

ཞེས་རང་ལྷོང་པོ་མི་མིལ་འབྲེལ།



མཛོད་པ་པོ། རོ་ནང་ཏུ་ར་ཏུ་ཐ།
སེར་གྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཙོམ་གྱི་གཤང་།

༡༡། །ཤེས་རབ་སྒྲིབ་པོའི་ཆིག་འབྲེལ་

བརྒྱགས་སོ། །



མཛད་པ་སོ། རྫོགས་ཏུ་རྒྱ་ཐ།
ཤེས་རབ་སྒྲིབ་པོའི་ཆིག་འབྲེལ་

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་དེབ་སྤྱིའི་ཨང་།

SJRB-0202

ཞེ་དགེའི་ཞིང་པར་ལ་གཞི་བཙུག་པ་ཡིན།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་ཞུ་སྤྲིན་བྱས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་སྟོན་རྒྱལ་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བཅོས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འབྲེམས་སྤྲེལ་བྱས།

༡༠༡༧ ལོའི་ཟླ་བརྒྱད་པར་ཚུམ་སྤྲིན་བྱས།

༡༠༡༩ ཟླ་ ༤ ཆེས་ ༡༩ ལ་བསྐྱར་དུ་ཚུམ་སྤྲིན་བྱས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཏྲ་བྱང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ཡིག་འབྲེལ་ཏྲ་བྱང་།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

དཔེ་སྤྲིན་པ། རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚུམ་སྤྲིན་པ།

པར་སྐྱུན་གྱི་བདག་དབང་སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོ་ལ་ཡོད།

དཀར་ཆག

རོ་སྒོ་མདོར་བཅུ་མ།	ii
ཞུ་ཞིག་པའི་གསལ་བཤད།	iv
ཤེར་སྒྲིང་གི་ཆོག་འགྲེལ།	༡
ཐེང་བསྐྱར་བ།	༡
ཐེང་གཞིའི་ཆོག	༡
གཉེས་པ་མདོ་སྒྲིལ་ཆོས་འབྱུང་བའི་སྒོ།	༡
གཉེས་པ་དོན་གཏན་ལ་དབབ་བ།	༡
དང་ཐོ་ལ་ཟླེས་བ།	༡
གཉེས་པ་ལན།	༤
ཤེར་བྱིན་ལ་སྒྲིང་ཚུལ་མདོར་བསྐྱར།	༤
གཉེས་པ་ཤེར་བྱིན་གྱི་རྩོ་ཐོ་རྒྱས་པར་བཤད་བ།	༥
རང་བཞིན་ཤེར་བྱིན་གཏན་ལ་དབབ།	༥
གཉེས་པ་ལམ་ཤེར་བྱིན་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ།	༡༠
གསུམ་པ་དེ་ཉོག་པ་པའི་ལམ་གྱི་པན་ཡོན།	༡༤
བཞི་པ་ལམ་དེས་ཐོབ་པའི་འབྲས་བུ་མདོན་དུ་འགྱུར་ཚུལ།	༡༥
ལྷ་པ་པན་ཡོན་དང་བཅས་པའི་གཞུངས་སྤྲུགས་བསྐྱར་བ།	༡༥

བྱུག་པ་དོན་བསྐྱེད་ཚུལ་དུ་ཤེར་ཕྱིན་ལ་སློབ་པར་གདམས་པ།	༡༧
གཉིས་པ་མཐུན་འགྱུར་གྱི་སྒྲོན་ས་ཐེ་ཆོམ་བསལ་བ།	༡༨
རྩ་བའི་གསུམ་པ་ཡི་རང་མངོན་པར་བསྟོད་པ།	༡༩
པར་བྱང་སློན་ཆོག་	༢༡

དེ་སྔོན་མདོར་བསྡུས།

ཏུ་ར་རྒྱ་ཐའམ་སྒྲོལ་བའི་མགོན་པོ་ཞི། ཕྱི་ལོ་༡༥༥༥ལོར་དབུས་ཀྱི་རྫོང་ཁ་རག་དང་ཉེ་བར་སྐུ་ལསྤངས། དགྲུང་ལོ་བཞི་པར་རྫོང་ཆུ་མ་ཀུན་དགའ་གྲོལ་མཆོག་གི་ཡང་སྐུ་ལ་དུ་རོས་འཛིན་མཛད་དེ་དགོན་པར་གདན་ཤངས།

དགྲུང་ལོ་བྲག་པར་ཡི་གཤེ་སྒྲོར་ཆོག་མཐར་ཕྱིན་ཏེ་ཆོས་སྒྲོན་པལ་ཆེར་སྤྱགས་སུ་ཆུད་ཅིང་། དབང་དང་རྗེས་གནང་བཅས་ཆོས་སྐལ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཐོབ། དགྲུང་ལོ་བརྒྱད་པར་མཁས་དབང་བྱམས་པ་ལྷུན་གྲུབ་ཀྱི་མདུན་ནས་ཆོད་མ་རིགས་གཉེར་སྒྲོ་འཛིན་མཛད་པས་ཆུ་བ་ལྔར་སྤྱགས་སུ་ཆུད།

སྤྱག་ལུང་པ་ཀུན་དགའ་བཟ་ཤིས་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་དུང་ནས་བཀའ་གདམས་སྒྲེགས་བམ་གྱི་ལུང་ཞུས་པ་དང་སྤྱགས་རབ་བྱུང་དང་དགེ་ཚུལ་གྱི་སྒྲོམ་པའང་མཐོས། འཇམ་དབྱངས་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཆོན་ལས་ས་སྐྱ་དཀར་པོ་རྣམ་གསུམ་གྱི་བཀའ་འབུམ་གྱི་ལུང་དང་། རྗེ་བྲུབ་པའི་དབང་སྤྱག་ལས་རས་ཆུང་སྤྱན་བརྒྱད་ཀྱི་ཆོས་རྫོགས་པར་ཞུས།

དགྲུང་ལོ་བརྒྱད་བདུན་པར་བསྟེན་པར་རྫོགས། དེ་ནས་དབུས་སུ་ཕེབས་ཏེ་ལོ་ངོ་བརྒྱ་ལྷག་ལ་ས་སྐྱ་དང་། བཀའ་བརྒྱད། དགེ་ལྡན་སོགས་ཀྱི་ཆོད་ལྡན་ཆུ་མའི་དུང་ནས་ཆོས་བརྒྱད་སོ་སོའི་བཞེད་པ་བཅས་གསན་སྐྱེད་སམ་ཛད། རྒྱ་གར་གྱི་སྒོ་བ་དཔོན་རེ་བྱུང་ལའང་གྲུབ་མཐའི་ཐད་ཀྱི་ལྟ་བ་མང་པོར་བཀོ་སྐྱོང་གནང་། དགྲུང་ལོ་སུམ་ཅུའི་སྐབས་དཔལ་རྫོང་བའི་ལྟ་བ་དབུ་མ་གཞན་སྒྲོང་ཆེན་པོའི་ཆེ་མོར་སོན།

དགྲུང་ལོ་སོ་གཅིག་ནས་རིས་མེད་ཀྱི་ཆོས་སྒོ་བ་མང་པོར་མདོ་སྤྱགས་འཆད་མཉན་རྒྱ་ཆེར་

མཛད། དགུང་ལོ་ཞི་གཅིག་པར་ཉག་བཞུགས་ཆོས་སྤྱིར་གི་གནས་གཞི་གསར་དུ་བཙུགས།
ཡིག་མཐན་ཆེག་བརྒྱ་བརྒྱད་ཅུ་གདན་པོར་ཉེ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་དགོངས་འབྲེལ་གྱི་བསྟན་
བཅོས་འགྱུར་རོ་ཙག་གསེར་བཅོ་མས་འབྲིར་བཙུག་པར་མཛད།

ཁོང་གི་མཆན་གྱི་ནམ་གངས་ནི་བྱིས་དུས་སུ་སྤྲི་གཙུག་དོ་མེ། སྟོན་ཁྲོལ་བས་ཀྱལ་ཀའི་
ཚུལ་དུ་ཀུན་དགའ་མ་བྱས། རབ་བྱུང་གི་མཆན་ཀུན་དགའ་སྤྱིར་པོ་བཅས་སོ།

བྱི་ལོ་ ༡༦༣༧ ལོར་སྐྱུ་གཤེགས། ཁོང་གི་གསུང་ཚུལ་པོ་ཉི་ཀ་ནས་ཅའི་བར་བཙུ་
བདུན་ལ་ཆོས་ཆན་ཉིས་བརྒྱ་དོན་གཉིས་ལྷག་བཞུགས།

ཞུ་སྤྲིག་པའི་གསལ་བཤད།

བོད་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་སུ་སྡོད་ཀྱི་མཁས་པའི་དབང་པོ་དག་གི་བཀའ་འདྲིན་ལས། བོད་
མི་རིགས་ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བཅུད་དང་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ལོར་དུ་གྱུར་བའི་གསུང་རབ་
ཀྱི་སྒྲེགས་བམ་ཁྱི་སྤྲིག་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་སྟེ་ནའང་། རྒྱ་རབས་ཀྱི་འཕེལ་འགྱུར་དང་འགྲོགས་
བའི་མའི་ཉེས་སྤྱོད་ཀྱི་དབང་གིས་ཅ་ཆེད་གསུང་རབ་མང་པོ་ཞིག་ཅ་བརྒྱག་ཏུ་བྱིན་ཟེན་བ་དང་།
ལྷག་འཕྲོས་གང་མང་ཞིག་ཅ་བརྒྱག་ཏུ་འགྲོ་ཉིང་ཡོད་པར་བརྟེན་རྒྱ་རབས་འདིའི་བོད་མི་ཞིག་ལ་
མཆོད་ན་ཅ་ཆེ་བའི་གསུང་རབ་དེ་དག་གཅེས་ཉར་བྱེད་རྒྱུར་བཙོན་དགོས་པ་ནི་རྒྱ་ལ་བབ་བའི་
ལས་འགན་བརྒྱུག་ཏུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ངེས། དེ་བས་འདི་ག་སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚུལ་
སྤྲིག་ཁང་ནས་ཀྱང་ཅ་ཆེད་གསུང་རབ་དེ་དག་ཉར་ཆགས་དང་སྤྱད་སྟོབ་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཚུལ་སྤྲིག་གི་
ལས་ཀ་འདི་གཉེར་བཞིན་ཡོད།

