

ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་

མདོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བའི་འགྲེལ་བ་

རྟོགས་པར་དཀའ་བའི་སྒྲུང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་

འགྲེལ་བ་ཤད་བཞུགས་སོ། །

འགྲེལ་བ་ཤད་རྟོགས་དཀའ་ཞི་སྒྲུང་བ།



། རྟོག་པར་ཤེས་པའི་ཕྱིན་པ་ ར། །

མདོན་པ་ལོ། གསེར་རྒྱིང་བ་ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པ།

དཀའ་ཆབ།

ཕྱིན་སྒྲིང་།	III
སྐབས་དང་པོའི་འགྲེལ་བ་ཤད་རྟོགས་དཀའི་སྒྲུང་བ།	2
སྐབས་གཉིས་པའི་འགྲེལ་བ་ཤད་རྟོགས་དཀའི་སྒྲུང་བ།	103
སྐབས་གསུམ་པའི་འགྲེལ་བ་ཤད་རྟོགས་དཀའི་སྒྲུང་བ།	123
སྐབས་བཞི་པའི་འགྲེལ་བ་ཤད་རྟོགས་དཀའི་སྒྲུང་བ།	140
སྐབས་ལྔ་པའི་འགྲེལ་བ་ཤད་རྟོགས་དཀའི་སྒྲུང་བ།	217
སྐབས་དྲུག་པའི་འགྲེལ་བ་ཤད་རྟོགས་དཀའི་སྒྲུང་བ།	279
སྐབས་བདུན་པའི་འགྲེལ་བ་ཤད་རྟོགས་དཀའི་སྒྲུང་བ།	284
སྐབས་བརྒྱད་པའི་འགྲེལ་བ་ཤད་རྟོགས་དཀའི་སྒྲུང་བ།	290
དཔར་བྱང་སྟོན་ཆིག་	316

སྟོན་སྒྲེང་།

རྟེན་འབྲུང་རང་དབང་འདོམས་མཛད་ཐུབ་དབང་དང་།
རྒྱལ་ཆབ་ཆེན་པོ་མི་པམ་བྱམས་པ་མགོན།
འཕགས་སེང་ལ་སོགས་ཤེར་བྱིན་འགྲེལ་མཛད་ཀྱི།
མཁས་བྱུང་ལོ་བཤ་རྣམས་ལ་གྲུས་པས་འདུད།

ཆོས་ལྡན་གངས་ཅན་ལྗོངས་ཀྱི་སྤྱི་འགོ་ཡི།
སྤྱབས་ཀྱི་དམ་པ་འཕགས་མཆོག་མིའི་རྣམ་རོལ།
བྱམས་དང་སྟོང་རྗེས་འཛམ་གླིང་དབང་བསྐྱར་མཁན།
མགོན་དེའི་ཞབས་ཀྱི་རྒྱལ་ལ་སྤྱི་ལོས་འདུད།

ཅེས་མཆོད་པར་བརྗོད་པ་སྟོན་དུ་བཏང་ནས་ཐབས་མཁས་ལ་ཐུགས་རྗེ་
ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པ་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོས་གདུལ་བྱ་རྣམས་
ཐར་པའི་ལམ་ལ་འཇུག་པར་མཛད་པའི་བྱིར་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རིམ་པ་གསུམ་
བསྐྱོར་བ་དང་། དེ་ལས་ཤེར་བྱིན་ཀྱི་མདོ་སྟེ་རིན་པོ་ཆེའི་དགོངས་དོན་དངོས་
བསྟན་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་རིམ་པ་དང་སྤྱི་དོན་མདོན་ཉིགས་ཀྱི་རིམ་པ་གཉིས་ཀྱི་ནང་
ནས་དང་པོ་འགྲེལ་བར་བྱེད་པ་ལ་དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་སྤྱི་སྤྱབ་ཀྱིས་དབུ་མ་
རིགས་པའི་ཆོགས་བྱུག་དང་། ཕྱི་མ་འགྲེལ་བར་བྱེད་པ་ལ་རྒྱལ་ཆབ་བྱམས་པ་
མགོན་པོས་བྱམས་ཆོས་སྟེ་ལྔ་སོགས་མཛད་པ་དང་། འདིར་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་

རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་བསྟན་བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་འགྲེལ་བ་རྒྱ་གར་
མར་གྲགས་པ་ཉེར་གཅིག་གི་འབྲུལ་དེབ་ཅིག་སྤྲིག་འདུན་གྱི་བསམ་བས་ཀྱིན་
ནས་བསྐྱངས་ཏེ་བྲ་ལམ་བརྒྱད་(Adarshah)རྒྱ་འགྲེལ་ཉེར་གཅིག་གི་མ་
དཔེ་ལག་སོན་བྱུང་བ་དང་། ད་ལམ་དགག་དབྱེའི་གྲུང་སངས་སྐུ་བས་དང་སྟབས་
བསྟུན་རྒྱ་འགྲེལ་ཉེར་གཅིག་གི་འབྲུལ་དེབ་རྣམས་ལེགས་པར་གྲུབ་སྟེ་ཤེར་ཕྱིན་
ཟབ་མའི་གཞུང་དོན་ལ་ཐོས་བསམ་སྟོབ་གཉེར་བཟུང་དང་བཟུང་འབྱུང་གི་རྒྱ་
ཆེའི་སྟོག་པ་པོ་རྣམ་པའི་སྤྱན་ལམ་དུ་འབྲུལ་བྱུང་བ་དགའ་བས་བཏྲས།

རྒྱ་འགྲེལ་ཉེར་གཅིག་གི་གྲངས་འདོན་ཙམ་གཟིགས་བདེའི་ཆེད་བཀོད་ན།
དེ་ལ་མདོ་རྒྱན་སྐུར་བའི་འགྲེལ་བ་དང་མདོ་རྒྱན་མ་སྐུར་བའི་འགྲེལ་བ་གཉིས་
ལས། དང་པོ་མདོ་རྒྱན་སྐུར་བའི་འགྲེལ་བ་བཅུ་གཉིས་ལ། ཉི་མེ་དང་སྐུར་བ་བཞི།
བརྒྱད་སྟོང་པ་དང་སྐུར་བ་གསུམ། སྐུད་པ་དང་སྐུར་བ་གསུམ། འབྲུམ་རྒྱང་པ་
དང་སྐུར་བ་གཅིག ཡུམ་གསུམ་དང་སྐུར་བ་གཅིག་བཅས་བཅུ་གཉིས་སོ། །

དང་པོ་ཉི་མེ་དང་སྐུར་བ་བཞི་ནི།

༡ ་ འཕགས་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་སྟོང་ཐལ་ཉི་ཤུ་ལྔ་པའི་
ཚུལ་གྱི་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་འགྲེལ་བ་ཞེས་བྲ་བ། ཉི་སྤང་། ཤེར་ཕྱིན།
༡ ་ མཇེད་པ་པོ། འཕགས་པ་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་སྟེ།

༢ ་ འཕགས་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་སྟོང་ཐལ་ཉི་ཤུ་ལྔ་པའི་
མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་ཆོག་ལེའུར་བྲས་པའི་

ནམ་པར་འགྲེལ་བ་ཞེས་བྱ་བ། ཉི་མེད་ཀྱི་མཛེས་པ་ལྟར་ལྟོས་པར་བྱ་བ། ལྟོས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ།

༣ ། ཞེས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ། ཉི་མེད་ཀྱི་མཛེས་པ་ལྟར་ལྟོས་པར་བྱ་བ། ལྟོས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ།

༤ ། མཛེས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ། ཉི་མེད་ཀྱི་མཛེས་པ་ལྟར་ལྟོས་པར་བྱ་བ། ལྟོས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ།

གཉིས་པ་བརྒྱད་སྟོང་པ་དང་སྟུང་བ་གསུམ་མེད།

༡ ། འཕགས་པ་ཞེས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ། ཉི་མེད་ཀྱི་མཛེས་པ་ལྟར་ལྟོས་པར་བྱ་བ། ལྟོས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ།

༢ ། འཕགས་པ་ཞེས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ། ཉི་མེད་ཀྱི་མཛེས་པ་ལྟར་ལྟོས་པར་བྱ་བ། ལྟོས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ།

༣ ། འཕགས་པ་ཞེས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ། ཉི་མེད་ཀྱི་མཛེས་པ་ལྟར་ལྟོས་པར་བྱ་བ། ལྟོས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ་ལྟོས་པར་བྱ་བ།

༡༽ སྤྱད་པ་ཚིགས་སུ་བཅད་པའི་དཀའ་འབྱེལ་ཅེས་བྲ་བ། སྤྱད་པའི་
དཀའ་འབྱེལ། ཤེར་ཕྱིན། ༢༽ མཛད་པ་ལོ་ སློབ་དཔོན་བྱང་ཆ་ལྷོ་ཆོ་ན།

༡༽ བཅོམ་ལྷན་འདས་ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེ་སྐད་པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་
དཀའ་འབྲེལ་ཞེས་བྱ་བ། སྐད་འབྲེལ་རྟོགས་སྒྲ། ཤེར་བྱིན། ༤༽ མཛད་པ་སོ།
སྟོབ་དཔོན་སེང་གེ་བཟང་སོ།

༣༽ ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་མཛོད་ཀྱི་ལྡེ་མིག་ཅེས་བྲ་བ། ཤེས་
 ཕྱིན་མཛོད་ཀྱི་ལྡེ་མིག ཤེས་ཕྱིན། ༥༽ མཛོད་པ་པོ། ལ་ཆེའི་མཁན་པོ་སྣ་མ་
 ཉམ་གྱི།

བཞི་བ་འབྲུམ་རྒྱུ་བ་དང་སྦྱར་བ་གཅིག་ནི།

༡༥ ལྷོང་ཐག་བརྒྱ་པའི་རྣམ་པར་བཤད་པ་ཞེས་བྲ་བ། ཤེར་ཕྱིན། ༡༦
མཛད་པ་པོ། ཁ་ཆེའི་པར་ཏྲ་རྣམ་ཤིས་མཛད་པར་བྲགས།

ལྷ་བ་ཡུམ་གསུམ་དང་སྐྱར་བ་གཅིག་ནི།

༡༩ རྒྱལ་དང་ཉི་མེ་ལྷ་སྟོང་པ་དང་ཁྲི་བརྒྱད་སྟོང་པ་གསུམ་དོན་མ་སྒྲུབ་
པར་མངོན་ཏོགས་བརྒྱད་དུ་བསྟན་པ་ཞེས་བྲ་བ། ཡུམ་གསུམ་དོན་བརྒྱད་དུ་

མཐུན་པ། ཤེར་བྱིན། ༧ རེ་མཛད་པ་པོ། བརྟེན་ཆེན་པོ་སྤྱི་ཏེ་རྩྭ་ན་གྱི་རྟེ།

གཉིས་པ་མདོ་རྒྱན་མ་སྦྱར་བའི་འགྲེལ་བ་དགུ་ནི།

༡ ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་མདོན་
བར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བའི་འགྲེལ་བ་ཞེས་བྱ་བ། འགྲེལ་ཚུང་ངམ་འགྲེལ་བ་
དོན་གསལ། ཤེར་བྱིན། ༩ རེ་མཛད་པ་པོ། སློབ་དཔོན་སེང་གོ་བཟང་པོ།

༢ ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་མདོན་
བར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་འགྲེལ་བ་ཤད་ཆོག་རབ་ཏུ་གསལ་
བ་ཞེས་བྱ་བ། འགྲེལ་བ་ཤད་ཆོག་གསལ། ཤེར་བྱིན། ༩ རེ་མཛད་པ་པོ། སློབ་
དཔོན་ཆོས་ཀྱི་བཤེས་གཉེན།

༣ ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་མདོན་
བར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བའི་འགྲེལ་བ་རྟོགས་བར་དཀའ་བའི་སྤང་བ་ཞེས་
བྱ་བའི་འགྲེལ་བ་ཤད་ཅེས་བྱ་བ། འགྲེལ་བ་ཤད་རྟོགས་དཀའི་སྤང་བ། ཤེར་བྱིན།
༩ རེ་མཛད་པ་པོ། གསེར་སྤིང་བ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ།

༤ མདོན་བར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་འགྲེལ་བ་གྲགས་པའི་ཆ་ཞེས་བྱ་བ།
གྲགས་ཆ། ཤེར་བྱིན། ༩ རེ་མཛད་པ་པོ། བརྟེན་ཆེན་པོ་རྩྭ་ན་གྱི་རྟེ།

༥ བཅོམ་ལྷན་འདས་མ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་མན་ངག་གི་
བསྟན་བཅོས་མདོན་བར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་འགྲེལ་བ་ཤེས་རབ་སློབ་མའི་བྲང་

བ་ཞེས་བྱ་བ། ཤེས་རབ་སྒྲོན་མའི་སྤེང་བ། ཤེར་ཕྱིན། ༡ ་ མཛད་པ་པོ། ལ་ཆེའི་
རིགས་ཀྱི་པ་རྩེ་ཏ་ཆེན་པོ་བློ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུང་།

༢ ་ མཛོན་པར་ཤོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་འགྲེལ་པའི་བསྐྱུས་དོན་ཞེས་བྱ་བ།
ཤེར་འབྱུང་སྒྲོ་བློས་ཀྱི་བསྐྱུས་དོན། ཤེར་ཕྱིན། ༣ ་ མཛད་པ་པོ། མཁས་པ་ཆེན་
པོ་ཤེས་རབ་འབྱུང་གནས་སྒྲོ་བློས།

༤ ་ ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་དོན་བསྐྱུས་པ་ཞེས་བྱ་བ། ལ་ཆེ་
གཞོན་ཏུ་དཔལ་གྱི་བསྐྱུས་དོན། ཤེར་ཕྱིན། ༥ ་ མཛད་པ་པོ། རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་
པོ་ཀུ་མུ་ར་ལྷེ་ཟླ་བ།

༦ ་ ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་དོན་བསྐྱུས་སྒྲོན་མ་ཞེས་བྱ་བ། རོ་
བའི་བསྐྱུས་དོན། ཤེར་ཕྱིན། ༧ ་ མཛད་པ་པོ། དཔལ་མར་མེ་མཛད་ཡེ་ཤེས།

༨ ་ ཐུབ་པའི་དགོངས་པའི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བ། ཐུབ་པའི་དགོངས་རྒྱན། དབྱ་
མ། ༩ ་ མཛད་པ་པོ། སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་འཛིགས་མེད་འབྱུང་གནས་སྐྱས་པས་
མཛད་པ་བཅས་སོ། །

མ་དཔེའི་རྒྱ་ཆ་འདི་དག་སྤེད་གཏེ་བསྐྱར་འབྱུང་གཞིར་བཞག་ཡིན་པ་ཏེ་
ལམ་དེར་གསལ་ཞིང་འདིའི་ནང་རྫོགས་ཆིག་ཉིས་ཤང་མེད་པ་འགའ་ལ་ཉིས་
ཤང་དང་ཆིག་མེད་པ་འགའ་ལ་ཆིག་བསྐྱར་པ་ཅུ་ལས་རང་སྒྲོར་གང་ཤར་གྱིས་
བསྐྱུར་བཅོས་སོགས་གང་ཡང་བྱས་མེད།

དཔེ་སྤྲིག་སྐབས་མཆན་བྱང་ནམས་བས་པོ་དང་ཡང་ན་སྐབས་བརྒྱད་པོ་རེ་
 རེ་བྱས་ནས་བཀོད་ཡོད། ཅ་བ་ནམས་ནག་ཤེད་དང་། འབྲེལ་བའི་སྐབས་སྤྲིག་
 བདེ་བའི་ཆེད་ཤོག་ངོས་རེར་ཡིག་འབེབས་གཉིས་ཙམ་བྱས་ནས་བསྤྲིགས་ཡོད།
 ཡིག་འབེབས་ཀྱང་མང་ཆེ་ཤོས་རྫོགས་ཆིག་གི་སྐབས་བཞག་ཡོད་པ་ལས་གྲུས་
 བ་རང་ཉིད་གཞུང་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ་བཏུ་རྒྱ་དང་མཐོང་རྒྱ་གང་ཡང་མེད་པས་གཞུང་
 རོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཆིག་གི་གཅོད་མཆམས་མ་ནོར་བ་དང་མ་འཁྲུལ་བ་ཞིག་
 དགོན་པས་དེ་རོན་དགོངས་འཇགས་འཆལ།

པོད་སྤེང་སྤྲིག་སྐབས་ཉི་ཟླའི་འབྲེལ་བ་ལེ་ཅུ་བརྒྱད་མ་ལ་པོད་གསུམ་
 བཞགས་པས་སྟོད་སྟོད་བར་གསུམ་དང་། བསྐྱུས་རོན་གསུམ་ག་ཤོག་གངས་ཉུང་
 བས་པོད་གཅིག་དང་། དེ་མིན་འབྲེལ་བ་གཞན་དག་པོད་རེ་རེ་བྱས་ནས་བསྤྲིགས་
 ཡོད་པས་མདོ་རྒྱན་སྐྱར་བའི་འབྲེལ་བ་ལ་པོད་བཅུ་བཞི་དང་། མདོ་རྒྱན་མ་སྐྱར་
 བའི་འབྲེལ་བ་ལ་པོད་བདུན་བཅས་ཁྱོན་པོད་ཉེར་གཅིག་ཡོད།

སྐྱེར་གྲུས་བ་རང་ཉིད་ལ་སྐྱེས་སྐྱུངས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གང་ཡང་མེད་ཀྱང་
 གཞན་ལ་པན་སེམས་ཀྱི་ཀུན་སྟོང་ལྟ་མེད་ཅིག་གིས་དེད་དེ་ལས་འདིར་ཞུགས་
 ཀྱང་མི་གཅིག་གི་ལས་གཞི་རྒྱ་ཆེན་པོ་འདི་འདྲ་ཞིག་སྐྱབ་སྐབས་ནོར་འཁྲུལ་
 སོགས་གང་མང་འབྱུང་སྤྱིད་པས་ནོར་འཁྲུལ་སོགས་བྱུང་ཡོད་ཆེ་དགོངས་སེལ་
 ཞུ་རྒྱ་དང་ཁྱེད་སྤྲིག་པ་པོ་དག་གིས་ཀྱང་དགོངས་གནང་ཡོད་པ་མཁྱེན།

མཐར་ནམ་དཀར་དགེ་བའི་ལས་འདིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་

ཕྱོགས་དུས་ཀྱན་ཏུ་དར་ཞིང་རྒྱས་ལ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པ་དང་བསྟན་པ་དེ་
འཛིན་ཀྱན་གྱི་གཙུག་ལོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་མཆོག་
གི་སྐུ་ཆེ་ཡུན་ཏུ་བརྟན་པའི་རྒྱར་འགོ་བའི་བསྡེ་སྟོན་རྒྱ་གང་ཆེ་རེ་གནང་བར་
མཁྲིན་མཁྲེན།

ཤེར་ཕྱིན་གཞུང་ལུགས་རྒྱ་མཆོའི་མཐའ་ལྷན་ཀྱང་།།

རྒྱ་གར་མར་གྲགས་རྒྱ་འགྲེལ་ཉེར་གཅིག་ལ།།

ཐོས་བསམ་སྟོམ་པའི་ལས་ལ་འདུག་བདེའི་ཆེད།།

འབྲུལ་དེབ་པོད་སྤེང་ཉེར་གཅིག་བསྐྱེགས་པ་འདིས།།

ཆེ་འདིའི་པ་མས་མཆོན་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས།།

མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་རྒྱ་རུ་བསྡེའོ།།

ཞེས་འབྲུལ་དེབ་སྐྱེག་སྒྱུར་བ་པོ་མཁས་ཀྱིས་༡༠༣༡ལོའི་རྒྱ་ལྗོངས་༡༩ཉིན་བྲིས།

༡༡། །ཤེས་རབ་ཀྱི་ས་རོལ་ཏུ་སྤྱོན་པའི་མན་ངག་གི་
བསྟན་བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བའི་
འབྲེལ་བ་རྟོགས་པར་དཀའ་བའི་སྣང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་
འབྲེལ་བ་ཤད་བཞུགས་སོ། །

མཛད་པ་པོ། གསེར་སྤྱིང་བ་ཆོས་ཀྱི་བྲགས་པ།

སྐབས་དང་པོའི་འགྲེལ་བ་འདད་རྟོགས་དཀའི་སྒྲུང་བ།

༢༣༣། །ཀྱུ་གར་སྐད་དུ། ཨ་རྟེ་ས་མ་ཡུ་ལ་རྒྱ་ར་པ་རྒྱ་པ་མི་ཉོ་བ་དེ་ལ་
ཤུལ་བྱི་ཉི་དུ་ར་བ་བོ་རྒྱ་ལོ་ཀ་རྒྱ་མ་ཁྲི་གྲ། བོད་སྐད་དུ། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་
སྤྱན་བའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བའི་
འགྲེལ་བ་རྟོགས་པར་དཀའ་བའི་སྒྲུང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་འགྲེལ་བ་འདད། སངས་རྒྱས་
དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །འཕགས་པ་འཇམ་
དཔལ་གཞིན་རྒྱུར་གྱུར་པ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །དཔལ་ལྷན་བྱང་ཆུབ་ཤིན་ཏུ་རྣམ་
དག་པ། །མི་པམ་ལ་བརྟུང་དེས་མངོན་ཆོག་ལེའུར་བྱས། །སེང་གེ་བཟང་པོའི་
དཔལ་གྱི་ཞལ་སྤེའི་འགྲེལ། །ཆོག་དོན་རྟོགས་དཀའི་ཆོགས་ནི་བའདད་པར་
བྱ། །གང་སྤྱིར་རྒྱལ་བས་མི་ཁོམ་ཐམས་ཅད་ནི། །དད་པས་སྤོང་བར་འགྱུར་ཞེས་
གསུངས་པས་ན། །དེ་སྤྱིར་འདི་ནི་ཡང་དག་ཚུམ་པ་ལ། །སྤྱི་བོ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་
བཟོད་པར་མཛོད། །

གཞུང་ཚུམ་པ་ཐམས་ཅད་ལ་རྟོག་པ་དང་ལྷན་པ་པལ་ཆེར་དེ་མཐར་སྤྱན་
བར་བྱ་བའི་སྤྱིར་དང་། རོས་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་འཇུག་པ་རྣམས་གོགས་མེད་པར་
བྱ་བའི་སྤྱིར། རང་གི་དད་པའི་ལྷ་ལ་ཕྱག་འཆའ་བ་ཡིན་པས། རོག་མར་རྒྱལ་བའི་
ལྷ་ལ་ཕྱག་འཆའ་བ་ནི། ཤེས་རབ་པ་རོལ་སྤྱན་པ་ལ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་
སྤོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་རབ་ནི་རོས་པ་ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་གྱིས་ཤེས་
པའོ། །དེའི་པ་རོལ་ཏུ་སྤྱན་པ་ནི་རབ་ཀྱི་མཐར་སོན་པ་སྟེ། གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་

ཤེས་དང་། དེའི་དོན་གྱི་ལམ་དང་གཞུང་དག་ནི་དངོས་དང་བཏགས་པའི་དབྱེ་
བས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་བྱུག་འཆའ་
བ་ནི་ལུས་ལ་སོགས་པ་གྲུས་པས་རབ་ཏུ་འདུད་པའོ། །

ཅི་ཞིག་གི་དོན་དུ་ཞེ་ན། དེ་རྒྱན་ཏེ་མངོན་པར་མཐོ་བ་དང་ངེས་པར་ལེགས་
པའི་རྒྱུར་གྱུར་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་མངོན་པར་རྟོགས་པ་རྣམ་པ་བརྒྱད་ནི་ཡུལ་
དེའི་རྒྱན་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཆིག་ལེའུར་བྲས་པ་དག་ནི་དེའི་ངོ་བོའི་དོན་རྟོགས་པ་
རྟོགས་པར་བྱེད་པའི་ཆིགས་སུ་བཅད་པའི་སྡེ་བ་སྦྱོར་དུ་བྲས་པ་ཡུམ་སྟོང་ཐག་
བརྒྱ་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་སྟེ། ཆར་བྱེ་བས་ཉེ་
བར་བསྟན་པའོ། །ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། སྟོང་ཐག་བརྒྱ་པ་ལ་སོགས་པའི་དོན་བཤད་པ་
བརྒྱན་པའི་བྱིར་མངོན་པའི་སྡེ་སྦྱོད་ལ་སོགས་པ་ཀུན་གྱི་རྒྱན་དུ་འགྱུར་
བའོ། །དེར་འགྱུར་བ་ནི་བསམ་པ་སྟེ། དེས་དེ་བསྟན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །བྱིར་
ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ལྟར་བདག་གིས་འཕགས་པ་བྱམས་པའི་དགོངས་པ་ཤེས་པར་
གྱུར་པས་སོ། །

ཅི་རབ་ཏུ་བྱེད་པའི་རྣམ་པར་བཤད་པ་གཞན་དག་ཀྱང་ཡོད་དམ་ཞེ་ན།
ཡོད་པའི་བྱིར་འགྲོ་ལ་ཆགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ།
འཕགས་པ་སྟེ་ཉོན་མོངས་པ་དང་བུལ་བ་ལྟ་བུར་ཆགས་པ་མེད་པར་སེམས་ཅན་
གྱི་དོན་ལ་ཀུན་ཏུ་ཆགས་པར་མཛད་པ་གང་ཡིན་པ་དེས་ཀུན་ཏུ་ཆགས་
པའོ། །དོན་འདི་ཉིད་ནི། འགྲོ་ལ་ཆགས་པ་ཀུན་ཆགས་མཛད། །ཅིས་སྟོས་པ་ཡིན་
ཏེ། འགྲོ་བ་ལ་ཆགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འགྲོ་བ་ལ་ཆགས་པ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་

སེམས་དཔའ་རྣམས་སོ། །དེ་རྣམས་དང་འབྲ་བར་ཀུན་ཏུ་ཆགས་པར་མཛད་པ་
གང་ཡིན་པ་དེས་སོ། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་ན་སྐྱོབ་པ་སྟེ། རང་གིས་གཞིགས་པའི་ལམ་
སྟོན་པས་སེམས་ཅན་རྗེས་སུ་སྐྱོང་བར་མཛད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་བཤད་ནི་ཁྱད་
པར་ཅན་གྱི་དོན་སྟོན་པའོ། །མཛད་པ་ནི་རྣམ་པར་སྦྱར་བའོ། །

གང་གིས་ཤེ་ན། བསྟན་བཅོས་ཆེན་པོས་ཞེས་བྲ་བ་སྟེ། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་
རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་མདོའི་དོན་མ་ལུས་པ་སྤྱད་པར་བྱེད་པས་བསྟན་བཅོས་ཆེན་པོ་
སྟེ། མདོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ཞེས་བྲའོ། །ཅི་དབྱེད་པས་སམ་ཐོས་པ་གཅིག་
ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་པས་མཛད་དམ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་དེ་ཉིད་ཀྱིས། མི་པམ་མགོན་
ལས་གསན་ནས་ནི། །ཞེས་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ། ལྷ་དང་མི་རྣམས་ཀྱི་དམ་པར་གྱུར་པ་
ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། འདིག་རྟེན་གྱི་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་དབང་ཕྱག་ཆེན་
པོ་ལ་སོགས་པས་མི་བྱབ་པའི་ཕྱིར་མི་པམ་མོ་ཞེས་བྲ་བ་ནི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་
གསན་ནས་ལེགས་པར་བསམས་ཤིང་བསྐྱོམས་པས་བསྟན་པར་བྱས་ནས་ཞེས་
བྲ་བར་དོན་གྱིས་ཤེས་སོ། །

འདི་ནི་ཉིང་ངེ་འཛིན་བརྟེན་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་རྗེ་ལྷར་ལྷག་པར་མོས་པས་
ཆོག་ལེ་བྱུང་བྱས་པས་མཛད་པ་པོ་ལས་མདོན་སུམ་དུ་གསན་པ་ཉིད་ཡིན་པས་
སྤྱད་པ་པོ་དང་འབྲ་བར་འདིར་ཆད་མའི་སྐྱེས་བྱུར་གྱུར་པ་ཡིན་ལ། འདིར་གཞན་
དག་ཐོས་པ་མང་བ་ཡང་ཡིན་ཞིང་བྱན་པ་ཡང་ཤེས་པ་བཞིན་བསྐྱས་པ་བྱས་པ་
ཉིད་ནི་འདིར་ཅི་ཞིག་ལྷར་འགྲེལ་བ་བྱེད་པ་ལ་དབང་བ་ཡིན་ན། མཁས་པར་རྫོམ་
པ་གཞན་དག་ལྟ་སྒྲོས་ཀྱང་ཅི་དགོས་ཞེས་བྲ་བར་དགོངས་སོ། །ཕྱི་རོལ་གྱི་ཤེས་

བྱ་མེད་པ། རང་གི་ཤེས་བྱ་ལ་བརྟེན་ཅིང་སེམས་ཅམ་པའི་གཞུང་ལ་གནས་པ་
ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ནི་འགྲོ་དོན་རྩ་ལག་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སློས་པ་ཡིན་ཏེ། འགྲོ་
བ་ལ་མངོན་པར་འདོད་པ་ངེས་པར་ལེགས་པའི་རྒྱ་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་པའི་ལམ་
ཡང་དག་པར་སྟོན་པར་མཛད་པས་ན་རྩ་ལག་གོ། །

དོན་འདི་ཉིད་ནི་འགྲོ་དོན་ཞེས་བྱ་བ་སློས་པ་ཡིན་ཏེ། འདོད་པའི་དོན་སྐྱབ་
པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྱི་ཞིག་ཅེན་དབྱིག་གཉན་ཞེས་བྱ་བའོ། །རང་གི་
མོས་པ་གཙུག་བྱེད་པས། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་གི་གཞུང་ལུགས་ལ་མངོན་པར་
ཞེན་པས་སོ། །རྣམ་པར་བརྟོལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བཤད་པ་སྟེ། བསྟན་བཅས་ཆེན་པོ་
ཞེས་བྱ་བར་རྗེས་སྤྱི་ཞིག་སོ། །འཕགས་པའི་ཁོངས་སྤྱི་གཏོགས་པ་ཡི། །ཞེས་
བྱ་བའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཐོབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་བདག་མེད་པ་ལ་ལྷག་པར་མོས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དབྱ་མར་
གནས་པའི་སློས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་མཐའ་སྤངས་
པའི་དབྱ་མའི་ཤེས་པས་བསྟན་བཅས་ཆེན་པོ་རྣམ་པར་བྱེ་བ་ཡིན་ཏོ། །སྟོན་ཆད་
རྣམ་པར་བྱེ་བའི་ཐུགས་འདི་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེས་བྱས་བྱས་པ་མིན་
མཐོང་ནས། །ཞེས་བྱ་བ་སློས་ཏེ།

སྤྱིར་བཤད་པའི་སློབ་དཔོན་དག་གིས་བྱས་པའི་འགྲེལ་བ་རྣམ་པར་ཤེས་
པ་ཅམ་གྱི་གཞུང་རང་བཞིན་དང་བཅས་པའི་འཇུག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ངེ་ལྟ་བ་
ཉིད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཤེས་ན་དེའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་སྟེས་བདག་མེད་པ་ལ་
ལྷག་པར་མོས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྤྱི་ཞིག་སོ། །འཕགས་པའི་གཞུང་མཐའ་དག་

བཅོམ་ནས་རང་དང་རྗེས་སུ་མ་སྐྱུན་པའི་སྒྲུ་མའི་ཆོག་གི་བདག་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་པ་
གསལ་བར་བྱས་པའི་དབང་གིས་བསྐྱུན་བཅོས་ཆེན་པོ་རྣམས་པར་བཤད་དོ་ཞེས་
ཟུམ་དང་སྒྱུར་རོ། །འདི་སྒྲུམ་དུ་སེམས་ཏེ།

གལ་ཏེ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཡུམ་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཡོད་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་ན་ནི་ཡོད་
པར་འདྲིན་པས་ཡང་དག་པར་གྲོལ་བར་མི་འགྱུར་ཞིང་གཞུང་ཡང་བྱང་བའི་དོན་
དུ་འགྱུར་རོ། །སྒྲུ་མ་ལྟ་བུའི་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་ནི་སྒྲུ་རི་
བཞིན་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་བཤད་པ་རྟོགས་སྒྲུབ་དང་། ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ལ་
སོགས་པའི་མཐའ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་ཡང་དག་པར་གྲོལ་བར་
འགྱུར་རོ། །དེ་ཡང་དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས། སློབ་དཔོན་སྒྲུབ་ཞལ་སྤེའི་ལམ་
ནས་ནི། །སྤྱི་རོལ་གྱུར་པའི་ཞི་བའི་ཐབས་མ་ཡིན། །དེ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཡང་དག་
བདེན་ལས་ཉམས། །དེ་ལས་ཉམས་པས་ཐར་བ་བྱུབ་ཡོད་མིན། །ཞེས་བཤད་པ་
དང་། དབུ་མའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་དེའི་རིགས་ཁོ་ན་ལ་རིགས་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ཉིད་
ལས། སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་ཉིད་ནའང་སྟོང་ཉིད་ཐོས། །ནང་གི་དགའ་བ་ཡང་དང་ཡང་དུ་
ཐོབ། །དགའ་བ་ལས་བྱུང་མིག་ནི་མཆི་མས་བརྒྱན། །ལུས་ཀྱི་སྒྲུབ་བ་ཡང་སྐྱེ་
བར་འགྱུར། །ཞེས་གང་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱི་ཞལ་སྤེའི་ནས་ཀྱི་དང་། འཕགས་པ་བྱམས་པ་
ལས་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་འབྲ་བར་རང་གི་བསམ་པའི་
དབང་གིས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་རྟོགས་པ་ཡིན་པས་ཉེས་པ་མེད་དོ། །ཡང་རང་
དང་རྗེས་མ་སྐྱུན་ཅམ་དུ་ཞེས་བྱ་བ་འདིའི་དོན་ནི་དེའི་འོག་ཏུ་རྣམས་གྲོལ་སྤེ་ཞེས་བྱ་

བ་ལ་སོགས་བ་སྟོས་བ་ཡིན་ཏེ། དད་བ་ཉིད་རྟེན་དུ་གྱུར་བས་ས་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་གནས་བ་ཡིས་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དད་བ་དང་ལྡན་བ་སྟེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་དད་བས་མི་ཁོམ་སྤང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གང་གསུངས་བ་ཡིན་ནོ། །

བསྟན་བཅོས་མཐའ་དག་མ་རྟེན་བར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤར་སྟོས་བའི་བཤད་བའི་བསྟན་བཅོས་མ་ལུས་བ་དེ་མཛད་བ་པོ་ལས་མངོན་སུམ་དུ་མ་ཐོས་བའམ་མ་མཐོང་བའོ། །ཡང་ཆོས་མངོན་བའི་སྡེ་སྟོད་ལ་སོགས་བར་བཤད་བའི་བསྟན་བཅོས་མ་རྟེན་བའོ། །ད་ནི་སྤར་སྟོས་བའི་བཤད་བ་དང་རྗེས་སུ་མ་སྟན་བ་ཉིད་ཡིན་བའི་བྱེད། རང་སྟོའི་ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་ནི། །དེ་ལྟར་མཁས་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་བ་སྟོས་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཚུལ་དེ་ལྟར་རོ། །མཁས་བས་སྤང་བྱས་ཤིང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཕགས་བ་ཐོགས་མེད་ལ་སོགས་བས་རྣམ་བར་སྤར་བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྟོན་མས་སོ། །ཁ་ཅིག་གིས་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་ལས་གཞན་བའི་མཁས་བ་མཉམ་བར་གཞག་བ་རྣམས་ཀྱིས་སོ། །བསྟན་བཅོས་ཀྱན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རབ་དུ་བྱེད་བར་བྱགས་བའོ། །མ་རྟེན་བ་ནི་མ་མཐོང་བའམ་མ་ཐོས་བའོ། །

འདི་རྟེན་བ་ནི་བསྟན་བཅོས་གསལ་བར་བྱས་བ་རྟེན་ཅིང་ཉེ་བར་དམིགས་བ་སྟེ། ཡང་དག་བའི་ཤེས་བའི་རང་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷག་མའོ། །མ་ཡིན་ན་ཡང་བདག་ཉིད་ཀྱིས་བསྟན་བཅོས་སྣ་ཆོགས་བལྟས་བས་སྟོའི་ཁ་ཤིན་དུ་བྱེ་བར་གྱུར་བས་སྟོང་པོ་མདོར་བསྟུས་བའི་རབ་དུ་བྱེད་བའི་དོན་སྣ་ཆོགས་མཐོང་བའི་བྱས་བ་ཡོད་བ་ནི་དོ་མཆར་བ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ཡིན་ན་གཞན་རྣམས་ཀྱི་

ནམ་པར་དབྱེ་བ་དོན་དང་བཅས་པའི་སྐབས་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ།
དེ་ལྟས་ཤིན་ཏུ་རྙེད་དཀའ་བ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཤིན་ཏུ་
རྙེད་དཀའ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསོད་ནམས་བསགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྙེད་པ་ཉིད་ཡིན་
པའི་སྤྱིར་རོ། །

ཟབ་མོའི་ལམ་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མངོན་པར་རྟོགས་པ་བརྒྱད་རིམ་ལྟར་
བྱམས་པས་བྲལ་ས་སུ་རྒྱུད་པའི་བདག་མེད་པས་ཟེན་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་
རིགས་པ་དང་མི་ལྡན་པ་དག་གིས་ངེས་པར་བཟུང་བར་མི་རྣམས་པ་ཡིན་པ་ལས་
ཅི་ཞིག་ལྟར་ནམ་པ་འགའ་ཞིག་གིས་བལྟས་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་དབང་གིས་རྙེད་
པ་སྟེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཀྱིས་ཐོབ་པ་ནི་མཁས་པ་ནམས་ཀྱིས་
དབྱེ་བའི་རིགས། བདག་ཀྱང་འགྲོ་བའི་དོན་འགྲོ་བར་དམ་བཅས་པ་ཡོད་པས་
བདག་གི་ནམ་པར་སྤྱེ་བ་དང་དེ་ནམས་ཀྱི་ནམ་པར་སྤྱེ་བ་ལ་འགལ་བ་ཅི་ཞིག་
ཡོད། སྟོན་སངས་རྒྱས་པ་ཡོད་དོ་ཞེས་ཏེ། དེ་ལྟར་མི་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཞིང་། འགྲོ་ལ་
པན་སྤྱིར་སངས་རྒྱས་འགྱུབ་པར་ཤོག །ཅེས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་རྒྱལ་བ་
མ་ལུས་པའི་བསྟན་པ་དོན་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །ལ་ལར་བཤད་པ་ཁ་
ཅིག་གིས་མི་འདུལ་བ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་དང་འབྲུ་བར་དེ་ནམས་ཀྱི་
ཡང་དམ་བཅས་པ་མཉམ་པ་ཡིན་ནོ། །

ལ་ལར་ནམ་པར་དབྱེ་བ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པ་མེད་པ་ན་ཡང་ཤེས་རབ་ཀྱི་
པ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་མདོ་ལས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་གི་དོན་
ཐོས་པ་ལ་སོགས་པས་འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་ཏུ་བསྐྲགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་

དགོངས་སོ། །དེ་ལྟར་ཡུལ་དུ་བྱུང་བ་མཁས་པར་གྱུར་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་པ་
དང་། བསམ་གཏན་ལ་མཉམ་པར་གཞག་པའི་སྒྲིལ་གྱིས་རྣམ་པར་དབྱེ་བའི་གོ་
སྐབས་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་བདག་ཉིད་ཁེངས་པ་མེད་པ་ཉིད་ནི་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ།

རྒྱལ་བའི་སྟོང་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་སྒོས་པ་ལ་སོགས་པའི་
རྣམ་པས་ཀྱང་བདག་གི་སྟོང་ཡུལ་མ་ཡིན་ན་གང་གི་ཕྱིར་དེ་ལྟ་ཡིན་ན་ཡང་། རང་
དང་གཞན་ལ་པན་གདགས་འདོད་ནས་ཞེས་བྱ་བ་བདག་དང་སེམས་ཅན་རྣམས་
ཀྱི་མངོན་པར་མཐོ་བ་དང་ངེས་པར་ལེགས་པ་མ་ལུས་པ་སྟེར་བ། བདག་གིར་
བྱེད་པར་འདོད་པས། བསོད་ནམས་དག་སྦྱབ་དང་མཐུན་བྱིང་། །ཞེས་བྱ་བར་
རབ་ཏུ་བྱེད་པ་རྣམ་པར་བཤད་པ་ལས། བསོད་ནམས་སྦྱིད་པ་ལ་གྲུས་པའི་
སེམས་བསྐྱེད་པ་སྟེ། ཡང་དག་པར་སྟོབ་པ་བདག་འཇུག་པ་ཡིན་པ་སྟེ། རྣམ་པར་
དབྱེ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷག་མཐོ། །ད་ནི་རང་གི་གཞུང་ལུགས་འཆད་པར་མཛད་
པས་བསྟོད་པ་དང་བྱག་འཆལ་བའི་དབྱེ་བའི་མཆོད་པ་རྣམ་པ་གཉིས་འཆད་པའི་
རབ་ཏུ་བྱེད་པའི་དོན་ཅི་ནས་གསལ་བར་འགྱུར་ཞེས་འཇུག་པ་ནི་འཕགས་པ་
བྱམས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ།

འཕགས་པ་བྱམས་པ་ནི་སྡིག་པ་མི་མངའ་བ་ཉིད་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ཐམས་
ཅད་ལ་བྱ་གཅིག་པ་དང་འདྲ་བར་བྱམས་པས་པན་འདོགས་པར་མཛད་པའི་ཚུལ་
ཅན་ནོ། །དེ་ཞིག་ཐོག་མར་རྒྱལ་བའི་ཡུལ་གྱི་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་དོན་བཤད་
པར་རྩོམ་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་དང་པོར་དེའི་ཡོན་ཏན་རྗེ་ལྟ་བུར་སྟོན་པ་སྟོན་དུ་

འགྲོ་བས་ཐོག་མར་ཡང་དག་པའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་དེ། སྤྱག་འཆའ་ཞིང་ལུས་ལ་
སོགས་པས་གྲུས་པས་རབ་ཏུ་འདུད་པ་ནི་འཕགས་པ་བྱམས་པ་བདག་ཉིད་ཅེས་
བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ།

བདག་ཉིད་ལུས་གྱི་དབང་གིས་བྱ་བ་བྱས་པ་རྟེན་པ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་གདུལ་
བྱ་གཞན་དག་བཅོམ་ལྡན་འདས་མ་ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེ་ལུས་དུ་སྤྱང་བའི་འབྱུང་
གནས་ལ་ཞེས་བྱ་བ་དབང་སྤྱག་དང་གཟུགས་བཟང་ལ་སོགས་པ་དང་ལྡན་
པའམ། ཉོན་མོངས་པ་བག་ཆགས་དང་བཅས་པར་བཅོམ་པའི་ཤེས་རབ་གྱི་པ་
རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་སྟོབས་བརྩུལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་རྒྱ་མཆོ་ཐམས་ཅད་ལས་
མཆོག་ཏུ་སྤྱང་བའི་འབྱུང་གནས་ལ་དོན་གྱིས་ཞེས་བྱ་བར་མཐོང་བ་དང་། དེས་
པར་ལེགས་པའི་དོན་གྱི་དབང་གིས་འཇུག་པར་བྱ་བའི་བྱིར་ཏེ། དད་པ་དང་ཤེས་
རབ་དག་ལས་སྐྱབས་གཞན་མེད་པའི་བསམ་པས་བསྟོམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་
འཇུག་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་རབ་ཏུ་དང་བ་བསྐྱེད་པའི་ཆེད་ནི་ཡིད་བདེ་བ་ཡང་དག་
པར་བསྐྱེད་པའི་དོན་དུ་ལོ། །

ཅེ་འདིར་ཉེ་བར་བརྟགས་པས་སྒྱུར་བ་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་དེས་མངོན་སུམ་
དུ་མཐུན་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ཤེས་རབ་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་ཏེ། ཤེས་རབ་
གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ནི་སྤར་སྤྲས་ཟིན་ཏོ། །དེའི་ལུས་ནི་དེའི་རྟེན་ནོ། །རབ་ཏུ་དང་
བ་ནི་མཉམ་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡིད་བདེ་བའོ། །ལེགས་པ་ཐམས་ཅད་དེ་མངོན་
པར་མཐོང་བ་དང་དེས་པར་ལེགས་པ་རྣམས་སོ། །འཕྲོ་བ་པའི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་ནི་
དངོས་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་རབ་ཏུ་དང་བ་ལ་རང་བཞིན་གྱི་རྣམས་པ་འདི་དག་རྩི་

ལྟར་ཡོད་ཅེ་ན། བདག་ཉིད་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་དང་མ་ཐུན་པར་རབ་ཏུ་སྟོན་
པས་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། རབ་ཏུ་དང་བའི་བདག་ཉིད་དེ། རང་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི་
ཉིང་ངེ་འཛིན་དམ་པ་དང་། དགེ་བ་བརྩུ་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་ལ་འཇུག་པ་རབ་ཏུ་
སྟོན་པས་སོ། །

དེ་ལ་རབ་ཏུ་དང་བའི་རང་བཞིན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་གདུལ་བའི་
རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པ་ཙམ་གྱིས་རྣམ་པར་གཡེང་བ་དང་མི་དགེ་བ་ལས་སེམས་རྣམ་
པར་ལོག་ནས་ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་དགེ་བ་བརྩུ་ལ་འཇུག་གོ། །དེའི་དབང་གིས་ཀྱང་
དོན་ཐམས་ཅད་ཐུན་སྦྱང་ཆོགས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་ཏེ། བཙུན་
ལྟོ་འདས་ཀྱིས། སངས་རྒྱུ་བཙུན་བསམ་མི་བྲལ། །སངས་རྒྱུ་ཆོས་
ཀྱང་བསམ་མི་བྲལ། །བསམ་མི་བྲལ་ལ་དད་རྣམས་ཀྱི། །རྣམ་པར་སྦྱིན་པའང་
བསམ་མི་བྲལ། །ཅེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་བཞིན་
དུ་སོ་སོ་རང་གི་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ངེས་པར་བཟུང་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ཐོས་པ་
ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་ཤེས་པ་བསྟོམ་པའི་རབ་ཀྱི་མཐར་ཐུག་པ་ལ་
འཇུག་པའི་མངོན་སྲུང་གྱི་ཤེས་པས་ཉམས་སུ་སྤྱོང་ནས་དེའི་རྗེས་ལས་བྱུང་བའི་
རྣམ་པར་རྟོག་པས་ངེས་པར་བྱས་ནས།

ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ངེས་པར་མཛད་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་བརྟེན་
པ་ལས་བྱུང་བ་ཉིད་ཀྱི་ཆོག་ནི་སྤྱི་བ་མི་སྤྱི་བས་རྟོག་པ་དང་ལྟན་པ་རྣམས་ཤེས་
རབ་བམ། དད་པས་འཇུག་པར་འགྱུར་གྱི་གཞན་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྟོན་ཏོ། །དེ་
ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་མདོ་ལས་བྱུང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་ལུགས་ཀྱི་བསྟན་བཙུན་

ལ་སོགས་པ་བརྟག་ཅིང་སྦྱར་བའི་དོན་ནི་བླ་པ་ཙམ་དུ་བཀག་པ་ཡིན་
ནོ། །སྐབས་ཉིད་ཀྱིས་མཆམས་སྦྱར་བར་བྱ་སྟེ། རྫོང་ཕུལ་དུ་བྱུང་བ་མངའ་བའམ།
མི་སྦྱ་བའི་ཡེ་ཤེས་དང་ལྡན་པས་སངས་རྒྱས་ཏེ། ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་སྟོབ་
མའི་ཚོགས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་བ་ཡིན་པའི་བྱིང་།

ཉན་ཐོས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚོགས་དང་ལྡན་ཡུམ་སྟེ། བསྐྱེད་པར་
མཛད་པ་གང་ཡིན་པའི་ཡུམ་དེ་ལ་བྱག་འཆལ་བ་ནི་ལུས་ལ་སོགས་པས་གྲུས་
པས་བྱག་འཆལ་བའོ། །དེ་ནི་དོན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞིར་གྱུར་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ཡུམ་
ཀྱི་ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་ནི་ཉན་ཐོས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོབ་པ་ཡིན་ཏེ། རང་
གི་གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་ཆོག་གམ་ལུས་ཀྱི་ཆོས་སྟོགས་པས་ན། ཉན་ཐོས་ཏེ། ཉན་
ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་སོ། །དེ་ནི་བ་ཆོལ་བ་རྣམས་ནི་ཐུང་ན་ལས་
འདས་པར་འདོད་པའོ། །ཀྱང་ཤེས་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱི་དང་ནང་གི་དངོས་
པོ་རྣམས་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཤེས་པས་སོ། །ཉེར་ཞིར་ནི་ལྷག་མ་དང་བཅས་པ་དང་
ལྷག་མ་མེད་པའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་ཐུང་ན་ལས་འདས་པའོ། །ཁྲིད་པར་མཛད་པ་ནི་
ཐོབ་པར་མཛད་པའོ། །

འགྲོ་ལ་པན་པར་བྱེད་པ་རྣམས་ནི་འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་མ་འོངས་པ་ན་པན་པའི་
དོན་སྐྱེད་པར་མཛད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་སོ། །ལམ་ཤེས་ཉིད་
ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གདུལ་བྱའི་དབང་གིས་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ལམ་སྐྱེ་བ་
མེད་པར་ཐུགས་སུ་ཆུད་པའོ། །འཇིག་རྟེན་དོན་གྲུབ་མཛད་པ་ནི་སེམས་ཅན་
རྣམས་ཀྱི་པན་པའི་དོན་རྫོགས་པར་མཛད་པའོ། །གང་དང་ཡང་དག་ལྡན་པ་ནི་

ཡུམ་གང་དང་ཡང་དག་པར་ལྡན་པའོ། །བྱབ་ཆམས་ནི་བདག་ཉིད་ཀྱི་དངོས་པོ་
ཆམས་ཡང་དག་པར་བསྐྱམས་པ་སྟེ། ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སོ། །

