



# ༐། །བསམ་གཟུགས་ཀྱི་འབེལ་གཏམ།



མཚན་པ་པོ། ཀུན་མཁྱེན་འཇམ་དབྱེས་བཞུགས་པའི་རྗེ།

དབུ་ལྗོངས་འགྲུལ་སྐྱོད་མཁོ་མང་དཔེ་མཛོད་ཁང་།

(མོ་མང་ལྗོངས་རྒྱལ་གཙུག་ལག་བླ་སྤྱོད་ཁང་།)

[www.gomanglibrary.com](http://www.gomanglibrary.com)



སོ་ལུ་བྲོ་བུ་རྒྱ་ལ་བྱ་མཁུ་ལག་ཏུ་བཞུགས།

[063]



མཚན་བྱང་།

༄༅། །བསམ་གཟུགས་ཀྱི་འབེལ་གཏམ་ཅི་རྣམས་ཀྱི་འཕྲོད་མཚེས་རིགས་པ་སྐྱེ་བའི་  
མགུལ་རྒྱན་མཁམས་རྣམས་དག་འབྱེད་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

མཚན་པ་མོ། ཀུན་མཁུན་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པའི་རྒྱུ།

འབྲས་སྤངས་སློལ་སློལ་རྟུལ་གཏུག་ལག་ཏུ་མཚོན་ནས་འབྲེལ་སྒྲེལ་བྱས།

བྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལོའི་རྒྱ་བརྒྱད་པར།

ཕབ་ལེན་བྱ་གནས།

[www.gomanglibrary.com](http://www.gomanglibrary.com)

དབང་གཞི་ཉུ་ལྷིག་པ། འབྲས་སྤངས་སློལ་སློལ་མཚོན་ཁང་།

འབྲས་སྤངས་བཟོ་མཁུག། ལེས་ཚང་ལུང་ལྷུག།

---

དེ་བཞུགས་ལོ་དབང་གཞིའི་བདག་དབང་འབྲས་སྤངས་སློལ་སློལ་མཚོན་ཁང་ལ་ཡོད་པའི་ཚོགས་མཚན་

མཚན་པར་གཏུག་ལུང་དབང་རྒྱན་བྱ་མི་ཚོགས།



## དཀར་ཆག

མཚན་བཟོད། .....	1
མདོ་ལས་འཕྲོས་ཚུལ། .....	3
བསམ་གཏན་དང་པོ་འཆད་པ། .....	5
བསམ་གཏན་གཉིས་པ་འཆད་པ། .....	37
བསམ་གཏན་གསུམ་པ་འཆད་པ། .....	43

༡། །བསམ་གཟུགས་ཀྱི་འབེལ་གཏམ་ཅིན་མ་ཞིའི་འབྲེང་  
མཛེས་རྟོགས་པ་སྐྱུ་བའི་མཐུལ་རྒྱན་མཁས་རྣམས་དགའ་  
བྱེད་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

མཚོན་བརྗོད།

ན་མ་སྣ་ར་སྣ་སྐྱེ། ལྷ་མ་དང་མགོན་པོ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ལ་  
བྱག་འཚལ་ལོ། སྐྱིར་བཤད་པ་བྱེད་ལུགས་ལ། རྒྱ་བོད་གཉིས་ཀར་རང་  
རང་གི་སློབ་གྲོས་ཀྱི་བཤད་ཚུལ་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་། འདིར་སྐྱེ་དང་མཐུན་  
པར་བསམ་གཟུགས་ཀྱི་བཤད་པ་འདྲིའི་སྤྲོད་ནས་རགས་རིམ་ཞིག་བཀོད་  
ན། བསམ་གཏུན་གཟུགས་མེད་སྐྱེན་སོགས་དང་། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་  
གནང་བྱུང་བ་ཡིན་པས། འདི་ལྟ་བུར་བྱེད་པ་ལ་ཡང་། སྐྱུ་སློབ་འབྲེལ་བ་  
ལས། ཡ་རབས་དག་ནི་སལ་ཆེར་བསྟན་བཅོས་རྩལ་པའི་ཐོག་མར་རང་  
ཉིད་འདོད་པའི་སྣ་ལ་བྱག་བྱེད་དོ། ཞེས་པ་དང་། འདོད་འཇོ་ལས་ཀྱང་།  
བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་སྐྱེན་སྐྱེས་ཚོགས་པ་བསགས་པའི་ཕྱིར། བཅོམ་  
ལྡན་འདས་ཀྱུན་ཏུ་བཟང་པོར་མཚོན་པར་བརྗོད་ནས། ཞེས་གསུངས་པ་  
ལྟར། རང་ཉིད་ཀྱང་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་མཛད་སྦྱོང་ལ་བག་ཆགས་བཞག་  
པའི་ཆེད་དང་། གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་འདོད་དོན་འབྲུབ་ཅིང་།

བར་དུ་གཙོད་པ་ཞི་བ་དང་། བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་གཉིས་  
 རྗེས་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་ཡུལ་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་མཚོད་བརྗོད་ཅུང་ཟད་  
 འབྲུལ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ན། སུན་ཚོགས་དགེ་ལེགས། སོགས་དང་། ཟླ་  
 མེད་སྟོན་པ་དེ་ཡི་སྲས་ཀྱི་མཚོག་སོགས་དང་། བདེ་གཤེགས་གསུང་རབ་  
 ཚུལ་གཉིས་ཤིང་རྟའི་སྲོལ། སོགས་དང་། ཤིང་རྟ་ཆེན་པོའི་ཚུལ་གཉིས་  
 ལེགས་བཟུང་ནས། །འཛམ་གླིང་སློ་གསལ་བྱེ་བའི་མིག་འབྱེད་པ། །འཕགས་  
 པ་ལྟ་དང་དཔའ་པོ་སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་ས། །ལེགས་ལྡན་འབྱེད་དང་ཟླ་བ་  
 གྲགས་པའི་ཞབས། །དབྱིག་གཉེན་ཞབས་དང་སློ་བརྟན་ཚུགས་སྤང་དང་།  
 །ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་ཞབས་སོགས་འཛམ་གླིང་རྒྱན། །མུབ་བསྟན་མི་ལུབ་  
 རྒྱལ་མཚན་འདྲིན་པའི་མཚོག་མཁས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་ལ་གྲས་པས་  
 འདུད། །མི་འཇུར་མཚོག་ཏུ་ཡངས་པའི་བདེ་བ་ཆེ། །ཞེས་སོགས་དང་།  
 །གངས་ཅན་ཤིང་རྟའི་སྲོལ་འབྱེད་ཚོང་ཁ་པ། །དངོས་སྟོབས་རིག་པའི་  
 དབང་ལྷག་རྒྱལ་ཚབ་རྗེ། །མདོ་སྲགས་བསྟན་པའི་བདག་པོ་མཁས་གྲུབ་  
 རྗེ། །རྒྱལ་བ་ཡབ་སྲས་གསུམ་ལ་གྲས་པས་འདུད། །སློ་བཟང་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་  
 པོའི་དགེ་མཚན་ཅན། །དག་དབང་སློ་བཟང་བསྟན་པ་རྒྱ་མཚོ་ཆེ། །བྲགས་  
 པ་རྒྱལ་མཚན་སྲིད་པ་གསུམ་ན་མཛེས། །རྒྱལ་བ་ཡབ་སྲས་གསུམ་ལ་གྲས་  
 པས་འདུད། །སློ་གྲོས་ཡངས་པའི་སྐལ་བཟང་གདུལ་བྱའི་ཚོགས། །གཙུག་  
 ན་བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་འབྲས་བུ་ཡིས། །ལག་ཏུ་རླུང་གི་རྒྱལ་མཚན་ལྟར་  
 བཟླ་བ། །དཔལ་ལྡན་སློ་མའི་ཞབས་ལ་གྲས་པས་འདུད། །པད་དཀར་འདྲིན་  
 པ་དག་གི་དབང་ལྷག་སོགས། །དང་པོ་ཉིད་ནས་འཁོར་བར་སློལ་གས་ཀྱི།  
 སོགས་དང་། རབ་འབྱམས་གསུང་རབ་ཀུན་ལ་ལྟ་བའི་མིག་སོགས་དང་།

བཙམ་ལྡན་འཇམ་དཔལ་གཤིན་རྗེ་གཤེད་པོ་དང་། ལྷུང་མཛད་མགོན་པོ་  
དམ་ཅན་ཚེས་ཀྱི་རྒྱལ། །དམག་ཚོར་བསྟན་སྦྱོང་སྦྱོང་ལྡན་འཁོར་བཅས་ཀྱིས།  
།བདག་གི་ཚེས་ལྡན་བུ་བའི་གྲོགས་མཛད་ཅིག །ཅེས་མཛོད་པར་བཛོད་  
པ་དང་ཤིས་པར་བཛོད་པ་དེ་ཅམ་ཞིག་སྟོན་དུ་བཏང་ནས། ལས་སུ་བུ་  
བ་གང་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་ཞེ་ན། བསམ་གཏམ་གཟུགས་མེད་སྦྱིན་སོགས་  
དང་། ཞེས་པའི་ཚིག་བྱུར་ཀྱི་བསམ་གཏམ་གཟུགས་མེད། ཅེས་པ་འདི་  
འཆད་པ་ཡིན་ལ། འདི་ལ་འཕྲོས་བཤད་པ་དང་། གཞུང་གི་དོན་བཤད་  
པ་དང་བཅས་ས། ས་བཅད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་ས་བཅད་རྣམ་པ་གཉིས་  
བྱུང་། བཅས་པ་ཞེས་པ་མན་ཆད་ནི་ཅི་རིགས་པ་ས་བཅད་འོག་མ་རྣམས་  
ལ་སྦྱོར།

མདོ་ལས་འཕྲོས་ཚུལ།

དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱ་ཚེས་ཅན། གཞུང་འདི་གང་ལས་འཕྲོས་པ་  
ཡོད་དེ། ཡུམ་བར་པ་ལས། ཚོ་དང་ལྡན་པ་ལྟ་རིའི་བྱ་བུ་ཆུབ་སེམས་  
དཔལ་སེམས་དཔལ་འཛེན་པོ་དེ་ལྟར་གོ་ཆ་ཆེན་པོ་བགོས་པ་ལ་ཕྱོགས་  
བརྒྱའི་སངས་རྒྱས་བཙམ་ལྡན་འདས་རྣམས་ཆེད་དུ་བཛོད་པ་ཆེད་དུ་  
བཛོད་ཅིང་མིང་ཡོངས་སུ་སྦྱོག་པར་མཛད་དེ་འཛིག་ཉེན་གྱི་ཁམས་ཆེ་  
གོ་མོ་ཞིག་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་སེམས་དཔལ་འཛེན་པོ་གོ་ཆ་ཆེན་པོ་  
བགོས་པ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྦྱིན་པར་བྱེད་དོ། །སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཡོངས་སུ་དག་པར་བྱེད་དོ། །རྩ་འཁྲུལ་གྱི་རྣམ་པར་ཅེས། ཞེས་  
སྟེ་བཛོད་པར་མཛད་ཅིང་དབྱངས་རྗེས་སུ་སྦྱོག་གོ་ ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་



ལས་འཕྲོས་པ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཚུལ་ཇི་ལྟར་འཕྲོས་ན། བྱང་ཚུབ་སེམས་  
 དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་གོ་སྐྱབ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་དེས་བསམ་  
 པ་གོ་ཆེན་པོ་གྱོན་པ་ལ། སངས་རྒྱུས་དང་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་  
 གྱི་བསྐྱབས་བརྗོད་མཛད་ཚུལ་བཤད་པ་ལ། དང་པོ་ནི། དེ་ལྟར་གོ་སྐྱབ་ལ་  
 གནས་པའི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་དེས་བསམ་པ་གོ་བཤོས་པ་ལྟར་ཐེག་  
 པ་ཆེན་པོའི་ལམ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་སྐྱབ་པ་ལ་ཞུགས་  
 ཏེ། འཇུག་སྐྱབ་ཀྱི་སློ་ནས་གཞན་དོན་བྱེད་ཚུལ་དེ་ཇི་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེ་ན།  
 འཇུག་སྐྱབ་ལ་མང་དུ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་བསམ་གཏན་གཟུགས་མེད་ཀྱི་  
 འཇུག་སྐྱབ་དེ་ཇི་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེས་དེ་བས་སློ་ནས་འཆད་པ་ལ། ཡུམ་བར་  
 པ་ལས། ལྷ་རིའི་བྱས་སྐྱས་པ། ཆེ་དང་ལྡན་པ་གང་པོ་ཅི་ཅམ་གྱིས་ན། བྱང་  
 ཚུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཡང་དག་པར་  
 ཞུགས་པ། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཡང་དག་པར་འཛོགས་པར་ལྷུ་པ་ཡིན།  
 ཞེས་གཞུང་འདི་བྱང་། ལན་གྱི་སློ་ནས་འཆད་པ་ལ། ཡུམ་བར་པ་ལས།  
 གང་པོས་སྐྱས་པ། ཆེ་དང་ལྡན་པ་ལྷ་རིའི་བྱ་འདི་ལ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་  
 སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ། ཞེས་པ་ནས། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་  
 ཆེན་པོ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་རབ་ཏུ་ཞུགས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱང་། འཇུག་པའི་སྐྱབ་པ་དེའི་བསྐྱབས་  
 བརྗོད་འཆད་པ་ལ། ཡུམ་བར་པ་ལས། སེམས་ཅན་རྣམས་ཡོངས་སུ་སྐྱིན་  
 པར་བྱེད་དོ། །སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཞིང་ཡོངས་སུ་དག་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་པའི་  
 གཞུང་འདི་བྱང་། དེ་རྣམས་ཀྱི་དོན་བསྐྱས་ཏེ་རྗེ་བཙུན་བྱམས་པས་མངོན་  
 པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་འདིར་འཆད་པ་ལ། བསམ་གཏན་གཟུགས་མེད།

ཞེས་པ་དང་། འཇུག་པའི་སྐྱབ་པ་ཐེག་ཆེན་ལ། །འདོག་པ་ཡིན་པར་ཤེས་  
པར་བྱ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་  
པ་ལ། སློབ་དཔོན་འདི་ཉིད་ཀྱི། ཉེ་ཁྲི་ལེ་བརྒྱད་མ་ལས། ལྷ་རིའི་བྱས་སྐྱུས་  
པ། ཆོ་དང་ལྡན་པ་གང་པོ་ཅི་ཅམ་གྱིས་ན་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་  
དཔའ། ཞེས་པ་ནས། མངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཡོངས་སུ་དག་པར་བྱེད་དོ། ཞེས་  
བྱ་བ་ནི་བསམ་གཏུན་དང་གཟུགས་མེད་པའི་སྣོ་མས་པར་འཇུག་པ་ལས་  
ལྡང་བའི་འཇུག་པ་ཡིན་ལོ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱང་།

བསམ་གཏུན་དང་པོ་འཆད་པ།

གཉིས་པ་གཞུང་དོན་བཤད་པ་དེ་ལ་ཡང་། མདོའི་དོན་བཤད་  
པ་དང་། བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དོན་བཤད་པ་དང་བཅས་པ་ས་བཅད་རྣམ་པ་  
གཉིས་བྱང་། དང་པོ་ལ། བསམ་གཏུན་གཟུགས་མེད་སྣོན་པའི་མདོའི་དོན་  
བཤད་པ་དང་། བསམ་གཟུགས་ཀྱི་སྣོན་པ་ཕྱིན་ལྷུག་ལ་སྣོ་མས་པར་འཇུག་  
ལྡང་བྱེད་པའི་འཇུག་སྐྱབ་ཀྱི་མདོའི་དོན་བཤད་པ་དང་བཅས་པ་ས་བཅད་  
རྣམ་པ་གཉིས་བྱང་། དང་པོ་ལ་བསམ་གཏུན་ཀྱི་སྣོ་མས་འཇུག་གི་མདོའི་  
དོན་བཤད་པ་དང་། གཟུགས་མེད་ཀྱི་སྣོ་མས་འཇུག་གི་མདོའི་དོན་བཤད་  
པ་དང་བཅས་པ་ས་བཅད་རྣམ་པ་གཉིས་བྱང་། དང་པོ་ལ། བསམ་གཏུན་  
དང་པོ་བཤད་པ། གཉིས་པ་བཤད་པ། གསུམ་པ་བཤད་པ། བཞི་པ་བཤད་  
པ་དང་བཅས་པ་ས་བཅད་རྣམ་པ་བཞི་བྱང་། དང་པོ་དེ་ཉིད་འཆད་པར་  
བྱེད་པ་ལ། དུམ་བར་པ་ལས། གང་པོས་སྐྱུས་པ། ཆོ་དང་ལྡན་པ་ལྷ་རིའི་བྱ་  
འདི་ལ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ། ལྱིན་པའི་པ་རོལ་ཏུ་



ཕྱིན་པ་ལ་སྦྱོད་ཅིང་འདོད་པས་དབེན་སྡིག་ཏོ་མི་དགེ་བའི་ཚོས་ཀྱི་དབེན།  
རྟོག་པ་དང་བཅས། དཔྱོད་པ་དང་བཅས། དབེན་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་དགའ་  
བ་དང་བདེ་བ་དང་བསམ་གཏན་དང་པོ་ཉེ་བར་བསྐྱབས་ཏེ་གནས་སོ།  
ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱང་།

