

བྲ་སྟེ་འི་ཁྱུ་མ་རྟག་ས་འབྲེལ་ལ་ལ་སོགས།



བྲ་སྟེ་རིན་ཆེན་དོན་གྲུབ། དབྱུངས་ཅན་དགའ་བའི་སྒོ་ཤོས།

མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོ་འི་ཚྭ་སྟོན་ལྟེ་མཛུགས།

၅၂၆၀---၅၃၃၂

མེད་བྱེས་རིག་མཛོད་དེ་བ་ཆེན་པོ་ལྟེ་ཡང་།

SJRB-0296

༡༩༩༠ལོར་མཚོ་མོན་རྩ་བ་སྒྲིགས་པའི་པར་གཞི་རྒྱ་ར་བ་སྒྲིགས།
མེད་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་གིས་འཕུལ་དེ་བ་རྩ་བ་སྒྲིགས།
མེད་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འབྲེམས་སྤེལ་བྱས།
༢༠༡༧ ལོའི་ཟླ་བ་རུ་པར་ཚོམ་སྒྲིག་བྱས།
༢༠༢༢ ཟླ་བ་རུ་པར་བསྐྱར་སྒྲིག་བྱས།

མེད་བྱེས་རིག་མཛོད་བྱ་བྱང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ཡིག་འབྲེལ་བྱ་བྱང་།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

པར་སྐྱུན་གྱི་བདག་དབང་མེད་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོར་ཡོད།

དཀར་ཆག

མཛད་པ་པོ་དོ་སྟོན།	vi
པ་སྟོ་རིན་ཆེན་དོན་འགྲུབ།	vi
དབྱངས་ཅན་དགའ་བའི་སྟོ་སྟོས།	ix
ཞུ་སྟོག་པའི་གསལ་བཤད།	xi
ལུ་མ་ཅུ་པའི་རྣམ་བཤད་ཀྱན་བཟང་དགོངས་རྒྱ།	༡
མཛན་དོན་དང་འགྱུར་ཕྱག་	༢
མཛད་བཟོད།	༥
ཚུ་པར་དམ་བཅའ་བ།	༡༩
ཡི་གེའི་སྟུང་བའི་གཞི་ཡི་གེའི་རྣམ་བཞག་	༡༦
རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་དང་འབྲེལ་ནས་སྤྲོ་བསྟུ་བཤད་པ།	༢༩
ལ་དོན་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་སོགས་བཤད་པ།	༣༢
རྣམ་དབྱེ་དྲུག་པ་བཤད་པ།	༣༧
རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བཤད་པ།	༤༡
རྒྱ་སྟུང་བཤད་པ།	༤༩
ལྷག་བཅས་ཀྱི་སྟོ་བཤད་པ།	༥༦

འབྲེད་མུད་ཀྱི་སྐྱ་བསྟན་པ།	༤༩
ནམ་དབྱེ་ལྷ་པ་སོགས་འཆད་པ།	༥༠
ནམ་དབྱེ་བརྒྱད་པ་བོད་པའི་སྐྱ་འཆད་པ།	༥༣
ནི་སྐྱ་བཤད་པ།	༥༤
དང་སྐྱ་བཤད་པ།	༥༦
སྦྱིའི་སྐྱ་བཤད་པ།	༥༧
བདག་པོའི་སྐྱ་བཤད་པ།	༦༡
དགག་སྐྱ་བཤད་པ།	༦༣
དེ་སྐྱ་བཤད་པ།	༦༥
ཆོགས་བཅད་འགྲོལ་བའི་མན་ངག་བཤད་པ།	༧༥
རྗེས་འཇུག་གི་སྦྱོར་བ་ལ་བསྐྱབ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་སོགས།	༧༦
རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པའི་དགོངས་འགྲེལ་གསལ་བར་བཤད་པ།	༩༩
རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པའི་དགོངས་འགྲེལ་རབ་གསལ་སྣང་བ།	༡༠༦
མིང་གཞིའི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ།	༡༠༧
སྟོན་འཇུག་གི་རྟགས་དང་དེའི་འཇུག་པ་བཤད་པ།	༡༠༩
རྗེས་འཇུག་གི་རྟགས་དང་དེའི་འཇུག་པ་བཤད་པ།	༡༡༧
པར་བྱང་སྟོན་ཆོག	༡༤༤

མཛད་པ་པོ་རྒྱུད།

པ་སྟེ་རིན་ཆེན་དོན་འབྲུག།

པ་སྟེ་རིན་ཆེན་དོན་འབྲུག་ནི། དུས་རབས་བཅུ་བདུན་པའི་སྤྲད་ཅམ་ལ་དཔའ་རིས་
ཡུལ་དུ་སྐྱེ་འབྱུངས། གཞོན་དུས་ནས་སེར་གྲེས་བྱ་ཆང་དུ་ཆོས་ཞུགས་གནང་
ཞིང་གཞུང་ཆེན་ལ་སློབ་གཉེར་དབྱིས་ཕྱིན་པར་མཛད་དེ་དགོ་བཤེས་ཀྱི་མཆན་
རྟགས་བཞེས།

ཞོགས་དོན་ཡོད་མཁས་གྲུབ་དང་། རྒྱལ་བ་བདུན་པ་མཆོག་། བྱུང་སྟོན་དག་
དབང་བྱམས་པ། སྐུ་ཁང་དགོ་ལེགས་རྒྱ་མཚོ། སེར་བརྟེན་མཛོ་མོ་མཁར་བ་
སོགས་བཤེས་གཉེན་མང་དུ་བསྟེན་ནས་མདོ་སྔགས་ཀྱི་ཐབ་ཆོས་གང་མང་ལ་གསན་
བསམ་གནང་ཞིང་། ཁོང་གིས་ཞོགས་དོན་ཡོད་མཁས་གྲུབ་ལ་ལྷ་བའི་སྐོར་གྱི་དེ་
བ་གནང་བའི་དེས་ལན་དམ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་གསུང་འབུམ་དུ་བཞུགས། སློབ་གཉེར་གྱི་
སྐབས་སྟེ། ཆོས་མིན་གྱི་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་ཁམས་ཆན་གྱི་ཐེམ་པའི་བྱི་རུ་མི་འབྱོན་པའི་
ཐུགས་དམ་བཅས་ཏེ་དཔེ་གཟེགས་གནང་བར་ཡང་བྲགས།

གཞན་བྱུང་སྟོན་བྱམས་པ་རིན་པོ་ཆེ་ལས་འཇམ་དབྱངས་དཀར་པོའི་སྐུ་བ་
ཐབས་ཀྱི་མན་ངག་ཞུས་ཏེ་བྲག་ཡེར་བར་བསྐབས་པས། འཇམ་དབྱངས་དཀར་པོའི་

ཞལ་གཟིགས་བྱང་བས་པ་ཉི་འཇམ་དབྱངས་དཀར་པོ་ཞེས་ཀྱང་གྲགས་པར་བཤད།

ཡང་སྐབས་དེར། སེར་བྱེས་བྲམ་ཆང་གི་མཁས་པའི་ཁྱོད་དུ། གནས་སྤྱོད་བས་གང་ཟག་རང་རྒྱ་བྱུང་བའི་རྒྱུ་ཡོད་ཀྱི་བདག་གིས་སྤོང་བ་ཁས་ལེན་མི་ལེན་གྱི་ཚོད་པ་ཞིག་བྱང་བར། རྗེ་དག་དབང་བྱམས་པ་དང་པ་ཉི་རིན་པོ་ཆེ་རྣམས་པ་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་ཚུལ་ཅུང་ཟད་མ་མཐུན་པ་བྱུང་བྱེད། སྐབས་དེར་ལྷང་སྤྱོད་ལོ་བའི་དོ་རྗེ་ལ་ཞུས་པས། ལྷང་སྤྱོད་ལོ་བའི་དོ་རྗེ་སྤོང་རྣམས་པ་གཉིས་ལ་ཁ་སྤྱད་དེར་ལན་མ་གནང་བར། ཁོང་རྒྱ་ནག་ཏུ་ཕེབས་ནས་དཔེ་སྟོན་བརྒྱུ་སྤྱོད་ལན་གནང་ཆོག་ཅེས་བཀའ་གནང་སྟེ། དེས་སྤྱོད་རྒྱ་ནག་ལྷང་སྤྱོད་ལོ་བའི་ཆེས་ཀྱི་བྲམ་མཐའ་བྲམ་བསྟན་ལྟན་པོའི་མཛེས་རྒྱལ། ་བཅུ་མས་ཉི་ལན་གནང་བར་བཤད་ལ། བསྟན་བཅོས་དེར་པ་ཉི་རིན་ཆེན་དོན་གྲུབ་ཀྱི་དགོངས་ཚུལ་དང་མཐུན་པར་གསུངས་པ་དང་། རྗེ་དག་དབང་བྱམས་པས་ཐད་ཀར་ལྷང་སྤྱོད་ལོ་བའི་དགག་པ་གནང་བར་སྐབས་མ་བདེ་བར། ཀྱི་ལྷ་བ་དཀར་བཏགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞིའི་ནང་གི་བདག་མེད་པའི་དོན་གཏན་ལ་འབེབས་པ་ཡིད་ཀྱི་གདུང་སེལ། ་ཞེས་པ་དེ་བཅུ་མས་པར་ཡང་གྲགས།

ཁོང་གི་གསུང་ཚོམ་ལ། ལྷང་དོར་རྣམས་པར་བྱེ་བའི་གཏམ་ཀུན་བཟང་ལམ་སྟོལ་ཞེས་པ་དང་། ཉིང་འཇིན་སྤྱོད་ཐབས་ཉིང་འཇིན་རྒྱུ་ཀྱི་སྤང་བ། བྱང་ཚུབ་ལམ་རིམ་གྱི་ཉམས་ཁྱིད་བྱང་ཚུབ་རྒྱུ་སྤང་། བྱ་དཀར་བའི་སྤྱོད་ཆོག་དབྱངས་ཅན་དག་གི་རོལ་མཆོ། བྱང་འཇམ་གྱི་ཐེན་ཐེས། བསྟན་འབར་མའི་ཆོག་དོན་གསལ་བར་བྱེད་པའི་རྣམ་བཤད་ཐེག་མཆོག་རྒྱུ་ཀྱི་སྤང་བ། བོད་ཀྱི་བཤའི་བསྟན་བཅོས་སྤྱོད་ལྷང་སྤྱོད་ལོ་བའི་འབྲེལ་པ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་དགོངས་རྒྱལ། ཏགས་འཇུག་བཤད་སྤྱོད་ཆོགས་བཅད་ལ། དག་

ཡིག་སྐྱ་བའི་སྟོན་མེ། སྤྱི་ངོ་རོ་འབྲེན་ཚུལ་མཛད་བྱུང་དོན་གྱི་བདུན་ཅིའི་རོ་འཛིན་
བཅས་པོད་གཅིག་བཞུགས་སོ། །

མཆན་བྱར་གྱི་ཡི་གེ་ལ་འབྲི་ཚུལ་མི་མཐུན་པ་ཁ་ཤས་ཡོད་པ། བ་ཉི། བ་སྟེ།
བ་ཉི་སོགས་དང་། རིན་ཆེན་དོན་འགྲུབ་དང་། རིན་ཆེན་དོན་གྲུབ། མཆན་བྱར་བྱི་
མའི་དོན་འགྲུབ་དང་དོན་གྲུབ་གཉིས་ནི་ཁ་ཤས་ཀྱིས་སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་བྲིམ་ན་
བཞུགས་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་མཆན་རྒྱལ་བྱ་དོན་གྲུབ་ཅེས་པ་དང་འབྲེལ་ཉེ་དེ་
གཉིས་གཤམ་ང་ཡིན་པར་བཤད་ན་ཡང་། སྟོན་པའི་མཆན་ལ་ངེས་པར་དུ་དོན་གྲུབ་
ཅེས་འབྲི་དགོས་པ་ནི་མཆན་དེའི་བྱུང་རིམ་ལས་གསལ་བོར་ཤེས་ཐུབ།

དེ་ཡང་རྒྱལ་བྱ་འབྲུངས་པས་དོན་ཐམས་ཅད་གྲུབ་པས་ན་ཡབ་ཟས་གཙང་མ་
ཐུགས་མཉེས་ཉེ་དོན་གྲུབ་ཅེས་བཏགས་པ་ཡིན།

བ་ཉིའི་མཆན་བྱར་དེ་ནི་སྤྱིར་བཏང་ང་ཆོས་མིང་འདོགས་སྟངས་ལྟར་སྟོན་འདུན་
ཞིག་དང་འབྲེལ་བ་ཤུགས་ཆེ་བས་དོན་འགྲུབ་ཅེས་པ་བདེ་ལ། མཆན་བྱར་དང་པོ་དེ་
ཡང་མཁས་པའི་དབང་པོ་དཔྱད་གཞི་བསམ་གཏན་མཆོག་གིས་མཛད་པའི་བོད་ཀྱི་ལོ་
རྒྱུས་སུ་གསལ་བ་ལྟར་བ་ཉི་འམ་བ་སྟེ་ཞེས་པར་ཁུངས་འདུག་སྟུང་སོ། །

ཁོང་གི་འབྲུངས་འདས་ཀྱི་ལོ་ཆིགས་སོགས་ལོ་རྒྱུས་ནམས་སུ་ཁ་གསལ་མེད་
ཀྱན་འདི་ཅམ་ལས་འགོད་ཐབས་མ་བྱུང་།

དབྱངས་ཅན་དགའ་བའི་སྒོ་བྲོས།

ཨ་ཀྲུ་ཡོངས་འཛིན་སྒོ་བཟང་དོན་གྲུབ་བཅ་དབྱངས་ཅན་དགའ་བའི་སྒོ་བྲོས་ནི། བྱི་ལོ་
༡༧༩༠ ལོར་མདོ་ཁམས་སྤང་གི་ཕྱག་རྟོ་ཐང་གི་ཨ་ཀྲུ་སྡེ་པར་སྐུ་འཁྱུངས། དགྲུང་ལོ་
བདུན་པར་རབ་ཏུ་བྱུང་སྡེ་མཆན་ལ་སྒོ་བཟང་དོན་གྲུབ་གསོལ།

དགྲུང་ལོ་བཙུང་སྐབས་བྱ་ཁྱུང་དགོན་དུ་ཆོས་ལུགས་མཛད་ཅིང་། ཤིང་
བཟང་སྒོ་བཟང་དར་རྒྱས་རྒྱ་མཆོ་སྒོ་བ་དཔོན་དུ་བསྐྱེན་ནས་མདོ་སྤྲལས་གི་བཀའ་
ཆོས་མང་དུ་གསན། དགྲུང་ལོ་ཉིར་བདུན་སྐབས་དབྱུངས་སུ་ཐེབས་ཏེ་གཞུང་ཆེན་ལ་
སྒོ་བ་གཉིར་གནང་།

དགྲུང་ལོ་ཉིར་བརྒྱད་སྐབས་པཎ་ཆེན་དཔལ་ལྷན་ལེ་ཤེས་གི་བྱུང་དུ་བསྐྱེན་
པར་རྫོགས། དགྲུང་ལོ་སོ་གཉིས་པར་གྲུ་སྒོར་མཛད། སྤྱི་ལོ་བ་ལེགས་པར་སྦྱངས་
པས་ཀུན་བཤད་གི་མིང་ལ་དབྱངས་ཅན་དགའ་བའི་སྒོ་བྲོས་སུ་འབོད། འབྲུ་གཅིག་ལ་
དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐུའི་སྡེ་མཆེད་ལེགས་པ་དོད་པ་བཞེངས་པ་སོགས་བཟོའི་
གནས་ཀྱང་མཁས་པར་མཐུན། ཀུན་མཐུན་འཛིགས་མེད་དབང་པོ་དང་མུའུ་བཀུན་
ཆོས་གི་ཉི་མ་སོགས་ལས་ཀྱང་མདོ་སྤྲལས་གི་ཐབ་ཆོས་མང་པོ་གསན།

དགྲུང་ལོ་བཞི་བརྒྱུ་པར་མགྱུར་རྣམ་རྒྱལ་སྤིང་གི་ཁྲིར་ཐེབས། རྫོང་ནང་དགོན་
པ་དང་། སྤོན་པ་གྲུ་ཆང་། དུས་འཁོར་གྲུ་ཆང་སོགས་ཕྱག་བཏབ། དགྲུང་ལོ་བྲུག་ཏུ་རེ་
བཞི་པར་བྱ་ཁྱུང་དགོན་གི་ཁྲིར་ཐེབས།

རྗེ་ཡབ་སྐུ་གསུམ་གྱི་གསུང་འབྲུམ་གིང་བར་དུ་འགོད་སྐབས་མཁས་དབང་
འདིས་ཁྱིམ་དག་ལེགས་པར་མཛད་པ་དང་། སྐུ་འབྲུམ་གསོ་རིག་དར་རྒྱས་སྤིང་གི་
གདན་ཁྲིར་ཡང་ཐེབས། ཨ་ཁྲུ་ཞབས་དྲུང་སློབ་ཐབས་དག་དབང་བསྟན་འཛིན་ལ་རབ་
བྱུང་དག་ཚུལ་གྱི་སྒྲུལ་བ་སྦྱུལ།

སྐུ་འབྲུམ་གླ་མ་ཨ་ཁྲུ་ཡེ་ཤེས་བསྐྱལ་བཟང་མཁས་གྲུབ་རྒྱ་མཚོའི་ཡོངས་འཛིན་
མཛད་པས་ཡོངས་གྲགས་སུ་ཨ་ཁྲུ་ཡོངས་འཛིན་ཞེས་གསོལ། སྐུ་ཆེ་གང་བོར་དམ་
ཆོས་འཆད་ཉན་མཛད་ནས་དུས་མདའ་བར་གནང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༥ ལོར་སྐུ་གཤེགས།
ཁོང་གི་གསུང་ཚིམ་ལ་ཆོས་ཆོན་ལྷ་བརྒྱ་ཐམས་པ་དང་པོད་འབྲིང་གཉིས་ཙམ་བཞུགས།

སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚིམ་སྤྲིག་པས་ཕྱོགས་བརྒྱས་བྱས།

༢༠༡༥།༡༠༩༩ ལ།

ཉམས་ལེན་གྱི་ལུས་ལ་བཞག་།

རང་རེ་ཁ་བ་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་སུ། རྩོན་བྱོན་ཆོས་རྒྱལ་ལོ་བཤ་མཁས་པའི་དབང་
ལོ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་བློན་ལས། གསུང་རབ་ཀྱི་སྒྲེགས་བཅ་རི་བོའི་གཏོས་དང་མཉམ་
པ་ཡོད་ན་ཡང་། ཏུས་ཀྱི་འཕེལ་འགྲིབ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་མང་པོ་ཞིག་ཅ་བརྒྱག་ཏུ་
ཕྱིན་ཐོན་པ་དང་། གང་མང་ཞིག་མེད་བརྒྱག་ཏུ་འགྱུར་ཉན་ཡོད་པས་དེ་ཉིད་སྤང་སྦྱོབ་
དང་དར་སྤེལ་བྱེད་རྒྱ་ནི། མི་རིགས་འདི་ཉིད་ཀྱི་ཏུས་ལ་བབ་པའི་འོས་འགན་ཡིན།

དེ་ཡང་། གསུང་རབ་སྒྲེགས་བཅ་དེ་དག་ནི། རྒྱ་ལོར་དང་རྩལ་མུ། ལུངས་ཐག་
བཅས་ཀྱི་འགྲོ་སོང་བཏང་ཞིང་། ལྟ་སྒྲུ་གོལ་རྩལ་གྱིས་མི་ཆེ་ཐོས་བསམ་ལ་བསྐྱུལ་
བའི་མཁས་པ་རིམ་བྱོན་གྱིས་དབྱུང་ཞིབ་མཛད་ཅིང་། དབྱུང་འབྲས་ལག་ལེན་ལ་
བཀའ་བའི་ཉམས་སྤོང་དང་བྱུང་དོན་གྱི་ཐིན་ཐོ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་ན། མི་ལོ་སྤོང་ཐག་དུ་
མའི་ལོ་རྒྱུས་ལྡན་པའི་མི་རིགས་འདིའི་ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བཅུད་ཡིན་པ་དང་། གསུང་
རབ་སྒྲེགས་བཅ་དེ་དག་གི་བསྟན་དོན་སལ་མོ་ཆེ་ཞིག་ནི་དེང་གི་ཏུས་རབས་འདི་དང་
མ་འོངས་པར་ཤིན་ཏུ་མཁོ་ཆེ་ཞིང་། མིའི་རིགས་སྤྱིའི་ཤེས་རབ་དང་ཀུན་སྤྱོད་ལ་
ལམ་སྟོན་བྱེད་ཐུབ་པའི་འོད་སྤང་ལྟ་བུར་གྱུར་ཡོད།

དེ་བས་ན་ ལགོང་ས་ལསྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ཡང་ཡང་བཀའ་
གནང་བའི་དགོངས་དོན་བཞིན། གྲ་ཚང་རིན་པོ་ཆེ་ནས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་བླ་

ཆོགས་དང་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་གསར་འཛུགས་བྱས་ཏེ། བཀའ་བསྟན་གཉིས་ཀྱིས་མཆོན་
ཆོས་བརྒྱད་རིས་མེད་ཀྱི་མཁས་པའི་བཀའ་ཚོམ་སྒྲིག་ས་བཅས་དང་། བརྩམས་ཆོས་
གསར་རྒྱུད་གང་མང་ཞིག་ཞུ་སྒྲིག་འབྲེལ་སྤེལ་གྱི་ཞབས་ཞུའི་ལས་གཞི་འདི་གཉིས་
བ་ཡིན།

དུས་རབས་འདིར་ཆོན་ཆལ་ཤིན་ཏུ་དར་བ་དང་བསྟན་ནས། གློག་བདེ་བ་
དང་། སྤྱོད་བདེ་བ། གཞུང་ཆོག་འཚོལ་སླ་བ། འབྲེར་བདེ་བ་སོགས་སྟབས་བདེའི་
དབང་གིས་གློག་བ་པོ་རྣམས་འཕྲུལ་དེབ་ལ་དགའ་མོས་རྩེ་ཆར་འགྲོ་བཞིན་པར་
བརྟེན། དུས་རབས་ཀྱི་འགྱུར་བའི་ཁ་ཕྱོགས་ཀྱི་དགོས་མཁེ་དང་བསྟན་པའི་ཞུ་སྒྲིག་
གི་ལས་གཞི་འདི་ནི། མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ནོར་ལྟ་བུར་གྱུར་པའི་རང་རེའི་ཤེས་རིག་
འདི་ཉིད་འདིག་རྟེན་ན་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པ་དང་། འདིའི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་འཇུག་པ་ལ་
བརྟེན་ནས་མིའི་སྤྱི་ཆོགས་སུ་ཞི་བདེའི་དབལ་ཡོན་འབྲེན་པའི་ལས་ཀ་རྒྱ་བས་ཆེ་བ་
ཞིག་ཡིན་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་ཆོག་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུང་རབ་ཞུ་སྒྲིག་བྱེད་སྐབས་མ་ཕྱི་ཆད་ལྷན་ཞིག་གཞི་རྩར་བཟུང་ནས་ཞུ་
སྒྲིག་བྱེད་རྒྱར་འབད་བཅོན་བྱེད་འོས་ཤིང་། དེ་ཡང་སྡོན་གྱི་སློལ་ལ་གསུང་རབ་ཀྱི་
པར་ཤིང་རྒྱ་སྐབས་ཚོམ་པ་པོ་རང་ཉིད་དམ། ཡང་ན་གཞན་གྱིས་ཞུས་དག་ཆད་ལྷན་
བཏང་སྟེ་རྒྱ་སྐབས་ཤིང་པར་རྣམས་སྤྱིའི་ཆ་ནས་དག་པོར་བཅེ་ཆོག་པ་ཡིན། དེ་
བས་ན་འདི་ག་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་ནས་ཀྱང་མ་དཔེ་ཆད་ལྷན་འཚོལ་སླབ་ཀྱིས་ཡིག་འབྲུ་
གཅིག་ལ་འང་གང་བྱུང་དུ་བཟོ་བཅོས་མེད་པར་སོར་བཞག་བྱ་རྒྱ་རྩ་རྩོན་དུ་བཟུང་
ནས་མ་ཕྱི་རྩེ་མ་རྩེ་བཞིན་འཕྲུལ་དེབ་ཏུ་སྦྱར་བར་འབད་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། མ་ཕྱི་

ཆོད་ལྷན་ལག་སོན་མ་བྱུང་ན་འང་གང་ཐུབ་ཀྱིས་དག་སྟོང་བར་བཅོན་བཞིན་ཡོད།
གལ་ཏེ་མ་བྱི་རང་ལ་རྟོར་བ་མཛོན་གསལ་བྱུང་བ་དང་། དོགས་གནས་སུ་བྱུང་བ། ཡི་
གེ་ཆད་ལྷག་བྱུང་བ་སོགས་ལ་གཤམ་དུ་གསལ་བ་ཤད་ཀྱི་མཆན་བཀོད་ཡོད།

འབྲུལ་དེབ་འདིར་ཆད་ལྷག་རྟོར་བ་སོགས་བྱུང་བ་མཛོང་ན་ང་ཚོའི་ཡིག་འབྲེལ་
བྱང་serajeyrigzodchenmo@gmail.com འདིའི་བརྒྱུད་ནས་འབྲེལ་
བ་གནང་བའི་རེ་བསྐྱུལ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། འདི་ནས་འབྲེལ་མར་བསྐྱར་བཅོས་དང་ལེགས་
སྒྲིག་ཞུས་ཏེ་སྤུས་ཀ་རྩེ་ལེགས་སུ་གཏོང་རེས་ཡིན།

སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་ནས།

བྱི་ལོ། ༡༠༡༡ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༡༤ ལ།

༡༡། འོད་གྱི་བདེ་བ་སྟོན་བཙོས་སྤྲུལ་བྱ་བ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་རྣམ་

བཤད་ཀྱན་ཏུ་བཟང་མོའི་དགོངས་ལ་རབ་ཏུ་གསལ་བར་

བྱེད་པ་འི་རྒྱན་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

༡༡། ཨོྫ་སྤྱི་སྒྲིལ། བླ་མ་དང་སྤྱི་བའི་དབང་ཕྱུག་ལ་ཕྱུག་འཆའ་ལོ།

ཚེས་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་ལོ་ཤེས་རང་བཞིན་སྤྱི་དྲི་ལྟུང་སེལ་

མཁུན་པ་སྒྲིན་གྱི་སྤང་ཆོག་ས་སྒྲུ་ཆེན་ལྟར། །ཟབ་དང་སྒྲུ་ཆེའི་ལམ་

གྲི་རང་བཞིན་འགྲོ་ལ་ཉེར་མཆོན་རྣམ་ཀུན་གསུང་གི་འབྲུག་སྤྱ་ཐབ་མོ་

ཅན། །ཕ་མཐའ་བྲལ་བའི་སྒྲིང་རྗེའི་སྤྱང་ལྷགས་དྲག་པོས་བསྐྱོད་པའི་ཕན་

བདེ་ཟད་པ་མེད་པའི་ཆར་སྐྱེ་གྱིས། །མཐའ་དག་འགོ་བའི་ཀུན་བཟོད་

རབ་བརྒྱན་མ་ལུས་ལེགས་པའི་སྤྱ་གྲུ་སྒེལ་མཛད་བཅོམ་ལྡན་ལྷ་གུའི་

གཙོ་དེར་འདུད། །གང་གི་བསྟན་པ་ཉི་མའི་སྒྲུང་བ་ཆེ། །ཚོངས་པའི་སྒྲག་

ཆེན་གྱིས་བྱས་གངས་ཁྲོད་འདིར། །ལེགས་པར་འདྲན་པའི་སྡོན་མེད་ཤིང་།

ཏྲ་བ། །འཇམ་དབྱངས་ཐོན་མིར་དུས་ཀྱི་དང་བས་འདུད། །མཐའ་ཡས་

ཐུལ་བའི་མཁུན་བཅི་མཛད་པ་ཀུན། །གཅིག་ཏུ་སྦྱངས་པ་གཟུགས་ཅན་

བཞིན་གྱུར་པ། །ཡིད་འོང་མཆམས་སྒྲིན་གསར་བའི་སྒྲ་གོས་ཀྱིས། །རྣམ་

རོལ་བཅོང་ཁ་པ་དེར་སྤྲིང་ནས་འདུད། །གང་ཞིག་རྟོགས་ན་གསུང་རབ་
ཐམས་ཅད་ལ། །རབ་འབྲམས་ཤེས་རབ་སྤྲང་བ་ཀུན་སྦྲེར་ཞིང་། །མཐའ་
ཡས་མཁས་པ་དབྱེས་པའི་སྒོལ་བཟང་པོ། །གངས་ཅན་བདེ་སྤྲོད་ཀུན་གྱི་
སྤྱི་མོ་མཆོག་ །སུམ་རྟགས་ཆོག་འཕྲེང་བད་མའི་སྟོ་བ་རུ། །ཟབ་བཟླིང་
དགོངས་པའི་བྱི་བསུང་ལེགས་འབྲིལ་བ། །རབ་གསལ་རྣམ་བཤད་ཉི་ཟེར་
བྱེ་བ་བརྒྱས། །སྤྱི་བའི་རོ་མཆར་དགའ་སྟོན་འདིར་བྱིན་གྱི། །རྣམ་དཔྱོད་
དད་པའི་འདབ་གཤོག་གཤེངས་པ་ཅན། །དོན་གཉེར་འཕྱར་ལྷིང་ཅེ་དགའ་
སྤྲང་ལེན་པའི། །སྒྲལ་བཟང་རྐང་རྩྱག་ལྷན་རྣམས་རོལ་ཅིག་དང་། །གསུང་
རབ་སྤྲང་ཅིའི་དགའ་སྟོན་ཅི་ཡང་སྤྱོད། །ཚུལ་འདིར་སྟོན་ནས་མཁས་
པའི་ལེགས་བཤད་གྱི། །དགོངས་འབྲེལ་རྒྱས་བསྐྱུས་མཆན་སོགས་
མཐའ་ཡས་མོད། །དོན་ཀྱང་དམ་པའི་བཀའ་ནན་མ་བཟློག་ཅིང་། །རང་
ཡང་ཤེས་རབ་འཕེལ་བྱིར་འདི་བརྩམ་བྲ། །

དེ་ལ་འདིར་འཇམ་པའི་དབྱངས་གྱི་རྣམ་འཕྲུལ་ཐོན་མི་སྒྲོལ་ཞེས་
གྲགས་པ་གང་དེས། ཆོས་གྱི་རྒྱལ་པོ་སྤོང་བཅན་སྒྲམ་པའི་སྤྱིའི་རིང་ལ་
ཡི་གཤེ་སྒོལ་བཏོད་ཅིང་། གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་གྱི་སྤྱི་མོར་གྱུར་པའི་
"བདེའ་སྤྲོད་གཞུང་ཚུལ་པ་སོགས་གྱི་མཛད་པ་དབག་པར་དགའ་
བས་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ཉི་མ་ལྟར་གསལ་བར་མཛད་ཅིང་། ད་ལྟའི་བར་

དུའང་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་མཐའ་དག་ལ་བཀའ་ངོན་གྱིས་ཁྲབ་པར་
མཛད་པ་ནི། མཁས་སྤྱན་ཀྱན་ལ་བསྟོན་པར་མི་རྣམས་པར་མཛོན་སུམ་
གྱིས་གྲུབ་ལ། མཁན་པོ་ཆེན་པོ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་བཅའི་བསྟན་
བཅོས་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ཡོད་པར་གྲགས་པ་ལས། བསྟན་པ་འཕེལ་འགྲིབ་
ཀྱི་དབང་གིས་པལ་ཆེར་ཉམས་ཤིང་ད་ལྟ་སུམ་ཅུ་པ་དང་། ཉགས་ཀྱི་
འཇུག་པ་གཉིས་ལས་མེད་པར་གསུངས་པ་བཞིན། ད་ལྟ་དེ་གཉིས་
གྲགས་ཆེ་ཞིང་དར་རྒྱས་ཀྱང་ཆེ་བས་མཁས་པ་དུ་མས་ཆོག་དོན་འགྲེལ་
བའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱང་མཐའ་ཡས་པ་མཛད་མོད། འོན་ཀྱང་མཁན་པོ་
འདིའི་གཞུང་ཤིན་ཏུ་མཁོ་བར་མ་ཟད། བཀའ་ངོན་གཞི་བའི་སྤྱད་དུའང་
ཐོས་སོགས་ཀྱིས་འཇུག་པ་དང་གསལ་བར་བྱ་རིགས་པར་གསུངས་
པ་བཞིན། འདིར་ཡང་རང་ཉིད་ལ་ཐོས་སོགས་ཀྱི་ཤེས་རབ་འཕེལ་བ་
དང་། རང་གིས་ངེ་ལྟར་གོ་བའི་དོན། སྤལ་བ་མཉམ་པ་གཞན་དག་ལ་
ཡང་གསལ་བར་བྱས་ནས། གཞུང་ལུགས་བཟང་པོ་འདི་ཡུན་དུ་གནས་
ཤིང་འཕེལ་ན་ཅི་མ་རུང་སྤྱུལ་པའི་བསམ་བསམ་ཆོག་དོན་གྱི་ཆ་འགྲེལ་
པར་སློབས་པ་སྦྱིས་སོ། །དེས་ན་འདི་ལ་གསུམ་སྟེ། མཆོན་གྱི་དོན་དང་།
གཞུང་གི་དོན་དང་། མཇུག་གི་དོན་ནོ། །དང་པོ་མཆོན་གྱི་དོན་ནི།

བྱ་གར་སྐད་དྲ། ལྷ་ཀ་ར་ཁྱི་ཤད་རྩ་མ།

ཐོད་སྐྱད་དུ། ལྷན་སྟོན་པ་སྐྱམ་ཅུ་བ་ཞེས་བྱ་བ།

ཞེས་གསུངས་ཏེ། རྒྱ་གར་ན་སྐྱད་རིགས་ཆེན་པོ་བཞི་ཡོད་པའི་
ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐྱད་དུ། ལྷ་སོགས་སོ། །དེ་བོད་གངས་ཅན་གྱི་སྐྱད་དུ་
བསྐྱར་ན། ལྷན་སྟོན་པ་སོགས་སུ་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་ལྷ་ཀ་ར་ཏ་ནི་ལྷན་
སྟོན་པ་འམ་“བདའ་སྟོད་པ་སྟེ། སྤའི་མཆོན་ཉིད་མིང་ཆོག་ཡི་གཤེ་རྣམ་
འགྱུར་གྱི་སྟོན་ས་དོན་ལྷན་སྟོན་པ་འམ་བདའ་སྟོད་པ་ས་དེ་སྐྱད་ཅེས་
བཤོ། །ཁྱི་ཤད་ནི་སྐྱམ་ཅུ་བ་སྟེ། ཀླ་ལི་སྐྱམ་ཅུ་པོའི་སྦྱོར་བ་རྒྱ་ཆེར་སྟོན་
པ་ས་བརྗོད་བཤེ་སྟོན་ས་བཏགས་པའོ། །རྒྱ་མ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ཞེས་པ་སྟེ།
མིང་དེ་སྐྱད་ཅེས་བཤོ་ཞེས་པའོ། །

འགྱུར་བྲག་གི་ཚུལ་དུ།

སྐྱ་བའི་དབང་ཕྱག་ལ་ཕྱག་འཆམ་ལོ། །

ཞེས་སྟོས་ཏེ། སྐྱ་བ་ནི་དག་དང་། དབང་ཕྱག་ནི་དབང་འབྱོར་བ་ཡིན་
ལ། དག་གི་རང་བཞིན་ཤེས་བཤེས་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་རྣམ་པ་མ་ལུས་པ་རི་ལྟ་བ་
བཞིན་སྐྱ་བ་ལ་སོགས་པ་མེད་པར་རང་དབང་དུ་སྦྱོད་པའི་འཇམ་དཔལ་
དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཆམ་ལོ་ཞེས་པའོ། །འདིར་ཕྱག་འཆམ་བ་ནི་འདུད་པ་
སྟེ། ལུས་དང་དག་དང་ཡིད་ཉིད་བར་བསྟེན་ཅིང་བརྟུད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་
ཡིད་ཡོན་ཏྲན་ལ་དང་བས་ཉིད་བར་སྟོགས་པ་དང་། དེས་ཀྱན་ནས་བསྐྱར་

༡ མ་དཔེ། ཤོག་ངོས་༤༩འང་༡ན། བདའ་ ཞོལ་པར་མ། ༣ན་༣ན། བདའ་

སྟེ་ངག་གིས་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པ་དང་། ལུས་ཀྱིས་ཐལ་མོ་སྦྱར་ནས་མགོ་
བོ་བདུད་པ་སོགས་ཉེ་བར་བསྟེན་པའི་རྣམ་པ་ལྟར་སྟོན་པ་སྟེ། མདོར་
ན་ལུས་ངག་ཡིད་ཀྱི་བྲག་གསུམ་མོ། །གལ་ཏེ་འདི་བོད་ཀྱི་བསྟེན་བཅས་
མ་ཡིན་ནམ། ཅི་རྒྱ་ལྟར་དང་འབྲ་བར་རྒྱ་བོད་ཤུར་སྦྱར་བའི་སྐད་ཐོག་
མར་སྒྲིམ་པ་དང་། འགྱུར་བྲག་གི་ཚུལ་འདིར་བཀོད་པས་ཅི་ཞིག་བྱ་ཞེ་
ན། བདེན་ཏེ། འོན་ཀྱང་མཁན་པོ་འདིས་འཕགས་ཡུལ་དུ་ཐུན་མོང་བའི་
རིག་གནས་སོགས་ལ་སྦྱངས་པས་མཁས་པའི་སྤུལ་ཏུ་བྱིན་ཏེ། རྒྱ་གར་
མཁས་པ་དག་གིས་ཀྱང་འདིའི་སྟེན་པ་བརྗོད་པར་གྲགས་པས། རྒྱ་གར་
པའི་མཁས་པ་དང་དེས་མཛད་པའི་བསྟེན་བཅས་སྦྱངས་དང་ཆོད་མར་
བྱེད་པ་བཞིན་དུ། མཁན་པོ་འདི་དང་འདིས་མཛད་པའི་བསྟེན་བཅས་ཀྱང་
ཚུལ་དེ་དང་མཐུན་པར་ཡིད་ཆེས་པའི་གནས་སུ་གོ་བའི་ཆོད་ཡིན་ལོ། །

གཉིས་པ་གཞུང་གི་དོན་ལ། བསྟེན་བཅས་ལ་འཇུག་པའི་སྒོ་དང་།
སྒོ་དེ་དང་ལྡན་པའི་བསྟེན་བཅས་དངོས་བཤད་པ་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ལ།
མཆོད་བརྗོད་དང་། རྩེ་པར་དམ་བཅའ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་དགོན་
མཆོག་ལ་བྲག་བྱ་བ་ནི།

གང་ལ་ཡོན་ཏན་མཆོག་མངའ་བའི། །

དགོན་མཆོག་དེ་ལ་བྲག་འཆའ་ཡོ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། གང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱི་ལོ་སྤྱི་ལོ། ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
བདུན་པ་གནས་གཞིའི་སྤྱི་ལོ། ཡོན་ཏན་ཞེས་བྱ་བ་ནི། སན་ཡོན་ནས་
འབྲས་བུའི་ཁྲད་པར་ལེགས་པའི་མིང་སྟེ། རྒྱ་ཁྲད་པར་བ་ལས་བྱུང་བའི་
འབྲས་བུའོ། མཆོག་ཅེས་བྱ་བ་ནི། ཅེ་མོ་དང་ཕུལ་དུ་བྱུང་བའི་མིང་དོན་
ཏེ། ཆོག་གི་རྒྱ་ཡང་ཡིན་ནོ། མངའ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། ཡོད་པའམ་ལྡན་
པ་ཞེས་པའོ། འདི་ནི་གཞི་མཐུན་གྱི་དྲུག་པའོ། དཀོན་མཆོག་ནི་འོག་ནས་
འཆད་དོ། དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། དེས་བཟུང་གི་སྤྱི་ལོ། ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། བཞི་
པ་དགོས་ཆེད་གྱི་སྤྱི་ལོ། དྲུག་འཆལ་བ་ནི་བཤད་ཟེན་ཏོ། །

དོན་བསྟུན། དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་པ་དང་། འགོག་ལམ་དང་། རིགས་
གྲོལ་གྱི་ཡོན་ཏན་མངའ་བ་ཞེས་སྟོས་ཏེ། དེ་གང་ལ་མངའ་ཞེས་སྤྱི་ལོ་ཚུལ་
དུ་བཀོད་ནས། སྤྱི་ལ་དེས་པར་བཟུང་བའི་ཕྱིར། དཀོན་མཆོག་དེ་ཞེས་
སྟོས་སོ། ཡོན་ཏན་དེ་གཞན་ལས་ཁྲད་པར་དུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་མཆོག་ཅེས་
སྟོས་སོ། དེས་ན་ཡོན་ཏན་གྱི་ཁྲད་པར་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་གང་ལ་མངའ་
བའི་དཀོན་མཆོག་དེའི་ཆེད་དུ་དྲུག་འཆལ་ལོ། ཞེས་པའོ། །

དཀོན་མཆོག་གི་དོན་ནི། རྒྱ་ཁྲ་མ་ལས། འབྱུང་བ་དཀོན་ཕྱིར་
བྱི་མེད་ཕྱིར། མཐུ་ལྡན་ཕྱིར་དང་འཛིག་རྟེན་གྱི། རྒྱན་གྱུར་ཕྱིར་དང་
མཆོག་ཉིད་ཕྱིར། འབྱུར་བ་མེད་ཕྱིར་དཀོན་མཆོག་ཉིད། ཅེས་པ་ལྟར་
ཆོས་དྲུག་དང་ལྡན་པས་དཀོན་མཆོག་གོ། །

འདིར་རྣམ་སྒྲིང་པའ་ཆེན་གྱིས། གང་ལ་ཞེས་པའི་ལ་ཡིག་ངེས་བཟུང་
གི་དོན་ཏེ། འཆད་འགྱུར་དེ་མ་ཐག་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་དང་ལྡན་པ་དེ་ཉིད་
ངོས་བཟུང་བ་དང་། ཞེས་བཤད་པ་མི་འཐད་དེ། འདིར་མངའ་བ་ཞེས་པ་
ཡོད་པའམ་བརྟེན་པའི་དོན་ཡིན་ལ། ཡོན་ཏན་མཆོག་ཡོད་པའམ་བརྟེན་
པའི་གཞི། སྤྱི་འཇུག་གིས་གང་ཞེས་སྒྲོས་ཏེ། དེ་ལ་བརྟེན་པར་བརྗོད་པའི་
སྒྲ། ལ་ཞེས་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཞིང་། སྤྱི་འཇུག་གིས་གང་ཞེས་བརྗོད་པ་དེ་ཉིད་
དམིགས་གྱིས། དཀོན་མཆོག་ལ་བཟུང་བའི་ཆེད་དུ། དེ་ཞེས་པའི་ངེས་
བཟུང་གི་སྒྲ་སྦྱར་ཏེ། དཀོན་མཆོག་དེ་ལ་ཞེས་སྒྲོས་པར་ཆོག་ཉིད་གྱིས་
གསལ་བའི་བྱིར་རོ། །གཞན་དུ་ན། གང་ཞེས་པ་དང་། ཡོན་ཏན་མཆོག་
མངའ་བ། ཞེས་པ་གཉིས་སྟེལ་མི་རུས་ལ། འོག་ནས་དེ་ཞེས་པའི་ངེས་
བཟུང་སྒྲོས་པ་དང་རྫོས་ཞིང་། དགོས་པ་གཞན་ཡང་མེད་དོ། །

འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་བྱག་བྱ་བ་ནི།

གང་གིས་སྒྲ་དབྱངས་གསུངས་པ་ཡི། །

འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་བྱག་འཇམ་ཡོ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། གང་ཞེས་པ་སྤྱི་འཇུག་དང་། གིས་ཞེས་པ་རྣམ་
དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་པ་དང་། སྒྲ་དབྱངས་ནི་འདིར་དབྱངས་ཡིག་
དང་། གསུངས་པ་ནི་དབྱངས་ཡིག་ཐོག་མར་གསུངས་པ་སྟེ། འོག་ཏུ་

འཆད་དོ། །དེ་ལྟར་སྐྱོད་བྱངས་ཐོག་མར་གསུངས་པའི་བྱ་བ་བྱེད་པ་སོ་
གང་། ཞེས་སྤྱི་ལོ་ཚུལ་གྱིས་སྒྲོས་པ་དེ་ཉིད་ནམ་དབྱེ་བྱུག་པ་ཡི་ཞེས་པའི་
སྐྱས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་ཏེ་ངོས་བཟུང་བའི་སྤྱིར། འཇམ་པའི་དབྱངས་ཞེས་
སྒྲོས་ཏེ། རྒྱུ་ལྡན་ཆགས་སོགས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་དང་། རོ་
བའི་སྒྲོན་སྐྱོད་དང་། ཡིག་འབྲུ་དང་། མིང་ཚིག་སོགས་རིམ་བཤམ་ཞེས་
མི་སྒྲོན་པ་དང་། ཉམས་པ་དང་། མ་འབྱོར་བ་དང་། མ་འབྲེལ་བ་སོགས་
ཀྱི་རྒྱུ་རེག་དང་བྲལ་བས་ན་འཇམ་པའོ། །འཇམ་པ་དེས་ཁྱད་པར་དུ་
བྱས་པའི་གསུང་དབྱངས་དང་ལྡན་པས་ན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཏེ། འི་
ཞེས་པས་ཁྱད་པར་ཅན་དང་ཁྱད་པར་གཞི་མཐུན་དུ་བསྐྱས་པའོ། །ཕྱག་
འཆོལ་ལོ་ནི་གོང་ལྟར་ཏེ། མདོར་ན། གསུང་བ་སོ་གང་གིས་སྐྱོད་བྱངས་
སྒྲོན་གྱི་དུས་སུ་གསུངས་པར་གྲགས་པའི་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་
བྱས་པའོ། །

སྤྱི་ལོ་ལ་ཕྱག་བྱ་བ་ནི།

གང་གིས་མིང་གཞི་སྒྲོན་གསུངས་པའི། །

རྟག་ཞི་བ་ལ་ཕྱག་འཆེལ་ལོ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། གཞན་ནམས་གོང་ལྟར་ལ། མིང་ནི་འོག་ནས་
འཆད་དོ། །མིང་གི་གཞི་ནི། མིང་གང་ལས་བྱུང་བའི་གཞི་སྤྱི། ཀ་ལ་

སོགས་པའོ། །རི་ལྟར་ཀ་ལ་སོགས་པའི་ཡི་གེ་ལ་སྟོན་འཇུག་མགོ་
འདོགས་སོགས་རྣམ་འགྱུར་བྱས་པ་དང་ཡི་གེ་གཞན་དང་ཐད་པ་སོགས་
ལས། རོན་གྱི་ངོ་བོ་དང་ཁྱད་པར་སྟོན་པའི་མིང་ཆིག་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་
བས་ན། ཀ་ལ་སོགས་པ་ལ་མིང་གཞི་ཞེས་སྟོས་སོ། །དེ་ལྟར་གིས་ཞེས་
པའི་སྒྲ་སྦྱར་ཏེ། བྱེད་པ་པོ་སྤྱི་འཇུག་གིས་གང་ཞེས་སྟོས་པ་དེའི་བྱ་བ་
བསྟན་པའི་བྱིར། གསུངས་པ་ཞེས་སྟོས་སོ། །བྱ་བ་དེའི་ཁྱད་པར་བསྟན་
པའི་བྱིར། མིང་གཞི་གསུངས་པ་ཞེས་སྟོས་སོ། །མིང་གཞི་གསུངས་པ་
དེ་དུས་གྱི་ཁྱད་པར་དང་སྦྱོར་པའི་བྱིར་སྟོན་ཞེས་སྟོས་པའོ། །བྱེད་པ་པོ་
སྤྱི་འཇུག་གིས་གང་ཞེས་སྟོས་པ་དེ་ཉིད་ངོས་བཟུང་པའི་བྱིར། རི་ཞེས་
བྱག་པའི་སྒྲས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་ནས། ཏྲག་ཞི་བ་ཞེས་སྟོས་ཏེ། ཏྲག་པ་དང་
ཞི་བའི་ལུས་གང་ལ་ཡོད་པའི་བྲབ་འཇུག་གམ་ཆངས་པའོ། །

མདོར་ན་གསུང་བ་པོ་གང་གིས་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་སྟོན་ཏེ་ཐོག་མར་
གསུང་བ་པོར་གྲགས་པའི་ཏྲག་ཞི་བ་བྲབ་འཇུག་གམ་ཆངས་པ་ལ་བྱག་
བྱས་པའོ། །

དེ་ཡང་ཡི་གེ་སྟོན་བྱུང་གི་ལོ་རྒྱུས་ལས། ཡི་གེ་བྲབ་འཇུག་ལྟ་ཡིས་
བཀོད། །འཇམ་དཔལ་དབྱངས་གིས་ང་རོས་བྱངས། །ཞེས་གསལ་བྱེད་
གྱི་ཡི་གེ་བྲབ་འཇུག་གིས་ཐོག་མར་བཀོད་པ་དང་། དབྱངས་ཡིག་འཇམ་
དཔལ་དབྱངས་གིས་ཐོག་མར་མཛད་པར་བཤད་པ་དང་། སྤྱི་རིག་

བྱེད་ཚད་ས་པས་ཐོག་མར་བྱས་པ་དང་། མིང་གཞི་ཀ་ཅ་ཏ་ཏ་པ་ཡ་ཤ་ཏ་
ནམས་སྟོན་དུ་གསུངས་པར་གྲགས་ཤིང་། བརྒྱ་བྱེན་གྱིས་དེ་ལས་བསྐྱས་
པའི་ཡི་ཐུ་བླ་ཀ་ར་ཏ་བྱས་པ་གྲགས་པས་སྟོན་གྱི་དུས་ཟུ་གསུངས་པ་
དང་། ཏྲག་ཞི་བ་ཡང་འགྲེལ་བ་སྟུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་བརྟུལ་ཁྱུགས་སུ།
ཚད་ས་པ་དང་བྱབ་འཇུག་གཉིས་ཀ་ལ་ཏྲག་པ་དང་། ཞི་བའི་ལུས་ཡོད་
པར་བཤད་ཅིང་། སོ་སོར་འབྲང་མའི་ལྟེ་བསྐྱར་གྱི་སྐབས་སུ། དམངས་
རིགས་ཕྱིར་ནི་ཏྲག་ཞི་བ། །བྱབ་འཇུག་ལེགས་པར་བྲི་བར་བྱ། །ཞེས་
བྱབ་འཇུག་དང་། ཚད་ས་པ་ཏྲག་ཞི་བ་ཞེས་བསྟན་བཅོས་གཞན་ལས་ཀྱང་
མཐོང་བས་ཚད་ས་པ་ལའང་འཇུག་པ་སོགས་ཀྱི་འཕྲད་པ་མང་ངོ་། །

