

འདྲེལ་བ་མདོ་རྩ་བའི་བྱིན་གྱིས།



མཛད་པ་ཤོ། རྗེ་ཙོང་ལྷོ་བཟང་ཤལས་པ།
མེད་ཤེས་རིག་མཛད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་ལྷན་གྱིས།

༡༡། །འདུལ་བ་མདོ་རྩ་བའི་བྱིན་ཀྱིས་

བཀྲགས་སོ། །



མཛད་པ་པོ། རེ་མོ་བཟང་གྲགས་ས།
མེད་ཀྱིས་རིག་མཛད་ཆེན་མོའི་ཅོ་མ་ལྷོག་ཁང་།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་དེབ་སྤྱི་འཇུག་

SJRB-0416

ཞེ་དགེ་ཞི་ཞིང་པར་ལ་གཞི་བཙུག་པ་ཡིན།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་ཞུ་སྤྱི་གྲུས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་སྤྱི་ཞུ་ལ་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བཅོས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འབྲེམས་སྤྱི་གྲུས།

༡༠༩༣ ལོ་ལྔ་བདུན་པར་ཚུལ་སྤྱི་གྲུས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཏུ་བྱུང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ཡིག་འབྲེལ་ཏུ་བྱུང་།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

དཔེ་སྤྱི་གྲུས། རིག་མཛོད་ཆེན་མོ་ལྟོ་སྤྱི་གྲུས།

པར་སྤྱི་གྲུས་ཀྱི་བདག་དབང་སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོ་ལ་ཡོད།

དཀར་ཆག

ངོ་སྟོན་མདོར་བསྡུས།	iii
ཞུ་སྐྱེག་པའི་གསལ་བཤད།	viii
༡༡། འདུལ་བ་མདོ་ཅུ་བའི་ཟིན་ཟིམ་བཞུགས།	༡
པར་བྱང་སྟོན་ཆེག་	༡༩

དོ་སྤྲོད་མདོར་བསྟུན།

ཐེ་ཙང་ཁ་པ་སྒོ་བཟང་གྲགས་པ་ནི་རི་བོ་དགེ་ལྷན་པའི་ཆོས་བརྒྱད་སོལ་གཏོད་མཁན་དང་། དགའ་ལྷན་གྱི་རབས་དང་པོ་ཡིན། བོད་མདོ་ཁམས་སྤྲད་ཀྱི་ཙང་ཁའི་ཡུལ་དུ་ཡབ་སྐུ་འབྱུང་དགེ་དང་། ཡུམ་ཤིང་བཟང་ཨ་ཆོས་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་རབ་བྱུང་བྱུག་པའི་མེ་བྱ་༡༣༧་པོར་སྐྱེ་འབྱུངས།

དགྲའ་ལོ་གསུམ་པར་ཐེ་ཀམ་རོལ་པའི་རྩོམ་པ་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྲོམ་པ་བཞེས་ཏེ་མཆན་ཀྱན་དགའ་སྤྲོད་པོ་ཞེས་གསོལ། དགྲའ་ལོ་རྒྱུད་ཀྱི་སྐབས་ནས་ཆོས་ཐེ་དོན་གྲུབ་རིན་ཆེན་གྱིས་བདག་སྤྲོད་གནང་སྟེ་གསང་སྤྲུགས་རྩོམ་ཐོག་ཐེ་མེག་པའི་དབང་བསྐྱར་བར་མཛད། གསང་མཆན་དོན་ཡོད་རྩོམ་ཞེས་བཏགས། དགྲའ་ལོ་བདུན་གྱི་སྐབས་ཆོས་ཐེ་དོན་གྲུབ་རིན་ཆེན་གྱིས་མཁན་པོ་དང་། གཞོན་ཏུ་བྱང་ཆུབ་པས་སྒོ་བ་དཔོན་མཛད་དེ་དགེ་ལྷན་གྱི་སྤྲོམ་པ་བཞེས་ཏེ་མཆན་སྒོ་བཟང་གྲགས་པར་གསོལ། དགྲའ་གངས་བཅུ་བདུན་ཆུ་བྱང་༡༣༧་པོར་མདོ་སྤྲད་ནས་དབུས་སུ་བྱོན་ཏེ་འབྲི་གྲང་མཐེལ་དུ་ཕེབས། སྤུན་སྲ་བ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ་དང་མཛུལ་ཏེ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོ་ག་དང་། དུག་ཆེན་ལྷ་ལྷན་ལ་སོགས་པ་གསན། ཆལ་གྱི་སྤུན་པ་དགོན་མཆོག་སྐབས་ཀྱི་བྱང་ནས་སྤུན་དབྱེད་ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་གཞུང་ལ་སྤྲུངས་པ་མཛད།

དེ་ནས་ཆོས་གྲུ་ཆེན་པོ་བདེ་བ་ཅན་༼དེ་སྤྲོད་དགོན་པ༽དུ་བྱོན་ནས་སྟེ་ཐང་པ་བཀྲ་ཤིས་སེང་གེ་དང་གདན་ས་པ་དགེ་བསྐྱོངས་པ་གཉི་ག་ལ་ཆོས་འབྲེལ་གསན། དགྲའ་ལོ་ཉི་ཤུ་ཙ་གཅིག་གི་སྐབས་གཙང་བྱོགས་སུ་ཕེབས་ནས་ཉ་དཔོན་ཀྱན་དགའ་དཔལ་དང་ཐེ་བཙུན་རེད་མདའ་བ་གཞོན་ཏུ་སྒོ་བྲོས་སོགས་ལས་དབུ་པར་འདུལ་མདོན་ཆད་མ་སོགས་ཀྱི་གཞུང་ལ་གསན་སྤྲོད་མཛད། བོ་དོང་སོགས་སུ་གྲ་སྐོར་མཛད། དགྲའ་ལོ་ཉི་ར་བཞིའི་སྐབས་ཅེད་ཐང་གི་གྲ་སྐོར་ཆར་

ནས། ཡར་ལུང་ནམ་ཤུལ་དུ། ཁ་ཆེའི་བཞི་ཏ་ལྷ་ཀྱི་ལྷ་པོའི་མཁན་བརྒྱད། ཆོགས་ཆེན་པོའི་
མཁན་པོ། དཀའ་བཞི་བ་ཚུལ་རིན་པས་མཁན་པོ་མཛད། ཆོགས་པ་བྱི་རྩེད་པའི་མཁན་པོ་གནས་
བརྟན་འདུལ་བ་འཛིན་པ་ཤེར་མགོན་པས་ལས་ཀྱི་སློབ་དཔོན་མཛད། བྱི་རྩེད་པའི་དབུ་མཛད་
སྟོམ་བཙུན་བསོད་ནམས་རྩོམ་གསལ་སྟེ་སྟོན་པ་མཛད་ཅིང། ཆོགས་པ་གཉིས་ཀྱི་དགེ་སློང་ཁ་
སྟོང་དུ་འོས་པ་གངས་ཆོང་བས་དད་པའི་དགེ་འདུན་མཛད་ནས་བསྟེན་པར་རྫོགས་པའི་སྟོམ་པ་
ཡང་དག་པར་བཞེས།

དགྲའ་ལོ་ཉིར་ལྷའི་སྐབས་སྒྲ་མ་དབུ་མ་པ་དང་ལྷན་དུ་དབུས་སུ་ཕེབས་ནས་དགའ་གདོང་
དང་སྐྱོར་མོ་ལུང་སོགས་སུ་འཆད་ཉན་སྟོམ་སྐྱབ་མཛད། དགྲའ་ལོ་ཉིར་བདུན་སྐབས་སྟོ་ཁ་ཡར་
ལུང་དུ་ཕེབས། ཅེད་ཐང་གི་ཆོས་གྲུང་བཞུགས་ཏེ་དཀའ་ཆེན་བཞིའི་བྲ་སྟོར་མཛད། སྐུན་ལྷ་
གགས་པ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་བྱང་དུ་ཆོས་བཀའ་གསན་ནས་སྟོ་གྲག་ཏུ་བཞུགས།

དགྲའ་ལོ་ཉིར་དགྲའི་སྐབས་ལྷ་སར་ཕེབས། ཆོས་གྲུང་ཐང་དུ་བཀའ་འགྲུར་ཞིབ་གཟིགས་
མཛད། དེ་ནས་སྐྱོར་མོ་ལུང་དང། སྟོད་ལུང་མཆོ་སྒྲུད། ངང་དཀར་སོགས་སུ་དུས་འཁོར་ཐུགས་
སྟོང་མཛད་ཅིང་སྟོ་གསལ་མང་པོར་སྟེ་སྟོད་མང་དུ་གསུངས། དགྲའ་ལོ་སོ་གཉིས་པ་ལ་བསྟན་
བཅོས་མདོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་འབྲེལ་པ་ལེགས་བཤད་གསེར་སྟེང་བཀའ་ཚུལ་མཛད། དགྲའ་
གངས་སོ་དུག་པའི་རྒྱ་བ་བཅུ་པར་དངོས་སྟོབ་འཁོར་དག་པ་ནས་བརྒྱུད་ཕྱག་ཕྱིར་ཁྲིད་དེ་སྐྱོར་མོ་
ལུང་ནས་སྟོ་ཁ་འོལ་ཁར་བྱ་བལ་དུ་ཕེབས་ནས་སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་གཙོ་བོར་གནད།

རྒྱ་བྱ་^{༡༩}པའོ་འོལ་ཁ་རྩེད་ཕྱིའི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་རྒྱལ་བ་བྲམས་པའི་སྐུ་ཞིག་གསོ་
མཛད། དེ་ནི་རྩེ་ཙོང་ཁ་པའི་མཛད་ཆེན་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་ཡིན། དགྲའ་ལོ་སུམ་ཅུ་སོ་དགུ་ལ་སྟོ་
གྲག་ཏུ་ཕེབས་ཏེ་མཁན་ཆེན་ཕྱག་རྒྱུད་པ་ནས་མཁན་པོ་ལྷ་ས་མཆོན་གྱི་བྱང་ནས་ལམ་རིམ་ཟབ་ཁྲིད་
སོགས་གསན། དེའི་ལོར་གཉལ་སྟོད་གསལ་རྩེ་དང། གཉལ་སྟོད་རབ་གྲོང་དུ་དཀའ་བཅུའི་བྲ་སྟོར་
མཛད། སྐུ་པོའི་ཆོགས་ནམས་བསྟེན་གནས་དང་སྐྱབས་འབྲེལ་སྟོམ་པ་ལ་སྐྱར་ཞིང། རྩེ་ཉིད་ཀྱིས་
ཕྱག་བསྟར་ནས་སེར་སྐུའི་ཆོགས་ནམས་བསྐྱུལ་ནས་ཆ་ཆ་འབྲུམ་ཐེང་མང་པོ་བཏབ་ཅིང། ཕྱིས་

ཀྲང་ཚུལ་དེ་ཉིད་སྐྱབ་པ་ལ་སྐྱོར་བར་མཛད། དེ་ནི་རྗེ་ཙོང་ཁ་ཆེན་པོའི་མཛད་ཆེན་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་
ཞིག་ཏུ་བརྩི་བ་ཡིན། དེ་ནས་གཉལ་སྟོད་སྤྲད་ཏུ་བསྟན་པའི་འོན་ཏེ་མཛད་པའི་སྐབས་དཀའ་བརྒྱུ་བ་
དར་མ་རིན་ཆེན་རྗེའི་བྱང་ཏུ་ཕེབས། དུས་དེ་ནས་བཟུང་ཆོས་རྗེ་དར་མ་རིན་ཆེན་རྗེའི་སྤྲས་ཀྱི་སྤྱ་
པོར་གྱུར།

དགྲུང་ལོ་ཞེ་ལུ་པའི་སྐབས་རྗེ་རེད་མདའ་བ་ཆེན་པོ་དང་སྟན་ཏུ་འབྲི་གྲང་ནས་རྩ་སྤྱོད་ཏུ་
བྱོན། དེ་ནས་རྗེ་བཙུན་ཡབ་སྐུ་གཉིས་དང་། ལོ་རྩ་བ་སྐབས་མཆོག་དཔལ་གསུམ་གནས་ཅེད་
ལྷེད་ཏུ་ཨར་ཆེན་པོ་བྱང་ཆུབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གཙུག་ལག་ཁང་ཏུ་ཞལ་མངོན་པར་འཛོམས་ཤིང་།
དབྱར་གནས་པར་ཞལ་གྱིས་བཞེས་ཏེ་འདུལ་བའི་བྱག་ལེན་ནམ་པར་དག་པའི་སྤོལ་ལེགས་པར་
བཙུགས། དགྲུང་ལོ་ཞེ་རྩལ་གྱི་སྐབས་རྩ་སྤྱོད་ཏུ་ཕེབས། ལོ་ཆེན་སྐབས་མཆོག་དཔལ་བཟང་
སོགས་ཆེ་ལྷ་ཏུ་མས་ནན་ཆེར་བསྐྱལ་བར་བརྟེན་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་བཀའ་རྩོམ་མཛད།

དགྲུང་ལོ་ཞེ་དགྲུའི་སྐབས་བདེ་ཆེན་གསང་སྤགས་མཁར་ཆེ་ཤས་བཞུགས་ནས་འོལ་
དགའ་བྱམས་སྤྱོད་ཏུ་ཕེབས་ཏེ་དོན་གཉེར་ཅན་མང་པོར་ལམ་རིམ་ཀྱི་ཆོས་གསུངས། སློབ་དཔོན་
སྤྱ་བྱང་གི་ནམ་གཞག་གི་ཁྱེལ་དང་། སྤགས་རིམ་ཆེན་མོ་བརྩམས། དགྲུང་གངས་ང་གཅིག་གི་
སྐབས་མཁས་གྲུབ་དགེ་ལེགས་དཔལ་བཟང་ལ་རྗེ་བཙུན་རེད་མདའ་བ་ཆེན་པོས་བསྐྱལ་བ་དང་།
རང་ཉིད་ཀྱང་རྗེའི་སྟན་པ་གསན་པས་དབྱས་སུ་བྱོན་ནས་མེ་ར་ཆོས་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་རིན་པོ་ཆེར་
ཐོག་མར་མཛལ། གཞུང་དོན་ཀྱི་དཀའ་གནད་དག་ལ་དོགས་འདྲི་སོགས་ཞུས་པས། རྗེ་ཉིད་
ཐུགས་ཤིན་ཏུ་དབྱེས་པས་རྗེ་རྗེ་འཇིགས་ཀྱི་སྤྱ་བཙུགས་མའི་དབང་དང་རྒྱ་དོན་གསུང་བཤུན་
སོགས་མདོ་སྤགས་ཀྱི་དབང་ལུང་ཁིད་ཡོངས་སུ་རྒྱ་གསུང་བ་གནད། རྗེའི་ཐུགས་སྤྲས་ཀྱི་གཙོ་
པོར་གྱུར།

ལོ་དེར་མེ་ར་ཆོས་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་བཞུགས་ན་བར་ཆད་ཀྱི་ནམ་པ་ཅུང་ཟད་ཅིག་སྤྱོད་པས་དངོས་
སློབ་གྲུང་ཏུ་བྱུང་མཆོན་བཟང་པོ་སོགས་བཞེས་པ་འགའ་ཞིག་ལ་ཞལ་ཏེ་གནད་ནས། མཆོན་མོ་
ཞིག་གཞན་གྱིས་མ་ཆོར་བར་ར་ཁ་བྲག་ཏུ་བྱོན་ནས་སྤྱ་མཆོམས་མཛད། རྗེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་

དབྱངས་ཀྱིས་དབུ་མེས་ཀྱི་ལྟ་བུའི་གནད་ནམས་གསུངས་ནས། ད་ལོ་ནམས་ཀྱི་དོན་བསྟུན་པ་
ཞིག་ཡི་གེར་གྱིས་ཞེས་གསུངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དང་བ་དང་པེས་པའི་དོན་ནམ་པར་འབྱེད་པའི་
བསྟན་བཅོས་ལེགས་བཤད་སྟིང་པོ་བཀའ་ཚུལ་མཛད། སེ་ར་ཆོས་སྤངས་སུ་ཅ་ཤེད་ནམ་བཤད་
ཆེན་མོ་མཛད།

ས་གྱི་ལོ་བོད་རྒྱ་བརྒྱ་གཉིས་པའི་སྤང་ལ་ལྟ་སར་བྱག་ལེབས། གནས་གང་གི་ཉིན་སྟོན་
གསན་འབེབས་པའི་མཆོད་པ་མཛད། དགེ་འདུན་སྟོང་ལྔ་ག་བརྒྱད་ཅམ་བྱང་ཞིང་། དགྲང་ལོང་
གསུམ་པ་ས་སྤང་༡༩༠༤ལོའི་བོད་རྒྱ་དང་པོའི་ཆེས་གཅིག་ནས་བཅོ་ལྔའི་བར་དུ་ཆོ་འབྲུལ་སྟོན་
ལམ་ཆེན་མོའི་དུས་ཀྱི་མཆོད་པ་དངོས་གཞི་མཛད། དུས་དེ་ནས་ལྷ་ལྡན་ཆོ་འབྲུལ་སྟོན་ལམ་ཆེན་
མོའི་སྲོལ་ཆགས། དེ་ནི་རྗེ་རིན་པོ་ཆའི་མཛད་ཆེན་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་ཡིན། རོ་བོ་མི་བསྐྱོད་པ་
དང་བརྒྱ་གཅིག་ཞལ་ལ་དདུལ་བཟང་པོ་ལས་བྱས་པའི་དབུ་རྒྱ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་བྱལ། ལོ་
དེར་འཕྲོག་རི་བོ་དགེ་ལྡན་ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྤིང་བྱག་བཀྲལ།

ལྷགས་ལོས་༡༩༡༡ལོར་རིམ་ལྔ་གསལ་སྟོན་མཛད། དགྲང་ལོང་བདུན་༡༩༡༣ལོར་སྐུ་
ཁམས་བསྐྱུན་ཚུལ་གྱིས་སྐུ་བཀྲོགས་དང་མཉམ་དུ་སྐུ་མཆོམས་སུ་བཞུགས། དགྲང་ལོང་བརྒྱད་
ཤིང་༡༩༡༩མེ་དབང་གྲགས་པ་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་འོན་བཟ་ཤིས་དོ་ཁར་གདན་དངས། རྗེ་སྟོང་
འཛིན་པ་མང་པོར་ལམ་རིམ་དང་དབུ་ཆད་སོགས་ཟབ་རྒྱས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱོད། ལྷགས་
དེར་རྒྱལ་མཆོག་དགེ་འདུན་གྲུབ་པ་དང་མཇལ་ཞིང་རྗེས་སུ་བཟུང། དེ་ནས་སྤར་ཡང་གདན་ས་
ཆེན་པོ་དགའ་ལྡན་དུ་ཕེབས་ནས་གསང་འདུས་ཅ་རྒྱུད་ཀྱི་འབྲེལ་པ་བཞི་སྐྱགས་སུ་གྲགས་པ་དེ་
དང་འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་ལུ་ཉི་པའི་རྟེན་ཆེན་མོ་སོགས་མཛད།

དགྲང་ལོང་དགུ་ཤིང་ལྷག་༡༩༡༩ལོར་དགའ་ལྡན་ཡངས་པ་ཅན་གཙུག་ཁང་རྟེན་དང་བརྟེན་
པ་བཅས་གསར་བཞེངས་ཀྱིས་དགའ་ལྡན་དཀྱིལ་འཁོར་སྐུ་མཆོད་གསར་འཛུགས་མཛད། དེ་
ནི་རྗེ་རིན་པོ་ཆའི་མཛད་ཆེན་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་ཡིན། དགྲང་ལོང་རི་གཅིག་༡༩༡༧ལོ་དགའ་ལྡན་
ཡངས་པ་ཅན་རྟེན་དང་བརྟེན་པར་བཅས་པ་བྱུབ་པའི་རབ་གནས་མཛད། དགྲང་ལོང་རི་གཉིས་

༡༩༡༥ལོར་དབྱུ་མ་ལ་འདུག་པའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་དགོངས་པ་རབ་གསལ་བརྩམས།

དབྱུང་གྲངས་དབྱུ་ཅུ་རེ་གསུམ་ལ། རབ་བྱུང་བདུན་པའི་ས་མག་༡༩༡༥ལོའི་མྱོན་ཁ་རི་པོ་
དགེ་ལྷན་ནས་ཕྱག་བཏེགས་ཏེ་ལྷ་སར་རྫོག་པོ་རིན་པོ་ཆེའི་སྐུ་བྱུང་དུ་སྐུ་ཕྱག་དང་། མཆོད་འབུལ།
སློན་ལམ་ནམ་དག་མཛད་ནས་སྟོད་ལུང་ཆབ་ཆོན་ཁར་བྱོན། སྟོད་ལུང་ཕུ་མདའི་སྐུ་པོའི་ཆོགས་
དང་། འབྲས་སྤངས་། ལྷ་ས། སེ་ར། གསང་སྤྲགས་མཁར། བྱ་བཞི་ནམས་སུ་ཕེབས་ནས་བཀའ་
ཆོས་མང་དུ་སྐྱེལ། སྤར་དགའ་ལྷན་དུ་ཕེབས་པ་ན་ཐོག་མར་ཡངས་པ་ཅན་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་
ཆེན་པོར་ཕེབས་ཏེ་འདིར་ད་ཡང་འོང་བ་མི་ཡོང་བས་མཆོད་གཏོར་རྒྱ་ཆེར་ཤོསས་གསུངས། དེ་
ནས་འདུ་ཁང་དུ་དགེ་འདུན་གྱི་ཆོགས་དབྱར་ཕེབས་ཏེ་བདེ་བ་ཅན་གྱི་སློན་ལམ་རྒྱས་པ་དང་།
དགེ་འདུན་གྱི་ཆོགས་པ་རྒྱ་མཚོའི་དབྱུས་སུ་ཤིས་བརྗོད་མཛད། དེ་ནས་གཟིམ་ཁང་དུ་ཕེབས་ཏེ་
བཞུགས་གནད་ལ་བཞུགས་པ་ན། ད་ནི་རང་རེའི་དགོན་པ་རང་དབང་ཐོབ་པ་འདིར་སླེབ་བྱུང་བས་
ཆོ་བདེའོ་ཞེས་གསུངས། མཐར་ཆུལ་ཆབ་དར་མ་རིན་ཆེན་ལ་སོགས་པར་བསྟན་པའི་བྱ་བ་
མཛད་ཚུལ་གྱི་ཞལ་ཏ་སྡེ་མོ་ནས་ཞིབ་ཆ་གནད་ཟེན་བས་དེའི་ཆེ་རྒྱས་པར་མ་གསུངས་ཀྱང་
སྐབས་དེར་དབྱ་ཞྭ་དང་། ན་བཟའ་ལེར་ཐུལ་ཞིག་གནད་སྟེ་རྒྱལ་ཆབ་དར་མ་རིན་ཆེན་ལ་རྒྱལ་
ཆབ་ཏུ་དོན་གྱིས་གོ་བར་མཛད་དེ་ལོ་དེའི་རྒྱ་བ་བཅུ་པའི་ཆེས་ཉི་ཤུ་ཅ་ལྔའི་ཉིན་གྱི་སྡོར་སྐུ་
གཤེགས།

སློབ་མ་གྲགས་ཆེ་བ། རྒྱལ་ཆབ་དར་མ་རིན་ཆེན། མཁས་བྱུབ་དགེ་ལེགས་དཔལ་བཟང་
སོགས་མང་དུ་བྱུང་། གསུང་ཚིམ་ལ། བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་སོགས་པོ་ཏི་བཅུ་དགུ་བཞུགས། རེ་ཆོ་
བཟང་གྲགས་པའི་མཛད་ཆེན་བཞི་ནི། དབྱུང་ལོ་སོ་བདུན་པར་རྗེར་བྱའི་བྱམས་པ་ཞིག་གསོ་
མཛད། དབྱུང་ལོ་སོ་དགུ་པར་གཉལ་གྱི་ལུང་རར་ཆོས་འཁོར་བསྟོར། དབྱུང་ལོ་ང་གཉིས་གྱི་
སྐབས་ཆོ་འབུལ་སློན་ལམ་ཆེན་མོ་བཅུགས། དབྱུང་ལོ་ང་དགའི་སྐབས་དགའ་ལྷན་དུ་སྐྱག་ཅེའི་
སྐབ་མཆོད་སྟེལ་བ་བཅས་སོ། །

༡༩༡༩.༡༡.༠༥ མེར་གྲུས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚུལ་སྒྲིག་པས་ཕྱོགས་བདུས་བྲས།

ཞུ་སྤྲིག་པའི་གསལ་བཤད།

བོད་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་སུ་སྡོན་བྱོན་མཁས་པའི་དབང་བོ་དག་གི་བཀའ་བློན་ལས། བོད་
མི་རིགས་ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བརྟན་དང་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོར་དུ་གྱུར་པའི་གསུང་རབ་
ཀྱི་སྒྲུབ་པ་མ་ཁྱིམ་གྱི་ཐུག་མཐུང་པོ་ཞིག་ལྷང་སྤོང་ནའང་། དུས་རབས་ཀྱི་འཕེལ་འགྱུར་དང་འགྲོགས་
པའི་མིའི་ཉེས་སྤྱོད་ཀྱི་དབང་གིས་ཅ་ཆེའི་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་དུས་རབས་འདིའི་བོད་མི་ཞིག་ལ་
མཆོད་ན་ཅ་ཆེ་བའི་གསུང་རབ་དེ་དག་གཅེས་ཉར་བྱེད་རྒྱར་བརྩོན་དགོས་པ་ནི་དུས་ལ་བབ་པའི་
ལས་འགན་བརྒྱུག་ཏུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ངེས། དེ་བས་འདི་ག་སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚུ་
སྤྲིག་ཁང་ནས་ཀྱང་ཅ་ཆེའི་གསུང་རབ་དེ་དག་ཉར་ཆགས་དང་སྤྲང་སྤྱོད་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཚུ་སྤྲིག་གི་
ལས་ཀ་འདི་གཉིར་བཞིན་ཡོད།

དེར་རབས་ཀྱི་འབྲུལ་ལས་སྐབས་བདེ་དུ་བྱིན་པ་དང་བསྐྱེད་ནས་གསར་དུ་ཚུ་སྤྲིག་བྲེས་
པའི་དེབ་དང་འབྲུལ་དེབ་གང་མང་ཞིག་བྲུབ་བཅུལ་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་དགའ་ལོས་པ་ལྟ་བུར་
སྤང་མོད། སྤྱིར་གསུང་རབ་དབང་བསྐྱེད་དང་ཞུ་སྤྲིག་གི་སྐབས་ཡིག་འབྲུག་གཅིག་བཅོས་ནོར་
ཤོར་ནའང་ཆབས་ཆེ་བའི་སྤྱོད་ཆ་འབྲུང་སྤྱིད་པས་བསྐྱེད་དང་བཟོ་བཅོས་མེད་པར་སོར་
འཛོག་གིས་བདག་ཉར་བྱ་རྒྱ་ཅི་ནས་ཀྱང་གཤེད་ཆེ་ཞིང་། གཤེད་ནོར་བར་ངེས་པའི་ཡིག་འབྲུག་
གཅིག་བཅོས་དགོས་ལྷང་ནའང་ཁ་གསལ་གྱི་མཆན་ཡིག་འགོད་རྒྱ་ཏུ་ཅང་གཤེད་ཆེ་བ་ཡིན།

འདི་ག་ཚུ་སྤྲིག་ཁང་ལ་མཆོད་ན། པར་གཞི་ཆོད་ལྷན་ཞིག་མ་བྱིར་བརྒྱུད་ནས་དེའི་ཡིག་
འགྲོས་སོར་བཞག་གིས་ཚུ་སྤྲིག་གི་དུང་རྒྱ་ཅ་དོན་དུ་འཛིན་བཞིན་ཡོད་ལ། དེའི་པར་གཞི་མི་འདྲ་
བ་གཞན་ཡང་ལག་སོན་ལྷང་ན་པར་གཞི་གཞན་དག་ལའང་གང་ཅུས་ཤིག་སྤྲར་བཞིན་ཡོད།

མ་བྱིར་ཡིག་ནོར་མཛོད་གསལ་ཅན་ལྷང་ན་བཅོས་ཏེ་མཆན་གྱིས་གསལ་བཤད་བྲེས་ཡོད་
ལ། མ་བྱིར་དང་པར་གཞི་སོ་སོར་ལྷག་ཆད་ལྷང་བ་དང་། ཡི་གེ་མི་འདྲ་བ་ལྷང་བ་སོགས་ལ་མཐའ་

མཆན་བཀོད་དེ་གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད།

ཚུམ་སྒྲིག་ཁང་འདི་ནས་ཚུམ་སྒྲིག་བྱས་པའི་དེབ་ཚོགས་སྐབས་ངེས་དགོས་པ་འགའ་ཞིག་ངོ་
སློང་ཅུང་ཙམ་ཞུ་ན། གཞུང་གི་དཔྱད་སྲིད་ཆུགས་[]འདིའི་ནང་དུ་བཅུག་པ་ནི་མ་ཕྱིའི་ནང་གི་འོག་
མཆན་དང་དཔྱད་སྲིད་མཆན་ཡིན། ཡང་གཞུང་དཔྱད་སྲིད་ཆུགས་ “ འདི་བཀོད་ཡོད་ན་དེ་ནི་དོ་སྣང་བྱ་
དགོས་པའི་ཡི་གེ་འཕམ་ཆེན་ཅིག་གི་མདུན་དུ་བཀོད་ཡོད་ལ། དེའི་རྗེས་སུ་མཆན་གྲངས་ཀྱི་ཨང་
ཡིག་བཀོད་ཡོད་པས་མཆན་གྲངས་དེ་དང་མ་ཐུན་པའི་མཐའི་མཆན་ཡིག་ཏུ་གསལ་བཤད་ཅིག་
བྱས་ཡོད་པ་ཡིན། ཡང་བརྗེས་སློང་གི་བཞེད་ལུགས་མི་འདྲ་བ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་ཐ་སྐྱོད་དང་
ཐད་སློང་སྐྱངས་སོགས་མི་འདྲ་བ་ཡང་ཡང་བྱུང་ན་མཆན་གྱིས་གསལ་བཤད་ཐེངས་གཅིག་བྱས་
པས་ཆོག་པར་བྱས་ཏེ་རྗེས་མ་རྣམས་ལ་མདུན་དུ་ཆུགས་ ” འདི་བཀོད་པ་ཙམ་ལས་རེ་རེ་བཞིན་
མཆན་གྲེས་མེད།

མཐའ་མཆན་ཚོགས་སྐབས་དེབ་དེ་དབེ་བསྐྱར་བྱས་ཡོད་ཆེ་དེའི་མ་ཕྱིར་བསྐྱར་བའི་པར་གཞི་
ལ་མ་ཕྱི་ཞེས་དང་། པར་གཞི་གཞན་དག་ལ་སྡེ་དགེ་པར་མ་དང་། བཟ་ཤིས་སྒྱུན་པོ། ཞོལ། སྒྱ་
འབྲུམ། རྒྱ་བྱང་པར་མ་རྣམས། རྒྱེ། བཟ། ཞོལ། སྒྱ། རྒྱ། སོགས་ཀྱིས་མཆོན་པར་བྱས་ཡོད། མཐའ་
མཆན་གྱི་ཁོད་དུ་ཆུགས་ཅན་ *བསྐྱབས ལྟ་བུ་བྱུང་ན་མ་ཕྱིའི་ཡིག་འོར་ཞིག་ཞུ་སྒྲིག་པས་
བསྐྱབས་སུ་བསྐྱར་བའི་དོན་དུ་གོ་དགོས་ལ། ཡང་ཆུགས་ * འདིས་ཞུ་སྒྲིག་པའི་གསལ་བཤད་ཀྱི་
ཆེན་མཆོན་པའི་སྐབས་ཀྱང་ཡོད། ཡང་ཆུགས་ཅན་ -བསྐྱབས ལྟ་བུ་བྱུང་ཆེ་བསྐྱབས་ཆད་པ་
དང་། +བསྐྱབས ལྟ་བུ་བྱུང་ན་བསྐྱབས་སྐྱག་མ་བྱུང་བའི་དོན་དུ་གོ་དགོས།

དཔེར་ན། མཐའ་མཆན་དུ། མ་ཕྱི། ༥༩ན་༥༧། བསྐྱབ བསྐྱབས སྒྱ། ༡༠༩ན་༦༧།
རྒྱ། ༡༡༠བ་༩༧། བསྐྱབས ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་ཆེ་དེ་དག་གི་དོན་ནི། མ་ཕྱིའི་སོག་གྲངས་
༥༩མདུན་ངོས། ཡིག་ཐེང་༥པ་ན། བསྐྱབ་ཅེས་གྲེས་ཡོད་པ་མཆོན་ཞིང་། *བསྐྱབས ནི་མ་ཕྱིའི་
ཡིག་འོར་བསྐྱབ་དེ་ཉིད་ཞུ་སྒྲིག་པས་བསྐྱབས་སུ་བཅོས་ཡོད་པ་མཆོན་གྱི་དུ་གོ་དགོས། ཡང་
གཞུང་དེའི་ཐད་ཀྱི་སྒྱ་འབྲུམ་པར་མའི་ཐེབ་གྲངས་༡༠༩མདུན་ངོས། ཡིག་ཐེང་༦པ་ན། རྒྱ་བྱང་

པར་མའི་ཐྲེབ་གངས་༡༡༠རྒྱུ་བཅོས། ཡིག་ཐེང་༣པ་ན། བསྐྱབས་ཞེས་བཞོད་འདུག་ཅེས་གོ་
དགོས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

ཞུ་སྤྲིག་པའི་ཤེས་ཚད་དང་དོ་སྣང་གིས་མ་འདང་བར་འབྱུལ་དེ་བ་རུ་ཞོར་འཁྲུལ་ཤོར་བ་
སོགས་གཟིགས་ཆེ་ཀུན་པན་གྱི་ལས་གཞི་འདིར་རྒྱུ་བཅོས་དང་ལམ་སྟོན་གྱི་ཆེད་དུ་མཐུན་ལྷན་
ནམས་ནས་འདི་གའི་ཚཱ་སྤྲིག་ཁང་དུ་ཁ་གསལ་གྱི་དོ་སྣང་དང་ལམ་སྟོན་གནང་བའི་རེ་བསྐྱུལ་ཞུ་
རྒྱུ་དང་། འདི་ནས་ཀྱང་གང་མགོགས་ངང་བར་གཞིར་བསྐྱར་ཞེས་དང་ལེགས་སྤྲིག་ཞུས་ཏེ་སྤྲོས་
ཀ་ཇེ་ལེགས་སུ་གཏོང་ངེས་ཡིན།

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

ཕྱི་ལོ་༢༠༢༠ལྷོ་ཟླ་ཆེས་༡༥ལ།

༡༣། །འདྲུལ་བ་མདོ་རྩ་བའི་རིན་གྲིས་བརྒྱགས། །

༡༣། །རྟེན་གྱི་གང་ཟག་བསྟན་ནས་དེས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལ་གཉིས་ལས། རྟོག་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་སྟོན་ནོ། །དེ་ལ་སོ་སོ་བ་དང་། སྦྱིར་བསྟན་བ་གཉིས་ལས། སོ་སོ་བ་ལ་ཡང་རྣམ་འབྱེད་གཉིས་ལས། དང་པོ་སྟོན་བ་ལ། བསྐྱབ་བ་འབྲུལ་བའི་ཆོ་ག་དང་། ལྷུང་བ་རྣམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་བསྟན་བ་གཉིས་སོ། །

དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས། སྦྱིའི་དོན་ནི་ལྷུང་བ་སྡེ་ལྡེ་བསྐྱེད་བ་ལ་བསྟེན་པར་རྫོགས་བ་དང་། རྫོགས་ནས་མ་བཏང་བ་ཞིག་དགོས་ན། དང་པོ་ནི། རབ་ཏུ་འབྱུང་བའི་གཞི་དང་། གཉིས་པ་ནི། འབྲུལ་བའི་ལེའུ་དངོས་དང་། རྟགས་ལ་བསྟན་ནོ། །དེས་ན་སྡེ་ལྡེའི་དང་པོར་གསུངས་སོ། །གཞན་ཡང་མི་མཐུན་སྟུགས་ངོ་ལེས་བས་བསྐྱར་བ་ལ། སྟོན་བ་སྦྱི་དང་འགལ་བ་དང་། སོ་སོ་དང་འགལ་བ་གཉིས་ལས། འདི་སྦྱི་དང་འགལ་བའི་ཕྱིར་བརྗོད་བྱའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པས་ཀྱང་དང་པོར་བསྟན་ཟེར་རོ། །འདི་མི་ཆངས་སྦྱོད་ལས་ལེའུ་ལོགས་ཤིག་ཏུ་བྱས་པ་ནི། ལྷུང་བ་གཞན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་འདིའི་ལོག་སྟུགས་དགོས་པར་རྫོགས་པའི་ཕྱིར་རྟེ། མི་ཆངས་སྦྱོད་དང་གཅིག་ཏུ་བྱས་ན་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་སུ་གོ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །འདིས་མཆོན་ནས་གཏོང་རྒྱ་རྣམས་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་བཞི་ལས། དབྱེ་བ་ལ་གཉིས་ལས། ཐུན་མོང་བ་ནི། མཛོད་ལས། བསྐྱབ་བ་སྤུལ་དང་ཤི་འཕོས་དང་། །མཆོན་གཉིས་དག་ནི་འབྱུང་བ་དང་། །རྩ་བ་ཆད་དང་མཆོན་འདས་དང་། །སོ་སོར་ཐར་པའི་འདུལ་བ་གཏོང་། །ཞེས་

གསུངས་པ་ལྟོ། །ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ལ། མཚན་ལན་གསུམ་དུ་གྱུར་པ། མ་ལོན་
བ་ལ་དེར་ཤེས། དམ་ཚེས་རྒྱབ་པ། ཅ་ལྷང་ལྷང་བ་དེ་བཞི་ཟེར་རོ། །

མཛོན་པ་ནས་བཤད་པ་ལ་ཐུན་མོང་ཡིན་མིན་བྱེད་པ་ནི། རང་གི་སྡེ་བ་སྦྱིའི་
འདོད་པ་དང་། སོ་སོའི་འདོད་པ་ཡིན་པས། སྡེ་མ་ལྷ་ལ་མི་མཐུན་པ་མེད་པས་སོ་
སོའི་ཐུན་མོང་རོ། །སོ་སོའི་འདོད་པ་ལ། ཁ་ཅིག་ལྷང་བར་འགྱུར་ལས་སྤྲ། །གཞན་
དག་དམ་ཚེས་རྒྱབ་པ་ལས། །ཁ་ཅེ་ནམས་ནི་བྱང་བ་ལ། །བྱ་ལོན་ནོར་ཅན་བཞིན་དུ་
འདོད། ཅེས་གསུངས་པ་གསུམ་མོ། །དེ་ལ་ཤམ་པ་བྱང་བས་གཏོང་བ་ནི། མདོ་སྡེ་བ་
དང་སློབ་དཔོན་འཕགས་པ་སྦྱ་མཆེད་ལ་སོགས་པ་ཡང་བཞེད་དོ། །དམ་ཚེས་རྒྱབ་
པ་གོས་དམར་བའི་སྡེ་བས་འདོད་ཀྱང་། དེ་སྤར་མེད་གྱི་“སྤྲོམ་”པ་མི་ཐོབ་པའི་རྒྱ་
མཚན་གྱིས་སྤར་ཡོད་གཏོང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་འཕགས་པ་སྦྱ་མཆེད་གསུང་
རོ། །མཚན་ལན་གསུམ་གྱུར་པ་དང་། ཉི་ཤུ་མ་ལོན་པ་ལ་དེར་ཤེས་པས་གཏོང་བ་
ལ་ནི། མི་མཐུན་པ་མ་མཐོང་ཞིང་། ཤམ་པའི་ལྷང་བས་གཏོང་བ་ཅ་འགྲེལ་གྱི་ལྷགས་
མ་ཡིན་པས། སྐབས་འདིར། དེ་དག་གཏོང་རྒྱ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ལ་བགྱང་བར་མི་
རིགས་སོ། །བསྐྱ་བ་ནི། འཕེན་པ་ཟད་པ་དང་། གཞི་ཆད་པ་དང་། ཉེན་ཉམས་པ་དང་།
སྤོམ་པ་དང་འགལ་བའི་རིག་བྱེད་གནས་པ་བཞི་ནི། ཤི་འཕོས་པ་དང་། མ་ལོན་པ་ལ་
དེར་ཤེས་དང་། མཚན་མོ་འདས་པ་གསུམ་དང་། ལོག་ལྟ་དང་། དམ་ཚེས་རྒྱབ་པ་
གཉིས་དང་། མཚན་གཉིས་པ་དང་། མཚན་ལན་གསུམ་དུ་གྱུར་པ་གཉིས་དང་།
བསྐྱབ་པ་ལུལ་བ་དང་། ཤམ་པ་བྱང་བ་གཉིས་དང་གོ་རིམ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་ཟེར་བའི་

དབྱེད་པ་ཡང་སྤྲོ་མ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཤི་འཕོས་པ་རྟེན་ཆད་པ་དང་། ལོག་ལྟ་
བསྐྱེད་པ་གཞི་ཆད་པ་དང་། བསྐྱབ་པ་འབྲུལ་བ་ཡང་དག་པར་བླངས་པ་དང་འགལ་
བའི་རིག་བྱེད་སྤྲོས་པ་ཡིན་པོ། །བཏང་བའི་རང་བཞིན་ནི། གྲེ་བག་ཏུ་སྤྲོ་བ། གང་ཟག་
སྤང་བུ་ལ་སྤོམ་པ་ཁལ་ལྟ་བུ། རོབ་པ་ཐག་པ་ལྟ་བུས་སྤྲོལ་བའི་སྤྲོལ་ཐག་ཆད་པ་ལྟར་
འདོད་དོ། །སེམས་ཅམ་པ་སྤྱིར་མངོན་གྱུར་བཏང་བ་དང་། ས་བོན་བཏང་བ་དང་།
དབང་གི་རང་བཞིན་བཏང་བ་གསུམ་ལས། དང་པོ་མིན་ཏེ། གཉིད་ལོག་པ་ལ་སོགས་
བའི་ཆེ་ཡང་། སྤོང་སེམས་མངོན་གྱུར་བ་ལོག་པས་སྤོམ་པ་བཏང་བར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་
རོ། །གཉིས་པ་ཡང་མིན་ཏེ། དུལ་བ་ལ་སྤྲོ་མ་སྤྱི་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་
གསུམ་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་ཀུན་གཞི་ལ་“མངོན་ཀྱུར་བྱེད་པ་དང་བཅས་པ་བཏང་ལ།
ས་བོན་བྱེད་པ་དང་བཅས་པ་མ་བཏང་བའོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །

དེ་ལ་གང་གཏོང་ན་སྤོམ་པ་དབང་གི་ཚུལ་དུ་ལྟན་པ་བཏང་བ་ཡིན་གྱི། མངོན་
གྱུར་དང་ས་བོན་དུ་ལྟན་པ་བཏང་བ་ནི་“སྤོམ་^༡ པ་བཏང་བའི་དོན་མིན་པོ། །དེ་ནི་མདོ་
སྤེ་བ་ཡན་ཆད་འབྲ་བར་སེམས་སོ། །བྱེད་བག་ཏུ་སྤྲོ་བ་ནི། “སྤོམ་པའི་རོབ་པ་ཞིག་
པར་འདོད་དོ། །དེ་དག་གི་དོན་ཡང་། སྤོམ་པ་ཡོད་པའི་དོན་དགོས་པ་བྱུག་གི་ཆོས་
དང་། ཟང་ཟེང་ལྟང་དག་ལྟང་མེད་པར་སོང་བའོ། །འདི་སྤོས་ནས་གཞན་མི་སྤོས་པ་
ནི། སྤེ་ལྟ་བསྐྱེད་པ་ལ་མ་སྤུལ་བ་དགོས་པར་བསྟན་ནས། ཤི་འཕོས་པ་སོགས་ཀྱིས་
ཀྱང་མ་བཏང་བ་ཞིག་དགོས་པར་གོ་བྱས་ལ། འདི་གཉིས་སོ་བསྐྱུང་བྱས་པ་ལྟར་ཤི་
འཕོས་པ་སོགས་མི་བྱས་པས་སྤོས་པ་དགོས་པ་མེད་དོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །

༡ མངན

༢ སྤོམ། །འདིའི་འོག་གི་སྤོམ་མང་ཆེ་བར་སྤོམ་གྱིས་འདུག་ན་འདྲ། མཆོམས་རྟགས་ལས་འོག་མཆན་བཞག་མེད། ་།

བྱེ་བྲག་ཏུ་བསྐབ་པ་འབྲུལ་བའི་དགོས་པ་ནི། ལཱ་ལས། གཞི་ལ་གསུམ་ལས།
ཡུལ་གང་ལ་འབྲུལ་བ་ནི། ཐ་སྙད་ལྷ་ལྷན། ལུས་ཐ་མལ་བ། བདག་ལས་ཐ་དད་དེ་
གསུམ། དངོས་པོ་ནི་བདག་ཉིད་ཀྱི་བསྐབ་པ་ལོ། རྟེན་ནི་རང་གཞན་དང་ཐ་མལ་བར་
གནས་པ་ལོ། །བསམ་པ་ལ་གཉིས་ལས། འདུ་ཤེས་མ་འཁྲུལ་བ་དང་། ཀྱུན་སྒྲོག་
བསམས་མ་ཐག་པ་ནས་འབྲུལ་བར་འདོད་པ་ལོ། །སྒྲིབ་བ་བསམ་པ་འདི་དོན་ལ་ལུས་
དག་གི་རིག་བྱེད་ཀྱིས་འབྲུལ་བར་ཞུགས་པ་ལོ། །མཐར་ཐུག་དེའི་རྒྱུན་གྱིས་དོན་གོ་
བལོ། །སྤུལ་ཉམས་ཀྱི་བྲང་བར་ནི། ལུས་ལ་བསྐྱང་བའི་རྒྱས་པ་ཡོད་ཀྱང་བསམ་པས་
བསྐྱང་མི་འདོད་ནས་བཏང་བ་ནི་སྤུལ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་སྒྲོག་པ་ནི་ཉམས་པ་ལོ།
ཞེས་ཁ་ཅིག་ཟེར་རོ། །རིག་བྱེད་གང་གིས་དངོས་སུ་གཏོང་བ་གོ་བར་བྱེད་པ་ནི་སྤུལ་
བ་ཡིན་ལ། རྒྱུད་ནས་གོ་བར་བྱེད་པ་ནི་ཉམས་པར་བྱས་པ་ཡིན་པར་རྣམ་འབྱེད་
འབྲེལ་བ་ལས་བཤད་ཟེར་རོ། །

ཡན་ལག་གི་དོན་ལ་བསྐབ་པ་སྤུལ་བའི་མཚན་ཉིད་བསྟན་པ་ནི། ཐྱོས་པ་ལ་
སོགས་པ་རང་བཞིན་ཉམས་པས་བསྐབ་པ་འབྲུལ་བར་བྱས་པ་ཉིད་ནི་ལོ། །རང་བཞིན་
ཉམས་པ་དེ་ནི་ལོ། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་སྤྲ་མི་རྒྱས་པའི་སྒྲུགས་པ་ལོ། །མ་གོ་བ་ནི་
བརྟམ་མ་ཐུད་པ་སྟེ་སྟེན་འོན་སྟོམས་པར་ཞུགས་པ་མཐའ་འཁོབ་བ་ལ་དབྱས་པས་སྤུལ་
བ་ཡང་བསྐྱེད། །དབེན་པར་དབེན་པའི་འདུ་ཤེས་སམ་མི་དབེན་པའི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས་
འབྲུལ་བར་ཞུགས་པའི་དབེན་པ་ཡང་སྒྲུགས་པའི་ཡུལ་ལ་ཞུགས་པ་བཞིན་དུ་འགྱུར་
ཏེ། སྒྲེ་བོ་ཐམས་ཅད་ལ་གྲགས་པའི་འདུ་ཤེས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མི་དབེན་པར་
དབེན་པའི་། འདུ་ཤེས་ཀྱིས་སམ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་དབེན་པའི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས་

ལུལ་ན་ཡང་ངོ་། །འདུལ་བའི་ཆོག་བསྟན་པ་ནི། བསྐྱབ་པ་འདུལ་ལོ་ནི་དངོས་སུ་
བརྗོད་པའོ། །རྟེན་བཅུང་བ་ནི། སངས་རྒྱལ་ནས་མ་མོའི་བར་དོ། །ཉི་བར་སྦྱོར་བ་བཅུང་
བ་ནི། སློབ་དཔོན་ནམ་ཞེས་པ་གཉིས་སོ། །དམན་པའི་ས་བཟུང་བ་ན། བདག་“ཁྱིམ་^༡་
བ་སོགས་སོ། །མ་ཐུན་པའི་གྲོགས་སྤངས་པ་ནི་བདག་ཆངས་པ་སོགས་སོ། །འདི་ལ་
སྐྱབས་འགོ་བཅུང་ན་“སྒྲོམ་པ་གཏོང་སྟེ། འདི་ལས་འབྱུང་བས་སོ། །ཞེས་ཟེར་བ་ནི། དེ་
བ་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་ལས། དག་སྒོང་མ་ནག་མོ་དཔེར་བཞག་ནས་བཀག་གོ། །ཁྲི་རྒྱ་ལས།
དུལ་བའི་ཆོག་དག་ནི་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་དག་དང་། ཆོག་དེ་ལྟ་བུ་དག་དང་། རང་བཞིན་
དེ་ལྟ་བུ་དག་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པ་ནི། བདག་ཆངས་པ་སོགས་དང་། བསྐྱབ་པ་སོགས་དང་།
རང་བཞིན་ཉམས་པ་སོགས་དང་རིམ་པ་བཞིན་སྦྱར་ཟེར་ངོ་། །ཁྲི་རྒྱ་ལས། དག་དང་
ལུས་ཀྱི་རིག་བྱེད་གཉིས་ཀས་གཏོར་བར་གསུངས་སོ། །མི་མ་ཐུན་སྤྲོགས་བྱེ་བྲག་པ་
ངོས་བཟུང་བ་ལ་གཉིས་ལས་དག་སྒོང་པའི་རྣམ་འབྱེད་ལ་ལྟུང་བ་སྟེ་ལྟ་ལས། དང་པོ་
“པམ་^༢་པའི་སྟེ་ནི་བཞིའོ། །

དེ་ལ་སྦྱིར་སྟེ་ལྟ་བུ་སྦྱེད་པ་ལ་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མིན་པའི་ཡན་ལག་
གཉིས་སོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཉེ། བསྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་ནི་བཞི་སྟེ། བསྟེན་པར་
རྫོགས་པའི་སྒྲོམ་པ་གསལ་རུང་བ་དང་ལྡན་པ་དང་། ཆོགས་གཅིག་པ་དང་། རྒྱུན་
གཅིག་པ་དང་། ལས་དངོས་མིན་པ། བསམ་པའི་ཡན་ལག་ནི་རང་བཞིན་དུ་གནས་
པའོ། །དེ་དག་ནི་ཀུན་གྱི་ཐུན་མོང་ངོ་། །པམ་ཆེ་བའི་ཐུན་མོང་ནི་གཉིས་ལས། ལུས་
ཀྱི་ཡན་ལག་ནི་སྟོག་གཅོད་པ་དང་། པམ་ལྟག་དང་པོ་གཉིས་དང་། རྒྱ་བ་དང་བདུན་

༡ ཁྱིམ་

༢ པམ་

མ་གཏོགས་པ་ལ། ལུས་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་སུ་གནས་པའི་ལུས་ཐ་མལ་
བར་གནས་པ་དང་། མཚན་གྱི་ཡན་ལག་ནི་བཅས་པ་དང་པོ་སོགས་མཚན་ཉིད་རི་
འདྲའི་ལྷུང་བ་ང་ལྟ་མ་གཏོགས་པ་ལ་མཚན་ཉིད་དེ་ཉིད་ལ་སྒྱུར་བ་བྱས་ཤིང་མཚན་
ཉིད་དེ་ཉིད་ལ་མཐར་ཐུག་བྱུང་བའོ། །ཐུན་མོང་མིན་པ་ལ་བཞི་ལས། གཞིའི་ཡན་
ལག་ལ་གཉིས་ལས། གང་ལ་བརྒྱལ་བའི་ཡུལ་ནི་མའི་སྒོ་གསུམ་དང་། མ་ཉམས་པ་
དང་། དངོས་པོའི་མཐའ་པན་ཆད། རྟེན་བྱ་བྱང་བའོ། །ཚོལ་བྱེད་ཀྱི་རྟེན་ནི། འོར་བུ་
དང་ལྷན་པ་དང་། བད་མེད་པ་དང་། ལས་སུ་བྱང་བ་དང་། རྒྱུད་བྱ་གཏོགས་
བའོ། །འདུ་ཤེས་ནི་འབྲུལ་མ་འབྲུལ་འདྲའོ། །ཀྱུ་སྒོང་ནི་མི་ཆངས་པར་སྒྱུད་འདོད་
རྒྱན་མ་ཆད་བའོ། །སྒྱུར་བ་ཡན་ལག་གིས་མ་ལ་རེག་པར་ཚོལ་བའོ། །མཐར་ཐུག་
རེག་པའི་བདེ་བ་རྫོགས་པར་བདག་གིར་བྱས་པའོ། །

ཆིག་གི་དོན་ལ། ལུང་གི་བྱེ་བྲག་བཞི་ལས། རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་བརྗོད་པ་ལ་
གཉིས་ལས། ལྷུང་བའི་རྣམ་གཞག་ལ་མདོར་བསྟན་པ་ནི། བཅུག་ཅེས་པའི་སྒྲ་གནས་
སྒྱབ་པ་ལ་སྒྱུར་ན་ནི་མའི་སྒོ་གསུམ་ཡིན་ཏེ། དེར་ཡན་ལག་གི་རྣམ་པ་གཞུག་པར་བྱ་
བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། དེ་གསུམ་གྱི་བཅུག་པའི་རེག་པ་ཉམས་སུ་སྒྱུར་ན་ནི་རྟེན་པར་
“བྱེད་པའི་དགོ་སྒོང་པ་མ་ལ་བྱེད་པ་པོ་སྒྱབ་པའི་ཕྱོགས་ལ་ནི་པོའི་དབང་པོ་ཡིན་ཏེ།
མའི་སྒོ་གསུམ་བྱེད་པའི་འབྲུག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །མའི་སྒོ་གསུམ་དང་ལྷན་པའི་
ཕྱོགས་དེས་རེག་པ་ཉམས་སུ་སྒྱུར་ན་ནི་རྟེན་པར་བྱེད་པའི་དགོ་སྒོང་དང་། དགོ་སྒོང་
མ་ལ་པམ་བའོ། །དེ་ལྟར་མདོའི་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྒྱབ་པ་གཉིས་སོ། །དེས་ནི་ཡན་གཉིས་སུ་

༡ ལྷན་

༢ བྱེད་

བཟླས་པས་ཐོབ་པོ། །གཞན་རྒྱལ་བར་བྱེད་དུ་བརྟུག་པ་ལ་ཡོང་བའི་ཉེས་པ་ནི་པམ་
བ་ཡིན་ལ། དེ་བྱེད་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་པམ་བར་འགྱུར་བའོ། །ལུང་ལས་རབ་ཏུ་
བྱུང་བ་སྡེ་ལྷ་ག་ལ་བྱེད་པ་པོ་དང་གནས་གང་རུང་གི་སྒོ་ནས་རོ་མུང་པར་བྱེད་ན་
བསྐྱེལ་དགོས་པར་གསུངས་སོ། །ཟག་བྱེད་དོ་ཞེས་པ་ནི་སྤར་གྱི་བྱེད་པའོ། །དེར་རོ་
ནི་གཞན་དུ་སྐྱབ་པའོ། །རྩོལ་བའི་ཟག་བྱེད་ལ་རིམ་ལྷན་ལ་ལྷུང་བར་འགྱུར་བ་ནི། མ་
ཉམས་པར་རོ། །ཡུལ་གཞན་པ་ནི། ཁའམ་ཞེས་སོ། །མ་ཉམས་པ་ལ་པམ་བ་ཡིན་ནོ།
ཉམས་པ་དག་ལ་ཅིར་འགྱུར་ཞེ་ན། ཉམས་པ་ཞེས་ཏེ། ལམ་དང་ཡན་ལག་གཉིས་
ཀའོ། བཟོད་པར་བྱ་བ་པོ་མོ་མ་ནིང་འཁྲིག་པ་སྤྱད་དུ་མི་རུང་བ་ལ། བཟོད་པར་བྱེད་
པ་པོའི་དབང་པོས་རྩོལ་བར་བྱེད་པ་ལ་^༡ན་སྤྱད་དེ་གང་ལ་མཐར་སྒྲོམ་པོར་འགྱུར་
བ་ལ་སྦྱོར་བ་ལ་ཉེས་བྱས་དང་། དེག་པ་ལ་སོགས་པའི་སྦྱོར་བ་ལ་ཉེས་བྱས་དང་།
ཁྲི་ལས་^༢ལྷང་^༣བ་ལ་སོགས་པའི་སྦྱོར་བའི་སྦྱོར་བ་ལ་ཉེས་བྱས་སྤྲོ་མོའོ། །མི་མིན་པ་
ཞེས་པ་ནས་རང་གི་སྟེན་པ་བྱར་རོ། །ཞེས་པའི་བར་ནི་བཟོད་པར་བྱ་བ་བ་ལ་དོགས་
པ་བཅད་པའོ། །

སྤར་ཞེས་པ་གཉིས་ནི། བཟོད་པར་བྱེད་ཚུལ་ལ་དོགས་པ་བཅད་
པའོ། །བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ནི། བསྐྱངས་པ་ཞེས་ཏེ། ཁ་ཅིག་གཉིས་སུ་བྱེད་ཀྱང་འགྲེལ་
པས་གསུམ་དུ་མཛད་དོ། །ཐུན་^༤ཆོགས་^༥ཀྱི་བརྗོད་པ་ལ། ཁྲིམ་ལ་སོགས་པ་གང་དུ་
བྱད་མེད་ཀྱི་ཚུལ་མ་ཡིན་པའི་བསམ་པས་རྗོད་པ་དང་། དགོན་པ་ལ་སོགས་པ་གང་

༡ ནི
༢ ལྷང
༣ ཆོགས

དུ་མི་མ་ཡིན་པས་འཕྲིག་པ་བསྟེན་པ་ལ་སོགས་པས་གནོད་པའི་ཕྱིར་རྩལ་བ་དེར་
ཞེས་སམ། འཇག་སྟོད་ལ་སྟོམ་པོར་གསུངས་པ་ནི། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་སེམས་
གྱིས་ཡིན་ལ། འདིར་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མིན་པའི་ཆ་མ་ཡིན་པས་འཆང་
བའོ། །སྐྱམ་པས་གདབ་ཅིང་བྱི་དོར་བྱ་བ་དང་། དུས་དུས་སུ་བཟུ་བསྐྱམ་པར་
བྱའོ། །འཇག་སྟོད་གྱི་སྟོར་རྣམས་གནང་བའི་བསྐྱབ་བྱར་བྱེད་པ་ཡོད་ཀྱང་བཅས་པ་
དེ་དང་འབྲེལ་བའི་དགེ་སྟོང་ལ་སྐྱབ་བཅས་སུ་གསལ་འོ། །

ཞུ་བས་བརྗོད་པ་ལ། ཡན་ལག་གི་མཆན་ཉིད་ནི་ཁ་ཞེས་སོགས་སོ། །ལུས་
རྣམས་ཀྱང་མ་མི་ཉམས་པ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་བཟོད་པར་ཞེས་སོ། །དེ་ཡང་འདུས་བྱས་
ཡིན་གྱི། མའི་སྟོ་ཆེད་དུ་བཅད་པ་ན་མ་ཡིན་ནོ། །སེལ་བ་ཅིར་འགྱུར་དང་བཅས་པ་
ནི། མངོན་པ་ཞེས་སོགས་སོ། །སྟོམ་པོའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཞེས་པས་ནི་མཐའ་ཉིད་
ཅེས་པ་ཡན་ཆད་འཛིན་ནོ། །བཙོས་པ་མའི་སྟོ་ཉམས་ན་སྐྱེ་ཡོད་མེད་འདྲ་མོད་ཀྱང་།
སྐྱེ་མེད་པ་སྟོས་པས་ནི་བགས་པ་མི་དང་འདྲ་བས་པམ་པར་འགྱུར་རམ་སྟམ་པའི་
དོགས་པ་བསལ་བའི་ཕྱིར། སྤེ་བའི་མའི་སྟོ་གསུམ་ཆར་ལ་དངོས་གཞིར་བསྟན་པ་
ལ་ཁ་ལ་བྱེད་བྲག་སྐྱ་བར་འདོད་ནས་མགོ་ཞེས་སོ། །དེ་ཡང་ལམ་གཞན་གཉིས་ནི་
དངོས་གཞིའོ། །མའི་སྟོ་གསུམ་གྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་བསྟན་ནས། མའི་དབང་
པོའི་སྟོམ་པོ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་བསྟེན་པར་ཞེས་སོ། །དེ་ལ་བསྟེན་པར་བྱ་བ་ནི་མའི་སྟོ་
གསུམ་མོ། །སྟེན་པར་བྱེད་པ་ནི་མའི་དབང་པོའོ། །གཉིས་ཞེས་པ་ནི་བསྟེན་བྱ་ལུས་
ལས་ཐ་དད་དུ་བྱས་ཤིང་། སྟེན་བྱེད་ཐ་མི་དད་དུ་བྱས་པ་དང་། དེ་ལས་སྟོག་པའི་
ཕྱོགས་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ནི་གཞན་གྱི་བསྟེན་བྱ་ལུས་ལས་ཐ་དད་དུ་བྱས་པར་རང་

གི་སྟེན་བྱེད་ལུས་ལས་ཐ་དད་དུ་མ་བྱས་པ་སྒྲོར་བའོ། །འདི་ལ་རང་དང་གཞན་གྱི་
བསྟེན་བྱ་ཐ་མི་དང་བྱས་ན་པམ་པར་འགྱུར་ཞིང་། རང་གི་བསྟེན་བྱ་ཐ་དད་པར་བྱས་
ན་སྟེན་བྱེད་གཉིས་ཀ་རང་གི་སྟོགས་སུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ལས། དགེ་
སློང་གི་དབང་དུ་བྱས་པ་ནི་རང་དང་གཞན་གྱི་སྟེན་བྱེད་ཐ་དད་པར་བྱས་པ་རང་གི་
བསྟེན་བྱ་ཐ་དད་དུ་མ་བྱས་པར་སྒྲོར་བའོ། །དགེ་སློང་མའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ནི།
གཞན་ཁོ་ནའི་སྟེན་བྱེད་རང་གི་བསྟེན་བྱ་ཐ་མི་དད་དུ་བྱས་པར་སྒྲོར་བའོ། །

དེ་ལྟར་ན་སྤྲུལ་པ་སྒྲོམ་པོ་གསུམ། བར་པ་ལ་བཞི་འཕ་གཉིས། ཐ་མ་ལ་
གསུམ་སྟེ། བརྒྱད་དམ་བཅུའོ། །རང་དང་གཞན་གྱི་བསྟེན་བྱ་སྟེན་བྱེད་གང་རུང་
གཅིག་ཐ་དད་དུ་བྱས། གཅིག་ཐ་དད་དུ་མ་བྱས་པ་ལས་གཞན། གང་ཟག་གཞན་
འབའ་ཞིག་གི་བསྟེན་བྱ་སྟེན་བྱེད་གཉིས་ཀ་ལུས་ལས་ཐ་དད་དུ་བྱས་པ་དང་། ཐ་མི་
དད་གཉིས་ཀྱང་གཞན་པོ་མོ་མ་ནིང་གི་བསྟེན་བྱ་བསྟེན་བྱེད་གཉིས་དང་། གཞན་དུ་
སྟེ། དེ་གཉིས་རིགས་མ་ཐུན་ནང་ལ་མ་ཡིན་གྱི། རིགས་མི་མ་ཐུན་དུ་སྒྲོར་བར་བྱེད་
ན་སྒྲོམ་པོ་སྟེ་འདི་ལས་དྲུག་གོ། །དེ་ལྟར་ན་གཉིས་ཀ་བསྒྲོམས་པས་བཅུ་བཞི་འཕ་
བཅུ་དྲུག་དུ་འགྱུར་རོ། །འདུལ་བྱེད་ཀྱི་བརྗོད་པ་ལ་གཉིས་ལས། ཐུན་མོང་བ་
བསམས་པའི་མཆོད་ཉིད་ནི། དགེ་སློང་གི་ཞེས་ཏེ། རྣམ་འབྱེད་ལས། ཟློས་པ།
སེམས་འཁྲུགས་པ། ཚོར་བས་གཟེར་བ་རྣམས་ལ་ལྟང་མེད་དུ་གསུངས་ལ། འདུལ་
བྱེད་ལས། དེ་གསུམ་ལ་རྒྱ་དུ་མཆིས་ངོ་བོ་ངེ་ལྟ་བུ་ལ་ཞེས་ངེས་པའི་ལན་དུ། རྒྱ་ལྟ་
ལྟ་དང་། ངོ་བོ་དགེ་སློང་དུ་མི་ཤེས་པར་གསུངས་པའི་བྱི་མ་འདིར་བསྐྱས་པའོ། །དང་
པོའི་རྒྱ་ལྟ་ནི་ཞོར་དང་། ལོངས་སྒྲོད་ཟད་པ་དང་། ཉེ་དུ་ཟད་པ་དང་། འབྱུང་བ་ཆ་མ་

སྟོམས་པ་དང་། མི་མ་ཡིན་པའི་སྟོབས་དང་། སྟོན་གྱི་ལས་གྱི་རྣམ་སྟོན་ནོ། །གཉིས་
པའི་རྒྱ་ལྗེ། མི་མ་ཡིན་པས་བརྒྱམས་པ་དང་། བཞིན་གྱི་མདངས་སྟོགས་པ་དང་།
དེག་པ་དང་། ཁམས་མ་སྟོམས་པ་དང་། ལས་གྱི་རྣམ་སྟོན་ནོ། །གསུམ་པའི་རྒྱ་ལྗེ།
རྒྱང་དང་བད་ཀན་དང་མཁའི་པ་དང་། འདུས་པ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་སྟེ། ལས་གྱི་རྣམ་
སྟོན་ནོ། །དགེ་སྟོང་དུ་མི་ཤེས་པས་ནི་བདག་ཉིད་ལ་བསྟན་པར་འཇུག་མི་རུས་པ་
བསྟན་ལ། དེས་ཡུལ་དང་བྱ་བ་ལ་བསྟན་པར་འཇུག་མི་རུས་པ་ཡང་མཆོན་ནོ། །

སྟོ་བ་སོགས་གསུམ་གྱི་བྱད་པར་ནི། རྒྱ་སོ་སོས་སྐྱེད་པའི་བསམ་པ་འདྲེན་
མར་གནས་པ་དང་། རང་བཞིན་དུ་མི་གནས་པ་ལ་རྒྱན་དུ་གནས་པ་དང་། དེའི་སྟེང་
དུ་ལུས་ཀྱང་ལས་སུ་མི་རུང་བར་གནས་པའོ། །ཞེས་སྔ་མ་རྣམས་ཟེར་རོ། །སྤྱན་མོང་
མ་ཡིན་པ་ལ་ལྟང་བ་ལ་རྣམ་དག་གིས་སེལ་བ་ལ་ན་སྤྱད་པ་ནི་ཉམས་པ་སོགས་ཏེ་
ཕྱིན་ཚུལ་ནི་ནང་ནས་བརྒྱུམས་པའོ། །འབྲུགས་ཞེས་པ་ནི་བཏང་བ་སྟེ། གང་འབྲུགས་
ན་བཅུ་གཉིས་སྟོང་གྲེད་གྱི་དགེ་སྟོབས་མའི་བསྐྱབ་པ་ཡིན་གྱི། དགེ་ཚུལ་མའི་བསྐྱབ་
པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དབེན་པ་སྤྲེག་ཅན་གྱི་ལྷན་ཅིག་སྤྱར་བའི་གནས་སྐབས་ནད་ཉམས་
སུ་མ་སྟོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་དུ་ན་པམ་པ་དང་འདྲ་བའི་ཉེས་བྱས་འབྱུང་བས། དེའི་
ལུས་ལ་སྐྱེ་བའི་ཆེས་ཉིད་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །གང་གིས་ཆེ་འབྲུགས་ན་རང་ལ་
གཞན་གྱིས་བསྟེན་པའི་ཕྱིར་རྟོག་པ་ན་དེ་ལྟ་བུ་རུང་རོ། །ཞེས་དགེ་སྟོབས་མས་གཞན་
ལ་ལྷངས་པའི་ཕྱིར་ན་སྟོང་བའི་ཕྱིར་ཡིན་གྱི། བཅོལ་བའི་དུས་སུ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།
མངོན་པར་མི་དགའ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཁས་ལྷངས་པའི་དུས་ཁོ་ནར་ཉེས་བྱས་བྱུང་ལ།
དེ་ཉིད་གཏོང་བའི་རྒྱ་ཡང་ཡིན་ནོ། །སྤྲེག་པ་དང་། རོ་ཆ་བས་ཀྱང་ཞེས་པ་ནི། མཆོམས་

ལས་འདས་ཀྱང་ཉམས་སྲུང་བ་བདག་གིས་བྱེད་པ་མེད་པས་མཐར་ཐུག་གི་དེ་ལ་
བྱའོ། །འོན་ཀྱང་རང་གི་ལུས་སྦྱུང་དུ་རྒྱ་ལྡན་ལས་ཆགས་པའི་སྟོབས་ཀྱི་སྦྱུང་བ་ཞིག་ལ་
ལུས་ཀྱིས་ཉམས་སྲུང་བ་མིན་ནམ། དེས་ན་བསྟན་གྱིས་ཀྱང་སྟོང་བས་པམ་པར་
རིགས་སོ་ཞེ་ན། འདི་ལ་ཁ་ཅིག་“སྟོན་ལ་ཡུལ་གྱིས་ཉམས་སྲུང་བ་ཡིན་ཟེར་
རོ། །དེ་ལྟར་ན་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་སྲུན་འབྲིན་གྱི་བར་ཆད་མི་སྲིད་པས་དེས་ན་སྟོར་
བའི་ཆགས་པས་སྦྱུང་བ་ཞེས་ཟེར་རོ། །བརྟོག་པ་ཞེས་པ་ནི། རིག་པ་ཉམས་སྲུང་
བར་མི་བྱེད་པའི་དབང་དུ་བྱས་པའོ། །མི་འདོད་བཞིན་དུ་ཞེས་པ་ནི། རྒྱགས་ཞེས་པ་
ལ་ཡང་སྦྱར་རོ། །ཞེས་བཞིན་ཞེས་པ་ནི། །འོག་མ་གསུམ་ལ་ཡང་སྦྱར་ཏེ། བྱད་མེད་
ལ་རིག་པ་སྤང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེགས་པར་ཞེས་པ་ནི། རབ་ཏུ་བྱུང་འདོད་ལེགས་པར་
སོ་སོར་བརྟག་པ་བྱས་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང་བར་བྱའོ། །འདི་རབ་ཏུ་འབྱུང་བའི་གཞིར་
དོན་གྱིས་བསྟན་མོད་ཀྱང་། འདིར་བརྟོད་པ། གལ་ཏེ་བྱད་མེད་སྦྱེས་པ་གཞོན་ཏུ་འབྱ་
བ་རབ་ཏུ་བྱུང་སྟེ། དགོ་སྟོང་དག་གི་ནང་དུ་བཞག་ན་གཞོད་པ་ཆེ་བར་འགྱུར་བས།
རབ་ཏུ་འབྱུང་འདོད་རྟོག་པ་ལ། གུས་པ་ཆེན་པོ་བསྦྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར་བསྐྱབ་
པ་ཐམས་ཅད་ལ་སྦྱོར་བ་ལྟོད་ན་ཉེས་བྱས་སྲུང་བས་མི་ལྟོད་པར་བྱ་དགོས་ལ།
ལྷག་པར་ཡང་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ལ་བྱ་དགོས་སོ་ཞེས་རྒྱུ་ལས་སོ། །

འདི་ལ་ཁ་ཅིག་དེ་ལྟར་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་གཞིའི་ཆོས་ཀྱན་སྟོས་དགོས་པར་
འགྱུར་ཞེས་བཀག་ནས། མཚན་གྱི་དབྱིབས་ཐ་དད་པའི་དབྱིབས་དང་། ཁ་དོག་འབྲ་
བ་རབ་ཏུ་འབྲིན་པ་བཀག་སྟེ། པམ་པའི་རྒྱར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་རང་ལུགས་

འདྲིལ་པ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། ཐོགས་སྡེ་མར་བྱས་པའི་དོན་ཡང་དེ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་
རྟོ། །རབ་བྱུང་གཞིའི་ཆོས་ཀྱན་སློབ་དགོས་པ་མི་འགྱུར་ཏེ། འདི་དང་གཞིའི་ཆོས་
གཞན་ལ་མཁ་པ་དང་པོའི་རྒྱར་འགྱུར་པའི་དགག་བྱ་ཡོད་དེ་གཏན་མི་མཚུངས་པའི་
ཕྱིར་རྟོ། །

དགེ་སློང་མས་ཞེས་པར་ཡང་དག་གིས་ནི། ཐོགས་མོ་ཡོད་དུ་ཟེན་ཀྱང་། དེར་
སློབ་དབབ་པ་མི་བྱ་བར་སྟོན་ནོ། །མ་གྱིན་པར་ལེན་པ་ལ་བཞི་ལས། རྣམ་འབྲེད་ཀྱི་
བརྗོད་པ་ལ་བཞི་ལས། གཞི་ལ་གཉིས་ཏེ། གང་ལ་རྒྱ་བའི་ཡུལ་དང་གང་རྒྱ་བའི་
དངོས་པོའོ། །དང་པོ་ནི། མི་ཡིན་པ། རང་ལ་རྩས་ཀྱི་སྟོན་པ་ཐ་དད་པ་སྟེ་གཉིས་
སོ། །གཉིས་པ་ནི། ཡུལ་དེར་དུས་དེའི་ཆེ་སྒྱུར་བ་གཅིག་གིས་བརྒྱ་བྱ་རྒྱ་བྲེད་ལ་
བསྟོས་པའི་ཀུར་པ་ཏ་བཞི་ཆ་ཆང་བ་དང་། ཡུལ་དེ་དབང་ཞིང་བདག་གིར་བྱས་པ་
དང་། མི་དབང་བ་སྟེ་གསུམ་སོ། །བསམ་པ་ལ་གཉིས་ལས། འདྲུ་ཤེས་ནི་ཡིད་གཉིས་
ཡན་ཆད་ཀྱིས་རྣམ་པ་མ་དོར་བའི་མ་འཁྲུལ་བ་དང་། ཀྱན་སློང་ནི་གཞན་གྱི་ཡིན་ཏེ།
མ་གནང་ཡང་། བདག་ཉིད་ཀྱི་འཆོ་བའི་ཆེད་དུ་གཏན་དུ་འབྲལ་འདོད་རྒྱུན་མ་ཆད་
པའོ། །སྦྱར་བ་ནི། གང་ལ་བསམ་པ་དེ་ཉིད་ལ། རང་ངམ་བསྟོས་པས་ལུས་ངག་ཏུ་
བྱུང་པར་བྱས་པའོ། །མཐར་ཐུག་དེའི་རྒྱུན་གྱིས་ཐོབ་སྟོ་སྟེས་པ་ཞེས་ཟེར་རོ། ཆོག་
གི་དོན་ལ་གཉིས་ལས། ལྷུང་བ་རྣམ་གཞག་གཉིས་ལ་མདོར་བསྟན་པ་ནི། གང་བྱས་
ན་མ་གྱིན་པར་ལེན་པའི་མཁ་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། དགེ་སློང་གི་གང་ལ་བརྒྱ་བའི་ཕྱིར་
རང་ཁོ་ནས་བྱ་བ་བྲེད་པའི་བརྒྱ་བའས། རང་གིས་བཅོལ་ནས་གཞན་གྱི་རྩས་རྒྱ་བར་
བྲེད་པའི་རྒྱར་བཅུག་པ་དག་གིས་བརྒྱས་ནའོ། །རང་གི་ལུས་ངག་འབའ་ཞིག་ཏུ་ཡང་

མ་ཟད་དོ། །མངགས་པས་བརྒྱ་བཤམ། རྒྱར་བརྩལ་བ་དག་གིས་ཀྱང་དོ། །རྒྱ་བ་ནི་
མངགས་པ་རང་གིས་ལུས་ཀྱིས་བྱེད་པའོ། །རྒྱར་བརྩལ་བ་ནི། མངགས་པས་སོང་ལ་
རང་གིས་རྒྱས་ཤིག་སོང་ལ་རྒྱར་ཆུག་ཅིག་ཅེས་བྱེད་དུ་བརྩལ་པའོ། །མངགས་པའི་
མངགས་པས་བརྒྱས་པ་ཡང་བྱེ་བྲག་མེད་དོ། ཅི་ཞིག་ཏུ་བརྒྱ་བཤམ། རྒྱར་བརྩལ་བ་
དང་། མངགས་པས་ཀྱང་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་དེར་འགྱུར་ཞེན། མ་བྱིན་པ་ཞེས་ཏེ། བྱིན་པ་
ལ་ཡང་རྒྱ་སེམས་ཀྱིས་ལེན་པ་སྲིད་པས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བྱའོ། །ཆོད་ཅི་ཙམ་ཞེན། མ་ཤ་
ཀ་ཞེས་སོ། །སེམས་རི་ལྟ་བུས་ཤེན། བརྒྱ་སེམས་ཀྱིས་སོ་ཅི་མི་མ་ཡིན་པའི་རྒྱད་
ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བཤམ་ཞེན། མི་ཡིས་ཞེས་སོ། དེ་ཡན་ཆད་ལ་མདོ་དང་པོ་
གཉིས་སྦྱར་དོ། །མིས་བཟུང་བའི་རྩལ་ལ། འགྲོ་བ་གཞན་ཀྱིས་བཟུང་བའི་འདུ་ཤེས་
ཀྱིས་རྒྱ་ན་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་དེ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར་རམ་ཞེན། མིའི་རྒྱད་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་
བ་དེར་འདུས་པས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་མ་བྱིན་པར་ལེན་པའི་པས་པམ་བ་ནི། ཡན་ལག་
ལྟ་དང་ལྟན་པ་ཡིན་ཏེ། མ་བྱིན་པ། མ་ཤ་ཀ་ལྟ་ལ་སོགས་པ། བརྒྱ་སེམས། མིའི་རྒྱད་
ཀྱིས་བཟུང་བ། དེར་འདུ་ཤེས་པ། ཡན་ལག་གང་ཡང་རུང་བ་མ་ཆོད་ན་སྦྱད་པ་ཁོ་
ནར་འགྱུར་དོ། །

རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་ཡན་ལག་གི་མཆོན་ཉིད་ལ་གསུམ་ལས། བདག་པའི་
མཆོན་ཉིད་ཀྱི་སྤྱི་དོན་ལ་གསུམ་སྟེ་མཆོན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་དང་། འདོམས་ན་གང་
གཙོ་བའི་དོན་ནོ། །དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་། དངོས་པོ་ལ་དབང་བ། བསམ་པས་བཟུང་བ།
གཞན་ལ་མ་བསྟེན་པ་དང་། གསུམ་ལྟན་དུ་འདོད་ལ། ཁ་ཅིག་། རིགས་མ་འཕྲོས་པ་
དང་བཞིར་འདོད་པ་ལ། གཞན་དག་ན་རེ། དེ་དག་བདག་པོ་ཙམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་དུ་

བྱེད་ན། དང་པོ་གཅིག་ཕྱི་མཆོག་པས་ལྷག་མ་དོན་མེད་ཅིང་། བས་པ་སྐྱེད་ནུས་ཀྱི་
བདག་པོའི་མཆོན་ཉིད་དུ་བྱེད་ན། དུད་འགྲོ་དང་མི་མ་ཡིན་ལ་ཉ་ཅང་ཐལ་ལོ། །གཞན་
ཡང་གསུམ་པ་སྟོས་མི་དགོས་ཏེ། དང་པོར་འདུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་དངས་པ་ལ་
དབང་ཞིང་བདག་གིར་བྱས་པའོ། །

གཉིས་པ་ལ་དབྱེ་བའི་གཞི་ནི། བདག་པོ་ཅམ་མོ། །དབྱེ་བའི་སྟོན་ནི། མཆོན་
ཉིད་ཐ་དད་པའི་སྟོན་པ་བཞི་སྟེ། བསམ་པ་དང་སྦྱོར་བས་བདག་པོར་གྱུར་པ་དང་།
ཡུལ་གྱི་ཆོས་ཀྱིས་བདག་པོར་གྱུར་པ་དང་། དེགས་བརྒྱད་ཀྱིས་བདག་པོར་གྱུར་པ་
དང་། སངས་རྒྱས་བཀའ་སྩལ་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་བདག་པོར་གྱུར་པའོ། །དང་པོ་ལ་
གསུམ་སྟེ། སྦྱིན་པ་པོས་བཏང་ཞིང་ལེན་པ་པོས་བདག་ཏུ་བྱས་པ་དང་། སྦྱིན་པ་པོས་
ཡོངས་སུ་བཏང་བ་ཅམ་གྱིས་བདག་པོར་གྱུར་པ་དང་། བདག་པོ་མེད་པ་ལ་ལེན་པ་
པོའི་བསམ་སྦྱོར་གྱིས་བདག་གིར་བྱས་པ་ཅམ་གྱིས་བདག་པོར་གྱུར་པའོ། །གཉིས་
པ་ནི། ཞོ་གས་ནི་བསྐྱང་བ་པོ་དབང་བ་ལྟ་བུའོ། །གསུམ་པ་ནི། སའི་ནོར་བུ་དབང་བ་
ལྟ་བུའོ། །བཞི་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། སངས་རྒྱས་ལ་ཕྱལ་བ་ནི། དེ་ཁོ་ན་དབང་བ་དང་།
ཆོས་ལ་གཉིས་ལས། དོན་དམ་པའི་ཆོས་ལ་ཕྱལ་བ་དེ་ཁོ་ན་དབང་གི། གང་ཟག་གིས་
སྤྱད་དུ་མི་རུང་བ་དང་། བརྟར་བརྟགས་པའི་ཆོས་ལ་གཉིས་ལས། སྤྱབ་པའི་ཆོས་ལ་
ཕྱལ་བ་ནི། དག་འདུན་གྱི་ཉིད་པ་སྟེ། དེའི་རྒྱད་ལ་མངའ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ལུང་གི་ཆོས་
ལ་ཕྱལ་བ་ནི། གཙུག་ལག་གི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་ཡན་ཆད་དབང་རོ། །དག་
འདུན་ལ་གཉིས་ཏེ། དུས་དང་སྟོན་ལྟར་གྱི་ཉིད་པ་ལ་བདག་པོར་འགྱུར་ཚུལ། ཞི་བའི་
ཡོ་བྱད་གྱི་ཉིད་པ་ལ་བདག་པོར་འགྱུར་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས། དུས་ཀྱི་

ཉིད་པ་ལ་བདག་པོར་འགྱུར་ཚུལ་ནི། སྤྱི་བརྒྱུད་གི་ཉིད་པ་དེར་གཏོགས་དབང་བ་
དང་། དབྱར་ཉིད་ལ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པ་བདག་པོར་འགྱུར་བའོ། །སྒོ་བྱར་དུ་ཉིད་
པ་བཞི་སྟེ། ཁྲིམས་སྤྱི་བྱས་པ་དང་། མཆོམས་ཀྱིས་བསྐྱབས་པ་དང་། སོ་སོར་ངེས་
པ་དང་། མདོན་དུ་གྱུར་པ་སྟེ། ཡོན་བདག་གསུམ་མཆོད་གནས་ཀྱིས་རི་ལྗར་དབང་བར་
ཁྲིམས་སྤྱི་བྱས་པ་དང་། དགེ་འདུས་ཅམ་ལ་བྱེ་བྲག་རྩ་མ་བྱེ་བར་ཕུལ་བ་མཆོམས་
གཅིག་གི་ཁོངས་སྤྱི་གཏོགས་པ་རྣམས་དབང་བ་དང་། སྟེ་པའམ། གང་ཟག་འདི་ལ་
འབྲུལ་ཟེར་ན་དབང་བ་དང་། སྤྱི་ན་བདག་གི་མདོན་སྤྱི་ན་གནས་པ་དེ་ཉིད་དབང་བ་
སྟེ་གོ་ངེས་བཞིན་ནོ། ཞི་བའི་ཡོ་བྱད་ལ་བདག་པོར་གང་འགྱུར་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། རབ་
བྱུང་དང་། ཉགས་ཅན་ཞི་བའི་ཡོ་བྱད་ལ་བདག་པོར་གང་འགྱུར་བའོ། །

དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། དགེ་འདུན་ལ་དབང་བ་དང་། མི་དབང་བའི་ཉིད་པའོ། །དེ་
ལ་ལྟ་སྟེ། ཞི་བའི་སྤྱི་རོལ་དུ་ངེས་པར་བྱས་པ་དང་། བྱ་ལོན་པའི་རྩས་རི་ཅམ་སྒོང་བ་
དང་། “སྟེ་ཆོན་གྱི་ཡོ་བྱད་དང་། བདག་ཡོག་གི་ཡོ་བྱད་དང་། ཁྲིམ་ན་གནས་པའི་
ཉིད་པའོ། །སྤྱི་མ་གཉིས་ནི། ཆོས་ལྟ་དང་ལྟན་པས་དབང་སྟེ། སྟེ་ལྟའི་སྟོམ་པ་གསོ་
རུང་ཡན་ཆད་དང་ལྟན་པ་དང་། ཞི་བ་དང་། ལྟ་སྒྲིབ་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་མཐུན་པ་དང་མཆོན་
མཐུན་པ་དང་། གནས་ནས་མ་སྤྱང་བ་ནི་སྤྱན་མོང་ཡིན་ལ། གཡོག་གི་བྱ་བ་བྱས་པ་
དང་། ཡོ་བྱད་ཀྱི་འཕོངས་པ་ནི་སོ་སོར་རོ། །ལྷག་མ་ནི་དགེ་འདུན་དབང་བའི་ཉིད་པ་
སྟེ། སྟེ་གསུམ་བམ་ལ་སོགས་པ་བཞག་པ་དང་། གོས་ལ་སོགས་པ་བགོ་བ་དང་། འབྲུ་
ལ་སོགས་པ་བཟའ་བཅར་ཅི་རིགས་སྤྱི་བའོ། །ཉགས་ཅན་ཞི་བའི་ཡོ་བྱད་ལ་རིན་པོ་

ཆེ་དང་འབྱུང་ལ་སོགས་པ་ལ་དགོན་མཆོག་གསུམ་བདག་པོར་འགྱུར་ལ། བྱུང་པར་དུ།
 ལུ་ཉིག་ནི་སངས་རྒྱས་དབང་ཞིང་། གཞན་རྣམས་ནི་ཅི་རིགས་པོ། གོ་ཆ་ལ་
 སོགས་པ་ནི། རྒྱལ་པོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་དབང་ངོ། །འདོམས་ན། གང་གཙོ་བ་ནི།
 རགས་པར་ནི་ཁྲིམ་པའི་རྣམས་ལ་ཡུལ་ཆོས་གཙོ་ཞིང་། རང་བྱུང་གིས་སངས་རྒྱས་
 གྱིས་རི་ལྟར་གསུངས་པ་གཙོ་བོ། །ཞིབ་མོར་ནི། དང་པོར་ལི་བའི་གོང་དུ་ངེས་པར་
 བྱས་པ་དང་། དེ་ནས་བྱ་ལོན་པ་དང་། དེ་ནས་ནད་གཡོག་པ་དང་། དེ་ནས་ཉེ་མཆོན་
 གྱིས་ཉེ། རིགས་བརྒྱད་ནི་མི་དབང་ངོ། །ཆོག་གི་དོན་ནི་མིའི་རྒྱུད་གྱིས་བཟུང་བ་
 ཞེས་སྒྲིམ་ན། རྒྱུང་ལ་སོགས་པས་ཁྲུང་བ་དེ་བདག་པོ་དང་བྲལ་བ་ཡིན་ནམ་མེན་ཞེ་
 བ། བཙོ་སྒྲག་མཁན་གྱི་གོས་དང་། དག་སྒྲོང་གི་ཡོ་བྱད་རྒྱུང་དང་། རྒྱན་པོ་ལ་སོགས་
 པ་དག་གིས་ཁྲུང་བ་ཉིད་ན། བདག་པོས་བདག་གི་བའི་བསམ་པས་བཏང་བ་ནི། དང་
 པོའི་བདག་པོ་ཉིད་དང་མ་བྲལ་བ་ཉིད་ཡིན་པས། དང་པོ་ལེན་ན་པམ་པར་འགྱུར་
 ཞིང་། ཕྱི་མ་ལ་ན་སྤང་དོ། །

