

# ཞིབ་མོ་ནམ་འབྲུག་རྒྱ་འབྲེལ།



མཛད་པ་ལོ། དབུ་མགོན་འབྲུག་པ་རྒྱ་འབྲེལ།  
མཛད་པའི་སྐུ་མཛོད་ཆེན་མོ་ཚུལ་ལྷན་གྱི་འབྲེལ།

༡༡། །ཞིབ་མོ་རྣམ་འཁྲབ་རྩ་བའི་ལ་  
བཞུགས་མོ། །



མཚན་པ་ལོ། དཔལ་མགོན་ལས་གསལ་བ་རྩ་བའི་ལ་  
ལེ་རྩེ་ས་རིག་མཚན་ཆེན་མོའི་ཚོམ་ལྷོ་གཤམ་ལང་།

རིག་མཛོད་འབྲུལ་དེབ་སྤྲིའི་ཨང་།

SJRB-0005

སྣེ་དགེ་མི་གི་ར་བར་ལ་གཞི་བཙུག་པ་ལོ་ལྷན།

སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་གིས་ལྷན་སྒྲིག་བྱས།

སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་གིས་སློབ་ཤུལ་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བཏོགས།

སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འབྲེམ་སྤེལ་བྱས།

༢༠༡༢ ལོའི་ཟླ་བ་དྲུག་པར་ཚོམ་སྒྲིག་བྱས།

༢༠༢༠ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༡༡ ལ་བསྐྱར་སྒྲིག་བྱས།

སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཏུ་བྱང་།

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

ཡིག་འབྲེལ་ཏུ་བྱང་།

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

བསྐྱར་སྒྲིག་པ། རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྒྲིག་པ།

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

---

---

# དཀར་ཆག

རོ་སྐྱོད་མདོར་བཅུ་མ། .....	ii
ཉུ་སྐྱིག་པའི་གསལ་བཤད། .....	v
ཞེ་བ་མོ་རྣམ་པར་འཐག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མདོ། .....	༡
ཞེ་བ་མོ་རྣམ་པར་འཐག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ། .....	༦
པར་བྱང་སྐོན་ཚིག་ .....	༡༥

# དོ་སློང་མདོར་བསྟུན།

དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་སྐུ་སྐྱབ་མཚོག་ནི། བསྐྱལ་བ་གངས་མེད་པའི་དུས་ནས་ཐུགས་  
བསྐྱེད་ཅིང་། ཚོགས་གཉེས་བར་མ་ཆད་དུ་བསལ་གས། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་བརྗོད་གྱིས་མི་ལང་  
བར་སེམས་ཅད་གངས་མེད་པའི་དོན་མཛད་བཞིན་པ་ལས། ཞིང་འདིར་བསམ་བཞིན་དུ་སྤོན་པ་  
ཞིག་སྟེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་ལུང་གིས་ཐེན་པ་དང་། ཤིང་རྩེ་སོལ་འབྱེད་གཉེས་ཀྱི་ནང་ཚོན་གྱི་  
སྐྱེས་བུ་ཞིག་ཡིན།

ཇུ་གར་སྟོ་སྤོགས་ལེད་རྣམས་པའི་ཡུལ་དུ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལྷ་དན་ལས་འདས་ནས་ལོ་  
བཞི་བརྒྱ་ཅམ་སོང་བའི་དུས་སུ་སྐྱུ་འཁྲུངས། མཚན་མཁན་གྱིས་ཆེ་རིང་ཤོས་ལ་ལོ་བདུན་ལས་  
མི་སྟུང་ཐེར་བས། བ་མ་གཉེས་ཀྱིས་བུ་ཤི་བའི་རོ་མིག་གིས་མཚོང་མ་བཟོད་བར་གཡོག་དང་  
བཅས་ཡུལ་གཞན་དུ་བཏང་། རིམ་གྱི་ཡུལ་དུས་ཀྱི་དགོན་པ་ཆེ་ཤོས་རྒྱ་ལེརྒྱར་ཐེབས་ཏེ་སློབ་  
དཔོན་བུམ་ཟེ་ས་ར་ཏ་དང་མཛལ་ཏེ་ཆོ་དབང་ཞུས། གཞན་གསང་བ་འདུས་པ་ལ་སོགས་པའི་  
གསང་སྟགས་ཀྱི་ཚོས་མང་པོ་གསན། མཁན་པོ་སྐྱུ་གཅན་འཛིན་བཟང་པོའི་དྲུང་དུ་དགེ་སློང་གི་  
སློམ་པ་ཞུས་ཏེ་མཚན་དགེ་སློང་དཔལ་ལྡན་ཞེས་གསོལ།

རྒྱ་ལེརྒྱར་སྤེ་སློང་གསུམ་དང་རྒྱུད་སྤེ་བཞིའི་བཤད་སློལ་གང་ཡོད་རྣམས་གསན་ཞིང་། གཙོ་  
བོར་བྱང་སེམས་སློ་གྲོས་རིན་ཆེན་ལ་མདོ་སྟགས་ཀྱི་དམ་པའི་ཚོས་མ་ལུས་པ་གསན། དེའི་ཆེ་སྟེ་  
གེ་ཆེན་པོ་རྗེད་བན། གནས་བཟོན་སྐྱ་གཅན་འཛིན་གྱི་བཀའ་ལྟར་དགོན་པའི་ཞབ་ཏ་བ་གནང་སྟེ།  
སྤྱིང་བར་ནས་གསོར་འཁྲུང་གྱི་ཅི་བཞེས་ནས་ཟངས་མང་པོ་གསེར་དུ་བསྐྱུར་ཏེ། ལྷ་གེ་མེད་པའི་  
ས་ནས་འབྲས་དང་ནས་ལ་སོགས་པ་འཚོ་བའི་ཡོ་བྱད་ཐམས་ཅད་བྲངས་ཏེ། ལོ་བཅུ་གཉེས་ཀྱི་  
བར་དུ་དགེ་འདུན་རྣམས་འཚོ་བས་སོངས་པ་མེད་པར་མཛད།

དགེ་འདུན་ལ་གནང་བ་མ་ཞུས་པར་ཚོང་བྱས་ནས་འཚོ་བ་སྐྱུར་བ་ཚོས་འདུལ་བ་དང་

འགལ་ཞེས་གནས་ནས་སྤྱད། དེ་ནས་ཡུལ་གཞན་དུ་སྐོན་ནས་ལྷ་ཁང་དང་མཚོན་རྟེན་མང་པོ་  
བཞེངས་ཤིང་། དགེ་སྤྲོད་བདེ་བྱེད་ཅེས་བས་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལྷ་སྤྱོད་གཉིས་ཀ་སྟེན་འབྲེན་བར་བྱེད་  
པའི་སྐོག་ས་བམ་མང་པོ་བཅུ་མས་བ་ལ། དེའི་གཉེན་པོར་ཚོས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་ཏེ་ལྷ་བ་ལོག་བ་  
དེ་རྣམས་སྟེན་སྤྱད།

སྐྱ་རྒྱལ་འཛོག་པོས་སྐྱ་ཡུལ་དུ་གདན་འདྲེས་བ་ལྟར་ཕེབས་ཏེ་ཚོས་རྒྱ་ཆེར་བསྟན། སྐྱ་ཡུལ་  
ནས་འབྲམ་གདན་འདྲེས། མཉན་ཡོད་སོགས་ཡུལ་དབུས་ཀྱི་གོང་ཁྲིར་ཆེན་པོ་རྣམས་སུ་ལྷ་ཁང་  
དང་མཚོན་རྟེན་མང་པོ་བཞེངས་ཤིང་། རྗེ་རྗེ་གདན་གྱི་བྱང་ཚུབ་ལྟོན་ཤིང་གི་མཐའ་སྐོར་དུ་རྗེའི་བ་  
མིག་གི་ར་བས་བསྐོར། དཔལ་ལྷན་འབྲས་སྤྲངས་མཚོན་རྟེན་ལ་ལྷགས་རིས་བསྐོར་ཞིང་ལྷ་ཁང་  
བརྒྱ་ཅ་བརྒྱད་བཞེངས། བྱང་སྐྱ་མི་སྟེན་དུ་ཕེབས་ནས་འཕྲོད་འཛིན་མཛད།

སྐྱ་ཆེད་སྤྲང་ལ་ལྷོ་སྤོགས་དཔལ་གྱི་རིར་བཞུགས་ཤིང་མདོ་སྤོགས་ཀྱི་ཚོས་འཕྲོད་རྒྱ་ཆེར་  
བསྐོར། ལྷག་བར་ཚོས་དབྱིངས་བསྐོར་བ་སོགས་མཛད་ནས་གདུག་བྱ་མང་པོ་སྤོག་བ་ཆེན་པོའི་  
ལམ་དུ་ཁྲིད་པར་མཛད་ཅིང་། རྒྱལ་བས་གསུངས་པའི་དེས་དོན་གྱི་མདོ་རྣམས་སུས་ཀྱང་དོན་  
གཞན་དུ་བསྐྱར་མི་ཐུབ་པར་དེས་བ་བཏན་པོར་མཛད་དོ། །

དེ་ལྟར་བསྟན་བ་ལ་བྱ་བ་རྒྱ་ཆེར་མཛད་པ་ན། བདུད་རྗེ་གཉོ་ཅན་གྱིས་ཡིད་བསྐྱར་བའི་  
རྒྱལ་པོ་བདེ་སྐྱོད་བཟང་པོའི་བྱ་གཞོན་ལུ་ལུས་ལྷན་དུ་གྲགས་པས་དབུ་བསྐྲངས་བཅུ་སྟོབ་དཔོན་  
གྱིས་དབུ་ལྷེར་བར་ཞལ་གྱིས་བཞེས་ཏེ། རྒྱལ་བུ་དེས་དབུ་བཅད་ནས་བཤོངས་སོ། །དེའི་ཆེ་ཞག་  
ལོ་མར་བྱེད་ཞིང་དབུ་དེའི་ཞལ་ནས། ང་ཞི་འདི་ནས་བདེ་བ་ཅན་དུ་འགྲོ། །ཕྱི་ནས་ལུས་འདི་ལ་ཞི་  
འཇུག་པར་འགྱུར། ཞེས་པའི་ཆོག་བྱེད་བར་གྲགས།

དེ་ནས་རྒྱལ་བུས་དབུ་སྐྱར་འབྲུང་གིས་དོགས་ནས་དཔག་ཚད་གཅིག་ཅེས་དུ་དོར་བསྐྱོབ་  
དཔོན་བཅུད་ལེན་བྱུབ་པས་སྐྱ་ལུས་དང་དབུ་རྗེ་དུ་གྱུར་ཅིང་། སྐྱར་རིམ་གྱིས་དབུ་དང་སྐྱ་ལུས་  
གཉིས་ཀ་མ་ཉམས་པར་ལོ་རེ་བཞེན་རྗེ་ཞེ་ཞེར་སོང་ནས་མཐའ་འབྲུང་ནས་སྐྱོབ་དཔོན་རང་ཉིད་  
ཞལ་བཞུགས་དུས་ལྟར་བསྟན་བ་དང་འཕྲོད་པའི་དོན་རྒྱ་ཆེར་མཛད་པར་གསུངས་སོ། །

ནམ་ཐར་ནམས་སུ་སློབ་དཔོན་འདིས་ཚོས་སྐྱེ་ལན་གསུམ་བསྐྱབས་པར་གསུངས་ལ། ལྷོན་  
བ་གཉིས་བ་ལྷ་བྱུང་བྱུང་བའི་སློབ་དཔོན་འདི་དགུང་ལོ་བྱུག་བརྒྱ་བརྒྱགས་ཟེར་བ་དང་། ལྷམ་  
བརྒྱ་བརྒྱགས་ཟེར་བའི་བཤད་སློབ་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་དེ་གཉིས་ཀ་ལོ་སྟེང་ལོ་གཅིག་ཏུ་བརྗེས་བའི་  
ལྷགས་ཡིན་པར་རྗེ་རྒྱ་རྒྱ་མའི་རྒྱ་གར་ཚོས་འབྱུང་དུ་གསུངས།

སློབ་དཔོན་འདིས་མཛད་པའི་བསྟན་བཅོས་ལ། དབུ་མ་རིགས་ཚོགས་སོགས་མདོ་སྡགས་  
རིག་གནས་སོགས་ཀྱི་སློབ་མང་ཞིང་། འོད་ཀྱི་ཤོང་མ་ཁྲི་སློབ་ལྡེ་བཅན་ཀྱི་སྐབས་སུ་འོད་སླད་དུ་  
བསྐྱུར་བ་བསྟན་འགྱུར་གྱི་ནང་དུ་ཡོད། སློབ་མ་གཙོ་བོར་གྱུར་བ་ལྷ་ཀྱི་མི་ཉ་དང་། ལྷ་ག་བོ་རྟེན།  
ཞུམ་དེ་ལ། མ་ཉརྟེན་ལ། སངས་རྒྱལ་བསྐྱུངས། ལེགས་ལྡན་འབྲེད། སློབ་དཔོན་དཔའ་མོ་སོགས་  
མང་དུ་བྱུང་འོ། །

---

---

## འཇིགས་པའི་གསལ་བཤད།

བོད་གངས་ཅན་གྱི་སྐོང་ས་སྤྲོད་སྤོན་མཁས་པའི་དབང་པོ་དག་གི་བཀའ་བྲིན་ལས། བོད་  
མི་རིགས་ཀྱི་ལེས་རིག་གི་ཉིང་བཅུད་དང་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ལོར་དུ་གྲུར་པའི་གསུང་རབ་  
ཀྱི་སྒྲེགས་བམ་ཁྲི་སྟག་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་སྐོང་ནའང་། དུས་རབས་ཀྱི་འཕེལ་འགྲུལ་དང་འགྲོགས་  
པའི་མིའི་ཉེས་སྤོད་ཀྱི་དབང་གིས་རྩ་ཆེའི་གསུང་རབ་མང་པོ་ཞིག་རྩ་བརྒྱུག་ཏུ་སྤྱིན་ཟེན་བ་དང་།  
ལྷག་འགྲོས་གང་མང་ཞིག་རྩ་བརྒྱུག་ཏུ་འགྲོ་ཉེར་ཡོད་པར་བརྟེན་དུས་རབས་འདིའི་བོད་མི་ཞིག་ལ་  
མཚོན་ན་རྩ་ཆེ་བའི་གསུང་རབ་དེ་དག་གཅེས་ཉར་བྱེད་རྒྱུར་བརྩོན་དགོས་པ་ནི་དུས་ལ་བབ་པའི་  
ལས་འགན་བརྒྱུག་ཏུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པེས། དེ་བས་འདི་ག་སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་རྩོམ་  
སྒྲིག་ཁང་ནས་ཀྱང་རྩ་ཆེའི་གསུང་རབ་དེ་དག་ཉར་ཚགས་དང་སྤུང་སྤོབ་ཀྱི་ཆེད་དུ་རྩོམ་སྒྲིག་གི་  
ལས་ཀ་འདི་གཉེར་བཞིན་ཡོད།

དེར་རབས་ཀྱི་འབྲུལ་ལས་སྟབས་བདེ་དུ་སྤྱིན་བ་དང་བསྐྱེད་ནས་གསར་དུ་རྩོམ་སྒྲིག་བྱས་  
པའི་དེབ་དང་འབྲུལ་དེབ་གང་མང་ཞིག་བྱུང་བར་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་དགའ་ལོས་པ་ལྟ་བུར་  
སྤང་མོད། སྤྱིར་གསུང་རབ་དཔེར་བསྐྱེད་དང་འཇིགས་བྱེད་སྐབས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་བཅོས་ནོར་  
ཤོར་ནའང་ཆ་བས་ཆེ་བའི་སྤོད་ཆ་འབྲུང་སྲིད་པས་བསྐྱེད་དང་བཅོ་བཅོས་མེད་པར་སོར་  
འཛོག་གིས་བདག་ཉར་བྱ་རྒྱ་ཅི་ནས་ཀྱང་གཤམ་ཆེ་ཞིང་། གཤམ་ཉེ་ནོར་བར་པེས་པའི་ཡིག་འབྲུ་  
གཅིག་བཅོས་དགོས་བྱུང་ནའང་ཁ་གསལ་གྱི་མཚན་ཡིག་འགོད་རྒྱ་ཉ་ཅང་གཤམ་ཆེ་བ་ཡིན།