གཞན་དག་ནི་སྟུན་རས་གཟིགས་དང་། སངས་རྒྱས་སོགས་ལ་
བཤད་པ་མང་ཡང་། སངས་རྒྱས་ལ་བྱེད་པ་ནི་གོ་རིམ་ལོག་ཅིང་སྒྲོས་པ་
དང་། དགོས་པ་གཞན་ཡང་མེད་པས་མི་འཕྲད་ལ། འཇམ་དབྱངས་བྱང་
ན་སྟུན་རས་གཟིགས་སོགས་ཡོད་དགོས་པའི་ངེས་པ་མེད་ཅིང་། ཡི་
གཏེ་བསྐྱ་བ་མཛད་པས་ཡི་གེ་གསུང་བ་པོ་ཅམ་དུ་གྲུབ་ཀྱང་། ཡི་གཏེ་
ཐོག་མའི་མཛད་པ་པོ་ཡིན་པའི་ཁྱད་ས་དང་ཤེས་བྱེད་བྲངས་པ་སོགས།
འགྲེལ་མཛད་ནམས་ཀྱིས་རྟོག་ན་སྟོན་དགོས་པ་ལས་སུས་ཀྱང་མ་བསྟན་
པའི་ཕྱིར་ངོ་། །

ནམ་གླིང་བཏ་ཆེན་གྱིས་ཀྱང་། སངས་རྒྱས་དང་། ཚད་ས་པ་

དང་། ཁྱབ་འཇུག་སོགས་ལ་བྱེད་བ་བཀག་ནས། རང་སྡེ་ནང་པའི་འོར་
སྤྱན་རས་གཟིགས་ལ་བྱེད་བ་སྐབས་སུ་བབ་ཅེས་བཤད་མོད། སངས་
རྒྱས་ལ་བྱེད་བ་བཀག་བ་ལྟར་ཡིན་ཡང་། ཚངས་བ་དང་ཁྱབ་འཇུག་ལ་
བྱེད་བ་ལ་གཞོན་བྱེད་ཡི་གའི་བསྐྱ་བ་མཛད་བ་ཅམ་གྱིས་དེར་ངེས་སོ་
སྤྱན་ན་མི་འཐད་ཅེས་བ་ཅམ་ལས་གཞན་མ་རྟེན་ཅིང་སྤྱན་རས་གཟིགས་
ལ་བྱེད་བ་ཡང་རང་གི་འདོད་བ་ཅམ་ལས་ཤེས་བྱེད་གཞན་མ་རྟེན་བས།
ཤེས་བྱེད་གང་ཡང་མེད་བས་ཤེས་བྱེད་དུ་མ་དང་ལྡན་བ་སྤྱན་འབྱིན་བ་
མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

སྐབས་འདིར་འགལ་བའང་སྤང་སྟེ། དག་པོ་དབང་ཕྱག་སོགས་
ལ་བྱེད་བ་དགོས་བ་ཡང་མ་མཆིས་ཞེས་སྦྲས་ནས། འོག་ཏུ་གཞན་སྡེ་
རྣམས་ཇེས་སུ་འཛིན་པའི་ཕྱིར་སོ་སོའི་འདོད་ལ་བཞིན་གྱི་ལྟར་འགྲེལ་
དགོས་པའི་ཁྱད་སྤྱད་སྟེ། མདོ་སྡེ་ཟ་མ་ཏོག་བཞོད་པའི་རྒྱལ་པོ་ལས། སྡོན་
བྱང་བ་ཞེས་སོགས་ནས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་འདུལ་བའི་སེམས་
ཅན་རྣམས་ལ་ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གཟུགས་ཀྱིས་ཆོས་འཆད།
དེ་བཞིན་དུ་སྦྱར་ཏེ་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱིས། དག་བཅོམ་བས། བྱང་ཚུབ་
སེམས་དཔས། དབང་ཕྱག་ཆེན་པོས། མཐུ་བོ་ཆེས། ཚངས་པས་ཞེས་
སོགས་དང་བཅས་དགོས་བ་ཡོད་པར་བསྐྱབས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

འདིར་འཇམ་དབྱངས་དང་། ཏྲག་ཞི་བ་གཉིས་མཆོད་བཟྃ་ཀྱི་ཡུལ་

དུ་སྒོས་པ་ནི། ཡི་གཤེ་ཐོག་མའི་འབྲུང་ཁུངས་གཙོ་ཆེ་བའི་དབང་དུ་བྱས་
ནས་དོན་དུ་ན་ཆངས་པ་དང་། ཁྲབ་འབྲུག་སོགས་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་
སྤྱོད་ལས་བྱུང་བར་གོང་གི་མདོ་དེ་ལས་གསུངས་པ་བཞིན། ལྷ་དེ་དག་ལ་
སྤྱི་རོལ་བ་ཁོ་ནས་མ་ཁྲབ་པས་འགལ་བ་མེད་པར་མ་ཟད། གང་ལས་ཡོན་
ཏན་གྱི་ཁྲད་པར་བྱུང་བ་དེ་ཉིད་ཟིན་ཆེ་བས་བཀྱར་ལོས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་
གཞན་ལ་འདོམས་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ནོ། །

ཐ་སྤྱད་སོགས་ཀྱི་རིག་གནས་ལ་བཀའ་ཟིན་ཆེ་བའི་དངོས་བརྒྱད་ཀྱི་
ཁྲ་མ་ལ་ཡང་བྲག་བྱ་བ་ནི།

སྤེབ་སྤྱོད་ཡིགས་མཛད་མཁས་རྣམས་དང་། །

ཁྲ་མ་ལ་ཡང་བྲག་འཆེལ་ལྷོ་

ཞེས་གསུངས་ཏེ། འདིར་སྤེབ་སྤྱོད་ནི་རིག་གནས་ཚུང་བ་ལྷའི་ཡ་
བྲལ་གྱི་སྤེབ་སྤྱོད་ཁོ་ན་མ་ཡིན་གྱི། ཡི་གཤེ་སྤྱོད་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཡི་
གཤེ་པན་ཚུན་རྣམ་དཔྱེ་ཆོག་པ་དང་སྤེབ་སྤྱོད་ལ་སོགས་པའི་དབང་གིས་བསྤྱོད་
བ་དང་། དཔྱེ་བའི་རྣམ་འབྲུང་གྱི་སྒོ་ནས་སྤེབ་ཅིང་སྤྱོད་བས་སྤེབ་སྤྱོད་
ཏེ། སྤྱི་རིག་པ་གཙོ་བོ་དང་། དེའི་ཤུགས་ཀྱིས་ཆོག་ཆུན་གྱི་སྤྱོད་བ་
སྤྱན་དངགས་ཀྱི་རིག་གནས་དང་། སྤྱི་ཡང་སོགས་ཀྱི་སྤྱོད་བ་སྤེབ་སྤྱོད་
ཀྱི་རིག་གནས་ཀྱང་བསྐྱབས། དེ་དག་མཛད་པའི་མཁས་པ་རྣམས་

དང་། སློབ་དཔོན་རང་ཉིད་ལ་དངོས་སུ་བཀའ་ངེན་རིན་ཆེ་བའི་སྒྲ་མ་ལྟ་
རིག་པའི་སེང་གོ་དང་། ཡིག་མཁན་ལེགས་བྱིན་ལ་ཡང་ཕྱག་འཆལ་
བཤོ། །ཡང་ནི་གོང་གི་དེ་རྣམས་སུ་མ་ཟད་བཤོ། །
གཉིས་པ་ཚུམ་པར་དམ་བཅའ་བ་ནི།

་་་་་ནས། །

བསྐྱབ་པ་ཀྱན་གྱི་གཞི་འཛིན་ཅིང་། །

རིག་བྱེད་སྒྲ་བ་རྣམས་གྱི་རྒྱ། །

མིང་ཆིག་བརྗོད་པ་ཀྱན་གྱི་གཞི། །

ཡི་གེའི་སྒྲུབ་པ་བཤད་པར་བྱ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ལྟར་ཕྱག་འཆལ་བ་དང་དམ་བཅའ་བ་གཉིས་
རྒྱུན་གཅིག་ཏུ་སྒྱུར་ཞིང་བྱ་བའི་གོ་རིམ་སྟོན་པའི་བྲིས། རྣམ་ཞེས་སྒྲ་མ་
ལ། དེ་ནི་བྱ་བ་གཉིས་བྱེད་པ་པོ་གཅིག་གིས་རིམ་བཞིན་བྱེད་པར་
སྟོན་པའི་མཆམས་སྒྱུར་གྱི་སྒྲའོ། །འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་བསྐྱབ་
པ་ནི། ཉགས་འཇུག་གི་སྐབས་ནས། ཉན་ཐོས་རང་རྒྱལ་སངས་རྒྱས་
གྱི། །བསྐྱབ་པ་རྣམས་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར། །ཞེས་པ་ལྟར་ཐེག་པ་གསུམ་
གྱི་བསྐྱབ་པའོ། །དེ་ཡང་ཚུལ་ཁྲིམས་སམ། ཉིང་ངེ་འཛིན་ནམ། ཤེས་
རབ་གྱི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་ཆང་བར་འདུ་བས། བསྐྱབ་པ་འདི་གསུམ་
ལ་ཡང་དོན་གྱིས་འཐོབ་པོ། །ཀྱན་ནི་མང་ཆིག་སྟེ། མཐའ་དག་པ་དང་།

པལ་མོ་ཆེའི་དོན་གཉིས་ལ་འབྲུག་པ་ལས། འདིར་ནི་མཐའ་དག་པའི་དོན་
ནོ། །གྲི་ནི་འབྲེལ་བ་སྟེ། དོག་གི་གཞི་ཞེས་པ་དེ་བསྐྱབ་པ་ཀུན་གྱི་ཡིན་
པར་བསྐྱབས་པའོ། །གཞི་ཞེས་པ་ནི་ཅ་བའམ་རྒྱའི་དོན་ནོ། །འཛིན་པ་ནི་
ཡི་གེའི་སྟོར་བས་བསྐྱབ་པ་དེ་ཀུན་གྱི་ཅ་བའམ་རྒྱ་བྱེད་པའི་དོན་ཏེ། ཡི་
གེའི་བྱེད་པ་སྟོན་པའོ། །འོ་ན་ཡི་གེའི་བྱེད་པ་དེར་ཟད་དམ་ཞེན། ཅིང་
ཞེས་སྟོས་ཏེ། དེར་མ་ཟད་བྱི་རོལ་རིག་བྱེད་སྤྱོད་པ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་ཡང་ཡིན་
ནོ། །ཞེས་པའོ། །དེ་ལ་རིག་བྱེད་ནི་བཞི་སྟེ། མཆོད་སྦྱིན། དེས་བརྟུན།
སྤྱིད་སྤྱང་། སྦྱོར་ཆོག་གི་རིག་བྱེད་རྣམས་སོ། །དེ་ཡང་མཆོད་སྦྱིན་ནི་
མཐོ་རིས་ཀྱི་བྱིར་མཆོད་སྦྱིན་བྱེད་པའོ། །དེས་བརྟུན་ནི་མིང་ཆོག་གི་
དེས་པ་སྐྱབ་པའི་སྟེལོ། །སྤྱིད་སྤྱང་ནི་རྒྱལ་སྤྱིད་ལ་སོགས་པ་སྤྱང་བ་དང་
སྟེལ་བའོ། །སྦྱོར་ཆོག་ནི་ཆོག་རྒྱན་གྱི་སྟོར་བའོ། །དེ་དག་གི་ཚུལ་སྟོན་
པའི་གཞུང་ལུགས་ལ་རིག་བྱེད་ཅེས་བྱ་སྟེ། དེ་དག་གི་རོ་བོ་དང་མཆོན་
ཉིད་དང་། བྱེད་ལུགས་ཀྱི་ཐབས་ལ་སོགས་པ་རིག་པར་བྱེད་ཅིང་གོ་བར་
བྱེད་པའི་བྱིར་རོ། །སྤྱོད་པ་ནི་དེ་དག་གི་གཞུང་ལུགས་སྤྱོད་པའོ། །རྒྱ་ནི་སྤྱོད་
པའི་བྱ་བ་དེའི་རྒྱའམ་ཅ་བའང་ཡིན་ཞེས་པའོ། །མིང་ནི་ཀ་ལ་སོགས་
པའི་ཡི་གེ་འདུས་ནས་དོན་གྱི་རོ་བོ་ཅམ་བརྟུན་པ། ཀ་བ། བུམ་བ། ལྷ་
མི་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཆོག་ནི་མིང་འདུས་ནས་དོན་གྱི་བྱེད་པར་བརྟུན་པ།

ཀ་བའི་གཟུགས་༩ ལུས་པའི་སྟོ་བ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །བརྗོད་པ་ནི་དག་
སྟེ། ལུས་པ་ལ་གནས་པའི་ཆུས་ལུས་འབྱུ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཆིག་གི་ཆོགས་
པའམ་རྒྱུ་ལོ། །དེ་ཀྱན་གྱི་གཞི་ནི། དེ་མཐའ་དག་གི་རྩ་བའམ་རྒྱུའོ། །འོ་
ན་དེ་དག་གི་གཞིའམ་རྒྱ་དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ངོས་བཟུང་བའི་སྤྱིར་ཡི་
གཤེ་སྤྱིར་བ་ཞེས་སྟོས་ཏེ། ཡི་གེ་ནི་ཀ་ལ་སོགས་པའོ། །དེའི་སྤྱིར་བ་ནི།
དེ་དག་པན་ཚུན་རྣམ་དབྱེ་དང་ཆིག་སྟངས་སོགས་ཀྱིས་སྟེལ་ཞིང་སྤྱིར་
བའོ། །དེ་ཉིད་འདྲིར་བཤད་པར་དམ་བཅའ་བ་ནི། བཤད་པར་བྱ་ཞེས་པ་
སྟེ། མདོར་ན་སྤྱི་རོལ་པ་རིག་བྱེད་ནས་བཤད་པ་བཞིན་སྐྱབ་པ་དང་། ཉན་
པ་མདོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་སྐྱབ་པ་ལ། དེའི་ཐབས་ཤེས་དགོས། དེ་
ཤེས་པ་ལ་བསྐྱབ་དགོས། བསྐྱབ་པ་ལ་ཡང་བསྐྱབ་བྱའི་གནས་བསྐྱབ་
པ་གསུམ་ལ་སོགས་པ་དང་། རིག་བྱེད་བཞི་སྟོན་པའི་གཞུང་ལུགས་
སྟེ་སྟོན་གསུམ་དང་། རིག་བྱེད་གྱི་གཞུང་ལ་སོགས་པ་ཐོས་དགོས། སྟེ་
སྟོན་དང་། གཞུང་དེ་དག་གིས་ཀྱང་བརྗོད་བྱ་སྟོན་པ་ལ། བརྗོད་བྱའི་རོ་
པོ་སྟོན་པ་ལ་མིང་དང་། ཁྱད་པར་སྟོན་པ་ཆིག་དང་། ཁོག་སྒྲིག་པ་ལ་དག་
གི་སྟངས་བ་རྣམས་མེད་དུ་མི་རུང་བས། གཞུང་དང་གདམས་པ་ཡང་དག་
ཆིག་མིང་གི་སྟངས་བ་ལས་མ་འདས་ལ། དེ་དག་ཀྱང་མཐར་གཏུགས་ན་ཡི་
གཤེ་རོ་པོ་ལས་མ་འདས་པས། ཡི་གེའི་སྤྱིར་བ་ཉིད་དེ་དག་གི་གཞི་དང་

༩ མ་དབེ། འོག་ངོས་༡༥ཡིག་སྟངས་༡༩ན། གཟུགས་ *གཟུགས་ རོལ་པར་མ། ༢༩༤ན། གཟུགས་

རྒྱལ་ལོ་སྤྲུལ་དུ་དགོངས་ནས། དེ་ཉིད་འདིར་བཤད་པར་བྱ་ཞེས་པའོ། །དེ་
ལྟར་ན་ཡི་གེའི་སྒྲུང་བ་ཉིད་འདིའི་བརྗོད་བྱའོ། །བརྗོད་བྱ་དེ་འདིར་བཤད་
པའི་དགོས་པ་ནི། མིང་ཆིག་གི་སྒྲུང་བ་ལ་མཁས་པའོ། །དེ་ལྟར་མཁས་
པའི་དགོས་པ་ནི། དོན་གྱི་ངོ་བོ་དང་བྱུང་པར་ཤེས་ནས་ཉམས་སྲུ་སྒྲངས་
པས། མཐར་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་འཛོལ་པའོ། །དེ་ལྟར་དོན་གྱི་ངོ་བོ་དང་།
བྱུང་པར་ཤེས་ནས་སྒྲང་དོར་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཉམས་སྲུ་སྒྲངས་པས་ཐམས་ཅད་
མཐུན་པ་འཛོལ་པ་དེ། མིང་ཆིག་གི་སྒྲུང་བ་ཤེས་པ་ལ་རག་ལས་ཤིང་།
མིང་ཆིག་གི་སྒྲུང་བ་ཤེས་པ་ཡང་། ཡི་གེའི་སྒྲུང་བ་ལ་རག་ལས། དེ་ཉིད་
གཞུང་འདིར་འབྲེལ་བ་ནི་བསྐྱབ་པ་ཀུན་གྱི་ཞེས་པ་ནས། བཤད་པར་བྱ་
ཞེས་པའི་བར་གྱི་དོན་ནོ། །

གཉིས་པ་སྒྲོ་དེ་དང་ལྷན་པའི་བསྟན་བཅས་དངོས་འཆད་པ་ལ།
ཡི་གེའི་སྒྲུང་བ་དང་། ཆིགས་བཅད་འགྲོལ་བའི་མན་ངག་བཤད་པ་
གཉིས་སོ། །

དང་པོ་ལ། ཡི་གེའི་སྒྲུང་བའི་གཞི་ཡི་གེའི་རྣམ་བཞག་དང་། ཡི་གེའི་
སྒྲུང་བ་དངོས་ཀྱིས་མིང་ཆིག་གི་འཇུག་པ་བསྟན་པ་གཉིས་སོ། །དང་པོ་
ལ། དབྱེ་བའི་སྒྲོ་ནས་ངོ་བོ་ངོས་བཟུང་བ་དང་། སྒྲོ་རྗེས་སྲུ་འཇུག་པ་
དང་མི་འཇུག་པའི་བྱུང་པར་བསྟན་པ་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ལ་ཡང་རྩ་བའི་
དབྱེ་བ་དང་། ཡན་ལག་གི་དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི།

ཡི་གེ་ལྷ་ཡི་ལྷ་ཡི་གཉིས།

ཞེས་གསུངས་ཏེ། ལྷ་ཡི་ནི་ཨ་མེད་སྟེ་དབྱངས་དང་། ལྷ་ཡི་ནི་ཀ་མེད་
སྟེ་གསལ་བྱེད་དོ། །གཉིས་ཞེས་པ་ཡི་གེའི་ངོ་བོ་ཉིད་དེ་གཉིས་སུ་ངེས་
པར་སྟོན་པའོ། །གཉིས་པ་ཡན་ལག་གི་དབྱེ་བ་ནི།

ལྷ་ཡི་གསལ་བྱེད་ཨི་མོགས་བཞི། །

ལྷ་ཡི་སུམ་ཅུ་བཟང་པའོ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། ལྷ་ཡི་ནི་ཨ་མེད་དང་། གསལ་བྱེད་ནི་གསལ་བར་
བྱེད་པ་སྟེ། མཆོན་པར་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །གང་གསལ་བར་
བྱེད་ན། ལྷ་ཡི་སྟེ་ཨ་མེད་ངོ་། །ཚུལ་ཇི་ལྟར་མཆོན་པར་བྱེད་ན། བོད་གྱི་
དབྱངས་ལ་ཨ་ཡིག་མེད་པས། ཨ་མེད་གི་དོན་དངོས་སུ་མེད་ཀྱང་། རྒྱ་
གར་གྱི་དབྱངས་ལ་ཨ་ཡིག་ལ་སོགས་པའི་མེད་བ་དངོས་སུ་ཡོད་པས་དེ་
ལ་ཨ་མེད་ཞེས་བཏགས་པ་བཞིན་དུ། བོད་གྱི་ཨི་ལ་སོགས་པ་ཡང་དེའི་
ནང་ནས་སྤངས་ཤིང་དེ་དང་ཆ་མ་ཐུན་པས་ལྷ་ཡི་ཞེས་གདགས་སུ་བྱང་
བར་མཆོན་ཞིང་གོ་བར་བྱས་པའི་སྟོན་ས་སོ། །དེའི་གངས་ངེས་བསྟན་
པའི་བྱིར། ཨི་སོགས་བཞི། ཞེས་སྟོས་ཏེ། ཨི་ལ་སོགས་པ་ལྷ་ཨི་ཨོ་བཞི་
ཡོད་པས་དེར་ངེས་པའོ། །ལྷ་ཡི་ཀ་མེད་ནི་སུམ་ཅུ་བཟང་པ་སྟེ། ཀ་ཁ་ག་ང་།
ཅ་ཆ་ཇ་ཉ། ཏ་ཐ་ད་ན། པ་ཕ་བ་མ། ཅ་ཆ་ཇ་ཉ། ཞ་ཟ་འ་ཡ། ར་ལ་ཤ་ས། ཏ་

ཨ་རྒྱལ་ས་སྤྱི་ལོ་ལོ་།

འདིར་བོད་རྒྱ་དེ་མོར་བཞག་ལ། རིང་ཐུང་གི་རྣམ་བཞག་མེད་པས།
 རྒྱ་གར་གྱི་དབངས་ནས་ལྷ་ཨྲི་ལྷ་ཨྲི་ཨྲི་ཨྲི་རྣམས་དང་། རི་རྩི་མི་ལྷོ་བཞི་
 མི་མཁོ་བས་བོར་ཞིང་། དབངས་དང་པོ་ཨ་ཡིག་དེ་བོད་ཀྱི་གསལ་བྱེད་
 བ་མར་བསྐྱེད་པས། དེའི་ལྷག་མ་ཨྲི་ལྷ་ཨྲི་ཨྲི་བཞི་ལ་དབངས་ཀྱི་རིས་བ་
 མཛད་དོ། །

གསལ་བྱེད་ཀྱང་རྒྱ་གར་གྱི་སྡེ་བའི་བཞི་པ་རྩ་རྩྭ་རྩྭ་རྩྭ་དང་། འོག་
པ་འ་ཐ་ཉ་ཉ་སྟེ་དགུ་དང་། རྩོ་བ་ཤ་ཡིག་བཅས་པ་དང་བཅུ་བོར་བའི་ལྷག་
མ་ཉིར་གསུམ་གྱི་སྟེང་དུ། བོད་སྐད་ལ་ཉི་བར་མཁོ་བ་སྟོད་དུ་ཅ་ཆ་ར་
གསུམ་དང་། འོག་ཏུ་ཞ་ཟ་ལ་གསུམ་དང་དུག་གི་སྟེང་དུ། དབྱངས་ནས་
བོར་བའི་ཨ་ཡིག་དང་བཅས་པ་བདུན་བསྟན་པས་སུམ་ཅུ་ཐམ་པར་ངེས་
པ་མཛད་དོ། །

ལྷ་མི་གསལ་བྱེད་ཅེས་པའི་གསལ་བྱེད་ལ། རྣམ་སྒྲིང་པ་སོགས་
མཁས་པ་སྣ་མ་དུ་མས་གཞན་དུ་བཤད་པ་མང་ཡང་། གོང་དུ་བཤད་པར་
ལྟར་ཞུ་བུ་ལོ་ཆེན་གྱིས་ཀྱང་བཞེད་ཅིང་དེ་ཉིད་འཐད་པར་ངེས་ཏེ།

འདི་ལྟར། འགའ་ཞིག་ལ་རྒྱ་གར་ན་ཨ་ཡིག་དང་ཐོར་བྱས་པའི་
དབྱངས་གྱི་ཐེང་བ་ཡོད་པས་ཨ་ཐེང་ཞེས་གདགས་རིགས་ཀྱི། ཐོད་གྱི་
དབྱངས་ལ་ཨ་ཡིག་མེད་ཀྱང་། ཨ་ཡིག་ལ་སོགས་པའི་ཐེང་བ་ཡིན་པ་

ལ། ཅིའི་ཕྱིར་ཨ་ཐེང་ཞེས་བཏགས་སྟུང་པའི་དོགས་པ་སྐྱེ་བས། དེ་སེལ་
བའི་ཕྱིར། བོད་ཀྱི་ཨི་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་གར་གྱི་ཨ་ཐེང་གི་ནང་ནས་ཐུངས་
པ་ཡིན་ཞིང་། ཨ་ཐེང་ཞེས་པ་རྒྱ་གར་ན་དབྱངས་ཀྱི་སྒྱི་མིང་མཛད་པ་
ཡིན་པས། བོད་ན་ཡང་ཨི་སོགས་བཞི་ལ་ཨ་ཐེང་ཞེས་བཏགས་པ་ན།
རྒྱ་གར་ན་ཨྲ་ལིར་གྲགས་པའི་དབྱངས་དེའི་ཆ་མཐུན་བོད་ན་ཡང་ཡོད་
པར་གོ་ཞིང་མཚོན་བཤམ་གསལ་བར་བྱེད་པ་དང་། བཏགས་པའི་དགོས་
པ་ཡང་། འོག་ནས། དེ་ལ་ཨྲ་ལི་གསུམ་པ་སྦྱར། ཞེས་སོགས་འབྱུང་བས་
ན། ཨྲ་ལིའི་མིང་བཛྲོད་པའི་ཆེ་ཨི་སོགས་བཞི་པ་ཅི་རིགས་གོ་བའི་ཆེད་
དུ་བཀོད་པའོ། །

གཞན་ཡང་རྣམ་གྲིང་པས། ཨྲ་ལི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཆ་དང་། ཀྲ་ལི་ཐབས་
ཀྱི་རང་བཞིན་ཞེས་བཤད་པ་ཡང་། ཐུན་མོང་བའི་རིག་གནས་ཀྱི་སྐབས་
སྤྱ་གསང་སྤྱགས་ཀྱི་མཚོན་དོན་འཆད་པ་སྐྱབས་སུ་མ་བབ་ཅིང་། གཞུང་
དོན་ཉོགས་པ་ལ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་མཁྱེའོ། །

ཡང་དག་ཡིག་དག་སྒྲོན་དུ། དབྱངས་ལྡ་ར་ལ་མཐའི་འདོགས། ཞེས་
བཤད་པ་ཡང་གཞུང་འདི་དང་དངོས་སུ་འགལ་ལོ། །

གཉིས་པ་སྒྲོན་རྗེས་སུ་འབྲུག་པ་དང་མི་འབྲུག་པའི་བྱད་པར་ལ།
མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི།

དེ་ལས་རྗེས་འབྱུག་བརྩེ་ཡིན་ཏེ། །

དེ་ལས་ལྷ་ནི་སྟོན་དྲུང་འབྱུག།

མི་འབྱུག་པ་ནི་ཉི་ཤུ་ལོ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ནི་བརྗོད་ཟེན་འདས་པ་དེའོ། དེ་ཡང་གོང་གི་ཀླ་
ལི་སྐུམ་ཅུ་པོ་དེ་ལས་ཞེས་པ་སྟེ། ལས་ཞེས་པ་དགར་བའི་དོན་ནོ། །གང་
དགར་ན། རྗེས་འབྱུག་གི་ཡི་གེ་བརྩེ་དགར་བ་སྟེ། དགར་གཞི་ཀླ་ལི་སྐུམ་
ཅུ་པོ་ནང་ནས། དམིགས་སྐུ་བཀར་ཏེ་རྗེས་འབྱུག་སྐུངས་པའོ། ཏེ་ནི་ཆོག་
གི་ལྷག་མ་གཞན་ཡོད་པ་སྟེ། རྗེས་འབྱུག་གི་ཡི་གེ་བརྩེ་པོ་དེ་ལས། ཡི་
གེ་ལྷ་ནི་རྗེས་སྐུ་མ་བཟང་སྟོན་དྲུང་འབྱུག་ཅེས་པ་དེ་འདེན་པའོ། དེ་ལས་
ཞེས་པ་ནི་གོང་ལྟར་རོ། །འད་ནི་སྐུ་མར་མ་བཟང་པའོ། །རྗེས་འབྱུག་སྐུངས་
ཟེན་པའི་ལྷག་མ་ནི་ཤུ་པོ་རྣམས་ནི། སྟོན་རྗེས་གང་ལ་ཡང་མི་འབྱུག་པར་
མིང་གཞི་ཁོ་ནར་གནས་པའོ། །

དེ་ལྟར་ཀླ་ལི་སྐུམ་ཅུ་པོ་འདེན་ནས་རྗེས་འབྱུག་བརྩེ་སྐུངས། རྗེས་
འབྱུག་བརྩེ་ནང་ནས་སྟོན་འབྱུག་ལྷ་བཏོན་ཅིང་། དེའི་ལྷ་མ་ནི་ཤུ་པོ་
སྟོན་རྗེས་གང་ལ་འད་མི་འབྱུག་ཅེས་པའོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་འཆད་པ་ལ། ཐོག་མར་སྡེ་ཆོན་དབྱེ་བའི་ཕྱིར།

ཀླ་ལི་བྱེད་དང་བརྒྱད་ལྗེ་ནི། །

བཞི་བཞི་དག་ཏུ་བྱེ་བ་ལས། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། ཀླ་ཡི་སུམ་ཅུ་པོ་སྡེ་ཚོན་སྤེད་དང་བརྒྱད་དུ་གནས་
པ་ནི། ཡིག་འབྲུ་བཞི་ཚོན་བཞི་ཚོན་དག་ཏུ་སྡེ་བའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ལོ། །
དེ་ཉིད་ལས་ཟླ་ས་འཇུག་དབྱུང་བའི་ཕྱིར།

དང་པོ་གསུམ་པ་བཞི་པ་ཡི། །
མས་གཉིས་དྲུག་པའི་གསུམ་པ་དང་། །
བདུན་པ་ལ་ཞི་ཤ་མ་གཏོགས། །
རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཅུ་རྩ་བཤད། །

ཅེས་གསུངས་ཏེ། གོང་གི་བཞི་ཚོན་གྱི་སྡེ་བ་སྤེད་དང་བརྒྱད་དུ་
གནས་པ་དེ་ལས། སྡེ་ཚོན་དང་པོ། ཀ་ཁ་ག་ང་དང་། སྡེ་ཚོན་གསུམ་པ།
ཏ་ཐ་ད་ན། སྡེ་ཚོན་བཞི་པ། བ་པ་བ་མ་དང་བཅས་པ་སྡེ་ཚོན་སོ་སོའི་ཡི་
གེ་མས་མ་གཉིས་གཉིས་སོ། །དེ་ཡང་སྡེ་བ་དང་པོའི་མས་མ་ག་ང་གཉིས།
གསུམ་པའི་མས་མ་ད་ན་གཉིས་དང་། བཞི་པའི་མས་མ་བ་མ་གཉིས་ཏེ་
ཡི་གེ་དྲུག་དང་། སྡེ་བ་དྲུག་པ་ཞའི་སྡེ་ཚོན་གྱི་ཡི་གེ་གསུམ་པ་འ་ཡིག་
དང་། བདུན་པ་རའི་སྡེ་ཚོན་གྱི་ཤ་ཡིག་མ་གཏོགས་པའི་ར་ལ་ས་གསུམ་
དང་བཅས་པ་བཏོན་པས། ཁྱོན་ག་ང་ད་ན་བ་མ་འ་ར་ལ་ས་སྟེ་བཅུ་པོ་དེ་
ཉིད་ཟླ་ས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་བཅུ་རྩ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོ། །ཡང་ཟླ་ས་
འཇུག་གི་ནང་ནས་སྟོན་འཇུག་དབྱུང་བའི་ཕྱིར།

རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བརྒྱ་ཉིད་ལས། །

དང་པོ་གསུམ་པ་ལྔ་བ་རྒྱག།

བརྒྱན་པ་རྣམས་ནི་སྟོན་དྲུག་འཇུག།

ཅེས་གསུངས་ཏེ། རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་གང་དེ་ན་བ་མ་འར་ལ་ས་
སྟེ་བརྒྱ་པོ་དེ་ཉིད་ལས། གངས་དང་པོ་གྲ་གྲ་གསུམ་པ་དེ། ལྔ་པ་བ། རྒྱག་
པ་ལ། བརྒྱན་པ་འཡིག་སྟེ་ལྔ་པོ་དེ་རྣམས་ནི་རྗེས་སུ་འཇུག་པར་མ་ཟད་
སྟོན་དྲུག་འཇུག་གོ། ཞེས་པའོ། །དེ་ནས་མི་འཇུག་པ་བསྟན་པའི་སྒྲིབ།

མིང་གཞི་གཉིས་མཇུག་སྟེ་ལྔ་པ་ལས། །

དེ་ལ་དབྱེདས་ཀྱི་གཞི་ལྟན་ཡང་། །

གང་དྲུག་འཇུག་མིན་སྟེ་བཤད་མིན། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། བོད་དུ་རྗེས་འཇུག་སྤྱངས་ཟེན་པའི་ལྔ་གྲ་ལ། ཀ་ཁ།
ཅ་ཆ་ཇ་ཉ། ཏ་ཐ། བ་པ། ཅ་ཆ་ཇ་ཉ། ཞ་ཟ་ཡ། ག། ཏ་ཡ་སྟེ། སྟོན་འཇུག་
གང་དྲུག་མི་འཇུག་པའི་མིང་གཞི་ཁོ་ནར་གནས་པ་ནི་ཤུ་པོ་དེའི་ནང་
ནས། ཀ་ཏ། ཏ་པ། ལྔ་བུ་ཀ་དང་ཏ་ཡིག་སྟོན་དྲུག་པ་དང་། ཆ་ཀ། ཐ་མ་
ལྔ་བུ། ཀ་དང་མ་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་ཉིས་སྟེ་ལྔ་པ་ལས། ཡང་ན། པལ་ཉ། ཀ་ཞམ་

ཉ མ་དཔེ། འོག་ངོས་ཀྱི་ལྔ་པ་ཀ། ཞོམ་པར་ལ། ༡༠ན་ལ། ཀ། *མ་དཔེར་གྲགས་པ་རྣམས་
ཆོག་ལྟར་གྱི་མཐར་བུར་བལ་དེའི་མཐར་ལྟར་མ་གྲིས་པ་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་། འདིར་དེ་དག་ལ་འདྲ་གིས་ཡོད།

༡ མ་དཔེ། འོག་ངོས་ཀྱི་ལྔ་པ་ཀ། འཇུག་ *གཞུང་འདིར་མཇུག་ལ་འཇུག་གིས་པ་ཡང་ཡང་འབྱུང་
བ་ནི་མཐུག་ལ་འཇུག་དང་མཐུན་ལ་འཇུན་འབྱེ་བའི་ལུགས་ཡོད་པ་ལྟར་མཇུག་ལ་འཇུག་གིས་པ་འབྱུང་
བས་འདིའི་འཇུག་ཅེས་པའང་མཇུག་ལ་གོ་ཆོག་པར་སྟེ། ཞོམ་པར་ལ། ༡༠བཟུལ། རྗེས་

ལྟ་བུ་སྒོར་རྗེས་གཉིས་ཀ་ཡོད་པའི་སུམ་སྒྲེལ་ལས། དེ་དག་ལ་དབྱངས་
ཀྱི་གཞི་སྟེ། ཨི་ལ་སོགས་པའི་སྒོག་དང་ལྡན་པ། ཀཏི། ཏུ། ཆེ། རྩོམ།
པའོཅ། ཀཞིམ་ལྟ་བུ་ཐོད་སྐྱད་ཀྱི་ཡི་གེ་ལ་འབྱུང་བ་མི་སྲིད་ལ། སྲིད་ན་
ཡང་གསུང་རབ་ཀྱི་ཐ་སྙད་གང་དུའང་འཇུག་པ་མིན་ཞིང་། ལུ་མི་བདག་
གིས་སྒྱར་བའང་མིན་ནོ། །ཞེས་པའོ། །

འདིར་ཡང་གཞན་དུ་བཤད་པ་མང་ཡང་མངས་སུ་དོགས་ནས་མ་
བཀོད་ཅིང་། རྣམ་དཔྱད་ཀྱིས་ལེགས་པར་བརྟགས་ན་འདི་ཁོ་ན་འཐད་
པར་སེམས་སོ། །

གཉིས་པ་ཡི་གེའི་སྒྱུར་བ་དངོས་ཀྱིས་མིང་ཆིག་གི་འཇུག་པ་བསྟན་
པ་ལ། རྣམ་དབྱེ་འཕྲོས་དོན་དང་བཅས་པ་བཤད་པ་དང་། ཆིག་སྤང་རྒྱང་
པ་བཤད་པ་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ལ། རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་དང་འབྲེལ་བ་གོ་ལ་
སོགས་པ་བཤད་པ་དང་། རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་སོགས་བཤད་པ་དང་། རྣམ་
དབྱེ་བྲག་པ་ཉིད་བསྟན་པ་དང་། རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་ཉིད་བསྟན་པ་དང་།
དེ་དག་གི་ཡི་གེའི་སྒྱུར་ཚུལ་ལས་འཕྲོས་ནས་ཆིག་རྒྱན་སོགས་བཤད་
པ་དང་། རྣམ་དབྱེ་ལྔ་པ་སོགས་བཤད་པ་དང་། རྣམ་དབྱེ་བརྒྱད་པ་ཉིད་
བསྟན་པ་དང་བདུན་ནོ། །

དེ་དག་ལས། རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་དང་འབྲེལ་བ་འཆད་པའི་དབང་དུ་
བྱས་ཏེ། མཐར་གང་དུ་འཇུག་པའི་ཡི་གེ་ངོས་བརྒྱང་བའི་བྱིད།

རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བརྩ་ལྔ་ནི།

མིང་གང་གི་ནི་མཐར་ཐུར་བ།

དེ་ལ་ལྷ་ལི་བཞི་ལ་ཐུར།

ཞེས་གསུངས་ཏེ། རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་བརྩ་ལྔ་དེ་ཉིད་ནི། མིང་
འབྲུག། ཁྲང་། རྟེན། རོན། ཞེས་རབ། ལམ། དགའ། གསེར། དདུལ།
འདུས་བྱས་སོགས་གང་དང་གང་གི་མཐར་ཐུར་བ་དེ་ལ། སྐར་ཡང་རྗེས་
འཇུག་རང་འདར་ལྷ་ལི་བཞི་ལ་ཐུར་བའི་གོ་ངོ་དོ་མོ་མོ་འོ་རོ་ལོ་སོ་
ཞེས་པའི་སྐྱ་ཐུར་ཏེ། འབྲུག་གོ། ཁྲང་ངོ། རྟེན་ངོ། རོན་ལོ། ཞེས་རབ་
ལོ། ལམ་ལོ། དགའ་ལོ། གསེར་ལོ། དདུལ་ལོ། འདུས་བྱས་ལོ། ཞེས་
དང་། རྟེན་ལ་བསྟན་པ་ད་བྱ་གི་དབང་གིས། ཕྱིན་ཏོ། ལྷ་རང་
ཏོ། ལྷ་ལྷ་ཏོ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་ངོ། དེ་ཉིད་ཀྱི་མིང་བསྟན་པའི་ཕྱིར།

སྐར་བསྐྱ་བར་ནི་གཞི་བར་བྱ།

ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེའི་ཐ་སྙད་སྐར་བསྐྱ་བ་ཞེས་བྱ་བར་ནི་ཞེས་པར་
བྱའོ། དེ་ཡང་རང་གང་ལ་ཐུར་བའི་མིང་ལྷ་སྟེང་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི། ལྷ་ག་མ་
གཞན་མི་སྟོན་པ་མིན་ཏེ། སྐྱ་སྟོ་ལས། འོ་ལ་སོགས་པ་ལྷ་སྟེང་པའོ། ཞེས་
གསུངས་སོ། དེའི་ཕྱིར་རྫོགས་ཆེ་ག་ཅེས་ཀྱང་བྱ་སྟེ། དོན་དེ་རེ་ཞེག་
རྫོགས་པར་སྟོན་པའི་ཕྱིར་ངོ།

ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་ལ་རྣམ་དབྱེ་དང་པོའི་གཅིག་ཆིག་སྦྱར་བ་ན།
མིང་ཅམ་དུ་མ་བསྐད་པར་ཆིག་ཏུ་བྱུང་བ་ཡིན་ཀྱང་། བོད་འདིར་མིང་
ཅམ་ཁོ་ན་ལ་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་ཞེས་བྱ་ཞིང་། རྫོགས་ཆིག་སྦྱར་ཡང་མིང་
ཅམ་ལས་ཆིག་ཏུ་མི་འབྱུང་བོ། །དེའི་ཕྱིར་བྱམ་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་རྣམ་
དབྱེ་དང་པོའི་གཅིག་ཆིག་ཁོ་ནའོ། །

སྐབས་འདིར་ཞུ་ལུ་ལོ་ཆེན་སོགས་མཁས་པ་དུ་མས་བྱའོ་སྦྱུ་ནས་
ཡོད་དོ་ཞེས་བ་སྦྱར་བསྐྱེ་རྫོགས་ཆིག་ཅན་དངོས་མིན་པར་སྦྱར་བསྐྱེ་
ཅམ་པོ་བ་ཡིན་ནོ། །གསུངས་པ་འཐད་པར་མི་སེམས་ཏེ། འོ་ན་སྦྱར་བསྐྱེ་
ཅམ་ཞེག་ཡིན་ན་སྦྱར་བསྐྱེ་ཡིན་དགོས་སམ་མི་དགོས། མི་དགོས་ན་
སྦྱར་བསྐྱེ་ཡིན་ན། སྦྱར་བསྐྱེ་དང་བྱུང་པར་ཅན་ཡིན་དགོས་པར་འགྱུར་
ལ། དེ་ལྟར་ན་སྦྱར་བསྐྱེ་ཅམ་པོ་བ་བྱུང་པར་ཅན་གཉིས་སུ་སྦྱེ་བ་འགལ་
ལོ། །དགོས་ན་སྦྱར་བསྐྱེ་ཅམ་པོ་བ་ཡང་། སྦྱར་བསྐྱེ་ཡིན་པས། སྦྱར་བསྐྱེ་
དངོས་མིན་གསུངས་པ་དང་འགལ་ལོ། །

གཞན་ཡང་སྦྱར་བསྐྱེ་ཅམ་པོ་ཞེས་བ་དེ། སྦྱར་བསྐྱེ་ཅམ་གྱི་མིང་ཡིན་
ནམ་མིན། མིན་ན་གང་གི་མིང་ཡིན་པ་འཆད་དགོས་ལ། ཡིན་ན་སྦྱར་བསྐྱེ་
ཅམ། སྦྱར་བསྐྱེ་མིན་གསུངས་པར་འདུག་པས། མིང་ཅམ་ཡང་མིང་མིན་
གསུང་རྒྱས་སམ། རྒྱས་ན་ནི། མིང་ལ་མིང་བྱུང་པར་ཅན་གྱིས་བྱུང་པར་
འགྱུར་རོ། །

གཞན་ཡང་བྱའོ་སྙམ་ནས། ཞེས་པའི་འོའི་སྐྱ་སྐྱར་བསྐྱ་ཇོགས་ཆིག་
ཅན་མིན་པའི་རྒྱ་མཚན། སྙམ་ནས་ཞེས་པ་དང་སྒྲེལ་བས་ཡིན་ན། འོ་ན་
བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ཞེས་སོགས་ལ་ཡང་སྤྱི་མར་ཞེས་དང་དེ་སྐད་སོགས་
སྒྲེལ་བ་ཡོད་པས། དེ་དག་གྲང་སྐྱར་བསྐྱ་མིན་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་སྐྱར་
ན་སྤྱི་མར་ཆིག་གཞན་མེད་པའི་འོ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱ་སྐྱར་བ་དགོན་པས་
སྐྱར་བསྐྱ་ཡང་རྟེན་དཀའ་བར་གྱུར་རོ། །

དེས་ན་བྱའོ་ཞེས་པའི་འོའི་སྐྱ་ཇོགས་ཆིག་ཡིན་ཞིང་། དེའི་མཐར་
མིང་གཞན་སྒྲེལ་བ་ཡོད་ཀྱང་། འོའི་སྐྱས་དེ་འདྲེན་པ་མིན་ནོ། །

རྣམ་སྤྱིང་པས་ཀྱང་། དེ་དང་ཆ་མཐུན་པར་མཛད་ཁུལ་བྱས་ནས།
དཔེར་བརྗོད་ལ། ཉག་གོ། །མཐོང་ངོ་སོགས་སྐྱར་བསྐྱ་ཇོགས་ཆིག་ཅན་
དངོས་དང་། བཏག་གོ། །འབྱུང་ངོ་། །འདོད་དོ་སོགས་སྐྱར་བསྐྱ་ཅམ་པོ་
བ་ཡིན་གསུངས་པ་ནི་ཉ་ཅང་དཔའ་ཐལ་ཞིང་སྒོ་ལྷན་རྣམས་སྒྲེལ་བའི་
གནས་ཡིན་པར་རྟོགས་སྒྲུའོ། །

འདི་རྣམས་སྐྱར་བསྐྱ་དངོས་ཡིན་པ་ལ་དོགས་པ་དེ་འདྲ་མི་དགོས་
ཀྱི། དེ་བས་བྱེད་པ་པོ། ཆོང་བ་པོ། ཡིན་པར་གོ། །དགོ། །བཙུན་མོ། སྤྱི་
པོ་སོགས་བདག་པོ་དང་། མོ་ཉགས་དང་། རིགས་པ་དང་། དེས་གཟུང་
སོགས་དོན་གཞན་ལ་འཇུག་པ་དེ་རྣམས་དང་མ་འཁྲུལ་བ་དགོས་སོ་ཞེས་
གསུངས་ན་དོན་ཆེའོ། །

གཉིས་པ་རྣམ་དཔྱེ་གཉིས་པ་སོགས་འཆད་པ་ལ། རོག་མར་འཇུག་
པའི་ཡི་གེ་ངོས་བཟུང་བ་ནི།

རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བརྟུ་པོ་ལས། །
གང་མིང་མཐའ་ན་བརྟུ་བ་གནས། །
དེ་ལ་ལྷ་ལི་གཉིས་པ་སྦྱར། །
གང་མིང་མཐའ་ན་བརྟུ་བ་གནས། །
དེ་ལས་གཉིས་པ་ལྷ་ཡང་སྦྱར། །
གང་མིང་མཐའ་ན་གསུམ་པ་གནས། །
དེ་ལ་ལྷ་ལི་གཉིས་པ་སྦྱར། །
བཞི་བ་དགུ་བ་དངོས་ཀྱང་སྟེ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་བརྟུ་པོ་ལས་ཏེ། དེའི་ནང་
ནས། གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་གི་མཐའ་ན། རྗེས་འཇུག་བརྟུ་བ་ས་ཡིག་
གནས་ཤིང་། དེ་དང་མཐུན་པའི་ས་ཡིག་ལ། ལྷ་ལི་གཉིས་པ་སྦྱ་སྦྱར་བ་
སྟུང་དང་། གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་གི་མཐའ་ན། རྗེས་འཇུག་བརྟུ་བ་ལ་
དོན་གྱི་ར་ཡིག་གནས་པ་དེ་ཉིད་ལ། ལྷ་ལི་གཉིས་པ་སྦྱ་ཡང་སྦྱར་བ་རུ་
དང་། གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་གི་མཐའ་ན། རྗེས་འཇུག་གསུམ་པ་ད་ཡིག་
གནས་ཤིང་། དེ་དང་མཐུན་པའི་ད་ཡིག་ལ་ལྷ་ལི་གཉིས་པ་སྦྱ་སྦྱར་བ་དུ་
དང་། རྗེས་འཇུག་བཞི་པ་ན་དང་། དགུ་པ་ལ་ཡིག་གཉིས་པོ་དངོས་ཏེ།

དབྱངས་སྒྱུར་བ་ལ་མ་ལྟོས་པར་འོག་གི་དོན་རྣམས་ལ་འཇུག་པའོ། །ཀྱང་
ནི་དབྱངས་སྒྱུར་བ་རྣམས་སུ་མ་ཟད་པའོ། །སྟེ་ནི་ལྷག་མ་འདྲེན་པའོ། །དེ་
ལྟར་ངོས་བཟུང་བའི་སྲ་རུ་དུ་ན་ལ་རྣམས་ཀྱི་འཇུག་པ་བསྟན་པའི་ཕྱིར།

ལས་དང་ཆེད་དང་ཉེན་གནས་དང་། །

དེ་ཉིད་ཆེ་སྐབས་ལ་སྒྲུ་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་རྣམས་ཀྱི་འཇུག་ཡུལ་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་
པ་ནི་ལྷ་སྟེ། རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ་དང་། བཞི་བ་དགོས་ཆེད་
དང་། བདུན་པ་གནས་གཞིའམ་ཉེན་གནས་དང་། དེ་ཉིད་དམ་བཤེན་པ་
དང་། ཆེ་སྐབས་རྣམས་ལ་འཇུག་པ་ལ། ལའི་སྒྲ་དང་མཐུན་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་སྲ་ལ་སོགས་པ་རྣམས། རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ་ལ་
འཇུག་པ་ནི། དཔེར་ན། གཡས་སུ་ཉལ། ཁོག་མ་རུ་ཤ་འཆོས། ལམ་དུ་
ཕྱིན། སེ་ར་ན་ཆོས་ཉན། ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་རྗེས་འཇུག་གི་དབང་
གིས་ཡི་གེ་མི་མཐུན་ཡང་། དེ་རྣམས་ཐམས་ཅད་ལ། ལ་ཡིག་འཇུག་སྟེ།
གཡས་ལ་ཉལ། ཁོག་མ་ལ་ཤ་འཆོས། སེ་ར་ལ་ཆོས་ཉན་ལྟ་བུ་དང་། ད་
བྲག་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་འཛོལ་བ། ཕྱི་རོལ་ཏུ་བསྐྱད། ཐབ་ཏུ་མེ་བཏང་།
ལག་ཏུ་སྤྲད་སོགས་ལྟ་བུའོ། །