དེང་རབས་ཀྱི་འབྲུལ་ལས་སྐབས་བདེ་དུ་བྱིན་པ་དང་བསྐྱེད་ནས་གསར་དུ་ཚོམ་སྤྲིག་བྱས་
བའི་དེབ་དང་འབྲུལ་དེབ་གང་མང་ཞིག་ཁྱབ་བརྒྱལ་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་དགའ་ལོས་པ་ལྟ་བུར་
སྤང་མོད། སྤྱིར་གསུང་རབ་དཔར་བསྐྱེད་དང་ཞུ་སྤྲིག་བྱེད་སྐབས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་བཅོས་ནོར་
ཤོར་ནའང་ཆབས་ཆེ་བའི་སྟོན་ཆ་འབྱུང་མིད་པས་བསྐྱེད་དང་བཅོ་བཅོས་མེད་པར་སོར་
འཛོག་གིས་བདག་ཉར་བྱ་རྒྱ་ཅི་ནས་ཀྱང་གལ་ཆེ་ཞིང་། གལ་ཏེ་ནོར་བར་ངེས་པའི་ཡིག་འབྲུ་
གཅིག་བཅོས་དགོས་བྱུང་ནའང་ཁ་གསལ་གྱི་མཆན་ཡིག་འགོད་རྒྱ་ཏ་ཅང་གལ་ཆེ་བ་ཡིན།

འདི་ག་ཚོམ་སྤྲིག་ཁང་ལ་མཆོད་ན། པར་གཞི་ཆད་ལྷན་ཞིག་མ་བྱིར་བཟུང་ནས་དེའི་ཡིག་
འགྲོས་སོར་བཞག་གིས་ཚོམ་སྤྲིག་བྱེད་རྒྱ་ཅ་དོན་དུ་འཛིན་བཞིན་ཡོད་ལ། དེའི་པར་གཞི་མི་འདྲ་
བ་གཞན་ཡང་ལག་སོན་བྱུང་ན་པར་གཞི་གཞན་དག་ལ་འདྲ་བར་བྱས་ཤིག་སྤྱར་བཞིན་ཡོད།

མཐའ་མཆན་སྟོན་སྐབས་དེ་དེ་དཔེ་བརྒྱུད་བྱས་ཡོད་ཆེ་དེའི་མ་ཕྱིར་བརྒྱད་པའི་པར་གཞི་
ལ་**མ་ཕྱི**་ཞེས་དང་། པར་གཞི་གཞན་དག་ལ་སྟེ་དཔེ་པར་མ་དང་། བཟ་ཤིས་ལྷན་པོ། ཞོལ། སྤུ་
འབྲུ། རྒྱ་ཡར་པར་མ་རྣམས། **སྟེ། བཟ། ཞོལ། སྤུ། རྒྱ།** སོགས་ཀྱིས་མཆོན་པར་བྱས་ཡོད། མཐའ་
མཆན་གྱི་ཁོད་དུ་རྟགས་ཅན་ ***བརྒྱུབས** ལྟ་བུ་བྱུང་ན་མ་ཕྱིའི་ཡིག་འོར་ཞིག་ཞུ་སྟེག་པས་
བརྒྱུབས་སུ་བརྒྱུད་པའི་དོན་དུ་གོ་དགོས་ལ། ཡང་རྟགས་ ***འདིས་**ཞུ་སྟེག་པའི་གསལ་བཤད་ཀྱི་
ཆིག་མཆོན་པའི་སྐབས་ཀྱང་ཡོད། ཡང་རྟགས་ཅན་ **-བརྒྱུབས** ལྟ་བུ་བྱུང་ཆེ་བརྒྱུབས་ཆད་པ་
དང་། **+བརྒྱུབས** ལྟ་བུ་བྱུང་ན་བརྒྱུབས་སྟག་མ་བྱུང་པའི་དོན་དུ་གོ་དགོས།

དཔེར་ན། མཐའ་མཆན་དུ། མ་ཁྱི་ལེན་ལ། བསྐྱབ་ *བསྐྱབས་ སྒྱ། ༡༠༣ནཙལ།
ཟླ། ༡༡༠བཟ། བསྐྱབས་ ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་ཆེ་དེ་དག་གི་དོན་ནི། མ་ཁྱི་མེ་ཤོག་གངས་
ལེམ་དུན་ངོས། ཡིག་ཁྲེང་ལ་བླ། བསྐྱབ་ཅེས་གྲིས་ཡོད་པ་མཆོད་ཞེད། *བསྐྱབས་ བེ་མ་ཁྱི་མེ་

ཡིག་ཞོར་བསྐབ་དེ་ཉིད་ཞུ་སྤྲིག་པས་བསྐྱབས་སུ་བཅོས་ཡོད་པ་མཆོན་བྱེད་དུ་གོ་དགོས། ཡང་
གཞུང་དེའི་ཐད་གྱི་སྤྱི་འབྲུམ་པར་མའི་ཐྲེབ་གངས་**༡༠** **༣** **མ** **དུན** **ངོས།** ཡིག་ཐེང་**༤** **པ་ན།** **ཐ**་བྲང་
པར་མའི་ཐྲེབ་གངས་**༡༡༠** **རྒྱ** **པ་ངོས།** ཡིག་ཐེང་**༣** **པ་ན།** **བསྐྱབས་**ཞེས་བཀོད་འདུག་ཅེས་གོ་
དགོས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

ཞུ་སྤྲིག་པའི་ཤེས་ཚད་དང་དོ་སྣང་གིས་མ་འདང་བར་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་ཞོར་འཁྲལ་ཞོར་བ་
སོགས་གཟིགས་ཆེ་ཀུན་པན་གྱི་ལས་གཞི་འདིར་རྒྱ་བ་སྐྱོར་དང་ལམ་སྟོན་གྱི་ཆེད་དུ་མཐུན་ལྷན་
རྣམས་ནས་འདི་གའི་ཚཱ་སྤྲིག་ཁང་དུ་ཁགས་ལ་གྱི་ངོ་སྟོན་དང་ལམ་སྟོན་གནང་བའི་རེ་བསྐྱལ་ཞུ་
རྒྱ་དང་། འདི་ནས་ཀྱང་གང་མགྲོགས་ངང་པར་གཞིར་བསྐྱར་ཞིབ་དང་ལེགས་སྤྲིག་ཞུས་ཏེ་སྤྲུས་
ཀ་ཇེ་ལེགས་སུ་གཏོང་ངེས་ཡིན།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚཱ་སྤྲིག་ཁང་ནས།

བྱི་ལོ་**༢༠༢༠** **ལྷ་** **འཕྲོ་** **ཆེས་** **༡༥** **ལ།**

༡༡། ཤེར་སྦྱིང་གི་ཆིག་འབྲེལ་བཟུགས་སོ། །

༡༡། རྣམ་ཐོ་བྱུང་ཡ། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་སྦྱིང་པོའི་མདོ་དོན་ཕྱོགས་
ཅུ་མ་སྟོས་ན། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཞེས་པ་དོན་མང་པོ་ལ་འབྲུག་ཀྱང་།
དངོས་དང་གཙོ་བོ་ནི། ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ལུགས་གཉིས་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་
བདེ་ག་ཤེས་སྦྱིང་པོ་དེ་ཡིན་ལ། མདོ་སྤེལ་ཤེས་ཤེས་བྱིན་དེའི་རང་བཞིན་སྟོས་བྲལ་
ཀྱི་མཆན་ཉིད་དང་། འགྱུར་བ་མེད་པའི་མཆན་ཉིད་དང་། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་པའི་
མཆན་ཉིད་ཏེ། དོན་ཀྱི་གཙོ་བོ་གསུམ་པོ་དེ་སྟོན་ཅིང་། ཆིག་ཤིན་ཏུ་ཉུང་བའི་བྱིང་
སྦྱིང་པོའོ། །

རི་ལྟར་སྟོན་ཞེ་ན། གཟུགས་མེད་ཅེས་པ་ལ་སོགས་པས་སྟོས་བྲལ་དང་། མ་
སྟོས་པ་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པས་འགྱུར་མེད་དང་། གཟུགས་སྦྱིང་པོའི་ཞེས་པ་ལ་
སོགས་པས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་པའོ། །མདོ་འདི་ལ་དོན་གསུམ་སྟེ།

སྦྱིང་བསྐྱང་བ་དང་།

དོན་གཏན་ལ་དབབ་པ་དང་། ཡི་རང་མཛོན་པར་བསྟོད་པའོ། །དང་པོ་ལ།

སྦྱིང་གཞིའི་ཆིག་དང་།

མདོ་སྤེལ་ཆོས་འབྱུང་པའི་སྟོག་ཉིས་སོ། །

དང་པོ་ནི། འདི་སྐད་སོགས་ཏེ། གནས་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཀྱི་ནང་ཆོན་བྱ་རྒྱུ་
 ཡུང་པོའི་རི་ལ། སྟོན་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཤུག་ཐུབ་པ་འཁོར་དགེ་སྤོང་སྟེ་ཉན་ཐོས་
 དབྲུག་བཅོམ་པའི་དགེ་འདུན་གྱི་ཆོག་ས་ཆེན་པོ་དང་། ཞིང་ཁམས་སྤྱོད་ཆོག་ས་ནས་
 འདུས་པའི་བྱང་རྒྱུ་མེས་ས་དཔལ་འཕགས་པའི་དགེ་འདུན་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་། ཐབས་
 ཅིག་པ་སྟོན་ཅིག་ཏུ་བཞུགས་ཤིང་། འཁོར་ཆོག་ས་ཐམས་ཅད་ཆོས་འདིའི་སྟོན་དུ་
 གྱུར་ཅིང་རྒྱུད་སྟོན་པའི་དུས་ཅིག་ན། ཆོས་ཤེར་ཕྱིན་སྟོང་པོའི་ཆོག་འདི་སྐད་མ་རྟོག་
 བར། བསྐྱེད་པ་པོ་ཕྱག་ན་དོ་རྩེ་བདག་གིས་ཐོས་སོ། །ཅེས་གནས་དུས་ངེས་པ་དང་།
 འཁོར་ཆོག་ས་དཔལ་པོར་གཞག་པས། སྟོན་པའི་གསུང་དུ་ངེས་ཤིང་བསྐྱེད་ཅིང་། རོ་
 མཆར་བའི་དད་པ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་མདོ་སྟེ་ཆོས་འབྱུང་བའི་སྟོན་ནི།

