

[illegible]

༡༡། །བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་བཤམ་ནས་འབྱུང་བའི་ཉན་ས་ལེན་
གྱི་སྒོ་ནམ་བུ་རེས་བཤམ་གསུངས་ཀྱན་
གྱི་ཉིང་ཁྱེས་བྱ་བ་བཟླས་སོ། །



དུགས་པོ་སྒོམ་ཆེན་ངག་དབང་གྲགས་པ།
ཆེད་ཀྱིས་ཁྱིམ་མཚན་ཆེན་མོའི་སྒྲིག་ཁྲིམ་པ།

མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་དེབ་ཆེན་པོ་ཡང་།

SJRB-0254

མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་ཁྱེད་ཀྱིས་།

མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་གིས་འཕུལ་དེབ་ཏུ་བསྐྱོས།

མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས།

༢༠༡༥ ལྷ་ ༡༠ པར་ཚོམ་སྒྲིག་བྱས།

༢༠༢༠ ལྷ་ ༡༢ པར་བསྐྱར་སྒྲིག་བྱས།

མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཏུ་བྱང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ཡིག་འབྲེལ་ཏུ་བྱང་།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

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

དཀར་ཆག

རོ་སྒྲོན་མདོར་བསྟུན།	a
ཞུ་སྒྲིག་པའི་གསལ་བཤད།	b
༡༡། བྱང་རྒྱལ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ནས་འབྱུང་བའི་ཉམས་ལེན་གྱི་སྐོར་ནས་ཤར་པའི་པའ་ ལེགས་གསུངས་ཀྱན་གྱི་ཉིང་ཁྲ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །	
མཛད་པ་པོའི་ཆེ་བ།	༡
ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ།	༡
ཆོས་ལ་ཉན་བཤད་རི་ལྟར་བྱ་བ།	༡
གདམས་པ་དངོས་གྱིས་སློབ་མ་རི་ལྟར་བཀྲི་བའི་རིམ་པ།	༤
ལམ་གྱི་རྩ་བ་བཤེས་གཉེན་བཞེན་པའི་རྩུལ།	༤
བཞེན་ནས་སློབ་རི་ལྟར་སྦྱང་བའི་རིམ་པ།	༧
དལ་བའི་ཉེན་ལ་སྒྲིང་སྟོ་བྱང་བའི་སྦྱིར་བྱ་བསྐྱལ་བ།	༧
སྒྲིང་སྟོ་རི་ལྟར་ལེན་པའི་རྩུལ།	༡༠
ལམ་སྦྱིར་རྣམ་གཞག་ལ་ཤེས་པ་བསྐྱེད་པ།	༡༠
སྒྲིང་སྟོ་ལེན་རྩུལ་དངོས།	༡༣
སྦྱིས་བྱ་རྒྱུར་བྱ་དང་བྱུན་མོར་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་སློབ་སྦྱང་བ།	༡༣
འཇིག་རྟེན་གྱི་མ་དོན་གཉེར་གྱི་སློབ་སྦྱིང་བ།	༡༣

འཇིག་རྟེན་གྱི་མར་བདེ་བའི་ཐབས་བསྟན་པ།	༡༤
བསྟན་པ་ལ་འཇུག་པའི་སྒོ་དམ་པ་སྦྱབས་འགོ་སྤྱད་པ།	༡༤
བདེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཚ་བ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་བསྐྱེད་པ།	༡༥
སྦྱིས་བྱ་འབྲིང་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་སྒོ་སྤྱད་པ།	༡༥
ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་ངོས་བཟུང་པ།	༡༥
སྦྱག་བདེན་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ།	༡༥
ཀུན་འབྱུང་འཁོར་བའི་འཇུག་རིམ་བསམ་པ།	༡༧
འཆི་འཕོ་བ་དང་ཉིང་མཚམས་སྦྱར་བའི་ཚུལ།	༡༧
ཐར་པར་བསྟོད་པའི་ལམ་གྱི་རང་བཞིན་གཏན་ལ་དབབ་པ།	༡༤
སྦྱིས་བྱ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་སྒོ་སྤྱད་པ།	༡༧
ཐེག་ཆེན་གྱི་འཇུག་སྒོ་སེམས་བསྐྱེད་ཁོ་ནར་བསྟན་པ།	༡༧
སེམས་དེ་ཇི་ལྟར་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ།	༡༧
བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་སྦྱང་བའི་རིམ་པ།	༡༧
ཚོགས་བཟུང་ཚུལ།	༡༠
སེམས་བསྐྱེད་ནས་སྦྱོང་པ་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ།	༡༧
བསྐྱབ་པ་ལ་སྦྱོང་པའི་རིམ་པ་ཉིད་བཤད་པ།	༡༧
སྦྱོང་པ་སྦྱི་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ།	༡༧
ཁྱད་པར་རྒྱུ་མར་བྱིན་ཐ་མ་གཉིས་ལ་བསྐྱབ་པ།	༡༥
ཞིགས་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ།	༡༠

གཏམ་མཐོང་ལ་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ།	༦༡
གང་ཟག་གི་བདག་མེད་གཏན་ལ་དབབ་པ།	༦༢
ཚས་ཀྱི་བདག་མེད་གཏན་ལ་དབབ་པ།	༦༤
ལྷག་མཐོང་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ།	༧༣
བསྒྲོམས་པས་ལྷག་མཐོང་གྲུབ་པའི་ཚད།	༧༩
དེ་གཉིས་བྱང་རྩ་འབྲེལ་ཚུལ།	༧༩
བྱང་པར་དོ་རྗེ་ཐེག་པ་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ།	༧༩
པར་བྱང་སྒྲོན་ཚིག་	༧༩

དེ་མཆོད་མདོར་བསྟན།

དུགས་པོ་སྒོམ་ཆེན་དག་དབང་གྲགས་པ་ནི། དུས་རབས་བཙུ་པའི་ལོ་རབས་ལྔ་བ་རྒྱུ་ཡར་
མར་ཙམ་ལ་གཙང་བྱོགས་སུ་སྤྱུ་འབྱུངས།

དགྲའ་ལོ་རྒྱུད་དུ་འཛིན་པའི་དུས་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང་སྟེ་ཡི་གེ་སྟོར་སྟོན་དང་འདོན་ཆོས་སྟོན་བཅས་ལ་
བྱང་བར་མཛད། སེར་བྲེས་ལྷ་ཆོང་དུ་ཕེབས་ཏེ་གཞུང་ཆེན་པོ་ཏེ་རྣམས་ལ་སྦྱངས་པ་གནང་།
དཔལ་ལྷན་སྤྲད་རྒྱུད་ལྷ་ཆོང་དུ་ཕེབས་ནས་གསང་སྟགས་ཀྱི་གཞུང་དང་ཆོ་ག་བྲག་ལེན་བཅས་ལ་
ལེགས་པར་སྦྱངས།

དུགས་པོ་ལྷ་ཆོང་གི་མཁན་ཁྲིམ་ཕེབས། ཁྲི་ཐོག་གཉིས་པ་ཡིན། དེ་ནས་མི་རིང་བར་དཔལ་
ལྷན་སྤྲད་རྒྱུད་ལྷ་ཆོང་གི་ཁྲི་མ་དབུ་མཛད་དང་མཁན་ཁྲིམ་ཕེབས་ཏེ་འཆད་ཉན་བསྦྱངས།

དུགས་སྟོན་རྒྱ་ཆོང་ཟེ་གདོང་དགོན་དང་། ཡེར་རི་སྒོ་ཆོས་སྟེ་བྲག་བཏབ། དུས་རྒྱུན་ལྷ་
སྤངས་དགོན་དང་། བད་སྟེང་སོགས་སུ་བཞུགས་ཏེ་སྦྱབ་པའི་རྒྱལ་མཆོན་འཛིན་པ་ལ་ཅེ་གཅིག་
ཏུ་གཞོལ།

རྣམ་ཐར་ཁ་ཤས་སུ་དགའ་ལྷན་ཁྲིམ་ཕེབས་པར་ཡང་བཤད་ཅིང་། རྒྱལ་ཆོས་དར་མ་རིན་
ཆེན་དང་།

མཁས་གྲུབ་དགེ་ལེགས་དཔལ་བཟང་སོགས་བསྟེན་ནས་གཞུང་ཆེན་ཁག་གསན་བསམ་
གནང་བར་ཡང་བཤད་པ་སོགས་མཛད་རྣམ་ཞིབ་རྒྱས་ཤིག་མ་རྟེན་པས་རྣམ་ཐར་གསལ་པོ་ཞིག་
འགོད་ཐབས་མ་བྱུང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༥༣༩ ལོར་སྤྱི་གཤེགས་པར་བཤད།

གསུང་ཚིམ་ལ་རྟེན་འབྲེལ་བསྟེན་པའི་རྟེན་སོགས་པོད་འབྲིང་གསུམ་ཙམ་བཞུགས།

ཞུ་སྤྲིན་པ་འི་གསལ་བཤད།

པོད་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་སུ་སྤོན་ཕྱོན་མཁས་པའི་དབང་པོ་དག་གི་བཀའ་བློན་ལས། པོད་མི་
རིགས་ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བཅུད་དང་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ནོར་དུ་གླུར་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་
སྒྲུབ་པ་བཅའ་ཁྲི་ཐུག་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་སྟེ་ནའང་། རྒྱ་རབས་ཀྱི་འཕེལ་འགྱུར་དང་འགྲོགས་པའི་
མིའི་ཉེས་སྤྱོད་ཀྱི་དབང་གིས་ཅ་ཆའི་གསུང་རབ་མང་པོ་ཞིག་ཅ་བརྒྱག་དུ་ཕྱིན་ཟིན་པ་དང་། ལྷག་
འགྲོས་གང་མང་ཞིག་ཅ་བརྒྱག་དུ་འགྲོ་ཉེར་ཡོད་པར་བརྟེན་རྒྱ་རབས་འདིའི་པོད་མི་ཞིག་ལ་
མཆོན་ན་ཅ་ཆེ་བའི་གསུང་རབ་དེ་དག་གཅེས་ཉར་བྱེད་རྒྱུར་བརྩོན་དགོས་པ་ནི་རྒྱ་ལ་བབ་པའི་
ལས་འགན་བརྒྱུག་དུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ངེས། དེ་བས་འདི་ག་མེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཙོང་
སྤྲིག་ཁང་ནས་ཀྱང་ཅ་ཆའི་གསུང་རབ་དེ་དག་ཉར་ཆགས་དང་སྤྱད་སྟོབ་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཙོང་སྤྲིག་གི་
ལས་ཀ་འདི་གཉེར་བཞིན་ཡོད།

དེར་རབས་ཀྱི་འབྲུལ་ལས་སྐབས་བདེ་དུ་ཕྱིན་པ་དང་བསྐྱེད་ནས་གསར་དུ་ཙོང་སྤྲིག་བྲས་
པའི་དེབ་དང་འབྲུལ་དེབ་གང་མང་ཞིག་བྲས་བཤལ་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་དགའ་ཁོས་པ་ལྟ་བུར་
སྤང་མོད། སྤྱིར་གསུང་རབ་དབང་བསྐྱེད་དང་ཞུ་སྤྲིན་གྱི་སྐབས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་བཅོས་ནོར་
ཤོར་ནའང་ཆབས་ཆེ་བའི་སྤོན་ཆ་འབྱུང་གིན་པས་བསྐྱེད་དང་བཅོ་བཅོས་མེད་པར་ཤོར་
འཛོག་གིས་བདག་ཉར་བྱ་རྒྱ་ཅི་ནས་ཀྱང་གཤེད་ཆེ་ཞིང་། གཤེད་ནོར་བར་ངེས་པའི་ཡིག་འབྲུ་
གཅིག་བཅོས་དགོས་བྱུང་ནའང་ཁ་གསལ་གྱི་མཆན་ཡིག་འགོད་རྒྱ་ཏ་ཅང་གཤེད་ཆེ་བ་ཡིན།

འདི་ག་ཙོང་སྤྲིག་ཁང་ལ་མཆོན་ན། པར་གཞི་ཆད་ལྷན་ཞིག་མ་ཕྱིར་བཟུང་ནས་དེའི་ཡིག་
འགྲོས་སོར་བཞག་གིས་ཙོང་སྤྲིག་གྱེད་རྒྱ་ཅ་དོན་དུ་འཛིན་བཞིན་ཡོད་ལ། དེའི་པར་གཞི་མི་འདྲ་
བ་གཞན་ཡང་ལག་སོན་བྱུང་ན་པར་གཞི་གཞན་དག་ལའང་གང་ནུས་ཤིག་སྤྱར་བཞིན་ཡོད།

མ་ཕྱིར་ཡིག་ཞོར་མཛོན་གསལ་ཅན་བྱུང་ན་བཙུག་ཏེ་མཆན་གྱིས་གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད་ལ། མ་ཕྱི་དང་བར་གཞི་སོ་སོར་ལྷག་ཆད་བྱུང་བ་དང་། ཡི་གེ་མི་འདྲ་བ་བྱུང་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་སྐྱར་བྱེད་སྐབས་མཆན་འདེབས་པ་ཙམ་ལས་མ་ཕྱི་དང་དཔེ་གཞི་གཞན་གྱི་ཤོག་གྲངས་དང་མདུན་རྒྱབ་ཡིག་བྲང་སོགས་གསལ་ཁ་འདོན་མ་ཐུབ་པ་རེ་བྱུང་བྱུང་ཡོད་ནའང་ཕྱིས་སུ་དཔེ་བསྐྱར་ཞུས་པ་ན་མས་ལ་གསལ་ཁ་བཏོན་ཡོད།

ཙམ་སྒྲིག་ཁང་འདི་ནས་ཙམ་སྒྲིག་བྱས་པའི་དེབ་ལྟོག་སྐབས་དེས་དགོས་པ་འགའ་ཞིག་ངོ་སྟོན་ཅུང་ཙམ་ཞུ་ན། གཞུང་གི་དཔྱད་སྲུ་རྟགས་[]འདིའི་ནང་དུ་བཙུག་པ་ནི་མ་ཕྱིའི་ནང་གི་འོག་མཆན་དང་དཔྱད་སྲུ་མཆན་ཡིན། ཡང་གཞུང་དཔྱད་སྲུ་རྟགས་ “ འདི་བཀོད་ཡོད་ན་དེ་ནི་དོ་སྣང་བྱ་དགོས་པའི་ཡི་གེ་འཕམ་ཆོག་ཅིག་གི་མདུན་དུ་བཀོད་ཡོད་ལ། དེའི་རྗེས་སུ་མཆན་གྲངས་ཀྱི་ཨང་ཡིག་བཀོད་ཡོད་པས་མཆན་གྲངས་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་བྱུང་ན་མཆན་གྱིས་གསལ་བཤད་ཐེངས་གཅིག་བྱས་པས་ཆོག་པར་བྱས་ཏེ་རྗེས་མ་ན་མས་ལ་མདུན་དུ་རྟགས་ “ འདི་བཀོད་པ་ཙམ་ལས་རེ་རེ་བཞིན་མཆན་བྲིས་མེད།

མཐའ་མཆན་ལྟོག་སྐབས་དེབ་དེ་དཔེ་བསྐྱར་བྱས་ཡོད་ཆེ་དེའི་མ་ཕྱིར་བྱུང་བའི་བར་གཞི་ལ་**མ་ཕྱི**ཞེས་དང་། པར་གཞི་གཞན་དག་ལ་སྡེ་དགེ་བར་མ་དང་། བཟ་ཤིས་སྒྲན་པོ། ཞོལ། སྐྱ་འབྲུམ། རྒྱ་བྲང་བར་མ་ན་མས། **སྤྱེ། བཟ། ཞོལ། སྐྱ། རྒྱ།** སོགས་ཀྱིས་མཆོན་པར་བྱས་ཡོད། མཐའ་མཆན་གྱི་ཁོད་དུ་རྟགས་ཅན་ ***བསྐྱབས** ལྟ་བུ་བྱུང་ན་མ་ཕྱིའི་ཡིག་ཞོར་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་བྱུང་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་༤༥། བསྐྱབ *བསྐྱབས་ སྤྱི། ༡༠༣ན་༤༥།
ཆ། ༡༡༠བ་༣ན། བསྐྱབས་ ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་ཆེ་དཀ་གི་དོན་ནི། མ་ཕྱིའི་ཤོག་གངས་
༤༥མདུན་ངོས། ཡིག་སྐྱེང་༥བ་ན། བསྐྱབ་ཅེས་གིས་ཡོད་པ་མཆོན་ཞིང་། *བསྐྱབས་ བེ་མ་ཕྱིའི་
ཡིག་ནོར་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་སྐྱེང་༤བ་ན། ཆ་བྱང་
པར་མའི་ཐྱེབ་གངས་༡༡༠རྒྱ་བོ་ངོས། ཡིག་སྐྱེང་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་དེ་བ་རུ་ནོར་འཁྲུལ་ཤོར་བ་
སོགས་གཟིགས་ཆེ་ཀུན་པན་གྱི་ལས་གཞི་འདིར་རྒྱ་བསྐྱེད་དང་ལམ་སྟོན་གྱི་ཆེད་དུ་མཐུན་ལྟན་
ནམས་ནས་འདི་གའི་ཙོམ་སྤྲིག་ཁང་དུ་ཁ་གསལ་གྱི་ངོ་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་ཙོམ་སྤྲིག་ཁང་ནས།

བྱི་ལོ་༢༠༢༠ལྷ་འོ་ཆེས་༡༥ལ།

༡༡། །བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་བུ་ནས་འབྱུང་བའི་ཉམས་
 ལེན་གྱི་སྒོ་ནས་བར་དེས་བུ་ལེགས་གསུངས་
 གྱུན་གྱི་ཉིང་ཁྲ་ཞེས་བྱ་བ་
 བཞུགས་སོ། །

༡༢། །སྤྲུལ་དམ་བུ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །བསྐྱབ་གསུམ་ལུང་རྟོགས་མཛད་
 བའི་བྱང་བར་གྱིས། །རྒྱལ་བའི་དགོངས་བུ་ཅི་བཞིན་འཛིན་ཅུས་བའི། །སློབ་དཔོན་
 ཆེན་པོ་དེ་ཡི་རྗེས་ཞུགས་ནས། །མདོ་སྤྲུལ་ལམ་གྱི་རིམ་བུ་ཉམས་སུ་སྦྱང་། །
 འདིར་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་བུའི་ཁྲིད་ལ་བཞི།

མཛད་པ་པོའི་ཆེ་བ་དང་།

ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ་དང་། ཆོས་ལ་ཉན་བཤད་རི་ལྟར་བྱ་བ་དང་། གདམས་པ་
 དངོས་ཀྱིས་སློབ་མ་ཅི་ལྟར་བཀྱི་བའི་རིམ་བུའོ། །དང་པོ་ནི་གཞན་དུ་ཤེས་པར་
 བྱའོ། །

གཉིས་པ་། །ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ་ཤེས་པའི་ལས།

དང་པོ་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་ཆེ་བ་ནི། ཐེག་པ་
གསུམ་གྱི་སྤངས་རྟོགས་རིགས་མཐའ་དག །ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་ཡན་ལག་ཅི་རིགས་
པར། །འདིར་གཅིག་འཆང་རྒྱའི་ལམ་དུ་གོ་བ་ནི། །བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་
རྟོགས་པ་ལོ། །

གཉིས་པ་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་གདམས་ངག་ཏུ་འཆར་བའི་ཆེ་བ་ནི། དམ་
པའི་མན་ངག་ལ་བརྟེན་གསུང་རབ་ནི། །མཐའ་དག་དོན་ལ་ངེས་པ་རྟེན་བྱས་
ཏེ། །དབྱེད་དང་འཛོག་སྒྲིམ་ཉམས་ལེན་རིམ་པ་མཁས། །ཆོས་སྤོང་བྱངས་འབྲིན་
གསུང་རབ་གདམས་པར་འཆར། །

གསུམ་པ་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་བདེ་ལྷག་ཏུ་རྟེན་པའི་ཆེ་བ་ནི། གཞུང་
ལུགས་ཆེ་རྣམས་གདམས་པའི་མཆོག་ཡིན་ཀྱང་། །མ་སྤྱངས་སྒོ་ཡིས་དགོངས་པ་
རྟེན་དཀའ་ཞིང་། །རྟེན་ཀྱང་ཡུན་རིང་ཆེགས་ཆེ་ལ་ལྟོས་ཆེ། །འདི་ལས་རྒྱལ་བའི་
དགོངས་པ་བདེ་ལྷག་རྟོགས། །

བཞི་པ་ཉེས་སྤྱོད་ཆེན་པོ་རང་འགགས་སུ་འགོ་བའི་ཆེ་བ་ནི། དེ་ཕྱིར་རྒྱལ་
བའི་བཀའ་ལ་འཆང་རྒྱ་བའི། །གེགས་དང་ཐབས་གྱི་རིམ་པ་གཉིས་བརྟགས་
ནས། །ལེགས་གསུངས་འདོར་བ་གདམས་པ་འདིས་སྤོང་བས། །ཉེས་སྤྱོད་ཆེན་པོ་
རང་འགགས་ཉིད་དུ་འགྱུར། །

གསུམ་པ་ཆོས་ལ་ཉན་བཤད་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་ལ་གསུམ།

ཉན་པའི་ཚུལ། བཤད་པའི་ཚུལ། མཐུག་ཏུ་སྤྱོད་མོང་དུ་བྱ་བའི་ཚུལ་

ལོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། ཆོས་ཐོས་པའི་པན་ཡོན་བསམ་བ། ཆོས་དང་ཆོས་སྤྲོ་བ་ལ་
 རིམ་གྲོ་བསྐྱེད་པ། ཉན་ཚུལ་དངོས་སོ། །དང་པོ་ནི། གང་ཞིག་འདི་ཐོས་ཡིད་ནི་དང་
 གུར་ནས། །ལེགས་པར་དགའ་ལ་བརྟན་པ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར། །ཤེས་རབ་སྤྱེ་ཞིང་གཉི་
 ལྷག་མེད་འགྱུར་བས། །རང་གི་ཤས་ཀྱང་འདི་ནི་ཉོ་བའི་རིགས། །གཉིས་པ་ནི།
 གཅིག་ཏུ་དད་ཅིང་གྲུས་པས་ཆོས་ཉན་གྱིས། །ཁེངས་དང་ཆོས་དང་ཆོས་སྤྲོ་བ་
 གསོད་བྲལ། །རིམ་གྲོ་བསྐྱེད་སོགས་གྲུས་པར་བྱ་བ་ནི། །སངས་རྒྱས་འབྲུ་བར་དེ་
 ལ་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད། །གསུམ་པ་ལ་གཉིས། འདུ་ཤེས་ལྷག་བསྐྱེད་པ་དང་། སྤོང་གི་
 སྤྱོན་གསུམ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ནི། ༡ རང་ལ་ནད་པ་ ༢ ཆོས་སྤྲོ་ལ་སྤྲོན་པ། །༣ ཆོས་
 ལ་སྤྲོན་དང་ ༤ ཉན་ཏན་ལ་ནད་འཛོ། །༥ དེ་བཞིན་གཤེགས་ལ་སྤྱེས་བྱ་དམ་པ་
 དང་། ། ༦ ཆོས་ཚུལ་རིང་ཏུ་གནས་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད། །གཉིས་པ་ནི། ༡ ཁ་བྱབ་
 ༢ ཞབས་དྲོལ་ ༣ རི་མའི་སྤྱོན་སྤངས་ཏེ། ། ༡ ལེགས་པར་ ༢ རབ་ཏུ་ཉོན་ལ་ ༣ ཡིད་
 ལ་འཛིན། །མདོར་ན་སངས་རྒྱས་འགྱུར་པའི་རྒྱ་ཆོགས་དང་། །ཐོས་པའི་པན་ཡོན་
 བན་ཏེ་སྤྱོ་བས་ཉན། །

གཉིས་པ་ཆོས་བཤད་པའི་ཚུལ་ལ་བཞི། ཆོས་བཤད་པའི་པན་ཡོན་བསམ་
 བ། སྤྱོན་པ་དང་ཆོས་ལ་རིམ་གྲོ་བསྐྱེད་པ། བསམ་པ་དང་སྤྱིར་བེ་ལྷ་བྱས་བཤད་
 བ། ཡུལ་གང་ལ་བཤད་པ་དང་མི་བཤད་པའི་བྱེད་པར་འོ། །དང་པོ་ནི། རྟེན་བཀྱར་
 བལྟ་སོགས་ཉོན་མོངས་ཅན་སེམས་དང་། །ལོག་བཤད་སྤངས་ཏེ་མདོ་སོགས་ཇི་
 བཞིན་སྟོན། །ལྷག་བསམ་བསྐྱུལ་དང་འགྲུལ་ཅན་བྱུས་ལས། །པན་ཡོན་དཔག་
 མེད་གསུངས་པ་འདི་ཡིས་འཛིན། །གཉིས་པ་ནི། རྒྱལ་ཡུམ་གསུངས་ཆེ་སྟོན་པས་

ཉིད་གདན་བཤམས། །ཆོས་ནི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་བཀུར་བ་ཡི། །ཞིང་ཡིན་དེ་
ཕྱིར་ ༡ ཆོས་དང་ ༢ སྟོན་པ་ཡི། ། ༡ ཡོན་ཏན་ ༢ བཀའ་བློན་བཞུགས་པ་
བསྐྱེད། །

གསུམ་པ་ལ་གཉིས། བསམ་པ་དང་། སྦྱོར་བཤོ། །དང་པོ་ནི། དཔེ་མཚུང་
བདག་ཉིད་སྒྲོག་དང་འཆད་པས་ངལ། །གཞན་སྦྱོན་སྦྱང་དང་ཕྱི་བཞོལ་ཕྱག་དོག་
སྤང་། །འཁོར་ལ་བྱམས་བསྒྲོམས་འདུ་ཤེས་ལྡན་ཅིན་པས། །ཚུལ་བཞིན་བསྟན་
དགེ་བདེ་བའི་ཡོ་བྱད་བསམ། །གཉིས་པ་ནི། རྒྱས་སོགས་གཙང་སྤྱོད་འགྲོ་བཟང་
པོ་ཡི། །ཁྱི་སྟན་ལ་འདུག་ཟབ་མོའི་གཟུངས་བཞུས་ཏེ། །བཞིན་གྱི་མདངས་གསལ་
དཔེ་དོན་རྣམ་དཔེ་པས། །ལུང་དང་གཏན་ཆོགས་དུ་མས་དམ་ཆོས་སྟོན། །བཞི་པ་
ནི། ཉན་པའི་ཀུན་སྦྱོང་འདུལ་བ་ཇི་བཞིན་དང་། །གསོལ་ནས་འཆད་ཅིང་སྦྱོང་ལྟན་དུ་
ཤེས་ན། །མ་གསོལ་བར་ཡང་འཆད་པའི་དམིགས་བསལ་གསུངས། །གསུམ་པ་
མཐུག་ཏུ་ཐུན་མོང་དུ་བྱ་བའི་ཚུལ་ནི། དེ་ནས་བཤད་ཉན་དགེ་བ་རྗེ་གསུང་
བསྟོ། །དེ་ལྟའི་ཚུལ་གྱིས་ཐུན་དེའི་བཤད་ཉན་ལའང་། །ཤན་ཡོན་དཔག་མེད་
གསུངས་རྣམས་ཇི་བཞིན་འབྱུང་། །བཤད་ཉན་ལམ་དུ་གཏོང་བའི་གནད་འདི་
ནི། །སྦྱོན་འགྲོའི་གདམས་པ་མཆོག་ཡིན་གཅེས་པར་བཟུང་། །

བཞི་པ་གདམས་པ་དངོས་ཀྱིས་སྒྲོབ་མ་ཇི་ལྟར་བཀྱི་བའི་རིམ་པ་ལ་གཉིས།

ལམ་གྱི་ཅ་བ་བཤེས་གཉིན་བསྟེན་པའི་ཚུལ་དང་།

བསྟེན་ནས་སྒོ་རིམ་སྤང་བའི་རིམ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། དེས་པ་
བསྐྱེད་ཚུལ་སྒོ་སྟེ་བཤད་པ། སྒྱིང་ཚུལ་མདོར་བསྟེན་པའོ། །དང་པོ་ལ་བྲུག་པ་བསྟེན་
བྱེད་གེ་བའི་བཤེས་གཉིན་གྱི་མཆན་ཉིད། བསྟེན་བྱེད་སྒོ་བཤེས་མཆན་ཉིད། དེས་དེ་
རིམ་སྤང་བསྟེན་པའི་ཚུལ། བསྟེན་པའི་པན་ཡོན། མ་བསྟེན་པའི་ཉེས་དམིགས། དེ་
དག་གི་དོན་བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ནས་གདམས་པ་དངོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་
ལ། །སྒོ་བཤེས་ཚུད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་སྒྲ་གཅིག་ཀྱང་། །དམ་པའི་བཤེས་གཉིན་མཉེས་ལ་
རག་ལས་པས། །ཐོག་མར་དེ་ཡི་བསྟེན་ཚུལ་གནད་དུ་ཆེ། །གང་ཞིག་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་
བསྐྱབ་པས་སེམས་རྟ་ཐུལ། །བྲན་ཤེས་ཐག་པས་ཀྱིང་འཛིན་ལས་སུ་བྱང་། །ཤེས་
རབ་མིག་གིས་ཐབ་མའི་དེ་ཉིད་གཟིགས། །མང་ཐོས་སྒོ་བཤེས་དག་ལས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་
ལྷག །ལྷང་རིགས་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་ཉིད་རྟོགས་པའང་བཟུང་། །བཀྱི་བའི་རིམ་པ་
མཁས་པས་སྒྲ་མཁས་དང་། །སྤྱིང་རིམ་ཀྱན་བསྐྱབ་སྟེན་པས་ཀྱི་བཅུ་བདག་
ཉིད། །སྒོ་བཟྱེན་བཅོམ་བཅས་འཆད་པས་ཀྱི་སྒྱོ་བ་སྤངས། །༡.༡.ཤེས་བསྐྱབ་གསུམ་
ཀྱི་ཉིད་རྟོགས་དང་བཅུ་བཟུ། །གཙོ་བོ་ཡིན་མེད་དུས་ཀྱིས་རྟེན་དཀའ་ན། །སྟེན་
ཡོན་གཉིས་ལས་ཡོན་ཏན་ལྷག་པ་བཟུང་། །འདི་རྣམས་ཆང་བྱ་སྒོ་བཤེས་ཀྱང་འདི་
བསྟེན། །གཉིས་པ་ནི། ཐོགས་ལྷང་སྤངས་ཤིང་དོན་གཉིས་ལྷགས་བྲག་པ། །ལམ་
དང་ལམ་མིན་འབྱེད་པའི་སྒོ་བྲོས་ཅན། །ཉན་ཆེ་ཆོས་ལ་ལེགས་པར་ཡིད་གཏོང་
པ། །འདི་དག་ཆང་བྱ་སྒོ་བཤེས་མཆན་ཉིད་དོ། །

གསུམ་པ་ལ་གཉིས། བསམ་པས་བསྟེན་པའི་ཚུལ། སྒྱིང་བསམ་བསྟེན་པའི་
ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དད་པ་སྤང་བ། བཀའ་བྱིན་རིམ་སྤང་བའི་ཁྱུས་

པར་བྱ་བཤོ། །དང་པོ་རྩ་བ་དང་པ་སྦྱང་བ་ནི། ལྷག་པར་དང་པས་སྒྲོབ་དཔོན་ཡོན་
ཏན་བཟུང་། །དེ་ལ་སྒྲོན་རྟོག་སྐད་ཅིག་གྲང་མི་བྱ། །དངོས་གྲུབ་འགྲུབ་བྱེད་གོགས་
བྱེད་འགྲུར་བྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་བག་མེད་སྒྲོན་རྟོག་འབྲལ་དུ་བཤགས། །

གཉིས་པ་བཀའ་འིན་འཛིན་ཏེ་གྲུས་པར་བྱ་བ་ནི། འདིར་ནི་བཀའ་འིན་རྗེས་སུ་
འན་བྱས་ཏེ། །ཆོས་བརྒྱ་པ་དང་སྤྱོད་པོ་བཀོད་པའི་མདོར། །རི་ལྗར་གསུངས་བཞིན་
དབྱངས་སུ་བརྗོད་ཅིང་བསམ། །དེ་ནི་བསམ་པས་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་
ལོ། །གཉིས་པ་སྦྱོར་བས་བསྟེན་ཚུལ་ནི། རང་སྟོན་བྱ་དང་རྒྱང་མ་ལོངས་སྦྱོད་
འཁོར། །ཁྱེས་དང་སྦྱ་མཉེ་བྱི་བྱི་བསྦྱང་གཡོག་དང་། །རི་ལྗར་བསྟོ་བཞིན་བཀའ་
ལས་མི་འདའ་བར། །བསྒྲུབ་པའི་མཆོད་པས་གཙོ་བོར་མཉེས་པར་བྱ། །

བཞི་པ་བསྟེན་པའི་པན་ཡོན་ནི། དེ་ཡི་པན་ཡོན་རྒྱལ་དགེས་དག་བཤེས་
ཉེ། །ངན་འགྲོར་མི་ལྟར་ལས་ཉོན་གྱིས་མི་སྤྲུབ། །ཡོན་ཏན་རྗེ་མཐོར་འགྲུར་བས་
གནས་སྐབས་དང་། །མཐར་སྤྲུག་དོན་གྲུབ་སངས་རྒྱས་ཡོན་ཟིལ་གཞོན། །

ལྷ་པ་མ་བསྟེན་པའི་ཉེས་དམིགས་ནི། གལ་ཏེ་འདི་ཡི་བསྟེན་ཚུལ་ལོག་གྲུར་
ན། །ཆོངས་བཞིན་འཆི་བའི་དུས་བྱས་མནར་མེད་སྟེག་ །ཡོན་ཏན་མི་སྦྱེ་སྦྱེས་བཤང་
ཉམས་འགྲུར་ཞིང་། །སྟོན་གྲོགས་མི་དགའི་བཤེས་ཀྱིའང་སྒྲོན་འདི་འབྱེན། །