རྣམ་དབྱེ་བཞི་བ་དགོས་ཆེད་ལ་འཇུག་པ་ལ་ཡང་། ལའི་སྒྲ་དང་

མ་ཐུན་ཏེ། དཔེར་ན། མཐོ་ངེས་སུ་སློན་ལམ་ཐོབ། ཐར་བ་ཐོབ་པ་རུ་བདག་
མེད་བསྐྱོམ། གལ་གྱི་ཆེད་དུ་འཆངས། འབྱེད་ཀྱི་ཕྱིར་དུ་བསྐྱིམས། སྐལ་
བའི་དོན་དུ་འཐབ། རྒྱན་དུ་གསེར་བརྟུངས། ཆོགས་ན་མང་ང་བསྐྱོལ།
ཐར་བ་སྐྱབ་ཏུ་ངེས་འབྱུང་བསྐྱེད་སོགས་ལ། མཐོ་ངེས་ལ་སློན་ལམ་ཐོབ།
ཐར་བ་ཐོབ་པ་ལ་བདག་མེད་བསྐྱོམ་སོགས་ཐམས་ཅད་ལ་ལ་ཡིག་སྐྱུར་
རུང་བ་ལྟ་བུའོ། །

རྣམ་དགྱེ་བདུན་པ་གནས་གཞིའམ་ཉེན་གནས་ལ་འཇུག་པ་ནི། ཤར་
ཕྱོགས་སུ་ཡོད། བུམ་པ་རུ་ཆུ་གནས། མདུན་དུ་མི་འདུག །གཤམ་དུ་
མེ་མོང་གསལ། བྱང་དུ་ཚུ་མང། རྒྱ་གར་དུ་ཆོས་དར། བོད་དུ་སྐམ་བུ་
ལེགས། རབ་གསལ་དུ་དཔོན་པོ་བཞུགས། མདུན་དུ་དཀར་ཡོལ་མཛེས།
རྒྱ་ནག་དུ་དར་མང། རྒྱལ་ཁབ་དུ་བཅུན་མོ་གནས། ཕྱི་རོལ་དུ་སློང་མོ་པ་
འབྱོར་སོགས་ལ། ལ་ཡིག་འཇུག་པ་ནི། ཤར་ཕྱོགས་ལ་ཡོད། བུམ་པ་ལ་
ཆུ་གནས། སོགས་ཐམས་ཅད་ལ་ལ་ཡིག་སྐྱུར་དུ་རུང་བ་ལྟ་བུའོ། །

དེ་ཉིད་དམ་བདེན་ལ་འཇུག་པ་ནི། བརྗོད་བྱའི་དངོས་པོ་དེའི་རང་
གཞིན་ནས། རོ་བོར་བདེན་པར་སློན་པ་སྟེ། བུམ་པ་ལྟ་བུ་འདུས་བྱས་ཀྱི་
ཀུན་རྫོབ་པའི་གནས་ལུགས་སམ་རང་བཞིན་དེ་ཀ་རང་དུ་བདེན་པར་
ཡིད་ཆེས་པ་ལ་འདུས་བྱས་སུ་བྱུག། ཅེས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ། ཆོས་སུ་
གནས། མི་སྐྱ་བ་རུ་ངེས། ཆོས་ཉིད་དུ་གསལ། དོན་དུ་གནས། དག་བཅོམ་

དུ་གྲུབ། མི་རྟག་པ་རང་དུ་འདུག །གསེར་དུ་གསལ་ལ། གསལ་ལ་དུ་བཏང་། དེ་
ཀ་རང་ན་འདུག །རྟག་ཏུ་གནས། རབ་ཏུ་གྲུབ། བེན་ཏུ་བདེན་སོགས་ལྟ་
བུའོ། །དེ་རྣམས་ཀྱི། རྟག་ཏུ། རབ་ཏུ། བེན་ཏུ་སོགས་ལ། ལ་ཡིག་སྦྱར་ན་
མི་མཛེས་ཤིང་བརྗོད་མི་བདེ་བས། དེ་འབྲེལ་རིགས་མ་གཏོགས་པ་པལ་
ཆེར་ལ་ལ་ཡིག་སྦྱར་དུ་བྱང་ངོ་། །

ཆེ་སྐབས་ལ་འཇུག་པ་ནི་དེ་ལྟར་དུས་ཀྱི་ཆེ། དེ་ལྟར་དུས་ཀྱི་སྐབས་ཞེས་
པ་དང་དོན་གཅིག་པར་འཇུག་པ། དེ་ལྟར་དུས་ན། དེ་ལྟར་སྤྱ། དེ་ལྟར་ལ་
ཞེས་པས་མཆོན་ཏེ། ཉིན་གྲང་ལ་སླེབ་པ་བྱ། ཉི་མ་བྱེད་དུ། ཉི་ཤར་དུ། བྱེད་
ཡོལ་དུ། དུས་གཞན་དུ། ཉི་ལྱབ་ཏུ། ཞེས་སོགས་པ་ལ། དེ་ལྟར་དུས་ཀྱི་ཆེ།
ཉིན་གྲང་ལ་སླེབ་པའི་ཆེ། ཉི་མ་བྱེད་ཀྱི་ཆེ། ཉི་ཤར་ཀྱི་ཆེ། བྱེད་ཡོལ་ཀྱི་ཆེ།
དུས་གཞན་ཀྱི་ཆེ། ཉི་ལྱབ་ཀྱི་ཆེ་ཞེས་ཆེ་སྦྱར་བ་དང་འབྲ་བ་དང་། འདི་སྐད་
བདག་གིས་ཐོས་པ་དུས་གཅིག་ན། ཞེས་པ་དང་། གཞན་ཡང་གཞུང་རྣམས་
ནས་སྐྱ་ཆེར་འབྱུང་བ་རྣམས་ཀྱང་ལའི་སྤྱ་དང་དོན་མ་སྟུན་ནོ། །

རུ་བསྐྱས་པའི་ར་ཡིག་ཀྱང་ལ་དང་མ་སྟུན་ཏེ། དཔེར་ན། ཁོག་མར་ཤ་
བཙོས་ཞེས་པ་གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ་དང་། སྤྱ་སར་ཁང་པ་བཙེགས་ལྟ་
བུ་བཞི་པ་དགོས་ཆེད་དང་། བུམ་པར་ཚུ་ཡོད་ལྟ་བུ་བདུན་པ་གནས་གཞི་
དང་། མི་རྟག་པར་གྲུབ་ལྟ་བུ་དེ་ཉིད་དང་། སྤྱ་མོར་བྱིན་ལྟ་བུ་ཆེ་སྐབས་ལ་
འཇུག་ཅིང་། དེ་རྣམས་ཀྱི། ར་ཡིག་འཕྲོག་པ་ལ་ལ་ཡིག་ཀྱང་འཕྲོག་ནོ། །

རྣམ་སྒྲིང་བས། དེ་ལ་གཉིས་པ་ཟུ་ཡང་སྦྱར། ཞེས་པ་ལ་རྟེན་གཞིའི་
སྦྱར་ཡིག་ཉམས་པ་ཡིན་པས། གཉིས་^༡པ་ཟུ་ཡང་སྦྱར། ཞེས་པ་འཐད་
པའི་རྒྱ་མཚན་ར་མཐར་རུ་མི་འབྱུང་ཞིང་། འདིའི་གཉིས་པ་སྟོན་འཇུག་
གི་གཉིས་པ་ད་ཡིག་ཡིན་པས། ད་ལ་ཟུ་སྦྱར་བའི་དུ་ཞེས་པ་ར་མཐར་
མ་ཐུན་པས་སོ། །ཞེས་འཆད་ཀྱང་། མ་དགོངས་པར་གསལ་ཏེ། འདིར་
ཡང་གི་སྦྱར་མིགས་ཀྱིས་སྦྱར་བ་ནི། དཔེར་ན། ལུམ་པར་རྒྱ་ཡོད། ཅེས་
པ་ལྟ་བུ་ལ་མཚོན་ན། དེའི་ར་ཡིག་རྣམ་དབྱེ་བ་དུན་པར་འཇུག་པར་མ་
ཟད། ལུ་དང་དུ་ལྟ་བུ་རྗེས་འཇུག་སྔ་མ་ལས་ལོགས་སུ་རང་འབར་ཟུ་སྦྱར་
བ་མིན་པར། ར་དེ་ཉིད་ལ་ཟུ་སྦྱར་བ་ཡང་འཇུག་པའི་དོན་དུ་གསལ་ཞིང་།
ཟུ་སྦྱར་ཞེས་པའི་^༢འཇུག་^༡དུ་ཡང་འཕྲོབ་ཀྱང་། ཆོག་སྦྱོར་གྱི་དབང་གིས་
ཡིན་ལོ། །

ར་ཡིག་འཕྲོབ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཡང་། རྟེན་གཞིའི་སྦྱར་ཡིན་པ་མི་
འཐད་དེ། ཟུ་སྦྱོར་བའི་བྱ་བ་དངོས་སུ་བྱེད་པའི་གཞི་ད་ཡིག་ཡིན་པར་
རྟོགས་སྦྱང་བའི་ཕྱིར་རོ། །

སྦྱ་སྦྱོར་ཡང་། འཇུག་ཚུལ་ལས་ཆེར་གཞུང་འདི་དང་མ་ཐུན་པར། ལ་
ནི་གཉིས་པ་བཞི་པ་དང་། །བདུན་པ་སྦྱད་དང་སྦྱོར་བ་དང་། །སྟོན་དང་

^༡ མ་དཔེ། འོག་ངོས་ཨ་ལྷེང་༡༣ན། བ *གཞན་གྱི་འདོད་པ་བརྟོད་པ་ཡིན་པས་གཉིས་པ་ཞེས་འདོན་
དགོས། ཞོལ་པར་ན། ༡༩ན༡ན། བར

^༢ མ་དཔེ། འོག་ངོས་ཨ་ལྷེང་༡ན། འཇུག *འདི་ཡང་གོང་དང་མཚུངས། ཞོལ་པར། ༡༩ན༩ན། མཇུག

ཚད་འཛིན་གཞི་དང་ནི། །ཆེ་སྐབས་དག་ཏུ་འདོད་པ་ཡིན། །

ཞེས་ནམ་དགེ་གཉིས་པ་བཞི་པ་བདུན་པ་དང་། ཆེ་སྐབས་ནམས་
ལ་འབྲུག་པར་བཤད་ཅིང་། གཞུང་འདིར་མ་བཤད་པ། སྟུང་པ་དང་།
མཆམས་སྒྲུང་དང་། སྟོན་པ་དང་། ཚད་འཛིན་བཞི་ལ་འབྲུག་པར་བཤད་
ལ་དཔེར་བརྗོད་ཀྱང་། དེའི་འགྲེལ་བར། སྟུང་པ་ལ་ལག་པ་བསྟུན་ལ་ཟས་
ཟ། ཞེས་པ་དང་། སྒྲུང་བ་ལ་འདི་ན་མེ་ཡོད་ལ། འདི་ན་མེད་དོ། །ཞེས་
དང་། སྟོན་པ་ལ་བདག་ནམ་ཞིག་ན་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ལ་གྱུར་ནས་
ཀྱང་། ཞེས་དང་། ཚད་འཛིན་ལ། རི་ཅམ་ལ། དེ་ཅམ་ལ་ཞེས་པ་ནམས་
བཀོད་མོད། འདི་དག་ལས་ཚད་འཛིན་མ་གཏོགས་གཞན་ནམས། ལྷག་
མ་འབྲེན་ལུགས་ཀྱི་ནམ་གངས་མི་འབྲ་བ་ཅམ་ལས། དོན་དུ་ལྷག་བཅས་
ཀྱི་སྟེའི་སྒྲ་དང་བྱ་བ་གཅིག་པ་ནི། ལག་པ་བསྟུན་ཏེ་ཟས་ཟ། འདི་ན་མེ་
ཡོད་དེ་འདི་ན་མེད་དོ། །ཞེས་སོགས་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་པས། ལྷག་བཅས་ལས་
མ་འདས་སོ། །

སྟུང་པ་དང་། མཆམས་སྒྲུང་ནི་འོག་ནས་འཆད་ལ། སྟོན་པ་དང་།
ཚད་འཛིན་ནི། གྱུར་ཅས་པ་དང་། ཅམ་ཞེས་པས་སྟོན་ཅིང་། ལ་ཡིག་གི་
བུས་པ་མིན་ནོ། །དེ་ལྟ་མིན་ན། འདི་བུམ་པ་ཡིན་ལ་ཞེས་པའི་ལ་ཡིག་
ཀྱང་བུམ་པ་ཡིན་པ་སྒྲུབ་པའི་སྟེད་དུ་འགྱུར་དགོས་པ་ལས། བུམ་པ་ཡིན་
པ་ནི་ལ་ཡིག་ལ་མི་ལྟོས་པའི་བྱིར་དང་། དེའི་ལ་ཡིག་ནི་ཆོག་བྱི་མའི་

ལྷག་མ་ཡོད་པ་སྟོན་པ་ཅམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཞན་ཡང་སྤྲོས་ཤིང་། ལུ་ལ་སོགས་པ་ལ་དང་མཐུན། །དེ་ཉིད་དག་ནི་
ལྷག་པ་ཡིན། །དེ་བཞིན་ལྷག་བཅས་ལ་ལའོ། །

ཞེས་ལ་ཡིག་དེ་ཉིད་ལ་མི་འབྲུག་ཅིང་། ལུ་ལ་སོགས་པ་ལྷག་བཅས་
ལ་མི་འབྲུག་པར་གསུངས་པ་ནི་མི་འཐད་པར་མཐོང་སྟེ། ལྷག་བཅས་ལ་
དེ་ལྟར་ཡིན་དུ་ཚུགས་ཀྱང་། ལ་ཡིག་དེ་ཉིད་ལ་མི་འབྲུག་པར་བཤད་པ་ནི།
གཞུང་འདིར། ལས་དང་ཆེད་དང་རྟེན་གནས་དང་། །དེ་ཉིད་ཆོ་སྐབས་ལ་
སྤྲོ་ཡིན། །ཞེས་ལ་ཡིག་དོན་ལྡ་པོ་དེར་འབྲུག་པ་གཞིར་བཞག་ནས། ལུ་
ལ་སོགས་པ་ཡང་དོན་ལྡ་པོ་དེར་འབྲུག་པ་ལ། ལའི་སྤྱད་དང་བྱུང་པར་མེད་
པར་བཤད་པ་དང་དངོས་སུ་འགལ་བས་སོ། །གལ་ཏེ་ལ་ཡིག་དེ་ཉིད་
ལ་འབྲུག་ཀྱང་བྱུང་ཆེ་ཚུང་ཡོད་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་ཡང་
འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་འབྲུག་པ་མང་བའི་དཔེར་བཞིན་ཀྱང་མང་དུ་
བསྟན་ནས། འབྲུག་པ་ཅུང་ཞིང་དགོན་པ་དེ་ཉིད་རྟོགས་དཀའ་བས་རྩལ་
དུ་བརྟོན་ནས་འཆད་དགོས་པ་ལས། དཔེར་བཞིན་ཅམ་ཡང་མ་བཤད་
པས་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ན་ཡིག་ཀྱང་སྤྲོས་ཤིང་། ན་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་གི་དོན། །དམིགས་གྱིས་
འབྱེད་དང་རྒྱ་མཆན་དང་། །རྒྱ་མཆན་དོན་གྱིས་བསྟན་པ་དང་། །ལས་
དང་ཆེད་དང་རྟེན་གནས་དང་། །སྤྱི་ཆོག་དེ་གཞན་སོགས་སྟོན་དང་། །འོས་

པར་དཀའ་བ་མཆོག་འཛིན་པ། །སྤྱི་ཆོག་ངེས་པར་འབྱེད་པ་དང་། །དེ་
ལས་བསྐྱོག་པ་ཉིད་དང་ནི། །འགལ་དང་མི་འགལ་སྟོན་པ་དང་། །སྟོན་དང་
འདྲི་དང་ཐེ་ཆོམ་གཞི། །ཆེ་སྐྱབས་རྣམས་ལ་འདི་མཐོང་ངོ་། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལས། དམིགས་ཀྱིས་འབྱེད་པ་ནི། དམིགས་ཀྱིས་
བསལ་བའི་དོན་ཡིན་པས། དགར་བ་དང་དོན་གཅིག་གོ། །འདི་ལ་གལ་
འཇུགས་པ་དང་། གཞུང་འཇུགས་པ་གཉིས་ལས། གལ་འཇུགས་པ་ནི།
ཡིན་གང་ན་ཞེས་སྤྲ་མ་མཐའ་གཉིས་སོགས་སུ་བཅད་ནས། སྤྱི་མ་ལ་དོན་
གཅིག་གལ་དམིགས་སུ་འཛིན་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུའོ། །གཞུང་འཇུགས་
པ་ནི་དངོས་སུ་ན། མདོར་ན་ལྟ་བུ་གཞུང་གི་དོན་བྱུང་པར་དུ་བཏོན་ནས་
དམིགས་ཀྱིས་འབྱེད་པའོ། །

རྒྱ་མཆན་ནི། བྱས་པ་ན། མི་རྟག་གོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བྱས་པའི་རྒྱ་
མཆན་གྱིས་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་དང་དོན་གཅིག་གོ། །

རྒྱ་མཆན་དོན་གྱིས་བསྟན་པ་ནི། འདི་ན་དུ་བ་མེད་ན་ནི། མེ་རི་ལྟར་
ཡོད་ཅེས་པ། རྒྱལ་བ་གཞན་ལ་མེ་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་ཆེ། དངོས་སུ་དུ་བ་
མེད་ན། མེ་རི་ལྟར་ཡོད། ཅེས་ངེས་ནས་མེ་ཡོད་པ་བཀག་སྟེ། རྒྱགས་ལ་
མེད་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཆན་ནམ་གཏན་ཆོགས། དུ་བ་ཡོད་དགོས་པ་ན་ཡིག་
གིས་ཐོན་པ་ལྟ་བུའོ། །

རྣམ་གྲིང་པས། འདིའི་དབེར་བརྗོད་དུ། དེས་ན་ཆོས་ལ་བསྐྱབ་པར་

བྱའོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡང་། དེ་ཞེས་པས་གོང་དུ་རྒྱ་
མཆན་བརྗོད་པ་དེ་ཉིད་དངོས་སུ་ངེས་པར་བཟུང་ནས། འེས་ཞེས་པ་
བསྐྱས་པའི་ས་ཡིག་བྱེད་པའི་སྐྱ་སྐྱར་བས་གཞན་སྐྱབ་པར་དངོས་སུ་
སྟོན་ལ། ར་ཡིག་གིས་རྒྱ་མཆན་དེ་ཉིད་ཆོས་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་རྒྱ་
མཆན་དུ་དངོས་སུ་འབྲེན་པ་ཞིབ་མོར་བརྟགས་ན་ཤེས་སོ། །དེ་ལྟ་མིན་
ན། དེས་ན་ཞེས་པའི་ཆིག་གིས་གང་དངོས་སུ་བསྟན་པ་བརྗོད་དགོས་པ་
ལས། གཞན་དངོས་སུ་སྟོན་པ་མི་རྟེན་པའི་ཕྱིར་དོ། །

དེ་བཞིན་དུ། གང་དུ་ཤ་བ་ཡོད་པ་དེར་ཤིང་ཡོད་པ་ཡིན་ན། གནས་
འདི་ནི་ཤིང་གིས་དབེན་པའི་ཐང་ངོ་ཞེས་ན་ཡིག་གིས་ཆིག་ཕྱི་མའི་དོན་
སྲ་མའི་དོན་ལས་གཞན་དུ་སྟོན་པ་ལྟ་བུའོ། །

འདིར་ཡང་རྣམ་སྤྲིང་པས། གང་དུ་དུ་བ་ཡོད་ན་མེ་ཡོད་ཅེས་པའི་
དབེར་བརྗོད་བཞོད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་མ་དགོངས་པ་སྟེ། དེའི་ན་ཡིག་རྒྱ་
མཆན་ལ་འཇུག་པས་གོང་མ་དང་རྫོས་ལ། དོན་གཞན་ཞིག་སྟོན་པ་
དང་། དོན་དེ་སྲ་མ་ལས་གཞན་དུ་སྟོན་པ་གཉིས་ཀྱི་དམིགས་མི་བྱེད་ཅིང་
སོགས་ཀྱི་སྐྱ་ལའང་བརྟགས་པ་ཡེ་མ་བཅུག་པའི་འོལ་ཆོད་དོ། །

གཞུང་དོན་ནི། ཆིག་ཕྱི་མའི་བརྗོད་བྱ། སྲ་མའི་དོན་དེ་ལས་གཞན་དུ་
སྟོན་པར། འབྲེལ་བའི་དབེར་བརྗོད་ཀྱིས་རྟོགས་པར་སྤྲོ། །སོགས་སྐྱས་
སྲ་མ་དང་འགལ་བ་དང་། ཕྱི་མ་ཉིད་མེད་པར་སྟོན་པ་སོགས་བསྐྱའོ། །

འོས་པར་དགའ་བ་སྟེ། མི་འོས་པ་དཔེར་ན་དཔོན་ལྟ་བུས་ངན་ལས་
བྱ་མི་འོས་པ་ཡིན་པས། དེ་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་ནི། དཔོན་གྱིས་ངན་ལས་
བྱ་བ་ནི། ཤིན་ཏུ་མི་རིགས་པར་འཛིན་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་བརྒྱང་བའི་སྒོ་
ནས། དཔོན་གྱིས་ངན་ལས་བྱེད་ན། གཡོག་ལྟ་ཅི་སྒོས་ལྟ་བུ་དང་། རྒྱ་
པས་ཆང་མ་བྱང་ན་མི་ནག་པ་ལྟ་ཅི་སྒོས་ལྟ་བུ། མི་འོས་པའི་ཆོག་གིས་བྱི་
མའི་དོན་ངེས་པར་བྱེད་པའོ། །

དེ་ལས་ལྟོག་པ་གཡོག་ལྟ་བུས་ལས་བྱེད་ན་དཔོན་ཡང་ལས་བྱེད་དོ་
ལྟ་བུ་སྔ་མ་འོས་པའི་ཆོག་གིས་བྱི་མ་ངེས་པར་བྱེད་པའོ། །

འགལ་བ་དང་མི་འགལ་བར་སྟོན་པ་ནི། ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་ན་དོན་དམ་
པར་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ལྟ་བུའོ། །འདི་བརྟག་པར་བྱ་བའི་གཞིའོ། །

ཐེ་ཆོམ་བྱི་གཞི་ནི། ལྷ་གུ་ལ་རྒྱ་དགོས་ན། རྒྱ་གཅིག་གིས་ཆོག་
གས། དུ་མ་དགོས་ཞེས་མཐའ་གཉིས་སུ་དོགས་པ་ལྟ་བུའོ། །སྟོན་པ་ནི།
བདག་བྱང་རྒྱབ་ཐོབ་ན་ལྟ་བུའོ། །དེ་བའི་གཞི་ནི་བུམ་པ་ཡོད་ན་དེ་རི་ལྟར་
ཡོད་ལྟ་བུའོ། །

ནམ་དུ་བྱེ་གཉིས་པ་དང་། བཞི་བ། བདུན་པ་ནམས་དང་། དེ་ཉིད་དང་
ཆེ་སྐབས་ལ་འཇུག་པ་ནི་བཤད་ཟེན་ཏོ། །

འོན་ཀྱང་སྤྱི་སྒོའི་སྐབས་འདིར་དབྱེད་གཞི་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་འདུག་
ཀྱང་། འཇུག་པ་འདི་དག་ཤེས་རབ་སྟེ་བ་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བས་བཞོད་

ཅིང་། འཐད་མི་འཐད་གྱི་དབྱད་པ་བྱས་ན་མང་དུ་དོགས་ནས་བཞག་གོ།
འདིར་ལ་དོན་གྱི་སྒྲ་རྣམས་དོན་ལྡན་ལ་འཇུག་ཚུལ་གྱི་དབྱེ་བ་ཉོགས་
པར་དགའ་བས། སྒྲ་ཡང་བཤད་པར་བྱ་སྟེ།
འདི་ལ་རྣམ་སྒྲིང་པས། རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་དང་བཞི་པ་མ་བྱེད་པར།
དབང་བསྐྱར་དུ་གསོལ་ཞེས་པ་གཉིས་པའི་དཔེར་བཟོད་དུ་བཀོད་པ་མི་
འཐད་དེ། དེ་དབང་བསྐྱར་བའི་ཆེད་དུ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ཡིན་པས་
བཞི་པ་ཡིན་ནོ། །

བསམ་དུ་མེད། གསལ་དུ་བཏང་། ཞེས་པ་ཡང་བསམ་པར་བྱ་བའི་
ངོ་བོ་ཉིད་དུ་མ་བྱུབ་པ་དང་། གསལ་བའི་ངོ་བོར་བཏང་། ཞེས་པ་ཡིན་
ཞིང་། གཞི་གཞན་ལ་བྱ་བ་བྱས་པ་ལ་འཇུག་པ་མ་ཡིན་པས་དེ་ཉིད་ལ་
འཇུག་གོ། གཉིས་པའི་དཔེར་བཟོད་དུ་མི་འཐད་ལ། རང་དུ་རྒྱག་ཅེས་
བཤང་གཞི་ནང་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་བ་སྒྲོས་ཤིག་པའི་དོན་ཡིན་པས། དེ་
ཉིད་ལ་མི་འཇུག་ཅིང་། རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་དཔེར་བཟོད་དུ་འཐད་པའི་
སྒྲིང་རོ། །

གཞན་ཡང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཅེས་པའི་དེ་དང་ཁོ་དང་ན་དང་ཉིད་རྣམས་
ཁ་སྤལ་ནས། དེ་ཞེས་པ་ཐ་སྙད་འདས་མ་ཐག་པའམ། དངོས་པོ་གཞན་ལ་
འཇུག་པར་བཤད་པ་ནི། འོག་ནས་འཆད་པ་ལྟར་བདེན་པའི་དངོས་པོ་འམ་

༡ མ་དཔེ། འོག་ངོས་ ༣༡ ཟླ་ ༡༤ གོ། ཞོལ་བར། ༡༩བཟ། གོ།

དེ་ཉིད་ལ་འཇུག་པའི་དཔེར་བཟོད་དུ་རིགས་ཤིང་། བྱེད་རང་གིས་ཀྱང་།
དེའི་དཔེར་བཟོད་དུ་བཞོད་པ་དང་དངོས་སུ་འགལ་བ་དང་། ཁོ་ཞེས་པ་
ལ་ཆོག་གྲོགས་ཀྱི་བཤད་པ་ལས་མ་བྱུང་བས་གསུང་རྒྱས་་་་གཏུགས་་
ཤིང་། གླུ་བས་དེར་རང་ཞེས་པའི་སྐྱ་དང་འབྲ་བར་ངེས་བཟུང་དུ་མ་
དགོངས་པར་ཟད་དོ། །འདི་ལ་སོགས་པ་ནོར་ཞིང་མ་འབྲེལ་བ་ཤིན་ཏུ་
མང་བར་སྒྲུང་ཡང་། གོང་གི་དེ་རྣམས་ཀྱི་དབྱུང་པ་གཞུང་དོན་རྟོགས་པ་
ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བས་འདིར་བཟོད་ཀྱི། ཐམས་ཅད་དགག་པར་མི་ལང་ངོ་། །

དེས་ན་འདི་དག་གི་བྱེད་པར་ནི། ཐབ་ལ་མེ་བཏང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།
གཞི་གཞན་ལ་བྱ་བ་བྱས་པ་དང་། བྱེད་པ་སོགས་སྟོན་པའི་ལ་སྐྱ་རྣམས་
རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་དང་།

མགོན་པོ་ལ་མེ་བཏང་ལྟ་བུ་བྱ་བ་བྱེད་པའི་གཞི་དངོས་མ་ཡིན་པར།
དེ་ལ་མེ་བཏང་བནི། དེའི་ཆེད་དུ་མེ་བཏང་བ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་དགོས་པ་ལ།
ལ་སྐྱ་སྐྱར་ཏེ། བྱ་བ་མེ་བཏང་བར་སྟོན་པའི་ལའི་སྐྱ་ནི་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པའོ། །

ཐབ་ལ་མེ་ཡོད་ལྟ་བུ། གཞི་ཐབ་ལ་མེ་བཏང་བ་སོགས་ཀྱི་བྱ་བ་བྱས་
པ་མི་བཟོད་པར། མེའི་ངོ་བོ་ཅམ་ཡོད་པར་བཟོད་པའི་ལའི་སྐྱ་ནི་རྣམ་
དབྱེ་བདུན་པའོ། །

འདུས་བྱས་སུ་བྱུང་ལྟ་བུ། གཞི་གཞན་ལ་མི་བཅི་བར་ཆོས་རང་

༡ མ་དཔེ། འོག་ངོས་ ༣༩ བཅེད་ ༤༣། ཞོལ་པར་མ། ༡༧ ན་༡༣། གཏུགས་ *འདི་རྟུགས་དང་རྟུགས་སོགས་
སུ་བཅོས་པ་མ་དགགོ།

རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ཅེས་དུ་གྲུབ་པ་སོགས་སྟོན་པའི་ལའི་སྤྲིན། དེ་ཉིད་དམ་
བདེན་པའི་དངོས་པོ་སྟོན་པ་ཞེས་བྱའོ། །

རྣམ་དབྱེད་བདུན་པ་དང་འདི་གཉིས་ཀྱི་བྱེད་པར་ནི། གཞི་གཞན་ལ་
ཡོད་པའི་གྲུབ་པ་དང་། རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་ཡོད་པའི་གྲུབ་པ་གཉིས་
ཀྱིས་དབྱེ་བར་བྱ་སྟེ། དེ་ཉིད་ཅེས་པ་དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཅེས་པ་རང་གི་
ངོ་བོ་ཉིད་ལས་གཞན་དུ་མི་འཇུག་ལ། རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་གནས་གཞིའི་
ལའི་སྤྲིན། ཆོས་གང་ཡང་འཆོལ་བ་སོགས་ཀྱི་ཆོ། གཞི་གཞན་ཁོ་ན་ལ་
ཡོད་མེད་ལྟ་བ་དང་འཆོལ་བ་སོགས་ལ་འཇུག་པ་མ་གཏོགས། རང་གི་ངོ་
བོ་འཆོལ་བ་སོགས་ལ་མི་འཇུག་པ་མངོན་སུམ་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཆོ་སྐབས་ནི། ཆོ་དང་སྐབས་ཞེས་ཐོབ་པ་མང་པོར། དེའི་ཆ་བ་རུ་
ལའི་སྤྲི་བཀོད་པ་ཐམས་ཅད་དེ། དཔེར་བརྗོད་གོང་གི་དེས་ཉོགས་སྟའོ། །

དེ་ལྟར་སུ་རུ་རུ་ན་ལ་རྣམས་མིང་མཐའ་གང་ལ་སྦྱོར་བའི་ངེས་པ་ནི།
ས་སུ་ག་བ་ད་བླག་ཏུ། །ང་ད་ན་མ་ར་ལ་དུ། །འ་དང་མཐའ་ཉེན་མེད་མཐར་
རུ། །འདི་དང་ར་མཐའ་བྱ་བ་གཅིག་ཅེས་པ་ལྟར་རོ། །

གསུམ་པ་རྣམ་དབྱེ་དུག་པ་འཆད་པ་ལ། ཐོག་མར་དམ་བཅའ་བ་ནི།

༡ མ་དཔེ། འོག་ངོས་༣ རྩེད་༣ན། ཞོལ་པར་མ། ༡༧ན། པའི་ *འདི་པས་སུ་བཅོས་མཁན་འདུག་
ཀྱང་མི་དགོས་སོ།།

༢ མ་དཔེ། འོག་ངོས་༣ རྩེད་༣ན། ཞོལ་པར་མ། ༡༧ན། པའི་ *འདི་པས་སུ་བཅོས་མཁན་འདུག་
ཀྱང་མི་དགོས་སོ།།

རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བརྒྱ་ལྔ་ནི། །

ཡི་དང་མཐུན་ཕྱག་ས་འདི་ཞེས་བྲ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། མིང་གི་མཐར་རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་བརྒྱ་པོ་རྣམས་
ནི། དབྱངས་ཡི་སྒྱར་བའི་རྣམ་དབྱེ་བྲག་པ་དང་མཐུན་ཕྱག་ས་འདི་ཞེས་
བྲལ། ཞེས་པའོ། །དེ་ནས་མཐུན་ཕྱག་ས་དངོས་བསྟན་བའི་བྲ།

དང་པོ་གཉིས་ལ་དང་པོ་མཐུན། །

གཞུག་ལྔ་བརྒྱལ་གྱ་དང་སྒྱར། །

བདུན་པ་ཉིད་ལ་བདུན་པ་སྟེ། །

ལྷག་མ་རྣམས་ལ་གྱ་སྒྱར་བ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། མིང་གི་མཐར་རྗེས་འཇུག་དང་པོ་ག་དང་གཉིས་
པ་དང་གནས་པ་ལ། དབྱག་པའི་སྒྱ་འདྲེན་པའི་ཆེ་དང་པོ་ག་མཐུན་ཞིང་། མིང་
མཐར་རྗེས་འཇུག་གསུམ་པ་ད་དང་། ལྔ་པ་བ་དང་། བརྒྱལ་པ་ས་གནས་པ་
ལ་གྱ་དང་སྒྱར་བར་བྲལ། བདུན་པ་འཉིད་དེ་འཡིག་ཁོ་ན་གནས་པ་ལ།
བདུན་པ་འཉིད་སྒྱར་བར་བྲསྟེ། དེའི་ལྷག་མ་ན་མ་ར་ལ་རྣམས་གནས་པ་
ལ་གྱ་སྒྱར་བ་མཐུན་ལོ། །དེ་དག་གང་ལ་འཇུག་པ་ནི།

དེ་དག་ཡི་སྒྱར་འབྲེལ་བའི་ས། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ལྟར་སྒྱར་བ་དེ་དག་སྟེ། ག་གྱ་འ་གྱ་རྣམས་ལ་

དབྱངས་དང་པོ་ཨི་ལྷར་བས་གི་གི་འི་གི་ཞེས་འབྱུང་བ། དེ་རྣམས་དོན་གང་གི་སའམ་གནས་ལ་འཇུག་ན། རྣམ་དབྱེ་དུག་པ་འབྲེལ་བ་སྟེ། རང་གི་ཆ་ཤས་དང་། ཡོ་བྱད་ལ་སོགས་པ་འབྲེལ་ཆོས་རྣམས། རང་དང་འབྲེལ་བར་སྐྱབ་པའམ་རང་གི་ཡིན་པར་སྐྱབ་པ་ལ་འཇུག་གོ།

དེ་ཡང་དང་པོ་གཉིས་ལ་དང་པོ་མ་ཐུན་པའི་དཔེ་ནི། བདག་གི་མིག་། རང་གི་གཟུགས་ལྟ་བུའོ། །གསུམ་ལྟ་བུ་ལ་ཀྱ་དང་སྐྱར་པའི་དཔེ་ནི། ཁྱོད་ཀྱི་ནོར། ཁྱབ་ཀྱི་བྱང་བྲ། ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་ལྟ་བུའོ། །བདུན་པ་ཉིད་ལ་བདུན་པ་མ་ཐུན་པའི་དཔེ་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོང་པ། རའི་ལུས་ལྟ་བུའོ། །ལྷག་མ་རྣམས་ལ་ཀྱ་སྐྱར་པའི་དཔེ་ནི། གཞན་གྱི་ཆོག་། གཤམ་གྱི་མི། གསེར་གྱི་སྟོང། ཞལ་གྱི་སྟོ་ལྟ་བུའོ། །

འདིར་དངོས་སུ་མ་བཤད་པ། ད་བྲག་གི་དབང་གིས་ཀྱི་ཐོབ་པ་ནི། རྣམ་ཐར་གྱི་སྟོ། བྱེ་རོལ་གྱི་ཁང་པ་སོགས་དང་། འི་དང་བྲ་བ་གཅིག་པ་ཆོགས་བཅད་ཀྱི་རྐང་པ་ཁ་སྟོང་བ་ལ་ཡི་སྟོར་བ་ནི། འདས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་ཕྱོགས་བཅུ་ཡི་ལྟ་བུ། ད་བྲག་གི་མཐར་གྱི་སྟོར་བ་ནི་ཕོ་ཡིས་མིང་མཐའ་བྱངས་པའོ། །

འདིར་དངོས་སུ་མ་བཤད་ཀྱང་གྱི་ལ་སོག་པ་འཇུག་པ་ནི། རྣམ་དབྱེ་དུག་པ་མ་ཡིན་པ་གཞན་ལའང་མཐོང་སྟེ། དོན་འགལ་བ་དཔེར་ན། བྱང་པོ་དང་འབྲེག་པོ་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན། སངས་རྒྱས་ནི་ཆོས་བྱང་པོ་ཁོ་ནར་

གསུངས་མོད་ཀྱི། ཐབས་ལ་མཁས་པའི་དབང་གིས་འཁྲོག་པོར་ཡང་
གསུང་ངོ། །ལྟ་བུ་དང་། དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་སོགས་ལྟ་བུ་མི་མཐུན་པའི་རྒྱན་ལ་
འཇུག་པ་ནི་སྣ་སྐོར་བཤད་པ་ལྟར་རོ། །

དོན་དེ་ཁོ་ནར་ངེས་པར་བཟུང་ནས། གཞན་འགོག་པ་ལ་འཇུག་
པ། བུམ་པ་ནི། མི་རྟག་པ་ཡིན་གྱི་རྟག་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་མི་ཡིན་
གྱི་ལྟ་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་རྒྱ་ལས་འབྱུང་གི་རྒྱ་མེད་པ་ལས་མི་འབྱུང་ངོ་
སོགས་ལྟ་བུ་རོ། །

སྒྲིམ་ནི། ད་བ་ས་ཀྱི་གང་གི་ན་མ་ར་ལའི་རྗེས་སུ་ཀྱི། །འ་དང་མཐའ་
རྟེན་མེད་མཐར་འཁོར། །ཀར་པ་སྐོང་ཆེ་ཡི་ཐོབ་པོ། །ཞེས་བྲུའོ། །
བཞི་པ་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་འཆད་པ་ནི།

དེ་ཉིད་ལ་ནི་བརྩུ་བ་ལྟར། །

བྱེད་པ་མི་སར་ནི་ཤེས་པར་བྱ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། རྣམ་དབྱེ་རྒྱག་པར་འཇུག་པའི་གི་ཀྱི་ཀྱི་འི་བཞི་པོ་
དེ་དག་ཉིད་ལ་བརྩུ་བ་ས་ཡིག་སྦྱར་བས། གིས་ཀྱིས་ཀྱིས་འིས། ཞེས་བྲུབ་
པ་ནི། རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་པ་ཞེས་བྲུ་བ། བྱེད་པ་པོ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་
རྣམ་དབྱེ་ལོ། །ས་ཞེས་པ་གནས་ཀྱི་དོན་ཏེ། བྱེད་པ་པོ་སྟོན་པའི་གནས་སུ་
ཤེས་པར་བྲུའོ། །དེ་རྗེ་ལྟར་ཤེས་པར་བྲུ་ན། དཔེར་ན། བདག་གིས་ཐོས།

རང་གིས་བྱས། ཁྱོད་ཀྱིས་བཤད། ཤེས་རབ་ཀྱིས་དབྱད། སྤུས་ཀྱིས་
ཉན། སེམས་དཔའིས་བསྐྱབས། གཞན་ཀྱིས་གོ། དབྱ་བཅོམ་ཀྱིས་སྤངས།
གསེར་ཀྱིས་ཉོས། ཞལ་ཀྱིས་བཞེས་ལྟ་བུའོ། ། རྒྱགས་ལ་བསྟན་པ་ད་བླ་
གི་མཐར་ཡིད་ཀྱི་འདུས་ཏེ་རིག་པའི་རྒྱན་ཀྱིས་ཆོར་བ། རབ་འབྱོར་ཀྱིས་
གསོལ་བ། བ་རོལ་ཀྱིས་བཤད་ལྟ་བུའོ། ། སྐད་གསར་བཅད་ལ། བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔས་བསྐྱབས། ལྷ་མས་བསྐྱབས། བུམ་པས་རྩ་བཅུས་སོགས་
མིང་མཐར་ས་ཡིག་རྒྱང་བ་སྦྱར་བས་ཀྱང་བྱེད་པ་སྟོན་ནོ། །

ལྷ་བ་རྣམ་དབྱེ་དེ་དག་གི་ཡི་གེའི་སྦྱོར་ཚུལ་ལས་འཕྲོས་ནས་ཆོག་
རྒྱན་སོགས་འཆད་པ་ལ། ཐོག་མར་རྒྱན་སྤྱད་བསྟན་པའི་བྱིད་

ལྷ་ཡི་བྱིས་ནས་གཉིས་བ་ཐུང་། །

ཆོག་རྒྱན་གཉིས་དང་ཐུང་བར་འགྱུར་། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། གོང་དུ་རྣམ་དབྱེ་བྱག་པའི་སྦྱོར་དངོས་སུ་བསྟན་
པ། ཀྱི་འི་གཉིས་དང་། རྒྱགས་ལ་ཁ་སྐོང་གི་ཡི་དང་བཅས་པ་གསུམ་གྱི་
ལྷ་ཡི་ཨི་བྱིས་ནས། རེས་འདུག་གཉིས་པ་ང་ཡིག་སྦྱར་བས། ཀྱང་འང་
ཡང་། ཞེས་གྲུབ་པ་དེ་ནི། མ་སྟན་པ་དང་མི་མ་སྟན་པའི་ཆོག་རྒྱན་གཉིས་
དང་། སྤྱད་པའི་དོན་འདུག་པར་འགྱུར་རོ། །

དེ་ལ་མ་སྟན་པའི་ཆོག་རྒྱན་ནི་མ་སྟན་པའི་ཆོས་གཉིས་གཞི་གཅིག་

ལ་སྤྱད་ཅིང་། བྱད་པར་ཆོག་མཛེས་པར་བྱེད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། མཛེས་
པའང་ཡིན་ཏེ་མདོག་ཀྱང་དཀར། །དཔལ་ཡང་འབར་ལ་ཡིད་ཀྱང་
འཕྲོག་ཅེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

མི་མ་སྤྱན་པའི་ཆོག་རྒྱན་ནི། མི་མ་སྤྱན་པའི་ཆོས་གཉིས་གཞི་གཅིག་
ཏུ་སྤྱད་ཅིང་། བྱད་པར་ཆོག་མཛེས་པར་བྱེད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། རྟོགས་
རིས་མེད་ཀྱང་བདུད་དབྱང་འདྲོམས། །འཆིང་བ་སྤངས་ཀྱང་སྤྱགས་རྗེས་
བསྐྱམས། །ཆགས་པ་སྤངས་ཀྱང་འགོ་ལ་ཆགས་ལྟ་བུའོ། །

ཆོག་རྒྱན་དུ་མི་འགྱུར་བའི་སྤྱད་པ་ལ་ཡང་། བྱད་པར་གྱི་གཞི་
དང་། བྱད་པར་གྱི་ཆོས་གོང་འོག་གཉིས་ཀས་པན་ཚུན་སྤྱད་པ། ལྷ་
ལའང་ཡིན་ལ་སྟོན་པོ་ཡང་ཡིན་ནོ། །ལྟ་བུ་གཞི་མ་སྤྱན་པར་སྟོན་པ་དང་།

ཆོས་ཀྱང་བར་ཏེ། ཆོས་མ་ཡིན་པ་མིན་ནོ། །ལྟ་བུ་གོང་མས་འོག་མ་
སྤྱད་པ་དང་། ལྟ་མ་ཆར་པལ་སྟེ། ལྟ་མ་ཀྱང་འབེབས་སོ། །ལྟ་བུ་འོག་མས་
གོང་མ་སྤྱད་པ་དང་།

ཀྱང་འང་གཉིས་དང་འཇུག་པ་མི་མ་སྤྱན་པ་ཡང་གི་དོན། ཡང་ན་འདི་
ལྟར་བྱ་སྟེ་ལྟ་བུ་ནམ་གངས་གཉིས་ལ་སོགས་པ་བསྐྱན་པ་ལ་འཇུག་པ་སྟེ།
སྤྲུལ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་བསྐྱན་པའང་ཡིན། ཞེས་སོ། །

འདི་དོན་སྤྱི་མཐི་སྟེང་དུ་ནམ་གངས་གཞན་བསྐྱན་པ་ཡིན་པས། ལྟ་མ་
མྱིང་པས། དེས་བརྒྱུད་གི་བརྒྱན་དུ་བཤད་པ་མི་འཐད་དོ། །

དེ་བཞིན་དུ། ཡང་དང་ཡང་དུ་དང་། ཡང་ནས་ཡང་དུ་དང་། སྐར་ཡང་
དང་། དེ་ནས་ཡང་སོགས་བསྐྱར་བའི་དོན་ལ་འབྲུག་ཅིང་། བསྐྱར་བ་ནི།
དོན་སྒྲ་མ་ཉིད་བལྟ་བས་བ་ཡིན་ལ། སྤྱད་བ་ནི་དོན་སྒྲ་མ་བལྟ་བས་བ་ཅམ་
མ་ཡིན་པར། བྱ་བ་དང་། བྱེད་བ་དང་། དགག་བ་དང་། སྦྱབ་བ་ལ་སོགས་
པའི་བྱ་བ་རྣམས། དོན་སྒྲ་ཕྱིའི་སྦྱོར་བ་སྤྱད་པར་བྱེད་པའོ། །

འོན་ཏེ་ལྷག་བཅས་དང་སྤྱད་པའི་བྱ་བ་རྣམས་ཞེ་ན། དེ་ཡང་སྤྱད་བ་
ནི། དོན་གྱི་གཞི་སྒྲ་མར་གང་སྤྱར་བའི་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་དེ་
དག་ཕྱི་མར་ཡང་ངེས་ཅན་དུ་སྦྱོར་བར་སྟོན་བ་སྟེ། དཔེར་ན། མོན་"བས་"
འབྲས་ཟེའོ། །རྒྱ་གར་"བས་"ཀྱང་འབྲས་ཟེའོ། །ཞེས་བ་ལྟ་བུ་བྱ་བའི་བྱ་བ་
པར་འབྲས་ཟ་བ་གཞི་གཉིས་ཀ་ལ་སྤྱར་ནས། གཉིས་ཀ་འཕྲུག་གང་ཡང་
རུང་བ་ལ། ཀྱང་སོགས་སྤྱད་ཆིག་སྤྱར་རུང་གི། མོན་"བས་"འབྲས་
ཟེའོ། །རྒྱ་གར་"བས་"ཟུས་བྱེད་དོ། །ལྟ་བུ་འབྲས་ཟ་བ་དང་། ཟུས་བྱེད་
བ་ལ་སོགས་པ་བྱ་བ་པར་མི་མཐུན་པས། གཞི་མི་མཐུན་བ་ལ་སྦྱོར་བ་ལ་
སྤྱད་ཆིག་སྤྱར་མི་རུང་དོ། །

ལྷག་བཅས་ནི། བྱ་བ་པར་གཅིག་ལྟ་བུ། གཞི་ཐ་དད་བ་དུ་མ་ལ་སྦྱོར་
བའི་ངེས་བཟུང་མི་དགོས་པར། དོན་སྒྲ་མ་མ་རྩོགས་པར། ལྷག་མ་ཡོད་

༡ མ་དཔེ། འོག་ངོས་༣༤ཐོང་༤ན། བས་ ཞོལ་པར་མ། ༡༤བ༤ན། བ

༢ མ་དཔེ། འོག་ངོས་༣༤ཐོང་༤ན། བས་ཀྱང་ ཞོལ་པར་མ། ༡༤བ༤ན། བ་ཡང་

༣ མ་དཔེ། འོག་ངོས་༣༤ཐོང་༤ན། བས་ ཞོལ་པར་མ། ༣༠ན༡ན། བ

༤ མ་དཔེ། འོག་ངོས་༣༤ཐོང་༤ན། བས་ ཞོལ་པར་མ། ༣༠ན༡ན། བ

པ་ཙམ་སྟོན་བའོ། །

སྟོམ་ནི། ག་བ་ད་ས་ད་བྱ་མཐར། །ཀྱང་དང་རྗེས་འབྲུག་གཞན་
ནམས་མཐར། །འང་ཐོབ་རྒྱུ་པ་སྟོང་ཆེ་ཡང་། །ཞེས་བྲལོ། །

དེ་ནས་ལྷག་བཅས་ཀྱི་སྤྱོད་ཆད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ།

ལ་དོན་ཁྱ་ལ་ཁྱ་བྱིས་ནས། །

དེ་ལ་གསུམ་བཞི་དང་མ་ལྷན། །

དེ་ལ་ལྷ་ལི་གསུམ་བཞི་ལྷན། །

དེ་ནི་ལྷག་མ་དང་བཅས་བའོ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། གོང་གི་ལའི་སྤྱོད་དང་མཐུན་པའི་སུ་ཡིག་ལ། དེའི་
སྟོག་གི་དབྱངས་ལྷ་བྱིས་ནས། ས་རྒྱུ་དུ་གནས་པ་དེ་ལ། སྟེ་བ་གསུམ་
བ་ཏ་སྟེའི་ཡི་གེ་དང་པོ་ཏ་ཡིག་སྤྱར་བས། སྟེ་ཞེས་པ་འབྲུང་ངོ་། །དེ་ལ་
ལྷ་ལི་གསུམ་བཞི་སྤྱར་བས། སྟེ་ཞེས་བྲུབ་པ་དེ་ཉིད་ནི། ཆོག་དོན་སྤྱ་མ་
མ་རྗེས་པར། སྤྱར་ཆོག་ལྷག་མ་གཞན་སྟོན་རྒྱ་ཡོད་པ་ལ་འབྲུག་པས།
ལྷག་མ་དང་བཅས་པའི་སྤྱོད། །ཞེས་པ་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པ་དང་།
མ་བསྟན་ཀྱང་རྗེས་འབྲུག་གི་དབང་གིས་ལྷག་བཅས་ལ། དེ་དང་ཏེ་ཡང་
སྤྱོད་བ་ཡོད་དོ། །