ཕྱི་མ་ལ་བདག་གིར་བྱེད་པའི་བསམ་པ་བཏང་བ་ནི་མ་ཕྱིན་ལེན་དུ་འགྱུར་
 རོ། །མིའི་རྒྱུད་གྱིས་བཟུང་བ་ཞེས་གསུངས་ན། མིའི་བདག་པོ་དང་བཅས་པའི་དུད་
 འཁྲུང་རྣམས་རྒྱན་ཅི་འགྱུར་ཞེ་ན། འཇིན་ཉེན་གྱི་ཐ་སྙད་སྒྲིམ་པའི་པེས་པ་དབང་བའི་རྣམས་
 བྱི་སྒྲོང་བའི་ཞལ་ཏུ་བྱེད་པ་བདག་པོ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཉིས་ཀ་དབང་ན་འདུ་པེས་གྱིས་
 བཞག་སྟེ། བྱ་ལ་བཏགས་པའི་རྒྱན་ལྟ་བུ་ལ། འདི་ནི་མི་ཡི་ཡིན་གྱི། བྱ་ལ་ག་ལ་ཡོད་
 སྒྲིམ་ན་རིན་ཐང་བཅི་བར་བྱ་ཞིང་། དེ་ལས་ལྟོག་ན་ན་སྤང་དོ། །ཅི་དུད་འཁྲུང་ཟས་
 རྟོམ་རྒྱ་བ་ལ་ཡང་དེ་ཉིད་རྣམས་པར་བཞག་གམ་ཞེ་ན། བཟུང་བཏུང་གི་ཞེས་

སོ། །ནགས་མེས་བཏང་བ་ལ་སོགས་པ་དག་གིས་རི་དྲགས་ལ་སོགས་པ་གསོད་པ་
ན་བདག་སོགས་ཡིན་ཞེ་ན། བད་ཞེས་ཏེ། ལིངས་པ་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་སེམས་ཀྱིས་མེན་
པར་བྱེད་ན་རྒྱན་སོར་འགྱུར་ཏེ། བདག་སོགས་ཞེས་ཡོད་ཀྱང་དེའི་དུས་ན་ལིངས་པ་ཁོ་
ན་དབང་བའི་བྱིར་རོ། །རི་དྲགས་ལ་སོགས་པ་སྣོས་པ་ནི་མཆོན་པ་སྟེ། ལྷགས་དང་།
མི་ལིངས་བཏབ་པ་བདག་སོ་དང་བཅས་མ་བཅས་རྣམས་ཀྱང་འབྲེལ། །

བདག་སོ་མ་ངེས་པའི་རྩས་ལ་ལྷུང་བ་རི་ལྟར་བཞག་ཅེ་ན། འདི་བདག་སོ་དང་
བཅས་པ་ཞིག་གསུམ། འོན་ཏེ་མིན་ཞེས་བྱེ་བྲག་མ་བྱེད་པ་གཏེར་ལ་སོགས་པའི་རྩས་
གང་ཡང་རུང་བ་བརྒྱས་པ་ལ་ནི། གཞིའི་ངོ་བོ་ཉིད་ནས་ལྷུང་བ་རྣམས་པར་བཞག་
གི། །འདུ་ཤེས་ལས་ནི་མིན་ཏེ། བདག་སོ་དང་བཅས་པ་ཞིག་ན་ཡན་ལག་ཚང་ན་པམ་
པ་དང་། བདག་སོ་མེད་ན་སྣོས་སོའོ། །བདག་སོ་མ་ཡིན་པ་ལ་ཡིན་པར་འདུ་ཤེས་པའི་
ཆ་ནས་བརྒྱས་ན་དེ་ལ་བསྟོས་པའི་ན་སྤང་བ་རེ་རེར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལ་བརྒྱ་སེམས་
ཡོད་པའི་བྱིར་དང་། རོན་དང་ཤད་པ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །གངས་རི་སྟེད་པའི་ལྷུང་བ་
འབྱུང་མི་འབྱུང་ནི། ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡིན་ཡང་རྒྱ་སྟོན་པ་བྱུང་མ་བྱུང་གི་སྟེ། སྤྲ་མ་སྤིད་
པ་ཅ་མ་སོ། །རིན་ཐང་གི་མཆོན་ཉིད་ནི། རིན་ཐང་ཞེས་སོ། །འོན་སྐྱོར་བ་གནས་དང་།
དུས་གཞན་དུ་བྱས་ཤིང་མཐར་ཐུག་གཞན་གྱི་ཆེ་བྱུབ་ན་རི་ལྟར་ཞེ་ན། །མཐར་ཐུག་
གི་གནས་དང་དུས་ཀྱིས་བཞག་སྟེ། བཞིག་སྟེ་ཞེས་བཞིག་པའི་ཆེ་རིན་ཐང་བཅི་བར་
གསུངས་པའི་བྱར་རོ། །དེའི་ཆེ་ལུས་བྱེད་པ་སོ་དང་མི་འགལ་ཏེ། མེད་མི་རུང་གི་
སྐྱོར་བ་དེའི་ཆེ་ན་ཡོད་པས་སོ། །དེ་ལ་མེན་པ་སོས་སོབ་ཀྱང་རྩས་བདག་གིས་ཤོར་
བ་མེད་པར་མི་རིགས་སོ་ཞེ་ན། །མཐར་ཐུག་གི་དུས་ན་བསམ་པ་བཏང་ན་དོགས་པ་

མེད་ལ། མ་བཏང་ན་རྩལ་དང་། བདག་པོ་ཡུལ་སོ་སོར་གནས་ཀྱང་ཤོར་བ་ཡོད་
 ཏོ། །དེ་ལྟར་ཡུལ་གཞན་ནས་གཞན་དུ་སློགས་བྱས་པའི་སྐྱེད་ལ་ཐོབ་སློ་སྐྱེས་ན་ཡང་
 བས་བར་ཐལ་ལོ་ཞེ་ན། སྤྲ་མ་བརྒྱས་པའི་སྦྱོར་བ་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུན་གྱིས་རིན་ཐང་
 "ཆང་^༡་བ་ཐོབ་ཅིང་ཤོར་བ་ཡིན་ལ། འདི་ནི་སློགས་གྱིས་སྦྱོར་བ་གཞན་གྱིས་རིན་
 ཐང་ཆང་བ་ཐོབ་པས་མི་མཚུངས་སོ། །སྦྱོར་བའི་སར་རིན་ཐང་ཆང་ན་ཐོབ་པ་ལ།
 རིན་ཐང་མ་ཆང་བའི་སར་ཐོབ་སློ་སྐྱེས་ན་བདག་པོ་དང་། རྒྱུན་མའི་གནས་གང་ཉི་
 བས་འཛོག་ལ། མཉམ་ན་ནི་རྒྱུན་མའི་གནས་ཀྱི་འཛོག་སྟེ། སྤྲ་མི་སྤྲ་དུ་རྒྱུན་རྒྱུན་
 མའི་ཡུལ་གྱི་འཛོག་པ་བཞིན་ནོ། །སེལ་བ་ལ་སྤྱི་འདོན་ལ་བཞི་སྟེ། དབྱེ་བ། མཚན་
 ཉིད་གང་གིས་སེལ་བ་གང་ཡིན་པ། འདས་ན་ཅིར་འགྱུར་ཐ་དད་པ་བཅས་པའོ། །དབྱེ་
 གཞི་ནི། སེལ་བ་ཅུ་མོ། །དབྱེ་སྒྲི་ནི་ཡན་ལག་གི་རྩལ་སྤྱེད་ཀྱས་ཡིན་ཏེ། འདི་
 ལྟར་ཡན་ལག་ལ་སྤྲོ་མོང་ཡིན་མིན་གཉིས་ཡོད་པ་དང་། སྤྲོ་མོང་ལ་བསྐྱབ་པ།
 བསམ་པ། ལུས། མཚན་གཞི་ཡོད་པ་ལྟར་དེ་དང་དེའི་སེལ་བའི་གངས་ཀྱང་དེ་ལྟར་
 དང་། སྤྲོ་མོང་མིན་པ་ལ་བཞི་ལ་སོགས་པ་བཞི་ཡོད་པ་ལྟར་དུ་སེལ་བ་ཡང་དེ་དང་
 འབྲ་བར་རོ། །

གཉིས་པ་ལ་མཚན་གཞི་ནི། དེ་དག་གང་ཡང་རུང་བའོ། །མཚན་བྱ་ནི་སེལ་
 བའོ། །མཚན་ཉིད་ནི་རང་རང་གི་དངོས་གཞི་བསྐྱེད་པ་ལ་གཤམས་སྤྱུ་གནས་
 པའོ། །རང་རང་གི་ཞེས་པ་ནི། དུད་འགྲོ་གསོད་པ་དེ་པམ་པའི་གཤམས་སྤྱུ་གནས་ཀྱང་
 ལྟར་བྱེད་ཀྱི་སེལ་བར་མི་འགྱུར་བས་གང་གི་གཤམས་སྤྱུ་སོང་བ་དེའི་སེལ་བར་གོ་

པོའི་ཆེད་དུ་ལོ། །དངོས་གཞིའི་གོགས་ཞེས་མ་སྟོས་ན་ཡན་ལག་རྣམས་ལ་ཡང་རང་
 རང་གི་མཆན་ཉིད་ཡོད་པ་ཁྲབ་ཆེས་པ་སྤང་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་ཟེར་རྟེ། སྟོར་བ་གཉིས་
 དང་། བསྐྱབ་བའི་ཉེས་བྱས་ཀྱི་སེལ་བ་ལ་མ་ཁྲབ་པ་འདྲའོ། །གསུམ་པ་ནི་ཅི་རིགས་
 ལུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་སྟེ། སྐབས་འདིར་ནི་མ་བསམ་པ་ཞེས་སོགས་རྒྱ་སེམས་ཀྱིས་
 སེལ་བ་སྟེ། དེ་ཡང་མ་བསམ་པ་ནི་གཞན་གྱི་ཡིན་ཏེ་སྟུམ་པ་དང་རྩ་བ་དང་། ཡིད་
 གཙུགས་ནི་མ་གནད་ཡང་། སྟུམ་པའི་སེལ་བའོ། །སྤར་ཞེས་དང་། འོས་བ་དང་། བྲི་
 བ་ཞེས་དང་། སྤར་བ་ཞེས་པ་ནི་སེལ་བ་ལ་གཙོ་བོར་མ་ཞུགས་པར་དོགས་པ་སྟོར་
 བ་དང་། ཡུལ་གྱི་དབྱེ་བ་སྟོན་བ་དེ། སྤར་རྒྱ་བའི་སྟོར་བ་སྐྱབ་པ་ལ་ཕྱིས་འགྲོད་ན་སྤར་
 མ་འདག་གམ་སྟུམ་པ་སྤང་བ་དང་། སྟོར་བ་ལ་སྟོམ་པོ་དང་། སྟོར་བའི་སྟོར་བ་ལ་
 ཉེས་བྱས་སུ་སྟུམ་པའི་མཆན་མས་གང་ནས་འདྲིན་བསྟན་བ་དང་། སྤར་བ་ལས་བཀོལ་
 བ་ལ་འོས་ཉུག་གི་སྟོམ་པོར་འགྱུར་རོ་སྟུམ་པ་སྤང་བའི་ཕྱིར་རོ། །སེལ་བར་བྱེད་ན་ནི།
 ཀུན་སྟོང་རྒྱན་ཆད་བ་དང་། མཐར་ཐུག་གི་སེལ་བ་སྟེ། དང་པོ་ནི་དང་པོ་དང་། གཉིས་
 པ་ནི། བར་བ་གཉིས་སོ་ཞེས་ཟེར་རྟེ། ཕྱི་མ་ལ་སེལ་བའི་དོན་མེད་དོ་སྟུམ་སོ། །དེའི་
 གཞི་ཞེས་པ་ནི་འདྲ་བའི་ཞར་ལ་འདྲ་བ་བྱུང་བའོ། །བཞི་པ་ལ་བཞི་སྟེ། རྩ་སྤྲད་དུ་དང་
 ཆེས་ན་སྤྲད་དུ། གཞན་དུ་འགྱུར་བ་དང་། ལྷུང་བ་མེད་པར་འགྱུར་བའོ། །

དང་པོ་ནི། བམ་ལྷག་གི་སྐབས་སུ་སྟོམ་པོ་དང་། དེ་དང་ལྷུང་བྱེད། སོར་
 བ་གསུམ་གསུམ་གྱི་སྐབས་སུ་ཉེས་བྱས་དང་། དེའི་སྐབས་སུ་ཉེས་བྱས། མ་མོར་ན་
 སྤྲད་དེ། དཔེར་ན་མི་རྩས་རིན་ཐང་ཆང་བ་ལ་ཐོབ་སྟོབས་ན་དངོས་གཞི་ལ་པམ་པ་
 སྟོར་བ་ལ་སྟོམ་པོ། །སྟོར་བའི་སྟོར་བ་ལ་ཉེས་བྱས་སོ། །མི་མ་ཡིན་གྱི་རྩས་རིན་ཐང་

ཆང་བ་ལ་ཐོག་ཆོ་སྤྲེས་ན་དངོས་གཞི་ལ་སྤྲོམ་པོ་སྤྲོར་བ་ལ་ཉེས་བྱས། སྤྲོར་བའི་
 སྤྲོར་བ་ལ་ཉེས་བྱས་སྤྲོ་མོ་སྤྲེ། དེ་བཞིན་དུ་པམ་ལྷག་ཀུན་ལ་སྤྲར་རོ། །དགེ་སྤོང་མ་
 རྣམ་དག་ལ་འཁྱུར་བཅོལ་ན་དངོས་གཞི་ལ་སྤྲང་བ་སྤྲོར་བ་དང་། སྤྲོར་བའི་སྤྲོར་བ་
 ལ་སྤྲར་ཏྟར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་སོར་བ་འགས་ལ་སྤྲར་རོ། །འཁམ་ཐབས་རུང་བ་ཆད་
 ལྷན་རྒྱུ་པོར་མ་བགོས་པ་ལ། དངོས་གཞི་ལ་ཉེས་བྱས། སྤྲོར་བ་ལ་སྤྲོ་མོ། །སྤྲོར་
 བའི་སྤྲོར་བ་ལ་ཆེས་སྤྲོ་མོ་སྤྲེ། དེ་བཞིན་དུ་གཞན་ལ་ཡང་ཤེས་པར་བྱའོ། ཞེས་སྤྲ་མ་
 རྣམས་གསུངས་ཏེ། པམ་བ་ཞར་བྱུང་དུ་གོ་བར་བྱའོ། །གཉིས་པ་ནི། པམ་ལྷག་ལ་
 དངོས་གཞི་ལེགས་པ་གསུམ་དུ་ཉེས་བྱས་དང་། དེ་སྤྲོ་མོ་དང་། ཆེས་སྤྲོ་མོ་གསུམ་
 དང་། སྤྲང་བ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་ལ་ནི་ཉེས་བྱས་སྤྲོ་མོ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་དུ་
 འགྱུར་བ་སྤྲེ། དཔེར་ན་ལྷ་ཇས་རིན་ཐང་མ་ཆང་བ་ལ་དངོས་གཞི་ལ་ཉེས་བྱས་དང་།
 སྤྲོར་བ་གཉིས་ལ་སྤྲོ་མོ་དང་། ཆེས་སྤྲོ་མོར་འགྱུར་བ་ལྷ་བྱ་སྤྲེ། པམ་ལྷག་གཞན་ཀུན་
 ལ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །དགེ་སྤོང་མ་མ་དག་པ། ལྷ་བ་མི་མ་ཐུན་པ་ལ་
 འཁྱུར་བཅོལ་བ་ལ་ཡང་སྤྲ་མ་བཞིན་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྲར་འདི་ལ་དངོས་
 གཞི་ལ་ཉེས་བྱས་སྤྲོ་མོ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཞན་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །འཁམ་ཐབས་
 མི་རུང་བ་སོགས་རྒྱུ་པོར་མ་བགོས་པ་ལ་དངོས་གཞི་ལ་སྤྲོ་མོ་ལེགས་པར་འགྱུར་
 རོ། །འདིར་ཆེས་སྤྲོ་མོ་ཟེར་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཞན་ལ་ཡང་སྤྲར་རོ། །

གསུམ་པ་ལ་གསུམ་སྤྲེ། སྤྲེ་ཆོན་དང་བཅས་པ་དང་། གནས་སྐབས་གཞན་དུ་
 འགྱུར་བའོ། །དང་པོ་ནི། པམ་པའི་སྤྲེ་ནི་ཡན་ལག་ཡིན་ལ། སྤྲེ་ཆོན་བཞི་ནི་སེལ་བ་
 སྤྲེ། དཔེར་ན། མི་གསོད་ཀྱི་སེལ་བ་དུད་འགོ་བསད་པ་ནི་ལྷུང་བྱེད་ཀྱི་སྤྲར་འགྱུར་བ་

བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི། མི་ཚངས་པར་སྐྱོད་པའི་པམ་པ་ཡན་ལག་ཡིན་ལ། གཞན་གསུམ་སེལ་བར་འགྱུར་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། དཔེར་ན། སྐྱོར་བ་གསལ་བའི་སེལ་བ་མི་གསལ་བས་སྐྱར་བ་ལ་བག་ཅམ་གྱི་བཅས་པ་བཞིན་མཛད་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །

གསུམ་པ་ནི། ཐ་སྙད་གཞན་དུ་བརྗོད་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི། འོན་ཏེ་སྤར་བསྟན་པ་གསུམ་དང་། བྱིས་སྟོན་པ་ལས་ཐ་དད་པ་མེད་དེ། པམ་པའི་གནས་སྐབས་ལས་ལྷག་མ་དང་། ལྷང་བྱེད་དང་། སོ་སོར་བཤགས་པ་དང་། དངོས་གཞིའི་ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་ན་ནི། རྩེ་ཚན་ཐ་དད་པར་འགྱུར་ལ། སྒྲོམ་པོར་འགྱུར་ན་ན་སྤྲད་དང་། ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་ན་ཆས་ན་སྤྲད་དང་། ལྷང་མེད་ནི་དེར་འགྱུར་བས་བསྟན་པའི་བྱིར་རོ། །བཞི་པ་ལ་བཞི་སྟེ། དངོས་གཞིའི་ལྷང་བ་མེད་པ་དང་། ལྷང་བ་རྣམ་དག་བཞེད་པ་དང་། སྐབས་འདིར་གཏོགས་པའི་ལྷང་བ་མེད་པ་དང་། ལྷང་བ་གཏན་མེད་པ་ལ་དགོངས་ཏེ། ལྷང་བྱེད་དུ་གསུངས་སོ་དང་པོ་ནི། ཆེ་དང་ལྡན་པ་དག །ཉུང་དུ་ཉུང་དུ་ནས་བརྒྱས་ན་ལྷང་བར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་པ་དང་། གཞན་ལ་ནི་ལྷང་བ་མེད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །ཟེར་ཏེ། སྤུང་མ་ཡིད་ཆེས་པའི་ལྷང་དུ་མི་རུང་ལ། བྱི་མ་ལ་འབྲེལ་བས་རྒྱན་གཅིག་ལ་ལྷང་བ་ཡོད་པ་དང་། ལྷོག་པ་ལ་ལྷང་བ་མེད་པར་གསུངས་པ་དང་མི་མ་སྟན་པར་སྤྲད་རོ། །གཉིས་པ་ནི། ཤོ་གམ་མི་གཅོད་པའི་ས་ནས་རྩས་དང་བཅས་ཏེ་འགྲོ་བ་དང་། ཉེ་སྤེལ་ལྷང་མེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །དེ་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱའི་ཉེས་མེད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་ནི། ལས་སུ་མ་བྱས་པ་ཡང་རོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། སྐབས་གཞན་དུ་འབྱུང་བ་གཉིས་བཀག་པས་སོ། །འདི་གསུམ་ལ་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་

ལྷུང་བ་གཏན་མེད་དང་སྒྲོམ་པས་ཞེས་ཟེར་ཡང་། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལྷུང་བ་གཏན་མེད་
པས་གཞན་ཡིན་མིན་ཅོད་པའི་གཞིར་གྱུར་པས་གཞོད་བྱེད་དུ་མི་རུང་ངོ་། །བཞི་པ་ལ་
གཉིས། བཅས་པར་མཐའ་དག་གི་ལྷུང་བྱེད། བཅས་པ་ལག་ལ་ཞིག་ལྷུང་མེད་དོ། །

དང་པོ་ནི། སྒྲོམ་པ་མེད་པ། ཡོད་ཀྱང་མ་བཅས་པ། རང་བཞིན་དུ་མི་གནས་
པ། རང་རང་གི་ཀྱན་སྒྲོང་མེད་པ་ཟེར་རྟེ། ཀྱན་སྒྲོང་ལ་མི་བསྐྱོས་པ་བྱ་རྒྱུ་མི་བྱེད་པའི་
ལྷུང་བ་ལག་ལ་མ་ཁུབ་བཅས་སྒྲུབ་མོ། །གཉིས་པ་ལ། དག་བྱ་ཉེས་དམིགས་མེད་
པ་དང་། རྣམ་དག་བག་ཡངས་དང་འབྲེལ་བ་དང་། བར་ཆད་ཀྱི་རྒྱུན་དང་ལྡན་པ་དང་།
སྐྱབ་པར་མི་རུས་པའི་ཕྱོགས་གཅིག་གིས་ལྷུང་བ་མེད་པར་གྱུར་བའོ། །རང་བཞིན་
རྣམ་དག་ལ་ལྷུང་མེད་དུ་མི་འགྱུར་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲིག་ཏུ་འགྱུར་
བས། དགག་བྱ་མེད་པ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་དང་། དེའི་ཕྱིར་བཅས་པ་གཞིག་མི་རུས་
པའི་ཕྱིར་དང་། བཅས་པ་ཡོད་པས་ལྷུང་བ་ཡོད་ལ། དེ་ལ་ཞུགས་ན་དེ་ལ་ཚུལ་
ཁྲིམས་ཀྱི་བར་ཆད་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་དོན་དུ་སྒོག་ཡལ་བར་
འདོར་དགོས་པ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དོ། །དང་པོ་ནི། རོ་བོ་ལ་རིམ་པ་ལྷག་པར་བཅིག་
པ་དང་། བྱེ་མ་བརྒྱུད་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ལྷུང་བ་མེད་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། རྒྱ་མཚན་ནི་བཅས་
པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རྟེ། དགག་བྱ་མེད་པའི་ཕྱིར་དོ། མ་དེས་པ་ནི་དགག་བྱས་དོན་མེད་
པར་འགྱུར་རྟེ། དགག་བྱ་མི་འགོགས་པའི་ཕྱིར་དོ། །འོ་ན་སྒོག་ཆགས་ལ་མི་གཞོད་
པའི་ས་བརྒྱུད་པ་དང་། མི་བཟེ་ཅམ་གྱི་ཆང་འཕྲང་བ་ལ་ཡང་ལྷུང་མེད་དུ་འགྱུར་རྟེ།
དགག་བྱ་མེད་པའི་ཕྱིར་དོ། །ཞེ་ན། དངོས་ཀྱི་དགག་བྱ་མེད་པ་ནི་མ་དེས་རྟེ། སྒྲོན་
སྒྲིབ་བཞིན་ནོ། །བརྒྱུད་པའི་དགག་བྱ་མེད་པ་ནི་མ་གྲུབ་སྟེ། ཏ་ཅང་ཐལ་བ་སོགས་

ཡོད་པས་སོ། །སྤྲ་མ་ལ་མི་མཚུངས་ཏེ། དངོས་པོ་ངེས་པ་སོགས་ཀྱིས་མཆམས་ཟིན་
པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ནི། གང་ཟག་རྒྱབས་པོ་ཆེ་བསྟན་པ་ལ་གཞུགས་པའི་དོན་
དང་། རྟེན་དཀའ་བས་འཆོ་བའི་དོན་དུ་གང་ཟག་མང་པ་ཆོགས་ཏེ། བག་ཡངས་བྱས་
པས་ཉེས་པ་མེད་པའོ། །དེ་ཡང་གཉིས་ཏེ། བག་ཡངས་ཆེན་མོ་དང་། བག་ཡངས་ཁ་
འཛོར་བའོ། །དེ་ལ་ཉེས་པ་མེད་པའི་རྒྱ་མཆན་ནི། རྟེན་དེ་ལ་ཡུལ་དུས་དེར་བཅས་པ་
བཞིག་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཁྲིམས་བཞིག་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཡང་ཡུལ་དེར་ཆོག་གྱས་པའི་
གནས་སྐབས་ལ་མ་བཅས་པ་ལ་བཞིག་པར་མིང་བཏགས་པ་ཡིན་ལ། གནང་ཡེ་གནང་
ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་གིས་བཞིག་པ་ཅམ་གྱིས་གཞིག་པར་མི་བྱས་ཏེ། གཞན་དུ་ན་
རང་གཞན་ལ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་ཟེར་བ་ནི། བཀག་པ་ཐམས་ཅད་ཡེ་
བཀག་དང་། གནང་བ་ཐམས་ཅད་ཡེ་གནང་གི་ཡུགས་འོངས་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་ལ་གཉིས། རང་གི་དང་། གཞན་གྱི་བར་ཆད་ཀྱི་རྟེན་དང་ལྟན་པས་
ལྟར་བ་མེད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། གཙོ་བོའི་དང་། གཙོ་བོ་མ་ཡིན་པའི་བར་ཆད་
དང་ལྟན་པས་ལྟར་བ་མེད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་དང་། དགེ་སྦྱོར་
ཚུལ་གྱི་དང་། རྟོག་གི་བར་ཆད་ཀྱི་དོན་དུ་ལྟར་བ་མེད་པའོ། །དེ་དག་གི་དོན་དུ་ལྟར་
བ་མེད་པའི་ཚུལ་ནི། ཆང་མ་གཏོགས་པའི་བཅས་རྒྱུད་མཐའ་དག་སྟོག་གི་བར་ཆད་
སྤང་བའི་ཕྱིར་གནང་སྟེ། སྤན་ཆོགས་ལས། ཆང་མ་གཏོགས་པ་བཅས་པ་མཐའ་དག་
གིས་ནད་པ་བསྐྱུང་ཞེས་གསུངས་ཞིང་། དེགས་པས་ཀྱང་། བཅས་རྒྱུད་ལས་དེ་
སྤངས་པ་དགོས་པ་ཆེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །མ་ངེས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བཅས་པ་མཐའ་དག་
དགག་དགོས་ལ་ལྟོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བར་ཆད་ཀྱི་དོན་དུ་ཡང་གནང་

བར་འགྱུར་ཏེ། མོག་གི་བར་ཆད་ལས་དེའི་བར་ཆད་ཆེ་བའི་ཕྱིར། ཚུ་ཚགས་མེད་
བར་འགྱོ་བའི་བྱུང་བའི་མཐའ་བཞིན་ནོ། དགེ་སྦྱོང་གི་ཚུལ་གྱི་བར་ཆད་ནི། ལམ་ལྔ་
ཅི་རིགས་སུ་སྦྱེ་བའི་གོགས་ཏེ། དེ་སྤང་བའི་ཕྱིར་དུ་ཡང་གནད་བར་འགྱུར་ཏེ། ཚུལ་
ཁྲིམས་དག་པར་བྱ་བ་ཉིད་དེའི་དོན་དུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དགྲ་བཙུམ་པ་ཐོབ་པ་ན་
རབ་དུ་བྱུང་བའི་བྱ་བ་བྱས་སོ་སྦྱ་སྦྱོག་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་སྤྲུལ་རྣམས་ཟེར་རོ། །འོན་
ཀྱང་ནད་པ་ལ་མིའི་ཤ་མ་གནད་བའི་དོན་བརྟག་པར་བྱའོ། །དང་པོ་གཉིས། །དངོས་
ཀྱི་དོན་དང་། ཞར་ལས་བྱུང་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། དེའི་རང་བཞིན་དང་། ལྷུང་མེད་
དུ་འགྱུར་བའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། བཅས་པ་འབའ་ཞིག་བྱུང་ན། སྤྱིག་དང་འབྲེལ་
བའི་པམ་པ་ནས་བསྐྱམ་བྱ་ཡན་ཆད་འབྱུང་ལ། དེ་བག་ཡངས་སུ་བྱས་ན་དེ་དག་མི་
འབྱུང་བའོ། །

གཉིས་པ་ནི། རང་གཞན་གྱི་ལྷུང་བ་བསྐྱམ་གྱི་ཡན་ཆད་ཀྱི་དོར། ཆང་མ་
གཏོགས་པའི་བཅས་རྒྱུད་པམ་པ་མན་ཆད་ཀྱང་གནད་སྟེ། སྤང་སྦྱོས་པའི་ལྷུང་དང་།
རིགས་པ་ཡང་བཅས་རྒྱུད་མཐའ་དག་བཅས་པའི་རྟེན་རྣམས་དངོས་དང་། བརྒྱད་པའི་
སྟོན་ས་རང་གཞན་སྤང་བའི་དོན་དུ་བཅས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་སྦྱག་ཆལ་ཞེས་
སོ། །དཔེས་མཆོན་ན་མངོན་ཆོན་ཉོ་ཆོང་ལ་སྤང་བར་འགྱུར་ལ། ཆགས་རྒྱུད་སྤང་
བའི་དོན་དུ་ཉིས་བྱེད་དུ་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ཡང་ཉིས་པ་མེད་ཅམ་མ་ཡིན་གྱི་མ་
བྱས་ན་ལྷུང་བར་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་དེ་མ་བྱས་ན་བྱ་ལེན་མི་འཁོར་ལ། དེས་མ་བྱིན་
ལེན་གྱི་པམ་པར་འགྱུར་བས་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བར་ཆད་དུ་འགྱུར་ཞིང་། གཡོ་སྦྱུ་མ་
འབྲེལ་བས་ཉོ་ཆོང་བྱས་པས་ཡུལ་དུས་དང་སྤྱར་བའི་ཁེ་ཐོབ་ནས་བྱ་ལེན་འཁོར་

བས་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བར་སྤོང་བའི་དགོས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ན་ཆོ་ག་བཅན་
སོ་ཡོད་བཞིན་དུ་བག་ཡངས་སུ་བྱས་པའི་སྒྲོན་ཡོད་དེ། འདི་ལྟར་དེའི་ཆོ་དེ་གཉིས་
དགག་བྱ་ཆེན་པོས་ཟེལ་གྱིས་མནན་བ་དང་། དེ་གཉིས་བསྐྱང་བའི་དགག་བྱ་རྒྱུད་བ་
བར་ཆད་སྤངས་པའི་དགོས་པ་ཆེན་པོས་ཟེལ་གྱིས་མནན་བས་དགག་དགོས་རྒྱུད་བ་
ཅན་གྱི་ངོར་ཆེ་བ་གནད་བ་ཉེས་མེད་ཡིན་ལ། མ་བྱེན་ལེན་གྱི་ལྟར་བཞི། བསྐྱངས་
བས་ཉེས་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཉེས་བ་གཉིས་ཀ་མི་འབྱུང་བ་ཐབས་བཟང་པོ་ཡིན་
ལ། དེ་བཞག་སྟེ་ཐབས་དམན་པོས་དགག་དགོས་རྒྱུད་བ་ཅན་གྱི་བྱ་བ་བསྐྱངས་པའི་
ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་ལ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། རྒྱ་མཚན་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་བཞི། ཁ་ཅིག རང་གཞན་ཆེ་རྒྱུད་འདོམས་ན་ཆེ་བའི་ངོར་རྒྱུད་བ་
གནད་སྟེ། བཤགས་པས་ཆོག་པའི་ཕྱིར་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། རོ་བོ་ཉིད་
གྱིས་སྒྲིག་བ་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་བ་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྐྱབ་པར་མི་རུ་བའི་ཉེས་
བ་ཡང་མེད་དེ། དེའི་ཉེས་བ་མཐར་ཐུག་སློག་ལ་གཞོད་བ་ཡིན་ལ། དེའི་དོན་དུ་སློག་
གཏོང་བར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སློག་ལ་མ་བཟློས་བ་རང་གཞན་ཡང་མིན་ཏེ།
ཚུལ་ཁྲིམས་དག་པའི་དོན་དུ་སེམས་དབའ་ཞུགས་ཀྱི། མ་བཟློས་བ་ལ་མ་ཞུགས་
པའི་ཕྱིར་རོ། །རང་གཞན་ལ་གནད་བ་མེད་ན། རྣམ་འབྲེད་ལས། སྒྲི་བ་སོགས་བ་ལྟར་
མེད་དུ་གསུངས་བ་དང་འགལ་ཞེ་ན། དེ་ནི་བཅས་བ་སྐྱབ་རུས་ཀྱི་བསམ་བ་ལས་
ཉམས་པའི་སྒྲོན་མེད་དོ། །བཅས་པའི་རྟེན་མ་ཡིན་པས་གནད་བའི་ཐ་སྟངས་མེད་པར་
འདོད་བ་ལ། ནད་བ་ལ་བྱི་རྩིའི་ཁ་ཟས་གནད་བས་མ་ངེས་པར་སྐྱབ་པའི་ལན་དུ་སྟེ་ལྟའི་
བཅས་བ་ཡོད་མེད་སྐྱབ་ནི་འཐད་བ་མ་མཐོང་ངོ་། །སྐྱབ་བྱེད་ཀྱང་མི་འཐད་དོ།

།གནང་ན་གཤགས་པ་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །བཅས་རྒྱུ་ནང་འདོམས་པ་ལ། ལྷུང་
 བ་ཆེ་བའི་རྩེ་རྒྱུང་བ་གནང་བའི་ངེས་པ་མེད་དོ། །ལག་ཉར་རེག་པའི་ཉེས་བྱས་སྒྲོང་
 བའི་དོན་དུ་མེ་ལ་རེག་པའི་ལྷུང་བྱེད་གནང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཁ་ཅིག །ལྷུང་བྱེད་གནང་
 བ་མ་ཡིན་ཏེ། དུས་བྲན་བར་བྱས་ནས་རེག་པ་ལ་ལྷུང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་ཟེར་
 རོ། །དེ་ལ་ཁ་ཅིག །དེ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། མེ་ལ་རེག་འདོད་ཀྱི་བསམ་པ་རེག་པའི་བྱ་བ་
 དང་བཅས་པ་ལྷུང་བྱེད་སྒྲིབ་པའི་རྒྱ་ཡིན་ལ། དེ་གནང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྷ་མ་ཡིན་ན་
 ལྷུང་བ་གནང་བའི་ཐ་སྙད་རྒྱུན་ཆད་པར་འགྱུར་ཏེ། ལྷུང་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་ལ་
 གནང་བ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཞན་ཡང་། གནང་ན་ངེ་ལྷ་བྱ་གནང་། གལ་ཏེ་ནད་པ་ལ་ཕྱི་བོའི་ཁ་ཟས་ལྷ་
 བའི་ཞེན། དེ་ལ་དང་པོ་ཉིར་ནས་མ་བཅས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལྷུང་བ་ཉིད་དུ་མ་གྲུབ་སྟེ།
 གནང་བའི་ཐ་སྙད་རྒྱུན་ཆད་འདོད་ན། ལྷུང་བྱེད་དུ་གྱུར་པ་བག་ཡངས་སུ་གནང་ངོ་
 ཞེས་པ་དང་འགལ་ལོ། །དེ་ལྷུང་བྱེད་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་ཡིན་པས་སྙམ་ན། འདི་ཡང་མེ་ལ་
 རེག་འདོད་བཅས་པ་ཡིན་པས་སོ། །དུས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པས་ལྷུང་བ་མེད་དོ་སྙམ་
 ན་ཡང་། སྤྲ་མ་ལ་ཡང་རང་དགའ་མེད་པས་སོ། །དེས་ན་རྒྱུང་བའི་རྩེ་རྒྱུང་བ་
 ཐ་སྙད་ཐོབ་པས་མ་ངེས་སོ། །དགག་དགོས་ཆེ་རྒྱུང་བ་གཞན་ན་ནི། ཆེ་བའི་རྩེ་རྒྱུང་བ་
 གནང་བའི་ཕྱིར་ཏེ། བཅས་པ་མཐའ་དག་དགོས་པ་ལ་བཟོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དགག་
 དགོས་སྙམ་པ་ལ་བཅས་པ་ཆེ་རྒྱུང་འདོམས་ན་ཆེ་བའི་རྩེ་རྒྱུང་བ་གནང་བར་ངེས་ཏེ།
 བཅས་པའི་ཆད་པ་ཆེ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ཆེ་བའི་དོན་གྱི་འཛོག་བྱེད་ཀྱི་དགག་བྱུང་ཆེ་
 བར་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་བཅས་པ་ཆེ་རྒྱུང་དང་། དགག་བྱེད་ཆེ་རྒྱུང་འབྲེལ་ལམ། མ་

འབྲེལ་ཞེན། ཚ་རོང་བ་ན་རེ། མ་འབྲེལ་ཏེ། དབྱེན་དང་ཁྱག་འབྲིན་བ་དགག་བྱ་ཆེ་
ཡང་། བཅས་བ་སྒྲོམ་པོ་ལས་མེད་ལ། འཆབ་བ་དང་སྤངས་བ་རྗེས་སྤྲོགས་ལ་དེ་ལྟ་
བུའི་དགག་བྱ་མེད་ཀྱང་པམ་བར་བཅས་བའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་ཟེར་རོ། །

དེ་ལ་ཁ་ཅིག་དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། བྱ་བ་དེ་འབྲེལ་གྱི་དགག་དགོས་ལ་བཅས་བ་
གཉིས་འཆབ་བའི་ངེས་བ་མེད་ལ་བཅས་བ་རྣམས་འཛོག་གི་དགག་དགོས་ཡོད་ན།
ངེས་བས་འབྲེལ་བ་ཡོད་དེ། འདི་ལྟར་དགག་བུའི་བྱང་བར་གྱིས། མི་དང་བྱུང་འགྲོ་
བསད་བ་དང་། མི་དང་འགྲོ་བ་གཞན་ལ་བརྟུན་བ་དང་། བསྐྱེན་བར་རྫོགས་བ་དང་།
མ་རྫོགས་བ་ལ་སྐྱར་བ་བཏབ་བ་དང་། དགེ་སྲོང་ལས་གྱུར་བ་རྣམས་བ་བྱ་བ་མ་ཡིན་
བ་བྱས་བ་ལ་སོགས་བ་བཅས་བ་ཆེ་ཆུང་བཞག་བའི་གཞུང་བྱ་མ་དང་འགལ་
ལོ། །སྐྱབ་བྱེད་བྱ་མི་བྱེ་བ་ནི། བྱ་བ་དེ་འབྲེལ་གྱི་སྤྲིག་ཆེ་ཡང་བཅས་བ་མི་བྱེ་བ་ནི།
འབྱུང་ངེར་བའི་ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་ན་བྱུང་མེད་གྱིས་ཡང་ཡང་ཐོས་བ་ལ་མ་དད་བའི་
དགག་བྱ་ཡོད་ཀྱང་སྤྲེས་བ་ནས་འབྱུང་ངེར་བའི་ཕྱིར་རོ། །བཅས་བ་ཆུང་བ་བཞིན་
ནོ། །འཆབ་བ་དང་ལྷོག་བ་ལ་དགག་བྱ་ཆུང་བར་མ་བྱུབ་སྟེ། བྱུང་མེད་ལ་འཆབ་བའི་
མེད་བ་སྟོབས་ཆེ་བས་ལྟར་བ་ལ་འདེམ་བ་མེད་པར་འབྱུར་བ་དང་། རང་རིགས་གྱི་
དགེ་ཚུལ་མའི་ཁྲིམས་ལས་འགལ་ཏེ། རང་རིགས་ལ་གནོད་ཆདས་ཆེ་བའི་ཕྱིར་
རོ། །འོ་ན་བཅས་བ་ཆེ་བའི་འཆབ་བའི་དགག་བྱ་འདར་ཞེན། ངེས་བ་མེད་དེ། ཁ་ཅིག་
འབྱུང་ཉེ་བ་དང་། ཁ་ཅིག་ལྟར་བ་གཞན་གྱི་རྒྱུར་འགྲོ་བ་ལོག་བ་ཅི་རིགས་སོ། །འོ་ན་
བཅས་བ་ཆེ་བའི་རིགས་གནད་བར་མ་ངེས་བ་དང་། དགག་བྱ་ཆེ་བའི་ངོར་སྤང་བ་
འགལ་ལོ་ཞེན། སྤྲོན་མེད་དེ། གནད་བའི་རྒྱུར་བྱེད་བ་ནི། བྱ་བ་དེ་འབྲེལ་གྱི་དགག་

དགོས་ཆེ་བས་ཀྱང་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་ལ་གཉིས། དེའི་རང་བཞིན་དང་། ཇི་ལྟར་གནང་བའི་ཚུལ་ལོ། །དང་
པོ་ནི། བཅས་པ་འགའ་ཞིག་ཡིས་བར་དོར་ན། ལམ་ལུ་ཅི་རིགས་པ་རྒྱད་ལ་སྦྱེ་ལ།
བསྐྱུང་ན་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། ཆད་མ་གཏོགས་པའི་བཅས་རྒྱུ་མཐའ་
དག་གནང་སྟེ། དེ་མཐའ་དག་དངོས་སམ། བརྒྱད་པའི་སྒྲོན་མ་ལམ་མཐའ་དག་རྒྱད་
ལ་བསྦྱེད་པའི་དོན་དུ་བཅས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཁ་ཅིག་ན་ཅེ། གནང་མ་གནང་ལ་དགག་
དགོས་མི་གཙོ་ཡི། བཅས་པ་འབའ་ཞིག་གཙོ་བོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།
དགག་དགོས་ཀྱང་གཞན་ལ་གནས་ལ་བཅས་པའང་གཞན་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཞིང་
དང་། རིམ་པ་བཞིན། ཞེས་ཟེར་རོ། །གསུམ་པ་ལ་ཡང་སྤར་ལྟ་བུར་གཉིས་ལས། དང་
པོ་ནི་བཅས་པ་འགའ་ཞིག་བསྐྱུངས་ན་ངེས་པར་འཆི་ལ། མ་བསྐྱུངས་ན་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་
པའོ། །གཉིས་པ་ནི། ཆད་མ་གཏོགས་པ་བཅས་པའི་མཐའ་དག་གནང་སྟེ། ལུང་སྤར་
ལྟར་དང་། རིགས་པ་ནི། རྣམས་ཀྱི་བར་ཆད་མ་བསྐྱུངས་པའི་དགག་བྱ་གཉིས་ཕྱི་མ་ཆེ་
བའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ལ་གསུམ། ལུས་ཀྱི་དང་། དག་བའི་དང་། ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་
བར་གཙོད་དེ་དག་གི་ལུས་སྒོག་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་དག་སྤྱོད་གི་ཚུལ་གཉིས་མི་
ཆོས་ཏེ། སྤར་མ་གཉིས་ལ་ཐུག་ཀྱང་ཕྱི་མ་གཉིས་ལ་མི་ཐུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་གསུམ་
ལ་ཡང་གཉིས་ལས། རང་བཞིན་གིས་བཅས་པ་འགའ་ཞིག་བསྐྱུངས་ན་ལུས་ལ་
གཞོད་པ་དང་། དག་བའི་སྤྱོད་བ་ཉམས་པས་བསོད་ནམས་མི་ཐུབ་པ་དང་། རྣམས་
པ་ལ་སོགས་པས་ལོངས་སྤྱོད་ལ་གཞོད་པ་འབྱུང་བ་མ་བསྐྱུངས་ན་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་
པའོ། །གནང་བའི་ཚུལ་ནི། གསུམ་གྱིས་དགག་དགོས་འགྲན་པའི་ཆེ། དེ་གསུམ་

དགག་དགོས་ཆེན་གནང་། བཅས་པ་དགག་དགོས་ཆེན་མི་གནང་བས་བཅས་པ་
མཐའ་དག་གནང་བའི་ངེས་པ་མེད་དོ། །

ལུས་ལ་སོགས་པ་གསུམ་གྱི་དོན་དུ་གནང་བ་ནི། དཔེར་ན་ནད་པར་གནང་
བ་ཉལ་བ་དང་། དཀོན་མཆོག་མཆོད་པའི་དོན་དུ་སྒྲུ་ལེན་པ་དང་། ཆོས་རྒྱན་པས་
འཛིགས་པའི་ཆེ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་རེག་ཏུ་རུང་བ་བཞིན་ནོ། །གཞན་གྱི་བར་ཆད་
བསྐྱངས་པའི་དོན་དུ་ཉེས་པ་མེད་པ་ལ་གཙོ་བོ་ཡིན་མིན་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ།
ཚུལ་ཁྲིམས་སོགས་ཀྱི་བར་ཆད་གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་སྤར་བཞིན་ཏེ། གཞན་གྱི་
རྒྱད་ལས་ཞེས་པ་ནི་བྱད་པར་རོ། །རི་ལྟར་གནང་བའི་ཚུལ་ནི། རང་གི་གཙོ་བོ་
གསུམ་དང་མ་འདོམས་པའི་ཆེ། ཆང་མ་གཏོགས་པ་མཐའ་དག་གནང་སྟེ། བར་ཆད་
འསྐྱངས་པ་ཉིད་དགག་དགོས་ཆེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཙོ་བོ་གསུམ་ལ་ཁ་ཅིག་ན་རེ།
འདོམས་ན་མི་གནང་སྟེ། དགག་དགོས་ཆེ་བའི་ཕྱིར་རོ། དེ་ལྟར་རྩ་འགྲེལ་ལས། རང་
ལ་མི་གཞོད་ན་ཞེས་དང་། རང་དང་གཞན་སྤང་བར་རུས་ན་ཞེས་འབྱུང་ཞིང་། རིགས་
པ་ཡང་ལས་དང་པོ་ལ་རང་བསྐྱང་བ་གཙོ་བོའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་ན་རེ། གཞན་གྱི་སློག་གི་
དོན་དུ་རང་གི་གཙོ་བོ་གསུམ་དང་མ་འདོམས་ཡང་། ཐམས་ཅད་གནང་བར་མ་ངེས་
ཏེ། སྙིང་རྩེ་དང་ལྗན་པའི་ཞེས་དང་། མའི་རྣམ་འབྱེད་ལས། བྱད་མེད་སློན་གསུམ་ལྗན་
རབ་ཏུ་འབྱེན་པ་ལ་ལྷག་མར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ནི་མི་རིགས་
ཏེ། བཅས་པ་མཐའ་དག་དགག་དགོས་ལ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ལ། རང་གི་གཙོ་བོ་གསུམ་
དང་མ་འདོམས་ནས་བཅས་པ་བསྐྱངས་པ་བས་བར་ཆད་སྐྱངས་པ་དགོས་པ་ཆེ་བའི་
ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་རང་གི་སྐྱབས་སུ་གཙོ་བོ་གསུམ་གནང་བའི་ཚུལ་འདྲ་བས།

གཞན་གྱི་ལ་ཡང་གཉིས་པའི་དོན་དུ་གནང་བར་མཐུན་པས། མོ་ག་གི་དོན་དུ་ཡང་
གནང་བར་འོངས་ཏེ། གསུམ་པོ་ནང་གི་རྒྱ་མཆན་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རྒྱ་མཆན་ལ་
ཁྱད་པར་འབྱུང་བར་འགལ་བས་སོ། ཉེས་བྱས་སུ་གསུངས་པ་ནི། རྒྱ་མེམས་གྱིས་
བྱས་པ་ལ་ཡིན་པས་བཅས་རྒྱང་མ་གནང་བའི་ཁྱད་པར་སུ་མི་འགྲོ་ཞིང་། རབ་ཏུ་འབྱིན་
པ་ལྷག་མར་གསུངས་པ་ཡང་རབ་ཏུ་བྱུང་ཡང་། བར་ཆད་མི་སྤོང་ཞིང་། བསྟན་པ་ལ་
མ་འབྱིན་པ་དགོངས་པ་ཡིན་ཏེ། མའི་རྣམ་འབྱེད་ལས་སོ། ཁ་ཅིག་ན་རེ། རིགས་པ་
ཡང་བཅུན་མོ་འབྲེང་ལྷན་མ་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་ལྷ་མ་
ཡིན་ན་རེག་པ་གནང་ལ་འདི་མ་གནང་བར་འགལ་ཏེ། ལྷག་མར་མཚུངས་པས་
སོ། ཁྱེད་པའི་ཕྱི་མའི་རྒྱ་མཆན་ནི་མི་འཐད་དེ་རེག་པ་གནང་བ་ལ་ལྷག་མའི་ཀུན་
སྤོང་མེད་པའི་ཕྱིར། གཞན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་བར་ཆད་གསུམ་པའི་ཆེ། རང་གི་
གཙོ་བོ་གསུམ་དང་མ་འདོམས་པ་ན་གནང་བའི་དཔེ་ནི། དཔལ་ཡོན་ཅན་ལ་བདེན་
པ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་དུ་བསྟན་པ་དང་། ལུབ་ལྷག་པར་ཉལ་བ་ལ་གསུངས་པ་དང་། རེག་
པ་ལ་གསུངས་པ་གསུམ་དང་། རིམ་པ་བཞིན་ལོ་ཞེས་ཟེར། དཔལ་ཡོན་ཅན་ནི་དཔལ་
ལྷན་མ་ཡིན་མིན་བརྟག་གོ།

གཙོ་བོ་མ་ཡིན་པའི་བར་ཆད་གསུམ་ནི། རང་གཞན་གྱི་ཁྱད་པར་མ་གཏོགས་
པ་སྤར་དང་འབྲེལ། གནང་བའི་དཔེ་ནི། ནད་གཡོག་ལ་ལུབ་ལྷག་པར་ཉལ་བར་གནང་
བ་དང་། ཇི་སྤལ་བ་ལུས་ལ་འབྲུག་པར་གནང་བ་དང་། གཞན་གྱི་རིན་པོ་ཆེ་ལ་རེག་
པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་པར་གསུངས་པ་ལྷ་བྱའི་སྐྱབ་པར་མ་རུས་པས་ལྷང་བ་མེད་པ་ལ་
གསུམ་ལས། ཤེས་པ་ལ་རང་དབང་མེད་པས་ལྷང་བ་མེད་པ་ནི་བཤད་ཟེན་

ཏོ། །བཅས་པ་ནང་འདོམས་པས་ལྷུང་མེད་པ་བཞིན་སྤར་བ་ཤད་པ་ལྟར་ཡིན་ལ།
 དགག་དགོས་མཉམ་པའི་བཅས་པ་འདོམས་ན་གང་བྱང་གནང་སྟེ། གཞན་དུ་ན་
 བསྐྱབ་པར་མི་རྒྱས་པར་འགྱུར་བས་སོ། །བྱ་དཀའ་བས་བསྐྱབ་མ་རྒྱས་པའི་ལྷུང་མེད་
 བློ། མཐའ་འཁོབ་ཏུ་ལྷའི་ཆོགས་ཀྱིས་བྱ་བར་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཆོག་གི་དོན་ལ་
 གསུམ་ལས། གཙུ་བའི་སེལ་བ་པོ་ལྷུང་བ་མེད་པ་ནི། མ་བསམ་པ་བརྒྱས་ན་ཅི་ཞིག་
 ཏུ་བཞག་ཅེ་ན། མ་བསམས་པ་ཞེས་ཏེ། འཁྲལ་བས་རྒྱ་སེམས་མེད་པ་སྟེ། གདང་གི་
 ཞར་ལ་གོས་སྤངས་པ་ལྟ་བུའོ། །རྒྱ་སེམས་ཀྱིས་སོ་ཞེས་སྤྲས་ན། སེམས་གཞན་གྱི་
 ཅིར་འགྱུར་ཞེ་ན། རང་དང་ཞེས་སོ། །རང་གི་རྩལ་ལ་རྒྱ་སེམས་མེད་པ་སློམ་པ་དང་།
 གཞན་ཞེས་པ་ལ་འདི་དག་གི་བསྐྱར་རོ་ཞེས་གསུངས་ཀྱི། གཞན་ལ་གོ་བར་བྱའོ་
 ཞེས་མ་གསུངས་པ་ཅི་ཞེ་ན། རང་གི་རྩལ་སུ་ཤེས་ཀྱང་རྒྱ་སེམས་སྲིད་པ་དང་།
 གཞུང་ལས། གཞན་ལ་གོ་བར་བྱའོ་ཞེས་འབྱུང་བས་ཉེས་པ་མེད་དོ། །སྤྲ་མ་གསུམ་
 ལས་གཞན་པའི་རྒྱ་སེམས་མེད་པས་སྤངས་པ་ལ་ཡང་ཉེས་པ་མེད་དེ། དཔེར་ན།
 དག་སློང་གིས་དག་སློང་ལ་སོང་ལ་ཆེ་གོ་མོའི་ཡོ་བྱད་རྒྱས་ཤིག་ཅེས་བསྐྱོ་བ་ན།
 དེས་རྒྱ་སེམས་ཀྱིས་རྒྱ་བར་བྱེད་ན་ནི་གཉིས་ཀ་ལ་འདྲ་བར་ལྷུང་བར་འགྱུར་ལ། འདི་
 བློ་དེའི་འོ་སྤྲུམ་ན་ལེན་པ་པོ་ལ་མི་འགྱུར་ལ། རྒྱར་འཇུག་ནོས་ལ་འགྱུར་རོ། ཞེས་
 ལུས་པ་ལས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

སྟོང་ཐེ་སྟོན་དུ་བཏང་བའི་སེམས་ནི། བསྐྱོམ་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པས་འོག་
 མ་དང་མི་འདྲའོ། །གཙུ་བོ་མ་ཡིན་པའི་སེལ་བ་ནི། ཐམས་ཅད་དུ་ཞེས་པ་གཉིས་ཏེ།
 སྤྱིར་བཏང་དང་དམིགས་བསལ་ཏེ། རིན་ཐང་གི་སེལ་བ་ནི། མ་ཤག་ལྟ་ལ་སོགས་

བ་བརྒྱས་སམ། རྒྱུ་བཟུག་པ་དག་གིས་པམ་བར་འགྱུར་བར་བསྟན་ན་མཆོག་པའི་
བརྗོད་བར་བྱ་བ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་སྐྱེ་འབྱུང་ཤིང་བར་ཤོག་གུངས་བསྟན་པའི་ཕྱིར།
མཆོག་པ་བརྒྱས་ནོ། །མཆོག་པ་ཞེས་ཏེ་འོ། ཞེས་བ་ནི། འདི་ནས་སྤྱིར་རྗེ་དང་ཞེས་
བ་ཡན་ཆད་སྟོན་པའི་དབང་དུ་བྱས་བར་སྟན་པའོ། །འདི་ནི་མ་གྱིན་བ་སོགས་བཞི་
ཡོད་ཀྱང་རིན་ཐང་དུ་མ་ཆག་པ་བརྒྱས་སམ། རྒྱུ་བཟུག་པ་དང་། མངགས་པས་ཀྱང་
སྟོན་པའི་འགྱུར་བའོ། །

འདི་རྗེ་ཀླ་ལས་ཁ་ཅིག་ཏུ་ནི། ཡན་ལག་གསུམ་མཐ་གཉིས་མ་ཆང་བ་ལ་ཉེས་
བྱས་སུ་འདོད་དེ་འདི་ལྟ་སྟེ། མི་མ་ཡིན་པའི་རྒྱུད་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བ་ལ། དེར་
འདུ་ཤེས་པའམ། མིའི་རྒྱུད་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བར་འདུ་ཤེས་བ་དང་། མཆོག་པ་
བརྒྱས་བ་ནི་ཉེས་བྱས་ཏེ། ཡན་ལག་རྣམས་མ་ཆང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་བདག་
པོ་གང་ཡང་རུང་བས་ཡོངས་སུ་མ་བཟུང་བ་དང་། མཆོག་པ་དང་། མི་མ་ཡིན་པའི་
རྒྱུད་ཀྱི་ཡོངས་སུ་བཟུང་བ་དང་། དེར་འདུ་ཤེས་མེད་པ་ལ་ཉེས་བྱས་ཁོ་ནའོ། །རྒྱ་
སེམས་མེད་ན་ནི་ལྟར་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེ་ནི་དངོས་གཞིའི་ཡན་ལག་ཡིན་ལ། ལྷག་
མ་རྣམས་ནི་དེའི་བྱེ་བྲག་གོ་ཞེས་གཤམ་དེ། གསུམ་མཐ་གཉིས་མ་ཆང་བ་ནི། བས་
པའི་ཡན་ལག་ལྗེའི་སྟེང་ནས་བཅི། སྟོན་པའི་ཡན་ལག་སྟེང་ནས་མིན་ཏེ།
མཆོག་པ་མ་ཆང་བར་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་མི་མ་ཡིན་ཀྱིས་བཟུང་བ་ལ་
དེར་འདུ་ཤེས་ནས་མཆོག་པ་བརྒྱུ་བ་ནི། གཉིས་མ་ཆང་བའི་ཉེས་བྱས་དང་། མིའི་
རྒྱུད་ཀྱིས་བཟུང་བར་ཤེས་ནས་མཆོག་པ་རྒྱུ་བ་ནི་གསུམ་མ་ཆང་རོ། །བདག་པོ་གང་
རུང་གིས་མ་བཟུང་བ་དང་། མི་མ་ཡིན་ཀྱིས་བཟུང་བ་གཉིས་གཞི་གཅིག་ལ་མི་འདུ་

བས་སྟེ་མ་དང་མཆོག་པ་གཉིས་སྤྱར་ཞིང་། ཕྱི་མ་དང་དེར་འདུ་ཤེས་མེད་པ་གཉིས་
སྤྱར་ཏེ། ཉེས་བྱས་རེ་རེར་བྱའོ། སྤར་མི་མ་ཡིན་གྱི་བཟུང་བ་ལ་ཉེས་བྱས་སུ་བཤད་
བ་དང་མི་སྒྲིལ་ཏེ། འདིར་ནི་ཐང་ཆང་ཡང་འདུ་ཤེས་འཁྲུལ་བའི་གཉིས་མ་ཆང་གི་
ཉེས་བྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །བདག་གིར་བྱས་པས་སེལ་བ་ནི། བདག་པོ་ཞེས་ཏེ།
དོན་ལ་དབང་ཞིང་། སྒྲོམ་བདག་གིར་མ་བྱས་པས་བརྟུས་པ་ལ་སྒྲོམ་པོ་སྟེ། ཉན་པས་
ནད་གཡོག་ལ་དགོ་འདུན་ལ་བསྒྲུབ་པའི་ཐོང་པོག་པ་ནད་གཡོག་གིས་བརྟུས་པ་ལ་
སྒྲོམ་པོར་གསུངས་ཏེ། ལུལ་བའི་དགོ་འདུན་ལ་བདག་གིར་བྱ་བའི་སྒྲོམ་སྟེས་པས་
པམ་བ་མེད་དོ། །དོན་རྟོགས་མ་རྟོགས་གྱི་བདག་པོ་གཉིས་ཀ་མེད་པའི་གཏེར་ལ་ཇི་
ལྟར་འགྲུར་ཞེན། སྤྱི་མི་སྟུན་གྱི་རྣམས་དང་འབྲ་བར་རྒྱ་སེམས་མེད་ན་བདག་གི་བ་མེད་
པའི་ཕྱིར་ལྟར་བ་མེད་ལ། རྒྱ་སེམས་གྱིས་ལེན་ན་སྒྲོམ་པོའོ། །བདག་པོས་དོན་མ་
རྟོགས་པས་གཏེར་དེ་ཉིད་མ་ཤིག་ཀྱི་ལྷ་ལ་སོགས་པས་ཉུང་ལ། བདག་པོ་མེད་པའི་
ཕྱིར། དེ་དང་བཅས་པར་རམ། བདག་པོ་མིའམ། མི་མ་ཡིན་པས་ཡོངས་སུ་བཟུང་
ཤེས་ནས་རྒྱ་བ་ཉེས་བྱས་ཏེ། སྒྲོམ་པོའི་ཡན་ལག་ལས་ཉུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་
གྱིས་བརྟུས་ན་དངོས་གཞིར་འགྲུར་ན། རང་གི་ལ་ཅིར་འགྲུར་ཞེན་རང་གི་རྣམ་རིན་
ཐང་ཆང་ལ་དེར་འདུ་ཤེས་པ་དང་། རྒྱ་སེམས་གྱིས་བརྟུབ་པའམ། རྒྱར་བཅུག་པ་དང་།
མངགས་པས་ཀྱང་སྒྲོམ་པོའོ། །

འདིར་རྒྱུ་ལས། རང་གི་ལ་གཞན་གྱིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བར་འདུ་ཤེས་པ་
ལ་ཡང་སྒྲོམ་པོ་ཁོ་ན་སྟེ། རང་གིས་འདུ་ཤེས་པ་དང་། ཡོངས་སུ་མ་བཟུང་བར་འདུ་
ཤེས་པར་བྱས་པ་ནི་ལྟར་བ་ལ་འབྲ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཡོངས་སུ་མ་བཟུང་བ་

ལ་ཡོངས་སུ་མ་བཟུང་བར་འདུ་ཤེས་པ་ལམ། ཡོངས་སུ་བཟུང་བ་དང་བཅས་པར་
འདུ་ཤེས་པ་ཡང་སྒྲོམ་པོ་ཁོ་ནའོ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེའི་དོན་ནི་རང་དབང་བའི་རྣམ་
ལ་རང་གིར་འདུ་ཤེས་ནས་རྒྱ་བ་ནི་བསྟན་པ་ལྟར་རོ། །གཞན་གྱིར་འདུ་ཤེས་ནས་རྒྱ་
བ་ལ་རྣམ་དེ་གཞན་གྱིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བ་དང་། མ་བཟུང་བ་གཉིས་ལ་དེར་འདུ་
ཤེས་པ་དང་། གཞན་དུ་འདུ་ཤེས་ན་བརྒྱས་པའི་སྒྲོམ་པོ་བཞི་ཡིན་པ་འདྲའོ། །རང་གི་
རྣམ་ལ་མི་ལས་འགྲོ་བ་གཞན་གྱིར་འདུ་ཤེས་ན་བརྒྱ་བ་སྒྲོམ་པོ་སྟེ། གཞུང་ནི། བྱའི་
རྒྱའི་མིའི་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །སྟུམ་ན་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའོ། །འགྲོ་བ་གཞན་གྱི་རྣམ་ལ་
མིའི་འགྲོ་བའི་རྣམ་སུ་དང་། ཡོངས་སུ་མ་བཟུང་བར་འདུ་ཤེས་ན་འང་སྒྲོམ་པོ་ཁོ་
ནའོ། །བདག་ཉིད་གྱིས་བདག་གིར་བྱ་བར་བརྒྱས་ན་པམ་པར་བསྟན་ན་བདག་པོ་དང་
བྲལ་བའི་སེམས་འབའ་ཞིག་གིས་ན་ཅིར་འགྱུར་ཞེ་ན། བདག་གིར་ཞེས་ཏེ། སོགས་
པ་ནི། བཅིང་བ་དང་། བྲལ་བ་དང་། བསྐྱོད་པ་དང་། བསང་པ་ལ་སོགས་པ་བསྟུན་ཏེ།

འདིར་རྒྱ་ལམ་ཞེས་པའི་ཡན་ལག་གཉིས་མེད་ཀྱང་། མ་བྱིན་པ། རིན་ཐང་
 ཚང་བ། མིས་བཟུང་བ། དེར་འདུ་ཤེས་པའི་ཡན་ལག་དང་ལྡན་ན་མངགས་པས་ཀྱང་
 སྟོམ་པོར་གསུངས་ཏེ། དེ་ལྟར་བྱས་ན། རྩས་རྒྱད་གསལ་བྱི་སྟོམ་པོ་ལ་རིན་ཐང་ཚང་
 དགོས་པར་གསལ་ལོ། འདིར་རྒྱ་ལམ། སྟོམ་པོའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཡན་ལག་དག་
 ལས་ཆེས་ཉུང་ན་ཉེས་བྱས་སོ། རི་ལྟར་གང་ཡང་རུང་བའི་རྒྱད་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་
 བཟུང་བ་གང་ཡང་རུང་བར་འདུ་ཤེས་པས་མ་ཤ་ག་ལ་སོགས་པ་ལས་ཉུང་བ་བྲལ་
 བར་བྱས་ན་ཉེས་བྱས་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་མའི་རྒྱད་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བ་ལ་འགྲོ་
 བ་གཞན་གྱི་རྒྱད་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བར་འདུ་ཤེས་པས་བྲལ་བར་བྱས་པ་ལ་

སྒྲོམ་པོའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ལས་ཉུང་བས་ཀྱང་ཉེས་བྱས་སོ། དེ་བཞིན་དུ་མི་མ་ཡིན་
 པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཡོངས་སུ་བརྒྱང་བ་ལ་མིའི་རྒྱུད་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བརྒྱང་བར་འདུ་ཤེས་
 པས་བྲལ་བ་བྱས་ན་ཡང་ཉེས་བྱས་ཁོ་ན་ལོ། །རི་ལྷར་གཞན་དུ་རྒྱ་སེམས་ཀྱི་ལྷང་བར་
 བྱས་པ་བཞིན་དུ་འདིར་ནི་བྲལ་བའི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས་ལྷང་བར་བྱས་པ་ཉིད་དོ། །ཡོངས་
 སུ་མ་བརྒྱང་བ་ལ་ཡོངས་སུ་བརྒྱང་བ་དང་བཅས་པ་འཕམ། ཡོངས་སུ་མ་བརྒྱང་བར་
 འདུ་ཤེས་པ་ལ་ནི་ལྷང་བ་མེད་དེ། བྲལ་བའི་བསམ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་
 གསུངས་སོ། །དེ་ལ་ཡོངས་སུ་མ་བརྒྱང་བ་ནི་བདག་པོ་གཏན་མེད་པ་དང་། བརྒྱང་
 བར་འདུ་ཤེས་པ་ནི་འདུ་ཤེས་འབྲུལ་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་སྟེ་དེ་ལ་ནི་རང་དང་གཞན་
 ཀྱི་ཕྱིར་བདག་གིར་བྱེད་འདོད་ཀྱི་རྒྱ་སེམས་མེད་ན་རྗེས་བྲལ་བར་བྱས་པ་ཅུམ་ལ་
 ཉེས་པ་མེད་པ་འདྲ་སྟེ་དབྱེད་དེ། གཞོད་པའི་སེམས་ཀྱིས་སྤལ་བ་ལ་སྒྲོམ་པོར་སྒྲུས་
 བ། སེམས་གཞན་ཀྱིས་སྤལ་བ་ལ་ཅི་འགྱུར་ཞེས། སྤྱང་རྗེ་དང་ཞེས་སོ། །

པམ་པའི་སྒྲོར་བ་ལ་སྒྲོམ་པོར་སྒྲུས་ན་པམ་པ་མ་བྱས་པར་བར་སྐབས་སུ་
 ཕྱིར་བཞོག་ན་སྒྲོམ་པོར་མི་འགྱུར་བར་དོགས་པ་བཞོག་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཁྱིམ་དེ་ན་བྱད་
 མེད་ནི་མང། སྒྲེས་པ་ནི་ཉུང་ངོ་སྤར་སྒྲན་པ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བའི་མཐའི་སྒྲོར་བ་
 བྱས་ན་ཕྱིས་རྒྱན་པོ་རྣམས་ཕྱིར་བཞོག་པའི་ཕྱིར། ཕྱིར་བཅོས་པ་གཉེན་པོ་བྱས་སུ་
 ཟེན་ཀྱང་། རྒྱན་པོ་དེའི་ཙོམ་པ་དང་པོར་གྱུར་པ་དེ་མ་བྱས་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ་སྒྲོམ་པོ་
 ཁོ་ནར་འགྱུར་རོ། །སྒྲོར་བ་ལ་སྒྲོམ་པོ་དང་། སྒྲོར་བའི་སྒྲོར་བ་ལ་ཉེས་བྱས་སུ་སྒྲུབ།
 ད་ནི་དེ་གཉིས་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་དབྱེ་བ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རྗེས་ལ་ཞོམ་པའི་སྤྲ་རྡོལ་དུ་གྱི་
 ལས་ལྷང་བ་དང་། ཤམ་ཐབས་ལ་འཛིན་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་ནི་སྒྲོར་བ་སྒྲོམ་པོའི་

སྐྱོར་བ་ཉིད་དེ་ཉེས་བྱས་དང་། བོམ་པ་ནས་གནས་ནས་གནས་སུ་མི་སྐྱེད་པའི་བར་
དུ་སྐྱོམ་པོ་ལོ། །ཁོམ་པ་མང་པོ་ཡོད་པ་ལ་རི་སྐྱིད་རྒྱ་བའི་བསམ་པ་མ་ལོག་པའི་བར་
དུ་ནི་སྐྱོམ་པོ་གཅིག་ཁོ་ན་དང་། བྱིར་བསྐྱོག་པའི་བསམ་པ་བྱུང་ནས་ཀྱང་། བོམ་ན་
སྐྱོམ་པོ་གཞན་ལོ། །

སྐྱོར་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཉེས་བྱས་སུ་སྒྲིག་། ཁྱི་ལས་སྤང་བ་ལ་སོགས་པའི་
སྐྱོར་བ་ལ་ཉེས་བྱས་གཅིག་ཡིན་པ་བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་ལ་འང་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དག་
སྐྱོང་ལས་དུ་ཞུགས་པས་མཁན་སྐོབ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་གོས་ལག་དུ་གཏད་པ་ལ་
རྒྱ་བར་འདོད་ན་ཁད་ཀྱི་ཁད་ཀྱིས་གོམ་པ་སྤི་བའི་གོམ་པ་རེ་རེ་ལ་སྐྱོར་བའི་སྐྱོར་བ་
ཉེས་བྱས་ཐ་དད་པ་རེ་རེ་དང་། གང་ནས་མི་སྤྱང་བར་འགྲོ་བའི་རྐང་པ་བཏེག་པ་ལ་ནི་
སྐྱོམ་པོ་དང་། མིག་སྤྱང་སྤྱང་བར་མ་གྱུར་པ་ན་རིན་ཐང་བཅི་བར་བྱ་ཞིང་ཞེས་སོགས་
གསུངས་སོ། འདི་ལ་བདུན་པ་སྟོག་མཆོམས་ཡོད་པ་དང་། རྩས་ལ་ལོམ་པ། ཡོད་
ཅིང་ཆེ་བའི་སྐོབ་པ་ལས་ཆེ་བ་དང་། རྒྱ་ཆོགས་ཐ་དད་པས་ཐ་དད་མཆོན་ཉིད་པའོ།
ཞེས་ལུགས་གསུམ་སོ། །ཁ་ཅིག་དེ་ནི་རང་དགར་ཐད་པས་ཐ་དད་དགོངས་པ་ཅན་ཏེ།
དགོངས་གཞི་ནི་གོམས་པ་ཐ་དད་པའོ། །དགོས་པ་ནི་མི་སྟོན་པར་འགྲོ་བའི་གོམས་
པ་སྐྱོར་བར་གསུངས་པས་དེའི་སྤྱ་མ་ཉིད་སྐྱོར་བའི་སྐྱོར་བ་དང་། དེའི་སྤྱ་མ་ནམས་
ལ་ཉེས་པ་མེད་དམ་སྟུམ་པའི་དོགས་པ་བསལ་བའི་བྱིར་ཏེ། ཉེས་བྱས་སུ་བསྟན་
པའང་ཐ་དད་དུ་མ་བསྟན་ན་དོགས་པ་མི་སྐྱོང་སྟེ། སྤྱ་མས་རྒྱ་བྱས་པའི་ཉེས་བྱས་
ཡིན་ནམ་སྟུམ་དུ་དོགས་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། ཐ་དད་དུ་བསྟན་ན་སྐྱོང་སྟེ། ཉེས་
བྱས་སྤྱ་མ་བྱི་མའི་རྒྱར་མི་རུང་བའི་བྱིར་རོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དངོས་ལ་གཞོད་བྱེད་མེད་

པས་ཐ་དད་སྤྲི་བཞིན་པར་བྱེད་པ་ལེགས་སོ། །

བྱ་བ་གཅིག་པས་ལྷུང་བ་ཡང་གཅིག་གས་ཐ་སྙད་དུ་དོགས་པ་བསལ་བའི་
ཕྱིར་དེའི་ཞེས་ཏེ། སེམས་ཅད་དེའི་གཞི་ལ་རྒྱ་བ་དང་། མཆོན་གྱིས་འདེབས་པ་དང་།
གཟས་པ་དང་། ལྷུང་འདེབས་སོགས་བྱེད་པ་ན་སོ་སོ་ལ་བརྟེན་པའི་དངོས་གཞི་དང་
སྒྲོར་བའི་ལྷུང་བ་ཐ་དད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། དགེ་སློང་གནས་ནས་སྒྲོ་བ་ལ་སོགས་པའི་
སྒྲོར་བ་གཅིག་གིས་བདག་པོ་མང་པོའི་རྩལ་རྒྱ་ཞིང་། དེ་ན་ཐང་ཡང་ཆང་ན་སེམས་
ཅན་སོ་སོ་ལས་པམ་པར་འགྱུར་ཞིང་། སྒྲོམ་པོ་ཞེས་པའི་སྒྲོར་བ་ནི་གཅིག་ཁོ་ནར་
འགྱུར་བ་ལྟ་བུའོ། །གང་གི་ཆེ་སེམས་ཅན་སོ་སོ་ལས་དེ་ན་ཐང་མ་ཆང་ན་ནི་དེའི་ཆེ་
སེམས་ཅན་སོ་སོ་ལས་སྒྲོམ་པོ་ཐ་དད་པར་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་དགེ་སློང་གིས་མདའི་
སྒྲོར་བ་གཅིག་གིས་མི་མང་པོ་ལ་འཕངས་ན་སྒྲོམ་པོ་ཐ་དད་པ་དང་། ཉེས་བྱས་ནི་
གཅིག་ཏུ་འགྱུར་བ་ལྟ་བུའོ། ཞེས་ཀློག་ལས་སོ། །

འདི་ལ་སྤྲ་མ་རྣམས་སྒྲོམ་པོ་གཅིག་ཏུ་བཤད་པ་ནི་ལྷོག་མཚུངས་ཀྱིས་གཅིག་
ལ་དགོངས་ཏེ། མདའ་གཅིག་གི་སྒྲོར་བས་དུ་མ་བསད་པ་ལ་སྒྲོམ་པོ་ཐ་དད་དུ་བཤད་
པའི་ཕྱིར་དང་། སྒྲོར་དངོས་རྩལ་གཅིག་ཅིང་དངོས་གཞི་ཐ་དད་དུ་བཤད་པའི་ཕྱིར།
ཞེས་སྤྲ་བ་ནི་མི་འཐད་དེ། དེ་ལྟར་ན་མཆོམས་སྒྲོར་གྱི་དོན་སྒྲོར་པ་རིགས་གཅིག་
པས་དངོས་གཞིའང་རིགས་གས་སྟུང་པའི་དོགས་པ་བསལ་དགོས་ན། དེ་བསལ་
བར་མི་རྒྱས་པའི་ཕྱིར། མི་མང་པོ་ལ་མདའ་གཅིག་འཕངས་སྒྲོམ་པོ། བསད་པ་ལ་
བྱེད་ན་པམ་པར་ཐལ་བའི་ཕྱིར། དེས་ན་སྒྲོག་ལ་མ་གཞི་དཔེའི་མཆོན་གྱིས་བཏབ་པ་
ཅུང་མོ། །སྒྲོར་དངོས་ཀྱིས་ལྷུང་བ་རྩལ་གཅིག་ན་རྩལ་ཐ་དད་པའི་དངོས་པོ་མི་སྤྲིད་

བར་ཡང་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །ཕྱིར་བཅོས་གཅིག་གིས་འདག་པ་ཡང་སྒྲུབ་བྱེད་དུ་མི་
རུང་སྟེ། སྤྱག་བསྐལ་ལ་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་བ་གཅིག་གིས་སྒྲོང་བའི་ཕྱིར། སྤྱག་
བསྐལ་མཐོང་སྤངས་ཀྱིས་སྤྲ་རྒྱས་བཅུ་འདྲ་རྩེས་གཅིག་དུ་ཏུ་ཅང་ཐལ་ལོ། །ཕྱར་བ་
ཞེས་པ་ནི་རྩེས་ལ་ལོ་མ་ཉུག་སྒྲོམ་པོར་སྒྲུབ་པས་འདི་ལ་འདྲ་སྒྲོམ་པོར་དགོས་པ་
བསམ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གནས་ནས་གཞན་དུ་སྟེན་པར་བྱེད་ན། རྒྱས་པ་ཞེས་བྱའོ། ཞེས་སྒྲིར་བཏང་
བ་དེའི་དམིགས་བསམ་བྱ་བར་འདོད་ནས་དེ་བྱས་ནས་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་མཐར་
ཐུག་གི་རབ་དབྱེ་གསུངས་སོ། །འདིའི་མཐར་ཐུག་ལ་མ་འཆོ་ནི། གནས་སྤྲགས་ཡིན་
གྱི། རོབ་སྒྲོ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱས་བཤད་ལས། གནས་སྤྲགས་ན་ཞེས་དང་། འགྲེལ་
བ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ཀ་ནས་ཀྱང་དེ་ལ་བཤད་ཅིང་། ཐ་ན་ལྷ་བཅུ་བ་ལས་ཀྱང་། རང་གི་
ཡུལ་ནས་བྱུང་བ་གང་། ཞེས་དང་། ཁྱད་པར་དུ་སྒྲོམ་པའི་སྤྱོད་ལ་ཞེས་པའི་འགྲེལ་བ་
ལས། དེས་པ་ནི་འདི་མ་ཡིན་ཏེ། བསམ་པའི་དབྱེ་བས་བྱ་བ་དབྱེ་ལོ། །བྱ་བའི་དབྱེ་
བས་སྒྲུང་བ་དབྱེ་ལོ། ཞེས་བྱ་བ་བྱུབ་ལོ། ཞེས་དང་། ཡང་ཐོབ་སྒྲོ་དེ་མ་བྱིན་ལེན་གྱི་
བསམ་བ་དང་། སེམས་པའི་ལས་གང་དུ་མི་གཏོང་བའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་ཟེར་རོ། །

དེ་ལ་ཁ་ཅིག་ན་རེ། དེ་མི་འཐད་དེ། གཞུང་དང་འགལ་བ་ནི། འགྲེལ་བ་ལས།
མིག་གིས་མ་མཐོང་ན་རྒྱང་པའི་བྱུང་དུ་འོངས་ཀྱང་པམ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། བྱུང་བའི་
སྒྲོ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་དང་བསྐྱུ་བ་དང་། བཏུལ་སྤྲུལ་པའི་སྒྲོ་ཡོད་ཀྱི། རྒྱལ་སྤྲུལ་པའི་
སྒྲོ་མེད་ཅེས་འབྱུང་ལ། དེ་གཉིས་སྒྲོར་བ་ལ་བསྟོས་པའི་སྒྲོ་མེད་པ་ནི་མ་བྱུབ་སྟེ།
སྒྲོར་སྒྲུང་གསུངས་པ་དང་། མི་དབང་བ་ལེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་མཐར་ཐུག་ལ་

བརྟོས་བ་ཡིན་ལ། དེའང་སྒོས་བྱུང་བར་དུ་བྱས་པའི་བྱིར་དང་། ལྷ་བའི་འགྲེལ་བ་
ལས་ཀྱང་འོག་ཏུ་མ་ལྟར་ན་ཡན་ལག་ལས་འབྲེལ་བ་ཅམ་གྱིས་མ་ཡིན་ཏེ། བྱབ་པའི་
རྣམ་པར་མི་གནས་བས་ཞེས་དང་། སྒོ་གྲོས་དུ་མའི་སྐབས་ལས་ཀྱང་། སོ་སོར་མ་
དགོས་བ་ལ་ལྟར་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། བྱབ་བ་མེད་བས་ཞེས་བ་དང་འགལ་ལོ། །གལ་
ཏེ་དེ་རྣམས་གནས་བ་དང་། མཐར་ཐུག་ཏུ་འཛོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡིན་གྱི། ཡན་ལག་
ནི་མ་ཡིན་ཏེ། སྒོག་ཆགས་ལ་གཞོད་བ་ལ་སོགས་བས་བཞོད་ལྟར་བ་སྦྱེད་པའི་རྒྱ་
མཚན་ཡིན། ཡན་ལག་མིན་ནོ་བ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བ། རྒྱ་མཚན་དེ་གནས་སྐགས་
ཐམས་ཅད་ལ་དགོས་བ་དོན་ལ་བྱབ་སྒོས་ཁས་སྦྲངས་པའི་ས། ཆིག་ཅམ་ལ་མི་ཚོད་
ལ། པལ་ཆེ་བ་ལ་ཡོད་པས་ཆོག་ན་དུད་འགྲོ་གཞུག་མ་བརྟུ་བ་ན་མི་སྤང་བར་སོང་བ་
ཐམས་ཅད་ལ་པམ་པར་སོང་ཞིང་། འདོད་ན་འགྲེལ་བ་དང་འགལ་ལོ། །

རྒྱ་མཚན་ཡིན་ཡང་ཡན་ལག་ཡིན་བ་མི་འགལ་ཏེ། མ་མ་ཉམས་བ་བཞིན་
ནོ། །རིག་བ་དང་འགལ་བ་ནི་གནས་སྐགས་ཀྱི་དོན་རྩམ་འདུག་བ་ནས་སྤལ་བ་ལ་བྱེད་
ན་ས་གཞི་དང་། ཁང་བྱིས་རྒྱ་བ་ལ་མ་བྱབ་ལ། དེ་བ་མ་ཆད་པའི་གནས་ནས་ཆད་པའི་
གནས་སུ་སྐགས་བ་ལྟ་བུ་ལ་བྱེད་ན་ཐོབ་སྒོའང་གནས་སྐགས་སུ་འགྱུར་བ་མི་འགལ་
ལོ། །གོས་བསྐྱར་བ་ལ་སོགས་པའི་མཐར་ཐུག་ཐོབ་སྒོ་ལ་གསུངས་བས་མ་བྱིན་ལེན་
པའང་མཚུངས་སོ། །བསམ་པའི་དབྱེ་བ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་དོན་དུ་འདོད་ན་གཞུང་འདིའི་
མཆམས་སྦྱོར་དང་འགལ་ཞིང་སྐབས་འཆོལ་བར་ཡང་འགྱུར་རོ། །ལས་གཉིས་སུ་མ་
གཏོགས་ན་སྦྱོར་བ་དང་ཀུན་སྒོར་དུ་ཁས་སྦྲངས་བ་ལ་གཞོད་གྱི། མཐར་ཐུག་ཏུ་འདོད་
པ་མི་འགལ་ཏེ། བརྟུན་གྱི་མཐར་ཐུག་དོན་གོ་བ་ལ་འཛོག་བ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་མཐར་

ཐུག་ནི་བྱུང་སྐོམ་མ། ཐོབ་སྐོམ་ཡིན་ལ་དེ་འདྲ་རང་ལ་བྱུང་དགོས་སོ། །

ཁ་ཅིག་གཞན་ལ་སྐྱེས་ཀྱང་གོ་ཆོད་དེ། གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་རྒྱ་བའི་སྐྱབས་སུ་
 རྒྱ་བོས་མཐོང་བ་ལ་པམ་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་ཟེར་བ་ལ་ལམ་རྒྱས་གོ་བར་
 བྱས་ནས་རྒྱ་བ་ལ་རང་གི་ཐོབ་དགོས་པ་གསུངས་པ་དང་། གཞན་གྱི་ཉེས་པས་
 གཞན་ལ་གོས་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དང་། རྒྱ་བོས་མཐོང་བ་སྤྲུག་པ་ལ་དགོངས་
 པའི་ཕྱིར་མི་རིགས་སོ་ཞེས་སུན་འབྱིན་ཏེ། འོན་ཀྱང་བསམ་སྒྲུབ་མཐུན་པའི་གྲོས་
 བྱས་བ་ལྟ་བུ་མེད་ན་ཐབ་པ་དགོས་ཏེ། ལམ་རྒྱས་ཞེས་དང་། རྒྱ་གྲོས་དུ་མ་ཉིད་ཅེས་
 གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཡོད་ན་ནི་རང་ལ་ཐོབ་སྐོམ་སྐྱེས་ཀྱང་། གྲོགས་ལ་སྐྱེས་ན་ཆོག་
 པ་འདྲ་སྟེ། གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་རྒྱ་བའི་སྐྱབས་སུ་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་འདོད་
 པ་ཐ་དད་པ་དུ་མ་ལས་མ་བྱིན་ལེན་གྱི་མཐར་ཐུག་གང་ལ་བྱ་ཞེན། ཅ་བར་རྒྱ་བའས་
 ཞེས་པ་ནས། དེར་འདྲུ་ཤེས་བས་ས་ཞེས་པའི་བར་གྱི་པམ་པའི་ཡན་ལག་གསུངས་
 ལ། དེའི་དོན་རྒྱུ་ཤར། མ་བྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ཡན་ལག་ལྔ་དང་ལྔ་ན་པ་ཅམ་གྱི་པམ་
 པར་འགྱུར་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཡོད་དགོས་ཏེ། གཞན་དུ་ན་པམ་པར་མི་འགྱུར་
 པའི་ཕྱིར་རོ། །མཐར་ཐུག་ཡོད་ཚུལ་ནི། མ་བྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་རེ་རེ་བཞིན་རྒྱ་ན་
 ཞེས་པ་དང་སྤྱར་དགོས་ཏེ། གཞན་དུ་ན་ཆོག་འབྲེལ་བ་མེད་པར་འགྱུར་བས་སོ།
 དེའི་ཕྱིར་མཐར་ཐུག་ནི་བརྒྱས་པ་ཁོ་ནའོ། དེའི་དོན་ཡང་རྩས་འདི་ནི་རྩས་བདག་མི་
 དབང་ཞིང་། ཁོ་བོ་དབང་ངོ་སྤྲུལ་པའི་སྐོམ་སྐྱེས་པའོ། །གལ་ཏེ་མཐར་ཐུག་གི་དུས་དེ་
 ལ་བྱེད་ན། ལྷ་བར་བརྒྱས་པ་ན་འཕམ་ཞེས་སོགས་མཐར་ཐུག་གི་རབ་དབྱེ་བཤད་པ་
 དོན་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། སྤར་གྱི་སྐོམ་སྐྱེས་ན་ནི་ཁྱེད་དུ་གྲགས་པ་སོགས་མེད་ཀྱང་

མཐར་ཐུག་ཚང་ལ། མ་སྐྱེས་ན་ནི་ཁྱར་དུ་གྲགས་པ་སོགས་ཡོད་ཀྱང་མཐར་ཐུག་མི་
འབྲུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཞན་ཡང་། གཞུང་ལས་ཁྱར་དུ་གྲགས་པ་སོགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་དངོས་པོའི་ས་
མཆམས་བསྟན་གྱིས། རང་དབང་བའི་སྒོ་སྐྱེ་བའི་ས་མཆམས་མ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་
མཐར་ཐུག་གི་དུས་དེ་མི་འཐད་དོ་ཞེ་ན། ཚེད་པ་སྤྲ་མ་ལ་ཁ་ཅིག་ན་རེ། གཞུང་ནས་
བཤད་པའི་མཐར་ཐུག་ནི་མ་དེས་ཀྱང་། བལ་ཆེ་བས་དེར་བཞག་གོ་ཞེས་ལན་
འདེབས་མོད་ཀྱང་། འདིར་ནི། དང་པོ་ལ་མཆོན་ཁྱར་དུ་མ་གྲགས་པའི་སྒོ་ན་དུ་བྱུབ་
སྒོ་སྐྱེ་བ་དང་། གྲགས་པའི་ཆེ་འང་མི་སྐྱེ་བ་ཡོད་མོད། དེའི་དབང་དུ་མ་བྱས་གྱིས།
འོན་ཀྱང་གོས་རྒྱུད་གི་གཏོར་བ་ལྟ་བུ། ཁོ་ཐོས་ཇས་འདི་བསྐྱས་ཏེ་ཁྱར་དུ་བྱེད་
ཐུབ་ན་དེས་པར་ཐོབ་ལ། དེའི་སྒོ་ན་དུ་ནི་མི་ཐོབ་པོ་སྟམ་པའི། ཐེ་ཆོམ་ཟ་ན་རྒྱ་བའི་
དགེ་སློང་དེའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གསུངས་པ་སྟེ། འབྲེལ་བར་ཡང་། སྤྱིར་སྦྱོར་བར་
བྱས་པ་དེའི་དམིགས་གྱིས་བསལ་བར་བྱ་བར་འདོད་ནས། དེ་བྱས་ནས་ཞེས་བྱ་བ་
ནི། ཁྱར་དུ་བྱས་པས་བཟོད་རྒྱའོ་སྟམ་པའོ། ཞེས་པ་དང་། བརྟམ་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི།
བརྟམ་ཟིན་ནས་གཟོད་རྒྱའོ་སྟམ་པའོ་ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། ཚེད་པ་ཕྱི་
མའང་མི་འཐད་དེ། རྗེ་ཀླ་ལས། གང་གི་ཆེ་རྒྱུད་གིས་གོས་དག་ནམ་པར་གཏོར་བར་
གྱུར་པའམ། ཇས་གཞན་དག་གཏོར་བར་གྱུར་བ་ན། དགེ་སློང་གིས་དེ་དག་ཁྱར་དུ་
གྲགས་ཏེ། རྒྱའོ་སྟམ་པའི་བསམ་པས། དེས་དེ་དག་སྤྱད་པར་བྱེད་ན། འདི་ལྟར་མ་ཤ་
ཀ་སྤྲ་ལ་སོགས་པའི་རིན་ཐང་གི་ཆོད་གྱིས་གོས་ལ་སོགས་པ་དག་ཁྱར་དུ་གྲགས་
པའི་སྤྲ་རོལ་དུ་གནས་ནས་སྦྱོར་བར་བྱེད་ཀྱང་དེ་ལྟར་ན་འང་པམ་པར་མི་འགྱུར་ཏེ།

དེའི་ཆེ་ན་དེ་ལ་བསྟུང་སྟེ་ལཱ་འདི་གྲོ་ཡོད་ཀྱི་ཀྱང་སྟེ་ལཱ་འདི་གྲོ་མེད་ལཱ་འདི་ཕྱིར་རོ།