སྒྲ་ཆོགས་འདི་དག་ཆམ་པ་ཀུན་གསུངས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་
རོལ་ཏུ་སྤྱོན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་སྒྲ་ཆོགས་པ་འདི་དག་ཆམ་པ་
ཐམས་ཅད་ཏུ་གསུང་ཞིང་སྟོན་པར་མཛད་པའོ། །འཕགས་པ་བྱམས་པ་བདག་
ཉིད་དམ་པ་ཆམས་ཀྱི་སྟོང་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤར་སྟོས་པ་ཉིད་བསྟན་
ཅིང་གསལ་བར་བྱས་པ་ནི། ཆོགས་སུ་བཅད་པ་འདིས་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཆམ་པར་ཐར་པ་རུང་ཟད་ཅམ་ཞིག་གིས་ལྷག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
ཉན་ཐོས་ཆམས་ནི་བག་ཆགས་གཉིས་ཡོད་པ་ཡིན་ལ་རང་སངས་རྒྱས་ནི་གཟུང་
བའི་བག་ཆགས་སྤངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་དེ་ཆམས་ནི་ཉན་ཐོས་ཆམས་ལས་
ཆམ་པར་ཐར་པ་རུང་ཟད་ཅམ་ཞིག་གིས་ལྷག་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་སེམས་ཀྱི་བྱད་
པར་ཁོ་ན་ལས་ཆམ་པར་གཞག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ་ལ་
སོགས་པ་ལས་རྣལ་འབྱོར་ལྷག་པ་ཡིན་པས་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་ནི། རྣལ་
འབྱོར་ཀྱི་དབང་ཕྱུག་གོ། །

ཡེ་ཤེས་ལ་སོགས་པའི་ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་
སངས་རྒྱས་ནི་གཟུག་ཏྱིར་ཀྱི་ནོར་བུ་ཡིན་པས་གཙོ་བོའོ། །འདི་ལྟར་མདོར་
བསྡུས་ན་གང་ཟག་ནི་ཆམ་པ་གཉིས་ཏེ། ཁ་ཅིག་ནི་དད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་
ལ། དེ་ཡང་ཡུམ་འཛིན་པ་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུ་བསྟན་པ་ཐོབ་པ་ཉིད་ན་སྟོང་
པ་མེད་པར་དེའི་མོད་ལ་ངེས་པར་དད་པས་ངེས་པར་འཛིན་པ་ལ་འཇུག་པ་ཉིད་

ཡིན་ནོ། །གང་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་དབང་པོ་རྣམས་ནི་རྟག་པ་དང་། བདག་ལ་སོགས་པར་བཤད་པའི་ཆོག་དང་འབྲ་བར་སྦྱ་བ་ཡོད་པ་སྲིད་པས་ལུང་གང་ལ་ཡང་བབ་ཆོལ་དུ་འཇུག་པར་མི་བྱེད་དེ།

དེ་རྣམས་ཀྱང་གཅིག་དང་དུ་མ་དང་བཅས་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆད་མས་བྱུབ་པ་གཞི་དང་ལམ་དང་རྣམ་པ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་ཡུམ་དང་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལ་སོགས་པའི་མདོ་ཐོས་པ་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུ་བརྟན་པ་ལས་དད་པ་ལུལ་དུ་བྱུང་བ་ནི་རིགས་པ་ཉིད་དེ་གཞོད་པ་མ་མཐོང་བས་པན་ཚུན་འགལ་བར་བརྗོད་པ་མི་སྲིད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དོན་ལ་ཐེ་ཆོམ་གྱིས་ཡང་དག་པ་རྣམས་ཀྱི་འཇུག་པའི་ཡན་ལག་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། ཆད་མ་རྣམས་འགྲེལ་མཛད་པས། བརྟན་བཅོས་གང་ཞིག་རིགས་པས་བྱུབ། །རང་གི་ཆོག་དང་མི་འགལ་མཐོང་། །མ་མཐོང་ན་ཡང་དེ་བཟུང་བ། །དེ་ལྟར་རིགས་པ་མཁས་པས་ཤེས། །ཞེས་གང་བཤད་པ་དང་། ཡང་། ཡོན་ཏན་སྒྲིན་དག་མ་མཐོང་བའི། །སྦྱེ་བོ་གསོག་ཏུ་སྦྱེས་པ་ལ། །བྱུབ་མཐའ་ལོག་པར་འཛིན་པ་དག །ཀྱེ་མ་འདི་ནི་གང་གིས་བྱེན། །ཞེས་ཀྱང་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཉིད་ཀྱིས་ན་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་དངོས་པོ་ཁོ་ནར་གང་དུ་ཆད་མ་དང་འགལ་བར་འགྱུར་བ་ལ་རྟོག་པ་དང་ལྡན་པ་རྣམས་དོན་དང་མི་ལྡན་པའི་ཐེ་ཆོམ་གྱིས་ཁྱུས་ལ་སོགས་པ་དེ་ལ་གང་ཞིག་འཇུག་པར་བྱེད། །འཕགས་པ་ལྟའི་ཞལ་སྒྲ་ནས་གྱིས་ཀྱང་། ལུ་སྟེགས་བྱེད་པ་མང་པོ་ནི། །བདག་ཏུ་ལྟ་བར་ཞུགས་མཐོང་ན། །ཆོས་མཐོང་བ་ཡི་སྦྱེ་བོ་རྣམས། །སྦྱིང་རྗེ་བར་ནི་སུ་མི་འགྱུར། །ཞེས་གང་

བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་དག་གི་སྒོ་ནས་ཡུམ་གྱི་མཆན་ཉིད་སྒྲོས་ཏེ་སྒྲིམ་པ་
དང་། མ་ཆང་བ་ཉིད་དང་དགོས་པ་མེད་པར་རྟོག་པ་ལ། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་
གསུམ་གྱིས་བསྐྱུས་པས་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ལྟ་ན་ཞེས་བྱ་བ་
ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ།

དེ་ལྟར་འོག་ནས་བཤད་པའི་རིམ་གྱིས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་
བསྟན་བཅོས་འོག་ནས་བཤད་པའི་ཆིག་ལེ་འུར་བྱས་པར་བྲགས་པ་རིམ་ལྟར་
མངོན་ཅིང་སྐྱར་བ་ཡིན་ཞེ་ན། གཞི་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ།
གཞི་ནི་བྱི་དང་ནང་གི་བདག་ཉིད་ཅན་ནོ། །གཉེན་པོ་ནི་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་
ལས་མོ། །རྣམ་པ་ནི་དངོས་པོས་སྟོང་པའི་རྣམ་པ་སྟེ། དེ་དག་ལས་གང་ཡང་རུང་
བ་ཞིག་བསྐྱུས་པས་ཞེས་བྱ་བ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ཉེ་བར་བརྒྱང་བས་
སོ། །སྟོགས་དང་པོ་ལྟར་ན་ནི་འབད་བ་དོན་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། མངོན་པར་རྟོགས་
པའི་རྒྱན་རྣམ་པར་སྐྱར་བའི་འབད་བ་ལ་དགོས་པ་མེད་པར་འབྱུང་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་
ཞེ་ན། ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་འདི་ལས་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟེ།
ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་འདི་ལས་ཞེས་བྱ་བ་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་
གྱི་བསྟན་བཅོས་ཞེས་བྱ་བ་ལས།

མཆན་ཉིད་གྱི་བསྟན་བཅོས་མངོན་པའི་སྡེ་སྟོང་ལ་སོགས་པ་བདག་ལས་
མི་སྒྲོས་ཤིང་མ་བཤད་པའི་བྱི་དང་ནང་གི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་གཞི་གང་ཡིན་པ་དེ་
འབྱུང་བ་མེད་པས་ཆོས་མངོན་པའི་སྡེ་སྟོང་ལ་སོགས་པ་ལ་སྒྲོས་པའི་གཞི་མངོན་
པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ལས་སྒྲོས་ཏེ་བཤད་པའི་ཉེས་པ་ཡོད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་

སྟོགས་གཉིས་པ་ལྟར་ན་ཡང་འབད་བ་དོན་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། རྣམ་
པར་བྱང་བའི་དངོས་པོར་བསྐྱུས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྣམ་པར་བྱང་བ་ནི་མྱ་ངན་ལས་
འདས་པ་ཡིན་ལ། དེའི་རྒྱར་རྒྱར་པས་འདྲིར་ནི་ལམ་ལ་བྱའོ། །

དེས་ན་དོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ལམ་བསྐྱུས་པའི་ཕྱིར་
རོ། །ཀྱུན་ནས་ཉན་མོངས་པའི་དངོས་པོ་ནི་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པ་མི་མཐུན་པའི་
སྟོགས་སོ། །དེ་མ་བསྐྱུས་པ་ནི་མ་སྟོས་པའོ། །པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱའོ། །འདི་གང་
གི་གཉེན་པོ་ཡིན་པ་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མི་མཐུན་པ་དང་
གཉེན་པོའི་སྟོགས་ཀྱི་སོ་སོར་ངེས་པར་ཉོགས་པ་མེད་པས་ཉོགས་པ་མེད་པའི་
ཉེས་པ་ཡོད་དོ། །སྟོགས་གསུམ་པ་ལྟར་ན་ཡང་འབད་བ་དོན་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཅིའི་
ཕྱིར་ཞེ་ན། རྣམ་པ་གཞི་མེད་པ་ཙམ་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྣམ་པར་རྟོག་པ་
ལ་གནས་པ་གཞི་མེད་པའི་རྣམ་པ་ཉིད་སྟོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རུང་བད་ཀྱང་མ་
བཤད་པས་དོན་རྟོགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་བསྟོམས་པས་གཅིག་
ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱད་པས་ཀྱང་གཞི་གང་ཡང་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་སྐྱེས་
བྱའི་དོན་ལ་དགོས་པ་མེད་པས་བརྗོད་པ་མེད་པའི་ཉེས་པ་ཡོད་དོ། །

ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་གསུམ་གྱིས་མ་བསྐྱུས་པའི་ཉེས་པ་ནི་སྟོགས་
གསུམ་ཅར་ལ་ཡང་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཏན་ཆིགས་སོ། །དོན་
མེད་པ་ཡིན་ནོ་སྟམ་དུ་གཞན་དག་སེམས་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་བྱ་
བས་ཀྟོལ་བ་པོས་ཐམས་ཅད་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བའི་ཚུལ་གྱིས་བསྟན་
བཅོས་ལ་དགོས་པ་མེད་དོ་སྟམ་དུ་ཤེས་པར་འགྱུར་བའོ། །དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་

བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ། ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་གསུམ་གྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉན་
ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་དག་ནི། ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་དོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་
དཔའ་རྣམས་ནི་ལམ་ཤེས་པ་ཉིད་དོ། །

ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་
དེ། ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་གསུམ་པོ་དག་གིས་མངོན་པར་རྟོགས་པ་མཐའ་
དག་བསྐྱས་པ་ནི་འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱར་སློམ་
པ་ཡིན་ལ། དེས་ན་གཞི་དང་། གཉེན་པོ་དང་། མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་དང་། གཞི་
རྣམ་པའི་མཆོན་ཉིད་གསུམ་ཅན་གྱིས་ཀྱང་བསྐྱས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་མངོན་པར་
རྟོགས་པའི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་སུ་མདོར་བསྐྱས་ནས་
ཡང་དག་པར་བསྟན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་གསུམ་པོ་ཉིད་དུ་
ཡུམ་གཙོར་མཆོན་ཏེ། ཡུམ་གྱི་དོན་མ་ལུས་པ་ནི་དེའི་ཁོངས་སུ་འདུས་པ་ཉིད་
ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །

དེ་དེ་ལྟར་མཆོན་ཉིད་འདིས་མཆོན་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲར་སྒྲུས་པའི་ཉེས་པ་ཡོད་
པ་མ་ཡིན་ཏེ། མ་ལུས་པ་ཉིད་དང་། ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་ཉིད་དང་། རབ་
ཏུ་བྱེད་པའི་གོ་རིམས་རྟོགས་སྒྲ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་བསྟན་བཅོས་འདི་ཐུན་
མོང་མ་ཡིན་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་མཆོན་ཉིད་མ་ཡིན་པ་གང་ལ་ཡིན་ཞེས་རབ་
ཏུ་བྱེད་པ་རྣམ་པར་འབྱེད་པས་དགོངས་སོ། །དོན་འདི་ཉིད་ནི་འདི་ལྟར་ཞེས་བྱ་བ་
ལ་སོགས་པ་སློམ་པ་ཡིན་ནོ། །དོན་དང་གཞུང་གི་མདོར་བསྐྱས་ནས་གསུངས་
པའི་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་གསུམ་ཉི་བར་བསྟན་ནས་དེའི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་

བསྟན་པ་ནི། དེ་ལ་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་
ཡིན་ཏེ། ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་སྟེ། གཟུགས་དང་
ཚོར་བ་ལ་སོགས་པ་ལོ། །དེའི་ཚོས་ཀྱི་རང་བཞིན་བསྟོམ་པར་བྱ་བ་ཉིད་ལ་མི་རྟག་
པ་དང་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་བསམ་གཏན་ལ་བརྟེན་ནས། འབྲས་བུ་ནི་
བདག་ཏུ་མྱོངས་པ་སྤངས་པ་ཅན་ཡིན་ཏེ། བདག་ཏུ་འཛིན་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་འབྲས་
བུ་ཡིན་ནོ། །འདིས་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་
ཐམས་ཅད་ཤེས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ལས་ལྡོག་གོ་ཞེས་སྟོན་
ཏོ། །ཐེག་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་ནི་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ལམ་
ཀྱི་འབྲས་བུ་ལོ། །

དེ་ཉིད་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དེ། དམིགས་སུ་མེད་པ་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་
རོ། །དེའི་མངོན་སུམ་དུ་མི་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་བརྟེན་པ་ནི་དེའི་རྒྱ་ས་
སོ། །འབྲས་བུ་སེམས་ཅན་མ་བསྐྱས་པ་སྐྱད་པར་བྱེད་པ་ཅན་ཡིན་པ་ནི་ཉན་ཐོས་
ལ་སོགས་པའི་ལམ་ཀྱི་འབྲས་བུ་མ་ཐོབ་པ་དང་། སྦྱིན་པ་དང་རབ་ཏུ་སྦྱིན་པ་ལ་
སོགས་པའི་བྱ་བ་ནི་འབྲས་བུ་ཡིན་ཏེ། འདིས་ནི་ལམ་ཐམས་ཅད་དམིགས་པ་
མེད་པར་དམིགས་པ་ནི་ལམ་ཀྱི་རྣམ་པ་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་
འཁོར་བ་ཇི་སྟོན་པའི་བར་དུ་ཐོས་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་ལྡོག་པར་མི་བྱེད་དོ་ཞེས་
སྟོན་ཏོ། །ཚོས་ཐམས་ཅད་སྟེ་བ་མེད་པར་རྟེན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དོན་དམ་པར་
གཟུགས་ལ་སོགས་པ་སྟེ་བ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་ནོ། །ནམ་མཁའི་ཁམས་ཀྱི་
མཐས་གཏུགས་པ་ནི་མཐའ་མེད་པ་ལོ། །

སེམས་ཅན་གྱི་དོན་རྒྱུན་མི་འཆད་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་གནས་
སྐབས་སུ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་སྤྱི་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་གོམས་པ་ཡིན་པས་རང་
དབང་མེད་པར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དང་། གང་ཡང་འཁོར་བ་རྗེ་སྤྱི་དུ་ཀྱན་ནས་
འཇུག་ཅིང་། ཡང་དག་པ་ཉིད་ཀྱི་མཐའ་རྟོགས་པ་སྟེ། བདག་མེད་པས་མངོན་སུམ་
དུ་བྱེད་དོ། །དེ་དག་གི་བག་ཆགས་ཀྱིས་མཆམས་སྦྱོར་བ་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་
གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་བརྒྱུད་པའོ། །དེ་སྤངས་པ་ཅན་ཡིན་པ་ནི་དོར་བའོ། །དེ་ཉིད་
ནི་འབྲས་བུ་ཡིན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་དེ་སྤང་ཅེས་བྱའོ། །

འདི་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྤྱི་བ་མེད་པ་ལ་རྟེན་པའི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་
པ་ཉིད་ཀྱིས་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མ་ལུས་པར་སྤངས་པ་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་
ཡང་རྣམ་མཐའ་ལྡིང་བ་སྐྱབས་པའི་མཆོད་ལྡོང་དང་འབྲ་བར་བཞུགས་པ་ཡིན་
ནོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །སྤྱི་བོ་སྟོ་བྱེས་དམན་
པ་དག་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་བསྟན་བཅས་ཀྱི་དགོས་པ་མེད་པ་ཉིད་དུ་
རྟོག་པ་ལ། དམ་པ་འཇུག་པའི་ཡན་ལག་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་པ་
ཡིན་ཏེ། མ་པམ་པའི་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་འབྲ་བར་རྒྱལ་བ་གང་ལ་མངའ་
བ་དེ་ནི་མ་པམ་པ་རྒྱལ་བའོ། །དེ་དོན་ཅི་ཞིག་སྟེ། དགོས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད་སྟེ་ནས་
རང་གི་བསྟན་བཅས་ལས་ཐ་མི་དད་པའི་རྫོད་པ་དང་བརྗོད་པར་བྱ་བ་དང་།
འབྲེལ་བ་དང་། བརྗོད་པར་བྱ་བའི་དགོས་པ་དང་། གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱིས་བདེ་
ལྷག་དུ་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པའི་དགོས་པ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པ་དེ་ནི་དོན་ལ་ཐེ་ཆོམ་
སྤྱི་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ།

མདོ་དོན་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་མདོའི་དོན་
བརྗོད་པར་བྱ་བ་མདོན་པར་རྟོགས་པ་རྣམས་པ་བརྒྱད་དོ། །དེའི་ཉི་ལམ་མཆོན་པའི་
དོན་ནི།

ཆོས་སྦྱོང་བཅུ་ཡི་བདག་ཉིད་ཅན། །

ཞེས་བྱ་བ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་། རྣམ་པར་དག་
པའི་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་བཅུ་དྲུག་པ་ལ་གཞག་པ་སྟེ། ཐོས་
པ་དང་བསམ་པ་དག་གིས་ཡང་དག་པར་བློ་ནས་འདིར་ཡུམ་སྟོན་པར་མཛད་པ་
སེམས་ཅན་གྱི་བསམ་པ་རྗེ་ལྟ་བུ་བཞེན་དུ་རྗེས་སུ་སྟོན་པར་མཛད་པས་བསྟན་པ་
གང་ཡིན་པའི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་ཉིད་ལམ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་ཏུ་བདེ་བས་
འགོ་བ་ཉིད་ཡིན་པས་ན་ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་ཉིད་གསུམ་གྱི་ལམ་སོ། །

ལམ་དེ་ནི་གཞན་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལས་གཞན་རྣམས་
ཀྱིས་སྦྱོང་བ་མ་ཡིན་ཞིང་རྟོགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྫོང་དང་ལྷན་པས་རྟོགས་འགྱུར་ཏེ།
ཞེས་བྱ་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཉིད་མདོན་སུམ་དུ་
བྱེད་དེ། དེ་བཞེན་གཤེགས་པའི་གསང་བའི་མདོ་ལས་འདིའི་ལུས་དང་སྦྱོང་ལམ་
མཐའ་ཡས་ཤིང་ཐུག་པ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ།
རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་
ཡང་འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་མདོན་སུམ་དུ་བྱ་བའི་སྟོན་ལམ་གྱི་དབང་གིས་གདུལ་བྱ་
རྣམས་ལ་དེ་ལས་གཞན་པའི་སྦྱོང་དང་སྦྱོང་ལམ་སོ་སོར་སྒྲུང་བ་ལྟར་སྟོན་པ་ཡིན་
པས་ཉེས་པ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བརྗོད་པར་བྱ་བའི་དགོས་པ་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནོ། །

བདེ་སྐྱབས་ཏུ་ནི་རྟོགས་འགྱུར་བ། །

ཞེས་བྱ་བ་ནི་གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱིས་མངོན་པར་རྟོགས་པ་བརྒྱད་བདེ་སྐྱབས་
ཏུ་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྣམས་པར་དབྱེ་བ་ཚུལ་པའི་དགོས་པ་
གཉིས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་མཛད་པའི་དགོས་པ་
འདི་དག་ཁོ་ནས་སྐྱེས་པའི་དོན་འགྱུབ་པ་ཐམས་ཅད་རྫོགས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་
པས་ན་སྤྱག་པ་མེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

འདི་ལྟར་སྟོང་ཕྱག་བརྒྱ་པ་ལ་སོགས་པའི་མདོ་ལ་ལར་བསྟུས་པ་དང་།
བསྟུས་པ་རྒྱས་པ་དང་། རྒྱ་ཆེ་བ་དང་རྟོགས་པར་དཀའ་བ་ཡིན་ལ། བསྟན་བཅོས་
འདི་ནི་དེ་ལས་གོ་བརྒྱུག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་འདིས་ནི་ཆེ་དང་སྒྲོ་དང་ཤེས་
རབ་ཆུང་དུ་དང་ལྡན་པ་དག་གིས་ཀྱང་རྣམས་པར་བྱེ་བས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་
དོན་མཛད་ལ་ཤེས་པ་དང་། དེ་བསྐྱོམས་པས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཉིད་ལ་སོགས་པ་
འགྱུབ་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་པས་སེམས་དང་ལྡན་པ་སྤྱི་ཞིག་བསྟན་བཅོས་འདི་ལ་
དོན་མེད་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པར་བྱེད། བཤད་མ་ཐག་པའི་མདོ་དང་དེའི་མཆོན་ཉིད་
མཛད་པ་སངས་རྒྱས་དང་བྱམས་པ་དག་ལས་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་དེ་གཉིས་ཀྱི་
གདུལ་བྱ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་རྫོམ་པ་དང་། ཅིག་ཤོས་ཀྱང་ཡོད་པས་དོན་མེད་པ་མ་
ཡིན་ནོ། །

འདིས་ནི་གང་ལ་ལ་ཞིག་མངོན་པར་རྟོགས་པ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱན་ཡིན་གྱི་མཆོན་
ཉིད་ཀྱི་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་དག་ཀྱང་བསལ་བ་ཡིན་ཏེ། གཉི་གའི་ཡང་
རྒྱན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་ཡང་མདོ་ལས་བསྟུས་པ་དང་རྒྱས་པ་ཉིད་ལ་སོགས་

བའི་དོན་སྒྲ་མ་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱད་པ་ཅན་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བས་དེའི་
གཞུང་གིས་ནི་མཆན་ཉིད་མཛད་པས་དོན་གང་ཡང་བྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་
ན། མདོ་སྡེའི་སྒྲ་མ་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱད་པ་ལྷན་བས་དེའི་མཆན་ཉིད་ལ་
ཡང་གདུལ་བྱ་བྱས་པར་མི་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་གཙོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པས་དགོས་པ་
གཉིས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

འབྲེལ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་དོན་གྱིས་ཤེས་པར་འགྱུར་བས་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་
ལས་མ་སྒྲིལ་སོ། །འབྲེལ་བ་དང་ནི་རྗེས་མཐུན་ཐབས། །སྤྱིས་བྱའི་དོན་ནི་རྫོད་
བྱེད་པ། །ཡོངས་བརྟགས་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཆོག་། །དེ་ལས་གཞན་པ་དབང་བྱས་
མིན། །ཞེས་སྒྲིལ་བས་དམ་པ་རྣམས་ནི་ཡོངས་སུ་བརྟག་པ་ཉིད་གྱིས་འཇུག་པར་
བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་ལེགས་པར་སྒྲིལ་པ་ཡིན་ནོ། །ཆོ་འཕྲུལ་རྣམ་པ་གསུམ་
གྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྩ་འཕྲུལ་དང་ཀུན་བརྗོད་པ་དང་། རྗེས་སུ་བསྟན་པའི་མཆན་
ཉིད་ཅན་གྱིས་སོ། །རང་དང་གཞན་གྱི་དོན་ཕྱན་སུམ་ཆོགས་པ་ནི་དེས་པར་
ལེགས་པ་ལ་སོགས་པ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་དག་བསྒྲུབ་པར་བྱ་བ་ལ། ཅི་ལ་ཡང་
མ་རགས་པར་ཆས་པ་ནི་སྤྱིར་མི་སྟོག་པ་ཉིད་གྱི་གོ་ཆ་བརྟན་པར་བྱས་པས་
སོ། །ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་ནི་མཆན་ཉིད་གྱི་བསྟན་བཅོས་ཐོས་པ་
ལ་སོགས་པ་གསལ་བར་བྱས་པའི་ཤེས་པ་འོ། །

དེས་གཞན་པའི་བག་ཆགས་ནི་མཆན་ཉིད་གྱི་བསྟན་བཅོས་སྤུལ་དུ་བྱུང་
བའི་ཤེས་པ་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱད་པ་ལས་བྱུང་བའི་ལྷན་པ་འོ། །དེ་ལས་
བྱུང་བའི་བླ་བའི་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བླ་བའི་ཤེས་པ་སྟེ། དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་

ཀྱི་སེམས་དང་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་སྦྱབ་ཅིང་ཉམས་སྲུ་ལེན་པ་དེ་ཉིད་ནི་སྦྱོང་བ་
ཡིན་ཏེ། འཁོར་བ་ཅི་སྤྱིད་པར་རྟེན་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཀྱུན་ཏུ་འགྲོ་བ་ནི་ཆོས་
ཀྱི་དབྱིངས་ཁྲབ་པའི་ཤེས་པ་ལོ། །

དེ་རྟོགས་པ་ནི་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པ་ལོ། །དེ་ཉིད་ནི་མཆོན་ཉིད་རོ་བོ་ཉིད་དེ་
རབ་ཏུ་དགའ་བ་ལ་སོགས་པའི་ས་ལ་སོགས་པ་གང་ཡིན་པ་ལོ། །དེ་རྣམས་རྟོགས་
པའི་རིམ་པ་ནི་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་སྤུལ་དུ་བྱུང་བའི་རིམ་པ་
དེས་རྟོགས་པ་ལོ། །འདིས་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་རབ་ཏུ་
དགའ་བ་ལ་སོགས་པའི་ས་རྣམས་དེ་དང་དེར་གནས་ཤིང་སངས་རྒྱས་ཉིད་སྦྱབ་
པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་འདིའི་དགོས་པ་སྦྱས་པ་ཡིན་ནོ། །མངོན་པར་རྟོགས་པ་
བརྒྱད་བདེ་མཐུག་ཏུ་རྟོགས་པས་ནི་དགོས་པ་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། གཤམ་
ཏེ་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་བསྟན་བཅས་ཀྱི་མདོ་ལ་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་དོན་རྟོགས་པར་
མ་གྱུར་ན་མདོ་ལ་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པར་ཡང་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་
སོ། །དེའི་སྤྱིར་མངོན་པར་རྟོགས་པ་སོ་སོའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་
དོན་ནི་བྱམས་པ་མངོན་པར་བཞེད་པའི་སྦྱོང་སྤྲུག་བརྒྱ་པ་ལ་སོགས་པའི་མདོའི་
དོན་ཆོག་རེ་རེ་ནས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

མ་འཇོངས་པ་ཉིད་ཀྱིས་བསྟན་པའི་སྤྱིར་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་
རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ཀྱི་ལུས་རྣམ་པར་གཞག་པ་ནི་
ལམ་དང་གཞུང་གི་བདག་ཉིད་ཅན་ནོ། །འདིར། མདོ་དོན་སྦྱ་བ་རྣམས་ཀྱིས་
ནི། །དགོས་པ་བསྟན་པའི་དོན་བཅས་དང་། །ཆོག་དོན་བཅས་དང་མཆོམས་སྤྱར་

བཅས། །བརྒྱལ་ལན་བཅས་པས་བསྐྱད་པར་བྱ། །ཞེས་ཀླུ་པར་བཤད་པའི་
རིགས་པ་ལས་ངེས་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར། འཕགས་པ་བྱམས་པ་ཞེས་
རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་རྣམ་པ་གསུམ་ཆིག་ལེའུར་བྱས་པའི་རྒྱ་ཆེར་བཤད་
པས་འཆད་པར་བཞེད་པས་དགོས་པ་སྤྲོས་ཟིན་ནས། དེ་ཞིག་བསྐྱུས་པ་དང་རྒྱས་
པས་བསྐྱུས་པའི་དོན་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཟླ་བར་བྱའོ། །

དེ་ལ་ཞེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ལས་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ཆིག་གི་དོན་
བརྒྱད་གྱིས་ཞེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་དག་ཆེན་པོར་ཉོག་པས་
པའི་ཆིག་ཏུ་བརྗོད་པ་བརྒྱད་གྱིས་སམ་ཡང་ན་འོག་ནས་བཤད་པའི་དངོས་པོ་
བརྒྱད་གྱིས་ཡང་དག་པར་བཤད་ཅིང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །འདིས་ནི་ལམ་དང་
གཞུང་གི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ཡུམ་གྱི་ལུས་གསུངས་པ་ཡིན་ལ་དེ་གསུངས་པས་
ཀྱང་སྦྱ་མ་ལྟ་བུའི་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཞེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཡང་བཤད་
པ་ཡིན་ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་ཐམས་ཅད་དུ་ཀྱན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་
པས་བརྒྱན་ཏེ། སྟོན་པར་མཛད་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། གཞན་དུ་ན་གདུལ་བྱ་རྣམས་
མཐའ་གཅིག་ཏུ་ལྟུང་བར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །ད་ནི་དངོས་པོ་བརྒྱད་མདོར་
བསྐྱུས་པ་ནི་ཞེས་རབ་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། མ་སྤྲེས་པ་ཉིད་གྱིས་རྣམ་
པ་ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་ཉིད་ནི་རྣམ་པ་ཀྱན་མཐེན་ཉིད་དོ། །

དེ་བཞིན་དུ་ལམ་ཐམས་ཅད་ཞེས་པ་ནི་ལམ་ཞེས་པ་ཉིད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་
གཞི་ཐམས་ཅད་ཞེས་པ་ནི་ཐམས་ཅད་ཞེས་པ་ཉིད་དོ། །ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་
ཉིད་གསུམ་པོ་འདི་ཉིད་གཅིག་ཏུ་བྱས་པའི་བདག་ཉིད་ཐམས་ཅད་ཞེས་པ་ནི་རྣམ་

བ་ཀྱན་མངོན་པར་རྫོགས་པར་རྫོགས་པའོ། །དེ་ལས་ཀྱང་རབ་ཀྱི་མཐར་ཕྱིན་པ་
ནི། ཅེ་མོར་ཕྱིན་པའོ། །འཆོལ་བ་དང་མ་འཆོལ་བར་རྫོགས་པའི་དོན་གོ་རིམས་
སུ་ཡོད་པས་ན། མཐར་གྱིས་པའོ། །

དོན་དེ་དག་ཉིད་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་གིས་རྫོགས་པས་ན་སྐད་ཅིག་མངོན་
རྫོགས་བྱང་ཆུབ་པོ། །སྐད་ཅིག་མ་གཅིས་པར་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པའི་མཆན་ཉིད་
འཛིན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྱུར་མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པས་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་བདག་ཉིད་
ཅན་ཀྱི་སྒྱུ་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྒྱུའོ། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་དང་། དེ་ནས་ཞེས་
བྱ་བ་ནི་དེ་ནས་ལམ་ཤེས་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་རིམ་གྱིས་སྐབས་
རྣམ་པ་བརྒྱད་ཀྱི་གོ་རིམས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། ཐམས་ཅད་ལ་སྒྱུར་བར་བྱའོ། །དང་
ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྫོགས་པའོ། །དེ་རྣམ་བརྒྱད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་མངོན་པར་རྫོགས་པ་ནི་
བརྒྱད་པོ་དེ་དག་གིས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཡིན་ཏེ་ལྷག་མ་མེད་པ་དང་མ་ཆང་བ་
མེད་པ་འདི་དག་ཁོ་ནས་འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་དེ་ནས་ཆོས་
ཀྱི་སྒྱུ་དང་ཞེས་བསྟུ་བར་བྱ་སྟེ། དེ་ནས་དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་ནི་ངེས་པར་བཟུང་བ་
ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཚུལ་གྱིས་མངོན་པར་རྫོགས་པ་ནི་བརྒྱད་པོ་འདི་དག་ཉིད་
ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲ་མ་བཞིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་མངོན་པར་རྫོགས་པ་བརྒྱད་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་མདོར་བསྐྱུས་ཏེ་
ཡང་དག་པར་བསྟན་ནས། དེ་བཞིན་དུ་ཅུང་ཟད་ཅིག་གིས་རྒྱ་ཆེར་བསྟན་པ་ནི།
སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། གཞན་གྱི་
ཕྱིར་འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་ལ་སེམས་འཛིན་པ་ནི། སེམས་བསྐྱེད་པའོ། །དེ་ཡང་

སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོན་རྟོ། །རྣམ་པ་བརྩུ་ལ་བསྐྱབ་པ་
ནི་གདམས་ངག་དེ་ཡང་། སྐྱབ་དང་བདེན་པ་རྣམས་དང་ནི། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པས་སྟོན་རྟོ། །ངེས་པར་འབྱུང་པ་ནི་འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པའོ། །

དེའི་ཡན་ལག་ནི་རྒྱ་སྟེ་བྱོད་ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་བས་རྣམ་པ་བཞིའོ། །དེ་
ཡང་དམིགས་པ་དང་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོན་རྟོ། །སྐྱབ་པ་ནི་ཉམས་སུ་
ལེན་པ་སྟེ། དེའི་རྟེན་ནི་གཞིའོ། །དེ་ཡང་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཏེ་གཉིས་
སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་རྟོགས་པ་ཡི་ནི་ཞེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པས་སྟོན་རྟོ། །དམིགས་པ་ནི་ཡུལ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་། དམིགས་པ་
ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དེ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོན་ཏེ། གང་ལ་དམིགས་
ནས་འཇུག་པ་དེ་ནི་ཆེད་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་སེམས་ཅན་ཀྱན་མཆོག་ཅེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པས་སྟོན་རྟོ། །གོ་ཆ་འཇུག་པའི་བྱ་བ་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དང་པོ་གཞན་
ཀྱི་དོན་ལས་བྱུང་མི་སྟོན་པའི་སེམས་ནི་གོ་ཆའོ། །དེའི་བྱ་བ་ནི་སྦྱིན་པ་ལ་
སོགས་པ་རྣམ་ཏུག་ལ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོན་རྟོ། །ཉམས་སུ་ལེན་པ་ནི་
འཇུག་པ་སྟེ། དེའི་བྱ་བ་ནི། བསམ་གཏན་གཟུགས་མེད་སྦྱིན་སོགས་དང་། །ཞེས་
བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོན་རྟོ། །

དང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་སྦྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །འདི་དག་གིས་བྱང་ཆུབ་
ཐོབ་པའི་སྟོན་ནས་ཡང་དག་པར་འཇིན་པ་ན་ཆོགས་ཏེ་སྦྱང་རྗེ་ལ་སོགས་
པའོ། །ཆོགས་དེ་ཡང་། བཅེ་དང་སྦྱིན་ལ་སོགས་པ་ཏུག །ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པས་སྟོན་རྟོ། །ངེས་པར་འབྱུང་བཅས་རྣམས་ནི་ཐོབ་པ་དང་བཅས་པའོ། །དེ་ནི་

ཆེད་དུ་བྱ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོན་རྟོ། །ཐུབ་པའི་རྣམ་ཀུན་མཐུན་པ་
ཉིད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འོ། །ཡང་དག་པར་
རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འོད་གྱིས་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་འོད་དེ་མ་ཅན་དུ་མཛད་པ་ནི་
མོག་མོག་པོར་བྱེད་པའོ། །སོགས་པའི་སྐས་ནི་ཡུལ་སོ་སོར་ངེས་པ་ལ་སོགས་
པའོ། །

དེ་ནི་ལྷ་རྣམས་རུང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོན་
རྟོ། །སྟོབ་མ་བསེ་རུའི་ལམ་གང་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་
ཀྱིས་བརྟལ་བ་ཡིན་པས་ན། སྟོབ་མ་སྟེ་ཉན་ཐོས་རྣམས་སོ། །གཅིག་ཏུ་སྦྱོང་པས་
ན་བསེ་རུ་སྟེ། རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་སོ། །འདི་གཉིས་ཀྱི་ལམ་གང་ཡིན་པ་དེ་
དག་ནི་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་པོ་ལ་སོགས་པ་དང་། གཟུང་བའི་རྟོག་པ་
ཉམས་ཕྱིར་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་གོ་ངེམས་བཞིན་དུ་སྟོན་རྟོ། །འདི་
དང་གཞན་པའི་ཡོན་ཏན་གྱིས། །ཕན་ཡོན་ཆེ་བ་མཐོང་བའི་ལམ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་
མཐོང་བ་དང་མ་མཐོང་བའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པས་འབྲས་བྱ་ཆེ་བ་ནི་མཐོང་བའི་
ལམ་སྟེ།

དེ་ནི། བདེན་དང་བདེན་ལ་བཟོད་པ་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོས་
རྟོ། །བསྟོམ་པའི་ལམ་གྱི་བྱ་བ་ནི་བྱེད་པ་སྟེ། ཀུན་ནས་དུལ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པས་སྟོན་རྟོ། །ལྷག་པར་མོས་པ་ནི་མོས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་། མོས་པ་རང་གི་
དོན་དང་ནི། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོན་རྟོ། །དེ་ཡང་ཆུང་དུ་དང་འབྲིང་དང་
ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པས་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པས་དོན་ཅི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་མངོན་

པར་དགེས་པ་ནི། བསྟོད་དང་བཀུར་དང་བསྐྱགས་པ་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ།
དེ་ནི། ཤེས་རབ་པ་རོལ་བྱིན་པ་ལ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོན་ཏོ། །དགོ་
བའི་རྩ་བ་རྣམས་འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་ཀྱི་བྱིར་སྟོབས་པ་ནི་ཡོངས་སུ་བསྟོ་བའོ། །

དེ་བཞིན་དུ་དགོ་བ་རྣམས་ལ་ཡང་དག་པར་དགའ་བ་ནི་རྗེས་སུ་ཡི་རང་
བའོ། །དེ་གཉིས་ཀྱིས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྒྲ་ན་མེད་པ་དག་ནི། འཁོར་གསུམ་རྣམ་
པར་དག་པའི་བྱིར་སྟོབས་མེད་པའི་སེམས་ལ་འོ། །དེ་དག་ནི། ཡོངས་སུ་བསྟོ་བ་
ཁྱད་པར་ཅན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། ཐབས་དང་མི་དམིགས་པ་དག་གི།
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དག་གིས་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་སྟོན་ཏོ། །སངས་རྒྱས་ཉིད་
ལ་བསྟོད་པས་ན་བསྐྱབ་པ་སྟེ། དེ་ཡང་། དེ་ཡི་རོ་བོ་ཉིད་མཆོག་ཉིད། །ཅེས་བྱ་བ་
ལ་སོགས་པས་སྟོན་ཏོ། །ཤིན་ཏུ་དག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མཐའ་ལས་རྣམ་པར་དག་
པ་སྟེ། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཉིད་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་འོག་ནས་སྟོན་
ཏོ། །ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་བསྟོམ་པའི་ལམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མོས་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་ལྟ་བའོ། །

མཁས་རྣམས་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ཤེས་
པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དགོངས་པ་
ཅན་ཡིན་ནོ། །ལམ་ཤེས་པ་ཉིད་བཤད་དོ། །ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་དགོ་བའི་བཤེས་
གཉེན་ཡང་དག་པ་ལ་སོགས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ལ་
སོགས་པ་ཐོས་པའི་ཤེས་པས་བདག་ལ་སོགས་ཆར་བཅད་པས་སྲིད་པ་མི་
གནས་ཤིང་ཞེས་བྱ་བ་ཉེས་དམིགས་མཐོང་བས་སྦྱུ་མ་དང་འདྲ་བའི་འཁོར་བ་ལ་

རྟག་པའི་ལྷ་བ་མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་དོ། །སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ་ལ་དམིགས་
པའི་སྣང་རྗེ་ཞི་ལ་མི་གནས་ཏེ་བདག་ཉིད་ཐམས་ཅད་རྒྱན་ཆད་མར་མི་ལྷ་བར་ལྷ་
ངན་ལས་འདས་པ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་གྱི་ཐབས་མ་ཡིན་པ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་
མི་བྱེད་དོ། །

བཤད་པ་འདིས་ནི་ཤེས་པ་དང་སྣང་རྗེ་དག་གི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་
ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་རྟག་པ་དང་ཆད་པའི་མཐའ་ནང་དུ་མི་ལྷ་བར་
གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་། རྩ་རོལ་པ་རོལ་མཐའ་ལ་མིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པས་སྟོན་ཏོ། །དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཡང་དག་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་
ཡུམ་ཐོས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་པ་མེད་པས་ན། གཞུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་ཉི་
བར་དམིགས་པའི་ཤེས་པ་ནི་ཐབས་མ་ཡིན་པ་སྟེ། དེས་ནི་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་
པའི་ཡུམ་ཐོབ་པ་ལས་རིང་བ་ཡིན་ལ། འདི་ལས་གོ་བརྒྱུག་པ་གཞུགས་ལ་
སོགས་པ་ལ་མི་དམིགས་པའི་ཤེས་པ་ནི་ཐབས་ཡིན་ཏེ། དེས་ནི་བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ཡུམ་ཐོབ་པ་ནི་རིང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དོན་འདི་དག་ནི་
མཆོན་བཅས་དམིགས་སྟོན་ས། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། འདི་ནི་ཐབས་ལ་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་བསྟན་ཏོ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ནི་མི་དམིགས་པ་རིང་བ་མ་ཡིན་པའི་
བྱིར་རོ། །རབ་འབྱོར་ལ་སོགས་པ་ལས་ཐོས་པ་ལ་སོགས་པས་ཡུམ་གྱི་རང་གི་
ངོ་བོ་ཤེས་སོ། །རབ་འབྱོར་ལ་སོགས་པས་དེ་སྟོན་པ་ནི་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་
མཐུ་ཉིད་ཀྱིས་ཡིན་ཏེ། ཅིག་པ་ལ་སོགས་པ་དང་འབྲེལ་བྱ་བར་དགོངས་

སོ། །མཐོང་བའི་ལམ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་པར་གཞོམ་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་མ་ཡང་
དག་པའི་ཤེས་པའི་གོགས་བྱེད་པའི་ཡུམ་ནི་མི་མ་བླན་པ་སྟེ། ཡང་དག་པར་ན་
གཟུང་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམས་པར་རྟོག་པའམ་དེ་ལས་བྱུང་བའི་འདོད་ཆགས་ལ་
སོགས་པའོ། །

སྒྲུང་བར་བྱ་བ་འམ་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པ་འཛོམས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱོགས་
ཀྱི་ཡུམ་ནི་གཉིན་པོའི་ཕྱོགས་ཏེ། ཡང་དག་པར་ན་བྱང་ཆུབ་ཡིན་ལ་དེའི་རྒྱུར་
བྱུར་བ་ཡིན་པས་འདིར་ལམ་ལ་བྱའོ། །འདི་དག་ནི། གཟུགས་སོགས་སྤང་བོ་
སྟོང་ཉིད་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། སྦྱིན་ལ་སོགས་ལ་ངར་འཛིན་
མེད། །ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོན་ཏོ། །རབ་ཏུ་སྦྱོར་བས་ན་སྦྱོར་བ་སྟེ། དེ་ནི་
གཟུགས་སོགས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོན་ཏོ། །དེའི་མཉམ་ཉིད་དང་ཞེས་བྱ་
བ་ནི་སྦྱོར་བ་ཉིད་ཀྱིས་མཆུངས་པ་ཉིད་དེ། དེ་ནི། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རྣོམ་པ་
མེད། །ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོན་ཏོ། །མཐོང་བའི་ལམ་ནི་ཡང་དག་པའི་ཡེ་
ཤེས་མཐོང་བའི་ལམ་མོ། །དེ་ནི། སྤྱད་བསྐྱེད་ལ་སོགས་བདེན་པ་ལ། །ཞེས་བྱ་བ་
ལ་སོགས་པས་སྟོན་ཏོ། །ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉན་ཐོས་དང་རང་
སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་སྤར་བ་ཤད་པའི་ཐབས་མ་
ཡིན་པ་དང་ཐབས་དག་ནི། དེ་འདྲ་ཀྱན་ཤེས་ཉིད་ཏུ་འདོད། །ཅེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

ཀྱན་ནས་དམིགས་པར་བྱ་བས་ན། རྣམས་པ་སྟེ། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་
གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ནོ། །སྦྱོར་བར་བཅས་རྣམས་དང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྦྱོར་བ་
དང་ལྡན་པའོ། །དེ་དག་ཀྱང་། གཞི་དང་ཡེ་ཤེས་རྣམས་པ་ཡི། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་

བ་དང་། གཟུགས་ལ་སོགས་ལ་མི་གནས་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་གོ་
རིམས་བཞིན་དུ་སྟོན་རྟོ། །སྟོབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་ན་ཡོན་ཏན་རྟེ། །སྟོར་བ་ལ་
སོགས་པ་དང་རྗེས་སུ་མ་ཐུན་པའོ། །

དེ་ཡང་། བདུད་ཀྱི་མ་ཐུ་བཙམ་ལ་སོགས་པ། །ཞེས་བྱ་བས་སྟོན་རྟོ། །སྟོན་
པར་བྱེད་པས་ན་སྟོན་རྟེ་བར་དུ་གཙོད་པར་བྱེད་པ་རྣམས་སོ། །མཚན་ཉིད་བཅས་
བ་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་མཚན་ཉིད་རྣམས་པ་བཞི་སྟེ་དེ་དང་ལྡན་པའོ། །དེའི་སྟོན་ནི་
བརྩམ་ཚན་བཞིར་བཅས་པ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། གང་གིས་མཚན་རྟེ་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་སྟོན་རྟོ། །ཐར་དང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
ཉོན་མོངས་པ་དང་བྲལ་བའོ། །དེས་འབྱེད་ནི་བྱེད་པར་གྱི་ཡེ་ཤེས་མངོན་སུམ་དུ་
བྱེད་པས་རྟེ། གོང་ནས་གོང་དུ་ཤེས་པའི་རིམ་གྱིས་འབྲུག་པའི་ཕྱིར་དེ་ཉིད་ནི་ཆ་
སྟེ། དེ་ལ་པན་པའི་ཕྱིར་ཐར་པ་དང་དེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མ་ཐུན་པ་གཉིས་
སོ། །དེ་ཡང་། མཚན་མེད་རབ་ཏུ་སྦྱིན་ལ་སོགས། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། རོ་བ་རྣམས་
ཀྱི་དམིགས་པ་འདིར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་སྟོན་
རྟོ། །བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡོད་པ་དང་བྱང་ཆུབ་ལས་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པས་ན། །སྟོབ་པ་
ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་ཚོགས། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟོབ་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དགོ་
འདུན་ནོ། །

དེ་ཡང་དེས་འབྱེད་ཡན་ལག་ནས་བཟུང་སྟེ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་
སྟོན་རྟོ། །འདིར་ཡང་དང་ཡང་དུ་འབྱུང་བས་ན་སྲིད་པ་སྟེ་འཁོར་བའོ། །སྟུག་
བསྐྱལ་ཐམས་ཅད་ནི་ཉེ་བར་ཞི་བས་ན་ཞི་བ་སྟེ། །ཐུངན་ལས་འདས་པའོ། །དེ་དག་

གི་མཉམ་པ་ཉིད་ནི་མཚུངས་པ་མེད་དོ། །དེ་ཡང་ཆོས་རྣམས་མི་ལམ་འདྲ་བའི་
སྒྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོན་ཏོ། །ཞིང་ནི་སངས་རྒྱས་བཀུགས་པའི་
གནས་སོ། །དེའི་དག་པ་སྒྲན་མེད་པའི་མཆོག་སྟེ།

དེ་ནི། སེམས་ཅན་འཇིག་རྟེན་དེ་བཞིན་དུ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོན་
ཏོ། །རྣམ་ཀུན་མངོན་རྫོགས་རྟོགས་པ་སྟེ། །འདི་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐམས་ཅད་
མཐུན་པ་གསུམ་པོ་འདི་དག་གི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་
ཐབས་མཁས་བཅས་པ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་སེམས་མ་ཁུམ་པ་ལ་སོགས་པ་ཉིད་
ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་དང་ལྡན་པའོ། །མཁས་པ་དེ་
ཡང་འདིའི་ཡུལ་དང་སྦྱོར་བ་སྟེ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོན་ཏོ། །ཅེ་མོའི་
མངོན་པར་རྟོགས་པ་ནི་དེའི་རྟགས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། །གང་
གིས་མཆོན་ཅིང་ཤེས་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་རྟགས་ཏེ། ཅེ་མོའི་མངོན་པར་རྟོགས་པ་
དེའི་འོ། །དེ་ཡང་། མི་ལམ་ན་ཡང་ཆོས་རྣམས་ཀྱན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་
སྟོན་ཏོ། །བསོད་ནམས་ཀྱི་བྱང་པར་རྣམ་པར་འཕེལ་བ་ནི་རྣམ་པར་འཕེལ་བ་སྟེ།
དེ་ཡང་། འཇམ་བུའི་སྤིང་གི་སྦྱེ་བོ་སྟེད། །ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོན་
ཏོ། །ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་གསུམ་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་ནི་བསྟན་པ་སྟེ། དེ་ནི་
སེམས་ཅན་ཡོངས་མི་སྟོང་། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོན་ཏོ། །

སེམས་ཀྱི་བརྟན་པ་སེམས་ཀུན་གནས་པ་སྟེ། ཉིང་ངེ་འཇིག་གི་བྱང་པར་
རོ། །དེ་ནི། སྤིང་བཞི་པ་དང་སྟོང་དག་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོན་
ཏོ། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་རྣམ་པ་བཞི་ཡི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཇུག་པ་དང་ལྡོག་པ་དང་སྦྱེས་

བྱ་རྒྱུ་སྲུ་ཡོད་པ་དང་བཏགས་པ་ལ་བརྟེན་པའི་གཟུང་བ་གཉིས་དང་འཛིན་པའི་གཉིས་ཏེ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་རྣམ་པ་བཞི་ནི་མི་མ་ཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ལ། དེའི་གཉེན་པོའི་ཕྱོགས་དོན་གྱི་ཤྱགས་ཀྱིས་རྟོན་པ་རྣམ་པ་བཞི་འོ། །