དེ་ཡང་མཆོམས་སྤྱོད་པའི་ལྷག་བཅས་དང་། དམ་བཅའ་བའི་ལྷག་

བཅས་དང་། གཞན་འདྲེན་པའི་ལྷག་བཅས་དང་གསུམ་སོ། །

དེ་ལྟར་ཡང་སྤྲོསྟོད། སྟེ་ནི་ལྷག་མ་ཡོད་པ་སྟེ། །མཆོམས་སྦྱོར་བ་དང་
དམ་བཅའ་དང་། །གཞན་འདྲེན་པ་དང་གསུམ་དུ་འདོད། །ཅེས་སོ། །

དེ་ལ་མཆོམས་སྦྱོར་བ་ནི། མདའ་འཕངས་ཏེ་ཤོག །ལག་པ་བརྒྱུང་
སྟེ་བཟུང་། ལྷ་མཆོད་དེ་ལས་བྱ་ལྟ་བུ། རིམ་ཅན་དུ་སྦྱོར་བ་དང་། འཇུ་མ་
དཔུལ་ཏེ་མདངས་ལྟུང་། སོ་བཟན་ཏེ་བགད་ལྟ་བུ། ཅིག་ཅར་དུ་སྦྱོར་བ་
གཉིས་ཏེ། དེ་ལྟར་ཡང་སྤྲོསྟོད། ཆོག་གཉིས་རིམ་དང་ཅིག་ཅར་དུ། །སྦྱོར་
བར་བྱེད་པ་མཆོམས་སྦྱོར་ཡིན། །ཞེས་པ་ལྟར་རོ། །

དམ་བཅའ་བ་ནི་རྒྱ་མཆན་ལ་སོགས་པ་འདྲེན་པའི་སྟོན་ས་དམ་
བཅའ་བ་སྟོན་པ་སྟེ། དེ་ཡང་རྒྱ་མཆན་འདྲེན་པ་ནི། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་
བྱིར་ལྟ་བུ་དང་།

ངེས་ཆོག་འདྲེན་པ་ནི། འདི་ནི་དག་བཅོམ་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཉོན་མོངས་
པའི་དག་བཅོམ་པའི་ཆོས་དང་ལྡན་པས་སོ། །ལྟ་བུ་དང་།

རྣམ་གངས་ཀྱི་དབྱེ་བ་འདྲེན་པ་ནི། བྱང་པོ་ནི་ལྷ་སྟེ། གཟུངས་དང་།
ཆོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་། འདུ་བྱེད་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པའོ། །ལྟ་བུ་
རྣམས་སོ། །

དེ་ལྟར་ཡང་སྤྲོསྟོད། གང་ཞིག་གིས་ནི་སྤྲ་མ་ལ། །གསལ་བར་བྱེད་
པ་དམ་བཅའ་བ། །ཞེས་སོ། །

གཞན་ཡང་དེ་ལ་དཔེ་འདྲེན་པ་དང་། རྒྱས་བཤད་འདྲེན་པའི་དམ་
བཅའ་སོགས་འགྲེལ་བ་ལས་བཤད་དོ། །

གཞན་འདྲེན་པ་ནི་འདི་ནི་མི་སྟེ། འདི་ནི་སྟོལ། །ལྟ་བུ་དོན་སྟག་མ་ཡོད་
པ་ཙམ་དུ་སྟོན་པའི་སྟོན་སྟེ། སྟེ་མ་རྣམས་ལས་གཞན་དུ་འདྲེན་པའོ། །

དེ་ལྟར་ཡང་དེ་ཉིད་ལས། སྟག་མ་ཡོད་པ་སྟོན་གྱར་ཅིང་། །དེ་ལས་
གཞན་གྱར་འདྲེན་པའོ། །ཞེས་སོ། །དེ་རྣམས་ཀྱིས་གྱང་རིག་པའི་འདུག་
པ་མང་དུ་འཕེལ་བའི་སྟོ་ཡིན་པས་འདིར་བཤད་དོ། །

སྟོན་ནི། ད་དེ་ན་ར་ལ་ས་དང་། །ད་དག་ཅན་མཐར་ཉེ་གྱང་ཐོབ། །ག་
ང་བ་མ་འརྣམས་དང་། །མཐར་ཉེན་མེད་མཐར་ས་སྟོལ། །ཞེས་སོ། །

ཁར་ལ་འབྱེད་སྟུང་གི་སྟེ་བསྟན་པའི་ཕྱིར།

རྟེན་འཁྲག་ཡི་གེ་བཅུ་པོ་ལ། །

རྟེན་པ་སྟུང་ན་འབྱེད་སྟུང་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། རྟེན་སྟུང་འདུག་པའི་ཡི་གེ་བཅུ་པོ་སོ་སོ་ལ། རྟེན་
འདུག་རྟེན་པ་མ་ཡིག་སྟུང་བས་གམ་ངམ་དམ་ནམ་བམ་མམ་འམ་རམ་
ལམ་སམ་ཞེས་འབྱུང་བ་ནི། དོན་སོ་སོར་འབྱེད་པ་དང་། སྟུང་བ་གཉིས་
ལ་འདུག་པའི་སྟེ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་འབྱེད་པ་ནི། ད་དེ་བའི་གཞི་གཅིག་ལས། རྣམ་གྲངས་མང་

པོར་འབྱེད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། སྤང་པོ་ནི་ལྷ་སྟེ། གཞུགས་སམ། ཚོར་
བཤམ། འདུ་ཤེས་སམ། འདུ་བྱེད་དམ། རྣམ་པར་ཤེས་པའོ། །ལྷ་བྱའོ། །

དེ་བཞིན་དུ་གཞུགས་ཏྲག་གམ། མི་ཏྲག་ལྷ་བྱ་བཏྲག་པ་དང་ངི་བའི་
སྟོན་ས་རྣམ་གྲངས་གཞན་དང་འབྱེད་པ་དང་། གསེར་ལེན་ནམ། དདུལ་
ལེན་ལྷ་བྱ་གདམ་ངའི་སྟོན་ས་འབྱེད་པ་རྣམས་སོ། །

སྤྱད་པ་ལ་ཡང་གཞུགས་སམ། ཚོར་བཤམ། འདུ་ཤེས་སམ། འདུ་
བྱེད་དམ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་སྤང་པོའོ། །ལྷ་བྱ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པ་
དང་། བུམ་པ་ནི་མི་ཏྲག་སྟེ། ཀ་བཤམ་སྣམ་བྱ་ཡང་ངོ། །ལྷ་བྱ་ཆོས་སྤྱ་མར་
སྤྱར་བ་བྱི་མར་ཡང་སྦྱོར་བ་སྤྱད་པ་དང་། བུམ་པཤམ། ཀ་བཤམ་སྣམ་བྱ་
ཡང་བདག་མེད་དོ། །ལྷ་བྱ་བྱི་མའི་ཆོས་བདག་མེད་པ་སྤྱ་མར་སྦྱོར་བར་
སྤྱད་པ་སོགས་ཡོད་དོ། །

ཐེ་ཆོམ་གྱི་ནང་ནས་མཐའ་གཉིས་པོ་ཆ་མཉམ་དུ་དོགས་པ་ལ་མཐའ་
གཉིས་ཀ་བཀོད་ནས། ཡིན་ནམ་མིན་ཞེས་སྦྱོར་ལ། ཡིན་པ་ལ་མངོན་དུ་
ཕྱོགས་བཤམ། མིན་པ་ལ་ཤས་ཆེར་ཕྱོགས་པ་ལ་ནི། མཐའ་རེ་རེ་བ་རྒྱང་
བར་འམ་ལ་སོགས་པ་སྦྱར་རྟེ། ཡིན་ནམ་ལྷ་བྱ་དང་། མིན་ནམ་ལྷ་བྱ་བྱ་
ཞིང་། དེ་དག་གྲང་"མཐར་གཉིས་པོ་དངོས་སུ་འབྱེད་པ་དང་། དོན་གྱིས་
འབྱེད་པ་ཅི་རིགས་སུ་ཡོད་དོ། །ད་བྲག་གི་དབང་གིས་སོ་མཐའ་བྲངས་

༡ མ་དཔེ། འོག་ངོས་༤༡ཐེང་༡༩ན། མཐར་ ཞེས་པར་མ། ༡༡བ་ནན། མཐའ་

པ། ཕྱིན་ཏམ། སྒྱར་ཏམ། བཀའ་སྤུལ་ཏམ་སོགས་ཀྱང་གོང་མ་བཞིན་དུ་
འབྱེད་སྤྱད་སྒྱུར་རོ། །

སྒོམ་ནི། འབྱེད་སྤྱད་སྐབས་སུ་རྗེས་འཇུག་བཅུར། །རང་འབར་མ་
ཡིག་སྒྱར་བ་དང་། །ད་བཀའ་ཐོབ་མཐར་ཏ་དང་སྒྱར། །ཞེས་བ་ལྟར་རོ། །

དུག་བ་ནམ་དབྱེ་ལྔ་བ་སོགས་འཆད་པའི་དབང་བྱས་ཏེ།

རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བརྩ་པོ་ཡི། །

བཞི་བ་དགུ་བ་ལ་བརྩ་བ། །

སྒྱར་བ་འབྱུང་ཁྱདས་གནས་ཡིན་ཏེ། །

དགར་དང་སྒྱུར་བ་འད་དེ་བཞིན་ནོ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཅུ་པོ་ཡི། གངས་བཞི་བ་ན་
དང་། དགུ་བ་ལ་ཡིག་གཉིས་ལ། བཅུ་བ་ས་ཡིག་སྒྱུར་ཏེ། ནས་ལས་ཞེས་
བྱལ་བ་དེ་ནི། ནམ་དབྱེ་ལྔ་བ་འབྱུང་ཁྱདས་ཀྱི་གནས་ལ་འཇུག་བ་ཡིན་ཏེ།
སོགས་སུ་དགར་བ་དང་། སྤྱད་བ་ལ་འད་། འབྱུང་ཁྱདས་ལ་འཇུག་བ་དེ་
བཞིན་དུ་འཇུག་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་ནམ་དབྱེ་ལྔ་བ་ལ་འཇུག་བ་ནི། དཔེར་ན། དེ་ནས་ཆུ་བྱང་།
གནམ་ལས་ཆར་བབས། ས་ལས་སྒྱ་གུ་སྒྲིན། ཏྲ་ལས་སྒྱངས། ཆོས་ནས་
བཤད་ལྟ་བུ་འབྱུང་ཁྱདས་གང་ནས་བྱང་བ་སྟོན་པའོ། །

དགར་བ་ནི། རིགས་དང་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་སློ་ནས་གཞན་ལས་
བྱད་པར་དུ་བྱེད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། སྤྱི་བོ་ཐམས་ཀྱི་ནང་ནས་རྒྱལ་པོའི་
རིགས་ཕྱལ་དུ་བྱུང་བའོ། །ལས་ཐམས་ཅད་ལས་ཡི་གེ་འབྲི་བ་བྱད་པར་
དུ་འཕགས་པའོ། །སྣམ་བུ་ལས་དར་གོས་རིག་བྱ་འཇམ་མོ། །སྤྱི་ནང་
ནས་དོ་མེ་ཅེ་བརྒྱ་འཛིན་པ་ནི་བརྒྱ་བྱེན་ནོ། །ལྟ་བུ་སྟེ། རིམ་པ་བཞིན་
དུ་རིགས་དང་། བྱ་བ་དང་། ཡོན་ཏན་དང་། རྣམ་གྱི་སློ་ནས་བཀར་ཞིང་
ཕྱོགས་གཅིག་དུ་བྱེད་པའོ། །

སྤྱད་པ་ནི། གཟུགས་ནས་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་བར་ལྟ་བུ་དང་སེ་ར་ནས་
ལྟ་སའི་བར་ལྟ་བུའོ། །ལག་པ་བསྐྱལ་ནས་ཟས་ཟ་ལྟ་བུ་དང་། དེ་ནས་ལྟ་
བུ་མཆོམས་སྦྱོར་ལ་ཡང་འཇུག་པ་ཡོད་དོ། །འདི་དག་སྤྱད་པ་ལ་ཡང་
འཇུག་གོ། །

འདིར་སྤྱི་སློ་ལས། སྤྱད་པ་དག་དང་མཆོམས་སྦྱོར་ནི། །ནས་ལ་ཅུང་
ཟད་ལྟག་པ་ཡིན། །ཞེས་ནས་ཀྱི་སྤྱི་འཇུག་པ་པལ་ཆེར་ལས་དང་མ་སྤྱན་
ཡང་། སྤྱད་པ་དང་མཆོམས་སྦྱོར་གཉིས་ལ། ལས་མི་འཇུག་ཅིང་ནས་
འཇུག་པས། རྣམ་གྱི་འཇུག་པ་ལྟག་པར་བཤད་དོ། །

དེ་ཡང་དབྱེད་པར་བྱ་སྟེ། དེང་སང་གཟུགས་ལ་སོགས་པ། ཞེས་ལ་
དང་སོགས་ཀྱི་བར་དུ་ཆོག་བར་བྱེད་པ་མང་ངོ། །འོ་ན་དེའི་ལ་དེ་རྣམ་
དབྱེ་སོགས་གང་ཡིན་འདིའོ། །གལ་ཏེ་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་དང་བཞི་པ་

དང་བདུན་པ་གང་རུང་ངོ་སྟོམ་ན་ཡང་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་ལ་
བྱས་པ་སོགས་དང་། གཟུགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་བྱས་པ་སོགས་ཀྱི་བྱ་བ་གང་
ཡང་མི་སྟོན་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ་ཞིང་། སོགས་ཀྱི་སྐྱུ་བ་སྟན་པའི་ཆོས་
ཀྱང་གཟུགས་ལ་ཡོད་པ་སོགས་སུ་མི་སྟོན་པར་ཤིན་ཏུ་ཉོགས་སྒྲ་བས།
ནམ་དཔེ་དེ་གསུམ་གང་དུ་ཡང་མི་འཐད་དོ། །གཟུགས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་མི་
སྟོན་པས་དེ་ཉིད་ལ་མི་འཇུག་ཅིང་། དུས་མི་སྟོན་པས་ཆེ་སྐབས་ཀྱང་མིན་
ལ། རྟེ་སོགས་སྟག་བཅས་ཀྱི་སྐྱའི་འཇུག་པ་དང་མི་མཐུན་པས་སྟག་བཅས་
ཀྱང་མིན་པ་དང་། མཆོམས་སྟུང་གི་སྐྱ་ཡིན་ན། དཔེར་ན། ལག་པ་བསྟལ་
ནས་ཟུན་ཟ། ཞེས་པ་ལ། ལག་པ་བསྟལ་ལ་ཟུན་ཟ་ཞེས། རས་ཀྱི་སྐྱ་དང་
འཇུག་པ་གཅིག་པའི་ལ་ཡིག་ལྟ་བུ་དགོས་པ་ལས་དེ་ལྟ་བུ་མིན་པ་དང་། རྒྱ་
མཆོན་གཞན་གྱི་སྟོན་པ་ཀྱང་མཆོམས་སྟུང་གི་སྐྱར་མི་འཐད་དོ། །

སྟུང་པ་ཡིན་ནོ་ཞེན་ཡང་མི་འཐད་དེ། ལ་ཡིག་གཞུང་འདིར་སྟུང་
པར་མ་བཤད་ཅིང་། བོད་དུ། དགར་དང་སྟུང་པའང་དེ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་
ནས་ལས་གཉིས་ཐུན་མོང་དུ་སྟུང་པའི་དོན་ལ་འཇུག་པར་བཤད་པ་དང་།
སྟོན་གྱི་མདོ་རྒྱད་བསྟན་བཅས་ཀྱི་ཡིག་རྩིང་པལ་མོ་ཆེར་ལས་སོགས་པ་
དང་། ལས་སྟོགས་པ་ཞེས་པ་ཤ་སྟག་བྱང་། འདི་དག་སྟུང་པའི་སྐབས་སུ་
ཡང་ལ་སོགས་པ་དང་། ལ་སྟོགས་པ་ཞེས་ལ་དང་སའི་བར་ན་ཆེག་བར་
མེད་པ་མཐའ་ཡས་པ་མཐོང་བས་ལས་སྟུང་པའི་དོན་ལ་འཇུག་པ་ཉིད་

འཐད་པའི་བྱིར།

བྱིས་ཀྱི་དག་ཡིག་ངག་སྒྲོན་སོགས་མང་པོར་ལ་སོགས་པའི་ལ་དང་།
སའི་བར་དུ་ཆེག་བར་མ་བྱས་ན་ཁོར་བར་བཤད་པ་ཡང་བོད་སྐད་སོར་
བཞག་གི་ཡི་གེ་ལ་དབྱངས་ལྡན་བཤད་པ་གཞུང་འདི་དང་དངོས་སུ་འགལ་
བས་མཆོན་ཀླས་སོ། །

ཡང་སྒྲ་སྒྲོར། ལས་ནི་རྒྱ་དང་འབྲུང་ཁྱདས་དང་། །དགར་བ་ཡིན་ཏེ་
ནས་དེ་བཞིན། །ཞེས་བཤད་པ་ཡང་། རྒྱའི་འཇུག་པ་འབྲུང་ཁྱདས་ཀྱི་དོན་
ལས་ལོགས་སུ་བྱེད་ན་མི་འཐད་ལ། སྤྱིར་འབྲུང་ཁྱདས་ཅམ་དང་། དེའི་
ཁྱད་པར་རྒྱའི་དོན་ལ་འཇུག་པ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བར་བྱེད་ན་རིག་པའི་སྒྲོ་
འཕེལ་བའི་ཐབས་སུ་འགྲོ་ཞིང་དོན་ལའང་གནས་པས་འཐད་དོ། །

བདུན་པ་བོད་པའི་རྣམ་དབྱེ་འཆད་པའི་ཆེད་དུ།

གང་ཅིང་བརྗོད་བའི་དང་ཨོ་ཀྱ། །

ཀྱི་རྒྱར་བ་ནི་ཨོ་ད་བ་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། གང་ཟག་གང་ཡང་རྒྱར་བའི་ཅིང་བརྗོད་པའི་
དང་པོ་ལ་ཐོག་མར་ཀྱི་ཞེས་རྒྱར་བ། དཔེར་ན། ཀྱི་རྒྱལ་བའི་སྤྲས། ཀྱི་
གྲོགས་པོ། ཀྱི་ལྷའི་དབང་པོ་ལྟ་བུའི་ཀྱི་སྤྱི་རྣམ་དབྱེ་བརྒྱད་པ་བོད་པ་
ཡིན་ནོ། །

འདིར་དངོས་སུ་མ་བཤད་ཀྱང་ཀླ་ཡེ་སྟོགས་པོ་དག་སོགས་ད་ལྟ་
བོད་དུ་སྟོང་བ་དག་མི་གཞན་ལ་སྐད་གཏོང་བའི་སྟོག་མར་སྤེལ་ཞེས་
པལ་ཆེར་སྒྱུར་ནས་འབོད་བ་ལྟ་བུའོ། །དེས་ན་ནམ་དུ་འཕྲོས་དང་
བཅས་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

གཉིས་པ་ཆོག་སྤང་རྒྱུ་ཡང་འཆད་པ་ལ་ཡང་། དགར་བཞུག་གི་སྐྱ་
བཤད་པ། འབྲེད་སྤྱད་སོགས་བསྟན་པ། སྤྱི་སྐྱ་བཤད་པ། བདག་པོའི་སྐྱ་
བཤད་པ། དགག་པའི་སྐྱ་བཤད་པ། ཐ་སྤྱད་སོགས་ཀྱི་དོན་ལ་འཇུག་པའི་
ཆོག་སྤང་བཤད་པ་དང་དུག་གོ། །དང་པོ་དགར་བཞུག་གི་སྐྱའི་དབང་དུ་
བྱས་ཏེ།

གང་མིང་མཐའ་དང་མཐུན་པ་ཡི། །

བཞི་པ་ལ་ནི་ཨི་ལྷུར་བ། །

དགར་དང་བཞུག་པའི་ཆོག་ཏུ་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། མིང་གང་ཡང་རུང་བའི་མཐའ་ན། མཐའ་དེ་དང་
མཐུན་པ་སྟེ། མཐའ་དེར་འོས་ཤིང་སྐབས་སུ་བབས་པ་ཡི། ཇེས་འཇུག་
གི་བཞི་པ་ན་ཡིག་ལ་ཨི་ལྷུར་བས་ནི་ཞེས་གྲུབ་པ་དེ་ནི། ལོགས་སུ་
དགར་བ་དང་། བཞུག་དུ་བཞུག་པའམ་ངེས་པར་བཟུང་བའི་ཆོག་སྤང་དུ་
འགྱུར་རོ། །

དེ་ལ་དགར་བ་ནི། དགར་བའི་གཞི་དངོས་སུ་སྒྲོས་སམ་མ་སྒྲོས་པ་
ཇི་ལྟར་ཡང་། དགར་གཞིའི་རིགས་མ་ཐུན་པ་དང་། མི་མ་ཐུན་པ་གང་ཡང་
རུང་བའི་ནང་ནས། དམིགས་ཀྱིས་བཀར་བ་སྟེ། དཔེར་ན། ལྷའི་ནང་ནས་
བརྒྱ་གྲིན་ནི་མིག་སྟོང་དང་ལྡན་ནོ། །ལྷ་བྱ་དགར་གཞི་དངོས་སྒྲོས་ཤིང་།
རིགས་མ་ཐུན་པའི་ནང་ནས་དགར་བའོ། །

མིག་སྟོང་དང་ལྡན་པ་འདི་ནི་བརྒྱ་གྲིན་ནོ། །ལྷ་བྱ་དགར་གཞི་དངོས་སུ་
མ་སྒྲོས་ཀྱང་བྱད་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་གཞན་ལས་དམིགས་ཀྱིས་འབྱེད་པའོ། །

རིགས་མི་མ་ཐུན་པ་ལས་དགར་བ་ནི། ཉན་ཐོས་ལས་ནི་སངས་
རྒྱུ་མཆོག་ཏུ་འཕགས། གསེར་གྱི་བྱམ་པ་ནི་ཟངས་ཀྱི་བྱམ་པ་ལས་རྒྱ་
བཟང་། ལྷ་ནི་མི་ལས་མངོས་ལྟ་བུའོ། །

བནན་པ་ནི། གཞན་གྱི་ཟླ་ལོ་ལ་སྟོས་པ་མ་ཡིན་པར་ངོ་བོ་དང་བྱད་
པར་བྱ་བྱེད་སོགས་རང་ས་རང་སར་ལྟག་པར་ངེས་པའམ། ཉན་ཉན་ཏུ་
ངེས་པར་བྱེད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། ཁབ་ནི་གྲོན། མོག་ནི་གྲོན། གྲི་ནི་ཡོད།
མདའ་ནི་ཡོད། མདྲུང་ནི་ཡོད། མི་མདའ་ནི་ཡོད། ཅེས་སོགས་གཡུལ་
ཏུ་འབྱུག་པ་ན། རང་གི་གོ་ཆ་དང་མཆོན་ཆ་ལ་སོགས་པ་ཆང་མ་ཆང་ལྟ་
བའི་ཆེ། དེ་དག་རེ་རེ་ནས་ངེས་ངེས་བྱེད་པ་ལྟ་བུའོ། །

དེ་བཞིན་དུ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་ཐུགས་སུ་རྩད།
ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ནི་རབ་ཏུ་བསྐྱོད། སྒྲོབ་མའི་ཆོགས་དུལ་བ་མཐའ་ཡས་

པ་ནི་མངའ་ལྟ་བུ་ནམས་སོ། །

གཉིས་པ་འབྲེད་སྤྱད་སོགས་འཆད་པའི་ཕྱིར།

མིང་གང་རྒྱད་བའི་བར་མཆམས་སྟ། །

གསུམ་པ་ལ་ནི་གཉིས་པ་སྟར། །

དེ་ནི་སྤྱད་དང་འབྲེད་པ་དང་། །

རྒྱ་མཆན་ཆེ་སྐབས་གདམས་དག་ལྟོ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། མིང་གང་ཡང་རྒྱད་པ་ཆོགས་པའི་བར་སྐབས་
སྤྱ་རྒྱུ་འབྲེད་གི་ཡི་གེ་གསུམ་པ་ད་ཡིག་ལ། གཉིས་པ་ད་ཡིག་སྟར་
བས། དང་ཞེས་བྲུབ་པ་དེ་ནི། དོན་སྤྱ་ཕྱི་དང་། ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་
པ་དང་། རྣམ་གངས་སོ་སོར་འབྲེད་པ་དང་། རྒྱ་མཆན་སྟོན་པ་དང་། ཆེ་
སྐབས་སྟོན་པ་དང་། གདམས་དག་སྟོན་པ་སྟེ་ལྟ་ལ་འབྲེད་པའོ། །

དེ་ལས་ཐོག་མར་སྤྱད་པ་ནི། བུམ་པ་མི་རྟག་སྟེ། ཀ་བ་དང་སྣམ་བུ་
ཡང་རོ་ལྟ་བུ་དོན་སྤྱ་མར་སྟར་བའི་ཆོས་ཕྱི་མར་ཡང་སྟོར་བ་སྤྱད་པ་དང་།

བུམ་པ་དང་ཀ་བ་དང་སྣམ་བུ་ཡང་བདག་མེད་དོ་ལྟ་བུ་ཡང་ཕྱི་མའི་
ཆོས་སྤྱ་མར་སྟོར་བ་སྤྱད་པ་སོགས་སྤྱ་ཕྱི་སྤྱད་པ་དང་།

གཟུགས་དང་། ཆོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་། འདུ་བྱེད་དང་། རྣམ་
པར་ཤེས་པ་ནི་སྤྱད་པའོ། །ལྟ་བུ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པའོ། །

འབྲེད་པ་ནི། ལུང་པོ་ནི་ལྷ་སྟེ། གཟུགས་དང་། ཚོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་
དང་། འདུ་བྲེད་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལོ། ། ལྷ་བྱ་དབྱེ་བའི་གཞི་གཅིག་
ལས། རྣམ་གངས་དུ་མར་འབྲེད་པ་སྟེ། གམ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ལོ། །

མདོར་ན། ཚོས་སྦྱོར་བ་སྤྱི་སྦྱད་པ་དང་། རོ་བོ་སོ་སོར་བགྱངས་
ནས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་སྦྱད་པ་སྟེ་སྦྱད་པ་གཉིས་དང་། གཞི་གཅིག་རྣམ་
གངས་ཐ་དད་པར་འབྲེད་པ་དང་བཅས་པའི་བྲད་པར་འདྲི། འབྲེད་པ་ཅམ་
དང་། བྲེ་ནས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བྲེད་པའས། བྲད་པར་གཅིག་ཏུ་སྦྱོར་བའོ། །

རྒྱ་མཚན་ནི། གཏན་ཚིགས་སྟོན་པ་སྟེ། དཔེར་ན། ལེགས་པར་
བསྐྱབས་པ་དང་མཁས་པར་འགྱུར་རོ། ། བྲས་པ་དང་མི་རྟག། བྲད་འཆེ་
མེད་པ་དང་སྦྱིད་པོ་འབྱུང་ལྷ་བྱ་མཁས་པར་འགྱུར་བ་དང་། མི་རྟག་པ་
དང་། སྦྱིད་པོ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན་དུ་ལེགས་པར་བསྐྱབས་པ་དང་། བྲས་
པ་དང་། བྲད་འཆེ་མེད་པ་སོགས་འགོད་པ་ན། དང་གི་སྤྱི་སྦྱོར་བ་ལུལ་
སྐད་དོན་མ་ཐུན་རྣམས་སུ་མ་འཆོལ་བར་ཡོད་ཀྱང་། མདོ་རྒྱད་བསྟན་
བཅས་རྣམས་སུ་འབྲེད་སྦྱད་སོགས་དང་ཤིན་ཏུ་དབྱེ་བར་དཀའ་བས་
པལ་ཆེར་མ་སྦྱར་བའས། སྦྱར་ཡང་མ་རྟོགས་པས་ཀྱང་ཆོམ་དུ་ལུས་པས།
འབྲེལ་བྲེད་སོགས་ཀྱི་དཔེར་བཞིན་དུ་མ་བཞོད་པ་ཞིག་གོ་སྟོམ་ལོ། །

ཆོས་སྐབས་ལ་འཇུག་པ་ནི། དུས་སྟོན་པ་སྟེ། དཔེར་ན་ཉི་མ་ཤར་བའི་

༡ མ་དཔེ། འོག་ངོས་༤༥བྲང་༣ན། ཞི ཞོལ་པར་ལ། ༥༤བ་༣ན། སྟེ

དུས་སམ། ཉི་མ་ཤར་བའི་ཆེ་འགོ་བ་ལ། ཉི་མ་ཤར་བ་དང་འགོ་ཞེས་བ་
དང་། དེ་བཞིན་དུ་ནམ་ལངས་བ་དང་འགོ། དེ་སྐད་ཅེས་བཀའ་བསྩལ་བ་
དང་ལྟ་བུ་རྟོ། །

གདམས་ངག་ལ་འབྲུག་པ་ནི། གདམས་ངག་འདོམས་བ་སྟེ། ངག་གི་
སྟོན་ས་བྱ་བའི་ཐབས་སྟོབ་བ་དང་བསྐྱལ་བའི་ཕྱིར་བཟོད་པའོ། །དཔེར་ན།
འདི་གིས་དང་། ཉོན་དང་། སྟོབས་དང་། སྟོམས་དང་། ཡིད་ལ་བྱུངས་དང་
ལྟ་བུ་བྱ་བ་དེ་དང་དེ་ལ་བསྐྱལ་ཞིང་གིས་ཤིག་པའི་བཟོད། །

རྒྱ་མཆན་དང་ཆེ་སྐབས་ལ་འབྲུག་པ་གཉིས་མི་འགལ་བར་མཐོང་
སྟེ། ཆོག་གསལ་ལ། འདིར་སྐྱེ་བ་བཀག་པ་བསྐྱབ་བར་བྱ་བའི་ཆོས་སུ་
འདོད་པ་དེའི་ཆེ། ཞེས་བ་འདིའི་དོན་འཆད་བ་ན། ལམ་རིམ་ཆེན་མོར།
དོན་དམ་པར་སྐྱེ་བ་བཀག་པ་དེ། ཆོས་ཅན་དེ་དག་ལ་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་
སུ་བཏྲན་པ་དེའི་ཆེ་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་ཞེས་གསུངས་པས། ཆོའི་ཆོག་སྤང་རྒྱ་
མཆན་ལ་འབྲུག་ཅིང་དུས་དང་ལྡན་པ་ཡང་ཡིན་པ་བཞིན་རོ། །

འདིས་མཆོན་ནས། ཆེ་དང་དོན་གཅིག་ལ། རྒྱ་ཡོད་པ་ན་འབྲས་བུ་
འབྱུང་། རྒྱ་ཡོད་པ་ལ་འབྲས་བུ་འབྱུང་། རྒྱ་ཡོད་པ་དང་འབྲས་བུ་འབྱུང་
ལྟ་བུ་རྒྱ་ཡོད་པའི་ཆེ་འབྲས་བུ་འབྱུང་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་པས། དུས་དང་རྒྱ་
མཆན་ལྡན་ཅིག་སྟོན་པར་འགྱུར་རོ། །

ནམ་གླིང་པ་དང་། མཁས་པ་སྤྲ་མ་གཞན་མང་པོས། རྒྱ་མཆན་གྱི་

དཔེར་བརྗོད་དུ། སྤྲོ་ཆོས་ཅན། མི་ཉག་སྟེ། བྱས་པའི་བྱིར་དང་། སྤྲེས་
པའི་བྱིར་དང་། དངོས་པོ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཞེས་པ་བཞོད་པ་ནི། དཔེར་
བརྗོད་དེའི་བྱིར་གྱི་སྤྲེས་རྒྱ་མཆན་དངོས་སུ་སྟོན་ཅིང་རྒྱ་མཆན་དེའི་རྣམ་
གངས་གཉིས་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ། དང་གི་“སྤྲེས”སོ་སོར་བྱེ་བ་ཡིན་
པས་འཐད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་སྤྱིའི་སྤྲེ་འཆད་པའི་ཆེད་དུ།

མིང་གང་རྒྱུད་བའི་དང་པོ་རྟུ། །

དང་པོ་ལ་ནི་གཉིས་པ་རྒྱུར། །

སྤྱི་ལ་“ཁྱབ”ལ་ནི་ད་རྟུ་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། མིང་གང་ཡང་རྒྱུད་བའི་དང་པོ་སྟེ་ཐོག་མ་རྟུ། རྗེས་
འབྱུག་གི་ཡི་གེ་དང་པོ་ག་ལ། གཉིས་པ་ར་རྒྱུར་བས། གང་ཞེས་བྱུབ་པ་དེ་
ནི། སྤྱི་ལ་ཁྱབ་པའི་སྤྲེ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ། སྤྱི་ལ་ཁྱབ་པ་ནི། རོན་གྱི་རིགས་
དང་ཆོགས་པ་ལ་སོགས་པ་སོ་སོའི་དམིགས་མ་བརྒྱུད་བར། མཐའ་དག་
ལ་ཁྱབ་པར་སྤྱིར་བརྗོད་པའོ། །དཔེར་ན། གང་ལ་ཡོན་ཏྲན་མཆོག་མངའ་
བའི། །དགོན་མཆོག་དེ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ཐོག་མར་རིགས་སོགས་ཀྱི་གཞི་
གང་ཡང་མ་བརྗོད་པར་མཐའ་དག་ལ་ཁྱབ་པ་གང་ཞེས་སྤྱིར་སྟོས་ནས།

༡ མ་དཔེ། འོག་ངོས་༤༩ཐེང་༡༢ན། སྤྲེ རོལ་པར་མ། ༡༥བ༡ན། སྤྲེས

༢ མ་དཔེ། འོག་ངོས་༤༩ཐེང་༡༠ན། ཁྱབ་ཀྱི་ཁྱབ རོལ་པར་མ། ༡༥བ༡ན། ཁྱབ

སྤྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱང་པར་སོགས་ཀྱིས་བྱང་པར་དུ་བྱས་ནས་དེ་ཞེས་
དམིགས་འཛིན་པ་དང་།

ལྟ་ལྟོང་བ་དང་། ཞབས་ཞུམ་པ་དང་ཆུ་འཁྱོར་བའི་དོན་བྱེད་ཅུས་པ་
གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བྱམ་པའོ། །ལྟ་བུ་རིགས་ཅན་མཐའ་དག་ལ་བྱབ་པའི་
རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཙམ་བརྗོད་པ་དང་། རབ་ཏུ་བྱུང་བ་འདི་དག་ལས། མཁས་
པ་ནི་གང་ཡིན། ” ལྟ་བུ་དོན་གྱི་སྤྱི་ལམ་ཚོགས་པ་བཀོད་ནས། མཁས་
པ་སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་གཞི་གཅིག་ཏུ་མ་སེབས་པར་སྤྱིར་བྱི་
བ་དང་། ཐེ་ཚོམ་དང་གདམ་ང་བྱེད་པའི་ཆེ་བརྗོད་ཅིང་། སྤྱིར་བརྗོད་པ་དེ་
ཉིད་བྱེ་བྲག་ལ་ཡང་གདོན་མི་བ་བར་སྟེག་གོ།

ནམ་གླིང་པས། གང་གི་སྤྱི་ཙམ་སྟོན་པའི་སྤྱི་ལ་བྱབ་པ་ཉིད་དུ་
འགྱུར་ཞེས་འགྲེལ་བ་ནི་ཉ་ཅང་མ་བརྟགས་པའི་བཤད་པར་རྟོགས་སྟོན།

དེ་བཞིན་དུ་ཅི་དང་། སྤྱ་དང་། ཇི་ལ་སོགས་པ་ཡང་གང་དང་པལ་
ཆེར་མཐུན་ཅིང་། སྐབས་ཐོབ་ཀྱིས་བྱབ་ཆེ་ཆུང་འབྱུང་བ་ནི། སྤྱ་ཞེས་
པའི་སྤྱི་གང་ཟག་ཁོ་ན་ལ་བརྗོད་ཅིང་། བྱམ་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་
གཞན་ལ་མི་འབྱུག་པ་དང་། གང་ཞེས་པ་གང་ཟག་དང་ཆོས་ཐམས་ཅད་
ལ་བརྗོད་པ་བཞིན་དང་། ཇི་སྟེད་ལྟ་བུའི་སྐབས་སྤྱ་གང་གི་སྤྱི་མི་སྤྱོར་བ་
བཞིན་ནོ།

༡ མ་དཔེ། འོག་ངོས་༥༠ཟེང་༡༩ན། ཞོལ་བར་མ། ༣༥བལ། +བརྩམས་པ་ནི་གང་ཡིན།

དེ་ལྟར་ཡང་སྒྲ་སྟོར། ཅི་ལ་སོགས་པ་དེ་བཞིན་ཏེ། །བྱམ་པ་སྐབས་
ཀྱིས་བཅི་བར་གྱ། །ཞེས་སོ། །

བཞི་པ་བདག་པོའི་སྐྱེ་འཆད་པའི་བྱིང་།

གང་མིང་གི་ཉི་མ་མཐའ་ན། །

ཀྱེ་མི་ལྷ་མི་ལྷ་མེད་པ། །

དེ་ལ་བྱ་མི་ལྔ་ལྟར་ན། །

བདག་པོའི་སང་ཉི་ཤེས་པར་བྱ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་གི་མ་མཐའ་ན། ལྷ་ཡི་རྒྱ་
 མེ་ལུ་རུ་ཤ་སྐྱེས་པ་དང་། ཡི་རྒྱ་རྟགས་ཡིན་པས། ལུ་རུ་ཤ་འི་རུ་དང་ཤ་
 རྐྱེས་ནས། ལྷ་ཡི་རྒྱར་བསྐྱུས་པ་ནི། སྐྱེས་པའི་རྟགས་སམ་པོ་རྟགས་ཞེས་
 བཤོ། །རྟགས་དེ་ནི་པ་བ་པོ་ཅན་རྣམས་སོ། །

པ་བ་པོ་ཅན་གྱི་སྒྲ་པོ་རྟགས་སྤྱུར་པ་དེ་ནམས་མེད་པ་དཔེར་ན།
 ཏྲ་གསེར། སེ་ར། ལྟ་ས། སྒྲ་ར། འུམ་པ། ཀ་བ་པ་སོགས་པའོ། །དེ་དག་
 ལ་པ་བ་པོ་ཅན་གང་ཡང་རྒྱུར་བས། ཏྲ་པ། གསེར་པ། སེ་ར་པ། ལྟ་
 ས་པ། སྒྲ་ར་ཅན། ཀ་བ་པ། འུམ་པ་པ། མྱོང་བ་པོ། མྱོ་ལྟ་པ་སོགས་པ་
 རང་རང་གི་བདག་པོ་ལས་རང་ཉིད་གང་ལ་ལྟན་པའི་གཞི་སྟོན་པའི་སྒྲ་པོ། །

བྱམ་པ་དང་། ཀ་བ་ལྟ་བུའི་པ་དང་བ་ནི། རང་མིང་གི་ཆ་ཤས་སུ་ཐོག་།

མ་ནས་གྲུབ་པས་བདག་པོའི་སྐྱ་མིན་པ་ནི། ལུ་ཡི་རྒྱ་ཡི་སྐྱ་མེད་པ། ཞེས་
གསུངས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཤེས་སོ། །

དེ་ལྟར་པ་བ་པོ་ཅན་གྱི་སྐྱ་ནི་བདག་པོའམ་ལྟན་པའི་དོན་དུ་སྦྱར་
ཞིང་། དེའི་སར་ནི་ཤེས་པར་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་ཡང་སྐྱ་སྒོ་ལས། པ་བ་ཅན་ནི་བདག་པོའམ། །ལྟན་པའི་དོན་དུ་
སྦྱར་བ་བྱ། །ཞེས་སོ། །

ལྟ་བུ་དགག་སྐྱ་འཆད་པའི་བྱིར།

མིང་གང་རྒྱུད་བའི་ཡ་མཐར་བྱ། །

སྐྱ་ཡི་རྒྱ་ཡི་སྐྱ་མེད་པ། །

དེ་ཡ་སྐྱ་ཡི་རྒྱ་སྦྱར་ན། །

དགག་པའི་གནས་སྒྱུ་ཤེས་པར་བྱ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། མིང་གང་ཡང་རྒྱུད་པའི་ཡ་མཐར་བྱ། སྐྱ་བྱད་མེད་
དང་། ཡི་རྒྱ་ཉགས་ཡིན་པས། མོ་ཉགས་ཀྱི་སྐྱ་མ་ཡིག་མེད་པ་དེ་ལ། སྐྱ་
ཡི་རྒྱའི་སྐྱ་མ་ཡིག་སྦྱར་ན། དགག་པའི་གནས་ཏེ། གང་གི་ཐོག་མར་སྦྱར་
པའི་དོན་དེ་ཉིད་དགག་པའི་སྦྱར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

དཔེར་ན། སྐྱེས། འགགས། མཐོང་ལྟ་བུའི་ཡས་ཀྱི་མཐར་མ་ཡིག་
སྦྱར་བས། མ་སྐྱེས། མ་འགགས། མ་མཐོང་ལྟ་བུ་བྱུང་བའི་བཀག་པ་དང་།

འདིར་ཤྲགས་ལ་བསྟན་པ་མི་ཡིག་སྐྱར་བ། མི་སྐྱེ། མི་འགག། མི་
མཐོང་ལྟ་བུ་ད་ལྟ་བ་དང་འབྱུང་འབྱུར་འགོག་པ་དང་།

སྐྱེ་བ་མེད། འགག་པ་མེད། མཐོང་བ་མེད་ལྟ་བུ། དུས་གསུམ་ཀར་
སྐྱོར་བ་དང་།

དེ་བཞིན་དུ། སྐྱེས་པ་མིན། སྐྱེ་བ་མིན། འགགས་པ་མིན། འགག་པ་
མིན། བྱང་བ་མ་ཡིན། འབྱུང་བ་མ་ཡིན། མཐོང་བ་མ་ཡིན། ལྟ་བུ་མ་ཡིན་
པ་དང་མིན་ཞེས་པའི་སྒྲ་ཡང་དུས་གསུམ་ཀ་ལ་སྐྱར་” རུང་ངོ། །

དེ་ལྟར་མིང་གི་ཐོག་མར་སྐྱོར་བ་མ་དང་མི་དང་། མཐར་སྐྱོར་བ་མེད་
དང་མིན་དང་མ་ཡིན་ཞེས་པའི་སྒྲ་རྣམས་དགག་པའི་སྒྲ་ཡིན་ནོ། །

འོ་ན། མ་མོ། མོ་མ། ཆང་མ། ར་མ། དགའ་མ་ལ་སོགས་པའི་མ་ཡིག་
ཀྱང་དགག་པའི་སྒྲ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་རྣམས་དགག་པའི་སྒྲ་མ་ཡིན་ཏེ།
གཞུང་འདིར་ཡ་མཐའ་བྱ་ཞེས་དང་། སྒྲི་ལི་རྒྱ་ཡི་སྒྲ་མེད་པ། །དེ་ལ་སྒྲི་ལི་རྒྱ་
སྐྱར་ན། །ཞེས་གསུངས་པས། མིང་གང་ལ་མོ་རྟགས་དང་པོ་ནས་མེད་པ་
ལ། མོ་རྟགས་གོང་དུ་སྐྱར་ན་དགག་སྐྱར་འབྱུར་བའི་དོན་ཡིན་ལ། མ་མོ།
མ་གཞི། མོ་མ་སོགས་ཀྱི་མ་ཡིག་མིང་ཉིད་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མིང་
དེའི་མཐར་སྐྱོར་བ་དང་། ཐོག་མར་སྐྱོར་ཡང་མིང་རང་ལ་མེད་དུ་མི་བྱང་
བའི་ཡན་ལག་ཏུ་ཡོད་པའི་མ་ཡིག་ནི་དགག་སྐྱར་མི་འབྱུར་རོ། །

༡ མ་དཔེ། འོག་ངོས་༥༩ཟླང་༩༠ན། ཞོལ་པར་མ། ༩༧ནམ། +དུ་

དེས་ན་པ་བ་པོ་ཅན་རྣམས་ལ་པོ་རྟགས་ཞེས་བརྗོད་པ་ནི། བྱ་བ་དང་
གནས་སོགས་པའི་སློན་སྒྲིག་། དོན་པོ་བརྗོད་པ་ལ་ཡི་གེ་དེ་དག་དམིགས་
བསལ་རེ་གཉིས་མ་གཏོགས་ཐམས་ཅད་ལ་སྦྱར་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་
ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། ཏ་པ། ལ་ལོ་བ་། བྱེད་པ་པོ། སྦྱར་ཅན་ལྟ་བུའོ། །

འོན་ཀྱང་ལྟ་ཞེས་བྱ་བ། པོ་པོ་གཉིས་ཀའི་སྦྱི་བརྗོད་པ་ཡིན་པས། རེ་
རེའི་རྟགས་སུ་མི་འགྱུར་བ་ལ། ལྟ་མོ་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱ་དང་ཆོགས་ན། ལྟ་
ཞེས་པ་པོར་གོ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ། བྱ་དང་། བྱ་མོ། མི་དང་། མི་མོ། སྦྱ་
དང་། སྦྱ་མོ་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་པོ་ཕྱི་མ་ལ་པོ་རྟགས་སྦྱར་བའི་ཁུས་པས། སྦྱ་
མ་པོར་གོ་བ་ནི། པ་ཡིག་སོགས་སྦྱར་བ་ལ་མ་ལྟོས་པ་ལྟ་བུའོ། །

མ་ཡིག་ལ་པོ་རྟགས་ཞེས་བརྗོད་པ་ནི། གནས་ལ་སོགས་པའི་སློ་
ནས། དོན་པོ་བརྗོད་པ་ལ་སྦྱར་མ་ཡིག་སྦྱར་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན་ཏེ།
དཔེར་ན། ར་མ། ཆང་མ། རོ་མོ། བཅུན་མོ་ལྟ་བུའོ། །

དམིགས་བསལ་སྒྲ་མ། བོང་མ་སོགས་དོན་པོ་མི་བརྗོད་ཀྱང་།
རྟགས་མཐའི་དབང་གིས་མ་ཡིག་དངས་པ་ཡང་ཡོད་ལ། ལྟ་སྒྲིག་ ལྟ་བུ་
མ་ཡིག་མ་སྦྱར་ཡང་དོན་པོར་གོ་བ་ཡང་ཡོད་པས། ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱབ་
པའི་མིང་དང་ཁྱད་པར་རེ་རེ་བའི་སྐབས་ཕྱེད་པ་གལ་ཆེའོ། །

དེ་ལྟར་པ་ལ་སོགས་པ། དོན་པོ་བརྗོད་པ་ལ་གཙོ་བོར་སྦྱར་བས་པོ་

༡ མ་དཔེ། འོག་ངོས་༥༣ཐེང་༡༩ན། བ ཞོལ་བར་མ། ༣༡ན། བ

རྟགས་དང་། མ་ཡིག་དོན་མོ་བརྗོད་པ་ལ་གཙོ་བོར་སྦྱར་བས་མོ་རྟགས་
ཞེས་བྱ་ཞིང་། མོ་གོ་བར་བྱེད་པའི་རྟགས། པ་ལ་སོགས་པ་མིང་མཐར་
གསར་དུ་སྦྱར་བ་ནི་བདག་པོའི་སྦྱ་དང་། མོ་གོ་བར་བྱེད་པའི་མ་ཡིག་
མིང་གི་ཐོག་མར་གསར་དུ་སྦྱར་བ་དགག་སྦྱར་འགྱུར། ཞེས་པ་གཞུང་གི་
དགོངས་པ་ཡིན་གྱི། ཐོའི་རྟགས་གང་ཡིན་ཐམས་ཅད་བདག་པོའི་སྦྱ་དང་
མོའི་རྟགས་གང་ཡིན་ཐམས་ཅད་དགག་པའི་སྦྱ་ཡིན་དགོས་པ་ནི་མིན་ནོ། །

འདིར་མ་ཡིན་དགག་དང་མེད་དགག་གི་ཁྱད་པར་དང་། མ་ཡིན་
དགག་གི་དབྱེ་བ་བཅུ་བཞེ་དང་། མེད་དགག་གི་དབྱེ་བ་བཅུ་གཅིག་ལ་
སོགས་པ་ནི་མངས་པར་འགྱུར་བས་མ་གྲིས་སོ། །

དུག་པ་ཐ་སྙད་སོགས་ཀྱི་དོན་དགུ་ལ་འཇུག་པའི་ཐད་འཆད་པའི་བྱིར།

གང་མིང་གི་ནི་ཡ་མཐའ་རྒྱ། །

གསུམ་པ་ལ་ནི་ཨེ་སྦྱར་བ། །

ཐ་སྙད་དབང་བྱ་གསུམ་ཡིན་ཏེ། །

དངོས་པོའི་དབང་གིས་བཞི་བྱ་འགྱུར། །

བྱས་ཀྱི་དབང་གིས་གཉིས་ཡིན་ནོ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། གང་ཡུང་རུང་བའི་མིང་གི་ཡ་མཐའ་སྟེ། ཐོག་མ་
རུ་རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་གསུམ་པ་ད་ཡིག་ལ་དབྱངས་གསུམ་པ་ཨེ་སྦྱར་

བས། དེ་ཞེས་གྲུབ་པ་དེ་ནི། དོན་དགུ་ལ་འཇུག་སྟེ། བ་སྣ་ད་ཀྱི་དབང་དུ་
བྱས་པ་གསུམ་ལ་འཇུག་ཅིང་། དངོས་པོའི་དབང་གིས་བཞི་རུ་འཇུག་
པར་འགྱུར་ལ། དུས་ཀྱི་དབང་གིས་གཉིས་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་པའི་སྟེར་
པོ། །དེ་ལ་བ་སྣ་ད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་གསུམ་ནི། འདས་པ་དང་། རྣམ་
གྲངས་གཞན་བརྗོད་པ་དང་། ལྷག་བཅས་དང་གསུམ་མོ། །