དེའི་ཆེ་བཅོམ་ལྡན་འདས་སོགས་སོ། །རྟོགས་པར་དཀའ་བས་ན་ཐབས་མོ་སྟེ་
 གནས་ལུགས་ཤིས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའོ། །དེ་མདོར་སྟུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་
 ཤེས་ནི་སྣང་བ་སྟེ། དངོས་སུ་མཐོང་བའི་དོན་ཡིན་ལ། ཡེ་ཤེས་དེ་དང་ལྡན་པའི་
 མཉམ་གཞག་ནི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཏེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཉིང་ངེ་འཛིན་དེ་ལ་རྟག་ཏུ་
 བཞུགས་པ་ཡིན་ཀྱང་། དེར་འདུས་ཀྱི་གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱི་སྣང་བ་ལ། ཐབས་མོ་སྣང་
 པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་དེ་ལ་གསར་དུ་མཉམ་པར་གཞག་པ་ལྟར་སྣང་ངོ་། །ཡང་བཅོམ་
 ལྡན་འདས་མཉམ་པར་གཞག་མ་ཐག་པ་དེའི་ཆེ། བྱང་རྒྱུ་མེས་ས་དཔལ་མེས་ས་
 དཔལ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྟུན་རས་གཟིགས་དབང་ཕྱག་ཀྱང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་
 ཏུ་ཕྱིན་པ་ཐབས་མོ་མདོར་སྟུམ་དུ་རྟོགས་ཤིང་སྟོན་པའི་ཡེ་ཤེས། ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་

རྗེས་སྤྱི་འབྲེལ་བའི་མཉམ་གཞག་རྣམ་པར་ལྟ་བུ་སྤྱི་མཁའ་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་གནས་པ་
དང་། དེ་འདྲ་བའི་ཤེར་བྱེན་ལ་དངོས་སྤྱི་དྲུང་པའི་རྒྱ། བྱང་པོ་ལྷ་པོ་རང་བཞིན་གྱི་རོ་
བོས་མ་གྲུབ་ཅིང་སྤྲོངས་པར། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པར་བཟུ་ཞིང་སྒྲོམ་མོ། །བྱང་པོ་ལྷ་པོ་
རང་བཞིན་གྱི་སྤྲོང་བ་དེ་ཉིད། ཤེར་བྱེན་ཟབ་མོ་ལས་ལོགས་སྤྱི་བསྟན་པས། ཤེར་
བྱེན་ཟབ་མོ་ནི་རང་གི་རོ་བོས་མི་སྤྲོང་བར་གྲུབ་པའི་བྱིར། འདི་ནི་གཞན་སྤྲོང་དབྱ་མ་
གསལ་བར་སྤྲོན་པའི་ཆོག་དང་པོ་ལོ། །སྤྲོན་རས་གཟིགས་ཀྱི་ཤེར་བྱེན་ལ་གསལ་དུ་
མཉམ་པར་བཞག་པའི་ཚུ་ལ་བསྟན་མ་ཐག་བ་དེ་ནས་ཅེས་ལྷ་བྱི་འཆོམས་སྤྱི་རྟེ།

གཉིས་པ་དོན་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ།

དེ་ལན་གྱི་སྤྲོན་ས་གཏན་ལ་པབ་པ་དང་།
མཐུན་འགྱུར་གྱི་སྤྲོན་ས་ཐེ་ཆོམ་བསལ་བལོ། །

དང་པོ་ལ་དེས་པ་དང་།

ལན་བསྟན་པལོ། དང་པོ་ནི། དེ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་མཐུས་སོགས་ཏེ། ལྷ་
རིའི་བྱ་ལ་སོགས་པ་ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱི་རང་སྤྲོ་བས་ཀྱིས་ཆོས་ཟབ་མོ་འདི་འབྲི་བར་
ཡང་མི་ཤེས་མོད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱེན་གྱིས་རྒྱབས་པའི་མཐུ་ལས། ཆེ་དང་ལྡན་པ་
ལྷ་རིའི་བྱས་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྤྲོན་རས་
གཟིགས་དབང་བྱུག་ལ་འདི་སྤྲོད་ཅེས་སྤྲོས་སོ། །ཅི་སྤྲོས་ཅེ་ན་རིགས་ཀྱི་བྱ་སྤྲོས་
པའས། རིགས་ཀྱི་བྱ་བྱང་མེད་ཡིན་ཡང་རུང་སྟེ། གང་སྤྱི་ཡང་རུང་བ་ལ་ལ་དག་བྱང་

ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཟབ་མོ་འདི་ལ། རྫོས་
བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་སྤྱད་པ་སྤྱོད་པ་སྟེ། ཉམས་ལེན་བྱེད་པར་འདོད་པས།
སྒྲོམ་ཚུལ་རི་ལྟར་བསྐྱབ་པར་བྱ་དགོས་ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་ལན་ལ།

ཤེས་ཕྱིན་ལ་སྤྱོད་ཚུལ་མདོར་བསྟན།

ཤེས་ཕྱིན་གྱི་རོ་བོ་རྒྱས་པར་བཤད། དེ་རྟོགས་པའི་ལམ་གྱི་པན་ཡོན་བསྟན།
ལམ་དེས་རྟོགས་པའི་འབྲས་བུ་བཤད། པན་ཡོན་དང་བཅས་པའི་གཟུངས་སྟགས་
བསྟན། རོན་བསྐྱེད་ཚུལ་ཏུ་ཤེས་ཕྱིན་ལ་སྒྲོ་བ་པར་གདམས་པའོ། །

དང་པོ་ནི། དེ་སྐད་སོགས་ཏེ། ལྷ་རིའི་བྱས་དེ་སྐད་ཅེས་སྒྲུས་པ་དང་། དེའི་
ལན་ཏུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དབང་སེམས་དབང་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་
དབང་ལྷག་གིས། ལྷ་རིའི་བྱ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྒྲུས་སོ། །ཅི་སྐད་ཅེས་ཟེར་ན། དེགས་
གྱི་བྱའམ་དེགས་གྱི་བྱ་མོ་གང་ལ་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཟབ་མོ་སྤྱད་པ་
སྤྱོད་པར་འདོད་པ་དེ། ཚུལ་འདི་ལྟར་ནས་པར་ཏེ་ཤིན་ཏུ་ལྷ་ཞིང་སྒྲོམ་པར་
བྱའོ། །འདིར་སྤྱད་པ་ཞེས་པ་ནི། སྤྱད་བྱད་ལས་སུ་བྱ་བའི་ཆོག་ཡིན་ལ། སྤྱོད་པ་ནི་
སྤྱོད་ཚུལ་ཏེ། བྱེད་པའི་ཆོག་ཡིན་པས་སྤྱད་བྱ་ཤེས་ཕྱིན་དེ་ལ་སྤྱོད་ལུགས་རི་ལྟ་བུ་
ཅེས་པ་སྟེ། ཉམས་སུ་སྒྲུངས་བྱ་ཤེས་ཕྱིན་གང་ལ། ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཐབས་གང་
གིས་ཚུལ་རི་ལྟར་ཉམས་ལེན་བྱེད་པར་འདོད་ལ་ཞེས་པའོ། །སྤྱོད་པའི་རོ་བོ་ནི། ཆོས་
སྤྱོད་བཅུ་དང་པར་ཕྱིན་བྱལ་ལ་སོགས་པའོ། །རི་ལྟར་ནས་པར་ལྷ་བར་བྱ་ཞེ་ན། བྱང་

མོ་ལྷ་པོ་དེ་དག་དང་། གཞན་ཡང་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་བའི་སྒོ་
ནས་ཀྱང་། སྤང་བྲགས་ཀྱི་ཆོས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་ནམ་རང་གི་ངོ་བོས་མ་
བྱུང་བའི་ཚུལ་གྱིས་མ་ཞོར་བ་ཡང་དག་པའི་གནས་ལུགས་ལ། དུལ་ཅན་སྒོམ་པའི་
ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ཀྱང་གནས་ལུགས་དང་རྗེས་སུ་མ་བྱུང་བར་བལྟ་ཞིང་སྒོམ་མོ། །