དེ་ཡང་གང་དུ་ཞེ་ན། མཐོང་བ་ཞེས་བྱ་བ་དང་བསྐྱོམ་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ལམ་ལ་སོ་སོ་ལ་སྟེ་རེ་རེ་ཞིང་ངོ། །དེ་ནི། འཇུག་པ་དང་ནི་ལྟོག་པ་ལ། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། སེམས་ཅན་རྒྱུ་རྒྱུ་ཡོད་པར། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོན་ཏོ། །མཐོང་བའི་ལམ་ནི། སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་རེ་རེ་ལ། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྐྱོས་ཏེ། བསྐྱོམ་པའི་ལམ་ནི་འགོག་པ་དང་བཅས་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་དགའ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོན་ཏོ། །ཉིང་རེ་འཛིན་གང་གི་རྗེས་ཐོགས་ལ་བྱང་ཆུབ་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པ་དེ་ནི་བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་སྟེ། དེ་ཡང་། སྟོང་གསུམ་སྟེ་བོ་ཉན་ཐོས་དང་། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོན་ཏེ། གང་ཞེག་བར་ཆད་མེད་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱིས་འོག་པར་སྦྱབ་པ་བྱེད་ཀྱིས་མནན་ནས་བྱང་ཆུབ་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པ་དེ་རྣམས་དང་བཅས་པ་སྟེ། དེ་ནི། དམིགས་པ་འཐད་དང་དེ་ཡི་ནི། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་བསྟན་པ་ནི་ཅེ་མོའི་མངོན་པར་རྟོགས་པ་ཡིན་འོ། །

སངས་རྒྱུ་དང་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་རྗེས་སུ་བློན་པ་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱིས་ན་རྣམ་པ་གསུམ་མོ། །སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་པ་རོལ་དུ་སྦྱིན་པ་བཅུའི་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱིས་ན་རྣམ་པ་བཅུ་གོ་རིམས་ཀྱིས་ཡོད་པའི་མངོན་པར་རྟོགས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་། སྦྱིན་པ་ཤེས་རབ་བར་དག་དང་། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འོག་ནས་སྟོན་

ཏོ། །སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་གིས་མངོན་རྫོགས་བྱང་ཆུབ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གྲུས་པ་
དང་རྒྱན་མི་འཆད་པ་དང་དུས་རིང་པོར་བསྐྱབས་པས་བྱན་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ་བའི་
སྟོབས་ཀྱིས་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་གིས་སྤར་རྣམ་པར་བསྐྱོམས་པའི་དོན་ལ་
དམིགས་པའི་ཡེ་ཤེས་སོ། །

དེ་ནི་མཆོན་ཉིད་དེ་མཆོན་མའི་དབྱེ་བས་རྣམ་པ་བཞི་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་།
སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་རེ་རེས་གྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་མཆོན་ཉིད་བཞི་པོ་
འོག་ནས་འཆད་པ་ཡིན་ནོ། །དོ་བོ་ཉིད་ནི་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་གྱིས་
ཐོབ་པའི་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཡང་དག་པར་རྒྱ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་
མཆོན་ཉིད་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་། ཐུབ་པའི་དོ་བོ་ཉིད་སྦྱ་ནི། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པས་སྟོན་ཏོ། །སྦྱ་གང་གིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་དང་ལྟན་ཅིག་སངས་
རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱིས་ཆོས་ལ་ཡང་དག་པར་ལོངས་སྟོན་པར་སྟོན་པ་དེ་ནི། ལོངས་
སྟོན་རྫོགས་པའི་སྦྱ་སྟེ། དེ་ཡང་། མཆོན་ནི་སྤུམ་ཅུ་ཅ་གཉིས་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པས་སྟོན་ཏོ། །གང་སྤྱལ་པ་དང་འབྲུག་པར་དོན་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་པ་ཤྲ་ཐུབ་པ་
ལ་སོགས་པའི་སྦྱ་དེ་ནི་གཞན་ནི་སྤྱལ་པ་སྟེ། ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་འགྲོ་བ་མ་
ལུས་པ་ལ་པན་ཐོགས་པར་མཛད་པ་ཉིད་ཡིན་པས་ན་སྦྱ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་
གོ། །

དེ་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རི་ལྟར་དོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྦྱ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཡིན་
པ་དེ་དང་འབྲུག་པར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་དེ་ལས་གཞན་པའི་སྦྱ་དག་གྱུར་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་
བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་པ་བལྟ་བར་བྱ་སྟེ། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྦྱིན་པ་རྟོ་རྟོ་

གཙོད་པ་ལས། འདྲེན་པ་རྣམས་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱུ། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་ཆོས་ཉིད་
བསྟུ། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་དང་། གསེར་འོད་དམ་པ་ལས་ཀྱང་། སྐྱུ་ལ་ཤ་དང་
ཁྲག་མེད་ན། །སྐྱུ་གདུང་ཡོད་པར་ག་ལ་འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །སྐྱུ་ལ་
པའི་སྐྱུ་ཡང་། གང་གི་འཁོར་བ་དེ་སྲིད་པར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོན་ཏོ། །

རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱུ་ནི་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་རང་
གི་མཆོན་ཉིད་འདྲིན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱུ་འོ། །མཛད་པར་བཅས་པ་ནི་ཡིད་བཞིན་
ཀྱི་ནོར་བུ་དང་འབྲེལ་བའི་གཞན་ཀྱི་དོན་བྱེད་པ་སྟེ། འདི་ནི་དོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱུའི་བྱེད་
པར་ཡིན་ནོ། །ཆོས་ཀྱི་སྐྱུ་མཛད་པ་དང་བཅས་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པ་མཐུན་
ཆད་མེད་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ། འགྲོ་རྣམས་ཞི་བའི་
ལས་དང་ནི། །གང་གིས་སྲིད་པ་དེ་སྲིད་པར། །དེ་བཞིན་ཉིད་ལས་ཀྱང་བསམས་
ཀྱིས་མི་བྱལ་ཅེས་བྱ་བས་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་འོག་ནས་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་པ་
བཞིར་ནི་ཡང་དག་བཛྲོད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱུ་དེ་ལ་གཅིག་ལ་མངོན་པར་
རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པའི་རྗེས་སོགས་ལ་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱུ་དོ་
བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱུ་ཞེས་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་བཅས་པར་བཅོམ་ལྡན་འདས་
མངོན་པར་རྫོགས་པར་འཆང་རྒྱ་བ་ཡིན་ཏེ། གཞན་དུ་ན་དེ་མེད་ན་དེའི་རང་
བཞིན་ཉིད་ཡིན་པས་སྐྱུ་གསུམ་པོ་དག་མེད་པར་ཐལ་བར་གྱུར་པས་རྣམ་པ་
བཞིར་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ཁ་ཅིག་ནི་སྐྱུ་གསུམ་པོའི་བྱ་བ་དོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱུ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ།
ཡང་དག་པར་ན་བཅོམ་ལྡན་འདས་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱུ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཐམས་ཅད་དུ་

བཤད་དོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཡང་ན་མཛད་པ་དང་བཅས་པས་འགྲོ་བ་ཞི་བ་ལ་སོགས་
པ་ལ་འབྲུག་པས་ན་མཛད་པར་བཅས་པ་ནི་ཙ་བ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་སྐྱེ་ནས་པ་བཞིར་
ཡང་དག་པར་བཟོད། རི་ལྷར་ཞེ་ན་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པར་སྐྱར་
རོ། །

ཕྱོགས་འདི་ལ། དེ་བཞིན་གཞན་ནི་ཆོས་སྐྱེ་དང་། །ཞེས་བཤད་ན་རྟོགས་སྒྲུབ་
བ་ཡིན་ནོ། །ཙ་བ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་དང་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་ལ་སོགས་པ་སྐྱེ་ལྗེ་བདག་ཉིད་
ཅན་ཉིད་དུ་འབྱུང་བ་ཅིང་བཤད་མ་ཐག་པའི་བཀའ་བས་སྐྱར་བ་ཉིད་ཀྱང་ལན་བཏབ་
པར་འགྱུར་རོ། །གཞན་དག་ནི་སྤྲ་མ་བཞིན་ནོ། །ལ་ལ་ནི་ཡང་དག་པར་ན་བཅོམ་
ལྡན་འདས་ཀྱི་སྐྱེ་བཞི་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གཞན་དག་ནི་སྐྱེ་གསུམ་ཡིན་
ནོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །ཡང་གཞན་དག་ནི་བཅོམ་ལྡན་འདས་ནི་གཙོ་བོ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ལི་
བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་མོད་ཀྱི་འདིར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་ཤེས་པ་ཆད་མ་
ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་མཛོན་པར་རྟོགས་པ་བརྒྱུད་མཛོད་བསྐྱུས་པ་བཤད་པ་ཡིན་
ནོ། །སློབ་དཔོན་ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲུང་པོའི་ཞལ་སྤྲ་ནས་ཀྱིས་ཀྱང་། ཤེས་རབ་པ་རོལ་
ཕྱིན་ལ་བརྟེན། །མཛོད་བསྐྱུས་དོན་ནི་འདི་དག་ཡིན། །སྒྲུང་ཡང་དོན་གཞན་ལ་
བརྟེན་ནས། །དོན་དེ་ཉིད་ནི་བསྒྲུས་པ་ཡིན། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

རྒྱ་ཆེར་ནི་བཅོམ་ལྡན་འདས་འཕགས་པ་བྱམས་པ་དང་དེའི་ཆིག་ལེ་འུར་
བྱས་པ་ནས་པར་འབྲེད་པ་དག་གིས་གསལ་བར་མཛད་པ་ཡིན་ནོ། །བདག་དང་
འབྲ་བར་སློང་པམན་པ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་འདོན་པ་ནམས་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་།
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་མཛོད་བསྐྱུས་པའི་ཆིག་གི་དོན་ཅམ་བྲན་པའི་ཆེད་དུ་

རབ་ཏུ་བྱེད་པ་གཙུག་པོའི་སྒྲོར་བར་བསྟན་པ་ཡིན་པས་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཟོད་
བར་མཛད་པའི་རིགས་སོ། །

རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ལས་ཉན་ཐོས་ཞི་བ་ཆོལ་རྣམས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་
དང་པོར་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་དང་། ལམ་ཤེས་པ་ཉིད་དང་ཐ་མར་རྣམ་པ་
ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་གསུངས་ན། དེ་རིམ་ལྔར་དོན་བསྟན་པ་དེའི་བཤད་པ་ལ་
གོ་བརྒྱུག་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་དོགས་པ་སྐྱེ་བ་ལ། དགོས་པའི་དོན་ནི་དེ་ལྟར་
བསྟན་པའི་དོན་ཀྱང་བསྟན་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་
བཤད་པའི་རིམ་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གཞན་གྱི་དོན་གྱི་བྱིར་བྱང་ཆུབ་སྟེ་
སངས་རྒྱས་ཉིད་ཐོབ་པའི་བསམ་བསལ། འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཞེས་པ། བྱིན་ཅི་
མ་ལོག་པར་རྟོགས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་ཐོབ་
པར་བྱ་དགོས་ཤིང་མངོན་སུམ་དུ་བྱ་དགོས་པས་གཏན་ཆོགས་དེའི་བྱིར་དང་པོ་
རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་དེ་བསྟན་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་སེམས་
བསྐྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་བཤད་པའི་སྒྲོ་ནས་དེ་རྣམ་པར་དབྱེ་བའི་
སྐབས་ཡིན་པས་བཤད་པར་བཞེད་དེ། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་ཆོག་གི་
དོན་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཁྱད་པར་གྱིས་ཉེ་བར་བསྟན་པར་མངོན་པར་བཞེད་པ་ཡིན་
ནོ། །

ཉན་ཐོས་ཞི་བ་ཆོལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡུམ་གྱི་བསྟོད་པའི་ཆོག་
ལེའུར་བྱས་པ་ནི་རིམ་ལྔར་བས་ཡང་དག་པའི་དོན་སྟན་སུམ་ཆོགས་པར་
འགྱུར་བ་ཡིན་པས་དེ་ལ་བཀལ་ཏུ་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཅེས་བྱ་བར་དགོངས་

སོ། །སེམས་བསྐྱེད་པ་དམིགས་པ་དང་། རང་གི་དོ་བོ་དང་བཅས་པ་ནི་སེམས་
ཅན་གྱི་དོན་ལ་དམིགས་པའི་སྟོན་པ་དང་འཇུག་པའི་རང་བཞིན་ཏེ། སེམས་
བསྐྱེད་པ་ནི། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །

སྟོ་བ་ཆེ་དང་ཚྩ་མ་བ་ཆེ། །དོན་ཆེ་བ་དང་འབྱུང་བ་ཆེ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་
དཔའི་སེམས་པ་སྟེ། །དོན་གཉིས་ལྡན་པའི་སེམས་འབྱུང་བ། །ཞེས་བཤད་པས།
སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དག །དབྱེ་བ་ཡོད་པར་སྟོས་པ་ཡིན། །དེ་འདྲིར་
ཇི་ལྟར་འབྲེན་མར་བྱས་པ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསམ་པ་དང་ལྡན་པས་ཡང་དག་
པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཉིད་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། དག་
བའི་ཆོས་ལ་འདུན་པ་ནི་མ་ཆགས་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་འཇུག་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་
ཕྱིར་དག་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་གཞན་གྱི་དོན་གྱི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་མངོན་པར་འདོད་
པའོ། །སེམས་ཡུལ་བྱད་པར་ཅན་དུ་འཕགས་པར་སྒྲུང་བ་ནི་གཞན་གྱི་དོན་ལ་
དམིགས་པར་སྒྲུང་བའོ། །རྒྱས་འབྲས་བྱ་བ་སྟན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་རྒྱ་ནི་
དག་བའི་ཆོས་ལ་འདུན་པའོ། །འབྲས་བྱ་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་སྟེ། ཆོས་ལ་མངོན་
པར་འདོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་བས་ན་འདི་གཉིས་ཉི་བར་བཏགས་པས་གཅིག་ཏུ་བྱས་པ་ལ། ཉེས་པ་
མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །ཡང་ན་སྟོན་ལམ་ནི་དོན་དུ་གཉེར་བ་སྟེ། དེས་
ན་འདྲིར་གཞན་གྱི་དོན་གྱི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་སུ་བྱུབ་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་གསོལ་
བ་འདེབས་པ་ནི་སྟོན་ལམ་གྱི་དོན་ཡིན་ལ་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་
ནི་འཇུག་པའི་དོན་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྐབས་ཀྱིས་སྒྲས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་དང་ལྡན་ཅིག་

སྟོང་པ་ནི་དོན་དུ་གཉེར་བ་དང་ལྷན་ཅིག་སྟོང་པའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་དེའི་སྒྲུང་
ཞེས་བྱ་བ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་འདོད་པའི་སྒྲུང་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

འདིས་ནི་མཆོམས་སྒྱུར་དང་བཀལ་ལན་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། འདིའི་འོག་
མ་རྣམས་ལ་ཡང་བརྟག་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ན་དོན་དུ་གཉེར་བ་དང་ལྷན་ཅིག་པར་
རྟོགས་པའི་སྟོན་ལས་དང་འགྲེལ་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཡིན་ནོ། །རྒྱལ་བའི་
ཡུམ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་རྣམས་པ་གསུམ་ཅར་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟོང་
ཐག་བརྒྱུ་པ་དང་། སྟོང་ཐག་ཉི་ཤུ་ལྔ་པ་དང་། སྟོང་ཐག་བརྒྱད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལས་
འདི་ཉིད་ནན་ཏན་དུ་བྱའོ། །ཞེས་འོག་མ་དང་སྒྱུར་རོ། །སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ཞེས་
བྱ་བ་སྦྱིན་པའི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ལ། སྦྱིན་པར་བྱ་བ་སྟེ་དངོས་སོ་དང་། སྦྱིན་པ་
སོ་སྟེ། བདག་ཉིད་དང་། ལེན་པ་སོ་སྟེ་སྟོང་མོ་པ་མི་དམིགས་པ་སྟེ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་
ན་སྦྱིན་པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དམིགས་སུ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །ནན་ཏན་དུ་བྱའོ་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རབ་དུ་སྟོན་པ་ལྟར་ལེན་པའི་ཆོག་གིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
ནན་ཏན་དུ་བྱ་བ་ནི་བསྐྱབ་པ་སྟེ། རྣམ་འབྱོར་དུ་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་
དོན་གྱིས་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །

རྣམ་འབྱོར་དུ་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱས་སོ། །བསྐྱས་པ་དང་རྒྱས་
པའི་སྐྱོན་ས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གསུམ་ཅར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་བསྐྱས་
པའོ། །སྦྱིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་རྒྱས་པ་ཉིད་དོ། །མདོའི་དོན་དང་མི་
འགལ་བས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཀོན་མཆོག་རྣམ་བདུན་དང་སྟོང་པོ་བཀོད་པ་ལ་
སོགས་པ་མདོའི་དོན་དང་མི་འགལ་བས་སོ། །ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་

ཆུབ་བསྟན་པ་ནི་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱུའི་ལམ་བཅོས་ལྡན་
འདས་གཞན་གྱི་དོན་གྱི་ཕྱིར་སྟོན་དུ་བྱང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་
སྟོན་པ་གང་ཡིན་པའོ། །

དེ་བཞིན་དུ་ཚུལ་བྱིས་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ལ་ཡུལ་གང་ལ་ལེགས་པར་
སྟོན་པའི་ལས་སྟོན་པ་གང་ཡིན་པ་དང་། གང་ཞིག་ཀྱང་དུ་སྟོན་པ་དང་། ཀྱང་དུ་
སྟོན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་མི་དམིགས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་བཟོན་པ་ལ་སོགས་པ་
ལ་ཡང་བཟླ་བར་བྱའོ། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐལ་བ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་ཐུང་ན་
ལས་འདས་པ་ནི་གདུལ་བྱ་མ་ལུས་པ་ཇི་ལྟར་འཆོམ་པ་བཞིན་དུ་ཉན་ཐོས་ལ་
སོགས་པའི་ཐུང་ན་ལས་འདས་པ་ལ་རབ་དུ་འགོད་པར་འདོད་པས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པར་སྦྱར་རོ། །སེར་སྣ་ཅན་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཏང་བ་མེད་པ་
དང་། ཉེས་པར་སྟོན་པ་ཐམས་ཅད་སྦྱིན་པ་དང་ཚུལ་བྱིས་ལ་སོགས་པ་ལ་
འགོད་པར་འདོད་པས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་འདི་ཉིད་ལ་ནན་ཏན་དུ་བྱའོ་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤྲུལ་བཞིན་རོ། །འདིར་ཡང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཅེས་
བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། སེར་སྣ་ཅན་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པས་ནི་རྒྱས་པ་སྟེ། གཞན་གྱི་དོན་བསྟན་པ་ཡིན་རོ། །

དངོས་སུ་ན་ལམ་སྟོན་པའི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གཞན་གྱི་དོན་སྟོན་ཏེ།
རྒྱལ་བའི་ཡུམ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པས་མི་དམིགས་པས་མངོན་པར་
རྫོགས་པ་བརྒྱུད་ཀྱིས་ལམ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རང་ཉིད་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་
ལ་འཇུག་པར་བྱ་སྟེ། དེའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱང་དེ་དང་ཉན་

ཐོས་ལ་སོགས་པའི་སྤྱད་ན་ལས་འདས་པ་ལ་བཞོད་པ་ནི་གཞན་གྱི་དོན་ཡིན་
ནོ། །དེ་ཡང་བསྐྱས་པ་དང་རྒྱས་པ་དག་གི་མདོ་བཞིན་དུ་བསྐྱན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་
བསྐྱས་པ་དང་རྒྱས་པ་དག་གིས་དེ་བཞིན་དུ་གསུངས་པ་ཡིན་གྱི་གཞན་དུ་མ་
ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཡིན་ནོ། །

འདིས་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་བཤད་པའི་གནས་སྐབས་ཡིན་པས་མདོན་པར་
རྟོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་བསྐྱན་བཅོས་མདོ་དང་མི་མ་བུན་པ་བསྐྱལ་བར་བྱས་པ་ཡིན་
ཏེ། མདོ་སྡེ་རྣམས་དང་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་ཆོག་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་སྟོན་ཏེ། ཚུལ་གཅིག་
དང་འགལ་བ་འམ་མདོ་དང་མི་མ་བུན་པའི་དོན་ལ་རྟོགས་པ་དང་ལྡན་པ་སྤྱི་ཡང་
འདུག་པར་མི་འགྱུར་ངོ། །སྒྲ་སེམས་བསྐྱེད་པ་མདོར་བསྐྱས་ཏེ་གསུངས་པའི་
ཁྱད་པར་གྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱན་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཁོངས་སྤྱི་
གཏོགས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སྤྱི་བཅད་པ་དག་གོ། །འདུན་པ་
དང་བསམ་པ་དང་ལྷག་པའི་བསམ་པ་ནི་གཞན་གྱི་དོན་མདོན་པར་འདོད་པ་ཚུང་
དུ་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོ་འོ། །སྦྱོར་བ་ནི་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ལྷུས་ལ་སོགས་
པའི་བྱ་བ་འོ། །

སྦྱིན་པ་ནི་སྦྱོང་བ་རྣམས་ལ་བསམ་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རབ་ཏུ་སྦྱར་
བའོ། །ཚུལ་ཁྲིམས་ནི་ལེགས་པར་སྦྱོང་པའི་ལས་རྣམས་སོ། །བཟོད་པ་ནི་གཞན་
གྱི་གཞོན་པ་ཞེས་པ་བརྟག་རྒྱས་པའོ། །བཙོན་འགྲུས་ནི་དགོ་བའི་ལས་རྣམས་ལ་
སྦྱོར་བའོ། །བསམ་གཏན་ནི་སེམས་ཅེ་གཅིག་པའོ། །ཞེས་རབ་ནི་ཐོས་པ་ལ་སོགས་
པའི་ཞེས་པའོ། །ཐབས་མཁས་པ་ནི་འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཐབས་ལ་སེམས་མ་ཞུམ་

བ་ལ་སོགས་བ་ལ་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །སྟོན་ལམ་ནི་སྤྲ་མ་བཞིན་ནོ། །སྟོབས་ནི་འདི་
ཉིད་ལ་བསྟན་པས་གོ་བགོས་བའོ། །ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ནི་དེ་ལ་སྟོ་
བྱལ་དུ་བྱུང་བའོ། །མངོན་པར་ཤེས་པ་ནི་ཀུན་ཤེས་པ་སྟེ། ལྷའི་མིག་ལ་སོགས་
བའོ། །

བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ནི་འོག་ནས་བཤད་པའི་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་
ཤེས་ནམས་སོ། །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་དང་མཐུན་པའི་ཆོས་ནི་འོག་ནས་བཤད་
པའི་བླ་བ་ནི་བར་གཞག་པ་ལ་སོགས་བའོ། །སྙིང་རྩེ་ནི་སེམས་ཅན་གདོན་པར་
འདོད་པའི་རྣམ་པའོ། །ལྷག་མཐོང་ནི་ཤེས་རབ་པོ། །གཟུངས་དང་སྟོབས་པ་ནི་དོན་
ལ་སོགས་པ་འཛིན་པའི་ཤེས་བའོ། །ཆོས་ཀྱི་སྦྱིད་མོས་ཆལ་ནི་ལུང་དང་རྟོགས་
པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཀྱི་ཆོས་ཉི་བར་འབྱིན་པའམ་མདོར་བསྡུས་ནས་རབ་ཏུ་སྟེར་
བའོ། །བཟོད་པ་གཅིག་པའི་ལམ་ནི་མི་སྦྱེ་བའི་ཆོས་ལ་བཟོད་པ་ཐོབ་པས་གཅིག་
ཏུ་འཇུག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དོ། །ཆོས་ཀྱི་སྦྱ་ནི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྦྱ་སྟེ་འདི་རྣམས་དང་
ལྷན་ཞིང་དེ་དང་འབྲེལ་པའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་ས་ལ་སོགས་པ་དང་འབྲའོ། །དེ་
ནི་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་
ལ་སོགས་པའི་དགེ་བའི་ལམ་སྟོན་པས་ན་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཏེ་སྟོ་མའོ། །

སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བསམ་པ་ཅི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་འབྲས་བུ་རབ་ཏུ་སྟེར་
བས། ཡིད་བཞིན་ཀྱི་ཁོར་བུའོ། །རྟག་པ་དང་བདག་ལ་སོགས་པར་སྟོངས་པའི་སྦྱེ་
བོས་མཉན་པར་བྱ་བའི་དོན་ཆར་བཅད་པས་མཁས་པས་མཉན་པར་བྱ་བའི་
བདག་མེད་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་དོན་ཁོ་ན་ཉིད་ཡང་དག་པར་དུས་ཇི་ལྟ་བ་

བཞིན་དུ་ཀུན་ནས་སྟོན་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་སྤྲིན་ཆོས་ཀྱི་སྤྲ་དབྱངས་སྟོན་པ་
སྟེ། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལོ། །

དབང་པོ་ལ་སོགས་པའི་བགེགས་ཆར་བཅད་པས། བཅོམ་ལྷན་འདས་
མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་པ་ན་དེ་ལ་མངོན་པར་དད་པའི་ལྷ་རྣམས་
རྒྱལ་བར་གྱུར་ཅིག །རྒྱལ་བར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྤྲ་ཀུན་ནས་
སྟོགས་པ་ནི་སྤྲ་སྟོན་པ་ལོ། །དཔེ་དང་དཔེས་བརྗོད་པའི་དངོས་པོ་ངེས་པར་སྤྱད་
པས་ས་ལ་སོགས་པའི་དོན་གྱིས་བྱ་བ་མཉམ་པའི་འདུན་པ་ལ་སོགས་པ་ནི།
ཆོས་དཀར་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་
དཀར་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་མ་ཆགས་པ་ལ་སོགས་པ་ལོ། །དེའི་གཞི་ནི་གནས་
སོ། །དེའི་དངོས་པོ་ནི་མ་ཆགས་པ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་ལོ། །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་བར་དུ་
མི་འགྱུར་བ་ནི་འཆར་རྒྱ་བ་ཉིད་ཀྱི་བར་དུ་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་བ་ལོ། །དགེ་བའི་
ཆོས་མཐའ་དག་ནི་མ་ཆགས་པ་ལ་སོགས་པ་ལོ། །དེའི་རྣམ་པར་འཕེལ་བ་ནི་གོང་
ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བའི་རིམ་གྱིས་ལྷག་པ་ལོ། །ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་གསུམ་
གྱིས་སྤྱིབ་པ་ནི་དེའི་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་སོ། །

དེ་ཉིད་བྱད་ཤིང་ཡིན་ཏེ་དེ་སྟེག་པ་ལོ། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཆོས་པར་
བྱེད་པ་ནི་གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་བསམ་པ་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཆོས་དང་ཟང་ཟིང་རབ་
ཏུ་སྤྱིན་པས་ཆོས་པར་བྱེད་པ་ལོ། །ལུས་ལ་སོགས་པ་དགའ་བ་སྦྱེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་
ན་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེ་སྟེ་སྟོབས་བཅུ་ལ་སོགས་
པ་ལོ། །དེ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་དེའི་རྟེན་གྱི་དངོས་པོ་ལོ། །མི་འདོད་པ་

ཐམས་ཅད་མི་བཟོད་པར་དཀའ་བའི་རལ་གྱི་དང་། མདའ་དང་། ལྷགས་མདུང་
དང་། མདུང་ཐུང་ལ་སོགས་པའོ། །དེའི་ཐོག་ཏུ་བབ་པ་ནི་བཙེམ་ལྡན་འདས་བྱང་
ཚུབ་གྱི་སྒྲིང་པོ་ལ་བཞུགས་པའི་ཐད་དུ་བབ་པའོ། །

དེས་མི་འཁྲུགས་པ་ནི་རྫོ་རྩེ་ལྷ་བྱའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལས་མ་གཡོས་
པའོ། །སངས་རྒྱས་པ་ཉིད་ཀྱི་རྩེས་ཐོགས་ལ་ཡང་དག་པར་ངས་པ་ནི་ཡིད་ཆེས་
པ་སྟེ། དེས་མི་འཛིགས་པ་བཞི་བརྟེན་པ་ན་བརྟན་པ་སྟེ་མི་ཚུགས་པའོ། །དེས་མི་
བྱེད་པ་ནི་སྐྱུ་ལ་བར་བྱེད་པ་དང་བདུད་རྣམས་ཀྱིས་དབྱེ་བར་མི་བྱས་
པའོ། །དམིགས་པ་ནི་འདོད་པའི་ལྷས་བཏང་བའི་རང་གི་བྱ་ཚོ་ལ་སོགས་
པའོ། །གང་དེ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་གཡེང་བ་ནི་མིག་ཟུར་གྱིས་ལྟ་བ་ལ་སོགས་
པའོ། །དེས་མི་བསྐྱོད་པ་ནི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལས་མ་གཡོས་པའོ། །ཉོན་མོངས་པ་
དང་ཤེས་བྱའི་སྐྱབ་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཉིད་མཐོང་བའི་ནད་མེད་པའི་མི་མཐུན་པ་
ཉིད་མཐོང་བའི་བྱིར་རྟིག་པ་ལ་སོགས་པ་དང་འབྲ་བར་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་
པ་དང་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་བཟུང་བ་རྣམས་ནི་སྐྱབ་པ་ཡིན་པས་ན་སྐྱབ་
པའོ། །དེ་ཉིད་ནི་འཁོར་བ་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་པར་འཆེ་བར་བྱེད་པ་ཉིད་
ཡིན་པའི་བྱིར་ནད་དོ། །དེ་རྣམས་རབ་ཏུ་ཞི་བ་ནི་རྣམ་པར་ཞི་བའོ། །

གནས་སྐྱབས་ཐམས་ཅད་དུ་ལྟ་ཚོ་སྐྱུ་འབྱུལ་ལ་སོགས་པའི་ལྷམས་ནས་
བྱར་བྱར་པོ་ལ་སོགས་པ་མེད་པར་གཞལ་ཡས་ཁང་ན་རྫོ་རྩེ་སྐྱུ་ལ་བྱང་གིས་
བཞུགས་པ་ལ་སོགས་པའི་གནས་སྐྱབས་སུ་དེར་སེམས་ཅན་ཏེ། དབང་པོ་ལ་
སོགས་པའི་དོན་དུ་ཆོས་སྟོན་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ་དེ་ཡོངས་སུ་མི་གཏོང་བའོ། །རྩི་

ལྟར་སྒྲོན་པའི་འབྲས་བུ་བྱུ་བ་པ་ནི་འཆང་རྒྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོར་བ་རྫོགས་པའོ། །གདུལ་བྱ་སྟེ་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ཐྱུང་ན་ལས་འདས་པ་སྒྲིན་པར་བྱེད་པ་ནི་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་བྱེད་པའོ། །

གདུལ་བྱ་འདུན་པར་བྱེད་པའི་ཆོས་སྒྲོན་པ་ནི་བསམ་བ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཆོས་བསྟན་པས་གདུལ་བྱ་རྣམས་ཤིན་ཏུ་ཕྱུལ་དུ་བྱུང་བ་དང་བཅས་པ་ལ་འཇུག་པའོ། །མ་སྒྲུ་ཐོགས་པ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་ཟེལ་གྱིས་མི་གཞོན་པའི་རྒྱས་པ་མངའ་བ་ཉིད་ཀྱིས་གཞན་གྱི་དོན་ཉམས་སུ་བཞེས་ཤིང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་རྩོམ་པའི་བསྐྱལ་བ་དུ་མར་སྐྱད་པའི་གཏོང་བ་དང་། ཤིན་ཏུ་གཏོང་བ་དང་། གཏོང་བ་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་དང་། བཟོའི་གནས་རྣམས་སྒྲ་ཆོགས་པ་ལ་བསྐྱབ་པ་ནི་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱ་ཉིད་དུ་ཡང་དག་པར་བསགས་པ་ཡིན་པས་ན་ཆོགས་སོ། །དེ་རྣམས་ཀྱི་མཛོད་ལྟ་བུ་ནི་རྩལ་གཞག་པའི་བྱིས་མོ། །འཕགས་པ་ཐམས་ཅད་དེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་སོགས་པ་གཤེགས་ཤིང་རྗེས་སུ་གཤེགས་པ་ནི་ཡང་དང་ཡང་དུ་མངོན་སུམ་དུ་མཛད་ཅིང་རྟོགས་སྒྲུབ་པར་མཛད་པའོ། །

འཁོར་བ་དང་ཐྱུང་ན་ལས་འདས་པ་དག་སྟེ། མིད་པ་དང་ཞི་བ་གང་ཡང་རུང་བ་ཅིག་ཏུ་མི་ལྟང་ཞིང་མི་འགོ་བའོ། །ཉོན་མོངས་པ་མེད་པར་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་བྱེད་པས་བདེ་སྐྱབ་ཏུ་འགྲོའོ། །ཐོས་པ་དང་མ་ཐོས་པའི་ཆོས་མི་ཟད་པ་འཛིན་པ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ཐོས་པ་དང་མ་ཐོས་པའི་ཆོས་སྒྲེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ་དགའ་བ་ཉིད་ཀྱིས་འཛིན་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་མི་

ཟད་པ་ལ་ཉམས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཐར་བ་འདོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་
བྱང་ཆུབ་མངོན་པར་འདོད་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་
བཤད་པའོ། །གཞན་གྱི་དོན་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཐམས་
ཅད་ལས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པའི་ངེས་པར་ལེགས་པ་དང་མངོན་པར་མཐོ་བ་ཞེས་བྱ་
བ་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དགའ་ལྡན་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤྱལ་བ་ལྟན་གྱིས་བྱུབ་པ་དགའ་ལྡན་
ལ་སོགས་པའི་ལྷ་རྣམས་ལ་ཆོས་སྒྲོགས་པ་ལ་སོགས་པའི་དོན་ཡང་དག་པར་
སྦྱིན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་དང་འཆོམ་ཞིང་རུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་ན་འདུན་པ་
ལ་སོགས་པ་ནི་ས་ལ་སོགས་པའི་དོན་གྱི་བྱ་བ་རྒྱས་པ་ཉིད་ཀྱིས་གངས་བཞིན་
ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཉི་ཤུ་ཙམ་གཉིས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་པའི་
བར་དུ་བྱུབ་པ་ནི་དེ་ལྟར་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྣོས་པ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱལ་བ་
གངས་མེད་པ་གསུམ་དུ་ཤེས་པ་གང་གིས་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་། སངས་
རྒྱུ་ལ་བསྟེན་བཀུར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ལས་ཀྱན་ཏུ་སྦྱོང་པའི་ཤེས་པ་དེ་ནི་
ལས་དང་སོ་པའི་སའོ། །དེས་བསྐྱུས་པ་ནི་ཆུང་དུ་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་སོ་ཉིད་
ཀྱིས་དང་སོ་གསུམ་སྟེ། འདུན་པ་དང་བསམ་པ་དང་ལྷག་པའི་བསམ་པར་རྟོགས་
པའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་རྣམས་སོ། །

འདིས་ནི་དུས་དེའི་ཆེ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་སོགས་པ་བརྟན་པས་
དགེ་བའི་རྩ་བ་གང་ཅི་ཡོད་པ་དེ་ཐམས་ཅད་ཞིང་ས་བཟང་སོ་ལ་བཏབ་པའི་ས་
སོན་གྱི་ཐུ་གུ་དང་འབྲ་བར་གནས་པར་གྱུར་པ་དང་། གསེར་བཟང་སོ་དང་འབྲ་

བར་ཟད་པ་མེད་པ་དང་། ཆེས་གཅིག་གི་ལྷ་བ་དང་འདྲ་བར་འཕེལ་བར་འགྱུར་རོ་
ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་འོག་ཏུ་གཅིག་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྦྱོར་བ་དང་ལྡན་པར་
འགྱུར་བའི་སེམས་བསྐྱེད་པའོ། །

ས་དང་པོ་རབ་ཏུ་དགའ་བ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལ་འཇུག་པའི་ལམ་གྱིས་བསྐྱུས་
སོ་ཞེས་བྱ་བ་སེམས་གང་གིས་འཇུག་པ་དེས་བསྐྱུས་པ་སྟེ། སྦྱོར་བ་དང་ལྡན་
པའི་སེམས་འདིས་གང་གི་ཆེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་གསུམ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་རྣམས་
མེས་ཤིང་བསྟེན་པ་དང་འདྲ་བར་འགྱུར་བ་དེའི་ཆེ་ས་དང་པོ་རབ་ཏུ་དགའ་བ་
ལ་སོགས་པར་འཇུག་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །དེའི་འོག་ཏུ་སྦྱིན་
པ་ལ་སོགས་པ་དང་ལྡན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་བཅུ་ནི་མཐོང་བ་དང་བསྐྱོམ་པའི་
ལམ་གྱི་སྦྱོད་ལུལ་ཅན་ཡིན་ཏེ། གོ་རིམས་བཞིན་དུ་རབ་ཏུ་དགའ་བ་དང་། བྱི་མ་
མེད་པ་དང་། འོད་བྱེད་པ་དང་། འོད་འཕྲོ་བ་དང་། སྒྱུར་དགའ་བ་དང་། མངོན་དུ་
གྱུར་པ་དང་། རིང་དུ་སོང་བ་དང་། མི་གཡོ་བ་དང་། ལེགས་པའི་སྒྲོ་བློས་དང་།
ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་ཞེས་བྱ་བའི་ས་བཅུས་བསྐྱུས་པ་རྣམས་ནི་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་པ་
རོལ་དུ་སྦྱིན་པ་བཅུའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་སྤུལ་དུ་བྱུང་བས་ན།

རབ་ཏུ་དགའ་བ་ལ་སོགས་པའི་ས་སྦྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ། འདིས་ནི་སྦྱིན་པ་ལ་
སོགས་པའི་སེམས་སྤུལ་དུ་བྱུང་བ་ལས་ས་རབ་ཏུ་དགའ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་
འཇུག་པར་འགྱུར་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་དེས་པར་གོ་རིམས་
བཞིན་དུ་གཏེར་ཆེན་པོ་དང་འདྲ་བར་སེམས་ཅན་རྣམས་ཆེ་མ་པར་བྱེད་པ་དང་།
རིན་པོ་ཆེའི་འབྱུང་ཁུང་གི་གནས་དང་འདྲ་བར་ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེའི་རྟེན་ཡིན་པ་

དང་། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་དང་འབྲ་བར་མི་འདོད་པས་མི་འབྲུག་པ་དང་། རྡོ་རྗེ་དང་
འབྲ་བར་གང་གིས་ཀྱང་མི་ཤིགས་པ་དང་། རིའི་རྒྱལ་པོ་དང་འབྲ་བར་གང་གིས་
ཀྱང་བསྐྱོད་པར་མི་རྒྱས་པ་དང་།

སྤྲེན་ཆེན་པོ་དང་འབྲ་བར་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་རབ་ཏུ་ཞི་བར་བྱེད་པ་དང་།
དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་འབྲ་བར་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མི་འདོར་བ་དང་། ཡིད་
བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་དང་འབྲ་བར་སྟོན་ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་འབྲུག་པ་དང་། ཉི་མ་དང་
འབྲ་བར་གདུལ་བྱ་ཡོངས་སུ་སྤྲོན་པར་བྱེད་པ་དང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་དང་འབྲ་
བར་བདག་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཀྱན་ནས་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་
འོག་ཏུ་གང་གིས་སྤྲ་མ་ལས་བྱུང་བར་དུ་གྱུར་པའི་ཤེས་པས་བར་ཆད་མེད་པའི་
ལམ་ལ་འཇུག་པ་དེ་ནི་བྱུང་བར་གྱི་ལམ་སྟེ། དེས་བསྐྱུས་པའོ། །ལྷ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་
ནི་མངོན་པར་ཤེས་པ་དང་། བསོད་ནམས་དང་། ཡེ་ཤེས་དང་། བྱང་ཆུབ་གྱི་
ཕྱོགས་དང་མཐུན་པའི་ཆོས་དང་། སྙིང་རྗེ་དང་། ལྷག་མཐོང་དང་། གཟུངས་དང་།
སྟོབས་པ་དང་ལྡན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་རྣམས་སོ། །

དེ་དང་སྦྱོར་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་དང་འབྲ་
བར་གཞན་གྱི་དོན་ལ་རྗེས་སུ་གནས་པ་དང་། བང་མཛོད་དང་འབྲ་བར་བསོད་
ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཉོན་དུ་གྱུར་པ་དང་། ལམ་པོ་ཆེ་དང་འབྲ་བར་འཕགས་པ་
ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བགྱོད་སྤྲ་བར་མཛད་པའི་ལམ་རབ་ཏུ་ཐོབ་པ་དང་། བཞོན་པ་
བཟང་པོ་དང་འབྲ་བར་ཉྱག་པ་དང་ཆད་པའི་མཐར་མི་ལྟར་བ་དང་། བཞོད་མའི་ཆུ་
དང་འབྲ་བར་གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱིས་འབྲས་བུ་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་ལ་ཟད་པ་མེད་

དོ། །དེས་ན་སངས་རྒྱས་ཁོ་ནའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་བརྒྱ་
གཅིག་པ་དེས་བསྐྱས་པ་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེད་མོས་ཆེལ་དང་། བཟོད་པ་གཅིག་པའི་
ལམ་དང་། ཆོས་ཀྱི་སྐྱེད་ལྡན་པ་སྟེ།

གསུམ་གྱིས་བསྐྱས་པ་ནི་སྦྱོར་བ་དང་། དངོས་གཞི་དང་མཚུག་ཉིད་གྱིས་
ཡིན་ཏེ། སེམས་གང་གིས་དང་པོ་ལས་ལ་མངོན་པར་སྦྱོར་བ་དེ་ནི་སྦྱོར་བའི་
སེམས་སོ། །གང་གིས་ལས་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་དངོས་གཞིའོ། །ལས་
རྫོགས་པར་བྱས་པ་ལ་སེམས་གང་གིས་ལེགས་པར་བྱས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་སྦྱ་བ་དེ་ནི་མཚུག་སྟེ། དེ་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དོ། །དེ་ལ་ཡང་གོ་
རིམས་བཞེན་དུ་སྦྱ་སྟོན་པ་དང་འབྲ་བ་ཐོས་པ་དང་མ་ཐོས་པའི་ཆོས་རྣམས་སྟོང་
ལ་འབབ་པར་སྦྱོགས་པ་དང་། རྒྱ་བོའི་རྒྱན་དང་འབྲ་བར་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་
མཉམ་པ་ཉིད་གྱིས་བྱེད་པ་དང་། སྦྱོན་ལྟ་བུར་དགའ་ལྡན་ལ་སོགས་པར་སྦྱལ་
བས་དོན་སྟོན་པར་མངོན་པ་ཡིན་ནོ། །ཡོངས་སུ་སྦྱོང་བ་རྣམ་བརྒྱུ་ཡིས། །ས་ནི་
དང་པོ་ཐོབ་འགྲུར་ཏེ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་རབ་ཏུ་དགའ་བ་ལ་སོགས་པའི་
ས་ནི་རྒྱ་དུ་མ་ཞིག་གིས་བསྐྱབས་པས་འོག་ནས་འཆད་པ་མ་ཡིན་ནམ།

དེ་རི་ལྟར་ཀུན་ལ་སེམས་བསྐྱེད་པས་བྱུང་བ་ཡིན་ཞེ་ན་འགལ་བ་མེད་དེ་
གང་གི་ཕྱིར་འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཁོ་ནའི་རྒྱའི་གཙོ་བོ་ཉིད་ཡིན་
པར་བཤད་ཀྱི་འབྲས་བུ་གང་ལ་ཡང་རྒྱ་ཅིག་ཡོད་པར་མ་མཐོང་སྟེ། རྒྱ་གཞན་
དག་ཀྱང་བཤད་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་དོ། །མདོ་སྟེ་རྒྱན་ལས། སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་ས་
རྣམས་ལ། །མོས་དང་ལྷག་བསམ་དག་པ་དང་། །རྣམ་པར་སྦྱོན་པ་གཞན་དུ་

འདོད། །དེ་བཞིན་སྐྱིབ་པ་སྤངས་པའོ། །དེ་ཡི་ཙ་བ་སྦྱང་རྗེར་འདོད། །རྟག་ཏུ་
སེམས་ཅན་པན་པར་སེམས། །ཞེས་བཤད་པས་སོ་སའི་སྐྱེ་བོ་དང་།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སའི་དབྱེ་བས་རྒྱ་
དང་འབྲས་བུའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་
དོན་རྟོགས་པའི་རིམ་པས་རི་སྐྱད་བཤད་པའི་གོ་རིམས་གིས་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་
བསྟན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདི་ཙམ་ཁོ་ནས་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་གྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་
མ་ཆང་བ་མ་ཡིན་ཞིང་ལྷག་པ་མ་ཡིན་པར་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་བསྟན་པར་བྱའོ་
ཞེས་སྟོན་ཏོ། །སྟོན་ལམ་སྟོན་དུ་འགྲོ་བའི་ཉམས་སུ་ལེན་པར་འདོད་པ་ནི་དེའི་
ཡུལ་མི་ཤེས་པ་ལས་འབྲས་བུ་མེད་པ་ཁོ་ནར་འགྱུར་བས་སུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་
བསྐྱབ་པའི་ཆོག་ལེ་འུར་བྱས་པས་འཆད་པར་བཞེད་པ་དེའི་དགོས་པ་ནི་དེ་ལྟར་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། དུས་ཅི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
འཆམ་པ་ཉིད་ཀྱི་དུས་ལས་མ་འདས་པས་སོ། །དོན་དུ་གཉེར་བར་བྱེད་པ་ནི་
གདམས་ངག་དོན་དུ་གཉེར་བའོ། །བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་སྤར་བཤད་
པའོ། །དེས་ཐོངས་པའི་ཆོས་ནི་ཆོས་དཀར་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞིའི་དངོས་པོ་ལ་
སོགས་པ་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་བྱིར་རོ། །

ཡོན་ཏན་ཐོབ་པ་ནི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་སོགས་པ་ལས་སེམས་
བསྐྱེད་པས་གཞན་ལ་སྐྱབས་སུ་མི་འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པའོ། །དེ་ནམས་ཡོངས་སུ་
བསྐྱང་བའི་དོན་གྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡོངས་སུ་སྐྱོང་བའི་དོན་དུའོ། །མངོན་པར་
འཕེལ་བར་བྱ་བའི་བྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་

ཉིད་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བའི་རིམ་གྱིས་སྟག་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་སྤྱོད་པ་དང་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་རབ་དུ་བྱེད་པའི་དོན་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་
སེམས་ཀྱི་རབ་དུ་བྱེད་པ་རྗེ་སྐད་བཤད་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཉི་ཤུ་རྩ་གཉིས་
ཀྱི་ལོ། །

སྤྱོད་པ་ནི་ཉམས་སྲུ་ལེན་པའོ། །མི་དམིགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
ཆོས་དང་གང་ཟག་ལ་བདག་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་དང་ཐུན་
མོང་མ་ཡིན་པའོ། །ཀུན་རྫོབ་ནི་མ་བཟླས་ན་ཉམས་དགའ་བ་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཐ་
སྟོད་དུ་མི་སྤྱོད་པ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་སྤང་པོ་ལ་སོགས་པའོ། །དོན་དམ་པ་ནི་
རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡུམ་སྟེ། དེ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤང་པོ་ལ་
སོགས་པ་སྟེ་བ་མེད་པའི་ཤེས་པའོ། །དེ་ཉིད་ནི་བདེན་པ་སྟེ་འཛིག་རྟེན་པ་དང་
རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དག་ལ་མི་སྤྱོད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དེ་ལས་མི་འདའ་
བའོ། །འཇུག་པར་བྱ་བ་ནི་རབ་དུ་འཇུག་པར་བྱ་བའོ་ཞེས་སྟོབ་པ་སྤྱོད་པ་ལ་
འདོམས་པའོ། །ཆད་མས་འཐད་པར་འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་བདེན་
པ་ནི་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ལ་སྟུག་བསྐྱེད་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟུག་བསྐྱེད་ཀྱི་བདེན་པ་
ལའོ། །

ཀུན་འབྱུང་གི་སྤང་པོའི་འབྲས་བུ་ཉིད་ཡིན་པས་ན་འབྲས་བུར་བྱུང་བ་སྟེ་
གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་སྤང་པོ་ཆེ་པ་རོལ་པོའི་ལོ། །དེ་རྣམས་ཀྱི་སྟོང་པ་ཉིད་གང་
ཡིན་པ་ནི་གཅིག་དང་དུ་མ་དང་བཅས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆད་མས་རྣམ་པར་དབྱེད་
ན་རང་བཞིན་གྱི་དངོས་པོ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པ་དང་། གང་ཡང་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་

རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་སྟེ། གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་འདི་ཉིད་ནི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་
ཉིད་ཡིན་པས་དོན་དམ་པར་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ངོ་བོར་རང་བཞིན་གཅིག་པའི་བྱིར་
དབྱེར་མེད་དོ། །

ཀུན་འབྱུང་བ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ཀུན་འབྱུང་གི་འདྲེན་པ་ལ་སྟོང་བ་ཉིད་གང་ཡིན་
བ་དང་། གང་ཡང་འདི་ལས་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཕྱང་པོ་ཀུན་འབྱུང་བས་ཀུན་འབྱུང་བ་
ཞེས་བྱ་བ་རྒྱུར་རྒྱུར་པའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཕྱང་པོ་ཆེ་འདི་བ་སྟེ། འདི་
གཉིས་ནི་ཐ་མི་དད་པ་ཉིད་ཀྱིས་དབྱེར་མེད་པར་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་
བ་རྒྱུར་རྒྱུར་པའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཕྱང་པོ་ནི་ཀུན་འབྱུང་བ་དང་འགོག་པ་
དང་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱང་བའི་ཆོས་ཅན་མ་ཡིན་པོ་ཞེས་བྱ་
བ་སྐྱེ་བ་དང་འཇིག་པ་དང་། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་དང་བདག་མེད་པའི་ངོ་བོ་
ཉིད་མ་ཡིན་པོ། །འགོག་པ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འགོག་པའི་བདེན་པ་ལ་ལོ། །སྟོང་བ་
ཉིད་ལ་སོགས་པ་ནི་རྟོག་སྒྲུའོ། །གཟུགས་མེད་པ་ནི་གཟུགས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་མེད་པ་
དང་། རས་ཞེས་བྱ་བ་འདིས་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱང་པོ་རྣམས་བསྐྱེད། །མ་
རིག་པ་སྐྱེ་བ་ཡང་མེད་པ་ནི་ཕྱང་པོ་མེད་པས་ཤེས་པ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ལ་མ་རིག་པ་
འགག་པ་མེད་དེ། དེས་ན་མི་ཤེས་པ་འཇིག་པ་ཡང་མེད་དོ། །

སངས་རྒྱུས་ཀྱང་མེད་པ་ནི་རྟོགས་པ་པོ་མེད་པའོ། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་ན་རྟོགས་
པར་བྱ་བ་མེད་པའི་བྱིར་བྱང་རྒྱུ་ཀྱི་བར་དུ་ཡང་མེད་དེ་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་
པར་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱུ་མེད་པའོ། །ལམ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལམ་ཀྱི་བདེན་པ་
ལ་ལོ། །སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་རྣམས་དང་བདག་ཉིད་དེ་སྦྱིན་པ་