འདས་པའི་ཐ་སྙད་ནི། ད་ལྟ་འཆད་བཞིན་པའི་སྟོན་དུ་སོང་ཟིན་པའི་
མིང་ཆིག་གི་ཐ་སྙད་དེ། གོང་དུ་སོང་མ་ཐག་པའི་མིང་ཆིག་ནམས་སྐར་
ལེན་མི་དགོས་པར། དེ་ཞེས་བརྗོད་པས་གོ་བར་བྱས་པའོ། །དཔེར་ན།
ཀ་བ་རིང་"བོའོ། །དེ་སྐྱ་བའོ། །དེ་ལ་བྱུང་ཡོད་དོ། །ཞེས་བྱད་པར་སྐྱ་མ་
སྟོར་བ་ན་རང་གི་མིང་སྟོས་ནས། ཕྱི་མ་ནམས་སྟོར་བ་ན་དེ་ཞེས་སྟོས་
པས་ཆིག་པ་ལྟ་བུའོ། །

ནམ་གངས་གཞན་བརྗོད་པ་ནི། བརྗོད་བྱ་སྟོན་སྤྱི་རང་མིང་དངོས་
སྲུང་སྟོས་པར་སྤྱི་བྱེད་ཀྱི་སྐྱབས་པ་ལྟ་བུས་བརྗོད་ནས། ཕྱིས་དེ་
ཞེས་པའི་སྐྱབས་གཉིས་བརྗོད་པ་ན། ནམ་གངས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དུ་མ་ཡོད་པར་
གོ་བ་དཔེར་ན། གཏུང་འདེགས་པ་གང་དང་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་དེ་ནི་ཀ་
བཤོ། ལྟ་བུ་དང་། དེ་དང་དེ་ནི་མདོ་བཞིན་དུ། ལྟ་བུ་ལོ། །

ཡང་ན། རྣམ་བཤད་རིག་པར་རྣམ་གྲངས་དང་། མཆོད་ཉིད་སོགས་

༡ མ་དགེ། འོག་ངོས་༥༥ཟེང་༡༣ན། བོད་ ཞོལ་བར་མ། ༣༩ན༥ན། བོད་

ཀྱི་རྣམ་གངས། མིང་གི་རྣམ་གངས་ལ་བཤད་པ་བཞིན། ཉོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གངས་གཞན་དུ་མ་བརྗོད་པ། འདི་ནི་ཆངས་པ་སྟེ། གདོང་བཞི་པ་ཡང་དེ་ཡིན། མེས་པོ་ཡང་དེ་ཡིན། ལྟ་བུ་ཡང་གཞུང་དང་ཉིའོ། །

ལྷག་བཅས་ནི། ཆོག་གི་ལྷག་མ་ཡོད་པར་སྟོན་པ་སྟེ། ལྷ་ག་ཟུགས་མཛེས་པར་ཡོད་དེ། མིའི་ག་ཟུགས་ལ་ལྟའོ། །ལྷ་བུ་གོང་དུ་འང་བསྟན་ཟེན་ཏོ། །

དེ་ལྟར་ཡང་སྤྲོསོར། དེ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་གི་དོན། །ཐ་སྙད་དངོས་དང་དུས་འཇུག་གསུམ། །འདས་དང་རྣམ་གངས་གཞན་ཅན་དང་། །ལྷག་མ་དག་དང་བཅས་པ་འོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དེ་དག་ལ་ཐ་སྙད་ལ་འཇུག་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། མིང་ཆོག་གི་ཐ་སྙད་དང་བརྗོད་བྱའི་དངོས་པོ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས། གཙོ་བོར་མིང་ཆོག་གི་ཐ་སྙད་ཁོ་ན་ལ་འཇུག་པའི་བྱིར་རོ། །

དངོས་པོ་ལ་འཇུག་པ་བཞི་ནི། བདེན་པ་དང་། གསང་བ་དང་། བདག་གི་བ་དང་། བ་རོལ་པོ་རྣམས་སོ། །

དེ་ལ་བདེན་པའི་དངོས་པོ་ལ་འཇུག་པ་ནི། དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཀྱན་རྩོབ་པ་དང་དོན་དམ་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་བྱང་པོར་གོ་བར་བྱེད་ཅིང་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། དེ་བཞིན་ཉིད་དོ། །དེ་ཁོ་ནའོ། །དེའི་རང་བཞིན་ནི་དེ་ཉིད་དོ། །དེ་དེ་བཞིན་ནོ། །དེ་རང་ཡིན་ནོ། །དེ་ཁོ་ནར་འདུག་གོ། །རྒྱུ་ཐེར་བ་དེ་བཞིན་དུ་གནས་སོ་ཞེས་སོགས་ལྟ་བུའོ། །

གསང་བའི་དངོས་པོ་ལ་འཇུག་པ་ནི། མི་གཞན་དག་དང་ཐུན་མིང་མ་
ཡིན་པའི་དངོས་པོ་དེ་གཞན་གྱིས་ཤེས་དོགས་ནས་གསང་བའི་སྐབས་
སྟུ། རང་གི་བདེ་མོང་བའི་གང་ཟག་ལ་མི་གཞན་དང་ཐུན་མིང་དུ་གཏམ་
སྟེ་བའི་ཆེ་དེ་ཞེས་བརྗོད་པས་གོ་བ་སྟེ། དཔེར་ན། དེ་མ་སྟོན། དེ་མ་ཟེར།
དེ་བསྐྱག་པར་མི་བྱ་ལྟ་བུའོ། །

བདག་གི་བ་ལ་འཇུག་པ་ནི། རྗོད་པ་པོ་བདག་ཉིད་དང་འབྲེལ་བའི་
དངོས་པོ་ལ་འཇུག་པ་སྟེ། དཔེར་ན། རང་ཉིད་ཀྱི་ཡོ་བྱད་སོགས་ལ་མིག་
གཏད་དེ། བདག་གི་དེ། རའི་དེ། རང་གི་དེ་ལྟ་བུ་སྟེ། འདི་ཡང་རྗོད་པ་པོ་
རང་ཉིད་ལ་དེ་ཞེས་མི་བརྗོད་ཅིང་། རང་ཉིད་དང་འབྲེལ་བའི་དངོས་པོ་
གཞན་བརྗོད་པ་ན། དེ་ཞེས་བའི་སྟེ་འཇུག་པའི་བྱད་པར་དབྱེ་བའི་ཕྱིར་
མཛད་པའོ། །

དངོས་པོ་པ་རོལ་པོ་ལ་འཇུག་པ་ནི། གང་ཟག་པ་རོལ་པོ་དང་། དེ་
དང་འབྲེལ་བའི་དངོས་པོ་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་པ་སྟེ། དཔེར་ན། མི་དེ། ལྟ་
དེ། སྐྱེས་བུ་དེ་ལྟ་བུ་གང་ཟག་དང་། ཁྱོད་ཀྱི་དེ། གཞན་གྱི་དེ་ལྟ་བུ་པ་རོལ་
པོ་དང་འབྲེལ་བའི་དངོས་པོ་སྟོན་པའོ། །

དེ་ལྟར་ཡང་སྟེ་སྟོན། བདེན་པ་དག་དང་གསང་བ་དང་། །བདག་གི་བ་
དང་པ་རོལ་པོ། །དངོས་པོ་དག་ལ་འཇུག་པ་བཞི། །ཞེས་པ་ལྟར་རོ། །

དུས་ལ་འཇུག་པ་གཉིས་ནི། འདས་པ་དང་མ་འོངས་པའི་དུས་གཉིས་

སོ། །འདས་པའི་དུས་ལ་འབྱུག་པ་ནི། ད་ལྟ་བྱེད་བཞིན་པ་དང་། ཡོད་
བཞིན་པའི་དུས་དེའི་སྐད་ཅིག་སྤྲོ་མ་ཡན་ཆད་ཐམས་ཅད་ལ་འབྱུག་
གོ། །མ་འོངས་པའི་དུས་ཀྱང་ད་ལྟ་བའི་སྐད་ཅིག་སྤྲོ་མ་པན་ཆད་ཐམས་
ཅད་ལ་འབྱུག་གོ། །

དེ་ཡང་བསྐྱལ་བ་དང་། ཡོད་དང་། ཟླ་བ་དང་། ཞག་གཅིག་དང་། སྐད་
ཅིག་མ་གང་ལ་ད་ལྟ་བར་བཟུང་བ་དེ་ལ་སྟོན་པའི་འདས་པ་དང་མ་འོངས་
པ་ལ་འབྱུག་པའི་སྐབས་བྱེད་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན། དེ་རིང་གི་དུས་ད་ལྟ་
བར་བཟུང་བའི་ཆེ། ཁ་སང་གི་དུས་དེ་ལ་ཞེས་ཁ་སང་ཡན་ཆད་ཀྱི་འདས་
པ་ལ་དེ་འབྱུག་པ་དང་། སང་གི་དུས་དེ་ཙམ་འདི་བྱེད་ལྟ་བུ། སང་ཉིད་
པན་ཆད་ཀྱི་མ་འོངས་པ་ལ་དེ་འབྱུག་པ་ལྟ་བུའོ། །

དེ་ལྟར་ཡང་སྤྲོ་སྟོང་། འདས་པ་དང་ནི་མ་འོངས་པའི། །དུས་ཉིད་ལ་ནི་
འབྱུག་པ་གཉིས། །ཞེས་པ་ལྟར་རོ། །

དེ་མི་འབྱུག་པ་གཉིས་ཡོད་དེ། དངོས་པོའི་ནང་ནས་བདག་དང་། དུས་
ཀྱི་ནང་ནས་ད་ལྟ་བ་ལ་མི་འབྱུག་གོ། །དེ་ལྟར་ཡང་དེ་ཉིད་ལས། མི་འབྱུག་པ་
ནི་གཉིས་ཡིན་ཏེ། །བདག་ཉིད་ད་ལྟ་ཉིད་ལ་སྤང་། །ཞེས་པ་ལྟར་རོ། །

འོ་ན། ད་ལྟ་བའི་དངོས་པོ་ལ་མི་འབྱུག་གས་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། སྤྲོ་
སྟོང་། དངོས་པོའི་དུས་ནི་མི་འདོར་ཏེ། །ཀུན་ལ་རབ་ཏུ་སྐྱར་བར་
བྱ། །ཞེས་གསུངས་པས། དངོས་པོ་ལ་འབྱུག་པ་ནི་དུས་གསུམ་ཀ་ལ་

སྒྱུར་བྱུང་ངོ། །

སྐལ་མ་འདིའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་གསུམ་ལ། མཁས་པ་
ཁ་ཅིག །ཀུན་བརྟགས། གཞན་དབང་། ཡོངས་བྱུབ་གསུམ་ལ་བཞེད་
དོ། །གཞན་དག་ནི། ཆོས་དང་། ཆོས་ཅན་དང་། གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་ཐ་
སྙད་ལ་བཞེད་དོ། །ལ་ལ་ལུས་ངག་ཡིད་ཀྱི་ཐ་སྙད་གསུམ་ལ་བཞེད་དོ། །

འདི་དག་ཐམས་ཅད་འཐད་པ་མ་ཡིན་པར་མཐོང་སྟེ། ཐ་སྙད་དམ་
གཤམ་པར་དེ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་ཡིན་ན་ནི། དེ་འབྲུག་པའི་
ཡུལ་གྱི་ཆོས་གང་ལ་ཡང་ཐ་སྙད་དམ་གཤམ་པར་དེ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཤ་
སྟག་ཡིན་པས། དེའི་འབྲུག་པ་ཐམས་ཅད་ཐ་སྙད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཁོ་
ནར་འགྱུར་ཞིང་། གསུམ་འབྲེན་རྒྱ་ཡོད་པས་ཡིན་ན་ནི། དགོན་མཆོག་
གསུམ་དང་། སྤྱི་བར་གསུམ་སོགས་ལའང་དེ་འབྲུག་པས་ཉ་ཅང་ཐལ་
བ་དང་། ཉོགས་དཀའ་བའི་གནས་འདི་ལ་རྒྱ་མཆན་གཞན་ཡང་མ་བཤད་
པས་ཐ་སྙད་དང་དངོས་པོའི་འབྲུག་པ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་བར་མ་བྱེད་པར།
དཔེར་བརྗོད་ཀྱང་རྫོགས་ཉེ་བཞོད་པ་མང་བའི་བྱུང་ངོ། །

ནམ་གླིང་པས། རྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་ལ་ཐ་སྙད་ཅས་པ་དང་། བརྗོད་བྱའི་
དོན་ལ་དངོས་པོ་ཞེས་མིང་བཏགས་པ་ཅམ་ཡིན་གསུངས་པ་ནི་ལེགས་
པ་ཡིན་ཡང་། འདས་པའི་ཐ་སྙད་བརྗོད་པའི་དེ་ཞེས་པ། དེས་བཟུང་གི་
དོན་ཡིན་ཞེས་བཤད་པ་ནི། དོན་གྱི་དངོས་པོ་འདས་པ་ལ་འབྲུག་པ་དང་།

ཐ་སྙད་འདས་པ་ལ་འཇུག་པ་གཉིས་མ་བྱེད་པ་དང་། དེས་བཟུང་གི་དོན་
ཅན་ཉན་དུ་བཅུན་པ་ལ་མ་དགོངས་པར་གསལ་ཞིང་། དགར་བཅུན་གྱི་
སྐབས་སུ་རང་ཉིད་ཀྱིས་བཞད་པ་བྱས་པ་དང་ཡང་འགལ་བའི་བྱིར་རོ། །

དེས་ན་ཁོ་བོས་བཞད་པར་བྱ་སྟེ། སྤྱིར་ཐ་སྙད་ལ་སློང་ཐ་སྙད་དང་།
མིང་ཆིག་གི་ཐ་སྙད་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། འདིར་མིང་ཆིག་གི་རྫོང་པ་ལ་
ཐ་སྙད་ཅེས་བྱའོ། །

དངོས་པོ་ཡང་། དོན་བྱེད་རུས་པ་ལ་མི་བྱེད་ཀྱི། དངོས་པོ་ཞེས་
བཏགས་པ་ཅ་མ་ལ་བྱེད་དོ། །དེ་ཡང་བརྫོད་བྱའི་དོན་ལ་དངོས་པོར་
བཏགས་པ་དང་། ཆོས་ཉིད་ལ་བཏགས་པ་དང་། དགག་བྱ་ལ་བཏགས་པ་
སོགས་ཡོད་པ་ལས། འདིར་ནི་བརྫོད་བྱའི་དོན་ལ་བྱའོ། །

དེ་ལ་ཐ་སྙད་གསུམ་གྱི་འདས་པ་ནི། མིང་ཆིག་གི་རྫོང་པ་འདས་པ་
སྟེ། དཔེར་ན། སངས་རྒྱས་བྱམས་པ་འབྱོན་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་འཁོར་
གངས་མེད་དོ། །ཞེས་བརྫོད་བྱའི་དངོས་པོ་འདས་པ་མ་ཡིན་ཡང་མིང་གི་
བརྫོད་པ་འདས་པ་ལ། དེའི་སྐྱེ་འཇུག་པ་ལྟ་བུ་དང་། དེས་མཆོན་ནས་དོན་
འདས་པ་ཞིག་སྟོན་པ་ལ་མ་སྟོས་པར། ཆིག་གམ་མིང་གི་བརྫོད་པ་འདས་
པ་ལ་ཐ་སྙད་འདས་པ་དང་། དེ་ལ་འཇུག་པ་ལ་ཐ་སྙད་འདས་པ་ལ་འཇུག་
པ་ཞེས་བྱའོ། །

དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་གངས་ཀྱི་ཐ་སྙད་ཀྱང་། དོན་གྱི་ངོ་བོ་ལ་རྣམ་གངས་

ཕྱེ་བ་དང་མ་ཕྱེ་བ་ལ་མ་ལྟོས་པར། མིང་ཆོག་གི་ཐ་སྙད་ཅམ་དུ་ནམ་
གངས་དུ་མར་ཕྱེ་བ་ལ་དེའི་སྐྱེ་འབྱུག་སྟེ། དཔེར་ན། དེ་ནི་རྒྱལ་པོ་སྟེ། ས་
སྐྱོད་ཀྱང་དེ་ཡིན། སའི་བདག་པོ་འང་དེ་ཡིན་ལྟ་བུ་ལོ། །

ལྷག་བཅས་ཀྱང་དོན་གཞན་ཞིག་འདྲེན་རྒྱ་ཡོད་མེད་ལ་མི་ལྟོས་པར།
ཆོག་ཕྱི་མའི་ལྷག་མ་འདྲེན་ཅིང་སྟོན་པ་ཞིག་སྟེ། བོད་དུ་བཤད་པ་གཉིས་
ཀྱིས་རྟོགས་སོ། །

དེའི་སྐྱེ་དངོས་པོ་ལ་འབྱུག་པ་ནི། བརྗོད་བྱའི་དངོས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་
རང་མིང་གིས་བརྗོད་པ་དང་། མ་བརྗོད་པ་ལ་མ་ལྟོས་པར། དེ་ཞེས་བརྗོད་
པས་གོ་བ་ཞིག་གོ། །

འགྲེལ་བ་^༡ གསལ་སྟོན་སོགས་སུ། ཐ་སྙད་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཆོས། ཆོས་
ཅན། གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་ཐ་སྙད་གསུམ་བཟངས་ནས། དངོས་པོའི་
སྐབས་སུ་རིགས། བྱ་བ། ཡོན་ཏན། རྣམ་བཞི་འདྲེན་པ་དང་། དེ་དག་གི་
དཔེར་བརྗོད་ཀྱང་། ཆོས་ཅན་དང་རིགས་གཉིས་ཀ་ལ། དེ་བྱམ་པ་ཞེས་
བཀོད་པ་ནི་རྫོས་པར་མ་ཟད། དེ་བྱམ་པའོ་ཞེས་བརྗོད་པའི་ཆེ། བྱམ་
པའི་མཆན་གཞི་ཞིག་ལ་དམིགས་ནས། དེ་ཞེས་བརྗོད་དེ། དེ་ནི་བྱམ་
པའོ་ཞེས་སྟོན་དགོས་པས། དེའི་སྐྱེས་བྱམ་པའི་མཆན་གཞི་འཕ། རིགས་
གསལ་བར་བརྗོད་པར་འགྱུར་གྱི། ཆོས་ཅན་བྱམ་པ་སྐྱི་ཅམ་པ་དང་།

༡ མ་དཔེ། འོག་ངོས་༤༡ཟླང་ནན། བ ཞོལ་པར་མ། ༣༠བ༤༦། བ

ལུས་པའི་སྤྱི་བྱ་བ་ཀྱི་རིགས་བརྗོད་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །

དེ་བཞིན་དུ་བྱ་བའི་དཔེ་ལ། དེ་འགྲོ་ཞེས་པ་དང་། ཡོན་ཏན་ལ། དེ་
མཛེས་ཞེས་པ་དང་། རྗེས་ལ། དེ་བྱམ་པའི་རྩལ་ཞེས་བཀོད་པའང་ཆེས་
མི་འཐད་དེ། དེ་འགྲོ་ཞེས་པ་འགྲོ་བ་པོ་ཞིག་ལ་དམིགས་ནས་དེ་ཞེས་
བརྗོད་པ་དང་། དེ་མཛེས་ཞེས་པའང་། མཛེས་པའི་བྱུང་པར་གང་ལ་ཡོད་
པའི་གཞི་དེ་ཉིད་ལ་དམིགས་ནས། དེ་ཞེས་བརྗོད་དེ། དེ་ནས་འགྲོ་བའི་བྱ་
བ་དང་། མཛེས་པའི་ཡོན་ཏན་རང་མིང་གིས་བརྗོད་པ་ཡིན་པས་ན། ཆིག་
དེའི་ཡོན་ཏན་དང་བྱ་བ་དེའི་འབྲུག་ཡུལ་དུ་མི་འཐད་དོ། །

དེ་བཞིན་དུ་དུས་ལའང་། དེ་སྤྱོད་ཀྱི་ཆེ་བྱང་། དེ་མ་འོངས་པ་ན་
འབྱུང་། ཞེས་པའང་དུས་ཅན་གྱི་དངོས་པོའི་ཐ་སྙད་དེ་སྤྱི་བརྗོད་བྱར་འབྱུར་
གྱི། དུས་དེའི་བརྗོད་བྱར་མི་འབྱུར་བས། མི་འཐད་པར་རྟོགས་སྒྲོལ། །

དེས་ན་ཐ་སྙད་ཀྱི་འདས་པ་དང་། དུས་ཀྱི་འདས་པ་གཉིས་ཀྱང་། སྤ་
མ་མིང་ཆིག་གི་བརྗོད་པ་འདས་པ་དང་། བྱི་མ་དུས་འདས་པ་ཡིན་པས།
དོན་དུ་གཉེར་ཞིང་སྒོ་དང་ལྡན་པ་དག་གིས་སྤྱོད་པ་ལྟར་དང་བྲལ་བའི་སྤོ་
ནས་ཅལ་སྤྱོད་ཀྱི་མ་སོང་བའི་དབྱུང་པ་མཛོད་ལ་འོངས་ཤིག །

འདི་ཞེས་པའི་ཆིག་ཐུང་དུས་ཀྱི་ནང་ནས་ད་ལྟ་བ་དང་། དངོས་པོ་
ཉི་བ་དང་མདོན་སྤུམ་པ་སོགས་ལ་འབྲུག་སྟེ། དཔེར་ན་དུས་འདི་ལྟ་བུ་
ད་ལྟ་བ་དང་། རི་དེ་དང་ནགས་འདི་ཞེས་པ་རི་རིང་བ་ལ་དེ་ཞེས་བརྗོད་

པ་ན། ཉགས་དེ་ལ་ལྟོས་ཏེ་ཉེ་བར་གོ་བ་ལ་འདི་ཞེས་སྒྲིར་བ་ལྟ་བུ་དང་།
བྱམ་པའི་གཟུགས་ནི་འདིའི་ཞེས་བྱམ་གཟུགས་མངོན་དུ་གྱུར་བ་སྟོན་པ་
ལ། འདི་ཞེས་བརྗོད་བ་ལྟ་བུ་ལོ། །དེ་ལྟར་བསྟན་བྱ་དེ་ཉིད་དངོས་པོ་ཡིན་
ན། །འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་དང་སྐབས་སུ་བབས་པའི་དངོས་པོ་པ་
རོལ་པོ་ལ་ཡང་འབྲུག་པ་ཡོད་དོ། །

དེ་ཡང་སྒྲ་སྒྲིར། འདི་ཆིག་འདས་དང་མ་འོངས་དང་། །སྐབས་ཀྱི་
དངོས་གཞན་དག་ལ་འབྲུག་ །གང་ཞིག་ལ་ནི་ལྟོས་བྱས་པའི། །ཉེ་བ་དག་
དང་མངོན་བྱམ་པའི། །དངོས་པོ་དག་གྲང་གཉིས་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོ། །

བསྟན་བྱ་དུས་ཡིན་ན། འདས་མ་འོངས་གཉིས་དང་དངོས་པོ་ཡང་
སྒྲིག་གྱུར་པ་དང་། རིང་བ་ལ་མི་འབྲུག་གོ། །དེ་ལྟར་ཡང་དེ་ཉིད་ལས། སྤང་
བར་བྱ་བ་འདི་ལྟ་སྟེ། །སྒྲིག་ཏུ་གྱུར་དང་རིང་བ་དང་། །གལ་ཏེ་བསྟན་བྱ་
དུས་ཉིད་ན། །འདས་དང་མ་འོངས་སྤང་བར་བྱ། །ཞེས་སོ། །

འདི་ཞེས་བ་རྗོད་པ་པོ་བདག་ཉིད་ལ་ཡང་མི་འབྲུག་སྟེ། དེ་སྒྲ་བཞིན་ནོ། །

ད་ཞེས་པའི་སྒྲ་ནི་བརྗོད་བྱ་སྟོན་པ་སྐབས་སུ་བབ་པའི་ཆིག་སྤང་
ཡིན་ཏེ། དུས་ད་ལྟ་བ་ལ་སྒྲིར་གྱི། འདས་པའི་དུས་ལ་འབྲུག་པ་མ་ཡིན་
ནོ། །དེ་ཉིད་ལས། ད་ནི་སྐབས་སུ་བབ་པའི་ཆིག་ །ད་ལྟར་བྱང་ལ་སྒྲིར་བ་
སྟེ། །འདས་པའི་སྐབས་ལ་རྣམ་པར་སྤང་། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཞན་ཡང་ཆིག་སྤང་དུ་མ་ཞིག་སྒྲ་སྒྲིར་བཤད་ཅིང་། དེར་མ་བཤད་པ་

ཡང་ཤིན་ཏུ་མང་བར་སྒྲུབ་ན་ཡང་གཞུང་མང་དུ་དོགས་ནས་མ་བྲིས་སོ། །དེ་
ལྟར་ན་རྣམ་དགུའི་ཆོག་པ་མཉམ་དང་བཅས་པའི་འཇུག་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

གཉིས་པ་ཆོགས་བཅད་འགྲོལ་བའི་མན་ངག་འཆད་པའི་བྲིས།

ཆོགས་སྤྱོད་བཅད་པའི་སྒྲུབ་བ་རྣམས། །

ཅུང་ཟད་བསྐྱས་པ་ཡོད་ན་ཡང་། །

དེ་ནི་དེ་བཞིན་སྒྲུབ་བར་བྱ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། མདོ་རྒྱུད་བསྟན་བཅོས་རྣམས་སུ་ལྷག་པ་
ལས། ཆོགས་བཅད་བསྐྱེ་བ་ཡིན་པས། དེ་ལྟར་བསྐྱེ་བའི་ཆོགས་
སུ་བཅད་པའི་སྒྲུབ་བ་རྣམས་ཀྱི་བར་སྐབས་ཀྱི་རྣམ་དགུའི་ཆོག་པ་
སོགས་མང་པོ་བསྐྱས་པ་ལྟ་བུ་སྟོན་ཏེ། ཅུང་ཟད་ཅེས་བསྐྱས་པ་ཡོད་ན་
ཡང་། གང་བསྐྱས་པའི་རྣམ་དགུའི་མཉམ་སོགས་པ་དེ་ནི། ཆོག་དང་མིང་
སྤྱི་ཕྱི་དོན་གྱི་སྐབས་ལ་ལེགས་པར་བརྟགས་ཏེ། རང་རང་གི་འཇུག་
པ་གོང་དུ་བཤད་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྒྲུབ་ནས་དོན་མ་འཁྲུལ་བར་འགྲོལ་བར་
བྱའོ། །ཞེས་པའོ། །

འདིར་མཁས་པ་གཞན་དག་གིས། ལོ་རྒྱུ་པ་ལ་གདམས་ཚུལ་དང་།
བསྟན་བཅོས་འདི་ཀའི་ཆོགས་བཅད་འགྲོལ་ལྷགས་སུ་བཤད་ཀྱང་གཞུང་
དོན་དང་ཉེ་བར་མ་མཐོང་ངོ་། །

གསུམ་པ་མཐུག་གི་དོན་ལ། རྗེས་འཐུག་གི་སྐྱོར་བ་ལ་བསྐྱབ་
དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་བསྟན་པ་དང་། དེ་ལྟར་མཁས་པར་བསྐྱབས་ནས་
རི་ལྟར་བྱ་བ་དང་། མཁས་པར་བྱ་བའི་ཐབས་བསྟན་པ་དང་། སྐར་ཡང་
དོན་བསྐྱུས་ཏེ་གདམས་པ་དང་། གཞུང་འདི་ཉིད་འདོམས་པ་དང་མི་
འདོམས་པའི་ཡུལ་ངོས་བཟུང་བ་དང་ལྟའོ། །

དང་པོ་ནི། རྗེས་འཐུག་གི་སྐྱོར་བ་ལ་མཁས་པར་བསྐྱབ་དགོས་ཏེ།
ལུང་གིས་དོན་སྟོན་པ་ལ་རྗེས་འཐུག་གི་སྐྱོར་བ་མེད་དུ་མི་རུང་ཞིང་། དེ་
ཤེས་པ་ལ་དགོས་པ་བྱད་པར་ཅན་ཡོད་པའི་སྤྱིར་དོ། །དེ་ལ་རྒྱ་མཚན་དེ་
ལྟར་མེད་དུ་མི་རུང་བ་རི་ལྟར་ཡིན་ཞེས། དེ་སྟོན་པའི་སྤྱིར།

སྟོན་འཐུག་ཡོད་དམ་མེད་ཀྱང་རུང་། །

མིང་གཞི་འི་ཡི་གེ་གང་ཡིན་ལ། །

ཉིས་སྒྲེལ་ཡོད་དམ་སྒྲུལ་སྒྲེལ་ཡོད། །

ལྷ་ཡི་བཞི་ལས་གང་ལྡན་ཡང་། །

རྗེས་འཐུག་འཐུ་མོ་མ་ཞུགས་ན། །

མིང་གཞན་སྐྱོར་བ་ཡོད་མི་སྤྱིད། ། ཅས་གསུངས་སོ། །

དེ་ཡང་སྟོན་འཐུག་ཡི་གེ་ལྟ་པོ་ཡོད་དམ་མེད་ཀྱང་རུང་སྟེ། དེ་ལྟ་པོ་
ཡོད་མེད་ལ་མ་སྟོས་པར་མིང་གཞི། ཀ་ལ་སོགས་པ་སུམ་ཅུ་ལ། ཉིས་
སྒྲེལ་སྒྲུ་བྱ་ཡོད་དམ། སུམ་སྒྲེལ་སྒྲུ་བྱ་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལ་ལྷ་ཡི་སྟེ་

དབྱངས་བཞི་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་དང་ལྷན་པ། མྱི། མྱ། མྱེ། མྱོ་ཉ་བྱ་
དང་། མྱི། མྱ། མྱེ། མྱོ་ཉ་བྱ་བྱང་ན་ཡང་། རེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་བཅུ་པོ་
གང་རུང་མ་ཞུགས་ན། མིང་གཞན་དང་སྐར་ནས་དོན་སྟོན་བ་མི་སྲིད་
བས། དེ་གང་རུང་ཞུགས་པ་ལས་གཞན་པའི་མིང་གི་སྐྱོར་བ་ནི། བོད་
སྐད་ཀྱི་གསུང་རབ་ལ་ཡོད་བ་མི་སྲིད་དོ་ཞེས་བ་སྟེ། འདིའི་མིང་གཞི་ནི།
སྐར་བཤད་པའི་སྟོན་རེས་སུ་མི་འཇུག་པའི་མིང་གཞི་ཁོ་ན་མ་ཡིན་གྱི།
གང་གིས་མིང་གཞི་སྟོན་གསུངས་པ། །ཞེས་བས་བསྟན་བ་ལྟར། གསལ་
བྱེད་ལ་མིང་གཞིར་བཤད་བ་དེའོ། །

ཉིས་སྟེལ་དང་སུམ་སྟེལ་ཡང་གོང་ལྟར་བཅེགས་པ་མགོ་འདོགས་
ཡོད་པ་ལ་གོ་བར་བྱ་ཡི། ཆོག་བར་གཅིག་ལ་སྟོན་རེས་ཡོད་བ་ལྟ་བུ་ལ་
མི་བྱ་སྟེ། སྟོན་འཇུག་ཡོད་དམ་མེད་ཀྱང་རུང་། ཞེས་སྟོན་འཇུག་ལ་མ་
སྟོས་བར་བཤད་ཅིང་། རེས་འཇུག་བཅུ་པོ་མ་ཞུགས་ན། །ཞེས་བཤད་
པའི་བྱིར་དོ། །

དེས་ན་རྣམ་སྒྲིང་བ་དང་། མཁས་པ་གཞན་གྱིས་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་ཉི་
ལུ་པོ་གང་རུང་གི་མཐའ་ཅན་གྱི་སུམ་སྟེལ་ཞེས་བ་དང་། མིང་གཞིའི་ཡི་
གེ་ཉིས་སྟེལ་སོགས་བཤད་བ་ནི་གཞུང་དོན་ལས་འབྱུངས་སོ། །གོང་གི་
རྒྱ་མཚན་གྱི་བྱི་མ་སྟོན་པའི་བྱིར།

རེས་འཇུག་བཅུ་པོ་དོན་གཤམ་ན། །

འབྲི་དང་ཕྲོག་དང་འཆད་ནམས་ཀྱི། །
མཆམས་སྦྱར་སྤྲེལ་ཐོག་ས་མེད་ཅིང་། །
འབྲེལ་བར་སྤྲེལ་བའི་མཆོག་ཏུ་འགྱུར། །
གཞན་ཡང་རྗེས་འདྲུག་ཤེས་བ་ཡིས། །
དོན་གྱི་སྦྱར་བ་མ་མཐོང་ཡང་། །
དོན་དང་མཐུན་བའི་སྦྱར་བ་ཤེས། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། རྗེས་འདྲུག་བཅུ་པོའི་དོན་ཤེས་བ་ལ་དགོས་པ་
ཁྱད་པར་ཅན་ཡོད་དེ། རྗེས་འདྲུག་བཅུ་པོ་དངོས་དང་། དེའི་རྣམ་འགྱུར་
ལས་བྱུང་བའི་རྣམ་དབྱེ་ཤད་དང་བཅས་པའི་འདྲུག་ཚུལ། དོན་གང་ལ་
ཚུལ་རི་ལྟར་དགོས་པ་ཅིའི་ཕྱིར་འདྲུག་པ་རྣམས་ཤེས་ན། མདོ་རྒྱུད་
བསྟན་བཅོས་རྣམས་ཡི་གེར་འབྲི་བ་དང་། བྲིས་ཟིན་སྟོག་པ་དང་། དེའི་
དོན་གཞན་ལ་འཆད་པ་དང་། དེས་མཆོན་ནས་ཚོམ་པ་དང་། ཚོད་པ་ལ་
སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆེ། མིང་ཆིག་སྤྱི་ཕྱི་འབྲེན་ལུགས་ལ་མཁས་པའི་
དབང་གིས་རྫོད་བྱེད་མིང་ཆིག་སྤྱི་ཕྱིའི་མཆོམས་སྦྱོར་བའི་སྤྲེལ་ཐོག་ས་
པ་མེད་ཅིང་། དེར་མ་ཟད་བརྫོད་བྱ་དོན་གྱི་ངོ་བོ་དང་། ཁྱད་པར་ལ་
སོགས་པ་སྤྱི་ཕྱི་མི་འགལ་བར་སྟོན་ཅིང་གཞན་ལ་གོ་བ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་སྟེར་
ནུས་པས་འབྲེལ་བར་སྤྲེལ་བའི་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་རོ། །

དགོས་པ་གཞན་ཡང་། རྗེས་འདྲུག་གི་འདྲུག་ཚུལ་ཤེས་པ་ཡིས་ཏེ་

ཤེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། གཞུང་དོན་ལེགས་པར་འབྱེད་པའི་འབྲེལ་བའི་
སྦྱོར་བ་སྤར་བྱས་པ་མ་མཐོང་ཡང་། སྤར་བྱས་པས་འབྲེལ་བའི་སྦྱོར་
ལུགས་སམ། དགོངས་པ་འབྲེལ་ལུགས་ཀྱི་དོན་དང་མཐུན་པའི་འབྲེལ་
བའི་སྦྱོར་བ་རང་ཉིད་ཀྱིས་བྱེད་ཤེས་སོ། །

གཉིས་པ་ནི། འོ་ན། དེ་ལྟར་རྗེས་འཇུག་གི་སྦྱོར་བ་ལ་མཁས་པར་
སྤངས་ནས་རི་ལྟར་བྱ་ཞེ་ན། དེ་སྟོན་པའི་བྱིད་

རྗེས་འཇུག་སྦྱོར་བ་མཁས་པ་ན། །

ལྷུང་གི་དོན་དང་སྦྱོར་བ་དང་། །

ཟླ་མའི་མན་དག་གསུམ་སྦྱར་ནས། །

དོན་གྱི་ཚོག་ཏུ་དབབ་པར་བྱ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ལྟར་རྗེས་འཇུག་གི་སྦྱོར་བ་མཁས་པར་ཤེས་
པ་ན། གང་ཤེས་པའི་རྗེས་འཇུག་གི་སྦྱོར་བ་རྣམ་དཔྱེ་སྤང་ལ་སོགས་པ་
དེ་ཉིད་ལྷུང་གི་དོན་དང་སྦྱོར་བ་སྟེ་སྟེ་སྟོན་གསུམ་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་ལྷུང་
གི་དོན་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་ཆེད་དུ་སྦྱོར་བའོ། །

སྦྱོར་ཚུལ་ཡང་རྣམ་དཔྱེ་ཆོག་སྤང་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྷུང་གི་
ཆོག་དོན་སྤྱི་ལོ་འབྲེན་ཅིང་སྤྱད་པ་དང་སྦྱོར་བ་ལ་སོགས་པའི་འཇུག་པ་
མ་ཞོར་བའི་སྟོན་ས། དོན་གྱི་ངོ་བོ་དང་བྱད་པར་ལ་དཔྱོད་པའོ། །

དེ་ཡང་དགོས་པའི་དབང་གིས་ལྷུང་གི་ཆོག་དོན་གཤམ་པ་དང་།

དགྲུགས་པ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པར་མ་ཟད། དགོངས་པ་མཆོག་ཏུ་ཟབ་ཅིང་
ཕྱ་བས། རང་སྟོབས་ཀྱིས་ཞུགས་ཀྱང་དགོས་པ་བསྐྱབ་མི་ལུས་པས་ན།
བརྒྱད་པ་མ་ཉམས་པའི་སྒྲ་མའི་མན་ངག་ཀྱང་ངེས་པར་དགོས་སོ། །

དེ་ལྟར་རྗེས་འདུག་གི་སྟོར་བ་ལ་མཁས་པ་དང་། དེ་ལྟར་དོན་དང་
སྟོར་བ་དང་། སྒྲ་མ་དམ་པའི་མན་ངག་སྟེ། དེ་གསུམ་སྟུར་ནས་ཉེ་དེ་
གསུམ་སྟེལ་ནས། རང་གིས་ཉམས་སུ་ལེན་རྒྱའི་དོན་མ་ལོར་བ་དེའི་ཐོག་
ཏུ་དབབ་ཅིང་བསྐྱེལ་བར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་ནི། རྗེས་འདུག་གི་སྟོར་བ་ལ་མཁས་པར་བྱ་དགོས་ན།
དེ་ལྟར་མཁས་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་ཀྱི་རིམ་པ་གང་ཞེ་ན། དེ་ལ་དང་པོར་
བསྐྱབ་པའི་རིམ་པ་བསྟན་པའི་བྱིང་།

བསྐྱབ་ལ་བཞུན་པའི་གང་ཟག་གིས། །

དང་པོར་ད་དོ་ནམས་ལ་^༡སྟུང་^༡། །

སྟུང་འཁྱག་མིང་གཞི་རྗེས་འཁྱག་ནམས། །

སྟོག་གི་ཆེད་དུ་བསྐྱབ་པ་ཡིན། །

རྗེས་འཁྱག་བཞི་ཡི་སྟུང་བ་ནི། །

ཉན་བསམ་བསྟན་པའི་ཆེད་དུ་^༡སྟུང་^༡། །

ཡན་ལག་དེ་དག་མཐུ་ཡིས་ནི། །

༡ མ་དཔེ། འོག་ངོས་༤༡ཐེང་༡ན། སྟུང་ ཞོལ་པར་མ། ༣༤ན་༤ན། སྟུངས་

༡ མ་དཔེ། འོག་ངོས་༤༡ཐེང་༤ན། སྟུང་ ཞོལ་པར་མ། ༣༤ན་༤ན། སྟུངས་

འབྲས་བྱའི་ཆེད་དུ་གཏན་ལ་དབབ། །

ཅེས་གསུངས་ཏེ། འབྲས་བྱ་ཆེན་པོ་དོན་དུ་གཉེར་ཞིང་དེའི་རྒྱ་
བསྐྱབ་པ་གསུམ་དང་དེ་སྟོན་པའི་སྡེ་སྟོད་གསུམ་ལ་སོགས་པ། བསྐྱབ་
བྱའི་གནས་ལ་སྟོབ་པར་བཅོན་པའི་གང་ཟག་དེ་དག་གིས། བསྐྱབ་པར་
བྱ་བའི་རིམ་པ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། དུས་དང་པོར་ཀ་ལ་སོགས་པའི་ཡི་གེ་རེ་
རེའི་གདངས་ཀྱི་ར་རོ་རྣམས་ལ་རང་རང་གི་སྐྱེ་གནས་ལས་ཅི་ལྟར་འབྱུང་
བ་ལྟར། སྐྱ་དམན་ལྟག་དང་བལ་བར་སྐྱར་བར་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་བྱང་བ་ན། དེ་ནས་སྟོན་འཇུག་མིང་གཞི་རྗེས་འཇུག་གསུམ་
སྐྱར་ཏེ། ཆོག་ཁྲིམ་གཅིག་གི་ཡི་གེ་རྣམས་སྟེལ་བའི་སྐྱའི་རྣམ་པ་མ་
ཉམས་པར་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ཡི་གེ་རེ་རེ་བ་དང་། སྟོན་རྗེས་མིང་
གཞི་སྐྱར་བའི་སྟོག་ཚུལ་དེ་ཡང་། སྟོག་གི་སྐྱ་འབྱོར་ཞིང་མ་ཉམས་པའི་
ཆེད་དུ་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་སྟོག་དག་ཅིང་ལེགས་པར་བྱུར་བ་ན། ཉགས་འཇུག་ནས་
འབྱུང་བ་ལྟར། རྗེས་འཇུག་གང་གིས་གཞི་གང་ལ་ཚུལ་ཅི་ལྟར་དགོས་པ་
ཅིའི་ཕྱིར་འཇུག་པ་བཞིའི་སྟོར་བ་ལ་བསྐྱབ་སྟེ། དེ་ནས་ཁྲ་མ་ལས་ཆོས་
ཉན་པ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱིས་དོན་བསམ་པ་དང་། གཞན་ལ་བསྟན་པའི་ཆེད་
དུ་སྐྱར་བར་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་གནས་སྐབས་ཀྱི་དགོས་པ་སྟོག་པ་དང་། ཉན་བསམ་ལ་

སོགས་པ་ལ་མཁས་པ་དང་། དེའི་ཆེད་དུ་ཡི་གེའི་སྐྱེ་གནས་ནས་བཟུང་།
རྗེས་འབྲུག་གི་འབྲུག་ཚུལ་བཞིའི་བར་ལ་སྦྱངས་པའི་ཐབས་སམ་རྒྱའི་
ཡན་ལག་དེ་དག་གི་མ་ཐུ་ཡིས་ནི་སྟེ། དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས། གང་གཏན་
ལ་འབེབས་ན་ཐམས་ཅད་མཐུན་པར་བསྟོན་པའི་ལམ་འབྲས་བྱ་དང་
བཅས་པ་སྟོན་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་གཏན་ལ་འབེབས་པ་ཡིན་ལ། དེ་
གང་གི་ཆེད་དུ་གཏན་ལ་འབེབས་ན། འབྲས་བྱ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་
འཕྲོ་བ་པའི་ཆེད་དུ་འབེབས་པ་ཡིན་ནོ། །

སྐབས་འདིར་མཁས་པའི་བཞེད་པ་མི་མཐུན་པ་མང་ཡང་། བཤད་
མ་ཐག་པའི་འཆད་ཚུལ་ཉིད་གཞུང་གི་དོན་ཡིན་པར་གཞུང་གི་ཆོག་ཉིད་
ལ་བརྟགས་པས་ཤེས་སོ། །འོ་ན། རིམ་བ་དེ་ལྟར་དུ་བསྐྱབ་པའི་ཕན་ཡོན་
གང་ཞེ་ན། དེ་བསྟན་པའི་ཕྱིར།

བསྐྱབ་པའི་རིམ་པ་འདི་ཡིས་ནི། །

གང་ཞིག་འབད་པ་རྒྱང་ཁྱད་ཀྱང་། །

ཤེས་རབ་སྦྱར་བྱ་གྲོལ་བར་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། བསྐྱབ་པའི་རིམ་པ་འདི་ཡིས་ནི་སྟེ། གོ་རིམ་
བཤད་མ་ཐག་པ་ལྟར་བྱས་པ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ནི། གང་ཟག་གང་ཞིག་
འབད་པ་ཆེན་པོས་འབྲུག་པ་རྟ་ཅི་སྟོས་ཏེ། འབད་པ་རྒྱང་དུས་ཞུགས་
པར་གྱུར་གྱང་། དེའི་ཆོས་རབ་ཏུ་རྒྱས་པར་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་སྦྱར་དུ་

གྲོལ་བ་སྟེ། ཤེས་རབ་ཀྱི་སྒྲོ་ཆོག་ས་ཚུང་དུས་སྤྱར་དུ་དབྱེ་ཞིང་ཡངས་པ་
ཉིད་ཐོབ་པར་འགྱུར་རྟེ། །

བཞི་བ་སྐྱར་ཡང་དོན་བསྐྱུས་ཏེ་གདམས་པ་ནི།

དེ་ཕྱིར་དང་པོར་འདི་ཉིད་བསྐྱབ། །

དེ་ནས་རྒྱས་པ་འང་མཉན་བྱས་ནས། །

བསྐྱབ་པ་གང་ལ་དད་པ་ཡི། །

གཞུང་ཉིད་སྒྲ་མ་རྣམས་ལས་མཉན། །

ཤེས་གསུངས་ཏེ། བསྐྱབ་རིམ་དེ་ལྟར་བྱས་པས་ཤེས་རབ་ཡངས་
པའི་མཁས་པ་འཐོབ་པ་དེའི་བྱིར། དུས་དང་པོར་བསྐྱབ་རིམ་དེ་དག་གི་
གཞིར་གྱུར་པའི་གཞུང་འདི་ཉིད་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་ཞིང། དེའི་དོན་ཁོང་
དུ་ཆུང་བ་ན། དེ་ནས་བརྟུན་པའི་གཞུང་ལུགས་རྒྱས་པ་ཀ་ཙན་(ཀ་ལུ་པ་
དང་ཙན་ཏུ་པའི་བསྐྱུས་མིང་།)ལ་སོགས་པ་འང་མཉན་པར་བྱའོ། །དེའི་དོན་རྟོགས་པར་
བྱས་ནས། རང་ཉིད་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་བསྐྱབ་བྱའི་གནས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཚུལ་
ཁྲིམས་ལ་སོགས་པ་གསུམ་པོ་གང་ལ་དད་པ་དེ་སྟོན་པའི་གཞུང་ཉིད་སྒྲ་
མ་མཁས་པ་རྣམས་ལས་མཉན་པར་བྱས་ཏེ། གཞུང་འདི་ཉིད་སྒྲ་མའི་མན་
ངག་ལ་བརྟེན་ནས། རང་ཉིད་ལ་པན་པའི་སྒྲ་དོར་སྟོན་པའི་གདམས་པ་
མཆོག་ཏུ་རྟོགས་པར་བྱས་ལ་ཉམས་སུ་ལེན་པའོ། །

ལྷ་པ་གཞུང་འདི་ཉིད་འདོམས་པ་དང་མི་འདོམས་པའི་ཡུལ་གྱི་གང་

ཐག་ངོས་བཟུང་བ་དེ་ཉིད་བསྟན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར།

སྟོབ་དཔོན་དེ་ཉིད་ཀྱང་འཛིན་ཅིང་། །

ཡེ་ཡོ་གཡང་བ་རྣམ་པར་སྤངས། །

རྩ་བཟང་དད་པ་ལ་བརྟེན་པ། །

སྦྱེས་བྱ་དེས་ནི་ཕྱུར་རྟགས་ཏེ། །

དེ་ལ་བྱས་སྒྲ་འདོནས་པར་བྱ། །

ཅིག་མོས་དེ་ལས་སྟོན་པའོ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། འདི་ལྟ་བུ་སྟོན་པའི་སྟོན་རུང་གི་སྟོབ་མ་ཕུན་སུམ་
ཆོགས་པ་ལ། སྟོན་གྱི་ཡོན་ཏན་འདི་ལྟ་བུ་དགོས་ཏེ། སྟོབ་དཔོན་དེ་ལ་
སྟོབ་དཔོན་ཉིད་དུ་འཛིན་པའི་གྲུས་པ་དང་བཅས་པའི་སྟོན་ས། བསྟན་
ཚུལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཡོད་ཅིང་། སྟོམ་ལས་དང་སྦྱིད་ལུག་གི་ལེ་ལོ་
དང་། བྱ་བ་ངན་ཞེན་གྱི་གཡང་བ་རྣམ་པར་སྤངས་པ་དང་། མོ་ནི་ཁམས་
སམ་རང་བཞིན་གྱི་དོན་ཡིན་པས་རང་བཞིན་བཟང་པོ་དང་ཞིང་བསམ་
པ་དགེ་བ་དང་། ལས་འབྲས་དང་དགོན་མཆོག་སོགས་སྦྱི་དང་། བྱང་
པར་བསྟོན་བྱའི་གནས་ལ་གྲུས་པའི་དད་པ་ལ་བརྟེན་པ་རྣམས་དང་ཕྱན་
དགོས་སོ། །

ཡོན་ཏན་དེ་དག་དང་ཕྱན་པས་སྦྱེས་བྱ་དེས་ནི་གཞུང་དོན་ལྟར་དུ་
རྟོགས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་འབྲའི་སྦྱེས་བྱ་དེ་ལ་དུས་སུ་བབ་ཅིང་། སྟོ་འདུན་

པའི་ཆེ་འདོམས་པར་བྱའོ། །

ཅིག་ཤོས་ནི། སྟོད་ལྷན་དེ་ཡི་ཅིག་ཤོས་ཏེ། སྟོབ་དཔོན་ལ་མི་གྲུས་
ཤིང་ལེ་ལོ་ཅན་དང་། གཡེང་བ་ཅན། རང་བཞིན་ངན་པ། བསྐྱབ་པ་ལ་མི་
དད་པའི་སྐྱེས་བྱ་དེའོ། །དེ་ལས་ལྷོག་པ་ནི་འདོམས་པ་ལས་ལྷོག་པ་སྟེ།
མི་འདོམས་པའོ། །དེ་ལྟར་སྟོད་མིན་གྱི་གང་ཟག་དེ་ལྟ་བུ་ལ་འདོམས་པར་
མི་བྱ། ཞེས་པའོ། །

