

ཐུལ་བ་བསོད་ནམས་ཀྱི་མཆོ།
མེད་ཀྱིས་དེ་ག་ཅི་ཞུ་དེ་ཆེན་པོ་མི་ཚོ་ལྟོག་ཁར་།

སྐུལ་བ་བསོད་ནམས་སྐུ་མཆོ།
མེད་ཀྱིས་དེ་ག་ཅུང་ཆེན་པོའི་ཚུལ་ལྟོག་ཁད་

མེད་ཀྱིས་རིག་པ་རྒྱ་དང་དབ་སྤྲིའི་ཡང་།

SJRB-0199

མེད་ཀྱིས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་བྱ་སྒྲིག་བྱས།

མེད་བྱེད་རིག་མཛོད་ཙོམ་སྒྲིག་ཁང་གིས་འཕུལ་དེབ་ཏུ་བསྐྱུག་

སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འབྲེལ་ས་སྤེལ་བྱས།

༡༠༡༥ ལྷ་ ༡ པར་ཙཱ་ལྷིག་བྱས།

༢༠༢༠ ལྷ་ ༡༢ པར་བསྐྱར་སྒྲིག་བྱས།

ལེན་བྱེས་རིག་མཁོད་དྲ་བྱང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ཡིག་འབྲེལ་དྲ་བྱང་།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

བར་སྐྱེན་གྱི་བདག་དབང་མེད་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོར་ཡོད།

དཀར་ཆག

རོ་སྒོད་མདོར་བཅུས།	a
ཞུ་སྒྲིག་པའི་གསལ་བཤད།	b
བྱང་རྒྱལ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་ཁྱིད་གསེར་གྱི་ཡང་ཞུན་ཞེས་བྲ་བ།	༡
སྒྲིག་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་རྒྱ་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་ཚུལ།	༡༩
སྒྲིག་བྱ་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་འཁྱིད་པའི་རྒྱ་མཆན་བསྟན་པ།	༡༥
སྒྲིག་བྱ་རྒྱུད་རྒྱུད་སྟེན་མོར་བའི་ལམ་ལ་སློ་སྦྱོར་ཚུལ།	༡༦
སྒྲིག་བྱ་འཁྱིད་དང་སྟེན་མོར་བའི་ལམ་ལ་སློ་སྦྱོར་ཚུལ།	༢༣
སྒྲིག་བྱ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་སློ་སྦྱོར་བ།	༢༦
རྒྱ་འབྲས་མན་རག་བདུན་གྱི་སྒོ་ནས་སེམས་བསྐྱེད་ཚུལ།	༢༧
སེམས་བསྐྱེད་ལ་སློ་བྱུགས་འཕེལ་བའི་ཕྱིར་རྒྱ་པན་ཡོན་དྲན་ཚུལ།	༣༠
རང་རྒྱུད་སྒྲིན་ཁྱེད་ཕྱིན་དུག་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ།	༣༣
སྒྲིན་པ་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ།	༣༣
ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ།	༣༩
བཟོད་པ་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ།	༤༤
བཙོན་འགྲས་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ།	༤༥

བསམ་གཏན་ལ་བསྐབ་ཚུལ།	༡༤
ཤེས་རབ་ལ་བསྐབ་ཚུལ།	༡༤
གཞན་སྤྱད་ཕྱིད་བཟུ་བཞི་ལ་བསྐབ་ཚུལ།	༡༥
མདོ་སྤྱད་སྤྱད་མོང་བའི་ལམ་ལ་བསྐབས་ནས་སྤྱད་ལ་འཇུག་ཚུལ།	༡༧
བར་བྱ་སྤྱོད་ཚིག་	༡༩

དེ་མཆོད་མདོར་བསྟུན།

རྒྱལ་བ་བསོད་ནམས་རྒྱ་མཆོད་ཀྱི། ཕྱི་ལོ་ ༡༥༩༣ ལོར་ལྷ་སའི་སྟོད་ལུང་མདའི་ཕྱོགས་སུ་སྐྱེ་
འབྱུངས། དགྲུང་ལོ་བཞི་པར་རྒྱལ་བ་དགེ་འདུན་རྒྱ་མཆོདེ་ཡང་སྲིད་དུ་ངོས་འཛིན་མཛད་དེ་
འབྲས་སྦྲངས་སུ་གདན་སར་བཀོད། དགྲུང་ལོ་བདུན་པར་ཁྱི་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་ལས་
དགེ་ཚུལ་གྱི་སྟོན་པ་མཐོན།

དགྲུང་ལོ་ཉེར་གཉིས་པར་ཁྱི་དགེ་ལེགས་དཔལ་བཟང་ལས་བསྟེན་རྫོགས་བསྐྱབས། ཁྱི་
ཆེན་མཆོག་སོགས་ལས་མདོ་སྒྲགས་གཞུང་ཁྱིད་དང་དབང་བཀའ་མང་སོ་གསལ་པ་དང་། ཆོས་
སྡེ་རྣམས་སུ་གསུང་ཆོས་ཀྱང་སྦྱུལ།

དགྲུང་ལོ་ཉེར་དྲུག་པར་འབྲས་སྦྲངས་སུ་མན་བདེ་ལེགས་བཤའ་གླིང་གསར་འཛུགས་
གནང། དགྲུང་ལོ་སོ་གཅིག་པར་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་ཆོང་བྲག་བཏབ།

དགྲུང་ལོ་སོ་བཞི་པར་སོག་སའི་ཆ་རྟར་རྒྱལ་པོ་འཕམ་ཅིང་གིར་གྱི་གདུང་རབས་བརྟུ་བདུན་པ་
ཨལ་ཐན་ཁྲུང་གིས་སོག་ཡུལ་དུ་གདན་འདྲུང་ཏེ་༼ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་བརྗོད་རྒྱ་ལའི་སྒྲ་མ་༽
ཞེས་པའི་མཆོན་བྲལ།

དགྲུང་ལོ་སོ་བདུན་པར་ས་ཐམ་རྒྱལ་པོས་གདན་འདྲེན་ཞུས་པ་ལྟར་འཛང་ཡུལ་དང་ལི་ཐང་དུ་
ཕེབས་ཏེ། དགོན་སྐུབ་བསྟན་བྲམས་ཆེན་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་གླིང་ཞེས་པའི་བཤའ་གྲ་
ཆེན་སོ་ཞིག་གསར་འདེབས་མཛད་ཅིང་བཀའ་ཆོས་གང་མང་གསུངས།

དགྲུང་ལོ་བཞི་བརྟུ་པར་རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་སའི་འབྱུངས་པའི་གནས་སུ་བཤའ་གྲ་སྐྱེ་འབྲས་བྲམས་
པ་གླིང་བྲག་བཏབ། ཕྱི་ལོ་ ༡༥༩༩ ལོར་སོག་ཡུལ་འོ་སྤ་མེ་ཕྱར་སྐྱེ་གཤེགས། གསུང་ཆོས་ལ་སོད་
འབྲིང་གཅིག་ལྷག་བཞུགས།

ཞུ་སྤྲིན་པ་འི་གསལ་བཤད།

བོད་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་སུ་སྡོན་ཤོན་མཁས་པའི་དབང་པོ་དག་གི་བཀའ་བློན་ལས། བོད་མི་
རིགས་ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བརྩུང་དང་འགོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོར་དུ་རྒྱུར་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་
སྒྲུགས་བཅའ་ཁྲི་ཐག་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་སྟེ་ནའང་། དུས་རབས་ཀྱི་འཕེལ་འགྱུར་དང་འགོགས་པའི་
མིའི་ཉེས་སྦྱོད་ཀྱི་དབང་གིས་ཅ་ཆའི་གསུང་རབ་མང་པོ་ཞིག་ཅ་བརྒྱག་ཏུ་བྱིན་ཟེན་པ་དང་། ལྷག་
འགྲོས་གང་མང་ཞིག་ཅ་བརྒྱག་ཏུ་འགྲོ་ཉིར་ཡོད་པར་བརྟེན་དུས་རབས་འདིའི་བོད་མི་ཞིག་ལ་
མཆོན་ན་ཅ་ཆེ་བའི་གསུང་རབ་དེ་དག་གཅེས་ཉར་བྱེད་རྒྱུར་བཙོན་དགོས་པ་ནི་དུས་ལ་བབ་པའི་
ལས་འགན་བརྒྱག་ཏུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ངེས། དེ་བས་འདི་ག་སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚུ་
སྤྲིན་ཁང་ནས་ཀྱང་ཅ་ཆའི་གསུང་རབ་དེ་དག་ཉར་ཆགས་དང་སྤང་སྟོབ་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཚུ་མ་སྤྲིན་གི་
ལས་ཀ་འདི་གཉེར་བཞིན་ཡོད།

དེར་རབས་ཀྱི་འབྲུལ་ལས་སྐབས་བདེ་དུ་བྱིན་པ་དང་བསྐྱེད་ནས་གསར་དུ་ཚུ་མ་སྤྲིན་གྲུས་
པའི་དེབ་དང་འབྲུལ་དེབ་གང་མང་ཞིག་བྱུང་བརྒྱུ་དུ་འགོ་བཞེན་ཡོད་པ་ནི་དགའ་ལོས་པ་ལྟ་བུར་
སྤང་མོད། སྤྱིར་གསུང་རབ་དཔར་བསྐྱེད་དང་ཞུ་སྤྲིན་གྱི་ད་སྐབས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་བཅོས་ནོར་
ཤོར་ནའང་ཆབས་ཆེ་བའི་སྟོན་ཆ་འབྱུང་སྲིད་པས་བསྐྱེད་ཉར་དང་བཅོ་བཅོས་མེད་པར་སོར་
འཛོག་གིས་བདག་ཉར་བྱ་རྒྱ་ཅི་ནས་ཀྱང་གལ་ཆེ་ཞིང་། གལ་ཏེ་ནོར་བར་ངེས་པའི་ཡིག་འབྲུ་
གཅིག་བཅོས་དགོས་བྱུང་ནའང་ཁ་གསལ་གྱི་མཆན་ཡིག་འགོ་དུ་རྒྱ་ཅང་གལ་ཆེ་བ་ཡིན།

འདི་ག་ཚུ་མ་སྤྲིན་ཁང་ལ་མཆོན་ན། བར་གཞི་ཆད་ལྷན་ཞིག་མ་བྱིར་བཟུང་ནས་དེའི་ཡིག་
འགྲོས་སོར་བཞག་གིས་ཚུ་མ་སྤྲིན་གྱི་རྒྱ་ཅ་དོན་དུ་འཛིན་བཞིན་ཡོད་ལ། དེའི་བར་གཞི་མི་འདྲ་
བ་གཞན་ཡང་ལག་སོན་བྱུང་ན་བར་གཞི་གཞན་དག་ལ་འང་གང་ཅུས་ཤིག་སྤུར་བཞིན་ཡོད།

མ་ཕྱིར་ཡིག་འོར་མངོན་གསལ་ཅན་བྱང་ན་བཙུག་ཏེ་མཆན་གྱིས་གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད་ལ། མ་ཕྱི་དང་པར་གཞི་སོ་སོར་ལྷན་ཆད་བྱང་བ་དང་། ཡི་གེ་མི་འདྲ་བ་བྱང་བ་སོགས་ལ་མཐའ་མཆན་བཀོད་དེ་གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད།

ལས་གཞི་འདིའི་ཐོག་མའི་དུས་སུ་ལས་བྲེལ་ཏེ་ཅང་ཆེ་བའི་དབང་གིས་ཞིབ་སྒྲུབ་བྱེད་སྐབས་མཆན་འདེབས་པ་ཙམ་ལས་མ་ཕྱི་དང་དཔེ་གཞི་གཞན་གྱི་ཤོག་གངས་དང་མདུན་རྒྱབ་ཡིག་སྐྱེང་སོགས་གསལ་ཁ་འདོན་མ་ཐུབ་པ་རེ་བྱང་བྱང་ཡོད་ནའང་ཕྱིས་སུ་དཔེ་བསྐྱར་ཁུས་པ་རྣམས་ལ་གསལ་ཁ་བཏོན་ཡོད།

ཙམ་སྒྲིག་ཁང་འདི་ནས་ཙམ་སྒྲིག་བྱས་པའི་དེབ་ཐོག་སྐབས་རེས་དགོས་པ་འགའ་ཞིག་ངོ་སྟོན་ཅུང་ཙམ་ཞུ་ན། གཞུང་གི་དཔྱད་སྲིད་སྐབས་[]འདིའི་ནང་དུ་བཅུག་པ་ནི་མ་ཕྱིའི་ནང་གི་འོག་མཆན་དང་དཔྱད་མཆན་ཡིན། ཡང་གཞུང་དཔྱད་སྲིད་སྐབས་ “ འདི་བཀོད་ཡོད་ན་དེ་ནི་དོ་སྣང་བྱ་དགོས་སའི་ཡི་གེ་འཕམ་ཆེན་ཅིག་གི་མདུན་དུ་བཀོད་ཡོད་ལ། དེའི་རྗེས་སུ་མཆན་གངས་ཀྱི་མང་ཡིག་བཀོད་ཡོད་པས་མཆན་གངས་དེ་དང་མཐུན་པའི་མཐའི་མཆན་ཡིག་ཏུ་གསལ་བཤད་ཅིག་བྱས་ཡོད་པ་ཡིན། ཡང་བརྗེས་སྟོན་གྱི་བཞེད་ལུགས་མི་འདྲ་བ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་ཐ་སྙད་དང་ཐད་སྟོར་སྙད་སོགས་མི་འདྲ་བ་ཡང་ཡང་བྱང་ན་མཆན་གྱིས་གསལ་བཤད་ཐེངས་གཅིག་བྱས་པས་ཆོག་པར་བྱས་ཏེ་རྗེས་མ་རྣམས་ལ་མདུན་དུ་རྟགས་ ” འདི་བཀོད་པ་ཙམ་ལས་རེ་རེ་བཞིན་མཆན་བྲིས་མེད།

མཐའ་མཆན་ཐོག་སྐབས་དེབ་དེ་དཔེ་བསྐྱར་བྱས་ཡོད་ཆེ་དེའི་མ་ཕྱིར་བཟུང་བའི་པར་གཞི་ལ་**མ་ཕྱི**ཞེས་དང་། པར་གཞི་གཞན་དག་ལ་སྟེ་དགེ་པར་མ་དང་། བཟ་ཤིས་སྒྱུར་པོ། ཞོལ། སྒྱུ་འབྲུམ། རྒྱ་བྲང་པར་མ་རྣམས། **སྟེ། བཟ། ཞོལ། སྒྱ། རྒྱ།** སོགས་ཀྱིས་མཆོན་པར་བྱས་ཡོད། མཐའ་མཆན་གྱི་ཁོད་དུ་རྟགས་ཅན་ ***བསྐྱབས** ལྟ་བུ་བྱང་ན་མ་ཕྱིའི་ཡིག་འོར་ཞིག་ཞུ་སྒྲིག་པས་བསྐྱབས་སུ་བསྐྱར་བའི་དོན་དུ་གོ་དགོས་ལ། ཡང་རྟགས་ ***** འདིས་ཞུ་སྒྲིག་པའི་གསལ་བཤད་ཀྱི་ཆོག་མཆོན་པའི་སྐབས་ཀྱང་ཡོད། ཡང་རྟགས་ཅན་ **-བསྐྱབས** ལྟ་བུ་བྱང་ཆེ་བསྐྱབས་ཆད་པ་

དང་། +བསྐྱབས་ལྟ་བུ་བྱུང་ན་བསྐྱབས་ལྟག་མ་བྱུང་བའི་དོན་དུ་གོ་དགོས།

དཔེར་ན། མཐའ་མཆན་དུ། མ་ཕྱི། ༤༥ན་ན། བསྐྱབ་ *བསྐྱབས་ སྤྱི་ ༡༠༣ན་ན།
ཆ། ༡༡༠བ་ན། བསྐྱབས་ ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་ཆེ་དག་གི་དོན་ནི། མ་ཕྱིའི་ཤོག་གངས་
༤༥མདུན་ངོས། ཡིག་ཐོང་༤བ་ན། བསྐྱབ་ཅེས་གིས་ཡོད་པ་མཆོན་ཞིང་། *བསྐྱབས་ བེ་མ་ཕྱིའི་
ཡིག་ཐོར་བསྐྱབ་དེ་ཉིད་ལྷ་སྤྲིག་པས་བསྐྱབས་སུ་བཅོས་ཡོད་པ་མཆོན་བྱེད་དུ་གོ་དགོས། ཡང་
གཞུང་དེའི་ཐད་ཀྱི་སྤྱི་འབྲུམ་པར་མའི་ཐྱེབ་གངས་ ༡༠༣མདུན་ངོས། ཡིག་ཐོང་༤བ་ན། ཆ་བྱང་
པར་མའི་ཐྱེབ་གངས་ ༡༡༠རྒྱ་བོ་ངོས། ཡིག་ཐོང་༣བ་ན། བསྐྱབས་ཞེས་བཀོད་འདུག་ཅེས་གོ་
དགོས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

ལྷ་སྤྲིག་པའི་ཤེས་ཆ་དང་དོ་སྣང་གིས་མ་འདང་བར་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་ཁོར་འཁྲུལ་ཤོར་བ་
སོགས་གཟིགས་ཆེ་ཀུན་པན་གྱི་ལས་གཞི་འདིར་རྒྱ་བོ་སྤོར་དང་ལམ་སྟོན་གྱི་ཆེད་དུ་མཐུན་ལྟ་
ནམས་ནས་འདི་གའི་ཚཱ་སྤྲིག་ཁང་དུ་ཁ་གསལ་གྱི་དོ་སྟོན་དང་ལམ་སྟོན་གནང་བའི་རེ་བསྐྱལ་ལྷ་
རྒྱ་དང་། འདི་ནས་ཀྱང་གང་མགྲོགས་ངང་པར་གཞིར་བསྐྱར་ཞིབ་དང་ལེགས་སྤྲིག་ལུས་ཏེ་སྤྲོས་
ཀ་ཇེ་ལེགས་སུ་གཏོང་ངེས་ཡིན།

མེར་གྲུས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚཱ་སྤྲིག་ཁང་ནས།

བྱི་ལོ་༢༠༢༠ལྷ་འོ་ཆེས་ ༡༥ལ།

༡༡། བྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་རིམ་བཞི་བྲིད་གསེར་གྱི་ཡང་འུན་ ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