གཉིས་པ་ཤེར་བྱིན་གྱི་ངོ་བོ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ།

རང་བཞིན་ཤེར་བྱིན་གཏན་ལ་དབབ་པ་དང་།

ལམ་ཤེར་བྱིན་སྒོམ་པའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། གཟུགས་སྟོང་བའོ་སོགས་ཏེ།
བདེན་གཉིས་ཐུན་མོང་དུ་སྦྱར་ན། ད་ལྟ་བྱིས་པ་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ལ་གཟུགས་སྤང་
དུ་སྤང་བའི་གནས་འདི་ན། གཟུགས་སྤང་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་དེ་ནི་འབྲུལ་
སྤང་ཅམ་མ་གཏོགས་རང་གི་ངོ་བོས་སྟོང་པའི་བྱིར་དོ། །དེས་ན་གཟུགས་ཀྱི་རང་
སྟོག་ནས་མེད་ཅིང་མ་ཡིན་པའི་སྟོང་བའོ། །གཟུགས་ཀྱི་ཤུལ་ན་སྟོང་པའི་ཆོས་ཉིད་
གནས་པ་དེ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་དངོས་ཏེ། འདི་ནི་བདེན་ཅིང་ཡོད་པ་དང་ཡིན་པའི་སྟོང་
ཉིད་དོ། །གནས་ཚུལ་ལ་ཡོད་པའི་ཆོས་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་བྱིས་པ་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་
རྣམས་ལ་གཟུགས་སྤང་དུ་སྤང་ཡང་འབྲུལ་སྤང་ཅམ་མ་གཏོགས་ངོ་བོས་མེད་
དོ། །གཟུགས་བྱང་གཞིར་བྱས་ན་དེ་ལས་གཞན་དུ་ཆོས་དབྱིངས་སྟོང་ཉིད་ལོགས་
སུ་གནས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་སྤང་འཆར་བའི་གནས་དེ་ཉིད་ཆོས་དབྱིངས་ཡིན་
པའི་བྱིར་དང་། བྱང་གཞི་གཟུགས་སྤང་ཉིད་ཡོད་མ་སྟོང་བས། གཟུགས་སྤང་གི་
ཆོས་ཉིད་ལ་ཐ་དད་དུ་རང་སོ་འཇུགས་པའི་བྱ་མི་ཐེར་བའི་བྱིར་དང་། ཆོས་ཉིད་ཀྱི་

རིག་པ་དེ་ཡང་སྒྲིམ་བྲལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཟུགས་དང་དོ་བདོ་བའི་རྒྱ་བོ་ཐ་དད་པའི་
མཆོན་ཉིད་མི་འཛིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཆོས་དབྱིངས་སྟོང་པ་ཉིད་དེ་ཉིད་བྱུང་གཞིར་བཟུང་ན། དེ་ལས་གཞན་དུ་
གཟུགས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ཉིད་གནས་ཀྱང་གཟུགས་སྤང་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་།
རྒྱ་མཆོན་སྤྲུལ་རྣམས་ཀྱིས་ཡང་ཕྱིར་རོ། །དཔེར་ན་མཁྲིས་ནད་ཅན་གྱིས་དུང་ལ་
བལྟས་ན། གོང་དུ་དཀར་བོ་འབྲེལ་བ་ཅན་དུ་མི་མཐོང་གི་སེར་བོ་འབྲེལ་བ་ཅན་དུ་
མཐོང་བར་འགྱུར་རོ། །མཐོང་ཡང་སེར་བོ་འབྲེལ་བ་དེ་ནི་འབྲེལ་སྤྲང་ཅན་མ་
གཏོགས་གཏོད་ནས་མེད་ལ། དཀར་བོ་ནི་ཡོད་པས་ན་གང་ལ་སེར་བོར་སྤྲང་བ་
འཆར་བ་དང་དཀར་བོ་གཉིས་གཞི་ཐ་དད་མེད་པའི་རྒྱལ་གྱི་གཅིག་པ་ལ་བསམས་
ནས། སེར་བོར་མཐོང་བ་དེ་ནི་གཞན་མ་ཡིན་གྱི་དུང་རོ། །དུང་ནི་ཁྱོད་ཀྱིས་མཐོང་
བའི་སེར་བོ་དེའོ། །ཁྱོད་ཀྱིས་མཐོང་བའི་སེར་བོ་དེ་ལས་གཞན་ན་དུང་མེད་དོ། །དུང་
ལས་གཞན་དུ་ཁྱོད་ཀྱིས་མཐོང་བའི་སེར་བོ་དེ་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བརྗོད་བ་ལྟ་
བྱ་ཡིན་ཏེ། དོན་ལ་ཞིན་ཏུ་འབྱོར་རོ། །རང་སྟོང་སྤྲུལ་རྣམས་ཀྱི་ལྟར་ན་ནི། སྟོང་པ་ལ་
དོན་དམ་གྱིས་བྱུང་བར་འདོད་པས། གཟུགས་སྤང་དོན་དམ་བདེན་པར་ཐལ་བར་
འགྱུར་ལ། སྟོང་པ་ཉིད་གཟུགས་མ་ཡིན་གཟུགས་ལས་གཞན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཞེས་
བརྗོད་པར་འཐད་ཀྱི། གཟུགས་སྟོང་པའོ། །སྟོང་པ་ཉིད་གཟུགས་སོ་ཅེས་བ་འདི་མི་
དུང་རོ། །

དེ་ལྟར་ནི་འདི་ནི་གཞན་སྟོང་དབྱུ་མ་ཆེན་པོ་གསལ་བར་སྟོན་པའི་ཆོག་
གཉིས་པའོ། །འདི་ལྟར་འཆད་པ་ནི་མདོ་འདིའི་དངོས་བསྟན་དགག་ཆོག་ཏུ་གསལ་བ་

ལྟར་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། སྤུང་དོན་ལྟར་བཤད་ན་སྤྱད་ཆོག་ཁོ་ན་ཏེ། ཆོས་ཉིད་དོན་
དམ་པའི་གཟུགས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་སོ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་
ཤེས་གང་ཡིན་པ་དེ་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་གཟུགས་སུ་སྤང་ངོ་། །ཞེས་བསྟན་པས། དེ་གཉིས་
གཞི་མ་ཐུན་པ་ཡོད་པ་ཙམ་དུ་གོ་ཡང་། སྟོང་པའི་ཡེ་ཤེས་དོན་དམ་གྱི་གཟུགས་མ་
ཡིན་པ་ཡང་སྤིང། དོན་དམ་གྱི་གཟུགས་སྟོང་པའི་ཡེ་ཤེས་མ་ཡིན་པ་ཡང་སྤིང་སྟུང་
པའི་དོགས་པ་དགག་པའི་ཕྱིར། གཟུགས་ལས་ཀྱང་སོགས་སོ། །དེ་ལ་སྐབས་འདིར་
སྟོང་པ་ཞེས་པ་སྟོང་རྒྱུ་མ་ཡིན་ཏེ་གཉིས་སྟོང་གི་ཡེ་ཤེས་སོ། །དོན་དམ་པའི་
གཟུགས་ཕྱང་ནི་གཟུགས་ཕྱང་མ་ཡིན་མོད། ཆོས་དབྱིངས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་པའི་
ནང་གི་གཟུགས་ཕྱང་གི་རྣམ་པ་དོན་དམ་པ་དེ་ནི། ཆོས་ཉིད་ཀྱི་གཟུགས་ཕྱང་ངམ།
དོན་དམ་གྱི་གཟུགས་ཕྱང་ཞེས་བྱའོ། །དེའི་འོག་མ་རྣམས་ལ་ཡང་རིགས་འབྲེ་སྟེ། དེ་
བཞིན་དུ་ཆོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་། འདུ་བྱེད་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་སྟོང་
པའོ། །སྟོང་པ་ཉིད་ཆོར་བ་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་བར་རོ། །ཆོར་བ་ནས་རྣམ་པར་
ཤེས་པའི་བར་ལས་སྟོང་པ་ཉིད་གཞན་མ་ཡིན། སྟོང་པ་ཉིད་ལས་ཀྱང་ཆོར་བ་ནས་
རྣམ་པར་ཤེས་པའི་བར་གཞན་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྒྲུར་རོ། །དེ་ལྟ་བུའི་སྟོང་པ་ཉིད་
བཤད་པའི་མཁུག་བསྟུ་བ་ནི། དེ་ལྟ་བུས་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་ཉིད་དེ་ཅེས་བ་
སྟེ། རིསྒྲུང་དུ། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་མ་གཏོགས་པ། །གང་ཕྱིར་ཆོས་མེད་དེ་ཡི་
ཕྱིར། །ཞེས་ཟེ་བཅུན་གྱིས་གསུངས་པའོ། །

མཆན་ཉིད་མེད་པ་ཞེས་བ་ནི། ཀུན་རྫོབ་ནི་རང་གི་ངོ་བོས་སྟོང་པའི་ཕྱིར་དེ་
དང་དེའི་མཆན་ཉིད་མེད་དེ། བུམ་པ་བདེན་པར་མེད་པས་བུམ་པའི་མཆན་ཉིད་ཀྱང་

བདེན་པར་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །དོན་དམ་ནི་རང་གི་ངོ་བོས་ཡོད་ཀྱང་། དོན་དམ་གྱི་
མཆན་ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་སྟེ། མཆན་མཆོན་གཞི་གསུམ་ནི་སྒྲོས་བཞག་པ་
ཅམ་ཡིན་གྱི་གནས་ལུགས་ལ་མེད་པས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་འགག་
བ་མེད་ཅེས་བྱ་སྟེ། སྐྱེ་མེད་དང་འགག་མེད་འདི་གཉིས་ལ་ཡང་སྤྲ་མ་དང་འབྲས་སྟེ།
ཀུན་རྫོབ་ལ་ནི་སྤྲ་ངོ་ཅམ་དུ་སྐྱེ་འགག་གི་མཆན་ཉིད་ཡོད་ཀྱང་འབྲུལ་སྤྲང་ཅམ་
ཡིན་གྱི། ཀུན་རྫོབ་ཉིད་ཡེ་ནས་མེད་ན། དེ་ལ་སྐྱེ་བྱུ་དང་འགག་བྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར་སྐྱེ་
འགག་མེད་ལ། དོན་དམ་ནི་རང་གི་ངོ་བོས་སྤྲང་བ་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ལ་སྐྱེ་འགག་གནས་
གསུམ་མ་གྲུབ་པས་མ་སྐྱེས་ཤིང་མ་འགགས་པའོ། །དེ་ལྟར་ན། སྤྲང་བ་ནི་འདུས་
བྱས་ཀྱི་སྤྲངས་པའི་དོན་ཡིན་པས། འདུས་བྱས་དང་། མཆན་ཉིད་དང་། སྐྱེ་བ་དང་།
འགག་པ་རྣམས་ཀུན་བརྟགས་ཅམ་ཡིན་པས་མེད་པར་བསྟན་ལ། ཆོས་ཉིད་ནི་ཀུན་
བརྟགས་ཀྱིས་སྤྲང་པའི་དོན་ནོ། །

