

# དབྱེ་མ་རྩུབ་ཤེས་རབ།



མཛད་པ་པོ། དཔལ་མགོན་པོ་འཕགས་པ་ལྷ་སྐྱེད།  
ཡེ་ཤེས་རིག་མཛད་ཆེན་མོའི་ཚུལ་ལྷན་གྱི་ཁད།

༡༡། །དབྱེ་མ་ཚུ་བའི་ཆིག་ལེན་དུས་བཞེས་རབ་  
ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །



མཛོད་པ་པོ། དཔལ་མགོན་ལས་གསུམ་སྐྱེ་བུ།  
མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཙོང་མཆོག་ལང་།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་དེབ་སྤྱི་ལོ་ཨང་།

SJRB-0003

སྡེ་དགེ་འཕེལ་བར་ལ་གཞི་བཙུག་པ་ཡིན།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་ཉུ་སྡིག་བྲས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆོས་སྡིག་ཁང་གིས་སློབ་རྩལ་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བཅོས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འབྲེམ་སྡེའ་བྲས།

༡༠༡༤ ཟླ་བ་གསུམ་པ་ར་ཆོས་སྡིག་བྲས།

༡༠༡༠ ཟླ་ ༤ ཆེས་ ༡༥ ལ་བསྐྱར་སྡིག་བྲས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཏུ་བྱང་།

[www.serajeyrigzodchenmo.org](http://www.serajeyrigzodchenmo.org)

ཡིག་འབྲེལ་ཏུ་བྱང་།

[serajeyrigzodchenmo@gmail.com](mailto:serajeyrigzodchenmo@gmail.com)

བསྐྱར་སྡིག་པ། རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཆོས་སྡིག་པ།

བར་སྐྱུན་གྱི་བདག་དབང་སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོར་ཡོད།

---

---

## དཀར་ཆག

|                                                                   |     |
|-------------------------------------------------------------------|-----|
| རོ་རྫོད་མདོར་བསྡུས། .....                                         | iii |
| ཞུ་སྤྲིན་པའི་གསལ་བཤད། .....                                       | vi  |
| དབྱ་མ་ཙུ་བའི་ཆོག་ལེ་བྱར་བྱས་པ་ཤེས་རབ། .....                       | ༡   |
| རབ་བྱེད་དང་པོ་རྒྱན་བརྟག་པ། .....                                  | ༡   |
| རབ་བྱེད་གཉིས་པ་འཕྲོ་བ་དང་ཡོང་བ་བརྟག་པ། .....                      | ༣   |
| རབ་བྱེད་གསུམ་པ་དབང་པོ་བརྟག་པ། .....                               | ༥   |
| རབ་བྱེད་བཞི་པ་ཕྱང་པོ་བརྟག་པ། .....                                | ༦   |
| རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ལྔ་པ་ཁམས་བརྟག་པ། .....                               | ༧   |
| རབ་བྱེད་རྒྱག་པ་འདོད་ཆགས་དང་ཆགས་པ་བརྟག་པ། .....                    | ༧   |
| རབ་བྱེད་བདུན་པ་སྦྱེ་བ་དང་གནས་པ་དང་འཛིག་པ་བརྟག་པ། .....            | ༩   |
| རབ་བྱེད་བརྒྱད་པ་བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་བརྟག་པ། .....                     | ༡༣  |
| རབ་བྱེད་དགུ་པ་སྒྲ་རོལ་ན་གནས་པ་བརྟག་པ། .....                       | ༡༣  |
| རབ་བྱེད་བརྒྱུ་པ་མེ་དང་བྱུད་ཤིང་བརྟག་པ། .....                      | ༡༩  |
| རབ་བྱེད་བརྒྱ་གཅིག་པ་སྒྲོན་དང་བྱི་མའི་མཐའ་བརྟག་པ། .....            | ༡༥  |
| རབ་བྱེད་བརྒྱ་གཉིས་པ་བདག་གིས་བྱས་པ་དང་གཞན་གྱིས་བྱས་པ་བརྟག་པ། ..... | ༡༦  |
| རབ་བྱེད་བརྒྱ་གསུམ་པ་འདུ་བྱེད་བརྟག་པ། .....                        | ༡༨  |

---

|                                                             |    |
|-------------------------------------------------------------|----|
| རབ་བྱེད་བཙུ་བཞི་པ་སྒྲིབ་པ་བརྟག་པ། .....                     | ༡༩ |
| རབ་བྱེད་བཙུ་ལྔ་པ་རང་བཞིན་བརྟག་པ། .....                      | ༡༩ |
| རབ་བྱེད་བཙུ་དྲུག་པ་བཅིངས་པ་དང་ཐར་པ་བརྟག་པ། .....            | ༢༠ |
| རབ་བྱེད་བཙུ་བདུན་པ་ལས་བརྟག་པ། .....                         | ༢༡ |
| རབ་བྱེད་བཙུ་བརྒྱད་པ་བདག་དང་ཚུལ་བརྟག་པ། .....                | ༢༢ |
| རབ་བྱེད་བཙུ་བཅུ་པ་དྲུག་བརྟག་པ། .....                        | ༢༣ |
| རབ་བྱེད་ཉི་ཤུ་པ་ཚོགས་པ་བརྟག་པ། .....                        | ༢༤ |
| རབ་བྱེད་ཉི་ཤུ་གཅིག་པ་འབྱུང་བ་དང་འཇིག་པ་བརྟག་པ། .....        | ༢༥ |
| རབ་བྱེད་ཉི་ཤུ་གཉིས་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བརྟག་པ། .....          | ༢༦ |
| རབ་བྱེད་ཉི་ཤུ་གསུམ་པ་བྱིན་ཅི་ལོག་བརྟག་པ། .....              | ༢༧ |
| རབ་བྱེད་ཉི་ཤུ་བཞི་པ་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བརྟག་པ། .....           | ༢༨ |
| རབ་བྱེད་ཉི་ཤུ་ལྔ་པ་ལྔ་པ་འདས་པ་བརྟག་པ། .....                 | ༢༩ |
| རབ་བྱེད་ཉི་ཤུ་དྲུག་པ་སྒྲིབ་པའི་ཡན་ལག་བཙུ་གཉིས་བརྟག་པ། ..... | ༣༠ |
| རབ་བྱེད་ཉི་ཤུ་བདུན་པ་ལྔ་པ་བརྟག་པ། .....                     | ༣༡ |
| མཛད་བྱང་། .....                                             | ༣༢ |
| འགྲུལ་བྱང་། .....                                           | ༣༣ |
| པར་བྱང་སྟོན་ཆོག་ .....                                      | ༣༤ |

## རོ་སྤྲོད་མདོར་བསྟུན།

དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་རྒྱ་སྤྲུལ་མཆོག་ནི། བསྐྱལ་བ་གངས་མེད་པའི་དུས་ནས་ཐུགས་བསྐྱེད་  
ཅིང་། ཆོགས་གཉིས་བར་མ་ཆད་དུ་བསགས། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་བརྗོད་གྱིས་མི་ལང་བར་  
སེམས་ཅད་གངས་མེད་པའི་དོན་མཛད་བཞིན་པ་ལས། ཞིང་འདིར་བསམ་བཞིན་དུ་བྱོན་པ་ཞིག་  
སྟེ། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ལུང་གིས་ཟེན་བ་དང་། ཤིང་རྩེ་སྟོལ་འབྱེད་གཉིས་ཀྱི་ནང་ཆོན་གྱི་སྤྲེས་  
བུ་ཞིག་ཡིན།

རྒྱ་གར་གྱི་ཕྱོགས་ལེད་རྣམས་པའི་ཡུལ་དུ་བཅོམ་ལྷན་འདས་སྤྲུང་ན་ལས་འདས་ནས་ལོ་  
བཞི་བརྒྱ་ཙམ་སོང་བའི་དུས་སྤྲུལ་འབྱུངས། མཆོན་མཁན་གྱིས་ཆེ་རིང་ཤོས་ལ་ལོ་བདུན་ལས་  
མི་ཐུབ་ཟེར་བས། པ་མ་གཉིས་ཀྱིས་བུ་ཤི་བའི་རོ་མིག་གིས་མཐོང་མ་བཟོད་བར་གཡོག་དང་  
བཅས་ཡུལ་གཞན་དུ་བཏང་། རིམ་གྱི་ཡུལ་དབྱས་ཀྱི་དགོན་པ་ཆེ་ཤོས་རྣམས་ཐེབས་ཏེ་སྟོབ་  
དཔོན་བམ་ཟེ་ས་ར་ཏ་དང་མཛལ་ཏེ་ཆོད་བར་བྱས། གཞན་གསང་བ་འདུས་པ་ལ་སོགས་པའི་  
གསང་སྟགས་ཀྱི་ཆོས་མང་པོ་གསན། མཁན་པོ་སྤྲུལ་པ་ཆེན་པོ་མཐོང་བའི་དུང་དུ་དགེ་སྟོང་གི་  
སྟོམ་པ་བྱས་ཏེ་མཆོན་དགེ་སྟོང་དཔལ་ལྷན་ཞེས་གསོལ།

རྣམས་ཀྱི་སྤྲོད་གསུམ་དང་རྒྱུད་སྟེ་བཞིའི་བཤད་སྟོལ་གང་ཡོད་རྣམས་གསན་ཞིང་། གཙོ་  
བོར་བྱང་སེམས་སྟོ་གྲོས་རིན་ཆེན་ལ་མདོ་སྟགས་ཀྱི་དམ་པའི་ཆོས་མ་ལུས་པ་གསན། དེའི་ཆེ་སྟེ་  
གེ་ཆེན་པོ་བྱང་བ་ན། གནས་བཟན་སྤྲུལ་པ་ཆེན་པོ་ཀྱི་བཀའ་ལྟར་དགོན་པའི་ཞལ་ཏ་བ་གནད་སྟེ།  
སྤྲིང་བར་ནས་གསེར་འབྱུར་གྱི་ཅི་བཞེས་ནས་ཟངས་མང་པོ་གསེར་དུ་བསྐྱར་ཏེ། ལྷ་གེ་མེད་པའི་  
ས་ནས་འབྲས་དང་ནས་ལ་སོགས་པ་འཆོ་བའི་ཡོ་བྱད་ཐམས་ཅད་བྲངས་ཏེ། ལོ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་  
བར་དུ་དགེ་འདུན་རྣམས་འཆོ་བས་ཤོངས་པ་མེད་པར་མཛད།

དགེ་འདུན་ལ་གནང་བ་མ་ལྟས་པར་ཆོང་བུས་ནས་འཆོ་བ་སྤྲུར་བ་ཆོས་འདུལ་བ་དང་

འགལ་ཞེས་གནས་ནས་སྤྱང་། དེ་ནས་ཡུལ་གཞན་དུ་བྱོན་ནས་ལྷ་ཁང་དང་མཆོད་རྟེན་མང་པོ་  
བཞེངས་ཤིང་། དགེ་སྦྱོང་བདེ་བྱེད་ཅེས་བས་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལྷ་སྦྱོང་གཉིས་ཀ་སུན་འབྲེན་པར་བྱེད་  
པའི་སྒྲིགས་བས་མང་པོ་བཅུ་མས་བ་ལ། དེའི་གཉེན་པོར་ཆོས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་ཏེ་ལྷ་བ་ལོག་བ་  
དེ་རྣམས་སུན་སྤྱང་།

སྤྱ་རྒྱལ་འཛོག་པོས་སྤྱ་ཡུལ་དུ་གདན་འདྲེས་བ་ལྟར་ཐེབས་ཏེ་ཆོས་རྒྱ་ཆེར་བསྟན། སྤྱ་ཡུལ་  
ནས་འབྲུམ་གདན་འདྲེས། མཉན་ཡོད་སོགས་ཡུལ་དབུས་ཀྱི་གྲོང་ཁྱེར་ཆེན་པོ་རྣམས་སུ་ལྷ་ཁང་  
དང་མཆོད་རྟེན་མང་པོ་བཞེངས་ཤིང་། རྫོང་གདན་གྱི་བྱང་ཆུབ་སྤྱོན་ཤིང་གི་མཐའ་སྐོར་དུ་རྫོའི་བ་  
མིག་གི་ར་བས་བསྐྱོར། དཔལ་ལྷན་འབྲས་སྤྱངས་མཆོད་རྟེན་ལ་ལྷགས་རིས་བསྐྱོར་ཞིང་ལྷ་ཁང་  
བརྒྱ་ཅ་བརྒྱད་བཞེངས། བྱང་སྤྱ་མི་སྟན་དུ་ཐེབས་ནས་འཕྲོ་དོན་མཛད།

སྤྱ་ཆེའི་སྤྱད་ལ་ལྷོ་ཕྱོགས་དཔལ་གྱི་རིར་བཞུགས་ཤིང་མདོ་སྤགས་ཀྱི་ཆོས་འཁོར་རྒྱ་ཆེར་  
བསྐྱོར། ལྷག་པར་ཆོས་དབྱིངས་བསྟོད་པ་སོགས་མཛད་ནས་གདུལ་བྱ་མང་པོ་ཐེག་བ་ཆེན་པོའི་  
ལམ་དུ་ཁྱིད་པར་མཛད་ཅིང་། རྒྱལ་བས་གསུངས་པའི་ངེས་དོན་གྱི་མདོ་རྣམས་སུས་ཀྱང་དོན་  
གཞན་དུ་བསྐྱར་མི་ཐུབ་པར་ངེས་བ་བཙན་པོར་མཛད་དོ། །

དེ་ལྟར་བསྟན་པ་ལ་བྱ་བ་རྒྱ་ཆེར་མཛད་པ་ན། བདུད་སྤྲིག་ཏོ་ཅན་གྱིས་ཡིད་བསྐྱར་བའི་  
རྒྱལ་པོ་བདེ་སྦྱོང་བཟང་པོའི་བྱ་གཞོན་ལུ་རུས་ལྷན་དུ་གྲགས་པས་དབུ་བསྐྱངས་པར། སློབ་དཔོན་  
གྱིས་དབུ་སྟེར་བར་ཞལ་གྱིས་བཞེས་ཏེ། རྒྱལ་བྱ་དེས་དབུ་བཅད་ནས་བཀོངས་སོ། །དེའི་ཆེ་ཁྲག་  
ལོ་མར་བྱང་ཞིང་དབུ་དེའི་ཞལ་ནས། ང་ནི་འདི་ནས་བདེ་བ་ཅན་དུ་འགྲོ། །ཕྱི་ནས་ལུས་འདི་ལ་ནི་  
འཇུག་པར་འགྱུར། །ཞེས་པའི་ཆོག་བྱང་བར་གྲགས།

དེ་ནས་རྒྱལ་བྱས་དབུ་སྐྱར་འབྱར་གྱིས་དོགས་ནས་དཔག་ཆད་གཅིག་ཅུམ་དུ་དོར་བ་སློབ་  
དཔོན་བཅུད་ལེན་བྱུབ་པས་སྤྱ་ལུས་དང་དབུ་རྫོ་བྱ་ལྟར་ཅིང་། སྐར་རིམ་གྱིས་དབུ་དང་སྤྱ་ལུས་  
གཉིས་ཀ་མ་ཉམས་པར་ལོར་བ་ཞིན་རྗེ་ཉི་ཉེར་སོང་ནས་མཐར་འབྱུང་ནས་སློབ་དཔོན་རང་ཉིད་  
ཞལ་བཞུགས་དུས་ལྟར་བསྟན་པ་དང་འཕྲོ་བའི་དོན་རྒྱ་ཆེར་མཛད་པར་གསུངས་སོ། །

ནུམ་ཐར་ནུམ་སུ་སྟོབ་དཔོན་འདིས་ཆོས་སྤྲ་ལན་གསུམ་བསྟགས་པར་གསུངས་ལ། སྟོན་  
བ་གཉིས་བ་ལྟ་བུར་གྱུར་པའི་སྟོབ་དཔོན་འདི་དགྲུང་ལོ་བྱུག་བརྒྱ་བཞུགས་ཟེར་བ་དང་། སུམ་  
བརྒྱ་བཞུགས་ཟེར་བའི་བཤད་སྟེལ་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་དེ་གཉིས་ཀ་ལོ་བྱེད་ལོ་གཅིག་ཏུ་བཅིས་པའི་  
ལུགས་ཡིན་པར་ཇེ་ཏུ་རྒྱ་ཐའི་རྒྱ་གར་ཆོས་འབྱུང་བུ་གསུངས།

སྟོབ་དཔོན་འདིས་མཛད་པའི་བསྟན་བཅོས་ལ། དབུ་མ་རིགས་ཆོགས་སོགས་མདོ་སྟགས་  
རིག་གནས་སོགས་ཀྱི་སྟོར་མང་ཞིང་། བོད་ཀྱི་གོང་མ་ཁྱི་སྟོང་ལྗེ་བཙན་ཀྱི་སྐབས་སུ་བོད་སྐད་ཏུ་  
བསྐྱར་བ་བསྟན་འགྱུར་གྱི་ནང་དུ་ཡོད། སྟོབ་མ་གཙོ་བོར་གྱུར་བ་ཤུ་མི་ཉ་དང་། ལྷ་ག་བོ་རྟེ།  
ཞུམ་དེ་ལ། མ་ཉ་རྟེ་བ། སངས་རྒྱས་བསྐྱུངས། ལེགས་ལྡན་འབྱེད། སྟོབ་དཔོན་དཔའ་བོ་སོགས་  
མང་དུ་བྱུང་ངོ་། །



## ཞུ་སྤྲིག་པའི་གསལ་བཤད།

ཐོད་གངས་ཅན་གྱི་ལྷོངས་སུ་སྒོན་བྱོན་མཁས་པའི་དབང་པོ་དག་གི་བཀའ་བློན་ལས། ཐོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བཅུད་དང་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ནོར་དུ་གྱུར་པའི་གསུང་རབ་གྱི་སྒྲེགས་བཅ་ཁྱི་སྤྲིག་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་སྟེ་ནའང་། ཏུས་རབས་ཀྱི་འཕེལ་འགྱུར་དང་འགྲོགས་པའི་མའི་ཉེས་སྟོང་གྱི་དབང་གིས་ཅ་ཆེའི་གསུང་རབ་མང་པོ་ཞིག་ཅ་བཞག་ཏུ་བྱིན་ཟེན་བ་དང་། ལྷག་འགྲོས་གང་མང་ཞིག་ཅ་བཞག་ཏུ་འགྲོ་ཉེར་ཡོད་པར་བརྟེན་ཏུས་རབས་འདིའི་ཐོད་མི་ཞིག་ལ་མཆོན་ན་ཅ་ཆེ་བའི་གསུང་རབ་དེ་དག་གཅེས་ཉར་བྱེད་རྒྱུར་བརྩོན་དགོས་པ་ནི་ཏུས་ལ་བབ་པའི་ལས་འགན་བསྒྲོག་ཏུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ངེས། དེ་བས་འདི་ག་མེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚཱ་སྤྲིག་ཁང་ནས་ཀྱང་ཅ་ཆེའི་གསུང་རབ་དེ་དག་ཉར་ཆགས་དང་སྤྱད་སྟོབ་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཚཱ་སྤྲིག་གི་ལས་ཀ་འདི་གཉེར་བཞིན་ཡོད།

དེར་རབས་ཀྱི་འབྲུལ་ལས་སྟབས་བདེ་དུ་བྱིན་བ་དང་བསྐྱེད་ནས་གསར་དུ་ཚཱ་སྤྲིག་བྲས་པའི་དེབ་དང་འབྲུལ་དེབ་གང་མང་ཞིག་བྲས་བཞུགས་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་དགའ་འཛོམས་པ་ལྟ་བུར་སྤང་མོད། སྤྱིར་གསུང་རབ་དཔར་བསྐྱེད་དང་ཞུ་སྤྲིག་གི་སྤྲི་སྤྲོ་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་བཅོས་ནོར་ཤོར་ནའང་ཆབས་ཆེ་བའི་སྟོན་ཆ་འབྱུང་སྤིང་བས་བསྐྱེད་དང་བཅོ་བཅོས་མེད་པར་སོར་འཛོག་གིས་བདག་ཉར་བྱ་རྒྱུ་ཅི་ནས་ཀྱང་གཤེད་ཆེ་ཞིང་། གཤེད་ནོར་བར་ངེས་པའི་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་བཅོས་དགོས་བྱུང་ནའང་ཁ་གསལ་གྱི་མཆན་ཡིག་འགོད་རྒྱུ་ཉར་གཤེད་ཆེ་བ་ཡིན།

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

མ་བྱིར་ཡིག་ནོར་མཛོན་གསལ་ཅན་བྱུང་ན་བཅོས་ཏེ་མཆན་གྱིས་གསལ་བཤད་བྲས་ཡོད་

ལ། མ་ཕྱི་དང་བར་གཞི་སོ་སོར་སྒྲག་ཆད་བྱུང་བ་དང་། ཡི་གེ་མི་འདྲ་བ་བྱུང་བ་སོགས་ལ་མཐའ་  
མཆན་བཀོད་དེ་གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད།

ཙམ་སྒྲིག་ཁང་འདི་ནས་ཙམ་སྒྲིག་བྱས་པའི་དེ་བ་སྒྲོག་སྐབས་ངས་དགོས་པ་འགའ་ཞིག་ངོ་  
སློང་ཅུང་ཙམ་ཞུ་ན། གཞུང་གི་དཔྱད་སྲུ་རྟགས་[ ]འདིའི་ནང་དུ་བརྟག་པ་ནི་མ་ཕྱིའི་ནང་གི་འོག་  
མཆན་དང་དཔྱད་སྲུ་མཆན་ཡིན། ཡང་གཞུང་དཔྱད་སྲུ་རྟགས་" འདི་བཀོད་ཡོད་ན་དེ་ནི་དོ་སྣང་བྱ་  
དགོས་པའི་ཡི་གེ་འཕམ་ཆོག་ཅིག་གི་མདུན་དུ་བཀོད་ཡོད་ལ། དེའི་རྗེས་སུ་མཆན་གྲངས་ཀྱི་ཨང་  
ཡིག་བཀོད་ཡོད་པས་མཆན་གྲངས་དེ་དང་མཐུན་པའི་མཐའི་མཆན་ཡིག་ཏུ་གསལ་བཤད་ཅིག་  
བྱས་ཡོད་པ་ཡིན། ཡང་བརྗེས་སློང་གི་བཞེད་ལུགས་མི་འདྲ་བ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་ཐ་སྙད་དང་  
ཐད་སྒྱུར་སྙད་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་རྟགས་" འདི་བཀོད་པ་ཙམ་ལས་རེ་རེ་བཞིན་  
མཆན་བྲིས་མེད།