འདི་ལའང་དངོས་སུ་བཤད་པའི་རྟེན་གྱི་གང་ཟག་བྱང་ཚུབ་  
སེམས་དཔའི་བྱང་པར་བཤད་པ་དང་། རྒྱགས་ལ་བསྟན་པའི་སྐྱོམ་པའི་  
གནས་ཀྱི་བྱང་པར་བཤད་པ་དང་། དངོས་སུ་བསྟན་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་བྱ་  
སྦྱོད་ཀྱི་བྱང་པར་བཤད་པ་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་བྱང་པར་བཤད་པ་དང་  
བཅས་པ་ས་བཅད་རྣམ་པ་བཞི་བྱང་། དང་པོ་དེ་ཉིད་འཆད་པར་བྱེད་པ་  
ལ། འདིའི་ཐད་ཀྱི་ཡུམ་བར་པ་ལས། ཆེ་དང་ལྡན་པ་ཤུ་རིའི་བྱ་འདི་ལ་བྱང་  
ཚུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱང་། འདི་  
ཡང་སྦྱོར་ངག་ཏུ་བྲི་ལ་ན། རང་དོན་བྱང་ཚུབ་ཆེན་པོ་ལ་དམིགས་པའི་  
བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ། གཞན་དོན་བྱང་ཚུབ་ཆེན་པོ་ལ་དམིགས་པའི་  
སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ཚོས་ཅན། བྱོད་ཀྱི་བསམ་གཏན་སུན་སུམ་ཚོགས་  
པར་འགྱུར་ཚུལ་ཡོད་དེ། བྱོད་ཀྱི་ཕྱིན་དུག་ལ་གནས་ནས་བསོད་ནམས་  
བརྟན་པ་དང་། སྦྱོ་བ་མེད་པ་དང་། བཙོན་འགྱུས་བརྩམས་པ་དང་། མང་  
དུ་ཐོས་པ་དང་། ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་གདམས་ངག་བསྐྱོམ་པ་དང་། ཚོས་  
དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་ཞུགས་པ་དང་། དབང་པོ་རྣོ་བ་དང་། སེམས་ལ་  
མཁས་པ་དང་། ཞེན་ཆགས་རྒྱང་བ་དང་། བཅུ་པོ་དེ་ཚང་ན་བསམ་གཏན་  
སུན་སུམ་ཚོགས་པར་འགྱུར་བ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་རྟོག་དུ། བཙོན་  
ལྡན་འདས་ཀྱིས་མདོ་སྤེ་དུ་མའི་དོན་བསྐྱབས་ཏེ། ཕྱིན་དུག་སོགས་སུན་སུམ་

ཚོགས་པར་འགྲུར་ཚུལ་སྟོན་པའི་མདོ་དཀོན་མཚོག་སྒྲིབ་ལས། རིགས་  
ཀྱི་བྱ་ཚོས་བཅུ་དང་ལྔ་ན། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་བསམ་གཏུན་སྟུན་  
སྲུང་ཚོགས་པ་རྣམས་ཡིན་ལོ། །བཅུ་གང་ཞེ་ན། འདི་ལྟ་སྟེ། བསོད་ནམས་  
ཀྱི་བརྟན་པ་རྣམས་ཡིན་ལོ། །སྦྱོར་མང་བ་རྣམས་ཡིན་ལོ། །བརྩོན་འགྲུས་  
བརྩམས་པ་རྣམས་ཡིན། མང་དུ་ཐོས་པ་རྣམས་ཡིན། མ་ལོག་པར་གདམས་  
ངག་བསྟོམས་པ་ལ་བརྩོན་པ་རྣམས་ཡིན། ཚོས་ཀྱི་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཚོས་  
ལ་ཞུགས་པ་རྣམས་ཡིན། དབང་པོ་རྣོ་བ་རྣམས་ཡིན། སེམས་ལ་མཁས་པ་  
རྣམས་ཡིན། ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་ལ་མཁས་པ་རྣམས་ཡིན་ལོ། །དེ་ལ་  
མ་ཞེན་པ་རྣམས་ཡིན་ལོ། །ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་།

གཉིས་པ་བསྟོམས་པའི་གནས་ཀྱི་བྱང་པར་ཡོད་དེ། དཀོན་  
མཚོག་སྒྲིབ་ལས། རིགས་ཀྱི་བྱ་ཚོས་བཅུ་དང་ལྔ་ན། བྱང་ཚུབ་སེམས་  
དཔའ་བྱུག་དར་ཁྲོད་པ་རྣམས། ཞེས་པ་ནས། གནས་གང་དག་ན་ཤིང་སྟུན་  
སྲུང་ཚོགས་པ། མེ་ཉོག་སྟུན་སྲུང་ཚོགས་པ། འབྲས་སུ་སྟུན་སྲུང་ཚོགས་  
པ། ལོ་མ་སྟུན་སྲུང་ཚོགས་པ། གཅན་ཟུན་སྟོ་བོ་མེད་པ། སྟུག་དང་ལྔ་ན་པ།  
སྦྲན་གཤོང་དང་ལྔ་ན་པ། ཐག་སྟུག་མེད་པ། འགྲོ་ན་བདེ་བ། ཞི་བ་གཉིས་སུ་  
མེད་པའི་གནས་དེ་འདྲ་བ་དག་ན་གནས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་མཐུན་  
པར་ཡུམ་བར་པ་འདི་ཉིད་ཀྱི་ལན་དུ་མར་གསུངས་པ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་བྱ་སྦྱོང་གི་བྱང་  
པར་བཤད་པ། ཞེས་པའི་ས་བཅད་དེ་ཉིད་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། འདིའི་  
ཐད་ཀྱི་ཡུམ་བར་པ་ལས། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་  
སྒྲིབ་པའི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ལ་སྦྱོང་ཅིང་། ཞེས་པ་ནས། དེ་བཞིན་དུ་ཚུལ་

གྲིམས་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དང་། བཟོད་པའི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དང་།  
 བཙུག་འགྲུལ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དང་། བསམ་གཏན་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་  
 པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། འདི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་  
 ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའོ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱང་། འདི་ཡང་  
 དག་དོན་དུ་བྲིལ་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། ལྷག་པོ་འདིའི་བྱང་ཚུབ་སེམས་  
 དཔའི་སློང་ཚུལ་ཡོད་དེ། ཟང་ཟིང་ཚོས་མི་འཇིགས་པ་སོགས་ཀྱི་སྦྱིན་  
 པ་རྣམ་པ་གསུམ་མི་ཟད་པ་ལ་སློང་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཕར་བྱིན་ལྷག་  
 མ་རྣམས་ཀྱང་མི་ཟད་པ་ལ་སློང་པའི་སློ་ནས་སྐྱབས་སྐྱོངས་པ་ལ་དགའ་བ།  
 ཚིག་མི་མང་ཞིང་དུལ་བའོ། །དབེན་པའི་གནས་ལ་དགའ་བ་དང་། བཟོད་  
 པའི་སློ་མང་པོ་དང་། ཚོས་ཀྱི་སློ་མང་པོ་དང་། སངས་རྒྱལ་དུ་མ་མཐོང་  
 འདོད་པ་དང་། ཉིང་ངེ་འཇིན་ཀྱི་སློ་དུ་མ་དང་། གཟུངས་ཀྱི་སློ་དུ་མ་  
 དང་། སེམས་ཅན་ཀྱི་དོན་བྱེད་པ་ལ་དགའ་བའི་སློང་ཚུལ་རྣམས་ལ་སྦྱང་  
 བ་བསམ་གཟུགས་ཀྱི་འཇུག་སྐྱབ་འཕེལ་བ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། ཞེས་  
 འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། ཚོས་ཡང་དག་པར་སྦྱང་པའི་མདོ་ལས། གཞན་  
 ཡང་། རིགས་ཀྱི་བྱ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ། ཞེས་པ་ནས། རྣལ་  
 འབྱོར་ཆེན་པོའི་རྣལ་འབྱོར་བ་སྐྱབས་སྐྱོངས་པ་ལ་དགའ་བའོ། །ཚིག་མི་མང་  
 ཞིང་དུལ་བའོ། །ཞི་ཞིང་ཉེ་བར་ཞི་ལ་དབེན་པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། བམ་ཀྱི་  
 ཆ་སྐྱད་ལ་མི་ཉལ་བར་རྣལ་འབྱོར་ལ་བཙུན་པར་གནས་པ་དང་། ཐོས་པ་  
 དང་སེམས་པ་དང་། བསྐྱོམས་པ་སྦྱག་པའི་མཐོང་ན་གནས་པ་དང་། བསམ་  
 གཏན་དང་། ཉིང་ངེ་འཇིན་དང་། གཟུངས་དང་། དབང་དང་། བཟོད་པའི་  
 སློ་བརྒྱ་སློང་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དག་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་དང་། སངས་

རྒྱལ་བརྒྱུ་སྤོང་ཡང་མཐོང་བ་དང་། ཉིང་དེ་འདྲིན་གྱི་སྒོ་བརྒྱུ་སྤོང་ཡང་  
ཐོབ་པ་དང་། གཟུངས་ཀྱི་སྒོ་བརྒྱུ་སྤོང་ཡང་མཛོན་དུ་བྱེད་པ། སེམས་ཅན་  
བྱེ་བ་ཁྲག་ཁྲིག་བརྒྱུ་སྤོང་ཡང་ཡོངས་སུ་སྤྲིན་པར་བྱེད་པ་དེ་ལྟ་བུ་དེ་དག་  
ལ་མཛོན་པར་དགའ་བ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་།

ཅ་བའི་ས་བཅད་བཞི་པ་དེ་ཉིད་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། ཡུམ་བར་  
པ་ལས། འདོད་པ་དག་ལས་དབེན་པ། སྤིག་ཏོ་མི་དགེ་བའི་ཚོས་ཀྱི་དབེན་  
པ། རྟོག་པ་དང་བཅས་པ་དཔྱོད་པ་དང་བཅས་པ། དབེན་པ་ལས་སྐྱེས་  
པའི་དགའ་བ་དང་བདེ་བ་ཅན་བསམ་གཏམ་དང་པོ་ལ་ཉེ་བར་བརྒྱབས་  
ཏེ་གནས་སོ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་།

འདིའི་དོན་བཤད་པ་ལ། བསམ་གཏམ་གྱི་སྤྲིབ་བྱ་མི་མཐུན་  
ཕྱོགས་འདོད་པ་དག་དང་། སྤིག་པ་མི་དགེ་བའི་ཚོས་ལ་དབེན་ཚུལ་  
བཤད་པ། རྟོག་དཔྱོད་སོགས་བསམ་གཏམ་གྱི་ཡན་ལག་གི་ངོ་བོ་གྲངས་  
ངེས་བཅས་ཚུལ་གྱི་བྱུང་པར་བཤད་པ། བསམ་གཏམ་དང་སྐྱབ་གནས་  
སོགས་ཀྱི་བྱུང་པར་བཤད་པ་དང་བཅས་པ་ས་བཅད་རྣམ་པ་གསུམ་བྱུང་།  
དང་པོ་དེ་ཉིད་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། ཡུམ་བར་བ་ལས། འདོད་པ་དག་  
ལས་དབེན། སྤིག་པ་མི་དགེ་བའི་ཚོས་ཀྱི་དབེན་པ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་  
བྱུང་། འདི་ཡང་སྦྱོར་ངག་ཏུ་བྲིལ་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། འདིའི་སྐྱབས་ཀྱི་  
དབེན་བྱའི་འདོད་པ་དེ་ཡོད་དེ། མཚུངས་ལྡན་གྱི་འདོད་པའི་སྤོང་སོགས་  
ཉོན་མོངས་དང་། དེ་སྐྱེད་པའི་འདོད་པའི་འདོད་ཉོན་ལཱི་དམིགས་པ་དེ་  
དག་སྐྱབས་འདིའི་དབེན་བྱའི་འདོད་པ་ཡིན་ལ། ཉེར་སོགས་དང་པོ་བརྩ་  
བྱག་པོ་ཅི་རིགས་ཀྱི་དེ་དག་མཚུངས་ལྡན་ལས་བྲལ་བ་དམིགས་པ་དག་

བགཟམ་པ་དེ་སྐབས་འདིར་འདོད་པ་དག་ལས་དབེན་ཚུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། ཚོས་ཡང་དག་པར་སྦྱད་པའི་མདོ་ལས། དེ་  
 ལ་འདོད་པ་རྣམས་ནི་བསམ་གཏུན་དང་པོའི་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་དང་།  
 སྲིད་པ་དེ་དག་ལས་དབེན་པའོ། ཞེས་པ་དང་། དབེན་བྱའི་འདོད་པ་དེ་  
 ཉིད་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ས་ལས། འདོད་པ་དག་ཅེས་བྱ་བ་  
 བྱི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། ཉོན་ཐོངས་པའི་འདོད་པ་དང་། དངོས་པོའི་འདོད་  
 པའོ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱང་། འདོད་པ་དག་ལས་དབེན་ཚུལ་འཆད་  
 པར་བྱེད་པ་ལ། ཐོགས་མེད་ཀྱིས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ས་ལས། འདོད་པ་དག་ལས་  
 དབེན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ལས་  
 དབེན་པ་དང་། དམིགས་པ་ལ་དབེན་པའོ། ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། སྐབས་འདིའི་སྡིག་པ་མི་དགེ་བ་རྣམས་དང་དེ་ལས་དབེན་ཚུལ་  
 ཡང་ཡོད་དེ། འདོད་པའི་སས་བསྐྱུས་ཀྱི་ཉེ་བའི་ཉོན་ཐོངས་དང་། མི་དགེ་  
 བཅུ་དང་། མཚོན་འབྲིན་པ་དང་། འཐབ་མོ་ལ་སོགས་པ་ནི་སྡིག་པ་མི་  
 དགེ་བ་ཡིན་ལ། དེ་དག་ཆགས་བྲལ་འམ་མངོན་གྱུར་ཅི་རིགས་སྤངས་པ་  
 བྱི་སྐབས་འདིའི་སྡིག་པ་མི་དགེ་བའི་ཚོས་ལས་དབེན་པའི་དོན་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། ཚོས་ཡང་དག་པར་སྦྱད་པའི་མདོ་ལས།  
 དེ་ལ་སྡིག་པ་མི་དགེ་བའི་ཚོས་རྣམས་ནི། ཆགས་པ་དང་། ཞེ་སྤང་དང་།  
 གཉི་སྦྱག་དང་། གཞི་དེ་ལས་སློག་གཅོད་པ་དང་། མ་བྱིན་པར་ལེན་པ་  
 དང་། འདོད་པ་ལ་ལོག་པར་གཡེམ་པ་དང་། རླུན་སྦྱོར་བ་དང་། སྤྲ་མ་དང་།  
 དག་རྩུབ་པོ་དང་། ཚིག་འབྲལ་བ་དང་། བརྒྱུ་སེམས་དང་། གནོད་སེམས་  
 དང་། ལོག་པར་ལྟོ་བའོ། །འདི་ནི་སྡིག་པ་མི་དགེ་བའི་ཚོས་རྣམས་ཞེས་བྱ་

སྟེ། དེ་དག་ལས་དབེན་པ་ནི་བསམ་གཏམ་དང་པོ་ལོ། །ཞེས་དང་། ཤིང་  
 རྟ་ཆེན་པོ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་ཀྱང་། ལྷིག་པ་མི་དགེ་བའི་ཚོས་རྣམས་ལས་  
 དབེན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་སྟེ། ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་  
 མི་དགེ་བའི་ཚོས་འདི་ལྟ་སྟེ། ལུས་ཀྱི་ཉེས་པར་སྦྱད་པ་དང་། ངག་གི་ཉེས་  
 པར་སྦྱད་པ་དང་། ཡིད་ཀྱི་ཉེས་པར་སྦྱད་པ་དང་། མཚོན་འབྲིན་པ་དང་།  
 འཐབ་མོ་དང་། མཚང་འབྲུ་བ་དང་། ཚོད་པ་དང་། འགྲོད་པ་དང་། གཡོ་  
 བྱེད་པ་དང་། བསྐྱབ་པ་དང་། སྟོང་རྗེ་མེད་པ་དང་། རྩལ་བྱ་སྐྱབ་པ་དང་། ཀུན་  
 ཏུ་འབྱུང་བ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་སྟེ། དེ་དག་སྐྱང་བའི་ཕྱིར་ལྷིག་པ་  
 མི་དགེ་བའི་ཚོས་ལས་དབེན་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། འོ་ན། འདོད་པ་ལས་དབེན་ན་སྟེག་པ་མི་དགེ་བ་ལས་དབེན་པ་མ་  
 ཡིན་ནམ་གཉེས་སོ་སོར་བཤད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡིན་སྟུམ་ན། ཤེས་བྱ་  
 ཚོས་ཅན། དེ་ལྟར་བཤད་པའི་རྒྱ་མཚན་དུ་མ་ཡོད་དེ། འདོད་པའི་མཚན་  
 ཉིད་དང་ཉེས་དམིགས་སོ་སོར་བཤད་པའི་ཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འཆད་  
 པར། བསྐྱབ་པ་ལས། ཅིའི་ཕྱིར་བསམ་གཏམ་དང་པོ་ལ་འདོད་པ་རྣམས་  
 ལས་དབེན་པ། ཅེས་གསུངས་ནས། ལྷིག་པ་མི་དགེ་བའི་ཚོས་རྣམས་ལས་  
 དབེན་པ། ཅེས་གསུངས། ཤེ་ན། སྐྱེས་པ། འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི་རང་གི་མཚན་  
 ཉིད་ཡོངས་སུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་དང་། ཉེས་དམིགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཡོངས་  
 སུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་ལ་ཉེས་དམིགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ནི་འདི་ཡིན་  
 ཏེ། འདོད་པ་རྣམས་ནི་ཉེས་པར་སྦྱོད་པ་ཀུན་ནས་སྐྱངས་ནས་འོག་ཏུ་ལྷུང་  
 བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ལྷིག་པ་ཡིན་ནོ། །དགེ་བ་སྦྱེས་པ་དང་མི་མཐུན་པ་ཡིན་  
 པས་མི་དགེ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་། ཡང་ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན།