འདུས་བྱས་ཅམ་ཀུན་བརྟགས་སུ་བྱར་མི་བྱང་ངོ་སྤྲུམ་ན། འདུས་བྱས་ཡིན་
ན་ཀུན་བརྟགས་ཡིན་པས་མ་བྱུང་ཀྱང་། འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་ལ་ཀུན་བརྟགས་ཀྱི་
མཆན་ཉིད་འབྲུག་པས་བྱུང་སྟེ། འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་མདོར་བསྟུན་ལ། ཡུལ་
དང་ཡུལ་ཅན་གཉིས་སུ་ཟད་དོ། །ཡུལ་ཅན་གྱི་སྤྲང་ན་ཡུལ་གཟུང་བ་ལས། ཡུལ་ཅན་
ཉིད་ལོགས་སུ་ཚུགས་བྱུང་བ་ལྟར་སྤྲང་བ་དེ་ནི་ཀུན་བརྟགས་ཡིན་པས་ཤེས་པ་
ཐམས་ཅད་ལ་ཀུན་བརྟགས་དེ་འབྲུག་ལ། ཤེས་པ་ལས་ལོགས་སུ་ཡུལ་གཟུང་བ་ཕྱི་
དོན་ཡོད་པར་སྤྲང་ཡང་། ཀུན་བརྟགས་ཡིན་ཞིང་དེ་ཉིད་གཟུགས་སོགས་ཡུལ་དང་།
མིག་སོགས་དབང་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་འབྲུག་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་དག་ལས་གཞན་བརྟགས་ཡོད་ཀྱི་དངོས་པོ་དང་། དངོས་མེད་ཐམས་ཅད་
ནི་ཀུན་བརྟགས་ཡིན་པ་སྟོན་མ་དགོས་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་ལ་ཀུན་
བརྟགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་འབྲུག་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་གཞན་དབང་ཀུན་བརྟགས་ཀྱི་
མཆན་ཉིད་ཅན་ཡིན་ཞིང་། ཀུན་བརྟགས་ཀྱང་གཞན་དབང་གི་མཆན་ཉིད་ཅན་
ནོ། །ཡོངས་བྱུང་དངོས་ནི་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ཀྱང་། ཡོངས་བྱུང་བརྟགས་པ་པ་ཡང་དེ་
དག་དང་འབྲེལ། །

ད་ནི་དཀྱུས་ལ་འབྲུག་པར་བྱ་སྟེ། བྱི་མ་ནི་འཁོར་བ་སྟེ། ལས་ཉོན་གྱི་དབང་
གིས་སྤྱུག་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཆོག་པ་འབྱུང་བར་སྤྱང་བའི་བྱི་མ་འཁོར་བ་ཡང་རང་གི་རོ་བོས་
མེད་ལ། བྱི་མ་དང་བྲལ་བ་ནི་ཐུང་ན་ལས་འདས་པ་སྟེ། ལམ་སྟོན་པས་སྐྱིབ་པ་སྤངས་
ནས་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་པ་ཡིན་ན། ལམ་སྟོན་པ་ཡང་བདེན་པར་མེད་ལ་སྐྱིབ་པ་རང་
བཞིན་མེད་པའི་ཕྱིར། སྐྱིབ་པ་དང་བྲལ་བར་སྤྱང་བ་ཡང་སྟོའི་འཆར་ཚུལ་ཅམ་ལས་
རོ་བོས་མེད་དོ། །ཡང་དག་པའི་སངས་རྒྱས་བདེན་པར་བྱུང་ཀྱང་། དེ་ཐོབ་པར་སྤྱང་
བ་ནི་སྟོའི་འཆར་ཚུལ་ཡིན་པས། ཀུན་རྫོབ་སྤྱོད་མ་ཅམ་མོ། །དེ་ལྟར་ན། ཀུན་ནས་ཉོན་
མོངས་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱང་བར་བྱ་བའི་ལམ་འདི་དག་ནི། གཞན་དབང་ཡིན་ལ་དེ་
རོ་བོས་མེད་པར་བསྟན་པས། ཆོས་ཉིད་ལ་གཞན་དབང་གིས་མ་གོས་ཤིང་། གཞན་
དབང་རང་གི་རོ་བོས་སྟོངས་པར་བསྟན་ཏོ། །

དོན་དམ་དབྱིངས་དེ་ལ་འཁོར་བའི་གནས་སྐབས་ན་ཡོན་ཏན་གྱི་བ་དང་།
ཐུང་འདས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ན། སྐྱིབ་པ་སྤངས་ཤིང་གྱི་བ་ལྟར་སྤྱང་ཡང་འཁོར་བ་པ་
དང་རྣམ་འབྱོར་པའི་སྟོའི་འཆར་ཚུལ་ཡིན་གྱི། གནས་ཚུལ་ལ་གྱི་བ་མེད་ཅིང་། འཁོར་

བའི་དུས་ན་སྒྲིན་གྱིས་གང་བ་དང་། ལྷང་འདས་ཀྱི་དུས་ན་ཡོན་ཏན་གྱིས་གང་བར་
སྤང་བ་ཡང་། བོང་མ་དང་འབྲས་མེད་ཀྱི་མ་མཚན་སྤྲིབ་པ་
གདོད་ནས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་དང་། ཡོན་ཏན་གདོད་ནས་རང་ཆས་སུ་གནས་པའི་
ཕྱིར་འཕེལ་འགྲིབ་ཏུ་སྤང་བ་ནི་ལོག་སྤང་ཅུང་མོ། །འདིས་ནི་དོན་དམ་ཡོངས་གྲུབ་ལ་
ཀུན་རྫོབ་འཁོར་འདས་ཀྱིས་སྤྲོངས་པར་བསྟན་ཅིང་། ཡོངས་གྲུབ་དོན་དམ་གྱི་ཡེ་
ཤེས་དེ་འཁོར་འདས་ཀུན་བྱུང་ཡིན་ཡང་། འཁོར་འདས་སོ་སོས་གོས་པ་མེད་ལ། དེ་
མེད་པས་འཕོ་འགྲུར་མེད་པའི་ཕྱིར་ཉག་པར་བསྟན་ཏོ། །འདི་ནི་གཞན་སྤྲོང་དབྱུང་པ་
གསལ་བར་བསྟན་པའི་ཆོག་གསུམ་པའོ། །དེ་ལྟར་ན། སྤྲོང་ཉིད་དང་། མཚན་ཉིད་
མེད་པ་དང་། མ་སྤྲིས་པ་དང་། མ་འགགས་པ་དང་། ཇི་མ་མེད་པ་དང་། ཇི་བྲལ་མེད་
པ་དང་། ཇི་བ་མེད་པ་དང་། གང་བ་མེད་པ་སྟེ། ཟབ་མོ་མཚན་ཉིད་བརྒྱུད་ཅེས་གྲགས་
ལ། དེས་ན་རང་བཞིན་ཤེས་ཕྱིན་སྤྲོང་བ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དེ། སྤྲོང་ཉིད་ཡིན་པ་ནས་
གང་བ་མེད་པའི་བར་དུ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ལམ་ཤེས་ཕྱིན་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་ནི།

མཁས་པར་བྱ་བའི་དངོས་པོ་དུག་ལ་སྒྲོབ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། དང་པོ་
ཕྱང་པོ་ལ་མཁས་པར་བསྟན་པ་ནི། ལྷ་འདི་བྱ་དེ་ལྟ་བུས་ན་སྤྲོང་བ་ཉིད་ལ་གཟུགས་
མེད་ཅེས་བྱ་བ་སྟེ། སྤྲོང་པའི་གཞི་བདེ་གཤེགས་སྤྲོང་པོ་དོན་དམ་པའི་སེམས་ཉིད།
ཡོངས་གྲུབ་སྤྲོང་བ་ཉིད་ཆེན་པོ་དེ་ལ་ཆོས་ཅན་སྐྱོ་བྱུང་གྱི་བྱི་མ། གཟུགས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་
མེད། ཆོར་བའི་ཕྱང་པོ་མེད། འདུ་ཤེས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་མེད། འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཕྱང་པོ་མེད།
རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཕྱང་པོ་མེད་དོ། །དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་དེ་ལྟ་བུས་ན་ཞེས་པ་སྟེ། སྤྲོང་

བ་ཉིད་ནས་གང་བ་མེད་པའི་བར་དུ་ཐབ་མོ་བརྒྱད་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་ཕྱིར་རོ། །ལཱ་
རིའི་བྱ་ཅེས་བྱ་བ་ནི་བོད་པ་ལོ། །སྒྲོང་བ་ཉིད་ལ་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་ནི། མ་ཐོབ་པ་ཡང་
མེད་དོ་ཅེས་པའི་བར་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲོར་རྒྱ་སྟེ་ཐོག་མའི་གསལ་བྱེད་དོ། །འདི་ནི་
སྒྲོང་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་བྱང་གཞིར་བྱས་ནས། དེ་ལ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་ཆོས་གང་ཡང་མེད་
པར་སྒྲོན་བ་ཡིན་པས། གཞན་སྒྲོང་དབྱ་མ་ཆེན་པོ་གསལ་བར་སྒྲོན་པའི་ཆོག་བཞི་པ་
ཡིན་ནོ། །