འདི་དག་ལ་གཞན་དག་གི་བཤད་པ་སྒྲོས་ཤིང་མ་འབྲེལ་བ་མཐའ་
ཡས་ཀྱང་། གཞུང་དངོས་གཞིའི་སྐབས་དོན་གྱི་དབྱེད་པ་ལ་མཁོ་བ་རྣམས་
ལ་དགག་སྐྱབ་ཅུང་ཟད་རེ་བྱས་ཤིང་། ཏ་ཅང་མཆང་མི་ཆེ་བ་དུ་མ་ཞིག་ནི་
པ་རོལ་པོ་བསམ་པ་ངན་པས་དམའ་པབ་པ་ལྟ་བུར་གོ་དོགས་ཀྱིས་དགག་
བྱ་དང་བཅས་གསལ་ཁ་མ་བྱས་ཤིང་། མཐུག་གི་སྐབས་སུ་ནི་ཆོག་དོན་
བཀོལ་བ་ཅུ་ལས། གཞུང་དངོས་ཀྱི་དོན་གཙོ་ཆེ་བ་གལ་པོ་ཆེར་བཤད་
ཐོན། དེ་ཅུ་དུ་གལ་མི་ཆེ་བར་གོ་ནས་རྒྱས་པར་མ་སྟོས་སོ། །

འབྲེལ་བ་བསྐྱབ་པའི་སྟོན་མེད། ལྷ་ཀ་ར་ཏའི་རྩ་བ་བརྒྱད་པ་ལས་
ཀྱན་ཏུ་བཟང་པོའི་ལྷ་ཀ་ར་ཏ་དང་པོའི་སྐབས་ཏེ་ལྟ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་
པ་ལྟར་ན། ཐུ་མིས་མཛད་པའི་“བདའ་”སྟོད་པའི་བསྐྱབ་བཅོས་ཀྱི་རྩ་བ་
ཆེན་པོ་བརྒྱད་ཡོད་པའི་ནང་ནས། རྩ་བ་དང་པོའི་ནང་གི་སྐབས་སམ་

ལེ་ལུ་ལྷ་པ་ནི་བསྟན་བཅོས་འདི་ཡིན་པར་བཞེད་འདུག་པ་ལ། རྣམ་སྤྱིང་
བས། འབྲེལ་བ་འདི་ལྟར་ན་འདི་ཉིད་བསྟན་བཅོས་བརྒྱད་ཀྱི་ལྷ་པ་ཡིན་
པར་མངོན། ཞེས་མ་བརྟགས་པ་ཁོ་ནར་གསུང་ངོ་། །དེ་ལྟར་ལུང་སྟོན་པ་
སུམ་ཅུ་པའི་ཆོག་དོན་རེ་ཞིག་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

སྤྲུལ་པ། གངས་ཅན་“བརྟམ་དག་སྟོང་པོའི་གཞུ་མ། རྣམ་དཔྱོད་
རལ་པའི་སྟོང་དུ་སིམ་གྱུར་པ། །སྤར་ཡང་སྟོགས་ལ་སྐལ་ལྡན་ཤིང་རྟའི་
ཆེད། རྣམ་དག་རིག་པའི་སྤར་མོས་མངོན་པར་བཅིར། །འགལ་འཁྲུལ་ར་
རེའི་རྩེ་མ་ཀུན་བཟུས་ཏེ། །རྒྱལ་བསྟན་རྒྱ་མཆོའི་འདུག་ངོགས་གསལ་
བྱེད་ཅིང་། །སྟོན་མེད་དགོངས་དོན་བདུད་ཅི་འབྱུང་འཇག་པས། །སྟོན་དུ་
གྲགས་པའི་གཞུ་འདི་མ་ཡིན། །ཞེ་མ་སྟོན་བྱོན་བསིལ་ལྡན་མཁས་རྣམས་
ཀྱིས། །རྒྱལ་བསྟན་ཅ་བ་”བརྟམ་སྟོང་གཞུང་ལུགས་འདིའི། །མཐར་ཐུག་
དགོངས་པའི་དཀའ་གནད་ནོར་བུའི་ཆོགས། །ཁོ་བོའི་བགོ་སྐལ་ཉིད་དུ་
བཞག་གམ་སྟུམ། །གངས་མེད་དཔའ་བོའི་དབྱང་དང་མི་ལྡན་ཞིང་། །སྟོང་
གསུམ་དབང་ལྷག་ཐོབ་པར་མ་གྱུར་”པར་། །སྟོང་གསུམ་ནོར་བྱིས་མི་
མཉམ་དགོངས་པ་དངོས། །རྟེན་འདི་ཁོ་བོའི་བསོད་ནམས་ཞེ་མ་མཆར། །

“ཞེས་པ་འདི་ཡང་བདག་གི་ལཱ་ཁན་རིན་པོ་ཆེ་སྟོབ་བཟང་སྦྱིན་པའི་

- ༡ མ་དཔེ། འོག་ངོས་ཉ་ཐོང་༡༩ན། བརྟམ་དག ཞོལ་པར་མ། ༣༩བཟན། བརྟམ་སྟོང་
༢ མ་དཔེ། འོག་ངོས་ཉ་ཐོང་༡ན། བརྟམ་ ཞོལ་པར་མ། ༣༩བཟན། བརྟམ་
༣ མ་དཔེ། འོག་ངོས་ཉ་ཐོང་༤ན། བར ཞོལ་པར་མ། ༣༩བཟན། གྱུང་
༤ མ་དཔེ། འོག་ངོས་ཉ་ཐོང་༥ན། ཞེས ཞོལ་པར་མ། ༣༩བཟན། ཅས་

ཞལ་སྒྲ་ནས་དང་། གཞན་ཡང་དོན་གཉིས་ཅན་དུ་མས་ནན་གྱིས་བསྐྱལ་
བ་ལ་བརྟེན་ནས་དཀའ་བཅུའི་མིང་ཅན་རྣམས་སྐྱེས་བགྱིས་པའོ། །

འཇམ་དབྱངས་ཐོན་མིའི་བཞེད་གཞུང་རིན་ཆེན་ནོར། །སྒོན་མེད་
དགོངས་འགྲེལ་རྒྱལ་མཆོན་ཅེར་བཀོད་ནས། །དགེ་ལེགས་འདོད་
རྒྱའི་ཆར་གྱིས་རང་གཞན་དོན། །སྒྱུན་གྲུབ་ལྷ་རིག་སྤྱོད་བ་དེ་བསྐྱུགས་
འོས། །ཆོས་སྒྱུན་ཟད་མི་ཤེས་པ་སྤེལ་བའི་སྤྲད། །གཞུང་བཟང་པར་དུ་
བསྐྱུན་པའི་ལེགས་བྱས་མ་ཐུས། །པན་བདེའི་འཕྲུང་གནས་རྒྱལ་བསྐྱུན་
བཤད་སྒྲུབ་ཀྱི། །སྒོལ་བཟང་ནམ་ཡང་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་ཤོག །རིས་
བྲལ་སྒོ་གསལ་ངང་མེད་ཆོགས་རྣམས་ཀྱང་། །འཕྲང་རིགས་འདབ་ལྷང་
བསྐྱོད་པའི་སྒོས་གར་གྱིས། །ཐུབ་བསྐྱུན་དྲངས་བསེལ་མངར་བའི་མཆོ་
སྤིང་དུ། །ལེགས་བཤད་དབྱངས་སྒྱུར་དོམས་མེད་སྒྲོག་གྲུར་ཅིག །

ཅེས་པའི་ཉ་ཆེན་པོ་གྱི་དགེ་བཤེས་རིན་ཆེན་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྤྲུལ་ཅུ་པའི་
དགོངས་འགྲེལ་འདི་ཉིད་འགྲེལ་བ་གཞན་ལས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པར་གྱུར་མཁེན་འདིགས་
མེད་དབང་པོ་སོགས་སྟོན་དུས་ཀྱི་མཁས་པ་དུ་མས་བཞེད་འདུག་གཤིས། ཅ་བ་དང་བརྒྱད་
པའི་བླ་མ་དམ་པ་ནམས་ཀྱི་བཞེད་དགོངས་རྩོགས་ཕྱིར་གང་ཅིའི་ཆ་རྒྱེན་སྦྱར་ཏེ་བར་ཡིག་པ་
སྤགས་འཆང་བ་སྒྲ་ཐར་དང་། ལུས་དག་པ་གསེར་ལག་བྱ་བ་ཏང་འཇམ་དབྱངས་རྒྱ་མཚོ། རྟོ་
མཁན་ཕྱེ་དགའི་བཀ་ཤིས་དང་བྱ་རྒྱལ་ནམས་ཀྱིས་ལྷགས་ཁྱི་ལོར་བར་དུ་བསྐྱབས་པའི་དགེ་
བསྟེན་སྟོན་ཆེན་ཀྱི་ཀྱ་བ་༧་དགེ་འདུན་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་གྲེས་པའོ། །

༡༡། རྟགས་ཀྱི་འབྲུག་པ་འདི་དགོངས་འབྲེལ་
གསལ་བར་"1བརྟགས་སོ། །

༡༢། རྒྱ་གར་སྐད་དུ་ ལི་རྒྱ་ཨ་བ་ཏུ་ར་ན་མ། བོད་སྐད་དུ་ རྟགས་
ཀྱི་འབྲུག་པ་ཞེས་བྱ་བ། སྤྱི་བའི་དབང་ཕྱུག་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །

སྤྱི་བའི་སྤྱུས་མཆོག་སྤྱི་བའི་བྱུང་། །
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །
ཨོ་ཡི་ཡི་ཞེ་འབའ་ཞིག་ལ། །
ཞེ་བྱེད་དང་བརྒྱད་གནས་བྱེད་ལ། །
ཞེ་ཆེན་ལྷ་རྒྱུ་ཡི་བྱས་ཏེ། །
ཡི་ཞེ་སྤྱུ་ལྷ་ཐམས་ལ་ལ། །
ཨོ་དང་མ་ཉིད་ཨོ་དང་ནི། །
ཞིན་རྒྱ་ཨོ་དང་བཞི་བཞི་བྱ། །
ཞེ་བྱེད་ལ་ཡན་ཆད་དབྱེ། །

༡ མ་དཔེ།	ཤོག་ངོས་ཨ་ལྷེད་པན།	ཞོལ་པར་མ།	༡ན་༡ན།	ཨ་བཤད་པ་
༢ མ་དཔེ།	ཤོག་ངོས་ཨ་ལྷེད་པན།	བ	ཞོལ་པར་མ།	༡ན་པན། བ
༣ མ་དཔེ།	ཤོག་ངོས་ཨ་ལྷེད་པན།	བའ	ཞོལ་པར་མ།	༡ན་པན། བའང་
༤ མ་དཔེ།	ཤོག་ངོས་ཨ་ལྷེད་པན།	བ	ཞོལ་པར་མ།	༡ན་པན། བ

ལྷག་མ་བརྩ་བཞི་གནས་པ་ཡ། །

ཙ་མོ་གས་གསུམ་ནི་ཙ་མོ་གས་ཟུར། །

མ་ནི་བ་དང་ཟུར་བར་བྱ། །

ལྷག་མ་དྲུག་ནི་མོ་ཏུ་ཟུར། །

ཀ་ཙ་ཏ་པ་ཙ་རྣམས་སོ། །ཁ་ཙ་ཐ་པ་ཙ་མ་ནིང་། །ག་ཙ་ད་པ་ཙ་མ་དང་
ཟ། །ཞ་ཙ་འ་པ་ཙ་མ་རྣམས། །མོ་ཡི་ཡི་གེ་བརྩ་གཉིས་སོ། །ད་ཏ་ན་མ་
ཤེན་ཏུ་སོ། །

ར་ཡ་ཏ་ནི་མོ་གསུམ་སྟེ། །

མ་ནིང་མཚན་མེད་ཙེས་ཀྱང་བྱ། །

ཤེན་ཏུ་མོ་དང་མོ་དང་མོ་གསུམ་གཉིས། །མོ་ཡི་ནང་དུ་བསྐྱུས་བྱས་ཏེ། །

ཙ་ཡི་ཡི་གེ་འེ་ནང་ནས་ནི། །

འརྩག་བའི་ཡི་གེ་བརྩ་དབྱུང་བྱ། །

འརྩག་བ་བརྩ་ཡི་ནང་ནས་ནི། །

མྱོན་འརྩག་ཡི་གེ་ལྷ་དབྱུང་བྱ། །

མྱོན་འརྩག་ཡི་གེ་ལྷ་མོ་ཡ། །

མོ་དང་མ་ནིང་མོ་དང་ནི། །

ཤེན་ཏུ་མོ་དང་བཞི་ཏུ་དབྱེ། །

བ་ཐོ་ག་ད་གཉིས་མ་ནིང་། །འ་མོ་མ་ནི་ཤིན་ཏུ་མོ། །

དེ་དག་རེ་རེ་འད་འཇི་བྱེད་དེ། །

གང་གི་ས་འཁྱག་བྱེད་གང་ལ་འཁྱག །

ནི་ལྟར་འཁྱག་བྱེད་ཅི་ཅི་བྱིར་འཁྱག །

“གང་ལ་འཁྱག་པར་བྱེད་ཅེན། །

མ་ནི་མོ་དང་མོ་ལ་འཁྱག །

མ་ནི་མོ་དང་མ་ནིང་ལ། །

མ་ནིང་ཡང་ནི་མོ་མོ་ལ་མོ། །

ཤིན་ཏུ་མོ་ནི་མ་ནིང་དང་། །

མོ་དང་ཤིན་ཏུ་མོ་ཉིད་ལ་མོ། །

ཐོ་ཡིག་སྔོན་འཇུག་བ་ཡིག་ནི། །ཐོ་ཡིག་ཀ་ཅ་ཏ་ཅ་དང་། །ཐོ་ཡིག་
ག་ད་ཞ་ཟ་ཤ། །ས་བཅས་བཅུ་ཡི་སྔོན་དུ་འཇུག །མ་ནིང་སྔོན་འཇུག་ག་
ཡིག་ནི། །ཐོ་ཡིག་ཅ་ཏ་ཅ་གསུམ་དང་། །ཐོ་ཡི་ཡི་གེ་ཉ་ད་ན། །ཞ་ཟ་ཡ་
དང་ཤ་ས་སྟེ། །བཅུ་གཅིག་ཁོ་ནའི་སྔོན་དུ་འཇུག །མ་ནིང་སྔོན་འཇུག་
ད་ཡིག་ནི། །ཐོ་ཡི་ཡི་གེ་ཀ་དང་པ། །ཐོ་ཡིག་ག་ང་བ་མ་སྟེ། །དུག་པོ་ཁོ་
ནའི་སྔོན་དུ་འཇུག །ཐོ་ཡིག་སྔོན་འཇུག་འ་ཡིག་ནི། །ཐོ་ཡིག་ག་ང་ད་བ་
ང། །མ་ནིང་ཁ་ཆ་ཐ་པ་ཆ། །བཅུ་པོ་ཁོ་ནའི་སྔོན་དུ་འཇུག །སྔོན་འཇུག་

༡ མ་དཔེ། ཤོག་ངོས་༡༦་སྟེང་༡༤ན། གང་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་ ཞོལ་བར་ས། ༡ན་ནན། གང་གིས་གང་
ལ་འཇུག

ནང་གི་ཤིན་ཏུ་མོ། །མ་ཡིག་ཅེས་བྱ་བཞི་བ་ནི། །མ་ནིང་ཁ་ཆ་ཐ་ཆ་
དང་། །མོ་ཡིག་ག་ཇ་ད་ཇ་དང་། །ཤིན་ཏུ་མོ་ནི་ང་དང་ཉ། །ན་བཅས་བཅུ་
གཅིག་ཁོ་ན་ལོ། །དེ་དག་རྒྱང་འཕྲུལ་དབང་དུ་བྱས། །བཅེགས་འཕྲུལ་
བ་ཡིག་ཁོ་ནར་ངེས། །དེ་ཡང་མིང་གཞི་ང་ཉ་ན། །ཇ་དང་ཇ་བཅས་ལྔ་
པོ་ནི། །ར་མགོ་བྱང་ཆེ་ལྔ་ཀ་དང་། །ས་མགོ་ཆེ་ན་ང་དང་ཉ། །ན་བཅས་
གསུམ་པོ་ཁོ་ནར་ངེས། །

མི་འཁྱག་བ་ནི་འདི་ལྟར་སྟེ། །
ཕོ་ནི་མ་ནིང་ལ་མི་འཁྱག །
མོ་ཡང་ཕོ་ལ་འཁྱག་བ་མིན། །
མ་ནིང་རང་ལ་རང་མི་འཁྱག །
རང་གི་ཐེ་དང་ཕྱད་བ་ན། །
ཕོ་ཡང་མོ་ལ་འཁྱག་མི་འགྱུར། །
མ་ནིང་མོ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །
དི་ལྟར་འཁྱག་བར་བྱེད་ཅེ་ན། །
ཕོ་ནི་དྲག་ཕོ་ནི་རྩལ་གྱིས་འཁྱག །
མ་ནིང་རན་བར་འཁྱག་བ་ཡིན། །
མོ་ནི་ཞན་བའི་རྩལ་གྱིས་ཏེ། །
ཤིན་ཏུ་མོ་ནི་མཉམ་བས་མོ། །
ཅི་འདྲི་ལྱུང་འཁྱག་བར་བྱེད་ཅེ་ན། །

མོ་ནི་འདས་དང་གཞན་བསྐྱབ་ཕྱིར། །

མ་ནི་བ་གཉིས་ཀ་ད་ལྟར་ཆེད། །

མོ་ནི་འདས་དང་མ་འོངས་ཕྱིར། །

ཞིན་ཏུ་མོ་ནི་མཉམ་ལས་སོ། །

དེ་ཡང་དངོས་པོ་ལས་དང་ནི། ། ལུས་དང་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་
འདོད། ། དངོས་པོ་བདག་གཞན་གཉིས་ཀ་དང་། ། བྱ་བའི་ཡུལ་དང་རྣམ་
པ་བཞི། ། ལས་ནི་བྱ་བ་བྱེད་པ་གཉིས། ། ལུས་ནི་འདས་དང་མ་འོངས་
དང་། ། ད་ལྟར་དང་བཅས་གསུམ་དུ་འགྱུར། ། བྱེད་པ་པོ་ནི་བདག་ཡིན་
ཏེ། ། བྱ་བའི་དངོས་པོ་གཞན་ཡིན་ནོ། ། བྱ་བ་བསྐྱབ་པའི་ཡུལ་ལ་ནི། ། ལས་
ཀྱི་དངོས་པོ་ཞེས་པར་བརྗོད། ། བྱེད་པ་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས། ། བྱེད་
པའི་ལས་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། ། བྱ་བའི་ཡུལ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས། ། བྱ་བའི་
ལས་ཞེས་འདོགས་པ་ཡིན། ། བྱ་བ་བྱེད་དང་བྱེད་འགྱུར་དང་། ། ད་ལྟ་བྱེད་
བཞིན་པ་རྣམས་ལ། ། འདས་དང་མ་འོངས་ད་ལྟར་འདོད། ། ལུས་གསུམ་བྱ་
བྱེད་བདག་གཞན་ཏེ། ། གུན་ལ་མཉམ་པ་འབྲུག་པ་ནི། ། མཉམ་པར་འབྲུག་
པའི་དོན་ཅན་ནོ། །

རྒྱུ་འབྱུག་ཡི་གེ་བརྒྱ་ལྔ་ཡ། །

མོ་མོ་མ་ནི་བ་གསུམ་ཏུ་དབྱེ། །

ས་བ་ད་གསུམ་པོ་ཡིན་ཏེ། །ག་ང་ན་མ་ལ་དང་ར། །རྟག་པོ་མོ་ཡི་ཡི་
གེར་ཐན། །འ་ཡི་ཡི་གེ་མ་ནིང་ངོ། །

མོ་ལ་སྒྲིས་བྱ་རབ་འབྲིང་གསུམ། །

ས་རབ་ད་འབྲིང་བ་ཐ་མ། །

མོ་ལ་མོ་དང་གིན་ཏུ་མོ། །

ག་ལ་ར་གསུམ་མོ་ཅ་མ་སྟེ། །ང་ན་མ་གསུམ་གིན་ཏུ་མོ། །

མ་ནིང་འབྱུང་དང་མཆན་གཉིས་དང་། །

མཆན་མེད་དག་དང་གསུམ་བྱ་འདོད། །

འ་ཡིག་ཁོ་ན་འེ་བྱེད་བ་ཡིན། །

དེ་ཡང་བྱེད་བ་འཛི་བྱེད་དེ། །

གང་ལ་འབྱུག་བྱེད་གང་གིས་བྱེད། །

དི་སྟར་འབྱུག་བྱེད་ཅི་འེ་བྱིར་བྱེད། །

གང་ལ་ཡི་གེ་ཐ་མ་ཅད་ལ། །

གང་གིས་བརྩ་མོ་དེ་དག་གིས། །

དི་སྟར་རྩ་མ་གཉིས་ཡིན་ཏེ། །

སྒྲ་ཡི་འབྱུག་རྩེ་ལ་དོན་གྱི་རྩེ་ལ། །

དང་པོ་སྤྲི་ཡི་འབྲུག་ཚུལ་ནི། །

ཕོ་གསུམ་ཕོ་གཉིས་མ་ནིང་གསུམ། །

ཟིམ་བཞིན་འདོན་ཆེ་སྐད་ཀྱི་གདངས། །

བྲག་གཞན་བར་མ་གསུམ་བྱ་འབྲུག། །

ཕོ་ཡི་རྩེས་འབྲུག་ནང་ནས་ནི། །

བྲག་པ་གསུམ་ཉིད་ནང་ཕྱད་དམ། །

ཕོ་ཡི་རྩེས་འབྲུག་ནང་གིས་ཀྱི་ནི། །

གཡ་ཉེ་གཞན་པ་ནང་ཕྱད་ན། །

བྲག་གཞན་དབྱེ་བ་སྤྱིར་བྱས་པ། །

དེ་ཡང་ནང་གི་ཆ་ཤས་ཀྱིས། །

བྲག་པོའི་བྲག་པོ་བྲག་པོའི་འབྲིང་། །བྲག་པོའི་གཞན་པ་གསུམ་དང་
ནི། །ཞན་པོའི་བྲག་པོ་ཞན་པོའི་འབྲིང་། །ཞན་པོའི་ཞན་པ་ལ་སོགས་
ཉེ། །གང་ལ་བསྟོས་པོའི་ནང་གསེས་ཀྱིས། །

དེ་ཡང་བྲག་གཞན་གཉིས་སྤྱད་དེ། །

མ་ནིང་གསུམ་བྱ་གང་གཏོགས་ལ། །

མ་ནིང་ལ་ཡིག་གཅིག་ཕྱེ། །རང་ཉིད་གང་ལ་སྦྱར་བའི་གྲོགས། །

བླ་དང་ཕྱད་ན་བླ་ལར་འགྱུར། །

ཞན་དང་ཕྱད་ན་ཞན་ལར་འགྱུར། །

མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་བླ་དང་ཞན། །

གཉིས་ཀྱི་དག་དང་ཕྱད་གྱུར་ན། །

རྗེས་འཇུག་མ་ནིང་ཡི་གེ་ལ། །

དེ་ནི་གཉིས་ཀྱི་ཅན་བྱ་འགྱུར། །

མིང་གཞི་ཡི་གེ་བླ་དང་ཞན། །

གཉིས་ཀྱི་དག་དང་མ་ཕྱད་ན། །

རྗེས་འཇུག་ལ་དེ་བླ་ཞན་གཉིས། །

གང་བྱ་ཡང་ནི་མི་འགྱུར་རོ། །

གྲོགས་ཀྱི་དབྱེ་བས་སྡེ་བའི་ཚུལ། །

དེས་ན་འགྱུར་དང་མཚན་གཉིས་དང་། །

མཚན་མེད་མ་ནིང་གསུམ་བྱ་འདོད། །

ཕོ་དང་མོ་ནི་རྗེས་འཇུག་གི་ | ལྟོབས་ལས་མིང་གཞི་འགྱུར་བ་སྟེ། | མ་
ནིང་ཡི་གེ་གཅིག་ལུ་ཉིད། | མིང་གཞི་ལྟོབས་ཀྱིས་འགྱུར་བ་ཡིན། |

དེ་ནི་སྐྱ་ཡི་འཁྱུག་རྩལ་ལོ། |

སྐྱ་དོན་གཉིས་ཀྱི་འཇུག་རྩལ་ལས། |

དོན་ནི་རྩམ་པ་གཉིས་ཡིན་ཏེ། |

རང་ཉིད་གང་ལ་འཇུག་པའི་དོན། |

རྩམ་པ་གང་ལྟར་གྱུར་བ་དང་། |

ལྷགས་པའི་རྗེས་སུ་འབྲེན་རྒྱའི་དོན། |

བྱི་མ་གང་ལྟར་འགྱུར་བ་ལོ། |

དོན་གྱི་འཇུག་རྩལ་དེ་གཉིས་ལས། |

རྩམ་པ་སྐྱ་ལྟུག་རྩལ་བཞིན་སྒྱུར། |

ཕོ་ནི་འདས་དང་གཞན་བསྐྱབ་ཕྱིར། | ཞེས་སོགས་སྒྲར་བ་འདད་རི་
བཞིན་ནོ། | དོན་གྱི་འཇུག་རྩལ་གཉིས་སོ་ལས། |

བྱི་མ་དག་གི་འབྲེན་རྩལ་ནི། |

མིང་གཅིག་ཉིད་ལ་ངོ་བོ་ཡི། །ཁྱད་པར་རྫོགས་པའི་མཐའ་འཛིན་
ཚུལ། །རྗེས་སུ་འཇུག་པའི་ཡི་གེ་ནི། །

མ་ཡིས་མ་ཡི་མིང་མཐའ་བྲལས། །

ཐུགས་ཀ་ཐད་ཀ་ཐབ་ཀ་བཞིན། །

མ་ཡིས་མ་ཡི་མིང་མཐའ་བྲལས། །

སྟོང་ག་""དབུལ་^༡་བ་ལ་སོགས་བཞིན། །

མ་ཉིད་ནི་ས་ནི་མ་ཉིད་ངོ་། །

སྟེ་ཁ་མ་དང་འདའ་ཁ་བཞིན། །དེ་ལྟར་རྗེས་འཇུག་གིས་བྲངས་པའི། །

མིང་མཐའ་དེ་དག་ཉིད་ཀྱིས་ནི། །

རང་ཉིད་གཞིར་བཟུང་ཁྱད་པར་དོན། །གང་དང་""ག་^༡་ལ་སྟེལ་འོས་པ། །

དེ་ཉིད་རང་གི་སྐྱེ་མཆུན་བའི། །

ཚོས་དངོས་ལས་དང་བྱེད་བ་དང་། །

ལྷན་དང་འབྱུང་ཁྱདས་འབྲེལ་བ་དང་། །

གནས་དང་མོད་བའི་སྐྱེ་ཡན་བྲལས། །

༡ མ་དཔེ། འོག་ངོས་འཕྲོད་ཀྱི་ཐད། དབུལ་ ཞོལ་པར་མ། རྟེན་ཐད། དབུལ་

༢ མ་དཔེ། འོག་ངོས་འཕྲོད་ཀྱི་ག་ ཞོལ་པར་མ། རྟེན་ཐད། གང་

ནམ་དབྱེའི་སྤྱ་ནམས་འདྲན་ཚུལ་ཡིན། །ཆོས་དངོས་བརྗོད་པ་
དང་པོ་དང་། །ལས་སུ་བྱ་བ་གཉིས་པ་སྟེ། །བྱེད་པ་ནམ་དབྱེ་གསུམ་
པའི་སྤྱ། །སྦྱིན་པ་ཞེས་བྱ་བཞི་པ་ཆེད། །འབྱུང་ཁུངས་ལྔ་པ་འབྲེལ་བ་
ལྷག །གནས་གཞི་བདུན་པ་བོད་པ་ནི། །ནམ་དབྱེ་བརྒྱད་པ་ཞེས་བྱ་ལོ། །

གཞན་ཡང་སྤྱར་བསྐྱེད་ལྷག་བཅས་དང་། །

འབྱེད་རྒྱད་བསྐྱེད་དང་བདག་པོ་དང་། །

དགག་སྐྱབ་རྒྱན་དང་ཁྲུས་ཡའང་འཁྱག་ །

དེ་ལྟར་འདུག་པའི་ཆོག་པ་སྤྱ། །ཤོ་སོགས་ཏེ་སོགས་འཇམ་ལ་
སོགས། །སྤྱར་བསྐྱེད་སོགས་ལ་འདུག་པའི་ཚུལ། །

དེ་དག་སྤྱ་བྱུགས་འདྲན་པས་འབྱུང་། །

དཔེར་ན་ཐད་ཅེས་བྱ་བ་ན། །ཀ་ཞེས་བྱ་བའི་མཐའ་སྦྱར་ནས། །རང་
ཉིད་གང་ལ་སྟེལ་འོས་པའི། །ནམ་དབྱེ་ཆོག་པ་སྤྱར་བ་བཞིན། །ནམ་
དབྱེ་དང་ནི་ཆོག་གི་སྤྱ། །

དེ་དག་ནང་གསེས་གང་འཁྱག་པ། །

དེ་དང་མིང་ཆོག་སོ་སོ་ཡི། །

མཐའ་སྦྱར་ལོག་མའི་མིང་དོན་ལས། །

༡ མ་དཔེ། ཤོག་ངོས་༤༣ཐོང་༤ན། བསྐྱེད་དང་བདག་པོ་ ཞོལ་པར་མ། ༤ན་༤ན། བསྐྱེད་དང་དགག་བ

འཇུག་ཚུལ་མི་འདྲ་ཤེས་བྱས་ཏེ། །དཔེར་ན་ངོ་བོ་ཙམ་བཟོད་པའི། །

སྒྱུར་འཇུག་ཡོད་དམ་བྱེད་པ་ཡོད། །

དེ་བཞིན་ཆེད་བྱེད་ཉེན་བྱེད་དང་། །

ལས་བྱ་ཐང་བྱ་བསྐྱབ་པར་བྱ། །

སྒྲོན་དུ་བོད་པ་གནས་པ་འཇུག། །

གཞན་ཡང་མིག་དོན་ཡོག་མ་ལས། །

བསྐྱུ་བྱ་ཡོད་དམ་མེད་པ་དང་། །

མོད་མ་ལས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཏེ། །

ནམ་གྲངས་དག་ནི་བཞོད་པ་ལས། །

བསྐྱུར་བ་ཡོད་དམ་མེད་པ་དང་། །

ཡོ་སྐྱ་དང་ནི་ཡོ་སྐྱ་དག། །

མིང་གི་མཐའ་ན་ཡོད་མེད་དང་། །

བྱན་དུ་བྱུར་བ་ནམས་ལ་ཡང་། །

དོན་ལ་སྒྲིག་པ་ཡོད་མེད་དང་། །

བསྐྱུར་བྱ་ལྟག་མ་ཡོད་མེད་དང་། །

མིག་དོན་ཚོགས་དང་མ་ཚོགས་ཀྱིས། །

གོང་དུ་འཇུག་ཚུལ་གང་བཤད་པ། །

དེ་དག་ནང་གསེས་ནམ་བར་དབྱེ། །

སྤྱིར་འཇུག་དང་པོར་མཁས་པས་བཤད། ཉེན་བྱེད་བདུན་པ་
གནས་ཡིན་ཏེ། །ལས་བྱ་གཉིས་པ་སྒྲང་བྱ་ནི། །ལྷ་པ་འབྱུང་ཁུངས་
གནས་ཡིན་ལ། །བསྐྱབ་བྱ་དྲུག་པ་འབྲེལ་བའི་གནས། །དེ་འབྲེལ་དོན་
ཅན་སྤྱི་མ་ལ། །གནས་ཆེ་སྤྱི་མའི་དོན་གསལ་བྱེད། །སྤྱི་མར་ཆིག་དོན་
ལྷག་མ་ནི། །མེད་པར་སྟོན་ཆེ་སྤྱིར་བསྐྱད་དང་། །དེ་འབྲེལ་ཆིག་དོན་ལྷག་མ་
ནི། །ཡོད་པར་སྟོན་ཆེ་ལྷག་བཅས་སྦྱོར། །དེ་བཞིན་འབྱེད་སྤྱད་སོགས་ལ་
ཡང་། །དེ་ཡི་རིག་པས་ཤེས་པར་བྱ། །

ཅི་ཟི་བྱིར་འཇུག་པར་བྱེད་ཅེ་ན། །
ཡི་ཞེ་ཟི་ཁོངས་ནས་ཟིང་བྱུངས་ཏེ། །
ཟིང་གི་ཁོངས་ནས་ཆིག་བྱུངས་ནས། །
ཆིག་གི་ས་དོན་རྣམས་སྟོན་པར་བྱེད། །

ཡི་གེ་ཀ་སོགས་རེ་རེ་སྟེ། །དེ་དག་འདུས་ནས་དོན་རྣམས་གྱི། །དོ་
བོ་སྟོན་པ་མིང་ཡིན་ཞིང་། །མིང་འདུས་པ་ལས་དོན་རྣམས་གྱི། །ཁྱད་པར་
སྟོན་པ་ཆིག་ཡིན་ནོ། །དེ་འབྲེལ་ཆིག་གིས་བརྗོད་པ་ལས། །དོན་གྱི་རྣམ་པ་
ཀུན་རྟོགས་འགྱུར། །དབྱུངས་ཡིག་ཨི་ལ་སོགས་པ་ཡི། །

ཨ་ཡི་ཡི་ཞེ་ཟིང་པ་ན། །

གདངས་གྱི་ང་རོ་དང་བྲལ་བས། །ཀ་སོགས་གསལ་བྱེད་རྒྱང་བ་ཡི། །

ཨ་ཡི་ག་བརྗོད་པ་ཟིང་པར་འགྱུར། །

མི་སོགས་དབྱངས་དང་ལྡན་པ་ཡི། །

མོ་ཡི་ཀ་དེ་དཀ་རྩམས་ལ་ཡང་། །

སྟོན་དང་རྗེས་ནས་འཇུག་པ་ཡི། །

འཇུག་པར་འཅས་པ་མེད་པར་ནི། །

ངོ་བོ་བྱད་པར་སྟོན་བྱེད་པའི། །

མིང་དང་ཆིག་ཀྱང་གསལ་མི་ཅུས། །

མིང་ཆིག་གསལ་བ་མེད་ན་ནི། །

ལྷང་དོར་འབྲས་བྱའི་རྣམ་པ་ཡི། །

དོན་རྩམས་བརྗོད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

དེ་འབྲའི་དོན་བརྗོད་ཚུལ་མེད་པ། །

དེ་ལྟར་གྱུར་ན་འདི་ཀ་ཉེན་ན། །

ལྷང་དོར་གསལ་བྱེད་ཆིག་མེད་པས། །

དོན་མཆོན་བརྗོད་པ་ཀྱན་ཀྱང་མེད། །

ཕྱི་རོལ་གྲུབ་མཐའ་སླ་བྱེད་པ། །

དིག་བྱེད་སླ་བའང་ཡོད་མི་འགྱུར། །

ནང་བའི་སྡེ་སྟོད་ལ་སོགས་པའི། །

ཉན་ཞོས་རང་རྒུལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི། །

བསྐྱབ་པ་རྒྱལ་མཁའ་འགྱུར། །

མིང་ཆོག་བརྗོད་པ་ཀུན་ཡོད་ཀྱང་། །ཡི་གེའི་འཇུག་ཚུལ་མི་ཤེས་
ན། །དོན་གྱི་ཚུལ་རྣམས་མི་ཤེས་ཏེ། །དེ་ཡི་དཔེ་འདི་ཤེས་པར་བྱོས། །

ནི་ལྷ་ར་འདིག་རྟེན་མེས་ཅན་དག །

རང་རང་རྒྱུད་ལ་གནས་པ་ཡི། །

ཕྱང་པོ་ཁམས་དང་སྦྱེ་མཆེད་དང་། །

དགག་སྐྱབ་དོན་དང་མཐུན་པ་ཡི། །

གྲུབ་མཐའ་གཞན་ཡང་ཡོད་མོད་གྱི། །

རང་ཉིད་གྱིས་ནི་མི་ཤེས་བཞིན། །

དེ་བཞིན་ཡི་གེའི་འཇུག་ཚུལ་རྣམས། །

སྐྱབ་ཀྱན་ལ་གནས་གྱུར་གྱང་། །

པན་ཚུན་དག་གི་སྦྱ་ལུགས་གྱི། །

རང་རྒྱལ་དེ་ཉིད་མི་ཤེས་བས། །

དོ་ཤི་ཉིད་དང་ཁྱད་པར་གྱི། །

དོན་ལ་སྦྱོར་བ་གཤམ་གྱིས། །

ཡི་གེའི་ཚུལ་ལ་མི་མཁས་པས། །དོན་ཚུལ་ཁོང་དུ་ཆུད་མིན་པ། །

དེ་ཕྱིར་སྐྱབ་འདི་དབང་ཕྱག་གི། །

རྗེ་སྐྱས་འདི་གྱན་རྟོགས་གྱུར་ཅིག །

༩ ལྷ་མ་དང་རྩེ་བཙུན་མཁུན་པའི་གཏེར་ལ་བྱུག་འཆའ་ལོ། །ཉག་ས་
ཀྱི་འཇུག་པའི་དཀའ་བའི་གནས། །པོ་མའི་འཇུག་ཚུལ་གསལ་བྱ་སྟེ། །དེ་
ཡང་ཐོག་མར་དེ་ཉིད་ལས། །

པོ་ནི་འདས་དང་གཞན་བསྐྱབ་བྱིར། །ཞེས་གསུངས་འདས་པ་
བསྐྱབས་ཟེན་དང་། །བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དངོས་པོ་གཞན། །བསྐྱབ་པར་བྱ་
ཞེས་བརྗོད་པ་ནི། །བྱ་བའི་ལས་ཉིད་བསྐྱབ་པའོ། །དེ་བཞིན་བསྐྱགས་
དང་བསྐྱག་བྱའི་དངོས། །བསྐྱག་པར་བྱ་རྣམས་རིམ་པ་བཞིན། །འདས་
དང་དངོས་གཞན་བསྐྱབ་པ་ལོ། །གཞན་ཡང་བསྐྱངས་དང་བསྐྱང་བྱ་
དང་། །བསྐྱང་བར་བྱ་ཞེས་བྱ་རྣམས་དང་། །བསྐྱངས་དང་བསྐྱང་བྱ་བསྐྱང་
བ་དང་། །བསྐྱལ་དང་བསྐྱལ་བྱ་བསྐྱལ་བ་དང་། །བསྐྱར་དང་བསྐྱར་བྱ་
བསྐྱར་བ་དང་། །བསྐར་དང་བསྐར་བྱ་བསྐར་བ་སོགས། །དཔེར་བརྗོད་
མཐའ་ཡས་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས། །དེ་བཞིན་དངོས་དང་ཉེ་བ་ཡི། །བྱ་བ་
བཀག་དང་བཀར་བ་དང་། །བཀལ་དང་བཏང་སོགས་འདས་པའོ། །

མ་ནིང་གཉིས་ཀ་ད་ལྟར་ཆེད། །ཅེས་གསུངས་མ་ནིང་ག་ཡིག་
ནི། །གཏང་བྱ་གཅད་བྱ་གཟུང་བྱ་སོགས། །དངོས་པོ་གཞན་ལ་འཇུག་
པ་སྟེ། །གཏོང་དང་གཅོད་དང་གཞོན་པ་སོགས། །དངོས་པོ་བདག་དང་
འབྲེལ་བའི་ལས། །བྱེད་ལས་ད་ལྟ་བ་ཡང་ཡིན། །གཏོང་བ་པོ་སོགས་
བདག་པོ་ཉིད། །མ་ནིང་ད་ནི་བདག་དངོས་དང་། །བདག་དང་འབྲེལ་བའི་

ལས་མི་འབྲུག། །དགག་བྱ་དགང་བྱ་དབྱུང་བྱ་དང་། །དགག་བྱ་ལ་སོགས་
དངོས་གཞན་དང་། །དགག་དང་དགང་དང་དབྱུང་བ་སོགས། །གཞན་དང་
འབྲེལ་བའི་བྱ་བའི་ལས། །དེ་ཉིད་ད་ལྟ་བ་ཡང་ཡིན། །

མོ་ནི་བདག་དང་མ་འོངས་ཕྱིར། །ཞེས་གསུངས་མོ་ཡིག་འདི་འབྲུག་
ཚུ་ལ། །འགོག་དང་འགོགས་དང་འབྲེན་བ་སོགས། །བདག་དང་འབྲེལ་
བའི་བྱེད་ལས་ཉིད། །འགོག་བ་མོ་སོགས་བདག་དངོས་ཡིན། །འགྱུར་དང་
འབྱུང་དང་འགྱུབ་བ་སོགས། །མ་འོངས་བ་ཡི་དུས་ལ་འབྲུག།

ཤིན་ཏུ་མོ་ནི་མཉམ་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིན་ཏུ་མོ་འདི་ཡི་
གོ། །མ་ནི་དུས་གསུམ་བྱ་བྱེད་སོགས། །མཉམ་བ་ཉིད་ལ་འབྲུག་བ་
སྟེ། །དཔེར་ན་མཛད་ཟིན་མཛད་བྱ་དང་། །མཛད་པར་བྱ་དང་མཛད་བྱེད་
དང་། །མཛད་པ་མོ་དང་མཛོད་ཅིག་ཅིས། །དུས་གསུམ་བདག་གཞན་བྱ་
བྱེད་ཀྱང་། །མ་ཡིག་ཁོ་ནས་སྟོན་བ་བཞིན། །དེ་བཞིན་མཁས་སོགས་
མཁས་བྱ་ལ། །མ་ཡིག་ཁོ་ནས་སྟོན་བ་བཞིན། །དེ་བཞིན་མཁས་སོགས་
མཁས་བྱ་ལ། །མཁས་པར་བྱ་དང་མཁས་པར་བྱེད། །མཁས་པ་མོ་
སོགས་རྒྱ་ཆེར་ཤེས། །

རྗེས་འབྲུག་ཡི་གེ་བཅུ་པོ་ལ། །པོ་མོ་མ་ནིང་གསུམ་དུ་དབྱེ། །ས་
ད་བ་པོ་འདི་མོ། །ག་ར་ལ་གསུམ་མ་ནིང་སྟེ། །ང་ན་མ་གསུམ་ཤིན་ཏུ་
མོ། །པོ་ལ་སྟེས་བྱ་རབ་འབྲིང་གསུམ། །ས་རབ་ད་འབྲིང་བ་ཐ་མ། །མོ་ལ་

མོ་དང་ཤིན་ཏུ་མོ། །འཕོང་ན་མ་གསུམ་ནི། །ཤིན་ཏུ་མོ་ཞེས་བྱ་བར་
ཤེས། །མ་ནིང་འགྱུར་དང་མཚན་གཉིས་དང་། །མཚན་མེད་དག་དང་
གསུམ་དུ་འདོད། །མ་ནིང་ག་ར་ལ་གསུམ་པོ། །ཐོགས་ཀྱི་དབང་གིས་
དེ་ལྟར་འགྱུར། །རང་གི་ངོ་བོས་མ་ཡིན་ནོ། །དྲག་བ་གསུམ་ནི་ནང་
སྤང་དམ། །དྲག་པོ་ས་ད་བ་གསུམ་པོ། །ཞུགས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་མིང་
གཞི་ལ། །དྲག་ཞན་བར་མ་གསུམ་དུ་དབྱེ། །མོ་དང་ཤིན་ཏུ་མོ་གཉིས་
ཀྱང་། །ཞུགས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ནང་གི་ཆར། །དྲག་ཞན་གཉིས་སུ་བྱེ་
བས་འགྱུར། །དེ་ནམས་ཐོགས་ཀྱིས་བསྐྱར་བས་མིན། །མ་ནིང་གསུམ་དུ་
གང་གཏོགས་པ། །ཡི་གེ་ག་ར་ལ་གསུམ་ནི། །དྲག་དང་སྤང་ན་དྲག་བར་
འགྱུར། །ཀག་དང་ཀར་དང་ཀལ་སོགས་བཞིན། །ཞན་དང་སྤང་ན་ཞན་
བར་འགྱུར། །གག་དང་གར་དང་གལ་སོགས་བཞིན། །དེའི་ཕྱིར་འགྱུར་
བ་མ་ནིང་ཡིན། །གཉིས་ཀ་དག་དང་སྤང་གྱུར་ན། །དེ་ནི་གཉིས་ཀ་ཅན་དུ་
འགྱུར། །གགས་དང་གར་དང་གལ་སོགས་བཞིན། །དྲག་ཞན་གཉིས་
ཀའི་ཆ་ལྡན་བྱིར། །མཚན་གཉིས་མ་ནིང་ཞེས་བྱ་པོ། །གཉིས་ཀ་དག་དང་
མ་སྤང་ན། །ཁག་དང་ཁར་དང་ཁལ་སོགས་བཞིན། །མ་ནིང་ཅམ་དང་སྤང་
བ་ཡིས། །གང་དུ་ཡང་ནི་མི་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་མཚན་མེད་མ་ནིང་ངོ་། །

ཞེས་པ་འདི་ཡང་དོན་གཉེར་ཅན་དུ་མའི་ངོར། དཀའ་བརྒྱའི་མིང་ཅན་
རྩྭ་ཨ་རྩ་སིད་རྩིས་བགྱིས་པ་དགེ་ལེགས་སུ་གྱུར་ཅིག །མཛྲ་ལོ། །

༡༡། ཉགས་ཀྱི་འཁྱག་པའི་དཔོན་པོ་འགྲེལ་རབ་གསལ་

ལྷན་བཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

༡༢། །པད་དཀར་ལྟར་བསྐྱགས་ནས་འདྲེན་ཤུའི་ཉོག་ །ཀྱལ་ཀྱན་
མཁྱེན་པའི་རང་གཟུགས་འཇམ་དཔལ་དབྱངས། །གངས་ཅན་འགོ་བའི་
མིག་གཅིག་སྒྲོལ། །འཇམ་མགོན་ཀྱལ་གཉིས་པ་ནམས་ལ་འདུད། །

འདིར་བདེ་སྒྲོད་པའི་བསྐྱན་བཅོས་ཉགས་ཀྱི་འཁྱག་པའི་དོན་མདོར་
བསྐྱས་ཏེ་འཆད་པ་ལ། ཉགས་ཀྱི་འཁྱག་པ་ཞེས་པ་ནི། ཡི་གེ་པོ་མོ་མ་
ནིང་གི་ཉགས་ཀྱི་འཁྱག་ཚུལ་ཀྱས་པར་སྟོན་པས་ན་བརྗོད་བྱའི་སྟོན་ས་
བཏགས་པ་སྟེ། སྤྱི་སྟོན་ནི། སྤྱིར་ཡི་གེ་ལ་པོ་མོ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་དང་།
བྱེ་བྲག་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་ལ་ནང་གསེས་ཀྱི་པོ་མོ་མ་ནིང་གི་ཉགས་ཀྱི་
དབྱེ་བ་བཤད་པ། སྟོན་འཁྱག་གི་པོ་མོ་མ་ནིང་གི་འཁྱག་པ་བཤད་
པ། རྗེས་འཁྱག་གི་པོ་མོ་མ་ནིང་གི་འཁྱག་པ་བཤད་པ་སྟེ་བཞི་པོ་དེར་
འདུས་སོ། །

དབྱེ་ཚུལ་དང་པོ་གཉིས་འཆད་པ་ལ། པོ་ཡི་ཡི་གེ་འབའ་ཞིག་
ལ། །ཞེས་པ་ནས། མ་ནིང་མཚན་མེད་ཅེས་ཀྱང་བྱ། །ཞེས་པའི་བར་

ཆོག་མ་བཅད་བྱེད་དང་བཞི་གསུངས། དེ་ཡང་ཆོག་ཀྱང་དང་པོ་གཉིས་
ཀྱིས་གསལ་བྱེད་སུམ་ཅུ་པོ་ཡིག་ཏུ་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་བྲག་ས་ལ།
དབྱངས་ཡིག་བཞི་མོ་ཡིག་ཏུ་བྲུབ་པོ། །གསལ་བྱེད་རྣམས་རྫོང་པའི་རྒྱང་
བྲག་ས་གསལ་ཞིང་གིས་བས་པོ་ཡིག་དང་། དབྱངས་ཡིག་བཞི་རྫོང་པའི་
རྒྱང་བྲག་ས་མི་གསལ་ཞིང་ལྟོད་བས་སྤྱིར་མོ་ཡིག་ཏུ་གསུངས་སོ། །

དེ་ནས་མིང་གཞི་གསལ་བྱེད་སུམ་ཅུ་པོ་ལ་ནང་གསེས་ཀྱི་སྡེ་ཆ་ན་
ལྷང་དབྱེ་སྟེ། མོ་དང་། མ་ནིང་དང་། མོ་དང་། བེན་ཏུ་མོ་དང་། མོ་གཤམ་
མམ་མ་ནིང་མཆན་མེད་དོ། །

དེ་ཡང་འཇིག་རྟེན་ན་པོ་སྐད་ཀྱི་གདངས་གིས་ཞིང་བྲག་པ་དང་། མོ་
སྐད་ཀྱི་གདངས་ལྟོད་ཅིང་ཞན་པ་དང་། མ་ནིང་གིས་ལྟོད་རན་པ་སོགས་
ཀྱི་དཔེ་བཞིན། གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་རྣམས་མིང་གཞིར་སོང་བའི་ཆོ།
རྫོང་པའི་རྒྱང་བྲག་ས་གིས་ཞིང་བྲག་པ་པོ་ཡིག་དང་། གིས་ལྟོད་རན་པ་
མ་ནིང་དང་། ལྷང་བྲད་ལྟོད་པ་མོ་དང་། དེ་ལས་ཀྱང་བེན་ཏུ་ལྟོད་པ་བེན་
ཏུ་མོ་དང་། བེན་ཏུ་ལྟོད་ཅིང་ཞན་པ་མོ་གཤམ་ཀྱི་ཡི་གེར་བཞག་པ་
ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་པ་སྡེ་ཡན་ཆད་སྡེ་པ་བཞིའི་དང་པོ་ཀ་ཅ་ཏ་པ་བཞི་པོ་དང་།
ཁ་ཆ་ཐ་པ་བཞི་མ་ནིང་། ག་ཇ་ད་བ་མོ། ང་ཉ་ན་མ་བཞི་བེན་ཏུ་མོ་ཡིན་ལ།