དུག་པ་དེ་དག་གི་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི། མདོར་ན་སྦྱང་ནས་ཆོས་ཤིག་བྱེད་འདོད་
ན། །མ་ཞོར་འཁྲིད་པའི་བཤེས་གཉེན་རྒྱུན་རིང་བསྟེན། །དེ་ཆེ་པན་ཡོན་ཉེས་
དམིགས་རིག་པའི་ལྟོས། །ལྷ་མའི་དམ་ཆོག་སྟོན་ལས་གཅེས་པར་བཟུང་། །

གཉིས་པ་སྦྱོར་ཚུལ་མདོར་བསྟེན་པ་ལ་གཉིས། །སྦྱོར་ཚུལ་དངོས། །སྦྱོར་

ཚུལ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཐུན་གྱི་འོ་པོ་
ལ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་དང་། ཐུན་མཚན་ས་སུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། སྒྲིང་བཞི་
དངོས་གཞི། མཐུག་ཏུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ནས་ཀྱེ་གནས་གཙང་སྒྲིག་གསུང་
ཐུགས་ཉེན་དགམ། །མཚོན་པ་གཡོ་མེད་བཞོད་པ་མཛེས་པར་བཤམ། །སྟན་ལ་
ལུས་བསྐྱེད་སྒྱུ་ལ་ཡུང་སྒྲིང་ལམ་གྱིས། །སྒྲིབ་ས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱུད་དང་
འབྲེས་ངེས་བྱ། །སྒྲུ་མ་གཙོ་རྒྱུར་ལྷོགས་ཞིང་གསལ་བཏབ་ལ། །བསམ་གསུང་
གནད་བསྐྱེས་ཡན་ལག་བརྟན་པ་བྱ། །བྱག་མཚོན་བསྐྱེད་བ་གསོལ་གདབ་ཡི་རང་
ལུས། །ཚོགས་བསམ་གསུང་བཤམ་པས་སྒྲིབ་སྒྲིང་དགའ་བས་སྒྲེལ། །བསྐྱེད་བས་
བསམ་གསུང་སྒྲེལ་བའི་དགོ་བ་རྣམས། །ནམ་ཡང་མི་ཟད་བྱེད་ཕྱིར་དོན་བསྐྱེ་
ན། །བསམ་གསུང་སྒྲེལ་ཞིང་མི་ཟད་བྱེད་པ་གསུམ། །ལྷ་རྒྱལ་སྒྲོན་འགྲོས་འདོད་དོན་
གསོལ་བ་གདབ། །བཤེས་གཉེན་གུས་སོགས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་མོ། །མཐའ་དག་རྒྱུད་
ལ་སྒྲེ་དང་ཕྱི་ནང་གི། །བར་ཆད་ཞི་སོགས་འདུན་པ་ལུགས་བྲག་གིས། །ཡང་ཡང་
གསོལ་བ་གདབ་པ་ངེས་པར་བྱ། །

གཉིས་པ་དངོས་གཞི་ལ་གཉིས། སྒྱིའི་སྒྲིང་ཚུལ། སྐབས་འདིའི་སྒྲིང་ཚུལ་
ལོ། །དང་པོ་ནི། རང་རྒྱུད་དགོ་ལ་བཞོལ་རུང་བསྐྱེད་འདོད་པས། །བསྐྱེད་རྒྱུའི་
དམིགས་པའི་གངས་དང་གོ་རིམ་ནི། །ངེས་བྱས་ལྷག་ཆད་མེད་པར་བྲན་ཤེས་
སྒྲིམ། །གཞན་དུ་ཕྱིལ་པའི་དགོ་སྒྲིང་སྒྲིན་ཅན་འཕྱུར། །

གཉིས་པ་ནི། སྐབས་འདིར་བཤེས་གཉེན་བསྐྱེད་པའི་པན་ཡོན་དང་། །མ་
བསྐྱེན་ཉེས་དམིགས་བསམས་ཏེ་སྒྲིན་རྟོག་བསྐྱེད། །ཡོན་ཏན་འབང་ཞིག་སེམས་

པའི་དང་པ་ཡི། །འིན་བསམ་སྒྲིང་ནས་གྲུས་པ་སྒྲེས་ཏེ་སྒྲོམ། །

གསུམ་པ་མཐུག་ཏུ་རི་ལྷར་བྱ་བ་ནི། །དེ་རྗེས་དགེ་བ་བསྡུ་ཞིང་རིམ་པ་
འདིས། །ཉིན་ཞག་གཅིག་ལ་སྤྱན་བཞིན་བཅད་དེ་འབད། །རེ་ཞིག་སྤྱན་ཚུང་གངས་
མང་བཟང་གྲེས་བསྐྱབ། །འོད་ཆད་ཆེད་ནས་རི་ལྷར་རིགས་པར་བསྐྱུང་། །

གཉིས་པ་སྤྱན་མཆོམས་སུ་རི་ལྷར་བྱ་བ་ནི། །སྤྱན་མཆོམས་སུ་ཡང་བསྐྱུང་
ཚུའི་དམིགས་པ་ནམས། །རྒྱ་ཡན་མི་གཏང་ཡང་ཡང་བྱས་བྱས་ཏེ། །དེ་ཉིད་ཆེད་དུ་
ཆོགས་གསོག་སྒྲིབ་སྒྲོང་དང་། །གཞན་ཡང་དབང་པོའི་སྒྲོ་སྒྲེས་ཟས་ཆོད་རིག་མི་
ཉལ་རྣལ་འབྱོར་བཙུན་དང་ཉལ་བའི་ཆོ། །ལུས་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོད་བྱས་ཤེས་བསྐྱེན་ཚུལ་
སོགས། །སྒྲོར་དངོས་རྗེས་དང་སྤྱན་མཆོམས་ཉམས་ལེན་ནམས། །ལྷག་མཐོང་བར་
འབྲ་དངོས་གཞིའི་དམིགས་བསམ་ལ་ཡོད། །

གཉིས་པ་སྒྲོང་ཚུལ་གཉིས་ཀྱིས་སྒྲོང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན་ནི། །རི་ལྷར་རིན་
ཆེན་བསྐྱེད་བཀྲུས་ལས་རུང་འབྱུང། །དེ་བཞིན་གནག་དང་དཀར་པོའི་ལས་འབྲས་
ལ། །སྒྲོ་དང་དང་བར་འབྱུང་བའི་ཡིད་བྱེད་ནི། །འཛིན་སྒྲུངས་ཤུགས་ཀྱི་རིང་
དབྱེད་སྒྲོམ་གྱིས། །ཞི་ལྷག་གང་འདོད་བསྐྱབ་ལ་ལས་རུང་འབྱུང། །དེ་ཕྱིར་མི་རྟོག་
བསྐྱབ་ལ་དབྱེད་སྒྲོམ་མཆོག་གང་ཞིག་ཞི་གནས་བསྐྱབ་པ་ལྟ་བུའི་ཆོ། །ཏ་ཅང་
དབྱེད་ན་མི་བཟང་འཛིན་སྒྲོམ་དགོས། །དེ་ཕྱིར་མཁས་དང་ཀུ་སུ་ལུ་གཉིས་
ཀས། །ཞི་གནས་བཤེས་གཉེན་དད་སོགས་ངེས་སྒྲུབ་བྱིས། །དབྱེད་དང་འཛིན་པའི་
སྒྲོང་ཚུལ་གཉིས་ཀས་བསྐྱུང་། །གཞན་ཡང་བྱིང་ཆོད་སེམས་གནས་གོགས་ཡིན་
པས། །དང་བ་ཤུགས་ཀྱི་བྱིང་བ་སེམས་པའི་མཆོག་སྒྲོ་བ་ཤུགས་ཀྱི་ཆོད་པ་སེམས་

བྱེད་དུ། །ཚད་ལྡན་གཞུང་མཆོག་དུ་མ་ལས་གསུངས་ཕྱིར། །འགལ་རྒྱུན་སེལ་བྱེད་
སྒྲོན་དུ་མ་བལྟ་ཞིག །

གཉིས་པ་བསྟེན་ནས་སློང་ཁྱེད་སྤྱང་བའི་རིམ་པ་ལ་གཉིས།

དལ་བའི་རྟེན་ལ་སྤྱིང་པོ་སྤྱང་བའི་ཕྱིར་དུ་བསྐྱེལ་བ་དང་།

སྤྱིང་པོ་ཁྱེད་ལེན་བའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། དལ་འབྱོར་ངོས་
བཟུང་བ་དང་། རོན་ཆེ་བ་བསམ་བ་དང་། རྟེན་དཀའ་བ་བསམ་བའོ། །དང་པོ་ལ་
གཉིས། དལ་བ་དང་། འབྱོར་བའོ། །དང་པོ་ནི། ཤེས་ཐལ་འཁོབ་འདབ་པོ་མ་ཆང་
ཤེས་ལྟ་ཅན། །འཁྱེལ་བའི་བཀའ་མེད་མི་ཡི་མི་ཁོམ་བཞི། །ཆེ་རིང་ལྟ་དང་
༤་ཡ་དང་ན་སོང་གསུམ་སྟེ་བརྒྱད། །དེ་དང་བྲལ་བ་དལ་བ་ཡིན་པར་
གསུངས། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས། རང་གི་འབྱོར་བ་དང་། གཞན་གྱི་འབྱོར་བའོ། །དང་
པོ་ནི། ཤེས་ཉིད་འདབས་སྤྱེས་འདབ་པོ་ཆང་བ་དང་། །ལམ་ཆས་མེད་མ་བྱས་
པ་སྟེ་སྟོན་གསུམ་ལ་དད། །གཉིས་པ་ནི། ཤེས་རྒྱས་རྒྱུན་ནས་འཆོས་བསྟན་
འབས་པ་གནས། །འདི་རྗེས་འཇུག་དང་གཞན་ཕྱིར་སྤྱིང་བཅེ་བའོ། །

གཉིས་པ་དལ་འབྱོར་རོན་ཆེ་བར་བསམ་བ་ནི། འབྱོར་བ་བཅུ་ལྡན་རྟེན་ནི་
རྟེན་གྲུང་ནས། །ཆེ་འདི་ལྟར་ལེན་དུང་འགྲོའི་ཀུན་སྤྱོད་ཡིན། །ཁྱིད་གསུམ་སྤྱེས་པ་
བྱད་མེད་མ་གཏོགས་པ། །སྤྱི་མི་སྟན་པ་སྟོན་པའི་རྟེན་མི་རུང་། །ཁམས་གོང་ལྟ་དང་
འདོད་ལྟ་པལ་ཆེར་གྱི། །རྟེན་དེས་འཕགས་ལམ་གསུང་དུ་ཐོབ་མི་སྲིད། །སེམས་གྱི་

སྟོབས་ཆེན་མི་ཉིད་རྟེན་གྲུར་ནས། །དོན་མེད་སྦྱོང་ན་རིག་པུགས་ཀྱིས་སྒོངས་
འབྲ། །བདེ་གཤེགས་ལམ་རྟེན་འདི་དགོས་མ་ཟད་གྱི། །མདོན་མཐོའི་ལུས་དང་འཁོར་
དང་ལོངས་སྦྱོང་རྒྱ། །སྦྱིན་སོགས་རྟེན་འདིས་འགྲུབ་འདྲ་གཞན་གྱིས་མིན། །དེ་ཕྱིར་
རྒྱན་དུ་འདི་ཉིད་དོན་ཆེ་བས་མ། །

གསུམ་བ་རྟེན་དཀའ་བ་བསམ་བ་ནི། མི་དགའི་ཕྱོགས་ཡོངས་འཛིན་བ་
ངན་འགྲོའི་སྒོ། །རང་རྒྱད་དགའ་བ་ཁོང་ཁོའི་ཆོས་པོས་འཕྲོག། །ལྷ་ཉེས་མི་སྦྱོང་ཕྱིན་
ཆད་མི་སྒྲིམ་པ། །སོས་དལ་འདིས་ནི་འགྲོ་བ་ཅིར་འགྱུར་སོམས། །བདེ་ཐོབ་ཆོས་
རག་ལས་ཕྱིར་ཆོས་སྦྱབ་དགོས། །བཤེས་གཞན་དལ་འབྱོར་ཆང་ཕྱིར་ཆོས་སྦྱབ་
རུས། །འདིར་མ་བསྐྱབས་ན་དལ་འབྱོར་ཕྱིས་རྟེན་དཀའ། །ནམ་འཆིའི་དུས་བཏབ་
མེད་པས་དེར་ནས་སྦྱབ། །ངན་འགྲོའི་ཆོད་ན་བདེ་འགྲོ་སྤྲོད་མཐའ་ཅན། །བདེ་འགྲོ་
ཅན་ཡང་དགོན་ན་དལ་འབྱོར་སོམས། །མདོར་ན་དལ་འབྱོར་ངོ་བོ་ངོས་བཟུང་
ལ། །དེ་ཉིད་རྒྱ་འབྲས་སྒོ་ནས་རྟེན་དཀའ་བས་མ། །

གཉིས་བ་སྦྱང་པོ་རི་ལྟར་ལེན་བའི་ཚུལ་ལ་གཉིས།

ལམ་སྦྱིའི་རྣམ་གཞག་ལ་ངེས་བ་བསྐྱེད་པ།

དེ་ལ་སྦྱང་པོ་ལེན་ཚུལ་དངོས་སོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། རྟེན་བྱ་གསུམ་གྱི་
ལམ་དུ་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་འདུ་བའི་ཚུལ། རྟེན་བྱ་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་རིམ་བ་
བཞིན་དུ་འཁྲིད་བའི་རྒྱ་མཚན་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། གསུང་རབ་ཀྱན་གྱི་བརྗོད་
བྱའི་ལམ་མཐའ་དག །རྟེན་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་དུ་ངེས་འདུ་སྟེ། །མདོན་མཐོའི་ས་

ལེགས་སྐྱབ་བ་ལས་བརྩམས་ཏེ། །གསུངས་བ་ལས་གཞན་གསུང་རབ་ཡོད་མིན་
ཕྱིར། །མངོན་མཐོང་དཔལ་དང་ངེས་ལེགས་གཉིས་ཕྱེ་བ། །རིམ་བཞིན་གསུམ་སྐྱབ་
གཙོ་ཕྱིར་ཁྲབ་འབྲེལ་ཡོད། །

གཉིས་བ་ལ་གཉིས། སྐྱེས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་སྒོ་ནས་འཁྲིད་པའི་དོན་
གང་ཡིན་པ། རིམ་བ་དེ་ལྟར་འཁྲིད་པའི་རྒྱ་མཚན་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། འཁྲིད་
ཚུལ་རྒྱུད་འབྲིང་སྐབས་གྱི་ཐུན་མོང་ལམ། །འགའ་ཞིག་སྔོན་འགྲོར་བྱས་ནས་ཆེན་
པོར་འཁྲིད། །གཉིས་བ་རྒྱ་མཚན་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། དགོས་པའོ། །དང་པོ་ནི།
སེམས་བསྐྱེད་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་གཞུང་ཤིང་སྟེ། །ཆོགས་གཉིས་ཇོགས་ལ་གསེར་
འབྲུང་ཅི་ལྟ་བུ། །གནས་སྐབས་མཐར་ཐུག་འདོད་དོན་མ་ལུས་པ། །སེམས་མཆོག་
འདི་ཡིས་འབྲུབ་པར་གདོན་མི་བ། །ཤན་ཡོན་ཅན་གྱི་སེམས་དེ་འབྲུང་བ་ལ། །ཤན་
ཡོན་དེ་ལ་སྔོ་བ་བྱགས་དྲག་དགོས། །རྒྱུད་འབྲིང་ཐུན་མོང་བསམ་པས་འདི་སྐྱབ་
ཕྱིར། །དེ་ནས་ངེས་པར་སེམས་དེ་བསྐྱབ་པར་འབྲུང། །དེ་ཡང་སྐྱབ་ཁྱེད་ཅ་བ་
བྱམས་སྟིང་མེ། །གང་ཞིག་རང་ཉིད་བདེ་པོངས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས། །ཤན་རྒྱལ་
བསམས་ཆེ་ཉམ་ང་མི་འབྲུང་ན། །གཞན་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་མི་བཟོད་ག་ལ་སྟེ། །དེ་ཕྱིར་
ངན་སོང་གཞོད་པ་འབབ་ཚུལ་དང་། །མཐོ་རིས་ན་ཡང་བདེ་བས་པོངས་པའི་
ཚུལ། །རྒྱུད་འབྲིང་སྐབས་སུ་རང་ཉམས་སྤྱར་བསམས་ན། །གཉིན་ཁྲུང་འགོ་ལ་
བྱམས་དང་སྟིང་མེ་སྟེ། །གཞན་ཡང་རྒྱུད་འབྲིང་སྐབས་གྱི་བསག་སྤྱར་
ནམས། །སེམས་བསྐྱེད་སྔོན་འགྲོའི་རྒྱུད་སྔོང་ཐབས་འབྲུང་ཕྱིར། །རྒྱུད་འབྲིང་ཆོས་
སྔོར་ཆེན་པོའི་ཡན་ལག་ཏུ། །འགོ་ཚུལ་འདི་དག་བསམ་ནས་ཉམས་ལེན་གཅེས། །དེ་

ཉུང་སྤངས་པས་སེམས་བསྐྱེད་དེ་བཏན་ཕྱིར། །སྒོན་སེམས་ཆོ་གས་གཟུང་སྟེ་
བསྐྱབ་བྱ་མཉན། །དེ་ནས་རྒྱལ་སྤྱོད་པ་ཁྱུང་བཟོད་ན། །འཇུག་སྒོམ་སྤང་ཞིང་ཅ་
ཉུང་སྟོག་བསྐྱོས་བསྐྱང་། །ཟག་པ་རྒྱུང་འབྱིང་སྤང་ཞིང་ཉམས་ནའང་གསོ། །ཕྱིན་
དུག་བསྐྱབ་པ་སྦྱི་དང་ཁྱད་པར་དུ། །མདོན་ཤེས་ལྷག་མཐོང་བསྐྱེད་ཕྱིར་ཞི་གནས་
དང་། །ཡིན་ལུགས་བྱ་ཐག་བཅད་ནས་སྤྲུགས་ལ་འཇུག །གཞན་ཡང་ཟབ་དང་རྒྱ་
ཆེའི་ལམ་ཤེས་ནས། །དེ་དག་གོ་རིམ་གྲངས་རེས་བྱང་འབྲེལ་གྱིས། །སངས་རྒྱས་
འབྲུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་རེས་ཆོག་ཤེས་དོར། །

གཉིས་པ་དགོས་པ་ནི། གལ་ཏེ་རྒྱུང་འབྱིང་ལམ་དེ་ཆེན་པོ་ཡི། །ཡན་ལག་
ཡིན་ན་གསུམ་བསྟན་ཅི་ཞེན། །མ་སྤངས་རྒྱལ་སྤྱོད་ཁས་འཆེ་གཞོམ་པ་དང་། །རབ་
འབྱིང་ཐ་མའི་སྒོ་ལ་པན་ཕྱིར་ཡིན། །སྦྱིས་བྱ་གསུམ་སྒོ་རིམ་གྱིས་བསྐྱེད་དགོས་
པར། །མདོ་དང་ཤིང་ཏྲ་ཆེན་པོ་རྣམས་གྱིས་གསུངས། །གང་ཟག་ཐ་མ་ལམ་མཆོག་
སྟོད་མི་རུང་། །རབ་འབྱིང་སྟན་མོང་ལམ་བསྟན་སྟོན་མི་འགྲུང། །

གཉིས་པ་སྟོང་པོ་ལེན་ཚུལ་དངོས་ལ་གསུམ།

སྦྱིས་བྱ་རྒྱུང་དུ་དང་སྟན་མོང་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་སྒོ་སྤང་བ་དང་།

འབྱིང་དང་སྟན་མོང་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་སྒོ་སྤང་བ་དང་། །སྦྱིས་བྱ་ཆེན་
པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་སྒོ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། རྒྱུང་དུའི་བསམ་པ་སྤྱོད་པ་
དངོས། །བསམ་པ་དེ་སྦྱིས་པའི་ཆད། །དེ་ལ་ལོག་རྟོག་བསམ་པ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས།

འཇིག་རྟེན་གྱི་མ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་བསྐྱེད་པ།

འདིག་རྟེན་ཕྱི་མར་བདེ་བའི་ཐབས་བསྟན་བཤོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། འདིག་
རྟེན་འདིར་རིང་དུ་མི་གནས་པ་འཆི་བ་རྗེས་སུ་བྲན་པ་བསམ་བ། འདིག་རྟེན་ཕྱི་མར་
རི་ལྷར་འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་གཉིས་ཀྱི་བདེ་སྤྱད་བསམ་བཤོ། །དང་པོ་ལ་བཞི། འཆི་བ་
བྲན་པ་མ་བསྟོམ་པའི་ཉེས་དམིགས། བསྟོམས་པའི་ཕན་ཡོན། འཆི་བ་བྲན་པའི་སློ་རི་
ལྷ་བྱ་ཞིག་བསྐྱེད་བ། འཆི་བ་བྲན་པ་བསྟོམ་པའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། ཉན་རེ་བཞིན་
ཡང་དེ་རིང་མི་འཆི་ཞེས། །ཆེ་འདི་འབའ་ཞིག་སེམས་པས་སློ་མིག་ཉམས། །དག་བ་
མ་སྤྱ་ཚུང་སྟོ་གསུམ་སྤིག་དང་འབྲེས། །ཆོས་ལས་རྒྱབ་སྤྱོད་འདི་ལས་མ་རུངས་
ཅི། །དེ་ཕྱིར་སྤྱིང་ནས་འཆི་བ་བྲན་གྱིས་ལ། །ཆེ་འདིའི་ཆེ་ཐབས་སྤྱིང་པོ་མེད་པར་
བསྟོས། །

གཉིས་པ་ཕན་ཡོན་ནི། མི་འཆིའི་སྤྱོད་འདི་རྒྱད་པ་ཀུན་གྱི་སྟོ། །འཆི་བ་
བྲན་པ་ཕྱན་ཆོགས་ཀུན་གྱི་གཏེར། །མདོར་ན་སྤྱིས་བྱའི་དོན་འབྱུང་ཐོབ་དུས་
འདིར། །ཆོས་ལ་ཕྱི་བཤོལ་གཉིད་སྤྱགས་སེ་མའི་གཏུམ། །བཟའ་བརྟུང་རྣམ་གཡེང་
སོགས་ཀྱི་སྟོན་རིག་ནས། །ནམ་འཆི་ངེས་མེད་སྤྱིང་ལ་ཐུག་པར་མཛོད། །

གསུམ་པ་སློ་རི་ལྷ་བྱ་ཞིག་བསྐྱེད་པ་ནི། དེ་ཆེ་འཆི་ཅམ་དགག་པར་མི་རུས་
ཀྱང་། །སྤིག་དང་འབྲེས་བཞིན་འཆི་ལ་སྤྱག་བྱ་སྟེ། །བན་འགྲོའི་རྒྱ་འགོག་མདོན་མཐོ་
ངེས་ལེགས་རྒྱ། །བསྐྱབས་ནས་འཕོ་བ་མཁས་པའི་ཉམས་ལེན་ཡིན། །

བཞི་པ་འཆི་བ་བྲན་པ་བསྟོམ་ཚུལ་ལ་གསུམ། དེས་བར་འཆི་བ་བྲན་བ།
ནམ་འཆི་ངེས་མེད་བསམ་བ། འཆི་བའི་ཆེ་ཆོས་མ་གཏོགས་པ་གང་གིས་ཀྱང་མི་
ཕན་པ་བསམ་བཤོ། །

དང་པོ་ལ་གསུམ། འཆི་བདག་ངེས་པར་འོང་ལ་དེ་ཡང་རྒྱུན་གྱིས་བསྒྲོག་
ཏུ་མེད་པ་བསམ་པ། ཆེ་ལ་བསྒྲོན་པ་མེད་ཅིང་འབྲི་བྱེད་བར་མ་ཆད་དུ་ཡོད་པ་
བསམ་པ། གསོན་བའི་ཆེ་ཡང་ཆོས་བྱ་བའི་འོང་མེད་པར་ངེས་པར་འཆི་བ་བསམ་
པའོ། །

དང་པོ་ནི། རེ་ཞིག་འཆི་བས་འཛིགས་མེད་ཉིད་དཀའ་སྟེ། །སྤྱིད་གསུམ་མི་
རྟག་སྟོན་ཀའི་སྤྱིན་དང་འབྲ། །འགྲོ་བའི་སྐྱེ་འཆི་གར་ལ་བལྟ་དང་མཚུངས། །འགྲོ་བའི་
ཆེ་འགྲོ་ནས་མཁའི་སྒྲོག་འབྲ་སྟེ། །རི་གཟར་འབབ་ཚུ་དང་འབྲ་སྐྱར་མགྲོགས་
འགྲོ། །མི་རྟག་ཚུ་ལ་ལ་ནང་ནས་ཁྲིགས་ཚུད་ན། །ཕྱི་རོལ་དངོས་པོས་མི་རྟག་མི་སྟོན་
མེད། །གཉིས་པ་ནི། བར་གྱི་གསོན་པའང་ཉིན་བཞིན་འཆི་ལ་ཉི། །མི་ཡི་དཔའ་བོ་
ཐོག་མའི་མཆན་མོར་ནི། །གང་ན་འཛིག་རྟེན་མངལ་ན་གནས་གྱུར་པ། །དེ་ནས་
བརྩམས་ཉེ་དེ་ནི་ཉིན་རེ་བཞིན། །འགྲོས་བཤོལ་མེད་པར་འཆི་བདག་བྱང་དུ་
འགྲོ། །གསུམ་པ་ནི། ཏ་ཅང་ཀས་དང་གྱིས་པས་ཆོས་མི་བྲན། །བར་དུའང་བཟའ་
བཏུང་གཉིད་དང་ནད་སོགས་གྱིས། །ལོ་བརྒྱར་གནས་ཀྱང་ཆོས་སྐབས་སྤྱིད་མཐའ་
ཅམ། །དེ་རིང་འཆི་དང་མི་འཆིའི་ཆ་མེད་ཀྱང་། །སྤྱི་མའི་སྤྱོགས་འཛིན་དཔྱོད་ལྡན་
རྣམས་གྱི་ལུགས། །ཕྱི་མ་ལྟར་བྱས་འགྲོད་ཅིང་འཆི་དུས་བྱེད། །འཆི་ན་འཆི་གྲབས་
ཚུད་པ་མཆོག་མིན་ནམ། །

གཉིས་པ་ནས་འཆི་ངེས་མེད་བསམ་པ་ལ་གསུམ། འཛམ་བུ་གླིང་པའི་ཆེ་
ལ་ངེས་པ་མེད་པས་ནས་འཆི་ངེས་མེད་བསམ་པ། ལུས་ཤིན་ཏུ་ཉམས་ཚུང་བས་
ནས་འཆི་ངེས་མེད་བསམ་པ། འཆི་རྒྱུན་ཤིན་ཏུ་མང་ཞིང་གསོན་རྒྱུན་ལ་བསམ་

བཤོ།

དང་པོ་ནི། འཛམ་གླིང་ཆོ་ཆད་ཏུ་ཅང་མ་ངེས་ཤིང་། གཉིས་པ་ནི། ཉམས་
ཚུང་ལུས་འདི་མི་བཟད་འཆི་རྒྱུ་འདྲིན། གསུམ་པ་ནི། གསོན་རྒྱུ་འགའ་ཡང་
འཆི་རྒྱུ་ཉིད་འགྲུང་ན། ཁངས་པར་འཆི་ཁྱོད་ཆོས་ཉིད་པན་པར་བཟུང་། །

གསུམ་པ་འཆི་བའི་ཆོ་ཆོས་མ་གཏོགས་གང་གིས་ཀྱང་མི་པན་པ་བསམ་པ་
ནི། མདོར་ན་བདག་གིས་ཆོ་འདིའི་ཕུན་ཆོག་མ་འདོར། །འདི་དག་གིས་ཀྱང་བདག་
འདོར་གདོན་མི་ཟ། །དེ་ཕྱིར་ལུས་དང་གཉེན་དང་མོངས་སྤྱོད་ཀྱི། །རྒྱུན་དབང་མི་
གཏང་ཆོས་ལ་ཐག་ཆོད་བྱ། །དེ་ཕྱིར་གདམས་པ་འདི་ལ་གལ་ཚུང་དང་། །འདི་མེད་
གོང་མའི་ལམ་གྱི་མཐོ་སྤྲེལ་དང་། །བསྐྱོམས་ཀྱང་མི་སྦྱེ་སྦྱུལ་བྱེད་ཁྱུས་གྲུང་
ན། །གསོལ་བ་བཏབ་ནས་སྦྱང་ལ་རུས་ཤིང་བསྐྱེད། །

གཉིས་པ་འཛིག་རྟེན་ཕྱི་མར་རི་ལྗར་འགྲུང་བ་འགྲོ་བ་གཉིས་ཀྱི་བདེ་སྤྱུག་
བསམ་པ་ལ་གསུམ། དཔུལ་བ། ཡི་དྲགས། རྟེན་འགྲོའི་སྤྱུག་བསུལ་བསམ་པ་ཤོ། །

དང་པོ་ནི། དེ་ལྗར་ལྗར་དུ་འཆི་ཁྱོད་བསྐྱད་མོང་མེད། །དེ་ཆོ་མེད་པར་མི་
འགྲུང་ལས་དབང་གིས། །རི་ལྗར་འཕངས་བཞིན་འགྲོ་བ་གཉིས་སུ་སྦྱེ། །ངན་འགྲོར་
ལྗར་ན་ཆོ་ཞིང་གང་བ་དང་། །གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་ནི། བཤེས་སྒྲིམ་གྱིས་རིད་
མོངས་པའི་སྤྱུག་བསུལ་མང་། །བཟོད་སྒྲུགས་མེད་པའི་ཡུན་ནི་བར་བསྐལ་དང་། །མི་
ནམས་རྒྱ་བ་ཞག་གཅིག་ཏུ་བྱས་པའི། །རང་ལོ་ཁྱི་ནི་ཡི་དྲགས་ཆོ་རིང་ཆད། །དུད་
འགྲོའང་མཆོག་རིང་བསྐལ་པར་སྤྱུག་བསུལ་གཟེད། །ཆེར་མ་ཅམ་ཡང་བཟོད་པར་
མི་རུས་ན། །ངན་འགྲོའི་སྤྱུག་བསུལ་རེག་ན་ཅིར་འགྲུང་སེམས། །

གཉིས་པ་འདིག་ཉེན་གྱི་མར་བདེ་བའི་ཐབས་བསྟེན་པ་ལ་གཉིས།

བསྟེན་པ་ལ་འདྲུག་པའི་སྒོ་དམ་པ་སྐྱབས་པའོ་སྐྱབ་བ།

བདེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཅ་བ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་བསྐྱེད་པའོ། །དང་པོ་
ལ་བཞི། ཡུལ་ངོས་བཟུང་བ། དེ་སྐྱབས་སུ་འོས་པའི་རྒྱ་མཚན། ཅི་ཅམ་གྱིས་
སྐྱབས་སུ་སོང་བའི་ཚུལ། སྐྱབས་སུ་སོང་ནས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་རིམ་པའོ། །

དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་གྱི་མར་བདེ་བའི་ཐབས་བསྟེན་ན། །གང་ལ་ཉེས་པ་གཏན་
ནས་མི་མངའ་ཞིང་། །ཡོན་ཏན་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་གནས་གྱུར་བ། །དེས་མཆོན་
ཆོས་དང་འཕགས་པའི་དགོ་འདུན་ཏེ། །ཐར་པ་འདོད་པ་ནམས་ཀྱིས་སྐྱབས་སུ་
བཟུང་། །

གཉིས་པ་ནི། རང་ཉིད་འདིགས་པ་ཀུན་ལས་ནམ་གྲོལ་ཞིང་། །གཞན་དག་
འདིགས་པ་ལས་སྒྲོལ་ཐབས་ལ་མཁས། །ཀུན་ལ་བྱགས་རྗེས་བྱབ་པ་སྐྱབས་སུ་
འོས། །འདི་ལ་གྱི་རྒྱུན་རྒྱལ་བས་བསྐྱབས་ཟེན་གྱང་། །ནང་རྒྱུན་སྒོ་བཀལ་སྐྱབས་སུ་
ངེས་འཛིན་དགོས། །

གསུམ་པ་ནི། ཇི་ཅམ་གྱིས་འདིར་སྐྱབས་སུ་སོང་ཞེ་ན། །གསལ་ཚོགས་
མཆོན་དཔེའི་དཔལ་གྱིས་སྐྱ་མཛེས་ཤིང་། །མཐའ་དག་ངེས་ཆིག་ངེས་ལན་དུས་
གཅིག་འབྱོན། །མཁུན་བཅས་ཤེས་བྱའི་དཀྱིལ་འཁོར་མཛོན་བྱབ་ཅན། །ལྷན་བྱུབ་
རྒྱན་མི་འཆད་པའི་འཕྲིན་ལས་ཏེ། །འདི་དག་སངས་རྒྱས་ཡོན་ཏན་མཛོ་ཅམ་
ལགས། །དེ་ཡང་ཆོས་བསྒྲོམས་ཉིད་བྱང་ཆོས་ཡོན་ཏན། །ཆོས་ཚུལ་ལེགས་སྐྱབ་
དགོ་འདུན་ཡོན་ཏན་ཏེ། །མཆོག་གསུམ་ཡོན་ཏན་བྱང་པར་སྤོམ་འོང་ཤེས། །རྒྱལ་