འདིར་གཞུང་ནི། འདི་ལྟར་བཅོ་ལྔ་ག་མཁན་གྱི་གོས་བཉེང་བ་རྒྱུད་གིས་ཁྲིང་
 ཞིང་། དགེ་སློང་དེ་ལ་སྐྱོར་བས་རི་སྤྱིད་དུ་འོས་པར་མི་བྱེད། ཉུག་པར་མི་བྱེད་པ་དེ་
 སྤྱིད་དུ་ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་དོ། འོས་པར་བྱེད། ཉུག་པར་བྱེད། གོས་དག་སྤྱད་པར་
 བྱེད། བས་པོར་སྐྱེ་བར་བྱེད་ཅིང་། རི་སྤྱིད་དུ་གནས་ནས་གནས་སུ་སྐྱེད་པར་བྱེད་ན་
 ཞེས་གསུངས་པས་གོས་འཛོར་བ་སྤྱད་པ་དང་། མེ་ཉོག་དང་འབྲས་བུ་ཐོགས་པ་
 གནས་སུ་སྐྱེད་པར་བྱེད་ན་རྒྱས་པར་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། རིན་ཐང་བཅི་བར་བྱ་ཞིང་
 “ཞེས་”¹ གསུངས་ཏེ། དེ་བཞིན་དུ་འོག་མར་ཡང་གཞུང་དང་ཞིང་དོགས་པ་བཅད་དོ། །

དོགས་པ་ནི་སྤང་པས། ཁྱེད་དང་སྤང་པོའི་གསལ་ཁ་མེད་པར་གནས་ནས་
གནས་སུ་སྡེད་པར་བྱེད་ན་ཞེས་གསུངས་པ་གོས་ཐོར་བ་སྤྱད་པ་དང་། མེ་ཏོག་དང་
འབྲས་བུ་ཐོགས་པའི་ཆེ་འང་གནས་སྤགས་ཡོད་པས་རིན་ཐང་ཅི་པའི་དུས་ཡིན་ནམ་
སྤུངས་པའོ། །དེ་གཙོན་པ་ལ་སྤྲེལ། གནས་ནས་སྤོ་བར་བྱེད་ཀྱང་པམ་པར་མི་འགྱུར་
ཏེ། དེའི་ཆེ་རྒྱུ་སྤུངས་པའི་སྤོ་མེད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱགས་ལ་པམ་
པར་འགྱུར་པའི་དུས་སུ་ནི་རྒྱུ་སྤུངས་པའི་སྤོ་ཡོད་པར་ཁས་སྤངས་པས་མཐར་ཐུག་
བསམ་པ་ལ་ལྟོས་པར་གསལ་ཞིང་། དེ་ཡང་སྤར་བཤད་པ་ལྟར་མཐར་ཐུག་ལ་ལྟོས་
པའི་རྒྱ་བའི་བསམ་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་ཐོབ་སྤོ་ལས་གཞན་དུ་མི་འཐད་པའི་སྤྱིར་རོ།
མདོ་དང་པོ་གཉིས་ལས་མཐར་ཐུག་གི་དུས་སུ་རྒྱ་བའི་བསམ་པས་དགོས་པར་
གསུངས་པ་ནི། གཞན་ལ་འང་མཆོན་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་མཆོན་བྱེད་པར་མེད་པའི་སྤྱིར་

དོ། བྱམ་པའི་ཞེས་པས་གཅད་པར་བྱ་བའི་དོགས་པའི་གཞི་ནི་ལུང་ལས། མཆམས་
ལས་འདས་ན་ཞེས་སྟོས་ཀྱི། རྩས་ཀྱིས་བྱམ་པའི་ཕྱི་རོལ་གྱི་མཆམས་ཞེས་མི་འབྱུང་
བས། རྩས་ཀྱི་བྱམ་པའི་མཆམས་ཡིན་ནམ་སྟམ་པའོ། ཞེས་སྟེ་མ་རྣམས་ཟེར་
དོ། །དེའི་མཆན་ཉིད་ཅེས་པ་ལ་མཆམས་གཉིས་ལས་གསལ་བས་བཅད་པའི་
མཆམས་ནི། བརྟེན་པ་དང་། ཅིག་པ་དང་། ཚུ་སྦྱང་གང་གིས་བཅད་པ་འཛིག་རྟེན་
ལས་བྲགས་པའོ། །

ཅིག་ཤོས་ནི། རབ་རྩ་མི་མདོན་པའི་སྦྱང་པ་འཛིག་རྟེན་ལས་རོ་བོ་བདག་ཉིད་
མ་བྲགས་པ་དེ། དེའི་མཆན་ཉིད་ནི། ས་ཞག་འབྲ་བར་གྱོང་ཞིང་བྲགས་པ་ནི་གྱོང་
བྲགས་པའོ། །ཕྱོགས་གཅིག་རྩ་རལ་བ་ནི་གས་པའོ། །ཡི་གེར་བྲིས་པ་ནི་བྲིས་
པའོ། །ཚོན་ཁ་དོག་གཅིག་ལས་ཁ་དོག་ཐ་དད་ནི་ཁ་དོག་གཞན་ནོ། །སྟོ་སྟེགས་དང་།
རེ་ལྗེ་ལ་སོགས་པ་ནི་བར་མཆམས་སོ། །ཞིང་ལོག་པའི་སྤང་རྒྱལ་ལ་སོགས་ནི་བར་
ཆད་དེ། སྤང་སྒྲལ་གྱི་རོས་གཉིས་ནི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། རོས་དེ་
གཉིས་ནས་གནས་པའི་ས་གཞིའི་ཆ་གཉིས་ཀྱི་དབྱུས་ན་གནས་པའི་ཕྱིར་མཆམས་
སོ། །གལ་ཏེ་བརྟེན་པ་དེ་སྦྱ་དང་ཁ་ད་ཆད་དུ་གང་ན་ཆད་གཅིག་རྩ་བརྫོད་པར་བྱ་ལ།
གལ་ཏེ་མ་གང་སྟེ་དེར་དབྱིག་བྱའམ། འབེག་གམ། རེ་ལྗེས་བར་བཅད་པ་ནི་ཕྱོགས་
སོ་སོར་བརྫོད་པར་བྱའོ། །སྟོག་ཆགས་ཀྱི་ལུས་གཅིག་པས་བར་ཆད་གཅིག་ཡིན་
པར་དོགས་པ་བསལ་བའི་ཕྱིར་སྟོག་ཆགས་ཞེས་ཏེ། སོགས་པས་ནི་ས་དང་། སྟམ་
བར་དུ་བཅད་པ་ལ་སོགས་པ་བསྟུས་ཏེ། དེས་ན་ཅིབ་མ་ཞེ་གཅིག་གི་ཕྱོགས་ཐ་དད་
པ་རྟག་རྩ་རུང་བ་བཞིན་གྱི་བར་དུ་སྟོས་ན་བརྟུས་པའོ། །ས་ལ་སོགས་པ་རྩ་ལ་

སོགས་པས་གཡོགས་པ་ལའང། ས་ལ་སོགས་པ་དེ་གཞི་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གནས་ཡིན་
 གྱི། གཡོགས་མ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་སྟེ་དོགས་པ་བསལ་བའི་ཕྱིར་གདིང་བ་ཞེས་
 སོ། །རྩ་དང་། ཉགས་ཆའ་སོགས་པ་འབྱུང་བའི་སྐྱེ་བ་ནི། རས་གཞག་པ་བསྐྱོད་པ་
 ཅམ་ནས་བརྒྱས་པ་དང་འབྲ་བར་སྐྱེ་བ་ཡང་གནས་ནས་བསྐྱོད་པ་ཁོ་ནས་བརྒྱས་པ་
 ཞེས་བྱའི། ཅ་བ་ནས་བཏོན་པ་ཅམ་གྱི་མ་ཡིན་ཏེ། རིལ་གྱིས་ཁྱེད་ནའོ། །ཤོ་གམ་རང་
 གི་གནས་ན་འདུག་པའི་ཕྱིར་རི་ལྟར་བརྒྱས་པར་འབྱུང་ཞེན་ཤོ་གམ་ཞེས་སོ། །ཤོ་
 གམ་གྱི་གནས་སུ་ཕྱི་ནས་ཕྱིར་བསྐྱོག་གམ། སྐབས་སུ་གཟུར་ཏེ་འགོ་བ་ལ་ནི་ཡུལ་
 ཆོས་དང་སྦྱར་རོ། །མི་ནི་འགོ་འོད་ལ་སོགས་པ་དང་ལྡན་ན། དེ་རི་ལྟར་བརྒྱས་པར་
 འབྱུང་ཞེན། མི་ལ་ཞེས་སོ། །བཏགས་པ་རི་ལྟར་བརྒྱས་པར་བཞག་ཅེན། དུད་འགོ་
 ཞེས་ཏེ། རི་དྲགས་སྐབས་སུ་ཚུད་པ་དང་། ཉ་དོལ་ལ་ཐོགས་པ་སྦྱང་བ་ལྟ་བུའོ། །བརྟོད་
 པ་ནི། དུད་འགོའི་ནང་དུ་འགོ་བ་སྐྱར་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་བཏགས་པའོ། །དེ་ཡང་
 བདག་པོ་དང་། རི་བོ་ཕྱི་བཞིན་དུ་འབྲང་ན་དེ་ལས་དང་། དེ་གཉིས་གཤེད་ན་འདུག་
 བ་གནས་དེ་ལས་དང་། དེ་གཉིས་མེད་ན། ལྷ་ལས་མི་སྣང་བ་ན་བརྒྱས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་
 བོ་དུད་འགོ་རང་གིས་རང་གིས་འགོ་བའོ། །མཐུས་བཀྱི་དགོས་པའོ། །སྐྱ་སྦྱང་སྟེ་བར་
 དགོས་ན་ནི། བག་ཆ་བ་མེད་པའི་ཡུལ་དུ་ནམ་ཕྱིན་ཏམ། དབང་དུ་བྱས་པར་མ་གྱུར་
 གྱི་བར་དུ་བརྒྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །མི་ལ་སོགས་པ་འའ་དེ་བཞིན་ནོ། །

བསྐྱགས་པ་ཞེས་པ་ལ། ལྷན་མ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ལས་“གཅིག་པོ་ཁོ་
 ཞིག་གིས་གཤེད་མཐོང་ན་ཡང་། དེའི་ཆེ་ཐམས་ཅད་གྱིས་མཐོང་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ།

འདི་ལྟར་གཏེར་ལ་ཁོ་ན་བསྟན་པ་བཞིན་དུ་ནུ་བ་དེ་ལྟ་བུ་རྒྱ་བ་གཞན་དག་ལ་ཡང་
དེ་ཁོ་ན་གཞན་སྐྱབ་པར་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་པས་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུའི་སྐྱར་བ་གྲོས་
བྱས་ཐམས་ཅད་ལ་གང་རུང་གཅིག་ལ་བྱལ་སྒྲོལ་སྒྲེས་པས་ཆོག་གོ། བྱི་བཞིན་འབང་
བ་ནི་བྱི་བཞིན་འགྲོ་བའོ། བང་བྱན་བྱེད་པ་ནི་ཆོས་གོས་ལ་སོགས་པ་འབུལ་
བའོ། བྱར་བཞི་བྱི་བྱར་དུ་འགྲོ་བའོ། འབྱངས་པ་ནི། རྩས་བདག་གིས་མདུན་ནས་
རིང་དུ་བྱིར་བྱར་ཏེ་སོང་བའོ། འབྱམས་པ་ནི། གཤོད་ནས་ཐང་ལ་བྱང་བ་དང་།
མདོན་པར་སྐྱབས་ཡོད་ནས་ཐེབས་པར་འཇུག་པ་དང་། གནས་ཁང་ནས་བྱིས་དུ་
དང་། ཡང་ཐོག་ནས་ཡང་ཐོག་གཞན་དུ་འཛིག་པ་དང་། དེ་དག་ནས་སྒྲོག་པ་དང་།
དང་པོ་ལ་འབབ་པ་དང་། གཉིས་པ་ལ་འགྲོ་བ་དང་། བཞི་པ་ལ་འབབ་པ་ཞེས་སྐྱར་
རོ། འཇུག་པ་ནི་གནས་ཁང་དུ་འོ། འཛིག་པ་ནི་ཡང་ཐོག་གཞན་དུ་འོ། གཞན་གྱི་
ཞེས་པ་ནི། དགེ་སློང་གིས་རང་གི་ལས་ཀྱི་མཐའ་བྱལ་པར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་གཞན་གྱི་
ལས་ཀྱི་མཐའ་དག་ཏུ་ཆུ་དཀོན་པའི་དུས་སུ་འགོག་བའམ། མོད་པའི་དུས་སུ་གཏོང་
བ། རང་དང་གཞན་གྱི་ལས་ཀྱི་མཐའ་བྱལ་པ་དང་། སྤང་བར་བྱ་བའི་བསམ་པས་བྱེད་
ལ། རྒྱ་དེས་དེ་ལྟར་བྱར་ན་ཞིང་གི་ཡོན་ཏན་ལས་བྱར་པའི་སྐྱེད་བྱལ་པ་མ་གཏོགས་
པ། ཆུ་གཏོང་དགོག་ལས་བྱར་པའི་རང་གཞན་གྱི་ལས་ཀྱི་མཐའ་བྱལ་པ་དང་། སྤང་
བ་གང་ཡིན་པ་དེ་བརྒྱས་པའོ། འོག་གཟུར་ནི། འོག་གཟུར་ཡུལ་མའི་ནང་དུ་
གཤགས་འབྱེད་ན་ཞེས་དང་། སྒྲོར་བ་མ་བཏང་པའི་རྒྱལ་བ་དེ་ནི་ཞེས་སོ། །

བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཉིས་ལས། ཤོ་གས་དང་འབྲེལ་བ་ལ་བརྒྱད་དེ། གང་ནས་
གཞལ་བའི་གནས། གང་ལས་གཞལ་བའི་རྩས། གང་ལ་གཞལ་བའི་བདག་སོ། །ཆ་

ཅི་ཙམ་གཞལ་བ། དེ་ལས་འདས་པའི་ལྷུང་བ། ལྷོག་མཆམས་ལྷུང་མེད། བརྒྱད་པའི་
བསྐྱབ་བྲ། མཆོན་པའི་དོན་ནི། །དང་པོ་ནི། གཞན་ལས་འདས་པ་ལ་ལྷུང་བ་མེད་པས་
ཤོ་གམ་གྱིས་ས་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་སྒྲངས་པ་དང་། རྣམ་མཁའ་ལས་འདས་པ་ལྟ་བུ་
མ་ཡིན་པར་ས་ཁོ་ནས་ཡིན་པ་དང་། དུལ་ཆས་ཀྱི་གཅོད་ན་གཞལ་གྱིས་། བསྐྱར་
ཡང་མི་གཅོད་ན་གཞལ་མི་དགོས་ཏེ། མཉན་ཡོད་ཀྱི་ལེགས་པར་སྦྱར་བའི་ཤོ་གམ་
ནི། །གཉིས་པ་ནི། ཉ་ཆོང་གི་རྒྱར་བྱེད་པའི་ཐོང་རོ། །ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཐོང་མ་ཡིན་པ་
ལས་ཀྱང་གཞལ་དགོས་ཏེ། པ་མ་དང་། དཀོན་མཆོག་གི་དོན་དུ་ཁྱེར་བ་ལ་ཡང་བྱིན་
པས་ཞེས་དང་། །ཁ་ཆར་བཅད་པ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་ཟེར་རོ། །

དེ་ལྟར་ན་སྒྲོམ་ཙམ་ལས་དུ་མི་འཇུག་པར་འགྱུར་ཏེ། འཆོ་བའི་སྦྱོད་ལ་ཡང་
ཤོ་གམ་གཅོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མ་ངེས་སོ་ཞེ་ན། ལས་དུ་འཇུག་དེ་གོས་དང་བཅས་ཏེ་
འཇུག་ན། ཤོ་གམ་གཞལ་དགོས་དང་བཅས་ཏེ་འཇུག་ན་ཤོ་གམ་གཞལ་དགོས་
བཅས་ཏེ་ལས་དུ་འཇུག་པར་མི་བྱའོ། ཞེས་པ་དང་འགལ་ཞིང་། ཕྱི་མ་ལྟར་རབ་ཏུ་
སྒྱུར་བའི་རྟགས་ཉམས་པར་འགྱུར་རོ། །བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ལས་ཀྱང་། མཆོད་པ་
དང་། ལམ་བརྒྱགས་དང་། སྦྱིས་དང་། པ་མའི་དོན་དུ་ཁྱེར་བ་ཤོ་གམ་སྦྱིན་པར་མི་
བྱ་སྟེ། ཉ་ཆོང་གི་རྒྱར་མི་ཁྱེར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཤོ་གམ་པས་ཀྱང་ད་ལ་ཐོང་དང་འབྲ་
བར་མི་སྒྲངས་སྟེ། མ་བྱིན་ལེན་གྱི་སྟེག་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་གསུངས་པས་
འཆོ་བའི་སྦྱོད་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་ཤོ་གམ་གཞལ་མི་དགོས་སོ། །ཁ་བསྐྱར་བ་དང་
ཁ་ཆར་གཅོད་པ་སོགས་ནི། དེ་ལྟར་བྱས་ན་དུལ་ཆོས་ཀྱི་ཤོ་གམ་མེད་པའི་དབང་དུ་
བྱས་པའོ། །པ་མ་དང་དཀོན་མཆོག་དོན་དུ་ཁྱེར་བ་ལ་བསྐྱགས་པ་བརྗོད་ཀྱང་འདོད་

ན་སྤྱིན་ཞེས་པ་ནི། དབང་ནས་འངལ་བ་མ་ཡིན་གྱི། ཁ་མཆུ་སྤངས་པའི་བྱིར། གསུམ་
པ་ནི། གྲེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ལས་ཆོས་བཞིན་དུ་བསྐྱང་བ་དང་། སྦྱོབས་པ་དང་། སྤེད་
པ་དང་། གྲུན་འགོང་པར་བྱེད་པ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། རྒྱལ་པོ་གཞན་གྱི་དམག་གི་དང་།
རང་གི་དང་། ཆོང་པ་ནང་གི་འཛིགས་པ་ལས་དང་། རིགས་ཆོད་དུ་ལེན་པ་དང་གོ་
རིམ་བཞིན་ནོ། །

བཞི་པ་ནི། འདུལ་བ་ལས། ཅི་ཅེས་གཞལ་མ་གསུངས་ཀྱང་། དུལ་ཆོས་དང་
སྤྱར་ནས་ཐོང་ལ་ཉི་ཤུ་ཆ་ལེགས་པའོ། །ལྷ་པ་ནི། ཡན་ལག་གཞན་ཆང་ན་པམ་པ་
དང་། མ་ཆང་ན་སྒྲོམ་པོ་སོགས་སོ། །དུག་པ་ནི། རྒྱ་སེམས་མེད་པའོ། །བདུན་པ་ནི་
གཞུང་ལྟར་རོ། །བརྒྱད་པ་ནི། རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ལ་བྱ་བཅས་འབེབས་པའི་ཆ་དེ་གཞལ་
དགོས་པའོ། །ཆོག་གི་དོན་ནི། རྒྱ་སེམས་མེད་པ་ཞེས་ཏེ། དག་སྒྲོང་ལ་ཤོ་གམ་མི་
བཅད་པར་མ་གནང་བའི་ཆེ་རྒྱ་སེམས་མེད་པས་རང་གི་རྩ་སོ་གམ་གཞལ་དགོས་
པ་མི་གཞན་གྱི་ལག་ནས་ཤོ་གམ་གྱི་གནས་ནས་འདའ་བར་བྱེད་པ་དང་། ཤོ་གམ་མི་
བཅད་པར་གནང་བའི་ཆེ་རྒྱ་སེམས་མེད་པས་གཞན་གྱི་རྩ་སོ་གམ་གཞལ་དགོས་
པ་རང་གི་ཤོ་གམ་གྱི་གནས་ནས་འདའ་བར་བྱེད་པ་ལ་མ་བྱིན་ལེན་དུ་གཏོགས་པའི་
ཉེས་པ་མེད་དོ། །དེ་ལ་དང་པོ་ནི། དག་སྒྲོང་གིས་ཆོད་པའི་འོག་ཏུ་གཏད་པ་ལ་ལྟང་
བར་མི་འགྱུར་བར་གསུངས་ཏེ། མི་འགྱུར་ལུགས་ནི། དག་སྒྲོང་འདི་སྙམ་དུ། ཆོང་པ་
འདི་དག་ནི་ཤོ་གམ་པ་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ལེན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །སྙམ་ན་རྒྱ་
སེམས་མེད་པར་རིགས་ཀྱི། གཞན་དུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ནི། དག་སྒྲོང་གིས་གཞན་གྱི་ཤོ་གམ་བརྒྱས་པ་ལ་ལྟང་བར་མི་

འགྱུར་བར་གསུངས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་རང་གཞན་གྱི་རྩམ་ལ་ཤོ་གམ་གནང་མི་གནང་གི་
བྱེ་བྲག་མི་ཤེས་ན་སྤྱད་བར་མི་འགྱུར་གྱི། ཤེས་པ་ན་ནི་ལས་འབྲས་ཁོ་ནའོ། །དེ་
རྣམས་ནི། རྒྱ་སེམས་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བས་བསྟུས་ཏེ། མདོ་དང་པོ་འདིས་རྣམ་འབྱེད་
ལས་སྤྱད་བར་མི་འགྱུར་བའི་ཆོག་གནང་བ་དེའི་དགོངས་པ་བཤད་དོ། །

ད་ནི་ཤོ་གམ་གྱི་གནས་ནས་གཞལ་དགོས་པའི་སྟོན་འདའ་བར་བྱ་བ་ལ་གང་
གི་ཤོ་གམ་གཞལ་བར་བྱ་བ་དེ་བསྟན་པའི་བྱིར། གང་གིས་ཞེས་ཏེ། “ཆོང་”ལ་ལོག་
བ་གང་གིས་དགེ་སྟོང་ལས་ཤོ་གམ་གཞལ་དགོས་གྱི། སྟོན་སྒྲུངས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་
ལ་ཤོ་གམ་སྦྱིན་པར་བྱ་ཞིང་དགེ་སྟོང་གིས་ཀྱང་འདིས་རང་གི་ཤོ་གམ་སྦྱིན་པར་
འགྱུར་རོ། །སྟམ་པས་རང་གཞན་གྱི་ལག་ཏུ་སྟོན་གཏང་པར་བྱའོ། །ཤོ་གམ་མི་བཅད་
པར་གནང་བ་ལ་ཆོང་པ་ལ་སོགས་པ་གཞན་གྱི་རྩམ་ཤོ་གམ་མི་བཅད་པར་གནང་
བས། ཆོང་པ་ལ་སོགས་པ་གཞན་གྱི་ཤོ་གམ་གནང་བའམ། གསུག་བྱིན་པ་ལ་ལོག་
པས་མི་བཅད་པར་བྱས་པ་དག་གིས་རང་གི་རྩམ་ཤོ་གམ་གཞལ་དགོས་པ་སྒྲུབ་ར་
མི་བྱའོ། །དེ་ནི་ཆོང་པས་དགེ་སྟོང་གི་རྩམ་འདའ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པས་མ་བྱིན་
ལེན་དང་འབྲེལ་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཐབས་དེས་སྒྲུབ་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །འོན་
ཀྱང་ཚུལ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་བཀག་སྟེ། དགེ་སྟོང་འདི་དག་ནི་སྦྱ་ཐབས་ཀྱིས་འདའ་
བར་བྱེད་པས་ཐབས་ཀྱིས་རྒྱལ་ཞེས་ཁ་ཟེར་བ་དགག་པའི་བྱིར་རོ། །ཤོ་གམ་གཞལ་
དགོས་པ་དང་བཅས་པ་ཞེས་པ་ལ། རྒྱང་གྲགས་སུ་སོང་ན་དངོས་གཞིའི་ཉེས་བྱས་
རེ་རེ་དང་། རྒྱང་གྲགས་བྱེད་དུ་ནི་སྦྱོར་བའི་ཉེས་བྱས་སྤྲོ་མོ་རེ་རེའོ། །ཆིག་དེ་ནི་

འཕོངས་པའི་དུས་སུ་དམིགས་བསལ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། དེར་དགེ་འདུན་གྱི་ལ་
སོགས་པ་གསེར་གྱི་མཐར་ཐུག་པ་བསྐྱར་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར། ཞེས་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

བཏགས་ཟིན་པའི་ཆེ་བ་ལ་སོགས་གྱི་ཁ་ཆར་དང་། དང་པོ་འཐག་པར་རྩོམ་
པའི་སྟོན་ཤིང་གི་སྐབས་ཀྱི་ཕན་ཚུན་ཆར་བཅད་པའོ། །གཞན་གྱི་སྦྱོང་བ་ནི་གཞན་
གྱི་འཆོ་བའི་ཐབས་སོ། །དེ་བདག་པོ་ལ་སོགས་པ་གཞན་ལ་འདམ་པོ་མི་བྱའོ། །དེ་
ཉིད་ནི་ཡིད་གཙུགས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དོན། འོག་མ་སྟེ། མཛེས་བཤེས་ཐ་མ་ལ་ཡིད་
གཙུགས་འབྲིང་དང་། ཆེན་པོ་མི་བྱ་ཞིང་། འབྲིང་ལ་ཆེན་པོ་མི་བྱའོ། །ཡིད་གཙུགས་
པར་བྱ་བའི་རྣམ་པར་དག་བ་དེའི་རྒྱ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར། དེ་ནི་ཞེས་ཏེ། ཐུག་པ་ནི་
འགྲོགས་བཤེས་སོ། །ཡིད་དུ་འཐད་པ་ནི་སྟོན་འགྲིན་ནོ། །ཟླ་མ་ནི་མཁའ་སྟོན་པོ། །

སྐབ་པར་འོས་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། རོས་པ་དང་། གཏོང་བ་ལ་སོགས་པའི་
ཡོན་ཏན་རྗེས་སུ་བྲན་ཞིང་། བྲན་ན་ཡོན་ཏན་དེ་དག་སྐབ་པར་བྱེད་བའོ། །སྦྱིན་པ་
དང་། བསྟེན་བཀྱར་ལ་སོགས་པས་མཆོད་པར་འོས་པ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས། རོས་པ་།
གཏོང་བ་ལ་སོགས་པས་བསྟོད་པར་འོས་པ་དང་། སྐངས་ན་དགའ་བ་ནི་བདག་གིས་
དེའི་ཆོས་གོས་དང་ལྷང་བཟེད་ལ་སོགས་པ་སྐངས་ན་དེ་དག་འཁོ་སྦྱས་དུ་ཡིད་ཆེས་
པ་ཡོད་པ་སྟེ། ཐུག་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ནི་ཡིད་གཙུགས་པར་བྱ་བ་སྟེ། རྒྱུང་དུ་།
འབྲིང་དང་། ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་སོ། །ཐུན་ཆོགས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་
ཡོངས་སུ་བརྩེད་བ་དང་འབྲེལ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ནི། ཆོས་རྒྱན་དག་གིས་འགྲོན་པོ་
ཉ་བཅོས་པ་དང་། ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་དང་བཅས་པའི་དུར་ཁྲིད་དང་། འཛིག་རྟེན་པའི་

སྒྲ་ཁང་དང་། མོག་ཤིང་གི་དབྱུག་མ་ལ་སོགས་པ་ཡོངས་སུ་བཟུང་བ་དང་བཅས་
པའི་རྫས་བདག་སོས་གནང་བ་ལས་གཞན་པའི་ཐབས་འདི་བྱག་དར་ཁོད་དོ། ཞེས་
དང་། འདི་ནི་ངས་འཛིག་རྟེན་པའི་སྒྲ་ཁང་བཅིགས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། ངའི་ཡིན་
ནི་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཐབས་ཀྱིས་བདག་གིར་མི་བྱ་བ་སྟེ། བདག་གིས་ཐོབ་པར་
མི་བྱའོ། །

དག་སྟོང་དང་ཞེས་པ་ནི། རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་བར་སྟོང་བ་དང་། མི་སྟོང་བའི་
སྟོག་པ་ནས་བསྟན་གྱི། མ་གྱིན་ལེན་སྤངས་པའི་ཕྱིར་ནི་མ་ཡིན་ནི་ཞེས་ཁ་ཅིག་ཟེར་
དོ། །ཁ་ཅིག་ནི། དེ་དག་འགྲོ་འདོད་ན་བཟུང་བ་ལ་མ་གྱིན་ལེན་དང་། མི་འདོད་ན་ལྟང་
བ་མེད་དེ། རྫས་རང་ལ་སོས་པའི་ཕྱིར་དོ། ཞེས་སྒྲ་བ་ལ་རྫས་སོས་པ་ཅམ་གྱིས་རང་
དབང་ན་མི་རྟ་རྟ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་པམ་པ་མི་སྟེ། བར་ཐལ་ལོ་ཞེས་ཟེར་དོ། །ཁྱས་
པས་བརྗོད་པ་ལ་དང་པོའི་སྐབས་ནི། ཀ་ཀ་ནི་ཞེས་སོགས་སོ། །རྟ་བའི་གནས་དང་
ཞེས་དང་། རྟམ་འབྲེད་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ནི། སྤྲ་མས་ཀཏུ་བ་ཤའི་བཞི་ཆ་ངོས་
འཛིན་ལ། འདིས་མ་ལག་དུ་ལ་ཀཏུ་བ་ཤར་བྱེད་པ་ངོས་བཟུང་བའོ། །ཆེ་བ་ཞེས་པ་
ནི་རིན་ཐང་གི་ཆོད་མེད་པས་དེ་བརྟུས་པ་ལ་པམ་པར་མི་འགྱུར་དོ། །སྟམ་པ་བསྟོག་
པའི་ཕྱིར་དོ། །མ་ལག་ལ་སོགས་པ་ཞེས་པའི་སོགས་ཀྱིས་ནི་བྱུག་ནས་གྲངས་མེད་
པའི་བར་འཛིན་ནོ། །རྟུང་བ་ཞེས་པ་ལ་སྟོམ་པོའི་ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་པ་ནི།
མི་དང་འགྲོ་བ་གཞན་གྱིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བའོ། །མཆོད་པའི་དོན་དུ་འདི་ནི་བདག་
གི་སྟོན་པའོ། །བདག་གིས་འདི་ལ་བཀུར་སྟེ་བྱའོ་སྟམ་དུ་རྟ་ཉེས་བྱས་སོ། །གང་ལ་
བསྟམས་ནས་གཞན་དུ་དཔེ་འཛིན་བར་བྱེད་པ་དེ་ནི་དཔེ་བྱེ་བའོ། །འདི་དང་སྤྲ་མ་གཉིས་

ལ་རྒྱ་སེམས་ཡོད་པར་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་ཐལ་ལོ། །བདག་པོའི་སྐབས་ནི་དེའི་
ཞེས་ཏེ་མདོ་གཉིས་སོ། །

ཕྱི་མ་ལ་ཁ་ཅིག་། རྒྱ་ངན་ལས་མ་འདས་པའི་དུས་ཀྱི་དགོར་བརྒྱས་པ་ལ་པམ་
བ་དང་། འདས་པ་ལ་སློམ་པོའི་ཞེས་མ་འཆོ་འདོད་པ་ལ། གཞན་དག་སོ་ཐར་གྱི་
འགྲེལ་པ་མགོ་གཞོན་ལས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་དགོར་བརྒྱས་ན་མི་པམ་སྟེ། ཡོངས་སུ་
བརྒྱང་བ་མེད་པས་སློམ་པོའོ་ཞེས་དང་། དེའི་འགྲེལ་རྒྱུ་ལས། བཅོམ་ལྡན་འདས་
དང་ཉན་ཐོས་རང་རྒྱལ་བའི་ནོར་བརྒྱས་པ་ནི། ལྷའི་ནོར་བརྒྱས་པ་དང་འབྲེལ་ ཞེ་
འབྱུང་བ་དང་། བདག་འཛིན་མེད་པའི་ཕྱིར་སློམ་པོའི་ཞེས་ཟེར་མོད་ཀྱི། ཅ་འགྲེལ་
མཁན་གྱི་བཞེད་པ་ནི་སྔ་མདོ། །ལྷུང་བའི་ས་ཆོགས་ལ་གསུམ་ལས། སློམ་པོ་རང་སྐྱ་
བ་ནི། སྟན་པ་ཞེས་སོ། །འདི་ལ་ཁ་ཅིག་། ཁིན་ཐང་མ་ཆང་བའི་སློམ་པོར་བྱེད་པ་དང་།
ཁ་ཅིག་རྩས་ལོགས་སུ་བྱུབ་པ་མེད་པས། པམ་བ་མེད་པ་ཡིན་ཞེས་པ་དང་། ཁ་ཅིག་
མཐར་ཐུག་མ་ཆང་བའི་སློམ་པོའོ་ཞེས་དང་། ཁ་ཅིག་ནི་རྒྱ་སེམས་མེད་པས་སློམ་པོ་
མཆན་ཉིད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་ཟེར་མོད་ཀྱི། རྗེ་ཀླའི་དགོངས་པ་ནི་སྐབས་གཞན་དུ་
རྒྱ་སེམས་མེད་པ་ལ་ལྷུང་མེད་དུ་གསུངས་ཤིང་། འདི་མ་བྱེན་ལེན་གྱི་སློམ་པོ་བསྟན་
པའི་ཕྱིར་རྒྱ་སེམས་ཡོད་ལ། དངོས་པོ་མ་ཆང་བ་ལ་སློམ་པོར་འགྱུར་བ་ནི། འདིར་མ་
སྐྱས་ཀྱང་། སྔར་བྱུབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་དངོས་པོ་ཆང་ན་ཡང་པམ་བ་མེད་དེ།
བརྟན་པའི་རྟོག་པའི་དབང་གིས་ཞུགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་སློམ་པོ་ཡིན་ལ། དེ་
ཡང་“དངོས་”གཞིའི་ཡིན་ཏེ། སྒྱུར་བ་བཞིན་ནོ། ཞེས་སློམ་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེས་ན་གཏན་དུ་དབུ་འདོད་མ་ཚང་བས་རྒྱ་མེས་ཀྱིས་ངོ་བོ་མ་རྫོགས་པ་
 ཡིན་ཞེས་སྒྲ་བ་ནི་འཐད་པར་སྤང་ངོ་། རྟོག་པས་ཀྱང་ངོ་། ཞེས་པ་གཉིས་ལས། དང་
 མོ་ནི། ཁ་ཅིག་ག་ལགས་འགྲེད་པའི་དུས་ན་ཁྱད་གསོད་ཀྱིས་གསོད་པའི་སྒྲོ་ནས་པ་
 རོལ་གྱི་ཆོག་གི་སྐབས་མེད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ལན་འདེབས་པ་སྟེ། དེ་ལ་ནི་དངོས་
 གཞི་ཉིད་དུ་འགྱུར་ངོ་། གཉིས་པ་ནི། ཁ་ཅིག་རྟོག་པར་བྲེད་པའི་དུས་ཉིད་ན། བསམ་
 པའི་དབང་གིས་རང་གི་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་སྐྱེ་སྟེ། འོན་ཀྱང་དེ་ཉིས་པའི་རྣམ་པའི་ཐེ་
 ཚོན་དང་འབྲེལ་བ་ཡིན་པས་དེ་ལ་ནི་དངོས་གཞིའི་རྣམ་པར་འགྱུར་གྱི། དངོས་
 གཞིར་མི་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན། འདི་ནི་བདག་གི་ཡིན་སྟམ་པའམ། ཡོངས་སུ་བཟུང་
 བ་མ་ཡིན་ནོ་སྟམ་པའམ། ལྷས་བྱིན་ལ་སོགས་པས་བདག་ལ་བྱིན་ནོ་སྟམ་པའམ། དེ་
 ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པར་རྟོག་པ་སྟེ། རྟོག་པ་འདི་ནི་གཞན་གྱིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བ་ལ་
 སོགས་པའི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས་ཉིས་པ་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་དེས་ན་དངོས་གཞིའི་རྣམ་
 པའོ། །མདོ་འདིའི་ཡུལ་འདི་ལ་འདུ་ཤེས་བཞིན་དུ་ཡིད་གཉིས་ནི་མེད་དེ། གང་ཡང་
 རུང་བའོ་སྟམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ངོ་། འདི་ནི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་དང་
 བཅས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ངེས་པར་བྱས་ནས། དེ་ལྟ་འང་འཇུག་པར་བྲེད་དེ། དེས་ན་
 ཡུལ་གཞན་དུ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཁྲིམས་ལས་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་བཅའ་བར་
 བྱའོ། །གདམས་ཏེ་ཞེས་པ་ནི། གང་བཟང་ངན་མེད་པ་རྒྱལ་སྟམ་པ་དེ་ལྟར་འདོད་པ་
 ཡང་གང་གདམས་པ་ལ་དངོས་གཞིའི་རྣམ་པ་སྟེ་སྒྲོམ་པའོ། །

འདི་ནི་སྐབས་གཞན་དུ་བརྒྱུ་བའི་ཕྱིར་སྒྲོམ་པོར་བསྟན་པ་དེ་ལས་ཐ་དད་པའི་
 སྒྲོམ་པོ་གཞན་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར་ཡིན་ཏེ། གདམས་ཏེ་ལོགས་ཤིག་

དུ་བཀར་ཡང་རུང་། མ་བཀར་ཡང་རུང་སྟེ་སྟོམ་པོ་འོ། །དེས་ན་གདམས་པ་ན་ཡང་
སྟོམ་པོ་གཅིག་དང་། གདམས་ཏེ་བརྒྱ་བའི་ཆེད་དུ་ལོམ་པ་ན་འང་སྟོམ་པོ་གཞན་
གཉིས་པར་འགྱུར་རོ། །ལྷུང་བའི་ས་ཆོག་པ་ནི་བརྒྱན་ལ་ཞེས་སོགས་སོ། །བརྗོགས་
པ་ནི། མི་སྦྱོན་པར་ཐག་བཅད་པའོ། །གང་གི་ཆེ་རྒྱ་བའམ། འོན་ཏེ་གཏོད་པ་ཡིད་
གཉིས་ཟ་བ་དེའི་ཆེ་ནི་གནས་ནས་སྟོ་ཞིང་དངོས་པོ་ཆང་ཡང་སྟོམ་པོ་ཡིན་གྱི་པམ་པ་
མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་བར་ངེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གདམས་པ་ལ་གཉིས་
ལས། བདག་པོས་མི་ཤེས་པར་ཞལ་ཏ་བ་རང་གིས་སྤྲས་པ་ནི་སྤར་བསྟན་ལ། ཞལ་ཏ་
བའི་མདོན་སྤྲུམ་དུ་བདག་པོ་རང་གིས་སྤྲས་པ་ནི། བརྗོགས་པ་ཅམ་གྱི་བརྒྱས་པར་མི་
རུང་གིས་གནས་ནས་སྟོ་བའི་བརྒྱས་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་གདམས་པ་ཞེས་སོ། །

གཞན་ཉིད་ཅེས་པ་ནི། སྤར་བརྗོགས་པར་བྱེད་ལ། ཕྱིས་བསྟོན་ན་བརྗོགས་
པ་དེ། བསྟོན་པས་བར་དུ་ཆོད་པས་བརྗོགས་པ་ནི་སྦྱོར་བ་སྟེ། དངོས་གཞི་རྣམ་པའི་
སྟོམ་པོ་འོ། །སྤར་བསྟོན་ནས་ཕྱིས་བརྗོགས་པ་བསྟོན་པ་དེ་ན་བརྗོགས་པས་བར་དུ་
ཆོད་པའི་ཕྱིར་སྦྱོར་བ་ཉིད་ཅེས་པ་ནི་ཉེས་བྱས་མ་ཡིན་ཏེ། འདིའི་ཤེས་བྱེད་དུ་བངས་
པའི་གཞུང་ལས་སྟོམ་པོར་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཡན་ལག་དུ་མའི་སེལ་བ་ནི། རྒྱེས་པ་
ཞེས་ཏེ་སྤར་ཆུད་གཟན་པའི་སྟོས་པའོ། །མཐར་ཐུག་གི་སྐབས་ནི་ནན་ཁྲགས་ཞེས་
སོགས་སོ། །ནན་ཁྲགས་ནི་མཐུས་རྒྱ་བའོ། །དངན་འཐེན་ནི་རྩས་ཁྲེང་བ་མི་སྟེར་
བའོ། །འདིར་གཞུང་ནི། བཅུན་པ་བརྒྱ་བ་རྣམ་པ་དུ་མཆིས། ཉེ་བར་འཁོར་བྱག་སྟེ།
ནན་ཁྲགས་ཀྱིས་བརྒྱ་བ་དང་། རྒྱ་ཐབས་ཀྱིས་བརྒྱ་བ་དང་། གཏམས་པས་བརྒྱ་བ་
དང་། ཕྱིར་བསབ་པས་བརྒྱ་བ་དང་། དངན་འཐེན་གྱི་བརྒྱ་བ་དང་། ཆོས་

བརྒྱུ་། བརྒྱུ་པ་བཅོམ་ལྷན་པ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་དེ་དག་བཀའ་སྒྲུབ་ན། དེ་
དག་དུ་ཞིག་གིས་མཐའི་ལྷང་པར་འགྱུར། ཉེ་བར་འཁོར་ཆོས་རྒྱ་པ་མ་གཏོགས་པ་
གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཐའི་ལྷང་པར་འགྱུར་རོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

དེ་ལ་ཆོས་བརྒྱ་བ་ནི། མདོ་སྡེ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་འཛིན་པ་སྟེ། དེ་ལ་རྒྱ་
སེམས་མེད་པས་ལྷང་བ་མེད་དོ། །སྤྱི་ཐབས་ཀྱིས་བརྒྱ་བ་ནི་གཉིས་ཏེ། ཆོས་རྒྱུན་གྱི་
ལེན་པ་དང་། རྟོག་བྱེད་པའོ། །སྤྱི་མ་ནི་རྒྱ་བ་ཡིན་པ་ལ་དོགས་པ་མེད་དོ། །ཕྱི་མ་ནི་
བརྒྱུན་ལ་ཞེས་པར་བཤད་ཟིན་ཏོ། །གཏམས་པ་རྒྱ་བ་ནི། གཏམས་པ་རྣམས་བསྟོན་པ་
ནི་སྤྱིར་བཏོད་ཞེས་སོ། །ཕྱིར་བསམ་པ་བརྒྱ་བ་ནི། བརྒྱས་པ་དང་། སྤྱིས་པ་སྤྱར་ཏོ། །ནན་
ཁུགས་ཀྱིས་རྒྱ་བ་ནི། དབང་གིས་གནན་ཞིང་ལེན་པ་ཡིན་པས་རྒྱ་བ་མ་ཡིན་པར་
དོགས་པ་ཡོད་ལ། དངན་འཐེན་ཀྱིས་རྒྱ་བ་ཡང་མི་སྟོར་བ་ཅུང་དུ་ཟེད་ཀྱི། བརྒྱས་པ་མ་
ཡིན་པར་དོགས་པ་ཡོད་པས། དེ་གཉིས་བསམ་པའི་ཕྱིར་མདོ་འདི་བྲས་སོ། །

འདུལ་བྱེད་ཀྱིས་བརྟོག་པ་ལ་གསུམ་ལས། དོགས་གཅོད་ཀྱི་སྟོན་པ་བདག་
པོ་དང་། རྒྱ་སེམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དང་། སེལ་བ་བསྟན་པ་ནི། ལྷང་བ་ཞེས་སོགས་
སོ། །མཐར་ཐུག་གི་མཆོན་ཉིད་ནི། ཡོངས་སུ་བསྟོར་བ་ཞེས་སོ། །ཡན་ལག་དུ་མའི་
སེལ་བ་གཉིས་ལས། ལྷང་བ་མེད་པ་ནི། དེ་བདག་ཉིད་ཅེས་སོ། །སེལ་བ་ལ་ན་སྤྱང་
པ་ནི། སྤྱི་མ་པོ་ནི་ཞེས་སོ། །ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་ཞེས་པ་ནི་དུར་ཁྲིད་ཀྱི་ཡོངས་སུ་
འཛིན་པ་དང་བཅས་པ་ནི་གཉིས་ཏེ། བདག་ཉིད་ཀྱིས་བདག་གིར་བྲས་པ་དུར་ཁྲིད་
འདི་ཐམས་ཅད་བདག་གིའོ། ཞེས་བདག་གིར་བྲས་པ་གང་ཡིན་པ་སྟེ་བརྒྱས་ན་ནི་
པམ་པར་འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་གསོད་པོ་གཞིན་མ་ལ་སོགས་པས་ཐོབ་པ་ཉིད་

གྱིས་བདག་གིར་བྱས་པ་གང་ཡིན་པ་དེས་བརྒྱས་ན་ནི་སྒྲོམ་པོར་འགྱུར་རོ། །འདི་
ལྟར་དུར་ཁྱོད་གྱི་རྩས་དེ་དག་ལ་བདག་པོ་ཉིད་མེད་མོད་གྱི། འོན་ཀྱང་བགྲུས་པ་ལ་
སོགས་པས་འདི་བདག་གིས་ཐོབ་སྐྱེས་དུ་དེ་ལ་བདག་གིར་བྱ་བའི་སྒྲོ་སྒྱེ་བ་སྟེ་གལ་
ཏེ། དགོ་སྒྲོང་གིས་རྒྱ་སེམས་གྱིས་ལེན་ན་དེའི་ཆེ་སྒྲོམ་པོར་འགྱུར་བའོ། ཞེས་ལྷོ་གླ་
ལས་སོ། །དེ་འཁོད་ལྷན་ལས། དེ་ལྟར་བྱི་མ་ལས་ཀྱང་པམ་པ་རིགས་ཏེ། འོ་གམ་དང་
འབྲ་བའི་བྱིར། ཞེས་འཆད་དོ། །

དེ་ལ་ཁ་ཅིག་ན་རེ། འོ་གམ་སྐྱེས་དུ་བསྐྱེས་པ་དང་འབྲ་བར་ངེས་པར་གཞལ་
བར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། དུར་ཁྱོད་གྱི་རྩས་ནི་པོངས་ན་སྦྱིན་བར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི། དབང་བ་
ནི་མ་ཡིན་པས་མི་མཚུངས་སོ་ཞེས་སྒྲིབ་པ་ལ། གཞན་དག་ན་རེ། དེ་ལྟར་ན་འདུལ་བྱེད་
དུ་དུར་ཁྱོད་བའི་རྩས་ལན་སྤྲད་དུ་བསྐྱེན་པ་དོན་མེད་དེ། རྣམ་འབྱེད་དུ། སྐྱེས་པ། བྱད་
མེད། མ་ནིང་གིས་བཟུང་བ་ཞེས་ཡན་ལག་དང་། བདག་པོ་མེད་པའི་གཏེར་ལ་སྒྲོམ་
པོའོ། ཞེས་སེལ་བའི་ལྷོག་ནས་བསྐྱེན་པོ། དེས་ན་གཡོས་སུ་ཁ་ཟས་དང་འབྲ་བར་
རྩས་མི་དམན་སེལ་བར་འཐད་དོ། ཞེས་ཟེར་ཡང་། ལྷོ་གླའི་ལུགས་ཉིད་འཐད་
དོ། །བདག་པོ་མེད་པའི་གཏེར་ཞེས་པ་དང་ཁྱད་པར་ཡོད་དེ། དེའི་དོན་ནི། བདག་པོ་
གཏན་མེད་པ་དང་། དོན་ལ་དབང་ཡང་སྒྲོས་མ་བཟུང་བ་ཙམ་ཡིན་ལ། འདིར་ནི་དེ་
ལས་ལྷག་པའི་བརྗོད་བྱ་ཡོད་པས་སོ། །དགོ་སྒྲོང་གི་སྐལ་བ་དགོ་སྒྲོང་གཞན་ཞིག་
གིས་སྤངས་ལ། ངེས་ཀྱང་མི་ཤེས་ན་ཡང་རང་གི་དོན་དུ་ལེན་ན། དེ་གཞི་མེད་པ་ཉིད་
མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཞན་གྱི་སྐལ་བ་དགོ་སྒྲོང་གཞན་གྱིས་སྤངས་པ་ལ་ཡང་དེ་
ཉིད་གྱི་སྐལ་བ་གཞན་གྱིས་ལེན་ན་ཡང་ཉམས་པ་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་དགོ་སྒྲོང་གིས་

བདག་ལ་དགེ་སྤྱོད་འགས་ཀྱང་སྐལ་བ་མ་ཉོད་པའི་ཕྱིར། ཁོའི་སྐལ་བ་བྱེད་ཀྱིས་
མོངས་ཤིག་ཅེས་མ་བཅོལ་ལ། འོན་ཀྱང་མ་བཅོལ་བའི་དགེ་སྤྱོད་དེས་བདག་པོར་
འགྱུར་པའི་དགེ་སྤྱོད་དེའི་མི་དབང་བའི་སྐལ་བ་མཆོན་པས་ན་བདག་པོར་འགྱུར་བ་
དེ་ལ་ནི་གཞི་མེད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། རང་གིས་མ་སྤྲངས་བའི་ཕྱིར་དང་། གཞན་ལ་
ཡང་མ་བཅོལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་དག་ནི་མ་བཅོལ་བར་དགེ་སྤྱོད་གིས་གཞན་གྱི་
དོན་དུ་མི་དབང་བ་ལ་དབང་བའི་སྤོས་སྤྲངས་ན་དེ་ལ་གཞི་མེད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ་
ཞེས་ཟེར་ཏེ། དེ་ལ་ཡང་གཞུང་སྤང་རོ། །མགྲོན་དུ་མ་བོས་བ་ལ་སྦྱིན་བདག་གིས་
ཤེས་པ་དང་། མ་ཤེས་བ་གཉིས་ཀ་དང་། ཁ་ཟས་དང་ཡོན་བཟང་པོ་ཐེབས་པ་གཉིས་
ཀ་ལ་འདར་ཉེས་བྱས་ཅོམ་དུ་ཟད་ཀྱི། བཅས་པ་དང་སྤོས་པོར་མི་འགྱུར་ཏེ། ཡ་རབས་ཀྱི་
ཚུལ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། མ་བྱིན་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། རྒྱ་སེམས་མེད་པའི་
ཕྱིར་རོ། །ཆང་མི་གཞིག་པ་ནི། དགེ་སྤྱོད་གི་གནས་སུ་ན་སྤོང་མེད་པར་གཞིག་པར་
བྱ་བ། །གནས་གཞན་དུ་ནི་དེ་ཡང་མི་གཞིག་གོ། །གནད་ལ་སྤྱེ་བ་ནི་གཡོག་པོ་དང་།
བྱ་བྱའི་རྣམ་པས་གཞོད་པར་“བྱེད་”པ་སྟེ། དེ་སྤྱེ་ལ་ཡང་མི་བྱའོ། མ་བྱིན་པར་ལེན་
པ་ཡང་འདི་ཡོད་དེ་གནད་ལ་སྤྱེ་བས་གཏོང་བ་དང་། སྦྱིན་དུ་འཇུག་ན་བརྒྱས་པར་
འགྱུར་བའོ། །

༥ གསོད་པའི་པམ་པ་ལ་བཞི་ལས། རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་བརྗོད་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་
གསུམ་ལས། ཆོས་བཤད་པ་དང་འབྲེལ་བ་ནི། ཉན་པ་ནི་མཆོན་པ་སྟེ། མིན་པ་དང་།
གཉིས་ཀ་ལ་ཉེ་བར་སྦྱབ་པ་གང་གིས་འཆི་བའི་བསམ་པ་སྤྱེ་བར་འགྱུར་བ་བསྐྱབ་

བར་མི་བྱའོ། །འདི་ནི་འདི་ཤི་ན་སྣམ་པའི་བསམ་པའི་ཉེས་པ་མེད་པའི་ཉེས་བྱས་ཏེ།
གཞན་དུ་ན་དེའི་ཆེ་སྒྲོམ་པོའོ། །གཡོག་བསྐྱོ་བ་དང་འབྲེལ་བ་ནི། ཉན་གཡོག་མི་ཤེས་
པ་སྒྲེན་པ་ལ་བྱེད་ཀྱིས་འདི་འཆི་བ་ལ་དབྱ་བོས་གནས་པར་བྱ་སྟེ། རང་ཉིད་འཆི་བར་
འདོད་ན་ཡལ་བར་མི་འདོར་རོ། །

གྲོགས་ཀྱང་མ་བྱེད་ཅིག་ཅེས་མ་སྦྱས་པར་རོ། །གནས་ཀྱང་ནད་གཡོག་
མཛངས་པ་བཞག་པའི་གནས་ཡོད་ནའོ། །བསམ་ངན་བསྒྲོག་པ་དང་འབྲེལ་བ་ནི་རྩ་
ཀྱིས་ཞེས་སོ། །བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་མངལ་ན་གནས་པ་སྒྲགས་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་མཆོན་
པ་སྟེ། རབ་ཏུ་བྱུང་བས་བྱར་མི་རུང་བ་ཐམས་ཅད་དུས་གསུམ་དང་འབྲེལ་བར་
སྒྲགས་པ་ལ་ཡིད་རང་བར་མི་བྱ་སྟེ། སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་ངག་གི་མཆོན་བྱེད་དོ།
ལྟར་བ་རྣམ་དག་ལ་གཞིའི་ཡན་ལག་ནི་མི་དང་། གཞན་ཡིན་པ་གཉིས་སོ། །ཆོག་གི་
དོན་ལ་གཉིས་ལས། མདོར་བསྟན་པ་ནི། སློག་ཅེས་སོགས་སོ། །རྒྱས་བཤད་ལ་
གཉིས་ལས། དངོས་གཞིའོ། །དེ་ལ་གསུམ་ལས་སྦྱོར་བའི་དབྱེ་བ་ནི། བྱེ་བྲག་ཅེས་
ཏེ། རྩ་སྟུ་སྦྱོར་བ་ནི། ཆོས་ལ་སོགས་པས་ཏེ། ཞེས་པ་ལ། མ་རྣམ་འབྱེད་ལས། ཇི་
མོ་འབྲེན་པ་ཡི་དང་། ཡམ་སྟེག་ཤིང་གི་སྣམ་སྦྱར་འཆེམ་པ་ཡི་དང་། ཉིལ་དང་།
ཡུངས་ཀར་གྱི་དང་། འོ་མ་དང་། ཞོའི་སྦྱར་བའོ། ཞེས་འབྱུང་ངོ་། ཡུལ་གྱི་མཆོན་ཉིད་
ནི། སྦྱོར་བ་སྔ་མའི་གཞི་དེས། དེའི་ཆེ་འཕགས་གཞན་གྱི་ཆེའོ། །སེལ་བ་གཉིས་ལས།
བསམ་པའི་སེལ་བའོ། །དེ་གཉིས་ལས། རྒྱའི་སེལ་བ་ནི་འདུ་བ་ཞེས་སོ། ཇོ་བོའི་
སེལ་བ་ནི། རྒྱ་ཞེས་ཏེ་མ་བསམ་པ་ཅིག་ཤོས་ཤི་ན་སྒྲོམ་པོ་སྟེ། གཞོད་པ་བྱས་པར་
ངེས་པ་ཡོད་པའི་བྱར་རོ། །བསམ་པ་ཅིག་ཤོས་ཤི་ན་པམ་པའོ། །གསང་པར་བྱེད་པ་

གསོད་པ་ལ་འཇུག་པ་དེ་དང་དུ་ལེན་ན་སྒྲོམ་པོའོ། །

འཇུག་པའི་ཁྱད་པར་ནི། གཞན་གྱིས་གནང་བ་གསོལ་བ་དང་དུ་ལེན་པའི་
གཞི་དེ་ལས་འཇུག་པའོ། །འདི་དང་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ཞེས་པ་གཉིས་མི་སྒྲོག་པ་ལ་ཁ་
ཅིག་སྒྲ་མ་བྱས་ཆེ་ཞིང་། འདི་སྒོག་གཙོད་འབའ་ཞིག་ཡིན་པས་ཞེས་དང་། ཡང་ན་
འདི་བསད་སེམས་གྱིས་དང་དུ་སྒྲངས་པའོ། །ཟེར་མོད་གྱི། གྲིལ་ལས། རྣམ་པ་དེ་ལྟ་
བུ་དང་དུ་ལེན་པའི་རྣམ་པ་དེ་ལ་འཇུག་པ་ན་ལུས་འཇུར་བ་ཡང་གཏོན་མི་ཟ་བར་སྒྲུ་
ལ། དག་གིས་འཇུར་བ་ཁོ་བོ་ནི་འགོག་པར་མི་བྱེད་ལ་བསྐྱལ་བར་ཡང་མི་བྱེད་
དོ། །ཁྱོད་ཉིད་ཤེས་སོ། ཞེས་བྱ་བ་ཡང་འབྱུང་བ་དེའི་ཕྱིར་སྒྲོམ་པོར་བཞག་གོ་ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟ་བུར་བྱའོ། གྲིལ་པ། འདིར་གཞུང་ནི་གཞན་ལས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་ཉེ་སྤེའི་
དབང་དུ་མཛད་དེ་ཞེས་པ་ལ། བསད་སེམས་དང་བཅས་པའི་དང་དུ་ལེན་པའི་ས་
གཞན་བསད་སེམས་མེད་པའི་དབང་དུ་མཛད་དེ་ཞེས་ཟེར་བ་ནི་དོན་མ་ཡིན་ཏེ། ཉེ་
སྤེའི་དབང་དུ་མཛད་དེ་གསུངས་པ་སྒྲ་མ་ནི་དང་དུ་མ་སྒྲངས་པར་ཡི་རང་ཅམ་བྱས་
པ་ཡིན་ལ། ཕྱི་མ་ནི་དང་དུ་སྒྲངས་པ་ཡིན་པར་འབྱུང་བས་སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་ལ་ཁ་ཅིག་ལས་
ཞེས་དང་། ཕྱི་མ་གཞན་ལས་ཞེས་གསུངས་པས་ཉེ་སྤེའི་དབང་དུ་མཛད་པར་འབྲ་
ཡང་། གཞུང་མི་འབྲ་བ་གཉིས་ཡོད་པར་བསམ་སོ། །གཞིའི་སེལ་བ་ལ་སྐྱལ་བ་བསད་
པ་ལ་ཡང་སྒྲོམ་པོའོ། །

དེ་ཡང་མི་ལས་གཞན་པའི་འགྲོ་བ་པ་དང་། ཏུད་འགྲོ་མ་ཡིན་པའོ། །སྐྱལ་བ་
ལ་གཉིས་ལས། འདིར་ནི་སྒོག་ཆགས་སུ་གྱུར་བ་བཟུང་གི། སྒོག་ཆགས་མ་ཡིན་པ་
མི་བཟུང་སྟེ། དེ་ལ་སྒོག་བཅད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། འདིར་ནི་སྒོག་བཅད་པའི་ལྷུང་བ་

ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྤྱུལ་པའི་ཕྱིན་ཞེས་པ་ནི། སྤྱུལ་གཉིས་བཤད་པའི་ཕྱི་མ་སྟོག་ཆགས་
སྤྱུལ་གྱུར་པའོ། །བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་བཞི་ལས། ཉད་པ་ལ་སྤྲན་སྦྱིན་པ་དང་། འབྲེལ་བ་
ཞར་བྱུང་དང་། བཅས་པ་ནི། རྩི་བར་བྱ་བ་ཞེས་སོ། གསོལ་བ་ལ་མཁས་པས་ཆངས་
བ་མཚུངས་པར་སྦྱོད་པའི་ཉད་གཡོག་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་པས། འདི་ནི་མཁས་པ་ལ་
བཀག་གོ། །ལག་གི་ལས་དང་འབྲེལ་བ་ནི། ཁུར་ཞེས་ཏེ། བདག་དང་གཞན་ལ་གཞོད་
པས་འགྱུར་བས་སོ། དེའི་དམིགས་ཀྱིས་བསལ་བ་ནི། གཤམ་ཏེ་མེ་ཤོར་བ་ལ་སོགས་
བཤམ། ལ་སོགས་པའི་ལས་སྤྱུ་བསྐྱོས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱུན་གྱིས་ན་བྲིས་དག་མངོ་མོད་
ནས་འཛིན་ཅིང་བརྟུབ་བ་ཉིད་ལ་གཅིག་པར་འདེགས་པར་སྐྱད་སྦྱར་ཏེ། འདེགས་
པའི་གྲོགས་བྱས་ཏེ། དེ་ཡང་སྐྱད་སྦྱར་ཡང་འདེགས་མ་རྩུས་ནའོ། །འདི་ལ་བྱའོ་ཞེས་
པའི་བྱེད་ཆོག་རྒྱ་དཔེ་ལ་ཐོག་མར་ཡོད་པས་ཅི་དགར་བསྟན་པའོ། སོ་པག་མི་འཕང་
བ་ནི། ལག་གི་ལས་དག་བྱེད་པ་ལ་བསྟན་ཡང་། དུལ་ཐམས་ཅད་ལ་རིགས་པས་
སྦྱར་བའོ། །

རྒྱུན་སོ་དང་འབྲེལ་བ་ནི། རྒྱུན་སོ་ཞེས་ཏེ། འདི་ལའང་བྱེད་ཆོག་སྤར་ལྟར་ཡོད་
དོ། །རྩི་སྟོགས་ཞེས་པ་ནི། རྩུལ་དང་ཐལ་བས་སོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡིན་ཏེ། གཞན་
དུ་ན་མདོ་སྤར་མའི་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པས་འདི་དོན་མེད་དོ། །ཁུར་རྩི་བཅད་བར་
བསྟན་པས་རྒྱུན་སོ་སྤར་བཞེད་པའི་ཕྱིར་བོད་བ་ལ་སོགས་པ་བཅུག་སྟེ། མ་སོགས་པར་
འཕང་བ་ནི་མ་བསྟན་ཡང་དོན་གྱིས་ཐོབ་སོ། །དག་སྟོང་དང་ངལ་བའི་ཆོག་གཉིས་
སྟོས་པ་ནི། དེ་གཉིས་མ་ཡིན་པ་ལུལ་བ་ལ་ཡང་ཉེས་བྱས་སྤར་མའོ། །དག་སྟོང་ངལ་བ་
དེའི་གྲོགས་བྱ་བ་ནི་མཚོན་པ་སྟེ། ཆོས་འདི་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིའོ། །གྲོགས་རིམ་བྱ་བ་

བ་ནི། དལ་བསོར་ཞེས་སོགས་སོ། །བྱུག་རིས་བཞག་པ་ནི། ཟས་ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་
བཞོན་པར་རྩས་བྱུགས་ཏེ། རེ་འུ་རྩུང་དུས་ཀྱིས་པའོ། བཟུ་ཆེགས་ཀྱིས་བཞོན་པ་ནི་
མིའི་ཞེས་སོགས་སོ། །འདི་ལ་ཁ་ཅིག་བསད་པའི་བསམ་པ་དགོས་ཟེར་བ་ནི་མི་
རིགས་པར་སྤྲོ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་ན་གཞན་ནས་གསོད་པའི་པམ་པའི་སྦྱར་བ་ལ་སྟོམ་
སོར་གསུངས་པ་དང་སྟོས་པའི་བྱར་རོ། །དེས་ན་ལག་པ་བཅད་པ་ཅམ་གྱིས་བསབ་
ལས་ཞུགས་པའོ། །འདི་དང་འདྲལ་བྱེད་ཀྱི་སྐབས་སུ་སྟོམ་སོར་གསུངས་པ་མང་པོ་
ཞིག་སྤྲོ་མ་རྣམས་ལྟར་བ་རྣམ་གཞག་གི་ཀྱན་སྟོང་མེད་པས་བཏགས་པ་བར་འདོད་པ་
ནི་དོན་མ་ཡིན་ནོ། །ནགས་མེས་གཏོང་བ་གསུམ་སྟེ། སྟོག་ཆགས་ཡོད་པར་ཤེས་
པའི་དང་། དོགས་པའི་དང་། མེད་པའི་བྱོགས་སོ། །

དང་པོ་ལ་མང་ཉུང་གཉིས་ལས། སྟོག་ཆགས་ཡོད་པ་བསད་པར་མ་བསམས་
ཀྱང་། སྤར་སྟོག་ཆགས་མང་པོ་ཡོད་པའི་བསམ་པས་མེ་བཏང་ན་སྟོམ་པོ་སྟེ། སྟོག་
ཆགས་དུ་མའི་ཡུལ་ལ་མི་བཟོས་པར་སྦྱོད་པའི་བྱར་རོ། །སྟོག་ཆགས་ཉུང་དུ་ཡོད་
པའི་སྟོས་མེ་གཏོང་བ་ནི་ཉེས་བྱས་སོ། །དོགས་པའི་བྱོགས་པ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །འདི་
དག་ནི་མི་ལ་སོགས་པ་གཞན་བསད་པའི་བསམ་པ་མེད་པས་ལྟར་བ་གཞན་ཏེ་
བསམ་པ་དེ་ཡོད་ན་ནི་གཞི་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་འབྱུང་ཏེ། མི་དང་། དྲང་འགྲོ་དང་། འགྲོ་
བ་གཞན་བསད་ན་པམ་པ་དང་། ལྟར་བྱེད་དང་སྟོམ་པོའོ། །སྟོགས་གསུམ་པ་ལ་ལྟར་
བ་མེད་པར་གསུངས་ཏེ། འདིར་གཏོགས་ཀྱི་ཡིན་ནམ་སྟམ་སོ། །ཞུ་བས་བཞོན་པ་ནི།
སྟོན་པ་ཞེས་སོགས་ཏེ། དག་སྟོང་གིས་བསད་པའི་བསམ་པས་གསོད་བྱེད་ལ་འདིར་
འགྲོའོ། །དེར་སོང་ངོ་ཞེས་གསང་བྱ་སྟོན་ན། བསང་པའི་བྱར་བསྟོ་བ་བྱས་པ་ཡིན་

བས་པམ་བར་འགྱུར་ཏེ། སྟོན་པ་ནི་བསྟོ་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །བསད་
སེམས་ཞུགས་པ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་མ་བསམ་པ་གཞན་ཡང་ཞར་ལ་སྟོན་ཅིང་། བསང་
ན་སྟོམ་པོ་སྟེ། མ་དང་མངལ་ན་གནས་པ་གཉིས་ནི། འདིའི་དཔེའམ་མཆོན་བྱེད་
དོ། །སེམས་གྱུར་པ་ཞེས་པ་ནི། བསད་སེམས་མ་བཞག་བར་གཞན་སྟོན་པ་ལྟ་བུ་སྟེ།
ཤེས་བཞིན་ལ་མ་ཡིན་པ་ཞུགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །བསད་པ་ལ་སོགས་པར་ཆེད་དུ་མ་
བསམས་པར་གྲུབ་པ་ནི། བཞད་གང་གྱིས་མཆོན་འཕངས་པས་ཤི་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ལ་
ནི་མཆོན་འཕངས་པ་ཁོ་ན་ལས་ཉེས་བྱས་ཡོད་ཀྱི། ཤི་བ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

ཆེ་རབས་ཞེས་པ་ནི། གསད་བྱ་གསོད་བྱེད་དང་མཉམ་དུའམ། ཕྱི་མའི་རྟིང་
ལ་ཤི་བ་ལ་དངོས་གཞིར་མི་འགྱུར་བའོ། །འདུས་བྱེད་གྱིས་བརྗོད་པ་ནི་སྟོམ་པོ་ཞེས་
སོགས་སོ། འདི་དག་ལ་ལུང་དུ་སྦྱོར་བ་དེའི་རྒྱུ་གྱིས་ཤི་བ་ཁོ་ན་བྱུང་ཡང་། སྟོམ་
པོར་གསུངས་པ་ནི། བསད་པའི་བསམ་པ་མ་བྱུང་བར་ཉོན་མོངས་པ་འབའ་ཞིག་གི་
བསམ་པས་དེ་སྐད་སྟེས་པའི་ཕྱིར་ཁོ་བ་ལྡན་པ་དབྱེད་པའི་སྐབས་ཡིན་པས་སྟོམ་པོ་
གཞན་ནོ། །ཡངས་པ་ཞེས་པ་ནི། བདག་ཉིད་གསོད་ན་ཞེས་པའི་སྟོས་པའོ། བསྟན་
བྱ་ལ་གཉིས་ལས། ནད་པ་དང་འབྲེལ་བ་ནི། ནད་པ་ཞེས་ཏེ། འཆི་བ་ཆོགས་ཆས་
ཞེས་པ་དང་མི་ལྗོག་པ་ནི། “སྤར་”ནི་ནད་གཡོག་ཉིད་ལ་བགག་ལ། འདིར་ནི་དེ་མ་
ཡིན་པའང་བགག་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལག་གི་ལས་བྱེད་པའི་ཞལ་ཏ་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་
བྱ་བ་དེ་ཤེས་བཞིན་དུ་བྱའོ། །འདི་སྟེ་ལ་ཡིན་ཡང་བལྟས་པ་ཞེས་པ་ནི། བྱ་བྱེད་མང་
བས་ཤེས་བཞིན་གྱིས་ཟིན་དཀའ་བས་ཞེས་ཁ་ཅིག་ཟེར་རོ། །ལག་གིས་ལས་དང་

འབྲེལ་བ་ནི། ཤེས་བཞིན་ཁོ་ན་ལ་གནས་པས་ཅི་ནས་མི་ལ་སོགས་པ་གང་ལ་ཡང་
གཞོད་པར་མི་འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་ལེགས་པར་སོ་སོར་བརྟག་པར་བྱ་སྟེ། རྫོང་བ་དང་ཤིང་
ལ་སོགས་པ་དེ་དག་དེའི་ལ་བར་བྱའོ། །དགེ་སློང་མ་བསྐྱབ་པ་གཞན་གྱིས་ཕྱིར་བསྐྱབ་
པ་ལ་སྐྱར་བར་མི་བྱ་སྟེ། མཚོན་གྱི་ལས་ལ་སོགས་པས་གཞན་ལ་གཞོད་པ་རྣམས་
བའི་ཕྱིར་དོ། །མི་མཁས་པས་བསྐྱབ་པ་ལ་སྐྱར་བར་མི་བྱའོ། །ཁྱིའཚོ་དང་དགག་
དར་བྱེད་བའོ། །ཞེས་ཁ་ཅིག་ཟེར་དོ། སྤྱོད་པའི་པམ་པ་ལ་གསུམ་ལས། རྣམ་འབྱེད་གྱི་
བརྗོད་པའི་སྤྱི་ལོ་དོན་ལ། གོ་བའི་ཡུལ་ནི། ཐ་སྙད་ལྡ་དང་ལྡན་པ། ལུས་ཐ་མལ་པ།
བདག་ལས་ཐ་དད་པ་གསུམ་མོ། །གོ་བར་བྱ་བ་ནི། མིའི་ཚོས་སྒྲ་མའི་ལམ་གཉིས་
ཡོན་ཏན་དང་བཅས་པ་དང་། ད་ལྟ་བདག་ལ་མི་ལྡན་བའོ། །ཆོག་གི་དོན་གཉིས་ལས།
མདོར་བསྟན་པ་ནི། འདུ་ཤེས་ཞེས་སོགས་སོ། །

རྒྱས་བཤད་ལ་གཉིས་ཏེ། དངོས་གཞི་དང་། སེལ་བ་ལ་ན་སྤྲད་པ་ཞར་བྱུང་
དང་བཅས་བའོ། དང་པོ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། འབྲས་བུའི་སྒོ་ནས་སྤྱས་
བའོ། །དེ་ལ་གཉིས་ལས་དངོས་གཞིའི་ལྗང་བ་ལ་མིའི་ཚོས་སྒྲ་མ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་དུ་
སྤྱོད་བ་ནི། མཐོང་ངོ་ཞེས་སོགས་ཏེ། ལྟན་ཅིག་གཏམ་འདྲེ་བར་བྱེད་སོགས་སྐྱར་
དོ། །ཅི་མཐོང་ངོ་ཞེས་པ་དེ་ཅམ་གྱིས་ཆོག་ལས་པམ་པར་འགྱུར་རམ། འོན་ཀྱང་སྒྲ་
བ་བརྟུག་ཅིག་ལ་བཟོས་ནས་ཡིན་བཟོས་པ་ལ་ཡང་སྒྲ་ལྟག་གང་རུང་བཤམ། འོན་ཏེ་
ཁྱད་པར་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། ལྟ་དང་ཞེས་ཏེ། དེ་དག་ནི་ལྟའི་མིག་མི་ཚོས་སྒྲ་མ་དང་ལྡན་
པ་རྣམས་གྱི་མཐོང་བའི་ཕྱིར། དེ་དང་མཐོང་བ་ལོག་པའི་སྒོ་ནས་བདག་ཉིད་མི་ཚོས་
སྒྲ་མ་དང་ལྡན་པར་བསྟན་ནོ། །ལྟ་ནི་བརྒྱ་བྱིན་ལ་སོགས་པ་དང་། ལྟ་ནི་དུང་སྐྱོང་ལ་

སོགས་པའི་སྤྱུ་སྒྲ་མོ་རྣམས་དང་། གཞོད་སྤྱི་ན་ནི་རྣམ་ཐོས་ཀྱི་འཁོར་དུ་གཏོགས་པའི་
རི་རབ་བྱད་ན་གནས་པ་དང་། སྤེ་ཟ་ནི་ལྷའི་ཕྱོགས་གཅིག་སྤྱི་སྤྱི་ལ་དགའ་ཞིང་།
མགྱུན་པ་བདེ་བ་ཟས་སྤྱི་སྤེ་ཟ་བ། མི་ལམ་ཅི་ནི། དུད་འགྲོའི་ཕྱོགས་གཅིག་འཕྲོག་མལ་
སོགས་པ་དང་། ལྷོ་འབྲེ་ཆེན་པོ་དགའ་པོ་ལ་སོགས་པ་སྤྱི་ཆེན་པོ་རྣམས། ཡི་དྲགས་
ནི་ཕྱོགས་གཅིག་རྒྱང་པའི་སོར་མོ་ཕྱིར་ལྷ་བ་དང་། ག་ཟ་ནི། ཡི་དྲགས་ཀྱི་ཕྱོགས་
གཅིག་ཟས་སྤྱི་ག་ཟ་བ་ནག་པོ་ཆེན་པོ་དང་། བྱལ་བུམ་ནི། ཡན་ལག་གི་འབྲས་བུ་
བུམ་པ་བཞིན་དུ་གྱུར་བ་བུམ་སྒྲ་ལ་སོགས་པ་དང་། ལས་སྤུལ་པོ་ནི། ཡི་དྲགས་ཀྱི་
ཕྱོགས་གཅིག་མིའི་སྒོག་འཕྲོག་པ་ཁ་སྒྲ་བྲང་ལ་དོད་བ་ཡིན་པར། གཞི་འབྲེལ་ལས་
བཞད་ཟེར་རོ། །སེལ་བ་ནི། སྒྲོམ་པོ་ཞེས་ཏེ། མཐོང་བ་སོགས་བཅུའི་རྒྱར་སྤྱར་རོ། །

ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་སྤྱི་བ་ལ་གཉིས་ལས། དངོས་གཞི་ནི། མི་རྟག་པ་ཞེས་
སོགས་སོ། །སེལ་བ་ནི་སྒྲོམ་པོ་ཞེས་ཏེ། ཞི་གནས་ནི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཏེ། དེ་ལ་གཉིས་
ལས། མོས་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ནི། ཆད་མེད་ལ་སོགས་པའོ། །དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡིད་ལ་
བྱེད་པ་ནི་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པའོ། །ཉིང་ངེ་འཛིན་དེ་གཉིས་ཀ་ཡང་སྒྲོམ་བྱུང་མི་
སྤྱོད་མེད་ཀྱིས་བསྐྱས་པ་ལ་ནི་པམ་པ་ཡིན་པས་དེའི་རྒྱ་མཆན་རང་གི་མཆན་ཉིད་
འཛིན་པ་སྟེ། འདོད་པའི་ཐོས་བསམ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་པ་ཉོན་མོངས་གཞོད་པའི་
མི་གཞོན་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། མི་སྤྱུག་པ་ལ་སོགས་པ་དམིགས་པའོ། །དེའི་ཆོས་
ཀྱི་སྒྲོ་ནས་སྤྱི་བ་ནི། དེ་དང་ལྡན་པ་ཞེས་ཏེ། བྱབ་པ་སྤྱིར་བཟོད་ནས་རྒྱ་མཆན་རང་
ལ་སྤྱིར་བའོ། །སེལ་བ་ལ་ན་སྤྱད་པ་ནི། ད་ཡོད་དོ་ཞེས་པའོ། །བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ནི་མ་
བསམ་པར་ཞེས་སོ། །ཁྱེད་པས་བཟོད་པ་ལ་གཉིས་ལས། ལྷ་མ་ཞེས་སོགས། འདི་ལ་

སྤྲུལ་དགེ་སྦྱོང་གི་འབྲས་བུ་བཞི་ལ་སོགས་པ་ལ་གསུངས་པ་ལ་ཟག་བཅས་ལས་
ཉམས་སྲིད་པས་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ཁོ་ན་ལོ། ཞེས་ཟེར་ཏེ་བརྟག་གོ། གཤམ་ཏེ་
མ་ཐོབ་ལས་ཉམས་པ་ལ་བསམ་ཞིང་སྤྲུལ་ན་ཡོན་ཏན་དུ་ཡིད་ཆེས་འདོད་སྦྱོང་ན་
གཞོགས་ཀྱི་སྦྱོམ་པོ་དང་། བསམ་པ་དངོས་ཡིན་ན་ཉེས་མེད་དོ། ཤེལ་བ་ནི་སྦྱོམ་
ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །འདུལ་བྱེད་ཀྱི་བརྗོད་པ་ལ་གཉིས་ལས། ཡོན་ཏན་
བསྐྲགས་པ་ལ་དང་དུ་ལེན་པ་ནི། སྦྱོམ་པོ་ནི། ཞེས་ཏེ། དབྱ་བཅོམ་པ་དང་ཆོས་གོས་
ལ་སོགས་པ་མཆོག་འོས་པ་དང་། བྲམ་ཟེ་སྤྲིག་པའི་ཆོས་བསལ་བ་སོགས་ལ་འགོར་
བཅུན་པ་ནི་ཞེས་དང་། མཐུག་ཏུ་ཅང་མི་སྤྲུལ་བ་སོགས་སྦྱར་རོ། །

ཤིན་ཏུ་དུལ་བ་ནི། མི་སྤྲུག་པ་ལ་སོགས་བསྦྱོམ་བས་སོ། །སྤྲུལ་བ་ནི་ཟག་པ་
མེད་པའི་ལམ་སྦྱེས་པ་ལོ། །ཤིན་ཏུ་བསྐྲངས་པ་ནི་དྲན་པ་དང་། ཤེས་བཞིན་དག་གིས་
སོ། །ཤིན་ཏུ་བསྦྱོམ་པ་ནི། ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་མངོན་དུ་གྱུར་
པ་ལོ། །དང་དུ་ལེན་པ་ནི་གཉིས་ལས་ཆོག་གིས་ནི་པམ་བར་འགྱུར་བས་ཅང་མི་སྤྲུ་
བས་སོ། །དེ་ཡང་གཞན་གྱིས་དེའི་དོན་གོ་ན་སྦྱོམ་པོ་དང་། མ་གོ་ན་ཉེས་བྱས་
སོ། །རིག་བྱེད་དུ་ཐོན་པ་དགོས་པར་འོད་ལྡན་ལས་བཞུགས་ཟེར་རོ། །བསྐྱེན་བཀྱར་
བསྐྲགས་པ་དང་དུ་ལེན་པ་ནི་བཅུན་པ་ཞེས་སོ། །འོང་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱིན་ལེན་
གྱིས་ཤིག་པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པ་ནི། ཅང་མི་སྤྲུ་བར་བསོད་སྟོམས་ལེན་པ་ལ་
སོགས་པ་དང་། “སྤྱེ”ཆོན་གཉིས་པ། ལྷུང་བའི་ལྷག་མ་དགེ་འདུན་གྱིས་གསོ་བར་
བྱས་གསོ་བར་བྱས་པས་ན་དགེ་འདུན་ལྷག་མའི་སྤྱེ་ལ་གསུམ་ལས། འདོད་པ་ལས་

གྱུར་བ་ལ་གཉིས་ལས། ཉང་སེམས་ཅན་ལ་ཆགས་པའི་འདོད་བ་ལས་གྱུར་བ་རང་གི་ས་ཐོན་གྱི་བདེ་བ་ལ་ཆགས་པ་འབྲིན་པའི་ལྷག་མ་ནི། མི་ལམ་ནི། གཉིད་ལོག་པའི་སེམས། དེའི་ཡུལ་བྱད་མེད་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། དེ་རྩལ་སྤྱོད་ཀྱང་འཛིག་ཉེན་གྱི་ཐ་སྙད་ལས་འདས་པས། མེད་བ་དང་འབྲ་བའི་མི་ལམ། དེའི་འབྲས་བུ་ལུས་ངག་གི་འགྱུར་བ་དང་། ཁུ་བ་འབྲིན་པ་སོགས་ནི་མ་གྲས་པ་དེ་ཉིད་དོ། །གང་བྲས་ན་འབྲིན་པའི་ལྷག་མ་བཞི་འགྱུར་ཞེན། ལྷུང་ནའོ། །ཀྱན་སྒོང་ནི་འབྲིན་པ་དེར་འདུན་པས་ཡིན་གྱི། རྒྱག་པ་ལ་སོགས་པའི་སེམས་གྱི་ལྷུང་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དངོས་སོགས་ལྷུང་ན་ནི། ཁུ་བ་དང་། རང་གི་དང་། དང་པོའི་གནས་ན་གནས་པ་དེ་གསུམ་སོ། །བདེ་བ་སོགས་ནི་ཆད་དུ་བྱ་བ་སྟེ། དེ་དག་ལ་ལྷུང་བར་བྱེ་བྲག་མེད་པའོ། །

རྣམ་པ་གང་གིས་འཛིན་པ་ནི། ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ལ་སོགས་པ་ཅམ་གྱིས་མ་ཡིན་གྱིས་རེག་པ་དང་། དེ་ཡང་སྤང་བ་ཅམ་མ་ཡིན་གྱི་བྱད་པ་ལ་སོགས་པའི་བརྩལ་བས་སོ། །གང་ལ་རེག་པའི་གཞི་ནི་ལ་སོགས་པའི་བརྩལ་བས་སོ། །གང་ལ་རེག་པའི་གཞི་ནི་བརྒྱའི་ཕྱོགས་ལ་སོགས་པ་གཞན་གྱི་ཕྱོགས་མ་ཡིན་གྱི། ཡན་ལག་གི་རྣམ་པ་པོའི་དབང་སོལ་འོ། །རེག་བྱེད་ནི་ནང་གི་ཉང་དང་། གཞན་གྱི་ལག་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་གྱི་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཀྱང་རོ། །དེ་ལ་ཡང་སེམས་ཅན་དུ་བགྱང་བ་ཤི་བའི་ལུས་དང་། སེམས་ཅན་དུ་བགྱང་བ། མ་ཡིན་པ་གོས་ལ་སོགས་པ་གཉིས་ལས། སེམས་ཅན་དུ་“བགྱང་”བ་སྟེ་ལག་པ་སོགས་བཅད་ནའོ། །ཕྱི་རོལ་དུ་བགྱང་བ་ལ་ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་རྣམ་པ་མ་ཡིན་པ་སྤྱིད་པས་དེ་ལས་གང་བའི་ཕྱིར། རང་གི་རྣམ་པ་གང་ཡིན་པ་

དེའི་རྣམ་པར་གནས་པ་སྟེ། ཡན་ལག་གང་ཡང་རུང་བ་རང་གིས་རྣམ་པ་ལས་མ་
ཉམས་པས་རེག་སྟེ་སྤྱང་ན། ལྷག་མར་འགྱུར་གྱི་ལག་པ་ཁ་ནས་རེག་སྟེ་སྤྱང་བར་མ་
ཟད་དོ། །ལུས་ཀྱི་རྣམ་པ་ལས་ཉམས་པས་སྤྱང་བ་ནི་སྒྲོམ་པོ་སྟེ། ཤེའི་དུམ་བུས་ནི་
སྒྲོམ་པོ་འོ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །

སེམས་ཅན་དུ་བགྱང་བ། །དེའི་རྣམ་པར་གནས་པ། བཅ་བ་སྦྱིད་རུས་པ་མའི་
སྒྲོ་ལས་གནས་པ་སྟེ། གསུམ་པ་ནི། གང་གི་འབྱུང་བའི་དངོས་པོ་སྟེ། བར་བ་ནི་ལག་
པ་ལྟ་བུ་ལ་རྩོལ་ན་མཐིག་མ་མན་ཆད་ཆད་བ་ཞེས་ཟེར་རོ། །བརྩམ་བས་སོ། །ཞེས་
བ་ལ་འཆང་བས་བཅངས་པའི་བརྩམ་བ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་ཟད་དེ། དེའི་གྱིས་སོ་ཞེས་
སོ། །དེ་གཉིས་སུ་མ་ཟད། བདེ་བ་ཉམས་སྤྱོད་ཤེས་ཆེན་པོ་མེད་ཀྱང་ལྷག་པར་འགྱུར་
པ་ནི། གྲེ་བྲག་སོགས་སོ། །

དེ་ལ་དང་པོ་ནི། སྦྱེས་པ་དང་བྱད་མེད་དང་པོར་སྤྱད་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་
བདེ་བའོ། །གཉིས་པ་ནི། ལུ་བ་ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་ལས་འཛོན་ཀའི་བདེ་བའོ། །གསུམ་
པ་ནི། ལུ་བ་སྤྱང་ནས་དེའི་མོད་ལ་འདོད་ཆགས་ཀྱི་གདུངས་པ་དང་བྲལ་བའི་གནས་
སྐབས་ཀྱི་བདེ་བའོ། །དང་པོ་འདིར་ཉམས་སུ་སྤྱང་བ་མི་སྲིད་པས་དེ་དང་འབྲེལ་བ་ལ་
དོགས་པ་བཅད་པའོ། །འདིར་ཡན་ལག་བརྩུར་འགྱུར་ཏེ། སྤྱང་བ། དེར་འདུན་པ། རང་
གི་ལུ་བ། དང་པོ། རེག་པ། ཡན་ལག་གི་རྣམ་པ། བྱི་རོལ། སེམས་ཅན་དུ་བགྱང་བ།
དེའི་རྣམ་པར་གནས་པའོ། །དེ་ལས་གང་རུང་གཅིག་མ་ཆད་ན་ནི་སྒྲོམ་པོ་འོ། །སྦྱབས་
སུ་ཞེས་ཏེ་དང་པོའི་དོན་ནི་ཕྱགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ལུས་ཀྱི་བརྩམ་བ་བཏང་ན་སྟེ། རེག་
ཅིང་བརྩམ་བ་མ་ཆད་པའི་སེལ་བའོ། །གར་བྱེད་བ་དང་། རྣམ་མཁའ་ནི་རག་ཅིང་

བརྩམ་བའི་སེལ་བའོ། །སྤྱགས་གཞན་དུ་ནི་ཡན་ལག་གི་རྣམ་པའི་སེལ་བའོ། །རྒྱན་ལས་དང་། རྩི་སྤྱགས་དང་། མངོན་པར་གསུམ་ནི་ཕྱི་རོལ་སོགས་ཀྱིས་རེག་ཅིང་བརྩམ་བའི་སེལ་བའོ། །མངོན་པར་ནི་སྤར་བཤད་པའི་གསུམ་གྱི་དང་པོའོ། །སྤྱབ་པ་ནི་ནན་ཉན་གྱི་དང་པོའོ། །དེས་གཞན་གཉིས་ཀྱང་མཆོན་པ་སྟེ། འདིར་ནི་དེ་གསུམ་གྱི་བདེ་བ་ལ་ཡིད་ཀྱིས་ཀྱན་ཏུ་བཏགས་ནས་འབྱིན་བའོ། །སྤྱབས་སུ་ནི་དང་པོའི་སེལ་བའོ། །ཆགས་པའི་སེམས་ལ་དབྱུང་འདོད་ཀྱི་ཆགས་སེམས་ཞེས་རྣམ་འབྱེད་འབྲེལ་བ་ལས་བཤད་ཟེར་རོ། །གཞལ་བའི་གཞི་ནི་ཡན་ལག་གི་རྣམ་པར་མ་སྟོས་ཀྱང་འབྲུབ་པོ། །ཆགས་སེམས་ཀྱིས་ལྟ་ནའོ། །རང་དང་གཞན་གྱི་ལ་ཉེས་བྱས་དང་། དེར་སྤོ་ཟེར་རོ། །རྒྱན་ལ་ཡང་ཆགས་སེམས་སྤྱར་རོ། །

གཡན་པ་འཕྲུག་པ་ནི། ཁྱིའོ་དང་། འབྲུམ་བྱ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱག་བསྐལ་གྱིས་ཉེན་བའོ། །རེག་བྱ་མ་ཡིན་པ་སྤྱོད་ནས་ཁྱ་བ་བྱུང་བ་ལ། བབ་ཅོལ་དུ་དེའི་དོན་མ་ཡིན་པ་ཞུགས་པར་སྤྱར་རོ། །འབྲན་ནས་བྱུང་བ་ལ་ནི་རེག་བྱ་དེ་ལ་ཡང་ལྟུང་བ་མེད་དོ། །བབ་ཅོལ་སོགས་སྤྱོར་རོ། །དེ་གཉིས་ཀྱང་ཉེར་གནས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་གྱི་ཆགས་པར་འགྱུར་བའི་གཟུགས་ལ་ལྟོའོ་སྟུམ་ནས་དོན་མ་ཡིན་པར་ཞུགས་པ་ལས་བྱུང་ན་ནི་ཉེས་བྱས་སོ། །ཞུ་བའི་སྐབས་ནས་འབྱུང་བ་ནི། ཁྱ་བ་རང་གི་གནས་ནས་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་ལ་འཕྲོ་བ་དང་། འཕྲོས་མ་ཐག་པའོ། །གང་དུ་འཕྲོ་བ་དང་། འཕྲོ་བ་ནི་ཡན་ལག་གི་རྣམ་པའི་སྤྱབས་ཀྱིས་ཅ་བར་རོ། །དབྱུང་བའི་ཆེད་དུ་ཅོམ་པ་བྱས་ཀྱང་བཏང་ན་སྤྱོར་བའོ། །འཕྲགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་བཏང་བ་ལ་སྟོམ་པོ་ཡིན་ན་དེའི་སྤོ་རོལ་ལ་ཉེས་བྱས་སུ་དོགས་པ་བསལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྱོར་བ། གཉིད་མ་ལོག་པའི་