མཐའ་མཆན་སྒྲོག་སྐབས་དེ་བ་དེ་དཔེ་བསྟར་བྱས་ཡོད་ཆེ་དེའི་མ་ཕྱིར་བཟུང་བའི་བར་གཞི་  
ལ་མ་ཕྱི་ཞེས་དང་། བར་གཞི་གཞན་དག་ལ་སྡེ་དགེ་བར་མ་དང་། བཟ་ལིས་སྟུན་པོ། ཞོལ། སྐྱ་  
འབུམ། ཁྱ་བྱང་བར་མ་རྣམས། སྡེ། བཟ། ཞོལ། སྐྱ། ཁྱ། སོགས་ཀྱིས་མཆོན་པར་བྱས་ཡོད། མཐའ་  
མཆན་གྱི་ཁོད་དུ་རྟགས་ཙན་ \*བསྐྱབས ལྟ་བུ་བྱུང་ན་མ་ཕྱིའི་ཡིག་འོར་ཞིག་ཞུ་སྒྲིག་པས་  
བསྐྱབས་སུ་བསྐྱར་བའི་དོན་དུ་གོ་དགོས་ལ། ཡང་རྟགས་" འདིས་ཞུ་སྒྲིག་པའི་གསལ་བཤད་ཀྱི་  
ཆོག་མཆོན་པའི་སྐབས་ཀྱང་ཡོད། ཡང་རྟགས་ཙན་ -བསྐྱབས ལྟ་བུ་བྱུང་ཆེ་བསྐྱབས་ཆད་པ་  
དང་། +བསྐྱབས ལྟ་བུ་བྱུང་ན་བསྐྱབས་སྟག་མ་བྱུང་བའི་དོན་དུ་གོ་དགོས།

དཔེར་ན། མཐའ་མཆན་དུ། མ་ཕྱི། ༤༩ན་༤༩། བསྐྱབ \*བསྐྱབས སྐྱ། ༡༠ན་༣༦།  
ཁྱ། ༡༡༠བ་ན་༣། བསྐྱབས ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་ཆེ་དེ་དག་གི་དོན་ནི། མ་ཕྱིའི་འོག་གྲངས་  
༤༩མདུན་ངོས། ཡིག་གྲངས་༤བ་ན། བསྐྱབ་ཅེས་བྲིས་ཡོད་པ་མཆོན་ཞིང་། \*བསྐྱབས ནི་མ་ཕྱིའི་  
ཡིག་འོར་བསྐྱབ་དེ་ཉིད་ཞུ་སྒྲིག་པས་བསྐྱབས་སུ་བཅོས་ཡོད་པ་མཆོན་བྱེད་དུ་གོ་དགོས། ཡང་

གཞུང་དེའི་ཐད་ཀྱི་སྐྱེ་འབྱུང་པར་མའི་ཐྲེབ་གངས་**༡༠** **མདུན་དོས།** ཡིག་ཐེང་**༤** **པ་ན།** ལྷ་བར་  
པར་མའི་ཐྲེབ་གངས་**༡༡** **ཀྱབ་དོས།** ཡིག་ཐེང་**༣** **པ་ན།** **བསྐྱབས་**ཞེས་བཞོད་འདུག་ཅེས་གོ་  
དགོས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

ལུ་སྒྲིག་པའི་ཤེས་ཚད་དང་དོ་སྣང་གིས་མ་འདང་བར་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་ཞོར་འཁྲལ་ཤོར་བ་  
སོགས་གཟིགས་ཆེ་ཀྱན་པན་གྱི་ལས་གཞི་འདིར་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་ལམ་སྟོན་གྱི་ཆེད་དུ་མཐུན་ལྷན་  
རྒྱལ་ལ་འདི་གའི་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་དུ་ཁ་གསལ་གྱི་དོ་སྟོན་དང་ལམ་སྟོན་གནང་བའི་རེ་བསྐྱལ་ལུ་  
རྒྱ་དང་། འདི་ནས་ཀྱང་གང་མགྲོགས་ངང་པར་གཞིར་བསྐྱར་ཞིབ་དང་ལེགས་སྒྲིག་ལུས་ཏེ་སྤྲས་  
ཀ་རེ་ལེགས་སུ་གཏོང་ངེས་ཡིན།

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

ཕྱི་ལོ་**༢༠༢༠**ལྷ་**༠༩**ཆེས་**༡༥**ལ།

༡༡། །དབུ་མ་རྩ་བའི་ཚིག་ལེན་རྩམ་བ་ཤེས་རབ་ཅེས་བྱ་  
བ་བཞུགས་སོ། །

༩། ཁྱེད་ཀྱིས་བློ་གྲོས་པའི་མཐོང་ཆ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱི་ནང་གི་ཡོད་པ་མ་  
ཅི་ཞེས་ཤིག་ལེ་ཏུ་རྒྱས་པ་ཤིས་པ་བཅས་ཀྱི།

འཇམ་དཔལ་གཞིན་རྒྱུར་པ་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །གང་གིས་ཉེན་ཅིང་  
འབྲེལ་བར་འབྱུང་། །འགག་པ་མེད་པ་སྐྱེ་མེད་པ། །ཆད་པ་མེད་པ་རྟག་མེད་པ། །ཁོང་  
བ་མེད་པ་འཁྲུ་མེད་པ། །ཐ་དད་དོན་མིན་དོན་གཅིག་མིན། །སྒྲོམ་པ་ཉིར་ཞི་ཞི་བརྟན་  
པ། །རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སྤྲུལ་སྤྲུལ་གྱི། །དམ་པ་དེ་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །བདག་  
ལས་མ་ཡིན་གཞན་ལས་མིན། །གཉིས་ལས་མ་ཡིན་རྒྱ་མེད་མིན། །དངོས་པོ་གང་  
དག་གང་ན་ཡང་། །སྐྱེ་བ་ནས་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །

༼ རབ་བྱེད་དང་པོ་རྒྱུན་བརྟག་པ༽

༥ རྒྱུ་རྒྱུ་ལྟེ་རྒྱུ་དང་ནི། དམིགས་པ་དང་ནི་དེ་མ་ཐག །བདག་པོ་ཡང་  
ནི་དེ་བཞིན་ཏེ། རྒྱུ་ལྟེ་པ་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་དང་བཞིན་  
ནི། རྒྱུ་ལྟེ་པ་མོགས་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །བདག་གི་དངོས་པོ་ཡོད་མིན་ན། །གཞན་  
དངོས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །བྱ་བ་རྒྱུ་དང་ལྟེ་པ་ཡིན། རྒྱུ་དང་མི་ལྟེ་བྱ་བ་

མེད། །བྱ་བ་མི་ལྡན་རྒྱུ་མ་ཡིན། །བྱ་བ་ལྡན་ཡོད་འོན་ཏེ་ན། །འདི་དག་ལ་བརྟེན་སྦྱོར་  
བས་ན། །དེ་ཕྱིར་འདི་དག་རྒྱུ་ཅེས་གྲག། །རི་སྤྱི་མི་སྦྱེ་དེ་སྤྱི་དུ། །འདི་དག་རྒྱུ་  
མིན་རི་ལྟར་མིན། །མེད་དམ་ཡོད་པའི་དོན་ལ་ཡང་། །རྒྱུ་ནི་རུང་བ་མ་ཡིན་  
ཏེ། །མེད་ན་གང་གི་རྒྱུ་དུ་འགྱུར། །ཡོད་ན་རྒྱུ་གྱིས་ཅི་ཞིག་བྱ། །གང་ཆེ་ཆོས་ནི་  
ཡོད་པ་དང་། །མེད་དང་ཡོད་མེད་མི་འགྲུབ་པ། །རི་ལྟར་སྦྱབ་བྱེད་རྒྱ་ཞེས་བྱ། །དེ་ལྟ་  
ཡིན་ན་མི་རིགས་སོ། །ཡོད་པའི་ཆོས་འདི་དམིགས་པ་ནི། །མེད་པ་ཁོ་ན་ཉི་མར་  
བསྟན། །ཅི་སྟེ་ཆོས་ནི་དམིགས་མེད་ན། །དམིགས་པ་ཡོད་པར་ག་ལ་འགྱུར། །ཆོས་  
རྣམས་སྦྱོར་པ་མ་ཡིན་ན། །འགག་པ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ཕྱིར་དེ་མ་ཐག་མི་  
རིགས། །འགགས་ན་རྒྱུ་ཡང་གང་ཞིག་ཡིན། །དངོས་པོ་རང་བཞིན་མེད་རྣམས་  
ཀྱི། །ཡོད་པ་གང་ཕྱིར་ཡོད་མིན་ན། །འདི་ཡོད་པས་ན་འདི་འགྱུར་ཞེས། །བྱ་བ་འདི་  
ནི་འཐད་པ་ཡིན། །རྒྱུ་རྣམས་སོ་སོ་འདུས་པ་ལ། །འབྲས་བྱ་དེ་ནི་མེད་པ་ཉིད། །རྒྱུ་  
རྣམས་ལ་ནི་གང་མེད་པ། །དེ་ནི་རྒྱུ་ལས་རི་ལྟར་སྦྱོ། །ཅི་སྟེ་དེ་ནི་མེད་པར་  
ཡང་། །རྒྱུ་དེ་དག་ལས་སྦྱེ་འགྱུར་ན། །རྒྱུ་མ་ཡིན་པ་དག་ལས་ཀྱང་། །ཅི་ཡི་ཕྱིར་  
ན་སྦྱེ་མི་འགྱུར། །འབྲས་བྱ་རྒྱུ་གྱི་རང་བཞིན་ན། །རྒྱུ་རྣམས་བདག་གི་རང་བཞིན་  
མིན། །བདག་དངོས་མིན་ལས་འབྲས་བྱ་གང་། །དེ་ནི་རི་ལྟར་རྒྱུ་རང་བཞིན། །དེ་  
ཕྱིར་རྒྱུ་གྱི་རང་བཞིན་མིན། །རྒྱུ་མིན་རང་བཞིན་འབྲས་བྱ་ནི། །ཡོད་མིན་འབྲས་  
བྱ་མེད་པས་ན། །རྒྱུ་མིན་རྒྱུ་དུ་ག་ལ་འགྱུར། །

རྒྱུ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། །རབ་ཏུ་བྱེད་པ་དང་པོ་ལོ། །

༼རབ་བྱེད་གཉིས་པ་འགྲོ་བ་དང་འོང་བ་བརྟག་པ།༽

༥ རེ་ཞིག་སོང་ལ་མི་འགྲོ་སྟེ། །མ་སོང་བ་ལའང་འགྲོ་བ་མིན། །སོང་དང་མ་  
སོང་མ་གཏོགས་པར། །བགོམ་པ་ཤེས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །གང་ན་གཡོ་བ་དེ་ན་  
འགྲོ། །དེ་ཡང་གང་གི་བགོམ་པ་ལ། །གཡོ་བ་སོང་མིན་མ་སོང་མིན། །དེ་བྱིར་བགོམ་  
ལ་འགྲོ་བ་ཡོད། །བགོམ་ལ་འགྲོ་བ་ཡིན་པར་ནི། །རིམ་ལྗས་ལྟར་འཐད་པར་  
འགྱུར། །གང་ཆེ་འགྲོ་བ་མེད་པ་ཡི། །བགོམ་པ་འཐད་པ་མེད་བྱིར་རོ། །གང་གི་  
བགོམ་པ་ལ་འགྲོ་བ། །དེ་ཡི་བགོམ་ལ་འགྲོ་མེད་པར། །ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ་གང་གི་  
བྱིར། །བགོམ་ལ་འགྲོ་བ་ཡིན་བྱིར་རོ། །བགོམ་ལ་འགྲོ་བ་ཡོད་ན་ནི། །འགྲོ་བ་གཉིས་  
སུ་ཐལ་འགྱུར་ཏེ། །གང་གིས་དེ་བགོམ་འགྱུར་བ་དང་། །དེ་ལ་འགྲོ་བ་གང་ཡིན་  
པའོ། །འགྲོ་བ་གཉིས་སུ་ཐལ་འགྱུར་ན། །འགྲོ་བ་པོ་ཡང་གཉིས་སུ་འགྱུར། །གང་བྱིར་  
འགྲོ་བོ་མེད་པར་ནི། །འགྲོ་བ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་བྱིར། །གལ་ཏེ་འགྲོ་བོ་མེད་གྱུར་  
ན། །འགྲོ་བ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། །འགྲོ་བ་མེད་ན་འགྲོ་བ་པོ། །ཡོད་པ་ཉིད་དུ་གལ་  
འགྱུར། །རེ་ཞིག་འགྲོ་བོ་མི་འགྲོ་སྟེ། །འགྲོ་བ་པོ་མིན་འགྲོ་བ་མིན། །འགྲོ་བོ་འགྲོ་བོ་  
མིན་ལས་གཞན། །གསུམ་པ་གང་ཞིག་འགྲོ་བར་འགྱུར། །གང་ཆེ་འགྲོ་བ་མེད་པར་  
ནི། །འགྲོ་བོ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་ན། །རེ་ཞིག་འགྲོ་བོ་འགྲོ་འོ་ཞེས། །རིམ་ལྗས་འཐད་པ་  
ཉིད་དུ་འགྱུར། །གང་གི་ཕྱོགས་ལ་འགྲོ་བ་པོ། །འགྲོ་བ་དེ་ལ་འགྲོ་མེད་པ། །འགྲོ་བོ་  
ཡིན་པར་ཐལ་འགྱུར་ཏེ། །འགྲོ་བོ་འགྲོ་བར་འདོད་བྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་འགྲོ་བོ་འགྲོ་གྱུར་  
ན། །འགྲོ་བ་གཉིས་སུ་ཐལ་འགྱུར་ཏེ། །གང་གིས་འགྲོ་བོར་མཛོད་པ་དང་། །འགྲོ་བོར་  
གྱུར་ནས་གང་འགྲོ་བའོ། །སོང་ལ་འགྲོ་བའི་རྩོམ་མེད་དེ། །མ་སོང་བ་ལའང་འགྲོ་

ཚུམ་མེད། བགོམ་ལ་ཚུམ་པ་ཡོད་མིན་ན། གང་དུ་འགྲོ་བ་ཚུམ་པར་བྱེད། འགྲོ་བ་  
ཚུམ་པའི་སྤྱོད་ལ་ན། གང་དུ་འགྲོ་བ་ཚུམ་འགྱུར་བ། བགོམ་པ་མེད་ཅིང་སོང་བ་  
མེད། མ་སོང་འགྲོ་བ་ག་ལ་ཡོད། འགྲོ་ཚུམ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ། སྤང་བ་མེད་པ་  
ཉིད་ཡིན་ན། སོང་བ་ཅི་ཞིག་བགོམ་པ་ཅི། མ་སོང་ཅི་ཞིག་རྣམ་པར་བརྟག། རེ་  
ཞིག་འགྲོ་པོ་མི་སྤྱོད་དེ། འགྲོ་བ་པོ་ནི་སྤྱོད་པ་མིན། འགྲོ་པོ་འགྲོ་པོ་མིན་ལས་  
གཞན། གསུམ་པ་གང་ཞིག་སྤྱོད་པར་འགྱུར། གང་ཆེ་འགྲོ་བ་མེད་པར་ནི། འགྲོ་པོ་  
འཐད་པར་མི་འགྱུར་ན། རེ་ཞིག་འགྲོ་པོ་སྤྱོད་དོ་ཞེས། རི་ལྟར་འཐད་པ་ཉིད་དུ་  
འགྱུར། བགོམ་ལམ་ལྟོག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། སོང་དང་མ་སོང་ལས་ཀྱང་མིན། འགྲོ་  
བ་དང་ནི་འཇུག་པ་དང་། རྟོག་པ་ཡང་ནི་འགྲོ་དང་མཚུངས། འགྲོ་བ་དེ་དང་འགྲོ་བ་  
པོ། རེ་ཉིད་ཅེས་ཀྱང་བྱར་མི་རུང་། འགྲོ་བ་དང་ནི་འགྲོ་བ་པོ། གཞན་ཉིད་ཅེས་ཀྱང་  
བྱར་མི་རུང་། གལ་ཏེ་འགྲོ་བ་གང་ཡིན་པ། རེ་ཉིད་འགྲོ་པོ་ཡིན་གྱུར་ན། བྱེད་པ་པོ་  
དང་ལས་ཉིད་ཀྱང་། གཅིག་པ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར། གལ་ཏེ་འགྲོ་དང་འགྲོ་བ་  
པོ། གཞན་པ་ཉིད་དུ་རྣམ་བརྟག་ན། འགྲོ་པོ་མེད་པའི་འགྲོ་བ་དག། འགྲོ་བ་མེད་པའི་  
འགྲོ་པོར་འགྱུར། གང་དག་དངོས་པོ་གཅིག་པ་དང་། དངོས་པོ་གཞན་པ་ཉིད་དུ་  
ནི། གྲུབ་པར་གྱུར་པ་ཡོད་མིན་ན། རེ་གཉིས་གྲུབ་པ་རི་ལྟར་ཡོད། འགྲོ་བ་གང་  
གིས་འགྲོ་པོར་མངོན། འགྲོ་བ་དེ་ནི་དེ་འགྲོ་མིན། གང་ཕྱིར་འགྲོ་བའི་སྤྱོད་ལ་  
མེད། གང་ཞིག་གང་དུ་འགྲོ་བར་འགྱུར། འགྲོ་བ་གང་གི་འགྲོ་པོར་མངོན། རེ་ལས་  
གཞན་པ་དེ་འགྲོ་མིན། གང་ཕྱིར་འགྲོ་པོ་གཅིག་ཕུ་ལ། འགྲོ་བ་གཉིས་སུ་མི་འཐད་  
དོ། འགྲོ་པོ་ཡིན་པར་གྱུར་པ་ནི། འགྲོ་རྣམ་གསུམ་དུ་འགྲོ་མི་བྱ། མ་ཡིན་པར་ནི་

གྱུར་དེ་ཡང་། །འགྲོ་རྣམ་གསུམ་དུ་འགྲོ་མི་བྱེད། །ཡིན་དང་མ་ཡིན་གྱུར་པ་  
ཡང་། །འགྲོ་རྣམ་གསུམ་དུ་འགྲོ་མི་བྱེད། །དེ་ཕྱིར་འགྲོ་དང་འགྲོ་བོ་དང་། །བསྐྱོད་པར་  
བྱ་བའང་ཡོད་མ་ཡིན། །

འགྲོ་བ་དང་འོང་བ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་གཉིས་པའོ། །

༼རབ་བྱེད་གསུམ་པ་དབང་པོ་བརྟག་པ།༽

༺ ལྟ་དང་ཉན་དང་སྟོན་པ་དང་། །སྤྱོད་བར་བྱེད་དང་རེག་བྱེད་ཡིད། །དབང་  
པོ་བྱག་སྟེ་དེ་དག་གི། །སྤྱོད་ཡུལ་བལྟ་བར་བྱ་ལ་སོགས། །ལྟ་དེ་རང་གི་བདག་ཉིད་  
ནི། །དེ་ལ་ལྟ་བ་མ་ཡིན་ཉིད། །གང་ཞིག་བདག་ལ་མི་ལྟ་བ། །དེ་དག་གཞན་ལ་རི་ལྟར་  
ལྟ། །ལྟ་བ་རབ་ཏུ་བསྐྱབ་པའི་བྱིར། །མེ་ཡི་དཔེས་ནི་རྒྱས་མ་ཡིན། །སོང་དང་མ་སོང་  
བསྟོན་པ་ཡིས། །དེ་ནི་ལྟ་བཅས་ལན་བཏབ་པོ། །གང་ཆེ་ཆུང་ཟད་མི་ལྟ་བ། །ལྟ་བར་  
བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ལྟ་བས་ལྟ་བར་བྱེད་ཅེས་བྱར། །དེ་ནི་རི་ལྟར་རིགས་པར་  
འགྱུར། །ལྟ་བ་ལྟ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། །ལྟ་བ་མིན་པ་མི་ལྟ་ཉིད། །ལྟ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ལྟ་བ་  
པོའང་། །རྣམ་པར་བཤད་པར་ཤེས་པར་བྱ། །མ་སྤངས་ལྟ་བོ་ཡོད་མིན་ཏེ། །ལྟ་བ་  
སྤངས་པར་གྱུར་ཀྱང་ངོ་། །སྟོ་བོ་མེད་ན་བལྟ་བྱ་དང་། །ལྟ་བ་དེ་དག་ག་ལ་ཡོད། །བལྟ་  
བྱ་ལྟ་བ་མེད་པའི་བྱིར། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་བཞི། །ཡོད་མིན་ཉེ་བར་ལེན་  
ལ་སོགས། །རི་ལྟ་བུར་ན་ཡོད་པར་འགྱུར། །ལྟ་བས་ཉན་དང་སྟོན་པ་དང་། །སྤྱོད་  
བར་བྱེད་དང་རེག་བྱེད་ཡིད། །ཉན་པ་སོ་དང་མཉན་ལ་སོགས། །རྣམ་པར་བཤད་  
པར་ཤེས་པར་བྱ། །

དབང་པོ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་གསུམ་པའོ། །



༼རབ་བྱེད་བཞི་པ་ཕུང་པོ་བརྟག་པ།༽

༺ གཟུགས་ཀྱི་རྒྱ་ཁྱི་མ་གཏོགས་པར། གཟུགས་ཁྱི་དཔེགས་པར་མི་འགྱུར་  
རོ། གཟུགས་ཞེས་བྱ་བ་མ་གཏོགས་པར། གཟུགས་ཀྱི་རྒྱ་ཡང་མི་སྤང་  
རོ། གཟུགས་ཀྱི་རྒྱ་ཁྱི་མ་གཏོགས་པར། གཟུགས་ན་གཟུགས་ཁྱི་རྒྱ་མེད་  
པར། ཐལ་བར་གྱུར་ཏེ་དོན་གང་ཡང་། རྒྱ་མེད་པ་ཁྱི་གང་ནའང་མེད། གལ་ཏེ་  
གཟུགས་ཁྱི་མ་གཏོགས་པར། གཟུགས་ཀྱི་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་ན་ཁྱི། འབྲས་བྱ་མེད་པའི་  
རྒྱར་འགྱུར་ཏེ། འབྲས་བྱ་མེད་པའི་རྒྱ་མེད་དོ། གཟུགས་ཡོད་ན་ཡང་གཟུགས་ཀྱི་  
ཁྱི། རྒྱ་ཡང་འཐད་པར་མི་འགྱུར་ཉིད། གཟུགས་མེད་ན་ཡང་གཟུགས་ཀྱི་ཁྱི། རྒྱ་  
ཡང་འཐད་པར་མི་འགྱུར་ཉིད། རྒྱ་མེད་པ་ཡི་གཟུགས་དག་ཁྱི། འཐད་པར་མི་རུང་  
རུང་མིན་ཉིད། །དེ་ཕྱིར་གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་པར་རྟོག་ །འགའ་ཡང་རྣམ་པར་བརྟག་མི་  
བྲ། འབྲས་བྱ་རྒྱ་དང་འབྲས་བཞེས། བྲ་བ་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འབྲས་བྱ་རྒྱ་དང་མི་  
འབྲས་ཞེས། བྲ་བའང་འཐད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཆོར་དང་འདྲ་ཤེས་འདྲ་བྱེད་དང་། །སེམས་  
དང་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །རྣམ་པ་དག་ཁྱི་ཐམས་ཅད་དུ། གཟུགས་ཉིད་ཀྱིས་  
ཁྱི་རིམ་པ་མཚུངས། །སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་བཅད་བྲས་ཏེ། གང་ཞིག་ལན་འདེབས་སྒྲ་  
བྱེད་པ། །དེ་ཡིས་ཐམས་ཅད་ལན་བཏབ་མིན། །བསྐྱབ་པར་ཡ་དང་མཚུངས་པར་  
འགྱུར། །སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་བཤད་བྲས་ཆོ། གང་ཞིག་སྟོན་འདོགས་སྒྲ་བྱེད་པ། །དེ་  
ཡིས་ཐམས་ཅད་སྟོན་བཏགས་མིན། །བསྐྱབ་པར་བྱ་དང་མཚུངས་པར་འགྱུར། །