འདི་ག་རྩོམ་སྒྲིག་ཁང་ལ་མཚོན་ན། པར་གཞི་ཚད་ལྡན་ཞིག་མ་སྤྱིར་བཟུང་ནས་དེའི་ཡིག་  
འགྲོས་སོར་བཞག་གིས་རྩོམ་སྒྲིག་བྱེད་རྒྱ་རྩ་དོན་དུ་འཛིན་བཞིན་ཡོད་ལ། དེའི་པར་གཞི་མི་འབྲ་  
བ་གཞན་ཡང་ལག་སོར་བྱུང་ན་པར་གཞི་གཞན་དག་ལའང་གང་ལུས་ཤིག་སྤུར་བཞིན་ཡོད།

མ་སྤྱིར་ཡིག་རྩོར་མཛོན་གསལ་ཅན་བྱུང་ན་བཅོས་ཉེ་མཚན་གྱིས་གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད་

---



ལ། མ་སྤྱི་དང་བར་གཞི་སོ་སོར་སྐྱབས་ཆད་བྱུང་བ་དང་། ཡི་གེ་མི་འདྲ་བ་བྱུང་བ་སོགས་ལ་མཐའ་  
མཆན་བཀོད་དེ་གསལ་ལ་བཤད་བྱས་ཡོད། ལས་གཞི་འདིའི་ཐོག་མའི་དུས་སྡེ་ལས་གྲེས་ཏུ་ཅང་ཆེ་  
བའི་དབང་གིས་ཞིབ་སྐྱུར་བྱེད་སྐབས་མཆན་འདེབས་པ་ཙམ་ལས་མ་སྤྱི་དང་དཔེ་གཞི་གཞན་གྱི་  
སོག་གྲངས་དང་མདུན་རྒྱབ་ཡིག་གྲེང་སོགས་གསལ་ཁ་འདོན་མ་བྱུང་བ་རེ་བྱུང་བྱུང་ཡོད་ནའང་  
སྤྱིས་སྡེ་དཔེ་བསྐྱར་ལྷན་པ་རྣམས་ལ་གསལ་ཁ་བཏོན་ཡོད།

ཚོམ་སྡེ་གཤམ་ཁང་འདི་ནས་ཚོམ་སྡེ་གཤམ་ཁང་གི་དེ་བ་སྐོག་སྐབས་དེས་དགོས་པ་འགའ་ཞིག་འོ་  
སློན་ཅུང་ཙམ་ལྟོན། གཞུང་གི་དགུས་སྡེ་ཉགས་ [ ] འདིའི་ནང་དུ་བཅུག་པ་ནི་མ་སྤྱིའི་ནང་གི་འོག་  
མཆན་དང་དགུས་མཆན་ཡིན། ཡང་གཞུང་དགུས་སྡེ་ཉགས་ " འདི་བཀོད་ཡོད་ན་དེ་ནི་དོ་སྐྱོང་བྱ་  
དགོས་སའི་ཡི་གེ་འམ་ཆིག་ཅིག་གི་མདུན་དུ་བཀོད་ཡོད་ལ། དེའི་ཇེས་སྡེ་མཆན་གྲངས་ཀྱི་མང་  
ཡིག་བཀོད་ཡོད་བས་མཆན་གྲངས་དེ་དང་མཐུན་པའི་མཐའི་མཆན་ཡིག་ཏུ་གསལ་ལ་བཤད་ཅིག་  
བྱས་ཡོད་པ་ཡིན། ཡང་བརྗེས་སློན་གྱི་བཞེད་ལུགས་མི་འདྲ་བ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་ཐ་སྐྱོད་དང་  
ཐད་སྐོར་སྐྱོང་སོགས་མི་འདྲ་བ་ཡང་ཡང་བྱུང་ན་མཆན་གྱིས་གསལ་ལ་བཤད་ཐེངས་གཅིག་བྱས་  
བས་ཆོག་པར་བྱས་ཏེ་ཇེས་མ་རྣམས་ལ་མདུན་དུ་ཉགས་ " འདི་བཀོད་པ་ཙམ་ལས་རེ་རེ་བཞིན་  
མཆན་གྲེས་མེད།

མཐའ་མཆན་སྐོག་སྐབས་དེ་བ་དེ་དཔེ་བསྐྱར་བྱས་ཡོད་ཆེ་དེའི་མ་སྤྱིར་བཟུང་བའི་བར་གཞི་  
ལ་མ་སྤྱི་ཞེས་དང་། བར་གཞི་གཞན་དག་ལ་སྡེ་དགེ་བར་མ་དང་། བཟ་ལེས་སྐྱོན་པོ། ཞོལ། སྐྱ་  
འབྲུམ། ཟླ་གྲང་བར་མ་རྣམས། **སྤྱི་བཟླ་ཞོལ་སྐྱ་ཟླ་** སོགས་ཀྱིས་མཆོན་བར་བྱས་ཡོད། མཐའ་  
མཆན་གྱི་ཁོད་དུ་ཉགས་ཙན་ \***བསྐྱབས** ལྟ་བུ་བྱུང་ན་མ་སྤྱིའི་ཡིག་ཐོར་ཞིག་ལྟ་སྤྱིག་པས་  
བསྐྱབས་སྡེ་བསྐྱར་བའི་དོན་དུ་གོ་དགོས་ལ། ཡང་ཉགས་ \* འདིས་ལྟ་སྤྱིག་པའི་གསལ་ལ་བཤད་ཀྱི་  
ཆིག་མཆོན་པའི་སྐབས་ཀྱང་ཡོད། ཡང་ཉགས་ཙན་ -**བསྐྱབས** ལྟ་བུ་བྱུང་ཆེ་བསྐྱབས་ཆད་པ་  
དང་། +**བསྐྱབས** ལྟ་བུ་བྱུང་ན་བསྐྱབས་ལྷག་མ་བྱུང་བའི་དོན་དུ་གོ་དགོས།

དཔེར་ན། མཐའ་མཆན་དུ། **མ་སྤྱི་ལེན་ལ། བསྐྱབས** \***བསྐྱབས** སྐྱ་ ༡༠ནན་ལ།

ཟླ། ༡༡བ་ན།། བསྐྱབས་ ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་བྱུང་ཚེ་དེ་དག་གི་དོན་ནི། མ་ཕྱི་འོག་གྲངས་  
༥༥མའུའོ་འོ། ཡིག་སྐྱེད་༥པ་ན། བསྐྱབ་ཅེས་ཕྱི་ཡོད་པ་མཚོན་ཞིང། \*བསྐྱབས་ བེ་མ་ཕྱི་  
ཡིག་ལོར་བསྐྱབ་དེ་ཉིད་ལྷ་སྐྱིག་པས་བསྐྱབས་སུ་བཅོས་ཡོད་པ་མཚོན་བྱེད་དུ་གོ་དགོས། ཡང་  
གཞུང་དེའི་ཐད་ཀྱི་སྐྱེ་འབྱུང་པར་མའི་སྐྱེ་བ་གྲངས་༡༠༩མའུའོ་འོ། ཡིག་སྐྱེད་༦པ་ན། ཟླ་བྱང་  
པར་མའི་སྐྱེ་བ་གྲངས་༡༡༠རྒྱ་འོ་འོ། ཡིག་སྐྱེད་༧པ་ན། བསྐྱབས་ཞེས་པ་གོ་དེ་འདྲུག་ཅེས་གོ་  
དགོས་པ་ལྷ་བྱ་ཡིན།

ལྷ་སྐྱིག་པའི་ཤེས་ཚད་དང་དོ་སྣང་གིས་མ་འདང་བར་འབྱུང་དེ་བུ་ལོར་འཇུག་ཤོར་བ་  
སོགས་གཟེགས་ཚེ་ཀུན་པན་གྱི་ལས་གཞི་འདིར་རྒྱ་བསྐྱོད་དང་ལམ་སྟོན་གྱི་ཚེད་དུ་མཁེན་ལྷན་  
ལྷས་ནས་འདི་གའི་ཚོམ་སྐྱིག་ཁང་དུ་ཁ་གསལ་གྱི་དོ་སྣང་དང་ལམ་སྟོན་གནང་བའི་དེ་བསྐྱུལ་ལྷ་  
རྒྱ་དང་། འདི་ནས་ཀྱང་གང་མགྲོགས་དང་པར་གཞིར་བསྐྱར་ཞིབ་དང་ལེགས་སྐྱིག་ལྷས་ཏེ་སྐྱེས་  
ཀ་ཇེ་ལེགས་སུ་གཏོང་དེས་ཡིན།

ཤེས་བྱེས་རིག་མཛོད་ཚེན་མོའི་ཚོམ་སྐྱིག་ཁང་ནས།  
ཕྱི་ལོ་༢༠༢༠ལྷ་འོ་ཚེས་༡༥ལ།

༡༡། ཞིབ་མོ་རྣམ་པར་འཕགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མདོ་  
བཞུགས་སོ། །

༡༡། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། བེ་ད་ཚྱི་སྤུ་ཏ་རྒྱ་མ། བོད་སྐད་དུ། ཞིབ་མོ་རྣམ་པར་འཕགས་  
པ་ཞེས་བྱ་བའི་མདོ། ལྷོ་བ་དཔོན་འཕགས་པ་རྒྱ་སྤུ་བ་ལ་བྱུག་འཚམ་ལོ། །

ཉོག་གེ་ཤེས་བའི་ང་རྒྱལ་གྱིས། །

གང་ཞིག་ཚོད་པར་མངོན་འདོད་པ། །

དེ་ཡི་ང་རྒྱལ་སྤང་བའི་ཕྱིར། །

ཞིབ་མོ་རྣམ་འཕགས་བཤད་པར་བྱ། །

ཚང་མ་དང་གཞལ་བྱ་ནི་གཉིས་ཀ་འདྲེས་པ་ཡིན་ནོ། །རང་ལས་མ་གྲུབ་བའི་  
ཕྱིར་རོ། །ཡོད་པ་དང་མེད་པ་དང་གཉིས་ཀ་དག་ནི་ལྟོས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །མ་ཡིན་ཏེ་  
ལྷག་པ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

ཚང་མ་རྣམས་ནི་མར་མེ་བཞིན། རང་དང་གཞན་སྤྱོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་  
ནོ། །ཚང་མ་རྣམས་ལ་ནི་ཚང་མ་མེད་དེ་མར་མེ་ནི་འདྲད་པའམ་མ་འདྲད་པའི་ཐུན་པ་  
གསལ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཟའི་གནོད་པ་བཞིན་དུ་འདིར་ཡང་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

མ་ཡིན་ཏེ། དཔེ་དང་འགལ་བའི་སྲིད་རྒྱུ། །

བསྟན་བཅོས་ལས་འཛིག་རྟེན་བའི་སྲོད་པ་པོ་དེ་ཡང་མེད་གོ་ལ་སོགས་པ་  
དང་མཚུངས་པར་མངོན་པར་འདོད་པ་ཡིན་ལོ། །

མར་མེ་ནི་རང་གི་བདག་ཉིད་གསལ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ལུས་པ་མེད་པའི་སྲིད་  
རྒྱུ། །སྤྱི་ཅི་ལོག་ཏུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་སྲིད་ལུས་པ་ཡང་བདག་ཉིད་པ་སྐྱིབ་པར་  
བྱེད་པར་འགྱུར་རྒྱུ། །

ཚད་མ་དང་གཞལ་བྱ་དགའི་དུས་གསུམ་དུ་མ་གྲུབ་པའོ། །དུས་གསུམ་དུ་མ་  
གྲུབ་པས་ཚད་མ་དང་གཞལ་བྱ་འགག་པ་མི་འཐད་དོ། །དགག་པ་གྲུབ་ན་ཚད་མ་དང་  
གཞལ་བྱ་འདྲ་བུ་པོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། ལྷར་ཁས་སྤངས་པའི་སྲིད་རྒྱུ། །

གལ་ཏེ་ཚད་མ་དང་གཞལ་བྱ་མ་གྲུབ་པར་ཁས་སྤངས་པ་ཡིན་ན་ནི་ཁས་  
སྤངས་པ་དང་དུས་མཉམ་ཁོ་ནར་ཚོད་པ་རྫོགས་པ་ཡིན་ལོ། །མ་གྲུབ་པ་ལ་རྟོག་པ་  
སྤང་བའི་སྲིད་རྒྱུ། །

མངོན་སུམ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་ལས་ཤེ་ན། ཡང་དག་  
བར་རྟོགས་པའི་སྲིད་རྒྱུ། །མངོན་སུམ་ལ་སོགས་པ་གྲུབ་ན་གཞལ་བྱ་ནི་འཐད་པ་མ་  
ཡིན་ལོ། །དེའི་རྐྱེན་ཅན་ཡིན་པའི་སྲིད་ཤེས་པ་མ་ཡིན་ཞིང་ཤེས་བྱ་མ་ཡིན་ལོ། །

སློབ་མོ་ཚད་མ་མ་ཡིན་ཏེ། །གཞལ་བྱ་ཡིན་པར་བརྗོད་པའི་སྲིད་རྒྱུ། །དམིགས་  
པ་དང་མི་དམིགས་པ་ལ་ཐེ་ཚོམ་མེད་དེ། ཡོད་པ་ཡང་མེད་པའི་སྲིད་རྒྱུ། །

ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །བྱུང་བར་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པའི་སྲིད་  
རྒྱུ། །བྱུང་བར་ལ་ལྟོས་པ་མ་ཡིན་ལོ། །སྤར་བཀག་ཟེན་པའི་སྲིད་རྒྱུ། །

དགོས་པ་མེད་དེ། ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་སྲིར་རྒྱུ། །བྲེ་མ་ལ་འཇུག་པ་མ་  
ཡིན་ཏེ། དཔེ་ཡོད་པའི་སྲིར་རྒྱུ། །དེ་ཡང་སྡུ་མ་དང་མཚུངས་པ་ཉིད་དོ། །མཐའ་མཐོང་  
བ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། རོག་མ་དང་དབྱུས་མེད་པའི་སྲིར་རྒྱུ། །མེ་མི་གཟི་བརྗིད་ཀྱི་དཔེ་  
མ་ཡིན་ཏེ། ཚོས་མ་ཐུན་པ་ཉིད་ཀྱི་སྲིར་རྒྱུ། །གཟི་བརྗིད་ཀྱི་དཔེ་ཚུ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ།  
ཚོས་མི་མ་ཐུན་པ་ཉིད་ཀྱི་སྲིར་རྒྱུ། །

གཞན་ཡང་ཅུང་ཟད་ཚོས་མ་ཐུན་པས་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། རི་རབ་དང་  
སྐྱ་བཞིན་ནོ། །པལ་ཆེར་ཚོས་མ་ཐུན་པས་མ་ཡིན་ཏེ། སྡར་བཀག་པའི་སྲིར་རྒྱུ། །ཐོག་  
མ་མ་གྲུབ་ན་ཐ་མ་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཐོག་མ་མ་གྲུབ་ན་དབྱུས་དང་ཐ་མ་  
གཉིས་མ་གྲུབ་པོ། །ཡན་ལག་ཅན་མེད་པའི་སྲིར་ཡན་ལག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

ཚོགས་པ་ལ་ཡང་མ་གྲུབ་སྟེ། ཡན་ལག་ཅན་ཡང་དུ་མར་འགྲུར་རོ། །ཡན་  
ལག་ཅན་གཅིག་ཡིན་པའི་སྲིར་ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་ཐལ་བར་འགྲུར་  
རོ། །དུས་གསུམ་དུ་མ་གྲུབ་པས་ཡན་ལག་ཅན་མེད་དོ། །འོན་ཏེ་རྩ་བལ་བ་རྩ་བཞིན་  
དུ་འགྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །མ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱབ་བྱ་དང་མཚུངས་པས་སོ། །རིགས་པ་མེད་  
པའི་སྲིར་རྒྱུ། །