བརྩམ་བ་མེད་པར་དང་། བབ་ཅོལ་དུ་བྱུང་བ་ལ་ལོ། །ཅུང་ཟད་དང་། ཡོངས་སུ་ནི་
ཕྱོགས་གཅིག་ཐམས་ཅད་ནས་སོ། །དེ་ཡང་བདག་གིར་བྱེད་པ་ལ་སྒྲོམ་པོ་ལོ། །ལས་
སུ་རུང་བ་མཆོན་པ་སྟེ། མ་རུང་བ་ལ་ཡང་ཞེས་ཟར་རོ། །སེམས་ཅན་དུ་བགྱང་བས་
རག་པ་ལ་སྒྲོམ་པོ་དང་དེ་མ་ཡིན་པས་ནི་ཉེས་བྱས་སོ། །འབྱུང་བའི་ཕྱིར་སྒྲོན་འཁྱུང་
ནས་འབྱིན་ན་འཁྱུར་བ་ཡོད་ན་སྒྲོམ་པོ་དང་། མེད་ན་སྟེ་བར་འཁྱུར་བས་ཉེས་མེད་
དོ། །གཞན་གྱི་ཡན་ལག་གི་རྣམ་པ་ལས་འབྱིན་ན་འཁྱུར་བ་ཡོད་རུང་མེད་རུང་ཉེས་
བྱས་ཏེ། འིན་ཏུ་སྒྲིད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

འདུལ་བྱེད་གྱི་སྐབས་ནས་འབྱུང་བ་ནི་ཕྱི་རོལ་དང་། དེའི་རྣམ་པར་གནས་
པའི་སྒྲོས་པ་ནི། རྣམ་པར་བསྒྲོས་པ་ནས་དངོས་གཞིའི་བར་རོ། །སོགས་གྱིས་ནི་རྣམ་
པར་རྟགས་པ། རྣམ་པར་བཅ་པ། རྣམ་པར་འབྱས་གཞིགས་པ། རྣམ་པར་བོས་པ།
རྣམ་པར་དམར་བ་རྣམས་བསྟུན། །རྣམ་པར་ཞིག་པས་ནི་རྣམ་པར་འཛོར་བ་བསྟུ་སྟེ།
མྱད་པ་བགོ་བ་དང་ཡན་ལག་དང་བྲལ་བ་ནི་རྣམ་པར་ཞིག་པའོ། །མ་ནི་རང་གི་ཡན་
ལག་གི་རྣམ་པའི་བྱ་ག་སྟེ། གཞན་གྱིས་འཆོར་ན་ཉེས་བྱས་སོ། །མའི་དབང་པོར་ལྷག་
པར་སྟོད་པ་ཚུམ་པའི་ཆེ་ལག་པ་ལ་སོགས་པས་དེ་འཆོར་ན་སྒྲོམ་པོ་ཡིན་གྱི། ལྷག་
པར་སྟུང་པ་ལ་ཞུགས་ཐེན་པ་འཆོར་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཚུམ་པ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་
པའི་ཕྱིར་ལྷང་བ་གཅིག་ཉིད་གྱིས་ལྷག་པར་སྟུང་པར་སྟུང་པ་ཉིད་བསྟུས་པ་ཡིན་
ནོ། །མའི་དབང་པོ་དེར་རོ། །དེ་གཉིས་ནི་མི་ཆངས་སྟོད་དུ་གཏོགས་པ་སྟེ། ཕྱི་མ་ནི།
དེའི་གཟུགས་བརྟན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །མཐེ་པོར་དང་མོ་དབང་མཆོན་པ་སྟེ་བ་སའི་
རིང་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། ཁ་དང་བཤང་ལམ་ཡང་རོ། །ཉེ་བར་འགོ་བ་ནི་མི་ཆངས་

སྒྲིབ་དང་། ཁུ་བ་དབྱུང་བའི་དོན་དུ་ཡིན་ན། དེ་དག་ཏུ་གཏོགས་པ་དང་། འཆག་པ་
 སོགས་ཀྱི་དོན་དུ་ཡིན་ན། ལྷུང་བ་མེད་དོ། །དབྱུང་བའི་དོན་དུ་གནས་ནས་ཞེས་
 སོ། །རྩུལ་བཞིན་མིན་པ་ནི་དབྱུང་བའི་དོན་དུ་སྒྲིབ་དང་། སེན་མོ་དང་། སོ་དང་། རྟེན་
 པ་དང་། བརྒྱ་དང་བྱ་མ་སོགས་ཡིད་ལ་བྱེད་པའོ། །འཛིན་པ་ནི་བརྩམ་བ་མེད་
 པའོ། །འཇག་སྒྲིབ་ལ་དབྱུང་བའི་དོན་མ་ཡིན་པར་ཞུགས་པས། ཁུ་བ་བྱུང་བ་ལ་ལྷུང་
 བ་མེད་དོ། །གཞན་གྱི་ལུས་ཀྱི་རེག་བྱ་ལ་ཆགས་པ་ལ་གསུམ་ལས། རྣམ་འབྱེད་ནས་
 འབྱུང་བ་ནི། འདི་ལ་ཞེས་སོགས་སོ། །འདིར་བྱད་མེད་ལུལ་དུ་དགོས་པའི་ལྷུང་བ་
 ལྷག་མ་ལ་གསུམ་དང་། འབའ་ཞིག་པ་ལ་བདུན་ཏེ་བརྩམ་ཏེ། འོ་ན་བྱད་མེད་ལུལ་དུ་
 དགོས་པ་ཐམས་ཅད་མི་སྤྱད་པར་འདི་ཅམ་ཞིག་སྤྱད་པ་ཅི་ཞེ་ན། འདི་རྣམས་ལ་དོན་
 གོ་དང་། རྟེན་གྱི་ཡན་ལག་གཉིས་པོ་དགོས་ལ། དག་སྒྲོང་མ་ལུལ་དུ་དགོས་པའི་ལྷུང་
 བ་རྣམས་ལ། དེ་གཉིས་མི་དགོས་པར་མ་བཤད་དེ། མདོར་ན་ཡན་ལག་གཉིས་པོ་
 དགོས་པའི་བྱད་མེད་ལུལ་དུ་དགོས་པ་རྣམས་བསྐྱུས་སོ། །ཞེས་ཟེར་དོ། །

ཁ་ཅིག་ན་རེ། དེ་ལྟ་ན་དག་སྒྲོང་མ་ལས་གྱུར་པ་རྣམས་ལ་དགག་བྱ་ཆགས་
 པ་འགོགས་སམ་མི་འགོགས། དང་པོ་ལྟར་ན་མཚན་མི་མ་སྤྱན་པ་ཡན་ལག་ཏུ་མི་
 དགོས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེག་པ་བཞིན་ནོ། །མ་ལས་གྱུར་པ་རྣམས་པ་ལས་ཀྱང་འབྱུང་
 བར་འགྱུར་ཏེ། ཆགས་པ་ནི་མི་འགོགས་ལ། གཞན་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་དོ། །གཉིས་
 པ་ལྟར་ན་ཡན་ལག་གཉིས་དགོས་ཏེ། དེ་ལ་ཆགས་པ་རྫོགས་པ་ལྟར་གཞན་ལ་མ་
 ཡིན་པས་སོ། །གལ་ཏེ་དོན་ལ་དགོས་ཀྱང་སྒྲོས་མི་དགོས་ཏེ། སྒྲོམ་པ་དག་པ་དང་
 ལྷན་པའི་ནང་དུ་འདུས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གཞོན་བྱ་མ་ནི་ཉི་ཤུ་དང་བྲིམ་སོ་བརྒྱུད་བ་བརྩ་

གཉིས་ལ་སྒྲིམ་པོ་སྟེར་བས་དེས་རྟེན་རུང་བྱུང་ཅིང་། བ་སྟོང་མི་ལྡན་པ་མཛེས་བས་
བར་ཆད་ཡིན་པས་དེ་ལ་སྒྲིམ་པ་སྟེར་བ་བཀག་པས་བ་སྟོང་དང་ལྡན་པར་བྱུང་པོ་
ཟེར་ན། མཛེས་པའི་བར་ཆད་ཅན་ལ་བྱིན་ན་སྟེ་བ་དང་། སྟེས་ནས་ཀྱང་དེ་ལྟར་
འགྱུར་བ་སྲིད་དེ། རྟ་བའི་སྤྱབས་དགགས་བ་དང་། དབྱས་པས་མཐའ་འཁོབ་ཏུ་བྱིན་
པ་ཡང་། འོན་མེད་གེ་བའི་བྱེ་བྲག་ཏུ་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །དེས་ན་སྒྲིམ་པ་དང་ལྡན་
ཡང་། ཡན་ལག་གཉིས་སྒྲིམ་དགོས་སོ། །གཞན་མི་དགོས་པས་མ་བཤད་པ་དེ་ལྟར་
དུ་ཡིན་ན། །ཞུ་བ་ནས། འོན་གོ་དགོས་པར་ཀུན་ལ་སེལ་བའི་ཆ་ནས་བཤད་ལ། རྟེན་
རུང་ནི་འགྲུང་བ་ལ་དངོས་སུ་གཞོན་ཏུ་མ་ལ་སྤྲད་པར་བཤད་ཅིང་། གཞན་ལ་རུང་
མ་སྤྲད་དུ་སྤྲར་དགོས་པ་དང་འགལ་ལོ། །བསྟན་བཅོས་སུ་ཡིན་ན་སྤྱིར་བསྟན་པ་
གཉིས་ཀ་བཤད་པ་དང་འགལ་ལོ། །

གཞན་ཡང་བཅུ་པོའི་བདུན་ལ་རྟེན་རུང་དང་། གསུམ་ལ་དོན་གོ་སྒྲིམ་པ་དེ་
པན་ཚུན་དུ་འཁྲུལ་བའམ། སོ་སོར་ངེས། བྱི་མ་ལྟར་ན། དེག་པ་སོགས་བདུན་ལ་
ཞུས་པ་ནས། སེལ་བའི་ཆ་ནས་བ་སྟོང་བཤད་པ་དང་། འཁྲིག་ཆིག་སོགས་གསུམ་
ལ་འདུལ་བྱེད་ནས་རྩ་འཁྲུལ་གྱི་ཆོས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ནི་ཞེས་བཤད་པའི་རུང་མ་སྤྲད་
གྱིས་རྟེན་རུང་དགོས་པར་གསུངས་པ་དང་འགལ་ལོ། །དེགས་པ་ཡང་དགག་བྱ་
ཆགས་པ་འགོགས་སམ། མི་འགོགས། བྱི་མ་ལྟར་ན། སྤར་ལྟར་དང་། སྤར་མ་བཤད་
པ་ལྟར་ན། བདུན་ལ་དོན་གོ་དང་གསུམ་ལ་རྟེན་རུང་དགོས་ཏེ། དེ་གཉིས་ལ་
དགག་ །ཆོག་པ་ལ་མིན་པའི་བྱིར་རོ། །ཡན་ལག་འཁྲུལ་མ་ཡིན་ན་ངེས་ཅན་དུ་སྒྲིམ་
པའི་བྱིར་། །ལུང་གི་ཐད་ཀའི་དོན་ཅན་བསྐྱས་པས་ཤེ་ན། སྤར་འདི་ནམས་ཡན་ལག་

གཉིས་དགོས་བ་རྣམས་བསྐྱུས་བར་འདོད་བ་ཉམས་སོ། །དེས་ན་རང་ལུགས་ནི། ཐད་
ཀ་བའི་དོན་ཅམ་བསྐྱུས་བ་ཡིན་ཅིང་། ཡན་ལག་གཉིས་ཀྱང་འབྲུལ་མདོ། ཞེས་ཟེར་
རོ། །ཁྲིམ་བ་མོ་ལ་སྟོན་བའི་སྐབས་སུ་ཕྱི་རོལ་བའི་རབ་བྱུང་མོ་ལ་ཡང་ཉེས་བྱས་སུ་
གསུངས་སོ། །

དེ་ལྟར་ལྟར་བ་བཅུ་ལ་སྦྱིར་བྱུང་མེད་དགོས་བ་ཅམ་དུ་འབྲ་བ་ལས། ཡན་
ལག་བྱུང་བར་མ་གསུངས་བ་ནི། ལྷ་ལས། རིགས་བའི་སྦྱེས་བ་མེད་བའི་ཡན་ལག་ནི།
ལམ་དུ་འགྲོ་བ་དང་། ཚོས་སྟོན་བ་གཉིས་ལ་སྟེ། སྤྲ་ལ་སོ་ཐར་ལས་མ་སྦྱོས་ཀྱང་ཚོས་
སྟོན་བ་ལ་རིགས་བའི་སྦྱེས་བ་མེད་བ་གསུངས་བའི་གནད་མཚུངས་སྦྱར་བའོ། །སྦྱིར་
ཁྲིམས་གྲོགས་ཅམ་དང་། མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། དབེན་བ་ན་
འདུག་འགྲེང་ལ་བྱུང་མེད་ཅམ་དང་། ཉལ་སོ་བྱེད་བ་ལ་གོགས་བྱེད་བར་རྒྱས་བ་དང་།
ལྡན་ཅིག་ཉལ་བ་ལ་བསྐྱུང་རྒྱས་བ་ཅམ་གྱི་ཁྲིམས་གྲོགས་གྱིས་མཚོག་གོ། །

ཁྲིམས་གྲོགས་མཚན་ཉིད་དང་“ལྡན”བ་ནི། ལམ་དུ་འགྲོ་བ་དང་། ཚོས་སྟོན་
བ་ལ་དགོས་བས། མི་སྦྲ་ཤེས་དོན་གོ་བསམ་བ་དང་། ལུས་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ།
སྦྱེས་བའི་མཚན་རྒྱུད་བ་དང་ལྡན་པ། འགྱུར་བ་མི་སྟོན་བ་དང་། འོང་བ་མ་ཡིན་པ།
ཐོས་བའི་ཉེ་འཁོར་བ་གནས་བ་དེ། བརྒྱུད་དམ་དགྲ་ཟེར་རོ། །དེ་ལ་དོན་གོ་བ་
ནི། །རིགས་ཉེ་འཁྲིག་བ་དང་ལྡན་བའི་བརྗོད་བ་དང་། སྦྱོད་བ་ཤེས་བའོ། །འགྱུར་
བརྟེན་བ་ནི། མཚན་གྱི་སྟོན་སོ། །གྲིང་གཅིག་ཡང་བསྐྱུན་དགོས་སོ། །མཚན་གྱི་
ཡན་ལག་ནི་མཚན་གཉིས་བ་སྦྱེས་བའི་མཚན་ཤས་ཆེ་བའི་རྣམ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ཉིད་ལ་

ནི། །མཚན་ཅིག་ཤོས་བྱད་མེད་ཀྱི་མཚན་དོན་མེད་པ་སྟེ་དེས་སྒྲ་མ་ལ་གནོད་པའི་
ཕྱིར་ཅུང་ཟད་ཀྱང་བྱས་པ་མེད་དོ། །བརྒྱུག་པ་ལ་དེ་ལྟར་རོ། །མདོར་ན་མཚན་གང་
ཤས་ཆེ་བ་དེས་དེའི་བྱ་བ་བྱེད་ཀྱས་ན་ཅུང་བ་དེ་ཡོད་ཀྱང་མཚན་གཉིས་ལ་བརྟེན་
པའི་ལྟང་བ་རྫོགས་པར་བསྐྱེད་པའི་དོན་ཏེ། འདི་ལྟར་བྱད་མེད་ཀྱི་མཚན་ཤས་ཆེ་
ན་ཀྱི། དགེ་སློང་ལ་བྱད་མེད་ཀྱི་སྐབས་ཀྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་རྫོགས་པར་འགྱུར་ལ། སྐྱེས་
པའི་མཚན་ཤས་ཆེ་ན། དགེ་སློང་མ་ལ་སྐྱེས་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་རྫོགས་པར་
འགྱུར་རོ། །དེའི་ཆེ་རེག་པ་སོགས་བཅུ་ལ་བྱད་མེད་ཀྱི་མཚན་རྒྱད་པ་དང་། དེ་ཤས་
ཆེ་བ་གཉིས་ལྟང་བ་ལ་འབྲེལ། །འོན་སྐྱེས་པའི་མཚན་ཤས་ཆེ་བའི་རིགས་པའི་སྐྱེས་པ་
དེ་ཁྲིམས་གྲོགས་ལ་འབྲེལ་ཞེ་ན། རིགས་པའི་སྐྱེས་པ་མཚན་གཉིས་པ་དང་ལྡན་པས་
བྱད་མེད་དང་ལམ་དུ་འགྲོ་བ་དང་། དེ་ལ་ཆོས་སྟོན་ལ་བྱེད་ཉིད་དེ་ཉེས་བྱས་སོ། །

འདིར་ཞེས་པ་ལ་མཚན་ཅིག་ཤོས་མའི་མཚན་ཀྱི་སྐབས་འདིར། །ཤེས་
གསུངས་པ་ནི། མའི་མཚན་ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད་ཀྱས་པ་ཡན་ལག་ཏུ་དགོས་པའི་སྐབས་
འདིར་ཞེས་ལྟུལ་ལ་བཟུང་གི། །གྲོགས་ལ་མི་བཟུང་རོ། །འདི་ལ་བྱེད་པ་སོ་བྱད་མེད་
དོ་ཞེས་སྒྲས་ན། བྱད་མེད་ཐམས་ཅད་དམ། གྲེ་བྲག་འགལ་ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན། འོག་མ་
ཞེས་ཏེ། ལེགས་ཉེས་སྒྲས་པའི་སྒྲ་དང་། དོན་ཤེས་པའི་མཐུ་ཡོད་ན་དངོས་གཞིའི་
བྱེད་པ་སོ་ཡིན་གྱི། བྱད་མེད་ཅམ་གྱི་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ལ་ནི་འབའ་ཞིག་པ་རྒྱག་ལ་
མཛད་ཀྱང་དེ་མ་ཐག་ཏུ། མཐུ་ཡོད་པའི་བྱད་མེད་ལ་ལྟས་ཀྱི་རེག་པའི་དགེ་འདུན་
ལྷག་མ་གནས་ཡིན་པ་དེ་ལ་མཐུ་མེད་ན་ཉེས་པ་སྟོམ་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པས་རེག་

བ་དང་བཅས་བ་མདུན་ལ་ནི། འཁྲིག་བ་བསྟེན་བའི་མཐུ་ཡོད་ན་བུད་མེད་དེ་དངོས་
གཞིའི་བྱེད་བའོ། །འདི་གཉིས་ཡན་ལག་འབྲུལ་མར་འདོད་ཀྱང་མི་འཐད་བ་འབྲསྟེ།
རྩ་འབྲེལ་གཉིས་ཀར་ངེས་ཅན་དུ་མཛད་ལ། རོན་ལ་ཡང་། གསུམ་པོ་ངག་གི་ཐ་སྟངས་
ལ་བརྟེན་བས་ན་རོན་གོ་དགོས་ཀྱང་གཞན་བདུན་ཉེ་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་བའི་ཕྱིར་དང་།
གོང་མ་གསུམ་གྱི་དགག་བྱ་རྫོགས་བ་རྟེན་དུང་ལ་མི་སྟོས་བའི་ཕྱིར་སྟེ་བ་དང་སྟེ་
དབྱེད་དོ། །མཐུ་སྟོབས་ཡོད་བ་ལས་གཞན་དུ་མེད་ན་ཆོག་འོག་མའི་བྱེད་བ་པོར་
འགྱུར་ཉེ། མཐུ་ཡོད་བ་ལ་བར་དུ་གཅོད་བའི་ཆེ། རེག་ན་སྟོམ་པོ་ནི་མཐུ་མེད་བ་ལ་
ཉེས་བྱས། མཐུ་ཡོད་བ་དང་ལྟན་ཅིག་ཉལ་བ་སོགས་བ་ལྟར་བྱེད་ནི་མེད་བ་ལ་ཉེས་
བྱས་སོ། །པོ་མའི་མཆན་གང་ཡང་མེད་ཀྱང་། དབྱིབས་པོ་མའི་རྣམ་བ་ཅན་གྱི་མ་ནིང་
གཉིས་དང་སེམས་ཅན་དུ་བབྱང་བ་ཁོ་ན་སྟགས་དང་སྟན་ལ་སོགས་བས་བསྐྱར་བའི་
སྟུལ་བ་མོ་ཡང་མཐུ་མེད་བ་དང་འབྲས་སྟར་ལྟར་ན་སྟངས་དོ། །རེག་བ། འཁྲིག་
ཆོག །བསྟེན་བཀུར་བསྟགས་བ་གསུམ་པོ་འདི་ལ་སྟེས་བ་མཐུ་མེད་བ་དང་འབྲའོ། །

ཀུན་སྒོང་གི་ཡན་ལག་ནི། དེ་དག་ནི་གསུམ་པོ་སྟགས་མའི་ཡུལ་ལ་བདེ་བ་གང་
ཡོད་བ་ཉམས་སུ་སྒྱུང་བའི་ཕྱིར་དུ་བདུན་པོ་འོ། །དེ་ཡང་ཀུན་དུ་འདོད་ཆགས་དང་
ལྟན་བ་སྟེ། སོ་ཐར་ལས་བྲལ་ཞིང་གྱུར་བའི་སེམས་ཀྱིས་ཞེས་གསུངས་བའི་བྲལ་བ་
ནི་འདོད་ཆགས་མཛོན་དུ་གྱུར་བའོ། །གྱུར་བ་ནི་ཆགས་བ་རྒྱན་རིང་བའོ། །དེ་གཉིས་
ཀྱིས་ཁྱད་པར་ཅན་དུ་གྱུར་བའི་ཆགས་བ་ནི་ཀུན་དུ་འདོད་ཆགས་སོ། །སྒྲི་དྲགས་ནི་
གསུམ་པོ་འདི་ལ་དང་སྟར་བའོ། །འདི་འདུན་བ་ཡོད་ལ་ཆགས་བ་དང་མི་ལྟན་ན་སྟངས་
ལ། ཆགས་བ་ཡོད་ལ་འདུན་བ་མེད་ལ། གཉེན་སོས་བརྫོག་ན་ལྟར་མེད་དང་། མ་

བསྐྱོག་ན་ན་སྤང་ཟེར་ཏེ་བརྟག་གོ། །ལུས་ཀྱི་རེག་པ་བདག་གིར་བྱེད་ན་ཞེས་པ་ལ།
 རེག་བྱའི་ལུལ་ནི། བྱད་མེད་ཀྱི་མཆན་དོན་ཡོད་པ། རྟེན་དུ་བྱང་བ་མི་ཡིན་པ་དང་།
 སྦྱོ་བ་སོགས་བཞི་ལས་བསྐྱོག་པའི་ཐ་སྙད་བྱེད་དང་གཉིས་དང་ལྡན་པ། ལུས་ཐ་མལ་
 པ། ལུས་དངོས་ཡིན་པ། མ་ཉམས་པ། དམ་པ་སྦྱེད་ཀྱས་ཀྱི་མའི་སྒོ་ལས་གཞན་ཡིན་
 པ་བདུན་ཟེར་རོ། །མའི་སེལ་བ་དུད་འགོ་ལྟ་བུ་ལ་རེག་པ་ཆེས་ན་སྤང་དོ། །རེག་བྱེད་
 བྱི། ལུས་དངོས། མ་ཉམས་པ། དམ་པ་སྦྱེས་པའི་ཟག་བྱེད་ལས་གཞན་པ་སྟེ་གསུམ་
 ཟེར་རོ། །ལན་བྱ་དང་། འདུག་པ་ལ་སོགས་ལ་ལྟུང་བ་མེད་པས་དེ་ལས་དགར་བའི་
 ཕྱིར་འདིར་རོ། །དེ་དང་འབྲེལ་བའི་གོས་ནི་ལན་བྱ་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱད་པ་ལ་སོགས་
 པ་ལན་བྱའི་ཡན་ལག་ཏུ་གྱུར་བའི། །ཅོད་པན་དང་ཁ་ཚུ་ལ་སོགས་པ་ལ་རེག་པ་ནི་
 སེན་མོ་དང་འབྲ་བར་སྟོམ་པོ་ལོ། །ནོམ་པ་ནི་དང་པོར་ལན་ཅིག་ལུས་ལ་སྦྱར་
 བའོ། །ཉུག་པ་ནི་ཡང་དང་ཡང་དུ་སྦྱར་བའོ། །

སྦྱོས་པ་ནི། མཐང་སྦྱར་བའི་བསམ་པས་རང་གི་ལུས་བྱད་མེད་ཀྱི་ལུས་དང་
 པར་དུ་མ་བཅད་པར་སྦྱོས་པའོ། །གོས་ཀྱི་བར་དུ་ཆོད་པ་ལ་རེག་པ་ནི་ཆིགས་འོག་
 མར་ན་སྤང་དེ། དངོས་གཞིར་འགྱུར་བ་ལ་སྟོམ་པོ་དང་། སྟོམ་པོར་འགྱུར་བ་ལ་ཉེས་
 བྱས་སོ། །ལུས་ཀྱི་རེག་པ་ཆོར་བ་ལ་ཡང་ལྟུང་བ་ལ་བྱེ་བྲག་མེད་དེ། ཐམས་ཅད་དུ་
 ལུས་ཀྱི་རེག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ནི་གོས་ཀྱིས་བར་བཅད་པ་ལ་
 ཡང་སྒབ་མོས་སོང་བས་ཆོར་ན་འང་འོག་མར་ན་སྤང་པ་ལ་བྱད་མེད་དེ། ཐམས་ཅད་
 དུ་སྟེ། དངོས་སུ་ལུས་རེག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །འདི་ལ་ཁ་ཅིག་ཉམས་
 སྦྱོར་ལ་མི་གཞོད་པའི་སྒབ་མོས་བར་ཆོད་པ་དང་། བར་མ་ཆོད་པར་རེག་པ་གཉིས་

ལྷུང་བ་ལ་བྱེ་བྲག་མེད་དེ། ཐམས་ཅད་དུ་ལུས་ཀྱི་རེག་པ་དང་ཁྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་
རྟོ། །ཞེས་ཁ་བསྐྱང་བར་བྱེད་དེ། ཐམས་ཅད་དུ་ཞེས་པས་སོ་ཟེར་ཏེ་དེ་གཉིས་ཀ་མ་
ཡིན་ཏེ། བསམ་པའི་ཉེས་པ་མེད་ཀྱང་། དགེ་སློང་མ་སོགས་ལ་མི་རེག་གོ། །སྤྱིང་བཅེ་
བས་ཞེས་པས་ཆོག་མོད། རྩུང་ཞེས་ཅིའི་ཕྱིར་སློས་ཤེ་ན། བདེན་མོད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་
མ་དང་ཞེས་པའི་ཡུལ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། བསྟན་པར་བྱ་བས་ཞེས་པར་ཡང་ཀུན་ཏུ་
འདོད་ཆགས་པའི་སེམས་མེད་པར་སྤྱིང་བཅེ་བ་ལ་སོགས་པ་སེམས་གཞན་གྱི་རེག་
པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་དོ། །ཞེས་སོ། །སེམས་དག་པས་ཞེས་པས་ཡུལ་རྟེན་གཉིས་ཀ་ལ་
སྦྱར་རོ། །

ཁྱེ་བ་ནས་འབྱུང་བ་ནི། འཇམ་བ་སོགས་ཀྱི་མཐར་བསམ་པ་སྦྱར་བ་ནི། རེག་
པའི་བྱེ་བྲག་ཉམས་སུ་སྤྱོད་པར་འདོད་པས་རེག་པ་སྟེ་ཀུན་ཏུ་འདོད་ཆགས་པས་
སེལ་བའོ། །འདིར་འབྲིག་པ་དང་ལྷན་པའི་རོ་སྤྱང་བའི་བསམ་པས་མ་ཡིན་ན། སྟོམ་
པོའོ་ཞེས་གསུངས་པ་ནི་དབྱང་པར་བྱའོ། །ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་སྤྱོད་པས་རེག་པ་ལ་
གསུམ་ལས། སྤྱིང་བཅེ་བས་རེག་པ་ནི། མ་དང་རྩུང་དང་། གཡང་ས་ལ་སོགས་པའི་
སྤྱག་བསྐལ་ལས་ཐར་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྤྱིང་བཅེ་བས་རེག་པ་ལ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་
གྱི་སེམས་མེད་པ་དང་། ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་སྤྱོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལྷུང་བ་མེད་དོ། །ཉེ་
དུ་ཤེས་པས་མཐོང་བས་རེག་པ་ནི། མ་དང་ཞེས་སོ། །འདིར་ཁ་ཅིག་། རེག་པ་ལ་ཉེ་
དུ་མ་ཡིན་པ་དགོས་པས་དེའི་སེལ་བའོ། །ཞེས་ཟེར་བ་ལ། དེ་ལྟ་ན་སྟོན་སྤྱད་པ་ལ་
ཡང་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་ཟེར་བ་ནི་འཐད་དོ། །དེས་ན་འདི་དང་འོག་མ་གཉིས་ཀ་
ལ་ཆགས་སེམས་མེད་པའི་རེག་པ་ལ་དགོངས་སོ། །སྟོན་ཀུན་ཏུ་དགའ་བ་ཉམས་སུ་

སྒྲིང་བས་རེག་པ་ནི་སྒྲོན་སྤྱད་པ་ཞེས་སོ། །འདི་གཉིས་ཀ་སྤར་བསམ་པ་འདི་ཉེས་པ་
མེད་དུ་ཟེན་གྱང་དགེ་སྒྲོང་མ་དང་། བྱད་མེད་ལ་རེག་པར་མི་བྱ་བར་གསུངས་པའི་
སེལ་བར་འགྲིག་གོ། །འདུལ་བྱེད་ནས་འབྱུང་བ་ནི། ཟས་དང་སོགས་སོ། །ཀར་པ་དང་།
དེའི་བསྟན་ཞེས་པ་གཉིས་ཀྱིས་ཚོད་བག་གིས་རེག་པར་བྱ་བ་ཁོ་ནས་རག་པ་བསྟན་
པར་མཛད་དེ། སྤུ་མ་ཡང་དེའི་བསམ་པས་རེག་པར་བྱ་དགོས་པ་འབྲེལ། །སོགས་
པས་ནི་ཅིབ་ལོགས་ལ་སོགས་པས་འཕྲུལ་ནའོ། །རྟེན་ནི་བྱད་མེད་དང་བཅས་མ་
བཅས་གཉིས་ཀ་སྟེ། ཁྲིའུ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་གསུང་ངོ། །བྱད་པར་ཅན་གྱི་སྒྲོད་པ་
དང་འབྲ་བ་ནི། འབྲང་བར་འབྲེལ་བའི་བྱད་མེད་རང་ལྡང་རྒྱས་བཞིན་དུ་སྒྲོང་ན་ཞེས་
གསུངས་པས་ལྡང་བར་མི་རྒྱས་ན་ཉེས་པ་མེད་དོ། །བྱད་མེད་ཀྱིས་དགེ་སྒྲོང་ལ་ཕྱལ་
བ་སོགས་གསུམ་མི་འདོད་བཞིན་བྱེད་པ་ནི་ལྡང་བ་མེད་དོ། །བཟུང་བ་ནི་བྱད་མེད་
ཀྱིས་ཡིན་ལ། དེ་དང་འོག་མ་རྣམས་མི་འདོད་བཞིན་དུ་བྱེད་པ་ལ་ལྡང་བ་མེད་དོ། །

སྤྱ་བའི་བདེ་བ་ལ་ཆགས་པ་ཁྲིག་ཆིག་གི་ལྷག་མ་ལ་གསུམ་ལས། རྣམ་འབྲེད་
ལས་འབྱུང་བ་ནི། གང་ལ་སྤྱ་བའི་ཕྱལ་ལ། བྱད་མེད་ཀྱི་མཆན་དོན་ཡོད་པ། རྟེན་དུ་
རུང་བ། ཐ་སྙད་བཞི་ལྟན། ལུས་ཐ་མལ་བ། རྩ་འབྲུལ་མ་ཐོབ་པ་སྟེ་ལྷ་ཡིན་ལ། འོག་
མ་ལ་ཡང་དེ་ལྟར་ཟེར་རོ། །གང་བཟོད་པར་བྱ་བ་ནི། ཕྱལ་དུས་དེར་འཁྲིག་ཆིག་གིས་
གསལ་པོར་གྲགས་པ་ཟེར་རོ། །སྤར་བ་ཤད་པའི་བྱད་མེད་དོན་གོ་བ་ལ། གཉིས་ཀྱིས་
གཉིས་སྒྲོད་པའི་འཁྲིག་པ་སྤྱས་ན་དེའི་ལྷག་མའོ། །སྤྱ་རི་ལྷ་རྒྱས་སྤྱས་ཤེ་ན། རྒྱ་དང་
ན་དུ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱ་གང་རུང་གཉིས་ཀྱི་གཉིས་སྒྲོད་པ་བཟོད་བྱའི་དོན་དུ་ཡོད་པའི་
སྤྱས་སོ། །རྒྱ་ལ་སོགས་པའི་དོན་བཞིན་ཉལ་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱ་ཡང་རྒྱ་

ལ་སོགས་པའི་དོན་ནི་འགྲེལ་བར། འདིར་དོན་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱ་ཅིག་ཤོས་བྲི་བར་
རིགས་བར་བྱ་སྟེ། རྒྱ་ལ་སོགས་པའི་དོན་གྱིས་སོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི། དེས་སྐྱས་ནས་
ཞེས་གསུངས་པ་ནི། སྐྱ་ཅིག་ཤོས་ཉལ་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་འཁྲིག་པ་ལ་གསལ་བར་
མ་གྲགས་པ་ལ། དགོངས་པ་འདྲའོ། །འཁྲིག་པ་གོ་བར་བྱེད་པའི་སྐྱ་ནི་གཉིས་ཏེ།
དངོས་དང་ཉེ་བར་འདོགས་པའོ། །དང་པོ་ལ་ནི་འདིར་རྣམ་གཞག་གོ། །གཉིས་པ་ལ་ནི།
གལ་ཏེ་རྒྱ་ལ་སོགས་པའི་དོན་ཡུལ་དང་། ཏུས་དེར་ཆགས་པ་དེར་སྐྱས་ན་དངོས་
གཞིའོ། །མ་ཆགས་པ། དཔེར་ན། སྤང་བ་དང་། ཉལ་བ་ལ་སོགས་པ་བརྗོད་ན་ནི་སྟོན་
པའོ། །ཆགས་མ་ཆགས་ནི་དེ་ལ། གྲགས་མ་གྲགས་སོ། །བྱུང་མེད་དེ་སྐྱིན་མོ་ཞིག་
ཡིན་པས་ཉེ་བར་འདོགས་པའི་ཆིག་དེ་འཁྲིག་པ་ལ་བརྟེན་ཏུ་ཟིན་ཡང་། དངོས་
གཞི་མི་འགྲུར་ཏེ། རྒྱ་ལ་སོགས་པའི་དོན་ཆགས་པ་མེད་པས་སོ། །དེ་ལྟར་ཡང་ལུང་
ལས། ཁོ་བོ་དང་ལྟན་ཅིག་སྤང་བར་གྱིས་ཤིག་ཅེས་པ་ལ། སྟོན་པོར་གསུངས་ཏེ། རྒྱ་
ལ་སོགས་པའི་དོན་དག་ལ་དངོས་སུ་ཞུགས་ས་མེད་པས་སོ། །དཔེར་ན། བ་དང་བྱ་
སྤང་བ་ཞེས་པའི་དོན་བཞིན་ནོ། །འདིར་འགྲེལ་བར། ཉལ་པོ་དང་ལྟག་བར་སྟོན་བའི་
སྐྱ་ལ་དངོས་གཞིར་བསྟན་པ་ནི། འཁྲིག་པ་ལ་ཡུལ་ཏུས་གསལ་པོར་གྲགས་པ་ལ་
དགོངས་སོ། །

རྒྱ་ལ་སོགས་པའི་དོན་བྱེད་པའི་ཆིག་མེད་བར་བརྗོད་པ་བྱེད་ཅིང་། བྱུང་མེད་
གྱིས་ཐོས་ནས་བརྟེན་པ་ལ་དངོས་གཞིར་གསུངས་པ་ནི། རང་གི་དོན་བསམ་ཞིང་།
དངོས་སུ་ཆིག་གི་བདག་ཉིད་ལ་སྐྱ་བ་མེད་པ་ལ་དགོས་སོ་གཞན་གྱི་བསམ་པས་
སྐྱས་པ་ལ་སྟོན་པོར་གསུངས་པས་རང་དོན་ཏུ་སྐྱས་པ་དགོས་སོ། །མཐར་ཐུག་གྱུ་བ་

པའི་དུས་ནི་ཡི་གེ་དང་ཆིག་ལ་དཔེ་ཡོད་ནའང་། བྱད་མེད་ཀྱི་ཆིག་གོ་བའི་ཡི་གེ་དང་
ཆིག་གི་དུས་དེར་དངོས་གཞི་བསྐྱེད་པ་ས་ཕྱིས་བརྗོད་པ་ནམས་ནི་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཁོངས་
སྟུ་གཏོགས་ཏེ། ཚུ་ལ་བའི་ཚུ་ལ་བ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། ། རྒྱ་དང་ན་རུ་ཆིག་
མེད་པར་དངོས་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་དོན། མའི་སྒོ་ལ་སོགས་པ་སྤྲས་པ་སྟེ། དཔེར་
ན། སྟུ་ཁྱོད་ཀྱི་མའི་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་སྤྲས་པའོ། རྒྱ་དང་ན་རུ་ཞེས་བྱའི་སྤྲ་ལ་ནི། དངོས་
གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་སྦྱོར་བ་ཡོད་པར་ཐེ་ཆོམ་མི་བ་ཡང་། སྟུ་ཞེས་སོགས་ལ་དངོས་
གཞིའི་ཆིག་མེད་ན་ཅིའི་ཕྱིར་སྦྱོར་བར་འགྱུར་སྟུ་དོགས་པ་བསལ་བའི་ཕྱིར་མདོ་
འདི་བྲས་སོ། ། བསྐྱགས་པ་ནི། སྟུའི་མའི་སྒོ་གསུམ་ནི་ལེགས་པར་དོད། གནས་གྱུར་
པའོ། ། ཞེས་བསྟོད་པའོ། ། བསྐྱགས་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་དེ་ལས་སྒྲོག་པའོ། ། གསོལ་བ་ནི།
སྟུ་ཚུར་ཤོག། ། དེ་དང་དེ་བྱའི་ཞེས་ཟེར་ཞིང་། རྒྱ་དང་ན་རུ་དངོས་སྟུ་མི་བརྗོད་པའོ། །

ཉེས་བར་གསོལ་བ་ནི། བྱད་མེད་དང་“སྟུ་སྟུ་”པ་དེ་དང་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་
དེ་དང་། དེ་ནི་དགའ་བ་དང་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཡིན་གྱིས། སྟུ་བདག་ཅག་ཀྱང་དེ་དང་དེ་
བྲས་ན་དགའ་བ་དང་། ཡིད་དུ་འོང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་པའོ། ། འདི་བ་ནི། སྟུ་སྟུ་སྟུ་སྟུ་
གང་“བྱད་”མེད་གང་ལ་དེ་དང་དེ་བྱེད་པ་དེ་ནི་དགའ་བ་དང་། ཡིད་དུ་འོང་བར་
འགྱུར་ན། ཁོ་བོས་ཀྱང་སྟུ་ལ་དེ་དང་དེ་བྱ་ན་སྟུ་ཁོ་བོ་ལ་དགའ་བ་དང་། ཡིད་དུ་འོང་
བར་འགྱུར་རམ། ཞེས་པའམ། ཡོངས་སྟུ་འདི་བ་ནི། དང་སོ་གསུམ་འདི་བའོ། ། བརྗོད་
པ་ནི་སྟུ་ནི་ཁྱོད་ལ་དགའ་བ་དང་། ཡིད་དུ་འོང་བ་བདེན་ན། ཁྱོད་དེ་ལ་རི་ལྟ་ཞེས་
པའོ། ། སྟོན་པ་ནི། སྟུ་ནམ་ཞིག་ན་ཁོ་བོ་ཁྱོད་དང་ལྷན་ཅིག་དེ་དང་དེ་བྱེད་ཞིག་གྱུ་

༡ སྟུ་སྟུ་

༢ བྱད་

ཞེས་པའོ། །གཤེད་པའི། ཁྱོད་ལ་ཐོང་བུ་དེ་བྱེད་པར་གྱུར་ཅིག། དེར་མགལ་དུ་མ་ཆུག་
ཅིག་ཆེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ། །ཕྱིར་སྤྲོད་པའི། བྱད་མེད་ཀྱི་བསྐྱགས་པ་སོགས་སྤྲོད་
བ་ན་དགེ་སྤྱོད་གིས་ཕྱིར་རྣམ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ལན་འདེབས་པ་ལ་དངོས་གཞིའི་དབང་
དུ་བྱས་པའི་སྤྱོད་པ་ཉིད་ཡིན་པར་བྱེད་པའི་འགལ་ཡང་མེད་དོ། བསྐྱེད་བཀྱར་
བསྐྱགས་པ་ལ། འཁྲིག་ཆོག་གསལ་པོས་བསྐྱེད་བཀྱར་བསྐྱགས་པ་དགོས་པར་
འདོད་པ་ལ། དེ་ལྟ་ན་འཁྲིག་ཆོག་གི་ལྷག་མས་བྱུང་བ་དང་། དགག་བྱ་དོད་མི་སྤྱབ་
པར་འགྱུར་ཏེ་རྒྱ་ལ་སོགས་པས་སྤྲོད་གོས་པ་དང་། འདི་ལ་བདག་ཉིད་དང་སྤྱར་བ་ཡང་
དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་རྒྱ་ལ་སོགས་པས་བསྐྱགས་ན་ནི། འགྲེལ་པར་འབྱུང་བ་
ལྟར་གཉིས་ཀར་འགྱུར་ལ། འཁྲིག་པ་ཙམ་གྱི་བསྐྱགས་ན་ནི་བསྐྱེད་བཀྱར་བསྐྱགས་པ་
ཁོ་ནའོ། །བདག་ལྟ་བུའི་དགེ་སྤྱོད་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་ལྡན་པ། དགེ་བའི་ཆོས་ཙན། ཆངས་
པར་སྤྱོད་པ་ལ་འཁྲིག་པས་བསྐྱེད་བཀྱར་བྱས་ན། བསྐྱེད་བཀྱར་དང་ཕྱལ་དུ་བྱུང་བ།
བྱད་པར་དུ་འཕགས་པ། བཟང་བ། མཛེས་པ། དགེ་བ། མཆོད་པར་འོས་པ། བསྐྱོད་
པར་འོས་པ། རྒྱ་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། ཞེས་པ་དང་། ཆོས་མཆོག་ལ་སོགས་པ་སྟེ་བཙུ་བརྒྱད་
ལུང་ལས་གསུངས་སོ། །འདི་ཡོན་ཏན་གཉིས་གཉིས་སྒོས་ནས་རེ་རེ་མེད་པའི་བཙུ་
བརྒྱད་པ་ཐུག་གསུམ་དང་། རེ་རེ་ཡོད་ཅིང་། གཉིས་གཉིས་མེད་པ་ཐུག་གསུམ་དང་།
གསུམ་ག་མེད་པའི་བཙུ་བརྒྱད་པ་ཐུག་གཅིག་སྟེ་སྟེ་བརྒྱད་དོ། །

ཚུལ་ཁྲིམས་སོགས་གསུམ་ནི། བསྐྱུང་བ་གསུམ་ལ་ལུང་འགྲེལ་པས་བཞད་
ཟེར་རོ། དེས་བསྐྱགས་པ་དང་། ཆེས་ན་སྤྲོད་ལ་ཡང་སྤྱོད་བརྒྱད་དང་། དེ་དང་
ཞེས་པ་ལ་སྤྱོད་ཆོན་གཉིས་དང་། དེས་བསྐྱགས་པ་ལ་ཡི་རང་བཞི། མི་ཆོས་ལྷ་

མ་སོགས་སྒྱོར་བ་ངག་གིས་འབྲུག་ཅིང་། མཐར་ཐུག་དོན་གོ་ལ་འཛོག་པ་ཐམས་ཅད་
ལ་སྒྱུར་ཏེ། རྒྱན་ལ་བྱང་བར་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །ཆོས་སྟོན་བ་དང་། འདོན་བ་ལྟ་བུ་
ལ་དམིགས་བསལ་ཡིན་ཏེ། ཡན་ལག་གཞན་མ་ཆང་བའི་བྱིར་། ཞེས་ཟེར་བ་ནི་
བརྟག་པར་བྱའོ། །གཞན་འདོད་བ་བསྟེན་དུ་འབྲུག་པ་སྒྱུན་བྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས།
རྣམ་འབྱེད་ལས་འབྱུང་བ་ལ། གང་སྤྲད་པའི་ཡུལ་ནི། སྦྱེས་བ་དང་བྱེད་མེད་གཉིས་ཀ་
མཆན་དོན་བྱེད་རྒྱས་བ་རྟེན་དུ་བྱུང་བ། ཐ་སྙད་བཞི་ལྷན། ལུས་ཐ་མལ་བ་རྩ་འབྲུལ་
ཅན་མ་ཡིན་པ། རང་ལས་ཐ་དད་ཅིང་། དེ་གཉིས་ཀྱང་ཐ་དད་པ། ད་ལྟ་མི་མཐུན་བ་སྟེ་
བདུན་ལྷན་དང་། བྱི་མ་ནི་མཐུན་བ་གཏན་མ་ཐོབ་པའོ། །ཐོབ་ཀྱང་ཉམས་བ་ཟེར་
རོ། །འཕྲིན་གོ་བར་བྱ་བའི་ཡུལ་ལ། ཐ་སྙད་ལྷ་དང་ལྷན། ལུས་ཐ་མལ་བ། དེ་གཉིས་
ལ་དབང་ཆེ་བར་གནས་བ་སྟེ་གསུམ་ཟེར་ཡང་། དེ་གཉིས་སམ་དེ་གཉིས་ལ་དབང་
ཆེ་བ་ཞེས་བྱའོ། །སྤྲ་མའི་དུག་པ་ཡང་དང་པོ་སྤྲ་ཆོག་པར་སྤང་རོ། །འདིར་སྒྱོར་བ་ལ་
འཕྲིན་གསུམ་མེད་ན། བ་སྤྲད་པར་འདོད་བ་ནི་དབྱེད་དོ། །སྤྲ་དང་སྤྲད་པ་ལ་གཞན་
དང་པོ། །ཞེས་མིའི་འགྲོ་བས། སྟེན་པར་བྱེད་པ་མེད་དབང་པོ་དང་ལྷན་བ་དང་
པོ། །སྤྲ་སྤྲད་ན། བདག་ཉིད་དུ་སྤྲད་པ་མ་ཡིན་གྱི། གང་ཟག་གཞན་དུའོ། །

གཞན་ངེ་འདྲ་བ་ཞིག་ཏུ་ཞེ་ན། མིའི་འགྲོ་བ་པོའི་བྱེད་མེད་ལ་སོགས་བ་སྟེན་
པར་བྱེད་པ་མའི་སྒོ་དང་ལྷན་པར་རོ། །འདི་ལ་ཁ་ཅིག་། སོགས་ཀྱིས་སྦྱེས་བ་མ་ཡིན་
བ་ཀྱི་རྒྱ་མེད་པས་སྦྱེས་བ་ནང་སྤྲད་པ་ལ་ཡང་ལྷག་མར་འབྱུར་ཏེ། འགྲེལ་བ་དག་འ་
བ་སྦྱེས་བ་ལས་ཀྱང་། སྦྱེས་བ་དང་བྱེད་མེད་སྤྲད་པ་ལ་ཡང་ལྷག་མར་འབྱུར་ན། སྦྱེས་
བ་ནང་སྤྲད་པ་ལ་ཆེས་འབྱུར་ཏེ། ཆེས་སྤིག་ཕྱི་བས་སོ། །ཞེས་བཤད་པའི་བྱིར་

དོ། །ཞེས་འདོད་པ་ལ། གཞུང་འགྲེལ་ལས། སྤྱན་གྱི་བྱེད་པ་པོ་སྤྱེས་པ་དང་བྱུང་མེད་
དོ་ཞེས་པ་དང་སོ་ཐར་རྣམ་འབྱེད་རྩ་བ་གསུམ་ལས་འབྱུང་བས་མི་འཐད་དོ། །རིགས་
པ་ཡང་། འབྱུང་ཉི་ཤེར་གི་དགག་བྱ་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་རྫོགས་མི་རྫོགས་ཡོད་
པས་སོ། །དེས་ན་རྣམ་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཞེས་བཤད་པས་སོགས་ཀྱིས་མཆོད་གཉིས་པ་
སྤྱད་ཟེར་དོ། །རྒྱ་གང་གིས་གཞན་དང་། གཞན་དུ་སྤྲོད་ན་ལྟར་བ་འདིར་འབྱུང་ཞེ་ན།
སྤྱད་བྱ་གཉིས་མི་མཐུན་པ་སྟེ་གཙུག་པ་ར་མ་གྱུར་པ་མཐུན་པ་སྟེ། བཙུག་པ་བསྐྱུབ་
པའི་ཕྱིར་དུ་སྤྱད་པར་བྱ་བ་ཞེས་སོ། །བརྗོད་པ་ནི་སྤྲོ་མ་ལ་གོ་བར་བྱས་པའོ། །མཐུན་
པ་བསྐྱུབ་པ་དེ་གང་གི་ཆེད་ཡིན་ན། སྤྱད་པ་དེའི་དོན་དུའོ། །

སྤྱད་བྱ་གཞན་གྱི་འཕྲིན་ལན་ལུས་ཀྱི་རིག་བྱེད་དམ། དག་གི་རིག་བྱེད་དམ་
ཅང་མི་སྤྱོད་པས་འཇུག་པ་ནི་འཇུག་པའོ། འཕྲིན་མཐོས་པ་དང་། སྤྱེལ་བ་གཉིས་ཀྱི་
བར་ན་གནས་པས་བར་མའོ། །འཇུག་པ་བར་མ་དེའི་བྱེད་པར་ཐོས་པ་ནི། དག་སྒྲོང་
དེའམ། གཞན་ལས་མདོན་སུམ་དུའོ། །མིག་གིས་སམ། རྩ་བས་སམ། །ཡིན་གྱི་རྣམ་
པར་ཤེས་པས་སྤྱད་བྱ་དང་པོ་དེས་རིག་པའོ། །དེས་ན་དོད་པ་དང་གོ་བར་བྱེད་པ་
གཉིས་བྱས་ན་བརྗོད་པ་དག་སྒྲོང་གིས་མ་བྱས་ཀྱང་ལྷག་མར་འབྱུར་བའོ། །ཁོད་པ་
དང་གོ་བར་བྱེད་པ་དང་། བརྗོད་པའི་ཆོག་གསུམ་པོ་དེ་དག་གིས་བྱ་བ་ནི་སྤྱོད་པ་ཐ་
དད་པ་ཡིན་ཏེ། དག་སྒྲོང་གཉིས་ཀྱིས་སྤྱིང་བ་མཐོས་ནས། གཅིག་གིས་པར་ཡང་
སྤྱེལ། ཚུར་ཡང་སྤྱེལ་བ་ལ་ལྷག་མ་དང་། གཅིག་གིས་པར་ནི་སྤྱེལ་ལ། ཚུར་ནི་མི་
སྤྱེལ་ལོ་ཞེས་ཟེར་བ་ལ་སྤྱོད་པོ་གཉིས་དང་། ཡང་དག་སྒྲོང་གཉིས་ཀྱིས་སྤྱིང་བ་མ་
ཐོས་ནས་པར་ཚུར་དུ་སྤྱེལ་བ་ལ་སྤྲར་ལྟར་དང་། གཅིག་ནི་པར་ཡང་མི་སྤྱེལ་ལ་ཚུར་

ཡང་མི་སྤྲོད་པའི་ཞེས་ཟེར་བ་ལ་སྤྲོད་པོ་གཅིག་གོ། ཞེས་སོགས། དེ་ལྟར་འཕྲིན་ལོན་གྱི་སྤྲོད་པ་ལ་སོགས་པ་རེ་རེ་དག་ལ་བྱི་མ་མེད་ན་ཡང་། ཆེག་སྤྲོད་པ་ལ་སྤྲོད་པོར་གསུངས་པ་འདིར་བསྐྱུས་པར་གསུངས་སོ། །

འདི་ཐ་དང་མཚན་ཉིད་པ་དང་། བཏགས་པ་བ་དང་། ཁ་ཅིག་དང་པོ་ཡིན་ཏེ། ཐ་དང་པོའི་རྒྱ་ནི་འདུན་པ་བསྐྱོད་པས་ཟེར་རོ། ཁ་ཅིག་ནི། ལུང་དང་རྩ་བ་ལས། ཐ་དང་དུ་གསུངས་ཤིང་རིགས་པས་ཀྱང་བྱུང་སྟེ། རྒྱ་ཆོགས་ཐ་དང་པོའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་ཟེར་རོ། དེ་ལ་གཞན་དག་ན་རེ། འདུན་པ་བསྐྱོད་པ་ལ་ལུང་དང་། རྩ་བའི་གང་ནས་ཀྱང་མི་གསལ་ལོ། རྒྱ་ཆོགས་ཐ་དང་པོ་ཡང་མ་བྱུང་བོ། དུས་སྤྱི་བྱི་དང་། ཞེན་པ་ཆེ་ཆུང་ཐ་དང་དུ་མ་ཡོད་པས་སྟུང་ན། འཕྲིན་རེ་རེ་ལ་ཡང་དག་དང་། ལུས་ཀྱི་རིག་བྱེད་དུ་མ་ཡོད་ཅིང་རྒྱ་ན་ལྟ་བུ་ལྟར་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ལྟར་བ་དུ་མར་ཐམས་ལོ། དེས་ན་སྤྲོད་པོ་གཅིག་ཡིན་ནོ། ཐ་དང་དུ་གསུངས་པའི་དགོངས་གཞི་ནི་འཕྲིན་ཐ་དང་གསུམ་ལ་ལོ། དགོངས་པ་ནི་འཕྲིན་ཐ་མས་དངོས་སུ་སྤྲད་པས་སྤྲོད་སྤྲོད་དུ་འགྱུར་གྱི། དང་པོ་ལ་ཉེས་བྱས་སོ་སྟུང་བ་བསལ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། འདི་ལྟར་དང་པོ་གཉིས་ལ་སྤྲོད་པོར་བསྐྱུན་ཀྱང་། ཐ་དང་པར་མ་བསྐྱུན་ན་སྤྲོད་པ་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱ་བྱས་ནས་བྱི་མ་ལ་སྤྲོད་པོར་འགྱུར་གྱི། སྤྲོད་པ་ལ་སྤྲོད་པོ་མེད་དོ་སྟུང་ནས་དོགས་པ་མི་ཆོད་པར་འགྱུར་བས་སོ། ཞེས་ཟེར་རོ། གཞན་ཡང་། རིལ་བསྐྱུགས་པའི་འགྲེལ་བ་ལས། འཕྲིན་གསུམ་ག་ལ་སྤྲོད་པོ་གཅིག་དུ་བསྐྱུན་པས་ཀྱང་གཞོད་དེ། མཐུན་པ་ཡི་མ་ཐབ་པ་དང་། ཐོབ་ནས་ཉམས་པ་ལ་ཁྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་ཟེར་ཏེ། འགྲེལ་བ་ལས་དེ་ལྟར་བཤད་པ་ནི་མེད་དོ། རྩོགས་སྤྱི་བྱི་དེ་དག་ནི་

གཞུང་གི་དོན་མ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀང་ཞེ་ན། འཕྲིན་ལོང་བ་ལ་སོགས་པ་རེ་རེ་དག་ལ་
ཕྱི་མ་མེད་ན་འང་ཞེས་གསུངས་པས་འཕྲིན་ཐ་མའི་དངོས་གཞི་སྤྲེས་པ་ལ་སྟོགས་པ་
ཅམ་ལ་སྟོམ་པོར་འགྱུར་བ་དང་། གཉིས་ཀ་མ་ཆང་ན་སྟོམ་པོར་མི་འགྱུར་བ་བསལ་
བའི་ཕྱིར། །མདོ་འདི་གསུངས་ཏེ་འཕྲིན་དང་པོར་མནས་པ་ནས་བཅམས་ཏེ་སྟོམ་པོ་
བསྐྱེད་པར་བསྟན་ཅིང་། དེ་ཡང་ཕྱི་མ་རྣམས་དང་མ་ཆོགས་ཀྱང་། རེ་རེ་ན་སྟོམ་པོར་
འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་འཕྲིན་གསུམ་མ་ཆོགས་པར་རེ་རེ་ནས་སྟོམ་པོ་སྤྲེ་མི་
ཟིན་པར་འདོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

འགྲེལ་བར་གཅིག་གསུམ་གཉིས་བྱས་ནས་གཞན་མི་བྱེད་བ་ཁྱེད་ས་སྤྱི་མཛད་
ནས། དེ་བསྐྱེས་པར་བཞེད་པས་འཕྲིན་གསུམ་ག་བྱེད་བ་ལྟ་བུ་ལ། འཕྲི་རེ་རེ་ནས་
སྟོམ་པོར་མི་འགྱུར་གྱི། དེ་ལ་གསུམ་ག་ལ་སྟོམ་པོ་གཅིག་བསྐྱེད་པ་བྱ་དགོས་ཏེ།
མཐའ་ཆོག་བདུན་གྱི་ཐ་མ་གཉིས་ལ་བསྐྱེས་པས་བྱས་པ་ལ་སྟོམ་པོ་རེ་རེ་ལས་མ་
གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འཕྲིན་གསུམ་པོ་དེ་དག་གི་བྱ་བ་ནི་ཐ་དད་ཅེས་
བས་རེ་རེ་ཡང་གཞན་ལ་མ་ལྟོས་པར་སྟོམ་པོ་བསྐྱེད་པ་ཡོད་པར་སྟོན་གྱི། དེས་པར་
སྟོན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །མི་ཉིད་གྱི་ཐ་མ་དང་མངལ་ན་གནས་པ་དང་། རྒྱུང་མ་དམ་པ་
གསུམ་པོ་དེ་ལྟ་གསུམ་གཏོར་བ་དང་། ཆོ་ག་གཏོར་བ་ལ་འཕྲིན་གསུམ་གྱིས་སྦྱར་
བྱས་ན་སྤང་བ་མེད་པ་དང་། མི་མཐུན་པ་མཐུན་པར་བསྐྱེབ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། མཐའ་
ལྷག་མའི་བྱེད་པ་པོ་མ་ཡིན་ཀྱང་ངོ་། །ཁྱེས་པ་དང་མི་ཆོས་པ་ནི་འདི་དོགས་གཅད་ལ་
གཙོ་བོར་ཁྱེས་པ་ལ། འོག་མ་ལྟར་བའི་ངོ་བོ་སྟོན་པ་ལ་གཙོ་བོར་ཁྱེས་པས་
སོ། །ཞེས་སོ། །སྤྱད་བྱ་གཉིས་ཉིད་དག་སྟོང་དུ་མས་སྤྱད་ན་ལྟར་བ་གཉིས་བྱངས་ཅིར་

འགྲུར་ལ་དོགས་པ་བཅད་པ་ནི། འབྲས་བུ་ཞེས་སོ། །འདིར་ཞེས་པ་ནི་འཁྲིག་ཆོག་
སོགས་ལས་དགར་བའོ། །དེ་གཉིས་ཀྱི་བདག་པོས་ནི་པ་མ་ལ་སོགས་པ་དེ། པ་ནི་
བསྒོ་བ་དང་། བསྒོག་པ་ལ་དང་། མ་ནི་སྦྱིན་པ་དང་། དཔྱོག་པ་ལ་བདག་པོ་ཡིན་
པའམ། ཡང་ན་ཡུལ་ཆོས་བཞིན་བུའོ། །དེ་དག་གི་དོན་ནི་བྱ་ལ་རྒྱུར་མ་ལེན་པར་གོ་
བ་དང་། མི་ལེན་པར་བསྒོག་པ་དང་། བྱ་མོ་གཞན་ལ་སྦྱིན་པ་དང་། སྦྱིན་པ་ལས་
དཔྱོག་པ་ལ་བདག་པོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གཞན་དེ་གཉིས་ཀྱི་བདག་པོ་མ་ཡིན་པ་དེ་
གཉིས་དང་མ་འབྲེལ་བའོ། །

ཡུལ་ཕྱོགས་ནི་སྤྱད་མོས་ཆལ་ལ་སོགས་པའི་ས་ཕྱོགས་སོ་བཅུ་ནི་སྤྱོད་ལ་
སོགས་པའི་དུས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གོ། །མཆོན་མ་ནི་སྤྱད་ཁ་ལ་སྤྱོད་གས་ནས་རིང་པོ་མ་ལོན་
པའམ། གོས་དཔར་སེར་གྱིན་པ་ཉིད་ནའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །སྤྱད་འཆོར་མ་ནི་སྤྱེས་
པ་ཐམས་ཅད་དང་མ་སྤྱན་པར་གྲགས་པས་དེའི་ཡུལ་ལ་སྤྱིར་བ་ཅོད་པ་དང་། བར་
སྤྱེལ་ཚུར་སྤྱེལ་སོགས་བྱེད་ན་ལྷག་མར་མི་འགྲུར་རམ་སྤྱུང་བ་བསལ་བའི་ཕྱིར། སྤྱད་
འཆོར་ཞེས་ཏེ། ཚུ་ཆོགས་ཀྱིས་བྱིན་པ། རིན་ཆས་སྤྱོས་པ། བཅོན་སྤོགས་སུ་ཐོབ་པ།
དང་བསམ་དུ་འདུས་པ། གོས་ཟས་ཀྱིས་འཆོ་བ། ཁ་དུམ་པ། ཐད་འགའ་སྤྱད་པ་ཞེས་
བྱ་བའི་རྒྱུད་མ་ནམས་ལས། སྤྱད་འཆོར་ནི་ཐང་འགའ་སྤྱད་པ་སྟེ། ཡུན་སྤར་བས་མཆོན་
གཅིག་ལ་སོགས་པའི་མཐའ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྤྱོད་དང་ཕྱིས་མི་མ་སྤྱན་པ་ཉིད་དུ་འགྲུར་
པའི་ཕྱིར་རོ། །བཞི་པ་མན་ཆད་ནི་གསུམ་ཞུགས་པའོ། །བདག་པོ་མིན་པ་ནི་བདག་པར་
ཁས་སྐྱབས་པ་མེད་པ། བདག་པོ་དང་བཅས་པ་མེད་པའོ། །རིན་ཆས་སྤྱོས་པ་ལ་
སོགས་པའི་བདག་པོ་ཡིན་ན་མ་ཞུགས་ཀྱང་མ་སྤྱན་པའོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །

རྩལ་མོ་སྤྲུལ་བ་དང་། སྤྱིར་ཡང་རྩལ་མོ་སྤྲུལ་བ་དང་། སྤྱིར་ཡང་རྩལ་མོ་སྤྲུལ་བའི་འཐབས་བཀའ་ཉིད་ན། མཐུན་བཀའ་ཉམས་སོ། །སྤྱི་ཞེ་ན། རྩལ་མ་ཐ་མ་བཞི་པོ་དང་སམ་དུ་འདུས་བཀའ་སོགས་སོ། །མ་འཐབས་ཀྱང་ཐ་མ་སོགས་ཀྱིས། མཛའ་གཙུག་མས་ནའང་དེ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་དེ་དག་གིས་བསྐྱུལ་སྤྲུལ་མཐབས་བའི་མདོ་ལ་སོགས་པར་བྱེད་ན་ལྷག་མདོ། དེའི་དམིགས་ཀྱིས་བསལ་བ་ནི། རིན་ཆས་ཉམས་བཀའ་སོགས་སྤྱེས་པ་ལ་རག་ལས་པ། ལམ་པོ་ཆེ་ལ་སོགས་པར་འདི་ཁོ་བོའི་རྩལ་མ་དང་། ཁོ་བོ་ཡང་འདིའི་བྲིས་ཐབ་མིན་ནོ་ཞེས་བསྐྱུགས་པའི་ཆོ་ན། མཐུན་བཀའ་ཉམས་ཀྱིས། འཐབས་བཀའ་ཅམ་གྱི་ཉམས་པར་མ་ཟད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྲིས་བསྐྱུགས་པ་ཡང་དོ། །སློག་དང་ལྷན་བཀའ་ཉིད་དག་བཞིན་ནོ། ཞེས་བཞི། རི་ལྷར་སྤྱད་པར་བྱ་བ་བདུན་ལྷ་བྱ་སྤྱན་བྱས་ན། སྤྱད་བྱ་རི་སྤྱེད་ཡོད་པ་དེ་སྤྱེད་ཀྱི་ལྷང་བར་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་ཆུ་ཆོགས་ཀྱིས་བྱིན་པ་ལྷ་བྱ་གཅིག་འཐབ་ཆོག་འདུན་དང་ལྷན་བཀའ་ན། འཐབ་ཆོག་རེ་རེ་ལ་སྤྱན་བྱས་ན་ཡང་། དེ་སྤྱེད་ཀྱི་ལྷང་བ་འབྱུང་དོ། །

དང་པོ་ནི། འཐབ་མའི་རྩལ་མ་མ་རྩོགས་བསྟེ། དེ་ལྷར་འཐབ་བཀའ་ནོ། །གཉིས་བཞི། འཐབ་མོ་མཐར་བྱིན་བཀའ་ནོ། །གསུམ་བཞི། དུམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། ཤིང་གི་རྣམ་པ་ཡོད་དོ། །དེ་གཉིས་ཀྱིས་དེ་སྤྱེད་གཙོད་ཅིང་། རི་ལྷར་ཤིང་དུམ་འདི་གཉིས་མན་ཆུན་སྦྱར་བ་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཡུ་བྱ་ཅག་གཉིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བའོ། །ཁ་ཅིག་། རྩལ་མའི་རིགས་ཉི་ལྔ་ཉི་ལ་ཀ་ཞེས་བྱ་བ་དུམ་བྱར་བཅད་ནས་ཞེས་ཟེར་དོ། །བཞི་བཞི། དེ་ལྷ་གསུམ་ཕྱོགས་དང་། མཆོམས་སྤྱ་འཕངས་ན་སྤར་ལྷར་དོ། །གཞན་དག་དེ་ལྷ་མང་པོའི་སྤྱན་བཀའ་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱུགས་པའོ། །ཞེས་ཟེར་དོ། །ལྷ་བ་

ནི་ཁྱིམ་གྱི་ལས་སམ། ཁྱིམ་ཐབས་ཀྱི་རྒྱུ་པ་བརྒྱ་བ་སོགས་འབྲེལ་གྱི་བྱ་བ་གཏང་
བའོ། དུག་པ་ནི་སྤར་ལྟར་རོ། །བདུན་པ་བདག་པོ་བཏང་བའི་བྱིར། །ལྷ་ཁང་ལ་སོགས་
བར་བྲིལ་བསྐྱགས་པའོ། །འདི་ཚུང་མ་དམ་པ་གསུམ་གྱི་དབང་དུ་བྱེད་པ་སྟེ། དེ་ལ་
འཐབ་ཆིག་དང་པོ་གསུམ་དུ་བསྐྱམས་བྱེད་ཅིང་། མ་ཐུན་པར་གྱུར་ན་ཉེས་བྱས་
གསུམ་དང་། དེ་ནས་གཉིས་ལ་སྒྲོམ་པོ་གཉིས་དང་དེ་ནས་གཉིས་ལ་སྒྲོམ་པོ་གཉིས་
དང་ལྷག་མ་གཉིས་སོ། །

འདིར་འཐབ་ཆིག་བདུན་བྱས་པའི་བསྐྱམས་བྱེད་ཅིང་། མ་ཐུན་པར་གྱུར་ན་
ཉེས་བྱས་གསུམ་དང་། སྒྲོམ་པ་བཞི་དང་། ལྷག་མ་གཉིས་སུ་འགྱུར་བར་གསུངས་པ་
ལ། ཁ་ཅིག་ །ཚུ་ཆིགས་ཀྱི་སྤྱིན་པ་ལྟ་བུ་གཅིག་གིས་འཐབ་ཆིག་བདུན་བྱས་པ་ལ།
འཐོན་གསུམ་ལ་ན་ཅིག་བྱས་ནས་སྤང་བ་ལ་ལྷུང་བ་བདུན་དུ་འགྱུར་ཏེ། འཐབ་ཆིག་
ཐ་དད་པའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་སྒྲུབ་པ་ལ། གཞན་དག་ན་རེ། དེ་མ་ཡིན་ཏེ། ལྷུང་དང་འགལ་
བ་ནི་འཐབ་ཆིག་བདུན་ལ་ལྷུང་བ་བདུན་དུ་གསུངས་པ་ནི། སྤྱན་ལན་བདུན་བྱས་པ་
ཡིན་ཞེས་སོགས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་ལྷུང་གི་རྣམ་འབྱེད་ལས་གསུངས་པ་དང་། རིགས་པ་
ཡང་འཐབ་ཆིག་བདུན་གྱི་མ་ཐུན་པ་ཐོབ་པ་ལས་ཉམས་ནས་མི་མ་ཐུན་པར་གནས་པ་
དང་། མ་ཐུན་པ་མ་ཐོབ་ནས་མི་མ་ཐུན་པར་གནས་པ་གཉིས་མི་མ་ཐུན་པར་གནས་
པའི་ངོ་བོ་ལ་ཁྱད་པར་མེད་པས་བྱི་མ་ལ་འཐོན་གསུམ་གྱིས་སྤང་བ་ལ་ལྷུང་བ་གཅིག་
དང་། སྤྱི་མ་ལ་བདུན་དུ་འགྱུར་བ་མི་རིགས་སོ། །སྒྲུབ་པ་བྱེད་པ་དུ་མི་འགྲོ་བ་ནི། འཐབ་
ཆིག་ཐ་དད་ཀྱང་ལྷུང་བ་ཐ་མི་དད་པ་མི་འགལ་བའི་བྱིར། རོམ་ཉུག་ཐ་དད་ཀྱང་སྒྲོམ་

པོ་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །

གཞུང་ལས་གསུངས་པ་ནི། འཐབ་ཆིག་རེ་རེ་སྒྲོར་བ་རེ་རེ་བྱས་པ་ལ་
 དགོངས་ཏེ། དེ་ལྟར་ཡང་ལུང་འགྲེལ་ལས་སོ། །དོགས་པ་ནི། “སྤྲད”་བྱ་སྤྲེས་པ་དང་།
 ལུང་མེད་གཅིག་ལས་མེད་པས་ལྟར་བ་གཅིག་ཏུ་ཟད་དམ་སྟེས་པ་བསལ་བའི་ཕྱིར་
 ཞེས་ཟེར་རོ། །འགྲེལ་བའི་དགོངས་པ་ནི། འཐབ་ཆིག་བདུན་བྱས་པའི་བསྐྱམས་བྱེད་
 ཅིང་། མ་སྐྱེན་པར་གྱུར་ན་ལྟར་བ་བདུན་འབྱུང་བའི་ལུང་བྲངས་ནས། དེའི་དོན་བསྐྱེད་
 པ་ནི། དེ་ལྟར་ན་འདིར་རྒྱུང་མ་དང་པོ་གསུམ་པོ་དག་གི་ཡུལ་ལ་ཆིགས་བདུན་ཡོད་
 པ་ལས་ཆིགས་གསུམ་ནི་ཉེས་བྱས་བྱེད་པ་ཡིན། ཆིགས་གཉིས་ནི་སྒྲོམ་པོ་བྱེད་པ་
 ཡིན། ཆིགས་བྲག་པ་དང་བདུན་པ་ཞེས་བྱ་བ་གཉིས་ནི་དགོ་འདུན་ལྷག་མ་བྱེད་པ་
 ཡིན་ནོ། ཞེས་ཆིག་རེ་རེ་ལ་སྒྲུབ་བྱེད་ཐེབས་རེ་རེ་ལ་ལྟར་བ་ཅིར་འགྱུར་བསྟན་ཅིང་།
 དེ་ཡང་སྤྲ་མ་སྤྲ་མའི་སྟེང་དུ་བྱི་མ་བྱི་མའི་འཐབ་ཆིག་བསྐྱེད་པ་སྟེ། དང་པོ་གཉིས་ནི་
 རིམ་པ་ངས་ལ་བྱི་མ་རྣམས་ནི་མ་ངས་ཏེ། དང་པོ་ནས་དེ་དག་རེ་རེ་བཞིན་བྱས་པས་
 ཆོག་གོ། །དེའི་ཕྱིར་ལྟ་ངས་ཅན་དང་། གཉིས་མ་ངས་པར་འདོད་པ་དོན་མ་ཡིན་
 ནོ། །བདུན་པོ་དེས་ཉམས་པར་བྱེད་ཚུལ་ནི། སྤྲ་མ་གསུམ་གྱིས་ཡིད་དུ་འང་བ་དང་།
 དེ་ནས་གཉིས་གྱིས་བྱ་བ་བྱེད་པ་དང་། དེ་ནས་གཉིས་གྱིས་“སྤྲད”་པ་ལ་སྤྲོགས་པའི་
 གཙུགས་པ་ལས་ཉམས་པར་རྣམས་འབྱེད་འགྲེལ་པ་ལས་བཤད་ཟེར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་
 ཁྱེད་འདི་མ་སྤྲད། ཁྱིམ་མི་དབུ་བ། ལུ་མོ་འདི་མི་སྤྲད། གནས་མི་བཙལ། ཅིའི་ཕྱིར་
 ཁྱེད་འདི་གྲོས་པའི་གན་དུ་མི་འགྲོ། བག་མ་མི་ལེན། ལུ་མོ་འདི་གྲོས་པའི་གན་དུ་མི་

༡ སྤྲད

༢ སྤྲད

བགྱི་བག་མར་མི་བཏང་། ཞེས་ཟེར་བ་ནི་ཉེས་བྱས་སུ་ཁྱེ་བའི་སྐབས་ནས་འབྱུང་བ་
ལ། མེད་པ་ནི་ད་དུ་མངལ་དུ་ཡང་མ་ཆགས་པའོ། །

ངེས་པ་ནི་དགེ་སྤྲོད་མ་སོགས་བརྟུལ་ཞུགས་ལ་གནས་པ་ཐམས་ཅད་དོ། །མི་
བསྟེན་པ་ནི་ཟ་མ་དང་མ་ནིང་པོ་མོ་དབང་པོ་མེད་པའོ། །ཉོས་པ་ནི་རིན་གྱིས་ཐོབ་
པའོ། །མ་སྟན་པ་གསུམ་ལས་ལྷག་པར་ཞུགས་པ་ལྟ་བུ་གཙུགས་པར་གྱུར་པའོ། །གང་
གི་སྦྱན་བྱེད་པ་ལ་པར་བསྐྱལ་བཅའ་ཡོད་ཀྱི། རོད་པ་དང་ཚུར་བསྐྱལ་བ་མེད་
དོ། །ཁས་སྒངས་པ་མ་སྟན་པར་གྱུར་པ་དང་སྤྲད་པའི་ཕྱིར་དེ་ག་གེ་མོ་ཞིག་ན་འདུག་
གོ་ཞེས་སྐད་སྒྱུར་བ་བསྟན་ན་སྒྲོམ་པའོ། །ཁྱོད་ཀྱི་འཐབ་གྲོལ་གྱིས་ཤིག་དང་། ཁོ་
པོས་དེ་དགོག་པར་བྱའོ། །ཞེས་དེ་སྐད་ཟེར་བའི་སྤྱིང་བ་དགེ་སྤྲོད་གིས་མ་ནོས་ཏེ།
འཐབ་གྲོལ་གྱིས་འཕྲོག་ཏུ་འདུག་པའོ། །རྟེན་མོད་ཀྱི་གཞུང་ནི། བཅུན་པ་རེ་ཞིག་
སྦྱེས་པས་བྱད་མེད་དང་ལྷན་ཅིག་བརྒྱ་བཞི་བཞི་བཞི་བཞི་བཞི་བཞི་བཞི་བཞི་བཞི་བཞི་
སྐད་ཅེས་རྟེན་མོད་ཅེས། མཆིས་ན་ལྷུང་བ་ཅིར་འགྱུར། ཉེས་པ་སྒྲོམ་པོར་རོ། ཞེས་
སྒྲོམ་པོར་སྟོན་མོད་ཀྱི། བྱང་གི་ཡི་གེ་ནོར་བ་འདྲ་བས་ཉེས་བྱས་སུ་རིགས་པར་སྤང་
ནས། སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་ཉེས་བྱས་སོ། ཞེས་མདོར་བྱས་སོ། །

འདུལ་བྱེད་ནས་འབྱུང་བ་ནི། ཆོས་ཀྱི་སྤང་པོ་ལས་གཞན་པའི་དོན་དང་ལྷན་
འདི་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་བྱིས་སོ། །འདི་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་མི་སྟེ། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རྒྱུར་བྱས་
ནས་པོས་ཏེ། བྱད་ན་སྒྲོམ་པའོ། །ཕྱི་ལོངས་སྤྲོད་ལ་ཆགས་པ་ཁང་པ་ཁག་ཆེན་གྱི་
ལྷག་མ་ལ་གཉིས་ལས། རྣམ་འབྱེད་ལས་འབྱུང་བ་ལ་གཉིས་ལས། ལུན་མོང་བ་ཁང་
པ་ལ་མཆོན་པ་ལ། ཉེས་པ་མེད་པའི་གཞིའི་ཆད་ཀྱི་སྐབས་ཀྱི་དོན་ལ་སྤྱར་ན་ནི་

འབྲེང་བ་དང་། འདུག་པ་དང་། ཉལ་བ་དང་། འཆག་པའི་^༡སྒྲིང་ལམ་བཞིའི་སྒྲིང་མ་
ཡིན་པ་ལ་འདི་གཉིས་སུ་གཏོགས་པའི་ཉེས་པ་གཏན་མེད་དོ། །འདི་གཉིས་ནི་གནས་
ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་བྱུང་བའི་ལྷུང་བ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་གནས་ཀྱི་ཐ་སྙད་མེད་པའི་ཕྱིར་
རོ། །སྒྲིང་ལམ་བཞིའི་སྒྲིང་ནི། ལུས་མ་བརྟུང་བར་འབྲེང་བ་དང་། རྒྱུ་སྒྲིལ་མོ་ཡུང་
བཅས་ཏེ་འདུག་པ་དང་། རྒྱུང་བ་བརྒྱུང་བ་ལ་སོགས་པས་ཉལ་བ་དང་། གོམ་བ་ཐ་
མལ་བ་གསུམ་འདོར་བའི་འཆག་པ་བྱར་རུང་བ་སྟེ། དེ་དག་མི་རུང་བ་ནི་སྒྲིང་མིན་
པའོ། །ཞར་ལ་གནས་ལ་བརྟེན་པའི་ལྷུང་བ་རྣམས་སྒྲིར་བསྟན་པ་ལ་བབ་པ་ནི་གནས་
ཀྱི་བྱུང་བ་ནི་ཁང་པ། ཁང་ཆེན། སྒྲིང་པ། ཕྱིས་གཞོན་རྩ་བ་འབྱུང་བ་ལ་འདུག་པ། མ་
རྩོགས་པ། བྱད་མེད་དང་ཉལ་བ། འདུག་གནས་སུ་ཟ་བ། དེམ་བ་ལྷག་པར་ཅིག་པ།
སྒྲིལ་བ་དང་ཉལ་བ། དུས་མ་ཡིན་པར་གྲོང་དུ་འགོ་བ། གྲོང་རྒྱུ་བ། རྒྱལ་པོའི་པོ་བྱང་
དུ་འགོ་བ། ཟས་ལེན་པ་སྟེ་བཅུ་གསུམ་མཇུ། །བཅུ་བཞིར་བྱེད་དེ། སྤངས་པ་རྩེས་
ཕྱོགས་ཀྱང་སྒྲོན་དགོས་པ་འདྲའོ། །ངོ་བོ་ནི་སྒྲིང་ལམ་བཞི་ཤོང་ཞིང་། བལ་ཆེར་
གཡོགས་པ་དང་བསྐྱོར་བའོ། །སེལ་བ་ནི་མི་ཤོང་བའོ། །ཅིར་འགྱུར་ནི། ཁང་པ་ཁང་
ཆེན་གཉིས་དེམ་ལྷག་དང་གསུམ་ལ་ལྷུང་བ་གཏན་མེད་ལ། གཞན་ལ་ན་སྤང་
དུའོ། །སྒྲིང་ལམ་བཞི་ཤོང་ན་ནི། ཁང་པ་མ་གཏོགས་པ་རྣམས་ལ་དངོས་གཞི་རྩོགས་
པར་འགྱུར་རོ། །

མི་^༢ཤོང་ན་ན་སྤང་དུ་འགྱུར་བ་ནི། རྒྱུ་ལས། རྒྱུ་ལྷག་དང་། བྱད་མེད་དང་
ཉལ་བའི་སྐབས་སུ། ཅིག་རྒྱུང་ལ་སོགས་པར་ཉེས་བྱས་སུ་གསུངས་ཤིང་། འབྲེལ་

^༡ རྒྲིང་

^༢ ཤོང་

ཆུང་ལས་ཀྱང་། དབྱེ་ལ་འདོམ་གང་གིས་ཉེ་བར་ཉལ་བ་ལ་ཉེས་བྱས་སུ་འབྱུང་བའི་
 ཕྱིར་རོ། །གནས་ཡངས་པར་ཆགས་པ་སོགས་ཀྱི་དགག་བྱ་ཆེ་བ་ལ་ལྷུང་བ་ན་སྤྲ།
 གནས་ཡངས་པར་དེ་ལས་བསྐྱོག་པ་ལ་དངོས་གཞིར་འབྱུང་བ་མི་རིགས་སོ་སྟུམ་ན།
 དོག་པར་འབྱུང་རིང་ཞིང་། ཡངས་པར་འབྱུང་ཉེ་བས། དགག་བྱ་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྒོ་
 ནས་རྫོགས་མ་རྫོགས་ཁྱད་པར་ཡོད་དེ་དག་སྒོར་མ་ལ་ཡང་ཡང་ཟ་བ་བཞིན་ནོ།
 ཞེས་ཟེར་རོ། །

ཞར་ལ་ཁུབ་ལྷག་གི་གནས་ཀྱི་ཆད་བསྟན་པ་ནི། དངོས་གཞིའི་ཆད་དང་།
 ཉེས་མེད་ཀྱི་ཆད་དོ། །དང་པོ་ནི། འདོམ་གང་གི་ནང་དགོས་པ་ཐམས་ཅད་མ་སྟན་ཟེར་
 རོ། །གཉིས་པ་ལ་ཉེན་གོར་དང་བཅས་པ་ནས་གནས་ཁང་ཅམ་ཀྱི་པ་རོལ་ན་ཞེས་
 གསུངས་པ་ལ་མི་མ་སྟན་པ་དུ་མ་སྟེ། འདི་ལྟར་སྒྲ་བྱེད་དང་བཅོ་ལྔ་དང་། བཅུ་བཞི་
 དང་། བྱེད་དང་དགུས་པར་དུ་ཆད་པར་འདོད་དོ། །དེ་ལ་གནས་ཁང་དང་ཉེན་གོར་
 གཉིས་གསུངས་པའི་ཉེན་གོར་ལ་སྒྲ་བཞི་བྱེད་པ་ལ་ཐམས་ཅད་མ་སྟན་ནོ། །འོན་ཀྱང་
 དང་པོས་ནི། མ་རྫོགས་པ་ཁོ་ནས་ཀྱང་ཉེན་གོར་འཆག་པ་ལ་སོགས་པ་མེད་བས་སྒྲ་
 བཞི་ཡོད་པ་དེ་ཅི་དགོས་པས་གཉིས་ཀའི་ཉེན་ཁོར་ལ་སྒྲ་བརྒྱད་དོ། །འགྲེང་བ་དང་།
 འདུག་པ་ནི་གནས་ཀྱི་དཔངས་དང་། ཞེང་ཡིན་པས་དེའི་ཆད་མི་ཅི་བ་ཡང་ཐམས་
 ཅད་མ་སྟན་ནོ། །དེས་ན་གནས་ཁང་ལ་ཉལ་བའི་སྟོན་ལམ་ལ་རྟེན་པ་བརྒྱད་པ་ལ་
 སོགས་པའི། སོགས་ཀྱིས་ལག་པ་བརྒྱད་བསྟུན་དགོས་པ་ཡོད་ལ་སྒྲ་བྱེད་ཡོད་པས་
 བྱེད་དང་ལྔ་ལོ། །ཅིག་པ་མེད་པའི་གནས་ཁང་མི་སྟོན་པས་པན་ཚུན་གྱི་ཅིག་ཞེང་ལ་
 སྒྲ་རེ་ཡོད་པས། བྱེད་དང་བཅོ་ལྔ་ཞེས་རྒྱ་གསུང་རོ། །གཉིས་པས་ནི་མ་རྫོགས་པ་

དངོས་ཀྱི་ཉེན་ཀོར་མི་ཅི་བ་མ་གཏོགས་པ་གནས་ཁང་དང་ཉེན་ཀོར་དང་། ཅིག་ཞེང་
སྤར་ལྟར་ཡིན་ལ། འཆག་པ་མི་ཅི་ན་ལོགས་སུ་སློབ་པ་དོན་མེད་དུ་འགྱུར་བས་དེ་ལ་
ཁྱེད་དང་བཞི་ཡོད་པས་བཅུ་བཞིའོ། ཞེས་སོགས་གསུང་ངོ་། །གསུམ་པས་ནི་ཉེན་
ཀོར་དང་། གནས་ཁང་བཅུ་བཞི་དང་འབྲ་ལ། ཉལ་འཆག་གཉིས་གདམ་ང་ཅན་ཡིན་
ཞེང་། ཅིག་པ་ནི་མ་ངེས་པས་མི་ཅི་ཞེས་མ་ཆོ་གསུང་ངོ་། །

དེ་དག་ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཉེན་ཀོར་བསྐྱེད་པར་རྫོགས་པ་ངོས་ནས་གསུངས་ཀྱི།
མ་རྫོགས་པ་ནས་མ་གསུངས་པ་དང་། དེ་ལ་དངོས་པོ་ལ་ཉེན་ཀོར་ཡོད་ཀྱང་མི་
གསུང་བ་མི་འགལ་ཏེ། འབྲལ་བ་ལ་ཉེན་ཀོར་ཡོད་ཀྱང་། ལས་ལ་ནི་ཅིག་པ་མཆོམས་
ཡིན་ནོ། ཞེས་མ་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལ་ཆ་རོང་བ་འཆག་པའི་སྤྱོད་ལས་
གསུངས་པ་དོན་མེད་དུ་འགྱུར་ཏེ། ཉལ་བ་ལ་སོགས་ཐག་ལོགས་སུ་མི་འཇུག་པའི་
ཕྱིར་ཞེས་སུན་འབྱེན་པ་མི་རིགས་ཏེ། དེ་གཉིས་འགྲེལ་རྒྱུང་ལས། ཁང་བུའི་མཆུར་
ཉལ། འཕྲེས་བ་ཉོང་བའམ། འགྲོ། ཁོ་མ་བ་ཐ་མལ་བ་གསུམ་ཤོང་བ། ཞེས་གདམ་ང་
ཅན་དུ་གསུངས་པས་སོ། །དེ་བ་ཁ་ཅིག་དེ་གཉིས་ཐག་མཉམ་དེ་ལྟར་རིགས་ཀྱང་
མཉམ་པས་མི་འཐད་པར་སྤྲོ་བའི་མི་མཉམ་པ་རྟགས་སུ་བྱེད་ན་མ་བྱུབ་ལ། དམ་
བཅར་བྱེད་ན་མཛོན་སུམ་གྱིས་བསལ་ལོ། །གཅིག་བཞི་བ་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། འགྲེལ་
རྒྱུང་དང་འགལ་བས་སོ། །རིགས་པ་ཡང་འགྲེང་འདུག་ཉལ་བའི་ས་ནས་ཅི་ལ། འཆག་
པ་མི་ཅི་བ་རིགས་ཏེ། རྒྱ་མཚན་མཆུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །བྱེད་དང་དགུ་བ་ཡང་མི་
འཐད་དོ། །ཅིག་ཞེང་ཡོད་པས་མི་ཅི་བ་མི་རིགས་ཏེ། གནས་ཁང་དང་རྒྱ་མཚན་
མཆུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་རང་གི་ལུགས་ནི། དངོས་གཞི་འདོམ་གང་གི་ནང་

ཡིན་ཏེ། འབྲེལ་ཚུང་དང་སོ་ཐར་འབྲེལ་བ་ཁ་ཅིག་ལས་དབྱེ་ལ་འདོམ་གང་གིས་ཉེ་
བར་ཉལ་བ་ཉེས་བྱས་སོ། ཞེས་དངོས་གཞི་བསྐྱེད་པའི་གནས་སྤྱོད་སྤྲུང་གསུངས་
པས་སོ། ཉེས་མེད་ཀྱི་ཆད་ནི་ཁྱུ་ཕྱེད་བཅུ་གཅིག་སྟེ། ཕྱེད་དང་དགུའི་སྟེང་དུ་ཅིག་
ཞེང་བསྒྲན་པ་ཡིན་ཟེར་རོ། །