ཕུང་པོ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཞི་པའོ། །

༼རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ལྔ་པ་ཁམས་བརྟག་པ།༽

༺ ཉན་མ་མཁའ་མཆོན་ཉིད་སྔ་རོལ་ན། ཉན་མ་མཁའ་ཚུང་ཟད་ཡོད་མ་  
ཡིན། གཤམ་ཏེ་མཆོན་ལས་སྔ་གྱུར་ན། མཆོན་ཉིད་མེད་པར་ཐལ་བར་  
འགྱུར། མཆོན་ཉིད་མེད་པའི་དངོས་པོ་ནི། འགའ་ཡང་གང་ནའང་ཡོད་མ་  
ཡིན། མཆོན་ཉིད་མེད་པའི་དངོས་མེད་ན། མཆོན་ཉིད་གང་དུ་འཇུག་པར་  
འགྱུར། མཆོན་ཉིད་མེད་པ་མཆོན་ཉིད་ནི། མི་འཇུག་མཆོན་ཉིད་བཅས་ལ་  
མིན། མཆོན་བཅས་མཆོན་ཉིད་མེད་པ་ལས། གཤམ་ལའང་འཇུག་པར་མི་འགྱུར་  
རོ། མཆོན་ཉིད་འཇུག་པ་མ་ཡིན་ན། མཆོན་གཞི་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། མཆོན་  
གཞི་འཐད་པ་མ་ཡིན་ན། མཆོན་ཉིད་ཀྱང་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། དེ་བྱིར་མཆོན་གཞི་  
ཡོད་མིན་ཏེ། མཆོན་ཉིད་ཡོད་པ་ཉིད་མ་ཡིན། མཆོན་གཞི་མཆོན་ཉིད་མ་གཏོགས་  
པའི། དངོས་པོ་ཡང་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། དངོས་པོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། དངོས་མེད་  
གང་གི་ཡིན་པར་འགྱུར། དངོས་དང་དངོས་མེད་མི་མཐུན་ཆོས། གང་གིས་དངོས་  
དང་དངོས་མེད་ཤེས། དེ་བྱིར་ནམ་མཁའ་དངོས་པོ་མིན། དངོས་མེད་མ་ཡིན་  
མཆོན་གཞི་མིན། མཆོན་ཉིད་མ་ཡིན་ཁམས་ལྔ་པོ། གཤམ་གང་དག་ཀྱང་ནམ་  
མཁའ་མཚུངས། ཁྲོ་ཚུང་གང་དག་དངོས་རྣམས་ལ། ཡོད་པ་ཉིད་དང་མེད་ཉིད་  
དུ། ལྟ་བ་དེ་ནི་བལྟ་བུ་བ། ཉེ་བར་ཞི་བ་ཞི་མི་མཐོང་། །

ཁམས་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ལྔ་པའོ། །

༼རབ་བྱེད་ཐུག་པ་འདོད་ཆགས་དང་ཆགས་པ་བརྟག་པ།༽

༺ གཤམ་ཏེ་འདོད་ཆགས་སྔ་རོལ་ན། འདོད་ཆགས་མེད་པའི་ཆགས་ཡོད་

ན། །དེ་ལ་བརྟན་ནས་འདོད་ཆགས་ཡོད། །ཆགས་ཡོད་འདོད་ཆགས་ཡོད་པར་  
འགྱུར། །ཆགས་པ་ཡོད་པར་མ་གྱུར་ནའང་། །འདོད་ཆགས་ཡོད་པར་ག་ལ་  
འགྱུར། །ཆགས་པ་ལ་ཡང་འདོད་ཆགས་ནི། །ཡོད་དམ་མེད་ཀྱང་རིམ་པ་  
མཚུངས། །འདོད་ཆགས་དང་ནི་ཆགས་པ་དག །ལྷན་ཅིག་ཉིད་ཏུ་སྦྲེ་མི་རིགས། །འདི་  
ལྷར་འདོད་ཆགས་ཆགས་པ་དག །པན་ཚུན་ལྷོས་པ་མེད་པར་འགྱུར། །གཅིག་ཉིད་  
ལྷན་ཅིག་ཉིད་མེད་དེ། །དེ་ཉིད་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་མིན། །ཅི་སྟེ་ཐ་དད་ཉིད་ཡིན་ན། །ལྷན་  
ཅིག་ཉིད་ཏུ་རི་ལྷར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་གཅིག་ཏུ་ལྷན་ཅིག་ན། །ཁྲོགས་མེད་པ་ཡང་དེ་  
འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་ཐ་དད་ལྷན་ཅིག་ན། །ཁྲོགས་མེད་པར་ཡང་དེར་འགྱུར་རོ། །གལ་  
ཏེ་ཐ་དད་ལྷན་ཅིག་ན། །ཅི་གོ་འདོད་ཆགས་ཆགས་པ་དག །ཐ་དད་ཉིད་ཏུ་གྲུབ་གྱུར་  
ངས། །དེས་ན་དེ་གཉིས་ལྷན་ཅིག་འགྱུར། །གལ་ཏེ་འདོད་ཆགས་ཆགས་པ་དག །ཐ་  
དད་ཉིད་ཏུ་གྲུབ་གྱུར་ན། །དེ་དག་ལྷན་ཅིག་ཉིད་ཏུ་ནི། །ཅི་ཡི་ཕྱིར་ན་ཡོངས་སུ་  
རྟོག །ཐ་དད་གྲུབ་པར་མ་གྱུར་པས། །དེ་ཕྱིར་ལྷན་ཅིག་འདོད་བྱེད་ན། །ལྷན་ཅིག་རབ་  
ཏུ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། །ཐ་དད་ཉིད་ཏུ་ཡང་འདོད་དམ། །ཐ་དད་དངོས་པོ་མ་གྲུབ་  
པས། །ལྷན་ཅིག་དངོས་པོ་འགྲུབ་མི་འགྱུར། །ཐ་དད་དངོས་པོ་གང་ཡོད་ན། །ལྷན་  
ཅིག་དངོས་པོར་འདོད་པར་བྱེད། །དེ་ལྷར་འདོད་ཆགས་ཆགས་པ་དག །ལྷན་ཅིག་  
ལྷན་ཅིག་མིན་མི་འགྲུབ། །འདོད་ཆགས་བཞིན་ཏུ་ཆོས་ནམས་ཀྱི་ན། །ལྷན་ཅིག་ལྷན་  
ཅིག་མིན་མི་འགྲུབ། །

འདོད་ཆགས་དང་ཆགས་པ་བརྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བྱག་  
པའོ། །

༼རབ་བྱེད་བདུན་པ་སྐྱེ་བ་དང་གནས་པ་དང་འཛིག་པ་བཟླ་བ།༽

༺གལ་ཏེ་སྐྱེ་བ་འདུས་བྱས་ན། །དེ་ལ་མཚན་ཉིད་གསུམ་ལྡན་འགྲུང། །ཅི་སྟེ་  
སྐྱེ་བ་འདུས་མ་བྱས། །དི་ལྟར་འདུས་བྱས་མཚན་ཉིད་ཡིན། །སྐྱེ་ལ་སོགས་གསུམ་  
སོ་སོ་ཡིས། །འདུས་བྱས་མཚན་ཉིད་བར་ནི། །ཁུས་མིན་གཅིག་ལ་དུས་གཅིག་  
ཏུ། །འདུས་པ་ཡང་ནི་དི་ལྟར་བྱང། །སྐྱེ་དང་གནས་དང་འཛིག་རྣམས་ལ། །འདུས་  
བྱས་མཚན་ཉིད་གཞན་ཞིག་ནི། །གལ་ཏེ་ཡོད་ན་སྟག་མེད་འགྲུང། །མེད་ན་དེ་དག་  
འདུས་བྱས་མིན། །སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བས་རྩ་བ་ཡི། །སྐྱེ་བ་འབའ་ཞིག་སྐྱེད་པར་བྱེད། །རྩ་  
བའི་སྐྱེ་བས་སྐྱེ་བ་ཡི། །སྐྱེ་བའང་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱེ་བའི་  
སྐྱེས། །རྩ་བའི་སྐྱེ་བ་སྐྱེད་བྱེད་ན། །ཁྱོད་ཀྱི་རྩ་བས་མ་བསྐྱེད་དེས། །དེ་ནི་དི་ལྟར་  
སྐྱེད་པར་བྱེད། །གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱི་རྩ་བ་ཡིས། །བསྐྱེད་པ་དེ་ཡིས་རྩ་སྐྱེད་ན། །དེས་མ་  
བསྐྱེད་པའི་རྩ་བ་དེས། །དེ་ནི་དི་ལྟར་སྐྱེད་པར་བྱེད། །གལ་ཏེ་མ་སྐྱེས་པ་དེ་  
ཡིས། །དེ་སྐྱེད་པར་ནི་བྱེད་ཁུས་ན། །ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱེ་བཞིན་པ་དེ་ཡིས། །དེ་སྐྱེད་པར་ནི་  
འདོད་ལ་རག། །དི་ལྟར་མར་མེ་རང་དང་གཞན། །སྤང་བར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། །སྐྱེ་  
བའང་རང་དང་གཞན་གྱི་དངོས། །གཉིས་ཀ་སྐྱེད་པར་བྱེད་ཡིན་ན། །མར་མེ་དང་ནི་  
གང་དག་ན། །དེ་འདུག་པ་ན་སྟན་པ་མེད། །མར་མེས་ཅི་ཞིག་སྤང་བར་བྱེད། །སྟན་  
པ་སེལ་བས་སྤང་བྱེད་ཡིན། །གང་ཆེ་མར་མེ་སྐྱེ་བཞིན་པ། །སྟན་པ་དང་ནི་སྤང་མེད་  
ན། །དི་ལྟར་མར་མེ་སྐྱེ་བཞིན་པས། །སྟན་པ་སེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན། །མར་མེ་སྤང་བ་  
མེད་པར་ཡང་། །གལ་ཏེ་སྟན་པ་སེལ་བྱེད་ན། །འཛིག་རྟེན་ཀླུ་ན་གནས་པའི་  
སྟན། །འདི་ན་གནས་པ་དེས་སེལ་འགྲུང། །མར་མེ་རང་དང་གཞན་གྱི་དངོས། །གལ་

ཉེ་སྤང་བར་བྱེད་འགྱུར་ན། །ཐུན་པའང་རང་དང་གཞན་གྱི་དངོས། །སྤྱི་བ་པར་འགྱུར་  
 བར་ཐེ་ཚོམ་མེད། །སྤྱི་བ་འདི་ནི་མ་སྤྱི་ས་པས། །རང་གི་བདག་ཉིད་རི་ལྟར་སྤྱིད། །ཅི་  
 ཉེ་སྤྱི་ས་པས་སྤྱིད་བྱེད་ན། །སྤྱི་ས་ན་ཅི་ཞིག་བསྤྱིད་དུ་ཡོད། །སྤྱི་ས་དང་མ་སྤྱི་ས་སྤྱི་  
 བཞིན་པ། །རི་ལྟ་བུར་ཡང་མི་སྤྱིད་པ། །དེ་ནི་སོང་དང་མ་སོང་དང་། །བགོམ་པས་  
 རྣམ་པར་བཤད་པ་ཡིན། །གང་ཆེ་སྤྱི་བ་ཡོད་པ་ན། །སྤྱི་བཞིན་འདི་འགྱུར་མེད་པའི་  
 ཆོ། །རི་ལྟར་སྤྱི་ལ་བརྟེན་ནས་ནི། །སྤྱི་བཞིན་ཞེས་ནི་བརྟེན་པར་བྱ། །རྟེན་ཅིང་འགྱུར་  
 བ་གང་ཡིན་པ། །དེ་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ཞི། །དེ་ཕྱིར་སྤྱི་བཞིན་ཉིད་དང་ནི། །སྤྱི་བ་ཡང་  
 བེ་ཞི་བ་ཉིད། །གལ་ཉེ་དངོས་པོ་མ་སྤྱི་ས་པ། །འགའ་ཞིག་གང་ན་ཡོད་ཀྱང་ན། །དེ་ནི་  
 སྤྱི་འགྱུར་དངོས་པོ་དེ། །མེད་ན་ཅི་ཞིག་སྤྱི་བར་འགྱུར། །གལ་ཉེ་སྤྱི་བ་དེ་ཡིས་  
 བེ། །སྤྱི་བཞིན་པ་ནི་སྤྱིད་བྱེད་ན། །སྤྱི་བ་དེ་ནི་སྤྱི་བ་ལྟ། །གང་ཞིག་གིས་ནི་སྤྱིད་པར་  
 བྱེད། །གལ་ཉེ་སྤྱི་བ་གཞན་ཞིག་གིས། །དེ་སྤྱིད་ཐུག་པ་མེད་པར་འགྱུར། །ཅི་ཉེ་སྤྱི་  
 བ་མེད་སྤྱི་ན། །ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་སྤྱི་བར་འགྱུར། །དེ་ཞིག་ཡོད་དང་མེད་པ་  
 ཡང་། །སྤྱི་བར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། །ཡོད་མེད་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ཞེས། །གོང་དུ་  
 བསྟན་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དངོས་པོ་འགག་བཞིན་ཉིད་ལ་ནི། །སྤྱི་བ་འཐད་པར་མི་  
 འགྱུར་རོ། །གང་ཞིག་འགག་བཞིན་མ་ཡིན་པ། །དེ་ནི་དངོས་པོར་མི་འཐད་  
 དོ། །དངོས་པོ་གནས་པ་མི་གནས་ཏེ། །དངོས་པོ་མི་གནས་གནས་པ་མིན། །གནས་  
 བཞིན་པ་ཡང་མི་གནས་ཏེ། །མ་སྤྱི་ས་གང་ཞིག་གནས་པར་འགྱུར། །དངོས་པོ་འགག་  
 བཞིན་ཉིད་ལ་ནི། །གནས་པ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །གང་ཞིག་འགག་བཞིན་མ་  
 ཡིན་པ། །དེ་ནི་དངོས་པོར་མི་འཐད་དོ། །དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་དུས་ཀྱན་ཏུ། །ཞི་དང་

འཆི་བའི་ཆོས་ཡིན་ན། གང་དག་གི་དང་འཆི་མེད་པར། གནས་པའི་དངོས་པོ་གང་  
 ཞིག་ཡོད། གནས་པ་གནས་པ་གཞན་དང་ནི། ཉེ་ཉིད་གྱིས་ཀྱང་གནས་མི་  
 རིགས། ཇི་ལྟར་སྐྱེ་བ་རང་དང་ནི། གཞན་གྱིས་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་བཞིན། འགགས་  
 བ་འགག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། མ་འགགས་པ་ཡང་འགག་མི་འགྱུར། འགག་བཞིན་པ་  
 ཡང་དེ་བཞིན་མིན། མ་སྐྱེས་གང་ཞིག་འགག་པར་འགྱུར། རེ་ཞིག་དངོས་པོ་གནས་  
 བ་ལ། འགག་པ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། དངོས་པོ་མི་གནས་པ་ལ་ཡང་། འགག་  
 བ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། གནས་སྐབས་དེ་ཡིས་གནས་སྐབས་ནི། ཉེ་ཉིད་འགག་  
 བ་ཉིད་མི་འགྱུར། གནས་སྐབས་གཞན་གྱིས་གནས་སྐབས་ནི། གཞན་ཡང་འགག་  
 བ་ཉིད་མི་འགྱུར། གང་ཆེ་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། སྐྱེ་བ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་  
 བ། ཉེ་ཆེ་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། འགག་པ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། རེ་ཞིག་  
 དངོས་པོ་ཡོད་པ་ལ། འགག་པ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། གཅིག་ཉིད་ན་ནི་དངོས་པོ་  
 དང་། དངོས་པོ་མེད་པ་འཐད་པ་མེད། དངོས་པོ་མེད་པར་གྱུར་པ་ལ་འང་། འགག་  
 བ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། མཐོ་གཉིས་པ་ལ་ཇི་ལྟར་ནི། གཅད་དུ་མེད་པ་དེ་བཞིན་  
 རོ། འགག་པ་རང་གི་བདག་ཉིད་གྱིས། ཡོད་མིན་འགག་པ་གཞན་གྱིས་མིན། ཇི་  
 ལྟར་སྐྱེ་བ་རང་དང་ནི། གཞན་གྱིས་སྐྱེད་པ་མ་ཡིན་བཞིན། སྐྱེ་དང་གནས་དང་  
 འཇིག་པ་དང་། མ་བྱུ་བ་ཕྱིར་ན་འདུས་བྱས་མེད། འདུས་བྱས་རབ་རུ་མ་བྱུ་བ་  
 པས། འདུས་མ་བྱས་ནི་ཇི་ལྟར་འབྱུག། མི་ལམ་ཇི་བཞིན་སྐྱུ་མ་བཞིན། ཇི་ཟེ་  
 སྒོང་བྱེད་ཇི་བཞིན་དུ། ཉེ་བཞིན་སྐྱེ་དང་དེ་བཞིན་གནས། ཉེ་བཞིན་དུ་ནི་འཇིག་པ་  
 གསུངས། །

སྐྱེ་བ་དང་གནས་པ་དང་འཇིག་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་  
བདུན་པའོ། །

༼རབ་བྱེད་བརྒྱད་པ་བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་བརྟག་པ།༽

༥ བྱེད་པོ་ཡིན་པར་གྱུར་བ་དེ། །ལས་སྤྱ་གྱུར་པ་མི་བྱེད་དོ། །བྱེད་པ་མ་ཡིན་  
གྱུར་པ་ཡང་། །ལས་སྤྱ་མ་གྱུར་མི་བྱེད་དོ། །ཡིན་པར་གྱུར་ལ་བྱ་བ་མེད། །བྱེད་པོ་  
མེད་པའི་ལས་སྤྱའང་འགྱུར། །ཡིན་པར་འགྱུར་ལ་བྱ་བ་མེད། །ལས་མེད་བྱེད་པ་  
པོར་ཡང་འགྱུར། །གལ་ཏེ་བྱེད་པོར་མ་གྱུར་པ། །ལས་སྤྱ་མ་གྱུར་བྱེད་ན་ནི། །ལས་  
ལ་རྒྱ་ནི་མེད་པར་འགྱུར། །བྱེད་པ་པོ་ཡང་རྒྱ་མེད་འགྱུར། །རྒྱ་མེད་ན་ནི་འབྲས་བུ་  
དང་། །རྒྱ་ཡང་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་མེད་ན་ནི་བྱ་བ་དང་། །བྱེད་པ་པོ་དང་  
བྱེད་མི་རིགས། །བྱ་བ་ལ་སོགས་མི་རིགས་ན། །ཆོས་དང་ཆོས་མིན་ཡོད་མ་  
ཡིན། །ཆོས་དང་ཆོས་མིན་མེད་ན་ནི། །དེ་ལས་བྱུང་བའི་འབྲས་བུ་མེད། །འབྲས་བུ་  
མེད་ན་ཐར་པ་དང་། །མཐོ་རིས་འགྱུར་བའི་ལམ་མི་འཐད། །བྱ་བ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་  
ཀྱང་། །དོན་མེད་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར། །བྱེད་པ་པོར་གྱུར་མ་གྱུར་པ། །གྱུར་མ་  
གྱུར་དེ་མི་བྱེད་དེ། །ཡིན་དང་མ་ཡིན་གྱུར་ཅིག་ལ། །པན་ཚུན་འགལ་བས་གལ་  
ཡོད། །བྱེད་པ་པོར་ནི་གྱུར་པ་ཡིས། །མ་གྱུར་ལས་ནི་མི་བྱེད་དེ། །མ་གྱུར་པས་ཀྱང་  
གྱུར་མི་བྱེད། །འདིར་ཡང་སྟོན་དེར་ཐལ་བར་འགྱུར། །བྱེད་པ་པོར་ནི་གྱུར་པ་  
དང་། །བཅས་པ་ལས་ནི་མ་གྱུར་དང་། །གྱུར་མ་གྱུར་པ་མི་བྱེད་དེ། །གཏན་ཆིགས་  
གོང་དུ་བསྟན་ཕྱིར་རོ། །བྱེད་པ་པོར་ནི་མ་གྱུར་པས། །ལས་ནི་གྱུར་དང་བཅས་པ་  
དང་། །གྱུར་མ་གྱུར་པ་མི་བྱེད་དེ། །གཏན་ཆིགས་གོང་དུ་བསྟན་ཕྱིར་རོ། །བྱེད་པ་

སོར་གྱུར་མ་གྱུར་ནི། །ལས་སྤྱ་གྱུར་དང་མ་གྱུར་པ། །མི་བྱེད་འདི་ཡང་གཏན་ཆེགས་  
ནི། །གོང་དུ་བསྟན་བས་ཤེས་པར་བྱ། །བྱེད་པ་སོ་ལས་བརྟེན་བྱས་ཤིང་། །ལས་ཀྱི་  
བྱེད་སོ་དེ་ཉིད་ལ། །བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་མ་གཏོགས་པ། །འབྱུང་བ་འདི་རྒྱ་ནི་མ་མཐོང་  
ངོ། །དེ་བཞིན་ཉེར་ལེན་ཤེས་པར་བྱ། །ལས་དང་བྱེད་སོ་བསལ་བྱིར་ངོ། །བྱེད་པ་སོ་  
དང་ལས་དག་གིས། །དངོས་སོ་ལྷག་མ་ཤེས་པར་བྱ། །