༡༡། །རྗེ་བཙུན་སྒྲ་མ་སྐྱབས་གསུམ་ཀུན་འདུས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་གང་དེའི་
ཞབས་ལ་གྲུས་བ་ཆེན་པོས་ཕྱག་འཆལ་ཞིང་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །བྲིན་གྱིས་བརྒྱབ་
ཏུ་གསོལ། དེ་ལ་འདིར་དལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་ལ་སྙིང་པོ་ལེན་པར་འདོད་པའི་སྐྱེས་བུ་
རྣམས་ཀྱིས་ཉམས་སུ་སྒྲང་བར་བྱ་བ་ནི། རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྙིང་
པོ། དུས་གསུམ་འཕགས་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བཟོད་བ་གཅིག་པའི་ལམ། ཤིང་རྩ་ཆེན་
པོ་སྐྱ་སྐྱབ་དང་ཐོགས་མེད་གཉིས་ཀྱི་ལམ་སྟོལ། རྣམ་བ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་སར་
འགོ་བའི་སྐྱེ་བོ་མཆོག་གི་ཆོས་ལུགས། སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱིས་ཉམས་སུ་སྒྲང་བའི་
རིམ་བ་ཐམས་ཅད་མ་ཆང་བ་མེད་པར་བསྐྱས་པ། བྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་རིམ་བ་ཞེས་བྱ་
བ་འདི་ཉིད་ཡིན་ལ། འདི་ལ་ཐོག་མར་ཉམས་སུ་སྒྲང་བའི་ཆོས་ཁྲངས་བཙུན་བྲད་
པར་དུ་འཕགས་བ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཁྲངས་བཙུན་བ་ནས་བྱུང་བའི་ཆོས་དེ་ཡང་
ཐོགས་རེ་ཅིམ་མ་ཡིན་པའི་ལམ་གྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་ཤིང་ཆ་ཆང་ལ་མ་ཞོར་
བ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན་པ་ལ། ད་རེས་བདག་གིས་ཉམས་སུ་སྒྲང་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་
བ་འདི་ནི་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ནས་བཟུང་སྐྱ་སྐྱབ་ཐོགས་མེད་

གཉིས་ལས་རིམ་བ་བཞིན་བརྒྱད་པས་ཁྱད་པ་ཡིན་ཞིང་། ཁྱད་པ་བཙུན་དེ་
ནམས་ལས་བརྒྱད་པའི་ཆོས་ཀྱི་རིམ་བ་འདིས་སྐྱེ་བྱ་ནམས་ཀྱི་འདོད་དོན་མ་ལུས་
བ་བདེ་སྐྱབ་ཏུ་སྐྱོང་བས་ན་རིན་པོ་ཆེ་དབང་གི་ཀླུ་པོ་ལྟ་བུ་དང་། ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་
གི་གཞུང་ལུགས་བཟང་པོ་མ་ལུས་པའི་ལེགས་བཤད་ཀྱི་ཆུ་བོ་འདུ་བས་ན་ཀྱི་མཆོ་
ཆེན་པོ་ལྟ་བུ་དང་། མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་གཞན་བསྐྱུས་ནས་སྟོན་པས་བརྗོད་བྱ་ཡོངས་སུ་
རྫོགས་བ་དང་། སེམས་འདུལ་བའི་རིམ་བ་གཙོ་བོར་བྱས་པས་ཉམས་སུ་ལེན་བདེ་
བ་དང་། ལྷ་སྐྱབ་ཀྱི་ལུགས་ལ་མཁས་པའི་རིགས་པའི་ཁྱ་བྱུག་དང་། ཐོགས་མེད་ཀྱི་
ལུགས་ལ་མཁས་པའི་གསེར་སྤིང་པའི་གདམས་པས་བརྒྱན་པ་ཡིན་པས་འདི་ལྟ་བུ་
ལ་ཉན་བསམ་སྟོམ་གསུམ་བྱེད་ཏུ་ཡོད་པ་ནི་བདག་སྐུལ་བ་བཟང་ལ། རང་རེའི་སྒྲ་
མའི་གསུང་མགྱུར་ལས་ཀྱང་། འཛམ་གླིང་མཁས་པ་ཡོངས་ཀྱི་གཙུག་གི་
ཀྱན། །སྟན་པའི་བ་དན་འགོ་ན་ལྟར་རེ་བ། །ལྷ་སྐྱབ་ཐོགས་མེད་གཉིས་ལས་རིམ་
བཞིན་དུ། །ལེགས་བརྒྱད་བྱང་ཆུབ་ལམ་ཀྱི་རིམ་བ་ནི། །སྐྱེ་བྱའི་འདོད་དོན་མ་ལུས་
སྐྱོང་བས་ན། །གདམས་པ་རིན་ཆེན་དབང་གི་ཀླུ་པོ་སྟེ། །གཞུང་བཟང་སྟོང་གི་ཆུ་
བོ་འདུ་བའི་ཕྱིར། །དཔལ་ལྷན་ལེགས་པར་བཤད་པའི་ཀྱི་མཆོའང་ཡིན། །ཞེས་
གསུངས་སོ། །

དེས་ན་གདམས་པ་འདི་གཞན་ལས་ཁྱད་པར་འཕགས་པའི་ཆེ་བ་བཞི་དང་
ལྷན་པ་ཡིན་ཏེ། གདམས་པ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཀླུ་པའི་གསུང་རབ་རི་སྟེང་བ་
ཐམས་ཅད་ལས་ཁ་ཅིག་ལམ་ཀྱི་གཙོ་བོ། ཁ་ཅིག་ལམ་ཀྱི་ཡན་ལག་སྟོན་བྱེད་ཏུ་
ཤེས་ནས་དངོས་དང་བརྒྱད་པ་ཅི་རིགས་པའི་སྟོན་པ་གང་ཟག་རང་ཉིད་ལྟ་བུ་

གཅིག་འཁོར་རྒྱ་བའི་ཆ་རྒྱུན་དུ་གོ་བའི་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་དུ་རྟོགས་
པའི་ཆེ་བ། མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་གསུང་རབ་དང་དེའི་དགོངས་འབྲེལ་གྱི་བསྟན་བཅས་
ཆད་ལྟན་རྣམས་ཕྱིའི་གོ་རྒྱ་གཅོད་པའི་བཤད་ཆོས་ཅམ་དང་། ཉམས་སྲུ་ལེན་རྒྱུའི་
སྤྱང་པོའི་ཡན་ལག་དེ་རྣམས་ལས་གཞན་ན་ཡོད་པར་འཛིན་པའི་ལོག་རྟོག་རྣམས་
ལྷག་མ་མེད་པར་ལོག་ནས་གསུང་རབ་དགོངས་འབྲེལ་དང་བཅས་པའི་བརྗོད་བྲ་
མཐའ་དག་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་རྩེ་ལ་ནས་ཞི་ལྷག་གི་བར་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པར་
བསྐྱས་ནས་དེ་དག་གདམས་པའི་མཐིལ་དུ་བཟུང་སྟེ་བརྗོད་བྲའི་དོན་གྱི་དབྱེད་
སྒྲོམ་དགོས་པ་ལ་དབྱེད་སྒྲོམ། འཛིག་སྒྲོམ་དགོས་པ་ལ་འཛིག་སྒྲོམ་བྱེད་པའི་
ཉམས་ལེན་སྟོན་པའི་གདམས་ངག་ཏུ་གོ་བར་འགྱུར་བས་ན། གསུང་རབ་ཐམས་
ཅད་གདམས་ངག་ཏུ་འཁོར་བའི་ཆེ་བ། དེ་ལྟར་གསུང་རབ་དགོངས་འབྲེལ་དང་
བཅས་པའི་གཞུང་ཆེ་བ་རྣམས་གདམས་པའི་མཆོག་ཡིན་ཡང་བདག་ལྟ་བུའི་རྒྱ་
ཆེན་པོའི་གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་ལ་མ་སྦྱངས་པའི་གང་ཟག་ལས་དང་པོ་བ་རྣམས་
ཀྱིས་དམ་པའི་མན་ངག་ལ་མ་བརྟེན་པར་གཞུང་ཆེན་མོ་དེ་དག་གི་དོན་ལ་སོས་
བསམ་གྱིས་ཞུགས་ཀྱང་དགོངས་དོན་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་མི་རྟོག་པའམ། རྟོག་ཀྱང་དུས་
རྒྱུན་རིང་ཞིང་ཆོགས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ལ་སྟོས་དགོས། ལྷ་མ་དམ་པའི་མན་ངག་ལམ་
སྟོན་ནི། བྱང་རྩལ་ལམ་རིམ་ཉིད་ལྟ་བུ་ལ་བརྟེན་ནས་གཞུང་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་དོན་
ཆོགས་མེད་པར་རྟོག་པས་ན། རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་བདེ་ལྷག་ཏུ་རྟོག་པའི་ཆེ་བ།
དེ་ལྟར་རྟོག་པའི་ཆེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཐམས་ཅད་དངོས་དང་བརྒྱུད་པའི་སྟོ་
ནས་འཁོར་རྒྱ་བའི་ཐབས་སྟོན་པར་གོ་བས། འགའ་ཞིག་འཁོར་རྒྱ་བའི་ཐབས་སྟོན་

པར་བཟུང་ནས་སྒོ་བ་དགོས་པ་དང་། འགའ་ཞིག་འཆང་ཀྱི་བའི་གེགས་སུ་བཟུང་
ནས་དོར་བྱར་བྱེད་པ་ཆོས་སྒོར་གི་ལས་ཡིན་པས། གདམས་པ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་
སྤར་བཤད་པ་ལྟར་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་ངེས་པ་རྟེན་པ་
ཅམ་གྱིས་དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་སྒོར་གི་ཉེས་སྒྱུད་ཆེན་པོ་རང་འགགས་སུ་འགྱུར་བའི་ཆེ་
བ་རྣམས་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ན་གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་ལ་དཔྱོད་པའི་རྣམ་
དཔྱོད་དང་ལྡན་པའམ། ལྡན་པར་འདོད་ན་ནི་ཀྱི་པོད་ཀྱི་མཁས་པའི་སྐྱེ་བོ་སྐལ་
ལྡན་དུ་མས་བསྟེན་ཅིང་སྤྲུགས་ཉམས་སུ་བཞེས་པའི་གདམས་པ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་
བ་སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་འདིས་ཡིད་རང་དབང་མེད་པར་སྟོགས་ཏེ་
ཉན་བསམ་སྒོམ་པ་ལ་འཇུག་རིགས་ཏེ། གདམས་པ་དེ་ཉིད་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་
གྱི་ཆེ་བ་བཞི་དང་ལྡན་པས་སོ། །རྗེ་སྤྲུལ་སྤྱུང་། བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་
མེད་རྟོགས་པ་དང་། །གསུང་རབ་མ་ལུས་གདམས་པར་འཆར་བ་དང་། །ཀྱལ་
བའི་དགོངས་པ་བདེ་སྒྲག་རྟེན་པ་དང་། །ཉེས་སྒྱུད་ཆེན་པོའི་གཡང་ས་ལས་ཀྱང་
སྤང་། །དེ་ཕྱིར་ཀྱི་པོད་མཁས་པའི་སྐྱེ་བོ་ནི། །སྐལ་ལྡན་དུ་མས་བསྟེན་པའི་
གདམས་པ་མཆོག་ །སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཡིས། །ཡིད་རབ་མི་འཕྲོག་
དཔྱོད་ལྡན་སུ་ཞིག་ཡོད། །ཅེས་གསུངས་པས་སོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་ཆེ་བ་དང་ལྡན་པའི་གདམས་པ་ཀྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཀྱན་གྱི་
སྟོང་པོ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་པ་སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་ཚུལ་འདི་
ཡོངས་སུ་རྟོགས་པ་ལྟ་ཅི་སྟོས། ལུན་རེ་ཅམ་སྟོན་ཚུལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་སྟོན་
ཅིང་བཤད་པའི་པན་ཡོན་བསམས་ཏེ། སྟོན་པ་དང་ཆོས་ལ་རིམ་གྲོ་བསྐྱེད། བསམ་

སྒྲིང་རྣམ་དག་གི་སྒྲོན་ས་སྒྲོད་ལྡན་གྱི་གང་ཟག་ལ་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་སྒྲོན་པ་
ལས་དམ་ཆོས་ཚུལ་བཞིན་བཤད་པའི་པན་ཡོན་རྒྱལ་ཆེན་པོ་སྤྱད་པ་དང་། ཉན་
ཚུལ་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་སྒྲོད་གྱི་སྒྲོན་གསུམ་སྤང་བ་དང་འདྲ་ཤེས་བྱུག་བཞེན་པ་
སོགས་གྱི་སྒྲོན་ས་ཉན་པ་ལ་དམ་ཆོས་ཐོས་པའི་པན་ཡོན་རྒྱལ་ཆེན་སྤྱད་པ་དེ་
འབྱུང་བར་ངེས་པས། ཉན་བཤད་ཚུལ་བཞིན་དུ་བྱེད་པ་ལ་འབད་པར་བྱ་རིགས་
ཤིང་བྱེད་དགོས་ཏེ། རྩི་མུ་མས། གསུང་རབ་ཀྱང་གྱི་སྒྲིང་པོ་བསྐྱ་བསྐྱ་བ། ཚུལ་
འདི་ཐུན་རེ་སྒྲོན་དང་ཉན་པས་ཀྱང་། །དམ་ཆོས་འཆད་དང་ཐོས་པའི་པན་ཡོན་
ཆོགས། །རྒྱལ་ཆེན་སྤྱད་པར་ངེས་པས་དེ་དོན་བསམ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །

འོན་དེ་ལྟ་བུའི་གདམས་པ་ཚུལ་བཞིན་དུ་ཉན་པ་ལ་པན་ཡོན་རྒྱལ་ཆེན་
འབྱུང་བ་དེ་ལྟ་ན། གདམས་པ་བྱེད་པར་ཅན་དེ་གང་ཟག་རྩི་ལྟ་བུ་ཞིག་ལས་ཉན་
དགོས་སྟམ་ན། སྒྲིང་དམ་པའི་ཆོས་ཉན་པར་འོས་པའི་བཤེས་གཉེན་ལ་ཐེག་པ་ཆེ་
ཚུང་དང་མདོ་སྒྲགས་གྱི་སྐབས་ལས་བཤེས་གཉེན་གྱི་མཆན་ཉིད་མི་འདྲ་བ་མང་
དུ་གསུངས་ཀྱང་། གདམས་པ་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ལྟ་བུའི་བཀའ་ཁྲིན་ནོད་པའི་དགེ་
བའི་བཤེས་གཉེན་ནི་མདོ་སྒྲིབ་ཀྱི་རྒྱུ་ལས་བཤད་པ་ལྟར་ལ། དུལ་བ་ཚུལ་ཁྲིམས་གྱི་
བསྐྱབ་པ། ཞི་བ་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པ། ཉེ་བར་ཞི་བ་ཤེས་རབ་གྱི་བསྐྱབ་པ་སྟེ་
བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་སྒྲོན་ས་རྒྱུད་དུལ་བར་བྱས་པའི་རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། སྒྲོ་
སྒྲོད་གསུམ་ལ་སོགས་པ་མང་དུ་ཐོས་པ་ལུང་གི་ཡོན་ཏན་དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རབ་
ཏུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་ལྡན་པ། སྒྲོབ་མ་ལས་ཡོན་ཏན་ལྟག་པ་སྟེ་ཆོས་སྒྲིབ་
པོ་རང་གིས་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་བྱུག་དང་། ལམ་ལ་རྩི་ལྟར་བཞི་བའི་རིམ་བཤམ་

མཁས་ཤིང་དོན་གཤུལ་བྱའི་ན་བར་སྐྱེལ་བའི་སྤྲུལ་མཁས་པ། རྟེན་བཀྲར་སོགས་ལ་
མི་ལྟ་བར་སྟོང་རྗེས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་ཆོས་སྟོན་པས་ཀྱན་སྟོང་དག་པ་བཅེ་བ་
དང་། ཆོས་བཤད་པ་སོགས་ཀྱི་གཞན་དོན་ལ་སྟོ་བའི་བཙོན་པ་དང་བཅས་པ་
དང་། འཆད་པའི་དཀའ་སྤྱད་དང་། འཁོར་གྱིས་ལོག་སྐྱབ་མི་བཟོད་པའི་རྟོག་པ་
སྤངས་པ་སྟེ་གཞན་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་ཡོན་ཏན་བཞི་དང་ལྡན་པ་སྟེ། ཆོས་བཅུ་
ལྡན་ཞིག་བསྟོན་ནས་ཐེག་ཆེན་གྱི་གདམས་པ་དང་རྗེས་སུ་བསྟན་པ་འོད་པར་བྱ་
ཞིང་། ཉན་པ་པོའི་གང་ཟག་ཀྱང་སྦྱིར་གཟུ་པོར་གནས་པ། ལམ་ཡང་དག་པ་དང་
ལྟར་སྤང་གི་ནམ་དུ་འབྱེད་པའི་སྟོ་དང་ལྡན་པ། ལམ་ཡང་དག་དོན་དུ་གཉེར་བ་
གསུམ། དེའི་སྟེང་དུ་ཆོས་དང་ཆོས་སྤྲུལ་པ་ལ་གྲུས་པ་སྟེ་བཞི་ལྡན་དགོས་ལ། བྱད་
པར་ལམ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་བགྱིར་རུང་བའི་སྟོ་པ་མ་མཆན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ལ་ཆོས་ལ་
དོན་གཉེར་ཆེ་བ། ཉན་པའི་ཆེ་ཡིད་ལེགས་པར་གཏོད་པ། ཆོས་དང་ཆོས་སྤྲུལ་པ་ལ་
དད་གྲུས་ཆེ་བ། ཉེས་བཤད་དོར་ནས་ལེགས་བཤད་འཛིན་པའི་ཆོས་བཞི་ལྡན་
དང་། དེའི་མཐུན་སྟེན་སྟོ་དང་ལྡན་པ། འགལ་སྟེན་འདོར་བ་གཟུར་གནས་ཏེ་བྱག་
ལྡན་དུ་བྱ་དགོས་པས་རང་ཡང་ལམ་འདི་སྟོན་པ་པོ་བྱེད་འདོད་ན་བཤེས་གཉེན་གྱི་
མཆན་ཉིད་དེ་དག་ལྡན་པ་ལ་འབད། ཉན་པའི་ཆེ་ཉན་པ་པོའི་མཆན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་
ལ་བསྐྱབ་པོ། །

དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་མཆན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ལས་གདམས་ངག་
སྟེས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཚུལ་བཞིན་ཉན་ནས་ཉམས་སུ་རི་ལྟར་ལེན་
པའི་ཚུལ་ནི། དང་པོར་གནས་ཡིད་དང་མཐུན་པར་དགོན་མཆོག་གི་རྟོན་བཀྲམ།