སྟོན་ཆོས་སྐྱབས་དངོས་དང་དགེ་འདུན་གྲོགས། །རང་གི་སྟོན་པ་དེ་ཆོས་དགེ་འདུན་
ལ། །སྟོན་མེད་གཅིག་ཤེས་དེ་ལས་ཐོག་མཐོང་བ། །འདི་དག་གང་གི་རྒྱད་ལ་ཆང་
གུར་བ། །དེ་ཅམ་གྱིས་འདིར་སྐྱབས་སུ་སོང་བར་འདྲི། །

བཞི་པ་ནི། ཉམ་གཞན་སྐྱབས་མིན་འཆེ་དང་གསོད་སེམས་སྤང་། །ཉམ་
སྟེགས་མི་འགྲོགས་དགག་པའི་བསྐབ་བྱ་སྟེ། །རི་ལྟར་ཉམ་དེ་གཤེགས་སྐྱ་གཟུགས་
ཤིང་ལས་ཀྱང་། །བྱས་མཆོད་ཐུག་དང་ལྡང་སོགས་བསྐབ་པ་ལོ། །འཆོས་ཡིག་འབྲུ་
གཅིག་ཉམ་གསོད་སོར་གཅིག་ལ། །ཆོས་དང་དགེ་འདུན་དངོས་བཞིན་གྲུས་པ་
བསྐྱེད། །གཞན་ཡང་རང་སྟོང་དཔང་བཞག་དཀོན་མཆོག་ལ། །མ་གྲུས་སྤང་ཞིང་
གཅིག་ཏུ་གྲུས་པ་སྐྱབ། །ཕྱི་ནང་སྟོན་པ་བསྟན་པ་སྟོབ་ཁྱད་ཤེས། །དཀོན་མཆོག་
ཟིན་ཤེས་སྟོང་ནས་མཆོད་ལ་བཙོན། །ལུས་ཅན་སྐྱབས་འགྲོའི་དགེ་ལ་འགོད་པ་
དང་། །བྱ་བ་གང་བྱེད་དཀོན་མཆོག་སྟོབ་ཀལ་སྐྱབ། །དེས་ནི་སངས་རྒྱས་བསྟན་
པའི་ནང་ཚུད་ཅིང་། །སྟོམ་པ་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བའི་རྟེན་དུ་འདུག། །སྟོན་བསགས་
ལས་ཀྱི་སྐྱབ་པ་སྐབས་ཤིང་འཛད། །དེ་ཡི་བསོད་ནམས་གཟུགས་གྲུར་མཁར་མི་
ཤོད། །རན་འགྲོར་མི་ལྟར་མི་དང་མི་མིན་གྱི། །བར་གཅོད་མི་ཚུགས་ཅི་བསམས་
ཐམས་ཅད་འགྲུབ། །སྐྱར་འཆང་རྒྱ་ཕྱིར་ཉིན་མཆོང་ལན་བྱག་ཏུ། །ཕན་ཡོན་དེ་
ནམས་བྲན་ནས་སྐྱབས་འགྲོ་ཞིང་། །ཅི་ལ་བབས་ཀྱང་སྐྱབས་འགྲོ་ཡོངས་མི་
བཏང་། །སྟོག་ལ་ཐུག་ན་འདི་ནི་གཏོང་སྟམ་དང་། །སྐྱབས་ལ་གཉིས་འདྲིན་བྱེད་ན་
སྟོམ་པ་ཞིག་རང་ཉིད་འཁོར་བས་འདྲིགས་དང་དཀོན་མཆོག་ལ། །དེ་ལས་བསྐབ་
པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་མཐོང་ནས། །བཞད་གད་ཅམ་དུ་འདུག་དཀོན་མཆོག་མི་སྟོང་

ཞིང་། །སྒྲོ་ཁེལ་སེམས་པ་བྱུན་མོང་སྐྱབས་འགྲོའི་དོན། །

གཉིས་པ་བདེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དང་བ་བསྐྱེད་པ་ལ་གསུམ།
ལས་འབྲས་སྦྱིར་བསམ་པ། གྱེ་བྲག་རྩ་བསམ་པ། བསམས་ནས་འཇུག་
སྒྲོག་བྱ་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ལ་གཉིས། སྦྱིར་བསམ་ཚུལ་དངོས། སོ་སོར་བྱེ་སྦྱེ་བསམ་པ་ལོ། །

དང་པོ་ལ་བཞི། ལས་ངེས་པའི་ཚུལ། ལས་འཕེལ་ཆེ་བ། ལས་མ་བྱས་པ་
དང་མི་འབྲད་པ། ལས་བྱས་པ་ཚུད་མི་ཟ་བའོ། །དང་པོ་ནི། དགེ་དང་མི་དགེའི་ལས་
ཀྱི་སྦྱི་ལས་ནི། །བདེ་སྤྱད་སྦྱི་འབྱུང་བདེ་སྤྱད་ཁྱད་པར་གཉིས། །ལས་གཉིས་ཁྱད་
པར་ཐ་མོ་ལས་བྱུང་ཞིང་། །གཉིས་པ་ནི། དགེ་སྤྱིག་ཚུང་དུས་བདེ་སྤྱད་ཆེར་བསྐྱེད་
དང་། །གསུམ་པ་ནི། དགེ་སྤྱིག་མ་བསགས་བདེ་སྤྱད་ཁྱོད་མི་སྤྱིད། །བཞི་པ་ནི། རང་
གི་ལས་བྱས་ཚུད་ཟར་མི་འགྱུར་ཞིང་། །མ་བྱས་ཐང་མེད་བྱིན་ལེན་ལྟར་མི་འཕོ། །

གཉིས་པ་སོ་སོར་བྱེ་སྦྱེ་བསམ་པ་ལ་གཉིས། ལས་ལམ་བརྟུ་གཙོ་སོར་
བསྟན་པ། ལས་དང་འབྲས་བྱ་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལོ། །

དང་པོ་ནི། སྒྲོ་གསུམ་ལས་ནམས་འདི་བརྟུར་མ་འདུས་ཀྱང་། །ཆེ་མོང་
བསྐྱས་ནས་ལས་ལམ་བརྟུར་གསུངས་སོ། །ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སོགས་དགེ་བ་སྣ་རེ་
ཡང་། །བྱེད་པའི་ཁུར་མེད་ཐེག་ཆེན་ཁས་འཆེ་བ། །རྒྱལ་བའི་སྦྱན་སྒྲར་འཛིག་ཉེན་
བསྐྱུ་བར་གསུངས། །དེ་བྱིར་ངག་བསྐྱུངས་ཡིད་ནི་རབ་བསྐྱམས་ཏེ། །ལུས་ཀྱིས་མི་
དགེ་བ་དག་མི་བྱེད་པ། །དེ་དག་བྱང་སོང་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་བརྩོན། །

གཉིས་པ་ལས་དང་འབྲས་བྱ་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་གསུམ། རྒྱལ་པོའི་ལས་

འབྲས། དཀར་པོའི་ལས་འབྲས། ལས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་གཞན་བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་ལ་གསུམ། ཉག་པོའི་ལས་ལམ་དངོས། ལྷི་ཡང་གི་ཁྱད་པར། དེ་དག་གི་འབྲས་བྱ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྟོག་གཙོད་ནས་བརྩམས་མི་དགེ་བཅུ་པོ་ལ། །གཞི་བསམ་སྒྲིབ་བ་མཐར་ཐུག་རྩི་བའི་ཚུལ། །གཞི་ནི་སེམས་ཅན་པ་རོལ་འདུ་ཤེས་དང་། །ཉོན་མོངས་ཀྱན་སྒྲོང་གསུམ་ནི་བསམ་པ་སྟེ། །སེམས་ཅན་ལ་དེར་ཤེས་སོགས་འདུ་ཤེས་བཞི། །ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་གང་རུང་ཀྱན་སྒྲོང་ནི། །བསད་འདོད་སྤྱི་ལྷགས་འབྲུལ་ཀྱང་སྤྲིག་ཏུ་འགྱུར། །སྒྲིབ་བ་མཚོན་དང་དུག་དང་རིག་སྤྲགས་སོགས། །རང་གིས་བྱས་སམ་བྱེད་དུ་བརྟག་པ་འོ། །མཐར་ཐུག་སྒྲིབ་བའི་རྒྱུན་གྱིས་གསད་བྱ་གང་། །རང་གི་སྤྱོད་པ་ལི་བ་དགོས་པར་གསུངས། །ཀྱན་སྒྲོང་སྤྱི་ལྷགས་ཚུལ་དེ་སྟེག་དགྲར་མཚུངས། །མ་བྱིན་ལེན་གཞི་གཞན་གྱིས་ཡོངས་བཟུང་ཇུས། །བསམ་པའི་འདུ་ཤེས་ཉོན་མོངས་སྟོག་གཙོད་འདྲ། །ཀྱན་སྒྲོང་གནང་མེད་པ་རོལ་དབྱལ་བར་འདོད། །སྒྲིབ་བ་མཐུ་དང་འཇམ་བྱ་གང་ཡིན་ཡང་། །རང་གིས་བྱས་སམ་བྱེད་དུ་བརྟག་པ་འོ། །དེ་ཡང་བཙོལ་དང་བྱ་ལོན་ལ་སོགས་པ། །གཡོ་བྱས་པལ་ཆེར་མ་བྱིན་ལེན་དུ་མཚུངས། །མཐར་ཐུག་ཐོབ་སྟོབྱས་པ་ཡན་ལག་གསུངས། །འོག་གཡེམ་གཞི་ནི་མ་སོགས་བསྟོད་བྱ་མིན། །ཁ་དང་བཤང་ལམ་ལ་སོགས་ལམ་མིན་དང་། །མཚོད་རྟེན་སྒྲ་མའི་མདུན་སོགས་གནས་མིན་དང་། །སྤྱུམ་མ་བསྟེན་གནས་དུས་སོགས་དུས་མིན་པའོ། །བསམ་པའི་འདུ་ཤེས་སྤྱོད་མ་མ་འབྲུལ་དགོས། །མི་ཚངས་སྒྲིབ་ལ་འབྲུལ་ཀྱང་འདྲ་བར་གསུངས། །མཛོད་ལས་དེ་ལས་གཞན་དུ་གསུངས་པའང་ཡོད། །ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་གང་རུང་ཀྱན་

སྒྲོང་ནི། །མི་ཆངས་སྒྲོད་པས་བཟོད་པར་འདོད་པ་ལོ། །སྒྲོར་བ་དེ་ཡི་དོན་ལ་ཚུལ་བ་
དང་། །མཐར་ཐུག་གཉིས་ཀྱིས་གཉིས་སྤྲད་བྱར་པ་ལོ། །རྩུན་གཞི་མཐོང་སོགས་
བརྒྱད་དང་ཡུལ་གྱིས་གོ། །བསམ་པའི་འདུ་ཤེས་མཐོང་ལ་མ་མཐོང་བར། །བསྐྱར་བ་
སོགས་དང་ཉོན་མོངས་སྤར་དང་འབྲ། །ཀྱན་སྒྲོང་འདུ་ཤེས་སྐྱར་ཉེ་སྤྱོད་འདོད་
པ། །སྒྲོར་བ་སྤྱོད་མི་སྤྱོད་དང་འཁྱེད་ལོ། །ལུས་བསྐྱར་མཆོན་མ་སྒྲོན་པ་ཉིད་ཀྱང་
འབྲ། །རང་གཞན་གང་ཕྱིར་སྤྱོད་པའང་བརྩུན་དུ་མཚུངས། །བརྩུན་དང་སྤྱོད་མ་ཆོག་གི་
རྩུབ་གསུམ་ག་ཡང་། །བཅོམ་བས་ཀྱང་ནི་ལས་ལམ་འགྱུར་བ་འདྲ་ཅིང་། །རང་གིས་
སྤྱོད་པ་དགོས་པའང་འདུལ་བར་གསུངས། །མཐར་ཐུག་པ་རོལ་སོ་ཡིས་དོན་གོ་
བའོ། །མ་གོ་བརྩུན་སོགས་གསུམ་ག་ཀྱལ་པར་འགྱུར། །སྤྱོད་པའི་གཞི་ནི་མཐུན་
འགྲམ་སེམས་ཅན་རྣམས། །བསམ་པའི་འདུ་ཤེས་ཉོན་མོངས་བརྩུན་དང་འབྲ། །ཀྱན་
སྒྲོང་མཐུན་དབྱེ་མི་མཐུན་འདུ་མི་འདོད། །སྒྲོར་བ་བདེན་དང་གཅིག་ཤོས་སྤྱན་
གཅིག་ཤོས། །རང་གཞན་གང་གི་ཕྱིར་དུ་སྤྱོད་ཀྱང་རུང་། །མཐར་ཐུག་འབྲེད་པའི་
ཆོག་སྤྱོད་དོན་གོ་བའོ། །ཆོག་རྩུབ་གཞི་ནི་མནར་སེམས་སྤྱོད་པ་ཡི། །གཞིར་བྱུར་
སེམས་ཅན་བསམ་པའི་གཉིས་སྤར་བཞིན། །ཀྱན་སྒྲོང་ངག་རྩུབ་སྤྱོད་བར་འདོད་པ་
དང་། །སྒྲོར་བ་བདེན་དང་མི་བདེན་གང་རུང་གིས། །རིགས་སམ་ལུས་སམ་ཚུལ་
ཁྲིམས་གང་རུང་གི་སྒྲོན་ལས་བཅུམས་ཉེ་མི་སྤྱན་སྤྱོད་བ་དང་། །མཐར་ཐུག་སྤྱོད་ཡུལ་
གང་དེས་དོན་གོ་བའོ། །ངག་ཀྱལ་གཞི་ནི་དོན་མེད་ལྡན་པའི་དོན། །བསམ་པ་བརྗོད་
འདོད་དོན་ལ་དེར་འདུ་ཤེས། །ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་གང་རུང་ཀྱན་སྒྲོང་ནི། །མ་
འབྲེལ་བ་ཡི་བྱང་རྒྱལ་སྤྱོད་འདོད་པའོ། །སྒྲོར་བ་ངག་ཀྱལ་སྤྱོད་བར་ཚུལ་བ་

དང་། མཐར་ཐུག་དག་ཀྱང་སྤྲོས་ཟིན་ཉིང་ལ་བཞེད། བརྒྱུ་སེམས་གཞི་ནི་གཞན་
 གྱི་ཞོར་ཡོ་བྱད། བསམ་པའི་འདུ་ཤེས་དེ་ལ་དེར་འདུ་ཤེས། ཉོན་མོངས་དུག་
 གསུམ་ཀྱན་སྒོར་བདག་གིར་འདོད། སྦྱོར་བ་བསམ་དོན་དེ་ལ་དེར་རྩལ་
 གྱེད། མཐར་ཐུག་ཞོར་ལ་སོགས་པ་གང་ཡིན་དེ། བདག་གིར་སྤྱར་ཅིག་སྤྲོས་པ་
 སྦྱོས་པ་འོ། གཞོད་སེམས་གཞི་དང་བསམ་པའི་དང་པོ་གཉིས། ཚིག་རྩལ་བཞིན་
 དང་ཀྱན་སྒོར་དེག་སོགས་དང་། འོངས་སྦྱོད་རྒྱད་ན་ཅི་མ་རུང་སེམས་
 སོགས། སྦྱོར་བ་བསམ་པ་དེ་ལ་སྦྱོར་བ་བྱས། མཐར་ཐུག་དེག་སོགས་བྱ་བར་
 ཐག་བཅད་པའོ། འོག་ལྷའི་གཞི་ནི་ཡོད་པའི་དོན་ཞེས་བཞེད། འདུ་ཤེས་སྦྱར་
 འདེབས་དོན་ལ་བདེན་འདུ་ཤེས། ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་ཀྱན་སྒོར་སྦྱར་འདེབས་
 འདོད། སྦྱོར་བ་བསམ་པའི་དོན་ལ་སྦྱོར་བ་རྩལ་ཏེ། །ཉྱ་དང་འབྲས་བྱ་འབྱེད་
 པ་ལོད་དངོས་ལ། སྦྱར་འདེབས་བཞི་དང་མཐར་ཐུག་སྦྱར་གདབ་ངེས། ཡིད་
 ལས་སེམས་པ་ལས་ཡིན་ལས་ལམ་མིན། ལུས་དག་ལས་བདུན་ལས་ཡིན་ལས་
 ལམ་འང་ཡིན། བརྒྱུ་སེམས་སོགས་གསུམ་ལས་ལམ་ཡིན་ལས་མིན། སེམས་པ་
 འཇུག་གཞིའི་ལས་ནི་ལས་ལམ་ངེས། །

གཉིས་པ་ལྷེ་ཡང་གི་བྱེད་བར་ལ་གཉིས། ལས་ལམ་བརྩའི་ལྷེ་ཡང་། ཞར་ལ་
 སྦོབས་ལྷན་གྱི་ལས་ཀྱི་སྒོ་བསྐྱས་ཏེ་བསྐྱན་པའོ། དང་པོ་ནི། ལུས་དག་ལས་བདུན་
 རྩ་མ་རྩ་མ་ལྷེ། ཡིད་ཀྱི་གསུམ་པོ་བྱི་མ་བྱི་མ་ལྷེ། གཞན་ཡང་དུག་གསུམ་དག་
 པོས་ཀྱན་བསྐངས་དང་། །ལུན་རིང་བསྟེན་གོམས་གངས་མང་ལྷེ་བར་
 གསུངས། །ཉྱ་དང་འཇོན་པར་ཞེན་དང་འགཉན་པོ་མེད། ཡོན་ཏན་གཙོ་ལྷན་

གཞི་ལས་བྱང་བའི་ལས། །ཡོན་ཏན་ལ་ཕན་འདོགས་གཞི་གཉིས་བྱེ་བས་ལ། །དག་
དང་མི་དག་གང་བྱས་ཆེན་པོར་གསུངས། །

གཉིས་པ་ཞར་ལ་སྟོབས་ལྡན་གྱི་ལས་ཀྱི་སྒོ་བསྐྱས་ཏེ་བསྟན་པ་ལ་བཞི།
ཞིང་གི་སྒོ་ནས་སྟོབས་ཆེ་བ། ཏེན་གྱི་སྒོ་ནས་སྟོབས་ཆེ་བ། དངོས་པོའི་སྒོ་ནས་
སྟོབས་ཆེ་བ། བསམ་པའི་སྒོ་ནས་སྟོབས་ཆེ་བའོ། །

དང་པོ་ནི། དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་སྒྲ་མ་ཡོན་གནས་དང་། །པ་མ་སོགས་
ལ་ཕན་གཞོན་གང་བྱས་ཀྱང་། །བསོད་ནམས་དེ་བཞིན་ཁ་ན་མ་ཐོ་ཆེ། །དཀོན་
མཆོག་གཞན་གྱི་རྩས་བརྒྱས་སྤར་ཕུལ་འདག། །དག་འདུན་ཆོར་བ་མ་སྤྱོད་བར་མི་
འདག། །འདུ་བའི་སྒོ་སྟོགས་དཔུལ་བ་ཆེན་པོ་དང་། །གཞན་བརྒྱས་མནར་མེད་འཁོར་
གྱི་སྟན་པར་སྟེ། །ཁྲིས་ནས་སྟོགས་བཅུའི་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ། །བཙོན་ཁང་སྟན་
ནག་བཅུག་ལས་བྱང་སེམས་ལ། །མ་རུངས་འདི་མི་བཟླ་ཞེས་རྒྱབ་སྟོགས་ལྟེ། །གང་
གྲུའི་བྱེ་སྟེད་མཆོད་ཏེན་བཞིག་པ་བས། །འདི་ལ་ཁོང་ཁྱོད་གཞོན་སེམས་སྟེས་པ་
དང་། །མི་སྟན་སྒྲ་བ་སྟིག་པ་ཆེ་བར་གསུངས། །སྟོགས་བཅུའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་
མིག་སྤྱང་ཆེ། །བྱམས་པའི་སེམས་ཀྱིས་དེ་དག་ལ་མིག་སྟིན། །བཙོན་ཁང་ནས་
བཏོན་ཆངས་བདེ་ལ་སྦྱར་ལས། །ཐེག་ཆེན་ལ་མོས་བྱང་སེམས་བཟླ་འདོད་
ཅིང་། །བསྐྱགས་པ་བརྗོད་ན་བསོད་ནམས་ཆེ་བར་གསུངས། །འཛམ་གླིང་སེམས་
ཅན་བསད་དང་བདོག་སྟོགས་ལས། །བྱང་སེམས་ཟན་ཆངས་གཅིག་སྟེར་བཀག་པ་
སྟེ། །གཉིས་པ་ནི། སྤར་བྱས་ལ་འགྱོད་ཕྱིས་སྟོམ་སྟིག་མི་གསང་། །གཉིན་པོ་དག་
བྱེད་མཁས་ལ་སྟིག་པ་ཡང་། །བྱད་གསོད་མཁས་སྟོམ་རྣམས་ལ་སྟིག་པར་

སྒྲིག་པའི་བྱང་སེམས་སྟོང་གསུམ་སེམས་ཅན་མཉམ། །རེ་རེས་རི་རབ་མཉམ་
 པའི་མར་མེ་ཡིས། །རྒྱལ་བ་མཆོད་ལས་བྱང་སེམས་རབ་བྱུང་གིས། །འབྲུ་མར་མར་
 མེ་གཅིག་གིས་རྒྱལ་བ་མཆོད་ལྷག། །རིགས་པ་འདི་ཡིས་སྟོམ་ལྡན་སྟོམ་མེད་
 ལས། །ལམ་གྱི་ས་ཆོད་ཁྱད་པར་ཤིན་ཏུ་ཆེ། །མི་དགེ་བཅུ་ལྡན་བྱིས་པས་ལོ་བརྒྱའི་
 བར། །བར་ཆད་མེད་པར་སྤྲིག་པ་བྱས་པ་བས། །དགེ་སྟོང་རྩ་ལ་འཆལ་དུར་སྤྲིག་
 རྒྱལ་མཆོན་གྱིས། །དད་པས་བྱིན་པ་ཞག་གཅིག་ལོངས་སྤྱད་མྱེ། །སྤྲིག་པའང་རྟེན་
 གྱི་སྟོན་སྟོབས་ཆེ་གསུངས། །སྟོམ་པའི་རྟེན་ལ་གསུམ་ལྡན་གཉིས་ལྡན་
 དང་། །བསྟེན་གནས་རྟེན་ལའང་དགེ་སྤྲིག་གང་བྱས་ཆེ། །ལྷགས་གོང་མེ་ལྷེ་འབར་བ་
 རོས་མཆོག་སྟེ། །རྩལ་འཆལ་ཡང་དག་མི་སྟོམ་དེ་ལྟ་མིན། །གང་ཞིག་ཆོས་ལ་བརྟེན་
 པའི་སྤྲིག་གས་ན། །མི་དགེ་བཅུ་སྤྲིག་སྟོན་ཆོགས་ལྟ་བུར་གསུངས། །གསུམ་པ་ནི།
 སྤྱིན་པའི་ནང་ནས་ཆོས་གྱི་སྤྱིན་པ་དང་། །མཆོད་པའི་ནང་ནས་བཀའ་བཞིན་སྤྱབ་
 པ་མཆོག་། དངོས་པོའི་སྟོན་སྟོབས་ཆེ་གཞན་ཡང་མང་། །བཞི་པ་ནི། ཐམས་ཅད་
 མཁྱེན་སེམས་མ་བུལ་དགེ་བ་དང་། །ཉེས་སྦྱོད་ལ་ཡང་ཁོང་ཁྱོད་གཞོད་སེམས་
 སོགས། །འབྲགས་བྲག་རྒྱུན་རིང་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ། །འདི་དག་བསམ་པའི་སྟོན་སྟོབས་
 ཆེ་གསུངས། །གཞི་གསུམ་དགེ་བས་གཞོད་སེམས་སྤྲིག་སྟོབ་མིན། །

གསུམ་པ་དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་བསྟན་པ་ལ་གསུམ། རྣམ་སྤྱིན་གྱི་འབྲས་བུ།
 རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ། བདག་པོའི་འབྲས་བུའོ། །དང་པོ་ནི། སྟོག་གཅོད་ཆེ་ནས་
 ལོག་ལྟ་ཆེན་པོའི་བར། །རྣམ་སྤྱིན་དཔུལ་འཆོད་འབྲིང་བརྩམས་ཡི་དྲགས་དང་། །རྒྱང་
 དུ་བརྩམས་དུད་འཁྱར་སྟེ་བར་གསུངས། །ས་བརྩའི་མདོ་ལས་རྒྱང་འབྲིང་སྟོག་

པའང་གསུངས། །གཉིས་པ་ནི། རྒྱ་མ་བྱུན་འབྲས་བུ་སྟོག་གཙོད་ཆེ་བྱང་འགྱུར། །མ་
བྱེན་ལེན་གྱིས་ལོངས་སྟོང་གྱིས་འཕོངས་དང་། །འདོད་ལོག་སྟུང་པས་རྩང་མ་མི་
བསྐྱངས་འགྱུར། །བརྩུན་གྱིས་སྦྱར་བ་མང་ཞིང་ཕྲ་མ་ཡིས། །མཛེས་པོ་དང་དབྱེ་
ཆོག་རྩལ་སྦྱས་བ་ཡིས། །ཡིད་དུ་མི་འོང་སྦྱ་དང་ཀྲལ་བ་ཡིས། །ཆོག་མི་ཉན་དང་
ཡིད་གྱི་གསུམ་པོ་ཡིས། །ཆགས་སྤང་སྟོངས་གསུམ་རིམ་གྱིས་འབྱུང་བར་
གསུངས། །གསུམ་པ་ནི། བདག་འབྲས་སྟོག་གཙོད་བྱི་ཡི་འདིག་རྟེན་ལ། །བཟའ་
བཏུང་སྒྲན་དང་འབྲས་བུ་མ་བྱུ་རྩང་འགྱུར། །བརྒྱ་བས་ཐན་པ་ཆར་ཆེ་འབྲས་བུ་
ཉུང་། །ལོག་གཡེམ་འདམ་རྩལ་ལྡན་ལྡན་ཉམས་མི་དགལ། །རྩུན་གྱིས་ཞིང་ལས་གྲུ་
སྟོང་ལས་མཐའ་མེད། །ཕྲ་མས་ས་སྟོགས་མཐོང་མན་བསྟོད་དཀར་འགྱུར། །ངག་
རྩལ་སྟོང་དུམ་ཆེར་མ་རྟོ་བསྟེག་མང་། །ཀྲལ་པས་ལྡོན་ཤིང་འབྲས་དམན་དུས་མིན་
ཆགས། །བརྒྱབ་སེམས་སྤུན་ཆོགས་ལོ་ལྷ་ཞག་རེར་འདིག །གཞོད་སེམས་ཡམས་
གཞོད་ནད་འཁྲུག་དམག་ཆོགས་འོང་། །ལོག་ལྷས་འདིག་རྟེན་འབྱུང་ཁྱེད་ས་མཆོག་
ལུབ་འགྱུར། །

གཉིས་པ་དཀར་པོའི་ལས་འབྲས་ལ་གཉིས། དཀར་པོའི་ལས་དང་། འབྲས་
བུ་ལོ། །དང་པོ་ནི། ད་ནི་དཀར་པོའི་ལས་ལམ་བཤད་བྱ་སྟེ། །འདི་ལ་གཞི་བསམ་
སྟོར་བ་མཐར་ཐུག་ལས། །གཞི་ནི་སེམས་ཅན་གཞན་དང་བསམ་པ་ནི། །ཉེས་
དམིགས་མཐོང་བས་སྟོང་བར་འདོད་པ་ལོ། །སྟོར་བ་གསོད་པ་ཡང་དག་བསྐྱམས་
འདུ་བྱེད། །མཐར་ཐུག་ཡང་དག་བསྐྱམས་རྫོགས་ལུས་ཀྱི་ལས། །འདི་ནི་སྟོག་
གཙོད་སྤངས་དགེ་གཞན་ལའང་སྟུར། །གཉིས་པ་ནི། རྣམ་སྒྲིན་དགེ་བརྒྱ་རྩང་འབྱིང་

ཆེ་གསུམ་གྱིས། །རིམ་བཞིན་མི་དང་འདོད་ལྷ་ཁམས་གོང་ལྷ། །རྒྱ་མ་ཐུན་བདག་
འབྲས་མི་དགེ་ལྷོག་སྟེ་སྦྱར། །གསུམ་པ་ལས་གྱི་རྣམ་དབྱེ་གཞན་བསྟན་པ་ནི། བདེ་
འགྲོ་འཕེན་པའི་ལས་ནི་དགེ་བ་དང་། །དན་འགྲོ་འཕེན་ལས་མི་དགེ་ཡིན་ངེས་
ཀྱང་། །རྫོགས་བྱེད་ངེས་མེད་སྟེ་བཞི་ཡོད་པར་གསུངས། །བསམས་བཞིན་བྱས་
བསགས་ཆང་བ་སྤྱོད་ངེས་ལས། །དེ་ལས་ལྷོག་པ་སྤྱོད་བར་མ་ངེས་ལས། །བསམས་
ནས་ལུས་དག་ཀུན་བསྐྱངས་བྱས་པར་བཞག། །བསགས་པའི་ལས་ནི་མི་ལམ་དུ་
བྱས་སོགས། །བཅུ་པོ་མ་གཏོགས་ལས་གཞན་པལ་ཆེར་བཟུང་། །མ་བསགས་
ལས་ནི་མི་ལམ་བྱས་སོགས་བཅུ། །སྤྱོད་ངེས་ལས་ལ་འབྲས་བྱ་སྤྱོད་དུས་གྱི། །སྒོ་
ནས་ཆེ་དེར་འབྲས་སྤྱོད་མཐོང་ཆོས་དང་། །ཆེ་གཉིས་པ་ལ་འབྲས་སྤྱོད་སྦྱེས་ནས་
དང་། །ཆེ་གསུམ་པན་ཆད་དུ་སྤྱོད་ལན་གངས་གཞན། །སྤྱོད་འགྱུར་ཞེས་བྱ་རྣམ་པ་
གསུམ་དུ་འགྱུར། །

གཉིས་པ་ལས་འབྲས་བྱེ་བྲག་དུ་བསམ་པ་ལ་གསུམ། རྣམ་སྦྱིན་གྱི་ཡོན་
ཏན། བྱེད་ལས། རྣམ་སྦྱིན་གྱི་རྒྱལོ། །

དང་པོ་ནི། རྣམ་སྦྱིན་ཡོན་ཏན་བྱེད་ལས་རྣམ་སྦྱིན་རྒྱ། །འདི་དག་རྣམ་མཁའ་
འབྱེན་པའི་རྟེན་བཟང་བསྐྱབ། །དེ་ཡང་། ༡ ཆེ་དང་། ༢ ཁ་དོག་༣ རིགས་༤ དབང་
ལྷག ། ༥ ཆོག་བཅུན་༦ དབང་ཆེ་༧ སྦྱེས་པ་ཉིད་༨ ལྟོབས་ལྡན། །གཉིས་པ་ནི། ༡ ཆེ་རིང་
དགེ་གསོག་༢ མདོག་བཟང་གདུལ་བྱ་འདུ། །༣ རིགས་བཟང་བཀའ་སྐྱབ་༤ དབང་
ལྷག་སེམས་ཅན་བསྐྱབ། ། ༥ ཆོག་བཅུན་བསྐྱབ་བཞིས་སྤྱད་ཅིང་༦ དབང་ཆེ་བས། །བྱས་
པ་གཞོ་ཞིང་བསྒོ་བ་སྦྱར་ཉན་བྱེད། ། ༧ སོ་དབང་ཤེས་རབ་ཡངས་དང་གོགས་བྱེད་

མེད། །༡སྟོབས་ལྡན་སྟོ་ཤུགས་ཆེ་དང་མངོན་ཤེས་སྤྱད། །གསུམ་པ་ནི། རྣམ་སྒྲིབ་
རྒྱ་ནི་༡སེམས་ཅན་མི་འཆེ་དང་། །༡མར་མེ་ལ་སོགས་སྤང་དང་གོས་གསར་
སྒྱུན། །༡རྒྱལ་བཅོམ་དང་༡ཟས་གོས་སོགས་སྤོང་སྒྱུན། །༡དག་གི་མི་དགེ་བ་
བཞི་སྤོང་ལ་གོམས། །༡སྟོན་ལམ་བཏབ་ཅིང་སྒྲ་མ་དཀོན་མཆོག་བཀྱར། །༡བྱད་
མེད་ཉེས་བསམ་པོ་དབང་གཅོད་ཐར་བྱེད། །༡ཇི་ལྟར་རིགས་པས་གྲོགས་བྱ་བཟའ་
བཏུང་སྟེད། །བརྒྱད་པོ་གསུམ་དང་ལྡན་ན་རྣམ་སྒྲིབ་བཟའ་། །དེ་ནི་སེམས་དག་སྦྱོར་
དག་ཞིང་དག་གསུམ། །སེམས་དག་རང་ལ་ལྟོས་པ་གཉིས་ཡོད་དེ། །རྒྱ་སྤྱབ་དགེ་བ་
སྒྲ་མེད་བསྟོ་བ་དང་། །སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་རྒྱ་རྣམས་བསྤྱབ་པ་ལོ། །ཆོས་མཐུན་མཐོང་
ན་འགན་སྤང་རྗེས་ཡི་རང་། །རང་མ་བྱས་ནའང་ཉིན་བཞིན་སྤྱད་བྱར་རྟོག་ །དེ་ནི་
གཞན་ལ་ལྟོས་པ་གཉིས་ཡིན་ནོ། །སྦྱོར་བ་ལ་ཡང་རང་ལྟོས་གཞན་ལྟོས་
གཉིས། །དང་པོ་དུས་རིང་ཤུགས་དྲག་བར་མ་ཆད། །གཉིས་པ་མ་སྤངས་པ་རྣམས་
ལེན་འཇུག་དང་། །སྤངས་རྣམས་དགའ་བྱིར་བསྐྱགས་པ་བརྟོན་པ་དང་། །རྒྱན་མི་
འཆད་པར་བྱེད་དང་མི་འདོར་བལོ། །ཞིང་དག་པ་ནི་བསམ་སྦྱོར་དེ་གཉིས་
ཉིད། །འབྲས་བྱ་བཟང་མང་སྟེར་བས་ཞིང་དུ་བཞག །