བྱེད་པ་སོ་དང་ལས་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བརྒྱད་པའོ། །

༼རབ་བྱེད་དགུ་པ་སྤྱ་རོལ་ན་གནས་པ་བརྟག་པ། ༽

༺ ལྟ་དང་ཉན་ལ་སོགས་པ་དང་། །ཆོར་སོགས་དང་ཡང་དབང་བྱས་པ། །གང་  
གི་ཡིན་པ་དེ་དག་གི། །སྤྱ་རོལ་དེ་ཡོད་ཁ་ཅིག་སྤྱ། །དངོས་སོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། །ལྟ་  
བ་ལ་སོགས་ཇི་ལྟར་འབྱུང་། །དེ་བྱིར་དེ་དག་སྤྱ་རོལ་ན། །དངོས་སོ་གནས་པ་དེ་  
ཡོད་དོ། །ལྟ་དང་ཉན་ལ་སོགས་པ་དང་། །ཆོར་བ་ལ་སོགས་ཉིད་ཀྱི་ནི། །སྤྱ་རོལ་  
དངོས་སོ་གང་གནས་པ། །དེ་ནི་གང་གིས་གདགས་པར་བྱ། །ལྟ་བ་ལ་སོགས་མེད་  
པར་ཡང་། །གལ་ཏེ་དེ་ནི་གནས་གྱུར་ན། །དེ་མེད་པར་ཡང་དེ་དག་ནི། །ཡོད་པར་  
འབྱུར་བར་ཐེ་ཆོམ་མེད། །ཅི་ཡིས་གང་ཞིག་གསལ་བར་བྱེད། །གང་གིས་ཅི་ཞིག་  
གསལ་བར་བྱེད། །ཅི་མེད་གང་ཞིག་ག་ལ་ཡོད། །གང་མེད་ཅི་ཞིག་ག་ལ་ཡོད། །ལྟ་  
ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །སྤྱ་རོལ་གང་ཞིག་ཡོད་པ་མིན། །ལྟ་སོགས་ནང་ནས་  
གཞན་ཞིག་གིས། །གཞན་གྱི་ཆེན་གསལ་བར་བྱེད། །ལྟ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི། །སྤྱ་རོལ་གལ་ཏེ་ཡོད་མིན་ན། །ལྟ་ལ་སོགས་པ་རེ་རེ་ཡི། །སྤྱ་རོལ་དེ་ནི་ཇི་ལྟར་  
ཡོད། །ལྟ་སོ་དེ་ཉིད་ཉན་སོ་དེ། །གལ་ཏེ་ཆོར་སོ་འདྲ་དེ་ཉིད་ན། །རེ་རེའི་སྤྱ་རོལ་ཡོད་



གྱུར་ན། །དེ་ནི་དེ་ལྟར་མི་རིགས་སོ། །གལ་ཏེ་ལྟ་སྟོན་གཞན་ཉིད་ལ། །ཉན་པ་སོ་གཞན་  
ཆོར་གཞན་ན། །ལྟ་སྟོན་ཡོད་ཆེ་ཉན་སོར་འགྱུར། །བདག་ཀྱང་མང་སོ་ཉིད་ཏུ་  
འགྱུར། །ལྟ་དང་ཉན་ལ་སོགས་པ་དང་། །ཆོར་བ་དག་ལ་སོགས་པ་ཡང་། །གང་ལས་  
འགྱུར་བའི་འགྱུར་དེ་ལའང་། །དེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ལྟ་དང་ཉན་ལ་སོགས་པ་  
དང་། །ཆོར་བ་དག་ལ་སོགས་པ་ཡང་། །གང་གི་ཡིན་པ་གལ་ཏེ་མེད། །དེ་དག་ཀྱང་  
ནི་ཡོད་མ་ཡིན། །གང་ཞིག་ལྟ་ལ་སོགས་པ་ཡི། །སྤྱི་ལོ་ད་ལྟ་བུ་ན་མེད། །དེ་ལ་  
ཡོད་དོ་མེད་དོ་ཞེས། །རྟོག་པ་དག་ནི་ལྟོག་པར་འགྱུར། །

སྤྱི་ལོ་ན་གནས་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་དགུ་པའོ། །

།རབ་བྱེད་བཅུ་པ་མེ་དང་བྱད་ཤིང་བརྟག་པ།།

༥ བྱད་ཤིང་གང་དེ་མ་ཡིན་ན། །བྱེད་པ་སོ་དང་ལས་གཅིག་འགྱུར། །གལ་ཏེ་  
ཤིང་ལས་མེ་གཞན་ན། །ཤིང་མེད་པར་ཡང་འགྱུར་བར་འགྱུར། །རྟག་ཏུ་འབར་བ་  
ཉིད་ཏུ་འགྱུར། །འབར་བྱེད་རྒྱ་ལས་མི་འགྱུར་ཞིང་། །ཚོམ་པ་དོན་མེད་ཉིད་ཏུ་  
འགྱུར། །དེ་ལྟ་ཡིན་ན་ལས་ཀྱང་མེད། །གཞན་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པའི་བྱིར། །འབར་བར་  
བྱེད་རྒྱ་ལས་མི་འགྱུར། །རྟག་ཏུ་འབར་བ་ཡིན་ན་ནི། །ཚོམ་པ་དོན་མེད་ཉིད་ཏུ་  
འགྱུར། །དེ་ལ་གལ་ཏེ་འདི་སྟུང་དུ། །སྟེག་བཞིན་བྱད་ཤིང་ཡིན་སེམས་ན། །གང་ཆེ་  
དེ་ཅུང་དེ་ཡིན་ན། །གང་གིས་བྱད་ཤིང་དེ་སྟེག་བྱེད། །གཞན་བྱིར་མི་སྤང་སྤང་མེད་  
ན། །སྟེག་པར་མི་འགྱུར་མི་སྟེག་ན། །འཆི་བར་མི་འགྱུར་མི་འཆི་ན། །རང་རྟགས་  
དང་ཡང་ལྟན་པར་གནས། །དེ་ལྟར་བྱད་མེད་སྟེས་པ་དང་། །སྟེས་པའང་བྱད་མེད་  
སྤང་པ་བཞིན། །གལ་ཏེ་ཤིང་ལས་མེ་གཞན་ན། །ཤིང་དང་སྤང་དུ་བྱད་པར་

འགྲུལ། གཤམ་ཏེ་མེ་དང་ཤིང་དག་ནི། གཅིག་གིས་གཅིག་ནི་བསལ་གྱུར་ན། ཤིང་  
ལས་མེ་གཞན་ཉིད་ཡིན་ཡང་། ཤིང་དང་མེ་དང་བར་འདྲེད་ལ་རག། གཤམ་ཏེ་ཤིང་ལྟོས་  
མེ་ཡིན་ལ། གཤམ་ཏེ་མེ་ལྟོས་ཤིང་ཡིན་ན། གང་ལྟོས་མེད་དང་ཤིང་འགྲུར་བ། དང་  
མོར་གྲུབ་པ་གང་ཞིག་ཡིན། གཤམ་ཏེ་ཤིང་ལྟོས་མེ་ཡིན་ན། མེ་གྲུབ་པ་ལ་སྐྱབ་པར་  
འགྲུལ། བྱད་པར་བྱ་བའི་ཤིང་ལ་ཡང་། མེ་མེད་པར་ནི་འགྲུར་བ་ཡིན། གཤམ་ཏེ་  
དངོས་པོ་གང་ལྟོས་འགྲུབ། དེ་ཉིད་ལ་ཡང་ལྟོས་ནས་ནི། ལྟོས་བྱ་གང་ཡིན་དེ་  
འགྲུབ་ན། གང་ལ་ལྟོས་ནས་གང་ཞིག་འགྲུབ། དངོས་པོ་ལྟོས་གྲུབ་གང་ཡིན་པ། དེ་  
མ་གྲུབ་ནི་རྒྱུ་ལྟོས། ཅི་སྟེ་གྲུབ་པ་ལྟོས་ཤིང་། དེ་ནི་ལྟོས་པར་མི་རིགས་  
སོ། ཤིང་ལ་ལྟོས་པའི་མེ་མེད་དེ། ཤིང་ལ་མ་ལྟོས་མེ་ཡང་མེད། མེ་ལ་ལྟོས་པའི་  
ཤིང་མེད་དེ། མེ་ལ་མ་ལྟོས་ཤིང་ཡང་མེད། མེ་ནི་གཞན་ལས་མི་འོང་སྟེ། ཤིང་  
ལ་འང་མེ་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། དེ་བཞིན་ཤིང་གི་ལྷག་མ་ནི། སོང་དང་མ་སོང་བགོས་  
པས་བསྟན། ཤིང་ཉིད་མེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཤིང་ལས་གཞན་ལ་མེ་ཡང་མེད། མེ་ནི་  
ཤིང་དང་ལྷན་མ་ཡིན། མེ་ལ་ཤིང་མེད་དེར་དེ་མེད། མེ་དང་ཤིང་གིས་བདག་དང་  
ནི། ཉེ་བར་ལེན་པའི་རིམ་པ་ཀུན། བྱམ་སྒྲུལ་སོགས་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ། མ་ལུས་  
པར་ནི་རྣམ་པར་བཤད། གང་དག་བདག་དང་དངོས་པོ་རྣམས། དེ་བཅས་ཉིད་དང་  
ཐ་དད་པར། ལྟོན་པ་དེ་དག་བསྟན་དོན་ལ། མཁས་སོ་སྣམ་དུ་མི་སེམས་སོ། །

མེ་དང་བྱད་ཤིང་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཅུ་པའོ། །

། རབ་བྱེད་བཅུ་གཅིག་པ་སྟོན་དང་བྱི་མའི་མཐའ་བརྟག་པ། །

༥ ལྟོན་མཐའ་མདོན་ནམ་ཞེས་ཞུས་ཆོ། ། ཐུབ་པ་ཆེན་པོས་མིན་ཞེས་

གསུངས། །འཁོར་བ་ཐོག་མ་མཐའ་མེད་དེ། །དེ་ལ་སྟོན་མེད་ཕྱི་མ་མེད། །གང་ལ་  
ཐོག་མེད་མཐའ་མེད་པར། །དེ་ལ་དབུས་ནི་ག་ལ་ཡོད། །དེ་ཕྱིར་དེ་ལ་སྡེ་ཕྱི་  
དང་། །ལྷན་ཅིག་རིམ་པ་མི་འཐད་དོ། །གལ་ཏེ་སྟེ་བ་སྡེ་གྲུར་ལ། །ཁ་ཤི་ཕྱི་མ་ཡིན་ན་  
ནི། །སྟེ་བ་ཁ་ཤི་མེད་པ་དང་། །མ་ཤི་བར་ཡང་སྟེ་བར་འགྲུར། །གལ་ཏེ་སྟེ་བ་ཕྱི་  
འགྲུར་ལ། །ཁ་ཤི་སྡེ་བ་ཡིན་ན་ནི། །སྟེ་བ་མེད་པའི་ཁ་ཤི་ནི། །རྒྱ་མེད་པར་ནི་རི་ལྷར་  
འགྲུར། །སྟེ་བ་དང་ནི་ཁ་ཤི་དག །ལྷན་ཅིག་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། །སྟེ་བ་ཞིན་པ་ན་འཆི་  
འགྲུར་ཞིང་། །གཉིས་ཀ་རྒྱ་མེད་ཅན་དུ་འགྲུར། །གང་ལ་སྡེ་ཕྱི་ལྷན་ཅིག་གི་ །རིམ་པ་  
དེ་དག་མི་སྤིང་པའི། །སྟེ་བ་དེ་དང་ཁ་ཤི་དེ། །ཅི་ཡི་ཕྱིར་ན་སྟོབར་བྱེད། །འཁོར་བ་  
འབའ་ཞིག་སྟོན་གྱི་མཐའ། །ཡོད་མ་ཡིན་པར་མ་ཟད་གྱི། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཉིད་དང་  
ནི། །མཚན་ཉིད་དང་ནི་མཚན་གཞི་ཉིད། །ཆོར་དང་ཆོར་པོ་ཉིད་དང་ནི། །དོན་ཡོད་  
གང་དག་ཅི་ཡང་རུང་། །དངོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཉིད་ལ་ཡང་། །སྟོན་གྱི་མཐའ་ནི་  
ཡོད་མ་ཡིན། །

སྟོན་དང་ཕྱི་མའི་མཐའ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བརྟག་ཅིག་  
པའོ། །

༼རབ་བྱེད་བརྟག་གཉིས་པ་བདག་གིས་བྱས་པ་དང་གཞན་གྱིས་བྱས་པ་བརྟག་  
པ། ༽

༺ ཁ་ཅིག་སྤྱུག་བསྡུལ་བདག་གིས་བྱས། །གཞན་གྱིས་བྱས་དང་གཉི་གས་  
བྱས། །རྒྱ་མེད་པ་ལས་འབྱུང་བར་འདོད། །དེ་ནི་བྱ་བར་མི་རུང་ངོ། །གལ་ཏེ་བདག་  
གིས་བྱས་གྲུར་ན། །དེ་ཕྱིར་བརྟེན་ནས་འབྱུང་མི་འགྲུར། །གང་ཕྱིར་ཕྱང་པོ་འདི་དག་

ལ། །བརྟེན་ནས་ཕྱང་པོ་དེ་དག་འབྱུང་། །གལ་ཏེ་འདི་ལས་དེ་གཞན་ཞིང་། །གལ་ཏེ་  
 དེ་ལས་འདི་གཞན་ན། །སྤྱག་བསྐྱེད་གཞན་གྱིས་བྱས་འབྱུང་ཞིང་། །གཞན་དེ་དག་  
 གིས་དེ་བྱས་འབྱུང་། །གལ་ཏེ་གང་ཟག་བདག་གིས་ནི། །སྤྱག་བསྐྱེད་བྱས་ན་གང་  
 བདག་གིས། །སྤྱག་བསྐྱེད་བྱས་པའི་གང་ཟག་ནི། །སྤྱག་བསྐྱེད་མ་གཏོགས་གང་  
 ཞིག་ཡིན། །གལ་ཏེ་གང་ཟག་གཞན་ལས་ནི། །སྤྱག་བསྐྱེད་འབྱུང་ན་གཞན་ཞིག་  
 གིས། །སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་བྱས་གང་སྤྱིན་དེ། །སྤྱག་བསྐྱེད་མ་གཏོགས་དེ་ལྟར་  
 རུང་། །གལ་ཏེ་གང་ཟག་གཞན་སྤྱག་བསྐྱེད་། །འབྱུང་ན་གང་གིས་དེ་བྱས་  
 བས། །གཞན་ལ་སྟེར་བའི་གང་ཟག་གཞན། །སྤྱག་བསྐྱེད་མ་གཏོགས་གང་ཞིག་  
 ཡིན། །བདག་གིས་བྱས་པར་མ་བྱུང་བས། །སྤྱག་བསྐྱེད་གཞན་གྱིས་ག་ལ་  
 བྱས། །གཞན་གྱིས་སྤྱག་བསྐྱེད་གང་བྱེད་པ། །དེ་ནི་དེ་ཡི་བདག་བྱས་འབྱུང་། །རེ་  
 ཞིག་སྤྱག་བསྐྱེད་བདག་བྱས་མིན། །དེ་ཉིད་གྱིས་ནི་དེ་མ་བྱས། །གལ་ཏེ་གཞན་  
 བདག་མ་བྱས་ན། །སྤྱག་བསྐྱེད་གཞན་བྱས་ག་ལ་འབྱུང་། །གལ་ཏེ་རེ་རེས་བྱས་  
 གུར་ན། །སྤྱག་བསྐྱེད་གཉིས་ཀས་བྱས་པར་འབྱུང་། །བདག་གིས་མ་བྱས་གཞན་མ་  
 བྱས། །སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱ་མེད་ག་ལ་འབྱུང་། །སྤྱག་བསྐྱེད་འབའ་ཞིག་རྣམ་པ་  
 བཞི། །ཡོད་མ་ཡིན་པར་མ་ཟད་གྱི། །ཕྱི་རོལ་དངོས་པོ་དག་ལ་ཡང་། །རྣམ་པ་བཞི་པོ་  
 ཡོད་མ་ཡིན། །

བདག་གིས་བྱས་པ་དང་གཞན་གྱིས་བྱས་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་  
 བྱེད་པ་བརྟག་གཉིས་པའོ། །

༼རབ་བྱེད་བརྩ་གསུམ་པ་འདྲ་བྱེད་བརྩ་གསུམ་༽

༺ བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཚས་གང་ཞིག །སྤྱི་བ་དེ་ནི་བརྩུན་ཞེས་  
གསུངས། །འདྲ་བྱེད་ཐམས་ཅད་སྤྱི་བའི་ཚས། །དེས་ན་དེ་དག་བརྩུན་པ་ཡིན། །གལ་  
ཏེ་སྤྱི་ཚས་གང་ཡིན་པ། །དེ་བརྩུན་དེ་ལ་ཅི་ཞིག་སྤྱི། །བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་དེ་  
གསུངས་པ། །སྟོང་ཉིད་ཡོངས་སུ་བསྟན་པ་ཡིན། །དངོས་རྣམས་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་  
དེ། །གཞན་ཏུ་འགྱུར་བ་སྤང་བྱིར་རོ། །དངོས་པོ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་མེད། །གང་བྱིར་  
དངོས་རྣམས་སྟོང་བ་ཉིད། །གལ་ཏེ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་ན། །གཞན་ཏུ་འགྱུར་བ་གང་གི་  
ཡིན། །གལ་ཏེ་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་ན། །གཞན་ཏུ་འགྱུར་བར་རི་ལྟར་རུང། །དེ་ཉིད་ལ་ནི་  
གཞན་འགྱུར་མེད། །གཞན་ཉིད་ལ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །གང་བྱིར་གཞོན་ཏུ་མི་རྒྱ་  
སྟེ། །གང་བྱིར་རྣམས་པའང་མི་རྒྱའོ། །གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་གཞན་འགྱུར་ན། །འོ་མ་ཉིད་ནི་  
ཞོར་འགྱུར་རོ། །འོ་མ་ལས་གཞན་གང་ཞིག་ནི། །ཞོ་ཡི་དངོས་པོ་ཡིན་པར་  
འགྱུར། །གལ་ཏེ་སྟོང་མིན་ཏུང་བད་ཡོད། །སྟོང་པ་ཏུང་བད་ཡོད་པར་འགྱུར། །མི་སྟོང་  
ཏུང་བད་ཡོད་མིན་ན། །སྟོང་པ་ཡོད་པར་ག་ལ་འགྱུར། །རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོང་པ་  
ཉིད། །ལྟ་གུན་ངེས་པར་འགྱུར་བར་གསུངས། །གང་དག་སྟོང་པ་ཉིད་ལྟ་བུ། །དེ་དག་  
བསྐྱབ་ཏུ་མེད་པར་གསུངས། །

འདྲ་བྱེད་བརྩ་གསུམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་བྱེད་པ་བརྩ་གསུམ་པ་འདོ། །

༼རབ་བྱེད་བརྩ་བཞི་པ་སྤང་བ་བརྩ་གསུམ་༽

༺ བལྟ་བྱ་ལྟ་བ་ལྟ་བ་པོ། །གསུམ་པོ་དེ་དག་གཉིས་གཉིས་དང་། །ཐམས་ཅད་  
ཀྱང་ནི་པན་ཚུན་དུ། །སྤང་པར་འགྱུར་བ་ཡོད་མ་ཡིན། །དེ་བཞིན་འདོད་ཆགས་

ཆགས་པ་དང་། ཆགས་པར་བྱ་བ་ཉོན་མོངས་པ། །ལྷག་མ་རྣམས་དང་སྦྲེ་མཆེད་  
 གྱི། །ལྷག་མའང་རྣམ་པ་གསུམ་ཉིད་གྱིས། །གཞན་དང་གཞན་དུ་སྤང་འགྱུར་ན། །གང་  
 སྤྱིར་བཏྲ་བྱ་ལ་སོགས་ལ། །གཞན་དེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ། །དེ་སྤྱིར་སྤང་པར་མི་  
 འགྱུར་རོ། །བཏྲ་བྱ་ལ་སོགས་འབའ་ཞིག་ལ། །གཞན་ཉིད་མེད་པར་མ་ཟད་གྱི། །གང་  
 ཡང་གང་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ། །གཞན་པ་ཉིད་དུ་མི་འཐད་དོ། །གཞན་ནི་གཞན་ལ་བརྟེན་  
 ཉེ་གཞན། །གཞན་མེད་པར་གཞན་གཞན་མི་འགྱུར། །གང་ལ་བརྟེན་ཉེ་གང་ཡིན་  
 པ། །དེ་ནི་དེ་ལས་གཞན་མི་འཐད། །གལ་ཉེ་གཞན་ནི་གཞན་ལས་གཞན། །དེ་ཆེ་  
 གཞན་མེད་པར་གཞན་འགྱུར། །གཞན་མེད་པར་ནི་གཞན་འགྱུར་བ། །ཡོད་མིན་དེ་  
 ཡི་སྤྱིར་ན་མེད། །གཞན་ཉིད་གཞན་ལ་ཡོད་མ་ཡིན། །གཞན་མ་ཡིན་ལའང་ཡོད་མ་  
 ཡིན། །གཞན་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། །གཞན་ནམ་དེ་ཉིད་ཡོད་མ་ཡིན། །དེ་ནི་དེ་དང་  
 སྤང་པ་མེད། །གཞན་དང་གཞན་ཡང་སྤང་མི་འགྱུར། །སྤང་བཞིན་པ་དང་སྤང་པ་  
 དང་། །སྤང་པ་སོ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །

སྤང་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྦྲེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཅུ་བཞི་བཤོ། །

༼རབ་བྱེད་བཅོ་ལྔ་པ་རང་བཞིན་བརྟག་པ།༽

༺ རང་བཞིན་རྒྱ་དང་རྒྱེན་ལས་ནི། །འབྱུང་བར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རྒྱ་  
 དང་རྒྱེན་ལས་བྱུང་བ་ཡི། །རང་བཞིན་བྱས་པ་ཅན་དུ་འགྱུར། །རང་བཞིན་བྱས་པ་  
 ཅན་ཞེས་བྱས། །རི་ལྷ་བྱར་ན་བྱུང་བར་འགྱུར། །རང་བཞིན་དག་ནི་བཅོས་མིན་  
 དང་། །གཞན་ལ་ལྷོས་པ་མེད་པ་ཡིན། །རང་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། །གཞན་གྱི་  
 དངོས་སོ་གལ་ཡོད། །གཞན་གྱི་དངོས་སོའི་རང་བཞིན་ནི། །གཞན་གྱི་དངོས་སོ་