མཆོད་པ་གཡོ་མེད་པར་ལེགས་པར་བཤམས། སྟན་བདེ་བ་ལ་སྦྱིལ་གྱང་བཅས།
བསམ་པ་ཐག་པ་ནས་སྒོ་ལྟོས་བཀལ་བའི་སྦྱབས་འགྲོ་རྒྱུད་དང་འབྲེས་པ་མང་དུ་
བྱས། ཆོད་མེད་པ་བཞི་བསྐོམས། སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་ཆོགས་ཀྱི་མཆོག་རྣམས་
ལ། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་སེམས་བསྐྱེད། ཨོ་སྤྱ་བླ་མས་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་
ཀྱིས་གྲུབ་པས་སྟོང་པའི་སྟོང་བ་ཉིད་དུ་གྱུར། སྟོང་པའི་རང་ལས་མདུན་གྱི་ནམ་
མཁའ་སང་གེ་ཆེན་པོ་བརྒྱུད་ཀྱིས་བཏེག་པའི་རིན་པོ་ཆེའི་ཁྲི་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་
བའི་སྟེང་དུ་སྤྱ་ཆོགས་བསྐྱེད་དང་སྒྲ་བའི་གདན་གྱི་སྟེང་དུ་རང་ལ་ལམ་འདི་སྟོན་པའི་
སྒྲ་མ་དང་དབྱེར་མེད་པའི་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ལ་རྒྱ་ཆེན་སྟོད་བརྒྱུད་དང་ཟབ་མོ་
ལྟ་བརྒྱུད་ཀྱི་སྒྲ་མས་བསྐྱོར་བ་དང་། དེའི་མཐར་ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་བྱང་
སེམས་ཉན་ཐོས་རང་རྒྱལ། དཔལ་བོ་མཁའ་འགྲོ་བཀའ་སྲུང་རྒྱ་མཆོའི་ཆོགས་
ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་སྦྱུན་བྲངས་ནས་བཞུགས་པར་གྱུར། རྣམ་དག་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་
ལས་མ་གཡོས་གྱང་། །སྤྱགས་རྗེས་ཆོད་མེད་འགྲོ་ལ་ཕྱོགས་བཅུར་
གཟིགས། །རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་འཕྲིན་ལས་རྒྱས་མཛད་པའི། །དུས་གསུམ་སྒྲ་མ་
འཁོར་བཅས་གཤེགས་སུ་གསོལ། །མ་ལུས་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་མགོན་གྱུར་
ཅིང་། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་སྦྱུན་བྲངས། ལྷས་ཀྱི་ཁང་པ་ཤིན་ཏུ་བྲི་ཞིམ་པ། །ཞེས་
སོགས་ཀྱིས་ལྷས་ཁང་བསྐྱེད་པ། ལྷས་གསོལ་པ། སྦྱ་དབྱི་པ། ན་བཟའ་དང་རྒྱན་
འབྲུལ་པ། བདག་དང་འགྲོ་ལ། སོགས་ཀྱིས་མཆོད་པ། ཆོགས་ཀྱི་ཞིང་དུ་བཞུགས་
སུ་གསོལ་བ་རྣམས་སྟོད་འདུག་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་བྱ།

དེ་ནས་བསག་སྦྱང་གི་གནད་བསྐྱས་པ་ཡན་ལག་བདུན་བྱ་བ་ནི། ཐོག་

མཐུ། སངས་ཀྱིས་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་སྤྱ། །ཞེས་སོགས་དང་། ཟུགས་རྗེ་ཆེན་
སོ་བདེ་གཤེགས་དོ་རྗེ་འཆང་། །མཆོག་གཟིགས་ཏི་མོ་བ་དང་། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་
ཉམས་ལེན་གྱིན་རྒྱལ་བ་བརྒྱད་དང་། །བྱམས་པ་སོགས་མེད་དཀྱིག་གཉེན་རྣམས་ལོ་
སྟེ། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་ཀྱི་ཆེན་སྦྱོར་བརྒྱད་དང་། །ཡོད་མེད་ཕྱོགས་འཇིག་ཀྱལ་
སྤྱ་སྤྱུ་སྤྱུ་བ་དང་། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་ཟབ་མོ་ལྟ་བརྒྱད། ཀྱལ་བའི་མདུན་ན། །ཞེས་
སོགས་ཀྱིས་རྫོ་བོ། །ཡོངས་ཀྱི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་འབྲོམ།
དམིགས་མེད་བཅེ་བའི་གཏེར་ཆེན་སྦྱན་རས་གཟིགས། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་རྗེ་
དང་། །ལུང་རིགས་སོགས་འབྲ། །རྒྱལ་བའི་ཞེས་རབ་ཟབ་མོའི་ལུས་སྟོབས་
ཀྱས། །ཞེས་སོགས་དང་། །རིག་གྲོལ་ཕྱན་ཆོགས། །ཞེས་སོགས་དང་། །དགོས་
འདོད་ཀྱན་འབྱུང་། །ཞེས་སོགས་དང་། །གང་ལ་བདག་ཅག་རིག་པ་བསྐྱབས་པ་
དང་། །ཞེས་སོགས་དང་། །སྟོན་པ་ལྷ་མེད་སངས་ཀྱས་རིན་པོ་ཆེ། །ཞེས་སོགས་
དང་། །ཐབས་མཁས་ཟུགས་རྗེས་ཤུག་འཇིགས་སུ་འཁྱུངས། །ཞེས་སོགས་དང་།
རི་སྟེང་སུ་དག །ཅེས་པ་ནས། །ཟུག་འཆོལ་མཆོད་པར་བསྒྱ། །ཞེས་པའི་བར་བྱས།
དེ་ནས་མཐུལ་ཀྱས་བསྐྱུས་གང་ཡང་རུང་བ་དང་། །དེ་ལས་གཞན་ཡང་མཆོད་པའི་
ཆོགས། །ཞེས་པ་ནས། །སྤྱིན་རྣམས་སོ་སོར་གནས་སྒྱུར་ཅིག །ཅེས་པའི་བར་དང་།
སྤྱི་བཤགས་ཆར་གསུམ་བྱས། །འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་ཟུག་དབང་གིས་
ནི། །ཞེས་པ་ནས། །བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྟོ་ལོ། །ཞེས་པའི་བར་བྱ། །དེ་ནས་ལམ་རིམ་
གསོལ་འདེབས་ལམ་མཆོག་སྟོ་འབྱེད་གདངས་ཡིད་འཁྱུལ་བ་དང་བཅས་ཏི་
གདོན། །དེ་ནས་མཆོད་ཡུལ་རྣམས་རང་བཞིན་གྱི་གནས་སུ་གཤེགས་ཞེས་

གཤེགས་གསོལ་བྱ། ལྷན་བཞིའམ་ལྷན་དྲུག་ཏུ་ཉམས་སུ་ལེན་ན་ལྷན་ཐ་མ་ལ་
གཤེགས་གསོལ་བྱ། དེ་ནི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་གྱི་སྡོན་འགྲོལ། །

བསྟེན་ཚུལ་དངོས་ནི་དབྱེད་སྒྲིམ་གྱི་སྒྲིམ་ས་བསྒྲིམ་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་
བདག་གི་དཔལ་ལྷན་སྒྲིམ་དམ་པ་འདི་རྣམས་དངོས་བྱུང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ།
འདི་ཕྱི་འཇུག་ཆོག་མཐའ་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཡིན། ལྷན་པ་དང་ནད་པ་
བཞིན་དུ་སྒྲིམས་སྟབས་བསྟུན་ཀྱི་ནད་སེལ་བས་སྦྱོང་བ་ཆེ། འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་
པ་ནས་ད་བར་འཁོར་བར་གཏོན་འབྱུངས་བྱས་པ་འདི་བཤེས་གཉེན་དམ་པ་དེ་
དང་མ་མཇུག་བཅས། མཇུག་ཀྱང་དེའི་བཀའ་བཞིན་མ་བསྟུན་པས་ལན། ད་ནི་
ངས་སྒྲིམ་ཅི་མཉེས་བྱེད་དགོས། ཟས་ཞོར་འགྲངས་ནས་སྦྱིད་རྒྱགས་པའི་སྐབས་
སུ་གསེར་སྒྲིམ་ལག་པས་ཐེག་ཆད་བྱིན་པ་ལས་ལྟོགས་དེའི་འཆི་ལ་ཁད་ལ་ཟས་
པོར་གང་སྟེར་བ་དེ་ཆེ་བ་བཞིན། ང་ལ་ནི། རིམ་ལྡོམ་ལས། འདི་ནི་རང་བྱུང་བཅོམ་
ལྷན་འདས། །ལྷག་པའི་ལྷ་ནི་གཅིག་ཕུ་ཉིད། །མན་ངག་རབ་ཏུ་སྟེར་བའི་ཕྱིར། །རྩོ་
རྩོ་སྒྲིབ་དཔོན་དེ་བས་ལྷག་ །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། སངས་རྒྱུ་རྣམས་ལས་ཀྱང་
སྒྲིམ་འདི་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ངེས་བསམ། སྡོན་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པས། སྦྱོར་བ་ཡོད་ན་
འཆི་བ་ཡོད། །འགོག་པ་འདི་ནི་བདེ་བ་ཡིན། །ཞེས་པའི་ཆོག་མཐའ་ཅད་བྱེད་ཅུ་
དང་། ཆོག་མཐའ་ཅད་རེ་ཅུ་གསན་པའི་སྒྲིམ་ལ་བཀའ་དྲིན་བསམས་པའམ་སྒྲིམ་
དེ་མཉེས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་གསེར་སྒྲིབ་འབྱུང་སྟབས་བ་དང་། རྒྱལ་པོའི་སྐས་
དང་བཙུན་མོ་ལ་སོགས་པ་ཆེས་པངས་པ་ལྟུང་བ། རྒྱུ་ལུས་ལ་མར་མེ་སྟོར་
བཙུགས་པ་སོགས་ལུས་ལོངས་སྟོར་ཐམས་ཅད་གཏོང་བར་མཛད་འདུག །བདག་

ཀྲང་སྟོན་པ་དེའི་རྗེས་འབྲུག་ཡིན་ཞིང་། ད་ལྟའི་སྐྱེས་ཆུང་མ་ཆོས་ཚད་མེད་པ་
ཉན་ཡོད་པས་བཀའ་ངེན་ཚད་མེད་ཨང་། གཤམ་ཏེ་ད་ལྟའི་སྐྱེས་སྐྱེ་ཡོན་ཆེ་བ་ཡིན་
ན་བཀའ་ངེན་རེ་ཅམ་འཁུར། དེ་མིན་ཅིར་ཡང་མི་རྩི་བའི་ཁར། ངས་ཆོས་ཉན་ཡོད་
ཟེར་པར་དགུང་བ་བྱེད་པར་འདུག་སྟེ། དེ་ནི་མ་གོ་བ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་
པ་མ་ལ་ཡོན་ཏན་མེད་ཀྲང་ངེན་ལེགས་པར་འཁུར་དགོས་ཤིང་། ཁུར་ན་པན་ཡོན་
དང་། མ་ཁུར་ན་ཉེས་དམིགས་ཆེ་བ་བཞིན་དུ་སྐྱེས་ལའང་མཚུངས་པ་ཡིན་ནོ། །ད་
ལྟོ་ནོར་ཅུང་ཟད་རེ་བྱིན་པ་ལ་ཡང་ངེན་ཆེ་ཟེར་ན། སྐྱེས་མས་ཆེ་འདི་བྱི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་
བདེ་བ་ལ་སྦྱར་བ་ཡིན། ལེགས་པར་བརྟགས་ན་ཡ་གི་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ནས་
ཁྱིམ་པ་རྣམས་ཀྱི་བར་ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱེས་མ་མཉེས་པར་བྱས་མ་བྱས་ཀྱིས་སྦྱིད་སྦྱག་
གི་བྱུང་པར་མཛོན་དུ་མཐོང་བ་དང་། དེར་མ་ཟད་སྐྱེས་མས་ཆེ་གཅིག་ལ་སངས་རྒྱས་
ལ་བཀོད་པ་ཡང་མང་དུ་བྱུང་། ངས་ཀྲང་སྐྱེས་མ་ཆོད་པ་གསུམ་གྱིས་མཉེས་
པར་བྱས་ན་སངས་རྒྱས་སྦྱར་དུ་འཕྲོལ་ངེས། དེས་ན་སྐྱེས་མའི་བཀའ་ངེན་ནི་བསམ་
གྱིས་མི་ཁྲབ་པས་བཀའ་ངེན་ཅན་གྱི་སྐྱེས་མ་མཉེས་པ་གཤམ་ཆེ་སྟེ། ཆེ་བྱི་མ་རྣམས་སུ་
བཤེས་གཉན་དམ་པ་དང་མཇུག་ཞིང་རྗེས་སུ་འཛིན་པ་ཡང་ད་ལྟོ་ཆོས་འབྲེལ་ཡོད་
པའི་སྐྱེས་མ་རྣམས་མཉེས་པར་བྱེད་པ་ཁོ་ན་ལ་རག་ལས་པས། བཤེས་གཉན་བསྟེན་
ཚུལ་མ་འཆུགས་པ་ཞིག་མི་བྱེད་པའི་ཐབས་རང་མི་འདུག་ཨང་། མདོ་བསྟན་བཅོས་
ཐམས་ཅད་ལས་ཀྲང་། སྐྱེས་མ་རྣམས་མཉེས་པ་སྦྱབས་ཤིག་ཅེས་ཡང་ཡང་གསུངས་
ཤིང་། དེ་ངེད་རང་ལ་མི་འདོད་གདམ་ཁའམ་གྱོད་བཀའ་བ་ནི་མིན། བསྟན་ནམས་
མི་འདོད་པ་ནི་སྦྱ་ཡང་མེད། བསྟན་ནམས་གསོག་པའི་ཞིང་ནི་སྐྱེས་མ་ལས་ལྟག་པ་

མེད་པར་མདོ་རྒྱད་བསྟན་བཅོས་ཀྱན་ནས་གསུངས། མཉེས་པ་སྦྱབ་པའང་ཁྲ་མ་ལ་
སྟོན་རྟོག་གི་སྒོ་ཡེ་མ་ཤོར་བའི་ཅི་མཛད་ལེགས་པར་ལྟ་བུའི་སྟོན་པ་དང་པ་ཁ་ཅམ་
མིན་པར་སྟོང་ཁོང་རྩས་པའི་དཀྱིལ་ནས་བསྟོམ་སྟེ། མཆན་ཐོས་པའམ་ཁྲ་མ་དེ་བྲན་
པ་ཅམ་གྱིས་ལུས་ཀྱི་བ་སྦྱ་གཡོ། མིག་ནས་མཆི་མ་འཛག་པ་སོགས་མ་བྱུང་གི་བར་
དུ་བསྟོམ།

དེ་ཡང་སྦྱིར་སེམས་ཅན་གང་གི་སྟོན་ལ་ཡང་རྟོག་ཏུ་མི་རུང་བར་རྒྱལ་བ་
སྤྲས་བཅས་ཀྱིས་གསུངས་ན་ཁྲ་མ་ལ་ལྟ་ཅི་སྟོས། སྟོན་ཡོད་པ་ལྟར་སྤང་ཡང་ང་
རང་སྤང་བ་མ་དག་པ་ཡིན། ཁྲ་མ་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་སྟོན་ག་ལ་མངལ། སྟོན་འཕགས་པ་
ཐོགས་མེད་ཀྱིས་བྱམས་པ་བསྦྱབས་པས་ཁྱི་མོ་སྦྱད་ཁོག་འབྲས་གང་བར་
གཟིགས་པ་དང་། ལྷ་རོ་པས་ཉི་ལོ་བ་ཉ་གསོན་སྟེག་བྱེད་པར་གཟིགས་པ་སོགས་
དང་། ཡབ་སྤྲས་མཛལ་བའི་མདོ་སོགས་ལས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བདུད་སྦྱལ་ནས་
སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པར་ཡང་བཤད། དེས་ན་ཁྲ་མ་ལ་སྟོན་ག་ལ་ཡོད།
སངས་རྒྱས་དངོས་ཡིན་ངེས་སྟམ་དུ་བསམ། དེ་ལྟ་མིན་པར་ཁྲ་མ་ལ་སྟོན་རྟོག་གི་
སྟོན་པ་བརྟན་སྟོད་སོགས་བྱས་ན་ནི་གསང་འདུས་ཙུ་རྒྱད་དང་ཁྲ་མ་ལྔ་བཅུ་པ་
སོགས་ལས་སྤྲིག་པ་གང་ལས་ཆེས་ཆེ་བའི་སྤྲིག་པར་བཤད་ཡོད། དེས་ན་བདག་
གིས་འབྲོམ་སྟོན་པའི་ནམ་ཐར་ལྟར་ཁྲ་མ་མང་པོ་ཆོམ་ཆོམ་དུ་མི་འཆོལ། གང་ལ་
ཁྲ་མ་བཅོལ་བ་དེ་སྟོག་དང་བསྟོས་ནས་མ་གུས་པའི་བསམ་པ་གཏན་མ་སྦྱིས་པར་
བྱེད་དགོས་ཨང་སྟམ་དུ་བསྟོམ་མོ། །རྗེ་ཁྲ་མས་ཀྱང་། དེ་ནས་འདི་ཕྱིའི་ལེགས་
ཆོགས་ཇི་སྟེད་པའི། །རྟོན་འབྲེལ་ལེགས་པར་འབྲིག་པའི་ཙུ་བ་ནི། །ལམ་སྟོན་

བཤེས་གཉེན་དམ་པ་འབད་པ་ཡིས། །བསམ་དང་སྒྲོར་བས་ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་པ་
བྱ། །མཛོད་ནས་སྒོག་གི་ཕྱིར་ཡང་མི་གཏོང་བར། །བཀའ་བཞིན་སྒྲུབ་པའི་མཆོད་
པས་མཉེས་པར་བྱ། །རྒྱལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བྱས། །ཐར་འདོད་
ཁྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱུང་འཆལ་ལོ། །ཞེས་བཅེ་བ་ཆེན་པོས་གདམས་པ་མཛད་དོ།

འོ་ན་ལམ་སྟོན་པའི་བཤེས་གཉེན་དེ་ལྟར་འབད་པས་བསྟེན་ཅིང་བཀའ་
བཞིན་སྒྲུབ་པའི་མཆོད་པས་མཉེས་པར་བྱ་དགོས་ན་བཀའ་འདི་ལྟ་བུ་བསྒྲུབ་སྟམ་ན།
བཤེས་གཉེན་དེས་འདི་ལྟར་གདམས་པའི་དམ་པའི་ཆོས་ཚུལ་བཞིན་དུ་ཉམས་སུ་
སྦངས་ཏེ། ཀྱུ་དང་འབྲས་བུའི་སྒྲོ་ནས་ཤིན་ཏུ་རྩེད་དཀའ་ཞིང་རྩེད་ན་དོན་ཆེ་བའི་
དལ་འབྱོར་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་ལས་ལྷག་པ་འདི་དོན་ལྡན་དུ་བྱེད་པ་ལས་ལྷག་
པའི་བཀའ་བཞིན་སྒྲུབ་པའི་མཆོད་པ་གཞན་མི་འདུག་པས། དེས་ན་ངས་མ་ལེ་སོར་
གསུམ་ཁར་བཅུག་ནས་མི་ལུས་ལན་གཅིག་ཐོབ་པ་འདི་སྟོང་ལོག་ཏུ་མ་སོང་བ་
ཞིག་མ་བྱས་ན་ངའི་སྟིང་རུལ་བ་དང་འདྲ། ཆེ་འདིའི་དབྱེ་འདུལ་གཉེན་སྦྱོང་གཞན་
འོར་བྱུང་པ་ཞིག་དང་། རྩེད་བཀྱར་སོགས་དོན་གཉེར་གྱི་བསམ་པས་ཀྱུན་ནས་
བསྐྱང་བའི་ཆོས་འཆད་ཉན། བསྒྲུབ་པའི་སྒྲུང་སྟོམ་སོགས་ཆོས་བརྒྱད་དཀར་ནག་
ཁ་གསུམ་པོ་འདི་བཙན་ཆོད་དུ་བཞག་ནས་མི་རྟག་པ་སྟོམ་པ་སོགས་ཀྱི་ཁ་ཞེ་
མ་ཐུན་ངེས་ཀྱི་ཆོས་ཤིག་ཉམས་སུ་མ་སྦངས་ན་མཐུན་མ་ཉེས་ཆབས་གཞན་ལས་
ཆེ། རྩེན་འདི་ལ་རང་གིས་རང་ལ་མི་ཁྲིལ་བའི་ཆོས་རྣམ་དག་ཅིག་ཉམས་སུ་སྦངས་
ན་ནི་ནམ་གཞག་གཏན་གྱི་མཐུན་མའི་རྟེན་ཆུགས་ཏེ་ལེགས་ཆབས་གཞན་ལས་ཆེ་
བ་འདུག །དེས་ན་ངས་ཁེ་རྒྱུད་ལ་ཉེན་ཆེ་བའི་འདིག་རྩེན་གྱི་བྱ་བ་སྟིང་པོ་མེད་པའི་