གཞན་ཡང་ཡན་ལག་ཅན་ལ་ཡན་ལག་དགོས་པ་ལྟར། ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་  
ལ་ཡང་ཡན་ལག་ཡོད་པར་ཐལ་བའི་སྲིར་རྒྱུ། །དམ་བཅའ་བ་ལས་གཏན་ཚིགས་  
གཞན་དང་གཞན་མ་ཡིན་པའི་སྲིར་རྒྱུ། །

གཏན་ཚིགས་མ་ཡིན་ན། གཏན་ཚིགས་ལ་གཏན་ཚིགས་མེད་པའི་སྲིར་  
རྒྱུ། །དམ་བཅའ་དང་གཏན་ཚིགས་མེད་པའི་སྲིར་ཉེ་བར་སྦྱར་བ་དང་མཇུག་བསྟུ་བ་

དག་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །ལྷག་མ་དག་ལ་ཡང་གཏན་ཚིགས་མེད་དོ། །

གལ་ཏེ་གྲུབ་པ་གཏན་ཚིགས་ཀྱིས་གྲས་པ་ཡིན་ན། ཅི་ཞིག་ཐོབ་ཅེ་ན། དཔེ་  
ལ་སོགས་པ་དོན་མེད་དོ། །གཏན་ཚིགས་དོན་མེད་པ་ཉིད་དོ། །བདག་མེད་དེ། མ་  
གྲུབ་པའི་སྲིད་རོ། །

གཞན་དང་གཞན་བརྗོད་པའི་སྲིད་གཅིག་ལ་གཅིག་མེད་དོ། །ཡི་གེ་དག་  
ལ་འད་དེ་ལྷ་བྱ་ཡིན་ནོ། །ཐེ་ཚོམ་བཞིན་དུ་རྫོག་གོ་ཡང་ཡིན་ནོ། །རྩམ་ཡོད་པ་དང་།  
གཅིག་ཉིད་ལ་སོགས་པ་དག་ནི། གཞན་དང་གཞན་མ་ཡིན་པ་གཉིས་ཀ་མི་འཐད་  
པའི་སྲིད་གཏན་ལ་དབབ་པ་མེད་དོ། །རྫོད་པ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྫོད་པ་དང་བརྗོད་  
པར་བྱ་བ་དག་མེད་པའི་སྲིད་རོ། །

དོན་དམ་པ་དཔྱོད་པའི་སྐབས་ཡིན་པའི་སྲིད། བརྗོད་པའི་མིང་དག་ནི་རྣམ་  
པ་དུ་མར་མཐོང་བའི་སྲིད་རོ། །འཇིག་རྟེན་པའི་མཁས་པ་དག་ཀྱང་རྫོད་པར་བྱེད་པ་  
དང་བརྗོད་པར་བྱ་བ་དུ་མར་སྦྱོར་བར་མཐོང་བའི་སྲིད། རྫོད་པར་བྱེད་པ་དང་བརྗོད་  
པར་བྱ་བ་གཅིག་ཉིད་དང་། གཞན་ཉིད་དུ་མ་གྲུབ་པོ། །

བརྗོད་པ་དང་སྲུན་ཅི་སྲིད་དུ་རྫོག་པ་དག་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། །གཏན་ཚིགས་  
ལྷར་སྣང་བ་ནི་མེད་དོ། །ཚོས་མ་སྲུན་པ་ཉིད་དང་མི་མ་སྲུན་པ་ཉིད་མེད་པའི་སྲིད་  
རོ། །མ་འཇུག་པ་ནི་འཇུག་པ་མེད་པའི་སྲིད་རོ། །

འཇུག་པ་དང་བཅས་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡོད་དོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་  
གཞན་ཡིན་པའི་སྲིད་རོ། །སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་ཀྱི་སྲིད་རོ། །

ཁྱེད་ཀྱི་གཏན་ཚིགས་ཐམས་ཅད་འགལ་བ་བརྗོད་པ་ཡིན་གྱི། འཇུག་པ་དང་

བཅས་པ་ཡིན་ནོ། །མ་ཡིན་ཏེ། ལྷ་མ་དང་སྤྱི་མར་འགྲུང་བས་འགལ་བ་མེད་པའི་སྤྱིར་  
རོ། །འདས་པ་འདས་པར་འགྲུང་བ་ཡིན་ན། འདས་པ་ནི་འདས་པར་འགྲུང་བའོ། །

རྫོང་གྲེད་གྱི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྲུང་བའི་ཡང་སྤྱིར་  
རོ། །འདས་པའི་གཏན་ཚིགས་སམ་དུས་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མི་སྲིད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

སྤོང་གྱི་ཐམས་ཅད་ཚིག་དོན་དུ་བརྗོད་པ་ཡིན་གྱི། དོན་དམ་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་  
ཞེན། མ་ཡིན་ཏེ། ལན་ཐམས་ཅད་ལ་ཐལ་བར་འགྲུང་བའི་སྤྱིར་རོ། །སྤྱེས་པ་དང་མ་  
སྤྱེས་པ་དང་། གཉིས་ཀ་མེད་པའི་སྤྱིར་ལྷག་ཚོད་ནི་མེད་དེ། མ་ཡིན་ཏེ། ལྷ་མ་དང་སྤྱི་  
མ་གཅིག་དང་གཞན་ཉིད་ལ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

ཚར་གཅད་པའི་གནས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། །ཚར་གཅད་པའི་གནས་ལ་ནི།  
ཚར་གཅད་པ་མེད་པ་དེ་བཅེངས་པ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་ཀ་ཁས་མ་སྐྱངས་པའི་སྤྱིར་  
རོ། །དེ་མ་གྲུབ་ན་མ་གྲུབ་ཏུ་ཟད་དོ། །དེ་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་བརྗོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མངོན་  
པར་བརྗོད་པ་ནི་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །

ཞིབ་མོ་རྣམ་པར་འཐག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མདོ། ལྷོ་བ་དཔོན་འཕགས་པ་རྒྱ་སྐྱབ་  
གྱི་ཞལ་སྤྱ་ནས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ། ། །།

ཁ་ཆེའི་བརྗོད་ཏེ་ཨ་ནུ་དང་། ལོ་རྒྱ་བ་དགེ་སྤོང་གྲགས་འབྱོར་ཤེས་རབ་གྱིས་  
བསྐྱར་བའོ། ། །།

༡༡། །ཞིབ་མོ་རྣམ་པར་འཐག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ཞེས་  
བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

༡༡། །རྒྱ་གར་རྣམ་ཏུ། རེ་ད་ལྷོ་རྣམ་པར་ཀ་ར་ཤ། རོད་རྣམ་ཏུ། ཞིབ་མོ་རྣམ་པར་  
འཐག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ། འཇམ་དབལ་གཞོན་ལུང་རྣམ་པ་ལ་བྱུག་  
འཚམ་སོ། །

རྟོག་གེ་ཤེས་བའི་ར་རྒྱལ་གྱིས། །  
གར་ཞིག་ཚོད་པར་མངོན་འདོད་པ། །  
དེ་ཡི་ར་རྒྱལ་སྤང་བའི་བྱིད། །  
ཞིབ་མོ་རྣམ་འཐག་བཤད་པར་བྱ། །

གཞན་དག་འདིར་ཚོལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཚད་མ་དང་། གཞལ་བྱ་དང་། ཐེ་  
ཚོམ་དང་། དགོས་པ་དང་། དཔེ་དང་། རྒྱབ་པའི་མཐའ་དང་། ཡན་ལག་དང་། རྟོག་གེ་  
དང་། གཏན་ལ་དབབ་པ་དང་། ཚོད་པ་དང་། བཟོད་པ་དང་། སུན་ཅི་བྱིན་དུ་བཞག་  
བ་དང་། གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྤང་བ་དང་། ཚིག་དོར་བ་དང་། ལྷག་ཚོད་དང་། ཚར་  
གཅད་པའི་གནས་རྣམས་གདོན་མི་ཟ་བར་ཁས་སྤངས་ནས་གཏན་དུ་བྱེད་ཀྱི་སྣོད་པ་  
ཉིད་དུ་སྐྱབ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་ཞེན་པ་མེད་པའི་བྱིར་ཚད་མ་ལ་སོགས་པའི་དོན་ཁས་  
ལེན་པར་མི་བྱེད་དོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །



འདི་ལ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ།

ཚད་མ་དང་གཞལ་བྱ་དག་གཉི་ག་འབྲེས་སོ། །འདིར་ཚད་མ་དང་གཞལ་བྱ་  
གཉི་ག་འབྲེས་པར་མ་ཐོང་སྟེ། གང་གི་སྤྱིར་གཞལ་བྱ་ཡོད་ན་ཚད་མ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར་  
ཞེས། ཚད་མ་ཡོད་ན་ཡང་གཞལ་བྱ་ནི་གཞལ་བྱ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར་རོ། །

ཞེས་གཞལ་བྱ་ལས་ཚད་མ་སྐྱབ་པ་དང་། ཚད་མ་ལས་ཀྱང་གཞལ་བྱ་སྐྱབ་  
པར་བྱས་ནས། ཚད་མ་ནི་གཞལ་བྱའི་གཞལ་བྱར་འགྱུར་ལ། གཞལ་བྱ་ཡང་ཚད་  
མའི་ཚད་མར་འགྱུར་བས་པན་ཚུན་ལྟོས་ནས་བདག་ཉིད་ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་དེའི་  
སྤྱིར་ཚད་མ་ཡང་གཉི་གར་འགྱུར་ལ། གཞལ་བྱ་ཡང་གཉི་གར་འགྱུར་བས་ན་གཉིས་  
ཀ་འབྲེས་པའོ། །

དེའི་སྤྱིར་རང་ལས་སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཚད་མ་དང་གཞལ་བྱ་དག་  
རང་གི་ངོ་བོས་སྐྱབ་པར་འགྱུར་ན་ནི། ཚད་མ་དང་གཞལ་བྱ་དག་ཏུ་འགྱུར་ན། གང་  
གི་སྤྱིར་ལྟོས་ནས་སྐྱབ་པ་ནི། པན་ཚུན་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཡིན་པ།  
དེའི་སྤྱིར་རང་ལས་སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་། ཡོད་པ་དང་མེད་པ་དང་གཉི་གའི་དངོས་པོ་དག་ནི་ལྟོས་པ་ཅན་  
མ་ཡིན་ནོ། །

གལ་ཏེ་ཡང་ལྟོས་པ་ཅན་ཏུ་འགྱུར་པར་འགྱུར་ན་ཡོད་པའམ། མེད་པ་གཉི་ག་  
གང་ཞིག་ཡིན་གྲང་ན། དེ་ལ་རེ་ཞིག་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་ཡོད་པ་ནི་ལྟོས་པ་མ་ཡིན་  
ཏེ། ཡོད་པའི་བྱམས་པ་ནི་གཞན་འཇིམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ལྟོས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །མེད་པ་  
ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་མེད་པ་ཡང་ལྟོས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རེ་བོང་གི་རྩ་ལ་སོགས་པ་ཡང་ལྟོས་པར་

ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། ། ཉེས་པ་གཉི་ག་ཡོད་པའི་ཕྱིར་གཉི་ག་ཡང་ལྟོས་པ་མ་ཡིན་ལོ། །

སྐྱས་པ། རི་ལྷར་སྤང་ལ་སོགས་པ་མེད་ན་གཞལ་བྱ་གཟུང་བ་མེད་པ་དེ་  
བཞིན་དུ་ཚད་མ་མེད་ན་ཡང་གཞལ་བྱ་གཟུང་བ་མེད་དོ་ཞེས་སྐྱ་ན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ།

མ་ཡིན་ཏེ་སྤྱག་པ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། ། གལ་ཏེ་ཚད་མ་  
མེད་པས་གཞལ་བྱ་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་པར་འདོད་ན་གང་གིས་ན་ཚད་མ་རྣམས་མེད་  
པར་ཚད་མ་རྣམས་གྲུབ་པར་འདོད་པ་ཡིན་ཏེ། ལྷན་པར་གྱི་གཏན་ཚིགས་སམ་མི་  
འདལ་བ་ཉིད་བརྗོད་དགོས་སོ། །

གལ་ཏེ་ཡང་དོན་ཐམས་ཅད་ཚད་མས་གྲུབ་པ་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན། ཚད་མ་རྣམས་  
དེ་ལས་གཞན་པའི་ཚད་མས་གྲུབ་པོ་ཞེས་བྱ་བར་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ། ཚད་མ་རྣམས་  
ནི་དོན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་དུ་གཏོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གལ་ཏེ་ཚད་མ་རྣམས་ནི་ཚད་མ་རྣམས་ཀྱིས་འགྲུབ་པ་མ་ཡིན་ན་ནི་དོན་  
ཐམས་ཅད་ཚད་མས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བའི་དམ་བཅའ་ཉམས་པ་  
ཡིན་ལོ། །

སྐྱས་པ། ཚད་མ་རྣམས་ལ་ནི་ཚད་མ་མེད་དེ།

འདིར་མར་མེ་བཞིན་ཚད་མ་ནི་རང་དང་གཞན་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལོ། ། རི་  
ལྷར་མར་མེ་ནི་རང་དང་གཞན་རབ་ཏུ་གསལ་བར་བྱེད་པ་མཐོང་བ་དེ་བཞིན་དུ་ཚད་  
མ་རྣམས་ཀྱང་རང་དང་གཞན་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལོ། ། དེ་ལྟ་བུས་ན་སྤྱག་པ་མེད་  
པ་མར་མེ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱོན་སྲིད་པ་མ་ཡིན་ལོ། །

བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། མར་མེ་ནི་ལྷན་པ་དང་སྤང་བའམ་མ་སྤང་གྱང་དུང་སྟེ་

གསལ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །མར་མེ་ཞི་མུན་ས་དང་སྤང་ནས་གསལ་བར་བྱེད་  
དམ། མ་སྤང་བར་ཡང་གསལ་བར་བྱེད་གང་ན། དེ་ཞིག་མར་མེ་ཞི་མུན་ས་དང་སྤང་  
ནས་གསལ་བར་བྱེད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ་སྤང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་གི་ཕྱིར་མར་  
མེ་དང་མུན་ས་ཞི་སྤང་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གང་ན་མར་མེ་ཡོད་པ་དེ་ན་མུན་ས་མེད་ན་ངེ་ལྟར་མར་མེ་འདི་མུན་ས་སེལ་  
བར་བྱེད་པའམ་གསལ་བར་བྱེད་པར་འགྱུར། མ་སྤང་བ་ཡིན་ན་ཡང་མ་སྤང་བའི་རལ་  
གི་ནི་གཙོད་པར་མི་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །

གཟའི་གཙོད་པ་བཞིན་དུ་འདི་ཡང་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་དཔེ་དང་འགལ་  
བའི་ཕྱིར་རོ། །

འདི་ལྟ་སྒྲིན་ལ་སོགས་པ་ལ་གཟམ་བྱས་པའི་སྒྲོན་སྤང་ནས་གཙོད་པ་བྱེད་  
པའམ། རང་གི་ལུས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་འདྲིན་པར་བྱེད་པ་དེ་ལྟར་ནི་མར་མེས་  
བྱས་པའི་གཙོད་པ་མུན་ས་ལ་མེད་པ་མ་ཡིན་པ་ངེ་ལྟར་གཟམ་བྱས་པའི་སྒྲོན་དང་  
མཚུངས་པ་ཡིན། གཟམ་ལ་སོགས་པ་ལུས་དང་ལྡན་པས་སྐྱེས་བུ་ལ་སོགས་པ་  
རྣམས་ལ་བྱེད་པར་འགྱུར་བ་མེ་དང་། ཐག་པ་དང་། རྩ་དང་། ཉན་དང་། ལྷུལ་དང་  
རིམས་ལ་སོགས་པ་ལུས་ཅན་རྣམས་ཁོ་ནས་གཙོད་པར་བྱེད་པ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་མར་མེ་  
ལ་ཚུང་ཟད་གུང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནས་ཚོས་མ་ཐུན་ས་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་ཐག་རིང་སོ་ན་ཡོད་པའི་མེ་ཞི་མུན་སའི་ལུས་དང་དབང་སོ་ལ་  
སོགས་པ་ལ་གཙོད་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་དེ་དག་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་  
གཟའི་དཔེ་ནི་མ་སྤང་བར་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གལ་ཏེ་ཡང་མར་མེ་ནི་མ་སྲད་བར་གསལ་བར་བྱེད་བར་འགྱུར་ན་ནི་འདི་ན་  
གནས་པ་ཁོ་ནས་རི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱག་གི་ནང་དུ་གཏོགས་པའི་སྟུན་པ་སེལ་བར་  
བྱེད་པའམ་གསལ་བར་བྱེད་བར་འགྱུར་བ་ཞིག་ན་དེ་ལྟར་ནི་འཇིག་རྟེན་མ་མཐོང་  
བའམ་འདོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལོ། །