ཁང་བ་ཁང་ཆེན་གྱི་མིང་གི་སྒོ་ནས་ཁྱུང་པར་ངོས་བཟུང་བ་ནི། ཁ་ཅིག་
གཅིག་དོན་དང་། ཆོག་ས་དོན་དུ་བྱས་པའི་གནས་ལ་ཁང་བ་དང་ཁང་ཆེན་ཟེར་
རོ། རྟེན་ལ་གཞན་དག་ན་རེ། རྣམ་འབྱེད་ལས། ཁང་ཆེན་ཞེས་བྱ་བ་ནི། སྤྱིན་པར་བྱ་
བའི་ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ་ཡིན་གྱི། ཆད་ཀྱི་ཆེ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་པས་ཆེད་དུ་
བྱ་བས་ཆེ་བ་ལ་གསུངས་པ་དང་འགལ་ལོ། རྟེན་གས་བ་ཡང་དགོན་མཆོག་གི་དོན་དུ་
ནི་བྱེད་ལ། བདག་པོ་ཆོག་ས་སྤྱི་ནི་མ་ལོངས་པ་སྟེ། ཁང་ཆེན་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ།
ཆོག་ས་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། གཞན་ཡང་དུ་མའི་དོན་དུ་བྱེད་པ་སྟེ། ཁང་བ་ཁང་ཆེན་
གང་དུ་ཡང་མ་འདུས་པར་འགྱུར་ཏེ། གཉིས་ཀའི་མཆོན་ཉིད་དུ་འདོད་ཆོད་དེ་ལ་མེད་
པའི་ཕྱིར་རོ། འདི་ཉིད་ལས་ཆོག་ས་དང་། གཅིག་གི་དོན་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་བའི་
ཡན་ལག་ཡིན་གྱི། གནས་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་བསྒྲན་པ་མ་ཡིན་ནོ། གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་
ཀྱི་ཁྱད་པར་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ཁོ་ན་འཇམ་མཆོན་ཉིད་གཞན་ཡང་ཡོད། ཕྱི་མ་ལྟར་
མཆོན་ཉིད་དུ་མ་འགྱུར་རོ། རྟེན་ལྟར་བཅའ་དགོས་མི་དགོས་ལ་སོགས་པའི་ཁྱད་
པར་དུ་མས་ཀྱང་དེ་གཉིས་མཆོན་པར་འགྱུར་རོ། གལ་ཏེ་གཉིས་དོན་བྱེད་པ་སྟེ། ཁང་
བ་དང་། གསུམ་དུ་བྱེད་པ་དེ་ཁང་ཆེན་དུ་གཏོགས་པར་འགྱུར་ཏེ། བས་ཆེ་བས་
མཆོན་ཉིད་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། དེ་དག་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་ནས།

མི་ལྷན་ཡང་སྤྱད་དང་པོ་ལྷར་ན་ཁས་སྦངས་པ་དང་འགལ་ལ། བྱི་མ་ལྷར་ན་ཁང་པ་
ཡང་ཁང་ཆེན་དུ་སྤྱད་པར་ཏ་ཅང་ཐལ་ལོ། །

ཡང་ཁ་ཅིག་ན་རེ། དཀོན་མཆོག་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་དོན་དུ་བྱེད་ན་ཁང་ཆེན་དང་།
དགེ་འདུན་གྱི་དོན་དུ་བྱེད་པ་ཁང་པ་ཡིན་ཏེ། ལུ་བ་མང་ཤོས་ནས། གཙུག་ལག་ཁང་
ཆེན་པོ་ནས་གཞན་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་གི་དོན་དུ་བྱེད་པ་ཞེས། དགེ་འདུན་གྱི་
ཕྱིར་བྱེད་པ་ལ་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་པོ་མིན་པར་བཤད་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་ཟེར་བ་
ལ་གཞན་དག་ན་རེ། དགེ་འདུན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱེད་པ་དེ། སྦྱིན་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱིས་
ཆེ་བར་བཤད་པ་དེ་ཡིན་ཏེ། དཀོན་མཆོག་གསུམ་དོད་ཐུབ་ཏུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་
རོ། །རིགས་པ་ཡང་། དགེ་འདུན་གྱི་ཕྱིར་ཡིན་ལ། དགེ་འདུན་ལ་སོ་སོའི་གྲངས་མ་
གསུངས་པས་བརྒྱ་ལྷོད་ལ་སོགས་པ་ཡང་སྤྱིར་པས་དགེ་འདུན་གྱི་དོན་དུ་ཁྱ་བཅོ་
བརྒྱད་ལས་ལྷག་པ་ཡང་མ་གནང་བར་འགྱུར་ཏེ། གཞན་ཡང་། དགེ་འདུན་ལ་འདོད་
པ་ཆེས་པའི་དགག་བྱ་ཡང་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ། ཁང་པའི་དགག་བྱ་དེ་ཡིན་པས་
སོ། །འོ་ན་གང་ཞེ་ན། དཀོན་མཆོག་གསུམ་གང་རུང་གི་དོན་དུ་བྱེད་པ་ནི་ཁང་ཆེན་
ཡིན་ལ། དེ་ལས་གཞན་པའི་དོན་དུ་བྱེད་པ་ནི་ཁང་པ་ལོ། །འོ་ན་གནས་གཅིག་གི་ངོ་
བོ་གཅིག་ལ་ཆ་གཅིག་དཀོན་མཆོག་གི་དོན་དུ་བྱེད་ཅིང་། ཆ་གཅིག་གཞན་གྱི་དོན་
དུ་བྱེད་ན་གང་དུ་གཏོགས་སྟུང་ན། གཉིས་ཀར་གཏོགས་པའི་ན་སྤྱད་པར་འགྱུར་ཞིང་།
དངོས་གཞིར་མི་འགྱུར་ཏེ། གཅིག་དོན་དང་། ཆོགས་དོན་ངེས་བཟུང་དུ་དགོས་པས་
ཡན་ལག་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་ཟེར་ཏེ་དབྱེད་པར་བྱལོ། །འདིར་ཁྱི་ཤ་ལས།
འདིར་ཁང་པ་དང་། གཙུག་ལག་ཁང་གི་དགེ་འདུན་ལྷག་མ་གཉིས་ཀྱི་ཡན་ལག་ནི་

འདི་དག་ཡིན་ཏེ་ཞེས། མཐར་ལྷག་མ་ལ་སྤྱོད་ཏེ་སྤྱོད་མོར་འགྱུར་བའི་ཕྱ་གཅིག་
དང་། མཐར་སྤྱོད་མོ་ལ་སྤྱོད་ཏེ་སྤྱོད་མོར་འགྱུར་བའི་ཕྱ་གསུམ་དང་། ཉེས་
བྱས་ལ་སྤྱོད་ཏེ་ཡང་ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་བའི་ཕྱ་གཉིས་ཏེ་དྲུག་གསུངས་སོ། །

དང་པོ་ནི། ས་གཞི་དང་། ཤིང་སོ་ལག་ཁྲི་སྟེང་། སྤྱི་ཐོག་ལ་སོགས་པའི་སྤྱོད་
གཞན་ལ་རྩ་བ་དང་། རྩུང་བ། རྩོད་མེད་ཅན་རྩུང་། བསྟན་པའི་ཡན་ལག་བཞི། མི་
བསྐྱབ་པ་དང་། ཚད་ལས་ལྷག་པར་བྱེད་པའོ། །འདི་ཕྱན་མོར་དུ་འགྱུར་ཚུལ་ནི། ཁང་
ཆེན་ལ་བཅའ་བ་དང་། ཚད་ལྷག་ཡན་ལག་མ་ཡིན་ཀྱང་། དེ་གཉིས་འགྱུར་པ་ལ་ལྷག་
མར་འགྱུར་བ་ཡོད་དེ། འདི་ལྟར་མ་དག་པ་དང་། མ་བསྟན་པའི་གཞི། ཚད་ལས་ལྷག་
པ་དང་། བཅའ་བ་ཡོད་དེ། རོན་དུ་བྱེད་ན་ཁང་ཆེན་དང་། གཅིག་རོན་དུ་བྱེད་ན་ཁང་
པའི་ལྷག་མར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡང་ཚད་ལས་མ་ལྷག་པར་དུ་གནས་སུ་མ་
བྱུང་བའི་དབང་དུ་བྱས་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། བཅའ་བ་དང་། ཚད་ལྷག་ཡོད་པ་དང་།
ཡན་ལག་བཞི་སོ་ཁ་ཅིག་སྟུབ། ཁ་ཅིག་མི་སྟུབ་པའོ། །དེ་ཡང་གཞི་དག་ནས་གནང་
བ་མ་གསོལ་བའོ། །གཞི་མ་དག་པའི་གཅིག་གས། གཉིས་མ་ཆང་བ་ལྟ་བུའོ། །འདི་
གཅིག་རོན་དུ་བྱས་ན་ཁང་པའི་སྤྱོད་མོ་དང་། ཆོགས་རོན་དུ་བྱས་ན་ཁང་ཆེན་གྱི་
སྤྱོད་མོའོ། །

འདིས་ཁང་པ་ཁང་ཆེན་གྱི་ལྷག་མ་སྤྱོད་པ་རི་བཞིན་པར་བཟུང་ན་གཅིག་དུ་
མི་འགྱུར་ཞེས་མི་བྱ་སྟེ། འདི་གཉིས་མ་བསྟོས་པ་ཅན་དུ་འབྱུང་ཡོད་མི་འབྱ་སྟེ།
འདིར་ནི་རང་བདག་པའི་གཞིར། གཞན་གྱིས་མ་བསྟོས་པར་རང་དབང་དུ་ཅིག་པ་
ཡིན་ལ། འོག་མ་ནི་རང་ཡང་མི་དབང་ལ་བདག་པོས་མ་གནང་བར་གཞན་གྱིས་མ་

བསྐྱུལ་བར། རང་ཉིད་ཀྱིས་བདག་པོའི་དོན་དུ་ཅིག་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་དེ་ལ་ན་སྤང་
དུ་འགྱུར་ཞིང་། འདི་ལ་དངོས་གཞིར་འགྱུར་བ་མི་འགའ་ལོ། འོན་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་པ་
ཅི་ཞེན། གཞན་གྱི་མ་བཙུལ་བར་རང་དགར་བྱེད་པ་ཡན་ལག་མིན་ཏེ། བསྐྱོས་པ་ལ་
སྐྱེས་པས་སོ། །གཞན་གྱི་བཙུལ་བ་ཡན་ལག་མིན་ཏེ། རང་དགར་བྱེད་པ་ལ་ཡང་
སྐྱེས་པས་སོ། །ཞེས་པའི་དོན་དེ་དོགས་གཙོད་གཙོ་བོ་ནི་སྤྲུལ་ལོ། །

འོན་པ་སྐྱོ་བ་པོའི་ལྷང་བ་རྣམས་རང་དག་པ་ཡང་འདིས་བསྐྱེད་པས་མདོ་འག་པ་
དོན་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེན། མི་འགྱུར་རོ། །འདིས་རང་དབང་དུ་ཅིག་པ་ལ་ལྷང་
བར་འགྱུར་ཞེས་བསྐྱེད་གྱི། རང་གིས་མི་ཅིག་པར། བསྐྱོས་ནས་ཅིག་ཏུ་འཇུག་ན་
རང་གིས་བཅིགས་པ་དང་ལྷང་བ་འདྲའོ། །ཞེས་མ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མ་བསྐྱོས་པར་
ཞེས་པའི་ཁྱིམ་ཁྱེད་ཡང་། གཞི་དེ་གང་དབང་བ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་གཙུག་ལག་ཁང་ཅིག་ཏུ་
འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེ་གསུངས་པས་ཀྱང་། དེ་ཁང་པ་ཁོ་ན་ལ་སྤྱོར་བ་མི་རིགས་
སོ། །འོད་ཀྱི་འདུལ་བ་འདྲིན་པ་སྤྲུལ་རྣམས་ཀྱིས་འདིར་དངོས་གཞིར་འགྱུར་པའི་མ་
བསྐྱོས་པ་དང་། ལྷུས་པའི་མ་བསྐྱོས་པ་སྤྱི་བཞིན་པའི་ཕྱིར་བྱས་ན་གཉིས་གཅིག་
ཏུ་མི་འགྱུར་བས་ན། འོག་མ་སྤྱི་བཞིན་པ་མ་ཡིན་པར་གཞི་མ་བཙུལ་བ་ལ་སྤྱོར་ཏེ།
ཁང་པ་ཁོ་ནས་སྤྱོར་བ་ཡང་མེད་པར་གཏོགས་ཏེ། ར་དུང་ཡང་འཆད་པར་འགྱུར་
རོ། །དི་སྐད་བསྐྱོ་བ་ཞེས་པ་ནི། བསྐྱེད་པ་དང་། དག་པའི་གཞིར་བྱེད་དུ་བཅུག་པའི་
དི་སྐད་བསྐྱོ་བ་བཞིན་དུ་མི་བྱེད་པར་དེ་ལས་སྐྱོག་པར་བྱེད་པ་ལ་ནི་ལུས་ཀྱིས་སོ་
ཕག་སོགས་སྤུལ་བ་ལ། དག་གིས་ལེགས་སོ་བརྗོད་ན། བསྐྱོས་པ་ནི་རང་ཉིད་དང་
འདྲ་བའི། མི་བྱེད་ན་ཅིག་པ་པོ་ཁོ་ན་ལ་ལྷང་བར་འགྱུར་བས་རང་ཉིད་དང་མི་

འདྲའོ། །བྱས་པ་ནི་གཅིག་ཉིད་གྱིས་ནི་རབ་བར་དུ་བཞག་ཅིང་། ཡུལ་རིང་ཐོར་བྱེད་
བ་ལ་ལྟུང་བ་དུ་མར་འགྱུར་རམ་སྟུམ་པའི་དོགས་པ་བཅད་པ་སྟེ། བདུན་པ་བཏང་ཞིང་
བྱེད་ན་ནི་ཐ་དད་དོ། །ཡན་ལག་རྣམས་ནི་ཞེས་བས་འཐབ་ཆིག་བདུན་ལ་ལྟུང་བ་རེ་
རེར་འགྱུར་བ་བཞིན་དུ། ཡན་ལག་སོ་སོ་ལ་ལྟུང་བ་ཐ་དད་དམ་སྟུན་པ་བསལ་བའོ། །

སྲ་མ་དང་འདིའི་སྐབས་སུ་རྟེན་ལས། མི་སྟོབས་བས་བར་དུ་ཡེ་བཏང་བ་
ལས། བྱིས་ཡང་བསམ་པ་གཞན་གྱི་ཚོམ་པ་ལ་ནི་ལྟུང་བ་ཐ་དད་དེ། མ་ཟིན་པར་རང་
བཞིན་གྱི་རྗེས་སུ་བསྐྱབས་བ་ལ་ནི་ཉེས་བྱས་སོ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་དོ། ཞེས་
དང་། རྗེས་སུ་བསྐྱབས་པ་གཅིག་ཁོ་ན་ཡིན་དུ་ཟིན་ཀྱང་། དཔེར་ན་འཐབ་པའི་མོད་
ལ་དང་། འཐབ་པའི་འོག་ཏུ་བསྐྱམས་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆིག་དག་ལ་ལྟུང་བ་ཐ་
དད་པར་བྱས་པ་བཞིན་དུ། ཅི་འདིར་ཡང་རུང་བ་ཉིད་མིན་པ་ལ་སོགས་པ་ཡན་ལག་
དག་ལ་ལྟུང་བ་ཐ་དད་བྱའོ་སྟུམ་དུ་དོགས་པ་བསལ་བའི་བྱིར་། ཞེས་གསུངས་པའི་སྲ་
མ་ནི་འཕྲོ་ཟིན་པར་བྱེད་ན་སྟོམ་པོར་གསུངས་པ་སྦྱོར་བ་ལ་དགོངས་པ་འདྲའོ། །བྱི་
མར་འཐབ་ཆིག་དུ་མ་བྱས་པ་ལ་འཕྲིན་གྱི་རྗེས་སུ་བསྐྱབས་པ་གཅིག་བྱས་པའི་ཆེ་
ལྟུང་བ་ཐ་དད་པ་བསྟན་པ་ལྟར་སྤང་ཡང་། མོད་ལ་དང་འོག་ཏུ་བསྐྱམས་བྱེད་བ་ཞེས་
པའི་བསྐྱམས་བྱེད་པ་ནི་མཐའི་གསལ་བྱེད་དུ་བྱ་ལ་རྗེས་སུ་བསྐྱབས་ལ་གཅིག་ནི་
སྟུན་གྱི་འཕྲིན་ཅམ་དུ་གཅིག་པ་ལ་བརྩུང་ངོ། །

གང་ལ་ཁང་པའི་དགེ་འདུན་ལྷག་མར་འགྱུར་ཞེ་ན། བཙལ་བ་ནས་ཐོགས་
ཞེས་པའི་བར་དོ། །གང་གིས་བཙལ་བ་ནི་ལྟུང་བ་འབྲིན་པ་པོ་དང་། གང་བཙལ་བ་ནི་
ས་གཞི་དང་། གང་ལ་བཙལ་ན་ནི། རྟེན་ལས། གཞི་དེ་ཆོས་འདི་བ་རབ་དུ་བྱུང་བ་

ལས་ཀྱང་བཅའ་ནམོ། ཞེས་འབྱུང་ལ། སྡེ་མ་རྣམས་ཐ་སྙད་ལྷ་ལྷན་ལ། ངག་མཆོན་
 ཉིད་ལྷ་ལྷན་གྱིས་བསྐྱངས་པའི་སྒོ་ནས་བཅའ་བ་དགོས་ཟེར་ཏེ། རང་དང་རྩལ་གྱི་སྒོ་
 རས་ཐ་དད་པ་ཡང་དགོས་སོ། །དགེ་སྤྱོད་གང་གིས་ས་གཞི་བཅའ་བར་གྱུར་པ་དེས་
 གལ་ཏེ་རྩལ་སྲུ་གནང་བའི་གཞི་ལ། ཞེས་གསུངས་པ་ནི། འོག་ཏུ་སྒྲུ་རྩལ་སོགས་
 པ་འདི་ཡང་ལྷུང་བ་འབྲིན་པ་པོའི་ལྷུང་བ་འབྲིན་པ་པོས་རྩལ་སྲུ་གནང་བའི་སྤྱོད་བ་
 པོས་བཅའ་བ་མ་ཡིན་པས་ཞེས་གསུངས་པས། གཞི་དེ་ལྷུང་བ་འབྲིན་པ་པོས་
 བཅའ་བའམ། ཡང་ན་དེས་འཆོལ་བར་རྩལ་སྲུ་གནང་བའི་སྤྱོད་བ་པོས་བཅའ་བ་
 གཅིག་དགོས་ཏེ། སྤྱོད་ཀྱང་དེ་དང་འབྲེལ་བས་རྣམ་པ་དེ་ལྷ་བྱས་སོ་ཞེས་གསུངས་
 སོ། །ས་གཞི་དང་། ས་གཞི་དང་སྤྱོད་བཅའ་བ་དགོས་བར་ནི། ཁུས་པ་ལ་ལ་ནས་
 གསུངས་ཤིང་། གང་ཟག་གི་གཞིར་བྱེད་ན་སྒོམ་པོར་གསུངས་པ་དང་། སོ་ཐར་ལས་
 ཀྱང་། རང་གིས་བཅའ་བ་ཞེས་སོགས་སོ། །འདིར་ཁང་པའི་ལྷག་མ་སྦྱེས་པ་ལ། དགེ་
 སྤྱོད་གིས་བཅའ་བའམ། རྩལ་སྲུ་གནང་ནས་བཅའ་བ་ཡན་ལག་ཏུ་དགོས་
 སོ། །གནས་ནི་ཁང་པའོ། །མཐར་ཐོག་གནས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི་ཐོག་བཀའ་ཅིང་སྒོ་མ་
 གཏོགས་པ་ཀུན་ནས་བསྐྱོར་བ་ཉིད་དོ་ཞེས་གསུངས་པས། ཐམས་ཅད་གཡོགས་
 ཤིང་། ཐམས་ཅད་བསྐྱོར་བ་དགོས་པ་འདྲ་སྟེ་དབྱེད་དོ། །

སྡེ་མ་རྣམས་གང་ཅིག་པའི་གནས་ནི། གནས་ཀྱི་ངོ་བོ་བྱུང་བ། སྤྱོད་ལམ་བཞི་
 ཤིང་བ། ཆོད་ལ་གཞོད་པའི་བཟོའི་རྩལ་པ་མ་བྱས་པ། ལྷ་གང་གི་ཆོད་ལས་ལྷག་པ་
 དེ། བཞི་དང་། དང་པོ་ནི། ལུབ་ལྷག་ལྷར་པལ་ཆེར་གཡོགས་ཤིང་བསྐྱོར་བ་ལ་འདོད་
 དོ། །གང་ཏུ་ཅིག་པའི་གནས་ནི། མི་རུང་བ་སོགས་གསུམ་སྐྱངས་པ་དེ་བཞི་ཟེར་

རོ། །གང་གིས་ཅིག་པའི་ཡོ་བྱད་ནི། ཡུལ་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ལ། ངག་མཆོན་ཉིད་
དང་ལྡན་པ་ས་ཁས་སྒྲངས་པ་ཟེར་རོ། །འོང་ཀྱང་གཞི་ལ་མ་བསྟན་པ་ཡང་བསྟན་
དགོས་སོ། །ཆོད་ལས་ལྷག་པ་ནི། ཁུས་ཆོད་པའི་སྐབས་སྟུ། ཁུ་བྱེད་ལས་ལྷག་པ་ལ་
མཛད་དེ། འདིར་ནི་སྤྱིད་དང་། ཞེང་གཉིས་ཀ་ལ་བཅིགས་པ་འདྲའོ། །

འོག་མ་ལ་ཡང་ཞེས་པས། སྤྱོད་ལམ་བཞི་ཞེས་སོགས་ཀྱི་མདོ་རྣམས་འོག་
མ་ལ་ཡང་སྤྱར་དགོས་པར་བསྟན་ཞིང་། མ་བཅའ་བ་ཉིད་དོ་ཞེས་པ་ནི། བཅའ་བ་
ཡན་ལག་ཏུ་མ་གཏོགས་པའོ། །བཞི་དང་ཡོ་བྱད་རང་གི་འཕམ། གཞན་གྱིས་གནང་བ་
གང་ཡང་རུང་པས་ཆོག་གོ། །གཉིས་ཀའི་སྤྱོད་པ་ལ། རང་གི་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་
ལ། ངག་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པས་བསྐྱོས་ཏེ། བྱེད་པ་ཞེས་ཟེར་བ་ལྟར་དགོས་པས་
བདག་པོ་ཡང་མིན་ལ། དེས་གནང་བ་ཡང་མ་ཡིན་པ་མ་བསྐྱོས་པར་རོ། །ཞེས་པ་ལྟ་
བྱས་ཅིག་ན་ན་སྤྱད་དོ། དེའི་ཕྱིར་འོག་མ་སྤྱི་ཇི་བཞིན་པར་བཟུང་ཡང་སྤྱོད་བའི་ཡན་
ལག་མ་ཆོང་བས་ལྷག་པའི་དོན་མེད་དོ། །སྐབས་འདི་དག་ཏུ་བྱེད་དུ་བཅུག་ན་ཞེས་
པལ་ཆེར་འབྱུང་བ་ནི་ལུང་དུ། ཅིག་ཏུ་འཇུག་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་ཉིད་གྱིས་སམ།
གཞན་གྱིས་སོ། །ཞེས་རང་གིས་བྱེད་པ་ལ་ཡང་ཅིག་ཏུ་འཇུག་སྐྱ་སྐྱ་བས་གཞན་ལ་
འཆོལ་བ་ཁོ་ན་ལ་གོ་བར་མི་བྱའོ། །ལུང་དུ་བདག་གིས་བསྒྲངས་པ། བདག་པོ་མེད་
པ། བདག་གི་ཕྱིར་ཁང་བ་ཅིག་ཏུ་འཇུག་གམ་ཞེས་པ་དང་། བདག་པོ་ཡོད་པ་དགེ་
བདུན་གྱི་ཕྱིར་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་པོ་ཅིག་ཏུ་འཇུག་གམ་ཞེས་ཁང་བ་ལ་ཅིག་པའི་
གནས་དེའི་བདག་པོ་མེད་པ་དང་། ཁང་ཆེན་ལ་བདག་པོ་ཡོད་པར་གསུངས་པའི་ཕྱི་
མ་ལ། རྟེན་ལས། གཙུག་ལག་ལས་ནི་སྤྱིར་བཞིའི་དབང་གིས་བདག་པོ་དང་བཅས་

བ་ཞེས་སྟོས་བར་ཟད་གྱི། ཡན་ལག་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། བདག་པོ་མེད་པ་ལ་ཡང་ས་གཞི་
ཉོ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དགེ་འདུན་གྱི་ས་གཞིར་བྱེད་དུ་འཇུག་ནའང་དེ་བཞིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པ་
ནི། ཁང་བ་ལ་ཡང་མཆོན་པ་འབྲེལ། །གཅིག་གི་དོན་དུ་ཞེས་དམིགས་བསལ་མ་
མཛད་པས། རང་གཅིག་ལུའམ། དགེ་སྟོང་གཞན་གཅིག་གས། ཁྱིམ་བ་གཅིག་གི་དོན་
དུ་བྱེད་ནའང་ལྷག་མདོ། །ཞེས་རྟེན་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། རྣམ་འབྱེད་ལས།
བདག་གི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་ཉིད་ལ་བསྟོན་ཏེ་ཞེས་གསུངས་པས་གཅིག་
དོན་དང་། ཆོག་ས་དོན་ནི། མེད་ས་སྟོང་བ་དང་བདག་པོ་གཉིས་ཀ་ལ་བྲང་དུ་རུང་ཡང་
འདིར་ནི་བདག་པོ་ལ་དགོངས་སོ། །སྟེ་བ་པོ་སྤྱོད་པ་ལ་ལྷན་དང་ལྷན་བ་ལ་སྟུལ་གྱི་
སྟེན་པའི་སྤྱང་བྱ་ཏེ་མ་བྱ་གཞན། ཏེ་ལ་ཏ་ཀའི་གནས་ཡོད་པར་གསུངས་པ་ནི་དཔེ་
ཅུ་མ་སྟེ། གྲོག་སྤྱང་ལ་སོགས་པ་སྟེ་བ་པོ་སྤྱོད་པ་ལ་ལྷན་སྤྱང་རྟེན་ཞེས་རྟེན་ལས་
གསུངས་ཤིང་། ང་ལྟ་རྣམ་འབྱེད་ན་ཕྱི་མ་གཉིས་ལ་སྟེན་གྱི་གནས་སམ། གྲོག་མའི་
གནས་ཞེས་སྤྱང་རོ། །ཅོད་པ་དང་བཅས་པ་ལ་རྣམ་འབྱེད་ལས། མཆོད་ཉེན་དང་།
ཁྱིམ་བདག་གི་གཞི་དང་། དགེ་སྟོང་མའི་དབྱར་ཁང་གསུམ་ཡང་འབྱུང་ཞིང་། ལྷའི་
གནས་མི་སྤྱང་རོ། །བཅས་དུ་མི་རུང་བ་ལ་རྣམས་འབྱེད་ལས། ལམ་ལ་བརྟེན་བ་ཞེས་
འབྱུང་ཞིང་། རྩ་ལྷུང་སོགས་དང་འདོམས་པ་ལ། དབྱས་སམ་མཐའི་ཕྱོགས་གང་རུང་
དུ་དེ་གསུམ་གང་རུང་གཅིག་དང་ཐུག་པས་ཆོག་པ་དང་། ཁོ་ར་ཁོར་ཡུལ་ཏུ་རྩ་ལྷུང་
ལ་སོགས་པ་ལས་བསྐྱོར་བ་མི་དགོས་སོ་ཞེས་རྟེན་ལས་སོ། །ཆོད་ནི་སྟེན་དུ་ཁྱ་བཅོ་

བརྒྱད་དང་། ཞེད་དུ་ཁྱ་བྱེད་དང་བཅུ་གཅིག་གོ།

མ་དག་པ་གསོལ། བར་མི་བྱ་བའི་བརྒྱུག་ཕྱོགས་ལྔ་ལས། ཡུལ་གང་ལ་སྦྱིན་
བ་ནི། སྤེ་ལྔ་འཛིན་པ་གསོར་རུང་ཡན་ཆད་དང་ལྷན་པ། རང་བཞིན་དུ་གནས་པ།
གནས་ནས་མ་ལྟར་བ། ལྟ་བ་དང་སྦྱོད་པ་གཞན་གྱི་ཕྱོགས་སུ་མ་གྱུར་བ། མཆོན་
མ་ཐུན་པ། ཆོགས་སུ་མ་ཆང་བ། གསོལ་བ་ལན་གསུམ་འདེབས་པ། ས་གཞི་ལེགས་
པར་བཏགས་པ། སྤར་གནང་བ་སྦྱིན་པ་དང་མ་འབྲེལ་བ་བཅུ་ལྔ། །དགེ་འདུན་གང་
གིས་སྦྱིན་པ་ནི་བཞིར་ལོངས་པའི་གངས་ཆང་བ་སོགས་གསུམ་མོ། །གཞི་གང་ལ་
སྦྱིན་པ་ནི་དག་པའོ། །ཆོ་ག་རི་ལྟ་བུས་སྦྱིན་པ་ལ་གསུམ་ལས། སྦྱོར་བ་ལ། གང་ཟག་
གི་སྦྱོར་བ་ནི། འདུ་བའི་སྐབས་བསྐྱབས་པ། ཀན་པའི་མཐའ་ལོགས་སུ་བྱག་འཆོལ་
ཞིང་། སྦྱོད་ལམ་ལ་བརྟེན་པ་གསོལ་བ་ལན་གསུམ་བཏབ་པའོ། །དགེ་འདུན་གྱི་སྦྱོར་
བ་ནི་རང་ངམ། བསྐྱོས་པས་བཏགས་པ་དང་དེས་དག་འདུན་ལ་བརྟེན་པའོ། །དངོས་
གཞི་ནི་གསོལ་གཉིས་མོ། །མཐུག་ནི་མཐུག་སྟུང་དོ། །

གནང་བ་འཇིག་པའི་རྒྱ་ནི། གཞི་མ་དག་པར་འཕོས་པའམ། ཞིང་མ་ཡིན་པར་
གྱུར་པ་ལ་སོགས་པའོ། །རྟིང་པ་འཆོས་པ་ལས། རྟིང་པ་ནི་དཔེ་སྟེ། གསར་རྟིང་
གཉིས་ཀ་འཆོས་ཤིང་། བྱེད་པ་ལ་ལྟར་བ་མེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་འཆོས་
པའི་བྱེད་པ་ཡིན་ཅིན་བཏགས་པར་བྱའོ། །གཙུག་ལག་ཁང་གི་ལྷག་མ་ལ། ཡན་
ལག་ཐུན་མོང་བ་རྣམས་བརྟེན་བྱེད་ནས་ཁྱད་པར་བ་གསུངས་པ་ནི། ཆོགས་ཀྱི་དོན་
དུའོ་ཞེས་ཏེ། སློབ་དཔོན་གྱིས་དམིགས་བསལ་མཛད་པས། རབ་བྱུང་དང་བྱིས་པ་
གང་ཡང་རུང་བའོ། །རྣམ་འབྱེད་ལས། ཆོགས་ཀྱི་བྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི། དེ་བཞིན་

གཤེགས་པའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དགེ་འདུན་ནོ། ཞེས་གསུངས་པ་ནི་སྤྱིར་བཞིའི་དབང་གི་
སྟེ། དཔེ་ཙམ་དུ་ཟད་པས་ཉེས་པ་མེད་དོ། །ཞེས་སྤྲིན་ལས་སོ། །

རྣམ་འབྱེད་ལས་ཁང་པ་དང་། གཙུག་ལག་ཁང་ཞེས་བྱ་བ་ནི། གང་དུ་སྦྱོང་
ལམ་བཞི་པོ་འཆག་པ་དང་། འབྲེང་བ་དང་། འདུག་པ་དང་། ཉལ་བ་དག་ཤོང་བའོ།
ཞེས་གཉིས་ཀ་ལ་མཚུངས་པར་བཤད་ནས་སྤྱི་མ་ལ་བྱད་པར་མཛད་པ་ནི། ཆེན་པོ་
ཞེས་བྱ་བ་ནི། ཆེན་པོ་གཉིས་པོ་སྦྱིན་པར་བྱ་བ་དང་། ཆད་ཀྱིས་ཉེ། དེ་ལས་འདིར་
ནི་སྦྱིན་པར་བྱ་བས་ཆེན་པོར་དགོངས་པ་ཡིན་གྱི། ཆད་ཀྱིས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་
གསུངས་པས། གནས་འདི་གཉིས་གནས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ནི་བྱད་པར་བྱེ་བར་མི་རུས་ལ།
འོན་ཀྱང་ཆེན་པོར་འཛོག་པ་སྦྱིན་པར་བྱ་བས་འཛོག་པར་གསུངས་ཉེ། དེ་ཡང་ཆེད་
དུ་བྱ་བ་ཆོགས་དོན་ཉིད་དུ་སྒྲུང་ངོ། །ཁྱུ་བ་ལས། ཁང་པ་ལ་གཅིག་དོན་དགོས་པ་
སེལ་བའི་སྒོ་ནས་གསུངས་པས། ཁང་པ་དང་ཁང་ཆེན་གྱི་བྱད་པར་ཆེད་དུ་བྱ་བ་དེ་
གཉིས་ཀྱི་སྒོ་ནས་འཛོག་པར་ལུང་དང་རྩ་འབྲེལ་གྱི་དགོངས་པ་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་
པའོ། །འདི་ལས་གཞན་དུ་དགོན་མཆོག་གསུམ་གང་རུང་གི་ཆེད་དུ་བྱེད་ན་ཁང་ཆེན་
དང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་དོན་དུ་བྱེད་ན་ཁང་པ་ཡིན་གྱི། སྤར་ལྟར་མ་ཡིན་ཉེ། གཞན་
དུ་ན་གཉིས་དང་། གསུམ་གྱི་དོན་དུ་བྱས་པའི་གནས་དེ་ལ། གཅིག་དོན་དང་ཆོགས་
དོན་མེད་པས་གནས་གཉིས་པོ་གང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱང་གསུམ་དུ་ཐལ་ལོ། ཞེས་
སྤྲི་བ་ལ་ནི་སྤྱིར་པོ་མེད་དེ། དེ་ལྟར་བྱིས་པ་ཆོགས་ལོངས་འབའ་ཞིག་གི་ཕྱིར་དུ་བྱས་
པའི་གནས་དེ་ལ་ཡང་དེ་ལྟར་ཐལ་བ་དང་། རྩ་འབྲེལ་གཉིས་ཀ་ལས་ཁང་པ་དང་།
ཁང་ཆེན་ངོས་མ་བརྒུང་བར་དེ་གཉིས་ཀྱི་ལྷག་མ་མཆོན་ཉིད་རྫོགས་པར་བཤད་པར་

འགྲུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཐུན་མོང་བ་ཞུ་བའི་སྐབས་ནས་འབྱུང་བ་ལ་ཚུམ་པ་ནི་གནས་
ཚུམ་པ་སྟེ་དེ་ཡང་མཐར་ལྷག་མར་འགྲུར་པའི་སྒྲོར་བ་སྒྲོམ་པོ་དང་། མཐར་སྒྲོམ་པོར་
འགྲུར་པའི་སྒྲོར་བ་ལ་ཉེས་བྱས་སོ། །

ཁང་བ་དང་གཙུག་ལག་ཁང་སྟེ། མ་གཡོག་པ་བྱེད་དུ་གཞུག་གོ། །སྒྲུམ་པའི་
བསམ་བསམ་ཞུགས་པའི་དགེ་སྒོར་གིས་གནས་དེའི་མཐའ་ཡང་སྒྲོར་བ་དེ་དང་འབྲ་
བར་སྒྲོམ་པོ་སྟེ། སྒར་ནི་ཉེས་བྱས་སོ། །ཁང་བ་མི་རུང་བ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་ཡན་
ལག་ཐམས་ཅད་ལས་འདས་པ། དུ་མའི་དོན་དུ་བྱེད་པའི་མཐའ་ཡང་སྒྲོར་བ་དང་
འབྲའོ། །འདི་ལ་ཞུས་པར་གཉིས་ཀྱི་སྤྱི་ལ་བྱེད་དུ་འཇུག་ན་ཞེས་པ་ནི་མཆོན་པ་སྟེ།
གསུམ་ཀྱི་དོན་དུ་བྱེད་པ་ཡང་དེ་དང་འབྲའོ། །ཞེས་ཀློག་ལས་སོ། །རྣམ་འབྲེད་ལས།
ཁང་བ་ཁང་ཆེན་གྱི་སྐབས་སུ་ཡང་མ་དག་པ་གསུམ་དང་མ་བསྟན་པར་བྱེད་པ་ལ་རེ་
རེ་ཞིང་སྒྲོམ་པོར་གསུངས་བས། དུ་མའི་དོན་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་སྒྲོམ་པོར་སོང་བ་དེ་དག་རེ་
རེ་བ་ལ་མི་འོང་བ་འབྲའོ། །དེའི་ཕྱིར་མ་དག་པ་གསུམ་ཆང་ཞིང་། མ་བསྟན་པའི་
བཞིར་བཅའ་བ་དང་། ཆང་སྟག་ཡོད་པའི་ཆེ་སྟག་མ་གཉིས་ཀ་སྦྱེད་དུ་རུང་བ་ལ་
ཆེད་དུ་བྱ་བའི་སྒྲོ་ནས་སྒྲོམ་པོ་སྦྱེད་པ་གཉིས་འདུག་པ་ནི། བཅའ་བ་དང་། ཆང་སྟག་
ཡོད་པའི་ཆེ་ཁང་པའི་སྒྲོམ་པོ་དང་། མེད་པའི་ཆེ་ཁང་ཆེན་ཀྱི་སྒྲོམ་པོར་བྱེད་དགོས་
པ་འབྲས་སྟེ། བཟླ་བར་བྱའོ། །

ཁ་ཅིག་གཉིས་དོན་ནི། ཁང་བ་ལ་ཉེ་ཞིང་། གསུམ་དོན་ཁང་ཆེན་ལ་ཉེ་བས་
དེའི་སྒྲོ་ནས་དབྱེའི་ཟེར་བ་ལ་སྟིང་པོ་མི་སྒྲུང་ངོ། །འཆོལ་བ་པོ་འཕ། གནས་པ་པོས་
མ་བསྐྱོས་པ་སྟེ། ཇིས་སུ་མ་གནང་བར་གནས་བྱེད་པའི་མཐའ་ཡང་སྒྲོར་བ་དང་

འདྲའོ། །དངོས་པོ་ཆང་ཡང་པམ་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། གཞི་དེ་གང་དབང་མེད་པའི་ཕྱིར་
གཙུག་ལག་ཁང་བཅུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལྷག་མར་ཡང་བ་མི་འགྱུར་“ཏེ”^༡བཅའ་བའི་
ཡན་ལག་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་རྗེས་སུ་གནང་བ་ལ་ཡན་ལག་གཞན་ཆང་བ་
དངོས་གཞི་ཡིན་ལ། མ་གནང་བ་ལ་ནི་སྟོམ་པོར་གསུངས་ཏེ། འདིར་གནང་མ་གནང་
ནི་བདག་པོས་ཅིག་པར་བསྟོས་མ་བསྟོས་སོ། །དེས་ན་ལྷག་མ་བསྐྱེད་བ་ལ་བདག་
པོར་གྱུར་པའི་དགོས་རང་གིས་ཅིག་པའོ། ཅིག་པར་བསྟོས་བ་གཅིག་དགོས་བ་
ལ། འདི་ལ་མ་ཆང་བས་སྟོམ་པོའོ། །འོ་ན་བཅའ་བའི་ཡན་ལག་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་
ཅིའི་ཕྱིར་གསུང་ཞེ་ན། དེ་ནི་ཁང་པའི་ལྷག་“མ་ལ”^༢གཞན་གྱིས་མ་བསྟོས་ཀྱང་སྐྱེད་
དམ་སྦྲུམ་པའི་དོགས་བ་བཅད་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་གཞན་གྱིས་མ་བསྟོས་པར་བསྐྱེད་བ་
ཡོད་ཀྱང་འདིར་རང་གིས་བཅའ་བ་དང་། འཆོལ་དུ་བཅུག་པའི་ཡན་ལག་གང་ཡང་
མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་རྗེས་སུ་མ་གནང་བ་ལ་ནི་སྟོམ་པོའོ། །ཞེས་དེ་མ་ཐག་ཏུ་
གསུངས་བ་ནི་བདག་པོ་མ་ཡིན་པས། ཅིག་པ་ལ་རྗེས་སུ་གནང་བ་ཡན་ལག་ཏུ་
དགོས་པར་གསུངས་པས་འདི་རྗེས་སུ་གནང་བའི་སེལ་བའོ། །དེ་ལྟར་འདོད་བ་ཁ་
ཅིག་ན་རེ་མ་བསྟོས་བ་ཉིད་ཅེས་བ་བྱངས་ནས་འགོག་ཅིང་། སྦྱོར་བའི་ཡན་ལག་ལ་
རང་ངམ། རང་གིས་བསྟོས་བ་དགོས་པར་འདོད་བ་ནང་འགལ་ཞིང་། འདི་མ་བསྟོས་
བ་སྦྱ་རི་བཞེན་བ་ཡིན་ཡང་། དངོས་གཞིར་མི་འགྱུར་བ་ནི་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

གང་ཐག་གིས་སོ་ཞེས་བ་ཡོ་བྱད་ལ་སྦྱར་ཡང་། སྒར་ཁང་བའི་སྐབས་སུ་ས་
གཞི་དང་ཡོ་བྱད་གཉིས་ཀ་ལ་མཛད་བ་ལྟར་བཟུང་ངོ། །སྐབས་འདིར་རང་བཞེན་ནི་

༡ ཏ

༢ སལ

མི་མཐུན་པ་ཡང་ངོ་། །ཞེས་པའི་གཞུང་གཅིག་ཡོད་པར་རྟེན་ལྟར་འབྱུང་ལ། དེའི་དོན་
ནི་ཁང་པ་ཁང་ཆེན་མི་རིགས་པར་ཅིག་པའི་ཞལ་ཏུ་བྱེད་ན་དེའི་མཐའ་ཡང་སྒྲིབ་པ་
དང་འབྲས་ཏེ། དེ་ཡང་བདག་པོ་དང་། བསྐྱོས་པ་ལས་གཞན་པའོ། །

བདག་པོ་ལས་གཞི་ཡང་བཅའ་ཟིན་ལ་གསོལ་བ་དང་། ལས་བརྗོད་པ་ཡང་
བྱས་པའི་འོག་ཏུ་མ་གྲུབ་ན་ཉེས་བྱས་སོ། ཞེས་པ་ལ། ཁང་པ་ལ་བཅའ་བ་ཡོད་ན་
སྒྲོམ་པོར་གསུགས་པས་ཁང་ཆེན་ལ་སྒྱུར་ཐེར་ཡང་། རྣམ་འབྱེད་ལས། དགོ་སྒྲོང་
ལག་གི་སྒྲ་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་འདིས། ཁང་པ་དང་གཙུག་ལག་ཁང་གི་གཞི་རུང་
བ། “རྩོད་”པ་མ་མཆིས་པ། བརྩམ་དུ་རུང་བ་ཞིག་བཅའ་ཏེ། ཞེས་འབྱུང་པའི་ཕྱིར་
དང་། བདག་པོ་ལས་ཉོས་ཏེ་བཅའ་བ་ཡོད་པས། བཅའ་བ་ཅམ་ལ་ཉོས་པ་དང་
བཅས་པར་མ་ངེས་སོ། །གཞོད་པ་ལས་སྒྱུར་བའི་ལྷག་མ་གཉིས་ལས། རྣམ་འབྱེད་
ལས་འབྱུང་བ་ལ། གཞི་མེད་པར་སྒྱུར་བ་འདེབས་པའི་སྒྱུར་པ་གདབ་བྱའི་ཡུལ་ནི།
དགོ་ཚུལ་ལ་སོགས་པ་མིན་པས་དགོ་སྒྲོང་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་དག་པ་དང་ལྡན་པ་ཁོ་
ན་མ་ཡིན་གྱི། ཉམས་པ་ལ་ཡང་ངོ་། །དེ་ཡང་རང་སྟོགས་ཡིན་ན་དགོ་སྒྲོང་གི་སྒྲོམ་པ་
གསོར་རུང་དང་། གཞན་སྟོགས་ཡིན་ན་རྣམ་དག་དང་“ལྡན་”^༡པ། ཐ་སྙད་གསུམ་
“ལྡན་”^༢ ལུས་ཐ་མ་ལ་བ། བདག་ལས་ཐ་དད་པ་སྟེ་བཞི་ཐེར་རོ། །གང་གིས་སྒྱུར་པ་
གདབ་པའི་དངོས་པོ་ནི། མི་ཆངས་སྒྱོད་ལ་སོགས་པའི་པམ་པར་འགྱུར་བ་ལྷག་པར་
སྒྱུད་པ་དང་། གཞི་གསུམ་གང་ཡང་མེད་པ་སྟེ་གཉིས་སོ། །གོ་བྱའི་ཡུལ་ཐ་སྙད་ལྔ་

༡ རྩོད་
༢ ལྡན་
༣ ལྡན་

“ལྷན་^༡ ། ལུས་ཐ་མལ་བ། བདག་ལས་ཐ་དད་དེ་གསུམ་མོ། །

མ་དག་བ་ལ་སྐྱར་བ་བཏབ་བས་ལྷག་མར་འགྱུར་བའི་ཁུངས་ནི། རྣམ་འབྲེད་
ལས། གང་ཟག་མ་དག་བ་ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་བར་བྱེད་ན་ལྷུང་བའི་གཞི་བཙུག་ཅིག་
དང་། ལྷུང་བ་མེད་བའི་གཞི་བྱག་ཏུ་འགྱུར་བར་གསུངས་བ་སྟེ། བཙུག་ཅིག་ནི། མཐོང་
ཐོས་དོགས་གསུམ་གྱི་གཞི་མེད་བ་ལ་ཡོད་བར་འདུ་ཤེས་བར་བསྐྱར་ནས་གསུམ་
དང་། གཞི་གསུམ་ཡོད་བ་བརྗེད་བ་ལ་འདུ་ཤེས་བསྐྱར་བ་གསུམ་སྟེ་བྱག་ཤོས་བ་
ལ་ཡིད་ཆེས་མ་ཆེས་ཀྱི་ཆེ་མཐོང་ཞེས་སྐྱས་བ་གཉིས་བ་དང་། ཐོས་བ་ལ་དོགས་མི་
དོགས་ཀྱི་ཆེ་མཐོང་ཞེས་སྐྱས་བ་སྟེ་བཞི་དང་། དོགས་བ་ལ་དོགས་བ་ན་མཐོང་ཞེས་
སྐྱས་བ་སྟེ་ལྔ་འོ། །ཁུས་བ་ལས་ཀྱང་། དག་སྟོང་རང་གིས་མི་ཆངས་བར་སྟོང་ཟེར་བ།
གཞན་གསུམ་གྱིས་གཞི་མ་མཆིས་བར་སྐྱར་ན་ལྷག་མར་གསུངས་སོ། །འདིར་ཞེས་
བ་ནི། མཆོན་དང་། ལྷ་བ་ཁས་སྐྱངས་བ་དག་གིས་རང་གི་ཕྱོགས་ཉིད་ཀྱི་ཁུངས་སུ་
གཏོགས་བའོ། ཞེས་བ་ལ་དམིགས་ཀྱིས་བསལ་བའོ། །དེས་ན་མཆོན་དང་། ལྷ་བ་
གཞན་ཕྱོགས་བ་ལ་སྐྱར་བ་ཡང་ལྷག་མའོ། །རྣམ་འབྲེད་ལས། འིལ་བསྐྱགས་ན་ལྷུང་
བ་མེད་དོ། །དོས་ལ་རི་མོ་བྲིས་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་ལྷུང་བ་མེད་དེ། རི་ལྷར་བདག་
གིས་ཤེས་བ་བཞིན་དུ་འཛིག་ཏེན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་ཤེས་སོ་^༢ ལྷམ་ནའོ། ཞེས་
གསུངས་བ་ནི། སྐྱར་བ་གདབ་བྱའི་ཡུལ་ལ་མནན་དགོས་སོ། །འདིར་ཞེས་བ་ནི།
མཆོན་དང་། ལྷ་བ་ཁས་སྐྱངས་བ་དག་གིས། རང་གི་ཕྱོགས་ཉིད་ཀྱི་ཁུངས་སུ་
གཏོགས་བའོ། ཞེས་བ་ལས་དམིགས་ཀྱིས་བསལ་བའོ། །དེས་ན་མཆོན་དང་། ལྷ་བ་

༡ ལྷན་

༢ མེ

གཞན་ཕྱོགས་ས་ལ་སྐྱར་བ་ལ་ཡང་ལྷག་མདོ། །འོ་ན་གསེར་རུང་མཉམ་བ་རང་
 ཕྱོགས་ས་ཡིན་པ་ཅིས་ཤེས་ཤེན། རྗེ་ལས། ཉམས་ས་ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་ས་ལ་
 ཡང་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་རོ། ཞེས་ས་ལས་ན་ཁས་ལེན་བ་དང་།
 མི་ལེན་བ་གཉིས་ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་ས་ཤིན་ཏུ་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ཡོགས་སུ་རྫོགས་པར་
 འགྱུར་ཏེ། བས་པར་མ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་གསུངས་པས་ཤེས་ཟེར་ཏེ་བཟླ་གོ།

ཉམས་པར་འདུག་པ་ནི། དག་ཚུང་གི་ཚུལ་དང་བྲལ་བར་འདོད་པའི་བསམ་
བས་ཡིན་གྱི། ཁྱོས་པའམ། རྟོད་བག་གམ། བྱང་རྒྱལ་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ལྟར་བ་
རྣམ་པར་དག་པ་ནི། པམ་པ་ལྷག་མ། ལྟར་བ་གཞན། ཉེས་བྱས་གྱིས་སྦྱར་ན། ལྷག་མ།
སྟོམ་པོ། ཉེས་བྱས། བ་མོར་འགྱུར་ཞིང་། རེ་ཆོམ་དང་བཅས་པ་ཡང་ཡིད་གཉིས་ནི་
འདུ་ཤེས་དང་འབྲེལ། །མཐོང་བ་དེ་ནི་གཞི་གཞན་ཐོས་པ་དང་། དོགས་པ་མ་ཡིན་ལ།
གཞན་གཉིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་གཞི་གཞན་ཡོད་ཀྱང་། གང་གིས་གྲིང་བའི་
གཞི་དེ་མེད་ན་ལྷག་མ་སྟེ། སྤར་ལྟར་བའི་གཞི་བཅུ་གཅིག་གིས་སྐབས་གྱི་ཕྱི་མ་ལྔ་
འདིར་ཁྱངས་སོ། །བཞི་གསུམ་བྱང་ཡང་བཟེད་པ་ནི་ཡོད་བ་མ་ཡིན་པས་དེ་ལ་འདུ་
ཤེས་བསྐྱར་ནས་སྦྱས་ནས་སྦྱས་ན་ལྷག་མའོ། །དེ་ནི་ཞེས་པ་དང་། བཟེད་པ་ནི་ཤེས་
པ་གཉིས་ཉམས་པའི་ཡུལ་ལ་སྦྱར་བ་ལྷག་མར་འགྱུར་བའི་ཁྱངས་ཡིན་ལ། དོན་གྱི་
“དེ”ཉིད་ནི་དེ་གཉིས་སྐབས་པར་བྱེད་པའོ། །

དེ་ཡང་པམ་པ་དང་པོ་བྱེད་པ་མཐོང་བ་ཐོས་སོ་ཞེས་སྒྲུབ་ན་མཐོང་བའི་གཞི་
ཡོད་ཀྱང་ཐོས་པའི་གཞི་མེད་པས་སྟག་མར་འགྱུར་བ་དང་། མཐོང་ནས་བརྗོད་པ་ལ་

འདུ་ཤེས་བསྐྱར་ནས་མཐོང་ཞེས་སྤྲིས་བ་ལྟ་མར་གསུངས་བ་གཉིས་མ་དག་པའི་
ཁུངས་སོ། །འདུ་ཤེས་བསྐྱར་ན་དོན་གྱི་དེ་ཉིད་ཡོད་ཀྱང་རྩལ་དུ་འགྱུར་ལ། མ་བསྐྱར་
ན་མེད་ཀྱང་བདེན་པར་སྤྲི་བས་ལྷག་མར་མི་འགྱུར་ཏེ། བདེན་རྩལ་གྱི་འདུ་ཤེས་དང་
འབྲེལ་གྱི། དོན་དང་མ་འབྲེལ་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་འབྱེད་ནས་འབྱུང་བའི་བག་ཅམ་ནི།
སྤར་བསྟན་བ་རྣམས་སུན་མོང་པར་ཤེས་པར་བྱས་ལ། ཁུང་པར་ནི། གང་ཟག་འདིས་
པམ་པར་འགྱུར་བ་ལྷག་པར་སྤྱད་པར་བྱས་སོ། །ཞེས་པའི་བརྗོད་བྱར་བྱ་བ་དོན་
གསལ་བ་དེ་ལས་གཞན་མི་གསལ་བའོ། །དེའི་ཆིག་ནི་བརྗོད་བྱ་གཞན་ལ་གནས་
པའི་ཆིག་སྟེ། དེས་སྤྱར་བ་བཏབ་ནས་ལྷག་མའོ། །དེ་ལ་ཡང་ཡང་དག་པ་སྲིད་པས་
དེ་གསལ་བའི་ཕྱིར་རྩལ་པའོ། །ཞེས་སྤྲིས་སོ། །གཞན་ལ་བརྟེན་བ་ནི་གཟན་གྱི་
ཆའོ། །དེའི་རྗེས་སུ་མ་སུན་བ་ནི་གཞན་གྱི་ཆ་དང་མ་སུན་པའོ། །གཞི་མེད་པར་སྤྱར་
བ་འདེབས་པ། “དེ་ན” གསལ་བ་ལས་རྣམ་པ་གཞན་གྱིས་སྤྱར་བ་འདེབས་བ་དོན་མི་
གསལ་བའི་ཆིག་དགེ་འདུན་ལྷག་མ་བྱེད་བ་ནི་གཞན་གྱི་ཆ་དང་མ་སུན་བ་སྟེ། བག་
ཅམ་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། །ཞེས་ཁྲིམ་ལས་སོ། །

རྣམ་འབྱེད་པ་ནི། གཞན་གྱི་ཆ་མ་ཡིན་པ་དང་མ་སུན་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ། གཞན་
ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱང་ན་ལས་འདས་པའོ། །དེའི་ཆ་དང་མ་སུན་བ་མ་ཡིན་པ་ནི། པམ་པར་
འགྱུར་བའི་ཆོས་བཞི་པོ་དག་གོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །གཉིས་ཀའི་སུན་མོང་བ་ཞུ་བའི་
སྐབས་ནས་འབྱུང་བ་ནི། མི་བསྟན་པས་ཞེས་ཏེ། དགེ་སློང་ལ་མ་ནིང་མོའི་ཟག་བྱེད་
དུ་དང་། དགེ་སློང་མ་ལ་མ་ནིང་མོའི་ཟག་བྱེད་གྱི་སྤྱར་བ་འདེབས་ན་སློམ་པོ་སྟེ། ལམ་

གཞན་དུ་ཡིན་ན་ལྷག་མཐོ། །འདི་སྒྲོམ་པོ་དངོས་ཡིན་ཏེ། ཅ་འབྲེལ་ནས་བཞད་པ་
དང་། བཅ་པའི་མིང་གིས་སྐྱར་བའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་སྒྲུབ་པ་ལ། དེ་ལྟ་ན་དོན་ཅི་ལྟ་བུ་ཉིད་
ལ་ནི་ཞེས་དང་། བསམ་པ་ནི་དེ་ཉིད་ཅེས་པ་དང་འགལ་ཞིང་། བཅ་པར་འགྱུར་བ་
ལྷག་པར་སྒྲིད་པས་ཞེས་དོན་ཡན་ལག་ཏུ་གསུངས་པ་དང་འགལ་ཞིང་། འཤམ་ཐབས་
རྒྱུ་པོར་མ་གྱོན་པའི་བཅ་པ་འབྱུང་རོ། །ཞེས་པ་ལ་ཡང་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་
སུན་སྒྲུང་ནས་རང་གི་ལུགས་ནི་ཉེས་བྱས་པ་སྒྲོམ་པོར་བཏགས་པ་ཡིན་ཏེ། གང་
གིས་སྐྱར་པ་འདེབས་བའི་ལྷང་བ་ནི་སྒྲོམ་པོ་ཡིན་བར་དང་། སྒྲོམ་པོ་སྤྱི་ཤོས་དབྱེན་
དང་། ཁྱག་འབྲིན་པས་སྐྱར་བ་ལ་ཡང་ཉེས་བྱས་ལས་མེད་པའི་བྱིར་དང་། ལྷས་པ་
ལས་སྒྲོམ་པོས་སྐྱར་བ་ལ་ཉེས་བྱས་སུ་གསུངས་པའི་བྱིར། གཞན་དུ་ན་པམ་པས་
སྐྱར་བ་ལ་ཡང་པམ་པ་བསྐྱེད་པར་ཏ་ཅང་ཐལ་ལོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །ཁ་ཅིག་སྒྲོམ་པོས་
སྐྱར་བ་ལ་སྒྲོམ་པོར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། །སྤྱི་ཆེན་ན་སྤྱད་པའོ། །འདི་ལྟར་མི་བསྟན་
བ་ལ་སྤྱད་པ་པམ་པའི་སྒྲོམ་པོས་སྐྱར་བ་ལ་ལྷག་མཐོ་སྒྲོམ་པོ་བྱུང་བའོ། །ཟེར་བ་ནི་
ཁྱག་འབྲིན་པས་སྐྱར་བ་ལ་ཉེས་བྱས་སུ་གསུངས་པ་དང་འགལ་ལོ། །ཁྱག་འབྲིན་པའི་
མཆོམས་མེད་ནི། སྒོག་གཅོད་ཀྱི་པམ་པར་གཏོགས་པའི་སྒྲོམ་པོའོ། །དགེ་འདུན་གྱི་
དབྱེན་བྱས་པའི་མཆོམས་མེད་ནི་དབྱེན་དུ་གཏོགས་པའི་སྒྲོམ་པོ་ཟེར་བ་ནི་དབྱུང་
པར་བྱའོ། །བསམས་ཏེ་ཞེས་པ་ལ། རྗེ་ཤེས་ལས། བསམས་ཏེ་སྒྲུས་སོ། །ཞེ་ནམ་པ་དེ་ལྟ་
བྱས་གཞོགས་སྒྲོས་བྱེད་ན་ཉེས་བྱས་སོ། །འདིར་སོགས་པའི་སྒྲུ་ནི། རྣམ་པ་གཞན་
གྱི་དོན་བསྟན་པའི་བྱིར་རོ། །

ལྷ་བ་ལས། དགེ་སྒོར་བསྟན་ལས་ལངས་ཏེ། བདག་གིས་བསམས་ཏེ་སྒྲུས་

སོ་ཞེས་ཟེར་ཞིང་། སྤྱི་ལོ་ཐམས་ཅད་ལས་ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ།
 ཞེས་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་བཅའ་བར་བུའོ། །ཁྲིཤ་ལས། བག་ཅམ་ལ་ཡང་རྣམ་
 པ་དེ་དག་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། བདག་གིས་དགེ་སྦྱོང་མ་ཆེ་གོ་མོ་ཞེས་བྱ་བ་མ་ནིང་པོ་
 དང་མི་ཆངས་པར་སྦྱོང་བ་འཁྲིག་པའི་ཆོས་བསྟེན་པ་མཐོང་རོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལ་
 སོགས་པའོ། ཞེས་གསུངས་པས་དགེ་སྦྱོང་ལ་སྦྱར་ན་མ་ནིང་པོ་དང་སྦྱར་རོ། །དེས་
 བ་འདི་གཞི་མེད་ཀྱི་སྦྱར་ལུགས་ཡིན་ལ། དགེ་སྦྱོང་དང་། དགེ་སྦྱོང་མ་ཆེ་གོ་མོ་དང་།
 མ་ནིང་པོ་མོ་དང་། མི་ཆངས་པར་སྦྱོང་བ་འཁྲིག་པ་བསྟེན་པ་མཐོང་རོ་ཞེས་སྦྱར་
 དགོས་ཏེ། རྣམ་འབྲེད་ཀྱིས་གནད་ཀྱིས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་འདི་ལྟར་སྦྱར་བ་ན། སྦྱར་
 མཁན་གྱིས་ཟག་བྱེད་ལ་བསམས་པ་ཡིན་ན་སྟོན་པོ་དང་། ཁ་དང་བཤང་ལམ་
 བསམས་ནས་སྦྱས་ན་ལྷག་མ་འོང་བས་འདིའི་སྦྱར་ལ་འདེབས་ལུགས་ཤེས་ན། སྦྱར་
 ཀྱི་ཅོད་ལན་རྣམས་ཇི་ལྟར་ཡིན་པ་བདེ་ཐྲག་ཏུ་ཤེས་པར་འགྱུར་རོ། །

འདི་སྦྱ་བ་པོས་བསམ་པ་ལྟར། གོ་བུ་ཡུལ་གྱིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཤེས་པ་དགོས་
 སམ་སྟམ་སོ། །དེས་ན་ལྷག་མ་བསྐྱེད་པ་འཁྲིག་པའི་བསྟེན་ཡུལ་དེ་མ་ནིང་པོ་མོ་ལྟ་བུ་
 མིན་པ་སྦྱར་བ་དགོས་སོ། །བསྟོན་པ་ལས་ཀྱང་གྱུར་པ་ལ་གསུམ་ལས། སྐབས་སུ་
 གཏོགས་པའི་སྟོམ་པོ་ནི། གཞན་གྱི་འཁོར་ལྷན་ཅིག་གནས་པ་སོགས་ཏེ། དེ་ཁ་འཕྲེན་
 པ་ནི། རང་གི་ཕྱོགས་སུ་འཛོག་པ་སྟེ། དེ་བྱེད་ན་སྟོམ་པོའོ། །བྱ་སྦྱོང་དེ་ལས་ཐ་དད་
 པར་བྱས་ཏེ། དབྱེན་གྱི་རྣམ་པས་ཞུགས་པའོ། ཞེས་ཟེར་རོ། །པ་མས་མ་གནང་བ་
 རབ་ཏུ་འབྱེན་པ་ལ་ཉེས་བྱས་དང་། ལྷན་ཅིག་གནས་པ་དང་། ཉེ་གནས་གཞན་གྱིས་
 བརྒྱས་པ་རང་གི་སར་ཕྱོས་སུ་བརྒྱག་པ་ལ་པམ་པ་དང་། མའི་རྣམ་འབྲེད་ལས། ཁྱིམ་

ཐབ་གྱིས་མ་གནང་བའི་ཉི་དུ་རབ་ཏུ་འབྱེན་པ་ལ་ལྷག་མར་གསུངས་པ་དང་། འདིར་
སློམ་པོར་གསུངས་པ་རྣམས། གཞན་དབང་པ་རང་གི་ཕྱོགས་སུ་འཛོག་པར་
"མཚུངས་"པ་ལ་ལྷང་བ་ཐ་དད་པ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། གཉིས་པ་མ་གཏོགས་པ་རྣམས་
ལ་པམ་པ་མེད་དེ། རྒྱ་སེམས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། རབ་ཏུ་འབྱེན་པ་གཉིས་ལྟར་མེད་
ཡིན་ཏེ། གཞན་ལ་གཞོན་པའི་བྱ་བ་ལ་ཞུགས་པས་སོ། །དེ་ལྟར་འདེད་ཀྱིས་སློམ་
པོར་མི་འགྱུར་ཏེ། ཁྱིམ་འཁོར་པའི་རྒྱ་མཚོ་ལས་སྐྱལ་སྐྱམ་པས་ཞུགས་ཀྱི། བྱ་བ་
དང་སྦྱོང་བ་ཐ་དད་པའི་སློན་པ་འབྱེད་པ་ལ་མ་ཞུགས་པས་སོ། །ལྷང་བ་ཆེ་ཆུང་ནི་
ཡུལ་གཞོན་པ་ཆེ་ཆུག་གིས་ཞེས་སྔ་མ་རྣམས་ཟེར་རོ། །

སྤྱན་མོང་གི་མཚན་ཉིད་ལ་གསུམ་ལས་སྤྱན་མོང་དུ་བཞག་པའི་ཆོས་ནི་ལྔ་
སྟེ། བསྟོ་སྒྱུར་བཅུ་ལས། བསྟོ་བ་ཡོད་པར་འབྲས་པའི་སྤྱན་མོང་དང་། བསྟོག་པ་ལྔ་ལྔ་
ཡོད་པར་འབྲས་བ་དང་། བསྟོག་པ་དང་། ལྷང་བའི་གངས་འབྲས་བ་དང་། ཉེར་ལེན་དང་
བསྟོག་པའི་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱུན་གཉིས་མ་སྤྱན་པའི་སྤྱན་མོང་རོ། །དང་པོ་ནི།
བཞམས་བསྟོ་སོགས་བསྟོག་པ་ཡོད་ན་ལྷང་བ་རྩོགས་ལ། མེད་ན་མི་རྩོགས་པ་
འབྲའོ། །གཉིས་པ་ནི། ཐ་མལ་པའི་ཕྱོགས་ཀྱིས་བསྟོག་པ་བཞམས་བསྟོ་དང་། བསྟོག་
པ་དངོས་མ་ཡིན་ཡང་དེའི་རྒྱ་གསོལ་བ་དང་། བསྟོག་པ་དངོས། བརྟེན་པ་གསུམ་སྟེ།
ལྔ་ཆང་ན་ལྷང་བ་རྩོགས་ལ། མ་ཆང་ན་དེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། ཆང་བཟུང་གི་ལྷང་བ་ཡིན་
པས། ཆང་མ་རྩོགས་ན་དེ་ལྟར་མི་འགྱུར་བས་སོ། །གསུམ་པ་ནི། རྒྱུ་བྱེད་ལྔ་ཡོད་
པ་གཞན་དུ་དེ་དག་བྱས་ཀྱང་མི་གཏོང་བ་ན། ལྷང་བ་ཡང་ལྔར་འགྱུར་བའོ། །བཞི་པ་

ནི་བསྐྱོད་པ་ལ་སྐྱོར་བའི་སྐྱོར་བ་དང་། སྐྱོར་བ་དང་མཐུར་ཐུག་གསུམ་ཡོད་པ་ལ་
ལྷུང་བ་ཡང་ཉེས་བྱས་དང་། སྐྱོམ་པོ་དང་། ལྷག་མར་འགྱུར་བའོ། །ལྷ་པ་ནི། གང་
མཐུན་པ་ནི། བཞམས་བསྐྱོ་སོགས་བསྐྱོག་པ་ལྟོ། །གང་དང་མཐུན་པ་ནི། དང་པོ་
རང་རང་གིས་ཀྱུན་སྒོར་གིས་བསྐྱང་བའི་རྗེས་སྐྱབ་དང་། བར་དུ་མི་གཏོང་བར་རྗེས་
སྐྱབ་བའི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་དང་པོ། གང་ལ་མཐུན་པ་ནི་དབྱེན་ལ་སོགས་པ་བསྐྱོ་བ་
ལས་ལྷུར་པ་རྣམས་ལའོ། །ཐབས་གང་གིས་མཐུན་པ་ནི། གསོལ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་
གོས་སྐྱབ་བསྐྱར་བའི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་སོ། །ཚུལ་རི་ལྟར་མཐུན་པ་ནི། བསྐྱོག་པ་རྒྱུ་
བྱས་ནས་ཉེར་ལེན་དེ་དག་སྐྱོར་ལྷུང་ལ་སོགས་པ་བསྐྱེད་པ་ལ་རུས་པ་ཆེར་འགོ་
བར་རོ། །དེ་ལྟར་མཐུན་པའི་མཐུན་པ་ནི་རྒྱུ་དེ་དག་གིས་བྱས་པའི་བྱེད་པ་མངོན་
ཞེན་དམ་པ་དང་། “སྤྲིག་”པའི་བསམ་པ་ཤས་ཆེ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །བསྐྱོ་ལྷུར་
པམ་པ་དང་ལྷུང་བྱེད་ལ་མི་འབྲ་བ་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་སྐྱ་མ་རྣམས་ཟེར་རོ། །ལྷུང་
བ་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་ནི། ཁ་ཅིག་པར་འཇུག་ལ་གཉིས་ཡོད་པས་སྐྱོར་ལྷུང་བཅུ་བཞི་
དང་། དངོས་གཞི་དང་བཙོ་ལྷ་སྟེ། དེ་དག་རྩལ་ཐ་དད་དོ། །ཞེས་འདོད་དེ། བཞམས་
བསྐྱེད་པོང་གི་འཇུག་པ་ཅིས་པ་འབྲའོ། །

ཁ་ཅིག་པར་འཇུག་གཉིས་གཉིས་བྱེད་ན། དེ་དག་གི་འང་བར་འཇུག་གོ་
དགོས་པས་གསུམ་གསུམ་དུ་འགྱུར་བས་བར་འཇུག་རེ་རེ་སྟེ། སྐྱོར་ལྷུང་དགྲ་དང་།
དངོས་གཞི་སྟེ་བཅུ་ཡིན་ལ། དེ་དག་ཀྱང་རྩལ་ཐ་དད་དོ། །དེས་ན་བཞམས་བསྐྱེད་
པོག་ནི་གསོལ་བའི་གོང་དང་གཅིག་གོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཞན་ལ་ལྟོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཁ་

११३

སྒྲུལ་ན། མི་ཚོག་གོ་སྒྲུལ་སྒྲུ་བྱས་ན་ཐ་མས་སྒྲོམ་པོ་བསྒྲུབ་ནོ། །སྒྲུལ་དུ་འཛིན་པ་
མི་བསྒྲོག་ལ། ཐ་དད་དུ་བསྒྲུབ་པ་ན་སྒྲོམ་པའི་རྒྱར་མི་འཛིན་གྱི། སྒྲོམ་པོ་ཉིད་དུ་གོ་
བས་སོ། །དེས་ན་ཐུས་གཅིག་ལ་གནས་སྐབས་ཐ་དད་པའོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །དུས་སྒྲུ་
ཕྱིའི་དངོས་པོ་རང་བཞིན་གཅིག་ལ་གནས་སྐབས་ཐ་དད་པར་སྒྲུ་བ་ནི་སེར་སྒྱའི་
ལུགས་འོངས་པ་ཡིན་ནོ། །

ལྷུང་བ་ཆེ་ཆུང་གཏན་ལ་དབབ་པ་ནི། ཁ་ཅིག་བཞུགས་བསྐྱེད་མཐའ་ནས་
སྒྲོམ་པོ་འབྱུང་སྟེ། རྣམ་འབྱེད་ལས་དེ་ལྟར་གསུངས་པ་དང་། རིགས་པས་ཀྱང་
གསོལ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་འབྲ་བར་བསྒྲོག་པ་ལ་ཞུགས་པར་མཆུངས་པའི་ཕྱིར།
ཞེས་འདོད་པ་ལ། གཞན་དག་ན་རེ། དེ་མི་འཐད་དེ། མའི་སོ་ཐར་འགྲེལ་བ་ལས། དེ་
ལྟར་བསྒྲོ་བ་ན་མི་གཏོང་བ་ཉེས་བྱས་སོ། །ཞེས་པ་དང་། ཅིག་ལེའུར་བྱས་པ་ལས་
ཀྱང་། བཞུགས་ཏེ་བསྒྲོས་ཀྱང་མི་གཏོང་ན། ཉེས་བྱས་ཉིད་དུ་བཞག་པ་ཡིན། །གསོལ་
བའི་ལས་ནི་དང་པོ་གང་། །བརྗོད་ཆེ་མི་གཏོང་སྒྲོམ་པོ་ཡིན། །བརྗོད་པ་ཡང་ནི་དེ་
བཞིན་ཏེ། །མཐའ་ནི་དགེ་འདུན་ལྷག་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །རིགས་པ་
ཡང་། རྒྱུ་ལས། བཞུགས་ཏེ་བསྒྲོ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། འདིར་དགེ་འདུན་དུ་མ་གྱུར་བའི་
དགེ་“སྒྲོང་”། ཆངས་པར་མཆུངས་པར་སྒྲོད་པ་གཙུགས་པས་པན་ཚུན་སྒྲོག་པར་
བྱེད་པ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །འཇུག་པ་འདི་ནི་མི་གཏོང་བའི་བདག་ཉིད་གྱི་
འཇུག་པ་བས་ཤས་ཆུང་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལ། དེ་ཡང་བཞུགས་བསྐྱེད་
དུས་ཀྱི་མི་གཏོང་བ་གསོལ་བ་ལ་སོགས་པའི་དུས་ཀྱི་མི་གཏོང་བ་ལས་ཤས་ཆུང་

ཉེས་བྱས་ཡིན་ལ། གསོལ་བ་ནས་སྦྱོར་བོ་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །རང་གི་ལུགས་
 བློ། ཆོག་གི་དོན་གྱི་སྐབས་སུ་སྟོན་པས། དེ་ལ་བཞི་ལ་སོགས་པར་བྱེད་པ་རྒྱེན་གྱི་
 ཐུན་མོང་ལྟེ། དབྱེན་ལ་སོགས་པ་བཞི་བྱེད་པ་བརྒྱུག་པའི་ཕྱིར་རྒྱེན་གྱིས་བརྒྱུག་པ་
 བྱ་བ་དེ་མི་གཏོང་བ་སྟེ། མ་སྟོང་བར་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པའི་རང་བཞིན་ཏེ། རྣམ་པ་
 ལུས་དང་། དག་གིས་རིག་བྱེད་དམ། ཅང་མི་སྦྱ་བའི་གནས་སྐབས་སམ། གཉིས་ཀར་
 གྱུར་པས་ནི་རྗེས་སུ་མ་ཐུན་ཏེ། དེ་དག་གྱུར་གང་ཞེ་ན། ལུས་ཀྱི་རིག་བྱེད་ནི། ཚུལ་
 ཤིང་འབྲིས་པ་སོགས་སོ། །དག་གི་རིག་བྱེད་ནི་བསྐྱབ་ཆོག་ལྷ་ལ་སོགས་པའོ། །ཅང་
 མི་སྦྱ་བ་ནི་ཡིད་ཀྱི་རང་བཞིན་དབྱེ་བར་འདོད་པ་སོགས་སོ། །གཉིས་ཀ་ནི་ལུས་དག་
 ཡིད་ཀྱིའོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །འོན་ཀྱང་དབྱེན་ལ་སོགས་པའི་ཕྱིར་དུ་ལུས་སྦྱོད་པ་དང་།
 དག་གི་སྦྱ་བ་དང་མི་སྦྱ་བའི་སྐབས་དེ་གཉིས་ཀ་ནི། ལུང་དག་གཉིས་ཀ་ཆོགས་པ་
 དང་། མ་ཆོགས་པའི་སྐབས་རྣམས་དང་། དག་གི་ཡང་རིམ་གྱིས་སྦྱ་བ་དང་། མི་སྦྱ་བ་
 གཉིས་ཀར་གྱུར་པའི་བསྐྱབས་སོ། །

རྗེས་སུ་མ་ཐུན་པ་ནི། རྗེས་སུ་འགོ་བ་དང་མཚུངས་པའོ། །འདི་གསུམ་སྦྱོར་
 བའི་སྦྱོར་བ་དང་། མཐར་ཐུག་ལ་སྦྱོར་ཡང་རྣམ་གངས་སུ་རིག་པར་བྱའོ། །སུ་ཞིག་
 གི་རྗེས་སུ་མ་ཐུན་པ་ནི་བརྒྱུག་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཏེ། འདི་ལྟར་བརྒྱུག་པ་རི་སྟེང་བ་ལྟར་
 བ་ཡང་དེ་སྟེང་དུ་འགྱུར་ཏེ། བརྒྱུག་པ་གཅིག་ལ་མི་གཏོང་བར་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པའི་
 རང་བཞིན་ཡང་གཅིག་ཁོ་ན་སྟེ། རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པའི་ལྟར་བ་ཡང་བཞི་ཁོ་ནའོ། །དེ་
 བཞིན་དུ་གཉིས་ལ་གཉིས་ལོག་པར་རིག་པར་བྱའོ། །དེ་ནི་གངས་མ་ཐུན་པ་སྟེ།
 འདིས་ནི་བཙོ་ལྷ་དང་། བཅུར་འདོད་པ་བཀག་ནས་བརྒྱུག་པ་ལྷ་ལ་ལྟར་བ་ལྟར་བསྟན་

၇၇၆

བ་དེ་བཞིན་དུ། གསོལ་བ་བྱས་པའི་ཆེ་ཡང་། མི་གཏོང་བར་ཐེས་སུ་བསྐྱབ་པའི་སྒྲོར་
བ་ལ་ལྷུང་བར་འབྱུང་བ་ཁོ་ནའོ། །འདིར་དགེ་འདུན་ལ་གསོལ་བ་གོ་བར་བྱ་བ་གང་
ཡིན་པ་དེ་ནི། དངོས་སུ་བསྒྲོག་པ་ཉིད་མ་ཡིན་གྱི། བསྒྲོག་པའི་ཐབས་ཡིན་པས་དེའི་
བྱིར་འདྲ་བ་ཉིད་དུ་སྒྲོན་པར་བྱེད་དོ། ཞེས་རྒྱུ་རྒྱུ་གསུངས་པའི་བསྒྲོག་པ་དངོས་དང་།
དེའི་ཐབས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ནི། གསོལ་བའི་སྐབས་སུ། གལ་ཏེ་དགེ་འདུན་གྱིས་དུས་ལ་
བབ་ཅིང་བཟོད་ན་དགེ་འདུན་གྱིས་གནང་བར་མཛོད་ཅིག་དང་། ཞེས་གནང་ན་བསྒྲོ་
བར་བྱའོ། ཞེས་བསྒྲོག་སྒྲོ་བྱེད་པར་བྱ་བ་དང་། བཟོད་པའི་སྐབས་སུ། དེའི་སྒྲོད་དུ་
དགེ་འདུན་གྱིས་ཞེས་གནང་བ་བྱས་ནས་བསྒྲོག་བསྒྲོ་དངོས་སུ་སོང་བ་ཡིན་ནམ་
སྐྱམ་སྐྱེ་དབྱང་པར་བྱའོ། །བཞུགས་བསྒྲོ་ནི་དངོས་སུ་བྱ་བ་ཐོང་ཞིག་ཅེས་ལུལ་དེ་ཁོ་
ན་ཉིད་ལ་བྱེད་གྱི། དགེ་འདུན་ལ་གནང་བ་བྱ་བ་ལྟ་བུ་མིན་པས་དོགས་པ་མེད་པ་
འདྲའོ། །གསོལ་བའི་ཆོག་ལྷུང་བའི་བྱེད་པ་སོར་བསྐྱན་པ་ན་དེ་ལ་ཆ་ཤས་དུ་མ་ཡོད་
པས་དེ་རྣམས་ཇི་སྟེད་པ་དེ་སྟེད་གྱི་ལྷུང་བར་འབྱུང་རམ་སྐྱམ་པ་བསལ་བའི་བྱིར།
ཞེས་ཏེ། ཆོག་གང་ལ་སྐྱད་ཅིག་མ་གཅིག་ལ་ལྷུང་བ་འབྱུང་བའི་སྐྱད་ཅིག་མ་དེའི་
ཁོགས་སུ་ཆོག་མཐའ་དག་འདུས་སོ། །དེས་ན་རྒྱུན་ཤིན་ཏུ་རིང་ཡང་ཆོག་གཅིག་ཏུ་
ཟད་དེ། ལྷུང་བ་ཡང་གཅིག་ཁོ་ན་འབྱུང་བ་ཡིན་གྱི། ཆ་ཤས་རེ་རེ་དང་རྩ་བ་རེ་རེ་ལ་
འབྱུང་བ་མིན་ནོ། །

རྩ་བ་ནི། འོ་ན་ལྷུང་བ་འབྱུང་བའི་ཆོག་གི་སྐྱད་ཅིག་མ་དེ་གང་ཞེ་ན། རྒྱུ་ལས།
སྐྱད་ཅིག་མ་གང་ལ་ཆེ་དང་ལྡན་པ་ལྡན་ཅིག་ཁྱོད་དགེ་འདུན་འབྱེད་པར་བྱེད་པའི་
དངོས་སོ་འདི་ཐོག་ཞིག་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བཟོད་པ་ན་ཆོག་པལ་ཆེར་བྱས་པ་

ཉིད་ཡིན་པས་དེ་ནི་འདིར་ནི་དངོས་གཞིའི་དུས་ཡིན་ཏེ། གསོལ་བ་དང་། ལས་བརྗོད་
 པའི་དུས་དེ་ཉིད་ནི་ཞེས་སྒྲར་ལྟར་གསུངས་སོ། །འདིར་སོགས་ཀྱི་སྤྱོད་ནི་དེར་རྗེས་
 རྟོགས་ལ་སོགས་པ་གསུམ་པོའི་པལ་ཆེར་བྱས་པའི་དུས་བསྐྱུས་སོ། །དངོས་གཞིའི་
 དུས་ཞེས་པ་ནི། བརྗོད་པ་གསུམ་པ་ཉིད་ལ་སྦྱར་རོ། །གསོལ་བ་དང་ལས་བརྗོད་པའི་
 དུས་དེ་གཉིས་ཞེས་པ་གསུམ་གྱིས། གསོལ་བ་དང་བརྗོད་པ་གསུམ་གྱིས་པལ་ཆེར་
 བྱས་པའི་དུས་དེ་གཉིས་སྤྱི་ཆོག་ལྷག་མ་ལུས་པར་སྟོན་གྱི། དུས་དེ་ནས་སྒྲོམ་པོར་
 འགྱུར་གྱི། གསོལ་བའི་སྤྱོད་ལ་དུ་མི་འགྱུར་ཞེས་མི་སྟོན་པ་ནི་ཆོག་ཉིད་ལས་ཤིན་
 ཏུ་གསལ་ལོ། །

ཀྲུ་ལས། སྒྲར་ལྟར་གསུངས་ཏེ་བསྐྱུས་པར་བཞེད་ནས། འདིར་གཞུང་ནི།
 གསོལ་བར་བྱེད་པ་ན་གཞི་དེ་གཏོང་ན་དེ་ལྟ་ན་ལེགས། གལ་ཏེ་མི་གཏོང་ན་ལས་
 བརྗོད་པ་བྱས་པ་ན་ཉེས་པ་སྒྲོམ་པོར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་
 བངས་ཏེ། འདི་འོག་ཏུ་སྦྱར་རོ། །གསོལ་བའི་ཆོག་རྣམས་ལྟར་བ་གཅིག་གི་རྒྱར་
 བསྟན་པ་ན། བརྗོད་པ་རྣམས་ཀྱང་ལྟས་པ་ཅུ་ཟད་པས་ལྟར་བ་གཅིག་ཁོ་ན་བྱེད་
 དམ་སྟུང་པ་བསལ་བའི་ཕྱིར་བརྒྱས་པ་ནི་ཞེས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་ལས་བརྗོད་པ་ལན་རེ་
 རེ་ལ་ལྟར་བ་རེ་རེ་བྱུང་བར་འགྱུར་ཏེ། འདིར་གཞུང་ནི། ལས་བརྗོད་པ་དང་པོ་མ་
 རྟོགས་པར་གཞི་དེ་གཏོང་ན། དེ་ལྟ་ན་ལེགས། གལ་ཏེ་མི་གཏོང་ན་རྟོགས་པར་
 བརྗོད་པ་ན་ཉེས་པ་སྒྲོམ་པོར་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ལས་བརྗོད་པ་གཉིས་པ་དང་།
 གསུམ་པ་མ་རྟོགས་པར་གཞི་དེ་གཏོང་ན་དེ་ལྟ་ན་ལེགས། གལ་ཏེ་མི་གཏོང་ན་ལས་
 བརྗོད་པ་གཉིས་པ་རྟོགས་པར་བརྗོད་ན་ཉེས་པ་སྒྲོམ་པོར་འགྱུར་རོ། །ལས་བརྗོད་པ་

གསུམ་པ་རྫོགས་པར་བརྫོད་ན་དགེ་འདུན་ལྷག་མར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་
མོ། ཞེས་བྲངས་སོ། །

འདིར་བྲངས་པའི་གཞུང་ནི། རྣམ་འབྲེད་ལ་བྱ་དགོས་ལ། ད་ལྟ་རྣམ་འབྲེད་ན།
གསོལ་བ་དང་། བཞིའི་ལས་ཀྱི་བསྐྱོ་བ་ན་གཞི་དེ་གཏོང་ན་དེ་ལྟ་ན་ལེགས། གལ་ཏེ་
མི་གཏོང་ན་གསོལ་བར་བྱས་ན་ཉེས་པ་སྒྲོམ་པོར་འགྱུར་རོ། །ལས་བརྫོད་པ་དང་པོ་
བརྫོད་པ་ན། མ་རྫོགས་པར་གཞི་དེ་གཏོང་ན་དེ་ལྟ་ན་ལེགས། གལ་ཏེ་མི་གཏོང་ན་
རྫོགས་པར་བརྫོད་པ་ན་ཉེས་པ་སྒྲོམ་པོར་འགྱུར་རོ། །ལས་བརྫོད་པ་གཉིས་པ་བརྫོད་
པ་ན་མ་རྫོགས་པར་གཞི་དེ་གཏོང་ན་དེ་ལྟ་ན་ལེགས། གལ་ཏེ་མི་གཏོང་ན་རྫོགས་
པར་བརྫོད་པ་ན་ཉེས་པ་སྒྲོམ་པོར་འགྱུར་རོ། །ལས་བརྫོད་པ་གསུམ་པ་བརྫོད་པ་ན་
མ་རྫོགས་པར་གཞི་དེ་གཏོང་ན་དེ་ལྟ་ན་ལེགས། གལ་ཏེ་མི་གཏོང་ན་ཉེས་པ་སྒྲོམ་
པོར་འགྱུར་རོ་ཞེས་དང་། རྫོགས་པར་བརྫོད་པ་ན་དགེ་འདུན་ལྷག་མར་འགྱུར་རོ་
ཞེས་པ་སྣང་རོ། །འདི་སྐྱ་སོར་བཞག་ན། གསོལ་བ་བྱས་པ་ན་གཏོང་ན་ལེགས། གལ་
ཏེ་མི་གཏོང་ན་གསོལ་བ་བྱས་པ་ན་སྒྲོམ་པོར་འགྱུར་ཞེས་པ་འདོད་དགོས་པ་དང་།
འྲིཤར་བྲངས་པ་དང་མ་མཐུན་པས། འྲིཤར་ལྟར་བྱ་དགོས་སོ་སྒྲུམ་སོ། །འོ་ན་གསོལ་
བའི་སྒྲོམ་པོ་དེའི་ཆོག་པལ་ཆེར་བྱས་པ་ན་བསྐྱེད་པ་དང་། ལས་བརྫོད་པ་དང་པོ་
བྱས་པ་ན་བསྐྱེད་པ་གཉིས་འགལ་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་བརྫོད་པའི་སྒྲོམ་པོ་དང་། ལྷག་
མ་དེའི་པལ་ཆེར་བྱས་པ་ན་བསྐྱེད་པ་དང་། བརྫོད་པ་རྫོགས་པར་བྱས་པ་ན་བསྐྱེད་
པ་གཉིས་ཀྱང་། འགལ་ལོ་ཞེ་ན། འྲིཤར་གསོལ་བའི་གསུམ་གཉིས་བྱས་པ་ན་ལྟར་བ་

བསྐྱེད་པར་མཛད་ནས། “དེའི་^༡གཞུང་དུ་བྲངས་པ་གཉིས་ལ་གསོལ་བའི་སྒྲིམ་པོ་
བརྗོད་པ་དང་པོ་བྱས་པ་ལ་ལྟོས་པར་གསུངས་པ་གཉིས་ནི་མ་མཐུན་ཞིང་། །དེ་དང་
ད་ལྟའི་སྤྱ་གཉིས་ཀྱང་མ་མཐུན་པས་འདི་ནི་དབྱེད་དགོས་ཏེ། འདི་ལྟར་རྒྱུ་ལོང་
འོག་གཉིས་སོ་སོར་བཞག་ན་སྤར་ལྟར་འགལ་བས། རྒྱུ་ལོང་པལ་ཆེར་བྱས་པ་ན་
བསྐྱེད་པ་གསུངས་པ་མ་དག་པར་བྱ་བ་བས་མེད་པའི་ཕྱིར། རྒྲངས་བྲངས་པ་མ་དག་
པར་མཛོད་ཏེ། ལྷང་དང་མ་མཐུན་ཞིང་། རྒྱུ་ལོང་གི་ཀྱི་དགོངས་པ་དང་ཡང་འགལ་བའི་
ཕྱིར་དང་། པལ་ཆེར་བྱས་པའི་རྒྲངས་སྤྱ་བྱས་ཀྱང་། དེས་དེ་ལ་གཞོད་པར་གནང་
བའི་ཕྱིར་རོ། །