རང་སྒྲོང་སྤྱ་བར་བྲགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྟར་ན། སྒྲོང་བ་ཉིད་ལ་གཟུགས་མེད་
ཅེས་པ་མི་རུང་སྟེ། བྱང་གཞི་སྒྲོང་ཉིད་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་བྱང་ཆོས་གཟུགས་
ལོགས་སུ་འགོག་པ་ནས་དུ་ཡང་མི་འཐད་ལ། རང་སྒྲོང་པའི་སྒྲོང་ཉིད་སྒྲོ་ངོར་གྲུབ་ཟེན་
ལ་གཟུགས་སོགས་འགོག་ན་བཀག་ཟེན་འགོག་པར་ཐམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་རྣམས་ཀྱི་ལྟར་ན། གཟུགས་མེད་པ་ནི་སྒྲོང་བ་ཉིད་དོ་ཅེས། མདོ་ཆོག་
བསྐྱར་ཏེ་འདོན་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་སྐྱེ་མཆེད་ལ་བསྐྱབ་པ་ནི། སྒྲོང་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དེ་ལ། མིག་གི་སྐྱེ་
མཆེད་མེད། དེ་བཞིན་དུ་སྐྱར་ཏེ། རྩ་བ་མེད། སྤྱ་མེད། ལྟེ་མེད། ལྟས་མེད། ཡིད་ཀྱི་
སྐྱེ་མཆེད་མེད། གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་མེད། སྤྱ་མེད། བྱི་མེད། རོ་མེད། རེག་བྱ་མེད།
ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་མེད་དོ། །

གསུམ་པ་ཁམས་ལ་མཁས་པར་བསྐྱབ་པ་ནི། སྒྲོང་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དེ་ལ། མིག་
གི་ཁམས་མེད་པ་ནས། ཡིད་ཀྱི་ཁམས་ཀྱི་བར་དུ་མེད་དོ། །མིག་གི་ཁམས་དང་། རྩ་བ།
སྤྱ། ལྟེ། ལྟས། ཡིད་ཀྱི་ཁམས་ཏེ་བྲག་དང་། གཟུགས་སྤྱི་བྱི་རོ་རེག་བྱ་ཆོས་ཀྱི་ཁམས་

ཏྲ་གླང་དང༌། མིག་གི་རྣམ་ཤེས། རྩ་བའི་རྣམ་ཤེས། སྒྲིབ་རྣམ་ཤེས། ལྷེད་རྣམ་ཤེས།
ལྟས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་ཀྱི་བར་དུ་ཡང་མེད་པའོ།

བཞི་པ་རྟེན་བསྐལ་ལ་མཁའ་པར་བསྐྱབ་པ་ནི། རྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལ། མ་
རིག་པ་མེད་པ་ནས། བླ་ཤིའི་བར་དུ་མེད་དེ། མ་རིག་པ་འི་ཡན་ལག་མེད། དེ་བཞིན་
དུ་སྦྱར་རྟེ། འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། མིང་ག་ཟུགས་དང་།
སྐྱེ་མཆེད་དང་། རིག་པ་དང་། ཚོར་བ་དང་། སྲིད་པ་དང་། ལེན་པ་དང་། སྲིད་པ་དང་།
སྐྱེ་བ་དང་། བླ་ཤིའི་ཡན་ལག་མེད་ཅིང་། ལམ་སྐྱོམས་པས་མ་རིག་པ་འི་ཡན་ལག་
ཟད་ཅིང་། འགོགས་པ་མེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སྦྱར་རྟེ། འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་
འགགས་པ་མེད་པ་དང་། རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཡན་ལག་འགགས་པ་དང་། མིང་ག་ཟུགས་ཀྱི་
ཡན་ལག་འགགས་པ་དང་། སྐྱེ་མཆེད་རྒྱལ་གྱི་ཡན་ལག་འགགས་པ་དང་། རིག་པ་
འགགས་པ་དང་། ཚོར་བ་འགགས་པ་དང་། སྲིད་པ་འགགས་པ་དང་། ལེན་པ་
འགགས་པ་དང་། སྲིད་པ་འགགས་པ་དང་། སྐྱེ་བ་འགགས་པ་དང་། བླ་ཤིའི་ཡན་ལག་
ཟད་ཅིང་འགགས་པ་འི་བར་དུ་ཡང་མེད་དོ། །

ལུ་པ་བདེན་པ་ལ་མཁས་པར་བསྐབ་པ་ནི། ལྷོང་ཉིད་ཀྱི་ལྷོང་ན་སྤང་ཁམས་སྤེ་
མཆེད་རྟེན་འབྲེལ་མ་གྲུབ་པ་དེ་བཞིན་དུ། ལྷོང་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལ། ལྷུག་བསྐབ་བདེན་
པ་ཐམས་ཅད་དང་། གུན་འབྱུང་བདེན་པ་ཐམས་ཅད་དང་། འགྲོགས་བདེན་གསར་ཐོབ་
ནམས་དང་། ལམ་བདེན་ནམས་ངོ་ཐོས་མེད་དོ། །དེ་ཡང་སྤང་སྤང་གི་གཞི་འགྲོག་
བདེན་ནི་ལྷོང་ཉིད་ཡིན་ལ། སྤང་དོར་བྱེད་པའི་བདེན་པ་བཞི་ཅུ་འགྲོག་གོ།

རྒྱལ་པ་གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་ལ་མཁས་པར་བསྐྱབ་པ་ནི། ལྷོང་པ་ཉིད་ཀྱི།

ཡེ་ཤེས་ལ། ལམ་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཡེ་ཤེས་མེད་ཅིང་། དེས་ངེས་པར་འགྲུང་བ་ཡང་
མེད། དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་གནས་སྐབས་སོ་སོ་ཐོབ་པར་འགྲུང་བ་ཡང་
མེད་ལ། རྒྱ་མིན་ལས་འབྲས་བུའི་གནས་སྐབས་མ་ཐོབ་པ་ཡང་མེད་དོ། །དེ་དག་
ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་གྱི་མདོ་འདི་ལྟར་གཟུང་སྟེ། འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་དང་།
ལམ་སྒྲོམ་པ་སོ་ཐམས་ཅད་ལ། ཆོས་དབྱིངས་དེ་གཟུགས་སོགས་གཞིའི་ཆོས་ཀྱི་
འབྲུལ་པ་དང་། ལམ་དང་འབྲས་བུའི་ཆོས་ཀྱི་སྤྲང་བ་སྤྲ་ཆོགས་སུ་ཤར་ཞིང་། གནས་
ལུགས་དེའི་རང་གཟུགས་སུ་མ་མཐོང་ལ། དེས་ན་གཞི་ལམ་གྱི་སྤྲང་བ་དེ་དག་ཐམས་
ཅད་མེད་བཞིན་དུ་སྤྲང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཐོས་བསམ་གྱི་དུས་སུ་དེ་ལྟར་གཏན་ལ་
པལ་ནས། སྒྲོམ་པས་གཟུགས་སྤང་ནས་མ་ཐོབ་པའི་བར་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རིག་
པའི་ངོ་བོར་རང་སང་དུ་བཏང་སྟེ། རང་བཞིན་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དེ་ལ་མཉམ་པར་
འཛོག་དགོས་པར་བསྟན་ཏོ། །ངོ་བོ་ཉིད་མེད་གསུམ་དུ་འཆད་པ་དང་འདི་གནད་
གཅིག་པས། གསུམ་དུ་བཤད་པའི་བྱུང་དོན་ལའང་དོན་དམ་དབྱིངས་ཡང་དག་པར་
གནས་པ་དེ། མྱོ་བྱར་ཀུན་རྫོབ་ཀྱིས་སྟོངས་པ་ཅམ་ཁོ་ན་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །

དེས་ན་ཁ་ཅིག་བཤད་ཚུལ་དེ་གཉིས་འགལ་བར་སེམས་པ་ནི། མ་གོ་བ་ཡུས་
ཆེ་པའི་ཚུལ་ལོ། །དེ་ལྟར་བྱུག་ལས་སྤང་ཁམས་སྒྲེ་མཆེད་གསུམ་ལ་བསྐྱབ་པས་ནི།
ཆོས་ཉིད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ལ་མཁས་པར་འགྲུང་ལ། ཉེན་འབྲེལ་དང་བདེན་བཞི་ལ་
བསྐྱབ་པས་སྒྲུང་དོར་འབྲུག་ལྟོག་ལ་མཁས་ཤིང་། གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་ལ་
བསྐྱབ་པས་རྒྱ་རྒྱེན་འབྲས་བུ་ལ་མཁས་པར་འགྲུང་བ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་དེ་རྟོགས་པའི་ལམ་གྱི་པན་ཡོན་ནི།

དེ་ལྟ་བུས་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ལོགས་སོ། །ཐོབ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་
མཐའི་གསལ་བྱེད་དེ། གཞུགས་མེད་ཅེས་པ་ཚུན་ཆད་ཐམས་ཅད་ལ་སྟེག་པར་མངོན་
ལ། གཙོ་བོར་ཐོབ་པ་སྟོས་པ་ནི། གནས་ལུགས་ལ་བསྐྱེད་བྱེད་རྒྱས་བསྐྱེད་བྱ་འབྲས་
བྱ་བསྐྱེད་དུ་རུང་བ་དང་མི་རུང་བ་གང་ཡང་མ་གྲུབ་ཅེས་པར་གཞན་རྣམས་ཀྱང་
འདུས་པར་དགོངས་སོ། །དེས་ན་འདི་ལྟར་གཞུགས་ནས་མ་ཐོབ་པའི་བར་གང་ཡང་
དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ལ་མ་གྲུབ་པ་ལྟར། ཐེག་ཆེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོམ་དགོས་པ་དེ་
ལྟ་བུས་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་རྣམས་ཀྱི་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རང་ངོ་ལ། རྒྱ་
དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་བྱ་བྱེད་དང་བཅས་པ་གདོད་ནས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། འཁྲུལ་
ངོར་རང་སེམས་ལ་ཤར་བའི་སྤྱིབ་གཉིས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་ཡང་། གཤེས་ལ་
གདོད་ནས་མེད་ཅིང་། འཁོར་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་ལས་ཉོན་གྱིས་སྒྲག་ཅིང་།
འཇིགས་པ་ཡང་གཤེས་ལ་ནམ་ཡང་མེད་པས། མེད་པ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་ན།
གཞུང་འཛིན་འཁྲུལ་པ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྤང་བ་རྣམས་རིམ་བས་སྤངས་པས། མཐར་
འཁྲུལ་བ་ཐམས་ཅད་ལས་ཤིན་ཏུ་འདས་ནས། ལྷ་དན་ལས་འདས་པ་རྩོགས་པའི་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་གི་མཐར་ཕྱིན་ཅིང་རེག་པར་འགྱུར་རོ། །

ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལས་རིམ་པས་འདས་ཚུལ་ནི། མོས་སྟོད་ཀྱི་ས་དང་། འཕགས་
པའི་ས་བཅུའི་རིམ་པས། མཐར་ཐོ་རྩེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་བར་རོ། །

བཞི་པ་ལམ་དེས་ཐོབ་པའི་འབྲས་བྱ་མངོན་དུ་འགྱུར་ཚུལ་ནི།

དུས་གསུམ་སོགས་ཏེ། དུས་གསུམ་དུ་མངོན་པར་བཞུགས་པ་སྟེ་སྟོན་བྱང་
བ་དང་། ད་ལྟར་བཞུགས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་ན་འགྲོན་འགྱུར་གྱི་སངས་རྒྱལ་
ཐམས་ཅད་ཀྱང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ཟབ་མོ་མཆོན་ཉིད་བརྒྱན་དང་ལྡན་
པ་འདི་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས། མཁས་པའི་ཚུལ་བྱུག་གིས་སྟོམས་པས་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་
དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་དུ་སངས་རྒྱལ་བཞིན་པ་དང་། སངས་རྒྱ་བར་འགྱུར་
རོ། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དངོས་བསྟན་ལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ཁོ་ན་གསུངས་ཏེ།
གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ནི་དེའི་ཤུགས་ལ་འབྱུང་པར་དགོངས་སོ། །འོན་ཀྱང་གང་
ཟག་གི་བདག་མེད་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་མི་སྟོམ་པ་ལྟར་གསུངས་པ་ནི། དགག་
གཞི་ཤུང་པོ་ཡོད་པར་བྱས་ནས། དེའི་སྤྱིང་དུ་ང་བདག་མེད་པར་སྟོམ་པའི་གང་ཟག་
གི་བདག་མེད་སྟོམ་ཚུལ་དེ་འདྲ་མི་བྱེད་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་གྱི། སྟོས་བྲལ་གྱི་ནམ་པ་
ཅན་གྱི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ནི་རྒྱལ་སྤྱི་ནམས་ཀྱིས་བསྟོམ་བྱ་ཁོ་ན་འོ། །

གནས་ཚུལ་ལ་ང་བདག་གང་ཡང་མ་བྱུབ་པ་ནི། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཡིན་
ལ། གནས་ཚུལ་ལ་སྤྱང་བྲགས་ཀྱི་ཤེས་བྱ་གང་ཡང་ཡོད་མ་སྟོང་བ་ནི་ཆོས་ཀྱི་
བདག་མེད་ཡིན་པས། སྤྱི་མ་བྱི་མའི་ནང་དུ་འདུས་པའི་བྱིར། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་
སྟོམས་པས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྟོམ་པར་ཤུགས་ལ་འབྱུབ་པོ། །

ལྷ་པ་པན་ཡོན་དང་བཅས་པའི་གཟུངས་སྤྲུགས་བསྟན་པ་ནི།

དེ་ལྟ་བུས་ན་ཤེས་རབ་ཀྱི་སོགས་ཏེ། མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱལ་པ་

དེ་ལྟ་བུས་ན། རང་བཞིན་གྱིས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྤྱོད་པ་མ་རོལ་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་
ཡེ་གྱིས་གྱི་སྒྲ་ཆ་ལ། རིག་པ་གསུང་སྟེ། ཆོས་སྤྱི་རྒྱ་མ་སྤྱད་པའོ།

རྒྱལ་ས་དེའི་ཆེ་བ་ནི། འདོད་པའི་དོན་དང་ལས་ཐམས་ཅད་འབྲུབ་པར་བྱེད་
 པའི་བྱིད། དེག་པ་ཆེན་པོའི་གསང་རྒྱལ་ས་ཡིན་ལ། རྒྱལ་ས་ཀྱི་རོ་པོ་འཛིག་རྟེན་
 ཐམས་ཅད་ལས་འདས་ཤིང་། ཐེག་པ་དམན་པ་ཟེམ་གྱིས་གཞོན་པས། ལྷ་ན་མེད་པའི་
 ཡེ་ཤེས་ཉིད་རིག་རྒྱལ་ས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤར་བ་དང་། འདི་ཡིས་འདོད་པའི་ལས་གཞན་
 བྱེད་པ་ལྟ་སྟོན་གྱང་ཅི་དགོས། རང་དོན་དུ་མི་མཉམ་པ་དང་མཉམ་པ་སྟེ། སྤིང་ཞི་
 གཉིས་ལ་འབྲུན་རྒྱ་དང་བལ་བའི་སངས་རྒྱུས་གྱང་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་རྒྱལ་ས་
 སོ། །གཞན་དོན་དུ་སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་རབ་དུ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་
 རྒྱལ་ས་གྱང་ཡིན་ནོ། །ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་བཟེད་པའི་བྱིར་རྩུབ་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། རང་གི་
 རོ་པོ་མི་འཇུག་ཞིང་རྟག་པས་ན་བདེན་པར་བྱུབ་པ་སྟེ། རྒྱལ་ས་འདི་ཡང་ཆོས་སྤྱོད་
 དང་རོ་པོ་གཅིག་པའི་བྱིད། མི་བསྐྱེད་ཞིང་མི་རྩུབ་པས་ན། བདེན་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ།
 ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ལ། འདི་གཞན་སྟོང་དབུ་མ་ཆེན་པོ་གསལ་བར་སྟོན་པའི་ཆོག་ལྟ་
 པ་ཡིན་ནོ། །

ཤེད་ཕྱིན་གྱི་སྐུགས་དངོས་ནི། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུགས་རྒྱད་ལ་བཞུགས་པ་དེ་
ཡིན་པས་ཚོས་སྐུ་དངོས་དང་བདེན་སྐུ་བ་དངོས་ཡིན་ཞིང་། རྩོམ་པ་ནམས་དང་སོ་སོ་
སྐུ་པོ་ནམས་ཀྱི་དག་དང་ཡིད་དོར་སྤང་བ་དེ་ནི། དེ་འདྲ་དངོས་མ་ཡིན་གྱང་། དེ་ཐོབ་
ལྷན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་འབྲས་ལུ་ཐོབ་པ་ལ་མི་བསྐྱུ་བའི་བདེན་པ་ནི་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་
རྒྱལ་བ་པས་གསུངས་པའི་སྐུགས་འདི་ལྟ་བུ་དག་སོ་སོ་སྐུ་པོ་ལམ་མ་ཞུགས་ཀྱི་རྩོམ་

ཤར་བ་ཚུན་ཆད་ཀྱང་། ཡོངས་བྱུང་ཏུ་གཏོགས་ཤིང་ཟག་མེད་ཡིན་པར་གསུངས་སོ། །

ཕན་ཡོན་དེ་དང་ལྡན་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་སྤྲལས་འཕགས་པ་འཇིག་རྟེན་དབང་པོས་སྤྲལས་ཤིང་བཤད་པ་ནི། ཏུ་སྒྲ། ཅེས་པ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། ག་ཏེ་ནི་ག་ཤེས་ཤིང་རྟོགས་པ། ལན་གཉིས་འབྱུང་པ་ནི་ཀྱང་རྫོབ་རྟོགས་པ་དང་། དོན་དམ་རྟོགས་པ་འོ། །པ་རོལ་ནི་མཆོག་སྟེ་གནས་ལུགས། ག་ཏེ་རྟོགས་པ། ཡང་པ་རོལ་མཆོག་།སམ་ནི་ཡང་དག་པ། ག་ཏེ་རྟོགས་པ། བོ་རྟེན་གྱི་བྱང་ཆུབ་སྟེ་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་གནས་ལུགས་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས། བྱང་ཆུབ་སྟེ་ཆོས་དབྱིངས་དང་རོ་ཅིག་པར་གྱུར་པ་ཞེས་པ་འོ། །སྤྱ་རྒྱ་ནི་གཞི་ཚུགས་ཤིག་པ་སྟེ། སྤྲལས་ཀྱི་མཐའ་འབྲུག་པར་བྱེད་པ་འོ། །

བྱག་པ་དོན་བསྐྱའི་ཚུལ་ཏུ་ཤེར་བྱིན་ལ་སློབ་པར་གདམས་པ་ནི།

ཤྱ་རིའི་བྱ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དབང་སོགས་ཏེ། ཤྱ་རིའི་བྱ་ཅེས་བོས་ནས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དབང་སེམས་དབང་ཆེན་པོ་ནམས་ཀྱིས་མཁས་ཚུལ་བྱག་ལ་སོགས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་སློན་ནས། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཟབ་མོ་མཆོན་ཉིད་བརྒྱད་ལྡན་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་མཐུན་འགྱུར་ཀྱི་སློན་སྟེ་ཐེ་ཆོས་བསལ་བ་ནི།

དེ་ནས་བཙུམ་ལྡན་འདས་སོགས་ཏེ། དེ་ལྟར་བཤད་པའི་རྗེས་དེ་ནས། བཙུམ་ལྡན་འདས་ཟབ་མོ་སྤྲང་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་དེ་ལས་བཞེངས་པའི་ཚུལ་