པོ་ཞེས་བྱའོ། །ནང་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ནི་ཕྱི་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ཞེས་
བྱ་བ་ནི་ནང་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་ཕྱི་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཕྱི་
སྟོང་པ་ཉིད་ལ་ཕྱི་ནང་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་དང་། ཕྱི་ནང་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སྟོང་པ་ཉིད་
སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་རིམ་གྱིས་སོ། །

སྟོན་གྱི་མཐའ་དང་ཕྱི་མའི་མཐའ་དག་ཅེས་བྱ་བ་སྲིད་པ་དང་སྲུང་ན་ལས་
འདས་པ་དག་པཎ་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་ལྡན་པ་དང་མི་ལྡན་པ་ཡང་མ་ཡིན་པ་
ཉིད་ཀྱིས་ན་སྟོར་བ་ཉིད་ཀྱིས་མ་ཡིན་མི་སྟོར་བ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་
སྐྱབ་པོ། །སངས་རྒྱས་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ། བྱང་ཆུབ་པའི་བར་དུ་བདེ་
འགྲོའི་རྒྱ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་དགའ་བ་སྦྱེད་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་
སངས་རྒྱས་དགོན་མཆོག་ལ་སོགས་པ་གསུམ་སོ། །དེ་ལ་སངས་རྒྱས་ལ་ཞེས་
བྱ་བ་སངས་རྒྱས་དགོན་མཆོག་ལ་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་ཅེས་བྱ་བ་མཆོན་
ཉིད་གཅིག་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཏེ་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སངས་
རྒྱས་སུ་བྱེད་པ་ནི་འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་རྫོགས་པར་བྱེད་པའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་
སོགས་པའོ། །དེའི་མཆོན་ཉིད་ནི་དེའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱིས་ཏེ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་
མཐུན་པ་ཉིད་དོ། །

དེ་ནི་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་ནི་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པས་མི་དམིགས་པ་ལ་
གཟུགས་ལ་སོགས་པ་མི་སྟོར་བས་ཏེ། གཟུགས་དང་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་དང་
སྟོར་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དམིགས་པར་བྱ་བ་དང་དམིགས་པར་བྱེད་པ་མཉམ་
པ་ཉིད་དུ་ཞེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་

དང་། དེ་ལ་དམིགས་པར་བྱེད་པའི་སེམས་དག་ནི་སྤང་བ་མེད་པ་ཙམ་ཉིད་དུ་
ཤེས་པའོ། །ཆོས་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ཆོས་དཀོན་མཆོག་ལ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་
གསུམ་གྱིས་ཉེ་སྤར་བཤད་པ་གང་ཡིན་པའོ། །

དེས་བསྐྱུས་པ་ནི་གང་གཞི་དང་གཉེན་པོ་དང་རྣམ་པ་མཐའ་དག་སྟེ། ཕྱི་དང་
ནང་གི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་དང་། རྣམ་པར་བྱང་བ་དང་གཟུགས་ལ་
སོགས་པའི་རྣམ་པ་དེས། བསྐྱུས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་གཟུགས་ལ་སོགས་པས་
བསྐྱུས་པ་རྣམས་ནི་ཡང་དག་པར་ནང་པོ་བོ་ཉིད་མེད་དེ་སྤྱོད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དགེ་
འདུན་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་ལ་སངས་རྒྱས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་ནི་འོག་ནས་བཤད་པར་བྱའོ། །མ་ཞེན་པ་ནི་མངོན་པར་མ་ཆགས་པ་
སྟེ། དེ་ནི་བཙུན་འབྲུས་བཅས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་
ཡིན་ཏེ། བསྐྱུས་པ་གངས་མེད་གསུམ་དང་ཀུན་རྒྱུ་འབྲེལ་པར་འཇུག་པ་ཉིད་ཀྱིས་
ངེ་སྐད་དུ་བཤད་པའི་དོན་ལ་ནན་ཏན་དུ་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་
སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་བསྐྱུབ་པ་ལའོ། །ལུས་ལ་སོགས་པ་བསོད་ནམས་
ཉིད་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་བདེ་བ་ཉིད་ཀྱིས་སོ། །ལ་ལ་ནི་དབང་པོ་རྩལ་པོའོ། །

ཡོངས་སུ་མི་ངལ་བ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་སྟེ། དེ་ནི་དུས་རིང་མོ་ཞེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །དངང་བའི་རང་བཞིན་ཅན་ནི་དབང་པོ་རྩལ་བ་
ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་འཇིགས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ནོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ནས་
ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ནས་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པའི་བར་དོ། །རྫོམ་
པ་མེད་པ་ཉིད་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡང་དག་པར་ཆོར་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་དོ། །ལམ་ནི་

སྐབ་པའོ། །དེ་ཡོངས་སུ་གཟུང་བ་ནི་འཛིན་བ་སྟེ། དེ་ནི་ཕྱོགས་བརྩན་ཞེས་བྱ་བ་
ལ་སོགས་བ་སྟོས་བ་ཡིན་ཏེ། དོན་རེ་རེའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བརྗོད་པར་བྱ་བ་སྟེ།
ཆོགས་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

སེམས་ཁུམ་པར་འགྱུར་བས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱོགས་སྟེ་ཆོགས་པར་
གཏོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་མཉེས་པར་བྱ་བ་དང་།
དེས་ཉེ་བར་བསྟན་པའི་དོན་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་སོ་སོའི་བྱ་བ་མང་པོ་ཡོད་པ་ཉིད་ལ་
དབང་པོ་རྒྱལ་པོ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སེམས་ལེ་ལོར་གྱུར་པ་ལ་ཆོས་རྣམས་
རང་བཞིན་གྱིས་མ་སྐྱེས་པ་ཉིད་དུ་སྟེ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་ན་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་
རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །མཐོང་བའི་རྒྱུར་གྱུར་པ་ཉིད་
གྱིས་ན་སྐྱེན་ཏེ་དེ་ནི་ཤེས་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་བ་སྟོས་བ་ཡིན་ནོ། །ཀུན་
ཤེས་པས་ན་མཛོན་པར་ཤེས་པ་ཡིན་ལ་དེ་ཉིད་ནི་མཐོང་བ་གདུལ་བའི་སྐྱེ་བོ་
དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པས་ན་ཡོན་
ཏན་ནོ། །དེ་ནི་རྩ་འབྲུག་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་བ་སྟོས་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཤེས་པ་
གཞན་ལ་སྟོས་ན་འབད་པ་ཆེན་པོས་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་ན་མཛོན་པར་
འདུ་བྱེད་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྟེང་མིག་གི་ཤེས་པའོ། །

ཐག་པ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཏེ། དེ་རྣམས་མེད་པ་ནི་ཐག་པ་ཐད་པའི་
ཤེས་པའོ། །གཞོད་མ་ནས་ཞི་བ་ཉིད་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་ན་རང་བཞིན་
གྱིས་སྐྱུང་ན་ལས་འདས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །མ་མཐོང་བའི་ཡོན་ཏན་མཐོང་
བའི་ཐབས་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མཐོང་བའི་ལམ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ནི་མཐོང་བའི་ལམ་

བདེན་པ་བཞིས་བསྐྱུས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། བདེན་པ་བཞི་
ནི་སྤྱག་བསྐྱུལ་ལ་སོགས་པའོ། །དེས་བསྐྱུས་པ་སྐྱད་ཅིག་མ་བཅུ་དྲུག་ནི་མི་ཉག་
པ་ལ་སོགས་པའོ། །

དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་མཐོང་བའི་ལམ་ནི་ཆོས་དང་རྗེས་སུ་ཤེས་པའི་བཟོད་
བ་དང་ཤེས་པའི་བདག་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་བདེན་པ་རེ་རེ་ཞིང་ཆོས་དང་རྗེས་སུ་
ཤེས་པའི་བཟོད་པ་གཉིས་ཏེ། ཤེས་པ་བཅུ་དྲུག་ཏུ་སྒྱུར་བ་དེའི་བདག་ཉིད་
ལའོ། །ཆོས་ཐམས་ཅད་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་ཏོགས་པས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་གཟུགས་ལ་
སོགས་པ་སྟོང་པར་ཤེས་པའི་སྤྱིར་རོ། །སྤྱི་མ་མཁན་བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་ལ་
མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་པའི་ལུས་ཅན་རང་གིས་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་སྤྱུལ་པ་ནི་ལོག་
པ་ཉིད་ཡིན་པར་ཤེས་པས་སྤྱི་མ་བྱེད་པ་དག་མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་ལ། དེ་
བཞིན་དུ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་པའོ། །དེས་སྤང་བར་
བྱ་བའི་དངོས་པོ་མཐོང་བའི་ལམ་ཀྱིས་སྤང་བར་བྱ་བ་མི་མ་ཐུན་པའི་ཕྱོགས་དེའི་
གཉེན་པོ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྣལ་འབྱོར་བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྟོམ་པར་བྱེད་དོ། །

བསྟོམ་པའི་ལམ་ནི་འདུས་བྱས་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་
ཏེ། འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་དག་ནི་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་དང་། ཟག་པ་
མེད་པ་དག་ཕྱི་ནི་སྤྱི་ཆུ་ཉིད་ཀྱིས་ན་གཟུགས་དང་། ཚུ་ལ་ཁྲིམས་ལ་སོགས་པའི་
ལུང་པོའོ། །དེ་དག་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་གཅིག་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཏེ། སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་སོ། །དེས་
ན་པན་ཚུན་ཏེ་གཅིག་ལ་གཅིག་ཐ་དད་པར་གདགས་པར་མི་རུས་པ་བཞིན་དུ་
ཞེས་བྱ་བ་ཐ་སྟོད་ཀྱི་དབྱེ་བ་མ་གཏོགས་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་ན་དོན་དམ་

བ་བ་དང་རྗེས་སུ་མ་སྐྱུན་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རི་སྐད་བཤད་པའི་མཐོང་བ་དང་
བསྐྱོམ་པའི་ལམ་དོན་དམ་བ་ཡིན་པ་ནི་རི་སྐད་བཤད་པའི་མཐོང་བའི་ལམ་མཛོན་
སུམ་དུ་བྱས་པའི་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་པོ་དེ་དང་ཐ་མི་དད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་
བྱ་བར་སྒྲིམ་བ་ཡིན་ཏེ།

དེ་དང་ཐ་མི་དད་པར་དམིགས་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་དག་ཡུལ་གཅིག་པ་
ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མཐོང་བ་དང་བསྐྱོམ་པའི་ལམ་དག་ཐ་དད་དུ་བྱུང་བ་མེད་
བས་དབྱེ་བ་མེད་དོ། །རྒྱ་དེས་ན་མཚན་ཉིད་པ་རྣམ་པར་གཞག་པ་ནི་མེད་ཀྱི་འོན་
ཀྱང་བསྐྱོམ་པའི་ལམ་གྱི་དངོས་པོ་རྣམ་པར་གཞག་པ་ནི་མཐོང་བའི་ལམ་དང་ཐ་
སྐད་འབྲ་བ་ཡིན་ནོ། །ཡུལ་གཅིག་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཡང་དག་པར་ན་མཐོང་
བའི་ལམ་གྱི་ཁོངས་སུ་བསྐྱོམ་པའི་ལམ་འདུས་པ་མ་ཡིན་ནམ། དེ་བསྐྱོམ་པ་ནི་
དོན་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འོན་ཀྱང་དེ་ནི་དེས་སྤང་བར་བྱ་བའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་སྒྲིམ་པ་སྟེ། དེས་སྤང་བར་བྱ་བའི་དངོས་པོ་བསྐྱོམ་པའི་ལམ་གྱིས་སྤང་
བའི་མི་མ་སྐྱུན་པའི་སྟོགས་དེའི་གཉེན་པོའི་སྟོགས་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་རྣམ་པར་
བསྐྱོམ་མོ། །ཡུལ་གཅིག་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་རྣམ་པ་ཐ་དད་པ་ག་ལ་ཡོད་ཅེ་ན། ཉེན་
ཅིང་འགྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ཆོས་ཉིད་དུ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲིམ་ཏེ། རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་
དངོས་པོ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །

སྐྱབ་པའི་རྣམ་པ་ནི་གང་ཡིན། དམིགས་པ་ནི་གང་ཡིན་ཉེན་ནི་གང་ཡིན།
མ་ཞེན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡང་དགོས་པ་ནི་གང་ཡིན་ཞེས་དོགས་པ་ལ་དེ་བསྐྱེད་
པ་ནི་དེ་ལྟར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲིམ་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཞེས་བྱ་བ་

ནི་སྤྱིར་གདམས་པ་སྤྱི་བ་ལ་གནས་པ་ལ་ནའོ། །སྤྱིར་མི་ལྟོག་པར་འགྲོ་བའི་རྒྱ་ནི་
དབྱེར་མི་བྱེད་པར་འགྲོ་བའི་རྒྱ་འོ། །ཐེག་པ་གཞན་གྱིས་མི་འགྲོ་བའི་རྒྱ་ནི་རབ་
གྱི་མཐར་ཕྱིན་པར་མི་འགྲོ་བའི་རྒྱ་འོ། །

གཞན་གྱི་བྱིང་མི་འཛོག་པར་འགྲོ་བ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་ནི་བདུད་ལ་སོགས་པའི་
ཤེས་པར་བྱང་བའི་དོན་ཉིད་དུ་རང་ཉིད་གྱིས་ཤེས་ནས་མི་འཇུག་པའི་རྒྱ་འོ། །དག་
འདུན་དགོན་མཆོག་གི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དག་འདུན་གྱི་
དབྱེ་བ་ཅི་སྟེད་ཡོད་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཏོགས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་རབ་དུ་བྱེད་པ་
གཉིས་པོ་ལ་དོན་མེད་དོ་སྟུམ་དུ་སེམས་པ་ལ། བདེ་སྤྱོད་ཏོགས་པར་བྱ་བའི་
སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། དག་འདུན་དགོན་མཆོག་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་
དབང་པོ་རྒྱལ་པོ་ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་བ་ནི། དབང་པོ་རྒྱལ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པའི་ཆོག་ལེ་ལུར་བྱས་པས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །འཆད་པར་འགྱུར་བའི་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ལ་མཐོང་བའི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
མཐོང་བའི་ལམ་གྱི་སེམས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་མ་བཙེ་ལྟ་ལ། དད་པ་དང་ཆོས་ཀྱིས་
རྗེས་སུ་འབྱང་བའི་བྱེ་བྲག་གིས་ཏེ།

དད་པ་དང་ཤེས་རབ་ཀྱིས་རྗེས་སུ་འབྱང་བ་ཉིད་དག་གིས་འབྲས་བྱ་དང་པོ་
ལ་ཞུགས་པ་སྟེ་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱན་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བྱ་བྱུ་བ་པ་དང་ལྟན་པ་དབང་
པོ་རྒྱལ་པོ་དང་ནོན་པོ་རྣམས་པ་གཉིས་ཏེ། ཡུན་རིང་པོས་ཤེས་པ་དང་སྦྱར་བར་
ཤེས་པ་འོ། །དེའི་འོག་ཏུ་དེ་ཉིད་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་བ་སེམས་ཀྱི་
སྐད་ཅིག་མ་བཙུ་བྱག་ལ་ནི་རྒྱན་དུ་ཞུགས་པ་འོ། །དེའི་འོག་ཏུ་དེ་ཉིད་བསྟོམ་པའི་

ལམ་ལ་ཉོན་མོངས་པ་རྣམ་པ་བཞི་རབ་ཏུ་སྤངས་པ་ལས། ལྷ་དང་མིའི་རིགས་
ནས་རིགས་སུ་སྐྱེ་བ་ཉིད་ཀྱིས་གཞན་རྣམ་པ་གཉིས་ཡིན་ཏེ། ལྷ་དང་མི་དག་ཏུ་སྐྱེ་
བ་གཉིས་སམ་གསུམ་ཐོས་པས་ལྷའི་རིགས་ནས་རིགས་དང་། མིའི་རིགས་ནས་
རིགས་སུ་སྐྱེ་བས་རིགས་སུ་སྐྱེ་བའོ། །

དེའི་འོག་ཏུ་དབང་པོ་རྒྱལ་པོ་དང་རྗེ་པོ་དང་པ་དང་མཐོང་བས་ཐོབ་པ་སྟེ།
དད་པ་དང་ཤེས་རབ་དང་ལྡན་པ་འདོད་པ་ན་སྦྱོད་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ལྷ་སྤངས་
པས་འབྲས་བུ་གཉིས་པ་ལ་ཞུགས་པ་སྟེ་ལན་ཅིག་སྤྱིར་འོང་བའི་འབྲས་བུ་བསྐྱབ་
པ་དང་ལྡན་པ་ནི་གཅིག་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །དེའི་འོག་ཏུ་འདོད་པ་ན་སྦྱོད་པའི་ཉོན་
མོངས་པ་རྣམ་པ་བྲལ་སྤངས་པས་ལན་ཅིག་སྤྱིར་འོང་བའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ནོ། །དེའི་
འོག་ཏུ་དེ་ཉིད་ལྷ་རྣམས་སུ་སྐྱེ་བ་གཅིག་ལྷག་མ་ལུས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་གཞན་
བར་ཆད་གཅིག་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་འོག་ཏུ་འདོད་པ་ན་སྦྱོད་པའི་ཉོན་མོངས་པ་
བདུན་པ་དང་བརྒྱད་པ་སྤངས་པས་འབྲས་བུ་གསུམ་པ་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན་ཏེ།
སྤྱིར་མི་འོང་བའི་འབྲས་བུ་གྲུབ་པ་དང་ལྡན་པའོ། །དད་པ་དང་མཐོང་བས་ཐོབ་པ་
ནི་སྤྲ་མ་བཞིན་དུ་གཅིག་ཡིན་ཏེ་དད་པ་དང་མཐོང་བས་ཐོབ་པའི་འབྲས་བུ་གཉིས་
པ་དང་། གསུམ་པ་ལ་ཞུགས་པ་དག་ན་དད་པ་དང་མཐོང་བས་ཐོབ་པར་བཤད་པ་
ཡིན་ནོ། །

རྒྱས་པར་བཤད་པ་ནི་ལུང་གི་དབང་གིས་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེའི་
འོག་ཏུ་འདོད་པ་ན་སྦྱོད་པའི་ཉོན་མོངས་པ་དགྲ་པ་སྤངས་པས་སྤྱིར་མི་འོང་བའི་
རྣམ་པ་ལྷ་སྟེ་དེར་ནི་བར་མདོ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། སྐྱེ་

བའི་ཀུན་ཏུ་སྒྲོར་བ་ནི་སྤངས། མངོན་པར་འབྱུང་བའི་ཀུན་ཏུ་སྒྲོར་བ་ནི་མ་སྤངས་
བའི་སྒྲིང་སྒྲིང་པ་བར་མ་མངོན་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ནའམ། མངོན་པར་སྐྱབ་པ་ན་
སྒྲིང་པ་བར་མར་ལམ་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་པས་སྐྱག་བསྐྱལ་གྱི་མཐར་བྱེད་པ་ཐོབ་
བ་ནི་བར་མ་དོར་ཡོངས་སུ་སྤངས་ལས་འདའ་བའོ། །

ཀུན་ཏུ་སྒྲོར་བ་གཉི་ག་མ་སྤངས་པའི་སྒྲིང་ག་ཟུགས་ཀྱི་ཁམས་སུ་སྐྱེས་
ནས་སྐྱག་བསྐྱལ་གྱི་མཐར་བྱེད་པ་ཐོབ་པ་ནི་སྐྱེས་ནས་ཡོངས་སུ་སྤངས་ལས་
འདའ་བའོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྐྱེས་ནས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་དང་བཅས་པས་ལམ་
མངོན་དུ་བྱེད་པ་ཐོབ་པའི་སྒྲིང་སྐྱག་བསྐྱལ་གྱི་མཐར་བྱེད་པ་ཐོབ་པ་ནི་མངོན་
པར་འདུ་བྱེད་པ་དང་བཅས་པས་ཡོངས་སུ་སྤངས་ལས་འདའ་བའོ། །དེ་ལས་གོ་
བརྒྲེག་པ་ནི་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་མེད་པར་ཡོངས་སུ་སྤངས་ལས་འདའ་བ་
ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རྣམ་པ་བཞི་དང་གོང་དུ་འཕོ་བ་ནི་ལྟ་སྟེ། དེ་ཡང་འོག་མིན་གྱི་མཐར་
ཟུག་པར་འགྲོ་བ་དང་སྒྲིང་པའི་ཅེ་མོའི་ཐར་ཟུག་པར་འགྲོ་བ་སྟེ་རྣམ་པ་གཉིས་
མོ། །དེའི་འོག་ཏུ་གོང་དུ་འཕོ་བ་དེ་ཉིད་འོག་མིན་གྱི་མཐར་ཟུག་པར་འགྲོ་བ་ནི་
འཕར་བ་དང་བྱེད་དུ་འཕར་བ་དང་གནས་སྐྱབས་ཐམས་ཅད་དུ་འཆི་འཕོ་བ་ཉིད་
ཀྱིས་འོག་མིན་ཏུ་འཇུག་པ་ནི་གོང་དུ་འཕོ་བ་གཞན་རྣམ་པ་གསུམ་མོ། །

དེའི་འོག་ཏུ་གོང་དུ་འཕོ་བ་དེ་ཉིད་སྒྲིང་པའི་ཅེ་མོའི་མཐར་ཟུག་པར་འགྲོ་བ་
སྟེ། ག་ཟུགས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ལ་གཉིས་ཏེ་མཐོང་བའི་ཆོས་ལ་ཞི་བ་
དང་ལུས་ཀྱིས་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པ་གཞན་རྣམ་པ་གཉིས་ཡིན་ནོ། །དེའི་འོག་ཏུ་
སྒྲིང་པའི་ཅེ་མོའི་ཉོན་མོངས་པ་བརྒྱད་པ་སྤངས་པས་ནི་དགྲ་བཅོམ་པའི་འབྲས་

བྱ་ལ་ཁྱུགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་འོག་ཏུ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྡེ་སྡོད་ཉིད་ལ་དམིགས་ནས་
རང་གི་ལམ་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པས་སངས་རྒྱས་མི་འབྱུང་བ་ན་རང་སངས་རྒྱས་
སུ་འབྱུང་བ་སྟེ་དེ་ལྟར་ཉི་ཤུ་ལོ། །འདིར་གོ་སྤྱོད་བས་འབྲས་བྱ་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་
དང་བཞི་པ་ལ་ཁྱུགས་པའི་གྲངས་མ་སྟོས་སོ། །དེ་ལྟར་བྱིར་མི་ལྟོག་པའི་འཁོར་
ལོའི་མདོ་དང་། སྟོང་ཕྱག་ཉི་ཤུ་ལྟར་བྱེད་པ་དང་། ཆོས་མངོན་པ་ལས། དེ་ལ་སྐད་ཅིག་
བཅུ་ལྟེན། །མ་མཐོང་མཐོང་བྱིར་མཐོང་བའི་ལམ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་
གཏན་ཆོག་པ་དང་གྲངས་དང་བཅས་པར་གསུངས་པ་ཡོད་པས་ལོག་པར་ཁོང་དུ་
ཕྱིན་པར་མི་བྱུངོ། །

ལས་དང་པོ་པ་དེ་ལྟར་གདམས་ངག་ཐོབ་པ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདིར་བསོད་
ནམས་ཀྱི་ཆོག་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པ་དང་ལྷན་པ་ལ་ཡེ་ཤེས་
ཀྱི་ཆོག་པ་གྲུབ་པར་བྱ་བའི་བྱིར་བསྐྱལ་བ་གྲངས་མེད་པས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་
མོས་པས་སྟོད་པའི་ས་ཡོངས་སུ་སྐྱུང་བར་བྱ་བའི་དོན་དུ་ཁྱུགས་པ་ལ་ཞེས་བྱ་
བར་བལྟ་བར་བྱུངོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དམ་པ་སྟོབ་པ་རྣམས་ཀྱི་འོ་བ་ལ་
སོགས་པ་རྣམས་པར་རྟོག་པ་བཞི་པོ་འོག་ནས་བཤའ་བ་དེ་དང་ལྷན་པ་སྟེ་དེ་དང་
ཡང་དག་པར་སྟོར་བུའོ། །བསྟན་པ་སྟེ་བསྟན་པ་ཞེན་པ་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་
ཆུང་དུ་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོར་བཤའ་བ་ནི་ཉན་ཐོས་བསེ་བྱ་ལྟར་བཅས་པ་
དག་གི་འོ་བ་ལ་སོགས་པ་བཤའ་བ་ལས་བྱེད་པར་དུ་འཕགས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་
གི་དམིགས་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་དམན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །

གང་དུ་གང་ཅི་ཞིག་ཅི་ན། འབྲེལ་བ་ལས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་

ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་མོས་པས་སྟོང་པའི་ས་
ཡོངས་སུ་སྟོང་བ་ལ་ཞུགས་པ་ནམས་ཀྱི་ཐོས་པ་ལ་སོགས་པ་རབ་ཀྱི་མཐར་ཕྱིན་
པས་ཐོབ་པའི་ཐར་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་སྟེ་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པ་དང་བྲལ་
བ་ལ་པན་པའི་དད་པ་དང་བརྩོན་འགྲུས་ལ་སོགས་པའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་མ་ཆགས་
པ་ལ་སོགས་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་ནམས་ཀྱི་རྩ་བ་སྟེ།

སྐྱེའི་གཙོ་བོ་གང་ཡིན་པ་དེའི་འོག་ཏུ་སྟེ། རྗེས་ཐོགས་ལ་བདེན་པ་བཞི་པོ་
སྟུག་བསྐྱེལ་ལ་དེ་ནམས་ཉོགས་པ་དེ་བཞིན་ཉིད་ཤེས་པ་དེ་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་
ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པ་དང་བྲལ་བའི་
ཤེས་པ་ལ་མངོན་སུམ་དུ་པན་པ་འཛིག་རྟེན་པའི་སེམས་ལས་སྦྱེས་པ་ཉིད་ཡིན་
པའི་ཕྱིར་འཛིག་རྟེན་པ་ཡིན་ལ། བསྟོམ་པ་གོམས་པ་ལས་བྱུང་བ། རྫོ་བར་གྱུར་པ་
དང་འབྲེལ་བ་དགེ་བའི་རྩ་བ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཆུང་དུ་དང་འབྲིང་
དང་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་ཆུང་དུ་ལ་སོགས་པའི་རིམ་གྱིས་སྦྱེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆུང་
དུ་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོའི་གོ་རིམས་སྦྱེ་བའམ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་
འབྲེལ་བ་སྟེ། དེའི་རིམ་ཅན་གྱི་དབང་པོ་རྟུལ་པོ་ལ་སོགས་པའི་གང་ཟག་ཆུང་དུ་
དང་། འབྲིང་དང་ཆེན་པོའི་ཤེས་པ་དང་ལྗན་པའི་ལུས་ཅན་དེའི་བྱེ་བྲག་དང་ལྗན་
པ་ལ། རྫོ་བ་ལ་སོགས་པ་དེའི་བྱུང་པར་གྱི་ཆུང་དུ་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོ་ཡིན་ནོ་
ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རོ། །

དམིགས་པ་ཡིན་ཞེས་སྟོས་པ་ནི་འོག་ནས་བཤད་པའི་དམིགས་པའི་བྱུང་
པར་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་དོ། །བདེན་པ་བཞི་ནི་སྟུག་བསྐྱེལ་

ལ་སོགས་པའོ། །དེ་ཉིད་ནི་དངོས་པོ་སྟེ་ཤེས་པ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་
ཕྱིར་རོ། །དེའི་དམིགས་པ་ནི་ཡུལ་རྣམས་སོ། །

རྣམ་པ་ཡིས་ནི་ཆོས་སྲུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་སྲུང་
བ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པར་འཛིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་གཉེན་པོ་ཉིད་
ཀྱིས་ན་མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་སྟེ། མ་ཆགས་པ་དང་མི་
དམིགས་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་ཞུགས་པ་ནི་སྐྱེ་མ་ལྟ་བུ་ལ་
སོགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་སོ། །རྒྱ་ཉིད་ནི་ཐེག་པ་གསུམ་ཅར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པ་ཡིན་ཏེ། གང་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པའི་ཐུངན་ལས་འདས་པ་གསུམ་ནི་ཐེག་
པ་གསུམ་ཅར་ཏེ་ཐུངན་ལས་འདས་པའོ། །དེ་རྟོགས་པ་ནི་ཐོབ་པའོ། །དེའི་རྒྱུའི་
ངོ་བོ་ནི་ངོ་བོ་ལ་སོགས་པར་ཞུགས་པའོ། །ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་ཡིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཐབས་ཞེས་བྱ་
བ་འཆང་རྒྱ་བའི་རྒྱ་ལ་མཁས་པའི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཏེ་སྤྲ་མ་གང་ཡིན་
པའོ། །དེའི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བརྩུང་བ་ནི་འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་ཀྱི་བར་དུ་
བདག་གིར་བྱས་པ་འཇམ། ཡོངས་སུ་བརྩུང་བ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དགོ་
བའི་བཤེས་གཉེན་ནི་ཡོངས་སུ་བརྩུང་བའོ། །

དེ་དང་ལྡན་པ་ནི་དེ་དང་བཅས་པའི་ངོ་བོ་ལ་སོགས་པའོ། །རྣམ་རྟོག་བཞི་པོ་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། མཐོང་བ་དང་བསྟོམ་པ་དག་གིས་སོ་
སོར་སྤང་བར་བྱ་བའི་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་བཞི་པོ་འཆད་
པར་འགྱུར་བ་སྟེ། འོག་ནས་འགྱུར་བ་གང་ཡིན་པ་དེའི་ཚུལ་དང་འབྲེལ་བ་སྟེ་

འདྲེས་པ་ལ་སོགས་པའོ། །ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་རྩོ་བ་ལ་སོགས་པའི་བྲད་པར་
མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པ་ནི་དེ་དག་གི་རྩོ་བར་གྱུར་པ་ཞེས་བྲ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་
ཡིན་ཏེ།

ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་གི་ཡང་རྩོ་བར་གྱུར་པ་ལ་སོགས་པའི་དགོ་
བའི་ཙ་བ་ནི་གཟུགས་སུ་རུང་བ་ལ་སོགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་དངོས་པོའི་བདག་
ཉིད་ཀྱིས་ཏེ་དངོས་པོ་གང་ལ་ཡང་གཟུགས་སུ་རུང་བ་དང་། ཉམས་སུ་སྐྱོང་བ་ལ་
སོགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་གཟུགས་དང་ཚོར་བ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱང་པོ་དེའི་
བདག་ཉིད་ཅན་ཀྱི་བདེན་པ་བཞི་པོ་སྟུག་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་ལ་དམིགས་
པ་གང་ཡིན་པ་དང་བདག་ཏུ་ལྟ་བ་ནི་བདག་ཏུ་མཐོང་བའོ། །དེའི་གཉེན་པོ་ཉིད་
ཡིན་པས་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྲ་བ་མི་རྟག་པ་དང་སྟུག་བསྐྱེད་པ་ལ་
སོགས་པའི་རྣམ་པས་ཞུགས་པའོ། །རང་གི་ཐེག་པ་ནི་ཕྱང་པོ་སྟུག་མ་དང་བཅས་
པ་དང་སྟུག་མ་མེད་པ་དང་སྐྱུང་ན་ལས་འདས་པའོ། །དེ་རྟོགས་པ་ཁོ་ན་ནི་དེ་ཐོབ་
པ་ཉིད་དོ། །ཡོངས་སུ་བབྱུང་བ་ནི་སྤྲ་མ་བཞིན་དུ་སྟེ་དེ་དང་བྲལ་བའོ། །རྣམ་པར་
རྟོག་པ་རྣམ་པ་བཞི་ནི་འོག་ནས་བཤད་པའོ། །

དེ་དང་མི་ལྟན་པར་འབྱུང་ངོ་ཞེས་བྲ་བའི་ཚུལ་གྱིས་ཏེ། དེ་ལྟར་བྲས་ན་རྣམ་
པར་རྟོག་པ་བཞི་ནི་རང་གི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་གོགས་སུ་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཉན་ཐོས་
ཀྱི་ཕྱང་ལས་འདྲེས་སུ་ཐིན་གྱང་མ་འདྲེས་པར་སྟེ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་པས་
རྣམ་པར་རྟོག་པ་རྣམ་པ་བཞི་དང་བྲལ་བ་ཡིན་ནོ། །ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་
རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པ་དང་དམིགས་པ་དག་ཡོངས་སུ་བབྱུང་བའི་དབང་གིས་བྲད་པར་

དུ་འཕགས་པ་དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་
སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། བདེན་པ་བཞི་པོའི་དངོས་པོ་ལ་དམིགས་པ་ནི་དེས་པར་འབྱེད་
པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་སྦྱར་རོ། །

དེ་ནི་ཅི་རིགས་པར་ཁ་ཅིག་ཏུ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཀུན་འབྱུང་བ་ལ་ལོ། །རྒྱུ་
སྟོན་ན་ནི་ཀུན་འབྱུང་ནི་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་སྤང་པོའི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་པས་སོ། །ཁ་ཅིག་
ཏུ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་སྤྱག་བསྐལ་ལ་ནི་འབྲས་བུའི་སྟོན་ཞེས་བྱ་བ་སྤྱག་བསྐལ་
གྱི་འབྲས་བུར་གྱུར་པའི་སྟོན་ཏེ། སྤྱག་བསྐལ་ནི་ཀུན་འབྱུང་གི་འབྲས་བུ་ཉིད་
ཡིན་པས་སོ། །ཁ་ཅིག་ཏུ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་འགོག་པ་ལ་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྟོན་ཞེས་
བྱ་བ་ཡང་དག་པར་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་འགོག་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་
རོ། །ཁ་ཅིག་ཏུ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལམ་ལ་ནི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པའི་སྟོན་ཞེས་བྱ་བ་
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་གསུམ་གྱི་ཆོས་མི་དམིགས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་
རོ། །སྤྲ་མ་བཞིན་དུ་རྣམ་པ་གཞན་གྱིས་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་
པ་ལ་སོགས་པས་སོ། །བསྐྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱོམ་པ་ནི་ལོ། །

པལ་ཆེར་སྤེལ་རྣམས་བདག་ཅག་གི་སྤེ་སྟོང་གསུམ་ལ་བྲིད་ཀྱི་ཐེག་པ་མི་
སྤང་བས་བྲིད་ཅག་གི་ཐེག་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པའི་སུན་འབྱིན་པར་སྦྱ་བས། དེ་བསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དེ་བས་ན་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ནི་ལྷགས་གཞན་ཁོ་ན་ཡིན་པས་
ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་གི་ཕྱིར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གནས་སྐབས་ཁྱད་པར་རྣམ་པ་སྤྲས་
ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་ཡིན་པ་དེ་བས་ན་སྟེ། དེའི་ཕྱོགས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལས་

ལུགས་ཁོ་ན་གཞན་ཡིན་པས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཞེས་བྱ་བ་དེ་མཐོང་བའི་ཚུལ་
གྱིས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་གང་དུ་ཡང་སྲུན་འབྱེན་པར་བརྟེན་པར་མི་བྱ་ཞིང་སངས་
རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་མ་ཡིན་ལོ། །ཞེས་བརྒྱལ་བར་མི་བྱ།

བདག་ཅག་གི་སྡེ་སྡོད་གསུམ་དུ་བྱེད་ཀྱི་ཐེག་པ་མི་སྦྲང་བ་དང་སྤྱི་ཏའི་
སྐྱད་ཀྱིས་མ་གསུངས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པ་མ་
ཡིན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་འདི་དང་། སྐྱད་གཞན་མ་མཁྱེན་ན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་
པ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་དང་བྱེད་ཅག་ཁོ་ན་གདུལ་བྱ་ཉིད་ཡིན་ན་ཐམས་ཅད་གདུལ་བྱ་
མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་ན། ཡུ་བྱ་ཅག་གཉི་ག་དེ་ལྟར་མི་འདོད་པས་
འདི་ནི་ཅི་ལྟར་ཡང་མི་རུང་ངོ་། །དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་ཚོལ་བ་ནི་མདོ་སྡེ་རྒྱན་
ལ་སོགས་པ་ལས་ཤིང་སྐྱད་ལ་སོགས་པ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་ཡང་དག་པའི་
ལྟ་བ་མི་ཤེས་པའི་ཤ་བ་རྣམས་ལ་མཉམ་པར་བསྟན་པས་རྒྱ་ཆེར་ཆར་བཅད་པ་
ཡིན་པར་བལྟ་བར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །ཡང་འདིའི་དགོངས་པ་འདི་མ་
ཡིན་པས་རྟག་པའི་ལུང་དང་མི་རྟག་པའི་ལུང་བཞིན་དུ་ཐེག་པ་གཞན་དང་གཞན་
འགལ་བ་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཀྱང་བརྟེན་པར་མི་བྱ་སྟེ། གཞན་གྱི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་
ཡོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དེའི་བྱང་ཚུབ་དང་འགལ་བར་འོག་ནས་བཤལ་བ་
ཡིན་པའི་བྱིར་ལོ། །

གཞན་དུ་ན་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྦྲ་བ་དང་། མདོ་སྡེ་པ་དང་། རྣལ་འབྱོར་སྦྱོད་པ་དང་།
དབུ་མ་པའི་སངས་རྒྱས་པ་རྣམས་གོང་ནས་གོང་གི་རིམ་པས་བྱུང་པར་དུ་
འཕགས་པར་རྩི་ལྟར་འགྱུར། ཡང་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ་

བསྟན་པ་ན་ཐེག་པ་གཞན་བྱང་པར་ཅན་མ་ཡིན་པར་བཤད་པ་མ་ཡིན་ནམ། དེས་
ཐོངས་པ་ལ་འཇུག་པའི་ལས་ཀྱི་ཉེས་པར་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བའི་
ཕྱོགས་སུ་མའི་ལན་ནི་དེ་བས་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ནི་
ལུགས་གཞན་ཁོ་ན་ཡིན་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐེག་པ་བྱང་པར་ཅན་དང་བྱང་པར་
ཅན་མ་ཡིན་པ་དག་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་རྟོགས་པ་བརྟན་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བའི་
སྐབས་ཡིན་ནོ། །

གང་གི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་གང་དུ་ཡང་ཐེག་པ་གཞན་ལ་བརྟན་
ནས་སུན་དབྱུང་བ་བརྟེན་པར་མི་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་ཆོས་ཀྱིས་ཐོངས་པར་འགྱུར་བ་
ལ་འཇུག་པའི་ལས་ཀྱི་ཉེས་པ་བརྟེན་པར་མི་བྱ་སྟེ། རང་རང་གི་ཐེག་པ་ལ་གནས་
པ་རྣམས་བདག་ཅག་གི་བས་གཞན་ཀྱི་ཐེག་པ་ཉམས་པར་འདོད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་
ཕྱིར་རང་གི་ཐེག་པ་ལས་ཉམས་ནས་དེ་ལྟ་བུ་པར་མོས་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་
བྱ་བར་དགོངས་སོ། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་ན་གཞན་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་ཡོད་ལ་ཞེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པ་སུན་དབྱུང་བ་སྒར་བཤད་པའི་ཉེས་པ་ནི་ཉེས་པ་མ་ཡིན་ཏེ་འདོད་
པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །བཤད་པ་འདི་ལ་རང་གི་ཐེག་པ་ལ་གནས་པ་དག་ནི་
རང་གི་ཐེག་པ་སྟོང་བ་དེས་ཐོངས་པར་གྱུར་པའི་ལས་སུ་གཞག་པ་ཡིན་པར་བལྟ་
བར་བྱའོ། །དམིགས་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་
སྐྱེ་བ་དང་འཇིག་པ་ནི་བསྐྱབ་པ་དང་དགག་པ་དག་གོ། །

གནས་པ་ནི་འདིས་གནས་ཤིང་ཐ་སྙད་དུ་བྱེད་པས་ན་གནས་ཏེ་སྤྲུལ་ལུས་
པའོ། །བྲལ་བ་ནི་མི་གནས་པ་སྟེ་མེད་པ་ཡིན་པས་གནས་བྲལ་འོ། །བཏགས་དང་

ཞེས་བྱ་བ་ནི་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པའི་ཐ་སྙད་དེ་དང་དེ་ནི་བརྗོད་དུ་མེད་པ་
ཡིན་པས། བཏགས་དང་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཞེས་བྱའོ། །དོ་བར་གཏོགས་པའི་དགོ་
བའི་ཙྰ་བ་རྣམ་པ་གསུམ་གྱི་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པ་དག་འགྲེལ་བ་ལས། རྩང་
དུའི་དམིགས་པ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་སློམ་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་རྩོ་བ་རྩང་
དུའི་དམིགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་མི་ཏྲག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་
བཤད་དོ། །

རྩོ་བ་འབྲིང་གི་དམིགས་པ་ནི་མོས་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་གཟུགས་
ལ་སོགས་པ་ལ་ཡོད་པ་ལ་སོགས་པར་མངོན་པར་ཞེན་པའོ། །དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་
དོན་དམ་པ་མཐོང་བས་དེ་རྣམས་ཉིད་བདག་མེད་པའོ། །དེ་དག་གི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་
གང་ཡིན་པ་དེ་དག་གིས་གངས་བཞིན་དུ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་
གཟུགས་དང་ཚོར་བ་ཞེས་བྱ་བར་བསྐྱབ་པ་དང་དགག་པ་དག་ནི་དམིགས་པར་
མཐོང་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྐྱུལ་པའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་དང་འབྲས་བུ་དངོས་པོ་
སྒྲུང་བཞིན་པ་ན་དངོས་པོ་མེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་
ཞེས་དམིགས་པ་གཉི་ག་སྐྱུ་མ་བྱེད་པས་སྐྱུལ་པ་ལྟ་བུར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བར་
དགོངས་སོ། །མིང་ཐམས་ཅད་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་མེད་
པས་སོ། །ཡང་དག་པར་མེད་དུ་ཟེན་ན་ཡང་རྒྱན་དང་འབྲས་བུ་ཞེས་བྱ་བ་རང་གི་
རིགས་གསལ་བ་མ་ལུས་པ་ལ་བྱབ་པས་ན་རྒྱན་ཏེ་སྤྱིའོ། །

དེ་མི་འབྲས་བུ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འདིར་གསལ་བར་རང་གི་མཚན་ཉིད་བརྗོད་
པའོ། །རྒྱན་ནི་ལྷ་མ་དང་འབྲས་ཏེ། །འདི་གཉིས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ནི་རང་དང་སྤྱིའི་

མཚན་ཉིད་དོན་གྱི་བྱ་བ་རྒྱས་པ་དང་མི་རྒྱས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་དུ་མེད་དེ།
བརྗོད་པ་པོ་མེད་པས་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མེད་དོ། །ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །

རང་གི་མཚན་ཉིད་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་བརྗོད་དུ་མེད་པ་མ་ཡིན་ནམ་སྐྱ་
རྣམས་ནི་སེལ་བའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དེ་ངི་ལྟར་དེར་དགག་ཅེན་བདེན་
མོད་ཀྱི་སྐྱ་གསལ་བ་ཉིད་ལ་འདུག་པ་ན་ལན་འགའ་ཞིག་དེ་ལ་ཡང་བརྗོད་པར་བྱ་
བ་ཉིད་ཡིན་པར་མངོན་པར་ཞེན་ཏོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུ་སྤིང་བ་དགག་པ་ཡིན་
པས་ཉེས་པ་མེད་དོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གནས་བྲལ་བའོ། །དྲོ་བ་ཆེན་པོ་ནི་གཟུགས་
ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བཏགས་པ་སྟེ་ཐ་སྟོད་དོ། །དེ་ནི་ཆེན་པོའི་
དམིགས་པ་སྟེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་ནས་སངས་
རྒྱས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བརྟན་བཏགས་པའི་ཆོས་ཐ་སྟོད་དུ་བྱ་བའི་དབང་
གིས་ཀུན་ཏུ་ཐ་སྟོད་དུ་བྱས་པ་དང་འབྲ་བར་སངས་རྒྱས་དང་འདོད་ཆགས་དང་
བྲལ་བ་ལ་སོགས་པ་གཅིག་ཡིན་པའི་བསམ་པས་མིང་དུ་ངེས་པའོ། །དེ་ནི་
གཟུགས་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཐ་སྟོད་ཀྱིས་བརྗོད་དུ་མེད་པའོ། །

དྲོ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་དང་ལྡན་པ་ནི་དེ་ལྟར་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་
སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། འདིའི་རྗེས་སོགས་ལ་བར་ཆད་མེད་ན་མཐོང་བའི་ལམ་དུ་འགྱུར་
བ་ཡིན་པས་ཐར་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པའི་འོག་ཏུ་དྲོ་བའི་བྱུང་པར་རོ། །ཅེ་མོར་
རྟོགས་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བའི་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པ་རྒྱུད་དུ་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་
པོ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་
སོགས་མི་གནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་མངོན་པར་མ་ཞེན་པའོ། །དེ་ཅིའི་

ཕྱིར་ཞེ་ན། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ནི་དེའི་ངོ་བོར་ཞེས་བྱ་བ་གཟུགས་ལ་
སོགས་པའི་རང་བཞིན་གྱིས་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ཅེས་བྱ་བ་
གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དང་། སྟོང་པ་ཉིད་འདི་དག་ནི་གཅིག་ལ་གཅིག་སྟེ། བན་
ཚུན་རང་བཞིན་ནམ་ངོ་བོ་ཉིད་གཅིག་ཡིན་ནོ། །

དེ་མི་རྟག་སོགས་པར་མི་གནས། །ཞེས་བྱ་བ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་མི་
རྟག་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་སོགས་པར་ཞེན་པ་མེད་པའོ། །དེ་རྣམས་ཞེས་བྱ་བ་
གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་དེའི་ངོ་བོས་སྟོང་ཞེས་བྱ་བ་སྟོང་པ་ཉིད་
ཡིན་པའི་ཕྱིར་ངོ་བོས་བདག་མེད་ཅིང་དེ་དག་སྟེ། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དང་
སྟོང་པ་ཉིད་དག་ནི་གཅིག་ལ་གཅིག་གིས་ཉེ། བན་ཚུན་རང་བཞིན་གཅིག་པ་ཉིད་
ཡིན་ནོ། །ཆོས་རྣམས་མི་འཇིན་གང་ཡིན་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་གཟུགས་ལ་སོགས་
པ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་མེད་པས་བདག་གིར་མི་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་དག་
མཆན་མར་མ་མཐོང་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་ན་གཟུགས་ལ་སོགས་
པའི་མཆན་མ་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཤེས་རབ་ཀྱིས་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཟུགས་
ལ་སོགས་པ་རྣམས་པར་དཔྱད་པའི་རྒྱ་སྟེ་ཤེས་པའི་བྱུང་པར་རོ། །དེས་ཡོངས་སུ་
རྟོགས་པ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་རྣམས་པར་དབྱེ་བའི་ཡུལ་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་
ཆོས་རྣམས་མེད་ཅིང་དངོས་པོ་མེད་པ་ཉིད་དུ་ཤེས་པའོ། །

དེ་ནི། ཐམས་ཅད་དམིགས་སུ་མེད་པར་ནི། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་
གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཅུང་དུའི་དམིགས་པ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་འབྲེལ་
པའོ། །ཆོས་ཡང་དག་པར་རབ་ཏུ་རྣམས་པར་འབྱེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་གཟུགས་ལ་

སོགས་པའི་ཆ་སྐྱེ་བ་མེད་པར་རྟོགས་པ་ཉིད་དུ་རྣམ་པར་ཤེས་པས་སྦྱོང་ཅིང་རྣམ་
པར་བརྟག་པ་སྟེ། ཤེས་རབ་གང་གིས་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་སྐྱེ་བ་མེད་པར་
མཐོང་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་དེ་ལ་ཡང་སྐྱེ་བ་མེད་པར་བསམ་པར་
བྱའོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། །

འདིས་ནི་རྣམ་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་མེད་ཅིང་རང་བཞིན་མེད་
པ་ཉིད་དུ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོན་པ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །དགེ་བའི་རྩ་བ་གཡོ་བ་ནི་དད་པ་ལ་
སོགས་པ་དང་འབྲ་བར་གོང་ནས་གོང་དུ་བྱུང་པར་ཐོབ་ཅིང་གཡོ་བ་ཡིན་པའི་
བྱིར་དགེ་བའི་རྩ་བ་གཡོ་བ་སྟེ་ངོ་བོ་ཞེས་བྱ་བའོ། །དེའི་མཆོག་ཡིན་པའི་བྱིར་རྩ་
མོར་གྱུར་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །བཟོད་པར་གཏོགས་པའི་དགེ་བའི་
རྩ་བ་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པ་གསུམ་ནི་གཟུགས་སོགས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་
གསུངས་པ་ཡིན་ལ། རབ་དུ་བྱེད་པའི་དོན་ནི་རྒྱུ་དུའི་དམིགས་པ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་
ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། བཟོད་པར་རྟོགས་པ་རྒྱུ་དུའི་ནི་གཟུགས་ལ་
སོགས་པའི་མཆོན་ཉིད་གཟུགས་སུ་རུང་བ་དང་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བ་ལ་སོགས་
པའོ། །དེའི་རང་གི་ངོ་བོ་ནི་ཡང་ས་ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་སྤྱི་བ་ལ་སོགས་པ་
འདི་ཉིད་ནི་འདིའི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་ནོ། །

འདི་དག་ནི་དེ་ཁོན་ཉིད་དུ་ན་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་པས་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་རང་
བཞིན་གཅིག་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་
མཆོན་ཉིད་དང་ས་ལ་སོགས་པ་དེའི་མཆོན་ཉིད་དང་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་
ནོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཞེས་པ་ནི་བཤད་ཟིན་ཏེ། །སྐྱེ་བོ་དམིགས་པ་ཅན་ནི་

ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་ཡོད་པ་ལ་ལྟ་བ་རྣམས་ཏེ། དེའི་ངོར་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་སྤར་བ་འདད་པ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་དེ་ཉིད་ངོ་བོ་ཉིད་དོ་ཞེས་བཤད་དོ། །བཟོན་པར་རྟོགས་པ་འབྲིང་གི་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་མ་སྐྱེས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཡང་དག་པར་ན་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་སྐྱེ་བ་ཡང་མེད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་གི་ངོ་བོ་རྟོགས་པས་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་སྤྲོང་བ་ཉིད་དུ་ཤེས་པའི་ཕྱིར་དོ། །ལུས་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ཕྱི་དང་ནང་གི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་རྣམ་པས་རྣམ་པར་དག་ཅིང་ངི་མ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། འདིར་ངེས་པར་འབྲེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པའི་གནས་སྐབས་སུ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་དག་པ་སྟེ་མེད་པས་ཅུང་ཟད་ཅམ་གྱིས་དག་པ་ཡིན་པར་བལྟ་བར་བྱའོ། །དེ་དག་སྐྱེ་མེད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་བཤད་ཟིན་ཏོ། །བཟོན་པར་རྟོགས་པ་ཆེན་པོའི་རང་དང་སྤྱིའི་མཆན་ཉིད་ནི་སྤར་བཤད་ཟིན་ཏོ། །དེ་མི་འཐད་པ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཡིན་པར་མི་རུང་ཞིང་མི་རིགས་པས་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་མེད་པ་སྟེ། དེའི་མཆན་མ་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

རང་བཞིན་ཁོ་ན་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་མཆན་མ་རྣམས་ཀྱི་རྟེན་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ན་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་རྟེན་མེད་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྟེ་ཀུན་རྫོབ་དུ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པར་མངོན་པར་ཞེན་པའོ། །དེ་ལ་མི་མོས་པ་ནི་མངོན་པར་མ་ཞེན་པའོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་རང་གི་མཆན་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ནི་སྤར་བཤད་པ་སྟེ་དེའི་མཆན་མའོ། །དེའི་མཆན་མར་མི་རྟེན་པ་ནི་མངོན་

བར་མ་ཞེན་པའོ། །དེའི་མཆན་མ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །དེ་ཁོ་
ན་ཉིད་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་བསམ་པའོ། །དེ་ཡོངས་
སུ་ཤེས་པ་མེད་པ་ནི་དཔྱད་གསུམ་སུ་མེད་པའོ། །

ཡང་དག་པའི་ཤེས་པ་དང་ལྡན་པ་ནི་འདུ་ཤེས་ཉིད་དོ། །དེ་མེད་པས་ན་འདུ་
ཤེས་མེད་པ་ཉིད་དེ། དངོས་པོའི་ཆོས་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་དང་། མངོན་པར་མ་
ཞེན་པ་དེ་མེད་ན་དེ་ཅི་ལྟར་ཡོད་ཅེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །བཟོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་
དོན་དང་ལྡན་པ་ཉིད་ནི་དེ་ལྟར་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་
ན་བཟོད་པའི་དཔྱད་གསུམ་པ་དང་རྣམ་པ་དང་ལྡན་པ་ལ་ནི་ངན་འགྲོ་མེད་པས་ཞེས་བྱ་
བ་ནི་ཆོས་མངོན་པ་ལས། བཟོད་ཐོབ་ངན་སོང་མི་འགྲོ་འོ། །ཞེས་བཤད་པས་
བཟོད་པ་ཐོབ་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་དང་འབྲ་བར་དཔྱུལ་
བ་ལ་སོགས་པའི་ངན་སོང་གསུམ་མེད་པའི་ཕྱིར་དོ། །ཆོས་ཆེན་པོ་ལ་བཟོད་པའི་
ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་མེད་པ་ལ་སོགས་པར་བཟོད་པས་
ཡིད་དུ་འོང་བའི་བཟོད་པར་གཏོགས་པ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་མོ། །ཆོས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་
གཏོགས་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བའི་དཔྱད་གསུམ་པ་དང་རྣམ་པ་གསུམ་ནི་ཉིང་རེ་འཛིན་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

དཔྱད་གསུམ་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཆོས་ཅན་ཡང་
བསྟན་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནམ། དེ་ཆོས་ཅན་དུ་བརྟན་པ་ཉིད་ཀྱིས་བསྒྲོམ་པ་
ནི་མི་རིགས་སོ་ཞེ་ན། དཔྱད་གསུམ་པ་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ་མ་གཏོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་དེར་ནི་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་ཡོད་པས་

གཞན་དག་ལ་སྤྱི་དབྱེ་བས་དོན་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱེད་པར་དུ་
བྱས་པའི་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་ཆོག་ཏུ་རྫོང་པར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པའི་སྤྱི་དེས་
དམིགས་པ་ཆོག་ཏུ་བརྫོང་པར་བྱ་བ་ཡིན་ན་ཞེས་བྱ་བ་འདིར་དམིགས་པ་ནི་ཉི་
བར་མཆོན་པ་ཅམ་ཡིན་ལ་དེས་ན་དོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ།

དམིགས་པ་དང་རྣམ་པ་བརྫོང་པ་ཡང་བྱེད་པར་དུ་བྱས་པའི་ཆོག་གིས་
ཡིན་ཏེ། རྣམ་པ་མངོན་ཞེན་ལ་སོགས་འགོག་ །ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་རྣམ་པ་
དང་དམིགས་པའི་ཆོས་ཅན་ཀུན་ཏུ་བྲངས་པ་ལྟ་བུར་ཐམས་ཅད་དུ་བཤད་པ་ཡིན་
པར་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་སྟོན་པ་བརྫོང་པའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ལས་
སྟོན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་ཅི་དེར་ཆོས་བརྫོང་པས་ཆོས་ཅན་རྟོགས་པ་ཡོད་
དམ་ཞེ་ན། བྱེད་པར་གཞན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤྱོད་པ་ཡིན་ཏེ། བྱེད་པར་
གཞན་ནི་རིས་མི་མཐུན་པའོ། །དེ་རྣམས་སྤོང་བ་དང་མི་སྤོང་བ་ནི་ལྡོག་པ་དང་མི་
ལྡོག་པ་མ་གཏོགས་པ་འདི་དག་ལ་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་བྱེད་པར་ནི་ཡང་དག་
པར་ན་འགའ་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་ལུགས་ལས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་བསྟན་
བཅོས་གྱི་རིགས་པས་སོ། །གལ་ཏེ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་ན་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་བྱེད་
པར་ཡོད་ན་དེའི་ཆེ་དངོས་སོ་སྤྱིར་ཡང་མི་འགྱུར་ཏེ་སོ་སོར་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་བས་ན་འདི་ནི་ཤིང་ཉིད་དང་འབྲུ་བར་འདིར་ཡང་གང་དུ་འཕགས་པའི་
བདེན་པ་བཞིར་གཏོགས་པའི་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པ་མ་སྤྱོད་པ་དེར་ཡང་མི་
ལྡོག་པའི་སྟོན་པ་དེ་དག་ནི་དེར་གཏོགས་པ་ཉིད་ཡིན་པར་གྲགས་པ་གྲུབ་པས།
ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་དག་གཉི་ག་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་པས་རྟོགས་པ་འདི་ནི་

ཅིར་ཡང་མི་བྱུང་ངོ། །དོན་གྱིས་ཀྱང་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་ལ་བརྟེན་པར་
འགྱུར་བ་ནི་རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་ན་ཞེས་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ།

ཡང་ན་ཆོག་ལེ་ཁྱུར་བྱས་པ་སྟེན་པའི་ངོར་ཞེས་བྱ་བ་ཆོག་ལེ་ཁྱུར་བྱས་
པའི་སྟེན་སྟོར་དང་འགལ་པའི་འདྲིམས་པས་ཐ་དད་པར་བརྟེན་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་
ཆོས་ཅན་བདེན་པ་ལས་ཀྱན་ཏུ་བྱངས་ཏེ། རྣམ་པ་མངོན་ཞེན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པའི་ཆོག་གིས་དབྱེ་བ་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་དབྱེ་བ་སྟོས་པ་
ཡིན་ན་ཡང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ལ་སོགས་པའི་བདེན་པ་ནི་ཆོས་ཅན་ཡིན་ལ་དེར་
གཏོགས་པ་ཁོ་ན་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པ་ཆོས་ཡིན་ནོ་ཞེས་འཆད་པ་པོ་རྣམས་
ཀྱིས་བཤད་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། མངོན་པར་ཞེན་པ་ལ་སོགས་པ་
འགོག་པར་བྱེད་པའི་བདག་ལ་སོགས་པ་ནི་ཡང་དག་པར་སྦྱེ་བ་དང་འདྲིམ་པ་
དང་བྱལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་རིམ་མཐ་ཅིག་ཅར་དག་གིས་དོན་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་པར་མི་
རིགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆད་མས་རང་གི་ངོ་བོ་བརྟག་པ་ནི་རི་བོང་
གི་བྱ་དང་འབྲ་བར་བསྐྱབ་པ་དང་དགག་པས་སྟོང་པ་ཡིན་ལ།

མངོན་པར་ཞེན་པ་ལ་སོགས་པས་ནི་ཀྱན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པ་དག་ཏུ་མེད་
པའི་སྤྱིར་བདག་ལ་སོགས་པ་རྟེན་ཡིན་པར་མི་རིགས་ཀྱི་དོན་གྱིས་ན་བདེན་པ་
ལ་བརྟེན་པ་ཉིད་ཡོད་དོ། །ཀྱན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པར་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་
དགོངས་སོ། །འོག་མ་དག་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་
དུ་ཆོས་ཅམ་ཞིག་བརྟེན་པ་དེར་ཐམས་ཅད་དུ་སྤར་བཤད་པའི་ཚུལ་གྱིས་
འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་པོ་ཁོ་ན་ཆོས་ཅན་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །རྣམ་

བར་རྟོག་པ་བཞི་ནི་གཞི་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། གཟུང་བར་
རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་གཉིས་ཏེ། གང་ལས་ཤེ་ན། གཞི་སྟེ་སྲིད་པ་གཅིག་ནས་གཅིག་
ཏུ་བརྒྱུད་པའི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་བྱིར་ཏེ་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་མི་མ་སྤུན་པའི་
ཕྱོགས་སོ། །

དེའི་གཉེན་པོ་ནི་ལམ་སྟེ་དེ་བས་ན་རྣམ་པ་གཉིས་ལ་དེ་དག་གི་དབྱེ་བས་དེ་
མི་རེ་རེ་ཞིང་རྣམ་པ་དགྲུ་ཡིན་ནོ། །གང་ལས་ཤེ་ན། མོངས་དང་ཕྱང་སོགས་བྱེ་
བྲག་གིས། །ཞེས་བྱ་བ་མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་བ་དང་ཕྱང་པོ་ལ་སོགས་
པའི་དབྱེ་བས་སོ། །ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་དོན་ནི་གཟུང་བར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་རྟོན་ཅན་དང་གཉེན་པོའི་རྟོན་ཅན་
ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ལ་བརྟེན་
པ་དང་། སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་ཀུན་བརྟེན་པས། གཞི་དང་དེ་ཡི་གཉེན་པོ་
ཡིས། །ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །གཟུང་བར་རྟོག་པ་རྣམ་པ་གཉིས། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་
བཤད་ཟིན་ཏོ། །མ་རིག་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བའི་ཕྱང་པོ་ལ་སོགས་པའི་རབ་ཏུ་
དབྱེ་བས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པའི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་དང་། ལྷན་མེད་
པའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་བས་སོ། །

མོངས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་བཤད་ཟིན་ཏོ། །འཛིན་པའི་རྣམ་པར་
རྟོག་པ་གཉིས་ནི་བདག་སོགས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། རྣས་
དང་བརྟགས་པའི་རྟོན་ཅན་གྱི། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་ཟག་དང་སྐྱེས་བྱ་ལ་གནས་པ་
འཛིན་པ་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་འདོད་ཅེས་བྱ་བར་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་བཞིན་ཞེས་བྱ་

བ་ནི་དེ་ཡང་རེ་རེ་ཞིང་རྣམ་པ་དགུའོ། །གང་ལས་ཤེ་ན། བདག་སོགས་རང་དབང་
ངོ་བོ་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། རང་དབང་ཅན་གྱི་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་ཚུ་
གྱིས་སོ། །

སྤང་སོགས་རྟེན་ནི་སྤང་བོ་དང་སྟེ་མཆེད་དང་ཁམས་ལ་སོགས་པ་ལ་
དམིགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོག་ལེ་འུར་བྱས་པའི་དོན་ནི་ལ་ལ་ཞིག་གིས་
བཏགས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རུས་ཏེ་གང་ཟག་གོ། །ཐ་སྟོན་ཉིད་ཏུ་བཏགས་པ་
ཉིད་གྱིས་ན་བཏགས་པ་སྟེ་སྟེས་བྱའོ། །དེ་ལ་དམིགས་པ་ནི་དེའི་ཡུལ་ཏེ་ཞེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པས་རུས་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །བདག་
རང་དབང་ཅན་ཏུ་སྤང་བོ་ལ་སོགས་པ་ལ་དམིགས་པ་ཉིད་གྱིས་ན་བདག་རང་
དབང་ཅན་དང་སྤང་བོ་ལ་སོགས་པའི་དམིགས་པ་སྟེ། རང་དབང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་
མདོར་བསྡུས་པའི་དོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མང་ཏུ་ཡོད་
ན་ཡང་མདོར་བསྡུས་ན་རྣམ་པར་རྟོག་པ་བཞིའི་དོན་བཤད་པར་བྱའོ། །

རེ་ཞིག་གཟུང་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཉིས་ནི་གཟུང་བར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་བཞིའི་རྟེན་ཅན་ནི་འདོད་
ཆགས་ལ་སོགས་པ་ལ་གནས་པའོ། །མ་རིག་པ་ནི་མི་ཤེས་པའོ། །གཟུགས་ལ་
སོགས་པའི་སྤང་བོ་ནི་གཟུགས་དང་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པའོ། །མིང་ནི་ཆོར་བ་ལ་
སོགས་པ་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་སྤང་བོ་བཞིའོ། །གཟུགས་ནི་གཟུགས་ཀྱི་
སྤང་བོའོ། །འདི་དག་ལ་མདོན་པར་ཞེན་པ་ནི་མིང་དང་གཟུགས་ལ་མདོན་པར་

ཞེན་པའོ། །མཐའ་གཉིས་ལ་ཆགས་པ་ནི་རྟག་པ་དང་ཆད་པའི་མཐའ་ལ་ཞེན་
པའོ། །ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ནི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པས་སོ། །

རྣམ་པར་བྱང་བ་ནི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པའོ། །འཕགས་པའི་ལམ་ལ་མི་
གནས་པ་ནི་མཐོང་བའི་ལམ་ལ་སོགས་པ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པའོ། །དམིགས་པ་
ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པའོ། །བདག་ལ་སོགས་པ་ནི་འདོད་
ཆགས་དང་གཞན་ཏུ་འདུ་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པའོ། །རྣམ་པར་དག་པ་བསྐྱེད་པ་ལ་
སོགས་པ་ནི་འཁོར་གསུམ་རྣམ་པར་དག་པ་མ་སྐྱེད་པ་སྟེ། དེ་ཡང་དག་པར་སྤྱང་
བའི་རྣམ་པར་དག་པ་གསུམ་མོ། །དེ་ལ་གཟུང་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་
རྟོག་པ་གང་ཡིན་པ་དེའི་གཉེན་སེའི་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་ལ་གནས་པའོ། །ཕྱང་སོ་ནི་
ཕྱང་སོ་རྣམས་སོ། །སྐྱེ་བའི་སྐྱོ་ནི་མིག་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་
སོ། །རིགས་ནི་ཁམས་བཙུང་དོ། །སྐྱེ་བ་ནི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་
བའོ། །སྟོང་པ་ཉིད་ནི་བདག་མེད་པའོ། །པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་དོན་ནི་འཆང་བྱ་བ་
ཉིད་དོ། །མཐོང་བ་དང་བསྟོམ་པ་དང་མི་སྟོབ་པའི་ལམ་ནི་གསུམ་སྟེ། དེ་ལ་གཟུང་
བའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གང་ཡིན་པ་ནི་དེ་དག་གོ། །

ཁ་ཅིག་ན་རེ་དེ་ལ་གཞི་ཐམས་ཅད་པ་ཁོ་ན་དང་སོར་གཟུང་བའི་རྣམ་པར་
རྟོག་པ་ཡིན་ལ་རྣམ་པར་བྱང་བའི་གཞི་ཁོ་ན་ནི་གཉིས་པ་ཡིན་པས་འདི་དག་ནི་
གཟུང་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་འདི་གཉིས་བྱུང་པར་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བྱས་ན་གཟུང་
བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་སོ་གང་ཡིན་པ་གཉིས་པ་ཡང་དེ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྒྲ་མ་
སྟོན་པར་བྱས་པ་ཡིན་ལ་རེ་ཞིག་དང་སོ་གང་ཡིན་པ་དེ་གཉིས་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ་

འདི་ལྟར་གཞི་ཐམས་ཅད་པ་དང་པོ་ག་ཟུང་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པར་འགྱུར་གྱི་
གཉིས་པ་ནི་དང་པོ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་ག་ཟུང་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཉིས་པ་ནི་
རྣམ་པར་བྱང་བ་ཙམ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

གཞན་དག་ནི་འདི་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ནི་གཞན་རྣམ་པར་དབྱུང་བའི་དོན་
གྱིས་དང་པོ་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་གཞི་ལ་རྟེན་པ་ཡིན་ལ་གཉིས་པ་ནི་རྣམ་
པར་བྱང་བ་ཙམ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ནི་འཛིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་
པ་ནི་འཛིན་པར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། གཞན་གྱིས་ཡོངས་སུ་
བརྟགས་པའི་གང་ཟག་རྫས་སུ་ཡོད་པའི་རྟེན་ཅན་དེ་ནི་གཞན་ལ་མི་སྟོས་པ་ཉིད་
དང་། ཆ་ལས་མེད་པ་ཉིད་དང་། རྒྱུར་གྱུར་པ་ཉིད་དང་ལྟ་བུ་པོ་ཡིན་པ་ཉིད་གྱིས་
ན་བདག་རང་དབང་ཅན་དང་གཅིག་དང་རྒྱ་དང་ལྟ་བུ་པོ་འོ། །འདི་དག་ཉིད་ནི་
བདག་གོ། །དེར་རྟོགས་པ་ཉིད་གྱིས་ན་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ནི་འདོད་ཆགས་
ལ་སོགས་པ་འོ། །འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ནི་ཡུལ་ལ་སྤྱིར་སྤྱོད་པ་འོ། །མཐོང་
བ་དང་བསྟོམ་པ་ནི་མཐོང་བའི་ལམ་དག་གོ། །དོན་བྱས་པ་ནི་བྱ་བ་བྱས་པ་ཉིད་
རོ། །འདི་དག་ཀྱང་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་དང་ཟག་པ་མེད་པའི་གཞི་ལ་བརྟེན་པ་
ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རྟེན་གྱི་བདག་ཉིད་ཡིན་པ་འོ། །

རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཅི་བ་ན་བདག་རང་དབང་ཅན་ལ་སོགས་པའི་རིམ་གྱིས་
གཞི་འོ། །ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་རྟེན་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཞེས་
བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་རིམ་གྱིས་ལྟ་སྟེ། འཛིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དགུ་པོ་འདི་
དག་གང་ཡིན་པ་དེས་བསྟུས་པ་ཡིན་ལོ། །རྟོག་པར་འཛིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་

སྐྱེས་བུ་བཏགས་པར་ཡོད་པའི་རྟེན་ཅན་སྤང་པོ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའོ། །སྐྱེ་
མཆེད་ནི་སྤྱི་དང་ནང་གི་བདག་ཉིད་ཅན་མིག་དང་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་བཅུ་
གཉིས་སོ། །

ཁམས་ནི་མིག་དང་གཟུགས་དང་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་ལ་
སོགས་པའི་དབྱེ་བས་རྣམ་པ་བཙུག་དོ། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ནི་
གྲགས་པར་ཟད་དོ། །རྣམ་པར་བྱང་བ་ནི་སྤང་ན་ལས་འདས་པའོ། །མཐོང་བ་དང་
བསྐྱོམ་པ་དང་བྱད་པར་དང་མི་སྟོབ་པའི་ལམ་སྟེ་བཞིའོ། །དེ་རྣམས་དང་འཛིན་
པའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གང་ཡིན་པ་འདི་རྣམས་ནི་བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔའ་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་གཞིའི་རྩོ་བ་ལ་སོགས་པ་
བཞི་དང་གངས་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་
བཞི་དང་ལྡན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བཤད་ཟིན་ཏོ། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་མཐའ་ཡས་པ་
ཡིན་ན་ཡང་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་ཡིན་པའི་བྱེད་ལམ་དུ་གཏོགས་པ་ཁོ་ནའི་རྣམ་
པར་རྟོག་པ་བསྟན་གྱི་དེ་ལས་གཞན་པ་ནི་ཅི་ཡང་མི་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་སྤང་བར་
བྱ་བ་མ་ཡིན་ཞིང་སྤང་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པས་ཉེས་པ་མེད་དོ། །

ཆོག་སྲུ་བཅད་པ་སྐྱར་བ་དང་མཐུན་པར་ཞེས་བྱ་བ་ནི། དམིགས་པ་དང་
ནི་རྣམ་པ་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་རིམ་གྱིས་ཡོངས་སྲུ་འཛིན་པ་སྤར་
གསུངས་ནས་ཡང་མཐུག་ཐོག་སྲུ་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོག་སྲུ་བཅད་པ་གསུངས་
སོ་ཞེས་བྱ་བར་སྐྱར་བའོ། །ཡང་ན་དེའི་སྟོབས་ཀྱི་རི་སྐད་དུ་བཤད་པའི་བྱད་པར་
དུ་འབྱུང་རོ་ཞེས་བྱ་བར་སྐྱར་རོ། །ཡོངས་སྲུ་འཛིན་པའི་དབང་གིས་རྣམ་པར་

རྟོག་པ་བཞི་པོ་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་དང་སྤྱོད་མཛད་མ་ཡིན་པ་བསྟན་པར་བྱ་བའི་
 ཕྱིར་སེམས་མི་འགོད་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། ཉན་ཐོས་
 རྣམས་ཀྱི་སྟོན་པ་པོ་ནི་སྤྱི་དང་ནང་དུ་ལྟ་བ་ཡོད་པས་དེ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་
 བར་དགོངས་སོ། །

བཙུག་ལྟན་འདས་ཉིད་ལམ་དེ་སྟོན་པར་མཛད་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཐོས་པ་མ་
 ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་དེ་རྣམས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་འབྲ་བར་མི་
 དམིགས་པ་ལ་དམིགས་པར་འགྱུར་ན་བདེན་མོད་ཀྱི་འདི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་
 ལོ། །ཡང་ན་བཙུག་ལྟན་འདས་རྣམས་པར་རྟོག་པ་མི་མངའ་བ་དེའི་དབང་གིས་
 དངོས་པོ་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པའི་ལམ་རང་གི་བསམ་པའི་དབང་གིས་ཞུགས་པ་
 ཡིན་དུ་ཟིན་ན་ཡང་འོན་ཀྱང་ཡང་དག་པར་འཛིན་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡང་དག་
 པར་སྟོན་པར་མཛད་ན་ཡང་དེའི་བསམ་པའི་དབང་གིས་གཞན་དུ་འགྱུར་བའི་
 ཕྱིར་རོ། །འདིར་བཙུག་ལྟན་འདས་ཀྱི་ཉེས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཅན་གྱི་བསམ་
 པའི་དབང་གི་སྐབས་དང་འབྲ་བར་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་འཛེག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡང་
 དག་པར་སྟོན་པར་མཛད་པ་ཡིན་ན་ཡང་དེ་ལྟར་སྟོན་ལམ་བཟབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཉན་ཐོས་ཉིད་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ལྟ་བ་སྐྱེས་པ་ཡིན་ཏེ་གང་གི་ཕྱིར་
 རང་གི་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་གྱི་དབང་གིས་སྤིད་པ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་རྣམས་པར་
 བསྐྱོས་པའི་བག་ཆགས་ཀྱིས་བཙུག་ལྟན་འདས་དོན་དམ་པར་དངོས་པོ་ཡོད་པར་
 ཞལ་གྱིས་བཞེས་པ་དང་དེ་བཞིན་དུ་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པའི་ལམ་གྱིས་ཤེས་
 བའི་སྐྱེབ་པ་སྤོང་བ་ལ་ཞུགས་པར་རྟོགས་པ་ཡིན་ལོ། །དེ་ལྟར་ན་ནི་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་

ནུམས་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་འདི་ཉིད་ལས་གཞན་གྱི་
ཆོས་ནུམས་ཀྱང་ཡོད་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འོག་ནས་བཤད་པ་ཡིན་རོ། །

བསྐྱབ་པ་དང་ལྷན་པ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ། རྟོགས་པ་ཡི་ནི་ཆོས་
བྱུག་སྟེ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ནུམ་པ་བྱུག་གི་རྟེན་ཞེས་བྱ་བ་
གཞི་ལ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྒྱུད་ཀྱི་རིགས་ཡིན་རོ་ཞེས་བཤད་པར་
བྱའོ། །གལ་ཏེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྟེན་པའི་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཆོས་གང་ཞིག་
ཡིན་ཞེས་རྟོགས་པ་ལ། དེར་དེ་བསྐྱེད་པའི་རིམ་གྱིས་ཆོས་དེ་བསྐྱན་པར་བྱ་བའི་
ཕྱིར་གཉེན་སོ་དང་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་ཏེ། གཉེན་སོ་དང་ནི་སྤོང་
བ་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱོམ་པའི་རབ་ཀྱི་མཐར་ཐུག་པ་ལ་གནས་པའི་སེམས་
ཀྱི་ཁྱད་པར་དང་དེས་སྤང་བར་བྱ་བ་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་དག་གོ། །གཉེན་སོ་
དང་མི་མཐུན་པ་དེ་དག་སྤངས་པ་སྟེ། དེ་དག་ཡོངས་སུ་གཏུགས་པ་ནི་དེའི་ནུམ་
པར་རྟོག་པ་ཟད་པའོ། །

ཤེས་རབ་དང་སྟོང་བཅེར་བཅས་པ་ནི་ཤེས་རབ་དང་སྟོང་རྗེ་དག་གོ། །སྟོབ་
མ་ཐུན་མོང་མིན་ཉིད་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་དང་ཐུན་མོང་མ་
ཡིན་པའི་ཆོས་སོ། །གཞན་གྱི་དོན་གྱི་གོ་རིམས་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེའི་བསམ་
པ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཐེག་པ་གསུམ་སྟོན་པའི་རིམ་པའོ། །ཡེ་ཤེས་རྩ་བ་མི་
མངའ་བར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་གྱི་དོན་གྱི་ཡེ་ཤེས་རང་གི་རང་གིས་སྟེ་བ་ཡིན་
པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་སྤར་གྱི་རྟེན་བཤད་པ་དང་བཅས་པར་འགྲེལ་པ་ལས་བསྐྱན་པ་
ནི་རེ་ཞིག་དང་པོར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། རེ་ཞིག་དང་པོར་འཛིག་རྟེན་

པའི་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མ་ཐུན་པ་རྩོ་བ་ལ་སོགས་པ་སྐྱེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་
རྟོ། །དེའི་འོག་ཏུ་འཛིག་ཉེན་ལས་འདས་པའི་མཐོང་བའི་ལམ་དང་བསྐྱོམ་པའི་
ལམ་སྐྱེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྟོ། །

དེའི་འོག་ཏུ་དེ་དག་སྐྱེས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་རྩོ་བ་ལ་སོགས་པ་
དང་མཐོང་བ་ལ་སོགས་པའི་ལམ་སྐྱེ་བའི་མ་ཐུས་རྒྱན་པོ་སྤྱད་བ་དང་སྒྲོ་འཕར་
བཅད་པ་ལྟ་བུར་ཞེས་བྱ་བ་སྐྱད་ཅིག་མ་གང་ཁོ་ན་ངི་ལྟར་རྒྱན་མ་གཅིག་བཏོན་
ནས་སྐྱད་ཅིག་མ་དེ་ཉིད་ཁོ་ན་ལ་གཞན་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་འཇུག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་
སྒྲོ་འཕར་བཅད་པ་སྟེ། དེ་འཇུག་པའི་སྒྲོ་གཅོད་པ་དང་འབྲ་བར་དུས་མཉམ་དུ་
གཉེན་པོའི་ཕྱོགས་མ་ལུས་པར་ཡོངས་སུ་དག་པའི་སེམས་ཀྱི་བྱུང་བར་རྣམས་
དང་མི་མ་ཐུན་པའི་ཕྱོགས་སྤང་བར་བྱ་བས་ཉོན་མོངས་པའི་སེམས་ཀྱིས་བྱུང་
བར་དེ་དག་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་སྐྱེ་བ་དང་འགག་པ་འབྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ།
གཉེན་པོ་དང་ནི་སྤྱོད་བ་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་འོག་ཏུ་དེ་དག་
མི་དམིགས་པས་ཞེས་བྱ་བ་དམིགས་པར་བྱ་བའི་བདག་ཉིད་ཡང་དག་པར་ན་
སྤྱོད་པ་ཉིད་ཡིན་པས་གཉེན་པོ་དང་མི་མ་ཐུན་པའི་ཕྱོགས་སྐྱེ་བ་དང་འགོག་པ་
དང་ཉེ་བར་དམིགས་པས་སྐྱེ་བ་དང་འགོག་པ་དང་གཉེན་པོ་སྐྱེ་བ་མི་མ་ཐུན་པའི་
ཕྱོགས་འཛིག་པ་དེ་དག་དང་ལྡན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་སྟེ།

ཉོན་མོངས་པའི་བསམ་པ་སྤངས་པས་བདག་ལ་ཡང་དག་པའི་བསམ་པ་
སྐྱེས་སོ་ཞེས་ཀྱང་དུ་རྟོག་པ་དེ་སྤངས་པ་སྐྱེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་དག་ཡོངས་སུ་
གཏུགས་པ་དང་། །ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་འོག་ཏུ་སངས་རྒྱས་སུ་གྱུར་ནས་

གཞན་གྱི་དོན་བྱའོ་ཞེས་སྟོན་གྱི་སྟོན་ལས་དང་དེ་ལ་སྟོན་པ་ལ་སོགས་པ་ཐབས་ལ་མཁས་པ་གང་ཡིན་པ་སྟེ།

སེམས་མི་འགོང་བ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་འཁོར་བ་དང་ཟུ་
ངན་ལས་འདས་པ་ལ་མི་གནས་ཤིང་སྤྱིད་པ་དང་ཞི་བ་ལ་མི་གནས་པ་དེའི་
མཚན་ཉིད་སྟེ་དེའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ཤེས་རབ་དང་སྟོང་རྗེ་དག་གིས་ཤེས་རབ་
དང་ཐབས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་སྟེ་བའི་ཕྱིར། ཤེས་རབ་སྟོང་བཅེར་བཅས་པ་དང་། །ཞེས་
བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་འོག་ཏུ་དེ་དག་སྟེས་པས་ཞེས་བྱ་བ་ཤེས་རབ་དང་ཐབས་
ཀྱི་ཡེ་ཤེས་གཉིས་སྟེས་པས་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་སྟེ།
ཆོས་གང་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་དང་མཉམ་པ་མ་ཡིན་པ་སྟོབས་བཅུ་ལ་
སོགས་པ་དེ་སྟེ་བའི་ཕྱིར། སྟོབ་མ་ཐུན་མོང་མིན་ཉིད་དང་། །ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་
ནོ། །

དེའི་འོག་ཏུ་བསམ་པ་རི་ལྟ་བུ་བཞེན་དུ་གདུལ་བྱ་ནམས་ཀྱི་སྟོང་པ་ལས་མ་
འདས་པས་བཞུགས་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ལྗེས་པོར་དགོངས་པའི་སྟོན་ནས་ཞེས་བྱ་
བ་གལ་ཉི་དང་པོར་ཆོས་དང་གང་ཟག་ལ་བདག་མེད་པ་ཐོས་པས་སྒྲག་ནས་ཟུ་
སྟེགས་པའི་ལྟ་བུ་ཉིད་ལ་གནས་པར་འགྱུར་བས་སྟོང་རྗེས་བྱ་གཅིག་པ་དང་འབྲ་
བར་མཚོད་སྟོན་ལ་སོགས་པ་ལ་སྟོག་གཅོད་པ་ལ་སོགས་པ་དང་ཐོག་མ་མེད་
པའི་དུས་ནས་གོམས་པའི་རྟག་པ་དང་ཆོངས་པ་ལ་སོགས་པའི་ལྟ་བུ་ལས་བརྒྱུག་
ནས་ཐེག་པ་གཉིས་ལས་གསུངས་པའི་དགོ་བ་བཅུའི་གཞི་དང་མི་རྟག་པ་ལ་
སོགས་པའི་ལྟ་བུ་ལ་བཅུག་ཅིང་ངལ་སོ་བ་སྟོན་དུ་འགྲོ་བས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་

གཞག་པའི་བསམ་པའི་ཐབས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་ལམ་ལ་བཀོད་པ་
གང་ཡིན་པ་དེའི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གཞན་གྱི་དོན་གྱི་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་དེ་ལས་
འབྱུང་བའི་ཕྱིར། གཞན་གྱི་དོན་གྱི་གོ་རིམས་དང་། །ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

དེའི་ཐོག་ཏུ་འཁོར་བ་རི་སྤྱོད་ཀྱི་བར་དུ་ཕྱིའི་མཚན་མ་དང་འབད་པ་དག་
སྒྲིང་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མཚན་མ་མེད་ཅིང་ལྷན་གྱིས་བྱུང་བར་གཞན་གྱི་དོན་
གྱི་ཡེ་ཤེས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། ཡེ་ཤེས་རྩོལ་བ་མི་མངའ་བར། །ཞེས་བྱ་བར་བཤད་
པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་གོ་སྤྱོད། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དབའ་
ནི་སྒྱུ་མའི་སྒྱུས་བྱ་ལྟར་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་ཞེན་པ་མེད་པ་ཉིད་དུ་སྒྲོབ་པ་མ་ཡིན་
ནམ། རི་ལྟར་ཡང་དག་པར་ན་རྟེན་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་མི་རིགས་སོ་ཞེས་རྟོག་
པ་ལ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་གཏན་ལ་དབབ་པ་ནི་བསྐྱབ་པའི་ཆོས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་
སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱབ་པའི་ཆོས་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པའོ། །དེའི་
གནས་སྐབས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ནི་གདུལ་བྱའི་བྱེ་བྲག་ལས་རང་བཞིན་བྱེ་བའོ། །དབྱེ་བ་
དེས་ཡང་དག་པར་ན་དེ་ལས་གཞན་པའི་རང་བཞིན་མི་རིགས་པས་ཆོས་ཀྱི་
དབྱིངས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཁོ་ན་རི་སྒྲིང་དུ་བཤད་པའི་ཆོས་ཀྱི་གཞིར་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ།
གཉེན་སོ་དང་ནི་སྒྲིང་བ་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཆོས་བྱུག་གི་རྟེན་ཡིན་
ནོ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དབའ་རྣམ་པ་བརྒྱ་གསུམ་ལ་རིགས་ཞེས་བསྟན་ཏོ། །ཞེས་
བྱ་བ་ནི་དེས་པའི་ཆོག་ཏུ་ན་ཡོན་ཏན་བསྐྱེད་པའི་དོན་གྱིས་ན་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་རིགས་
ཞེས་བྱའོ་ཞེས་ཡུམ་ལས་བཤད་དོ། །ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་

བའི་འོག་ནས་བཞད་པའི་ཆིགས་སུ་བཅད་པ་བྱེད་སྤྱི་མས་ནི་ཕྱོགས་སྤྱི་མ་སྟོན་
བའི་བྱར་གྱིས་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ནི་གལ་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་
ཏེ། ཡང་དག་པར་ན་དེ་ལས་གཞན་པའི་རྒྱ་ཡོད་པར་མི་འཐད་པས་ཆོས་ཀྱི་
དབྱིངས་ཁོ་ན་སྟེ།

གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཉིད་འཕགས་པའི་ཆོས་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་
ཞེས་བྱ་བ་སྟོབས་བརྩུ་ལ་སོགས་པའི་ཡིན་ཏན་ཐོབ་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་
རྟོ། །གལ་ཏེ་དེའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི། །ཞེས་བྱ་བ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་བདག་ཉིད་
ཅན་རྟོ། །སྤྱི་མ་མེད་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ནི་སྟོབས་བརྩུ་ལ་སོགས་
པའོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤང་བོ་ལ་
སོགས་པ་མེད་པས་ཤེས་པ་ཅན་གྱི་ཚུལ་ལོ། །རིགས་ནི་ཆོས་ཉིད་དུ་བརྟགས་
པའོ། །ཅི་ལ་ཡོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེའི་ཆེ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་
དབྱེ་བ་མེད་པ་ལས་ཅིར་འགྱུར་ཞེ་ན། འདི་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་གནས་པ་ཡིན་ཏེ།
ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་བརྒྱད་པའི་ཆོས་ཉིད་ལས་ཐོབ་པ་ཡིན་ལ། འདི་ནི་
ཆོགས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། སྟོན་གྱི་དགེ་བའི་རྩ་བ་གོམས་པ་ལས་ཐོབ་པ་
ཡིན་རྟོ། །

འདི་ནི་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་དང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རིགས་
སུ་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུ་ཆེན་པོས་ཀྱང་བསྒྲིག་པར་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་རྟོ། །འདི་ནི་
ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་རིགས་མ་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུ་གྱིས་བསྒྲིག་ཏུ་འདོད་པ་
ཡིན་པའི་ཕྱིར་རིགས་ཐ་དད་པ་ཞེས་བྱ་བར་རིགས་པ་མ་ཡིན་རྟོ། །དེ་ལྟར་ན་བྱང་

ཆུབ་སེམས་དབང་ཁོ་ན་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས་འབང་ཞིག་
རིགས་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་མི་རིགས་ཏེ།

ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་རིགས་ཀྱང་རིགས་ཉིད་དུ་འདྲིར་འདོད་པ་ཡིན་
པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཁྲོལ་བ་པོ་གཞན་གྱི་བསམ་བ་ཡིན་ལོ་སྒྲུལ་བ་ཞེས་བྱ་
བ་དེ་ལྟར་སྐྱེ་བོ་སྒོ་དམན་པ་ལྟར་མངོན་པར་མི་ཤེས་པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་ངོར་ཞེས་བྱ་
བ་ལ་བརྟེན་པའི་དབང་གིས་དེ་མི་ཤེས་པ་བསམ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དོགས་པ་བསུ་
བ་སྒྲར་གསུངས་ཤིང་ཁྲོལ་བ་བསྐྱངས་ནས་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་
གསུངས་སོ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རོ། །དེ་ལ་ཁྲོལ་བའི་དོན་ཁྲེད་སྒྲ་མའི་ལན་ནི་རི་
ལྟར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་
ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་སྟེ་རྟོགས་པའི་རིམ་གྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
གོང་ནས་གོང་དུ་ཤེས་པའི་གོ་རིམས་ཀྱིས་རི་ལྟར་ཏེ་རི་ལྟ་བར་དམིགས་པ་
བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དབང་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷག་
མའོ། །དེ་བཞིན་དུ་དེ་དང་འབྲ་བར་འཕགས་པའི་ཆོས་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་
དམིགས་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པར་སྦྱར་རོ། །

དེས་ཅིར་འགྱུར་ཞེ་ན། རིགས་ཉིད་དུ་ཐ་སྙད་འདོགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་བྱང་
ཆུབ་སེམས་དབང་ཁོ་ན་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་རིགས་སུ་ཐ་སྙད་དུ་བྱེད་
དོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཁོ་ན་རྒྱར་གྱུར་པར་རྣམ་པར་གཞག་པ་
ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཡང་དག་པར་ན་དེ་ལས་གཞན་པའི་རྒྱ་ཡོད་པར་མི་འཐད་པས་
ཐེག་པ་གསུམ་གྱིས་རིགས་ཀྱི་རྒྱ་ཉིད་བྱང་ཆུབ་སེམས་དབང་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་

ཀྱི་བདག་ཉིད་ཁོ་ན་ཡིན་པར་མདོ་སྡེ་ལས་བསྟན་པའི་སྤྱིར་ལུང་ལས་ཆོས་ཀྱི་
དབྱིངས་ཀྱི་རང་བཞིན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྒྱུར་བྱས་ནས་སྦྱིར་ཐེག་པ་
གསུམ་འབྲས་བུ་ཡིན་པ་ལ་བརྟེན་ཏེ།

རྩི་ལྟར་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་རྣམ་པར་གཞག་པ་དེ་
བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་གནས་སྐབས་སུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་
རིགས་ཤེས་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྦྱིའི་དོན་ཡིན་ནོ། །ཐེག་པ་གསུམ་
དབྱེར་མེད་པའི་སྤྱོད་ལས་ལྟར་ན་ཡང་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་
གཉིས་ཁས་སྦྱངས་པ་དེ་རིགས་པའི་དཔེས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རིགས་སུ་
རྣམ་པར་གཞག་པ་གང་ཡིན་པ་དེའི་སྤྱིར་དཔེ་མ་བྱུང་བའི་དོགས་པ་མི་
བྱའོ། །ལན་ཅིག་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ལན་གཞན་དུ་གསུངས་ཏེ་ཞེས་
བྱ་བ་ནི་ཡང་དག་པར་ན་ཏེན་དང་བརྟེན་པ་པོའི་དངོས་པོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན་ཡང་
ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་མོང་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་ཐེག་པ་གསུམ་པོ་མདོན་སུམ་
དུ་བྱ་བའི་སྤྱིར་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་བརྟེན་པ་པོ་
ཉིད་དུ་ཡོངས་སུ་བརྟགས་ནས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རིགས་ཡིན་པར་རྣམ་
པར་གཞག་པའི་སྐབས་སུ་ཐེག་པ་གསུམ་ཀྱི་རིགས་སུ་རྣམ་པར་གཞག་པ་
ཆོགས་སུ་བཅད་པ་བྱེད་འོག་མས་ལན་བཏབ་པ་ནི་བརྟེན་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཞེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

ལུང་ལས་འཕགས་པའི་གང་ཟག་ཐམས་ཅད་ནི་འདུས་མ་བྱས་ཀྱིས་རབ་དུ་
བྱེ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར་དང་པོ་ཁོ་ནར་རིགས་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ་

སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་། ཐར་པ་དང་རེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་རྣམས་
ནི་དེ་སྟོན་དུ་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་ནམ་ངེ་ལྟར་ན་དེ་ལྟར་བཤད། བདེན་མོད་ཀྱི་འདི་ནི་
དོན་གྱི་གོ་རིམས་ཡིན་ལ་འདི་ཡང་བསྟན་པའི་གོ་རིམས་ཡིན་ཏེ། འབྲས་བུ་གང་
ཡིན་པ་བསྟན་ནས་དེའི་འོག་ཏུ་རྒྱ་བསྟན་པ་ཡིན་པས་ཉེས་པ་མེད་དོ། །རི་སྐད་དུ་
བཤད་པའི་བསྐྱབ་པ་སྟེ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པར་མི་དམིགས་པའི་མཆོན་
ཉིད་དུ་སྒྲུང་བཤད་པའོ། །

དེའི་རྟེན་དུ་གྱུར་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་དམིགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་དོན་ནི་རེ་ཞེག་དང་པོར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། དང་པོར་སྦྱོར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐོག་མར་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་
པ་དང་ཐུན་མོང་དུ་བཤད་པ་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་དང་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་སྟེ་
ལྷང་བར་བྱ་བ་དང་དོར་བར་བྱ་བ་དང་བཏང་སྟོམས་སུ་བྱ་བའི་གནས་རྣམས་
སོ། །གང་ཡིན་ཞེ་ན། གོ་རིམས་བཞིན་དུ་དགེ་སྦྱོང་གི་ཚུལ་ཉིད་དང་སྟོག་གཅོད་
པ་ཉིད་དང་། ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་ལུས་ཀྱི་ལས་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ། དགེ་
སྦྱོང་གི་ཚུལ་ནི་བྱི་མ་མེད་པའི་ལམ་དང་། བསམ་བཞིན་དུ་འབྲུལ་པ་མེད་པར་
གཞན་གྱི་སྟོག་གཅོད་པ་དང་ཤེས་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་ལུས་ཀྱི་ཉེས་པར་སྦྱོད་
པའི་ལས་རྣམས་སོ། །

སོགས་པའི་སྒྲ་ནི་རེ་རེ་ཞིང་སྒྱུར་ཏེ། ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། མ་བྱིན་པར་ལེན་
པ་དང་། དག་གི་ཉེས་པར་སྦྱོད་པའི་ལས་ལ་སོགས་པ་སྟེ། ཆོས་གསུམ་པོ་དེ་དག་
གོ། །དེའི་འོག་ཏུ་དེ་དག་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་སྒྲུང་བཤད་པ་རྣམས་སོ། །སྟག་མ་རྣམས་

ཞེས་བྱ་བ་ས་བོན་རུལ་བ་དང་འབྲ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ལུང་དུ་མ་བསྟན་བ་དོར་ལ་གང་
དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བའི་ཆོས་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་འཇིག་རྟེན་པ་ལ་སོགས་པ་
རྣམས་པ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་བཞི་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་དེ་རྣམས་ཉིད་རེ་རེ་ཞིང་འཇིག་
རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་དང་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་དང་ཟག་པ་མེད་པའི་
དབྱེ་བས་སྤང་པོ་རྣམས་པ་བཞི་ཉིད་དོ། །

དེ་ནི་གངས་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་ཀྱིས་བསྐྱས་པ་ཡིན་
པའི་སྤྱིར་འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་ཏེ། གྲེས་པའི་སྐྱེ་བོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པའོ། །ཡང་དག་པའི་འཕགས་པའི་ལམ་ཀྱིས་བསྐྱས་པའི་སྤྱིར་འཇིག་རྟེན་ལས་
འདས་པ་སྟེ། འཕགས་པའི་སྐྱེ་བོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ། །བདག་ཏུ་ལྟ་བའི་
གཉིན་པོ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་འཇིག་རྟེན་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཟག་པ་དང་
བཅས་པ་སྟེ། བདག་ཏུ་ལྟ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ། །བདག་ཏུ་ལྟ་བའི་གཉིན་
པོ་ཉིད་ཡིན་པས་ན་དེར་ལྟ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟེ། འཇིག་རྟེན་པ་དང་
འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་དང་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་དང་ཟག་པ་མེད་པ་སྟེ་
བཞི་འོ། །རྒྱའི་ལྟན་ཅིག་བྱེད་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་སྤྱིར་རྒྱ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པ་ཡིན་ནོ། །

ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པ་བསམ་པས་རང་ཉིད་སྐྱེ་བའི་སྤྱིར་རྒྱ་ལ་མི་
ལྟོས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ་འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་གཉིས་
སོ། །འཕགས་པའི་སྐྱེ་བོ་དང་ཞེས་བྱ་བ་སྐྱོས་པ་ལ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་རྒྱུད་ལས་བྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་

པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ནི་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རྒྱུད་ལས་བྱུང་
བའི་ཆོས་ཅན་ལོ། །སྟོབས་བཅུ་ནི་གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་མཁྱེན་པའི་
སྟོབས་ཉེ་དེ་ལྟར་གཅིག་ཡིན་ལོ། །

དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་སོགས་པའི་སྐྱེ་བྱུང་པོ་ལ་སོགས་པ་
རེ་རེ་ཞིང་སྐྱར་བར་བྱ་སྟེ། སྐྱེ་མཆེད་དང་གཟུགས་མེད་པའི་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་
དང་། ཡང་དག་པར་སྟོང་བ་དང་། གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཁམས་དང་། རྟོང་བ་
ཉིད་དང་། གཟུགས་མེད་པ་དང་། མི་འཛིགས་པ་ལ་སོགས་པའོ། །ཡང་དག་པར་
རྫོགས་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་བཤད་ཟིན་ཏོ། །འཕགས་པ་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་སྡེས་
ཉིན་དང་དམིགས་པ་དག་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ནི་རང་བཞིན་གཙོ་བོར་གྱུར་
པ་ནི་རིགས་ཡིན་ལ། འགྱུར་བ་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་ནི་དམིགས་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་
བཤད་དོ། །དང་པོ་ཡུལ་གྱི་ཤེས་པ་རྟོགས་ནས་དེའི་འོག་ཏུ་དེ་བསྟན་པས་སེམས་
ཅན་སེམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་བར་བསྐྱེད་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བའི་སེམས་
ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པས་སེམས་ཅན་ཀྱན་མཆོག་ཉིད་དེ་སེམས་ཆེན་པོ་ཉིད་
དོ། །གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ཅན་ལ་སོགས་པར་ལྟ་བུ་བག་ཆགས་དང་བཅས་
པ་སྤང་བར་བྱ་བའི་སྤྱིར་ཆོས་སྟོན་པས་སྟོང་བ་ཆེན་པོ་ཉིད་དོ། །

འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་མ་ལུས་པ་སྤངས་ནས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་རྟོགས་
པར་བྱེད་པས་རྟོགས་པ་ཆེན་པོ་ཉིད་དོ། །གསུམ་པོ་དེ་དག་སྟེ་ཆེན་པོ་ཉིད་གསུམ་
གང་ཡིན་པའི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་གང་ཡིན་པ་རྣམས་ཆེད་དུ་བྱས་ཤིང་ཐོབ་པར་
བྱ་བའི་སྐྱབ་པ་ལ་འཇུག་པར་འགྱུར་བ་དེས་རང་འགྱུར་གི་ཡེ་ཤེས་ཙམ་གོང་ནས་

གོང་དུ་སྐྱེས་པ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་རྣམས་པ་
གསུམ་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་
ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བ་མི་དམིགས་པར་རྟོགས་པའི་སེམས་དང་ཉོན་མོངས་པ་བག་
ཆགས་དང་བཅས་པར་སྤངས་པ་དང་། དུལ་དང་དུས་ཀྱིས་ཆོད་པ་དང་དངོས་སོ་
སྤྲ་བ་ཡང་ཤེས་པ་མི་སྲིད་པས་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་ལ་བདག་ཉིད་ཆེ་བ་གསུམ་
སོ་འདི་དག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་ཏེ། འདོད་པ་ཅམ་གྱི་ཉོན་
མོངས་པ་སྤོང་བ་མ་ཡིན་པའི་བྱུང་རོ། །སངས་རྒྱས་ལས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་
རྣམས་བྱང་པར་ཡང་དག་པར་ན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་
ཐོབ་པའི་སྐལ་བ་ཡོད་པའི་བྱུང་རོ། །ཞེས་བྱ་བའི་དགོངས་པ་དང་ལྡན་པས་
སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་རང་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་
པ་ཉེས་པ་མེད་དོ། །

དམིགས་པ་ལས་ཆེད་དུ་བྱ་བ་བྱང་པར་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན། ད་ལྟར་གྱི་ནི་
དམིགས་པ་སྟེ་ཉེ་བ་ན་གནས་པའོ། །མ་འོངས་པ་ནི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་སྟེ་རྒྱང་རིང་བ་
ཡིན་པ་ནི་འཕགས་པ་རྣམས་པར་གྲོལ་བའི་སྤེས་མདའ་ལྟོང་སྦྱོར་བ་དང་འབེན་ལ་
སོག་པ་དང་ཆོས་མཐུན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་དོ། །