དེ་གཉིས་སོ་སོར་བཤད་པའི་དགོས་པ་གཞན་ཡང་ཡོད་དེ། འདོད་པ་ལས་  
 དབེན་ཞེས་སློལ་པས་ཉོན་མོངས་སྤོང་ཚུལ་བསྟན། ལྷིག་པ་ལས་དབེན་  
 སློལ་པས་སྤོན་བསགས་པའི་ལས་ཀྱི་ཀུན་ཉོན་སྤང་བྱར་བསྟན་པའི་ཆེད་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྟུ་བ་ལས།  
 རྣམ་གྲངས་གཞན་ཡང་ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་སྤངས་པ་  
 ཡོངས་སུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་དང་། སྤོན་བསགས་པའི་ལས་ཀྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་པ་སྤངས་པ་ཡོངས་སུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་སོ། །གཞན་ཡང་།  
 ཤེས་བྱ་ཚེས་ཅན། དེ་ལྟར་བསྟན་པ་ལ་དགོས་པའི་རྣམ་གྲངས་གཞན་ཡང་  
 ཡོད་དེ། བྱིམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་དངོས་པོ་ལས་ཡོངས་སྤྱོད་པའི་སློ་ནས་འདོད་  
 པ་སྤངས་པ་དང་། རབ་ཏུ་བྱུང་བས་ཀུན་སྤོང་འདོད་པའི་རྣམ་ཚྭ་གི་སློ་  
 བས་ཀྱང་དེ་སྤངས་པར་བསྟན་པའི་ཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བཤད་པ་ལ།  
 གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྟུ་བ་ལས། རྣམ་གྲངས་གཞན་ཡང་བྱིམ་ན་གནས་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་དངོས་པོ་ལས་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་པའི་སློ་ནས་འདོད་པ་སྤངས་པ་  
 ཡོངས་སུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། རབ་ཏུ་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་  
 སློ་ནས་དེ་སྤངས་པ་ཡོངས་སུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་སོ། །གཞན་ཡང་།  
 ཤེས་བྱ་ཚེས་ཅན། དེ་ལྟར་བསྟན་པ་ལ་དགོས་པའི་རྣམ་གྲངས་དེ་དག་ཏུ་  
 མ་ཟད། གཞན་ཡང་ཡོད་དེ། འདིའི་རྣམ་ཚྭ་དང་གཞོན་འཆའི་རྣམ་ཚྭ་  
 སོ་སོར་སྤངས་པར་བསྟན་པའི་ཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་འཆད་པ་ལ།  
 གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྟུ་བ་ལས། རྣམ་གྲངས་གཞན་ཡང་འདོད་པའི་རྣམ་  
 པར་རྟོག་པ་སྤངས་པ་ཡོངས་སུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་དང་། གཞོན་སེམས་དང་  
 རྣམ་པར་འཆེ་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་སྤངས་པ་ཡོངས་སུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་

རོ། །ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་། གཞན་ཡང་། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། དེ་ལྟར་  
བསྟན་པའི་དགོས་པ་དེར་མ་ཟད་རྣམ་གངས་གཞན་ཡང་ཡོད་དེ། ཕྱི་རོལ་  
པའི་ཞེས་གཞུང་གི་དྲང་སྲོང་རྣམས་ཀྱི་མཐོ་བའི་རྟགས་དང་། ཉམས་པ་  
རྣམས་ཀྱི་དམོན་པ་འདོར་བ་སོ་སོར་བསྟན་པའི་ཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་  
འཆད་པ་ལ། གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྟུ་བ་ལས། རྣམ་གངས་གཞན་ཡང་ཕྱི་  
རོལ་དྲང་སྲོང་རྣམས་ཀྱི་མཐོ་བའི་རྟགས་ཡོངས་སུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་དང་།  
ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་རྣམས་ཀྱི་དམོན་པ་འདོར་བ་ཡོངས་སུ་བསྟན་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་།

གཉིས་པ་དེ་ཉིད་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། དུམ་བར་པ་ལས། རྟོག་  
པ་དང་བཅས་དཔྱོད་པ་དང་བཅས་པ། དབེན་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་དགའ་བ་  
དང་བདེ་བ་ཅན་བསམ་གཏན་དང་པོ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་། འདིའི་  
དོན་འཆད་པ་ལ་ཡང་། བསམ་གཏན་གྱི་ཡན་ལག་སོ་སོར་ངོ་བོ་བཤད་པ།  
གངས་ངེས་བཤད་པ། བཅས་ཚུལ་བཤད་པ་དང་བཅས་པ་ས་བཅད་རྣམ་  
པ་གསུམ་བྱུང་། དང་པོ་ལ་རྟོག་པ་བཤད་པ། དཔྱོད་པ་བཤད་པ། དགའ་བ་  
བཤད་པ། བདེ་བ་བཤད་པ། ལེམས་ཚེ་གཅིག་པ་བཤད་པ་དང་བཅས་པ་  
ས་བཅད་རྣམ་པ་ལྔ་བྱུང་། དང་པོ་དེ་ཉིད་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། ཚོས་ཡང་  
དག་པར་སྟུང་པའི་མདོ་ལས། རྟོག་པ་དེ་དག་གང་ཞེ་ན། གང་དག་བསམ་  
གཏན་དང་པོ་དང་མཐུན་པའི་རྟོག་པ་སྟེ། དེ་ཚོལ་བཞིན་ཏུ་རྟོག་པའི་དེ་  
དག་ཀྱང་ཏུལ་བས་ན་དེ་དག་ནི་རྟོག་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཤེས་པ་དང་། ཁོང་ཏུ་  
རྟུང་པ་དང་། དཔྱོད་པ་དང་། རབ་ཏུ་རྟོག་པ་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་ཏུ་བྱེད་  
པ་ནི་རྟོག་པའོ། །ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་། འདི་ཡང་སྦྱོར་དག་ཏུ་ངེལ་ན།

ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། སྐབས་འདིའི་རྟོག་པའི་ངོ་བོ་ཡོད་དེ། སེམས་པའམ་ཤེས་  
 རབ་གང་རུང་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ལུལ་ལ་འཇུག་པ་རྗེས་སུ་བཞུགས་པའི་དང་། ཀུན་  
 ཏུ་ཚོལ་བའི་རྣམ་པས་འཇུག་པའི་ནང་གི་བརྗོད་པ་ངག་ཀུན་ནས་སྦྱོང་  
 བའི་ཆ་ནས་བཞག་པའི་གཞན་འཇུར་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ། གཞན་འཇུར་གྱི་  
 རྟོག་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཀུན་བརྟུས་ལས། རྟོག་པ་གང་ཞིན། སེམས་  
 པའམ་ཤེས་རབ་ལ་བརྟེན་ནས་ཀུན་ཏུ་ཚོལ་བའི་ཡིད་གྱི་བརྗོད་པ་སྟེ། དེ་  
 བྱི་སེམས་རྗེས་སུ་བཞུགས་པའི་ཞུས་དང་། དེའི་དར་ཁྱེད་ལས། སེམས་པའམ་ཤེས་  
 རབ་ལ་བརྟེན་ནས་མིང་དང་བཅས་པའི་དོན་གང་རུང་རགས་པའི་རྣམ་  
 པར་ཚོལ་བའི་རབ་ཏུ་བྱེ་བའི་སེམས་བྱུང་ངོ་། ཞུས་དང་། ལེགས་བཤད་  
 གསེར་གྱི་འཕྲིང་བ་ལས། རྟོག་པ་ནི་ངོ་བོ་ཅམ་འཚོལ་བའོ། ཞུས་དང་། དེ་  
 གཉིས་ཀྱང་སེམས་པའི་ཤེས་རབ་གསུམ་ཆར་ལ་བཏགས་པའོ། ཞུས་པའི་  
 གཞུང་འདི་བྱུང་། མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཟུར་དུ་དེ་ལྟར་དགོས་ཏེ། སེམས་པ་དང་  
 ཤེས་རབ་སྦྱོས་པས་རྣམས་བསྟན། རྗེས་སུ་དང་ཀུན་ཏུ་འཚོལ་བ་སྦྱོས་པས་  
 འཇུག་ཚུལ་གྱི་བྱུང་པར་བསྟན། རང་གི་བརྗོད་པ་དང་ངག་ཀུན་ནས་སྦྱོང་  
 བ་ཞེས་པས་ངོ་བོའི་བྱུང་པར་བསྟན། ཆ་བཞག་སྦྱོས་པས་བྱུང་པར་དེ་ཀུན་  
 མ་ཚང་བ་འགའ་ཞིག་སྟེ། གཞན་འཇུར་སྦྱོས་པས་བྱུང་པར་དེ་དག་ཚང་  
 བའི་སེམས་བྱུང་གཞན་གཅོད། སེམས་བྱུང་སྦྱོས་པས་གཙོ་སེམས་ཡོད་པ་  
 དེ་གཅོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སེམས་པའམ་ཤེས་རབ་ལ། ཞུས་འདམ་ཚིག་  
 སྦྱོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་ཡོད་དེ། དུལ་དེ་གཏན་ལ་མི་འབེབས་པ་དང་མི་  
 རྟོག་པའི་ཚོ་སེམས་པ་ལ་གཙོ་བོར་བརྟེན། གཏན་ལ་འབེབས་པ་དང་རྟོག་  
 པའི་ཚོ་ཤེས་རབ་ལ་གཙོ་བོར་བརྟེན་པའི་བྱུང་པར་ཤེས་པ་དེ་ཡིན་པའི་

ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། ཀུན་བཏུས་འགྲེལ་བ་ལས། སེམས་པའམ་  
 ཤེས་རབ་ལ་བརྟེན་ཅེས་བྱ་བ་ནི་མངོན་པར་མི་རྟོག་པ་དང་མངོན་པར་  
 རྟོག་པའི་གནས་སྐབས་དག་དང་གོ་རིམ་བཞིན་ནོ། ཞེས་དང་། མངོན་གྱི་  
 འགྲེལ་བ་རྒྱལ་སྐས་མ་ལས་ཀྱང་། རྟོག་པ་གང་ཞེ་ན། སེམས་པའམ་ཤེས་  
 རབ་ལ་བརྟེན་ནས་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་གཏན་ལ་མི་འབབས་པ་དང་གཏན་  
 ལ་འབབས་པའི་གནས་སྐབས་དག་ནི་ཡིད་གྱི་བརྗོད་པ་ཀུན་ཏུ་ཚོལ་བར་  
 བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་སེམས་རྗེས་བཞེད་པ་ཉིད་དོ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་  
 བྱུང་། །འདིའི་རྟོག་པ་ལ་སེམས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཤེས་རབ་ལ་མ་བརྟེན་པ་  
 ཡོད་པའི་ཆ་ནས་ཀྱང་འཕ་སྤོས་ཏེ། ཉོན་མོངས་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་རང་  
 རྟོགས་རྟོག་པ་དག་ཤེས་རབ་ལ་མ་བརྟེན་པའི་ཕྱིར། དེ་མཚུངས་ལྡན་གྱི་  
 རྟོག་པ་འདི་ཡོད་པ་གང་ཞིག །དེ་མཚུངས་ལྡན་གྱི་ཤེས་རབ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 དང་པོ་གྲུབ་སྟེ། འདོད་པའི་སས་བསྐྱུས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་དང་མཚུངས་ལྡན་  
 གྱི་སེམས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྒྱབ་སྟེ། མངོན་ལས། ཉོན་མོངས་གཞན་ལྡན་  
 ཉིད་དུ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་དོན་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གྲུབ་མཐའ་གོང་མའི་སྐབས་  
 ལྷ་རྒྱས་དང་རིགས་མིང་གསུམ་གྱི་སྐོས་ཉེར་གཅིག་འབྱུང་དོ། །གཉེས་པ་  
 གྲུབ་སྟེ། འཇིག་ལྷ་སོགས་ཤེས་རབ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་གཉེས་མ་རིག་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། ལྷ་རྒྱས་གཞན་དུག་ཅུ་པོ་སོགས་ཀྱང་ཤེས་རབ་ཀྱི་  
 རྒྱས་ཡིན་ཡང་ཤེས་རབ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཤེས་རབ་འཆལ་བ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཚེས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཤེས་རབ་དང་ཤེས་རབ་འཆལ་བ་འགལ་  
 པའི་ཕྱིར། ཚུལ་ཁྲིམས་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བ་བཞིན་ནོ། །འདིར་སྦྱོང་  
 པའི་རྗེས་ཞེས་ཀྱི་ཀྱང་པར་དེ་ཡུལ་རྗེས་ཞེས་ཅམ་གྱིས་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་

གཉིས་ཡུལ་སྐྱ་རགས་རེ་རེ་ལའང་གཉིས་ཀ་འཇུག་པའི་ཕྱིར། འདི་གཉིས་  
 ལ་ཡུལ་གཞལ་བས་མ་བྱས་སྟེ། བདག་འཛིན་དང་མཚུངས་པར་གྱུར་པའི་  
 འདི་གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདི་གཉིས་ཡུལ་གཞལ་བ་དུ་མ་ཡོད་དེ། ཚད་  
 མ་གཉིས་དང་བཅད་ཤེས་གཉིས་སོགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་ངོ་བོས་དབྱེ་  
 བ། ཞེན་རིག་གི་རྟོག་པ་དང་རྟོག་བྲལ་གཉིས་ཡོད་དེ། ཡིད་ཤེས་ཞེན་རིག་  
 དང་དབང་ཤེས་དུ་མ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་སེམས་པའམ་ཤེས་རབ་གང་  
 རུང་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ཡུལ་ལ་འཇུག་པ་རགས་པའི་སློ་ནས་ཀུན་ཏུ་ཚོལ་  
 ཞིང་ཡིད་ཀྱི་བརྗོད་པའི་ཚ་ནས་བཞག་པའི་གཞན་འགྱུར་གྱི་སེམས་བྱུང་  
 གང་རུང་གི་གྲོགས་བསམ་གཏན་དང་པོའི་དངོས་གཞིའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་  
 དང་མཚུངས་ལྡན་ཏེ། དང་པོའི་ཡན་ལག་རྟོག་པའི་མཚན་ཉིད། དབྱེ་ན་  
 ཞེན་རིག་གི་རྟོག་པ་དང་རྟོག་མེད་གཉིས་ཡོད། དེ་ཡིན་ན་ཡིད་ཤེས་ཁོ་  
 བ་དང་དགེ་བ་ཡིན་པས་བྱས། རྗེས་སྡུ་བཅད་ན་འདིར་གྱུར་པའི་ཚད་  
 མ་ཡིན་ན་རྗེས་དཔག་དང་ཡིད་མངོན་དང་རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་གྱི་  
 ཚད་མ་གསུམ་གང་རུང་ཡིན་པས་བྱས་པ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྐྱབས་ལྷོ་བཤད་ནི།  
 ལྟམས་འདིའི་བསམ་གཏན་གྱི་ཡན་ལག་གི་རྟོག་པ་ཚོས་ཅན། རྩོད་ལ་རྟོག་  
 པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། ཤེས་པས་ན་རྟོག་པ། ཁོང་དུ་རྒྱུད་  
 པས་ན་རྟོག་པ། ཡོད་པས་ན་རྟོག་པ། རབ་ཏུ་རྟོག་པས་ན་རྟོག་པ། ཉིང་ངེ་  
 འཛིན་དུ་བྱེད་པས་ན་རྟོག་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་  
 པ་ལ། ཚོས་ཡང་དག་པར་སྦྱད་པའི་མདོ་ལས། དེ་དག་ནི་རྟོག་པ་ཞེས་བྱ་  
 བ་སྟེ། ཤེས་པ་དང་། ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ་དང་། དཔྱོད་པ་དང་། རབ་ཏུ་རྟོག་པ་  
 དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་དུ་བྱེད་པ་ནི་རྟོག་པ་ལོ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་།