བསྟན་བཅོས་ལས་འཇིག་རྟེན་པའི་སྦྱོང་བ་པོ་དེ་ཡང་སེང་གོ་ལ་སོགས་པ་  
དང་མཚུངས་པར་མངོན་བར་འདོད་པ་ཡིན་ལོ། །དེ་ལ་འཇིག་རྟེན་པ་ནི་བྱིས་པ་ལ་  
སོགས་པ་ནས་བ་ལང་རྗེའི་བར་དུ་ལོ། །སྦྱོང་བ་པོ་ནི་བྱུང་འཇུག་དང་དབང་ཕྱག་དང་  
ཚངས་པ་དང་སེང་སྐྱ་དང་འུག་པ་དང་རྒྱས་པ་དང་གནས་འཛོག་དང་བྱ་སྐྱ་དང་  
འགྱོར་ལྗན་དང་། ག་ག་ར་དང་། མ་ཐ་ར་ལ་སོགས་པ་སྟེ། དེ་དག་དོན་གང་ལ་སློ་  
མ་སྟན་པ་དེ་ནི་དཔེ་རབ་ཏུ་གྲུབ་པ་ཡིན་ལོ། །

དེ་ལ་བྱུང་འཇུག་ལ་སོགས་པ་ནི་འོད་མེད་པ་ཅམ་ལ་སྟན་བར་འདོད་དེ། ཇི་  
ལྟ་ཞེ་ན། འོད་མེད་པ་ནི་སྟན་པའོ་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྦྱིར་རོ། །འདི་ན་སྟན་པ་ཡིན་ཏེ།  
སྤང་བ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །

དེ་ལྟར་གཞན་དག་དཔྱོད་པ་པོ་ལ་སྟན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དངོས་པོ་ཅི་འདྲ་བ་  
ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱ་ཞིག་ལ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལོ། །

དེ་བས་ན་མར་མེས་སྟན་པ་བསལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་  
ལོ། །དེའི་སྦྱིར་གང་མར་མེ་ནི་སྟན་པ་སེལ་བར་བྱེད་པའོ། །ཞེས་བྱ་བའི་དཔེ་ནི་འདི་  
རིགས་པ་མ་ཡིན་ལོ། །དེ་མི་རིགས་པས་དཔེ་ཅན་གྱི་དོན་ཚད་མ་ཞེས་བྱ་བ་མ་གྲུབ་  
པ་མ་ཡིན་ལོ། །དེའི་སྦྱིར་རང་དང་གཞན་སྐྱབ་བར་བྱེད་པའི་ཚད་མ་ཞེས་བྱ་བ་ཡོད་

བ་མ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་མར་མེ་ནི་བདག་ཉིད་གསལ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ལྷན་པ་  
མེད་པའི་སྲིར་མར་མེ་ནི་རང་གི་བདག་ཉིད་ཀྱང་གསལ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་  
ནོ། །མར་མེ་ལ་ནི་ལྷན་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན་ཅི་ཞིག་གསལ་བར་བྱེད་དེ། མར་  
མེ་དང་གསལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་དོན་གཅིག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ལྷན་པ་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་ཏེ་འགལ་བའི་སྲིར་རོ། །

གཞན་ཡང་སྲིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་སྲིར། ལྷན་པ་ཡང་བདག་  
ཉིད་ལ་སྦྱིབ་པར་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །

གལ་ཏེ་མར་མེ་རང་དང་གཞན་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ན་དཔེ་ཅི་ཞིག་ལ་  
ཐོབ་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། སྲིན་ཅི་ལོག་པའི་སྲིར་ལྷན་པ་ཡང་བདག་ཉིད་ལ་སྦྱིབ་པར་  
བྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་ཡང་ལྷན་པ་རང་གི་བདག་ཉིད་ལ་སྦྱིབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་  
ན་དེ་ལ་ལྷན་པ་མི་དམིགས་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །

སུ་ཞིག་ལ་བརྗོད་པར་བྱ་ཞེ་ན། མར་མེས་བདག་ཉིད་དང་གཞན་གསལ་བར་  
བྱེད་པར་རང་གི་ཁས་སྲུངས་པའི་དེའི་འདོད་པ་ལ་ལྷོས་ནས་གལ་ཏེ་ཞེས་བྱ་བའི་སྦྱ་  
སྣོས་སོ། །ལྷན་པ་ཡང་བདག་ཉིད་ཁོ་ནས་བདག་ཉིད་སྦྱིབ་པ་ན་མར་མེ་དེ་ལ་གསལ་  
བར་བྱེད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

གཞན་ཡང་ཚད་མ་དང་གཞལ་བྱ་དག་ནི་དུས་གསུམ་དུ་མ་གྲུབ་སོ། །ཚད་མ་  
ནི་གཞལ་བུའི་དོན་ལས་སྤྲོད་ལ་དུ་འཕྲི་སྲིས་སམ། ཚད་མ་དང་གཞལ་བྱ་དག་ཅིག་  
ཅར་དུ་ཡིན་གང་། དེ་ལ་གལ་ཏེ་ཚད་མ་གཞལ་བུའི་དོན་ལས་སྤྲོད་ལ་དུ་ཡིན་ན་ནི་

གང་གིས་ན་དེ་ཚད་མར་བརྗོད་པར་བྱ་བ་གཞལ་བུའི་དོན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་གང་གིས་ཚད་མ་ཡིན་ཞིང་ཅི་ཞིག་ཚད་མས་ངེས་པར་བྱེད། འོན་ཏེ་སྤྱི་མཉམ་ཡིན་ན་གཞལ་བུ་ཡོད་པ་ལ་ཅི་ཞིག་ཚད་མར་འགྱུར་མ་སྤྱེས་པ་ནི་སྤྱེས་པའི་ཚད་མར་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རི་བོ་ལ་སོགས་པ་ཡང་ཚད་མ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་དང། མ་སྤྱེས་པ་དང་སྤྱེས་པ་དག་ལྟན་ཅིག་མི་བཞུགས་པའི་ཡང་སྤྱིར་རོ། །

འོན་ཏེ་ཅིག་ཅར་བ་ཡིན་ན་དེ་ཡང་སྤྱིད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་བ་ལང་གི་བྱ་ཅིག་ཅར་སྤྱེས་པ་དག་རྒྱ་དང་འབྲས་བུར་མི་འཐད་པ་བཞིན་ནོ། །

སྤྱིས་པ། དུས་གསུམ་དུ་ཚད་མ་དང་གཞལ་བུ་དག་མ་གྲུབ་པས་འགག་པ་མི་འཐད་དོ། །དུས་གསུམ་དུ་གཞལ་བུ་དག་མ་གྲུབ་པར་འདོད་པ་དེའི་སྤྱིར་ཁྲོད་ཀྱིས་བརྗོད་པའི་ཚད་མ་དང་གཞལ་བུའི་འགག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་དགག་པར་བྱ་བའི་དོན་ལས་སྤྱོད་ལ་དུ་འཕམ་སྤྱིས་ནས་སམ་ཅིག་ཅར་ཡིན་གྲང་ན་འགག་པ་དེ་ཡང་དུས་གསུམ་དུ་མི་འགྲུབ་སྟེ་དགག་པར་བྱ་བ་མེད་པའི་སྤྱིར། རི་ལྟར་ཁྲོད་ཀྱི་ཚིག་གྲང་འགག་པར་བྱེད་པར་འགྱུར་ཞིང་རི་ལྟར་ན་དེའི་དགག་པ་གྲུབ་པར་འགྱུར། འོན་ཏེ་དགག་པ་འགྲུབ་པོ་ཞེ་ན། དུས་གསུམ་གྱི་བརྟག་པའི་དོན་མཚུངས་པ་ཉིད་གྲུབ་པ་ན་ཚད་མ་དང་གཞལ་བུ་གྲུབ་པའང་མི་འདྲ་བ་ཉིད་བརྗོད་དགོས་སོ། །

དེ་ལྟར་དགག་པར་བྱ་བ་དང། འགོག་པར་བྱེད་པ་དེ་དུས་གསུམ་དུ་མ་གྲུབ་པ་ན་དེ་ལྟ་ཡིན་དང། འགག་པ་ཡང་མི་འགྲུབ་པོ་ཞེ་ན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དགག་པར་གྲུབ་ན་ཚད་མ་དང་གཞལ་བུ་ཡང་གྲུབ་པོ་ཟེར་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། སྤར་ཁས་སྤངས་པའི་སྤྱིར་རོ། །དུས་གསུམ་གྱི་བརྟག་པས་དགག་པས་ན་ཚད་མ་དང་གཞལ་བུ་དག་གོ་

ཞེས་སྐྱེས་པ་དེ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

གང་ལས་ཤེ་ན། ལྟར་ཁས་སྦངས་པའི་སྲིར་ཉེ། ལྟར་ཉིད་ཚོད་ཀྱིས་ཚད་  
མ་དང་གཞལ་བྱ་དག་དུས་གསུམ་དུ་མ་གྲུབ་པོ། །ཞེས་ཁས་སྦངས་པའི་སྲི་ནས་  
ནི་འདི་སྐྱོན་གྲུང་བ་མཐོང་ནས། དེས་འཇིག་པས་འགག་པ་ཡང་མི་འགྲུབ་པོ་  
ཞེས་ཡོངས་སུ་བརྟགས་ཏེ་སྐྱེས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཚད་མ་དང་གཞལ་བྱ་  
དག་མ་གྲུབ་པར་ཁས་སྦངས་པ་ཡིན་ན་ནི་ཁས་སྦངས་པ་དང་། དུས་མཉམ་པ་ཁོ་  
ནར་ཚོད་པ་རྫོགས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟ་ཞེ་ན། ཡོངས་སུ་ཚིམ་པ་ལྟ་རྣམས་དགའ་བ་ཚོད་ཀྱིས་གང་གི་ཚེ་  
ཁོ་ནར་ཚད་མ་དང་གཞལ་བྱ་དག་དུས་གསུམ་དུ་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ན་དགག་པ་  
དང་འགོག་པར་བྱེད་པའི་ཚིག་གྲང་མ་གྲུབ་པོ་ཞེས་སྐྱེས་པར་བྱེད་པ་དེའི་ཚེ་ཁོ་  
ནའི་རང་གི་སྐྱོན་སྤང་བར་འདོད་པ་ཚོད་ཀྱིས་ཚད་མ་དང་གཞལ་བྱ་དག་མེད་  
པར་ཁས་སྦངས་པ་མ་ཡིན་ནས། ཚད་མ་དང་གཞལ་བྱ་དག་མེད་པའི་སྲིར་  
འགག་པ་འདི་གང་ཡིན་ཞེས་སྐྱེ་བར་བྱེད། གང་གི་སྲིར་ཚད་མ་དང་གཞལ་བྱ་  
དག་མེད་པ་དེ་ཁས་སྦངས་ནས་སྲི་ནས་འགག་པ་འགོག་པར་བྱེད་པའི་སྲིར་དང་  
པོ་ཁས་སྦངས་པ་ན་ཚོད་པ་རྫོགས་པ་ཡིན་ནོ། །

དགག་པར་བྱེད་པ་མེད་ན་འགག་པ་ཞེས་བྱ་བ་མེད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།  
མ་གྲུབ་པའི་རྟོག་པ་སྐྱོང་བ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལྟ་སྟེ་དབེར་ན་རྩ་ཤིན་ཏུ་གཉིང་རིང་བ་མ་  
ཡིན་པ་ལ། གཉིང་རིང་བའི་སྐོ་དང་མཛོན་པར་ལྡན་ཞིང་འཇིགས་པར་འགྱུར་བ་ལ་  
དེའི་འཇིགས་པའི་དོགས་པ་སྤང་བའི་དོན་དུ་གཞན་དེ་ཤེས་པས་འདི་ལ་རྩ་གཉིང་

རིང་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྐྱ་བ་ནི་དེ་མེད་པ་ལ་དེའི་སྐྱོ་གསལ་བའི་དོན་དུ་  
འཐད་པ་ཡིན་པའི་སྲིར་དགག་བྱ་མེད་པ་ལ་ཡང་དགག་བྱ་བརྗོད་པ་ལས་དགག་པ་  
བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་གལ་ཏེ་མཚུངས་པའི་སྐྱོན་ཁས་ལེན་ན་མཚུངས་པའི་  
སྐྱོན་ཁས་སྐྱངས་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྗོད་པ་རྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཁས་སྐྱངས་ནས་སྐྱ་  
བར་འདོད་པར་བྱའོ། །

སྐྱས་པ། མངོན་སུམ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་ལས་ཤེ་ན།  
ཡང་དག་པ་རྟོགས་པའི་སྲིར་རོ། །འདི་མངོན་སུམ་གྱི་དོན་ལ་དམིགས་ནས་བྱ་བ་དང་  
བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཡོན་ཏན་ཤེས་པ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ། །ལྷག་མ་  
རྣམས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། །

དེའི་སྲིར་ཚང་མ་དང་གཞལ་བྱ་ཡོད་དོ་ཞེ་ན། བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། མངོན་སུམ་  
ལ་སོགས་པ་གྲུབ་ཀྱང་གཞལ་བྱ་ནི་འཐད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ནི་ཁས་སྐྱངས་ན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། མངོན་སུམ་ལ་སོགས་པའི་ཚང་མ་  
རྣམས་ནི་གྲུབ་ན་གཞན་གཞལ་བྱའི་དོན་གང་ཞིག་ཡིན་པ་སྐྱོས་ཤིག

གང་གི་སྲིར་བྱམ་པ་ཉིད་མངོན་སུམ་ཡིན་གྱི་བྱམ་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ་དབང་པོ་  
ལ་རབ་དུ་སྐྱོགས་པའི་དོན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མངོན་སུམ་ཡིན་པར་བྱས་ནས། མིག་  
གི་དབང་པོ་ལ་དབང་པོའི་བརྗོད་བྱས་ལ་དེ་ལ་རབ་དུ་སྐྱོགས་པའི་དོན་གང་ཡིན་པ་དེ་  
ནི་མངོན་སུམ་ཡིན་ཞིང་དེ་ཡང་སྐྱང་བ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་ལ་ལྟོས་པ་སྟེ། དེ་སྲིར་  
བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཡིན་ན་ཚང་མ་དེ་གང་གི་  
ཡིན་པ་དོན་གཞལ་བྱར་གྱུར་པ་དེ་གང་ཞིག་ཡིན་པར་འགྱུར། དེ་བཞིན་དུ་མེ་དང་དུ་



བ་ལ་འབྲེལ་བ་ལས་མངོན་སུམ་སྲོན་དུ་འགོ་བ་ཅན་རྗེས་སུ་དབག་བ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་རྗེས་སུ་དབག་པའི་ཤེས་བ་སྐྱེས་བ་ན་ཡང་གང་གི་དེ་རྗེས་སུ་དབག་  
པར་འགྱུར། རྗེས་སུ་དབག་པར་བྱ་བའི་དོན་གཞན་གང་ཞིག་ཡིན་པར་འགྱུར། ལྷག་  
མ་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །

སྐྱེས་པ། བྱམ་པ་ལ། བྱམ་པའི་སློན་མི་ཚད་མ་ཡིན་ལ་བྱམ་པ་ནི་གཞལ་བྱ་ཡིན་  
ནོ་ཞེན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་རྒྱུན་དུ་གྱུར་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཤེས་བ་ཡང་མ་ཡིན་  
ཞིང་ཤེས་བྱ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཕྱིར་དབང་པོ་དང་དོན་སྤང་བ་ལས་སློ་སྐྱེ་བར་  
འདོད་བ་དེའི་བྱམ་པ་ནི་རྒྱུན་དུ་གྱུར་བ་ཉིད་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་སློན་མི་ཚད་མ་ཡིན་ལ་  
བྱམ་པ་ཡང་གཞལ་བྱ་མ་ཡིན་ནོ། །