ཡིན་ཞེས་བརྗོད། །རང་བཞིན་དང་ནི་གཞན་དངོས་དག །མ་གཏོགས་དངོས་པོ་ག་  
ལ་ཡོད། །རང་བཞིན་དང་ནི་དངོས་པོ་དག །ཡོད་ན་དངོས་པོ་འགྲུབ་པར་  
འགྱུར། །གལ་ཏེ་དངོས་པོ་མ་གྲུབ་ན། །དངོས་མེད་འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དངོས་  
པོ་གཞན་ཏུ་གྱུར་པ་ནི། །དངོས་མེད་ཡིན་པར་སྐྱེ་བོ་སྤྲ། །གང་དག་རང་བཞིན་གཞན་  
དངོས་དང་། །དངོས་དང་དངོས་མེད་ཉིད་ལྟ་བུ། །དེ་དག་སངས་རྒྱུ་མ་བཟུན་པ་  
ལ། །དེ་ཉིད་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །བཅོམ་ལྷན་དངོས་དང་དངོས་མེད་པ། །མཐུན་  
པས་ཀ་ཏ་ཡ་ན་ཡི། །གདམས་ངག་ལས་ནི་ཡོད་པ་དང་། །མེད་པ་གཉིས་ཀའང་  
དགག་པ་མཛད། །གལ་ཏེ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན། །དེ་ནི་མེད་ཉིད་མི་འགྱུར་  
རོ། །རང་བཞིན་གཞན་ཏུ་འགྱུར་པ་ནི། །ནམ་ཡང་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །རང་  
བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། །གཞན་ཏུ་འགྱུར་བ་གང་གི་ཡིན། །རང་བཞིན་ཡོད་པ་  
ཡིན་ན་ཡང་། །གཞན་ཏུ་འགྱུར་བ་ཇི་ལྟར་རུང་། །ཡོད་ཅེས་བྱ་བ་རྟག་པར་  
འཛིན། །མེད་ཅེས་བྱ་བ་ཆད་པར་ལྟ། །དེ་བྱིར་ཡོད་དང་མེད་པ་ལ། །མཁས་པས་  
གནས་པར་མི་བྱའོ། །གང་ཞིག་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ། །དེ་ནི་མེད་པ་མིན་པས་  
རྟག་ །སྤོན་བྱང་ད་ལྟར་མེད་ཅེས་པ། །

དེས་ན་ཆད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར། །རང་བཞིན་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་  
བྱེད་པ་བཅོ་ལྔ་པའོ། །

།རབ་བྱེད་བརྩ་བྱུག་པ་བཅེངས་པ་དང་ཐར་པ་བརྟག་པ།།

༥ གལ་ཏེ་འདྲ་བྱེད་འཁོར་ཞེ་ན། །དེ་དག་རྟག་ན་མི་འཁོར་ཏེ། །མི་རྟག་ན་  
ཡང་འཁོར་མི་འགྱུར། །སེམས་ཅན་ལ་ཡང་རིམ་འདི་མཚུངས། །གལ་ཏེ་གང་ཟག་

འཁོར་ཞེ་ན། །ཕུང་པོ་སྐྱེ་མཆེད་ཁམས་རྣམས་པ། །དེ་ནི་རྣམ་པ་ལྔ་ས་བཅའ་  
 བ། །མེད་ན་གང་ཞིག་འཁོར་བར་འགྱུར། །ཉེ་བར་ལེན་ནས་ཉེར་ལེན་བར། །འཁོར་ན་  
 སྲིད་པ་མེད་བར་འགྱུར། །སྲིད་མེད་ཉེ་བར་ལེན་མེད་ན། །དེ་གང་ཅི་ཞིག་འཁོར་བར་  
 འགྱུར། །འདུ་བྱེད་ལྷ་ངན་འདའ་བར་ནི། །རི་ལྷ་བྱུར་ཡང་མི་འཐད་དོ། །སེམས་ཅན་  
 ལྷ་ངན་འདའ་བར་ཡང་། །རི་ལྷ་བྱུར་ཡང་འཐད་མི་འགྱུར། །སྐྱེ་འཇིག་ཆོས་ཅན་འདུ་  
 བྱེད་རྣམས། །མི་འཆིང་གྲོལ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། །ལྔ་མ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་  
 ཡང་། །མི་འཆིང་གྲོལ་བར་མི་འགྱུར་དོ། །གལ་ཏེ་ཉེ་བར་ལེན་འཆིང་ན། །ཉེ་བར་  
 ལེན་བཅས་འཆིང་མི་འགྱུར། །ཉེ་བར་ལེན་མེད་མི་འཆིང་སྟེ། །གནས་སྐྱབས་གང་  
 ཞིག་འཆིང་བར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་བཅིང་བྱའི་ལྔ་རོལ་ན། །འཆིང་བ་ཡོད་ན་འཆིང་ལ་  
 རག །དེ་ཡང་མེད་དེ་ལྷག་མ་ནི། །སོང་དང་མ་སོང་བགོམ་པས་བསྟན། །རེ་ཞིག་  
 བཅིངས་པ་མི་གྲོལ་ཏེ། །མ་བཅིངས་པ་ཡང་གྲོལ་མི་འགྱུར། །བཅིངས་པ་གྲོལ་བཞིན་  
 ཡིན་འགྱུར་ན། །བཅིངས་དང་གྲོལ་བ་དུས་གཅིག་འགྱུར། །བདག་ནི་ལེན་མེད་ལྷ་  
 ངན་འདའ། །ལྷ་ངན་འདས་བདག་གིར་འགྱུར་རོ་ཞེས། །དེ་ལྷ་གང་དག་འཇིན་དེ་  
 ཡི། །ཉེར་ལེན་འཇིན་པ་ཆེན་པོ་ཡིན། །གང་ལ་ལྷ་ངན་འདས་བསྐྱེད་མེད། །འཁོར་བ་  
 བསལ་བའང་ཡོད་མིན་པ། །དེ་ལ་འཁོར་བ་ཅི་ཞིག་ཡིན། །ལྷ་ངན་འདས་བའང་ཅི་  
 ཞིག་བརྟག།

བཅིངས་པ་དང་ཐར་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བརྟ་བྱག་  
 པའོ། །



## ༼རབ་བྱེད་བརྒྱ་བདུན་པ་ལས་བརྟག་པ༽

༄ བདག་ཉིད་ལེགས་པར་སྒྲིམ་པ་དང་། །གཞན་ལ་ཕན་འདོགས་བྱམས་  
སེམས་གང་། །དེ་ཆོས་དེ་ནི་འདི་གཞན་དུ། །འབྲས་བྱ་དག་གི་ས་བོན་ཡིན། །འང་  
སྔོང་མཆོག་གིས་ལས་རྣམས་ནི། །སེམས་པ་དང་ནི་བསམ་བར་གསུངས། །ལས་དེ་  
བདག་གི་བྱེ་བྲག་ནི། །རྣམ་པ་དུ་མར་ཡོངས་སུ་བསྐྱབས། །དེ་ལ་ལས་གང་སེམས་  
པ་ཞེས། །གསུངས་པ་དེ་ནི་ཡིད་ཀྱིར་འདོད། །བསམས་པ་ཞེས་ནི་གང་གསུངས་  
པ། །དེ་ནི་ལུས་དང་དག་གིར་ཡིན། །དག་དང་བསྐྱོད་དང་མི་སྐྱོང་བའི། །རྣམ་རིག་  
བྱེད་མིན་ཞེས་བྱ་གང་། །སྔོང་བའི་རྣམ་རིག་བྱེད་མིན་པ། །གཞན་དག་ཀྱང་ནི་དེ་  
བཞིན་འདོད། །ཁོངས་སྔོད་ལས་བྱུང་བསོད་ནམས་དང་། །བསོད་ནམས་མ་ཡིན་  
ཚུལ་དེ་བཞིན། །སེམས་པ་དང་ནི་ཆོས་དེ་བདུན། །ལས་སུ་མངོན་པར་འདོད་པ་  
ཡིན། །གལ་ཏེ་སྒྲིན་པའི་དུས་བར་དུ། །གནས་ན་ལས་དེ་རྟག་པར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་  
འགགས་ན་འགག་གྱུར་པ། །རི་ལྗར་འབྲས་བྱ་སྐྱེད་པར་འགྱུར། །ལྷ་གུ་ལ་སོགས་  
རྒྱན་གང་ནི། །ས་བོན་ལས་ནི་མངོན་པར་འབྱུང་། །དེ་ལས་འབྲས་བྱ་ས་བོན་  
ནི། །མེད་ན་དེ་ཡང་འབྱུང་མི་འགྱུར། །གང་ཕྱིར་ས་བོན་ལས་རྒྱན་དང་། །རྒྱན་ལས་  
འབྲས་བྱ་འབྱུང་འགྱུར་ཞིང་། །ས་བོན་འབྲས་བྱའི་སྔོན་འགྲོ་བ། །དེ་ཕྱིར་ཆད་མིན་  
རྟག་མ་ཡིན། །སེམས་ཀྱི་རྒྱན་ནི་གང་ཡིན་པ། །སེམས་ལས་མངོན་པར་འབྱུང་བར་  
འགྱུར། །དེ་ལས་འབྲས་བྱ་སེམས་ལྟ་ཞིག་མེད་ན་དེ་ཡང་འབྱུང་མི་འགྱུར། །གང་  
ཕྱིར་སེམས་ལས་རྒྱན་དང་ནི། །རྒྱན་ལས་འབྲས་བྱ་འབྱུང་འགྱུར་ཞིང་། །ལས་ནི་  
འབྲས་བྱའི་སྔོན་འགྲོ་བ། །དེ་ཕྱིར་ཆད་མིན་རྟག་མ་ཡིན། །དཀར་པོའི་ལས་ཀྱི་ལམ་

བཅུ་པོ། ཆོས་སྐྱབ་པ་ཡི་ཐབས་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་འདི་གཞན་དུ། འདོད་  
 སའི་ཡོན་ཏན་རྣམ་ལུ་ཤོ། གཤམ་ཏེ་བརྟག་པ་དེར་འགྱུར་ན། ཉེས་པ་ཆེན་པོ་མང་པོར་  
 འགྱུར། རྟེན་པ་ས་ན་བརྟག་པ་དེ། འདིར་ནི་འཐད་པ་མ་ཡིན་ནོ། སངས་རྒྱལ་  
 རྣམས་དང་རང་རྒྱལ་དང་། ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱི་གང་གསུངས་སའི། བརྟག་པ་གང་  
 ཞིག་འདིར་འཐད་པ། རྟེན་པ་རྩ་བ་རྫོང་པར་བྱ། རི་ལྷར་དབང་རྒྱ་དེ་བཞིན་  
 ལུང་། མི་ཐད་ལས་ནི་བྱ་ལོན་བཞིན། རྟེན་པ་ལས་ལས་རྣམ་པ་བཞི། རྟེན་པ་རང་  
 བཞིན་ལུང་མ་བརྟན། སྟོང་བས་སྤང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། བསྟོམ་པས་སྤང་བ་ཉིད་ཀྱང་  
 ཡིན། རྟེན་པ་རྩ་བ་མི་ཐ་བ་ཡིས། ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་སྐྱེད་པར་འགྱུར། གཤམ་ཏེ་སྟོང་  
 བས་སྤང་བ་དང་། ལས་འཕྲོ་བ་ཡིས་འདིག་འགྱུར་ན། རྟེན་པ་ལས་འདིག་ལ་སོགས་  
 སའི། སྟོན་རྣམས་སུ་ནི་ཐལ་བར་འགྱུར། ལས་མཚུངས་ལས་ནི་ཆ་མཚུངས་  
 དང་། ཆ་མི་མཚུངས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། རྟེན་པ་ཉིད་མཚམས་སྟོར་བའི་ཆེ། གཅིག་  
 པོ་ཁོ་ན་སྐྱེ་བར་འགྱུར། མཐོང་བའི་ཆོས་ལ་རྣམ་གཉིས་པོ། ཀྱུན་ཀྱི་ལས་དང་ལས་  
 ཀྱི་དེ། ཐ་དད་པར་ནི་སྐྱེ་འགྱུར་ཞིང་། རྣམ་པར་སྟོན་ཀྱང་གནས་པ་ཡིན། རྟེན་པ་  
 འབྲས་བྱ་འཕྲོ་བ་དང་། འཕྲོ་བར་གྱུར་ན་འགག་པར་འགྱུར། རྟེན་པ་རྣམ་དབྱེ་ཐག་  
 མེད་དང་། ཐག་དང་བཅས་པར་ཤེས་པར་བྱ། སྟོང་པ་ཉིད་དང་ཆད་མེད་  
 དང་། འཁོར་བ་དང་ནི་རྟག་པ་མིན། ལས་རྣམས་ལུང་མི་ཐ་བའི་ཆོས། སངས་  
 རྒྱལ་ཀྱིས་ནི་བརྟན་པ་ཡིན། གང་ཕྱིར་ལས་ནི་སྐྱེ་བ་མེད། འདི་ལྷར་རང་བཞིན་  
 མེད་དེའི་ཕྱིར། གང་ཕྱིར་དེ་ནི་མ་སྐྱེས་པ། རྟེན་པ་རྩ་བ་ཐམས་ཅད་ལྟར་ཤོ། གཤམ་ཏེ་  
 ལས་ལ་རང་བཞིན་ཡོད། རྟག་པར་འགྱུར་བར་ཐེ་ཆོས་མེད། ལས་ནི་བྱས་པ་མ་

ཡིན་འགྲུར། རྟག་ལ་བྱ་བ་མེད་ཕྱིར་རོ། ཅི་སྟེ་ལས་ནི་མ་བྱས་ན། ཁ་བྱས་པ་དང་  
མད་འཛིགས་འགྲུར། ཁོངས་སྡོད་གནས་པ་མ་ཡིན་པའང་། ཇེ་ལ་སྟོན་དུ་ཐལ་བར་  
འགྲུར། ཁ་སྟོན་ཐམས་ཅད་ཉིད་དང་ཡང་། འགལ་བར་འགྲུར་བར་ཐེ་ཆོམ་  
མེད། བསོད་ནམས་དང་ནི་སྒྲིག་བྱེད་པའི། རྣམ་པར་དབྱེ་བའང་འཐད་མི་  
འབྱུང་། ཇེ་ནི་རྣམ་སྟོན་སྟོན་གྲུར་པ། ཡང་དང་ཡང་དུ་རྣམ་སྟོན་འགྲུར། ཁལ་ཏེ་  
རང་བཞིན་ཡོད་ན་ནི། ཁང་ཕྱིར་ལས་གནས་དེ་ཡི་ཕྱིར། ལས་འདི་ཉོན་མོངས་  
བདག་ཉིད་ལ། ཉོན་མོངས་དེ་དག་ཡང་དག་མིན། ཁལ་ཏེ་ཉོན་མོངས་ཡང་དག་  
མིན། ལས་ནི་ཡང་དག་རི་ལྟར་ཡིན། ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་དག་ནི། ལུས་  
རྣམས་ཀྱི་ནི་རྒྱུ་དུ་བསྟན། ཁལ་ཏེ་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ། ཇེ་སྟོང་ལུས་ལ་རི་  
ལྟར་བརྗོད། ཁ་རིག་བསྐྱབས་པའི་སྡེ་པོ་གང་། སྟེན་ལྗན་དེ་མི་ཐ་བ་པོ། ཇེ་ཡང་  
བྱེད་ལས་གཞན་མིན་ཞིང་། ཇེ་ཉིད་དེ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། ཁང་གི་ཕྱིར་ན་ལས་འདི་  
ནི། རྒྱུ་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱུ་མིན་ལས་བྱུང་ཡོད་མིན་པ། ཇེ་ཕྱིར་བྱེད་  
པ་པོ་ཡང་མེད། ཁལ་ཏེ་ལས་དང་བྱེད་མེད་ན། ལས་སྐྱུས་འབྲས་བྱ་ག་ལ་ཡོད། ཅི་  
སྟེ་འབྲས་བྱ་ཡོད་མིན་ན། ཟ་བ་པོ་ལྟ་ག་ལ་ཡོད། རི་ལྟར་སྟོན་པས་སྐྱལ་བ་ནི། རྩ་  
འབྲལ་བྱན་ཆོགས་ཀྱིས་སྐྱལ་ཞིང་། སྐྱལ་བ་དེ་ཡང་སྐྱལ་བ་ན། སྐྱར་ཡང་གཞན་ནི་  
སྐྱལ་བ་ལྟར། ཇེ་བཞིན་བྱེད་པོ་དེ་ལས་གང་། བྱས་པའང་སྐྱལ་བའི་རྣམ་པ་  
བཞིན། དཔེར་ན་སྐྱལ་བས་སྐྱལ་གཞན་ཞིག་སྐྱལ་བ་མཛད་པ་དེ་བཞིན་ནོ། ཉོན་  
མོངས་ལས་དང་ལུས་རྣམས་དང་། བྱེད་པ་པོ་དང་འབྲས་བྱ་དང་། འི་ཟེའི་བྱོར་བྱེད་  
ལྟ་བུ་དང་། སྒྲིག་རྒྱ་མི་ལམ་འབྲ་བ་ཡིན། །

ལས་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཅུ་བདུན་པའོ། །

༼རབ་བྱེད་བཙུག་པ་བདག་དང་ཚོས་བརྟག་པ། ༽

༥ གལ་ཏེ་སྤང་པོ་བདག་ཡིན་ན། ༼སྤྱི་དང་འཇིག་པ་ཅན་ཏུ་འགྱུར། ༼གལ་ཏེ་  
སྤང་པོ་རྣམས་ལས་གཞན། ༼སྤང་པོའི་མཚན་ཉིད་མེད་པར་འགྱུར། ༼བདག་ཉིད་ཡོད་  
པ་མ་ཡིན་ན། ༼བདག་གི་ཡོད་པར་ག་ལ་འགྱུར། ༼བདག་དང་བདག་གི་ཞི་བའི་  
ཕྱིར། ༼དར་འཇིན་ང་ཡིར་འཇིན་མེད་འགྱུར། ༼དར་འཇིན་ང་ཡིར་འཇིན་མེད་  
གང་། ༼དེ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ༼དར་འཇིན་ང་ཡིར་འཇིན་མེད་པར། ༼གང་གིས་  
མཐོང་བས་མི་མཐོང་ངོ་། ༼ནང་དང་ཕྱི་རོལ་ཉིད་དག་ལ། ༼བདག་དང་བདག་གི་སྦྲུམ་  
བད་ན། ༼ཉེ་བར་ལེན་པ་འགག་འགྱུར་ཞིང་། ༼དེ་བད་པས་ན་སྤྱི་བ་བད། ༼ལས་དང་  
ཉོན་མོངས་བད་པས་བད། ༼ལས་དང་ཉོན་མོངས་རྣམ་རྟོག་ལས། ༼དེ་དག་སྤྱོས་ལས་  
སྤྱོས་པ་ནི། ༼སྤོང་བ་ཉིད་ཀྱིས་འགག་པར་འགྱུར། ༼བདག་གོ་ཞེས་ཀྱང་བཏགས་གྱུར་  
ཅིང་། ༼བདག་མེད་ཅེས་ཀྱང་བསྟན་པར་གྱུར། ༼སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་བདག་དང་  
ནི། ༼བདག་མེད་འགའ་མེད་ཅེས་ཀྱང་བསྟན། ༼བརྗོད་པར་བྱ་བ་ལྟོག་པ་སྟེ། ༼སེམས་  
ཀྱི་སྤྱོད་ཡུལ་ལྟོག་པས་སོ། ༼མ་སྤྱོས་པ་དང་མ་འགགས་པ། ༼ཚོས་ཉིད་ལྷ་ངན་  
འདས་དང་མཚུངས། ༼ཐམས་ཅད་ཡང་དག་ཡང་དག་མིན། ༼ཡང་དག་ཡང་དག་མ་  
ཡིན་ཉིད། ༼ཡང་དག་མིན་མིན་ཡང་དག་མིན། ༼དེ་ནི་སངས་རྒྱས་རྗེས་བསྟན་  
པའོ། ༼གཞན་ལས་ཤེས་མིན་ཞི་བ་དང་། ༼སྤྱོས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མ་སྤྱོས་པ། ༼རྣམ་རྟོག་  
མེད་དོན་ཐ་དད་མེད། ༼དེ་ནི་དེ་ཉིད་མཚན་ཉིད་དོ། ༼གང་ལ་བརྟེན་ཏེ་གང་འབྱུང་  
བ། ༼དེ་ནི་རེ་ཞིག་དེ་ཉིད་མིན། ༼དེ་ལས་གཞན་པའང་མ་ཡིན་ཕྱིར། ༼དེ་ཕྱིར་ཆད་

མིན་ཏྟག་མ་ཡིན། །སངས་རྒྱས་འཛིག་ཏེན་མགོན་རྣམས་ཀྱི། །བསྟན་པ་བདུད་ཅིར་  
གྱུར་པ་དེ། །དོན་གཅིག་མ་ཡིན་ཐ་དད་མིན། །ཆད་པ་མ་ཡིན་ཏྟག་མ་ཡིན། །རྫོགས་  
སངས་རྒྱས་རྣམས་མ་བྱུང་ཞིང་། །ཉན་ཐོས་རྣམས་ནི་ཟད་གྱུར་ཀྱང་། །རང་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ནི། །སྟོན་པ་མེད་ལས་རབ་ཏུ་སྟེ། །

བདག་དང་ཆོས་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཙུང་བའོ། །

༼རབ་བྱེད་བཅུ་དགུ་པ་དུས་བརྟག་པ༽

༺ ད་ལྟར་བྱུང་དང་མ་འོངས་པ། །གལ་ཏེ་འདས་ལ་སྟོས་གྱུར་ན། །ད་ལྟར་  
བྱུང་དང་མ་འོངས་པ། །འདས་པའི་དུས་ན་ཡོད་པར་འགྱུར། །ད་ལྟར་བྱུང་དང་མ་  
འོངས་པ། །གལ་ཏེ་དེ་ན་མེད་གྱུར་ན། །ད་ལྟར་བྱུང་དང་མ་འོངས་པ། །རི་ལྟར་དེ་ལ་  
སྟོས་པར་འགྱུར། །འདས་པ་ལ་ནི་མ་སྟོས་པར། །དེ་གཉིས་བྱུང་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །དེ་  
བྱིར་ད་ལྟར་བྱུང་བ་དང་། །མ་འོངས་དུས་ཀྱང་ཡོད་མ་ཡིན། །རིམ་པའི་ཚུལ་ནི་འདི་  
ཉིད་ཀྱིས། །ལྟག་མ་གཉིས་པོ་བསྟོར་བ་དང་། །མཆོག་དང་ཐ་མ་འབྲིང་ལ་  
སོགས། །གཅིག་ལ་སོགས་པ་འང་ཤེས་པར་བྱ། །མི་གནས་དུས་ནི་འཛིན་མི་  
བྱེད། །གང་ཞིག་གཟུང་བར་བྱ་བའི་དུས། །གནས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས། །མ་  
བཟུང་དུས་ནི་རི་ལྟར་གདགས། །གལ་ཏེ་དུས་ནི་དངོས་བརྟེན་ཏེ། །དངོས་མེད་དུས་  
ནི་གལ་ཡོད། །དངོས་པོ་འགའ་ཡང་ཡོད་མིན་ན། །དུས་ལྟ་ཡོད་པར་གལ་འགྱུར། །

