་དངོས་པོར་ཞེན་ནས་གཞན་དབང་གི་འཇུག་པ་གོང་དུ་བཤད་པ་བཞིན་འོ། །མཚན་ཉིད་དང་རྣམ་པར་རིག་  
 པ་དང་རྣམ་པར་དག་པ་དང་ཡང་དག་པར་སྐྱུབ་པ་བཞིན་ཡོངས་གྲུབ་གཅིག་ཕུར་འདུ་བས་ན་དེ་ལས་བཞིར་  
 དབྱེ་བ་ཉིད་དུ་རིག་པར་བྱ་སྟེ། མཚན་ཉིད་བདག་མེད་པའི་དོན་དང་། རྣམ་དག་འགོག་པ་གཉིས་

འགྱུར་མེད་ཡོངས་གྲུབ་དང་། ཚེས་ཐམས་ཅད་རྣམ་རིག་ཙམ་དུ་རྟོགས་པ་དང་། ཡང་དག་སྐྱུབ་པ་ལམ་  
 གཉིས་ནི། དངོས་པོའི་དོན་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་འཇུག་པའི་ཕྱིར་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་ཡོངས་གྲུབ་ཀྱི་དབྱེ་བ་  
 ཡིན་འོ། །

བརྒྱུད་པ་མཁས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བཤད་པ་ལ། སྤང་བྱ་བདག་ལྟ་བུ་བཤད་པ་དང་། སྤོང་བྱེད་མཁས་བྱའི་  
 གནས་བུ་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་། སྤང་བྱ་བདག་ལྟ་བུ་བཤད་པ་། གཅིག་དང་རྒྱ་དང་སོགས་གྱིས་  
 བསྟན་ཏེ། །

- གཅིག་དང་རྒྱ་དང་བཟའ་བ་དང་། །
- བྱེད་པ་དང་ནི་དབང་བསྐྱུར་དང་། །
- བདག་པོའི་དོན་དང་རྟག་པ་དང་། །
- ཉོན་མོངས་པ་དང་དག་པའི་གནས། །
- རྣལ་འབྱོར་ཅན་དང་མ་གྲོལ་གྲོལ། །
- འདི་དག་ལ་ནི་བདག་ཏུ་ལྟ། །

མཁས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བུ་སྤང་བའི་སོགས་ལ་བདག་ཏུ་ལྟ་བ་རྣམ་པ་བུ་འདི་ 30 གཉིན་པོ་ཇི་ལྟར་འགྱུར་ཞེ་ན། གཅིག་  
 ཕུར་འཛིན་པ་དང་རྒྱ་རུ་འཛིན་པ་དང་ཟ་བར་འཛིན་པ་དང་། །བྱེད་པར་འཛིན་པ་དང་ནི་དབང་བསྐྱུར་བར་འཛིན་པ་  
 དང་། །བདག་པོའི་དོན་དུ་འཛིན་པ་དང་རྟག་པར་འཛིན་པ་དང་། །ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་དག་པའི་གནས་སུ་འཛིན་  
 པ་དང་། །རྣལ་འབྱོར་ཅན་དུ་འཛིན་པ་དང་མ་གྲོལ་བ་དང་གྲོལ་བར་འཛིན་པ་སྟེ། །འདི་དག་ལ་ནི་བདག་ཏུ་ལྟ་འོ།



མཁས་པར་བྱ་བའི་གནས་བཅུ་པོ་འདི་གཏན་ལ་ཕབ་ན་དེར་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་འདུ་བ་ཡིན་ལ། གནས་བཅུ་  
པོ་དེའི་རང་བཞིན་ལ་མཁས་པར་གྱུར་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་བདག་ཏུ་ལྟ་བའི་རྣམ་པ་མི་འདྲ་བ་བཅུ་སྟོང་བའང་  
ཤུགས་ཀྱིས་འགྲུབ་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ཀོ། །དེ་ལ་མཁས་པར་བྱ་བའི་གནས་བཅུ་གང་ཞེ་ན། སྤང་པོ་ལ་མཁས་  
པ་དང་། ཁམས་ལ་མཁས་པ་དང་། སྐྱེ་མཆེད་ལ་མཁས་པ་དང་། རྟེན་འབྲེལ་ལ་མཁས་པ་དང་། གནས་  
དང་གནས་མ་ཡིན་པ་ལ་མཁས་པ་དང་། དབང་པོ་ལ་མཁས་པ་དང་། དུས་ལ་མཁས་པ་དང་། བདེན་པ་ལ་  
མཁས་པ་དང་། ཐེག་པ་ལ་མཁས་པ་དང་། འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་ལ་མཁས་པ་འོ། །

དེ་ལ་བདག་ལྟ་བུ་ནི། བདག་གཅིག་ཕུར་ལྟ་བུ་དང་། བདག་རྒྱུར་ལྟ་བུ་སོགས་བཅུ་སྟེ། དེ་ཡང་ཕུང་  
པོ་ལ་མཁས་པས་བདག་གཅིག་ཕུར་ལྟ་བུ་སྟོང་སྟེ། དེའི་རྒྱ་མཚན་བདག་གི་གདགས་གཞི་ནི་ཕུང་པོ་ལྟ་བུ་  
འདི་ཙམ་དུ་ཟད་ལ། འདི་ལ་གཅིག་ཕུར་ཆ་མེད་དུ་གྲུབ་པ་གང་ཡང་མེད་དེ་ཕུང་པོ་ལྟར་དབྱེར་ཡོད་ཅིང་། དེ་རེ་  
རེ་ལ་འང་ནང་གི་བྱེ་བྲག་དུ་མ་ཡོད་པས་ཚོས་དུ་མ་བསྐྱས་ནས་སྤངས་པ་ལ་ཕུང་པོའི་རྣམ་བཞག་ཏུ་བྱས་པའི་  
རྒྱལ་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ་ལས་བདག་ཅེས་བྱ་བ་གཅིག་ཕུར་ཞེས་མེད་པར་ཤེས་རུས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྟོང་བཅུད་  
ཀྱི་རྒྱ་བདག་ཡིན་ཀོ་སྟམ་པ་ནི་ཁམས་ལ་མཁས་པས་སྟོང་སྟེ། སྤྱི་དང་ནང་གི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཁམས་བཙོ་  
བརྒྱད་དུ་འདུ་ལ། དེ་དག་ནི་སོ་སོ་རང་རང་གི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་རུས་པའམ་ས་བོན་སོ་སོར་འཛིན་པའི་ལས་ཅན་  
ཡིན་པས་ན། དེ་དག་སོ་སོའི་རྒྱ་ལས་སྟོང་བཅུད་འདི་འགྲུང་གི་བདག་ནི་ཅུང་ཟད་ཀྱང་རྒྱ་མིན་པར་ཤེས་སོ། །  
།བདག་ཡུལ་ལ་ལོངས་སྟོང་པ་པོ་འམ་ཟ་བ་པོར་འཛིན་པ་ནི་སྐྱེ་མཆེད་ལ་མཁས་པས་སྟོང་སྟེ། ཚོས་ཐམས་  
ཅད་སྐྱེ་མཆེད་བཅུ་གཉིས་པོ་འདིར་འདུས་ཀྱི་དེ་ལས་གཞན་པ་མེད་ལ། ལོངས་སྟོང་བྱ་བྱིའི་སྐྱེ་མཆེད་དུག་ལ་  
ནང་གི་སྐྱེ་མཆེད་དུག་གི་ལོངས་སྟོང་པར་བྱེད་པ་འདི་ཙམ་ལས་གཞན་པའི་ཟ་བ་པོ་གང་ཡང་མེད་པར་རྟོགས་  
པས་སོ། །བདག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱེད་པ་པོར་འཛིན་པ་རྟེན་འབྲེལ་ལ་མཁས་པས་སྟོང་སྟེ། ཚོས་ཐམས་ཅད་  
རང་རང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་རྟེན་འབྲེལ་ཚོགས་ན་མི་སྐྱེ་བའི་དབང་མེད་ཅིང་མ་ཚོགས་ན་ནམ་ཡང་མི་སྐྱེ་བར་

མཐོང་ནས་བདག་གིས་བྱེད་པ་ཅི་ཡང་མེད་པར་ཤེས་སོ། །བདག་ནི་ཐམས་ཅད་ལ་དབང་བསྐྱུར་བ་རང་དབང་  
ཅན་གྱི་རྣམ་པར་འཛིན་པ་གནས་དང་གནས་མིན་ལ་མཁས་པས་སྟོང་སྟེ། ཚོས་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་སོ་  
སོའི་གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པའི་དབང་གིས་ཡོད་མེད་ཡིན་མིན་སྣ་ཚོགས་སུ་སྤང་གི། བདག་གིས་ནི་རང་  
དབང་བསྐྱུར་ཏེ་ཅི་ཡང་བྱ་མི་རུས་པར་རྟོགས་སོ། །བདག་ནི་བདག་པོ་འམ་གཙོ་བོ་སྟེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་  
དབང་པོར་གྱུར་པའི་དོན་ཅན་དུ་འཛིན་པ་ནི་དབང་པོ་ལ་མཁས་པས་སྟོང་སྟེ། ཀུན་ཉོན་དང་རྣམ་བུ་གི་ཕྱོགས་  
ཀྱི་ཚོས་ལ་དབང་བྱེད་པ་ན་དབང་པོ་ཉོར་གཉིས་པོ་འདི་ཙམ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་གཞན་པའི་དབང་པོར་གྱུར་པ་  
གཞན་ཅི་ཡང་མི་དགོས་ལམ་དམིགས་པའི་སྤྱིར་རོ། །བདག་སྤྱི་སྤྱི་མི་འགྲུར་མི་འཕོ་བའི་རྟེན་པར་འཛིན་པ་ནི་  
དུས་ལ་མཁས་པས་སྟོང་སྟེ། དངོས་པོའི་སྐྱེ་འཇིག་ལ་བརྟེན་ནས་དུས་གསུམ་དུ་བཞག་ཅིང་དེ་གསུམ་གནས་  
སྐབས་ཐ་དད་པས་གཅིག་ཏུ་མི་རུང་ལ། དངོས་པོར་ཡོད་པ་ལ་སྐྱེ་འགག་དང་དུས་གསུམ་གྱི་འགྲུར་བ་མེད་  
པར་མི་སྤྱིད་པར་གྲུབ་པས་སོ། །བདག་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་དག་པའི་གནས་སམ་གཞི་ཉིད་  
དུ་ལྟ་བུ་ནི་བདེན་པ་ལ་མཁས་པས་སྟོང་སྟེ། ཀུན་ཉོན་དང་རྣམ་བུ་གི་བདེན་གཞི་རྒྱ་འབྲས་སུགས་གཉིས་ཀྱི་  
འཛུལ་དུ་རྟོགས་པས་དེ་ལས་གཞན་པའི་ཀུན་བུ་གི་གཞི་འམ་དེ་ལ་ལོངས་སྟོང་པ་པོ་གང་ཡང་མ་གྲུབ་པར་  
རྟོགས་པས་སོ། །བདག་རྣལ་འབྱོར་ཅན་དུ་འཛིན་པ་ནི་ཐེག་པ་ལ་མཁས་པས་སྟོང་སྟེ། ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་  
ལམ་ཉམས་སུ་སྤང་པ་ལས་དེ་དང་དེའི་ཡོན་ཏན་སྤང་གི། གཞན་དུ་རྣལ་འབྱོར་ཅན་ནམ་སྟོམ་པ་དང་ལྡན་པའི་  
དངོས་པོ་གང་ཡང་མི་དམིགས་པས་སོ། །བདག་དེ་ཉིད་སྤར་མ་གྲོལ་ལ་སྤྱིས་གྲོལ་བའི་བྱེད་པར་ཅན་དུ་ལྟ་  
བུ་ནི་འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་ལ་མཁས་པས་སྟོང་སྟེ། འདུས་བྱས་ཟག་པ་རྣམས་ཟད་པ་སོ་སོར་བརྟེན་  
འགོགས་འདུས་མ་བྱས་ལ་སྤང་འདས་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི། དེ་ལས་གཞན་པའི་མ་དག་པ་དང་དག་པར་གྱུར་པའི་  
བདག་ཚད་མས་མ་དམིགས་ལ། དེ་ལྟ་བུ་ཡོད་ན་ཐར་པ་མེད་པར་འགྲུར་བའི་རིགས་པས་གཞོད་པ་ཡོད་པའི་  
སྤྱིར་རོ། །ད་ལྟར་ན་ཕུང་པོ་ལ་སོགས་པ་བཅུ་པོ་འདི་དག་ལ་ནི་དམིགས་ནས་མི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྟེན་

གཅིག་རང་དབང་བ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཀུན་ཏུ་བརྟགས་ནས་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། ལྟ་བུའི་གནས་ཤེས་བྱ་  
དེ་དག་གི་རང་བཞིན་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་ཚོས་རབ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཕེབས་ན་ལྟ་བུ་  
ངན་པ་ཐམས་ཅད་ལས་རང་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ ། སྤོང་བྱེད་མཁས་བུའི་གནས་བཅུ་བཤད་པ་ ། ། ལ། གནས་བཅུ་པོ་རང་བཞིན་གསུམ་དུ་འདུ་ཚུལ་  
དང་། གནས་སོ་སོར་མཁས་པར་བྱ་བའོ། ། དང་པོ་ ། གནས་བཅུ་པོ་རང་བཞིན་གསུམ་དུ་འདུ་ཚུལ་ ། ། ཀུན་  
ཏུ་རྟོག་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཀུན་ཏུ་རྟོག་དང་རྣམ་རྟོག་དོན། །

ཚོས་ཉིད་དོན་གྱིས་དེ་དག་དེར། །

མཁས་པའི་དེ་ལོན་རྣམ་པ་བཅུ་པོ་དག་ཅུ་བའི་དེ་ལོན་རང་ཇི་ལྟར་འདུས་ཤིང་། ཀུན་ཏུ་རྟོག་པས་བརྟགས་པའི་གཟུགས་  
ནི་གཟུགས་ཀྱི་ཀུན་ཏུ་བརྟགས་པའི་དོ་བོ་དང་རྣམ་པར་རྟོག་པས་བརྟགས་པའི་དོན་གྱི་གཟུགས་ནི་གཟུགས་ཀྱི་གཞན་གྱི་  
དབང་གི་དོ་བོ་ཉིད་དང་། ། ཚོས་ཉིད་ཀྱི་དོན་གྱིས་གཟུགས་ཀྱི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་སྟེ་དེ་དག་དེར་ལྟ་ཞིང་། ། གཟུགས་ལ་ཇི་  
ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་ཚོར་བ་ལ་སོགས་པའི་སྤང་པོ་རྣམས་དང་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ལ་སོགས་ལ་ཡང་སྦྱར་བར་བྱའོ།

མཁས་པར་བྱ་བའི་གནས་རྣམ་པ་བཅུ་པོ་འདི་དག་གྲང་དོ་བོ་ཉིད་གསུམ་དུ་འདུ་ཚུལ་བཤད་ན། འདི་དག་ལ་  
གཉིས་སུ་སྤྲང་ཞིང་ཞེན་པས་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པས་དེ་དང་དེར་བརྟགས་པའི་ཆ་རྣམས་ནི་ཀུན་བརྟགས་དང་། དེ་  
དག་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཙམ་གྱི་དོ་བོར་གྱུར་པའི་དོན་གྱི་ཆ་ནས་གཞན་དབང་དང་། དེ་ཐམས་ཅད་  
གཉིས་སྟོང་གི་ཚོས་ཉིད་ཅན་དུ་གྲུབ་པའི་དོན་གྱིས་དེའི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་གྲང་ཡོད་དེ། དེ་ལྟར་སྤང་པོ་

ལ་སོགས་པ་དེ་དག་དོ་བོ་ཉིད་གསུམ་པོ་དེར་འདུ་བ་ཡིན་ནོ། ། དེ་དཔེར་ན་གཟུགས་ལ་སྤྱི་དོན་དུ་ཞེན་ཅིང་  
བརྟོན་པ་ནི་གཟུགས་ཀྱི་ཀུན་བརྟགས་སོ། ། རྣམ་པར་རིག་པ་ཉིད་རྣམ་པར་བརྟག་པའི་གཟུགས་སུ་སྤྲང་བ་ནི་  
གཟུགས་ཀྱི་གཞན་དབང་དོ། ། གཟུགས་དེའི་ཚོས་ཉིད་གཉིས་སྟོང་གང་ཡིན་པ་གཟུགས་ཀྱི་ཡོངས་གྲུབ་པོ།  
། དེས་ན་ཀུན་བརྟགས་པ་ལ་སོགས་པ་དེའི་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་གཟུགས་སུ་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་བྱར་རུང་སྟེ། དེ་  
བཞིན་དུ་ཚོར་འདུ་སོགས་དང་། ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་སོགས་ལྟག་མ་ཀུན་ལ་སྦྱར་ཏེ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ ། གནས་སོ་སོར་མཁས་པར་བྱ་བ་ ། རྒྱས་བཤད་ལ། ལོང་དུ་བཤད་པ་བཞིན་བཅུ་ལས། དང་པོ་  
སྤང་པོ་ལ་མཁས་པ་ནི། ཐོག་མར་དུ་མ་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཐོག་མ་དུ་མ་ཉིད་དང་ནི། །

བསྐྱུས་དང་ཡོངས་སུ་སྤྱེ་བའི་དོན།

ཇི་ལྟར་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་རྣམ་པ་བཅུའི་གཉིན་པོར་སྤང་པོ་སོགས་ལ་མཁས་པ་འདི་བཤད་ན། ། སྤང་པོ་སོགས་ཀྱི་དོན་མ་  
བཤད་པས་དེ་བརྟོན་པ་ནི་ཐོག་མ་ལོན་རང་སྤང་པོ་དེ་དག་དོན་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་རིག་པར་བྱ་སྟེ་དུ་མའི་དོན་གཟུགས་གང་ཅི་  
ཡང་རུང་སྟེ་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་ཞེས་རྒྱ་ཆེར་འབྱུང་བ་ཉིད་དང་ནི། ། བསྐྱུས་པའི་དོན་ནི་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གཅིག་  
ཏུ་བསྐྱུས་ཏེ་ཞེས་འབྱུང་བ་དང་ཡོངས་སུ་སྤྱེ་བའི་དོན་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཐ་དད་དུ་རྣམ་པར་བཞག་  
པའོ། ། སྤང་པོའི་དོན་ནི་སྤངས་པའི་དོན་ཏོ།

མཁས་པར་བྱ་བའི་གནས་བཅུའི་ཐོག་མ་སྤང་པོ་ཞེས་པ་ཇི་ལྟར་ན། འདུས་བྱས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཚོས་ཀྱི་བྱེ་  
བྲག་རང་མཚན་ཐ་དད་པ་དུ་མ་ཉིད་དུ་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་དང་ནི། དུ་མའི་ཚོས་དེ་དག་རིགས་མཐུན་པའི་སྟོན་ནས་



ལྷན་ཅིག་བསྐྱེས་པ་དང་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་ནས་དུ་མ་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པ་ལ་ཕུང་པོ་ཞེས་བྱ་ཞིང་། དེ་ལ་འང་ནང་གི་དབྱེ་བ་ལྟར་ཡོངས་སུ་བྱེ་བའི་དོན་ནམ་ཚུལ་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཕུང་པོ་ལྟར་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །གང་ཞེ་ན།

གཟུགས་དང་། ཚོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་། འདུ་བྱེད་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཕུང་པོ་འོ། །

དེ་ལ་དབང་པོ་ལྟ་དང་། དོན་ལྡན་བཅུ་པོ་འདི་དག་རྣམས་ཀྱི་བྱེད་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པས་གཟུགས་སུ་རུང་བར་རིགས་འདྲ་བའི་ཕྱིར་ཚོས་ཐ་དད་པ་ཕྱོགས་དང་དུས་ཀྱིས་བསྐྱེས་པ་དེ་ཀུན་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེས་ནས་གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ཞེས་པའི་གྲངས་སུ་བཞག་པ་འོ། །དེ་བཞིན་དུ་རང་ངམ་གཞན་གྱི་རྒྱུད་དུ་གཏོགས་པའི་བདེ་སྤྱོད་བཏང་སྟོམས་སྟོང་བའི་སེམས་བྱུང་ཡིན་ནོ་ཅོག་ལ་ཚོར་བའི་ཕུང་པོ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་མཚན་མར་འཛིན་པའི་འདུ་ཤེས། ཤེས་པ་ཡུལ་ལ་འཇུག་པར་འདུ་བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་རྣམས་ཀྱིས་མཚན་ནས་ཕུང་པོ་བཞི་ལས་གཞན་པའི་འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་ཚོགས་བརྒྱད་དམ་དུ་གཏོགས་པར་བཞིན་ཅན་ལོ། །

གཉིས་པ་ཁམས་ལ་མཁས་པ། འཛིན་དང་གཟུང་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

འཛིན་དང་གཟུང་དང་དེ་འཛིན་པ། །

ས་བོན་དོན་ཏེ་གཞན་དུ་འདོད། །

ཁམས་ཀྱི་དོན་ནི་འཛིན་པའི་ས་བོན་གྱི་དོན་མིག་གི་ཁམས་ལ་སོགས་པ་དང་གཟུང་བའི་ས་བོན་གྱི་དོན་གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་ལ་སོགས་པ་དང་དེ་འཛིན་པའི། །ས་བོན་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་ལ་སོགས་པའི་དོན་ཏེ་འདི་དག་ནི་སྣ་མ་ལས་གཞན་དུ་འདོད་དོ།

ཁམས་ཞེས་པ་རྒྱུ་ལ་གཞིའམ་ས་བོན་གྱི་དོན་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ནང་གི་དབྱེ་བ་བཅོ་བརྒྱད་དུ་ཡོད་དོ། །དེ་ཡང་མིག་དབང་ནས་ཡིད་དབང་གི་བར་གྱི་མིག་གི་ཁམས་ལ་སོགས་པ་དུག་པོ་ནི་འཛིན་པར་བྱེད་པའི་ས་བོན་གྱི་དོན་ཅན་ཏེ། དབང་པོ་དུག་པོ་དེ་ལ་རང་ཡུལ་འཛིན་པར་བྱེད་པའི་རྣམ་པར་འཕེལ་ཏེ་ཡོད་དེ། དེ་དག་ལ་མ་བརྟེན་པར་མཐོང་སོགས་མི་རྣམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ཐ་སྐྱོད་དུ་དེ་དག་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་ལ་ནི་མའི་ཚ་བ་བཞིན་དུ་དེ་དག་གི་ཁམས་ཞེས་བཏགས་ཏེ། ལྷ་གྲུ་བསྐྱེད་པའི་བྱེད་པ་གང་ལ་ཡོད་པ་ལས་སོགས་ཀྱི་ཁམས་ཞེས་བཞེད་པ་བཞིན་ལོ། །དེས་ན་དབང་པོ་རྟེན་བཅས་སུ་མ་ཟད་དེ་མཚུངས་ཀྱི་སྐབས་ན་ཡང་ཡུལ་འཛིན་པའི་རྣམ་པ་དང་བུལ་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོམ་ནང་གི་ས་བོན་བཞིན་དུ་དེ་ལ་དེའི་ཚོས་དེ་དག་འབྲལ་མེད་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་ནས་ཚོས་ཁམས་ཀྱི་བར་དུ་གཏོགས་པོ་འདི་ནི་ཡུལ་ཅན་དབང་པོ་དང་སྟོའི་གཟུང་བའི་གཞིའམ་ས་བོན་གྱི་དོན་ཡིན་ལ། ཡུལ་དབང་ཤེས་གསུམ་ཚོགས་པར་བསྐྱེད་པ། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་ནས་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་ཀྱི་ཁམས་ཀྱི་བར་དུ་གཏོགས། ཡུལ་གཟུགས་སོགས་དེ་ཤེས་ཤིང་འཛིན་པའི་ས་བོན་གྱི་དོན་ཅན་ཡིན་ཏེ། གསལ་ཞིང་རིག་པའི་ངོ་བོས་ཡུལ་གྱི་རང་བཞིན་ཇི་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་དེ་དང་དེ་གཅོད་པར་བྱེད་པའོ། །གཞན་དུ་འདོད་ཅེས་པ་ནི། བཤད་མ་ཐག་པ་མཁས་བྱའི་གནས་དང་པོ་ལས་གཞན་པ་ཁམས་ལ་མཁས་པའི་གནས་ཉིད་དུ་འདོད་ཅེས་པ་ཅམ་སྟེ། འོག་གི་སྐབས་རྣམས་སུ་འང་དེ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་སྐྱེ་མཆེད་ལ་མཁས་པ། ཚོར་དང་དོན་རྣམས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཚོར་དང་དོན་རྣམས་ཡོང་གཅོད་ཀྱི། །

ཉེར་སྟོད་འབྱུང་སྟོ་གཞན་ཡིན་ནོ། །



སྐྱེ་མཆེད་ལས་ནང་གི་སྐྱེ་མཆེད་དག་ནི་ཚོར་བ་ཉེ་བར་སྐྱོད་པའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་ལྗོངས་ལྟར་དང་ཕྱི་ལོ་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་ནི་དོན་རྣམས་  
ཡོངས་སུ་གཙོ་བོ་ཡིན་ཏེ། ཉེ་བར་སྐྱོད་པ་སྟེ་རྣམ་ཤེས་འབྱུང་བའི་སྐྱོ་སྐྱེ་མ་གཉིས་ལས་གཞན་ཡིན་མོ།

སྐྱེ་མཆེད་བཅུ་གཉིས་ལས། མིག་གི་སྐྱེ་མཆེད་ནས་ཡིད་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་བར་ནང་གི་དེ་དུག་པོ་ནི། ཚོར་བ་ཉེ་  
བར་སྐྱོད་པའི་འབྱུང་སྐྱོ་ལྟ་སྐྱོ་ཡིན་ཏེ། མིག་སོགས་ནང་གི་སྐྱེ་མཆེད་དུག་པོ་འདིས་ཡུལ་དུག་གི་རང་  
བཞིན་ལ་ཉེ་བར་ཡོངས་སྐྱོད་ནས་བདེ་སྤྱད་སོགས་སྐྱོང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ནས་  
ཚོས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་བར་གྱི་ཕྱི་ཡི་སྐྱེ་མཆེད་དུག་པོ་དེ་ནི་དོན་རྣམས་སོ་སོའི་རང་གི་ངོ་བོ་ཡོངས་སུ་གཙོ་བོ་ཡིན་  
ཚུལ་ལ་ཉེ་བར་སྐྱོད་པའི་འབྱུང་སྐྱོ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཡུལ་དུ་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་དང་དེར་  
ཤེས་པས་ཡོངས་སུ་གཙོ་བོ་ཡིན་ཏེ་ཉེ་བར་སྐྱོད་པ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡང་སྐྱེ་མཆེད་ཅེས་པ་ཤེས་པ་ཉེ་བར་སྐྱེ་  
བའི་སྐྱོ་ཡིན་པ་ལ་བཤད་དེ། སྐྱོ་འདི་དག་གིས་ཤེས་པ་ཡུལ་ལ་སྐྱེ་ཞིང་མཆེད་པར་བྱེད་པ་ལ་མིང་དེ་སྐྱེད་དུ་  
བཏགས་པའོ། །དེས་ན་གཟུགས་སོགས་ནི་ཡོངས་སུ་གཙོ་བོ་ཡིན་པར་བྱ་བ་དང་། མིག་སོགས་ནི་ཡུལ་སོགས་དེ་  
ལས་བྱུང་བའི་ཚོར་བ་ལ་ཉེ་བར་ཡོངས་སྐྱོད་པ་པོ་ཡིན་པས་ན་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་ཚོགས་རྣམས་ཤེས་པ་སྐྱེ་ཞིང་  
དེ་དང་དེ་ལ་ཉེ་བར་ཡོངས་སྐྱོད་བས་ན་ཉེར་སྐྱོད་ཅེས་བྱ་ཞིང་། དེ་འབྱུང་བའི་སྐྱོ་ནི་ཕྱི་དང་ནང་གིས་བསྐྱེས་  
པའི་ཚོས་བཅུ་གཉིས་པོ་འདི་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་འང་ཚོས་སུ་གཏགས་པ་ཇི་སྟེད་པ་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ལ་  
སྐྱེད་ཞིང་དེས་དེ་ལྟར་ཐ་སྐྱེད་བྱེད་ལ། དེ་ལས་བྱུང་བའི་བདེ་སྤྱད་གི་ཆ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཤེས་པས་སྐྱོང་བ་ལས་  
གཞན་དུ་མེད་པས་ན་ཤེས་པ་ཉིད་འདོགས་བྱེད་ཡིན་ཅིང་། ཚོས་སུ་བཏགས་པ་ཀུན་གྱི་ནང་ན་འདི་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་ཚུལ་དེ་ལྟར་དེ་ཉིད་སྐྱེ་ཞིང་མཆེད་པའི་སྐྱོ་ཡི་ཚུལ་གྱིས་བསྐྱེན་པ་ཡིན་མོ། །

བཞི་པ་ ། ཉེ་བར་སྐྱོད་པ་ལ་མཁའ་པ་ ། ། རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱེན་ཏེ། །

རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་རྩོལ་བ་ལ། །  
སྐྱོ་འདོགས་མེད་ཅིང་སྐྱར་འདེབས་མེད། །

ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ངོ་བོ་ནི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་དང་བྱེད་པའི་རྩོལ་བ་ལ། །སྐྱོ་འདོགས་པ་མེད་ཅིང་སྐྱར་བ་  
འདེབས་པ་མེད་པའོ།

ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་གང་ཞེ་ན། ཕྱི་ནང་གི་ཚོས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་རྒྱུན་ཉེན་འབྲེལ་ལས་སྐྱེ་བ་  
སྟེ། དེ་ཡང་ནང་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་ནི་མ་རིག་པ་ནས་གྲ་ཤིའི་བར་གྱི་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་  
ཚུལ་དུ་འབྱུང་བ་དང་། ཕྱིའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ས་བོན་ལས་སུ་གྱུ་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་རྒྱ་རྒྱུན་ཚོགས་  
པ་ལས་སྐྱེ་ཡི། རྒྱ་མེད་པ་དང་རྒྱ་མིན་པ་དུས་དང་དབང་སྤྱད་སོགས་ལས་མི་སྐྱེ་བ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ལྟར་  
ཤེས་ནས་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱེ་དབྱེ་གྱི་རྒྱ་དང་རང་རང་གི་འབྲས་བུ་དང་། རྒྱས་རང་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པའི་རྩོལ་  
པའམ་བྱེད་ལས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་སྐྱོ་འདོགས་པ་མེད་ཅིང་སྐྱར་འདེབས་མེད་པར་ཇི་བཞིན་གཏན་ལ་ཐེབས་པ་ནི་  
ཉེན་འབྲེལ་གྱི་དོན་ལ་མཁའ་པ་ཡིན་མོ། །དེ་ལ་རྒྱ་མིན་རྒྱར་སྐྱོ་འདོགས་པ་ནི་དུས་དང་དབང་སྤྱད་སོགས་  
སེམས་ཅན་གྱི་བྱེད་པ་བོར་འདོད་པ་ལྟ་བུའོ། །རྒྱ་ཡིན་པ་ལ་རྒྱ་མིན་དུ་སྐྱར་པ་འདེབས་པ་ནི། ད་ལྟའི་ཕུང་པོ་  
འདི་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་མའི་ཕུང་པོ་ལས་མ་བྱུང་བར་འདོད་པ་ལྟ་བུའམ། ཡང་ན་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་སེམས་ཅན་སྐྱེ་  
བའི་རྒྱ་མ་ཡིན་པར་འདོད་པ་ལྟ་བུའོ། །

འབྲས་བུ་ལ་སྐྱོ་འདོགས་པ་ནི། འཇིག་རྟེན་འདི་དག་དབང་སྤྱད་སོགས་ཀྱིས་བྱས་པའི་འབྲས་བུར་འདོད་  
པའམ། རང་གི་ངོ་བོས་བྱུང་བ་ལྟ་བུར་འདོད་པ་དང་། འབྲས་བུ་ལ་སྐྱར་པ་འདེབས་པ་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྐྱིན་པ་  
མེད་ཅེས་སམ། ཚོ་སྐྱེ་མ་མེད་པའམ། འགོག་པ་མེད་པ་ལྟ་བུ་སོགས་ཡོད་པའི་འབྲས་བུ་ལ་སྐྱར་པ་འདེབས་པ་

ཐམས་ཅད་དོ། །རྒྱུ་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་ཚུལ་གྱི་ཚོལ་བའམ་བྱེད་པ་ལ་སྒྲོ་འདོགས་པ་ནི། ས་བོན་ལས་སྤྱ་གྲུ་  
དང་མ་རིག་པ་ལས་འདུ་བྱེད་འབྲུང་བ་ལྟ་བུ་ལ་རྒྱ་དེས་འབྲས་བུ་དེ་བྱེད་ཞེས་བསམ་པ་སྒྲོན་དུ་བཏང་ནས་བྱེད་  
པ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་གྱིས་བྱེད་པ་པོར་འདོད་པའམ། ཡང་ན་དབང་ལྷུག་སོགས་ཀྱིས་དེ་ལ་དེ་བྱེད་དུ་གཞུག་པ་ལྟ་  
བུའི་བྱེད་པ་རང་དབང་བ་ཞིག་འཛིན་པའོ། །

བྱེད་པ་ལ་སྐྱར་པ་འདེབས་པ་ནི་རྒྱ་དེས་དེ་བྱེད་མི་རུས་ཏེ་འབྲས་བུས་ན་རྒྱ་འགག་པ་སོགས་ཀྱི་ཕྱིར་རྒྱ་  
ལ་བྱེད་པའི་རུས་པ་མེད་པར་འཛིན་པ་ལྟས་སྟེ། མདོར་ན་རྒྱ་འབྲས་ཐམས་ཅད་ནི་སྐྱད་ཅིག་མ་ཡིན་ལ། སྐྱད་  
ཅིག་སྐྱ་མ་དེ་ཉིད་ཕྱི་མའི་དུས་ན་མེད། རང་དུས་སྐྱད་ཅིག་གཅིག་པོ་དེར་འབྲས་བུ་བྱེད་པའི་ཚོལ་བའམ་བྱེད་  
པ་ཞེས་བྱ་བ་གཞན་ཅི་ཡང་མེད་ཀྱང་། རྒྱ་ཚོགས་ན་འབྲས་བུ་མི་སྐྱེ་པའི་དབང་མེད་པ་ཙམ་གྱི་ཕྱིར་རྒྱ་འབྲས་  
སྤྱ་བཞག་གི། རྒྱུ་འབྲས་ཅིག་ལ་འབྲས་བུ་བྱེད་འདོད་ཀྱི་ཚོལ་བ་མེད་ཀྱང་བསྐྱེད་པའི་རུས་པ་མེད་པ་ནི་མ་ཡིན་  
ཏེ། ཚོས་ཐམས་ཅད་བྱེད་པོས་དབེན་བཞིན་དུ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དབང་གིས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། ས་བོན་དང་མ་རིག་པ་  
ལྟ་བུས་བདག་གིས་སྤྱ་གྲུ་འདུ་བྱེད་ལྟ་བུ་འདི་བསྐྱེད་དོ་སྦྱོམ་དུ་མི་རྟོག་སྤྱ་གྲུ་དང་འདུ་བྱེད་དེ་དག་གིས་བདག་  
འདིས་བསྐྱེད་དོ་སྦྱོམ་དུ་མི་རྟོག་བཞིན་དུ་རྟེན་འབྲེལ་བསྐྱེད་མེད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་འབྲུང་བ་དེ་བཞིན་དུ་ཚོས་ཐམས་ཅད་  
ཀྱང་དེ་དང་འབྲས་སྟེ། འདུས་བྲས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྐྱད་ཅིག་མ་ཡིན་པ་དང་། རྒྱ་འབྲས་སྐྱེ་འགག་ཏུ་བྱེད་ཚུལ་  
ལ་ཁྱད་མེད་པའི་ཕྱིར་འོ། །དེས་ན་གང་ཟག་གི་བསམ་པ་སྒྲོན་དུ་བཏང་ནས་ཟས་གོས་གནས་མལ་སོགས་  
བྲས་ནས་རང་ཉིད་དེ་ལ་ལོངས་སྟོན་པ་ལྟ་བུ་ལའང་། རྒྱུ་གྱི་དབང་གིས་བྱེད་པོ་སོགས་སྤྱ་བཏགས་ཀྱི། དོན་  
ལ་བྱེད་པ་པོར་གྲུབ་པ་མེད་དེ། རྟོན་དུས་བཟའ་བར་བྱེད་སྦྱོམ་པའི་ཡིད་ཀྱིས་སྐྱེས་བུའི་དབྱིད་དུས་ས་བོན་  
འདེབས་འདོད་ཀྱི་བསམ་པ་དེ་ལོ་རྟོག་གི་རྒྱུ་འབྲས་པ་སྤྱད་པ་ལ་ཉེ་བར་ཕན་པའི་བརྒྱུད་རྒྱ་ཡིན་ནའང་དེ་  
རང་ཉིད་ཀྱང་སྒྲོན་སོང་གི་རྒྱ་གཞན་གྱིས་བསྐྱེད་ལ། སེམས་པ་དེ་ཁོ་ནས་ལོ་རྟོག་རང་དབང་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་  
གྱི། དེའི་ཕྱི་ལོགས་སྤྱ་བྱུང་བའི་རྒྱ་འབྲས་ཅིག་ཚོགས་པའི་ཐ་མར་ལོ་རྟོག་བསྐྱེད་ལ། འབྲས་བུ་ལོ་

རྟོག་སྐྱེས་པའི་དུས་ན་རྒྱ་ཐམས་ཅད་འགགས་པའི་ཕྱིར་ལོ་རྟོག་སྐྱེད་པའི་བྱེད་པོ་རྣམས་སྤྱ་གྲུབ་པ་གང་ཡང་མེད་  
དེ། ཚོས་སྤྱ་ཚོགས་པའི་རྒྱས་བསྐྱབ་ཅིང་རྒྱ་དེ་དག་ཀྱང་སྐྱད་ཅིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བྱེད་པ་པོ་མི་དམིགས་སོ།  
།འོན་ཀྱང་ཤིང་འདི་ནི་མི་འདིས་བཅུགས་སོ་ཞེས་བྱེད་པོར་འཛིན་པ་ལྟ་བུའི་ཐོག་མར་རྒྱུ་འབྲས་པ་སྤྱད་པའི་  
སྐྱེས་བུ་དེའི་ཕྱང་པོའི་རྒྱུན་ལ་བྱེད་པ་པོ་བཏགས་པ་ཙམ་སྟེ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྐྱད་ཐམས་ཅད་དེ་ལྟར་གནས་པ་  
ལེས་པར་བྱེད། །

ལྟ་བུ་། །གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་ལ་མཁས་པ་། ། མི་འདོད་འདོད་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱེད་ཏེ། །

- མི་འདོད་འདོད་དང་རྣམ་དག་དང་། །
- མཉམ་དུ་འབྲུང་དང་དབང་བྱེད་དང་། །
- འཐོབ་དང་ཀུན་དུ་སྟོན་པ་དག །
- གཞན་དབང་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཏེ་གཞན། །

གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་ནི་གཞན་གྱི་དབང་རྣམ་པ་བདུན་གྱིས་རིག་པར་བྱ་སྟེ། མི་འདོད་པ་གཞན་དབང་ནི་ཉེས་པར་  
སྟོན་པས་མི་འདོད་བཞིན་དུ་ངན་འགོ་འགོ་བ་དང་འདོད་པ་གཞན་དབང་ནི་ལེགས་པར་སྟོན་པས་འདོད་པས་བདེ་འགོར་  
འགོ་བ་དང་རྣམ་དག་གཞན་དབང་ནི་སྐྱིབ་པ་ལྟ་མ་སྤངས་ལ་བྱང་རྒྱུ་གྱི་ཡན་ལག་རྣམས་མ་བསྐྱོམས་ན་སྤྱུག་བསྐྱེད་  
མཐར་མི་བྱེད་པ་དང་། །མཉམ་དུ་འབྲུང་བ་གཞན་དབང་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དང་འཁོར་སྐྱར་གཉིས་གཉིས་སྤྱ་བྱེ་  
མེད་པར་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་གཅིག་ཏུ་མི་འབྲུང་བ་དང་དབང་བྱེད་པ་གཞན་གྱི་དབང་ནི་བྱད་མེད་འཁོར་ལོས་སྐྱར་བ་ལ་  
སོགས་པ་མི་བྱེད་པ་དང་། །འཐོབ་པ་གཞན་དབང་ནི་བྱད་མེད་ཀྱིས་རང་སངས་རྒྱས་དང་བླ་ན་མེད་པ་རྣོགས་པའི་སངས་  
རྒྱས་མི་འཐོབ་པ་དང་ཀུན་དུ་སྟོན་པ་གཞན་དབང་ནི་ལྟ་བུ་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པས་སྒོག་གཅོད་པ་སོགས་ཀུན་དུ་མི་སྟོན་པ་







དབང་སོགས་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་པ་ལྟ་དང་། ཡིད་དབང་དང་། རྫོག་གི་དབང་པོ་དང་། ཐོ་དབང་དང་། མོ་  
དབང་དང་། ཚོར་བ་བདེ་བ་དང་། ཡིད་བདེ་བ་དང་། ལྷན་བསྐྱེད་དང་། ཡིད་མི་བདེ་བ་དང་། བཏང་སློམས་གྱི་  
དབང་པོ་ལྟ་དང་། དད་པའི་དབང་པོ་སོགས་དབང་པོ་ལྟ་དང་། མི་ཤེས་པ་ཀུན་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་དབང་པོ་  
ཀུན་ཤེས་པའི་དབང་པོ། ཀུན་ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་པོ་གསུམ་སྟེ་དེ་ལྟར་ཉེར་གཉིས་སོ། །དེ་ལ་ཀུན་ཤེས་བྱེད་  
པའི་དབང་པོ་ནི། མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱུད་གྱི་ཡིད་དང་དད་སོགས་ལྟ་དང་། ཚོར་བ་དེ་ཡིད་བདེ་བཏང་སློམས་གྱི་  
དབང་པོ་ཀུན་ཤེས་པའི་དབང་པོ། ཀུན་ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་པོ་གསུམ་སྟེ་དེ་ལྟར་ཉེར་གཉིས་སོ། །དེ་ལ་ཀུན་  
ཤེས་བྱེད་པའི་དབང་པོ་ནི། མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱུད་གྱི་ཡིད་དང་དད་སོགས་ལྟ་དང་། ཚོར་བ་དེ་ཡིད་བདེ་བཏང་  
སློམས་གྱི་དབང་པོ་དགུ་པོ་དེ་ལ་མིང་དེ་ལྟར་བཟོད་ཅིང་། དེ་བཞིན་དུ་སློམ་ལམ་པའི་རྒྱུད་གྱི་དེ་དགུ་ལ་ཀུན་  
ཤེས་པའི་དབང་པོ་དང་། མི་སློབ་པའི་ལམ་གྱི་རྒྱུད་གྱི་དེ་དགུ་ལ་ཀུན་ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་པོ་ཞེས་བཟོད་པ་  
ཡིན་ཅོ། །

དེ་དག་གིས་གང་ལ་དབང་བྱེད་ཟེར་ན། མིག་དབང་ནས་ཡིད་དབང་གི་བར་གྱི་དུག་པོ་དེས་གཟུགས་  
ལ་སོགས་པ་རང་ཡུལ་དེ་དག་འཛིན་པ་ལ་དབང་བྱེད་དོ། །སློག་གི་དབང་པོས་རིས་མཐུན་པར་གནས་པ་ལ་  
དབང་བྱེད། ཐོ་མེད་དབང་པོས་མངལ་ནས་སྐྱེ་བ་རྒྱུན་མི་འཆད་པ་ལ་དབང་བྱེད། ཚོར་བ་བདེ་སོགས་ལྟ་པོས་  
དགོ་སྒྲིག་གི་འབྲས་བུ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ་ལ་དབང་བྱེད་པ་དང་། དད་སོགས་ལྟ་དང་ཀུན་ཤེས་བྱེད་སོགས་  
གསུམ་གྱིས་དག་པ་རྣམ་པ་གཉིས་ལ་དབང་བྱེད་པ་ཉིད་དེ། ཇི་ལྟར་ན་དད་སོགས་དབང་པོ་ལྟས་འཛིན་ཉེན་  
པའི་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་དབང་བྱེད་པ་དང་། ཀུན་ཤེས་བྱེད་པ་སོགས་དབང་པོ་གསུམ་གྱིས་འཛིན་ཉེན་ལས་  
འདས་པའི་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་དབང་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་དབང་བྱེད་པའི་སྤྱིར་ན་ཉེར་གཉིས་པོ་འདི་ལ་དབང་པོ་  
ཞེས་གསུངས་སོ།

བདུན་པ་ ། རྟུམ་ལ་མཁས་པ་ ། ། འབྲས་བུ་རྒྱ་རྒྱུ་རྣམས་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

འབྲས་བུ་རྒྱ་རྒྱུ་རྣམས་སྤྱད་ཟིན་དང་། །  
དེ་བཞིན་མ་སྤྱད་གཞན་ཡིན་ཅོ། །

དུས་བཤད་པ་ནི་འབྲས་བུ་དང་རྒྱ་རྒྱུ་རྣམས་སྤྱད་ཟིན་པ་འདས་པའི་དུས་དང་རྒྱ་རྒྱུ་ལ་འབྲས་བུ་མ་སྤྱད་པ་ལྟར་བུང་བའི་  
དུས་དང་། །དེ་བཞིན་དུ་གཉིས་ཀ་མ་སྤྱད་པ་མ་འོངས་པའི་དུས་ཏེ་སྐྱ་མ་ལས་གཞན་ཡིན་ཅོ།

དུས་ཞེས་པ་ནི་དངོས་པོ་གང་ཞིག་སྐྱེ་འགག་བྱེད་པའི་ཆ་ལས་བཏགས་པ་སྟེ། ཇི་ལྟར་ན་དངོས་པོ་རྣམས་  
རྒྱ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་གྱི་སྤྱིར་ན་ཚོས་གང་ཞིག་འབྲས་བུ་སྤྱད་ཟིན་པ་དེ་ནི་འདས་པ་སྟེ་ལོངས་སྤྱོད་པའམ་རང་  
ཉིད་གྲུབ་ཟིན་ནས་ད་ལྟ་འགག་པ་ཡིན་ཏེ། འབྲས་བུ་སྤྱད་ཟིན་ན་དེའི་རྒྱ་སྤོན་དུ་འགགས་པ་དོན་གྱིས་ཤེས་  
སོ། །དེས་ན་རང་གི་རྒྱ་ལས་དངོས་པོ་དེ་སྤྱར་གྲུབ་པ་ཡིན་ཀྱང་ད་ལྟ་མེད་པ་ལ་འདས་པ་ཞེས་བྱའོ། །རྒྱ་  
རྣམས་སྤྱད་ཟིན་ལ་འབྲས་བུ་མ་སྤྱད་པ་དེ་ནི་ད་ལྟ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། གང་གི་ས་ན་རྒྱའི་ཚོགས་པ་ཚང་ནས་འགག་  
པར་གྱུར་པའི་དབང་གིས་འབྲས་བུ་དེ་ད་ལྟ་ཡོད་པ་ཡིན་ཅིང་འབྲས་བུའི་དུས་ན་རྒྱ་ཡོད་པར་མི་རིགས་ལ།  
འབྲས་བུ་ཉིད་འགག་པར་མ་གྱུར་པའི་ཆ་ནས་ད་ལྟ་བ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་ཀ་མ་སྤྱད་པ་  
སྟེ་མངོན་དུ་མ་གྱུར་པ་ནི་མ་འོངས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། མ་འོངས་པ་ན་འབྲས་བུའི་ཚོས་དེ་མངོན་དུ་གྲུབ་པའི་རྒྱ་  
ཡོད་ཀྱང་ད་ལྟ་ཚོགས་པ་མ་ཚང་ཞིང་དངོས་རྒྱ་རྣམས་པ་ཐོགས་མེད་དུ་མ་གྱུར་པས་ན་རྒྱ་སྤྱད་མ་ཟིན་པ་ཞེས་བྱ་  
སྟེ་རྒྱ་སྤྱད་ཟིན་ན་འབྲས་བུ་དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཡོད་དགོས་ལ། རྒྱ་ཡང་མ་སྤྱད་ན་འབྲས་བུ་ལྟ་ཅི་སློམ་པའི་སྤྱིར་པོ།  
།དེས་ན་ཚུལ་འདིས་སྤྱ་བ་སྐྱད་ཅིག་གི་དུས་གསུམ་དང་རགས་པ་རྒྱུན་གྱི་སྟེང་གི་དུས་གསུམ་པོའི་ཐ་སྐྱད་གང་  
ལྟར་བྱས་ཀྱང་དེ་ལྟར་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་རྣམ་པ་གསུམ་གྱིས་བསྟན་པའི་དུས་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལ་འདུས་

མཐའི་སྐད་ཅིག་ནས་བརྒྱུ་ལ་ཉེ་བསྐྱེད་པ་ཆེན་པོ་ལ་སགས་པའི་བར་དུ་བཏགས་པས་ན། དུས་ཀྱི་ཆ་ནི་སྐད་  
ཅིག་གི་སྤོང་བ་ཡིན་ནའང་། དུས་ཀྱི་ཆ་དུ་མ་ལ་ད་ལྟའི་བསྐྱེད་པ་ཞེས་གཅིག་ཏུ་འཛོག་པ་སོགས་ཐ་སྐད་ཀྱི་  
དབང་གིས་རྣམ་བཞག་སྒྲ་ཚོགས་སུ་བྱེད་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

བརྒྱུད་པ་ ། བདེན་པ་ལ་མཁས་པ་ ། ། ཚོར་བ་རྒྱ་དང་སོགས་ཚོགས་བཅད་གཅིག་གིས་བསྟན་ཏེ། །

- ཚོར་བ་རྒྱ་དང་བཅས་པའི་དོན། །
- དེ་ཡི་རྒྱ་ནི་སྐྱབ་པ་ཡིན། །
- དེ་ཞི་བ་དང་གཉིན་པོའི་དོན། །
- ལྡན་པའི་སྤྱིར་ན་གཞན་དུ་འདོད། །

བདེན་པ་བཤད་པ་ལ་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཚོར་བ་རྒྱ་དང་བཅས་པའི་དོན་སྐྱབ་བསྐྱེད་ཀྱི་བདེན་པ་དང་། །སྐྱབ་བསྐྱེད་དེ་ཡི་རྒྱ་  
ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་ནི་སྐྱབ་པ་ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་ཡིན་ལ། །དེ་གཉིས་ཞི་བ་འགོག་བདེན་དང་གཉིན་པོའི་དོན་དང་  
། །ལྡན་པའི་སྤྱིར་ན་ལམ་གྱི་བདེན་པ་སྤྱི་སྒྲ་མ་དག་ལས་གཞན་དུ་འདོད་དོ།

དངོས་པོའི་ཚོས་ཉིད་ཇི་ལྟ་བུ་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཟིགས་པའི་དོར་བདེན་ཅིང་མི་བསྐྱེད་བའི་དོན་ལ་བདེན་  
པ་ཞེས་བྱ་བ། དེ་ལ་དབྱེན་ཀུན་གྱི་རྒྱ་ལྡན་ལས་སྤེལ་བའི་བདེན་པ་རྣམས་པ་བཞིའོ། །དེ་གང་ཞེ་ན། ཟག་  
བཅས་ཀྱི་ཚོར་བ་གང་ཞིག་སྐྱབ་བསྐྱེད་གསུམ་དང་ཅི་རིགས་པར་ལྡན་པ་དང་དེའི་རྒྱ་ལམ་གཞི་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་  
སྤང་པོ་ལྡན་བསྐྱེད་པའི་དོན་ཅན་གྱི་ཚོས་རྣམས་ནི་སྐྱབ་བསྐྱེད་ཀྱི་བདེན་པའོ། །

སྐྱབ་བསྐྱེད་དེ་ཡི་རྒྱ་ནི་འཁོར་བའི་ཡང་སྤྱིད་ཀུན་ནས་འབྱུང་བའམ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་དེ་ཡིན་

ཏེ། གང་ཞེ་ན། ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ཀུན་འབྱུང་བའི་བདེན་པ་ཞེས་བྱའོ། །སྐྱབ་བསྐྱེད་དང་  
ཀུན་འབྱུང་དེ་གཉིས་གཏན་དུ་ཞི་བ་ནི་འགོག་པའི་བདེན་པ་དང་། ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ཚོས་དེ་དག་ཟད་པར་  
བྱེད་པའི་གཉིན་པོའི་དོན་དང་ལྡན་པའི་སྤྱིར་ན་ལམ་གྱི་བདེན་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། བདག་མིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་  
འཁོར་དང་བཅས་པའོ། །

དགུ་པ་ ། ཐེག་པ་ལ་མཁས་པ་ ། ། ཡོན་ཏན་སྐྱོན་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- ཡོན་ཏན་སྐྱོན་དང་རྣམ་མི་རྟོག། །
- ཤེས་པས་གཞན་ལས་བདག་གིས་ནི། །
- ངེས་པར་འབྱུང་སྤྱིར་གཞན་ཞེས་བྱ། །

ཐེག་པ་གསུམ་བཤད་པ་ནི། སྤང་ན་ལས་འདས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་འཁོར་བའི་སྐྱོན་སོ་སོར་ཤེས་པ་ཉན་རང་གཉིས་དང་  
རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་དོན། །ཤེས་པས་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་ཐེག་པ་སྟེ་དེ་ཡང་སྐྱོན་ཡོན་ཤེས་པ་གཞན་ལས་ཐོས་ནས་  
ངེས་པར་འབྱུང་བ་ཉན་ཐོས་དང་བདག་གིས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་རང་སངས་རྒྱས་དང་བདག་གིས་ནི། །མི་རྟོག་ཡི་ཤེས་  
ཀྱིས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་ཐེག་པ་སྟེ་རྣམ་པར་བཞག་པ་སྤྱི་མ་དག་ལས་གཞན་ཞེས་བྱའོ།

དེ་ལ་ཐེག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། ཡུ་ནའི་སྐྱེ་ལས་དངས་ན་བཞེན་པ་སོགས་ཀྱི་དོན་ལ་འཇུག་སྟེ་ལམ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
ལ་གང་ཟག་གང་ཞིག་ཞུགས་པའམ་ཞེན་ན། དེ་ཉིད་ཀྱིས་གང་འདོད་པ་འབྲས་བུའི་སྤྱོད་སྐྱེས་སུ་འདེགས་ཤིང་  
སྤྱིན་པར་བྱེད་པས་ན་ཐེག་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་ལམ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ལ་འདིས་འདེགས་པ་རྒྱུའི་ཐེག་པ་དང་།  
དེས་ཐོབ་བུའི་འབྲས་བུ་ལ་འདིར་འདེགས་པ་འབྲས་བུའི་ཐེག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་སྐད་མཛད་དོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཐེག་



པ་དེ་ལ་འཇིག་རྟེན་པའི་ཐེག་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཐེག་པའི་དབྱེ་སྒོ་ནས་རྣམ་གྲངས་དུ་མར་  
ཡོད་ཀྱང་སྐབས་འདིར་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཉམ་རང་བྱུང་སེམས་ཀྱི་ཐེག་པ་གསུམ་དང་། དེ་ཡང་བསྟུན་ཐེག་པ་  
ཆེ་ཆུང་གཉིས་སུ་འདུལ། དེ་དག་གི་བྱུང་པར་བཤད་ན། ལྷ་རྣམས་ལས་འདས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། འཁོར་བའི་  
སྐྱོན་དང་འདི་གཉིས་སློབ་དཔོན་གཞན་ལས་ཐོས་ཤིང་དེ་ཡི་རང་བཞིན་ཤེས་པའི་སྒོ་ནས་རང་འབྲས་འཁོར་  
བའི་སྟུག་བསྟུལ་ཞི་བའི་ས་ལ་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་ན་ཉམ་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ཞེས་བྱའོ། །འཁོར་འདས་ཀྱི་  
སྐྱོན་ཡོན་དེ་དག་སློབ་དཔོན་ལ་མ་བཟོས་པར་བདག་གིས་ནི་མངོན་དུ་ཤེས་པས་ཞི་བའི་ས་ལ་ངེས་པར་འབྱུང་  
བ་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་ཞེས་བྱའོ། །འཁོར་འདས་ལ་སྐྱོན་དང་ཡོན་ཏན་ཐ་དད་པ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པར་  
མཉམ་པ་ཉིད་དུ་ཤེས་ནས། སྤྱིད་ཞིར་མི་གནས་པའི་སྤྱང་འདས་ཆེན་པོར་ངེས་པར་འབྱུང་བ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་  
ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་སྤྱིའི་ཡོངས་འཇིག་དགོ་བའི་བཤེས་གཉིན་གཞན་དང་། རང་གི་ཡོངས་འཇིག་པ་དག་གི་  
རྒྱུད་ཀྱི་ཐབས་ཤེས་ཟབ་མོ་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བ་སྟེ་གཉིས་པོ་དེ་ཡི་མཐུ་ལས་དེ་ལྟ་བུར་གྱུར་པ་ཡིན་པར་རིག་པར་  
བྱའོ་ཞེས་སོ། །

བཅུ་པ་ ། འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་ལ་མཁས་པ་ ། ། བཏགས་པ་རྒྱུར་བཅས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- བཏགས་བཅས་རྒྱུར་བཅས་རྒྱུ་མཚན་དང་། །
- རབ་ཏུ་ཞི་བ་དོན་བཅས་ནི། །
- ཐ་མ་ཉིད་དུ་བཤད་པ་ཡིན། །
- བསྟན་བཅོས་དབྱས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས། །
- དེ་ཁོ་ནའི་ལེའུར་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ་གསུམ་པོ། །

འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་བཤད་པ་ནི། **བཏགས་པ་སྟེ་མིང་གི་ཚོགས་ལ་སོགས་པ་དང་བཅས་པ་དང་རྒྱུར་གྱུར་པ་**  
**ས་བོན་དུ་བསྟུས་པའི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་བཅས་པ་དང་རྒྱུ་མཚན་ནི་གནས་དང་ལུས་དང་ཡོངས་སྟོན་དུ་**  
**བསྟུས་པ་དང་། །རབ་ཏུ་ཞི་བ་འགོག་པ་དོན་ཏེ་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་བཅས་པ་ནི། །ཐ་མ་ཉིད་དུ་བཤད་པ་ཡི་ནོ། །དེ་ཁོ་ནའི་**  
**དོན་བསྟུས་པ་ནི་མདོར་བསྟུན། རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ་མེ་ལོང་ལྟ་བུའི་དེ་ཁོ་ན་དང་སྤྱང་བའི་དེ་ཁོ་ནའོ། །དེ་ལ་མེ་ལོང་ལྟ་བུ་**  
**ནི་རྩ་བའི་དེ་ཁོ་སྟེ་ལྟག་མ་རྣམས་དེ་ལ་སྤྱང་བའི་སྤྱིར་ལོ། །སྤྱང་བའི་ནི་རྣམ་པ་དགུ་སྟེ། ང་རྒྱལ་མེད་པའི་སྤྱང་བའི་དེ་**  
**ཁོ་ན་དང་། །སྤྱིན་ཅི་ལོག་གི་གཉིན་པོའི་སྤྱང་བ་དེ་ཁོ་ན་དང་། །ཉམ་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་སྤྱང་བའི་དེ་ཁོ་**  
**ན་དང་། །རགས་པས་ཡོངས་སུ་སྤྱིན་པར་བྱེད་ཅིང་ཕྱ་བས་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་བྱེད་པའི་སྤྱིར་ཐེག་པ་ཆེན་པོས་ངེས་པར་**  
**འབྱུང་བ་སྤྱང་བའི་དེ་ཁོ་ན་དང་། །དཔེ་ལ་བརྟེན་ཏེ་རིགས་པས་ཚར་གཅོད་པའི་སྤྱིར་པས་ཀྱི་རྟོལ་བ་ཚར་གཅོད་པ་སྤྱང་**  
**བའི་དེ་ཁོ་ན་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མངོན་པར་བཟོད་པ་སྤྱང་བའི་དེ་ཁོ་ན་དང་། ཤེས་བྱའི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་པ་**  
**སྤྱང་བའི་དེ་ཁོ་ན་དང་། མ་ནོར་བའི་དེ་བཞིན་ཉིད་མངོན་པར་བཟོད་པ་སྤྱང་བའི་དེ་ཁོ་ན་དང་། བདག་ཏུ་འཇིག་པའི་གཞི་**  
**ལ་དགོངས་པ་ཐམས་ཅད་རྟོགས་པར་སྤྱང་བའི་དེ་ཁོ་ནའོ། །བསྟན་བཅོས་དབྱས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས་དེ་ཁོ་**  
**ནའི་ལེའུར་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་གསུམ་པོ།**

མིང་ཚོག་ཡི་གའི་སྒོ་ནས་བཏགས་པ་དང་བཅས་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་ཚོས་གང་ཞིག་རྒྱུར་བཅས་ཞེས། རྒྱུ་ནི་ཀུན་  
གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ཉིད་དེ་དེ་ལ་བག་ཆགས་སྐྱ་ཚོགས་བསགས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཁམས་ལས་སྤྱང་བ་ཐམས་ཅད་བྱུང་  
བའོ། །རྒྱུ་མཚན་དང་བཅས་པ་ཞེས་མིང་གདགས་པའི་གཞིའམ་རྒྱུ་མཚན་གྱི་ནང་གི་སྤྱང་བ་རྣམས་ཏེ། གང་  
ཞེན། སྤྱི་ཡུལ་གྱི་ཆར་བསྟུས་པ་གནས་སྟོན་གྱི་འཇིག་རྟེན་རི་གླིང་སོགས་སུ་སྤྱང་བ་དང་། ལུས་སུ་སྤྱང་བ་  
སེམས་ཅན་སོ་སོའི་ལུས་དང་ཡོངས་སྟོན་དུ་སྤྱང་བ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དང་། རང་འཇིག་པའི་ཆར་བསྟུས་  
པ། ཉོན་མོངས་པའི་ཡིད་དང་། རྣམ་ཤེས་ཚོགས་ལྟ་དང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཞེས་ཡིད་གྱི་རྣམ་ཤེས་དང་བཅས་



པའི་ཚོགས་བདུན་པོ་དག་སྟེ། དེ་ལྟར་སྲི་ནང་གི་སྣང་བ་འདི་ཐམས་ཅད་ཀུན་གཞི་རྣམ་སྲིད་གྱི་ཚལོ། །འདི་  
ཐམས་ཅད་ནི་ལས་ཉོན་གྱི་རྒྱ་ལས་འདུས་བྱས་ཤིང་མི་རྟག་པའི་སྲིར་ན་འདུས་བྱས་ཞེས་བྱའོ། །རབ་ཏུ་ཞི་བ་  
འགོག་པ་དང་། དོན་ནི་ལམ་གྱིས་དམིགས་ཡུལ་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་བཅས་པ་འདི་དག་འདུས་མ་བྱས་པའོ།  
།དེ་བཞིན་ཉིད་གྱི་ཡུལ་ཅན་ལམ་དེ་ཡང་ཞི་བར་བྱེད་པས་ན་ཞི་བར་གཏོགས་ཤིང་ལས་ཉོན་གྱིས་འདུས་མ་  
བྱས་པའི་ཆ་ནས་འདུས་མ་བྱས་པའི་ཐ་སྐད་བཏགས་པ་ལ་འགལ་བ་མེད་ཀྱང་། ལམ་རང་གི་ངོ་བོ་སྐྱེ་འགག་  
དང་བཅས་པས་ན་འདུས་མ་བྱས་མཚན་ཉིད་པར་མི་བཞག་གོ། །འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་ལ་མཁས་པ་འདི་  
ནི་མཁས་བུའི་གནས་བཅུའི་ནང་གི་ཐ་མ་ཉིད་དུ་ལའད་པ་ཡིན་ནོ། །ལའད་ཚུལ་དེ་ལྟར་ན། དོན་བཅས་ཞེས་  
པ་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་། རབ་ཏུ་ཞི་བའོག་པ་འབྲས་བུ་མི་སློབ་ལམ་གྱི་ཆར་བསྐྱུ་ན། ཚོས་ལྷ་ལ་ཤེས་བྱ་ཐམས་  
ཅད་བསྐྱུས་ནས་དེའི་སྟེང་ནས་འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་གྱི་བྱུང་པར་སྐྱེ་སྐྱེ་འཛོག་ཚུལ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་འགོ་བ་  
ནི་སྲི་དང་བྱུང་པར་སེམས་ཅོམ་གྱི་ལུས་ལ་མཛེས་ཤིང་བུན་མོང་སྲིར་ནི། བཏགས་པ་དང་བཅས་ཤིང་རྒྱར་  
བཅས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་སྟེ། ཀུན་ཏུ་བཏགས་པའི་གཞིར་གྱུར་པ་དང་བཅས་ཤིང་། གཞན་  
དབང་གི་རྒྱ་ལས་སྐྱིས་པ་དང་བཅས་པའོམ། རྒྱ་ལས་སྐྱིས་པ་སྐྱེ་འགག་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་འདུས་བྱས་  
དང་། བཏགས་བཅས་དང་རྒྱ་རྒྱུན་ལས་སྐྱེ་བ་དང་འགག་པ་དེ་དག་རབ་ཏུ་ཞི་བ་གང་ཞིག་དོན་དང་བཅས་པ་  
སྟེ་གཏན་མེད་རི་བོང་གི་རྩ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པ་ཡོངས་གྲུབ་དེ་བཞིན་ཉིད་ལྟ་བུ་ནི་འདུས་མ་བྱས་པའོ།  
།ཞེས་ལའད་ཀྱང་དོན་གྱི་འགལ་བ་མ་མཐོང་ངོ་། །དབུས་མཐའ་རྣམ་འབྱེད་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གྱི་ལེན་ལེ་འབྲེལ་  
བའི་སྐབས་སོ། །།



# དུམ་པ་ཡལ་ཅེ་ནལ།

གཉིས་པ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ། ལམ་གྱི་ཚེས་དང་། ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་དང་། ལམ་གྱི་འབྲས་བུའོ། །དང་  
 བོ་། ལམ་གྱི་ཚེས་ ། ལམ་ལྔ་ལ་བྱང་ཕྱོགས་གྱི་ཚེས་སོ་བདུན་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་། དེ་དག་གནས་  
 སྐབས་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལམ་གྱི་ཁྱད་པར་བཤད་པའོ། །དང་བོ་། ལམ་ལྔ་  
 ལ་བྱང་ཕྱོགས་གྱི་ཚེས་སོ་བདུན་རྣམ་པར་བཞག་པ་ ། ལ་ཚོགས་ལམ་རྒྱུད་རྩལ་རྩལ་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་བཞི་  
 བཤད་པ། འབྲིང་པོར་ཡང་དག་སྤོང་བ་བཞི། ཚེས་པོར་རྩུ་འཕུལ་གྱི་རྒྱུད་པ་བཞི། སྤྱོད་ལམ་དོད་ཅི་གཉིས་སུ་  
 དབང་པོ་ལྔ་བཟོད་པ་ཚེས་མཚོག་གཉིས་སུ་སྤོབས་ལྔ། མཐོང་ལམ་དུ་བྱང་ཆུབ་ཡན་ལག་བདུན། སྒྲོམ་ལམ་  
 དུ་འཕགས་ལམ་བརྒྱད་བཤད་པའོ། །དང་བོ་། ཚོགས་ལམ་རྒྱུད་རྩལ་རྩལ་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་བཞི་བཤད་  
 པོ། ། གནས་ངན་ལེན་ཕྱིར་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- གནས་ངན་ལེན་ཕྱིར་སྤྱིད་རྒྱུའི་ཕྱིར། །
- གཞི་ཡི་ཕྱིར་དང་མ་རྗོངས་ཕྱིར། །
- བདེན་པ་བཞི་ལ་འཇུག་བྱ་བས། །
- དྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་བསྒྲོམ། །

གཉིན་པོ་བསྒྲོམ་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་གྱི་ཕྱོགས་བསྒྲོམ་པ་སྟེ་དེ་ལས་དྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་ལས་ལུས་གྱིས་ནི། གནས་

ངན་ལེན་རབ་ཏུ་སྟོན་ཏེ་དེ་ལ་ཡོངས་སུ་བརྟགས་པས་སྤྱད་བསྐལ་གྱི་བདེན་པ་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་དང་སྤྱིད་པའི་རྒྱུའི་  
 གཙོ་བོ་ནི་ཚོར་བ་སྟེ་དེ་ལ་ཡོངས་སུ་བརྟགས་པས་ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་དང་། །བདག་ཏུ་མངོན་  
 པར་ཞེན་པའི་གཞི་ནི་སེམས་ཉེ་དེ་ལ་ཡོངས་སུ་བརྟགས་པས་འགོག་པའི་བདེན་པ་ལ་འཇུག་པ་དེ་ཡི་ཕྱིར་དང་ཚེས་ལ་  
 ཡོངས་སུ་བརྟགས་པས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོས་ང་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བའི་ཚེས་ལ་མ་རྗོངས་པའི་ཕྱིར་ལམ་གྱི་བདེན་པ་  
 ལ་འཇུག་པས། །དེ་ལྟར་བདེན་པ་བཞི་ལ་འཇུག་པར་བྱ་བས། །དྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་བསྒྲོམ་པར་བྱའོ།

ལུས་ནི་གནས་ངན་ལེན་གྱི་གཞི་སྟེ། ཇི་ལྟར་ན་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་འདུ་བྱེད་པ་ནི་གནས་ངན་ལེན་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ། རྣམ་སྟོན་སྤྱད་བསྐལ་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ལུས་དེའི་དོན་ལ་དྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་པས་ནི་སྤྱད་  
 བསྐལ་གྱི་བདེན་པ་ལ་འཇུག་གོ། །ཚོར་བ་ནི་ཀུན་འབྱུང་གི་གཙོ་བོ་སྤྱིད་པའི་རྒྱུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ་ལ་ཡོངས་སུ་  
 བརྟགས་པས་ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་ལ་འཇུག་གོ། །སེམས་ནི་བདག་ཏུ་ལྟ་བའི་གཞི་མཐར་ཐུག་པ་ཡིན་པས་  
 དེ་ལ་བརྟགས་པས་འགོག་བདེན་ལ་འཇུག་སྟེ་བདག་མེད་པ་རྣམ་རིག་ཅམ་གྱི་དོན་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པའི་སྒོ་ནས་  
 བདག་ཆད་གྱིས་དོགས་པའི་སྤྱད་པ་མེད་པར་འགོག་པ་ལ་འཇུག་གོ། །ཚེས་ཐམས་ཅད་ལ་རྣམ་པར་བརྟག་  
 པའི་ཀུན་ཉོན་དང་རྣམ་བྱང་གི་ཚེས་ལ་རྗོངས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ལམ་བདེན་ལ་འཇུག་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་བདེན་པ་  
 བཞི་ལ་འཇུག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཐོག་མར་དྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་བཞི་སྒྲོམ་པ་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །

གཉིས་པ་ ། འབྲིང་པོར་ཡང་དག་སྤོང་བ་བཞི་ ། མི་མཐུན་ཕྱོགས་དང་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- མི་མཐུན་ཕྱོགས་དང་གཉིན་པོ་རྣམས། །
- རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་ཤེས་ན། །

དེ་དག་སྤོངས་སྤྱིར་བཏོན་འགྲུལ་ནི། །

རྣམ་པ་བཞི་དག་རབ་ཏུ་འབྱུང་། །

དེའི་འོག་ཏུ་ཡང་དག་པར་སྤོང་བ་རྣམས་སྟོན་ཏེ། འདི་ལྟར་དྲན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་བསྐྱོམས་པས་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་  
དང་གཉེན་པོ་རྣམས། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཡོངས་སུ་ཤེས་ན། །མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་དེ་དག་སྤོང་ཞིང་གཉེན་པོ་བསྐྱེད་  
པའི་སྤྱིར་བཏོན་འགྲུལ་ནི། །མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་མ་སྐྱེས་པ་མི་བསྐྱེད། །སྐྱེས་པ་སྤང་། །གཉེན་པོ་མ་སྐྱེས་པ་སྐྱེད། །སྐྱེས་  
པ་སྤེལ་བའི་བྱེ་བྲག་གིས། །རྣམ་པ་བཞི་དག་རབ་ཏུ་འབྱུང་འོ། །

དེ་ལྟར་དྲན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་བསྐྱོམས་པས་སྤང་བུ་མི་མཐུན་སྤྱོད་པ་དང་སྤོང་བྱེད་གཉེན་པོ་རྣམས་རྣམ་པ་  
ཐམས་ཅད་དུ་ཡོངས་སུ་ཤེས་ན། མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་དེ་དག་སྤོང་བའི་སྤྱིར་བཏོན་པོ་བསྐྱེད་པའི་བཏོན་  
འགྲུལ་ནི་རྣམ་པ་བཞི་དག་རབ་ཏུ་འབྱུང་སྟེ། མི་དགོ་བའི་ཚོས་སྐྱེས་པ་སྤོང་བའི་སྤྱིར་བཏོན་པ་དང་། མ་སྐྱེས་  
པ་མི་སྐྱེ་བའི་བཏོན་པ་དང་། དགོ་བའི་ཚོས་ལ་སྐྱེས་པ་སྐྱེ་བའི་སྤྱིར་བཏོན་པ་དང་། སྐྱེས་པ་མི་ཉམས་པའི་སྤྱིར་  
བཏོན་པ་དང་བཞི་འོ། །

གསུམ་པ་ ། ཆེན་པོར་རྩུ་འཕུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་བཞི་ ། ལ། དགོས་པ་དང་བཅས་ཏེ་རྩུ་འཕུལ་རྒྱུ་པ་བསྐྱེད་ཚུལ་  
མདོར་བསྟན། དེ་དག་གི་དོན་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ ། དགོས་པ་དང་བཅས་ཏེ་རྩུ་འཕུལ་རྒྱུ་པ་  
བསྐྱེད་ཚུལ་མདོར་བསྟན། ། དེར་གནས་ལས་སུ་རུང་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

དེར་གནས་ལས་སུ་རུང་བ་ཉིད། །

དོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་འབྱོར་བར་འགྱུར། །

ཉེས་པ་ལྷ་སྤོང་འདུ་བྱེད་བརྒྱུད། །

བརྟེན་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བའོ། །

དེ་སྤང་བའི་སྤྱིར་བཏོན་འགྲུལ་ཚོམ་པ་ན་དེར་སེམས་གནས་པ་ལས་སུ་རུང་བ་ཉིད་ནི་རྩུ་འཕུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་བཞི་པོ་དག་  
སྟེ། །དོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་འབྱོར་བར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་ལས་ལོ། །སྤྱོད་པ་འདུན་པ་དང་བཏོན་འགྲུལ་དང་སེམས་པ་  
དང་དཔྱེད་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་ཉིང་ངེ་འཛིན་བཞི་འོ། །དེ་སྤྱིར་ཡང་དག་པར་སྤོང་བའི་འོག་ཏུ་རྩུ་འཕུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་རྣམས་  
སོ། །ལས་སུ་རུང་བ་དེ་ཡང་ཉེས་པ་ལྷ་སྤོང་བའི་སྤྱིར་སྤོང་བའི་འདུ་བྱེད་བརྒྱུད། །བརྟེན་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བའོ། །

དེ་ལྟར་བཏོན་འགྲུལ་བརྩམས་པའི་སྟོན་པ་ཡུལ་དེར་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གནས་ནས་སེམས་ལས་སུ་རུང་བ་ཉིད་དུ་  
གྱུར་པས་ནི། མདོན་ཤེས་སོགས་གྱི་དོན་ཐམས་ཅད་འབྱོར་བར་འགྱུར་འོ། །དེ་ལྟར་སེམས་ལས་སུ་རུང་  
བའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་དེ་ཡང་ཉེས་པ་ལྷ་སྤོང་བར་བྱེད་པའི་འདུ་བྱེད་བརྒྱུད་བརྟེན་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བའོ། །

གཉེས་པ་ ། དེ་དག་གི་དོན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ ། ལ། སྤང་བུ་ཉེས་པ་ལྷ། གཉེན་པོ་འདུ་བྱེད་བརྒྱུད་བརྟེན་  
པའོ། །དང་པོ་ ། སྤང་བུ་ཉེས་པ་ལྷ། ། ལེ་ལོ་དང་དང་ནི་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ལེ་ལོ་དང་ནི་གདམས་ངག་རྣམས། །

བརྟེན་དང་བྱིང་དང་ཚོད་པ་དང་། །

འདུ་མི་བྱེད་དང་འདུ་བྱེད་དེ། །

འདི་དག་ཉེས་པ་ལྷར་འདོད་དོ། །

ཉེས་པ་ལྷ་པོ་དེ་དག་གང་ཞེ་ན། ཉིང་ངེ་འཛིན་བསྐྱོམ་པ་ལ་ལེ་ལོ་དང་ནི་བསྐྱོམ་ཚུལ་གྱི་གདམས་ངག་རྣམས། །བརྟེན་པ་



དང་བྱིང་བ་དང་ཚོད་པ་གཉིས་ཉེས་པ་གཅིག་ཏུ་བསྟུ་བ་དང་། །དེ་གཉིས་ཞི་བའི་ཕྱིར་འདུ་མི་བྱེད་པ་དང་རབ་ཏུ་ཞི་བའི་ཚེ་  
ཡང་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་ཉིད་དེ། །འདི་དག་ཉེས་པ་ལྟར་འདོད་དོ།

ཉིང་འཛིན་གྲུབ་པ་ལ་གོགས་བྱེད་པའི་ཉེས་པ་ལྟ་པོ་དེ་གང་ཞེ་ན། ལེ་ལེའི་དབང་གིས་བརྩོན་པ་ལ་མི་འཇུག་པ་  
དང་། ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་གདམས་ངག་རྣམས་བརྗེད་པ་དང་གཉིས་ནི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་སྦྱོར་བ་ལ་སྦྱིབ་པོ། ཉིང་  
དེ་འཛིན་གྱི་དངོས་གཞི་ལ་སྦྱིབ་པ་ནི་ནང་དུ་སྐྱུགས་ཏེ་བྱིང་བ་དང་། ཕྱི་རོལ་ཏུ་རྟོག་པ་སྣ་ཚོགས་འཕྲོ་བའི་ཚོད་  
པ་དེ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་བརྩིས་པའོ། ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་འཇུག་པའི་ཚེ་བྱིང་ཚོད་སོགས་བྱུང་བ་ན་སོ་སོའི་གཉིན་  
པོ་ཚུལ་བཞིན་འདུ་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་འདུ་མི་བྱེད་བ་ནི་སྦྱིབ་པའོ། །གཉིན་པོ་དེས་བྱིང་ཚོད་ཞི་བ་  
ན་ད་དུང་ཡང་འདུ་བྱེད་ཆེས་ན་དེ་ཉིད་ཚེས་གཡོ་བའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ན་ཕྱི་མ་འདི་གཉིས་ནི་ཉིང་དེ་འཛིན་གོང་  
ནས་གོང་དུ་བྱུང་པར་དུ་བྱེད་པ་ལ་སྦྱིབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་ལེ་ལོ་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་ནི་ཉེས་པ་ལྟར་  
འདོད་དོ། །

གཉིས་པ་ ། གཉིན་པོ་འདུ་བྱེད་བརྒྱུད་བརྟེན་པ་ ། ། གནས་དང་དེ་ལ་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- གནས་དང་དེ་ལ་གནས་པ་དང་། །
- རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཉིད་དུ་འོ། །
- དམིགས་པ་བརྗེད་པར་མ་གྱུར་དང་། །
- བྱིང་དང་ཚོད་པ་རྟོགས་པ་དང་། །
- དེ་སྦྱོང་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་དང་། །
- ཞི་ཚེ་རྣལ་དུ་འཇུག་པའོ། །

དེ་དག་གི་གཉིན་པོར་སྦྱོང་བའི་འདུ་བྱེད་བརྒྱུད་ཇི་ལྟར་རྣམ་པར་བཞག་ཅེ་ན། ཚུལ་བའི་གནས་འདུན་པ་དང་འདུན་པ་དེ་ལ་  
གནས་པ་ཚུལ་བ་དང་། །གནས་འདུན་པའི་རྒྱ་དང་བ་དང་གནས་པ་ཚུལ་བའི་འབྲས་བུ་ཤིན་ཏུ་སྦྱོང་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བའོ།  
།སྦྱོང་བའི་འདུ་བྱེད་ལྷག་མ་བཞི་ནི་དམིགས་པ་བརྗེད་པར་མ་གྱུར་པ་དང་། །བྱིང་དང་ཚོད་པ་རྟོགས་པ་ཤེས་བཞིན་  
དང་། །རྟོགས་ནས་དེ་སྦྱོང་བའི་ཕྱིར་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པའི་སེམས་པ་དང་། །བྱིང་བ་དང་ཚོད་པ་ཞི་བའི་ཚེ་རྣལ་དུ་འཇུག་  
པ་སེམས་བཏང་སྟོམས་སུ་བྱེད་པའོ།

ལེ་ལོ་སྤང་བའི་གཉིན་པོ་བཞི་ནི། དད་པ་འདུན་པ་ཚུལ་བ་ཤིན་སྤང་བཞི་ཡིན་ཏེ། ཤིན་སྤང་གྲུབ་ན་ལེ་ལོ་མི་  
འབྱུང་ལ། ཤིན་སྤང་དེ་ནི་ཚུལ་བས་འགྲུབ་ཅིང་། ཚུལ་བ་ནི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་འདུན་པའི་སྟོན་སྟེན་འགྲུབ་ལ།  
འདུན་པ་སྦྱོ་བ་ནི་ཐོག་མར་དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་ཤིང་དད་པས་སོ། །དེས་ན་ཚུལ་བའི་གནས་ནི་ཉིང་འཛིན་དེ་མངོན་  
པར་འདོད་པའི་འདུན་པ་དང་། འདུན་པ་དེ་ལ་གནས་པ་ཚུལ་བ་དང་། འདུན་པའི་རྒྱ་དང་པ་དང་། ཚུལ་བའི་  
འབྲས་བུ་ཤིན་ཏུ་སྤང་བ་ཉིད་དུ་གྱུར་པའོ། །དེས་ན་དེ་བཞིས་ལེ་ལོ་སྦྱོང་ངོ་། །དེ་བཞིན་དུ་ཉེས་པ་གཞན་བཞིའི་  
གཉིན་པོ་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་དྲན་པ་ཤེས་བཞིན་སེམས་པ་བཏང་སྟོམས་བཞི་སྟེ། དྲན་པས་གདམས་ངག་གི་  
དམིགས་པ་བརྗེད་པར་མ་གྱུར་པ་དང་། ཤེས་བཞིན་གྱིས་བྱིང་པ་དང་ཚོད་པ་བྱུང་བ་ཤེས་ཤིང་རྟོགས་པ་དང་།  
སེམས་པས་བྱིང་ཚོད་གྱི་ཉེས་པ་དེ་སྦྱོང་བའི་གཉིན་པོ་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་དང་། བཏང་སྟོམས་གྱིས་བྱིང་  
ཚོད་ཞི་ཚེ་རང་བབ་གྱིས་རྣལ་དུ་འཇུག་པའོ། །

བཞི་པ་ ། སྦྱོར་ལམ་དོད་ཅེ་གཉིས་སུ་དབང་པོ་ལྟ་ ། ། ཐར་པའི་ཆ་དང་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཐར་པའི་ཆ་དང་མཐུན་བསྟེན་ནས། །

འདུན་དང་སྐྱོར་བ་དབང་བྱེད་དང་། །  
དམིགས་པ་བརྗེད་པར་མ་གྱུར་དང་། །  
མི་འཕྲོ་རྣམ་པར་འབྱེད་ཀྱང་ངོ་། །

དེའི་འོག་ཏུ་དབང་པོ་རྣམས་ཉི་རྩུ་འཕུལ་གྱི་རྒྱུ་ལ་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ལས་སུ་རུང་བ་དང་ཐར་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པའི་  
དགོ་བའི་རྩ་བ་བསྐྱེད་ནས། །དད་པས་བདེན་བཞིན་སྒྲུང་དོར་ལ་འདུན་པ་ལ་དབང་བྱེད་པ་དང་བརྗེད་པ་ལྟོན་འགྲུས་ཀྱིས་དེ་ལ་  
སྐྱོར་བ་ལ་དབང་བྱེད་པ་དང་། །འདུན་པས་དེའི་དམིགས་པ་བརྗེད་པར་མ་གྱུར་པ་ལ་དབང་བྱེད་པ་དང་། །ཉིང་ངེ་འཛིན་  
གྱིས་སེམས་མི་འཕྲོ་བ་ལ་དབང་བྱེད་པ་དང་ཤེས་རབ་གྱིས་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལ་དབང་བྱེད་པ་དག་ཀྱང་ངོ་།

རྩུ་འཕུལ་གྱི་རྒྱུ་ལ་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ལས་སུ་རུང་བ་དང་། ཐར་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་  
བསྐྱེད་པར་བྱས་ནས་དད་པས་བདེན་བཞིན་སྒྲུང་དོར་ལ་འདུན་པ་ལ་དབང་བྱེད་པ་དང་། བརྗེད་པས་སྐྱོར་བ་  
ཉམས་ལེན་ལ་དབང་བྱེད་པ་དང་། འདིར་དབང་བྱེད་ཅེས་པ་འདི་ཚོགས་བཅད་གྱི་དབྱུས་སུ་བྱུང་བ་ནི་བར་གྱི་  
གསལ་བྱེད་ཅེས་བྱ་སྟེ། ཐོག་མཐའ་ཀུན་ལ་འང་དབང་བྱེད་ཅེས་སྐྱར་བར་བྱ་དགོས་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །འདུན་  
པས་དམིགས་པ་བརྗེད་པར་མ་གྱུར་པ་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་སེམས་གཞན་དུ་མི་འཕྲོ་བ་དང་། ཤེས་རབ་  
གྱིས་ཚོས་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལ་དབང་བྱེད་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་དང་པོ་ལྷན་རྣམ་གྲུབ་གི་ཚོས་འདྲིན་པར་བྱེད་  
དོ། །

ལྷན་པ་ ། བཟོད་པ་ཚོས་མཚོག་གཉིས་སུ་སྐྱོབས་ལྷན་ ། ལ། དངོས་དང་སྐྱོར་ལམ་དང་དབང་སྐྱོབས་སྐྱར་རྩུལ་  
གྱིས་མཐུག་བསྐྱབ་གཉིས། དང་པོ་ ། དངོས་ ། ། མི་མཐུན་སྐྱོགས་ནི་སྐབ་སོགས་གྱིས་བསྐྱར་ཉེ། །

མི་མཐུན་སྐྱོགས་ནི་སྐབ་པའི་སྐྱིར། །  
སྐྱོབས་ལྷན་འགྲུས་བྱ་སྐྱི་མ་ཡིན། །

དད་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཉིད་སྐྱོབས་དང་ལྷན་པར་གྱུར་པ་ལ་སྐྱོབས་ཞེས་བྱ་སྟེ་དད་པ་སོགས་མི་མཐུན་པའི་སྐྱོགས་ནི་  
སྐབ་པའི་སྐྱིར། །སྐྱོབས་དང་ལྷན་པའི་ཅེའི་སྐྱིར་དད་སོགས་དེ་དག་སྐྱིར་བསྐྱར་ཅེན། །འདི་ལྟར་སྐྱིར་མའི་འགྲུས་བྱ་སྐྱི་མ་  
ཡིན་ཉེ་དད་པར་གྱུར་པས་ནི་བརྗེད་འགྲུས་རྩོམ་མོ། །བརྗེད་འགྲུས་བརྗེད་པས་ནི་འདུན་པ་ཉེ་བར་གནས་སོ། །འདུན་པ་ཉེ་  
བར་གནས་པས་ནི་སེམས་མཉམ་པར་འཛོག་གོ། །སེམས་མཉམ་པར་བཞག་པས་ནི་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཤེས་སོ།

དད་པ་སོགས་ལྷན་པོ་དེའི་རང་རང་གི་མི་མཐུན་སྐྱོགས་མ་དད་པ་དང་ལེ་ལོ་དང་བརྗེད་ངས་དང་རྣམ་གཤམ་ངས་  
དང་སྐྱོངས་པའམ་ཤེས་འཆལ་རྣམས་ནི་སྐབ་པ་སྟེ་ཉམས་པར་གྱུར་པའི་སྐྱིར་ན། དད་སོགས་ལྷན་པོ་སྐྱོབས་དང་  
ལྷན་ཉེ་མི་མཐུན་སྐྱོགས་གྱིས་བརྗེད་མི་རུས་པས་ན་དད་པའི་སྐྱོབས་སོགས་སུ་བརྗེད་དེ། དེ་ལྟར་དབང་སྐྱོབས་དེ་  
དག་ཀྱང་སྐྱིར་མ་སྐྱིར་མའི་འགྲུས་བྱ་སྐྱི་མ་སྐྱི་མ་ཡིན་ཉེ། དད་པའི་དབང་གིས་བརྗེད་པ་དང་། དེའི་དབང་གིས་འདུན་  
པ་དང་། དེ་ལས་ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་སེམས་མཉམ་པར་བཞག་པས་ནི་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རབ་ཏུ་ཤེས་  
པའི་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ ། ། སྐྱོར་ལམ་དང་དབང་སྐྱོབས་སྐྱར་རྩུལ་གྱིས་མཐུག་བསྐྱབ་ ། ། དབང་པོ་རྣམས་དང་སོགས་གྱིས་  
བསྐྱར་ཉེ། །

དབང་པོ་རྣམས་དང་སྐྱོབས་རྣམས་ལ། །  
ངས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་གཉིས་གཉིས་སོ། །

དབང་པོ་རྣམས་དང་སྟོབས་རྣམས་ལ་དྲོ་བར་གྱུར་པ་དང་ཅེ་མོ་དག་གི་ཚོ་དབང་པོ་རྣམས་དང་བཟོད་པ་དང་ཚོས་མཚོག་ལ་  
སྟོབས་རྣམས་ཏེ། །ངེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་གཉིས་གཉིས་སོ།

དབང་པོ་ལྷ་པོ་རྣམས་དང་། སྟོབས་ལྷ་པོ་རྣམས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ལ་ངེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་ཏེ་སྦྱོར་ལམ་བཞི་པོ་  
གཉིས་གཉིས་སུ་འཛོག་པར་བྱ་སྟེ། ཇི་ལྟར་ན་དྲོད་དང་ཅེ་མོ་གཉིས་ཀྱི་དུས་ན་དབང་པོ་ལྷ་དང་། བཟོད་པ་ཚོས་  
མཚོག་གཉིས་ཀྱི་ཚོན་སྟོབས་ལྷ་ཡོད་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

དུག་པ་ ། མཐོང་ལམ་དུ་བྱང་རྒྱུ་ཡན་ལག་བདུན་ ། ། རང་བཞིན་ཡན་ལག་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ།

- རང་བཞིན་ཡན་ལག་གནས་ཡན་ལག །
- གསུམ་པ་ངེས་འབྱེད་ཡན་ལག་སྟེ། །
- བཞི་པ་ཕན་ཡོན་ཡན་ལག་ཡིན། །
- རྣམ་གསུམ་ཉོན་མོངས་མེད་ཡན་ལག །
- འདི་ལ་གཞི་དང་གནས་དང་ནི། །
- དངོས་པོ་ཉིད་དུ་བསྟན་པ་ཡིན། །

དེའི་འོག་ཏུ་མཐོང་བའི་ལམ་ལ་བྱང་རྒྱུ་ཀྱི་ཡན་ལག་རྣམས་ཏེ། །དེ་ཇི་ལྟར་རྣམ་པར་བཞག་ཅེ་ན། ཚོས་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་  
འབྱེད་པ་ནི་རང་བཞིན་གྱི་ཡན་ལག་དང་དྲན་པ་ནི་བྱང་རྒྱུ་ཀྱི་གནས་ཀྱི་ཡན་ལག་དང་། །གསུམ་པ་བརྩོན་འགྲུས་ནི་  
ངེས་པར་འབྱེད་བའི་ཡན་ལག་སྟེ། །བཞི་པ་དགའ་བ་ནི་ཕན་ཡོན་གྱི་ཡན་ལག་ཡིན་པ་དང་། །ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་བ་དང་ཉིང་ངེ་  
འཛིན་དང་བཏང་སྟོམས་རྣམ་པ་གསུམ་ནི་རྒྱན་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པའི་ཡན་ལག་སྟེ། །འདི་ལ་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་

ནི་རྒྱན་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པའི་གཞི་སྟེ་དེ་ནི་གནས་ངན་ལེན་གྱི་གཉེན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་ཉིང་ངེ་འཛིན་ནི་རྒྱན་ཉོན་  
ཉོན་མོངས་པ་མེད་པའི་གནས་དང་ནི། །བཏང་སྟོམས་ནི་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་ལོ།

བྱང་རྒྱུ་ཀྱི་ཡན་ལག་བདུན་ནི། དྲན་པ་དང་ཚོས་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་དང་། བརྩོན་འགྲུས་དང་། དགའ་  
བ་དང་། ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་། བཏང་སྟོམས་དང་བདུན་ལོ། །དེ་ལ་ཚོས་རབ་རྣམ་འབྱེད་  
ཀྱི་ཤེས་རབ་ནི་རང་བཞིན་གྱི་ཡན་ལག་ཅེས་བྱ་སྟེ། ཚོས་ཉིད་ཀྱི་བདེན་པ་མཐོང་བའི་ཤེས་རབ་ནི་མཐོང་ལམ་  
གྱི་ངོ་བོ་ཡིན་ལ། དེའི་ཕྱིར་བྱང་རྒྱུ་ཀྱི་ངོ་བོ་འམ་རང་བཞིན་ཞེས་བྱའོ། །དྲན་པ་ནི་བྱང་རྒྱུ་ཀྱི་གནས་ཀྱི་ཡན་  
ལག་སྟེ་ཡོན་ཏན་གྱི་གནས་སུ་གྱུར་པའོ། །གསུམ་པ་བརྩོན་འགྲུས་ནི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལས་འདེའ་བར་བྱེད་  
པའི་ཕྱིར་ངེས་འབྱེད་གི་ཡན་ལག་དང་། བཞི་པ་དགའ་བ་ཕན་ཡོན་གྱི་ཡན་ལག་ཡིན་ཏེ་ལམ་དེ་དག་ལས་ཐོབ་  
པའི་ཡོན་ཏན་ལོ། །ཤིན་སྦྱངས། ཉིང་འཛིན། བཏང་སྟོམས་རྣམ་པ་གསུམ་ནི་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་ཡན་ལག་  
སྟེ། དེ་ཡང་འདི་གསུམ་ལ་ཤིན་སྦྱངས་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་གཞི་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་  
གནས་དང་། བཏང་སྟོམས་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་ལོ། །