སྤྱན་པ་འཕྱར་བ་འདི་ལས་ལོག། མི་ལུས་འདི་དོན་ལྡན་འཆི་ཁར་འགྱུར་མི་དགོས་
བ་སྟིང་པོ་ལོན་བ་ཞིག་གེད། དེ་ཡང་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་གྲེད་སྟུང་པའི་སྟོན་ས་དལ་འབྱོར་
ལ་སྟིང་པོ་ལེན་འདོད་སྟོམ་པས་གཏུངས་པ་ཚུ་དོན་དུ་གཉེར་བ་ལྟར་བསྟོམ་པར་བྱ་
ཞིང་། རྗེ་སྒྲ་མས་ཀྱང་། དལ་བའི་རྟེན་འདི་ཡིད་བཞིན་ལོར་ལས་སྟུག། འདི་འབྲུ་རྟེན་
བ་ད་རེས་ཙམ་ཞིག་ཡིན། རྟེན་དཀའ་འཛིག་སྒྲ་ནམ་མཁའི་སྟོག་དང་འབྲ། ཚུ་ལ་
འདི་བསམས་ནས་འཛིག་རྟེན་བྱ་བ་ཀྱང་། སྤྱན་པ་འཕྱར་བ་བཞིན་དུ་རྟོགས་གྱུར་
ནས། ཉིན་མཆན་ཀྱང་དུ་སྟིང་པོ་ལེན་བ་དགོས། ཞེས་ཀྱང་གསུངས་ཡོད་ཨང་
སྟུང་དུ་བསམ།

ལོན་དལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་ལ་སྟིང་པོ་ལེན་དགོས་ན། སྟིང་པོ་རི་ལྟར་ལེན་
དགོས་སྟུང་ན། འདི་ལ་གཉིས་གསུངས་པའི་དང་པོ་ལམ་སྤྱི་ལྷན་བཞག་ལ་རེས་བ་
སྟེད་ཚུ་ལ་འདི་ལ་གོ་བ་ཆགས་པ་ཤིན་དུ་གལ་ཆེ་བས་ཅུང་ཟད་བཤད་ན། འདི་ལ་
གཉིས།

སྤྱིས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་དུ་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་ཚུ་ལ།

སྤྱིས་བྱ་གསུམ་གྱི་སྟོན་ས་འཁྲིད་པའི་རྒྱ་མཆན་བསྟན་པའོ། དང་པོ་ནི།
སངས་རྒྱས་དང་པོར་ཐུགས་བསྐྱེད། བར་དུ་ཚོགས་བསགས། ཐ་མར་སངས་རྒྱས་
བ་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་གྱི་དོན། ཚོས་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སེམས་ཅན་
གྱི་དོན་ཁོ་ན་ཡིན་ལ་བསྐྱབ་བྱ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་གནས་སྐབས་མདོན་མཐོ་དང་
མཐར་ཐུག་ངེས་ལེགས་གཉིས་ལས། དང་པོ་སྐྱབ་ཚུ་ལ་ལས་བཅམས་ཏེ་གསུངས་

བ་ཐམས་ཅད་སྐྱེས་བྱ་ཆུང་དུ་དངོས་སམ་ཆུང་དུ་དང་ཐུན་མོང་བའི་ཆོས་སྐྱོར་དུ་
 འདུ་སྟེ། སྐྱེས་བྱ་ཆུང་དུ་འཁྱེད་པར་ནི་ལམ་སློན་ལས། གང་ཞིག་ཐབས་ནི་གང་དག་
 གིས། །འཁོར་བའི་བདེ་བ་ཅམ་དག་ལ། །རང་ཉིད་དོན་དུ་གཉེར་བྱེད་པ། །དེ་ནི་སྐྱེས་
 བྱ་ཐ་མར་ཤེས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཆེ་འདི་ལ་ཆེས་ཆེར་མི་བྱེད་པར་བྱི་མར་
 མཐོང་མི་ཀྱི་བདེ་བ་དོན་དུ་གཉེར་ཞིང་དེའི་ཀྱུ་ཉམས་སྲུ་ལེན་པ་ཞིག་ལ་
 འཛོག་ཁྲེས་ལེགས་ལ་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་བ་ཅམ་གྱི་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་
 བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་སྐྱབ་པ་ལས་བཅམས་ཏེ་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་སྐྱེས་བྱ་
 འབྲིང་དངོས་སམ་དེ་དང་ཐུན་མོང་གི་ཆོས་སྐྱོར་དུ་འདུ་སྟེ། ལམ་སློན་དུ། མིང་པའི་
 བདེ་ལས་རྒྱ་བུ་ཕྱོགས་ཤིང་། །སྤྲིག་པའི་ལས་ལས་བསྐྱོག་བདག་ཉིད། །གང་ཞིག་
 རང་ཞི་ཅམ་དོན་གཉེར། །སྐྱེས་བྱ་དེ་ནི་འབྲིང་ཞེས་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།
 སྐྱེས་བྱ་འབྲིང་ཅམ་ནི་འཁོར་བའི་ཐུན་ཆོགས་ལས་རྒྱ་བུ་ཕྱོགས་ནས་འཁོར་བ་
 སྤངས་པའི་ཐར་བ་ཅམ་རང་དོན་དུ་འཛོལ་བྱར་བྱས་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་དུ་བསྐྱབ་པ་
 གསུམ་ཉམས་སྲུ་ལེན་པ་ལ་འཇུག་པ་ཞིག་ལ་འཛོག་ །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་
 འཕང་སྐྱབ་པའི་ཐབས་ལ་ཡང་གསང་སྤྲགས་དང་པར་བྱིན་ཐེག་པ་གཉིས་སྲུ་ཡོད་པ་
 གཉིས་ཀ་ཡང་སྐྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་ཆོས་སྐྱོར་དུ་འདུས་ཏེ། སྐྱེས་བྱ་ཆེན་པོ་དེ་ལམ་
 སློན་ལས། རང་རྒྱུད་གཏོགས་པའི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱིས། །གང་ཞིག་གཞན་གྱི་སྤྱད་
 བསྐྱེད་ཀྱིས། །ཡང་དག་ཟད་པར་ཀུན་ནས་འདོད། །སྐྱེས་བྱ་དེ་ནི་མཆོག་ཡིན་
 རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྤྱིང་རྗེ་ཆེན་པོའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་པས་སེམས་ཅན་
 གཞན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀུན་ཟད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་སངས་རྒྱུས་འཛོལ་བྱར་བྱས་ཏེ།

པར་བྱིན་དྲུག་དང་རིམ་གཉིས་སོགས་ལ་སྒྲོབ་པ་ཞིག་ལ་འདྲོག་པའི་བྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་སྐྱེས་བྱ་གསུམ་གྱི་སྒྲོན་ས་འབྲིད་པའི་རྒྱ་མཚན་བསྟན་པ་ནི།

དེ་ལྟར་སྐྱེས་བྱ་གསུམ་དུ་བཤད་ཀྱང་སྐབས་འདིར་སྐྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་ལམ་
དུ་འབྲིད་པའི་ཡན་ལག་དུ་འོག་མ་གཉིས་ཀྱང་འབྲེར་ཤེས་དགོས་ལ། དེ་ཡང་སྤྱིད་
པའི་ཡུན་ཚོགས་ཅམ་ལ་འཐོབ་བྱར་བྱེད་པའི་སྐྱེས་བྱ་རྒྱུད་དུ་ཅམ་དང་། འཁོར་བ་
ལས་ཐར་བ་ཅམ་རང་དོན་དུ་འཐོབ་བྱར་བྱེད་པའི་སྐྱེས་བྱ་འབྲིང་ཅམ་གྱི་ལམ་དུ་
འབྲིད་པ་མ་ཡིན་གྱི། དེ་གཉིས་དང་ཡུན་མོང་པའི་ལམ་འགའ་ཞིག་སྐྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་
ལམ་ལ་འབྲིད་པའི་སྡོན་འགྲོར་བྱས་ནས་དངོས་གཞི་སྐྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་
འབྲིད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ཐེག་ཆེན་དུ་འབྲུག་པའི་སྒྲོ་
ནི་བྱང་རྒྱལ་མཆོག་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལས་གཞན་མེད་པས་བྱང་རྒྱལ་དུ་སེམས་
བསྐྱེད་དགོས་ལ། དེ་ལ་སྡོན་དུ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་པན་ཡོན་བསམས་ཏེ་སྒྲོ་ཤུགས་
འཕེལ་བ་དགོས། སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་པན་ཡོན་ཡང་། བསྟན་གནས་སྐབས་ཀྱི་དང་
མཐར་ཐུག་གི་པན་ཡོན་གཉིས་ལས། གནས་སྐབས་མདོན་མཐོའི་བདེ་འབྲས་ཀྱང་
སེམས་བསྐྱེད་ལ་བརྟེན་ནས་བདེ་སྐྱབ་དུ་འབྱུག། མཐར་ཐུག་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་
གོ་འཕང་ཡང་སེམས་བསྐྱེད་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བས་བྱང་རྒྱལ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་
དགོས་ལ། དེ་ལ་ཡང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་མནར་བ་མི་བཟོད་
པའི་སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་སྡོན་དུ་འགྲོ་དགོས། དེ་ལ་རང་སྤུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་མནར་བ་ལ་མི་
འདོད་པའི་སྒྲོ་ཤུགས་དྲག་ཅིག་དགོས་པས། ཐོག་མར་རྒྱུད་དུ་སྐབས་ཀྱི་རང་ལ་

ངན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐུལ་གྱིས་མནར་ཚུལ་བསམས་ནས་དེ་ལས་ཐར་འདོད་གྱི་སྒོ་
དང་། འབྲིང་གི་སྐྱབས་སུ་མཛོ་རིས་ན་ཡང་བདེ་བ་རང་མཆོན་པ་མེད་ཚུལ་བསམས་
ནས་འཁོར་བ་མཐའ་དག་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་སྒོ་བསྐྱེད། དེ་ནས་རང་ཉམས་
ལ་དཔགས་ནས་མ་རྒྱན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐུལ་གྱིས་མནར་བ་ལ་སྒྲོལ་
འདོད་གྱི་བྱམས་སྙིང་རྩེ་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་པར་བྱེད་དགོས་པས་ན། ཚུང་
འབྲིང་དང་སྤྱན་སོང་བའི་སྒོ་སྦྱོང་བ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་འབྲིང་པའི་ཐབས་མཆོག་ཏུ་
བྱུང་བ་ཡིན་པས་སོ། །

གཉིས་པ་སྙིང་པོ་ལེན་ཚུལ་དངོས་ལ་གསུམ་ཡོད་པའི་དང་པོ་ཚུང་དུ་དང་སྤྱན་སོང་
བའི་ལམ་ལ་སྒོ་སྦྱོང་ཚུལ་ནི།

སྒོ་ནང་དུ་མིལ་ཉེ་བཀུག་ནས། གལ་ཉེ་མི་ལུས་རིན་པོ་ཆེ་རྟེན་དཀའ་ཞིང་
རྟེན་ན་དོན་ཆེ་བ་འདི་འདྲ་ཐོབ་འདུག་སྟེ་འདི་ཡུན་རིང་དུ་མི་གནས། རེས་པར་འཆི།
དེ་ཡང་ག་ཅུ་ན་འཆི་རེས་པ་མི་འདུག་པས་ད་ལྟ་ཉིད་ནས་སྙིང་པོ་ལེན་པ་ལ་འབད་
དགོས། དེ་ཡང་དེ་སྔ་པན་དག་ཞན་འབྲིང་གསུམ་འདི་ཅུ་ཞིག་ཁྲིམ་ཁྲུང་བ་བཞིན་
དུ་འཆི་བདག་གིས་བཅོམ། ང་དེ་སྔ་པན་མ་གྱི་བ་དེ་ཡང་ཁར་རྩེ་རེ་ཆེན་སྟུང་། སྙིང་
ཆ་སྦྱོང་སྦྱོང་བ། ས་གཅིག་ཏུ་སྦྱོང་མི་ཚུགས་པ་ཅུ་གྱི་སྒོ་ཞིག་བསྐྱེད་ལ། རྟོར་
ལོངས་སྦྱོང་གཉེན་ཉེ་བ་སུ་གང་དང་ཡང་འགྲོགས་དབང་མེད་པར་དེ་རྣམས་ཀྱི་ཆེད་
དུ་བསགས་པའི་སྤྲིག་བ་དེ་ཁྲེན་ནས་འགྲོ་དགོས་པ་འདི་འདྲ་ནི་ཡ་ཆ་སྟུང་བ་བྱ། ཆེ་
འདི་སྤྱང་གི་བཟའ་དག་ལ་འཐུང་སྦྱིད། མི་རྟོར་ཐས་གསུམ་སོགས་གང་སོང་སོང་
སོང་། ད་ངས་ཆེ་ལྷག་གང་ཡོད་འདི་ལ་ཆོས་གཤའ་མ་ཞིག་བྱེད། དེ་ཡང་དེ་རིང་

ཉིད་ནས་བྱེད་དགོས་སྟུང་བ་བྱའོ།

འོན་པའི་བའི་ཆེ་ཆོས་མ་གཏོགས་གང་གིས་ཀྱང་མི་པན་ན། སྤེལ་བའི་ཆེ་
ཆོས་ཀྱིས་ཇི་ལྟར་པན། ཆོས་མིན་གྱིས་ཇི་ལྟར་གཞོད་སྟུང་ན། དེད་རང་གི་ནས་
ཀྱང་མེད་པར་མི་འགྲོ་བར་སྐྱེ་བ་ཞིག་ནི་སྤང་དགོས་ཏེ། སྐྱེ་བ་ཡང་བདེ་འགྲོ་དང་
ངན་འགྲོ་གང་རུང་ལས་མ་འདས། དེ་ཡང་ལས་ཀྱི་དབང་མ་གཏོགས་རང་དབང་ནི་
མེད། ལས་དཀར་ནག་གིས་ཇི་ལྟར་འབངས་པ་བཞིན་སྐྱེ་དགོས་ལ། དེ་ཡང་འཆི་
བའི་ཆེ་དགེ་སེམས་མངོན་དུ་གྱུར་ན་ཕྱི་མ་བདེ་འགྲོར་སྐྱེ། དེའི་ཆེ་མི་དགེ་བའི་
སེམས་མངོན་དུ་གྱུར་ན་ཕྱི་མ་ངན་འགྲོ་གསུམ་གང་རུང་དུ་སྐྱེས་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་
བྱག་པོ་སྤྱོད་དགོས། ངན་འགྲོ་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་ཇི་ལྟར་ཡོད་ན། མགོན་པོ་སྤྱེ་སྤྱབ་
ཀྱིས། རབ་ཏུ་ཆ་ཞིང་གང་བ་ཡི། །དཔུལ་བ་ཉི་མ་གཅིག་བཞིན་བྱ། །བཤེས་
སྟོན་དག་གིས་རིད་བ་ཡི། །ཡི་དྲགས་དག་ཀྱང་བྱ་བར་བྱ། །ཚོངས་པའི་སྤྱག་
བསྐྱེད་རབ་མང་བའི། །བྱོལ་སོང་བལྟ་ཞིང་བྱ་བར་བྱ། །དེ་རྒྱ་ནམ་སྤང་བདེ་རྒྱ་
སྤྱད། །འཛོལ་དཀའ་འཇམ་གླིང་མི་ཡི་ལུས། །དེ་ཐོབ་དུས་སུ་ངན་སོང་རྒྱ། །རབ་ཏུ་
བསྐྱེམས་ཏེ་གཙང་བར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དཔུལ་བ་རྣམས་ལ་ཆ་གང་གི་
སྤྱག་བསྐྱེད་བཟོད་པར་མི་རྒྱས་བ་ཡོད། ཡི་དྲགས་རྣམས་ལ་བཤེས་སྟོན་གྱི་སྤྱག་
བསྐྱེད་བསྐྱེད་མི་རྒྱས་པ། དུད་འགྲོ་རྣམས་ལ་གཅིག་ལ་གཅིག་ཟ་སྐྱེན་ལྷགས་
སོགས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་བཟོད་པར་མི་རྒྱས་བ་ཡོད། ད་ལྟ་མེ་མ་སྤྱར་དུ་ལག་བ་
བརྒྱག་ནས་ཡུད་ཅམ་སྡོད་བ་དང་། དགུན་གང་སྤང་ལ་གོས་མེད་པར་ཞག་གཅིག་
ཅམ་སྡོད་བ་དང་། ཞག་ཁ་ཡར་ཟས་གང་ཡང་མེད་པར་སྡོད་བ་དང་། ལུས་ལ་སྤང་

བྱ་སོགས་གྱིས་སོ་བཏབ་པ་ཅམ་ཡང་བཟོད་པར་དཀའ་ན་ཆ་གང་གི་དཔྱལ་བ་ཡི་
དྲགས་དུད་འགྲོ་གཅིག་གིས་གཅིག་གསོན་པོར་མིད་པའི་སྤྱག་བསྐལ་སོགས་
བདག་གིས་ཇི་ལྟར་བཟོད་སྟམ་དུ་ད་ལྟའི་ཉམས་ལ་དཔགས་ནས་ཤིན་ཏུ་འཇིགས་
ཤིང་སྤྱག་པའི་ཡིད་ཀྱི་འགྱུར་བ་མ་ཐོན་བར་དུ་བསྐྱོམ་ཞིང་། དེས་ན་བདག་གིས་
དལ་བའི་རྟེན་བཟང་པོ་ཐོབ་པའི་དུས་འདིར་ངན་སོང་གི་རྒྱ་སྤོང་བ་དང་བདེ་འགྲོའི་
རྒྱ་ལ་འབད་པའི་སྐྱོན་ས་ངན་སོང་དུ་མི་སྤྱེ་བའི་ཐབས་ལ་འབད་པར་བྱའོ་སྟམ་དུ་
བསྐྱོམ།