དུས་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཅུ་དགུ་པའོ། །

༼རབ་བྱེད་ཉི་ལུ་པ་ཆོགས་པ་བརྟག་པ༽

༺ གལ་ཏེ་རྒྱ་དང་རྒྱན་རྣམས་ཀྱི། །ཆོགས་པ་ཉིད་ལས་སྟེ་འགྱུར་

ཞིང་། ཆོགས་ལ་འབྲས་བུ་ཡོད་ན་ནི། ཇི་ལྟར་ཆོགས་པ་ཉིད་ལས་སྟེ། གཤམ་ཏེ་རྒྱ་  
 དང་རྒྱུ་རྩམས་ཀྱི། ཆོགས་པ་ཉིད་ལས་སྟེ་འབྲུང་ཞིང་། ཆོགས་ལ་འབྲས་བུ་མེད་  
 ན་ནི། ཇི་ལྟར་ཆོགས་པ་ཉིད་ལས་སྟེ། གཤམ་ཏེ་རྒྱ་དང་རྒྱུ་རྩམས་ཀྱི། ཆོགས་ལ་  
 འབྲས་བུ་ཡོད་ན་ནི། ཆོགས་ལ་གཟུང་དུ་ཡོད་རིགས་ན། ཆོགས་པ་ཉིད་ལ་གཟུང་  
 དུ་མེད། གཤམ་ཏེ་རྒྱ་དང་རྒྱུ་རྩམས་ཀྱི། ཆོགས་ལ་འབྲས་བུ་མེད་ན་ནི། རྒྱ་རྩམས་  
 དང་ནི་རྒྱུ་དག་ཀྱང་། རྒྱ་རྒྱུ་མ་ཡིན་མཚུངས་པར་འབྲུང། གཤམ་ཏེ་རྒྱ་མ་  
 འབྲས་བུ་ལ། རྒྱ་ཕྱིན་ནས་ནི་འགག་འབྲུང་ན། གང་ཕྱིན་པ་དང་གང་འགགས་  
 པའི། རྒྱ་ཡི་བདག་ཉིད་གཉིས་སུ་འབྲུང། གཤམ་ཏེ་རྒྱ་མ་ནི་འབྲས་བུ་ལ། རྒྱ་མ་  
 ཕྱིན་པར་འགག་འབྲུང་ན། རྒྱ་འགགས་ནས་ནི་སྟེས་པ་ཡི། འབྲས་བུ་དེ་དག་རྒྱ་  
 མེད་འབྲུང། གཤམ་ཏེ་ཆོགས་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ། འབྲས་བུ་ཡང་ནི་སྟེ་འབྲུང་ན། སྟེད་  
 པར་བྱེད་དང་བསྟེད་བྱ་གང་། ཏུས་གཅིག་པར་ནི་ཐལ་བར་འབྲུང། གཤམ་ཏེ་ཆོགས་  
 པའི་སྔ་རོལ་ཏུ། འབྲས་བུ་སྟེས་པར་བྱུང་ན་ནི། རྒྱ་དང་རྒྱུ་རྩམས་མེད་པ་  
 ཡི། འབྲས་བུ་རྒྱ་མེད་འབྲུང་བར་འབྲུང། གཤམ་ཏེ་རྒྱ་འགགས་འབྲས་བུ་ན། རྒྱ་ནི་  
 གུན་ཏུ་འཕོ་བར་འབྲུང། སྔོན་སྟེས་པ་ཡི་རྒྱ་ཡང་ནི། ཡང་སྟེ་བར་ནི་ཐལ་བར་  
 འབྲུང། འགགས་པ་རྒྱུ་པར་བྱུང་པ་ཡིས། འབྲས་བུ་སྟེས་པ་རི་ལྟར་སྟེད། འབྲས་  
 བུ་དང་ནི་འབྲལ་བའི་རྒྱ། གནས་པས་ཀྱང་ནི་རི་ལྟར་སྟེད། ཅི་སྟེ་རྒྱ་འབྲས་མ་  
 འབྲལ་ན། འབྲས་བུ་གང་ཞིག་སྟེད་པར་བྱེད། རྒྱ་མ་ནི་མཐོང་དང་མ་མཐོང་  
 བར། འབྲས་བུ་སྟེད་པར་མི་བྱེད་དོ། འབྲས་བུ་འདས་པ་རྒྱ་འདས་དང་། མ་སྟེས་  
 པ་དང་སྟེས་པ་དང་། ལྟན་ཅིག་སྟེད་པར་འབྲུང་བ་ནི། རྩམ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་

མོ། །འབྲས་བུ་སྦྱེས་པ་རྒྱ་མ་སྦྱེས། །འདས་པ་དང་ནི་སྦྱེས་པ་དང་། །ལྷན་ཅིག་ཐང་  
 བར་འཁྱུར་བ་ནི། །ནམ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འབྲས་བུ་མ་སྦྱེས་རྒྱ་སྦྱེས་  
 དང་། །མ་སྦྱེས་པ་དང་འདས་པ་དང་། །ལྷན་ཅིག་ཐང་བར་འཁྱུར་བ་ནི། །ནམ་ཡང་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཐང་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། །རྒྱ་ས་ནི་འབྲས་བུ་རི་ལྟར་སྦྱེད། །ཐང་  
 བ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཡང་། །རྒྱ་ས་ནི་འབྲས་བུ་རི་ལྟར་སྦྱེད། །གལ་ཏེ་འབྲས་བུ་ས་སྟོང་  
 བའི་རྒྱ་ས། །རི་ལྟར་འབྲས་བུ་སྦྱེད་པར་བྱེད། །གལ་ཏེ་འབྲས་བུ་ས་མི་སྟོང་རྒྱ་ས། །རི་  
 ལྟར་འབྲས་བུ་སྦྱེད་པར་བྱེད། །འབྲས་བུ་མི་སྟོང་སྦྱེ་མི་འགྲུལ། །མི་སྟོང་འགག་པར་  
 མི་འགྲུར་རོ། །མི་སྟོང་དེ་ནི་མ་འགགས་དང་། །མ་སྦྱེས་པར་ཡང་འཁྱུར་བ་  
 ཡིན། །སྟོང་པ་རི་ལྟར་སྦྱེ་འགྲུར་ཞིང་། །སྟོང་པ་རི་ལྟར་འགག་པར་འགྲུལ། །སྟོང་པ་དེ་  
 ཡང་མ་འགགས་དང་། །མ་སྦྱེས་པར་ཡང་ཐལ་བར་འགྲུལ། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་གཅིག་  
 ཉིད་ཏུ། །ནམ་ཡང་འཐད་པར་མི་འགྲུར་རོ། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་གཞན་ཉིད་ཏུ། །ནམ་  
 ཡང་འཐད་པར་མི་འགྲུར་རོ། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་གཅིག་ཉིད་ན། །བསྦྱེད་བུ་སྦྱེད་བྱེད་  
 གཅིག་ཏུ་འགྲུལ། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་གཞན་ཉིད་ན། །རྒྱ་དང་རྒྱ་མིན་མཚུངས་པར་  
 འགྲུལ། །འབྲས་བུ་རོ་བོ་ཉིད་ཡོད་ན། །རྒྱ་ས་ནི་ཅི་ཞིག་སྦྱེད་པར་བྱེད། །འབྲས་བུ་རོ་  
 བོ་ཉིད་མེད་ན། །རྒྱ་ས་ནི་ཅི་ཞིག་སྦྱེད་པར་བྱེད། །སྦྱེད་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ན། །རྒྱ་  
 ཉིད་འཐད་པར་མི་འགྲུར་རོ། །རྒྱ་ཉིད་འཐད་པ་ཡོད་མིན་ན། །འབྲས་བུ་གང་གི་ཡིན་  
 པར་འགྲུལ། །རྒྱ་ནམས་དང་ནི་རྩོད་དག་གི། །ཚོགས་པ་གང་ཡིན་དེ་ཡིས་ནི། །བདག་  
 གིས་བདག་ཉིད་མི་སྦྱེད་ན། །འབྲས་བུ་རི་ལྟར་སྦྱེད་པར་བྱེད། །དེ་ཕྱིར་ཚོགས་པས་  
 བྱས་པ་མེད། །ཚོགས་མིན་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་མེད། །འབྲས་བུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་

ན། རྒྱུན་གྱི་ཆོག་ས་པ་ག་ལ་ཡོད། །

ཆོག་ས་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ཉི་ཤུ་པ་ལོ། །

༼རབ་བྱེད་ཉི་ཤུ་གཅིག་པ་འབྱུང་བ་དང་འཇིག་པ་བརྟག་པ།༽

༺ འཇིག་པ་འབྱུང་བ་མེད་པར་རམ། རྒྱན་ཅིག་ཡོད་པ་ཉིད་མ་ཡིན། འབྱུང་བ་འཇིག་པ་མེད་པར་རམ། རྒྱན་ཅིག་ཡོད་པ་ཉིད་མ་ཡིན། འཇིག་པ་འབྱུང་བ་མེད་པར་ནི། འི་ལྟ་བུར་ན་ཡོད་པར་འབྱུང། སྟེ་བ་མེད་པར་འཆི་བར་འབྱུང། འཇིག་པ་འབྱུང་བ་མེད་པར་མེད། འཇིག་པ་འབྱུང་དང་རྒྱན་ཅིག་ཏུ། འི་ལྟར་ཡོད་པ་ཉིད་ཏུ་འབྱུང། འཆི་བ་སྟེ་དང་ཏུས་གཅིག་ཏུ། ཡོད་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། འབྱུང་བ་འཇིག་པ་མེད་པར་ནི། འི་ལྟ་བུར་ན་ཡོད་པར་འབྱུང། འདོད་པ་ལོ་རྒྱུ་ལ་མི་རྟག་ཉིད། རྣམ་ཡང་མེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། འབྱུང་བ་འཇིག་དང་རྒྱན་ཅིག་ཏུ། འི་ལྟར་ཡོད་པ་ཉིད་ཏུ་འབྱུང། སྟེ་བ་འཆི་དང་ཏུས་གཅིག་ཏུ། ཡོད་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། གང་དག་པན་ཚུན་རྒྱན་ཅིག་གམ། པན་ཚུན་རྒྱན་ཅིག་མ་ཡིན་པར། གྲུབ་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ། འདི་དག་གྲུབ་པ་འི་ལྟར་ཡོད། ཟད་ལ་འབྱུང་བ་ཡོད་མ་ཡིན། མ་ཟད་པ་ལའང་འབྱུང་བ་མེད། ཟད་ལ་འཇིག་པ་ཡོད་མ་ཡིན། མ་ཟད་པ་ལའང་འཇིག་པ་མེད། འདོད་པ་ལོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར། འབྱུང་དང་འཇིག་པ་ཡོད་མ་ཡིན། འབྱུང་དང་འཇིག་པ་མེད་པར་ནི། འདོད་པ་ལོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། སྟོང་ལ་འབྱུང་དང་འཇིག་པ་དག འཐད་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། མི་སྟོང་པ་ལའང་འབྱུང་འཇིག་དག འཐད་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། འབྱུང་བ་དང་ནི་འཇིག་པ་དག གཅིག་པ་ཉིད་ཏུ་མི་འཐད་དོ། འབྱུང་བ་དང་ནི་འཇིག་པ་དག གཞན་ཉིད་ཏུ་ཡང་མི་འཐད་དོ། འབྱུང་བ་དང་



ནི་འཛིག་པ་དག །མཐོང་ངོ་སྤྲུལ་དུ་ཁྱོད་སེམས་ན། །འབྲུང་བ་དང་ནི་འཛིག་པ་  
 དག །གཉི་ཟུག་ཉིད་ཀྱིས་མཐོང་བ་ཡིན། །དངོས་པོ་དངོས་ལས་མི་སྐྱེ་སྟེ། །དངོས་  
 པོ་དངོས་མེད་ལས་མི་སྐྱེ། །དངོས་མེད་དངོས་མེད་མི་སྐྱེ་སྟེ། །དངོས་མེད་དངོས་  
 ལས་མི་སྐྱེ་ལོ། །དངོས་པོ་བདག་ལས་མི་སྐྱེ་སྟེ། །གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་ཉིད་མ་  
 ཡིན། །བདག་དང་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་ནི། །ཡོད་མེད་རི་ལྷ་རྩེ་བར་འགྲུལ། །དངོས་  
 པོ་ཡོད་པར་ཁས་སྦྱངས་ན། །རྟག་དང་ཆད་པར་ལྟ་བར་ནི། །ཐལ་བར་འགྲུལ་ཏེ་  
 དངོས་དེ་ནི། །རྟག་དང་མི་རྟག་འགྲུལ་ཕྱིར་རོ། །དངོས་པོ་ཡོད་པར་ཁས་སྦྱངས་  
 གྲང་། །ཆད་པར་མི་འགྲུལ་རྟག་མི་འགྲུལ། །འབྲས་བུ་རྒྱ་ཡི་འབྲུང་འཛིག་གི། །རྒྱན་དེ་  
 སྤྲིད་པ་ཡིན་ཕྱིར་རོ། །འབྲས་བུ་རྒྱ་ཡི་འབྲུང་འཛིག་གི། །རྒྱན་དེ་སྤྲིད་པ་ཡིན་འགྲུལ་  
 བ། །འཛིག་ལ་ཡང་སྐྱེ་མེད་པའི་ཕྱིར། །རྒྱ་ནི་ཆད་པར་ཐལ་བར་འགྲུལ། །དངོས་པོ་  
 ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་ན། །དངོས་མེད་འགྲུལ་བར་མི་རིགས་སོ། །ཟུང་ན་འདས་པའི་དུས་ན་  
 ཆད། །སྤྲིད་རྒྱན་རབ་རྩ་ཞི་ཕྱིར་རོ། །ཐ་མ་འགགས་པར་གྲུར་པ་ན། །སྤྲིད་པ་དང་པོ་  
 རིགས་མི་འགྲུལ། །ཐ་མ་འགགས་པར་མ་གྲུར་ཆོ། །སྤྲིད་པ་དང་པོ་རིགས་མི་  
 འགྲུལ། །གལ་ཏེ་ཐ་མ་འགག་བཞིན་ན། །དང་པོ་སྐྱེ་བར་འགྲུལ་ན་ནི། །འགག་བཞིན་  
 པ་ནི་གཅིག་འགྲུལ་ཞིང་། །སྐྱེ་བཞིན་པ་ཡང་གཞན་དུ་འགྲུལ། །གལ་ཏེ་འགག་བཞིན་  
 སྐྱེ་བཞིན་དག །ལྷན་ཅིག་རྩ་ཡང་རིགས་མིན་ན། །ཕྱང་པོ་གང་ལ་འཆི་འགྲུར་བ། །དེ་  
 ལ་སྐྱེ་བ་འབྲུང་འགྲུར་རམ། །དེ་ལྷན་དུས་གསུམ་དག་རྩ་ཡང་། །སྤྲིད་པའི་རྒྱན་ནི་མི་  
 རིགས་ན། །དུས་གསུམ་དག་རྩ་གང་མེད་པ། །དེ་ནི་རི་ལྷ་རྩེ་སྤྲིད་པའི་རྒྱན། །

འབྲུང་བ་དང་འཛིག་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་རྩ་བྱེད་པ་ནི་ཤུ་གཅིག་

བཞོ། །

༼རབ་བྱེད་ཉི་ཤུ་གཉིས་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བརྟག་པ། ༽

༥ སྤང་མེན་སྤང་པོ་ལས་གཞན་མིན། ༼དེ་ལ་སྤང་མེད་དེ་དེར་མེད། ༼དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་སྤང་ལྡན་མིན། ༼དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་གང་ཞིག་ཡིན། ༼གལ་ཏེ་  
སངས་རྒྱས་སྤང་པོ་ལ། ༼བརྟེན་ནས་རང་བཞིན་ལས་ཡོད་མིན། ༼རང་བཞིན་ལས་ནི་  
གང་མེད་པ། ༼དེ་གཞན་དངོས་ལས་གལ་ཡོད། ༼གང་ཞིག་གཞན་གྱི་དངོས་བརྟེན་  
ནས། ༼དེ་བདག་ཉིད་དུ་མི་འཐད་དོ། ༼གང་ཞིག་བདག་ཉིད་མེད་པ་དེ། ༼རི་ལྟར་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པར་འགྱུར། ༼གལ་ཏེ་རང་བཞིན་ཡོད་མིན་ན། ༼གཞན་དངོས་ཡོད་  
པར་རི་ལྟར་འགྱུར། ༼རང་བཞིན་དང་ནི་གཞན་དངོས་དག ༼མ་གཏོགས་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་དེ་གང་། ༼གལ་ཏེ་སྤང་པོ་མ་བརྟེན་པར། ༼དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འགའ་  
ཡོད་ན། ༼དེ་ནི་ད་གཤོད་རྟེན་འགྱུར་ཞིང་། ༼བརྟེན་ནས་དེ་ནས་འགྱུར་ལ་རག ༼སྤང་  
པོ་རྣམས་ལ་མ་བརྟེན་པར། ༼དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འགའ་ཡང་མེད། ༼གང་ཞིག་མ་  
བརྟེན་ཡོད་མིན་ན། ༼དེས་ནི་རི་ལྟར་ཉེར་ལེན་འགྱུར། ༼ཉེ་བར་སྤངས་པ་མ་ཡིན་  
པ། ༼ཉེ་བར་ལེན་པར་ཅིས་མི་འགྱུར། ༼ཉེ་བར་ལེན་པ་མེད་པ་ཡི། ༼དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་ཅི་ཡང་མེད། ༼རྣམ་པ་ལྡན་ནི་བཙུལ་བྱས་ན། ༼གང་ཞིག་དེ་ཉིད་གཞན་  
ཉིད་དུ། ༼མེད་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དེ། ༼ཉེ་བར་ལེན་པས་རི་ལྟར་  
གདགས། ༼གང་ཞིག་ཉེ་བར་སྤང་བ་དེ། ༼དེ་ནི་རང་བཞིན་ལས་ཡོད་མིན། ༼བདག་གི་  
དངོས་ལས་གང་མེད་པ། ༼དེ་གཞན་དངོས་ལས་ཡོད་རེ་རྟེན། ༼དེ་ལྟར་ཉེར་སྤང་ཉེར་  
ལེན་པོ། ༼རྣམ་པ་ཀུན་གྱིས་སྤོང་བ་ཡིན། ༼སྤོང་པས་དེ་བཞིན་གཤེགས་སྤོང་པ། ༼རི་

ལྷ་བྱར་ན་འདོགས་པར་འགྱུར། རྟོང་ངོ་ཞེས་ཀྱང་མི་བརྟོན་དེ། མི་སྟོང་ཞེས་ཀྱང་  
མི་བྱ་ཞིང་། གཉིས་དང་གཉིས་མིན་མི་བྱ་སྟེ། གཤགས་པའི་དོན་དུ་བརྟོན་པར་  
བྱ། རྟག་དང་མི་རྟག་ལ་སོགས་བཞི། ཞི་བ་འདི་ལ་ག་ལ་ཡོད། མཐའ་དང་མཐའ་  
མེད་ལ་སོགས་བཞི། ཞི་བ་འདི་ལ་ག་ལ་ཡོད། གང་གིས་དེ་བཞིན་གཤེགས་ཡོད་  
ཅེས། འཇིན་པ་སྤྱག་པོ་བཟུང་གྱུར་པ། དེ་ནི་ཕྱང་ན་འདས་པ་ལ། མེད་ཅེས་རྣམ་  
རྟོག་རྟོག་པར་བྱེད། རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྟོང་དེ་ལ། སངས་རྒྱས་ཕྱང་ན་འདས་ནས་  
ནི། ཡོད་དོ་ཞེས་མེད་དོ་ཞེས། བསམ་པ་འཐད་པ་ཉིད་མི་འགྱུར། གང་དག་  
སངས་རྒྱས་སྟོས་འདས་ཤིང་། ཟད་པ་མེད་ལ་སྟོས་བྱེད་པ། སྟོས་པས་ཉམས་པ་  
དེ་ཀུན་གྱིས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་མཐོང་མི་འགྱུར། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རང་  
བཞིན་གང་། དེ་ནི་འགྲོ་འདིའི་རང་བཞིན་ཡིན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རང་བཞིན་  
མེད། འགྲོ་བ་འདི་ཡི་རང་བཞིན་མེད། །

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ནི་ཤུག་གཉིས་  
པའོ། །

༼རབ་བྱེད་ནི་ཤུག་གསུམ་པ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་བརྟག་པ།༽

༺ འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཉི་སྤྲུག་རྣམས། ཀུན་ཏུ་རྟོག་ལས་འབྱུང་བར་  
གསུངས། སྤྲུག་དང་མི་སྤྲུག་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ བརྟོན་པ་ཉིད་ལས་ཀུན་ཏུ་འབྱུང་། གང་  
དག་སྤྲུག་དང་མི་སྤྲུག་དང་། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལས་བརྟོན་འབྱུང་བ། དེ་དག་རང་བཞིན་  
ལས་མེད་དེ། དེ་ཕྱིར་ཉོན་མོངས་ཡང་དག་མེད། བདག་གི་ཡོད་ཉིད་མེད་ཉིད་  
ནི། རི་ལྷ་བྱར་ཡང་གྲུབ་པ་མེད། དེ་མེད་ཉོན་མོངས་རྣམས་ཀྱི་ནི། ཡོད་ཉིད་མེད་