བདུན་པ་ ། སྟོམས་ལམ་དུ་འཕགས་ལམ་བརྒྱུད་བཤད་པ་ ། ། ཡོངས་སུ་གཅོད་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- ཡོངས་སུ་གཅོད་དང་གོ་བྱེད་དང་། །
- རྣམ་གསུམ་གཞན་ཡིད་ཚེས་པར་བྱེད། །
- མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་གཉེན་པོར་ནི། །
- ལམ་གྱི་ཡན་ལག་དེ་བརྒྱུད་དོ། །
- ལྷ་དང་རྩལ་གྱི་མས་ཡོ་བྱེད་བསྟུངས། །



གཞན་ལ་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་འདོད། །

ཉོན་མོངས་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་དབང་། །

མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་གཉེན་པོའོ། །

དེའི་ལོག་ཏུ་བསྐྱོམ་པའི་ལམ་གྱི་ཚེ་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་རྣམས་ཉེ་དེ་དག་ཇི་ལྟར་རྣམ་པར་བཞག་ཅེས། ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་ནི་ཡོངས་སུ་གཅོད་པའི་ཡན་ལག་སྟེ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་རྗེས་ལས་ཐོབ་པ་འཇིག་རྟེན་པ་དེས་རང་གི་རྟོགས་པ་ཡོངས་སུ་གཅོད་པ་དང་ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་དག་ནི་གཞན་ལ་གོ་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་སྟེ་ཀུན་ནས་སྤོང་བ་དང་བཅས་པའི་དག་གིས་དེ་གོ་བར་བྱེད་པ་དང་། །ཡང་དག་པའི་དག་དང་ལས་ཀྱི་མཐའ་དང་འཚོ་བ་སྟེ་རྣམ་པ་གསུམ་ནི་གཞན་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་དང་། །མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་གཉེན་པོར་ནི་ཡང་དག་པའི་རྩོལ་བ་དང་དྲན་པ་དང་ཉིང་ངེ་འཇིག་རྟེ། །དེ་ལྟར་ན་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་དེ་བརྒྱད་དོ། །དེའང་ཡང་དག་པའི་དག་གིས་ལྟ་བུ་དང་ཡང་དག་པའི་ལས་ཀྱི་མཐའ་ནི་རྩོལ་བྱིས་སྤྲུངས་པ་རྣམས། །གཞན་ལ་རྣམ་པར་རིག་པར་བྱེད་པ་འདོད་ལ། །ཡང་དག་པའི་རྩོལ་བས་སྐྱོམ་སྤང་ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོར་བྱེད་པ་དང་ཡང་དག་པའི་དྲན་པས་ཞི་གནས་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་རྣམས་ལ་དྲན་པ་ཤིན་ཏུ་ཉེ་བར་གནས་པས་བྱིང་བ་དང་རྒྱོད་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོར་བྱེད་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་ཉིང་ངེ་འཇིག་གིས་བསམ་གཏན་ལ་གནས་ནས་མངོན་ཤེས་ལ་སོགས་པ་ཡོན་ཏན་བྱེད་པར་ཅན་ལ་དབང་བྱེད་མི་རུས་པའི་སྟོམས་འཇུག་གི་སྤྱིབ་པའི་གཉེན་པོར་བྱེད་པས། །མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་གཉེན་པོའོ།

འདི་ལྟར་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་དང་། རྟོག་པ་དང་། དག་དང་། ལས་ཀྱི་མཐའ་དང་། འཚོ་བ་དང་། རྩོལ་བ་དང་། དྲན་པ་དང་ཉིང་ངེ་འཇིག་རྟེ་འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ཏུ་གསུངས་པ་དེ་དག་ལས་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་ནི་དོན་ཇི་ལྟར་བཞེན་ཏུ་ཡོངས་སུ་གཅོད་པར་བྱེད་པའི་བདག་ཉིད་དེ་མཐོང་བའི་ལམ་གྱིས་

ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་མཐོང་བའི་རྗེས་ལས་ཐོབ་པའི་ཤེས་རབ་རྗེ་མ་མེད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ངེས་པར་ཤེས་པའི་རྩོལ་བྱིས་རྟོགས་པའི་དོན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་འཇིག་པའམ་ཡོངས་སུ་གཅོད་པའོ། །ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ་དང་དག་གཉེས་ནི་གཞན་ལ་གོ་བར་བྱེད་པ་སྟེ། རང་ཉིད་ཀྱིས་ཇི་ལྟར་ཁོང་ཏུ་རྒྱུད་པའི་དོན་རྣམས་སྟོན་པའི་ཀུན་སྤོང་ལ་རྟོག་པ་དང་། དེས་ཀུན་ནས་བསྐྱང་སྟེ་དག་ཏུ་བཞེད་པ་ནི་དག་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་རྗེ་མ་མེད་པའི་ཡང་དག་པ་ཅན་ནོ། །དག་ལས་མཐའ་འཚོ་བ་རྣམ་པ་གསུམ་ནི། གཞན་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད་པ་སྟེ་ཇི་ལྟར་ན་ཡང་དག་པའི་དག་གིས་ལྟ་བུ་རྣམ་པར་དག་པ་གཞན་ལ་རིག་པར་བྱེད་ཅིང་གཞན་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་ལམ་གྱི་མཐའ་ནི། སྤྱིག་རྟོ་མི་དགོ་བའི་ཆོས་ཀུན་ཏུ་མི་སྤོང་པ་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་ཐོབ་པའི་འཕགས་པ་དབྱེས་པའི་རྩོལ་བྱིས་ལམ་པས་དེས་རྩོལ་བྱིས་སྤྲུངས་པར་དག་པ་གཞན་ལ་རིག་པར་བྱེད་ཅིང་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད། ཡང་དག་པའི་འཚོ་བ་ནི་འཕགས་པ་རྣམས་ལོག་པའི་འཚོ་བ་ཁ་གསགས་སོགས་དང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཏུ་བྱལ་བ་ཡིན་པས། དེས་ཡོ་བྱེད་བསྐྱང་བ་དང་ལྡན་པ་གཞན་ལ་རིག་པར་བྱེད་ཅིང་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཏུ་འདོད་དོ། །

རྩོལ་བ་དང་ཉིང་ངེ་འཇིག་དང་དྲན་པ་གསུམ་ནི་ལམ་གྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་གཉེན་པོར་ནི་གྱུར་པ་སྟེ། ཇི་ལྟར་ན་རྩོལ་བས་སྐྱོམ་སྤང་གི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་སྤོང་བ་དང་། དྲན་པས་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་བྱིང་རྒྱོད་སྤོང་སྟེ། ཞི་གནས་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་རྣམས་ལ་དྲན་པ་ཤིན་ཏུ་ཉེ་བར་འཇིག་པའི་སྤྱིར་རོ། །

ཉིང་ངེ་འཇིག་ནི་ཡོན་ཏན་བྱེད་པར་ཅན་ལ་དབང་འབྱོར་བའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་གཉེན་པོར་གྱུར་པ་ཡིན་ཏེ། བསམ་གཏན་ལ་གནས་ནས་མངོན་ཤེས་སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བསྐྱབ་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེས་ན་འཕགས་པའི་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་ནི་ལྟ་བུ་སོགས་དེ་རྣམ་པ་བརྒྱད་དོ། །

གཉེས་པ་གནས་སྐབས་གསུམ་ཏུ་དབྱེ་བ་ནི། རྗེས་སུ་མཐུན་པ་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

རྗེས་སུ་མཐུན་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག། །  
རྗེས་སུ་འབྲེལ་བཅས་བསྐྱོད་པ་དང་། །  
ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་ཕྱིན་ཅི་ལོག། །  
རྗེས་སུ་འབྲེལ་མེད་བསྐྱོད་པ་ལོ། །

གཉེན་པོ་བསྐྱོད་པ་དེ་མདོར་བསྐྱེད་ཅུ་རྒྱུ་ལ་གསུམ་དུ་རིག་པར་བྱ་སྟེ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་རྗེས་སུ་མཐུན་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་  
ཚོགས་སྐྱེར་བའི་བསྐྱོད་པ་དང་། །ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་བསྐྱོད་པར་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་དང་བཅས་ཤིང་ངོ་བོ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལས་  
བསྐྱོད་པ་འཕགས་པ་སྐྱོབ་པའི་བསྐྱོད་པ་དང་། །ངོ་བོ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་ཅིང་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་དང་། །རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་མེད་པ་  
མི་སྐྱོབ་པའི་བསྐྱོད་པ་ལོ།

ལམ་ཐམས་ཅད་གནས་སྐབས་རྣམ་པ་གསུམ་གྱིས་བསྐྱུས་ཏེ། ཚོགས་སྐྱེར་བས་དྲན་ཉེ་སོགས་ཀྱི་སྐྱོན་སེལ་ལམ་  
བསྐྱོད་པ་ནི། ཐོས་བསམ་གྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་གཞུགས་པས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་ལ། བདག་མེད་  
པའི་དོན་སྤྱི་ལ་བདག་མེད་ཀྱི་རང་མཚན་དུ་ཞེན་པས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དང་ལྡན་པའི་གནས་སྐབས་སོ། །མཐོང་  
སྐྱོད་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྐྱོབ་པ་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནའང་བདག་མེད་ཀྱི་དོན་མདོན་  
སུམ་མཐོང་བས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལས་བསྐྱོད་པ་འདྲ་ཡིན་ནོ། །སྐྱོད་པ་མཐར་ཕྱིན་པ་མི་སྐྱོབ་པ་མི་སྐྱོབ་ལམ་ནི་  
ཚོས་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་གཟིགས་པ་དང་སྐྱོབ་པ་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་སྤངས་པས་ན། ཕྱིན་  
ཅི་ལོག་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་མེད་པར་བསྐྱོད་པ་ལོ། །

གསུམ་པ་ ། བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་ལམ་གྱི་ཁྱད་པར་བཤད་པ། ། བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་སོགས་ཀྱིས་  
བསྐྱེད་ཏེ། །

བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ནི། །  
དམིགས་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་། །  
འཕྲོག་པས་དེ་ནི་ཁྱད་པར་འཕགས། །

ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་རང་གི་རྒྱུ་དུ་གཏོགས་པའི་ལུས་ལ་སོགས་པ་ལ་དམིགས་ལ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་  
དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ནི། །བདག་དང་གཞན་གྱི་རྒྱུ་དུ་གཏོགས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་པ་དང་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་  
རྒྱས་རྣམས་ནི་ལུས་ལ་སོགས་པ་མི་ཉག་པ་ལ་སོགས་པར་ཡིད་ལ་བྱེད་ལ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་མི་དམིགས་  
པའི་རྒྱུ་གྱིས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་། །ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་ཅི་ནས་ཀྱང་ལུས་ལ་སོགས་པ་དང་བྲལ་  
བའི་ཕྱིར་བསྐྱོད་ལ། །བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་འབྲེལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡང་མ་ཡིན་མི་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་ཡང་མ་  
ཡིན་གྱི། མི་གནས་པའི་སྤངས་ལས་འདས་པའི་ཕྱིར་བསྐྱོད་སྟེ་དེ་བས་ན་འཕྲོག་པས་ཀྱང་དེ་ནི་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་སོ།

བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ལམ་དྲན་ཉེ་སོགས་སྐྱོད་པ་ནི་ཁྱད་པར་གསུམ་གྱིས་འཕགས་ཏེ་གང་ཞེ་  
ན། དམིགས་པ་རང་གཞན་གཉིས་ཀའི་རྒྱུ་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱད་པར་དམིགས་ནས་  
བདག་མེད་གཉིས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་ལྟ་བས་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་། ཉན་རང་གི་ནི་རང་གི་རྒྱུ་གྱི་ཚོགས་གཙོ་བོར་བྱས་  
ནས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་ཅོམ་ལ་དམིགས་པས་རྒྱ་རྒྱུང་བའོ། །ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ནི་ཉན་རང་གིས་མི་ཉག་  
སོགས་ཀྱི་མཚན་མར་ཡིད་ལ་བྱེད་ཅིང་། བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་ཉག་མི་ཉག་སོགས་སྐྱོ་སྐྱུར་ཐམས་ཅད་དང་  
བྲལ་ཏེ་མི་དམིགས་པའི་རྒྱུ་གྱིས་ཡིད་ལ་བྱེད་དོ། །

འབྲེལ་བུ་ཐོབ་རྒྱུ་ཀྱང་ཉན་རང་རྣམས་ལུས་མི་གཙང་སོགས་དང་འབྲེལ་ཞིང་དམན་པའི་སྤང་འདས་  
ཐོབ་ལ། བྱང་སེམས་རྣམས་ལུས་སོགས་དང་འབྲེལ་མི་འབྲེལ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱིར་མ་ཡིན་པར་མི་གནས་པའི་སྤང་  
འདས་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་བསྐྱོད་པས་ན་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྐྱོད་པ་དེ་ནི་དེ་ལྟར་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་སོ། །



གཉིས་པ་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་ལ། གནས་སྐབས་དགུར་བཞག་པ་དང་། གསུམ་དུ་བཞག་པ་གཉིས། དང་པོ་  
། གནས་སྐབས་དགུར་བཞག་པ་། ལ་དངོས་དང་། དེའི་རྣམ་བཞག་བསྟན་པ་གཉིས། དང་པོ་། ལ་དངོས་། །  
རྒྱ་ཡི་གནས་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

རྒྱ་ཡི་གནས་དང་ལྷགས་པ་དང་། །

སྦྱོར་དང་འབྲས་བུ་བརྗོད་པ་དང་། །

བྱ་དང་བྱ་མེད་བྱུང་པར་དང་། །

དེ་ནི་སྐྱ་མ་སྐྱ་ན་མེད། །

གཉིན་པོ་བསྐོས་པ་དེའི་གནས་གང་ཞེ་ན། རྒྱ་ཡི་གནས་ནི་རིགས་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་དང་ལྷགས་པའི་གནས་ནི་  
སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་། སྦྱོར་བའི་གནས་ནི་སེམས་བསྐྱེད་ནས་འབྲས་བུ་མ་ཐོབ་ཚུན་ཆད་དང་འབྲས་བུའི་གནས་སུ་  
བརྗོད་པ་ནི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་དང་། །བྱ་བ་དང་བཅས་པའི་གནས་ནི་སྦྱོབ་པ་དང་བྱ་བ་མེད་པའི་གནས་ནི་མི་སྦྱོབ་པ་དང་  
བྱུང་པར་གྱི་གནས་ནི་མངོན་ཤེས་སོགས་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱུང་པར་དང་ལྡན་པ་དང་། །དེ་ནི་སྐྱ་མའི་གནས་ནི་བྱང་རྒྱ་སེམས་  
དཔལ་དང་སྐྱ་ན་མེད་པའི་གནས་ནི་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་།

ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་ལ་རྣམ་པ་དགུས་བཤད་དེ། རྒྱའི་གནས་ནི་རིགས་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་དང་།  
ལྷགས་པ་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་གནས་སྐབས་དང་། སྦྱོར་བ་ཞེས་པ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་དང་པོ་  
མ་ཐོབ་བར་དུ་དང་། འབྲས་བུ་ཉིད་བརྗོད་པ་ས་དང་པོ་ཐོབ་པ་དང་། ལམ་ལ་འབད་རྩོལ་གྱི་བྱ་བ་དང་བཅས་པ་  
ས་གཉིས་པ་ནས་ས་བདུན་པའི་བར་དང་། འབད་རྩོལ་གྱི་བྱ་བ་མེད་པའམ་མི་སྦྱོབ་པས་བརྒྱུད་པ་དང་། སོ་སོ་  
ཡང་དག་རིག་པ་དང་མངོན་ཤེས་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་བྱུང་པར་ཅན་དང་ལྡན་པ་ས་དགུ་པ་དང་།

དེ་བཞིན་དུ་ནི་སྦྱོབ་པའི་ས་ཀུན་ལས་སྐྱ་མ་ཉིད་དུ་གྱུར་པས་བཅུ་པ་དང་། སྐྱ་ན་མེད་པ་མི་སྦྱོབ་པ་ལམ་སངས་  
རྒྱས་ཉིད་ཀྱི་ས་ཏེ་དེ་ལྟར་རྣམ་པ་དགུའོ། །

གཉིས་པ་། ལ་དངོས་བཞག་བསྟན་པ་། ། མོས་པ་དང་ནི་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

མོས་པ་དང་ནི་འཇུག་པ་དང་། །

ངེས་པར་འབྱུང་དང་ལུང་བསྟན་དང་། །

བརྗོད་པ་དང་ནི་དབང་བསྐྱར་དང་། །

སྦྱིན་པ་དང་ནི་ཕན་ཡོན་དང་། །

བྱ་བ་བསྐྱབ་པ་བསྟན་པའོ། །

མོས་པའི་གནས་ནི་བྱང་རྒྱ་སེམས་དཔལ་རྣམས་ཀྱི་མོས་པས་སྦྱོད་པའི་ཐམས་ཅད་དང་ནི་འཇུག་པའི་གནས་ནས་དང་པོ་  
དང་། །ངེས་པར་འབྱུང་བའི་གནས་ནི་དེའི་འོག་ས་དུག་པོ་དག་དང་ལུང་བསྟན་པའི་གནས་ནི་ས་བརྒྱུད་པ་དང་། །བརྗོད་  
པའི་གནས་ནི་ས་དགུ་པ་དང་ནི་དབང་བསྐྱར་བའི་གནས་ནི་ས་བཅུ་པ་དང་། །སྦྱིན་པའི་གནས་ནི་ཚོས་ཀྱི་སྐྱ་དང་ནི་ཕན་  
ཡོན་གྱི་གནས་ནི་ལོངས་སྦྱོད་རྫོགས་པའི་སྐྱ་དང་། །བྱ་བ་བསྐྱབ་པའི་གནས་ནི་སྐྱལ་པའི་སྐྱ་རུ་བསྟན་པའོ།

དེ་ལ་གོང་དུ་བཤད་པ་དེ་ལས་གཞན་པའི་རྣམ་གྲངས་ཀྱང་རིགས་དང་ལྷགས་པ་དང་སྦྱོར་བས་བསྟུས་པ་  
རྫོགས་སྦྱོད་ཀྱི་ལམ་ལ་གནས་པ་ནི། མོས་པས་སྦྱོད་པའི་གནས་སྐབས་ཞེས་བྱ་བ་དང་། འདས་པའི་ལམ་  
ལ་དངོས་སུ་འཇུག་པས་དང་པོ་དང་། གཉིས་པ་ནས་བདུན་པའི་བར་དུ་འབད་པའི་སྦྱོན་ས་སྦྱོང་གྱི་ལས་ངེས་  
པར་འབྱུང་བ་དང་། ས་བརྒྱུད་པར་ལུང་བསྟན་ཐོབ་པ་དང་། དགུ་པར་ཡང་དག་རིག་པ་བཞི་གཏུལ་བྱ་ལ་



ཚོས་བརྗོད་པ་དང་། ས་བཅུ་པར་འོད་ཟེར་ཆེན་པོས་དབང་བསྐྱུར་བ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་ཕྱིན་པ་ཚོས་  
ཀྱི་སྐྱུ་དང་། ཕན་ཡོན་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པ་ལོངས་སྐྱུ་དང་། གདུལ་བུའི་དོན་གྱི་བྱ་བ་བསྐྱུབ་པ་སྐྱུལ་པའི་སྐྱུ་དང་།  
གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་བྱས་ནས་དེ་ལྟར་གནས་སྐབས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་དགུར་ཡང་བསྟན་པའོ། །

གཉིས་པ་ ། གསུམ་དུ་བཞག་པ་ ། ། ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་རྣམ་གསུམ་སྟེ། །
- མ་དག་མ་དག་དག་པ་དང་། །
- རྣམ་པར་དག་པར་ཅི་རིགས་སྐྱུར། །
- འདི་ལས་ཇི་ལྟར་འོས་འོས་སུ། །
- གང་ཟག་རྣམ་པར་གཞག་པར་འདོད། །

ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། མ་དག་པའི་གནས་ནི་རྒྱུའི་གནས་ནས་ཉེ་བར་བཟུང་སྟེ་སྐྱོར་བའི་བར་དུ་དང་མ་  
དག་པ་དང་དག་པའི་གནས་ནི་སྐྱོབ་པ་རྣམས་དང་། །རྣམ་པར་དག་པར་གྱུར་པའི་གནས་ནི་མི་སྐྱོབ་པ་སྟེ་ཅི་རིགས་སུ་  
སྐྱུར་ཏེ། །གནས་རབ་དུ་དབྱེ་བ་འདི་ལས་ཇི་ལྟར་འོས་འོས་སུ། །འདི་ནི་རིགས་ལ་གནས་པའོ་འདི་ནི་ལྷགས་པའོ་ཞེས་  
གང་ཟག་རྣམ་པར་གཞག་པར་འདོད་དོ།

ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་གི་གནས་སྐབས་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། ངི་མས་མ་དག་པ་སེམས་ཅན་  
གྱི་གནས་སྐབས་དང་། སྐྱིབ་པ་མཐའ་དག་མ་དག་ལ་ཅི་རིགས་དག་པ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་གནས་སྐབས་  
དང་། ལེན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཏེ་རྣམ་པ་གསུམ་པོ་འདི་ནི་སྐྱང་རྒྱུ་གྱི་

ངོས་ནས་ཐ་སྐྱོད་ཇི་ལྟར་རིགས་པར་སྐྱུར་བ་སྟེ། ཇི་ལྟར་ན་གོང་དུ་བཤད་པའི་གནས་སྐབས་དགུ་ཚན་གཉིས་པོ་  
འདི་ལས་ཇི་ལྟར་འོས་འོས་སུ་གང་ཟག་གསུམ་པོ་ལམ། གནས་སྐབས་གསུམ་པོ་རྣམ་པར་བཞག་པར་འདོད་  
དེ། རྒྱ་དང་ལྷགས་པ་སྐྱོར་བ་མོས་པའི་གནས་སྐབས་ལ་གནས་པ་ནི་མ་དག་པ་སེམས་ཅན་གྱི་གནས་སྐབས་  
སོ། །འབྲས་བུ་རྣམས་སྒྲ་མའི་བར་ལྡ་དང་། འཇུག་པ་ནས་དབང་བསྐྱུར་བའི་བར་གྱི་ལྡ་སྟེ་བཅུ་པོ་དེ་ལ་གནས་པ་  
ནི་དག་མ་དག་གཉིས་ལྡན་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་གྱུར་པ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་སས་བསྐྱུས་པའོ། །དེའི་ལྷག་  
མ་སྒྲ་མེད་དང་ཕྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་སྟེ་བཞི་མི་སྐྱོབ་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སས་བསྐྱུས་པ་ལེན་ཏུ་རྣམ་དག་  
གི་གནས་སྐབས་སོ། །དེ་ལ་བྱ་མེད་ཅེས་པ་འདི་ལ་མི་སྐྱོབ་པ་ཞེས་དང་། སྒྲ་མ་ཞེས་པ་འདི་ལ་ཉན་ཐོས་ལ་  
སོགས་པ་བས་སར་ལྷགས་པའི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའོ་ཞེས་དབྱིག་གཉིས་གྱིས་གསུངས་པའི་དོན། སྐྱོ་བཏྟན་  
གྱིས་མི་སྐྱོབ་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་དང་། ཉན་ཐོས་སོགས་ལས་བདག་མེད་གཉིས་ཀ་རྗོགས་པར་རྟོགས་པས་  
ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་སར་ལྷགས་པ་ཞེས་འགྲེལ་པར་མཛད་པ་ལྟར་ན། སྒྲ་མེད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་ཡར་  
སྐྱུར་བ་དང་། སྒྲ་མ་ས་བཅུ་པ་ལ་མི་སྐྱུར་བར་སྐྱིར་སྐྱུར་བར་མཛད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་ས་བཅུ་པ་དང་བརྒྱད་པའི་  
གནས་སྐབས་དམིགས་བསལ་ཏེ་མ་བསྟན་པ་དང་། མི་སྐྱོབ་པ་དང་སྒྲ་མ་མེད་པ་སྐྱོས་པ་དང་། དགུ་ཚན་སྡེ་  
ཕྱིའི་བྱུང་པར་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་མི་འབྱོར་བ་དང་། སར་ལྷགས་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱང་གོང་མ་རྣམས་དང་།  
དོན་གྱིས་སྐྱོས་པ་སོགས་བཤད་རྒྱུ་ལ་ཅུང་མི་བདེ་འདྲ་བས། དབྱིག་འགྲེལ་དུ་གསུངས་པའི་མི་སྐྱོབ་པ་ནི་ལམ་  
ལ་སྐྱོབ་པའི་འབད་རྩོལ་མེད་པའི་དོན་ཡིན་གྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་མ་ཡིན་ལ། ཉན་རང་ལས་འཕགས་པའི་སར་  
ལྷགས་པ་ཞེས་པ་ཉན་རང་སོགས་དང་། སྐྱོབ་པའི་བྱང་སེམས་ས་དགུ་པ་མན་ཆད་གྱི་སྒྲ་མར་གྱུར་པའི་ས་བཅུ་  
པ་ལ་ལྷགས་པ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ནའང་འགལ་བ་མེད་པར་མ་ཟད། དགུ་ཚན་སྡེ་ཕྱིའི་གོ་རིམ་འབྱོར་པ་དང་།  
གོང་འོག་གི་དོན་ཐམས་ཅད་མ་འཇུགས་པར་གོ་བའི་གནས་ལེགས་པོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་འདི་ལྟར་བཤད་པ་ནི་  
རང་ཁོ་ནས་སྐྱས་པ་ལས་གཞན་ལས་དེ་ལྟར་མ་མཐོང་བས་སྐྱུར་ཡང་སྐྱོ་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་དབྱུད་པར་འཚལ་

ལོ། །

གསུམ་པ་ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་ལ། འབྲས་བུ་ལྟ་སྒྲིབ་བསྟན། ལམ་གྱི་ངོས་ནས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་། འབྲས་བུ་ལྟ་སྒྲིབ་བསྟན། ། ལྟོད་རྒྱུར་རྣམ་པར་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

སྟོད་རྒྱུར་རྣམ་པར་སྒྲིན་བརྗོད་དང་། །  
དེ་ཡི་དབང་གིས་སྟོབས་དང་ནི། །  
འདོད་དང་འཕེལ་དང་རྣམ་དག་སྟེ། །  
དེ་དག་འབྲས་བུ་གོ་རིམས་བཞིན། །

འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་གང་ཞེ་ན། ལྟོད་རྒྱུར་པ་དེ་ནི་གང་དགོ་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པར་བརྗོད་པ་  
དང་། ལྟོད་རྒྱུར་པ་དེ་ཡི་དབང་གིས་དགོ་བ་ཤས་ཆེར་རྒྱུར་པ་སྟོབས་དང་ནི། ལྟོན་གོམས་པར་བྱས་པས་དགོ་བ་  
འདོད་པ་དང་ད་ལྟོ་གོམས་པས་དགོ་བ་འཕེལ་བ་དང་སྒྲིབ་པ་སྟོང་བས་རྣམ་པར་དག་པ་སྟེ། །དེ་དག་འབྲས་བུ་ལྟ་དང་གོ་  
རིམ་བཞིན་དང་།

ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་སྒྲིབ་བསྟོམས་ན་རྣམ་པ་ལྟར་འདུ་སྟེ། དགོ་བ་སྤྱད་པའི་འབྲས་བུ་སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེ་བ་  
རྣམས་སུ་དགོ་བའི་སྟོད་རྒྱུར་པའི་རྟེན་ཐོབ་པ་ནི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་འབྲས་བུར་བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ། གང་དགོ་  
བའི་སྟོད་རྒྱུར་པ་མི་ཁོམས་པ་བརྒྱད་དང་བྲལ་བའི་ལུས་རྟེན་བཟང་པོ་རྟོད་པ་དང་། ཡིད་དགོ་བ་ལ་འཇུག་  
པ་ནི། དགོ་བའི་ཚོས་རྣམས་སྐྱེ་བའི་སྟོང་མ་སྟོད་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། དེ་དགོ་བ་སྤྱ་མའི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་འབྲས་བུ་  
ཡིན་ནོ། །སྟོད་རྒྱུར་པ་དེའི་དབང་གིས་དག་པ་སྤྱབ་པ་ལ་སྟོབས་དང་ལྡན་པ་བདག་པོའི་འབྲས་བུ་

དང་ནི། དགོ་བ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བྱེད་པར་འདོད་པ་རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་དང་། ཚོ་འདིར་དགོ་བ་སྤྱ་མ་གོམས་  
པའི་མཐུ་ལས་སྤར་མེད་པ་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པ་སྐྱེས་བུ་བྱེད་པའི་འབྲས་བུ་དང་། མི་མཐུན་  
སྟོགས་རྣམ་པར་དག་པ་བྲལ་བའི་འབྲས་བུ་སྟེ། དེ་ལྟར་བཤད་མ་ཐག་པ་དེ་དག་ནི་ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་ལ།  
དེ་ཡང་སྤྱ་མ་སྤྱ་མ་ལས་སྤི་མ་སྤི་མ་འབྱུར་བའི་རྒྱལ་གྱིས་གོ་རིམ་བཞིན་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ ། ལམ་གྱི་ངོས་ནས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ ། ནི། སྤི་མ་སྤི་མ་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

སྤི་མ་སྤི་མ་ཐོག་མ་དང་། །  
དེ་གོམས་བྱས་དང་རྗོགས་པའོ། །  
རྗེས་སུ་མཐུན་དང་མི་མཐུན་སྟོགས། །  
བྲལ་བ་དང་ནི་བྱད་པར་དང་། །  
གྲ་མ་དང་ནི་གྲ་ན་མེད། །  
འབྲས་བུ་གཞན་ཏེ་མདོར་བསྟུས་པའོ། །

བསྟན་བཅོས་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས། །གཉིན་པོ་བསྐྱོམ་པའི་ལུང་བཅད་པ་  
ཞེས་བྱ་སྟེ་བཞི་པའོ། །

སྤི་མ་སྤི་མའི་འབྲས་བུ་རིགས་ལས་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ་ཐོག་མའི་འབྲས་བུ་ནི་དང་པོར་འཇིག་རྟེན་  
ལས་འདས་པའི་ཚོས་ཐོབ་པ་དང་། །དེ་གོམས་པར་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ནི་སྟོབ་པ་རྣམས་དང་རྗོགས་པའི་འབྲས་བུ་ནི་མི་  
སྟོབ་པའོ། །རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་ནི་རྒྱུ་དངོས་པོའི་སྤི་མ་སྤི་དང་མི་མཐུན་སྟོགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ནི་སྟོང་བའི་ལམ་



སྒྲོ་ཐོག་མའི་འབྲས་བུ་གང་ཡིན་པའོ། ཉོན་མོངས་པ་བྲལ་བའི་འབྲས་བུ་ནི་གོམས་པར་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་དང་རྫོགས་པའི་འབྲས་བུ་སྒྲོ་བྲོ་བ་པ་དང་མི་སྒྲོ་བ་པ་དག་དང་ནི་ཁྱད་པར་གྱི་འབྲས་བུ་ནི་མངོན་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་ཡོན་ཏན་གྱི་ཁྱད་པར་དང་། ལྷ་མའི་འབྲས་བུ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་རྣམས་དང་ནི་སྒྲ་ན་མེད་པའི་འབྲས་བུ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའོ་འདི་དག་གྲང་འབྲས་བུ་གཞན་ཏེ་མདོར་བསྟུས་པ་ཡིན་པས་རྒྱས་པར་ནི་དཔག་ཏུ་མེད་པའོ། །དེ་ལ་གཉེན་པོ་སྒྲོམ་པའི་བསྟུས་དོན་ནི། བྱང་བར་བྱ་བའི་སྒྲོམ་པ་དང་། བསྟུས་པའི་སྒྲོམ་པ་དང་། ཡོངས་སུ་སྦྱང་བར་བྱ་བའི་སྒྲོམ་པ་དང་། གོང་མ་ཡང་དག་པར་རྩོམ་པའི་སྒྲོམ་པ་དང་། མཐོང་བའི་ལམ་དང་འབྲེ་བའི་སྤྱིར་འབྲེ་བའི་སྒྲོམ་པ་དང་། ལྷགས་པའི་སྒྲོམ་པ་དང་། མཚོག་གི་སྒྲོམ་པ་དང་། ཐོག་མའི་སྒྲོམ་པ་དང་། བར་མའི་སྒྲོམ་པ་དང་། མཐའི་སྒྲོམ་པ་དང་། ལྷ་མ་དང་བཅས་པའི་སྒྲོམ་པ་དང་། ལྷ་ན་མེད་པའི་སྒྲོམ་པ་སྟེ་གང་དམིགས་པ་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་ཐོབ་པ་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པའོ། །གནས་རྣམས་ཀྱི་དོན་བསྟུས་པ་ནི། རིགས་ལ་གནས་པའི་སྐལ་པ་ཡོད་པའི་གནས་དང་། སེམས་བསྐྱེད་ནས་བརྒྱུད་སྟེ་སྦྱོར་བའི་བར་རྩོམ་པའི་གནས་དང་། མ་དག་པ་དང་དག་པ་དང་ཡིན་ཏུ་དག་པའི་གནས་དང་། རྒྱན་དང་བཅས་པའི་གནས་དང་། ས་བཅུ་ཁྱབ་པའི་སྤྱིར་ཁྱབ་པར་བྱ་བའི་གནས་དང་། ལྷ་ན་མེད་པའི་གནས་སོ། །འབྲས་བུ་རྣམས་ཀྱི་དོན་བསྟུས་པ་ནི། བསྟུས་པ་དང་། དེའི་བྱེ་བྲག་དང་། སྟོན་གོམས་པར་བྱས་པ་དང་། གོང་ནས་གོང་དུ་བསྐྱབ་པ་དང་། བརྟན་པ་དང་། ལའད་པའོ། །དེ་ཡང་བསྟུས་པ་ནི་འབྲས་བུ་ལྟོ། །དེའི་བྱེ་བྲག་ནི་ལྷག་མ་རྣམས་སོ། །སྟོན་གོམས་པར་བྱས་པ་ནི་རྣམ་པར་སྤྱིན་པའི་འབྲས་བུ་ལྟོ། །དེ་གོང་ནས་གོང་དུ་བསྐྱབ་པ་ནི་དེ་མ་ཡིན་པ་གཞན་བཞིའོ། །བརྟན་པ་ནི་སྤྱི་མ་སྤྱི་མའི་འབྲས་བུ་ལ་སོགས་པ་བཞིའོ། །ལའད་པ་ནི་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་ལ་སོགས་པ་དུག་སྟེ་དེ་དག་ཉིད་ལའད་པའི་སྤྱིར་རོ། །བརྟན་བཅོས་དབྱས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས་གཉེན་པོ་བསྒྲོམ་པའི་ལེའུར་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་བཞི་པའོ། །

རིགས་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་བསྐྱེད་པ་སོགས་འབྱུང་བས་སྡུ་མ་སྡུ་མ་རྒྱ་དང་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་འབྲས་བུ་ཡིན་པ་དང་། ཐོག་མ་ནི་མཐོང་ལམ་སྟེ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་དང་པོར་གྱུར་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་། མཐོང་ཟིན་དེ་གོམས་པར་བྱེད་པ་སྒྲོམ་ལམ་དང་། གོམས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་མཐར་སྤྱིན་ལམ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་མོས་སྦྱོད་ཀྱི་ལམ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་གསུམ་སྟེ་དེ་བཞིར་ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་འདུའོ། །

དེ་ཡང་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་ནི་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྡུ་མ་སྡུ་མ་དང་ཚོས་མཐུན་པའམ་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་མཐུན་པར་འཇུག་པའི་སྤྱིར་རོ། །མཐོང་ལམ་ལ་ནི་མི་མཐུན་སྟོགས་སུ་གྱུར་པའི་འབྲས་བུ་ཞེས་བྱ་སྟེ།

མཐོང་བས་སྦྱང་བར་བྱ་བའི་ཉོན་མོངས་རྣམས་ཀྱི་མི་མཐུན་སྟོགས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གོམས་པར་བྱས་པ་དང་རྫོགས་པ་གཉིས་ལ་བྲལ་བའི་འབྲས་བུ་ཞེས་བྱས་ཏེ་རང་སའི་སྤྱིབ་པ་དང་བྲལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །

ཡང་མངོན་ཤེས་སོགས་ཡོན་ཏན་ཁྱད་པར་ཅན་ཐོབ་པ་ལ་ཁྱད་པར་གྱི་འབྲས་བུ་ཞེས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་ལ་སྒྲ་མ་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་འབྲས་བུ་ཞེས་བྱ་སྟེ་ཉན་རང་ལས་སྒྲ་མར་གྱུར་པའི་སྤྱིར་རོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་སྒྲ་ན་མེད་པའི་འབྲས་བུ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་འབྲས་བུའི་རྣམ་གངས་བརྟན་པ་འདི་ནི་གོང་དུ་ལའད་པ་སྦྱོད་དུ་གྱུར་པ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་གངས་ལས་གཞན་ཏེ། གོང་འོག་ཏུ་ལའད་པའི་འབྲས་བུའི་རྣམ་གངས་འདི་དག་གིས་ལམ་མཐའ་དག་གི་འབྲས་བུ་མདོར་བསྟུས་ཏེ་སྤྱི་རིགས་ནས་བརྟན་པ་ཡིན་ལ། རྒྱས་པར་ཐེག་པ་གསུམ་སོ་སོའི་འབྲས་བུའི་དབྱེ་བ་བྱས་ན་ཚད་མེད་པ་ཡོད་དོ། །

དབྱས་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་ཀྱི་གཉེན་པོ་བསྒྲོམ་པའི་ལེའུའི་འགྲེལ་པའོ། །





# ཕྱེག་ལུ་འབྲུག་ལེ་།།༥༥།

གཉིས་པ་སྐྱེ་མེད་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལའག་པ་ལ། མདོར་བསྟན། རྒྱས་ལའག་གཉིས། དང་པོ་། མདོར་བསྟན། ། གླེ་མེད་ཉིད་ནི་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

གླེ་མེད་འདི་ནི་སྐྱབ་པ་དང་། །  
དམིགས་པ་དང་ནི་ཡང་དག་འགྲུབ། །  
བསྟན་པ་ཡིན་པར་འདོད་པའོ། །

ད་ནི་ཐེག་པ་གླེ་ན་མེད་པ་ལའག་དགོས་པས་དེ་བཞེད་པ་གླེ་མེད་ཉིད་ནི་སྐྱབ་པ་གླེ་ན་མེད་པ་དང་། །དམིགས་པ་གླེ་ན་མེད་པ་དང་ནི་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་གླེ་ན་མེན་པ། །བསྟན་པ་ཡིན་པར་འདོད་པའོ།

ཐེག་པ་གླེ་ན་མེད་པ་ཉིད་ནི་འདི་ལྟར་སྐྱབ་པ་གླེ་ན་མེད་པ་དང་། དམིགས་པ་གླེ་ན་མེད་པ་དང་ནི། ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་གླེ་ན་མེད་པ་དང་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་དོན་མདོར་བསྟན་པ་ཡིན་པར་འདོད་པའོ། །

གཉིས་པ་། རྒྱས་ལའག་། ། ལ། སྐྱབ་པ་གླེ་མེད། དམིགས་པ་གླེ་མེད། ཡང་དག་འགྲུབ་པ་གླེ་མེད་གསུམ་གྱི་དང་པོ་། སྐྱབ་པ་གླེ་མེད་། ། ལ་མདོར་བསྟན། རྒྱས་ལའག་གཉིས། དང་པོ་། མདོར་བསྟན། ། སྐྱབ་པ་དག་ནི་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

སྐྱབ་པ་དག་ནི་རྣམ་ཏུ་གསེ། །  
པ་རོལ་ཕྱིན་པ་དེ་དག་ལ་འོ། །  
དམ་པ་དང་ནི་ཡིད་བྱེད་དང་། །  
རྗེས་སུ་མཐུན་ཚོས་མཐའ་སྤངས་དང་། །  
བྱུང་པར་ཅན་དང་བྱུང་པར་མེད། །

སྐྱབ་པ་དག་ནི་རྣམ་པ་ཏུ་གསེ། །པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དེ་དག་ལ་འཇུག་པའོ། །འདི་ལྟར་དམ་པར་སྐྱབ་པ་དང་ནི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྐྱབ་པ་དང་། །རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཚོས་སྐྱབ་པ་དང་མཐའ་གཉིས་རྣམ་པར་སྤངས་བསྐྱབ་པ་དང་། །བྱུང་པར་ཅན་སྐྱབ་པ་དང་བྱུང་པར་མེད་པ་སྐྱབ་པའོ།

སྐྱབ་པ་གླེ་ན་མེད་པ་དག་ནི་རྣམ་པ་ཏུ་གསེ། དེ་ཡང་བསྐྱབ་བྱ་ནི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཏུ་གསེ་གསུམ་བཅུ་པོ་དེ་དག་ལ་འོ། །སྐྱབ་པ་ཏུ་གསེ་གང་ཞེ་ན། དམ་པའི་སྐྱབ་པ་དང་། ཡིད་བྱེད་གྱི་སྐྱབ་པ་དང་། རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཚོས་གྱི་སྐྱབ་པ་དང་། མཐའ་གཉིས་སྤང་བའི་སྐྱབ་པ་དང་། བྱུང་པར་ཅན་དང་བྱུང་པར་མེད་པའི་སྐྱབ་པའོ། །

གཉིས་པ་། རྒྱས་ལའག་། ། ལ། བོད་གི་རིམ་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྷ་ལས། དང་པོ། དམ་པའི་སྐྱབ་པ་ལ། སྐྱབ་ཚུལ་དམ་པ་བཅུ་གཉིས། བསྐྱབ་བྱ་པར་ཕྱིན་བཅུའོ། །དང་པོ་། སྐྱབ་ཚུལ་དམ་པ་བཅུ་གཉིས་། ། དམ་པ་བཅུ་གཉིས་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

དམ་པ་བཅུ་གཉིས་བདག་ཉིད་དེ། །

རྒྱ་ཆེ་བ་དང་ཡུན་རིང་དང་། །  
 ཆེད་དུ་བྱ་དང་མི་ཟད་དང་། །  
 རྒྱན་མི་འཆད་དང་ཚོགས་མེད་དང་། །  
 དབང་འབྱོར་བ་དང་ཡོངས་གཟུང་དང་། །  
 ཚུམ་དང་འཐོབ་དང་རྒྱ་མཐུན་དང་། །  
 འགྲུབ་པ་དམ་པར་འདོད་པ་ཡིན། །

དེ་ལ་དམ་པ་ནི་རྣམ་པ་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་བདག་ཉིད་དེ། །འཇིག་རྟེན་གྱི་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཐམས་ཅད་མི་འདོད་པ་དང་  
 མཚོག་ཏུ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ལ་འཇུག་པས་རྒྱ་ཆེ་བ་དམ་པ་དང་བསྐྱལ་པ་གྲངས་མེད་པ་གསུམ་དུ་བརྩོན་འགྲུས་  
 བརྩམས་པས་ཡུན་རིང་བ་དམ་པ་དང་། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་བྱེད་པས་ཆེད་དུ་བྱ་བ་དམ་པ་དང་བྱང་ཆུབ་ཆེན་  
 པོར་ཡོངས་སུ་བསྡོམས་པས་མི་ཟད་པ་དམ་པ་དང་། །བདག་གཞན་མཉམ་པར་མོས་ཏེ་སྤྱིན་སོགས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་  
 བྱེད་པས་རྒྱན་མི་འཆད་པ་དམ་པ་དང་གཞན་གྱི་སྤྱིན་སོགས་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་ཅམ་གྱིས་པ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་ཡོངས་སུ་  
 རྫོགས་པར་བྱེད་པས་ཚོགས་མེད་པ་དམ་པ་དང་། །རྣམ་མཁའ་མཛོད་ཀྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་སོགས་ཀྱིས་སྤྱིན་སོགས་ཡོངས་  
 སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པས་དབང་འབྱོར་བ་དམ་པ་དང་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་གཟུང་བས་ཡོངས་སུ་གཟུང་བ་  
 དམ་པ་དང་། །མོས་པས་སྤྱོད་པའི་ས་ལ་བདག་མེད་པའི་དོན་ལ་བཟོད་པ་གོང་འཕེལ་དུ་བྱེད་པས་ཚུམ་པ་དམ་པ་དང་  
 ས་དང་པོ་ཐོབ་པས་འཐོབ་པ་དམ་པ་དང་གཉིས་པ་ནས་དགུ་པའི་བར་རྣམས་རྒྱ་མཐུན་པ་དམ་པ་དང་། །ས་བརྒྱུ་པ་དང་  
 སངས་རྒྱས་ཐོབ་པ་ནི་འགྲུབ་པ་དམ་པར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ།

དེ་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལམ་པར་སྤྱིན་ལ་འཇུག་ཅིང་སྐྱབ་པ་ནི་ཉན་རང་གི་ལམ་ལས་ཁྱད་པར་

དུ་འཕགས་ཏེ་དམ་པའི་སྐྱབ་པ་སོགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་སོ། །དེ་ལ་དམ་པ་བཞེས་པ་ཅི་ལྟ་བུ་ཞེན་རྣམ་པ་བརྒྱ་གཉིས་  
 ཀྱི་བདག་ཉིད་དོ། །གང་ཞེན་རྒྱ་ཆེ་བ་དམ་པ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཕུན་ཚོགས་མི་འདོད་པར་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་  
 པའི་ཡོན་ཏན་རྒྱ་ཆེ་བ་ལ་འཇུག་པ་དང་། །ཡུན་རིང་བ་དམ་པ་བསྐྱལ་པ་གྲངས་མེད་གསུམ་དུ་བརྩོན་འགྲུས་  
 ཚུམ་པ་དང་། ཆེད་དུ་བྱ་བ་དམ་པ་མཐའ་ལས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆེད་དུ་བསྐྱབ་པ་དང་། མི་ཟད་  
 པ་དམ་པ་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་ཡོངས་སུ་བསྡོམས་པས་ཕུང་པོ་ལྟ་བུ་མེད་དུ་ཡང་མི་ཟད་པར་བྱེད་པ་དང་། རྒྱན་མི་  
 འཆད་པ་དམ་པ་བདག་གཞན་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་མོས་པས་དགོ་བ་རྒྱན་མི་འཆད་པར་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་དང་། །  
 ཚོགས་མེད་པ་དམ་པ་ནི་རྗེས་སུ་ཡི་རང་སོགས་ཐབས་མཁས་ཀྱིས་སྤྱིན་སོགས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་  
 དང་། དབང་འབྱོར་བ་དམ་པ་རྣམ་མཁའ་མཛོད་ཀྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་སོགས་པའི་སྤྱོ་ནས་སྤྱིན་སོགས་པར་སྤྱིན་  
 རྣམས་རི་ལྟར་འདོད་པར་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་དང་། །ཡོངས་སུ་བཟུང་བ་དམ་པ་ནི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་སྤྱིན་སོགས་དེ་དག་ཡོངས་སུ་བཟུང་བ་དང་། དེ་བརྒྱད་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཚུལ་  
 ཀྱིས་པར་སྤྱིན་སྐྱབ་ཚུལ་ཁྱད་པར་འཕགས་པ་ཡིན་ལ། ཚུལ་དེ་ལྟ་བུ་དང་ལྟན་པའི་སྐྱབ་པ་དེ་དག་ས་མཚམས་  
 ཀྱིས་དབྱེན་ཚུམ་པ་དམ་པ་ཚོགས་སྦྱོར་དུ་སྦྱོང་ཉིད་ལ་བཟོད་པ་ཆེར་འཕེལ་བར་བྱེད་པ་དང་། འཐོབ་པ་དམ་  
 པས་དང་པོར་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་གསར་དུ་ཐོབ་པ་དང་། རྒྱ་མཐུན་པ་དམ་པ་ས་གཉིས་པ་ནས་  
 དགུ་པའི་བར་དུ་སྤྱིན་དུག་གི་རྒྱ་མཐུན་རིམ་གྱིས་འབྱུང་བ་དང་། འགྲུབ་པ་དམ་པ་ནི་ས་བརྒྱུ་པ་ལ་བྱང་སེམས་  
 མཐར་ཐུག་པ་དང་། བརྒྱ་གཅིག་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ལས་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་བསྐྱབ་བྱ་པར་སྤྱིན་ལའད་པ་ལ་མདོར་བསྟན། རྒྱས་ལའད་གཉིས། དང་པོ་། མདོར་བསྟན། ། ། དེ་  
 སྤྱིར་དམ་པའི་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

དེ་ཕྱིར་དམ་པའི་དོན་གྱིས་ནི། །

ཕ་རོལ་ཕྱིན་པ་བཅུར་འདོད་དོ། །

དེ་ཕྱིར་དམ་པའི་དོན་བཅུ་གཉིས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ནི། །ཕ་རོལ་ཕྱིན་པ་བཅུར་རྣམ་པར་བཞག་པར་འདོད་དོ།

ལའད་མ་ཐག་པའི་དམ་པ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་དང་ལྡན་པ་དེ་ཕྱིར་དམ་པའམ་མཚོག་གི་དོན་གྱིས་ནི། ཕ་རོལ་ཕྱིན་པ་བཅུར་འདོད་དོ། ཚུ་རོལ་ཏེ་དམ་པ་མིན་པ་དམན་པའི་ས་ལས་འདས་པས་ན་ཕ་རོལ་ཕྱིན་པ་ཞེས་ལའད་དོ། །

གཉིས་པ་ ། རྒྱས་ལའད་ ། ལ། རོ་བོ་དང་། བྱེད་ལས་གཉིས། དང་པོ་ ། རོ་བོ་ ། སྤྱིན་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

སྤྱིན་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་བཟོད་བཅོམ་འགྲུལ། །

བསམ་གཏན་དང་ནི་ཤེས་རབ་ཐབས། །

སྒྲོན་ལམ་སྒྲོབས་དང་ཡི་ཤེས་དང་། །

འདི་དག་ཕ་རོལ་ཕྱིན་བཅུའོ། །

ཁ་ཅིག་བཅུ་གང་ཡིན་སྐྱམ་དུ་སེམས་པ་ལ་དེ་དག་གི་མིང་བསྟན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྤྱིན་པ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་བཟོད་པ་དང་བཅོམ་འགྲུལ་དང་། །བསམ་གཏན་དང་ནི་ཤེས་རབ་དང་ཐབས་དང་། །སྒྲོན་ལམ་དང་སྒྲོབས་དང་ཡི་ཤེས་དང་བཅས་པ། །འདི་དག་ཕ་རོལ་ཕྱིན་པ་བཅུའོ།

ཕ་རོལ་ཕྱིན་པ་བཅུ་པོ་དེ་གང་ཞེ་ན། མ་ཆགས་པར་གཏོང་བའི་སྤྱིན་པ་དང་། སྤང་དོར་ཚུལ་བཞིན་འཇུག་པ་ལས་མི་འདའ་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། ཁོང་སྤོ་སོགས་མི་མཐུན་སྤྱོད་གས་གྱིས་མི་ཚུགས་ཤིང་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་འཇུགས་པ་མེད་པའི་བཟོད་པ་དང་། དགོ་བའི་གནས་ལ་སྤྱོད་ཞིང་ཡང་ནས་ཡང་དུ་འཇུག་པའི་བཅོམ་འགྲུལ་དང་། དམིགས་པའི་དངོས་པོ་ལ་སེམས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གནས་ཤིང་མི་གཡོ་བའི་བསམ་གཏན་དང་། ཚོས་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་དང་། རང་གཞན་གྱི་དོན་ཆེན་པོ་བདེ་སྐྱབས་ཏུ་འགྲུབ་པར་འབྱེད་པའི་ཐབས་མཁས་པ་དང་། དགོ་བའི་ཚོགས་སྐབས་པོ་ཆེ་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་སྤྱད་པའི་སྒྲོན་ལམ་དང་། དགོ་རྩ་རྒྱུད་མི་ཟ་ཞིང་མི་མཐུན་སྤྱོད་གས་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པའི་སྒྲོབས་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགོངས་དོན་རྣམ་པར་བཞག་པ་བཞིན་མཐར་ཐུག་གི་དོན་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པའི་ཡི་ཤེས་ཏེ། འདི་དག་ནི་ཕ་རོལ་ཕྱིན་པ་བཅུའོ། །

གཉིས་པ་ ། བྱེད་ལས་ ། ལས་ནི་རྗེས་སུ་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ལས་ནི་རྗེས་སུ་འཛིན་བྱེད་དང་། །

གཞོན་མི་བྱེད་དང་དེ་ལ་བཟོད། །

ཡོན་ཏན་འཕེལ་དང་འཇུག་རྣམ་དང་། །

རྣམ་པར་གྲོལ་བར་བྱེད་པ་དང་། །

མི་ཟད་པ་དང་རྟག་འཇུག་དང་། །

ངེས་པར་ཡོངས་སྤྱོད་སྤྱིན་པར་བྱེད། །

འདི་དག་གི་སོ་སོའི་ལས་ཅི་ཞེ་ན། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྤྱིན་པའི་ལས་ནི་སེམས་ཅན་རྣམས་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་བྱེད་པ་དང་། །ཚུལ་ཁྲིམས་གྱིས་ནི་དེ་དག་ལ་གཞོན་པར་མི་བྱེད་པ་དང་བཟོད་པས་ནི་གཞན་གྱིས་གཞོན་པར་བྱེད་པ་དེ་ལ་བཟོད་



རྣམས་པ་དང་། །བརྩོན་འགྲུས་ཀྱིས་ནི་ཡོན་ཏན་རྣམས་འཕེལ་བར་བྱེད་པ་དང་བསམ་གཏན་གྱིས་ནི་རྩུ་འཕྲུལ་སོགས་ཀྱིས་  
མགྲུ་བར་བྱས་ཏེ་ཚོས་སྒོར་འཇུག་རྣམས་པ་དང་། །ཤེས་རབ་ཀྱིས་ནི་ཡང་དག་པའི་གདམས་ངག་གྱིན་པས་རྣམ་པར་གྲོལ་  
བར་བྱེད་པ་དང་། །ཐབས་ལ་མཁས་པས་ནི་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་བསྐྱོ་བའི་སྒོ་ནས་དགོ་ཚུ་མི་ཟད་པར་བྱེད་པ་དང་སྒོན་ལམ་  
གྱིས་མཐུན་པའི་སྐྱོ་བ་ཡོངས་སུ་འཛིན་པས་ཚེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་སངས་རྒྱས་འབྱུང་བ་ལ་མཉེས་པར་བྱེད་ཅིང་སྦྱིན་  
སོགས་པར་སྦྱིན་རྣམས་ལ་རྟག་ཏུ་འཇུག་པ་དང་། །སློབས་ཀྱིས་ནི་སོ་སོར་རྟོག་པ་དང་བསྐྱོམ་པའི་སློབས་གཉིས་ཀྱིས་མི་  
མཐུན་པའི་སྤྱོད་ཀྱིས་ཟེལ་གྱིས་མི་ཚོན་པའི་སྦྱིར་སྦྱིན་སོགས་ལ་ངེས་པར་འཇུག་པ་དང་ཡི་ཤེས་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྦྱིན་པས་  
ནི་ཚོས་ལ་སྐྱེ་ཇི་བཞིན་དུ་སྐྱོངས་པ་དང་བྲལ་བས་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་དབང་དུ་མཛད་པའི་ཚོས་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ་དང་  
སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་སྦྱིན་པར་བྱེད་དོ།

པར་སྦྱིན་བཅུ་པོ་དེའི་ལས་ནི་སྦྱིན་པས་སེམས་ཅན་ཚོམ་པར་བྱས་ཏེ་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་བྱེད་པ་དང་། རྩལ་  
བྱིམས་ཀྱིས་གཞན་ལ་གཞོན་པ་མི་བྱེད་པ་སྟེ་གཞན་གཞོན་གཞིར་བཅས་སྤོང་བ་དང་། བཟོད་པས་གཞོན་པའི་  
ཡུལ་དེ་ལ་བཟོད་པ་དང་། བརྩོན་འགྲུས་ཀྱིས་ཡོན་ཏན་གོང་དུ་འཕེལ་བ་དང་། བསམ་གཏན་གྱི་མངོན་ཤེས་  
དང་རྩུ་འཕྲུལ་བསྟན་པ་སོགས་ཀྱིས་གཞན་བསྟན་པ་ལ་འཇུག་རྣམས་པ་དང་། །ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཚོས་བསྟན་པས་  
གཞན་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་བྱེད་པ་དང་། བསྐྱོ་བ་སོགས་ཐབས་མཁས་ཀྱིས་དགོ་ཚུ་མི་ཟད་པ་ཉིད་དུ་བྱེད་པ་  
དང་། སྒོན་ལམ་གྱིས་སྐྱོ་བ་ཡང་དག་པར་འཛིན་པ་དང་རྟོན་དེས་སྦྱིན་སོགས་ལ་རྟག་ཏུ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་  
དང་། སློབས་ཀྱིས་མི་མཐུན་སྤྱོད་ཀྱིས་ཟེལ་གྱིས་མནན་ནས་དགོ་ཚུ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ངེས་པར་བྱེད་པ་དང་། ཡི་ཤེས་  
ཀྱིས་སྦྱིན་སོགས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་རང་ཉིད་མ་ཚོར་བར་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་སེམས་ཅན་གཞན་རྩལ་དེས་  
སྦྱིན་པར་བྱེད་པའོ། །

གཉིས་པ་ཡིད་བྱེད་ལ་མདོར་བསྟུས་པ་ཤེས་རབ་གསུམ་གྱིས་ཡིད་ལ་བྱེད་ཚུལ་དང་། རྒྱས་པར་ཚོས་སྤྱོད་  
བཅུའི་རྩལ་གྱིས་ཡིད་ལ་བྱེད་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ་ །མདོར་བསྟུས་པ་ཤེས་རབ་གསུམ་གྱིས་ཡིད་ལ་བྱེད་ཚུལ་  
། ལ། དངོས་དང་དེའི་བྱེད་ལས་གཉིས། དང་པོ་ །དངོས་། ། ཐེག་པ་ཆེན་པོར་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- ཐེག་པ་ཆེན་པོར་ཇི་ལྟ་བུར། །
- ཚོས་རྣམས་བཏགས་པར་མཛད་པ་དག །
- བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྟག་པར་ཡང་། །
- ཤེས་རབ་གསུམ་གྱིས་ཡིད་བྱེད་པའོ། །

ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྐྱབ་པ་གང་ཞེན། སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་དབང་དུ་མཛད་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོར་མདོ་སྤེལ་སོགས་པ་ཇི་ལྟ་  
བུར། །ཚོས་རྣམས་བཏགས་པར་མཛད་པ་དག་ལ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྟག་པར་ཡང་ཐོས་པ་དང་བསམ་པ་དང་  
བསྐྱོམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་གསུམ་གྱིས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་བསྐྱབ་པའོ།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གང་ཞེས་ཡིད་ལ་བྱེད། ཐེག་པ་ཆེན་པོར་ཚོས་རྣམས་ཇི་ལྟ་བུར་བཏགས་པར་མཛད་པ་  
དེ་དག་གོ། །དེ་ཡང་མདོ་སྤེལ་དང་དབྱུངས་ཀྱིས་བསྟན་པ་སོགས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གཞུང་ན། ཚོས་རྣམས་རྣམ་  
པར་བཞག་པའམ་བཏགས་པ་ནི། རྣམ་ཐར་སྒོ་གསུམ་དང་། པར་སྦྱིན་བཅུ་དང་། ས་བཅུ་ལམ་ལྟ་གཟུང་དང་  
ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་སོགས་པ་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཚོས་ཀྱི་རྣམ་པ་མང་པོ་བསྟན་པ་དེ་དག་ཇི་ལྟ་བུར་བསྟན་པ་  
དེ་བཞིན་དུ་མ་ཚོར་བར་ཡིད་ལ་བྱེད་པའོ། །རྩལ་ཇི་ལྟར་ན་དམིགས་པ་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཚོས་ཀྱི་དོན་དེ་དག་  
ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་དུས་རྟག་པར་ཡང་ཐོས་པ་དང་བསམ་པ་དང་སྐྱོམ་པའི་ཤེས་རབ་རྣམ་པ་  
གསུམ་གྱིས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །



དམ་པའི་ཚོས་ཉམས་སྲུ་ལེན་པའམ་སྲོད་པའི་ཚུལ་མཐའ་དག་བསྐྱུས་ནས་རྣམ་པ་བརྒྱུད་གོང་དུ་བསྐྱུས་པ་དེ་  
གང་ཞེ་ན། ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུད་གིས་བསྐྱུས་པའི་དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་རྟེན་ཡི་གེ་འབྲི་བ་དང་། ཚོས་དང་ཚོས་སྐྱབ་ལ་  
མཚོན་པ་དང་། ཚོས་སྐྱབ་དང་ཚོས་ཀྱི་ཚེད་དུ་སྐྱིན་པ་གཏོང་བ་དང་། ཚོས་ཀྱི་ཚོག་ལ་རྣ་བའི་དབང་པོས་ཉན་  
པ་དང་། ཚོས་ཀྱི་སྒྲིག་བམ་སྒྲོག་པ་དང་། རྗེད་བྱེད་ཀྱི་ཚོག་སྒོ་ལ་ལེན་པ་དང་། ཚོག་གི་དོན་གཞན་ལ་འཆད་  
པ་དང་། རྒྱལ་སྐྱེད་སྤྱོད་པ་ཁ་ཏོན་དུ་བྱེད་པ་དང་། ཚོས་ཀྱི་དོན་དེ་ཡིད་ལ་སེམས་པ་དང་། ཚུལ་བཞིན་དུ་ཅི་  
གཅིག་པའི་ཡིད་ཀྱིས་སྒྲོམ་པར་བྱེད་པ་དང་བརྒྱུ་པོ་འདྲིར་དམ་པའི་ཚོས་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་མཐའ་དག་འདྲེ་  
བས་ན་ཚོས་སྲོད་བརྒྱུ་ཞེས་གསུངས་ཤིང་། སྲོད་པ་དེ་བརྒྱུ་འི་བདག་ཉིད་ནི་རེ་རེ་ལའང་བསོད་ནམས་སྤུང་པོ་  
དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡོད་དེ། དམ་པའི་ཚོས་ནི་ཕན་བདེ་མཐའ་དག་གི་འབྲུང་གནས་ཡིན་ཅིང་འཇིག་རྟེན་འདས་  
པའི་ལམ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ན་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་དོན་ཆེ་བའི་སྤྱིར། ཚོགས་སྲུ་བཅད་པ་  
གཅིག་འབྲི་བ་དང་ཐོས་པའི་ཕན་ཡོན་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་པའི་དགོ་ཚུ་ཀུན་ལས་འཕགས་པར་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱུས་པ་  
ནི་མདོ་རྣམས་ལས་འབྲུང་བ་ལྟར་རོ། །

གཉིས་པ་ ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་སྲོད་ཀྱི་ཕན་ཡོན་ལྷན་དུ་བཤམ་པ་ ། ། ལྷན་པར་སྤྱིར་དང་སོགས་ཀྱིས་  
བསྐྱུས་ཏེ། །

ལྷན་པར་སྤྱིར་དང་མི་ཟད་སྤྱིར། །  
གཞན་ལ་ཕན་འདོགས་མ་ཞིའི་སྤྱིར། །

ཅིའི་སྤྱིར་མདོ་དག་ལས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཉིད་ཀྱིས་ཚོས་སྲོད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་འབྲས་བུ་ཆེ་བར་བསྐྱུས་ཀྱི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ནི་མ་  
ཡིན་ཞེ་ན། ལྷན་པར་དུ་འཕགས་པའི་སྤྱིར་དང་མི་ཟད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། །གཞན་ལ་ཕན་འདོགས་པ་ལ་ལྷགས་པའི་སྤྱིར་

ལྷན་པར་དུ་འཕགས་པ་དང་ཡོངས་སུ་སྤྱད་ན་ལས་འདས་པ་ན་ཡང་སྐྱུ་དང་ཡི་ཤེས་རྒྱུན་ཆད་དེ་མ་ཞི་བའི་མི་ཟད་པ་ཉིད་  
དུ་རིག་པར་བྱའོ།

དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་མདོ་རྣམས་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་སྲོད་ཁོ་ན་ལྷན་དུ་བསྐྱུས་པ་ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་  
ན། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་ཡི་གེར་འབྲི་བ་སོགས་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་ཚོས་སྲོད་བརྒྱུ་ནི་ཐེག་དམན་ཀྱི་དེ་ལས་ལྷན་པར་  
འཕགས་ཏེ། གང་གི་སྤྱིར་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ནི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ལས་ལྷན་པར་འཕགས་པའི་སྤྱིར་དང་།  
སྐྱུ་དང་ཡི་ཤེས་སོགས་སྤུང་པོ་ལྷག་མེད་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་ཡང་མི་ཟད་པའི་ཡོན་ཏན་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པའི་  
འབྲས་བུ་དང་ལྷན་པའི་སྤྱིར་ན་ལམ་དང་འབྲས་བུ་དེ་ལྟ་བུ་སྟོན་པའི་ཚོས་ནི་ལྷན་པར་དུ་འཕགས་པའི་སྤྱིར། དེ་  
འབྲི་བ་སོགས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་ཀྱང་དེ་ལྟར་འཕགས་སོ། །ལའད་མ་ཐག་པ་དེ་ལྟར་ཀྱང་ཡིན་ཏེ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་  
ནི་རང་དོན་ཅུ་སྐབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ནི་གཞན་ལ་ཕན་འདོགས་པ་གཙོ་བོར་སྐྱབ་  
ཅིང་། དེའི་འབྲས་བུ་སྤིན་ལས་ཀྱི་འཇུག་པ་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་ཇི་སྲིད་པ་དེ་སྲིད་དུ་མ་ཞི་བར་རྒྱུན་མི་འཆད་  
པའི་སྤྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་སྐྱབ་པ་ལ། མདོར་བསྐྱུས། རྒྱས་ལའད་གཉིས། དང་པོ་ ། མདོར་བསྐྱུས་ ། རྗེ།  
མི་གཡོངས་སྤྱིན་ཅི་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱུས་ཏེ། །

མི་གཡོངས་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར། །  
གྲུར་པ་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཚོས། །

རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཚོས་སྐྱབ་པ་གང་ཞེ་ན། རྣམ་པར་མི་གཡོངས་བ་དང་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར། །གྲུར་པ་ནི་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་



ཚོས་ལ་ཚོས་ཀྱི་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་བསྐྱབ་པ་ཅི་ལྟ་བུ་ཞེས། ཞི་གནས་ཀྱིས་དམིགས་པའི་དོན་ལས་མི་གཡེངས་  
པ་དང་། ལྷག་མཐོང་གིས་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་སྲིན་ཅི་མ་ལོག་པར་མཐོང་བར་གྱུར་པ་ནི་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་  
ཚོས་ཀྱི་སྐྱབ་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་ལས་བསྟན་པ་ཇི་ལྟ་བུར་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་དོན་དེ་ཉིད་དང་  
རྗེས་སུ་མཐུན་པར་སྐྱབ་པ་ཡིན་པའི་སྲིད་པོ། །དེ་ཡང་སེམས་གཞན་དུ་མི་འཕྲོ་བའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་བརྟེན་པའི་  
ཤེས་རབ་དྲི་མ་མེད་པས་ནི་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་མ་ཉོར་བར་རྟོགས་རྒྱས་པས་ན་ཞི་ལྷག་གཉིས་ཀྱིས་ཚོས་ཀྱི་  
དོན་ཉམས་སུ་ལེན་པའོ། །

གཉིས་པ་ ། རྒྱས་བཤད་ ། ལ། མི་གཡེང་པ་ཞི་གནས་དང་། སྲིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ལྷག་མཐོང་རྒྱས་པར་བཤད་  
པ་གཉིས། དང་པོ་ ། མི་གཡེང་པ་ཞི་གནས་ ། ། ལྷང་དང་ཡུལ་ལ་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- ལྷང་དང་ཡུལ་ལ་འཇུག་པ་དང་། །
- དེ་བཞིན་རོ་སྤང་བྱིང་དང་རྒྱོད། །
- ཡིད་ཆེས་པ་ཡི་བསམ་པ་དང་། །
- ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ངར་འཛིན་དང་། །
- རྒྱུ་རྩའི་སེམས་ནི་གཡེང་བ་སྟེ། །
- སློ་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱ། །

དེ་ལ་རྣམ་པར་གཡེང་བ་རྣམ་པ་དུག་མེད་པ་ནི་མི་གཡེང་བ་ཡིན་ལ། གཡེང་བ་དུག་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚོགས་

ལྷ་ཉིང་དེ་འཛིན་ལས་ལྷང་བ་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་གཡེང་བ་དང་ཡུལ་ལ་འཇུག་པ་སྲི་རོལ་དུ་རྣམ་པར་གཡེང་བ་  
དང་། །དེ་བཞིན་དུ་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱིས་རོ་སྤང་བ་དང་བྱིང་བ་དང་རྒྱོད་པ་ནི་ནང་གི་རྣམ་པར་གཡེང་བ་དང་། །དེ་ལ་མཚན་  
མར་བཟུང་ནས་ཡིད་ཆེས་པ་ཡི་བསམ་པ་ནི་མཚན་མའི་རྣམ་པར་གཡེང་བ་དང་། །ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ངར་འཛིན་པ་དང་  
བཅས་པ་ནི་གནས་ངན་ལེན་གྱི་རྣམ་པར་གཡེང་བ་དང་། །རྒྱུ་རྩའི་སེམས་ཀྱི་ཐེག་པ་དམན་པའི་སེམས་ནི་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་རྣམ་  
པར་གཡེང་བ་སྟེ། །སློ་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་ཤེས་པར་བྱོ།

མི་གཡེང་པའི་ཞི་གནས་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེས། གཡེང་བ་རྣམ་པ་དུག་དང་བྲལ་བའི་ཉིང་དེ་འཛིན་གང་ཡིན་  
པའོ། །གཡེང་བ་རྣམ་པ་དུག་པོ་གང་ཞེས། དོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་གཡེང་བ་མིག་ཤེས་སོགས་ཚོགས་ལྡེ་སྟེ། དེ་དག་  
རང་བཞིན་གྱིས་ཁ་སྲིད་བསྟོས་པས་ཉིང་དེ་འཛིན་ལས་ལྷང་བ་ཡིན་པ་དང་། སྲི་རོལ་དུ་གཡེང་བ་ཡིད་ཤེས་  
ཡུལ་ལ་འཕྲོ་བའམ་འཇུག་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ནང་གི་གཡེང་བ་ནི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་རོ་སྤང་བ་དང་། བྱིང་རྒྱོད་  
དང་། མཚན་མའི་གཡེང་བ་ནི་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ་ཉིད་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་ཡི་བསམ་པས་མཚན་མར་བཟུང་ཞིང་ཞེན་  
པ་དང་། གནས་ངན་ལེན་གྱི་གཡེང་བ་ངར་འཛིན་དང་བཅས་པའི་སློ་ནས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྟེ། ང་རྒྱལ་གྱིས་  
གཞན་ལས་ཁྱུང་པར་དུ་འཕགས་པར་ཡིད་ལ་བྱེད་པའམ། ངར་འཛིན་དང་བཅས་པ་ཞེས་བྱའོ། །

ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་གཡེང་བ་ནི་ཐེག་པ་རྒྱུ་རྩའི་སེམས་དང་མ་བྲལ་བ་ཐེག་དམན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་  
ནི་དེ་ལྟར་གཡེང་བ་དུག་སྟེ། དེ་དུག་པོ་རྣམ་བཅད་ལ་ཁིགས་པའི་ཡོངས་གཙོ་མི་གཡེངས་པའི་ཞི་གནས་ནི་  
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཞི་གནས་ཁྱུང་པར་ཅན་ཏེ། ནང་དུ་རྩེ་གཅིག་པར་གནས་པའི་ཞི་གནས་སློན་མེད་པ་ཡིན་པ་  
དང་། དེ་ཡང་རང་གི་ནང་གི་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ་ཙམ་ལ་འདག་གོལ་དུ་འཛིན་པ་སོགས་མཚན་མར་འཛིན་པ་དང་།  
ངར་འཛིན་དང་བཅས་པ་སྲི་རོལ་པའི་བསམ་གཏན་ལྟར་བྱ་བ་དང་། དེར་མ་ཟད་དམན་ལམ་གྱི་རྟེན་དུ་བསྐྱོམ་པ་ལྟ་  
བུའི་ཡིད་བྱེད་དང་ཡང་བྲལ་བས་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཞི་གནས་ཁྱུང་པར་ཅན་ཡིན་པར་སློ་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་

པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ ། རྒྱུན་ཅི་མ་ལོག་པ་ ། ལྷག་མཐོང་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ ། ། ལ། མདོར་བསྟན། རྒྱས་པར་བཤད་གཉིས། དང་  
པོ་ ། མདོར་བསྟན། ། ཡི་གེ་དོན་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- ཡི་གེ་དོན་དང་ཡིད་བྱེད་དང་། །
- མི་འཕྲོ་བ་དང་མཚན་ཉིད་གཉིས། །
- མ་དག་དག་དང་སློབ་བྱ་དང་། །
- མི་སྣང་བ་དང་ཁེངས་པ་མེད། །

ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་དངོས་པོ་ནི་རྣམ་པ་བཅུ་རིག་པར་བྱ་སྟེ་ཡི་གེ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་དོན་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་  
ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་དང་། །མི་འཕྲོ་བ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་རང་དང་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་  
པ་གཉིས་དང་། །མ་དག་པ་དང་དག་པ་གཉིས་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་སློབ་བྱ་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་། །མི་སྣང་བ་  
ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་ཁེངས་པ་མེད་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའོ།

ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལྷག་མཐོང་ནི་ཇི་ལྟ་བུ་དང་ཇི་སྟེད་པའི་དོན་མ་ཙོང་བར་རྟོགས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་རྣམ་པ་  
བཅུས་བསྟན་ཏེ་བསྟན་ན། ཡི་གེ་དང་དོན་དང་ཡིད་བྱེད་དང་མི་འཕྲོ་བ་དང་རང་མཚན་དང་སྤྱི་མཚན་ཉིད་དེ་  
གཉིས་དང་། དག་མ་དག་དང་། སློབ་བྱ་བ་དང་། མི་སྣངས་པ་དང་། ཁེངས་པ་མེད་པ་དང་བཅུ་པོ་དེ་ལ་ཕྱིན་  
ཅི་མ་ལོག་པའོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་ལ་མདོར་བསྟན་དང་མཚུངས་པར་བཅུ་སྟེ། ༡ རྫོང་བྱེད་ཡི་གེ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ། ༢  
བརྗོད་བྱའི་དོན་ཀུན་བརྟགས་རང་བཞིན་མེད་པ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ། ༣ གཉིས་སྤང་གི་རྒྱ་གཞན་དབང་གི་རྣམ་  
རིག་ཅམ་དུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ ༤ གཉིས་སུ་སྤང་ཡང་མི་བདེན་པ་སྤྱུ་མ་ལྟར་རྟོགས་པས་  
མཐའ་གཉིས་སུ་མི་འཕྲོ་བ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ ༥ ཡོངས་གྲུབ་གཟུང་འཛིན་དང་བྲལ་བའི་རང་མཚན་ལ་  
ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ ༦ གཉིས་སྟོང་གི་དེ་ཉིད་ལས་ཚོས་ཀུན་མི་འདའ་བར་ཤེས་པ་ཚོས་སྤྱི་ཡི་མཚན་ཉིད་ལ་  
ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ། ༧ དེ་ལོ་ན་ཉིད་རྟོགས་མ་རྟོགས་ལས་དག་མ་དག་ཏུ་འགྱུར་བ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ། ༨  
རང་བཞིན་དག་པར་གནས་པའི་ཕྱིར་དག་མ་དག་ཏུ་སྤང་བ་ཡང་སློབ་བྱ་བར་ཤེས་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ། ༩  
གདོད་ནས་དག་པས་ཀུན་ཉོན་འགྲིབ་པར་བྱེད་པ་ལ་མི་སྣངས་པ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ། ༡༠ རྣམ་བུ་འཕེལ་བ་  
མེད་པས་ཡོན་ཏན་ལྷག་པས་ང་རྒྱལ་བ་མེད་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའོ། །དང་པོ་ ། རྫོང་བྱེད་ཡི་གེ་ལ་ཕྱིན་ཅི་  
མ་ལོག་པ་ ། ། འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་དང་འདྲིས་ཕྱིར་དང་། །
- མ་འབྲེལ་ཕྱིར་དང་མ་འདྲིས་ཕྱིར། །
- དོན་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་སྟེ། །
- དེ་ནི་ཡི་གེ་མ་ལོག་པའོ། །

ཡི་གེ་རྣམས་དང་འབྲེལ་ཏེ་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་དང་འདིའི་མིང་ནི་འདིའོ་ཞེས་འདྲིས་པའི་ཕྱིར་དང་། །དེ་  
གཉིས་ལས་ལྷོག་པས་མ་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་དང་མ་འདྲིས་པའི་ཕྱིར། །སྤྱེ་མ་གཉིས་དོན་ཡོད་པ་དང་ཕྱི་མ་གཉིས་དོན་མེད་  
པ་སྟེ། །དེ་ནི་ཡི་གེ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའོ།

དང་པོ་རྗེས་བྱེད་གྱི་ཡི་གེ་འདི་དག་ནི་གོ་རིམ་མ་ཚོར་བར་གཅིག་ལ་གཅིག་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་སྤྱིར་དང་། ཡི་གེ་ལས་བཞག་པའི་བརྟེན་དེ་ལ་དོན་གང་གི་བརྟེན་ཡིན་པར་སློབ་ལ་འདྲིས་པའི་སྤྱིར་དོན་ཡོད་པ་སྟེ། དཔེར་ན་ཀ་བ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ལ་ཀ་སྟོན་དང་བ་རྗེས་སུ་བྱས་ཏེ་འབྲེལ་པར་བརྗོད་ཚེ་གཏུང་འདེགས་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་དངོས་པོ་དེ་གོ་བར་བྱེད་གྱི། བ་སྟོན་དང་ཀ་རྗེས་སུ་བྱས་པའོ། ། འབྲེལ་བ་མེད་པར་སོ་སོར་ཕྱལ་ཏེ་བརྗོད་ན་དེ་གོ་མི་རྣམས་ལ། དེར་མ་ཟད་ཡི་གེ་དེ་གཉིས་དེ་ལྟར་བཀོད་པའི་བརྟེན་དེ་གཏུང་འདེགས་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་དངོས་པོའི་བརྟེན་ཡིན་པར་སྤར་ནས་འདྲིས་པའི་བོད་གྱི་མི་རྣམས་ལ་བརྟེན་དེས་དོན་གོ་བར་བྱེད་ཅིང་། དུལ་གཞན་པའི་མིས་དེ་ལྟར་མི་གོ་བ་བཞིན་ནོ། ། དེས་ན་འདྲིས་འབྲེལ་གཉིས་ལས་བརྟེན་དེ་དོན་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལས་བསྐྱོད་སྟེ་མ་འབྲེལ་པའི་སྤྱིར་དང་། མ་འདྲིས་པའི་སྤྱིར་ཡི་གེ་དོན་མེད་པའོ། ། དེ་ལྟར་རྒྱལ་བཞིན་རྟོགས་པ་དེ་ནི་ཡི་གེ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་སྟེ་ཡི་གེ་རྣམས་ཀྱིས་བརྟེན་ལས་དོན་གོ་རྒྱལ་ནི་དེ་ལྟར་སྐྱེས་བུའི་རྟོགས་པས་འབྲེལ་པ་གསལ་དུ་བྱས་ཤིང་བཏགས་པ་ཙམ་ལས་ཡིན་གྱི། མིང་དོན་རང་གི་ངོ་བོས་འབྲེལ་བ་མེད་པ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་ཡི་གེ་ལས་དོན་རྟོགས་རྒྱལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིན་ལ། འདི་ལས་བྱང་རྒྱུ་ལེན་པའི་དཔེ་རྣམས་ལ་དམ་པའི་དོན་དུ་སྐྱས་བརྗོད་པར་བྱ་བའི་དོན་དང་བྲལ་བའི་རྟོགས་པ་སྐྱེའོ། །

གཉིས་པ་ ། བརྗོད་བྱའི་དོན་ཀུན་བཏགས་རང་བཞིན་མེད་པ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ ། ། གཉིས་སུ་སྤྲང་བར་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་དོན། །

- གཉིས་སུ་སྤྲང་བར་གྱུར་པ་ནི། །
- དེ་ལྟར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །
- དེ་ནི་དོན་ལ་མ་ལོག་པ། །

ཡོད་དང་མེད་པ་རྣམ་པར་སྤྲངས། །

གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་གཉིས་སུ་སྤྲང་བར་གྱུར་པ་ནི། ། ཇི་ལྟར་སྤྲང་བ་དེ་ལྟར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ། དེ་ལྟར་དོན་ལ་མཐོང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དོན་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་། ། གཟུང་བ་དང་འཛིན་པའི་དངོས་པོ་ཡོད་པ་དང་དེར་སྤྲང་བའི་འབྲེལ་པ་མེད་པ་གཉིས་ཀ་རྣམ་པར་སྤྲངས་ཏེ།

འདི་ལྟར་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྤྲང་བར་གྱུར་པ་ནི། ། ཇི་ལྟར་སྤྲང་བ་དེ་ལྟར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་སྤྲང་ཡང་མི་བདེན་པའོ། ། དེ་ལྟར་རྟོགས་པ་ནི་དོན་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། གཉིས་སུ་མ་གྲུབ་པས་ཡོད་པའི་མཐའ་སྤྲངས་ལ་སྤྲང་ཙམ་དུ་ཡོད་པས་མེད་པའི་མཐའ་རྣམ་པར་སྤྲངས་པའི་དོན་རྣམ་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། ། འདི་ལས་གཟུང་འཛིན་དང་བྲལ་བའི་རྟོགས་པ་སྐྱེའོ། །

གསུམ་པ་ ། ། གཉིས་སུ་གི་རྒྱ་གཞན་དབང་གི་རྣམ་རིག་ཙམ་དུ་ཡོད་ལ་བྱེད་པ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ ། ། རྟོག་པ་དེ་ཡིས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- རྟོག་པ་དེ་ཡིས་བསྟོས་པ་ཡི། །
- རྟོག་པ་ཡོད་བྱེད་དེའི་གནས་ནི། །
- ཡོད་ལ་བྱེད་པ་མ་ལོག་པ། །
- གཉིས་སུ་སྤྲང་བའི་རྒྱལ་ལོ། །

གཟུང་བ་དང་འཛིན་པར་རྟོག་པ་དེ་ཡིས་ཡོངས་སུ་བསྟོས་པ་ཡིས། ། རྟོག་པ་ཡོད་བྱེད་དེའི་གནས་ཤེས་པ་དེ་ནི། ། ཡོད་ལ་བྱེད་པ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའོ། ། ཡོད་ལ་བྱེད་པ་གང་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་ཅིན། གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྤྲང་བའི་རྒྱལ་སྟེ་རྟོག་



པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ནི་བརྗོད་པའི་འདུ་ཤེས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་མ་བསྐྱོམས་པའོ།

གཟུང་འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་སྐྱ་མ་སྐྱ་མ་དེ་ཡིས་བསྐྱོམས་པ་ཡི་དབང་གིས་བྱུང་བའི་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་གནས་དོན་ལུས་སུ་  
སྤང་བའི་རྟོག་པ་ཡིད་བྱེད་དེའི་གནས་གང་ཡིན་པ་ཚུལ་བཞིན་ཤེས་པ་ནི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་  
ཞེས་བྱ་སྟེ། ཡིད་བྱེད་དམ་ཅམ་པར་རྟོག་པ་ཅམ་གྱི་རང་བཞིན་དེ་ཇི་ལྟར་རྟོག་པའོ། །དེ་ལ་དེའི་གནས་སམ་  
གཞི་གང་ཞེ་ན། གཉིས་སུ་སྤང་བའི་རྒྱ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ལ་རྒྱུར་ཤེས་པ་སྟེ་ཀུན་གཞི་ལ་རྟོག་པ་སྐྱ་ཚོགས་  
ཀྱིས་བསྐྱོམས་པའི་རྒྱ་ཡི་ཆ་ནས་བག་ཆགས་སྐྱ་ཚོགས་པའི་ཀུན་གཞི་དང་། དེའི་མཐུས་ཕྱི་ནང་གི་ཚོས་སྐྱ་  
ཚོགས་སུ་སྤང་བ་ནི་རྣམ་པར་སྤྲིན་པའི་ཀུན་གཞི་སྟེ་དེ་ལྟར་ན་ཀུན་གཞི་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུར་ཤེས་པའོ། །

བཞི་པ་ ། གཉིས་སུ་སྤང་ཡང་མི་བདེན་པ་སྐྱ་མ་ལྟར་རྟོགས་པས་མཐའ་གཉིས་སུ་མི་འཕྲོ་བ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་  
པ་། དོན་གྱིས་མེད་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

དོན་གྱི་མེད་དང་ཡོད་པ་སྟེ། །  
སྐྱ་མ་ལ་སོགས་བཞིན་དུ་འདོད། །  
དེ་ནི་མི་འཕྲོག་མ་ལོག་སྟེ། །  
ཡོད་དང་མེད་པ་མི་འཕྲོ་བྱིང་། །

དོན་གྱིས་མེད་པ་དང་ཡོད་པ་སྟེ། །གོང་དུ་བཤད་པ་དེ་དག་སྐྱ་མ་དང་མི་ལམ་དང་སྤྲིག་རྒྱ་དང་རྒྱ་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་  
དུ་འདོད་དེ། །དེ་དག་དངོས་པོར་ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ། །དེའི་འབྲུལ་པ་ཅམ་དུ་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་དོན་ལ་  
སྐྱ་མ་ལ་སོགས་པ་སྐྱ་བྱུར་མཐོང་ནས་སེམས་མི་འཕྲོ་བ་མཐོང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མི་འཕྲོ་བ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་

སྟེ། །ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ལ་སེམས་མི་འཕྲོ་བའི་ཕྱིར་རོ།

གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཚོས་འདི་དག་ནི། རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སམ་དོན་རང་གི་རང་བཞིན་  
ཀྱིས་མེད་པ་དང་། སྤང་ཅམ་དུ་ཡོད་པ་སྟེ་ཇི་ལྟར་ན་སྐྱ་མ་དང་མི་ལམ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་འདོད་ལ། དེ་  
ལ་ནི་མི་འཕྲོ་བ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། གང་གིས་ན་མཐའ་གཅིག་དུ་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་ཕྱོགས་སུ་མ་  
སྤང་བའམ་མི་འཕྲོ་བར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །

སྐྱ་པ་ ། ཡོངས་གྲུབ་གཟུང་འཛིན་དང་བུལ་བའི་རང་མཚན་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་། ། རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་  
སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་མི་འཕུག་ཕྱིར། །  
ཐམས་ཅད་མིང་ཅམ་ཁོ་ན་སྟེ། །  
རང་གི་མཚན་ཉིད་མ་ལོག་པའོ། །  
དོན་དམ་རང་གི་མཚན་ཉིད་ལའོ། །

རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་མི་འཕུག་པའི་ཕྱིར། །མིག་དང་གཟུགས་རྣམས་ནས་ཡིད་དང་ཚོས་རྣམས་ཞེས་པའི་བར་ཐམས་ཅད་  
མིང་ཅམ་ཁོ་ན་རུ་ཤེས་པ་སྟེ། །འདི་ནི་རང་གི་མཚན་ཉིད་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའོ། །མཚན་ཉིད་གང་ལ་ཞེ་ན། ཀུན་རྫོབ་དུ་ནི་  
འདི་མིང་ཅམ་མོ་ཞེས་འཛིན་པ་ཡིན་པས་དོན་དམ་པ་རང་གི་མཚན་ཉིད་ལའོ།

ཡང་དག་པའི་དོན་གྱིས་རང་མཚན་ལ་ནི་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་མི་འཕུག་སྟེ།

སོ་སོ་རང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་དམ་པའི་ཡུལ་སྒྲིལ་པ་ཉི་བར་ཞིབ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་བྱའི་དོན་ལ་དབྱེ་བ་སྒྲིལ་  
ཚོགས་མེད་ཅིང་། རྣམ་པ་ཐ་དད་པའི་ཚོས་སྤྱི་སྒྲིལ་བ་གང་ཇི་སྟེད་པ་འདི་ཐམས་ཅད་ནི་ཇི་ལྟར་སྒྲིལ་བ་བཞིན་དུ་  
དེ་དང་དེའི་རང་མཚན་སོ་སོར་གྲུབ་པ་མེད་དེ་ཡང་དག་པར་ན་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ལ་མིང་དུ་བཏགས་པ་  
ཅམ་ཁོ་ན་སྟེ། དེས་ན་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་གི་མཚན་ཉིད་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །

དེ་ལྟར་ཤེས་ན་རང་གི་མཚན་ཉིད་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ཡང་འཇིག་རྟེན་ཐ་སྟོད་དུ་ག་  
བ་དང་བུམ་པ་སོགས་ཀྱི་རང་མཚན་ཞེས་སོ་སོའི་རྣམ་པར་སྒྲིལ་བ་ལ་བརྗོད་ཀྱང་འདི་ནི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
གནས་ལུགས་དོན་དམ་པའི་རང་གི་མཚན་ཉིད་ལ་རང་མཚན་དུ་བརྗོད་པའོ། །

དུག་པ་ ། གཉིས་སྟོང་གི་དེ་ཉིད་ལས་ཚོས་ཀུན་མི་འདའ་བར་ཤེས་པ་ཚོས་སྤྱི་ཡི་མཚན་ཉིད་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་  
པ་ ། ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་མ་གཏོགས་པར། །
- འདི་ལྟར་ཚོས་ཡོད་མ་ཡིན་ཏེ། །
- དེ་སྤྱིར་སྤྱི་ཡི་མཚན་ཉིད་དེར། །
- དེ་ནི་སྤྱིན་ཅི་ལོག་པའོ། །

ཚོས་ལ་བདག་མེད་པའི་རང་བཞིན་གྱི་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་མ་གཏོགས་པར། །འདི་ལྟར་ཚོས་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
།དེའི་སྤྱིར་ན་ཚོས་སྤྱི་ཡི་མཚན་ཉིད་དེར་ཤེས་པ། །དེ་ནི་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའོ།

གཉིས་སྟོང་གི་རང་བཞིན་ཅན་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་འབའ་ཞིག་ལས་ནི་མ་གཏོགས་པར་འདི་ལྟར་ཚོས་

ཞེས་བྱ་བ་གཞན་ཞིག་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཚོས་ཐམས་ཅད་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་  
པ་དེ་ཡི་སྤྱིར་ཚོས་དབྱིངས་དེ་ནི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱབ་པའི་སྤྱི་ཡི་མཚན་ཉིད་ཅེས་བྱ་ལ། དེར་དེ་ལྟར་ཤེས་པ་  
དེ་ནི་སྤྱི་མཚན་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཞེས་བྱའོ། །

བདུན་པ་ ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་མ་རྟོགས་ལས་དག་མ་དག་དུ་འགྱུར་བ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ ། སྤྱིན་ཅི་ལོག་  
གི་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- སྤྱིན་ཅི་ལོག་གི་ཡིད་ལ་བྱེད། །
- མ་སྤྲངས་པ་དང་སྤྲངས་པ་ལས། །
- དེ་ནི་མ་དག་རྣམ་དག་སྟེ། །
- དེ་ཡང་དེ་ལས་ལོག་པའོ། །

སྤྱིན་ཅི་ལོག་གི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ། །མ་སྤྲངས་པ་དང་དེ་སྤྲངས་པ་ལས། །ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་དེ་ནི་མ་དག་པ་དང་རྣམ་པར་དག་  
པ་སྟེ། །དེ་ལྟར་ཤེས་པ་དེ་ཡང་མ་དག་པ་དང་རྣམ་པར་དག་པ་དེ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའོ།

འདི་ལྟར་འཁོར་འདས་དང་དག་མ་དག་ཅེས་བྱ་བ་ཡང་དངོས་པོའི་སྟོང་ན་དོན་གཞན་དང་གཞན་དུ་གྲུབ་པ་ནི་  
ཅི་ཡང་མེད་ཀྱི། །རང་གི་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་གི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་བདག་དུ་ལྟ་བ་སོགས་མ་སྤྲངས་པ་དང་སྤྲངས་པ་  
ལས་གང་ཟག་དེ་ནི་རིམ་པ་ལྟར་མ་དག་པ་དང་རྣམ་པར་དག་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་རྟོག་པ་དེའང་དག་པ་དང་  
མ་དག་པའི་དོན་དེ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའོ། །

བརྒྱུད་པ་ ། རང་བཞིན་དག་པར་གནས་པའི་སྤྱིར་དག་མ་དག་ཏུ་སྤྲང་བ་ཡང་སློབ་བར་ཤེས་པ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་  
ལོག་པ་ ། ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་རང་བཞིན་གྱི། །

རྣམ་པར་དག་སྤྱིར་རྣམ་མཁའ་བཞིན། །

གཉིས་ནི་སློབ་བྱུང་བ་སྟེ། །

དེ་ཡང་དེ་ལ་མ་ལོག་པའོ། །

ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་རང་བཞིན་གྱིས། །རྣམ་པར་དག་པའི་སྤྱིར་རྣམ་མཁའ་བཞིན་ཡིན་ལ། །རྣམ་པར་མ་དག་པ་དང་སྤྱིས་  
རྣམ་པར་དག་པ་གཉིས་ནི་སློབ་བྱུང་བ་སྟེ། །དེ་ལྟར་ཤེས་པ་ཡང་སློབ་བྱུང་བ་དེ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའོ།

ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་དག་པའི་སྤྱིར་རྣམ་མཁའ་བཞིན་ཏུ་རྣམ་ཡང་འགྱུར་བ་མེད་པ་ནི་  
གནས་ལུགས་གཉུག་མའི་དོན་ནོ། །སྤྱིར་མ་དག་པ་དང་སྤྱིས་དག་པ་གཉིས་ནི་སྤྲང་ཚུལ་ཙམ་གྱི་དོར་སློབ་  
བྱུང་བ་སྟེ། དེ་ལྟར་ཤེས་པ་དེ་ཡང་སློབ་བྱུང་བ་དེ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཞེས་བྱའོ། །

རྩ་བའི་ས་བཅད་དགུ་པ་དང་བཅུ་པ་ལྟན་ཅིག་ཏུ། ཚོས་རྣམས་དང་ནི་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཚོས་རྣམས་དང་ནི་གང་ཟག་གི། །

ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་རྣམ་དག་མེད། །

མེད་སྤྱིར་དེ་བས་སྐྱག་དང་དེ། །

མེད་དེ་དེ་འདྲིར་མ་ལོག་པའོ། །

ཚོས་རྣམས་དང་ནི་གང་ཟག་གི། །ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་དག་པ་ཡང་མེད་ལ། །དེ་མེད་པའི་སྤྱིར་དེ་བས་  
སྐྱག་པ་དང་དེ། །རྒྱལ་བ་ཡང་མེད་དེ་དེ་འདྲིར་སྐྱག་པ་མེད་པ་དང་ཁེངས་པ་མེད་པ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའོ།

ཚོས་རྣམས་དང་ནི་གང་ཟག་གི་རང་བཞིན་ལ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པར་གྱུར་པ་དང་། དེ་རྣམ་པར་དག་པར་  
གྱུར་བ་ཡང་མེད་དོ། །ཚོས་དང་གང་ཟག་གི་དོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །གང་དོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་དེ་ལ་ཉོན་  
མོངས་པས་བཅིང་པ་དང་དེ་ལས་གྲོལ་བ་ཡང་མེད་དེ་རྣམ་མཁའ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་ཏུ་  
ཚོས་གང་ཡང་ཀུན་ཉོན་དང་རྣམ་བྱུང་ཏུ་གྱུར་པ་མེད་པ་དེ་བས་ན། འདི་ལྟར་ཆགས་སོགས་ཀུན་ཉོན་སྤྱོགས་  
འཕེལ་བས་སྐྱག་པ་དང་། དང་སོགས་རྣམ་བྱུང་སྤྱོགས་འཕེལ་བས་ང་རྒྱལ་ཏུ་གྱུར་པ་མེད་དེ། སྐྱག་པར་བྱ་  
བ་དང་ང་རྒྱལ་ཏུ་བྱེད་པའི་གཞི་མ་དམིགས་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་བྱ་ནི་སྤངས་པ་མེད་པ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་  
དང་། ཁེངས་པ་མེད་པ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཞེས་བྱའོ།

། གསུམ་པ་ ། སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དེ་བཅུའི་སྤྱོམ་མམ་ལུས་མདོར་བསྟན་པ་དང་། དེ་དག་ལ་དོ་རྗེའི་ཚིག་  
བཅུར་བཞག་པ་འགྲེལ་པས་ཁ་བསྐྱང་བ་ནི། །དང་པོ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དེ་བཅུའི་སྤྱོམ་མམ་ལུས་མདོར་  
བསྟན་པ་ ། གང་ལ་གང་ཞིག་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

གང་ལ་གང་ཞིག་གང་ལས་འབྱུལ། །

མ་འབྱུལ་གང་ཞིག་གང་ལ་དང་། །

འབྱུལ་དང་མ་འབྱུལ་འབྲས་བུ་ཉིད། །

དེ་གཉིས་ཀྱི་ནི་མཐའ་མའོ། །



འདི་དག་ནི་རྒྱལ་པར་དོན་ཚིག་བཅུ་པོ་དག་གིས་ཤེས་པར་འགྱུར་རོ། །དོན་ཚིག་རྣམས་ཀྱི་ལུས་རྣམ་པར་བཞག་  
པ་ནི། །དོ་བོ་ཉིད་རྣམ་པ་གསུམ་དང་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་དང་བརྒྱལ་བ་དང་ལན་ཏེ་གང་ལ་འབྱུང་པ་  
ཡོངས་གྲུབ་དང་གང་ཞིག་འབྱུང་པ་ཀུན་བརྟགས་དང་གང་ལས་འབྱུང་པ་གཞན་གྱི་དབང་དང་། །མ་འབྱུང་པ་གང་  
ཞིག་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ནི་ཤེས་རབ་དང་གང་ལ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་དང་། །འབྱུང་པ་  
དང་མ་འབྱུང་པའི་འབྲས་བུ་ཉིད། །དེ་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་མའོ། །དོན་ཚིག་རྣམས་ཀྱིས་བསྟུན་པའི་དོན་ནི་དོ་བོ་ཉིད་  
གསུམ་ནི་དམིགས་པ་སྟེ། ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་དང་། ཀུན་བརྟགས་པ་དང་། གཞན་གྱི་དབང་ཞེས་བྱ་བ་དག་སྟེ། ཚིག་དང་  
པོ་གསུམ་དང་གོ་རིམ་བཞིན་ཅོ། །རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཉིད་ནི་གང་གིས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་ཅེ་ན། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་  
ཡི་ཤེས་གྱིས་སོ། །གང་ལ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་ཅེ་ན། རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་ཉིད་ལའོ། །དེ་བས་ན་འདིར་ཤེས་པ་  
དང་། ཤེས་བྱ་རྣམ་པར་བཞག་པ་འདི་ལྟ་སྟེ། དོ་བོ་ཉིད་གསུམ་དང་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཉིད་དང་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་རིག་  
པར་བྱའོ། །བརྒྱལ་བ་དང་ལན་ནི་ལྷག་མ་རྣམས་ཏེ། དེ་ལ་བརྒྱལ་བ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་ཀུན་བརྟགས་པ་དང་གཞན་  
གྱི་དབང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཚོས་དེ་དག་མེད་ན་ཇི་ལྟར་དམིགས་པར་འགྱུར། ཅི་སྟེ་ཡོད་ན་དེ་ལྟར་ན་སྟེ་ཚོས་རྣམས་རང་  
བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་ཉིད་དུ་མི་རུང་ཞེ་ན། །དེའི་ལན་ནི་རྒྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་རྒྱུ་མ་བྱས་པ་ནི་མེད་ཀྱང་  
དམིགས་པ་ལྟ་བུ་འོ། །གལ་ཏེ་ཚོས་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་ཉིད་ཡིན་ན་ཇི་ལྟར་སྤར་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་  
པ་སྤྲིས་རྣམ་པར་བྱང་ཞེ་ན། དེའི་ལན་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱང་བ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུར་རིག་པར་བྱ་  
ཡིན་ཏེ། །དཔེར་ན་ནམ་མཁའ་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་སོ། །རྣམ་པར་བྱང་དོ་ཞེས་བྱ་  
བ་ལྟ་བུ་འོ། །གལ་ཏེ་སངས་རྒྱལ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་སྟེ། སེམས་ཅན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དག་གི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་  
བསལ་ན། དེའི་སྤྲིར་ཅི་ལྟར་འཁོར་བ་རྒྱུན་ཆད་ ༥༦ པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། ལྷ་དཀ་ལས་འདས་པ་འཕེལ་བར་མི་འགྱུར་  
ཞེ་ན། དེའི་ལན་ནི་འགྲིབ་པ་མེད་པ་དང་། ལྷན་པར་དུ་འཕགས་པ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་དང་། རྣམ་  
པར་བྱང་བའི་ཕྱོགས་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་སྤྲིར་རོ།

སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་བཅུ་ལྔ་དོན་ཚིག་བཅུ་པོ་འདི་ལ་ལུས་རྣམ་པར་བཞག་པ་མི་འབྲ་བ་གཉིས་ལས།  
དང་པོ་ལ། དམིགས་པ་དང་། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཉིད་དང་། བརྒྱལ་བ་དང་། ལན་ཏེ་རྣམ་གྲངས་  
བཞིས་བསྟན་ཏེ། གང་ལ་དམིགས་པ་འམ་ཤེས་པར་བྱ་བ་དོ་བོ་ཉིད་གསུམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གནས་དང་  
པོ་གསུམ་བསྟན་ལ། གང་གི་དམིགས་པའི་ཤེས་པ་གཙོ་བོའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་བསྟན་ཅིང་།  
དེ་ལ་གང་གིས་མི་རྟོག་པ་ཡུལ་ཅན་གྱི་དོས་ནས་རང་མཚན་ལ་མ་ལོག་པ་དང་། གང་ལ་མི་རྟོག་པ་རང་བཞིན་  
འོད་གསལ་བ་སྤྱི་མཚན་ལ་མ་ལོག་པ་གཉིས་བཤད་དོ། །དེ་ལྟའི་ལྷག་མ་རྣམས་ནི་བརྒྱལ་བ་དང་ལན་ཅི་  
རིགས་པ་སྟེ། དེ་ལ་ཀུན་ཉོན་དང་རྣམ་བྱང་བསྟན་པའི་དོན་ཚིག་གསལ། མ་དག་པ་དང་དག་པ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་  
ལོག་པ་ནི། ཀུན་ཉོན་མེད་ན་ཅི་ལྟར་དམིགས། ཡོད་ན་རང་བཞིན་གྱིས་དག་པར་མི་རུང་ཞེས་པ་དང་། སངས་  
རྒྱལ་དུ་མས་སེམས་ཅན་དཔག་མེད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་བསལ་ན་འཁོར་བ་རྒྱུན་ཆད་ཅིང་སྤང་འདས་འཕེལ་བར་  
ཅིས་མི་འགྱུར་སྤྲིས་པའི་དོགས་པ་ཐམས་ཅད་དག་པ་དང་མ་དག་པའི་གནས་ལས་བརྒྱལ་སྟེ་འབྱུང་བས་  
འདི་ནི་བརྒྱལ་བར་བྱ་བའི་གནས་ལྟ་བུ་འོ། །དེའི་ལན་ནི་བཞི་སྟེ། གཟུང་འཛིན་དོན་ལ་མེད་ཀྱང་སྤང་བའི་ལན་  
རྒྱུ་མ་ལྟ་བུ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་དག་ན་སྤར་ཉོན་མོངས་དང་བཅས་པར་མི་འཐད་པའི་བརྒྱལ་ལན་ནམ་  
མཁའ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་དག་ཀྱང་སྤོ་བུར་གྱིས་སྤྱིན་ཡོད་མེད་ལས་སྤང་རྒྱལ་དེ་ལྟར་འཐད་  
པར་བསྟན་པ་དང་། གལ་ཏེ་སྤར་མ་དག་པ་སྤྲིས་དག་ཏུ་རྒྱལ་ཀྱང་དག་པ་སྤར་མི་ཕྱོག་ཅིང་འགྲིབ་པ་ཡོད་  
པས་ན་འཁོར་བ་རྒྱུན་འཆད་ཅིང་སྤང་འདས་འཕེལ་བར་ཅིས་མི་འགྱུར་ཞེས་པའི་བརྒྱལ་ལན་འགྲིབ་མེད་དང་  
ཁེངས་མེད་གཉིས་ཏེ། རང་བཞིན་མ་གྲུབ་པའི་གནད་གྱིས་ཀུན་བྱང་ལ་ཚད་མ་མཆིས་པས་ན་འདི་ལ་འགྲིབ་  
ཏུ་མི་མངོན་ཏེ་དཔག་ཏུ་མེད་པར་བསྟན་པའོ། །དེ་ཡང་དང་པོ་དམིགས་པ་དོ་བོ་ཉིད་གསུམ་ཡོངས་གྲུབ་ཀུན་  
བརྟགས་གཞན་དབང་ཞེས་ཚིག་དང་པོ་གསུམ་དང་གོ་རིམ་བཞིན་ཅོ་ཞེས་གསུངས་པས་དང་པོ་ཡོད་མེད་དང་  
ཡོངས་གྲུབ་སྤར་རྒྱལ་ནི། འདྲིས་འབྲེལ་དག་ལས་ཡི་གོ་དོན་ཡོད་ཀྱི་དོ་བོ་ཉིད་གྱིས་བརྗོད་དུ་མེད་པར་ཤེས་

པས། སྐྱེས་བཞེད་དུ་མེད་པ་ཡོངས་གྲུབ་གྱི་དོན་ལ་འཇུག་པའམ། རྒྱ་གར་པ་ཁ་ཅིག་གིས་ཚོས་གྱི་དབྱིངས་  
 གྱི་རྒྱ་མཐུན་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་ནི་སྤྱིན་ཅི་ལོག་གི་གཉེན་པོ་སྟེ་རྩུལ་དེ་ལྟ་བུ་དང་ལྡན་པས་ཤིན་ཏུ་ཟབ་  
 མོ་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་རྩུལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ཤེས་རྒྱས་པའི་སྤྱིར་དེ་ལྟར་འདོད་པ་དང་། ཡང་ཁ་ཅིག་གིས་  
 སྟོང་པ་ཉིད་གྱི་ངོ་བོར་སོད་པ་དང་། གཉིས་གྱི་ངོ་བོར་མེད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཉིད་ན་ཡོད་  
 པ་དང་མེད་པར་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཉིད་གྱི་སྤྱིར་དེ་ལྟར་ཡོད་མེད་ཅེས་པའི་མིང་གིས་དོན་གྱིས་བསྟན་པར་ཡང་  
 ལའད་དོ། །གང་ལྟར་ཡང་རུང་གནས་དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་བརྟགས་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་འཇུག་པས་ན། ཀུན་  
 བརྟགས་གྱིས་སྟོང་པ་དེས་ཡོངས་གྲུབ་གྱི་རྩུལ་ཤེས་པའི་སྤྱིར་གནད་མཐུན་པར་འཆར་བ་ཡིན་ནོ། །སྤྱིན་ཅི་  
 མ་ལོག་པའམ་དོན་ལ་མ་ལོག་པ་ནི་གནས་གཉིས་པ་སྟེ། དེ་ནི་གཉིས་སུ་སྤྲོད་ཡང་དེ་ལྟར་མ་གྲུབ་པས་ཀུན་  
 ཏུ་བརྟགས་པ་ཙམ་དུ་བསྟན་པའོ། །གནས་སམ་ཡིད་བྱེད་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ནི་གཞན་དབང་སྟེ་སྤྲོད་བའི་  
 གཞིའམ་རྒྱ་ཡིན་པས་གནས་ཡིན་ལ། སྤྲོད་ཟེན་ནམ་འབྲས་བུའི་ཆ་ནས་གཞན་གྱི་དབང་ཞེས་བརྟགས་པའོ།  
 །ཡང་ལུས་རྣམ་པར་བཞག་པ་གཅིག་ལྟར་ན། གང་ལ་གང་ཞེས་གང་ལས་འཇུག་ལ། །མ་འཇུག་གང་ཞེས་གང་  
 ལ་དང་། །འཇུག་དང་མ་འཇུག་འབྲས་བུ་ཉིད། །དེ་ཉིད་གྱི་ནི་ཐ་མའོ། །ཞེས་གསུངས་པས། གང་ལ་འཇུག་  
 ན་བཞེད་དུ་མེད་པའི་དོན་ལ་མིང་དོན་གྱི་འབྲེལ་པ་ཅན། མཚན་མའི་སྟོན་ཡུལ་སྤྲོད་བ་ལ་འཇུག་ལ། གང་ཞེས་  
 འཇུག་པའི་ངོ་བོ་ནི་གཉིས་སུ་མེད་པ་ལ་གཉིས་སུ་སྤྲོད་བའི་སྤྱིན་ཅི་ལོག་པ་ཉིད་དོ། །རྒྱུའམ་གནས་གང་ལས་  
 འཇུག་ན་རྟོག་པས་བསྐྱོས་པའི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཉིད་ལས་སོ། །མ་འཇུག་པའི་ངོ་བོ་གང་ཞེས་  
 ཡིན་པ་ནི། དོན་གྱིས་མེད་ཀྱང་སྤྲོད་བ་སྐྱེས་ལྟ་བུར་ཤེས་པའི་རྗེས་ཐོབ་གྱི་དེས་པ་དང་། མཉམ་གཞག་རྣམ་  
 པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་གཉིས་ནི་མ་འཇུག་པའི་ངོ་བོ་འམ་ཡུལ་ཅན་ནོ། །གང་ལ་མ་འཇུག་ན་རང་བཞིན་  
 གྱིས་འོད་གསལ་བའམ། སྤྱི་མཚན་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་སྟེ་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་དོན་ལའོ། །འཇུག་པའི་  
 འབྲས་བུ་ནི་ཀུན་ཉོན་དང་། མ་འཇུག་པའི་རྒྱ་མཐུན་པའམ་འབྲས་བུ་ནི་རྣམ་པར་བྱང་བ་ཉིད་དེ། དེ་

དག་ནི་ཀུན་བྱང་བསྟན་པ་དང་། རྣམ་མཁའ་ལྟ་བུ་ཉིད་གྱིས་བསྟན་ཏེ། སྤྱི་མ་ཐ་སྟོན་དང་། སྤྱི་མ་དོན་དམ་གྱི་  
 ཆ་ནས་བསྟན་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ཉིད་གྱི་ཐ་མ་ཞེས་པ་ནི། ལའད་མ་ཐག་པའི་འབྲས་བུ་དེ་ཉིད་གྱིས་མཐར་སྤྱིན་  
 པའམ་ཐ་མ་གཉིས་བསྟན་ཏེ། དེ་ལ་འཕགས་ཡུལ་གྱི་མཁའ་པ་ཁ་ཅིག་གིས་ཀུན་བྱང་གཉིས་ཀའི་མཐའ་སྤྱང་  
 འདས་ཏེ། དེ་ཡང་འཕེལ་འགྲིབ་མེད་པས་ན། དོན་གྱིས་མཐར་སྤྱིན་པ་མེད་པ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་གྱིས་མཐར་སྤྱིན་  
 པའོ་ཞེས་ཟེར་ཞིང་། ཡང་ཁ་ཅིག་གིས་འཁོར་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་སྤྱིར་འགྲིབ་པ་མེད་པ་དང་ལྡན་པ་ཀུན་ཉོན་  
 གྱི་མཐའ་མ་དང་། སྤྱང་འདས་དཔག་ཏུ་མེད་པས་ལྷག་པ་མེད་པ་ཉིད་རྣམ་བུ་གི་ཐ་མ་ཞེས་འདོད་པ་ཡིན་ལ།  
 འདིར་འཁོར་འདས་སྤྱིའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་ཐ་སྟོན་དུ་མཐའ་རྗོགས་པའི་ཚད་དང་། དོན་དམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་  
 ཏེ་བདེན་གྲུབ་གྱི་བསལ་བཞག་མེད་པར་མཐར་སྤྱིན་པར་གྲོ་ལྡན་རྣམས་གྱིས་ཤེས་པར་བྱའོ། །དོན་ཅེས་ཚིག་གི་  
 གནས་འདི་དག་ལ་འཆད་རྩུལ་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་ཐོབ་ཀྱང་རེ་ཞེས་སྟོབ་དཔོན་གྲོ་བརྟན་གྱི་གཞུང་བཞིན་གསལ་  
 བར་སྟེ་སྟེ་ལའད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་དོན་བཅུ་པོ་དེས་འཁོར་འདས་གྱིས་བསྐྱེས་པའི་ཚོས་རྣམས་ཀྱི་ཀུན་རྗོབ་  
 དང་དོན་དམ་པའི་རང་བཞིན་སྤྱིན་མ་ལོག་པར་བསྟན་པས་ཇི་ལྟ་ཇི་སྟེད་གྱི་ལྷག་མཐོང་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ།

། གཉིས་པ་དེ་དག་ལ་དོན་ཅེས་ཚིག་བཅུར་བཞག་པ་འགྲེལ་པས་ཁ་བསྐྱང་བ་། །

- ཡོད་མེད་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་དང་། །
- གནས་དང་སྐྱེས་ལྟ་བུ་ཉིད། །
- མི་རྟོག་པ་དང་རང་བཞིན་གྱིས། །
- རྟོག་པར་འོད་གསལ་ཉིད་དང་ནི། །
- ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་རྣམ་བུ་དང་། །



དེ་བཞིན་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་ཉིད། །

འགྲིབ་པ་མེད་དང་ལྷག་མེད་པ། །

དོན་རྒྱུ་ཚིག་ནི་བཅུ་ཞེས། །

ཡི་གེ་སྟོན་ཅི་མ་ལོག་པས་ཡོད་མེད་དང་དོན་ལ་སྟོན་ཅི་མ་ལོག་ནས་སྟོན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་། །ཡིད་ལ་བྱེད་ལ་སྟོན་ཅི་མ་ལོག་པས་གནས་དང་མཐའ་གཉིས་སུ་མི་འཕྲོ་བ་ལ་སྟོན་ཅི་མ་ལོག་པས་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཉིད་དང་། །རང་གི་མཚན་ཉིད་ལ་སྟོན་ཅི་མ་ལོག་པས་མི་རྟོག་པ་དང་སྤྱི་ལོ་མཚན་ཉིད་ལ་སྟོན་ཅི་མ་ལོག་པས་རང་བཞིན་གྱིས། །རྟོག་པར་འོད་གསལ་བ་ཉིད་དང་ནི་མ་དག་པ་དང་དག་པ་ལ་སྟོན་ཅི་མ་ལོག་པས། །ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བ་དང་། །དེ་བཞིན་དུ་སྐྱོ་བྱར་དུ་བྱང་བ་ལ་སྟོན་ཅི་མ་ལོག་པས་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་ཉིད་དང་། །མི་སྐྱབ་པ་ལ་སྟོན་ཅི་མ་ལོག་པས་འགྲིབ་པ་མེད་པ་དང་ཁེངས་པ་མེད་པ་ལ་སྟོན་ཅི་མ་ལོག་པས་ལྷག་པ་མེད་པ་དང་། །དོན་རྒྱུ་ཚིག་ནི་རྣམ་པ་བཅུ་ཞེས་བྱའོ།

དེ་ལྟ་བུའི་སྟོན་ཅི་མ་ལོག་པ་བཅུ་པོ་དེ་ལ་དོན་རྒྱུ་ཚིག་བཅུ་ཞེས་བྱ་སྟེ། །གང་ཞེན། །གོང་དང་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་ཡོད་མེད་ཉིད་དང་། །སྟོན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་། །གནས་དང་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཉིད་དང་། །རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་དང་། །རང་བཞིན་གྱིས་རྟོག་པར་འོད་གསལ་བ་ཉིད་དང་། །ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བ་ཉིད་དང་། །དེ་བཞིན་དུ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་ཉིད་དང་། །འགྲིབ་པ་མེད་པ་དང་། །ལྷག་པ་མེད་པ་སྟེ་དེ་དག་རྟོག་གའི་རིག་པས་ཤེས་པར་དཀའ་བའི་ཕྱིར་དོན་རྒྱུ་ཚིག་ནི་རྣམ་པ་བཅུ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

བཞི་པ་མཐའ་གཉིས་སྤངས་པའི་སྐྱབ་པ་ལ། །བདུན་ཚན་དང་པོ་དང་། །བདུན་ཚན་གཉིས་པའོ། །དང་པོ་བདུན་ཚན་དང་པོ། །ཐ་དད་པ་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཐ་དད་པ་དང་གཅིག་མཐའ་དང་། །

སུ་སྟོགས་ཉོན་མོངས་གཉིས་ཀ་དང་། །

གང་ཟག་ཚོས་ལ་སྐྱོ་འདོགས་དང་། །

སྐྱར་འདེབས་མཐའ་རྣམས་གཉིས་གཉིས་དང་། །

མི་མཐུན་ཕྱོགས་དང་གཉིན་པོའི་མཐའ། །

རྟོག་དང་ཆད་པར་འདུ་ཤེས་དང་། །

གཟུང་དང་འཛིན་དང་ཀུན་ཉོན་མོངས། །

རྣམ་པར་བྱང་ལ་གཉིས་དང་གསུམ། །

མཐའ་གཉིས་སྤང་བ་བསྐྱབ་པ་གང་ཞེན། །བདག་དང་ཕུང་པོ་ཐ་དད་པར་ལྟ་བའི་མཐའ་དང་དེ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་ལྟ་བའི་མཐའ་དང་། །གཟུགས་སོགས་རྟོག་གོ་ཞེས་པ་སུ་སྟོགས་ཅན་གྱིས་བརྟགས་པའི་མཐའ་དང་མི་རྟོག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་བརྟགས་པའི་མཐའ་སྟེ་དེ་གཉི་ག་དང་། །གང་ཟག་དང་ཚོས་ལ་སྐྱོ་འདོགས་པ་དང་། །སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་མཐའ་རྣམ་པ་གཉིས་གཉིས་དང་། །མི་དག་གི་ལ་སོགས་པའི་ཚོས་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་དང་དག་གི་ལ་སོགས་པ་ནི་རྣམ་པར་བྱང་བའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཉིན་པོའི་མཐའ་དང་། །གང་ཟག་དང་ཚོས་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་རྟོག་པ་དང་དེ་མེད་དོ་ཞེས་ཆད་པར་འདུ་ཤེས་པའི་མཐའ་དང་། །གཟུང་བ་དང་འཛིན་པའི་མཐའ་དང་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། །རྣམ་པར་བྱང་བའི་མཐའ་ལ་རིམ་པ་བཞིན་གཉིས་དང་གསུམ་སྟེ་སྟེ་མ་ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་ལས་ཀྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་སྐྱོ་བའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་གསུམ་དང་དེའི་གཉིན་པོ་རྣམ་པར་བྱང་བ་ཡང་གསུམ་མོ།

གང་གི་ཕྱིར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ནི་མཐའ་གཉིས་དང་བུལ་བའི་དབུ་མའི་རྩྱལ་ལ་གནས་པ་ཡིན་ལ། །དེ་ཡང་



མཐའ་ནི་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེས། གཟུགས་སོགས་བདག་དང་ཐ་དད་པ་དང་ངོ་བོ་གཅིག་པར་འཛིན་པ་ནི་མཐའ་ཡིན་ལ།  
དེ་སྤོང་བྱེད་དབུ་མའི་ལམ་ནི་གང་བདག་མེད་པ་ནས་ཤེད་བུ་མེད་པའི་བར་དུ་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ་ཕུང་པོ་ལ་  
བརྟེན་ནས་བདག་ཏུ་གདགས་པ་ལས་བདག་རང་གི་ངོ་བོ་མེད་ལ། དེ་མེད་པས་དེའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་གང་  
ཟག་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་གི་བཏགས་དོན་ཀྱང་མེད་ཅིང་། དེས་ན་དེ་ཕུང་པོ་དང་གཅིག་ཐ་དད་དུ་ཡང་མེད་དོ།  
།དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་སོགས་རྟག་པར་འཛིན་པ་སྐྱེགས་ཀྱིས་འདོད་པའི་མཐའ་དང་། གཟུགས་སོགས་མ་  
རྟག་པར་འཛིན་པ་ཉན་ཐོས་ཀྱིས་འདོད་པའི་མཐའ་སྟེ།

དེ་གཉིས་ཀ་ཡོངས་སུ་སྤངས་པ་དབུ་མའི་ལམ་ནི། གང་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་རྟག་པར་ཡང་མི་  
རྟོག་མི་རྟོས་པར་ཡང་མི་རྟོག་པ་སྟོས་བྲལ་དུ་བསྐྱོམ་པ་སྟེ། མདོ་ལས། གཟུགས་རྟག་པ་ཡང་མ་ཡིན། མི་  
རྟོག་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །གང་ཟག་དང་ཚོས་ལ་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་པར་སྟོང་འདོགས་པ་  
དང་། ཐ་སྐྱད་སྐྱང་ཙམ་དུ་མེད་པར་སྐྱར་པ་འདེབས་པའི་མཐའ་རྣམ་པ་གཉིས་གཉིས་ཏེ་གང་ཟག་ཡོད་པ་དང་  
སེམས་སོགས་ཚོས་ཡོད་པར་སྟོང་འདོགས་པ་གཉིས་དང་། གང་ཟག་མེད་པ་དང་ཚོས་མེད་པར་སྐྱར་འདེབས་  
གཉིས་སོ། །དེ་ལ་གང་ཟག་ལ་སྟོང་སྐྱར་དེ་སྤོང་བྱེད་དབུ་མའི་ལམ་ནི་གང་བདག་དང་བདག་མེད་པ་གཉིས་ཀྱི་  
དབུས་ནི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་དང་། སེམས་སོགས་ཚོས་ལ་སྟོང་སྐྱར་སྤོང་བ་དབུ་མའི་  
ལམ་ནི་གང་ལ་སེམས་མེད་པ་དང་སེམས་པ་མེད་པ་དང་། ཡིད་མེད་པ་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་པའོ།  
།ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །མི་དགོ་བ་དང་ཀུན་ཉོན་ལ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་དང་། དགོ་བ་དང་རྣམ་བྱུང་ལ་གཉིན་  
པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་ལྟ་བའི་མཐའ་དེ་དག་སྤོང་བྱེད་དབུ་མའི་ལམ་ནི། གང་མཐའ་དེ་གཉིས་ཁས་མི་ལེན་ཅིང་མི་  
བརྗོད་མི་སྐྱོ་བར་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །གང་ཚོས་དང་གང་ཟག་ཡོད་ཅིང་དེ་ཐེར་བྱུག་ཏུ་གནས་པར་འདུ་ཤེས་  
པ་རྟག་པའི་མཐའ་དང་། ཚོས་དང་གང་ཟག་མེད་པའམ་རྒྱན་ཆད་དེ་མཚམས་མི་སྐྱོར་བར་འདུ་ཤེས་པ་ཆད་  
པའི་མཐའ་སྟེ།

དེ་གཉིས་སྤོང་བྱེད་དབུ་མའི་ལམ་ནི། རྟག་པ་དང་ཆད་པ་མེད་པའི་དབུས་སུ་བསྟེན་པ་གང་ཡིན་  
པའོ། །ཡང་གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་དང་། ཀུན་ཉོན་དང་རྣམ་བྱུང་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་སྟེ་མཐའ་གཉིས་སུ་  
སྐྱིར་བསྟེན་པ་དང་། དེ་ཡང་ཅི་ལྟ་བུ་ཞེས། མ་རིག་པ་ནས་རྒྱུ་ཤིའི་བར་ཀུན་ཉོན་ལ་གཟུང་འཛིན་དུ་ཞེན་པ་  
དང་། མ་རིག་པ་འགག་པ་ནས་རྒྱུ་ཤིའི་བར་འགགས་པའི་རྣམ་བྱུང་ལ་གཟུང་འཛིན་དུ་ཞེན་པའི་མཐའ་གཉིས་  
པོ་དེ་སྤོང་བྱེད་དབུ་མའི་ལམ་ནི། རིག་དང་མ་རིག་པ་འདི་ནི་གཉིས་སུ་མེད་དོ་ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་འབྱུང་བ་  
བཞིན་ནོ། །

ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། ལས་ཀྱི་ཀུན་ནས་  
ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྐྱེ་བའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའོ། །

དེའི་དང་པོ་ལ་ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ལ་ལྟ་བ་དང་དུག་གསུམ་གྱི་རྒྱ་དང་། ཡང་སྤིང་  
ལ་སྟོབ་པ་གསུམ་ཡོད་པ་དེ་དག་གི་གཉིན་པོར་སྤོང་ཉིད་མཚན་མེད་སྟོན་མེད་དུ་ཤེས་པའོ། །

གཉིས་པ་ལས་ཀྱི་ཀུན་ཉོན་ཅིག་ནི་དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བའི་ལས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པའོ། །དེའི་གཉིན་  
པོར་མངོན་པར་འདུ་མི་བྱེད་པ་ཤེས་པའོ། །

གསུམ་པ་སྐྱེ་བའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ནི། ཡང་སྤིང་པར་སྐྱེ་བ་དང་། རྐྱེས་ནས་མ་ཤི་བར་སེམས་  
སེམས་བྱུང་རྣམས་སྐྱད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་འབྱུང་བ་དང་། ཡང་སྤིང་པའི་རྒྱན་ཏེ་རིམ་པ་ལྟར་འཆི་སྤིང་དང་སྐྱེ་  
སྤིང་བར་སྤིང་རྣམ་པ་གསུམ་མོ། །དེ་དག་གི་གཉིན་པོར་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཤེས་པ། འབྱུང་བ་མེད་པར་ཤེས་པ།  
ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་ཤེས་པའོ། །དེ་ལྟར་ཀུན་ཉོན་རྣམ་པ་དེ་གསུམ་བྲལ་བ་ནི་རྣམ་བྱུང་སྟེ་དེ་ལའང་དེའི་ངོ་བོ་  
ཉིད་དུ་ཞེན་པ་མེད་པ་དང་། མདོར་བསྟུན་ཚོས་དབྱིངས་ཉོན་མོངས་པར་གྱུར་པའམ། རྣམ་པར་དག་པར་  
གྱུར་པའོ་སྟེ་ལྟ་བུ་ཞེན་ཅིང་དེ་ཡང་སྤོང་བ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་གཉིན་པོ་དེ་དག་གིས་སྤང་བུ་དེ་དག་བསལ་ལོ་  
སྟེ་ལྟ་བུ་ཞེན་ནས་མཐའ་གཉིས་སུ་འཛིན་པའི་གཉིན་པོར་གང་སྤོང་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཚོས་རྣམས་སྤོང་པར་མི་བྱེད་

གྱི་ཚེས་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་སྤོང་པའོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། གང་སྤང་བྱ་དང་གཉིན་པོ་དང་སྤོང་པ་  
དང་མ་སྤོང་པ་ལ་སོགས་པའི་མཐའ་ཡོད་ཀྱི་རིང་ལ་ཀུན་བརྟགས་པ་དང་ཀུན་རྫོབ་དང་ཐ་སྐྱད་ཀྱི་སྤོང་ཡུལ་  
དུ་སྤྱང་བ་ཡིན་ལ། སྤོང་པ་ཉིད་དོན་དམ་པའི་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་གདོད་ནས་མཐའ་གང་དུའང་མ་གྲུབ་པ་  
བརྗོད་དུ་མེད་པ་དེའི་ཕྱིར་དེས་སྤོང་པར་བྱས་པ་མ་ཡིན་གྱི་ཡོ་ནས་མཐའ་ཀུན་དང་བུལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་སྤོང་  
པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་བདུན་ཚན་གྱི་མ་ལ། མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད་གཉིས། དང་པོ་༼ མདོར་བསྟན་༽ རྣམ་པར་རྟོག་  
པ་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཉིས་ཀྱི་མཐའ། །  
དེ་ནི་རྣམ་པ་བདུན་དུ་འདོད། །

ཡང་དངོས་པོ་ཡོད་པ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་སྟེ། །དེ་ནི་རྣམ་པ་བདུན་དུ་འདོད།

གོང་དུ་བསྟན་པ་དེར་མ་ཟད་གཞན་ཡང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་མ། མཐའ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་པར་རྟོག་དེ་ནི་  
རྣམ་པ་བདུན་དུ་འདོད་དོ། །

གཉིས་པ་༼ རྒྱས་བཤད་༽ དངོས་མེད་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

དངོས་ཡོད་དངོས་མེད་ཞི་བྱ་དང་། །

ཞི་བྱེད་སྐྱབ་བྱ་དེ་ལ་འཇིགས། །  
གཟུང་དང་འཇིན་དང་ཡང་དག་ཉིད། །  
ལོག་པ་ཉིད་དང་བྱེད་དང་མིན། །  
སྐྱེ་བ་མེད་དང་མཉམ་པའི་དུས། །  
དེ་ནི་རྣམ་རྟོག་གཉིས་ཀྱི་མཐའ། །

བདུན་གང་ཞེ་ན། །བདག་གི་དངོས་པོ་ཡོད་པ་དང་དེ་དངོས་པོ་མེད་པར་སྐྱབ་བ་དང་ཞི་བར་བྱ་བ་སྤང་བྱ་དང་། །ཞི་བར་བྱེད་  
པ་གཉིན་པོར་སྐྱབ་བ་དང་སྐྱབ་བྱེད་པ་དང་དེ་ལ་འཇིགས་པར་སྐྱེ་བ་རྟོག་པ་དང་། །གཟུང་བ་དང་འཇིན་པར་རྟོག་པ་  
དང་ཡང་དག་པ་ཟག་པ་མེད་པ་ཉིད་དང་། །ལོག་པ་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་དུ་རྟོག་པ་དང་སྤང་བྱ་སྤོང་བར་བྱེད་པ་དང་  
དེ་སྤོང་བར་བྱེད་ལུས་པ་མིན་པར་རྟོག་པ་དང་། །གཉིན་པོ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་སྐྱེས་ཀྱང་སྤང་བྱ་མཉམ་པའི་དུས་གཅིག་ཏུ་སྐྱབ་  
བ་སྟེ། །བདུན་པོ་དེ་ནི་རྣམ་རྟོགས་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་ལོ།

རྣམ་རྟོག་གི་མཐའ་གཉིས་ཟུང་དུ་སྐྱུར་བ་བདུན་པོ་དེ་གང་ཞེ་ན། །དངོས་པོ་ཡོད་པར་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཡང་  
མཐའ་ཡིན་ལ། །དངོས་པོ་མེད་པ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཡང་མཐའ་ཡིན་པས་མཐའ་དེ་གཉིས་ཀྱི་གཉིན་པོར་དབྱ་  
མའི་ལམ་བསྟན་པ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། །གང་ཟག་རྣམ་པར་གཞིག་པའི་ཕྱིར་སྤོང་པ་ཉིད་མ་ཡིན་གྱི་སྤོང་པ་ཉིད་ཀྱི་  
སྤོང་སྟེ། །སྤོན་གྱི་མཐའ་སྤོང་པ་དང་། །ཕྱི་མའི་མཐའ་སྤོང་པ་ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞི་བར་  
བྱ་བ་སྤང་བྱ་དང་། །ཞི་བར་བྱེད་པ་གཉིན་པོ་ལ་དེ་དང་དེར་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་མཐའ་ཡིན་ལ། །དེའི་གཉིན་པོ་  
དབྱ་མའི་ལམ་ནི་སྤང་བྱ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པས་དེའི་གཉིན་པོ་ཡང་དོན་དམ་པར་མ་གྲུབ་པར་བསྟན་པ་  
ནི། །འོད་སྤང་འདི་ལྟ་སྟེ། །མི་ལ་ལ་ནམ་མཁས་འཇིགས་ཤིང་སྐྱབ་ནས་དུས་ཏེ་རྣམ་མཁའ་འདི་སོལ་ཞེས་ཟེར་



ན། འོད་སྤང་འདི་ཅི་སྒྲུལ་དུ་སེམས། རྣམ་མཁའ་འདི་བསལ་བར་རུས་སམ་ཞེས་སོགས་གསུང་པ་ལྟ་བུའོ།  
།སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་ལ་སྤྱད་བྱ་ཉིད་དུ་རྟོག་པ་དང་། དེ་ལ་འཇིགས་ཤིང་  
སྤྱད་པའི་རྟོག་པ་ནི་མཐའ་ཡིན་ལ། མཐའ་དེ་དག་སྤོང་བྱེད་དབུ་མའི་ལམ་ནི། འོད་སྤང་དཔེར་ན་འདི་ལྟ་སྟེ།  
རི་མོ་མཁའ་ཞིག་བདག་ཉིད་ཀྱིས་གནོད་སྲིད་ཀྱི་གཟུགས་འཇིགས་འཇིགས་ལྟ་ཞིག་གིས་ནས། དེས་འཇིགས་  
སྤྱད་སྟེ་ཁ་སྤྱོད་དུ་འབྱུང་ནས་བརྒྱུ་བར་གྱུར་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། རང་གི་རྣམ་  
པར་རྟོག་པས་སྤྱུལ་པའི་འཁོར་བ་དང་དེ་ལ་སྤྱད་པའང་བཤད་མ་ཐག་པའི་དཔེ་དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་མཐའ་དེ་  
གཉིས་སྤོང་བ་ཡིན་ནོ། །དཔེ་སྤྱི་མ་རྣམ་མཁའི་དཔེ་ནི་ཉན་ཐོས་རྣམས་ལས་བརྒྱུ་མས་ཉེ་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། ཉན་  
ཐོས་པས་ཚོས་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་སྤོང་པར་ཁོང་དུ་མ་རྒྱུད་ནས། ཚོས་རྣམས་སྤང་བྱ་དང་སྤོང་ཉིད་སྤོང་  
བྱེད་ལྟ་བུར་བསམ་ཞིང་། སྤོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ཚོས་རྣམས་བཤེགས་པར་བྱེད་པའི་དོན་དུ་བརྒྱུད་ནས་སྤོང་པ་ཉིད་ལ་  
སྤྱད་པ་རྣམས་ལ་སྤྱད་པ་དེ་སྤོང་བའི་དོན་དུ་རྣམ་མཁའ་བསལ་བར་མི་རུས་པ་ལྟར་སྤོང་པ་ཉིད་ཚོས་ཐམས་  
ཅད་ལ་ཚོས་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུ་ལ་དུ་ཡི་ནས་རྗེས་སུ་སོང་བར་བསྟན་པའོ། །དཔེ་སྤྱི་མ་རི་མོ་མཁའ་ཀྱི་དཔེས་བསྟན་པ་  
དེ་ནི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་རྣམས་འཁོར་བ་ཡུན་རིང་དུ་བཞུགས་པ་ལ་མི་སྤོང་བར་བྱ་བའི་སྤྱིར་བསྟན་པའོ།  
།འདི་གཉིས་ལ་རྣམ་པ་གཞན་དང་གཞན་གྱིས་འཆད་རྒྱུ་སྤོང་བའི་འབྲེལ་པ་ན་སྤང་དོ། །གཟུགས་སོགས་  
ལ་གཟུང་བ་དང་། མིག་སོགས་ལ་འཇིན་པར་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཡང་མཐའ་ཡིན་ལ། དེ་གཉིས་སྤོང་བྱེད་དབུ་  
མའི་ལམ་ནི་འོད་སྤང་འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན་སྤྱུ་མ་བྱེད་པའི་མི་ཞིག་གིས་སྤྱུ་མ་སྤྱུལ་པ་དེས་སྤྱུ་མ་བྱེད་པ་ཉིད་  
ཐོས་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཞེས་སོགས་གསུངས་ཏེ། གཟུང་འཇིན་གཉིས་སུ་སྤང་ཡང་ཐ་དད་དུ་མེད་དེ་རྣམ་རིག་ཅུ་  
དུ་གྲུབ་ལ། དེ་གཉིས་གཅིག་མ་གྲུབ་ན་ཅིག་ཤོས་ཀྱང་མི་གྲུབ་པས་དོན་ལ་གཟུང་འཇིན་དུ་མ་གྲུབ་པ་དཔེ་དེས་  
བསྟན་ཏོ། །ཟག་མེད་ལ་ཡང་དག་པ་གཉིས་སུ་རྟོག་པ་དང་། ཟག་བཅས་ལ་ལོག་པ་ཉིད་དུ་རྟོག་པ་ཡང་མཐའ་  
ཡིན་ལ། དེ་གཉིས་སྤོང་བྱེད་དབུ་མའི་ལམ་བསྟན་པ་ནི། འོད་སྤང་འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན་ཤིང་གཉིས་

རྒྱུད་གིས་དུད་པ་ལས་མི་འབྱུང་སྟེ། བྱུང་མ་ཐག་དུ་ཤིང་དེ་གཉིས་ཚོགས་པར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཞེས་སོགས་  
གསུངས་ཏེ་ཇི་ལྟར་མེའི་རང་བཞིན་མིན་པའི་ཤིང་ལས་མི་བྱུང་ལ། དེས་ཤིང་དེ་ཉིད་བསྐྱེད་པ་བཞིན་དུ་ཡང་  
དག་མིན་པའམ་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་སྤྱོད་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་ན་ཡོད་པའི་སོ་སོར་རྟོག་པ་ཤིང་ལྟ་བུ་ལས།  
ཡང་དག་པ་ཟག་མེད་འཕགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་མི་འབྱུང་ལ། མི་དེས་སོ་སོར་རྟོག་པ་ཉིད་འཚོགས་པ་ལྟར་  
འཇིགས་པར་བྱེད་པ་དེ་དག་ནི་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་སྤྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཡིན་གྱི། ཡང་དག་དང་ལོག་པ་ཞེས་རིས་སུ་མ་  
ཆད་དེ་རང་གི་དོ་བོས་མ་གྲུབ་པར་བསྟན་པའོ། །གཉིན་པོ་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་སྤང་བྱ་སྤོང་བའི་བྱ་བ་བྱེད་པ་ལ་བྱེད་  
པའི་དོ་བོར་བདེན་པར་འཇིན་པའམ། ཡང་ན་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་སྤང་བྱ་སྤོང་དོ་སྤྱུལ་དུ་སྤོང་བྱེད་དུ་བཏང་ནས་བྱེད་པ་  
ལྟ་བུ་བྱེད་པར་སྤོང་དོགས་པའི་རྟོག་པ་དང་། སྤོང་བའི་བྱ་བ་བྱེད་མི་རུས་པའམ། བྱེད་པ་མིན་པར་རྟོགས་པ་  
ནི་སྤྱུར་འདེབས་ཀྱི་མཐའ་ཡིན་ལ། དེ་སེམས་བྱེད་དབུ་མའི་ལམ་ནི་འོད་སྤང་འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན་མར་མི་བྱུང་  
ན་སུན་པ་སུན་ནག་ཐམས་ཅད་མེད་པར་འགྱུར་ཡང་། འོད་སྤང་མར་མི་དེ་འདི་ལྟར་བདག་གིས་སུན་པ་སུན་  
ནག་གང་དག་བསལ་ལོ་སྤྱུལ་དུ་མི་སེམས་མོད་ཀྱང་། མར་མི་ལ་བརྟེན་ནས་སུན་པ་སུན་ནག་མེད་པར་གྱུར་  
པ་དེ་བཞིན་དུ་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་པར་མཛད་དེ། མར་མི་ལ་རྟོག་པ་མེད་ཀྱང་སུན་པ་སེམས་བའི་མཐུ་ཡོད་  
པ་བཞིན་དུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་སྤྱོད་པ་སེམས་བ་ཡང་དེ་དང་འདྲ་བར་བསྟན་པའོ། །སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་  
ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ཞུགས་པའི་སྤྱོད་པ་འདི་དག་སྤོང་དཀའ་ཞིང་ཚན་ཆེ་བས་ན་གཉིན་པོ་ཡེ་ཤེས་སྤྱོད་པའི་གོ་  
སྐབས་མེད་དོ་སྤྱུལ་དུ་གཉིན་པོ་རྒྱུད་ལ་སྤྱོད་པ་མེད་པར་འཇིན་པའི་རྟོག་པ་དང་། སྤྱོད་ཀྱང་སྤང་བྱ་དེ་མ་ཐག་  
དུ་འགག་མི་རུས་པས་སྤོང་གཉིན་གཉིས་དུས་མཉམ་པར་ཡུན་རིང་འགྲོགས་པའམ། མཉམ་པའི་དུས་ཅན་རུ་  
འགྱུར་སྤྱུལ་པའི་རྣམ་རྟོག་ནི་མཐའ་ཡིན་ལ། དེ་དག་སྤོང་བྱེད་དབུ་མའི་ལམ་བསྟན་པ་ནི། འོད་སྤང་འདི་ལྟ་  
སྟེ། དཔེར་ན་བྱི་མ་མམ། ཁང་པའམ། ཁང་ཕྱན་ལོ་བརྒྱ་སྤོང་འདས་པར་སུས་ཀྱང་མར་མི་མ་བུས་པ་དེར་མི་  
ལ་ལ་ཞིག་གིས་མར་མི་དེ་བུས་ན། འོད་སྤང་འདི་ཅི་སྤྱུལ་དུ་སེམས། སུན་པ་སུན་ནག་དེ་འདི་ལྟར་བདག་ནི་



ལོ་བརྒྱ་སྟོང་དུ་བསགས་པ་བདག་ནི་འདི་ནས་མི་འགྲོའོ་སྐྱམ་དུ་སེམས་སམ། ཞེས་སོགས་གསུངས་ཏེ། ལྷང་  
བསྐྱེས་ན་ལུན་པ་ངེས་པར་འགག་པ་དང་། དེ་གཉིས་དུས་མཉམ་པར་མི་འགྲོགས་པ་དང་། ལུན་པ་ཡུན་ཅི་  
རིང་ཡང་དེར་མར་མི་སྐར་བ་མི་སྲིད་པ་མིན་པའི་དཔེ་དེའི་སློབ་ལུ་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་མཐའ་དེ་དག་བསལ་བ་  
ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བཤད་མ་ཐག་པའི་རྣམ་རྟོག་ཟུང་རེ་སྐྱར་བ་བདུན་ཚེན་གཅིག་པོ་དེ་ནི་དངོས་པོའི་གནས་ཚོད་  
དང་མི་མཐུན་པར་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་གང་ཞིག་སློབ་གང་རུང་གི་ཕྱོགས་སུ་ལྷུང་བས་ན་རྣམ་རྟོག་གཉིས་  
ཀྱི་མཐའ་ཞེས་བྱ་ལ། མཐའ་དེ་དག་དང་བུལ་བ་དབུ་མའི་དོན་ལ་ཇི་ལྟར་བཞེན་འཇུག་པ་ནི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་  
དཔའི་ལམ་མཐའ་གཉིས་སྟོང་བའི་སྐབས་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གོང་གི་ས་བཅད་ལྷ་པ་དང་རྩལ་ལྷ་ཅིག་ཏུ། ལྷང་པར་ཅན་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ལྷང་པར་ཅན་དང་ལྷང་མེད་ནི། །

ས་བཅད་དག་ཏུ་ཤེས་པར་བྱ། །

ལྷང་པར་ཅན་དང་ལྷང་པར་མེད་པ་སྐྱབ་པ་གང་ཞེན། །ལྷང་པར་ཅན་དང་ལྷང་པར་མེད་པ་ནི། །ས་བཅད་དག་ཏུ་ཤེས་པར་  
བྱ་སྐྱེས་གང་ལ་པ་ལོལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་གང་ཤེས་ཆེ་བ་དེ་ནི་ལྷང་པར་ཅན་དང་ཐམས་ཅད་དུ་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་པར་བསྐྱབ་པ་  
ནི་ལྷང་པར་མེད་པའོ།

ལྷང་པར་ཅན་གྱི་སྐྱབ་པ་དང་། ལྷང་པར་མེད་པའི་སྐྱབ་པ་ནི་ས་བཅད་པོ་དག་ཏུ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། གང་ཞེན། ས་  
དང་པོ་ལ་སྤྱིན་པ་ཤེས་ཆེར་སྐྱབ་པ་དང་། གཉིས་པར་རྒྱུ་ལྷིམས་ལྷག་པར་སྐྱབ་པ་སོགས་ཀྱི་ཆ་ནས་ལྷང་  
པར་ཅན་གྱི་སྐྱབ་པ་ཞེས་བྱ་ལ། ས་ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་པར་སྤྱིན་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་པར་སྐྱབ་པའི་ཆ་

ནས་ལྷང་པར་མེད་པའི་སྐྱབ་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་སྐྱབ་པ་རྣམ་པ་རྩལ་གི་སློབ་ལམ་སྐྱབ་པ་སྐྱེན་མེད་པ་  
བཤད་ཟེན་ཏེ། །

དེ་ནི་གཉིས་པ་དམིགས་པ་སྐྱེན་མེད་པ་ནི། རྣམ་པར་བཞག་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

རྣམ་པར་བཞག་དང་དེ་བཞིན་དབྱིངས། །

སྐྱབ་དང་སྐྱབ་དང་འཛིན་པ་དང་། །

ངེས་པར་འཛིན་དང་རབ་ཏུ་འཛིན། །

རབ་ཏུ་རྟོགས་དང་རབ་རྒྱས་དང་། །

རྣམ་པར་རྟོག་དང་རྣལ་འབྱུག་དང་། །

ཕུལ་དུ་བྱུང་བའི་དམིགས་པར་འདོད། །

དམིགས་པ་སྐྱེན་མེད་པ་ལས་ཚོས་བཞགས་པ་རྣམ་པར་བཞག་པ་གསུང་རབ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ལ་དམིགས་པ་དང་  
དེ་བཞིན་དུ་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་དམིགས་པ་དང་། །བསྐྱབ་བྱ་པ་ལོལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་རྩལ་ལ་དམིགས་པ་དང་ལམ་  
སྐྱབ་པའི་རྒྱལ་གྱི་དམིགས་པ་དང་ཐོས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་པས་འཛིན་པ་དང་། །བསམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་པས་  
ངེས་པར་འཛིན་པའི་དམིགས་པ་དང་བསྐྱོམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་རབ་ཏུ་འཛིན་པའི་དམིགས་པ་དང་། །རབ་  
ཏུ་རྟོགས་པའི་དམིགས་པ་དང་མཐོང་ལམ་ཐོབ་པས་རབ་ཏུ་རྒྱས་པའི་དམིགས་པ་དང་། །ས་བདུན་པའི་བར་དུ་རྣམ་པར་  
རྟོག་པའི་དམིགས་པ་དང་ས་བཅུད་པ་ལ་རྣལ་ཏུ་འབྱུག་པའི་དམིགས་པ་དང་། །ས་དགུ་པ་ཡན་ཆད་ཕུལ་དུ་བྱུང་བའི་  
དམིགས་པ་ཡིན་པར་འདོད་དོ།

སྐྱབ་པའི་གཞིར་གྱུར་པ་ཡུལ་གང་ལ་ཇི་ལྟར་དམིགས་ནས་འབྲུག་ཅེ་ན། ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་ལྟར་དམིགས་  
 པ་ཉི་ཚེ་བ་མ་ཡིན་ཏེ་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་དོན་མཐའ་དག་གཏན་ལ་ཕེབས་པའི་ཚུལ་གྱིས་དམིགས་པ་ཡིན་  
 པས་དམིགས་པ་སྒྲན་མེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་ནི་དོ་བོའི་སྒོ་ནས་རྣམ་པ་བཞི་དང་། ས་མཚམས་ཀྱི་སྒོ་ནས་  
 བརྒྱད་དེ་བཅུ་གཉིས་སུ་ཡོད་དོ། །དེ་ཡང་ཕ་རོལ་ཏུ་སྲིན་པ་བཅུ་དང་ས་དང་ལམ་དང་གཟུགས་དང་ཉིང་དེ་  
 འཛིན་ལ་སོགས་པ་སྒྲ་ཚོགས་པའི་ཚོས་གང་དག་རྣམ་པར་བཞུགས་པའི་དོན་ཇི་སྟེད་པའི་གནས་ལ་མ་ཚོར་བར་  
 དམིགས་པ་དང་། གནས་ལུགས་དེ་བཞིན་ཉིད་བདག་གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་པའི་དབྱིངས་ཟབ་མེའི་དོན་ལ་ཇི་ལྟར་བ་  
 བཞིན་དུ་དམིགས་པ་དང་གཉིས་ནི་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པ་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་ཟབ་པའི་དོན་གཏན་ལ་ཕེབས་  
 པའི་ཚུལ་གྱིས་དམིགས་པ་འོ། །བསྐྱབ་བྱུ་ལ་དམིགས་པ་དང་། སྐྱབ་པའི་དམིགས་པ་གཉིས་ནི་སྤྲུལ་གཉིས་  
 ཀྱི་དབང་གིས་ཏེ། ཇི་ལྟར་ན་རྒྱ་ཆེ་བའི་ལམ་གྱི་རྣམ་པ་མཐའ་དག་ཕར་བྱིན་བཅུར་འདུ་བས་ན་དེ་ཉིད་ཉམས་  
 སུ་ལེན་པ་ནི་བསྐྱབ་བྱུ་ཕར་སྲིན་ལ་དམིགས་པ་དང་། ཟབ་མོ་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྟོགས་པས་ན་ཕར་སྲིན་དེ་དག་  
 ཀྱང་འཁོར་གསུམ་དག་པར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་ནས་ཐབས་མཁས་ཀྱི་སྐྱབ་པ་བྱུང་པར་ཅན་དུ་  
 གྱུར་པ་ནི་སྐྱབ་པའི་དམིགས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། འཁོར་གསུམ་དག་རྟོགས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་པའི་ཕར་སྲིན་  
 རྣམས་ནི་ཟབ་པ་མེད་པའི་ལམ་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཕར་སྲིན་དུ་འགྱུར་བའི་སྲིད་དེ་ལྟར་བརྗོད་དོ།  
 །ཚུལ་བཞི་པོ་དེ་ལྟར་བྱུང་དང་ལྡན་པའི་སྒོ་ནས་དམིགས་པ་སྒྲན་མེད་པ་ཡིན་ལ། དེའང་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་  
 རྣམས་སུ་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་དམིགས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ཡང་ཐོས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་  
 རབ་ཀྱིས་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་དང་སྲིན་སོགས་ལ་དམིགས་པ་ནི་འཛིན་པའི་དམིགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། རིགས་  
 པ་བཞི་དང་ལྡན་པའི་བསམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དེ་གཉིས་ལ་དམིགས་ཤིང་དོན་རྟོགས་པ་ནི་ངེས་  
 པར་འཛིན་པའི་དམིགས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སྒོ་མ་པ་ལས་བྱུང་བའི་སོ་སོ་རང་གི་རིག་པས་དམིགས་པ་ནི་  
 ཡང་དག་པར་རབ་ཏུ་འཛིན་པའི་ཚུལ་གྱིས་དམིགས་པ་དང་། ས་དང་པོར་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་མངོན་

སུམ་རབ་ཏུ་རྟོགས་པའི་དམིགས་པ་དང་། ས་གཉིས་པ་ནས་བདུན་པའི་བར་གྱིས་ས་དུག་པོ་རྟོགས་པ་གོང་  
 རས་གོང་དུ་རབ་ཏུ་རྒྱས་པའི་དམིགས་པ་དང་། ས་བདུན་པ་དེ་ཉིད་ལ་མདོ་སྡེ་ལ་སོགས་པའི་ཚོས་ཀྱན་ཁོང་  
 དུ་རྒྱད་ཅིང་སྲིད་ཞིའི་ཚོས་ལ་མཚན་མ་མེད་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་དམིགས་པ་དང་། ས་བརྒྱད་པར་འབད་  
 ཚོལ་དང་འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་དང་བུལ་ཏེ་རྣལ་དུ་འདུག་པའི་དམིགས་པ་དང་། ས་དགུ་པ་བཅུ་པ་བཅུ་གཅིག་  
 པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུམ་ལ་ཡེ་ཤེས་སུ་ལ་དུ་བྱུང་བ་དང་། སྲིན་ལས་སུ་ལ་བྱུང་དང་། རྣམ་པར་དག་པ་སུ་ལ་  
 བྱུང་གསུམ་འབྱུང་བའི་དེ་དག་གི་དམིགས་པ་སྟེ། ས་དགུ་པར་སོ་སོར་ཡང་དག་པ་རིག་པ་བཞིའི་ཡེ་ཤེས་  
 སུ་ལ་དུ་བྱུང་བ་ཐོབ་པས་ཡེ་ཤེས་སུ་ལ་དུ་བྱུང་བའི་དམིགས་པ་དང་། ས་བཅུ་པར་སྲིན་ལས་ལ་དབང་བ་སུ་ལ་དུ་  
 བྱུང་བ་ཐོབ་པའི་སྲིད་སྲིན་ལས་སུ་ལ་དུ་བྱུང་བའི་དམིགས་པ་དང་། བཅུ་གཅིག་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་ནི་ཉོན་  
 མོངས་དང་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་མ་ལུས་པ་རྣམ་པར་དག་པ་སུ་ལ་དུ་བྱུང་བ་ཐོབ་པའི་སྲིད་རྣམ་པར་དག་པ་སུ་ལ་  
 དུ་བྱུང་པའི་དམིགས་པར་འདོད་དེ། ཤེས་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ངེས་ཇི་ལྟར་སྟེད་ཀྱི་ཚོས་མ་ལུས་པ་  
 གཟུགས་པའམ་དམིགས་པའི་སྲིད་ཅོ། །

གསུམ་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་སྒྲན་མེད་པ་ནི། མ་ཚང་མེད་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱུར་ཏེ། །

- མ་ཚང་མེད་དང་མི་སྟོང་དང་། །
- མི་གཡོང་བ་དང་རབ་རྗོགས་དང་། །
- ཡང་དག་བསྐྱེད་དང་འཕེལ་བ་དང་། །
- ལས་སུ་རུང་དང་མི་གནས་དང་། །
- སྒྲིབ་པ་མེད་པ་ཉིད་དང་དེ། །



རྒྱུ་མི་གཙོད་པ་ཡང་དག་འགྲུབ། །

ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་ནི་ལམ་གྱི་རྒྱུ་མ་ཚང་བ་མེད་པས་རིགས་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མི་སྤོང་བས་མོས་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་། །ཐེག་པ་དམན་པས་སེམས་མི་གཡོང་བ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱོད་པ་རབ་ཏུ་རྫོགས་པས་བསྐྱབ་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་། །འཕགས་པའི་ལམ་ཡང་དག་པར་བསྐྱེད་པས་སྐྱོན་མེད་འཇུག་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་དགོ་བའི་རྩ་བ་འཕེལ་བས་སེམས་ཅན་སྤྱིན་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་། །སེམས་ལས་སྤུ་རུང་བས་ཞིང་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་སྤྱིད་ཞིར་མི་གནས་པས་ལུང་བསྟན་པ་འཐོབ་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་། །སྤྱིབ་པ་མེད་པ་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་དེ། །རྒྱུ་མི་གཙོད་པས་བྱང་ཆུབ་ཀུན་ཏུ་སྤོང་བ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པོ།

ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་ཞུགས་པས་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུ་གང་ཞིག་ཉན་རང་གི་ཐོབ་བྱ་ལས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་འགྲུབ་པ་ནི་རྣམ་པ་བཅུས་བསྟན་ཏེ། དེ་ཡང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མཐའ་དག་གི་དོན་བསྟུ་བ་རྣམ་པ་བཅུར་གསུངས་པ་ནི། མདོ་སྡེ་རྒྱུ་ལས། རིགས་དང་ཚོས་ལ་མོས་པ་དང་། །དེ་བཞིན་སེམས་ནི་བསྐྱེད་པ་དང་། །སྤྱོད་ལ་སོགས་པ་སྐྱབ་པ་དང་། །སྐྱོན་མེད་པ་ལ་འཇུག་ཉིད་དང་། །སེམས་ཅན་རྣམས་ཡོངས་སྤྱོད་བྱེད་དང་། །ཞིང་ནི་རྣམ་པར་སྤོང་བ་དང་། །མི་གནས་སྤང་ན་འདས་པ་དང་། །བྱང་ཆུབ་མཚོག་དང་སྤོང་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་སད་པ་དང་། སད་པའི་རྒྱུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་ལ་མོས་པ་དང་། བསམ་པ་སྒྲ་མེད་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་། སྤོར་བ་ཕར་སྤྱོད་བྱུག་བསྐྱབ་པ་དང་། སྐྱོན་མེད་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་དང་པོ་ལ་འཇུག་པ་ནས་འཕགས་པའི་སར་ཚུད་པ་དང་། ཐབས་ལ་མཁས་པས་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་པར་བྱེད་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་རྣམ་པར་སྤོང་བ་དང་།

སྤྱིད་ཞིར་མི་གནས་པའི་སྤང་ན་འདས་པའི་ཚོས་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་སྟེ་འདི་གསུམ་ནི་གཙོ་བོར་དག་སེམས་བསྐྱབ་པའི་ཡོན་ཏན་རོ། །མཐར་འབྲས་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་མཚོག་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པ་དང་། ཐོབ་ནས་སྤྱིད་པ་ཇི་སྤྱིད་ཏུ་བྱང་ཆུབ་ཡང་དག་པར་སྤོང་བའམ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཚུལ་རྒྱུ་མི་གཙོད་པ་སྟེ། གཟུགས་སྐྱེ་ཉིད་ཀྱིས་འཁོར་བ་ཇི་སྤྱིད་བར་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཚན་པའི་ཚུལ་རྒྱུ་མི་གཙོད་པའོ། །ཚུལ་དེ་དང་མཐུན་པར་འདིར་ཡང་ཐེག་ཆེན་སྤོང་པའི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་སོགས་འཁོར་ལོ་ཆེན་པོ་བཞི་དང་ལྟན་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་སད་པའི་རྒྱུ་མ་ཚང་བ་མེད་པ་ནི་རིགས་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་སྟེ་རྒྱ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དང་པོའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཐེག་པ་མཚོག་གི་ལམ་ཡོངས་སུ་མི་སྤོང་བ་ཐེག་ཆེན་ལ་མོས་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་། ཐེག་དམན་ཡིད་བྱེད་ཀྱིས་མི་གཡོང་བ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་། ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱོད་པ་དུག་རབ་ཏུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་སྐྱབ་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་། ས་དང་པོར་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ཡང་དག་པའི་ཚོས་འཕགས་ལམ་བསྐྱེད་པ་སྐྱོན་མེད་པར་འཇུག་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་། དེ་ནས་ས་བདུན་པའི་བར་དུ་དགོ་བའི་རྩ་བ་གོང་ནས་གོང་དུ་ཡུན་རིང་པོར་འཕེལ་བས་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྤོང་བ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་། ས་བརྒྱད་པ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་སེམས་ལས་སྤུ་རུང་ཞིང་ཁ་སྤྱིར་བཏུས་སྟོ་ལྟའི་རྣམ་ཤེས་གནས་གྱུར་པས་ཞིང་ཡོངས་སུ་དག་པ་ཡོངས་སུ་འགྲུབ་པ་དང་། སྤྱིད་ཞིར་མི་གནས་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་ཏེ་ཁ་ནང་བཏུས་ཉོན་མོངས་པའི་ཡིད་གནས་གྱུར་པས་འཁོར་འདས་གཉེས་ཀྱི་མཐའ་ལ་མི་གནས་པའི་སྤང་འདས་ཀྱི་དོན་མཐོང་བས་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱིར་མི་སྤོང་བའི་ས་ལ་ལུང་སྤོང་བ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་། སྤྱིབ་གཉེས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་ཡོངས་སུ་ཟད་པས་སྤྱིབ་པ་མེད་པས་བྱང་ཆུབ་མཚོག་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་ཉིད་དང་། རྒྱ་ན་མེད་པ་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་སྐྱེ་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་དེ་ཡི་ཚུལ་ནམ་ཡང་རྒྱུ་མི་གཙོད་པ་བྱང་ཆུབ་ཀུན་ཏུ་སྤོང་བ་ཡང་དག་



པར་འགྲུབ་པ་ཉིད་དེ། དེ་ལྟར་མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུའི་བར་དུ་འགྲུབ་ཚུལ་ལེགས་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །



# ཡུལ་གྱི་འོག་

བཞི་པ་མཇུག་གི་དོན་ལ་གཞུང་འདི་རྟོགས་དཀའ་ཞིང་ཡོན་ཏན་ཆེ་བར་བསྟན་པ་དང་། གཞུང་དེའི་མཛད་བྱ་དང་འགྲུར་བྱ་སྟོན་པའོ། །དང་པོ་། གཞུང་འདི་རྟོགས་དཀའ་ཞིང་ཡོན་ཏན་ཆེ་བར་བསྟན་པ་། དབུས་རྣམ་འབྱེད་པའི་སོགས་གྲིས་བསྟན་ཏེ། །

དབུས་རྣམ་འབྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཏེ། །

རྟོགས་པར་དཀའ་དང་སྦྱིང་པའི་དོན། །

དོན་ཆེན་དེ་བཞིན་ཀུན་གྱི་དོན། །

དོན་མིན་ཐམས་ཅད་སེལ་བའོ། །

བསྟན་བཅོས་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས། ཐེག་པ་བླ་ན་མིན་པའི་ལེའུར་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་ལྟེ་པའོ། །

དེ་ལྟར་ན་འདི་ནི་དབུས་རྣམ་འབྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཏེ་དབུ་མའི་ལམ་རབ་ཏུ་སྟོན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ནི་རྟོག་གའི་སྟོན་ཡུལ་མ་ཡིན་པས་རྟོགས་པར་དཀའ་བ་དང་པས་གྱི་རྟོག་བ་དག་གིས་མི་ཤིགས་པས་སྦྱིང་པའི་དོན་དང་། །བདག་དང་གཞན་གྱི་དོན་བསྐྱབས་པས་དོན་ཆེན་དང་དེ་བཞིན་དུ་ཐེག་པ་གསུམ་ཆར་གྱི་ལམ་སྟོན་པས་ཀུན་གྱི་དོན་བསྐྱབ་པ་

དང་། །དོན་མིན་པ་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་སྦྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་སེལ་བའོ། །ཐེག་པ་བླ་ན་མིན་པ་ཉིད་ཀྱི་བསྟན་པའི་དོན་ནི་གསུམ་སྟེ། སྦྱབ་པ་དང་། བསྐྱབ་པའི་གཞི་དང་། བསྐྱབས་པའི་འབྲས་བུའོ། །སྦྱབ་པ་ནི། ཐེག་པ་ཆེན་པོར་རི་ལྟ་བུར་ཚོས་རྣམས་རབ་ཏུ་གཞུག་པ་དང་། ཞེས་པ་ལ་སོགས་པས་སོ། །དེའང་ཞི་གནས་བསྟོམ་པ་ལ་གཡེང་བ་མིན་པ་དང་། ལྷག་མཐོང་བསྟོམ་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་གྱུར་པའོ། །གང་གི་དོན་དུ་ཞེ་ན། དབུ་མའི་ལམ་གྲིས་ངེས་པར་འབྱུང་བར་གྱུ་བའི་དོན་དུའོ། །གང་དུ་ཞེ་ན། །ས་བཅུ་དག་སྟེ་བྱུང་པར་ཅན་དང་བྱུང་པར་མེད་པའོ་ཞེས་བྱའོ། །ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་རྣམས་གྲང་ཡི་གོ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་ཞི་གནས་ཀྱི་མཚན་མ་རབ་ཏུ་རྟོགས་པ་དང་། དོན་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་ལྷག་མཐོང་གི་མཚན་མ་རབ་ཏུ་རྟོགས་པ་དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་གི་གཞི་ཡོངས་སུ་སྦྱོང་བ་དང་། མི་འཕྲོ་བ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་དེའི་མཚན་མ་ལོགས་པར་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་དང་། རང་གི་མཚན་ཉིད་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་དེའི་གཉེན་པོ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ལམ་བསྟོམ་པ་དང་། སྦྱིང་པའི་མཚན་ཉིད་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་རྣམ་པར་བྱུང་བའི་རང་བཞིན་དུ་རབ་ཏུ་རྟོགས་པ་དང་། མ་དག་པ་དང་དག་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་དེའི་སྦྱིབ་པ་མ་སྦྱངས་པ་དང་སྦྱངས་པ་རབ་ཏུ་ཤེས་པ་དང་། དེའི་སྟོན་བྱུང་བུ་བྱུང་བ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱུང་བ་ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་རབ་ཏུ་ཤེས་པ་དང་། མི་སྐྱབ་པ་དང་ཁེངས་པ་མིན་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་སྦྱིབ་པ་མིན་པར་ངེས་པར་འབྱུང་བའོ། །བསྟན་བཅོས་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས་ཐེག་པ་བླ་ན་མིན་པའི་ལེའུར་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་ལྟེ་པའོ། །

མཐའ་དང་བྲལ་བའི་དབུས་གང་ཡིན་པ་དབུ་མའི་ལམ་སྟོན་པས་ན། དབུས་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་སམ། དབུས་དང་མཐའ་མ་འབྲེས་པ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཞེས་བྱ་སྟེ། འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་ཟབ་པས་རྟོག་གའི་སྟོན་རྟོགས་པར་དཀའ་བ་དང་། བས་གྱི་རྟོག་བས་མི་ཤེས་པའི་སྦྱིང་པའི་དོན་ནམ། ཐེག་པ་མཐའ་དག་གི་སྦྱིང་པའི་དོན་དུ་གྱུར་པ་དང་། རང་དང་གཞན་གྱི་དོན་ཆེན་པོ་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་

བྱ་སྒྲུབ་མེད་པ་ཐོབ་པ་དང་། ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་རིགས་ཅན་མཐའ་དག་པ་ཀུན་གྱི་དོན་དུ་གྱུར་པ་དང་། དོན་མེད་  
པ་མ་རྟོགས་ལོག་རྟོག་ཐོ་ཚོམ་གྱི་དྲི་མ་དང་། ཉོན་ཤེས་ཀྱི་སྐྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་སེལ་བ་སྟེ་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱུང་པར་  
ལྷ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་མཚོག་གི་བསྟན་བཅོས་སུ་གྱུར་པ་ཉིད་དོ། །བསྟན་བཅོས་དབུས་མཐའ་རྣམ་འབྱེད་གྱི་  
ཐེག་པ་སྒྲུབ་མེད་པའི་ལེའུའི་འགྲེལ་པའི་སྐབས་སོ། །

གཉིས་པ་མཛད་བྱང་ནི། །

བསྟན་བཅོས་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཚོག་ལེའུར་བྱས་པ་འཕགས་པ་  
བྱམས་པས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ། །

རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ཇོ་ན་མི་ཏུ་དང་། ལྷོ་ལོ་རྒྱ་བོ་རྟོ་དང་། ལྷ་ཚེན་གྱི་ལོ་རྒྱ་བོ་བཅས་ལེ་ཤེས་  
སྡེས་བསྐྱར་ཅིང་ལྷ་ཏེ་གཏན་ལ་ཕབ་པའོ། །

བསྟན་བཅོས་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཚོག་ལེའུར་བྱས་པ་འཕགས་པ་བྱམས་པས་མཛད་པ་  
རྫོགས་སོ། །རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ཇོ་ན་མི་ཏུ་སྟེ་རྒྱ་ལ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་། ལྷོ་ལོ་རྒྱ་བོ་རྟོ་སྟེ་ཁྲིམས་འབྱུང་དབང་པོ་  
དང་། ལྷ་ཚེན་ལོ་རྒྱ་བོ་བཅས་ལེ་ཤེས་སྡེས་བསྐྱར་ཅིང་ལྷ་ཏེ་གཏན་ལ་ཕབ་པའོ། །

བསྟན་བཅོས་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཚོག་ལེའུར་བྱས་པ་འཕགས་པ་བྱམས་པས་  
མཛད་པ་རྫོགས་སོ། །ཞེས་དང་། འབྱུར་བྱང་ནི། རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ཇོ་ན་མི་ཏུ་དང་། ལྷོ་ལོ་རྒྱ་བོ་རྟོ་དང་།  
ལྷ་ཚེན་ལོ་རྒྱ་བོ་བཅས་ལེ་ཤེས་སྡེས་བསྐྱར་ཅིང་ལྷ་ཏེ་གཏན་ལ་ཕབ་པའོ། །ཞེས་སོ།

སྐར་ཡང་སྐྱུས་པ།

མཚན་འདི་ཡང་སྟོན་བྱོམ་སྐྱུལ་པའི་ལོ་པའ་རྣམས་ཀྱི་གསུང་རབ་བྱི་མ་མེད་པ་དག་ལས། སྟོབ་དཔོན་སངས་རྒྱལ་གཉིས་  
པ་དབྱིག་གཉེན་གྱི་འགྲེལ་པ་ལྟར་གཞན་པའི་སྐར་བས་བྱིས་པ་དག་ལེགས་སུ་གྱུར་ཅིག།

༥ མཐར་འཇོག་ལྟ་བུར་པའི་གཡང་ས་ལས། །བདེ་བར་སྐྱོལ་བྱེད་ཡང་དག་དབུ་མའི་ལམ། །རིགས་ཅན་  
གསུམ་གྱི་གང་ཟག་འཇུག་པའི་སྟོ། །རྒྱལ་ཚབ་སེམས་དཔའ་མཚོག་དེས་ལེགས་པར་བསྟན། །སྐྱོ་ཚོགས་  
ཚོས་ཀྱི་ཕུང་པོའི་རིན་ཆེན་གཏེར། །གང་དུ་རྒྱུད་པ་རྒྱ་ཆེའི་ཚོས་ཀྱི་མཛོད། །གསལ་བར་སྟོན་པ་ལེགས་ལའད་  
འོད་སྤང་འདིས། །འགྲོ་ཀུན་ཚོས་ཀྱི་འགྲོར་པས་ཚིམ་བྱེད་ཤོག། །ཚོས་སྟེ་འདིས་མཚོན་འཛམ་གླིང་ཐ་གྱུ་  
ཀུན། །ཡང་དག་ཚོས་ཀྱི་སྐར་བས་བྱུང་གྱུར་ཏེ། །ལའད་སྐྱབ་པ་རྒྱའི་དགའ་ཚལ་རབ་རྒྱས་ཤིང་། །མི་ཉམས་  
སྤིང་མཐའི་བར་དུ་གནས་གྱུར་ཅིག། །བདག་གྱུང་རྫོགས་སྟོན་སྐྱུང་ས་པ་མཐར་སྟེན་ཅིང་། །མཁའ་བྱུང་ཡིད་  
ཅན་ཐེག་པ་མཚོག་ལ་འགོད། །བསྟན་དང་འགྲོ་བའི་དཔལ་ཡོན་གོང་དུ་འཕེལ། །འགྲོ་ཀུན་བྱང་རྒྱལ་མཚོག་  
གི་གནས་ཐོབ་ཤོག། །

ཅས་པ་འདི་ནི་མཁའ་བཙུན་བཟང་པོའི་རྣམ་ཐར་མཚུངས་པ་མེད་པའི་སྟོལ་གནས་ཤིང་སྐྱ་ཚོ་ཕྱིལ་  
པོར་སྐྱབ་པའི་རྒྱལ་མཚོན་ཆེན་པོ་ལེགས་པར་བཙུགས་པའི་རྣམ་ཐར་གྱིས་ས་གསུམ་མངོན་པར་དགའ་  
བའི་དཔལ་སྟེར་བ་ཀུན་ཐོབ་པ་ལྟམ་ལ་སྐྱུལ་པའི་སྐྱ་པར་དཀོན་མཚོག་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚོན་དཔལ་  
བཟང་པོའི་ཞལ་སྐྱ་ནས་བཀྲ་ཤིས་པའི་སྐྱ་རྟེན་དང་། །རིན་ཆེན་གཉིས་པའི་སྐྱེས་དང་བཅས་བཀའ་ཡིས་  
བསྐྱལ་མ་གནང་བ་སྟེང་ལ་འཆང་ནའང་། །རི་ཞིག་དེ་གར་ལུས་པ། །སྤང་ནས་ཀུན་ཐོབ་པ་སི་ཏུ་སྐྱུལ་པའི་སྐྱ་  
རིན་པོ་ཆེར་བྱམས་ཚོས་སྟོར་ཕུལ་བའི་སྐབས་ཤོག་སྐྱག་སོགས་མཐུན་པའི་རྒྱུ་སྐྱར་བ་ལས། །མདོ་ཁམས་  
འདི་ནི་འགྲན་རྒྱ་དང་བྱལ་བའི་གདན་ས་ཆེན་པོ་འཕགས་ལུལ་མ་གཏུ་གཉིས་པར་གྲགས་པ་ཀུན་ཐོབ་རྗེ་



གདན་གྱི་ཚེས་གྲ་ཚེན་པོར་མི་པམ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བས་རབ་ཚེས་རྒྱལ་བ་ཤིང་རྟ་ལེའི་བྱམས་སྟོན་རྒྱ་བའི་  
ཚེས་ཉིར་གསུམ་ལ་དབུ་བརྩམ་སྟེ་བཤད་པ་བྱེད་པའི་ཐུན་གསེང་རྣམས་སུ་ཅུང་ཟད་རེ་བྲིས་ཤིང་། རྒྱ་བ་  
དེའི་སྤྱི་མའི་ཚེས་ལྷ་གཟུང་སྐར་དགོ་བའི་སྤྱ་ཆར་གྲུབ་པར་བཤྲིས་པ་འདིས། རྒྱལ་བ་པོ་སོགས་བདག་གི་  
སླ་མ་ཞི་བར་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དང་། མ་འོངས་པའི་གང་ཟག་རྣམས་  
ལ་ཚེས་ཀྱི་མིག་ཡོངས་སུ་འབྱེད་པ་དང་། མཁའ་བྱུང་གྱི་སྐྱེ་རྒྱ་རྣམས་ལ་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་  
དོན་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་དགོ་ལེགས་ཀྱི་དཔལ་དམ་པ་སྤྱིན་པར་གྱུར་ཅིག །སཏྟ་མཛུ་ལོ།།  
༥ ར་མ་ལྷུ་རྩ་མི་ཏྲི་ཡ། །བསྐྱལ་བཟང་རྣམ་འབྲེན་ལྷ་པ་བྱམས་པའི་མཚན། །གསུང་རབ་སྟེ་ལྷའི་ནང་ཚན་  
ཐེག་ཚེན་པོ། །ཟབ་རྒྱས་དོན་སྟོན་དབུས་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད། །མཚན་ཉིད་སྐྱིབ་པ་དེ་མཉམ་སྒྲིལ་མེད་  
ལྷ། །རྟེན་འབྱུང་གཞན་དབང་ཀུན་བརྟགས་ཀྱིས་སྟོང་པའི། །ཡོངས་གྲུབ་དབུ་མའི་ལམ་མཚོག་སྟོན་པའི་  
གཞུང་། །མི་པམ་མཁས་པའི་དབང་པོས་ལེགས་བཀྲལ་བའི། །འགྲེལ་ཚེན་ཉིན་བྱེད་སྐྱང་བ་འཆར་འདི་  
མད། །གཞུང་འདི་སྐར་བསྐྱུན་རྣམ་དཀར་དགོ་བའི་མཐུས། །ཐུབ་བསྟན་མདོ་སྟགས་རིགས་ལམ་ཡན་  
ལག་བཅས། །བཤད་སྐྱབ་སྤོན་ལས་མི་རུབ་བྱམས་བསྟན་བར། །འཕེལ་བའི་རྒྱར་བསྟོ་དེ་བཞིན་འགྲུབ་གྱུར་  
ཅིག །ཅེས་པ་ཀུན་མཁྱེན་མི་པམ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་རབ་རྣམས་སླ་མ་ཞིང་སྟོང་གིས་སྐར་གྱི་འདུ་བྱེད་བཤྲི་  
སྐབས་དགོ་རྟོན་བྱམས་པ་འདས་པའི་དངོས་རྗེས་དགོ་སྟོགས་སུ་བཏང་དུས་སྐར་གྱི་ཡོན་ཇི་བབས་ཐུལ་  
ཏེ་དཔལ་ལྷན་ལྷན་གྲུབ་སྟོང་དུ་རབ་རྒྱལ་ལྷགས་རྟ་རྒྱ་དུས་ཚེས་དགོ་བའི་ཆར་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་བཤྲིས་པ་  
དགོ་ལེགས་འཕེལ། །སཏྟ་མཛུ་ལོ།། །།





འགྲོ་བའི་མཉམ་མཐོང་གི་མཚན་མཛད་པའི་

མཚན་མཛད་པའི་མཚན་མཛད་པའི་མཚན་མཛད་པའི་

MAITREYA'S  
DISTINGUISHING THE MIDDLE FROM  
EXTREMES

♦  
*with Commentaries by*  
KHENPO SHENGA and JU MIPHAM

མཁའ་དབྱིངས་ཀྱི་འཕྲུལ་བྱུངས་པའི་འོད་ཟེར་གྱིས། །  
འགྲོ་ལ་སློབ་གྲོས་སྤང་བ་རྣམས་འབྱེད་པ། །  
རྒྱལ་བ་ཉི་མའི་གཉེན་དང་རྒྱལ་བའི་སྲས། །  
མ་ཕམས་འཇམ་པའི་དབྱུངས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ནས། །  
ཡོད་མེད་རྟག་ཆད་མཐའ་ལ་མི་གནས་ཤིང་། །  
ཡང་དག་འཕགས་པའི་ལམ་བཟང་མཚོན་པའི་སློ། །  
དབྱུངས་མཐའ་རྣམས་པར་འབྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི། །  
ཚིག་དོན་ལེགས་པར་སྤྲེ་སྟེ་བཤད་པར་བྱ། །

དེ་ལ་འདིར་རྒྱལ་ཚབ་ས་བཅུའི་སེམས་དཔའ་མཚོག་གི་བསྟན་བཅོས་ཆེན་པོ་སྤེ་ལྟའི་ཡ་གྲུལ་ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུང་མཐའ་  
དག་གི་ལམ་གྱི་གནད་ཟབ་མོ་མཐའ་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་སྟོན་པར་བྱེད་པ་དབྱུངས་དང་མཐའ་རྣམས་པར་  
འབྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་འདི་འཆད་པ་ལ། མཚན་དོན། འགྲུར་ཕྱག་ གཞུང་དོན། མཇུག་དོན་བཞི།

དང་པོ་། མཚན་དོན་།

རྒྱ་གར་སྐད་དུ། མཇུག་གི་རྩོག་ཀྱི་རི་ཀྱ།  
བོད་སྐད་དུ། དབྱུངས་དང་མཐའ་རྣམས་པར་འབྱེད་པའི་ཚིག་ལེན་པར་བྱས་པ།

རྒྱ་གར་སྐད་དུ། མཇུག་ཞེས་པ་བོད་སྐད་དུ། དབྱུངས་མཐའ། དེ་བཞིན་དུ། རིམ་པ་ལྟར་མཐའ་དང་བྲལ་བའི་དེ་ལོ་ན་གི་  
སྟེག་ །རྣམས་པར་འབྱེད་པ། ཀྱི་རི་ཀྱ། ཚིག་ལེན་པར་བྱས་པ་ཞེས་ཉིད་དབྱུངས་གང་ཡིན་པ་དང་། རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་གང་  
ཡིན་པ་མ་ཞོར་བར་རྣམས་པར་འབྱེད་པར་བྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་གང་ཞིག་། གཞུང་མཐའ་དག་ཚིགས་སུ་བཅད་པའི་  
རྒྱལ་བྱུངས་པ་ནི་ཚིག་ལེན་པར་བྱས་པའོ། །

གཉིས་པ་། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གཞོན་རྒྱུར་གྱུར་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ཞེས་པས་བསྟན།

འཇམ་དཔལ་གཞོན་རྒྱུར་གྱུར་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

གསུམ་པ་། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། སྤོམ་གྱི་སྟོན་སེམས་མདོར་བསྟན་པ་དང་། དེའི་དོན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་  
། སྤོམ་གྱི་སྟོན་སེམས་མདོར་བསྟན་པ་། མཚན་ཉིད་སྤྲིབ་པ་སོགས་ཚིགས་བཅད་གཅིག་གིས་བསྟན་ཏེ། །

- མཚན་ཉིད་སྤྲིབ་པ་དེ་ལོ་ན། །
- གཉེན་པོ་དག་ནི་བསྟོམ་པ་དང་། །
- དེ་ཡི་གནས་དང་འབྲས་བུ་འཕྲོག། །
- ཐེག་པ་གླེན་མེད་པའོ། །

ཐོག་མའི་ཞོན་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ལུས་རྣམས་པར་བཞག་པ་ནི། མཚན་ཉིད་དང་སྤྲིབ་པ་དང་དེ་ལོ་ན་དང་། །གཉེན་པོ་དག་ནི་བསྟོམ་པ་  
དང་། །གཉེན་པོ་བསྟོམ་པ་དེ་ཡི་གནས་དང་འབྲས་བུ་ཐོག་པ་དང་། །ཐེག་པ་གླེན་མེད་པའོ།

བསྟན་བཅོས་འདིའི་དབྱུངས་ཀྱི་དོན་ཐམས་ཅད་བསྟན་རྣམས་པ་བདུན་དུ་འདུས་ཏེ། ཐོག་མར་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཀྱི་



བྱང་གི་མཚན་ཉིད་བསྟན་ལ། དེའི་རྗེས་སུ་བདག་གི་རྣམ་པར་བྱང་བ་དེའང་སྐྱིབ་པ་སྤང་བ་ལས་ཐོབ་པས་སྐྱིབ་པ་  
བསྟན། སྐྱིབ་པ་དེ་ནི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་ལ་དམིགས་པས་སྤོང་བར་འགྱུར་བས་ན་དེ་ལོ་ན་ཉིད་བསྟན། དེ་བཞིན་དུ་དེ་ལོ་ན་  
ཉིད་ལ་དམིགས་ནས་གཉིན་པོ་སྒྲོམ་པའི་རྒྱུ་དང་། གཉིན་པོ་དེ་རང་རྒྱུ་ལ་སྐྱེ་པའི་གནས་སྐབས་གང་ཡིན་པ་དང་།  
གཉིན་པོ་བསྒྲོམ་པའི་འབྲས་བུ་གང་ཐོབ་པ་དང་དུག་གི་སྦྱིར་བསྟན་ནས། སངས་རྒྱལ་ཉིད་ཐོབ་པའི་སྐབས་མོང་མ་ཡིན་  
པའི་ལམ་ཐེག་པ་སྐྱ་ན་མེད་པའི་ཁྱད་ཚེས་དམིགས་བསལ་ནས་བསྟན་པ་སྟེ། དོན་རྣམ་པ་བདུན་དུ་ཡོང་པའོ། །

གཉིས་པ་ ། དེའི་དོན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ ། ལ། ཤེས་བྱ་སྤྱིའི་རྒྱུ་དང་། ཐེག་ཆེན་སྐབས་མོང་མིན་པའི་རྒྱུ་བཤད་  
པ་གཉིས། དང་པོ་ ། ཤེས་བྱ་སྤྱིའི་རྒྱུ་ ། ལ། ཤེས་བྱའི་ཡུལ། ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ལམ། ལམ་དེའི་འབྲས་བུ་དང་  
གསུམ། དང་པོ་ ། ཤེས་བྱའི་ཡུལ་ ། ལ། ཤེས་བྱ་མཚན་ཉིད། སྤང་བྱ་སྐྱིབ་པ། ཉོགས་བྱ་དེ་ལོ་ན་ཉིད་དང་གསུམ།



ཡུལ་གྱི་རྒྱུ་

དང་པོ་ རྒྱལ་བྱ་མཚན་ཉིད་ ། ལ། གུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་མཚན་ཉིད་དང་། རྣམ་པར་བྱང་བའི་མཚན་ཉིད་  
གཉིས། དང་པོ་ རྒྱལ་བྱ་མཚན་ཉིད་ ། ལ། གུན་ཉོན་གྱི་ངོ་བོ་དང་། ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཉོན་མོངས་པའོ།  
དང་པོ་ རྒྱལ་བྱ་ཉོན་གྱི་ངོ་བོ་ ། ལ། གནས་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་དང་། ལྷང་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་དང་། དེ་དག་  
གི་དོན་ལ་འཇུག་ཚུལ་ལོ། དང་པོ་ རྒྱལ་བྱ་ཉོན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ ། ། ཡང་དག་པ་ཡིན་གུན་གུན་རྒྱུ་ཡོད།  
ཚེས་པ་ནས། དེ་ནི་དབྱུ་མའི་ལམ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- ཡང་དག་པ་ཡིན་གུན་རྒྱུ་ཡོད། །
- དེ་ལ་གཉིས་པོ་ཡོད་མ་ཡིན། །
- སྟོང་པ་ཉིད་ནི་འདི་ལ་ཡོད། །
- དེ་ལ་ཡང་ནི་དེ་ཡོད་དོ། །
- སྟོང་པ་མ་ཡིན་མི་སྟོང་མིན། །
- དེ་ལྟར་མཐའ་ཚད་བཤད། །
- ཡོད་པས་མིད་པ་ཡོད་པས་ན། །

དེ་ནི་དབྱུ་མའི་ལམ་ཡིན་ནོ། །

མཚན་ཉིད་ལས་བཅུ་མས་ཏེ་བཤད་པ་ནི། ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་གུན་ཏུ་རྒྱུ་པ་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་ཡོད་  
ལ། དེ་ལ་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་གཉིས་པོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཅིང་། གཟུང་འཛིན་དང་བྲལ་བའི་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་  
པའི་གུན་ཏུ་རྒྱུ་པ་འདི་ལ་ཡོད་ཅིང་། སྟོང་པ་ཉིད་དེ་ལ་ཡང་ནི་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་གུན་ཏུ་རྒྱུ་པ་དེ་ཡོད་དོ། དེ་ལྟར་གང་  
ལ་གང་མེད་པ་དེ་ནི་དེས་སྟོང་པར་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟར་བཞེན་དུ་རྗེས་སུ་མཐོང་ངོ་། སྟོང་པ་ཉིད་དང་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་གུན་  
ཏུ་རྒྱུ་པ་ནི་སྟོང་པ་མ་ཡིན་ཅིང་གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱིས་མི་སྟོང་པ་མིན་པ། དེ་ལྟར་མཐའ་ཚད་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་གུན་རྒྱུ་ཚེས་  
པ་འདུས་བྱས་དང་སྟོང་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདུས་མ་བྱས་ཐམས་ཅད་བཤད་ལ། ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་གུན་ཏུ་རྒྱུ་པ་ཡོད་པས་  
དང་གཟུང་འཛིན་གཉིས་མེད་པས་དང་སྟོང་པ་ཉིད་ཡོད་པས་ན། ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་སྟོང་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ་གཅིག་ཏུ་མི་སྟོང་པ་  
ཡང་མ་ཡིན་པ་དེ་ནི་དབྱུ་མའི་ལམ་ཡིན་ནོ། དེ་ལྟར་འདི་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་རོལ་ཏུ་སྤྲིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ནང་ནས་འདི་ཐམས་ཅད་  
སྟོང་པ་ཡང་མ་ཡིན་མི་སྟོང་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཞེས་འབྲུང་བ་དང་མཐུན་པར་བྱས་པ་ཡིན་ནོ།