གཉིས་པ་དཔྱད་པ་དེ་ཉིད་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། ཚོས་ཡང་དག་  
 པར་སྐྱད་པའི་མདོ་ལས། དེ་ལ་སྦྱོད་པ་གང་ཞེ་ན། བསམ་གཏམ་དང་པོ་  
 དང་མཐུན་པའི་རྟོག་པ་དེ་དག་ཉིད་ལ་དཔྱད་པ་དང་། རྣམ་པར་དཔྱད་པ་  
 དང་། ཉེ་བར་དཔྱད་པ་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་དུ་བྱེད་པ་དང་། སེམས་རྗེས་  
 སུ་འགྲོ་བ་ནི་དཔྱད་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་། འདི་ཡང་  
 སྦྱོར་ངག་ཏུ་ངིལ་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། སྐབས་འདིའི་དཔྱད་པའི་ངོ་བོ་  
 ཡང་ཡོད་དེ། སེམས་པའམ་ཤེས་རབ་གང་རུང་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ཡུལ་གྱི་  
 རྒྱད་པར་སོགས་ལ་འཇུག་པ་ཞིབ་པའི་སློབ་ནས་སོ་སོར་རྟོག་པའམ་དཔྱད་  
 པའི་ཆ་ནས་བཞག་པའི་གཞན་འཇུར་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ། གཞན་འཇུར་  
 གྱི་དཔྱད་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དེ་སྐད་དུ། ཀུན་བརྟུས་ལས། དཔྱད་པ་  
 གང་ཞེ་ན། སེམས་པའམ་ཤེས་རབ་ལ་བརྟེན་ནས་སོ་སོར་ཡིད་གྱི་བརྗོད་  
 པ་སྟེ། དེ་ནི་སེམས་ཞིབ་པའོ། ཞེས་དང་། ལེགས་བཤད་གསེར་གྱི་སྒྲིབ་བ་  
 ལས། དཔྱད་པ་ནི། ཞིབ་ཏུ་དཔྱད་པ། ཞེས་སོགས་དང་། མདོན་པ་མཛོད་གྱི་  
 འགྲེལ་བཤད་ལས། སེམས་པའམ་ཤེས་རབ་ལ་བརྟེན་ནས་གོ་རིམ་བཞིན་  
 དུ་གཏམ་ལ་མི་འབེབས་པ་དང་གཏམ་ལ་འབེབས་པའི་གནས་སྐབས་དག་  
 བ་ཡིད་གྱི་བརྗོད་པ་སོ་སོར་རྟོག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་སེམས་ཞིབ་  
 པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་། གཞུང་འདིས་སེམས་པའམ་  
 ཞེས་པའི་རྒྱད་པར་ཡང་བསྟན་ལ། ཀུན་བརྟུས་ལས། འགྲེལ་པའི་ལུང་དེ་  
 རྟོག་དཔྱད་གཉིས་ཀ་ལའམ་སློབ་པའི་འགྲེལ་བ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་འདིའི་  
 ཞིབ་པ་ནི་ཡུལ་སྤར་རགས་གང་ཡིན་ཡང་ཆ་སོགས་རྒྱད་པར་ཞིབ་ཏུ་དཔྱད་  
 པ་ལ་འཛོག་ལ། དེ་ལྟར་དཔྱད་གྱི་འདིའི་དཔྱད་པས་མ་ཁྱབ་སྟེ། དེ་ལྟར་



དཔྱད་པའི་གཞན་འགྱུར་གཅིག་དགོས་པའི་ཕྱིར་ན་མཚུངས་ལྡན་སོགས་  
 གྱིས་ཀྱང་སློབ་མི་འཇུག་གོ་།དེས་ན་མཚན་ཉིད་དེ་འདྲའི་སེམས་བྱུང་གང་  
 རང་གི་གོགས་དངོས་གཞིའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་མཚུངས་ལྡན་ཏེ། དང་པོའི་  
 ཡན་ལག་དཔྱད་པའི་མཚན་ཉིད། དབྱེ་ན་རྟོག་བཅས་ཀྱི་དཔྱད་པ་གཅིག་  
 དང་། རྟོག་མེད་ཀྱི་དཔྱད་པ་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྐྱབས་ལུང་ན།  
 སྐབས་འདིའི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཡན་ལག་དཔྱད་པ་ཚོས་ཅན། བྱོད་  
 ལ་དཔྱད་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྩ་མཚན་ཡོད་དེ། རྣམ་པར་དཔྱད་པས་ན་  
 དཔྱད་པ། ཉེ་བར་དཔྱད་པས་ན་དཔྱད་པ། ཀུན་ཏུ་ཡོངས་སུ་དཔྱད་པས་ན་  
 དཔྱད་པ། ཉིང་ངེ་འཛིན་དུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ན་དཔྱད་པ། སེམས་ལུལ་དེ་ལ་  
 རྗེས་སུ་འགོ་བསམ་ན་དཔྱད་པ། ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་  
 པར་བྱེད་པ་ལ། ཚོས་ཡང་དག་པར་བསྟུན་པའི་མདོ་ལས། རྣམ་པར་དཔྱད་  
 པ་དང་། ཉེ་བར་དཔྱད་པ་དང་། ཀུན་ཏུ་ཡོངས་སུ་དཔྱད་པ་དང་། ཉིང་ངེ་  
 འཛིན་དུ་བྱེད་པ་དང་། སེམས་རྗེས་སུ་འགོ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཞེས་པས་ན་  
 དཔྱད་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། ཚོས་ཡང་དག་  
 པར་སྟུན་པའི་མདོ་ལས། རྣམ་པར་དཔྱད་པ་དང་། ཉེ་བར་དཔྱད་པ་དང་།  
 ཀུན་ཏུ་ཡོངས་སུ་དཔྱད་པ་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་དུ་བྱེད་པ་དང་། སེམས་  
 རྗེས་སུ་འགོ་བ་ནི་དཔྱད་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་།

གསུམ་པ་དགའ་བ་དེ་ཉིད་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། ཚོས་ཡང་  
 དག་པར་སྟུན་པའི་མདོ་ལས། དགའ་བ་དང་བདེ་བ་དབེན་པ་ལས་སྐྱེས་  
 པས། དེའི་ཕྱིར་དབེན་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་དགའ་བ་དང་། བདེ་བ་ཞེས་བྱའོ།  
 །ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་། འདི་ཡང་སློབ་དག་ཏུ་རིལ་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་

ཅན། ལྷག་ལེན་འདི་དགའ་བའི་ངོ་བོ་ལ་དུ་མ་ཡོད་དེ། དགའ་དད་གཉིས་  
 ལ་སྐྱ་བཞི་ཚེ་ཚུལ་བཤད་པའི་ཕྱིར། གང་ཟག་དང་ཚོས་ལ་དམིགས་པའི་  
 སྐྱ་བཞི་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཚོས་ཀྱི་སྐྱ་བཞི་ཡོད་དེ། དད་པ་ཡིན་ལ་དགའ་  
 བ་མ་ཡིན་པ། དགའ་བ་ཡིན་ལ་དད་པ་མ་ཡིན་པ། དགའ་དད་གཉིས་ཀ་  
 ཡིན་པ། དེ་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་སྐྱ་བཞི་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་གྲུབ་སྟེ།  
 སྐྱུག་ཀྱང་འབྱུང་ཚུལ་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་ཡིད་  
 ཆེས་པས་དད་ཀྱང་སེམས་མི་དགའ་བར་སྐྱོ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། རང་འགྲེལ་ལས།  
 དད་པ་ཡིན་ལ་དགའ་བ་མ་ཡིན་པ་ཡོད་དེ། སྐྱུག་བསྐལ་དང་ཀྱུན་འབྱུང་  
 ལ་དམིགས་པའི་དད་པ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱང་། གཉིས་པ་  
 གྲུབ་སྟེ། བྱ་དང་ཚུང་མ་ལ་སོགས་ལ་སྲིད་པའི་དགའ་བ་ཉོན་མོངས་ཅན་  
 དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་དགའ་བ་ཅམ་ཡིན་ཡང་ཡིད་ཆེས་སོགས་ཀྱི་དད་  
 པར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དད་པ་དགེ་བ་ཞོ་ན་ལ་འཛོག་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རང་  
 འགྲེལ་ལས། དགའ་བ་ཡིན་ལ་དད་པ་མ་ཡིན་པ་ཡང་ཡོད་དེ། དགའ་བ་  
 ཉོན་མོངས་ཅན་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་དང་། མཛོད་ལས། དད་དང་བག་ཡོད་ཤིན་  
 ཏུ་སྦྱངས། །བཙོན་འགྲུས་ཉལ་ཏུ་དགེ་ལ་འབྱུང་། །ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་  
 བྱང་། གསུམ་པ་གྲུབ་སྟེ། འགོག་ལམ་ལ་དམིགས་པའི་དད་པ་དེ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་དང་མངོན་དུ་བྱ་འདོད་ཀྱི་དགའ་བར་གྱུར་པའི་  
 ཕྱིར་ཏེ། དེ་གཉིས་དད་ཅིང་མངོན་པར་དགའ་བའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 རང་འགྲེལ་ལས། གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་ནི་འགོག་པ་དང་ལམ་ལ་དམིགས་པའི་  
 དད་པ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བཞི་པ་གྲུབ་སྟེ། ཚོར་  
 བ་ལ་སོགས་པའི་སེམས་བྱུང་གཞན་དང་ལྡན་མིན་འདུ་བྱེད་དག་དེ་ཡིན་

པའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། མངོན་གྱི་འགྲེལ་བཤད་ལས། གཉིས་  
ཀ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་པ་དེ་དག་མ་རྟོག་པའོ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཚོར་བ་ལ་སོགས་  
པའི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་གཞན་དག་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་པ་དག་གོ། ཞེས་  
པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་། དགའ་བ་ལ་ཉོན་མོངས་ཅན་ཡིན་མིན་གཉིས་ཡོད་  
དེ། བྱ་སོགས་ལ་དགའ་བ་ཉོན་མོངས་ཅན་དང་། ལྷ་མ་དང་སྟོན་པ་འགོག་  
ལམ་ལ་དགའ་བ་ནི་ཉོན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་གྲུབ་སྟེ། དེ་  
ཚོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། བྱུང་སྟེ། དགའ་བ་ཉོན་མོངས་ཅན་སྟེད་པ་གཅིག་ལ་  
འཇོག་པའི་ཕྱིར་ཉེ། རང་འགྲེལ་ལས། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ནི་སྟེད་པ་སྟེ།  
ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་གྲུབ་སྟེ། ཚོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར།  
བྱུང་སྟེ། དགའ་བ་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པ་དེ་དད་པ་གཅིག་ལ་འཇོག་པའི་  
ཕྱིར་ཉེ། རང་འགྲེལ་ལས། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པ་དད་པ་སྟེ། ཞེས་  
གསུངས་པ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉན་ས་ལས་ཀྱང་དགའ་བ་ཡིད་བྱེད་སོགས་  
ཕལ་ཆེར་དད་པར་བཤད་དོ། །སྐབས་འདིའི་ཡན་ལག་གི་དགའ་བ་ནི་  
དགའ་བ་ལྡན་པའི་ཚོར་བ་སེམས་དགའ་བར་བྱེད་པ་གཅིག་ལ་འཇོག་  
སྟེ། དེ་འདྲའི་ཡིད་ཚོར་གཅིག་ལ་འཇོག་པ། ཉན་ས་ཀུན་བརྒྱས་འགྲེལ་བ་  
གསེར་འབྲེང་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། བསམ་གཏན་གསུམ་  
པའི་ཡན་ལག་བཤད་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་བཤད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་  
འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། མདོ་ལས། དགའ་བ་མེད་པའི་བསམ་གཏན་གསུམ་  
པ་བསྐྱབས་ཉེ་གནས་སོ། ཞེས་དང་། དེའི་དོན་ཉན་ས་ལས། དགའ་བ་དང་  
ལྡན་པའི་ཚོར་བ་སེམས་དགའ་བར་བྱེད་དེ་སྟོང་བར་བྱེད་ཅིང་། དགའ་  
བའི་གཉེན་སོ་དགའ་བ་མེད་པ་ཞི་བ་དང་རབ་ཏུ་ཞི་བའི་ཚོར་བ་སེམས་

ལ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བས་ན། དེའི་ཕྱིར་དགའ་བ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་གསུངས་སོ། །  
 ཞེས་དང་། ལེགས་བཤད་གསེར་འབྲེང་ལས། རང་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་ཡིད་ཤེས་འཁོར་བཅས་དགའ་རྣམས་ ཀྱིས་ཚིམ་པར་བྱས་པས། ཞེས་དང་། ཉན་ས་སོགས་ལས་ཀྱང་བཤད་པ་དེའི་ཕྱིར། སྐྱབས་ལེན་ལ་འདིའི་བསམ་གཏམ་གྱི་ཡན་ལག་གི་དགའ་བ་ཚོས་ཅན། རྟོད་ལ་དགའ་བ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། དགའ་བ་དང་མཐུན་པའི་ཚོས་ལ་སེམས་འཇམ་པར་བྱེད་པས་དགའ་བ་དང་། དེ་ལ་སེམས་སྐྱིམ་པར་བྱེད་པས་ན་དགའ་བ་དང་། དེ་ལ་སེམས་གཤེར་བར་བྱེད་པས་ན་དགའ་བ་དང་། དེ་ལ་སེམས་བརྒྱན་པར་བྱེད་པས་ན་དགའ་བ་དང་། དེ་ལ་སེམས་ཤིན་ཏུ་དྲངས་པར་བྱེད་པས་ན་དགའ་བ་དང་། དེ་ལ་སེམས་རབ་ཏུ་གསལ་བར་བྱེད་པས་ན་དགའ་བ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། ཤིང་རྩ་ཚེན་པོ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས། དེ་དེ་ལྟར་དུས་དུས་སུ་མངོན་པར་དགའ་བར་འགྱུར་བ་དང་། མཐུན་པའི་ཚོས་རྣམས་ལ་སེམས་མངོན་པར་དགའ་བར་བྱེད་པས་ན། མངོན་པར་དགའ་བར་གྱུར་པ་དེའི་སེམས་འདི་ལྟ་སྟེ། མངོན་པར་དགའ་བར་འགྱུར་བ་དང་མཐུན་པའི་ཚོས་རྣམས་ལ། འཇམ་པ་དང་། གཤེར་བ་དང་། བརྒྱན་པ་དང་། ཤིན་ཏུ་དྲངས་པ་དང་། རབ་ཏུ་གསལ་བར་འགྱུར་ལོ། ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་།

བཞི་པ་བདེ་བ་དེ་ཉིད་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། ཚོས་ཡང་དག་པར་སྦྱད་པའི་མདོ་ལས། བདེ་བ་དབེན་པ་ལས་སྐྱེས་པས། དེའི་ཕྱིར་དབེན་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་བདེ་བ་ཞེས་བྱའོ། ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་། འདི་ཡང་སྦྱོར་ངག་ཏུ་རྒྱུ་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། སྐབས་འདིའི་བདེ་བའི་

ངོ་བོ་ཡང་ཡོད་དེ། རང་གི་གྲོགས་དང་པོའི་དངོས་གཞིའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་  
 མཚུངས་ལྡན་གང་། ལུས་ལས་རུང་གི་སྐོ་ནས་ཡིད་ལ་བདེ་བ་བསྐྱེད་  
 པའི་ཡིད་ཚོར་སེམས་པ་དེ་དང་པོའི་ཡན་ལག་གི་བདེ་བའི་མཚའ་ཉིད།  
 འདིའི་ཡན་ལག་ལུས་ཚོར་དུ་འདོད་པ་ལྟར་ན། དང་པོའི་དེ་དང་མཚུངས་  
 ལྡན་གང་ལུས་ཤིན་སྐྱུངས་གི་བདེ་བ་ཞེས་འཛོག་དགོས་ཏེ། སེམས་ཤིན་  
 སྐྱུངས་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིད་སེམ་པར་བྱས་པས་ལུས་ལས་རུང་གི་བདེ་བ་  
 སྐྱེས་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་བྱེད་པ་གཅིག་ལ་འཛོག་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་  
 མདོ་དང་ཉན་ས་གསེར་འབྲེང་ཀུན་བཏུས་འགྲེལ་བ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། མདོ་ལས་ཀྱང་། བདེ་བ་ལུས་  
 ཀྱི་ཚྱོང་ལ། ཞེས་པ་དང་། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ས་ལས། གཟུགས་ཀྱི་ལུས་དང་ཡིད་  
 ཀྱི་ལུས་ཀྱིས། ཞེས་སོགས་དང་། ལེགས་བཤད་གསེར་སྤེང་ལས། ཡིད་ལུས་  
 ཀྱི་ཚོར་བའི་བདེ་བ་ཚྱོང་བར་བྱེད་པ་ནི། ཞེས་དང་། དེ་ཉིད་ལས། བསམ་  
 གཏན་དང་པོ་གཉིས་ན་ཡིད་ཤེས་འཁོར་གྱི་ཚོར་བ་སེམ་པར་ཚྱོང་བ་ཉིད་  
 ཀྱིས་དབང་རྟེན་བཅས་ཀྱི་ལུས་ལས་སུ་རུང་བར་བྱས་པས་ལུས་དང་། ཞེས་  
 དང་། མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་བཤད་ལས་ཀྱང་། འབྲུང་བའི་ཁྱད་པར་དགའ་བས་  
 རངས་པའི་མཚའ་ཉིད་ཅན་ཡིན་ནོ། ཞེས་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། མདོ་  
 དེར་ནི་ལུས་ཉམ་ང་བ་མེད་པ་ཁོ་ན་ལུས་ལས་སུ་རུང་བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཡིད་  
 དགའ་ན་ལུས་ཤིན་སྐྱུངས་པར་འགྱུར་རོ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་། སློབ་  
 དཔོན་སློབ་པ་ཉན་གྱིས་ཀྱང་ལུང་འདི་རངས་ནས་ལུས་ཤིན་སྐྱུངས་བསྐྱབས་  
 སོ། །མཛོད་འགྲེལ་གྱི་འདི་འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ཀྱི་དགའ་བ་  
 ཡང་དག་གི་སྐྱབས་སུ་བཤད་པ་དང་མཐུན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཀུན་མཁྱེན་