འོ་ན་ངན་སོང་དུ་མི་སྤྱེ་བའི་ཐབས་ལ་ཇི་ལྟར་འབད་སྟམ་ན། གོང་དུ་
བཤད་པ་ལྟར་ངན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐལ་གྱིས་འཇིགས་པ་དང་། འཇིགས་པ་དེ་ལས་
སྐྱོབ་པའི་རྒྱས་པ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཡོད་པར་ཤེས་ནས་དགོན་མཆོག་རིན་
པོ་ཆེ་ནམ་པ་གསུམ་ལ་སྤྱིར་ཐག་པ་ནས་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བར་བྱ་ལ། དགོན་མཆོག་
གསུམ་གྱིས་ངན་སོང་གི་འཇིགས་པ་ལས་སྐྱོབ་རྒྱས་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་
དགོན་མཆོག་དེ་རང་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ། གཞན་འཇིགས་པ་ཐམས་
ཅད་ལས་སྐྱོབ་པའི་ཐབས་ལ་མཁས། ཀུན་ལ་སྤྱགས་ཇི་ཆེན་པོ་ཉི་རིང་མེད་པར་
འཇུག །ཕན་བཏགས་མ་བཏགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་མཛད་པས་སྐྱབས་སུ་འོས་
ཤིང་། དེས་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་ཡང་མཆོན་རྒྱས་ལ། དེས་ན་བྱི་རོལ་པའི་སྟོན་པ་
དང་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་ལ་ཡོན་ཏན་དེ་དག་གང་ཡང་མེད་པས་སྐྱབས་སུ་མི་
འོས། དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཡོན་ཏན་དེ་ལྟར་ཡོད་པས་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བར་
འོས་སོ། །སྐྱབས་སུ་ཇི་ལྟར་འགྲོ་ན། ཁྱང་གཉིས་ནམས་ཀྱི་མཆོག་སངས་རྒྱས་ལ་

སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །བདག་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐལ་ལས་སྒོལ་བའི་
སྟོན་པ་མཛད་དུ་གསོལ། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཆོས་ལ་
སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །བདག་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་འཛིགས་པ་ལས་སྒོལ་བའི་
སྐྱབས་དངོས་མཛད་དུ་གསོལ། ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་
མཆིའོ། །བདག་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐལ་ལས་སྒོལ་བའི་གྲོགས་
མཛད་དུ་གསོལ། ཞེས་སྟོང་ཐག་པ་ནས་སྒོ་ཡིངས་ཏེ་བཀལ་བའི་སྐྱབས་འགྲོ་བ།

དེ་ལྟར་སྐྱབས་སུ་སོང་ནས་བསྐབ་བྱ་ལ་མ་བསྐབས་ན་སྐྱབས་འགྲོ་ལས་
ཉམས་པར་འགྱུར་བས་བསྐབ་བྱ་ལ་སྒོལ་དགོས། དེ་ཡང་བདག་སངས་རྒྱས་ལ་
སྐྱབས་སུ་སོང་ནས་འཛིག་རྟེན་པའི་ལྷ་དྲག་པོ་ཁྲབ་འཇུག་སོགས་ལ་སྐྱབས་སུ་མི་
འཛིན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱབས་ལས་ཡང་སངས་རྒྱས་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བྱས་
ཏེ་གྲུས་པར་བྱ། བདག་ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་ནས་སེམས་ཅན་ལ་འཆོ་བ་མི་བྱ།
ཡི་གེ་ན་གཅིག་ཡན་ཆད་ལ་མ་གྲུས་པ་སྤངས་ཏེ་གྲུས་པར་བྱ། བདག་དགེ་འདུན་
དགོན་མཆོག་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་ནས་སྤྲེགས་སམ་སྤྲིག་གྲོགས་དང་འགྲོགས་
འདིས་མི་བྱ། ཐ་ན་སེར་མོ་གྲོན་ཅེས་ལ་ཡང་མ་གྲུས་པ་སྤངས་ཏེ་གྲུས་པར་
བྱའོ། །གཞན་ཡང་ཕན་བདེ་དགེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་དགོན་མཆོག་གི་བཀའ་འདྲིན་
དུ་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ་བཟའ་བརྒྱུད་གི་ཕྱད་སོགས་ཀྱིས་དགོན་མཆོག་ལ་མཆོད་པ་
དང་། འཕྲལ་དང་ཕྱགས་ཀྱི་དོན་ཐམས་ཅད་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་གསོལ་བ་
བཏབ་ནས་བྱེད་ཀྱི། ཕལ་བའི་མོ་ཐོན་སོགས་ལ་མི་བརྟེན། རང་གི་རྒྱས་པ་གང་
ཡོད་ཀྱིས་སེམས་ཅན་གཞན་དགོན་མཆོག་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ལ་དགོད། མོག་

གི་ཕྱིར་ཡང་དགོན་མཆོག་མི་གཏང་ཞིང་། དེ་གཏོང་བའི་ཆོག་ཙམ་ཡང་མ་ཤོར་བ་
བྱེད་དགོས་ཡང་སྙམ་པ་བྱས་ནས་ཉིན་ལན་གསུམ་མཆོན་ལན་གསུམ་དུ་
བསམས་ལ། ཡོན་ཏན་ཤེས་པ། བྱད་པར་ཤེས་པ། ཁས་སྦྱངས་པ། གཞན་དུ་མི་
སྦྱོར་བའི་སློན་ནས་ཉིན་ལན་གསུམ་མཆོན་ལན་གསུམ་དུ་བསམ་པ་ཐག་པ་ནས་
སྐབས་འགོ་བཙོ།

འོ་ན་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐབས་སུ་སོང་བས་ངན་སོང་གི་སྤྱད་
བསྐལ་ལས་སྦྱོབ་ཀྱས་མོད། མཐོང་ཤིང་གི་ཉེན་འཛོལ་པ་ལ་རྒྱ་རི་ལྟ་བུ་སྐབས་སྙམ་ན།
དེ་ཡང་དཀར་ནག་གི་ལས་འབྲས་བསམས་ཏེ། དགོ་སྤྱད་གི་ལས་སོ་སོར་ངེས་པ་
དང་། འཕེལ་ཆེ་བ། ལས་མ་བྱས་པ་དང་མི་འབྲད་པ། ལས་བྱས་པ་ཚུད་མི་ཐ་བ་
སོགས་གི་ཚུལ་བསམས་ཏེ་དགོ་སྤྱད་གི་སྦྱང་དོར་ཚུལ་བཞིན་དུ་བྱེད་དགོས་ལ།
དེ་ཡང་དངོས་སྟོབས་གི་རིགས་བསའེས་མི་རྒྱས་བས། ཉིང་ངེ་འཛིན་རྒྱལ་པོ་
ལས། རྒྱ་བ་སྐར་མར་བཅས་པ་གནས་སྤྱང་ཞིང་། །རི་དང་གྲོང་དུ་བཅས་བའི་ས་
ཞིག་ལ། །ནམ་མཁའི་ཁམས་ནི་ནམ་པ་གཞན་གྱུར་ཀྱང་། །ཁྱོད་ནི་མི་བདེན་པ་ཡི་
ཆོག་མི་གསུང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སངས་རྒྱས་གི་གསུང་ལ་ཞེ་ཐག་པ་ནས་
ཡིད་ཆེས་ཉིད་པར་བྱས་ནས། མི་དགོ་བ་ལས་སྤྱད་བསྐལ་འབྱུང་། །དེ་ལས་རི་
ལྟར་ངེས་ཐར་ཞེས། །ཉིན་མཆོན་ཀྱན་ཏུ་བདག་གིས་ནི། །འདི་ཉིད་འབའ་ཞིག་
བསམ་པའི་རིགས། །ཞེས་དང་། དགོ་བའི་ཕྱོགས་ནམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །རྩ་བ་
མོས་པར་བྱབ་པས་གསུངས། །དེའི་ཡང་རྩ་བ་ཉག་ཏུ་ནི། །ནམ་སྟོན་འབྲས་བུ་
སྟོམ་པ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྤྱིར་མི་དགོ་བ་མཐའ་དག་སྤང་། །བྱད་པར་སྟོ་

གསུམ་གྱི་མི་དགོ་བ་བཅུ་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་དུ་སྒྲིབ་པའི་རྣམ་སྤྲིན་དན་སོང་དུ་སྒྲེ་བ།
རྒྱ་མ་ཐུན་དང་བདག་འབྲས་སོགས་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་འབྲིན་ཚུལ་བསམས་ལ།
བདེན་པ་པོའི་ལེན་ལས། རྒྱལ་པོ་ཁྲིད་ནི་སློག་གཙོད་མ་མཛད་ཅིག །སྒྲེ་བོ་ཀུན་
ལ་སློག་ནི་རབ་ཏུ་པངས། །དེ་བས་ཡུན་རིང་ཆེ་བ་སྤིང་སྲུ་འདོད་པ། །ཡིད་ཀྱི་དགུ་
ལའང་སློག་གཙོད་མི་བསམ་སྟོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སློག་གཙོད་པ་སོགས་
ཀྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་རྣམས་ལ་ཀུན་སྒྲོང་ཅེས་ཡང་མི་རྒྱ་བར་སྒྲོམ་སེམས་མང་དུ་
བསྐྱེན། སློག་གཙོད་སྒྲོང་བ་སོགས་དགོ་བ་མཐའ་དག་འབད་ནས་སྐྱབ་དགོས་
ཡང་། རྗེ་སྒྲ་མས་ཀྱང་། སྤེན་ས་དན་འཁོར་མི་སྒྲུའི་གདེང་མེད་ཅིང་། །དེ་ཡི་
འཛིགས་སྒྲོབ་དགོན་མཆོག་གསུམ་དུ་ངས། །དེ་ཕྱིར་སྐྱབས་འཁོའི་ཤིན་ཏུ་བསྐྱེན་
པ་དང་། །དེ་ཡི་བསྐྱབ་བྱ་ཉམས་པ་མེད་པར་བྱ། །དེ་ཡང་དཀར་ནག་ལས་འབྲས་
ལེགས་བསམས་ཏེ། །སྒྲ་དོར་ཚུལ་བཞིན་སྐྱབ་ལ་རག་ལས་སོ། །ཞེས་གསུངས།

དེ་ཡང་མི་དགོ་བཅུ་སྒྲོང་གི་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱངས་པས་ཉེན་བཟང་པོ་རྙེད་
སོད་ཀྱང་ལམ་མཆོག་རྣམ་མཁྲེན་སྐྱབ་པ་ལ་རིགས་མཐོ་ཞིང་གཟུགས་བཟང་བ་
སོགས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་དང་ལྟན་པ་ཞིག་སྐྱབ་དགོས་པས་དེའི་རྒྱ་
སེམས་ཅན་ལ་འཆེ་བ་སྤང་བ། མར་མེ་དང་གོས་གསར་པ་སོགས་སྦྱིན་པ། ང་
རྒྱལ་བཙུང་ནས་གཞན་ལ་གུས་པར་བྱ་བ་སོགས་ལ་བྲན་ཤེས་བསྐྱེན་ནས་ལག་ཏུ་
ལེན་དགོས། འོན་ཀྱང་ཉེན་སོངས་མང་བ་སོགས་ཀྱིས་གཤེད་ཕྱིག་ལྷུང་གིས་
གོས་ན། དེ་ཇི་མི་སྐྱམ་པར་མི་འཛོག་པར། ལྷུང་བ་རྣམས་སྐབས་དང་བསྐྱེན་པའི་
ཕྱིར་བཙོས་དང་། ཕྱིག་པ་རྣམས་སྒྲོབས་བཞི་ཆང་བའི་སྒྲོན་ས་བཞགས་པར་བྱས་

ལ་སྒོ་གསུམ་སྡིག་ལྟར་གིས་མ་གོས་བ་ལ་འབད་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། རྩེ་མམས་
ཀྱང་། ལམ་མཚོག་སྒྲུབ་ལ་མཚན་ཉིད་ཚང་བའི་རྟེན། །མ་རྟེན་བར་དུ་ས་ཚོད་མི་
འོང་བས། །དེ་ཡི་མ་ཚང་མེད་པའི་རྒྱ་ལ་བསྒྲུབ། །སྒོ་གསུམ་སྡིག་ལྟར་བྱི་མས་
སྒྲགས་བ་འདི། །ལྷག་པར་ལས་སྒྲིབ་སྦྱོར་བ་གནད་ཆེ་བས། །རྒྱན་དུ་སྟོབས་བཞི་
ཚང་བ་བསྟེན་བ་གཅེས། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །དེ་ལྟར་བསྒོ་མས་པས་ཆེ་འདི་
ལ་སྒོ་ལོག་སྟེ་ཆེ་བྱི་མའི་དུན་ཚོགས་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་བཅོས་མིན་ནམ་སྟེ་བ་ན་
སྟེས་བྱ་ཆུང་དུའི་ལམ་ལ་སྒོ་སྦྱངས་པའི་ལག་རྩེས་བྱང་བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་བ་སྟེས་བྱ་འབྲིང་དང་དུན་མོང་བའི་ལམ་ལ་སྒོ་སྦྱང་བ་ནི།

དེ་ལྟར་མི་དགེ་བཅུ་སྤངས་ཤིང་དགེ་བ་བཅུ་ཉམས་སྦྱངས་པས་མཐོ་
རིས་ཀྱི་རྟེན་བྱུང་པར་ཅན་ཞིག་འཛོལ་མོད་ཀྱང་འཁོར་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལས་མ་
འདས་པས། དེས་ན་སྤྲུག་བསྐྱེད་མཐའ་དག་སྤངས་པའི་ཐར་བ་ཞིག་འཛོལ་དགོས་
སོ། །འོ་ན་འཁོར་བ་མཐའ་དག་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་རྩི་ལྟར་ཡིན་སྟུང་ན། ངན་
སོང་གསུམ་ནི་སྤར་བ་འདད་པ་ལྟར་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་སྐྱབས་འདིར་ཅུང་ཟད་བྱུང་པར་
བཏོན་ནས་བསམ་དགོས་པ་ནི། ངན་སོང་སོ་སོའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་བསམས་ནས་དེའི་
རྩེས་ལ། འདི་ལྟ་བུའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་དར་བྲག་ལ་རྒྱན་རིང་བ་འདི་བདག་གིས་བཟོད་
ཐབས་མི་འདུག་པས་འདིས་མཚོན་པའི་འཁོར་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་སྤངས་པའི་ཐར་བ་
ཅི་ནས་ཀྱང་འཛོལ་པར་བྱ་སྟུང་དུ་བསམ། ངན་སོང་ལས་གཞན་པའི་འཁོར་བ་མཐོ་
དམན་མཐའ་དག་ཀྱང་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་ལས་མ་འདས་ཏེ། མི་རྣམས་ལ་ནི་
སྟེ་བ་ན་མའི་མངལ་སྤྲན་ནག་བྱི་ར་བ་ལྷན་ལྷན་མང་བ་སོགས་ཀྱིས་སྤྲུག་བསྐྱེད་

ཞིང་། སྐྱེ་བ་ན་ཞག་བདུན་ཟག་སོ་བརྒྱད་པ་ལ་སྔོན་ལས་ཀྱི་རྒྱུད་གིས་བདས་ཏེ་
འཇུར་མིག་ལ་འཕྲེན་པའམ། ཉིལ་བཅོར་བ་ལྟར་ཤིན་ཏུ་སྤྱག་བསྐྱལ་བ་དང་། བཅས་
ནས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་འཇམས་པའི་གདན་ལ་བཞག་ཀྱང་ཆེར་མའི་ཁོད་དུ་སྤྱང་བ་ལྟ་བུའི་
སྤྱག་བསྐྱལ་བཅོད་ཐབས་མེད་པ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བས་ན་སྐྱེ་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་དེ་ལྟ་བུ་
ཡོད། བཅས་ནས་ལུས་ལང་ཆོ་དར་ལ་བབ་བར་སྤྱར་བ་ནི། དེས་བས་རྟེན་པ་ནི་
གཞུ་ལྟར་གྲག། །མགོ་བོ་ནི་སྤྱི་བའི་མེ་ཉོག་ལྟར་དཀར། དཔལ་བ་ནི་བས་སྟན་ལྟར་
གཉེར་མས་ཁེབས། སྔོད་བའི་ཆེ་སྐྱེ་ཐག་བ་ཆད་བ་ལྟ་བུ། ལྷང་བའི་ཆེ་ཤིང་རྩ་
གནས་དུ་འདོན་བ་འབྲ་བ། སྤྱ་ན་ལྷེ་ལྷིབ། འགོ་ན་ལུས་འབྲུབ། མིག་ན་སོགས་ཀྱིས་
ཡུལ་གསལ་བར་མི་མཐོང་། ལུས་ཀྱི་མདངས་ཉམས་པ་ནི་རོ་ལྟ་བུ། བྲན་པ་ཉམས་
པས་བརྟེན་ངས་ཆེ། བཟའ་བརྒྱུད་སོགས་འཇུ་དཀར་ཞིང་རི་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན་
ཡོངས་སྤྱོད་མི་བྱས། ཆེ་པལ་ཆེར་ཟད་པས་འཆི་བ་ལ་སྤྱར་དུ་སྤྱོགས་པའི་ག་བའི་
སྤྱག་བསྐྱལ་དང་། ལུས་ཀྱི་འབྱུང་བ་ཆ་མ་སྟོམས་བར་འཁྲུགས་ཏེ་ན་བའི་ཆེ་ཕྱིའི་
པགས་པ་བསྐྱམས། ནང་གི་ཤ་ལྟ། བཟའ་བརྒྱུད་ཡིད་དུ་འོང་བ་རྣམས་ནད་ལ་སོག་
དོགས་སྤང་དགོས། ཡིད་དུ་མི་འོང་བའི་བཟའ་བརྒྱུད་སྟན་ལ་སོགས་པ་མི་འདོད་
བཞིན་བསྟེན་དགོས། གཏར་སྤོག་སོགས་ཀྱི་དབྱུང་རྩ་བ་པོ་རྣམས་བསྟེན་དགོས།
ནད་མི་འཆོ་བར་དོགས་ནས་སྤྱག་བསྐྱལ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་སྤྱོད་དགོས་པ་ན་བའི་
སྤྱག་བསྐྱལ། འཆི་ངེས་པའི་ནད་བྲག་པོས་ཐེབས་ན་འཆི་བར་ཤེས། སྤར་བྱས་ཀྱི་
ལས་ངན་རྣམས་ལ་ནི་འགྲོད། མི་ཆེ་སྟོང་ཟད་དུ་སོང་བ་ནི་བྲན། ལུས་ཡོངས་སྤྱོད་
གཉེན་བཤེས་འཁོར་གཡོག་རྣམས་དང་འབྲལ་བ་ནི་ཤེས། །ཁ་ནི་བསྐྱམས། མཚུ་ནི་