མ་དག་འཁོར་བ་ལྟར་སྤང་བའི་སྐབས་འདི་ན། འདི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤང་བཞེས་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་གུན་ཏུ་རྒྱུ་  
པ་ཙམ་རྗེས་སུ་ཡོད་ཅེས་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་འཁོར་བའི་སྤང་བ་བསྟོན་མེད་དུ་ཤར་བ་འདི་ཙམ་མི་སྤང་བར་སུས་ཀྱང་  
དགག་མི་རུས་ལ། སྤང་བ་དེ་ཡང་རང་གི་གུན་ཏུ་རྒྱུ་པའི་དབང་གིས་སྤང་བ་ལས་གཞན་དུ་སྤང་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་  
མེད་པར་བྱུང་བའི་ཕྱིར་ན་ཐ་སྐད་ལ་སྤྱད་པ་མི་གདབ་པའི་ཕྱིར་འཁོར་བ་ཉིད་གུན་ཏུ་རྒྱུ་པའི་དབང་གིས་ཡོད་པ་ཡིན་  
པར་འཛོག་ཅིང་དེ་ལ་མ་དག་པ་གཞན་དབང་ཅེས་ཀྱང་བྱའོ། གཞན་དབང་གི་རྣམ་ཤེས་སམ་གུན་ཏུ་རྒྱུ་པ་དེ་ལ་ཇི་  
ལྟར་སྤང་བ་ལྟར་གྱི་གཟུང་འཛིན་གཉིས་པོ་ནི་དེ་ལྟར་བྱུང་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་རི་མོ་ལ་མཐོ་དམན་དུ་སྤང་བ་དང་། ཐོ་  
ཡོར་ལ་མིར་སྤང་བ་ལ་སོགས་པ་བཞེན་དུ་གུན་ཏུ་བཏགས་པ་ཙམ་ལས་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་མེད་པའོ། །

དེའི་ཕྱིར་ན་གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་དེ་ནི་གཞན་དབང་གི་རྣམ་ཤེས་སམ། ཀུན་ཏུ་རྟོག་
 པ་འདི་ལ་ཚེས་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པའམ་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །སྟོང་ཉིད་དེ་ལ་ཡང་ནི་ཀུན་རྟོག་དེ་ཚེས་ཅན་
 གྱི་ཚུལ་དུ་ཡོད་དོ། །དེ་གཉིས་རང་བཞིན་དང་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ཚེས་སུ་ངེས་པས་ན་མ་རྟོགས་པའི་དུས་ན་ཡང་མི་
 དང་མིའི་ཚ་བ་བཞིན་འབྲལ་མི་ཤེས་ལ། རྟོགས་པའི་ཚེ་ཚེས་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཁོ་རང་གཟིགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཉིད་དུ་
 འབྱུང་བའོ། །དེ་བས་ན་ཀུན་རྟོག་རྗེས་སུ་ཡོད་པའམ་ཐ་སྐད་དུ་མི་བསྐྱུ་བར་ཡོད་པས་སྟོང་པ་ཁོ་ན་མ་ཡིན་ལ། ཡོད་
 ཀྱང་སྤང་བ་ལྟར་གྱི་གཟུང་འཛིན་གཉིས་མེད་པས་ན་མི་སྟོང་པའང་མིན་ཏེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་ཚུལ་དེ་ཉིད་ལ་དགོངས་
 རས། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་སོགས་མདོ་སྡེ་དག་ལས་སྟོང་པའང་མ་ཡིན། མི་སྟོང་པའང་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་
 མཐའ་དག་བཀག་པ་ཡི་སོར་བཞག་ཚོག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ལའང་པ་ཡིན་གྱི་སྟོགས་རེ་རེ་ནས་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་རི་
 རྐང་དུ་དེ་ལྟར་གང་ན་གང་མེད་པ་དེ་ནི་དེས་སྟོང་པ་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རྗེས་སུ་མཐོང་དོ། །འདི་ལ་ལྷག་མ་
 ཡོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འདིར་ཡོད་པར་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རབ་ཏུ་ཤེས་ཏེ། དེ་ལྟར་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་མཚན་
 ཉིད་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དབྱིག་གཉིན་གྱི་འགྲེལ་པ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་འཇག་འབྱེད་པའི་
 ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ལེགས་པར་འབྱེད་པའི་སྐབས་སུ་ཐག་པ་ལ་སྐྱུལ་དུ་འཁྲུལ་བཞིན་པའི་ཚེ་ནའང་།
 སྐྱུལ་དངོས་ཀྱིས་ཐག་པ་དེ་སྟོང་པ་བཞིན་དུ་ཡང་དག་པའི་དོན་དུ་མེད་བཞིན་དུ་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྤང་བ་ཡང་
 དག་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པ་ཉིད་ཡོད་པ་འདིའི་ཚེ་ན་ཡང་། གང་མེད་པ་ནི་གཟུང་འཛིན་གཉིས་པོ་དེ་ཡིན་ཏེ། སྤང་
 ཡང་དེ་ལྟར་གྲུབ་པ་མ་སྟོང་བས་ན་ཀུན་རྟོག་དེ་ནི་གཟུང་འཛིན་གཉིས་པ་དེས་སྟོང་པར་ཤེས་སོ། །སྐྱུལ་མེད་ཀྱང་ཐག་
 པ་རང་ཉིད་ཐ་སྐད་དུ་ཡོད་པ་དང་སྐྱུལ་མེད་པ་ཉིད་ཐག་པ་དེ་ལ་ཡོད་པ་ལྟར་འདི་ལ་ལྷག་མ་ཡོད་པ་ནི་ཐ་སྐད་དུ་ཀུན་
 རྟོག་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལ་སྟོང་པ་ཉིད་ཚེས་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའམ་ཡོད་པ་གཉིས་པོ་དེ་ནི་ཡོད་པར་ཁས་
 ལེན་པའམ་ཡོད་པར་འདོད་དགོས་ཏེ། ཀུན་རྟོག་མེད་པར་ཁས་སྤངས་ན་འཁོར་བ་གཏན་མེད་དུ་འགྱུར་བས་

ཐ་སྐད་ལ་སྐྱུར་བ་འདབས་པ་དང་། སྟོང་པ་ཉིད་ནི་ཚེས་ཅན་དེའི་སྟོང་དུ་སྐྱུབ་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཡོད་པར་མ་བཟུང་བར་
 དགག་ན་གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཡོད་པར་འགྱུར་བས་དོན་དམ་པར་སྒོ་བཏགས་པའི་སྒྲིན་དུ་འགྱུར་ཏེ། ཐ་སྐད་དུ་དགག་
 པ་དང་སྐྱུབ་པ་གང་ཡིན་པ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཁས་ལེན་ཚུལ་ཤེས་དགོས་ཀྱིས་དེ་ལས་འདས་ན་བརྗོག་སྟོགས་ཀྱི་ས་
 དོན་གཞན་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་འཁོར་པའི་དུས་ན་ཡང་དག་མིན་པའི་ཀུན་རྟོག་གམ་གཉིས་སུ་སྤང་བ་ཅན་
 གྱི་རྣམ་རིག་ཅམ་འབྱུང་ཉིད་མདོན་སུམ་སྤང་བ་འདི་ནི་སྤང་དོར་མི་བསྐྱུ་བར་ཡོད་པས་དང་། གཟུང་འཛིན་གཉིས་
 པོ་ཐ་དད་དུ་སྤང་བ་ལྟར་དོན་དུ་གྲུབ་པ་མེད་པས་དང་། གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་པའི་སྟོང་ཉིད་དེ་ཚེས་ཅན་ཀུན་
 རྟོག་འདི་ལ་ཚེས་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པས་ན། སྤང་ཡང་དོ་བོས་མ་གྲུབ་པའམ་སྤང་སྟོང་བྱུང་དུ་འཇུག་པའི་རང་བཞིན་
 དུ་ངེས་པ་ན། ཚུལ་དེ་ལྟ་བུར་རྟོགས་པ་ནི་ཡོད་མེད་སྟོ་སྐྱུར་གྱི་མཐའ་དང་བུལ་བ་དབུ་མའི་ལམ་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོའི་
 ཚེས་ཉིད་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ ། སྤང་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་གྲུས་པ་ ། ། དོན་དང་སེམས་ཅན་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- དོན་དང་སེམས་ཅན་བདག་རྣམ་རིག་ །
- སྤང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི། །
- རབ་ཏུ་སྐྱེའོ་དེའི་དོན་མེད། །
- དེ་མེད་པས་ན་དེ་ཡང་མེད། །
- ཡང་དག་མ་ཡིན་ཀུན་རྟོག་པ། །
- དེ་ན་དེ་སྤྱིར་གྲུབ་པ་ཡིན། །
- དེ་བཞིན་མ་ཡིན་ཡེ་མེད་ཡིན། །



དེ་ཟད་ནས་ནི་གྲོལ་བར་འདོད། །

དེ་ལྟར་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་མཚན་ཉིད་བསྟན་ནས། ད་ནི་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་རྟོག་རང་གི་མཚན་ཉིད་བཟོད་དེ་དོན་དུ་  
སྤང་བ་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་སྤང་བ་དང་སེམས་ཅན་དུ་སྤང་བ་དབང་པོ་སྤང་བ་དག་དང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་ལ་སྤང་བ་དང་བདག་ཏུ་  
སྤང་བ་ནི་བདག་ཏུ་སྤོངས་པ་ལ་སོགས་པ་དང་མཚུངས་པར་སྤུན་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་དང་རྣམ་པར་རིག་པ་སྟེ། རྣམ་  
པར་ཤེས་པ་དུག་ཏུ་སྤང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི། །རབ་ཏུ་སྐྱེའོ་དོན་དང་སེམས་ཅན་དུ་སྤང་བ་དེའི་དོན་མེད་ལ། །དེ་མེད་པས་  
བདག་དང་རྣམ་པར་རིག་པར་སྤང་བ་ནི་ལོག་པར་སྤང་བའི་སྤྱིར་ན་འཛིན་པ་དེ་ཡང་མེད་དོ། །ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་ཏུ་རྟོག་  
པ། །དེ་ནི་དེ་ལྟར་སྤང་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་གྲུབ་པ་ཡིན་ཞིང་། །ཇི་ལྟར་དེ་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་འཇུག་པ་ཚམས་དུ་འབྱུང་བས་ཡི་  
མེད་པ་ཡང་ཡིན། །ཅིའི་སྤྱིར་དེ་ཡི་མེད་པ་ཉིད་དུ་མི་འདོད་ཅེན། །འདི་ལྟར་དེ་ཟད་ནས་ནི་གྲོལ་བར་འདོད་དོ། །གཞན་དུ་ན་བཅིང་  
བ་དང་ཐར་པར་མི་འགྲུབ་སྟེ་ཀུན་ཉོན་དང་རྣམ་བུང་ལ་སྐྱར་པ་འདེབས་པའི་ཉེས་པར་འགྱུར་རོ།

དེ་ལ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཅི་ལྟར་ཞིག་ཡིན་སྟེ་མ་ན། །འདི་ལྟར་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་གཅིག་ཏུ་ཉིད་སྤྱོད་ཚོགས་པའི་ཚོས་སུ་སྤང་སྟེ། གཟུགས་སོགས་སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་དུ་སྤང་བ་དང་། མིག་སོགས་  
དབང་པོ་དང་སྤུན་པའི་སེམས་ཅན་དུ་སྤང་བ་དང་། བདག་ཏུ་སྤང་བ་ཉོན་མོངས་པའི་ཡིད་དང་། རྣམ་པར་རིག་པའི་  
ཚོགས་དུག་ཏུ་སྤང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གོམས་པའི་བག་ཆགས་ཀྱི་དབང་གིས་རབ་ཏུ་སྐྱེ་སྟེ། མི་  
ལམ་གྱི་སྤང་བ་བཞིན་དུ་གཟུང་འཛིན་སྤྱོད་ཚོགས་པའི་རྣམ་པར་སྤང་བའོ། །དེ་ལྟར་སྤང་ཡང་ལེགས་པར་དབྱུང་ན་  
ཚོགས་དུག་གི་འཛིན་པ་དེའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་དོན་ནི་གྲུབ་པ་མེད་དེ། རྒྱ་གཅིག་ལ་ཡི་དུགས་དང་མི་ལ་སོགས་པས་  
རྣལ་དང་རྒྱ་སོགས་སུ་མཐོང་བ་བཞིན་རང་གི་སེམས་ཉིད་ཡུལ་དུ་སྤང་གི་འཛིན་པ་ལས་ཐ་དད་པའི་དོན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་  
མ་གྲུབ་པས་སྤྱི་དོན་མ་གྲུབ་ཅེས་བྱའོ། །དེ་ལྟར་གཟུང་བ་དེ་མེད་པས་ན་དེ་ལ་ལྟོས་ནས་འཛིན་པར་བཞག་

པ་དེའང་མེད་དེ། དེ་གཉིས་རྟོག་འཛོག་གིས་གྲུབ་གྱི་ཡན་གར་དུ་གྲུབ་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་གཟུང་འཛིན་  
གཉིས་སུ་སྤང་བ་ཡོད་ཀྱང་གཉིས་སུ་གྲུབ་པ་མེད་པ་དེའི་སྤྱིར་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པ་དེ་ནི་རྣམ་སུ་  
གྲུབ་པ་འམ་ཡོད་ཅེས་པའི་དོན་དེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། གཉིས་སྤང་ཅན་གྱི་རྣམ་ཤེས་འདི་ཡི་ནས་ཡོད་མ་སྤོང་བ་རི་བོང་གི་  
རྩ་དང་འབྲན་དེ་གཏན་མེད་དུ་གྱུར་པས་སུས་ཀྱང་ཡོད་ཅེས་འདོད་མི་རུས་ལ། སྤང་བ་ལྟར་གཉིས་སུ་གྲུབ་པ་ཞིག་ན་  
ཡང་དག་མིན་རྟོག་ཏུ་ཡང་བཞག་ཏུ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡང་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་ཇི་ལྟར་སྤང་བ་དེ་བཞིན་  
དུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་ཡང་དག་མིན་རྟོག་ཅེས་བྱ་ལ། གཉིས་སུ་མེད་ཀྱང་གཉིས་སུ་སྤང་བ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཡི་ནས་  
མེད་པ་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་བྱ་བྱ་སུ་ལ་སྤང་མ་སྤོང་བ་མིན་པའི་སྤྱིར། ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་རྟོག་ནི་འཁོར་བ་ཉིད་  
དུ་གང་གས་པའི་གཞིའམ་རྣམ་སུ་རྣམ་པར་བཞག་པ་ནི་སྐྱོན་མེད་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཡིན་ཏེ་སུས་ཀྱང་དེ་མ་ཡིན་ཅེས་  
བཞག་དུ་མེད་དོ། །དེ་ལྟར་ཡི་ཡང་དག་མིན་པའི་ཀུན་རྟོག་གམ་འཇུག་པ་དེ་ཟད་པར་གྱུར་ནས་གཟུང་འཛིན་མེད་པའི་  
རབ་ཏུ་སྤྱོད་བས་ཚོས་ཉིད་ཐོབ་པ་ནི་གྲོལ་བ་ཞེས་བྱ་བར་འདོད་དེ་འཇུག་པའི་རྣམ་རྟོག་དེ་མ་ཡིན་པར་གཞན་པའི་འཁོར་  
བ་ཞེས་བྱ་བ་རྩལ་ཙམ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡང་དག་མིན་པའི་ཀུན་རྟོག་དེ་ཉིད་ཐ་སྐྱད་དུ་དེ་ལྟར་ཡོད་པའི་སྤྱིར་  
ཀུན་བྱང་དང་འཆིང་གྲོལ་ཐམས་ཅད་འཐད་གྱི། དེ་མེད་ན་ཐམས་ཅད་མི་འཐད་པར་འགྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་ །དེ་དག་གི་དོན་ལ་འཇུག་ཚུལ་ །ལ། མཚན་ཉིད་གསུམ་གྱི་དོན་དུ་བསྟན་པ་དང་། དེ་ལ་འཇུག་ཚུལ་  
ལོ། །དང་པོ་ །མཚན་ཉིད་གསུམ་གྱི་དོན་དུ་བསྟན་པ་ །། བཟླ་པ་དང་ནི་ཞེས་སོགས་གསུངས་ཏེ། །

- བཏགས་པ་དང་ནི་གཞན་དབང་དང་། །
- ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཀྱང་རོ། །
- དོན་སྤྱིར་ཡང་དག་མིན་རྟོག་སྤྱིར། །

གཉིས་པོ་མེད་པའི་སྲིར་བཤད་དོ། །

ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་དུ་ཇི་ལྟར་བསྐྱབ་བར་འགྱུར་བའི་བསྐྱབ་པའི་མཚན་ཉིད་ནི། ཀུན་ཏུ་བརྟགས་པ་དང་ནི་གཞན་གྱི་དབང་དང་། །ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཀྱང་ངོ་། །འདི་དག་རིམ་པ་བཞིན་དོན་དུ་འཛིན་པའི་སྲིར་དང་ཡང་དག་པ་མིན་པའི་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པའི་སྲིར་དང་། །གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་གཉིས་པོ་མེད་པའི་སྲིར་བཤད་དོ།

ཀུན་ཏུ་རྟོག་པ་དེ་ལ་མཚན་ཉིད་གསུམ་གྱིས་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་བཞག་ཏུ་ཡོད་དེ། གང་ཞེན་ཀུན་ཏུ་བརྟག་པ་དང་ནི། གཞན་གྱི་དབང་དག་དང་། །ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཀྱང་ངོ་། །ཇི་ལྟར་ན་སྲི་དོན་དུ་སྣང་ཞིང་གཉིས་སྣང་ཡོད་པའི་སྲིར་ན་དོན་མེད་ཀྱང་དོན་དུ་སྣང་བ་དེ་ཡི་ཆ་ནས་འབྲུལ་པའམ་ཀུན་བརྟགས་སུ་བཞག་པ་དང་། དེ་ལྟར་སྣང་བ་དེ་ནི་ཡང་དག་པ་མིན་པའི་ཀུན་རྟོག་ཅམ་ལས་གཞན་དུ་མེད་པའི་སྲིར་ན་དེའི་སྣང་གཞི་དེའི་ཆ་ནས་དེ་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་གཞན་དབང་གི་རྣམ་ཤེས་སུ་བཞག་པ་དང་། གཟུང་འཛིན་གཉིས་པོ་ཡི་ནས་དོན་ལ་གྲུབ་པ་མེད་པའི་སྲིར། དེའི་རང་བཞིན་ལ་གཉིས་མེད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཡིན་པར་བཤད་དོ། །

གཉིས་པ་ ། དེ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ ། ། དམིགས་པ་ལ་ནི་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- དམིགས་པ་ལ་ནི་བརྟེན་ནས་སུ། །
- མི་དམིགས་པ་ནི་རབ་ཏུ་སྐྱེ། །
- མི་དམིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སུ། །
- མི་དམིགས་པ་ནི་རབ་ཏུ་སྐྱེ། །

དེ་ཡི་སྲིར་ན་དམིགས་པ་ནི། །

མི་དམིགས་པ་ལ་ནི་བརྟེན་དུ་གྲུབ། །

དེ་ལྟར་བས་ན་དམིགས་པ་དང་། །

མི་དམིགས་མཉམ་པར་ཤེས་པར་བྱ། །

དེ་ནི་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་མེད་པའི་མཚན་ཉིད་ལ་འཇུག་པའི་ཐབས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ནི། རྣམ་པར་རིག་པ་ཅམ་དུ་དམིགས་པ་ལ་ནི་བརྟེན་ནས་སུ། །སྲི་ལོ་གྱི་དོན་མི་དམིགས་པ་ནི་རབ་ཏུ་སྐྱེ་ཞིང་། །གཟུང་བའི་དོན་མི་དམིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སུ། །འཛིན་པ་ཉིད་ཀྱང་མི་དམིགས་པ་ནི་རབ་ཏུ་སྐྱེ་འོ། །དམིགས་བྱའི་དོན་མེད་པ་དེ་ཡི་སྲིར་ན་དམིགས་པའི་སྐོ་ནི། །མི་དམིགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་གྲུབ་སྟེ་དམིགས་པར་བྱ་བའི་དོན་མེད་ན་དམིགས་པ་མི་རུང་བའི་སྲིར་རོ། །དེ་ལྟར་བས་ན་མི་དམིགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ཡང་དོན་དུ་སྣང་བས་དམིགས་པ་དང་། །མི་དམིགས་པ་མཉམ་པར་ཤེས་པར་བྱའོ།

མཚན་ཉིད་གསུམ་གྱིས་བསྐྱབ་པའི་ཀུན་རྟོག་དེའི་རང་བཞིན་ལ་འཇུག་པའི་ཚུལ་ནི། དོན་དུ་སྣང་བ་ཉིད་ནང་གི་བག་ཆགས་སྒྲིན་པའི་བདག་ཉིད་དུ་དམིགས་པའམ་ཤེས་ཤིང་གོམས་པ་ལ་ནི་བརྟེན་ནས་སུ། །སྲི་དོན་རྣམས་སུ་མི་དམིགས་པའི་རྟོག་པ་ནི་རབ་ཏུ་སྐྱེ་ལ། །དེ་ལྟར་སྲི་དོན་མི་དམིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སུ། །འཛིན་པ་ཉིད་ཀྱང་མི་དམིགས་པ་ནི་རབ་ཏུ་སྐྱེ་ཞིང་། །དེ་ཡི་སྲིར་ན་སྲི་དོན་ཉིད་མ་གྲུབ་པར་མི་ལམ་གྱི་ཡུལ་ལྟར་ན་ནང་སྐོ་ཡི་བདག་ཉིད་དུ་དམིགས་པ་དེ་ནི་སྲི་དོན་མི་དམིགས་པའམ་མ་གྲུབ་པར་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་ཡིན་ལ། །དེ་ལྟར་བས་ན་སྣང་བ་ཐམས་ཅད་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པ་ཅམ་གྱི་རང་བཞིན་དུ་དམིགས་པའམ། རྣམ་པར་རིག་པ་ཅམ་གྱི་བདག་ཉིད་དུ་དམིགས་པ་དང་། །སྲི་དོན་དུ་མི་དམིགས་པ་གཉིས་ནི་མཉམ་པའམ་དོན་འདྲ་བར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ་སྐྱབ་སྟོགས་དང་དགག་སྟོགས་ནས་བསྟན་པ་དེ་

གཉིས་གང་ལྟར་ཀྱང་དོན་དུ་གནད་གཅིག་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཉོན་མོངས་པ་བཤད་པ་ལ། གང་གིས་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པ་དང་། དེས་ཇི་ལྟར་བྱུང་ཉོན་མོངས་པར་བསྐྱེད་པའོ། །དང་པོ་། གང་གིས་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པ་། ། ཡང་དག་མ་ཡིན་སོགས་ཚོགས་བཅད་གཉིས་ གྱིས་བསྐྱེད་ཏེ། །

- ཡང་དག་མ་ཡིན་ཀུན་རྟོག་ནི། །
- སེམས་དང་སེམས་བྱུང་ཁམས་གསུམ་པ། །
- དེ་ལ་དོན་མཐོང་རྣམ་པར་ཤེས། །
- དེ་ཡི་ཁྱད་པར་སེམས་ལས་བྱུང་། །
- གཅིག་ནི་རྒྱུ་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས། །
- གཉིས་པ་ཉེ་བར་སྦྱོད་པ་ཅན། །
- ཉེ་བར་སྦྱོད་དང་ཡོངས་གཅོད་དང་། །
- དེ་ཡི་འཇུག་བྱེད་སེམས་ལས་བྱུང་། །

ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པའི་དབྱེ་བའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པ་  
ནི། །སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཁམས་གསུམ་གྱིས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ལ། །རྣམ་གྲངས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་དེ་ལ་དོན་ཅམ་  
མཐོང་བ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། །དོན་དེ་ཡི་ཁྱད་པར་མཐོང་བ་ནི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཚོར་བ་ལ་སོགས་པའོ། །འཇུག་པའི་  
མཚན་ཉིད་ཀྱང་གཅིག་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཞན་དག་གི་རྒྱུ་ཡིན་པས་རྒྱུ་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་

དང་། །གཉིས་པ་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་གསུགས་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་རྒྱལ་ལ་ཉེ་བར་སྦྱོད་པ་ཅན་ཏེ། །ཉེ་བར་སྦྱོད་པ་ཚོར་བ་  
དང་ཡོངས་སུ་གཅོད་པ་འདུ་ཤེས་དང་། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ཡི་འཇུག་པར་བྱེད་པ་དག་ནི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་འདུ་བྱེད་རྣམས་ཏེ་  
སེམས་པ་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའོ།

དེ་ལ་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་འདིར་གང་གིས་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པའི་བྱེད་པ་པོ་གཞན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མིད་དེ། རང་  
གི་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པས་སོ། །དེ་ལ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་རྟོག་ཅེས་བྱ་བ་གང་ཡིན་ན། དེ་ནི་གཟུང་འཛིན་གཉིས་  
སུ་སྐྱང་བ་ཅན། །ཁམས་གསུམ་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཐམས་ཅད་དོ། །དེས་ཟུག་མེད་གྱི་  
སེམས་ནི་འདིར་མི་གཏོགས་པར་བསྐྱེད་ཏེ། །དེ་ལ་གཙོ་བོའི་སེམས་དང་འཁོར་སེམས་བྱུང་གི་ཁྱད་པར་ཅི་ཞེ་ན། དོན་  
གྱི་ངོ་བོ་ཅམ་མཐོང་བའི་ཆ་ནས་གཙོ་སེམས་སམ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་ལ། དོན་དེའི་ཁྱད་པར་གྱི་ཚོས་མཐོང་བའི་  
འཛིན་སྐྱངས་བྱེ་བྲག་པའི་ཆ་ནས་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་གཙོ་སེམས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ལ་དབྱེ་ན་  
ཚོགས་བརྒྱད་དུ་ཡོད་པ་ལས་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་གཅིག་ཤུ་ནི་རྒྱུ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཚོགས་  
བདུན་པའི་གཞིར་བྱུང་བས་སོ། །སྟོགས་གཉིས་པ་ཀུན་གཞི་དེ་ལས་བྱུང་བའི་ཚོགས་བདུན་ནི་རང་གི་ཡུལ་སོ་སོ་  
ལ་ཉེ་བར་ཡོངས་སྦྱོད་པ་ཅན་ཡིན་ནོ། །སེམས་བྱུང་གི་དབྱེ་བ་ལའང་། ཚོར་བ་ནི་ཡུལ་བདེ་སྐྱབས་བཏང་སྟོམས་ལ་  
ཉེ་བར་ཡོངས་སྦྱོད་པ་དང་། །འདུ་ཤེས་ནི་ཡུལ་གྱི་མཚན་མ་ཡོངས་སུ་གཅོད་པའི་ཚུལ་གྱིས་འཛིན་པ་དང་། དེ་ལས་  
གཞན་པའི་སེམས་བྱུང་སེམས་པ་དང་མོས་པ་སོགས་ལྡན་པའི་འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་ནི་རྣམ་ཤེས་དེའི་ངོ་བོ་ཡུལ་ལ་  
འཇུག་པར་བྱེད་པའི་སེམས་ཅན་ཏེ་དབེར་ན་སེམས་ཡུལ་ལ་གཡོ་ཞིང་འཇུག་པའི་ཆ་ནས་སེམས་བྱུང་སེམས་པ་དང་།  
གནས་པའི་ཆ་ནས་ཉིང་ངེ་འཛིན་སོགས་སུ་བཞག་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་ཚོར་འདུ་འདུ་བྱེད་གསུམ་གྱིས་བསྐྱེད་པ་རྣམས་ནི་  
སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །





སྲིད་གྲིས་བོན་འདེབས་པའི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་ཅེས་རྣམ་ཤེས་ལ་སོགས་པ་ཀུན་ལ་སྦྱར་ཏེ། བག་  
 ཆགས་གྲིས་བཤོས་པའི་རྣམ་ཤེས་གྲིས་འགྲོ་བ་རྣམས་སྐྱེ་བཞུགས་སུ་བྱིན་པའི་ཕྱིར་དང་། མིང་ག་ལྷགས་གྲིས་སྲིད་པའི་  
 ལུས་ཀུན་ཏུ་འཛོལ་པའི་ཕྱིར་དང་། སྐྱེ་མཆེད་དུག་གིས་མིང་ག་ལྷགས་གྲིས་གནས་སྐབས་ཡོངས་སུ་ཚོགས་པར་བྱེད་  
 པའི་ཕྱིར་དང་། རེག་པས་ལུལ་དབང་ཤེས་གསུམ་འདུས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ལུལ་གྱི་འགྲུབ་བ་ཡོངས་སུ་གཙོད་པའི་  
 ཕྱིར་དང་། ཚོར་བས་རྣམ་སྲིན་བདེ་སྦྱག་གི་ཆ་ལ་ཉེ་བར་ཡོངས་སྦྱོད་པའི་ཕྱིར་དང་། སྲིད་པས་ཡང་སྲིད་ཕྱིར་ཕྱི་མ་ཉེ་  
 བར་སྦྱད་པའི་ཕྱིར་དང་། ལེན་པས་ཡང་སྲིད་ལ་མངོན་དུ་སྦྱོར་བའི་ཕྱིར་དང་། སྲིད་པས་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་མངོན་དུ་འགྲུབ་  
 པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། སྐྱེ་བས་ནི་ཤ་བ་སོགས་སྦྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཉེན་བྱེད་ལ། ཤ་ཤིན་སྦྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་དོ་ཤོ་ཡིན་  
 པས་དེ་གཉིས་གྲིས་འགྲོ་བ་རྣམས་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་དེ། སྦྱག་བསྐྱེད་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ན་དེ་ལྟར་ཉེན་འབྲེལ་ཡན་  
 ལག་བརྟུ་གཉིས་པོ་སྲ་མ་སྲ་མ་ལས་སྲི་མ་སྲི་མ་རིམ་གྱིས་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་འགྲུབ་བའི་ཚུལ་གྱིས་འགྲོ་བ་རྣམས་  
 ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་དེ། ཟག་བཅས་ལས་ཉོན་གྱི་རྒྱུ་ལས་བྱུང་བའི་སྐྱེ་བ་གང་ཡིན་གྲང་གནས་སྐབས་འགྲུབ་པའི་ཤ་  
 བ་དང་། རྒྱུན་འགག་པའི་ཤི་བ་དེས་མཚོན་པའི་ཕྱང་ན་དང་སྐྱེ་སྦྱགས་འདོན་པ་ལ་སོགས་པའི་སྦྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཕྱང་  
 པོ་ཆེན་པོ་འབའ་ཞིག་པ་འདི་འགྲུབ་བར་འགྲུབ་ཏེ། ཟག་བཅས་གྱི་ཕྱང་པོའི་ཆ་སྐྱད་ཅིག་མ་རེ་རེ་ཡང་དོ་བོ་ཉིད་གྲིས་  
 སྦྱག་བསྐྱེད་བའོ། ། བདེ་བ་ལྟར་སྦྱང་ཡང་འགྲུབ་བ་དང་བཅས་པ་དང་། བདེའམ་སྦྱག་བསྐྱེད་ཀྱང་སྦྱར་སྦྱག་བསྐྱེད་  
 གྱི་རྒྱུར་གྲུབ་པའི་ཆ་ནས་སྦྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྦྱག་བསྐྱེད་དང་། འགྲུབ་པའི་སྦྱག་བསྐྱེད་དང་། ལྷག་པ་འདུ་བྱེད་གྱི་སྦྱག་  
 བསྐྱེད་གསུམ་པོ་ཅི་རིགས་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་ན་ཟག་བཅས་གྱི་ཕྱང་པོ་ནི་སྦྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཉེན་དུ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། ། དེ་  
 ལྟར་ཉེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྟུ་གཉིས་པོ་འདི་དག་གྲང་སྡེ་ཚོན་གསུམ་དུ་བསྐྱེད། མ་རིག་པ་དང་སྲིད་བ་དང་ལེན་  
 པ་རྣམ་པ་གསུམ་ལ་ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཞེས་བྱ་ཞིང་། དེར་མ་ཟད་འདུ་བྱེད་དང་སྲིད་པ་རྣམ་པ་  
 གཉིས་གྲང་ལས་གྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཞེས་བྱ་འོ། ། དེ་ལྟའི་ལྷག་མ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་སྦྱག་

བསྐྱེད་ཀྱི་གཞི་རྣམ་པ་བདུན་ལ་ནི་སྐྱེ་བའམ་ཆེའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ཐམས་ཅད་གྲང་རྩ་བ་ཡང་  
 དག་པ་མིན་པའི་ཀུན་ཏུ་ཉོན་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པས། འདི་དག་གིས་སེམས་ཅན་རྣམས་འཁོར་བར་ཡང་ནས་ཡང་  
 དུ་སྦྱོར་ཞིང་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པས་མིང་དེ་སྐྱད་དུ་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་རྣམས་བྱང་གི་མཚན་ཉིད་ལ་མདོར་བསྟན་དང་རྒྱས་ལའད་གཉིས། དང་པོ་། མདོར་བསྟན། ། ལྟོང་པ་  
 ཉིད་སོགས་གྲིས་བསྟན་ཏེ། །

- ལྟོང་པ་ཉིད་ནི་མདོར་བསྟན། །
- མཚན་ཉིད་དང་ནི་རྣམ་གྲངས་དང་། །
- དེ་ཡི་དོན་དང་དབྱེ་བ་དང་། །
- སྦྱབ་པ་དག་སྟེ་ཤེས་པར་བྱ། །

ད་ནི་ལྟོང་པ་ཉིད་ཇི་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་བ་དེ་ལྟོན་ཏེ། ལྟོང་པ་ཉིད་ནི་མདོར་བསྟན། །མཚན་ཉིད་དང་ནི་རྣམ་གྲངས་དང་། །རྣམ་  
 གྲངས་དེ་ཡི་དོན་དང་དབྱེ་བ་དང་། །སྦྱབ་པར་བྱེད་པ་དག་སྟེ་དོན་ལྡུ་ཤེས་པར་བྱ་འོ།

དེ་ཡང་རྒྱུ་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་དང་། འབྲས་བུ་སྦྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་འཁོར་བ་ཉིད་དང་བྲལ་བའི་རྣམ་  
 བྱང་གི་གནས་སུ་གྲུབ་པ་ལྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ནི་མདོར་བསྟན། ལྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རང་གི་མཚན་ཉིད་དང་ནི། གཞན་ཡང་  
 དེའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་དང་། རྣམ་གྲངས་དེའི་དོན་དང་། ལྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་། དེ་ལ་དྲི་བཅས་དྲི་མེད་དུ་འཛོག་  
 པའི་འཐད་པ་བསྐྱབ་པ་དག་སྟེ་དེ་ལྟར་དོན་གྱི་རྣམ་གྲངས་རྣམ་པ་སྤེལ་སྟོན་སེམས་དེ་ཡི་ཚུལ་གཏན་ལ་དབབ་པ་ཤེས་པར་  
 བྱ་འོ། །





འཕགས་པའི་ཚོས་ཀྱི་རྒྱུ་ཡི་ཕྱིར། །  
རྣམ་གྲངས་དོན་ཏེ་གོ་རིམ་བཞིན། །

རྣམ་གྲངས་ཀྱི་དོན་ཇི་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་ཞེན། གཞན་མིན་པའི་ཕྱིར་དེ་བཞིན་ཉིད་དེ་རྟག་ཏུ་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཡང་དག་པའི་མཐའ་སྟེ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་གཞི་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །མཚན་མ་དེ་འགོག་པའི་ཕྱིར་མཚན་མ་མེད་པ་སྟེ་མཚན་མ་ཐམས་ཅད་དང་གྲུལ་བའི་ཕྱིར་རོ་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྟོན་ཡུལ་ཡིན་པས་དོན་དམ་པ་སྟེ་ཡེ་ཤེས་དམ་པའི་ཡུལ་ཡིན་ཕྱིར་དང་། །འཕགས་པའི་ཚོས་ཀྱི་རྒྱུ་ཡི་ཕྱིར་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཏེ་དེ་ལ་དམིགས་པས་འཕགས་པའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་དག་རྣམ་གྲངས་ཀྱི་དོན་ཏེ་གོ་རིམ་བཞིན་ནོ།

བཤད་མ་ཐག་པའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ལྷ་པོ་དེ་དག་གི་དོན་ནི། གཞན་དུ་འགྱུར་བ་མིན་པའི་ཕྱིར་ན་ཇི་ལྟར་སྐྱར་བཞིན་ཕྱིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཡིན་པས་དེ་བཞིན་ཉིད་ཅེས་བྱ་ལ། དེ་བཞིན་དུ་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་མ་ཡིན་པའི་ཡང་དག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཡང་དག་པའི་མཐའ་དང་། སྟོང་ཉིད་དེ་ནི་སྟོས་པའི་མཚན་མ་མཐའ་དག་འགོག་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མཚན་མ་མེད་པ་དང་། གནས་ལུགས་དེ་ནི་ཡུལ་ཅན་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དམ་པའི་སྟོན་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་དང་། དེ་ལ་དམིགས་ནས་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཀྱང་སྐྱེད་པར་བྱེད་པས་འཕགས་པའི་ཚོས་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུ་ཡི་ཕྱིར་དབྱིངས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཞེས་བྱ་སྟེ། འདི་དག་གོང་གི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་སོ་སོའི་དོན་ཡིན་ཏེ་དེ་ལྟར་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་སྐྱར་བར་བྱའོ། །

བཞེས་དབྱེ་བ་ ། སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ ། ལ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་དང་། བཅུ་དྲུག་ཏུ་དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ ། གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་ ། ། གཉིས་པ་ ། སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ ། ལ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་དང་། བཅུ་དྲུག་ཏུ་དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ ། གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་ ། ། གཉིས་པ་ ། སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ ། ལ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་དང་། བཅུ་དྲུག་ཏུ་དབྱེ་བའོ། །

ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་རྣམ་པར་དག། །  
དེ་ནི་དྲི་བཅས་དྲི་མ་མེད། །

ལྷ་ཁམས་གསེར་དང་ནམ་མཁའ་རྣམས། །  
དག་པ་བཞིན་དུ་དག་པར་འདོད། །

སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ཇི་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་ཞེན། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་དག་པ། །དེ་ནི་དྲི་མ་དང་བཅས་པ་དང་དྲི་མ་མེད་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱིས་སོ། །འོ་ན་དེ་འགྱུར་བའི་ཚོས་ཅན་ཡིན་པས་ཇི་ལྟར་མི་རྟག་པར་མི་འགྱུར་ཞེན། ལྷ་ཁམས་ཀྱི་སྟོན་པ་དང་གསེར་གྱི་གཡའ་དང་ནམ་མཁའ་ལ་སྤྲིན་རྣམས། །དག་པ་བཞིན་དུ་སྟོན་པའི་དྲི་མ་དག་པར་འདོད་དོ།

སྟོང་པ་ཉིད་དེ་ལ་དབྱེ་བ་གཉིས་སུ་ཡོད་དེ། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་བཅས་པ་དྲི་བཅས་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་། སྐྱིབ་གཉིས་རྣམ་པར་དག་པ་དེ་ནི་དྲི་མ་མེད་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཅེས་བྱའོ། །དྲི་མ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ན་རང་བཞིན་དག་པ་མི་འཐད་སྟམ་ན། མི་འཐད་པ་མེད་དེ། ཇི་ལྟར་ལྷ་ཁམས་དང་གསེར་དང་ནམ་མཁའ་རྣམས་ཀྱི་རང་གི་ངོ་བོ་རྣམ་པར་དག་པ་དེ་བཞིན་དུ་དེ་བཞིན་ཉིད་དེ་ཡང་རང་གི་ངོ་བོ་ཡི་ནས་རྣམ་པར་དག་པར་འདོད་དེ་མ་དག་པ་གནས་ཚུལ་ལ་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་ ། བཅུ་དྲུག་ཏུ་དབྱེ་བ་ ། ། ཟ་བ་བཟའ་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཟ་བ་བཟའ་དང་དེ་ཡི་ལུས། །  
གནས་ཀྱི་གཞི་ཡི་སྟོང་པ་ཉིད། །

དེ་ཡང་གང་གིས་ཇི་ལྟར་མཐོང་། །  
གང་ཕྱིར་དེ་ཡང་སྟོང་པ་ཉིད། །

གཞན་ཡང་སྟོང་པ་ཉིད་བརྒྱུག་པོ་འདི་དག་དབྱེ་བ་ཡིན་ཏེ་ཟ་བ་ནང་གི་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་སྟོང་པ་ཉིད་དང་བཟའ་བ་སྤྱིའི་སྐྱེ་མཆེད་  
རྣམས་སྟོང་པ་ཉིད་དང་དེ་གཉིས་ག་ཡི་གནས་སུ་གྱུར་པ་ལུས་ཏེ་དེའི་སྟོང་པ་ནི་སྤྱི་ནང་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། །གནས་ཀྱི་གཞི་སྟོང་གི་  
འཇིག་རྟེན་དེ་ཡི་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་ཆེན་པོ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། །ནང་གི་སྐྱེ་མཆེད་ལ་སོགས་པ་དེ་ཡང་སྟོང་གང་གིས་སྟོང་པ་ཇི་ལྟར་མཐོང་  
བ། །གང་ཕྱིར་དེ་ཡང་སྟོང་པ་ཉིད་དེ་སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །ཇི་ལྟར་དོན་དམ་པའི་རྣམ་པར་མཐོང་བ་དེའི་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་དོན་  
དམ་པར་སྟོང་པ་ཉིད་དོ།

གང་སྟོང་པ་ཉིད་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་དབྱེ་བ་མེད་ཀྱང་། །སྟོང་གཞི་ཚོས་ཅན་སོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལ་སྟོང་ཉིད་བརྒྱུག་ཏུ་  
གསུངས་ཏེ་གང་ཞེན། །སྤྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ་པོ་འཇམ། །ཟ་བ་པོ་མིག་སོགས་ནང་གི་སྐྱེ་མཆེད་དུག་གི་ངོ་  
བོ་ཉིད་མ་གྲུབ་པའི་ཆ་ནས་ནང་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྲལ་ཞིང་། །དེ་བཞིན་དུ་བཟའ་བའམ་ལོངས་སྤྱོད་བྱ་སྤྱིའི་སྐྱེ་མཆེད་དུག་  
རང་བཞིན་མེད་པར་གྱུར་པའི་ཆ་ནས་སྤྱི་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། །སྤྱི་ནང་གི་ཚོས་དེ་ཡི་རྟེན་རྣམས་ལུས་ཏེ་གཞི་མཐའ་དག་  
གིས་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སྤྱི་ནང་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྲལ་ཏེ། །གནས་ཀྱི་གཞི་སྟོང་གི་འཇིག་རྟེན་སྤོགས་བརྒྱུས་བསྐྱུས་པ་ཡི་རང་  
བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་ཆེན་པོ་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྲལ་སྟེ་ཚོས་ཅན་གྱི་དབྱེ་བ་ལས་དེ་དང་དེའི་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་  
བརྗོད་པའོ། །དེ་ལྟར་སྤྱི་དང་ནང་གིས་བསྐྱུས་པའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གནས་པ་དེ་ཡང་ཡུལ་ཅན་སྟོང་གང་  
གིས་མཐོང་བ་དེ་ལ་ཡུལ་གྱི་མིང་བཏགས་ནས་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྲལ། །དེ་ལ་ཡང་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཆ་  
ནས་སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྲལ། །སྟོང་པ་ཉིད་དེ་ནི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ཡང་དག་པ་ཉིད་དུ་ཇི་ལྟར་  
མཐོང་བ་དེ་ལ་མི་བསྐྱུ་བའི་སྤྱིར་དོན་དམ་པ་ཞེས་བྲལ། །དོན་དམ་པ་དེ་ཡང་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་མེད་པ་ནི་

དོན་དམ་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །

དགོ་གཉིས་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར། །  
རྟག་ཏུ་སེམས་ཅན་པན་པའི་སྤྱིར། །  
འཁོར་བ་བཏང་བར་མི་བྱའི་སྤྱིར། །  
དགོ་བ་མི་ཟད་བྱ་བའི་སྤྱིར། །  
རིགས་ཀྱང་རྣམ་པར་དག་བྱའི་སྤྱིར། །  
མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ཐོབ་བྱའི་སྤྱིར། །  
སངས་རྒྱས་ཚོས་རྣམས་དག་བྱའི་སྤྱིར། །  
བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སྐྱབ་པར་བྱེད། །  
གང་ཟག་དང་ནི་ཚོས་རྣམས་ཀྱི། །  
དངོས་པོ་མེད་འདིར་སྟོང་པ་ཉིད། །  
དེ་དངོས་མེད་པའི་དངོས་ཡོད་པ། །  
དེ་ནི་དེ་ལས་སྟོང་ཉིད་གཞན། །

གང་གི་སྤྱིར་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་དེ་ཡང་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །དེ་གང་ཡིན་ཞེན། །འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་  
ཀྱི་དགོ་བ་གཉིས་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་པོ། །སྤྱིར་ཞེ་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་ལས་འདས་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་རྟག་ཏུ་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་  
པན་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་དང་། །འཁོར་བ་ནི་ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་མེད་པ་སྟེ། །དེ་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་གཞན་དོན་དུ་འཁོར་བ་གཏོང་བར་མི་བྱ་  
བའི་སྤྱིར་དང་། །བྱང་པོ་སྐྱབ་མེད་དུ་སྐྱུང་ན་ལས་འདས་པ་ན་ཡང་དོར་བ་མེད་པ་ནི། །དགོ་བའི་ཚོས་ཏེ་དེ་ཡང་སྟོང་པ་ཉིད་དེ་དགོ་

བ་མི་ཟད་པར་བྱ་བའི་སྲིད་དང་། །རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་ནི་རང་བཞིན་ཏེ་དེའི་སྣོད་པ་ཉིད་ནི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ཀྱང་རྣམ་པར་  
དག་པར་བྱ་བའི་སྲིད་དང་། །མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ནི་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ལ། དེའི་སྣོད་པ་ཉིད་ནི་མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ཐོབ་པར་  
བྱ་བའི་སྲིད་དང་། །སྟོབས་ལ་སོགས་པ་ནི་ཚོས་ཐམས་ཅད་དེ་དེའི་སྣོད་པ་ཉིད་ནི་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཚོས་རྣམས་དག་པར་བྱ་བའི་སྲིད་  
དང་། །བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱབ་པར་བྱེད་དོ། །གང་ཟག་དང་ནི་ཚོས་རྣམས་ཀྱི། །བདག་གི་དངོས་པོ་མེད་པ་ནི་  
འདྲིར་དངོས་པོ་མེད་པ་སྣོད་པ་ཉིད་དང་། །དེ་ཡི་དངོས་པོ་མེད་པའི་དངོས་པོ་ཡོད་པ། །དེ་ནི་དེ་ལས་སྣོད་ཉིད་གཞན་དངོས་པོ་མེད་  
པའི་དོ་བོ་ཉིད་སྣོད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །འདྲི་གཉིས་ནི་གང་ཟག་དང་ཚོས་སྐྱོ་འདོགས་པ་དང་དེའི་སྣོད་པ་ཉིད་ལ་སྐྱུར་བ་འདེབས་པ་  
བསལ་བའི་སྲིད་གོ་ངེས་བཞིན་ནོ། །

སྣོད་པ་ཉིད་བསྟོམ་པ་གང་གི་སྲིད་ཡིན་ན་འདུས་བྱས་ལམ་དང་འདུས་མ་བྱས་འབྲས་བུ་སྲུང་འདས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐོབ་  
པའི་སྲིད་བསྟོམ་པ་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་རང་གི་དོ་བོས་སྣོད་པ་ཉིད་དུ་གྱུར་པའོ། །ཞེས་མདོར་བསྟན་ནས། དེ་ལ་ལམ་དང་  
འབྲས་བུའི་ཡོན་ཏན་གང་གི་སྲིད་སྣོད་པ་ཉིད་བསྟོམ་ཞེན། དག་གཉིས་ཐོབ་ནས་སྐྱབ་པར་བྱེད་ཀྱི་བར་ཚོགས་བཅད་  
གཉིས་ཀྱིས་རྒྱས་པར་བཤའ་དེ། འདུས་བྱས་སྣོད་པ་ཉིད་དང་འདུས་མ་བྱས་སྣོད་པ་ཉིད་གཉིས་ནི། འདུས་བྱས་ལམ་  
དང་། འདུས་མ་བྱས་སྲུང་འདས་སམ། སྲིད་པ་དང་ཞི་བའི་ཡོན་ཏན་བསྐྱེད་པའི་དག་གཉིས་པོ་ཡོངས་སུ་དག་པ་  
འཐོབ་པར་བྱ་བའི་སྲིད་བསྟོམས་ཏེ། དག་བ་དེ་དག་ལ་མཚན་མར་འཛིན་ཅིང་ཞེན་ན་ཡོངས་སུ་དག་པར་མི་འགྱུར་ལ།  
དེ་དག་སྣོད་པ་ཉིད་དུ་ཤེས་ནས་སྟོམ་པ་མེད་པའི་རྩལ་གྱིས་བསྐྱབས་ན་དག་བའི་རྩལ་དེ་དག་ཡོངས་སུ་དག་པ་འཐོབ་  
པའི་སྲིད་དོ། །སྲིད་པ་དང་ཞི་བའི་མཐའ་ལས་འདས་པ་གང་དེ་རང་གི་དོ་བོས་སྣོད་པ་ནི་མཐའ་ལས་འདས་པ་སྣོད་པ་  
ཉིད་ཅེས་བྱ་ལ། དེ་ནི་དུས་རྟག་དུ་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་པར་བྱ་བའི་སྲིད་བསྟོམ་པ་ཡིན་ཏེ། སྲིད་ཞིའི་མཐའ་ལ་མི་གནས་  
པའི་སྲུང་འདས་མདོར་དུ་མཛོད་ན་ནམ་མཁའ་ཇི་སྲིད་དུ་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་པ་མཛོད་པ་ཡིན་ཅིང་། དེ་ཡང་དེར་སྟོམ་  
པས་ཞེན་པ་དང་བཅས་ན་ཡོངས་སུ་དག་པ་མདོར་དུ་མི་འགྱུར་ལ། མ་ཞེན་པའི་ཐབས་མཁས་ཀྱིས་བསྐྱབས་

ན་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་སྲིད་དོ། །ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་མེད་པ་ནི་འཁོར་བ་ཡིན་ལ། དེ་དག་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་གང་ཡིན་  
པ་ནི་ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་མེད་པ་སྣོད་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ལྟར་འཁོར་བ་སྣོད་པར་ཤེས་པ་དེ་ནི་འཁོར་བ་ཡོངས་སུ་གཏོང་བར་  
མི་བྱ་བའི་སྲིད་བསྟོམ་པ་སྟེ། འཁོར་བ་རང་བཞིན་མེད་པར་མ་ཤེས་ན་དེ་ལ་སྐྱོན་དུ་མཐོང་ནས་འདོར་བར་འགྱུར་བའི་  
སྲིད་དོ། །སྲུང་པོ་ལྷག་མེད་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་དག་བའི་རྩལ་བ་མི་ཟད་པ་ནི་དོར་བ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་ཡང་དེ་ཡི་དོ་བོས་  
སྣོད་པ་ནི་དོར་བ་མེད་པ་སྣོད་པ་ཉིད་ཅེས་བྱའོ། །སྲུང་པོ་ལྷག་མེད་ཀྱི་དུས་སུ་ཡང་དག་བའི་རྩལ་བ་མི་ཟད་པ་དེ་ལྷ་བྱ་  
ཐོབ་པར་བྱ་བའི་སྲིད་དོར་བ་མེད་པ་སྣོད་པ་ཉིད་འདི་བསྟོམ་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་མཐུས་མི་ཟད་པའི་དག་རྩལ་ཡང་གཟུང་  
འཛིན་གྱི་དྲི་མ་དག་ཅིང་ཚོས་སྐྱེ་འཐོབ་ནས་དེའི་དག་རྩལ་ནམ་མཁའ་ཇི་སྲིད་དུ་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་བྱེད་དེ། རང་བཞིན་  
གནས་རིགས་ལ་རང་བཞིན་ཞེས་བྱ་ཞིང་། དེའི་སྣོད་པ་ཉིད་ནི་རང་བཞིན་སྣོད་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ནི་རིགས་ཉིད་ཀྱང་རྣམ་  
པར་དག་པར་བྱ་བའི་སྲིད་བསྟོམ་སྟེ། རིགས་ལ་དེར་ཞེན་གྱི་དྲི་མ་དག་ནས་རིག་མདོར་དུ་འགྱུར་བའི་སྲིད་དོ། །སངས་  
རྒྱལ་གྱི་མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ལ་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཅེས་སྐབས་འདྲིར་བཤའ་ལ། དེ་ཉིད་དེའི་དོ་བོས་སྣོད་པ་ནི་རང་གི་  
མཚན་ཉིད་སྣོད་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ནི་མཚན་བཟང་པོ་སྐྱེ་བུ་རྩལ་གཉིས་དང་། དཔེ་བྱད་བསྐྱེད་ཅུ་དག་པ་འཐོབ་པར་བྱ་བའི་  
སྲིད་བསྟོམས་ཏེ། མཚན་དཔེ་ལ་བདེན་ཞེན་དག་ནས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་འགྲུབ་པོ། །སྟོབས་དང་མི་འཛིགས་པ་དང་  
མ་འདྲིས་པ་སོགས་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཚོས་ལ་སྐབས་འདྲིར་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཅེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ཉིད་དེས་སྣོད་པ་ནི་  
ཚོས་ཐམས་ཅད་སྣོད་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ནི་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཚོས་རྣམས་ལ་བདེན་འཛིན་གྱི་དྲི་མ་དག་ནས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་  
པ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་སྲིད་ན་བསྟོམ་སྟེ། དེ་ལྟར་སྣོད་པ་ཉིད་དེ་དག་ལ་དམིགས་ནས་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་རྣམས་ཀྱིས་  
ལམ་དེ་ལྷ་བྱ་སྐྱབ་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་སྣོད་ཉིད་བཅུ་བཞིར་གསུངས་པ་དེ་དག་ཀྱང་གཉིས་སུ་འདུ་སྟེ། གང་ཟག་གི་  
བདག་དང་ནི་དེ་ལས་གཞན་པའི་ཚོས་རྣམས་ཀྱི་བདག་གི་དངོས་པོ་མེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྐབས་འདྲིར་དངོས་པོ་  
མེད་པའི་སྣོད་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་སྟེ། དག་གཉིས་བདག་གཉིས་རྣམ་བཅད་དུ་ཞིགས་པའོ། །བདག་གཉིས་པོ་དེའི་དངོས་པོ་



མེད་པའི་དངོས་པོ་འཇམ་སྒྲིང་པ་ཉིད་ཡོངས་གཙོ་དུ་གྲུབ་ཅིང་ཡོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་ནི། གོང་དུ་བཤད་པ་དེ་ལས་  
སྒྲིང་པ་ཉིད་གཞན་དངོས་པོ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྒྲིང་པ་ཉིད་ཅེས་གསུངས་ཏེ། སྡུམ་བདག་གཉིས་སུ་སྒྲོ་འདོགས་པ་  
སེལ་བའི་ཕྱིར་དང་། ཐ་མ་སྒྲིང་ཉིད་ལ་མེད་པར་སྐྱུར་པ་འདེབས་པ་བསལ་བའི་ཕྱིར་དུ་དེ་སྐད་གསུངས་སོ། །

**སྡུམ་སྐྱུབ་པ་ནི།** གལ་ཏེ་ཉོན་མོངས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ།

- གལ་ཏེ་ཉོན་མོངས་དེ་མ་གྱུར། །
- ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྲོལ་བར་འགྱུར། །
- གལ་ཏེ་རྣམ་དག་དེ་མ་གྱུར། །
- འབད་པ་འབྲས་བུ་མེད་པར་འགྱུར། །
- ཉོན་མོངས་མ་ཡིན་མི་མོངས་མིན། །
- དེ་ནི་དག་དང་མ་དག་མིན། །

བསྟན་བཅོས་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས། མཚན་ཉིད་ཀྱི་ལེའུར་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་  
དང་པོ་ལོ། །

སྐྱུབ་པའི་ལྷར་ཤེས་པར་བྱ་ཞེན། གལ་ཏེ་གཉིན་པོ་མ་སྐྱེས་པར་ཡང་སྐྱོ་བྱུང་གི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་  
པ་དེ་མ་གྱུར་ན། །ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་འབད་པ་མེད་པར་གྲོལ་བར་འགྱུར་ལོ། །གལ་ཏེ་གཉིན་པོ་མ་སྐྱེས་ཀྱང་རྣམ་པར་དག་པ་དེ་  
མ་གྱུར་ན། །ཐར་པའི་ཕྱིར་འབད་པ་དེ་ཡང་འབྲས་བུ་མེད་པར་འགྱུར་ལོ། །དེ་ལྟར་ན་སེམས་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་ལ་བས་

ཉོན་མོངས་པ་མ་ཡིན་སྐྱོ་བྱུང་གི་དྲི་མ་ཡོད་པས་ཉོན་མི་མོངས་པ་ཡང་མིན་ལ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་ནི་དག་པ་དང་མ་དག་པ་ཡང་མིན་  
ནོ། །དེ་ཡང་སྒྲིང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་བསྟན་པ་ནི། མཚན་ཉིད་རྣམ་པར་བཞག་པར་རིག་པར་གྱུ་ལོ། །དེ་ལ་མཚན་ཉིད་ནི། དངོས་པོ་  
མེད་པའི་མཚན་ཉིད་དང་དངོས་པོའི་མཚན་ཉིད་དོ། །དངོས་པོའི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་དངོས་པོ་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་  
བའི་མཚན་ཉིད་དང་། དེ་ཉིད་དང་གཞན་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་མཚན་ཉིད་དོ། །རྣམ་གྲངས་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་བཞག་པ་  
བསྟན་པས་ནི། རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་སྐྱེག་པ་དང་ལེ་ལོ་དང་ཐེ་ཚོམ་ཉེ་བར་ཞི་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྒྲིང་པ་ཉིད་རང་གི་མཚན་ཉིད་དང་  
ལས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དང་། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་གྲུང་བའི་མཚན་ཉིད་དང་། རིགས་པའི་མཚན་ཉིད་བརྗོད་པ་ཡིན་  
ནོ། །བསྟན་བཅོས་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ལེའུར་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་དང་པོ་ལོ། །

སྒྲིང་པ་ཉིད་རང་གི་ངོས་ནས་སམ་གནས་རྒྱལ་ལ་དག་མ་དག་གི་ཁྱད་པར་མེད་ཀྱང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་སྐྱུང་  
རྒྱལ་ལ་བྱི་བཅས་དང་བྱི་མེད་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་བཞག་པ་འཐད་དེ། གལ་ཏེ་སྐྱོ་བྱུང་གི་ཉོན་མོངས་པ་དང་བཅས་  
པའི་གནས་སྐབས་སུ་སྒྲིང་ཉིད་དེ་མ་གྱུར་པ་ཞེས་ན། །དང་པོ་ནས་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
འབད་མེད་དུ་གྲོལ་བར་འགྱུར་ལོ། །གལ་ཏེ་གཉིན་པོ་བསྐྱེས་པས་ཕྱིས་རྣམ་པར་དག་པའི་བདག་ཉིད་དུ་སྒྲིང་ཉིད་དེ་  
མ་གྱུར་པའམ། དག་པར་སྐྱུང་བ་མེད་ན་ལམ་ལ་འབད་པ་འབྲས་བུ་མེད་པར་འགྱུར་བས་སུ་ཡང་ལམ་ལ་འབད་མི་  
རིགས་སོ། །དེས་ན་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་རང་བཞིན་གྱི་འོད་གསལ་ལ་བས་ན་གནས་རྒྱལ་ལ་ཉོན་མོངས་པ་མ་ཡིན་ལ།  
སྐྱོ་བྱུང་གི་དྲི་མ་དང་བཅས་པར་སྐྱུང་བའི་སྐྱུང་རྒྱལ་གྱི་ངོས་ནས་ཉོན་མི་མོངས་པའང་མིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་ན་དབྱིངས་དེ་  
ནི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དག་པ་དང་མ་དག་པ་ཉིད་དུ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོ། །

ལེའུར་མཚན་ནི། བསྟན་བཅོས་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས་ཀུན་གྱི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཚིག་  
ལེའུར་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་དང་པོའི་འགྲེལ་པའོ། །



# ཕྱི་ལོ།

གཉིས་པ་སྐྱོད་བྱ་སྐྱོད་པ་ལ། སྐྱིད་བསྟན་པ། བྱེ་བྱག་ཏུ་བཤད་པ། རོན་བསྟུ་བ་གསུམ། དང་པོ་། སྐྱིད་བསྟན་པ་། །  
ལྷན་དང་ཉི་ཚེ་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- ལྷན་དང་ཉི་ཚེ་ལྷག་པ་དང་། །
- མཉམ་དང་ལེན་དང་སྐོང་བ་ནི། །
- གཉིས་གྱི་སྐྱོད་པར་བསྟན་པ་ཡིན། །

སྐྱོད་པའི་དབང་དུ་མཛད་དེ། ལྷན་པ་ནི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་རིགས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཉོན་ཤེས་གྱི་སྐྱོད་པ་གཉིས་ཏེ་རང་གཞན་གྱི་  
རོན་མཐའ་དག་ལ་སྐྱོད་པའི་ཕྱིར་དང་ཉི་ཚེ་བ་ནི་ཉན་རང་གི་རིགས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཉོན་ཤེས་སྟེ་བདག་གི་རོན་ཅམ་ལ་སྐྱོད་པའི་ཕྱིར་  
དང་ལྷག་པ་ནི་རིགས་ཅན་གསུམ་ཀའི་ཆགས་སོགས་ལྷག་པར་སྐོང་པ་སྟེ་མདོན་དུ་བྱུང་པའི་ཕྱིར་དང་། །མཉམ་པ་ནི་དེ་གསུམ་  
གྱི་ཆ་མཚུངས་པར་སྐོང་པ་སྟེ་བག་ལ་ཉལ་གྱི་སྐྱོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་ལེན་པ་དང་སྐོང་བ་ནི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་རིགས་ཅན་  
རྣམས་ཀྱི་སྐྱོད་པ་སྟེ་འཁོར་བ་ལེན་པ་དང་སྐོང་བ་མི་གནས་པའི་སྐྱེ་ངན་ལས་འདས་པ་ལ་སྐྱོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། །དེ་ལྟར་དེ་དག་ཅི་  
རིགས་པར་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་རིགས་ཅན་རྣམས་དང་། ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་རིགས་ཅན་གཉིས་གྱི་སྐྱོད་པར་བསྟན་པ་ཡིན།

ནོ།

རང་བཞིན་གྱིས་དག་པའི་ཚོས་ཉིད་ལ་སྐྱོད་བྱེད་སྐོ་བྱུང་བའི་བྱི་མ་རྣམས་རིགས་བསྟུས་ན་འདི་ལྟར། གང་ཟག་གི་  
སྐྱོད་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་ཅན་གྱི་སྐྱོད་པ་ལ་ཡོད་པའི་སྐྱོད་པ་ལ་ལྷན་པའི་སྐྱོད་པ་ཞེས་བཤད་དེ།  
སྐྱོད་པ་དེས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་པ་དེ་དག་གི་རང་གཞན་དོན་གཉིས་སྐྱོད་པའི་རྒྱལ་ལ་བསྐྱོབས་པས་ན་ཐམས་ཅད་གྱི་དོན་  
སྐྱེ་ཆེན་པོ་བསྐྱོབ་པ་ལ་གོགས་བྱེད་པའི་ཆ་ནས་ཆེན་པོའམ་ལྷན་པ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །

ཐེག་པ་དམན་པ་ཉན་རང་གི་རིགས་ཅན་གྱི་སྐྱོད་པ་ལ་ཉི་ཚེ་བའི་སྐྱོད་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་མ་སྐྱོད་བར་དུ་  
རང་དོན་ཉི་ཚེ་བའི་འབྲས་བུ་དེ་མི་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཡང་ཉོན་མོངས་པ་རང་ཉིད་སྐྱེ་རྒྱུ་ལྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། གང་ཟག་སྐྱེ་ཡང་རྒྱུ་སྟེ། དུལ་ཅུང་ཟད་ཅམ་ལའང་  
ཆགས་སོགས་ཆེན་པོ་སྐྱེ་བ་ལ་ལྷག་པའི་སྐྱོད་པ་ཞེས་བྱ་ཞིང་། དུལ་དང་འཚམས་པར་འབྱུང་བ་ལ་མཉམ་པའི་སྐྱོད་  
པ་ཞེས་བྱ་ལ། ཡང་ན་ལྷག་དང་ཞེས་ཆགས་སོགས་གང་རྒྱུ་ལྷག་པར་ཆེ་བ་དང་། དུག་གསུམ་ཆ་མཉམ་པ་ལའང་  
དེ་ལྟར་བརྗོད་དེ། དེ་གང་ལྟར་གྱང་ཉོན་མོངས་པ་སྐྱེ་རྒྱུ་ལྱི་དབང་གིས་དབྱེ་བ་གཉིས་སོ། །

ཡང་མྱོངས་པའི་དབང་གིས་འཁོར་བའི་སྐྱེ་ཉེ་བར་ལེན་པ་དང་། བསམ་པས་འཁོར་བ་སྐྱང་བ་གཉིས་ནི། ལམ་  
གྱི་སྐྱིད་པོ་ཤེས་རབ་དང་ཐབས་གཉིས་གྱི་སྐྱོད་པར་བསྟན་པའི་ཆ་ནས་བཞག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་སྐྱོད་པའི་རྣམ་  
གྲངས་དུག་ཏུ་བསྟན་པ་དེ་དག་གི་དང་པོ་དང་ཐ་མ་གཉིས་ཏེ་གསུམ་ནི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་ལམ་གྱི་མི་མཐུན་  
སྐོགས་ཡིན་ལ། གཉིས་པ་ཉན་རང་གི་ལམ་གྱི་མི་མཐུན་སྐོགས་དང་། དེ་དག་གི་ལྷག་པ་གཉིས་ནི་ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུ་སྟེ་  
མོང་གི་ལམ་གྱི་སྐྱོད་པའོ། །

གཉིས་པ་། སྐྱེ་བྱག་ཏུ་བཤད་པ་། །ལ། ཐར་པ་ལ་སྐྱོད་པ། དགོ་སོགས་བཅུ་ལ་སྐྱོད་པ། གཉིན་པོ་གསུམ་ལ་སྐྱོད་པ་

དང་གསུམ། དང་པོ་༼ ཐར་པ་ལ་སྐྱིབ་པ་ ༽ལ། སྐྱིབ་པ་དངོས་དང་། དེས་ཇི་ལྟར་སྐྱིབ་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ་༼ སྐྱིབ་པ་དངོས་ ༽། ཉོན་མོངས་མཚན་ཉིད་སོགས་རྐང་པ་གཉིས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཉོན་མོངས་མཚན་ཉིད་རྣམ་དགུའོ། །

ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་རྣམས་སྐྱིབ་པ་ཡིན། །

ཡང་ཉོན་མོངས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་སྐྱིབ་པ་ནི་རྣམ་པ་དགུའོ། །དེ་དག་ཀྱང་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བ་རྣམས་སྐྱིབ་པ་ཡིན་ནོ།

ཐར་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ལ་གོགས་སུ་གྱུར་བ་ནི་མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་མཚན་ཉིད་འཛིན་པ་རྣམ་པ་དགུ་པོ་འདིའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཉོན་མོངས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་ལ་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྲིད་པར་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ནའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བ་དེ་རྣམས་ནི་སྐྱིབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ལ་ཀུན་སྐྱོར་དགུ་ནི། མ་རིག་པ། འདོད་ཆགས། ཁོང་ཁྲོ། ང་རྒྱལ། ཐེ་ཚོམ་སྟེ་ལྷ་མིན་ལྔ་དང་། འཇིག་རྫོང་ལོག་ལྷ་མཐར་ལྷ་གསུམ་གཅིག་ཏུ་བརྩིས་ནས་ལྷ་བ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ལྷ་བ་མཚོག་འཛིན་དང་། ཚུལ་བྲིམས་བརྒྱལ་ཞུགས་མཚོག་འཛིན་གཉིས་གཅིག་ཏུ་བརྩིས་ཏེ་མཚོག་འཛིན་ཅེས་བྱ་བ་དང་། དཔལ་དོག་དང་། སེར་སྣ་སྟེ་དེ་ལྟར་དགུའོ།

གཉིས་པ་དེས་ཇི་ལྟར་སྐྱིབ་ཅེན། སྐྱོབ་དང་ནི་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

སྐྱོབ་དང་ནི་བཏང་སྟོམས་དང་། །

དེ་ཁོ་ན་ནི་མཐོང་བ་དང་། །

འཇིག་ཚོགས་ལྷ་དང་དེའི་གཞི་དང་། །

འགོག་དང་ལམ་དང་དགོན་མཚོག་དང་། །

ཆེད་པ་དང་ནི་བཀུར་སྟེ་དང་། །

ཡོ་བྱད་བསྐྱེད་པ་ཡོངས་ཤེས་ལ། །

དེ་དག་གང་ལ་གང་གིས་སྐྱིབ་ཅེན། ཇི་སྲིད་ཆགས་པའི་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བས་སྐྱོབ་པ་དང་ནི་ཁོང་ཁྲོ་བའི་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བས་བཏང་སྟོམས་ལ་དང་། །ལྷག་མ་རྣམས་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་མཐོང་བ་དང་འགལ་ལོ། །ཇི་ལྟར་ཞེན། ང་རྒྱལ་གྱི་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བ་ནི། འཇིག་ཚོགས་ལ་ལྷ་བ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ་མངོན་པར་མ་རྟོགས་པའི་དུས་ན་ངོ་སྟོན་པའི་ང་རྒྱལ་བར་ཆད་དང་བཅས་པ་དང་། བར་ཆད་མེད་པར་ཀུན་ཏུ་འབྱུང་བའི་དབང་གིས་དེ་མི་སྲུང་བའི་ཕྱིར་དང་མ་རིག་པའི་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བ་ནི་འཇིག་རྫོང་དེའི་གཞི་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ་དེས་ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཡུང་པོ་རྣམས་ཡོངས་སུ་མི་ཤེས་པའི་ཕྱིར་དང་། །ལྷ་བའི་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བ་ནི། འགོག་པའི་བདེན་པ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ་འཇིག་རྫོང་མཐར་ལྷ་གཉིས་ནི་དེ་ལ་སྐྱབ་པ་དང་ལོག་ལྷས་དེ་ལ་སྐྱབ་པ་འདེབས་པའི་ཕྱིར་དང་མཚོག་ཏུ་འཛིན་པའི་ཀུན་སྐྱོར་ནི། ལམ་གྱི་བདེན་པ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ་རྣམ་པ་གཞན་ལ་དག་པ་དང་མཚོག་ཏུ་འཛིན་པའི་ཕྱིར་དང་ཐེ་ཚོམ་གྱི་ཀུན་སྐྱོར་ནི། མ་གོན་མཚོག་གསུམ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ་དེའི་ཡོན་ཏན་ལ་མངོན་པར་ཡིད་མི་ཆེས་པའི་ཕྱིར་དང་། །ཐལ་དོག་གི་ཀུན་སྐྱོར་ནི། ཆེད་པ་དང་ནི་བཀུར་སྟེ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ་དེའི་ཉེས་པའི་མི་མཐོང་བའི་ཕྱིར་དང་། །སེར་སྣའི་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བ་ནི། ཡོ་བྱད་བསྐྱེད་པ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ་ཡོ་བྱད་ལ་ལྷག་པར་ཞེན་པའི་ཕྱིར་དོ།

འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཀུན་སྐྱོར་དེས་འཁོར་བར་ཡོངས་སུ་སྐྱོབ་པ་ལ་སྐྱིབ་པར་བྱེད་དེ། ཟག་བཅས་ལ་ཡོན་ཏན་ཏུ་བསྟན་ནས་ཆགས་པའི་སྐྱོད་པའི་འཁོར་བའི་སྐྱོན་མི་མཐོང་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཁོང་ཁྲོས་ནི་སེམས་བཏང་སྟོམས་སུ་རྣལ་ཏུ་གནས་པ་ལ་སྐྱིབ་པ་དང་། དེ་དག་གི་ལྷག་མ་བདུན་གྱིས་སྟན་མོང་དུ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བ་ལ་སྐྱིབ་པ་དང་།



བྱེད་པ་ཏུ་རྩལ་གྱིས་ནི་འཇིག་ཚོགས་ལ་ལྟ་བུའི་ཉེས་དམིགས་ཤེས་པ་ལ་བསྐྱབས་ཏེ་ངོ་སྤྲོད་ཏུ་ལྟ་བུའི་དོན་དེ་  
 དམ་ཏུ་འཇིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །མ་རིག་པས་ནི་འཇིག་ལྟ་དེའི་གཞི་ཉེར་ལེན་གྱིས་ཕྱང་པོ་ལྷའི་གནས་རྒྱལ་ཤེས་པ་ལ་སྐྱིབ་  
 ཅིང་དེའི་རང་བཞིན་རིམ་བུ་ལ་མི་རྟོགས་པར་བྱེད་དོ། །ལྟ་བས་ནི་འགོག་བདེན་མངོན་ཏུ་བྱེད་པ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ། རིམ་བུ་ན་  
 བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་འཇིག་ལྟའི་དབང་གིས་འགོག་པའི་སྐབས་ན་བདག་ཆད་ཏུ་དོགས་པ་སོགས་ཀྱིས་སྐྱབ་ནས་ཐར་པ་  
 ལ་མི་འཇུག་པ་དང་། ཉམ་ཆད་ཏུ་ལྟ་བས་འགོག་པ་ཐོབ་ཏུ་མེད་པ་དང་། འོག་ལྟས་འགོག་པ་ཉིད་མེད་པར་སྐྱར་པ་  
 འདེབས་པ་སོགས་ཀྱིས་དེ་ཐོབ་པ་ལ་གོགས་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མཚོག་འཇིན་གྱིས་ལམ་བདེན་རྒྱུད་ལ་སྐྱེད་པར་བྱེད་  
 པ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ། ལྟ་བ་རན་པ་དང་ཐར་པའི་རྒྱ་མིན་པའི་རྩལ་གྱིས་དང་བརྩལ་ཞུགས་ཕྱིན་ཅི་འོག་ལ་མཚོག་ཏུ་འཇིན་  
 པ་དེས་བསྐྱུས་ནས་ལམ་རྣམ་དག་ལ་མི་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཐེ་ཚོམ་གྱིས་ནི་དཀོན་མཚོག་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཤེས་  
 པ་ལ་སློ་ཅེ་གཉིས་སུ་གྱུར་པའི་རྩལ་གྱིས་སྐྱིབ་པར་བྱེད་དེ་དེས་པར་མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྲལ་དོག་གིས་ནི་རྙེད་པ་དང་  
 བཀུར་སྟེའི་ཉེས་དམིགས་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ། རང་རྙེད་བཀུར་ལ་ཆགས་ཤིང་གཞན་གྱི་སྤྱན་ཚོགས་ལ་མི་  
 བཟོད་པའི་སྤྲལ་དོག་ཡོད་པ་དེ་སྤྱིད་རྙེད་བཀུར་གྱི་ཉེས་དམིགས་རྩལ་བཞིན་བསམ་པར་མི་རྣམས་སོ། །སེར་སྐྱས་ནི་ཡོ་  
 བྱེད་བསྐྱེད་པ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་བསྐྱིབ་པར་བྱེད་དེ། དེས་ཡོ་བྱེད་ཅི་ཅམ་ཚོགས་ཀྱང་ཚོག་མི་ཤེས་པར་དམ་ཏུ་  
 འཇིན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཀུན་སྦྱོར་དགུ་མ་སྤང་བར་ཏུ་སྤྱིད་པར་འཆིང་ཞིང་ཐར་པ་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ ། སྐྱིབ་སྟེ་སོགས་བརྩམས་སྐྱོད་པ་ ། ལ་བསྐྱེད་བཤུག་གཉིས། དང་པོ་ ། མདོར་བསྟན། ། དགོ་ལ་སོགས་པ་  
 བརྩམས་གཞན། ། ཅིས་པས་བསྟན་ཏེ། །

དགོ་ལ་སོགས་པ་བརྩམས་གཞན། །

དགོ་ལ་སོགས་པ་བརྩམས་སྐྱིབ་པ་ནི་གཞན་ཏུ་རིག་པར་བྱའོ།

བསྐྱིབ་བྱ་དགོ་བ་ལ་སོགས་པ་བརྩམས་སྐྱིབ་པར་བྱེད་པའི་སྐྱིབ་པ་གང་ཞིག་གོང་ཏུ་བཤུག་མ་ཐག་པ་ལས་གཞན་པ་  
 ཡང་ཡོད་དོ། ། ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་ ། རྒྱུས་བཤུག་ ། ལ། སྐྱིབ་བྱེད་སྐྱུ་ལྟ། བསྐྱིབ་བྱ་བརྩམས་ དེ་དག་སྐྱུར་ཏེ་བཤུག་པ་གསུམ་གྱི། དང་པོ་  
 ། སྐྱིབ་བྱེད་སྐྱུ་ལྟ། ། སྐྱུར་བ་མེད་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- སྐྱུར་བ་མེད་དང་སྐྱེ་མཆེད་མིན། །
- རྣལ་འབྱོར་མིན་པས་གང་བསྐྱེད་དང་། །
- སྐྱེ་བ་མེད་དང་ཡིད་མི་བྱེད། །
- ཚོགས་ནི་རབ་ཏུ་མ་རྩོགས་དང་། །
- རིགས་དང་བཤེས་གཉེན་མི་ལྡན་དང་། །
- སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་སྐྱོ་བ་དང་། །
- སྐྱུ་བ་པ་དང་ཡང་མི་ལྡན་དང་། །
- སྐྱེ་བོ་ངན་སྤང་འགྲོགས་པ་དང་། །
- རང་གི་གནས་ངན་ལེན་གསུམ་ལས། །
- སྤྲལ་མ་ཤེས་རབ་མ་སྤྱིན་དང་། །
- རང་བཞིན་གྱི་རི་གནས་ངན་ལེན། །

ལེ་ལོ་དང་ཡང་བག་མེད་དང་། །  
 སྲིད་དང་ལོངས་སྤོད་ཆགས་པ་དང་། །  
 སེམས་ནི་ལྷུ་པར་གྱུར་པ་དང་། །  
 མ་དད་པ་དང་མ་མོས་དང་། །  
 སྐྱ་བཞིན་དུ་ནི་སྤོད་པ་དང་། །  
 དམ་ཚེས་ཆེད་ཆེར་མིན་འཛིན་དང་། །  
 རྟོན་ལ་གདུ་དང་སྤྲིང་རྗེ་མེད། །  
 ཐོས་པས་ཐོངས་དང་ཉུང་བ་དང་། །  
 ཉིང་འཛིན་སྤངས་པ་མ་བྱས་པའོ། །

སྐྱིབ་པ་དེ་ནི་གང་དགོ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་གང་ཞེ་ན། དགོ་བ་ལ་སྦྱོར་བ་མེད་པ་དང་སྤྱི་མཆེད་མིན་པ་སྟེ་བྱང་ཆུབ་སྐྱབ་པའི་ཐབས་  
 མིན་པ་དང་། རྒྱལ་བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་རྣལ་འབྱོར་མིན་པས་གང་བསྐྱེད་པ་གསུམ་དང་། ཉེ་གོ་ཅུ་སྤྱི་བ་མེད་པ་དང་རྒྱལ་  
 བཞིན་དུ་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པ་དང་། ཚོགས་ནི་རབ་ཏུ་མ་རྗོགས་པ་གསུམ་དང་། རིགས་དང་མི་ལྡན་པ་དང་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་  
 དང་མི་ལྡན་པ་དང་། ཉེ་གོ་བསྐྱེད་པས་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་སྤོད་པ་གསུམ་དང་། ལམ་ལྷན་སྐྱབ་པ་དང་ཡང་མི་ལྡན་པ་དང་། སྤྱི་  
 བོང་ན་པ་དང་འགྲོགས་པ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ལ་མི་དགའ་ཞིང་སྤང་བ་དང་འགྲོགས་པ་གསུམ་དང་། རྩལ་གྱི་གནས་  
 རན་ལེན་དང་ཉོན་མོངས་པ་དང་ལས་དང་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་སྐྱིབ་པ་གསུམ་ལས། ལྷག་མ་གང་ཡང་རྩལ་བ་དང་ཐོས་བསམ་གྱི་ཤེས་  
 རབ་མ་སྤྲིན་པ་གསུམ་དང་། རྩལ་བཞིན་གྱིས་ཉེ་གོ་སྤྱི་བ་གྱི་ནི་གནས་རན་ལེན་དང་། ལེ་ལོ་དང་ཡང་བག་མེད་པ་གསུམ་  
 དང་། སྐྱ་བཞིན་པ་རྗོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཡོངས་སུ་མི་བསྐྱོ་བར་སྲིད་པ་ལ་ཆགས་པ་དང་ལོངས་སྤོད་ལ་ཆགས་པ་དང་། ཉེ་གོ་  
 བའི་ལས་ལ་སེམས་ནི་ལྷུ་པར་གྱུར་པ་གསུམ་དང་། གང་ཟག་ལ་མ་དད་པ་དང་ཚོས་ལ་མ་མོས་པ་དང་། ཉོན་ལ་སྤྱི་

བཞིན་དུ་ནི་སྤོད་པ་གསུམ་དང་། ཉེ་གོ་བའི་ཚོས་ལ་ཆེད་ཆེར་མི་འཛིན་པ་དང་། རྟོན་ལ་གདུ་བ་སྟེ་རྟོན་པ་དང་བཀུར་སྤོད་པ་མཆོད་  
 པ་ལ་ཆེས་ཆེར་འཛིན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་སྤྲིང་རྗེ་མེད་པ་གསུམ་དང་། ཐོས་པས་ཐོངས་པ་དང་ཐོས་པ་ཉུང་བ་དང་། ཉིང་དེ་  
 འཛིན་སྤངས་པ་མ་བྱས་པའོ།

དགོ་སོགས་བརྩུ་ལ་སྐྱིབ་པའི་སྐྱིབ་པ་དེ་གང་ཞེ་ན། བག་མེད་པ་དང་། ལེ་ལོས་དགོ་བ་ལ་འཇུག་པའི་སྦྱོར་བ་མེད་པ་  
 དང་། གལ་ཏེ་དགོ་བ་ལ་འཇུག་པར་བརྩམས་ཀྱང་དགོ་ཅུ་དེ་སྤྱི་ཞིང་གོང་ནས་གོང་དུ་མཆེད་པར་བྱེད་པའི་སྤོད་ཡང་  
 དག་པའི་གསུང་རབ་སོགས་ཡིན་པ་ལ། དེ་ལྟ་བུ་དང་མི་ལྡན་པ་ནི་དགོ་ཅུ་སྤྱི་ཞིང་མཆེད་པ་མིན་པ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་ཐོབ་  
 པའི་ཐབས་མིན་པའི་བསྟན་བཅོས་རན་པ་ལ་ཞེན་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་རྒྱལ་དེས་དགོ་ཅུ་རྣམས་གོང་ནས་གོང་དུ་སྤྱི་ཞིང་  
 འཕེལ་བར་མི་བྱེད་པའོ། ཡང་དག་པའི་གསུང་རབ་སོགས་ལ་ཐོས་བསམ་བྱས་སུ་ཟེན་ཀྱང་དེའི་དོན་རྒྱལ་བཞིན་དུ་  
 ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་རྣལ་འབྱོར་དང་མི་ལྡན་པའམ། རྒྱལ་བཞིན་ཡིད་བྱེད་གྱིས་ཉོན་མོངས་སྤོད་པའི་ཐབས་མིན་པ་ནི་  
 རྣལ་འབྱོར་མིན་པ་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་ཡང་དག་པ་མིན་པའི་སྤོམ་པ་རྣལ་འབྱོར་མིན་པས་གང་བསྐྱེད་པ་སྟེ། དེ་  
 གསུམ་གྱིས་བྱང་ཆུབ་གྱི་སྐྱུར་གྱུར་པའི་དགོ་བ་ལ་སྐྱིབ་སྟེ། དགོ་ཅུ་ལ་གཏན་ནས་མི་འཇུག་པའམ། ལྷགས་ཀྱང་གོང་  
 འཕེལ་གྱི་རྒྱ་ཐོས་བསམ་ཡང་དག་པ་དང་མི་ལྡན་པ་དང་། ཐོས་བསམ་བྱས་ཀྱང་སྤོམ་པའི་གནད་མ་ལོག་པ་དང་མི་  
 ལྡན་པ་དེས་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པའི་དགོ་བ་ཉིད་ཡང་དག་པར་འབྱུང་པར་མི་འགྱུར་འོ། ཉེ་གོ་བཞིན་དུ་དད་བརྩོན་དང་མི་  
 ལྡན་པས་བྱང་ཆུབ་གྱི་སྐྱུར་གྱུར་པའི་དགོ་ཅུ་སྤྱི་བ་མེད་པ་དང་། ལེ་ལོའི་དབང་གིས་བྱང་ཆུབ་དང་དེའི་ལམ་ཡང་ནས་  
 ཡང་དུ་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པས་དགོ་ཅུ་ལྟར་དུ་མི་འཕེལ་བ་དང་། བྱང་ཆུབ་གྱི་རྒྱ་ཚོགས་གཉིས་ནི་རབ་ཏུ་མ་ཚང་བའམ་  
 མ་རྗོགས་པ་སྟེ་བྱང་དུ་མ་འབྲེལ་པ་དང་གསུམ་ནི་འབྲས་བུ་བྱང་ཆུབ་དེ་ཉིད་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པའམ་བསམ་པའི་སྤོད་ནས་  
 མི་གཏོང་བར་བྱེད་པའི་སྐྱིབ་པ་ཡིན་ཏེ། བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པའི་དགོ་ཅུ་མ་བསམགས་ཤིང་། ཡིད་ལ་མ་བྱས་པ་དང་ཚོགས་

མ་རྗེས་པ་དག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་སེམས་བསྐྱེད་པ་འཛིན་པར་མི་རྣམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་  
 དང་མི་ལྡན་པ་དང་། རིགས་ཡོད་ཀྱང་ཐེག་ཆེན་སྟོན་པའི་བཤེས་གཉེན་དང་མི་ལྡན་པ་དང་། བཤེས་གཉེན་དང་ལྡན་  
 ཏུ་ཟིན་ཀྱང་རང་ཉིད་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགའ་སྐྱེད་ལ་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་སྐྱོ་བ་དང་གསུམ་ནི་སྐྱོར་བའི་སྐོན་ལས་བྱང་  
 ཆུབ་ཡང་དག་པར་འཛིན་པ་ལ་བསྐྱིབས་ཏེ་ཆུལ་དེས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཉམས་སུ་ལེན་པར་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཤར་  
 ཕྱིན་དུག་པོ་རྣམས་སྐྱབ་པ་དང་ཡང་མི་ལྡན་པ་དང་། གང་དང་འགྲོགས་ན་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་འགྲིབ་པར་འགྱུར་  
 བའི་སྐྱོ་བོ་ངན་པ་དང་འགྲོགས་པ་དང་། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཚོས་དང་གང་ཟག་ལ་ཡིད་སྤང་ཞིང་སྐྱོན་གདགས་པའི་སྐྱོ་བོ་  
 རྣམས་དང་འགྲོགས་པ་སྟེ་དེ་གསུམ་གྱིས་སྐོ་ལྡན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འགྱུར་བ་ལ་བསྐྱིབས་ཏེ་འདྲི་ནི་མོས་སྐྱོད་  
 གྱི་གནས་སྐབས་གྱི་སེམས་དཔའོ། །རང་གི་སྐོ་གསུམ་གྱི་གནས་ངན་ལེན་ཤས་ཆེར་སྐྱོད་པ་དང་། ཉོན་མོངས་ལས་  
 དང་རྣམ་སྲིན་གྱི་སྐྱིབ་པ་གསུམ་ལས་ལྷག་མ་སྟེ་གང་རུང་ཡོད་པ་དང་། ཐོས་བསམ་གྱི་ཤེས་རབ་ཡོངས་སུ་མ་སྲིན་  
 པ་དང་གསུམ་གྱིས་བདེན་དོན་མངོན་སུམ་མཐོང་བས་འཁྲུལ་པ་མེད་པས་མཐོང་ལམ་ཐོབ་པ་ལ་སྐྱིབ་པར་བྱེད་དོ།  
 །རང་བཞིན་གྱིས་ནི་གནས་ངན་ལེན་ཞེས་པ་ལྡན་སྐྱེས་གྱི་གནས་ངན་ལེན་དང་། དགོ་བ་ལ་མི་སྐོ་བའི་ལེ་ལོ་དང་ཡང་  
 དེར་མ་ཟད་ཟག་བཅས་ལས་སེམས་མི་བསྐྱུང་བའི་བག་མེད་པ་དང་དེ་གསུམ་གྱིས་ནི་སྐྱིབ་པ་མེད་པར་བྱེད་པ་སྐོ་མ་  
 ལམ་ལ་བསྐྱིབས་ཏེ་ཉེས་པ་འདྲི་དག་གི་སྐོ་མ་པའི་ཡོན་ཏན་གོང་འཕེལ་དུ་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྲིད་པ་ཕྱང་པོ་ལྟ་  
 ལ་ཞེན་པ་དང་། གཟུགས་སོགས་ཡུལ་གྱི་ལོངས་སྐྱོད་ལ་ཆགས་པ་དང་། དགོ་བའི་སྐྱོད་པ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་ལ་འཇུག་  
 མི་རྣམས་པར་སེམས་ནི་ལྷུ་པར་གྱུར་པ་དང་གསུམ་གྱིས་ཐབས་ལ་མཁས་པས་ཡོངས་སུ་བསྐོ་བ་ལ་བསྐྱིབ་སྟེ་འདུན་  
 པ་རྒྱ་རྒྱུང་ཞིང་སྲིད་པར་ཆགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་འཛིན་པའི་གང་ཟག་གསལ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་འབྲས་ལ་  
 མ་དད་པ་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལུང་གི་ཚོས་ལ་མ་མོས་པ་དང་། གསུང་རབ་གྱི་དགོངས་དོན་མི་ཤེས་པར་སྐྱེ་  
 བཞིན་དུ་བརྩུང་བས་ནོར་བ་སྟེ་དེ་གསུམ་གྱིས་ནི། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་གསུང་རབ་ལ་མི་སྐྱབ་

པའམ་མོས་པ་ལ་སྐྱིབ་པར་བྱེད་དོ། །ཚོས་ལ་གཅེས་སྐྱེས་མེད་པས་དམ་པའི་ཚོས་གཙོ་བོར་རམ་ཆེད་ཆེར་ཏེ་ནན་ཏན་  
 ཏུ་མི་འཛིན་པ་དང་། ཟང་ཟིང་གི་རྟེན་པ་ལ་གདུ་བ་སྟེན་ན་ཆགས་བྱེད་པ་དང་། གཞན་ལ་ཕན་འདོད་ཀྱིས་ཚོས་སྟོན་  
 པའི་ཀུན་སྐོར་མེད་པའམ་སྟིང་རྗེ་མེད་པ་སྟེ། དེ་གསུམ་གྱིས་རྟེན་བཀུར་ལ་མི་ལྟ་བར་སེར་སྐྱ་མེད་པའི་ཚོས་སྟོན་པ་  
 ལ་སྐྱིབ་པོ། །ཚོས་སྤང་གི་ལས་བསགས་པས་དམ་ཚོས་ཉན་པ་དང་བུལ་ཏེ་ཐོས་པས་ཕོངས་པས་རྣལ་འབྱོར་རི་ལྟར་  
 བྱེད་པའི་དམིགས་རྣམ་མི་ཤེས་པ་དང་། ཅུང་ཟད་ཐོས་ཀྱང་གཞུང་རྒྱ་ཆེན་པོ་འཛིན་པའི་རྣམས་པ་མེད་པས་སྤང་དོར་  
 གྱིམ་ཐང་རྒྱ་མཚོད་པས་ཐོས་པ་ཉུང་བ་དང་། ཐོས་སུ་ཟིན་ཀྱང་ཉམས་སུ་མ་སྤང་བར་འདུན་བཙོན་སོགས་གྱི་རྐང་པས་  
 ཉིང་དེ་འཛིན་སྐྱེད་བ་མ་བྱས་པ་དང་གསུམ་ནི་དབང་བཅུ་ཐོབ་པ་ལ་སྐྱིབ་པའོ། །

གཉེས་པ་ ། བསྐྱིབ་བྱ་བཅུ་ ། དགོ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- དགོ་དང་བྱང་ཆུབ་ཡང་དག་འཛིན། །
- སྐོ་ལྡན་འཁྲུལ་མེད་སྐྱིབ་པ་མེད། །
- བསྐོ་དང་མི་སྐྱབ་སེར་སྐྱ་མེད། །
- དབང་ནི་དགོ་ལ་སོགས་པའོ། །

བྱང་ཆུབ་གྱི་རྣམ་རྒྱུས་པའི་དགོ་བ་དང་བྱང་ཆུབ་དང་སེམས་བསྐྱེད་ཡང་དག་པར་འཛིན་པ་དང་། །སྐོ་སྟེ་ཤེས་རབ་དང་སྟོན་པ་བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་འཁྲུལ་བ་མེད་པ་དང་སྐྱིབ་པ་མེད་པ་སྟེ་སྐོར་བ་དང་། །བྱང་ཆུབ་གྱི་རྣམ་བསྐོ་བ་དང་ཟབ་མོ་ལ་མི་སྐྱབ་པ་  
 དང་སེར་སྐྱ་མེད་པ་དང་། །དབང་ཐོབ་པ་དང་བཅས་པ་ནི་དགོ་བ་ལ་སོགས་པའོ།

ཉེས་པ་སུམ་རུ་པོ་དེས་གང་ལ་བསྐྱིབ་ན། བྱང་ཆུབ་གྱི་རྣམ་རྒྱུས་པའི་དགོ་བ་དང་པོར་སྐྱོ་བ་དང་། བྱང་ཆུབ་ལ་དམིགས་



པའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་། སྒྲོར་བས་བྱང་རྒྱལ་ལ་འཇུག་པའམ་ཡང་དག་པར་འཛིན་པ་དང་། རྩལ་དེས་སྒོ་ལྡན་བྱང་  
རྒྱལ་སེམས་དཔར་འགྱུར་པ་དང་། དེས་འཁྲུལ་བ་མེད་པ་མཐོང་ལམ་ཐོབ་པ་དང་། དེས་སྐྱིབ་པ་མེད་པ་སྒྲོམ་ལམ་  
ཐོབ་པ་དང་། ལམ་ཁྱད་པར་དུ་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་བསྐྱོ་བ་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་འབྲས་ལ་མི་  
སྐྱག་པར་མོས་པ་དང་། གདུལ་བྱ་ལ་སེར་སྣ་མེད་པར་ཆོས་སྟོན་པ་གསུམ་དང་། དབང་བཅུ་པོ་ཐོབ་སྟེ་མཐར་ཐུག་གི་  
འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཉིད་འགྲུབ་པ་དང་བཅུ་ནི་དགོ་ལ་སོགས་པ་བཅུ་འོ། །འདི་དག་ན་ལམ་གྱི་ཐོག་མ་ནས་ཐ་མའི་  
བར་གྱི་གནས་སྐབས་བཅུ་ཡིན་ལ། དེ་དག་གི་སྐྱིབ་པ་དེ་རྣམས་རོ་ཤེས་ནས་གཉེན་པོས་རྩལ་བཞིན་སྤངས་ན་ལམ་  
དང་འབྲས་བུའི་ཡོན་ཏན་ཀུན་འགྲུབ་པར་འགྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་ ། དེ་དག་སྐྱུར་ཏེ་བཤད་པ་གསུམ་ ། ། དེ་དག་གི་ནི་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

དེ་དག་གི་ནི་སྐྱིབ་པ་རྣམས། །  
གསུམ་གསུམ་དག་ཏུ་ཤེས་པར་བྱ། །

དགོ་སོགས་འདི་དག་གང་ལ་སྐྱིབ་པ་དུ་ཡོད་པ་ཤེས་པར་བྱ་ཞེན། དེ་དག་གི་ནི་སྐྱིབ་པ་རྣམས་སྐྱིབ་བྱ་རེ་རེ་ལ། །སྐྱིབ་པ་གསུམ་  
གསུམ་དག་ཏུ་ཤེས་པར་བྱའོ།

དགོ་ལ་སོགས་པ་བཅུ་པོ་དེ་དག་གི་ནི་མི་མཐུན་སྟོགས་སྐྱིབ་པ་སུམ་ཅུ་པོ་རྣམས་ནི་བསྐྱིབ་བྱ་བཅུ་པོ་རེ་རེ་ལ་གསུམ་  
དག་ཏུ་སྐྱུར་བཤེས་པར་བྱ་དགོས་ཏེ་གོང་དུ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

དེའི་རྗེས་སུ་བྱེད་རྒྱ་བཅུ་ནི་ཞེས་སོགས་ཆོགས་བཅད་གཉིས་པོ། །

བྱེད་རྒྱ་བཅུ་ནི་སྐྱེ་བ་དང་། །  
གནས་པ་རྟེན་དང་བསྟན་བྱ་དང་། །  
འགྱུར་དང་འབྲལ་དང་གཞན་དུ་དང་། །  
ཡིད་ཆེས་གོ་འབྱེད་འཐོབ་རྣམས་ལ། །  
མིག་དང་ཟས་ས་མར་མི་དང་། །  
མི་ལ་སོགས་པ་དེ་ཡི་དཔེ། །  
ཚོར་བ་བཟོ་ཤེས་དུ་བ་དང་། །  
རྒྱ་དང་ལམ་ལ་སོགས་པ་གཞན། །

སྐྱིབ་པ་འདི་དག་བསྐྱོག་པས་དགོ་སོགས་དེ་དག་ལ་བྱེད་རྒྱ་བཅུ་ནི་བྱེད་པའི་རྩལ་ལས་སྐྱེ་བའམ་འབྱུང་བའི་བྱེད་རྒྱ་ནི། དཔེར་ན་  
མིག་ཤེས་སོགས་གྱི་མིག་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་དང་། །གནས་པའི་རྒྱ་ནི། དཔེར་ན་སེམས་ཅན་རྣམས་གྱི་ཟས་བཞི་ལྟ་བུ་དང་རྟེན་པའི་  
བྱེད་རྒྱ་ནི། གང་གི་གནས་སུ་གང་གྱུར་པ་སྟེ་དཔེར་ན་སེམས་ཅན་གྱི་འཇིག་རྟེན་གྱི་སྒྲོད་གྱི་འཇིག་རྟེན་ལྟ་བུ་དང་བསྟན་བྱ་གསལ་  
བའི་ཐབས་གྱི་གསལ་པའི་བྱེད་རྒྱ་ནི། དཔེར་ན་གཟུགས་གྱི་སྤང་བ་ལྟ་བུ་དང་། །འགྱུར་བའི་བྱེད་རྒྱ་ནི། དཔེར་ན་བཙོ་བ་ལ་སོགས་  
པའི་མི་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་དང་འབྲལ་བའི་བྱེད་རྒྱ་ནི། དཔེར་ན་བར་བར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཚོར་བ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་དང་གཞན་  
དུ་བསྐྱུར་བས་བསྐྱུར་བའི་བྱེད་རྒྱ་ནི། དཔེར་ན་གསེར་ལ་སོགས་པའི་གསེར་མགར་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་དང་། །ཡིད་ཆེས་པའི་  
བྱེད་རྒྱ་ནི། དཔེར་ན་མི་ལ་སོགས་པ་ལ་དུ་བ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་དང་གོ་འབྱེད་གྱི་རྒྱ་ནི། དཔེར་ན་དམ་བཅའ་དང་གཏན་ཆོགས་  
ལྟ་བུ་དང་འཐོབ་པའི་རྒྱ་ནི། དཔེར་ན་སྤང་ན་ལས་འདས་པ་ལ་སོགས་པའི་ལམ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་རྣམས་ལ། །གོང་དུ་བསྟན་པ་  
ལྟར་མིག་དང་ཟས་དང་ས་དང་མར་མི་དང་། །མི་ལ་སོགས་པ་དེ་ཡི་དཔེ། །ཚོར་བ་དང་བཟོ་ཤེས་པ་དང་དུ་བ་དང་། །ཡིད་ཆེས་  
པའི་རྒྱ་དང་ལམ་ལ་སོགས་པ་གཞན་འོ། །དགོ་བ་ལ་སོགས་པའི་གོ་རིམ་ནི། །འདི་ཡིན་ཏེ་བྱང་རྒྱལ་ཐོབ་པར་འདོད་པས་ཐོག་མ་

ཉིད་དུ་དགོ་བའི་ཚ་བ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །དེའི་འོག་ཏུ་དགོ་བའི་སྒོ་བས་བསྐྱེད་དེ་བྱང་ཚུབ་འཕྲོ་བ་པར་བྱའོ། །དགོ་བའི་ཚ་བ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །དེའི་གནས་ནི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་སོ། །དེའི་གནས་ནི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའོ། །དེས་ནི་སྤྱི་ཅི་ཡོག་སྤྱང་བའི་སྤྱིར་སྤྱི་ཅི་མ་ཡོག་པ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །དེའི་འོག་ཏུ་མཐོང་བའི་ལམ་ལ་སྤྱི་ཅི་མ་ཡོག་པས་བསྐྱོམ་པའི་ལམ་གྱིས་སྐྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱང་བར་བྱའོ། །དེ་སྤྱངས་ནས་དགོ་ཚ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཚུབ་ཏུ་བསྐྱོ་བར་བྱའོ། །དེའི་འོག་ཏུ་བསྐྱོ་བའི་སྒོ་བས་བསྐྱེད་ནས་ཚོས་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བ་བསྐྱེད་པ་དག་ལ་མི་སྐྱབ་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱས་ནས་གཞན་དག་ལ་ཚོས་དེ་དག་རྒྱ་ཆེན་ཡང་དག་པར་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ཡོན་ཏན་སྒྲ་ཚོགས་ཀྱི་སྒོ་བས་བསྐྱེད་པ་དེ་ལྟར་དུ་རྒྱ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་ནས་ཚོས་ཐམས་ཅད་ལ་དབང་ཐོབ་པོ།

འདི་གཞུང་ཚ་བའི་ཚོགས་དངོས་མིན་གྱང་སྐྱོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་གཞུང་འདིའི་འབྲེལ་བར་བཀོད་པ་འདིས་དགོ་སོགས་བཅུ་དེ་ཙམ་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་ན། འདིའི་དོན་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། བྱེད་རྒྱ་བཅུ་ནི་སྐྱོབ་དང་ཞེས་སོགས་ཚོགས་བཅད་དང་པོའི་རྒྱ་བཅུ་དང་འོག་མས་དེའི་དཔེ་བསྐྱེད་པ་སྤྱར་ཏེ་བཤད་ན། བྱེད་པའི་རྒྱ་བཅུ་ཡོད་པ་ནི་གང་ཞེན། སྐྱོབ་པའི་བྱེད་རྒྱ་ཞེས་པ་མིག་དབང་ལས་མིག་ཤེས་སྐྱོབ་ལྟ་བུ་དང་། གནས་པའི་བྱེད་རྒྱ་ཟས་བཞིས་ལུས་གནས་པར་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཉེན་པའི་བྱེད་རྒྱ་བཅུད་རྣམས་སྐྱོད་ས་གཞི་ལ་བརྟེན་པ་ལྟ་བུ་དང་། བརྟེན་པར་བྱ་བའམ་གསལ་བའི་བྱེད་རྒྱ་མར་མེས་སུ་ཁྲུང་གི་གཟུགས་གསལ་བ་ལྟ་བུ་དང་། འགྲུར་བའི་བྱེད་རྒྱ་བཅོ་སྟེག་བྱེད་པའི་མེ་ལྟ་བུ་དང་། འབྲེལ་བའི་བྱེད་རྒྱ་རྣམས་ལ་ཟོར་བ་ལྟ་བུ་དང་། གཞན་དུ་བསྐྱུར་བའི་བྱེད་རྒྱ་བཅོ་ཤེས་པའམ་མགའ་པ་མཁས་པས་གསེར་གྱི་སྐྱེས་བུ་གདུ་བུ་སོགས་སུ་བསྐྱུར་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཡིད་ཆེས་པའི་བྱེད་རྒྱ་དུ་བའི་ཉལ་ལས་མིར་ངེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། གོ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ནི་རྒྱ་དང་ཞེས་གཏན་ཚིགས་ལས་དོན་ལ་ངེས་པ་སྐྱོབ་ལྟ་བུ་དང་། འཕྲོ་བ་པའི་བྱེད་རྒྱ་ལམ་ལས་སྤང་འདས་ཐོབ་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ལྟར་སྐྱོབ་པའི་བྱེད་རྒྱ་སོགས་བཅུ་པོ་རྣམས་ལ་མིག་ལ་སོགས་པ་བཅུ་ནི་དེ་ཡི་དཔེར་སྤྱར་ཏེ་ཤེས་པར་བྱ་ལ། དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་སྐབས་ཀྱི་དོན་དགོ་སོགས་བཅུ་དང་སྤྱར་ན་

དགོ་བའི་བསྐྱེད་པའི་བྱེད་རྒྱ་སྟེ་འདིས་བྱང་ཚུབ་བསྐྱེད་པས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྱང་ཚུབ་གནས་པའི་བྱེད་རྒྱ་སྟེ་དགོ་བའི་རྒྱ་གནས་པར་བྱེད་པ་དང་། ཡང་དག་འཛིན་བརྟེན་པར་བྱེད་རྒྱ་སྟེ་གནས་པ་ཉིད་མི་ཉམས་པར་བརྟེན་པ་དང་། ལྷོ་རྒྱ་ནི་གསལ་བའི་བྱེད་རྒྱ་སྟེ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་མཚན་ཉིད་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པའོ། །མཐོང་ལམ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པར་བྱེད་པ་སྟེ་འགྲུར་པའི་བྱེད་རྒྱ། སྐྱོམ་ལམ་ནི་སྐྱིབ་པ་དང་བྲལ་བའི་བྱེད་རྒྱ། བསྐྱོ་བའི་གཞན་དུ་བསྐྱུར་བའི་བྱེད་རྒྱ་མི་སྐྱབ་པ་ཐེག་ཆེན་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་བྱེད་རྒྱ། ཚོས་སྒོན་པ་གོ་བར་བྱེད་པའི་བྱེད་རྒྱ། དབང་བཅུ་ནི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་བྱེད་རྒྱ་སྟེ་དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་སྐྱིབ་པ་རྣམས་གྱིས་དེ་དག་སྐྱོབ་པར་བྱེད་པ་དང་། གནས་པར་བྱེད་པ་སོགས་ལ་སྐྱིབ་པ་ཡིན་པར་ཤེས་ནས་དེ་དག་གི་སྐྱོང་གཉེན་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པར་བྱ་སྟེ། སྐྱིབ་པ་དེ་དང་དེ་ལས་བརྒྱུ་གནས་དག་ཅུལ་སྐྱོར་པ་དང་། སྐྱེ་མཆེད་ཡིན་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་རྣལ་འབྱོར་ཡིན་པས་བསྐྱེད་པ་གསུམ་ནི་དགོ་ཚ་བྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་དགོ་ཚ་བསྐྱེད་པ་སོགས་གསུམ་བྱང་ཚུབ་གནས་པའི་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་པ་སོགས་ལྟ་གཤམ་ཐམས་ཅད་འབྲས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་གཉེན་པོ་གསུམ་གྱི་སྐྱིབ་པ་བཤད་པ་ལ། མདོར་བསྐྱེད་རྒྱས་བཤད་གཉིས། དང་པོ་། མདོར་བསྐྱེད་། འོག་མ་དང་པོ་སོགས་གྱིས་བསྐྱེད་ཏེ། །

འོག་མ་དང་པོ་སོགས་ལ། །  
སྐྱིབ་པ་དག་ནི་གཞན་ཡིན་ནོ། །

བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སྐྱོགས་དང་པོ་སོགས་ལྟ་བུ་པ་དང་ས་རྣམས་ལ། །སྐྱིབ་པ་དག་ནི་གཞན་ཡིན་ནོ།

བྱང་སྐྱོགས་སོ་བདུན་དང་། མ་རོལ་སྤྱི་པ་བཅུ་དང་། ས་བཅུ་ལ་སྐྱིབ་པ་དག་ནི་གོང་དུ་བཤད་པ་ལས་སྤེ་ཚན་གཞན་དུ་







མིང་པའི་དོན་དུ་རྟོགས་ཏེ་ཚོས་ལ་སྲིད་པ་ཡང་ལྟོག་པ་དང་། །ལྷ་པ་ལ་ཚོས་དབྱིངས་རྒྱ་རྣམས་ཐ་དད་མེད་པའི་དོན་དུ་རྟོགས་ཏེ་  
བདག་དང་གཞན་ཐ་དད་མེད་པར་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་ལྷ་བ་དང་། །དུག་པ་ལ་ཚོས་དབྱིངས་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་  
དག་པ་མིན་པའི་དོན་དུ་རྟོགས་ཏེ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བའི་དོན་ལ་ཚོས་དེ་དག་གང་དུ་ཡང་མ་མཐོང་བ་དང་། །བདུན་པ་  
ལ་ཚོས་དབྱིངས་ཐ་དད་མེད་པའི་དོན་ཉིད་དུ་རྟོགས་ཏེ་མཚན་མ་མེད་པས་མདོ་སྡེ་ལ་སོགས་པའི་ཚོས་ཀྱི་མཚན་མ་ཐ་དད་པར་མི་  
འབྲུང་བའི་ཕྱིར་དང་། །བརྒྱད་པ་ལ་ནི་ཚོས་དབྱིངས་བྲི་བ་མིང་ཅིང་འཕེལ་བ་མིང་པའི་དོན་དུ་རྟོགས་ཏེ་མི་སྐྱེ་བའི་ཚོས་ལ་བཟོད་  
པ་ཐོབ་པས་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བའི་ཚོས་ལ་བྲི་འཕེལ་མེད་པ་དང་། །བརྒྱད་པ་དེ་ཉིད་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་  
དང་ཞིང་དག་པ་ལ་དབང་ཞིང་། དག་པ་ལ་ཚོས་དབྱིངས་ཡི་ཤེས་ལ་དབང་བའི་གནས་ཉིད་དུ་རྟོགས་ཏེ་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་  
པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དང་། །བརྒྱུ་པ་ལ་ནི་ཚོས་དབྱིངས་ལས་ལ་དབང་བའི་གནས་ཉིད་དུ་རྟོགས་ཏེ་ཇི་ལྟར་བཞེད་པ་བཞིན་དུ་སྐྱེལ་བ་  
རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་དབང་ནི་རྣམ་པ་བཞི་ཡི་གནས་སོ། །དེ་ལྟར་བས་ན་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་མ་  
རིག་པ། །ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མིན་པའི་སྐྱིབ་པ་བརྒྱ་ཡོད་པ། །ས་བརྒྱའི་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་དེ་རྣམས་ཀྱི། །གཉེན་པོ་དག་ནི་ས་  
ཡིན་ནོ།

རྟོགས་བྱ་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་ངོ་བོ་ལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་མེད་ཅིང་། །དེ་རྟོགས་པའི་ཕྱུལ་ཅན་ས་བརྒྱའི་གནས་སྐབས་  
ཀྱི་མཉམ་གཞན་རྣམས་ལ་གོང་ནས་གོང་དུ་མཐོང་བ་རྣམ་པར་དག་པའི་ཁྱད་ཡོད་ཀྱང་། །སྒྲོས་པ་དང་བྲལ་བའི་  
དབྱིངས་སུ་གཉིས་སྒྲུང་རྒྱབ་པའི་རྒྱལ་གྱིས་མཉམ་པར་བཞག་པ་ལ་ཁྱད་མེད་པས། །ཇི་ལྟར་བར་སྒྲུང་གི་བྱ་ཡི་རྗེས་  
སོ་སོར་དབྱེ་མ་རྣམས་པ་ལྟར་མཉམ་གཞན་གྱི་ངོ་བོ་ནས་སོ་སོར་འབྲེད་མི་རྣམས་པས། །མཉམ་གཞན་གྱི་ཡི་ཤེས་ཁྱད་  
པར་ཅན་གྱིས་ས་ནས་སར་འབར་བའི་ཚོས་དེ་དང་དེའི་སྤང་བྱ་སྤོང་ལ། །དེའི་རྣམ་པས་རྗེས་ཐོབ་ཏུ་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་  
ལ་ངེས་པར་ཁྱད་པར་ཅན་སྐྱེས་པའི་རྣམ་པ་དེའི་ཆ་ནས་སྤང་བྱ་སྤོང་རྒྱལ་བཤད་དེ། །ཇི་ལྟར་ནས་དང་པོར་

ཚོས་དབྱིངས་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་ཚེ་དེའི་རྗེས་ཐོབ་ཏུ་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱབ་ཅིང་ཀྱན་ཏུ་འགོ་བའི་  
རང་བཞིན་དུ་རྟོགས་པར་འབྲུང་སྟེ། །དེ་ལྟར་ན་མཉམ་གཞན་དེ་ནི་རྗེས་ཀྱིས་ངེས་པ་དེ་ལྟ་བུ་འབྲེན་པའི་དོན་དུ་སོང་  
བ་ཡིན་ཏེ། །དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ན་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་དེ་ཀྱན་ཏུ་འགོ་བའི་དོན་ཅན་དུ་རྟོགས་པ་  
སོགས་ཀྱི་དོན་དུ་བྱས་ཀྱང་རྩུང་ངོ་། །དེས་ན་ཚོས་དབྱིངས་ཀྱན་ཏུ་འགོ་བའི་དོན་དེ་ལྟ་བུ་མི་རྟོགས་པའི་གོགས་དེ་ནི་  
ས་དེའི་སྐྱིབ་པ་སྟེ། །ས་དང་པོའི་ཡི་ཤེས་སྐྱེས་པས་དེ་སྤང་བའི་ཕྱིར་རྗེས་ཐོབ་ན་དེ་ལྟ་བུའི་ངེས་པར་ལྷགས་ཀྱིས་སྐྱེ་  
བ་ཉིད་དོ། །དེའང་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་མངོན་སུམ་མཐོང་བའི་དུས་ན་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་རང་བཞིན་  
དུ་གྱུར་པས་བདག་གཞན་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཚོས་ཉིད་ཐོབ་པས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་འོག་མ་ཀྱན་ལའང་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ།  
ས་གཉིས་པའི་མཉམ་གཞན་ཡི་ཤེས་ནི་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྟོགས་པའི་རྟོགས་པ་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕགས་པ་འཕམ་  
མཚེག་ཏུ་འཕེལ་བ་དག་གི་དོན་དུ་གྱུར་པ་སྟེ། །ཇི་ལྟར་ནས་གཉིས་པའི་ཡི་ཤེས་ཐོབ་པ་དེས་སྤར་ལས་ཆེས་ལྷག་པའི་  
བརྩོན་པ་ཆེན་པོས་ཡོངས་སུ་སྤོད་པ་ཉི་བར་སྐྱབ་པའོ། །ས་གསུམ་པར་ཚོས་དབྱིངས་དེའི་རྒྱན་མཐུན་གསུང་རབ་  
ཐོས་པ་ཉིད་དོན་དུ་གཉེར་བུའི་མཚེག་ཉིད་དུ་རྟོག་ནས་ཚིགས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་གི་ཕྱིར་དུ་སྤོང་གསུམ་མེས་གང་  
བའི་འོགས་ལས་བརྒྱལ་བར་བྱེད་དོ། །དེའང་རྟོགས་བྱ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ན་དོན་ཆེ་ཞིང་མི་བསྐྱེ་བ་མཚེག་ཏུ་གྱུར་  
པ་ནི་ཚོས་དབྱིངས་ཡིན་ལ། །དེ་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་ལ་གསུང་རབ་ཐོས་པ་ལས་ལྷག་པའི་རྒྱ་མེད་པར་མཐོང་བའི་  
ཕྱིར་རོ། །ས་བཞི་པར་ཚོས་གང་ལའང་བདག་གིར་འཛིན་པ་སོགས་མདོར་ན་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་མེད་པའི་དོན་དུ་  
རྟོགས་ཏེ། །ཚོས་ལའང་སྲིད་པ་ལྟོག་ན་ཚོས་མིན་ལ་ལྟ་ཅི་སྒྲོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ས་ལྔ་པར་བདག་དང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་  
དུ་གཏོགས་པའི་ཚོས་རྣམས་ཐ་དད་མེད་པའི་དོན་དུ་རྟོགས་ཏེ། །དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱུས་བྱང་སེམས་རྣམས་དང་  
བདག་ཐམི་དད་ཅིང་མཚུངས་པར་མཐོང་ངོ་། །དེ་ཡང་སེམས་དང་བསམ་པ་རྣམ་པར་དག་པ་མཉམ་པ་ཉིད་བརྒྱའི་  
རྒྱལ་གྱིས་ཏེ། །འདས་པའི་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་ཚོས་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་བསམ་པ་མཉམ་པ་ཉིད་དང་། །དེ་བཞིན་དུ་མ་

འོངས་པ་དང་། ད་ལྟར་གྱི་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་དག་དང་། སེམས་ཅན་རྣམ་དག་དང་། །ལྟ་བུ་ཐེ་ཚོམ་འགྲོད་པ་  
 སེམས་བརྒྱུ་དག་དང་། ལམ་དང་ལམ་མིན་ཤེས་པ་རྣམ་དག་དང་། ལམ་ཤེས་པ་རྣམ་དག་དང་། བྱང་སྤོགས་ཀྱི་  
 ཚོས་རྣམས་གོང་ནས་གོང་དུ་རྣམ་པར་འཛོལ་པ་རྣམ་དག་དང་། སེམས་ཅན་སྤྲིན་གྱི་དུང་རྣམ་དག་ལ་བསམ་པ་མཉམ་  
 པ་ཉིད་དང་བརྩམ་མདོ་ལས་གསུངས་སོ། །དེ་དག་གི་སྒོ་ནས་སངས་རྒྱུས་ཚོས་ཀྱི་སྐྱུར་རྒྱུད་ཐ་མི་དད་པར་རྟོགས་  
 སོ། །ས་དྲུག་པར་རྟེན་འབྲེལ་ཟབ་མེའི་དོན་མཐོང་བས་སྤར་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། སྤྲིས་རྣམ་པར་དག་པར་  
 འགྱུར་བའི་ཚོས་གང་ཡང་ཡོད་པ་མིན་པར་རྟོགས་པའི་དོན་དང་། ས་བདུན་པར་མཚན་མ་མེད་པར་རྟོགས་པས་  
 ཚོས་ཐམས་ཅད་ལ་ཐ་དད་པ་མེད་པའི་རོ་གཅིག་པའི་དོན་ཉིད་དུ་རྟོགས་པ་དང་། ས་བརྒྱད་པར་མི་སྐྱེ་བའི་བཟོད་པ་  
 ཐོབ་པས་ཚོས་ཐམས་ཅད་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་གནས་པ་དེ་ལས་གྲི་བ་མེད་ཅིང་འཕེལ་བ་མེད་པའི་དོན་རྟོགས་པ་དང་།  
 དག་པ་ས་གསུམ་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ནི་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་དེ་དབང་རྣམ་པ་བཞི་ཡི་གནས་སུ་རྟོགས་པ་འབྱུང་སྟེ། དབང་  
 བཞི་ནི་རྣམ་པར་མི་རྟོགས་པའི་ཚོས་དབྱིངས་ལ་དབང་བ། ཞིང་ཡོངས་སུ་དག་པ་ལ་དབང་བ། ཡེ་ཤེས་ལ་དབང་  
 བ། ལས་ལ་དབང་བའོ། །དེ་ཡང་ས་བརྒྱད་པར་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་རོ་གཅིག་ཏུ་སྒྲོམས་པར་ཞུགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
 སྒྲོས་མཚན་མེད་པས་ན་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ལ་དབང་བ་དང་། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཞིང་དང་འཁོར་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་  
 སྤང་བ་སུ་མེད་པར་སྤང་ཞིང་རབ་ཏུ་སྒྲོན་པའི་སྤྱིར་ན་ཞིང་དག་པ་ལ་དག་པ་གཉིས་ཐོབ་པོ། །ས་དགུ་པར་མཉམ་  
 གཞག་ཏུ་ཚོས་དབྱིངས་བསྒྲོམ་པའི་རྗེས་ཐོབ་ལ་སོ་སོ་ཡང་དག་པ་རིག་པ་བཞིས་ཚོས་སྒྲོན་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་དབང་བ་  
 འཐོབ་པོ། །ས་བརྩམ་པར་མཉམ་བཞག་ཏུ་ཚོས་དབྱིངས་བསྒྲོམས་པས་རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་སྐྱབས་ན་རྗེ་ལྟར་བཞེད་པ་བཞིན་  
 སྤོན་ལས་འབྱུང་པའི་སྤོན་ལས་ལ་དབང་བ་ཐོབ་སྟེ། དེ་ལྟར་ས་དེ་དག་གི་མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས་དེ་ནི་དབང་དེ་དག་  
 གི་རྒྱུའམ་གནས་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་དེས་ཚོས་དབྱིངས་ལ་དམིགས་པའི་སྒྲོབས་ཀྱིས་ཡིན་པས་ན་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་  
 ཡོན་ཏན་དེ་དག་གྱུང་བའི་གནས་སུ་རིག་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། བྱང་སེམས་དེ་དག་གིས་དེ་ལྟར་མངོན་སུམ་དུ་

མཐོང་བས་གཏན་ལ་འབེབས་ལུས་ཤིང་། གཞན་པལ་པ་དག་གིས་དེ་ལྟར་རྗེས་སུ་དཔགས་ནས་ཤེས་པར་བྱ་བའོ།  
 །དེ་ལ་དབྱིངས་ཀུན་ཏུ་འགྲོ་བ་དང་གྲི་གང་མེད་པ་སོགས་ཀྱི་དོན་ཅན་ཡིན་པ་ལ་ངེས་པ་འདྲོད་བ་ཙམ་མོས་སྒྲོད་  
 ནའང་ཡོད་མོད་ཀྱི། ས་དང་ས་ཡི་ཡེ་ཤེས་དེ་དག་གིས་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་དག་པ་དེ་ལྟ་བུ་མངོན་དུ་མཇུག་བའི་རྗེས་  
 ཐོབ་ན་སྤོང་བའི་སྒྲོབས་ཀྱིས་སྒྲོ་འདོགས་གཙང་པའི་ངེས་པ་འབད་མེད་དུ་ཐོབ་ནས་དབྱིངས་ཀྱི་རང་བཞིན་རྗེ་དག་  
 ཏུ་མཐོང་བའི་མཐོང་བ་བྱུང་པར་ཅན་ས་ནས་སར་འཕར་བའི་གནས་སྐབས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པ་ལ་དེ་ལྟར་གོ་བར་བྱའོ།  
 །དེ་ལྟར་ན་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་རང་བཞིན་རྗེ་ལྟ་བུར་མཐོང་བ་ལ་སྐྱིབ་པའི་མ་རིག་པ་སྟེ། ཤིན་ཏུ་མོངས་པ་འཕམ་ཤེས་  
 སྐྱིབ་ཀྱི་མིང་ཅན། རང་གི་རོ་བོ་སྐྱིབ་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱས་ཤིང་བའི་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པ་ཡི་སྐྱིབ་པ་བརྩམ་པོ་གང་ཞེས་  
 བརྩམ་པེ་ཤེས་ཀྱི་མི་མཐུན་སྤོགས་སུ་གྱུར་པ་འདི་རྣམས་ཀྱི་གཉིན་པོ་དག་ནི་ས་དེ་དང་དེ་དག་ཡིན་ཏེ། ས་དེ་དང་དེ་  
 ཐོབ་པས་འདི་དག་གཏན་དུ་སྤོང་བར་བྱེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་ ། རོན་བསྐྱུ་བ་ ། ། རོན་བསྐྱུ་ཉོན་མོངས་པ་ཡི་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱུ་ན་ཏེ། །

- ཉོན་མོངས་པ་ཡི་སྐྱིབ་པ་དང་། །
- ཤེས་བྱའི་སྐྱིབ་པ་ཉིད་དུ་བསྐྱུ་ན། །
- དེར་ནི་སྐྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་དེ། །
- དེ་ཟད་ནས་ནི་གྲོལ་བར་འདོད། །

བསྐྱུ་བཙུན་དབྱུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས། །སྐྱིབ་པའི་ལུང་བཙུན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་གཉིས་  
 པའོ། །



མདོར་བསྟན་ཉོན་མོངས་པ་ཡི་སྒྲིབ་པ་དང་། །ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་ཉིད་དུ་བསྟན་ལ། །དེ་ནི་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་འདུས་པ་ཉིད་  
དེ། །གཉིས་པོ་དེ་ཟད་ནས་ནི་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་བར་འདོད། །དེ་ཡང་སྒྲིབ་པ་ཆེན་པོ་ནི་ཁྲུག་པ་གང་ཡིན་པའོ། །སྒྲིབ་  
པ་རྒྱུད་དུ་ནི་ཉི་ཚོ་བ་གང་ཡིན་པའོ། །སྦྱོར་བའི་སྒྲིབ་པ་ནི་ལྷག་པ་གང་ཡིན་པའོ། །ཐོབ་པ་ལ་སྒྲིབ་པ་ནི་མཉམ་པ་གང་ཡིན་  
པའོ། །ཐོབ་པ་ཁྲུད་པར་ཅན་ལ་སྒྲིབ་པ་ནི་ལེན་པ་དང་སྦྱོར་བ་གང་ཡིན་པའོ། །ཡང་དག་པར་སྦྱོར་བ་ལ་སྒྲིབ་པ་ནི་ཉོན་མོངས་  
པའི་སྒྲིབ་པ་རྣམས་པ་དགུ་གང་ཡིན་པའོ། །རྒྱ་ལ་སྒྲིབ་པ་ནི་དགོ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་པ་བཅུ་ལ་སྒྲིབ་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ལོན་ལ་  
འཇུག་པ་ལ་སྒྲིབ་པ་ནི་བྱང་རྒྱུ་གྱི་ཕྱོགས་རྣམས་ལ་སྒྲིབ་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དགོ་བ་རྒྱ་ན་མེད་པ་ལ་སྒྲིབ་པ་ནི་པོ་ལ་ཉུ་ཕྱིན་པ་  
རྣམས་ལ་སྒྲིབ་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ཁྲུད་པར་དུ་འགོ་བ་ལ་སྒྲིབ་པ་ནི་ས་རྣམས་ལ་སྒྲིབ་པ་གང་ཡིན་པའོ། །བསྟན་པའི་སྒྲིབ་པ་ནི་  
མདོར་བསྟན་པ་རྣམས་པ་གཉིས་པོ་གང་ཡིན་པའོ། །བསྟན་བཅོས་དབྱུས་དང་མཐའ་རྣམས་པར་འབྱེད་པ་ལས་སྒྲིབ་པའི་ལེའུར་བཅད་  
པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་གཉིས་པའོ། །

གོང་དུ་ཇི་སྟན་བཤད་པ་དེས་མཚོན་ནས་སྒྲིབ་པ་ཚད་མེད་པ་ཉིད་བཤད་ཀྱང་དོན་མདོར་བསྟན་ན། ཐར་པ་ལ་གོགས་  
བྱེད་ཅིང་འཁོར་བ་འགྲུབ་པའི་རྒྱ་ཉོན་མོངས་པ་ཡི་སྒྲིབ་པ་དང་། །ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་མོངས་དུ་གཟིགས་པའི་ཐམས་  
ཅད་མཁུན་པ་ཐོབ་ལ་གགས་བྱེད་ཅིང་སྦྱོས་པའི་སྦྱོད་ཡུལ་དུ་ལྷུང་བར་བྱེད་པ་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་ཉིད་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་  
ལ། སྒྲིབ་པ་གཉིས་པོ་དེར་ནི་སྒྲིབ་པ་ཡིན་ནོ་ཅོག་ཐམས་ཅད་འདུ་བར་ཟད་དེ། འཐད་པ་ནི་དོན་དུ་གཉིས་བྱ་ཐར་པ་རྣམས་  
མཁུན་གཉིས་ལས་གཞན་པའི་འབྲས་བུ་སྤང་སུམ་པ་མེད་ལ། དེ་གཉིས་ལ་གཙོ་བོར་སྒྲིབ་པའི་ཆ་ནས་ཉོན་ཤེས་ཀྱི་  
སྒྲིབ་པ་གཉིས་སུ་བཞག་པ་དང་། དེ་གཉིས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ནི་གང་ཟག་དང་ཚོས་ཀྱི་བདག་ཉུ་འཛིན་པ་ཡིན་ལ། བདག་  
འཛིན་གཉིས་པོ་སྦྱོང་བྱེད་བདག་མེད་རྟོགས་པ་གཉིས་ཡིན་ཅིང་། དེ་གཉིས་ཀྱིས་རྟོགས་བྱ་ལས་ལྷག་པའི་དོན་དམ་

པ་གཞན་རྟོགས་སུ་མེད་པའི་སྤྱིར་ན་ཡང་སྒྲིབ་པ་གཉིས་སུ་བྱང་བེས་ཀྱི་མང་ཉུང་གི་མཐའ་ཞིགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
སྤྱིར་སྒྲིབ་པ་གཉིས་པོ་དེ་ཟད་ནས་ནི་དེ་ལས་གཞན་པའི་སྒྲིབ་པ་གང་ཡང་མེད་པའི་སྤྱིར་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་  
བར་འདོད་དེ། གཞན་དུ་དེ་ལྟར་མིན་ན་སྒྲིབ་པ་མཐའ་དག་སྤང་བའི་རྣམས་གྲོལ་མཐར་ཐུག་པ་དང་སྒྲིབ་པ་སྦྱོང་བྱེད་ཀྱི་  
གཉིན་པོ་སོགས་ཚུལ་བཞིན་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པར་མི་རུས་པའི་སྤྱིར་ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་གཉིང་རྒྱུགས་པ་འཆད་དུ་མེད་  
པར་འགྱུར་རོ། །

བསྟན་བཅོས་དབྱུས་མཐའ་རྣམས་འབྱེད་ལས་སྒྲིབ་པའི་ལེའུར་བཅས་པའི་འགྲུལ་བའོ། །།



# །། རོ་གྲོ་ཞི།།

གསུམ་པ་རྟོགས་བྱ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལགས་པ་ལ། མདོར་བསྟན། རྒྱལ་ལགས་གཉིས། དང་པོ་། མདོར་བསྟན། །། ལྷ་བ་  
མཚན་ཉིད་སོགས་གྲིས་བསྟན་ཏེ། །

- ལྷ་བ་མཚན་ཉིད་དེ་ཁོ་ན། །
- སྤྱི་ཅི་མ་ལོག་མཚན་ཉིད་དང་། །
- འབྲས་བུ་རྒྱ་ཡི་དེ་ཁོ་ན། །
- རྒྱལ་པ་དང་ནི་སྤྲ་བ་དང་། །
- གྲགས་དང་རྣམ་པར་དག་ཡུལ་དང་། །
- བསྐྱེད་དང་དབྱེ་བའི་མཚན་ཉིད་དང་། །
- མཁམ་དེ་ཁོ་ན་རྣམ་པ་བཅུ་ནི། །
- བདག་ཏུ་ལྷ་བའི་གཉེན་པོ་ལོ། །

དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དབང་དུ་མཛད་ནས་ལྷ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་མཚན་ཉིད་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་། །སྤྱི་ཅི་མ་ལོག་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་དེ་  
ཁོ་ན་ཉིད་དང་། །འབྲས་བུ་དང་རྒྱ་ཡི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་། །རྒྱལ་པ་དང་ནི་སྤྲ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་། །གྲགས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་

དང་རྣམ་པར་དག་པའི་སྤྱོད་ཡུལ་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་། །བསྐྱེད་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་རབ་ཏུ་དབྱེ་བའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་། །  
།མཁམ་པའི་དེ་ཁོ་ན་རྣམ་པ་བཅུ་ནི། །བདག་ཏུ་ལྷ་བ་རྣམ་པ་བཅུ་འི་གཉེན་པོར་རིག་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་འདི་ལྟར་སྤང་བོ་ལ་མཁམ་  
པ་དང་ཁམས་ལ་མཁམ་པ་དང་སྐྱེ་མཚེད་ལ་མཁམ་པ་དང་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ལ་མཁམ་པ་དང་གནས་དང་གནས་མ་  
ཡིན་པ་ལ་མཁམ་པ་དང་། དབང་བོ་ལ་མཁམ་པ་དང་དུས་ལ་མཁམ་པ་དང་བདེན་པ་ལ་མཁམ་པ་དང་ཐེག་པ་ལ་མཁམ་པ་དང་  
འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ཚོས་ལ་མཁམ་པ་ལོ།

ཤེས་པར་བྱ་བ་ནི་ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་ཀྱང་བརྟགས་གཞན་དབང་ཡོངས་བྱུང་གསུམ་གྲིས་བསྟན་ཤིང་དེ་དག་གི་རྒྱུ་ལ་  
སྤྱི་ཅི་མ་ལོག་བར་གཏན་ལ་པབ་པས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཚོན་པ་ཡིན་ལ། ཇི་ལྟར་ན་ཚོས་ཐམས་ཅད་གང་དུ་འདུ་བ་རྩ་  
བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དོ་བོ་ཉིད་གསུམ་དུ་བསྟན་པ་དང་དེ་གསུམ་མཚོན་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་། དེ་གསུམ་  
ལ་མི་རྟོག་སོགས་སྤྱི་ཅི་མ་ལོག་པ་བདེན་པའི་དོན་རྣམ་མཚན་ཉིད་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བཞག་པ་དང་། དེ་གསུམ་ལ་ཀྱང་  
བྱང་གི་འབྲས་བུ་དང་རྒྱ་ཡི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་། དེ་གསུམ་ལ་རྒྱལ་པ་དང་ཕྱ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྣམ་  
པར་བཞག་པ་དང་། དེ་གསུམ་ལ་གྲགས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་། དེ་གསུམ་ལ་རྣམ་པར་དག་པའི་  
ཡུལ་ཡིན་མིན་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་། དེ་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་ཚོས་ལྷ་བསྟན་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྣམ་པར་  
བཞག་པ་དང་། དེ་གསུམ་ལས་འཇུག་སོགས་བདུན་དབྱེ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་། དེ་གསུམ་ལ་  
མཁམ་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྣམ་པར་བཞག་པ་སྟེ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བཅུ་འི་རྒྱུ་གྲིས་དོ་བོ་ཉིད་གསུམ་ལས་བརྩམས་སྟེ་ཚོས་  
ཐམས་ཅད་ཤེས་པར་བྱའོ། །མཁམ་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་འདི་ལ་ནང་གི་བྱེ་བྲག་རྣམ་པ་བཅུ་ཡོད་ལ། དེ་ནི་སྤང་བྱ་བདག་  
ཏུ་ལྷ་བའི་རྒྱུ་ལ་མི་འདྲ་བ་བཅུ་འི་གཉེན་པོ་ཉིད་དུ་གྱུར་པའོ། །

གཉིས་པ་རྒྱུ་པར་བཤད་པ་ལ། མཚན་བྱ་ཙུ་བ་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་གྱི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་དང་། དེ་གསུམ་གྱི་མཚན་ཉིད་  
བཤད་པ་དང་། དེ་དག་གི་རྣམ་གཞག་རྣམ་པ་བརྒྱད་བསྟན་པ་གསུམ། དང་པོ་། མཚན་བྱ་ཙུ་བ་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་གྱི་  
དེ་ལོ་ན་ཉིད་། ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་རྟག་མེད་དང་། །
- ཡོད་ཀྱང་ལོ་ན་མ་ཡིན་དང་། །
- ཡོད་དང་མེད་དེ་ལོ་ན་སྟེ། །
- ངོ་བོ་ཉིད་ནི་གསུམ་དུ་འདོད། །

དེ་ལ་ཙུ་བའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་སྟེ་དེ་ལས་ཀྱན་ཏུ་བརྟགས་པའི་མཚན་ཉིད་ནི་རྟག་ཏུ་མེད་པ་ལོ་ན་དང་། །གཞན་གྱི་  
དབང་གི་མཚན་ཉིད་ནི་ཡོད་ཀྱང་འབྲུལ་པའི་སྲིད་དེ་ཡང་དག་པ་ལོ་ན་མ་ཡིན་པ་དང་། །ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་མཚན་ཉིད་ནི་ཡོད་པ་  
དང་མེད་པའི་དེ་ལོ་ན་སྟེ། །ངོ་བོ་ཉིད་ནི་གསུམ་དུ་འདོད་དོ།

ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་འདི་གསུམ་གྱི་བསྟན་པའི་སྲིད་ཙུ་བའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་ཅེས་བྱ་ལ། དེ་ལོ་ན་ཉིད་རྣམ་མ་  
རྣམས་གྱིས་གཏན་ལ་དབབ་པར་བྱ་བ་ཡང་དེ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་གང་ཞེས། ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་སྟེ། ཀུན་བརྟགས་དང་  
གཞན་དབང་དང་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་ཅན་གསུམ་སྟེ། གྱིས་པ་འབྲུལ་པའི་སྟོས་བདག་གཉིས་སུ་བརྒྱུང་  
ཡང་རང་གི་ངོ་བོས་རྟག་ཏུ་མེད་པ་སྟེ་ཡོང་མ་སྟོང་པ་ལ་ནི་ཀུན་ཏུ་བརྟགས་པ་ཞེས་བྱ་བའོ། །ཀུན་ཏུ་རྟོག་པའི་ངོ་བོ་  
གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྤང་བ་ཡོད་ཀྱང་། ཇི་ལྟར་སྤང་བ་དེ་ལོ་ན་ལྟར་གཉིས་སུ་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་པར་རིག་  
པ་ལ་གཞན་དབང་ཞེས་བྱ་སྟེ་ཀུན་བརྟགས་འབྲུལ་པ་སྟེ་བའི་གཞི་ཡིན་པའི་སྲིད་རོ། །གཉིས་སྟོང་གི་ངོ་བོར་ཡོད་པ་  
དང་གཟུང་འཛིན་གཉིས་མེད་པའི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་ནི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའམ་གནས་ལུགས་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ཀུན་

བརྟགས་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་གསུམ་དུ་འདོད་དོ། །

གཉིས་པ་། ཇི་དེ་གསུམ་གྱི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ་། ། འདི་ལ་ཚོས་དང་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- འདི་ལ་ཚོས་དང་གང་ཟག་དང་། །
- གཟུང་བ་དག་དང་འཛིན་པ་དང་། །
- ཡོད་དང་མེད་པར་སྟོ་འདོགས་དང་། །
- སྐྱར་བ་འདེབས་པར་ལྟ་བ་དག །
- གང་ཤེས་ནས་ནི་མི་འབྱུང་བ། །
- དེ་དེ་ལོ་ནའི་མཚན་ཉིད་དང་། །

མཚན་ཉིད་གྱི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་གང་ཞེས། །འདི་ལ་གང་ཤེས་ནས་ཚོས་དང་གང་ཟག་གཉིས་ལ་སྟོ་འདོགས་པ་དང་སྐྱར་བ་འདེབས་  
པར་ལྟ་བ་མི་འབྱུང་བ་དེ་ནི་ཀུན་བརྟགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་གྱི་དེ་ལོ་ནའི་མཚན་ཉིད་དང་། །གང་ཤེས་ནས་གཟུང་བ་དག་དང་  
འཛིན་པ་གཉིས་ལ་སྟོ་འདོགས་པ་དང་སྐྱར་བ་འདེབས་པར་ལྟ་བ་མི་འབྱུང་བ་དེ་ནི་གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་གྱི་མཚན་ཉིད་  
དང་། །དངོས་པོ་ཡོད་པ་དང་མེད་པར་སྟོ་འདོགས་པ་དང་། །སྐྱར་བ་འདེབས་པར་ལྟ་བ་དག་གང་ཤེས་ནས་ནི་མི་འབྱུང་བ། །དེ་  
ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་གྱི་དེ་ལོ་ནའི་མཚན་ཉིད་དོ། །ཙུ་བའི་དེ་ལོ་ན་ལ་སྲིད་ཅི་མ་ལོག་པ་དེ་ནི་མཚན་ཉིད་གྱི་དེ་ལོ་ན་ཞེས་  
བྱའོ།

ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་པོ་འདི་ལ་སོ་སའི་མཚན་ཉིད་ཅི་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་ནི་ཡུལ་ཅན་སྟེ་འཛིན་སྤངས་དོན་མཐུན་གྱི་སྟོ་ནས་  
ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། །ཡུལ་གྱི་རང་བཞིན་ལ་སྟོ་འདོགས་དང་སྐྱར་བ་འདེབས་མེད་པར་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཞུགས་པའི་སྟོ་



དེས་ཇི་ལྟར་བཟུང་བ་དེ་ལྟར་ཡུལ་གྱི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་དེ་ལྟར་གནས་པ་ཡིན་དགོས་པའི་སྲིད་ན། ཡུལ་ཅན་གྱི་འཛིན་  
 སྐངས་གྱིས་ཡུལ་གྱི་མཚན་ཉིད་མཚོན་པར་བྱས་ནས་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། དེ་གང་ཞེ་ན། ཀུན་བརྟགས་གང་གི་རང་  
 བཞིན་ཤེས་ན་ཚོས་དང་གང་ཟག་རྗེས་སུ་ཡོད་པར་སློབ་འདོགས་པ་དང་། ཐ་སྙད་དུ་མེད་ཅེས་སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་  
 ལྟ་བ་དག་མི་འབྱུང་བ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་ཀུན་བརྟགས་ཀྱི་དེ་ལོན་ཉིད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཅེས་བྱ་བར་བརྗོད་དོ། །འདི་མཚན་ཉིད་  
 དེའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་ཀྱང་ཡུལ་མཚན་ཉིད་དངོས་ཀྱི་མིང་བརྟགས་པ་ནི་ཡུལ་ཅན་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་མཚོན་བྱ་འདི་ཡི་  
 མཚན་ཉིད་འདི་ལྟ་བུ་ཞེས་རྣམ་པར་བཞག་ཅིང་ཤེས་པར་བྱེད་ཀྱི་དེ་ལ་མ་སྟོས་པར་མཚན་ཉིད་ཡན་གར་བ་ཉིད་དུ་  
 རྣམ་ཡང་བྱུང་མི་སྲིད་པ་དང་། ཕྱི་རོལ་དངོས་པའི་ཚོས་སུ་བྱུང་བའི་མཚན་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ལོགས་སུ་མེད་ཀྱི། རང་  
 གི་རྣམ་པར་རྟོག་པས་པར་བཞག་པ་ཙམ་དུ་ཤེས་པའི་དོན་ཟབ་མོ་མཚོན་པའི་སྐད་དུ་དེ་སྐད་བཤད་དེ། བདག་གཉིས་  
 སུ་མ་བྱུང་བཞིན་ཀུན་དུ་བརྟགས་པ་ཙམ་གྱི་རོལ་ཡོད་པ་དེ་ནི་དེའི་མཚན་ཉིད་དང་། དེ་ལྟར་ཤེས་པ་མཚན་ཉིད་དེ་ལ་  
 ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་འཇུག་པའི་སློབ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཞན་དབང་གང་གི་རང་བཞིན་ཤེས་ན་གཟུང་འཛིན་གཉིས་  
 རྗེས་སུ་ཐ་དད་དུ་ཡོད་པར་སློབ་འདོགས་པ་དང་། ཐ་སྙད་དུ་མེད་ཅེས་སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་ལྟ་བ་དག་མི་འབྱུང་བ་དེ་ནི་  
 དེའི་མཚན་ཉིད་དོ། །གོ་བ་ནི་བཤད་མ་ཐག་པ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཡོངས་བྱུང་གང་གི་རང་བཞིན་ཤེས་ན་གཟུང་  
 འཛིན་གཉིས་ཡོད་པར་སློབ་འདོགས་པ་དང་། སློབ་ཉིད་མེད་པར་སྐྱར་བ་འདེབས་པར་བྱེད་པའི་ལྟ་བ་དག་མི་འབྱུང་བ་  
 དེ་ནི་དེའི་མཚན་ཉིད་དོ། །དེ་ལྟར་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་པོ་འདི་ལ་གང་ཤེས་ན་ཞེས་པ་དེའི་མཚན་ཉིད་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་  
 གཞན་ལ་ཤེབས་ན་དེའི་རང་བཞིན་ལ་སློབ་སྐྱར་གྱི་སློབ་མི་འབྱུང་ལ། སློབ་སྐྱར་བྱུང་བའི་སློབ་ཇི་ལྟར་བཅད་པའི་དོན་  
 དེ་ཡུལ་དེ་དག་གི་རང་མཚན་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་ ། དེ་དག་གི་རྣམ་གཞག་རྣམ་པ་བརྒྱད་བསྟན་པ་ ། ལ། བདེན་དོན་དུ་བཞག་པ། རྒྱ་འབྲས་སུ་

བཞག་པ། བྲ་རགས་སུ་བཞག་པ། བྲགས་པའི་དོན་བཞག་པ། ངག་ཡུལ་ཡིན་མིན་དུ་བཞག་པ། བསྐྱབ་བཤད་པ།  
 དབྱེ་བ་བཤད་པ། མཁས་བྱའི་གནས་བཅུར་བཞག་པ་དང་བརྒྱད་ལས། དང་པོ་ ། བདེན་དོན་དུ་བཞག་པ་ ། ། མི་རྟག་  
 དོན་ནི་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- མི་རྟག་དོན་ནི་མེད་དོན་དང་། །
- སྐྱེ་ཞིང་འཇིག་པའི་མཚན་ཉིད་དང་། །
- དྲི་བཅས་དྲི་མ་མེད་དོན་ཏེ། །
- རྩ་བའི་ཁོ་ནར་གོ་རིམས་བཞིན། །
- སྐྱུག་བསྐྱལ་ལེན་དང་མཚན་ཉིད་དང་། །
- འབྲེལ་བ་གཞན་དུ་འདོད་པ་ཡིན། །
- དངོས་མེད་དེ་དངོས་མ་ཡིན་དང་། །
- རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སློབ་པར་འདོད། །
- མཚན་ཉིད་མེད་པས་བདག་མེད་དང་། །
- དེ་དང་མི་མཐུན་མཚན་ཉིད་དང་། །
- རང་གི་མཚན་ཉིད་བསྟན་པ་ཡིན། །

རྩ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཇི་ལྟར་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པར་རིག་པར་བྱ་ཞེ་ན། མི་རྟག་པའི་དོན་ནི་མེད་པའི་དོན་དང་། སྐྱེ་ཞིང་འཇིག་  
 པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་དང་། དྲི་མ་དང་བཅས་ཤིང་དྲི་མ་མེད་པའི་དོན་ཏེ། །རྩ་བའི་དེ་ཁོ་ནར་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་པོ་དག་དང་གོ་རིམ་  
 བཞིན་ནོ། །ཡང་ཀུན་བརྟགས་དང་གང་ཟག་དང་ཚོས་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པས་སྐྱུག་བསྐྱལ་ལེན་པ་དང་གཞན་དབང་སྐྱུག་བསྐྱལ་

གསུམ་གྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པ་དང་། །ཡོངས་གྲུབ་སྐྱབས་བསྐྱེད་པ་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱིར་སྐྱབས་བསྐྱེད་པ་ལས་གཞན་དུ་འདོད་  
པ་ཡིན་མོ། །ཡང་སྟོང་པ་ཉིད་གསུམ་ནི་ཀུན་བརྟགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ནི་རྣམ་པ་གང་གིས་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་དངོས་པོ་མེད་  
པ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་གཞན་དབང་གི་མཚན་ཉིད་ནི་ཇི་ལྟར་ཀུན་བརྟགས་པ་དེ་ལྟར་མེད་ཀྱི། །ཡི་ཤེས་མེད་པ་མ་ཡིན་པས་དངོས་པོ་  
མེད་པ་དེའི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། །ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་མཚན་ཉིད་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ལོན་ཡིན་པས་  
རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྟོང་པར་འདོད་དོ། །ཡང་བདག་མེད་གསུམ་ནི་ཀུན་བརྟགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མེད་པས་མཚན་  
ཉིད་དེའི་བདག་མེད་པ་དང་། །གཞན་དབང་ལ་མཚན་ཉིད་ཡོད་ཀྱང་ཇི་ལྟར་ཀུན་དུ་བརྟགས་པ་ལྟར་མེད་པས་དེ་དང་མི་མཐུན་པའི་  
མཚན་ཉིད་ཀྱིས་དེའི་བདག་མེད་པ་དང་། །ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བདག་མེད་པས་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་དེའི་བདག་  
མེད་པ་བརྟན་པ་ཡིན་པ།

ཟག་བཅས་འཁོར་བའི་ཚོས་རྣམས་ལ་རང་གི་ངོ་བོས་ཉལ་པ་སོགས་མེད་པའི་སྤྱིར་ན། དེ་ལ་ཉལ་པ་དང་བདེ་བ་དང་  
བདག་དང་བདག་གིར་བརྩམས་བཅུད་བཞི་སྟེན་ཅི་ལོག་གི་སྟོང་དང་། དེའི་བརྩམས་བཅུད་ལ་དེ་ནི་དངོས་པོ་ལ་མེད་པས་སྟེན་ཅི་  
ལོག་ཅེས་བྱའོ། །དེ་ལས་བརྗོད་སྟེ་མི་ཉལ་སྐྱབས་བསྐྱེད་པ་སྟོང་པ་བདག་མེད་བཞིན་སྟེན་ཅི་མ་ལོག་པ་བདེན་པའི་དོན་  
ཅན་མོ། །དེ་ཡང་མཚན་ཉིད་གསུམ་ལ་མི་ཉལ་པ་སོགས་ཀྱི་དོན་འཛོགས་ཚུལ་གང་ཞེན། མི་ཉལ་པའི་དོན་ནི་འདི་ལྟར་  
འཛོགས་སྟེ། ཀུན་བརྟགས་རྗེས་སུ་མེད་པའི་དོན་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཉལ་པ་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་ཡོད་དགོས་པ་ལ་མེད་  
པ་དེ་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་ཡོད་པ་ལས་ལྡོག་པ་ཅོམ་གྱི་ཆ་ནས་ཀུན་བརྟགས་ལ་ཡང་མི་ཉལ་པའི་ཐ་སྐད་ཀྱི་དོན་ཐོབ་སྟེ་  
ཉལ་མི་ཉལ་དངོས་འགལ་གྱི་བར་ན་སྤང་གསུམ་མེད་པ་ལ། ཀུན་བརྟགས་དེ་ནི་ཉལ་པ་མ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་དེ་ལྟར་  
བརྟགས་པའོ། །གཞན་དབང་རྣམ་པར་རིག་པ་ནི་སྐད་ཅིག་གིས་སྐྱེ་ཞིང་འཛོགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་སྤྱིར་མི་ཉལ་  
པའི་ངོ་བོ་ཡིན་པ་དང་། ཡོངས་གྲུབ་ནི་སྤྱིར་དུ་བཅས་དང་། སྤྱིས་དུ་མ་མེད་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་དོན་ཅན་ཏེ།

སྤང་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གཞན་དང་འབྲེལ་པའི་དབང་གིས་མི་ཉལ་པའི་གནས་སྐབས་དང་ལྡན་པ་ཅོམ་ལས་  
མི་ཉལ་པའི་ཐ་སྐད་སྤྱིར་བར་དུང་སྟེ། དེས་ན་མི་ཉལ་པའི་ཐ་སྐད་སྤྱིར་བའི་རྒྱ་མཚན་གསུམ་འདི་ཅུ་བའི་དེ་ལོན་ཉིད་  
གསུམ་པོར་གོ་རིམ་བཞིན་སྤྱིར་ཉེ་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྐྱབས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་། ཀུན་བརྟགས་ལ་  
དངོས་པོར་བརྩམས་ནས་སྐྱབས་བསྐྱེད་སྤྱི་ཚོགས་ལེན་པའི་སྤྱིར་དང་། གཞན་དབང་ནི་སྐྱབས་བསྐྱེད་གསུམ་གྱི་མཚན་ཉིད་  
དང་ཅི་རིགས་པར་ལྡན་པ་དང་། ཡོངས་གྲུབ་ནི་སྐྱབས་བསྐྱེད་དང་ཚོས་ཅན་དང་ཚོས་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་འབྲེལ་བའི་ཆ་ནས་  
དེ་ལྟར་འཛོགས་ལ། འདི་ན་སྤྱི་མ་གཉིས་ལས་གཞན་ཡོངས་གྲུབ་ལ་སྐྱབས་བསྐྱེད་ཀྱི་དོན་འཛོགས་ཚུལ་དུ་འདོད་པ་ཡིན་  
མོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་བརྟགས་ནི་རང་གི་དངོས་པོ་ཉིད་དུ་མེད་པའི་སྤྱིར་སྟོང་པ་དང་། གཞན་དབང་ནི་ཡོད་ཀྱང་ཇི་ལྟར་  
སྤང་བ་དེ་ལི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་པའམ། ཇི་ལྟར་ཀུན་དུ་བརྟགས་པ་དེ་ལི་དངོས་པོས་ཡིན་པས་ན་སྟོང་པ་དང་། ཡོངས་  
གྲུབ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྟོང་པར་འདོད་དེ། སྟོང་པ་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་དེ་ལ་ཡོངས་སུ་གྲུབ་ཅེས་བརྟགས་པའི་སྤྱིར་རོ།  
།དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་བརྟགས་ནི་རང་གི་མཚན་ཉིད་མེད་པས་བདག་མེད་པ་དང་། གཞན་དབང་ནི་ཇི་ལྟར་སྤང་བའམ།  
ཀུན་དུ་བརྟགས་པ་ཇི་འདྲ་བ་དེ་དང་མི་མཐུན་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་བདག་གི་ངོ་བོར་མེད་པ་དང་། ཡོངས་གྲུབ་ནི་རང་  
གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་བདག་མེད་པར་བརྟན་ཏེ། སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་། །རྒྱ་འབྲས་སུ་བཞག་པ་། ། དེ་སྤྱིར་སྐྱབས་བསྐྱེད་སོགས་ཀྱིས་བརྟན་ཏེ།

- དེ་སྤྱིར་སྐྱབས་བསྐྱེད་བདེན་པར་འདོད། །
- བག་ཆགས་དང་ནི་ཀུན་ནས་འབྱུང་། །
- མ་བུལ་བ་ཡང་དེ་བཞིན་མོ། །
- ངོ་བོ་ཉིད་དང་གཉིས་མི་སྟེ། །

ཇི་མ་ཞི་བ་གཉིས་སུ་འདོད། །  
 ཡོངས་སུ་ཤེས་དང་སྤང་བ་དང་། །  
 ཐོབ་པར་མངོན་སུམ་བྱས་བས་ནི། །  
 ལམ་གྱི་བདེན་པ་ཡང་དག་པའདད། །

དེ་སྤྱིར་སྤྲུག་བསྐྱེད་བདེན་པར་འདོད་དོ། །ཀུན་འབྱུང་བའི་དོན་རྣམས་པ་གསུམ་གྱིས་ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་སྟེ་བག་ཆགས་གྱི་ཀུན་འབྱུང་བ་ནི། ཀུན་བརྟགས་པའི་དོ་བོལ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་བག་ཆགས་དང་ནི་ཀུན་ནས་འབྱུང་བའི་ཀུན་འབྱུང་བ་ནི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་སོ། །མ་བྲལ་བའི་ཀུན་འབྱུང་བ་སྟེ་དེ་བཞིན་ཉིད་སྐྱིབ་པ་དང་མ་བྲལ་བ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །འགོག་པ་རྣམས་པ་གསུམ་གྱིས་འགོག་པའི་བདེན་པ་སྟེ་དོ་བོལ་གྱིས་མི་སྐྱེ་བ་དང་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་གཉིས་མི་སྐྱེ་བ་དང་། ཇི་མ་ཞི་བ་སོ་སོར་བརྟགས་པའི་འགོག་པ་དང་དེ་བཞིན་ཉིད་གཉིས་སུ་འདོད་དོ། །ལམ་གྱི་བདེན་པ་རྩ་བའི་དེ་ལོན་རྣམས་པ་གསུམ་དུ་ཇི་ལྟར་བཞག་ཅེ་ན། ཀུན་བརྟགས་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་དང་གཞན་གྱི་དབང་ནི་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་དང་སྤང་བར་བྱ་བ་དང་། །ཡོངས་སུ་བྱུང་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་དང་ཐོབ་པར་མངོན་སུམ་བྱ་བས་ནི། །ལམ་གྱི་བདེན་པ་ཡང་དག་པར་འདད་དོ།

ཀུན་ཉོན་དང་རྣམས་བྱུང་གི་རྒྱ་འབྲས་སྤྲུག་གཉིས་བཞིས་བསྐྱེད་པ་བདེན་པ་བཞིའི་དོན་ཐམས་ཅད་དོ་བོལ་གྱི་གསུམ་ལ་ཚང་སྟེ། གོང་དུ་ཇི་སྐད་བཤད་པ་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པའི་དོན་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེའི་སྤྱིར་སྤྲུག་བསྐྱེད་པའི་བདེན་པར་རང་རྣམས་པར་བཞག་བ་ཉིད་ཡིན་པར་འདོད་ལ། དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་བརྟགས་ལ་ཞེན་པས་འཁོར་བའི་བག་ཆགས་གསོག་པར་བྱེད་པས་བག་ཆགས་གྱི་ཀུན་འབྱུང་ཞེས་བྱ་བ་དང་། གཞན་དབང་གིས་འཁོར་བ་ཀུན་ནས་འབྱུང་བར་བྱེད་པ་ཀུན་ནས་འབྱུང་བའི་ཀུན་འབྱུང་དང་། ཡོངས་སུ་བྱུང་གི་ཀུན་འབྱུང་བ་དེ་དང་མ་བྲལ་བ་སྟེ་ཚོས་ཉིད་དུ་སྤྱང་པས་ན་མ་བྲལ་བའི་ཀུན་འབྱུང་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་དོ་བོལ་གསུམ་ལ་ཀུན་འབྱུང་བའི་བདེན་པ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་

འཛོག་པ་ཡིན་ནོ། །ཀུན་བརྟགས་དོ་བོལ་གྱིས་མི་སྐྱེ་བའི་སྤྱིར་དང་། གཞན་དབང་ལ་གཟུང་འཛིན་གཉིས་མ་གྲུབ་པའམ་མི་སྐྱེ་བའི་སྤྱིར་དང་། ཡོངས་སུ་བྱུང་གི་གདོད་ནས་ཇི་མ་ཞི་བའི་སྤྱིར་ན་དེ་གསུམ་ལ་དེ་ལྟར་འགོག་བདེན་གྱི་དོན་འཛོག་ཅིང་། སྤྱི་མ་ཡོངས་སུ་བྱུང་འདི་ལ་དགག་གཞི་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་ཇི་མ་ཡོངས་སུ་བྲལ་བ་སོ་སོར་བརྟགས་འགོག་གི་ཆ་ནས་གཉིས་སུ་འདོད་ལ། དེའི་ནང་གི་སྤྱི་མ་བྲལ་ཆ་འདི་ནི་འགོག་པ་དངོས་ཡིན་ནོ། །དོ་བོལ་གྱི་འདི་གསུམ་ལ་ལམ་གྱི་བདེན་པ་ཡིན་པར་ཡང་དག་པར་འདད་དེ། ཇི་ལྟར་ན་ཀུན་བརྟགས་ལམ་གྱིས་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་སྟེ་དངོས་པོ་མེད་པར་ཤེས་བྱ་ཡིན་པས་ཡུལ་ཅན་ལམ་གྱི་མིང་ཡུལ་དེ་ལའང་བརྟགས་ཏེ་བསྟན་པ་དང་། གཞན་དབང་ནི་ལམ་གྱིས་སྤང་བར་བྱ་བ་སྟེ་ཡང་དག་མིན་པའི་ཀུན་རྟོག་གཉིས་སུ་སྤང་བ་ཅན་ཟད་པའི་སྟོབས་གྱིས་བྱང་རྒྱ་ཐོབ་པས་ན་གོང་དུ་ཀུན་ཉོན་གྱི་མཚན་ཉིད་བསྟན་པའི་སྐབས་སུ། དེ་ཟད་ནས་ནི་གོལ་བར་འདོད། །ཅིས་གསུངས་པ་ལྟར་ཏེ། དེས་ན་དེ་ལ་ལམ་གྱི་མིང་བརྟགས་པ་ནི་གཉེན་པོའི་མིང་སྤང་བྱ་ལ་བརྟགས་པའོ། །ཡོངས་སུ་བྱུང་གི་ཐོབ་པར་མངོན་སུམ་དུ་བྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ནི་ལམ་དུ་འཕྱུར་དེ་འབྲས་བུའི་མིང་རྒྱ་ལ་བརྟགས་པའོ། །

གསུམ་པ་ ། སྤྱི་བགས་སུ་བཞག་པ་ ། ལ་བགས་པ་ཀུན་རྫོབ་དང་། སྤྱི་བདོན་དམ་འཕྱད་པ་གཉིས། དང་པོ་ ། བགས་པ་ཀུན་རྫོབ་ ། བརྟགས་པ་དང་ནི་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

བརྟགས་པ་དང་ནི་ཤེས་པ་དང་། །  
 དེ་བཞིན་བརྫོད་པ་བགས་པ་ཡིན། །

བགས་པ་དང་སྤྱི་བའི་དེ་ལོན་ཉིད་ནི་ཀུན་རྫོབ་པ་དང་དོན་དམ་པའི་བདེན་པའོ། །དེ་རྩ་བའི་དེ་ལོན་རྩ་བའི་ལྟར་རིགས་པར་བྱ་ཞེན། བརྟགས་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཀུན་བརྟགས་དང་ནི་ཤེས་པའི་ཀུན་རྫོབ་གཞན་དབང་དང་། །དེ་བཞིན་དུ་བརྫོད་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཡོངས་སུ་བྱུང་



སྒྲིབ་པ་ལྟོག་པའི་ལོ་ལྔ་ལོ། །

ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་པོ་དེ་ལ་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་གྱི་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་བཤད་ན། ཀུན་རྫོབ་ལ་གསུམ་ཡོད་པ་ལས།  
བཏགས་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཀུན་བཏགས་དང་ནི། ཤེས་པའི་ཀུན་རྫོབ་གཞན་དབང་དང་། དེ་བཞིན་དུ་བརྗོད་པའི་ཀུན་རྫོབ་  
ཡོངས་གྲུབ་སྒྲིབ་ཚོས་ཉིད་དེ་དོན་སྤྱིའི་དོན་རྩལ་གྱིས་བརྗོད་པ་ཙམ་ལས་སོ། །དེ་ལྟར་ཀུན་རྫོབ་ཀྱིས་བསྐྱེས་པ་དེ་དག་  
རགས་པ་ཡིན་ཏེ་མཉམ་པར་མ་བཞག་པ་དང་གཉིས་སྐྱང་གི་ཤེས་པའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ ། སྤྱོད་དོན་དམ་བཤད་པ་ ། ལ་དངོས་དང་། དེའི་དབྱེ་བ་གཉིས། དང་པོ་ ། དངོས་ ། ། དམ་པའི་དོན་ནི་  
གཅིག་ཕུལོ། །ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། །

དམ་པའི་དོན་ནི་གཅིག་ཕུལོ།

དམ་པའི་དོན་ནི་ཡོངས་སྤྱོད་ཀྱི་གཅིག་ཕུལོ།

དོན་དམ་པའམ་དམ་པའི་དོན་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་ཡོངས་གྲུབ་གཅིག་ཕུལོ་གྱི་གཞན་གཉིས་མ་ཡིན་ཏེ།  
གཉིས་སྐྱང་མེད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཐམས་ལ་པའི་ཤེས་བརྗོད་ལས་འདས་པའམ། གནས་སྐྱང་མཐུན་པ་ནི་འདི་ལོན་  
ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ།

གཉིས་པ་ ། དེའི་དབྱེ་བ་ ། ། དོན་དང་ཐོབ་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

དོན་དང་ཐོབ་དང་སྐྱབ་པ་ནི། །

དོན་དམ་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་འདོད། །

འགྲུར་མེད་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ། །

ཡོངས་སྤྱོད་ཀྱི་རྣམ་པ་གཉིས། །

དེ་ལ་དམིགས་པ་དོན་དམ་ནི། དེ་བཞིན་ཉིད་དེ་ཡི་ཤེས་དམ་པའི་སྤྱོད་ཡུལ་དང་ཐོབ་པ་དོན་དམ་ནི། སྤྱང་ན་ལས་འདས་པ་དང་  
སྐྱབ་པ་དོན་དམ་ནི། ལམ་སྟེ། དེ་ལྟར་དོན་དམ་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་འདོད་དོ། །འདུས་མ་གུས་དང་འདུས་གུས་ཡོངས་སྤྱོད་ཀྱི་པའི་ངོ་  
བོ་ཉིད་དུ་ཇི་ལྟར་བརྗོད་ཅིན། འདུས་མ་གུས་པ་འགྲུར་མེད་ཡོངས་གྲུབ་དང་འདུས་གུས་ལམ་གྱི་བདེན་པ་ཡིན་པས་ཤེས་གུ་སྤྱིན་ཅི་  
མ་ལོག་པར་ཤེས་པ་སྟེ། །ཡོངས་སྤྱོད་ཀྱི་རྣམ་པ་གཉིས་སོ།

དོན་དམ་པ་དེའི་གྲངས་སྤྱོད་གཏོགས་པའི་དབྱེ་བ་ནི། དོན་དམ་པ་ཞེས་པ་དེ་བཞིན་ཉིད་དེ་དེ་ཉིད་ཡི་ཤེས་དམ་པའི་  
ཡུལ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། ཐོབ་པ་དོན་དམ་པ་ནི་སྤྱང་ན་ལས་འདས་པ་སྟེ་དོན་དུ་གཉེར་བྱ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ན་ཕུལ་དུ་  
གྲུར་པའི་སྤྱིར་རོ། །སྐྱབ་པ་དོན་དམ་པ་ནི་ལམ་སྟེ་འགྲུས་གུས་མཚོགས་སྤྱང་འདས་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་  
ན་དོན་དམ་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་འདོད་དོ། །

དེ་ལྟར་གཞི་འགྲུས་ལམ་གསུམ་ལ་དོན་དམ་དུ་བཞག་པའི་དབྱེ་བ་གསུམ་མམ། ཡང་ན་འགྲུར་མེད་ཡོངས་  
གྲུབ་དེ་བཞིན་ཉིད་འདུས་མ་གུས་པ་དང་། སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་ཡོངས་གྲུབ་དེ་བཞིན་ཉིད་དེའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཡི་ཤེས་ཏེ།  
ཡོངས་གྲུབ་རྣམ་པ་གཉིས་སྤྱོད་དོན་དམ་ཐམས་ཅད་འདུས་སོ། །དེ་ཡང་དང་པོ་ལ་གཞི་འགྲུས་ཀྱི་ལྗོད་ཆས་གཉིས་སྤྱོད་  
སྤྱོད་ལ། སྤྱི་མ་ལམ་བདེན་འདུས་གུས་སྐྱབ་པ་དོན་དམ་དུ་གུས་པས་སྤྱོད་པ་གསུམ་དང་གནད་གཅིག་པར་འགྲུར་ཏེ།  
རྩལ་དེ་ལྟར་གྱུར་དབང་དུ་ན་གནས་སྐྱང་མཐུན་པའི་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དོན་དམ་པའི་བརྗོད་པའི་སྤྱིར་

ལམ་བདེན་ཀྱང་ཡོངས་བྱུང་གི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པར་བསྐྱབ་པའི་བཤད་ཚུལ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་དག་པ་གཞན་དབང་གི་བརྒྱུ་མཉམ་པའི་དགོངས་བཞེད་ཀྱི་དབང་གིས་མི་འགལ་བར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

**བཞི་པ་ ། རྒྱལ་མ་པའི་དོན་བཞག་པ་ །** གཅིག་གིས་འཇིག་རྟེན་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

**གཅིག་གིས་འཇིག་རྟེན་གྲགས་པ་སྟེ། །**

**གསུམ་གྱིས་རིགས་པའི་གྲགས་པའོ། །**

གྲགས་པའི་དེ་ལོན་ཉིད་ཅུ་བའི་དེ་ལོན་ལ་སློང་ལྟར་བཞག་ཅེན། ཀུན་བརྟགས་པའི་དོན་ཉིད་གཅིག་གིས་འཇིག་རྟེན་གྲགས་པ་སྟེ།  
དངོས་པོ་གང་ལ་འདི་ནི་ས་ཡིན་གྱི་མེ་མ་ཡིན་ཞེས་པ་དང་། འདི་ནི་གཟུགས་ཀྱི་ཡིན་གྱི་སྐྱེ་མ་ཡིན་ཞེས་པ་སོགས་ལ་ཐམས་ཅད་  
མཐུན་པ་ཡིན་ནོ། །ཚད་མ་གསུམ་གྱིས་སྐྱབ་པ་ནི་རིགས་པའི་གྲགས་པའོ།

གང་ཚོས་སུ་བརྟགས་པ་ཇི་སྟེད་པ་འདི་དག་འཇིག་རྟེན་ན་གྲགས་པ་འཇམ། རིགས་པས་གྲགས་པ་གཉིས་པོ་གང་  
རུང་གི་སློན་མཉམ་བཞག་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་གྲགས་པ་གཉིས་པའི་བྱེད་པར་བསྟན་པ་ནི་ཀ་བ་དང་བུམ་པ་  
ལ་སོགས་པ་བརྒྱུ་མཉམ་སུ་འཇུག་པའི་ཐ་སྟོན་གང་གསུམ་པ་གཅིག་ཕྱི་སློན་མཉམ་གྲགས་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་ཐ་སྟོན་གྱིས་  
གྲགས་པ་ཞེས་བྱ་ལ། གང་ཟག་རིགས་པའི་དོན་ལ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མངོན་སུམ་རྗེས་དཔག་ལུང་གི་ཚད་མ་  
གསུམ་མཉམ། ཡང་ན་བྱ་བ་བྱེད་པ་བསྟོས་པ་ཚོས་ཉིད་ཀྱི་རིགས་པ་གསུམ་གྱི་སློན་མཉམ་དོན་གང་ཞིག་རྣམ་པར་བཞག་  
ཅིང་དེ་ལྟར་གྲགས་པ་ནི་རིགས་པའི་གྲགས་པ་སྟེ། དཔེར་ན་གདུང་འདེགས་ཀྱི་དོན་བྱེད་པའི་དངོས་པོ་ལ་ཀ་བ་ཞེས་  
སུ་མིང་ཐོགས་པ་དེ་འཇིག་རྟེན་ཐ་སྟོན་གྱིས་གྲགས་པ་དང་། ཀ་བ་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་པར་རིགས་པས་གྲགས་པ་སྟེ་བྱ་  
ཡིན་ནོ། །སྐབས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་དོན་ཉིད་གསུམ་པོ་འདི་གྲགས་པ་དེ་གཉིས་གང་གི་སློན་མཉམ་གྲགས་པའི་བྱུང་བ་

ཡིན་ཅེན། ཀུན་བརྟགས་གཅིག་ཕྱི་ཆ་ལས་འཇིག་རྟེན་གྱི་གྲགས་པ་རྣམ་པར་བཞག་སྟེ། ཇི་སྟེད་སྐྱབ་པ་ལ་དེ་དང་  
དེར་ཞེན་པའི་མིང་སྟོན་ཚོགས་སུ་འཇིག་རྟེན་ན་འདོགས་པར་བྱེད་དོ། །གཞན་དབང་དང་ཡོངས་བྱུང་ནི་ཚད་མ་གསུམ་  
གྱི་སློན་མཉམ་རིགས་པས་གྲགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་གྲགས་པ་ཀུན་བརྟགས་ལོན་ལས་འཇིག་པ་དང་།  
བསྟན་བཅོས་ལ་གྲགས་པ་ནི་དོན་ཉིད་གསུམ་ཀ་ལ་འང་ཅི་རིགས་པར་བཞག་ཏུ་རུང་སྟེ། མངོན་སུམ་སོགས་ཀྱི་སློ་  
ནས་དེ་དག་གི་རྣམ་བཞག་སྟོན་ཚོགས་པ་བསྟན་བཅོས་ལས་གྲགས་པ་རྣམས་སོ། །

**ལྔ་པ་ ། རྒྱལ་མ་པའི་མིན་དུ་བཞག་པ་ །** རྣམ་དག་སྟོན་ཕྱུལ་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

**རྣམ་དག་སྟོན་ཕྱུལ་རྣམ་གཉིས་ཏེ། །**

**གཅིག་ཕྱི་ལོན་ར་བརྗོད་པ་ཡིན། །**

རྣམ་པར་དག་པའི་སྟོན་ཕྱུལ་གྱི་དེ་ལོན་ཉིད་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་སྐྱིབ་པ་རྣམ་པར་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
སྟོན་ཕྱུལ་ལོ། །འདི་ནི་ཡོངས་སུ་བྱུང་བའི་དོན་ཉིད་གཅིག་ཕྱི་ལོན་ར་བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ་དོན་ཉིད་གཞན་ནི་ཡེ་ཤེས་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱི་  
སྟོན་ཕྱུལ་མ་ཡིན་ནོ།

རྣམ་པར་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྟོན་ཕྱུལ་བཤད་པ་ལ་དབྱེ་བ་གཉིས་ཡོད་དེ། ཉོན་སྐྱིབ་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྟོན་ཕྱུལ་  
དང་། ཤེས་སྐྱིབ་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྟོན་ཕྱུལ་ལ། །དེ་ལྟར་བྱུང་བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཕྱུལ་ཉིད་ཀུན་བརྟགས་དང་  
གཞན་དབང་གཉིས་མ་ཡིན་ལ། ཡོངས་བྱུང་གཅིག་ཕྱི་ལོན་ཡིན་པར་བརྗོད་དེ། དེ་སྟོན་ཕྱུལ་དུ་བྱས་ཚེ་གནས་སྐབས་  
མཐུན་པའི་སྤྱིར་ལོ། །

དུག་པ་ ༼ བསྐྱབ་པ་ལའད་པ་ ༽། རྒྱ་དང་རྣམ་པར་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱབ་ཏེ། །

རྒྱ་དང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་། །

མིང་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་བསྐྱབ། །

ཡང་དག་ཡི་ཤེས་རབ་ཁོ་ན། །

གཅིག་ཕུ་ཁོ་ནས་བསྐྱབ་པ་ཡིན། །

བསྐྱབ་པའི་དེ་ཁོ་ན་རྩ་བའི་དེ་ཁོ་ནར་ཇི་ལྟར་རིག་པར་བྱ་ཞེན། དངོས་པོ་ལྔ་ལས་བརྒྱུ་ལྔ་ལྟེ་རྒྱ་དང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཉིས་གཞན་  
དབང་དང་། །མིང་ནི་ཀུན་ཏུ་བརྟགས་པ་སྟེ་དེ་ལྟར་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་བསྐྱབ། །ཡང་དག་པའི་ཡི་ཤེས་དང་གཞན་ལས་རབ་ཏུ་གྱུར་  
པ་དེ་ཁོ་ན་སྟེ། །དེ་བཞིན་གཉིས་ནི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་གཅིག་ཕུ་ཁོ་ནས་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ཅོ།

ཐོག་པ་ཆེན་པོ་མཐའ་དག་ཡི་དོན་བསྐྱབ་པའི་སྟོམ་ནི་དངོས་པོ་ལྔ་ལས་ཆོས་ལུ་གསུངས་ཏེ། གང་ཞེ་ན། མིང་དང་།  
རྒྱ་མཚན་དང་། རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་ཡི་ཤེས་དང་། དེ་བཞིན་ཉིད་དང་ལུ་ལོ། །དེ་ལ་མིང་ནི་ཀ་བ་  
དང་བུམ་པ་སོགས་བརྟའི་སྟོ་ནས་བཏགས་པ་ཙམ་མོ། །རྒྱ་མཚན་ནི་མིང་གི་གདགས་གཞི་གཤུང་འདེགས་སོགས་ཀྱི་  
དོན་བྱེད་པ་དང་། ལྟོ་ལྟེར་བ་ལ་སོགས་པར་སྤང་བ་ལྟ་བུའོ། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་རྣམ་ཤེས་ཚོགས་བརྒྱད་དོ། །ཡང་  
དག་པའི་ཡི་ཤེས་ནི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་ཙན་ལས་དང་། དེ་བཞིན་ཉིད་ནི་ལམ་གྱིས་དམིགས་ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་  
སོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་ལྔ་པོ་དེ་ཡང་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་འདུག་སྟེ། གང་ཞེ་ན། རྒྱ་མཚན་དང་། རྣམ་པར་རྟོག་  
པ་དང་། མིང་དང་གསུམ་པོ་དེ་ནི་གཞན་དབང་དང་། ཀུན་བཏགས་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་བསྐྱབ་པར་བྱ་སྟེ། ཚོགས་བརྒྱད་  
ཀྱི་རང་བཞིན་ཙན་གྱི་རྣམ་ཤེས་དང་། གཉིས་སྤང་དང་བཙས་པའི་སྤང་བ་ལ་ཆོས་མི་འདྲ་བ་སྤྲ་ཚོགས་སུ་སྤང་བ་མིང་  
གདགས་པའི་གཞི་ལས་རྒྱ་མཚན་དུ་གྱུར་པ་དེ་གཉིས་ནི་གཞན་དབང་གི་ཁོངས་སུ་འདུའོ། །མིང་ནི་ཀུན་

བཏགས་ཀྱིས་བསྐྱབ་པའོ། །ཡང་དག་པའི་ཡི་ཤེས་དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ན་རབ་ཏུ་གྱུར་པ་དང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
དུ་གྱུར་པ་དེ་བཞིན་ཉིད་གཉིས་ནི། ཡོངས་སུ་བཅུག་ཕུ་ཁོ་ནས་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ཏེ། གོང་དུ་ཡུལ་ཡུལ་ཙན་གྱི་ཡོངས་  
སུ་བཅུག་པའོ། །

བདུན་པ་ ༼ དབྱེ་བ་ལའད་པ་ ༽། འཇུག་དེ་ཁོ་ན་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱབ་ཏེ། །

འཇུག་དེ་ཁོ་ན་རྣམ་པ་གཉིས། །

གནས་པ་དང་ནི་ངན་པར་ཞུགས། །

མཚན་ཉིད་རྣམ་པར་རིག་དང་དག། །

ཡང་དག་སྐྱབ་པ་གཅིག་ཕུའོ། །

རབ་ཏུ་དབྱེ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྩ་བའི་དེ་ཁོ་ནར་ཇི་ལྟར་རིག་པར་བྱ་ཞེན། དགོངས་པ་ངས་པར་འགྲེལ་པའི་མདོ་ལས་བྱུང་བ་བཞིན་  
རྣམ་པ་བདུན་ལས་འཇུག་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཀུན་བརྟགས་དང་གཞན་དབང་རྣམ་པ་གཉིས་དང་། །དེ་བཞིན་དུ་གནས་པ་དང་ནི་ངན་པར་  
ཞུགས་པའམ་ལོག་པར་སྐྱབ་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཡང་གཉིས་སུ་རིག་པར་བྱའོ། །མཚན་ཉིད་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་དང་རྣམ་པར་རིག་པའི་དེ་ཁོ་ན་  
དང་རྣམ་པར་དག་པའི་དེ་ཁོ་ན་དང་། །ཡང་དག་སྐྱབ་པའི་དེ་ཁོ་ན་དང་བཞིན་ཉིད་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་གཅིག་ཕུའོ།

དེ་ཡང་མདོ་སྟེ་རྒྱན་ལས། དེ་བཞིན་ནི་རྣམ་བདུན་ལ། བརྟེན་ནས་བདེན་པ་རྣམ་པར་བཞག་ ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
འཇུག་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་རྟེན་འབྲེལ་ལུགས་འབྱུང་སྟོགས་དག་པ་དང་དག་པའི་གཞན་དབང་གིས་བསྐྱབ་པ་དང་།  
རྣམ་པ་མཚན་ཉིད་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་གསུམ་སྟེ། ཀུན་བཏགས་མཚན་ཉིད་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ། གཞན་  
དབང་སྐྱེ་བར་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ། ཡོངས་སུ་བཅུག་དོན་དམ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པའོ། །མཚན་པ་རྣམ་པར་རིག་པའི་དེ་བཞིན་



ཉིད་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚོགས་བརྒྱད་དང་། གནས་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་སྤྱད་བསྐྱེད་པ་བཅས་པ་གང་ཞིག །འབྲང་ཚོས་  
 མི་རྟོག་སོགས་བཞི་དང་ལྡན་པའི་གནས་སྐབས་དང་། ལོག་པར་སྐྱབ་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་རྒྱ་ཀུན་འབྲུང་གི་བདེན་པ་  
 རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་བཞི་དང་ལྡན་པ་དང་། རྣམ་པར་དག་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་འགོག་ཞི་སོགས་ཚོས་  
 བཞི་དང་བདེན་པའི་འགོག་བདེན་དང་། ཡང་དག་པར་སྐྱབ་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་ལམ་རིགས་པ་སྐྱབ་པ་ངེས་འབྱེན་  
 བཞི་དང་ལྡན་པའི་ལམ་བདེན་དང་བདུན་པོ་འདི་ལ་དེ་བཞིན་ཉིད་རྣམ་པ་བདུན་ཅེས་བྱའོ། །ཡང་མདོ་དང་དབུས་  
 མཐའ་ལྟར་ན། འཇུག་པ་འཁོར་བ་ཐོག་མཐའ་མེད་པར་རྒྱུན་གྱིས་འཇུག་པ། མཚན་ཉིད་བདག་མེད་གཉིས། རྣམ་  
 རིག་འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་རིག་པ་ཅོམ་དུ་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ། ལྷག་མ་བཞི་བདེན་བཞི་དང་སྐྱར་བ་བཤད་མ་ཐག་  
 པ་ལྟར་རོ། །དེ་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་ལས་དེ་ཉིད་བདུན་པོ་དབྱེ་བའི་རྩལ་ནི། འཇུག་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་ཀུན་བརྟགས་  
 དང་གཞན་དབང་རྣམ་པ་གཉིས་ལས་དབྱེ་སྟེ། ཀུན་བརྟགས་ལ་བདེན་པར་ཞེན་ཅིང་མ་དག་གཞན་དབང་གི་ངོ་བོས་  
 འཁོར་བར་འཇུག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གནས་པ་དང་ལོག་པར་སྐྱབ་པའམ་མངོན་པར་ཞུགས་པ་གཉིས་ཀྱང་དེ་  
 བཞིན་དུ་ཀུན་བརྟགས་དང་གཞན་དབང་གཉིས་ལས་དབྱེ་སྟེ། འཁོར་བའི་རྒྱ་འབྲས་འདི་དག་ཀྱང་ཀུན་བརྟགས་ལ་  
 དངོས་པོར་ཞེན་ནས་གཞན་དབང་གི་འཇུག་པ་གོང་དུ་བཤད་པ་བཞིན་ནོ། །མཚན་ཉིད་དང་རྣམ་པར་རིག་པ་དང་  
 རྣམ་པར་དག་པ་དང་ཡང་དག་པར་སྐྱབ་པ་བཞིན་ཡོངས་གྲུབ་གཅིག་གི་སྤྱི་ལོ་ལྟར་ལྟར་དེ་ལས་བཞིར་དབྱེ་བ་ཉིད་དུ་  
 རིག་པར་བྱ་སྟེ། མཚན་ཉིད་བདག་མེད་པའི་དོན་དང་། རྣམ་པར་འགོག་པ་གཉིས་འགྲུར་མེད་ཡོངས་གྲུབ་དང་།  
 ཚོས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་རིག་ཅོམ་དུ་རྟོགས་པ་དང་། ཡང་དག་སྐྱབ་པ་ལམ་གཉིས་ནི། དངོས་པོའི་དོན་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་  
 ལོག་པར་འཇུག་པའི་སྤྱིར་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་ཡོངས་གྲུབ་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །

བརྒྱད་པ་མཁས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བཤད་པ་ལ། སྤང་བྱ་བདག་ལྟ་བུ་བཤད་པ་དང་། སྤོང་བྱེད་མཁས་བྱའི་

གནས་བཅུ་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་། སྤང་བྱ་བདག་ལྟ་བུ་བཤད་པ་། ། གཅིག་དང་རྒྱ་དང་སོགས་ཀྱིས་བརྟན་ཏེ།  
 །

- གཅིག་དང་རྒྱ་དང་བཟའ་བ་དང་། །
- བྱེད་པ་དང་ནི་དབང་བསྐྱར་དང་། །
- བདག་པོའི་དོན་དང་རྟོག་པ་དང་། །
- ཉོན་མོངས་པ་དང་དག་པའི་གནས། །
- རྣལ་འབྱོར་ཅན་དང་མ་གྲོལ་གྲོལ། །
- འདི་དག་ལ་ནི་བདག་ཏུ་སྟོན། །

མཁས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བཅུ་ཕྱེད་པོ་སོགས་ལ་བདག་ཏུ་སྟོན་པ་རྣམ་པ་བཅུའི་ ༣༠ གཉིན་པོའི་ལྟར་འགྲུར་ཞེན། གཅིག་སྤྱར་འཛིན་  
 པ་དང་རྒྱ་རྒྱ་འཛིན་པ་དང་བཟའ་འཛིན་པ་དང་། བྱེད་པར་འཛིན་པ་དང་ནི་དབང་བསྐྱར་བར་འཛིན་པ་དང་། །བདག་པོའི་དོན་དུ་  
 འཛིན་པ་དང་རྟོག་པར་འཛིན་པ་དང་། །ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་དག་པའི་གནས་སུ་འཛིན་པ་དང་། །རྣལ་འབྱོར་ཅན་དུ་འཛིན་  
 པ་དང་མ་གྲོལ་བ་དང་གྲོལ་བར་འཛིན་པ་སྟེ། །འདི་དག་ལ་ནི་བདག་ཏུ་སྟོན།

མཁས་པར་བྱ་བའི་གནས་བཅུ་པོ་འདི་གཏན་ལ་ཐབ་ན་དེར་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་འདུ་བ་ཡིན་ལ། གནས་བཅུ་པོ་དེའི་  
 རང་བཞིན་ལ་མཁས་པར་གྱུར་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་བདག་ཏུ་སྟོན་པའི་རྣམ་པ་མི་འདྲ་བ་བཅུ་སྟོང་བའང་འགྲུགས་ཀྱིས་  
 འགྲུབ་པར་འགྲུར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་མཁས་པར་བྱ་བའི་གནས་བཅུ་གང་ཞེན། སྤང་བོ་ལ་མཁས་པ་དང་། །མཁས་  
 ལ་མཁས་པ་དང་། །སྤྱི་མཆེད་ལ་མཁས་པ་དང་། །རྟོན་འབྲེལ་ལ་མཁས་པ་དང་། །གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་ལ་

མཁམ་པ་དང་། དབང་པོ་ལ་མཁམ་པ་དང་། ཏུས་ལ་མཁམ་པ་དང་། བདེན་པ་ལ་མཁམ་པ་དང་། ཐེག་པ་ལ་མཁམ་པ་དང་། འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་ལ་མཁམ་པ་ལོ། །