བརྗོད་པ་གསུམ་གྱི་གསུམ་གཉིས་དང་། བརྗོད་པ་རྫོགས་པ་མི་འགལ་ཏེ།
འདིར་རྫོགས་མ་རྫོགས་ནི། ལྷང་བ་བསྐྱེད་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་སོང་བའི་བརྗོད་པ་
རྫོགས་མ་རྫོགས་ལ་དགོངས་པར་བཤད་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། པལ་ཆེར་བྱས་ན་བྱས་
པའོ། ཞེས་རྒྱུ་ལོང་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །པལ་ཆེར་རྫོགས་ན་རྫོགས་པའོ།
ཞེས་ཀྱང་སྤྱ་བར་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱུ་ལོང་བྲངས་པ་ལ་བརྗོད་པ་གསུམ་པའི་སྒྲིམ་
པོ། །མ་བྱང་ཡང་ལྷང་ན་ཡོད་ཅིང་། དོན་ལའང་ཐོབ་པས་དེ་ནི་ལྷང་ལྟར་བྱའོ། །

མཐུག་སྐྱེད་ནི། ལས་བྱས་པ་གོ་བར་བྱས་པ་ཙམ་ཡིན་པས། དེ་ནི་ཐ་དད་པ་
མིན་ནོ། དེ་ཡང་བཟླས་པ་ཐ་མའི་ནང་དུ་གཏོགས་སོ། །དབྱེན་བྱེད་པ་ལ་ཙམ་བ་ལ་
སོགས་པའི་འཐུག་པ་ནི་སྤྱོར་བ་སྤེ་སྤོམ་པའོ། །རྒྱུ་ལོང་འཐུག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་གནས་
སྐབས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་མ་བསྐྱར་བས་ན་བཞུགས་ཏེ་བསྐྱོ་བ་དང་། གསོལ་བ་བྱ་བ་ལ་

၇၃၅

གཉིས་ཀྱི་བར་གྱི་འཇུག་པ་ལ་བཞག་གོ།

རྗེ་ཀླར་འཇུག་པ་འདི་ནི་ཞེས་འབྱུང་བ་ནི། བཞམས་བསྐྱེད་དུས་ཀྱི་འཇུག་པ་
ཡིན་ཀྱི་བསྐྱེད་ཟེན་པའི་འོག་གི་འཇུག་པ་ལ་མི་བྱའོ། །འཇུག་པ་ནི་སྦྱོར་བ་ཞེས་
བྱས་ནི། བསྐྱད་པའི་ལས་མ་བྱས་པར་འདུན་པས་འགྲོའི། ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་ཟེར་
བ་དང་། སྒྲེང་བློན་མ་བྱས་པར་དག་གི་ཉན་པར་འཇུག་པ་ཡང་སྦྱོར་བར་འབྱུར་བ་
བསལ་བའི་ཕྱིར་བསྐྱད་པ་སོགས་ནི་སྦྱོར་བ་དེའི་སྦྱོར་བ་ཉེས་བྱས་སུ་གསུངས་
སོ། །ཁུས་པ་ལས། དེ་གཉིས་ཀྱི་སྐབས་ཀྱི་ལྷུང་བ་ཉེས་བྱས་དང་། སྐབས་དེར་བསྐྱོ་
བར་མི་བྱ་དང་། བསྐྱོས་ཀྱང་མི་ཆགས་པར་གསུངས་པའི་ཐ་མ་ནི། ཆགས་ལ་ཉེས་
བྱས་སུ་དོགས་པ་བསལ་བའི་ཕྱིར་དོ། །ཉེས་བྱས་སུ་འབྱུར་བའི་འཐད་པ་ནི། རྗེ་ཀླ་
ལས། །གནས་སྐབས་འདི་ལ་ནི་མངོན་པར་ཞེན་བ་དང་། སྤྲིག་པའི་བསམ་པ་ཤས་
ཅུང་བའི་ཕྱིར་དོ། །དེས་ན་ཉེས་བྱས་སུ་གསུངས་སོ་ཞེས་སོ། །ཡང་རྗེ་ཀླར། དན་པར་
བྱས་པའི་གནས་སྐབས་ན་ནི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་དན་དུ་ཟེན་ཀྱང་ཡོངས་སུ་མི་གཏོང་བས་
མངོན་པར་ཞེན་པ་དམ་པ་ཉིད་དང་། སྤྲིག་པའི་བསམ་པ་ཡང་ཆེས་ལྷུ་བ་ཉིད་ཡིན་
པར་ཤེས་པས་དེའི་ཆེ་ནི་སྤྲོམ་པོར་གསུངས་སོ། །ཞེས་བཀའ་སྒྲོ་མི་བདེ་བ་ལ་སྒྲེང་
དན་བྱས་པའི་འོག་ཏུ་དག་མི་ཉན་པ་ལ་སྤྲོམ་པར་མཛད་དོ། །

རྣམ་འབྱེད་པ་ནི། བཞམས་བསྐྱེད་གོང་དབྱེན་ལ་འཇུག་པ་དང་། དེའི་ཕྱོགས་
བྱེད་པ་དང་། བདག་ཉིད་བསྐྱད་པའི་ལས་བྱས་པར་ཤེས་བཞེན་དུ་འདུན་པས་འགྲོ་
བ་སོགས་ཟེར་བ་དང་། དག་སྤོང་རྣམས་གཏོན་པར་གཏོགས་པ་བསྐྱབ་པའི་གཞི་
རྣམས་དང་། བདེ་བར་གཤེགས་པའི་མདོར་གཏོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་དང་མཐུན་

བ་དང་། འདུལ་བ་དང་མཐུན་པར་སྦྲས་བ་ན། བདག་ཉིད་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་
པར་བྱེད་ན། ཐམས་ཅད་དུ་ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་རོ། །ཞེས་བཞེག་ལ་འབྲ་བར་བཤད་
རོ། །འོན་ལྟག་མ་དང་པོ་གཉིས་ལ་ཡང་། བཞམས་བསྐྱེད་པོར་གི་འཇུག་པ་ལ་ཉེས་
བྱས་ཡིན་ན་འཇུག་པ་སྦྱོར་བའི་དམིགས་བསལ་དུ་བསྐྱད་པ་དང་ཞེས་ལྟག་མ་འོག་
མ་གཉིས་ཁོ་ན་ལ་སྦྱོན་བ་ཅི་ཞེ་ན། འཇུག་པ་སྦྱོར་བའི་འཇུག་པ་ནི། རྟེན་རྟེན་བཤད་པ་
ལྟར་བཞམས་བསྐྱེད་འོག་གི་འཇུག་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། །བསྐྱོ་བ་བྱས་ཀྱང་མི་གཏོང་
བའི་འཇུག་པ་ཡིན་ལ། དབྱེན་དང་དེར་རྩེས་ཕྱོགས་གཉིས་ནི། བྱ་བ་དེ་ལ་ཞུགས་
ཅོམ་ནས་བསྐྱོ་བ་ཆགས་ཤིང་། འོག་མ་གཉིས་ལ་ནི་བསྐྱད་པ་དང་། སྐྱང་བྲན་མ་བྱས་
པའི་སྐབས་སུ་བསྐྱོ་བ་ལྟ་བུ་བྱས་ཀྱང་མི་གཏོང་བའི་འཇུག་པ་ལ་ཉེས་བྱས་ལས་མེད་
པའི་ཕྱིར་སྦྱོན་མེད་རོ། །བསྐྱད་པ་དང་། སྐྱང་བྲན་མ་བྱས་པ་དེ་ལ་ནི་བཞམས་བསྐྱོ་
ཡན་ཆད་ཀྱིས་བསྐྱོ་བར་མི་བྱའོ། །སྐྱང་བ་ནི། ཕྱོགས་གཅིག་སྐྱང་བ་དང་། བྲན་བ་ནི་
ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྲན་པར་བྱེད་པའོ། །ལྟག་མ་ནི་གཞི་གནས་སྐབས་གང་ལ་
འབྱུང་ཞེ་ན། ལས་ཀྱི་བསྐྱོ་བ་དེའི་མཐའ་ལ་མི་གཏོང་ན་སྟེ། ལས་བརྗོད་པ་གསུམ་
པའི་མཐའ་ལའོ།

སོ་སོའི་མཆན་ཉིད་ལ་བཞི་ལས། དང་པོ་ནི། རོན་གང་མི་གཏོང་ན། དགེ་
འདུན་གྱི་དབྱེན་བྱེད་པའི་ལྟག་མར་འགྱུར་ཞེ་ན། བསྐྱུལ་བ་སྟེ། ས་རོལ་གཞོད་པར་
བྱེད་པ་ཉིད་རོ། །ཡུལ་གང་ལ་བསྐྱུལ་བ་ནི། དབྱེན་པའོ། །གང་གིས་དབྱེད་བྱེད་པ་ནི་
དགེ་འདུན་གྱིས་ཉེ་མདོར་ན་དགེ་འདུན་གྱི་དབྱེན་བྱ་བའི་ཡུལ་ལ། རང་གི་བརྟུལ་བ་
ལས་བརྗོད་པ་གསུམ་པའི་མཐའ་མི་གཏོང་ན་དབྱེན་གྱི་ལྟག་མའོ། །འདི་དང་འཁོར་

མའི་དབྱེན་གཅིག་ཏུ་འདོད་པ་ནི་མི་འཐད་དོ། །དབྱེན་བྱ་ལ། སོ་སོ་སྤྱེ་བོ་ཡིན་པ།
བརྒྱད་ཡན་ཆད་དུ་ཆང་བ། ཁ་སྐོང་བར་འོས་པ་སྟེ་གསུམ་དང་། འབྲེད་པ་པོ་ལ་ཆོས་
ལས། ཆོས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱོགས་སུ་འབྱུང་བ། ཁ་སྐོང་འོས་པ་སྟེ་གཉིས་ཟེར་རོ། །གང་
མི་གཏོང་བ་རྗེས་སུ་ཕྱོགས་པའི་ལྷག་མར་འགྱུར་ཞེ་ན། དགེ་འདུན་གྱི་དབྱེན་བྲེད་པ་
དེའི་ཕྱོགས་ཉིད་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པ་སྟེ། ཉན་ཏན་བྲེད་པ་ལྟར་སྤར་མི་གཏོང་ན་ལྷག་
མའོ། །འདི་ལ་དགེ་སྐོང་ཆོས་དྲུག་ལྷན་གྱི་སྟངས་དུ་དབྱེན་མཆན་ཉིད་པའི་ཕྱོགས་བྲེད་
པ་ལ་ཁྱུགས་པ་བདུན་ཟེར་རོ། །གང་མི་གཏོང་ན་བྲིས་སུན་འབྲིན་པའི་ལྷག་མར་
འགྱུར་ཞེ་ན། བྲིས་སུམ་འབྲིན་པའི་དགེ་སྐོང་རང་སྐོང་པར་བྲེད་པའི་དགེ་འདུན་ལ་
མོག་པའི་བསམ་པ་འདུན་པ། ཞེ་སྤང་། གཉི་སྤྱག་འཛིགས་པའི་དབང་གིས་དགེ་
འདུན་དེ་བདག་སྐོད་པའི་ལས་དེ་ལ་འདི་ལྟར་ཁྱུས་སོ་ཞེས་རྩུན་དུ་སྤྱོད་པ་སྤར་ལྟར་མི་
གཏོང་ན་ལྷག་མའོ། །འདི་ལ་གང་སུན་དབྱུང་བའི་ཡུལ་ནི། རབ་དུ་བྱུང་བའི་རྟགས་
སྟོན་གང་དང་ཡང་མི་ལྷན་པའི་བྲིས་པ་གཅིག་ཡན་ཆད་ཡིན་པ་དང་། གང་གིས་སུ་
དབྱུང་བའི་དངོས་པོ་ནི། རག་གི་ཚུལ་བྲིས་ས་དང་འགལ་བའམ། གཞན་གྱི་ཉིས་པ་
བསྐྱགས་པ་ཡིན་པ་དང་། གང་ལ་སྤྱོད་པ་གང་བ་པའི་ཡུལ་ནི། ཆོས་དྲུག་ལྷན་གྱི་སྟངས་
དུ། ཆོགས་སུ་འོངས་པ་དང་། རང་སྐོད་པ་ལ་ཆོས་དང་མཐུན་པར་ཁྱུགས་པའོ། །

གོ་བྱའོ་ཡུལ་ནི། ཐ་སྙད་ལྷ་ལྷན། ལུས་ཐ་མལ་པ། བདག་ལས་ཐ་དད་པ་
གསུམ་མོ། རྟེན་ནི། བསྐྱད་པ་ནན་དུར་བྱས་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གང་མི་
གཏོང་ན་བཀའ་སྟོན་མི་བདེ་བའི་ལྷག་མར་འགྱུར་ཞེ་ན། དགེ་སྐོང་གིས་ལྟངས་པ་འབྲིན་
པ་པོ་ལ་ལྷག་པའི་ཚུལ་བྲིས་ས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ། སྤྱིང་བ་ཉིད་ན་འདི་སྐད་ཅེས་

བདག་ལ་དགེ་སློང་གང་གིས་ཀྱང་ཚུལ་ཁྲིམས་འགའ་ལའང་སློང་བར་མི་བྱའོ། །ཞེས་
ཟེར་ཞིང་། དེ་ལྟར་བདག་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་དེ་ལ་དགེ་སློང་ཐམས་ཅད་དག་གིས་
བརྗོད་བར་མི་བྱ་བ་ཉིད་དུ་བྱེད་པའི་བྱེད་པ་དེ་སྤར་ལྟར་མི་གཏོང་ན་ལྷག་མའི། དགེ་
སློང་དང་བསྐྱབ་པའི་གཞི་དམིགས་ཀྱིས་བསལ་བ་དག་གིས་བརྗོད་བར་མི་བྱ་བར་
བྱེད་ན་ཉེས་བྱས་སོ། །འདི་སྤར་བར་བྱ་བའི་ཡུལ་ནི་སྤྱོད་པ་བཅུ་གཞིའི་ས་མཐའ་
དག་གོ།

གོ་བྱའོ་ཡུལ་ནི། ཆོས་རྒྱལ་ལྷན་གྱི་སྤྱི་དུ་བདག་ལ་སློང་བ་པོ་ཡིན་བ་སྟེ་
རྒྱལ་ཟེར་རོ། ཉེན་ནི། སློང་བྲན་བྱས་ལ་ཆགས་པའོ། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་བ་ལ་བྱལ་
འཆལ་ལོ། རྟེན་ཆ་གསུམ་པ་ལྷག་བྱེད་ལ། ལྟར་བ་འགའ་ཞིག་བཤགས་པས་མི་ཆོག་
པར་དངོས་པོ་སྤར་དགོས་པའི་སྤར་ལྷག་ལ་སྤྱན་མོང་བ་དང་། སྤྱན་མོང་མིན་བ་
གཉིས་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ་ལྔ་ལས། དུས་འབྲེལ་གྱི་སྤྱན་མོང་བ་ནི་མདོ་
བཞིའོ། །ཆོག་གི་དོན་ནི། དང་པོ་མིན་བ་ལ་ད་མེད། ཐ་མ་མ་ཡིན་བ་ལ་མེད་པས་
ཞེས་ཟེར་བ་ལྟར་དོན་ལ་སྤང་ལ། ད་མེད་ནི་ཞག་འདས་པའོ། །དེས་ན་སྤར་བའི་ཡན་
ལག་ཀྱང་མཐའ་མིན་གྱི། དེ་མ་གཏོགས་པའི་སྤྱན་བཅུ་ནི་མ་ཡིན་པས་ཞག་བཅུ་ལ་
སོགས་པ་ལ་དེ་ཚུན་ཆད་ལས་དེ་འདས་པའི་ཞག་བཅུ་དང་བར་བྱའོ། །ཡང་ན་མ་འབྲེད་
ལས། ཆོས་ལ། ཆོས་གོས་རྟེན་ནས་ཞག་བཅུ་གཅིག་པའི་སྐྱ་རེངས་ཤར་ན་ལྟར་བྱེད་
དོ། །ཞེས་རྟེན་པའི་ཞག་ལ་སྤྲོ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱན་ཆད་རེས་པ་མ་མཛད་པའི་ཕྱིར་
ཏེ། གཞན་དུ་ལ་ཆོས་ཀྱིས་སྤྲོ་ལ་རྟེན་ནས་བཅུ་གཅིག་གི་སྤྲོ་ལ་ལྟར་བྱེད་
དོ། །ཞེས་གསུང་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

འདི་ལ་མོག་པར་རྟོག་པ་ནི། འཆང་སྤང་གཉིས་དང་འདྲིག་པ་སོགས་ལ་སྐྱེ་
 རེངས་བརྟ་གཅིག་དང་། མོ་གཅིག་པ་སོགས་ཤར་དགོས་ཏེ། སྐྱེ་རེངས་བརྟ་དེ་པ་
 ཤར་ནའོ། ཞེས་འབྱུང་བས་རྟེན་པའི་ཉིན་མོ་སོང་བའི་སྐྱེ་རེངས་ལ་བྱས་ན་ལྷུང་བཟེད་
 ལྷག་པ་ཞག་གཅིག་ལས་འདས་པར་འཆང་བའི་བཅས་པ་བསྐྱབ་པར་མི་རྒྱས་པས་
 རྟེན་ནས་སྐྱེ་རེངས་བཟང་དགོས་ལ་དེ་ལྟ་ན་ཞག་བརྟ་གཅིག་དང་སོ་གཅིག་སོགས་
 འདའ་དགོས་སོ་ཟེར་རོ། བསྐྱས་པ་འབྱུང་གསར་ལས་ཀྱང་འཆང་བ་ལ་བཤད་ཟེར་
 ཏེ་བརྟག་གོ། མི་འཐད་དེ་རྣམ་འབྱེད་ལས། ཞག་བརྟ་གཅིག་པའི་སྐྱེ་རེངས་ཤར་ནའོ།
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཞག་བརྟ་དེ་པའི་སྐྱེ་རེངས་ཞེས་སྐྱུར་གྱི། སྐྱེ་རེངས་རེ་རེ་ནས་
 བཟངས་པའི་བརྟ་དེ་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་དུ་ན་ཞག་བརྟའི་ནང་དུ་གཞན་
 ལ་གཏང་བར་བྱ་བའམ། ཞེས་སོགས་མི་གསུང་བར་བརྟ་གཅིག་གི་ནང་དུ། ཞེས་
 གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། བརྟ་པ་གསུམ་ཤན་གྱི་ཕྱིར་པན་ཚུན་མི་བསྟོས་པར་
 གསུངས་པ་དང་འགལ་ཏེ་བརྟ་འདས་པ་ལ་བརྟ་གཅིག་པའི་ཆེ་མོང་བར་འབྱུང་བའི་
 ཕྱིར་རོ། །

འདི་ལ་སྐྱན་ཞག་བདུན་དུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ལ་བརྟ་དེ་པའི་སྐྱེ་རེངས་
 ཤར་ན་ལྷུང་བར་འབྱུང་ན་དབྱར་ཞག་བདུན་དུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ལ་ཡང་བསྐྱེ་
 ཞིང་། འདོད་ན། ཞག་གཅིག་དུ་བྱིན་རྒྱབས་གསུངས་པ་དོན་མེད་དུ་ཐལ། ཞེས་པ་ལ་
 མི་མཚུངས་པའི་ལན་དབྱར་ལ་ཞག་ཁོ་ན་དང་འབྲེལ་ལ། སྐྱན་ལ་དེར་མ་དེས་ཏེ།
 སྐྱན་ཆོད་དུ་རུང་བ་བཞིན་ཞེས་ཟེར་བ་ནི་གཉིས་ཀ་ལ་བརྟག་པའི་གནས་སོ། །གནས་
 པ་ལ་ནི་ཞེས་པ་ནི། མཚན་མའི་མཐའ་མ་གཏོགས་པ་སྤྲ་མ་རྣམས་ཉམས་པའི་ཡན་

ལག་མ་ཡིན་པར་ངེས་སམ་ཞེ་ན། གནས་འབྲེལ་གྱི་བདུན་ལ་སྒྲོར་བའི་སྒྲོད་ཉེས་
བྱས་སུ་འགྱུར་བར་སྟོན་ཞིང་། དེ་ཡང་དམག་གི་ནང་ན་གནས་པ་མ་གཏོགས་པ་
རྣམས་ལ་མཆན་མོ་ཁོ་ན་ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་ཏེ། མཆན་མོ་གསུམ་པ་ལ་འགྲོན་པ་
དག་གི་ཕྱི་རོལ་ཏུ་དག་པར། ཞེས་མཆན་མོ་སྟོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དམག་ན་གནས་པ་
ནི་ཉེན་པར་ཡང་ཉེས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེར་གནས་པ་ཅམ་ཉེས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།
འབྲེལ་བའི་བྱད་པར་འབྲེད་ལུགས་འདིས་ནི་ཁ་ཅིག་འབྲེལ་ཚུང་དང་། བསྐྱེད་པ་
ལས་ཞག་བརྩེ་རེ་ཞིང་། ཉེས་བྱས་སུ་བཤད་པས་དངོས་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་ཉེས་
པ་མེད་ཀྱང་སྒྲོར་བ་ལྟོད་པས་རང་དགར་འཛོག་པའི་ཉེས་བྱས་འདོད་པ་ཡང་བཀག་
གོ། །དེས་ན་གཞན་དབང་ལ་ཆད་བཟུང་རྣམས་ལ་ཆད་དེ་ཚུན་ཆད་དུ་ཉེས་པ་མེད་པ་
ཡིན་ནོ། སྤྱི་མའི་དཔེར་སྤང་བའི་རིམ་པ་གསུམ་པ་ལ་ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་བ་བཞིན་
ཞེས་སྤྱི་བ་ནི་མི་འཐད་དེ། དེ་ལ་འབྲེལ་བར་རིམ་པ་གསུམ་པ་ལ་ཉེས་པས་དོགས་པ་
བསལ་བའི་ཕྱིར། བདུན་རོལ་དུ་ནི་ཉེས་པ་མེད་དོ། ཞེས་པའི་མདོ་གསུངས་པར་
བཞེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

སྐབས་དེར་འབྲེལ་བ་ལས། རིམ་པ་གསུམ་ལས་ལྷག་པ་བྱའོ། སྤྱི་མ་པའི་
བསམ་པ་དང་ལྟན་ཡང་། བཞི་བ་ཅིག་པའི་མགོ་མ་ཚུགས་པར་དུ་ཉེས་པ་མེད་པར་
གསུངས་པ་དང་སྤྱར་ན་ཞག་བརྩེ་ལ་སོགས་པ་ལས་ལྷག་པར་བཅད་དོ་སྤྱི་མ་པ་ཡོད་
ཀྱང་བརྩེ་ལོང་ཚུན་ལ་ཉེས་མེད་དུ་མངོན་ནོ། །ལྟར་བའི་གནས་འབྲེལ་རྣམས་ལ་ལྟར་
བར་འགྱུར་གྱི་གཞན་ལ་མིན་པ་ནི། ལྟར་བའི་ཡུལ་རྟེན་གནས་གཅིག་ཆོགས་པ་
དགོས་མི་དགོས་ཀྱི་འབྲེལ་ལ་ཞེན་པ་རྩོགས་མི་རྩོགས་ཡིན་ནོ། ཞེས་སྤྱི་མ་དག་

གསུང་རོ། ཉིན་མཚན་གྱི་དང་པོ་གང་ན། དེའི་དང་པོ་ནི་སྐྱེ་རངས་གསུམ་ལས་དང་
པོ་དེའི་ཡང་སྐྱད་ཅིག་དང་པོ་ཞེས་འབྲེལ་བ་ལས་སོ། ལས་ལ་ནི་འདས་ན་ཉི་མ་ཤར་
བའི་སྐྱད་ཅིག་དང་པོ་དོ། ཞེས་གསུངས་སོ། འདས་པ་ལ་རྒྱུན་དབང་གི་ཟེར་ཡང་།
ལུང་ཁྱུས་པ་རང་ནས་གསོ་སྦྱོང་མ་གསུངས་པའི་སྐྱབས་སུ་བརྗོད་པ་ལ་མཛད་པས་
རྒྱུན་དང་ལྡན་པ་མི་དགོས་སོ། །བདག་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་སྐྱན་མོང་བ་ལ་མཛད་
བཞིན། །སྤང་བ་འབྱུང་བའི་དངོས་པོ་ལ་ནི། འདུ་ཤེས་ལས་གཙོ་ཆེ་རང་གི་ཉིད་ཡིན་
གྱི་དོན་ལས་ནི་མིན་ལ། མ་གྱིན་ལེན་གྱི་རྫས་བདག་དེ་ལི་བའི་བྱད་ལ་དེ་ལས་
བརྒྱུག་པའོ། །འདུ་ཤེས་གཙོ་ཆེ་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི། དོན་ལ་རང་མི་དབང་ཡང་། དབང་
བར་འདུ་ཤེས་ན་ཉེས་བ་བསྐྱེད་ལ། དབང་ཡང་འདུ་ཤེས་དང་བྲལ་ན་ཉེས་བ་མེད་
པའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་སྤང་པར་འབྲེལ་བ་ལ་འདུ་ཤེས་ཡོད་ན་དངོས་གཞི་དང་། མེད་ན་
དངོས་གཞི་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་ནི་བརྒྱུག་ན་ཡང་དེ་ལྟར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་མི་
འཐད་པ་འདྲའོ། །

འདིར་འབྲེལ་པས་ཀོ་ལྷགས་ཀྱི་གཞིར། དག་སྤོང་གིས་དག་སྤོང་ལ་གོས་
བསྐྱར་བ་སྤྲ་མས་བསམ་པས་བཏང་བ་ཕྱི་མའི་སར་མ་གྱིན་པ་ནི། གང་ལ་ཡང་སྤང་
བར་མི་འབྱུང་བར་གསུངས་པའི་དོན་འབྲེལ་བ་ན། ཆོས་གོས་ལ་སོགས་པ་བསྐྱར་
བ་དེ། བསྐྱར་བ་དེ་དབང་བར་བྱས་སུ་ཟེན་ཀྱང་། རང་གི་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་མེད་
བས་སྤང་བར་མི་འབྱུང་བ་ནི་མཛོད་དང་མོའི་དོན་དང་། བསམ་པས་བཏང་བས་ན་
བསྐྱར་མཁན་ལ་སྤང་བར་མི་འབྱུང་བ་ནི་གཉིས་པའི་དོན་ཏུ་བཞེད་དོ། །དེས་ན་སྤང་
བ་ལ་འདུ་ཤེས་དགོས་པར་བྱུང་པོ། །བསྐྱར་བ་དེ་བསྐྱར་བར་མ་སྤོབ་པའི་གོང་ཏུ་

བསྐྱར་བ་དེས་བྱིན་པར་འདུ་ཤེས་ཀྱང་སྐྱར་བྱེད་དེ་ཡི་བཤོ། །གཉིས་ཀ་ཡིན་བསྐྱར་
མཁན་གྱི་ཡི་བའི་སྒྲིད་དུ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ལ་བར་དུ་བརྒྱས་ནའང་བསྐྱར་མཁན་
ལས་བརྒྱས་པར་འགྱུར་བས་མ་བྱིན་ལེན་གྱི་བདག་པོ་དང་། ཡི་བའི་སྒྲིད་ལ་དངོས་
པོ་ལས་རང་གི་ཉིད་དུ་འཛོག་པར་བཞེད་དོ། །

དེ་ལྟར་སྐྱར་ས་ཏུ་སླེབ་ན་བསྐྱར་བ་དབང་བ་དང་། མ་སླེབས་ན་དངོས་པོ་དེ་
དང་པོ་གང་གིས་བསྐྱབ་པ་དེ་དབང་བར་བཞེད་པ་ལྟ་སྟེ་དབྱེད་པར་བྱའོ། །རང་
དབང་བ་ལ་དབང་བར་འདུ་ཞེས་བ་དང་། ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ་གཉིས་ཀ་ལ་དངོས་གཞི་དང་།
རང་མི་དབང་བ་ལ་དབང་བར་འདུ་ཤེས་བ་དང་། ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ་ལ་ཉེས་བྱས་སུ་
གསུངས་སོ། །མདོ་འདི། དངོས་སུ་ལུང་དང་། འབྲེལ་བ་ལས་འཆང་བ་ལ་སྐྱར་ཡང་
སྤྲ་མ་ནམས་དོན་ཐོབ་མཛད་ནས་ལྟར་བ་བཙེ་བརྒྱད་ལ་སྒྲིར་ཏེ། བརྒྱ་ཆེན་བར་བ་
རིལ་དང་། དང་པོ་ནས་འཆང་འཛོག་འཁྱུར་འཇུག་གསུམ། ཟ་མ་ནས་ལྟར་བྱེད་དེ་
འཆང་བ་མཐའ་དག་འཇུག། རང་ཆེན་བཞག་པ་དང་། བསྐྱོབ་བ་འཕྱིས་པ་དང་།
གསོག་འཛོག་སྟེ་ལྟའོ། །དེ་ལ་རང་དབང་བ་ལ་དེར་འདུ་ཤེས་བ་དང་། གཞན་དབང་
བ་ལ་དེ་ལྟར་དང་། རང་དབང་བ་ལ་གཞན་གྱི་དེ་དང་། གཞན་དབང་བ་ལ་རང་གིར་
འདུ་ཤེས་བ་བཞི་ལ་ཅིར་འགྱུར་ནི། དང་པོ་ནི་ཐམས་ཅད་ལ་དངོས་གཞིའོ། །གཉིས་
པ་ནི་འཆང་བ་གཉིས། འཛོག་པ། མཐོག་དང་། རས་ཆེན། བསྐྱོ་འཕྱིས་ཏེ་དུག་ལ་ལྟར་
མེད། རིན་པོ་ཆེ་ལ་འབའ་ཞིག་པ། བརྒྱ་གཅིག་ལ་ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་རོ། །གསུམ་
པ་ནི། དུག་སྤར་དང་འབྲ། རིན་པོ་ཆེ་ལ་འབའ་ཞིག་པར་གཏོགས་པ། བརྒྱ་གཅིག་ལ་
འདི་ཉིད་དུ་གཏོགས་པའི་ཉེས་བྱས་སོ། །

བཞི་བ་ནི། ཐམས་ཅད་ལ་འདིའི་ཉེས་བྱས་སོ། ཞེས་བཞེད་དོ། །འདིར་ལོག་
 པར་རྟོག་པ་ནི། འབྲལ་བ་ལ་རང་དབང་བ་དགོས་པ་དང་། གཞན་དབང་བ་དེར་ཤེས་
 པའི་ཆེ་གསོག་འཛོག་གི་སྤང་ལྟར་མེད་དོ། ཞེས་ཟེར་བའི་སྤྲ་མའི་འདོད་པ། གཞན་
 གྱི་སྤང་རྒྱ་མེད་པས་སྙམ་པ་ཡིན་ན། དེ་ལྟ་དགེ་སྤོང་མའི་བཅེངས་པ་འགྲོལ་དུ་འཇུག་
 པ་དང་། གང་ཟག་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་སྤང་བ་ལ་ཡང་རྒྱ་མེད་པས་སྤང་ལྟར་མ་ཡིན་པར་
 ཐལ་བ་དང་། བཤགས་པའི་སྤྲ་རོལ་དུ་དངོས་པོ་མ་བརྒྱག་པ་ཞེས་སྤོས་དགོས་པར་
 འགྱུར་རོ། །ཕྱི་མ་ལ་གཞན་དེས་དེ་ལ་གསོག་འཛོག་དུ་བྱེད་པ་ལའོ། །གཞན་དབང་
 བ་ལ་དེར་ཤེས་གི་རང་གི་བྱེད་པ་ལ་ལྟར་མེད་ཟེར། དང་པོ་ལྟར་ན། དེ་དམིགས་གི་
 བསལ་བ་དོན་མེད་དོ། །གཉིས་པ་ལྟར་ན། ཉེས་པར་འགྱུར་ཏེ། འོངས་སྤྱོད་རུང་དེར་
 མི་རུང་བར་བྱས་པའི་ཕྱིར། གཞན་གྱི་ལ་ལ་གཉར་བྱས་བཞིན་ཟེར་རོ། །སྤྱིར་སྤང་
 ལྟར་ལ་དངོས་པོ་སྤང་དགོས་པས་མ་བྱུང་ཡང་། སྤོམས་གིས་བསྐྱས་པའི་ལྟར་རྟེན་
 གི་རིགས་ལ་སྤིང་དགོས་ཏེ། རིན་པོ་ཆེ་དང་། གསོག་འཛོག་གི་སྐབས་སུ་གཞན་གྱི་
 ལ་སྤང་བ་མེད་པར་རང་གི་ཡིན་པ་དང་། ཟོས་པ་ལ་སྤང་རྒྱ་མེད་པས་བཅངས་པ་
 དགོས་ཞེས་འགྲེལ་པ་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྱིར་བ་བཅེངས་པ་གྲོལ་བ་ལ་
 ཡང་གཞན་དབང་བ་དེས་པར་མི་དགོས་སོ། །

གཞན་དབང་བའི་གདིང་བ་ལ་ཞུས་པར་ཉེས་བྱས་སུ་གསུངས་པ་ནི། དེའི་
 བཟོ་ལ་དགོངས་ཞེས་ཟེར་བ་ནི་གཉིས་ཀ་བརྟག་གོ། །སྤང་བར་འགྱུར་བ་རང་གི་ཉིད་
 ཡིན་པ་དེ་ནི་དགེ་འདུན་ནམ། གང་ཟག་གམ། གཞན་ལ་བསྤོས་ན་ངེས་ཤེས་རུང་མི་
 ཤེས་རུང་། དེའི་སར་སྤྱར་རུང་མ་སྤྱར་རུང་རང་གི་ཉིད་དང་བྲལ་ལོ། །ངེས་པར་བྱས་

བ་ནི་བཞག་པའོ། །དེ་ཉིད་ནི་རང་གི་དང་བྲལ་བའོ། །བརྟག་ནས་ཤི་གཞན་ལ་བརྟགས་
ན་རང་གི་དང་འབྲལ་བའོ། །ཀྱང་ནི་ལྷུང་བཟེད་མི་སྤྱད་ཀྱི། བསྡོམ་པས་འབྲལ་བར་མ་
བད་རྣམ་བརྟགས་ཀྱིས་ཀྱང་ཞེས་པ་འབྲེལ་བའི་དོན་ནོ། །ཤན་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱན་
མོང་བ་ལ་མདོ་བཞིའོ། །

རང་གི་ཉིད་ཅེས་པའི་ལྷུང་བ་འདི་ལ་ཞེས་པ་ནི། སྤང་ལྷུང་གང་ལ་རང་གི་ཉིད་
ཡིན་པ་ཡན་ལག་རྒྱ་དགོས་པའི་དངོས་པོ་འདི་ལའོ། །བསྡོམ་པ་དང་། རྣམ་པར་
བརྟགས་ན། རང་གི་ཉིད་དང་བྲལ་བར་མ་བད། རྗེས་སུ་ཞུགས་པ་སྟེ། སྤྱན་འབྲེལ་བ་
ཉིད་ཀྱང་ཉམས་སོ། །དཔེར་ན། ཆེས་ལ་གོས་རྙེད་པ་དེ་ཆེས་ལྡ་ལ་བསྡོམ་བའོ། རྣམ་
པར་རྟོག་པར་བྱེད་ན། དེའི་བྱེད་ཉིན་གོས་གཞན་ཞིག་རྙེད་ཀྱང་དེ་ལ་སྤྱ་མའི་ཞག་གི་
ཤན་མི་འབྱུང་སྟེ། སྤྱན་འབྲེལ་བ་དེ་ཉམས་པའི་སྤྱིར་རོ། རང་གཞན་ལས་ཉམས་པ་
ལ་ཞུས་པ་ནས། གོས་རྙེད་ནས་ཞག་ལྡ་ན་སེམས་འཁྲུགས་པ་ན་དེའི་ཞག་བཅུ་གང་
ནས་བཟང་ཞུས་པ་ལས། རང་གི་སེམས་རྙེད་པ་ནས་སོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལ། ཁ་
ཅིག་སྟོ་བ་སངས་མ་སངས་ཀྱི་བར་དུ་ཞག་བཅུ་འཆང་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་ཞག་གིས་
ཆོད་པ་དགོས་སོ་ཞེས་འདོད་པ་ལ། དེ་ལྟར་ན་བསྐྱབ་སྤྱན་ཐ་དད་ལ་ཡང་ཞག་གིས་
ཆོད་དགོས་པར་འགྱུར་བས་སྟོས་པ་ཅམ་གྱིས་ཆོད་པའོ་ཞེས་ཟེར་བ་ནི་སྟོགས་སྟེ་
མ་བཟང་སྟེ། དེ་ལྟ་ན་ཆེས་གཅིག་གིས་སྤྱོད་གོས་རྙེད་ནས་གྲང་ལ་སྟོས་ནས་མཆོད་
མའི་མཐའི་གོང་དུ་སྟོ་སངས་པ་དེ་ནས་ཞག་བཅུ་བར་མ་ཆད་དུ་བཅངས་པ་ལ་སྤང་
བ་མི་འབྱུང་བར་འགྱུར་ཞིང་། ལན་ཅིག་སྟོས་པ་དེ་ལ། དེ་གཏན་སྟེ་མི་སྤྱིད་པར་ཡང་
འགྱུར་རོ། །ཡང་ངོས་ནི་བསྡོམ་པ་དང་། རྣམ་བརྟགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་ཞུགས་པ་ཉམས་

བར་མ་ཟད་ཅེས་སྒྱུར་གྱི། རང་གི་ཉིད་ཉམས་པར་མ་ཟད་ཅེས་སྒྱུར་བར་མི་
 བྱའོ། །རང་གི་ཉིད་རྗེས་སུ་ཞུགས་པའི་གོས་སམ་སྒོད་ལ་སྒྲན་དེ་ཡོད་ན་དངོས་པོ་
 གཞན་ལས་རྗེས་སུ་ཞུགས་པ་དེ་འབྱུང་བ་ཉིད་དོ། །ཁྱད་པར་ནི་དེ་ལྟ་བུ་དེ། གསུམ་
 པོ་དེར་རིགས་མ་སྒྲན་པའོ། འགྲེལ་བར་འཆང་བ་གཉིས་དང་། འཛོག་པ་དང་། ཞག་
 བདུན་པ་ཙམ་ལ་སྒྱུར་ནས་དོན་ལ་ཡང་ཞག་གན་འབྱུང་བ་ལ། དེར་བཞིར་ངེས་
 སོ། །སྒྲ་མ་ལ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་སྐྱེས་པའི་ཞག་གི་རྒྱུ་མ་ཆད་པ་ཡོད་ན་སྒྲི་མ་ལ་
 ཡང་དེ་འོང་བས་སྒྲི་མའི་ཞག་སྒྲ་མ་ལས་ཡོགས་སུ་བསྐང་མི་དགོས་ཏེ། སྒྲ་མས་ཞག་
 བརྩ་འདས་ན་སྒྲི་མ་ཡང་དེར་འབྱུང་བའི་སྒྲིར་འོ། །

ཞག་བདུན་པ་ལ་བྱང་པར་མཛད་པ་ནི། རིགས་མཐུན་པ་ལོ་ཞེས་ཏེ། བདུན་
པ་ཙམ་དུ་རིགས་མཐུན་པས་མི་ཚོག་གི། མར་དང་། འབྲུ་མར་ལ་སོགས་པ་ལ་རྟེག་
པར་བྱ་བྱེད་གཉིས་ཀ་མར་དང་འབྲུ་མར་སོགས་སུ་འབྲ་བ་ལ་རྟེས་སུ་ཞུགས་པ་དེ་
འབྲུང་བ་ཉིད་དོ། །བྱེ་བྲག་གིས་རིགས་མཐུ་དགོས་མི་དགོས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་ནི་འབྲུང་
ཉི་རིང་གིས་བཞག་ཅིང་འརྟེག་པ་ལ་མི་མཚུངས་ཏེ། གོས་ཡོ་བྱད་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་
པས་སོ་ཞེས་ཟེར་དོ། །འདི་ལྟར་ལས་གསུངས་ཀྱང་ཆད་དེ་ལ་མར་རྟེན་ལ་ཞེས་དང་།
འབྲེལ་པར་ཡང་བཤད་པས་མར་དུ་རུང་མིན་ནོ། །བྱིར་བཙོས་ཀྱི་ཐུན་མོང་ལ་མདོ་
བཞིའོ། །གང་ལ་སྤང་བ་ནི། བསྟེན་རྟོགས་ཀྱི་“སྟོམ་”པ་དག་ལ། ལྟ་བུ་མཚན་མཐུན་
པ་དང་ཐ་སྟོད་གསུམ་སྟན་ལུས་ཐ་མལ་དང་། ཤེས་པ་དང་ས་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་
སྤངས་མ་སྤངས་ཀྱི་བྱེད་བྲག་ཤེས་པ་སྟེ་བརྒྱད་སྟན་ནོ། །གང་གིས་སྤོང་བ་ནི། དགོ་

སྒྲིང་གི་སྒྲིམ་བ་གསོར་རུང་ཡན་ཆད་དང་ལྡན་ལ། ལུས་ཐ་མལ་དང་། ཤེས་བ་རང་
བཞིན་དུ་གནས་པ། གནས་ནས་མ་ལྟར་བ། དམན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པ་སྟེ་ལྷ་ལྡན་
ནོ། གང་སྤང་བ་ནི། སྤང་བའི་ལྟར་བྱེད་འབྱུང་བའམ། ལྟར་བ་དེས་སྤང་བའི་ཤུབ་
བ་དང་། ད་ལྟ་སྤང་འོས་སུ་ཡོད་པ་དེ་གཉིས་སོ། །དེའི་ཤུན་རྒྱ་བྱེད་ལ། སྤང་བ་
དངོས་གཞི་རང་རྒྱུ་འབྲེལ་བ། རོ་བོ་ཤེས་གཞི་བན་རུ་བ་སྟེ་གསུམ་སོ། །ལྟར་བ་དེ་
ཡོད་ན་ཞེས་སོ། །

འདི་ལ་ལྟར་བྱེད་དངོས་མིན་པའི་དེར་གཏོགས་ཀྱི་སྒྲིང་བ་དང་། དངོས་
གཞིའི་ཉེས་བྱས་རང་དབང་ཅན་བཅོས་པ་ལ་སྤངས་བ་དང་བྲལ་བ་སྟོན་དུ་འགྲོ་མི་
དགོས་པར་མདོན་ནོ། །བདེག་བྱ་ནི། ལྟར་བ་དའི་བྱིན་ས་རྟེན་པའི་ཡོད་བྱད་རང་གི་
ཡིན་པ། གནས་སྐྱབས་དབང་བྱར་ཡོང་བ་སྟེ་གསུམ་གྱི་དང་པོ་གཉིས་ནི་རྩ་འབྲེལ་
ལས་གསལ་ལ། གསུམ་པ་དོན་གྱིས་ཐོབ་པའོ། །པལ་ཆེར་རུང་བ་དང་ཆད་དང་ལྡན་
བ་ཟེར་རོ། །ཆད་ནི་རྒྱུང་བ་ཞེས་པ་ནི་གོས་ལ་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་སྤང་ལྟར་གིས་སྤང་
བར་བྱ་བ་ལ། ལྟོད་དང་། ཟས་དང་། རིན་པོ་ཆེ་འང་ཡོང་བས་དེ་དག་གི་“ཆད་”ཅི་
ཅམ་ཞེ་ན། གོས་ཀྱི་ལྟར་བ་རྣམས་ལ་ཁུར་མ་ལོངས་བ་དང་། ལྟོད་ལ་སྤུལ་དགུ་མི་
ཤོད་བ་དང་། ཟས་ལ་ཁམ་དུ་མ་ལོངས་བ་དང་། རིན་པོ་ཆེ་ལ་ཤེས་ཁྱུ་གང་རི་བར་མ་
ལོངས་བ་ཟེར་རོ། །ཁྱུ་གང་བས་རྒྱུང་བ་ལ་འབྲེལ་བར་ཁྱུ་གང་ཁོར་ཡུག་བས་རྒྱུང་བ་
ཞེས་སོགས་སོ། །དགེ་འདུན་གྱི་དངོས་པོ་ལ་ཡང་མི་དགོས་སོ། །འདི་ལ་ཡང་འབྲེལ་
པར། དགེ་འདུན་མངའ་བ་གང་ཟག་གི་བདག་ཉིད་དུ་རིགས་སུ་བཅད་མ་བཅད་

གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ་འཆང་འབྲལ་འཛོག་པའི་རྒྱས་ལྷུང་བྱེད་འབྲུང་སྟེ། དེ་ལ་
ཐམས་ཅད་གང་ཟག་གི་དང་འབྲ་བར་བདག་གིར་བྱ་བ་འབྲུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྱི་མ་ལ་
གང་ཟག་གཞན་གྱི་དང་འབྲ་བར་བདག་གིར་བྱ་བ་མི་འབྲུང་བས་དེ་ལ་ནི་སྤར་བསྟན་
བ་ཐམས་ཅད་མི་འབྲུང་རོ། །སྤྱི་མ་ལ་འགས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས་བྲལ་ན། ལྷུང་
བྱེད་འབྲལ་ཞིག་བཤགས་གྱི། ཆོས་གོས་སྤང་མི་དངོས་ཞེས་གསུངས་སོ། །འདིར་
རིས་སྤྱ་བཅད་མ་བཅད་ལ། བཅད་མ་བཅད་གྱི་དགེ་འདུན་ཞེས་ཚུགས་ཅེ་བ་དང་།
ཚུགས་བཞིའི་དགེ་འདུན་ལ་ཆད་བ་དང་། གང་ཟག་གིས་དགོས་མ་དགོས་ལ་འདོད་
བ་གཉིས་དོན་མ་ཡིན་ཏེ། སྤར་མས་ནི་གཞི་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར་དང་། དགེ་འདུན་དབང་
བ་ལ་དེ་གཉིས་སྤྱ་བྱེ་བའི་ཕྱིར་དང་། གང་ཟག་དང་འབྲ་བར་ཞེས་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་
དགེ་འདུན་དབང་གི་ཆོས་གོས་ལྟ་བུ་གང་ཟག་གིས་གཡའ་ནས་ལོངས་སྟོང་བ་ལྟ་བུ་
དང་། སོ་སོར་མ་བྱེ་བར་སྦྱིན་བཞག་བ་ལྟ་བུའོ། །འཆང་བ་དང་འཛོག་པ་འབྲུང་བ་ལ་
ནི། རིས་སྤྱ་གཙོད་པའི་གང་ཟག་ཏེ། དགེ་འདུན་དེའི་ནང་དུ་གཏོགས་དགོས་ལ།
འབྲལ་བ་ལ་མི་དགོས་སོ། །རྒྱང་བ་དང་དགེ་འདུན་གྱི་གཉིས་ནི་ཁྱེ་བ་ལས་སོ། །འདི་
ལ་མེད་བ་ཞེས་བ་ལྟ་བུ་དང་། རིས་སྤྱ་མ་བཅད་བ་ལ་འབྲལ་བས་འབྲུང་བ་ལྟ་བུའི་
ལྷུང་བ་ནི་ཉི་མ་དེ་ཉིད་ལ་བཤགས་པས་འདག་གོ། །

གང་དུ་སྤང་བའི་གནས་ནི། ལྷ་གཡ་ཐ་དད་པར་རོ་ཞེས་བ་ལ། དགེ་སྤོང་བའི་
སོར་གནས་ཐ་དད་པར་ཞེས་གསུངས་ཤིང་། མཛོད་ནི་ཁོངས་སྤྱ་གཏོགས་བ་ཉིད་
དང་ཞེས་འབྲུང་བའི་ཕྱིར་དང་། གནས་ཐ་དད་ཀྱང་གནས་གཅིག་ན་སྤངས་པའི་ཐ་
སྟོང་མེད་པའི་ཕྱིར། གནས་ཐ་དད་དུ་དགོས་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཡུན་རི་སྤིད་དུ་དགོས་

ཞེས་ཟེར་རོ། །ཡུན་རི་སྲིད་དུ་སྤངས་པ་ལ། སྤོང་བར་རིགས་པའི་ལྷག་པ་མི་སྦྱིན་པ་
དང་། རིན་པོ་ཆེ་ལ་རེག་པ་དང་། སྤྱིན་འཛོལ་དང་གསོག་འཛོལ་གྱི་སྤང་བའི་དངོས་
པོ་ནི་གཏན་སྤངས་ཡིན་ལ། གཞན་རྣམས་ནི་རེ་རེའོ་ཞེས་འདོད་པ་ལ། དང་པོ་དང་
མཐའ་མ་གཉིས་གཏན་དུ་སྤང་དགོས་ཀྱང་། ལྷང་བ་འདག་པ་ལ་དེ་ལྟར་མི་དགོས་
ཤིང་། རིན་པོ་ཆེ་ལ་གཏན་སྤང་གྱང་མི་དགོས་པས། གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་གཉིས་
གཏན་སྤངས་ཡིན་ལ། གཞན་རྣམས་ནི་ཞག་རེ་རེའོ་ཞེས་ཟེར་ཏེ་འཐད་པ་འབྲུའོ། དེ་
གསུམ་གྱི་སྤྱན་མོང་ནི་མདོ་གཅིག་གོ།

འཆང་འབྲལ་འཛོལ་གསུམ་མི་འབྱུང་བའི་ཚུལ་ནི། སྤྱ་བརྒྱུད་བཏིང་ནས་མ་
བྱུང་གི་པར་དུ་འཆག་འཛོལ་གཉིས་མི་སྲིད་ལ། འབྲལ་བར་རང་གི་ཆོས་གོས་གསུམ་
ལ་མི་སྲིད་པ་ཡིན་གྱི། ལར་མི་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྱ་བརྒྱུད་དང་འབྲལ་བ་བསྐྱུང་
དགོས་པའི་སྤྱིར་རོ། སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པ་ལ་སུམ་ཅུ་ལས། འཆང་བ་ནི་ཡོད་ན་
སོགས་སོ། །འདི་ལ་རང་གི་ཉིད་ཅེས་པ་ལ། རང་དབང་ཅུ་ལ་མི་བྱ་བར། རང་གིས་
སློ་རིས་སུ་བཅད་བའི་དབང་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དགེ་འདུན་གྱི་ཡང་ངོ་ཞེས་གསུངས་པས་
སོ། དེ་ནི་གང་ཟག་དང་སྤྱན་མོང་བ་ལ་ཡང་མཆོན་ནས་དབྱུད་པར་བྱའོ། །གོས་དང་
ཆད་ནི་དངོས་སུ་གསལ་ལོ། འོན་ཀྱང་འདིར་འཁོར་གསུམ་ཁེབས་པ་དགོས་པ་དང་།
འཛོལ་པ་ནས་ཁྱུ་གང་ལ་བསྐྱེད་པ་གཅིག་གྱང་བསྟན་པ་ནི། དང་པོ་ལ་འཆང་བ་མ་
ཡིན་པ་འཛོལ་པ་མི་སྲིད་པར་རང་ཆད་དམ་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཡིན་ལ། གཉིས་པ་
ལ་གཉིས་ཀར་འབྱུར་བ་སྲིད་པས་སྤྱི་ཆད་དམ་སྤྱན་མོང་བའོ། །རྩང་བ་ཡིན་པ་ལ།
ཞུས་ནས་འབྲལ་བ་འབའ་ཞིག །ཆ་གཉིས་བསྐྱེ་བ་གསུམ་ལ་མི་རྩང་བ་གསུངས་པའི་

རུང་ཐུན་དུ་བྱས་ན། གཞན་རྣམས་ལ་ཡང་རྒྱ་རུང་བ་དང་། ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་ཀྱང་
རུང་བ་དགོས་ཏེ། ཐུན་རུང་དང་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་རྩམ་ཞེས་འབྱུང་བས་སོ་ཞེས་ཟེར་
རོ། །འདྲོག་པར་དང་སྒོང་བར་རིགས་པའི་སྐབས་སུ་རྒྱ་མི་རུང་བ་བཀག་པས་དེའི་
རིགས་སུ་རྩྭ་གྲང་། དཀར་སོ་ཉིད་ནི་ཞེས་བ་དང་། འཐག་པ་གཉིས་ལྟ་བུའི་གནད་
ཀྱིས་ཁ་དོག་མི་རུང་བ་མི་དགོས་ལ་དབྱིབས་ཀྱང་དེ་དང་འདྲའོ། །ལྷང་བཟེད་ལྟ་བུ་ལ་
ནི་འོག་ཏུ་བཤད་པར་བྱའོ། །གནས་སྐབས་དབང་བྱར་མེད་པ་གཞན་གྱི་སྒོད་དུ་རྩྭ་
བས་འབྱིན་པ་མེད་པ་ལྟ་བུ་ལ་རུང་བ་མེད་པས། དབང་བྱར་ཡོད་པ་ཟེར་ཏེ་འཐད་པ་
འདྲའོ། །ཁ་ཅིག་དེ་ཡང་བསྡུས་པས་ཆོག་པས་དབང་བྱར་ཡོད་པའོ་ཟེར་བ་ལ། དེ་སྐྱབ་
མི་དགོས་པའི་དགོས་ཀྱང་ཆོགས་ཀྱིས་སྐྱབ་དགོས་ན་མ་བྱིན་པ་བསྡུས་བསྐྱར་གྱི་
ཉེས་བྱས་དང་། བྱིན་ན་བར་ཆད་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་མི་འཐད་ཅེས་ཟེར་རོ། །

བྱིན་རྒྱབས་དང་མ་འབྲེལ་བ་ནི། རྣམ་བརྟགས་ལ་སོགས་པའི་བྱིན་རྒྱབས་མ་
བྱས་པའོ། །བྱིན་རྒྱབས་དང་བྲལ་ཡང་ལྷང་བ་བསྐྱེད་པ་ཡོད་དེ། རྩམ་སུ་ཞུགས་པ་
དང་བཅས་པའོ། །འདི་ལ་འབྲེལ་བའི་བྱིན་རྒྱབས་གང་ཡིན་པ་དང་། རྩམ་སུ་ཞུགས་
པའི་དོན་དེ་དང་བཅས་པའི་བཅས་ལུགས་སོ། །དེ་ལ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་འཆང་བ་
འགོགས་པ་ལ་ནི་བྱིན་རྒྱབས་གསུམ་གང་རུང་གིས་ཆོག་པས་མ་འབྲེལ་བ་པའོ།
ཞེས་པར་ནི་དེ་གསུམ་གང་རུང་རོ། །འབྲེལ་པར་ཡང་། དེ་ལ་རྣམ་པར་བརྟགས་པ་
ལ་སོགས་པ་ཞེས་བཤད་དོ། །འབྲེལ་ཡང་ཞེས་པ་གཞན་གཉིས་ཀྱིས་ཤན་མི་ཁྲིགས་
ཀྱང་། རྣམ་བརྟགས་ཀྱིས་ཁྲིགས་པ་འདྲ་སྟེ། དེ་བྱས་ན་རང་གི་ཉིད་དང་འབྲལ་ཞིང་།
འཆང་བ་ལ་དེ་དང་མ་བྲལ་བ་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འབྲེལ་པར། བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་

བ་ས་དང་འབྲེལ་ཡང་ཞེས་ཅན་དུ་གསུངས་སོ། །

ཡང་འབྲེལ་བར། གྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་བས་ན་དེའི་རང་གི་ཉིད་དང་བལ་བའི་
གྱིར་ཞེས་སྒྲ་གྱིས་གཉིས་རྟེན་བའི་སྒྲ་མ་བརྒྱབས་ཤིང་། གྱི་མ་མ་བརྒྱབས་ན་སྒྲ་མའི་
ཤཀ་གྱི་མ་ལ་མི་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཆན་དུ་གསུངས་བ་ཡང་སྤང་བས་འདི་བརྟག་
གོ་རྩེས་སུ་ཞུགས་བས་ནི་རྒྱན་འབྲེལ་བ་ལ་གསུངས་ལ། དེའི་དོན་ཡང་ཞག་བཅུར་
རྩེས་སུ་ཞུགས་བ་ཞེས་བ་དང་། འཆང་བ་ལྟ་བུ་ལ་ཞག་བཅུར་རྒྱན་མ་ཆད་པར་
བཅངས་པའམ། འཆང་བ་ལ་བྱའོ། །འོ་ན་ཞག་གིས་ཆོད་པའི་གྱིས་རྟེན་ལ་རྩེས་སུ་
ཞུགས་པར་ཡོད་པར་ནི་འདོད་དགོས་ན་རི་ལྟར་བྱང་ཞེ་ན། རང་གི་ཉིད་ཀྱི་རྩེས་སུ་
ཞུགས་བ་དང་བཅས་པའི་ཆོས་གོས་ནི་གཉིས་ཏེ། རང་ཉིས་ལས་བྱུང་བ་དང་། གཞན་
ལས་བྱུང་བའོ་ཞེས་འབྲེལ་བར་གསུངས་པས། རང་གི་ངོས་ནས་བྱུང་བའི་རྩེས་སུ་
ཞུགས་བ་མེད་ཀྱང་། གོས་གཞན་གྱི་ངོས་ནས་བྱུང་བའི་རྩེས་སུ་ཞུགས་བ་ཡོད་
དོ། །གཞན་ལས་བྱུང་བའི་གོས་ཞེས་འབྱུང་བར་ནི། གོས་གཞན་ནས་བྱུང་བར་མི་
སྤྱར་གྱི། རྩེས་སུ་ཞུགས་བ་གཞན་ལས་བྱུང་བར་གོ་བར་བྱའོ། །གྱི་མ་དེ་རང་གི་ངོས་
ནས་ནི། སྒྲ་མས་ནི། ཞག་བཅུ་འདས་ཀྱང་ལྟར་བ་མེད་པར་འབྲེལ་བ་ལས་བཤད་བ་
ཡང་དེ་ལ་དགོངས་སོ། །གོས་དང་ལྟར་བཟེད་ལ་དེག་བྱེད་ནི་གྱིན་གྱིས་མ་བརྒྱབས་
བ་ཁོ་ནའོ། །བཟེད་བྱ་ལ་བརྒྱབས་མ་བརྒྱབས་གཉིས་ཀ་ཡོད་ལ། དེ་ལ་ཞག་ཤཀ་
བྱད་པར་ཅན་ཡིན་མིན་གྱི་ཐ་སྙད་བྱེད་དོ། །དེ་ཡང་མ་བརྒྱབས་བ་ལ་བཟེད་བ་ལ་
དེག་བྱེད་དང་བར་དུ་ཞག་གིས་ངེས་པར་ཆོད་དགོས་ཏེ། མ་ཆོད་ན་ཤཀ་མི་སྟོས་
པར་སྤང་བ་བསྐྱེད་པས་སོ། །བརྒྱབས་བ་ལ་བཟེད་བ་ལ་ནི་ཞག་གིས་ཆོད་པ་དང་།

མཆོད་པར་ཉི་མ་གཅིག་ལ་རྟེན་པ་དང་། དེ་ལ་ཡང་དུས་རིམ་གྱིས་སམ། ཅིག་ཅར་
དུ་རྟེན་པ་ཡོད་དོ། །མདོར་ན་འཁ་བརྟེན་བྱ་ལ་ནི་རང་རང་གིས་མཐའི་ཞག་མ་འདས་
ན། ཞག་མང་ཉུང་གིས་ཆོད་པ་ལ་ཁྱད་པར་མེད་དོ། །སྤོང་ལ་ནི་གཉིས་ཀ་བྱིན་རྒྱལ་ས་
ཅན་ཡིན་པ་ས། དེག་བྱེད་དང་བར་དུ་ཞག་གིས་ཆོད་དགོས་ཏེ། དེ་ལྟ་མིན་ན་འདི་ལ་
བྱིན་རྒྱལ་ས་ཅན་དང་། རང་སྟོབས་གྱིས་བསྐྱེད་པ་མི་འགལ་བ་ས། གཉིས་ཀ་ལས་
རང་སྟོབས་གྱི་བདུན་རེ་འདའ་བས་འཁ་ལ་སྟོས་པའི་དོན་མེད་དོ། །གོས་དང་སྟོད་ལ་
མ་བརྒྱལ་བ་ས། ཞག་གིས་མ་ཆོད་པའི་བརྒྱལ་བ་ལ་དེག་པ་ལ་ཞག་མ་ལོན་པར་
བྱས་པ་མེད་པས་ཞག་འཁ་མིན་ཀྱང་ལྟར་འཁ་ནོ་ཞེས་རྒྱ་བེར་དོ། །དེས་ཞག་ལོན་པ་
ནམས་རང་གི་དོས་ནས་ལྟར་བའི་ཞག་མིན་ཡང་། ལར་ལྟར་བ་བསྐྱེད་པའི་ཞག་ཏུ་
བཞག་དགོས་ལ། དེའི་ཆེ་འཁ་སྟོབས་སུ་འགྱུར་བས་ཞག་འཁ་ནོ། དེ་ལྟར་ཞག་གིས་
འཁ་གྱི་བསྐྱེད་པའི་ལྟར་འཁ་དང་། ལྟར་འཁ་གྱི་བསྐྱེད་པའི་སྤང་འཁ་གཉིས་ཡིན་
ནོ། །ཅ་འགྲེལ་ལས། ཞག་འཁ་དང་སྤང་འཁ་གྱི་ཐ་སྤྱད་མཛད་པར་འཁ་ཅ་མ་ཞིག་
གསུམ་མོད། དོན་མི་འཐད་པ་མེད་པ་འདྲའོ། །གཞན་ནས་བྱུང་བའི་གོས་བྱིས་རྟེན་པ་
བྱིན་རྒྱལ་ས་ཅན། རང་གི་ཉིད་ཀྱི་རྗེས་སུ་ཞུགས་པ་དང་བཅས་པ་འདི་ལ། དེ་ལས་
གཞན་པའི་གོས་སྤར་རྟེན་པ་བྱིན་གྱིས་མ་བརྒྱལ་བ། རང་གི་ཉིད་ཀྱི་རྗེས་སུ་
ཞུགས་པ་དང་བཅས་པ་ཡོད་ན། སྤར་མའི་དེའི་འཁ་ཚུན་ཆོད་ནས་ཏེ་ཞག་བཅུར་
བགྱང་བ་འདས་ན། བྱི་མ་ལ་ཡང་འཆང་སྤང་བྱུང་བར་འགྱུར་དོ། །

སྤར་གྱི་ཡན་ལག་ནམས་ཀྱི་སྟེང་དུ་ཁ་བསྐྱང་བ་ལ་རེ་བ་མེད་པ་ཞེས་བེར་བ་
ནི། འཁོར་གསུམ་ཁེབས་པ་ལ་རེ་རུང་འཆང་སྤང་བསྐྱེད་པས་ཁྱ་གང་བ་དང་སྤར་

དོ། །ཡན་ལག་དང་པོ་བྱུག་འཛོག་པ་ལ་ཡང་མཚུངས་ལ། གོས་མ་གཏོགས་པ་ལྟར་
བཟེད་འཆང་བ་ལ་ཡང་འདྲོ། །མདོ་བྱི་མ་གཉིས་ཞུས་པ་ལས་ཏེ། དེའི་ཆོས་གོས་
རྒྱན་མ་ཆད་པར་རྒྱན་འབྱུང་བ་ཡང་ཡིན་ལ། ཞེས་པས་སྤར་རྟེན་བྱིན་གྱིས་མ་
བརྒྱབས་པ། བཙུ་བའི་ཉིན་མོ་བར་བཅངས་པ་བསྟན་ལ། ཆོས་གོས་འབྱུང་བ་དེ་ཞག་
བཙུ་པོ་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པས་ནི། བཙུ་བ་ལ་གསར་དུ་རྟེན་པ་ལ་བྱིན་རྒྱབས་
བྱས་པ་བསྟན་ནོ། །

དེ་དང་བཙུ་བའི་མཐའ་འདས་པར་བྲལ་ན་གོས་དེ་ཤུག་གི་དབང་གིས་ཞག་
བཙུ་འདས་པ་དང་ཞག་གཅིག་བྲལ་བ་སྤང་བ་གཉིས་ཀའོ། །འབྲལ་བ་ལ་གཉིས་ལས།
ཞར་བྱུང་ལ་གསུམ་ལས་གདིང་བ་དང་འབྲེལ་བའི་བསྐྱབ་བྱ་ནི་མདོ་སྡེ་སྟན་ཆེགས་
ལས་སོ། །གདིང་བ་ནི་བྱིན་རྒྱབས་ཅན་ནོ། །མ་འབྱོར་བའི་དུས་ནི་བར་ཆད་གི་དབང་
གིས་བྱིར་བསྐྱོག་པའི་དུས་སོ། །བྱིས་འོང་བའི་བསམ་པས་སོང་བ་ན་མ་སྟོན་ན་དེ་
ཉིད་དུ་གནས་པས་ཆོག་པ་དང་། གདིང་བ་གཡར་བ་ལའང་། འདིངས་པ་ཅམ་བྱེད་གི་
སྤར་མའི་བྱིན་རྒྱབས་འདོན་འབྱུག་མི་དགོས་པའི་བྱིར་འབྲལ་བའི་ཉེས་པ་མེད་
དོ། །རས་ཆེན་དང་སྣམ་སྦྱར་དང་འབྲེལ་བ་ལ་མདོ་བཞི་དང་གསུམ་མོ། །རས་ཆེན་
དང་སྣམ་སྦྱར་གཉིས་ཀ་ལ་དགེ་སྟོང་དང་། གློ་སྟེགས་གཉིས་ཀ་མེད་པར་བཞག་ན་
ཉེས་བྱས་དང་། གང་རུང་རེ་རེ་མེད་པར་ནི་ཉེས་བྱས་སྤོང་དང་། སྣམ་སྦྱར་ལ་ཆར་
འབབ་པ་སོགས་ལ་ཉེས་བྱས་སོ། །རས་ཆེན་ལ་ཚུ་སྦྱང་ལ་ཟམ་པ་བརྟན་པོ་ཡོད་ན།
མ་བྱིར་ཡང་ཉེས་པ་ནི་སྣམ་སྦྱར་འབྱིར་བ་ལ་སྦྱར་དུ་རུང་བ་འདྲ་ལ། སྣམ་སྦྱར་ལ་
དགེ་སྟོང་དང་། གློ་སྟེགས་གཉིས་ཀ་མེད་ཀྱང་། མ་རྟོགས་པ་འཆོལ་བ་རུང་བར་

གསུངས་པ་རས་ཆེན་ལ་ཡང་སྒྱར་རུང་ངམ་སྣམ་མོ། དག་སྒྲོང་དང་བཅས་པ་ཞེས་
 བའི་གཞུང་ལ་འཛོག་པར་སྒྱུར་བྱེད་དག་སྒྲོང་དང་། སྣམ་བྱེད་སྒྲོ་སྒྲེགས་དང་བཅས་
 བའི་གནས་མེད་ཅིང་ཁྱེར་བའི་ལམ་དུ་ཆར་འབབ་པ་སོགས་མེད་ན་དམིགས་བསལ་
 གཉིས་མ་གཏོགས་པ། སྣམ་སྒྱར་མེད་པར་འགྲོ་བར་མི་བྱའོ། ཞེས་ཟེར་བའི་ལྟར་ན།
 གནང་བ་སྦྱིན་པ་དང་། སྤ་བརྒྱུད་གཏིང་བས་དག་སྒྲོང་སོགས་མེད་པའི་ཆེ་སྣམ་སྒྱར་
 མེད་པར་འགྲོར་རུང་བ་དང་འདོད་དགོས་ན། དེ་ནི་མི་རུང་སྟེ། དག་སྒྲོང་སྒྲོ་སྒྲེགས་
 མེད་པའི་ཉེས་དམིགས་ནི་དེ་གཉིས་ཡིན་མིན་ལ་ཁྱད་པར་མེད་པའི་བྱིར་དོ། དེས་
 བ་འགྲེལ་བས་མཛད་པ་ལྟར་བྱ་དགོས་པ་འདི་ལྟར་སྒྱར་དོ། །འཛོག་པར་དག་སྒྲོང་
 སོགས་མེད་ཅིང་ལམ་དུ་ཆར་འབབ་པ་སོགས་མེད་ན་དམིགས་བསལ་གཉིས་ཡིན་
 མིན་གང་གིས་ཀྱང་སྣམ་སྒྱར་མ་ཁྱེར་བར་འགྲོར་མི་རུང་དོ། །རྒྱུན་དེ་ལྟ་བུ་མེད་ན་
 ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །འོ་ན་འཛོག་པར་དག་སྒྲོང་དང་སྒྲོ་སྒྲེགས་ཡོད་ན་སྣམ་སྒྱར་མེད་
 པར་འགྲོར་རུང་ངམ་སྣམ་ན། དེ་གཉིས་ཡོད་ན་འང་དམིགས་བསལ་གཉིས་མ་
 གཏོགས་པས་སྣམ་སྒྱར་མེད་པར་འགྲོར་མི་རུང་དོ། །དམིགས་བསལ་གཉིས་ཀྱིས་
 བྱི་དེའི་ཆེ་སྣམ་སྒྱར་མེད་པར་འགྲོར་རུང་དོ། །རྒྱུན་དེ་ལྟ་བུ་ཡོད་ན་ཡང་། གནང་བ་
 མ་བྱིན་པ་དང་། སྤ་བརྒྱུད་མ་བཏིང་བས་སྣམ་སྒྱར་མེད་པར་གར་ཡང་འགྲོ་བར་མི་
 བྱའོ། ཞེས་རྒྱུན་དེ་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་ལ་དམིག་བསལ་མཛད་དོ། །

འོ་ན་འགྲེལ་པ་ལས། དག་སྒྲོང་དང་བཅས་པ་ཉད་ལ་སོགས་པ་དག་ཡོད་ན་
 བྱི་སྣམ་སྒྱར་དེ་མེད་པར་འགྲོ་བ་ལ་ཉེས་པ་མེད་དོ་ཞེས་གསུངས་པ་ཇི་ལྟར་ཞེ་ན།
 འདི་ནི་ཆར་འབབ་པ་སོགས་མེད་ཅིང་། དག་སྒྲོང་སོགས་དང་བཅས་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ལ།

སྤྲུལ་ནི་ཆར་འབབ་པ་སོགས་དང་། དགེ་སློང་སོགས་ཡོད་པ་སྟེ། གཞན་དུ་ན་རི་ལྟར་
མི་འགལ། དེ་ལྟར་ན་དགེ་སློང་སོགས་མེད་ན་ནི་བཞག་ཏུ་མི་རུང་ལ། ཆར་འབབ་པ་
སོགས་ཡོད་པ་ནི། འཁྲེང་དུ་མི་རུང་ངོ་། གཉིས་ཀར་སྤྲུལ་ན་རི་ལྟར་བྱ་ཞེས། དགག་
བྱ་གཉིས་ཀྱི་ཁྲད་པར་ལ་བརྟེན་གོ།

འོ་ན་ཆར་འབབ་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུ་དང་ལྡན་པས་སྤྲུལ་ནི་བཞག་ལ།
གྲོང་གཞན་དུ་འགྲོ་དགོས་པ་ཡང་བྱུང་ཞིང་ཉི་མ་དེ་ཉིད་ལ་ཕྱིར་འོང་མི་རུས་པར།
མཐོང་ན་རི་ལྟར་བྱ་སྤྲུལ་ན་གནས་སུ་ཕྱིན་པར་མི་འགྱུར་ན། ཆོས་གོས་སྤྲུལ་གྱི་
ཕྱིན་རྒྱལས་སྤྲུང་སྟེ་ཕྱིན་གྱིས་བརྒྱལས་པ་ནི་ཆོ་གའམ་རྣམ་པ་སྟེ་ཐབས་ཡིན་
ནོ། །གང་ལ་བརྒྱལ་ཅེས། རབ་བྱུང་དུ་མ་ཟད་ཁྲིམ་པ་ཡན་ཆད་ཀྱི་གོས་སམ། རང་
གིར་མ་ཟད་གཞན་ལས་གཡར་བ་ལ་ཡང་ཕྱིན་གྱིས་བརྒྱལ་གོ། །གཞུང་འདིས་ཕྱིར་
འོང་བའི་སློས་སོང་ནས་མ་འཁོར་ན་སྤྲུལ་གྱི་ཕྱིན་རྒྱལས་ཡིད་གྱིས་སྤྲུང་ནས་
གཞན་ལ་རྒྱུ་བ་ཅེས་བསྟན་པར་འདོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འགྲོ་བའི་དུས་ན་འཛོག་པ་
ལ་དགག་བྱ་ཡོད་ན་འོང་འདོད་ཡོད་ཀྱང་ཁྲེང་དགོས་ལ། དགག་བྱ་མེད་པའི་ཆེ་ཁྲེང་
བ་ལ་དགག་བྱ་མེད་ན་ཁྲེང་དགོས་ཤིང་། ཡོང་ན་ཕྱིར་འོང་བའི་སློས་མི་“དགོས”
པའི་ཕྱིར་ངོ་། །དེས་ན་འགྲེལ་པར། ཆར་འབབ་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུ་གྱིས་སྤྲུལ་
མེད་པར་གྲོང་གཞན་དུ་འགྲོ་ཞིང་། ཉི་མ་དེ་ཉིད་ལ་ཕྱིར་འོང་བར་མི་རུས་ན་དེའི་ཆེ་
དེས་རི་ལྟར་བྱ་ཞེས་འགྲོ་ཞིང་ཞེས་པ་དང་། ཕྱིར་འོང་བར་མི་རུས་ན། ཞེས་གསུངས་
ཀྱི་མ་རུས་ན་ཞེས་མ་གསུངས་པ་དང་། ཅུ་བར་ཕྱིན་པར་མི་འགྱུར་ན་ཞེས་གསུངས་

གྱི། མ་གྱུར་ན་ཞེས་མ་གསུངས་ལ། གདིང་བ་ལ་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་འོང་བའི་སྒྲོ་ཡོད་
ན་དང་མེད་ན་གང་ཡང་མ་གསུངས་པས་གནས་གཞན་དུ་འགྲོ་བའི་ཆེ་ཡིན་ནོ། །དེ་
ལྟ་མིན་ན་བཞག་ན་དགག་བྱ་མེད་ཅིང་ཆར་འབབ་པ་སོགས་གྱི་ཆེ་བྱེད་ན་ཉེས་པ་
ཡོད་པས་བཞག་ནི་དགོས་ལ་འགྲོ་དགོས་པ་ཡང་བྱུང་ཞིང་ཉི་མ་དེ་ཉིད་ལ་བྱིར་
བསྒྲོག་མི་རྒྱས་པར་མཐོང་ན་དེ་ལྟར་བྱ་བ་བསམ་པར་རིགས་སོ། །འོ་ན་དང་སོ་ལྟོག་
རྒྱས་པའི་བསམ་པས་སོང་བ་ལྟོག་མ་རྒྱས་ན་ཡང་དེ་ལྟར་བྱ་བ་སྤྲད་གོས་སོ་ཞེ་ན།
དེ་ལ་ནི་དང་སོར་འགྲོ་བའི་དུས་གྱི་རིགས་པ་སྤྱར་རམ། ཡང་ན་བར་ཆད་སོགས་ལ་
བརྟག་པའམ། དང་སོ་ནས་གོང་ལྟར་བྱུང་ནས་འགྲོ་བ་རྣམས་གང་རིགས་པ་དབྱེད་དེ།
འབྲེལ་བར་གནས་གཞན་ན་འདུག་པའི་བྱིན་རྒྱལས་བྱུང་སྟེ་ཞེས་པའི་གནས་གཞན་
གྱི་སྤྲ་ལྟར་ན་དང་སོ་རྒྱག་ངམ་སེམས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་གནས་གཞན་ན་དགག་བྱ་མེད་
ལ། ལམ་ན་འཛིགས་པ་དང་། བཅས་པའི་ཆེ་འགྲོ་ན་སྤྲ་སྤྱར་གྱི་བྱིན་རྒྱལས་བྱུང་ལ་
གཞན་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱལས་སོ། །

དེའི་ཆེ་སྤྲ་སྤྱར་ལ་བྱིན་རྒྱལས་གཞན་དགོས་མི་དགོས་དང་། དགོས་ན་
གང་བྱེད་དང་། ཆར་འབབ་པ་སོགས་མེད་པའི་ཆེ་འགྲོ་ན་བྱེད་དགོས་པའི་ཆད་
རྣམས་དབྱེད་པར་བྱའོ། །སྤྲ་སྤྱར་སོགས་ལ་ཡུལ་གང་ལ་སྤྱིན་པ་ནི། དགེ་སློང་གི་
སྟོམ་པ་དག་ལ། ལྟ་བུ་དང་མཆོན་མ་ཐུན་ལ། ཐ་སྤྲད་གསུམ་དང་ལྡན་པ་ལུས་ཐ་མལ་
པ་ཤེས་པ་དང་། ས་རང་བཞིན་དུ་གནས་ལ། དགེ་འདུན་ལ་ལྟོས་པའི་མཆོམས་
གཅིག་ཏུ་གཏོགས་པ་སྟེ། བརྒྱད་ལྡན་ནོ། །འོག་ཏུ་ཡང་དགེ་སློང་ཆོས་བརྒྱད་ལྡན་
ཞེས་དམིགས་གྱིས་མ་བྱེ་བ་ན་འདི་ལ་གོ་བར་བྱའོ། །དེ་བརྒྱད་ཀྱི་སྟེང་དུ་གན་སོ་དང་

“ནད་^༡་བ་ཡིན་པ། སྤར་བྱིན་དང་མ་འབྲེལ་བ་བཅུ་ལོ། །དགོ་འདུན་གང་གི་སྦྱིན་བ་ནི་
མཆན་ཉིད་གསུམ་ལྟན་གྱིས་སོ། །གཞི་ནི་སྤྲུམ་སྤར་ཡིན་པ་དང་། ལྷི་བ་གཉིས་སོ། །

ཆོ་ག་ནི། སྦྱོར་བ་གནས་མལ་བ་ཤམས་བ་ལ་སོགས་བ་དང་དངོས་གཞི་
གསོལ་གཉིས་དང་། འཇུག་སྤྱད་བཟོད་བའོ། །གཞན་པ་འདྲིག་རྒྱ་ནི། མཆན་གྱུར་བ་
དང་། ཞིང་མིན་བ་སོགས་སོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས། མདོར་བསྟན་བ་ནི། འབྲལ་
ལྷུང་གི་བྱེད་བ་པོ་གང་ཞེན། ཆོས་གོས་ཀྱི་ཆ་ནས་རྟེན་དེ་ལ་ལྟོས་པའི་བྱིན་རྒྱབས་
ཡོད་པ་དང་། གང་ཟག་གི་ཆ་ནས་མི་འབྲལ་བའི་གནང་བ་མ་ཐོབ་བའོ། །གནས་
སྐབས་ཐམས་ཅད་ལ་གང་ཟག་དེ་བྱེད་བ་པོ་ཡིན་ནམ་ཞེན། མིན་ཏེ། ཆོས་གོས་བྱིན་
གྱིས་བརྒྱབས་བ་དེའི་གནས་ཉི་འཁོར་དང་བཅས་བ་ནས་གནས་གཞན་ན་གནས་
པའི་དགོ་སྟོང་བྱེད་བ་པོ་ལོ། །དུས་ཐམས་ཅད་དུའོ་ཞེན། མིན་ཏེ། སྦྱ་རེངས་ཤར་
ནའོ། །དེ་ལ་གོས་ནི་ཆོས་གོས་གསུམ་ལས་གང་རྒྱ་ཞེས་བ་མི་རིགས་ཏེ། རྒྱའི་བྱིན་
རྒྱབས་གནས་བ་དང་། གཞན་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཞེས་བ་ལ་མ་བྱུང་པའི་བྱིར་
རོ། །སྤུ་མ་ལ་འབྲལ་བ་བསྐྱང་དགོས་ཏེ། གཞན་དུ་ན་རྟེན་དེས་བགོ་བར་མི་བྱེད་བ་
ལ་སྦྱ་དགོས་ན་དེའི་ཆེ་སྤྲུམ་སྤར་ལ་བགོ་བའི་དུས་དང་མི་ལྟན་བ་ན་མི་འབྲལ་བར་
ཐལ་བ་དང་། སྤར་བརྒྱུད་ལ་ཡང་ཐལ་བའི་བྱིར་རོ། །དེས་ན་འདི་ནི་བྱིན་རྒྱབས་ཡོད་བ་
དང་གནས་སོ་སོར་བྲལ་བ་ཅམ་གྱིས་ཡིན་གྱི། མ་བགོས་པར་བྲལ་བ་མ་ཡིན་པའི་
བྱིར་ཏེ། སྦྱ་རེངས་དང་པོ་ནས་མཐའི་སྟོན་རོལ་བར་དུ་བགོས་ཀྱང་མཐའི་སྐད་ཅིག་
ལ་གནས་གཅིག་དུ་གནས་ན་མི་འབྲལ་བའི་བྱིར་རོ། །དེའི་བྱིར་ཆོས་གོས་གསུམ་

གང་རུང་གིས་བྱིན་རྒྱལ་ས་གནས་པ་གཅིག་དགོས་ཀྱི། སྤར་ལྷར་མི་དགོས་སོ། །དེ་
ཡང་རང་ལ་ལྟོས་པའི་བྱིན་རྒྱལ་ས་ཡིན་ཀྱི། གཞན་གྱི་བྱིན་རྒྱལ་ས་མ་ཡིན་ནོ། །གོས་
གསུམ་གྱི་བྱིན་རྒྱལ་ས་མ་གཏོགས་པའི་ཡོ་བྱད་བྱིན་རྒྱལ་ས་ཡོད་པ་རྣམས་ལ་འབྲལ་
བ་བསྐྱེད་མི་དགོས་སོ། །

རུང་ལྷན་གྱི་སྤར་ལ་ལྷ་རུང་བ་དགོས་ཤིང་ཁ་དོག་རུང་བས་མ་བྲལ་སྟེ།
གཞན་མེད་ན་ཁ་མ་བསྐྱེད་བ་ལ་ཡང་། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །ཁ་བསྐྱེད་ཡང་།
ཆོན་ཆེན་བརྒྱད་ལྟ་བུ་ལ་གཞན་མེད་ན་ཞེས་པའི་རིགས་པ་མཚུངས་མི་མཚུངས་
དབྱེད་པར་བྱའོ། །དབྱིབས་རུང་བས་ཀྱང་མ་བྲལ་བོ། །སྤམ་སྤར་གྱི་བྱིན་རྒྱལ་ས་གྱི་
དམིགས་བསལ་དང་། ལྷའི་བྱིན་རྒྱལ་ས་གྱི་ཆེ་སྤྱད་པའི་བྱིར་རོ། །གནང་བ་མ་ཐོབ་
པ་ནི་སྤམ་སྤར་བྱིན་རྒྱལ་ས་ཅན་ལ་གནས་སོ་སོར་སོང་བ་དང་། ལྷ་རེངས་ཤིང་བ་
འོང་བས་དེའི་ཆེ་ཐམས་ཅན་དུ་ལྷུང་བར་འགྱུར་རམ་སྟུམ་ན། གནང་བ་ཐོབ་པ་གཉིས་
ལྟ་བུ་ལ་མི་འབྱུང་བས་མ་ཐོབ་པ་ཞེས་སྟོས་ཀྱི། འབྲལ་ལྷུང་ལ་མ་ཐོབ་པ་ཡན་ལག་ཏུ་
དགོས་པ་ནི་མིན་ཏེ། གནང་བ་ཐོབ་པ་གཉིས་ཀྱིས་ཀྱང་ཆོས་གོས་གཞན་གཉིས་ལ་
འབྲལ་བ་བསྐྱེད་དགོས་པའི་བྱིར་རོ། །དེས་ན་དེ་ནི་སྤམ་སྤར་ལ་འབྲལ་སྤར་འབྱུང་
བའི་བྲང་ཆོས་སོ། །རྟེན་ལ་སྤར་བརྒྱུད་མ་བཏིང་བ་དགོན་པའི་ཡི་དམ་དང་མི་ལྷན་པ་
གཉིས་ཡན་ལག་ཏུ་བྱེད་པ་ཡང་དང་པོ་མི་དགོས་ཏེ། སྤར་བརྒྱུད་བཏིང་བ་ལ་ཡང་
འབྲལ་སྤར་འབྱུང་བའི་བྱིར་དང་། འདི་ནི་བཤད་ཟེན་ཏོ། །གཉིས་པ་མི་དགོས་ཏེ།
དགོན་པའི་མི་དམ་དང་ལྷན་ཡང་ཆོས་གོས་གསུམ་ལ་འཛིགས་པ་མེད་པ་ལ་ཞག་
གཅིག་གི་འབྲལ་སྤར་གཞན་དང་འབྲལ་བར་འབྱུང་བའི་བྱིར་རོ། །དེས་ན་ཞག་གཅིག་

གི་འབྲེལ་བ་ལ་ཆོས་གོས་ལ་འཛིགས་པ་དང་བཅས་པའི་དགོན་པ་པ་མིན་པ་ཞེས་
སྒྲུབ་རྟོ། །

རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གཉིས་ལས། གནས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ལ་ལྷ་ལས།
མདོན་པར་བསྐྱབ་པའི་གནས་ནི། གཙུག་ལག་ཁང་གང་ལ་མཆོམས་བྱས་པ་སྟེ་
བཅད་པ་ལ་ནི་སོགས་སོ། །དེར་མ་ཟད། ཡོལ་བ། ཕྱིག་བ། རིབ་མ། འོབས་ཀྱིས་
བསྐྱོར་བ་ལ་སོགས་པ་མཆོམས་སོ། །བདག་པོས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བྱས་པ་ནི། བདག་པོ་
གཉིས་ཉིད་མིན་པའི་བར་མཆོམས་རྣམས་ཐ་དད་པ་བཞིན་དུ་བདག་པོ་གཅིག་ཉིད་
ཀྱིས་ནི་ཐ་དད་པར་མི་འགྱུར་བས་དེ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་བདག་པོ་ཞེས་སོ། །གཅིག་ཉིད་
མ་ཡིན་པ་ནི། གཉིས་སམ། མང་པོ་འོ། །བར་མཆོམས་ནི། ཁང་བྱམས་ཀྱི་སྟོང་དང་། ར་
བ་སོགས་སོ། །དེ་རྣམས་ཐ་དད་པར་དངོས་སུ་བསྟན་པས་བདག་པོ་གཅིག་གི་ནི་ཐ་
མི་དད་དོ་ཞེས་བསྟན་ནོ། །མདོ་བརྒྱུ་མས་པའི་འབྲས་བུ་ཞེས་པ་མདོ་འདི་བརྒྱུ་མས་
པའི་དགོས་པའོ། །དེ་ནི་བདག་པོ་མང་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱན་མོང་བའི་ཆད་པ་རྟོགས་
པའོ། །དེ་ཡང་གང་ཞེན་དེ་དག་ལ་སྤྱན་མོང་དུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་སྟོལ་སོགས་པ་རྣམས་
ལ་བཤད་དེ། འདིར་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་ལུང་དོན་ངེས་པར་བྱའོ། །མདོ་འདི་ལ་དགག་པ་
བསྐྱབ་བར་ནི་མི་འགྱུར་ཏེ། དེས་ན་མདོ་འོག་མའི་རྗེས་སུ་ཡང་སྦྱར་ཞེས་པ་ནི། གཅིག་
ཉིད་མ་ཡིན་པ་ཞེས་པའི་མདོ་འདི་ལ། འདི་དང་ཐ་དད་པས་འབྲེལ་ཞེས་པའི་དགག་པ་
བརྗོད་བྱའི་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་གྱི། འུགས་ལ་བདག་པོ་གཅིག་པའི་ནི་མི་འབྲེལ་བ་གཙོ་
བོ་ཡིན་པས་མདོ་འོག་མ་ཐ་དད་མ་ཡིན་པའི་རྗེས་སུ་སྦྱར་ཟེར་རོ། །འོན་ཀྱང་མདོ་
གོང་མས། གནས་ཐ་དད་པ་ཆོས་གོས་དང་འབྲེལ་བའི་དགག་པ་ཅུ་བ་བསྐྱས་པ་མིན་

ཏེ། ཡིན་ན་མདོ་འོག་མ་ནོར་ལས་ཞེས་པའི་ཡང་རོ་ཞེས་པའི་སྤྲ་མ་བསྟུ་རྒྱ་མེད་པར་
འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འོག་མ་ཐ་དད་པ་བསྟན་པའི་རྗེས་སུ་སྦྱར་དགོས་པས། མདོ་
དང་པོ་ལ་འཁྲུགས་བསྟན་གྱི་ཐ་མི་དད་པ་པོ་དགོས་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །ནོར་ལས་ཞེས་
པས་ནོར་དང་ལྟ་བ་གཅིག་ན་དེ་དག་གི་གནས་ཐ་མི་དད་ཅེས་བསྟན་པ་ནི་སྤྲ་བདག་
པོ་གཉིས་པ་གཞན་ཡོད་ན། བར་གྱི་མཆོམས་ཐ་དད་དོ་ཞེས་པ་ལ་དོགས་པ་བཅད་
བ་སྟེ། བདག་པོ་གཉིས་ཡན་ཆད་ཡོད་ཀྱང་། ནོར་དང་ལྟ་བ་གཅིག་ན་ཐ་མི་དད་ལ་མི་
གཅིག་ན་ཐ་དད་ཅེས་སྦྱར་རོ། །བདག་པོ་ནི་དེ་དག་ནི་གནས་ཐ་མི་དད་ཅེས་བསྟན་
པ་ནི་གནས་གཅིག་པར་ངེས་པས་དོགས་དཔྱད་མི་དགོས་སོ། །ཁ་ཅིག་བྲིས་པ་ལ་
ནོར་གཅིག་མི་གཅིག་དང་། རབ་བྱུང་ཡིན་ན་ལྟ་བ་དང་མཆོན་དང་། བསྟན་པ་གསུམ་
གྱི་གཅིག་མི་གཅིག་ཡིན་ཟེར་པའི་ཕྱི་མ་ལ་གསུམ་དགོས་མི་དགོས་བརྟག་པ་བྱའོ། །