དབྱིག་གཉེན་ནི། མདོ་ལས་ཀྱང་། དེ་ལ་ལུས་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་གང་ཡིན་  
 པ་དེ་ཡང་མདོན་པར་ཤེས་པ་དང་། རྫོགས་པར་བྱང་ཚུབ་པ་དང་། རྱ་ངན་  
 ལས་འདས་པར་ཡང་འགྱུར་བ་ཡིན་ལ་སེམས་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་གང་ཡིན་  
 པ་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་ཡང་དག་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་  
 མདོན་པར་ཤེས་པ་དང་། རྫོགས་པར་བྱང་ཚུབ་པ་དང་། རྱ་ངན་ལས་འདས་  
 པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་དྲངས་ནས་མཉམ་བཞག་  
 བྱུང་བ་ཉིད་ཅེ་འདྲིན་དང་མཐུན་པའི་དབང་པོའི་ཚོར་བ་ཡོད་པར་བཤད་  
 ཏོ། །འདིར་ཡང་སྤར་གྱི་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་སོགས་ལ་བསམ་ན་རུང་བར་མདོན་  
 བོ། །འོ་ན། འདིར་སློབ་བརྟན་དང་ལམ་རིམ་ལྟར་ན་ལུས་ཤིན་སྦྱངས་རེག་བྱ་  
 ཡིན་པས། དེའི་སློབ་ནས་བདེ་བར་རྗེ་ལྟར་འཐད་སྟམ་ན། དེ་ལྟར་བྱས་ཀྱང་  
 འཆད་ཚུལ་ཡོད་དེ། མདོ་ལས། ཡིད་དགའ་ན་ལུས་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པར་  
 འགྱུར་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིད་ལ་ཚོར་བའི་དགའ་བ་ཉུང་པར་ཅན་  
 གྱིས་པས་ལུས་ཤིན་སྦྱངས་ལྷག་པར་འབེལ་ལ། དེ་འབེལ་བས་དེའི་གྲགས་  
 ཀྱིས་སེམས་ལ་བདེ་བ་ཆེན་པོ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་གསེར་སྲིད་ཀྱི་བཏུས་  
 འགྲེལ་བ་སོགས་ཀྱི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱས་པ་ལ་ཁོ་ན་རེ། འོ་ན། བསམ་  
 གཏན་བཞི་པའི་དེ་ལ་བདེ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་པར་ཐལ། ཡིད་དགའ་ན་སོགས་  
 ཀྱི་འཆད་ཚུལ་འཐད་པའི་ཕྱིར་དང་། བཞི་པ་ལ་ཤིན་སྦྱངས་ཆེན་པོ་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། རང་འགྲེལ་ལས། བསམ་གཏན་བཞི་པ་ལ་ཤིན་  
 ཏུ་སྦྱངས་པ་མང་བཞིན་དུ་ཡང་བདེ་བ་མ་སློབ་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པ་  
 དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཤིན་སྦྱངས་བཏང་སྟོན་གྱིས་བཙོམ་ཡང་ཟེར་མི་ཐུབ་  
 རྟེ། སྤུ་མ་གསུམ་ལས་དེ་ཤིན་སྦྱངས་མཚོག་ཏུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བདེ་བ་



སྐྱེ་བ་དང་མཐུན་པའམ་ཟེར་མི་སྤྱབ་སྟེ། དེའང་རང་འགྲེལ་གྱིས་བཀག་  
 པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། འདིས་ནི་དོན་གཏན་ནས་མ་གོ་སྟེ་བྱེ་སྤྲིད་ཤིན་སྐྱུངས་  
 ཅམ་ལ་བདེ་བར་བཞག་པ་ལ་སྐྱོན་དེར་འཕངས་པས་འདིར་ག་ལ་གཞོད་  
 དེ། དེ་ལྟར་ན་བཞི་པ་ལ་ཡང་བདེ་བ་ཡོད་པར་ཐལ། ཤིན་སྐྱུངས་ཅམ་ལ་  
 དེའི་ཕྱིར་ན་མ་བྱབ་སྟེ། བདེ་བ་སྐྱེ་བ་དང་མཐུན་པ་ཟེར་ན། འོ་ན། གསུམ་  
 པ་ལའང་ཤིན་སྐྱུངས་བདེ་བར་འདོག་རིགས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
 དེའི་ཤིན་སྐྱུངས་བཏང་སྟོངས་ཀྱིས་བཅོམ་ཟེར་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། ལྷ་  
 མ་གཉིས་ལས་འདི་ལ་ཤིན་སྐྱུངས་དང་བདེ་བ་མདོ་ལས་བཤད་པའི་ཕྱིར།  
 ཞེས་སྐྱོན་བལྟན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སོ། །འདིར་མི་གཞོད་ཚུལ་ཡོད་དེ། ཤིན་  
 སྐྱུངས་དེ་གང་ཟག་འགའ་ཞིག་ལ་བདེ་བ་སྐྱེད་བྱེད་ཡིན་ཡང་བྱབ་མཐའ་  
 མ་ངེས་པའི་ཕྱིར་ཉེ། སྐྱིར་དེ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་། བཞི་པ་ལ་བདེ་བ་མི་སྐྱེ་བའི་  
 རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། བདེ་བ་ལ་ཆགས་བྲལ་བྲས་པའི་གནད་ཀྱིས་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་ཉེ། དཔེར་ན་ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་མི་འོང་དེ་སྤང་བ་དང་ཆགས་པ་སྐྱེ་  
 བའི་རྒྱ་ཡིན་ཡང་ཆགས་བྲལ་གྱི་གང་ཟག་ལ་དེ་གཉིས་མ་སྐྱེས་པ་བཞིན་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་དང་པོ་གསུམ་ལ་བདེ་བ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ།  
 དེ་གསུམ་གྱི་བདེ་བ་ལ་སྐྱོན་དུ་མ་བལྟས་ཤིང་། དེའི་རྒྱ་ལུས་སེམས་ཤིན་  
 དུ་ལས་སུ་རུང་བ་བདེ་བ་སྐྱེ་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར། དང་  
 པོ་གཉིས་ལ་དགའ་བདེ་གཉིས་སྐྱེ་ལ་གསུམ་པ་ལ་དགའ་བ་མི་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་  
 མཚན་ཡོད་དེ། དང་པོ་གཉིས་ལ་དེ་གཉིས་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ལུས་སེམས་ལས་  
 རུང་བྱུང་པར་ཅན་ཡོད་ཅིང་། དགའ་བ་ལ་སྐྱོན་དུ་བལྟས་ནས་མ་བཀག་  
 ལ་གསུམ་པ་ལའང་རྒྱ་དེ་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་དགའ་བ་ལ་གཡོ་བ་སོགས་གྱི་

སྐྱོན་ཏུ་བལྟས་ནས་སྐྱེར་མ་བརྟུག་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་ཕྱི་རོལ་ན་འདོད་  
 སྲིད་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཡུལ་གྱི་དངོས་པོ་མཚོག་ཏུ་བཟུ་བ་གཅིག་ཡོད་པ་ལ་གང་  
 ཟག་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་གཉིས་ཀྱིས་དེ་ལ་འདོད་སྲིད་སྐྱེ་བ་ལ་སྐྱོན་ཏུ་མ་  
 བལྟས་པས་འདོད་སྲིད་སྐྱེ། གཅིག་གིས་འདོད་སྲིད་ལ་སྐྱོན་ཏུ་བལྟས་ནས་  
 སྐྱེས་མ་བརྟུག་པ་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྐྱ་བཤད་ན་སྐབས་འདིའི་བསམ་  
 གཏན་གྱི་ཡན་ལག་བདེ་བ་ཚོས་ཅན། བྱོད་ལ་བདེ་བ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་ཡོད་དེ། དགའ་བའི་སྐོ་ནས་ལུས་སེམས་ཅི་རིགས་ཚིམ་པར་བྱེད་  
 པས་ན་བདེ་བ། ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པའི་སྐོ་ནས་ལུས་སེམས་ཅི་རིགས་ཚིམ་  
 པར་བྱེད་པས་ན་བདེ་བ། བྱོད་སྐོ་ནས་ལུས་སེམས་ཅི་རིགས་  
 ཚིམ་པར་བྱེད་པས་ན་བདེ་བ། ལུས་སེམས་ཚིམ་བྱེད་ཡིན་པས་ན་ལུས་  
 སེམས་ཀྱི་བདེ་བ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་  
 ལ། རྣལ་འབྱོར་སྦྱོང་བའི་ས་ལས། བདེ་བ་ལ་གནས་པ་ཞེས་ཀྱང་བྱ་སྟེ། དེ་  
 དག་ཏུ་བདེ་བ་ཡོངས་སུ་རྗོགས་པ་མྱོང་བའི་ཕྱིར་ཉེ། འདི་ལྟར་དེ་དག་ཏུ་  
 དགའ་བའི་བདེ་བ་དང་། ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པའི་བདེ་བ་དང་། བྱོད་སྐོ་ནས་  
 ཀྱི་བདེ་བ་དང་། ལུས་སེམས་ཀྱི་བདེ་བ་མྱོང་བའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་  
 འདི་བྱུང་།

ལྷ་པ་སེམས་རྩེ་གཅིག་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་དེ་འཆད་པར་བྱེད་པ་  
 ལ། ཚོས་ཡང་དག་པར་སྦྱང་བའི་མདོ་ལས། དེ་དག་ལྟན་ཅིག་པ་ནི་རྟོག་པ་  
 དང་། དཔྱོད་པ་དང་བཅས་པ། བསམ་གཏན་དང་པོ་ལོ། ཞེས་པའི་གཞུང་  
 འདི་བྱུང་། འདི་ཡང་སྦྱོར་ངག་ཏུ་རིལ་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། སྐབས་འདིའི་  
 ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ངོ་བོ་ཡོད་དེ། རང་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་སེམས་སེམས་

བྱུང་རྣམས་དམིགས་པ་གཅིག་ལ་སྦྱད་པར་བྱེད་པའི་དང་སོའི་དངོས་  
 གཞིར་རྒྱར་པའི་ཡུལ་ངེས་ཀྱི་སེམས་བྱུང་དེ་དང་སོའི་ཡན་ལག་ཉིང་ངེ་  
 འཛིན་གྱི་མཚན་ཉིད། དམིགས་པ་གཅིག་ལ་བསྦྱད་པ་དང་། ཚེ་གཅིག་ཏུ་  
 བྱེད་པ་གཉིས་དོན་གཅིག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་  
 ལ། ལེགས་བཤད་གསེར་གྱི་སྤྲིང་བ་ལས། ཉིང་ངེ་འཛིན་རང་དང་མཚུངས་  
 ལྡན་གྱི་སེམས་སེམས་བྱུང་རྣམས་ཞི་རགས་སོགས་ཀྱི་དམིགས་པ་གཅིག་  
 ལ་བསྦྱད་པར་བྱེད་པ། ཞེས་དང་། འགྲེལ་བཤད་ལས། ཚེ་དང་དམིགས་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་དོན་གཅིག་གང་དང་ལྡན་པས་སེམས་དམིགས་པ་གཅིག་  
 ལ་རྒྱུན་ཆགས་འཇུག་པ་ནི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཡིན་ནོ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་  
 བྱུང་། ལྷག་པའི་དེའི་བསམ་གཏུན་ཚོས་ཅན། རྒྱུད་ལ་དབྱེ་ན་དུ་མ་ཡོད་དེ།  
 ཉམས་པ་ཆ་མཐུན། ཐར་པ་ཆ་མཐུན་སོགས་ཡོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་  
 ཚོས་ཅན། རྒྱུད་ལ་བསམ་གཏུན་དང་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་ཡོད་དེ། སེམས་དམིགས་པ་ལ་ཉེ་བར་ཡང་དག་པར་གཏོད་པས་  
 ཅན་བསམ་གཏུན་དང་། ཟུན་པ་ཚེ་གཅིག་ཏུ་ཉེ་བར་གཏོད་པས་ཅན་བསམ་  
 གཏུན་དང་། དམིགས་པ་ལ་སེམས་ཡང་དག་པར་འཛིན་པས་ཅན་ཉིང་ངེ་  
 འཛིན་དང་། དམིགས་པ་ལ་སེམས་ཀུན་ཏུ་འཛིན་པས་ཅན་ཉིང་ངེ་འཛིན་  
 ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་  
 ས་ལས། བསམ་གཏུན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དམིགས་པ་ལ་ཡང་དག་པར་ཉེ་བར་  
 གཏོད་པ་དང་། ཟུན་པ་ཚེ་གཅིག་ཏུ་ཉེ་བར་གཏོད་པའི་ཕྱིར་བསམ་གཏུན་  
 ཞེས་བྱའོ། ཞེས་དང་། གཏུན་ལ་དབབ་པ་བསྦྱབ་པ་ལས། ཅིའི་ཕྱིར་བསམ་  
 གཏུན་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། ལྷན་པ། ཤེས་བྱའི་དངོས་པོ་དང་ཆ་

མཐུན་པའི་གཟུགས་ཀྱི་དམིགས་པ་ལ་སེམས་ཉིང་ངེ་འཛིན་དུ་གནས་པ་  
ཉིད་ཀྱི་སྲིར་རྟོ་ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་།

གཉིས་པ་གངས་ངེས་དེ་ཉིད་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། གཏན་ལ་  
དབབ་པ་བསྐྱབ་པ་ལས། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཡན་ལག་དུ་ཞེ་ན། སྐྱུ་  
པ། ཡན་ལག་ལྡ་སྟེ། ཡན་ལག་ལྡ་གང་ཞེ་ན། སྐྱུ་པ། རྟོག་པ་དང་། དཔྱོད་  
པ་དང་། དགའ་བ་དང་། བདེ་བ་དང་། སེམས་ཚེ་གཅིག་པ་ཉིད་དོ། ཞེས་  
པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་། འདི་ལ་ཡང་གཉེན་པོ་སུ་ཡོན་གནས་གསུམ་ལ་  
སྟོན་པའི་གངས་ངེས་དང་། ཡིད་བྱེད་དང་ཡོངས་དཔྱོད་དང་མི་འཕྲོ་བ་  
ལ་སྟོན་པའི་གངས་ངེས་དང་། སུན་འདོགས་དང་སྟག་པའི་སེམས་དང་  
སྟག་པའི་ཤེས་རབ་ལ་སྟོན་པའི་གངས་ངེས་དང་། མི་མཐུན་སྟོགས་གསུམ་  
ཀྱི་གཉེན་པོ་ལ་སྟོན་པའི་གངས་ངེས་དང་། དཀའ་ལྷན་དུ་བཞུགས་པའི་རྣམ་  
གཞག་གི་དབང་དུ་བྱས་པའི་གངས་ངེས་དང་བཅས་པས་ས་བཅད་རྣམ་  
པ་ལྡ་བྱུང་། དང་པོ་དེ་ཉིད་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ལ། བསྐྱབ་པ་ལས་ཅིའི་སྲིར་  
བསམ་གཏན་བཞི་པོ་དེ་དག་ཡན་ལག་ལྡ་པོ་དང་། ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་  
འདི་བྱུང་། འདི་ལ་སྦྱོར་ངག་ཏུ་རིལ་ན། ཤེས་བྱ་ཚེས་ཅན། བསམ་གཏན་  
དང་པོ་ལ་ཡན་ལག་ལྡ་འཛོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། གཉེན་པོའི་ཡན་  
ལག་རྟོག་དཔྱོད་གཉིས་སུ་ཡོན་གྱི་ཡན་ལག་དགའ་བདེ་གཉིས། གནས་  
ཀྱི་ཡན་ལག་ཏུ་ཉིང་ངེ་འཛིན་བཞག་པ་དེ་ཡིན་པའི་སྲིར། རི་རྒྱད་དུ།  
གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྐྱབ་པ་ལས། ཅིའི་སྲིར་བསམ་གཏན་བཞི་པོ་དེ་དག་  
ཡན་ལག་ལྡ་པོ་དང་ཡན་ལག་བཞི་པར་རྣམ་པར་བཞག་ཅེ་ན། སྐྱུ་པ།  
གནས་པའི་རྟོན་དང་། གནས་པ་ལ་སུན་པ་དང་། གནས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་

ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་དང་། ལེགས་བཤད་གསེར་འབྲིང་ལས། དེས་ན་  
དེ་གསུམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་ཡན་ལག་དེ་རྣམས་སུ་གངས་ངེས་གྱི་ཡན་  
ལག་དེ་དག་གང་ལ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་སྟོམས་འཇུག་གི་བསམ་གཏན་མེད་  
པ་ནི་མིན་ཏེ། གཞན་དུ་ན་ཡན་ལག་དེ་དག་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པའི་  
སེམས་པ་དང་། འདུ་ཤེས་ལ་སོགས་པའི་སེམས་སེམས་བྱུང་རྣམ་པ་དགུ་  
པོ་གང་ཡང་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ། བསམ་གཏན་གྱི་སྟོམས་འཇུག་ནི་མིན་  
ལ་གཞན་ཡིན་པར་ཡང་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་དང་། ཀུན་བཏུས་ལས།  
གཉེན་པོའི་ཡན་ལག་དང་། སན་ཡོན་གྱི་ཡན་ལག་དང་། དེ་གཉིས་གྱི་  
གནས་གྱི་ཡན་ལག་གི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། རྣམ་བཤད་  
ལས་ཀྱང་། བསམ་གཏན་རྣམས་ནི་གཞོད་པ་སྡོང་བ་གཉེན་པོའི་ཡན་ལག་  
དང་། སན་པ་སྐབ་པ་སན་ཡོན་གྱི་ཡན་ལག་དང་། དེ་གཉིས་ཀའི་གནས་  
གྱི་ཡན་ལག་གི་དབང་དུ་བྱས་ནས་ཡན་ལག་བཞི་དང་ལྔ་ལ་སོགས་པར་  
རྣམ་པར་བཞག་གོ། །ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་།