དེ་ལ་བདག་ལྟ་བུ་ནི། བདག་གཅིག་ཕྱར་ལྟ་བུ་དང་། བདག་རྒྱུར་ལྟ་བུ་སོགས་བཅུ་ལྟེ། དེ་ཡང་ཕྱང་པོ་ལ་མཁམ་པས་བདག་གཅིག་ཕྱར་ལྟ་བུ་སྤོང་ལྟེ། དེའི་རྒྱུ་མཚན་བདག་གི་གདགས་གཞི་ནི་ཕྱང་པོ་ལྟ་བུ་ཡོད་ཅིང་། འདི་ལ་གཅིག་ཕྱར་ཆ་མེད་དུ་གྲུབ་པ་གང་ཡང་མེད་དེ་ཕྱང་པོ་ལྟར་དབྱེ་ཡོད་ཅིང་། དེ་རེ་རེ་ལའང་ནང་གི་བྱེ་བྲག་དུ་མ་ཡོད་པས་ཚོས་དུ་མ་བསྐྱུས་ནས་སྤངས་པ་ལ་ཕྱང་པོའི་རྣམ་བཞག་ཏུ་བྱས་པའི་རྒྱལ་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ་ལས་བདག་ཅས་བྱ་བ་གཅིག་ཕྱར་བ་ཞིག་མེད་པར་ཤེས་རྒྱས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྤོང་བཅུད་ཀྱི་རྒྱུ་བདག་ཡིན་ལོ་སྐྱེ་བ་ནི་ཁམས་ལ་མཁམ་པས་སྤོང་ལྟེ། སྤྱི་དང་ནང་གི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཁམས་བཙོ་བརྒྱུད་དུ་འདུ་ལ། དེ་དག་ནི་སོ་སོ་རང་རང་གི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་རྣམ་པའམ་ས་བོན་སོ་སོར་འཛིན་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་པས་ན། དེ་དག་སོ་སོའི་རྒྱུ་ལས་སྤོང་བཅུད་འདི་འབྱུང་གི་བདག་ནི་ཕྱང་ཕྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་མིན་པར་ཤེས་སོ། །བདག་ལུ་ལ་ལོངས་སྤོང་པ་པོའམ་ཟ་བ་པོར་འཛིན་པ་ནི་སྤྱི་མཆེད་ལ་མཁམ་པས་སྤོང་ལྟེ། ཚོས་ཐམས་ཅད་སྤྱི་མཆེད་བཅུ་གཉིས་པོ་འདིར་འདུས་ཀྱི་དེ་ལས་གཞན་པ་མེད་ལ། ལོངས་སྤྱད་བྱ་བྱིའི་སྤྱི་མཆེད་དུ་ག་ལ་ནང་གི་སྤྱི་མཆེད་དུ་ག་གི་ལོངས་སྤོང་པར་བྱེད་པ་འདི་ཙམ་ལས་གཞན་པའི་ཟ་བ་པོ་གང་ཡང་མེད་པར་རྟོགས་པས་སོ། །བདག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱེད་པ་པོར་འཛིན་པ་རྟོན་འབྲེལ་ལ་མཁམ་པས་སྤོང་ལྟེ། ཚོས་ཐམས་ཅད་རང་རང་གི་རྒྱུ་རྐྱེན་རྟོན་འབྲེལ་ཚོགས་ན་མི་སྤྱི་བའི་དབང་མེད་ཅིང་མ་ཚོགས་ན་ནམ་ཡང་མི་སྤྱི་བར་མཐོང་ནས་བདག་གིས་བྱེད་པ་ཅི་ཡང་མེད་པར་ཤེས་སོ། །བདག་ནི་ཐམས་ཅད་ལ་དབང་བསྐྱུར་བ་རང་དབང་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་འཛིན་པ་གནས་དང་གནས་མིན་ལ་མཁམ་པས་སྤོང་ལྟེ། ཚོས་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་སོ་སོའི་གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པའི་དབང་གིས་ཡོད་མེད་ཡིན་མིན་སྤྱི་ཚོགས་སུ་སྤངས་གི། བདག་གིས་ནི་རང་དབང་བསྐྱུར་ཏེ་ཅི་ཡང་བྱ་མི་རྣམས་པར་རྟོགས་སོ། །བདག་ ནི་བདག་པོའམ་གཙོ་བོ་སྤྱི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་དབང་པོར་གྱུར་པའི་

དོན་ཅན་དུ་འཛིན་པ་ནི་དབང་པོ་ལ་མཁམ་པས་སྤངས་ལྟེ། གུན་ཉོན་དང་རྣམ་བུར་གི་སྤྱོད་ཀྱི་ཚོས་ལ་དབང་བྱེད་པ་ན་དབང་པོ་ཉོར་གཉིས་པོ་འདི་ཙམ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་གཞན་པའི་དབང་པོར་གྱུར་པ་གཞན་ཅི་ཡང་མི་དགོས་ལམ་དམིགས་པའི་སྤྱིར་རོ། །བདག་སྤྱི་མི་འགྱུར་མི་འཕྲོ་བའི་རྟག་པར་འཛིན་པ་ནི་དུས་ལ་མཁམ་པས་སྤོང་ལྟེ། དངོས་པོའི་སྤྱི་འཇིག་ལ་བརྟེན་ནས་དུས་གསུམ་དུ་བཞག་ཅིང་དེ་གསུམ་གནས་སྐབས་ཐ་དད་པས་གཅིག་ཏུ་མི་རུང་ལ། དངོས་པོར་ཡོད་པ་ལ་སྤྱི་འགག་དང་དུས་གསུམ་གྱི་འགྱུར་བ་མེད་པར་མི་སྤྱི་དཔར་གྲུབ་པས་སོ། །བདག་གུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་དག་པའི་གནས་སམ་གཞི་ཉིད་དུ་ལྟ་བུ་བཞི་བདེན་པ་ལ་མཁམ་པས་སྤོང་ལྟེ། གུན་ཉོན་དང་རྣམ་བུར་གི་བདེན་གཞི་རྒྱུ་འབྲས་སུ་གསུམ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱལ་དུ་རྟོགས་པས་དེ་ལས་གཞན་པའི་གུན་བུར་གི་གཞི་འམ་དེ་ལ་ལོངས་སྤོང་པ་པོ་གང་ཡང་མ་གྲུབ་པར་རྟོགས་པས་སོ། །བདག་རྣལ་འབྱོར་ཅན་དུ་འཛིན་པ་ནི་ཐེག་པ་ལ་མཁམ་པས་སྤོང་ལྟེ། ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་ལམ་ཉམས་སུ་སྤངས་པ་ལས་དེ་དང་དེའི་ཡོན་ཏན་སྤངས་གི། གཞན་དུ་རྣལ་འབྱོར་ཅན་ནམ་སྤོམ་པ་དང་ལྡན་པའི་དངོས་པོ་གང་ཡང་མི་དམིགས་པས་སོ། །བདག་དེ་ཉིད་སྤྱིར་མ་གྲོལ་ལ་སྤྱིས་གྲོལ་བའི་ཁྱད་པར་ཅན་དུ་ལྟ་བུ་ནི་འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་ལ་མཁམ་པས་སྤོང་ལྟེ། འདུས་བྱས་ཟུག་པ་རྣམས་ཟད་པ་སོ་སོར་བརྟག་འགོགས་འདུས་མ་བྱས་ལ་སྤངས་འདས་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི། དེ་ལས་གཞན་པའི་མ་དག་པ་དང་དག་པར་གྱུར་པའི་བདག་ཚད་མས་མ་དམིགས་ལ། དེ་ལྟ་བུ་ཡོད་ན་ཐར་པ་མེད་པར་འགྱུར་བའི་རིགས་པས་གཞོད་པ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །ད་ལྟར་ན་ཕྱང་པོ་ལ་སོགས་པ་བཅུ་པོ་འདི་དག་ལ་ནི་དམིགས་ནས་མི་མཁམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྟག་གཅིག་རང་དབང་བ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པར་གུན་ཏུ་བཏགས་ནས་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། ལྟ་བའི་གནས་ཤེས་བྱ་དེ་དག་གི་རང་བཞིན་རི་ལྟ་བུ་བ་བཞིན་དུ་ཚོས་རབ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཐེབས་ན་ལྟ་བུ་དཔེ་ཐམས་ཅད་ལས་རང་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ ། སྤོང་བྱེད་མཁའ་བྱུང་གནས་བཅུ་བཤད་པ་ ། ། གནས་བཅུ་པོ་རང་བཞིན་གསུམ་དུ་འདུ་ཚུལ་དང་།  
གནས་སོ་སོར་མཁའ་པར་བྱ་བའོ། ། དང་པོ་ ། གནས་བཅུ་པོ་རང་བཞིན་གསུམ་དུ་འདུ་ཚུལ་ ། ། གུན་ཏུ་རྟོག་དང་  
སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

**གུན་ཏུ་རྟོག་དང་རྣམ་རྟོག་དོན། །  
ཚོས་ཉིད་དོན་གྱིས་དེ་དག་དེར། །**

མཁའ་པའི་དེ་ལོན་རྣམ་པ་བཅུ་པོ་དག་ཅུ་བའི་དེ་ལོན་རྗེ་ལྟར་འདུས་ཤིང་། གུན་ཏུ་རྟོག་པས་བརྟགས་པའི་གཟུགས་ནི་གཟུགས་  
གྱི་གུན་ཏུ་བརྟགས་པའི་དོ་བོ་དང་རྣམ་པར་རྟོག་པས་བརྟགས་པའི་དོན་གྱི་གཟུགས་ནི་གཟུགས་གྱི་གཞན་གྱི་དབང་གི་དོ་བོ་ཉིད་  
དང་། ། **ཚོས་ཉིད་གྱི་དོན་གྱིས་**གཟུགས་གྱི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་སྟེ་**དེ་དག་དེར་ལྟ་ཞིང་།** ། གཟུགས་ལ་ཇི་ལྟར་བཞིན་དུ་ཚོར་བ་ལ་  
སོགས་པའི་ཕྱང་པོ་རྣམས་དང་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ལ་སོགས་ལ་ཡང་སྐྱར་བར་བྱའོ།

མཁའ་པར་བྱ་བའི་གནས་རྣམ་པ་བཅུ་པོ་འདི་དག་གྲང་དོ་བོ་ཉིད་གསུམ་དུ་འདུ་ཚུལ་བཤད་ན། འདི་དག་ལ་གཉིས་སུ་  
སྤང་ཞིང་ཞེན་པས་གུན་ཏུ་རྟོག་པས་དེ་དང་དེར་བརྟགས་པའི་ཆ་རྣམས་ནི་གུན་བརྟགས་དང་། དེ་དག་ཐམས་ཅད་རྣམ་  
པར་རྟོག་པ་ཙམ་གྱི་དོ་བོར་གྱུར་པའི་དོན་གྱི་ཆ་ནས་གཞན་དབང་དང་། དེ་ཐམས་ཅད་གཉིས་སྟོང་གི་ཚོས་ཉིད་ཅན་དུ་  
གྲུབ་པའི་དོན་གྱིས་དེའི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་ཀྱང་ཡོད་དེ། དེ་ལྟར་སྤང་པོ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་དོ་བོ་ཉིད་གསུམ་པོ་དེར་འདུ་  
བ་ཡིན་ནོ། ། དེ་དཔེར་ན་གཟུགས་ལ་སྤྱི་དོན་དུ་ཞེན་ཅིང་བརྟོན་པ་ནི་གཟུགས་གྱི་གུན་བརྟགས་སོ། ། རྣམ་པར་རིག་པ་  
ཉིད་རྣམ་པར་བརྟག་པའི་གཟུགས་སུ་སྤང་བ་ནི་གཟུགས་གྱི་གཞན་དབང་དོ། ། གཟུགས་དེའི་ཚོས་ཉིད་གཉིས་སྟོང་  
གང་ཡིན་པ་གཟུགས་གྱི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པོ། ། དེས་ན་གུན་བརྟགས་པ་ལ་སོགས་པ་དེའི་ཁྱད་པར་དུ་གྲས་པའི་

གཟུགས་སུ་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་བྱུང་བུར་སྟེ། དེ་བཞིན་དུ་ཚོར་འདུ་སོགས་དང་། ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་སོགས་ལྷན་པ་གུན་  
ལ་སྐྱར་ཏེ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ ། གནས་སོ་སོར་མཁའ་པར་བྱ་བ་ ། ། རྒྱས་བཤད་ལ། བོད་དུ་བཤད་པ་བཞིན་བཅུ་ལས། དང་པོ་སྤང་པོ་ལ་  
མཁའ་པ་ནི། ཐོག་མར་དུ་མ་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

**ཐོག་མ་དུ་མ་ཉིད་དང་ནི། །  
བསྐྱེས་དང་ཡོངས་སུ་སྐྱེ་བའི་དོན།**

ཇི་ལྟར་བདག་ཏུ་སྟོབ་རྣམ་པ་བཅུ་པོ་གཉིན་པོར་སྤང་པོ་སོགས་ལ་མཁའ་པ་འདི་བཤད་ན། ། སྤང་པོ་སོགས་གྱི་དོན་མ་བཤད་པས་  
དེ་བརྟོན་པ་ནི་**ཐོག་མ་**ལོན་རྗེ་སྤང་པོ་དེ་དག་དོན་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་རིག་པར་བྱ་སྟེ་**དུ་མ**འི་དོན་གཟུགས་གང་ཅི་ཡང་ཅུང་སྟེ་འདས་  
པ་དང་མ་འོངས་པ་ཞེས་རྒྱ་ཆེར་འབྱུང་བ་**ཉིད་དང་ནི།** ། **བསྐྱེས་**པའི་དོན་ནི་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེས་ཏེ་ཞེས་འབྱུང་བ་**དང་**  
**ཡོངས་སུ་སྐྱེ་བའི་དོན་**ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཐ་དང་དུ་རྣམ་པར་བཞག་པའོ། ། སྤང་པོའི་དོན་ནི་སྤངས་པའི་དོན་ཏོ།

མཁའ་པར་བྱ་བའི་གནས་བཅུ་པོ་ཐོག་མ་སྤང་པོ་ཞེས་པ་ཇི་ལྟར་ན། འདུས་བྱས་གྱིས་བསྐྱེས་པའི་ཚོས་གྱི་བྱེ་བྲག་རང་  
མཚན་ཐ་དང་པ་དུ་མ་ཉིད་དུ་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་དང་ནི། དུ་མའི་ཚོས་དེ་དག་རིགས་མཐུན་པའི་སྟོན་ནས་ལྷན་ཅིག་བསྐྱེས་  
པ་དང་གཉིས་གྱི་སྟོན་ནས་དུ་མ་ལྷན་ཅིག་སྤངས་པ་ལ་སྤང་པོ་ཞེས་བྱ་ཞིང་། དེ་ལ་འདར་ནང་གི་དབྱེ་བ་ལྟར་ཡོངས་སུ་བྱེ་  
བའི་དོན་རྣམ་ཚུལ་དེ་ཉིད་གྱི་སྟོན་ནས་སྤང་པོ་སྤང་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། ། གང་ཞེ་ན།  
གཟུགས་དང་། ཚོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་། འདུ་བྱེད་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་སྤང་པོའོ། །



དེ་ལ་དབང་པོ་ལྟ་དང་། རོན་ལྷ་སྟེ་བཅུ་པོ་འདི་དག་རྒྱལ་དུ་གྲུབ་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པས་གཞུགས་སུ་རྩེད་བར་  
རིགས་འདྲ་བའི་སྲིད་ཚོས་ཐ་དད་པ་སྟོགས་དང་དུས་ཀྱིས་བསྟུན་པ་དེ་ཀུན་སྟོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་མས་ནས་གཞུགས་ཀྱི  
ཡུང་པོ་ཞེས་པའི་གངས་སུ་བཞག་པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་རང་ངམ་གཞན་གྱི་རྒྱུད་དུ་གཏོགས་པའི་བདེ་སྟུག་བཏང་སྟོམས་  
སྲོང་བའི་སེམས་བྱུང་ཡིན་ནོ་ཙམ་ལ་ཚོར་བའི་སྤང་པོ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་མཚན་མར་འཛིན་པའི་འདུ་ཤེས། ཤེས་པ་ཡུལ་  
ལ་འཇུག་པར་འདུ་བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་རྣམས་ཀྱིས་མཚོན་ནས་སྤང་པོ་བཞི་ལས་གཞན་པའི་འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་དང་།  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་ཚོགས་བརྒྱུད་དམ་དུ་གཤིག་རང་བཞིན་ཅན་ལོ། །

གཉིས་པ་ཁམས་ལ་མཁས་པ། འཛིན་དང་གཞུང་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

འཛིན་དང་གཞུང་དང་དེ་འཛིན་པ། །  
ས་བོན་དོན་ཏེ་གཞན་དུ་འདོད། །

ཁམས་ཀྱི་དོན་ནི་འཛིན་པའི་ས་བོན་གྱི་དོན་མིག་གི་ཁམས་ལ་སོགས་པ་དང་གཞུང་བའི་ས་བོན་གྱི་དོན་གཞུགས་ཀྱི་ཁམས་ལ་  
སོགས་པ་དང་དེ་འཛིན་པའི། །ས་བོན་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་ལ་སོགས་པའི་དོན་ཏེ་འདི་དག་ནི་སྟེ་མ་ལས་གཞན་དུ་  
འདོད་དོ།

ཁམས་ཞེས་པ་རྒྱུ་འཕྲུལ་གཞི་འཕྲུལ་ས་བོན་གྱི་དོན་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ནང་གི་དབྱེ་བ་བཙོ་བརྒྱུད་དུ་ཡོད་དོ། །དེ་ཡང་མིག་  
དབང་ནས་ཡིད་དབང་གི་བར་གྱི་མིག་གི་ཁམས་ལ་སོགས་པ་དུ་གཤིག་པོ་ནི་འཛིན་པར་བྱེད་པའི་ས་བོན་གྱི་དོན་ཅན་ཏེ།  
དབང་པོ་དུ་གཤིག་པོ་དེ་ལ་རང་ཡུལ་འཛིན་པར་བྱེད་པའི་རྣམ་པར་འཕྲུལ་ཡོན་ཏན་ཡོད་དེ། དེ་དག་ལ་མ་བརྟེན་པར་

མཐོང་སོགས་མི་རྣམས་པའི་སྲིད་པོ། །དེས་ན་ཐ་སྟོན་དུ་དེ་དག་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་ལ་ནི་མའི་ཚ་བ་  
བཞིན་དུ་དེ་དག་གི་ཁམས་ཞེས་བཏགས་ཏེ། ལྷ་གྲུབ་སྐྱེད་པའི་བྱེད་པ་གང་ལ་ཡོད་པ་ལ་ས་བོན་གྱི་ཁམས་ཞེས་བརྗོད་  
པ་བཞིན་ལོ། །དེས་ན་དབང་པོ་རྟེན་བཅས་སུ་མ་ཟད་དེ་མཚུངས་ཀྱི་སྐབས་ན་ཡང་ཡུལ་འཛིན་པའི་རྣམས་པ་དང་བྲལ་  
བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། སྟོམས་ནང་གི་ས་བོན་བཞིན་དུ་དེ་ལ་དེའི་ཚོས་དེ་དག་འབྲལ་མེད་དུ་ཡོད་པའི་སྲིད་པོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
གཞུགས་ཀྱི་ཁམས་ནས་ཚོས་ཁམས་ཀྱི་བར་དུ་གཤིག་པོ་འདི་ནི་ཡུལ་ཅན་དབང་པོ་དང་སྟོམས་བྱུང་བའི་གཞི་འཕྲུལ་ས་བོན་  
གྱི་དོན་ཡིན་ལ། ཡུལ་དབང་ཤེས་གསུམ་ཚོགས་པར་བསྐྱེད་པ། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་ནས་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་  
ཤེས་ཀྱི་ཁམས་ཀྱི་བར་དུ་གཤིག། ཡུལ་གཞུགས་སོགས་དེ་ཤེས་ཤིང་འཛིན་པའི་ས་བོན་གྱི་དོན་ཅན་ཡིན་ཏེ། གསལ་  
ཞིང་རིག་པའི་ངོ་བོས་ཡུལ་གྱི་རང་བཞིན་ཇི་སྟེ་སྟེ་ཡིན་པ་དེ་དང་དེ་གཅོད་པར་བྱེད་པའོ། །གཞན་དུ་འདོད་ཅེས་པ་ནི།  
བཤད་མ་ཐག་པ་མཁས་བྱའི་གནས་དང་པོ་ལས་གཞན་པ་ཁམས་ལ་མཁས་པའི་གནས་ཉིད་དུ་འདོད་ཅེས་པ་ཅམ་སྟེ།  
འོག་གི་སྐབས་རྣམས་སུ་འང་དེ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་སྐྱེ་མཆེད་ལ་མཁས་པ། ཚོར་དང་དོན་རྣམས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཚོར་དང་དོན་རྣམས་ཡོང་གཅོད་ཀྱི། །  
ཉེར་སྟོན་འབྲུང་སྟོ་གཞན་ཡིན་ལོ། །

སྐྱེ་མཆེད་ལས་ནང་གི་སྐྱེ་མཆེད་དག་ནི་ཚོར་བ་ཉེ་བར་སྟོན་པའི་སྐྱེ་བའི་སྟོམས་སྲིད་དང་སྐྱེའི་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་ནི་དོན་རྣམས་ཡོངས་  
སུ་གཅོད་བྱེད་ཀྱི། །ཉེ་བར་སྟོན་པ་སྟེ་རྣམ་ཤེས་འབྲུང་བའི་སྟོ་སྟེ་མ་གཉིས་ལས་གཞན་ཡིན་ལོ།

སྐྱེ་མཆེད་བཅུ་གཉིས་ལས། མིག་གི་སྐྱེ་མཆེད་ནས་ཡིད་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་བར་ནང་གི་དེ་དྲུག་པོ་ནི། ཚོར་བ་ཉེ་བར་སྐྱོད་  
པའི་འབྲུང་སྐོར་མ་སྐྱོ་སྐོར་ཡིན་ཏེ། མིག་སོགས་ནང་གི་སྐྱེ་མཆེད་དྲུག་པོ་འདིས་ཡུལ་དྲུག་གི་རང་བཞིན་ལ་ཉེ་བར་  
ལོངས་སྐྱོད་ནས་བདེ་སྦྱུག་སོགས་སྐྱོང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ནས་ཚོས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་བར་གྱི་  
སྤྱི་ཡི་སྐྱེ་མཆེད་དྲུག་པོ་དེ་ནི་དོན་རྣམས་སོ་སོའི་རང་གི་ངོ་བོ་ཡོངས་སུ་གཙོད་པའི་ཚུལ་ལ་ཉེ་བར་སྐྱོད་པའི་འབྲུང་སྐོ་  
ཡིན་ཏེ། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཡུལ་དུ་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་དང་དེར་ཤེས་པས་ཡོངས་སུ་གཙོད་པའི་ཉེ་བར་  
སྐྱོད་པ་འབྲུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡང་སྐྱེ་མཆེད་ཅེས་པ་ཤེས་པ་ཉེ་བར་སྐྱེ་བའི་སྐོར་ཡིན་པ་ལ་བཤད་དེ། སྐོར་འདི་དག་  
གིས་ཤེས་པ་ཡུལ་ལ་སྐྱེ་ཞིང་མཆེད་པར་བྱེད་པ་ལ་མིང་དེ་སྐྱོད་དུ་བཏགས་པའོ། །དེས་ན་གཟུགས་སོགས་ནི་ཡོངས་  
སུ་གཙོད་པར་བྱ་བ་དང་། མིག་སོགས་ནི་ཡུལ་སོགས་དེ་ལས་བྱུང་བའི་ཚོར་བ་ལ་ཉེ་བར་ལོངས་སྐྱོད་པ་པོ་ཡིན་པས་  
ན་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་ཚོགས་ནས་ཤེས་པ་སྐྱེ་ཞིང་དེ་དང་དེ་ལ་ཉེ་བར་ལོངས་སྐྱོད་བས་ན་ཉེར་སྐྱོད་ཅེས་བྱ་ཞིང་། དེ་  
འབྲུང་བའི་སྐོར་ནི་ཕྱི་དང་ནང་གིས་བསྐྱུས་པའི་ཚོས་བཅུ་གཉིས་པོ་འདི་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལའང་ཚོས་སུ་གདགས་  
པ་ཇི་སྟེད་པ་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ལ་སྐྱང་ཞིང་དེས་དེ་ལྟར་ཐ་སྐྱོད་བྱེད་ལ། དེ་ལས་བྱུང་བའི་བདེ་སྦྱུག་གི་ཆ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱང་ཤེས་པས་སྐྱོང་བ་ལས་གཞན་དུ་མེད་པས་ན་ཤེས་པ་ཉིད་འདོགས་བྱེད་ཡིན་ཅིང་། ཚོས་སུ་བཏགས་པ་ཀུན་གྱི་  
ནང་ན་འདི་གཙོ་ཆེ་བའི་ཕྱིར་ཚུལ་དེ་ལྟར་དེ་ཉིད་སྐྱེ་ཞིང་མཆེད་པའི་སྐོར་ཡི་ཚུལ་གྱིས་བསྐྱུན་པ་ཡིན་ཅོ། །

བཞི་པ་ ། རྟོན་འབྲེལ་ལ་མཁའ་པ་ ། ། རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱུན་ཏེ། །

རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཚོལ་བ་ལ། །  
སྐོར་འདོགས་མེད་ཅིང་སྐྱར་འདེབས་མེད། །

རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བའི་ངོ་བོ་ནི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་དང་བྱེད་པའི་ཚོལ་བ་ལ། ། །སྐོར་འདོགས་པ་མེད་ཅིང་སྐྱར་བ་འདེབས་པ་  
མེད་པའོ།

རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་གང་ཞེ་ན། ཕྱི་ནང་གི་ཚོས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་རྒྱུ་རྟོན་འབྲེལ་ལས་སྐྱེ་བ་སྟེ། དེ་  
ཡང་ནང་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་ནི་མ་རིག་པ་ནས་རྒྱ་ཤིའི་བར་གྱི་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་འབྲུང་  
བ་དང་། ཕྱིའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ས་བོན་ལས་སྐྱུ་གུ་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་རྒྱ་རྒྱུ་རྟོན་ཚོགས་པ་ལས་སྐྱེ་ཡི། རྒྱ་མེད་  
པ་དང་རྒྱ་མིན་པ་དུས་དང་དབང་སྦྱུག་སོགས་ལས་མི་སྐྱེ་བ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱེ་  
དབྱེ་གྱི་རྒྱ་དང་རང་རང་གི་འབྲས་བུ་དང་། རྒྱས་རང་འབྲས་བསྐྱེད་པའི་ཚོལ་བའམ་བྱེད་ལས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་སྐོར་འདོགས་  
པ་མེད་ཅིང་སྐྱར་འདེབས་མེད་པར་ཇི་བཞིན་གཏན་ལ་ཐབས་པ་ནི་རྟོན་འབྲེལ་གྱི་དོན་ལ་མཁའ་པ་ཡིན་ཅོ། །དེ་ལ་རྒྱ་  
མིན་རྒྱ་སྐྱེ་འདོགས་པ་ནི་དུས་དང་དབང་སྦྱུགས་སོགས་སེམས་ཅན་གྱི་བྱེད་པ་བོར་འདོད་པ་ལྟ་བུའོ། །རྒྱ་ཡིན་པ་ལ་  
རྒྱ་མིན་དུ་སྐྱར་བ་འདེབས་པ་ནི། ད་ལྟའི་སྤང་པོ་འདི་སྐྱེ་བ་སྤྲ་མའི་སྤང་པོ་ལས་མ་བྱུང་བར་འདོད་པ་ལྟ་བུའམ། ཡང་  
ན་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་སེམས་ཅན་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་མ་ཡིན་པར་འདོད་པ་ལྟ་བུའོ། །

འབྲས་བུ་ལ་སྐོར་འདོགས་པ་ནི། འཇིག་རྟོན་འདི་དག་དབང་སྦྱུག་སོགས་ཀྱིས་བྱས་པའི་འབྲས་བུར་འདོད་  
པའམ། རང་གི་ངོ་བོས་བྱུང་བ་ལྟ་བུར་འདོད་པ་དང་། འབྲས་བུ་ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་པ་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྐྱིན་པ་མེད་  
ཅེས་སམ། ཚོ་སྤྱི་མ་མེད་པའམ། འགོག་པ་མེད་པ་ལྟ་བུ་སོགས་ཡོད་པའི་འབྲས་བུ་ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་པ་ཐམས་ཅད་  
དོ། །རྒྱའི་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་ཚུལ་གྱི་ཚོལ་བའམ་བྱེད་པ་ལ་སྐོར་འདོགས་པ་ནི། ས་བོན་ལས་སྐྱུ་གུ་དང་མ་རིག་པ་ལས་  
འདུ་བྱེད་འབྲུང་བ་ལྟ་བུ་ལ་རྒྱ་དེས་འབྲས་བུ་དེ་བྱའོ་ཞེས་བསམ་པ་སྟོན་དུ་བཏང་ནས་བྱེད་པ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་གྱིས་བྱེད་པ་  
བོར་འདོད་པའམ། ཡང་ན་དབང་སྦྱུག་སོགས་ཀྱིས་དེ་ལ་དེ་བྱེད་དུ་གཞུག་པ་ལྟ་བུའི་བྱེད་པ་རང་དབང་བ་ཞེས་འཇིན་

པའོ། །

བྱེད་པ་ལ་སྐྱར་པ་འདེབས་པ་ནི་རྒྱ་དེས་དེ་བྱེད་མི་རྣམས་ཏེ་འབྲས་བུས་ན་རྒྱ་འགག་པ་སོགས་ཀྱི་སྲིར་རྒྱ་ལ་བྱེད་  
པའི་རྣམས་པ་མེད་པར་འཛིན་པ་ལྟས་སྟེ། མདོར་ན་རྒྱ་འབྲས་ཐམས་ཅད་ནི་སྐྱད་ཅིག་མ་ཡིན་ལ། སྐྱད་ཅིག་སྲུ་མ་དེ་  
ཉིད་སྲི་མའི་དུས་ན་མེད། རང་དུས་སྐྱད་ཅིག་གཅིག་པོ་དེར་འབྲས་བུ་བྱེད་པའི་ཚོལ་བའམ་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་གཞན་ཅི་  
ཡང་མེད་ཀྱང་། རྒྱ་ཚོགས་ན་འབྲས་བུ་མི་སྐྱེ་པའི་དབང་མེད་པ་ཙམ་གྱི་སྲིར་རྒྱ་འབྲས་སུ་བཞག་གོ། རྒྱའི་སྐྱད་ཅིག་  
ལ་འབྲས་བུ་བྱེད་འདོད་ཀྱི་ཚོལ་བ་མེད་ཀྱང་བསྐྱེད་པའི་རྣམས་པ་མེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཚེས་ཐམས་ཅད་བྱེད་པོས་དབེན་  
བཞེན་དུ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དབང་གིས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། ས་བོན་དང་མ་རིག་པ་ལྟ་བུས་བདག་གིས་སྐྱུ་གུ་འདུ་བྱེད་ལྟ་བུ་  
འདི་བསྐྱེད་དོ་སྦྱོར་དུ་མི་རྟོག་ སྐྱུ་གུ་དང་འདུ་བྱེད་དེ་དག་གིས་བདག་འདིས་བསྐྱེད་དོ་སྦྱོར་དུ་མི་རྟོག་བཞེན་དུ་རྟེན་  
འབྲེལ་བསྐྱེད་མེད་ཀྱི་རྒྱལ་དུ་འབྱུང་བ་དེ་བཞེན་དུ་ཚེས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དེ་དང་འབྲས་སྟེ། འདུས་བུས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
སྐྱད་ཅིག་མ་ཡིན་པ་དང་། རྒྱ་འབྲས་སྐྱེ་འགག་ཏུ་བྱེད་ཚུལ་ལ་བྱུང་མེད་པའི་སྲིར་པོ། །དེས་ན་གང་ཟག་གི་བསམ་པ་  
སྟོན་དུ་བཏང་ནས་ཟས་གོས་གནས་མལ་སོགས་བུས་ནས་རང་ཉིད་དེ་ལ་ལོངས་སྟོན་པ་ལྟ་བུ་ལའང་། རྒྱུན་གྱི་དབང་  
གིས་བྱེད་པོ་སོགས་སུ་བཏགས་ཀྱི། དོན་ལ་བྱེད་པ་པོར་བྱུབ་པ་མེད་དེ། སྟོན་དུས་བཟའ་བར་བྱའོ་སྦྱོར་པའི་ཡིད་  
ཀྱིས་སྐྱེས་བུའི་དབྱིད་དུས་ས་བོན་འདེབས་འདོད་ཀྱི་བསམ་པ་དེ་ལོ་ཉོག་གི་རྒྱའི་ཚོགས་པ་སྐྱེད་པ་ལ་ཉེ་བར་པན་པའི་  
བརྒྱུད་རྒྱ་ཡིན་ནའང་དེ་རང་ཉིད་ཀྱང་སྟོན་སོང་གི་རྒྱ་གཞན་གྱིས་བསྐྱེད་ལ། སེམས་པ་དེ་ལོ་ཉོག་པོ་ལོ་ཉོག་རང་དབང་  
བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་གྱི། དེའི་སྲི་ལོགས་སུ་བྱུང་བའི་རྒྱ་ཇི་སྟེད་ཅིག་ཚོགས་པའི་ཐ་མར་ལོ་ཉོག་བསྐྱེད་ལ། འབྲས་བུ་ལོ་  
ཉོག་སྐྱེས་པའི་དུས་ན་རྒྱ་ཐམས་ཅད་འགགས་པའི་སྲིར་ལོ་ཉོག་སྐྱེད་པའི་བྱེད་པོ་རྗེས་སུ་བྱུབ་པ་གང་ཡང་མེད་དེ།  
ཚེས་སྐྱེ་ཚོགས་པའི་རྒྱས་བསྐྱེད་ཅིང་རྒྱ་དེ་དག་ཀྱང་སྐྱད་ཅིག་མ་ཡིན་པའི་སྲིར་བྱེད་པ་པོ་མི་དམིགས་སོ། །འོན་ཀྱང་  
ཤིང་འདི་ནི་མི་འདིས་བཅུགས་སོ་ཞེས་བྱེད་པོར་འཛིན་པ་ལྟ་བུའི་ཐོག་མར་རྒྱའི་ཚོགས་པ་སྐྱེད་པའི་སྐྱེས་བུ་

དེའི་ཕུང་པོའི་རྒྱན་ལ་བྱེད་པ་པོ་བཏགས་པ་ཙམ་སྟེ་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྐྱད་ཐམས་ཅད་དེ་སྐྱར་གནས་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

སྲུ་པ་ ། གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་ལ་མཁས་པ་ ། ། མི་འདོད་འདོད་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱེན་ཏེ། །

- མི་འདོད་འདོད་དང་རྣམ་དག་དང་། །
- མཉམ་དུ་འབྱུང་དང་དབང་བྱེད་དང་། །
- འཛོལ་དང་ཀུན་དུ་སྟོན་པ་དག །
- གཞན་དབང་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཏེ་གཞན། །

གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་ནི་གཞན་གྱི་དབང་རྣམས་པ་བདུན་གྱིས་རིག་པར་བྱ་སྟེ། **མི་འདོད་པ་**གཞན་དབང་ནི་ཉེས་པར་སྟོན་  
པས་མི་འདོད་བཞེན་དུ་རན་འགོ་འགོ་བ་དང་**འདོད་པ་**གཞན་དབང་ནི་ལེགས་པར་སྟོན་པས་འདོད་པས་བདེ་འགོར་འགོ་བ་**དང་**  
**རྣམ་དག**གཞན་དབང་ནི་སྐྱིབ་པ་སྲུ་མ་སྐྱངས་ལ་བྱུང་རུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་རྣམས་མ་བསྐོམས་ན་སྐྱུ་བསྐྱེད་པ་མཐར་མི་བྱེད་པ་**དང་།**  
**མཉམ་དུ་འབྱུང་**བ་གཞན་དབང་ནི་དེ་བཞེན་གཤེགས་པ་དང་འཁོར་སྐྱུར་གཉིས་གཉིས་སྲུ་སྲི་མེད་པར་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་  
གཅིག་ཏུ་མི་འབྱུང་བ་**དང་དབང་བྱེད་པ་**གཞན་གྱི་དབང་ནི་བྱེད་མེད་འཁོར་ལོས་སྐྱུར་བ་ལ་སོགས་པ་མི་བྱེད་པ་**དང་།** **འཛོལ་པ་**  
གཞན་དབང་ནི་བྱེད་མེད་ཀྱིས་རང་སངས་རྒྱས་དང་རྣམ་ལྔ་མེད་པ་རྗེས་པའི་སངས་རྒྱས་མི་འཛོལ་པ་**དང་ཀུན་དུ་སྟོན་པ་**གཞན་  
དབང་ནི་ལྟ་བུར་སྐྱེས་ཚོགས་པས་སོགས་གཅོད་པ་སོགས་ཀུན་དུ་མི་སྟོན་པ་ལྟ་བུ་སྟེ་འདི་དག །**གཞན་དབང་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཏེ་སྲུ་མ་**  
དག་ལས་**གཞན་མོ།** རྒྱ་ཆེར་ནི་ཁམས་མང་པོ་ཅན་གྱི་མདོ་ལས་འབྱུང་བ་བཞེན་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པར་བྱའོ།

སྲིར་གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་བྱུང་ཆེ་སྟེ། རྒྱ་གང་ལས་འབྲས་བུ་གང་འབྱུང་བ་དང་  
མི་འབྱུང་བ། འབྲས་བུ་གང་ཞེས་རྒྱ་གང་ལ་བསྐྱོས་པ་དང་མི་བསྐྱོས་པ་ལྟ་བུའི་རྒྱལ་གྱི་སྲིད་པ་དང་མི་སྲིད་པའམ།



གནས་ཡོད་པ་དང་གནས་མེད་པའི་ཚུལ་ཤེས་པའི་སྒོ་ནས་འཁོར་འདས་བྱུང་དོར་གྱི་བྱ་བ་སྤྲོ་རྒྱལ་ལ་ཐམས་ཅད་ལ་  
 འཇུག་ལྡོག་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྐབས་འདིར་གཞན་དབང་རྣམ་པ་བདུན་དུ་བསྟན་པ་འདིས་མཚོན་ནས་གནས་  
 དང་གནས་མ་ཡིན་པའི་ཚུལ་མཐའ་དག་ལ་མཁས་པར་བྱ་བར་བསྟན་ཏེ། གང་ཞེ་ན། མི་འདོད་པ་གཞན་དབང་ཉིས་  
 པར་སྟོད་པའི་ལས་ཀྱིས་མི་འདོད་བཞིན་ངན་སོང་དུ་འགྲོ་བ་ལྟ་བུ་དང་། འདོད་པ་གཞན་དབང་ལེགས་པར་སྟུང་པའི་  
 ལས་ཀྱིས་འདོད་པའི་ཡུལ་བདེ་འགྲོ་ཐོབ་པ་ལྟ་བུ་དང་། རྣམ་པར་དག་པ་གཞན་གྱི་དབང་ལམ་སྒོམ་ཞིང་སྐྱིབ་པ་མ་  
 སྤང་བར་རྣམ་པར་དག་པ་མི་ཐོབ་པ་ལྟ་བུ་དང་། མཉམ་དུ་བྱུང་བ་གཞན་དབང་ནི་འགྲུན་ཆེན་མེད་པའི་ལས་བསགས་ན་  
 འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་གཅིག་ཏུ་སངས་རྒྱུས་གཉིས་དང་འཁོར་ལོས་བསྐྱུར་བ་གཉིས་ལྟན་ཅིག་མི་འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་དང་།  
 དབང་བྱེད་གཞན་དབང་བྱེད་མེད་ཀྱི་རྟེན་འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་བདུན་ལ་དབང་བྱེད་མི་རྣམས་པ་ལྟ་བུ་དང་། འཐོབ་  
 པ་གཞན་དབང་བྱེད་མེད་ཀྱི་རྟེན་ལ་རང་སངས་རྒྱུས་དང་སངས་རྒྱུས་ཉིད་མི་ཐོབ་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །ཀུན་ཏུ་སྟོད་པ་གཞན་  
 དབང་ནི་འཕགས་པས་སྒོ་བྱ་གཅོད་པ་སོགས་ཀུན་ཏུ་མི་སྟོད་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །དེ་ལྟར་ལས་དང་ཉོན་མོངས་དང་ཆེད་  
 གཞན་དབང་གསུམ་གྱིས་བསྟུས་པའི་བདུན་པོ་འདི་གཞན་དབང་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཏེ། དཔེར་ན་མི་དགའི་ལས་ཀྱིས་ངན་  
 འགྲོར་འགྲོ་བ་གནས་ཡོད་པ་ཡིན་ཅིང་། དེས་བདེ་འགྲོར་འགྲོ་བ་གནས་མེད་ཅིང་སྐབས་མེད་པའོ། །དེ་ལ་མི་འདོད་  
 གཞན་དབང་ཞེས་བྱ་སྟེ། ངན་འགྲོར་འགྲོ་བ་སྐྱུས་ཀྱང་མི་འདོད་མོད་ཀྱི་རྒྱ་མི་དགའི་ལས་སྟོན་སོང་གི་གཞན་དབང་  
 ཅན་ཡིན་ཏེ་རང་གི་འདོད་པས་བསྐྱོག་ཏུ་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་དགའ་བའི་ལས་ཀྱིས་བདེ་འགྲོར་འགྲོ་བ་གནས་ཡོད་ལ།  
 ངན་འགྲོར་འགྲོ་བ་གནས་མེད་པས་འདོད་པའི་བདེ་འགྲོ་ཐོབ་པ་དེ་ཡང་དགའ་བའི་ལས་སྟོན་སོང་ལ་རྒྱལ་ལས་པའི་  
 གཞན་དབང་ཅན་ཡིན་ཏེ། རང་གི་འདོད་པས་འཇུག་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྐྱིབ་པ་སྤངས་པ་ལས་རྣམ་དག་  
 ཐོབ་པ་དང་། མ་སྤངས་ན་མི་ཐོབ་པ་སོགས་ལྷག་མ་རྣམས་ལ་འང་སོ་སོའི་གནས་ཡོད་སྐབས་ཡོད་དང་། གནས་མེད་  
 སྐབས་མེད་ཀྱི་ཚུལ་ཤེས་པར་བྱས་ནས་དེས་མཚོན་ཏེ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དངོས་པོའི་ཆོས་ཉིད་རང་གི་ཚུལ་ཇི་

ལྟ་བུ་ཡིན་པ་ལ་སྐྱེས་བུའི་རང་འདོད་ཀྱིས་བཅོས་སུ་མེད་པར་ཤེས་ནས་ཆོས་གང་ལ་གང་ཞེས་གནས་ཡོད་པ་ཡིན་པ་  
 དང་། གང་ལ་གང་གནས་མིན་ཅིང་སྐབས་མིན་པའི་དགག་སྐྱབ་ཀྱི་ཚུལ་ལ་མཁས་པར་བྱའོ། །

དུག་པོ་། །དབང་པོ་ལ་མཁས་པ་། ། འཛིན་དང་གནས་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

འཛིན་དང་གནས་དང་རྒྱན་མི་འཆད། །

སྟོད་དང་དག་པ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱིར། །

དབང་པོ་ནི་རྣམ་པ་ཉེར་གཉིས་ཏེ་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་དུག་འཛིན་པ་ལ་མིག་སོགས་དུག་པོ་དབང་བྱེད་པ་དང་གནས་  
 པ་ལ་སོག་གི་དབང་གི་བྱེད་པ་དང་རིགས་རྒྱན་མི་འཆད་པ་ལ་པོ་དང་མེད་དབང་པོ་གཉིས་དབང་བྱེད་པ་དང་། །དགའི་མི་དགའི་  
 འབྲས་བུ་ལོངས་སྟོད་པ་ལ་ཚོར་བ་རྣམས་དབང་བྱེད་པ་དང་འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་དག་པ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱིར་དེ་  
 ལ་དབང་བྱེད་པ་ནི་རིམ་པ་ལྟར་དད་སོགས་ལྟ་དང་ཀུན་ཤེས་གསུམ་ཡིན་ནོ།

དེ་ཡང་བྲམ་ཟེ་རང་བཞིན་ཉན་གྱིས་ལུས་པའི་དབང་དུ་མཛོད་ནས་དབང་པོ་ཉེར་གཉིས་སུ་གསུངས་ཏེ། མིག་དབང་  
 སོགས་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་པ་ལྟ་དང་། ཡིད་དབང་དང་། སྟོག་གི་དབང་པོ་དང་། ཐོ་དབང་དང་། མོ་དབང་དང་།  
 ཚོར་བ་བདེ་བ་དང་། ཡིད་བདེ་བ་དང་། སྐྱབ་བསྐྱུལ་དང་། ཡིད་མི་བདེ་བ་དང་། བཏང་སྟོམས་ཀྱི་དབང་པོ་ལྟ་དང་།  
 དད་པའི་དབང་པོ་སོགས་དབང་པོ་ལྟ་དང་། མི་ཤེས་པ་ཀུན་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་དབང་པོ་ཀུན་ཤེས་པའི་དབང་པོ། ཀུན་  
 ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་པོ་གསུམ་སྟེ་དེ་ལྟར་ཉེར་གཉིས་སོ། །དེ་ལ་ཀུན་ཤེས་བྱེད་པའི་དབང་པོ་ནི། མཐོང་ལམ་པའི་  
 རྒྱུད་ཀྱི་ཡིད་དང་དད་སོགས་ལྟ་དང་། ཚོར་བ་དེ་ཡིད་བདེ་བཏང་སྟོམས་ཀྱི་དབང་པོ་ཀུན་ཤེས་པའི་དབང་པོ། ཀུན་

ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་པོ་གསུམ་སྟེ་དེ་ལྟར་ཉེར་གཉིས་སོ། །དེ་ལ་ཀུན་ཤེས་བྱེད་པའི་དབང་པོ་ནི། མཐོང་ལམ་པའི་  
རྒྱུད་ཀྱི་ཡིད་དང་དང་སོགས་ལྟ་དང་། ཚོར་བ་དེ་ཡིད་བཏང་སྒྲོམས་ཀྱི་དབང་པོ་དགུ་པོ་དེ་ལ་མིང་དེ་ལྟར་བརྗོད་  
ཅིང་། དེ་བཞིན་དུ་སྒྲོམ་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་དེ་དགུ་ལ་ཀུན་ཤེས་པའི་དབང་པོ་དང་། མི་སྒྲོབ་པའི་ལམ་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་དེ་དགུ་  
ལ་ཀུན་ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་པོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་དག་གིས་གང་ལ་དབང་བྱེད་ཟེར་ན། མིག་དབང་ནས་ཡིད་དབང་གི་བར་གྱི་དུག་པོ་དེས་གཟུགས་ལ་  
སོགས་པ་རང་ལུལ་དེ་དག་འཛིན་པ་ལ་དབང་བྱེད་དོ། །སློབ་གྲི་དབང་པོས་རིས་མ་སྐྱུན་པར་གནས་པ་ལ་དབང་བྱེད།  
པོ་མོའི་དབང་པོས་མངལ་ནས་སྐྱེ་བ་རྒྱུན་མི་འཆད་པ་ལ་དབང་བྱེད། ཚོར་བ་བདེ་སོགས་ལྟ་པོས་དགོ་སྒྲིག་གི་འབྲས་  
བུ་ལ་འོངས་སྟོན་པ་ལ་དབང་བྱེད་པ་དང་། དང་སོགས་ལྟ་དང་ཀུན་ཤེས་བྱེད་སོགས་གསུམ་གྱིས་དག་པ་རྣམས་པ་  
གཉིས་ལ་དབང་བྱེད་པ་ཉིད་དེ། ཇི་ལྟར་ན་དང་སོགས་དབང་པོ་ལྡན་འཛིན་ཉེན་པའི་རྣམས་པར་དག་པ་ལ་དབང་བྱེད་པ་  
དང་། ཀུན་ཤེས་བྱེད་པ་སོགས་དབང་པོ་གསུམ་གྱིས་འཛིན་ཉེན་ལས་འདས་པའི་རྣམས་པར་དག་པ་ལ་དབང་བྱེད་དོ།  
།དེ་ལྟར་དབང་བྱེད་པའི་སྤྱིར་ན་ཉེར་གཉིས་པོ་འདི་ལ་དབང་པོ་ཞེས་གསུངས་སོ།

བདུན་པ་ ། ཏུས་ལ་མཁའ་པ་ ། ། འབྲས་བུ་རྒྱ་རྣམས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

**འབྲས་བུ་རྒྱ་རྣམས་སྟེན་ཟེན་དང་། །  
དེ་བཞིན་མ་སྟེན་གཞན་ཡིན་ནོ། །**

ཏུས་མཁའ་པ་ནི་འབྲས་བུ་དང་རྒྱ་རྣམས་སྟེན་ཟེན་པ་འདས་པའི་ཏུས་དང་རྒྱ་སྟེན་ལ་འབྲས་བུ་མ་སྟེན་པ་ལྟར་བུང་བའི་ཏུས་དང་།  
།དེ་བཞིན་དུ་གཉིས་ཀ་མ་སྟེན་པ་མ་འོངས་པའི་ཏུས་ཏེ་སྡུ་མ་ལས་གཞན་ཡིན་ནོ།

ཏུས་ཞེས་པ་ནི་དངོས་པོ་གང་ཞིག་སྐྱེ་འགག་བྱེད་པའི་ཆ་ལས་བཏགས་པ་སྟེ། ཇི་ལྟར་ན་དངོས་པོ་རྣམས་རྒྱ་དང་ལྡན་  
པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་ན་ཚོས་གང་ཞིག་འབྲས་བུ་སྟེན་ཟེན་པ་དེ་ནི་འདས་པ་སྟེ་འོངས་སྟོན་པའམ་རང་ཉིད་བྱུང་བ་ཟེན་ནས་ད་  
ལྟ་འགག་པ་ཡིན་ཏེ། འབྲས་བུ་སྟེན་ཟེན་ན་དེའི་རྒྱ་སྟེན་དུ་འགགས་པ་དོན་གྱིས་ཤེས་སོ། །དེས་ན་རང་གི་རྒྱ་ལས་  
དངོས་པོ་དེ་སྤྱད་བྱུང་བ་ཡིན་ཀྱང་ད་ལྟ་མེད་པ་ལ་འདས་པ་ཞེས་བྱའོ། །རྒྱ་རྣམས་སྟེན་ཟེན་ལ་འབྲས་བུ་མ་སྟེན་པ་  
དེ་ནི་ད་ལྟ་བཞིས་བྱས་ཏེ། གང་གིས་ན་རྒྱའི་ཚོགས་པ་ཚང་ནས་འགག་པར་གྱུར་པའི་དབང་གིས་འབྲས་བུ་དེ་ད་ལྟ་  
ཡོད་པ་ཡིན་ཅིང་འབྲས་བུའི་ཏུས་ན་རྒྱ་ཡོད་པར་མི་རིགས་ལ། འབྲས་བུ་ཉིད་འགག་པར་མ་གྱུར་པའི་ཆ་ནས་ད་ལྟ་  
བཞིས་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་ཀ་མ་སྟེན་པ་སྟེ་མ་འོངས་དུ་མ་གྱུར་པ་ནི་མ་འོངས་པ་ཞེས་བྱས་ཏེ། མ་འོངས་  
པ་ན་འབྲས་བུའི་ཚོས་དེ་མ་འོངས་དུ་བྱུང་བའི་རྒྱ་ཡོད་ཀྱང་ད་ལྟ་ཚོགས་པ་མ་ཚང་ཞིང་དངོས་རྒྱ་ཏུས་པ་ཐོགས་མེད་དུ་  
མ་གྱུར་པས་ན་རྒྱ་སྟེན་མ་ཟེན་པ་ཞེས་བྱས་ཏེ་རྒྱ་སྟེན་ཟེན་ན་འབྲས་བུ་དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཡོད་དགོས་ལ། རྒྱ་ཡང་མ་སྟེན་ན་  
འབྲས་བུ་ལྟ་ཅི་སྟོས་པའི་སྤྱིར་པོ། །དེས་ན་ཚུལ་འདིས་སྤྱད་ཅིག་གི་ཏུས་གསུམ་དང་རགས་པ་རྒྱུན་གྱི་སྟེང་གི་  
ཏུས་གསུམ་པོའི་ཐ་སྟོན་གང་ལྟར་བྱས་ཀྱང་དེ་ལྟར་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་རྣམས་པ་གསུམ་གྱིས་བསྟན་པའི་ཏུས་  
ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལ་འདུས་མཐའི་སྐད་ཅིག་ནས་བརྟམས་ཏེ་བསྐལ་པ་ཆེན་པོ་ལ་སགས་པའི་བར་དུ་བཏགས་པས་ན།  
ཏུས་ཀྱི་ཆ་ནི་སྐད་ཅིག་གི་སྟེང་བ་ཡིན་ནའང་། ཏུས་ཀྱི་ཆ་དུ་མ་ལ་ད་ལྟའི་བསྐལ་པ་ཞེས་གཅིག་ཏུ་འཛོག་པ་སོགས་ཐ་  
སྟོན་གྱི་དབང་གིས་རྣམས་བཞག་སྐྱ་ཚོགས་སུ་བྱེད་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

བརྒྱུད་པ་ ། བདེན་པ་ལ་མཁའ་པ་ ། ། ཚོར་བ་རྒྱ་དང་སོགས་ཚོགས་བཅད་གཅིག་གིས་བསྟན་ཏེ། །

**ཚོར་བ་རྒྱ་དང་བཅས་པའི་དོན། །  
དེ་ཡི་རྒྱ་ནི་སྟེན་པ་ཡིན། །**

དེ་ཞི་བ་དང་གཉིན་པོའི་དོན། །

ལྷན་པའི་ཕྱིར་ན་གཞན་དུ་འདོད། །

བདེན་པ་བཤད་པ་ལ་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཚོར་བ་རྒྱ་དང་བཅས་པའི་དོན་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་བདེན་པ་དང་། །སྤྲུག་བསྐྱེད་དེ་ཡི་རྒྱ་ལས་དང་  
ཉོན་མོངས་པ་ནི་སྐྱབ་པ་ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་ཡིན་ལ། །དེ་གཉིས་ཞི་བ་འགོག་བདེན་དང་གཉིན་པོའི་དོན་དང་། །ལྷན་པའི་ཕྱིར་  
ན་ལས་ཀྱི་བདེན་པ་སྟེ་སྐྱེ་མ་དག་ལས་གཞན་དུ་འདོད་དོ།

དངོས་པོའི་ཚོས་ཉིད་ཇི་ལྟ་བུ་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཟུགས་པའི་དོར་བདེན་ཅིང་མི་བསྐྱེད་བའི་དོན་ལ་བདེན་པ་ཞེས་  
བྱ་བ། དེ་ལ་དབྱེ་ན་ཀུན་གྱི་རྒྱ་ལྷན་ལས་སྤེལ་བའི་བདེན་པ་རྣམས་པ་བཞིའོ། །དེ་གང་ཞེ་ན། ཟག་བཅས་ཀྱི་ཚོར་བ་  
གང་ཞིག་སྤྲུག་བསྐྱེད་གསུམ་དང་ཅི་རིགས་པར་ལྷན་པ་དང་དེའི་རྒྱུའམ་གཞི་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་ཕྱུང་པོ་སྤེལ་བསྐྱེད་པའི་  
དོན་ཅན་གྱི་ཚོས་རྣམས་ནི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་བདེན་པའོ། །

སྤྲུག་བསྐྱེད་དེ་ཡི་རྒྱ་ནི་འཁོར་བའི་ཡང་སྤིད་ཀུན་ནས་འབྱུང་བའམ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་དེ་ཡིན་ཏེ། གང་ཞེ་ན།  
ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ཀུན་འབྱུང་བའི་བདེན་པ་ཞེས་བྱའོ། །སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་ཀུན་འབྱུང་དེ་གཉིས་  
གཉན་དུ་ཞི་བ་ནི་འགོག་པའི་བདེན་པ་དང་། ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ཚོས་དེ་དག་ཟད་པར་བྱེད་པའི་གཉིན་པོའི་དོན་  
དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་ན་ལས་ཀྱི་བདེན་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། བདག་མིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་འཁོར་དང་བཅས་པའོ། །

དགུ་པ་ ། རྟོག་པ་ལ་མཁའ་པ་ ། ། ཡོན་ཏན་སྐྱོན་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཡོན་ཏན་སྐྱོན་དང་རྣམ་མི་རྟོག། །

ཤེས་པས་གཞན་ལས་བདག་གིས་ནི། །

ངེས་པར་འབྱུང་ཕྱིར་གཞན་ཞེས་བྱ། །

ཐེག་པ་གསུམ་བཤད་པ་ནི། ལྷ་དང་ལས་འདས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་འཁོར་བའི་སྐྱོན་སོ་སོར་ཤེས་པ་ཉན་རང་གཉིས་དང་རྣམ་པར་  
མི་རྟོག་པའི་དོན། །ཤེས་པས་བྱུང་བའམ་སྤེལ་བའི་ཐེག་པ་སྟེ་དེ་ཡང་སྐྱོན་ཡོན་ཤེས་པ་གཞན་ལས་ཐོས་ནས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་  
ཉན་ཐོས་དང་བདག་གིས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་རང་སངས་རྒྱས་དང་བདག་གིས་ནི། །མི་རྟོག་པའི་ཤེས་ཀྱིས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་  
བྱུང་བའམ་སྤེལ་བའི་ཐེག་པ་སྟེ་རྣམ་པར་བཞག་པ་སྐྱེ་མ་དག་ལས་གཞན་ཞེས་བྱའོ།

དེ་ལ་ཐེག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། ལྷ་ནི་སྤེལ་ལས་དངས་ན་བཞེན་པ་སོགས་ཀྱི་དོན་ལ་འབྱུག་སྟེ་ལས་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་  
གང་ཟག་གང་ཞིག་ལྷགས་པའམ་ཞེན་ན། དེ་ཉིད་ཀྱིས་གང་འདོད་པ་འབྱས་བུའི་སྤྲུགས་སུ་འདེགས་ཤིང་སྤྲིན་པར་  
བྱེད་པས་ན་ཐེག་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་ལས་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ལ་འདིས་འདེགས་པ་རྒྱུའི་ཐེག་པ་དང་། དེས་ཐོབ་བུའི་  
འབྱས་བུ་ལ་འདིར་འདེགས་པ་འབྱས་བུའི་ཐེག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་སྐད་མཛད་དོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཐེག་པ་དེ་ལ་འཇིག་རྟེན་  
པའི་ཐེག་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཐེག་པའི་དབྱེ་སྒྲོན་ནས་རྣམ་གྲངས་དུ་མར་ཡོད་ཀྱང་སྐྱབས་འདིར་རྣམ་  
པར་གྲོལ་བ་ཉན་རང་བྱུང་སོམས་ཀྱི་ཐེག་པ་གསུམ་དང་། དེ་ཡང་བསྐྱེད་ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུད་གཉིས་སུ་འདུལ། དེ་དག་གི་  
ཁྱད་པར་བཤད་ན། ལྷ་དང་ལས་འདས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། འཁོར་བའི་སྐྱོན་དང་འདི་གཉིས་སྟོབ་དཔོན་གཞན་ལས་  
ཐོས་ཤིང་དེ་ཡི་རང་བཞིན་ཤེས་པའི་སྐྱོན་ནས་རང་འབྱས་འཁོར་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཞི་བའི་ས་ལ་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་  
ཕྱིར་ན་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ཞེས་བྱའོ། །འཁོར་འདས་ཀྱི་སྐྱོན་ཡོན་དེ་དག་སྟོབ་དཔོན་ལ་མ་བསྟོས་པར་བདག་གིས་ནི་  
མངོན་དུ་ཤེས་པས་ཞི་བའི་ས་ལ་ངེས་པར་འབྱུང་བ་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་ཞེས་བྱའོ། །འཁོར་འདས་ལ་སྐྱོན་དང་  
ཡོན་ཏན་ཐ་དད་པ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པར་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་ཤེས་ནས། སྤིད་ཞིར་མི་གནས་པའི་ལྷ་དང་ལས་ཆེན་པོར་



ངེས་པར་འབྱུང་བ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་ཕྱི་ལོ་ཡོངས་འཛིན་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་གཞན་དང་། ཉང་གི་  
ཡོངས་འཛིན་པ་དག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཐབས་ཤེས་ཟབ་མོ་རྒྱུད་དུ་འབྲེལ་བ་སྟེ་གཉེས་པོ་དེ་ཡི་མཐུ་ལས་དེ་ལྟ་བུར་བྱུང་བ་  
ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ་ཞེས་སོ། །

**བརྩ་པ་ ། འདུས་བྲས་འདུས་མ་བྲས་ལ་མཁམ་པ་། ། བཏགས་པ་རྒྱུར་བཅས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །**

- བཏགས་བཅས་རྒྱུར་བཅས་རྒྱུ་མཚན་དང་། །
- རབ་ཏུ་ཞི་བ་དོན་བཅས་ནི། །
- ཐ་མ་ཉིད་དུ་བཤད་པ་ཡིན། །
- བསྟན་བཅོས་དབྱུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས། །
- དེ་ཁོ་ནའི་ལུང་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ་གསུམ་པའོ། །

འདུས་བྲས་དང་འདུས་མ་བྲས་བཤད་པ་ནི། **བཏགས་པ་སྟེ་མིང་གི་ཚོགས་ལ་སོགས་པ་དང་བཅས་པ་དང་རྒྱུར་བྱུར་པ་ས་པོན་དུ་**  
བསྟུས་པའི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་བཅས་པ་དང་རྒྱུ་མཚན་ནི་གནས་དང་ལུས་དང་ལོངས་སྟོན་དུ་བསྟུས་པ་དང་། **། རབ་**  
**ཏུ་ཞི་བ་འགོག་པ་དོན་ཏེ་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་བཅས་པ་ནི། །**ཐ་མ་ཉིད་དུ་བཤད་པ་ཡི་ནོ། །དེ་ཁོ་ནའི་དོན་བསྟུས་པ་ནི་མདོར་བསྟུན།  
རྣམ་པ་གཉེས་ཏེ་མེ་ལོང་ལྟ་བུའི་དེ་ཁོ་ན་དང་སྤང་བའི་དེ་ཁོ་ན་འོ། །དེ་ལ་མེ་ལོང་ལྟ་བུ་ནི་རྩ་བའི་དེ་ཁོ་སྟེ་ལྷག་མ་རྣམས་དེ་ལ་སྤང་  
བའི་ཕྱིར་འོ། །སྤང་བའི་ནི་རྣམ་པ་དགུ་སྟེ། ང་རྒྱལ་མེད་པའི་སྤང་བའི་དེ་ཁོ་ན་དང་། །སྤྱིན་ཅི་ལོག་གི་གཉེན་པོའི་སྤང་བ་དེ་ཁོ་ན་  
དང་། །ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་སྤང་བའི་དེ་ཁོ་ན་དང་། །རྟགས་པས་ཡོངས་སུ་སྤྱིན་པར་བྱེད་ཅིང་སྤྱོད་པར་རྣམ་  
པར་གྲོལ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཐེག་པ་ཆེན་པོས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་སྤང་བའི་དེ་ཁོ་ན་དང་། །དཔེ་ལ་བརྟེན་ཏེ་རིགས་པས་ཚར་

གཙོད་པའི་ཕྱིར་པས་ཀྱི་སྐོལ་བ་ཚར་གཙོད་པ་སྤང་བའི་དེ་ཁོ་ན་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མདོན་པར་བརྟེན་པ་སྤང་བའི་དེ་ཁོ་ན་དང་།  
ཤེས་བྱའི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ལ་འབྲུག་པ་སྤང་བའི་དེ་ཁོ་ན་དང་། མ་ནོར་བའི་དེ་བཞིན་ཉིད་མདོན་པར་བརྟེན་པ་སྤང་བའི་དེ་ཁོ་ན་  
དང་། བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་གཞི་ལ་དགོངས་པ་ཐམས་ཅད་རྟོགས་པར་སྤང་བའི་དེ་ཁོ་ན་འོ། **། བསྟན་བཅོས་དབྱུས་དང་མཐའ་རྣམ་**  
**པར་འབྱེད་པ་ལས་དེ་ཁོ་ནའི་ལུང་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ་གསུམ་པའོ།**

མིང་ཚོག་ཡི་གའི་སྟོན་ས་བཏགས་པ་དང་བཅས་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་ཚོས་གང་ཞེས་རྒྱུར་བཅས་ཞེས། རྒྱུ་ནི་ཀུན་གཞིའི་  
རྣམ་ཤེས་ཉིད་དེ་དེ་ལ་བག་ཆགས་སྤོ་ཚོགས་བསགས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཁམས་ལས་སྤང་བ་ཐམས་ཅད་བྱུང་བའོ། །རྒྱུ་  
མཚན་དང་བཅས་པ་ཞེས་མིང་གདགས་པའི་གཞིའམ་རྒྱུ་མཚན་གྱི་ནང་གི་སྤང་བ་རྣམས་ཏེ། གང་ཞེན། སྤི་ཡུལ་  
གྱི་ཆར་བསྟུས་པ་གནས་སྟོན་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་རི་སྒྲིང་སོགས་སུ་སྤང་བ་དང་། ལུས་སུ་སྤང་བ་སེམས་ཅན་སོ་སེའི་  
ལུས་དང་ལོངས་སྟོན་དུ་སྤང་བ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དང་། ཉང་འཛིན་པའི་ཆར་བསྟུས་པ། ཉོན་མོངས་པའི་ཡིད་  
དང་། རྣམ་ཤེས་ཚོགས་ལྗང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཞེས་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དང་བཅས་པའི་ཚོགས་བདུན་པོ་དག་སྟེ། དེ་  
ལྟར་བྱིན་གྱི་སྤང་བ་འདི་ཐམས་ཅད་ཀུན་གཞི་རྣམ་སྤྱིན་གྱི་ཆའོ། །འདི་ཐམས་ཅད་ནི་ལས་ཉོན་ཀྱི་རྒྱུ་ལས་འདུས་  
བྲས་ཤིང་མི་རྟག་པའི་ཕྱིར་ན་འདུས་བྲས་ཞེས་བྱའོ། །རབ་ཏུ་ཞི་བ་འགོག་པ་དང་། དོན་ནི་ལམ་གྱིས་དམིགས་ཡུལ་  
དེ་བཞིན་ཉིད་དང་བཅས་པ་འདི་དག་འདུས་མ་བྲས་པའོ། །དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་ལམ་དེ་ཡང་ཞི་བར་བྱེད་པས་  
ན་ཞི་བར་གཏོགས་ཤིང་ལས་ཉོན་གྱིས་འདུས་མ་བྲས་པའི་ཆ་ནས་འདུས་མ་བྲས་པའི་ཐ་སྟོན་བཏགས་པ་ལ་འགལ་  
བ་མེད་ཀྱང་། ལམ་རང་གི་ངོ་བོ་སྐྱེ་འགག་དང་བཅས་པས་ན་འདུས་མ་བྲས་མཚན་ཉིད་པར་མི་བཞག་གོ། །འདུས་  
བྲས་འདུས་མ་བྲས་ལ་མཁམ་པ་འདི་ནི་མཁམ་བྱའི་གནས་བཅུའི་ནང་གི་ཐ་མ་ཉིད་དུ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །བཤད་ཚུལ་  
དེ་ལྟར་ན། དོན་བཅས་ཞེས་པ་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་། རབ་ཏུ་ཞི་བ་འགོག་པ་འདུས་བྲས་མི་སྟོབ་ལམ་གྱི་ཆར་བསྟུན། ཚོས་ལྗང་

ལ་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་བསྐྱེས་ནས་དེའི་སྤྱིང་ནས་འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་བྱུང་པར་སྤྱི་སྤྱི་འཛོག་ཚུལ་ལྟ་བུ་ཞིག་  
ཏུ་འགོ་བཙུག་གི་སྤྱི་དང་བྱུང་པར་སེམས་ཅོམ་གྱི་ལྷུས་ལ་མཛོམ་ཤིང་སྤུན་མོང་སྤྱིར་ནི། བཏགས་པ་དང་བཅས་ཤིང་རྒྱར་  
བཅས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་རབ་ཏུ་སྤྱི་བ་སྤྱི། ཀུན་ཏུ་བཏགས་པའི་གཞིར་གྱུར་པ་དང་བཅས་ཤིང་། གཞན་དབང་གི་  
རྒྱ་ལས་སྤྱིས་པ་དང་བཅས་པའམ། རྒྱ་ལས་སྤྱིས་པ་སྤྱི་འགག་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་འདུས་བྱས་དང་། བཏགས་  
བཅས་དང་རྒྱ་རྒྱུན་ལས་སྤྱི་བ་དང་འགག་པ་དེ་དག་རབ་ཏུ་ཞི་བ་གང་ཞིག་དོན་དང་བཅས་པ་སྤྱི་གཏན་མེད་རི་བོང་  
གི་རུ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པ་ཡོངས་བྱུང་དེ་བཞིན་ཉིད་ལྟ་བུ་ནི་འདུས་མ་བྱས་པའོ། །ཞེས་བཤད་ཀྱང་དོན་གྱི་  
འགལ་བ་མ་མཐོང་ངོ་། །དབུས་མཐའ་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་དེ་ལོན་ཉིད་ཀྱི་ལེ་ལུའི་འབྲེལ་བའི་སྐབས་སོ། །།



# དཔལ་ལཱ་ལཱ་

གཉིས་པ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ། ལམ་གྱི་ཚེས་དང་། ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་དང་། ལམ་གྱི་འབྲས་བུ། །དང་པོ་  
 རྒྱ་ལམ་གྱི་ཚེས་ཀྱི་ལ། ལམ་ལྷ་ལ་བྱུང་སྟོགས་ཀྱི་ཚེས་སོ་བདུན་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་། དེ་དག་གནས་སྐབས་  
 གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་དང་། བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་ལམ་གྱི་བྱུང་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་རྒྱ་ལམ་ལྷ་ལ་བྱུང་སྟོགས་ཀྱི་  
 ཚེས་སོ་བདུན་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཀྱི་ལ་ཚོགས་ལམ་རྒྱང་རྒྱར་བྱེད་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་བཞི་བཤད་པ། འབྲིང་པོར་ཡང་  
 དག་སྟོང་བ་བཞི། ཚེན་པོར་རྩུ་འཕུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་བཞི། སྟོར་ལམ་འོད་ཅེ་གཉིས་སུ་དབང་པོ་ལྷ། བཟོད་པ་ཚོས་མཚོག་  
 གཉིས་སུ་སྟོབས་ལྷ། མཐོང་ལམ་དུ་བྱང་རྒྱུ་ཡན་ལག་བདུན། སྟོམ་ལམ་དུ་འཕགས་ལམ་བརྒྱུད་བཤད་པའོ། །དང་  
 པོ་རྒྱ་ཚོགས་ལམ་རྒྱང་རྒྱར་བྱེད་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་བཞི་བཤད་པ་ཀྱི། གནས་ངན་ལེན་སྤྱིར་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- གནས་ངན་ལེན་སྤྱིར་སྤྱིར་སྤྱིར། །
- གཞི་ཡི་སྤྱིར་དང་མ་རྟོངས་སྤྱིར། །
- བདེན་པ་བཞི་ལ་འཇུག་བྱ་བས། །
- བྱན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་བསྟོམ། །

གཉིན་པོ་བསྟོམ་པ་ནི། བྱང་རྒྱུ་ཀྱི་སྟོགས་བསྟོམ་པ་སྟེ་དེ་ལས་བྱེད་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་ལས་ལུས་ཀྱིས་ནི། གནས་ངན་

ལེན་རབ་ཏུ་སྟོན་ཏེ་དེ་ལ་ཡོངས་སུ་བརྟགས་པས་སྟུག་བསྟུལ་གྱི་བདེན་པ་ལ་འཇུག་པའི་སྤྱིར་དང་སྤྱིར་པའི་རྒྱུ་ལིན་གཙོ་བོ་ནི་ཚོར་  
 བ་སྟེ་དེ་ལ་ཡོངས་སུ་བརྟགས་པས་ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་ལ་འཇུག་པའི་སྤྱིར་དང་། །བདག་ཏུ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་གཞི་ནི་  
 སེམས་ཉེ་དེ་ལ་ཡོངས་སུ་བརྟགས་པས་འགོག་པའི་བདེན་པ་ལ་འཇུག་པ་དེ་ཡི་སྤྱིར་དང་ཚོས་ལ་ཡོངས་སུ་བརྟགས་པས་ཀུན་  
 རས་ཉོན་མོས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱུང་བའི་ཚོས་ལ་མ་རྟོངས་པའི་སྤྱིར་ལམ་གྱི་བདེན་པ་ལ་འཇུག་པས། །དེ་ལྟར་བདེན་པ་བཞི་  
 ལ་འཇུག་པར་བྱ་བས། །བྱན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་བསྟོམ་པར་བྱའོ།

ལུས་ནི་གནས་ངན་ལེན་གྱི་གཞི་སྟེ། ཇི་ལྟར་ན་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་འདུ་བྱེད་པ་ནི་གནས་ངན་ལེན་ཞེས་བྱ་བ་ལ།  
 རྣམ་སྟོན་སྟུག་བསྟུལ་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ལུས་དེའི་དོན་ལ་བྱེད་པ་ཉེ་བར་བཞག་པས་ནི་སྟུག་བསྟུལ་གྱི་བདེན་པ་ལ་  
 འཇུག་གོ། །ཚོར་བ་ནི་ཀུན་འབྱུང་གི་གཙོ་བོ་སྤྱིར་པའི་རྒྱུ་ལིན་པའི་སྤྱིར་དེ་ལ་ཡོངས་སུ་བརྟགས་པས་ཀུན་འབྱུང་གི་  
 བདེན་པ་ལ་འཇུག་གོ། །སེམས་ནི་བདག་ཏུ་ལྟ་བའི་གཞི་མཐར་སྟུག་པ་ཡིན་པས་དེ་ལ་བརྟགས་པས་འགོག་བདེན་ལ་  
 འཇུག་སྟེ་བདག་མེད་པ་རྣམ་རིག་ཅམ་གྱི་དོན་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པའི་སྟོན་སྟེ་བདག་ཆད་ཀྱིས་དོགས་པའི་སྟུག་པ་མེད་པར་  
 འགོག་པ་ལ་འཇུག་གོ། །ཚོས་ཐམས་ཅད་ལ་རྣམ་པར་བརྟག་པའི་ཀུན་ཉོན་དང་རྣམ་བྱུང་གི་ཚོས་ལ་རྟོངས་པ་མེད་  
 པའི་སྤྱིར་ལམ་བདེན་ལ་འཇུག་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་བདེན་པ་བཞི་ལ་འཇུག་པར་བྱའི་སྤྱིར་ཐོག་མར་བྱེད་པ་ཉེ་བར་བཞག་  
 པ་བཞི་སྟོམ་པ་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །

གཉིས་པ་རྒྱ་འབྲིང་པོར་ཡང་དག་སྟོང་བ་བཞི། ། མི་མཐུན་སྟོགས་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- མི་མཐུན་སྟོགས་དང་གཉིན་པོ་རྣམས། །
- རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་ཤེས་ན། །



དེ་དག་སྒྲོང་ས་ཕྱིར་བཅོམ་འགྲུལ་ནི། །

རྣམ་པ་བཞི་དག་རབ་ཏུ་འགྲུང་། །

དེའི་འོག་ཏུ་ཡང་དག་པར་སྒྲོང་བ་རྣམས་སྒྲོན་ཏེ། འདི་ལྟར་བྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་བསྐོམས་པས་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་དང་གཉེན་  
པོ་རྣམས། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཡོངས་སུ་ཤེས་ན། །མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་དེ་དག་སྒྲོང་ཞིང་གཉེན་པོ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་བཅོམ་  
འགྲུལ་ནི། །མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་སྐྱེས་པ་མི་བསྐྱེད། །སྐྱེས་པ་སྤང་། །གཉེན་པོ་མ་སྐྱེས་པ་སྤྱིད། །སྐྱེས་པ་སྤེལ་བའི་བྱེད་བྲག་  
གིས། །རྣམ་པ་བཞི་དག་རབ་ཏུ་འགྲུང་ངོ་།

དེ་ལྟར་བྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་བསྐོམས་པས་སྤང་བུ་མི་མཐུན་སྤྱོད་པ་དང་སྒྲོང་བྱིང་གཉེན་པོ་རྣམས་རྣམ་པ་ཐམས་  
ཅད་དུ་ཡོངས་སུ་ཤེས་ན། །མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་དེ་དག་སྒྲོང་བའི་ཕྱིར་དུ་གཉེན་པོ་བསྐྱེད་པའི་བཅོམ་འགྲུལ་ནི་རྣམ་  
པ་བཞི་དག་རབ་ཏུ་འགྲུང་སྟེ། །མི་དག་བའི་ཚོས་སྐྱེས་པ་སྤང་བའི་ཕྱིར་བཅོམ་པ་དང་། །མ་སྐྱེས་པ་མི་སྐྱེ་བའི་བཅོམ་པ་  
དང་། །དག་བའི་ཚོས་ལ་སྐྱེས་པ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་བཅོམ་པ་དང་། །སྐྱེས་པ་མི་ཉམས་པའི་ཕྱིར་བཅོམ་པ་དང་བཞི་འོ། །

གསུམ་པ་ ། ཆེན་པོར་རྩུ་འཕྲུལ་གྱི་རྒྱུང་པ་བཞི་ ། ལ། དགོས་པ་དང་བཅས་ཏེ་རྩུ་འཕྲུལ་རྒྱུང་པ་བསྐྱེད་ཚུལ་མདོར་  
བསྟན། དེ་དག་གི་དོན་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ ། དགོས་པ་དང་བཅས་ཏེ་རྩུ་འཕྲུལ་རྒྱུང་པ་བསྐྱེད་ཚུལ་མདོར་  
བསྟན་ ། དེར་གནས་ལས་སུ་རུང་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

དེར་གནས་ལས་སུ་རུང་བ་ཉིད། །

དོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་འགྲོར་བར་འགྲུང། །

ཉེས་པ་ལྷ་སྒྲོང་འདུ་བྱེད་བརྒྱུད། །

བསྟེན་པའི་རྒྱུ་ལས་བྱུང་བའོ། །

དེ་སྤང་བའི་ཕྱིར་བཅོམ་འགྲུལ་རྩོམ་པ་ན་དེར་སེམས་གནས་པ་ལས་སུ་རུང་བ་ཉིད་ནི་རྩུ་འཕྲུལ་གྱི་རྒྱུང་པ་བཞི་པོ་དག་སྟེ། །དོན་  
རྣམས་ཐམས་ཅད་འགྲོར་བར་འགྲུང་བའི་རྒྱུ་ཡིན་ལོ། །སྤྱོད་པ་འདུན་པ་དང་བཅོམ་འགྲུལ་དང་སེམས་པ་དང་དཔྱེད་པའི་བྱེད་བྲག་  
གིས་ཉིང་ངེ་འཛིན་བཞི་འོ། །དེ་ཕྱིར་ཡང་དག་པར་སྒྲོང་བའི་འོག་ཏུ་རྩུ་འཕྲུལ་གྱི་རྒྱུང་པ་རྣམས་སོ། །ལས་སུ་རུང་བ་དེ་ཡང་ཉེས་པ་  
ལྷ་སྤང་བའི་ཕྱིར་སྒྲོང་བའི་འདུ་བྱེད་བརྒྱུད། །བསྟེན་པའི་རྒྱུ་ལས་བྱུང་བའོ།

དེ་ལྟར་བཅོམ་འགྲུལ་བཅུམས་པའི་སྒོ་ནས་ཡུལ་དེར་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གནས་ནས་སེམས་ལས་སུ་རུང་བ་ཉིད་དུ་བྱུང་པས་  
ནི། མདོར་ཤེས་སོགས་གྱི་དོན་ཐམས་ཅད་འགྲོར་བར་འགྲུང་ངོ། །དེ་ལྟར་སེམས་ལས་སུ་རུང་བའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་དེ་  
ཡང་ཉེས་པ་ལྷ་སྒྲོང་བར་བྱེད་པའི་འདུ་བྱེད་བརྒྱུད་བརྟེན་པའི་རྒྱུ་ལས་བྱུང་བའོ། །

གཉེས་པ་ ། དེ་དག་གི་དོན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ ། ལ། སྤང་བུ་ཉེས་པ་ལྷ། གཉེན་པོ་འདུ་བྱེད་བརྒྱུད་བརྟེན་པའོ། །དང་  
པོ་ ། སྤང་བུ་ཉེས་པ་ལྷ། ། ལེ་ལོ་དང་དང་ནི་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ལེ་ལོ་དང་ནི་གདམས་ངག་རྣམས། །

བརྗེད་དང་བྱིང་དང་གོད་པ་དང་། །

འདུ་མི་བྱེད་དང་འདུ་བྱེད་དེ། །

འདི་དག་ཉེས་པ་ལྷར་འདོད་དོ། །

ཉེས་པ་ལྔ་པོ་དེ་དག་གང་ཞེ་ན། ཉིང་ལོ་འཛིན་བསྐྱོམ་པ་ལ་ལེ་ལོ་དང་ནི་བསྐྱོམ་ཚུལ་གྱི་གདམས་ངག་རྣམས། །བརྗེད་པ་དང་བྱིང་  
བ་དང་ཚོད་པ་གཉིས་ཉེས་པ་གཅིག་ཏུ་བསྡུ་བ་དང་། །དེ་གཉིས་ཞི་བའི་སྤྱིར་འདུ་མི་བྱེད་པ་དང་རབ་ཏུ་ཞི་བའི་ཚོ་ཡང་མངོན་པར་  
འདུ་བྱེད་པ་ཉིད་དེ། །འདི་དག་ཉེས་པ་ལྔ་པོ་འདོད་དོ།

ཉིང་འཛིན་གྲུབ་པ་ལ་གོགས་བྱེད་པའི་ཉེས་པ་ལྔ་པོ་དེ་གང་ཞེ་ན། ལེ་ལོ་འདི་དབང་གིས་བརྩོན་པ་ལ་མི་འཇུག་པ་དང་།  
ཉིང་ལོ་འཛིན་གྱི་གདམས་ངག་རྣམས་བརྗེད་པ་དང་གཉིས་ནི་ཉིང་ལོ་འཛིན་གྱི་སྤྱིར་བཏང་སྤྱི་བཏེ། ཉིང་ལོ་འཛིན་གྱི་  
དངོས་གཞི་ལ་སྤྱི་བཏང་པ་ནི་ནང་དུ་སྤྲུགས་ཏེ་བྱིང་བ་དང་། སྤྱི་རོལ་ཏུ་རྟོག་པ་སྤྲུལ་ཚོགས་འཕྲོ་བའི་ཚོད་པ་དེ་གཉིས་གཅིག་  
ཏུ་བརྩིས་པ་ལོ། ཉིང་ལོ་འཛིན་ལ་འཇུག་པའི་ཚོ་བྱིང་ཚོད་མོགས་བྱུང་བ་ན་སོ་སོའི་གཉེན་པོ་ཚུལ་བཞིན་འདུ་བྱེད་  
དགོས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་འདུ་མི་བྱེད་བའི་སྤྱི་བཏེ། །གཉེན་པོ་དེས་བྱིང་ཚོད་ཞི་བ་ན་ད་དུང་ཡང་འདུ་བྱེད་ཆེས་ན་  
དེ་ཉིད་ཚོས་གཡོ་བའི་སྤྱིར་དེ་ལྟར་ན་སྤྱི་མ་འདི་གཉིས་ནི་ཉིང་ལོ་འཛིན་གོང་ནས་གོང་དུ་བྱུང་པར་དུ་བྱེད་པ་ལ་སྤྱི་བཏེ་  
ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་ལེ་ལོ་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་ནི་ཉེས་པ་ལྔ་པོ་འདོད་དོ། །

གཉིས་པ་ ། གཉེན་པོ་འདུ་བྱེད་བརྗེད་བརྗེད་པ་ ། ། གནས་དང་དེ་ལ་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- གནས་དང་དེ་ལ་གནས་པ་དང་། །
- རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཉིད་དུ་ལོ། །
- དམིགས་པ་བརྗེད་པར་མ་གྱུར་དང་། །
- བྱིང་དང་ཚོད་པ་རྟོགས་པ་དང་། །
- དེ་སྤོང་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་དང་། །

### ཞི་ཚོ་རྣལ་དུ་འཇུག་པ་ལོ། །

དེ་དག་གི་གཉེན་པོར་སྤོང་བའི་འདུ་བྱེད་བརྗེད་ཇི་ལྟར་རྣམ་པར་བཞག་ཅེ་ན། ཚུལ་བའི་གནས་འདུན་པ་དང་འདུན་པ་དེ་ལ་གནས་  
པ་ཚུལ་བ་དང་། །གནས་འདུན་པའི་རྒྱ་དང་བ་དང་གནས་པ་ཚུལ་བའི་འབྲས་བུ་ཤིན་ཏུ་སྤོང་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བའོ། །སྤོང་བའི་འདུ་  
བྱེད་སྤྲུགས་བཞི་ནི་དམིགས་པ་བརྗེད་པར་མ་གྱུར་པ་དང་། །བྱིང་དང་ཚོད་པ་རྟོགས་པ་ཤེས་བཞིན་དང་། །རྟོགས་ནས་དེ་  
སྤོང་བའི་སྤྱིར་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པའི་སེམས་པ་དང་། །བྱིང་བ་དང་ཚོད་པ་ཞི་བའི་ཚོ་རྣལ་དུ་འཇུག་པ་སེམས་བཏང་སྤོམས་སུ་  
བྱེད་པ་ལོ།

ལེ་ལོ་སྤང་པའི་གཉེན་པོ་བཞི་ནི། དད་པ་འདུན་པ་ཚུལ་བ་ཤིན་སྤང་བཞི་ཡིན་ཏེ། ཤིན་སྤང་གྲུབ་ན་ལེ་ལོ་མི་འགྱུར་ལ།  
ཤིན་སྤང་དེ་ནི་ཚུལ་བས་འགྲུབ་ཅིང་། ཚུལ་བ་ནི་ཉིང་ལོ་འཛིན་ལ་འདུན་པའི་སྤོམས་འགྲུབ་ལ། འདུན་པ་སྤྱི་བཏེ་མོག་  
མར་དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་ཤིང་དད་པས་སོ། །དེས་ན་ཚུལ་བའི་གནས་ནི་ཉིང་ལོ་འཛིན་དེ་མངོན་པར་འདོད་པའི་འདུན་པ་དང་།  
འདུན་པ་དེ་ལ་གནས་པ་ཚུལ་བ་དང་། འདུན་པའི་རྒྱ་དང་བ་དང་། ཚུལ་བའི་འབྲས་བུ་ཤིན་ཏུ་སྤོང་བ་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་ལོ།  
།དེས་ན་དེ་བཞིས་ལེ་ལོ་སྤོང་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཉེས་པ་གཞན་བཞིའི་གཉེན་པོ་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་བྲན་པ་ཤེས་བཞིན་  
སེམས་པ་བཏང་སྤོམས་བཞི་སྟེ། བྲན་པས་གདམས་ངག་གི་དམིགས་པ་བརྗེད་པར་མ་གྱུར་པ་དང་། ཤེས་བཞིན་གྱིས་  
བྱིང་པ་དང་ཚོད་པ་བྱུང་བ་ཤེས་ཤིང་རྟོགས་པ་དང་། སེམས་པས་བྱིང་ཚོད་གྱི་ཉེས་པ་དེ་སྤོང་བའི་གཉེན་པོ་མངོན་པར་  
འདུ་བྱེད་པ་དང་། བཏང་སྤོམས་གྱིས་བྱིང་ཚོད་ཞི་ཚོར་བབ་གྱིས་རྣལ་དུ་འཇུག་པ་ལོ། །

བཞི་པ་ ། སྤྱིར་ལམ་བོད་ཅེ་གཉིས་སུ་དབང་པོ་ལྟེ། ། ཐར་པའི་ཆ་དང་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཐར་པའི་ཆ་དང་མཐུན་བསྐྱེད་ནས། །  
འདུན་དང་སྦྱོར་བ་དབང་བྱེད་དང་། །  
དམིགས་པ་བརྗེད་པར་མ་གྱུར་དང་། །  
མི་འཕྲོ་ནམ་པར་འབྱེད་ཀྱང་ངོ་། །

དེའི་འོག་ཏུ་དབང་པོ་རྣམས་ཉེ་རྒྱ་འཕྲུལ་གྱི་རྐང་པ་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ལས་སུ་རུང་བ་དང་ཐར་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་བསྐྱེད་ནས། །དད་པས་བདེན་བཞིན་གྲོང་དོར་ལ་འདུན་པ་ལ་དབང་བྱེད་པ་དང་བརྩོན་པས་སྦྱོར་བ་ལ་དབང་བྱེད་པ་དང་། །དྲན་པས་དེའི་དམིགས་པ་བརྗེད་པར་མ་གྱུར་པ་ལ་དབང་བྱེད་པ་དང་། །ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་སེམས་མི་འཕྲོ་བ་ལ་དབང་བྱེད་པ་དང་ཤེས་རབ་གྱིས་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལ་དབང་བྱེད་པ་དག་ཀྱང་ངོ་།

རྒྱ་འཕྲུལ་གྱི་རྐང་པ་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ལས་སུ་རུང་བ་དང་། ཐར་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་བསྐྱེད་པར་བྱས་ནས་དད་པས་བདེན་བཞིན་གྲོང་དོར་ལ་འདུན་པ་ལ་དབང་བྱེད་པ་དང་། བརྩོན་པས་སྦྱོར་བ་ཉམས་ལེན་ལ་དབང་བྱེད་པ་དང་། འདིར་དབང་བྱེད་ཅེས་པ་འདི་ཚོགས་བཅད་ཀྱི་དབྱས་སུ་བྱུང་བ་ནི་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་ཅེས་བྱ་སྟེ། ཐོག་མཐའ་ཀུན་ལ་འང་དབང་བྱེད་ཅེས་སྦྱར་བར་བྱ་དགོས་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །དྲན་པས་དམིགས་པ་བརྗེད་པར་མ་གྱུར་པ་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་སེམས་གཞན་དུ་མི་འཕྲོ་བ་དང་། ཤེས་རབ་གྱིས་ཚོས་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལ་དབང་བྱེད་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་དང་པོ་ལྟས་རྣམ་གྲུབ་གི་ཚོས་འབྲེན་པར་བྱེད་དོ། །

ལྟ་བུ་ཉེ་བཅོད་པ་ཚོས་མཚོག་གཉིས་སུ་སྦྱོབས་ལྟེ། །དངོས་དང་སྦྱོར་ལམ་དང་དབང་སྦྱོབས་སྦྱར་རྩལ་གྱིས་མཚུགས་བསྐྱེད་པ་གཉིས། དང་པོ་ཉེ་དངོས་ཉེ། མི་མཐུན་སྦྱོགས་ནི་སྐབ་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

མི་མཐུན་སྦྱོགས་ནི་སྐབ་པའི་སྦྱིར། །  
སྦྱོབས་ལྟར་འབྲས་བུ་སྦྱི་མ་ཡིན། །

དད་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཉིད་སྦྱོབས་དང་ལྟན་པར་གྱུར་པ་ལ་སྦྱོབས་ཞེས་བྱ་སྟེ་དད་པ་སོགས་མི་མཐུན་པའི་སྦྱོགས་ནི་སྐབ་པའི་སྦྱིར། །སྦྱོབས་དང་ལྟན་པའི་ཅེའི་སྦྱིར་དད་སོགས་དེ་དག་སྦྱིར་བསྟན་ཅེན། །འདི་ལྟར་སྦྱོབས་མའི་འབྲས་བུ་སྦྱི་མ་ཡིན་ཏེ་དད་པར་གྱུར་པས་ནི་བརྩོན་འགྲུས་རྩོམ་མོ། །བརྩོན་འགྲུས་བརྩམས་པས་ནི་དྲན་པ་ཉེ་བར་གནས་སོ། །དྲན་པ་ཉེ་བར་གནས་པས་ནི་སེམས་མཉམ་པར་འཛོག་གོ། །སེམས་མཉམ་པར་བཞག་པས་ནི་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཤེས་སོ།

དད་པ་སོགས་ལྟ་བུ་དེའི་རང་རང་གི་མི་མཐུན་སྦྱོགས་མ་དད་པ་དང་ལེ་ལོ་དང་བརྗེད་ངས་དང་རྣམ་གཡེངས་དང་རྣོངས་པའམ་ཤེས་འཆལ་རྣམས་ནི་སྐབ་པ་སྦྱེ་ཉམས་པར་གྱུར་པའི་སྦྱིར་ན། དད་སོགས་ལྟ་བུ་སྦྱོབས་དང་ལྟན་ཏེ་མི་མཐུན་སྦྱོགས་ཀྱིས་བརྗེད་མི་ལུས་པས་ན་དད་པའི་སྦྱོབས་སོགས་སུ་བརྗེད་དེ། དེ་ལྟར་དབང་སྦྱོབས་དེ་དག་ཀྱང་སྦྱོབས་སུ་མའི་འབྲས་བུ་སྦྱི་མ་སྦྱི་མ་ཡིན་ཏེ། དད་པའི་དབང་གིས་བརྩོན་པ་དང་། དེའི་དབང་གིས་དྲན་པ་དང་། དེ་ལས་ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་སེམས་མཉམ་པར་བཞག་པས་ནི་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རབ་ཏུ་ཤེས་པའི་བར་དུ་འོ། །

གཉིས་པ་ཉེ་སྦྱོར་ལམ་དང་དབང་སྦྱོབས་སྦྱར་རྩལ་གྱིས་མཚུགས་བསྐྱེད་པེ། །དབང་པོ་རྣམས་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

དབང་པོ་རྣམས་དང་སྦྱོབས་རྣམས་ལ། །  
ངས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་གཉིས་གཉིས་སོ། །



དབང་པོ་རྣམས་དང་སྟོབས་རྣམས་ལ་བྱོ་བར་གྱུར་པ་དང་ཕྱི་མོ་དག་གི་ཚོ་དབང་པོ་རྣམས་དང་བཟོད་པ་དང་ཚོས་མཚོག་ལ་སྟོབས་  
རྣམས་ཏེ། །དེས་འབྲེད་ཆ་མཐུན་གཉིས་གཉིས་སོ།

དབང་པོ་ལྷ་པོ་རྣམས་དང་། སྟོབས་ལྷ་པོ་རྣམས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ལ་དེས་འབྲེད་ཆ་མཐུན་ཏེ་སྦྱོར་ལམ་བཞི་པོ་གཉིས་  
གཉིས་སུ་འཛོག་པར་བྱ་སྟེ། ཇི་ལྟར་ན་བྱོད་དང་ཕྱི་མོ་གཉིས་ཀྱི་དུས་ན་དབང་པོ་ལྷ་དང་། བཟོད་པ་ཚོས་མཚོག་གཉིས་  
ཀྱི་ཚོན་སྟོབས་ལྷ་ཡོད་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

དུག་པ་ ། མཐོང་ལམ་དུ་བྱང་རྒྱུ་ཡན་ལག་བདུན་ །། རང་བཞིན་ཡན་ལག་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ།

- རང་བཞིན་ཡན་ལག་གནས་ཡན་ལག །
- གསུམ་པ་དེས་འབྲེད་ཡན་ལག་སྟེ། །
- བཞི་པ་ཕན་ཡོན་ཡན་ལག་ཡིན། །
- རྣམ་གསུམ་ཉོན་མོངས་མེད་ཡན་ལག །
- འདི་ལ་གཞི་དང་གནས་དང་ནི། །
- དངོས་པོ་ཉིད་དུ་བསྟན་པ་ཡིན། །