གསུམ་པ་བསམས་ནས་འཇུག་ལྟོག་བྱ་ཚུལ་ལ་གཉིས། །སྦྱོར་བསྟན་པ།
བྱད་པར་དུ་སྟོབས་བཞིས་སྤྱངས་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ནི། དཀར་ནག་ལས་འབྲས་ཤེས་ནས་བསྟོམ་བྱ་སྟེ། །འདི་ལ་བཅོས་
མིན་ངེས་པ་མ་རྟོན་ན། །སྦྱོང་བ་སྟོམ་ཆེ་ལས་འབྲས་འདོར་འགྱུར་ཞིང་། །ཉམས་
ལེན་གང་ལའང་རྒྱལ་དབྱེས་ངེས་མི་རྟོན། །ཉིང་འཛིན་རྒྱལ་པོའི་མདོ་ལས་འདི་

གསུངས་ཏེ། །རྒྱ་བ་སྐར་མར་བཅས་པ་གནས་ལྷུང་ཞིང་། །རི་དང་གྲོང་དུ་བཅས་པའི་
ས་ཞིག་ལ། །ནམ་མཁའི་ཁམས་ནི་རྣམ་པ་གཞན་གྱུར་གྱང་། །ཁྱིད་ནི་མི་བདེན་པ་ཡི་
ཆོག་མི་གསུང་། །སྒྱུ་མ་ཚུ་བྱར་སྤིག་རྒྱ་སྒོག་འབྲེལ་ཞིང་། །ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་
ཡི་རྒྱ་བ་བཞིན། །འཕེལ་པ་འཕྲིན་ལྷན་པ་རོལ་འགྲོ་བ་ཡི། །སེམས་ཅན་ཤེད་ལས་
སྦྱེས་པ་མི་དམིགས་གྱང་། །ལས་རྣམས་བྱས་པ་མེད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། །དཀར་ནག་
ཇི་བཞིན་འབྲས་བུ་སྤྲིན་པར་བྱེད། །རིགས་པའི་རྒྱལ་གྱི་སྒོ་ནི་བཟང་པོ་སྟེ། །སྤྲེལ་
རྟོགས་དཀར་རྒྱལ་བའི་སྒྲིབ་ཡུལ་ཡིན། །ཞེས་དང་བདེན་པ་པོ་ཡི་ལེན་ལས། །རྒྱལ་
པོ་ཁྱིད་ནི་སྒོག་གཅོད་མ་མཛད་ཅིག། །སྦྱེ་པོ་ཀུན་ལ་སྒོག་ནི་རབ་ཏུ་པངས། །དེ་བས་
ཡུན་རིང་ཆེ་བསྐྱུངས་སུ་འདོད་པ། །ཡིད་ཀྱི་དགུ་ལའང་སྒོག་གཅོད་མི་བསམ་
མོ། །ཞེས་གསུངས་ཇི་བཞིན་མི་དགོ་བཅུ་ལ་སོགས། །ཀུན་སྒོར་རྒྱ་བ་ཅན་ནས་
དགག་པར་བྱ། །འཕེལ་ཏུ་སྒོག་གྱུར་རྒྱལ་འདི་ཆེས་སྤྲེལ། །སྒོ་གྲོས་ཞིབ་མོས་ངེས་པ་
བངས་དགོས་ཀྱི། །སྤྲིང་ཁམ་གང་ཆེ་འགན་པ་ལྷུང་མི་བྱ། །ཉིན་བཞིན་སྒོ་གསུམ་
རྟོག་ཅིང་བག་ཡོད་འཆལ། །འདི་བྱས་འདི་བྱང་ཤ་སྟག་གསུངས་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ནི། །ལྷུང་བ་ཕྱིར་བཅོས་སྒྲོམ་གསུམ་སོ་སོ་ལྟར། །སྤྲིག་པ་སྒྲོབས་
བཞིས་སྐྱུང་བ་མཆོག་ཏུ་གསུངས། །མི་དགོ་བྱས་ལ་འགྱོད་མང་། །སུན་འབྲིན་
སྒྲོབས། །མདོ་སྤེལ་ཆོག་འདྲིན་སྒྲོང་ཉིད་ལ་ཡིད་ཆེས། །ཟབ་མོ་བརྒྱས་བརྗོད་རྒྱལ་
བའི་སྒྲུག་ལྷགས་བཞེད། །དགོན་མཆོག་མཆོད་ལ་བཅོན་དང་མཆོན་སྒོག་སྟེ། །འདི་
དག་ལ་སོགས་ཀྱི་གཉིན་པོ་ཀུན་ཏུ་སྒྲིབ། །ཉིས་ལྷུང་ཕྱིན་ཆད་སྒྲོམ་པ་ཀྱས་སྒྲོག་
སྒྲོབས། །སེམས་བསྐྱེད་སྐྱུབས་འགྲོ་ལྷན་གྱི་སྒྲོབས་སུ་བྱེད། །སྤྲིག་པ་འདག་

ལུགས་སྤྱོད་འགྱུར་སྤྱུག་བསྐྱེལ་རྣམས། །ཡུན་རྒྱུང་ཆུང་ཅུར་འགྱུར་དང་གཏན་མེད་
དང་། །ངན་འགྲོར་ཆེ་སྤྱོད་འགྱུར་བའང་རྟེན་འདི་ལ། །ཅུང་ཟད་ན་བ་ཙམ་གྱིས་
འདྲོངས་པར་གསུངས། །སྟོབས་བཞིས་སྤྱོད་ངེས་ལས་ཀྱང་འདག་པ་
དང་། །བཞགས་པས་རྣམ་སྒྲིན་འབྲིན་པའི་རྒྱས་ཉམས་འགྱུར། །བཙོས་སུ་རྒྱུང་ཡང་
མ་གོས་བ་ཉིད་མཆོག་། །གཉིས་བ་བསམ་བ་དེ་སྦྱེས་པའི་ཆད་ནི། །ཆེ་འདི་དོན་གཉེར་
ལོག་ནས་ཕྱི་མ་ཡི། །དོན་གཉེར་གཙོར་གྱུར་ཆུང་དུའི་སྟོ་སྦྱེས་ཆད། །གསུམ་བ་དེ་
ལ་ལོག་རྟོག་བསལ་བ་ནི། །མངོན་མཐོས་འབྲས་བུའི་ཡོན་ཏན་མཆོག་སྦྱབ་ཕྱིར། །དེ་
ཉིད་དོན་གཉེར་འཁོར་བའི་རྒྱར་མ་ངེས། །སྦྱེས་བུ་ཆུང་དུ་དང་རྒྱན་མོང་བའི་ལམ་
ཉམས་སུ་ལེན་པའི་སྟོ་རྣམ་པར་ངེས་བ་བཞག་ཟིན་ཏོ། །

གཉིས་བ་སྦྱེས་བུ་འབྲིང་དང་རྒྱན་མོང་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་བ་ལ་སྟོ་སྦྱང་བ་ལ་བཞི།
བསམ་བ་སྦྱང་བ་དངོས། །དེ་སྦྱེས་པའི་ཆད། །དེ་ལ་ལོག་རྟོག་བསལ་བ། །ཐར་
པར་བཟོད་པའི་ལམ་གྱི་རང་བཞིན་གཏན་ལ་དབབ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས།

ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྱི་སྟོ་ངོས་བཟུང་བ།

དེ་སྦྱེད་པའི་ཐབས་སོ། །དང་པོ་ནི། །ལྷ་མིའང་འདུ་བྱེད་སྤྱུག་བསྐྱེལ་ལས་མ་
འདས། །སྒྲར་ཡང་ངན་འགྲོར་ངེས་ལྟར་མཐའ་ངན་ཕྱིར། །འབྲིང་དང་རྒྱན་མོང་བསམ་
བ་སྦྱང་དགོས་སོ། །འཁོར་བའི་འཆིང་བ་ཡོངས་གྲོལ་ཐར་བ་སྟེ། །དེ་ཐོབ་འདོད་བ་
ཐར་བ་དོན་གཉེར་སྟོ། །གཉིས་བ་དེ་སྦྱེད་པའི་ཐབས་ལ་གཉིས།

སྤྱུག་བདེན་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་བ།

ཀུན་འབྱུང་འཁོར་བའི་འབྲུག་རིམ་བསམ་བཤོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། སྤྱག་
བདེན་བདེན་བཞིའི་ཐོག་མར་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་བསྟན་པ། སྤྱག་བསྐྱེད་སྒྲོམ་
བ་དངོས་སོ། །དང་པོ་ནི། སྤྱག་བསྐྱེད་ཉེར་ལེན་ཕུང་པོའི་སྦྱོན་བསམས་ན། །དེ་ཡི་
ཉེས་མཐོང་འདོར་འདོད་ངང་གིས་སྦྱེ། །རང་ཉིད་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱིས་མནར་ལེགས་
ངེས་ན། །དེ་རྒྱ་བརྒྱུག་པའི་གནད་ལ་རབ་བཅོན་འབྱུང། །དེ་བརྒྱུག་ཀུས་མཐོང་
འགོག་ཐོབ་ཡི་དམ་འཆམ། །དེ་ཆེ་འགོག་པར་འགྲོ་བའི་ལམ་སྐྱབ་འབྱུང། །དེ་ཕྱིར་
སྤྱག་ཀུན་འགོག་ལམ་རིམ་བ་འདི། །ཉམས་ལེན་གནད་སྒོམས་ཆེ་བས་གཅེས་པར་
བཟུང། །ཆུང་དུའི་སྐབས་བཞད་དམིགས་སྒྲོར་ཐུན་མོང་དང། །འདིར་བཞད་ཐུན་
མོང་མིན་པའི་དམིགས་བ་རྣམས། །དཔུང་དང་འཛོག་སྒྲོམ་གནད་དོན་ལེགས་ངེས་
ནས། །རར་ལྡན་ཤེས་པས་བྲེང་ཆགས་ཉིད་དུ་བསྒྲོམ། །ཐེག་གསུམ་ཡོན་ཏན་ནི་
ལྷག་དངོས་དང་ནི། །རྗེས་མཐུན་རིམ་པས་རྗེ་ལྟར་རིགས་པར་བསྐྱབ། །

གཉིས་པ་སྤྱག་བསྐྱེད་སྒྲོམ་བ་དངོས་ལ་གཉིས། འཁོར་བ་སྤྱིའི་སྤྱག་བསྐྱེད་
བསམ་པ། མོ་མོའི་སྤྱག་བསྐྱེད་བསམ་བཤོ། །

དང་པོ་ལ་གཉིས། སྤྱག་བསྐྱེད་བརྒྱུད་བསམ་པ། སྤྱག་བསྐྱེད་དུག་བསམ་
བཤོ། །དང་པོ་ལ་བརྒྱུད་ལས། དང་པོ་ནི། སྦྱེ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཚུལ་ནི་རྣམ་ལུ་
སྦྱོ། །^༡སྤྱག་བསྐྱེད་ལྡན་དང་འགནས་ངན་ལེན་དང་ལྡན། །^༢སྤྱག་བསྐྱེད་གནས་གྲུར་
ལྟོན་མོངས་གནས་སུའང་གྱུར། །^༣མི་འདོད་བཞིན་དུ་འབྲལ་ཕྱིར་སྤྱག་བསྐྱེད་
ལོ། །གཉིས་པ་ནི། དེ་བཞིན་གྱི་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཚུལ་ཡང་ལུ། །^༡གཟུགས་བཟང་
ཉམས་དང་འཕྲོགས་ཉམས་འདབར་པོ་ཉམས། །^༢ཡུལ་ལ་ཡོངས་སྦྱོད་ཉམས་དང་

“ཆེ་ཉམས་པ་འི། །སྤྲུག་བསྐྱལ་བསམ་ཞིང་གསུམ་པ་ནི། ན་བའི་སྤྲུག་བསྐྱལ་
ལ། །ལྷུས་འགྱུར་ཡིད་མི་བདེ་སོགས་ཤས་ཆེར་འཕེལ། །ལོངས་སྤྱོད་ཡིད་འོང་
མི་འདོད་ཡིད་མི་འོང་། །མི་འདོད་བཞིན་དུ་སྤྱོད་དགོས་“སྤྲུག་བསྐྱལ་འགྱུར། །བཞི་
པ་ནི། འཆི་བའི་སྤྲུག་བསྐྱལ་ལ་ཡང་རྣམ་ལྟ་སྟེ། །ལྷུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་
འཇིང་འཁོར་དང་བལ། །སྤྲུག་བསྐྱལ་“ཡིད་མི་བདེ་བ་དག་སྤྱོད་ཚུལ། །ལེགས་
པར་བསམས་ལ་ཡིད་ནི་སྤྱོད་བར་བྱ། །ལ་པ་ནི། ལྷུ་སྤྲུག་སྤྲད་པ་ཙམ་གྱིས་སྤྲུག་
བསྐྱལ་སྟེ། །དེ་ཡིས་ཀྱེད་པས་གཙོད་འཇིགས་ཀྱི་གཏམ་ངན་འཇིགས། །ཉམས་ང་
བཞིན་དུ་འཆི་བས་འཇིགས་པ་དང་། །“ལི་ལོག་ངན་འགྱོར་སོང་དོགས་འཇིགས་པ་
ལོ། །དུག་པ་ནི། སྤྲུག་དང་བལ་བའི་སྤྲུག་བསྐྱལ་རྣམས་ལྟེ། །ལྷུ་ཉེན་སོགས་བལ་ཆེ་
སེམས་ལ་སྤྱང་ན་སྟེ། །ལྷུ་སྤྲུགས་འདོན་དང་ལྷུས་ལ་གཙོད་སྤྱོད་དང་། །དེ་ཉིད་
ངན་ཞིང་འདོད་པས་ཡིད་གཏུངས་དང་། །“དེ་ཡི་ལོངས་སྤྱོད་མ་ཆང་སྤྲུག་བསྐྱལ་
འགྱུར། །བདུན་པ་ནི། འདོད་པ་བཙལ་ཉེ་མ་ཉིད་སྤྲུག་བསྐྱལ་ནི། །སྤྲུག་དང་བལ་བའི་
སྤྲུག་བསྐྱལ་ལྟ་བུ་སྟེ། །གང་ལ་རེ་བ་འབད་ནས་བཙལ་གྱུར་གྱང་། །མ་ཉིད་ཡི་ཆད་
གྱུར་ནས་སྤྲུག་བསྐྱལ་ལོ། །བརྒྱད་པ་ནི། ལྷུ་ལེན་ཕྱང་པོས་ཕྱི་མའི་སྤྲུག་བསྐྱལ་
འཇེན། །ལྷུ་གྲ་སོགས་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱལ་ཉེན་དུ་འང་འགྱུར། །སྤྲུག་བསྐྱལ་སྤྲུག་
བསྐྱལ་འགྱུར་བའི་སྤྲུག་བསྐྱལ་གྱི། །གནས་ངན་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བས་དེ་གཉིས་
བསྟེན། །“གྲུབ་ཙམ་ཉིད་ནས་འདུ་བྱེད་སྤྲུག་བསྐྱལ་གྱི། །རང་བཞིན་ཉིད་དུ་སྟེ་བས་
སྤྲུག་བསྐྱལ་ལོ། །

གཉིས་པ་སྤྲུག་བསྐྱལ་དུག་བསམ་པ་ནི། སྤྲུག་བསྐྱལ་དུག་ནི་ལེས་མེད་

འཆོག་མི་ཤེས། ། ཡང་ཡང་ལུས་འདོར་ཡང་ཡང་ཉིང་མཆམས་སྒྲོར། ། “ཡང་
ཡང་མཐོ་དམན་དུ་འགྱུར་ཆོག་མེད་པ། ། དེ་ཡང་འཁོར་བར་ཡིད་བརྟན་བྱ་ས་
མེད། ། འཁོར་བའི་བདེ་བ་སྤྱད་པས་ངོམས་མཐའ་མེད། ། རྩོག་མ་མེད་ནས་
ཞུགས་པ་གསུམ་དུ་འདུ། ། དང་པོ་ལ་ཡང་འལུས་ཐོབ་འཕན་གཞི་བྱེད། ། འལུན་
ཆོག་མ་ཆོག་ལ་ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བཞི། ། གཉིས་པ་གོ་སྒྲ་སྒྲེ་བ་བརྟུང་བ་
ཡི། ། མཐའ་མི་མངོན་པ་གསུམ་པའི་དོན་དུ་བཟུང་། །

གཉིས་པ་སོ་སོའི་སྤྱག་བསྐྱེད་བསམ་བ་ནི། ངན་སོང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆ་འདྲ་
མི་ལའང་ཡོད། ། ལྷ་མིན་ལྷ་ལ་སྤྱག་དོག་སྤྱག་བསྐྱེད་གཟེར། ། འདོད་པའི་ལྷ་ལའང་
འཆི་འཕོ་གནས་འོག་ལྟར། ། སྤྱ་བཀོང་བཅད་པའ་གསོད་སྤྱག་སྤྱག་བསྐྱེད་
ལོ། ། ཁམས་གོང་ལྷ་ཡང་སྤྱི་བ་བཅས་རང་དབང་མེད། ། ཉིང་འདྲིན་བཟང་ཡང་ལྟར་
བའི་མཐའ་ཅན་ཉི། ། གཞན་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཞིབ་བསམ་སྒྲོ་བར་མཛོད། །

གཉིས་པ་ཀུན་འབྱུང་འཁོར་བའི་འཇུག་རིམ་བསམ་བ་ལ་གསུམ།

ཉོན་མོངས་སྒྲེ་བའི་ཚུལ། དེས་ལས་བསོག་ཚུལ། འཆི་འཕོ་བ་དང་ཉིང་
མཆམས་སྒྲོར་བའི་ཚུལ་ལོ། ། དང་པོ་ལ་གསུམ། ཉོན་མོངས་ངོས་བཟུང་བ། ཇི་ལྟར་
སྒྲེ་བའི་རིམ་པ། ཉོན་མོངས་པའི་ཉེས་དམིགས་སོ། ། དང་པོ་ནི། ཇི་ལྟར་ཆུན་དང་
བྲལ་བའི་ས་བོན་བཞིན། ། ལས་གངས་མང་ཡང་ཉོན་མོངས་མེད་སྒྱུར་ན། ། སྤྱག་
བསྐྱེད་སྤྱ་གུ་འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་བས། ། ཉོན་མོངས་གཉེན་པོ་བསྐྱེད་ཚུལ་མཁས་
པར་བྱ། ། འདོད་ཆགས་སྤྱག་པའི་ཡུལ་ལ་རྗེས་སུ་ཆགས། ། འཁོར་ཁོ་ཡུལ་ལ་
མནར་སེམས་རྩལ་མོའི་སྒོ། ། འིང་རྒྱལ་སེམས་ཁེངས་མཐོ་བའི་རྣམ་པས་

འབྲུག་། ༡༥མ་རིག་བདེན་སོགས་མི་ཤེས་ཉོན་མོངས་ཅན། ༡༦ཐེ་ཆོམ་ཡོད་མེད་ཡིན་
མིན་ཅེ་གཉིས་སྒོ། ༡༧འདིག་ལྟ་བདག་སོགས་སུ་ལྟའི་ཤེས་ཉོན་མོངས། ༡༨མཐར་
འཛིན་ལྟ་བ་འདིག་ལྟས་བཟུང་བ་ཡི། །བདག་དམིགས་ཐེར་བྱག་ཡང་ན་ཆད་པར་
འཛིན། ༡༩ལྟ་བ་མཆོག་འཛིན་ལོག་ལྟ་སོགས་བརྟེན་ནས། །ལྟ་བའི་ཕྱང་པོ་ལ་
དམིགས་ཤེས་ཉོན་མོངས། ༢༠མཆོག་འཛིན་ལྟ་བ་ཚུལ་ཁྲིམས་བརྒྱལ་ཞུགས་
ལ། །དེས་འབྱེན་ལམ་དུ་འཛིན་པའི་ཤེས་ཉོན་མོངས། ༢༡ལོག་ལྟ་སྒྲོ་སྒྲུར་ལྟར་བའི་
ཤེས་ཉོན་མོངས། །འདི་རྣམས་བྱུང་མཐའ་སྤྱི་འགྲོའི་ལུགས་ལྟར་བཤད། །གཉིས་བ་
ནི། མ་རིག་འདིག་ལྟ་སོ་སོར་བཞེད་བ་རྣམས། །ཕྱང་པོའི་གནས་ཚུལ་མི་གསལ་མ་
རིག་ལས། །ཕྱང་པོ་བདག་ཏུ་འཁྲལ་བའི་འདིག་ལྟ་སྤྱོ། །དེ་ལས་ཉོན་མོངས་གཞན་
རྣམས་སྤྱོ་བ་དང་། །དེ་གཉིས་དོན་གཅིག་བཞེད་པའི་འདིག་ལྟ་ཉིད། །ཉོན་མོངས་ཅ་
བར་བཞེད་པའི་ལུགས་གཉིས་ཡོད། །གསུམ་བ་ནི། །བདག་འཛོམས་སེམས་ཅན་
འཛོམས་ཤིང་ཚུལ་ཁྲིམས་འཛོམས། །ཉམས་བཅས་ཉིད་དམན་བསྐྱང་དང་སྟོན་པས་
སྤྲ། །ཅོད་བ་མི་སྟན་མི་ཁོམ་གནས་སུ་སྤྱོ། །ཐོབ་དང་མ་ཐོབ་ཉམས་པས་ཡིད་སྤྲུག་
བསྐྱལ། །ཉེས་དམིགས་འདི་ལྟར་རྒྱ་ཆེར་དེས་བསམས་ལ། །ཅ་ཉོན་ཉེ་ཉོན་གང་
སྤྱོས་རིག་བྱས་ཏེ། །ཁོ་བྱང་སྟམ་ནས་གཉེན་པོས་བསྒྲོག་བ་གཅིས། །

གཉིས་བ་དེས་ལས་བསོག་ཚུལ་ལ་གཉིས། །བསག་པར་བྱ་བའི་ལས་ངོས་
བཟུང་བ། །དེ་རི་ལྟར་བསོག་པའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། །རང་མཚུངས་སེམས་དེ་ཡུལ་
རྣམས་ལ་བསྐྱལ་བའི། །སེམས་བྱུང་ཡིད་གྱི་ལས་ནི་སེམས་པའི་ལས། །སེམས་
པའི་ལས་དེས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་པ་ཡི། །ལུས་ངག་ལས་རྣམས་བསམ་པའི་ལས་སུ་

བཤད། །མི་དགེའི་ལས་རྣམས་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་ལས། །བསོད་ནམས་ལས་ནི་
འདོད་པའི་སས་བསྐྱས་དགེ། །མི་གཡོའི་ལས་ནི་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་
ཀྱི། །སས་བསྐྱས་དགེ་བ་ཟག་བཅས་ཉིད་ལ་བཞེད། །གཉིས་བ་ནི། འཕགས་བས་
འཁོར་འཕེན་ལས་གསར་མི་གསོག་པས། །ལས་དེའི་གསོག་པོ་ཐིག་ཆེན་སྒྲིབ་བའི་
ལས། །ཆོས་མཆོག་ཆེ་མན་སོ་སྐྱེ་ཐམས་ཅད་དོ། །

གསུམ་བ་འཆི་འཕོ་བ་དང་ཉིང་མཆོམས་སྒྲིབ་བའི་ཚུལ་ལ་ལྟ།

འཆི་བའི་རྒྱུ། འཆི་བའི་སེམས། རྟོད་གང་ནས་སྐྱད་པ། ཤེན་ས་བར་དོ་
འབྱུང་ལུགས། དེ་ནས་སྐྱེ་སྤྱིད་ཏུ་སྐྱེ་བ་ལེན་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། འཆི་རྒྱུ་ཆེ་ཟད་
བསོད་ནམས་ཟད་བ་དང་། །ཡ་ང་མ་སྤངས་འཆི་སོགས་དགུ་མདོར་
གསུངས། །གཉིས་བ་ནི། འཆི་ཆེ་དགེ་དང་མི་དགེའི་སེམས་གཉིས་ནི། །འདུ་བྱེད་
རགས་བ་འཇུག་བར་སེམས་ལ་འབྱུང་། །ལུང་མ་བསྟན་སེམས་སྟན་པས་འཆི་གྲུར་
ན། །སྤར་གྱི་སེམས་གཉིས་སྤར་བཤད་བར་མི་འཇུག་དགེ་བྱེད་སྟན་ནས་སྤར་བར་
འགོ་འབྲང་དང་། །གནད་གཅོད་ཆ་བས་ཆུང་སྤྱིག་བྱེད་དེ་ལས་བརྒྱུག་མི་དགེ་བྱེད་ལ་
འཆི་ཆེ་མི་སྤྱུག་གཟུགས། །སྤྲོ་ཆོགས་སྤར་ཞིང་སྤྱུག་བསྐྱེད་པོ་འབྱུང་། །ལུང་
མ་བསྟན་འཆི་བདེ་སྤྱུག་གཉིས་ཀ་མེད། །ལྟ་དང་དཔལ་བ་སྐྱེ་གཉིས་མ་གཏོགས་
པ། །སྐྱེ་གནས་ཀྱང་ལ་གནད་གཅོད་ཡོད་པར་གསུངས། །འཆི་ཆེ་དགེ་དང་མི་
དགེའི་སེམས་གཉིས་ནི། །གོམས་བ་གང་ཆེ་མདོན་འགྲུར་གོམས་མཉམ་ན། །དང་
པོར་གང་དན་མདོན་གྲུར་གཞན་མི་འཇུག་ །འོན་ཀྱང་སེམས་ཆ་སྤྲོ་སོ་སྐྱེ་བའི་
ཆོ། །སེམས་གཉིས་བརྒྱུག་ཅིང་ལུང་མ་བསྟན་སེམས་འགྲུར། །འཆི་ཆེ་འདུ་ཤེས་

གསལ་སོགས་འདུག་གི་བར། །ཡུན་རིང་གོམས་པས་བདག་ལ་ཆགས་བར་
འབྱུང་། །བདག་ཆགས་དབང་གིས་བདག་ནི་མེད་འགྱུར་སྟམ། །ལུས་ལ་དགའ་
འགྱུར་དེ་ཉིད་བར་དོའི་རྒྱ། །རྒྱན་ཞུགས་ཕྱིར་འོང་བདག་ཆགས་དང་མི་ལེན། །ཕྱིར་
མི་འོང་ལ་བདག་ཆགས་དེ་མི་འབྱུང་། །གསུམ་པ་ནི། དགེ་བྱེད་སྤྲིག་བྱེད་རོ་སྤྲོད་རོ་
སྤྲོད་ནས། །རིམ་བཞིན་བོད་བསྐྱེད་སྤྱིང་གའི་རྣམ་ཤེས་འཕོ། །དང་པོར་སྦྱེ་དང་ཐ་
མར་འཆི་བ་ལ། །སྦྱིང་གའི་ཁྲ་ཁྲག་དབུས་སུ་འདུག་ཅིང་འདོད། །བཞི་པ་ནི། ཤི་ནས་
སྤང་མདའི་ཚུལ་དུ་བར་དོ་འགྱུག། །དབང་པོ་ཀུན་ཚད་སྦྱེ་འགྱུར་ལུས་ཚུགས་
ཅན། །གང་ཡིན་དེར་སྦྱེ་སྒྲོག་ཀུས་ཚུལ་གཉིས་བཤད། །རིགས་མཐུན་བར་དོ་ལྟ་
མིག་དག་པ་ཡིས། །བར་དོ་མཐོང་ཞིང་བར་དོས་སྦྱེ་གནས་མཐོང་། །དགེ་བྱེད་སྤྲིག་
བྱེད་གཉིས་ཀྱི་བར་སྤིང་ལ། །རིམ་བཞིན་སྤང་བ་སུན་པའི་མཚན་མ་སྤང་། །སྤོང་
དུམ་དུ་བ་ཚུ་དང་གསེར་ལྟ་བུ། །དཔུལ་བ་དུད་འགོ་ཡི་དུགས་འདོད་ལྟ་
དང་། །གཟུགས་ཁམས་བར་དོ་དཀར་པོར་མངལ་འདུག་གསུངས། །གཟུགས་མེད་
ཁམས་སུ་སྦྱེ་ལ་བར་སྤིང་མེད། །ལྟ་ཡི་བར་དོ་བྱེན་དང་མི་ཡི་ཐད། །ཉིས་བྱེད་བར་
དོ་སྦྱེ་བོ་ཚུགས་སུ་འགོ། །ཆེ་ཆད་རེ་ལྟར་སོགས་ན་ཞག་བདུན་པ། །སྦྱེ་གནས་རྟེན་
ན་ངེས་མེད་མ་རྟེན་ནའང་། །ལུས་བརྗེས་ཞག་ནི་བདུན་པ་ག་བདུན་གནས་
སྤིང་། །བར་དོའི་ས་སོན་འགྱུར་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། །ལྟ་ཡི་བར་སྤིང་བར་དོ་གཞན་
འགྱུར་སྤིང་། །དེ་བཞིན་བར་དོ་གཞན་ལའང་རིགས་པས་ཤེས། །ལྟ་ཡི་བར་དོས་ལྟ་
ཡི་ཞག་བདུན་སོགས། །སྤྱབ་པར་སྦྱ་མོད་འདིར་ནི་དེ་མི་བཞེད། །ལྟ་པ་ནི། བར་
དོས་པ་མ་ཉལ་པོ་བྱེད་པ་ནི། །མཐོང་དང་མི་མཐོང་ཚུལ་གཉིས་གསུངས་སྤང་

ཡང་། །མོར་སྐྱེ་སྐྱེས་པ་ལ་ཆགས་ཉལ་འདོད་དོ། །མོར་སྐྱེ་བྱད་མེད་ཚུལ་དེ་སྐྱེས་
འབྲལ་འདོད། །དེ་ནས་སོ་སོའི་མཆན་མ་ཅམ་ཞིག་མཐོང་། །དེ་ལ་ཁོས་ཏེ་བར་སྲིད་
འཆེ་བར་གསུངས། །སྤང་མདའི་ཚུལ་དུ་ཉིང་མཆན་སྐྱོར་བ་ནི། །པ་མ་ཆགས་
བྲག་ཁུ་སྐྱེ་འབྱུང་རྗེས་ལ། །ཁུ་ཁྲག་ཐིགས་གཉིས་གདོན་མི་ཟ་བར་འབྱུང་། །སྐྱེ་
གནས་སུ་འབྲེས་འོ་སྤྲིས་བཞིན་ཆགས་པ། །དེ་དང་དུས་གཅིག་ཉིང་མཆན་སྐྱོར་
བ་ཡི། །རྣམ་ཤེས་ཀྱི་མཐུས་དེ་ལས་གཞན་བ་ཡི། །དབང་སོའི་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་ཆ་
གཉིས་དང་། །འབྲེས་ཏེ་ཁུ་ཁྲག་འདུས་པའི་དབང་བཅས་འབྱུང་། །དེ་དུས་ཁྲགས་
པའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱན་གཞིར་འདོད། །ཀྱན་གཞི་མི་བཞེད་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ཉིད། །ཉིང་
མཆན་སྐྱོར་བར་འདོད་པའི་ལུགས་གཉིས་སོ། །སྐྱེ་གནས་སྤྱོད་དེར་དགའ་
བས་མི་རྒྱག་ན། །གནས་དེར་སྐྱེ་བ་ལེན་བ་མི་སྲིད་པས། །དཔྱལ་བར་སྐྱེ་བའི་
བཤམ་བ་ལ་སོགས་པ་འདྲ་། །གནས་དེར་གསལ་བྱ་མཐོང་གོམས་དགའ་བས་
རྒྱག་། །དེ་ནས་སྐྱེ་གནས་གཟུགས་དེ་ལ་ཁོས་ཏེ། །བར་སྲིད་འགག་ཅིང་སྐྱེ་སྲིད་དུ་སྐྱེ་
འོ། །དུད་འགོ་ཡི་དྲགས་མི་དང་འདོད་ལྟ་དང་། །གཟུགས་ཁམས་ལྟ་རྣམས་སྐྱེ་ཆེ་སྐྱེ་
གནས་སུ། །རང་དང་རིགས་མཐུན་སེམས་ཅན་མཐོང་དགས་རྒྱག་། །དེ་ནས་སྐྱེ་
གནས་ཁོས་སོགས་སྤར་དང་འབྲ། །བརྩས་སྐྱེས་གནས་འདོད་བྱོད་གཤེར་སྐྱེ་ན་
བྱི། །ཆ་དཔྱལ་རྩོ་འདོད་གང་དཔྱལ་སྐྱེ་ན་བསེལ། །སྤོང་སྐྱེས་མངལ་སྐྱེས་འབྲ་བར་
མཛོད་ལས་བཤད། །གཉིས་པ་བསམ་པ་དེ་སྐྱེས་པའི་ཆད་ནི། །གང་ཞིག་མེ་འབར་
བྱིས་དུ་ཆུད་པ་དང་། །བཙོན་རར་ཆུད་པའི་ཐར་འདོད་སྒོ་ཆོད་ཀྱིས། །འཁོར་བར་མི་
དགའ་ཉར་ཞི་དོན་གཉེར་ན། །འབྲིང་དང་ཐུན་མོང་སྐྱེས་ཆད་དུ་བྱེད། །འདི་མེད་