སྟེ་པའི་གྲུབ་པའི་གནས་ནི། ཡལ་ག་དང་ཡལ་ག་སྤྲ་མོ་དག་མ་རེག་པ་ནི་
ཞེས་དང་། ཡལ་ག་དང་ལོ་མ་ཞེས་པས་ནི། དེམ་པ་ལྟར། ཤིང་གཅིག་གི་ཡང་ཡལ་
ག་དང་། དེ་སྤྲ་མོ་མ་རེག་ན་ཐ་དད་པས་འབྲལ་ལ། ཤིང་སོ་སོ་བ་ཡིན་ཡང་ཡལ་ག་
དང་ལོ་མ་རེག་ན་གཅིག་བས་མི་འབྲལ་ཞེས་བསྟན་ནོ། །རྩ་བའི་རྩ་བ་སོགས་གསུམ་
གྱི་དགོངས་པ་བཅའ་བར་བྱའོ། སྟེད་པར་བྱེད་པའི་གནས་ནི་གྲུ་དང་ཞེས་ཏེ། འདིའི་
དགོངས་པ་ཡང་བཅའ་ལོ། །མཆོམས་མེད་པའི་གནས་ནི། མཆོམས་ཞེས་ཏེ་ཁང་
བྲིས་ལ་སོགས་པའི་མཆོམས་མེད་པ་ལ་ནི་རྐང་ལག་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་གིས་
བྲབ་པའི་མཐའ་དེ་ནི་གནས་དེའི་མཐའ་ལོ། །ཉེ་སྒྲོར་ལ་སྦྱིར་བཏང་བ་ནི། ཉེ་འཁོར་ནི་
སྟེང་འོག་དང་ཕྱོགས་མཆོམས་སུ་འདོམ་རེའོ། །ཁྲོང་གི་སྟོ་བྲག་ལ་དམིགས་ཀྱིས་

བསལ་བ་ནི། ཅིག་པ་ཞེས་ཏེ། འདོམ་དགུ་དང་། ལྷག་དང་། གསུམ་རིམ་བཞིན་ཡིན་
ལ་དེ་ཡང་མོངས་སྟོང་གི་ཆེ་འབྲིང་གི་རིམ་པ་སྟེ། འིང་རྟ་དང་། ར་ལུག་དང་། ལུག་
དར་གྱི་བྱ་བས་མཆོན་བའོ། །

གྲོང་གང་ལ་གསུམ་ག་ཡོད་པ་ལ་ནི། རིང་བས་ཞག་སྟེ། སྟོང་བ་བཞིན་ཟེར་
རོ། །དང་པོ་གཉིས་དང་གསུམ་པའི་དང་པོ་ལ་རིམ་སུ་ཆད་པ་དང་། བར་པ་གཉིས་
དང་། གསུམ་པའི་ཕྱིར་མ་ལ་སྐྱབ་པའི་ཉེ་འཁོར་ཞེས་འགྲེལ་བར་འབྱུང་ངོ་། །དེ་དག་
ནི་བཅས་དུ་རུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་གནས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་ཉེ་སྟོར་རོ། །ཉེ་བར་
སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་གནས་དང་། ཉེ་བའི་ཉེ་སྟོར་ནི་གནས་དེའི་ཞེས་སོ། །ལྷུང་དུ་བཟོད་
དུ་རུང་བའི་ཉེ་སྟོར་ནི། མཆོམས་མེད་པ་ཞེས་ཏེ། དགོན་པ་ལ་སོགས་པའོ། །མཆོམས་
བྱས་པའི་ལམ་དུ་མཆོམས་ཉིད་བཞག་ཏུ་རུང་ངོ་། །མི་ནི་མཆོན་པ་སྟེ་སྤྱིར་ཆོས་
གོས་ཐལ་བ་དང་། ལུས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཆོགས་དེ་ཚུན་ཆད་ཉེ་སྟོར་རོ། །དེ་དག་ནི་
འདོམ་རེ་རེའོ། །ཞེས་པའི་དམིགས་བསལ་ཡིན་བས་ལུས་ཀྱིས་ནོན་པའི་ཕྱོགས་ནས་
བཅུམས་ཏེ་ཞེ་དགུ་གཞལ་གྱི། འདོམ་གང་གིས་མཐའ་ནས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གནས་
དང་ཉེ་འཁོར་གཅིག་པ་ནི་དབུས་ནས་ཞེས་ཏེ། འདི་འིང་ལྷོན་པ་ལ་གསུངས་ཀྱང་
གྲོང་བྱེད་སྟེང་ལ་སོགས་པ་འབྲེལ་བ་དང་། ཐག་བས་འབྲེལ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་
རུང་བས་སྤྱིར་བཞག་གོ་ཞེས་སོགས། འདི་ནོར་དང་ལྷ་བ་གཅིག་པའི་ཆད་འཛིན་པ་
ལ་ཡང་མཆོངས་མི་མཆོངས་དབྱུད་པར་བྱའོ། །ཁྱུ་བ་ལས། བྱིན་རྒྱལས་རང་གི་ཉིད་
ལ་བརྟེན་ལ། དམ་དུམ་དུ་འགྱུར་བ་ལ། རང་གི་ཉིད་དང་མི་འབྲེལ་བས་དམ་དུམ་ལ་
བྱིན་རྒྱལས་ཡོད་པར་བཞེད་དོ། །ཆད་ནི་མ་གསུངས་སོ། །ཆོས་གོས་གསུམ་བྱིན་

གྲིས་བརྒྱབས་པ། འཁོར་གསུམ་ཁེབས་པའི་ཆད་དུ་མར་གྱུར་པ་ན་གང་རུང་གཅིག་
ལ་ཡོད་ཀྱི། གཞན་ལ་མེད་དེ། འཆོ་བའི་ཡོ་བྱད་རེ་རེ་བར་ངེས་པས་སོ། །དེ་དག་ལ་
བཟང་“ངན”ལ་སོགས་པའི་སྒྲིབ་ཀྱི་བར་མི་འབྱུང་ན། རྟོན་ལ་ནི་གཅིག་ལ་ཡོད་
མོད་འབྲལ་བ་ནི་གཉིས་ཀ་ལ་བསྐྱུང་དགོས་ཏེ། ཡིད་གཉིས་ནི་འདུ་ཤེས་དང་འབྲ་
བའོ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འཁོར་གསུམ་ལས་རྩེ་ན་འཇིག་སྟེ་ཁིང་མིན་པའི་
ཕྱིར་རོ། །མཆོན་གྱུར་བཞིན་ནོ། །ཡོ་བྱད་གཞན་གཉིས་པོ་བྱིན་རྒྱབས་ཅན་ལ་ནི་ཁྱེད་
ལོངས་ལ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡིད་རེ་རེ་བར་མ་ངེས་སོ། །དེར་མ་ལོངས་ན་གང་ལ་ཡང་
མེད་དོ་ཞེས་སྔ་མ་རྣམས་ཟེར་རོ། །སྤང་བ་ལ་ཞེས་པ་ལ། འབྲེལ་བས་ཞག་བཅུ་
འདས་པ་ལ་བྱིན་གྲིས་བརྒྱབས་པ་ལ་ཞག་གཅིག་འབྲལ་བ་ཡོད་པར་གསུངས་པ་
བྲངས་བས་ནི་སྤང་བ་བྱུང་ཡང་བྱིན་རྒྱབས་ཆགས་པར་གསལ་ཏེ། སྤང་བ་འབྱུང་བ་
ལ་བྱིན་རྒྱབས་ཡོད་པའོ། །ཆགས་པ་ནི་འབྲེལ་ཡང་ཞེས་པར་དོགས་པ་བཅད་ཟིན་
པའི་ཕྱིར་དང་། སྤང་བ་བྱུང་ཟིན་ལ་སྤར་གྱི་བྱིན་རྒྱབས་གནས་པའི་ཁྱེད་ལོན་པར་
བརྗོད་པར་མི་རྒྱས་པ་ནི་འོག་ཏུ་བཤད་པར་བྱའོ། །

འོ་ན་འབྲལ་སྤང་བྱུང་བ་དེ་གནས་ཐ་དད་དུ་མ་སྤངས་ན་འབྲལ་སྤང་སྔ་མ་མི་
འདག་ལ། སྤངས་ན་བྱི་མ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རེ་རིགས་སོ་ཞེ་ན། གནས་ཐ་དད་དུ་
སྤངས་པ་ལ་འབྲལ་བས་མ་བྱུང་སྟེ། བདག་པོའི་སྟོན་མ་འཇོག་པའི་ཕྱིར་རོ། །མཆོན་
དང་ལྟ་བ་མི་མ་སྐྱུན་པ་བཞིན་གནས་ཀྱང་། ཆོས་འདི་བ་དང་བྱི་མ་གཉིས་ཀ་ལ་སྐྱིན་
བདག་གིས་སྐྱིར་ཕྱུལ་བའི་གནས་ལྟ་བུ་ལ་ངི་སྟོན་དག་སྟོང་འབྱུང་ལ་དབང་བ་དེ་

སྲིད་དུ་གནས་དེ་མི་ཉམས་པ་སྟེ་འབྲལ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །སྤྱན་མོང་བ་དག་གིས་
ཞེས་པ་སྟར་ན། བདག་པོ་གཅིག་ཉིད་ཅེས་པའི་མདོའི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་སྟོོ་ལ་སོགས་པ་
ནི་སྤྱན་མོང་བ་ཞེས་པ་གཅིག་ཡོད་དགོས་པ་འདྲའོ། །

འདྲོག་པ་ལ་བྱུག་སྒར་དང་འབྲ་བ་ལ། ཆད་ནི་འཁོར་གསུམ་ཁེབས་པའི་ཆད་
དུ་མ་ཆོག་པ་ཡ་མཐའ་དང་། ཟུ་གང་དུ་ཡོངས་པ་མ་མཐའ་སྟེ། དངོས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་
ལའོ། །དེ་ཡང་ཁ་བསྐྱང་ལ་རེ་བ་མེད་ན་ཞག་བརྩའི་རིགས་སུ་འགྱུར་བས་རེ་བ་
གཞག་ཏུ་རུང་བ་ལ་རེ་བ་དགོས་སོ། །འདི་རྟེན་གྱི་ཆོས་སུ་འགྲིག་གོ། རྩུང་བ་ཞེས་
པ་ནི་འཁོར་གསུམ་ཁེབས་པ་ལས་སོ། །རྩི་ཙམ་གྱིས་རྩུང་ན་ཟུ་གང་ཞེས་སོ། །རེ་བ་
ནི་སྐྱབ་བ་གཅིག་གི་ནང་དེར་ཆོས་གོས་རྟེན་དུ་རེ་བ་དགོས་ཀྱི། དེ་རྒྱུན་ཆད་ན། སྤྱིར་
རེ་བ་ཡོད་པ་ཙམ་གྱིས་སྐྱབ་བར་གཞན་ཏུ་མི་རུང་རོ། །སྤྱན་ལ་སྤྱི་བརྒྱུང་མ་བཏིང་བ་
གཅིག་ཕྱས་ཆོག་གི། །རེ་བ་ཡོད་པ་དང་། རང་དབང་བའི་བྱིན་རྒྱལས་རུང་གསུམ་
གང་རུང་མེད་པ་དགོས་སོ། །དེ་ནི་ཟུ་གང་ལའོ། །གལ་ཏེ་མཐའ་གོས་ལ་འཁོར་
གསུམ་ཁེབས་ན་དེའི་ཁ་བསྐྱང་ལ་མི་རེ་བ་དང་། ཁ་བསྐྱང་དང་བསྟོམས་པས་དེར་
ཡོངས་ན་ཐ་ཆད་ཡོངས་པས་ཞག་བརྩ་བར་འགྱུར་བ་རིགས་ནའང་། གོས་གཞན་
གཉིས་ལ་རེ་བའི་དུས་ན། འཁོར་གསུམ་ལས་སྤྱག་གྲང་རང་གི་ཐ་ཆད་དུ་མ་ཆོག་ན་
ཅིའི་སྤྱིར་དེར་མི་རུང་ཡང་སྐྱབ་བའི་ནང་དུ་རང་གི་ཐ་ཆད་དུ་ཆོག་པ་རྟེན་ན་དེ་ལས་
སྤྱག་པར་བཞག་ཏུ་མི་རུང་བ་བདེན་མོད། མ་རྟེན་ན་དེ་ལས་སྤྱག་པར་མི་འདྲོག་པ་ཅི་
ཞེ་ན། སྤྱི་ཙམ་ནས་འཁོར་གསུམ་མི་ཁེབས་པའི་ཟུ་གང་ཡན་ཆད་པའི་གོས་ལ་བྱིན་
རྒྱལས་མ་བྱས། གཞན་ལའང་མ་བསྟོམས་པར་བཅངས་ན་ཞག་བརྩ་འདས་པ་ན་སྤང་།

སྒྲིབ་གྱི་ཡན་ལག་མི་དགོས་པ་འདྲ་སྟེ། དབྱུང་པར་བྱའོ། འོན་ཏེ་འཆང་འཛོག་གཉིས་
ལ་ལན་ཅིག་སྤང་པར་གྱུར་ནས་ཡང་སྤར་བཞིན་སོང་ན་སྤོང་བར་འགྱུར་རམ་ཞེ་ན།
ཁྱིམ་རེ་རེ་ལ་སྤྱང་བར་གསུངས་པ་དང་། བྱ་ཅུ་ལྷེས། ལུ་བ་ལྷག་པར་ཉལ་བ་ལ་
བཤད་པས། དེའི་རིགས་པས་འགྱུར་ཞེས་ཟེར་བའི་འཐད་པ་འདྲའོ། །དེ་ལྟ་ན་སྤྱང་
བཟེད་འཆང་བ་དང་གསོག་འཛོག་གིས་སྤང་པ་ལ་ཡང་རིགས་པ་མཚུངས་སོ། །ཁ་
སོགས་དང་ནི་རིགས་མཐུན་པའི་ཁ་བསྐྱར་དེ་རྟེན་ན་བག་ལ་བསྐྱན་ནོ། །གང་གི་ཆེ་
ཞེ་ན། ཞག་བཅུ་པ་གསུམ་ཡོད་པའི་བཅུ་པ་གང་ཡིན་པ་དེའི་རྟེན་པའི་ཉི་མ་དང་པོ་
དེའི་ཆེའོ། །

བག་ལ་སྒྲོན་པའི་དོན་ནི། གོས་དེ་གཉིས་སོ་སོ་ན་ཡོད་ཀྱང་སྤེབ་པར་
བྱའོ། །སྤེབས་པ་ན་འཁོར་གསུམ་དུ་ཆོག་ན་ཞག་བཅུ་པར་འགྱུར་ལ། མ་ཆོག་ན་སྤར་
མ་དང་འདྲ་བར་སྤྱང་བར་འཛོག་པའི་རིགས་སོ། །འདིར་སྤར་མའི་ཤུག་གྱི་དབང་གིས་སྤེབ་
མ་དེ་སྤར་མའི་བག་ལ་སྒྲོན་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་། ཞེས་པ་ནི། མ་ཆོག་ན་སྤར་མ་སྤྱང་
འཛོག་གིས་རིགས་སུ་གྱུར་པ་ལ་སྤེབ་མ་ཡང་དེའི་རིགས་སུ་འགྱུར་བའོ། །འབྲེལ་པར་
བག་སྒྲོན་གཉིས་བཤད་པའི་སྤར་མ་ནི་སྤོང་པ་ལ་གསུངས་སོ། །དེའི་རིགས་ལོག་
པའས། སྤར་མའི་རིགས་སུ་སོང་བ་ལ་མི་བྱ་སྟེ། བག་ལ་སྒྲོན་པ་ལ་འཁོར་གསུམ་དུ་
ཆོག་མི་ཆོག་བརྟག་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྤེབ་མ་ནི་སྤར་བསྐྱན་པའོ། །དེ་གཉིས་
གྱིས་རིགས་བརྒྱུག་ལ་ཤུག་ཡང་འགྱུར་བ་དང་། རིགས་མ་ལོག་ལ་འགྱུར་བ་གཉིས་
བསྐྱན་ཏེ། འཁོར་གསུམ་ཁེབས་ན་ཞག་བཅུ་པར་རིགས་ལོག་ལ། སྤེབ་མ་ལ་སྤར་མའི་
ཞག་ཤུག་གྱུར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །མ་ཆོག་ན་གཉིས་ཀ་སྤྱང་འཛོག་གི་རིགས་ཡིན་

བས། རིགས་མ་ལོག་ལ་སོགཅིས་བ་ལ་སྤྱི་མཐོང་གན་བྱང་བས་སོ། རིགས་ཀྱང་མ་
ལོག་གན་ཀྱང་མི་འབྱུང་བའི། ཁ་བསྐྱང་མ་རྟེན་ལ་རེ་བ་ཡང་མ་ཆད་པའི་ཁ་སོགས་
སོ། རིགས་ལོག་ནས་གན་མི་འབྱུང་བའི་ཁ་བསྐྱང་མ་རྟེན་ཅིང་ཁ་སོགས་ལ་རེ་བ་
ཆད་པའོ། །འདི་ཁ་སོགས་ཆེས་གཅིག་ལ་གཞག་པ་ལ་བཅུ་གཅིག་ལ་ཁ་བསྐྱང་རྟེན་
བ་ན། བཅུ་བ་གཉིས་བ་དེའི་ནང་དུ་བྱིན་གྱིས་རྫོབ་པ་སོགས་མ་བྱས་ན་ཉེར་གཅིག་
པའི་སྐྱེ་རངས་ཤར་ན་ལྷུང་བྱེད་དོ་ཞེས་གསུངས་བས། བཅུ་བ་དང་པོའི་གན་གཉིས་
བ་ལ་འོང་བ་དང་། གཉིས་པའི་གན་གསུམ་བ་ལ་འོང་བ་མི་སྲིད་དོ། །

ཁ་ཅིག་ཉེར་ལྷ་ལ་ཁ་བསྐྱང་རྟེན་བས། འཁོར་གསུམ་དུ་འོངས་པ་སུམ་ཅུ་
འདས་བ་ན་སྤང་བ་འབྱུང་བ་དེ་ཞག་བཅུ་བ་མིན་ཏེ། གཞན་དུ་ན་བཅུ་བ་བར་བ་ལ་
ཡང་ཐལ་པའི་བྱིར་རོ། །བར་བ་ཞེས་པའི་གསར་རྟེན་ནི་ཆ་བ་བཞིར་སྤྱད་མ་སྤྱད་
དོ། །སྤྱོད་ལ་དུ་སྤང་བར་འབྱུང་བ་ལ། སྤམ་སྤྱར་ལྟ་བུའི་ནང་དུ་སྤྱར་བ་ལོག་གས་
སྤྱར་བར་ཞག་བཅུ་འདས་ན། སྤངས་པར་གསུངས་བས་བྱིན་རྒྱལས་མེད་པར་
གསལ་མོད། འོན་ཀྱང་སྤྱར་པའི་དུས་སུ་བྱི་སྤྱོར་མན་བྱིན་རྒྱལས་དགོས་སམ་མི་
དགོས་པ་ནི། བྱིན་རྒྱལས་ནི་སྤམ་སྤྱར་ལ་ཡོད་ལ། སྤྱར་པའི་ཆེ་གོས་གཅིག་དུ་
འབྱུང་ཞིང་། འབྲལ་པའི་ཆེ་ཐ་དད་དུ་འབྱུང་བས་གསར་དུ་བརྒྱབ་མི་དགོས་སམ་
སྤམ་སོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་སྤྱར་བས་སྤང་བ་ཇི་ལྟར་ཞིགས་རིགས་བ་འདི། སྤྱར་བ་ལ་
བྱིན་རྒྱལས་ཡོད་ན་མ་རྒྱལས་པར་སྤྱོར་བ་ལ་མཚུངས་མི་མཚུངས་བཟླ་གོ། །སྤམ་
སྤྱར་བྱི་སྤམ་སྤན་ནི་ཞེས་བས་ནི། སྤམ་སྤྱར་ལ་སྤམ་སྤན་བྱི་གངས་ཇི་ཅམ་དུང་བ་
ལ་མཐའ་དང་མ་མཐའི་སྤོ་སྤོན་ཏེ། དགུ་ནས་ཉེར་ལྷའི་བར་རོ། དེ་ལ་བཅུ་ནས་ཉེར་

བཞིའི་བར་གྱི་རྩུང་སྣམ་མི་རྩུང་བར་སྟོན་པ་ནི། རྩུང་མ་གཏོགས་པ་སྟེ་གཞན་དུ་བ་
གཞུང་སྣམ་བྱས་པ་ན་གཡས་གཡོན་དུ་གངས་མི་ཉམས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་
རོ། །ཆེས་བྱ་ནི། ལྷན་པ་མཐར་ཆགས་སུ་སོང་བ་ལ་བཞད་ཟེར་རོ། །གཞུང་དེས་
དོགས་པ་ཅི་བཅད་ན། ལྷས་སྐྱར་ལ་སྣམ་སྟན་དགྲུ་མན་ཆད་དང་། ཉེར་ལྷ་ཡན་ཆད་
རྩུང་རམ་སྣམ་པ་དང་ཉེར་ལྷ་མན་ཆད་ལ་ཡང་རྩུང་སྣམ་རྩུང་སྣམ་པ་དང་། རི་འབྲ་
ཞིག་བྱ་བ་མི་ཤེས་པ་རྣམས་བཅང་ནས། དགྲུ་ནས་ཉེར་ལྷའི་བར་གང་རྩུང་གཅིག་
བྱའོ། །ཞེས་བསྟན་གོ། །

ཆོས་གོས་སྣམ་སྐྱར་གྱི་སྣམ་སྟན་གྱི་གངས་ནི། དགྲུ་ཡན་ཆད་ཉེར་ལྷ་མན་
ཆད་གང་ཡང་རྩུང་བ་ཡིན་པར་བྱའོ། །ཞེས་སྣམ་སྐྱར་ལ་སྣམ་སྟན་དེ་རྣམས་གང་རྩུང་
གཅིག་གིས་ཆོག་པར་གསུངས་པ་དང་། འོག་དུ་སྣམ་སྐྱར་ལ་རྒྱ་ཁྱོན་ཁྱུ་ལྷ་ནས་བྱེད་
ལྷ་དང་། གསུམ་ནས་བྱེད་དང་། གསུམ་གྱི་བར་གང་རྩུང་གིས་ཆོག་པར་གསུངས་པ་
དང་སྐྱར་ན། རྒྱ་ཁྱོན་རབ་ཆད་ལ་སྣམ་སྟན་གྱི་གངས་དགྲུ་བ་སོགས་དང་། རྒྱ་ཁྱོན་
མཐའ་ཆད་ལ་སྣམ་སྟན་གྱི་གངས་ཉེར་ལྷ་སོགས་ཤིན་དུ་ཡང་རྩུང་བར་སྣང་ངོ། །འོ་
ན་སྣམ་སྟན་ལ་སྟེགས་བྱའི་གངས་རི་ལྟར་བྱ་ཞེ་ན། ལྷས་སྐྱར་གང་ལ་སྣམ་སྟན་གངས་
དགྲུ་དང་བརྩུག་ཅིག་དང་། བརྩུག་སུམ་ཡོད་པ་ལ་ནི། སྟེགས་བྱ་བྱེད་དང་གསུམ་པ་
ཉིད་དོ། །སུ་ཡི་ཞེ་ན། ལྷས་སྟན་དེ་དག་གིསོ། འདིར་དེ་དག་གི་ཞེས་པའི་གཞུང་ཡོད་
པར་འགྲེལ་པ་ལས་མཛད་དོ། །དེ་ནི་འོག་མ་གཉིས་ལ་ཡང་སྐྱར་རོ། །ཟླ་གོས་མཐར་
གོས་ལ་སྣམ་སྟན་དུ་བྱ་བ་དང་། ལྷས་སྟན་ལ་སྟེགས་བྱ་དུ་བྱ་བ་ནི་རིམ་བུ་ལྟར་སྣམ་
སྟན་བདུན་དང་ལྷ་བྱ་ཞིང་། སྟེགས་བྱ་ནི་བྱེད་དང་གསུམ་པ་དང་། བྱེད་དང་གཉིས་

གཉིས་སོ། །དེ་ནི་རབ་འབྱེད་ཐ་གསུམ་ལ་འདྲའོ། །འོན་ཀྱང་མཐང་གོས་འཁོར་གསུམ་
ཁེབས་བ་ལྟ་བུ་ལ་མི་བྱེད་དམ་སྟུང་སོ། །

འདི་གཉིས་ཀྱི་སྒྲུབ་ཐུན་སོགས་ནི་གནང་བའི་བསྐྱབ་པའོ། །ཆོས་གོས་
གསུམ་པོ་ཆད་ཅི་ཙམ་ཞེན། འིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་རུང་བའི་ཞེས་སོགས། འིན་གྱིས་
བརྒྱབ་ཏུ་རུང་བ་ནི་འིན་རྒྱབས་ཆགས་པའོ། །དེའི་ཆེ་ཆད་ལ་ཁྱ་ལྟ་སོགས་བརྒྱབ་བ་
ནས། དེ་ལས་ལྟག་པ་ལ་ཆགས་ལ་ཉེས་བྱས་སུ་འདོད་པ་ནི་མིན་ནོ། །གཞན་ཡང་ཆད་
ལས་ལྟག་པའི་གོས་གཅིག་ལ་འིན་རྒྱབས་ཆགས་ན། ཆོས་གོས་གསུམ་པོ་འིན་
གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་རུང་བ་གང་དག་གིས་ཞེང་དུ་རང་གི་ཁྱ་གསུམ། རྒྱ་རང་གི་ཁྱ་ལྟའི་
ཆད་ཇི་སྐད་བརྟན་པ་ལས་ལྟག་པར་བྱེད་པ་སྤང་བར་འགྱུར་བ་ཉིད་དོ་ཞེས་གསུངས་
པ་དང་འགའ་པོ། །ལྟག་པའི་ཆ་པའོ། །ཞེན། འིན་རྒྱབས་དང་བལ་བའི་སྟོགས་འདིའོ།
ཞེས་ངེས་མི་རྒྱས་ལ། དང་པོ་རྫོབ་པའི་ཆེ་སྟོགས་ངེས་པ་ཅན་བྱེད་ན་ནི་ཆད་ལྟག་ལ་
རྒྱ་གོས་ཀྱི་འིན་རྒྱབས་ཀྱང་ཆགས་རུང་བས་ཆར་འབབ་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེ་ཁྱེར་
དགོས་མི་དགོས་འགའ་བ་འདུས་པར་འགྱུར་བ་དང་། ལྟག་པའི་པོ་བྱེད་དུ་འིན་གྱིས་
བརྒྱབས་ཏུ་རུང་བ་དང་། སྒྲ་བཟེད་སོགས་སུ་འདར་རུང་བར་ཏ་ཅང་ཐལ་པོ། །འབྲེལ་
པར་འདི་མན་ཆད་ནི་གོས་སྒྲི་ལྟ་བུ་ལ་དང་། ཆད་ཅི་ཙམ་ལ་འིན་གྱི་བརྒྱབས་པ་
ཆགས་པར་འགྱུར་བ་དང་། དེ་ལས་ལྟག་པ་ལ་སྤང་བར་འགྱུར་བ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ།
ཞེས་གསུངས་པས་ཀྱང་། རིམ་པ་དང་། ཆད་གཉིས་ཀ་ལྟག་པ་ལ་མི་ཆགས་
སོ། །རིགས་པ་འདི་མཐའ་ཆད་ལས་རྒྱུར་བ་ལ་ཡང་སྒྱུར་པོ། །ཞུ་བ་ལས་འགྱུར་བ་ལ།
འིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་རུང་བ་གང་རུང་མེད་པས་ཁྱ་གང་བས་རྒྱུར་བ་ལ་རེ་ནས་བཞག་

ན་ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་བའི་དམིགས་བསལ་ནི་འཁོར་གྱི་ཕྱེད་མི་ཁེབས་པའི་དམན་
བ་ནི་རེ་བ་མེད་པ་ཞག་བརྩ་བའི་རིགས་སུ་གཏོགས་པའོ། །དེས་ན་དེ་བས་དམན་བ་
འཁོར་གསུམ་གྱི་ཚུ་ཞེང་གི་ཕྱེད་ཚུན་ཁེབས་བ་གཅིག་དགོས་པར་གསལ་
ལོ། །གདོང་ཕྱིས་ལ་སོགས་པ་ལ་རྒྱ་བར་བཞག་རུང་མེད་པས་དེ་དག་མ་ཡིན་པའི་
ཡོ་བྱད་གྱི་གོས་ལ་བཞག་རུང་ཡོད་དོ། །དེས་ན་རུང་བ་མ་ཡིན་པ་བཀག་པ་དང་།
གཉིས་ཀ་རེ་བ་མེད་པའི་སྤྲོགས་སུ་གཏོགས་སོ། །འཁྱར་འཇུག་གི་རྣམས་འབྲེད་ལ།
རབ་ཏུ་བྱུང་བ་སྦྱུམ་མ་སྟེ་ཞེས་སོ། །གཞན་དུ་འདུག་ན་དེ་ལ་ཉེས་བྱས་སོ། །དཔེ་བ་
དེར་སྟེད་བ་དག་སྒོར་མ་དེ་མི་སྦྱབ་ན་ཞེས་སོ། །

འོག་ནས་ཉེ་དུ་ཡན་ལག་ཏུ་དགོས་པར་སྟོན་པའི་ཉེ་དུའི་མཚན་ཉིད་གང་ཞེ་
ན། རང་གི་པ་མ་དག་ནས་པ་མའི་སྤྲགས་བདུན་བ་ཚུན་ཆད་དེ། ལས་ཞེས་པས་པའི་
བརྒྱད་མའི་ཡན་ལག་དང་བཅས་པ་དང་། མའི་བརྒྱད་པའི་བརྒྱད་ཡན་ལག་དང་
བཅས་པ་བསྟན་པར་བཟུང་དོ། །པའི་བརྒྱད་ནི། པའི་པ་དང་། དེའི་པ་ཞེས་སོགས་
དང་། མའི་ཡན་ལག་ནི་པའི་མ་དང་དེའི་མ་ཞེས་སོགས་སོ། །མའི་བརྒྱད་པའི་ཡན་
ལག་གྲང་དེ་ལྟར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་པ་མའི་བརྒྱད་གཉིས་ཀ་སྤྲགས་སུ་གྱུར་པའོ། །སྤྲགས་
དེ་གཉིས་གང་ཡང་རུང་བ་སྔ་མ་གཅིག་ལ་སྦྱེས་པ་ནི་ཉེ་དུའོ། །སྔ་མ་ནི་གཞི་གང་ལ་
སྦྱར་རོ། །ཡང་གི་སྦྱས་གཉིས་སོ་ལས་སྔ་ནས་སྦྱེས་པ་འབའ་ཞིག་ཉེ་དུར་མ་ཟད་པའོ།
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ན། རང་རང་གི་པ་དང་མའི་བརྒྱད་ལས་སྦྱེས་པར་མ་ཟད་།
དེའི་ཡན་ལག་ལས་སྦྱེས་པ་ཡང་ཞེས་བྱའོ། །རྣམ་འབྲེད་འབྲེལ་དུ་ཕྱི་ནས་བྱ་བྱ་སོ་
ལས་སྦྱེས་པའི་བདུན་བ་ཚུན་གྲང་བཤད་ཟེར་རོ། །

འདི་ལ་ཁ་ཅིག །གང་དུ་ཡང་ཉེ་དུ་ཡིན་མིན་འདི་བཞིན་བྱེད་ཟེར་བ་དང་། ཁ་
ཅིག་ཕྱི་རོལ་ལོངས་སྤྱོད་ལ་ཆགས་པ་དགག་བྱར་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་དེ་བཞིན་ཡིན་
ལ། ཉང་སེམས་ཅན་ལ་ཆགས་པའི་སྐབས་སུ་རོ་ཆ་བའི་གནས་སུ་བྱེད་མི་བྱེད་ལ་མ་
བྱས་ན་སྤྱོ་ལྟ་བུ་ལ་འཁྱར་བརྟུག་པ་སོགས་རྒྱུར་བར་འགྱུར་བས་བཅས་པ་དོན་
མེད་དོ་ཞེས་ཟེར་རྟེ། འདི་ནི་ཡུལ་དུས་གང་ན་ཉེ་དུར་བྱེད་མི་བྱེད་དང་། ཉེ་དུ་ལའང་
རོ་ཆ་བའི་གནས་སུ་བྱེད་མི་བྱེད་ལ་ཅི་དགོས་སོ། །གང་ལ་འདྲ་ཤེས་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་
ཞེ་ན་དགོ་སྤོང་མ་ཞེས་རྟེ། དེའི་དགོ་སྤོང་མའི་“སྤོམ་”པ་དག་པ་ལྟ་བུ་མ་ཐུན་པ།
མཆན་མ་ཐུན་པ་ཐ་སྙད་གསུམ་དང་ལྟན་པ། ལུས་ཐ་མལ་པ། བསྐྱེན་དུ་རུང་བ། རྩ་
འབྲུལ་དང་མི་ལྟན་པ། ཉེ་དུ་མིན་པ་སྤྱེ་ཆོས་བརྒྱད་ལྟན་ནོ། །

འདི་ལ་བསྐྱེན་དུ་རུང་བ་དགོ་སྤོང་མ་ཡིན་པས་འབྲུག་པས་མི་དགོས་ལ།
བསྐྱེན་སྤྱིན་གྱི་དགོ་སྤོང་བསྐྱེན་དུ་རུང་བ་ན། བསྐྱེན་པ་སྤྱིན་མོས་ཆོག་གས་མི་ཆོག་
དབྱེད་དགོས་པས་དང་པོ་བརྟག་གོ། ཉེ་དུ་མིན་པ་ཡན་ལག་དུ་དགོས་པར་གསུངས་
པ་ནི་ཉི་ཤུ་སྟེ། བརྟུ་ཆན་དང་པོ་ནས་འཁྱར་འཇུག་ལེན་པ། སྤོང་བ་སོགས་བཞི་སྟེ་
དུག །བར་བ་ནས། བལ་ཆེལ་བ། མངོན་ཆན་ཉི་ཆོང་སྟེ་གསུམ། ཐ་མ་ནས་ལྷུང་བཟེད་
འཆོལ་བ། འཐག་པ་གཉིས་ཉེ་གསུམ་དང་། འབའ་ཞིག་པ་ནས། གོས་བྱེད་པ་དང་།
སྤྱིན་པ། འདུག་གནས་སུ་ཟ་བ་དང་བསོད་པ། སྤོང་བ། གཅེར་བུ་ལ་སྤྱེར་བ་དང་།
མཐོན་དུ་གཉིར་བ་སྟེ་དུག་གོ། །སོར་བཤགས་ནས་དང་པོ་གཉིས་སོ། །འདིར་ལྷུང་
བཟེད་འཆོལ་བ་ལ་ལུང་ནས་དངོས་སུ་མ་གསུངས་པ་ཡི་གེ་ཆད་པ་འདྲ་སྟེ། ཅ་བས་

ལུང་གི་དོན་ཅམ་སྤྱད་པའི་སྐབས་སུ་དངོས་སུ་བསྐྱུས་ལ། འབྲེལ་བས་བྲེ་བྲག་ཏུ་མ་
བྱས་པའི་བྱིར་རྟོ། ཞེས་ཟེར་རྟོ། ལུང་ནས་དངོས་སུ་མ་གསུངས་ཀྱང་། དོན་གྱིས་
ཐོབ་པ་ལ་དགུ་ནི། དཔེན་པ་ན་འདུག་འབྲེང་དང་། ཆོས་སྟོན་པ། སྦྱོར་དུ་བཅུག་པ་
དང་། ཡང་ཡང་ཟ་བ་རས་ཆེན་འཆོལ་བ་དང་། ལྷུང་བཟེད་གསུམ་ལས་ལྷག་པ་ལེན་
པ། ལྷན་ཅིག་ཉལ་བ། ལམ་དུ་འགྲོ་བ་སྟེ་དགུ་ལོ། །དེའི་དང་པོ་གསུམ་ལ་ནི། ལུ་བཅུ་
བ་ལས་གསུངས་ལ། བཞི་བ་ལས་ནི་བསྐྱུས་བ་ལས་དང་། ལུ་བ་ལ་ནི་འབྲེལ་བ་ལས་
ཐ་སྦྱད་ཀྱི་དབང་ཞེས་གསུངས་སོ། །དུག་བདུན་གཉིས་ལ་ནི་གོས་སྒྲོང་བ་སོགས་
གྱིས་གཞན་མཚུངས་དང་། ཐ་མ་གཉིས་ལ་ནི་འདུག་འབྲེང་སོགས་ཀྱི་གཞན་གྱིས་
སོ། །འབྲེལ་ལུང་ལས། སྟོན་བལ་སོགས་གསུམ་ལ་ཉེ་དུ་མིན་བ་བཤད་པ་ནི་མི་
འཐད་དེ། དེ་ལྟ་སྒྲུངས་པ་ཡན་ལག་ཏུ་དགོས་ལ། དེ་འདོད་ན། ཅ་བ་ལས། རང་གཞན་
གྱི་ལ་བྱང་བར་མེད་བར་གསུངས་པ་དང་འགལ་ལོ། །ཉེ་དུ་ཡིན་པ་ལ་ཅིར་འགྱུར་ནི་
བསྐྱེད་དང་། ལྷུང་བཟེད་དེ་གཉིས་མ་གཏོགས་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་བར་གསུངས་པས་
གཞན་རྣམས་ལ་ལྷུང་བ་མེད་དོ། །འདུག་གནས་ལ་ཉེས་བྱས་སུ་གསུངས་པ་ནི། རྣམ་
འབྲེད་ལས། ཉེས་མེད་དུ་བཤད་པས་ཡི་གེ་འོར་བའོ། ཞེས་སྡུ་མ་རྣམས་ཟེར།

འཁྱར་འཇུག་པའི་དངོས་པོ་ནི། ཆོས་གོས་གསུམ་དང་གཤིང་བ་གང་རུང་།
རུང་བ་ཆང་ལྡན། བདག་པོ་རང་གི་ཡིན་པ། རང་ལ་ལྟོས་པའི་བྱིན་རྒྱལས་དང་བཅས་
པ། རྟིང་པའམ་བག་བ་སོགས་འོས་པ། སྤར་བག་བ་སོགས་ཀྱི་ཅོམ་པ་མ་བྱས་པ་སྟེ།
བདུན་ཙེ་ཞེས་ཟེར་བའི་རང་གི་ཡིན་པ་རུང་བར་བྱས་པ་ལ་ཡང་ཡོད་པས་རྣམ་
བརྟགས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་རང་དབང་བ་དགོས་ལ། བག་སོགས་ཀྱི་འཕྲོ་ཡིན་ལ་

དངོས་ཀྱི་མི་བསྐྱེད་པས་ཡང་བརྟག་བར་བྱའོ། །བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་སེལ་བ་
ཆོས་གོས་སྤངས་པ་འཁྱར་བཅུག་ན་ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་བའི་ལུང་བྲངས་པའི་བྱིར་
སྤང་ལྟར་བྱུང་བས་བྱིན་རྒྱབས་འཛིག་པར་སྤང་རོ། །ཉིང་པ་ནི་དུས་ཆེགས་གསུམ་
གང་རུང་དུ་སྤྱང་བའོ། །འདི་ནི་མཆོན་པ་ཅམ་སྟེ་མ་སྟེངས་གྱང་། མི་གཙང་བ་ལ་
སོགས་པས་གོས་པའི་འཁྱར་གཞུག་འོས་པ་ཡིན་ན་ལྟར་བ་དངོས་བསྐྱེད་བར་
གསུངས་སོ། །འགའ་ཞིག་ནི་གོས་བཞི་གང་རུང་རོ། །བསྐྱོ་བས་ཞེས་པ་ནི་མངགས་
པ་ལན་སྟད་བར་འགྱུར་བས་དེ་དག་བསལ་བའི་བྱིར་རོ། །

ཆོས་གོས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདུན་པོ་དག་ལས་གང་ཡང་རུང་བའོ། །ཞེས་
གསུངས་པ་དང་། གོས་བཞི་ལ་ངས་པ་བྱས་པ་མི་འགའ་ཉེ། ལུང་ལས་གོས། ཞེས་
བྱ་བ་ནི་བདུན་པོ་བལ་གོས་དང་། ཤ་ན་དང་། ཟར་མ་དང་། དུ་གྲུ་ལ་དང་། རས་བལ་
དང་། ཀོ་ཏམ་པ་དང་། ཉི་འོག་གི་གོས་སོ། ཞེས་གསུངས་པས། ཆོས་གོས་གསུམ་
དང་གདིང་བ་དེ་དག་ལས་བྱས་པ་འཛིན་པ་ཡིན་ནོ། །ཕྱོགས་ལ་ཞེས་པ་ནི། ཆོས་
གོས་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་བྱས་པ་དང་། ལས་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ཆུར་སྦྱག་གས། ཐལ་
མོ་དྲིག་པ་ལ་ལྟ་བུ་གཅིག་བྱས་ན་ཡང་ལས་བྱས་པར་སྟོན་པའོ། །བྱས་པ་ཉིད་ན་ཞེས་
པ་ནི། དགེ་སློང་མ་ལས་བྱས་པ་ཉིད་ན་བྱེད་དུ་བཅུག་པ་ཡིན་གྱི། བསྐྱོ་བ་ཅམ་གྱིས་
མ་ཡིན་ནོ། །འཁྱུ་བ་སོགས་ཀྱི་བསམ་པ་མ་བྱུབ་ཀྱི་བར་དུ་འཁྱུ་བ་དང་། འཆེད་པ་
དང་། འཆག་པ་ལྟ་བུ་རིགས་མི་མ་སྟན་ཡང་ལྟར་བ་གཅིག་བསྐྱེད་ལ། འཁྱུ་བ་ལྟ་བུའི་
རིགས་མ་སྟན་པར་ཆད་པ་ལ་ཡང་ལྟར་བ་གཅིག་གོ། །རིགས་མ་སྟན་པ་ལ་དེ་ལྟར་རུང་
ཡང་། མི་མ་སྟན་པ་ལ་གཅིག་ཏུ་ངེ་ལྟར་རུང་སྟམ་པའི་དོགས་པ་བསལ་བའི་བྱིར།

ཆོགས་སུ་གྱུར་བ་བར་ཆད་པ་དང་། རིགས་མི་མཐུན་པ་ལ་ཡང་འབྲས་བུ་ལྟར་བ།
གཅིག་སྟེ་འབྲས་བུ་སོགས་གསུམ་ག་རྫོགས་པའི་མཐར་ལྟར་བྱེད་དོ། ཞེས་ལྟར་བྱེད་
གཅིག་ཏུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདུ་ཤེས་གཙོ་ཆེ་བའི་ལྟར་བ་ཐམས་ཅད་ལ་དོན་དང་།
འདུ་ཤེས་མཐུན་པ་ལ་དངོས་གཞི་སྟེ། དག་སྟོང་མ་ལ་ཉེ་དུ་མིན་པར་ཤེས་ཤིང་། དེ་
ཡང་ཉེ་དུ་མིན་པ་དངོས་གཞི་ལོ། །དོན་ངེ་བཞིན་མིན་པ་ལ་འགྲེལ་བར། འདུ་ཤེས་
ཀྱང་གཞན་ཏེ། ཉེ་དུ་ཡིན་ནོ་སྟེ་ལ་དོན་ཀྱང་གཞན་ཏེ་དག་སྟོང་མ་དེ་ཉེ་དུ་མིན་ན།
དེའི་ཆེ་དངོས་ཀྱི་དང་ཉེ་བའི་ལྟར་བ་ཞེས་པ་ནི་དགག་སྒྲ་གོང་ལོག་འཕྲུགས་པར་
འགྱུར་ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ན་དགག་སྒྲ་གོང་ལོག་ལ་འདུ་ཤེས་ལ་སྒྱུར་ཏེ། གཞན་དུ་ན་ལུང་
ཁྱབ་དང་། འདུ་ཤེས་གཙོ་བའི་སྒྲི་གཞུང་དང་འགལ་ལོ། ཞེས་པ་ནི། ཤིན་ཏུ་འཐད་
དེ། དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་འགྲེལ་བར་མཛད་པ་དག་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

ཡིན་གཉིས་ཞེས་པ་ནི། སྒྲ་མ་གཉིས་ཀ་ལ་སྒྱུར་རོ། ཏ་ཅང་ཡུན་མི་རིང་བ་ནི་
འབྲུག་པའི་གནས་བཙུལ་བ། རྩས་བཞག་པ། རེག་གི་བསྐྱེད་པ་རྣམས་དང་པོར་
བྱའོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞེས་པ་ནི། དག་འདུན་ཀྱི་ཁྲིམས་སུ་བྱ་བའི་དབང་གིས།
བཙུལ་ལྟར་འདས་ཀྱི་བཀའ་ལས་འགལ་བར་མི་བྱའོ། །སྒྲུང་བར་བྱ་བ་ནི། གང་ཟག་
གིས་ཀྱང་རོ། །ཁྱབ་ནས་འབྱུང་བ་ལ། བཤད་བ་དང་ཞེས་ཏེ། རྒྱུན་དེ་དག་ཅུང་ཟད་
ཅུང་ཀྱི་བརྒྱ་བར་འོས་པ་ལ་ཡང་ན་སྒྲ་བ་མེད་དོ། །རྩེ་ཕུ་རྟོག་དང་ཞེས་ཏེ། རུང་
བར་བྱས་པ་ནི། རྣམ་བཟགས་བྱས་པ་ལ་བྱེད་དོ། །དག་འདུན་ཀྱི་ཞེས་པ་ལ། རང་
གར་གཏོགས་ཀྱང་རང་འཆི་བ་རང་གི་ཞེན་པ་ལ་བྱེད་པར་གོ་བར་བྱའོ། །ལེན་པའི་

ནམ་འབྲེད་ལ་ཡུལ་སྤར་དང་འབྲེད་པ་དང་སེམས་ཡང་ཆེ་བ་མིན་པ་སྟེ།
 དགུ་ལྷན་ནོ། དངོས་པོ་ནི་གོས་རུང་ཆད་ལྷན། དགེ་སློང་མ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཡིན་པ། དེ་དང་
 འབྲེལ་བར་གནས་པ་སྟེ། ལྷ་ལྷན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། དེའི་ཆད་ལྷན་ནི་ཁྱུང་ལོངས་
 པའོ། རྟེན་གྱི་དགེ་འདུན་ལ་གོས་འབྲུལ་བ་ན་དེའི་ཁོངས་སུ་མི་གཉི་གས་
 པའོ། ལེགས་པར་སྤྲོ་བ་དང་། བསྟན་ཚུགས་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཆོས་གོས་ཆང་
 བར་ཡོད་པ་སྟེ་བཞི་ལྷན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། ཡུལ་ལ་དགེ་སློང་ལ་གོས་སྟེར་པར་ཚོམ་
 བ་ཡིན་པ་དང་ཞེས་བསྟན་ཏེ། མི་སྟེར་བ་ལ་ལེན་ན་འདིའི་ལྱུང་བར་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་
 རོ། རྟེན་པ་ཆེ་བ་ནི། བསོད་ནམས་འདོད་པའི་སྤོས་སྟེར་བའོ། ལེགས་པར་སྤྲོ་བ་ནི་
 ཆོས་འཆད་པའོ། བསྟན་ཚུགས་བྱེད་པ་ནི། ཡུལ་དེ་གཉིས་གང་ཡང་མ་ཡིན་པས་
 གཞན་གྱི་བསྟན་ཚུགས་བྱེད་པའོ། ཆོས་གོས་ཆང་བ་ནི། གོས་བཙུག་ལྷན་འདས་
 གིས་གནང་བ་ནམས་གང་མེད་པ་དེའི་ཕྱིར། ལེན་ན་ལྱུང་བ་མེད་དམ་སྟེ་མ་སྟེ་
 དབྱེད་དོ། འདུ་ཤེས་སྤར་དང་འབྲེད་ལ། ཀུན་སློང་ཕྱིར་མི་སྟེར་བའི་ལེན་འདོད་
 དོ། སྦྱོར་བ་ཅང་མི་སྤྲོ་བས་དང་དུ་ལེན་པ་དང་། ཆོག་ལས་གཞན་པའི་རིག་བྱེད་
 གིས་མི་ཆོག་པས་ངག་མཆན་ཉིད་དང་“ལྷན་’པས་ལེན་པར་ཚོམ་པའོ། མཐར་ཐུག་
 གི་ཡན་ལག་རྩ་ཞེས་པ་དང་། དེའི་དང་པོའི་ཆད་ལྷ་བའི་ཞེས་གསུངས་པས་དེ་ལ་
 ཐུབ་པའི་སྤོས་སྟེར་པའོ། དགེ་སློང་མས་ཞེས་པ་ནི། བཟུང་བའི་ཕྱིར་ཡིན་གྱི་ལོངས་
 སྟོད་པའི་ཕྱིར་མིན་པའོ།

གོས་སློང་བ་ལ་ཡུལ་ནི། རབ་བྱུང་ནམ་གཉིས་ཀྱི་ལྔའ་བ་རྟགས་སྟོམ་གང་

དང་ཡང་ལྷན་པའི་ཁྱིམ་པ་ཡིན་པ། ལུས་ཐ་མལ་པ། ཐ་སྙད་ལྷ་དང་ལྷན་པ། རང་དང་
 རྩམ་གྱི་སློན་ས་ཐ་དད་པ། ཉེ་དུ་མིན་པ། མ་བསྐྱངས་པའི་སློན་དུ་ཅི་བདེར་སློབས་པ་
 མ་ཡིན་པ་སྟེ་དུག་ལྷན་ནོ། །འོག་མ་གསུམ་དང་། ལྷང་བཟེད་འཆོལ་བ། འཐག་པ་
 གཉིས། རས་ཆེན་འཆོལ་བ་རྣམས་ལ་སྦྱར་ཟེར་རོ། །མ་བསྐྱངས་པའི་སློན་དུ་ཅི་
 བདེར་སློབ་པ་ནི། མ་བསྐྱངས་པར་མི་སྟེར་བ་མིན་པ་ལ་བྱ་དགོས་ན། སྐགས་པ་
 གཉིས་པ་ནི་སྤྱོད་པ་དུ་སློབ་འདོད་ཡོད་ལ། སྐགས་ཀྱང་མི་ངེས་པར་སློང་བ་ནི།
 འདིའི་ལྷང་བར་བཤད་པས་འདི་ལ་ནི་སླང་བར་བྱ་བ་རང་ལ་མ་བསློམ་བཤམ། བསློམ་
 ཀྱང་མི་ངེས་པ་ཞེས་སྦྱར་རོ། །འདི་གཙོ་བོར་རྟེན་གྱི་སློན་ས་ལྷང་བར་སོང་བ་ཡིན་
 པས་རྟེན་གྱི་སློན་ས་ལྷང་བར་སོང་བས་གོས་ཆང་བར་ཡོད་བཤོ། །

དེ་ཡང་ཆོས་གོས་གསུམ་ཆང་བས་མི་ཆོག་སྟེ། འཆོ་བའི་ཡོ་བྱང་གང་མེད་
 ཀྱང་སློང་བར་རིགས་ལ། འདི་མི་རིགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་དང་འོག་མ་
 གསུམ་ལ་སྤྱོད་པ་བཟུང་མ་བཏིང་བ་ཡང་སྦྱར་རོ། །སློང་བའི་དངོས་པོ་ནི། གོས་རུང་བ།
 ཆད་དང་ལྷན་པ། སློན་བདག་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཡིན་པ་སྟེ་བཞི་ལྷན་ཟེར་རོ། །འདི་རྣམས་ལ་
 འདུ་ཤེས་ཀྱི་ཡན་ལག་སྦྱོར་བ་བརྟག་པར་བྱའོ། །མཐར་ཐུག་ནི་འདི་རྣམས་ལ་ཐོབ་
 གློ་སྦྱེས་པ་ཞེས་ཟེར་འཐད་པ་འདྲའོ། །རུང་བ་ནི་རྒྱས་ཆོག་གས་སྟུང་མོ། །ཆད་ལྷན་
 བྱི། འགྲེལ་པར་ཁ་དོག་ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་བ་མ་བྱས་པར་སྦྱར་བསྐྱངས་པ་ན་གང་
 ཡང་རུང་བ་ཞིག་ཐོབ་ན་ཡང་སླང་བའི་ལྷང་བྱེད་དོ། །ཞེས་དང་། ཅ་བལ། རིན་ཐང་དང་
 ཁ་དོག་དང་། ལྷ་ཆད་ལས་རྣམས་པ་གང་བསྐྱངས་པའོ། །ཞེས་འབྱུང་བས། ཆད་ལ་ཀྱན་
 སློང་བྱེ་བྲག་ཅན་མེད་ན་ལྷ་གང་ཡན་ཆད་ལ་དངོས་གཞིའོ། །རིན་ཐང་དང་ཁ་དོག་ལ་

ཡང་དེ་ལྟར་རྟོ་བྱེད་བྲག་ཅན་ཐུ་ལྷ་བ་དང་། ཀཱུ་བ་ཏ་ལྷ་རི་བ་དང་། གོས་སྒོང་བ་
ན་དེ་དག་ལས་གཞན་ལྷག་པར་ཐོབ་པ་ལ་ལྷུང་བ་མེད་པར་གསུངས་པས་གང་
བསྐྱེདས་པ་དེ་ཐོབ་པ་དགོས་སོ། །

འོ་ན་རིན་ཐང་དང་ཁྱ་ཆོད་ཆུང་དུ་སོང་བ་ལ་ཡིན་དུ་ཚུགས་ཀྱང་། ཆེར་སོང་བའི་གཞན་ཐོབ་པ་ལ་རི་ལྷོང་འགྱུར་ཞེ་ན། འབྲེལ་བར་འདིར་གཞན་ལ་ལྷོང་མེད་དོ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐང་དང་བར་འགྱུར་བ་ཉིད་ལ་ཡིན་པར་རིགས་པར་བྱའོ། རྒྱན་གཅིག་ལ་ལྷག་པར་ཐོབ་པ་ལ་ལྷོང་བ་མེད་པ་མིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་པས་གོས་སོ་སོ་བ་དང་། རྒྱན་གཅིག་གསུམ་ཐོབ་དུས་སོ་སོ་བ་དང་རྒྱན་གཅིག་གང་ཡིན་དཔྱད་པར་བྱའོ། །ཁ་ཆར་བསྐྱངས་པས་རས་མ་ཐོབ་པ་དང་། རས་མ་བསྐྱངས་ན་རས་ལྷག་ཆེན་དང་། ལྷག་ཐོན་ཐོབ་པོ་སྟེ་ནས་བསྐྱངས་པས་ཐོབ་ན་ཡང་ཉེས་པ་མེད་པར་གསུངས་སོ། །དེའི་རང་བཞིན་རྒྱ་སྤུན་གྱི་སྤྱད་པའི་རྒྱ་བལ་ལོ། །སྒོར་བར་རིགས་པ་ནི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཞེས་ཏེ། ཡོ་བྱད་བརྒྱ་གསུམ་གང་དང་མེད་པ་དེ་དང་དེར་སྒོར་བ་མདོར་ན་གང་ལ་དགེ་སྒོར་གྱི་ཡོ་བྱད་གྱི་དངོས་པོ་གང་གིས་བྲེལ་བ་དེ་ཉིད་མིན་པ་ལ་སྒོར་བ་ལ་ཉེས་པ་མེད་དོ། །དེ་ནི་བྱེད་པར་དགེ་སྒོར་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་གྱི། ཆོས་གོས་མ་ཡིན་ཏེ། མེད་པའི་བྱིར་རོ། འདིའི་ལུལ་དང་དངོས་པོ་སྤར་དང་འབྲས་ལྷོ། འོན་ཀྱང་ཆོད་ནི་བྱུང་ལས་ལྷག་པའི་ཁྱ་གང་སྒོར་བའོ། མི་སྟེར་པའི་བྱིར་རོ། །རྟེན་ལ་ཁ་ཅིག་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པར་བྱ་བ་གསུམ་མེད་པ་བཟེང་ལ། ཁ་ཅིག་ཐམས་ཅད་མེད་པ་བཟེང་ཏེ། བྱི་མ་མིན་ལ་སྤར་མ་ཡང་བརྟག་པར་བྱའོ། །

འགྲེལ་པར་ནི། ཡོ་བྱད་བཅུ་གསུམ་པོ་ལྟ་བུ་གང་ཡང་མེད་པ་སྟོང་བར་

རིགས་པར་བཤད་བས་དེ་ནི་བྱེད་པ་པོའི་ཞེས་པའི་དེ་ནི་སྒྲོང་བར་རིགས་པ་ལ་
གསུངས་པས་གང་རུང་གཅིག་མེད་པས་ཆོག་མི་ཆོག་གྲང་བརྟག་པར་བྱའོ། །འདིར་
སྦྱིན་བདག་ཐ་དད་ལ་ནི་འདི་ཙམ་ལས་མི་བསྐྱར་བའི་ཆད་ངེས་པ་མེད་པས་སྦྱིན་
བདག་གཅིག་ལ་སོ་སོར་ཐར་བ་ནས། གལ་ཏེ་བྲམ་ཟེ་དང་། ཁྱིམ་བདག་དད་པ་ཅན་
གྱིས་ཆོས་གོས་རབ་ཏུ་མང་པོ་དེ་དག་དུས་གྱིས་སྟོབས་པར་བྱེད་པར་གྱུར་བ་ན།
དགེ་སློང་དེས་འདོད་ན་ཆོས་གོས་དེ་ལས་སྟོད་གཡོགས་བཅས་པ་མན་ཆད་བསྐྱར་
བར་བྱའོ། །

དེ་ལས་ལྷག་པར་ལེན་ན་སྤང་བའི་སྤྱད་བྱེད་དོ། ཞེས་མང་པོ་བསྐྱབས་གྲང་
དགེ་སློང་གིས་བྱང་ལས་ལྷག་པ་བསྐྱར་དུ་མི་རུང་བར་གསུངས་སོ། །དེས་ན་ཅི་
བདེར་སྟོབས་པ་མིན་པ་ཡང་དབྱུད་པར་བྱའོ། །འདིར་ལྷག་པ་སྒྲོང་མི་སྒྲོང་ལ་ཁྱིམ་
པའི་ཆད་ཐོབ་ན་ཁ་བསྐྱང་བ་ཞེས་དམིགས་གྱིས་བཀར་བ་ལྟར་ན། ཁྱིམ་པའི་ཆད་
གཉིས་ཆད་ལ་སྦྱོར་དགོས་པས། དེ་གཉིས་ཐོབ་པའི་ཁ་བསྐྱང་བསྐྱར་དུ་མི་རུང་བ་ནི།
དེ་བས་ཆུང་བ་ལ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་མི་རུང་ཡང་། དེ་གཉིས་ལ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་
རུང་སྟེ། མ་དུས་པའི་བྱིར་དོ། །འོ་ན་ངེ་ལྟར་སྒྲོབ་ཅེ་ན། འདོད་ལ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱ་མེད་
པར་ཞེས་པ་ནི། འཆའ་ལ་བར་ཆད་མ་བྱུང་ན་ཞེས་སོགས་བཞག་ནས། བསྐྱབ་ཅེས་
པ་ཡིན་པ་འདྲའོ། །ཆོས་གོས་མ་དུས་པ་འཆང་བར་འདོད་པས་ནི། ཁྱིམ་པའི་ཆད་
འདོད་དགོས་ལ་དེའི་མཐའ་ཆད་ལ་འཆའ་ལ་ཞེས་སོགས་བཞག་ནས་སྒྲོབ་དགོས་
སོ། །གལ་ཏེ་མ་དུས་པ་ལ་བྱས་ཟིན་པའི་བྱིན་སྐྱབས་བྱེད་པར་མི་རུང་ན། འོ་ན་ཆོས་
གོས་དེ་ལ་འཆང་འདོད་པ་ལ་ཡང་བསྐྱེད་པར་མི་རུང་ངོ། །སྤྱ་མ་ཐོབ་ན་ཞེས་ཆོས་

གོས་མ་དུས་པ་འདྲི་བའི་དབང་དུ་བྱས་པ་མ་ཡིན་ན། ཁ་བསྐྱར་ཡང་ཅི་འདྲི་བྱིང་
བསྐྱར་དུ་མི་རུང་ཞེས་པ་རྣམས་འགྲེལ་བའི་དགོངས་པ་ཡིན་པ་འདྲོ། །

འདིར་སྔ་མ་རྣམས་ཆོས་གོས་དུས་པ་བྱ་བའི་བསམ་པ་ཡོད་ནས་རབ་བྱུང་གི་
ཆད་སྐབས་པ་ནས། ཐ་ཆད་དམ། འབྲིང་ཆད་ཐོབ་ན་ཁ་བསྐྱར་བསྐྱར་ཟེར་བ་ནི་མ་
ཡིན་ནོ། །ལྷག་པ་སྤྱི་ན་མི་སྤྱི་ན་ནི་འགྲེལ་བ་ད། ཁྱིམ་པའི་ཆད་ལས་ལྷག་ཀྱང་སྤྱིར་མི་
དགོས་དང་། རབ་བྱུང་གི་ཆད་ལས་ལྷག་ན་སྤྱི་ན་ཞེས་པ་ཅུ་ལས། རབ་འབྲིང་
སོགས་ཀྱི་གསལ་ཁ་མེད་དོ། །སྔ་མ་རྣམས་ཁྱིམ་པའི་རབ་ཆད་ལས་ལྷག་པ་ལས་
རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་རབ་ཆད་ལས་མ་ལྷག་ན་སྤྱིར་མི་དགོས་པ་དང་། རབ་བྱུང་གི་རབ་
ཆད་ལས་ལྷག་ན་སྤྱིར་དགོས་ཏེ། བསམ་པའི་དོན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ལས་ལྷག་པ་
མེད་པ་དང་ཡོད་པའི་བྱིང་ཞེས་ཟེར་རོ། །རྫོགས་མ་རྫོགས་ཀྱང་མི་འདྲ་བའི་བསམ་
པས་སྐབས་པ་ན། བསམ་པ་དེ་དགོས་སྤྱིའི་བསམ་པ་ཡིན་ལ་དེའི་ཆེ་ཁྱིམ་པའི་ཐ་
ཆད་ཐོབ་པ་ལ་སྤྱི་ཆད་དུ་ཆོག་པ་ཡོད་པས་དེ་ལས་ལྷག་པ་མི་སྤྱིར་ལ། འདྲི་བའི་
བསམ་པའི་ཆེ་རབ་བྱུང་གི་ཐ་འབྲིང་ཐོབ་པ་ལ་ཁ་བསྐྱར་བསྐྱར་དུ་རུང་སྟེ། འདྲི་བའི་གི་
བསམ་པ་ཡིན་པས། དེ་ལ་བསམ་པའི་དོན་རྫོགས་པ་ལས་ལྷག་པ་བསྐྱར་བ་མེད་
པའི་བྱིང་ཞེས་ཟེར་བ་རྣམས་ཀྱང་མིན་ནོ། །འདྲི་བ་ཐོབ་ན་ལྷག་པ་བྱིན་པར་བྱ་བའི་རྒྱ་
མཆན་དུ། འགྲེལ་བར་དོན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ལས་དེ་ལྷག་པའི་བྱིང་རོ། །བསམ་
པའི་དབང་གིས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། གཅིག་ཀྱང་དུས་པ་ལ་སོགས་
པའི་བསམ་པས་སོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཁྱིམ་པའི་ཐ་ཆད་གཉིས་ཐོབ་པའི་ཆེ་ལྷག་པ་བསྐྱར་དུ་མི་རུང་ན། སྤྱིན་ཡང་

དགོས་སོ་སྟུམ་ན། མི་དགོས་བ་དང་། འོན་རབ་བྱུང་གི་ཐ་ཆད་གཉིས་སོ་བ་ནལང་མི་
དགོས་སོ་སྟུམ་ན། སྤྱིན་དགོས་སོ། །དེའི་རྒྱ་མཆན་ནི། དུས་པའི་ཐ་ཆད་^༡ཕྱེད་དང་
ལྔ་དང་། ཕྱེད་དང་གསུམ་ལས་ལྷག་ན་གོས་རྫོགས་བ་ལས་ལྷག་ལ། མ་དུས་ལ་དེ་
དང་འཁོར་གསུམ་ཁེབས་བ་ལས་ཀྱང་། ཐ་ཆད་ལས་མི་ལྷག་པའི་ཕྱིར་ཉེ། འདི་ལ་
རབ་ཆད་དུ་མ་ཆོག་བ་ལས་ཐ་ཆད་ཀྱི་མགོ་འཇུག་པར་གསུངས་པས་འབྲིང་ཆད་
མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་རབ་བྱུང་གི་ལ་ཐ་ཆད་ལས་ལྷག་པ་སྟེར་དགོས་ན་འབྲིང་
དང་། རབ་ཆད་ལྟ་ཅི་སྟོས། བྱིས་བ་ལ་ཐ་ཆད་ལས་ལྷག་པ་སྟེར་མི་དགོས་ཀྱང་། རབ་
ཆད་ལས་ལྷག་པ་སྟེར་དགོས་སོ། །

འདི་ནི་འགྲེལ་པའི་དགོངས་བ་ཡིན་པར་སེམས་སོ། །སྤྲུགས་བ་གཉིས་ལ་
ཡུལ་སྤར་གྱི་སྟེར་དུང་སྤངས་རྒྱུར་བ་དང་། ཆེ་བ་སྟེ་པ་མ་སོ་^༢སོ་ནས་གོས་རེ་རེ་
བསྟེ་མི་རུས་བ་དང་རུས་བའོ། །འདིའི་ཡང་དུག་པ་ལ་དབྱེད་དོ། །དངོས་སོ་སྤར་ལྟར་
བཞིའོ། །རྟེན་ནི་ཆོས་གོས་ཡོད་པ་སྟེ། མེད་ན་སྤར་མར་འགྱུར་བས་ཟེར་ཉེ། དེ་མི་
དགོས་བ་འདྲ་བས་སྤྲུགས་པར་ཤེས་བ་དགོས་སོ། །རྣམ་འབྱེད་ལས། ལྷག་པ་ལ་
གསུངས་པས་དངོས་ཆོད་སྤངས་བ་ལྟར་མེད་དུ་འདོད་པ་ནི་དབྱེད་པར་བྱའོ། །སྤྲུགས་
བ་ནི་བསྟེས་བའོ། །མ་སྤུལ་བ་ནི་ཆོས་གོས་ཀྱི་མགོན་དུ་མ་བོས་བའོ། །ཤེས་བ་ནི་
དགེ་སྟོང་གིས་སོ། །མ་སྤྲུགས་བ་དང་འདྲ་བ་ནི་སྤྱིར་དངོས་ཀྱི་ལྟར་བ་སྤྱེད་ཚུལ་
ལོ། །དེ་ཉིད་ནི་གོས་སྤྲུགས་བ་། དགེ་སྟོང་གིས་མི་ཤེས་བའོ། །གཞན་ནི་མ་སྤྲུགས་
བ་ཉིད་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་སྟོང་ན་སྟོང་པའི་སྤར་བར་གཏོགས་སོ། །སྤྱིར་བའི་ཆེ་མི་ཤེས་

༡ ཆད

༢ ས

ན་དེའི་ཉེས་བྱས་སྒོར་བར་གཏོགས་ལ། ཉིང་ནས་ཤེས་ཏེ་ཐོབ་ན་སྒྲགས་པར་གཏོགས་པའི་དངོས་གཞིའོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །

སྒྲོར་བ་གཅིག་པས་ལྷུང་བའི་མང་ཉུང་གི་ཆད་བཟུང་བཞི། དགེ་སྒོར་མ་ལ་གོས་སྦྱིན་པ་དང་། ཉེ་དུ་མིན་པ་ལ་ལྷུང་བཟེད་དང་། རབ་ཆེན་ཐོབ་པ་ལ་ཡང་སྒྲུར་རོ། །བསྐྱར་བའི་སྒྲར་བ་ལ་ཞལ་ཏ་བྱེད་པ་ལ་བསྐྱལ་བར་གྱུར་ནའོ། །དེ་ཅི་འདྲ་ཞེ་ན། རོ་ཉམས་བསྒོ་བ་བྱས་པའི་ཞལ་ཏ་བའོ། །དི་ལྟར་བསྒོ་ན་ཆོས་གོས་ཉི་བའི་རིན་རུང་བ་མ་ཡིན་པ་སྟེ། གསེར་ལ་སོགས་པའི་རིན་པོ་ཆེ་སྦྱིན་བདག་གིས་ཐོ་ཉ་བ་ལ་དགེ་སྒོར་གི་སར་བསྐྱར་བ་ན། ཆེ་དང་ལྡན་པ་ཐོ་ཉ། དགེ་སྒོར་དག་གིས་གོས་ཀྱི་རིན་ལེན་དུ་མི་རུང་རྟེ། བདག་ཅག་གོས་རུང་བ་དུས་སུ་རྟེན་ན་ནི་ལེན་རོ། །ཞེས་བྱ་བས་སྒྲངས་པ་ན། རོ་ཉམས་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཞལ་ཏ་བྱེད་པ་འགལ་མཆིས་སམ། ཞེས་ཞལ་ཏ་བ་ཡོངས་སུ་འདྲི་བ་སྡོན་དུ་བཏང་བའི་ཆོ། དགེ་སྒོར་གིས་འདིའི་ཞེས་བསྟན་པ་ལ་ཐོ་ཉ་བས་ཁྱོད་ཀྱིས་གོས་ཀྱི་རིན་འདིས་གོས་འདི་འདྲ་ཞིག་ཉོས་ལ། དགེ་སྒོར་མིང་འདི་ཞེས་བྱ་བ་འོངས་པ་དང་བསྒོ་ན་ཅིག་ཅེས་པ་བསྒོས་པའོ། །སྒྲུས་པ་ནི། ཐོ་ཉ་བས་སོ། །ཞལ་ཏ་པ་ལ། ལྷུང་བའི་མཐའ་རྗེས་སུ་བརྗོད་པ་སྒྲར་བྱས་པ་དགེ་སྒོར་ལ་སྒྲུས་པའོ། །འགྲོ་བར་མ་རུས་པ་དང་། བསྐྱལ་བའི་སྒོ་དུག་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་བཅའ་བར་བྱའོ། །ཆེ་དང་ལྡན་པ། ཞལ་ཏ་པ། བདག་པོས་འདོད་དོ། །ཞེས་ལན་ཅིག་དང་། གཉིས་ཀྱི་མ་གྲུབ་ན་ཞེས་སོ། །བསྐྱལ་བསྒྲང་ལ་“གོ”འེམ་འེས་པ་མེད་ཅིང་། བྲངས་ནི་“བསྒྲད”པ་བཞི་དང་། བསྐྱལ་བ་གཉིས་ལྟ་བུ་ལ་ཉེས་པ་མེད་ལ།

༡ གོས་

༢ བསྒྲད་

བསྐྱོག་མི་རུང་རོ། །རྣམ་འབྱེད་ལས། བཞི་ལས། ལྷའས། རྒྱག་གས། བར་དུ་ཅང་མི་
སྤྲ་བར་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱད་ཀྱི་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་མི་འགལ་ཏེ། དེ་ནི་བསྐྱུལ་བ་
དང་བཅས་པའི་ཡིན་ལ། འདི་ནི་སྤྱོད་པ་འབའ་ཞིག་ལ་གསུམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་
རོ། །བསྐྱུལ་བསྐྱད་ཀྱི་རྒྱག་པོ་དེ་ལས་གཅིག་གིས་ལྷག་ན་སྤང་བར་འགྱུར་ལ། སྤྱིན་
བདག་གིས་སེམས་བསྐྱང་བར་ཁས་མ་སྤངས་ན་ཡང་སྤང་བའོ། །ཅི་ཞིག་བྱས་ན་
ཞེན། སྤང་བའོ། །གང་ཞེན། གོས་སོ། །འདིར་དངོས་པོ་ལ་གོས་སམ་གོས་ཀྱི་རིན་
པལ་ཆེར་རུང་བ། གོས་ཁྱ་གང་རི་བའི་ཆད་དང་ལྷན་བ། སྤྱིན་བདག་གིས་པོ་ཉ་བ་ལ་
བསྐྱར་ཞིང་དེས་ཞལ་ཏ་བ་ལ་གཏད་པ་སྟེ་ལྷོ། ཞེས་ཟེར་རོ། །

དེ་ལ་བསྐྱུལ་བསྐྱད་ལྷག་པ་ལ་ལྷུང་བར་འགྱུར་བའི་ཆེ་ནི། གོས་ཀྱི་རིན་རིན་
པོ་ཆེ་དགོས་ལ། བསྐྱང་བའི་ཆེ་འགྲེལ་པར་གོས་ལ་བཤད་དོ། །གསུམ་ཆར་ཞེས་པ་
ལ་བྱིས་པ་ཡིན་པ། ཐ་སྤྱད་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ། ལུས་ཐ་མལ་པ། རང་དང་དེ་གསུམ་ཡང་རྩས་
ཀྱི་སྒོ་ནས་ཐ་དད་པ་བཞི་ནི་སྤྱི་ལ་ཡིན་ལ། བྱེ་བྲག་ཏུ་ཞལ་ཏ་བས་སྤྱིན་བདག་གི་
སེམས་བསྐྱང་བར་ཁས་མི་ཡེན་པའོ། །མཐར་ཐུག་ནི་ཐོབ་སྟོ་སྤྱེས་པ་ཟེར་རོ། །མི་
མིན་པས་གསུམ་གཅིག་དང་། གཉིས་པ་གསུམ་དུ་བྱས་པ་ཡིན། མི་ཡི་གཉིས་པ་
གསུམ་ག་དང་། གསུམ་གཅིག་དེ་དག་སུ་བརྒྱད་དོ། །ཞེས་བརྒྱད་གསུངས་པ་ལ།
གཅིག་ལྷུང་བྱེད་དང་། གཞན་ཉིས་བྱས་སོ། །པོ་ཉས་ལྷུང་བའི་ཐ་མ་སྤྱེས་པར་དགོ་

༡ བསྐྱད

༢ སྤྱོད

༣ བསྐྱད

༤ སྤྱོད

༥ ལྷོ

སྒྲོང་བསྐྱལ་ན་ཉེས་བྱས་སོ། །ཆོས་གོས་ཀྱི་རིན་པོ་ཉམ་བྲིང་འོངས་པ་ན། ལྷང་
བཞད་པ་ལྷང་མ་སྤངས་པར་ལེན་ན་ཉེས་བྱས་སོ། །མ་ངེས་པར་ཞལ་ཏ་པ་སྟོན་ན་
ཡང་ངོ། །ཞལ་ཏ་བའི་ལག་ནས་གོས་ཐོབ་བའི་རེ་བ་མེད་པ་ན་སྦྱིན་བདག་ལ་མ་སྤྲོན་
ན་ཡང་ངོ། །

ཁ་ཅིག་ཙམ་བརྟན་པའི་ཚོ་ག་འདི། རིན་པོ་ཆེ་རུང་བ་མ་བྱས་པ་ལ་ཡིན་
 གྱི། བྱས་པ་ལ་ནི་སྤངས་ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་ཟེར་རོ། སྤྱིན་བདག་གིས་གོས་ཀྱི་རིན་ལ་
 དམིགས་ཤིང་། དག་སྤོང་ལ་ཡང་དེའི་དགོས་པ་ཡོད་ན་འདིར་བསྟན་པ་འདི་དགོས་
 ལ། ཕྱིའི་བསམ་པས་བསྐྱར་ཞིང་། དག་སྤོང་ལ་ཡང་སངས་རྒྱས་མཆོད་པ་དང་།
 དག་འདུན་གྱི་སྟོན་མོ་ལ་སོགས་པའི་དགོས་པ་ཡོད་ན་རུང་བ་བྱས་ལ་བདག་གིར་
 བྱའོ། ཞེས་པ་ནི་འགྲེལ་པ་མཁན་གྱིས་སོ། སྤྱིན་བལ་གྱི་སྤང་བ་ལ། སྟན་ནི་སྤྱིངས་
 པ་དང་། རང་ཆངས་ཅན་གཉིས་སོ། རྟེན་གཉིས་ལ་འཇམ་པོ་དང་། རས་བལ་ཅན་ཞེས་
 ཀྱང་གསུངས་སོ། གཤིང་བ་དང་སྟན་གཉིས་ཐ་དད་དེ། རྣམ་པ་དང་། དགོས་པ་དང་།
 གནང་བ་གཤམ་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་རོ། རྟེས་ན་སྤྱིན་བལ་ལས་གཤིང་བ་བྱར་རུང་ལ།
 སྟན་མི་རུང་ཟེར། སྟན་གྱི་ཞེང་ནི་གཤིང་བ་དང་འདྲ་ལ། སྤིང་དུ་རབ་ལ་ཁྱ་བྱེད་ལྟ་
 དང་། ཐ་ཆད་ལ་བྱེད་དང་གསུམ་མོ། འཕྲིང་ནི་དེ་གཉིས་ཀྱི་པར་རོ། རང་ཆངས་ཅན་
 གྱི་ཕྱི་ཕྱན་ཡང་སྟན་གྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པས་དེ་འཆང་བ་ལ་སྤང་བ་མེད་དོ། སྟན་
 གྱི་རབ་ཆད་ཐ་ཆད་དེ་དག་ལས་ཆེ་བ་དང་། རྒྱང་བ་ལ་བྱིན་རྒྱབས་མི་ཆགས་པ་དང་།
 ཁོངས་སྤྱོད་པའི་ཆེད་དུ་བདག་གིར་བྱ་མི་ཉན་པ་འདྲའོ། འདི་ལ་སྤྱིན་བལ་རུག་བ་
 ཆད་ལྟན། རང་དབང་བ། རྒྱ་བ་བཞིར་སྤྱད་པ་མིན་པའི་རྣམ་མཉེས་པ་གཞན་དང་མ་

བསྐྱེད་པ་། ཡུལ་དུ་དེར་དགོན་ཞིང་རིན་ཆེ་བ། སྤར་བཙོའི་རྩོམ་པ་མ་བྱས་པ་སྟེ་དེ་
བརྒྱད་ལྡན་ནོ། ཞེས་ཟེར་རོ། ཁྲི་ལྡན་ནོ། འཁོར་གསུམ་ཁེབས་པའི་མཐར་ཐུག་
པའི་ཆད་དེ། དེ་ཙམ་གྱིས་ན་ལྟར་བའི་དངོས་གཞིར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། དེ་བས་རྒྱང་
ན་ནི་ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །ཁྱུ་བྱེད་དང་གསུམ་དང་འབྲ་བ་ཡིན་
ནམ་དཔུང་དོ། ཁྲི་ལྡན་ནི་འོག་མ་གསུམ་ག་ལ་འབྲའོ། །གཞན་དང་“བསྐྱེད་”པ་ལ་རྩས་
ཉེས་པ་འབའ་ཞིག་གམ། དེ་དང་བསྐྱེད་པ་གཉིས་ཀ་ལ་ཉེས་བྱས་སུ་གསུངས་པའི་
ཕྱིར་། །བལ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་དེ་འབྲ་བར་གསུངས་པས་རྩས་ཉེས་པ་དང་དེ་
བསྐྱེད་པ་ནི་འོག་མ་རྣམས་ལ་ཡང་མཚུངས་སོ། །བལ་གཞན་དཀར་པོ་འཕ། རས་
བལ་ལམ། གསོ་བལ་ལ་སོགས་པའི་རྩས་ཉེས་དུ་དང་བསྐྱེད་ཉེ་སྟོན་བལ་གྱི་སྟན་
བྱེད་ན། ཉེས་བྱས་སུ་གསུངས་པ་ནི། སྟན་ཐམས་ཅད་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པར་གསུངས་
སོ། །ཉེས་དུ་ཞེས་པས་ཆ་མཉམ་པར་བསྐྱེད་པ་ལ་ནི་ལྟར་བ་དངོས་གཞིར་འགྱུར་ཉེ།
སྟོན་བལ་དང་བལ་ནག་ཆ་མཉམ་པར་བསྐྱེད་ནས་སྟན་བྱེད་ན་སྤར་བར་འགྱུར་
རོ། །དེས་ན་གཞན་དང་བསྐྱེད་པ་མིན་པ་ལ་བྱུང་པར་གོ་བར་བྱའོ། །བལ་ནག་པོ་
འབའ་ཞིག་པ་ལ་ནག་པོས་སྟོན་བལ་བཟེ་བ་མ་གཏོགས་པ་འབྲའོ། །

ཆ་གཉིས་བསྐྱེད་པ་ནི། སྟོན་བལ་ལྟ་བུ་ལས་དམན་པ་ཉིད་དམ། དེ་བསྐྱེད་པ་
ལ་ཉེས་བྱས་སུ་བསྟན་ཞིང་། བལ་ནག་ལས་དཀར་པོ་དང་། འཁོར་བལ་དམན་པས་
དེ་དང་བསྐྱེད་པ་ལ་ཉེས་བྱས་སུ་མཉམ་པ་བསམ་པའི་ཕྱིར་། ཆ་གཉིས་བསྐྱེད་པའི་
བཅའ་བ་མཛད་དོ། །རས་བལ་དང་། གསོ་བལ་ལ་སོགས་པའི་རྩས་དམན་པ་དང་།

བལ་ནག་བསྐྱེ་བར་བྱེད་ན། བལ་ནག་འབའ་ཞིག་པར་གཏོགས་པའི་ཉེས་བྱས་སུ་
འགྱུར་པའི་བྱིར་རོ། །འདིས་ནི་སྤར་ཆ་གཉིས་བསྐྱེས་པའི་སྤར་བ་བསྟན་བ་སྟེ་སྟོན་
བལ་གྱི་སྤར་བར་བྱ་དགོས་སོ། དཀར་པོ་དང་འཁོབ་བལ་ཆད་པས་ཉུང་བ་བལ་ནག་
དང་བསྐྱེ་ན་ནི་སྤར་བར་འགྱུར་རོ། །བལ་ནག་པོ་བྱེད་གྱི་ཆད་པས་ལྷག་ན་སྤར་བ་
དང་། དཀར་པོ་དང་འཁོབ་བལ་བྱེད་ལས་ལྷག་ནས་བལ་ནག་ཉུང་བའམ། མཉམ་པར་
གྱུར་ཡང་ལྷང་བ་མེད་དོ། །འདིས་ནི་རས་བལ་དང་གསོ་བལ་ལ་སོགས་པ་དང་།
བསྐྱེས་པ་ལ་བལ་ནག་ལྷག་པ་དགོས་ཀྱིས། མཉམ་པའམ་ཉུང་བ་ལ་ལྷང་བ་མེད་པར་
བསྟན་ནོ། །བྱེད་དཀར་པོ་དང་ཞེས་པ་ནི། བཞི་ཆ་དཀར་པོ་ལས་སོ། །བཞི་ཆ་གཅིག་
འཁོར་པ་ལས་སོ། །སྤར་མ་མང་ན་ཉེས་བྱས་དང་། བྱི་མ་མང་ན་ལྷང་མེད་དོ། །བྱེད་ནི་
ནག་པོ་ལས་སོ། །ལྷག་པ་ནི་སྤར་བྱེད་ཡིན་ཟེར་རོ། །

དེ་ལྟར་ན་ཡུལ་གང་ན་བལ་ནག་པོ་དགོན་ཞིང་། རིན་ཆེ་ལ་སྟོན་བལ་དང་།
བལ་ནག་པོ་མེད་ཅིང་རིན་ཆུང་བ་དེར་ནི་དེ་གཉིས་ཀྱི་གནས་སུ་བལ་དཀར་པོ་རིག་
པར་བྱའོ། །དེའི་ཆེ་སྟོན་བལ་དང་བལ་ནག་པོ་ལ་ལྷང་བ་མེད་ལ། དཀར་པོ་ལ་ལྷང་
པར་འགྱུར་རོ། །དཀར་པོ་འབའ་ཞིག་པ་སྟོན་པ་བཞིན་དུ་སྟོན་བལ་འབའ་ཞིག་པ་དང་
ཆ་གཉིས་བསྐྱེ་བ་ཡང་རྒྱང་ངམ་སྟམ་སོ། །འདིར་སྤར་མ་རྣམས་སྟོན་བལ་ལ་འབྲེལ་
པར་བཤད་པ་ལྟར། ལྟན་གཉིས་བྱས་ནས་འབའ་ཞིག་པ་དང་། ཆ་གཉིས་ལ་སྦྱངས་
པ་ཁོ་ན་བྱེད་ཡང་འབྲེལ་པས་དང་པོ་ལ་གཉིས་ཀ་བྱས་ནས་ལྷག་མ་གཉིས་ལ་དངོས་
སུ་མི་འདྲ་བ་བཤད་པ་མ་གཏོགས་སྤར་མ་དང་། འདྲ་བར་བསྟན་པས་སྟན་གཉིས་ཀ་
དགོས་སོ། །མཐར་ཐུག་ནི་གཉིས་ཀ་ལ་ཐ་ཆད་དུ་ཆོག་པར་བཀམ་པ་ཉིད་ནི། བྱེད་

བ་མཐར་ཐུག་པའི་དང་པོ་ཞེས་བ་ལྟར་རོ། །བཀའ་པ་ནི་སྦྱངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ནང་
ཆངས་ཅན་གྱི་ནང་ཆངས་བཀའ་པ་ལ་སྟེ། ཕྱི་ཕུན་ནང་གི་ཁོངས་སུ་གཏོང་བར་
བཤད་པས་སོ། །དང་པོ་དེ་ནས་རི་སྟེང་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་ཚེས་པ་གཉིས་ཏུ་འགྱུར་
རོ། །བྱས་ཟིན་པ་རྟེན་སོགས་གཞན་ཏུ་བདག་གིར་བྱེད་པ་དང་ལོངས་སྟོན་པ་ལ་ལྟར་
བར་མི་འགྱུར་བས་འདི་གསུམ་ནི་བཟོ་རང་ངམ། གཞན་ཏུ་བྱེད་ཏུ་བཅུག་པས་ལྟར་
བར་འགྱུར་ལ། དཀར་པོ་དང་འཁོབ་བལ་བྱེད་པས་ལྷག་པ་དང་། མཉམ་པར་བྱས་ན་
སྟན་བྱེད་པ་ལ་ལྟར་བ་མེད་པ་མིན་བལ་སོགས་རྒྱུའི་བྱང་པར་གཉིས་ཆོགས་དགོས་
སོ། །ལོ་བྱུག་གི་སྤང་བ་ལ། བསྐབ་པར་བྱ་བ་ནི། གང་ལ་གནང་བ་སྦྱིན་པ་ལ་ནི་ཡུལ་
ཆོས་བརྒྱད་ལྟར་ཏེ། ཁང་པའི་སྐབས་སུ་བཤད་པའི་བརྒྱད་ཀྱི་སྟེང་ཏུ་སྤར་གནང་བ་
ཁྱིན་པ་དང་མ་འབྲེལ་བ་དང་། སྟན་སྤེལ་བྱས་ནས་ལོ་བྱུག་མ་ལོན་པ་སྟེ་བཅུའོ། །གང་
གི་སྦྱིན་པའི་དགོ་འདུན་ནི་མཆན་ཉིད་གསུམ་ལྟར་གྱིས་སོ། །

ཆོ་ག་ལ་གསུམ་ལས། ཡུལ་གྱི་སྦྱོར་བ་ནི་འདུ་བའི་སྐབས་བསྐབས་བ་དང་
ཐུག་བྱ་ཞིང་། སྦྱོང་ལམ་བསྟེན་པ་དང་། གསོལ་བ་གསུམ་གདབ་བོ། དགོ་འདུན་ནས་
བསྐྱོས་པའི་གང་ཟག་གིས་སྟན་བརྟག་པ་དང་། བརྟགས་ནས་ཆོགས་ལ་བརྗོད་
པའོ། །དངོས་གཞི་ནི་གསོལ་གཉིས་སོ། །མཐུག་ནི་མཐུག་སྟེད་དོ། །འཛིག་རྒྱ་ནི་
མཆན་གཉིས་བ་སོགས་སོ། །ལྟར་བ་དངོས་ལ་དངོས་པོ་ནི། སྟན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པ། རུང་
བ་ཆད་ལྟན། རང་དབང་བ། རྣམ་མ་ཉམས་པ། རྒྱར་བཟོའི་ཚེས་པ་མ་བྱས་པ་སྟེ་བྱུག་
ལྟར་ནི་ཞེས་ཟེར་རོ། །དང་པོ་ནི། སྟན་བལ་ནས་འདིའི་བར་ལ། སྦྱངས་པ་བྱེད་པ་
དང་། ནང་ཆངས་ཅན་ནི་གསར་ཏུ་བལ་བཀའ་ནས་བྱ་དགོས་པ་འདྲའོ། །འདིར་