དེའི་འོག་ཏུ་མཐོང་བའི་ལམ་ལ་བྱང་རྒྱུ་ཡན་ལག་རྣམས་ཏེ། །དེ་ཇི་ལྟར་རྣམ་པར་བཞག་ཅེན། ཚོས་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་འབྲེད་  
པ་ནི་རང་བཞིན་གྱི་ཡན་ལག་དང་བྲན་པ་ནི་བྱང་རྒྱུ་ཡན་ལག་གི་ཡན་ལག་དང་། །གསུམ་པ་བརྩོན་འགྲུས་ནི་དེས་པར་འབྲེད་  
བའི་ཡན་ལག་སྟེ། །བཞི་པ་དགའ་བ་ནི་ཕན་ཡོན་གྱི་ཡན་ལག་ཡིན་པ་དང་། །ཤིན་ཏུ་སྤངས་པ་དང་ཉིང་དེ་འཛིན་དང་བྱང་

སྟོབས་རྣམ་པ་གསུམ་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པའི་ཡན་ལག་སྟེ། །འདི་ལ་ཤིན་ཏུ་སྤངས་པ་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་མེད་  
པའི་གཞི་སྟེ་དེ་ནི་གནས་ངན་ལེན་གྱི་གཉེན་པོ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དང་ཉིང་དེ་འཛིན་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པའི་གནས་དང་  
ནི། །བྱང་སྟོབས་ནི་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ།

བྱང་རྒྱུ་ཡན་ལག་བདུན་ནི། བྲན་པ་དང་ཚོས་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་འབྲེད་པ་དང་། བརྩོན་འགྲུས་དང་། དགའ་བ་དང་།  
ཤིན་ཏུ་སྤངས་པ་དང་། ཉིང་དེ་འཛིན་དང་། བྱང་སྟོབས་དང་བདུན་ནོ། །དེ་ལ་ཚོས་རབ་རྣམ་འབྲེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ནི་  
རང་བཞིན་གྱི་ཡན་ལག་ཅེས་བྱ་སྟེ། ཚོས་ཉིད་ཀྱི་བདེན་པ་མཐོང་བའི་ཤེས་རབ་ནི་མཐོང་ལམ་གྱི་ངོ་བོ་ཡིན་ལ། དེའི་  
སྤྱིར་བྱང་རྒྱུ་ཡན་ལག་དང་མཐོང་བའི་བཞིན་ཞེས་བྱའོ། །བྲན་པ་ནི་བྱང་རྒྱུ་ཡན་ལག་གི་ཡན་ལག་སྟེ་ཡོན་ཏན་གྱི་གནས་སུ་  
གྱུར་པའོ། །གསུམ་པ་བརྩོན་འགྲུས་ནི་མི་མཐུན་སྟོགས་ལས་འདེའ་བར་བྱེད་པའི་སྤྱིར་དེས་འབྲེད་གི་ཡན་ལག་དང་།  
བཞི་པ་དགའ་བ་ཕན་ཡོན་གྱི་ཡན་ལག་ཡིན་ཏེ་ལམ་དེ་དག་ལས་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་ནོ། །ཤིན་ཏུ་སྤངས། ཉིང་འཛིན།  
བྱང་སྟོབས་རྣམ་པ་གསུམ་ནི་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་ཡན་ལག་སྟེ། དེ་ཡང་འདི་གསུམ་ལ་ཤིན་ཏུ་སྤངས་ཉོན་མོངས་  
མེད་པའི་གཞི་དང་། ཉིང་དེ་འཛིན་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་གནས་དང་། བྱང་སྟོབས་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་  
བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

བདུན་པ་ ། སྟོབས་ལམ་དུ་འཕགས་ལམ་བརྒྱུད་བཤམ་པ་ །། ཡོངས་སུ་གཅོད་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- ཡོངས་སུ་གཅོད་དང་གོ་བྱེད་དང་། །
- རྣམ་གསུམ་གཞན་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད། །
- མི་མཐུན་སྟོགས་ཀྱི་གཉེན་པོར་ནི། །

ལམ་གྱི་ཡན་ལག་དེ་བརྒྱད་དོ། །  
 ལྷ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡོ་བྱུད་བསྐྱེད་སྤྱོད་ལ། །  
 གཞན་ལ་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་འདོད། །  
 ཉོན་མོངས་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་དབང་། །  
 མི་མཐུན་སྤྲོགས་ཀྱི་གཉེན་པོའོ། །

དེའི་འོག་ཏུ་བསྐྱོམ་པའི་ལམ་གྱི་ཚོ་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་རྣམས་ཉེ་དེ་དག་ཇི་ལྟར་རྣམ་པར་བཞག་ཅེན། ཡང་དག་པའི་ལྷ་བཞི་ཡོངས་  
 སུ་གཅོད་པའི་ཡན་ལག་སྟེ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་རྗེས་ལས་ཐོབ་པ་འཇིག་རྟེན་པ་དེས་རང་གི་རྟོགས་པ་ཡོངས་སུ་གཅོད་པ་  
 དང་ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་དག་ནི་གཞན་ལ་གོ་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་སྟེ་ཀུན་ནས་སྤོང་བ་དང་བཅས་པའི་དག་  
 གིས་དེ་གོ་བར་བྱེད་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་དག་དང་ལས་ཀྱི་མཐའ་དང་འཚོ་བ་སྟེ་རྣམ་པ་གསུམ་ནི་གཞན་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད་  
 པའི་ཡན་ལག་དང་། །མི་མཐུན་པའི་སྤྲོགས་ཀྱི་གཉེན་པོར་ནི་ཡང་དག་པའི་རྩོལ་བ་དང་བླ་པ་དང་ཉིང་ངེ་འཇིག་ཉེ། །དེ་ལྟར་ན་  
 ལམ་གྱི་ཡན་ལག་དེ་བརྒྱད་དོ། །དེའང་ཡང་དག་པའི་དག་གིས་ལྷ་བ་དང་ཡང་དག་པའི་ལས་ཀྱི་མཐའ་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་ཡང་  
 དག་པའི་འཚོ་བས་ནི་ཡོ་བྱུད་བསྐྱེད་སྤྱོད་པ་རྣམས། །གཞན་ལ་རྣམ་པར་རིག་པར་བྱེད་པ་འདོད་ལ། ཡང་དག་པའི་རྩོལ་བས་སྐྱོམ་  
 སྤང་ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོར་བྱེད་པ་དང་ཡང་དག་པའི་བླ་པ་ལས་ཞི་གནས་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་རྣམས་ལ་བླ་པ་ལོན་ཏུ་  
 ཉེ་བར་གནས་པས་བྱིང་བ་དང་རྟོད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོར་བྱེད་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་ཉིང་ངེ་འཇིག་  
 གིས་བསམ་གཏན་ལ་གནས་ནས་མངོན་ཤེས་ལ་སོགས་པ་ཡོན་ཏན་བྱུང་པར་ཅན་ལ་དབང་བྱེད་མི་རྣམས་པའི་སྐྱོམས་འཇུག་གི་  
 སྐྱིབ་པའི་གཉེན་པོར་བྱེད་པས། །མི་མཐུན་པའི་སྤྲོགས་ཀྱི་གཉེན་པོའོ།

འདི་ལྟར་ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ་དང་། རྟོག་པ་དང་། དག་དང་། ལས་ཀྱི་མཐའ་དང་། འཚོ་བ་དང་། རྩོལ་བ་

དང་། དམ་པ་དང་ཉིང་ངེ་འཇིག་ཉེ་འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ཏུ་གསུངས་པ་དེ་དག་ལས་ཡང་དག་པའི་ལྷ་  
 བ་ནི་དོན་ཇི་ལྷ་བ་བཞིན་ཏུ་ཡོངས་སུ་གཅོད་པར་བྱེད་པའི་བདག་ཉིད་དེ་མཐོང་བའི་ལམ་གྱིས་ཚོས་ཉིད་མངོན་སུམ་  
 མཐོང་བའི་རྗེས་ལས་ཐོབ་པའི་ཤེས་རབ་བྱི་མ་མེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ངེས་པར་ཤེས་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པའི་དོན་དེ་  
 ཁོ་ན་ཉིད་འཇིག་པའམ་ཡོངས་སུ་གཅོད་པའོ། །ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ་དང་དག་གཉིས་ནི་གཞན་ལ་གོ་བར་བྱེད་པ་སྟེ།  
 རང་ཉིད་གྱིས་ཇི་ལྟར་ཁོང་ཏུ་རྒྱུད་པའི་དོན་རྣམས་སྟོན་པའི་ཀུན་སྤོང་ལ་རྟོག་པ་དང་། དེས་ཀུན་ནས་བསྐྱེད་སྤྱོད་པ་  
 ཏུ་བརྗོད་པ་ནི་དག་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་བྱི་མ་མེད་པའི་ཡང་དག་པ་ཅན་ལོ། །དག་ལས་མཐའ་འཚོ་བ་རྣམ་པ་གསུམ་ནི།  
 གཞན་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད་པ་སྟེ་ཇི་ལྟར་ན་ཡང་དག་པའི་དག་གིས་ལྷ་བ་རྣམ་པར་དག་པ་གཞན་ལ་རིག་པར་བྱེད་ཅིང་  
 གཞན་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་ལམ་གྱི་མཐའ་ནི། སྤྲོག་ཏུ་མི་དགོ་བའི་ཚོས་ཀུན་ཏུ་མི་སྤོང་པ་ཚོས་  
 ཉིད་གྱིས་ཐོབ་པའི་འཕགས་པ་དགུས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡིན་པས་དེས་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་གཞན་ལ་རིག་  
 པར་བྱེད་ཅིང་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད། ཡང་དག་པའི་འཚོ་བ་ནི་འཕགས་པ་རྣམས་ལོག་པའི་འཚོ་བ་ལ་གསལ་གསལ་སོགས་  
 དང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཏུ་བྱལ་བ་ཡིན་པས། དེས་ཡོ་བྱུད་བསྐྱེད་སྤྱོད་པ་དང་ལྷ་བ་པ་གཞན་ལ་རིག་པར་བྱེད་ཅིང་ཡིད་ཆེས་  
 པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཏུ་འདོད་དོ། །

རྩོལ་བ་དང་ཉིང་ངེ་འཇིག་དང་བླ་པ་གསུམ་ནི་ལམ་གྱི་མི་མཐུན་སྤྲོགས་ཀྱི་གཉེན་པོར་ནི་གྲུར་པ་སྟེ། ཇི་ལྟར་ན་  
 རྩོལ་བས་སྐྱོམ་སྤང་གི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་སྤོང་བ་དང་། དམ་པས་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་བྱིང་བྟོད་སྤོང་སྟེ། ཞི་གནས་  
 སོགས་ཀྱི་རྒྱ་རྣམས་ལ་བླ་པ་ལོན་ཏུ་ཉེ་བར་འཇོག་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཉིང་ངེ་འཇིག་ནི་ཡོན་ཏན་བྱུང་པར་ཅན་ལ་དབང་འབྱུང་བའི་མི་མཐུན་སྤྲོགས་ཀྱི་གཉེན་པོར་གྲུར་པ་ཡིན་ཏེ།  
 བསམ་གཏན་ལ་གནས་ནས་མངོན་ཤེས་སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བསྐྱེད་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་འཕགས་པའི་ལམ་གྱི་ཡན་  
 ལག་ནི་ལྷ་བ་སོགས་དེ་རྣམ་པ་བརྒྱད་དོ། །

གཉིས་པ་གནས་སྐབས་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་ནི། རྗེས་སུ་མཐུན་པ་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

རྗེས་སུ་མཐུན་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག། །

རྗེས་སུ་འབྲེལ་བཅས་བརྒྱུག་པ་དང་། །

ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་ཕྱིན་ཅི་ལོག། །

རྗེས་སུ་འབྲེལ་མེད་བསྐྱོམ་པ་ལོ། །

གཉེན་པོ་བསྐྱོམ་པ་དེ་མདོར་བསྟན་ནམ་པ་གསུམ་དུ་རིག་པར་བྱ་སྟེ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་རྗེས་སུ་མཐུན་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་ཚོགས་སྐྱོར་བའི་བསྐྱོམ་པ་དང་། ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་བསྐྱོམ་སྐྱེད་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་དང་བཅས་ཤིང་རོ་བོ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལས་བརྒྱུག་པ་འཕགས་པ་སྐྱོབ་པའི་བསྐྱོམ་པ་དང་། རོ་བོ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་ཅིང་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་དང་། རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་མེད་པ་མི་སྐྱོབ་པའི་བསྐྱོམ་པ་ལོ།

ལམ་ཐམས་ཅད་གནས་སྐབས་ནམ་པ་གསུམ་གྱིས་བསྟན་ཏེ། ཚོགས་སྐྱོར་བས་དྲན་ཉེ་སོགས་ཀྱི་སྐོན་ནས་ལམ་བསྐྱོམ་པ་ནི། ཐོས་བསམ་གྱིས་དེ་ལོན་ཉིད་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་གཞུགས་པས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་ལ། བདག་མེད་པའི་དོན་སྤྱི་ལ་བདག་མེད་ཀྱི་རང་མཚན་དུ་ཞེན་པས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དང་ལྡན་པའི་གནས་སྐབས་སོ། །མཐོང་སྐྱོམ་གྱི་སྐབས་སུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྐྱིབ་པ་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནའང་བདག་མེད་ཀྱི་དོན་མདོར་སུམ་མཐོང་བས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལས་བརྒྱུག་པའང་ཡིན་ནོ། །སྐྱོམ་པ་མཐར་ཕྱིན་པ་མི་སྐྱོབ་པ་མི་སྐྱོབ་ལམ་ནི་ཚོས་ཉིད་ཀྱི་རོ་བོ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་གཞིགས་པ་དང་སྐྱིབ་པ་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་སྤངས་པས་ན། ཕྱིན་ཅི་ལོག་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་མེད་པར་བསྐྱོམ་པ་ལོ། །

གསུམ་པ་ ། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ལམ་གྱི་བྱང་པར་འགྲུབ་པ་ ། ། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སོགས་ཀྱིས་

བསྟན་ཏེ། །

བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ནི། །

དམིགས་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་། །

འཕྲོབ་པས་དེ་ནི་བྱང་པར་འཕགས། །

ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་རང་གི་རྒྱུད་དུ་གཏོགས་པའི་ལུས་ལ་སོགས་པ་ལ་དམིགས་ལ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ནི། །བདག་དང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་དུ་གཏོགས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་པ་དང་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་ལུས་ལ་སོགས་པ་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པར་ཡིད་ལ་བྱེད་ལ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་མི་དམིགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་། ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་ཅི་ནས་ཀྱང་ལུས་ལ་སོགས་པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་བསྐྱོམ་ལ། །བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་འབྲལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡང་མ་ཡིན་མི་འབྲལ་བའི་ཕྱིར་ཡང་མ་ཡིན་གྱི། མི་གནས་པའི་སྤྱད་ན་ལས་འདས་པའི་ཕྱིར་བསྐྱོམ་སྟེ་དེ་བས་ན་འཕྲོབ་པས་ཀྱང་དེ་ནི་བྱང་པར་དུ་འཕགས་སོ།

བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ལམ་དྲན་ཉེ་སོགས་སྐྱོམ་པ་ནི་བྱང་པར་གསུམ་གྱིས་འཕགས་ཏེ་གང་ཞེ་ན། དམིགས་པ་རང་གཞན་གཉིས་ཀའི་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྟན་པའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱང་པར་དམིགས་ནས་བདག་མེད་གཉིས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་ལྟ་བས་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་། ཉན་རང་གི་ནི་རང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཚོགས་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་ཅོམ་ལ་དམིགས་པས་རྒྱ་རྒྱུང་བའོ། །ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ནི་ཉན་རང་གིས་མི་རྟག་སོགས་ཀྱི་མཚན་མར་ཡིད་ལ་བྱེད་ཅིང་། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྟག་མི་རྟག་སོགས་སྐྱོ་སྐྱུར་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་ཏེ་མི་དམིགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཡིད་ལ་བྱེད་དོ། །

འབྲས་བུ་ཐོབ་ཚུལ་ཀྱང་ཉན་རང་རྣམས་ལུས་མི་གཙོ་སོགས་དང་འབྲལ་ཞིང་དམན་པའི་སྤྱད་འདས་ཐོབ་ལ།



བྱང་སེམས་རྣམས་ལུས་སོགས་དང་འབྲེལ་མི་འབྲེལ་གཉིས་ཀྱི་སྤྱིར་མ་ཡིན་པར་མི་གནས་པའི་སྤང་འདས་ཐོབ་པའི་  
སྤྱིར་བསྐྱོམས་པས་ན་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྐྱོམ་པ་དེ་ནི་དེ་ལྟར་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་སོ། །

གཉིས་པ་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་ལ། གནས་སྐབས་དགུང་བཞག་པ་དང་། གསུམ་དུ་བཞག་པ་གཉིས། དང་པོ་  
༼གནས་སྐབས་དགུང་བཞག་པ་༽ ལ་དངོས་དང་། དེའི་རྣམ་བཞག་བསྟན་པ་གཉིས། དང་པོ་༼དངོས་༽ ། རྒྱ་ཡི་  
གནས་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

རྒྱ་ཡི་གནས་དང་ལྷགས་པ་དང་། །

སྤྱིར་དང་འབྲས་བུ་བརྗོད་པ་དང་། །

བྱ་དང་བྱ་མེད་ཁྱད་པར་དང་། །

དེ་ནི་སྐྱ་མ་སྐྱ་ན་མེད། །

གཉེན་པོ་བསྐྱོམ་པ་དེའི་གནས་གང་ཞེ་ན། རྒྱ་ཡི་གནས་ནི་རིགས་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་དང་ལྷགས་པའི་གནས་ནི་སེམས་  
བསྐྱེད་པ་དང་། །སྤྱིར་བའི་གནས་ནི་སེམས་བསྐྱེད་ནས་འབྲས་བུ་མ་ཐོབ་ཚུན་ཆད་དང་འབྲས་བུའི་གནས་སུ་བརྗོད་པ་ནི་འབྲས་  
བུ་ཐོབ་པ་དང་། །བྱ་བ་དང་བཅས་པའི་གནས་ནི་སྐྱོབ་པ་དང་བྱ་བ་མེད་པའི་གནས་ནི་མི་སྐྱོབ་པ་དང་ཁྱད་པར་གྱི་གནས་ནི་མངོན་  
ཤེས་སོགས་ཡོན་ཏན་གྱི་ཁྱད་པར་དང་ལྡན་པ་དང་། །དེ་ནི་སྐྱ་མའི་གནས་ནི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་དང་སྐྱ་ན་མེད་པའི་གནས་ནི་  
རྗོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་།

ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་ལ་རྣམ་པ་དགུས་བཤའ་དེ། རྒྱའི་གནས་ནི་རིགས་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་དང་།

ལྷགས་པ་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་གནས་སྐབས་དང་། སྤྱིར་བ་ཞེས་པ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་དང་པོ་མ་ཐོབ་  
བར་དུ་དང་། འབྲས་བུ་ཉིད་བརྗོད་པ་ས་དང་པོ་ཐོབ་པ་དང་། ལམ་ལ་འབད་ཚོལ་གྱི་བྱ་བ་དང་བཅས་པ་ས་གཉིས་པ་  
ནས་ས་བདུན་པའི་བར་དང་། འབད་ཚོལ་གྱི་བྱ་བ་མེད་པའམ་མི་སྐྱོབ་པས་བརྒྱད་པ་དང་། སོ་སོ་ཡང་དག་རིག་པ་དང་  
མངོན་ཤེས་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཁྱད་པར་ཅན་དང་ལྡན་པ་ས་དགུ་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ནི་སྐྱོབ་པའི་ས་ཀུན་ལས་  
སྐྱ་མ་ཉིད་དུ་གྱུར་པས་བཅུ་པ་དང་། སྐྱ་ན་མེད་པ་མི་སྐྱོབ་པ་ལམ་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱི་ས་ཏེ་དེ་ལྟར་རྣམ་པ་དགུའོ། །

གཉིས་པ་༼དེའི་རྣམ་བཞག་བསྟན་པ་༽ ། མོས་པ་དང་ནི་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

མོས་པ་དང་ནི་འཇུག་པ་དང་། །

ངེས་པར་འབྱུང་དང་ལྷུང་བསྟན་དང་། །

བརྗོད་པ་དང་ནི་དབང་བསྐྱར་དང་། །

སྤྱིན་པ་དང་ནི་ཕན་ཡོན་དང་། །

བྱ་བ་བསྐྱབ་པ་བསྟན་པའོ། །

མོས་པའི་གནས་ནི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་རྣམས་ཀྱི་མོས་པས་སྤྱོད་པའི་ཐམས་ཅད་དང་ནི་འཇུག་པའི་གནས་ནས་དང་པོ་དང་།

།ངེས་པར་འབྱུང་བའི་གནས་ནི་དེའི་འོག་ས་དུག་པོ་དག་དང་ལྷུང་བསྟན་པའི་གནས་ནི་ས་བརྒྱད་པ་དང་། །བརྗོད་པའི་གནས་ནི་

ས་དགུ་པ་དང་ནི་དབང་བསྐྱར་བའི་གནས་ནི་ས་བཅུ་པ་དང་། །སྤྱིན་པའི་གནས་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེད་དང་ནི་ཕན་ཡོན་གྱི་གནས་ནི་ཡོངས་

སྤྱོད་རྗོགས་པའི་སྐྱེད་དང་། །བྱ་བ་བསྐྱབ་པའི་གནས་ནི་སྐྱེལ་པའི་སྐྱེད་བསྟན་པའོ།

དེ་ལ་གོང་དུ་བཤའ་པ་དེ་ལས་གཞན་པའི་རྣམ་གྲངས་ཀྱང་རིགས་དང་ལྷགས་པ་དང་སྤྱིར་བས་བསྐྱས་པ་ཚོགས་སྤྱོད་

གྱི་ལམ་ལ་གནས་པ་ནི། མོས་པས་སློབ་པའི་གནས་སྐབས་ཞེས་བྱ་བ་དང་། འདས་པའི་ལམ་ལ་དངོས་སུ་འཇུག་པས་  
དང་པོ་དང་། གཉིས་པ་ནས་བདུན་པའི་བར་དུ་འབད་པའི་སློབ་སློང་གྱི་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་དང་། ས་བརྒྱད་  
པར་ལུང་བསྟན་ཐོབ་པ་དང་། དགྲ་པར་ཡང་དག་རིག་པ་བཞི་གདུལ་བྱ་ལ་ཚོས་བརྗོད་པ་དང་། ས་བརྒྱུ་པར་འོད་ཟེར་  
ཚེན་པོས་དབང་བསྐྱར་བ་དང་། སངས་རྒྱལ་གྱི་ས་ལ་སྤྱོད་པ་ཚོས་གྱི་སྐྱུ་དང་། ཕན་ཡོན་ཚེན་པོ་དང་ལྷན་པ་ལོངས་སྤྱོད་  
དང་། གདུལ་བྱའི་དོན་གྱི་བྱ་བ་བསྐྱབ་པ་སྤྱུལ་པའི་སྐྱུ་དང་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་བྱས་ནས་དེ་ལྟར་གནས་སྐབས་གྱི་རྣམ་  
གྲངས་དགྲུང་ཡང་བསྟན་པ་ལོ། །

གཉིས་པ་། ། གསུམ་དུ་བཞག་པ་། ། ཚོས་གྱི་དབྱིངས་ལ་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- ཚོས་གྱི་དབྱིངས་ལ་རྣམ་གསུམ་སྟེ། །
- མ་དག་མ་དག་དག་པ་དང་། །
- རྣམ་པར་དག་པར་ཅི་རིགས་སྐྱར། །
- འདི་ལས་ཇི་ལྟར་འོས་འོས་སུ། །
- གང་ཟག་རྣམ་པར་གཞག་པར་འདོད། །

ཚོས་གྱི་དབྱིངས་ལ་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། མ་དག་པའི་གནས་ནི་རྒྱའི་གནས་ནས་ཉེ་བར་བརྒྱུད་སྟེ་སློབ་པའི་བར་དུ་དང་མ་དག་པ་དང་  
དག་པའི་གནས་ནི་སློབ་པ་རྣམས་དང་། །རྣམ་པར་དག་པར་གྱུར་པའི་གནས་ནི་མི་སློབ་པ་སྟེ་ཅི་རིགས་སུ་སྐྱར་ཏེ། །གནས་རབ་ཏུ་  
དབྱེ་བ་འདི་ལས་ཇི་ལྟར་འོས་འོས་སུ། །འདི་ནི་རིགས་ལ་གནས་པའོ་འདི་ནི་ལྷགས་པའོ་ཞེས་གང་ཟག་རྣམ་པར་གཞག་པར་འདོད་

དོ།

ཚོས་གྱི་དབྱིངས་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་གི་གནས་སྐབས་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། དྲི་མས་མ་དག་པ་སེམས་ཅན་གྱི་  
གནས་སྐབས་དང་། སློབ་པ་མཐའ་དག་མ་དག་ལ་ཅི་རིགས་དག་པ་བྱུང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་གནས་སྐབས་དང་། ལིན་  
ཏུ་རྣམ་པར་དག་པས་སངས་རྒྱལ་གྱི་གནས་སྐབས་ཏེ་རྣམ་པ་གསུམ་པོ་འདི་ནི་སྤང་རྒྱུ་ལྟེ་གྱི་ངོས་ནས་ཐ་སྙད་ཇི་ལྟར་  
རིགས་པར་སྐྱར་བ་སྟེ། ཇི་ལྟར་ན་གོང་དུ་བཤད་པའི་གནས་སྐབས་དགྲུང་ཚན་གཉིས་པོ་འདི་ལས་ཇི་ལྟར་འོས་འོས་  
སུ་གང་ཟག་གསུམ་པོ་འཇུག། གནས་སྐབས་གསུམ་པོ་རྣམ་པར་བཞག་པར་འདོད་དེ། རྒྱ་དང་ལྷགས་པ་སློབ་པ་མོས་  
པའི་གནས་སྐབས་ལ་གནས་པ་ནི་མ་དག་པ་སེམས་ཅན་གྱི་གནས་སྐབས་སོ། །འབྲས་བུ་ནས་སྤྲོ་མའི་བར་ལྟ་དང་།  
འཇུག་པ་ནས་དབང་བསྐྱར་བའི་བར་གྱི་ལྟ་སྟེ་བརྒྱ་པོ་དེ་ལ་གནས་པ་ནི་དག་མ་དག་གཉིས་ལྷན་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་  
གྱུར་པ་བྱུང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལོ། །དེའི་ལྷག་མ་སྤྲོ་མེད་དང་སྤྱོད་པ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་སྟེ་བཞི་མི་  
སློབ་པ་སངས་རྒྱལ་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལིན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་གི་གནས་སྐབས་སོ། །དེ་ལ་བྱ་མེད་ཅེས་པ་འདི་ལ་མི་སློབ་  
པ་ཞེས་དང་། སྤྲོ་མ་ཞེས་པ་འདི་ལ་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་བས་སར་ལྷགས་པའི་བྱུང་རྒྱུ་སེམས་དཔའོ་ཞེས་དབྱིག་  
གཉིན་གྱིས་གསུངས་པའི་དོན། སློབ་ཉན་གྱིས་མི་སློབ་པ་སངས་རྒྱལ་གྱིས་དང་། ཉན་ཐོས་སོགས་ལས་བདག་མེད་  
གཉིས་ཀ་རྗོགས་པར་ཉོགས་པས་ཐེག་ཚེན་འཕགས་པའི་སར་ལྷགས་པ་ཞེས་འགྲུབ་པར་མཛད་པ་ལྟར་ན། སྤྲོ་མེད་  
སངས་རྒྱལ་གྱི་སར་ཡར་སྐྱར་བ་དང་། སྤྲོ་མ་ས་བརྒྱུ་ལ་མི་སྐྱར་བར་སྐྱིར་སྐྱིར་བར་མཛད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་ས་བརྒྱུ་པ་  
དང་བརྒྱུད་པའི་གནས་སྐབས་དམིགས་བསལ་ཏེ་མ་བསྟན་པ་དང་། མི་སློབ་པ་དང་སྤྲོ་མེད་པ་རྗོགས་པ་དང་། དགྲུ་  
ཚན་སྤྱིའི་བྱུང་པར་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་མི་འབྱོར་བ་དང་། སར་ལྷགས་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱང་གོང་མ་རྣམས་དང་།  
དོན་གྱིས་རྗོགས་པ་སོགས་བཤད་རྒྱུ་ལ་ཅུང་མི་བདེ་འདྲ་བས། དབྱིག་འགྲུབ་དུ་གསུངས་པའི་མི་སློབ་པ་ནི་ལམ་ལ་སློབ་  
པའི་འབད་རྩོལ་མེད་པའི་དོན་ཡིན་གྱིས་སངས་རྒྱལ་གྱིས་མ་ཡིན་ལ། ཉན་རང་ལས་འཕགས་པའི་སར་ལྷགས་པ་ཞེས་  
པ་ཉན་རང་སོགས་དང་། སློབ་པའི་བྱུང་སེམས་ས་དགྲུ་པ་མན་ཆད་གྱི་སྤྲོ་མར་གྱུར་པའི་ས་བརྒྱུ་ལ་ལྷགས་པ་ཞེས་

པའི་དོན་ཡིན་ནའང་འགལ་བ་མེད་པར་མ་ཟད། དགུ་ཚམས་སུ་སྤྱིའི་གོ་རིམ་འབྱུང་བ་དང་། གོང་འོག་གི་དོན་ཐམས་ཅད་མ་འཇུགས་པར་གོ་བའི་གནས་ལེགས་པོ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་འདི་ལྟར་བཤད་པ་ནི་རང་ཁོ་ནས་སྒྲིམ་པ་ལས་གཞན་ལས་དེ་ལྟར་མ་མཐོང་བས་སྒྲུབ་ཡང་སློབ་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་དཔུང་པར་འཚལ་ལོ། །

གསུམ་པ་ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་ལ། འབྲས་བུ་ལྟ་སྤྱིར་བསྟན། ལམ་གྱི་ངོས་ནས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་  
༼འབྲས་བུ་ལྟ་སྤྱིར་བསྟན༽། ལྷོད་ལྷུང་རྣམ་པར་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- ལྷོད་ལྷུང་རྣམ་པར་སྤྱིན་བརྗོད་དང་། །
- དེ་ཡི་དབང་གིས་སྟོབས་དང་ནི། །
- འདོད་དང་འཕེལ་དང་རྣམ་དག་སྟེ། །
- དེ་དག་འབྲས་བུ་གོ་རིམས་བཞིན། །

འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་གང་ཞེན། ལྷོད་ལྷུང་པ་དེ་ནི་གང་དགོ་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་རྣམ་པར་སྤྱིན་པར་བརྗོད་པ་དང་། ལྷོད་ལྷུང་པ་དེ་ཡི་དབང་གིས་དགོ་བཤམ་ཆེར་ལྷུང་པ་སྟོབས་དང་ནི། ལྷོན་གོམས་པར་བྱས་པས་དགོ་བཤམ་འདོད་པ་དང་ད་ལྟ་གོམས་པས་དགོ་བཤམ་བ་དང་སྤྱིབ་པ་སློང་བས་རྣམ་པར་དག་པ་སྟེ། །དེ་དག་འབྲས་བུ་ལྟ་དང་གོ་རིམ་བཞིན་དང་།

ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་སྤྱིར་བསྟོན་པར་རྣམ་པ་ལྟར་འདུ་སྟེ། དགོ་བཤམ་སྤྱད་པའི་འབྲས་བུ་སྤྱི་ཞིང་སྤྱི་བ་རྣམས་སུ་དགོ་བའི་སྤོད་ལྷུང་པའི་རྟེན་ཐོབ་པ་ནི་རྣམ་པར་སྤྱིན་པའི་འབྲས་བུར་བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ། གང་དགོ་བའི་སྤོད་ལྷུང་པ་མི་ཁོམས་པ་བརྒྱད་དང་བྲལ་བའི་ལུས་རྟེན་བཟང་པོ་རྟེན་པ་དང་། ཡིད་དགོ་བའི་འཇུག་པ་ནི། དགོ་བའི་ཚོས་རྣམས་སྤྱི་བའི་སྤོད་ལྷུང་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། དེ་དགོ་བཤམ་པའི་རྣམ་པར་སྤྱིན་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ནོ། ལྷོད་ལྷུང་པ་

དའི་དབང་གིས་དག་པ་སྤྱད་པ་ལ་སྟོབས་དང་ལྡན་པ་བདག་པའི་འབྲས་བུ་དང་ནི། དགོ་བའི་འཇུག་པ་ལ་ལང་ནས་ལང་དུ་བྱེད་པར་འདོད་པ་རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་དང་། ཚེ་འདིར་དགོ་བཤམ་གོམས་པའི་མཐུ་ལས་སྤར་མེད་པ་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པ་སྤྱིས་བྱ་བྱེད་པའི་འབྲས་བུ་དང་། མི་མཐུན་སྤོགས་རྣམ་པར་དག་པ་བྲལ་བའི་འབྲས་བུ་སྟེ། དེ་ལྟར་བཤད་མ་ཐག་པ་དེ་དག་ནི་ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་སྤུ་མ་སྤུ་མ་ལས་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་འབྱུང་བའི་རྒྱལ་གྱིས་གོ་རིམ་བཞིན་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་༼ལམ་གྱི་ངོས་ནས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་༽ནི། སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་ཐོག་མ་དང་། །
- དེ་གོམས་བྱས་དང་རྗོགས་པའོ། །
- རྗེས་སུ་མཐུན་དང་མི་མཐུན་སྤོགས། །
- བྲལ་བ་དང་ནི་བྱུང་པར་དང་། །
- གྲ་མ་དང་ནི་གྲ་ན་མེད། །
- འབྲས་བུ་གཞན་ཏེ་མདོར་བསྟུས་པའོ། །

བསྟན་བཅོས་དབྱས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས། །གཉིན་པོ་བསྐྱོམ་པའི་ལེན་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ་བཞི་པའོ། །

སྤྱི་མ་སྤྱི་མའི་འབྲས་བུ་རིགས་ལས་སོམས་བསྐྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ་ཐོག་མའི་འབྲས་བུ་ནི་དང་པོར་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཚོས་ཐོབ་པ་དང་། །དེ་གོམས་པར་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ནི་སྟོབ་པ་རྣམས་དང་རྗོགས་པའི་འབྲས་བུ་ནི་མི་སྟོབ་



པའོ། །རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་ནི་རྒྱའི་དངོས་པོའི་ཕྱི་མ་ཕྱི་དང་མི་མཐུན་སྟོགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ནི་སྤོང་བའི་ལམ་སྟེ་ཐོག་མའི་  
འབྲས་བུ་གང་ཡིན་པའོ། །ཉོན་མོངས་པ་བྲལ་བའི་འབྲས་བུ་ནི་གོམས་པར་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་དང་རྫོགས་པའི་འབྲས་བུ་སྟེ་སྟོབ་  
པ་དང་མི་སྟོབ་པ་དག་དང་ནི་ཁྱད་པར་གྱི་འབྲས་བུ་ནི་མངོན་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་ཡོན་ཏན་གྱི་ཁྱད་པར་དང་། །སྤྲོ་མའི་འབྲས་  
བུ་ནི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་ས་རྣམས་དང་ནི་སྐྱེན་མེད་པའི་འབྲས་བུ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའོ་འདི་དག་གྱང་འབྲས་བུ་གཞན་ཉི་  
མདོར་བསྟུས་པ་ཡིན་པས་རྒྱས་པར་ནི་དཔག་ཏུ་མེད་པའོ། །དེ་ལ་གཉེན་པོ་སྟོམ་པའི་བསྟུས་དོན་ནི། བྱང་བར་བྱ་བའི་སྟོམ་པ་  
དང་། བསྟུས་པའི་སྟོམ་པ་དང་། ཡོངས་སུ་སྤྱང་བར་བྱ་བའི་སྟོམ་པ་དང་། གོང་མ་ཡང་དག་པར་རྩོམ་པའི་སྟོམ་པ་དང་། མཐོང་  
བའི་ལམ་དང་འབྲེ་བའི་ཕྱིར་འབྲེ་བའི་སྟོམ་པ་དང་། ལྷགས་པའི་སྟོམ་པ་དང་། མཚོག་གི་སྟོམ་པ་དང་། ཐོག་མའི་སྟོམ་པ་དང་།  
བར་མའི་སྟོམ་པ་དང་། མཐའི་སྟོམ་པ་དང་། རྒྱ་མ་དང་བཅས་པའི་སྟོམ་པ་དང་། རྒྱ་ན་མེད་པའི་སྟོམ་པ་སྟེ་གང་དམིགས་པ་དང་  
ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་ཐོབ་པ་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པའོ། །གནས་རྣམས་ཀྱི་དོན་བསྟུས་པ་ནི། རིགས་ལ་གནས་པའི་སྐྱལ་པ་ཡོད་པའི་  
གནས་དང་། སེམས་བསྐྱེད་ནས་བརྒྱུད་སྟེ་སྟོར་བའི་བར་རྩོམ་པའི་གནས་དང་། མ་དག་པ་དང་དག་པ་དང་ཤིན་ཏུ་དག་པའི་གནས་  
དང་། རྒྱན་དང་བཅས་པའི་གནས་དང་། ས་བཅུ་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར་ཁྱབ་པར་བྱ་བའི་གནས་དང་། རྒྱ་ན་མེད་པའི་གནས་སོ། །འབྲས་བུ་  
རྣམས་ཀྱི་དོན་བསྟུས་པ་ནི། བསྟུས་པ་དང་། དེའི་བྱེད་གཞི་དང་། སྟོན་གོམས་པར་བྱས་པ་དང་། གོང་ནས་གོང་དུ་བསྟུབ་པ་དང་།  
བསྟུན་པ་དང་། བཤད་པའོ། །དེ་ཡང་བསྟུས་པ་ནི་འབྲས་བུ་ལྟའོ། །དེའི་བྱེད་གཞི་ནི་ལྷག་མ་རྣམས་སོ། །སྟོན་གོམས་པར་བྱས་པ་ནི་  
རྣམ་པར་སྤྲིན་པའི་འབྲས་བུ་འོ། །དེ་གོང་ནས་གོང་དུ་བསྟུབ་པ་ནི་དེ་མ་ཡིན་པ་གཞན་བཞིའོ། །བསྟུན་པ་ནི་ཕྱི་མ་ཕྱི་མའི་འབྲས་བུ་  
ལ་སོགས་པ་བཞིའོ། །འཕགས་པ་ནི་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་ལ་སོགས་པ་དུག་སྟེ་དེ་དག་ཉིད་འཕགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །བསྟུན་བཅོས་  
དབྱས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས་གཉེན་པོ་བསྟོམ་པའི་ལེན་པ་ཅད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་བཞི་པའོ། །

རིགས་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་བསྐྱེད་པ་སོགས་འབྱུང་བས་སྤྲོ་མ་སྤྲོ་མ་རྒྱུ་དང་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་འབྲས་བུ་ཡིན་པ་དང་། ཐོག་  
མ་ནི་མཐོང་ལམ་སྟེ་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་དང་པོར་གྱུར་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་། མཐོང་ཟེན་དེ་གོམས་  
པར་བྱེད་པ་སྟོམ་ལམ་དང་། གོམས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་མཐར་ཕྱིན་ལམ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་མོས་སྟོད་ཀྱི་ལམ་དང་།  
འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་གསུམ་སྟེ་དེ་བཞིར་ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་འདུའོ། །

དེ་ཡང་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་ནི་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྤྲོ་མ་སྤྲོ་མ་དང་ཚོས་མཐུན་པའམ་དེ་བཞིན་ཉིད་  
ལ་མཐུན་པར་འབྱུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །མཐོང་ལམ་ལ་ནི་མི་མཐུན་སྟོགས་སུ་གྱུར་པའི་འབྲས་བུ་ཞེས་བྱ་སྟེ།

མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བའི་ཉོན་མོངས་རྣམས་ཀྱི་མི་མཐུན་སྟོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གོམས་པར་བྱས་པ་དང་  
རྫོགས་པ་གཉིས་ལ་བྲལ་བའི་འབྲས་བུ་ཞེས་བྱས་ཉེ་རང་སའི་སྤྱི་བ་པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

ཡང་མངོན་ཤེས་སོགས་ཡོན་ཏན་ཁྱད་པར་ཅན་ཐོབ་པ་ལ་ཁྱད་པར་གྱི་འབྲས་བུ་ཞེས་དང་། བྱང་རྒྱལ་སེམས་  
དཔའི་ས་ལ་རྒྱ་མ་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་འབྲས་བུ་ཞེས་བྱ་སྟེ་ཉན་རང་ལས་རྒྱ་མར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་  
རྒྱ་ན་མེད་པའི་འབྲས་བུ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་འབྲས་བུའི་རྣམ་གངས་བསྟན་པ་འདི་ནི་གོང་དུ་བཤད་པ་སྟོད་དུ་གྱུར་  
པ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་གངས་ལས་གཞན་ཉི། གོང་འོག་ཏུ་བཤད་པའི་འབྲས་བུའི་རྣམ་གངས་འདི་དག་གིས་ལམ་མཐའ་  
དག་གི་འབྲས་བུ་མདོར་བསྟུས་ཉི་སྟེ་རིགས་ནས་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། རྒྱས་པར་ཐེག་པ་གསུམ་སོ་སོའི་འབྲས་བུའི་དབྱེ་  
བ་བྱས་ན་ཚད་མེད་པ་ཡོད་དོ། །

དབྱས་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་ཀྱི་གཉེན་པོ་བསྟོམ་པའི་ལེན་པའི་འབྲེལ་པའོ། །



# ཕྱེག་ལུ་འགྲེལ་ལོ།།

གཉིས་པ་རྒྱལ་མིན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལུགས་ལ། མདོར་བསྟན། རྒྱལ་ལུགས་གཉིས། དང་པོ་། མདོར་བསྟན། །  
སྐྱེ་མེད་ཉིད་ནི་སོགས་གྲིས་བསྟན་ཏེ། །

སྐྱེ་མེད་འདི་ནི་སྐྱེ་བ་པ་དང་། །  
དམིགས་པ་དང་ནི་ཡང་དག་འགྲུབ། །  
བསྟན་པ་ཡིན་པར་འདོད་པའོ། །

ད་ནི་ཐེག་པ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ལུགས་དགོས་པས་དེ་བརྗོད་པ་སྐྱེ་མེད་ཉིད་ནི་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་མེད་པ་དང་། །དམིགས་པ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་ནི་  
ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་སྐྱེ་བ་མིན་པ། །བསྟན་པ་ཡིན་པར་འདོད་པའོ།

ཐེག་པ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ཉིད་ནི་འདི་ལྟར་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་། དམིགས་པ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་ནི། ཡང་དག་པར་འགྲུབ་  
པ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་གསུམ་གྱི་སྐོར་ནས་དོན་མདོར་བསྟན་པ་ཡིན་པར་འདོད་པའོ། །

གཉིས་པ་། རྒྱལ་ལུགས་ལ། རྒྱལ་ལུགས་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་བ་མེད། དམིགས་པ་སྐྱེ་བ་མེད། ཡང་དག་འགྲུབ་པ་སྐྱེ་བ་མེད་གསུམ་གྱི་དང་པོ་  
། རྒྱལ་ལུགས་སྐྱེ་བ་མེད་ལ། མདོར་བསྟན། རྒྱལ་ལུགས་གཉིས། དང་པོ་། མདོར་བསྟན། ། རྒྱལ་ལུགས་སྐྱེ་བ་མེད་ལ།

སོགས་གྲིས་བསྟན་ཏེ། །

སྐྱེ་བ་པ་དག་ནི་རྣམ་པ་རྒྱལ་སྟེ། །  
པ་རོལ་ཕྱིན་པ་དེ་དག་ལ་འོ། །  
དམ་པ་དང་ནི་ཡིད་བྱེད་དང་། །  
རྗེས་སུ་མཐུན་ཚོས་མཐའ་སྤངས་དང་། །  
བྱུང་པར་ཅན་དང་བྱུང་པར་མེད། །

སྐྱེ་བ་པ་དག་ནི་རྣམ་པ་རྒྱལ་སྟེ། །པ་རོལ་ཕྱིན་པ་དེ་དག་ལ་འོ། །འདི་ལྟར་དམ་པར་སྐྱེ་བ་པ་དང་ནི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྐྱེ་བ་  
པ་དང་། །རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཚོས་སྐྱེ་བ་པ་དང་མཐའ་གཉིས་རྣམ་པར་སྤངས་བསྐྱེ་བ་པ་དང་། །བྱུང་པར་ཅན་སྐྱེ་བ་པ་དང་བྱུང་པར་  
མེད་པ་སྐྱེ་བ་པའོ།

སྐྱེ་བ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དག་ནི་རྣམ་པ་རྒྱལ་སྟེ། དེ་ཡང་བསྐྱེ་བ་བྱེད་པ་པོ་ལ་ཕྱིན་པ་དུག་གམ་བཅུ་པོ་དེ་དག་ལ་འོ། །སྐྱེ་བ་  
པ་དུག་གང་ཞེན། དམ་པའི་སྐྱེ་བ་པ་དང་། ཡིད་བྱེད་གྱི་སྐྱེ་བ་པ་དང་། རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཚོས་གྱི་སྐྱེ་བ་པ་དང་། མཐའ་  
གཉིས་སྤངས་པའི་སྐྱེ་བ་པ་དང་། བྱུང་པར་ཅན་དང་བྱུང་པར་མེད་པའི་སྐྱེ་བ་པའོ། །

གཉིས་པ་། རྒྱལ་ལུགས་ལ། གོང་གི་རིམ་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྟ་ལས། དང་པོ། དམ་པའི་སྐྱེ་བ་པ་ལ། རྒྱལ་  
ཚུལ་དམ་པ་བཅུ་གཉིས། བསྐྱེ་བ་བྱེད་པར་ཕྱིན་བཅུ་འོ། །དང་པོ་། རྒྱལ་ཚུལ་དམ་པ་བཅུ་གཉིས། །དམ་པ་བཅུ་གཉིས་  
སོགས་གྲིས་བསྟན་ཏེ། །

དམ་པ་བཅུ་གཉིས་བདག་ཉིད་དེ། །  
 རྒྱ་ཆེ་བ་དང་ཡུན་རིང་དང་། །  
 ཆེད་དུ་བྱ་དང་མི་ཟད་དང་། །  
 རྒྱན་མི་འཆད་དང་ཚོགས་མེད་དང་། །  
 དབང་འབྱོར་བ་དང་ཡོངས་གཟུང་དང་། །  
 ཚོམ་དང་འཐོབ་དང་རྒྱ་མཐུན་དང་། །  
 འགྲུབ་པ་དམ་པར་འདོད་པ་ཡིན། །

དེ་ལ་དམ་པ་ནི་རྣམ་པ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་བདག་ཉིད་དེ། །འཇིག་རྟེན་གྱི་སྤྱན་རླུང་ཚོགས་པ་ཐམས་ཅད་མི་འདོད་པ་དང་མཚོག་ཏུ་  
 འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ལ་འཇུག་པས་རྒྱ་ཆེ་བ་དམ་པ་དང་བསྐྱལ་པ་གངས་མེད་པ་གསུམ་དུ་བཙོན་འགྲུས་བཅུ་མས་པས་ཡུན་  
 རིང་བ་དམ་པ་དང་། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་བྱེད་པས་ཆེད་དུ་བྱ་བ་དམ་པ་དང་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་ཡོངས་སུ་བསྐྱོམ་པས་  
 མི་ཟད་པ་དམ་པ་དང་། །བདག་གཞན་མཉམ་པར་མོས་ཏེ་སྤྱིན་སོགས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པས་རྒྱན་མི་འཆད་པ་དམ་པ་  
 དང་གཞན་གྱི་སྤྱིན་སོགས་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་ཅམ་གྱིས་པ་ལོ་ལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པས་ཚོགས་མེད་པ་དམ་པ་  
 པ་དང་། །རྣམ་མཁའ་མཛོད་ཀྱི་ཉིང་འཇིན་སོགས་ཀྱིས་སྤྱིན་སོགས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པས་དབང་འབྱོར་བ་དམ་པ་  
 དང་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་གཟུང་བས་ཡོངས་སུ་གཟུང་བ་དམ་པ་དང་། །མོས་པས་སྦྱོད་པའི་ས་ལ་བདག་མེད་པའི་  
 དོན་ལ་བཟོད་པ་གོང་འཕེལ་དུ་བྱེད་པས་ཚོམ་པ་དམ་པ་དང་ས་དང་པོ་ཐོབ་པས་འཐོབ་པ་དམ་པ་དང་གཉིས་པ་ནས་དགུ་པའི་བར་  
 རྣམས་རྒྱ་མཐུན་པ་དམ་པ་དང་། །ས་བཅུ་པ་དང་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པ་ནི་འགྲུབ་པ་དམ་པར་འདོད་པ་ཡིན་ལོ།

དེ་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལམ་པར་སྤྱིན་ལ་འཇུག་ཅིང་སྐྱབ་པ་ནི་ཉན་རང་གི་ལམ་ལས་ཁྱད་པར་དུ་

འཕགས་ཏེ་དམ་པའི་སྐྱབ་པ་སོགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་སོ། །དེ་ལ་དམ་པ་བཞེས་པ་ཅི་ལྟ་བུ་ཞེན་རྣམ་པ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་བདག་  
 ཉིད་དོ། །གང་ཞེན་རྒྱ་ཆེ་བ་དམ་པ་འཇིག་རྟེན་གྱི་སྤྱན་རླུང་ཚོགས་མི་འདོད་པར་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡོན་ཏན་རྒྱ་  
 ཆེ་བ་ལ་འཇུག་པ་དང་། ཡུན་རིང་བ་དམ་པ་བསྐྱལ་པ་གངས་མེད་གསུམ་དུ་བཙོན་འགྲུས་ཚོམ་པ་དང་། ཆེད་དུ་བྱ་བ་  
 དམ་པ་མཐའ་ཡས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆེད་དུ་བསྐྱབ་པ་དང་། མི་ཟད་པ་དམ་པ་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་ཡོངས་  
 སུ་བསྐྱོམ་པས་སྤང་བོ་སྐྱབ་མེད་དུ་ཡང་མི་ཟད་པར་བྱེད་པ་དང་། རྒྱན་མི་འཆད་པ་དམ་པ་བདག་གཞན་མཉམ་པ་  
 ཉིད་དུ་མོས་པས་དགོ་བ་རྒྱན་མི་འཆད་པར་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་དང་། ཚོགས་མེད་པ་དམ་པ་ནི་རྗེས་སུ་ཡི་རང་སོགས་  
 ཐབས་མཁའ་ཀྱིས་སྤྱིན་སོགས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་དང་། དབང་འབྱོར་བ་དམ་པ་ནས་མཁའ་མཛོད་ཀྱི་ཉིང་  
 འཇིན་ལ་སོགས་པའི་སྒོ་ནས་སྤྱིན་སོགས་པར་སྤྱིན་རྣམས་ཇི་ལྟར་འདོད་པར་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་དང་།  
 ཡོངས་སུ་བཟུང་བ་དམ་པ་ནི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་སྤྱིན་སོགས་དེ་དག་ཡོངས་སུ་བཟུང་བ་དང་། དེ་  
 བརྒྱད་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཚུལ་གྱིས་པར་སྤྱིན་སྐྱབ་ཚུལ་ཁྱད་པར་འཕགས་པ་ཡིན་ལ། ཚུལ་དེ་ལྟ་བུ་དང་  
 རྣམ་པའི་སྐྱབ་པ་དེ་དག་ས་མཚམས་ཀྱིས་དབྱེན་ཚོམ་པ་དམ་པ་ཚོགས་སྦྱོར་དུ་སྦྱོར་ཉིད་ལ་བཟོད་པ་ཆེར་འཕེལ་བར་  
 བྱེད་པ་དང་། འཐོབ་པ་དམ་པས་དང་པོར་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་གསུམ་དུ་ཐོབ་པ་དང་། རྒྱ་མཐུན་པ་དམ་  
 པ་ས་གཉིས་པ་ནས་དགུ་པའི་བར་དུ་སྤྱིན་དུག་གི་རྒྱ་མཐུན་རིམ་གྱིས་འགྲུབ་བ་དང་། འགྲུབ་པ་དམ་པ་ནི་ས་བཅུ་པ་  
 ལ་བྱང་སེམས་མཐར་ཐུག་པ་དང་། བཅུ་གཅིག་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ལས་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་འདོད་པ་ཡིན་  
 ལོ། །

གཉིས་པ་བསྐྱབ་བྱ་པར་སྤྱིན་བཤད་པ་ལ་མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད་གཉིས། དང་པོ་ཁ་མདོར་བསྟན། ། དེ་སྤྱིར་  
 དམ་པའི་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །



དེ་ཕྱིར་དམ་པའི་དོན་གྱིས་ནི། །

ཕ་རོལ་ཕྱིན་པ་བཅུར་འདོད་དོ། །

དེ་ཕྱིར་དམ་པའི་དོན་བཅུ་གཉིས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ནི། །ཕ་རོལ་ཕྱིན་པ་བཅུར་རྣམ་པར་བཞག་པར་འདོད་དོ།

བཤད་མ་ཐག་པའི་དམ་པ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་དང་ལྡན་པ་དེ་ཕྱིར་དམ་པའམ་མཚོག་གི་དོན་གྱིས་ནི། ཕ་རོལ་ཕྱིན་པ་བཅུར་འདོད་དོ། ཚུ་རོལ་ཏེ་དམ་པ་མིན་པ་དམན་པའི་ས་ལས་འདས་པས་ན་ཕ་རོལ་ཕྱིན་པ་ཞེས་བཤད་དོ། །

གཉིས་པ་ ། རྒྱས་བཤད་ ། ལ། རོ་བོ་དང་། བྱེད་ལས་གཉིས། དང་པོ་ ། རོ་བོ་ ། སྤྱིན་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

སྤྱིན་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་བཟོད་བཅོཅ་འགྲུས། །

བསམ་གཏན་དང་ནི་ཤེས་རབ་ཐབས། །

སྒྲོན་ལམ་སྟོབས་དང་ཡི་ཤེས་དང་། །

འདི་དག་ཕ་རོལ་ཕྱིན་བཅུ་ལོ། །

ལ་ཅིག་བཅུ་གང་ཡིན་སྐྱེས་དུ་སེམས་པ་ལ་དེ་དག་གི་མིང་བསྟན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྤྱིན་པ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་བཟོད་པ་དང་བཅོཅ་འགྲུས་དང་། །བསམ་གཏན་དང་ནི་ཤེས་རབ་དང་ཐབས་དང་། །སྒྲོན་ལམ་དང་སྟོབས་དང་ཡི་ཤེས་དང་བཅས་པ། །འདི་དག་ཕ་རོལ་ཕྱིན་པ་བཅུ་ལོ།

ཕ་རོལ་ཕྱིན་པ་བཅུ་པོ་དེ་གང་ཞེ་ན། མ་ཚགས་པར་གཏོང་བའི་སྤྱིན་པ་དང་། སྤང་དོར་ཚུལ་བཞིན་འཇུག་པ་ལས་མི་འདའ་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། །ཁོང་སློ་སོགས་མི་མཐུན་སྟོགས་གྱིས་མི་ཚུགས་ཤིང་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་འབྱུགས་པ་མེད་པའི་བཟོད་པ་དང་། །དགོ་བའི་གནས་ལ་སྤྱོ་ཞིང་ཡང་ནས་ཡང་དུ་འཇུག་པའི་བཅོཅ་འགྲུས་དང་། །དམིགས་པའི་དངོས་པོ་ལ་སེམས་ཅུ་གཅིག་ཏུ་གནས་ཤིང་མི་གཡོ་བའི་བསམ་གཏན་དང་། །ཚོས་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་དང་། །རང་གཞན་གྱི་དོན་ཆེན་པོ་བདེ་སྐྱབས་ཏུ་འགྲུབ་པར་འབྱེད་པའི་ཐབས་མཁས་པ་དང་། །དགོ་བའི་ཚོགས་སྐབས་པོ་ཆེ་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་སྤྱད་པའི་སྒྲོན་ལམ་དང་། །དགོ་ཅུ་རྒྱུད་མི་ཟ་ཞིང་མི་མཐུན་སྟོགས་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པའི་སྟོབས་དང་། །ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགོངས་དོན་རྣམ་པར་བཞག་པ་བཞིན་མཐར་ཐུག་གི་དོན་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པའི་ཡི་ཤེས་ཏེ། །འདི་དག་ནི་ཕ་རོལ་ཕྱིན་པ་བཅུ་ལོ། །

གཉིས་པ་ ། བྱེད་ལས་ ། ལས་ནི་རྗེས་སུ་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ལས་ནི་རྗེས་སུ་འཛིན་བྱེད་དང་། །

གཞོན་མི་བྱེད་དང་དེ་ལ་བཟོད། །

ཡོན་ཏན་འཕེལ་དང་འཇུག་རུས་དང་། །

རྣམ་པར་གྲོལ་བར་བྱེད་པ་དང་། །

མི་ཟད་པ་དང་རྟག་འཇུག་དང་། །

ངེས་པར་ལོངས་སྟོན་སྤྱིན་པར་བྱེད། །

འདི་དག་གི་སོ་སོའི་ལས་ཅི་ཞེ་ན། །བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྤྱིན་པའི་ལས་ནི་སེམས་ཅན་རྣམས་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་བྱེད་པ་དང་།

ཚུལ་གྱི་མཁུ་གྱི་མཁུ་ནི་དེ་དག་ལ་གཞོན་པར་མི་བྱེད་པ་དང་བཟོད་པས་ནི་གཞན་གྱིས་གཞོན་པར་བྱེད་པ་དེ་ལ་བཟོད་རྣམས་པ་དང་  
། །བརྩོན་འགྲུས་གྱིས་ནི་ཡོན་ཏན་རྣམས་འཕེལ་བར་བྱེད་པ་དང་བསམ་གཏན་གྱིས་ནི་རྩུ་འཕྲུལ་སོགས་གྱིས་མཁུ་བར་བྱས་ཏེ་  
ཚོས་སྒོར་འཕྲོད་རྣམས་པ་དང་། །ཤེས་རབ་གྱིས་ནི་ཡང་དག་པའི་གདམས་དག་གྱིན་པས་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་བྱེད་པ་དང་། །ཐབས་  
ལ་མཁུ་པས་ནི་བྱང་རྒྱུ་ཆེན་པོར་བསྐྱོ་བའི་སྒོ་ནས་དགོ་ཅུ་མི་ཟད་པར་བྱེད་པ་དང་སྒོན་ལམ་གྱིས་མཐུན་པའི་སྐྱེ་བ་ཡོངས་སུ་  
འཛིན་པས་ཚོ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་སངས་རྒྱུས་འབྱུང་བ་ལ་མཉེས་པར་བྱེད་ཅིང་སྤྱིན་སོགས་མར་སྤྱིན་རྣམས་ལ་རྟག་ཏུ་འཇུག་པ་  
དང་། །སྒོ་བས་གྱིས་ནི་སོ་སོར་རྟོག་པ་དང་བསྐྱོམ་པའི་སྒོ་བས་གཉིས་གྱིས་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་གྱིས་ཟེལ་གྱིས་མི་འོན་པའི་སྤྱིར་  
སྤྱིན་སོགས་ལ་ངེས་པར་འཇུག་པ་དང་ཡེ་ཤེས་གྱི་མ་འོལ་ཏུ་སྤྱིན་པས་ནི་ཚོས་ལ་སྤྱི་ཇི་བཞིན་དུ་མྱོངས་པ་དང་བྲལ་བས་སྤྱིན་པ་ལ་  
སོགས་པའི་དབང་དུ་མཛད་པའི་ཚོས་ལ་ཡོངས་སྤྱོད་པ་དང་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་སྤྱིན་པར་བྱེད་དོ།

མར་སྤྱིན་བཅུ་པོ་དེའི་ལས་ནི་སྤྱིན་པས་སེམས་ཅན་ཚོས་པར་བྱས་ཏེ་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་བྱེད་པ་དང་། ཚུལ་གྱི་མཁུ་གྱིས་  
གཞན་ལ་གཞོན་པ་མི་བྱེད་པ་སྟེ་གཞན་གཞོན་གཞིར་བཅས་སྒྲིང་བ་དང་། །བཟོད་པས་གཞོན་པའི་ཡུལ་དེ་ལ་བཟོད་  
པ་དང་། །བརྩོན་འགྲུས་གྱིས་ཡོན་ཏན་གོང་དུ་འཕེལ་བ་དང་། །བསམ་གཏན་གྱི་མངོན་ཤེས་དང་རྩུ་འཕྲུལ་བསྟན་པ་  
སོགས་གྱིས་གཞན་བསྟན་པ་ལ་འཕྲོད་རྣམས་པ་དང་། །ཤེས་རབ་གྱིས་ཚོས་བསྟན་པས་གཞན་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་བྱེད་  
པ་དང་། །བསྐྱོ་བ་སོགས་ཐབས་མཁུ་གྱིས་དགོ་ཅུ་མི་ཟད་པ་ཉིད་དུ་བྱེད་པ་དང་། །སྒོན་ལམ་གྱིས་སྐྱེ་བ་ཡང་དག་པར་  
འཛིན་པ་དང་རྟེན་དེས་སྤྱིན་སོགས་ལ་རྟག་ཏུ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་དང་། །སྒོ་བས་གྱིས་མི་མཐུན་སྤྱོད་པ་གྱིས་ཟེལ་གྱིས་མཐུན་  
ནས་དགོ་ཅུ་བྱང་རྒྱུ་ཏུ་ངེས་པར་བྱེད་པ་དང་། །ཡེ་ཤེས་གྱིས་སྤྱིན་སོགས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་རང་ཉིད་མ་འོར་  
བར་ཡོངས་སྤྱོད་ཅིང་སེམས་ཅན་གཞན་ཚུལ་དེས་སྤྱིན་པར་བྱེད་པའོ། །

གཉིས་པ་ཡིད་བྱེད་ལ་མངོར་བསྐྱུས་པ་ཤེས་རབ་གསུམ་གྱིས་ཡིད་ལ་བྱེད་ཚུལ་དང་། །རྒྱས་པར་ཚོས་སྤྱོད་  
བཅུའི་ཚུལ་གྱིས་ཡིད་ལ་བྱེད་ཚུལ་གཉིས། །དང་པོ་། །མངོར་བསྐྱུས་པ་ཤེས་རབ་གསུམ་གྱིས་ཡིད་ལ་བྱེད་ཚུལ་  
། །ལ། །དངོས་དང་དེའི་བྱེད་ལས་གཉིས། །དང་པོ་། །དངོས་། །ཐེག་པ་ཆེན་པོར་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- ཐེག་པ་ཆེན་པོར་ཇི་ལྟ་བུར། །
- ཚོས་རྣམས་བཏགས་པར་མཛད་པ་དག །
- བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔལ་རྟག་པར་ཡང་། །
- ཤེས་རབ་གསུམ་གྱིས་ཡིད་བྱེད་པའོ། །

ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྐྱེ་བ་གང་ཞེན། །སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་དབང་དུ་མཛད་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོར་མངོན་ལ་སོགས་པ་ཇི་ལྟ་བུར།  
། །ཚོས་རྣམས་བཏགས་པར་མཛད་པ་དག་ལ། །བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔལ་རྟག་པར་ཡང་ཐོས་པ་དང་བསམ་པ་དང་བསྐྱོམ་པ་  
ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་གསུམ་གྱིས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་བསྐྱེད་པའོ།

བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔལ་གང་ཞེན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ། ཐེག་པ་ཆེན་པོར་ཚོས་རྣམས་ཇི་ལྟ་བུར་བཏགས་པར་མཛད་པ་དེ་དག་  
གོ། །དེ་ཡང་མངོན་ལྡན་དང་དབྱངས་གྱིས་བསྟན་པ་སོགས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གཞུང་ན། །ཚོས་རྣམས་རྣམ་པར་བཞུགས་  
པའམ་བཏགས་པ་ནི། །རྣམ་ཐར་སྒོལ་གསུམ་དང་། །མར་སྤྱིན་བཅུ་དང་། །ས་བཅུ་ལམ་ལྟ་བུར་དང་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་  
སོགས་པ་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཚོས་གྱི་རྣམ་པ་མང་པོ་བསྟན་པ་དེ་དག་ཇི་ལྟ་བུར་བསྟན་པ་དེ་བཞིན་དུ་མ་འོར་བར་  
ཡིད་ལ་བྱེད་པའོ། །ཚུལ་ཇི་ལྟར་ན་དམིགས་པ་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཚོས་གྱི་དོན་དེ་དག་ལ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔལ་  
རྣམས་ནི་དུས་རྟག་པར་ཡང་ཐོས་པ་དང་བསམ་པ་དང་སྐྱོམ་པའི་ཤེས་རབ་རྣམ་པ་གསུམ་གྱིས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་  
པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ ༼ དེའི་བྱང་ལས་ ༽ ། ཁམས་བརྟམ་བྱེད་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཁམས་རྟམ་བྱེད་དང་འཇུག་བྱེད་དང་། །

དེ་ནི་དོན་རྣམས་འགྲུབ་པར་འགྱུར། །

ཤེས་རབ་གསུམ་གྱིས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དེས་ཡོན་ཏན་ཅི་ཞིག་འཐོབ་ཅེན། ཐོས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཡིད་ལ་བྱེད་ན་  
ཁམས་བརྟམ་པར་བྱེད་པ་དང་བསམ་པ་ལས་བྱུང་བས་ནི་ཐོས་པ་དེའི་དོན་ལ་སླིང་ནས་འཇུག་པར་བྱེད་པ་དང་། །བསྐྱོམ་པ་ལས་  
བྱུང་བ་དེ་ཡིས་ནི་དོན་རྣམས་འགྲུབ་པར་འགྱུར་ཏེ།

དེ་ལྟར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དོན་དེ་ཉིད་ཐོས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཡིད་ལ་བྱས་པས་རིགས་སམ་ཁམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བརྟམ་  
པ་སྟེ་རྟམ་པར་བྱེད་པ་དང་། བསམ་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དེའི་དོན་ལ་བསམ་པ་ཐེག་པས་འཇུག་པར་བྱེད་པ་དང་།  
བསྐྱོམ་པས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དེ་ནི་རང་ལམ་གྱིས་དོན་དུ་གཉིས་བྱའི་དོན་རྣམས་ཡོངས་སུ་འགྲུབ་པར་འགྱུར་ཏེ། ས་  
ལ་ཞུགས་ནས་རིམ་གྱིས་མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུ་འགྲུབ་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ ༼ རྒྱས་པར་ཚོས་སྟོད་བཅུའི་ཚུལ་གྱིས་ཡིད་ལ་བྱེད་ཚུལ་ ༽ །ལ། མདོར་བསྟན་རྒྱས་བཤད་གཉིས། དང་པོ་  
༼ མདོར་བསྟན་ ༽ ། དེ་ནི་ཚོས་སྟོད་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

དེ་ནི་ཚོས་སྟོད་རྣམ་བཅུ་དང་། །

ཡང་དག་ལྡན་པར་ཤེས་པར་བྱ། །

ས་ལ་འཇུག་པ་ཡོངས་སུ་སྟོད་པའི་སྲིད་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་གྲུབ་པ་དེ་ནི་ཚོས་སྟོད་རྣམ་པ་བཅུ་དང་། །ཡང་དག་པར་ལྡན་པར་ཤེས་

པར་བྱ།

ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དེ་ནི་རྒྱས་པར་བྱེན་ཚོས་སྟོད་རྣམ་པ་བཅུ་དང་ཡང་དག་པ་ལྡན་པར་ཤེས་པར་བྱ་  
སྟེ། ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་ ༼ རྒྱས་བཤད་ ༽ །ལ། ཚོས་སྟོད་བཅུའི་ངོ་བོ་པན་ཡོན་བཅས་པ་བསྟན་པ་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་སྟོད་  
ཀྱི་པན་ཡོན་བྱེད་པར་དུ་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ ༼ ཚོས་སྟོད་བཅུའི་ངོ་བོ་པན་ཡོན་བཅས་པ་བསྟན་པ་ ༽ ། ཡི་གེ་  
འབྲི་མཚོན་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཡི་གེ་འབྲི་མཚོན་གྱིན་པ་དང་། །

ཉན་དང་གྲོག་དང་ལེན་པ་དང་། །

འཆད་དང་ཁ་ཉོན་བྱེད་པ་དང་། །

དེ་སེམས་པ་དང་བསྐྱོམ་པ་འོ། །

སྟོད་པ་དེ་བཅུའི་བདག་ཉིད་ནི། །

བསོད་ནམས་སྲུང་པོ་དཔག་ཏུ་མིད། །

ཚོས་སྟོད་བཅུ་གང་ཞེན། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཡི་གེ་འབྲི་བ་དང་དེ་ལ་མཚོན་པ་དང་གཞན་དག་ལ་གྱིན་པར་བྱེད་པ་དང་། །གཞན་  
ཐེག་པ་ཆེན་པོ་གྲོག་པ་ལ་ཉན་པ་དང་བདག་ཉིད་ཀྱིས་གྲོག་པ་དང་དེའི་ཚོགས་ལ་ལེན་པ་དང་། །ཚོགས་དང་དོན་གཞན་ལ་འཆད་པ་  
དང་ཚོགས་ཁ་ཉོན་དུ་བྱེད་པ་དང་། །དེའི་དོན་ལ་སེམས་པ་དང་ཚུལ་བཞིན་དུ་ཡིད་ལ་བྱེད་དེ་བསྐྱོམ་པ་འོ། །ཚོས་ལ་སྟོད་པ་དེ་བཅུའི་  
བདག་ཉིད་ནི། །བསོད་ནམས་ཀྱི་སྲུང་པོ་དཔག་ཏུ་མིད་དོ།



དམ་པའི་ཚོས་ཉམས་སྲུ་ལེན་པའམ་སྲོད་པའི་ཚུལ་མཐའ་དག་བསྐྱུ་ནས་རྣམ་པ་བཅུར་གོང་དུ་བསྐྱུ་ན་པ་དེ་གང་ཞེ་  
ན། ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུ་གིས་བསྐྱུ་པའི་དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་རྟེན་ཡི་གེ་འབྲི་བ་དང་། ཚོས་དང་ཚོས་སྐྱུ་བ་ལ་མཚོན་པ་དང་།  
ཚོས་སྐྱུ་བ་དང་ཚོས་ཀྱི་ཚེད་དུ་སྐྱུ་ན་པ་གཏོང་བ་དང་། ཚོས་ཀྱི་ཚོག་ལ་རྣ་བའི་དབང་པོས་ཉན་པ་དང་། ཚོས་ཀྱི་སྐྱེ་ག་  
བམ་སྐྱོག་པ་དང་། རྗེད་བྱེད་ཀྱི་ཚོག་སྐྱོལ་ལེན་པ་དང་། ཚོག་གི་དོན་གཞན་ལ་འཆད་པ་དང་། སྐྱོལ་སྐྱེད་ས་ཟིན་པ་  
ཁ་ཏོན་དུ་བྱེད་པ་དང་། ཚོས་ཀྱི་དོན་དེ་ཡིད་ལ་སེམས་པ་དང་། ཚུལ་བཞིན་དུ་ཅེ་གཅིག་པའི་ཡིད་ཀྱིས་སྐྱོམ་པར་བྱེད་  
པ་དང་བཅུ་པོ་འདྲི་དམ་པའི་ཚོས་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་མཐའ་དག་འདྲུ་བས་ན་ཚོས་སྲོད་བཅུ་ཞེས་གསུངས་ཤིང་།  
སྲོད་པ་དེ་བཅུའི་བདག་ཉིད་ནི་རེ་རེ་ལ་འང་བསོད་ནམས་སུང་པོ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡོད་དེ། དམ་པའི་ཚོས་ནི་ཕན་བདེ་  
མཐའ་དག་གི་འབྲུང་གནས་ཡིན་ཅིང་འཇིག་རྟེན་འདས་པའི་ལམ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ན་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་ཐམས་  
ཅད་ཤིན་ཏུ་དོན་ཆེ་བའི་སྤྱིར། ཚོགས་སྲུ་བཅད་པ་གཅིག་འབྲི་བ་དང་ཐོས་པའི་ཕན་ཡོན་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་པའི་དགོ་ཅོ་  
ཀུན་ལས་འཕགས་པར་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱུ་གས་པ་ནི་མདོ་རྣམས་ལས་འབྲུང་བ་ལྟར་རོ། །

གཉིས་པ་ ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་སྲོད་ཀྱི་ཕན་ཡོན་ལྷན་ལྷན་པར་དུ་བཤའ་བ་ ། ། ལྷན་པར་སྤྱིར་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱུ་  
ཏེ། །

ལྷན་པར་སྤྱིར་དང་མི་ཟད་སྤྱིར། །  
གཞན་ལ་ཕན་འདོགས་མ་ཞིའི་སྤྱིར། །

ཅིའི་སྤྱིར་མདོ་དག་ལས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཉིད་ཀྱིས་ཚོས་སྲོད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་འབྲས་བུ་ཆེ་བར་བསྐྱུ་གི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ནི་མ་ཡིན་  
ཞེན། ལྷན་པར་དུ་འཕགས་པའི་སྤྱིར་དང་མི་ཟད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། །གཞན་ལ་ཕན་འདོགས་པ་ལ་ཞུགས་པའི་སྤྱིར་ལྷན་པར་དུ་

འཕགས་པ་དང་ཡོངས་སྲུ་སྲུ་རྣམས་འདས་པ་ན་ཡང་སྐྱུ་དང་ཡེ་ཤེས་རྒྱུན་ཆད་དེ་མ་ཞི་བའི་མི་ཟད་པ་ཉིད་དུ་རྟོག་པར་བྱའོ།  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་མདོ་རྣམས་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་སྲོད་ཁོན་ལྷན་པར་དུ་བསྐྱུ་གས་པ་ཅིའི་སྤྱིར་ཞེན། ཐེག་  
པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་ཡི་གེར་འབྲི་བ་སོགས་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་ཚོས་སྲོད་བཅུ་ནི་ཐེག་དམན་གྱི་དེ་ལས་ལྷན་པར་འཕགས་ཏེ།  
གང་གི་སྤྱིར་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ནི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ལས་ལྷན་པར་འཕགས་པའི་སྤྱིར་དང་། ལྷན་པར་ཡེ་ཤེས་  
སོགས་སུང་པོ་ལྷག་མེད་ཀྱི་དབྱིངས་སྲུ་ཡང་མི་ཟད་པའི་ཡོན་ཏན་བསམ་གྱིས་མི་ལྷབ་པའི་འབྲས་བུ་དང་ལྷན་པའི་  
སྤྱིར་ན་ལམ་དང་འབྲས་བུ་དེ་ལྷ་བུ་སྟོན་པའི་ཚོས་ནི་ལྷན་པར་དུ་འཕགས་པའི་སྤྱིར། དེ་འབྲི་བ་སོགས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་  
ཀྱང་དེ་ལྟར་འཕགས་སོ། །འབྲུང་མ་ཐག་པ་དེ་ལྟར་ཀྱང་ཡིན་ཏེ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ནི་རང་དོན་ཅོམ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་  
ཡིན་ལ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ནི་གཞན་ལ་ཕན་འདོགས་པ་གཙོ་བོར་སྐྱབ་ཅིང་། དེའི་འབྲས་བུ་སྤིན་ལས་ཀྱི་འཇུག་པ་  
སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་ཇི་སྲིད་པ་དེ་སྲིད་དུ་མ་ཞི་བར་རྒྱུན་མི་འཆད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་རྗེས་སྲུ་མཐུན་པའི་སྐྱབ་པ་ལ། མདོར་བསྐྱུ་ན། རྒྱས་བཤའ་གཉིས། དང་པོ་ ། མདོར་བསྐྱུ་ན་ ། རྗེ། མི་  
གཡེངས་སྤིན་ཅི་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱུ་ཏེ། །

མི་གཡེངས་སྤིན་ཅི་མ་ལོག་པར། །  
གྲུར་པ་རྗེས་སྲུ་མཐུན་པའི་ཚོས། །

རྗེས་སྲུ་མཐུན་པའི་ཚོས་སྐྱབ་པ་གང་ཞེན། རྣམ་པར་མི་གཡེངས་བ་དང་སྤིན་ཅི་མ་ལོག་པར། །གྲུར་པ་ནི་རྗེས་སྲུ་མཐུན་པའི་ཚོས་སོ།  
ཚོས་ལ་ཚོས་ཀྱི་རྗེས་སྲུ་མཐུན་པར་བསྐྱབ་པ་ཅི་ལྷ་བུ་ཞེན། ཞེ་གནས་ཀྱིས་དམིགས་པའི་དོན་ལས་མི་གཡེངས་པ་

དང་། ལྷག་མཐོང་གིས་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་མཐོང་བར་བྱུང་བ་ནི་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཚོས་ཀྱི་  
སྐབ་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་ལས་བསྟན་པ་ཇི་ལྟ་བུར་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་དོན་དེ་ཉིད་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་  
པར་སྐབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡང་སེམས་གཞན་དུ་མི་འཕྲོ་བའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་བརྟེན་པའི་ཤེས་རབ་བྱི་མ་མེད་  
པས་ནི་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་མ་ནོར་བར་རྟོགས་རྣམས་པས་ན་ཞི་ལྷག་གཉིས་ཀྱིས་ཚོས་ཀྱི་དོན་ཉམས་སུ་ལེན་པའོ། །

གཉིས་པ་ ། རྒྱས་བཤད་ ། །ལ། མི་གཡེང་པ་ཞི་གནས་དང་། སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ལྷག་མཐོང་རྒྱས་པར་བཤད་པ་  
གཉིས། དང་པོ་ ། མི་གཡེང་པ་ཞི་གནས་ ། ། ལྡང་དང་ཡུལ་ལ་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- ལྡང་དང་ཡུལ་ལ་འབྱུག་པ་དང་། །
- དེ་བཞིན་རོ་མུང་བྱིང་དང་རྟོན། །
- ཡིད་ཆེས་པ་ཡི་བསམ་པ་དང་། །
- ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ངར་འཛིན་དང་། །
- རྒྱང་རུའི་སེམས་ནི་གཡེང་བ་སྟེ། །
- སློ་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱ། །

དེ་ལ་རྣམ་པར་གཡེང་བ་རྣམ་པ་བྱུག་མེད་པ་ནི་མི་གཡེང་བ་ཡིན་ལ། གཡེང་བ་བྱུག་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚོགས་ལྔ་ཉིང་ངེ་འཛིན་  
ལས་ལྡང་བ་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་གཡེང་བ་དང་ཡུལ་ལ་འབྱུག་པ་སྤྱི་རོལ་བྱ་རྣམ་པར་གཡེང་བ་དང་། །དེ་བཞིན་དུ་ཉིང་ངེ་  
འཛིན་གྱིས་རོ་མུང་བ་དང་བྱིང་བ་དང་རྟོན་པ་ནི་ནང་གི་རྣམ་པར་གཡེང་བ་དང་། །དེ་ལ་མཚན་མར་བབྱང་ནས་ཡིད་ཆེས་པ་ཡི་  
བསམ་པ་ནི་མཚན་མའི་རྣམ་པར་གཡེང་བ་དང་། །ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ངར་འཛིན་པ་དང་བཅས་པ་ནི་གནས་ངན་ལེན་གྱི་རྣམ་པར་

གཡེང་བ་དང་། །རྒྱང་རུའི་སྟེ་ཐེག་པ་དམན་པའི་སེམས་ནི་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་རྣམ་པར་གཡེང་བ་སྟེ། །སློ་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་ཤེས་པར་  
བྱོ།

མི་གཡེང་པའི་ཞི་གནས་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། གཡེང་བ་རྣམ་པ་བྱུག་དང་བྲལ་བའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་གང་ཡིན་པའོ། །གཡེང་  
བ་རྣམ་པ་བྱུག་པོ་གང་ཞེ་ན། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་གཡེང་བ་མིག་ཤེས་སོགས་ཚོགས་ལྔ་སྟེ། དེ་དག་རང་བཞིན་གྱིས་ཁ་སྤྱིར་  
བལྟས་པས་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལས་ལྡང་བ་ཡིན་པ་དང་། སྤྱི་རོལ་བྱ་གཡེང་བ་ཡིད་ཤེས་ཡུལ་ལ་འཕྲོ་བའམ་འབྱུག་པ་  
དང་། དེ་བཞིན་དུ་ནང་གི་གཡེང་བ་ནི་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་རོ་མུང་བ་དང་། བྱིང་རྟོན་དང་། མཚན་མའི་གཡེང་བ་ནི་ཉིང་  
ངེ་འཛིན་དེ་ཉིད་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་ཡི་བསམ་པས་མཚན་མར་བབྱང་ཞིང་ཞེན་པ་དང་། གནས་ངན་ལེན་གྱི་གཡེང་བ་ངར་  
འཛིན་དང་བཅས་པའི་སློ་ནས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྟེ། ང་རྒྱལ་གྱིས་གཞན་ལས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པར་ཡིད་ལ་བྱེད་  
པའམ། ངར་འཛིན་དང་བཅས་པ་ཞེས་བྱོལ། །

ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་གཡེང་བ་ནི་ཐེག་པ་རྒྱང་རུའི་སེམས་དང་མ་བྲལ་བ་ཐེག་དམན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་ནི་དེ་ལྟར་  
གཡེང་བ་བྱུག་སྟེ། དེ་བྱུག་པོ་རྣམ་བཅད་ལ་ཁེགས་པའི་ཡོངས་གཅོད་མི་གཡེངས་པའི་ཞི་གནས་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་  
ཞི་གནས་བྱུང་པར་ཅན་ཏེ། ནང་དུ་ཕྱེ་གཅིག་པར་གནས་པའི་ཞི་གནས་སྟོན་མེད་པ་ཡིན་པ་དང་། དེ་ཡང་རང་གི་ནང་  
གི་ཉིང་ངེ་འཛིན་དེ་ཅུམ་ལ་འདག་གོལ་དུ་འཛིན་པ་སོགས་མཚན་མར་འཛིན་པ་དང་། ངར་འཛིན་དང་བཅས་པ་སྤྱི་  
རོལ་པའི་བསམ་པ་གཏན་ལྟར་བྱུང་དང་། དེར་མ་ཟད་དམན་ལམ་གྱི་རྟེན་དུ་བསྟོལ་བ་ལྟ་བུའི་ཡིད་བྱེད་དང་ཡང་བྲལ་བས་  
ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཞི་གནས་བྱུང་པར་ཅན་ཡིན་པར་སློ་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱོལ། །

གཉིས་པ་ ། སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ལྷག་མཐོང་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ ། །ལ། མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད་གཉིས། དང་པོ་  
། མདོར་བསྟན་ ། ། ཡི་གེ་དོན་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཡི་གོ་དོན་དང་ཡིད་བྱེད་དང་། །  
 མི་འཕྲོ་བ་དང་མཚན་ཉིད་གཉིས། །  
 མ་དག་དག་དང་སློབ་བྱ་དང་། །  
 མི་སྤང་བ་དང་ཁེངས་པ་མེད། །

སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པའི་དངོས་པོ་ནི་རྣམ་པ་བཅུ་རྟེན་པར་བྱ་སྟེ་ཡི་གོ་ལ་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་དོན་ལ་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་ཡིད་ལ་  
 བྱེད་པ་ལ་སྤྱན་ཅི་ལོག་པ་དང་། །མི་འཕྲོ་བ་ལ་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་རང་དང་སྤྱི་ལོ་མཚན་ཉིད་ལ་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པ་གཉིས་དང་།  
 །མ་དག་པ་དང་དག་པ་གཉིས་ལ་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་སློབ་བྱ་པ་ལ་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་། །མི་སྤང་བ་ལ་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པ་  
 དང་ཁེངས་པ་མེད་པ་ལ་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པའོ།

ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལྷག་མཐོང་ནི་ཇི་ལྟ་བུ་དང་ཇི་སྟེད་པའི་དོན་མ་ཞོར་བར་རྟོགས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་རྣམ་པ་བཅུ་ས་  
 བསྟུས་ཏེ་བསྟན་ན། ཡི་གོ་དང་དོན་དང་ཡིད་བྱེད་དང་མི་འཕྲོ་བ་དང་རང་མཚན་དང་སྤྱི་མཚན་ཉིད་གཉིས་དང་། དག་  
 མ་དག་དང་། སློབ་བྱ་དང་། མི་སྤངས་པ་དང་། ཁེངས་པ་མེད་པ་དང་བཅུ་པོ་དེ་ལ་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པའོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་བཤད་ལ་མདོར་བསྟན་དང་མཚུངས་པར་བཅུ་སྟེ། ༡ རྫོང་བྱེད་ཡི་གོ་ལ་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པ། ༢ བརྗོད་  
 བྱའི་དོན་ཀུན་བཏགས་རང་བཞིན་མེད་པ་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པ། ༣ གཉིས་སྤང་གི་རྒྱ་གཞན་དབང་གི་རྣམ་རྟེན་ཅམ་ཏུ་  
 ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པ་ ༤ གཉིས་སྤང་ཡང་མི་བདེན་པ་སྤྱུ་མ་ལྟར་རྟོགས་པས་མཐའ་གཉིས་སུ་མི་  
 འཕྲོ་བ་ལ་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པ་ ༥ ཡོངས་གྲུབ་གཞུང་འཛིན་དང་བུལ་བའི་རང་མཚན་ལ་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པ་ ༦ གཉིས་  
 སྤང་གི་དེ་ཉིད་ལས་ཚོས་ཀུན་མི་འདེའ་བར་ཤེས་པ་ཚོས་སྤྱི་ཡི་མཚན་ཉིད་ལ་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པ། ༧ དེ་ལོ་ན་

ཉིད་རྟོགས་མ་རྟོགས་ལས་དག་མ་དག་ཏུ་འགྱུར་བ་ལ་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པ། ༨ རང་བཞིན་དག་པར་གནས་པའི་སྤྱིར་  
 དག་མ་དག་ཏུ་སྤང་བ་ཡང་སློབ་བྱར་བར་ཤེས་པ་ལ་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པ། ༩ བཏོད་ནས་དག་པས་ཀུན་ཉོན་འགྲིབ་པར་  
 བྱེད་པ་ལ་མི་སྤངས་པ་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པ། ༡༠ རྣམ་བུང་འཕེལ་བ་མེད་པས་ཡོན་ཏན་ལྷག་པས་ང་རྒྱལ་བ་མེད་པ་ལ་  
 སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པའོ། །དང་པོ་རྫོང་བྱེད་ཡི་གོ་ལ་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པ་། །༢ འབྲེལ་བའི་སྤྱིར་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ།

།  
 འབྲེལ་བའི་སྤྱིར་དང་འདྲིས་སྤྱིར་དང་། །  
 མ་འབྲེལ་སྤྱིར་དང་མ་འདྲིས་སྤྱིར། །  
 དོན་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་སྟེ། །  
 དེ་ནི་ཡི་གོ་མ་ལོག་པའོ། །

ཡི་གོ་རྣམས་དང་འབྲེལ་ཏེ་རྒྱན་མི་འཆད་པར་བརྗོད་པའི་སྤྱིར་དང་འདྲིས་མིང་ནི་འདྲིའོ་ཞེས་འདྲིས་པའི་སྤྱིར་དང་། །དེ་གཉིས་  
 ལས་ལྡོག་པས་མ་འབྲེལ་བའི་སྤྱིར་དང་མ་འདྲིས་པའི་སྤྱིར། །སྤྱི་མ་གཉིས་དོན་ཡོད་པ་དང་སྤྱི་མ་གཉིས་དོན་མེད་པ་སྟེ། །དེ་ནི་ཡི་  
 གོ་ལ་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པའོ།

དང་པོ་རྫོང་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གོ་འདི་དག་ནི་གོ་རིམ་མ་ཞོར་བར་གཅིག་ལ་གཅིག་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་སྤྱིར་དང་། ཡི་གོ་ལས་  
 བཞག་པའི་བར་དེ་ལ་དོན་གང་གི་བར་ཡིན་པར་སློབ་པའི་འདྲིས་པའི་སྤྱིར་དོན་ཡོད་པ་སྟེ། དཔེར་ན་ཀ་བ་ཞེས་པ་སྟེ་བྱ་ལ་  
 ཀ་སྟོན་དང་བ་རྗེས་སུ་བྱས་ཏེ་འབྲེལ་པར་བརྗོད་ཚེ་གཏུང་འདེག་ཀྱི་དོན་བྱེད་པའི་དངོས་པོ་དེ་གོ་བར་བྱེད་ཀྱི། བ་སྟོན་  
 དང་ཀ་རྗེས་སུ་བྱས་པའོ། འབྲེལ་བ་མེད་པར་སོ་སོར་སྤྲེལ་ཏེ་བརྗོད་ན་དེ་གོ་མི་རུས་ལ། དེར་མ་ཟད་ཡི་གོ་དེ་གཉིས་  
 དེ་ལྟར་བཏོད་པའི་བར་དེ་གཏུང་འདེགས་ཀྱི་དོན་བྱེད་པའི་དངོས་པོའི་བར་ཡིན་པར་སྤྱིར་ནས་འདྲིས་པའི་པོད་ཀྱི་མི་



རྣམས་ལ་བརྟེན་དོན་གོ་བར་བྱེད་ཅིང་། ཡུལ་གཞན་པའི་མིས་དེ་ལྟར་མི་གོ་བ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་འདྲིས་འབྲེལ་  
གཉིས་ལས་བརྟེན་དོན་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལས་བསྐྱོད་ལྟེ་མ་འབྲེལ་པའི་ཕྱིར་དང་། མ་འདྲིས་པའི་ཕྱིར་ཡི་གེ་དོན་མེད་  
པའོ། །དེ་ལྟར་ཚུལ་བཞིན་རྟོགས་པ་དེ་ནི་ཡི་གེ་ལ་སྲིན་ཅི་མ་ལོག་པ་སྟེ་ཡི་གེ་རྣམས་ཀྱིས་བརྟེན་ལས་དོན་གོ་ཚུལ་ནི་  
དེ་ལྟར་སྐྱེས་བུའི་རྟོགས་པས་འབྲེལ་པ་གསར་དུ་བྱས་ཤིང་བཏགས་པ་ཙམ་ལས་ཡིན་གྱི། མིང་དོན་རང་གི་ངོ་བོས་  
འབྲེལ་བ་མེད་པ་དེ་ལྟར་བྱ་ནི་ཡི་གེ་ལས་དོན་རྟོགས་ཚུལ་སྲིན་ཅི་མ་ལོག་པར་གཏན་ལ་ཐབ་པ་ཡིན་ལ། འདི་ལས་བྱང་  
ཚུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་དམ་པའི་དོན་དུ་སྐྱེས་བཅོལ་པར་བྱ་བའི་དོན་དང་བྲལ་བའི་རྟོགས་པ་སྐྱེའོ། །

གཉིས་པ་ ། བཅོལ་བུའི་དོན་ཀུན་བཏགས་རང་བཞིན་མེད་པ་སྲིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ ། ། གཉིས་སུ་སྐྱང་བར་སོགས་ཀྱིས་  
བསྟན་དོན། །

- གཉིས་སུ་སྐྱང་བར་བྱུར་པ་ནི། །
- དེ་ལྟར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །
- དེ་ནི་དོན་ལ་མ་ལོག་པ། །
- ཡོད་དང་མེད་པ་རྣམ་པར་སྤངས། །

གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་གཉིས་སུ་སྐྱང་བར་བྱུར་པ་ནི། ཇི་ལྟར་སྐྱང་བ་དེ་ལྟར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་དོན་ལ་མཐོང་བ་གང་  
ཡིན་པ་དེ་ནི་དོན་ལ་སྲིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་། །གཟུང་བ་དང་འཛིན་པའི་དངོས་པོ་ཡོད་པ་དང་དེར་སྐྱང་བའི་འཁྲུལ་པ་མེད་པ་  
གཉིས་ཀ་རྣམ་པར་སྤངས་ཏེ།

འདི་ལྟར་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྐྱང་བར་བྱུར་པ་ནི། ཇི་ལྟར་སྐྱང་བ་དེ་ལྟར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་སྐྱང་ཡང་མི་

བདེན་པའོ། །དེ་ལྟར་རྟོགས་པ་ནི་དོན་ལ་སྲིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། གཉིས་སུ་མ་གྲུབ་པས་ཡོད་པའི་མཐའ་སྤངས་  
ལ་སྐྱང་ཙམ་དུ་ཡོད་པས་མེད་པའི་མཐའ་རྣམ་པར་སྤངས་པའི་དོན་ནམ་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལས་  
གཟུང་འཛིན་དང་བྲལ་བའི་རྟོགས་པ་སྐྱེའོ། །

གསུམ་པ་ ། གཉིས་སྐྱང་གི་རྒྱ་གཞན་དབང་གི་རྣམ་རིག་ཙམ་དུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་སྲིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ ། ། རྟོག་པ་དེ་  
ཡིས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- རྟོག་པ་དེ་ཡིས་བསྐྱོས་པ་ཡི། །
- རྟོག་པ་ཡིད་བྱེད་དེའི་གནས་ནི། །
- ཡིད་ལ་བྱེད་པ་མ་ལོག་པ། །
- གཉིས་སུ་སྐྱང་བའི་རྒྱ་ལའོ། །

གཟུང་བ་དང་འཛིན་པར་རྟོག་པ་དེ་ཡིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོས་པ་ཡིས། རྟོག་པ་ཡིད་བྱེད་དེའི་གནས་ཤེས་པ་དེ་ནི། །ཡིད་ལ་བྱེད་པ་  
སྲིན་ཅི་མ་ལོག་པའོ། །ཡིད་ལ་བྱེད་པ་གང་ལ་སྲིན་ཅི་མ་ལོག་ཅིན། གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྐྱང་བའི་རྒྱ་ལ་སྟེ་རྟོག་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་  
པ་ནི་བཅོལ་བའི་འདུ་ཤེས་སྲིན་ཅི་ལོག་པ་མ་བསྐྱོས་པའོ།