སྐྱེ་བའི་ཉེན་དུ་གྱུར་པ་ལ་སོགས་པ་ཉེན་དང་དམིགས་པ་དང་ཆེད་དུ་བྱ་
བ་བརྗོད་ནས་སྐྱེ་བ་དེའི་རང་གི་ངོ་སོ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཞེས་འདྲི་བ་ལ། ཐམས་
ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་གསུམ་གྱི་དུལ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་
ལ་སོགས་པའོ། །སྦྱིར་ཏེ་ཐམས་ཅད་ལ་མཛོན་པར་བྱབ་པ་དགེ་བའི་ཆོས་ཀྱི་རྟེན་

ཅན་ཏེ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་གནས་པའོ། །རྣམ་པ་ཀྱུན་མཛོན་པར་རྟོགས་པ་ལ་
སོགས་པ་མཛོན་པར་རྟོགས་པ་རྣམ་པ་བཞི་ལ་མཛོན་པར་རྟོགས་པ་རེ་རེ་ཞིང་
ཞེས་བྱ་བ་རེ་རེའི་བསྐྱོམ་པར་བྱ་བའི་རྟོགས་པ་ལ་སོགས་པའོ། །

པ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་བྱུག་གི་རྟེན་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་
བརྟེན་པའི་བྱ་བ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ནི་སྐྱབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཆོས་ཀྱི་སྐྱའི་མཛོན་པར་
རྟོགས་པ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་དཀར་པོ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་གནས་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་
བྱིར་མ་བཤད་དོ། །དེ་ལྟར་བསྐྱབ་པ་རྣམ་པར་གཞག་ནས་སོ་སོའི་མཆན་ཉིད་
བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་འོག་ནས་བཤད་པའི་རིམ་
པས་སྒྱུར་བ་དང་མཐོང་བ་དང་། བསྐྱོམ་པ་དང་བྱུང་པར་གྱི་ལམ་སྟེ། བཞི་པོ་དེའི་
ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱབ་པའི་མཆན་ཉིད་གོ་ཆ་ལ་སོགས་པ་འོག་ནས་བཤད་པ་དེ་
རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་དགེ་བའི་ལས་ལ་སྒྲོ་བའི་
བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ན་དང་པོ་གོ་ཆའི་བསྐྱབ་པ་གསུངས་པ་ཡིན་
ནོ། །སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ་སྤྱིན་པ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སོགས་པའོ། །

རྣམ་པ་བྱུག་ལ། དེ་དག་སོ་སོར་བསྐྱས་པ་ཡིས། ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱིན་པ་ལ་
སོགས་པ་དེ་རྣམས་ཉིད་སོ་སོའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་བྱིར་རོ། །གོ་ཆའི་བསྐྱབ་
པ་གང་ཡིན་པ་ནི་ཐོག་མ་ཁོ་ནར་བྱང་ཆུབ་པའི་བར་དུ་དོན་གྱི་བྱ་བ་དམ་བཅས་
པ་ཉམས་སུ་ལེན་པའོ། །དེ་ནི་རི་རྒྱད་དུ་བཤད་པའི་འཁོར་གསུམ་རྣམ་པར་དག་
པ་ལ་སོགས་པས་ཡུམ་གསུམ་ཅར་ལས་བྱུག་ཆན་བྱུག་གིས་ཏེ། རྣམ་པ་སུམ་ཅུ་
ཅ་བྱུག་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་གསུངས་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་

དོན་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྦྱོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཡོངས་སྦྱོང་ལ་
སྦྱོས་པ་མེད་པས་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡང་དག་པར་ལེན་པར་བྱེད་དོ། །ཚུལ་ཁྲིམས་
རྗེས་སུ་བསྐྱུང་བས་ནི་བཟོད་པ་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་རོ། །

སྦྱོ་བ་བརྒྱུག་པར་རུས་ན་བཙུན་འགྲུས་ཚོམ་མོ། །ལེ་ལོ་དང་བྲལ་ན་བསམ་
གཏན་རྫོགས་པར་བྱེད་དོ། །བསམ་གཏན་སྤུན་སྦྱུང་ཆོགས་པ་ནི་འདིག་ཏེན་
ལས་འདས་པའི་ཤེས་རབ་ཐོབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་
པར་རྟོགས་པའི་གོ་རིམས་ཀྱིས་བསྟན་ཏོ། །དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཆོས་ཀྱི་
སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཆོས་དང་ཟང་ཟེང་གི་སྦྱིན་པ་རབ་ཏུ་སྦྱིན་པར་བྱེད་པ་
དང་། བདག་ཉིད་གཅིག་ཕྱུ་དུལ་བར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་སེམས་ནི་
ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཡིད་ལ་བྱེད་པའོ། །སོགས་པའི་སྦྱས་ནི་དངོས་པོ་མི་རྟག་པ་ལ་
སོགས་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྟེ། དེ་སྤང་བ་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་སོ། །སྦྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་
ཀྱིས་མི་སྟན་པར་སྦྱ་བ་ནི་གཤེ་བ་ལ་སོགས་པ་བཟོད་པའོ། །དེ་བཟོད་པ་ནི་བཟོད་
པའོ། །འདུན་པ་ནི་དགེ་བ་མངོན་པར་འདོད་པའོ། །དེས་བསྐྱེད་པ་ནི་བཙུན་འགྲུས་
སོ། །

ཐེག་པ་གཤམ་དང་མ་འདྲེས་པའི་སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་ཉིད་ནི་ཉན་ཐོས་ལ་
སོགས་པའི་ལམ་དང་ཐ་དད་པར་ཆོས་ཐམས་ཅད་མི་དམིགས་པ་ལ་དམིགས་པ་
ནི་བསམ་གཏན་ནོ། །སྤྲོ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སྦྱོ་བར་
བྱེད་པ་ནི་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་བསོད་ནམས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཆང་གྱུ་
བ་ཉིད་དུ་ཡོངས་སུ་བསྦྱོ་ཞིང་སྟོབས་པ་ནི་ཤེས་རབ་པོ། །འདི་རྣམས་ལ་སྦྱིན་

བར་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྦྱིན་པར་བྱ་བ་དང་། སྦྱིན་པ་པོ་ལ་སོགས་པ་དེར་གང་མི་དམིགས་པ་སྟེ། དེར་གོ་ཆ་བགོས་པ་ཉིད་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་པའི་བར་དུ་བཙུན་འགྲུས་བརྩམས་པས་སོ། །

སྦྱིན་པའི་སྤྱོད་པ་ལ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྤངས་པས་འདིར་གཞན་གྱི་དོན་ལ་དམ་འཆའ་བ་ནི་ཆུལ་ཁྲིམས་སོ། །དེ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་སྦྱིན་པ་དང་། བཟོད་པ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་ནི་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་མེད་པར་གཞན་གྱི་དོན་བྱ་བར་མི་འཐད་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་བཟོད་པ་དང་ལྡན་ན་སེམས་ཅན་དབང་དུ་འགྱུར་རོ། །འདིར་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་སྦྱིན་པ་དང་ཆུལ་ཁྲིམས་དང་བཙུན་འགྲུས་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཁོ་ན་མེད་ན་དག་པོ་ཞི་བར་འགྱུར་བས་སེམས་ཅན་རྣམས་དང་རྗེས་སུ་མ་ཐུན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བའི་བྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་བཙུན་འགྲུས་ནི་དགེ་བའི་ལས་ལ་སྟོབ་པ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་དང་ལྡན་པ་ལ་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་དང་བསམ་གཏན་དང་ཤེས་རབ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། བཙུན་འགྲུས་དང་བྲལ་བ་ལ་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་མི་འབྱུང་བའི་བྱིར་རོ། །

དེ་བཞིན་དུ་བསམ་གཏན་དང་ལྡན་པ་ནི་འཁོར་གསུམ་རྣམ་པར་དག་པའི་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་དང་ཤེས་རབ་ནི་ཡོད་ལ་རྣམ་པར་གཡེངས་པ་ལ་དེ་མི་སྲིད་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཤེས་རབ་དང་ལྡན་པ་ལ་དེ་བཞིན་དུ་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་དེ། སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་མེད་པར་སེམས་ཅན་རྣམས་བྱང་ཆུབ་པར་ཡོངས་སུ་བསྟོབ་པའི་དགེ་བ་མི་སྲིད་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་རེ་རེ་

ཞིང་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སོགས་པ་ཁོང་དུ་ཚུད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་
པ་སྦྱོས་པ་ནི་རྣམ་པ་དུག་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་སྦྱིན་པ་ལ་རི་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་ཚུལ་
ཁྲིམས་ལ་སོགས་པ་ལ་མི་དམིགས་པ་ལ་སོགས་པའི་གོ་ཆ་ཉིད་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་ལ་ཡང་སྦྱར་བར་བྱའོ། །དེ་ནི་དེ་ལྟར་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱུང་། །ཞེས་བྱ་བ་
ལ་སོགས་པ་སྦྱོས་པ་ཡིན་ནོ། །

བསམ་གཏན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆིག་ལེ་འུར་བྱས་པའི་དོན་ནི་
བསམ་གཏན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། དང་པོ་ལ་སོགས་པ་
བཞི་ནི་བསམ་གཏན་ནོ། །ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྤྱི་མཆེད་ལ་སོགས་པ་ནི་
གཟུགས་མེད་པའི་སྦྱོམས་པར་འཇུག་པའོ། །སྦྱིན་སོགས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པ་ནི་གོ་སྤྱོད། །ཁམས་གསུམ་པའི་སེམས་ཅན་ལ་བྱབ་པར་དམིགས་པའི་བྱམས་
པ་དང་། སྙིང་རྩེ་ལ་སོགས་པའི་ཆད་མེད་པ་རྣམས་སོ། །དམིགས་པ་མེད་པ་དང་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་གོ་སྤྱོད། །ཡང་དག་པར་གནས་པ་ནི་སྦྱོན་པའི་སེམས་
དང་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་སེམས་ཀྱི་མཐར་ཐུག་པའི་སེམས་སོ། །

དེའི་མཆན་ཉིད་ནི་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་དོ། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་
མཐའ་དག་ཅས་བྱ་བ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པའོ། །དེ་གཞོན་པ་ནི་རིམ་
གྱིས་མི་ལྡོག་པའི་སེམས་ཀྱིས་བགྱོད་པ་སྟེ། དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པས་སོ། །འཇུག་
པའི་སྦྱབ་པ་ཐེག་ཆེན་ལ་འརྩེག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བཤད་ཟིན་ཏོ། །འདིར་ཡང་
རྟོགས་པའི་རིམ་པས་བསམ་གཏན་ལ་སོགས་པའི་རིམ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་རྣམ་པ་
དགའའི་ཞེས་བྱ་བ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་བརྟེ་བ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་དོན་བཤད་པ་ཡིན་ཏེ། ཟུང་དུ་འགྲེལ་བའི་ལམ་ཞེས་
བྱ་བ་ནི་ཤེས་རབ་དང་ཐབས་དག་ནི་མཐའ་གཉིས་སུ་མི་ལྟུང་བ་དང་འགྲེལ་བ་
ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཐབས་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་ཏོ། །

ཐབས་ལ་མཁས་པ་ནི་སེམས་མ་ཁྱུ་པ་ལ་སོགས་པའོ། །ས་དང་གཉེན་པོ་
ནམས་ནི་འོག་ནས་སྟོན་ཏོ། །ཆོགས་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་དོན་དང་ལྡན་པ་ནི་ཀུན་
རྩོལ་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཀུན་རྩོལ་གྱི་བདེན་པ་ལས་མི་
འདའ་བར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དོན་དམ་པ་དང་མི་འགྱུར་པས་ཀུན་རྩོལ་དུ་བསྐྱོམ་པར་
བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡོངས་སུ་བརྟགས་པའོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དོན་མཐའ་དག་
ཅས་བྱ་བ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པའོ། །དེ་བསྐྱབ་པ་ནི་ཉམས་སུ་སྒྲངས་
པས་སོ། །འདི་དག་གིས་ཡང་དག་པར་འཇུག་པའི་ངོ་བོར་ཐོབ་པའི་སྟོན་ས་
ལེགས་པར་བརྟགས་ཤིང་འཛིན་པས་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་སྟེ། བྱང་པའི་སངས་རྒྱུས་
ཉིད་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ངོ། །

སྤྱིང་རྩེ་ལ་སོགས་པའི་དོན་བཤད་ཟེན་པའི་ཕྱིར་བོར་ནས་ཡེ་ཤེས་གྱི་
ཆོགས་ནི་དེ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། རང་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་རང་དང་ཕྱི་ངོལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པར་སྦྱར་ནས་བདེ་སྐྱབ་དུ་
རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བརྟོག་པར་བྱ་སྟེ། རང་གི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ཕྱི་ལ་
སོགས་པ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་ན་མེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རང་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །དེ་
བཞིན་དུ་ཕྱི་འགྲུགས་ལ་སོགས་པ་ནི་ཕྱི་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །དེས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་

པའི་ཕྱིར་དབང་པོས་བསྐྱས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གཉི་ག་སྟེ། ཕྱི་དང་ནང་གཉིས་ནི་
ཕྱི་ནང་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །

གང་ཟག་ལ་སོགས་པར་བརྟགས་པའི་དངོས་པོའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་
ཉིད་ཡིན་ཞིང་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་ནང་གི་བདག་ཉིད་ལ་སོགས་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་
དམིགས་པའི་ཤེས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །སྟོགས་ནི་
སྟོགས་རྣམས་དང་ས་ལ་སོགས་པའི་སྟོང་དང་འགོ་བ་རྣམས་ཀྱི་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་
ཆེན་པོ་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །སྤྱང་ན་ལས་འདས་པའི་ལམ་ནི་སྤྱང་ན་ལས་འདས་པ་
དང་དེའི་ལམ་ནི་དོན་དམ་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །རྒྱུན་ལས་སྦྱེས་དང་ཅིག་ཤོས་
དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ཁམས་གསུམ་པ་ནི་འདུས་བྱས་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །མ་སྦྱེས་པ་ལ་
སོགས་པ་ནི་འདུས་མ་བྱས་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །མཐའ་ལ་སོགས་པ་དོར་མེད་
དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་རྟག་པ་དང་ཆད་པ་དང་བྲལ་བ་ནི་མཐའ་ལས་འདས་པ་སྟོང་
པ་ཉིད་དོ། །ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་དང་དབྱས་དང་བྲལ་བ་ནི་ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་མེད་པ་
སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །དོར་བ་མེད་པ་ནི་གང་དུ་ཡང་གཡེང་བ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་
གནས་མེད་པར་བསྒྲུལ་པའི་ལམ་ནི། དོར་བ་མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །

ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །དངོས་པོ་
ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །ཆོས་སྦྱེ་ལ་སོགས་
འདས་སོགས་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་སྦྱེ་བ་དང་འགག་པ་ལ་
སོགས་པ་ནི་མཆོན་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །འདས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་རྣམས་མི་
དམིགས་པ་ནི་མི་དམིགས་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །ལྡན་དང་ཅིག་ཤོས་ངོ་པོ་

དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ལྡན་པའི་ཆོས་རྣམས་ནི་དངོས་པོ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྟོང་བ་
ཉིད་དོ། །ཉི་བར་ཡིན་པའི་བྱང་པོ་ལྔ་ནི་དངོས་པོའི་སྟོང་བ་ཉིད་དོ། །ནམ་མཁའ་
སྟོང་ཞེས་བྱ་བ་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདུས་མ་བྱས་ནམ་མཁའ་ལ་སོགས་པ་ནི་
དངོས་པོ་མེད་པའི་སྟོང་བ་ཉིད་དོ། །

རང་བཞིན་སྟོང་བ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་སྟོང་བ་ཉིད་དོ། །ཆོས་
གཞན་དངོས་པོ་མེད་པ་ཉིད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་གྱི་ངོ་བོའི་བྱེད་པ་པོ་སྟོང་བ་
ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་གཞན་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་སྟོང་བ་ཉིད་དོ། །སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་
གིས། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ལྟར་ན་སྟོང་བ་རྣམས་ཀྱི་བྱེད་པར་རྣམ་པ་ཉི་ཤུ་ནི་སྟོང་བ་
ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡིན་ནོ། །སྟོང་བ་ཉིད་དང་རྣམ་པ་ཉི་ཤུ་ཡིན་པའི་རྒྱ་ནི་རང་རང་ངོ་
བོས་སྟོང་པའི་བྱིར། །ཞེས་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། མིག་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་རི་སྟོང་
གཞན་རྣམས་ཀྱིས་བརྟགས་པ་དེ་རྣམས་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་སྟོང་བ་ཡིན་པའི་
བྱིར་དང་། དེ་དང་དེར་ཀྱན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པ་དང་གཉི་ག་དག་གིས་ཅི་རིགས་
པར་རྣམ་པར་དབྱེད་ཅིང་བརྟག་པ་མི་བཟོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་སྟོང་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ་
ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོག་པ་སོ། །སའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་སའི་
ཆོག་པ་ཡིན་ཏེ། ཡོངས་སུ་སྟོང་བ་ནི་འདུས་བྱས་པའི་བྱེད་པར་རྣམས་སོ། །

དེ་དག་གྲང་བསམ་པ་ལ་སོགས་པ་བརྒྱ་པོ་འདི་དག་རང་བཞིན་མི་
དམིགས་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །འདི་དག་རང་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པ་ནི་བཤད་ཟེན་ཏོ། །དོན་འདི་ཉིད་ནི་དེ་ལྟ་བུའི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་བརྒྱས་ཞེས་
བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྣམ་པ་

ཀུན་གྱིས་སོ། །བསྐྱེད་པའི་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ས་རབ་ཏུ་དགའ་
བ་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡོངས་སུ་ནི་ཀུན་ནས་ཉེ་ས་རབ་ཏུ་དགའ་
བ་ཡོངས་སུ་སྦྱོང་བའི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཡོངས་སུ་སྦྱོང་བའི་རྒྱའི་བྱ་བར་
བརྩམས་པའི་དག་གིས་སོ། །

ཡང་ངེ་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། རོ་བོ་ཉིད་མི་དམིགས་པས་ཞེས་བྱ་བ་གང་ལ་ལ་ཞིག་
གིས་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་གཞན་གྱིས་བརྟགས་པ་དེ་ཡང་
དག་པ་ཉིད་དུ་ན་སྦྱོང་བ་ཉིད་ཡིན་པས་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་བྱ་བར་དུ་
བྱས་པའི་མཆོན་ཉིད་མི་དམིགས་པས་གང་ལ་ཡོངས་སུ་སྦྱང་བ་སྟེ། འདུས་བྱས་
པའི་བྱ་བར་ཁོ་ནས་བྱའི། དེ་ལས་གོ་བསྐྱོག་པ་བྱ་བའི་བསམ་པ་ལ་སོགས་པ་
ཉིས་པ་གཞན་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །རབ་ཏུ་དགའ་བའི་ས་ལ་བཤད་པའི་ལས་
བརྩམས་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་དེ་རྣམས་ཀྱང་སྦྱོང་བ་ཉིད་དུ་དམིགས་པ་ན་བྱེད་པ་
པོ་ཡིན་གྱི་གཞན་དུ་མི་འབྱུང་རོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཡོངས་སུ་
སྦྱོང་བ་རྣམ་པ་བརྒྱད་པོ་ས་ངེ་མ་མེད་པའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སོགས་
པ་ཡོངས་སུ་སྦྱོང་བ་བྱས་པའི་རྒྱའི་བྱ་བར་སྒྲ་མ་བཞིན་དུ་རོ་བོ་ཉིད་མི་
དམིགས་པས་བྱ་བར་དུ་བྱས་པའི་འདུས་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་འོག་ནས་འབྱུང་
བའི་ཆོག་ལེ་འུར་བྱས་པ་རྣམས་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་བཤད་པར་བྱའོ། །

ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་སྒྲ་བོར་བྱེད་པས་ན་སྦྱངས་པའོ། །དེ་ཉིད་ནི་ཡང་
དག་པར་སྟོམ་པ་སྟེ། དེ་རྣམས་ཉེན་པའོ། །བདག་དང་སེམས་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་དང་། རྣམ་ཐར་སྟོགས་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བདེ་སྐྱབས་ཏུ་ཉོགས་

པར་བྱ་བའི་བྱིར་སྐྱར་བར་བྱ་སྟེ། བདག་ལས་གོ་བོ་སྒྲོག་པ་ནི་རྣམ་པར་ཐར་བའི་
སྒོ་གསུམ་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་གྱི་འཁོར་གསུམ་རྣམ་པར་
དག་པ་ཉིད་དོ། །གང་ཟག་གི་ནི་སྟོང་རྗེའོ། །ཆད་པའི་ནི་སྒྲོམ་པ་མེད་པའོ། །རྟག་
པའི་ནི་ཆོས་མཉམ་པ་ཉིད་དོ། །

མཆོན་པའི་ནི་ཚུལ་གཅིག་ཤེས་པ་ཉིད་དོ། །རྒྱ་དང་ཕྱང་པོའི་ནི་མི་སྐྱེ་བ་
ཤེས་པའོ། །ཁམས་ཀྱི་ནི་ཟག་པ་ཤེས་པའོ། །སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་ནི་ཆོས་རྣམས་རྣམ་པ་
གཅིག་དུ་སྟོན་པའོ། །ཁམས་གསུམ་པ་ལ་གནས་པའི་ནི་རྟོག་པ་ཀུན་དུ་འཇམ་
པའོ། །ཆགས་པ་དང་སེམས་ཀུན་དུ་ཁུམ་པའི་ནི་འདུ་ཤེས་སུ་ལྟ་བའོ། །སངས་
རྒྱུ་དང་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ནི་དགོན་མཆོག་གསུམ་དང་
དེའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ནི་ཉོན་མོངས་པ་སྟོང་བའོ། །ལྟ་བ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་ནི་
ཞི་གནས་ངེས་པར་སེམས་པ་དང་། ལྟག་མཐོང་ལ་ནི་མཁས་པ་དང་། སེམས་
དུལ་བ་ཉིད་དང་། ཐམས་ཅད་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་སོ། །སྟོང་བ་ཉིད་ལ་
ཅོད་པའི་ནི་ཆགས་པའི་ས་མ་ཡིན་པའོ། །དེ་དང་འགལ་བར་བརྗོད་པའི་ནི་གང་དུ་
འདོད་པར་ཞིང་གཞན་དུ་མཉམ་པར་འགྲོ་བའོ། །

ཐམས་ཅད་དུ་བདག་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོར་སྟོན་པ་ཞེས་བྱ་བ་དང་ཉི་ཤུའོ། །བདག་
ལ་སོགས་པའི་ལྟ་བ་མེད་པ་དང་། རྣམ་པར་ཐར་བའི་སྒོ་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་
སྐྱེས་པའི་ཆོགས་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ས་རིང་དུ་སོང་བ་འཐོབ་པར་
འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་རིགས་དང་ཞེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པ་བདེ་སྒྲག་དུ་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་བྱིར་རིགས་དང་བརྒྱད་པ་དང་

ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་སྦྱར་བར་བྱ་སྟེ། ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་རིགས་ནི་
རིགས་ཀྱི་སའོ། །འབྲས་བུ་དང་པོ་ལ་ཞུགས་པ་རྒྱན་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བུ་ལ་
ཞུགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བརྒྱད་པའི་སའོ། །རྒྱན་དུ་ཞུགས་པ་ནི་མཐོང་བའི་
སའོ། །ལན་ཅིག་ཕྱིར་འོང་བ་ནི་བསྐབས་པའི་སའོ། །ཕྱིར་མི་འོང་བ་ནི་འདོད་
ཆགས་དང་བྲལ་བའི་སའོ། །དག་བཅོམ་པ་ནི་བྱས་པ་རྟོགས་པའི་སའོ། །ཞུགས་
པ་གསུམ་ནི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་སའོ། །རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་
ས་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་ས་བརྒྱད་དེ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་རིགས་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་པའི་
བྱད་པར་རྣམས་སོ། །འདིར་རིགས་ཀྱི་ས་ལ་སོགས་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་
རྣམས་ཀྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པས་མིང་ཅུང་ཞིག་བརྗོད་པ་ཡིན་ལ་དེ་
བས་ན་རྒྱ་དང་མཚན་ཉིད་མ་བརྗོད་དོ་ཞེས་བཅད་པར་མི་བྱའོ། །བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔའི་ས་དགུ་ནི་གཅིག་ཡིན་པས་ས་དགུ་འདས་ནས་ཞེས་བཤད་པར་
བྱའོ། །

ཐེག་པ་གསུམ་ཀྱི་དོན་ཐོབ་པ་ནི་ངེས་པར་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི། ཐོབ་
པའི་མཚན་ཉིད་ངེས་འབྱུང་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་དག་ནི་ཚུལ་
ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གོ་སློའོ། །ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་མན་ངག་གི་
བསྟན་བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ལས། སང་གོ་བཟང་པོའི་ཞལ་སྤྲུ་ནས་
ཀྱི་གཞུང་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་དཀའ་འགྲེལ་དུ་བྱས་པ་ལས་སྐབས་དང་པོའི་
འགྲེལ་བ་བཤད་པའོ། །

སྐབས་གཉིས་པའི་འབྲེལ་བཤད་རྟོགས་དཀའི་སྒྲུང་བ།

རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་རྟོགས་པ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་
ལམ་ཤེས་པ་ཉིད་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། རང་བཞིན་གྱིས་འོད་ནི་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་
བའོ། །རྣམ་པར་སྤྲོན་པའི་འོད་ནི་ལས་ལས་སྐྱེས་པའོ། །

ལམ་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་
དོན་ནི། དེ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
འཕགས་པའི་བདེན་པ་རྣམ་པ་བཞིའི་ནང་ནས་སོ། །སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྣམ་པ་བདེན་
པའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མི་རྟག་པ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་དང་སྟོང་པ་དང་བདག་མེད་པ་ཞི་
བའི་རྣམ་པ་བཞི་དང་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་བརྗོད་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱག་
མའོ། །དེ་ནི་སྐྱེ་བ་དང་འཇིག་པའི་ཆོས་ཅན་ཉིད་དང་མི་མཐུན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་མི་
རྟག་པ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་དག་ཏུ་བཤད་ལ། སྤྱག་བསྐྱེད་པ་ཉིད་མི་རྟག་པ་ཡིན་
པར་མཚུངས་སུ་ཟེན་ན་ཡང་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ནི་མི་མཐུན་པ་ཉིད་ཡིན་
ཀྱི་འཕགས་པའི་ལམ་གྱི་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཟག་པ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་འཕགས་པ་
རྣམས་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ཉིད་ཡིན་པར་བལྟའོ། །གཞན་གྱིས་བརྟགས་པའི་
བདག་གི་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱུང་སྟོང་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་བདག་མེད་པའོ། །

རང་ཉིད་བདག་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་དེའི་མཚན་ཉིད་ནི་ཞི་བ་སྟེ། རྣམ་པ་འདི་
དག་གི་རང་བཞིན་མི་དམིགས་པ་ཉིད་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པར་སྐྱུར་

རོ། །འདིས་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ་མི་རྟག་པ་ཉིད་དང་། སྤྱག་བསྐྱལ་བ་ཉིད་དང་། བདག་
མེད་པ་ཉིད་དང་། ཞི་བ་ཉིད་དེ་རྣམ་པ་བཞི་དག་གོ། །ཀྱན་འབྱུང་གི་བདེན་པའི་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་སྐུ་ནི་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་རྩ་བའི་སྐུ་ཡིན་པས་སོ། །

ཀུན་འབྱུང་བ་ནི་འབྲེལ་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་འོ། །རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་ནི་འབྲེལ་ཏུ་
ལེན་ཏུ་སྤྲུག་བསྐྱེད་བའོ། །སྐྱེན་ནི་སྤྲུག་བསྐྱེད་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་
བའི་འོ། །དེ་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི་ནད་དེ། མ་ཞུ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། འབྲས་དང་
བྲག་རྩ་ནི་གྲགས་པར་བྱ་དོ། །སྤྲིག་པ་ནི་འཛོམས་པ་སྟེ། རྣམ་པ་འདི་རྣམས་ཀྱི་
ངོ་བོ་ཉིད་མི་དམིགས་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་སྤྲ་མ་བཞིན་འོ། །འདིས་ནི་རྒྱུད་ལ་
སོགས་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་བཞི་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ་ནད་ཉིད་དང་། འབྲས་
ཉིད་དང་། བྲག་རྩ་ཉིད་དང་། སྤྲིག་པ་ཉིད་དོ། །སྤྲར་བཤད་པའི་བདེན་པ་དག་གི་
རྣམ་པ་གཞན་དག་ནི་ཡིད་འབྱུང་བ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་
ཏེ། ཡིད་འབྱུང་བ་ནི་སྐྱེ་བའོ། །འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་བྱ་བ་ནི་ཡུལ་ལ་རྒྱབ་
ཀྱིས་སྤོགས་པའོ། །འགོག་པ་ནི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་མི་རྒྱུ་བའམ་
སེམས་སྤུ་བར་འཇུག་པའི་གནས་སྐབས་སོ། །

དེའི་དོན་གྱི་ཕྱིར་ཁྱེད་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་ཉམས་སྲུང་ལེན་པ་དང་ལྷན་པར་འབྲུང་བའི་
 ཞེས་འབྲུང་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉན་ཆོས་ཀྱི་ཕྱང་ལས་གསུངས་པ་སྟེ། སྤྱད་
 བསྐྱལ་བ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པར་རྗེས་སྲུང་བར་བྱའོ། །ཡིད་འབྲུང་བའི་
 བཅའ་ཉིད་དག་གི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡིད་འབྲུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་སོ། །པ་རོལ་དང་འཛིག་
 བའི་ཆོས་ཅན་གྱི་རྣམ་པ་དག་དང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱིར་ཁྱོད་ལ་བར་བྱུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་

ན་པ་རོལ་ལོ། །སྤྱིར་རྟོལ་བར་གྱུར་པ་ནི་འཛིག་པའི་ཆོས་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་
འཛིག་པའི་ཆོས་ཅན་ཉིད་དེ་འདི་དག་ནི་ཡིད་འབྱུང་བའི་རྣམ་པའོ། །

འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་རྣམ་པ་དག་ནི་གཡོ་བ་དང་རབ་ཏུ་འཛིག་པའི་
རྣམ་པ་དག་ཅེས་བྲ་བ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་ངོ་བོར་མི་གནས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་གཡོ་
བའོ། །རྒྱུ་ལ་མི་སྟོས་པར་རང་བཞིན་གྱིས་འཛིག་པ་ཉིད་ཡིན་པས་ན་རབ་ཏུ་
འཛིག་པའོ། །འདི་དག་ནི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་རྣམ་པའོ། །འགོག་པའི་ཞེས་
བྲ་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་རྣམ་པ་གཞན་དག་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་དང་སྤྱི་མའི་
འཛིག་པའི་གནས་སུ་གྱུར་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་འཛིག་པ་ཉིད་དང་། སྤྱིན་པོ་ལ་སོགས་
པའི་ཉེ་བར་འཆེ་བའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ནད་འགོ་བ་ཉིད་དང་འབྱུང་བ་
ཆེན་པོ་འབྱུགས་པ་དང་། སྟོ་བྱུར་བའི་གནས་སུ་གྱུར་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་འཆེ་བ་ཉིད་
དེ། དེ་དག་ཉིད་ལ་སོ་སོར་འགོག་པའི་རྣམ་པ་གསུམ་ཡིན་ནོ། །འདི་རྣམས་ཀྱི་ངོ་
བོ་ཉིད་མི་དམིགས་པ་ནི་སྤྲུལ་བཞིན་ནོ། །

ཡིད་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་གཏོགས་པ་ཉིད་
ཀྱིས་ན་རེ་རེ་ཞིང་གཉིས་གཉིས་སུ་བསྟར་བར་བྱའོ། །དེས་ན་ཡིད་འབྱུང་བ་ལ་པ་
རོལ་དང་འཛིག་པའི་ཆོས་ཅན་དང་། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ལ་གཡོ་བ་དང་།
རབ་ཏུ་འཛིགས་པའི་རྣམ་པ་བརྒྱད་དང་། འགོག་པ་ལ་འཛིགས་པ་དང་། ནད་འགོ་
བ་དང་འཆེ་བའི་རྣམ་པ་བྲུག་སྟེ། སྤྱིར་ན་བརྩུ་བཞི་ཡིན་ནོ། །འགོག་པའི་ཞེས་བྲ་
བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཉོན་མོངས་པ་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ན་བདག་མེད་པ་ཉིད་དང་།
སྤྱུག་བསྟུལ་བ་རབ་ཏུ་ཞི་བ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ཞི་བ་ཉིད་དང་། གྲུ་ལོ་པའི་རྣམ་པ་དང་

བདག་གིས་དབེན་པ་ཞེས་བྱ་བ་བདེ་བ་དང་གཙང་བ་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ན་
དབེན་པ་ཉིད་དེ་རྣམ་པ་གསུམ་མོ། །དེས་པར་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མྱ་ངན་
ལས་འདས་པ་སྟེ། དེའི་མཆན་ཉིད་ནི་རྟག་པ་དང་པན་པའི་དངོས་པོ་ཉིད་ཀྱིས་ན།
སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ནི་རྣམ་པ་གཅིག་ཡིན་ནོ། །

འདི་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲ་མ་བཞིན་ནོ། །ལམ་གྱི་བདེན་པ་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡོངས་སུ་བྱིན་པའི་དོན་གྱིས་ན་ལམ་ཉིད་དོ། །ཉོན་
མོངས་པ་མེད་པ་དང་ཉོན་མོངས་པའི་གཉིན་པོའི་ཆོགས་སུ་གྱུར་པ་ནི་རིག་པ་
ཉིད་དོ། །མེས་པ་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་སྦྱབ་པ་ཉིད་
དོ། །མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་པའི་རྟག་པའི་གནས་སུ་འགྲོ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ངེས་པར་
འབྱེན་པ་ཉིད་དོ། །རྣམ་པ་འདི་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་མི་དམིགས་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་
སྒྲ་མ་བཞིན་ནོ། །རིམ་པ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོར་རྣམ་པ་ཁ་ཅིག་ནི་རྣམ་
གངས་ཉིད་དུ། ཁ་ཅིག་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་སྟོན་པ་ཡིན་པས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་
མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་མི་འགྱུར་དོ། །

འདི་ལྟར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཞེས་བྱ་བ་
ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་དོན་སྟོན་པ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་སྤང་བོ་
རྣམས་རང་རང་གི་ངོ་བོ་དབང་བོ་དང་། དོན་ལྡ་དང་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པ་
དང་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་དེས་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་དེ་རྣམས་
ཀྱི་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་སྒྲ་ཆོགས་པ་པན་ཚུན་ཐ་
དད་པ་མེད་པ་ནི་གཅིག་ཡིན་ནོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བཤད་

ཟེན་ཏོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་གོ་སྐོལ། །

གང་གི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཆོས་ཀྱི་མཆོག་གི་དོན་དུ་དགོས་པ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། བདག་ཅག་གི་ཐམས་ཅད་མཐུན་པས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་མ་ལུས་པར་སྤངས་པའི་ཕྱིར་དངོས་སོ་དང་དངོས་སོ་མེད་པ་སྐྱེ་མ་ལྟ་བུའི་རང་བཞིན་དུ་དམིགས་ཤིང་མཐུན་གྱི། དེ་ལས་གཞན་པའི་བདག་ལ་སོགས་པ་གཙོ་བོའི་དོན་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་པས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལས་གཞན་པའི་ཆད་མར་གྱུར་པ་སུ་ཞིག་ཡོད། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཟབ་པར་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། གང་སྒྲུབ་བརྗོད་པ་ནི་ཆོས་བསྟན་པའི་སློན་ནས་ཆོས་འཕགས་ལ་སོགས་པས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་པར་མཛད་པ་ན་དེས་ཉན་པ་སོ་རྟག་དུ་དུ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་འཆད་པ་བོའི་ཤེས་པའི་རྩལ་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་ནི་ཆོས་འཕགས་ལ་སོགས་པ་སྟོན་པ་བོའི་ཤེས་པའི་རྒྱས་པ་ཁོང་དུ་རྒྱད་པར་བྱེད་ཅིང་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་བདག་ཉིད་ལས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐ་སྙད་དུ་བྱ་བའི་སྟོན་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་ལ།

དེ་དག་ནི་ཞེས་བྱ་བར་རང་སངས་རྒྱས་ནི་སྐྱེ་མེད་པའི་ཆོས་བསྟན་པས་ཞེས་བྱ་བ་དག་གིས་སྟོན་པ་མེད་པར་རང་གི་ཐོས་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་སོགས་པ་སྟེ། བཟུང་བའི་དོན་གྱི་བག་ཆགས་སྤངས་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་སྟོན་ལམ་དེའི་མཐུས་གཞན་དག་སྟེ། དེས་འདུལ་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་དགེ་བ་བརྩུ་ལ་སོགས་པ་

ཞེས་བྱ་བ་སློག་གཅོད་པ་ལས་སློག་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་འབྲུག་པར་བྱེད་དོ། །དེའི་
བྱིར་རང་སངས་རྒྱས་དེ་དག་གི་ཡེ་ཤེས་མི་རྟོག་པ་ཉིད་དེ། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྩ་ལ་ནི་
མཚན་མས་རྟག་ཏུ་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཆོས་སྟོན་པ་ནི་ཆོས་ཉེ་བར་སྟོན་པ་མ་ཡིན་ནམ། དེ་མེད་ཀྱང་ངི་ལྟར་དེ་
རྣམ་པར་གཞག་ཅེས་རྟོག་པ་ལ་སྐད་ཀྱི་དབྱིངས་གཞན་པ་ཉིད་ཏུ་བྱས་ནས་ནང་
གི་ཆེ་བརྗོད་པ་མེད་པར་སྟོན་པ་དེ་ཡང་སྟོན་པའི་དོན་ཡིན་པ་ལ་འགལ་བ་མེད་
པས་ཆོས་སྟོན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོན་པ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་བྱིར་གང་
ལས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་བརྗོད་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཆོག་
ཏུ་སྟོན་པའི་ཕྱོགས་ཆོག་ཏུ་བརྗོད་པར་འདོད་པ་ལ་སོགས་པ་ཉེ་བར་བསྟན་པའི་
དོན་ཡིན་ན་ཡང་བྱིན་རྒྱལ་གྱི་ཉན་པ་པོའི་རྒྱུད་ལ་ད་ལྟར་བྱུང་བར་དང་བཅས་
པའི་ཤེས་པ་ངེས་པར་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བས་སྟོན་པ་ནི་བསྟན་པའི་དོན་ལ་ཡང་
རིགས་པ་ཡིན་པས་འགལ་བ་མེད་དེ་སྐད་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་དོན་ནི་དོན་ཏུ་མ་ཡིན་
ནོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །དེ་ལྟར་བྱུང་ཞུགས་པ་བརྗོད་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་ནི་གོ་སྤྲོད། །

གཟུང་བའི་རྟོག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ལེ་ལུང་བྱས་པའི་དོན་ནི་
གཟུང་བ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་
ཉིད་ནི་དོན་ཡིན་ཏེ། དུལ་ཡིན་པ་དེ་ལ་གང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་སྟེ། དེ་དག་གི་གོ་
རིམས་བཞིན་ཏུ་སྤངས་པ་དང་མ་སྤངས་པ་ཞེས་བྱ་བ་གཟུང་བའི་དུལ་གྱི་རྣམ་
པར་རྟོག་པ་ནི་སྤངས་པ་དང་། འཛིན་པའི་དུལ་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་མ་སྤངས་

བ་སྟེ། གཟུང་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་བཤད་ཟིན་ཏོ། །རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་ས་
ཞེས་བྱ་བ་ལས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པ་རྟེན་པའི་ཆོས་རང་ཉིད་རྟོགས་པ་པོ་ལ་སོགས་པ་
གང་ཡིན་པ་དེའི་གཞིའི་བྱད་པར་གྱིས་རང་ཉིད་རྟོགས་པ་ལ་སོགས་པའི་རྟེན་ཉིད་
ཀྱིས་བྱེ་བས་སོ། །

རི་སྐད་དུ་བཤད་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་གཞི་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་
རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་རྣམས་པར་བསྐྱོམས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་གཟུགས་
ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་རྟོགས་པ་ལས་མ་འདས་པས་སྐྱུ་མ་བྱེད་པས་
སྐྱུ་ལ་བ་ལྟ་བུར་སྐྱུ་ལ་སོགས་པ་ལས་སྐྱེས་པ་ཉིད་ཡིན་པས་ཡང་དག་པར་
གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། སྐྱེ་བ་མེད་པར་བསྐྱོམས་
པས་ཆོས་བྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་རྟོགས་ཤིང་རང་གི་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་ལ་སོགས་
པ་ཡིན་པར་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི་རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་
ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་མངོན་སུམ་དུ་ནི་མི་བྱའོ། །བརྟགས་པའི་ཆོས་ཉིད་ཅེས་
བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་དོན་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་བརྒྱུད་ལས་བྱུང་བ་
ནི་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པས་ངོ་བོ་ཉིད་དང་རྒྱུ་ལས་ངེས་པར་བྱས་པ་ནི་
བརྟགས་པ་སྟེ་མིང་ངོ་། །

དེའི་ཆོས་ཉིད་དང་མི་འགལ་བར་ནི་རི་ལྟར་རྒྱལ་བ་དང་འགྲོ་བ་ལ་གྲགས་
པས་སྟོན་པའོ། །བརྟགས་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། སྟོན་པའི་རྣམས་པ་བྱིར་
བྱུང་པ། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་

ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་ཅེ་མོར་གྱུར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་བཤད་པ་
ཡིན་ནོ། །དེ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱི་བྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་ནང་
སྟོང་བ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པ་
ལ་སྐྱེ་བ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་སྐྱེ་བ་མེད་ཅེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པའི་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པ་ལ་བཟོད་པ་ཉིད་སྟོན་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་ཉིད་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་པོ་སོ་
སོའི་མ་སྐྱེས་པ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་ལ་ཤེས་པ་གཉིས་སྐྱེ་བས་བཟོད་པ་དག་
དང་ཤེས་པ་དག་སྟེ། བཟོད་པ་དང་ཤེས་པ་བཞི་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་ནི་སྐྱད་ཅིག་མ་
ཡིན་ཏེ། བཟོད་པ་དང་ཤེས་པའི་སྐྱད་ཅིག་མ་དེ་རྣམས་སོ། །

བདེན་དང་བདེན་ལ་ཞེས་བྱ་བ་སོ་སོར་བདེན་པ་བཞི་དང་འབྲེལ་བ་རྣམས་
བཞིས་ལམ་ཤེས་པ་ཉིད་ལ་མཐོང་བའི་ལམ་གྱི་པན་ཡོན་དང་བཅས་པ་སྟེ། འབྲས་
བྱ་དང་བཅས་པར་བཤད་དོ། །ཆེག་ལེ་འཁྱར་བྱས་པའི་དོན་ནི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་
སོགས་པའི་བདེན་པའི་ཆོས་མི་རྟག་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་བ་དང་སྟོང་བ་ལ་
སོགས་པའི་ཆོས་གང་ཡིན་པ་དེའི་ཤེས་པ་ནི་མི་དམིགས་པར་ཤེས་པའོ། །དེ་ལ་
བཟོད་པ་ནི་འདོད་པ་སྟེ་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་པའོ། །བཟོད་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་བའི་
ཆོས་དེ་ལ་དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་པ་ནི་ཆོས་ཤེས་པའོ། །

དེ་བཞིན་དུ་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་སོགས་པ་ལ་མ་སྐྱེས་པ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་
ལ་སྐྱེམ་བཞིན་དུ་ཆོས་གང་ཡིན་པ་དེའི་ཤེས་པ་མི་དམིགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་
རྗེས་སུ་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་ཡིན་ནོ། །རྗེས་སུ་ཤེས་པ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །དེ་

ལྟར་ན་བཟོད་པ་དང་། ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད་བཞི་པོ་དེ་རྣམས་ལ་སོགས་པས།
འདི་དང་གཞན་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པ་ལ་སོགས་པ་འདི་
དང་སྐྱེ་བ་བྲན་པ་ལ་སོགས་པ་གཞན་པའི་ཡོན་ཏན་ཆོས་དང་རྗེས་སུ་མ་བློན་པ་
དག་དང་ལྡན་པ་ལོ། །

དེ་ཉིད་ཀྱིས་ན་པན་ཡོན་ཆེན་པོ་སྟེ། དེ་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུ་ཐམས་
ཅད་ལ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་བ་སྟེར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པ་རི་ལྟ་བུར་ཞེས་བྱ་བ་
ལ་སོགས་པས་ནི་རྣམ་པ་བརྩ་བྱག་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་ཉིད་དང་ཞེས་
བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་འདི་སྐད་སྟོན་ཏེ། དེ་བཞིན་ཉིད་དང་སངས་རྒྱས་
དག །རྟེན་དང་བརྟེན་པ་པོའི་རྣམ་གྲངས་སུ་ཁས་མི་ལེན་པ་ནི་སྤྱག་བསྐྱལ་ལ་
ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་ནོ། །ཆེན་པོ་ཉིད་ནི་སྤྱག་བསྐྱལ་ལ་ཆོས་
ཤེས་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་ནོ། །ཆོད་མེད་པ་ཉིད་ནི་རྗེས་སུ་ཤེས་པའི་བཟོད་པའི་རྣམ་
པ་ཡིན་ནོ། །དབག་ཏུ་མེད་པ་ནི་རྗེས་སུ་ཆོས་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་ནོ། །མཐའ་
ཉིད་ལ་སོགས་པ་མེད་པ་ནི་ཀུན་འབྱུང་ལ་ཤེས་པའི་བཟོད་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་
ནོ། །སངས་རྒྱས་ཉིད་དུ་ངེས་པར་འཛིན་པ་ནི་ཀུན་འབྱུང་ལ་ཆོས་ཤེས་པའི་རྣམ་
པ་ལོ། །ཁྲང་བ་མེད་པ་དང་དོར་བ་མེད་པ་ནི་རྗེས་སུ་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་པའི་
རྣམ་པ་ཡིན་ནོ། །

བྲམས་པ་ལ་སོགས་པ་བསྐྱོམས་པ་ནི་རྗེས་སུ་ཆོས་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་
ནོ། །སྟོར་པ་ཉིད་ནི་འགོག་པ་ལ་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་པའི་རྣམ་པ་ལོ། །སངས་
རྒྱས་ཉིད་ཐོབ་པ་ནི་འགོག་པ་ལ་ཆོས་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་ལོ། །རྣམ་པར་བྱང་བ་

ཐམས་ཅད་ནི་རྗེས་སུ་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་པའི་རྣམ་པའོ། །ཉམ་ང་བ་དང་ནད་
ཀྱན་སེལ་བ་ནི་རྗེས་སུ་ཆོས་ཤེས་པའི་རྣམ་པའོ། །སྤྱང་ན་ལས་འདས་པ་ལས་
འཇོན་པ་བཞི་ཉིད་ནི་ལམ་ལ་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་པའི་རྣམ་པའོ། །

སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་ལམ་ལ་ཆོས་ཤེས་པའི་
རྣམ་པའོ། །དགེ་བ་བརྩུ་ལ་སེམས་ཅན་རྣམས་དགོད་པ་ནི་རྗེས་སུ་ཆོས་ཤེས་པའི་
བཟོད་པའི་རྣམ་པའོ། །སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་དགེ་བ་སངས་རྒྱས་ཉིད་དུ་ཡོངས་
སུ་བསྡེ་བ་ནི་ལམ་ལ་རྗེས་སུ་ཆོས་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་དག་ན་རེ།
ཤེས་པ་དང་རྣམ་པར་སྦྱར་བ་ནི་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་གཞན་དུ་མི་འཐད་པས་རྣམ་པ་
འདི་དག་ཉིད་ཀྱང་བདེན་པ་རྣམས་ཁོ་ནའི་ཡིན་པར་བལྟ་བར་བྱའོ་ཞེས་ཟེར་
རོ། །མཐོང་བའི་ལམ་འདིའི་ཡང་རེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་ནི་རྣམ་པ་
ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་དུ་གསུངས་པ་གཟུང་བར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་ཡིན་ན་
དེར་ཡང་རབ་དུ་དཀའ་བའི་ས་ལ་སོགས་པ་བརྗོད་པ་ཡོད་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་
དཔའ་རྣམས་ཀྱི་མཐོང་བའི་ལམ་བསྟན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཡང་ཅིའི་ཕྱིར་སྒྲོས་ཤེ་
ན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ།

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་ཡིན་
ནོ་ཞེས་བརྗོད་པས། རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་མ་ལུས་པ་ཉོགས་པ་ལ་ལྟོས་པ་ཡིན་པས་
རྒྱལ་བའི་སྤྲས་རྣམས་ཀྱི་ནི་དེ་ལས་གསུངས་པའི་ལམ་དུ་མི་འགྱུར་བར་དོགས་
པ་བརྒྱུག་པའི་དོན་དུ་དེ་ཉིད་ལས་རྒྱ་ཅམ་ཞིག་བགངས་ནས་རྒྱལ་བའི་སྤྲས་
རྣམས་ཀྱི་མཐོང་བ་ལ་སོགས་པའི་ལམ་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ལམ་ཤེས་པ་ཉིད་དུ་

ལོགས་ཤིག་ཏུ་བཞག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་འཕགས་པ་རྣམ་པར་གྲོལ་སྡེའི་བཤད་
པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་བཟོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བཤད་
མ་ཐག་པའི་མཐོང་བའི་ལམ་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པར་བཟང་པོའི་ཞལ་སྤྲོ་ནས་གྱིས་
སྤྱར་བ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་དག་ནི་མཐོང་བའི་ལམ་གྱི་གཞུང་དང་དོན་མ་ལུས་པ་རྣམ་པ་དང་
སྤྱར་བ་མ་ཡིན་པས་ཁ་ཅིག་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཁ་ཅིག་
ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཡང་སྟོབ་དཔོན་ལ་ལ་གཞན་ཏུ་འཆད་དེ་དེ་ནི། བདེན་དང་བདེན་ལ་
བཟོད་པ་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་དོན་གང་ཡིན་
པ་ནི་ཤེས་པའི་སྐད་ཅིག་མ་བཅུ་བྱུག་གི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་ལ། དེའི་ཉེ་བར་
མཆོན་པ་ལྟར་ལེན་པའི་གཞུང་གིས་རྣམ་པའི་དོན་བསྟན་པས། དེ་བཞིན་ཉིད་དང་
སངས་རྒྱས་དག་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པས་རྣམ་པའི་དོན་
མ་བཤད་པར་ཞེས་བྱ་བ་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་སངས་རྒྱས་
དག་ཉིད་དང་བཞིན་པ་པོའི་རིམ་པར་མི་གནས་པ་ནི་སྤྲུག་བསྐྲུལ་ལ་ཆོས་ཤེས་
པའི་བཟོད་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ངེས་པས་རྣམ་པའི་རང་
གི་ངོ་བོ་མ་བཟོད་པར།

ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་མཐོང་བའི་ལམ་རི་སྟེད་བཤད་པ་དེ་ལ་སྐད་ཅིག་
མ་བཅུ་བྱུག་གང་ཡིན་པ་ནི་སྤྲུག་བསྐྲུལ་ལ་ཆོས་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པའི་བཟོད་
པའོ། །དེའི་ཉེ་བར་མཆོན་པ་ཉི་ཆེར་མཛད་ཅིང་སྤྱར་བར་ཟད་པས་འདིར་ཡང་
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་མཐོང་བའི་ལམ་གྱི་རྣམ་པ་འབའ་ཞིག་སྟོས་པ་ནི་མ་ཡིན་

ནོ་ཞེས་སྐྱར་བར་མི་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདིའི་དགོངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ཅིར་
འགྱུར་ཞེ་ན། བཤད་པ་དང་མ་བཤད་པའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་མ་ལུས་པ་ནི་མཐོང་བའི་
ལམ་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ།

དེ་ཡང་། དེ་བཞིན་ཉིད་དང་སངས་རྒྱས་དག །ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་
ཆིག་ལེ་ལུར་བྱས་པ་རྣམས་དང་སྐྱར་བར་བལྟའོ། །སྟོགས་འདི་ལ་བཟང་པོའི་
ཞལ་སྤྲོ་ནས་ཀྱི་ཉེས་པ་བརྗོད་པ་ནི་དེ་དག་གིས་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་
པ་ཡིན་ཏེ། སྟོབ་དཔོན་དེ་དག་གིས་ནི་བསྟོམ་པའི་གོ་རིམས་ལ་སོགས་པ་མ་
བསྟན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་མངོན་པར་རྟོགས་པ་ལས་གསུངས་པའི་རིམ་གྱིས་
བསྟོམ་ཞིང་བསྐྱབ་པའི་གོ་རིམས་སོ། །སོགས་པའི་སྐྱ་ནི་བསྟོམ་པ་རབ་ཀྱི་མཐར་
ཕྱིན་པ་སྟེ། དེ་ལས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཉིད་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ལ་འདིས་ནི་མངོན་པར་
རྟོགས་པའི་རིམ་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་བསྟན་ཏོ་ཞེས་བྱ་བ་སྐྱར་བཤད་པའི་སེམས་
བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་ལམ་དེའི་རབ་ཀྱི་མཐའ་སངས་རྒྱས་ཉིད་བསྐྱབ་པའི་གོ་
རིམས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་བཤད་ལ་ཐམས་ཅད་དུ་འབྲེལ་བའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་གོ་
རིམས་མེད་པས། སྟོང་སྟག་བརྒྱ་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟར་འཆོལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་
བྱ་བར་དགོངས་སོ། །

ཉེས་པ་གཞན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། དམིགས་པ་
དང་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པའི་དོན་ངོ་བ་ལ་སོགས་པའི་དམིགས་པ་
དང་རྣམ་པའི་བྱད་པར་ཉན་ཐོས་རྣམས་ལས་གང་ཡང་ཤིན་ཏུ་བྱད་ཞུགས་པར་
བསྟན་པ་དེ་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། སྟོགས་འདི་ལ་ནི་ཐུན་མོང་ཡིན་པའི་ཕྱིར་

རྟོ། །དེ་ལྟར་ན་སྤྱིགས་འདི་ནི་ལེགས་པ་མ་ཡིན་པ་སྟུང་སེམས་སོ། །

འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོགས་ཀྱི་ཅ་བ་ནི་དངོས་པོ་
ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་ཡིན་ལ་དེ་དང་མི་མཐུན་པ་ནི་བདག་མེད་པ་ལ་གོམས་པ་
དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་ཕུང་པོ་ལ་སོགས་པ་དངོས་པོ་ལ་དམིགས་པ་དག་ནི་པན་
ཚུན་འགལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བདག་མེད་པ་གོམས་པ་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་བ་མ་
ཡིན་ནམ། ཇི་ལྟར་ན་དེའི་རྒྱ་ཅན་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་ཕུང་པོ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ནམ་
བ་བཅུ་དྲུག་ལ་དམིགས་པས་འདྲིར་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་ལ་
སོགས་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་གང་གི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་ཉིད་དང་སངས་རྒྱས་
དག །ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་ནམས་ཀྱིས་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་
སོགས་པ་ནམ་བ་བཅུ་དྲུག་གི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་པར་བསྟན་
པས་དངོས་པོ་མེད་པ་ཉིད་དུ་ཇི་སྐད་གསུངས་པ་དེ་བཞིན་དུ་བསྐྱབས་པ་ན།
ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་དེ་སྦྱིད་པར་བྱེད་པར་འགྱུར་བས་དོན་དམ་པར་དོན་གྱི་བྱ་བ་མི་
འཐད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་ཐམས་ཅད་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །མཐོང་བའི་ལམ་གྱི་ཞེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པ་ནི་གོ་སྟོའོ། །

མོས་པ་རང་གི་དོན་དང་ནི། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་
པའི་དོན་ནི་རང་དང་གཞན་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། རང་དང་གཞན་
དང་གཉི་གའི་དོན་ལ་དམིགས་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་རང་གི་དོན་ལ་དམིགས་པ་ནི་
རང་ཉིད་སྟོད་དུ་རུང་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་གྱི་དོན་ལ་དམིགས་པ་ནི་གདུལ་
བྱ་སྟོད་དུ་རུང་བའི་དོན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རང་དང་གཞན་གྱི་དོན་ལ་

དམིགས་པ་ནི་རང་དང་གཞན་སྟོད་དུ་རྩང་བའི་དོན་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །རི་ལྟར་
མོས་པ་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་མེད་པ་ལས་མ་འདས་པས་སོ། །

མཐོང་བ་ནི་བཙུམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ལམ་ཉིད་དུ་སྤྱགས་སུ་
ཆུད་པའོ། །དགོ་བའི་ཆོས་གང་ཡིན་པ་ནི་མ་ཆགས་པ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་
ཡིན་པའི་ཕྱིར་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པའོ། །དེའི་རྟེན་ཡིན་ན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་
ནི་དེའི་གཞི་ཡིན་ན་ཡང་ངོ་། །དང་པོར་ནི་ཐོག་མར་རོ། །མདོན་དུ་མི་བྱེད་པའི་ངོ་
བོ་ནི་རང་དང་གཞན་དང་གཉི་གའི་ཕྱིར་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་
དམིགས་པ་ནི་འདིར་མདོན་པར་མ་ཞེན་པའི་རྣམ་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་
ལས་ཤེ་ན་བསྟོམ་པའི་ལམ་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ལས་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། གོམས་
པའི་གནས་སྐབས་ལས་ཏེ། རབ་ཀྱི་མཐར་སྤྱག་པ་མེད་པར་སྟོབ་པའི་དུས་སུ་
མདོན་སུམ་དུ་བྱ་བ་ནི་སུ་ལ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་
སོ། །རང་གི་དོན་ལ་མོས་པ་ཉིད་ནི་འདི་ལྟར་རྣམ་པ་དགུ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ་
ཆུང་དུའི་ཆུང་དུ་དང་། ཆུང་དུའི་འབྲིང་དང་། ཆུང་དུའི་ཆེན་པོ་དང་། འབྲིང་གི་
ཆུང་དུ་དང་། འབྲིང་གི་འབྲིང་དང་། འབྲིང་གི་ཆེན་པོ་དང་། ཆེན་པོའི་ཆུང་དུ་དང་།
ཆེན་པོའི་འབྲིང་དང་། ཆེན་པོའི་ཆེན་པོའོ། །

དེ་བཞིན་དུ་གཞན་ཀྱི་དོན་ལ་མོས་པ་དང་གཉི་གའི་དོན་ལ་མོས་པ་ལ་རེ་
རེ་ཞིང་དགུ་དགུ་སྟེ། མོས་པ་རྣམ་པ་ཉི་ཤུ་ཅ་བདུན་ནོ། །སྟོན་ཀྱི་སྟོབ་དཔོན་
རྣམས་ཀྱིས་ཆུང་དུ་དང་འབྲིང་ལ་སོགས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་འདི་ནི་གཉིན་པོ་
ཉིད་ཡིན་པས་མི་མཐུན་པའི་ཕྱགས་ཆེན་པོའི་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་ཉི་ཤུ་

ཅ་བདུན་ཡང་དོན་གྱིས་ཤེས་པར་བྱའོ་ཞེས་འཆད་དོ། །

ལུང་ལས་བཅོམ་ལྡན་འདས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་
ཐམས་ཅད་ཀྱང་། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་གྱིས་བསྟོན་ཅིང་བཀུར་ལ་བསྐྱགས་པ་
དང་། ཐབས་གཅིག་ཏུ་བཞུགས་སོ་ཞེས་གསུངས་པས། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་
ལྷག་པར་མོས་པའི་སྟོན་པ་ནི། དེ་བསྟོམ་པའི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཞེས་བྱ་བ་
ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། བསྟོ་བ་བྱུང་པར་ཅན་ནི་བདག་མེད་པ་ལ་ལྷག་པར་
མོས་པ་དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དག་གི་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་ལས་
བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་དོ། །ཡང་དེའི་བྱུང་པ་མཆོག་ནི་རང་དང་
གཞན་དག་གི་བྱང་ཚུབ་སྐྱབ་པའོ། །དམིགས་མེད་རྣམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་
ནི་རང་དང་གཞན་དང་གཉི་གའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པར་བྱུང་པའི་ཡིད་
ལ་བྱུང་པ་ནི་ལྷག་པར་མོས་པའི་ཡིད་ལ་བྱུང་པ་ཞེས་བཤད་དོ། །

མོས་པ་དང་བསྟོ་བ་ཡིད་ལ་བྱུང་པ་དག་སྟོན་དང་བྱི་མར་གནས་པ་དག་གི་
ཡུལ་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཡུལ་གྱི་བྱུང་པར་མེད་དོ་
ཞེས་བྱ་བའི་དགོངས་པ་དང་ལྡན་པས་རི་རྒྱུད་བཤད་པའི་མི་དམིགས་པ་ཞེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་ཏེ། རི་རྒྱུད་དུ་བཤད་པའི་མོས་པའི་བྱུང་པར་མི་དམིགས་པ་
གང་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། མི་དམིགས་པ་སྟེ། དེ་ནི་དམིགས་མེད་རྣམ་པ་ཅན། །ཞེས་
བྱ་བ་ཡང་འདི་ནི་ཡོངས་སུ་བསྟོ་བའི་ཡིད་ལ་བྱུང་པ་དམིགས་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་
བ་ཡིན་ནོ། །བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་ལྟ་བ་བྱིན་ཅི་ལོག་མེད་པས་བྱིན་ཅི་མ་
ལོག་པ་སྟེ། བྱིན་ཅི་མ་ལོག་མཆོན་ཉིད་དོ། །ཞེས་བྱ་བའོ། །གཟུང་བ་ལ་སོགས་པ་

མེད་པས་དབེན་པའོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སངས་
རྒྱས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་དོན་སྟོན་བ་ཡིན་ནོ། །

སེམས་མ་ཞུས་བ་ལ་སོགས་པ་དང་ལྡན་པས་ཐབས་ལ་མཁས་པ་དང་
བཅས་པའོ། །སྦྱིན་པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་མི་དམིགས་པས་མཚན་མ་མེད་
པའོ། །སངས་རྒྱས་དགྲེས་བ་ཡིན་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གནང་བའོ། །འདོད་པ་
ལ་སོགས་པའི་ཁམས་ལ་མངོན་པར་ཞེན་བ་མེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཁམས་གསུམ་
པར་མ་གཏོགས་པ་སྟེ། ཐབས་བཅས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བཤད་པ་ཡིན་
ནོ། །རྒྱུད་དང་འཕྲིད་དང་ཆེན་པོ་ཡི། །བསྟོན་བ་གཞན་ནི་རྣམ་གསུམ་དང་། །ཞེས་བྱ་
བ་ནི་བཤད་ཟིན་ཏོ། །ཐམས་ཅད་ལས་མཚོག་ཏུ་གྱུར་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་
བདག་ཉིད་སྦྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བསོད་ནམས་ཆེ་འབྱུང་བདག་ཉིད་དོ། །ཞེས་
བྱ་བ་སྟེ། བསོད་ནམས་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

དེ་ལྟར་མིང་དུ་བཏགས་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པས་དམིགས་པ་མེད་པ་ལ་
སོགས་པའི་མིང་ཅན་གྱི་ཡོངས་སུ་བསྟོན་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་བཅུ་གཉིས་མི་
དམིགས་པ་ལ་དམིགས་པས་ཐེག་པ་གསུམ་གྱིས་གདུལ་བར་བྱ་བའི་སེམས་
ཅན་ལ་དེ་རྣམས་ཀྱི་ལམ་ཉི་བར་སྟོན་པའི་རྒྱུའི་ངོ་བོའི་བྱེད་པ་དང་ལྡན་པ་གང་
ཡིན་པ་དེ་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་མི་ཟད་པར་བྱ་
བའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་བར་དུ་འཕེལ་བར་བྱ་བའི་དོན་དུ་བསྟོན་བ་རྣམ་པ་
བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་སྟོན་བར་བྱེད་དོ། །གང་ཞེག་མི་དམིགས་པ་ལ་དམིགས་པའི་བསྟོན་
པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དེ་ནི་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་

ཡིན་ཏེ། སྐྱོན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ནི་འཁོར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སོགས་
པའི་ཕྱང་པོ་ནི་ཟག་པ་མེད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་སོགས་
པའོ། །སེམས་གང་གིས་སྡོ་བར་བྱེད་པ་དེ་དང་དེའི་བདག་ལ་སོགས་པ་དང་ལྷན་
པའི་གཞི་ཅན་ནི་བདག་དང་གཞན་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་ཕྱང་
པའོ། །དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དགེ་བ་ནི་བྱང་བ་དང་འབྱུང་བར་འབྱུར་བ་
དང་། ད་ལྟར་བྱང་བའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་སོ། །

སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་དང་མཚན་མ་ནི་སྦྱིན་པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འཁོར་
བྱ་བའི་བྱ་ཉིད་དོ། །ལམ་ཐམས་ཅད་ནི་ཐེག་པ་གསུམ་སོ། །འདོད་པ་ལ་སོགས་
པའི་ཁམས་ནི་འདོད་པ་དང་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་སོ། །དགེ་བ་
བཅུ་ལ་སོགས་པའི་ལས་ཀྱི་ལམ་ནི་སྟོན་གཅོད་པ་ལས་སྟོན་པ་ལ་སོགས་
པའོ། །རྒྱན་ཏུ་ཞུགས་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་རྒྱན་ཏུ་ཞུགས་པ་དང་ལན་ཅིག་ཕྱིར་
འོང་བ་ལ་སོགས་པའོ། །སྐྱོན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ལ་
གནས་པ་རྣམས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་
བསྡོམས་བསྟན་པར་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །འདིས་ནི་
སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་ལྷན་བཞིན་དུ་མོས་ནས་སྐྱོན་མེད་པ་ཡང་དག་
པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་མི་དམིགས་པ་ལ་སོགས་པའི་བསམ་བསམ་སེམས་ཅན་
རྣམས་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་རིམ་གྱིས་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་
བྱ་བའི་ཕྱིར་དགེ་བའི་རྩ་བ་དེ་བསྡོམས་བསྟན་པའི་དགོངས་སོ། །

ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་བསྟོམ་པའི་ལམ་གྱི་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་བསྟོམ་པ་ཞེས་

བྱ་བའི་ཚིག་ལེའུར་བྱས་པ་དང་འགྲེལ་བ་ནི་གོ་སློལ། །

ཚོས་གྲིས་པོངས་པའི་རྒྱ་ནི་རང་གི་ཚོས་མཉན་པ་ལ་སོགས་པ་མ་ཐོབ་
 པའི་རྒྱ་རྣམས་སོ། །ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པའི་སྐབས་ཡིན་པས་རྣམ་པར་དག་པ་
 སྦྱར་ཡིན་ཏེ། གུན་རྫོབ་དེ་བཞིན་ཉིད་གང་ཡིན། །དེ་ནི་དོན་དམ་པ་ཡིར་
 འདོད། །ཅེས་བྱ་བའི་ཚུལ་གྱིས་དེ་ལྟར་ཐོབ་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སློས་
 པ་ཡིན་ཏེ། འབྲས་བུ་དག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཚིག་ལེའུར་བྱས་པའི་
 དོན་ནི་འཕགས་པའི་གང་ཟག་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། འཕགས་པའི་གང་
 ཟག་ནི་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའོ། །དེའི་དགེ་སྦྱོང་གི་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་གང་ཡིན་
 པ་ནི་རྒྱན་ཏུ་ཞུགས་པ་ལ་སོགས་པའོ། །དེའི་མི་མཐུན་པའི་སྦྱོགས་གང་ཡིན་པ་
 ཐམས་ཅད་དེ། དེ་དང་བྲལ་བ་ཉིད་གྲིས་རྣམ་པར་དག་པ་སྟེ་བྲི་མ་མེད་པའོ། །དེ་
 གང་ཡིན་ཞེ་ན། གང་ག་ཟུགས་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་དག་པ་སྟེ། ག་ཟུང་བ་ལ་
 སོགས་པ་མེད་པས་ག་ཟུགས་ལ་སོགས་པའི་སྦྱོང་བ་ཉིད་དོ། །འབྲས་བུ་ལ་
 སོགས་པ་ནི་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

ཅིའི་སྦྱར་ཞེ་ན། འབྲས་བུ་སྟེ། རྒྱན་ཏུ་ཞུགས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྦྱ་མ་བཞིན་
 དུ་རྣམ་པར་དག་པ་གང་ཡིན་པ་དང་། ག་ཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་བདག་ཏུ་མངོན་
 པར་ཞེན་པ་སྟེ། དོན་དམ་པར་ཡོད་པར་ཞེན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་དང་བྲལ་བས་
 རབ་ཏུ་སྦྱེ་བ་ཉིད་གྲིས་ན་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་ག་ཟུགས་ནི་གཅིག་པ་ཉིད་དོ། །དོན་
 འདི་ཉིད་ནི་གང་གི་སྦྱར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སློས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གི་རྣམ་
 པར་དག་པ་ཞེས་བྱ་བ་གང་གི་སྦྱར་འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་དང་། ག་ཟུགས་ལ་སོགས་

པའི་དག་པ་དག་ནི་ཐ་མི་དད་ཅིང་བཅད་དུ་མེད་པ་ཉིད་དོ། །དོན་མཚུངས་པ་ཡིན་
ན་ཡང་ཁྱད་པར་གྱི་སྒྲོན་ས་ཐ་དད་པའི་སྒྲུབ་བརྗོད་པའི་རྒྱ་ནི་རང་དང་སྤྱིའི་ཞེས་
བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ། རང་དང་སྤྱིའི་མཆན་ཉིད་ཐ་དད་པ་ཉིད་མ་
ཡིན་པས་དེའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འབྲས་བྱ་དང་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་རང་དང་
སྤྱི་རི་ལྟར་གྲགས་པའོ། །

ཡང་ན་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཁོ་ན་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་
གྱུར་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་དང་། བོང་ནས་བོང་དུ་རིམ་གྱིས་རྒྱད་ལ་གནས་པ་ཡིན་པའི་
སྤྱིར་རང་དང་སྤྱིའོ། །དེ་དག་གི་མཆན་ཉིད་དེ། དོན་དམ་པར་ནི་སྒྱུ་མ་ལྟ་བུའི་ངོ་
བོ་ཉིད་དེ་དེ་དང་འབྲས་བྱ་ཐ་དད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་
རང་དང་སྤྱིའི་མཆན་ཉིད་ཐ་དད་པ་དང་བྲལ་བས་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་དེ་དག་གི་
རྣམ་པར་དག་པ་ནི་ཐ་མི་དད་ཅིང་བཅད་དུ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་འདྲིར་
འདི་དག་ནི་ཡང་དག་པ་ཉིད་དུ་སྒྲ་ཚོགས་པའི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་དབྱེ་བ་མེད་པས་ཐ་
མི་དད་པ་ཡིན་ལ། རབ་ཏུ་དབྱེ་བའི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་བཅད་པ་མེད་པས་བཅད་དུ་
མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གང་གི་སྤྱིར་དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རྣམ་པར་དག་པ་ཡིན་ཏེ།
གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་དག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་འབྲས་བྱའི་རྣམ་
པར་དག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་དོ། །

དེ་གཉིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་བཤད་ཟིན་ཏོ། །རྣམ་པར་དག་པའི་
ཁྱད་པར་ནི་རྣམ་པར་དག་པ་སྤྱིར་བརྗོད་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་
ཡིན་ནོ། །ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྤྱོད་པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅས་མངོན་པར་

རྟོགས་པའི་རྒྱན་ལས་སེང་གེ་བཟང་པོའི་ཞལ་སྤྲན་གྱི་གཞུང་ཚོས་གྱི་གྲགས་
པས་དཀའ་འགྲེལ་ཏུ་བྱས་པ་ལས་སྐབས་གཉིས་པའི་འགྲེལ་པའི་བཤད་པའོ། །

སྐབས་གསུམ་པའི་འགྲེལ་བཤད་རྟོགས་དཀའི་སྒྲུང་བ།

གཞི་ཐམས་ཅད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་རབ་ཏུ་བྱེད་པའི་འགྲེལ་བ་
བརྗོད་ནས་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །ཚུ་རྫོལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་ནི་དུས་གསུམ་པའི་ཞེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། དུས་གསུམ་པའི་ཆོས་རྣམས་ནི་དུས་གསུམ་དུ་གནས་
པའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའོ། །སྐྱེ་བ་མེད་པའི་རྣམ་པར་ཏེ། རྟེན་ཅིང་འགྲེལ་བར་
འབྱུང་བ་ཉིད་ཀྱི་མ་སྐྱེས་པ་ཉིད་ཡིན་པར་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པས་ཞེས་བྱ་
བར་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་ཤེས་པའོ། །

སངས་རྒྱུ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་ཉེ་བར་གྱུར་པའི་ཤེས་
རབ་ཀྱི་པ་རྫོལ་དུ་བྱིན་པར་འདོད་པ་རང་གི་སེམས་ལ་གནས་པའི་གཉིས་སུ་མེད་
པའི་ཡེ་ཤེས་གང་ཡིན་པའི་རོ་བོ་དེ་ནི་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་གཞན་དག་གི་མ་
ཡིན་ཏེ། དེ་རྣམས་ལ་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པའི་བག་ཆགས་ཡོད་པས་ཐམས་ཅད་
དུ་འགོ་བའི་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །དུས་རྣམས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་ནི་བཤད་ཟིན་ཏོ། །དེ་གང་ལ་ཡང་མི་གནས་པ་ནི་ཚུ་རྫོལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱལ་བའི་སྤྲས་རྣམས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རྫོལ་དུ་བྱིན་པ་ནི་ཚུ་
རྫོལ་གྱི་མཐའ་ནི་འཁོར་བ་སྟེ། སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་ལ་སོགས་པས་བསྐྱོད་ཅིང་མཐོང་བ་
ཉིད་ཀྱིས་ཉེ་བར་གྱུར་པའི་བྱིར་སྤྱིད་པའི་མཐར་མི་གནས་ཤིང་མངོན་པར་
ཞུགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་བྱིར་ཞེན། ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། ཤེས་རབ་ཀྱི་

པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཚུལ་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ཐོས་པ་ལ་སོགས་
བས་ཤེས་པའི་བྱིར་རོ། །

པ་རོལ་གྱི་མཐའ་ནི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་སྟེ། སོ་སོའི་སྤྱི་བོ་རྣམས་ཀྱིས་
བགྲོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཞིང་མ་མཐོང་བ་ཉིད་ཀྱིས་མཐའ་རིང་བའི་མྱ་ངན་ལས་
འདས་པ་ལ་མི་གནས་སོ། །ཅིའི་བྱིར་ཞེན་སྤྱིང་རྗེས་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། སེམས་ཅན་
མ་ལུས་པ་ལ་དམིགས་པའི་སྤྱིང་རྗེས་སོ། །སྤྱིད་པ་དང་ཞི་བ་འདི་དག་རྣམ་གྲངས་
གཞན་གྱིས་བསལ་བར་བྱ་བ་ནི་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་བདག་ལ་སོགས་པར་ལྟ་བ་
དང་མི་ལྟ་བར་གྱུར་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱིད་པ་དང་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ནི་ཏྲག་པ་དང་
ཆད་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ལ། དེ་དག་གི་བར་ན་མི་གནས་པ་ནི་ཡང་དག་པར་ན་
སྤྱིད་པ་དང་ཞི་བ་དག་མེད་པས་དེའི་བར་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་
ལྟར་ན་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཚུལ་དེ་ལྟར་ན་སྤྱིད་པ་དང་
མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་མཐའ་དང་བར་ན་གནས་པ་མེད་པས་སྤྱིད་པ་དང་ཞི་བ་ལ་
མི་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱིད་པ་དང་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་
མེད་པ་ནི་དང་ཞི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཡིན་པར་བཤད་དོ། །འདིས་ནི་
ཤེས་རབ་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཡུམ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བའི་སློན་ནས་བཤད་
ནས་ལྷོག་པའི་སློན་ནས་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་དེ་མེད་པ་ནི་ཀུན་ཤེས་པ་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། ཀུན་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་ཞེས་བྱ་བ་
ནི་ཐམས་ཅད་ཤེས་པའི་དབང་དུ་བྱས་པར་བསྐྱོག་སྟེ་བསྟན་པས་ཞེས་བྱ་བ་བྱང་

ཆུབ་སེམས་དབང་ལས་གོ་བོ་སྒྲོག་པའི་སྒྲོ་ནས་བཤད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དོ། །ཉན་
ཐོས་ལ་སོགས་པ་ལ་དུས་གསུམ་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་ཤེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་
བ་དུས་གསུམ་དུ་གནས་པའི་དངོས་པོ་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཤེས་པ་མེད་པས་སོ། །

ཡང་དག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་དང་རིང་བར་གྱུར་པས་ཞེས་
བྱ་བ་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་པའི་ཤེས་པ་རིང་དུ་སྤངས་པ་ཡིན་
ཏེ། དེ་ནི་དུས་གསུམ་གྱི་དངོས་པོ་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཤེས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་
པའི་ཕྱིར་དོ། །དེ་ལྟར་གྱུར་པ་རང་གིས་རྟོགས་པ་ཅམ་སྟེ། རང་གི་རིག་པའི་ངོ་
བོའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་སྤྲོ་བ་ཅེ་བ་དང་ཤེས་རབ་དང་བྲལ་བའི་
ཕྱིར། བྱང་ལས་འདས་པ་ལ་དངོས་པོ་མཐོང་བས་སྒྲག་པའི་ཕྱིར། བྱང་ལས་
འདས་པའི་ཆད་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་དང་། འཁོར་བའང་འཁྲལ་བ་གཅིག་ནས་
གཅིག་དུ་བརྒྱད་པ་ཆ་འབྲ་བས་རྟག་པར་ལྟ་བ་སྐྱེད་པ་ཡིན་པར་གནས་ཤིང་
མངོན་པར་ཞུགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་མེད་
པར་དམིགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། དེའི་གཞུང་གིས་རྟག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་
དོན་དམ་པར་ཡོད་པའི་དངོས་པོ་ནི་བྱང་ལས་འདས་པའོ། །

མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ན་དེ་རྣམས་ཀྱི་སྤང་བར་བྱ་བ་ཉིད་
ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྤིད་པ་ནི་དངོས་པོ་མེད་པའོ། །དེ་དག་དམིགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཤེས་
པའོ། །ཡང་ན་ཡང་དག་པ་ཉིད་དུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཉིད་ཡིན་པས་གཟུགས་ལ་སོགས་
པའི་དངོས་པོ་རྣམས་དོན་དམ་པར་དངོས་པོ་ཡོད་པ་ཉིད་དང་། ཡང་དག་པར་ན་
དེ་མེད་པས་དེའི་མི་རྟག་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ལ་དངོས་པོ་མེད་པར་མངོན་པར་

ཞེན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཤེས་པར་བྱའོ། །གཉི་ག་ལྟར་ན་ཡང་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་
དམིགས་པ་ཅན་རྣམས་ནི་ངེས་པར་དངོས་པོ་འགྲེལ་ཞིག་ལ་ཀྱན་ཏུ་ཆགས་པས་
ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་ཡོད་དུ་ཟེན་ན་ཡང་ཉམས་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ་
ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །

ལུགས་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། དེའི་མཆན་བཅས་ཞེས་བྱ་བ་
ལ་སོགས་པའི་ལན་གྱིས་ཆོག་ལེ་འུར་བྱས་པའི་འགྲེལ་བ་ནི་གོ་སླའོ། །དངོས་པོ་
མཆན་མ་དང་ལྡན་པར་རྟོགས་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དངོས་པོ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་
པའི་འབྲུལ་པའི་མཆན་མ་རགས་པ་ལ་སོགས་པ་དང་ལྡན་པར་ཆ་འདྲ་བ་གཅིག་
ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་པའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་ལ་རྟོག་པས་
སོ། །ཡང་ན་ཆོགས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་
པའི་འབྲུལ་པའི་མཆན་མའི་རྒྱ་དང་ལྡན་པར་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རྟོག་པས་
སོ། །དངོས་པོའི་ངོ་བོ་མི་ཤེས་པ་རྣམས་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་
པའི་རང་བཞིན་ལོག་པ་རྣམས་མི་ཤེས་པའོ། །དེའི་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ནི་
གཟུགས་ལ་སོགས་པ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་སོ། །ཐབས་མ་ཡིན་པས་ནི་ཞེས་
བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་བཤད་པས་ནི། ཐབས་མ་ཡིན་པས་རིང་བ་སྟེ། ཞེས་བྱ་བ་
བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དུས་རིང་མོ་ཞིག་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པའི་བཤད་པས་ནི། དེ་ནི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་ཡིས། ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པའི་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་གཉེན་པོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་མི་

མ་ཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཉིད་ཡིན་པ་ནི་དེ་ལྟར་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
 སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པས་འོག་ནས་བཤད་
 པའི་རིམ་གྱིས་ཡུམ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྤྱོད་པ་རིང་བར་འགྱུར་བ་སྐྱབ་པ་
 ཡིན་ཞིང་མི་འཐོབ་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ལོག་པར་གོམས་པ་ཡིན་པས་དེ་རྣམས་ཀྱི་
 གཉེན་པོ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་
 སྤྱིར་མི་མ་ཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཡིན་ནོ་ཞེས་འཕགས་པ་བྱམས་པས་མི་མ་ཐུན་པའི་
 ཕྱོགས་ཡིན་པར་གསུངས་སོ། །

གཟུགས་སོགས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་དོན་ནི་
 གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ། སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་
 རྣམས་ཀྱི་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་དང་། འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཟག་པ་མེད་པ་དང་
 གཉི་གའི་ངོ་བོ་སྟེ། ཉན་མོངས་པའི་ཕྱོགས་གཅིག་སྤངས་པའི་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་
 འདྲོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་ཆོགས་སོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དུས་གསུམ་པའི་
 ཆོས་གང་ཡིན་པ་དེ་ཐམས་ཅད་ལ་དེའི་གཞུང་གིས་དངོས་པོར་མ་གྱུར་པ་ལ་
 དངོས་པོར་དམིགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་དོན་དམ་པར་ཡོད་པར་མངོན་པར་ཞེན་པས་
 གཟུགས་ལ་སོགས་པ་གང་ཡིན་པར་ཤེས་ལ། དེ་བས་ན་གཟུགས་ལ་སོགས་
 པའི་སྤང་བོ་དེ་རྣམས་ཉིད་ལ་གཞན་གྱིས་ཀྱན་བརྟགས་པའི་བདག་ལ་སོགས་པ་
 སྟོང་པ་ཉིད་དུ་བལྟའོ། །

སྤྱོད་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ། སྤྱོད་པ་དང་ཆུ་ལ་ཁྲིམས་ལ་སོགས་པ་དང་། བྱང་
 ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་རྣམས་དང་། བསམ་གཏན་བཞི་རྣམས་ཏེ། འདི་རྣམས་ལ་སྐྱབ་

བའི་འདུ་ཤེས་ཞེས་བྱ་བ་བདག་མེད་དོ་ཞེས་མངོན་པར་ཞེན་པ་ནི་ཉན་ཐོས་ལ་
སོགས་པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་གཉེན་པོ་སྟེ་ལམ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཕྱིན་ཅི་ལོག་
འབྱུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་བདག་ལ་སོགས་པ་ལ་མངོན་པར་ཞུགས་པའི་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་
རྣམས་ལས་གོ་བསྒྲོག་པར་ཞུགས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལྟར་ན་བཤད་མ་ཐག་པའི་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་གཉེན་པོའི་ཕྱོགས་
ཉིད་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་
ཞེ་ན། ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་འབྱུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་
བྱ་བའམ། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་མེད་པས་སྟོང་བ་ཉིད་དུ་ལྟ་བ་ལ་
སོགས་པ་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་
རོ་ཞེས་བཤད་པར་བྱའོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་བསྒྲོག་སྟེ་ཞེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པ་གོ་སྟའོ། །མཐོང་བ་ལ་སོགས་བཀག་པ་ཡིས། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་
མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པའི་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པར་མངོ་
ལས་བཀག་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ཉིད་ཀྱིས་ན་རང་བཞིན་ཏེ་རྟོགས་པར་དཀའ་བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། འཇིག་རྟེན་
པའི་ཚད་མས་རྟོགས་པའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བ་མེད་པར་
ཤེས་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་དང་། སྤང་བར་བྱ་བ་མ་ལུས་པ་ལ་ཆགས་པ་ནི་བྱང་
ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཡིན་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་
ནོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །དེ་ལྟར་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པས་ནི་སྐྱོར་བ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་

དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་དོན་སྟོན་པ་ཡིན་ཏེ། སྐབ་
པ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་བདག་མེད་པར་སྒྲོབ་པ་ལ་རྩོམ་པའོ། །དེའི་ཡོངས་
སུ་ཤེས་པ་ནི་ཉེ་བར་དམིགས་པའོ། །དེ་བས་ལ་བའི་སྒྲོ་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
གཟུགས་སུ་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་བཀག་པའི་ཕྱིར་
རྟོ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དབའ་རྣམས་ཀྱི་དེ་དང་དེ་ལ་སྒྱུར་བ་ནི་གཟུགས་ལ་
སོགས་པ་ལ་མངོན་པར་མ་ཞེན་པས་བདག་མེད་པ་ལ་གོམས་པའི་མཆན་ཉིད་
ལུལ་དུ་བྱང་བའི་སྒྱུར་བ་ནི་རྣམ་པ་བཅུ་ལྟེ། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡུལ་གྱི་
དབྱེ་བ་རྣམ་པ་བཅུ་ཡིན་པ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བའི་སྒྲོ་ནས་བསྟན་ལ་རབ་དུ་བྱེད་པ་
ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷག་མ་སྟེ། སྒྱུར་བ་དགག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་འགྲེལ་བ་ཡིན་
ནོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། གཟུགས་ལ་སོགས་
པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ལ་སོགས་པའོ། །དེ་
ཉིད་མི་རྟག་པ་དང་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ནི་གོ་སྟོང་། །མཆན་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་པ་
ཉིད་དུ་བརྟགས་པའི་ཕྱིར་དང་། ཡོན་ཏན་གྱི་ཆོགས་དང་ལྷན་པ་ཉིད་དང་ཆོས་ཀྱི་
ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པས་སོ་སོར་མ་རྫོགས་པ་དང་རྫོགས་པ་ཉིད་དེ། གཟུགས་ལ་
སོགས་པ་ཆང་བ་ཉིད་དང་མ་ཆང་བ་ཉིད་དོ། །

ཆགས་པ་མེད་པ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་མ་ཞེན་པ་སྟེ། གཟུགས་ལ་
སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་བཞིའི་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་དུ་མི་
འགྱུར་བ་ནི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ཡུམ་གྱི་འགྱུར་བ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་

བའི་ཕྱིར་རོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ན་བྱེད་པ་པོ་མེད་པ་ཉིད་
ཡིན་ཏེ། མི་འགྲུང་བྱེད་པོ་མེད་ཉིད་དང་། །ཞེས་བྱ་བའི་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

གོ་རིམས་བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་གསུམ་ནི་སྤར་བཤད་པ་སྟེ།
དེའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་དང་སྦྱོར་བ་དང་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་ནི་སྤར་
བཤད་པ་སྟེ། དེ་རྣམས་ཀྱི་དཀའ་བ་ཉིད་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དང་ལམ་དང་གཞི་
རྣམས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་མེད་ན་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་རྣམ་པ་ཐམས་
ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་འབད་པས་དེའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པས་ནི་བསྐྱབ་པར་དཀའ་བ་ཉིད་ཡིན་པས། སྦྱོར་བ་དཀའ་བ་རྣམ་གསུམ་
དང་། །ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །སྐལ་བ་ཅི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་འབྲས་བུ་འཛོལ་པས་མི་
སྟོང་པ་ཉིད་དེ། སྐལ་བ་དང་འཆམ་པ་ལས་མི་འདའ་བར་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་
མཁྱེན་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུ་འཛོལ་བ་དོན་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན། སྐལ་བ་
ཇི་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་གྱི་རྒྱུན་གྱིས་མི་
འགྲོ་ཉིད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དམ་པར་འགྲུང་བས་མཆོག་གཞན་མེད་
བའམ། ཡང་དག་པར་ན་དེ་ལས་གཞན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་བདག་མེད་པ་བསྟོམ་
པའི་བདག་ཉིད་དོ། །

དེ་ནི་བདག་ཉིད་སྤང་བ་ལ་སོགས་པའི་དོན་གྱི་རྒྱར་གྱུར་པ་ཡིན་པས་ན་
རྒྱུན་ཏོ། །ཡང་ན་གཞན་གྱི་རྒྱུན་གྱི་བདག་ཉིད་ཀྱི་སྤང་བ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱིར་
དངོས་པོ་རྣམས་དངོས་པོ་མེད་པར་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཞེས་སོ། །དེར་
འགྲོ་བ་ནི་དེར་ཐོབ་པ་སྟེ། རང་ལས་གཞན་པའི་བྱས་པས་སམ། ཕྱི་རོལ་དུ་ལྟ་

བའི་སྒྲུང་བ་ལ་སོགས་པ་གང་རྒྱུ་ཡིན་པ་དེ་ཐམས་ཅད་ནི་ལོགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།
སེམས་ཀྱི་གོགས་སེལ་བ་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །

དེ་ཡང་གང་འདི་རྒྱ་བ་དང་ནི་མི་རྒྱ་བ། །སྤྱུ་མ་ནམ་མཁའ་འདི་རྩ་བོར་ཡོངས་
རྟོགས་བ། །དོན་དམ་མཐོང་བའི་སྒྲུང་བ་དེ་ཉིད་ཡིན། །སྒྲུང་བའི་གོ་ཆ་གཞན་དག་
འདིར་ཅི་དགོས། །ཞེས་གང་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོངས་སུ་གྱུར་
བ་ཉིད་ཡིན་པས་ན་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བའོ། །སྤྲུགས་དང་སྤྲན་གྱི་ཆོགས་པ་ཉིད་
ཡིན་པས་ན་མཉམ་པར་སྦྱར་བའོ། །མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་འགལ་བའོ། །སྤྱི་ནི་སྤྱི་
ལ་རག་ལས་པས་ན་སྤྱི་ནོ། །ཤེས་བྱའི་ཚུལ་ལས་མི་འདའ་བས་ན་མི་འདའ་
བའོ། །གཞི་མེད་པས་ན་རྟོན་མེད་པའོ། །རྒྱ་དང་བྲལ་བས་ན་བྲེད་པ་སོ་མེད་
པའོ། །འདི་རྣམས་སུ་སྒྲུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་གང་ཡིན་པ་ནི་ཡང་དག་པར་ན་རྣམ་པར་
ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་པར་མི་འདོད་པས་དེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལ་སོགས་པ་
ནི་ལོགས་པར་སྒྲུང་བ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུའོ། །

གང་དེའི་གཉེན་པོའི་ཤེས་པ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་མི་ལམ་དང་། སྤྱུ་མ་དང་།
སྤྱི་ག་རྒྱ་དང་། བྲག་ཅ་དང་། མིག་ཡོར་དང་། རི་ཟའི་གྲོང་ཁྱེར་དང་། སྤྱལ་པ་ལྟ་བུ་
ཉིད་ཀྱིས་ན་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་དངོས་སོ་རྣམས་ཤེས་པ་རྣམ་པ་བདུན་པོ་དེ་ལ་
ཤེས་བྱེད་རྣམ་པ་བདུན་ཞེས་བྱ་སྟེ། བཤད་མ་ཐག་པར་གྲགས་པའི་མི་ལམ་ལ་
སོགས་པའི་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། །དེ་ལ་དོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་
རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ།
དངོས་སོ་རྣམས་ནི་མི་ལམ་ལྟ་བུར་ཤེས་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་

བ་དཀའ་འགྲེལ་ཉིད་ལས་གསལ་བ་ཡིན་ནོ། །

ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་དེ་ལས་གོ་བརྒྱུག་པའི་སྒྱུར་བ་རྣམས་པ་བཅུ་ནི་
 རྒྱགས་ཀྱིས་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། སྒྱུར་བའི་མཉམ་པ་ཉིད་
 ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ལ། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
 སོགས་པ་ཆིག་ལེའུར་བྱས་པའི་དོན་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ།
 གཟུགས་དང་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་ནི་མངོན་པར་ཆགས་
 བའོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཐ་སྙད་དུ་བྱ་བའི་རྒྱ་མཆན་ཡིན་པའི་བྱིར། སྟོན་
 བོ་ལ་སོགས་པའི་མཆན་མའོ། །གཟུགས་རྣམས་གཉིས་དང་ཉི་ཤུའོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་
 སོགས་པ་ནི་སྟོས་པའོ། །དྲིད་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་པ་ནི་རྟོགས་པའོ། །འདི་རྣམས་
 གི་རྣམས་པ་རྣམས་ནི་མངོན་པར་ཞེན་པ་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་བཞིའི་དབྱེ་བ་ཤེས་པ་
 རྣམས་པ་བཞི་ཡིན་ནོ། །དེ་རྣམས་རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མི་དམིགས་པ་ནི་མ་མཐོང་
 བའོ། །སྒྱུར་བའི་མཉམ་པ་ཉིད་ནི་སྒྱུར་བའི་མཚུངས་པ་ཉིད་དོ། །

སྒྱུར་བའི་མཉམ་པ་ཉིད་སོ་སོར་རྟོགས་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་
 རྒྱག་བསྐལ་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆིག་ལེའུར་བྱས་པ་ལ་
 འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ཤེས་རྗེས་སུ་ཤེས་བཟོད་དང་། །ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
 ཆོས་ཤེས་པ་དང་། རྗེས་སུ་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་དང་ཤེས་པ་དག་སྟེ། བཞི་པོ་དེ་
 དག་ཉིད་ནི་སྐད་ཅིག་མ་འབྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་པས་སྐད་ཅིག་སྟེ། དེའི་བདག་ཉིད་ཅན་
 ནི་རྒྱག་བསྐལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་ཉག་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་
 ལ་སོགས་པའི་བདེན་པའི་རྣམས་པའི་ཆིག་ལེའུར་བྱས་པའི་དོན་ནི་རོ་བོ་ཉིད་མེད་

པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། རོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་
བྱ་བ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་ན་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་པས་སོ། །

གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ནི་གཟུགས་དང་ཚོར་བ་ལ་སོགས་པ་སྟེ། རྟག་པ་
དང་མི་རྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་བརྟན་ཞིང་གཅིག་པ་དང་འདྲིག་པའི་བདག་ཉིད་དག་ནི་
དངོས་པོའི་ཚོས་ཡིན་ལ་དེ་དག་བྲལ་ཞིང་མེད་པས་ན་རྟག་པ་ཡང་མ་ཡིན་མི་རྟག་
པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། བརྟན་པ་དང་འདྲིག་པ་ཡང་མ་ཡིན་པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྤྱག་
བསྐྱལ་ནི་ཚོར་བ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བའོ། །དེ་མེད་པ་ནི་སྤྱག་བསྐྱལ་མ་ཡིན་པའོ། །དེ་
དག་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ན་འཆིང་བ་དང་ཐར་པའི་རྟག་པ་དང་ཆད་པའི་མཐའ་
དང་བྲལ་བའོ། །གཞན་གྱི་བདག་གི་དངོས་པོ་མེད་པས་སྟོང་པ་དང་དེ་མེད་པ་མི་
སྟོང་པ་སྟེ། དེ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་དག་པའོ། །རང་ཉིད་བདག་གི་རོ་བོ་
ཉིད་ཀྱིས་ན་བདག་ཡིན་ལ་དེ་མེད་པ་ནི་བདག་མེད་པ་སྟེ། དེ་དག་ཉིད་ཁོ་ནའི་རོ་
བོ་ནི་དེ་ལྟར་བརྟགས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེས་མ་སྐྱེས་པའི་ཕན་ཚུན་འགལ་བའི་ཚུལ་གཉིས་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་མི་རིགས་
པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་ལྟར་སྐྱེ་བ་མེད་པས་མ་འགགས་ཤིང་། འདྲིག་པ་མེད་པ་དང་།
འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། དེ་མེད་
པས་རྣམ་པར་བྱང་བ་མ་ཡིན་པའོ། །སོགས་པའི་སྐྱས་ནི་ཉམས་པ་དང་འཕེལ་
བར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་བྱེད་རྒྱ་ནི་རྒྱ་ཡིན་ལ་དེ་མེད་པས་རྒྱ་
མ་ཡིན་པའོ། །དེ་དག་ནི་གསེག་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྣམ་མཁའ་དང་འབྲུ་བའོ། །ཆོ་
འདིའི་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་ནི་ཀུན་འབྱུང་བ་ཡིན་ལ་དེ་མེད་པ་ནི་ཀུན་འབྱུང་བ་མེད་

བ་སྟེ། དེ་དང་མི་ལྟན་པའི་བྱིར་ཉོན་མོངས་པ་ནི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའོ། ཉེ་
བའི་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་ནི་ཁོ་བ་དང་ཁོན་དུ་འཛིན་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ་དེ་
དག་སྤངས་པའོ། །

ཆེ་འདི་དང་ཡུན་རིང་པོའི་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་ནི་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་ཡིན་ལ་དེ་
མེད་པ་ནི་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་མེད་པས་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པའི་བྱིར་ཡོངས་
སུ་འཛིན་པ་ལས་གྲོལ་བ་སྟེ། ཀྱན་ཏུ་ཆགས་པས་སྟོང་པའོ། །སྤྱག་བསྐྱེད་གཅིག་
ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱད་པའི་རྒྱ་ནི་རྒྱུན་ཡིན་ལ་དེ་མེད་པ་ནི་རྒྱུན་མ་ཡིན་པའོ། །དེ་
དག་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་རང་གི་ངོ་བོ་ཤེས་པས་ངོ་བོས་བརྗོད་
དུ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ནི་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཡིན་
པའི་བྱིར་རོ། ཉོན་མོངས་པ་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ན་འགོག་པ་ཡིན་ལ་དེ་མེད་པ་
ནི་འགོག་པ་མེད་པའོ། །གང་གི་བྱིར་ཡང་དག་པར་ན་དེ་དག་དང་མ་བྲལ་བ་དེའི་
བྱིར་འགོག་པའི་བདེན་པའི་དོན་ཉོན་མོངས་པ་དང་བྲལ་བའི་མཆོན་ཉིད་གང་ཡིན་
པ་དེ་ནི་ཆོག་ཏུ་བརྗོད་པས་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་གིས་བསྟན་པས་རྒྱ་གཞན་དག་ལ་
སྤྱིན་དུ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། སྟོང་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་སྤྱིན་པར་རུས་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་
རོ། །

སྤྱག་བསྐྱེད་མི་འབྱུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ཞི་བ་ཡིན་ལ་དེ་མེད་པ་ནི་མ་ཞི་
བའོ། །འདི་དག་ནི་ཡང་དག་པར་ན་མེད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་དམིགས་པ་མེད་པར་
བྱེད་པ་སྟེ། མི་དམིགས་པར་ཤེས་པའོ། །བདེ་བ་དང་གཙང་བས་དབེན་པ་ཉིད་
ཀྱིས་ན་གྲུ་ལོ་མ་པ་ཡིན་ལ་དེ་མེད་པས་གྲུ་ལོ་མ་པ་མ་ཡིན་པའོ། །དེ་དག་དང་བྲལ་

བའི་ཕྱིར་མཐའ་གཉིས་ལས་འདས་པས་རྣམ་པར་དག་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཆད་པ་དང་
རྟག་པའི་མཐའ་མེད་པའི་ཕྱིར་བྱི་མ་མེད་པའོ། །ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་ནི་ངེས་པར་
འབྱུང་བ་ཡིན་ལ་དེ་མེད་པ་ནི་ངེས་པར་འབྱུང་བ་མེད་པའོ། །

དེ་དག་མེད་པའི་ཕྱིར་ནད་ཐམས་ཅད་མི་སྐྱེ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཕྱི་དང་ནད་གི་
ཟུ་སྟེགས་པའི་ལྟ་བ་འཛིག་པ་སྟེ་གནས་མེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཐར་པའི་གྲོང་
ཁྱེར་དུ་ཕྱིན་པར་བྱེད་པའི་དོན་གྱིས་ན་ལམ་ཡིན་ལ་དེ་མེད་པས་ལམ་མ་ཡིན་
པའོ། །དེ་དག་དང་བྲལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ངན་སོང་ཆད་པའོ། །ཉོན་མོངས་པ་མ་
ལུས་པའི་གཉེན་སྤོང་ཕྱོགས་སུ་གྱུར་པས་ན་རིགས་པ་ཡིན་ལ་དེ་མེད་པ་ནི་
རིགས་པ་མ་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་དག་དང་མ་འདྲེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འབྲས་བུ་ནི་འཆང་
ཆུ་བ་ཉིད་ཡིན་ལ་དེ་མངོན་སུམ་དུ་བྱ་བ་ནི་མངོན་སུམ་དུ་བྱ་བའོ། །དེའི་དོན་གྱི་
ཐབས་གང་ཡིན་ཞེ་ན། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཉིད་དེ། ཐམས་ཅད་དུ་མངོན་པར་ཞེན་
པ་མེད་པའོ། །སེམས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་སྟོན་པའི་དོན་གྱིས་ན་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ལ་
དེ་མེད་པ་ནི་སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་པའོ། །