ཐར་ལམ་སྐྱབ་འདོད་ཆེན་ཅམ་འགྲོ། །དེ་མེད་སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ་འང་འོང་མེད་པས། །གོ་
བ་ཅམ་ལ་མི་བཞག་འབད་འཆམ་ལོ། །གསུམ་པ་དེ་ལ་ལོག་རྟོག་བསལ་བ་ནི། ལས་
ཉོན་དབང་གིས་སྲིད་པར་འབྱམས་པ་ལ། །བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་སྐྱག་བྱ་
ཞིང་། །སློན་ལམ་སྙིང་རྩེས་སྲིད་པར་སྐྱེ་བ་ལ། །དགའ་བར་བྱ་ཞེས་མདོ་དོན་མཁྱེན་
པར་མཛོད། །

བཞི་པ་ཐར་པར་བསྐོད་པའི་ལམ་གྱི་རང་བཞིན་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་གཉིས།

ཉེན་ངེ་ལྟ་བུས་འཁོར་བ་བརྒྱུག་པ། ལམ་ངེ་འདྲ་ཞིག་བསྐྱོམས་པས་བརྒྱུག་
པའོ། །དང་པོ་ནི། ཁྱིམ་པས་འབད་ནའང་འཁོར་བ་བརྒྱུག་བྱས་མོད། །སྤྲུལ་བཅས་
རྒྱལ་བས་ནམ་གངས་དུ་མར་ནི། །འཁོར་བའི་སློན་བརྒྱུག་རབ་བྱུང་ཉེན་བསྐྱགས་
ཤིང་། །རབ་བྱུང་སྔོན་པའང་སོ་ཐར་ཉིད་ཡིན་པས། །བརྟན་པའི་ཅ་བ་འདི་ཉིད་སྟོག་
ལྟར་བརྩུང་། །གཉིས་པ་ནི། འཁོར་བ་བརྒྱུག་པའི་ལམ་མཆོག་བསྐྱབ་པ་གསུམ། །དེ་
ཡང་བསྐྱལ་བ་གསུམ་གྱི་སྟེང་དུ། །དད་པའི་སེམས་ཀྱིས་ཟས་དང་སྒྲོམ་ནམས་
དང་། །གདུགས་དང་བ་དན་མར་མའི་སྤང་བ་ཡིས། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་བ་ཁྲག་ཁྲིག་
རིམ་གྱོ་བྱས། །གང་གིས་དམ་ཆོས་རབ་ཏུ་འཛིག་པ་དང་། །བདེ་གཤེགས་བརྟན་པ་
འགག་པར་གྱུར་པའི་ཆེ། །ཉིན་མཆོན་དུ་ནི་བསྐྱབ་པ་གཅིག་སྟོང་པ། །བསོད་ནམས་
དེ་ནི་དེ་བས་ཀྱི་བྲག་འཕགས། །ཞེས་གསུངས་ཐོན་བྱ་དབྱང་བཟང་གིས་བྱས་
ལས། །རྒྱལ་བ་ངས་གསུངས་སོ་སོ་ཐར་པ་ཡི། །ཚུལ་ཁྲིམས་ནམ་དག་འདུལ་བ་མ་
ལུས་ལས། །སྤྲུལ་པ་ཁྱིམ་པས་ཉྱགས་དང་ཆོ་ག་སྤངས། །ལྷག་མ་ནམས་ནི་ཉམས་
སྤྲོད་བར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་དེ་ལྟར་ཐར་འདོད་ནམས་ཀྱིས་ནི། །མདོ་སྤྲུལ་

གྲོགས་སུ་འཆར་བའི་ཉམས་ལེན་གྱིས། །རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་དར་རྒྱས་འཕེལ་བར་
མཛོད། །སྤྱིས་བྱ་འབྲིང་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་སྒོ་རྣམ་པར་དེས་
པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

གསུམ་པ་སྤྱིས་བྱ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་སྒོ་སྤྲང་བ་ལ་གསུམ།

ཐེག་ཆེན་གྱི་འཇུག་སྒོ་སེམས་བསྐྱེད་ཁོ་ནར་བསྟན་པ།

སེམས་དེ་རི་ལྟར་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ། སེམས་བསྐྱེད་ནས་སྤྱོད་པ་ལ་བསྐྱབ་
པའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ནི། ཐར་པ་ཅམ་ཞིག་ཐོབ་པའང་སངས་རྒྱས་ཀྱིས། །བསྐྱལ་ནས་
ཐེག་ཆེན་ལམ་ཏུ་འཇུག་དགོས་ན། །ཐུབ་རྒྱལ་ཐེག་པ་སྙིང་རྗེས་བསྟན་པ་
ལ། །གཞན་པན་རོ་གཅིག་རང་བཞིན་དེ་དག་འཇུག །རང་གཞན་ལེགས་པ་ཐམས་
ཅད་འབྱུང་བའི་སྒོ། །མཁས་པའི་སྤྱོ་བོ་ཀུན་གྱི་བཟོད་གཅིག་ལམ། །གཞན་དོན་
ཞུགས་པས་རང་དོན་ལྷན་གྱིས་བྱུག། །ཀྱང་ཉོ་ལམ་མཆོག་འདིར་འཇུག་ཆེད་པའི་
མཆོག །བྱང་ཚུབ་སེམས་ཉིད་ཐེག་ཆེན་འཇུག་སྒོ་སྟེ། །གཞན་གང་མེད་ཀྱང་འདི་
ཡོད་ཐེག་ཆེན་པ། །འདི་དང་བྲལ་ན་ཐེག་ཆེན་ལས་ཉམས་ཕྱིར། །

གཉིས་པ་སེམས་དེ་རི་ལྟར་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས།

བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་སྤྲང་བའི་རིམ་པ།

ཆོ་གས་བཟུང་བའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། མན་ངག་རྒྱ་འབྲས་བདུན་

མ་དང་། རྒྱལ་སྐས་ཞི་བ་ལྟའི་གཞུང་ནས་འབྱུང་བ་ལ་བཞེན་ནས་སྦྱང་བ་གཉིས་
སོ། །

དང་པོ་ལ་གཉིས། རིམ་བཤ་ལ་ངེས་པ་བསྐྱེད་པ། རིམ་ཅན་དུ་སྦྱང་བ་དངོས་
སོ། །

དང་པོ་ལ་གཉིས། ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་གྱི་རྩ་བ་སྟོང་རྩེར་བསྟན་པ། རྒྱ་འབྲས་
གཞན་རྣམས་ཀྱང་དེའི་རྒྱ་འབྲས་སུ་འགྱུར་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ནི། རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་ས་ཀྱི་བྱང་སེམས་སྟེ་ལྷག་བསམ་
དང་། །^༡སྟོང་རྩེ་ལྷམས་པ་^༢“འིན་གཙོ་”^༣འིན་འཛུགས་པ། །^༤མར་ཤེས་སྟོང་རྣམས་ངེས་
པའི་རྒྱ་འབྲས་བདུན། །སྟོང་རྩེ་ཉིད་ནི་རྒྱལ་བའི་ལོ་ཉོག་ལ། །ས་བོན་ཚུ་ལུང་འབྲས་
ལུ་སྟོན་པ་བཞིན། །གཉིས་པ་ནི། །^༥མར་སྟོན་^༦འིན་འཛུགས་^༧འིན་གཙོ་གསུམ་གྱིས་
ནི། །འགྲོ་ཀུན་ཡིད་དུ་འོང་བའི་གཅེས་པ་འབྱུག། །དེ་ལས་ལུ་ལྷར་སྟོང་དུ་སྦྱག་འཛིན་
པའི། །^༨ལྷམས་པ་འབྱུང་ཞིང་ལྷམས་པས་^༩“སྟོང་རྩེ་སྟེད། །ཆོད་མེད་བཞི་ལྷན་ཉན་
རང་ལ་ཡོད་ཀྱང་། །འགྲོ་ཀུན་སྦྱག་བསྐྱེད་སེལ་བའི་ཁྱར་བཞེས་མེད། །མ་རྣམས་
བདེ་སོགས་བདག་གིས་སྦྱབ་བོ་ཞེས། །དཔའ་མཆོག་རྣམས་ལ་^{༡༠}ལྷག་བསམ་ཁྱར་
འདི་ཡོད། །སྟོང་རྩེས་འདི་བསྐྱེད་འདི་ལས་སེམས་བསྐྱེད་འབྱུངས། །

གཉིས་པ་རིམ་ཅན་དུ་སྦྱང་བ་ལ་གསུམ། གཞན་དོན་དོན་གཉེར་གྱི་སྟོང་སྦྱང་
བ། །བྱང་ཚུབ་དོན་གཉེར་གྱི་སྟོང་སྦྱང་བ། །སྦྱངས་པའི་འབྲས་ལུ་སེམས་བསྐྱེད་དོས་
བཟུང་བའོ། །

དང་པོ་ལ་གཉིས། སྟོང་རྩེ་བའི་གཞི་བསྐྱེད་པ་དང་། སྟོང་རྩེ་བསྐྱེད་པ་དངོས་

སོ། །

དང་པོ་ལ་གཉིས། སེམས་ཅན་ལ་སེམས་སྟོམས་པ་བསྐྱབ་པ་དང་། ཐམས་
ཅད་ཡིད་འོང་གི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་བསྐྱབ་པ་ལོ། །

དང་པོ་ནི། དག་གཉེན་ཡིན་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ཏེ། །རིས་སུ་གཙོད་པའི་
ཚོགས་སྤང་རྣམས་བཀག་སྟེ། །རང་ཉིད་འགོ་ལ་ཆགས་སྤང་བལ་སྟོམས་སྐྱབ། །བར་
མ་དམིགས་རྟེན་བྱེད་སོགས་མན་ངག་བཟུང་། །

གཉིས་པ་ཐམས་ཅད་ཡིད་འོང་གི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་བསྐྱབ་པ་ལ་གསུམ། མར་
སྟོམ་པ། འིན་འཛན་པ། འིན་དུ་གཙོ་བ་བསྟོམ་པ་ལོ། །

དང་པོ་ནི། རང་གི་སྐྱེ་བའི་ཐོག་མེད་འབྲམས་གྱུར་པས། །གང་དུ་མ་སྐྱེས་
མངལ་གྱི་རིགས་ཡོད་མིན། །དེ་བྱིར་འགོ་ཀུན་རང་གི་མ་བྱས་འབྲུག། །གཉིས་པ་ནི།
དེ་ཆེ་ཆེ་འདིའི་མ་བཞིན་འིན་བསྐྱངས་ལ། །གསུམ་པ་ནི། འིན་གཙོ་མེད་ན་ཐ་ཆད་
ཅིས་མ་ཡིན། །

གཉིས་པ་མོ་དེ་བསྐྱེད་པ་དངོས་ལ་གསུམ། བྱམས་པ། སྙིང་རྩེ། ལྷག་བསམ་
བསྟོམ་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི། བདེ་དང་མི་ལྡན་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་ནས། །བདེ་དང་
སྤང་བར་གྱུར་སོགས་བྱམས་པ་བསྟོམ། །ཕན་ཡོན་མདོ་དང་རིན་ཆེན་སྤང་སོགས་
བཟླ། །

གཉིས་པ་ནི། ལྷག་བསམ་གསུམ་གདུངས་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་
ནས། །ལྷག་བསམ་བྲལ་བར་བྱ་སོགས་སྙིང་རྩེ་སྟོམ། །སྟོམ་པའི་གོ་རིམ་ཐོག་མར་
མཛེལ་བཤེས་ནས། །བདེ་པོངས་ལྷག་བསམ་གྱིས་མནར་འགོ་བསམ་སྟེ། །

གསུམ་པ་ནི། དེ་རྣམས་སྒྲོལ་བའི་ཁུར་འབྱེར་ལྷག་བསམ་སྤྱད། །གཉིས་པ་
བྱང་ཚུབ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒྲོ་སྤྱད་བ་ནི། །གཞན་གྱི་དོན་ལ་བྱང་ཚུབ་དགོས་མཐོང་
ཞིང་། །སངས་རྒྱུ་ལོན་ཏན་ལེགས་བསམ་ཐོབ་འདོད་སྟེ། །

གསུམ་པ་སྤྱད་ས་བའི་འབྲས་བུ་སེམས་བསྐྱེད་དོས་བཟུང་བ་ནི། རང་དོན་
ལ་ཡང་རྣམ་མཁུན་དགོས་ངེས་བྱང་། །དེ་ལྟར་སེམས་འདིའི་དམིགས་ཡུལ་གཉིས་
སྤྱད་ས་ནས། །གཞན་གྱི་དོན་དུ་རྩོགས་བྱང་ཐོབ་དམ་འཆལ། །

གཉིས་པ་ཞི་བ་ལྷའི་གཞུང་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱད་བ་ནི། བདག་ཉིད་གཅེས་
འཛིན་རྒྱུད་པ་ཀུན་གྱི་སྟོ། །གཞན་གཅེས་འཛིན་པ་སུན་ཆོགས་ཀུན་གྱི་གནས། །དེ་
ཕྱིར་རང་གཅེས་འཛིན་དང་གཞན་ཡལ་བར། །འདོར་བའི་སྒྲོ་གཉིས་གོ་ས་རྣམ་
བརྩེས་ཏེ། །དབུགས་རྒྱ་ཙམ་ཡང་གཞན་དོན་ཁོ་ནར་སྤྱད། །

གཉིས་པ་ཆོགས་བཟུང་ཚུལ་ལ་གསུམ།

མ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པར་བྱེད་པ། ཐོབ་པ་མི་ཉམས་པར་བསྐྱང་བ། ཉམས་ན་ཕྱིར་
བཅོས་པའི་ཐབས་སོ། །

དང་པོ་ལ་གསུམ། གང་ལ་སྒྲུང་བའི་ཡུལ། གང་གིས་ལེན་པའི་རྟེན། ཇི་ལྟར་
སྒྲུང་བའི་ཆོག་འོ། །དང་པོ་ནི། འབྲུག་སྒྲོམ་དང་ལྷན་ཡུལ་ལ་སྒྲུང་བྱ་ཞིང་། །གཉིས་པ་
ནི། དེ་ཡང་ཐུན་མོང་གཉིས་ཀྱི་སེམས་སྤྱད་ས་ནས། །བྱང་ཚུབ་སེམས་ལ་ལྷག་པར་
སྒྲོ་བ་དེས། །གསུམ་པ་ནི། སྒྱུར་དངོས་རྩེས་གསུམ་ཆོགས་བཟུང་བ་མཆོག་གཉིས་
པ་ཐོབ་པ་མི་ཉམས་པར་བསྐྱང་བ་ལ་གཉིས། ཆོ་འདིར་སེམས་བསྐྱེད་མི་ཉམས་པའི་
རྒྱུ་ལ་བསྐྱབ་པ། སྐྱེ་བ་གཞན་དུ་ཡང་དེ་དང་མི་འབྲས་བའི་རྒྱུ་ལ་བསྐྱབ་པའོ། །དང་

པོ་ནི། དེ་ནས་འདིག་རྟེན་ལྟར་བཅས་ཕྱག་ལོས་དང་། །འཁོར་བསྐྱར་སྤང་མ་ཉིས་
སྤང་གིས་བསྤང་དང་། །རིག་སྤགས་འབྱུང་ཅིང་དངོས་བྱུང་རྣམ་གཉིས་
སྟེ། །བསྐལ་བ་དུ་མར་རབ་དགོངས་མཛད་པ་ཡི། །བྱུང་དབང་རྣམས་ཀྱིས་འདི་
ཉིད་པན་བར་གཟིགས། །འདི་ཡི་བསོད་ནམས་གཟུགས་སྤྱར་ནས་མཁར་ལྷག་གཤམ་
ཉི་འདི་ཉམས་པན་འགྲོར་རིང་འབྲས་པས། །སྐད་ཅིག་མི་འདོར་ཉིན་རེའང་ལན་
བྱུག་བཟུང་། །གཉིས་པ་སྟེ་བ་གཞན་དུ་དེ་དང་མི་འབྲལ་བའི་རྒྱ་ལ་བསྐྱབ་པ་ལ་
གཉིས། ཉམས་པར་བྱེད་པ་ནག་པོའི་ཆོས་བཞི་སྤང་བ། མི་ཉམས་པར་བྱེད་པ་
དཀར་པོའི་ཆོས་བཞི་སྤང་བ་ལ་བསྐྱབ་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཧམ་ཁན་སྟོབ་པན་འདོགས་
ཡོན་གནས་བརྩུན་དབྱ་བསྟོར། །འདག་བྱས་འགྲོད་མི་ལྟན་ལ་འགྲོད་བསྟེད་
དང་། །འབྱང་སེམས་མི་སྟན་བརྟེན་ནས་དོན་གོ་བའོ། །ལྷག་བསམ་མིན་པས་
གཞན་ལ་གཡོ་སྤྱོད་སྟོང་། །རང་གི་ཉིས་པ་ཐབས་ཀྱིས་མི་མདོན་བྱེད། །མེད་བཞིན་
ཡོན་ཏན་ཡོད་སྟོན་གཡོ་སྤྱོད་གསུངས། །གཉིས་པ་ནི། དེ་བཞི་ལས་བསྟོག་དཀར་
པོའི་ཆོས་བཞི་སྟེ། །དེ་ཡང་ཧམ་ཁན་སྤང་འབྱང་པོའི་བསམ་པས་གནས། །འབྱང་
སེམས་རྣམས་ལ་སྟོན་པའི་འདུ་ཤེས་བསྟེད། །སྟོན་རུང་སེམས་ཅན་རྟོགས་བྱང་
འཛིན་འཇུག་པའོ། །འདི་བརྒྱད་ཕྱི་མར་སེམས་མཆོག་མི་འབྲལ་རྒྱ། །གསུམ་པ་
ཉམས་ན་ཕྱིར་བཅོས་པ་ནི། ཉམས་ན་སྤང་ཡང་སྤང་རུང་ཐེག་འདིའི་ཁྱད། །འཇུག་
སྟོམ་བཏང་ཡང་སྟོན་སེམས་གནས་ཀྱི་བར། །སྟོན་སེམས་གཏོར་དང་སེམས་ཅན་
སྟོས་སྟོང་གཉིས། །མ་གཏོགས་བྱང་སེམས་བསྐྱབ་བྱ་གཞན་འགལ་ན། །བར་དགེ་
ཁས་སྤངས་ཉམས་པའི་ཉིས་སྟོད་འགྱུར། །

གསུམ་པ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་སྒྲོད་པ་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ་ལ་གསུམ།

སེམས་བསྐྱེད་ནས་བསྐྱབ་པ་ལ་སྒྲོབ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན། ཐབས་ཤེས་
རེ་རེ་བ་ལ་བསྐྱབས་པས་སངས་རྒྱས་མི་འབྱུང་བར་བསྟན་པ། བསྐྱབ་པ་ལ་སྒྲོབ་
པའི་རིམ་པ་ཉིད་བཤད་བའོ། །

དང་པོ་ནི། སྒོན་སེམས་བསྐྱེད་ཅམ་པན་ཡོན་ཆེ་མོད་ཀྱི། །དེ་བས་སྐྱབ་པ་
སྒྲོབ་པོར་བྱེད་པ་མཆོག །སྐྱབ་པའང་སྒོམ་བཟུང་བསྐྱབ་བྱ་སྒོབ་ཉིད་ཡིན། །གཉིས་
པ་ནི། ཐབས་ཤེས་ཡ་བྲལ་སངས་རྒྱས་མི་འབྱུང་སྟེ། །མ་ནོར་ཆང་བའི་ཐབས་ཤེས་
བྱང་འབྲེལ་བསྐྱབ། །འདི་ཡི་ཐབས་ནི་སྤར་བཤད་སེམས་བསྐྱེད་དང་། །ཤེས་རབ་
ཡིན་ལུགས་སུ་ཐག་ཆོད་པའི་ལྟ། །སྒྲོབ་ཉིད་སྒོམ་ཆེ་སེམས་བསྐྱེད་ཅིས་ཟེན་
དང་། །སྒྲིན་སོགས་འཇུག་ཆེའང་ཤེས་རབ་ཅིས་ཟེན་ཉིད། །འདིར་ནི་ཐབས་ཤེས་
ཡ་བྲལ་མིན་པའི་དོན། །ཁ་ཅིག་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས། །ཡིན་ལུགས་
གཏན་ལ་པབ་པའི་ལྟ་ཐོག་ཏུ། །བཞག་ནས་གཞན་གང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པར། །ཅེ་
གཅིག་འཛོག་པ་ཡིན་ལུགས་སྒོམ་ཡིན་ཟེར། །འོ་ན་ཁྱོད་ཉིད་གང་འདོད་ངེས་པའི་
ཆོ། །ནམ་དག་རིགས་པས་གཏན་ལ་པབ་པ་ཡིས། །དོན་ལ་འཛོག་རྒྱ་མེད་ཀྱི་
སེམས་ཅིར་ཡང་། །མི་རྟོག་འཛོག་པའི་ཙམ་འཛོག་ཉིད་བཟང་སྟེ། །ལྟ་བུ་འདི་ཡིས་
ཟེན་ན་ཉེས་སྒྲོད་ཀྱང་། །སངས་རྒྱས་རྒྱ་བྱ་བསྐྱར་བྱས་ཞེས་གྲང་སྟེ། །འོ་ན་སོ་སོར་
རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས། །དབྱེད་ཅིང་བསྒོམས་ན་ཁྱོད་ལ་ཉེས་ཅིར་འབྱུང་། །འདི་འོ་
སྒྲུམ་པའི་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་ནི། །འཁོར་གསུམ་རྟོག་པའི་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་
ཡིན། །དེ་བྱིར་འཁོར་བའི་རྒྱ་ལས་མ་འདས་སོ། །སྐྱབས་འགྲོ་བཤེས་གཉིན་ཡོན་

ཏན་དལ་འབྱོར་སེམས། །འཆི་བ་བླན་དང་ངན་འགྲོའི་སྤྱད་བསྐྱལ་དང་། །བྱམས་དང་
སྤྱིང་རྩེ་བྱང་ཚུབ་སེམས་སྦྱོང་དང་། །འཇུག་སེམས་བསྐྱབ་བྱ་སྒོའ་སོགས་ཐམས་
ཅད་ལ། །འདི་དང་འདི་ཞེས་ངེས་བ་བླངས་དགོས་པས། །འདི་དག་ཤེས་སྤྱོད་ཡིན་
པར་སྒྲི་བྱས་ན། །ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རི་ཙམ་སྒྲོམ་བ་ཉིད། །སྤྱབས་སོགས་འདི་དག་
ཉམས་པའི་རྒྱུར་འགྲོ་བས། །ལྟ་སྦྱོང་ཆ་གང་ལྟ་བུར་མ་སོང་ངམ། །འདི་དག་སངས་
རྒྱུ་རྒྱུར་འགྲོ་མི་སྤིད་ན། །ཁྱོད་ཀྱི་ལྟ་བས་ཞེ་སྤང་ལ་སོགས་པ། །ཉེས་སྦྱོང་སངས་
རྒྱུ་རྒྱུ་བྱ་འགྱུར་བ་མཆོར། །གལ་ཏེ་གོ་ཆའི་སྤྱབ་པ་རི་བཞིན་དུ། །གཅིག་ཐུབ་
འདི་ལ་ཐམས་ཅད་ཆང་ཞེ་ན། །བ་ཡི་གཅི་བ་རྒྱུར་བཅས་སྤྱོད་པ་སྟེ། །ཞེས་སོགས་
གསུངས་བ་དེ་ཡིས་ཅིས་མི་ཆོག །དེ་ཉིད་ཆོག་ཡིན་དོན་ལ་མི་གནས་ན། །ཁྱོད་ཀྱི་
སྒྲུལ་དེ་དོན་གནས་སྤྱབ་བྱེད་གང་། །གཞི་ཡི་བདེན་གཉིས་སྦྱོན་མེད་འཛོག་ཤེས་
ན། །ལམ་ཀྱི་ཐབས་ཤེས་འབྲས་བུའི་སྤྱུ་གཉིས་ཀྱང་། །སྒྲོ་བྲོས་ཡངས་ལ་སྤྱོགས་
ཙམ་བསྟན་པས་གོ །དེ་ཕྱིར་དངོས་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དང་། །རྒྱུ་འབྲས་
རྒྱུང་བྱང་མ་འཆོལ་ངེས་སྟོན་པའི། །དམིགས་མེད་སྤྱགས་རྩེ་ཙན་ལ་སྤྱབས་སུ་
མཆི། །

གསུམ་བ་བསྐྱབ་པ་ལ་སྒོའ་པའི་རིམ་བ་ཉིད་བཤད་པ་ལ་གཉིས།

ཐེག་ཆེན་སྤྱི་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ། །བྱང་པར་རྟོ་རྩེ་ཐེག་པ་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ་ལོ། །དང་
པོ་ལ་གསུམ། །བྱང་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་སྒོའ་འདོད་སྤྱང་བ། །སྤྱངས་ནས་རྒྱལ་
སྤྱི་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་བཟུང་བ། །བཟུང་ནས་རི་ལྟར་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི།
སྤྱགས་དང་སོ་ཐར་འདུལ་བ་རང་རང་གི། །སྒྲོམ་པ་མ་བཟུང་བསྐྱབ་བྱ་བསྐྱབ་མི་

ཅུང་། །འདིར་ནི་སྒྲིན་ཏུ་བསྐྱབ་བྱས་རྒྱུ་ཤུངས་ནས། །སྒྲིམ་པ་སྐྱངས་ཏེ་ཤིན་ཏུ་
བརྟན་པའི་ཐབས། །གཉིས་པ་ནི། །ལེན་ཚུལ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལེའུའི་རྣམ་བཤད་
བཟླ། །གསུམ་པ་བརྒྱུད་ནས་ཇི་ལྟར་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་ལ་གསུམ། །གང་ལ་བསྐྱབ་པའི་
གཞི། །དེར་བསྐྱབ་པ་རྣམས་འདུ་ཚུལ། །དེ་ལ་ཇི་ལྟར་བསྐྱབ་པའི་རིམ་པའོ། །དང་པོ་
ནི། །བྱང་སེམས་བསྐྱབ་བྱ་མཐའ་དག་ཕྱིན་ཏུ་གཏུ། །གཉིས་པ་དེར་བསྐྱབ་པ་རྣམས་
འདུ་ཚུལ་ལ་གཉིས། །དངོས་ཀྱི་དོན་གྲངས་ངེས་པ། །ཞར་ལ་གོ་རིམ་ངེས་པའོ། །དང་
པོ་ནི། །ཕྱིན་ཏུ་གཏུ་གྲངས་ངེས་ཚུལ་ནི་རྣམ་པ་ཏུ་གྲ། །^༡མངོན་མཐོ་ལ་ལྟོས་འདོན་གཉིས་
སྐྱབ་ལ་ལྟོས། །^༢གཞན་དོན་སྐྱབ་དང་ཐེག་ཆེན་ཐམས་ཅད་བསྐྱ། །^༣ཐབས་ཀྱི་རྣམ་
པའི་དབང་ཏུ་མཛད་ནས་དང་། །^༤བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་ལྟོས་པའི་གྲངས་ངེས་
སོགས། །ཕྱན་ཆོགས་ཏེན་གྱིས་རང་གཞན་དོན་ཇི་འདྲ། །ཐེག་གང་ལ་གནས་ཐབས་
ཀྱི་རྣམ་པ་ཅིས། །བསྐྱབ་པ་གང་བསྐྱབ་ཕྱིན་ཏུ་གཏུ་ལས་མི་འདལ། །གཉིས་པ་ནི། །ཕྱིན་
ཏུ་གཏུ་སྐྱ་མ་ལ་བརྟེན་ཕྱི་མ་སྐྱ། །ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་མཆོག་ཏུ་གནས་ཕྱིར་དང་། །སྐྱ་མ་སྐྱ་མ་
རགས་པས་གོ་རིམ་ངེས། །

གསུམ་པ་དེ་ལ་ཇི་ལྟར་བསྐྱབ་པའི་རིམ་པ་ལ་གཉིས།

སྒྲིན་པ་སྒྲིམ་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ།

ཁྱད་པར་ཏུ་པར་ཕྱིན་ཐ་མ་གཉིས་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས།
རང་གི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་སྒྲིན་པར་བྱེད་པ་པར་ཕྱིན། །གཞན་རྒྱུད་སྒྲིན་པར་བྱེད་
པ་བསྐྱབ་བཞི་ལ་བསྐྱབ་པའོ། །

དང་པོ་ལ་ཏུ་གྲ། །སྒྲིན་པ། །ཚུལ་ཁྲིམས། །བཟོད་པ། །བརྟེན་འགྲུས། །བསམ་

གཏན། ཤེས་རབ་ལ་བསྐབ་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། སྦྱིན་པའི་ངོ་བོ། རབ་དབྱེ།
 རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། གཏོང་སེམས་དགེ་དང་དགེ་དེས་ཀྱན་བསྐྱངས་
 དང་། །ལུས་དག་སྦྱིན་ལ་འབྱུག་དུས་ཀྱི་སེམས་པ། །སྦྱིན་པའི་ངོ་བོ་འོ་གཉིས་པ་ནི།
 དབྱེ་ན་ཆོས་སྦྱིན་སོགས། །གསུམ་པ་ནི། བདོག་པ་ཐམས་ཅད་གཞན་ལ་གཏོང་བ་
 ཡི། །བསམ་པ་སྦྱང་ནས་སྦྱེས་པ་མཆོག་ཡིན་གྱི། །སེར་སྒྲ་བཅོམ་ཅམ་སྦྱིན་པའི་
 སར་ཕྱིན་མིན། །གཏོང་སེམས་མཐར་ཕྱིན་སྦྱིན་པའི་མཐར་ཐུག་བཟུང་། །ལུས་དང་
 འོངས་སྦྱོང་དགེ་བ་དུས་གསུམ་སྦྱེས། །སྦྱིན་ཆེ་སར་ཕྱིན་དུག་ལྷན་གྱིས་ཐེན་
 བ། །གནས་སྐབས་མཐར་ཐུག་དགོས་པ་མཐའ་དག་འབྱུག། །གཉིས་པ་ནི། སྦྱོམ་པའི་
 ཚུལ་ཁྲིམས་གཙོ་བོའི་དབང་བྱས་ནས། །གཞན་གཞོད་གཞིར་བཅས་ལས་སྦྱོག་སྦྱོང་
 སེམས་ནི། །ཚུལ་ཁྲིམས་ངོ་བོ་དབྱེ་ན་རྣམ་པ་གསུམ། །བྱང་སེམས་རྒྱུད་ཀྱི་སོ་ཐར་
 སྦྱོམ་པ་ནི། །དེ་རྒྱུད་ཚུལ་ཁྲིམས་སྦྱོམ་ཡིན་བྱང་སྦྱོམ་མིན། །བྱང་སེམས་སྦྱོམ་པའི་
 ཚུལ་ཁྲིམས་ཉམས་སྦྱང་ན། །དེ་ཡིས་སྦྱོམ་པ་ཐམས་ཅད་ཉམས་སར་གསུངས། །རང་
 གིས་རི་ལྟར་ཁས་སྐྱངས་བསྐབ་པའི་གནས། །སྤ་མོ་རྣམས་ཀྱང་གཡེལ་མེད་གཙང་
 བར་བསྐྱང་། །ཁྲིམས་གཙང་སྦྱེ་རྒྱའི་དབྱས་ན་རི་ལྟར་བཟེད། །སྦྱོབས་གྱིས་བཞེགས་
 པ་མེད་པར་བཤོ་ཀྱན་འདུད། །སྦྱོན་བལ་རྒྱན་དུ་འབྱུང་སོགས་པན་ཡོན་
 མང་། །གསུམ་པ་ནི། བཟོད་པའི་ངོ་བོ་གཞོད་བྱེད་ཐུག་བསྐལ་གྱིས། །མི་རྩི་ཆོས་ལ་
 མོས་པའི་སེམས་པ་ལོ། །དབྱེ་ན་ཆོས་ལ་ངེས་སེམས་ལ་སོགས་གསུམ། །གཞོད་
 སེམས་འོག་ལྟས་དགེ་ཙ་བཅོམ་པ་དང་། །མི་དགེ་སྦྱོབས་བཞིས་སྐྱངས་པ་གཉིས་
 ཀ་ལ། །རྒྱན་གཞན་སྤང་ཀྱང་འབྲས་བུ་འཕྱེན་མི་རུས། །དེ་ཡང་རྣམ་སྦྱིན་བཅོམ་པའི་