གཞལ་བྱ་ཡང་སློན་མི་ཚད་མ་ཡིན་ཏེ། གཞལ་བྱ་ཡིན་པར་མངོན་པར་  
བརྗོད་པའི་ཕྱིར་དོ། །གང་གི་ཕྱིར་ཁྱོད་ཀྱི་སློ་གཞལ་བྱ་ཡིན་པར་རྗོད་པར་བྱེད་དེ་རི་  
ལྷ་ཞེ་ན། བདག་དང་། ལུས་དང་། དབང་པོ་དང་། དོན་དང་། སློ་དང་། ཡིད་དང་།  
འཇུག་པ་དང་། སྐྱོན་དང་། སྲིད་པ་སྤྱི་མ་དང་། འབྲས་བུ་དང་། ལྷག་བསྐྱེལ་དང་བྱང་  
གྲོལ་རྣམས་ནི་གཞལ་བྱ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་དོ། །དེའི་ཕྱིར་གཉི་ག་ཡང་  
མེད་པ་ཡིན་ནོ། །

སྐྱེས་པ། ཚད་མ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་གཞལ་བྱ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ན་  
ཐེ་ཚོམ་བ་བ་ཡིན་ནོ། །ཐེ་ཚོམ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཚད་མ་དང་གཞལ་བྱ་གཉིས་གྲུབ་པ་  
ཡིན་ནོ། །

ཐེ་ཚོམ་ཞེས་བྱ་བའི་ཚིག་གི་དོན་ནི་ཡོད་པ་ཉིད་དེ་མ་བདེན་པའི་དོན་ལ་འདི་

ཡོད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དམིགས་པ་འཕམ་མ་དམིགས་པ་དག་ལ་ཐེ་  
ཚོམ་ཟ་བ་མེད་པ་དེ་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་སྲིད་རྟོ། །

འདིར་དམིགས་པ་འདི་དོན་ལ་འཕམ་མ་དམིགས་པ་འདི་དོན་ལ་འཕམ་དམིགས་པ་ཞིན་  
པ་འདི་དོན་ལ་ཐེ་ཚོམ་ཟ་གང་། དམིགས་པ་འདི་དོན་ལ་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ་མི་རིགས་ཤིང་། མ་  
དམིགས་པ་འདི་དོན་ལ་ཡང་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བར་མི་རིགས་ལ། དམིགས་པ་ཞིན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་  
དོན་གསུམ་པ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུ་ན་ཐེ་ཚོམ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

སྐྱུ་སྦྱེས་པ། ཐེ་ཚོམ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བྱུང་པར་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པའི་སྲིད་  
རྟོ། །འདིར་སྡོད་དུ་མ་མམ་སྐྱེས་བྱ་ཞེས་བྱ་བ་ཡུལ་ཐག་རིང་པོ་ནས་མཐོང་ནས་སྲིད་  
འཛིན་པ་འདི་སྐྱེས་བྱུང་མ། འོན་ཏེ་སྡོད་དུ་མ་ཡིན་ཞེས་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བར་འགྱུར་རྟོ། །

གང་གི་ཆེ་བའི་ཚང་བཅས་པ་འཕམ་པའི་དུགས་འབྲུག་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱུང་  
པར་མཐོང་བ་དེའི་ཆེ་འདི་ནི་སྡོད་དུ་མ་ཉིད་དོ། །ཞེས་ངེས་པར་འགྱུར་ཞིང་དེ་ལས་  
བརྗོད་པ་ཡིན་པའི་སྲིད་དང་། མགོ་བསྐྱར་བ་དང་། ལག་པ་གཡོ་བ་ལ་སོགས་པའི་  
བྱ་བ་མཐོང་བའི་སྲིད་སྐྱེས་བྱུང་སྐྱོ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །

འདི་ཡང་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་སྲིད་བྱུང་པར་ལ་ལྟོས་པ་ཡིན་ལ་དེ་  
ལས་གཞན་དུ་ན་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྲིད་ཐེ་ཚོམ་ནི་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་  
ན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། སྲུང་བཀག་ག་ཟེན་པའི་སྲིད་ཐེ་ཚོམ་ནི་བྱུང་པར་ལ་ལྟོས་པ་  
མ་ཡིན་ནོ། །ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་སྲིད་ཐེ་ཚོམ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་འདིས་སྲུང་  
ཉིད་བཀག་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟ་ཞེ་ན། སྡོད་དུ་མ་ལ་བྱུང་ཚང་བཅས་པ་སོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་དམིགས་

བས་འདི་ན་སྤོང་དུ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཤེས་པ་སྐྱེའི་ཐེ་ཚོམ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཡང་དག་པ་  
ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་བཞིན་དུ་སྐྱེས་བུ་ཡིན་པ་ལ་ཡང་མགོ་བསྐྱར་བ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་  
དམིགས་པས་འདི་ནི་སྐྱེས་བུ་ཉིད་རོ། །ཞེས་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་ཡོངས་སུ་  
ཤེས་པ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་ཐེ་ཚོམ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་ཤེས་  
པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །

གཉི་ག་ལ་ཡང་ཡང་དག་པའི་ཤེས་པའི་རྒྱ་མཚན་མེད་ན་མ་རྟོགས་པ་ཉིད་  
ཡིན་ཀྱི་ཐེ་ཚོམ་མ་ཡིན་ཏེ། མ་དེས་བ་དང་། མ་རྟོགས་བ་དང་། མ་བཟུང་བ་དང་། མི་  
ཤེས་བ་དང་། མ་མཐོང་བའི་དོན་རྣམས་གཞན་མ་ཡིན་ཞིང་དེ་དག་ནི་མི་ཤེས་པའི་  
རྣམ་གྲངས་ཡིན་ཏེ། ཤེས་པ་ལས་བརྒྱུ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

འདི་སྐད་དུ་སྟོན་པར་འགྱུར་ཏེ། བྱད་པར་ལ་ལྟོས་ནས་ཤེས་པར་འགྱུར་ལ།  
བྱད་པར་མ་མཐོང་བ་ལ་ནི་མི་ཤེས་པ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རོ། །

མགོ་བསྐྱར་བ་དང་། ལག་བ་གཡོ་བ་ལ་སོགས་པ་མཐོང་ན་ཐེ་ཚོམ་དུ་འགྱུར་  
བ་མ་ཡིན་ལ། བྱད་པར་མེད་ན་ནི་མི་ཤེས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །

འདི་ལྟ་བུར་འགྱུར་ཏེ། བྱད་པར་ཡོད་ན་ཤེས་པར་འགྱུར་ཞིང་དེ་མེད་ན་མི་  
ཤེས་པ་ཉིད་རོ། །གང་ལ་བྱད་པར་དང་བྱད་པར་མེད་པ་དག་ཅིག་ཅར་འགྱུར་བ་རྟོག་  
པ་གསུམ་པ་ནི་མེད་པའི་ཕྱིར་ཐེ་ཚོམ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

སྐྱས་པ། དགོས་པའི་དོན་གང་ལ་ཁོ་བོ་ཅག་གི་ཤེས་པ་དེས་བར་མ་སྐྱེས་པའི་  
དགོས་པ་དོན་དེ་ལ་ཐེ་ཚོམ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། ཡོད་པ་དང་མེད་

བ་ཉིད་གྱི་སྲིད་དགོས་པའི་དོན་ནི་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །

དོན་གང་གི་ཆེད་དུ་གཉེར་ནས་འཇུག་པ་དེ་ནི་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཁྲིད་  
གྱིས་བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ། རི་ལྷར་བྱམ་པའི་དོན་དུ་རྩ་མཁན་འཇུག་པ་བཞིན་ནོ། །གལ་  
ཏེ་འདྲིམ་པ་ལ་བྱམ་པ་ཡོད་པ་དེའི་ཆེ་དེའི་འཇུག་པ་དོན་མེད་པར་འགྲུང་རོ། །འོན་  
ཏེ་མེད་ན་བྱེ་མ་བཞིན་དུ་མེད་པ་ཉིད་གྱིས་དེ་ལ་འཇུག་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

སྤྲུལ་བ། བྱེ་མ་ལ་འཇུག་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེ་ཡོད་པའི་སྲིད་རོ། །རི་ལྷར་  
སྤྲུལ་བྱ་དགོས་པ་ན་སྤྲུལ་བྱ་ལ་སོགས་པ་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་གྱི་འཇུག་པ་ལ་མ་ཡིན་  
པ་བཞིན་ནོ། །ཞེ་ན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུ་དེ་ཡང་སྤྲ་མ་དང་མཚུངས་པ་ཉིད་དོ། །

གཞན་ཡང་ཐོག་མ་དང་དབྱུང་མེད་པའི་སྲིད་མཐའ་ཡང་མཐོང་བ་མ་  
ཡིན་ནོ། །གང་གི་དོན་གྱི་ཐོག་མ་དང་དབྱུང་མ་མཐོང་བ་དེས་རི་ལྷར་མཐའ་  
མཐོང་བ་ཡིན་ཏེ། ཐོག་མ་དང་དབྱུང་མེད་ན་མཐའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་  
སྲིད་དཔེ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །

སྤྲུལ་བ། འདིག་ཉེན་པ་དང་སྲོད་པ་ལོ་དག་དོན་གང་ལྟོ་མ་སྤུན་པ་དེ་ནི་དཔེ་  
ཡིན་ལ་དེ་ཡང་ཚོས་མ་སྤུན་པ་ཉིད་དང་། ཚོས་མི་མ་སྤུན་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཞེ་ན་བརྗོད་  
པར་བྱ་སྟེ། ཚོས་མ་སྤུན་པ་ཉིད་གྱི་སྲིད་མེ་ནི་མེའི་དཔེ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །ཚོས་མ་སྤུན་  
པ་ཉིད་གྱི་སྲིད་དཔེ་ཞེས་གང་བརྗོད་པ་དེ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

གང་གི་སྲིད་མེ་ནི་མེའི་དཔེ་མ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱུབ་པར་བྱ་བ་དང་། སྐྱབ་པར་བྱེད་  
པ་དག་ཁྱད་པར་མེད་པའི་སྲིད་རོ། །གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་བསྐྱུབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཞིང་དེ་ཉིད་  
སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ན་ཡང་རི་ལྷར་ན་དཔེ་ཁྱད་པར་ཅན་དུ་འགྲུབ། གཞན་ཡང་ཚུ་

ནི་མེད་དཔེ་མ་ཡིན་ཏེ། ཚོས་མི་མ་ཐུན་པ་ཉིད་ཀྱི་སྲིད། གང་བར་གཏོགས་པའི་རྒྱ་ནི་  
མེད་དཔེར་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ལ་ལ་དག་ཏུ་རྒྱ་ནི་གང་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་མེ་  
བཞིན་ལོ་ཞེས་སྐྱས་པ་དེ་དང་འདྲའོ། །

གཞན་ཡང་ཅུང་ཟད་ཚོས་མ་ཐུན་པ་ལས་ཡིན་ལོ་ཞེས་པ། མ་ཡིན་ཏེ་རི་རབ་དང་  
སྐྱ་བཞིན་ལོ། །དེ་ལ་ཅུང་ཟད་ཚོས་མ་ཐུན་པ་ལས་དཔེ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟར་  
འགྲུར་རོ་ཞེན་དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ག་ལས་ཤེས་པ། འདིར་རི་རབ་དང་སྐྱ་དག་གྲང་ཡོད་  
པ་ཉིད་དང་གཅིག་པ་ཉིད་དང་ལུས་ཅན་ཉིད་ཏུ་ཅུང་ཟད་ཚོས་མ་ཐུན་པ་ཡིན་ལོ། །

གཞན་ཡང་རི་རབ་དང་མཚུངས་པའི་སྐྱ་ཞེས་རབ་ཏུ་གྲགས་པ་ནི་མ་ཡིན་  
ལོ། །ལལ་ཆེར་ཚོས་མ་ཐུན་པ་ལ་འགྲུར་རོ་ཞེན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། སྲར་བཀག་པ་ཉིད་  
ཀྱིས་པལ་ཆེར་ཚོས་མ་ཐུན་པར་ནི་མ་ཡིན་ལོ། །འདིར་པལ་ཆེར་ཚོས་མི་མ་ཐུན་པར་  
འགྲུར་བ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་པལ་ཆེར་ཚོས་མ་ཐུན་པ་དང་ཚོས་མི་མ་ཐུན་པ་ཉིད་  
ཀྱིས་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ལོ། །

སྐྱས་པ། ཁྱོད་ནི་གྲུབ་པ་མེད་པ་ཉིད་ཏུ་བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ་གྲུབ་མཐའ་མེད་  
པ་དང་སྟན་ཅིག་སྐྱ་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ལོ་ཞེན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། རོག་མ་མ་གྲུབ་  
ན་ཐ་མ་འགྲུབ་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལོ། །གལ་ཏེ་རོག་མ་མ་གྲུབ་ན་དཔུས་དང་མཐའ་  
གཉིས་མ་གྲུབ་པོ། །

སྐྱས་པ། ཡན་ལག་དང་བུལ་བ་ནི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ལ་ཁྱེད་ཅག་གི་  
ཡན་ལག་ཏུ་སྐྱ་བ་ནི་མ་ཡིན་ལོ། །དེས་ན་ཐམས་ཅད་མ་འགྲེལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་འགོག་པ་  
ཡིན་པ་དེའི་སྲིད་གཏོན་མི་ཟ་བར་ཡན་ལག་གཟུང་བར་བྱས་ནས་བརྗོད་པར་བྱ་

དགོས་ཏེ། རྣམ་པ་གཞན་དུ་ན་དགག་པ་མི་འགྲུབ་པོ་ཞེན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། ཡན་ལག་ཅན་མེད་པའི་སྲིར་ཡན་ལག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

འདིར་དམ་བཅའ་བ་དང་གཏན་ཚིགས་དང་དཔེ་དང་ཉེ་བར་སྦྱོར་བ་དང་མཚུགས་བསྟུ་བའི་ཡན་ལག་རྣམས་ལ་ཡན་ལག་ཅན་མེད་པའི་སྲིར་ཡན་ལག་རྣམས་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །

སྤྲུམ་པ། ཚོགས་པ་ལ་ཡན་ལག་མ་གྲུབ་པོ་ཞེན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་དེ་ལ་མེད་པའི་སྲིར་ཚོགས་པ་ལ་ཡང་མི་འགྲུབ་པོ། ཚོགས་པ་ལ་ཡན་ལག་ཅན་ཡོད་པ་ཞེས་བྱ་བར་བརྗོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཡན་ལག་དེ་དེ་ལ་ཡན་ལག་ཅན་མེད་པའི་སྲིར་ཚོགས་པ་ལ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་། ཡན་ལག་ཅན་གཅིག་ཡིན་པའི་སྲིར་ཡན་ལག་རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྲུང་ཏེ། སྦྱོན་འདི་ནི་གཞན་ཡང་ཡིན་པ་ལའོ། །འོན་ཏེ་ཡན་ལག་ལྡེ་ལས་གཞན་པ་གཅིག་ཡིན་ན་ནི་དུག་པར་ཐལ་བར་འགྲུང་རོ། །

གཞན་ཡང་། དུས་གསུམ་ལ་མ་གྲུབ་པས་ཡན་ལག་མེད་པ་ཉིད་དོ། །དམ་བཅའ་བ་ལ་སོགས་པ་སྦྱེས་པ་དང་། མ་སྦྱེས་པ་དང་། ད་ལྟར་བ་རྣམས་པ་ལས་འདས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་དང་། ད་ལྟར་བ་རྣམས་ཡོངས་སུ་བརྟག་བཞེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རིགས་པ་མེད་པའི་སྲིར་རོ། །དེའི་སྲིར་ཡན་ལག་ཅན་མེད་པ་ཡིན་ཞིང་ཡན་ལག་གྲང་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །

འོན་ཏེ་རྩ་བལ་བ་ཇ་བཞེན་དུ་དེ་ཡང་གྲུབ་པོ། །རི་ལྟར་རྩ་བལ་བ་ཇ་གཅིག་གིས་གྲང་བོ་ཆེ་འཆིང་བར་མི་ལུས་གྲང་རྩ་བལ་བ་ཇ་ཚོགས་པས་ནི་ལུས་པ་ལྟར་དེ་

བཞིན་དུ་ན་དམ་བཅའ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡན་ལག་ཅན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་  
བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ་མ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་མཚུངས་པའི་སྲིར་རོ། །

འདི་ནི་མོ་གཤམ་དང་ལོང་བ་དང་བྲེ་མ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ་གང་གི་ཆེ་མོ་  
གཤམ་གཅིག་གིས་བྱ་བསྐྱེད་མི་རུས་པ་དེ་བཞིན་དུ་མོ་གཤམ་སྟོང་སྟེང་དུ་མ་  
ཆོགས་པས་ཀྱང་བསྐྱེད་པར་རུས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་ལོང་བ་གཅིག་ལ་  
མཐོང་བའི་རུས་པ་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ལོང་བ་སྟོང་སྟེང་དུ་མ་ཡང་མཐོང་བའི་  
རུས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་བྲེ་མ་དེ་རེ་ལ་ཉེལ་མར་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། མང་པོ་ཆོགས་པས་  
འབྲིན་པ་མེད་དེ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་སྲིར་རོ། །འོན་ཏེ་མོ་གཤམ་ལ་སོགས་པའི་དཔེ་ནི་  
མཚུངས་པ་ཉིད་དེ་གང་གིས་ན་དེ་བྲེ་མ་ལེབ་ལ་སོགས་པའམ། དེ་ལྟ་བུའི་ངོ་པོ་  
འགའ་ཞིག་འཆིང་བར་འགྱུར་བ་བལ་བ་ཇ་གཅིག་ལ་ཡང་བལ་བ་ཇའི་ངོ་པོ་དང་རྗེས་  
སྲུ་མ་སྐྱེན་པའི་རུས་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། མང་པོ་འདུས་པས་ནི་སྲང་པོ་ཆེའང་འཆིང་  
བར་རུས་པར་འགྱུར་རོ་སྟེ་སེམས་ན། དེ་ཡང་སྲིད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་ལས་ཤེ་  
ན་རིགས་པ་མེད་པའི་སྲིར་རོ། །

རབ་རྟུ་གྲགས་པའི་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་དཔེར་ཡིན་ན། ཡན་ལག་ཅན་དག་ལ་ནི་  
མ་ཡིན་ཏེ། ལྷན་ཅིག་གནས་པ་མེད་པའི་སྲིར་རོ། །དུས་གཅིག་ལམ་ཁ་སྐོའི་ཡུལ་ལ་  
དམ་བཅའ་བ་ལ་སོགས་པའམ་དེའི་ཡི་གེ་དག་ལྷན་ཅིག་གནས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
དེའི་སྲིར་བལ་བ་ཇའི་དཔེ་འདི་མི་རིགས་སོ། །དེ་མི་རིགས་པའི་སྲིར་ཡན་ལག་མེད་  
དོ་ཞེས་བྱ་བར་བྱུབ་པ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་། ཡན་ལག་དག་ལ་ཡང་ཡན་ལག་ཡོད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་  
རྟོ། །གལ་ཏེ་ཡན་ལག་ནི་མ་གྲུབ་པའི་དོན་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ན། དེ་དག་གྲང་གྲུབ་  
པ་ཞིག་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནམ་མ་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན་གྲང་། གལ་ཏེ་གྲུབ་པ་ཞིག་  
སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ན་སྐྱབ་བྱེད་གང་གིས་དེ་དག་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་དེ་དག་ལ་ཡང་  
སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་གཞན་ཞིག་ཡོད་པར་འགྱུར་ལ་དེ་དག་ལ་ཡང་གཞན་ཡོད་པས་  
ལྷག་པ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རྟོ། །

འོན་ཏེ་དེ་དག་ལ་ཡང་གཞན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན་མི་འདྲ་བ་ཉིད་དང་དམ་བཅའ་  
བ་ཉམས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ཡན་ལག་གི་སློན་ས་ཡན་ལག་ཅན་  
སྐྱབ་པར་འདོད་པ་ལ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །

གཞན་ཡང་། དམ་བཅའ་བ་ལས་གཏན་ཚིགས་གཞན་དང་གཞན་མ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་གཏན་ཚིག་མ་ཡིན་ནོ། །དམ་བཅའ་བ་ནི་སྐྱབ་བྱེད་ན་གང་པོས་མི་  
འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་རྟོ། །

འོན་ཏེ་གཏན་ཚིགས་དང་དམ་བཅའ་བ་དག་མ་ཡིན་ན་ཅི་ཞིག་འཛོལ་བར་  
འགྱུར་ཞེན་དམ་བཅའ་བ་ནི་སྐྱམ་བྱ་དཀར་པོའི་གཏན་ཚིགས་གང་ཞེན་དཀར་པོ་  
ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རྟོ། །དེ་ཉིད་ནི་དེའི་སྐྱབ་བྱེད་མ་ཡིན་ཏེ་འདི་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་  
མཚུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་གཏན་ཚིགས་ལ་གཏན་ཚིགས་མེད་པའི་ཡང་ཕྱིར་རྟོ། །གཏན་  
ཚིགས་ལས་གྲུབ་པོ་ཞེས་བརྗོད་ལ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ་གཏན་ཚིགས་ལ་  
ཡང་གཏན་ཚིགས་གཞན་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཞིང་དེ་ལ་ཡང་གཞན་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ལྷག་



བ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །

འོན་ཏེ་གཏན་ཚིགས་ལ་ཡང་གཏན་ཚིགས་ཡོད་པར་མི་འདོད་ན་དེའི་སྲིད་  
གཏན་ཚིགས་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་ན་གཏན་ཚིགས་བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གཏན་ཚིགས་མེད་པར་གྲུབ་  
པར་འགྱུར་རོ། །

གཞན་ཡང་། དམ་བཅའ་བ་དང་གཏན་ཚིགས་མེད་པའི་སྲིད་ཉེ་བར་སྐྱོར་བ་  
དང་མཐུག་བསྐྱུ་བ་དག་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་དམ་བཅའ་བ་དང་གཏན་ཚིགས་  
དང་དཔེ་དག་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཉེ་བར་སྐྱོར་བ་དང་མཐུག་བསྐྱུ་བ་དག་ཀྱང་ཡོད་པ་  
མ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་ལྷག་མ་དག་ལ་གཏན་ཚིགས་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་ཡང་དམ་བཅའ་  
བ་ནི་གཏན་ཚིགས་ལས་གྲུབ་པ་ཡིན་ན་དཔེ་ལ་སོགས་པ་སྐྱུབ་པར་བྱེད་པ་ལ་ནི་  
གཏན་ཚིགས་མེད་པར་ཐམས་ཅད་འགྱུར་རོ། །

གཞན་ཡང་གལ་ཏེ་གྲུབ་པ་ནི་གཏན་ཚིགས་ཀྱིས་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཅི་ཞིག་  
འཛོལ་ཅེ་ན། དཔེ་ལ་སོགས་པ་དོན་མེད་དོ། །ཁྱོད་གཏན་ཚིགས་ཁོ་ནས་འགྲུབ་པར་  
སེམས་ཅན་དེའི་སྲིད་དཔེ་ལ་སོགས་པ་དག་དོན་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ་གཏན་ཚིགས་  
ཁོ་ནའི་དོན་འགྲུབ་པའི་སྲིད་རོ། །

གཞན་ཡང་གཏན་ཚིགས་དོན་མེད་པ་ཉིད་དམ། །འོན་ཏེ་དཔེ་གྲུབ་པར་  
འདོད་ན་དེའི་ཆེ་གཏན་ཚིགས་དོན་མེད་པར་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །ཡང་ན་དཔེ་  
དོན་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །

སྤྲུལ་པ། བདག་སྐྱབ་པ་ལ་གཏན་ཚིགས་དང་དཔེ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། བརྗོད་པར་  
བྱ་སྟེ། བདག་འགྲུབ་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གཏན་ཚིགས་ཀྱིས་འགྲུབ་པར་སེམས་ཏེ། ཇི་  
ལྟར་སྤྲེས་བྱ་རྟག་པ་ནི་དམ་བཅའ་བའོ། །ལུས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ནི་གཏན་ཚིགས་  
སོ། །དཔེ་ནི་ནམ་མཁའ་བཞིན་ནོ་ཞེས་ཁྲོད་ཀྱིས་སྤྲུལ་པ་ཡིན་ནོ། །

གཏན་ཚིགས་ཀྱིས་འགྲུབ་པར་རྟག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མི་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་  
དོ། །གང་གི་སྤྱིར་རང་ཉིད་ཀྱིས་མེད་པས་རྟག་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་  
ཚེ་གཏན་ཚིགས་བརྗོད་པ་ན་ཡང་དམ་བཅའ་ལ་སོགས་པ་མེད་དོ། །དེའི་སྤྱིར་གཏན་  
ཚིགས་ལ་སོགས་པ་དག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

འདིར་སྤྲུལ་པ། ཁྲོད་ཀྱི་ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་མེད་དོ་ཞེས་དམ་བཅའ་བ་དེ་ལྟ་  
བས་ན། དམ་བཅའ་བ་ཁས་སྐྱོང་པའི་སྤྱིར་ཁྲོད་ལ་ལྷག་མ་དག་ཀྱང་བྱུབ་པ་ཡིན་ནོ་  
ཞེ་ན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། ཡི་གེ་དག་ལ་ཡང་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །

ཡན་ལག་མ་གྲུབ་པའི་རྣམ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡི་གེ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་ལྟ་བར་  
བྱེད་དེ། ཇི་ལྟར་བྲའི་ཡི་གེ་དང་། ཉིའི་ཡི་གེ་དང་། ལྷའི་ཡི་གེ་དག་ལྟན་ཅིག་གནས་  
པ་མེད་པའི་སྤྱིར་དམ་བཅའ་བ་མེད་པ་ཉིད་དོ། །

དེ་བཞིན་དུ་བྲའི་ཡི་གེ་ལ་ཡང་བྲ་ལ་སོགས་པའི་རིམ་གྱིས་བརྗོད་པའི་སྤྱིར་  
ཡི་གེ་མེད་དོ། །རྒྱ་དང་། ཉམ་མཁའ་དང་། ལྷ་དང་། སོ་དང་། མགྲིན་པ་དང་། རྟ་  
དང་། ལྷ་དང་འབད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བའི་ཚེ་གཅིག་ལ་གཅིག་མེད་  
པ་ཡིན་ནོ། །

སྤྲུལ་པ། གང་གི་སྤྱིར་བརྟགས་ན་དེ་མ་ཐག་ཏུ་རབ་ཏུ་རྟོག་པ་དེ་སྤྱིར་རྟོག་གོ་

ཞེས་བྱ་བའི་ཚིག་གི་དོན་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡོད་པའི་སྲིར་གཞན་དག་ཀྱང་གྲུབ་པ་  
ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། རྗེ་ཚོམ་བཞིན་དུ་རྟོག་གེ་ཡང་ཡིན་ནོ། །

རི་ལྷ་ཞེ་ན། ཤེས་པའི་དོན་ལ་དཔྱད་པ་ཡིན་ནམ་མི་ཤེས་པའི་དོན་ལ་དཔྱད་  
པ་ཡིན་གང་། དེ་ལ་གལ་ཏེ་ཤེས་པའི་དོན་ལ་ཡིན་ན་ཅི་ཞེས་དཔྱད་པར་འགྱུར། འོན་  
ཏེ་མི་ཤེས་པའི་དོན་ལ་ཡིན་ན་ཡང་ཅི་ཞེས་དཔྱད་པར་འགྱུར། རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
གསུམ་པ་ནི་མེད་དོ། །

སྤྲུམ་པ། རྣམ་པར་དཔྱད་པ་དོན་ཁོང་དུ་རྩུབ་པ་ནི་གཏན་ལ་པལ་པ་ཡིན་ལ།  
འོ་ཤེས་པའི་རླང་མཚན་ནི་འཐད་པའོ། །

དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཤེས་པའི་དོན་དུ་དཔྱད་པར་བྱེད་པ་ནི་རྟོག་གེ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་  
བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། རྗེས་དང་ཡོད་པ་དང་གཅིག་ཉིད་ལ་སོགས་པ་དག་ནི་གཞན་དང་  
གཞན་མ་ཡིན་པ་དང་གཉིས་ཀ་མེད་པའི་སྲིར་གཏན་ལ་པལ་པ་མེད་དོ། །

འདིར་བྱུང་པ་དང་། ཡོད་པ་དང་། གཅིག་དང་། ལྷུ་པོ་དང་། དམར་པོ་ལ་  
སོགས་པ་དག་གཅིག་ཉིད་དམ་གཞན་ཉིད་གང་། དེ་ལ་གལ་ཏེ་གཅིག་ཉིད་དུ་འདོད་  
ན་གང་ལ་ཡོད་པ་ལ་སོགས་པ་དག་གི་ནང་ནས་གང་ཡང་རུང་བ་གཅིག་སྲིད་པ་དེ་  
ལ་རུས་པ་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ། དབང་དང་རུས་པ་ལྡན་དང་གྲོང་ཁྲིམ་འཇིག་པར་བྱེད་  
པ་བཞིན་ནོ། །

འོན་ཏེ་དེ་ལྷ་མ་ཡིན་ན་དེ་ལྷ་བས་ན་གཅིག་ཉིད་མེད་དོ། །འོན་ཏེ་གཞན་ཡིན་  
ན་དེའི་སྲིར་བྱུང་པ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞིང་གཅིག་ཀྱང་མ་ཡིན་ལ། ལྷུ་པོ་དང་དམར་  
པོ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །

བྱམ་པ་ནི་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པ་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་སྲིད་རོ་ཞེ་ན་དེ་ནི་མ་  
ཡིན་ལོ། །གང་ཞིག་གང་དང་ལྡན་པ་དེ་ནི་དེ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ལོ། །དེའི་སྲིད་  
གཅིག་ཉིད་དང་གཞན་ཉིད་དང་གཉི་ག་མེད་པའི་སྲིད་གཏན་ལ་དབབ་པ་མེད་དོ། །

སྐྱམ་པ། ཚད་མས་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་དམིགས་པ་ཅན་གྱུ་བ་མཐའ་དང་མི་  
འགལ་བ་ཡན་ལག་ལྡེ་ལས་སྐྱེས་པ་སྟོགས་དང་མི་མ་ཐུན་པ་དག་ཡོངས་སུ་འཇིན་པ་  
ནི་ཚོད་པ་ཡིན་ལ། འདིར་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་གསལ་བར་འདོད་པ་ཁྱོད་སྟོགས་དང་  
མི་མ་ཐུན་པ་ཡོངས་སུ་འཇིན་པ་ཡིན་ནོ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། ཚོད་པ་ནི། ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
ཏེ། རྗོད་པར་བྱེད་པ་དང་བརྗོད་པ་དག་མེད་པའི་སྲིད་ཚོད་པ་ཡང་མེད་དོ། །

ཇི་ལྟར་རྗེས་དང་ཡོད་པ་དང་གཅིག་ཉིད་ལ་སོགས་པ་དག་ནི་གཞན་དང་  
གཞན་མ་ཡིན་པ་གཉི་ག་མེད་པས་གཏན་ལ་པབ་པ་མེད་པ་དེ་བཞིན་གལ་ཏེ་བྱམ་པ་  
མངོན་པར་བརྗོད་པ་དང་། བྱམ་པ་གཅིག་ཉིད་ཡིན་ན་བྱམ་པ་བརྗོད་པ་བཞིན་དུ་སྲི་  
རོལ་ཡང་འཇིམ་པའི་གོང་བྱ་དང་། འཁོར་ལོ་དང་། ལྷ་ལ་སོགས་པ་འདུས་པ་ལ་མ་  
སྟོས་པར་བྱུབ་པར་འགྱུར་ཏེ། བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་མངོན་པར་རྟོགས་ནས་བྱམ་པ་  
ལ་སོགས་པ་འགྱུབ་པར་འགྱུར་རོ། །