ཉིད་རི་ལྟར་འགྲུབ། ཉོན་མོངས་དེ་དག་གང་གི་ཡིན། །དེ་ཡང་གྲུབ་པ་ཡོད་མ་  
 ཡིན། །འགའ་མེད་པར་ནི་གང་གི་ཡང་། ཉོན་མོངས་པ་དག་ཡོད་མ་ཡིན། །རང་  
 ལུས་ལྟ་བཞིན་ཉོན་མོངས་རྣམས། ཉོན་མོངས་ཅན་ལ་རྣམ་ལྟར་མེད། །རང་ལུས་ལྟ་  
 བཞིན་ཉོན་མོངས་ཅན། ཉོན་མོངས་པ་ལ་རྣམ་ལྟར་མེད། །སྤྱག་དང་མི་སྤྱག་སྤྱིན་ཅི་  
 ལོག། །རང་བཞིན་ལས་ནི་ཡོད་མིན་ན། །སྤྱག་དང་མི་སྤྱག་སྤྱིན་ཅི་ལོག། །བརྟེན་ནས་  
 ཉོན་མོངས་གང་དག་ཡིན། །གཟུགས་སྒྲོ་རོ་དང་རེག་པ་དང་། །བྱི་དང་ཆོས་དག་རྣམ་  
 སྤྱག་ནི། །གཞི་སྟེ་འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་དང་། །གཏི་སྤྱག་གི་ནི་ཡིན་པར་  
 བརྟགས། །གཟུགས་སྒྲོ་རོ་དང་རེག་པ་དང་། །བྱི་དང་ཆོས་དག་འབའ་ཞིག་སྟེ། །བྱི་  
 ཟེའི་གྲོང་བྱིར་ལྟ་བུ་དང་། །སྤྱིག་རྒྱ་མི་ལས་འབྲུ་བ་ཡིན། །སྤྱུ་མའི་སྤྱེས་བུ་ལྟ་བུ་  
 དང་། །གཟུགས་བརྟན་འབྲུ་བ་དེ་དག་ལ། །སྤྱིག་པ་དང་ནི་མི་སྤྱིག་པ། །འབྲུང་བར་  
 ཡང་ནི་ག་ལ་འབྲུར། །གང་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱིག་པ་ཞེས། །གདགས་པར་བྱ་བ་མི་སྤྱིག་  
 པ། །སྤྱིག་ལ་མི་ལྟོས་ཡོད་མིན་པས། །དེ་བྱིར་སྤྱིག་པ་འཐད་མ་ཡིན། །གང་ལ་བརྟེན་  
 ནས་མི་སྤྱིག་པར། །གདགས་པར་བྱ་བ་སྤྱིག་པ་ནི། །མི་སྤྱིག་མི་ལྟོས་ཡོད་མིན་  
 པས། །དེ་བྱིར་མི་སྤྱིག་འཐད་མ་ཡིན། །སྤྱིག་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། །འདོད་ཆགས་  
 ཡོད་པར་ག་ལ་འབྲུར། །མི་སྤྱིག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། །ཞེ་སྤང་ཡོད་པར་ག་ལ་  
 འབྲུར། །གལ་ཏེ་མི་རྟག་རྟག་པ་ཞེས། །དེ་ལྟར་འཛིན་པ་ལོག་ཡིན་ན། །སྟོང་ལ་མི་  
 རྟག་ཡོད་མིན་པས། །འཛིན་པ་རི་ལྟར་ལོག་པ་ཡིན། །གལ་ཏེ་མི་རྟག་རྟག་གོ་  
 ཞེས། །དེ་ལྟར་འཛིན་པ་ལོག་ཡིན་ན། །སྟོང་ལ་མི་རྟག་པའོ་ཞེས། །འཛིན་པ་འང་རི་  
 ལྟར་ལོག་མ་ཡིན། །གང་གིས་འཛིན་དང་འཛིན་གང་དང་། །འཛིན་པ་པོ་དང་གང་

གཟུང་བ། ཐམས་ཅད་ཉི་ཤེས་ཞི་བ་སྟེ། རྟེན་མེད་འཛིན་པ་ཡོད་མ་ཡིན། འོག་པའམ་  
 ཡང་དག་ཉིད་དུ་ནི། འཛིན་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། གང་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཡོད་  
 ཅིང་། གང་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་ཡོད། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་གྱུར་པ་ལ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་དག་  
 མི་སྤྲོད། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་མ་གྱུར་ལ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་དག་མི་སྤྲོད། ཕྱིན་ཅི་ལོག་  
 ཏུ་གྱུར་བཞིན་ལ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་དག་མི་སྤྲོད། གང་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་སྤྲོད་  
 བ། བདག་ཉིད་གྱིས་ནི་རྣམ་པར་དཔྱོད། ཕྱིན་ཅི་ལོག་རྣམས་མ་སྦྱེས་ན། རི་ལྗ་  
 བྱར་ན་ཡོད་པར་འགྱུར། ཕྱིན་ཅི་ལོག་རྣམས་སྦྱེ་མེད་ན། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཅན་ག་ལ་  
 ཡོད། རང་ལ་ལོ་བདག་ལས་མི་སྦྱེ་སྟེ། གཞན་ལས་སྦྱེ་བ་ཉིད་མ་ཡིན། བདག་དང་  
 གཞན་ལས་ཀྱང་མིན་ན། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཅན་ག་ལ་ཡོད། གཤམ་ཏེ་བདག་དང་གཅོང་  
 བ་དང་། རྟག་དང་བདེ་བ་ཡོད་ན་ནི། བདག་དང་གཅོང་དང་རྟག་པ་དང་། བདེ་བ་  
 ཕྱིན་ཅི་ལོག་མ་ཡིན། གཤམ་ཏེ་བདག་དང་གཅོང་བ་དང་། རྟག་དང་བདེ་བ་མེད་ན་  
 ནི། བདག་མེད་མི་གཅོང་མི་རྟག་དང་། སྤྱུག་བསྐྱེད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། རྟེན་མེད་  
 ཕྱིན་ཅི་ལོག་འགགས་པས། མ་རིག་པ་ནི་འགག་པར་འགྱུར། མ་རིག་འགགས་  
 པར་གྱུར་ན་ནི། འདུ་བྱེད་ལ་སོགས་འགག་པར་འགྱུར། གཤམ་ཏེ་ལ་ལའི་ཉོན་  
 མོངས་པ། གང་དག་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན། རི་ལྗ་བྱར་ན་སྤོང་བར་འགྱུར། ཡོད་  
 པ་སྤྲོད་པ་སྤོང་བར་བྱེད། གཤམ་ཏེ་ལ་ལའི་ཉོན་མོངས་པ། གང་དག་རང་བཞིན་  
 གྱིས་མེད་ན། རི་ལྗ་བྱར་ན་སྤོང་བར་འགྱུར། མེད་པ་སྤྲོད་པ་སྤོང་བར་བྱེད། །

ཕྱིན་ཅི་ལོག་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ཉི་ཤེས་སྤྲོད་པ་ལོ། །

༼རབ་བྱེད་ཉི་ཤུ་བཞི་བ་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བརྟག་པ། ༽

༼གལ་ཏེ་འདི་དག་ཀུན་སྟོང་ན། ༽འབྱུང་བ་མེད་ཅིང་འཇིག་པ་མེད། ༽འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་པོ་རྣམས། ༽སྟོང་ལ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར། ༽འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་མེད་པས། ༽ཡོངས་སུ་ཤེས་དང་སྟོང་བ་དང་། ༽སྟོམ་དང་མཛོན་དུ་བྱ་བ་དག ༽འཐད་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་མོ། ༽དེ་དག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས། ༽འབྲས་བུ་བཞི་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། ༽འབྲས་བུ་མེད་ན་འབྲས་གནས་མེད། ༽ཞུགས་པ་དག་གྲང་ཡོད་མ་ཡིན། ༽གལ་ཏེ་སྐྱེས་བུ་གང་ཟག་བརྒྱད། ༽དེ་དག་མེད་ན་དགོ་འདུན་མེད། ༽འཕགས་པའི་བདེན་རྣམས་མེད་པའི་བྱིར། ༽དམ་པའི་ཆོས་ཀྱང་ཡོད་མ་ཡིན། ༽ཆོས་དང་དགོ་འདུན་ཡོད་མིན་ན། ༽སངས་རྒྱས་ཇི་ལྟར་ཡོད་པར་འགྱུར། ༽དེ་སྐད་སྟོང་བ་ཉིད་སྟུན། ༽དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་གནོད་པ་ནི། ༽བྱེད་ཅིང་འབྲས་བུ་ཡོད་པ་དང་། ༽ཆོས་མ་ཡིན་པ་ཆོས་ཉིད་དང་། ༽འཇིག་རྟེན་བ་ཡི་ཐ་སྙད་ནི། ༽ཀུན་ལ་འདར་གནོད་པ་བྱེད་པ་ཡིན། ༽དེ་ལ་བཤད་པ་སྟོང་གིས་ནི། ༽སྟོང་ཉིད་དགོས་དང་སྟོང་ཉིད་དང་། ༽སྟོང་ཉིད་དོན་ནི་མ་རྟོགས་པས། ༽དེ་བྱིར་དེ་ལྟར་གནོད་པ་ཡིན། ༽སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་བསྟན་པ། ༽བདེན་པ་གཉིས་ལ་ཡང་དག་བརྟེན། ༽འཇིག་རྟེན་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་དང་། ༽དམ་པའི་དོན་གྱི་བདེན་པ་ལོ། ༽གང་དག་བདེན་པ་དེ་གཉིས་ཀྱི། ༽རྣམ་དབྱེ་རྣམ་པར་མི་ཤེས་པ། ༽དེ་དག་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ནི། ༽ཟབ་མོའི་དེ་ཉིད་རྣམ་མི་ཤེས། ༽ཐ་སྙད་ལ་ནི་མ་བརྟེན་པར། ༽དམ་པའི་དོན་ནི་བསྟན་མི་བྱས། ༽དམ་པའི་དོན་ནི་མ་རྟོགས་པར། ༽མྱ་ངན་འདས་པ་ཐོབ་མི་འགྱུར། ༽སྟོང་བ་ཉིད་ལ་བལྟ་ཉེས་ན། ༽ཤེས་རབ་རྩུང་རྣམས་སྤང་བར་འགྱུར། ༽ཇི་

ཉུང་སྤྲུལ་ལ་གཟུང་ཉེས་དང། རིག་སྤྲུལ་ཉེས་པར་བསྐྱབས་པ་བཞིན། རྟེན་མེད་  
 ཞུགས་ཆོས་འདི་ཡི། གཉིང་རྟོགས་དཀའ་བར་མཁུན་གྱུར་ནས། སྤྲུལ་པའི་  
 སྤྲུལ་མི་ཆོས་བསྟན་ལས། རབ་ཏུ་ལོག་པར་གྱུར་པ་ཡིན། སྦྱོར་ཏུ་ཐལ་བར་  
 འགྱུར་བ་ནི། སྦྱོང་ལ་འཐད་པ་མ་ཡིན་པས། སྦྱོང་ནི་སྦྱང་ཉིད་སྦྱོང་བྱེད་པ། གང་དེ་  
 ང་ལ་མི་འཐད་དོ། གང་ལ་སྦྱོང་བ་ཉིད་རུང་བ། རྟེན་ལ་ཐམས་ཅད་རུང་བར་  
 འགྱུར། གང་ལ་སྦྱོང་ཉིད་མི་རུང་བ། རྟེན་ལ་ཐམས་ཅད་རུང་མི་འགྱུར། སྦྱོང་ནི་རང་  
 གི་སྦྱོར་རྣམས་ནི། རང་ལ་ཡོངས་སུ་སྦྱར་བྱེད་པ། རྟེན་ལ་མཛོན་པར་ཞོན་བཞིན་  
 ཏུ། རྟེན་ཉིད་བཟུང་པར་གྱུར་པ་བཞིན། གཤམ་ཏེ་དངོས་རྣམས་རང་བཞིན་ལས། ཡོད་  
 པར་རྗེས་སུ་ལྟ་བྱེད་ན། རྟེན་ལ་ཡིན་ན་དངོས་པོ་རྣམས། རྒྱ་རྒྱུན་མེད་པར་སྦྱོང་  
 ལྟོ། འབྲས་བྱ་དང་ནི་རྒྱ་ཉིད་དང། བྱེད་པ་པོ་དང་བྱེད་དང་བྲ། སྦྱེ་བ་དང་ནི་  
 འགག་པ་དང། འབྲས་བྱ་ལ་ཡང་གཞོད་པ་བྱེད། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་  
 གང་། རྟེན་སྦྱོང་བ་ཉིད་ཏུ་བཤད། རྟེན་བཞེན་ནས་གདགས་པ་སྟེ། རྟེན་ཉིད་དབྱ་  
 མའི་ལམ་ཡིན་ནོ། གང་ཕྱིར་རྟེན་འབྱུང་མ་ཡིན་པའི། ཆོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 པ། རྟེན་ཕྱིར་སྦྱོང་བ་མ་ཡིན་པའི། ཆོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། གཤམ་ཏེ་འདི་ཀུན་  
 མི་སྦྱོང་ན། འབྱུང་བ་མེད་ཅིང་འཇིག་པ་མེད། འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་པོ་  
 རྣམས། སྦྱོང་ལ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་མ་ཡིན་ན། སྤྲུལ་  
 བསྐྱལ་ཡོད་པར་གཤམ་ཏུ་འགྱུར། མི་རྟག་སྤྲུལ་བསྐྱལ་གསུངས་པ་དེ། རང་བཞིན་ཉིད་  
 ལ་ཡོད་མ་ཡིན། རང་བཞིན་ལས་ནི་ཡོད་ཡིན་ན། ཅི་ཞིག་ཀུན་ཏུ་འབྱུང་བར་  
 འགྱུར། རྟེན་ཕྱིར་སྦྱོང་ཉིད་གཞོད་བྱེད་ལ། ཀུན་འབྱུང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། སྤྲུལ་

བསྐྱེལ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན། །འགོག་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རང་བཞིན་གྱིས་ནི་  
 ཡོངས་གནས་ཕྱིར། །འགོག་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ཡིན། །ལམ་ལ་རང་བཞིན་ཡོད་ན་  
 བློ་སྒྲིལ་པ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཅི་སྟེ་ལམ་དེ་བསྒྲོམ་བྱ་ན། །ཁྱོད་ཀྱི་རང་  
 བཞིན་ཡོད་མ་ཡིན། །གང་ཆེ་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཀྱན་འབྱུང་དང་། །འགོག་པ་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་ན། །ལམ་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་འགོག་པ་ནི། །གང་ཞིག་ཐོབ་པར་འགྱུར་བར་  
 འདོད། །གལ་ཏེ་རང་བཞིན་ཉིད་གྱིས་ནི། །ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་མ་ཡིན་ན། །དེ་ནི་རི་  
 ལྷར་ཡོངས་ཤེས་འགྱུར། །རང་བཞིན་གནས་པ་མ་ཡིན་ནམ། །དེ་བཞིན་དུ་ནི་ཁྱོད་  
 ཉིད་ཀྱི། །སྤང་དང་མངོན་དུ་བྱ་བ་དང་། །བསྒྲོམ་དང་འབྲས་བྱ་བཞི་དག་ཀྱང་། །ཡོངས་  
 ཤེས་བཞིན་དུ་མི་རུང་རོ། །རང་བཞིན་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་ཡིས། །འབྲས་བྱ་རང་  
 བཞིན་ཉིད་གྱིས་ནི། །ཐོབ་པ་མིན་པ་གང་ཡིན་དེ། །རི་ལྷར་འཐོབ་པར་རྟུས་པར་  
 འགྱུར། །འབྲས་བྱ་མེད་ན་འབྲས་གནས་མེད། །ཞུགས་པ་དག་ཀྱང་ཡོད་མ་  
 ཡིན། །གལ་ཏེ་སྦྱིས་བྱ་གང་ཟག་བརྒྱན། །དེ་དག་མེད་ན་དགེ་འདུན་མེད། །འཕགས་  
 པའི་བདེན་ནམས་མེད་པའི་ཕྱིར། །དམ་པའི་ཆོས་ཀྱང་ཡོད་མ་ཡིན། །ཆོས་དང་དགེ་  
 འདུན་ཡོད་མིན་ན། །སངས་རྒྱས་རི་ལྷར་ཡོད་པར་འགྱུར། །ཁྱོད་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་  
 བྱང་ཆུབ་ལ། །མ་བརྟེན་པར་ཡང་ཐལ་བར་འགྱུར། །ཁྱོད་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་སངས་རྒྱས་  
 ལ། །མ་བརྟེན་པར་ཡང་ཐལ་བར་འགྱུར། །ཁྱོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཉིད་གྱིས་ནི། །སངས་  
 རྒྱས་མིན་པ་གང་ཡིན་དེས། །བྱང་ཆུབ་སྦྱོད་ལ་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར། །བརྩམ་ཀྱང་བྱང་  
 ཆུབ་ཐོབ་མི་འགྱུར། །འགའ་ཡང་ཆོས་དང་ཆོས་མིན་པ། །ནམ་ཡང་བྱེད་པར་མི་  
 འགྱུར་ཏེ། །མི་སྟོང་བ་ལ་ཅི་ཞིག་བྱ། །རང་བཞིན་ལ་ནི་བྱ་བ་མེད། །ཆོས་དང་ཆོས་



མིན་མེད་པར་ཡང་། །འབྲས་བུ་ཁྱོད་ལ་ཡོད་པར་འགྱུར། །ཚེས་དང་ཚེས་མིན་རྒྱས་  
བྱང་བའི། །འབྲས་བུ་ཁྱོད་ལ་ཡོད་མ་ཡིན། །ཚེས་དང་ཚེས་མིན་རྒྱས་བྱང་  
བའི། །འབྲས་བུ་གལ་ཏེ་ཁྱོད་ལ་ཡོད། །ཚེས་དང་ཚེས་མིན་ལས་བྱང་བའི། །འབྲས་  
བུ་ཅི་ཕྱིར་སྟོང་མ་ཡིན། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཡི། །སྟོང་པ་ཉིད་ལ་གཞོད་  
བྱེད་གང་། །འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་ཐ་སྙད་ནི། །ཀུན་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ཡིན། །སྟོང་པ་ཉིད་  
ལ་གཞོད་བྱེད་ན། །བྱ་བ་ཅི་ཡང་མེད་འགྱུར་ཞིང་། །ཚེས་པ་མེད་པ་བྱ་བར་  
འགྱུར། །མི་བྱེད་པ་ཡང་བྱེད་པོར་འགྱུར། །རང་བཞིན་ཡོད་ན་འགྲོ་བ་རྣམས། །མ་  
སྐྱེས་པ་དང་མ་འགགས་དང་། །ཐེར་ཟུག་ཏུ་ནི་གནས་འགྱུར་ཞིང་། །གནས་སྐབས་  
སྒྲ་ཚོགས་བྲལ་བར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་སྟོང་པ་ཡོད་མིན་ན། །མ་ཐོབ་ཐོབ་པར་བྱ་བ་  
དང་། །སྒྲུག་བསྐྱལ་མཐར་བྱེད་ལས་དང་ནི། །ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་སྟོང་བའང་  
མེད། །གང་གིས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་། །མཐོང་བ་དེ་ནི་སྒྲུག་བསྐྱལ་དང་། །ཀུན་  
འབྱུང་དང་ནི་འགོག་པ་དང་། །ལམ་ཉིད་དེ་དག་མཐོང་བ་ཡིན། །

འཕགས་པ་འདི་ན་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ཉི་ཤུ་བཞི་  
པའོ། །

༼རབ་བྱེད་ཉི་ཤུ་ལྔ་པ་སྟེ་འདས་པ་བརྟག་པ།༽

༺ གལ་ཏེ་འདི་དག་ཀུན་སྟོང་ན། །འབྱུང་བ་མེད་ཅིང་འཇིག་པ་མེད། །གང་  
ཞིག་སྟོང་དང་འགགས་པ་ལས། །སྟེ་འདས་པར་འགྱུར་བར་འདོད། །གལ་ཏེ་འདི་  
ཀུན་མི་སྟོང་ན། །འབྱུང་བ་མེད་ཅིང་འཇིག་པ་མེད། །གང་ཞིག་སྟོང་དང་འགགས་པ་  
ལས། །སྟེ་འདས་པར་འགྱུར་བར་འདོད། །སྤངས་པ་མེད་པ་ཐོབ་མེད་པ། །ཆད་པ་

མེད་པ་རྟག་མེད་པ། །འགག་པ་མེད་པ་སྐྱེ་མེད་པ། །དེ་ནི་མྱ་ངན་འདས་པར་  
 བརྗོད། །རེ་ཞིག་མྱ་ངན་འདས་དངོས་མིན། །ཀླ་ཤིའི་མཚན་ཉིད་ཐལ་བར་འགྱུར། །ཀླ་  
 དང་འཆི་བ་མེད་པ་ཡི། །དངོས་པོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་མྱ་ངན་འདས་དངོས་  
 བ། །མྱ་ངན་འདས་པ་འདུས་བྱས་འགྱུར། །དངོས་པོ་འདུས་བྱས་མ་ཡིན་པ། །འགའ་  
 ཡང་གང་ན་ཡོད་མ་ཡིན། །གལ་ཏེ་མྱ་ངན་འདས་དངོས་ན། །རྗེ་ལྟར་མྱང་འདས་དེ་  
 བརྟེན་མིན། །དངོས་པོ་བརྟེན་ནས་མ་ཡིན་པ། །འགའ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་  
 ཏེ་མྱ་ངན་འདས་དངོས་མིན། །དངོས་མེད་རྗེ་ལྟར་བྱང་བར་འགྱུར། །གང་ལ་མྱ་ངན་  
 འདས་དངོས་མིན། །དེ་ལ་དངོས་མེད་ཡོད་མ་ཡིན། །གལ་ཏེ་མྱ་ངན་འདས་དངོས་  
 མིན། །རྗེ་ལྟར་མྱང་འདས་དེ་བརྟེན་མིན། །གང་ཞིག་བརྟེན་ནས་མ་ཡིན་པའི། །དངོས་  
 མེད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འོང་བ་དང་ནི་འགྲོ་བའི་དངོས། །བརྟེན་ཏམ་རྒྱུ་བྱས་གང་  
 ཡིན་པ། །དེ་ནི་བརྟེན་མིན་རྒྱུ་བྱས་མིན། །མྱ་ངན་འདས་པ་ཡིན་པར་བསྟན། །འབྲུང་  
 བ་དང་ནི་འཛིག་པ་དག །སྤང་བར་སྟོན་པས་བཀའ་སྩལ་ཏོ། །དེ་ཕྱིར་མྱ་ངན་འདས་  
 པ་ནི། །དངོས་མིན་དངོས་མེད་མིན་པར་རིགས། །གལ་ཏེ་མྱ་ངན་འདས་པ་  
 ནི། །དངོས་དང་དངོས་མེད་གཉིས་ཡིན་ན། །དངོས་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་དག །ཐལ་  
 བར་འགྱུར་ན་དེ་མི་རིགས། །གལ་ཏེ་མྱ་ངན་འདས་པ་ནི། །དངོས་དང་དངོས་མེད་  
 གཉིས་ཡིན་ན། །མྱ་ངན་འདས་པ་མ་བརྟེན་མིན། །དེ་གཉིས་བརྟེན་ནས་ཡིན་ཕྱིར་  
 རོ། །རྗེ་ལྟར་མྱ་ངན་འདས་པ་ནི། །དངོས་དབང་དངོས་མེད་གཉིས་ཡིན་ཏེ། །མྱ་ངན་  
 འདས་པ་འདུས་མ་བྱས། །དངོས་དང་དངོས་མེད་འདུས་བྱས་ཡིན། །རྗེ་ལྟར་མྱ་ངན་  
 འདས་པ་ལ། །དངོས་དང་དངོས་མེད་གཉིས་ཡོད་དེ། །དེ་གཉིས་གཅིག་ལ་ཡོད་མིན་