གཉིས་པ་ཡིད་བྱེད་དང་། ཡོངས་དཔྱོད་དང་མི་འཕྲོ་བ་ལ་ལྟོས་  
བའི་གངས་ངེས་དེ་ཉིད་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྐྱབ་  
ལས། རྣམ་གངས་གཞན་ཡང་དམིགས་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་། དམིགས་  
པ་ལ་ཡོངས་སུ་དཔྱོད་པ་དང་། དམིགས་པ་ལས་ཡོངས་སུ་མི་འཕྲོ་བའི་  
ཕྱིར་རོ། །ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་། འདི་ཡང་སྦྱོར་དག་ཏུ་བྲིལ་ན། བསམ་  
གཏན་དང་པོའི་སྟོམས་འཇུག་ཚོས་ཅན། རྟོད་ལ་སོགས་པའི་བསམ་གཏན་  
བཞི་ལ་ཡན་ལག་ལྔ་ལ་སོགས་པ་འདོག་པའི་རྣམ་གངས་གཞན་ཡང་ཡོད་  
དེ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་དབང་དུ་བཏང་ན་དམིགས་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་

པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་རྟོག་དཔྱད་གཉིས་དང་། དམིགས་པ་ལ་ཡོངས་  
སུ་སྤྱོད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་དགའ་བདེ་གཉིས་དང་། དམིགས་པ་ལ་  
ཡོངས་སུ་མི་འཕྲོ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ཡན་ལག་  
བཞག་པ་དེ་ཡིན་པའི་སྐྱིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། དྲངས་མ་ཐག་  
པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་།

གསུམ་པ་མན་འདོགས་པ་དང་ལྷག་པའི་སེམས་དང་། ལྷག་པའི་  
ཤེས་རབ་ལ་ལྷོས་པའི་གྲངས་ངེས་དེ་ཉིད་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། གཏན་  
ལ་དབབ་པ་བསྐྱ་བ་ལས། རྣམ་གྲངས་གཞན་ཡང་མན་འདོགས་པའི་རྟོན་  
དང་། ལྷག་པའི་སེམས་ཀྱི་རྟོན་དང་། ལྷག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་རྟོན་ཡིན་པའི་  
སྐྱིར་རོ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་། འདི་ཡང་སྦྱོར་ངག་ཏུ་དེ་ལ་ན། ཤེས་  
བྱ་ཚོས་ཅན། ཡན་ལག་དེ་ལྟར་བཞག་པའི་དགོས་པའི་རྣམ་གྲངས་གཞན་  
ཡང་ཡོད་དེ། མན་འདོགས་པའི་རྟོན་དགའ་བདེ་གཉིས་དང་། ལྷག་པའི་  
སེམས་ཀྱི་རྟོན་ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་། རྟོག་དཔྱད་གཉིས་དཔྱད་བྱེད་ཀྱི་སྒྲོམ་  
ཡིན་པའི་ལྷག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་རྟོན་དུ་བཞག་པ་ཡིན་པའི་སྐྱིར། ཞེས་  
འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། དྲངས་མ་ཐག་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་།

བཞི་པ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་གསུམ་ཀྱི་གྲངས་ངེས་དེ་ཉིད་འཆད་  
པར་བྱེད་པ་ལ། གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྐྱ་བ་ལས། རྣམ་གྲངས་གཞན་ཡང་  
མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་གནས་རྣམ་པ་གསུམ་ཀྱི་  
གཉེན་པོའི་སྐྱིར་ཉེ། མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་གནས་  
པ་གསུམ་གང་ཞེ་ན། འདི་ལྟ་སྟེ། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་གནས་དང་། ལྷག་  
བསྐྱལ་བའི་གནས་དང་། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་གནས་སོ། ཞེས་པའི་

གཞུང་འདི་བྱང་། འདི་ཡང་སློར་ངག་ཏུ་ངེལ་ན། ཤེས་བྱ་ཚེས་ཅན། གཞན་  
ཡང་ཡན་ལག་དེ་ལྟར་བཞག་པ་ནི་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་གནས་  
གསུམ་གྱི་གཉེན་པོའི་ཆེད་ཡིན་ཏེ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་མི་མཐུན་  
ཚོགས་འདོད་འདུན་སོགས་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་གཉེན་པོར་རྟོག་དཔྱོད་  
གྱི་ཡན་ལག་ཤིན་སྐྱངས་གྱི་མི་མཐུན་ཚོགས་ལུས་ཡིད་གྱི་སྤྲུལ་བསྐྱེལ་  
བའི་གནས་ངན་ལེན་གྱི་གཉེན་པོར་དགའ་བདེ་དང་། རྣམ་གཡེང་སོགས་  
འདོད་པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ལས་གྱི་གཉེན་པོར་ཉིང་ངེ་འཛིན་  
གྱི་ཡན་ལག་བཞག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། དངས་  
མ་ཐག་པའི་གཞུང་འདི་བྱང་།

ལྷ་པ་དཀའ་ཐུབ་དྲག་པོའི་རྣམ་གཞག་གི་དབང་དུ་བྱས་པའི་  
གྲངས་ངེས་དེ་ཉིད་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྐྱེ་བ་  
ལས། རྣམ་གྲངས་གཞན་ཡང་བསམ་གཏན་རྣམས་གྱི་ཡན་ལག་ནི་དཀའ་  
ཐུབ་དྲག་པོའི་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱས་ཏེ། དེ་དག་གི་  
གཉེན་པོ་ཡང་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ་གཉེན་པོ་མེད་པའི་གཉེན་པོ་དང་། ལུས་  
དང་སེམས་གཞོད་པའི་གཉེན་པོ་དང་། སེམས་ཕྱི་རོལ་ཏུ་འཕྲོ་བ་ཉེ་བར་  
མ་ཞི་བའི་གཉེན་པོའོ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱང་། འདི་ཡང་སློར་ངག་ཏུ་  
ངེལ་ན། ཤེས་བྱ་ཚེས་ཅན། བསམ་གཏན་གྱི་ཡན་ལག་དེ་ལྟར་ནི། དཀའ་  
ཐུབ་དྲག་པོའི་གཉེན་པོ་རྣམ་པ་གསུམ་གྱི་ཆེད་ཡིན་ཏེ། གཉེན་པོ་མེད་པ་  
སྟེ་འདོད་ཉོན་གྱི་གཉེན་པོར་རྟོག་དཔྱོད་དང་། ལུས་སེམས་ལ་གཞོད་པའི་  
གནས་ངན་ལེན་གཉེས་གྱི་གཉེན་པོར་དགའ་བདེ་དང་། སེམས་ཕྱི་རོལ་ཏུ་  
འཕྲོ་བ་ཉེ་བར་མ་ཞི་བའི་རྣམ་གཡེང་གི་གཉེན་པོར་ཉིང་ངེའི་ཡན་ལག་



བཞག་པ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། དྲངས་མ་ཐག་པའི་  
གཞུང་འདི་བྱུང་།

གསུམ་པ་རྟོག་དཔྱོད་སོགས་དང་བཅས་ཚུལ་དེ་ཉིད་འཆད་པར་  
བྱེད་པ་ལ། ཚོས་ཡང་དག་པར་སྦྱད་པའི་མདོ་ལས། རྟོག་པ་དང་བཅས་  
པ། དབེན་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་དགའ་བ་དང་བདེ་བ་ཅན། ཞེས་དང་རྟོག་པ་  
དང་ལྷན་ཅིག་པ་ནི། རྟོག་པ་དང་བཅས་པ་སྟེ། ཞེས་དང་། དཔྱོད་པ་ཞེས་  
བྱ་སྟེ། དེ་དག་ལྷན་ཅིག་པ་ནི་རྟོག་པ་དང་བཅས་པ་དཔྱོད་པ་དང་བཅས་  
པ་བསམ་གཏམ་དང་པོའོ། །ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་། འདིའི་དོན་བཤད་  
པ་ལ་ཡང་། རྟོག་དཔྱོད་དང་བཅས་ཚུལ་བཤད་པ་དང་། དགའ་བདེ་དང་  
བཅས་ཚུལ་བཤད་པ་དང་བཅས་པ་ས་བཅད་རྣམ་པ་གཉིས་བྱུང་། དང་པོ་  
ནི། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། བསམ་གཏམ་དང་པོའི་སྣང་མ་འཕྲུག་དེ་རྟོག་དཔྱོད་  
དང་བཅས་ཚུལ་ཡོད་དེ། རྟོག་དཔྱོད་ལ་སྦྱོན་ཏུ་མི་ལྷ་ཞིང་། སྣང་མ་འཕྲུག་  
དེ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་མཚུངས་པར་ལྷན་པས་ན་རྟོག་དཔྱོད་དང་བཅས་པ་  
ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ས་  
ལས། རྟོག་པ་དང་བཅས་པ། དཔྱོད་པ་དང་བཅས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། རྟོག་  
པ་དང་དཔྱོད་པ་དག་ལ་སྦྱོན་ཏུ་མི་ལྷ་བའི་ཕྱིར། འདོད་པའི་གཉེན་པོ་  
རང་གི་ས་པའི་རྟོག་པ་དང་དཔྱོད་པ་དག་བ་དག་དང་ལྷན་པས་ན། རྟོག་  
པ་དང་བཅས་པ་དཔྱོད་པ་དང་བཅས་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་  
བྱུང་།

གཉིས་པ་དེ་ཉིད་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། ཚོས་ཡང་དག་པར་  
སྦྱད་པའི་མདོ་ལས། དབེན་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་དགའ་བ་དང་བདེ་བ་ཅན་

ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་། འདི་ཡང་སྦྱོར་ངག་ཏུ་རིལ་ན། བསམ་གཏན་  
དང་པོའི་ཡན་ལག་དགའ་བདེ་ཚོས་ཅན། རྩོད་དབེན་པ་ལས་སྦྱེས་པ་  
ཞེས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། དབེན་པ་ནི་འདོད་པ་དག་ལས་དབེན་པས་  
སྦྱོར་བ་མཐར་ཐུག་པའི་ཡིད་བྱེད་ཡིན་ལ། དེའི་རྒྱ་རྒྱུན་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་  
ནས་དེའི་མཇུག་ཐོག་ཁོ་ནར་རྩོད་སྦྱེས་པས་ན་དེ་ལྟར་བརྗོད་པ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། ཤིང་རྩ་ཚེན་པོ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས། དབེན་  
པ་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་པ་གང་དག་ལས་དབེན་པ་སྦྱོར་བ་མཐར་ཐུག་  
པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལས་སོ། །སྦྱེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱ་དེ་དང་རྒྱུན་དེའི་  
དེས་ཡང་མཇུག་ཐོགས་ཁོ་ནར་ཡང་དག་པར་སྦྱེས་པ་ལ་བྱ་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་  
དབེན་པ་ལས་སྦྱེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་གསུངས་སོ། །ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་།  
བསམ་གཏན་དང་པོའི་སྣང་མས་འཇུག་ཚོས་ཅན། རྩོད་ལ་དགའ་བ་དང་བདེ་  
བ་ཅན་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། རྩོད་ནི་འདོད་པ་དང་རེ་བའི་  
དོན་ཐོབ་ཅིང་དགའ་བ་ལ་སྦྱོན་དུ་མི་ལྟ་ཞིང་། དེ་མཚུངས་པར་ལྡན་པས་  
ན་དགའ་བ་ཅན་དང་། ལུས་སེམས་ཀྱི་གནས་ངན་ལེན་ཐམས་ཅད་དང་  
བྲལ་ཞིང་ལུས་སེམས་ལས་སུ་རུང་བའི་བདེ་བ་རྒྱ་ཚེན་པོ་དང་མཚུངས་  
པར་ལྡན་པས་ན་བདེ་བ་ཅན་ཞེས་བརྗོད་པ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་  
པར་བྱེད་པ་ལ། ཤིང་རྩ་ཚེན་པོ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས། དགའ་བ་དང་བདེ་བ་  
ཅན་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ནི་འདོད་པ་དང་རེ་བའི་དོན་ཐོབ་ཅིང་། དགའ་བ་ལ་  
སྦྱོན་དུ་མི་ལྟ་བའི་ཕྱིར་དང་། གནས་ངན་ལེན་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་ཞིང་  
སེམས་དང་ལུས་ལས་སུ་རུང་བ་རྒྱ་ཚེན་པོ་དང་ལྡན་པས། དགའ་བ་དང་  
བདེ་བ་ཅན་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་།

གསུམ་པ་བསམ་གཏན་དང་སྐྱབ་གནས་སོགས་ཀྱི་བྱང་པར་  
 འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། འདིའི་ཐད་ཀྱི་ཡུམ་བར་པ་ལས། བསམ་གཏན་དང་  
 རོ་ཉེ་བར་བསྐྱབས་ཏེ་གནས་སོ། །ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱང་། །འདིའི་ཚིག་  
 འོན་ལ་རིམ་པ་བཞེན་དུ་བཤད་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྒྱུད་ཀྱི་བསམ་  
 གཏན་དང་པོའི་སྣོ་མས་འཇུག་ཚེས་ཅན། བྱོད་ལ་བྱིངས་སྐྱབ་ཀྱི་སྐོ་ནས་  
 བསམ་གཏན་ཞེས་པའི་སྐྱབ་བཤད་ཚུལ་ཡོད་དེ། བྱིངས་ཀྱི་སྐོ་ནས་བཤད་ན་  
 འདིས་སེམས་པར་བྱེད་པས་སམ་བློན་པ་གཏོད་པས་ན་བསམ་གཏན་ཞེས་  
 བཤད་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ལྡོ་བ་ཞེས་པ་སེམས་ཅམ་ལ་སྐྱད་ཀྱི་བྱིངས་  
 ལས་སྐྱབ་པ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། བྱིངས་མདོ་  
 ལས། ལྡོ་དང་རྩེ་སེམས་པ་ལའོ། །ཞེས་པའི་སེམས་ཅམ་པའི་བྱིངས་རྩེ་ལས་  
 སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཀུན་མཁྱེན་གཉིས་པའི་མདོད་རང་འགྲེལ་ལས། བསམ་  
 གཏན་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཅི་ཞེ་ན། འདིས་སེམས་པར་བྱེད་པས་ན་བསམ་  
 གཏན་སྟེ། ཞེས་དང་། སྐྱད་ཀྱི་བྱིངས་འདི་ནི་སེམས་ཅམ་པའི་དོན་ཡིན་  
 ལ། ཞེས་དང་། ཉན་ས་ལས་ཀྱང་། བསམ་གཏན་ཞེས་བྱ་བ་ནི། དམིགས་  
 པ་ལ་ཡང་དག་པར་གཏོད་པ་དང་། དཔལ་ཆེ་གཅིག་ཏུ་བྱེད་པར་གཏོད་  
 པའི་ཕྱིར་བསམ་གཏན་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱང་། །འོ་ན་ཉོན་  
 མོངས་ཅན་ལ་བསམ་གཏན་ཇི་ལྟར་བཏགས་ཤེ་ན། དེ་ཡོད་དེ། ལོག་པར་  
 དེས་པར་སེམས་པ། དེའི་ཕྱིར། རང་འགྲེལ་ལས། ཉོན་མོངས་ཅན་ཇི་ལྟར་  
 བསམ་གཏན་ཡིན་ཞེ་ན། ལོག་པར་དེས་པར་སེམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན། ལོག་པར་ཞེན་པ་ཐམས་ཅད་ཏེ་  
 ཅང་ཐལ་ལོ་ཞེ་ན། ལྡོག་མེད་དེ། ཇིས་སུ་མཐུན་པ་གཅིག་ལ་བཏགས་པ་དེ་

ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡང་དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་བསམ་གཏན་ཚུལ་ཅན། རྒྱུད་ལ་བསམ་
 གཏན་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། དེས་ཚིག་གི་ཡི་གེའི་བྲི་བསྟན་
 གྱིས་བཤད་ན། ཡིད་ནང་དུ་འཛིན་པས་ན་བསམ་གཏན་ཞེས་བརྗོད་པ་
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ཡང་ཡིན་ཏེ། བསམ་གཏན་གྱི་སྐད་དོད་རྒྱ་ན་ཞེས་པའི་
 རྒྱ་རྟ་ར་དང་། བ་ལ་སྐ་གོང་དུ་བསྟན་པས་སྐ་ན་ཡིད་དང་། དེའི་མཐར་
 ཨུ་རྟ་ར་སྐར་བས་ཡིད་ནང་དུ་འཛིན་པས་ན་བསམ་གཏན་ཞེས་ཐོབ་པ་
 དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། མཚོག་
 སྦྱར་བ་དང་ཡིད་འཛིན་དང་། ཞེས་དང་། དེའི་འགྲེལ་བར། ཡིད་ནང་དུ་
 འཛིན་པས་ན་བསམ་གཏན་ནོ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱང་། འོ་ན། ཉིང་
 དེ་འཛིན་ཐམས་ཅད་བསམ་གཏན་དུ་འགྱུར་རོ། ཞེ་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན།
 ཉིང་དེ་འཛིན་ཐམས་ཅད་བསམ་གཏན་དུ་འགྱུར་བའི་སྦྱོན་ཡོད་པ་མ་
 ཡིན་ཏེ། སྤུལ་དུ་བྱུང་བར་སེམས་པ་གཅིག་ལ་འདིར་བསམ་གཏན་ཞེས་
 བརྗོད་པ་ཡིན་པས། ཉེས་བཟོགས་ཞི་གནས་ཐོབ་ཡན་ཆད་ཡིན་ན། རྒྱ་
 འབྲས་ཅི་རིགས་ཀྱི་བསམ་གཏན་དུ་འཛོག་ཅིང་། སྐབས་འདིར་ནི་འདོད་
 པ་དག་ལས་དབེན་པས་དངོས་གཞིའི་སེམས་ཅམ་ལ་ཁྱད་པར་བ་གཅིག་
 ལ་འཛོག་པ་སྐབས་ཐོབ་ཀྱིས་ཤེས་པ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པར་
 བྱེད་པ་ལ། མཛོད་རང་འགྲེལ་ལས། ཉིང་དེ་འཛིན་ཐམས་ཅད་བསམ་
 གཏན་དུ་འགྱུར་རོ། ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། སྤུལ་དུ་བྱུང་བ་ལ་དེའི་མིང་གིས་
 བཏགས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཞེས་པ་ནས། དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཡང་སེམས་པར་བྱེད་དོ།
 ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱང་། ཡང་དེ་ཚོས་ཅན། རྒྱུད་ལ་སྦྱོམས་འཇུག་ཅེས་
 བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། སེམས་སེམས་བྱུང་དམིགས་པ་ལ་ཆ་མཉམ་