བྱམ་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་ན་ཁ་གང་བར་འགྱུར་ལ་མེ་ཞེས་བརྗོད་པ་ན་མཚུ་  
འཚིག་པར་འགྱུར་ཏེ་དེ་ལྟར་འདོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལོ། །གཞན་ཡིན་ན་བྱམ་པ་ཞེས་  
དེས་པར་བརྗོད་ན་བྱམ་པ་དེས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །བརྟ་བྱས་པའི་བརྗོད་པའི་ཐ་སྟོད་  
ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། དོན་དམ་པ་དཔྱོད་པའི་སྐབས་ཡིན་པའི་སྲིད་རོ། །

འདི་ལྟར་སྟ་རྣམས་དགའ་བའི་རིགས་པ་སྤྱ་བའི་སྟོགས་སུ་སྐྱུང་བ་ཁྱོད་གྱི་

ཚིག་གི་དོན་བཅུ་དྲུག་ཡོངས་སུ་ཤེས་པས་གོལ་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གྲུབ་  
པའི་མཐའ་ཡིན་ལོ། །

གང་གི་སྲིང་ཚད་མ་ལ་སོགས་པའི་ཚིག་དོན་བཅུ་དྲུག་སོ་འདི་དག་དོན་དམ་  
བར་འགྱུར་བ་ནི་འདི་ལ་རིགས་པ་ཅི་ཞིག་ཅེས་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཉོགས་པར་  
བྱེད་དོ། །རང་གིས་བརྗོད་བྱས་པའི་མིང་འདི་དག་ནི་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་དོན་དག་  
ལ་ཡང་མཐོང་སྟེ། འདི་ལྟར་སྟེ་སྲིབ་དང་དབང་སོས་སྟེང་ཅེས་བྱ་བ་ཡིན་ལོ། །

གལ་ཏེ་འདི་ག་རྟེན་པའི་ཐ་སྙད་འབའ་ཞིག་ལས་གོལ་བ་ཡིན་ན་བ་ལང་རྗེ་ལ་  
སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གོལ་བར་འགྱུར་བ་དང་། མཁས་པ་དང་། རྫོངས་པ་ཞེས་  
བྱ་བའི་བྱུང་བར་དག་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །

གཞན་ཡང་བརྗོད་བྱས་པའི་མིང་དག་ནི་རྣམ་པ་དུ་མ་མཐོང་སྟེ། འདི་ལྟ་སྟེ། བ་  
ལང་ལ་ཏ་མི་ཏ་ལ་སོགས་པ་ནི་སྟོགས་ཏེ་དང་འཕགས་པ་ཞེས་མིང་དུ་བྱས་པ་ལྟ་བུ་  
དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཡུལ་ཚིགས་འདི་ག་པ་དག་གིས་ཀྱང་འཇུག་ཏུ་ཏ་ལ་ས་དང་སྐྱུར་ཅི་ལ་  
སོགས་པའི་རྗེས་ལ་ཚོགས་ཅན་དང་ལ་ལོ་ཀ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །

གཞན་ཡང་འདི་ག་རྟེན་པའི་མཁས་པ་དག་ཀྱང་རྫོང་བར་བྱེད་པ་དང་བརྗོད་  
པར་བྱ་བ་དུ་མ་ལ་སྐྱོར་བ་མཐོང་བའི་སྲིང་རོ། །འདི་ག་རྟེན་པའི་མཁས་པ་དག་ནི་  
གོལ་སྐྱེད་ཏུ་མ་ལ་སྐྱོར་བར་བྱེད་དེ། ཏ་རིའི་སྐྱེད་ཡང་དེ་བཞིན་ལོ། །

གོལ་སྐྱེད་རྣམས་པ་དུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། དག་སྐྱོགས་དང་ནི་ས་གཞི་  
དང་། །འོད་ཟེར་རྫོང་རྗེ་སྐྱོགས་དང་མིག་། རྩུ་དང་མཐོ་རིས་དོན་དགུ་ལ། །མཁས་པས་  
གོ་སྐྱེད་པ་གསུང་བྱ། །

རི་ལྷ་ལ། ལྷ་ལ་འཇུག་མེད་ལ། སྒྲོང་ལོ་སྤྲུལ། ཉི་རྒྱ་ལོད་དང་སྤྲེ་བྱ་དང་། །སེར་སྤྱེ་ལོ་ཙོ་དབང་ལོ་སྤྱུ། །མཁས་པས་ཏཱ་ལའ་ལེས་པར་བྲ། །སྤྲོ་གཅན་གནས་ལྡན་ལྷ་ལ་འཇུག་དང་། །ཏཱ་ལའ་ལེས་སྤྲོད་བདག་དང་། །མི་ཡི་མེད་ལ། མི་སྤྲུང་སྤྲུལ། །སྤྲོད་མེད་བྱ་ལོ་ལྷ་ལས་པ་ཡིན། །དེ་བཞིན་དུ་སྤྲོ་གཅན་ལ་ཡང་ཉེ་བར་གསུང་བར་བྱའོ། །  
ལོ་ལྷ་ལ་རེ་ཞིག་རྒྱུད་པར་བྱེད་པ་གཅིག་ལ་དོན་དུ་མ་ཡིན་པ་དང་། བརྒྱུད་པར་བྱ་བ་རེ་རེ་ལ་ཡང་རྒྱུད་པར་བྱེད་པ་དུ་མ་ཡིན་ལོ། །

དེ་བཞིན་དུ་རུས་ལྡན་དང་། དབང་ལོ་དང་། མོང་ལྲུང་འཛིག་དང་། མཚོད་སྤྱིན་དང་། ཀློ་ལི་ཀ་དང་། བརྒྱ་བྱིན་དག་གི་སྤྲོ་ལོ་བརྒྱུད་པར་བྱ་བ་གཅིག་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་ལོ། །མེད་པ་དང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དང་མི་འདོགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་ལོ། །དེ་ཡང་དོན་དམ་པར་བྲུབ་པ་མ་ཡིན་ལོ། །

དེའི་ཕྱིར་རྒྱུད་པར་བྱེད་པ་དང་བརྒྱུད་པར་བྱ་བ་དག་རྣམ་པ་དུ་མ་འདྲེས་པའི་སྤྲོ་ལོ་མཚོང་བའི་ཕྱིར་མ་དེས་པས་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ལོ། །

གཞན་ཡང་གཅིག་ཉིད་ཡིན་ན་རྒྱུད་པར་བྱེད་པ་དང་བརྒྱུད་པར་བྱ་བ་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ལ། གཞན་ཉིད་ཡིན་ན་ལྟེ་བྱམ་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱུད་པར་བྱེད་པ་སྤྲོད་བ་ན་བྱམ་པ་ལ་ལེས་པ་དེས་པར་མི་འགྲུར་རོ། །

དེ་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་གཞན་ལ་ཡང་གཅིག་ཉིད་ཡིན་ན། སྤྲུང་བའདད་པའི་སྤྲོ་ལོ་ཉིད་ཡིན་ལོ། །དེའི་ཕྱིར་ཚོད་བཞི་མི་སྤྲིད་དོ། །

གཞན་ཡང་བརྒྱུད་པ་དང་སྤྲུན་ཅི་ཕྱིན་དུ་བཀྲལ་བ་ཡང་དེ་བཞིན་ལོ། །དེ་བཞིན་ཞེས་བྱ་བའི་རྣམ་པ་གང་གིས་ཚོད་པ་སྤྲུན་སྤྲུང་བའི་རྣམ་པ་དེས་ཞེས་བྱ་བའི་

དོན་ཏོ། །དེས་བརྗོད་པ་དང་སྐྱབ་ཅི་སྤྱིན་དུ་བཀལ་བ་དག་མེད་པ་ཡིན་ལོ། །

སྐྱུ་ས་པ། ཁྱོད་ཀྱིས་ཐམས་ཅད་གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྤྲང་བར་བརྗོད་ཅིང་ལན་  
དང་ལྷན་པ་མ་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། ཚོས་མ་སྐྱབ་པ་ཉིད་དང་། ཚོས་མི་  
མ་སྐྱབ་པ་ཉིད་མེད་པའི་སྤྱིར་གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྤྲང་བ་མ་ཡིན་ལོ། །

གལ་ཏེ་གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྤྲང་བ་ཡོད་ན་དེ་ཚོས་མ་སྐྱབ་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཡིན་  
ནམ་ཚོས་མི་སྐྱབ་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཡིན་གྲང་། དེ་ཞིག་ཚོས་མ་སྐྱབ་པ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་གཏན་  
ཚིགས་ལྟར་སྤྲང་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་གསེར་ཉིད་ལ་གསེར་ཉིད་ཀྱི་  
ཡོངས་སུ་དཔྱོད་པ་ན་གསེར་ཉིད་དོར་བར་མི་བྱེད་པ་དེ་ནི་གསེར་ཡིན་གྱི་གསེར་  
ལྟར་སྤྲང་བ་ནི་མ་ཡིན་ལོ། །

དེ་བཞིན་དུ་གཏན་ཚིགས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་གཏན་ཚིགས་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི་  
གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྤྲང་བ་མ་ཡིན་ལོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཚོས་མི་མ་སྐྱབ་པ་ཉིད་ཀྱིས་གྲང་  
གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྤྲང་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། ཇི་ལྟར་བོང་བ་ལ་སོགས་པ་གསེར་མ་  
ཡིན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཇི་ལྟར་གསེར་ལྟར་སྤྲང་བར་འགྱུར། དེ་བཞིན་དུ་གཏན་  
ཚིགས་མ་ཡིན་པ་དེ་ནི་གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྤྲང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། གཏན་ཚིགས་ཉིད་མ་  
ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །ལྟར་སྤྲང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལས་  
བརྗོད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

རང་གི་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་བྱུང་བར་ཁམས་མི་མཉམ་པ་ཉིད་  
ལས་མི་ཉམས་པ་འབམ། ཁམས་མཉམ་པ་ལས་དེའི་སློབ་མོ་ཞེས་པ་ཉིད་ཡིན་པ་  
ལྟར། ཡོངས་སུ་བརྟགས་ན་གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྤྲང་བ་ཞེས་བྱ་བ་རྩུང་ཟད་ཡོད་

པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གང་གི་སྲིད་གཏན་ཚིགས་མ་ཡིན་པ་དང་། གཏན་ཚིགས་ལས་གཞན་གསུམ་པ་འདི་འཐད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྤང་བ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་། མ་འཇུག་བཞི་འཇུག་བ་དང་བྲལ་བ་ལས་ཡིན་ནོ། །མ་འཇུག་བ་ཉིད་གང་ལས་ལེ་ན། རང་གི་བདག་ཉིད་ལ་འཇུག་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་པར་འགྱུར་རམ་མ་འཇུག་བར་འགྱུར་གང་། གལ་ཏེ་བདག་ཉིད་ལ་འཇུག་བར་མི་འགྱུར་བ་ཡིན་ན་འཇུག་པ་དང་བཅས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། ཇི་ལྟ་ཞེ་ན། བདག་ཉིད་རང་གི་ངོ་བོ་མི་འདོར་བའི་སྲིད་རྒྱུ། །བདག་ཉིད་དེས་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱི་སྲིད་འཇུག་པ་དང་བཅས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

འོན་ཏེ་རང་གི་ངོ་བོ་འདོར་བར་བྱེད་པ་དེ་ལྟ་ན་ཡང་འཇུག་པ་དང་བཅས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་ངོ་བོ་དོར་ནས་དེ་ཉིད་མེད་པའི་སྲིད་རྒྱུ། །ནམ་པ་གཞན་དུ་ན་ཡང་རིགས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

འདི་སྐད་བསྟན་པར་འགྱུར་ཏེ། གཏན་ཚིགས་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བདག་ཉིད་དེས་འཇུག་པ་ཅན་མ་ཡིན་ལ། བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་པ་དེ་ནི་གཏན་ཚིགས་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་སྲིད་འཇུག་པ་དང་བཅས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པར་རྟོག་པ་གསུམ་པ་མེད་པའི་སྲིད་རྒྱུ། །

སྐྱས་པ། འཇུག་པ་དང་བཅས་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡོད་དོ། །འདི་ལྟ་སྟེ། རྣམ་



མཁའ་དང་ལས་ཞེས་བྱ་བ་དག་ལ་ལྷུས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དང་། རྩལ་སྤྲོ་རབ་དང་།  
བྱམ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་སྦྱི་དང་ཁྱད་པར་ལྟ་བུའོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་  
ལས་གཞན་ཡིན་པའི་སྲིར་རོ། །དེ་ནི་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །གང་ལས་ཤེ་ན་དག་གཞན་  
ཉིད་ཡིན་པའི་སྲིར་རོ། །

ནམ་མཁའ་ལ་ཡོད་པའི་ལྷུས་ཅན་མ་ཡིན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དེ་ཉིད་ལས་  
དང་སློལ་ཡོད་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ་སྦྱེས་པ་དང་མ་སྦྱེས་པ་འགལ་བའི་སྲིར་  
རོ། །འདིར་ལས་དང་སློལ་སོགས་པ་དག་གི་ལྷུས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ནི་སྦྱེ་བ་དང་ལྷན་  
བ་ཡིན་ལ། རྣམ་མཁའ་ནི་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དོ། །

ནམ་མཁའི་ལྷུས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ལས་ལ་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་ཏེ། གང་གི་སྲིར་ལས་ནི་སྦྱེ་བ་དང་ལྷན་པའི་སྲིར་རོ། །ལྷུས་ཅན་མ་ཡིན་པ་དེ་  
དང་ལྷན་ཅིག་སྦྱེ་བ་ན་སྦྱེ་བ་དང་། དེས་འཇིག་པ་ན་ཡང་འཇིག་པའི་སྲིར་རོ། །དེའི་  
སྲིར་ནམ་མཁའ་དང་ལྷུས་ཅན་མ་ཡིན་པ་གཞན་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ནམ་མཁའི་ལྷུས་ཅན་  
མ་ཡིན་པ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ལས་སློལ་སོགས་པ་ལ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ལ་ལས་གྱི་  
ལྷུས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་ནམ་མཁའ་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

སྦྱབ་བ་དང་སྦྱུན་འབྲེན་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་འགའ་ཞིག་ཡོད་པ་སྦྱབ་བར་བྱེད་བ་  
གང་ཡིན་པ་དེ་སྦྱབ་བར་བྱེད་པ་ཉིད་དུ་མི་འཇུག་ལ། དེ་བཞིན་དུ་སྦྱུན་འབྲེན་པ་ལ་  
ཡང་བརྗོད་པར་བྱའོ། །དེའི་སྲིར་འཇུག་པ་དང་ལྷན་པའི་གཏན་ཚིགས་ནི་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་ནོ། །འགལ་བ་ཉིད་ཡིན་གྱི་འཇུག་པ་དང་བཅས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྲིར་ནམ་  
མཁའི་ལྷུས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ནི་རྟག་པ་ཉིད་ནི་སྦྱབ་བ་ལ་འཇུག་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་

ལས་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་གྱོ། །

གཞན་ཡང་། སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཡང་ངོ། ། །དོན་གང་ལ་བསྐྱབ་པ་འཕམ་  
སྲུང་འབྲིན་པར་བྱེད་པ་དེ་ལ་འདྲིལ་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་སྐྱབ་པ་འཕམ་སྲུང་འབྲིན་པར་  
བྱེད་པ་རིགས་པ་མ་ཡིན་གྱོ། །གཉི་ག་གནས་པ་ཡིན་ན་གཏན་ཚིགས་སྐྱབ་པ་འཕམ་  
སྲུང་འབྲིན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི་དེ་འདྲིལ་པ་ན་གཏན་ཚིགས་དེ་སྐྱབ་པ་འཕམ་སྲུང་  
འབྲིན་པར་བྱེད་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཉི་ག་གནས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་  
ཕྱིར་འབྲུལ་པ་དང་བཅས་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་གྱོ། །