དེ་ནས་ལྷག་མ་བཅུ་བཞིའི་ཅ་ཆ་ཇ་གསུམ་ཅ་ཆ་ཇ་དང་སྦྱར་ཏེ་རིམ་བར་
མོ་མ་ནིང་མོ་དང་། བཞི་བ་དང་འདྲ་བར་མོ་ཡིག་ཏུ་ཤེས་བར་བྱའོ། །ཞ་
ཟ་འ་ཡ་ཤ་ས་དུག་ནི་མོ་ཡིག་དང་། ར་ལ་ཏ་གསུམ་མོ་གཤམ་སྟེ། མིང་
གཞན་མ་ནིང་མཆན་མེད་ཅེས་ཀྱང་བྱའོ། །ཨ་ཡིག་ནི་མིང་གཞིའི་མོ་མོ་
མ་ནིང་གང་དུ་འང་མི་གཏོགས་ཏེ། ལོ་ཆེན་ནམ་མཁའ་བཟང་པོས། ཨ་
ཡིག་རྟགས་མེད་པའོ། །ཞེས་དང་། དག་ཡིག་ཟ་མ་ཏོག་ལས། སུམ་ཅུ་བ་
ནི་ཕྱོགས་ལྷང་མེད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །

དེ་དག་གི་སྒྲུབ་ནི། སྦྱིར་བཏང་གསལ་བྱེད་སུམ་ཅུ་པོ། །དབྱངས་
བཞི་མོ་དང་མིང་གཞི་ལའང་། །ཀ་ཅ་ཏ་པ་ཅ་ལྔ་པོ། །ཁ་ཆ་ཟ་པ་ཆ་
མ་ནིང་། །ག་ཇ་ད་བ་ཇ་དང་ཟ། །ཞ་ཟ་འ་ཡ་ཤ་ས་སྟེ། །མོ་ཡི་ཡི་གེ་
བཅུ་གཉིས་ཡིན། །ང་ཉ་ན་མ་ཤིན་ཏུ་མོ། །ར་ལ་ཏ་གསུམ་མོ་གཤམ་
སྟེ། །མིང་གཞན་མ་ནིང་མཆན་མེད་ཟེར། །ཨ་ཡིག་འདིར་ནི་རྟགས་མེད་
ཡིན། །ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་སྒྲུབ་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་འཇུག་ཚུལ་དང་བཅས་པ་
རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། མོ་ཡི་ཡི་གེ་ནང་ནས་ནི། །ཞེས་པ་ནས། ཤིན་ཏུ་
མོ་ནི་མཉམ་པས་སོ། །ཞེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་བརྒྱད་དང་རྟང་པ་གཅིག་
གསུངས་ཏེ། ཤིན་ཏུ་མོ་དང་མོ་གཤམ་གཉིས་མོ་ཡིག་ཏུ་བསྐྱས་ནས། མོ་

ཡིག་བཅུ་དགའི་ནང་ནས་རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་ག་ང་ད་ན་བ་མ་འ་ར་ལ་
ས་སྟེ་བཅུ་དབྱུང་བར་བྱ་ལ། ད་དང་ས་གཉིས་ཡང་འཇུག་ཏུ་འང་བཤད་
ཏེ། ད་ཡིག་ནི། བ་ར་ལ་གསུམ་གྱི་མཐའ་ཅན་འདས་ཚིག་དང་སྐྱལ་ཚིག་
ལ་འཇུག །ས་ཡིག་ནི། ག་ང་བ་མ་བཞིའི་མཐའ་པལ་ཆེར་འདས་ཚིག་
དང་སྐྱལ་ཚིག་ལ་འཇུག་གོ །རྗེས་འཇུག་བཅུ་པོའི་ནང་ནས་ག་ད་བ་མ་
འ་ལ་སྟོན་འཇུག་གྲང་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལ་ནང་གསེས་གྱི་སྟོན་ནས་དབྱེ་བ་
ནི། སྟོན་འཇུག་ལྔ་ཡང་མིང་གཞིའི་ཡི་གེའི་སྟོན་དུ་སོང་བ་ན། དེའི་དབང་
གིས་སྐད་གདངས་དྲག་པ་པོ་དང་། སྐད་གདངས་རན་པ་མ་ཞིང་དང་།
སྐད་གདངས་ཅུང་ཟད་ཞན་པ་མོ་དང་། དེ་ལས་གྲང་ཞན་པ་ཞིན་ཏུ་མོ་རུ་
བཞག་པ་ཡིན་པས་ན། བ་སྟོན་འཇུག་གི་པོ་ཡིག་དང་། ག་ད་གཉིས་མ་
ཞིང་། འ་མོ། མ་སྟོན་འཇུག་གི་ཞིན་ཏུ་མོ་ཡིག་གོ །

སྟོན་འཇུག་གི་འཇུག་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ནི། གང་གིས་འཇུག་པ།
གང་ལ་འཇུག་པ། ཇི་ལྟར་འཇུག་པ། ཅིའི་ཕྱིར་འཇུག་པ་སྟེ་བཞི་ལས།
དང་པོ་གཉིས་ལྟན་ཅིག་ཏུ་བཤད་དེ། སྟོན་འཇུག་གང་གིས་མིང་གཞིའི་
ཡི་གེ་གང་ལ་སྟོན་དུ་འཇུག་པ་ནི།

སྟོན་འཇུག་གི་པོ་ཡིག་བ་ནི། མིང་གཞིའི་པོ་ཡིག་ཀ་ཅ་ཏ་ཅ་བཞི་
དང་། མོ་ཡིག་ག་ད་ཞ་ཟ་ལ་ས་དྲག་སྟེ་བཅུའི་སྟོན་དུ་འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ།
དཔེར་ན། བཀས་བཅད་རྒྱས་བཏབ་མ་རྗོར་བཅུ་ལ། །གོ་བགོས་མདུན་

བདར་བཞད་གད་སྤང་། །བསམ་བཟང་སྤྲིག་བཤགས་ཆོགས་བསགས་
གྲིས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

སྟོན་འཇུག་གི་མོ་འཡིག་ནི། མིང་གཞིའི་མོ་ཡིག་ག་ཇ་ད་བ་ཇ་ལྷ་
དང་། མ་ནིང་ཁ་ཆ་ཐ་ས་ཆ་ལྷ་སྟེ་བཅུ་པོ་ཁོ་ནའི་སྟོན་དུ་འཇུག་སྟེ། འགའ་
ཞིག་འཛིག་ཉེན་འདིར་འབད་འཛེར། །འཁོན་འཆང་འཐབ་ཅོད་འཕྱང་བྱེད་
འཆལ། །ལྟ་བུའོ། །

སྟོན་འཇུག་གི་མ་ནིང་ག་ཡིག་ནི། མིང་གཞིའི་ཕོ་ཅ་ཉ་ཅ་གསུམ་
དང་། མོ་ཡིག་ཉ་ད་ན་ཞ་ཟ་ཡ་ཤ་ས་བརྒྱད་བཅས་བཅུ་གཅིག་ཁོ་ནའི་
སྟོན་དུ་འཇུག་སྟེ། གཅེས་གཏམ་གཙོ་བོར་གཉེན་ལ་གདམས། །གནས་
ལུགས་གཞལ་བྱ་གཟོད་ནས་ཞི། །གཡར་དམ་གཤའ་མ་གསང་བར་
བྱ། །ལྟ་བུའོ། །

སྟོན་འཇུག་གི་མ་ནིང་ད་ཡིག་ནི། མིང་གཞིའི་ཕོ་ཀ་དང་ས་གཉིས་
དང་། མོ་ག་ང་བ་མ་བཞི་སྟེ་དུག་པོ་ཁོ་ནའི་སྟོན་དུ་འཇུག་སྟེ། དཀའ་
གནད་དཔོག་པའི་དགའ་སྟོ་ཅན། །དངོས་བྱུབ་དབང་ལྷག་མི་དམན་
འཛོལ། །ལྟ་བུའོ། །

སྟོན་འཇུག་གི་ཤེན་དུ་མོ་ཡིག་མ་ནི། མིང་གཞིའི་མ་ནིང་ཁ་ཆ་ཐ་
ཆ་བཞི། མོ་ཡིག་ག་ཇ་ད་ཇ་བཞི་དང་། ཤེན་དུ་མོ་ང་ཉ་ན་གསུམ་བཅས་
བཅུ་གཅིག་ཁོ་ནའི་སྟོན་དུ་འཇུག་སྟེ། མཁས་མཆོག་གི་མཁུ་འོ་མཆར་

མད། །མགོན་པོ་མཇུག་བས་འཇུག་མདངས་མཛད། །མངའ་བདག་
ཐུགས་མཉེས་གདམས་པ་མཛོས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

དེ་དག་མིང་གཞི་རྒྱུ་འཕུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ཞིང་།
བཅེགས་པ་མགོ་ཅན་ལ་ར་མགོ་ལྷན་པ་བཅུ་གཉིས། ལ་མགོ་ཅན་བཅུ་
ས་མགོ་ཅན་བཅུ་གཅིག་གི་འཕུལ་ཡིག་ནི་བ་ཡིག་ཁོ་ནར་ངེས་ཏེ། དེ་
ཡང་མིང་གཞི་ར་ཉ་ན་ར་ར་ལྟ་རྒྱུ་པ་ལ་བས་འཕུལ་མི་འཐོབ་ཀྱང་ར་
མགོ་རྒྱུ་ཆེ་བས་འཕུལ་འཐོབ། ས་མགོ་རྒྱུ་ན་ར་ཉ་ན་གསུམ་ཁོ་ན་
ལ་བས་འཕུལ་འབྱུང་སྟེ། དཔེར་ན། ཅ་བར་གཟུགས་བརྟན་ཟས་ཀྱིས་
བརྒྱུངས། །གཟི་བུ་དུ་ཉེན་བུ་དུ་བསྟོན་བསྟུགས་དང་། །དགེ་བསྟེན་
ཐེང་བསྟུམས་ལྟ་བུའོ། །ལ་མགོ་ཅན་ལ་འཕུལ་ཡིག་མེད་དོ། །ཁོད་ཡིག་
ཡ་ར་ལ་མཁའ་འདོགས་བཞི་ལ་བཅེགས་བའི་ཐ་སྙད་མི་བྱེད་དོ། །

དེ་རྣམས་ཀྱི་སྟོམ་ཆིག་ནི། ག་ད་ད་ན་བ་མ་ལ། །ར་ལ་ས་རྣམས་
ཇེས་འཇུག་བཅུ། །ད་དང་ས་གཉིས་ཡང་འཇུག་གོ། །ག་ད་བ་མ་འ་སྟོན་
འཇུག །བ་ཐོ་ག་ད་གཉིས་མ་ནིང་། །འཕོ་མ་ནི་ཤིན་ཏུ་མོ། །

ཐོ་ཡིག་སྟོན་འཇུག་བ་ཡིག་ནི། །ཐོ་ཡིག་ཀ་ཅ་ཏ་ཅ་དང་། །ཐོ་ཡིག་
ག་ད་ཞ་ཟ་ཤ། །ས་བཅས་བཅུ་ཡི་སྟོན་དུ་འཇུག །

ཐོ་ཡིག་སྟོན་འཇུག་འ་ཡིག་ནི། །ཐོ་ཡིག་ག་ར་ད་བ་ར། །མ་ནིང་ལ་
ཆ་ཐ་པ་ཆ། །བཅུ་པོ་ཁོ་ནའི་སྟོན་དུ་འཇུག །

སྟོན་འཇུག་མ་ནིང་ག་ཡིག་ནི། །སྟོ་ཡིག་ཅ་ཉ་ཅ་གསུམ་དང་། །སྟོ་ཡི་
ཡི་གེ་ཉ་ད་ན། །ཞ་ཟ་ཡ་དང་ཤ་ས་མེ། །བཅུ་གཅིག་ཁོ་ན་ཉི་སྟོན་དུ་འཇུག།

སྟོན་འཇུག་མ་ནིང་ད་ཡིག་ནི། །སྟོ་ཡི་ཡི་གེ་ཀ་དང་བ་། །སྟོ་ཡིག་
ག་ང་བ་མ་སྟེ། །བྱུག་པོ་ཁོ་ན་ཉི་སྟོན་དུ་འཇུག།

སྟོན་འཇུག་ཤིན་རུ་མོ་མ་ནི། །མ་ནིང་ཁ་ཆ་ཐ་ཆ་དང་། །སྟོ་ཡིག་ག་ཇ་
ད་དང་ང། །ཤིན་རུ་མོ་ཡིག་ང་དང་ཉ། །ན་བཅས་བཅུ་གཅིག་ཁོ་ན་ལོ། །

དེ་ནམས་རྒྱང་འཕུལ་དབང་དུ་བྱས། །བཅེགས་འཕུལ་བ་ཡིག་ཁོ་
ན་ངེས། །དེ་ཡང་མིང་གཞི་ང་ཉ་ན། །ཇ་དང་ཇ་བཅས་ལྔ་པོ་ལ། །ར་
མགོ་བྱང་ཆེ་ལྔ་ཀ་དང་། །ས་མགོ་བྱང་ན་ང་ཉ་ན། །གསུམ་པོ་ཁོ་ན་ཉི་སྟོན་
དུ་འབྱུང་། །ལ་མགོ་ལྔ་ན་ལ་འཕུལ་ཡིག་སྤང་། །མགོ་ཅན་གསུམ་ལ་
བཅེགས་བ་ཟེར། །འདོགས་ལ་བཅེགས་བའི་ཐ་སྙད་མེད། །ཅེས་བྱའོ། །

སྟོན་འཇུག་གི་འཇུག་བ་དེའི་མཐའ་གཅོད་བའི་ཕྱིར་ཞར་ལ་མི་འཇུག་
བ་བཤད་བ་ནི། སྟོན་འཇུག་ནམས་ཀྱི་འཇུག་ཚུལ་ཇི་སྟར་བཤད་བ་དེ་
ལས་གཞན་དུ་སྟོན་འཇུག་གི་པོ་བ་ཡིག་ནི། མིང་གཞིའི་མ་ནིང་ཁ་ཆ་ཐ་པ་
ཆ་ནམས་ཀྱི་སྟོན་དུ་མི་འཇུག །དེ་བཞིན་དུ་མོ་འཡིག་དང་ཤིན་རུ་མོ་མ་
ཡིག་མིང་གཞིའི་པོ་ཡིག་གི་སྟོན་དུ་མི་འཇུག །མ་ནིང་ག་ད་གཉིས་མིང་
གཞིའི་མ་ནིང་གི་སྟོན་དུ་མི་འཇུག་གོ །དམིགས་བསལ་མདོར་བསྟུན།

༡ མ་དཔེ། འོག་ངོས་༤༥:ཐེང་༣༠ན། སྟེ *སྟེ ཞོལ་པར་མ། ༤བ:༣ན། སྟེ
༢ མ་དཔེ། འོག་ངོས་༤༦:ཐེང་༡ན། བ *བ ཞོལ་པར་མ། ༤བ:༤ན། བ

སྟོན་འཇུག་ལྷ་པོ་གསལ་བྱེད་བཞི་ཚན་རེ་བཅད་པའི་རང་རང་གི་སྟེ་པའི་
ཡི་གེ་གང་གི་འང་སྟོན་དུ་འཇུག་པ་མི་སྲིད་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་རི་ལྷར་འཇུག་པ་ནི། སྟོན་འཇུག་གི་པོ་ཡིག་བ་ནི། རང་
གི་འཇུག་ཡུལ་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་ལ་སྐད་གདངས་དག་པའི་ཚུལ་གྱིས་
འཇུག །མ་ནིང་ག་དང་ད་ཡིག་ནི། སྐད་གདངས་དག་ཞན་རན་པའི་
ཚུལ་གྱིས་འཇུག །མོ་འ་ཡིག་ནི། སྐད་གདངས་ཞན་པའི་ཚུལ་གྱིས་
འཇུག །ཤིན་རྩ་མོ་མ་ཡིག་ནི། སྐད་གདངས་མཉམ་པ་སྟེ་ཤིན་རྩ་ཞན་ཅིང་
སྟོད་པའི་ཚུལ་དུ་འཇུག་པར་བཤད་དོ། །

གསུམ་པ་དགོས་པ་ཅིའི་ཕྱིར་འཇུག་པ་ནི། པོ་ནི་འདས་དང་གཞན་
བསྐྱབ་ཕྱིར། །མ་ནིང་གཉིས་ཀ་ད་ལྷར་ཆེད། །མོ་ནི་བདག་དང་མ་འོངས་
ཕྱིར། །ཤིན་རྩ་མོ་ནི་མཉམ་པས་སོ། །ཞེས་པའི་དོན། མཁྱེན་གཏེར་
རྗེས་བཟུང་མཁས་པ་རིན་ཆེན་དོན་གྲུབ་མཚན་ཅན་གྱིས། དེ་ཡང་
དངོས་པོ་ལས་དང་ནི། །དུས་དང་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་འདོད། །དངོས་པོ་
བདག་གཞན་གཉིས་ཀ་དང་། །བྱ་བའི་ཡུལ་དང་རྣམ་པ་བཞི། །ལས་ནི་
བྱ་བ་བྱེད་པ་གཉིས། །དུས་ནི་འདས་དང་མ་འོངས་དང་། །ད་ལྷར་དང་
བཅས་གསུམ་དུ་འགྱུར། །བྱེད་པ་པོ་ནི་བདག་ཡིན་ཏེ། །བྱ་བའི་དངོས་
པོ་གཞན་ཡིན་ནོ། །བྱ་བ་བསྐྱབ་པའི་ཡུལ་ལ་ནི། །ལས་ཀྱི་དངོས་པོ་ཞེས་
པར་བརྗོད། །བྱེད་པ་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས། །བྱེད་པའི་ལས་ཞེས་བྱ་

བ་སྟེ། །བྱ་བའི་ཡུལ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས། །བྱ་བའི་ལས་ཞེས་འདོགས་
བ་ཡིན། །བྱ་བ་ཟིན་དང་བྱེད་འགྱུར་དང་། །ད་ལྟ་བྱེད་བཞིན་བ་རྣམས་
ལ། །འདས་དང་མ་འོངས་ད་ལྟར་འདོད། །དུས་གསུམ་བྱ་བྱེད་བདག་
གཞན་ཏེ། །ཀུན་ལ་མཉམ་བར་འབྲུག་བ་ནི། །མཉམ་བར་འབྲུག་པའི་དོན་
ཅན་ནོ། །ཞེས་ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་སློན་ས་རྩ་བའི་དཀའ་གནས་གསལ་
བར་མཛད་དོ། །

དེ་ཡང་དོན་བསྐྱུ་ན། དངོས་པོ་དང་། ལས་དང་། དུས་ལ་འབྲུག་བ་
སྟེ་རྣམ་བ་གསུམ་དུ་འདུས་སོ། །དང་པོ་དངོས་པོ་ལ། དངོས་པོ་བདག་
དང་། གཞན་དང་། བདག་གཞན་གཉིས་ཀ་དང་། །བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་འབྲུག་
བ་སྟེ་བཞིའོ། །གཉིས་བ་ལས་ལ་གཉིས་ཏེ། །བྱ་བའི་ལས་དང་། །བྱེད་པའི་
ལས་ལ་འབྲུག་བ་གཉིས་སོ། །གསུམ་བ་དུས་ནི། །འདས་མ་འོངས་ད་ལྟ་ལ་
འབྲུག་བ་གསུམ་དུ་འགྱུར་རོ། །

ལས་གང་བྱེད་བ་པོ་ལ་བདག་ཅེས་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན། །ཤིང་གཙོད་
བ་པོ་ལྟ་བུའོ། །གང་བྱ་བའི་དངོས་པོ་ནི་གཞན་ཡིན་ཏེ། །ཤིང་གཙོད་པའི་
བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །བྱ་བ་བསྐྱུབ་བར་བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་ལས་ཀྱི་དངོས་པོ་ཞེས་
བཙུང་དེ། །གཙོད་བྱའི་ཤིང་ལྟ་བུའོ། །

བྱེད་བ་པོ་ཤིང་མཁན་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ལ་བྱེད་པའི་ལས་ཞེས་
བྱ་སྟེ། །ཤིང་མཁན་གྱིས་སྟ་རེས་ཤིང་གཙོད་བ་ལྟ་བུའོ། །བྱ་བའི་ཡུལ་

ཤིང་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ལ་བྱ་བའི་ལས་ཞེས་འདོགས་པ་ཡིན་ཏེ།
དཔེར་ན། ཤིང་བཅད་ནས་དུས་བྱར་སོང་བའི་ཆ་ལྟ་བུའོ། །

བྱ་བ་གང་ཡང་བྱང་བ་ཞིག་བྱས་ཟིན་པ་ནི་འདས་པ་དང་། བྱེད་པར་
འགྱུར་བ་ནི་མ་འོངས་པ་དང་། བྱེད་བཞིན་པ་ནི་དུས་ད་ལྟ་བར་འདོད་པའོ། །

མདོར་ན་ཤིང་མཁན་ནི་བྱེད་པ་སོ་དང་། ལྟ་རེ་བྱེད་པ་དང་། ཤིང་
ལས་ཡིན་ཞིང་། ལྟ་རེས་ཤིང་གཙོད་པའི་བྱ་བ་ནི། ལྟ་རེ་དང་འབྲེལ་ནས་
ངོ་སོ་གཅིག་ཏུ་ཡོད་པས་ན་བྱེད་པ་སོ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་དང་། ཤིང་
བཅད་ནས་དུས་བྱར་སོང་བའི་ཆ་ཤིང་ཁོ་རང་དང་འབྲེལ་ནས་ཡོད་པས་
བྱ་བའི་ལས་ཞེས་བྱའོ། །

བྱེད་པ་སོ་དང་། བྱེད་པ་དང་། བྱེད་པའི་ལས་རྣམས་དངོས་སོ་བདག་
དང་། བྱ་བའི་ལྷལ་ཤིང་དང་། བྱ་བའི་ལས་ཤིང་དུས་བྱར་བཅད་པའི་ཆ་
དངོས་སོ་གཞན་དུ་འདོགས་པའོ། །

ཉགས་ཀྱི་འཇུག་པའི་དོན་དབྱིས་བྱིན་པར་ཤེས་པ་དེ་དག་གོ་བ་ལ་
རག་ལས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཤེས་བྱའི་སྤྱི་རིས་སྤྱོད་པ་དག་ཁ་འབྲེས་གསལ་བར་བྱེ་བ་འདི། གཅིས་
ནོར་པལ་གྱིས་ཁྱེད་ཀྱིས་མིན། ཁྱོད་ལྟོན་དབྱིས་པའི་སྤྱིས་སྤྱུ་ལྟེ། །

དེ་ནས་སྤྱོན་འཇུག་རྣམས་དགོས་པ་ཅིའི་བྱིར་འཇུག་པ་ལ། སྤྱོན་
འཇུག་གི་སོ་བ་ཡིག་ནི། དུས་འདས་པ་དང་། དངོས་སོ་གཞན་དང་། བྱ་

བ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་འཇུག་པ་ལས། འདས་པ་ལ་འཇུག་པ་ནི། དཔེར་
ན། ཚུ་བཀག། ཁོང་དུ་བཀྱར་རྟོ། ཁོས་བསྐྱོན་རྟོ། །བཅེ་བས་བསྐྱུངས།
ཚུ་ལས་བསྐྱལ་རྟོ། །ལྟ་བསྐྱབས། བདག་མེད་བསྐྱོམས། ཆོད་བགམས།
ལམ་བསྐྱགས། ཏུས་བསྐྱུངས། བྱ་རམ་བསྐར་རྟོ། །སློ་འདོགས་བཅད།
རྩ་བར་དུ། དག་བཅོམ། བརྗོད་ཟེན། བསྐྱོན་པར་བྱས། མིག་གིས་བལྟས།
སྒྲན་བསྐྱེབས། མཆོན་བསྐྱམས། བྱ་བཅས། གཞུང་བཅམས། ཏུས་མ་
བཞོས། ཁོས་བཟར། ལག་དུ་བཟུང་། སྒྲགས་བཞུས། ཡི་གེ་བསྐྱབས།
བྱིན་བྱིས་བཞུབས། སྒྲིག་པ་བཞགས། མཆོད་པ་བཞགས། བྱོགས་
གཅིག་བསྐྱེས། མེར་བསྐྱེགས། ཞེས་སོགས་དང་།

དངོས་པོ་གཞན་ལ་འཇུག་པ་ནི། བཀྱར་བྱའི་སྒྲན། བཀྱར་བྱའི་ཆ་མ།
བསྐྱག་བྱ། བསྐྱུང་བྱ། བསྐྱར་བྱ། བསྐྱོམ་བྱ། བསྐྱབ་བྱ། བར་བྱའི་རྩ། བསྐྱོ་
བྱའི་དགོ་ཅ། བཅོམ་བྱའི་རྩས། བརྗོད་བྱའི་དོན། བསྐྱོན་བྱའི་གོས། བཏུ་
བྱའི་སྒྲགས། བལྟ་བྱའི་གཞུགས། བསྐྱན་བྱ། བདར་བྱའི་བྱེ་མ། བསྐྱེབ་བྱ།
བསྐྱམ་བྱ། བཅོ་བྱའི་ཤ། །བཅམ་བྱའི་ཆོས། བཞོ་བྱའི་འོ་མ། བཟེད་བྱའི་
སྒོད། བཞུ་བྱའི་སྒྲགས། བཞག་བྱའི་ཉེས་པ། བསག་བྱའི་དགོ་བ། ཞེས་
སོགས་ལྟ་བུའོ། །

བྱ་བའི་ལས་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་འཇུག་པ་ནི། བཀྱར་བར་བྱ། བསྐྱུང་
བར་བྱ། བསྐྱོམ་བར་བྱ། བསྐྱོ་བར་བྱ། བཏུ་བར་བྱ། བཅི་བར་བྱ། བཞུ་

བར་བྲ། བསྐྱར་བར་བྲ་སོགས་བཤད་མ་ཐག་པ་ལ་བྲ་ཆིག་སྐྱར་བ་
ནམས་སོ། །

དེ་དག་གི་འབྲུག་ཚུལ་རིམ་བཞིན་དཔེར་བརྗོད་པ་ནི། བཀྱར་རྟོ་
བཀྱར་བྲ་བཀྱར་བར་བྲ། །བསྐྱེད་ཟིན་བསྐྱེད་བྲ་བསྐྱེད་པར་བྲ། །བསྐྱབས་
དང་བསྐྱབ་བྲ་བསྐྱབ་པར་བྲ། །བསྐྱངས་དང་བསྐྱང་བྲ་བསྐྱང་བར་
བྲ། །བསྐྱམས་དང་བསྐྱམ་བྲ་བསྐྱམ་པར་བྲ། །བསྐྱངས་དང་བསྐྱང་བྲ་
བསྐྱང་བར་བྲ། །བསྐྱར་རྟོ་བསྐྱར་བྲ་བསྐྱར་བར་བྲ། །བསྐྱལ་རྟོ་བསྐྱལ་བྲ་
བསྐྱལ་བར་བྲ། །དཔོན་བསྐྱོས་བསྐྱོ་བྲ་བསྐྱོ་བར་བྲ། །སྐྱམ་བསྐྱས་བསྐྱ་
ཚུ་བསྐྱ་བར་བྲ། །ཁོར་བསྐྱས་བསྐྱ་བྲ་བསྐྱ་བར་བྲ། །ལྟ་བསྐྱོམས་བསྐྱོམ་
བྲ་བསྐྱོམ་པར་བྲ། །ཆོས་བསྐྱབས་བསྐྱབ་བྲ་བསྐྱབ་པར་བྲ། །མནའ་
བསྐགས་བསྐག་བྲ་བསྐག་པར་བྲ། །དུས་བསྐྱངས་བསྐྱང་བྲ་བསྐྱང་བར་
བྲ། །བསྐར་རྟོ་བསྐར་བྲ་བསྐར་བར་བྲ། །བསྐལ་རྟོ་བསྐལ་བྲ་བསྐལ་བར་
བྲ། །བསྐན་རྟོ་བསྐན་བྲ་བསྐན་པར་བྲ། །ཁྲིང་བསྐྱས་བསྐྱ་བྲ་བསྐྱ་བར་
བྲ། །ཁྲིང་བརྒས་བརྒ་བྲ་བརྒ་བར་བྲ། །དགེ་བསྐྱོས་བསྐྱོ་བྲ་བསྐྱོ་བར་
བྲ། །བརྗོད་ཟིན་བརྗོད་བྲ་བརྗོད་པར་བྲ། །བསྐྱེད་ཟིན་བསྐྱེད་བྲ་བསྐྱེད་པར་
བྲ། །མིག་བསྐྱས་བསྐྱ་བྲ་བསྐྱ་བར་བྲ། །དག་བསྐྱམས་བསྐྱམ་བྲ་བསྐྱམ་
པར་བྲ། །སྐན་བསྐྱབས་བསྐྱབ་བྲ་བསྐྱབ་པར་བྲ། །དོན་བསྐྱས་བསྐྱ་བྲ་
བསྐྱ་བར་བྲ། །མཆོན་བསྐྱམས་བསྐྱམ་བྲ་བསྐྱམ་པར་བྲ། །ཤ་བཙོས་བཙོ་

བྱ་བཅོ་བར་གྱ། །ཆོས་བརྩམས་བརྩམ་བྱ་བརྩམ་པར་གྱ། །བྲངས་བཅིས་
བཅི་བྱ་བཅི་བར་གྱ། །བཞར་ཟིན་བཞར་བྱ་བཞར་བར་གྱ། །བཞོས་དང་
བཞོ་བྱ་བཞོ་བར་གྱ། །སྒྲགས་བརྒྱས་བརྒྱ་བྱ་བརྒྱ་བར་གྱ། །ཆོས་བསྐྱབས་
བསྐྱབ་བྱ་བསྐྱབ་པར་གྱ། །བཤད་ཟིན་བཤད་བྱ་བཤད་པར་གྱ། །མཆོད་
བཤམས་བཤམ་བྱ་བཤམ་པར་གྱ། །བསྐྱེས་དང་བསྐྱེ་བྱ་བསྐྱེ་བར་
གྱ། །ཤིང་བསྐྱེགས་བསྐྱེག་བྱ་བསྐྱེག་པར་གྱ། །ཁྲིམས་བསྐྱངས་བསྐྱང་བྱ་
བསྐྱང་བར་གྱ། །ཞེས་སོགས་ལྟ་བུ་སྟེ་རིམ་པ་བཞིན་དུས་འདས་པ་དང་
དངོས་སོ་གཞན་དང་བྱ་བ་བསྐྱབ་པ་ལ་འཇུག་པའོ། །

དེ་ཡང་སྟོན་བཀའ་། ཟུ་བཀག་ །ལག་ཏུ་བཟུང་ལྟ་བུ་སྟོན་འཇུག་ཁོ་
ནའི་རྒྱས་པས་འདས་ཆིག་ཏུ་གྱུབ་པས་ཡང་འཇུག་མེད་ཅིང་། བསྐྱོམས་
བསྐྱབས་ལྟ་བུ་གཙོ་བོར་ཡང་འཇུག་གི་རྒྱས་པས་འདས་ཆིག་ཏུ་གྱུར་པ་
ཡིན་གྱི། ཡང་འཇུག་མེད་ན་འདས་ཆིག་ཏུ་མི་འགྲོ་ལོ། །

ན་ར་ལའི་མཐར་སྐྱར་བསྐྱེད་ཏེ་སྐྱར་བ་འདས་ཆིག་ལ་ད་དག་འཛོལ་
པའི་དོན་དུ་ཡིན་ལ། འདས་ཆིག་མིན་ན་བསྐྱོན་ནོ། །བསྐྱར་རོ། །བསྐྱལ་
སོ་ཞེས་པར་འགྱུར་གྱི་བསྐྱོན་ཏེ་སོགས་སུ་མི་འགྱུར་རོ། །

ཡང་བྱ་ཆིག་མེད་ཀྱང་བཟའ་བ། བཅུང་བ། བཞོ་བ། བཅིབ་བ། བཞོ་
བ། བརྒྱ་བ་སོགས་དངོས་སོ་གཞན་ལ་འཇུག་པ་སོགས་ཀྱི་བྱུང་པར་
ཤེས་པ་གལ་ཆེ་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་འཆད་འགྱུར་མ་ནིང་དང་སོ་ཡིག་

སོགས་ཀྱི་འཇུག་པའི་སྐབས་སུ་འང་ཤེས་པར་བྱལོ། །

དེ་དག་གི་ཆས་ཐངས་པའི་བྱེད་པ་སོ་དང་། བྱེད་པའི་ཆིག་ད་ལྟ་བུ་ལ་
བས་འཕུལ་མེད་དེ། སྐྱེད་པ་སོ་དང་། སྐྱོང་བ་སོ། སྐྱོབ་པ་སོ། དཔོན་སྐོ་བ་
སོ། ཉེར་རྒྱ་བ་སོ། ཆོས་ལ་སྐུལ་བ་སོ། གཏམ་སྒྲོག་པ་སོ། སྒྲོམ་པ་སོ། སྐབ་
པ་སོ། སྐྱོལ་བ་སོ། བྱེད་པ་རྒྱད་པ་སོ། ཆོས་སྐྱུར་བ་སོ། ཞིང་ར་བ་སོ། དགེ་
བ་སྟོ་བ་སོ། རྫོང་བ་སོ། ལྟ་བ་སོ། སྤུང་བ་སོ། སྒྲོམ་པ་སོ། ཆོས་རྩམ་པ་སོ།
རྒྱ་སྐར་ཅི་བ་སོ། ཁང་བ་ཅིག་པ་སོ། མཆོད་པ་ཤོམ་པ་སོ། མེ་ལ་སྟོ་བ་སོ།
མེས་སྟེག་པ་སོ། ཆོས་སེམས་པ་སོ། ཞེས་སོགས་དང་།

བྱེད་ཆིག་ལ་འཇུག་པ་ནི། སྐྱེད་པར་བྱེད། སྐྱེད་བྱེད། སྐྱོག་པར་བྱེད།
སྒྲོམ་པར་བྱེད། སྐབ་བྱེད། ཅེས་སོགས་གོང་དུ་བཤད་མ་ཐག་པ་ལ་བྱེད་
ཆིག་སྐྱུར་བ་རྣམས་སོ། །

བསྐུལ་ཆིག་ལ་བས་འཕུལ་མེད་དེ། སྐྱོངས་ཤིག ། སྐྱོབས་
ཤིག ། སྒྲོམས་ཤིག ། སྐབས་ཤིག ། སྐྱོགས་ཤིག་སོགས་གང་བ་མའི་
མཐར་ཡང་འཇུག་ས་ཡིག་དང་། ཉ་ར་ལའི་མཐར་ཆོས་སྟོན་ཅིག ། དབང་
སྐྱུར་ཅིག ། སེམས་ཅན་སྐྱོལ་ཅིག ། ཅེས་ཡང་འཇུག་ད་བྲག་འཛོལ་
སོ། ། དེ་སྐྱད་རྫོང་ཅིག ། ཞིང་རས་ཤིག ། དགེ་བ་སྟོས་ཤིག ། མིག་གིས་
སྒྲོས་ཤིག ། ཉེས་པ་སྒྲོམས་ཤིག ། བརྩོན་འགྲུས་རྩོམས་ཤིག ། བྲངས་ཅིས་
ཤིག ། སྒྲོམ་པ་སྐྱུངས་ཤིག ། ཉི་མར་སྟོས་ཤིག ། མེར་སྟེགས་ཤིག ། དོན་

སོམས་ཤིག །ཅེས་སོགས་པལ་ཆེར་སའི་མཐའ་ཉེན་འཐོབ།

དེས་ན་བྱ་བྱེད་གི་ཆོག་གང་ཡང་མ་སྐྱར་བ་བསྒོམས་དང་། བསྒོམ།
སྒོམ། སྒོམས་སོགས་འབྱུང་ཆེ་རིམ་བཞིན་འདས་པ་དང་། བསྒོམ་བྱ་དང་།
སྒོམ་པ་པོའས་སྒོམ་བྱེད་དང་། བསྐྱལ་ཆོག་ཏུ་གོ་བ་སོགས་གཞན་ལའང་
རིགས་འབྲེལ། །

གཉིས་པ་སྔོན་འཇུག་གི་མ་ནིང་ག་དང་ད་ཡིག་དགོས་ལ་ཅིའི་ཕྱིར་
འཇུག་པ་ནི། དངོས་པོ་བདག་དང་། གཞན་གཉིས་དང་། ཏུས་ད་ལྟ་བ་
སྔོན་པའི་ཆེད་དུ་འཇུག་པ་གཙོ་ཆེ་སྟེ། གས་འབྲལ་དངོས་པོ་བདག་ལ་
འཇུག་པ་དཔེར་ན། ཤིང་གཙོད་པ་པོ། རྩོད་གཉེར་པ་པོ། སྤྱིན་པ་གཏོང་
པ་པོ། བྱེན་དུ་“འདེག”པ་པོ། འོག་ཏུ་གཞོན་པ་པོ། སྒོལ་གཙུག་པ་པོ།
སྒོས་གཞིག་པ་པོ། དག་གཞོམ་པ་པོ། གོས་གཟར་པ་པོ། ལག་ཏུ་གཟུང་
པ་པོ། ཟས་གཡོ་པ་པོ། སེམས་གཡེང་པ་པོ། ཤིང་གཞོག་པ་པོ། མཆོད་
པ་གཤམ་པ་པོ། དག་གསོད་པ་པོ། རྩོད་གསོག་པ་པོ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་།

བདག་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་སམ་བྱེད་པའི་ལས་ལ་འཇུག་པ་ནི།
གཙོད་པར་བྱེད། རྩོད་དུ་གཉེར་བར་བྱེད། ལྷག་གཏར་བར་བྱེད། གཏུབ་
པར་བྱེད། གདེག་པར་བྱེད། “གཞོད”པར་བྱེད། མེ་གཙུབ་པར་བྱེད། རང་
དུ་གཞུག་པར་བྱེད། རྩོད་ལ་གཞོལ་བར་བྱེད། སྤག་པར་གཟར་བར་བྱེད།

༡ མ་དཔེ། འོག་དོས་༡༠༣ཟེང་༤༣། འདེག་ ཞོལ་པར་མ། ༤༧༣། གདེག
༢ མ་དཔེ། འོག་དོས་༡༠༣ཟེང་༡༡༣། གཞོད་ ཞོལ་པར་མ། ༤༧༣། གཞོན

གོས་གཡོག་པར་བྱེད། གལ་དུ་གཤིབ་པར་བྱེད། དགེ་བ་གསོག་པར་བྱེད། ཅེས་སོགས་གོང་སྒྲོས་ཀླམས་ལ་བྱེད་ཆེག་སྦྱར་བ་སྟེ། བྱེད་ལས་ད་ལྟ་བ་ཡང་ཡིན། །

ག་ཡིག་དངོས་པོ་གཞན་ལ་འབྲུག་པ་ནི། གཅད་བྱེད་ཤིང་། གཏང་བྱེད་ཇེས། གཉེར་བྱེད་དོན། གཉུལ་བྱེད་ནགས། “གདགས་”བྱེད་མིང་། གཞག་བྱ། གཟུང་བྱ། གསོ་བྱ། ཞེས་སོགས་བྱ་ཆེག་སྦྱར་བ་ཀླམས་དང་།

གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་སམ་བྱ་བ་ཉིད་ལ་འབྲུག་པ་ནི། གཅད་པར་བྱ། གཏང་བར་བྱ། གཉེར་བར་བྱ། གཉུལ་བར་བྱ། གཏུབ་པར་བྱ། གདབ་པར་བྱ། གློ་གཞོལ་བར་བྱ། “བཞག”པར་བྱ། གཟུང་བར་བྱ། གསོག་པར་བྱ་སོགས་བྱ་ཆེག་སྦྱར་བ་ཀླམས་ཏེ། གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བའི་ལས་ད་ལྟ་བར་བཤད་དོ། །

སྟོན་འབྲུག་གི་ད་ཡིག་དངོས་པོ་བདག་ལ་འབྲུག་པ་ནི། སྦྱད་པ་དགྲི་བ་པོ། ཞོ་དཀྲོག་པ་པོ། རོལ་མོ་དཀྲོལ་བ་པོ། བན་ཚུན་དགྲུག་པ་པོ། འོགས་སྦྱ་དགར་བ་པོ། ཡི་གར་དགོད་པ་པོ། མདུད་པ་དཀྲོལ་བ་པོ། “མཚར་”དུ་དངར་བ་པོ། སྒྲག་པའི་དངར་བ་པོ། གཉིང་དཔོག་པ་པོ། “རིགས་”པས་དཔྱོད་པ་པོ། ལས་ལ་དབང་བ་པོ། མདུང་དབྱུག་པ་པོ། ལྟ་

༡ མ་དཔེ། འོག་ངོས་༡༠༣ཐེང་༡༥ན། གདག ཞོལ་པར་མ། ༤ན་༣ན། གདགས
༢ མ་དཔེ། འོག་ངོས་༡༠༤ཐེང་༡ན། བཞག ཞོལ་པར་མ། ༤ན་༥ན། གཞག
༣ མ་དཔེ། འོག་ངོས་༡༠༥ཐེང་༥ན། མཚར ཞོལ་པར་མ། ༤ན་༦ན། ཚར
༤ མ་དཔེ། འོག་ངོས་༡༠༥ཐེང་༦ན། རིགས ཞོལ་པར་མ། ༤ན་༧ན། རིག

ལ་དམིགས་པ་སྟེ། གཞན་ལ་དམོད་པ་སྟེ། འཇུག་དཔྱད་པ་སྟེ།

བྱེད་པའི་ལས་ལ་འཇུག་པ་ནི། དགྲི་བར་བྱེད། དཀྲོལ་བར་བྱེད།
དགར་བར་བྱེད། དཀྲོལ་བར་བྱེད། དཔོག་པར་བྱེད། དགྲི་བྱེད། དཀྲོག་
བྱེད། དཀྲོལ་བྱེད། ཅེས་སོགས་བྱེད་ཆིག་སྒྲུར་བ་རྣམས་དང་།

ད་ཡིག་དངོས་སོ་གཞན་ལ་འཇུག་པ་ནི། དགྲི་བྱེད་སྒྲུབ་པ། དཀྲོག་
བྱེད་ལོ། དཀྲོལ་བྱེད་རིལ་བྱ་དང་། དགག་བྱ། དགང་བྱ། དགར་བྱ། དབུལ་
བྱ། དབྱུང་བྱ། དབྱད་བྱ། དབག་བྱ། ཞེས་དང་།

ག་དང་ད་ཡིག་བདག་གཞན་གཉིས་ཀ་ལ་བྱད་པར་མེད་པར་འཇུག་
པའང་མང་སྟེ། གཅེས་དང་གཉེར་དང་གཏོར་བ་སོགས། །གཅེས་པ་སོ་
དང་གཅེས་བྱེད་ལོར། །གཉེར་བ་སོ་དང་གཉེར་བྱེད་ལོར། །གཏོར་བ་སོ་
དང་གཏོར་བྱེད་ལས། །གདུ་བ་སོ་དང་གདུ་བྱེད་སྒྲུབ། །གཞོད་པ་སོ་དང་
གཞོད་བྱེད་ལས། །གཙུག་པ་སོ་དང་གཙུག་བྱེད་ལོར། །གཞོལ་བ་སོ་
དང་གཞོལ་བྱེད་ལས། །གཟར་བ་སོ་དང་གཟར་བྱེད་ལོར། །གཡང་བ་
སོ་དང་གཡང་བྱེད་ལས། །གཞོ་བ་སོ་དང་གཞོ་བྱེད་ལས། །གསོ་བ་སོ་དང་
གསོ་བྱེད་ན། །དགྲི་བ་སོ་དང་དགྲི་བྱེད་དར། །དུལ་བ་སོ་དང་དུལ་བྱེད་
རྟ། །དགར་བ་སོ་དང་དགར་བྱེད་གནས། །དབྱེས་པ་སོ་དང་དབྱེས་བྱེད་
ལས། །དབང་བ་སོ་དང་དབང་བྱེད་ལོར། །དམོད་པ་སོ་དང་དམོད་བྱེད་
ལས། །དམིགས་པ་སོ་དང་དམིགས་བྱེད་རྟེན། །ཞེས་སོགས་དངོས་སོ་

བདག་གཞན་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་པར་འབྲེལ་བའོ། །

དངོས་པོ་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བའི་ལས་ལ་འཇུག་པ་ནི། དགྱི་
བར་བྱ། དགྱོལ་བར་བྱ། དགག་པར་བྱ། དགང་བར་བྱ་སོགས་སྦྱར་བ་
རྣམས་དང་།

ད་ཡིག་ད་ལྟ་བ་ལ་འཇུག་པ་ནི། དགྱི་བཞིན་པ། དགྱོལ་བཞིན་
པ། དགྱོག་བཞིན་པ། ཆིག་གྲོགས་མ་སྦྱར་ཡང་། དགག ། དགང་།
དགའ་བ། དབྱེས་པ། དབྱམ། དགྱོལ། དགུག ། དགོད། དབུལ། དབབ།
དབུག ། དགྱོལ། དབྱེ། དབྱང་སོགས་སྐབས་འཕྲོ་བྱིས་ད་ལྟ་བ་དང་མ་
འོངས་པ་ཅི་རིགས་པར་འཇུག་པ་དང་།

བདག་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བྱེད་ལས་ཀྱི་སྒྲ་རྣམས་ཀྱང་ད་ལྟ་
བར་བཤད་དེ། དཔེར་ན། ལྟ་རེས་ཤིང་གཞོག་པའི་བྱ་བ་བྱེད་བཞིན་པ་ལ་
བྱེད་པའི་ལས་དང་། ཤིང་ལ་སོག་པས་དུམ་བྱར་འགྲོ་བཞིན་པ་དེ་ལ་བྱ་
བའི་ལས་ཞེས་བཏགས་པས་ན་ལས་དེ་གཉིས་ཀ་དུས་ད་ལྟ་བར་འཛོག་
ཅིང་། ཞ་ལུ་ལོ་ཆེན་གྱིས་བྱ་བའི་ལས་མ་འོངས་པར་གསུངས་ཤིང་།
མཁས་པ་མང་པོས་ད་ལྟ་བར་བཞེད་ལ། འོན་ཀྱང་རྗེ་ད་བ་པོའི་བསམ་དོན་
གྱི་དབང་དང་། ཆིག་གྲོགས་ལས་ཀྱང་མ་འོངས་པ་ལ་འཇུག་པར་གསལ་
བས་འགལ་བ་མིན་ནོ། །

གསུམ་པ་སྔོན་འཇུག་གི་མོ་འ་ཡིག་དགོས་པ་ཅིའི་ཕྱིར་འཇུག་པ་ནི།

དངོས་པོ་བདག་གཞན་གཉིས་ལས་བདག་དང་། ཏུས་གསུམ་ལས་གཙོ་
བོར་མ་འོངས་པ་སྟོན་པའི་བྱིར་འཇུག་གོ།

དངོས་པོ་བདག་ལ་འཇུག་པ་དཔེར་ན། སྐྱད་པ་འཁལ་བ་པོ། ལྷར་
འཁྱུར་བ་པོ། འཁོར་བ་པོ། འབྲུམས་པ་པོ། སེམས་འཁྲེན་པ་པོ། འཁྲིད་པ་
པོ། ཇི་མ་འཁྱུད་པ་པོ། ལམ་ལ་འགོད་པ་པོ། བྱེ་འགམ་པ་པོ། འགྲོ་བ་པོ།
འཆག་པ་པོ། འཆད་པ་པོ། ལས་འཆོལ་བ་པོ། བྱེད་དུ་འཇུག་པ་པོ། དག་
འཛོམས་པ་པོ། འཐབ་པ་པོ། འདོན་པ་པོ། འདྲེན་པ་པོ། འཕོ་བ་པོ། འཕྲོག་
པ་པོ། འབད་པ་པོ། འཆོལ་བ་པོ། བཞིན་འཇུམ་པ་པོ། ཞེས་བ་ལྟ་བུ་དང་།

བདག་དང་འབྲེལ་བའི་བྱེད་པའི་ལས་ལ་འཇུག་པ་ནི། སྐྱད་པ་འཁལ་
བར་བྱེད། ལྷར་འཁྱུར་བར་བྱེད། འཁྱུད་པར་བྱེད། བྱིམ་ལ་འཁྲེན་པར་
བྱེད། འདྲེན་པར་བྱེད། ཅེས་སོགས་གོང་སྟོས་དཔེར་བརྗོད་དང་སྦྱར་ཏེ་
ཞེས་པར་བྱ།

ཏུས་མ་འོངས་པ་ལ་འཇུག་པ་ནི། འཁལ་བར་འགྱུར། འགྲོ་བར་འགྱུར།
འཆག་པར་འགྱུར། དེ་བཞིན་དུ། འགྱུར། འགྲུབ། འཆར། འདག། འཇུང་།
འཇོང་། ཅེས་སོགས་རྣམས་སོ། །

རྩ་བར་དངོས་སུ་མ་གསུངས་ཀྱང་འས་འཕྱལ་ད་ལྟ་བ་ལ་འཇུག་
པ་མང་བར་བཤད་དེ། སྤང་གིས་འཇལ་བཞིན་པ། གདན་འདིང་གི་

དུས་འདས་ས་ལ་འཇུག་པ་ནི། གོང་སློམ་ལྟ་བུ་ལ་མཁས་ཟིན།
མཆོད་པར་བྱས། མཐོང་བར་གྱུར་སོགས་སྒྱུར་བ་རྣམས་དང་། མ་འོངས་
ས་ལ་འཇུག་པ། མཁས་པར་འགྱུར། མཆོད་པར་འགྱུར། ཞེས་སོགས་
དང་། དུས་ད་ལྟ་བུ་ལ་འཇུག་པ་ནི། མཁས་བཞིན་པ། མཆོད་གྱིན་སྤང་།
མཐོང་གི་འདུག །ཅེས་སོགས་ཆོག་གྲོགས་ལས་གསལ་ཏེ་བོ་སྤྲོད། །

འདིར་སྡོན་འཇུག་རྣམས་དུས་དང་བདག་གཞན་སོགས་ལ་འཇུག་
ཚུལ་གྱི་དཔེར་བརྗོད་གལ་ཆེ་བ་འགའ་ཞིག་བཀོད་པ་ནི། རིམ་བཤུགས་
དངོས་སོ་གཞན་དང་། བདག་གམ་བདག་དང་འབྲེལ་བའི་བྱེད་ལས་
དང་། དུས་འདས་ས་ལ་འཇུག་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། གཅད་བྱ་གཅོད་
བྱེད་བཅད་ས་དང་། །གཏང་བྱ་གཏོང་བྱེད་བཏང་བ་དང་། །གདིང་བྱ་
འདིང་བྱེད་བཏིང་བ་དང་། །“གདགས་”བྱ་འདོགས་བྱེད་བཏགས་ས་
དང་། །གདབ་བྱ་འདེབས་བྱེད་བཏབ་ས་དང་། །གདུལ་བྱ་འདུལ་བྱེད་
བཏུལ་བ་དང་། །གདེག་བྱ་འདེགས་བྱེད་བཏེག་ས་དང་། །གདོན་བྱ་
འདོན་བྱེད་བཏོན་ས་དང་། །གནན་བྱ་གཞོན་བྱེད་མནན་ས་དང་། །གཞལ་
བྱ་འཇལ་བྱེད་བཅལ་བ་དང་། །གཞོམ་བྱ་འཛོམས་བྱེད་བཅོམ་ས་
དང་། །གཞག་བྱ་འཛོག་བྱེད་བཞག་ས་དང་། །གཞིག་བྱ་འཛིག་བྱེད་
བཞིག་ས་དང་། །གཞིལ་བྱ་འཛིལ་བྱེད་བཅིལ་བ་དང་། །གཞུག་བྱ་འཇུག་