དུ་འཇུག་པས་སམ་ལུས་ཀྱི་འབྲུང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་ཆ་སྟོམས་པར་འདོག་  
 བྱེད་ཡིན་པས་ན་དེ་ལྟར་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ས་མ་མཉམ་པའམ་མཚུངས་  
 པའམ་སྟོམས་པ་དང་། བརྗོད་པའི་དོན་དུ་དེར་འཇུག་པའམ་འགྲོ་བ་དེ་  
 འགྲོ་བའི་བྱིངས་ལས་བརྟུབས་པ་དེའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ།  
 ལེགས་བཤད་གསེར་འབྲིང་ལས། ལུས་ཀྱི་འབྲུང་བ་ཆེན་པོའམ་སེམས་  
 སེམས་བྱུང་དམིགས་པ་ལ་ཆ་མཉམ་དུ་བྱེད་པས་སྟོམས་འཇུག་དང་། ཞེས་  
 པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་། ཡང་དེའི་རྒྱུ་ཀྱི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་སྟོམས་  
 འཇུག་ཚོས་ཅན། རྟོད་ལ་བསམ་གཏན་དང་པོ་ཞེས་པའི་ཚིག་བྱུར་གྱི་  
 དང་པོ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། འདོད་པའི་ཁམས་ནས་ཡར་  
 བགྲངས་པའི་དང་པོ་ཡིན་པས་ན་དེ་ལྟར་བརྗོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་  
 པར་བྱེད་པ་ལ། ཉན་ས་ལས། དང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། དང་པོར་འདོད་པའི་  
 ཁམས་ནས་བརྗོད་པའི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་བགྲངས་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་ཞེས་  
 བྱའོ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་། དེ་འདྲའི་སྟོམས་འཇུག་ཚོས་ཅན། རྟོད་  
 ལ་བརྟུབ་ཏེ་ཞེས་པའི་བརྟུབ་ཚུལ་ཡོད་དེ། རྟོད་སྟོར་བ་མཐར་སྲུག་གི་  
 བརྟུབ་ཏེ་ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། ཉན་  
 ས་ལས། བརྟུབ་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟོར་བ་མཐར་སྲུག་གི་འབྲས་བུ་ཡིན་པར་  
 བརྟུབ་ཏེ་ཞེས་བྱའོ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་། བརྟུབ་ཏེ་ཞེས་པའི་དོན་  
 ལ་ས་བརྒྱའི་མདོ་ལས། དབེན་པ་ལས་སྦྱེས་པའི་དགའ་བ་དང་བདེ་བ་  
 ཅན་བསམ་གཏན་དང་པོ་རྗོགས་ཏེ་གནས་སོ། ཞེས་རྗོགས་པར་བྱས་ཏེ་  
 ཞེས་འབྲུང་བ་ལྟར། དཀོན་མཚོག་སྦྱིན་སོགས་མདོ་དུ་མ་ལས་འབྲུང་བས།  
 ཕལ་ཆེར་འགྲུར་བྱུང་ཡིན་ལ། དེའི་དབང་དུ་བྱས་ནའང་། བསམ་གཏན་

དང་པོའི་སྟོམས་འཇུག་ཚེས་ཅན། རྩོད་ལ་རྫོགས་པར་བྱས་ཏེ། ཞེས་བརྗོད་  
 པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། འདིའི་རྫོགས་པར་བྱས་ཏེ་གནས་ཞེས་པའི་སྐྱ་བ་  
 ས་མ་བཟུ་བི་ཉ་ར་ཞེས་པའི་སྟེང་ནས་ངེས་ཚིག་གིས་བཤད་ན། སྟོམ་པར་  
 བྱེད་པ་སྟེད་བར་བྱེད་པ། མངོན་པར་དགའ་བ་སོགས་ལ་འཇུག་པ་དེ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། ཚེས་ཡང་དག་པར་སྦྱད་པའི་མདོ་  
 ལས། རྫོགས་པར་བྱས་ཏེ་གནས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་རྫོགས་པར་བྱས་ཞེས་བྱ་བ་  
 བྱི་སྟོམ་པ་དང་། སྟོམ་པར་བྱེད་པ་དང་། སྟེད་པར་བྱེད་པ་དང་། རོ་སྦྱང་བ་  
 དང་། མངོན་པར་དགའ་བ་སྟེ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱང་། ཡང་དེ་ལྟ་བུའི་  
 སྟོམས་འཇུག་ཚེས་ཅན། རྩོད་ལ་གནས་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ།  
 རྩོད་ལན་མང་དུ་བསྟོམ་པས་ན་ཅི་འདོད་པ་བཞེན་དུ་ཐོབ་པ་དང་། དཀའ་  
 བ་མེད་པར་ཐོབ་པ་དང་། ཚེགས་མེད་པར་ཐོབ་པ་དང་། སྟོམས་འཇུག་  
 དེས་ཉིན་རེའམ། མཚན་རེའམ། ཉིན་མཚན་གཉིས་སམ། ཉིན་མཚན་  
 བདུན་གྱི་བར་རམ། ཇི་སྲིད་འདོད་གྱི་བར་ཉིང་ངེ་འཇིན་འདའ་བར་བྱེད་  
 པས་ན་གནས་སོ། ཞེས་བརྗོད་པ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་  
 པ་ལ། ཉན་ས་ལས། གནས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱིས་བསྟོམ་པ་ལན་མང་དུ་  
 རྒྱབ་པས། ཅི་འདོད་པ་བཞེན་དུ་ཐོབ་པ་དང་། དཀའ་བ་མེད་པར་ཐོབ་པ་  
 དང་། ཚེགས་མེད་པར་ཐོབ་པའི་ཕྱིར། བསམ་གཏན་གྱི་སྟོམ་པར་འཇུག་པ་  
 དེས། མཚན་མོ་དང་། ཉིན་མོ་དང་། ཉིན་མཚན་དང་། ཉིན་མཚན་བདུན་  
 གྱི་བར་རམ། ཇི་སྲིད་འདོད་པའི་བར་དུ་འདའ་བར་བྱེད་པས་ན་གནས་  
 ཞེས་བྱའོ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱང་།

བསམ་གཏམ་གཉིས་པ་འཆད་པ།

གཉིས་པ་བསམ་གཏམ་གཉིས་པ་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། འདིའི་  
 ཐད་ཀྱི་ཡུམ་བར་པ་ལས། དེ་རྟོག་པ་དང་དཔྱོད་པ་དང་བྲལ་ཞིང་ནང་  
 ཡོངས་སུ་དང་སྟེ། སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་གཅིག་ཏུ་སྦྲུང་པས། རྟོག་པ་མེད་པ་  
 དང་། དཔྱོད་པ་མེད་པ། ཉིང་ངེ་འཛིན་ལས་སྐྱེས་པའི་དགའ་བ་དང་བདེ་  
 བ་ཅན་བསམ་གཏམ་གཉིས་པ་རྫོགས་པར་བྱས་ཏེ་གནས་སོ། །ཞེས་པའི་  
 གཞུང་འདི་བྱུང་། འདིའི་དོན་འཆད་པ་ལའང་། བསམ་གཏམ་དང་པོ་  
 བསམ་གཉིས་པར་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ། ཡན་ལག་བཞིའི་མདོའི་ཆེག་དོན་  
 བཤད་པ། བསྐྱབས་ཏེ་གནས་པའི་དོན་བཤད་པ་དང་བཅས་པ་ས་བཅད་  
 རྣམ་པ་གསུམ་བྱུང་། དང་པོའི་དེ་ཉིད་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། ཚོས་ཡང་  
 དག་པར་སྦྱང་པའི་མདོ་ལས། དེ་བསམ་གཏམ་གཉིས་པས་བཅོམ་སྟེ། དེ་  
 བསམ་གཏམ་དང་པོའི་རྟོག་པ་དང་དཔྱོད་པ་དེ་དག་ཞི་བར་བྱེད། ཉེ་བར་  
 ཞི་བར་བྱེད། དེ་དག་ལས་སེམས་རབ་ཏུ་ཞི་བར་བྱེད་ཅིང་། བསམ་གཏམ་  
 གཉིས་པ་ཡོངས་སུ་བྱུང་པའི་རྒྱ་ཚོལ་ཏེ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་། འདི་  
 ཡང་སྦྱོར་དག་ཏུ་བྱིལ་ན། བསམ་གཏམ་དང་པོ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་དེས་  
 བསམ་གཏམ་གཉིས་པ་སྐྱབ་ཚུལ་ཡོད་དེ། དེས་རྣམ་གྲངས་དུ་མས་བསམ་  
 གཏམ་དང་པོའི་རྟོག་དཔྱོད་ལ་རགས་པ་དང་སྦྱོན་ཏུ་ལྟ་བ་དང་། བསམ་  
 གཏམ་གཉིས་པའི་རྟོག་དཔྱོད་མེད་པ་ལ་ཞི་བ་དང་ཡོན་ཏན་སོགས་སུ་ལྟ་  
 བའི་མཚན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་ཀྱིས་བསམ་གཏམ་གཉིས་པའི་  
 ལྟག་མཐོང་གསར་དུ་སྐྱོམ་པར་བྱེད་ཅིང་། བསམ་གཏམ་གཉིས་པའི་ཉེར་  
 བསྐྱོགས་མོས་པ་ཡིད་བྱེད་དང་མཉམ་དུ་བསམ་གཏམ་གཉིས་པའི་ལྟག་



མཛོང་གསར་དུ་ཐོབ་པ། དེའི་ཉེར་བསྟོགས་རབ་དབེན་པ་དང་དགའ་  
སྟུང་དང་། སྦྱོར་བ་མཐའི་ཡིད་བྱེད་གསུམ་གྱིས་བསམ་གཏན་དང་པོའི་  
རྟོག་དཔྱད་སོགས་ལ་ཆགས་བྲལ་བྱས་ཏེ། བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་སྦྱོར་  
བ་མཐར་ཐུག་པའི་འབྲས་བུའི་ཡིད་བྱེད་ཐོབ་པ་དང་མཉམ་དུ་བསམ་  
གཏན་གཉིས་པའི་དངོས་གཞི་ཐོབ་པ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་བསམ་  
གཏན་དང་པོའི་ཡིད་བྱེད་དང་པོ་དུག་གིས་འདོད་པ་ལ་ཆགས་བྲལ་བྱས་  
ཏེ། སྦྱོར་མཐའི་འབྲས་བུའི་ཡིད་བྱེད་ཐོབ་པ་དང་། བསམ་གཏན་དང་པོའི་  
དངོས་གཞི་ཐོབ་པ་དུས་མཉམ་པ་དེ་བཞིན་དུ། བསམ་གཏན་གཉིས་པ་  
ནས་སྲིད་ཚེའི་བར་ལ་དེ་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་  
ལ། ཉན་ས་ལས། གཞན་ཡང་མཚན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་  
གང་ཡིན་པ་དང་། མོས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
འདི་སུན་འབྲིན་པའི་གཉེན་པོ་དང་ལྷན་པ་སྟེ། རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཡིད་ལ་  
བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་པ་ནས། ཇི་ལྟར་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་བདུན་གྱིས་བསམ་  
གཏན་དང་པོ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་དེ་བཞིན་དུ། བསམ་གཏན་གཉིས་  
པ་དང་། གསུམ་པ་དང་། བཞི་པ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་དང་། བམ་མཁའ་  
དང་། རྣམ་ཤེས་དང་། ཅི་ཡང་མེད་པ་དང་། འདུ་ཤེས་མེད། འདུ་ཤེས་མེད་  
མིན་སྐྱེ་མཆེད་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ཡང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་བདུན་གྱིས་  
རིག་པར་བྱའོ། ཞེས་པའི་བར་གྱི་གཞུང་འདི་བྱུང་།

གཉིས་པ་མདོའི་དོན་བཤད་པ་ལ། ཡན་ལག་གི་གྲངས་བཤད་  
པ། རབ་ཏུ་དང་བ་བཤད་པ། རྒྱུད་གཅིག་ཏུ་སྦྱར་པའི་དོན་བཤད་པ། ཉིང་  
ངེ་འཛིན་གྱི་དོན་བཤད་པ། ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྐྱེས་པའི་དགའ་བདེའི་དོན་

བཤད་པ་དང་བཅས་པ་ས་བཅད་ནམ་པ་ལྷ་བྱུང་། དང་པོ་དེ་ཉིད་འཚད་  
 པར་བྱེད་པ་ལ། བསྐྱེད་བ་ལས། བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་ཡན་ལག་དུ་ཞེ་ན།  
 སྐྱུས་པ། ཡན་ལག་བཞི་སྟེ། ཡན་ལག་བཞི་གང་ཞེ་ན། རང་ཡོངས་སུ་དང་  
 བ་དང་། དགའ་བ་དང་། བདེ་བ་དང་། སེམས་ཚེ་གཅིག་པ་ཉིད་དོ། །ཞེས་  
 པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་། འདི་ཡང་སྦྱོར་ངག་ཏུ་བྲིལ་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན།  
 བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་ཡན་ལག་ལ་འདིར་བཞིར་གྲངས་ངེས་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་ཡོད་དེ། སྤྱིར་བཤད་པ་ལྟར་གཉེན་པོ་པན་ཡོན་གནས་གསུམ་ལ་  
 ལྟོས་པའི་གྲངས་ངེས་སོགས་བཤད་པ་དེའི་ཕྱིར། ཡན་ལག་སོ་སོའི་ངོ་བོ་  
 བཤད་ན། བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་ཡན་ལག་ནང་རབ་ཏུ་དང་བ་ཚོས་  
 ཅན། རྩོད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཡོད་དེ། རང་གི་གྲོགས་གཉིས་པའི་དངོས་གཞིའི་ཉིང་  
 རེ་འཛིན་དང་མཚུངས་ལྡན་གང་རྟོག་དཔྱོད་ཀྱི་ཀྱང་དགྲིས་དང་བྲལ་  
 པའི་འཇགས་བཞིན་འདུ་བྱེད་བྱེད་སྦྱོམས་ཅི་རིགས་དེ། གཉིས་པའི་  
 ཡན་ལག་ནང་རབ་ཏུ་དང་བའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ཏེ། བསྐྱེད་བ་ལས། དེ་ལ་  
 རང་ཡོངས་སུ་དང་བའི་ཚོས་ཀྱི་ངོ་བོ་གང་ཞེ་ན། སྐྱུས་པ། དྲན་པ་དང་།  
 ཤེས་བཞིན་དང་། བྱེད་སྦྱོམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་དོ། །ཞེས་དང་། ཚོས་ཡང་  
 དག་པར་སྦྱད་པ་ལས། དེ་ལ་རང་ཡོངས་སུ་དང་བ་ནི། དེའི་བསམ་གཏན་  
 གཉིས་པའི་མི་མཐུན་སྦྱོགས་ཀྱི་ཚོས་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ཉེ་བར་ཞི་བ་  
 དང་དང་བ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་རང་ཡོངས་སུ་དང་བ་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་  
 དང་། ཉན་ས་ལས་ཀྱང་། དེ་ལ་རྟོག་པ་དང་དཔྱོད་པ་དང་བྲལ་ཞིང་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་རྟོག་པ་དང་བཅས་པ་དཔྱོད་པ་དང་བཅས་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་  
 ཀྱི་མཚན་མ་དག་ལས་སེམས་ནམ་པར་བསྐྱོག་ནས་རྟོག་པ་མེད་པ་དང་