སྐྱས་པ། བྲོད་ཀྱི་གཏན་ཚིགས་ཐམས་ཅད་འགལ་བར་བརྗོད་པ་ཡིན་གྱི་  
འབྲུལ་པ་དང་བཅས་པ་ནི་མ་ཡིན་གྱོ། །མ་ངེས་པ་ཁོ་ན་འབྲུལ་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་  
གྱོ། །སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ལ་མ་འབྲུལ་པ་ཡིན་ལ། དེ་  
བཞིན་དུ་སྲུང་འབྲིན་པར་བྱེད་པ་ལ་ཡང་བརྗོད་པར་བྱའོ། །

དེའི་ཕྱིར་འབྲུལ་པ་དང་ལྡན་པའི་གཏན་ཚིགས་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་  
འགལ་བ་ཉིད་ཡིན་ཅོ་ཞེན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། ལྷ་མ་དང་ཕྱི་མར་འབྲུང་བའི་ཕྱིར་  
འགལ་བ་མེད་ཏོ། །

འགལ་བར་བརྗོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མེད་དེ། དེ་ཞིག་སྐྱ་མ་ལ་འགལ་  
བ་མེད་དེ་ཕྱི་མ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཕྱི་མར་བརྗོད་པ་ལ་ཡང་འགལ་བ་མེད་དེ།  
སྐྱ་མའི་གཏན་ཚིགས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉི་ག་དུས་གཅིག་ཏུ་གནས་པ་ན་  
འགལ་བ་ཡིན་ལ། རྒྱལ་བ་དང་ཕྱིར་རྒྱལ་བ་དུས་གཅིག་ཁོ་ནར་ལན་ཕྱིར་རྒྱལ་  
བའི་ལན་དག་སྐྱ་བའི་སྐབས་ནི་མེད་དེ། ལྷན་ཅིག་གནས་པ་མེད་པ་དག་ནི་

འགལ་བ་མེད་པའི་སྲིད་རྒྱུ། །

སྤྲུལ་པ། འདས་པའི་དུས་ཞེས་བྱ་བ་གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྤྲུང་བ་ཡོད་དོ། །དེ་  
ཡོད་པས་གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྤྲུང་བ་ཡོད་དོ་ཞེ་ན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། འདས་པ་ནི་  
འདས་པའོ། །འདས་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདས་པར་གྱུར་པའོ། །

འདིར་ཁྲོད་ཀྱི་བུམ་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་དུས་ནི་ད་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། འཛིན་གོང་གི་  
དུས་ནི་འདས་པ་ཡིན་ཞིང་གྲོ་མོའི་བདག་ཉིད་ནི་མ་འོངས་པའི་དུས་ཡིན་པར་བརྗོད་  
དོ། །གྲོ་མོ་མ་འོངས་པ་དེའི་སྲིད་ཡང་འཛིན་གོང་དང་བུམ་པའི་དུས་དག་འདས་པར་  
གྱུར་པ་ཡིན་གོ། །

དེའི་ཚེ་དེ་དག་མེད་པའི་སྲིད་འདི་ནི་གང་གི་མ་འོངས་པར་འགྱུར། ད་ལྟར་  
དང་འདས་པ་ཡོད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། ད་ལྟར་གྱི་དུས་ལ་འདས་པ་མེད་པའི་  
སྲིད་དང་དེ་བཞིན་དུ་འདས་པའི་དུས་ལ་ཡང་ད་ལྟར་བ་མེད་པའི་སྲིད་དུས་ཐམས་  
ཅད་ལ་འཛོལ་བར་འགྱུར་རོ། །རྗོད་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མེད་པར་ཐལ་བར་  
འགྱུར་བའི་ཡང་སྲིད་རོ། །

འཛིན་ཉེན་ན་ནི་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་པ་དུ་མ་ཡོད་དེ་ལེགས་པར་སྦྱར་བ་  
དང་། ལེགས་པར་སྦྱར་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཐ་མལ་པའོ། །འབྱུང་བར་གྱུར་བ་ནི་  
འདས་པའོ། །ཡོད་པ་ནི་ད་ལྟར་བྱུང་བའོ། །འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་  
འོངས་པའོ། །

དེ་བཞིན་དུ་ལེགས་པར་སྦྱར་བ་མ་ཡིན་པ་དང་ཐ་མལ་པའི་རྗོད་པར་བྱེད་པ་  
ལ་ཡང་སྦྱར་བར་བྱ་སྟེ། གཞུང་མངས་པའི་ཉེས་པས་མ་བརྗོད་དོ། །

གཞན་ཡང་། འདས་པའི་གཏན་ཚིགས་སམ་འདས་པའི་དུས་ནི་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་ཏེ། གང་ལས་ཤེ་ན་མི་སྲིད་པའི་སྲིད་རྒྱུ་། །རྣམ་པའི་དབང་པོས་ནི་གཏན་ཚིགས་  
ཉིད་ཐོས་པས་ཡིན་གྱི་འདས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདས་པའི་སྲིད་རྒྱུ་། །འདས་པའི་དུས་  
ཀྱང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཏན་ཚིགས་འདས་པ་ཡིན་པའི་སྲིད་རྒྱུ་། །

ད་ལྟར་གྱི་དུས་ནི་འདས་པའི་གཏན་ཚིགས་དང་འབྲེལ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་  
དང་འདི་འབྲེལ་པར་འགྱུར་ཏེ་དེ་ཉིད་གཏན་ཚིགས་གྱི་དུས་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྲིད་དེ་ལྟ་  
བུ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་རྣམ་པར་དབྱེད་ན་འདས་པའི་དུས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
ཞིང་གཏན་ཚིགས་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

སྤྲུལ་པ། བྱོད་ཀྱི་ཐམས་ཅད་ཚིག་དོན་དུ་བརྗོད་པ་ཡིན་གྱི་དོན་དམ་པར་མ་  
ཡིན་ནོ་ཞེན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། མ་ཡིན་ཏེ། ལན་ཐམས་ཅད་ལ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་  
སྲིད་རྒྱུ་། །འདི་ནི་དེ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་ཅུང་ཟད་ལན་དུ་བརྗོད་པ་དེ་ཐམས་ཅད་  
ཚིག་དོན་ཉིད་དུ་འགྱུར་བའི་སྲིད་རྒྱུ་། །

གང་ལས་ཤེ་ན། སྤྲུལ་པ་ཐོ་ཐམས་ཅད་ནི་འཐད་པས་གདོན་མི་ཟ་བར་ཚིག་  
ཉམས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྲིད་ལན་དུ་འཐད་པ་ཡིན་ནོ། །ཚིག་དོར་བ་མེད་  
པའམ། ཡང་ན་རྩལ་འདི་མི་འདོད་ན་དེའི་སྲིད་ཚིག་དོར་བ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །

སྤྲུལ་པ། གང་ལ་བརྒྱུའམ་སྣོད་དུ་ལན་བཏབ་པས་ལྷག་ཚོད་དུ་ཐལ་བར་  
འགྱུར་བ་ངེས་པའི་དོན་ལ་ལྷག་ཚོད་ཅེས་བྱ་བ་ཚིག་གི་དོན་ཡོད་དོ་ཞེན་བརྗོད་པར་  
བྱ་སྟེ། སྤྲུལ་པ་དང་མ་སྤྲུལ་པ་གཉི་ག་མེད་པའི་སྲིད་ལྷག་ཚོད་ནི་མེད་དོ། །

ལྷག་ཚོད་ཅེས་བརྗོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་གང་ལས་ཤེ་ན། སྤྲུལ་པའམ་མ་སྤྲུལ་

བཤམ། སྐྱེ་བཞིན་པ་སྐྱེ་བ་ཡིན་གྲང་། རེ་ཞིག་སྐྱེས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྐྱེས་ཟེན་པ་ཉིད་  
ཀྱི་སྤྱིར་རོ། །མ་སྐྱེས་པ་འདྲ་མ་ཡིན་ཏེ། མ་སྐྱེས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་རོ། །གཉི་ག་མེད་པའི་  
སྤྱིར་སྐྱེ་བཞིན་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་སྐྱེས་པ་དང་མ་སྐྱེས་པ་ལས་མ་གཏོགས་པའི་སྐྱེ་  
བཞིན་པ་བྱ་བ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

སྐྱས་པ། ཁྱོད་ཀྱིས་སྐྱོས་པ་བརྗོད་པར་རྟོགས་པར་བྱེད་དེ་གང་གི་སྤྱིར་ཁྱོད་  
སྐྱ་ཚོགས་པའི་དོན་ལ་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་དགག་བྱ་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་པ་གཞན་  
དུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

དེའི་སྤྱིར་ཚར་གཅད་པའི་གནས་ཡིན་ནོ་ཞེན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། མ་ཡིན་  
ཏེ་སྐྱ་མ་སྤྱི་མ་དག་གཅིག་ཉིད་དང་། གཞན་ཉིད་དུ་མེད་པའི་སྤྱིར་སྐྱོས་པ་བརྗོད་  
པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་སྐྱོས་པ་བརྗོད་པར་འགྲུར་ན་གཅིག་གིས་སམ་གཞན་  
ཀྱིས་ཡིན་གྲང་། སྐྱ་མ་དང་སྤྱི་མའི་ཚིག་དེ་ནི་གཅིག་ཉིད་ཀྱི་སྐྱོས་པ་བརྗོད་པ་  
སྤྱིད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟ་ཞེན། གང་གི་སྤྱིར་བརྗོད་པ་དེའི་སྤྱིར་སྐྱོས་པ་བརྗོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ལན་བརྒྱུར་བརྗོད་ཀྱང་དེ་ལྟར་སྐྱོས་  
པར་འགྲུབ། །

འོན་ཏེ་སྐྱ་མ་ལས་གཞན་ཡིན་ནོ་ཞེན། དེ་ཡང་སྐྱོས་པ་བརྗོད་པར་མི་འགྲུར་  
ཏེ། གཞན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དང་། སྐྱད་ཅིག་མ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །སྐྱ་ཡང་  
བརྗོད་པ་སྐྱ་མ་གཞན་ཡིན་ལ། སྤྱི་མ་ཡང་དེ་དང་འདྲ་བར་གཞན་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་  
སྐྱོས་པ་བརྗོད་པ་གཞན་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་། ཚར་གཅད་སའི་གནས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། །རྗེ་ལྷ་རྒྱུས་ས་དང་  
མ་སྐྱེས་ས་གཉི་ག་མེད་སའི་སྤྱིར་ལྷག་ཚོད་མེད་ས་བཞིན་དུ་ཚར་གཅད་སའི་གནས་  
ཀྱང་མེད་ས་ཡིན་ནོ། །ཚར་གཅད་སའི་གནས་ཞེས་བྱ་བ་ཚར་གཅད་ས་ལས་འགྲུང་  
རམ་མ་གཅད་ས་ལས་འགྲུང་གྲང་ན། རྣམ་ས་གཉི་ག་ཡང་སྲིད་ས་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་  
སྤྱིར་དེ་ནི་མེད་དོ། །

གཞན་ཡང་། ཚར་གཅད་སའི་གནས་ལ་ནི་ཚར་གཅད་ས་མེད་དེ་བཅེངས་ས་  
བཞིན་ནོ། །ཚར་གཅད་སའི་གནས་ལ་ཡང་ཚར་གཅོད་སར་མི་འགྲུང་ཏེ། དཔེར་ན་  
བཅེངས་སའི་གནས་ན་གནས་ས་ཡང་གདོན་མི་ཟ་བར་བཅེངས་སར་འགྲུང་བ་མ་  
ཡིན་སའི་འདིའི་ངེས་ས་འདི་ཡོད་ས་མ་ཡིན་ནོ། །

སྐྱེས་ས། ཚད་མ་ལ་སོགས་ས་འགག་སར་བྱ་བ་བཞིན་དུ་དགག་ས་ཡང་མེད་  
ས་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་བརྗོད་སར་བྱ་སྟེ། གཉི་ག་ཁས་མ་སྐྱེས་སའི་སྤྱིར་དོ། །དེ་མ་གྲུབ་ན་  
མ་གྲུབ་ས་ཁོ་ནར་ཟད་དོ། །

གལ་ཏེ་ཚད་མ་ལ་སོགས་ས་དག་མེད་སའི་དགག་ས་ཡང་མེད་ས་ཡིན་ཏེ། དེ་  
ལྷ་བས་ན་གཉི་ག་ཡང་མ་གྲུབ་སོ་ཞེས་བྱ་བར་འདོད་ན། དེ་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་བརྗོད་ས་  
ཡིན་ནོ། །མངོན་སར་བརྗོད་ས་ནི་མེད་ས་ཉིད་དོ། །གཅིག་ཉིད་དང་གཞན་ཉིད་དང་  
གཉི་ག་མེད་སའི་སྤྱིར་དངོས་སོ་ཐམས་ཅད་མེད་སར་ཁས་སྐྱེས་ས་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྷ་བས་ན་དངོས་སོ་མེད་སར་མངོན་སར་བརྗོད་སར་བྱ་བ་དང་། མངོན་  
སར་བརྗོད་ས་ཡང་མེད་ས་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་སྤྱིར་ལས་འདས་ས་དང་བྱང་སྟོལ་  
ཞེས་བྱ་བ་དག་དོན་གཞན་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

ཚད་མ་ལ་སོགས་པ་ཚིག་གིས་དོན་བརྟུ་བྱུག་སེལ་བར་བྱེད་པ་ཞིབ་མོ་  
རྣམ་པར་འཇགས་པའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ། སློབ་དཔོན་འབགས་པ་སྐྱུ་སྐྱུབ་གྱིས་མཛད་  
པ་རྫོགས་སོ། ། །།

ཡོངས་གྱི་དགོ་བའི་བཤེས་བཞེན་ཆེན་མོ་ཡོན་ཏན་གྲགས་པའི་བཀས། ཁ་  
ཆའི་བརྗེ་ཏེ་ལ་ཨྲ་ལྷ་ལྷ་དང་། བོད་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་ཆེན་མོ་ཤུག་ཏུ་དགོ་སློབ་ཁུ་མཛོ་སྡེ་  
འབར་གྱིས་བསྐྱུར་ཅིང་ལྷུས་ཏེ་གཏན་ལ་པབ་བའོ། ། །།

བར་བྱང་སློན་ཚིག་

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

དབར་དུ་བསྐྱེད་པའི་རྣམ་དཀར་ཕྱང་པོའི་མཇུག།  
ཡང་དག་ཚོས་གྱི་སློ་མོ་སློང་ཕྱག་བརྒྱ། །  
གདངས་ཉེ་རྒྱུད་ལྡེའི་འགོ་བ་མ་ལུས་པ། །  
རེས་ལེགས་འོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།

ཅེས་འཇམ་སྐྱིད་ཡངས་བའི་ཁྲོན་ལ་འཚེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སློན་རྣམ་འབྲེན་ཤུག་སེལ་རྒྱུའི་  
རིང་ལུགས་སློ་ཀུན་ནས་རྒྱས་བ་སོགས་འཕམ་ཡུན་ལེགས་ཚོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་དམིགས།  
ནང་བསྐྱེད་བྱུང་མཐའ་རེས་མེད་གྱི་གསུང་རབ་དག་དབར་དུ་བསྐྱེད་དང་བསྐྱེད་འགྲུལ་གང་ལའང་  
རྒྱར་ཚོག་བའི་དགོ་བསྐྱེད་སློན་ཚིག་ཏུ་ཤུག་ཉེ་དགོ་སློང་ཚོས་སྐྱ་བ་དག་དབང་སློ་བཟང་བསྐྱེད་  
འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྐྱར་བའོ། །

།། བཅའ་ སམ་རྒྱུད་རྒྱུ་། ཨ་ཅི་འབྱུང་བྱུང་རྒྱུ་ལྷོ་། །། རྒྱ་རྒྱ་། །

ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་རྩ་དུག་པ་འདི་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཞུགས་ཆེ་འགོ་མ་ཡུག་གི་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་རྩ་རྒྱུད་  
ལས་གསུངས་སོ། །