སྤྲིངས་པ་ལ་གསུངས་སོ། །

ལྷ་པ་ནི། རྩ་མ་ཉམས་པས་མི་ཚག་གི། ཉེ་དང་མ་འབྲེས་པ་ཡང་དགོས་
པར་མངོན་ནོ། ཉིན་ནི། ལྷན་སྡེ་མ་ལ་ཡོད་པའམ་མེད་ཀྱང་རང་དགར་བཏང་བ།
གནང་བ་མ་ཐོབ་པ་སྟེ་གསུམ་སོ། ཚིག་གི་དོན་ནི་ལྷག་ན་བཅད་པ་ནི་རྟོག་པའི་དགེ་
སྤྲིང་གིས་སོ། ལུང་བཞི་སྟེང་དོ། རྟོགས་པ་ནི་ཞེང་དུ་ཡིན་པ་འདྲའོ། ལྷག་མ་བཅུ་
ཚད་ལ་དང་། ལུང་བ་ཐ་ཚད་ལ་སྦྱོར་དགོས་སམ་སྟུམ་སོ། ལར་སྐབས་ལར་སྐབས་
སུ་བྱ་བྱ་ལུང་བའམ་ཤ་ཟད་པ་སྐབས་མོ་རིམ་གཅིག་གིས་སྒྲན་པར་བྱའོ། ཞེས་
གསུངས་སོ། ལྷན་དང་པོ་བས་བརྩམ་པ་ཉིད་ན་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་གས། ཕྱིས་ལྷན་
གཉིས་བ་རྩེ་ན། ལྷ་མ་ཟེན་ནས། གཞན་རྩེ་ན་ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་བ་བཞིན་དུ་
ལྷན་ཅིག་པའམ་ཕྱིས་རྩེ་ན་པ་ལའང་ཉེས་བྱས་སོ། ལྷན་ཅིག་ཏུ་བརྩམས་ན་གང་ལ་
ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་བ་ནི་དབྱུང་པར་བྱའོ། ཉེད་པོ་བརྩམས་ནས་མ་ཟེན་པར་ཕྱིས་
གཉིས་བ་གཅིག་བརྩམ་ན་སྦྱོར་བའི་ཉེས་བྱས་བྱུང་ཡང་། གཉིས་བ་སྟོན་ལ་ཟེན་ན་
དངོས་གཞི་མེད་དེ། གཉིས་བ་མ་ཟེན་པའི་ཕྱིར་རོ། ཉེ་ནས་སྡེ་མ་ཟེན་ན་དངོས་
གཞིར་དོན་གྱི་བསྟན་པས། བཟོའི་རྩེ་ན་པ་མ་བྱས་པ་དབྱུང་པར་བྱ་ལ། འདིའི་མཐར་
སྟག་ཀྱང་སྡེ་མ་རྣམས་དང་མཚུངས་མི་མཚུངས་དབྱུང་པར་བྱའོ། མཐོ་གང་གི་སྤང་
བ་ལ། གང་ལ་དབྱུང་པའི་དངོས་པོ་ནི། གདིང་བ་རུང་བ་ཚད་ལྷན། རང་དབང་བྱས་
པས་གསར་བ། རྟེང་བ་ལས་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་མཐོ་གང་གིས་མ་སྒྲན་པ་སྟེ་
དུག་གོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

ལྷ་པ་ལ་འགྲེལ་པར་གསར་དུ་རྟེན་པ་དང་། གསར་དུ་བྱས་པ་གཉིས་ལས་ཕྱི་

མ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་ནི། དགེ་སློང་གི་གསར་དུ་རྟེན་པ་ལ་མི་བསྐྱེད་པར་སྟོན་པ་
མ་ཡིན་གྱི། གདིང་བ་གསར་པ་མིན་ན་གསར་དུ་རྟེན་པས། གསར་པ་ལ་ཞེས་པའི་
གོ་མི་ཆོད་ཅེས་པའི་དོན་རྟེན་ནི། བཙུག་པར་རྒྱས་པ་ཡན་ཆད་ཀྱིས་དེ་ཙམ་ཡོད་
པའམ། མེད་ཀྱང་རང་དགར་བཏང་བའོ། །བལ་ཁུར་བའི་སྤང་བ་ལ་གང་བསྐྱར་པའི་
དངོས་པོ་ནི་གོས་རྒྱ་ཡིན་པ། རུང་བ་ཆད་ལྡན་རང་དབང་བ། རོ་མ་སྤོས་པ་སྟེ་ལུང་
ཞེས་ཟེང་རོ། །རྒྱ་ནི་གསལ་ལོ། །ཆད་ལྡན་ནི་ཁུར་དུ་ལོངས་པའོ། །

གང་དུ་བསྐྱར་པའི་ལམ་ནི་ས་ལ་བརྟེན་པ། རྒྱང་གྲགས་ཀྱི་བདག་ཉིད་དེ་
གཉིས་སོ། །གང་གི་ཆེ་ཁུར་བའི་དུས་ནི། ཉི་མ་གཅིག་གི་དུས་སོ། །ཁྱེར་བ་མེད་ན་
དཔག་ཆད་གསུམ་ཚུན་ཆད་དུ་ཁུར་བ་ལ་ལྟང་བ་མེད་པས། གསུམ་ལས་འདས་པར་
ཞེས་སྟོས་སོ། །ཡོད་ན་ནི་རྩོམ་པའི་དུས་ཁོ་ན་ཉིས་བྱས་གཞན་གཅིག་གོ། །དེ་ལྟར་
ཁྱེར་བ་མེད་ན་དང་སོ་ནས་བཅིས་པའི་རྒྱང་གྲགས་འདས་ན་སྤང་བ་དང་། མེད་ན་
དཔག་ཆད་གསུམ་འདས་པ་ནས་བཅིས་པའི་རྒྱང་གྲགས་འདས་པའོ། །འདི་ཡན་
ལག་ཅིས་པ་ཡང་བསྐྱར་དགོས་སོ། །བསྐྱལ་ཞེས་པ་ནི་མཚུ་མན་ཆད་ལ་སྤྱར་
རོ། །ནས་འབྱུ་བྱག་ལྟོག་ཤིབས་པ་ལ་སོར་གཅིག་གོ། །བྱག་དང་བདུན་འབྱུར་
གསུངས་པ་ནི། བསྐྱལ་བ་དང་པོའི་སོར་དང་། མར་འགྲིབ་ཀྱི་སོར་ལ། རྣམ་འབྲེད་
འབྲེལ་བ་ལས་བཞད་ཟེང་རོ། །ལུས་ཀྱི་ཞེས་པ་ནི། སྐག་བརྒྱུད་གི་ཁུར་རོ། །བལ་
མེལ་དུ་འཇུག་པ་ལ། ལུས་ནི་འཁྱར་འཇུག་ལྟར་རོ། །དང་སོ་ནི། བལ་རུང་བ་ཆད་
ལྡན་རང་དབང་བ། །མེལ་བ་སོགས་སུ་འོས་པ་སྤར་མེལ་བ་སོགས་ཀྱི་རྩོམ་པ་མ་
བྱས་པ་སྟེ་བྱག་ལྡན་ནི་ཟེང་རོ། །མཐར་སྐྱག་ནི། སྤྱོད་པ་ལ་ལས་བྱས་པ་དང་། ཆད་

ནི་ཁྱུང་ཡོངས་པ་ལ་བྱེད་དོ། །མཐར་ཐུག་ནི་འཁྱུང་འཇུག་དང་གཅིག་པ་དགོས་པར་
སྤང་བས་དང་པོའི་དྲུག་པ་དང་ཚད་ལ་དབྱེད་པར་བྱའོ། །རིན་པོ་ཆེ་ལ་རེག་པའི་སྤང་
བ་ལ་རེག་པར་བྱ་བ་ནི་རིན་པོ་ཆེ་ཡིན་པ་སྤྲད་གདགས་སུ་རུང་བ་རང་གི་ཡིན་པ།
འཛོལ་བར་ཚུམ་པ་ན་གནས་པ་རུང་བའི་ཚོ་ག་དང་མི་ལྡན་པ། རུང་བ་བྱེད་པའི་དུས་
མིན་པ། རྒྱུད་འཛུལ་བའི་རྒྱེད་དང་མི་ལྡན་པ་དང་བདུན་ནོ་ཟེར་རོ། །སྤྲད་གདགས་
རུང་ལ་རྒྱན་ཆར་གྲུབ་པ་ཟེར་བ་ནི་མི་འཐད་དེ། སྤྲད་གདགས་སུ་མི་རུང་བ་ནི། དེ་ནི་
གས་པ་དང་ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་ཞིག་བྱས་ན་གསེར་དདུལ་ལ་
རེག་པའི་སྤང་བར་འགྱུར་ཞེ་ན། བརྒྱ་རྒྱ་ག་ལ་སོགས་པའི་རིན་པོ་ཆེ་བདག་གིར་
བྱས་པ་སྟེ་དང་དུ་ལེན་ན་སྤང་བའོ། །བདག་གིར་བྱེད་པ་སྟེ། གནས་སྐབས་གང་ལ་
རྫོགས་ཤེ་ན། ལྷོགས་པ་སྟེ་ལག་ཏུ་ཐོབ་པར་རུང་བ་ཉིད་ན་བདག་གིར་བྱ་བ་དེ་
རྫོགས་པས་དེ་ལ་སྤང་བའོ། །འདི་ནི་ལག་བས་བསྟོགས་པ་ལ་བྱེད་པ་འདྲའོ། །ཅི་
བདག་གིར་བྱེད་པ་གཅིག་བྱས་སྤང་བར་འགྱུར་རམ་ཞེ་ན། རང་གི་ཡིན་པ་དང་། རུང་
བ་གསུམ་གང་ཡང་མ་བྱས་པ་ཡང་དགོས་སོ། །

དེ་ལ་ཅི་ཞིག་བྱས་ན་ལྱུང་བར་འགྱུར་ཞེ་ན། རང་གི་ལུས་ཀྱི་རེག་གམ།
གཞན་ལ་རེག་ཏུ་བརྟུག་ནའོ། །དེ་ལྟར་ན་བདག་གིར་བྱ་བ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དང་
རང་གི་ཡིན་པ་དང་། རུང་བ་མ་བྱས་པའི་རིན་པོ་ཆེ་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ལ་རེག་
གམ། རེག་ཏུ་བརྟུག་དགོས་པས་བདག་གིར་བྱ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རེག་གམ། །རེག་ཏུ་
འཇུག་འདོད་ཅུམ་ལ་འདོད་པ་ནི་ནོར་བའོ། །བདག་གིར་བྱ་བ་ཡོད་ཀྱང་ལྷོགས་པ་ན་
མེད་པ་ལ་ཉེས་བྱས་སུ་གསུངས་པས་བདག་གིར་བྱ་བ་རྫོགས་དགོས་སོ། །ཆོག་

གིས་ཀྱང་བྱེད་ལ་སྤྱིང་ཡིག་ལ་སོགས་པས་ཀྱང་བྱེད་ན། འདིར་རེག་པ་གང་ཡིན་
 བར་རིག་པར་བྱ་ཞེ་ན། གང་ཡང་རུང་བ་སྟེ་རྣམ་པ་གང་ཡང་རུང་བས། འདི་ནས་
 ཁོང་ལས་འདིར་རྒྱག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་དམིགས་ཀྱིས་མ་སྤྱོད་པར་སྤྱོད་པ་གཅིག་པར་
 རེག་ནའང་སྤང་བར་འགྱུར་རོ། །འདིར་ལུང་ལས་སྤྱིང་ཡིག་སོགས་ལ་ན་སྤང་བུ་
 གསུངས་ཟེར་ཏེ་བརྟག་གོ། །སྤང་གདགས་སུ་རུང་བ་ནི་དོང་ཆེ་དང་། པ་ཤ་ལ་སོགས་
 པའི་མཁའ་མ་བྱས་པའི་ཟངས་མའོ། །གཞན་ནི་གོང་མ་ལས་གཞན་པའི་ཟངས་
 སོ། །དག་ཚུལ་གཉིས་ཀྱི་ནི་རང་དབང་མི་དབང་གང་ལ་ཡང་རེག་པའི་ཆ་ནས་ཉེས་
 མེད་ཡིན་པ། དེ་གཉིས་ལ་ཉེས་པར་འགྱུར་བ་ནི་བདག་གིར་བྱས་པའི་ཆ་འབའ་ཞིག་
 ནས་སོ་སྤྱོད་བདག་ཅེས་སོགས་སོ། །གཞི་ལ་གང་ལ་རུང་བ་བྱ་བ་ནི་རིན་པོ་ཆེ་དང་
 འབྲ་བ་ཡིན་པ། རང་དབང་བ་ལྔར་རུང་བ་བྱས་པ་དང་མ་འབྲེལ་བ་སྟེ་གསུམ་སོ། །དེ་
 འབྲ་བ་ནི་ཁྲབ་ལ་སོགས་ཡིན་ཟེར་ཏེ་དབྱེད་པར་བྱའོ། །རྟེན་གང་གིས་བྱ་བ་ནི། “སྟེ་
 ལྔའི་”སྟེ་མ^༡ བ་གསོར་རུང་ཡན་ཆད་དང་ལྔན་པ། ལུས་ཐ་མལ་པ། ཤེས་པ་རང་
 བཞིན་བུ་གནས་པ། གནང་བའི་རྒྱུ་དང་”ལྔན་པ་སྟེ། བཞི་ལྔན་ཟེར་ཏེ་བརྟག་གོ། །

གང་གི་དོན་བུ་བྱ་བ་ནི། ཆོས་དང་ལྔན་པའོ། །རུང་བ་བདག་གིར་བྱ་བ་ནི།
 དང་པོ་ནི། དངོས་པོ་མི་རུང་བ་འདི་སྤྱོད་བདག་ཆེ་གེ་མའི་ཡིན་ལ། འདི་ལས་བྱུང་
 བའི་རུང་བ་བདག་གིས་སྤྱད་དོ་ཞེས་བྲན་པ་སྟེ། འདི་ནི་རང་དང་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་སྟེ། ཐ་
 དད་པས་སྤྱོད་པ་ལ་བྱ་ཟེར་རོ། །གཉིས་བ་ནི། ཅེ་ཆོད་ལ་སོགས་པ་ལ་རང་གི་རིན་པོ་

༡ ལྔ
 ༢ སྟེ་མ
 ༣ ལྔན

ཆེ་བདག་གིར་བྱེད་དུ་བཅོལ་ལ། དེ་ནས་འདི་ཞལ་ཏེ་བྱེད་པ་ཆེ་གོ་མོའི་ཞེས་སྟུང་
ལྟར་རོ། །གསུམ་པ་ལ་བཞི་ལས། ཡུལ་གང་གི་མདུན་དུ་བྱ་བ་ནི། བསྐྱེན་རྫོགས་ཀྱི་
“སྟོམ”པ་དག་པ་སོགས་བདུན་དང་ལྔ་བའོ། །རྟེན་གང་གིས་དང་། གཞི་གང་ལ་བྱ་
བ་སྟུང་ལྟར་རོ། །ཆོ་ག་ལ་གསུམ་ལས། སྟོར་བ་ནི། རྒྱན་ན་ཕྱག་འཆའ་ལྟ་ལྟར་
དེ། ཐུགས་གཏད་པར་ཁྱེད་བ་དབུལ། དངོས་གཞི་ཐུགས་ལན་གསུམ་དང་། མཐུག་
ཐབས་ལེགས་བྱ་བའོ། །

སྟུང་གཉིས་ལ་ཡང་འདི་འདྲི་བ་ནི། རྟོར་བའོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །འཛིག་རྒྱ་ནི་
བྱིན་རྒྱལ་ཆུང་བ་དང་། ཞིང་མིན་པར་གྱུར་བ་དང་། རྟོར་གྱི་མདོན་ཞེན་ཏེ་རྒྱན་དུ་
བྱུང་ནའོ་ཞེས་ཟེར་གང་ལ་བདག་ཉིད་ཀྱི་བདག་གིར་བྱ་བ་ཡོད་པ་དེ་ལ་ནི། རང་གིས་
ཀྱང་རེག་པར་མི་བྱ་ལ། གཞན་རེག་ཏུ་གཞུག་པར་མི་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་རུང་བར་བྱ་བ་
གསུམ་ཆར་མི་ཆགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་བདག་གིར་བྱེད་པ་དང་དབུལ་བའི་ཕྱིར་
རུང་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ལྟར་ནི་བྱིན་གྱིས་རྫོབ་བའི་ཐུགས་ལས་ཀྱང་འདི་སྐད་
ཅེས། བདག་གིས་དངོས་པོ་རུང་བ་མ་ལགས་པ་འདིས་རུང་བ་བསྐྱབ་པར་
བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བདག་གིར་བྱ་བ་དང་མ་བུལ་བ་ལ་རུང་བ་
མི་ཆགས་པར་གསུངས་ཞིང་། ཡང་ཅི་སྟེ་རུང་བ་གསུམ་ཡང་བྱེད་བཞིན་དུ་རྩས་དེ་
ལ་བདག་ཉིད་ཅི་བདག་གིར་བྱེད་པ་དང་རྩས་སུ་འབྲེལ་ན་ནི། དེ་ལྟར་ཡང་ཐམས་ཅད་
དུ་ལྟར་བར་འགྱུར་བ་ཁོ་ན་ཡིན་པོ་ཞེས་རུང་བ་བྱས་ནས་བདག་གིར་བྱ་བ་བྱུང་ན་
རུང་བ་འཛིག་པར་བསྟན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་འདིར་བདག་གིར་བྱུང་རུང་མི་རུང་གི་ཆད།

རེག་ཏུ་རུང་མི་རུང་གི་ཆད་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ། རིན་པོ་ཆེ་ལ་དེའི་འབྲས་བུས་ཆོས་
དང་ལྷན་པའི་ཆེད་དུ་བསམས་ནས་ལེན་པ་མ་གཏོགས་པ་རང་གི་ངོ་མོའི་སྒོ་ནས་
ཆགས་ཏེ། ལེན་པའི་མི་རུང་བས་རིན་པོ་ཆེ་གཞན་གྱིས་བྱིན་པ་ན་རང་གི་ངོ་མོའི་
སྒོ་ནས་མ་ཆགས་པ་དང་། དེས་རུང་བ་བསྐྱབ་པ་བྱས་པ་སྟོན་དུ་བཏང་ནས་
བདག་གིར་བྱའོ། །དེ་ནི་བསྟེན་པར་རྫོགས་མ་རྫོགས་གཉིས་ཀ་ལ་འབྲལ། །

དེ་ལྟར་བྱས་ན་ལེན་པའི་ཆོན་མཉམ་མེད་དོ། །འདི་ཡིད་གྱི་བདག་གིར་བྱེད་
པ་ཅུ་ཡིན་གྱི་རེག་པའི་མིན་ནོ། །རེག་པ་ལ་ནི་དགོ་སྒྲོང་གི་བསམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་
བཏང་དུ་ཟིན་ཡང་རུང་བ་མ་བྱས་ན་རེག་ཏུ་མི་རུང་ལ། བྱས་ན་རེག་གམ་རེག་ཏུ་
འབྱུག་པ་རུང་ངོ་། །དེས་ན་རེག་པ་ལ་རུང་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས་གྱི་ལེན་པ་ལ་ནི་
མིན་ཏེ། སྒྲང་བར་བྱ་ཞིང་སྒྲངས་ནས་ཡང་སྦྱིན་བདག་དེ་ཉིད་གྱི་ཡིན་ཉེན་དེ་བཅང་
བར་ངས་རྗེས་སུ་གཞན་ངོ་། །ཞེས་དང་། སྒྲང་བར་བྱ་ཞིང་སྒྲངས་ནས་ཡང་དགོ་སྒྲོང་
གི་མདུན་དུ་འགྲེང་སྟེ། ཞེས་སྒྲངས་ནས་རུང་བ་བྱེད་པར་གསུངས་པའི་བྱིར་
རོ། །རུང་བ་བྱེད་པའི་ཆེ་ན་ཉེས་མེད་ཡིན་ཟེར་བ་ནི། རང་གིས་རེག་པའམ་རེག་ཏུ་
བཅུག་པ་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན་གཟུང་པར་བྱ་བ་མིན་པ་ལ་ནི་མདུན་དུ་བཞག་སྟེའོ་
ཞེས་པ་དང་འགལ་ཏེ། ལག་ཏུ་སྒྲངས་ནས་བྱས་པས་ཆོག་པས་སོ། །གཉིས་པ་ལྟར་
ན། དེའི་རྒྱ་མཚན་དུ་བཀོད་པའི་ལྷང་མེད་བསྐྱབ་པའི་དོན་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་
པ་སྐྱུ་མ་ཡང་ཞུགས་ལ། འདི་བཙུལ་བ་དང་རང་གིས་བྱས་པ་གཉིས་འབྲེལ་པའི་ལྷང་བ་
ཡིན་པས་ཉེས་མེད་དུ་འགྱུར་ན་གཉིས་ཀ་མི་མཚུངས་པའི་བྱིར་མི་འཐད་པ་འབྲས་སྟེ་
དབྱེད་པར་བྱའོ། །སྦྱིན་བདག་བདག་པོ་ཉིད་དུ་མོས་སུ་གཞུག་ཅེས་པའི་ཆོག་ཟེན་

ལྷ་མོ་སྤྱི་བཟུང་ཁམས་ལེན་དུ་བཞག་དགོས་པ་ལྷ་མོ་སྤྱང་ཡང་། མདོ་བྱངས་པ་གོང་
མ་དེའི་དོན་དུ་འབྲེལ་བར་གསུངས་པས་རྣམ་བཟགས་བྱེད་པ་བཞིན་དུ། །གཞན་དེས་
མ་ཆོར་ཡང་དེའི་ཡིན་པའི་སྒོ་འཛོག་པར་སྤྱང་རོ། །དེས་ན་དང་པོ་གཉིས་གཞན་གྱི་
ཡིན་ནོ་སྣམ་པའི་སྒོ་འཛོག་པ་རུང་བའི་དངོས་གཞི་ཡིན་ལ། དེ་ལས་བྱུང་བའི་རུང་བ་
སྤྱབ་སྣམ་པ་ལེན་པའི་སྒོ་ནི་དུ་ཡིན་ནོ། །རག་གན་ཞེས་སོགས་ལ་ལྷ་མོ་མ་བཞག་པ་
མི་བཞག་ཅིང་མ་རྫོགས་པའི་གོང་ནས་ཡོད་པ་སྤྱན་པོར་དུ་བསྐྱོས་པ་ལ་སྤྱད་དེ།
བསོད་ནམས་སྟོམས་ལ་མི་བསྐྱར་རོ། །

ནོར་བུ་ནི་མེ་ཆུང་ཤེལ་དང་། ཁབ་ལོང་ནོར་བུར་གྱུར་བའོ། །དབུལ་ནི་དབུལ་
སྤྱད་དང་། གསེར་ནི་ས་ལེ་སྤྲུམ་ཞེས་ནི་དེ་མིན་པ་ནི་དབྱེད་དོ། །སོགས་པས་ནི་སངས་
རྒྱུ་གྱི་སྤྱད་པ་ལ་སོགས་པ་བསྐྱེད་ལ། །གས་པ་ནི་སེར་ག་བྱུང་བ་སྟེ། འབྱར་རུང་མ་
འབྱར་རུང་རོ། །ཆག་པ་ནི་བྱ་བྱ་བྱུང་བའོ། །དུམ་བུ་ནི་སྤྱོགས་གཅིག་མེད་
བའོ། །ཆོག་པ་ནི་རིན་པོ་ཆེ་མེད་ལྷན་ནས་ཉོ་ཆོང་བྱར་མི་རུང་བར་འགྱུར་བའོ། །བ་
ཏ་ནི་མདོན་ཆོན་ལྷག་མ་ཡོད་པ་ཅམ་དུ་ཉམས་པ་སྟེ། ཐམས་ཅད་ཉམས་ན་ལེན་པ་ལ་
ཉེས་མེད་དོ། །སྒྲོན་ལ་སྤྱད་པ་ནི་མདོན་ཆོན་ཅན་གང་ལ་ཉོ་ཆོང་བྱས་པ་ཅམ་ཡང་མི་
བྱན་བའོ། །མ་བྱས་པ་ནི་མདོན་ཆོན་ཅན་གང་མཆོན་དུ་མ་བྱས་པའོ། །མཆོན་དང་མི་
ལྷན་པ་ནི་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པས་མཆོན་དང་བྲལ་བའོ། །བཅོས་པ་ནི་ས་དང་རྩ་དང་།
རྩོ་ལ་སོགས་པ་དག་ལས་ནོར་བུ་དང་། རོང་ཆེ་དང་། མདོན་ཆོན་ཅན་དང་། རྩན་དང་
འབྲོན་བྱ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་བཞག་པ་བྱས་པའོ། །མདོན་ཆོན་ཅན་གྱི་སྤྱོད་པ་
ལ། གང་ལ་ལྷུང་བ་འདི་འབྱུང་ཞེ་ན། ཁེ་སྤྱོགས་འདོད་པས་རྟེན་པ་འདོད་པ་དང་། དེ་

ལ་གདུ་བ་ལ་སྤྱད་བ་འདི་འབྱུང་ངོ་། །དེ་ཡང་གཞན་གྱི་དོན་དུ་ན། དངོས་གཞི་ལ་ཉེས་
བྱས་དང་། སྦྱོར་བ་ལ་ཤ་མོར་རང་གི་དོན་དུ་འོ། །དངོས་གཞི་རི་ལྟར་འབྱུང་ཞེ་ན། ས་
རོལ་སོ་ཞེས་སོ། །དེ་གཉིས་དང་ཐ་སྡད་ལྡ་དང་ལྡན་པ། ལུས་ཐ་མལ་པ། རང་དང་
རྩས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཐ་དད་པ་སྟེ་ལྡོ། །མངོན་ཆོན་གྱི་སྦྱོད་པ་གང་ལ་དངོས་གཞིར་
འབྱུང་བའི། བསྐྱེད་ཕྱིན་ན་སྟེ། བསྐྱེད་ཀྱི་ཆ་ལ་སྤྱད་བར་འབྱུང་བར་སྦྱོར་ནའོ་དེ་ཉིད་
དོ། །དེ་ནི་རྩ་བ་དང་བསྐྱེད་ལྡ་ཕྱིར་ཐོབ་པ་ལ་ཡིན་པས། དུས་“གཅིག” ཉུ་ཐོབ་ན་
བསྐྱེད་ཀྱི་ཞེན་པ་གང་ལ་ཡོད་པའོ། །ཁྱེད་མེད་ན་ཐམས་ཅད་སྤང་ཟེར་རོ། །ཉིད་པ་
བདག་གིར་བྱེད་ན་སྤང་ལུང་ངོ་། །ཞེས་གསུངས་པས་མཐར་ཐུག་ནི་བསྐྱེད་ལ་ཐོབ་སྒོ་
སྦྱོས་པ་སྟེ། དེ་དང་མདོ་སྤྱི་མ་གསུམ་ནི་འོག་མ་ཉི་ཆོང་ལ་ཡང་འབྲའོ། །བསྐྱེད་གང་
ལས་ཕྱིན་ན་དངོས་གཞིར་འབྱུང་ཞེ་ན། ས་ཆའམ། རིན་པོ་ཆེས་སྦྱོད་པ་ལས་སོ། །དེ་
ལ་ས་ཆའམ། རིན་པོ་ཆེ་ཡིན་པ། སྤྱད་གདགས་སུ་རུང་བ། རང་དབང་བ། གོས་ཁྱ་
གང་རི་བའི་ཆོད་དང་ལྡན་པ་དེ་དངོས་སོ་ལ་བཞིའོ་ཟེར་རོ། །

ཉི་ཆོང་གི་སྤང་བ་ལ། ཉི་ཆོང་གི་ཡུལ་ནི། ཁྱིམ་པ་སོགས་སྤར་བཞིན་
ནོ། །དངོས་སོ་ནི་གཞན་གྱིས་སོ། །ཞེས་པ་ལ་ས་ཆའམ། རིན་པོ་ཆེ་ལས་གཞན་པ་
གཞལ་བར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྦྱོད་པ་ལས་བསྐྱེད་ཕྱིན་ན་ཞེས་པ་དང་། བསྐྱེད་
པའི་ཁེ་སྒོགས་འདོད་པ་ལས་གཞན་ཉི་ཆོང་གི་སྦྱོད་པ་ལས་བསྐྱེད་ཕྱིན་ན་ཞེས་
འགྲེལ་པ་ལས་མཛད་དོ། །དེས་ན་དེ་པལ་ཆེར་རུང་བ་དང་ཆོད་དང་ལྡན་པ་རང་
དབང་བ་སྟེ་བཞིའོ། །དགོ་འདུན་གྱི་འབྲས་ལ་སོགས་པའི་ཡོ་བྱད་རིན་གྱིས་ཉོ་བ་ལ་

སྤྱིན་པར་བྱ་བ་སྟེ། ཉོ་ཆོང་བྱས་ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་བཅོ། །བཤོས་ཀྱི་ཕྱིར་ནི་འཆོ་བའི་
ཆེད་དུ་ལོ། །གལ་ཏེ་དགེ་འདུན་དེ་དག་གི་བཤོས་ཀྱི་ཕྱིར་ཉོ་ནའོ། །འབྲས་ལ་སོགས་
པ་ཟད་ན་གཞན་ལས་ཉོར་རུང་བཅོ། །འབྲས་ལ་སོགས་པ་གསར་པ་ཡང་ཉོར་རུང་
ངོ། །རྟིང་བ་བཅོངས་ནས་ཀྱང་གསར་པར་ཉོར་རུང་ངོ། །ལག་གཞུག་པ་ནི་བར་
འཆངས་སོ། །

ཡི་གེར་བྲི་བའི་དམ་བཞག་ལ་ནན་ཏན་བྱས་པས་ནི་གཞན་གྱི་ཆགས་ཀ་
གསལ་བ་དང་བདག་ཉིས་ཀྱི་བླན་པར་བྱ་བ་དང་། འགྲོད་པ་མེད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་
ངོ། །ལྷུང་བཟེད་འཆང་བ་ལ། སྤར་གྱི་དྲུག་གི་སྟེང་དུ། ལྷུང་བཟེད་འབྲེལ་མེད་མིན་པ་
བསྟན་ནོ། །བདག་པོའི་སེལ་བས་ལྷུང་མེད་ནི་རབ་ཏུ་ཞེས་སོ། །རུང་བའི་སེལ་བ་ལ་
ན་སྟན་པ་ནི། སྤྱི་བ་སོགས་མདོ་གཉིས་སོ། །འདིར་ཁ་དོག་ཀྱང་རུང་བ་དགོས་པར་
བསྟན་པ་ནི། རབ་ཏུ་བྱུང་བས་ལོངས་སྟོང་བའི་ཡན་ལག་ཏུ་གྱུར་བའི་གོས་དང་།
སྟོད་སྟེང་སོགས་ཡིན་ན་རྒྱུན་དང་མི་ལྟན་པའི་ཆེ་རྒྱ་དང་། ཁ་དོག་སོགས་རུང་བ་
དགོས་ལ། འཆང་བ་ཅེས་དང་སྟོང་བ་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་མི་དགོས་སམ་སྟུམ་སྟེ་
དབྱེད་པར་བྱའོ། །འདིར་རབ་ཆད་ལས་ཆེ་བ་མི་རུང་བར་བསྟན་པ་དང་། སྤྱིར་བསྟན་
པའི་འབྲེལ་པ་ནས་ལྷུང་བ་བསྐྱེད་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་ཆེ་བ་ལ་སྟོན་མེད་པར་གསུངས་
པའི་དགོངས་པ་བཅའ་བར་བྱའོ། །ལྷུང་བཟེད་ཆུང་དུ་ནི། ཐ་ཆད་ལས་དང་། གཅིག་
གིས་ནི་གཉིས་ཡན་ཆད་བཀག་སྟེ། དེ་ནི་བྱིན་གྱིས་མ་བཟླབས་པར་འཆང་བ་ལ།
ལྷུང་བཟེད་ལྷག་པ་འཆང་བའི་ཉེས་མེད་དོ། །ལྷུང་བཟེད་འཆོལ་བའི་སྤང་བ་ལ། མདོ་
དང་པོ་ནི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལའོ། །གཉིས་པ་ནི་སྟོད་ལའོ། །དེ་ལ་ཞེན་པ་ནི་ལྷག་

པར་ཆགས་པའོ། །ཁ་ཅིག་དང་པོ་ནི་གཞན་གྱི་ཡོ་བྱེད་དང་། གཉིས་པ་གནང་
བའོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །དང་པོ་ནི། གནས་མལ་གྱི་གཞི་དང་། བྱི་མ་གཉིས་གོས་གྱི་
གཞི་ལས་སོ། །གང་ན་ལྷུང་བ་འདི་འབྱུང་ཞེ་ན། ལྷུང་བ་ཟེད་དེའོ། །ཡོད་པའི་ཆད་ནི་
ལྷན་པའོ། །དེ་ཡོད་ན་ཅི་ཞིག་སྤྱད་ན་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ཅི་འདྲ་བར་འབྱུང་ཞེ་ན། བྱི་མ་པ་
སོགས་ཏེ་བྱག་དང་ལྷན་པར་སྤྱོད་པའི་བྱག་པ་བརྟག་གོ། །དེ་ལ་དག་གི་རྣམ་པར་རིག་
བྱེད་གྱིས་བསྐྱངས་པས་བཅའ་ཏེ་ཐོབ་ན། དེ་ལས་ལྷུང་བའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བར་འབྱུང་རོ།
ཞེས་གསུངས་པས་རང་གིས་སྒྲོང་དགོས་བ་ཐམས་ཅད་ལ་དག་གིས་རིག་བྱེད་སྒྲོར་
བ་འདིའི་དགོངས་པར་སེམས་སོ། །དངོས་པོ་ནི། རུང་བ་ཆད་ལྷན་སྤྱིན་བདག་དེ་ཉིད་
གྱིས་ཡིན་པ་སྟེ་བཞི་ལྷན་ཟེར་རོ། །གཞན་དག་ནི་པོ་ཉ་བ་ཡིན་ལ། དེ་དག་བྱི་མ་པ་
དང་ཉི་དུ་མིན་པ་དགོས་ཞེས་པའོ། །འདི་ལ་ཁ་ཅིག་བཙོལ་ཡང་རྫོགས་པ་གཞན་གྱི་
ཡུལ་ལ་ནི་ཐ་སྣང་དང་ལྷན། བྱི་མ་པ་དང་། ཉི་དུ་མིན་པ་མི་དགོས་ལ། འདི་ལ་དགོས་
པ་ཅིའི་ཕྱར་ཞེ་ན། གཞན་དང་འདྲ་མོད། །འདིར་ནི་སྒྲོང་གཞི་ལས་ལྷུང་བ་ནི་ཅུ་མོ་
ཟེར་བ་ནི་མིན་པར་སེམས་སོ། །རྟེན་ནི་ལྷུང་བ་ཟེད་མཆོད་ཉིད་དང་ལྷན་པ་ཡོད་ཅིང་།
འབྲེལ་མེད་མ་ཡིན་པ་སྟེ་གཉིས་པ་ལྷན་པོ། །

ཉེས་བྱས་ནི། འཆོལ་བའི་རྩོམ་པ་ཅུ་མའོ། །བྱུང་བ་ནི་ཐོབ་སྒྲོའོ། །བརྗེ་བ་
ལ་ལྷུང་མེད་དུ་གསུངས་པ་ནི་ཐོང་འདོད་པ་མེད་པའོ། །ལྷུང་བ་ཟེད་ཀྱི་རིན་གྱི་ཡོ་བྱེད་
དེ་དག་ཡོད་པ་ན་ཡང་རིན་གྱིས་མི་ཉོ་བར་སྒྲོང་ན་ཉེས་བྱས་སུ་འབྱུང་བ་ནི། ཆོས་
གོས་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་རིགས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ལྷུང་བ་ཟེད་ལྟག་པ་

འདི་ནི་ལོ། །ཆོས་གོས་ལ་སོགས་པ་“སྟོང”^༡་བ་ན། གང་ཟག་ལས་སྤང་བ་ལས་དགར་
བའི་འདི་ནི་ལོ། །ལྷུང་བཟེད་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ལྷུང་བ་འབྲིན་པ་པོ་ལ་སྟེར་དགོས་ལ། དེ་
ཡང་དགེ་འདུན་ནས་ཐོབ་ཀྱི། གང་ཟག་ལ་མིན་པས་དགེ་འདུན་ལ་ཞེས་སོ། །དགེ་
འདུན་ལ་སྟོང་བ་ཡང་གཏན་སྤང་མི་ནམ། གཞན་ནི་ཞེས་ཅིའི་ཕྱིར་སྟོས་ཤེས་ན། སྤང་
ནི་མང་པོ་ཡོད་ན་བཟང་བ་གཅིག་དགེ་འདུན་ལ་བསྐྱེད་ནས་ཆད་མ་འབྲེལ་མེད་
དུ་བྱས་ཏེ་སྟེར་བ་ཐམས་ཅད་དུ་སྟོང་བ་ནི་མིན་ནོ། །གཞན་ནི་ཆོས་འདི་ལ་རབ་ཏུ་
བྱུང་བ་ཐམས་ཅད་ལ་བགོ་བར་བྱའོ། །བསྟོས་པས་ཞེས་པ་ལ། གང་བསྟོས་བཞི། སྤང་
བ་ཤད་པ་ལྷུང་ཆོས་བཅུ་བཞི་དང་ལྔ་བ་སྟེ། ལྷན་མོང་མིན་པ་ནི་སྤང་འབྲེལ་མེད་
འབྲིམ་པར་མ་བསྟོས་པའོ། །གང་གིས་བསྟོས་བཞི་དགེ་འདུན་མཆོད་ཉིད་གསུམ་ལྔ་
ཀྱིས་སོ། །ཆོ་ག་ལ་སྟོར་བཞི། འདུ་བའི་སྐབས་སྐབ་ཅིང་སྟོ་བ་བྲི་བའོ། །དངོས་གཞི་
གསོལ་གཉིས་སོ། །མཐུག་ནི་མཐུག་སྟུང་དོ། །

དེའི་བྱ་བ་ནི། ཆོགས་པའི་དུས་ནི་“དགུན”^༢་ཀ་ཚུན་ཆད་དགེ་འདུན་ནས་
ཆོགས་དུས་སོ། །དགེ་སྟོང་ནམས་ལ་ངེ་ལྷུང་འཇལ་བར་བྱ་ཞེས། ཆེ་དང་ལྔ་བ་
ཞེས་སོ་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ནི། དགེ་འདུན་ལས་ཐོབ་པའི་ལྷུང་བཟེད་ཐ་ཆད་ཀྱི་མིང་རོ། །
དགེ་སྟོང་གི་ལྷུང་བཟེད་ལ་འབྲེལ་བ་གཉིས་སུ་ཟད་དེ། འབྲིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས་
བདག་ཉིད་ཀྱིས་སྟུང་བ་དང་། ཡོངས་སུ་སྤང་བའི་དུས་ན་འང་རང་དབང་ཡོད་པ་ཡིན་
ན། སྤང་མ་“བཤད”^༣་པ་དེ་ནི་འབྲེལ་བ་དེ་གཉིས་དང་བྲལ་བས་ན་འབྲེལ་མེད་དོ།

༡ མྱོད

༢ དགོངས

༣ ཤད

དགེ་སློང་རྣམས་འཁོད་པའི་དོན་ཏུ་སྟོན་གདིང་བ་ལ་སོགས་པའི་ནན་ཏན་མོ། །ལྷུང་
བཟེད་གྱིས་བསྐྱུགས་པའོ། །གནས་བཏན་ནི་དགེ་སློང་ཀན་རིམ་རྣམས་ལ་མེད་
པའོ། །ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་ནི་མདོ་གནས་ཀྱི་མེད་ཅིང་མཛེས་པའོ། །དབྱིབས་
ལེགས་པ་ནི་ཆད་ལྡན་མོ། །ཁོངས་སློང་བཟོད་ནི་བྱ་བྱ་དང་ཆག་གྲགས་ལ་སོགས་
མེད་པའོ། །འཐག་ཏུ་འཇུག་པ་ལ། གང་ལ་འཇུག་པའི་ཡུལ་ནི་ཁྱིམ་པ་སོགས་ཏུ་ག་
སྟེ་ཏུག་པའི་སློང་བ་མ་བྱིན་པའི་སྤོལ་ཏུ་སྟོན་པ་མིན་པ་ཞེས་སྤྱད་དགོས་ཏེ། སྤྱི་
ཐོན་ལ་བསམས་པས་སོ། །གང་འཐག་ཏུ་འཇུག་པའི་དངོས་པོ་ལ། གོས་གྱི་རྒྱ་ཡིན་
པ། །རྒྱ་བ་ཆད་ལྡན་རང་དབང་བ། སྤྱད་བཟོད་ཚོམ་པ་མ་བྱས་པ་སྟེ་སྤྱད་ཟེར་རོ། །རྒྱ་
ནི་དོགས་པའོ། །ཆད་ནི་ཁྱུ་གང་གིའོ། །ཉེན་ནི་ཐོན་པ་མི་སྟེར་བའོ། །

རིན་སྒྲ་མེད་པར་ངག་གིས་དགོས་སམ། མོ་ཉ་ལ་སོགས་པ་གཞན་གྱིས་
སོ། །ཐ་ག་པ་ཉེ་ཏུ་ཡིན་མིན་དང་། ཁྱིམ་པ་དང་། རབ་བྱུང་དང་རང་དང་ཉེ་ཏུ་མ་ཡིན་
པ། རིན་བྱིན་པ། མ་བྱིན་གཉིས་ཀ་དང་བཅས་པ་ནི་གཞན་ཉིད་དང་བཅས་པའོ། །དེ་
ལ་འཐག་ཏུ་བཅུག་ན་འཐག་འཇུག་དེ་ཉེ་ཏུ་མིན་པ་དེས་མ་བྱས་པ་མིན་མོ། །དེས་ན་
ཉེ་ཏུས་བཏགས་པ་ལྷུང་མེད་དང་། ཉེ་ཏུ་མིན་པས་དངོས་གཞིའོ། །རང་གི་ཆ་ལ་ཉེས་
བྱས་དང་། གཞན་གྱི་ཆ་ལ་ལྷུང་མེད་དོ། །ཉེས་བྱས་ནི་བཟོ་རྒྱུ་སྤྱད་བར་མི་
བྱའོ། །ཞེས་པ་དང་འགལ་བ་ཡིན་གྱི། འདིར་གཏོགས་མིན་མོ། །དེ་བཞིན་ཏུ་རིན་བྱིན་
པའི་བཏགས་པ་ལྷུང་མེད་དང་། མ་བྱིན་པར་བཏགས་པ་ལྷུང་བྱེད་དོ། །རབ་བྱུང་ལ་
ཡང་ན་སྤང་དང་། ཁྱིམ་པ་ལ་དངོས་གཞིའོ། །དེ་ལྟར་སྤྱད་ལ་ཉེ་ཏུ་དང་། རིན་བྱིན་
ནས་བཏགས་པའི་འཕྲོ་ལ་ཉེ་ཏུ་མ་ཡིན་པ་དང་རིན་མ་བྱིན་པར་བཏགས་པ་དངོས་

གཞིར་འགྱུར་བས། སྤར་བཟོའི་ཚུམ་པ་མ་བྱས་པ་ཅམ་ནས་མི་སྦྱར་གྱི། །ཁྱ་གང་ལ་
བྱ་དགོས་པ་འདྲའོ། །ཀྱན་སྒོང་ལ་རྒྱ་སེམས་དང་། ཡིད་གཙུགས་བྱང་པར་ཅན་ལས་
གཞན་པས་འཐག་ཏུ་འཇུག་འདོད་ཟེར་ཏེ་བརྟག་གོ། །མཐར་ཐུག་རྒྱ་ཅན་པ་ལས་ཐོབ་སྒོ་
སྦྱིས་པ་ཟེར་ཏེ། གོས་ཁྱ་གང་དུ་ལོངས་པར་བཏགས་པ། ཡུལ་དུས་དེར་གྲགས་པའི་
སྤྲ་མི་སྟེར་བར་སྦྱང་བ་དགོས་སོ། །

འཐག་པ་བསྐྱེད་པ་ལ། གང་ལ་འཐག་པ་བསྐྱེད་པའི་ཡུལ་ནི། ཐ་ག་པ་དང་།
སྦྱིན་བདག་གཉིས་ཀ་བྲིས་པ་ཡིན་པ་སོགས་དུག་ལྡན་ནོ་ཟེར་རོ། །རྩལ་ཐ་དད་ལ།
དེ་གཉིས་ཀྱང་ཐ་དད་པ་དང་། སྦྱིན་བདག་གི་འཐག་པ་སྦྱེ་བའི་ཕྱིར་དུ་ཅི་བདེར་
བསྟམས་པ་མིན་པའོ། །དངོས་པོ་ནི། གོས་ཀྱི་རྒྱ་རུང་ཆད་ལྡན། སྦྱིན་བདག་དེའི་
ཡིན་པ། བཟོའི་ཚུམ་པ་མ་བྱས་པ་སྟེ་ལྟ་ཟེར་རོ། །སྤར་བ་འབྲིན་པ་དེའི་ཕྱིར་བརྟག་
པར་བྱ་བའི་གོས་དེ་སྦྱིན་བདག་གི་བསམ་པ་ལས་བྱུང་བ་སྟེ་བསམ་པ་ཡིན་ལ། དེ་
འཐག་པ་བསྐྱེད་ན་སྤང་བའི་ཡན་ལག་ཏུ་གྱུར་པའི་བྱེད་པ་པོ་འོ། །ཡན་ལག་ལ་འདི་
གཞུག་དགོས་སོ། །དེ་ཡང་དགེ་སྟོང་གིས་ཐ་ག་པ་འཐག་པ་བསྐྱེད་པ་ལ་སྦྱར་བ་
དགོས་པས་དེའི་དོན་ནི། ཁོ་ལག་ཆེ་བ་སྟེ་ཞེང་ཆེ་བ་དང་། སྤར་རིང་བ། འབྲས་བཟང་
བ་སྟེ་བྱེར་ཐུག་སྟོམ་པ་དང་། ཤས་བཟང་བ་དང་། སང་སེང་མེད་པའི་ཐག་རན་བཟང་
པོའི་དེ་གཉིས་གང་རུང་ལ་སྦྱར་བ་དགོས་སོ། །དེ་ལྟར་སྦྱར་བས་གལ་ཏེ་སྦྱིན་བདག་
གི་དོག་པ་ཟད་ན་དངོས་གཞིའོ། །འདིར་བསྟོས་ཆོད་ལས་ལྟག་པ་ཁྱ་གང་གི་དོག་པ་
ཟད་པ་ལ་སྦྱར་དགོས་པ་འདྲའོ། །ཡང་འཐག་པ་བསྐྱེད་པ་ལ་དོག་པ་མ་ཟད་ཀྱང་། རན་
པ་མ་བྱིན་ན་དངོས་གཞིའོ། །ཡང་ཞེས་བས་དོག་པ་ཟད་པ་དང་། གཉིས་ཀ་སོ་སོར་

སྤང་སྤྱང་གི་བྱེད་པ་པོར་བསྟན་ན། །རྩན་པ་ཁས་སྤངས་མ་སྤངས་འདྲི། །འཐག་པ་
བསྐྱེད་པ་བྱུབ་ན་དངོས་གཞི་ཡིན་ལ། །ཁས་སྤངས་པ་མ་ཡན་ན་མ་བྱིན་ལེན་གྱི་ཉེས་
བར་ཡང་འགྱུར་བར་གསུངས་སོ། །འདིར་“སྤྱོན”མ་རྣམས་རྩན་པ་མ་བྱིན་པ་འཐག་
འཇུག་གི་ཉེས་བྱས་དངོས་གཞི་ལ་སྦྱོར་བའོར་བ་ཁོ་ན་སྟེ། །འཐག་འཇུག་ལ་ནི་འཐག་
པ་བསྐྱེད་པ་དང་བྲལ་བའི་རྩན་པ་མ་བྱིན་པ་ཡིན་ལ། །འདི་དང་འཐག་པ་བསྐྱེད་པ་བྱུབ་
པ་གཞིར་བྱས་ལ། །བསྤོས་ཆོད་ལས་ལྷག་པའི་དོག་པ་ཟད་ན་སྤྱོད་རྩན་བྱིན་པ་ཡང་སྤང་
བར་འགྱུར་ལ། །མ་ཟད་པའི་ཆེ་སྤང་བར་འགྱུར་བ་ལ་སྤྱོད་རྩན་བྱིན་པ་དགོས་པའི་
ཕྱིར་རོ། །

མཐར་ཐུག་ཐོབ་སློབ་སྤྱོད་པ་ལ་སྦྱོར་བ་ཡང་འོར་ཏེ། །བྱུབ་ན་དངོས་
གཞིའོ། །ཞེས་པའི་དོན་ནི་བཅོལ་བ་ལས་ཁོ་ལག་ཆེ་བ་ཉིད་དས། །འབྲས་བཟང་བ་ཉིད་
བྱུབ་ན་འདིར་དངོས་གཞིའི་ཁ་ན་མ་ཐོབ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ་ཞེས་འགྲེལ་བར་གསུངས་
སོ། །སྤྱིན་པར་བྱེད་པས་ཞེས་པས་ནི། །དག་སྤོང་གི་ཆོས་སུ་འགྲིག་གོ། །འདིར་གལ་
ཏེ་ཁས་སྤངས་པ་ལེན་པར་མི་བྱེད་ན་ཐག་པ་ཡང་སྤྱིན་བདག་ཡིན་ནོ། །སྤྱིན་བདག་
གིས་ཁོ་ལག་ཆེ་བ་སོགས་བྱའོ་ཞེས་ཁས་སྤངས་པ་དེ་ལྟར་དུ་ཐ་ག་པས་ཁས་ལེན་
པར་མི་བྱེད་ན། །ཐ་ག་པ་ཡང་སྤྱིན་བདག་དང་འདྲ་བས་ཞེས་པ་ཡིན་ནམ་དུང་དཔར་
བྱའོ། །གོས་བྱུབ་པའི་སྤྱོད་པ་དུ་གོས་བསྐྱེད་དེའི་ཕྱིར་བསམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་རྗེས་
སུ་བསྐྱེད་པ་བསོད་སྟོམས་ལ་འགྲོ་བ་དང་། །བཅའ་བ་ལ་སོགས་པ་འཆོལ་བ་ཐ་དད་
པ་ཐམས་ཅད་ནི་ཉེས་བྱས་གཅིག་གི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་གྱི། །ཁྱིལ་ས་“ལྟར”པ་ལ་

ཉ སྤྱོན

ཉ ལྟར

སོགས་པ་ལ་སོ་སོ་ཐ་དད་ཡིན་མེན་ནོ། །སྤྱིན་བདག་གིས་དགེ་སྦྱོང་ལ་ཁྱིད་ཀྱི་ཕྱིར་
གོས་འཐག་ཏུ་གཞུག་གིས། དུས་དུས་སུ་བཞུང་ལ་གཟིགས་ཤིག་ཅེས་མ་བསྒོ་བར་
མཛེས་པ་བསྐྱབ་པའི་བསམ་བསམ་འགོ་ན། ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་སྤྱོད་ཀྱི་ཉེས་བྱས་
སོ། །འཕྲོག་པའི་སྤང་བ་ལ། དཔལ་དགེ་སྦྱོང་ཉིད་བཅས་པ་ལ་དགེ་སྦྱོང་གི་“སྤོམ་”པ་
དག་པ་ལྟ་བུ་དང་མཚན་མཐུན་པ། ཐ་སྤྱད་གསུམ་དང་ལྡན་པ། ལུས་ཐ་མལ་དུ་གནས་
པ། རང་ལས་ཐ་དད་པ་སྟེ་བྱུག་ལྡན་ནོ། །འོག་ཏུ་དགེ་སྦྱོང་ཆོས་བྱུག་ལྡན་ཞེས་
དམིགས་ཀྱིས་མ་བྱེ་བ་ནི་འདི་ལ་གོ་བར་བྱའོ། །འོན་ཀྱང་བརྟེན་པ་རྣམ་དག་ཡོད་པ་
ན་འདི་བཞིན་དང་། རྟེན་ལ་གསོར་རུང་ཡོད་པ་ན་ཡུལ་ཡང་གསོར་རུང་གིས་ཆོག་
གོ། །“སྤོག་”པར་བྱ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཞེས་པ་ནི། རང་ངམ་གཟན་གང་རུང་གིས་བྱིན་པ་
དགོས་པར་སྟོན་པའོ། །གོས་ཉིད་ཅེས་པ་ལ་འགྲེལ་བར་གོས་ནི་མཚན་པ་སྟེ། དགེ་
སྦྱོང་གི་ཡོ་བྱད་གཞན་ཡང་འཕྲོག་ན་དངོས་གཞིར་གསུངས་སོ། །འདི་ལ་སྤྱ་མ་
རྣམས་གོས་སམ་ལྟར་བཟད་ཡིན་པ། “རུང་”པ་ཆོད་ལྡན་རང་ངམ་གཞན་གྱིས་
བྱིན་ལ། དེ་ལྟར་དེ་དབང་བ་སྟེ་བཞིའོ་ཟེར་རོ། །

བསྐྱུས་པ་ཐ་དད་པ་ནི། ལུས་ངག་དུས་གཅིག་ཏུ་ཞུགས་པ་འཕམ་རིམ་གྱི་
ཞུགས་པ་ཡང་ལྟར་བ་གཅིག་ཏུ་སྟོན་པའོ། །ཀྱན་སྦྱོང་ལ་ཀྱུ་བའི་ཀྱན་སྦྱོང་ལས་གཞན་
པས་བསམ་པ་ཐག་པ་ནས། འཕྲོག་འདོད་ཟེར་བའི་དང་པོ་ལ་འགྲེལ་བར། ཁ་ན་མ་ཐོ་
བ་འདི་ཀྱུ་སེམས་མེད་པ་ཡིན་གྱི། ཀྱུ་སེམས་ཡོད་པ་ན་ནི་མ་བྱིན་པར་ལེན་པར་

༡ སྤོམ་

༢ སྤོག་

༣ ཅུད་

གཏོགས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བར་ཡང་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཡང་སྤྲུལ། མ་གྱིན་
ལེན་དང་གཞི་མ་ཐུན་པ་གཅིག་ཡོད་དམ་དཔྱད་དོ། །བསམ་པ་ཐག་པ་ནས་དགོས་པ་
འོག་ཏུ་སྟོན་ནོ། །འོ་ན་རྒྱ་སེམས་མེད་པའི་འཕྲོག་པ་ཅི་འདྲ་ཞེ་ན། དེ་ནི་བ་རོལ་པོ་
ལས་དབུལ་བ་ཅམ་འདོད་ཀྱི། བདག་གིར་བྱ་བའི་སྒོ་མེད་པ་ལ་སྲིད་དོ། །མཐར་ཐུག་
ལ་ཐོབ་སྒོ་སྤྲུལ་བ་ཟེར་རོ། །

དེ་ལྟར་ཀུན་སྒྲོང་ལ་རྒྱ་སེམས་མི་སྲིད་པར་འདོད་པ་དང་འགལ་ཉེ་འདི་ལ་རྒྱ་
སེམས་སྲིད་པའི་ཕྱིར་ཉེ། དེས་ན་ལུས་ལས་ཞེས་གསུངས་པས་བ་རོལ་པོའི་ལུས་ཐ་
དད་དུ་སོང་བའམ། དེའི་གནས་ནས་སྤྲུལ་པ་ལྟ་བུ་ལ་བྱ་དགོས་པ་འདྲའོ། །ཐ་དད་
པའི་མ་ཐ་ཡང་ཇི་ཅམ་དུ་གོས་ཀྱི་བྲ་ལུས་ལ་བུལ་བར་བྱེད་ན་སྤང་བའི་ལྟར་བྱེད་དོ་
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འདི་ལ་ཞེས་པ་ལ་འབྲེལ་བར་གཞན་གྱི་དོན་གྱི་ཕྱིར་ཆོག་
གིས་ཀྱང་འཕྲོག་ན་དངོས་གཞིའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །སྒྲོད་
པ་དང་འདྲ་བ་ནི། དག་སྒྲོང་མ། དག་སྒྲོབ་མ། དག་ཚུལ་མ་གསུམ། དག་སྒྲོང་ལ་
སོགས་པ་ལུས་སྒྲོད་པ་དང་། དག་སྒྲོང་དང་། དག་སྒྲོང་མ་གཉིས། དག་བསྐྱེན་མ་ལ་
སོགས་པ་གསུམ་གྱི་སྒྲོད་ན་ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་ལ། བྱིས་པ་པོ་མོ་ལ་བསོད་ནམས་
མིན་པར་གསུངས་པ་དང་འདྲའོ། །འཕྲོག་པ་གསུམ་ལས། སྤང་བར་འགྱུར་བའི་
སྐབས་སུ། རང་གི་ཉིད་སེལ་བ་ཞེས་སོ། །རང་གི་ཉིད་ནི་ཡུལ་དེ་དབང་བའམ་དེ་དང་
ལྡན་པ། དེ་མི་དབང་བའི་འཕྲུལ་བ་ནི་སེལ་བ་ཡིན་པ་འདྲའོ། །སྒྲོ་བློས་ངན་པས་བྱས་
པའི་འཕྲོག་པ་ནི། སྒྲོད་པའི་བསམ་པས་དུས་རྒྱུད་ཟད་ཅིག་སེམས་བསྐྱུ་བར་བྱའོ་

སྒྲུབ་ནས། ཆོས་གོས་སོགས་འཕྲོག་བ་སྟེ། དེ་ནི་རྗེས་སུ་འཕྲོག་བ་སྟེ། དངོས་གཞིའི་
རྗེས་སུ་མ་ཐུན་པའི་ཉེས་བྱས་སོ། །

རིགས་པའི་དོན་གྱི་དབང་གིས་བྱས་པའི་འཕྲོག་བ་ནི། ཆེ་འདྲིའི་གཞོད་པ་
ཀུན་སོ་ཚུ་ལྷུང་སྟག་ལ་སོགས་པའི་འཛིགས་པ་དང་། བ་རོལ་ཏུ་མི་པན་བ་སྟེ།
གྲོགས་གྱི་ལག་ཏུ་འགོ་བཅོ། །དགོན་པ་པའི་བྲལ་བ་ལ། སོ་ཐར་དང་། རྣམ་འབྲེད་
ལས་འཕྲོག་པའི་འོག་ཏུ་བརྟན་པ་ལས་བྱུང་བ་འབྱུང་ཡང་། འདིར་ཁྱེས་བ་ལས།
དགོན་པ་པའི་འབྲལ་བ་བཤད་བ་ལྟར་བྱ་སྟེ། དབྱར་གྱི་དུས་དང་འབྲེལ་བའི་ལྷུང་བ་
རྣམས་སྟོགས་གཅིག་ཏུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལྟ་ལུང་ན་དེ་ལྟར་མེད་ཟེར་ཏེ་བརྟག་གོ། །ཆོས་གོས་གཅིག་ཅེས་བ་ལ།
ལུང་དང་རྩ་འབྲེལ་ལས། གསུམ་ལས་གང་རུང་གཅིག་ལས་མཛད་པ་ལ་སྡེ་མ་རྣམས་
སྒྲུབ་“སྦྱར”ལ་བྱེད་དེ་གཞན་གཉིས་བྱེད་ན་རྟགས་ཉམས་པར་སྔ་བརྒྱུད་གི་འབྲེལ་
བ་ལས་བཤད་པ་དང་། ཆར་འབབ་པ་སོགས་གྱི་ཆེ་སྒྲུབ་སྦྱར་འཛོག་གི། །གཞན་
གཉིས་མི་འཛོག་པར་གསུངས་པས་སོ་ཞེས་ཟེར་བ་ནི། དགོན་པ་དང་། འཛིགས་པ་
དང་བཅས་པ་གཉིས་དམིགས་གྱིས་བཀར་བས་སྒྲུབ་སྦྱར་གྱི་ངེས་པ་མེད་པ་
འདྲའོ། །འོན་ཀྱང་གཅིག་ཅེས་བ་ལྟར་ན། གསུམ་ག་ལ་འཛིགས་པ་ཡོད་ཀྱང་། གཉིས་
མི་འཛོག་པ་ལྟར་སྦྱར་བ་ནི་དབྱེད་པར་བྱའོ། །རུང་བ་ཆད་ལྟར་དང་། རང་ལ་སྟོས་
པའི་བྱིན་རྒྱལ་ས་ཡོད་པ་དང་། འཛིགས་པའི་དབང་གིས་གནས་གཞན་དུ་བཞག་པ་
ཟེར་རོ། །ཁྱོད་ནི་དགོན་པ་པའི་སྦྱོད་ལུལ་དུ་གྱུར་པའོ། །འདྲ་བ་ནི་བྲལ་བ་མི་འབྱུང་

བ་ལའོ། །གལ་ཏེ་སྤྱོད་ཡུལ་གྱི་གྲོང་ཡང་འཛིགས་བ་དང་བཅས་ན་དེ་ལས་གཞན་
 བའི་གྲོང་དུ་བཞག་ཏུ་བྱང་ངམ་ཞེ་ན། བྱང་ངོ་ཞེས་སྡེ་མང་བཞག་པའི་ཆེ་ཆོས་གོས་
 གྱི་གནས་ཉེ་འཁོར་བཅས་བ་དང་། དགོན་པའི་ཉེ་འཁོར་མ་འདས་ན་འབྲལ་བ་མི་
 འབྱུང་མོད། དེ་གཉིས་ལས་ཞག་འདས་པར་བྲལ་ན་འབྲལ་ལྟར་འབྱུང་བར་ངེས་སམ་
 ཞེ་ན། དགོན་པ་བ་དེས་ཞག་བྲལ་ཚུན་ཆད་དུ་མཆམས་གྱི་ཕྱི་རོལ་དུ་འབྲལ་དུ་གནང་
 རོ། །གང་གིས་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཆོས་དང་ལྡན་པའི་དོན་གྱི་དབང་གིས་སོ། །གང་ལས་ཤེ་
 བ། གྲོང་གཞན་ན་འདུག་པ་དེ་ལས་ཞེས་ཏེ་གྲོང་སྡེ་མ་ལ་ལྟ་ཅི་སྒོས་བའོ། །བྲལ་ལས་
 ལྷག་པ་བདུན་པ་ལ་ནི་འབྲལ་བ་གནང་བ་མེད་དོ། །འདི་ཡང་ཆོས་ལྡན་གྱི་དགོས་པའི་
 ཕྱིར་མཆམས་གྱི་ཕྱི་རོལ་དུ་སོང་བ། རྒྱན་པོ་ལ་སོགས་པའི་བར་ཆད་གྱི་དབང་གིས་
 ཞག་བདུན་པ་ལ་འཁོར་བར་དེ་ལས་ཐལ་བ་ལ་ཉེས་བ་མེད་དོ། །

ཁ་ཅིག་འགྲོ་བའི་ཆེ་ཞག་བྲལ་ཕྱི་རོལ་དུ་འགྲོའོ་སྐྱམ་སྟེ་སོང་བ་ལ་ཞག་ལས་
 འདས་པ་ཉེས་མེད་ཡིན་གྱི། དེ་མེད་པའི་ཉིན་གཅིག་གསལ། མཆོན་གཅིག་འགྲོ་བར་
 བསམས་ཏེ་སོང་བས་ཞག་བྲལ་འདས་པ་ལ་ཉེས་པར་འགྱུར་རོ། །སྐྱམ་པའི་དོགས་
 བ་བསམ་པའི་ཕྱིར་ཞེས་སོ། །རྒྱ་མཆོན་ནི། བསམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཡོད་མེད་གྱི་མིན་གྱི།
 བར་ཆད་དང་ལྡན་མི་ལྡན་གྱིས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་སེམས་སོ། །ཞག་བྲལ་ལས་
 འདས་ཞེས་པ་ནི། བྲལ་ལས་འདས་པའི་བདུན་པ་འདས་པ་ལ་ཞེས་གོ་བར་བྱ་སྟེ།
 ཞག་ཏུ་བདུན་མ་འདས་ན་གནང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གང་ནས་འབྲལ་བའི་གནས་ནི།
 དགོན་པ་དང་། ཆོས་གོས་བཞག་པའི་གནས་གཉིས་ཀའི་ཉེ་སྒྲོར་དང་བཅས་པ་ལས་
 གནས་གཞན་ཡོད་དགོས་ལ། ཉེན་ནི་དགོན་པ་པའི་ཡི་དམ་དང་ལྡན་པ་སྤྱང་མ་

བཅིང་བ། གནང་བ་མ་ཐོབ་པ་ཞེས་ཟེར་བའི་དབྱང་པ་ནི་དབྱང་ཟེན་ལོ། །

རས་ཆེན་ལ་གཉིས་ལས། “བཙལ་^༡ ལྷ་ས་པའི་ལྷང་བ་ལ། བསྐྱང་བའི་ཡུལ་ནི།
ཁྱིམ་པ་སོགས་དྲུག་ཟེར་རོ། །དངོས་སོ་ནི་རས་ཆེན་རྩང་བ་ཆད་ལྡན་མ་རྟོངས་པ།
ཆར་ཚུ་སྐྱོབ་བྱས་པ། སྐྱིན་བདག་དེའི་ཡིན་པ་དེ་དྲུག་ཟེར་རོ། །འགྲེལ་པར་བྲུག་པ་
ལ་ཡང་ན་སྤང་པར་གསུངས་སོ། །བསྐྱང་བའི་དུས་ནི་དབྱར་སྔ་ཕྱི་གཉིས་འབྲིང་སོ་
དང་། ཐ་ཚུང་གི་ཆེས་བཅུ་དྲུག་གང་རྩང་ལ་ལྟོས་སྒྲ་བ་གཅིག་གིས་སྔ་པའོ། །

དབྱར་སྒྲ་ར་བ་དང་འབྲིང་སོ་ཆེས་བཅུ་དྲུག་ནས་འཆང་བའི་དུས་ཚུན་ཆད་
དུ་འཆོལ་བར་གནང་བའི་དུས་སོ། །རྟེན་ནི་ཁས་ལེན་དང་འབྲེལ་བ་ཟེར་རོ། །མཐར་
ཐུག་ནི་དུས་སྔ་མར་སྤངས་ནས་སྔ་མར་ཐོབ་པ་དགོས་ལ། སྔ་མར་བཙལ་ནས་གནང་
བའི་དུས་སྔ་ཐོབ་ན་འཆོལ་བ་ལ་ཉེས་བྱས་དང་། ཐོབ་པ་ལྷུང་མེད་དོ། །ཐོབ་པ་ནི་ཐོབ་
སྒྲོལ་ཟེར་རོ། །དེའི་རྗེས་སུ་ཁྱུགས་པ་ནི་བསྐྱང་བའི་དབང་གིས་ཞེས་དང་། དགག་
དབྱེ་སོགས་ནི་དབྱར་སྔ་ཕྱི་གང་ཁས་སྤངས་དེའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་བྱ་དགོས་
ཏེ་ལོ། །སྔ་བརྒྱུད་ནི་དབྱར་སྔ་མ་ཁོ་ན་དང་འབྲེལ་ལོ་བཞག་ཕྱིས་ནི། རས་ཆེན་རྩང་
“ཆད་^༢ ལྡན་རང་དབང་བ། མ་རྟོངས་པ། ཆར་ཚུ་སྐྱོབ་བྱས་པ་སྤེ་དྲུག་ལྡན་གྱི་དངོས་
སོ་ལོ། །དུས་ནི་དགག་དབྱེ་བྱས་ནས་སྒྲ་བ་ཕྱེད་སོང་བ་ཟེར། མ་རྟོངས་པ་ནི་སྒྲ་བ་
བཞེར་མ་སྤྱད་པ་ཡིན་ན། ཁས་ལེན་སྒྲ་བ་གསུམ་དང་། དེའི་“གོང་^༣ དུ་སྒྲ་གཅིག་
དགག་དབྱེ་བྱས་ནས་ཞག་བཅུ་བཞི་འགོ་དགོས་པས་བཞག་འབྲེས་ཀྱི་སྤང་བ་མི་

༡ བཙལ་

༢ ཆད་

༣ གོང་

སྲིད་པར་ཐལ་ལོ་ཞེན། དེ་ལ་རྒྱ་བ་བྱེད་དང་ལྟར་བཅངས་པས་མ་བྱལ་ཅིང་ངེས་ལྟན་
གྱི་གོས་མེན་པ་དང་། རྒྱ་བ་གསུམ་དུ་ཆར་རྩ་མ་ཞོན་ལོངས་མི་སྤྱོད་པ་སྲིད་པས་
སྤྱོན་མེད་ཅེས་ཟེར་རོ། །ལོན་ཀྱང་རྒྱ་བ་བཞིར་སྤྱད་པའི་རས་ཆེན་ཡིན་ན། དེ་ལ་
བཞག་འཕྲིས་གྱི་ཉེས་བྱས་ཅམ་ཡིན་གྱིས། ལྟར་བྱེད་མི་འབྱུང་རོ། །

དེ་ལྟར་ན་དེ་ལྟ་བུའི་རས་ཆེན་འཆང་བའི་དུས་ནི་རྒྱ་བ་བཞི་དང་། ཞག་བཅུ་
བཞི་རིལ་དང་བཅོ་ལྔ་བའི་མཆན་མོའི་མཐའ་རྩུན་ཆོད་ཡིན་གྱི། དེ་འདས་ན་ལྟར་བར་
འབྱུར་ཉེ། སྤྱོན་རྒྱ་བ་རྩུང་དང་། དགུན་རྒྱ་བ་བའི་ཆེས་གཅིག་གི་སྐྱ་རེངས་ཤར་
ནའོ། །བརྟན་འབྱུར་ལ་གསུམ་ལས། བདག་གིར་བྱ་བ་ལྔས་པ་ནི། སྤྱོན་བདག་གིས་
པ། ཐ་སྙད་ལྔ་ལྟན། ལུས་ཐ་མལ་པ། རང་དང་ཇས་གྱི་སྤོན་ཐ་དད་པ་སྟེ་བཞི་ཟེར་
རོ། །རྟེན་པ་ནི་དབྱར་བསྐྱས་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ། ཐས་རྟེན་མིན་པ། སལ་ཆེར་རུང་
བ། ཆོད་དང་ལྟན་པ། བརྟན་པ་ལས་བྱུང་བ་མིན་པ་སྟེ་ལྔ་ཟེར་རོ། །དང་པོ་དབྱར་
གནས་པའི་ཕྱིར་རྟེན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འདིར་དབྱར་གྱི་རྟེན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་དེ་
ལྟར་བའི་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་ཡིན་གྱི་འཕྲལ་གྱི་མཆོད་སྤོན་ལ་སོགས་པའི་ཕྱིར་རྟེན་པ་
གཞན་ནི་མིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་པས་དབྱར་གྱི་ཁས་ལེན་བྱས་པ་ལ་དམིགས་ནས་
ལུས་པའི་རྟེན་པ་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་ནི་ནས་འབྱེད་ལས་བཤད་ཟེར་རོ། །ཆོད་ལྟན་ནི་“སྤྱི”ཆོད་ཁྱ་གང་
བ་ལ་བྱེད་དེ་བརྟག་གོ། །“ལྟར”^༡བ་ནི་ཁས་རྒྱངས་དགག་དབྱེ་མ་བྱས་པའི་བར་
རོ། །བདག་གིར་བྱས་པ་ནི། དུས་དེར་བརྟན་པའི་དབང་གིས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་མིན་པ་

༡ ལྟར
༢ ལྟར

ཕུལ་ཡང་མི་ལེན་པའོ། །དེའི་ཕྱིར་ཀུན་སྒྲོང་བདག་གིར་བྱེད་འདོད་མ་ཆད་པ་དང་
མཐར་ཐུག་ལ་ཐོབ་སྒྲོལ་བྱེད་པ་བརྟག་གོ། །འདིར་བརྟན་བྱུང་གི་གོས་ལྷ་པོ་ནད་པ་ལ་
དང་། དེའི་ཕྱིར་དང་། འཆི་བ་ལ་དང་། དེའི་ཕྱིར་དང་། འགྲོ་བར་ཆས་པ་ལ་། སྦྱིན་པ་
ཞེས་གསུངས་པ་ནི་མཆོན་པ་སྟེ། རྒྱལ་པོ་དང་། ཆོས་རྒྱུན་དང་། རིགས་བརྒྱད་དང་།
རྒྱལ་པོ་གསུམ་པས་བྱིར་བར་དོགས་པ་སྦྱིན་བདག་གི་བསོད་སྦྱོམས་ཀྱི་བར་དང་།
བགོས་སྐལ་ལ་གཏོགས་པ་འཆིར་དོགས་པ་མཆོད་གནས་ཀྱིས་རྟེན་པའི་བར་དུ་
འགྱུར་བ་ནམས་བརྟན་བྱུང་གིས་སྤྱད་དགོས་པར་གསུངས་སོ། །དེ་དག་དང་ལྡན་པའི་
ཆེ་ལ་ཉེས་པ་མེད་པ་ལ་མཐའི་ཞག་བཅུ་དགོས་མི་དགོས་ལ་དབྱེད་པར་བྱའོ། །

བསྒོམ་སྤར་བའདད་པ་ལ་གསུམ་ལས་སྦྱིན་བདག་དང་དུས་སྤར་དང་འབྲེལ་
དངོས་པོ་ལ་ལྷའི་གངས་སྤར་བཞིན་བྱས་ནས་ལྷ་བའི་དོན་བགོས་པར་བར་ཆད་སྒྲོང་
བ་མིན་པ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཙུ་འབྲེལ་ནི། དབྱེད་ཀྱི་ཕྱིར་རྟེན་པ་ལ་དུས་མཐའི་ཞག་
བཅུའི་ཆེས་དངོས་པོ་བརྟན་པའི་རྟེན་པ་ཡིན་ན་བདག་གིར་བྱེད་པ་ལྟར་བ་མེད་ལ།
བགོས་ན་དངོས་པོའི་ཕྱིར་གསུངས་པས་བརྟན་བྱུང་གིས་རྟེན་བ་མིན་པ་ཞེས་པའི་ཐ་
སྤྱད་མ་ལེགས་སོ། །བརྟན་བྱུང་མ་ཡིན་པའི་དབྱེད་རྟེན་ལ་བདག་གིར་བྱས་པ་དང་།
བགོས་པ་གཉིས་ཀ་ལ་ལྟར་བར་གསུངས་སོ། །དབྱེད་ནད་དུ་བགོ་བ་ལ་ཡང་བགོས་
བས་པར་ཆད་སྒྲོང་བ་ཡིན་ན་ཉེས་མེད་དུ་འགྲོ་དགོས་སམ་སྟུང་མོ། །བགོ་བ་འཕྱིས་
པ་ལ་སྦྱིན་བདག་སྤར་བཞིན་དང་། དངོས་པོ་ལ་ལྷ་པ་རང་དབང་བ། བརྟན་པའི་རྟེན་
བ་མིན་པ་སྟེ་བྱུག་ཟེར་རོ། །བྱུག་པའི་དོན། བགོས་པས་བར་ཆད་དུ་འགྱུར་ཞེད་།
བཞག་པས་དེ་སྒྲོང་བ་ལ་བྱེད་དོ། །ཐ་སྤྱད་མ་ལེགས་སོ། །རྟེན་ནི་སྤེད་པ་མ་བསྒོས་པ་

དང་། སྤྱིན་བདག་གི་ཆོག་གི་དབང་མེད་པ་སྟེ་གཉིས་ཟེར་རོ། །རང་དབང་བ་དངོས་
པོ་ལ་ཡོད་མེད་སྤྲུལ་གཉིས་དང་ཡང་ཡང་ལྷུང་བའི་ཡན་ལག་ཏུ་དགོས་མི་དགོས་ཡང་
བར་བསམ་པ་འདུག་གོ། རྟེན་གྱི་ཆོས་ཕྱི་མ་ནི། སྤྲུལ་གཉིས་ལ་ཡང་མཆོན་དགོས་
པ་འབྱུང་། །

བསྐྱེད་ཀྱང་ལ། སྤྱིན་བདག་ནི་ཁྱིམ་པ་ཡིན་པ། ཐ་སྙད་ལྷ་དང་ལྷན་པ་ལུས་
ཐ་མལ་པ། རང་དང་རྩལ་གྱི་སྒྲོན་ས་དང་བསྐྱེད་པ་པོ་དང་། བསྐྱེད་པ་གཉིས་ཀྱི་འདུང་ཐ་
དད་པ། བསམ་པ་ཐག་པ་ནས་བསྐྱེད་པ་སྟེ་ལྷ་ལྷན་ནོ། །དངོས་པོ་ལ་གོས་སམ། ལྷུང་
བཟེད་ཡིན་པ། རུང་བ་“ཆད” དང་ལྷན་པ་སྤྱིན་བདག་དེས་བསམ་པ་ཐག་པ་ནས་
བསྐྱེད་པ་སྟེ་བཞི་ལོ། །བསྐྱེད་པ་ནི་དགེ་སློང་གི་“སྒྲོམ”^༡ པ་དག་པ་ལྟ་བུ་དང་མཆོན་
མ་ཐུན་པ། ཐ་སྙད་གསུམ་ལྷན། ལུས་ཐ་མལ་པ། བདག་ལས་ཐ་དད་དེ་བྱུག་གོ་ཟེར་
རོ། །འབྲེལ་བ་ནས་ཡོན་བདག་ལ་ཉེ་དུ་མིན་པ་མི་དགོས་པ་དང་། རྟེན་པ་ལ་ཟས་རྟེན་
མིན་པ་དང་། གང་ཟག་གཞན་ལ་ཞེས་པ་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་མ་བྱུང་གི་གསལ་ཁ་མཛད་
དོ། །གོས་གྱི་མ་གཏོགས་པ་སྟོང་ལ་ཡང་མ་བཤགས་པས་བརྟག་པར་བྱེད། རྩོམ་པ་
ནི་ཐོབ་སྒོ་ལ་བྱེད་ཟེར་རོ། ཐོབ་ན་དངོས་བཞི་ཡིན་ན་བསྐྱུར་བ་ལ་ཅིར་འགྱུར་ཞེ་ན།
གོས་རྟེན་བསྐྱུར་བ་ལ་ཅིར་འགྱུར་ཞེ་ན། གོས་རྟེན་བསྐྱུར་བ་ལ་ནི་ལོ། །བསྐྱེད་པ་བསྐྱུར་
གྱི་སྐྱབས་འདིར་གང་ཟག་གཞན་ལ་བསྐྱེད་པ་གཞན་ལ་བསྐྱུར་བ་ལ་ཡང་
རོ། །བསྐྱུར་བ་དེའི་འབྲས་བྱ་ཐོབ་པ་ལ་ཡང་རོ། །ལྷག་མ་ཞེས་པ་ལ་བསྐྱེད་པ་ལ་
བཞག་ན་ཆུད་འཛའ་བ་ལ་མ་ཐུན་པ་ལ། རྣམ་འབྱེད་འབྲེལ་བ་ལས་བཤད་ཟེར་རོ། །སྤྱི་

༡ ཆད

༢ སྒྲོམ

གཟུགས་ནི་སྐྱུ་གཟུགས་ཀྱི་རྒྱན་གཅིག་ལ་གཅིག་འབྱར་དུ་རུང་བའོ། །ཤི་བའི་ཡོ་
བྱང་ལ་སོགས་པ་དག་འདུན་གྱིས་རྟེན་པར་བསྟེན་པ། དག་སྟོང་གིས་མཆོམས་ཀྱི་
ཕྱིར་རོལ་དུ་སོང་སྟེ་བྱིན་གྱིས་རྫོབ་པར་བྱེད་ན་ཉེས་བྱས་སོ། །དག་སྟོང་རི་སྟེང་
ཅིག་གི་སྐལ་བ་འོད་པར་བྱ་བ་མཆོགས་པར་རྟེན་པ་འགོད་ན་ཉེས་བྱས་སོ། །ཞི་བའི་
ཡོ་བྱང་ལ་སོགས་པ་འདི་རྟེན་པ་བྱིན་གྱིས་མ་བརྒྱབས་པར་འགོད་ན་ཉེས་བྱས་
སོ། །དག་འདུན་ཀྱན་གྱི་སྦྱིར་དབང་བའི་རྟེན་པ་གང་ཟག་གཅིག་གམ། གཉིས་སམ་
གསུམ་གྱི་ལེན་པར་བྱེད་ན་ཉེས་བྱས་སོ། །རྟེན་པ་ལེན་པ་དེ་དག་གྱང་དབང་ན་ཅིའི་
ཕྱིར་ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་ཞེ་ན། རྟེན་པ་དེ་ལའོ། །རྒྱ་སེམས་ཡོད་པའི་དབང་དུ་བྱས་
ཀྱི། རྒྱ་སེམས་ཀྱིས་སྦྱར་བར་བྱེད་ན་གཞི་རིམ་ལྟ་བུའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བར་འགྱུར་
རོ། །མཆོམས་ཀྱི་ཕྱི་རོལ་སོགས་གསུམ་ལ། འདུ་ཤེས་འཁྲུལ་བས་རྒྱ་སེམས་མེད་
པའི་ཕྱིར་རོ། །ལྷུང་མེད་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ་གཞན་གྱི་ཤས་ཉིད་མ་བྲལ་བའི་ཕྱིར་
རོ། །འདིར་གཏོགས་པ་ནི་གཞན་དབང་བར་བྱེད་པ་ལ་ཞུགས་པའི་ཕྱིར་རྣམས་པ་
འབྲ་བས་ཟེར་རོ། །དམག་དང་། ཆོམ་རྒྱན་ལ་སོགས་པའི་གཞོད་པ་མེད་པར་གྱུ་ཆོམ་
དུ་གཙུག་ལག་ཁང་སྟོང་པར་དག་སྟོང་གང་གཙུག་ལག་ཁང་དེ་ལ་རྗེས་སུ་ཆགས་པ་
ཤས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་དེའོ། །

དག་འདུན་མ་ལྟགས་ན་བཞག་པ་དེས་ལོ་བརྒྱའོ། །གཙུག་ལག་ཁང་དང་ཉི་
འཁོར་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་གཉིས་གསེ་སྟོང་རོ། །དེ་དག་ནི་དང་པོ་གནས་གཞན་
དེར་བཞག་པའི་དག་སྟོང་རོ། །གཙུག་ལག་ཁང་གི་བདག་པོ་བྱིས་བདག་དེ་གནས་
གཞན་གྱི་སྦྱིན་བདག་དེ་ཉིད་ཡིན་ཡང་སྤར་བྱས་པའི་ངེས་པ་ལའོ། །བྱིས་བདག་དེས་

རྒྱས་དེ་དག་ལྟར་ཕུལ་བའི་གཙུག་ལག་ཁང་དེར་མི་སྟེར་བའོ། །མཆོད་རྟེན་གཞན་ལ་
བསྡེས་པའི་རྟེན་པ་དེ་ལ་འབྲུལ་བར་མི་རུང་ཞིང་། དེར་བྱེད་ཡང་མ་རྩུས་ནའོ། །བྱང་
རྒྱལ་ཆེན་པོ་བཞི་ནི་གནས་དེ་དག་ན་བཞུགས་པའོ། །གསོག་འཛོག་གི་སྤང་བ་ལ། དེ་
པན་ཆོད་ཉིད་དུ་ཉི་མ་དང་པོ་འདས་ཏེ་དེད་ནི་ཉི་མ་གཉིས་པ་ལགས་སོ། །ཞེས་
སོགས་གྲིས་ཉི་མ་འདས་སོ་ཙམ་གྱི་ཁྱི་ཞིག་བྱས་ན་གསོག་འཛོག་གི་སྤང་བར་
འགྱུར་ཞེ་ན། བཟའ་བའི་ཕྱིར་འཆང་ནའོ། །གང་ཞེ་ན། ཞག་བདུན་པར་བྱིན་གྲིས་
བརྒྱབས་པ་དེའོ། །

དེ་ཡང་སྤྲོན་བཞི་ལ་གང་རུང་བ། རུང་བ་ཆོད་ལྟན། རང་དབང་བ། རྟོག་རྒྱར་
གྱུར་པ་ནི་བྱེད་ཉིད་དོ། །ཞེས་པས་ངོ་བོ་རྫོགས་པ་རང་རང་དང་འབྲ་བས་བཟའ་བའི་
ཕྱིར་ཏེ་བྱིན་ལེན་བྱས་པ་སྟེ་དུག་གོ། །བྱིན་རྒྱབས་ཅན་ལ་ནི་དེས་པན་པའི་ནད་ཅན་
མིན་པ་དང་། བྱིན་རྒྱབས་ཡོད་པ་གཉིས་བསྒྲན་ཟེར་འོ། །མཐར་ཐུག་ནི་བྱིན་རྒྱབས་
ཡོད་ན་རང་དུས་དང་། མེད་ན་སྤྱི་དུས་འདས་པའོ། །ཞག་བདུན་པར་བྱིན་གྲིས་
བརྒྱབས་པ། བཟའ་བའི་ཕྱིར་འཆང་བ་ལ་ཁ་ན་མ་ཐོ་བར་འགྱུར་བ་ཁོ་ནར་མ་ཟད།
བྱིན་ལེན་མ་བྱས་པ་དང་། མི་རུང་བ་མི་ཤ་ལ་སོགས་པ་དང་། མི་རུང་བ་དང་འབྲེས་
པ་དང་། བརྟག་པ་གཞན་དང་འབྲེས་པ་འཆང་བ་ལ་ཡང་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་འདིར་འགྱུར་
འོ། །འདི་ལྟར་དུས་རུང་དང་འབྲེས་པའི་སྤྲོན་ཆོད་དུ་རུང་བ། བཟར་མི་རུང་བ་ཉིན་
བྱེད་པན་གཞོད་དུ་བཟའ་བའི་ཕྱིར་འཆང་ན་འདིར་གཏོགས་གྲི་ཉིས་པ་དང་། ནང་དུ་
བཙོས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྤྲོན་གྲིས་མི་རུང་བར་གྱུར་བ་བཟའ་བའི་ཕྱིར་འཆང་བ་
དང་། དུས་རུང་སོགས་གསུམ་པོ་མི་རུང་ན་བཟའ་བའི་ཕྱིར་འཆང་བ་ལ་ཡང་ཁྱད་

པར་མེད་པས། ཞག་བདུན་པ་སྒོས་པ་ནི་དཔེ་ཙམ་སྟོ། །འདིར་ལྷུང་བ་རྣམ་པར་བཞག་
པ་གང་ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར་བཟའ་བར་བྱ་བ་སོགས་སྟོ། །

སྤྲུལ་བཞི་གསོག་འཛོག་བྱས་པ་ཐོས་ན་ལྷུང་བྱེད་དུ་འགྱུར་ལ་མ་ཐོས་ན་ལྷུང་
མེད་དུ་འགྱུར་ཏེ། ཉིན་མཆན་འདས་པ་ལ་ནི་སྤང་ལྷུང་དང་། འབའ་ཞིག་པ་འབྲ་བའི་
ཕྱིར་རྟོ། །ནང་དུ་ཞག་ལོན་པ་དང་། བཙོས་པ་དང་། བྱིན་ལེན་མ་བྱས་པ་སོགས་ཐོས་
ན་ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་བ་བཞིན་དུ་འཆང་ནའང་ཉེས་བྱས་སུ་འགྱུར་རྟོ། །འབྲུ་མར་ལ་
སོགས་པ་སྟེ་རྒྱ་རྒྱ་པར་བསྐྱུ་བ་ལ་སོགས་པའི་དོན་གང་གི་ཕྱིར་བརྟགས་པ་སྟེ་རུང་
བར་བྱས་པ་ནི་དེའི་ཕྱིར་འཆང་བ་ལ་ལྷུང་བ་མེད་དོ། །སྒོས་ཡོངས་སུ་མ་བཅང་པར་
འཆང་བ་ལ་ཡང་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་འབྲ་སྟེ་སྟེ་བྱེ་བྲག་གི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་ཕྱིར་
རྟོ། །བཟའ་བའི་ཕྱིར་ཡང་དེའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་ཏེ། དེས་ན་བག་མེད་པ་དང་། བླ་
པ་ཉམས་པས་འཆང་བ་ནི་བཟའ་བའི་ཕྱིར། །ཡིད་གྱིས་མ་བསྐྱུས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་
འབྲའོ། །སྤྲུལ་བྱགས་པ་སོགས་པ་ནི་བྱར་རུང་རྟོ། །ཞེས་འགྲེལ་པ་ལས་འབྱུང་བའི་
དེའི་ཆེད་དུ་གསོག་འཛོག་གནང་བ་འབྲའོ། །སྤྲུལ་བཞི་ཆོ་ག་དང་རོ་བོའི་སྒྲོ་ནས་མི་
རུང་བ་འཆང་བ་ལ་བཟའ་བའི་ཕྱིར་བཅངས་པ་དགོས་མི་དགོས་དང་། བཅངས་པ་ལ་
ཞག་འདས་དགོས་མི་དགོས་དང་། བྱིན་ལེན་མ་བྱས་པ་སྤྲེའི་བཞིན་དུ་བཟུང་ནས་
ཐོས་ན་ཉེས་བྱས་མི་འགྲིག་པས་ངེ་ལྟར་བྱ་བ་དང་། བྱིན་གྱི་མ་བརྒྱབས་པ་ན་ཞག་
བདུན་ལས་འདའ་བར་འཆད་དུ་ཟེན་གྱང་ཉེས་པ་མེད་དེ། རུང་བའི་ཕྱིར་གསེར་ལ་
སོགས་པ་དང་འབྲའོ། །ཞེས་པ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པ་བཅའ་བར་བྱའོ། །

ཆེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་འདུལ་བ་མདོ་རྩ་བའི་རྒྱ་མཛད་བཞེད་པ་ལས་

ཟིན་ཟིན་སྲུ་འོལ་ཁར་བཞོད་བའོ། །ཡི་གེ་བ་ནི་མ་གཅིག་དཔོན་པོ་ནམ་མཁའ་
དཔལ་ལོ། །བསྐྱེད་བ་དང་སེམས་ཅན་ལ་བན་བ་རྒྱ་ཆེན་པོ་འབྱུང་བར་གྱུར་
ཅིག །སུ་མཁྱེན་ཡི། །

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་བའི་ནམ་དཀར་བྱང་བའི་མཐུས། །
ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་སྒོ་མོ་སྟོང་ཐག་བརྒྱ། །
གདངས་ཏེ་རྒྱུད་ལྡེའི་འགོ་བ་མ་ལུས་བ། །
ངེས་ལེགས་ནོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག །

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

༄༅། །ནམ་མཁའ་སྐྱེད་ལྷན་ལྷན་། ཡུལ་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་། ཡོ་རྒྱུ་རྒྱུ། །

ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་ཅུ་ག་བའདི་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཞུགས་ཆེ་འགོ་མ་ཡུག་གི་ཉེས་བ་མི་འབྱུང་
བར་འཇམ་དཔལ་ཅུ་རྒྱུད་ལས་གསུངས་སོ། །