དོན་ཡིན་གྱི། །རྒྱ་མ་ཐུན་ལ་ནི་ངེས་པ་མེད་པར་གསུངས། །ལོག་ལྟ་དམ་ཆོས་སྤོང་
དང་ང་རྒྱལ་གྱིས། །བྱང་སེམས་སྒྲ་མ་སོགས་ལ་ཁྱད་གསོད་པ། །རྣམ་སྤྲིན་ཆབས་
ཆེ་དགོ་ཙམ་འཛོམས་པས་ན། །ཁོང་སྒོ་ལྟ་བུ་འདི་དག་འབད་པས་དགག། །མདོར་ན་མི་
བཟོད་པ་དང་བཟོད་པ་ཡི། །པན་ཡོན་ཉེས་དམིགས་བྲན་པའི་འཇུག་སྒྲིག་
གཅེས། །བཞི་པ་ནི། དགོ་བ་སྤྱད་དང་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ལ། །སྒྲོ་བས་རབ་བྱེད་
སེམས་པ་བརྩོན་འགྲུས་ཏེ། །བསྐྱལ་པ་གངས་མེད་བྱེ་བ་འབྱམ་འབྱར་དུ། །སེམས་
ཅན་གཅིག་གི་སྤྱག་བསྐྱལ་བསལ་བྱིར་ཡང་། །དཔུལ་བ་ཁོ་ནར་གནས་ཀྱང་རྫོགས་
བྱང་ལ། །སྒྲོ་བར་ཅིས་མི་འབྱར་ཞེས་ཀྱོག་ཆ་དང་། །དགོ་བ་ཆོས་སྤྱད་ཀྱི་སེམས་
ཅན་དོན་བྱེད་གསུམ། །ཀྱུང་ལྟག་ཀྱང་དག་ཉིད་བརྟན་དང་ཀྱང་ཞེན་སྤང་། །མ་ཐུན་
རྒྱུན་ཀྱིས་ཀྱང་བརྟན་ཀྱང་དག་ཀྱང་འདོར་བའི་སྒྲོ་བས། །དགོ་ལ་འདུན་དང་པར་བྱིན་
བྱག་ལྟན་གྱིས། །བརྩོན་འགྲུས་ལ་གནས་གཞན་ཡང་ཚུལ་དེར་འགོད། །ལྷ་པ་ནི།
བསམ་གཏན་དོ་བོ་དགོ་བའི་དམིགས་པ་ལ། །རྩེ་གཅིག་གནས་པས་རབ་བྱེད་
སེམས་པ་སྟེ། །དོ་བོའི་སྒྲོ་ནས་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་ཀྱི་དེ་འདས་གཉིས། །སྒྲོགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་
ཀྱི་ཀྱི་སྤྱག་ཀྱི་བྱང་འབྲེལ་གསུམ། །ཀྱི་སེམས་བདེར་གནས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མདོན་
པར་བསྐྱབ། །ཀྱི་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་བྱེད་ལས་སྒྲོ་ནས་དབྱེ། །གང་ལ་མཉམ་བཞག་
ལས་སེམས་ཤིན་ཏུ་དངས་སྟེ། །མདོན་ཤེས་རྣམ་ཐར་ཐད་པར་ཐེལ་གཞོན་སྐྱབ། །དོན་
བྱ་བཅུ་གཅིག་ཇི་ལྟར་རིགས་སྐྱབ་རྣམས། །བྱེད་ལས་སྒྲོ་ནས་བྱེ་བ་གསུམ་གྱི་
དོན། །པན་ཡོན་ཉེས་དམིགས་ཤེས་ནས་འཇུག་པ་དང་། །པར་བྱིན་བྱག་ལྟན་སྒྲོ་བ་
པ་སྤར་དང་འབྲ། །བྱག་པ་ནི། །ཤེས་རབ་བརྟགས་པའི་དངོས་པོ་ལ་དམིགས་

ནས། །ཆོས་རབ་རྒྱས་པར་འབྱེད་པའི་སེམས་པ་སྟེ། །དབྱེ་ན་འདོན་དམ་འཁྱུན་རྫོབ་
རྟོགས་པ་དང་། །འེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཤེས་རབ་གསུམ་དུ་གསུངས། །ཤེས་རབ་
མཐོང་དང་མ་མཐོང་ཡོན་ཏན་ཅ། །སྲིད་ཞིའི་རྒྱད་པ་མཐའ་དག་བྱངས་འབྱིན་
ཅིང་། །འགལ་བར་སྤང་བའང་འདི་ཡིས་འགལ་མེད་སྒྲུབ། །འདི་བྲལ་ལྟ་བ་ཚུལ་
ཁྲིམས་དག་མི་འགྱུར། །ཐོས་བསམ་དོན་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དབྱུང་ན། །སྟོམ་འབྲས་
མཆོག་གི་ཤེས་རབ་སྤྱར་དུ་འབྲེན། །ཆོས་བརྗེད་བཅུག་ནས་སེམས་འཛིན་ལ་རེ་
བ། །ཁོར་དབྱིག་པོར་ནས་རྗེས་ལ་ཞེན་དང་མཚུངས། །དེ་བྱིར་བྱག་ལྟན་ཤེས་རབ་
ཉམས་སུ་མང་། །

གཉིས་པ་གཞན་རྒྱད་སྟོན་པར་བྱེད་པ་བསྐྱབ་བཞི་ལ་བསྐྱབ་པ་ནི། །མཁོ་བ་
སྟོན་པ་སྟོག་ལའང་མི་པངས་སོགས། །འཁྱུན་སྤྱོད་པར་བྱིན་གདུལ་བྱ་ལ་སྟོན་
དང་། །འདོན་སྟོད་རི་ལྟར་བསྟན་རྒྱུ་ལེན་འཇུག་ཅིང་། །འདོན་མཐུན་གཞན་སྤྱར་
དང་མཐུན་རང་གནས་པས། །གཞན་རྒྱད་སྟོན་པའི་གནད་བཞི་འདིར་བཙོན་
བྱ། །མཁོ་བ་སྟོན་པ་དག་འཁོར་ཆོག་ལ་ཉན། །དེ་ཆེ་སྟན་སྤྱོད་མི་ཤེས་ཐེ་ཆོས་
དོར། །དོན་སྟོད་བསྐྱལ་བས་བསྐྱལ་བར་འདོད་ཆོ་སྟེ། །དོན་མཐུན་རང་བསྐྱལ་གཞན་
བྱི་མཐུན་དཔེར་འཛིན། །བྱིན་བྱག་མཉམ་རྗེས་གཉིས་སུ་བསྐྱར་བའི་ཆེ། །ཞི་ལྷག་
ཆོས་ཐབ་ངེས་བཟོད་མཉམ་བཞག་དང་། །སྟོན་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་བཟོད་པའི་སྟོགས་
གཅིག་དང་། །བསམ་གཏན་ཤེས་རབ་སྟོགས་གཅིག་རྗེས་ཐོབ་བསྐྱར། །འཇུག་
སྟོམ་མ་བཟུང་པོར་དུ་སྟོད་པ་ལ། །སྟོ་བ་ཤུགས་བྲག་བསྐྱལ་བས་ནས་གདེངས་ཐོབ་
ན། །ཆོ་གས་བཟུང་ཆེ་ཤིན་ཏུ་བཏན་པར་འགྱུར། །སྟོན་སེམས་སྤྱངས་པ་དང་རྒྱལ་

སྐྱེས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་སྤྱི་ལ་སྒྲོབ་པའི་སྒྲོན་ཆས་པར་ངེས་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

གཉིས་པ་ཁྱད་པར་དུ་པར་བྱིན་ཐ་མ་གཉིས་ལ་བསྐྱབ་པ་ལ་དུག།

ཞི་ལྷག་བསྒྲོམ་པའི་པན་ཡོན། དེ་གཉིས་ཉིང་འཛིན་ཀུན་གྱི་སྤྱད་བྱེད་དུ་
བསྟན་པ། ཞི་ལྷག་གི་ངོ་བོ། གཉིས་ཀ་བསྒྲོམ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན། གོ་རིམ་ངེས་
ཚུལ། སོ་སོའི་བསྐྱབ་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ནི། དགེ་ལ་དམིགས་པའི་ཅེ་གཅིག་སེམས་དང་ནི། །སོ་སོར་འབྱེད་
པའི་རྣམ་དཔྱད་ལྔ་མོ་ཡན། །རིམ་བཞིན་ཞི་ལྷག་གཉིས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་འདྲ་
ཞིང་། །སེམས་ཀྱི་སྤྱིང་གི་ཡུལ་ཅན་བྱིན་ཅི་ལོག། །གོང་ནས་གོང་དུ་བསྐྱེད་པའི་བག་
ཆགས་དང་། །བག་ཆགས་དེ་ཉིད་གསོ་བར་བྱེད་པ་ཡི། །ཡུལ་ལ་ལོག་པར་ཞེན་སྒོ་
གང་ཡིན་པ། །གནས་ངན་ལེན་དང་མཚན་མའི་འཆིང་བར་བསྟན། །དེ་དག་ལྷག་
མཐོང་ཞི་གནས་སྒྲོམ་པས་སེལ། །གཉིས་པ་ནི། བསམ་གཏན་ཤེར་བྱིན་ཡོན་ཏན་
གང་ཡིན་པ། །དེ་ཀུན་ཞི་ལྷག་ཡོན་ཏན་ཡིན་པས་ན། ཉིང་འཛིན་ཀུན་གྱི་སྤྱད་བྱེད་
ཞི་ལྷག་གཉིས། །ངེས་པར་བསྟན་པས་གང་དེ་ཐེག་གསུམ་གྱི། །ཡོན་ཏན་ཅ་བ་
བསྐྱབ་པར་རྒྱལ་བས་གསུངས། །གསུམ་པ་ནི། བྱེ་རོལ་ཡུལ་ལ་གཡེང་ཞི་དམིགས་
པ་ལ། །ཅེ་གཅིག་ངང་ནས་རྣམ་པར་མི་དཔྱད་སྒྲོ། །ཤིན་སྤངས་བདེ་བས་བྲངས་གང་
ཞི་གནས་ཏེ། །ཞི་གནས་རྟལ་སྒྲོན་པའི་དབྱེད་སྒྲོམ་གྱིས། །རང་སྟོབས་ཤིན་སྤངས་
བྲངས་ཆེ་ལྷག་མཐོང་ཐོབ། །དེ་བྱིར་ཁྱད་པར་མཐོང་བས་ལྷག་མཐོང་བཏགས། །བཞི་
པ་ནི། གང་དག་གསལ་ཆའི་ངར་མེད་ཞི་གནས་དང་། །དེ་ཡོད་ལྷག་མཐོང་འདོད་པ་
མི་རིགས་ཏེ། །ཁྱད་པར་དེ་ནི་བྱིང་བ་ཡོད་མེད་ཡིན། །ཞི་གནས་ལ་ཡང་བྱིང་བ་

སངས་དགོས་ཤིང་། ཁྱིང་བ་བྲལ་བའི་ཉིང་འཛིན་ཐམས་ཅད་ལ། །སེམས་ཀྱི་
གསལ་ཆ་རེས་པར་འོང་བྱུང་རོ། །སྟོང་ཉིང་ལ་དམིགས་ཞི་ལྷག་གང་ཡིན་
ཡང་། སྟོང་ཉིང་རྟོགས་དགོས་མི་རྟོག་ཉིང་འཛིན་ལ། སྟོང་ཉིང་རྟོགས་པའི་རེས་པ་
མེད་པའི་བྱིང་། སྟོང་ཉིང་སྒོ་ཁ་མ་ཕྱོགས་ཉིང་འཛིན་དང་། སྟོང་ཉིང་རྟོགས་པའི་
ཉིང་འཛིན་གཉིས་ཀ་ལ་འང་། །བདེ་གསལ་མི་རྟོག་འབྱུང་བས་མཁྱེན་པར་
མཛོད། །ཞི་གནས་བྱུབ་ནས་ཡིན་ལུགས་ལ་དཔྱོད་པའི། །ཤེས་རབ་དེ་ཡི་གཡོ་བའི་
སྟོན་བསྐྱོག་པར། །མ་ཐད་དཔྱད་སྟོམ་དགོས་པ་ཐམས་ཅད་ལ། །ཡུལ་ལ་ཏ་ཅང་
གཡོ་བའི་སྟོན་བསལ་ནས། །དགེ་བ་གང་བྱེད་སྟོབས་དང་ལྡན་པར་ལྟུང་། །

ལྷ་བ་ནི། ཞི་ལྷག་རིམ་བསྐྱེད་དགོས་པའི་ལུགས་འདི་ལ། །སྟོན་དུ་བདག་
མེད་གོ་བའི་གང་ཟག་གིས། སྟོང་ཉིང་ལ་དམིགས་ཞི་ལྷག་དུས་གཅིག་ཏུ། །བསྐྱེད་
ན་ཉེས་པ་ཅི་ཡོད་ཅེས་འདྲི་ན། །ཡིན་ལུགས་གོ་དང་སྟོང་བ་སྐྱེ་ཅམ་ལ། །ཞི་གནས་
སྟོན་འགོ་དགོས་ཞེས་མི་སྒྲི་ཡང་། །སྟོང་ཉིང་སྟོམ་བྱུང་མ་ཐོབ་གང་ཟག་
གིས། །དཔྱད་སྟོམ་སྟོན་སོང་མེད་པར་སྟོང་ཉིང་ལ། །དམིགས་པའི་སྟོམ་བྱུང་དག་
གི་ལྷག་མཐོང་ནི། །སྐྱེ་བ་རྣལ་འབྱོར་སྒྲ་མེད་ལ་སྤིང་གི། །རྒྱུད་སྤེལ་ལོག་མ་གསུམ་
དང་སྐབས་འདིར་ནི། །ཞི་གནས་མ་བྱུབ་གོང་དུ་བདག་མེད་པའི། །གོ་བ་བཙལ་ནས་
ཡང་ཡང་དཔྱད་ལྟར་ཡང་། །དེ་ཅམ་གྱིས་ནི་ཞི་གནས་འབྱུབ་མི་སྤིང་། །གལ་ཏེ་མི་
དཔྱོད་འཛིན་སྟོམ་ཉིང་བྱེད་ན། །ཞི་གནས་བྱུབ་ཡང་དེ་ལ་ལྷག་མཐོང་གི། །སྟོང་ཚུལ་
མེད་པས་སྟོན་དུ་ཞི་གནས་དང་། །དེ་རྗེས་ལྷག་མཐོང་རིམ་པ་ལས་མ་འདས། །ལྷག་
མཐོང་བསྐྱེད་ཚུལ་སོར་རྟོག་ཤེས་རབ་གྱིས། །དཔྱད་ནས་ཤིན་ཏུ་རྒྱུངས་སྐྱེས་པ་ཉིང་།

ཡིན་པས། །རི་ལྷ་རི་སྟེང་གང་གི་དབང་བྱས་ཀྱང་། །རིམ་པ་དེ་ལྟར་ངེས་ཀྱི་གཞན་དུ་
ན། །མདོ་དང་མཁས་གྲུབ་དུ་མའི་གཞུང་དང་འགལ། །རིམ་པ་དེ་ཡང་གསར་སྦྱེའི་ཆེ་
ཡིན་གྱི། །ཕྱི་ནས་ལྷག་མཐོང་སྟོན་དུ་བསྒྲོམ་པ་དང་། །ཉེར་བསྟོགས་ཀྱིས་བསྐྱུས་
ལྷག་མཐོང་ལ་བརྟེན་ནས། །དངོས་གཞིས་བསྐྱུས་པའི་ཞི་གནས་སྦྱབ་པའང་ཡོད། །

དུག་པོ་སོ་སོའི་བསྐྱབ་ཚུལ་ལ་གསུམ།

ཞི་གནས་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ།

ལྷག་མཐོང་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ། དེ་གཉིས་ཟུང་དུ་འབྲེལ་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་གསུམ། ཞི་གནས་ཀྱི་ཆོགས་བསྟེན་པ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཞི་གནས་
བསྒྲོམ་ཚུལ། བསྒྲོམས་པས་ཞི་གནས་གྲུབ་པའི་ཆད་དོ། །

དང་པོ་ནི། ༡མ་ཐུན་ཡུལ་ཡོན་ཏན་ལྷ་ལྷན་གནས་པ་དང་། །༢འདོད་ཆུང་
༣ཆོག་ཤེས་ ༤བྱ་ཉུང་ ༥ཚུལ་ཁྲིམས་དག ། ༦འདོད་པའི་ནམ་ཉིག་སྤངས་པ་ཞི་གནས་
ཆོགས། །

གཉིས་པ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཞི་གནས་སྒྲོམ་ཚུལ་ལ་གཉིས། སྦྱོར་བ་དང་
དངོས་གཞིའོ། །དང་པོ་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་སོགས་སྦྱོར་བའི་ཆོས་བསྒྲོམས་
ཏི། །གཉིས་པ་དངོས་གཞི་ལ་གཉིས། ལུས་ཀྱི་སྦྱོང་ལམ་ཅི་འབྲ་བས་བསྒྲོམ་པ།
སྒྲོམ་པའི་རིམ་པ་ཉིད་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། དངོས་གཞི་ལུས་ཀྱི་ཀྱན་སྦྱོང་བརྒྱད་ལྟར་གྱིས། །གཉིས་པ་སྒྲོམ་
པའི་རིམ་པ་ཉིད་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ཉིང་འཛིན་སྦྱོན་མེད་སྦྱེད་པའི་ཚུལ། དེ་ལ་
བརྟེན་ནས་སེམས་གནས་སྦྱེ་བའི་རིམ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། སེམས་དམིགས་པ་

ལ་གཏད་པའི་སྡོན་དུ་རྩི་ལྟར་བྱ་བ། དམིགས་པ་ལ་གཏད་པའི་དུས་སུ་རྩི་ལྟར་བྱ་བ།
དམིགས་པ་ལ་གཏད་པའི་འོག་དུ་རྩི་ལྟར་བྱ་བའོ། །དང་པོ་ནི། དགའ་བདེས་ལུས་
རྒྱས་མཐོང་ཆོས་བདེ་བར་གནས། །ཤིན་སྐྱངས་རྟེན་པས་དགེ་ལ་བཞོལ་བྱང་
དང་། །རང་དབང་མེད་པར་བྱིན་ཅི་ལོག་ཡུལ་ལ། །གཡེང་བ་ཞི་བས་ཉེས་སྦྱོང་མི་
འབྱུང་ཞིང་། །དགེ་བའི་སྟོབས་ཆེ་མཛོན་ཤེས་རྩ་འབྱུལ་སྦྱུལ། །ཟབ་མོའི་ལྷག་མཐོང་
རྟོགས་སྦྱེ་འཁོར་བ་ལྡོག། །གཞན་ཡང་གང་ཞིག་བསྒྲུམས་ན་ཉིང་འཛིན་གྱི། །ཡོན་
ཏན་མཐོང་བས་ཡིད་འཕྲོག་དད་པ་སྦྱེ། །དེ་ལས་འདུན་པ་དེ་ལས་ཚོལ་བ་སྦྱེ། །དེ་
ལས་ཤིན་སྐྱངས་དེས་ནི་ཉིང་འཛིན་ལས། །ཉམས་པར་བྱེད་པའི་ལེ་ལོ་རྣམ་པར་
འཕོག། །

གཉིས་པ་སེམས་དམིགས་པ་ལ་གཏད་པའི་དུས་སུ་རྩི་ལྟར་བྱ་བ་ལ་གཉིས།
སེམས་གང་ལ་འཛོག་པའི་གཞི་དམིགས་པ་ངོས་བཟུང་བ། དེ་ལ་སེམས་རྩི་ལྟར་
གཏོད་པའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། དམིགས་པ་སྦྱིའི་རྣམ་གཞག །སྐབས་སུ་
བབ་པའི་དམིགས་པ་ངོས་བཟུང་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། དམིགས་པ་དངོས་བསྟན་
པ། །གང་ཟག་གང་གིས་གང་ལ་དམིགས་པར་བྱ་བར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཀྱེ་བྱ་
དང་ཀྱེ་སྦྱུད་པ་རྣམ་སྦྱོང་ཀྱི་མཁས་པ་དང་། །ལྟོན་མོངས་སྦྱོང་བ་ཞེས་པའི་སྦྱི་
དམིགས་བཞི། །གཉིས་པ་ནི། བྱེ་བྲག་འདོད་ཆགས་ཤས་ཆེ་མི་སྦྱག་ནས། །རྣམ་
རྟོག་ཤས་ཆེ་འབྱུང་རྩལ་དམིགས་པ་དང་། །གཞན་ཡང་ཆགས་སོགས་ཡུལ་ནི་རྣམ་
གསུམ་ལ། །ཆགས་སོགས་ཆེ་འབྱིང་རྒྱུ་དུའི་སྦྱེ་ཚུལ་བཟྱག་དེ་ནི་ཆགས་སོགས་
སྤང་གཉེན་ཤེས་བྱིང་ཡིན། །གཉིས་པ་སྐབས་སུ་བབ་པའི་དམིགས་པ་ངོས་བཟུང་

བཞི། རྣམ་ཏྲོག་ཆེན་རྒྱུད་ཉིད་དམིགས་པར་བཟང་། །དེ་བཞིན་གཤེགས་སོགས་སྐྱུ་
ལ་དམིགས་གྱུར་ན། །དགོས་པ་མང་ཕྱིར་འདི་ཉིད་ཉམས་སྐྱུ་ལེན། །སྟོན་པའི་སྐྱུ་
གཟུགས་ཤིན་ཏུ་ལེགས་པ་ལ། །ཡང་ཡང་བསྟ་ཞིང་མཆོན་མ་ཡིད་ལ་བཟུང་། །དེ་ནི་
སངས་རྒྱས་དོན་སྐྱུ་འཆར་ཕྱིར་ཡིན། །དེ་ནས་ཡིད་དོར་སངས་རྒྱས་དངོས་
དམིགས་ལ། །རང་ལ་འཆར་སྤྱིའི་སྐྱུའི་ཆ་རགས་རིམ་ནས། །བསྒྲོམས་ནས་བརྟན་
པར་གྱུར་ཆེ་སྤྱོད་གྱིས། །དམིགས་པ་མང་པོས་ཞི་གནས་འགྲུབ་མི་སྲིད། །དེ་
ཡང་དབྱ་དང་ཕྱག་གཉིས་ཁོག་པ་དང་། །ཞབས་གཉིས་རིམ་བཞིན་ལན་འགའ་
གསལ་བཏབ་ལ། །དེའི་མཐར་སྐྱུ་ཡི་སྐྱུ་དེ་ཡིད་དོན་ནས། །དབྱ་ཞབས་བར་གྱི་ཡན་
ལག་རགས་པ་རྣམས། །ཆ་ཕྱེད་ཅུ་དུ་དུས་གཅིག་འཆར་ཐུབ་ན། །འོད་དང་བཅས་
པའི་གསལ་པོ་མ་གྱུར་ཡང་། །དེ་ཅུ་གྱིས་ཆོག་དམིགས་རྟེན་རྟེན་པ་ཡིན། །དེ་
ལས་གསལ་འདོད་ཡང་ཡང་གསལ་བཏབ་ན། །གསལ་དུ་འགྲོ་ཡང་ཉིང་འཛིན་
གོགས་སྐྱུ་འགྱུར། །ཆེར་མི་གསལ་ཡང་དམིགས་རྟེན་མ་འཕྲུགས་ན། །ཉིང་འཛིན་
སྐྱུར་རྟེན་གསལ་ཆ་བདེ་ལྷག་འགྲུབ། །དེ་ཆེ་དམིགས་རྟེན་ཁ་དོག་དབྱིབས་གངས་
དང་། །ཆེ་རྒྱུད་འགྱུར་ན་དེ་རྗེས་མི་འགྲང་བར། །སྤར་གྱི་དེ་ཉིད་འཕྲུགས་མེད་གནད་
དུ་བཟུང་། །ཅིས་ཀྱང་ལྟ་ཡི་རྣམ་པ་འཆར་དགའ་ན། །སྤར་བསྟན་པ་ཡི་དམིགས་པ་
གང་རུང་ངམ། །སྟོང་ཉིད་ངེས་པའི་ལྟ་སོག་བཞག་ནས་བཟུང་། །ཞི་གནས་འགྲུབ་པ་
དགོས་གཙོ་ཡིན་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་དེ་ལ་སེམས་ཅི་ལྟར་གཏོད་པའི་ཚུལ་ལ་གསུམ། །སྟོན་མེད་པའི་
ལུགས་བཞག །སྟོན་དང་བཅས་པའི་ལུགས་བསལ་བ། །ཐུན་གྱི་ཆོད་བསྟན་

བའོ། །དང་པོ་ནི། ཉིང་འཛིན་བྱང་ཚོས་གཉིས་ལྡན་སེམས་ཤིན་ཏུ། །གསལ་བའི་
 །གསལ་ཆའི་ངར་དང་ལྡན་པ་དང་། །གང་དམིགས་དེ་ལ་ཅེ་གཅིག་གནས་པ་
 ཡི། །མི་རྟོག་པ་ཡི་འགན་ཆ་ཡོད་པ་འོ། །ཁ་ཅིག་བདེ་དྲངས་བསྐྱབ་ནས་བཞིར་
 འདོད་ཀྱང་། །དྲངས་པ་འདིས་འགྲུབ་བདེ་བ་འདིར་མི་དགོས། །དེ་ཕྱིར་སྤར་བ་ཤད་
 བྱང་པར་གཉིས་ལྡན་དེས། །གསལ་ངར་ཐོན་ལ་བྱིང་བས་བར་གཅོད་ཅིང་། །ཚོད་
 བས་ཅེ་གཅིག་མི་རྟོག་ལ་གཞོད་པས། །འགལ་རྒྱུན་བྱིང་ཚོད་ཟ་རགས་ངོས་ཟིན་
 བས། །མཐུན་རྒྱུན་བྱང་དང་ཤེས་བཞིན་བསྐྱབ་པ་གཅིས། །སྤར་ནས་ངེས་པའི་
 དམིགས་རྟེན་རྣམ་པ་ཤར། །དམིགས་རྟེན་ལ་སེམས་བཏགས་ཞེས་སྤྱ་རེ་
 བན། །དམིགས་པ་ལ་སེམས་གཞན་དུ་མི་གཡོང་བའོ། །དེ་ལྟར་འལ་དང་འཛིན་
 ལྟངས་འབྱེད་ལས་གྱུ། །བྱང་པར་གསུམ་ལྡན་སྐབས་འདིའི་བྱང་པའི་བྱང་། །དེ་ཡང་
 སྤར་བ་ཤད་དམིགས་རྟེན་རྟེན་མཆོམས་ནས། །ཤེས་པས་དེ་བཟུང་སེམས་ནི་
 དམིགས་པ་ལ། །བཏགས་སོ་སྐྱམ་པའི་འཛིན་སྟངས་འལ་གས་བྲག་ལ། །འཕངས་མཐོ་
 རྒྱུད་ནས་གསར་དུ་གང་ལ་ཡང་། །མི་དཔྱོད་ཚོ་དེའི་འལ་གས་ནི་མ་ཆད་པར། །རྒྱུ་
 རྒྱུང་བ་ནི་བྱང་བ་བསྐྱབ་པའི་གནད། །ཉིང་འཛིན་སྤྱབ་པའི་གཙོ་བོའི་རྒྱུང་ཚུལ་
 ཡང་། །བྱང་པའི་རྒྱུང་ཚུལ་ཉིད་ཡིན་བྱང་བ་ནི། །ངེས་པའི་རྣམ་ཐོན་འཛིན་སྟངས་
 ཡིན་པས་ན། །ངེས་ཤེས་འཛིན་སྟངས་དམ་པོ་མེད་པ་ལ། །གསལ་ཆ་འོང་ཡང་ངར་
 ལྡན་གསལ་ཆ་མེད། །དམིགས་རྟེན་མེད་པའི་སྟོམ་ལ་མོས་རྣམས་ཀྱང་། །མ་ཡིངས་
 བ་ཡི་སྟོམ་གཅིག་འདོད་དགོས་ལ། །མ་ཡིངས་པ་ཡང་དམིགས་རྟེན་མ་བཟེད་
 པའི། །བྱང་པའི་རྒྱུང་ཚུལ་ཉིད་ལས་མ་འདས་གསུངས། །གཉིས་པ་ནི། །ཁ་ཅིག་སྤར་

བཤད་པའི་གནད་དེ་ལ། བྱིང་བ་མེད་ཀྱང་ཁོད་ཤས་ཆེ་སྟམ་ནས། སྒྲོད་རབ་
སྒྲོམ་རབ་འབྱུང་ཞེས་སྒྲ་བ་མཛོང་། །འདི་ནི་བྱིང་སྒྲེས་སྒྲོམ་དུ་འབྱུལ་བ་
ཡིན། གསལ་ཆ་ཡོད་པས་སྒྲོན་ནི་མེད་སྟམ་ན། རྟེན་སྒྲུགས་དང་བྱིང་བ་མ་བྱེད་
སྒྲོན། རྟེན་བྱིམས་སྒྲོད་རན་པའི་མཆམས་བཤད་ཀྱི། ཤེས་ལྡན་དོན་གཉིས་
ནམས་ཀྱིས་སྟོག་ལྟར་བཟུང་། འདི་ཙམ་སྒྲོད་ན་ཁོད་པ་སྒྲེ་བར་འདུག། སྟམ་པའི་
ཆད་དེ་ལས་ནི་སྒྲོད་དགོས་ཤིང་། འདི་ཙམ་བཞག་ན་བྱིང་བ་སྒྲེ་བར་འདུག། སྟམ་
པའི་ཆད་དེ་ལས་ནི་འཕངས་མཐོ་བའི། འདྲོག་ཚུལ་རང་གི་རིགས་པས་བརྟགས་ན་
ཤེས། འབྲས་པའི་འཛིན་སྟངས་མ་ཉམས་ངང་ཉིད་ནས། རྩ་བའི་དམིགས་ལ་གནས་
དང་མི་གནས་དང་། བྱིང་ཁོད་གང་སྒྲེས་ལྟ་བ་ཙམ་བྱེད་པའི། ཤེས་བཞིན་བྱ་རས་
ཟུར་ནས་ལྟ་བའི་ཆོ། ལྟ་མའི་སྒྲོ་བྲགས་མ་ཟད་ཙམ་ལ་ནི། ཉ་ཙང་རིང་ཟུང་མིན་
པར་བར་བར་དུ། བྱ་ར་བྱེད་ཅིང་དེ་བཞིན་བར་བར་དུ། དམིགས་པ་ལྟ་མ་འབྲས་ཙམ་
འབྲས་ཙམ་བྱས། བསྐྱངས་ན་འབྲས་པ་སྟོབས་ཆེ་བྱིང་ཁོད་རིག། འབྲས་པའི་གནད་འདིས་
མ་ཟིན་སྒྲོམ་ཡུན་རིང་། ཤེས་རབ་བརྟུལ་ཞིང་བརྟེན་ངས་ཆེ་བ་མང་། ཡིད་ཀྱིས་
དམིགས་པ་ཡང་ཡང་བརྟོད་པ་ནི། འབྲས་པ་མི་བརྟེན་འཛིན་པའི་དོན་དུ་
བཟུང་། གསུམ་པ་ནི། གང་ཞིག་ཡིངས་ནས་འཕྲོ་བའི་བརྟེན་ངས་དང་། བྱིང་ཁོད་
སྒྲུར་པོར་ངོས་མ་ཟིན་པ་ཡི། ཤེས་བཞིན་མ་སྒྲུར་བ་ཡི་སྒྲོན་འདུག་ན། བྱངས་
མང་ཡུན་སྒྲོང་བ་གནད་ཡིན་ལ། སྒྲོན་གཉིས་ལོག་ན་སྒྲོམ་སྒྲུར་ཅུང་རིང་
བྱ། སྒྲུན་ཆོད་ཆུ་ཆོད་གཅིག་གམ་སྒྲུན་བྱེད་དམ། སྒྲུན་གཅིག་དེ་བཞིན་རི་སྒྲིང་
རྒྱས་བར་དུ། རང་གི་སྒྲོ་ཡི་རྒྱས་པ་དང་སྒྱར་ཏེ། ལྷ་ཚུགས་མི་བྱ་བར་ཆད་བསལ་

ནས་སྒྲོལ། །

གསུམ་པ་དམིགས་པ་ལ་གཏད་པའི་འོག་ཏུ་རི་ལྟར་བྱ་བ་ལ་གཉིས། གྱིང་
ཚོད་བྱང་དུས་རི་ལྟར་བྱ་བ། གྱིང་ཚོད་དང་བལ་དུས་རི་ལྟར་བྱ་བའོ། །དང་པོ་ལ་
གཉིས། གྱིང་ཚོད་ངོས་མི་ཟེན་པའི་གཉེན་པོ་བསྟེན་པ། ངོས་ཟེན་ཀྱང་དེ་སྤྱིང་བའི་
གྱིང་དུ་མི་རྩོལ་བའི་གཉེན་པོ་བསྟེན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། གྱིང་ཚོད་ཀྱི་མཚན་
ཉིད་གཏན་ལ་དབབ་པ། སྒྲོལ་པའི་དུས་སུ་དེ་རྟོགས་པའི་ཤེས་བཞིན་སྤྱིང་པའི་ཚུལ་
འོ། །དང་པོ་ལ། ཚོད་པ་ནི། ཚོད་པའི་ངོ་པོ་འདོད་ཆགས་ཆ་ཤས་ཏེ། དམིགས་པ་
སྤྱག་ཅིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་ལའོ། །འཛིན་སྟངས་རྣམ་པར་མ་ཞི་འཕྲོ་བ་སྟེ། །ཡུལ་ལ་
སྤྱིང་པའི་རྣམ་པས་འཇུག་པ་འོ། །བྱེད་ལས་བྱུང་པར་སེམས་ནི་དམིགས་པ་
ལ། །གནས་པའི་བར་ཆད་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ནོ། །གྱིང་བ་དགོ་དང་ལུང་མ་བསྟན་
གང་རུང་། དམིགས་པའི་འཛིན་སྟངས་དམ་པར་མི་བྱེད་པས། །དྲངས་ཆ་ཡོད་ཀྱང་
གསལ་བའི་ངར་མེད་པ། །རྒྱགས་པ་མི་དགོའམ་སྤྱིབ་ལ་ལུང་མ་བསྟན། གྱིང་བའི་
རྒྱ་ཡིན་གཏི་སྤྱག་ཆ་ཤས་ཏེ། །ལུས་སེམས་ལྷི་ཞིང་ལས་སུ་མི་རུང་བའོ། །གཉིས་
པ་སྒྲོལ་པའི་དུས་སུ་དེ་རྟོགས་པའི་ཤེས་བཞིན་བསྤྱིང་བའམ་ནི། གྱིང་ཚོད་སྤྱི་
བྱབས་ཉིད་ནས་རིག་པ་ཡིས། །ཤེས་བཞིན་སྟོབས་ལྡན་བསྟེན་པ་མེད་ཀྱང་
ན། གྱིང་ཚོད་གོ་བ་ཆགས་ཅམ་འདིར་ཤན་མེད། །དེ་ལྟར་ཤེས་བཞིན་སྤྱིང་བའམ་
གཉིས་ཡིན་ཏེ། །སྒར་བཤད་བྱུང་པའི་བསྟེན་ཚུལ་རྒྱུ་ཆགས་དང་། །དེ་ཡི་ངར་
ལས་སེམས་ནི་དམིགས་པ་ལས། །གཞན་དུ་འཕྲོ་འམ་མི་འཕྲོ་བརྟག་པ་ཡི། །རྒྱར་
ནས་བྱ་ར་སྤྱ་རེས་འཛིན་པ་ནི། །ཤེས་བཞིན་སྤྱིང་བའི་གནད་ནི་གཉིས་པ་སྟེ། །བྱ་