དཔྱད་པ་མེད་པའི་ཉིང་ངེ་འཇིན་གྱི་མཚན་མ་དག་ལ་ལེགས་པར་གཏོད་  
 ཅིང་དམིགས་པ་ལ་མི་བརྟེན་པར་དཔྱད་པ་རྣམ་པར་སྤེལ་ཏེ། དམིགས་  
 པ་མི་བརྟེན་པར་དཔྱད་པ་ལ་དང་གཅིག་གི་སེམས་ཞི་བ་དང་། དང་བར་  
 འཇུག་པར་བྱེད་ཅིང་རྣམ་པར་འཇོག་པར་བྱེད་པས་ན། དེའི་ཕྱིར་རྟོག་པ་  
 དང་དཔྱད་པ་དང་བྲལ་བའི་ནང་ཡོངས་སུ་དང་སྟེ། ཞེས་བྱ་བ་གསུངས་  
 སོ། །ཞེས་པ་དང་། མངོན་ལས། རབ་ཏུ་དང་བ་དང་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་  
 པ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། འདིའི་ཐད་ཀྱི་ཡུམ་  
 བར་པ་ལས། དེ་རྟོག་པ་དང་དཔྱད་པ་དང་བྲལ་ཞིང་ནང་ཡོངས་སུ་དང་  
 སྟེ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱང་། གསུམ་པ་དེ་ཉིད་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ།  
 འདིའི་ཐད་ཀྱི་ཡུམ་བར་པ་ལས། སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའི་ཞེས་  
 པའི་གཞུང་འདི་བྱང་། འདི་ཡང་སྦྱར་དག་ཏུ་བྱིལ་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན།  
 སྐབས་འདིའི་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་གཅིག་ཏུ་གྱུར་ཚུལ་ཡོད་དེ། རྟོག་དཔྱད་མེད་  
 པའི་ཉིང་ངེ་འཇིན་ལ་རྟོག་དཔྱད་ཀྱིས་བར་ཏུ་བཅད་པ་མེད་པ་ཉིང་ངེ་  
 འཇིན་རྒྱན་མ་ཆད་པར་རྒྱན་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའི་སེམས་ལ་རྒྱུད་གཅིག་  
 ཏུ་གྱུར་པ་ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། ཚོས་  
 ཡང་དག་པར་སྤྱད་པའི་མདོ་ལས། རྒྱུད་གཅིག་ཏུ་གྱུར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསམ་  
 གཏུན་དང་པོའི་རྟོག་པ་དང་། དཔྱད་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་ཞི་ནས་  
 རྒྱ་མཚོའི་ཚུ་ལྟར་རོ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པ་ཐོབ་པའོ་ཞེས་དང་། ཉན་ས་ལས་  
 ཀྱང་། སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི། དེས་བསྐྱོམས་པ་  
 ཡོངས་སུ་གོམས་པར་བྱས་པའི་ཕྱིར། རྟོག་པ་དང་དཔྱད་པ་མེད་པའི་ཉིང་  
 ངེ་འཇིན་དེ་ཉིད་ལ་རྟོག་པ་དང་དཔྱད་པས་རབ་ཏུ་དཔྱད་ཅིང་སྐབས་སུ་

འཆད་པའི་གནས་སྐབས་ལས་ཡང་དག་པར་འདས་ཏེ། བར་དུ་གཙོད་པ་  
མེད་པའི་དང་། སྐབས་སུ་འཆད་པ་མེད་པའི་གནས་སྐབས་ཐོབ་པ་ནས།  
དེའི་ཕྱིར་སེམས་ཀྱི་རླུང་གཅིག་ཏུ་རྒྱར་པས་ཞེས་བྱ་བ་གསུངས་སོ། །ཞེས་  
པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་།

བཞི་པ་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་དོན་འཆད་པ་ལ། འདིའི་ཐད་ཀྱི་ཡུམ་  
བར་པ་ལས། རྟོག་པ་མེད་པ་དཔྱོད་པ་མེད་པ་ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་།  
འདི་ཡང་སྦྱོར་ངག་ཏུ་དྲིལ་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་  
ཡན་ལག་གི་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་དོན་ཡོད་དེ། རང་གི་གོགས་གཉིས་ཀའི་  
ཡན་ལག་དགའ་བ་སོགས་མཚུངས་ལྡན་གང་། རྟོག་དཔྱོད་ཀྱི་ཀྱན་དགེས་  
དང་བུལ་བ་རོ་གཅིག་ཏུ་རྒྱར་པའི་བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་སེམས་ཚེ་  
གཅིག་པ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། ཚོས་ཡང་དག་  
པར་སྦྱད་པའི་མདོ་ལས། འདི་ལྟ་སྟེ། ལན་ཚུའི་རོ་གཅིག་ཏུ་རྒྱར་པ་དེ་  
བཞིན་དུ། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ལ་སྦྱོམས་པར་  
འཇུག་པའི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་རྟོག་པ་དང་། དཔྱོད་པ་དེ་དག་ཐམས་  
ཅད་ཞི་ནས་རོ་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་ཏེ། དེ་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཞེས་བྱའོ་ཞེས་དང་།  
ཉན་ས་ལས་ཀྱང་། རྟོག་པ་མེད་པ་དཔྱོད་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། རྟོག་པ་  
དང་དཔྱོད་པ་རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐམས་ཅད་དུ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་རྟོག་  
པ་མེད་པ་དང་དཔྱོད་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་།

ལྷ་པ་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལས་སྐྱེས་པའི་དགའ་བ་དེ་ཉིད་འཆད་པ་ལ།  
འདིའི་ཐད་ཀྱི་ཡུམ་བར་པ་ལས། ཉིང་ངེ་འཛིན་ལས་སྐྱེས་པའི་དགའ་བ་  
དང་བདེ་བ་ཅན་ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་། འདི་ཡང་སྦྱོར་ངག་ཏུ་དྲིལ་

ན། བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་ཡན་ལག་དགའ་བདེ་ཚོས་ཅན། སྲོད་ལ་ཉིང་  
 རེ་འཛིན་ལས་སྐྱེས་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། བསམ་གཏན་  
 གཉིས་པའི་སྦྱོར་བ་མཐར་ཐུག་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་  
 དེའི་རྒྱ་རྒྱུན་ཅི་རིགས་བྱས་པས་ན་དེ་ལྟར་བརྗོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་  
 འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། ཉན་ས་ལས། ཉིང་རེ་འཛིན་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི། སྦྱོར་  
 བ་མཐར་ཐུག་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལས་སོ། སྐྱེས་པ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་རྒྱ་དེ་དང་རྒྱུན་དེའི་མཚུགས་ཐོགས་ཁོ་ནར་ཡང་དག་པར་སྐྱེས་པ་ལ་  
 བྱ་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་ཉིང་རེ་འཛིན་ལས་སྐྱེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་གསུངས་སོ། ཞེས་  
 པའི་གཞུང་འདི་བྱང་། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་ཡན་  
 ལག་དགའ་བའི་རོ་བོ་ཡོད་དེ། དེ་ལྟར་མཚུངས་ལྡན་གང་རྟོག་དཔྱོད་ཀྱིས་  
 དབེན་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལས་སྐྱེས་པའི་དགའ་བ་དང་ལྡན་པའི་ཡིད་  
 ཚོར་དེ་གཉིས་པའི་ཡན་ལག་དགའ་བའི་རོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཤེས་བྱ་ཚོས་  
 ཅན། བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་ཡན་ལག་བདེ་བའི་རོ་བོ་ཡོད་དེ། དེ་ལྟར་  
 མཚུངས་ལྡན་གང་རྟོག་དཔྱོད་ཀྱིས་དབེན་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལས་སྐྱེས་  
 པའི་ལུས་ལས་རུང་གིས་བྱངས་པའི་ཡིད་ཚོར་སེམས་པ་གཉིས་པའི་ཡན་  
 ལག་བདེ་བའི་རོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་ཡན་ལག་  
 ཉིང་རེ་འཛིན་ཚོས་ཅན། སྲོད་ལ་དགའ་བ་དང་བདེ་བ་ཅན་ཞེས་བརྗོད་  
 པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། དགའ་བདེ་ལ་སྦྱོན་དུ་མི་ལྟ་ཞིང་། དེ་དང་མཚུངས་  
 ལྡན་དུ་འཚུགས་པས་ན་དེ་ལྟར་དུ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་  
 ལ། ཉན་ས་ལས། དགའ་བ་དང་བདེ་བ་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ནི། འདོད་པ་དང་  
 རེ་བའི་དོན་ཐོབ་ཅིང་དགའ་བ་ལ་སྦྱོན་དུ་མི་ལྟ་བས་ཡང་དག་པར་རབ་

ཏུ་དགའ་བ་དང་ལྡན་ཅིང་། ཡིད་བདེ་བ་དང་ལྡན་པའི་སྲིར་དང་། བསམ་གཏམ་དང་པོའི་རྟོག་པ་དང་དཔྱོད་པ་དང་ཉོན་མོངས་པའི་རྟོགས་གནས་རལ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བས། དེའི་གཉེན་པོ་སེམས་དང་ལུས་ཤིན་ཏུ་སྐྱེས་ཤིང་ལས་སྲུ་རྒྱུང་བས་བདེ་བ་དང་ལྡན་པའི་སྲིར། དགའ་བ་དང་བདེ་བ་ཅན་ཞེས་བྱའོ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱང་།

གསུམ་པ་སྐྱབ་གནས་སོགས་ཀྱི་དོན་བཤད་པ་ལ། འདིའི་ཐད་ཀྱི་ལུམ་བར་པ་ལས། བསམ་གཏམ་གཉིས་པ་བསྐྱབས་ཏེ་གནས་སོ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱང་། འདི་ཡང་སྦྱོར་དག་ཏུ་དྲིལ་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། བསམ་གཏམ་གཉིས་པ་དང་སྐྱབ་གནས་སོགས་ཀྱི་དོན་ཡོད་དེ། བསམ་གཏམ་གྱི་སྐྱབ་བཤད་འདུག་སྐྱར་དང་འདྲ་ཞིང་། བསམ་གཏམ་གཉིས་པ་ཞེས་པ་ནས། མས་ནས་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་བགྲངས་པའི་གཉིས་པ་ཡིན་ལ། བསྐྱབས་ཏེ་ཞེས་པ་ནས། རང་འདྲེན་བྱེད་གཉིས་པའི་སྦྱོར་མཐའི་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་སྐྱབ་པས་ན། དེ་ལྟར་བརྗོད་ལ་གནས་ཚུལ་ཉིན་རེ་འཇུག་ནས། ཇི་ལྟར་འདོད་ཀྱི་བར་དུ་གནས་པས་ན་གནས་སོ། ཞེས་སྐྱར་བསམ་གཏམ་དང་པོ་ལ་མདོ་དང་། ཉན་སའི་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན་པའི་སྲིར། ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། ཉན་ས་ལས། བསམ་གཏམ་གཉིས་པ་བསྐྱབས་ཏེ་གནས་སོ། ཞེས་བྱ་བ་ལ། གཉིས་པ་ཞེས་བྱ་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་བྲངས་པའི་སྲིར་རོ། །ལྷག་མ་ཐམས་ཅད་ནི་སྐྱ་མ་བཞིན་དུ་རིག་པར་བྱའོ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱང་།

བསམ་གཏམ་གསུམ་པ་འཆད་པ།

གསུམ་པ་བསམ་གཏམ་གསུམ་པ་དེ་ཉིད་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ།

འདིའི་ཐང་གིས་ཉན་ས་ལས། དེ་དག་དགའ་བའི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་  
 བས་བཏང་སྟོམས་ལ་གནས་ཤིང་བྲན་པ་དང་། ཤེས་བཞིན་ཅན་ཡིན་ཏེ།  
 བདེ་བ་ལུས་ཀྱི་ཚོང་ལ། འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གང་དེ་བྲན་པ་དང་ལྡན་  
 པ། བདེ་བ་ལ་གནས་པ། བཏང་སྟོམས་པའོ། ཞེས་བརྗོད་པ་སྟེ། དགའ་བ་  
 མེད་པ་བསམ་གཏན་གསུམ་པ་བསྐྱབས་ཏེ་གནས་སོ། །གསུངས་པ་ཞེས་  
 པའི་གཞུང་འདི་བྱང་། འདིའི་དོན་འཆད་པ་ལ། བསམ་གཏན་གཉིས་པ་  
 ཐོབ་པའི་གང་ཟག་དེས་བསམ་གཏན་གསུམ་པ་སྐྱབ་ཚུལ་བཤད་པ། ཡན་  
 ལག་གི་གངས་ངེས་བཤད་པ། ཡན་ལག་སོ་སོའི་མདོའི་དོན་བཤད་པ།  
 རྒྱབ་གནས་ཀྱི་མདོའི་དོན་བཤད་པ་དང་བཅས་པ་ས་བཅད་རྣམ་པ་བཞི་  
 བྱང་། དང་པོ་དེ་ཉིད་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། ཚོས་ཡང་དག་པར་སྦྱད་པའི་  
 མདོ་ལས། དེ་མི་སྐྱེ་བའི་ཚོས་ལ་བཟོད་པ་ལ་འདུན་པ་དེས། བསམ་གཏན་  
 གཉིས་པ་དེ་ལ་མི་ཆགས་ཏེ། བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ཀུན་ཏུ་འཚོལ་ལོ།  
 ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་འདི་བྱང་། འདི་ཡང་སྦྱོར་དག་ཏུ་རིལ་ན། ཤེས་བྱ་  
 ཚོས་ཅན། བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་དེས། བསམ་གཏན་  
 གསུམ་པ་སྐྱབ་ཚུལ་ཡོད་དེ། ཡིད་བྱེད་བདུན་གྱི་སྟོན་ས་བསྐྱབ་པས་འགྲུབ་  
 ཚུལ་སྤར་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ཡན་ལག་གི་གངས་ངེས་  
 དེ་ཉིད་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། བསྐྱབ་པ་ལས། བསམ་གཏན་གསུམ་པའི་ཡན་  
 ལག་ཏུ་ཞེ་ན། སྐྱས་པ། ཡན་ལག་ལྡ་སྟེ། ལྡ་གང་ཞེ་ན། བྲན་པ་དང་། ཤེས་  
 བཞིན་དང་། བཏང་སྟོམས་དང་། བདེ་བ་དང་། སེམས་ཚེ་གཅིག་པ་ཉིད་  
 དོ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱང་། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། བསམ་གཏན་གསུམ་  
 པའི་ཡན་ལག་སྤར་གངས་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། བཏང་སྟོམས་བྲན་ཤེས་བཞིན་



གསུམ་གཉེན་པོའི་ཡན་ལག་ཁག་ཁག་ལྟར་བ་པའི་ཡན་ལག་ཀྱི་ཡན་ལག་ ཉིང་ངེ་  
འཛིན་གནས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཏུ་བཞག་པ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉུགས་ཟུར་དང་  
པོ་ལྟ་བུ་ལྟེ། ཉུག་བཏུས་འགྲེལ་པ་རྒྱལ་སྐྱེས་མ་ལས། བསམ་གཏུན་གསུམ་  
པ་ལ་བཏང་སྟོངས་དང་། དྲན་པ་དང་། ཤེས་བཞིན་གཉེན་པོའི་ཡན་ལག་  
སྟེ། ཞེས་དང་། མདོ་ལས། དེ་དགའ་བའི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་བཏང་  
སྟོངས་ལ་གནས་ཤིང་དྲན་པ་དང་། ཤེས་བཞིན་ཅན་ཡིན་ཏེ། ཞེས་དང་།  
ལེགས་བཤད་གསེར་འབྲེང་ལས། དེ་ལ་ཉེར་བསྟོགས་སྐབས་ཀྱི་གཉེན་  
པོའི་རྒྱ་ཡིན་ཞིང་། དངོས་གཞིའི་ཚོན་ལོག་སའི་ཐག་སྲིང་བྱེད་ཅམ་ཡིན་  
ཀྱི། གཉེན་པོ་དངོས་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་། ཉུགས་ཟུར་  
གཉེས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་དེ་ལས་རྒྱལ་བ་པའི་ཡན་ལག་ཀྱི་ཡན་ལག་པའི་ཕྱིར། མདོ་ལས།  
བདེ་བ་ལུས་ཀྱིས་ལྷོང་ལ། ཞེས་སོགས་དང་། ལེགས་བཤད་གསེར་འབྲེང་  
ལས། འདི་དག་ནི་འོག་ས་ལས། གཉེན་པོའི་རྒྱལ་བ་ན་ཐོབ་པའི་པའི་ཡན་  
ལག་པས་སོ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཞེས་བསམ་གཟུགས་ཀྱི་འབེལ་གཏམ་ཅི་ལྟ་མ་ཞིའི་འབྲེང་མཛེས་རིགས་པ་རྒྱ་བའི་  
མགུལ་རྒྱན་མཁས་པ་རྣམས་དགའ་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི་འཇམ་དབྱངས་མིའི་གར་མཁན།  
ལམས་གསུམ་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཞེ་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱལ་བ་གཉེས་པའི་སྐབས་ཀྱི་ལྷ་པོ་འཁོར་དག་པ་རྣམ་  
བརྒྱུད་ཅེས་ཉི་ལྷ་ལྟར་གྲགས་པའི་ནང་ནས་ཀྱང་མཁས་པ་དང་གྲུབ་པའི་རྣམ་ཐར་མཚོག་ཏུ་མཐོ་  
བ་གྲུབ་ཆེན་འཇམ་དགའ་བ་དང་འཕགས་ལུལ་གྱི་གྲུབ་ཆེན་ཉོག་ཙེ་བ་ཆེན་པོ་སོགས་ཀྱི་སྐུལ་  
སྐྱེ་ཉི་མའི་མཛེས་བུ་ལྟར་བརྒྱུད་མར་བྱུང་བ་དེ་མོ་མཚོག་གི་སྐུལ་སྐྱེ་རིན་པོ་ཆེས་ཉིན་བདེ་བཅས་  
བཀའ་སྐུལ་མ་ཐག་ཏུ་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པའི་རྗེས་སུ་གྲིས་སུ་བཞུགས་པའོ། །འདིས་ཀྱང་  
བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་པའི་སོགས་པར་གྱུར་ཅིག །།མཛེས་ལོ།