བརྗེས། ལྷ་ནི་ཞོམ། མིག་ནི་ཀོང་མོར་མོང་། དབྱགས་ནི་ཅེག །ངན་མོང་གི་སྤྱག་
 བསྐལ་བྲག་པོས་ནི་འཛིགས། མི་འདོད་བཞིན་དུ་འཆི་དགོས་པའི་སྤྱག་བསྐལ།
 དེས་འགའ་ཆོམ་རྒྱན་སོགས་དབྱ་མི་སྤྱག་པ་དང་ལྷན་ནས་ཟས་ཞོར་ཐམས་ཅད་
 བཅོམ། ལྷས་ལ་མཆོན་དང་དབྱག་པ་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱུན། དེས་རྒྱལ་པོ་སོགས་ཀྱི་
 ཆད་ལས་མི་འབྲ་བ་སྤྲ་ཆོགས་ཀྱིས་མནར་བ་དང་། ཡང་ན་གཏམ་ངན་ཐོས་པ་
 སོགས་ཀྱི་མི་སྤྱག་པ་དང་ལྷན་པའི་སྤྱག་བསྐལ། ཟས་ཞོར་སོགས་བདེ་སྤྱག་གཏམ་
 ངན་བྱད་དུ་བསད་ནས་བསྐྱབས་པ་རྣམས་དང་། སྤྱིང་ཉེ་བ་སོགས་ཡིད་དུ་འོང་བ་
 དང་མི་འདོད་བཞིན་དུ་འབྲལ་བའི་སྤྱག་བསྐལ། འདོད་པ་བཅའ་ཡང་མ་རྟེན་པའི་
 སྤྱག་བསྐལ་ནི། ཁྱིམ་པ་ལྟ་བུ་ལ་ཞིང་ལས་ལ་འབད་ཀྱང་ཐན་པ་སད་སེར་སོགས་
 ཀྱིས་ལོ་ཐོག་འདོད་པ་བཞིན་མ་བྱལ་བ། བྱ་གཅོད་པའི་ཆེ་རྒྱང་ལ་སོགས་པས་མ་
 རུངས་པར་གྱུར་བ། ཆོང་བ་ཡིན་ན་ཆོང་ཐོག་བརྒྱག་པ་ཁེ་སྤོགས་མ་བྱུང་བ་སོགས་
 དང་། རབ་བྱུང་རྣམས་ལ་ནི་ཁས་སྦངས་པའི་ཚུལ་ཁྱིམས་མགོ་མ་ཐོན་པ་སོགས་
 གང་རེ་བ་དེ་མ་ཐོབ་པའི་སྤྱག་བསྐལ། ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་པོ་འདི་སྦངས་ཅམ་གྱིས་ཆེ་
 འདིར་ན་ཀ་འཆི་བ་སོགས་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་ཉེན་ཤེད། ཆེ་ཕྱི་མའི་སྤྱག་བསྐལ་རྣམས་
 འཕྲོན་པར་ཤེད། སྤྱག་བསྐལ་དང་འགྱུར་བའི་སྤྱག་བསྐལ་གཉིས་ཀྱི་སྤོད་དུ་གྱུར་བ་
 དང་། རོ་བོ་བྲལ་བ་འདུ་ཤེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་སྤྱག་བསྐལ་
 བའི་རང་བཞིན་མ་གཏོགས་བདེ་བའི་རང་བཞིན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་འདུག་གོ །ལྷ་མིན་
 ནི་ལུས་བཅད་པལ་སོགས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐལ་ཤིན་ཏུ་རྩལ་བ་ལས་མ་འདས། འདོད་ལྷ་
 རྣམས་ལ་ནི་འཆི་ལྷས་ལྷས་ཟེན་པ་ན་དཔྱལ་བའི་སྤྱག་བསྐལ་ལས་ཆེས་ཆེ་བའི་

སྤྱག་བསྐྱེད་དང་། སྤྱ་བཀོད་བ་དང་། གནས་ནས་སྤྱོད་བ་སོགས་སྤྱག་བསྐྱེད་དཔག་
ཏུ་མེད་བ་ཡོད། ཁམས་ཤོང་མའི་ལྷ་སོ་སྤྱེ་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་གི་སྤྱག་བསྐྱེད་མངོན་
གྱུར་མེད་ཀྱང་། བསམ་གཏན་གསུམ་བ་མན་ཆད་ལ་འབྱུང་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་།
བསམ་གཏན་བཞི་བ་དང་གཟུགས་མེད་ཁམས་སུ་ནི་བྱབ་བ་འདུ་བྱེད་གི་སྤྱག་
བསྐྱེད་ཐོལ་མིག་ཀྱན་ནས་ཆ་བ་ལྷ་བྱའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་མ་འདས་འདུག་བས།
འཁོར་བ་སྤྱི་བྱེ་བྲག་གི་སྤྱག་བསྐྱེད་འདི་རྣམས་སྤངས་པའི་ཐར་པའི་གོ་འཕང་ཅི་
ནས་ཀྱང་འཛོལ་པར་བྱེད་དགོས་སོ། །

དེ་ཡང་རྒྱ་མེད་རྒྱུན་མེད་དུ་མི་འཛོལ་བས་ཐར་བ་འཛོལ་བྱེད་གི་ཐབས་
བསྐྱབ་བ་གསུམ་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱ་དགོས། དེ་ཡང་བསྐྱབ་བ་གཞན་
གཉིས་གི་གཞི་རྒྱུན་མེད་མི་རུང་ལྷག་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་གི་བསྐྱབ་བ་ལ་བསྐྱབ་དགོས།
དེ་ཡང་མི་ཤེས་བ་སོགས་ལྷུང་བ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་རྣམས་ལ་བྱན་ཤེས་གིས་ལེགས་
པར་བརྟགས་ནས་དང་པོར་ལྷུང་བ་མི་འབྱུང་བ་ཞིག་བྱེད། གལ་ཏེ་བྱང་ཡང་ལྷུང་
བ་དང་རྒྱན་རིང་དུ་མི་འགྲོགས་པར་བཞགས་སྡོམ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བྱེད་དགོས།
དེས་ན་ཉོན་མོངས་བ་གང་ཆེ་བ་དེའི་གཉོན་པོ་འབད་ནས་བསྡོམས་ཏེ་ལྷུང་བས་མ་
གོས་པར་བྱེད་ཅིང་། ལས་དང་བྱ་བ་ཅི་བྱེད་ཀྱང་སྟོན་པའི་བཀའ་དང་མི་འགལ་
བར་རང་གིས་རང་ལ་མི་ཁྲིལ་བ་ཞིག་བྱེད་དགོས་ཨང་། རྗེ་སྤྱེ་མས་ཀྱང་། སྤྱག་
བདེན་ཉེས་དམིགས་བསམ་ལ་མ་འབད་ན། ཐར་བ་དོན་གཉེར་རི་བཞིན་མི་སྤྱི་
ཞིང་། ཀྱན་འབྱུང་འཁོར་བའི་འདུག་རིམ་མ་བསམས་ན། འཁོར་བའི་ཅ་བ་
གཙོད་ཚུལ་མི་ཤེས་པས། སྤྲིད་ལས་ངས་འབྱུང་སྟོ་ཤས་བསྟེན་བ་དང་། འཁོར་

བར་གང་གིས་བཅིངས་པ་ཤེས་པ་གཅེས། །ཞེས་གསུང་གདམོ། །དེས་ན་འཁོར་
བ་མཐའ་དག་ལ་མེ་འབར་པའི་བྱིས་ཏུ་ཚུད་པའི་མི་ཞིག་བྱིས་དེ་ལས་ཐར་འདོད་
ཡོད་པ་ལྟ་བུའི་འཁོར་བ་ལས་སྒོ་ལོག་པའི་སྒོ་སྐྱེས་པ་ན་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་གི་ལམ་ལ་
སྒོ་སྐྱངས་པའི་ལག་རྩེས་བྱང་བ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་སྒོ་སྐྱང་བ་ནི།

དེ་ལྟར་ལམ་བསྐབ་པ་གསུམ་ཉམས་སུ་སྐྱངས་པས་ཐར་པའི་གོ་འཕང་ཙམ་
འཛོལ་ཀྱང་། དེ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་སྟེ། ཐར་པ་ཙམ་ཐོབ་ཕྱིན་ཆད་འཁོར་བར་འབྱམ་
མི་དགོས་ཀྱང་སྐྱོན་ཕྱོགས་རེ་སྐྱངས་པ་དང་ཡོན་ཏན་ཕྱོགས་རེ་རྫོགས་པ་ཡིན་
པས་རང་དོན་མཐར་ཕྱིན་མ་ཐོབ། དེའི་གནད་གྱིས་གཞན་དོན་ཡང་ཉི་ཆེ་བ་ལས་མི་
འབྲུག། དེས་ན་དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་གྱི་སངས་རྒྱུ་གྱི་གོ་འཕང་ཞིག་འཛོལ་པར་
བྱ་དགོས་པར་འདུག་གོ། །སངས་རྒྱུ་དེ་ཡང་རང་ཉིད་རྒྱང་པའི་ཕྱིར་མིན་གྱི།
སེམས་ཙན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱིར་དོན་དུ་གཉེར་བ་ཞིག་དགོས་ཏེ། རང་སྐྱུག་བསྐལ་
གྱི་རྒྱ་མཆོར་ལྷང་བ་བཞིན་དུ་སེམས་ཙན་རྣམས་ཀྱང་སྐྱུག་བསྐལ་གྱིས་མནར་བས་
ཉམ་ཐག་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་ཞིང་། སེམས་ཙན་རྣམས་རང་གི་པ་མར་མ་གྱུར་པ་གཅིག་
ཀྱང་མེད། དེ་ཡང་ལན་གངས་དབག་ཏུ་མེད་པ་བྱས་ཤིང་འིན་གྱིས་བསྐྱངས་པའི་
འིན་ཙན་འབའ་ཞིག་ཡིན་པས་འིན་ཙན་དེ་རྣམས་སྐྱུག་བསྐལ་ལས་བསྐལ་ཏེ། མི་
གནས་པའི་སྐྱང་འདས་སྒྲ་ན་མེད་པའི་གོ་འཕང་ལ་དགོད་པའི་ཕྱིར་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་
མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །

དེ་ཡང་རྒྱ་ལྗས་མན་ངག་བདུན་གྱི་སྒོ་ནས་བསྐྱེད་དགོས་ཏེ།

རྒྱ་ལྗས་བདུན་ཡང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མར་ཤེས་པ་ལས་དེ་ཐམས་ཅད་གྱི་འིན་འཛུགས་ལ་བརྩུང་། དེ་ལས་འིན་གསོ། དེ་ལས་ཡིད་འོང་གི་སྒོ། དེ་ལས་སྤྲལ་བསམ་འཛུགས་ཀྱིས་པའི་བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྩེ། དེ་ལས་སྤྲལ་བསམ་ཅན་དག། དེ་ལས་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས། དེ་ལས་ཅན་མཁྱེན་འཛུང་བའི་སྤྲལས་བདུན་ཡོད་ལ། དེ་དག་གི་སྒོ་ན་དུ་ཡང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སེམས་སྟོམས་པའི་བཏང་སྟོམས་སྒོམ་དགོས་ཏེ། སེམས་ཅན་ཅན་ལ་ཉེ་རིང་བར་མར་ཕྱོགས་སུ་སྤྱང་བ་ཡོད་ན་སེམས་ཅན་ཅན་ལ་མར་ཤེས་གྱི་སྒོ་མཆོད་ཉིད་ཆང་བ་མི་སྟེ། བྱམས་སྤྱིང་རྩེ་རྩེ་ཟད་སྟེ་བ་ཡང་ཕྱོགས་རིས་ཅན་དུ་སྟེ་བས། དེས་ན་ཐོག་མར་བཏང་སྟོམས་སྒོམ་དགོས། དེའི་ཚུལ་ཡང་ཆེ་འདིར་པན་གཞོད་གང་ཡང་མ་བྱས་པའི་བར་མའི་སེམས་ཅན་དུ་མ་ལ་དམིགས་ནས། འདི་དག་གི་ངོས་ནས་བདེ་བ་འདོད་སྤྲལ་བསྐྱེད་མི་འདོད་པར་ཡང་མཆུངས་ཤིང་། རང་གི་ངོས་ནས་འདི་ཅན་རང་གི་པ་མ་བྱས་པའི་གཉེན་ཤ་སྤྲལ་ཡིན་པས་འགའ་རེ་ཉེ་བར་བཟུང་། པན་འདོགས། འགའ་རེ་རིང་བར་བཟུང་ནས་གཞོད་པ་སྟེ་ལ་བའི་ཆ་གཉིས་མི་བྱ་བར་འདི་ཐམས་ཅད་ལ་སེམས་མཉམ་པར་བྱའོ་སྟམ་དུ་བསྒྲོལ། དེ་ནས་ཆེ་འདིའི་གཉེན་ཉེ་བ་ཅན་དང་། དེ་ནས་ཆེ་འདིར་གཞོད་པ་བྱས་པའི་སེམས་ཅན་ཅན་ལ་འང་མཉམ་པར་བྱ། དེ་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སེམས་སྟོམས་པའི་བཏང་སྟོམས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །

དེ་སྟེས་པ་དང་འཁོར་བ་ལ་ཐོག་མའི་མཐའ་མེད་པས་ན་བདག་གི་སྟེ་བ་ལ་འང་ཐོག་མའི་མཐའ་མེད། དེའི་གནད་གྱིས་གནས་འདི་ལྟ་བུར་མ་སྟེས་ཞེས་བྱ་

བཅས། སེམས་ཅན་འདི་འདྲ་ཞིག་གིས་བདག་གི་མ་མ་བྱས་ཞེས་བྱ་བ་གཅིག་ཀྱང་
མེད། བྱས་པ་ལ་གངས་ཀྱིས་ཀྱང་མི་ཚོད། དེས་ན་སྤྱི་ཤི་འཕོས་པས་ངོ་མ་གཤེས་པ་
མ་གཏོགས་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་ན་རང་གི་པ་མར་མ་གྱུར་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད། པ་
མར་གྱུར་རེས་ཀྱིས་ཆེ་འདིའི་མ་དང་འདྲ་བར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱེད་ས་པའི་བྱིན་ཅན་གྱི་
སྟག་ཡིན། ཆེ་འདིའི་མས་བྱིན་གྱིས་རི་ལྟར་བསྐྱེད་ས་ན། བདག་གི་ད་ལྟའི་མ་འདིས་
མངལ་དུ་ཡོད་པའི་ཆེ་བདག་ལ་གཞོད་ཀྱིས་དོགས་གཡོར་བཟོ་བ་སོགས་ཀྱིས་
བསྐྱེད་ས། བཅས་ནས་ནི་འཇམ་པའི་གོས་སྟན་ལ་བཞག། །སོར་མོ་བཅུའི་ཁ་ལ་
ལྷངས། བྱམས་པའི་མིག་གིས་བལྟས། དགའ་བའི་འཇུ་མ་གྱིས་བསྟུས། བཅེ་བས་བྱ་
ཞོ་བསྟུན། ཤའི་བྱོད་ལ་བཅར། ཟས་ལྟེས་བསྟོད། སྒྲུབས་ཁས་བྱིས། མི་གཙང་བ་
ལག་པས་བྱིས། མ་རང་ཉིད་སྟོག་ལ་སྟག་པ་བས་ཀྱང་བདག་ཅུང་ཟད་ན་བ་སྟག་
པར་བྱས། དཀའ་ལས་སྤྱིད་སྟག་ཐམས་ཅད་བྱུང་དུ་བསད་ནས་བསྐྱེད་ས་པའི་ཁོར་
དངོས་པོ་རང་གིས་བེད་སྟོད་མ་བྱས་པ་རྣམས་བདག་ལ་བྱིན། མདོར་ན་མ་རང་གི་
འཕོས་དང་བསྟུན་པའི་གཞོད་འཆེ་ལས་བསྐྱེད་ས། བན་བཏགས་པའི་བྱིན་ཅན་ཡིན་
སྟམ་པའི་ཆོ་བཅེ་ཡམ་ཡམ་པ་བྱ། དེ་ནས་ཆེ་འདིའི་པ་མ་ལ་སོགས་པའི་གཉེན་ཉེ་བ་
རྣམས་དང་། དེ་ནས་བར་མ་རྣམས་དང་། དེ་ནས་ཆེ་འདིར་གཞོད་པ་བསྐྱེད་ས་པའི་
སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་ནས། འདི་རྣམས་ཀྱིས་བདག་གི་མ་བྱས་པ་གངས་ཀྱིས་མི་
ཚོད། དེ་ཡང་མའི་ཉེན་ལ་མ་བྱས་པ་གངས་ཀྱིས་མི་ཚོད། མ་ནམ་བྱས་རེས་ཀྱིས་
ཆེ་འདིའི་མ་བཞིན་དུ་གཞོད་པ་ལས་བསྐྱེད་ས། བན་ཆད་མེད་པ་བཏགས་པའི་བྱིན་
ཅན་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ལན་གངས་ཆད་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱེད་ས་པའི་མ་རྣམས་

ཉོན་མོངས་པའི་གདོན་གྱིས་སེམས་དགྲུགས་པས་ཤེས་པ་ལ་རང་དབང་མེད་པར་
སྟོ། །གཉི་ལྷག་གིས་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་ལྟོངས་པས་མངོན་མཐོངས་ལེགས་ཀྱི་ལམ་
ལྟ་བུའི་མིག་དང་ནི་བྲལ། ཐར་པའི་ཁྲོད་དུ་འཁྲིད་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་
ལོང་འཁྲིད་པ་ནི་མེད། སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ཞིང་ཉེས་སྟོད་ཀྱིས་དབྱེན་བཙུགས་གོམ་
འགྲོས་འཁྱོར་བས་འཁོར་བ་དང་རྒྱ་སོང་གི་གཡལ་ས་ཉམ་ང་བར་འགྲིམས་པས་
སྤྱག་བསྐལ་ཞིང་ཉམ་ཐག་པ་འདི་རྣམས་བྱ་བདག་ལ་མི་རེ་ན་སྤྱ་ལ་རེ། མ་དེ་སྤྱག་
བསྐལ་ལས་སྦྱོལ་བ་ཡང་བདག་ལ་མི་འབབ་ན་སྤྱ་ལ་འབབ། འིན་ཅན་གྱི་མ་རྣམས་
ཡལ་བར་དོར་ནས་རང་གཅིག་བྱ་འཁོར་བ་ལས་ཅི་ཐར་བྱེད་ན་དེ་ལས་ཁྲེལ་དང་ངོ་
ཚ་ཆུང་བ་མི་འོང་། དེས་ན་མ་རྣམས་ཀྱིས་འཁོར་བའི་བདེ་འབྲས་ཆངས་པ་དང་བརྒྱ་
བྱེན་སོགས་ངེ་སྟེད་ཅིག་ཐོབ་ཀྱང་རྟག་མ་བྱུབ། ད་བདག་གིས་རང་ཡལ་བར་དོར་
ནས་ནས་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐལ་
ལས་བསྐལ་ཉེ་ཐར་པ་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བདེ་བ་ལ་ཅི་ནས་ཀྱང་དགོད་པར་བྱའོ། །དེས་
ན་བདེ་བས་མོངས་པའི་མ་རྒྱན་འདི་རྣམས་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་སྤྲད་ན་ཅི་མ་རུང་།
བདེ་བ་དང་སྤྲད་པར་གྱུར་ཅིག །ཅི་ནས་ཀྱང་བདེ་བ་དང་སྤྲད་པར་བྱའོ། །སྤྱག་བསྐལ་
གྱིས་མཁར་བའི་མ་རྒྱན་སེམས་ཅན་འདི་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐལ་དང་བྲལ་ན་ཅི་མ་
རུང་། སྤྱག་བསྐལ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག །སྤྱག་བསྐལ་དང་བྲལ་བར་བྱའོ། །དེ་
ཡང་བདག་གིས་བྱའོ། །འོ་ན་དེའི་རྒྱས་པ་ཁྲིད་ལ་ཡོད་དམ་སྙམ་ན། ད་ལྟ་ནི་བདག་
ལ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལྟ་ཞོག །སེམས་ཅན་གཅིག་ཙམ་ཡང་འཁོར་བའི་སྤྱག་
བསྐལ་ལས་བསྐལ་ནས་བདེ་བ་སྒྲ་ན་མེད་པ་ལ་འགོད་པའི་རྒྱས་པ་མི་འདུག །དེ་