བ་སྟོབས་ལྡན་ཤེས་བཞིན་རྒྱ་ཡིན་ལྟར། །ཟུར་ནས་ཡང་ཡང་རྟོག་པའང་དེའི་རྒྱའི་
ཕྱིར། །

གཉིས་པ་ངོས་ཟེན་ཀྱང་དེ་སྟོང་བའི་ཕྱིར་དུ་མི་ཚུལ་བའི་གཉེན་པོ་བསྟན་པ་
ལ་གཉིས། སེམས་པ་ངོས་བཟུང་ཞིང་བྱིང་ཚོད་འགོག་པའི་ཚུལ། གང་ལ་བརྟེན་
ནས་བྱིང་ཚོད་སྟེ་བའི་རྒྱ་ངོས་བཟུང་བའོ། །དང་པོ་ནི། ཁབ་ལེན་དབང་གིས་ལྷགས་
ནི་གཡོ་བ་ལྟར། །ལུང་མ་བསྟན་དགེ་མི་དགེ་གང་རུང་ལ། །སེམས་ནི་བསྐྱལ་བའི་
སེམས་བྱང་སེམས་པ་ཡིན། །འདིར་ནི་བྱིང་ཚོད་བྱང་ན་མི་ཚུལ་བའི། །གཉེན་པོ་
མངོན་པར་འདུ་བྱེད་སེམས་པ་བཟུང་། །བྱིང་བ་སེམས་ནི་ནང་དུ་བསྐྱུས་པའགས་
ནས། །དམིགས་པའི་འཛིན་སྟངས་ཤོར་བ་ཡིན་པས་ན། །འདི་ནི་དགའ་བ་བསྒྲོམས་
བསྒྲོག་སྟོ་བས་མིན། །གཞན་ཡང་ལྷ་སྐྱ་སྟངས་པའི་མཆོན་མ་དང་། །གང་འདོད་ལུལ་
ལ་དབྱེད་སྟོ་གཟེངས་ཀྱང་བསྟོད། །དམིགས་པ་རྒྱ་བསྐྱེད་འཛིན་སྟངས་བསྟོད་པ་
དང་། །འཆག་དང་ཁ་ཉོན་ཟེས་པའི་བྱུག་སྟོམ་དང་། །གཤོང་ཚུས་འཁྱུ་ཞིང་གཟུང་སྐར་
བལྟ་བ་དང་། །བྱང་ཚུབ་སེམས་དང་དལ་འབྱོར་ཡོན་ཏན་བསམ། །བྱིང་བའི་རྒྱ་
དགག་དང་བར་གང་འགྱུར་བསྟོམ། །ཚོད་པ་ཆགས་པའི་དབང་གིས་ལུལ་རྒྱག་
པས། །འདི་ལ་མི་རྟག་ཡིད་འབྱུང་སྟོ་ཤས་སོགས། །སྟོམ་པས་ཚོད་པ་ངང་གིས་ཞི་
འགྱུར་གྱི། །འཕྲོ་ཤས་ཆེན་འཕྲུལ་འགྲུགས་མན་ངག་ཡིན། །ཚོད་ཤས་ཆེན་འཕྲུལ་
དུ་འགྲུགས་པའང་རུང་། །གཉིས་པ་ནི། དབང་པོ་མ་བསྐྱུངས་ཟས་ཀྱི་ཆོད་མ་
ཟེན། །ཉལ་དང་མི་བཙོན་ཤེས་བཞིན་མི་གནས་པ། །བྱིང་ཚོད་སྟེན་མོང་རྒྱ་ཡིན་
བྱིང་བའི་རྒྱ། །གཉིད་ཆེ་ཏུ་ཅང་ཞི་གནས་བསྟེན་པའགས་དང་། །སྟུན་པ་ལྟར་འདུག་

དམིགས་ཏེན་འཛིན་མི་དགལ། རྟོན་པའི་རྒྱ་ནི་སྒྲོ་བ་གས་ཚུང་དང་། །བཙོན་འགྲུས་
མ་གོམས་ཏེ་ཅང་འཛིན་སྤངས་དམ། །ཡུལ་དང་ཉེ་དུ་སོགས་ལ་གཡེངས་པ་
འོ། །བྱིང་རྟོན་སྒྲེ་གལས་ཉིད་ནས་བསྒྲོག་བྱ་ཡི། །པ་ལ་བརྟམ་ན་འང་ཉིང་འཛིན་སྒྲོན་
ཅན་འགྲུ། །འཕྲོ་རྟོན་སྒྲེས་ཆེ་ནང་དུ་གནས་ཆ་བཅལ། །གནས་ཆེ་བྱིང་ཐོན་བྱ་
ཞིང་གསལ་ངར་འདོན། །དྲངས་པ་ཅམ་གྱིས་ཆོག་ཤེས་མི་བྱ་འོ། །འདི་ཡི་མཉམ་
འབྲུག་རེ་ཞིག་ཉིད་དཀའ་ཡང་། །གོམས་ན་སྤྲ་བར་མི་འགྲུར་ཡོད་མ་ཡིན། །གཉིས་
པ་བྱིང་རྟོན་དང་བྲལ་དུས་རི་ལྟར་བྱ་བ་ནི། །ཐུན་ཆད་རེ་ཅམ་བྱིང་རྟོན་མི་འོང་
བའི། །གདེངས་ཐོབ་མཆམས་ནས་འདུ་བྱེད་བཏང་སྟོམས་གྱི། །རྩོལ་བ་སྒྲོད་སྒྲོམ་
འཛིན་སྤངས་ངར་གཏོང་མིན། །དེས་ན་སྒྲོང་བའི་ཆེ་ན་ཉལ་ལོ་དང་། །ཉིང་འཛིན་
བཙོན་ཆེ་ཉག་མས་ངག་བརྗེད་བ་དང་། །མཉམ་པར་བཞག་པ་ལ་ནི་ཉིང་རྟོན་
དང་། །བྱིང་རྟོན་བྱུང་ཆེ་ལེ་རྩོལ་བྱིང་རྟོན་དང་། །བྲལ་ཆེ་སེམས་ལ་འདུ་བྱེད་
ཉིས་པ་ལ། །ཉིད་དང་ཉའདུན་པ་ཉི་རྩོལ་དང་ཉའེན་སྒྲུངས་བཞིས། །ཉལ་ལོ་སེལ་
ཞིང་ཉའདུན་དང་ཉའེན་བཞིན་དང་། །ཉའདུ་བྱེད་ཉའེན་སྟོམས་བཞི་ཡིས་རིམ་པ་
བཞིན། །བརྗེད་ངས་བྱིང་རྟོན་འདུ་མི་འདུ་བྱེད་སེལ། །དེ་ལྟར་ཉིས་པ་ལ་སྒྲོང་འདུ་
བྱེད་བརྒྱན། །ནལ་འཕྲོར་སྤྲ་མེད་ལ་ཡང་དགོས་པར་བཞེད། །གཉིས་པ་དེ་ལ་བརྟེན་
ནས་སེམས་གནས་སྒྲེ་བའི་རིམ་པ་ལ་གསུམ། །སེམས་གནས་སྒྲེ་བའི་རིམ་པ་དངོས།
དེ་སྟོབས་བྱུག་གིས་འགྲུབ་ལུགས། །དེ་ལ་ཡིད་བྱེད་བཞི་ཡོད་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི།
ཉའཛོག་དང་ཉའཚུན་དུ་འཛོག་དང་ཉའཐུན་ཉེ་འཛོག། །ཉེར་འཛོག་ཉའདུལ་བར་བྱེད་དང་
ཉའཞི་བར་བྱེད། །ཉའཐུས་པར་ཞི་བར་བྱེད་དང་ཉའཐེ་གཅིག་བྱེད། །ཉའམཉམ་པར་འཛོག་

དང་དགུ་ནི་སྤྱེ་བའི་ཕྱིར། །གཉིས་པ་ནི། སྟོབས་དྲུག་གིས་ནི་སེམས་དགུ་འབྲུབ་
བའི་ཚུལ། །རིམ་བཞིན་དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་གཉིས། །བར་པ་གསུམ་གྱིས་རིམ་
བཞིན་གཉིས་གཉིས་འབྲུབ། །ཐ་མས་དགུ་པ་མཉམ་པར་འཛོག་པ་འབྲུབ། །^༡ཐོས་
^༢བསམ་^༣བློ་^༤ཤེས་^༥བརྩོན་འབྲུས་^༦ཡོངས་སུ་འབྲིས། །འདི་དག་སྟོབས་དྲུག་
གསུམ་པ་ནི།^༡བསྐྱིམས་ཏེ་འཇུག་པ་དང་། །^༢ཆད་ཅིང་འཇུག་དང་^༣ཆད་པ་མེད་
པར་འཇུག །^༤ཚུལ་མེད་འཇུག་ལ་ཡིད་བྱེད་མཐར་སྐྱར་བཞི། །དང་པོ་གཉིས་ལ་
ཡིད་བྱེད་དང་པོ་དང་། །དེ་ནས་ལྔ་ལ་ཡིད་བྱེད་གཉིས་པ་དང་། །བརྒྱད་པ་ལ་ནི་ཡིད་
བྱེད་གསུམ་པ་དང་། །དགུ་པ་ལ་ནི་ཡིད་བྱེད་བཞི་པ་སྟེ། །དགུ་ལ་ཡིད་བྱེད་བཞི་ཡི་
ཡོད་ཚུལ་ལོ། །

གསུམ་པ་བསྐྱོམས་པས་ཞི་གནས་བྱུང་བའི་ཆད་ལ་གསུམ། །ཞི་གནས་
བྱུང་པ་དང་མ་བྱུང་བའི་མཆོམས་བསྟན་པ། །ཞི་གནས་ལ་བརྟེན་ནས་ལམ་བཟོད་
ཚུལ་སྤྱིར་བསྟན་པ། །བྱད་པར་དུ་འཛིག་རྟེན་པའི་ལམ་བཟོད་ཚུལ་བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་ལ་གཉིས། །དངོས་ཀྱི་དོན་བསྟན་པ། །ཡིད་བྱེད་དང་ལྡན་པའི་རྟགས་
དོགས་གཙོད་དང་བཅས་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། །ཤིན་སྤངས་རྫོགས་པ་ཐོབ་མ་
ཐོབ་ཀྱི་སྟོ་ནས་ཞི་གནས་ཐོབ་མ་ཐོབ་དུ་བསྟན་པ། །ཤིན་སྤངས་རྫོགས་པར་ཐོབ་
ནས་ཞི་གནས་འབྲུབ་ལུགས་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། །བྱིད་མྱོད་མེད་ཀྱང་བརྒྱད་པའི་
གནས་སྐབས་ན། །བློ་ཤེས་བར་མ་ཆད་དུ་བསྟེན་དགོས་པས། །མངོན་པར་འདུ་
བྱེད་པ་འམ་ཚུལ་བྱས་ཟེར། །དགུ་པར་འདི་མི་དགོས་པས་ཚུལ་མེད་བཏགས། །འོན་
ཀྱང་ད་དུང་ཤིན་སྤངས་མ་ཐོབ་པར། །འདོད་པའི་སས་བསྐྱུས་ཡིན་ཀྱི་ཡིད་བྱེད་

མིན། །གཉིས་པ་ནི། ལུས་སེམས་དག་ལ་འདོད་བཞིན་བཀོལ་མི་རུང་། །ལུས་
སེམས་གནས་ངན་ལེན་ཞེས་མིང་དུ་བཏགས། །དེ་དང་བལ་ནས་ལུས་སེམས་དག་
བ་ལ། །ཤིང་བལ་བཞིན་དུ་ཤིན་ཏུ་བཀོལ་རུང་འགྱུར། །བཀོལ་རུང་དེ་ཉིད་གོམས་
མཐར་ཤིན་སྐྱངས་དང་། །ཅེ་གཅིག་པ་ཡི་ཞི་གནས་འགྱུར་བར་གསུངས། །ཤིན་
སྐྱངས་སྐྱེ་བའི་སྔ་ལྷས་སྐྱབ་པ་པོའི། །ལྷན་པ་བདེ་བར་སྤྱི་སོགས་བྱང་མ་
ཐག། །སེམས་དང་ལུས་ཀྱི་ཤིན་སྐྱངས་རིམ་བཞིན་སྐྱེ། །དང་པོ་ཤེས་པ་གཉིས་པ་
རེག་བྱར་བཞེད། །ལུས་ཀྱི་ཤིན་སྐྱངས་ཐོག་མར་སྐྱེས་པའི་ཆོ། །ལུས་སེམས་
དགའ་བདེའི་ཉམས་དང་ལྡན་མོད་ཀྱང་། །ད་དུང་མཆོན་ཉིད་རྩོགས་ཤིང་བརྟག་སྒྲ་
བའི། །ཤིན་སྐྱངས་མ་ཐོབ་དེ་ཡི་རྩེས་ཐོག་ཏུ། །དགའ་བདེ་རགས་པས་སེམས་གཡོ་
ལོག་གྱུར་ཏེ། །རྩི་མ་ལྷར་སྤབ་མི་གཡོའི་ཉིང་འཛིན་དང་། །མ་སྤྱན་པའི་ཤིན་སྐྱངས་
ཐོབ་ཆེ་ཞི་གནས་དང་། །མཉམ་གཞག་སས་བསྐྱས་ཡིད་བྱེད་ཚུང་དུ་ཐོབ། །

གཉིས་པ་ཡིད་བྱེད་དང་ལྡན་པའི་རྟགས་དོགས་གཙོད་དང་བཅས་པ་ལ་
གཉིས། ཡིད་བྱེད་དང་ལྡན་པའི་རྟགས་དངོས། དོགས་གཙོད་བཤད་པའོ། །དང་པོ་
ནི། །གང་གི་ཡིད་བྱེད་འདི་ཐོབ་མཆོན་མ་ནི། །ཉོན་མོངས་སྟོང་ལ་རྒྱས་ལྡན་མཉམ་
གཞག་ཆོ། །སྤྱར་བ་སྤྱར་བར་ཤིན་སྐྱངས་གཉིས་སྐྱེ་དང་། །སྤྱིབ་པ་ལྔ་པོ་པལ་ཆེར་
མི་འབྱུང་ཁིང་། །རྩེས་ཐོབ་ཆེ་ཡང་ཤིན་སྐྱངས་འགའ་རེས་ལྡན། །དེ་ཆེ་ཞི་གནས་
དག་དང་ཤིན་སྐྱངས་གཉིས། །པན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་སྤེལ་གྲོགས་སུ་
འགྱུར། །མཉམ་གཞག་ངོན་རགས་སྤང་ཀྱན་ལོག་ནས། །སེམས་ནི་མཁའ་དང་
འདྲེས་པ་ལྷ་བྱ་དང་། །ལངས་ཆེ་རང་ལུས་སྟོ་བྱར་རྟེན་འབྱུང་། །ཉོན་མོངས་

ལྷགས་ཞན་འཕྲོ་ཡང་མ་བྱུང་མི་བྱས། །གནས་ཆ་མ་བྱག་ཅིང་གསལ་ཉམས་ཤིན་ཏུ་
ཆེ། །གཉིད་དང་ཉིང་འཛིན་བསྐྱེ་བྱས་སྤེ་ལམ་དག། །གཉིས་པ་ནི། དེས་ན་སྤར་བཤད་
ཡིད་བྱེད་ཉིང་འཛིན་འདིས། །བདག་མེད་ལྟ་བུ་དོན་སྤྱི་ལྟ་ལྟོགས་ན། །སོ་སྤྱི་
སྐབས་ཀྱི་ཐར་ལམ་ཅམ་དུ་འཛོག། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱིས་ཟིན་ན་ཐེག་ཆེན་
ལམ། །ཟིན་བྱེད་མེད་ན་ཉིང་འཛིན་རང་ངོ་བོ། །ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀའི་ཐུན་མོང་ཉིད་དུ་
གནས། །དེ་ཕྱིར་བདེ་གསལ་མི་ལྟོག་ཉིང་འཛིན་ལ། །ཡིན་ལྷགས་ཆུལ་བཞིན་
ལྟོགས་པའི་སྒྲིམ་དུ་ནི། །སོང་དང་མ་སོང་གཉིས་ཡོད་བྱེད་པར་མཛོད། །གཉིས་པ་
ཞི་གནས་ལ་བརྟེན་ནས་ལམ་བཟོད་ཆུལ་སྤྱིར་བསྟན་པ་ནི། དེ་ཡང་ཕྱི་ནང་གཉིས་
དང་ནང་པ་ཡི། །ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཀྱན་གྱིས། །ཉོན་མོངས་མངོན་
གྱུར་ས་བོན་གང་སྤོང་བའི། །ཞི་རགས་རྣམ་པ་ཅན་དང་ཁམས་བཙེ་བརྒྱད། །མཆན་
ཉིད་རིག་དང་བདེན་རྣམ་ཅན་ལ་སོགས། །ལྷག་མཐོང་མཐའ་དག་ཐོག་མར་འདི་
བརྟེན་ནས། །སྤྱབ་དགོས་དེ་ཕྱིར་སྤར་བཤད་ཞི་གནས་འདི། །ཉིར་བསྟོགས་མི་
སྟོགས་མེད་པ་ཞེས་བྱར་བསྟན། །ཞི་རགས་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ལྷག་མཐོང་ནི། །སངས་
རྒྱུ་པ་ལའང་ཡོད་མོད་ངེས་པར་མིན། །ཕྱི་རོལ་པ་ལ་བདེན་སོགས་ལྷག་མཐོང་
མེད། །སྤྱེད་པས་ཀྱང་བསྐྱེད་རིམ་སྐབས་སུ་ནི། །ཞི་གནས་བསྐྱབ་ཀྱང་དེ་ནི་ཞི་
རགས་ཀྱི། །རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ལྷག་མཐོང་སྤྱབ་ཕྱིར་མིན། །གསུམ་པ་ཁྱད་པར་དུ་
འཛིག་ཆེན་པའི་ལམ་བཟོད་ཆུལ་བསྟན་པ་ནི། །སེམས་གནས་དགྲ་པ་ནས་བཟུང་
ཡིད་བྱེད་བར། །ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་ལས་དང་པོ་ཞེས་བཞག། །ཡིད་བྱེད་ཐོབ་ནས་
མཆན་ཉིད་སོ་སོར་རིག། །བར་འདིར་ཉོན་མོངས་རྣམ་སྤྱོད་ལས་དང་པོར། །ཉན་སར་

བཤད་ཕྱིར་ཉེར་བསྟོགས་ཐོག་མ་དང་། །མཚན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་གཉིས་དུས་
མཉམ་མིན། །གཤམ་ཉེ་དེ་གཉིས་མཉམ་པར་རྟོགས་ན་ནི། །འདྲི་གསྟོམ་སྟོན་དུ་མ་སོང་
ཞི་གནས་དང་། །ཉེར་བསྟོགས་སྟོན་དུ་འང་ཞི་གནས་ཡོད་པར་འགྱུར། །བསམ་
གཏན་པར་ཕྱིན་གྱི་ངོ་བོ་ཞི་གནས་ལ་འཇུག་པའི་སྟོ་རྣམ་པར་ངེས་པ་བཤད་ཟིན་
ཏོ། །

གཉིས་པ་ལྷག་མཐོང་ལ་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་ལ་བཞི།

ལྷག་མཐོང་གི་ཆོགས་བསྟན་པ། ལྷག་མཐོང་གི་རབ་དབྱེ། ལྷག་མཐོང་སྟོམ་
པའི་ཚུལ། བསྟོམས་པས་ལྷག་མཐོང་བྱུང་པའི་ཆད་དོ། །

དང་པོ་ལ་གཉིས། ལྷག་མཐོང་གི་ཆོགས་བསྟན་ཚུལ་སྤྱིར་བསྟན། ཁྱད་པར་
དུ་ལྷ་བ་གཏན་ལ་འབེབས་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། སྤྱུ་སྤྱུབ་འཕགས་པ་ལྷ་སོགས་ཆད་
ལྷན་གྱི། །གཞུང་དང་དེ་དག་དགོངས་འབྲེལ་རྣམ་པཤད་རྣམས། །ཉན་ནས་ཤར་ངེས་
ཕྱེད་པའི་རྣམ་དཔྱད་གྱིས། །ཡང་དག་ལྷ་བ་གཏན་ལ་འབེབས་པ་ནི། །རྣམ་པར་ངེས་
པའི་ལྷག་མཐོང་རྒྱ་ཆོགས་ཏེ། །དེ་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་སྤྱོད་དང་རྒྱ་བའི་
གཞུང་། །གཞིར་བཞག་གཞན་ཡང་ཟབ་མོའི་གཞུང་མཆོག་ནི། །མཐའ་དག་བརྗོད་
བྱའི་ཟབ་ཁྱད་འདི་མོངས་ཤིག། །གཉིས་པ་ཁྱད་པར་དུ་ལྷ་བ་གཏན་ལ་འབེབས་ཚུལ་
ལ་གསུམ། །ཉན་མོངས་ཅན་གྱི་མ་རིག་པ་ངོས་བཟུང་བ། །དེ་འཁོར་བར་འཁོར་བའི་
ཅ་བར་བསྟན་པ། །བདག་འདྲིན་དེ་སྟོང་བར་འདོད་པས་བདག་མེད་ཀྱི་ལྷ་བ་བཅའ་
བཤོ། །དང་པོ་ནི། ཐོག་མ་མེད་ནས་རྟོག་པའི་དབང་གིས་ནི། །བཞག་པ་མིན་པར་
རང་གི་ངོ་བོ་ཡི། །སྟོ་ནས་ཡུལ་སྟེང་དུ་བྱུང་འདྲིན་པ་ནི། །དགག་བྱ་བདེན་པར་

འཛིན་པའི་ཚུལ་ཡིན་པས། །དེའི་ཞེན་ཡུལ་ལ་བདག་གམ་རང་བཞིན་ཟེར། །དེ་ཉིད་
ཁྱད་གཞི་གང་ཟག་ཆོས་སྟེང་དུ། །མེད་པ་གཉིས་ནི་བདག་མེད་གཉིས་ཡིན་
པས། །དེ་ཉིད་ཁྱད་གཞི་དེ་གཉིས་ཀྱི་སྟེང་དུ། །ཡོད་པར་ཞེན་སྒྲོ་གཉིས་ཀྱང་བདག་
འཛིན་གཉིས། །དབུ་སེམས་ཁ་ཅིག་གང་ཟག་བདག་འཛིན་གྱི། །དམིགས་པར་ང་
ཅམ་འཛིན་པ་བཞེད་མོད་ཀྱང་། །ང་ཅམ་དེ་ཡི་མཆོན་གཞི་བྲིས་པའི་ཆོ། །ཀུན་གཞི་
དང་ནི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་སོགས། །ཡིན་ཚུལ་སོ་སོར་སྤྲུལ་པ་ལུགས་འདིར་ནི། །ང་
འོ་སྦྱམ་པ་ཅམ་ཞིག་སྐྱེ་བ་ཡི། །དམིགས་པའི་ང་ཅམ་དེ་ཡི་དམིགས་པར་བཞེད། །དེ་
ཡི་མཆོན་གཞིར་སྤང་བོ་ཡུད་ཅམ་ཡང་། །མི་འཛིན་པ་ནི་ལུགས་འདིའི་ཁྱད་ཆོས་
ཡིན། །དེ་བཞིན་ང་ཡི་འོ་སྦྱམ་སྒྲོ་ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི། །དམིགས་པའང་ང་ཡི་བཞི་ཉིད་ཡིན་
ཀྱི། །རང་གི་མིག་ན་སོགས་ལ་མི་བཟུང་གསུངས། །འཛིག་ལྟ་ལྟན་སྐྱེས་དམིགས་པ་
ཡིན་ན་ནི། །ང་ལམ་ང་ཡི་འོ་སྦྱམ་པའི་སྒྲོ་རང་གིས། །སྐྱེས་པ་དགོས་ཕྱིར་གང་ཟག་
ལྟས་བྱིན་གྱིས། །མཆོད་སྦྱིན་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་འཛིན་པའི་སྒྲོ། །འཛིག་ལྟ་མིན་
ཞིང་བདག་འཛིན་ལྟན་སྐྱེས་ཡིན། །ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་ལྟན་སྐྱེས་དམིགས་པ་
ནི། །གཟུགས་སྤང་མིག་ན་སྒྲོད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་སོགས། །རྣམ་པ་ཆོས་དང་གང་ཟག་
བདག་འཛིན་ནི། །གཉིས་ཀའང་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་འཛིན་སྟངས་ཅན། །གཉིས་པ་
ནི། །དེའི་བྱིར་འདི་གཉིས་བྱུང་མཐས་ཀུན་བཏགས་པའི། །རྟག་གཅིག་རང་དབང་
ཅན་དུ་འཛིན་པ་དང་། །གཟུང་འཛིན་རྣམས་གཞན་སྒྲོ་འདོགས་ཅམ་མིན་གྱི། །བྱུང་
མཐའི་སྒྲོན་གྱིས་བསྐྱད་ལ་མ་བཟོས་བར། །དུད་འགོར་བསྐྱལ་མང་བསྐྱལ་ལའང་
འདི་ཡོད་ཕྱིར། །ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི་ནི་བདག་འཛིན་ཞེས་བྱང་བསྟུང། །གལ་ཏེ་འཛིག་ལྟ་

འཁོར་བའི་ཙ་བ་ན། །ཕྱང་པོ་བདེན་འཛིན་འཁོར་ཙ་ཉིང་ཡིན་པས། །འཁོར་ཙ་རིས་
མི་མ་ཐུན་གཉིས་འགྱུར་ཞེ་ན། །ཕྱི་མ་རྒྱ་དང་ཕྱ་མ་འབྲས་བྱ་དང་། །དམིགས་ལུལ་
འགལ་ཡང་འཛིན་སྐྱངས་མ་ཐུན་པས་ན། །རི་སྐྱད་སྤྲུལ་པའི་སྦྱོན་དེ་རེད་ལ་
མེད། །དཔེར་ན་མ་རིག་རིགས་འདྲ་ཕྱ་ཕྱི་གཉིས། །ཁྱོད་ཀྱི་ལུགས་ལ་འང་འཁོར་རྩར་
འདོད་པ་བཞིན། །འཛིག་ལྟ་བདེན་འཛིན་ཅན་གྱི་མ་རིག་པ། །འདོད་པའི་ཕྱིར་ཡང་
སྦྱོན་དེ་འབྱུང་བ་མེད། །གཏི་ཐུག་གིས་ནི་ཡུལ་རྣམས་བདེན་བཟུང་ཆེ། །ཡུལ་དེ་
རང་གི་ཡིད་དང་མི་མ་ཐུན་ན། །དེ་ལ་དམིགས་ནས་ཁོང་ཁྱོསྦྱེ་འགྱུར་ཞིང་། །ཡིད་
དང་མ་ཐུན་ན་ཆགས་སྦྱེ་བར་མ་ལའང་། །གཞན་གཉིས་མིན་ཡང་གཏི་ཐུག་རིགས་
འདྲ་སྦྱེ། །ལྷག་མའི་སྦྱེ་ཚུལ་སྦྱེས་བྱ་འབྲིང་དུ་བཤད། །

གསུམ་པ་བདག་འཛིན་དེ་སྤྱོད་བར་འདོད་པས་བདག་མེད་ཀྱི་ལྟ་བ་བཅའ་
བ་ལ་གཉིས། མ་རིག་པ་དེ་སྤྱོད་འདོད་ན་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ལྟ་བ་འཆོལ་དགོས་
པའི་རྒྱ་མཚན། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ལྟ་བ་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། ཡུལ་
ལ་བདག་མེད་མཐོང་ན་སྲིད་པ་ཡི། །ས་བོན་བརྒྱུག་པར་གསུངས་ཕྱིར་བདག་འཛིན་
གྱིས། །རི་ལྟར་བཟུང་བའི་ཡུལ་དེ་ལེགས་ཁེགས་ན། །ཤིང་རྩ་ཆད་པའི་ཡལ་འདབ་
རི་བཞིན་དུ། །ཉོན་མོངས་སྦྱོན་རྣམས་མ་ལུས་བརྒྱུག་པར་འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་འཁོར་རྩ་
བདག་འཛིན་ལྟན་སྦྱེས་དང་། །འཛིན་སྐྱངས་འགལ་བའི་ལམ་བོར་ལམ་གཞན་
གྱིས། །བདག་ལྟའི་ས་བོན་འབྲིན་པར་མི་རུས་ཏེ། །སྒྲོ་གང་བདག་མེད་གཉིས་ལ་མ་
ཞུགས་པས། །བདག་མེད་རྟོགས་པར་འཛིག་མི་རུས་ཕྱིར་དང་། །འཆེར་མ་འདོན་
བཞིན་སྤོང་བའང་མིན་ཕྱིར་རོ། །མདོར་ན་བདེན་མེད་ཤེས་བསྟོམས་བདེན་འཛིན་

བསྒྲིག་ |དེ་ཆེ་ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ནས་རྟོག་བསྒྲིག་ |དེ་ལོག་འདིག་ལྟའི་ཅ་ཅན་
ཆགས་སོགས་བསྒྲིག་ |དེ་ཆེ་དེ་ཡིས་ཀུན་བསྐྱང་ལས་བསྒྲིག་ཅིང་། |ལས་མེད་
དབང་མེད་འཁོར་བར་སྐྱེ་མི་འགྱུར། |དེ་ཆེ་ཐར་པ་ཐོབ་ལ་ངེས་བཟོན་བྲ། |

གཉིས་པ་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ལྟ་བ་སྐྱེ་བའི་ཚུལ་ལ་གསུམ། བདག་མེད་
ཀྱི་ལྟ་བ་གཉིས་བསྐྱེད་པའི་རིམ་པ་དང་། ལྟ་བ་གཉིས་རིམ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བ་དངོས། ཀུན་
རྩོལ་དང་དོན་དམ་གྱི་བདེན་པ་ནས་པར་བཞག་པའོ། |དང་པོ་ནི། རི་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་
བདག་མེད་གཟུགས་བརྟན་གྱི། |སྟངས་དུ་ངེས་སྒྲ་རི་བཞིན་གཞན་སྟངས་མིན། |དེ་
བཞིན་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་གང་ཟག་གི། |སྟངས་དུ་ངེས་སྒྲ་རི་བཞིན་ཆོས་སྟངས་
མིན། |འདི་ཡང་དཔེ་བཞིན་ཁྱད་གཞིའི་དབང་གིས་ཡིན། |དེ་བྱིར་སྒྲ་བའི་རིམ་པའི་
དབང་བྱས་ནས། |རི་ལྟར་ཁྱོད་གྱིས་བདག་གི་འདུ་ཤེས་ནི། |ཤེས་པ་དེ་བཞིན་ཀུན་
ལ་སྒྲོས་སྐྱར་བྲ། |ཞེས་སོགས་གསུངས་པས་སྒྲོམ་པའི་གོ་རིམ་ངེས། |

གཉིས་པ་ལྟ་བ་གཉིས་རིམ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བ་དངོས་ལ་གཉིས།

གང་ཟག་གི་བདག་མེད་གཏན་ལ་དབབ་པ་དང་།

ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་གཏན་ལ་དབབ་པའོ། |དང་པོ་ལ་གཉིས། གང་ཟག་དོས་
བཟུང་བ་དང་། དེ་རང་བཞིན་མེད་པར་གཏན་ལ་དབབ་པའོ། |དང་པོ་ནི། སྐྱེ་འཕགས་
གང་ཟག་ཐམས་ཅད་སྤང་པོ་ལ། |བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་ང་ཅམ་ཉིད་དུ་ཟད། |དེ་
བྱིར་སྤང་པོ་གདགས་གཞི་གང་ཟག་ནི། |བཏགས་ཆོས་ཡིན་པར་མངོ་ལས་གསལ་
བར་གསུངས། |འདི་ཡི་གདགས་གཞི་བཏགས་ཆོས་མ་ཡིན་བྱིར། |སྤང་པོར་ལྟ་
བཤང་གང་ཟག་བདག་ལྟ་མིན། |བདག་ལྟ་སྤང་པོར་ལྟ་བ་ཡིན་གསུངས་པས། |སྤང་