བསྟན་ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དབང་སེམས་དབང་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་
གཟིགས་དབང་ཕྱག་ལ་ལེགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་བྱིན་ནས། ཅེས་མདོར་བསྟན་ལ། ཇི་
སྐད་དུ། རོ་མཆར་བ་དང་ཚྭ་བ་དང་། ཁྲོ་དང་ཞུམ་དང་ངེས་བཟུང་དང་། འགའ་དང་
དད་བ་དག་ལས་ནི། ཆོག་གཅིག་ལན་གཉིས་འབྱུང་བ་ཡིན། ཞེས་པ་ལྟར། རབ་ཏུ་
དབྱེས་པས་ལེགས་སོ་ལེགས་སོ་རིགས་ཀྱི་བྱ་ཞེས་སྤྱན་རས་གཟིགས་ལ་བོས་
ནས། ཁྲོད་ཀྱི་བཤད་པ་དེ་ནི་མ་ཉོར་པ་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་ལོ། འདི་ནི་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་ཡིན་
ཏེ་དེའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་ཇི་ལྟར་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཁྲོད་ཀྱིས་བསྟན་པ་དེ་བཞིན་དུ།
ཤུ་རིའི་བྱ་ལ་སོགས་པ་དེར་འདུས་ཀྱི་འཁོར་ཁྲོད་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་
བ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཟབ་པོ་ལ་མཁས་པ་དུག་ལ་སོགས་པའི་སློན་སྐྱོད་སྤྱོད་ཆུལ་དེ་ལྟར་
སྤྱད་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱིས་བཤད་པ་འདི་དང་། འཁོར་གཞན་
རྣམས་ཀྱིས་དེ་དང་མ་སྟན་པར་སྒྲུབ་པ་འདི་ལ། ད་ལྟར་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཤིང་སྤྱུ་སྤྱབ་
པ་བདག་གིས་ཡི་རང་མཛད་པར་མ་ཟད། རྩོགས་བཅུའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་
རྣམས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བར་མཛད་དོ། ཅེས་སྟོན་པ་ཤིང་སེང་
གོས་དབང་གི་མགྲུང་ལས་གསུངས་སོ། །

ཅ་བའི་གསུམ་པ་ཡི་རང་མཛོན་པར་བསྟོན་པ་ནི།

བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་དེ་སྐད་ཅེས་སོགས་ཏེ། འཁོར་རྣམས་སྤར་སྤྱན་རས་
གཟིགས་ཀྱིས་བསྟན་པ་འདི་ལས་ལྷག་པའི་ཤེར་བྱིན་གྱི་དོན་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་དམ་
སྟེ་དུ་ཐེ་ཆོམ་དང་བཅས་པ་ལས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་ཞལ་སྤར་ནས་རྩོགས་བཅུའི་
སངས་རྒྱུན་གྱིས་བསྟན་ཀྱང་ཤེར་བྱིན་གྱི་དོན་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་ཡིན་ཏེ་གཞན་དུ་

མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཀའ་སྩལ་བ་དང་། ཇི་བ་བྱེད་བ་ཤུ་རིའི་བྱ་དང་། ལན་སྟོན་བ་བྱང་
ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་འཕགས་བ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་ཕྱག་
དང་། ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པ་ནི་ཐམས་ཅད་ཡོད་བ་སྟེ། དུལ་ཐ་དད་བ་དང་། རིགས་
ཐ་དད་བ་དང་། འགྲོ་བ་ཐ་དད་བ་དང་། གཟུགས་ཐ་དད་བ་དང་། འོངས་སྦྱོད་ཐ་དད་
བ་དང་། སྐད་རིགས་ཐ་དད་བ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པའི་འཁོར་དེ་དག་
ཡི་རང་ཞེས་བའོ། །ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པའི་འཁོར་དེའི་གཙོ་དང་། བལ་བའི་བྱང་
པར་སྟོས་ན། ཉན་མཁའ་ལ་སྦྱོད་པའི་ལྟ་དང་། ས་སྟེང་ན་སྦྱོད་པའི་མི་དང་། ས་འོག་
ན་སྦྱོད་པའི་ལྟ་མ་ཡིན་དང་། གནས་གསུམ་ན་སྦྱོད་པའི་ཇི་བ་སྟེ། གཙོ་ཆེ་བ་བཞི་པོ་
དེ་དག་སྟོས་པའི་འཛིག་རྟེན་པལ་པའི་འཁོར་དཔག་ཏུ་མེད་བ་རྣམས་དགའ་ཞིང་མགྱ་
ལ་ཡི་རང་སྟེ། སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱིས་བཤད་བ་དང་། མཐུན་པར་བཅོམ་ལྡན་འདས་
ཀྱིས་གསུངས་བ་དེ་ལ། ཡིད་བརྟོན་ཅིང་མངོན་པར་བསྟོད་དེ། ཆེད་ཆེར་འཛིན་བ་
དང་ངེས་བཟུང་བྱ་བྱེད་དོ། །

དེ་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་མཐུན་འགྱུར་དེ་བཞིན་མ་གསུངས་ན་ནི།
འཁོར་རྣམས་ཀྱང་ཡིད་མ་ཆེས་བས་དགའ་ཞིང་ཆོམ་པར་མི་འགྱུར་ལ། གདུལ་བྱ་
གཞན་སྤང་དང་བསྟུན་ནས་ཤུ་རིའི་བྱ་ཡང་བདག་གི་ཇི་བ་སྐྱབས་སུ་མ་བབ་བམ་
སྟམ་བ་དང་། སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱང་བདག་གིས་ལན་ལེགས་པར་མ་སྟོན་བ་ཡང་
སྤེད་སྟམ་དུ་ཞུས་ཞིང་དོགས་བ་དང་བཅས་པར་འགྱུར་ན། སྟོན་པས་ལེགས་སའི་
མཐུན་འགྱུར་བཀའ་སྩལ་བས། ཤུ་རིའི་བྱ་ཡང་། རང་ཉིད་ཀྱི་ཇི་བ་ལེགས་པས་
དགའ་བ་དང་། འཕགས་བ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱང་རང་གི་ཇི་ལན་ལེགས་པོ་བྱང་

བར་ཤེས་ཏེ་མཆོག་ཏུ་དགེས་པ་དང་། འཁོར་གཞན་རྣམས་ཀྱང་ཡིད་ཆེས་ཤིང་ཐེ་
ཆོས་ཆོད་པས། མགྱ་ཞིང་ཆོས་པ་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་འདིར་མདོ་སྡེ་ཐབ་མོ་འདི་ནི་འཁོར་ལོ་བར་པའི་མདོར་གཏོགས་པ་ཡིན་
ན། གཞན་སྟོང་གི་དབུ་མ་སྟོན་པར་མི་རིགས་སོ། །ཅེས་དང་། དེ་སྟོན་ན་བར་ཐ་གཉིས་
ལ་ཐབ་མི་ཐབ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་སྤྲ་བ་བྱེད་པ་དག་བྱུང་ན་འདི་སྐད་ཅེས་
བརྗོད་དེ། འཁོར་ལོ་གསུམ་ཅར་གྱི་དགོངས་པ་ཡང་གཞན་སྟོང་གི་དབུ་མ་ཡིན་ཅིང་།
དང་པོ་དང་བར་པ་ནས་ཀྱང་སྤྲས་ཟེན་ལ་གསལ་བར་སྟོན་པའི་ཆོག་ཅི་རིགས་པ་ནི་
ཡོད་དོ། །དོན་དམ་རྣམས་པར་ངེས་པའི་འཁོར་ལོ་ལས་ནི། འཁོར་ལོ་དང་བར་གཉིས་
ཀ་ལས་ཆེས་གསལ་ཞིང་རྒྱས་པ་མ་སྤྲས་ཤིང་མདོར་དུ་བྱུང་བའོ། ། འབྲམས་ཁྲིམས་
པར་གསུངས་པ་དང་། འཁོར་ལོ་གསུམ་ལ་མཆོག་དཔལ་གྱི་བྱུང་པར་ཡང་འབྱུང་
ཞིང་། དགོངས་པ་གཅིག་པ་ཡང་ཡིན་པས་སྟོན་དེ་གཉིས་མེད་དོ། །

དེ་བས་ན་མདོ་འདིའི་དངོས་བསྟན་ལ། གཞན་སྟོང་སྟུང་མོངས་པ་ནི་གསལ་
བར་སྟོན་ཞིང་། སྟུང་མོངས་པ་ཡིན་པ་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྟིང་པོའི་དོན། ཏྲག་
བརྟན་གཡུང་བྱུང་རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་པ་དེ་སྤྲས་དོན་གྱི་ཚུ་ལ་གྱིས་འཆད་པ་ཡིན་
ནོ། ། །

ཤེར་བྱིན་སྟིང་པོའི་མདོའི་ཆོག་འགྲེལ་མདོ་དུ་བྱུང་པ་འདི་ཡང་། རྒྱལ་ཁམས་
པ་རྒྱ་རྒྱ་ཐས་སྤྲས་པའོ། ། །

པར་བྱང་སྟོན་ཆོག

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། །
དྲི་མ་ཡོངས་འབྱུང་ལེགས་བཤད་བདུན་ཅི་འདི། །

དཔར་དུ་བསྐྱུན་པའི་ནམ་དཀར་བྱང་པོའི་མཐུས། །
ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་མོ་སྟོང་ཕྱག་བརྒྱ། །
གདངས་ཏེ་རྒྱུད་ལྡེའི་འགོ་བ་མ་ལུས་པ། །
རེས་ལེགས་ཞོར་བྱའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།

ཅེས་འཇམ་གླིང་ཡངས་པའི་ཁྱོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལས་སྟོན་ནམ་འབྲེན་ཤུག་སེལ་འཛིན་པའི་སྤྱན་རྒྱུན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འཕམ་ཡུན་ལེགས་ཆོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། བྱང་བསྐྱུན་གྲུབ་མཐའ་རེས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དཔར་དུ་བསྐྱུན་དང་བསྐྱུན་འགྱུར་གང་ལའང་སྤྱར་ཆོག་པའི་དགོ་བསྟེན་སྟོན་ཆོག་ཏུ་ཤུག་འཛིན་སྟོང་ཆོས་སྤྱོད་བཤད་དབང་སྟོ་བཟང་བསྐྱུན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྤྱར་བའོ།

༄༅། །ནམ་མཁའ་སྐྱེད་ལྡན་འཛིན་པའི་ལྷ་མོ་འཛིན་པའི་ལྷ་མོ་འཛིན་པའི་ལྷ་མོ། །

ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་ཅུ་གྲགས་པའི་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཞགས་ཆེ་འགོ་མ་ཡུག་གི་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་ཅུ་རྒྱུད་ལས་གསུངས་སོ། །