ལྷ་རྒྱལ་བཅའ་ཞིག་ནི་བྱས། ད་དམ་བཅའ་དེ་ཡལ་བར་དོར་ན་ངན་སོང་དུ་ལྷ་རྒྱལ་བར་འགྱུར་བས། དེས་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་སྦྱོལ་བ་དང་བདེ་བ་སྦྲུལ་ན་མེད་པ་ལ་འགོད་རྒྱས་པ་སངས་རྒྱུ་མ་གཏོགས་གཞན་ན་མི་འདུག་པས་བདག་གིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐྱེད་མཐའ་དག་ལས་བསྐྱབས་ནས་སྦྲུལ་ན་མེད་པའི་བདེ་བ་ལ་དགོད་པའི་དོན་དུ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གོ་འཕང་ཅི་ནས་ཀྱང་འཕྲོལ་བར་བྱའོ་སྙམ་དུ་བསམ།

དེ་ལྷ་རྒྱལ་བ་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་པས་བསམ་པ་སེམས་བསྐྱེད་དེ། ཆེ་འདིར་མི་ཉམས་པའི་རྒྱུ་སེམས་བསྐྱེད་ལ་སྦྱོ་བྱགས་འཕེལ་བའི་ཕྱིར་དུ་ཕན་ཡོན་ཅན་པ་ལ་བསྐྱབ་པ།

སེམས་བསྐྱེད་དངོས་འཕེལ་བའི་ཕྱིར་དུ་ལན་དུག་དུ་བསྐྱེད་པ་ལ་བསྐྱབ་པ། གང་གི་དོན་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་སེམས་ཅན་གྲོས་མི་སྤོང་བ་ལ་བསྐྱབ་པ། ཆོགས་བསམག་པ་ལ་བསྐྱབ་པ་དང་བཞི་ལས། དང་པོ་ནི། བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཅམ་གྱིས་ལྷ་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོད་པའི་གནས་སུ་འགྱུར། ཉན་རང་དགྲ་བཅོམ་རྣམས་ཀྱང་རིགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཟེལ་གྱིས་གཞོན། རིམས་ལ་སོགས་པའི་ནད་དང་གཞོན་གྱིས་མི་ཚུགས་ཤིང་། ཞི་སོགས་ཀྱི་ལས་རྣམས་ཀྱང་ཆོགས་མེད་དུ་འགྱུར། ངན་སོང་ལ་སོགས་པར་མི་སྦྱོ། སྦྱོས་ཀྱང་ལྷ་རྒྱལ་དུ་ཐར། སྤྱིག་པ་སྦྱོབས་ཅན་གྱི་ཆེ་བ་ཡང་ལྷ་རྒྱལ་དུ་འཛོམས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཕན་ཡོན་གཟུགས་སུ་གྲུབ་ན་ནི་ནམ་མཁར་མི་ཤོང་བར་བཤད་པས་སེམས་འདི་མི་ཉམས་པར་གོང་འཕེལ་དུ་བྱེད་དགོས་སྙམ་དུ་བསམ།

གཉེས་པ་ནི། བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འདི་བར་མ་དོར་བཏང་ན་
པས་པམ་ལས་ཀྱང་རྣམ་སྤྲིན་ལྷི་བས་སངས་རྒྱས་མ་ཐོབ་བར་དུ་མི་གཏོང་ཞིང་།
ཉིན་ལན་གསུམ་མཚན་ལན་གསུམ་དུ། སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་ཆོག་གས་ཀྱི་མཆོག་
རྣམས་ལ། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི། །བདག་གིས་སྤྲིན་སོགས་
བགྱིས་པ་འདི་དག་གིས། །འགྲོ་ལ་པན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འབྲུག་པར་འོག། །ཅེས་པ་
ལན་གསུམ་གསུམ་གྱིས་སེམས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །གསུམ་པ་ནི། བདག་གིས་
སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་པས་སེམས་ཅན་གྱི་དོས་
ནས་མི་འདྲ་བ་ཅི་བྱང་ཡང་བདག་རང་གི་དོས་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ནས་
དུའང་ལྷོས་མི་སྤང་སྦྱུང་བ་བྱའོ། །བཞི་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལན་གཅིག་བསྐྱེད་
པ་འདི་མི་ཉམས་ཤིང་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བའི་ཕྱིར་དུ་དཀོན་མཆོག་མཆོད་པ་
སོགས་ཆོག་གས་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །

སྐྱེ་བ་གཞན་དུ་ཡང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་དང་མི་འབྲལ་བའི་རྒྱུར་ནི་ནག་པོའི་
ཆོས་བཞི་སྤོང་བ་དང་དཀར་པོའི་ཆོས་བཞི་བསྟེན་པ་ལ་བསྐྱབ་དགོས་པའི་ནག་
པོའི་ཆོས་བཞི་ནི།

དང་པོ་མཁན་པོ་དང་སྐྱེ་མ་སོགས་ཡོན་གནས་གང་ཡང་རུང་བ་ལ་རྩལ་
གྱིས་དབུ་སྐྱོར་ཐབས་བྱེད་པ་ནག་ཆོས་ཡིན་པས་དེ་འདྲ་གཏན་མི་བྱ་ཞིང་། དེའི་
གཉེན་པོར་སེམས་ཅན་སུ་ལའང་སློག་གམ་བཞད་གང་གྱི་ཕྱིར་ཡང་རྩལ་མི་སྤྲོ། རག་
ཆོས་གཉེས་པ་གཞན་དགེ་བ་བསྐྱབས་ནས་མི་འགྲོད་པ་ལ་འགྲོད་དུ་གཞུག་པ་སྟེ།
དེ་ལྟ་བུ་གཏན་མི་བྱ་ཞིང་། དེའི་གཉེན་པོར་རང་གིས་སྤྲིན་པར་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་

སྟོད་དུ་བྱང་ན་ཐེག་དམན་ལ་མི་དགོད་པར་ཐེག་ཆེན་ལ་དགོད་པར་བྱའོ། །ནག་
ཆོས་གསུམ་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོར་སེམས་བསྐྱེད་པའི་གང་ཟག་ལ་ཞེ་སྤང་གིས་མི་
སྟན་པ་རྫོང་པ་སྟེ། དེ་འདྲ་གཏན་མི་བྱ་ཞིང་། དེའི་གཉེན་པོར་ཐེག་ཆེན་གྱི་གང་ཟག་
ལ་སྟོན་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད། སྐབས་སུ་བབ་ན་དོན་ལ་གནས་པའི་བསྐྱགས་པ་
བརྫོང་ཅིང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་དག་སྤང་སྤང་བར་བྱའོ། །ནག་ཆོས་
བཞི་པ་ནི། སེམས་ཅན་ལ་གཡོ་སྤྱོད་སྟོད་པར་བྱེད་པ་སྟེ། དེ་འདྲ་ནམ་ཡང་མི་བྱ་
ཞིང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བྱང་པོའི་བསམ་པ་བྱའོ། །རྩི་ལྷ་མས་ཀྱང་། སེམས་
བསྐྱེད་ཐེག་མཆོག་ལམ་གྱི་གཞུང་ཤིང་སྟེ། །རྒྱབས་ཆེན་སྟོད་པ་རྣམས་གྱི་གཞི་དང་
རྟེན། །ཆོགས་གཉིས་ཀྱན་ལ་གསེར་འགྲུར་ཅི་ལྟ་བུ། །རབ་འབྱམས་དགེ་ཆོགས་
སྟུང་པའི་བསོད་ནམས་གཏེར། །དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་ཀྱུལ་སྤྲས་དབང་པོ་རྣམས། །རིན་
ཆེན་སེམས་མཆོག་ཐུགས་དམ་མཐིལ་དུ་འཛིན། །ཞེས་གསུངས།

འོ་ན་སྟོན་སེམས་ལ་བསྐྱབས་པ་ཅམ་གྱིས་ཆོག་གས་སྟུམ་ན། དེ་ཅམ་གྱིས་
མི་ཆོག། །དེའི་སྟེང་དུ་འདུག་སྟོམ་ལྷངས་ནས་ཀྱུལ་སྤྲས་གྱི་སྟོད་པ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་ལ་
བསྐྱབ་དགོས་ཤིང་།

དེ་ཡང་རང་རྒྱུད་སྟོན་བྱེད་པར་བྱིན་བྱག་དང་།

གཞན་རྒྱུད་སྟོན་བྱེད་བསྟུ་བའི་དངོས་པོ་བཞི་ལ་བསྐྱབ་དགོས་པའི་དང་པོ་
ལ་བྱག་ཡོད་པ་ལས།

སྟོན་པ་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ་ནི།

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱིར་དུ་སངས་རྒྱས་འཕྲོ་བ་པར་བྱའོ་སྐྱེས་པའི་
བསམ་པ་དེས་ཀྱལ་ནས་བསྐྱང་སྟེ། དམ་པའི་ཆོས་ཀྱིས་ཐོངས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་དམ་
པའི་ཆོས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་བསྟན། རྒྱལ་པོ་དང་དམག་ལ་སོགས་པའི་འཛིགས་པ་
དང་། འབྲེ་གཅན་གཟན་སྒྱལ་ལ་སོགས་པའི་སེམས་ཡོད་ཀྱི་འཛིགས་པ། མེ་ཆུ་
སོགས་སེམས་མེད་ཀྱི་འཛིགས་པ་རྣམས་ལས་བསྐྱབ། བཟའ་བཏུང་མལ་སྟན་ན་
བའི་གསོས་སྟན་སོགས་ནོར་གྱིས་ཐོངས་པ་རྣམས་ལ་དེ་དག་པངས་མེད་དུ་སྦྱིན།
མདོར་ན་ལུས་ཡོངས་སྟོང་དུས་གསུམ་དུ་བསགས་པའི་དགོ་རྩ་ཐམས་ཅད་པངས་
མེད་དུ་གཏང་ངོ་། །དེ་ལྟར་ཡང་རྗེ་ལྷ་མས། སྦྱིན་པ་འགྲོ་བའི་རེ་སྐོང་ཡིད་བཞིན་
ནོར། །སེར་སྒྲིལ་མདུད་པ་གཅོད་པའི་མཆོན་ཆ་མཆོག་ཁ་ཁྱུམ་སྒྲིང་སྒྲོ་བས་བསྐྱེད་
པའི་རྒྱལ་ལྷ་སྟོང་། །སྟན་པའི་གྲགས་པ་ཕྱོགས་བཅུར་སྟོག་པའི་གཞི། །དེ་ལྟར་
ཤེས་ནས་ལུས་དང་ཡོངས་སྟོང་དགོ། །ཡོངས་སུ་གཏོང་བའི་ལམ་བཟང་མཁས་པས་
བསྟེན། །ཤེས་གསུངས།

གཉིས་པ་རྒྱལ་ཁྲིམས་ལ་བསྐྱབ་རྒྱལ་ནི།

སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་འཕྲོ་བ་པར་བྱ། དེའི་ཕྱིར་དུ་བན་ཤེས་
བཞིན་ངོ་ཆ་ཁྲིལ་ཡོད་ཀྱི་བསམ་པ་ན་རེ་བྱས་ལ་མི་དགོ་བ་སྟོག་ལ་བབ་ཀྱང་མི་བྱ་
ཞིང་། དེ་ལྟར་ཉེས་སྟོང་སྟོམ་པའི་རྒྱལ་ཁྲིམས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་པར་ཕྱིན་དུག་གོང་
འཕེལ་དུ་བྱེད་དགོས། དེ་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་
མེད་པར་བསྐྱབས་ཏེ་རྒྱལ་ཁྲིམས་གསུམ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་སྟེ། རྗེ་ལྷ་མས། རྒྱལ་
ཁྲིམས་ཉེས་སྟོང་དེ་མ་འཁུད་པའི་ཆུ། །ཉོན་མོངས་ཆ་གདུང་སེལ་བ་ལྷ་བའི་

འོད། །སྤྱི་ཀྱའི་དབུས་ན་ལྷན་པོ་ལྟ་བུར་བརྩེད། །སྟོབས་ཀྱིས་བསྐྱེགས་པ་མེད་པར་
འགྲོ་ཀྱན་འདུད། །དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་ཡང་དག་སྒྲུངས་པའི་ཁྲིམས། །དམ་པ་རྣམས་
ཀྱིས་མིག་བཞིན་སྤྱད་པར་མཛད། །ཅེས་གདམས།

བཅོད་པ་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ་ལ།

གཞན་ཀྱིས་རང་ལ་གཞོད་པ་བྱས་པ་ལ་ཁོ་བར་མི་འོས་ཏེ། གཞན་ཀྱིས་
གཞོད་པ་བྱས་པ་དེ་སྤར་རང་གིས་ཁོ་ལ་གཞོད་པ་བསྐྱུལ་བའི་ལེ་ལན་ཡིན་ཞིང་། ཁོ་
རང་ལ་འང་ཁོང་ཁྲོས་རང་དབང་མེད་པར་བྱས་པ་ཡིན་པས་གཞོད་ལན་གྱེད་མི་
བྱུང་། ཁོང་ཁོ་སྤྱད་ཅིག་མ་རེས་ཀྱང་བསྐྱུལ་པ་མང་པོར་བསགས་པའི་གཞི་གསུམ་
ཀྱི་དགོ་ཅ་རྣམས་འདྲོམས་པར་འདུག་པས། བདག་གིས་ཁོང་ཁྲོའི་བསམ་པ་ཡིད་ཀྱི་
དབྱ་ལ་འང་མི་བྱ་ཨང་སྟུམ་གཞོད་པ་ལ་དེ་མི་སྟུམ་པའི་བཅོད་པ་དང་། གཞན་ཀྱིས་
བདག་ལ་གཞོད་པ་བྱས་ནས་སྟུག་བསྐྱུལ་བྱག་པོ་སྟོང་བས་ནི་ང་རྒྱལ་དང་དེགས་པ་
སོགས་སེལ། འཁོར་བ་ལས་རེས་པར་འབྱུང་བའི་སྟོ་སྟེ། སྟུག་བསྐྱུལ་མི་འདོད་པ་
བྱུང་བ་ན། དེ་མི་དགོ་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པས་རྒྱ་མེད་ན་འབྲས་བྱ་ག་ལ་འབྱུང་སྟུམ་
དུ་མི་དགོ་པ་ལ་མི་འཇུག། །གཞན་ཀྱིས་གཞོད་པ་བྱས་པ་ལ་བཅོད་པ་བསྐྱོམས་པས་
ཕྱིན་བྱག་གཞན་རྣམས་ཀྱང་རྫོགས་ནས་འཆང་རྒྱ་བས་གཞོད་གྱེད་ལ་བཅོད་པ་
བསྐྱོམ་པའི་གདམས་ངག་སྟེར་བའི་སྒྲ་མ་ལྟ་བུར་མཐོང་ནས་དེ་མི་ཁྲོ་སྟེད་པ་
སྟུག་བསྐྱུལ་དང་ལེན་ཀྱི་བཅོད་པ་དང་། དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་སངས་རྒྱས་བྱང་
སེམས་ཀྱི་མཐུ་བསམ་ཀྱིས་མི་བྱབ་པ་མཐོང་སྟེ། རྒྱལ་སྤྱས་ཀྱི་སྟོད་པ་དང་བདག་

མེད་པའི་དོན་ལ་མོས་པའི་སྒོ་ནས་དེ་རྣམས་ལ་སྒྲོབ་འདོད་ཆོས་ལ་ངེས་སེམས་ཀྱི་
བཟོད་པའི་ཉམས་ལེན་ཞེ་ཐག་པ་ནས་བྱེད་དགོས་ཏེ། རྗེ་སྒྲ་མས། བཟོད་པ་སྟོབས་
ལྡན་རྣམས་ལ་རྒྱན་གྱི་མཆོག་ཉོན་མོངས་གདུང་བའི་དཀའ་ཐུབ་ཀྱན་གྱི་ཕུལ། ཞེ་
སྒྲ་ལག་འགྲོའི་དག་ལ་ནམ་མཁའ་ལྗིང་། ཆོག་རྒྱབ་མཆོན་ལ་སྤྲ་བའི་གོ་ཆ་
ཡིན། ཉེ་ལྟར་ཤེས་ནས་བཟོད་མཆོག་གོ་ཆ་ལ། རྣམ་པ་སྤྲ་ཆོགས་ཚུལ་གྱིས་
གོམས་པར་མཛད། ཅེས་གསུངས་སོ། །

བཞི་བ་བཙུན་འགྲུས་ལ་བསྐབ་ཚུལ་ནི།

སྒོ་གསུམ་གྱི་སྟོམ་ལས་དང་འཁྲིག་པ་དང་གཉིད་ཀྱི་བདེ་བ་སོགས་བདེ་བ་
དམན་པ་ལ་སྲེད་པ་ལ་འཁོར་བ་ལ་སྒྲོ་བ་མ་བསྒྲོམས་པ་ལས་ལེ་ལོ་སྒྲེ་བས། ལེ་
ལོའི་རྒྱ་དེ་རྣམས་སྤངས་ཏེ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དགེ་བའི་བྱ་བ་འབའ་ཞིག་གིས་
འཁོལ་དགོས། དེ་ཡང་སེམས་ཅན་གཅིག་ཅེས་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐལ་སེལ་བའི་ཕྱིར་དུ་
ཡང་དཀའ་སྤྱད་ལུས་སྟོག་ལ་མི་བཟླ་སྟམ་པ་གོ་ཆའི་བཙུན་འགྲུས། དེ་ལ་བརྟེན་
ནས་པར་ཕྱིན་དུག་གི་ཉམས་ལེན་གོང་འཕེལ་དུ་བྱེད་པ་དགེ་བ་ཆོས་སྤྱད་ཀྱི་བཙུན་
འགྲུས། དེ་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་འབད་ནས་
བྱེད་པ་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་བཙུན་འགྲུས་ལ་འབད་དགོས་ཏེ། རྗེ་སྒྲ་མས། མི་
ལྷོག་བརྟན་པའི་བཙུན་འགྲུས་གོ་བགོས་ན། བྱུང་རྟོགས་ཡོན་ཏན་ཡར་ངོའི་སྒྲ་
བཞིན་འཕེལ། སྒྲོད་ལམ་ཐམས་ཅད་དོན་དང་ལྡན་པར་གྱུར། བཀང་བརྩམས་ལས་
ཀྱི་མཐའ་རྣམས་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ། ཉེ་ལྟར་ཤེས་ནས་ལེ་ལོ་ཀྱན་སེལ་
བའི། རྒྱབས་ཆེན་བཙུན་འགྲུས་རྒྱལ་སྤྲས་རྣམས་ཀྱིས་བརྩམ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ལྷ་པ་བསམ་གཏན་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ་ནི།