ལས་རྩས་གཞན་བདག་འགོག་ལ་དགོངས་སོ། །གཉིས་པ་དེ་རང་བཞིན་མེད་པར་
 གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་གསུམ། ང་རང་བཞིན་མེད་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་དང་། ང་ཡི་
 བ་རང་བཞིན་མེད་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གང་ཟག་སྦྱུ་མ་ལྟ་
 བྱར་འཆར་ཚུལ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། ༡བདག་ལྟའི་འདྲི་ལྟངས་ཤེས་པ་དགག་
 བྱའི་གནད། ༢བདེན་པའི་ཕྱང་གསུམ་ཁེགས་པ་བྱུང་བའི་གནད། ༣གྲུབ་ཚུལ་
 གཉིས་ལ་གཞོད་མཐོང་ཕྱོགས་ཆོས་གནད། ༤ངས་པ་རང་ཤྱགས་གྱིས་འདྲེན་
 བསྐྱབ་བྱའི་གནད། ༥གནད་བཞི་འདི་ཆང་ལྟ་བུ་རྣམ་དག་སྟེ། །གཅིག་གམ་ཐ་དད་
 མིན་པར་གྲུབ་མེད་པས། །བདེན་པར་གྲུབ་ལའང་འདི་ཡི་དེ་མི་འདོད། །ཁྲ་བཅས་ཁྲ་
 མེད་མིན་པའི་ཚུལ་མེད་ཕྱིར། །ཁྲོས་མེད་ཚུགས་སྐྱབ་དགག་བྱའི་སྤང་ཚུལ་
 ཏེ། །སྤང་ཚུལ་དེ་ལྟར་གྲུབ་ན་བདེན་གྲུབ་འགྱུར། །གཞན་ཡང་བདག་ཕྱང་རང་བཞིན་
 གྱིས་གྲུབ་པའི། །ངོ་བོ་གཅིག་ན་ཐ་དད་གཏན་མེད་འགྱུར། །འདོད་ན་བདག་ལ་ཕྱང་
 པོའི་འདོད་ལེན་མེད། །ཕྱང་པོའི་གངས་བཞིན་བདག་གྱང་དེ་རྟེན་འགྱུར། །ཁྲོད་ལ་
 ཕྱང་པོ་འདྲིག་ཆེ་བདག་འདྲིག་ན། །འདི་ཡི་ལས་གསོག་ཕྱི་མའི་སྤྱོད་བ་པོ། །རང་
 བཞིན་གྱིས་གཞན་དེ་ཕྱིར་འབྲེལ་མེད་འགྱུར། །འདོད་ན་བདག་ནི་འདི་ལྟ་བུར་གྱུར་
 ཞེས། །སྟེ་བྲན་མི་འགྱུར་རྒྱུད་གཅིག་ཁེགས་ཕྱིར་པོ། །བདག་ཕྱང་རང་བཞིན་གྱིས་
 གཅིག་འདྲིག་འདོད་ན། །སྟེ་བ་ལྟ་བུའི་རྒྱུད་གཅིག་མི་སྤྲོད་འགྱུར། །འདོད་ན་མ་
 བྱས་པ་དང་ཤད་པ་དང་། །ལས་བྱས་རྒྱུད་ཟེའི་དུ་ཅིས་མི་འགྱུར། །གལ་ཏེ་བདག་
 ཕྱང་ངོ་བོས་གྲུབ་གཞན་ན། །དེ་ནི་དམིགས་རྒྱུད་ཆང་མས་མ་དམིགས་ཕྱིར། །ཕྱང་
 པོའི་མཆོད་ཉིད་སྟེ་འདྲིག་གནས་པ་སོགས། །བདག་ལ་མེད་ཕྱིར་བདག་དེ་རྟག་

སོགས་འགྲུག་གཉིས་པ་ནི། དེ་ལྟར་དབྱུང་ཆེ་བདག་ཕྱང་རང་བཞིན་གྱིས། གཅིག་
དང་ཐ་དད་གང་དུའང་མ་རྟོན་པས། བདག་ལའང་རང་བཞིན་གཅིག་གམ་ཐ་དད་
མེད། དེ་མེད་ཉིད་ཕྱིར་བདག་དེ་རང་བཞིན་མེད། མོ་ག་ཤམ་བྱ་མེད་དེའི་མིག་མི་
སྐྱེ་བཞིན། བདག་མེད་ཚུལ་དེས་བདག་གིའང་རང་བཞིན་མེད། རང་གི་གདགས་
གཞི་བཏགས་ཆོས་རང་བཞིན་གྱིས། གཅིག་དང་ཐ་དད་བཏགས་པའི་རིགས་པ་
འདིས། ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་དབྱུང་བ་སྲུ་འཇུག་པ། དེ་དག་བདེན་པ་གཉིས་ཤེས་ངོ་
མཆར་སྐྱེ། །

གསུམ་པ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་མ་ལྟ་བུར་འཆར་ཚུལ་ལ་གཉིས། སྐྱེ་མ་ལྟ་
བུར་གསུངས་པའི་དོན་བསྟན་པ། ཐབས་གང་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་མ་ལྟ་བུར་འཆར་
ཚུལ་ལོ། གང་པོ་ལ་གཉིས། སྐྱེ་མ་བཞིན་དུ་འཆར་ཚུལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་། སྐྱེ་
མ་བཞིན་དུ་འཆར་ཚུལ་ལྟར་སྤང་བསྟན་པའོ། གང་པོ་ནི། རང་འདྲིན་མདོན་གསུམ་
ཤེས་ངོར་བསྐྱེ་མེད་ཅིང་། ཡོད་ཀྱང་བདེན་བྱ་བ་ཞིགས་པའི་དབང་བྱས་ཏེ། བྱ་ངན་
འདས་པའང་སྐྱེ་མ་ལྟ་བུར་གསུངས། དེ་བཞིན་ཤེས་ངོ་དེར་སྤང་སྤང་བ་ལྟར། རང་
བཞིན་མེད་པའི་གང་ཐག་གཟུགས་སྐྱ་སོགས། སྤང་སྟོང་ཆོགས་ཕྱིར་སྤང་བ་སྐྱེ་
མར་གསུངས། སྟོང་ཡང་བྱ་བྱེད་འཐད་ཕྱིར་ཆད་སྟོང་མིན། ཆོས་རྣམས་གདོད་མ་
ཉིད་ནས་རང་བཞིན་གྱིས། མེད་ལ་དེ་ངོ་ཤེས་ཕྱིར་སྒྲོས་བྱས་མིན། ཚུལ་འདི་
ཤེས་བྱ་ཀུན་ཁྲབ་ཉི་ཆེ་མིན། སྒྲོས་གཏན་ཐེབས་ཕྱིར་སྒྲོ་ཡུལ་མི་བྱང་
མིན། རིགས་ཤེས་ཀྱིས་རྟོན་ཕྱིར་ན་རིག་རྒྱུའང་ཡོད། འོན་ཀྱང་བདེན་ཞིགས་སྐྱེ་
མ་ལྟ་བུར་གསུངས། གལ་ཏེ་གཟུགས་བརྟན་མི་ལམ་སྐྱེ་མ་སོགས། སྤང་བ་ལྟར་

མེད་མངོན་སུམ་གྱིས་བྱུང་བས། །སོ་སོ་སྤྱེ་བོ་འཕགས་པར་འགྱུར་སྟུང་
ནས། །གཟུགས་བརྟན་བྱད་བཞིན་སྦྱུ་མ་རྟ་སྤང་དང་། །མི་ལམ་སྤང་བའི་ཁང་བྱིས་
ཁང་བ་དངོས། །མིན་སོགས་བྱུང་བས་སྟོང་ཉིད་བྱུང་བ་མིན། །འོན་ཀྱང་མཐུན་
དཔེར་འགྲོ་ཚུལ་སྤར་བཤད་ཟེན། །འདི་དག་སྟེང་གི་སྟོང་ཉིད་སྟོང་མོ་ནི། །སྤང་ཚུལ་
ལྟར་མེད་རགས་པ་དེ་ཅུང་ཡང་། །བདེན་བྱུང་ཚུལ་ལ་འགལ་བ་བསམ་བས་
འབྱུབ། །རྩུན་པར་གྲགས་དཔེ་རང་བཞིན་མེད་རྟོགས་ཟེས། །རྩུན་པར་མ་གྲགས་
ཆོས་རྣམས་དེར་རྟོགས་པས། །དཔེ་དོན་རྟོགས་ཚུལ་རིམ་ངེས་ཆོས་གཅིག་གི་ །ལྟ་
བོ་ཀུན་གྱི་ལྟ་བོར་གསུངས་པའི་དོན། །རྟོགས་པའི་དུས་འདིར་སྟོ་ཁ་སྤྱོད་པ་ཅུང་
གྱིས། །རྟོགས་ཀྱས་དོན་ཡིན་མངོན་སུམ་ཚུལ་ལ་ནི། །ཅིག་ཅར་རྟོགས་པ་ཁོ་ནར་
དགོངས་པར་སྤང་། །གཟུགས་བརྟན་བྱད་བཞིན་སྦྱུ་མ་རྟ་སྤང་དང་། །མི་ལམ་སྤང་བ་
ཁང་བྱིས་མིན་ཤེས་པས། །དེ་དག་རང་བཞིན་མེད་པར་ཤེས་པ་ཡི། །ཆ་ཅུང་བསྐྱུན་
པར་རྟུས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི། །སྤར་བཤད་དགག་བྱའི་ཆད་ངོས་མ་ཟེན་
པར། །ཡུལ་རྣམས་རིགས་པས་གསེལ་ཆེ་མ་རྟེན་པས། །དཔྱོད་མཁན་སྟོ་ཡང་འདི་
དང་འབྲེལ་ཞེས། །མེད་པར་ངེས་མཁན་ཉིད་ཀྱང་གཏན་མེད་དགོས། །འདི་ཡིན་འདི་
མིན་ངེས་པ་མེད་བཞིན་དུ། །སྤང་བ་བན་བུན་སྟོ་ཆོགས་འཆར་བ་ཡང་། །རྟེན་འབྲེལ་
བཤེག་པའི་ཆད་ལྟའི་མཉམ་ཟེས་ཡིན། །དགག་བྱ་ཁེགས་པའི་གནད་སྟོ་མ་མ་
བསྐྱུངས་པར། །ཅི་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་ཡུན་རིང་དུ། །བསྐྱུངས་པའི་ཟེས་སུ་བ་
འཇའ་ཆོན་ལྟར། །སྟོ་ཞིང་སྤུང་ལ་བཀྲག་མེད་འཆར་བ་ཡང་། །ཐོགས་བཅས་རགས་
པ་བཀྲག་ཅུང་མཉམ་ཟེས་ཡིན། །རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་འགའ་ཡང་མེད་པ་དང་། །རྩུ་

འབྲས་སྒྲིན་མེད་འཛིག་སྤྱབ་གཉིས་ཆོགས་འདི། །གང་གི་ཆོད་མས་སྤྱབ་དེས་ཐའ་
ལམ་རྟེན། །

གཉིས་པ་ཐབས་གང་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱུ་མ་ལྟ་བུར་འཆར་ཚུལ་ནི། དེ་ཕྱིར་
མཉམ་པར་བཞག་ཆེ་མཆན་འཛིན་གྱི། །དམིགས་གཏད་ཁེགས་ལ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་
ཡི། །སྟོང་པ་སྒྲིམ་པ་གཏད་དུ་སོང་བ་ན། །དེ་ལས་ལངས་ནས་ལུལ་སྤང་བལྟས་པའི་
ཆོ། །རྗེས་ཐོབ་སྤྱུ་མ་ལྟ་བུར་ངང་གིས་འཆར། །དེ་བཞིན་སྟོང་ཕྱོགས་དབྱེད་སྒྲིམ་
ལྷགས་བྲག་གིས། །དེས་བྲངས་རྗེས་སྤྱུ་ལང་སྤང་བཞིན་སྤྱུ་མ་ལྟར། །འཆར་ཕྱིར་སྤྱུ་
མ་ལྟར་སྒྲིམ་ཟུར་ན་མེད། །མདོར་ན་རང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་མ་རིག་པས། །རྗེ་ལྟར་སྟོ་
བཏགས་དགག་བྱའི་སྤྱི་ཤར་ནས། །རང་བཞིན་དེ་འབྲེལ་ཡོད་ན་ཐ་དད་དང་། །ཡང་ན་
གཅིག་ལས་མི་འདའ་གཉིས་ཀ་ལའང་། །གཞོད་བྱེད་ཡོད་ལྷགས་ལེགས་པར་
དམིགས་བྱེད་པའི། །དེས་པ་བྲངས་མཐར་གང་ཐག་རང་བཞིན་གྱིས། །སྤྱབ་པ་ཅུང་
ཐད་ཅ་མ་ཡང་མེད་དོ་ཞེས། །སྤར་གྱི་རིགས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཐག་ཆོད་
འབྱུང་། །སྟོང་ཕྱོགས་ལ་ནི་དེ་འབྲེལ་པ་དུ་སྤྱངས། །དེ་ནས་གང་ཐག་ཐ་སྤྲད་བསྟོན་
མེད་རྣམས། །འཆར་དུ་བཅུག་ནས་རང་བཞིན་མེད་པ་ལ། །རྟེན་འབྲེལ་འཐད་ལྷགས་
རྣམས་ལ་དེས་རྟེན་བྱ། །དེ་ཡི་མ་ཐུན་དཔེར་གཟུགས་བརྟན་བྱུང་བཞིན་གྱིས། །སྟོང་
ཡང་བྱུང་དང་མེ་ལོང་རྒྱུན་ལས་སྟེ། །དེ་བཞིན་གང་ཐག་འོ་ཐོས་མ་སྤྱབ་ཀྱང་། །ལས་
ཉོན་སོགས་ལས་སྟེ་ཞིང་ལྷོང་བ་ཐོར། །འཐད་པའི་ཚུལ་རྣམས་ཡང་ཡང་བྲན་པར་
བྱ། །

གཉིས་པ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་གཉིས།

སྤར་བཤད་པའི་རིགས་པ་ཁ་སྤྲོས་ནས་འགོག་པ་དང་། སྤར་མ་བཤད་པའི་
རིགས་པ་གཞན་གྱིས་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ནས་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་བསྐྱོམས་
པ་ནི། །སྤར་བཤད་རིགས་པ་སྤྲོས་པས་ངེས་པར་འགྲུབ། །གཉིས་པ་སྤར་མ་བཤད་
པའི་རིགས་པ་གཞན་གྱིས་དགག་པ་ལ་གཉིས། རྟེན་འབྱུང་གི་གཏན་ཆིགས་བསྟན་
པ། དེ་དང་རིགས་པ་སྤར་མས་འདུས་མ་བྱས་ཀྱང་བདེན་མེད་དུ་འགྲུབ་ཚུལ་ལོ། །དང་
པོ་ནི། གཞན་ཡང་བརྟེན་ནས་མ་སྤྲོས་འབྲས་བྱ་དང་། །རང་གི་ཆ་ལ་མ་སྤྲོས་ཆ་ཅན་
མེད། །དེ་ཕྱིར་བརྟེན་ནས་སྤྲོས་དང་བརྟེན་ནས་བཏགས། །གང་ལ་བརྟེན་པ་དེ་དང་
རང་བཞིན་གྱིས། །གཅིག་དང་ཐ་དད་བརྟགས་ནས་བདེན་གྲུབ་དགག། །གཉིས་པ་ནི།
དེས་ན་འགོག་པ་ནམ་མཁའ་ཐུང་འདས་སོགས། །ཐོབ་བྱ་གཞལ་བྱ་དེ་བཞིན་
སྐྱབས་གནས་སུ། །འཛོག་པ་རང་བཞིན་གྲུབ་ལ་མི་འཐད་ཕྱིར། །ཐ་སྙད་དབང་གིས་
མཆོན་མཆོན་རྣམ་དབྱེ་འཐད། །གཞན་དུ་འབྲེལ་མེད་ཐམས་ཅད་མཆོན་མཆོན་
འགྱུར། །གལ་ཏེ་འབྲེལ་བ་འདོད་ན་བདེན་གྲུབ་ཉམས། །གཅིག་དང་ཐ་དད་བརྟགས་
པའི་རིགས་པས་ཀྱང་། །འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ཆ་དང་ཆ་ཅན་གཉིས། །རང་བཞིན་
གཅིག་དང་ཐ་དད་བརྟགས་བྱ་སྟེ། །འདིས་ཀྱང་རང་བཞིན་མེད་པར་བདེ་ལྷག་འགྲུབ། །

གསུམ་པ་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་གྱི་བདེན་པ་རྣམ་པར་བཞག་པ་ལ་གསུམ།
བདེན་གཉིས་གང་ལ་འབྱེད་པའི་གཞི་དང་ངེ་ལྟར་དུ་བྱེ་བའི་གངས། དེ་ལྟར་དུ་བྱེ་
བའི་དོན། བྱེ་བ་སོ་སོའི་དོན་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱ་ཙམ་ལ་བདེན་པ་
གཉིས་སུ་བྱེ། །གཉིས་པ་ནི། བདེན་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་ཀྱང་ལྡོག་པས་དབྱེ། །གསུམ་
པ་བྱེ་བ་སོ་སོའི་དོན་བཤད་པ་ལ་གསུམ། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་དང་། དོན་དམ་བདེན་

བ་དང་། བདེན་གཉིས་ཀྱི་གྲངས་ངེས་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། ཀུན་རྫོབ་དང་
བདེན་པའི་སྒྲ་དོན་བཤད་པ། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་མཆན་ཉིད། ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་དབྱེ་
བའོ། །དང་པོ་ནི། གཟུགས་སོགས་དངོས་རྣམས་ཀུན་རྫོབ་ཙམ་དུ་ནི། །མ་རིག་
སྤངས་པའི་གང་ཟག་རྣམས་ཀྱིས་གཟིགས། །གང་ཟག་བདེན་འཛིན་ཅན་དེའི་བདེན་
འཛིན་ངོར། །བདེན་པས་དངོས་རྣམས་ཀུན་རྫོབ་བདེན་ཞེས་བསྟན། །ཀུན་རྫོབ་
བདེན་པ་བདེན་འཛིན་གྱིས་མ་བྱུབ། །བདེན་འཛིན་ངོར་ནི་བདེན་པ་ཙམ་གྱིས་
ཀྱང་། །ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་པར་འཛོག་པ་མིན། །བདེན་འཛིན་སྤངས་པའི་གང་
ཟག་རྣམས་ཀྱི་ངོར། །ཀུན་རྫོབ་ཡ་གྲུལ་བདེན་པ་བཞག་ཏུ་མེད། །འོན་ཀྱང་དེའི་ངོར་
ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་འཛོག་གཉིས་པ་ནི། གང་ལ་ཐ་སྙད་ཆད་མ་ཐ་སྙད་པའི། །ཆད་
མར་སོང་བའི་ཚུལ་གྱིས་རྟེན་པའི་དོན། །ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་མཆན་ཉིད་སྒྲིན་མེད་
ཡིན། །གསུམ་པ་ནི། ཤེས་པ་རང་མཆན་འདོད་པའི་རང་རྒྱུད་པ། །ཡུལ་ཅན་ཡང་
ལོག་མི་འདོད་ཡུལ་ལ་སྤྲ། །ལུགས་འདིར་འདིག་ཉེན་ཐ་སྙད་ཆད་མ་ཡི། །ཡང་ལོག་
དབྱེ་བ་འབྱེད་པ་བཞད་གད་གནས། །དེ་ཕྱིར་འདིག་ཉེན་ལྷན་སྦྲེས་སྒྲོ་འགའི་
ངོར། །ཡང་ལོག་དབྱེ་བ་གསུངས་ཀྱང་རྒྱ་མཆན་དེས། །ལུགས་འདིར་ཀུན་རྫོབ་
ཡང་ལོག་ཡོད་མི་འབྱུབ། །སྤང་ཚུལ་གནས་ཚུལ་མ་ཐུན་པའི་ཀུན་རྫོབ་ནི། །མི་སྲིད་
དེ་ཕྱིར་ལོག་པ་ཉིད་དུ་ཟེད། །

གཉིས་པ་དོན་དམ་བདེན་པ་བསྟན་པ་ལ་གསུམ། དོན་དམ་དང་བདེན་པའི་
དོན་བཤད་པ། དོན་དམ་བདེན་པའི་མཆན་ཉིད་བཤད་པ། དོན་དམ་པའི་དབྱེ་བ་
བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། དོན་ཡིན་དམ་པའང་ཡིན་པས་དོན་དམ་དང་། །དེ་ཉིད་བསྟུ་

བ་མེད་ཕྱིར་བདེན་པར་བཤད། །

གཉིས་པ་དོན་དམ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ་ལ་གཉིས། དངོས་ཀྱི་
དོན་དང་། རྩོད་པ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ནི། གང་ལ་རིགས་ཤེས་ཚད་མ་རིགས་ཤེས་
ཀྱིས། །ཚད་མར་སོང་བའི་ཚུལ་གྱིས་རྟེན་པའི་དོན། །དོན་དམ་བདེན་པའི་མཚན་
ཉིད་དབྱེད་བཟོད་མེད། །ཡོད་ཀྱན་ཐ་སྟོང་དབང་གིས་ཡོད་འཛོག་ཀྱང་། །ཐ་སྟོང་
དབང་གིས་གང་གཞག་ཡོད་མ་ཁྱབ། །ལུགས་འདིར་འགོག་བདེན་སྤང་འདས་དོན་
དམ་བཞེད། །འོན་ཀྱང་དེ་ཡོད་ཐ་སྟོང་དབང་གིས་འཛོག་གཉིས་པ་ནི། སངས་རྒྱས་
ཇི་ལྟ་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ། །སྤང་གཟིགས་གཉིས་ཕྱེ་གཟིགས་དོར་གཉིས་སྤང་
ལོག། །ཁ་ཅིག་སྤང་འདས་ཤེས་བྱ་མིན་པ་དང་། །སངས་རྒྱས་ས་ན་ཤེས་རྒྱུད་མེད་
པར་འདོད། །མ་རིག་བདེ་ཐོབ་བཙོན་པ་དོན་མེད་འགྱུར། །སེམས་ཀྱི་རྒྱ་བའང་རྣམ་
རྟོག་ལ་དགོངས་ཕྱིར། །ཡུལ་རྣམས་བདེན་སྤང་སངས་རྒྱས་རང་སྤང་གི། །དབང་
བྱས་མིན་ཡང་གཞན་ལ་སྤང་བ་སྤང་། །དེ་ཀྱན་རྣམ་མཐུན་མངའ་བའི་གནད་ཀྱིས་
སོ། །རི་ལྟ་རི་སྟེང་མཐུན་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི། །ཡེ་ཤེས་དེ་དག་ངོ་བོ་གཅིག་ཡིན་
ཀྱང་། །སྤང་མ་རིགས་ཤེས་ཕྱེ་མ་ཐ་སྟོང་པར། །འཛོག་པ་ཡུལ་གྱི་རྟེན་ཚུལ་དབང་
གིས་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་མཐུན་གཉིས་ཡུལ་གཉིས་མི་འགལ་ཡང་། །ཡུལ་ཅན་གཉིས་ནི་
འགལ་བའོ་ནར་བཞེད། །གསུམ་པ་ནི། དོན་དམ་བདེན་ལ་ཕྱེ་ན་བཅུ་བྱག་སྟེ། །བསྟེ་
ན་བདག་མེད་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་ངེས། །དངོས་དང་མཐུན་པའི་དོན་དམ་ཐ་སྟོང་
ནི། །རང་རྒྱུད་སྤྲོ་བ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བཞེད། །འདི་ལ་རྣམ་གྲངས་ཡིན་མིན་ཐ་
སྟོང་ནི། །འོད་ཀྱིས་བཏགས་ཀྱང་སྤང་མའི་དགོངས་པ་ནི། །རྟོག་མེད་རྟོག་བཅས་

རིགས་ཤེས་ལུལ་བཅས་པ། །སྤྲུལ་གཉིས་དངོས་བྱི་མ་གཉིས་མཐུན་པའི། །དོན་
དམ་ཉིད་དུ་འཛོག་པ་དགོངས་པར་སྤང་། །དེ་ཡང་བདེན་སྒྲོས་གཉིས་སྤང་སྒྲོས་པ་
གཉིས། །སྤྲུལ་མའི་དོར་མེད་བྱི་མར་གཉིས་སྤང་ཡོད། །དེ་བཞིན་ལུལ་གྱི་ཆོས་ཉིད་
གཉིས་ལ་ཡང་། །སྤྲུལ་མའི་ལུལ་ཅན་དོ་དེར་སྒྲོས་གཉིས་བྲལ། །བྱི་མར་བདེན་ཅམ་
ལོག་པའི་དབང་གིས་བཞག །བསྐྱེད་མི་བསྐྱེད་ཕྱང་གསུམ་མི་སྤིང་བྱིར། །ཤེས་བྱ་
འདི་ལ་བདེན་པ་གཉིས་གངས་ངེས། །

གཉིས་པ་ལྷག་མཐོང་གི་རབ་དབྱེ་ནི། །རྣམ་པར་འབྱེད་དང་འརབ་ཏུ་རྣམ་
འབྱེད་ལ། །འཁྲིག་པོ་དཔྱེད་གཉིས་གཉིས་བྱེ་བས་ངོ་བོ་བཞི། །འཁྲིག་པོ་རྣམ་དང་
འཁྲིག་པོ་སྤྲུལ་ཆོལ་བ་དང་། །འཁྲིག་པོ་མ་ལས་བྱུང་སྒྲོ་གསུམ་ལྷག་མཐོང་
འདོད། །འཁྲིག་དང་འཁྲིག་པོ་འཁྲིག་ཉིད་པོ་གསུམ་དང་པོ་དུས། །འཁྲིག་པོ་
ཡོངས་སྤྲུལ་ཆོལ་རྣམས་ཆོལ་བ་དུག །མདོར་ན་དེ་ལྟར་ཆོལ་ལྷགས་དུག་བྱས་
པས། །ངོ་བོ་ཉིད་བཞིའི་ལྷག་མཐོང་འབྱུག་པ་ལོ། །བསྐྱེད་མི་ཉེ་འབྱུག་པ་ལ་སོགས་
ཡིད་བྱེད་བཞི། །ལྷག་མཐོང་ལ་ཡང་ཡོད་པར་ཉན་སར་གསུངས། །

གསུམ་པ་ལྷག་མཐོང་སྒྲོམ་པའི་ཆུལ་ལ་གསུམ།

ཞི་གནས་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷག་མཐོང་སྒྲོམ་པར་གསུངས་པའི་དོན་བསྟན་པ།
ལྷགས་དེ་ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུད་གང་གི་ལམ་གང་གི་དབང་དུ་བྱས་པ། ཞི་གནས་ལ་བརྟེན་
ནས་ལྷག་མཐོང་སྒྲོམ་ཆུལ་དངོས་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཞི་ལྷག་དམིགས་པས་མི་
འབྱེད་བདེན་པ་གཉིས། །རེ་རེ་ལ་དམིགས་ཞི་ལྷག་གཉིས་གཉིས་ཡོད། །གཉིས་པ་
ནི། རྣམ་འབྱོར་སྤྲུལ་མེད་རྣམས་རིམ་མཉམ་གཞག་ཆེ། །ལྷག་མཐོང་དཔྱད་སྒྲོམ་

གཞུང་གཞན་ལྟར་མི་དགོས། །འོན་ཀྱང་ཅེ་གཅིག་ལྟ་ཐོག་འཛོག་པར་
བཞེད། །གསུམ་པའི། དབྱད་སྒོམ་འཛོག་སྒོམ་གཉིས་ཀྱི་སྦྱང་ཚུལ་ལ། །ཞི་ལྷག་སྒོ་
ཆ་མཉམ་པར་བསྐྱབ་པའི་ཐབས། །ཞི་གནས་རྟ་ལ་སྦྱོན་པའི་དབྱད་སྒོམ་དང། །བར་
བར་དུ་ནི་འཛོག་སྒོམ་སྤེལ་མར་བྲ། །ཁ་ཅིག་རྟོག་པ་རི་ཅམ་གོམས་ན་ཡང། །དེ་
ལས་མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་མི་འབྱུང་བེད། །ཟག་བཅས་ཟག་མེད་འཛིག་རྟོན་འཛིག་རྟོན་
འདས། །སོ་སྤྱེལ་ས་ནི་འཕགས་པ་ལ་སོགས་པ། །སྤྲ་མ་རྣམས་ལས་བྱི་མ་མི་འབྱུང་
འབྱུང། །རྒྱ་འབྲས་རིགས་མི་འདྲ་བར་མཚུངས་བྱིར་རོ། །ཁ་ཅིག་ཆོས་ཉིད་སྒོ་ལས་
འདས་བྱུང་པས། །སྒོ་གང་གིས་ཀྱང་དེ་སྒོམ་མི་རུས་སོ། །བསམ་མི་བྱབ་དང་སྒོ་
འདས་ལ་སོགས་པ། །ཐོས་བསམ་ཅམ་གྱིས་ཤེས་རྒྱུ་དགག་བྱིར་ཡིན། །ཟབ་དོན་
བདེན་འཛིན་དགག་བྱིར་ཡིན་པར་གསུངས། །གཞན་དུ་ལུང་རིགས་དུ་མས་གཞོན་
བྱིར་རོ། །

བཞི་པ་བསྒོམས་པས་ལྷག་མཐོང་བྱུང་པའི་ཆད་ནི།

སྦྱོར་པའི་ཆོས་དུག་སྦྱོན་དང་སྦྱོན་རྒྱུ་མཚམས། །བྱིང་ཞོད་སེལ་ལ་བྱན་
ཤེས་བསྐྱེལ་བ་སོགས། །གནད་ཀྱིས་ཟེན་པའི་གནས་ཆའི་དང་ཉིད་ནས། །སོ་སོར་
རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དབྱད་པས། །སྤྲ་བ་ཤད་ཤིན་སྦྱངས་རྫོགས་པ་དེ་བྱངས་
ཆོ། །ལྷག་མཐོང་ཐོབ་ཅིང་བྱང་འབྲེལ་ཉིད་ཀྱང་ཐོབ། །

གསུམ་པ་དེ་གཉིས་བྱང་དུ་འབྲེལ་ཚུལ་ནི།

དེ་ལ་ཞི་ལྷག་གཉིས་ནི་བྱང་ཡིན་ལ། །འབྲེལ་བ་ཕན་ཚུན་བཅེངས་ནས་

འཇུག་པའི་དོན། །དབྱེད་སྟོབས་གིས་བྱངས་ཞི་གནས་ཐོབ་པའི་ཆོ། །ཆོས་རབ་
འབྱེད་དང་ཅེ་གཅིག་ཞི་གནས་གཉིས། །མཚུངས་ལྡན་འདྲིས་ཏེ་ཆ་མཉམ་འཇུག་
པའོ། །ཚུལ་འདི་རྩི་ལྟ་རྩི་བྱང་གང་ལའང་འབྲ། །དེ་ལྟར་བཤེས་གཉེན་ནས་བཟུང་ཞི་
ལྷག་བར། །མཁས་པའི་ཉམས་ལེན་རྣམ་པར་དེས་པའི་སྒོ། །གོ་སྤྲི་ཆོགས་སུ་
བཅད་པས་རབ་མངར་བར། །རང་ཉིད་ལམ་འདི་སྒྲུལ་བཟང་བྱ་ཕྱིར་ཡིན། །

གཉིས་པ་ཁྱད་པར་དོ་རྩེ་ཐེག་པ་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ་ནི།

འདི་ན་ཐུན་མོང་ལམ་སྤྱངས་ཤེས་ལྡན་དག །ཟབ་མོ་དོ་རྩེ་ཐེག་པའི་དགའ་
སྟོན་ལ། །འཇུག་པའི་སྒོ་བྲོས་ཁྱར་ཆེན་འདེགས་བཟོད་ན། །བྱ་སྤྱོད་རྣལ་འབྱོར་ལམ་
གི་ཚུལ་ཤེས་ནས། །སྤྲིན་བྱེད་དབང་བཞིའི་ཚུ་མོ་དེས་འཇུངས་ལ། །ཐོལ་བྱར་རིམ་
གཉིས་ལམ་ལ་བདེ་བར་རོལ། །འདིར་འབད་དགེ་བ་ཉིན་མོའི་འོད་ཟེར་དེས། །སྤྱེ་
དགྲའི་སྒོ་ཡི་ཐུན་པ་རབ་བསལ་ནས། །རྒྱལ་བ་དགྲེས་པའི་ལམ་བཟང་ཡོངས་
རྩོགས་གྱི། །འབྲས་བུའི་གོ་འཕང་མཆོག་ཏུ་དེས་འབྱོར་ཤོག །

ཅེས་བྱང་ཚུབ་ལམ་གི་རིམ་པ་ནས་འབྱུང་བའི་ཉམས་ལེན་གི་སྒོ་རྣམ་པར་
དེས་པ་ལེགས་གསུངས་ཀྱན་གྱི་ཉིང་ཁུ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། །སྒྲིམ་ཆེན་ངག་གི་
དབང་པོ་གཞན་ལ་པན་པའི་ཕྱེ་ཞེས་བྱ་བས། །ཟེ་གདོང་དཀར་པོ་ཉི་ཤར་དུ་སྐྱར་བ་
འདིས་ཀྱང་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་ལ་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་གྱུར་
ཅིག ། །སྐུ་མཚན་ལོ།

པར་བྱང་སྟོན་ཆིག

ནམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ།
གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཆོས་ཚུལ་དལ་འབབ་སྤྱང་།
ཆོག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི།
དེ་མ་ཡོངས་འཁྱུད་ལེགས་བཤད་བདུན་ཅི་འདི།

དཔར་དུ་བསྐྱུན་བའི་ནམ་དཀར་སྤང་པོའི་མཐུས།
ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་སྒོ་མོ་སྤྲོང་སྤྲུག་བརྒྱ།
གདངས་ཏེ་རྒྱུད་ལྡེའི་འགོ་བ་མ་ལུས་བ།
རེས་ལེགས་ཞོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།

ཅེས་འཛུམ་གླིང་ཡངས་བའི་ཁྱོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་ནམ་འབྲུག་ཤུག་
སེལ་འཛིན་ལུགས་སྟོ་ཀུན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འཕྲུལ་ལྷན་ལེགས་ཆོག་དུ་མའི་ཆེད་དུ་
དམིགས། ཉན་བསྟན་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དཔར་དུ་བསྐྱུན་དང་བསྐྱུན་
འགྱུར་གང་ལའང་སྦྱར་ཆོག་པའི་དགོ་བསྟེན་སྟོན་ཆོག་ཏུ་ཤུག་འཛིན་དགོ་སྦྱོང་ཆོས་སྤྲུལ་བ་དག་
དབང་སྟོ་བཟང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྦྱར་བཤོ།