གཟུང་འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་སྐྱ་མ་སྐྱ་མ་དེ་ཡིས་བསྐྱོས་པ་ཡི་དབང་གིས་བྱུང་བའི་སྲི་མ་སྲི་མ་གནས་དོན་ལུས་སུ་སྐྱང་བའི་  
རྟོག་པ་ཡིད་བྱེད་དེའི་གནས་གང་ཡིན་པ་ཚུལ་བཞིན་ཤེས་པ་ནི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་སྲིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཡིད་  
བྱེད་དམ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཙམ་གྱི་རང་བཞིན་དེ་ཇི་ལྟར་རྟོག་པའོ། །དེ་ལ་དེའི་གནས་སམ་གཞི་གང་ཞེ་ན། གཉིས་སུ་  
སྐྱང་བའི་རྒྱ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ལ་རྒྱུར་ཤེས་པ་སྟེ་ཀུན་གཞི་ལ་རྟོག་པ་སྐྱ་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱོས་པའི་རྒྱ་ཡི་ཆ་ནས་

བག་ཚགས་སྣ་ཚོགས་པའི་ཀུན་གཞི་དང་། དེའི་མཐུས་ཕྱི་ནང་གི་ཚོས་སྣ་ཚོགས་སུ་སྤང་བ་ནི་རྣམ་པར་སྤྲིན་པའི་ཀུན་གཞི་སྟེ་དེ་ལྟར་ན་ཀུན་གཞི་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུར་ཤེས་པའོ། །

བཞི་པ་ ། གཉིས་སུ་སྤང་ཡང་མི་བདེན་པ་སྐྱུ་མ་ལྟར་རྟོགས་པས་མཐའ་གཉིས་སུ་མི་འཕྲོ་བ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་། ། རོན་གྱིས་མེད་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

རོན་གྱི་མེད་དང་ཡོད་པ་སྟེ། །

སྐྱུ་མ་ལ་སོགས་བཞིན་དུ་འདོད། །

དེ་ནི་མི་འཕྲོག་མ་ལོག་སྟེ། །

ཡོད་དང་མེད་པ་མི་འཕྲོ་སྟེ། །

རོན་གྱིས་མེད་པ་དང་ཡོད་པ་སྟེ། ། ལོང་དུ་བཤད་པ་དེ་དག་སྐྱུ་མ་དང་མི་ལམ་དང་སྤྲིན་རྒྱུ་དང་རྩ་རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་འདོད་དེ། ། དེ་དག་དངོས་པོར་ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ། ། དེའི་འབྲུལ་པ་ཙམ་དུ་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ལྟར་རོན་ལ་སྐྱུ་མ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུར་མཐོང་ནས་སེམས་མི་འཕྲོ་བ་མཐོང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མི་འཕྲོ་བ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་སྟེ། ། ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ལ་སེམས་མི་འཕྲོ་བའི་སྤྱིར་རོ། །

གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱིས་བསྟུས་པའི་ཚོས་འདི་དག་ནི། ། རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སམ་རོན་རང་གི་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་དང་། ། སྤང་ཙམ་དུ་ཡོད་པ་སྟེ་ཇི་ལྟར་ན་སྐྱུ་མ་དང་མི་ལམ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་འདོད་ལ། ། དེ་ལ་ནི་མི་འཕྲོ་བ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ། གང་གིས་ན་མཐའ་གཅིག་དུ་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་སྤྱོད་པ་སྐྱུ་མ་ལྟར་བཤམ་མི་འཕྲོ་

བར་བྱུར་པའི་སྤྱིར་རོ། །

སྤྲེལ་ ། ཡོངས་བྱུང་གཟུང་འཛིན་དང་བྲལ་བའི་རང་མཚན་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་། ། རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་མི་འབྱུག་སྟེ། །

ཐམས་ཅད་མིང་ཙམ་ཁོ་ན་སྟེ། །

རང་གི་མཚན་ཉིད་མ་ལོག་པའོ། །

རོན་དམ་རང་གི་མཚན་ཉིད་ལའོ། །

རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་མི་འབྱུག་པའི་སྤྱིར། ། མིག་དང་གཟུགས་རྣམས་ནས་ཡིད་དང་ཚོས་རྣམས་ཞེས་པའི་བར་ཐམས་ཅད་མིང་ཙམ་ཁོ་ན་རུ་ཤེས་པ་སྟེ། ། འདི་ནི་རང་གི་མཚན་ཉིད་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའོ། ། མཚན་ཉིད་གང་ལ་ཞེན། ། ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ནི་འདི་མིང་ཙམ་མོ་ཞེས་འཛིན་པ་ཡིན་པས་རོན་དམ་པ་རང་གི་མཚན་ཉིད་ལའོ། །

ཡང་དག་པའི་རོན་གྱིས་རང་མཚན་ལ་ནི་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་མི་འབྱུག་སྟེ། ། སོ་སོ་རང་རིག་པའི་ཡོ་ཤེས་དམ་པའི་ཡུལ་སྤྲོས་པ་ཉེ་བར་ཞི་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། ། དེ་ལྟར་བྱུང་བའི་རོན་ལ་དབྱེ་བ་སྣ་ཚོགས་མེད་ཅིང་། ། རྣམ་པ་ཐད་དང་པའི་ཚོས་སུ་སྤང་བ་གང་ཇི་སྟེད་པ་འདི་ཐམས་ཅད་ནི་ཇི་ལྟར་སྤང་བ་བཞིན་དུ་དེ་དང་དེའི་རང་མཚན་སོ་སོར་བྱུང་བ་མེད་དེ་ཡང་དག་པར་ན་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ལ་མིང་དུ་བཏགས་པ་ཙམ་ཁོ་ན་སྟེ། ། དེས་ན་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་གི་མཚན་ཉིད་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །

དེ་ལྟར་ཤེས་ན་རང་གི་མཚན་ཉིད་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ཡང་འཇིག་རྟེན་ཐ་སྣང་དུ་ཀ་བ་དང་བུ་མ་  
པ་སོགས་ཀྱི་རང་མཚན་ཞེས་སོ་སོའི་རྣམ་པར་སྣང་བ་ལ་བརྗོད་ཀྱང་འདི་ནི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ལུགས་དོན་  
དམ་པའི་རང་གི་མཚན་ཉིད་ལ་རང་མཚན་དུ་བརྗོད་པའོ། །

དུག་པ་ ། གཉིས་སྟོང་གི་དེ་ཉིད་ལས་ཚོས་ཀུན་མི་འདའ་བར་ཤེས་པ་ཚོས་སྤྱི་ཡི་མཚན་ཉིད་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ ། །  
ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་མ་གཏོགས་པར། །  
འདི་ལྟར་ཚོས་ཡོད་མ་ཡིན་ཏེ། །  
དེ་སྤྱིར་སྤྱི་ཡི་མཚན་ཉིད་དེར། །  
དེ་ནི་སྤྱིན་ཅི་ལོག་པའོ། །

ཚོས་ལ་བདག་མེད་པའི་རང་བཞིན་གྱི་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་མ་གཏོགས་པར། །འདི་ལྟར་ཚོས་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །དེའི་སྤྱིར་  
ན་ཚོས་སྤྱི་ཡི་མཚན་ཉིད་དེར་ཤེས་པ། །དེ་ནི་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའོ།

གཉིས་སྟོང་གི་རང་བཞིན་ཅན་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་འབའ་ཞིག་ལས་ནི་མ་གཏོགས་པར་འདི་ལྟར་ཚོས་ཞེས་བྱ་བ་གཞན་  
ཞིག་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཚོས་ཐམས་ཅད་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་པ་དེ་ཡི་སྤྱིར་ཚོས་  
དབྱིངས་དེ་ནི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྲུབ་པའི་སྤྱི་ཡི་མཚན་ཉིད་ཅེས་བྱ་ལ། དེར་དེ་ལྟར་ཤེས་པ་དེ་ནི་སྤྱི་མཚན་ལ་སྤྱིན་ཅི་  
མ་ལོག་པ་ཞེས་བྱའོ། །

བདུན་པ་ ། དེ་ལོན་ཉིད་རྟོགས་མ་རྟོགས་ལས་དག་མ་དག་ཏུ་འགྱུར་བ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ ། ། སྤྱིན་ཅི་ལོག་གི་  
སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

སྤྱིན་ཅི་ལོག་གི་ཡིད་ལ་བྱེད། །  
མ་སྤངས་པ་དང་སྤངས་པ་ལས། །  
དེ་ནི་མ་དག་རྣམ་དག་སྟེ། །  
དེ་ཡང་དེ་ལས་ལོག་པའོ། །

སྤྱིན་ཅི་ལོག་གི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ། །མ་སྤངས་པ་དང་དེ་སྤངས་པ་ལས། །ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་དེ་ནི་མ་དག་པ་དང་རྣམ་པར་དག་པ་  
སྟེ། །དེ་ལྟར་ཤེས་པ་དེ་ཡང་མ་དག་པ་དང་རྣམ་པར་དག་པ་དེ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའོ།

འདི་ལྟར་འཁོར་འདས་དང་དག་མ་དག་ཅེས་བྱ་བ་ཡང་དངོས་པོའི་སྟངས་ན་དོན་གཞན་དང་གཞན་དུ་གྲུབ་པ་ནི་ཅི་ཡང་  
མེད་ཀྱི། རང་གི་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་གི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་བདག་ཏུ་ལྟོ་བ་སོགས་མ་སྤངས་པ་དང་སྤངས་པ་ལས་གང་ཟག་  
དེ་ནི་རིམ་པ་ལྟར་མ་དག་པ་དང་རྣམ་པར་དག་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་རྟོག་པ་དེའང་དག་པ་དང་མ་དག་པའི་དོན་དེ་ལ་  
སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའོ། །

བརྒྱུད་པ་ ། རང་བཞིན་དག་པར་གནས་པའི་སྤྱིར་དག་མ་དག་ཏུ་སྣང་བ་ཡང་སྟོ་བར་ཤེས་པ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་  
པ་ ། ། ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་རང་བཞིན་གྱི། །



རྣམ་པར་དག་ཕྱིར་ནམ་མཁའ་བཞིན། །  
གཉིས་ནི་སློབ་ཕྱུང་བ་སྟེ། །  
དེ་ཡང་དེ་ལ་མ་ལོག་པའོ། །

ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་རང་བཞིན་གྱིས། །རྣམ་པར་དག་པའི་ཕྱིར་ནམ་མཁའ་བཞིན་ཡིན་ལ། །རྣམ་པར་མ་དག་པ་དང་ཕྱིས་རྣམ་པར་  
དག་པ་གཉིས་ནི་སློབ་ཕྱུང་བ་སྟེ། །དེ་ལྟར་ཤེས་པ་ཡང་སློབ་ཕྱུང་བ་དེ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའོ།

ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་དག་པའི་ཕྱིར་ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་ནམ་ཡང་འགྱུར་བ་མེད་པ་ནི་གནས་  
ལུགས་གཉེན་མའི་དོན་ནོ། །སྐར་མ་དག་པ་དང་ཕྱིས་དག་པ་གཉིས་ནི་སྐར་ཚུལ་ཙམ་གྱི་དོར་སློབ་ཕྱུང་བ་སྟེ། དེ་  
ལྟར་ཤེས་པ་དེ་ཡང་སློབ་ཕྱུང་བ་དེ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཞེས་བྱའོ། །

རྩ་བའི་ས་བཅད་དགུ་པ་དང་བཅུ་པ་ལྟན་ཅིག་ཏུ། ཚོས་རྣམས་དང་ནི་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

ཚོས་རྣམས་དང་ནི་གང་ཟག་གི། །  
ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་རྣམ་དག་མེད། །  
མེད་ཕྱིར་དེ་བས་སྐྱག་དང་དེ། །  
མེད་དེ་དེ་འདིར་མ་ལོག་པའོ། །

ཚོས་རྣམས་དང་ནི་གང་ཟག་གི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་དག་པ་ཡང་མེད་ལ། །དེ་མེད་པའི་ཕྱིར་དེ་བས་སྐྱག་པ་དང་  
ང་། །རྒྱལ་བ་ཡང་མེད་དེ་དེ་འདིར་སྐྱག་པ་མེད་པ་དང་ཁེངས་པ་མེད་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའོ།

ཚོས་རྣམས་དང་ནི་གང་ཟག་གི་རང་བཞིན་ལ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པར་གྱུར་པ་དང་། དེ་རྣམ་པར་དག་པར་གྱུར་བ་  
ཡང་མེད་དོ། །ཚོས་དང་གང་ཟག་གི་དོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་དོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་དེ་ལ་ཉོན་མོངས་པས་བཅིང་  
པ་དང་དེ་ལས་གོལ་བ་ཡང་མེད་དེ་ནམ་མཁའ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་དུ་ཚོས་གང་ཡང་ཀུན་ཉོན་  
དང་རྣམ་བྱང་དུ་གྱུར་པ་མེད་པ་དེ་བས་ན། འདི་ལྟར་ཆགས་སོགས་ཀུན་ཉོན་སྟོབས་འཕེལ་བས་སྐྱག་པ་དང་། དང་  
སོགས་རྣམ་བྱང་སྟོབས་འཕེལ་བས་ང་རྒྱལ་དུ་གྱུར་པ་མེད་དེ། སྐྱག་པར་བྱ་བ་དང་ང་རྒྱལ་དུ་བྱེད་པའི་གཞི་མ་  
དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཉེ་སྐྱངས་པ་མེད་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་། ཁེངས་པ་མེད་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་  
པ་ཞེས་བྱའོ།

། གསུམ་པ་ ། ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དེ་བཅུའི་སྡོམ་མམ་ལུས་མདོར་བསྟན་པ་དང་། དེ་དག་ལ་དྲེང་ཚིག་བཅུར་  
བཞག་པ་འགྲོལ་པས་ཁ་བསྐྱང་བ་ནི། །དང་པོ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དེ་བཅུའི་སྡོམ་མམ་ལུས་མདོར་བསྟན་པ་ ། གང་  
ལ་གང་ཞིག་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

གང་ལ་གང་ཞིག་གང་ལས་འཇུག། །  
མ་འཇུག་གང་ཞིག་གང་ལ་དང་། །  
འཇུག་དང་མ་འཇུག་འབྲས་བུ་ཉིད། །  
དེ་གཉིས་ཀྱི་ནི་མཐའ་མའོ། །

འདི་དག་ནི་རྒྱས་པར་དྲེང་ཚིག་བཅུ་པོ་དག་གིས་ཤེས་པར་འགྱུར་རོ། །དྲེང་ཚིག་རྣམས་ཀྱི་ལུས་རྣམ་པར་བཞག་པ་ནི། །དོ་  
བོ་ཉིད་རྣམ་པ་གསུམ་དང་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་དང་བརྒྱལ་བ་དང་ལན་ཏེ་གང་ལ་འཇུག་པ་ཡོངས་གྲུབ་དང་གང་

ཞིག་འཇུག་པ་ཀུན་བརྟགས་དང་གང་ལས་འཇུག་པ་གཞན་གྱི་དབང་དང་། །མ་འཇུག་པ་གང་ཞིག་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ནི་ཤེས་  
རབ་དང་གང་ལ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་དང་། །འཇུག་པ་དང་མ་འཇུག་པའི་འབྲས་བུ་ཉིད། །དེ་  
གཉིས་ཀྱི་མཐའ་མའོ། །དེ་རྗེས་ཚོགས་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་དོན་ནི་དེ་བོ་ཉིད་གསུམ་ནི་དམིགས་པ་སྟེ། །ཡོངས་སུ་བྱུང་བ་དང་།  
ཀུན་བརྟགས་པ་དང་། གཞན་གྱི་དབང་ཞེས་བྱ་བ་དག་སྟེ། ཚོགས་དང་པོ་གསུམ་དང་གོ་མེས་བཞིན་མོ། །རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཉིད་  
ནི་གང་གིས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་ཅིན། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡི་ཤེས་ཀྱིས་སོ། །གང་ལ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་ཅིན། རང་བཞིན་གྱིས་འོད་  
གསལ་བ་ཉིད་ལའོ། །དེ་བས་ན་འདྲིས་ཤེས་པ་དང་། ཤེས་བྱ་རྣམ་པར་བཞག་པ་འདྲི་བྱ་སྟེ། དེ་བོ་ཉིད་གསུམ་དང་རྣམ་པར་མི་རྟོག་  
པ་ཉིད་དང་གོ་མེས་བཞེད་ཀྱི་དམིགས་པར་བྱའོ། །བརྒྱལ་བ་དང་ལན་ནི་ལྷག་མ་རྣམས་ཏེ། དེ་ལ་བརྒྱལ་བ་ནི་འདྲི་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་ཀུན་  
བརྟགས་པ་དང་གཞན་གྱི་དབང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཚོས་དེ་དག་མེད་ན་ཇི་ལྟར་དམིགས་པར་འགྱུར། ཅི་སྟེ་ཡོད་ན་དེ་ལྟར་ན་སྟེ་ཚོས་  
རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱི་ལུང་ཞེན། །དེའི་ལན་ནི་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྐྱུ་མ་བྱས་པ་ནི་མེད་ཀྱང་  
དམིགས་པ་ལྟ་བུའོ། །གལ་ཏེ་ཚོས་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་ཉིད་ཡིན་ན་ཇི་ལྟར་སྤྱི་ལུང་གསུམ་ཉོན་མོངས་པ་སྤེས་  
རྣམ་པར་བྱང་ཞེན། དེའི་ལན་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱང་བ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུར་རིག་པར་བྱ་ཡིན་ཏེ། །དཔེར་  
ན་ནམ་མཁའ་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་སོ། །རྣམ་པར་བྱང་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །གལ་ཏེ་སངས་  
རྒྱུ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་སྟེ། སེམས་ཅན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དག་གི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་བསལ་ན། དེའི་སྤྱིར་ཅི་ལྟར་འཁོར་བ་  
རྒྱུ་ཆད་ ༥༦ པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། ལྷ་རྒྱུ་ལས་འདས་པ་འཕེལ་བར་མི་འགྱུར་ཞེན། དེའི་ལན་ནི་འགྲིལ་པ་མེད་པ་དང་། ལྷ་  
པར་དུ་འཕགས་པ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་དང་། རྣམ་པར་བྱང་བའི་ཕྱོགས་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་སྤྱིར་པོ།

སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་བཅུ་ལྔ་རྗེས་ཚོགས་བཅུ་པོ་འདྲི་ལ་ལུས་རྣམ་པར་བཞག་པ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ལས།  
དང་པོ་ལ། དམིགས་པ་དང་། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཉིད་དང་། བརྒྱལ་བ་དང་། ལན་ཏེ་རྣམ་བྱངས་བཞེས་

བསྟན་ཏེ། གང་ལ་དམིགས་པ་འཕེལ་ཤེས་པར་བྱ་བ་དེ་བོ་ཉིད་གསུམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གནས་དང་པོ་གསུམ་བསྟན་  
ལ། གང་གི་དམིགས་པའི་ཤེས་པ་གཙོ་བོའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་བསྟན་ཅིང་། དེ་ལ་གང་གིས་མི་རྟོག་  
པ་ཡུལ་ཅན་གྱི་དོས་ནས་རང་མཚན་ལ་མ་ལོག་པ་དང་། གང་ལ་མི་རྟོག་པ་རང་བཞིན་འོད་གསལ་བ་སྤྱི་མཚན་ལ་མ་  
ལོག་པ་གཉིས་བཤད་དོ། །དེ་ལྟར་སྤྲུལ་མ་རྣམས་ནི་བརྒྱལ་བ་དང་ལན་ཅི་རིགས་པ་སྟེ། དེ་ལ་ཀུན་ཉོན་དང་རྣམ་བྱང་  
བསྟན་པའི་རྗེས་ཚོགས་གསལ། མ་དག་པ་དང་དག་པ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ནི། ཀུན་ཉོན་མེད་ན་ཅི་ལྟར་དམིགས། ཡོད་  
ན་རང་བཞིན་གྱིས་དག་པར་མི་རྱུང་ཞེས་པ་དང་། སངས་རྒྱུས་དུ་མས་སེམས་ཅན་དཔག་མེད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་བསལ་  
ན་འཁོར་བ་རྒྱུ་ཆད་ཅིང་སྤྱང་འདས་འཕེལ་བར་ཅིས་མི་འགྱུར་སྐྱུ་མ་པའི་དོགས་པ་ཐམས་ཅད་དག་པ་དང་མ་དག་  
པའི་གནས་ལས་བཅུ་མས་སྟེ་འགྱུར་བས་འདྲི་ནི་བརྒྱལ་བར་བྱ་བའི་གནས་ལྟ་བུའོ། །དེའི་ལན་ནི་བཞེས་ཏེ། གཟུང་  
འཛིན་དོན་ལ་མེད་ཀྱང་སྤྱང་བའི་ལན་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་དག་ན་སྤྱིར་ཉོན་མོངས་དང་བཅས་པར་མི་  
འཐད་པའི་བརྒྱལ་ལན་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་དག་ཀྱང་སྤྱི་བྱུར་གྱིས་སྤྱིན་ཡོད་མེད་ལས་སྤྱང་  
རྒྱུ་དེ་ལྟར་འཐད་པར་བསྟན་པ་དང་། གལ་ཏེ་སྤྱིར་མ་དག་པ་སྤེས་དག་ཏུ་རྒྱུ་ཀྱང་དག་པ་སྤྱིར་མི་སྤྲོག་ཅིང་འགྲིལ་  
པ་ཡོད་པས་ན་འཁོར་བ་རྒྱུ་འཆད་ཅིང་སྤྱང་འདས་འཕེལ་བར་ཅིས་མི་འགྱུར་ཞེས་པའི་བརྒྱལ་ལན་འགྲིལ་མེད་  
དང་ཁེངས་མེད་གཉིས་ཏེ། རང་བཞིན་མ་བྱུང་པའི་གནད་ཀྱིས་ཀུན་བྱང་ལ་ཚད་མ་མཚིས་པས་ན་འདྲི་ལ་འགྲིལ་ཏུ་  
མི་མངོན་ཏེ་དཔག་ཏུ་མེད་པར་བསྟན་པའོ། །དེ་ཡང་དང་པོ་དམིགས་པ་དེ་བོ་ཉིད་གསུམ་ཡོངས་བྱུང་ཀུན་བརྟགས་  
གཞན་དབང་ཞེས་ཚོགས་དང་པོ་གསུམ་དང་གོ་མེས་བཞེད་མོ་ཞེས་གསུངས་པས་དང་པོ་ཡོད་མེད་དང་ཡོངས་བྱུང་སྤྱིར་  
རྒྱུ་ལ་ནི། འདྲིས་འབྲེལ་དག་ལས་ཡི་གེ་དོན་ཡོད་ཀྱི་དེ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བརྗོད་དུ་མེད་པར་ཤེས་པས། སྤྱིར་བརྗོད་དུ་མེད་  
པ་ཡོངས་བྱུང་གི་དོན་ལ་འཇུག་པའམ། རྒྱ་གར་པ་ཁ་ཅིག་གིས་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་རྒྱ་མཐུན་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་  
ནི་སྤྱིན་ཅི་ལོག་གི་གཉིན་པོ་སྟེ་རྒྱུ་དེ་ལྟ་བུ་དང་ལྷན་པས་ཤིན་ཏུ་ཟབ་མོ་ཡོངས་སུ་བྱུང་བའི་རྒྱུ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་

ཤེས་རྣམས་པའི་སྲིད་དེ་ལྟར་འདོད་པ་དང་། ཡང་ཁ་ཅིག་གིས་སྤོང་པ་ཉིད་གྱི་དོ་བོར་སོད་པ་དང་། གཉིས་གྱི་དོ་བོར་མེད་  
 པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཉིད་ན་ཡོད་པ་དང་མེད་པར་སྲིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཉིད་གྱི་སྲིད་དེ་ལྟར་ཡོད་མེད་ཅེས་  
 པའི་མིང་གིས་དོན་གྱིས་བསྟན་པར་ཡང་བཤད་དོ། །གང་ལྟར་ཡང་རུང་གནས་དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་བརྟགས་ལ་སྲིན་  
 ཅི་མ་ལོག་པར་འཇུག་པས་ན། ཀུན་བརྟགས་གྱིས་སྤོང་པ་དེས་ཡོངས་སུ་བྱུང་གི་ཚུལ་ཤེས་པའི་སྲིད་གནད་མཐུན་པར་  
 འཆར་བ་ཡིན་ནོ། །སྲིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་འཇུག་དོན་ལ་མ་ལོག་པ་ནི་གནས་གཉིས་པ་སྟེ། དེ་ནི་གཉིས་སུ་སྤྲང་ཡང་དེ་ལྟར་  
 མ་གྲུབ་པས་ཀུན་ཏུ་བརྟགས་པ་ཅོམ་དུ་བསྟན་པའོ། །གནས་སམ་ཡིད་བྱེད་ལ་སྲིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ནི་གཞན་དབང་སྟེ།  
 སྤྲང་བའི་གཞིའམ་རྒྱ་ཡིན་པས་གནས་ཡིན་ལ། སྤྲང་ཟེན་ནམ་འབྲས་སུ་འི་ཆ་ནས་གཞན་གྱི་དབང་ཞེས་བཏགས་པའོ།  
 །ཡང་ལུས་རྣམས་པར་བཞག་པ་གཅིག་ལྟར་ན། **གང་ལ་གང་ཞིག་གང་ལས་འབྱུང་། །མ་འབྱུང་གང་ཞིག་གང་ལ་**  
**དང་། །འབྱུང་དང་མ་འབྱུང་འབྲས་སུ་ཉིད། །དེ་ཉིད་གྱི་ནི་ཐ་མའོ།** ཞེས་གསུངས་པས། གང་ལ་འབྱུང་ན་བཟོད་དུ་  
 མེད་པའི་དོན་ལ་མིང་དོན་གྱི་འབྲེལ་པ་ཅན། མཚན་མའི་སྲོད་ཡུལ་སྤྲང་བ་ལ་འབྱུང་། གང་ཞིག་འབྱུང་པའི་དོ་བོ་ནི་  
 གཉིས་སུ་མེད་པ་ལ་གཉིས་སུ་སྤྲང་བའི་སྲིན་ཅི་ལོག་པ་ཉིད་དོ། །རྒྱུའམ་གནས་གང་ལས་འབྱུང་ན་རྟོག་པས་བསྐྱོས་  
 པའི་ཀུན་གཞིའི་རྣམས་པར་ཤེས་པ་ཉིད་ལས་སོ། །མ་འབྱུང་པའི་དོ་བོ་གང་ཞིག་ཡིན་པ་ནི། དོན་གྱིས་མེད་ཀྱང་སྤྲང་  
 བ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་ཤེས་པའི་རྗེས་ཐོབ་གྱི་ངེས་པ་དང་། མཉམ་གཞག་རྣམས་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་གཉིས་ནི་མ་འབྱུང་  
 པའི་དོ་བོའམ་ཡུལ་ཅན་ནོ། །གང་ལ་མ་འབྱུང་ན་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བའམ། སྲི་མཚན་ལ་སྲིན་ཅི་མ་ལོག་  
 པ་སྟེ་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་དོན་ལའོ། །འབྱུང་པའི་འབྲས་སུ་ནི་ཀུན་ཉོན་དང་། མ་འབྱུང་པའི་རྒྱ་མཐུན་པའམ་འབྲས་  
 སུ་ནི་རྣམས་པར་བྱང་བ་ཉིད་དེ། དེ་དག་ནི་ཀུན་བྱང་བསྟན་པ་དང་། རྣམས་མཁའ་ལྟ་བུ་ཉིད་གྱིས་བསྟན་ཏེ། སྲ་མ་ཐ་སྟོད་  
 དང་། སྲི་མ་དོན་དམ་གྱི་ཆ་ནས་བསྟན་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ཉིད་གྱི་ཐ་མ་ཞེས་པ་ནི། བཤད་མ་ཐག་པའི་འབྲས་སུ་དེ་ཉིད་གྱིས་  
 མཐར་སྲིན་པའམ་ཐ་མ་གཉིས་བསྟན་ཏེ། དེ་ལ་འཕགས་ཡུལ་གྱི་མཁས་པ་ཁ་ཅིག་གིས་ཀུན་བྱང་གཉིས་ཀའི་

མཐར་སྤྲང་འདས་ཏེ། དེ་ཡང་འཕེལ་འགྲིབ་མེད་པས་ན། དོན་གྱིས་མཐར་སྐྱབ་པ་མེད་པ་དང་ལྷན་པ་ཉིད་གྱིས་མཐར་  
 སྲིན་པའོ་ཞེས་ཟེར་ཞིང་། ཡང་ཁ་ཅིག་གིས་འཁོར་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་སྲིད་འགྲིབ་པ་མེད་པ་དང་ལྷན་པ་ཀུན་ཉོན་གྱི་  
 མཐའ་མ་དང་། སྤྲང་འདས་དཔག་ཏུ་མེད་པས་ལྷག་པ་མེད་པ་ཉིད་རྣམས་བྱང་གི་ཐ་མ་ཞེས་འདོད་པ་ཡིན་ལ། འདིར་  
 འཁོར་འདས་སྲིད་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་ཐ་སྟོད་དུ་མཐའ་རྗོགས་པའི་ཆོད་དང་། དོན་དམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་བདེན་གྲུབ་  
 གྱི་བསལ་བཞག་མེད་པར་མཐར་སྲིན་པར་སྐྱོ་ལྷན་རྣམས་གྱིས་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་རྗེས་ཚོགས་གི་གནས་འདི་དག་ལ་  
 འཆད་ཚུལ་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་ཐོབ་ཀྱང་རེ་ཞིག་སྟོབ་དཔོན་སྟོབ་བརྟན་གྱི་གཞུང་བཞིན་གསལ་བར་བྱ་སྟེ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ།  
 །དེ་ལྟར་དོན་བཅུ་པོ་དེས་འཁོར་འདས་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཚོས་རྣམས་ཀྱི་ཀུན་རྗོབ་དང་དོན་དམ་པའི་རང་བཞིན་སྲིན་མ་  
 ལོག་པར་བསྟན་པས་རི་ལྷ་རི་སྟེད་གྱི་ལྷག་མཐོང་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ།

། གཉིས་པ་དེ་དག་ལ་དེ་རྗེས་ཚོགས་བཅུར་བཞག་པ་འགྲེལ་པས་ཁ་བསྐྱང་བ་ །

- ཡོད་མེད་སྲིན་ཅི་མ་ལོག་དང་། །
- གནས་དང་རྒྱ་མ་ལྟ་བུ་ཉིད། །
- མི་རྟོག་པ་དང་རང་བཞིན་གྱིས། །
- རྟག་པར་འོད་གསལ་ཉིད་དང་ནི། །
- ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་རྣམས་བྱང་དང་། །
- དེ་བཞིན་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་ཉིད། །
- འགྲིབ་པ་མེད་དང་ལྷག་མེད་པ། །
- དེ་རྗེས་ཚོགས་ནི་བཅུ་ཞེ་བྱ། །



ཡི་གེ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་ཡོད་མེད་དང་དོན་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་ནས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་། །ཡིད་ལ་བྱེད་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་གནས་དང་མཐའ་གཉིས་སུ་མི་འཕྲོ་བ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཉིད་དང་། །རང་གི་མཚན་ཉིད་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་མི་རྟོག་པ་དང་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་རང་བཞིན་གྱིས། །རྟག་པར་འོད་གསལ་བ་ཉིད་དང་ནི་མ་དག་པ་དང་དག་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས། །ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བ་དང་། །དེ་བཞིན་དུ་སྒྲོ་བྱུང་བ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་རྣམ་མཁའ་ལྟ་བུ་ཉིད་དང་། །མི་སྐྱབ་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་འགྲིབ་པ་མེད་པ་དང་ཁེངས་པ་མེད་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་སྐྱབ་པ་མེད་པ་དང་། །རྫོང་འཛིན་ཆོག་ནི་རྣམ་པ་བརྟུ་ཞེས་བྱའོ།

དེ་ལྟ་བུའི་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་བརྟུ་པོ་དེ་ལ་རྫོང་འཛིན་ཆོག་བརྟུ་ཞེས་བྱ་སྟེ། །གང་ཞེ་ན། །གོང་དང་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་ཡོད་མེད་ཉིད་དང་། །ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་། །གནས་དང་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཉིད་དང་། །རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་དང་། །རང་བཞིན་གྱིས་རྟག་པར་འོད་གསལ་བ་ཉིད་དང་། །ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བ་ཉིད་དང་། །དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་མཁའ་ལྟ་བུ་ཉིད་དང་། །འགྲིབ་པ་མེད་པ་དང་། །སྐྱབ་པ་མེད་པ་སྟེ་དེ་དག་རྟོག་གའི་རིག་པས་ཤེས་པར་དཀའ་བའི་སྤྱིར་རྫོང་འཛིན་ཆོག་ནི་རྣམ་པ་བརྟུ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

བཞི་པ་མཐའ་གཉིས་སྤངས་པའི་སྐྱབ་པ་ལ། །བདུན་ཚན་དང་པོ་དང་། །བདུན་ཚན་གཉིས་པའོ། །དང་པོ་། །བདུན་ཚན་དང་པོ་། །ཐ་དད་པ་དང་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- ཐ་དད་པ་དང་གཅིག་མཐའ་དང་། །
- སུ་སྟེགས་ཉན་ཐོས་གཉིས་ཀ་དང་། །
- གང་ཟག་ཚོས་ལ་སྒྲོ་འདོགས་དང་། །

སྐྱར་འདེབས་མཐའ་རྣམས་གཉིས་གཉིས་དང་། །  
མི་མཐུན་སྟོགས་དང་གཉིན་པོའི་མཐའ། །  
རྟག་དང་ཆད་པར་འདུ་ཤེས་དང་། །  
གཟུང་དང་འཛིན་དང་ཀུན་ཉོན་མོངས། །  
རྣམ་པར་བྱང་ལ་གཉིས་དང་གསུམ། །

མཐའ་གཉིས་སྤང་བ་བསྐྱབ་པ་གང་ཞེ་ན། །བདག་དང་སྤང་བོ་ཐ་དད་པར་ལྟ་བུའི་མཐའ་དང་དེ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་ལྟ་བུའི་མཐའ་དང་། །གཟུགས་སོགས་རྟག་གོ་ཞེས་པ་སུ་སྟེགས་ཅན་གྱིས་བརྟགས་པའི་མཐའ་དང་མི་རྟག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉན་ཐོས་གྱིས་བརྟགས་པའི་མཐའ་སྟེ་དེ་གཉིས་ཀ་དང་། །གང་ཟག་དང་ཚོས་ལ་སྒྲོ་འདོགས་པ་དང་། །སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་མཐའ་རྣམ་པ་གཉིས་གཉིས་དང་། །མི་དགོ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཚོས་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་དང་དགོ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་རྣམ་པར་བྱང་བའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཉིན་པོའི་མཐའ་དང་། །གང་ཟག་དང་ཚོས་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་རྟག་པ་དང་དེ་མེད་དོ་ཞེས་ཆད་པར་འདུ་ཤེས་པའི་མཐའ་དང་། །གཟུང་བ་དང་འཛིན་པའི་མཐའ་དང་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། །རྣམ་པར་བྱང་བའི་མཐའ་ལ་རིམ་པ་བཞིན་གཉིས་དང་གསུམ་སྟེ་སྤྱི་མ་ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་ལས་ཀྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་སྐྱེ་བའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་གསུམ་དང་དེའི་གཉིན་པོ་རྣམ་པར་བྱང་བ་ཡང་གསུམ་མོ།

གང་གི་སྤྱིར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ནི་མཐའ་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་དབུ་མའི་རྒྱལ་ལ་གནས་པ་ཡིན་ལ། །དེ་ཡང་མཐའ་ནི་རྗེ་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། །གཟུགས་སོགས་བདག་དང་ཐ་དད་པ་དང་ངོ་བོ་གཅིག་པར་འཛིན་པ་ནི་མཐའ་ཡིན་ལ། །དེ་སྤོང་བྱེད་དབུ་མའི་ལམ་ནི་གང་བདག་མེད་པ་ནས་ཤེད་བྱེད་པའི་བར་དུ་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ་སྤང་བོ་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་ཏུ་གདགས་པ་ལས་བདག་རང་གི་ངོ་བོ་མེད་ལ། །དེ་མེད་པས་དེའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་གང་ཟག་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་གི་

བཏགས་དོན་གྲང་མེད་ཅིང་། དེས་ན་དེ་ལྟར་པོ་དང་གཅིག་ཐ་དད་དུ་ཡང་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་སོགས་ཉལ་  
པར་འཛིན་པ་ལུ་སྟེགས་ཀྱིས་འདོད་པའི་མཐའ་དང་། གཟུགས་སོགས་མི་ཉལ་པར་འཛིན་པ་ཉན་ཐོས་ཀྱིས་འདོད་པའི་  
མཐའ་སྟེ།

དེ་གཉིས་ཀ་ཡོངས་སུ་སྤངས་པ་དབྱ་མའི་ལམ་ནི། གང་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་ཉལ་པར་ཡང་མི་ཉལ་མི་  
ཉལ་པར་ཡང་མི་ཉལ་པ་སྟོས་བྲལ་དུ་བསྟོན་པ་སྟེ། མདོ་ལས། གཟུགས་ཉལ་པ་ཡང་མ་ཡིན། མི་ཉལ་པ་ཡང་མ་  
ཡིན་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །གང་ཟག་དང་ཚོས་ལ་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་པར་སྟོོ་འདོགས་པ་དང་། ཐ་སྟོན་སྤང་ཅམ་  
དུ་མེད་པར་སྐྱར་པ་འདེབས་པའི་མཐའ་རྣམ་པ་གཉིས་གཉིས་ཏེ་གང་ཟག་ཡོད་པ་དང་སེམས་སོགས་ཚོས་ཡོད་པར་  
སྟོོ་འདོགས་པ་གཉིས་དང་། གང་ཟག་མེད་པ་དང་ཚོས་མེད་པར་སྐྱར་པ་འདེབས་གཉིས་སོ། །དེ་ལ་གང་ཟག་ལ་སྟོོ་སྐྱར་  
དེ་སྟོོང་བྱེད་དབྱ་མའི་ལམ་ནི་གང་བདག་དང་བདག་མེད་པ་གཉིས་ཀྱི་དབྱུས་ནི་རྣམ་པར་མི་ཉལ་པའོ་ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟ་བུ་དང་། སེམས་སོགས་ཚོས་ལ་སྟོོ་སྐྱར་སྟོོང་བ་དབྱ་མའི་ལམ་ནི་གང་ལ་སེམས་མེད་པ་དང་སེམས་པ་མེད་  
པ་དང་། ཡིད་མེད་པ་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །མི་དགོ་བ་དང་ཀུན་ཉོན་ལ་མི་  
མཐུན་སྟོོགས་དང་། དགོ་བ་དང་རྣམ་བུ་ལ་གཉིན་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་ལྟ་བའི་མཐའ་དེ་དག་སྟོོང་བྱེད་དབྱ་མའི་ལམ་ནི།  
གང་མཐའ་དེ་གཉིས་ཁས་མི་ལེན་ཅིང་མི་བརྗོད་མི་སྟོོ་བར་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །གང་ཚོས་དང་གང་ཟག་ཡོད་ཅིང་དེ་  
ཐེར་ཟུག་ཏུ་གནས་པར་འདུ་ཤེས་པ་ཉལ་པའི་མཐའ་དང་། ཚོས་དང་གང་ཟག་མེད་པའམ་རྒྱུན་ཆད་དེ་མཚམས་མི་  
སྟོོར་བར་འདུ་ཤེས་པ་ཆད་པའི་མཐའ་སྟེ།

དེ་གཉིས་སྟོོང་བྱེད་དབྱ་མའི་ལམ་ནི། ཉལ་པ་དང་ཆད་པ་མེད་པའི་དབྱུས་སུ་བསྟེན་པ་གང་ཡིན་པའོ། །ཡང་  
གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་དང་། ཀུན་ཉོན་དང་རྣམ་བུ་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་སྟེ་མཐའ་གཉིས་སུ་སྐྱིར་བསྟན་པ་དང་།  
དེ་ཡང་ཅི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། མ་རིག་པ་ནས་རྒྱུ་ལོའི་བར་ཀུན་ཉོན་ལ་གཟུང་འཛིན་དུ་ཞེན་པ་དང་། མ་རིག་པ་འགག་

པ་ནས་རྒྱུ་ལོའི་བར་འགགས་པའི་རྣམ་བུ་ལ་གཟུང་འཛིན་དུ་ཞེན་པའི་མཐའ་གཉིས་པོ་དེ་སྟོོང་བྱེད་དབྱ་མའི་ལམ་  
ནི། རིག་དང་མ་རིག་པ་འདི་ནི་གཉིས་སུ་མེད་དོ་ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་འབྱུང་བ་བཞིན་ལོ། །

ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། ལས་ཀྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་  
མོངས་པ་དང་། སྐྱེ་བའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའོ། །

དེའི་དང་པོ་ལ་ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ལ་ལྟ་བུ་དང་དུག་གསུམ་གྱི་རྒྱ་དང་། ཡང་སྲིད་ལ་སྟོོབ་  
པ་གསུམ་ཡོད་པ་དེ་དག་གི་གཉིན་པོར་སྟོོང་ཉིད་མཚན་མེད་སྟོོན་མེད་དུ་ཤེས་པའོ། །

གཉིས་པ་ལས་ཀྱི་ཀུན་ཉོན་ཅིག་ནི་དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བའི་ལས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པའོ། །དེའི་གཉིན་པོར་  
མངོན་པར་འདུ་མི་བྱེད་པ་ཤེས་པའོ། །

གསུམ་པ་སྐྱེ་བའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ནི། ཡང་སྲིད་པར་སྐྱེ་བ་དང་། སྐྱེས་ནས་མ་ཤི་བར་སེམས་སེམས་  
བྱུང་རྣམས་སྐྱད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་འབྱུང་བ་དང་། ཡང་སྲིད་པའི་རྒྱུན་ཏེ་རིམ་པ་ལྟར་འཆི་སྲིད་དང་སྐྱེ་སྲིད་བར་སྲིད་  
རྣམ་པ་གསུམ་མོ། །དེ་དག་གི་གཉིན་པོར་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཤེས་པ། འབྱུང་བ་མེད་པར་ཤེས་པ། ངོ་བོ་ཉིད་མེད་  
པར་ཤེས་པའོ། །དེ་ལྟར་ཀུན་ཉོན་རྣམ་པ་དེ་གསུམ་བྲལ་བ་ནི་རྣམ་བུ་སྟེ་དེ་ལའང་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་ཞེན་པ་མེད་  
པ་དང་། མདོར་བསྟུན་ཚོས་དབྱིངས་ཉོན་མོངས་པར་གྱུར་པའམ། རྣམ་པར་དག་པར་གྱུར་པའོ་སྟེ་ལྟར་དུ་ཞེན་ཅིང་  
དེ་ཡང་སྟོོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་གཉིན་པོ་དེ་དག་གིས་སྤང་བུ་དེ་དག་བསལ་ལོ་སྟེ་ལྟར་དུ་ཞེན་ནས་མཐའ་གཉིས་སུ་  
འཛིན་པའི་གཉིན་པོར་གང་སྟོོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཚོས་རྣམས་སྟོོང་པར་མི་བྱེད་ཀྱི་ཚོས་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོོང་པའོ་  
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། གང་སྤང་བུ་དང་གཉིན་པོ་དང་སྟོོང་པ་དང་མ་སྟོོང་པ་ལ་སོགས་པའི་མཐའ་ཡོད་ཀྱི་  
རིང་ལ་ཀུན་བཏགས་པ་དང་ཀུན་རྗེས་དང་ཐ་སྟོན་གྱི་སྟོོད་ཡུལ་དུ་སྤྱང་བ་ཡིན་ལ། སྟོོང་པ་ཉིད་དོན་དམ་པའི་རང་  
གི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་གདོད་ནས་མཐའ་གང་དུའང་མ་བྱུབ་པ་བརྗོད་དུ་མེད་པ་དེའི་སྤྱིར་དེས་སྟོོང་པར་བྱས་པ་མ་ཡིན་གྱི་

ཡི་ནས་མཐའ་ཀུན་དང་བལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་སྒྲོང་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་བདུན་ཚན་སྤྱི་མ་ལ། མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད་གཉིས། དང་པོ་༼མདོར་བསྟན༽ རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཉིས་ཀྱི་མཐའ། །

དེ་ནི་རྣམ་པ་བདུན་དུ་འདོད། །

ཡང་དངོས་པོ་ཡོད་པ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་སྟེ། །དེ་ནི་རྣམ་པ་བདུན་དུ་འདོད།

གོང་དུ་བསྟན་པ་དེར་མ་ཟད་གཞན་ཡང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་ལ། མཐའ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་པར་རྟོག་དེ་ནི་རྣམ་པ་  
བདུན་དུ་འདོད་དོ། །

གཉིས་པ་༼རྒྱས་བཤད༽ ། དངོས་མེད་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

དངོས་ཡོད་དངོས་མེད་ཞི་བྱ་དང། །

ཞི་བྱེད་སྐྱག་བྱ་དེ་ལ་འཇིགས། །

གཟུང་དང་འཇོན་དང་ཡང་དག་ཉིད། །

ལོག་པ་ཉིད་དང་བྱེད་དང་མིན། །

སྐྱེ་བ་མེད་དང་མཉམ་པའི་དུས། །

དེ་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་གཉིས་ཀྱི་མཐའ། །

བདུན་གང་ཞེན། །བདག་གི་དངོས་པོ་ཡོད་པ་དང་དེ་དངོས་པོ་མེད་པར་ལྟ་བུ་དང་ཞི་བར་བྱ་བ་སྤང་བྱ་དང། །ཞི་བར་བྱེད་པ་གཉིན་  
པོར་ལྟ་བུ་དང་སྐྱག་བྱེད་རྟོག་པ་དང་དེ་ལ་འཇིགས་པར་སྐྱེ་བ་རྟོག་པ་དང། །གཟུང་བ་དང་འཇོན་པར་རྟོག་པ་དང་ཡང་དག་པ་ཟག་  
པ་མེད་པ་ཉིད་དང། །ལོག་པ་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་དུ་རྟོག་པ་དང་སྤང་བྱ་སྤོང་བར་བྱེད་པ་དང་དེ་སྤོང་བར་བྱེད་ལུས་པ་མིན་  
པར་རྟོག་པ་དང། །གཉིན་པོ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་སྐྱེས་ཀྱང་སྤང་བྱ་མཉམ་པའི་དུས་གཅིག་ཏུ་ལྟ་བུ་སྟེ། །བདུན་པོ་དེ་ནི་རྣམ་པར་རྟོགས་་  
གཉིས་ཀྱི་མཐའ་ལོ།

རྣམ་པར་རྟོག་གི་མཐའ་གཉིས་ཟུང་དུ་སྐྱུར་བ་བདུན་པོ་དེ་གང་ཞེན། དངོས་པོ་ཡོད་པར་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཡང་མཐའ་ཡིན་  
ལ། དངོས་པོ་མེད་པ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཡང་མཐའ་ཡིན་པས་མཐའ་དེ་གཉིས་ཀྱི་གཉིན་པོར་དབྱེ་མའི་ལམ་བསྟན་པ་  
ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། གང་ཟག་རྣམ་པར་གཞིག་པའི་ཕྱིར་སྤོང་པ་ཉིད་མ་ཡིན་གྱི་སྤོང་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤོང་སྟེ། སྤོན་གྱི་མཐའ་སྤོང་  
པ་དང། སྤྱི་མའི་མཐའ་སྤོང་པ་ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞི་བར་བྱ་བ་སྤང་བྱ་དང། །ཞི་བར་བྱེད་པ་  
གཉིན་པོ་ལ་དེ་དང་དེར་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་མཐའ་ཡིན་ལ། དེའི་གཉིན་པོ་དབྱེ་མའི་ལམ་ནི་སྤང་བྱ་རང་བཞིན་གྱིས་  
མ་གྲུབ་པས་དེའི་གཉིན་པོ་ཡང་དོན་དམ་པར་མ་གྲུབ་པར་བསྟན་པ་ནི། འོད་སྤྱང་འདི་ལྟ་སྟེ། མི་ལ་ལ་ནམ་མཁས་  
འཇིགས་ཤིང་སྐྱག་ནས་དུས་ཏེ་ནམ་མཁའ་འདི་སོལ་ཞེས་ཟེར་ན། འོད་སྤྱང་འདི་ཅི་སྐྱེས་དུ་སེམས། ནམ་མཁའ་  
འདི་བསལ་བར་ལུས་སམ་ཞེས་སོགས་གསུང་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་འཇུག་གནས་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་ལ་  
སྐྱག་བྱེད་དུ་རྟོག་པ་དང། །དེ་ལ་འཇིགས་ཤིང་སྐྱག་པའི་རྟོག་པ་ནི་མཐའ་ཡིན་ལ། མཐའ་དེ་དག་སྤོང་བྱེད་དབྱེ་མའི་  
ལམ་ནི། འོད་སྤྱང་དཔེར་ན་འདི་ལྟ་སྟེ། རི་མོ་མཁན་ཞིག་བདག་ཉིད་གྱིས་གནོད་སྐྱོན་གྱི་གཟུགས་འཇིགས་འཇིགས་  
ལྟ་ཞིག་བྱིས་ནས། དེས་འཇིགས་སྐྱག་སྟེ་ཁ་སྐྱུབ་དུ་འབྱེད་ནས་བསྐྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཞེས་སོགས་གསུངས་



པ་ལྟ་བུ་སྟེ། རང་གི་རྣམ་པར་རྟོག་པས་སྐྱུ་ལ་པའི་འཁོར་བ་དང་དེ་ལ་སྐྱབས་པའང་བཤད་མ་ཐག་པའི་དཔེ་དེ་ལྟར་ཤེས་  
ནས་མཐའ་དེ་གཉིས་སྟོང་བ་ཡིན་ནོ། །དཔེ་སྐྱེ་མ་ནམ་མཁའི་དཔེ་ནི་ཉན་ཐོས་རྣམས་ལས་བརྩམས་ཏེ་བསྟན་པ་ཡིན་  
ཏེ། ཉན་ཐོས་པས་ཚོས་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་ཁོང་དུ་མ་རྒྱུད་ནས། ཚོས་རྣམས་སྤང་བུ་དང་སྟོང་ཉིད་སྟོང་  
བྱེད་ལྟ་བུར་བསམ་ཞིང་། སྟོང་པ་ཉིད་གྱི་ཚོས་རྣམས་བཞིག་པར་བྱེད་པའི་དོན་དུ་བརྩུང་ནས་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སྐྱབས་པ་  
རྣམས་ལ་སྐྱབས་པ་དེ་སྟོང་བའི་དོན་དུ་ནམ་མཁའ་བསམ་ལ་བར་མི་རྣམས་པ་ལྟར་སྟོང་པ་ཉིད་ཚོས་ཐམས་ཅད་ལ་ཚོས་ཉིད་  
གྱི་རྒྱལ་དུ་ཡོད་ནས་རྗེས་སུ་སོང་བར་བསྟན་པའོ། །དཔེ་སྤྱི་མ་རི་མོ་མཁའ་གྱི་དཔེས་བསྟན་པ་དེ་ནི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་  
དཔའ་རྣམས་འཁོར་བ་ཡུན་རིང་དུ་བཞུགས་པ་ལ་མི་སྐྱོད་བར་བྱ་བའི་སྤྱིར་བསྟན་པའོ། །འདི་གཉིས་ལ་རྣམ་པ་གཞན་  
དང་གཞན་གྱིས་འཆད་རྒྱལ་སྟོབས་ལྟན་འབྲེལ་པ་ན་སྤང་དོ། །གཟུགས་སོགས་ལ་གཟུང་བ་དང་། མིག་སོགས་ལ་  
འཛིན་པར་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཡང་མཐའ་ཡིན་ལ། དེ་གཉིས་སྟོང་བྱེད་དབུ་མའི་ལམ་ནི་འོད་སྤྲུང་འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན་  
སྐྱུ་མ་བྱེད་པའི་མི་ཞིག་གིས་སྐྱུ་མ་སྐྱུ་ལ་པ་དེས་སྐྱུ་མ་བྱེད་པ་ཉིད་ཟོས་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཞེས་སོགས་གསུངས་ཏེ། གཟུང་  
འཛིན་གཉིས་སུ་སྤང་ཡང་ཐ་དད་དུ་མེད་དེ་རྣམ་རིག་ཅམ་དུ་བྱུང་ལ། དེ་གཉིས་གཅིག་མ་གྲུབ་ན་ཅིག་ཤོས་ཀྱང་མི་  
བྱུང་པས་དོན་ལ་གཟུང་འཛིན་དུ་མ་གྲུབ་པ་དཔེ་དེས་བསྟན་ཏོ། །ཟག་མེད་ལ་ཡང་དག་པ་གཉིས་སུ་རྟོག་པ་དང་།  
ཟག་བཅས་ལ་ལོག་པ་ཉིད་དུ་རྟོག་པ་ཡང་མཐའ་ཡིན་ལ། དེ་གཉིས་སྟོང་བྱེད་དབུ་མའི་ལམ་བསྟན་པ་ནི། འོད་སྤྲུང་  
འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན་ཤིང་གཉིས་རྒྱུད་གིས་རྒྱུད་པ་ལས་མེ་འབྱུང་སྟེ། རྒྱུད་མ་ཐག་ཏུ་ཤིང་དེ་གཉིས་ཚོགས་པར་བྱེད་པ་དེ་  
བཞིན་དུ་ཞེས་སོགས་གསུངས་ཏེ་རྗེས་སུ་མེའི་རང་བཞིན་མིན་པའི་ཤིང་ལས་མི་བྱུང་ལ། དེས་ཤིང་དེ་ཉིད་བསྟེན་གས་  
པ་བཞིན་དུ་ཡང་དག་མིན་པའམ་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་སྟོར་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་ན་ཡོད་པའི་སོ་སོར་རྟོག་པ་ཤིང་  
ལྟ་བུ་ལས། ཡང་དག་པ་ཟག་མེད་འཕགས་པའི་ཤོས་རབ་གྱི་མི་འབྱུང་ལ། མི་དེས་སོ་སོར་རྟོག་པ་ཉིད་འཚོགས་  
པ་ལྟར་འཛིན་པར་བྱེད་པ་དེ་དག་ནི་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཡིན་གྱི། ཡང་དག་དང་ལོག་པ་ཞེས་

རིས་སུ་མ་ཆད་དེ་རང་གི་དོ་བོས་མ་གྲུབ་པར་བསྟན་པའོ། །གཉིན་པོ་ཡེ་ཤེས་གྱིས་སྤང་བུ་སྟོང་བའི་བྱ་བ་བྱེད་པ་ལ་  
བྱེད་པའི་དོ་བོར་བདེན་པར་འཛིན་པའམ། ཡང་ན་ཡེ་ཤེས་གྱིས་སྤང་བུ་སྟོང་དོ་སྐྱེམ་དུ་སྐྱོ་སྟོན་དུ་བཏང་ནས་བྱེད་པ་  
ལྟ་བུ་བྱེད་པར་སྐྱོ་འདོགས་པའི་རྟོག་པ་དང་། སྟོང་བའི་བྱ་བ་བྱེད་མི་རྣམས་པའམ། བྱེད་པ་མིན་པར་རྟོགས་པ་ནི་སྐྱུར་  
འདབས་གྱི་མཐའ་ཡིན་ལ། དེ་སེལ་བྱེད་དབུ་མའི་ལམ་ནི་འོད་སྤྲུང་འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན་མར་མེ་བྱུང་ན་སུན་པ་སུན་  
ནག་ཐམས་ཅད་མེད་པར་འབྱུར་ཡང་། འོད་སྤྲུང་མར་མེ་དེ་འདི་ལྟར་བདག་གིས་སུན་པ་སུན་ནག་གང་དག་བསམ་ལ་  
ལོ་སྐྱེམ་དུ་མི་སེམས་མོད་ཀྱང་། མར་མེ་ལ་བརྟེན་ནས་སུན་པ་སུན་ནག་མེད་པར་བྱུར་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཞེས་སོགས་  
གྱིས་བསྟན་པར་མཛད་དེ། མར་མེ་ལ་རྟོག་པ་མེད་ཀྱང་སུན་པ་སེལ་བའི་མཐུ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་ཡེ་ཤེས་གྱིས་སྐྱིབ་པ་  
སེལ་བ་ཡང་དེ་དང་འདྲ་བར་བསྟན་པའོ། །སེམས་ཅན་རྣམས་གྱི་རྒྱུད་ལ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ཞུགས་པའི་སྐྱིབ་པ་འདི་  
དག་སྟོང་དཀའ་ཞིང་ཚན་ཆེ་བས་ན་གཉིན་པོ་ཡེ་ཤེས་སྐྱེ་བའི་གོ་སྐབས་མེད་དོ་སྐྱེམ་དུ་གཉིན་པོ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བ་མེད་  
པར་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་དང་། སྐྱེས་ཀྱང་སྤང་བུ་དེ་མ་ཐག་ཏུ་འགག་མི་རྣམས་པས་སྟོང་གཉིན་གཉིས་དུས་མཉམ་པར་  
ཡུན་རིང་འགོགས་པའམ། མཉམ་པའི་དུས་ཅན་ཏུ་འབྱུར་སྐྱེམ་པའི་རྣམ་རྟོག་ནི་མཐའ་ཡིན་ལ། དེ་དག་སྐྱོར་བྱེད་དབུ་  
མའི་ལམ་བསྟན་པ་ནི། འོད་སྤྲུང་འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན་བྱིམ་མམ། ཁང་པའམ། ཁང་སྐྱོན་ལོ་བརྒྱ་སྟོང་འདས་པར་  
སུས་ཀྱང་མར་མེ་མ་བྱས་པ་དེར་མི་ལ་ལ་ཞིག་གིས་མར་མེ་དེ་བྱས་ན། འོད་སྤྲུང་འདི་ཅི་སྐྱེམ་དུ་སེམས། སུན་པ་སུན་  
ནག་དེ་འདི་ལྟར་བདག་ནི་ལོ་བརྒྱ་སྟོང་དུ་བསམགས་པ་བདག་ནི་འདི་ནས་མི་འགྲོའོ་སྐྱེམ་དུ་སེམས་སམ། ཞེས་སོགས་  
གསུངས་ཏེ། སྤང་བ་སྐྱེས་ན་སུན་པ་དེས་པར་འགག་པ་དང་། དེ་གཉིས་དུས་མཉམ་པར་མི་འགོགས་པ་དང་། སུན་  
པ་ཡུན་ཅི་རིང་ཡང་དེར་མར་མེ་སྐྱུར་བ་མི་སྲིད་པ་མིན་པའི་དཔེ་དེའི་སྐོ་ནས་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་མཐའ་དེ་དག་བསམ་ལ་  
བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བཤད་མ་ཐག་པའི་རྣམ་རྟོག་རྒྱུད་རི་སྐྱུར་བ་བདུན་ཚན་གཅིག་པོ་དེ་ནི་དངོས་པོའི་གནས་ཚོད་དང་  
མི་མཐུན་པར་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་གང་ཞིག་སྐྱོར་སྐྱུར་གང་ཅུང་གི་ཕྱོགས་སུ་སྤྲུང་བས་ན་རྣམ་རྟོག་གཉིས་གྱི་མཐའ་ཞེས་

བྱུང་ལ། མཐའ་དེ་དག་དང་བྱུང་བ་དབྱུང་མའི་དོན་ལ་ཇི་ལྟར་བ་བཞིན་འདྲུག་པ་ནི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་ལམ་མཐའ་  
གཉིས་སྟོང་བའི་སྐྱབ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གོང་གི་ས་བཅད་ལྔ་པ་དང་དྲུག་པ་སྟེན་ཅིག་ཏུ། བྱང་པར་ཅན་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

**བྱང་པར་ཅན་དང་བྱང་མེད་ནི། །**

**ས་བཅུ་དག་ཏུ་ཤེས་པར་བྱ། །**

བྱང་པར་ཅན་དང་བྱང་པར་མེད་པ་སྐྱབ་པ་གང་ཞེས། །བྱང་པར་ཅན་དང་བྱང་པར་མེད་པ་ནི། །ས་བཅུ་དག་ཏུ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ་  
གང་ལ་པ་ལོ་ལ་ཏུ་སྦྱིན་པ་གང་ཤེས་ཆེ་བ་དེ་ནི་བྱང་པར་ཅན་དང་ཐམས་ཅད་ཏུ་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་པར་བསྐྱབ་པ་ནི་བྱང་པར་མེད་  
པའོ།

བྱང་པར་ཅན་གྱི་སྐྱབ་པ་དང་། བྱང་པར་མེད་པའི་སྐྱབ་པ་ནི་ས་བཅུ་པོ་དག་ཏུ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། གང་ཞེས། ས་དང་པོ་  
ལ་སྦྱིན་པ་ཤེས་ཆེར་སྐྱབ་པ་དང་། གཉིས་པར་ཚུལ་ཁྲིམས་སྟེན་པར་སྐྱབ་པ་སོགས་ཀྱི་ཆ་ནས་བྱང་པར་ཅན་གྱི་སྐྱབ་  
པ་ཞེས་བྱ་ལ། ས་ཐམས་ཅད་ཏུ་ཡང་ཕར་སྦྱིན་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་པར་སྐྱབ་པའི་ཆ་ནས་བྱང་པར་མེད་པའི་སྐྱབ་པ་  
ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་སྐྱབ་པ་རྣམ་པ་དྲུག་གི་སྟོན་པ་ལམ་སྐྱབ་པ་སྐྱབ་པ་སྐྱབ་པ་མེད་པ་བཤད་ཟེན་ཏོ། །

དེ་ནི་གཉིས་པ་དམིགས་པ་སྐྱབ་པ་མེད་པ་ནི། རྣམ་པར་བཞག་དང་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

**རྣམ་པར་བཞག་དང་དེ་བཞིན་དབྱིངས། །**

**སྐྱབ་དང་སྐྱབ་དང་འཛིན་པ་དང་། །**

**ངེས་པར་འཛིན་དང་རབ་ཏུ་འཛིན། །**

**རབ་ཏུ་རྟོགས་དང་རབ་རྒྱས་དང་། །**

**རྣམ་པར་རྟོག་དང་རྣལ་འདྲུག་དང་། །**

**ཕུལ་དུ་བྱུང་བའི་དམིགས་པར་འདོད། །**

དམིགས་པ་སྐྱབ་པ་མེད་པ་ལས་ཆོས་བཞགས་པ་རྣམ་པར་བཞག་པ་གསུང་རབ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ལ་དམིགས་པ་དང་དེ་བཞིན་  
དུ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་དམིགས་པ་དང་། །བསྐྱབ་བྱ་པ་ལོ་ལ་ཏུ་སྦྱིན་པ་དྲུག་ལ་དམིགས་པ་དང་ལམ་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་གྱི་  
དམིགས་པ་དང་ཐོས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་པས་འཛིན་པ་དང་། །བསམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་པས་ངེས་པར་འཛིན་པའི་དམིགས་  
པ་དང་བསྟོམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་རབ་ཏུ་འཛིན་པའི་དམིགས་པ་དང་། །རབ་ཏུ་རྟོགས་པའི་དམིགས་པ་དང་མཐོང་  
ལམ་ཐོབ་པས་རབ་ཏུ་རྒྱས་པའི་དམིགས་པ་དང་། །ས་བཅུ་ན་པའི་བར་དུ་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་དམིགས་པ་དང་ས་བཞུད་པ་ལ་རྣལ་  
དུ་འདྲུག་པའི་དམིགས་པ་དང་། །ས་དགུ་པ་ཡན་ཆད་ཕུལ་དུ་བྱུང་བའི་དམིགས་པ་ཡིན་པར་འདོད་དོ།

སྐྱབ་པའི་གཞིར་གྱུར་པ་ཡུལ་གང་ལ་ཇི་ལྟར་དམིགས་ནས་འདྲུག་ཅེས། ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་ལྟར་དམིགས་པ་ཉི་ཆོ་  
བ་མ་ཡིན་ཏེ་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་དོན་མཐའ་དག་གཏན་ལ་ཕེབས་པའི་ཚུལ་གྱིས་དམིགས་པ་ཡིན་པས་དམིགས་  
པ་སྐྱབ་པའི་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་ནི་དོ་བའི་སྟོན་པ་རྣམ་པ་བཞི་དང་། ས་མཚམས་ཀྱི་སྟོན་པ་བཞུད་དེ་བཅུ་གཉིས་སུ་  
ཡོད་དོ། །དེ་ཡང་ཕ་ལོ་ལ་ཏུ་སྦྱིན་པ་བཅུ་དང་ས་དང་ལམ་དང་གཟུགས་དང་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་སོགས་པ་སྐྱ་ཚོགས་  
པའི་ཆོས་གང་དག་རྣམ་པར་བཞག་པའི་དོན་ཇི་སྟེད་པའི་གནས་ལ་མ་ཞོར་བར་དམིགས་པ་དང་། གནས་ལུགས་དེ་  
བཞིན་ཉིད་བདག་གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་པའི་དབྱིངས་ཟབ་མའི་དོན་ལ་ཇི་ལྟར་བ་བཞིན་དུ་དམིགས་པ་དང་གཉིས་ནི་བདེན་

བ་གཉིས་གྱིས་བསྐྱུ་བ་ལྷ་ཆེ་བ་དང་ཟབ་པའི་དོན་གཏན་ལ་ཐེབས་པའི་ཚུལ་གྱིས་དམིགས་པའོ། །བསྐྱུ་བ་བྱ་ལ་  
 དམིགས་པ་དང་། སྐྱབ་པའི་དམིགས་པ་གཉིས་ནི་སྤྲོ་མ་གཉིས་ཀྱི་དབང་གིས་ཏེ། ཇི་ལྟར་ན་ལྷ་ཆེ་བའི་ལམ་གྱི་རྣམ་  
 བ་མཐའ་དག་པར་གྱིན་བཅུར་འདུ་བས་ན་དེ་ཉིད་ཉམས་སྤུ་ལེན་པ་ནི་བསྐྱུ་བ་པར་སྦྱིན་ལ་དམིགས་པ་དང་། ཟབ་  
 མོ་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྟོགས་པས་ན་པར་སྦྱིན་དེ་དག་གྲང་འཁོར་གསུམ་དག་པར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་ཟིན་ནས་  
 ཐབས་མཁས་ཀྱི་སྐྱབ་པ་བྱུང་པར་ཅན་དུ་བྱུང་པ་ནི་སྐྱབ་པའི་དམིགས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། འཁོར་གསུམ་དག་རྟོགས་ཀྱི་  
 ཤེས་རབ་གྱིས་ཟིན་པའི་པར་སྦྱིན་རྣམས་ནི་ཟག་པ་མེད་པའི་ལམ་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་པར་སྦྱིན་དུ་འགྱུར་  
 བའི་སྤྱིར་དེ་ལྟར་བརྗོད་དོ། །ཚུལ་བཞི་པོ་དེ་ལྟ་བུ་དང་ལྟན་པའི་སློང་ནས་དམིགས་པ་སྐྱེ་ན་མེད་པ་ཡིན་ལ། དེའང་  
 ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་རྣམས་སུ་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་དམིགས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ཡང་ཐོས་པ་  
 ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་གྱིས་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་དང་སྦྱིན་སོགས་ལ་དམིགས་པ་ནི་འཇིན་པའི་དམིགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 དང་། རིགས་པ་བཞི་དང་ལྟན་པའི་བསམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་གྱིས་དེ་གཉིས་ལ་དམིགས་ཤིང་དོན་རྟོགས་པ་  
 ནི་དེས་པར་འཇིན་པའི་དམིགས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སློང་པ་ལས་བྱུང་བའི་སོ་སོ་རང་གི་རིག་པས་དམིགས་པ་ནི་  
 ཡང་དག་པར་རབ་ཏུ་འཇིན་པའི་ཚུལ་གྱིས་དམིགས་པ་དང་། ས་དང་པོར་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་མངོན་སུམ་རབ་ཏུ་རྟོགས་  
 པའི་དམིགས་པ་དང་། ས་གཉིས་པ་ནས་བདུན་པའི་བར་གྱིས་ས་དུག་པོ་རྟོགས་པ་གོང་ནས་གོང་དུ་རབ་ཏུ་རྒྱས་པའི་  
 དམིགས་པ་དང་། ས་བདུན་པ་དེ་ཉིད་ལ་མདོ་སྤེལ་སོགས་པའི་ཚོས་ཀྱན་ཁོང་དུ་རྒྱད་ཅིང་སྤྱིད་ཞེས་ཚོས་ལ་མཚན་མ་  
 མེད་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་དམིགས་པ་དང་། ས་བརྒྱད་པར་འབད་རྩོལ་དང་འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་ཏེ་རྣལ་  
 དུ་འདུག་པའི་དམིགས་པ་དང་། ས་དགུ་པ་བཅུ་པ་བཅུ་གཅིག་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་གསུམ་ལ་ཡེ་ཤེས་སྤུལ་དུ་བྱུང་  
 བ་དང་། སྤོན་ལས་སྤུལ་བྱུང་དང་། རྣམ་པར་དག་པ་སྤུལ་བྱུང་གསུམ་འབྱུང་བའི་དེ་དག་གི་དམིགས་པ་སྟེ། ས་དགུ་  
 པར་སོ་སོར་ཡང་དག་པ་རིག་པ་བཞིའི་ཡེ་ཤེས་སྤུལ་དུ་བྱུང་བ་ཐོབ་པས་ཡེ་ཤེས་སྤུལ་དུ་བྱུང་བའི་དམིགས་

པ་དང་། ས་བཅུ་པར་སྤོན་ལས་ལ་དབང་བ་སྤུལ་དུ་བྱུང་བ་ཐོབ་པའི་སྤྱིར་སྤོན་ལས་སྤུལ་དུ་བྱུང་བའི་དམིགས་པ་དང་།  
 བཅུ་གཅིག་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་ནི་ཉོན་མོངས་དང་ཤེས་བྱའི་སྦྱིབ་པ་མ་ལུས་པ་རྣམ་པར་དག་པ་སྤུལ་དུ་བྱུང་བ་  
 ཐོབ་པའི་སྤྱིར་རྣམ་པར་དག་པ་སྤུལ་དུ་བྱུང་བའི་དམིགས་པར་འདོད་དེ། ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་དེས་ཇི་ལྟ་  
 ཇི་སྟེད་ཀྱི་ཚོས་མ་ལུས་པ་གཟིགས་པའམ་དམིགས་པའི་སྤྱིར་འོ། །

གསུམ་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་སྐྱེ་ན་མེད་པ་ནི། མ་ཚང་མེད་དང་སོགས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- མ་ཚང་མེད་དང་མི་སྟོང་དང་། །
- མི་གཡིང་བ་དང་རབ་རྫོགས་དང་། །
- ཡང་དག་བསྐྱེད་དང་འཕེལ་བ་དང་། །
- ལས་སུ་རུང་དང་མི་གནས་དང་། །
- སྦྱིབ་པ་མེད་པ་ཉིད་དང་དེ། །
- རྒྱན་མི་གཅོད་པ་ཡང་དག་འགྲུབ། །

ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་ནི་ལམ་གྱི་རྒྱན་མ་ཚང་བ་མེད་པས་རིགས་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མི་སྟོང་བས་མོས་  
 པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་། ཐེག་པ་དམན་པས་སེམས་མི་གཡིང་བ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་པ་འོལ་ཏུ་  
 སྦྱིན་པ་རབ་ཏུ་རྫོགས་པས་བསྐྱུ་བ་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་། །འཕམགས་པའི་ལམ་ཡང་དག་པར་བསྐྱེད་པས་སྦྱོན་མེད་འཇུག་  
 པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་དགོ་བའི་རྩ་བ་འཕེལ་བས་སེམས་ཅན་སྦྱིན་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་། །སེམས་ལས་སུ་རུང་  
 བས་ཞིང་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་སྤྱིད་ཞེས་མི་གནས་པས་ལུང་བསྟན་པ་འཕྲོག་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་། །སྦྱིབ་པ་མེད་



པ་ཉིད་སངས་རྒྱལ་གྱིས་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་དེ། རྒྱུན་མི་གཙོད་པས་བྱང་རྒྱུན་ལྷན་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པོ།

ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་ཞུགས་པས་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུ་གང་ཞིག་ཉན་རང་གི་ཐོབ་བྱ་ལས་  
འབྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ་འགྲུབ་པ་ནི་རྣམ་པ་བཅུས་བསྟན་ཏེ། དེ་ཡང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མཐའ་དག་གི་དོན་བསྟུ་བ་རྣམ་  
པ་བཅུར་གསུངས་པ་ནི། མདོ་སྡེ་རྒྱུན་ལས། རིགས་དང་ཚོས་ལ་མོས་པ་དང་། །དེ་བཞིན་སེམས་ནི་བསྐྱེད་པ་དང་།  
།སྦྱོན་ལ་སོགས་པ་སྦྱབ་པ་དང་། །སྦྱོན་མེད་པ་ལ་འཇུག་ཉིད་དང་། །སེམས་ཅན་རྣམས་ཡོངས་སྤྱོད་བྱེད་དང་། །ཞིང་  
ནི་རྣམ་པར་སྦྱོང་བ་དང་། །མི་གནས་སྤངས་འདས་པ་དང་། །བྱང་རྒྱུན་མཚོག་དང་སྦོན་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་སད་པ་དང་། སད་པའི་རྒྱུན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་ལ་མོས་པ་དང་། བསམ་པ་བླ་མེད་བྱང་རྒྱུན་ལྷན་  
སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་། སྦྱོར་བ་པར་སྦྱོན་བྱུག་བསྦྱབ་པ་དང་། སྦྱོན་མེད་པ་བྱང་རྒྱུན་སེམས་དཔའི་ས་དང་པོ་ལ་འཇུག་  
པ་ནས་འཕགས་པའི་སར་རྒྱུད་པ་དང་། ཐབས་ལ་མཁས་པས་སེམས་ཅན་ཡོངས་སྤྱོད་སྦྱོན་པར་བྱེད་པ་དང་། སངས་  
རྒྱལ་གྱི་ཞིང་རྣམ་པར་སྦྱོང་བ་དང་། སྤྱི་ཞི་མཉམ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པས་མི་གནས་པའི་སྤངས་ལས་འདས་པའི་ཚོས་  
རྟོགས་པར་བྱེད་པ་སྟེ་འདི་གསུམ་ནི་གཙོ་བོར་དག་སས་བསྟུས་པའི་ཡོན་ཏན་རོ། །མཐར་འབྲས་བུ་ན་མེད་པའི་བྱང་  
རྒྱུན་མཚོག་སངས་རྒྱལ་ཐོབ་པ་དང་། ཐོབ་ནས་སྤྱི་དུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལྷན་ལྷན་ཡང་དག་པར་སྦོན་པའམ་སངས་རྒྱལ་གྱི་  
རྒྱལ་རྒྱུན་མི་གཙོད་པ་སྟེ། གཞུགས་སྦྱོར་ཉིད་ཀྱིས་འཁོར་བ་ཇི་སྤྱི་དབར་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པའི་རྒྱལ་རྒྱུན་མི་  
གཙོད་པའོ། །རྒྱལ་དེ་དང་མཐུན་པར་འདིར་ཡང་ཐེག་ཆེན་སྦོན་པའི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་སོགས་འཁོར་ལོ་ཆེན་  
པོ་བཞི་དང་ལྷན་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་སད་པའི་རྒྱུན་མ་ཚང་བ་མེད་པ་ནི་རིགས་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་སྟེ་རྒྱ་  
ཐམས་ཅད་གྱི་དང་པོའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཐེག་པ་མཚོག་གི་ལམ་ཡོངས་སྤྱོད་མི་སྦྱོང་བ་ཐེག་ཆེན་ལ་མོས་པ་ཡང་དག་པར་

འགྲུབ་པ་དང་། ཐེག་དམན་ཡིད་བྱེད་ཀྱིས་མི་གཡེང་བ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་། མ་རོལ་  
ཏུ་སྦྱོན་པ་བྱུག་རབ་ཏུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་སྦྱབ་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་། ས་དང་པོར་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་  
ཡང་དག་པའི་ཚོས་འཕགས་ལམ་བསྐྱེད་པ་སྦྱོན་མེད་པར་འཇུག་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་། དེ་ནས་ས་བདུན་  
པའི་བར་དུ་དགོ་བའི་རྩ་བ་གོང་ནས་གོང་དུ་ཡུན་རིང་པོར་འཕེལ་བས་སེམས་ཅན་ཡོངས་སྤྱོད་སྦྱོན་པ་ཡང་དག་པར་  
འགྲུབ་པ་དང་། ས་བརྒྱད་པ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་སེམས་ལས་སྤངས་ཞིང་ཁ་སྤྱིར་བཏུས་སྟོལ་རྣམ་  
ཤེས་གནས་གྲུར་པས་ཞིང་ཡོངས་སྤྱོད་དག་པ་ཡོངས་སྤྱོད་འགྲུབ་པ་དང་། སྤྱི་ཞི་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་ཏེ་ཁ་ནང་  
བཏུས་ཉོན་མོངས་པའི་ཡིད་གནས་གྲུར་པས་འཁོར་འདས་གཉེས་གྱི་མཐའ་ལ་མི་གནས་པའི་སྤངས་འདས་གྱི་དོན་  
མཛོད་བས་སངས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱིར་མི་སྟོག་པའི་ས་ལ་ལྷུང་སྦོན་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་དང་། སྤྱི་བ་གཉེས་  
བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་ཡོངས་སྤྱོད་ཟད་པས་སྤྱི་བ་མེད་པས་བྱང་རྒྱུན་མཚོག་སངས་རྒྱལ་གྱིས་ཡང་དག་པར་  
འགྲུབ་པ་ཉིད་དང་། ལྷན་མེད་པ་བྱང་རྒྱུན་ཆེན་པོ་སྦྱོར་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་དེ་ཡི་རྒྱལ་ནས་ཡང་རྒྱུན་མི་གཙོད་པ་  
བྱང་རྒྱུན་ལྷན་ལྷན་པ་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པ་ཉིད་དེ། དེ་ལྟར་མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུའི་བར་དུ་འགྲུབ་རྒྱལ་ལེགས་  
པར་བསྟན་པ་ཡིན་རོ། །



# ཡུལ་གྱི་ཤོན།

བཞི་པ་མཇུག་གི་དོན་ལ་གཞུང་འདི་རྟོགས་དཀའ་ཞིང་ཡོན་ཏན་ཆེ་བར་བསྟན་པ་དང་། གཞུང་དེའི་མཛད་བྱང་དང་  
འབྱུང་བྱང་སློབ་པའོ། །དང་པོ་ ། གཞུང་འདི་རྟོགས་དཀའ་ཞིང་ཡོན་ཏན་ཆེ་བར་བསྟན་པ་ ། དབུས་རྣམ་འབྱེད་པའི་  
སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། །

- དབུས་རྣམ་འབྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཏེ། །
- རྟོགས་པར་དཀའ་དང་སྤྱིང་པོའི་དོན། །
- དོན་ཆེན་དེ་བཞིན་ཀུན་གྱི་དོན། །
- དོན་མེད་ཐམས་ཅད་སེལ་བའོ། །

བསྟན་བཅོས་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས། ཐེག་པ་སྐྱོན་མེད་པའི་ལེའུར་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་  
བ་སྟེ་ལྷ་པའོ། །

དེ་ལྟར་ན་འདི་ནི་དབུས་རྣམ་འབྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཏེ་དབུ་མའི་ལམ་རབ་ཏུ་སྟོན་པའི་སྤྱིར་ལོ། །འདི་ནི་རྟོག་གའི་སྤྱོད་ཡུལ་  
མ་ཡིན་པས་རྟོགས་པར་དཀའ་བ་དང་པས་ཀྱི་རྟོག་པ་དག་གིས་མི་ཤེས་པས་སྤྱིང་པོའི་དོན་དང་། །བདག་དང་གཞན་གྱི་དོན་  
བསྐྱབས་པས་དོན་ཆེན་དང་དེ་བཞིན་དུ་ཐེག་པ་གསུམ་ཆར་གྱི་ལམ་སྟོན་པས་ཀུན་གྱི་དོན་བསྐྱབས་པ་དང་། །དོན་མེད་པ་ཉོན་

མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་སྤྱི་བ་པ་ཐམས་ཅད་སེལ་བའོ། །ཐེག་པ་སྐྱོན་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་བསྐྱབས་པའི་དོན་ནི་གསུམ་སྟེ། སྐྱབ་པ་དང་།  
བསྐྱབ་པའི་གཞི་དང་། བསྐྱབས་པའི་འབྲས་བུའོ། །སྐྱབ་པ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོར་ཇི་ལྟར་ཆོས་རྣམས་རབ་ཏུ་གཞུག་པ་དང་། ཞེས་  
པ་ལ་སོགས་པས་སོ། །དེའང་ཞིག་ནས་བསྟོམ་པ་ལ་གཡེང་བ་མེད་པ་དང་། ལྷག་མཐོང་བསྟོམ་པ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་གྱུར་  
པའོ། །གང་གི་དོན་དུ་ཞེན། དབུ་མའི་ལམ་གྱིས་ངེས་པར་འབྱུང་བར་བྱ་བའི་དོན་དུའོ། །གང་དུ་ཞེན། །ས་བཅུ་དག་སྟེ་ཁྱད་པར་  
ཅན་དང་ཁྱད་པར་མེད་པའོ་ཞེས་བྱའོ། །སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་རྣམས་ཀྱང་ཡི་གེ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་ཞིག་ནས་ཀྱི་མཚན་མ་རབ་ཏུ་  
རྟོགས་པ་དང་། དོན་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་ལྷག་མཐོང་གི་མཚན་མ་རབ་ཏུ་རྟོགས་པ་དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་  
སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་གི་གཞི་ཡོངས་སུ་སྟོང་བ་དང་། མི་འཕྲོ་བ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་དེའི་མཚན་མ་ལེགས་པར་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་  
དང་། རང་གི་མཚན་ཉིད་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་དེའི་གཉེན་པོ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ལམ་བསྟོམ་པ་དང་། སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་ལ་སྤྱིན་ཅི་  
མ་ལོག་པས་རྣམ་པར་བྱང་བའི་རང་བཞིན་དུ་རབ་ཏུ་རྟོགས་པ་དང་། མ་དག་པ་དང་དག་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་  
དེའི་སྤྱི་བ་པ་མ་སྤངས་པ་དང་སྤངས་པ་རབ་ཏུ་ཤེས་པ་དང་། དེའི་སྟོང་བྱུང་བྱུང་བ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་  
དང་རྣམ་པར་བྱང་བ་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟར་བཞིན་རབ་ཏུ་ཤེས་པ་དང་། མི་སྐྱབ་པ་དང་ཁེངས་པ་མེད་པ་ལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་སྤྱི་བ་  
པ་མེད་པར་ངེས་པར་འབྱུང་བའོ། །བསྟན་བཅོས་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས་ཐེག་པ་སྐྱོན་མེད་པའི་ལེའུར་བཅད་པ་  
ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་ལྷ་པའོ། །

མཐའ་དང་བྲལ་བའི་དབུས་གང་ཡིན་པ་དབུ་མའི་ལམ་སྟོན་པས་ན། དབུས་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་སམ།  
དབུས་དང་མཐའ་མ་འདྲེས་པ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཞེས་བྱ་སྟེ། འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་ཟབ་པས་རྟོག་གའི་སྟོས་  
རྟོགས་པར་དཀའ་བ་དང་། པས་ཀྱི་རྟོག་པས་མི་ཤེས་པའི་སྤྱིང་པོའི་དོན་ནམ། ཐེག་པ་མཐའ་དག་གི་སྤྱིང་པོའི་དོན་  
དུ་གྱུར་པ་དང་། རང་དང་གཞན་གྱི་དོན་ཆེན་པོ་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུ་སྐྱོན་མེད་པ་ཐོབ་པ་དང་།

ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་རིགས་ཅན་མཐའ་དག་པ་ཀུན་གྱི་དོན་དུ་གྱུར་པ་དང་། དོན་མེད་པ་མ་ཉོགས་ལོག་ཉོག་ཐེ་ཚོམ་གྱི་  
བྱི་མ་དང་། ཉོན་ཤེས་ཀྱི་སྐྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་སེལ་བ་སྟེ་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱུང་པར་ལྷན་པའི་ཕྱིར་མཚོག་གི་བསྟན་  
བཅོས་སུ་གྱུར་པ་ཉིད་དོ། །བསྟན་བཅོས་དབུས་མཐའ་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་ཐེག་པ་སྐྱ་ན་མེད་པའི་ལེའུའི་འབྲེལ་པའི་སྐབས་  
སོ། །

གཉིས་པ་མཛད་བྱང་ནི། །

བསྟན་བཅོས་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཚོག་ལེའུར་བྱས་པ་འཕགས་པ་བྱམས་  
པས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ། །

རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་རྩོ་ན་མི་ཏུ་དང་། ལྷོ་ལོན་བོ་རྩོ་དང་། ལྷ་ཚེན་ལོ་རྩོ་བ་བན་རྩེ་ཡེ་ཤེས་སྟེས་  
བསྟར་ཅིང་ལྷ་ཉེ་གཏན་ལ་ཕབ་པའོ། །

བསྟན་བཅོས་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཚོག་ལེའུར་བྱས་པ་འཕགས་པ་བྱམས་པས་མཛད་པ་རྫོགས་  
སོ། །རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་རྩོ་ན་མི་ཏུ་སྟེ་རྒྱལ་བའི་བཤེས་གཉིན་དང་། ལྷོ་ལོན་བོ་རྩོ་སྟེ་ཁྲིམས་འབྲུང་དབང་པོ་དང་། ལྷ་ཚེན་ལོ་རྩོ་  
བ་བརྩེ་ཞང་སྐྱ་ན་མ་ཡེ་ཤེས་སྟེས་བསྟར་ཅིང་ལྷ་ཉེ་གཏན་ལ་ཕབ་པའོ། །

བསྟན་བཅོས་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཚོག་ལེའུར་བྱས་པ་འཕགས་པ་བྱམས་པས་མཛད་པ་  
རྫོགས་སོ། །ཞེས་དང་། འགྲུར་བྱང་ནི། རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་རྩོ་ན་མི་ཏུ་དང་། ལྷོ་ལོན་བོ་རྩོ་དང་། ལྷ་ཚེན་ལོ་རྩོ་བརྩེ་  
ཡེ་ཤེས་སྟེས་བསྟར་ཅིང་ལྷ་ཉེ་གཏན་ལ་ཕབ་པའོ། །ཞེས་སོ།

སྐར་ཡང་སྐྱུས་པ།

མཚན་འདི་ཡང་སྟོན་བྱོན་སྐྱུལ་པའི་ལོ་པཎ་རྣམས་ཀྱི་གསུང་རབ་བྱི་མ་མེད་པ་དག་ལས། སྟོབ་དཔོན་སངས་རྒྱལ་གཉིས་པ་དབྱིག་  
གཉིན་གྱི་འབྲེལ་པ་ལྷར་གཞན་མན་སྤང་བས་བྱིས་པ་དགོ་ལེགས་སུ་གྱུར་ཅིག།

ལྷ་མཐར་འཛོན་ལྷ་བ་ངན་པའི་གཡང་ས་ལས། །བདེ་བར་སྟོལ་བྱེད་ཡང་དག་དབུ་མའི་ལམ། །རིགས་ཅན་གསུམ་གྱི་  
གང་ཟག་འཇུག་པའི་སྟོ། །རྒྱལ་ཚབ་སེམས་དཔའ་མཚོག་དེས་ལེགས་པར་བསྟན། །སྐྱ་ཚོགས་ཚོས་ཀྱི་སྤང་པའི་རིན་  
ཚེན་གཏེར། །གང་དུ་རྒྱུད་པ་རྒྱ་ཚེའི་ཚོས་ཀྱི་མཛོད། །གསལ་བར་སྟོན་པ་ལེགས་ལའད་འོད་སྤང་འདིས། །འགྲོ་ཀུན་  
ཚོས་ཀྱི་འབྲུང་པས་ཚིམ་བྱེད་ཤོག། །ཚོས་སྟེ་འདིས་མཚོན་འཛོམ་གྱིང་ཐ་གྲུ་ཀུན། །ཡང་དག་ཚོས་ཀྱི་སྤང་བས་བྱུང་  
གྱུར་ཏེ། །འཕགས་སྐབ་བསྐྱེད་དགའ་ཚལ་རབ་རྒྱས་ཤིང་། །མི་ཉམས་སྲིད་མཐའི་བར་དུ་གནས་གྱུར་ཅིག། །བདག་གྲང་  
རྫོགས་སྟོན་སྤངས་པ་མཐར་སྟེན་ཅིང་། །མཁའ་བྱུང་ཡིད་ཅན་ཐེག་པ་མཚོག་ལ་འགོད། །བསྟན་དང་འགྲོ་བའི་དཔལ་  
ཡོན་གོང་དུ་འཕེལ། །འགྲོ་ཀུན་བྱང་རྒྱལ་མཚོག་གི་གནས་ཐོབ་ཤོག། །

ཅེས་པ་འདི་ནི་མཁས་བཙུན་བཟང་པོའི་རྣམ་ཐར་མཚུངས་པ་མེད་པའི་སྟོལ་གནས་ཤིང་སྐྱ་ཚོ་བྱིལ་པོར་  
སྐྱུལ་པའི་རྒྱལ་མཚན་ཚེན་པོ་ལེགས་པར་བཙུགས་པའི་རྣམ་ཐར་གྱིས་ས་གསུམ་མངོན་པར་དགའ་བའི་དཔལ་  
སྟོར་བ་ཀུ་ཐོག་པ་ལུམ་ལ་སྐྱུལ་པའི་སྐྱ་པར་དགོན་མཚོག་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན་དཔལ་བཟང་པོའི་ཞལ་སྟེ་ནས་  
བཀྲ་ཤིས་པའི་སྐྱ་རིག་དང་། རིན་ཚེན་གཉིས་པའི་སྐྱེས་དང་བཅས་བཀའ་ཡིས་བསྐྱུལ་མ་གནང་བ་སྟེ་ལ་འཚང་  
ནའང་། རེ་ཞིག་དེ་གར་ལུས་པ། སྤང་ནས་ཀུ་ཐོག་པ་སི་ཏུ་སྐྱུལ་པའི་སྐྱ་རིན་པོ་ཚེར་བྱམས་ཚོས་སྟོར་སྐྱུལ་བའི་  
སྐབས་ཤོག་སྐྱུག་སོགས་མཐུན་པའི་རྒྱུན་སྐྱུར་བ་ལས། མདོ་ཁམས་འདི་ན་འགྲན་ཟླ་དང་བུལ་བའི་གདན་ས་ཚེན་  
པོ་འཕགས་ཡུལ་མ་ག་རྩ་གཉིས་པར་བྲགས་པ་ཀུ་ཐོག་རྩོ་གདན་གྱི་ཚོས་བྱ་ཚེན་པོར་མི་ཕམ་རྣམ་པར་རྒྱལ་



བས་རབ་ཚེས་རྒྱལ་བ་ཤིང་རྟ་ལེའི་ཁྲུམས་སྟོང་ཟླ་བའི་ཚེས་ཉེར་གསུམ་ལ་དབུ་བརྩམ་སྟེ་བཤད་པ་བྱེད་པའི་ཐུན་  
གསེང་རྣམས་སུ་ཅུང་ཟད་རེ་བྱིས་ཤིང་། ཟླ་བ་དེའི་སྤི་མའི་ཚེས་ལྷ་གཟའ་སྐར་དགེ་བའི་སྤུ་ཆར་གྲུབ་པར་བགྱིས་  
པ་འདིས། སྐྱལ་བ་པོ་སོགས་བདག་གི་སྒྲ་མ་ཞི་བར་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དང་།  
མ་འོངས་པའི་གང་ཟག་རྣམས་ལ་ཚེས་ཀྱི་མིག་ཡོངས་སུ་འབྱེད་པ་དང་། མཁའ་ཁྲབ་ཀྱི་སྐྱེ་རྒྱ་རྣམས་ལ་གནས་  
སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་དོན་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་དགེ་ལེགས་ཀྱི་དཔལ་དམ་པ་སྦྱིན་པར་གྱུར་ཅིག །སངས་མཚན་  
ལོ།།

༥ ཉ་མ་ལྷན་མེ་རི་ཡ། །བསྐྱལ་བཟང་རྣམ་འདྲིན་ལྷ་པ་བྱམས་པའི་མཚན། །གསུང་རབ་སྤེ་ལྷའི་ནང་ཚན་ཐེག་  
ཚན་པོ། །ཟབ་རྒྱས་དོན་སྟོན་དབུས་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད། །མཚན་ཉིད་སྤྱི་བ་པ་དེ་མཉམ་གྲུ་མེད་ལ། །རྟེན་འབྱུང་  
གཞན་དབང་ཀུན་བཏགས་ཀྱིས་སྟོང་པའི། །ཡོངས་གྲུབ་དབུ་མའི་ལམ་མཚོག་སྟོན་པའི་གཞུང་། །མི་ཤམ་མཁས་  
པའི་དབང་པོས་ལེགས་བཀའ་བའི། །འགྲོལ་ཆེན་ཉིན་བྱེད་སྒྲུང་བ་འཆར་འདི་མྱད། །གཞུང་འདི་སྤར་བསྐྱུན་རྣམ་  
དཀར་དགེ་བའི་མཐུས། །ཐུབ་བསྟན་མདོ་སྤྲུགས་རིགས་ལམ་ཡན་ལག་བཅས། །བཤད་སྐྱབ་ཤིན་ལས་མི་རྣམ་  
བྱམས་བསྟན་བར། །འཕེལ་བའི་རྒྱར་བསྟོད་བཞིན་འབྲུབ་གྱུར་ཅིག །ཅེས་པ་ཀུན་མཁྱེན་མི་ཤམ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་  
རབ་རྣམས་སྒྲ་མ་ཞིང་སྟོང་གིས་སྤར་གྱི་འདུ་བྱེད་བགྱི་སྐབས་དགེ་རྟེན་བྱམས་པ་འདས་པའི་དངོས་རྗེས་དགེ་  
སྟོགས་སུ་བཏང་དུས་སྤར་གྱི་ཡོན་ཇི་བབས་སུལ་ཏེ་དཔལ་ལྷན་ལྷན་གྲུབ་སྟེང་དུ་རབ་རྒྱལ་སྤྲུགས་རྟ་ཟླ་དུས་ཚེས་  
དགེ་བའི་ཆར་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་བགྱིས་པ་དགེ་ལེགས་འཕེལ། །སངས་མཚན་ལོ།། །།