སེམས་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཀྱུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་འཛིག་རྟེན་དང་འཛིག་རྟེན་ལས་
འདས་པའི་བསམ་གཏན་གཉིས་དང་། ཟློགས་ཀྱི་དབྱེ་བས་ཞི་གནས་དང་ལྷག་
མཐོང་ཞི་ལྷག་རྒྱང་འབྲེལ་གྱི་བསམ་གཏན་གསུམ་དང་། བྱེད་ལས་ཀྱི་སྒོ་ནས་མཐོང་
ཆོས་ཆེ་འདི་ལ་ལུས་སེམས་བདེ་བར་གནས་པའི་བསམ་གཏན། མངོན་ཤེས་
སོགས་ཡོན་ཏན་གོང་མ་མངོན་པར་སྐྱབ་པའི་བསམ་གཏན། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་
སྐྱབ་པའི་བསམ་གཏན་དང་གསུམ་སྟེ། དེ་རྣམས་ལ་བྱིང་མྱོད་དང་བལ་བར་བསྐྱབ་
པར་བྱ་དགོས་ཏེ། རྗེ་སྒྲ་མས། བསམ་གཏན་སེམས་ལ་དབང་སྐྱར་ཀླུ་པ་པོ་
སྟེ། །བཞག་ན་གཡོ་མེད་རི་ཡི་དབང་པོ་བཞེན། །བཏང་ན་དགེ་བའི་དམིགས་པ་ཀྱུན་
ལ་འབྱུག །ལུས་སེམས་ལས་སྲུ་རུང་བའི་བདེ་ཆེན་འབྲེན། །དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་ནལ་
འབྱོར་དབང་པོ་རྣམས། །རྣམ་གཡེང་དག་འཛོམས་ཏིང་འཛིན་རྒྱུན་དུ་བསྟེན། །ཞེས་
གསུངས།

དུག་པ་ཤེས་རབ་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ་ནི།

སེམས་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཀྱུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ། སྲིད་པའི་རྩ་བ་རྒྱངས་ནས་
འབྲིན་བྱེད་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་རྟོགས་པ་དོན་དམ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་། ཀྱུན་
རྫོབ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་། དེ་གཉིས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་ཤེས་
རབ་རྣམས་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། རྗེ་སྒྲ་མས། ཤེས་རབ་ཐབ་མོའི་དེ་ཉིད་ལྟ་
བའི་མིག །སྲིད་པའི་རྩ་བ་རྒྱངས་ནས་འབྲིན་པའི་ལས། །གསུང་རབ་ཀྱུན་ལས་
བསྐྱུགས་པའི་ཡོན་ཏན་གཏེ། །གཏི་ཐུག་ཐུན་སེལ་སྒྲོན་མེ་མཆོག་ཏུ་གྲགས། །དེ་

ལྷ་མ་ཤེས་ནས་ཐར་འདོད་མཁས་པ་ཡིས། །ལམ་དེ་འབད་པ་དུ་མས་བསྐྱེད་པར་
མཛད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་གཞན་རྒྱད་སྟེན་བྱེད་བསྐྱེད་པ་བཞི་ལ་བསྐྱེད་ཚུལ་ནི།

སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་འཛོལ་པར་བྱ་སྟེན་པའི་བསམ་པ་དེས་
ཀུན་ནས་བསྐྱེད་ཏེ་ཐོག་མར་ཟང་ཟེང་གི་སྟེན་པས་སེམས་ཅན་རྣམས་འཁོར་དུ་
བསྐྱེད། དེ་ནས་སེམས་ཅན་རྣམས་དགའ་བའི་བྱིར་དུ་བཞེན་མདངས་གསལ་བ་
སྟེན་དུ་བཏང་སྟེ་མེད་པ་བར་སྐྱེད་པས་བག་པམ། དེ་ནས་བྱིན་དུག་གི་གཏམ་ལ་
སོགས་པ་ཆོས་སྟན་པར་སྐྱེད་པ་དང་། དེ་ནས་ཆོས་བསྟན་པ་ལྟར་དོན་ཉམས་སུ་ལེན་
དུ་འབྱུག་པའི་དོན་སྟོན་པ་དང་། དེ་ནས་གཞན་ལ་རི་ལྷོ་ཉམས་སུ་ལེན་དུ་བཅུག་
པ་ལྟར་རང་ཉིད་ཀྱང་པར་བྱིན་དུག་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་དོན་མཐུན་པ་སྟེ། གཞན་
དོན་སྐྱེད་པའི་ཐབས་ཐབས་མོ་འདི་རྣམས་ལ་ཅི་ནས་ཀྱང་བསྐྱེད་པར་བྱ་ལ། དེས་ན་
བདག་འཛིན་འཁོར་བའི་རྩ་བ་ཡིན་པས་དེ་དང་འཛིན་སྐྱེད་པ་དངོས་སུ་འགལ་བའི་
ལམ་སྟོམ་པ་མེད་པར་ཅེ་གཅིག་པའི་བསམ་གཏན་ཅམ་གྱིས་འཁོར་བའི་རྩ་བ་
གཅོད་མི་ལུས་ཤིང་། དམིགས་པ་ལས་མི་གཡོ་བར་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གནས་པའི་ཞི་
གནས་མེད་པར་བདེན་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཅམ་གྱིས་རི་ཅམ་དབྱེད་ཀྱང་ཉོན་
མོངས་སྒྲོག་མི་ལུས་ཏེ། ཉོན་མོངས་སྐྱེད་པའི་ཐར་པ་འཛོལ་པ་ལ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་
དོན་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་ཡིན་ལུགས་སུ་ཐག་ཆོད་པར་རྟོགས་པའི་ལྟ་བ་དེ།
དམིགས་པ་ལ་གཡོ་བ་མེད་པའི་ཞི་གནས་ཀྱི་རྟ་ལ་བསྐྱོན་ནས་རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་
དང་བྲལ་བའི་དབྱེད་པའི་རིགས་པ་གཏན་ཆོགས་ཆེན་པོ་བཞིའི་མཆོན་རྟོན་པོ་མཐར་

འཛིན་གྱི་དམིགས་གཏད་ཐམས་ཅད་འཛིག་པར་བྱེད་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་
ཚུལ་བཞིན་དུ་སྟོང་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་སྒོ་གྲོས་རྒྱས་པར་
མཛད་དགོས་པའི་བྱིར། རྗེ་སྒྲ་མས། ཅེ་གཅིག་བསམ་གཏན་ཅམ་ལ་འཁོར་བ་
ཡི། །རྩ་བ་གཅོད་པའི་རྒྱས་པ་མ་མཐོང་ཞིང་། །ཞི་གནས་ལམ་དང་བྲལ་བའི་ཤེས་
རབ་ཀྱིས། །རྗེ་ཅམ་དབྱེད་ཀྱང་ཉོན་མོངས་མི་སྒྲོག་པས། །ཡིན་ལུགས་ཕྱ་ཐག་ཆོད་
པའི་ཤེས་རབ་དེ། །གཡོ་མེད་ཞི་གནས་རྟ་ལ་བསྐྱོན་ནས་ནི། །མཐའ་བྲལ་དབྱ་མའི་
རིགས་པའི་མཆོན་ཆོན་གྱིས། །མཐར་འཛིན་དམིགས་གཏད་ཐམས་ཅད་འཛིག་བྱེད་
པ། །ཚུལ་བཞིན་སྟོང་པའི་ཡངས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས། །དེ་ཉིད་རྟོགས་པའི་སྒོ་གྲོས་
རྒྱས་པར་མཛད། །ཅེས་གསུངས།

དེ་ནས་དམིགས་པ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གཡོ་བ་མེད་པར་འཛིག་པ་ལས་ཞི་
གནས་ཀྱི་ཉིང་འཛིན་འབྲུག་པར་མ་ཟད། ཅེ་གཅིག་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་གནས་
པའི་ངང་ནས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་དཔྱོད་པའི་སོ་སོར་རྟོག་པའི་
ཤེས་རབ་ཀྱིས་དབྱེད་པས་ཀྱང་ཡིན་ལུགས་སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་གཡོ་བ་མེད་
པར་ཤིན་ཏུ་བརྟན་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་སྟེད་པར་མཐོང་ནས་ཞི་ལྷག་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བ་
བསྐྱབ་པ་ལ་བཙོན་པ་ལ་མཆོན་པ་ཡིན་ནོ་སྙམ་དུ་སྒྲོན་ལམ་གྱི་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་
བག་ཆགས་འཛིག་པ་ལ་འབད་དེ། རྗེ་སྒྲ་མས། ཅེ་གཅིག་སྒྲོམ་པས་ཉིང་འཛིན་
འབྲུག་པར་ནི། །སྒྲོས་པར་ཅི་འཆལ་ཚུལ་བཞིན་དཔྱོད་པ་ཡི། །སོ་སོར་རྟོག་པ་
ཡིས་ཀྱང་ཡིན་ལུགས་ལ། །གཡོ་མེད་ཤིན་ཏུ་བརྟན་པར་གནས་པ་ཡི། །ཉིང་
འཛིན་སྟེད་པར་མཐོང་ནས་ཞི་ལྷག་གཉིས། །བྱུང་འབྲེལ་སྐྱབ་ལ་བཙོན་ནམས་ལ་

མཆན་ནོ། །ཞེས་གསུངས། དེ་ལྟ་བུའི་ཞེ་ལྟག་བྱང་འབྲེལ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་
པའི་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་སྒྲོམ་པའི་མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་སྟོང་ཉིད་ལ་ཅེ་
གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་ནས་དེ་ལས་ལངས་པའི་རྗེས་སྟོན་ཏུ་རང་བཞིན་གྱིས་
མ་གྲུབ་ཀྱང་དེ་ལྟར་སྤང་བའི་སྒྲུ་མ་ལྟ་བུའི་སྟོང་བ་ཉིད་བསྒྲོམས་ནས་སྟོང་རྗེ་དང་
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་ཟིན་པའི་ཐབས་ཤེས་བྱང་དུ་འབྲེལ་བའི་ཉམས་ལེན་
གྱིས་རྒྱལ་སྤྲུང་གི་སྟོད་པའི་པ་རོལ་ཏུ་འགྲོ་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་བསྐྱགས་པར་འོས་ལ། དེ་
ལྟར་རྟོགས་ནས་ཐབས་ཤེས་ལ་བྲལ་བའི་ལམ་ཕྱོགས་རེ་བས་ཆོས་པ་མེད་པར་
ཐབས་ཤེས་བྱང་འབྲེལ་གྱི་ལམ་ལ་སྟོན་པ་སྐྱལ་བཟང་རྣམས་ཀྱི་ལུགས་ཡིན་པས་
དེ་ལྟར་འབད་དགོས་ཏེ། རྗེ་ཟླ་མས། མཉམ་གཞག་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་སྟོང་ཉིད་
དང་། རྗེས་སྟོན་སྒྲུ་མ་ལྟ་བུའི་སྟོང་བ་གཉིས། །བསྒྲོམས་པས་ཐབས་ཤེས་བྱང་དུ་
འབྲེལ་བ་ཡིས། །རྒྱལ་སྤྲུང་གི་སྟོད་པའི་པ་རོལ་འགྲོ་བ་བསྐྱགས། །དེ་ལྟར་རྟོགས་
ནས་ཕྱོགས་རེའི་ལམ་གྱིས་ནི། །ཆོས་པ་མེད་པ་སྐྱལ་བཟང་རྣམས་ཀྱི་
ལུགས། །ཞེས་གསུངས།

དེ་ལྟར་མདོ་སྐགས་བྱམ་མོང་བའི་ལམ་རྣམས་ལ་ལེགས་པར་བསྐྱབས་ནས་གདོན་
མི་བར་སྐགས་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་དགོས་ལ།

འཇུག་ཚུལ་ནི་ཐོག་མར་རྗེ་རྒྱལ་པོན་མཆན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ལས་
རྒྱུད་སྡེ་ནས་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་དབང་གིས་རྒྱུད་སྡེན་པར་བྱས། དེའི་ཆེ་ཁས་བླངས་
པའི་དམ་ཆོག་དང་སྟོན་པ་ཚུལ་བཞིན་བསྐྱངས་ཏེ། རྒྱུད་སྡེ་འོག་མ་གསུམ་ལྟར་ན་

མཆོན་བཅས་དང་མཆོན་མེད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ལ་བསྐྱབས་ཤིང་། གོང་མ་ལྟར་ན་རིམ་
གཉིས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ལ་རིམ་ཅན་དུ་བསྐྱབས་པས། མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་ལམ་གྱི་གནད་
ཐམས་ཅད་བསྐྱས་པའི་ལམ་གྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ལ་བསྐྱབ་པར་འགྱུར་
བས། དལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་དོན་ལྡན་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ཞིང་། ལྷལ་དེ་ལྟ་བུའི་སྒོ་ནས་
ཀྱལ་བའི་བསྐྱན་པ་རིན་པོ་ཆེ་རང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་ལ་སོན་ཨང་། རྗེ་སྤྲུལ་སྤྱང་དེ་
ལྟར་དུ་སྒྲགས་ཉམས་སུ་བཞེས། བདག་སོགས་རྗེས་འཇུག་རྣམས་ལའང་ལྷལ་དེ་
བཞིན་དུ་ཉམས་སུ་ལོང་ཞིག་ཅེས་གདམས་པར་མཛད་པ་ཡིན་སྟེ་དུ་རྗེ་སྤྲུལ་
མདུན་དུ་བསྐྱོམས་ནས་གསུང་ལྟར་ལྟར་དགྲེས་བཞིན་འདོམས་པར་བསམས་ལ་
དངོས་སུ་རང་རང་ཡིད་འཁུལ་བའི་སྒོ་ནས་གདོན་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ཡང་རྗེ་སྤྲུལ་
མས། དེ་ལྟར་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་ཐེག་ཆེན་གྱི། །ལམ་མཆོག་གཉིས་ཀར་དགོས་
པའི་ཐུན་མོང་ལས། །རི་བཞིན་བསྐྱེད་ནས་མཁས་པའི་དེད་དཔོན་གྱི། །མགོན་ལ་
བཏེན་ནས་རྒྱུད་ལྗེའི་རྒྱ་མཆོར་ཆེར། །ཞུགས་ནས་ཡོངས་རྫོགས་མན་ངག་བསྐྱེན་
པ་དེས། །དལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་དོན་དང་ལྡན་པར་བྱས། །རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་
ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས། །ཐར་འདོད་ཁྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱུང་འཆལ་ལོ། །རང་གི་ཡིད་
ལ་གོམས་པར་བྱ་བྱིར་དང་། །སྐལ་བཟང་གཞན་ལའང་ཕན་པར་བྱ་བའི་བྱིར། །ཀྱལ་
བ་དགྲེས་པའི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ལས། །གོ་སྤྱིའི་ངག་གིས་བཤད་པའི་དགེ་བ་
དེས། །འགྲོ་བ་ཀུན་ཀྱང་རྣམ་དག་ལམ་བཟང་དང་། །འབྲལ་མེད་ཀྱུར་ཅིག་ཅེས་ནི་
སྒོན་ལམ་གདབ། །རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་སྒོན་ལམ་དེ་ལྟར་བཏབ། །ཐར་འདོད་ཁྱེད་
ཀྱང་དེ་བཞིན་འདེབས་འཆལ་ལོ། །ཞེས་གསུང་གདམས་བྱུང་སྟེ་མཁས་པའི་སྒོ་ནས།

དེང་ནས་བརྩམས་ཏེ་ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་བདག་ཁྲིད་ཞབས་བརྩོ་གྲས་པས་མཆོད་པ་
དང་། ཁྲིད་གསུང་ཉན་ཅིང་སྒོ་གསུམ་བྱ་བ་ཀྱན། ཁྲིད་མཉེས་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་པར་
བྱིན་གྱིས་སྒོ་བས། །ཞེས་སོགས་དང་། ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་བས། །ཞེས་
སོགས་གྱིས་བསྟོ་བ་བསམ་པ་ཐག་བ་ནས་བྱའོ། །

རྩོ་པོ་མར་མེ་མཛད་དང་ཙོང་ཁ་བའོ། །

གདམས་པའི་ཉིང་ཁུ་བྱང་རྒྱབ་ལམ་རིམ་གྱི། །

ལམ་གྱི་གནད་བསྐྱུས་མ་ལོར་གདམས་པ་འདིས། །

འགྲོ་ཀྱན་རྒྱལ་བ་དབྱེས་པའི་ལམ་བཟོད་ཤོག། །

སྐྱེས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་འཁྲིད་བདུད་ཅི་གསེར་གྱི་ཡང་ལྷན་
ཞེས་བགྱི་བ་རྩི་སྒྲ་མའི་ཉམས་མགྱུར་དང་སྐྱར་ནས་འབྱེར་བདེ་བར་བཀོད་པ་འདི་
ནི་བསྟན་པའི་གསལ་བྱེད་ཆེན་པོ་ལུགས་འདི་ལ་ཤིན་ཏུ་མོས་ཤིང་དོན་དུ་གཉེར་བ།
ཀྱན་མཁུན་ཆེན་པོ་ཤེས་རབ་དཔལ་བཟང་གི་གདན་ས་བ་ཆེན་པོ་མདོ་ཆོད་ཆོས་
རྩིས་གསོལ་བ་ནན་ཆེར་བསྐྱུལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས། བ་ཆོད་པ་མོས་ནས་རྩིས་སྒྲ་མས་བྱིན་
གྱིས་བརྒྱབས་པའི་མཆན་མ་ཐོབ་པ། །ལྷ་ཀྱའི་དགེ་སྦྱོང་ཆོས་སྐྱ་བའི་བཅུན་པ་བསོད་
ནམས་རྒྱ་མཆོས་དཔལ་ལྷན་འབྲས་སྦྱངས་ཆོས་ཀྱི་སྟེ་ཆེན་པོའི་གཟེམས་ཁང་
དགའ་ལྷན་པོ་བྲང་གི་ཉི་འོད་ནམས་པར་འབྲིལ་བར་སྐྱར་བ་འདིས་ཀྱང་བསྟན་པའི་
སྦྱང་པོ་ཕྱོགས་དུས་ཀྱན་ཏུ་རྒྱས་པར་བྱེད་ལུས་པར་གྱུར་ཅིག །བཤ་ཤེས། །

བར་བྱང་སྒྲིན་ཆིག

ནམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་དུ། །
གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཚོས་ཚུལ་དལ་འབབ་སྤྱང་། །
ཆིག་གི་གཞེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི། །
དྲི་མ་ཡོངས་འཁྱུད་ལེགས་བཤད་བདུད་ཅི་འདི། །

དབར་དུ་བསྐྱལ་བའི་ནམ་དཀར་ཕྱང་པོའི་མཐུས། །
ཡང་དག་ཚོས་ཀྱི་སྒོ་མོ་སྟོང་ཐག་བརྒྱ། །
གདངས་ཏེ་རྒྱུད་ལཱའི་འགོ་བ་མ་ལུས་པ། །
ངེས་ལེགས་ནོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག། །

ཅེས་འཇམ་གླིང་ཡངས་བའི་ཁྱོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་ནམ་འཛེན་ཤུག་
སེལ་ཞེའི་རིང་ལུགས་སྒོ་ཀྱན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འཕུལ་ཡུན་ལེགས་ཆོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་
དམིགས། ཉན་བསྟན་བྱུང་མཐའ་རེས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དབར་དུ་བསྐྱལ་དང་བསྐྱལ་
འགྱུར་གང་ལའང་སྦྱར་ཆོག་པའི་དགོ་བསྟེན་སྟོན་ཆོག་ཏུ་ཤུག་འདི་དགོ་སྦྱོར་ཆོས་སྤྱོད་བཤག་
དབང་སྒོ་བཟང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྦྱར་བའོ། །