༡ མ་དཔེ། འོག་ངོས་༡༠༩ཐྱིང་ནན། གདགས་ ཞོལ་པར་མ། ༡༡བཟན། གདག

བྱེད་བཅུག་པ་དང་། །གཟུག་བྱ་འཇུགས་བྱེད་བཅུག་པ་དང་། །གཟུང་བྱ་
འཛིན་བྱེད་བཟུང་བ་དང་། །གསང་བྱ་གསོད་བྱེད་བསང་བ་དང་། །ཞེས་
སོགས་ཀྱི་བཅད་བྱ། གཏང་བྱ། གདིང་བྱ་ཞེས་བྱ་ཆིག་སྐྱར་བ་དངོས་པོ་
གཞན་དང་། གཅོད་པ་པོ། གཅོད་བྱེད། གཏོང་བ་པོ། འདིང་བ་པོ། འདིང་
བྱེད་ཅེས་སོགས་བྱེད་ཆིག་སྐྱར་བ་དངོས་པོ་བདག་དང་བདག་དང་
འབྲེལ་བའི་བྱེད་ལས་ལའང་འཇུག །འདིའི་བས་འཕུལ་འདས་ཆིག་གོ །

དེ་བཞིན་དུ་དས་འཕུལ་དངོས་པོ་གཞན་ལ་འཇུག་པ་སོགས་ནི།
དགང་བྱ་འགོང་བྱེད་བཀང་བ་དང་། །དགག་བྱ་འགོག་བྱེད་བཀག་པ་
དང་། །ཞོང་དགམ་འགེམ་བྱེད་བགམ་པ་དང་། །འགོལ་བྱ་འགོལ་བྱེད་
བགོལ་བ་དང་། །དགུག་བྱ་འགུག་བྱེད་བཀུག་པ་དང་། །དགོད་བྱ་འགོད་
བྱེད་བཀོད་པ་དང་། །དབུལ་བྱ་འབུལ་བྱེད་ཕུལ་བ་དང་། །དབབ་བྱ་
འབབ་བྱེད་པབ་པ་དང་། །དབུག་བྱ་འབིག་བྱེད་ཕུག་པ་དང་། །དབྱོག་བྱ་
འཕྱོག་བྱེད་ཕྱོགས་པ་དང་། །དབྱེ་བྱ་འབྱེད་བྱེད་བྱེ་བ་དང་། །སུམ་དབྱུང་
སུན་འབྱིན་སུན་བྱུངས་སོགས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་འདི་དག་གིས་མཆོན་ནས་
རྒྱ་ཆེར་རྟོགས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་རྗེས་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་བཤད་པ་ནི། རྗེས་
འཇུག་ཡི་གེ་བཅུ་པོ་ལ། །ཞེས་པ་ནས། “འཇུག”ཀྱི་སྟོན་ཆིག་ཆིགས་

༡ *འདི་ཡང་གོང་དང་མཛུངས།

རྒྱུ་གཉིས་བཅས་ཤོ་ལོ་ཀ་སྤེད་དང་ཉི་ཤུ་རྩ་གསུམ་གསུངས།

དེ་ལ་རྗེས་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ་དང་། དེའི་འཇུག་
པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། མཁན་པོ་ཐོན་མི་སལྷོ་ཤེས་ཡི་
གཏེ་བསྟན་བཅོས་བརྒྱད་བཅུ་མས་པར་གྲགས་ནའང་པལ་ཆེར་བྱ་བ་པའི་
དབང་གིས་རྗེས་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་ཚུལ་མི་གསལ་བར་བརྟེན།
མཁས་པ་སོ་སོའི་བཞེད་པ་མི་མཐུན་པ་མང་ཅམ་སྤང་ཡང་། དེ་ཞིག་
བཤད་སྤྱར་ཆོག་པ་བཅད་མ་ལྟར་ན། ད་བ་ས་གསུམ་རྗེས་འཇུག་གི་ཕོ་
དང་། ག་ང་ན་མ་ར་ལ་བྱ་ག་མོ། འ་རྗེས་འཇུག་གི་མ་ནིང་བྱ་བྱས་ནས།
སྤང་ཡང་ནང་གསེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ནི། ཕོ་ལ་གསུམ་སྟེ། ས་སྟེས་བྱ་རབ།
ད་འབྲིང་། བ་སྟེས་བྱ་ཐ་མ་དང་། མོ་ལ་ག་ར་ལ་གསུམ་མོ་ཅམ་དང་། ང་
ན་མ་གསུམ་ཤིན་ཏུ་མོ་སྟེ་གཉིས། འ་ཡིག་གོགས་ཀྱི་དབང་གིས་མ་ནིང་
གསུམ་བྱ་འགྱུར་རོ། །

རྗེས་འཇུག་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ནི། ད་བ་ས་གསུམ་ཕོ་ཡིན་ཏེ། ག་ང་
ན་མ་ར་ལ་བྱ་ག་མོ་ཡིན་འདི་མ་ནིང་རོ། །ས་རབ་ད་འབྲིང་བ་ཐ་མ། ག་
ར་ལ་གསུམ་མོ་ཅམ་སྟེ། ང་ན་མ་གསུམ་ཤིན་ཏུ་མོ། འ་ཡིག་མ་ནིང་
གསུམ་གར་འགྱུར། །

གཉིས་པ་དེའི་འཇུག་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་བཞི། གང་ལ་འཇུག་པ།
གང་གིས་འཇུག་པ། ཇི་ལྟར་འཇུག་པ། ཅིའི་ཕྱིར་འཇུག་པ་བཤད་པ་རོ། །

དང་པོ་གང་ལ་གང་གིས་འཇུག་པ་གཉིས་ནི། རྗེས་འཇུག་བཅུ་པོ་དེ་
སྟོན་འཇུག་དང་མི་འབྲ་བར་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་སྟེ།
དཔེར་ན། ཀག། ཀང། ཀད། ཀམ། ཀལ། ཀམ། ཀལ། ཀར། ཀལ། ཀས་
ཞེས་པ་སོགས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱད་བར་མེད་བར་འཇུག་གོ།

གསུམ་པ་རྗེ་ལྟར་འཇུག་པ་ལ་གཉིས། སྐྱ་ཡི་འཇུག་ཚུལ་དང་། དོན་
ཁྱི་འཇུག་ཚུལ་ལོ། དང་པོ་ལ་བྲག་ཞན་སྤྱིའི་འཇུག་ཚུལ་ནི། པོ་ཡིག་ད་
བ་ས་གསུམ་སྐད་གདངས་བྲག་པའི་ཚུལ་དང་། མོ་ཅམ་དང་། ཤིན་ཏུ་མོ་
སྐད་གདངས་ཞན་པའི་ཚུལ་དང་། མ་ནིང་སྐད་གདངས་བར་མའི་ཚུལ་
ཁྱིས་འཇུག་གོ།

ནང་གསེས་ཁྱི་འཇུག་ཚུལ་ནི། སྟོན་འཇུག་མིང་གཞི་རྗེས་འཇུག་
གསུམ་རང་རང་གི་སྡེ་བའི་པོ་ཡིག་ཆེག་བར་གཅིག་ཏུ་ཆོགས་པ་ནི། དག་
པ་གསུམ་ཁོ་ན་སྤང་བས་སྐྱ་བྲག་པ་སྟེ། དེ་ལ་འང་བཀས། བཅས། བརྟས།
བཅས་ལྟ་བུ་དག་པའི་དག་པ་དང་། བཀད། བཅད། བརྟད། བཅད་ལྟ་བུ་
དག་པའི་འབྲིང་དང་། བཀལ། བཅལ། བཅབ་ལྟ་བུ་དག་པའི་ཞན་པ་སྟེ།
རིམ་པ་བཞིན་སྐྱེས་བྱ་རབ་འབྲིང་ཐ་མ་རྗེས་སུ་འཇུག་པས་སོ།

སྟོན་རྗེས་མིང་གསུམ་མོ་ཡིག་ཁོ་ན་ཆོགས་པ་ཞན་པ་སྟེ། དེ་ཡང་
འགག། འགར། འགལ། འདག། འདར། འཇལ་ལྟ་བུ་མོ་ཅམ་དང་སྤང་བ་
ཞན་པའི་དག་པ་དང་། འགང། འདོན། འཇས། འབང། འཇམ་ལྟ་བུ་ཤིན་

ཏུ་མོ་དང་སྤང་བ་ཞན་པའི་ཞན་པར་འཛོག་པའོ། །

མ་ནིང་འ་ཡིག་གི་འབྲུག་ཚུལ་ནི། རྒྱལ་བའི་བགའ། བཅའ་བ། གཏའ་
མ། མེ་བཅའ་ལྟ་བུ་པོ་ཡིག་དང་སྤང་ན་སྤྲེལ་བ་དང་། འགའ། འངའ།
འདའ། འབའ་ལྟ་བུ་མོ་ཡིག་དང་སྤང་ན་ཞན་པར་འགྱུར་བས་ན་འགྱུར་བ་
མ་ནིང་དང་། བགའ། བདའ། བཟའ་བ། བཤའ་མ་ལྟ་བུ་སྟོན་འབྲུག་པོ་དང་
མིང་གཞི་མོ་ཡིག་སྟེ། པོ་མོ་གཉིས་ཀ་དང་སྤང་ན་ཤྲག་ཞན་གཉིས་ཀའི་ཆ་
དང་ལྡན་ཕྱིར་མཆན་གཉིས་མ་ནིང་དང་། ཁའོ། །ཆའ། ཐའ། བའ། ཚུའོ་ལྟ་
བུ་མིང་གཞི་མ་ནིང་ཅ་མ་དང་སྤང་ན་ཤྲག་ཞན་གང་དུ་ཡང་མི་འགྱུར་བས་
ན་མཆན་མེད་མ་ནིང་ཞེས་བྱ་སྟེ། འ་ཡིག་གཅིག་བྱ་གྲོགས་ཀྱི་དབང་
གིས་གསུམ་གར་འགྱུར་བ་ཡིན་གྱི་ངོ་བོའི་སྟོན་ས་མིན་ནོ། །མིང་རྗེས་
འབྲུག་མེད་པའི་མཐར་འ་ཡིག་འཐོབ་ཀྱང་སྤྲད་གསར་བཅད་ལ་ཡིག་
ཚོགས་སྐྱུང་བའི་ཆེད་མ་བཞག་པའོ། །དེ་ལ་བཤད་ཚུལ་མང་ཡང་རེ་ཞིག་
དེ་ཅུ་མོ། །

གཉིས་པ་དོན་གྱི་འབྲུག་ཚུལ་ལ་གཉིས་ལས། སྤྲ་མ་གང་ལྟར་གྱུར་
པ་ནི། རྗེས་འབྲུག་ནམས་རང་ཉིད་འབྲུག་པའི་མིང་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྟོན་རྗེས་
གཉིས་་་གས་^༡་བྱན་མོང་དུ་དོན་སྟོན་ཚུལ་ལ། སྤྲ་མ་སྟོན་འབྲུག་གི་བྱས་
པ་ནི། པོ་ནི་འདས་དང་གཞན་བསྐྱབ་ཕྱིར། །ཞེས་སོགས་ལྟར་ཏེ། ལྟ་

༡ མ་དཔེ། འོག་ངོས་༡༡༡ཐེང་༡༤ན། གས་ ཞོལ་བར་མ། ༡༣བཤན། གས་

བསྐྱོམས། ཆོས་བསྐྱབས་སོགས་འདས་པ་དང་། བསྐྱོམ་བྱ། བསྐྱབ་བྱ་
སོགས་དངོས་པོ་གཞན་དང་། བསྐྱོམ་པར་བྱ། བསྐྱབ་པར་བྱ་སོགས་
བྱ་བའི་ལས་བསྐྱབ་པ་སོགས་སྟོན་འཇུག་ཏུ་མ་ཟད། རྗེས་འཇུག་གི་འང་
རྒྱས་པ་ཡིན་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཏུ་མ་ནིང་ག་ད་གཉིས་དང་། མོ་ཙམ་དང་།
ཤེན་ཏུ་མོ་རྣམས་ཀྱི་དཔེར་བཞིན་གོང་ཏུ་བཀོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དོན་
སྟོན་པ་སྟོན་རྗེས་གཉིས་ཀའི་རྒྱས་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་སྤྱི་མ་གང་ལྟར་འགྱུར་བ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་མིང་
མཐའ་དག་གཞན་འདྲེན་ཚུལ་ནི། རྗེས་འཇུག་གི་རྒྱས་པས་སྤྱི་མ་ཆིག་
སྟངས་རྟགས་མཚུངས་སོགས་རི་ལྟར་འདྲེན་པ་ནི། མིང་མཐའི་རྗེས་འཇུག་
པོ་ཡིག་གིས་མིང་གཞིའི་པོ་ཡིག་བྲངས་ཏེ། དཔེར་ན། ཐུགས་ཀ། ཐང་ཀ།
།ཐབ་ཀ། ཐབས་ཅིག་། སྐྱད་ཅིག་། ཆོས་པ། རྒྱབ་སྟེ། འཆོས་ཏེ། ལྟ་བུའོ། །

དེ་བཞིན་ཏུ་མོ་ཡིག་གིས་མོ་བྲངས་ཏེ། ལྟག་ག། མཐེང་ག། གསུམ་
ག། ཉན་ག། འཆར་ག། རལ་ག། དགར་ག། རལ་ག། འབྱུང་ག། ཉུང་མ།
ཟར་མ་ཞེས་སོགས་དང་།

མ་ནིང་གིས་མ་ནིང་བྲངས་པ་ནི། འདའ་ཁ། སྒྲེ་ཁ་མ། དགའ་ཁ། བྱ་
བཙའ་ཁ། ཟས་འཇུ་ཁ་སོགས་ལྟ་བུ་རྟགས་མཚུངས་བྲངས་པ་དང་།

སྟོན་ཏོ། །གྱུར་ཏོ། །བསལ་ཏོ། །ལྟ་བུ་ད་བཅས་པ་དང་། དགོན་པ།
འཇམ་པ། དམ་པ། འདོན་པ། ལྟག་སྟེ། འབྱུང་སྟེ། འདོན་ཏེ། ཤར་ཏེ། གལ་

ཉེ་སོགས་རྟགས་མཚུངས་མིན་ཡང་བརྗོད་བདེ་བའི་དབང་དུ་བྱས་པའོ། །

གཉིས་པ་རྣམ་དབྱེ་ལྷ་ཤུགས་འཛིན་པའི་ཚུལ་ནི། བཤད་མ་ཐག་པའི་མིང་མཐའ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་རང་གི་སྐྱེ་མཐུན་པའི་རྣམ་དབྱེ་དང་ཆིག་སྤང་འཛིན་ཉེ། སྤར་སུམ་ཅུ་པར་བཤད་པ་ལྟར་རྗེས་འཇུག་ས་ཡིག་གི་མཐར་སྟུང་། ག་བ་དང་ག་གི་མཐར་ཏུ་དང་། ང་དན་མ་ར་ལའི་མཐར་ཏུ་དང་། འ་དང་མཐའ་རྟེན་མེད་པའི་མཐར་ཏུ་དང་། ད་བ་སའི་མཐར་གྱི་དང་། ག་ངའི་མཐར་གི་དང་། ར་མ་ར་ལའི་མཐར་གྱི་དང་། འ་དང་མཐའ་རྟེན་མེད་པའི་མཐར་འི་དང་ཡི་གང་ཏུ་དང་། རྣམ་དབྱེ་ལྷ་པའི་ནས་ལས་དང་། རྣམ་དབྱེ་བརྒྱད་པའི་བོད་པའི་སྐྱེ་གྱེ་དང་ཀ་ཡེ་སོགས་འཛིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་ཆིག་སྤང་འཛིན་པ་ནི། སྤར་བསྐྱེའི་སྐྱ་གོ་ངོ་དོ་ནོ་སོགས་དང་། ལྷག་བཅས་ཀྱི་སྐྱ་སྟེ་ཉེ་དེ་དང་། འབྱེད་པ་དང་སྟུད་པ་གམ་ངམ་དམ་སོགས་དང་། དེས་གཟུང་ངམ་“བརྟན་པ་ནིའི་སྐྱ་དང་། རས་དང་ནིའི་སྐྱ་དགར་བ་ལའང་འཇུག་པ་དང་། བདག་པོའི་སྐྱ་པ་བ་པོ་ཅན་སོགས་དང་། དགག་སྐྱ་མ་མེད་མིན་དང་། བདག་པོའང་དགག་སྐྱ་གསར་དུ་སྐྱར་བ་མ་ཡིན་པ་བྱམ་པ། ཀ་བ། གོང་མ། འོག་མ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་པ་བ་མ་རྣམས་མིང་གི་ཆ་ཤས་སྐྱབ་བྱེད་དུ་གནས་པའི་སྐྱབ་པ་དང་། གྲང་ཡང་འང་ཆིག་རྒྱན་དང་སྟུད་པ་ལའང་འཇུག་པ་དང་། དེ་ཞེས་པའི་སྐྱ་དུས་འདས་པ་དང་།

༡ མ་དབེ། འོག་ངོས་༡༡ རྩེད་༥༦། བརྟན་*བརྟན་ ཞོལ་པར་མ། ༡༩༩༦། བརྟན་

མ་འོངས་པ་ལའང་འཇུག་པ་སོགས་དོན་འབྲུག་ལོག་གཟུགས་མི་འབྲ་
བར་འབྲུང་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་མིང་འཐའ་ལྷ་མའི་ཤུགས་ཀྱིས་རང་རང་
གི་སྒྲ་མ་ཐུན་དང་རྟགས་མཚུངས་ཅི་རིགས་འདྲེན་པའི་ཆེད་འབྲུང་བ་ཡིན་
ཏེ། དཔེར་བརྗོད་སྤྲུལ་ཅུ་པའི་སྐབས་འབྲུང་བ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །

དོན་བསྟུན། མིང་མཐའ་དེ་དག་ཉིད་ཀྱིས་ནི། །ནས། དེ་དག་སྒྲ་
ཤུགས་འདྲེན་པས་འབྲུང་། །ཞེས་པའི་བར་གྱི་ཆོགས་རྒྱུ་དགུ་ནི། མིང་
སྒྲ་མའི་མཐའ་རྟེན་སོ་སོའི་དབང་གིས་རང་རང་གི་རྟགས་མཚུངས་སམ་
སྒྲ་མ་ཐུན་བརྗོད་བའི་འདྲེན་པའི་ཕྱིར་རྣམ་དབྱེ་དང་ཆོག་ཐུན་གཟུགས་མི་
འབྲ་བ་འབྲུང་ངོ། །ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། ཆོས་དངོས་ནི་རྣམ་དབྱེ་དང་སོ་དང་།
སྤྱིན་པ་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པའི་མིང་ངོ། །

གསུམ་པ་དེའི་ནང་གསེས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དེ་དག་ནང་གསེས་གང་
འཇུག་པ། །ནས། དེ་དག་ནང་གསེས་རྣམ་པར་དབྱེ། །ཞེས་པའི་བར་ལོ་
ལོ་ཀ་ཕྱིད་དང་ལྷ་གསུངས། དེ་ཡང་རྣམ་དབྱེ་དང་ཆོག་ཐུན་དེ་དག་གང་
དང་གང་འཇུག་ཚུལ་ནི། མིང་ཆོག་སྟོན་མ་སོ་སོའི་འཕྲོ་ལ་དེ་མ་ཐག་
སྒྱུར་རྒྱུའི་ཆོག་དོན་འོག་མ་གང་ཡིན་དེའི་རྒྱས་པས་ཤེས་དགོས་ཏེ།
དཔེར་ན། རོ་སོ་ཅམ་བརྗོད་པའི་མིང་སྟོ་ཞེས་པའི་འཕྲོ་ལ་ལེགས་སྒྱུར་ལ་
རྣམ་དབྱེ་དང་སོ་སྒྱུར་ཡོད་ན་མིང་ཅམ་དུ་མ་བསྟན་པར་ཆོག་ཏུ་སྒྱུར་པ་
ཡིན་ཀྱང་། བོད་ལ་མིང་དེ་ཀ་རང་ལ་རྣམ་དབྱེ་དང་སོ་ཞེས་པ་མ་གཏོགས་

ནམ་དཔེ་ལོགས་སུ་སྟེར་རྒྱུ་མེད་དོ། །

ནམ་དཔེ་སྦྱར་བའི་མིང་ཙམ་ལ་སྦྱིར་འཇུག་ཅེས་བྲ་སྟེ། མིང་དེ་ནམ་
དཔེ་དང་ཆིག་སྟངས་སྦྱར་རྒྱུ་ལ་འཇུག་པས་ན་སྦྱིར་འཇུག་
ཅེས་བཏགས་པར་མངོན་ནོ། །

མིང་དེའི་མཐར་དེ་མ་ཐག་སྦྱར་བའི་དོན་གསལ་བྱེད་ཆར་འབེབས་
པར་བྱེད་ཅེས་བ་ལྟ་བུ་བྱེད་པའི་སྐྱེལ་ཡོད་ན་མིང་སྟོན་མའི་མཐར་ནམ་
དཔེ་གསུམ་པ་འཇུག་སྟེ། ལྟས་ཆར་འབེབས་པར་བྱེད། ཅེས་བ་ལྟ་
བུ་ལོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཆིག་དོན་འོག་མར་ཆེད་དུ་བྱེད་པའི་སྐྱེལ་མཆོད་པ་
འབུལ་ལྟ་བུ་ཡོད་ན་ནམ་དཔེ་བཞི་པ་འཇུག་སྟེ། ལྟ་ལ་མཆོད་པ་འབུལ་
ལྟ་བུ་དང་། བདུད་ཅི་ཡོད་ལྟ་བུ་རྟེན་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེལ་ཡོད་ན་ནམ་དཔེ་བདུན་པ་
འཇུག་སྟེ། ལྟ་ལ་བདུད་ཅི་ཡོད། ལྟ་བུ་དང་། བལྟ་བར་བྲ་ལྟ་བུ་ལས་སུ་བྲ་
བའི་སྐྱེལ་ཡོད་ན་ནམ་དཔེ་གཉིས་པ་འཇུག་སྟེ། ལྟ་བུ་བལྟ་བར་བྲ། ལྟ་བུ་དང་།
དངོས་བྲུབ་ཐང་ལྟ་བུ་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་སྐྱེལ་ཡོད་ན་ནམ་དཔེ་ལྔ་པ་འཇུག་སྟེ།
ལྟ་ལས་དངོས་བྲུབ་ཐང་། ལྟ་བུ་དང་། ཆིག་དོན་འོག་མར་བསྐྱབ་པར་བྲ་བ་
དར་གོས་ལྟ་བུ་འབྲེལ་བའི་སྐྱེལ་ཡོད་ན་མིང་སྟོན་མའི་མཐར་ནམ་དཔེ་དྲུག་པ་
འཇུག་སྟེ། ལྟ་ཡི་དར་གོས། ལྟ་བུ་དང་། མིང་དེའི་སྟོན་དུ་བོད་པའི་སྐྱེལ་ཀྱི་ལྟ་
བུ་ཡོད་ན་ནམ་དཔེ་བརྒྱད་པ་འབྲེན་པ་ཡིན་ཏེ། ཀྱི་སྟེ། ཞེས་བ་ལྟ་བུ་ལོ། །

གཞན་ཡང་ཆིག་སྟངས་འབྲེན་པ་ནི། ཆིག་དོན་འོག་མ་ལས་གོང་མའི་

དོན་ལྷག་མ་འདེན་རྒྱ་ཡོད་པ་རྣམས་མཐེན་གྱི་བར་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡོད་ན།
མིང་སྲ་མའི་མཐར་ནས་ལྟ་བུ་སྤྱད་པའི་སྤྱ་འདེན་ཏེ། གཟུགས་ནས་རྣམས་
མཐེན་གྱི་བར། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་¹། དོན་ལྷག་མ་བསྐྱ་རྒྱ་མེད་ན་གཟུགས་
སོ། །ཆོར་བའོ་ལྟ་བུ་སྤྱར་བསྐྱའི་སྤྱ་འདེན་ནོ། །ཆིག་དོན་གོང་མ་ལས་ཀྱང་
དེ་བཞིན་དུ་དོན་གྱི་མ་འདེན་ཏེ། རི་སྟེང་ཅེས་པས་དེ་སྟེང་ཅེས་པ་འདེན་
པ་དང་། རི་སྟེང་གིས་དེ་སྟེང་དང་། རི་ལྟར་གྱིས་དེ་ལྟར་དང་། གང་ཡིན་
གྱིས་དེ་ཡིན་ཞེས་པ་འདེན་པ་ལ་སོགས་པའོ། །

མིང་ཆིག་གི་རྣམས་¹གངས་ཀྱི་དག་བཀོད་པ་ནི། དཔེར་ན། འདམ་སྐྱེས་
རྣམས་ནི་རབ་ཏུ་བྱེ། །འདབ་རྒྱས་ཀེ་སར་སོ་སྤོང་ཆོད། །བྱི་བསྐྱར་འབྱུལ་
བས་སྤྱོགས་ཀྱན་བྱལ། །བྱང་བའི་དག་འསྟོན་རྣམས་པར་འཕེལ། །ཞེས་
པ་ལྟ་བུ་སྟེ། རབ་ཏུ་བྱེ། རྒྱས། ཆོད། འབྱུལ། བྱལ། འཕེལ་རྣམས་དོན་
པར་ཁ་བྱེ་ནས་རྒྱས་པ་ལ་འཇུག་པས་དོན་བསྐྱར་ཡང་ཆིག་མི་འདྲ་
བས་བསྐྱར་བལྟ་བུ་གྱི་སྟོན་མེད་ཅིང་། ལེགས་སོ་ལེགས་སོ་ལེགས་པར་
གསུངས། །ཞེས་དང་། མེ་ཏོག་གཏོར། མའོན་པར་གཏོར། མའོན་པར་
རབ་ཏུ་གཏོར། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཆིག་བསྐྱར་ཡང་དོན་ལེགས་སོ་འབྱུལ་བ་
ཆུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་དང་། གཏོར་བ་ཆུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་ལ་བྱེད་པས་
དོན་བསྐྱར་བའི་སྟོན་མི་འབྱུང་ངོ་། །

1 མ་དཔེ། འོག་ངོས་༡༡༥ཐོང་༡༡ན། ཞོལ་བར་མ། ༡༥བཟན། +དང་

1 མ་དཔེ། འོག་ངོས་༡༡༥ཐོང་༡༦ན། གང *གངས་ ཞོལ་བར་མ། ༡༥བཟན། གངས་

ཕྱི་མར་མིང་ཆིག་གི་ནམ་གངས་གཉིས་གསུམ་སོགས་བཞོད་ཡོད་
ན་དོན་སྲ་མ་བསྐྱར་བ་ལ་འཇུག་པ་དང་། ཕྱི་མར་སོ་སྐྱ་སྟེ་བདག་པོའི་སྐྱ་
མེད་པ་ལ་གསར་དུ་སྐྱར་ཡོད་ན་མིང་སྲ་མ་བདག་པོའི་སྐྱར་འགྱུར་ཞིང་།
སོ་སྐྱ་དགག་ཆིག་མེད་པ་ལ་གསར་དུ་སྐྱར་བ་ཡིན་ན་མིང་སྲ་མ་དེ་ཉིད་
དགག་སྐྱ་ཅན་དུ་འགྱུར་རོ། །

རྒྱན་དུ་གྱུར་པ་ཀྱང་ཡང་འང་ནམས། དོན་མཐུན་པ་ཡིན་ན་མིང་སྲ་
མ་ལ་མཐུན་པའི་ཆིག་སྤང་སྐྱར་ཞིང་། ཆིག་སྲ་ཕྱི་མི་མཐུན་ན་མི་མཐུན་
པའི་ཆིག་སྤང་སྐྱར་རོ། །ཆིག་གི་རྒྱན་ལ་འང་དོན་ལ་སྟེག་པ་སྟེ་དོན་
ལོགས་སུ་སྟོན་རྒྱ་ཡོད་ན་ངེས་པར་སྐྱར་དགོས་ལ། དོན་ལྟག་པ་སྟེག་རྒྱ་
མེད་པ་ཆིག་གི་ཁ་སྐྱོང་ངམ་མཛེས་བྱེད་ཅན་དུ་སྐྱར་བ་ནམ་པར། ངེས་
པར། རབ་དུ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཆེ་དོན་ལ་སྐྱོར་མི་སྐྱོར་གང་བྱས་ཀྱང་
བྱང་རོ། །

དོན་སྲ་མའི་འཕྲོ་དེ་མ་ཐག་བསྐྱན་བྱ་ལྟག་མ་ཡོད་ན་སྲ་མར་ལྟག་
བཅས་ཀྱི་སྐྱ་སྐྱར་ཞིང་། བསྐྱན་བྱ་ལྟག་མ་མེད་ན་སྐྱར་བསྐྱའི་སྐྱ་ཆོགས་
ཆིག་སྐྱར་རོ། །

དེ་ལྟར་བཅོད་བྱའི་དོན་ཆོགས་པ་དང་མ་ཆོགས་ཀྱིས་ནམ་དབྱེ་དང་
ཆིག་སྤང་དེ་དག་གི་ནང་གསེས་གང་དང་གང་འཇུག་ཅིང་དོན་ངེ་ལྟར་
སྟོན་ཚུལ་ནམ་པར་དབྱེ་བར་བྱའོ། །

གོང་གི་མིང་མཐའ་དེ་དག་ཉིད་ཀྱིས་ནི། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་མིང་སྟེ་
མའི་མཐའི་རྗེས་འཇུག་གི་རྒྱས་བས་རྣམ་དབྱེ་སོགས་འདྲིན་ཚུལ་ཡིན་
ལ། འདིར་ནི་ཆོག་དོན་འོག་མའི་རྒྱས་བས་མིང་སྟེ་མ་ལ་རྣམ་དབྱེ་དང་
ཆོག་སྟངས་འཐོབ་ཚུལ་འཆད་བྱེད་ཡིན་བས་བྱད་བར་ཡོད་དོ། །

མིང་མཐའི་རྗེས་འཇུག་གི་ཤུགས་ཀྱིས་རྣམ་དབྱེ་དང་ཆོག་སྟངས་
འཐོབ་ཚུལ་ནི། སྒྲར་བསྐྱུའི་སྐབས་སུ་རྗེས་འཇུག་བཅུ། །རང་འབར་
ན་ཅུ་སྒྱར་བ་དང་། །ན་ར་ལ་གསུམ་རྗེས་སུ་ནི། །ད་བྱག་ཐོབ་ཆེ་ཏ་ལ་
སྒྱར། །ས་སུ་ག་བ་ད་བྱག་ཏུ། །ད་ན་མ་ར་ལ་བྱ། །འ་དང་མཐའ་ཉེན་མེད་
བའི་མཐའ། །ར་དང་ཅུ་ནི་གང་རིགས་སྒྱར། །ད་བ་ས་ཀྱི་ག་ང་གི་ན་མ་
ར་ལའི་རྗེས་སུ་ཀྱི། །འ་དང་མཐའ་ཉེན་མེད་མཐའ་ལི། །ཀར་བ་སྒྲོང་ཆེ་
ཡི་ཐོབ་པོ། །ག་ད་བ་ས་ད་བྱག་མཐའ། །ཀྱང་དང་རྗེས་འཇུག་གཞན་ཀྱི་
མཐའ། །འང་ཐོབ་ཀར་བ་སྒྲོང་ཆེ་ཡང་། །ད་དེ་ན་ར་ལ་ས་ཏེ། །ག་ང་བ་མ་
འ་རྣམས་དང་། །མཐའ་ཉེན་མེད་མཐའ་ས་སྟེ་ཐོབ། །འབྱེད་སྐྱད་སྐབས་སུ་
རྗེས་འཇུག་བཅུ། །རང་འབར་མ་ཡིག་སྒྱར་བ་དང་། །ད་བྱག་ཐོབ་ཆེ་ཏ་
དང་སྒྱར། །ག་ད་བ་ས་ན་མའི་མཐའ། །"བ"ལྟེད་ང་འ་ར་ལ་བ། །ག་ད་བ་
དང་ད་བྱག་མཐའ། །ཅིང་ཅེས་ཅེ་འོ་ཅེ་ན་ཅིག་དང་ན་མ་འ་ར་ལ་དང་། །རྗེས་
འཇུག་མེད་བའི་མིང་གི་མཐའ། །ཞིང་ཞེས་ཞེ་འོ་ཞེ་ན་ཞིག་། །ས་མཐའ་

དམིགས་བསལ་ཞེས་མ་གཏོགས། །ཤིང་ཤིག་ཤེའོ་ཤེ་ན་འཛོལ། །ཁ་
ཅིག་ལྟན་ཅིག་ཅིག་ཅར་སོགས། །ཅིག་ནི་མིང་གི་ཆ་ཤས་ཡིན། །ཞེས་པ་
སྟེ། དཔེར་བརྗོད་རྣམས་དག་ཡིག་ཟ་མ་ཏོག་དང་། དག་སྟོན་སོགས་ལས་
ཤེས་པར་བྱའོ། །

རྣམ་དབྱེ་ཞེས་པ་ནི། ཆོས་གཉིས་མ་འདྲེས་པར་སོ་སོར་འབྱེད་པར་
བྱེད་པའི་སྤྱིའི་ཆ་ཤས་སམ་ཆོག་སྤང་ཅིག་ལ་རྣམ་དབྱེ་ཞེས་པ་ཡིན་ཏེ།
རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཅམ་རྗོད་པ་བྱམ་པ་ཞེས་པ་ལའང་བྱམ་པའི་
ངོ་བོ་ཆོས་གཞན་དང་མ་འདྲེས་པར་འབྱེད་པའི་སྤྱིའི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཡོད་
པར་ཁས་ལེན་དགོས་སོ། །རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སྟུ་བྱ་བ་ནི། ལས་
དང་བྱ་བ་གཉིས་སོ་སོར་འབྱེད་ཅིང་གཙོ་བོར་ལས་ལ་ཉེ་བའི་རྣམ་དབྱེ་
ཡིན། རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་པ་ནི། བྱེད་པ་པོ་དང་བྱ་བ་གཉིས་སོ་སོར་
འབྱེད་ཅིང་གཙོ་བོར་བྱེད་པ་པོ་ལ་ཉེ་བ་དང་། རྣམ་དབྱེ་བཞི་པ་དགོས་
ཆེད་ནི། དགོས་པ་དང་བྱ་བ་གཉིས་སོ་སོར་འབྱེད་ཅིང་གཙོ་བོར་དགོས་
པ་ལ་ཉེ་བ་དང་། ལྷ་པ་འབྱུང་ཁུངས་ནི། འབྱུང་ཁུངས་དང་བྱུང་བ་གཉིས་
སོ་སོར་འབྱེད་ཅིང་གཙོ་བོར་འབྱུང་ཁུངས་ལ་ཉེ་བ་དང་། རྟལ་པ་འབྲེལ་
བ་ནི། འབྲེལ་ཡུལ་དང་འབྲེལ་ཆོས་གཉིས་སོ་སོར་འབྱེད་ཅིང་གཙོ་བོར་
འབྲེལ་ཡུལ་ལ་ཉེ་བ་དང་། རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་རྟེན་གནས་ནི། གནས་དང་
གནས་པ་པོ་གཉིས་སོ་སོར་འབྱེད་ཅིང་གཙོ་བོར་གནས་ལ་ཉེ་བའི་རྣམ་

དབྱེ་ཡིན་ཞིང་། རྣམ་དབྱེ་བརྒྱད་པ་བོད་པ་ནི། འབོད་པའི་བཛ་སྐྱར་བ་
ཅམ་མ་གཏོགས་དོན་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་ལས་ལོགས་སུ་མེད་ལ། རྣམ་དབྱེ་
རྣམས་ཆིག་སྟངས་ཡིན་ཡང་ཆིག་སྟངས་རྒྱུད་པ་མིན་ནོ། །

ཆིག་སྟངས་ནི། ཆིག་སྟངས་ཕྱི་ལོ་བར་དུ་མཆམས་སྒྱུར་བྱེད་དུ་འབྱུང་བ་
ཤས་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་ཞིང་། ལོགས་སུ་རྒྱུ་བྱེད་ཆིག་སྟངས་ནི་སྟངས་
དང་དོན་མི་འདྲའོ། །

བཞི་པ་ཅིའི་ཕྱིར་འཇུག་པ་བཤད་པ་ལ། ཅིའི་ཕྱིར་འཇུག་པར་བྱེད་
ཅེ་ན། །ཞེས་པ་མན་ཆད་དེ། རྗེས་འཇུག་རྣམས་དགོས་པ་ཅིའི་ཕྱིར་
འཇུག་པ་ནི། དོན་བསྟུ་ན། ཕྱིར་ཡི་གེ་ནི་མིང་ཆིག་རྫོང་པ་ཐམས་ཅད་
འབྱུང་བའི་ཅ་བའི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། ཡི་གེ་རེ་རེ་བ་འདུས་པའི་ཁོངས་ནས་མིང་
ལྷུངས། མིང་འདུས་པ་ལས་ཆིག་སྟངས་ནས་བརྫོང་བྱེད་དོན་ཐམས་ཅད་
སྟོན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། ཆིག་ནི་མིང་གཞི་ལ་རྗེས་འཇུག་གང་ཡང་རུང་
བ་ཞིག་མ་ཞུགས་ན་རྣམ་དབྱེ་དང་ཆིག་སྟངས་སོགས་སྐྱར་བ་མི་སྟོན་དེ།
རྗེས་འཇུག་གི་ཤུགས་ཀྱིས་རྣམ་དབྱེ་དང་ཆིག་སྟངས་འདྲེན་པ་ཡིན་པའི་
ཕྱིར་རོ། །

རང་འབྲས་མིང་ཆིག་གི་གཞིར་གྱུར་པའི་སྐད་ཀྱི་གདངས་དེ། ཡི་
གེའི་མཆན་ཉིད་ཡིན། དབྱེ་ན། དབྱུངས་དང་། གསལ་བྱེད་གཉིས་ཡོད།
དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཅམ་རྫོང་པའི་སྐད་དེ། མིང་གི་མཆན་ཉིད། དཔེར་ན། ཀ་བ།

བུམ་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། དེ་འབྲེལ་སྐྱ་དེ་ཀ་བ་དང་བུམ་པའི་ངོ་བོ་ཙམ་གྱི་
མིང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དོན་གྱི་ངོ་བོ་དང་བྱད་ཆོས་སྦྱར་ནས་སྟོན་པའི་སྐྱ་
དེ། ཆོག་གི་མཆན་ཉིད། དཔེར་ན། ཙན་དན་གྱི་ཀ་བ། གསེར་གྱི་བུམ་
པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །སྐྱ་དེ་དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཀ་བ་དང་བྱད་ཆོས་ཙན་དན་སྦྱར་
ནས་སྟོན་པའི་སྐྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

མོ་ཡིག་དབྱངས་མེད་ན། མོ་ཡིག་གསལ་བྱེད་རྒྱང་བ་གདངས་གྱིང་
རོ་དང་བྲལ་བས་བརྗོད་པ་མེད་པར་འགྱུར་ལ། མོ་ཡིག་དེ་དག་དབྱངས་དང་
ལྷན་ནའང་སྟོན་འཇུག་ཡོད་མེད་གང་ཡང་རུང་། རྗེས་འཇུག་མ་ཞུགས་ན་
མིང་དང་རྣམ་དབྱེ་ཆོག་སྤད་སོགས་སྦྱར་བའི་ཆོག་ཀྱང་གསལ་མི་རུས་
ཤིང་། མིང་ཆོག་གསལ་བ་མེད་ན་བརྗོད་བྱའི་དོན་རྣམས་གཞན་ལ་མཆོན་
ཞིང་གོ་བར་བྱེད་པའི་རྗོད་བྱེད་དག་ཀྱང་ཡོད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

འདིར་དབྱངས་ཡིག་ཅེས་པ་དབྱངས་མཆོན་བྱེད་གྲུ་གྲ། ཞབས་
གྲ། འབྲེང་བུ། རྩ་རུ་བཞི་ལ་བྱ་སྟེ། ཨ་ཡིག་ནི་གང་ལ་འདོགས་པའི་
གཞི་བརྗོད་དོན་ཙམ་མ་གཏོགས་གསལ་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་
བོད་ལ་ལེགས་སྦྱར་ལྟར་དབྱངས་ཡིག་སྟོན་ཞུགས་ཀྱི་ཐ་སྟོན་མེད་ཅིང་
རྗེས་འཇུག་ཞུགས་པས་གོ་ཆོད་པར་མཛད་དེ། སུམ་ཅུ་བ་ལས། རྗེས་
འཇུག་བཅུ་ལྔ་མ་ཞུགས་ན། །མིང་གཞན་སྦྱོར་བ་ཡོད་མི་སྟི། །ཅེས་
དང་། འདིར་ཡང་རྗེས་འཇུག་གི་འཇུག་པ་འཆད་པ་ན། རྗེས་འཇུག་ནི་ཡི་

གེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་“འཇུག་ཏུ་བྱུང་བར་མེད་པར་འཇུག་པར་གསུངས་པ་
དང་། འཇུག་པར་བཅས་པ་མེད་པར་ནི། །མིང་དང་ཆོག་ཀྱང་གསལ་མི་
ལུས། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །

དེས་ན་རྗེས་འཇུག་གཞན་དགུ་པོ་གང་རུང་མེད་པའི་མཐར་འཁྲིལ་
རེ་དེས་པར་བཞག་པ་སྐྱབས་སྐྱར་སྐྱ་མ་ནམས་ཀྱིས་མཛད་ལ། དཔེར་ན། ཀ་
ཞེས་བརྗོད་པའི་ཆེ་རྗེས་འབྲེལ་དུ་འཁྲིལ་མི་གསལ་བའི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པའི་
བྱིར་རོ། །སྐད་གསར་བཅད་ལ། དགལ་མདལ་བཟའ་ལྟ་བུ་ཡིག་རྒྱུང་འཕྱལ་
ཡིག་ཅན་ལ་འཁྲིལ་འཐའ་ཉེན་དངོས་སུ་མེད་ན་མིང་གཞི་རྗེས་འཇུག་ཏུ་
འབྱུལ་ལ། བརྟེན་པ་དང་། འདོགས་ཅན་ལ་འབྱུལ་གཞི་མེད་པས་ཡིག་
ཆོགས་སྐྱུང་བའི་ཆེད་མ་བཞག་པ་ཡིན་ཏེ། རྟོག་ལོ་ཆེན་པོའི་དག་ཡིག་
ཉེར་མཁོ་བསྐྱས་པ་ལས། རྒྱུང་བ་འཕྱལ་ལ་འཐའ་དགོས། །བརྟེན་པ་
བྱ་བྱག་ཅན་ལ་སྤང་། །ཞེས་གསུངས་སོ། །བྱ་བྱག་ནི་བྱ་བྱ་སོགས་བཞི་
དང་ར་བཏགས་ལ་བཏགས་བཅས་བྱག་ལ་བཤད་དོ། །

དེ་ལྟར་གོང་སློབ་བཞིན་མིང་ཆོག་བརྗོད་པ་ཐམས་ཅད་མེད་ན་ནི་
རིག་ཉེན་དུ་དོན་མཆོན་པའི་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ཀུན་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར་
བས། རིག་པའི་གནས་སྤྱི་དང་བྱེད་བྱ་ཏུ་གཞན་སྤེའི་རིག་བྱེད་བཞིའི་
དོན་སྐྱབ་དང་། རང་སྤེའི་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་སྤེ་སྤོད་དང་། དེའི་བརྗོད་བྱ་

༡ མ་དཔེ། ལོག་ངོས་༡༣༠ཐེང་པར། འཇུག་*འདི་ཡང་གོང་མ་དག་དང་མཚུངས། ཞོལ་པར་མ།
༡༣༣པར། མཇུག

བསྐྱབ་པ་གསུམ་རྣམས་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །དཔེར་ན་འདིག་རྟེན་
དུ་སེམས་ཅན་རང་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱབ་པའི་ཕུང་ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་སོགས་
དང་། བྱུང་མཐའ་མཆོག་དམན་དང་། གཞན་ཡང་དོན་གྱི་བྱུང་པར་སྒྲ་
ཆོགས་པ་ཡོད་མོད་ཀྱི། དེ་དག་འདི་དང་འདིའོ་ཞེས་ཆོག་གིས་བརྟ་
མ་སྤྱད་པར་རང་ཉིད་ཀྱིས་མི་ཤེས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཡི་གའི་
འབྲུག་ཚུལ་རྣམས་རང་རང་གི་སྤྱོད་པའི་རག་ཀྱན་ལ་རང་ཆས་སུ་ཡོད་
ཀྱང་། བརྟ་མ་སྤྱད་པར་ཆོག་རང་གི་གནས་ཚུལ་དེ་ཉིད་རི་བཞིན་མི་ཤེས་
པས། ཆོག་འདིས་དོན་འདི་སྟོན་ནོ་ཞེས་དོན་ལ་སྤྱོད་ཚུལ་ག་ལ་ཤེས་ཏེ་
མི་ཤེས་སོ། །རྒྱ་མཆོན་དེའི་ཕྱིར་འཕགས་ཡུལ་གྱི་སྤྱོད་པའི་དབང་ཕྱུག་
མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་བརྟ་སྤྱོད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་
ཐོན་མི་སྤྱོད་པ་བདག་གིས་བོད་ཀྱི་བརྟ་སྤྱོད་ཀྱི་ཚུལ་སྤྱོད་པ་འདིའི་དོན་
གངས་ཅན་གྱི་སྐྱེ་བོ་ཀྱན་གྱིས་རྟོགས་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སྤྱགས་སྟོན་
རྒྱ་ཆེར་མཛད་པའོ། །

སྤྱོད་པ། གང་ཞིག་རྟོགས་ན་གསུང་རབ་དོན། །མ་ནོར་ལྟ་བུའི་
འདེན་བྱེད་མཆོག་། སྤྱིན་མཛད་ནམ་དག་བརྟ་སྤྱོད་གཞུང་། །གོ་སྤྱིའི་རག་
གིས་ཅུང་ཟད་བཀྲལ། །བརྟ་སྤྱོད་དོན་འབྲུལ་མེད་མཐོང་འདོད་དག་། །རབ་
གསལ་སྤྱོད་མེ་འདི་བྱངས་ཤིག་། །འདུན་དབང་མི་གསལ་འགལ་འབྲུལ་
སོགས། །གང་མཆིས་གཞུང་གནས་མཁས་ལ་བཤགས། །འདིར་འབད་

དགོ་བས་ཆེ་རབས་སྟ། །དལ་འབྱོར་ཉེན་བཟང་རིམ་བརྒྱད་དེ། །རིག་
གནས་རྒྱ་མཚོའི་མཐར་མོན་ནས། །ཀུན་མཁྱེན་སྒྲིང་དུ་ཕྱིན་གྱུར་ཅིག །

ཅེས་པ་འདི་ནི་ཁལ་ཁ་སེ་ཆེན་ཉན་གྱི་ཤོག་རིག་གནས་ལ་མཁྱེན་དཔྱོད་རབ་ཏུ་
ཡངས་པ་དུ་སྒྲ་མ་སྒྲོ་བཟང་སྦྱིན་པས་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ཤ་ཉི་དགོ་བཤེས་གྱི་སྟུམ་ཅུ་
བའི་འབྲེལ་བ་རྒྱས་པར་བཞུགས་ནའང་། རྟགས་འབྲུག་གི་བཤད་སྒྱུར་ཆོགས་བཅད་
མ་མདོར་བསྟུས་ཅམ་ལས་མ་མཐོང་བས་དཔེར་བརྗོད་དང་བཅས་ཅུང་ཟད་རྒྱས་ཅམ་
ཞིག་དགོས་ཞེས་སྟེ་དར་པར་གྱི་མ་ཐུན་ཤེན་དང་བཅས་བསྟུལ་བའི་དོར། སྟོམས་
ལས་པ་དབྱངས་ཅན་དགའ་བའི་སྒྲོ་གོས་གྱིས་ཆོས་སྡེ་ཆེན་པོ་སྟེ་འབྲུམ་བུམས་པ་
སྒྲིང་དུ་སྦྱར་བ་ཀུན་ལ་པན་ཐོགས་པར་གྱུར་ཅིག། །

པར་བྱང་སྟོན་ཆིག

ནམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ།
གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཆོས་རྒྱལ་དལ་འབབ་སྤང་།
ཆོག་གི་གཞེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི།
དྲི་མ་ཡོངས་འཁྱུད་ལེགས་བཤད་བདུད་ཅི་འདི།
དཔར་དུ་བསྐྱེད་པའི་ནམ་དཀར་ཕུང་པོའི་མཐུས།
ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་མོ་སྟོང་ཕྱག་བརྒྱ།
གདངས་ཏེ་རྒྱུད་ལྡེའི་འགོ་བ་མ་ལུས་བ།
རེས་ལེགས་ཉོར་བྱའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།

ཅེས་འཛམ་གླིང་ཡངས་པའི་ཁྱོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་ནམ་འཛེན་ལྟ་
སེམས་འཛིན་ལུགས་སྟོན་ཀུན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འབྲལ་ཡུན་ལེགས་ཆོགས་དུ་མའི་
ཆེད་དུ་དམིགས། ཉན་བསྟན་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དཔར་དུ་བསྐྱེད་
དང་བསྐྱེད་འགྲུར་གང་ལའང་སྤྱར་ཆོག་པའི་དགེ་བསྡེའི་སྟོན་ཆིག་ཏུ་ལྟུང་དགེ་
སྟོང་ཆོས་སྤྱོད་བཀའ་དབང་སྟོན་བཟང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྤྱར་བཤོ།