ཏེ། སྤྲུང་བ་དང་ནི་སྤྲུང་བ་བཞིན། །དངོས་མིན་དངོས་པོ་མེད་མིན་པ། སྤྲུང་ན་  
འདས་པར་གང་སྤྲུང་པ། །དངོས་པོ་མེད་དང་དངོས་པོ་དག སྤྲུབ་ན་དེ་ནི་སྤྲུབ་པར་  
འགྱུར། །གལ་ཏེ་སྤྲུང་ན་འདས་པ་ནི། །དངོས་མིན་དངོས་པོ་མེད་མིན་ན། །དངོས་  
མིན་དངོས་པོ་མེད་མིན་ཞེས། །གང་ཞིག་གིས་ནི་དེ་མངོན་བྱེད། །བཙུག་ལྷན་སྤྲུ་  
ངན་འདས་སྤྲུང་ནས། །ཡོད་པར་མི་མངོན་དེ་བཞིན་དུ། །མེད་དོ་ཞེ་འཕྲ་གཉིས་པ་  
དང་། །གིས་མིན་ཞེས་ཀྱང་མི་མངོན་ནོ། །བཙུག་ལྷན་བཞུགས་པར་སྤྲུང་ན་  
ཡང་། །ཡོད་པར་མི་མངོན་དེ་བཞིན་དུ། །མེད་དོ་ཞེ་འཕྲ་གཉིས་ཀ་དང་། །གཉིས་  
མིན་ཞེས་ཀྱང་མི་མངོན་ནོ། །འཁོར་བ་སྤྲུང་ན་འདས་པ་ལས། །ཁྱད་པར་ཅུང་ཟད་  
ཡོད་མ་ཡིན། སྤྲུང་ན་འདས་པ་འཁོར་བ་ལས། །ཁྱད་པར་ཅུང་ཟད་ཡོད་མ་ཡིན། སྤྲུ་  
ངན་འདས་མཐའ་གང་ཡིན་པ། །དེ་ནི་འཁོར་བའི་མཐའ་ཡིན་ཏེ། །དེ་གཉིས་ཁྱད་པར་  
ཅུང་ཟད་ནི། །ཤིན་ཏུ་སྤྲ་བའང་ཡོད་མ་ཡིན། །གང་འདས་པ་ཆད་མཐའ་སོགས་  
དང་། །རྟག་ལ་སོགས་པར་ལྷ་བ་དག སྤྲུང་ན་འདས་དང་སྤྲི་མཐའ་དང་། །སྤྲོན་གྱི་  
མཐའ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན། །དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྤྲོང་བ་ལ། །མཐའ་ཡོད་ཅི་ཞིག་  
མཐའ་མེད་ཅི། །མཐའ་དང་མཐའ་མེད་ཅི་ཞིག་ཡིན། །མཐའ་དང་མཐའ་མེད་མིན་པ་  
ཅི། །དེ་ཉིད་ཅི་ཞིག་གཞན་ཅི་ཡིན། །རྟག་པ་ཅི་ཞིག་མི་རྟག་ཅི། །རྟག་དང་མི་རྟག་  
གཉིས་ཀ་ཅི། །གཉིས་པ་མིན་པ་ཅི་ཞིག་ཡིན། །དམིགས་པ་ཐམས་ཅད་ཉེར་ཞི་  
ཞེར། །སྤྲོས་པ་ཉེར་ཞི་ཞི་བ་སྟེ། །སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་ནི་གང་དུ་ཡང་། །སྤྲུ་ལའང་ཆོས་  
འགའ་མ་བསྟན་ཏོ། །

སྤྲུང་ན་ལས་འདས་པ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ནི་ལྷ་ལྷ་

པའོ། །

༼རབ་བྱེད་ཉི་ཤུ་རྩ་བ་སྲིད་པའི་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་བརྟག་པ། ༽

༥ མ་རེག་བསྐྱེབས་པས་ཡང་སྲིད་མྱིར། །འདུ་བྱེད་རྣམ་པ་གསུམ་པོ་  
དག །མངོན་པར་འདུ་བྱེད་གང་ཡིན་པའི། །ལས་དེ་དག་གིས་འགྲོ་བར་འགྲོ་ །འདུ་  
བྱེད་རྒྱུ་ཅན་རྣམས་པར་ཤེས། །འགྲོ་བ་རྣམས་སུ་འབྱུག་པར་འགྱུར། །རྣམ་པར་ཤེས་  
པ་ཞུགས་འགྱུར་ན། །མིང་དང་གཟུགས་ནི་ཆགས་པར་འགྱུར། །མིང་དང་གཟུགས་  
ནི་ཆགས་སྒྱར་ན། །སྤྱི་མཆེད་རྩ་གཉི་འབྱུང་བར་འགྱུར། །སྤྱི་མཆེད་རྩ་གཉི་ལ་བརྟེན་  
ནས་ནི། །རིག་པ་ཡང་དག་འབྱུང་བར་འགྱུར། །མིང་དང་གཟུགས་དང་ཅན་བྱེད་  
ལ། །བརྟེན་ནས་སྤྱི་བ་ཁོ་ན་སྟེ། །དེ་ལྟར་མིང་དང་གཟུགས་བརྟེན་ནས། །རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་སྤྱི་བར་འགྱུར། །མིག་དང་གཟུགས་དང་རྣམ་པར་ཤེས། །གསུམ་པོ་འདུས་  
པ་གང་ཡིན་པ། །དེ་ནི་རེག་པའོ་རེག་དེ་ལས། །ཆོར་བ་ཀྱན་ཏུ་འབྱུང་བར་  
འགྱུར། །ཆོར་བའི་རྒྱུན་གྱིས་སྲིད་པ་སྟེ། །ཆོར་བའི་དོན་ཏུ་སྲིད་པར་འགྱུར། །སྲིད་  
པར་གྱུར་ན་ཉེ་བར་ལེན། །རྣམ་པ་བཞི་པོ་ཉིར་ལེན་འགྱུར། །ཉིར་ལེན་ཡོད་ན་ལེན་པ་  
པོའི། །སྲིད་པ་རབ་ཏུ་འབྱུང་བར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་ཉེ་བར་ལེན་མེད་ན། །གྲོལ་བར་  
འགྱུར་ཏེ་སྲིད་མི་འགྱུར། །སྲིད་པ་དེ་ཡང་ཕྱང་པོ་ལྷ། །སྲིད་པ་ལས་ནི་སྤྱི་བར་  
འགྱུར། །ཀླ་ཤི་དང་ནི་སྤྱ་དན་དང་། །སྤྱི་སྤྱགས་འདོན་བཅས་སྤྱུག་བསྤལ་དང་། །ཡིད་  
མི་བདེ་དང་འཁྲུག་པ་རྣམས། །དེ་དག་སྤྱི་ལས་རབ་ཏུ་འབྱུང་། །དེ་ལྟར་སྤྱུག་བསྤལ་  
ཕྱང་པོ་ནི། །འབའ་ཞིག་པ་འདི་འབྱུང་བར་འགྱུར། །འཁོར་བའི་རྩ་བ་འདུ་བྱེད་དེ། །དེ་  
བྱིར་མཁས་རྣམས་འདུ་མི་བྱེད། །དེ་བྱིར་མི་མཁས་བྱེད་པོ་ཡིན། །མཁས་མིན་དེ་

ཉིད་མཐོང་ཕྱིར་རོ། །མ་རིག་འགགས་པར་གྱུར་ན་ནི། །འདུ་བྱེད་རྣམས་གྲང་འབྱུང་  
མི་འགྱུར། །མ་རིག་འགག་པར་འགྱུར་བ་ནི། །ཤེས་པས་དེ་ཉིད་བསྐྱོམས་པས་  
སོ། །དེ་དང་དེ་ནི་འགགས་གྱུར་པས། །དེ་དང་དེ་ནི་མངོན་མི་འབྱུང་། །སྤྱག་བསྐྱེལ་  
ཡུང་ལོ་འབའ་ཞིག་ལ། །དེ་ནི་དེ་ལྟར་ཡང་དག་འགག།

སྲིད་པའི་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ནི་ཤུ་  
རྒྱག་པའོ། །

༼རབ་བྱེད་ནི་ཤུ་བདུན་པ་ལྟ་བུ་བརྟག་པ།༽

༺ འདས་དུས་བྱུང་མ་བྱུང་ཞེས་དང་། །འཛིག་རྟེན་རྟག་པ་ལ་སོགས་པར། །ལྟ་  
བ་གང་ཡིན་དེ་དག་ནི། །སྟོན་གྱི་མཐའ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན། །མ་འོངས་དུས་གཞན་  
འབྱུང་འགྱུར་དང་། །མི་འབྱུང་འཛིག་རྟེན་མཐའ་སོགས་པར། །ལྟ་བ་གང་ཡིན་དེ་དག་  
ནི། །བྱི་མའི་མཐའ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན། །འདས་པའི་དུས་ན་བྱུང་གྱུར་ཅེས། །བྱ་བ་དེ་ནི་  
མི་འཐད་དོ། །སྟོན་ཆེ་རྣམས་སུ་གང་བྱུང་བ། །དེ་ཉིད་འདི་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་  
བདག་ཏུ་འགྱུར་སྟུམ་ན། །ཉེ་བར་ལེན་པ་ཐ་དད་འགྱུར། །ཉེ་བར་ལེན་པ་མ་གཏོགས་  
པར། །ཁྱོད་གྱི་བདག་ནི་གང་ཞིག་ཡིན། །ཉེ་བར་ལེན་པ་མ་གཏོགས་པའི། །བདག་  
ཡོད་མ་ཡིན་བྱས་པའི་ཆོ། །ཉེ་བར་ལེན་ཉིད་བདག་ཡིན་ན། །ཁྱོད་གྱི་བདག་ནི་མེད་  
པ་ཡིན། །ཉེ་བར་ལེན་ཉིད་བདག་མ་ཡིན། །དེ་འབྱུང་བ་དང་འཛིག་པ་ཡིན། །ཉེ་བར་  
སྐྱང་བ་ཇི་ལྟ་བུར། །ཉེ་བར་ལེན་སོ་ཡིན་པར་འགྱུར། །བདག་ནི་ཉེ་བར་ལེན་པ་  
ལས། །གཞན་དུ་འཐད་པ་ཉིད་མ་ཡིན། །གལ་ཏེ་གཞན་ན་ལེན་མེད་པར། །གཟུང་  
ཡོད་རིགས་ན་གཟུང་དུ་མེད། །དེ་ལྟར་ལེན་ལས་གཞན་མ་ཡིན། །དེ་ནི་ཉེར་ལེན་

ཉིད་ཀྱང་མིན། །བདག་ནི་ཉེ་བར་མེན་མེད་མིན། །མེད་པ་ཉིད་དུ་འང་དེ་མ་  
 དེས། །འདས་པའི་དུས་ན་མ་བྱང་ཞེས། །བྱ་བ་དེ་ཡང་མི་འཐད་དོ། །སྒྲིན་ཆེ་རྣམས་  
 ལུ་གང་བྱང་བ། །དེ་ལས་འདི་གཞན་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་འདི་ནི་གཞན་གྱུར་ན། །དེ་  
 མེད་པར་ཡང་འབྱུང་བར་འགྱུར། །དེ་བཞིན་དེ་ནི་གནས་འགྱུར་ཞིང་། །དེར་མ་གཤི་  
 བར་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །ཆད་དང་ལས་རྣམས་ཚུད་ཟ་དང་། །གཞན་གྱིས་བྱས་པའི་ལས་  
 རྣམས་ནི། །གཞན་གྱིས་སོ་སོར་སྤྱོད་བ་དང་། །དེ་ལ་སོགས་པར་ཐལ་བར་  
 འགྱུར། །མ་བྱང་བ་ལས་འབྱུང་མིན་ཏེ། །འདི་ལ་སྒྲིན་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར། །བདག་ནི་  
 བྱས་པར་འགྱུར་བ་དང་། །འབྱུང་བའམ་རྒྱ་མེད་ཅན་དུ་འགྱུར། །དེ་ལྟར་བདག་བྱང་  
 བདག་མ་བྱང་། །གཉིས་ཀ་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པར། །འདས་ལ་ལྟ་བ་གང་ཡིན་པ། །དེ་  
 དག་འཐད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །མ་འོངས་དུས་གཞན་འབྱུང་འགྱུར་དང་། །འབྱུང་བར་མི་  
 འགྱུར་ཞེས་བྱ་བར། །ལྟ་བ་གང་ཡིན་དེ་དག་ནི། །འདས་པའི་དུས་དང་མཚུངས་པ་  
 ཡིན། །གལ་ཏེ་ལྟ་དེ་མི་དེ་ན། །དེ་ལྟ་ནི་རྟག་པར་འགྱུར། །ལྟ་ནི་མ་སྐྱེས་ཉིད་འགྱུར་  
 ཏེ། །རྟག་ལ་སྐྱེ་བ་མེད་ཕྱིར་དོ། །གལ་ཏེ་ལྟ་ལས་མི་གཞན་ན། །དེ་ལྟ་ནི་མི་རྟག་  
 འགྱུར། །གལ་ཏེ་ལྟ་མི་གཞན་ཡིན་ན། །རྒྱད་ནི་འཐད་པར་མི་འགྱུར་དོ། །གལ་ཏེ་  
 རྟོགས་གཅིག་ལྟ་ཡིན་ལ། །རྟོགས་གཅིག་མི་ནི་ཡིན་གྱུར་ན། །རྟག་དང་མི་རྟག་  
 འགྱུར་བ་ཡིན། །དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་རྟག་དང་མི་རྟག་པ། །གཉིས་  
 ཀ་གྲུབ་པར་གྱུར་ན་ནི། །རྟག་པ་མ་ཡིན་མི་རྟག་མིན། །འགྲུབ་པར་འགྱུར་བར་འདོད་  
 ལ་རག། །གལ་ཏེ་གང་ཞིག་གང་ནས་གང་། །འོང་ཞིང་གང་དུ་འང་འཁོ་འགྱུར་ན། །དེ་  
 ཕྱིར་འཁོར་བ་ཐོག་མེད་པར། །འགྱུར་ན་དེ་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། །གལ་ཏེ་རྟག་པ་འགྲུབ་

མེད་ན། མི་ཉག་གང་ཞིག་ཡིན་པར་འགྱུར། ཉག་པ་དང་ནི་མི་ཉག་དང་། རྟེན་གཉིས་  
 བསལ་བར་གྱུར་བའོ། གལ་ཏེ་འཛིག་རྟེན་མཐའ་ཡོད་ན། འཛིག་རྟེན་པ་རོལ་རི་  
 ལྟར་འགྱུར། གལ་ཏེ་འཛིག་རྟེན་མཐའ་མེད་ན། འཛིག་རྟེན་པ་རོལ་རི་ལྟར་  
 འགྱུར། གང་ཕྱིར་སྤང་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུ། འདི་ནི་མར་མེའི་ཡོད་དང་མཚུངས། རྟེན་  
 ཕྱིར་མཐའ་ཡོད་ཉིད་དང་ནི། མཐའ་མེད་ཉིད་ཀྱང་མི་རིགས་སོ། གལ་ཏེ་སྤྲ་མ་  
 འཛིག་འགྱུར་ཞིང་། སྤང་པོ་འདི་ལ་བརྟེན་བྱས་ནས། སྤང་པོ་དེ་ནི་མི་འགྱུར་  
 བ། རྟེན་ན་འཛིག་རྟེན་མཐའ་ཡོད་འགྱུར། གལ་ཏེ་སྤྲ་མ་མི་འཛིག་ཅིང་། སྤང་པོ་  
 འདི་ལ་བརྟེན་བྱས་ནས། སྤང་པོ་དེ་ནི་མི་འགྱུར་བ། རྟེན་ན་འཛིག་རྟེན་མཐའ་མེད་  
 འགྱུར། གལ་ཏེ་སྤྱོགས་གཅིག་མཐའ་ཡོད་ལ། སྤྱོགས་གཅིག་མཐའ་ནི་མེད་འགྱུར་  
 བ། འཛིག་རྟེན་མཐའ་ཡོད་མཐའ་མེད་འགྱུར། རྟེན་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ལོ། རི་ལྟ་  
 བྱར་ན་ཉེར་ལེན་པོའི། སྤྱོགས་གཅིག་རྣམ་པར་འཛིག་འགྱུར་ལ། སྤྱོགས་གཅིག་  
 རྣམ་པར་འཛིག་མི་འགྱུར། རྟེན་ལྟར་དེ་ནི་མི་རིགས་སོ། རི་ལྟ་བྱར་ན་ཉེར་གླང་  
 ལ། སྤྱོགས་གཅིག་རྣམ་པར་འཛིག་འགྱུར་ལ། སྤྱོགས་གཅིག་རྣམ་པར་འཛིག་མི་  
 འགྱུར། རྟེན་ལྟར་དེ་ཡང་མི་རིགས་སོ། གལ་ཏེ་མཐའ་ཡོད་མཐའ་མེད་ལ། གཉིས་ཀ་  
 གྲུབ་པར་གྱུར་ན་ནི། མཐའ་ཡོད་མ་ཡིན་མཐའ་མེད་མིན། འགྲུབ་པར་འགྱུར་བར་  
 འདོད་ལ་རག། ཡང་ན་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་དག། རྟོང་ཕྱིར་ཉག་ལ་སོགས་ལྟ་  
 ལ། གང་དག་གང་དུ་གང་ལ་ནི། ཅི་ལས་ཀྱང་ཏུ་འགྱུར་བར་འགྱུར། །

ལྷ་བ་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རབ་རྩ་བྱེད་པ་ཉི་ཤུ་བརྟན་པའོ། །

## ༼མཛད་བྱང་༽

༥ གང་གིས་སྤྱགས་བཅེ་ཉེར་བཟུང་ནས། །ལྟ་བ་ཐམས་ཅད་སྤང་བའི་  
ཕྱིར། །དམ་པའི་ཆོས་ནི་སྟོན་མཛད་པ། །གྲོ་ཏམ་དེ་ལ་སྤྱག་འཆའ་ལོ། །དབུ་མ་རྩ་  
བའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་ཤེས་རབ་ཅེས་བྱ་བ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་མཛོན་པ་ནམ་  
པར་གཞག་པ། དོན་དམ་པའི་དེ་ཁོན་ཡང་དག་པར་སྟོན་པ། ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་  
ཕྱིན་པའི་ཚུལ་གསལ་བར་བྱེད་པ། སློབ་དཔོན་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྤྱི་  
སྤྱབ་མི་འཕྲོགས་པའི་མཁྱེན་རབ་དང་སྤྱགས་རྗེར་ལྷན་པ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་  
ཐེག་པ་སློན་མེད་པའི་ཚུལ་གསལ་བར་བྱེད་པ། རབ་ཏུ་དགའ་བའི་ས་བསྐྱབས་ནས།  
བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཏུ་གཤེགས་པ། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་དང་བའི་འོད་ཅེས་བྱ་བར།  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལེ་ཤེས་འབྱུང་གནས་འོད་ཅེས་བྱ་བར་འབྱུང་བས་མཛད་པ་  
རྫོགས་སོ། །

## ༼འགྱུར་བྱང་༽

༥ དབང་སྤྱག་དམ་པའི་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་དཔལ་ལྷ་བཅན་པོའི་  
བཀའ་ལུང་གིས། རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ཆེན་པོ་དབུ་མ་པ། རྩོམ་གཞན་དང་། ལྷ་ཆེན་  
གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་དགེ་སློང་ཅན་རོ་སྤྱིའི་རྒྱལ་མཆན་གྱིས་བསྐྱར་ཅིང་ལྷ་ཉེ་གཏན་ལ་  
པལ་པ། འདི་ལ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ནི་ཤུ་རྩ་བདུན། སློ་ཀ་བཞི་བརྒྱ་བཞི་བཅུ་རྩ་དགུ་  
ཡོད། བམ་པོ་ནི་བྱེད་དང་གཉིས་སྤྱ་བས་སོ། སྤྲད་གྱིས་ཁ་ཆེའི་གྲོང་ཁྱེད་དཔེ་མེད་  
གྱི་དབུས། གཙུག་ལག་ཁང་རིན་ཆེན་སྤྲས་པའི་དབུས་སྤྱ། ཁ་ཆེའི་མཁན་པོ་ཏ་སྤྱ་  
མ་ཉི་དང་། བོད་གྱི་སྤྱ་བསྐྱར་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་བ་ཆབ་ནི་མ་གྲགས་གྱིས་མིའི་བདག་པོ་



འཕགས་པ་སྒྲུ་འུ་རིང་ལ་འགྲེལ་པ་ཆོག་གསལ་བ་དང་བསྐྱེད་ནས་བཙོས་པའོ། །

སྤྲེལ་གྱིས་ར་ས་འབྲུལ་སྤང་གི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ། རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ཀ་  
ན་ཀ་དང་། ལོ་རྒྱུ་བ་དེ་ཉིད་གྱིས་ཁྱེད་ཀྱིས་བཞུགས་པའོ། །

## བར་བྱང་སྟོན་ཆིག

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

དཔར་དུ་བསྐྱལ་བའི་ནམ་དཀར་ཕྱང་པོའི་མཐུས།  
ཡང་དག་ཚོས་ཀྱི་སྒོ་མོ་སྟོང་ཐག་བརྒ།  
གདངས་ཏེ་རྒྱད་ལྗེའི་འགོ་བ་མ་ལུས་བ།  
རེས་ལེགས་ནོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འཁྱོར་ཤོག།

ཅེས་འཇམ་གླིང་ཡངས་བའི་ཁྱོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་ནམ་འབྲེན་  
ཤུག་སེལྟེའི་རིང་ལུགས་སྟོ་ཀུན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འཕམ་ལུན་ལེགས་ཆོགས་དུ་  
མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། ནང་བསྟན་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དཔར་དུ་  
བསྐྱལ་དང་བསྐྱལ་འགྱུར་གང་ལའང་སྤྱར་ཆོག་པའི་དགེ་བསྟོའི་སྟོན་ཆིག་ཏུ་ཤུག་འི་  
དགེ་སྟོར་ཆོས་སྤྱོད་བཅས་དབང་སྟོ་བཟང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྤྱར་བཤོ།