དེ་དག་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཉིད་གྱིས་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་
ཐམས་ཅད་མཆོན་མ་སྟོན་པོ་ལ་སོགས་པས་ཐ་སྙད་དུ་བྱ་བའི་རྒྱ་དང་མ་འབྲེལ་
ཅིང་མ་འདྲེས་པའི་ཆོས་ཉིད་གྱི་གནས་སྐབས་སོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུའོ། །མངོན་
པར་ཞེན་པ་མེད་པའི་རྟག་པའི་གནས་སུ་འགྲོ་བས་ན་ངེས་པར་འབྱེན་པ་ཡིན་ལ་
དེ་མེད་པ་ནི་ངེས་པར་འབྱེན་པ་མ་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་དག་མེད་པ་ཉིད་གྱིས་ན་སྟོང་པ་
ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བརྗོད་པར་བྱ་བ་དང་རྗོད་པར་བྱེད་པའི་ངོ་བོའི་མཆོན་ཉིད་

ཤེས་བྱ་དང་སྒྲ་གཉིས་ལ་ཤེས་པ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡང་དག་པར་ན་
བརྗོད་པར་བྱ་བ་དང་རྗོད་པར་བྱེད་པ་དག་མེད་པས་དེ་དག་གི་ཤེས་པའི་ཡུལ་མ་
ཡིན་པ་ཉིད་དེ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཉིད་ཀྱི་གནས་སོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུ་འོ། །

འདིས་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་སོགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པ་བརྩ་
བྱུག་སྒྲར་བཤད་པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་བདེན་པ་རེ་རེ་ཞིང་རྣམ་པ་གཉིས་
གཉིས་ཀྱི་ཆོས་གང་ཡིན་པ་དང་། རྗེས་སུ་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་
བདེན་པར་བརྗོད་པ་ཡིན་ལ་དེ་ནི་ཤེས་པ་གཉིས་གཉིས་སུ་བསྟར་བར་བྱའོ། །དེ་ལ་
རྟག་པ་དང་མི་རྟག་པ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་དག་མི་
དམིགས་པའི་ཆོས་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ལ་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་
ལ་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་ཆོས་ཤེས་པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་
བདག་དང་། བདག་མེད་པ་དང་། སྟོང་པ་དང་མི་སྟོང་པ་མི་དམིགས་པ་དག་གི་
རྗེས་སུ་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་རྗེས་སུ་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་དང་རྗེས་
སུ་ཆོས་ཤེས་པ་ཡིན་འོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་རེ་རེ་ཞིང་ཡང་
ཤེས་པ་བཞི་བཞི་དང་སྒྲར་བས་ཤེས་པ་བརྩ་བྱུག་ཡིན་འོ། །

གཞན་དག་ན་རེ་ཤེས་པ་འདི་རྣམས་ཀྱང་རྟག་པ་དང་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་
པ་མི་དམིགས་པའི་རྣམ་པ་བདེན་པ་བཞིའི་ཡུལ་ལ་སྐྱེ་བའི་ཤུགས་ཀྱིས་རྟག་པ་
དང་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱའོ་ཞེས་འདོད་
དོ། །ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་སྤྱགས་སྒྲར་ན་མི་རྟག་པ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་དག་གི་
ཆོས་གང་ཡིན་པ་དང་། དེ་དག་གི་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་ཆོས་

ཤེས་པའི་བཟོད་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་ཆོས་ཤེས་པ་ཡིན་ལ། སྟོང་པ་དང་
བདག་མེད་པའི་རྗེས་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་གི་ཤེས་པ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་
ནི་རྗེས་སུ་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་དང་། རྗེས་སུ་ཆོས་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་རེ་རེ་ལ་ཡང་ཤེས་པ་བཞིར་སྦྱར་
བས་ཤེས་པ་བཅུ་དྲུག་ཡིན་ནོ། །གཞན་དག་ན་རེ་འདིར་ཡང་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་
པའི་རྣམས་པ་བདེན་པ་བཞིའི་ཡུལ་ལ་སྦྱེ་བའི་དོན་གྱི་ཤུགས་ཀྱིས་ཤེས་པ་རྣམས་
ཀྱང་བདེན་པ་བཞིའི་རྣམས་པར་ཤེས་པར་བྱའོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ནི་དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་
པ་ཅན་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །འཕགས་པ་བྱམས་པ་དང་
སངས་བུ་བཟང་པོའི་ཞལ་སྤྱན་པ་བདག་གི་ཡུལ་གསུམ་ཅར་ལ་ཤེས་པ་དང་རྣམ་
པ་མ་བསྟན་ན་ཡང་བདག་གིས་མ་བསྟན་པ་ནི་དེའི་ཤུགས་ཀྱིས་འོངས་པ་ཡང་
དོན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཚུལ་གྱིས་སོ། །ཤེས་པ་ཡང་ཡུལ་གྱི་རྣམས་པ་ཅན་ཉིད་
ཡིན་པའི་ཕྱིའི་ཡུལ་ཡོད་པ་དང་ཤེས་པར་སྦྱ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཆད་མ་ཡིན་པས་ཉེས་
པ་མེད་དོ། །

ལམ་ཤེས་པ་ཉིད་ལ་རྗེ་ལྟ་བུ་དེ་བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་ལ་ཉན་
ཐོས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དག་གི་བསྟོམས་པའི་ལམ་སོ་སོར་མེད་ཅེ་ན།
ཀུན་ཤེས་པ་ཉིད་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །དོན་ནི་འདི་ཡིན་
ཏེ། ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་
དཔའི་ཤེས་པས་མཐོང་ནས་འདའ་བར་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་པས་མངོན་སུམ་དུ་བྱ་
བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་བསྟོམས་པའི་ལམ་བསྟན་ལ།

ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་ནི་རི་ལྟར་ཡོངས་སུ་མཐོང་བའི་དོན་ཉིད་ཡང་དང་ཡང་དུ་
མངོན་དུ་བྱ་བ་ནི་བསྟོམ་པའི་ལམ་ཡིན་པས་རྟོགས་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར་བསྟན་པ་མ་ཡིན་
ནོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་
རྣམས་ཀྱང་སྒྲུབ་བཤད་པ་ཉིད་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་ནི་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པས་བདེན་པ་བཞི་
ལ་དམིགས་པ་ན་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་བསྟོམ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་ཐོ་བ་ལ་
སོགས་པ་ནི་གསལ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མ་བསྟན་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་
བྱའོ། །དེ་ལྟར་རྒྱས་པར་བསྟན་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་མངོན་པར་
རྟོགས་པ་བརྒྱད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་དོན་གང་ཡིན་པ་དེ་མཐའ་དག་སྤུད་པར་བྱེད་
པ་ཡིན་པས་གཙོ་བོ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན། ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་གསུམ་
མཐུག་བསྟུ་བར་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་ལས་བཤད་དོ་
ཞེས་བྱ་བའོ། །ལམ་ཤེས་པ་ཉིད་དུ་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ལམ་བརྗོད་པས་
ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་བཤད་པ་མ་ཡིན་ནམ། ཅིའི་ཕྱིར་ཡང་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་
ཉིད་ལོགས་ཤིག་ཏུ་བསྟན་ཅེ་ན། བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ་དེ་ནི།

ལམ་ཤེས་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་ལ་ནི། །འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་དག་
གི། །རྣམ་པ་མི་དམིགས་སྟོན་ནས་ནི། །ཉན་ཐོས་ལམ་འདི་ཤེས་པར་
བྱ། །

ཞེས་བྱ་བས་མི་དམིགས་པར་བསྟོམ་པ་ལ་སོགས་པའི་རིམ་གྱིས་ཉན་
ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ལམ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བསྟོམ་པར་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་

བ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་མི་རྟག་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་བ་བརྒྱུག་པའི་སྒོ་ནས་
འཕངས་པའི་གཞི་མ་ལུས་བ་ཡོངས་སུ་ཤེས་བར་བྱ་བའི་དོན་དུ་ཐམས་ཅད་
ཤེས་བ་ཉིད་ལོགས་ཤིག་དུ་སྒྲིམ་བ་ཡིན་ནོ། །ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱེན་པའི་
མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ལས་སེང་གེ་བཟང་པོའི་
ཞལ་ལྷན་གྱི་གཞུང་རྟོགས་དཀའ་བའི་སྣང་བའི་དཀའ་འགྲེལ་རྣམས་ཀྱི་རྟེན་བྱས་
བ་ལས་སྐབས་གསུམ་པའི་བཤད་པའོ། །

སྐབས་བཞི་བའི་འགྲེལ་བ་ལྟར་རྟོགས་དཀའི་སྒྲུང་བ།

ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་གསུམ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་འགྲེལ་བ་
བརྗོད་ནས་རྣམ་པ་ཀུན་མཛོན་པར་རྟོགས་པར་རྟོགས་པའི་དབང་དུ་མཛད་ནས་
གཞི་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་དེ་སྐད་གསུམ་དུ་གསུངས་པའི་
གཉེན་པོ་མ་ལུས་པ་ནི་གཞི་སྟེ། དེ་རྣམས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་ནི་དེ་ལ་དམིགས་
པར་བྱེད་པའི་སེམས་ཀྱི་བྱེད་པར་རོ། །དེ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པ་གང་ཡིན་པ་ནི་སྒྲུང་
བའོ། །ཀུན་མཐུན་པ་ཉིད་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དང་ལམ་དང་གཞི་སྟེ། བ་མེད་པར་
མཐུན་པས་ཡེ་ཤེས་ནི་རྣམ་གསུམ་གྱིར། ཞེས་བྱ་བ་དབྱེ་ན་རྣམ་པ་གསུམ་ཡོད་
པས་དེ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་པོ་ཉིད་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་ཅི་རིགས་པའི་མཆོན་ཉིད་ནི་
རྣམ་པ་ཀུན་མཛོན་པར་རྟོགས་པར་རྟོགས་པའི་སྤྱིའི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པར་འདོད་
པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

ཆོག་ལེ་ལུར་བྱས་པའི་དོན་ནི་རྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་
ཏེ། རྟག་པ་ལ་སོགས་པར་འདྲིན་པ་ནི་རྟག་པ་དང་སྤྱུག་བསྐྱལ་མ་ཡིན་པ་ལ་
སོགས་པར་མཛོན་པར་ཞེན་པའོ། །དེ་ཉིད་ནི་སྒྲུང་བར་བྱ་བ་ཡིན་པས་ན་མི་
མཐུན་པའི་ཕྱོགས་སོ། །དེའི་གཉེན་པོ་ནི་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པའོ། །དེའི་ཆོས་
ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི་ཤེས་པར་སྒྲུང་བ་སྟེ་དེ་རྣམས་ཀྱིའོ། །དེ་ནི་མི་རྟག་པ་ལ་
སོགས་པ་ལ་དམིགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་རྣམས་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ།
མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་དམིགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བྱེད་པར་ལ་རྣམ་པ་ཉིད་དུ་

རྣམ་པར་གཞག་པ་ནི་རྣམ་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ངེས་པར་བྱས་པའོ། །མཚན་ཉིད་ནི་
སྦྱིར་ན་རྣམ་པ་ཀྱན་མངོན་པར་རྫོགས་པར་རྟོགས་པས་དཔེ་གས་པའི་མཚན་
མའོ། །

དེ་དག་གྲང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འདིས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་
གསུམ་གྱི་གཞིའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་སྤར་སྤྲས་པའི་རྣམ་པ་རྣམས་གཞི་
མེད་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་པར་ངེས་པ་གསལ་བ་ཡིན་ལོ། །སྦྱིར་ཞེས་བྱ་བས་རྣམ་པ་
རྣམས་ལ་དབྱེ་བ་མ་བཟོད་པར་རྣམ་པ་གསུམ་བསྟན་ནས་ད་ནི་བྱུང་པར་ཏེ།
འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་ལ་བརྟེན་པའི་དབྱེ་བས་མེད་པའི་རྣམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་
ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། མེད་པའི་རྣམ་པ་ནས་གཟུང་སྟེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
མེད་པ་དང་མི་སྦྱེ་བའི་རྣམ་པ་ནས་གཟུང་སྟེ། མི་གཡོ་བའི་རྣམ་པའི་མཐར་ཐུག་
པའི་བར་གྱིས་སོ། །བཙེ་བ་ནི་བདེན་པ་སོ་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་
པ་ཡིན་ཏེ། བདེན་པ་སོ་སོ་ལ་བཞི་དང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱད་བསྐྱེད་ལ་སོགས་པའི་
བདེན་པ་གསུམ་ལ་བཞི་བཞི་སྟེ་བཅུ་གཉིས་སོ། །ལམ་གྱི་བདེན་པ་ལ་ནི་བཙེ་
ལྟར་ཞེས་བྱ་བ་དེ་དག་ནི་རྣམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་པར་བཤད་དོ། །

དེ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་ཆོག་ལེ་འུར་བྱས་པའི་དོན་སྒྲོས་པ་ཡིན་
ཏེ། དེ་ལ་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱིས་དབང་དུ་བྱས་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐམས་
ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་འདིར་སོ་སོར་བསྒྲོམ་པར་འདོད་པས་
ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །མེད་པ་ནི་ནམ་
མཁའ་དང་མཉམ་པའི་ཉལ་པའི་ཚུལ་གྱིས་མེད་པའོ། །མི་སྦྱེ་བ་ནི་ཡང་དག་པར་

སྐྱེ་བ་མེད་པའོ། །དབེན་པ་ནི་ཡོན་ཏན་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་བདག་སྟོང་
པ་ཉིད་དོ། །མི་བཞི་བ་ནི་བདག་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཐུ་སྟེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་
འཁྲུགས་པར་མི་བྱས་པ་སྟེ། སྤྱག་བསྐྱེལ་མི་ཉག་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་བ་དང་།
སྟོང་པ་དང་། བདག་མེད་པའི་མཆོན་ཉིད་དོ། །

ཡང་དག་པར་ན་མིང་དང་གཟུགས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་མེད་པའི་
དོན་ཀྱིས་ན་གནས་མེད་པའོ། །ནམ་མཁའ་ནི་དངོས་པོ་མེད་པའོ། །ཡང་དག་པར་
ན་ཆོག་ཏུ་བརྟེན་དུ་མེད་པ་ན་བརྟེན་དུ་མེད་པའོ། །གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་
ཕྱང་པོ་མེད་པ་ནི་མིང་མེད་པ་སྟེ། ཀྱན་འབྱུང་གི་རྒྱ་དང་། ཀྱན་འབྱུང་བ་དང་།
རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་དང་། རྒྱུན་གྱི་མཆོན་ཉིད་དོ། །འགྲོ་བ་མེད་པ་ནི་ཡང་དག་པ་ཉིད་དུ་
ན་འགྲོ་བ་མེད་པའོ། །མི་འཕྲོགས་པ་ནི་གཞོན་མ་ནས་ཞི་བ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ཡུལ་མེད་
པའོ། །མི་ཟད་པ་ནི་ཟད་པ་མེད་པའོ། །སྐྱེ་བ་མེད་པ་ནི་མ་སྐྱེས་པ་སྟེ་འགོག་པའི་
འགོག་པ་དང་། ཞི་བ་དང་གྲུ་ལོ་མ་པ་དང་། དེས་པར་འབྱུང་བའི་མཆོན་ཉིད་དོ། །དེ་
ལྟར་ན་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་པ་བཅུ་གཉིས་པོ་འདི་དག་ནི་གོ་རིམས་བཞིན་
དུ་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་སོགས་པའི་བདེན་པ་གསུམ་གྱིས་མི་ཉག་པ་ལ་སོགས་པའི་
མཆོན་ཉིད་དག་ཡིན་པར་བཤད་པར་བྱའོ། །

ད་ནི་ལམ་གྱི་བདེན་པ་རྣམས་པ་གསུམ་ཉོན་མོངས་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཉོན་མོངས་པ་ཉིད་ནི་ཅིག་པ་ལ་སོགས་པ་དང་འདྲ་བར་སྐྱིབ་
པ་ཡིན་ཏེ། ཡང་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གོགས་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དོ། །དེའི་
གཉེན་པོ་ཉིད་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་དེ་ལ་དང་པོ་ཉོན་མོས་རྣམས་ཀྱི་ཟག་

བ་མེད་པའི་ལམ་ལ་ཡང་དག་བ་ཉིད་དུ་ན་བྱེད་བ་པོ་དམིགས་སུ་མེད་པས་ན་
བྱེད་བ་པོ་མེད་པའོ། །བདག་ཉིད་མེད་པས་ན་ཤེས་བ་པོ་མེད་པའོ། །ཡང་དག་
བར་ན་འཕོ་བ་མེད་པས་ན་འཕོ་བ་མེད་པའོ། །

ཉོན་མོངས་བ་འདུལ་བ་མེད་པས་ན་འདུལ་བ་མེད་པའོ། །དེ་ལྟར་ན་རྣམ་པ་
དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་ལམ་ལ་སོགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ལམ་
དང་རིག་བ་དང་སྐྱབ་བ་དང་ངེས་པར་འབྱེན་པའི་བདག་ཉིད་དོ། །གཉིས་བ་ནི་
རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ལམ་ཟག་བ་དང་བཅས་བ་སྟེ། རབ་ཏུ་གཉིད་ཀྱིས་
ལོག་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཤེས་བ་ནི་མི་ལམ་ལོ། །བྲག་ཆ་ནི་སྐྱ་བརྟན་ནོ། །རྒྱ་བ་
གཉིས་བ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲུང་བ་ནི་མིག་ཡོར་རོ། །སྟོག་རྒྱ་ནི་ཕྱ་ངན་གྱི་སྟོག་
རྒྱའོ། །མིག་འབྱུལ་ནི་སྐྱ་མའོ། །དེ་ལྟར་ན་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་སྟེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་
ནི་ཡང་དག་བ་ཉིད་དུ་ན་སྟེ་བར་མི་རིགས་བ་ཉིད་དོ། །ཞེས་བལྟ་བར་བྱའོ། །སྤྱིར་
ཤེས་བྱའི་སྤྱིབ་པའི་གཉིན་པོར་གྱུར་བ་དག་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཤེས་བྱའི་
སྤྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་འཛོམས་པར་བྱེད་པའོ། །

གསུམ་བ་ནི་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་ལམ་ལ་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་
མེད་པས་ན་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་བ་མེད་པའོ། །རྣམ་པར་བྱང་བ་ནི་ཕྱ་ངན་ལས་
འདས་བ་སྟེ། དེ་མེད་བ་རྣམ་པར་བྱང་བ་མེད་པའོ། །ཉོན་མོངས་བ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་
མོངས་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མ་གོས་བ་ན་གོས་བ་མེད་པའོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་
པའི་སྟོས་བ་མེད་བ་ནི་སྟོས་བ་མེད་པའོ། །མངོན་པར་ཞེན་བ་མེད་བ་ནི་རྫོམ་བ་
མེད་པའོ། །ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལྟན་པས་ན་མི་གཡོ་བ་སྟེ། འདི་དག་རྣམ་པ་རྣམས་

ཡིན་ནོ། །ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ནི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའོ། །རྣམ་པར་བྱང་
བ་མ་ཡིན་པ་ནི་སྤངས་ལས་འདས་པ་མ་ཡིན་པའོ། །ཉོན་མོངས་པའི་བག་ཆགས་
ལ་སོགས་པའི་རྒྱན་ནམ་མེད་པའི་རྣམ་པ་ཉི་བར་མཐོང་བར་ནས་པའི་ཉོན་མོངས་
པའི་བག་ཆགས་རྣམས་སོ། །

གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོས་པ་ནི་གཟུགས་དང་ཚོར་བ་ལ་སོགས་པའི་
བར་དུ་དབྱེ་བའོ། །རང་གི་རྟོག་པ་ནི་འཛིན་པའི་ཤེས་པ་ལ་ཉི་བར་དམིགས་
པའོ། །ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་འཛོམས་སྟེ། མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་
ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་འདི་རྣམས་ཀྱི་སོ་སོར་ངེས་པའི་གཉེན་
པོར་གྱུར་བདག་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྒྲོས་ཏེ། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པ་ཤེས་
བའི་སྤྱི་བ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་དུག་པོ་དག་ཉིད་ཡིན་ནོ། །རྒྱ་དང་ཞེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པའི་ཚིག་ལེའུར་བྱས་པ་བཤད་པར་འདོད་ནས། གནས་སྐབས་པ་
ལ་བདེན་པ་རྣམས་ཀྱི་སོ་སོར་སྒྲོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཅིག་ཤོས་ཀྱི་
སྤྱོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་
བའི་ཡུལ་གྱི་དབྱེ་བས་སོ། །

གངས་བཞིན་དུ་རྣམ་པ་བརྒྱད་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་
པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཀུན་འབྱུང་དང་ལམ་དག་ལ་རྣམ་པ་བརྒྱད་དང་བདུན་
རྣམས་སོ། །སྤྱག་བསྐྱེད་དང་འགྲོག་པ་ལ་རྣམ་པ་ལྔ་དང་བཅུ་དྲུག་ཏུ་ཤེས་པར་
བྱའོ། །དེ་ལ་ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པར་རྟོག་པ་རྣམ་པ་བརྒྱད་ནི་འདོད་ཆགས་དང་

བྲལ་བ་དང་ཞེས་བྲ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། དུལ་ལ་རྒྱབ་ཀྱིས་སྟོགས་པ་ནི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ལོ། །མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་པ་ནི་མི་གནས་པ་ལོ། །ཉེས་པ་ཉེ་བར་ཞི་བ་ནི་ཞི་བ་ལོ། །

འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ནི་འདོད་ཆགས་མེད་པ་ལོ། །ཞེ་སྤང་མེད་པ་ནི་ཞེ་སྤང་དང་བྲལ་བ་ལོ། །ཡང་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི་གཏི་ཟུག་མེད་པ་ལོ། །ཉོན་མོངས་པ་དང་བྲལ་བ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་ལོ། །སེམས་ཅན་མེད་པ་ནི་སེམས་ཅན་མེད་པ་སྟེ། རྣམ་པ་འདི་དག་ནི་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་འདི་རྣམས་གང་དག་གི་གཉེན་པོ་ཡིན་ཞེ་ན། མི་མ་སྤུན་པའི་སྟོགས་ནི་ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པའི་རྒྱ་དང་། ཀུན་འབྱུང་བ་དང་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་དང་རྒྱེན་ཏེ་རྣམ་པ་བཞི་སྟོས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་རྒྱ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྟོན་དང་སྤྱི་མའི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་དང་སྤེད་པའི་དབྱེ་བས་རྣམ་པ་གསུམ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་འདུན་པ་དང་ཞེས་བྲ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། འདུན་པ་ནི་དུལ་ཐམས་ཅད་མངོན་པར་འདོད་པ་ལོ། །དེ་མངོན་དུ་འགྲོ་བའི་མངོན་པར་ཞེན་པ་ནི་འདོད་ཆགས་ཏེ། འདོད་ཆགས་ལ་ནི་དགའ་བ་སྟེ། ལྷ་ར་འབྱུར་བའམ་མིར་འབྱུར་བའོ་ཞེས་སྤྲོད་པ་ལ་མངོན་པར་དགའ་བར་བྱེད་པ་ལོ། །

མི་མ་སྤུན་པའི་སྟོགས་འདི་རྣམས་ཀྱི་གཉེན་པོ་ནི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་དང་། མི་གནས་པ་དང་ཞི་བའི་རྣམ་པ་སྟེ་གསུམ་ཡིན་ནོ། །ཀུན་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་གསུམ་སྟེ། འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་སྤང་དང་། གཏི་ཟུག་གོ། །འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་མི་མ་སྤུན་པའི་སྟོགས་འདི་རྣམས་ཀྱི་གཉེན་པོ་ནི་འདོད་ཆགས་མེད་པ་དང་ཞེ་སྤང་མེད་པ་དང་གཏི་ཟུག་མེད་པ་ལོ། །རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་གང་

ཡིན་པ་དེ་ནི་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པ་སྟེ། མི་མ་སྤུན་པའི་སྤྱོད་གས་མ་ལུས་པའི་རྣམ་པ་ཉིད་
ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་གཉེན་པོ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་སྟེ། ཉོན་མོངས་པ་ལྡོག་
པ་ལས་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་ལྡོག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

རྒྱུན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སེམས་ཅན་དུ་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྟེ། དེའི་རྣམ་པ་
ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་གཉེན་པོ་ནི་སེམས་ཅན་མེད་པ་སྟེ། སེམས་ཅན་
མེད་པར་ཤེས་པ་ལས་དེའི་མངོན་པར་ཞེན་པ་ལྡོག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་
ན་དེ་རྣམས་ཀྱི་གཉེན་པོར་གྱུར་པ་སྟེ། འདུན་པ་དང་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་
མི་མ་སྤུན་པར་གྱུར་པའི་ངོ་བོ་གསུམ་དང་གསུམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་ཆགས་དང་
བྲལ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། འདོད་ཆགས་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་དང་གཅིག་དང་
གཅིག་སྟེ་ཞེས་བྱ་བ་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་དང་སེམས་ཅན་མེད་པ་སྟེ། བརྒྱད་
དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་རྒྱ་རྣམ་པ་བརྒྱད་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་བསྒྲགས་
སོ། །ལམ་གྱི་རྣམ་པ་བདུན་ནི་ཆད་མེད་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་
ཡིན་ཏེ། རྟོག་པའི་སྤྱོད་ཡུལ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ཆད་མེད་པའོ། །

འཁོར་བ་དང་ཐུང་ན་ལས་འདས་པ་གཉིས་སྤངས་པས་ན་མཐའ་གཉིས་དང་
མ་འབྲེལ་བ་སྟེ་མ་དམིགས་སོ། །ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་དང་འབྲ་བ་དབྱེར་མེད་པ་ཉིད་
ཡིན་པས་ན་ཐ་མི་དད་པའོ། །ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་མ་
འདྲེས་པས་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་མེད་པའོ། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་ནི་སྟོང་པ་
ཉིད་ཡིན་པར་མཆོངས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའོ། །ཤེས་པར་བྱ་བ་
མེད་པས་ན་དཔག་ཏུ་མེད་པའོ། །ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་ཞེན་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་

ཆགས་པ་མེད་པ་སྟེ། རྣམ་པར་རིག་པ་འདི་དག་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གང་
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་གོ་སྐབས་འབྱེད་པ་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་གོ་
སྐབས་འབྱེད་པའི་ལམ་ནི་ཐར་པའི་གྲོང་ཁྱིམ་ཐོབ་པར་བྱེད་པའོ། །

ཇི་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་གོ་སྐབས་འབྱེད་པ་ཇི་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ལ་
སོགས་པས་སོ། །རིག་པ་གང་ཡིན་པ་དང་ཇི་ལྟར་རིག་པར་ཡིན་པ་ནི་ཡང་དག་
པའི་ཡེ་ཤེས་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པ་དང་ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོ་ཉིད་ཡིན་པའི་
ཕྱིར་རོ། །སྐྱབ་པ་གང་ཡིན་པ་དང་ཇི་ལྟར་བསྐྱབ་པ་ཡིན་པ་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་
ལ་སོགས་པའི་གཉེན་པོ་བསྐྱོམ་པ་རབ་ཀྱི་མཐར་ཕྱིན་པ་ཉིད་དང་། སེམས་ཕྱིན་
ཅི་མ་ལོག་པར་སྐྱབ་པའོ། །ངེས་པར་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་ནི་མྱ་ངན་ལས་འདས་
པའོ། །དེ་དག་ནི་དེ་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །སྤྱག་
བསྐྱེད་ཀྱི་བདེན་པ་རྣམས་པ་ནི་མི་རྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། མེད་
པའི་དོན་ནི་མི་རྟག་པའི་དོན་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་མེད་པས་ན་མི་རྟག་
པའོ། །འདུ་བྱེད་ཉིད་ཡིན་པས་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་པའོ། །གཞན་གྱིས་ཡོངས་སུ་
བརྟགས་པའི་བདག་ལ་སོགས་པས་སྟོང་པས་ན་སྟོང་པའོ། །

གང་ཟག་ལ་སོགས་པ་མེད་པས་ན་བདག་མེད་པའོ། །མཚན་ཉིད་མེད་པའི་
རྣམ་པ་ནི་ལྷ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་གང་ཞེན་ངོ་བོ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་མ་སྐྱེས་པ་སྟེ། ཐམས་
ཅད་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །བརྟགས་
པའི་བདག་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ཆོས་བརྒྱད་པོ་དེ་དག་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་བཀག་
པས་ཡང་དག་པ་ཉིད་དུ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་གོ་རིམས་བཞེན་དུ་སྟོང་བ་ཞེས་བྱ་

བ་སྟོང་བ་ཉིད་དང་། ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ཆེན་པོ་སྟོང་བ་ཉིད་དང་། དོན་དམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་དོན་དམ་པ་སྟོང་བ་ཉིད་དང་། འདུས་བྱས་ཞེས་བྱ་བ་འདུས་བྱས་སྟོང་བ་ཉིད་དང་། འདུས་མ་བྱས་ཞེས་བྱ་བ་འདུས་མ་བྱས་སྟོང་བ་ཉིད་དང་།

མཐའ་ལས་འདས་པ་ཞེས་བྱ་བ་མཐའ་ལས་འདས་པ་སྟོང་བ་ཉིད་དང་། ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་མེད་པ་སྟོང་བ་ཉིད་དང་། དོར་བ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་དོར་བ་མེད་པ་སྟོང་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་རྣམ་པ་དེ་དག་ཡིན་ཅོ། །བྱ་ཅོམ་པའི་རྣམ་པ་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། གཞན་གྱིས་ཞེས་བྱ་བ་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྤྲོ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱན་བརྟགས་པའི་བྱེད་པ་པོ་གང་ཡིན་པ་དེ་བཀག་པས་རང་བཞིན་སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་སྟེ། ཡང་དག་པར་ན་བྱ་བ་མེད་པས་ན་ལྷ་སྤྱིན་ལ་སོགས་པས་ལས་བྱེད་པ་པོ་ནང་ན་མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར་དང་། མ་མཐོང་བར་བརྟགས་པ་ནི་རྟ་ཅང་ཐལ་ཆེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ངེས་པར་འབྱུང་བའི་རྣམ་པ་བཤད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷག་མཛོ། །

ཡུལ་དུ་འབྱུལ་བ་ཡང་དག་པ་ཉིད་དུ་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་ན་ཡང་ཕྱི་རོལ་གྱི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་འབྱུལ་བ་སྟེ། དེའི་བདག་ཉིད་རྣམས་ནི་བརྟགས་པ་སྟེ། གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཐ་སྙད་དོ། །མཚན་ཉིད་ནི་གཟུགས་སུ་རུང་བ་ལ་སོགས་པའོ། །དུས་ནི་དབྱིད་ལ་སོགས་པའོ། །འདི་རྣམས་སུ་འབྱུལ་བ་རྣམས་ནི་གང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་ནི་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་ན་ཡང་ཡང་དག་པར་རྣམ་པར་འབྱུལ་པའོ། །དེ་རྣམས་ཀྱི་འགག་པར་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་བ་ཉིད་དང་། རང་གི་མཚན་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་རང་གི་མཚན་ཉིད་སྟོང་བ་ཉིད་དང་། གཞན་གྱིས་ཡོངས་སུ་

བརྟགས་པའི་དུས་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་དང་། ཡང་དག་པར་
ན་ཤེས་པའི་སྒྲུང་བ་ལས་གཞན་པའི་དུས་ཀྱང་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་མི་དམིགས་པ་
ཞེས་བྱ་བ་མི་དམིགས་པ་སྒྲོང་བ་ཉིད་དེ། རྣམ་པ་གསུམ་པོ་དེ་དག་གོ། །

ངེས་པར་འབྱུང་བའི་རྣམ་པ་ཁོ་ན་ཞེས་བྱ་བ་ཐུངན་ལས་འདས་པའི་རྣམ་པ་
ཉིད་ཡིན་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར། དངོས་པོ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྒྲོང་བ་ཉིད་ཀྱི་
རྣམ་པ་གཅིག་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་ནི་བཙུ་བྱ་བ་ཏུ་
བསྐྱགས་སོ། །ཀུན་མཁྱེན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་
པའི་ཆོག་ལེ་ལུར་བྱས་པའི་དོན་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་
སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤར་བཤད་
བས་སོ། །འཕགས་པའི་གང་ཟག་ཐམས་ཅད་བསྐྱས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉན་
ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་ཡང་དག་པར་རྫོགས་
པའི་སངས་རྒྱས་བསྐྱས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བྱངས་བཞིན་དུ་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་
ཞེས་བྱ་བ་འོག་མ་དང་སྦྱར་བར་བྱའོ། །ཐུན་པ་ཉིད་བཞག་ནས་བཟུང་སྟེ་ཞེས་བྱ་
བ་ནི་ལུས་ཐུན་པ་ཉིད་བར་གཞག་པ་དང་པོར་བྱས་ནས་སོ། །

ཐ་མ་སངས་རྒྱས་ཉིད་རྣམ་པར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་
མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་སུམ་ཅུ་ཅ་དགའའི་བར་ནི་རྣམ་པ་ཡིན་པར་
ཤེས་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། །ཅིའི་ཕྱིར་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་
ཉིད་ཀྱིས་འཕགས་པའི་གང་ཟག་ཐམས་ཅད་བསྐྱས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ཐམས་ཅད་
མཁྱེན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་ཏེ། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་གསུམ་དུ་

གྲགས་པ་དེས་བསྐྱུས་པའི་ལམ་གང་ལ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་
ལམ་གྱི་བདེན་པ་རྣམས་པ་གསུམ་པོ་དེའི་སྒྲོ་ནས་ཞེས་བྱ་བ་དེའི་ཐབས་གྱིས་
སོ། །འདིས་ནི་ཀུན་མཐུན་ཉིད་གསུམ་གྱི་བྲག་གིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་
བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

འདིར་བློན་པ་ཉི་བར་གཞག་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་པ་བརྒྱ་བདུན་ཅུ་ཙུ་
གསུམ་ཡང་དག་པར་ན་རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་ཡིན་པར་བཤད་ལ། དེ་
ཡང་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་ལམ་གསུམ་གྱི་གྱེ་བྲག་གིས་གསུམ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་
བྱ་བར་དགོངས་སོ། །དེ་ནི་དེ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་
ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཐམས་ཅད་
མཐུན་པ་ཉིད་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་སོ། །ཐམས་ཅད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་
དངོས་པོ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པའི་ལམ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལུས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་པར་
དབྱེད་པའི་ཐབས་ལ་འོ། །བདེན་པ་བཞི་ལ་འཇུག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་སོགས་པའི་བསྒྲོམ་པའི་ལམ་ལ་འཇུག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། རྣམ་
པར་དབྱེད་པ་ནི་ལུས་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ།

ལུས་ལ་སོགས་པའི་རང་དང་སྤྱིའི་མཆོན་ཉིད་དག་གི་དོན་གྱི་བྱ་བ་རུས་པ་
དང་མི་རུས་པ་དག་གིས་ཡོངས་སུ་བརྟག་ཅིང་སྤྱི་བ་མེད་པ་ཉིད་དུ་ཤེས་པར་
བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་རྣམས་པ་ཡིན་ནོ། །བཙུན་འབྲས་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་ཙུལ་བའི་
ལམ་སྟེ། ཡང་དག་པར་སྤོང་བའི་ཐབས་ལ་མི་དགེ་བ་ངེས་པར་སྤྱིས་པ་དང་། མ་
སྤྱིས་པ་དག་ཡང་དག་པར་སྤོང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། མི་བསྐྱེད་པར་བྱ་བའི་

ཕྱིར་དང་། དགེ་བ་ཡང་དག་པར་སྐྱེས་པ་དང་མ་སྐྱེས་པ་དག་ལ་འཕེལ་བར་བྱ་བ་
དང་བསྐྱེད་པར་བྱ་བའི་རྒྱ་ནི་བཙུན་འགྲུས་སོ། །

སེམས་ལས་སྲ་རུང་བ་ཉིད་དུ་བྱེད་པ་ནི་སེམས་ཅེ་གཅིག་པར་གྱུར་པ་
ཡིན་པས། ཉིང་ངེ་འཛིན་ཡོངས་སྲ་སྦྱོང་བའི་ལམ་སྟེ། བསམ་གཏན་འདུ་བྱེད་
བའི་ཐབས་རྩ་འབྲུལ་གྱི་རྟེན་པའི་རྣམ་པ་ལའོ། །ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་སྦྱོང་བ་ནི་
འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ཚོ་ལ་བའོ། །དེའི་དོན་དུ་འདུ་བྱེད་པ་ནི་འབད་པའོ། །དེ་
དང་ལྡན་ཞིང་བཅས་པའི་རྩ་འབྲུལ་གྱི་རྟེན་པ་སྟེ། རྩ་འབྲུལ་གྱི་རྟེན་ཡིན་པ་ནི་འདི་
དག་གི་སྟོབས་གྱིས་རྩ་འབྲུལ་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འདུན་པ་ལ་སོགས་པའི་
སྟོན་ལས་སྲ་རུང་བར་འགྱུར་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སེམས་ཡོངས་སྲ་
སྦྱོང་བ་བྱས་ཤིང་ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་ལྡན་པའི་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་སྦྱོང་བའི་
ལམ་སྟེ། སྦྱོང་བའི་རྣམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་དད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཐབས་ལའོ། །དད་
པ་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོས་འཕགས་པའི་ལམ་ཡང་དག་པར་བསྐྱབ་པར་བྱ་
བའི་ཕྱིར་རྟོ་བ་དང་ཅེ་མོའི་སྦྱོང་བ་རྟོགས་པར་གྱུར་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

རྟོ་བ་ལ་སོགས་པ་ཐོབ་ཅིང་རྟོ་བ་དང་ཅེ་མོ་རྟོགས་པ་ནི་བཟོད་པ་ལ་
སོགས་པ་མངོན་པར་རྟོགས་པ་དང་འབྲེལ་ཅིང་གཅིག་དུ་གྱུར་པའི་ལམ་དད་པའི་
སྟོབས་ལ་སོགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་འདོད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྟོབས་ཀྱི་རྗེས་
ཐོགས་ལ་བདེན་པའི་རྟོགས་པའི་དོན་དུ་དད་པ་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་མི་མཐུན་
པའི་ཕྱོགས་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་བཟོད་པ་དང་ཆོས་ཀྱི་མཆོག་གི་སྦྱོང་བ་ཡིན་
པའི་ཕྱིར་རོ། །རྟོ་བ་ལ་སོགས་པ་བཞི་རྟོགས་པ་ལ་ནི། བདེན་པ་བཞི་མཐོང་བའི་

ལམ་སྟེ། བདེན་པ་བཞི་ཤེས་པའི་ཐབས་ལ་ནི་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་ལམ་ཤེས་
བྱ་སྟེ། རྩན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཐབས་དེས་ཐོག་མ་ཁོ་ནར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་མངོན་
པར་རྟོགས་པར་རིག་པ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

བདེན་པ་མཐོང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་ལ་
སོགས་པ་ནི་ཡང་དག་པར་ངེས་པར་འབྱེན་པའི་ལམ་ཡིན་ཏེ། མཐོང་བའི་ལམ་
ཡན་ཆད་འདིས་བསྟོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་པར་དག་པར་
ངེས་པར་འབྱེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེར་འདི་ལྟར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོས་
འདི་རྣམས་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་འབྱུང་བས་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་ཤེས་པར་
བྱའོ། །དེ་ལྟར་ན་དངོས་པོ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པའི་ལམ་ལ་སོགས་པ་ལམ་རྣམས་
བདུན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་སྟོབ་མ་རྣམས་ལ་ཀྱན་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་ལམ་གྱི་རྟེན་
ཅན་ཏེ། དེ་ལ་གནས་པ་ཡིན་ནོ། །ད་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ལམ་
ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་སྲུང་ཅུ་ཅ་བཞི་ནི་ལམ་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་
སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། ལྟ་བ་ནི་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པའི་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཤེས་
པའོ། །

དེ་རྣམས་ཀྱི་གཉེན་པོའི་ལམ་ནི་རྣམས་པར་སེལ་བའི་ཐབས་རྣམས་པ་གསུམ་
མོ། །དེ་ནི་ལྟ་བས་བྱས་པ་ཞེས་སྟོས་ཏེ། ལྟ་བ་ལས་གྱུར་པའི་མི་མཐུན་པའི་
ཕྱོགས་ཀྱི་གཉེན་པོའོ། །དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་ལྟ་བའི་རྒྱའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་སྟེ། རྟོག་
པ་གང་ཡིན་པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་གཉེན་པོའོ། །ཁམས་གསུམ་པ་ལ་སྟོན་པ་ནི་སེམས་
ཅན་དུ་ལྟ་བ་ལ་ཞུགས་པ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་ནི་གཉེན་པོའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་

བ་ནི་གོ་སྒྲུའོ། །ཞི་བའི་རྣམ་པས་མཚན་མ་མེད་ཅེས་བྱ་བ་འདི་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་
ན། འདི་ནི་དངོས་པོའི་རྒྱུ་རྒྱ་མཚན་དང་ཆེས་སྤྱ་འབྲེལ་བའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་
ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས། དེ་སྐད་བརྗོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

སྤྱལ་བའི་ལམ་ནི་སྤྱལ་བའི་ཐབས་ཀྱི་བྱ་བ་རྣམ་པ་གསུམ་མོ། །ནང་གི་
བདག་ཉིད་ཀྱི་གཟུགས་ཀྱི་འདྲ་ཤེས་རྣམ་པར་མ་བཞིག་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་ལ་ཕྱི་རོལ་ཀྱི་གཟུགས་རྣམས་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ཁ་དོག་བཟང་བ་དང་ཁ་
དོག་ངན་པའོ། །བལྟའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་ཉིད་བསམ་གཏན་ནམ་གཟུགས་མེད་
པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ལ་བརྟེན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བར་ཤེས་པར་བྱའོ། །སྤྱལ་བའི་
སྤྱི་བ་བ་ནི་དེའི་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ཏེ། དེའི་གཉེན་པོ་རྣམ་པ་གཉིས་སོ། །རྣམ་
པར་ཐར་པ་གསུམ་པ་ནི་གཟུགས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ།
གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་དང་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་ལས་གྱུར་
པས་གཟུགས་སྤྲུག་པ་དང་མི་སྤྲུག་པ་སྟེ། འཕགས་པ་དང་ཅིག་ཤོས་ཀྱི་རྣམ་པ་
དག་སྟེ། དེ་དག་གི་སྤྱལ་བའོ། །དགའ་བ་ནི་འབད་པའོ། །མི་དགའ་བ་ནི་རྒྱབ་ཀྱིས་
སྟོགས་པའོ། །

གཉིས་པོ་དེ་དག་ནི་ཀུན་ཏུ་ཆགས་པའི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཀུན་ནས་
ཉོན་མོངས་པ་སྟེ། མི་མཐུན་པ་ཡིན་ལ་དེ་དག་གི་གཉེན་པོ་ནི་རྒྱུར་གདུལ་བྱ་
རྣམས་ཀྱི་སྤྲུག་པ་སྟེ། བསོད་ནམས་ཀྱི་རྒྱུ་རྒྱ་རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྟོ་སྟེ། རྫོགས་པའི་
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཐབས་སོ། །ལུས་ཀྱིས་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་ནས་ཞེས་བྱ་བ་རི་ལྟར་
གདུལ་བར་ལུས་ཀྱི་འཕགས་པའི་རྣམ་པར་གྱུར་པའོ། །རྫོགས་པར་བྱས་ཏེ་ཞེས་

བྱ་བ་ནི་བསྟན་པར་དམིགས་པའོ། །གནས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱན་
ཏུ་སྒྲོང་པའོ། །

འདིར་ཡང་བདག་ཉིད་གཟུགས་སྤྱད་པ་དང་མི་སྤྱད་པ་ལ་པན་ཚུན་སྟོས་
བའི་འདུ་ཤེས་དང་། པན་ཚུན་རྗེས་སུ་འགོ་བའི་འདུ་ཤེས་ལ་བརྟེན་ཏེ། པན་ཚུན་
ཀྱི་འདུ་ཤེས་རོ་གཅིག་པ་ཐོབ་པས་གཟུགས་ཇི་ལྟར་འདོད་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་
ལ་དབང་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བལྟ་བར་བྱ་སྟེ། རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་བདག་ཉིད་
ཐར་པ་བྱུང་པར་ཅན་ཀྱི་རྒྱུར་གྱུར་པས་ན་རྣམ་པར་ཐར་པའོ། །མཐོང་བའི་ཆོས་
ནི་བཙེམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་མངོན་སུམ་དུ་མཛད་པའི་ཡེ་ཤེས་སོ། །དེའི་བདག་
ཉིད་ཅན་ཀྱི་བདེ་བར་གནས་པ་གང་ཡིན་པ་ནི་ཇི་ལྟར་བདེ་བར་གནས་པའོ། །དེའི་
ལམ་ནི་ཐབས་རྣམ་པ་ལྟའོ། །ཐབས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་བཤད་པ་ནི་
དེ་མཐོང་བས་གཞན་རྣམས་ཀྱི་ཡང་དེ་བསྟན་པས་ཐར་པ་དང་མཐུན་པར་གནས་
པའི་རྒྱུར་གྱུར་པས་ཐར་པ་དང་མཐུན་པར་གནས་པའི་ལམ་ཀྱི་རང་བཞིན་ལ་
གཟུགས་མེད་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། རྣམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་
སྟེ་མཆེད་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་བཞིའོ། །

ཞི་བར་གནས་པའི་ལམ་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་
ཉེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདུ་ཤེས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་འགོག་པའི་
སྟོམས་པར་འཇུག་པ་སྟེ། གཅིག་ཡིན་ནོ། །འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་
ཐབས་རྣམ་པ་དགུ་ལའོ། །སྟོང་བའི་ལམ་སྟེ་ཉོན་མོངས་པ་སེལ་བའི་ཐབས་
ལའོ། །བར་ཆད་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ལམ་གཅིག་ཡིན་ན་ཡང་

བདེན་པ་བཞིའི་བྱེ་བྲག་གིས་ཉོན་མོངས་པ་དང་མི་ལྡན་པའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱང་གཞི་
ཡིན་ནོ། །སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱི་ལམ་ནི་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ། དེ་ནི་སྦྱིན་པ་ཞེས་
བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ན་ལམ་རྣམས་པ་བྱུག་གི་དབང་དུ་མངོན་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་
རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་སྦྱུང་བ་ཙུ་ཙ་དགུ་ནི་རྣམ་
པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཤིན་ཏུ་ཕྱུལ་དུ་
བྱུང་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །ཐུན་
མོང་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལམ་གཅིག་ཕྱེ་ན་ཡིན་ན་ཡང་སྟོབས་
དང་མི་འདིགས་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་བྱེ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་
དགོངས་སོ། །དེ་ནི་དེ་ལ་ནི་གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་
སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པ་ནི་སྦྱུང་བ་ཙུ་ཙ་དགུ་འོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
སྟོབས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཙུ་ཙ་དགུ་དང་འདི་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་དེ་བཞིན་
ཉིད་གང་ཡིན་པ་དང་། གང་ཞིག་དེ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་མངའ་བསྐྱུར་བའི་རང་
བྱུང་དང་། གང་གི་དོན་དུ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མངོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་
པའི་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་གསུམ་མོ། །

རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས་ཏེ་རང་བཞིན་དང་གངས་ནི་དེ་ལ་ཐམས་ཅད་
ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། རི་མ་མེད་པའི་
རྣམ་པ་བཙུ་བྱུག་ལས་གཞན་མེད་དོ་ཞེས་གང་གསུངས་པ་དེ་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་

སྒྲིབ་པའི་གཉེན་པོ་ལས་དགོངས་པ་ཡིན་པས་དེ་དང་འདི་ལ་འགལ་བ་མེད་དོ། །

སྒྲིབ་བ་བྱུང་པར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་རྣམས་པ་དང་བཅས་པའི་སྒྲིབ་བའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་ཡུམ་སྒྲོམ་པར་བྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དོན་གྱི་ཤུགས་ཀྱིས་འཕངས་པ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ཀྱང་སྒྲིབ་བ་པོ་མེད་པར་བརྗོད་པར་མི་རྒྱས་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དགོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་སྒྲིབ་པར་མི་རིགས་སོ། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་བཀུར་སྟེ་བྱས་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ལ་དམིགས་ཏེ་གཙུག་ལག་ཁང་ལ་སོགས་པ་བྱེད་པ་དང་། སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་བསོད་སྟོམས་ལ་སོགས་ཕུལ་བས་སོ། །དེ་ལ་དགེ་བའི་རྩ་བ་བསྐྱུན་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ལ་བསྟེན་བཀུར་བྱས་པ་ལ་སོགས་པས་སོ། །དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་མགོན་དང་བཅས་ཤིང་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་རྣམས་ཀྱི་མགོན་དང་ལྡན་པ་ནི་རྣམས་པ་དང་བཅས་པའི་སྒྲིབ་བའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་ཡུམ་འདི་མཉན་པའི་སྟོང་ཡིན་ཞིང་འཛིན་པ་དང་འཆང་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་སྟོང་ཉིད་ཡིན་པར་དམ་པ་རྣམས་བཞེད་པ་སྟེ། དེར་བསྐྱགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གནང་བ་ཡིན་ནོ། །

ཆོག་ལེ་ལུར་བྱས་པའི་དོན་ནི་འདས་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོམ་པ་ཡིན་ཏེ། གཞན་དག་མཉམ་པ་ལ་སོགས་པ་འཛོལ་པར་མི་འགྱུར་བས་འདས་པ་དང་ད་ལྟར་བྱང་བའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་དགེ་བའི་རྩ་བ་བསྐྱུན་ཅིང་སྦྱངས་པ་སྟེ། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་ཏེ་གཙུག་ལག་ཁང་ལ་སོགས་པ་བྱེད་པ་དེ་རྣམས་ལ་བསོད་སྟོམས་ལ་སོགས་པ་ཕུལ་བས་དང་པོ་ཐར་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པའི་ས་བོན་ཐོབ་པའོ། །སྒྲིབ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་རྣམས་ལ་མེད་པས་དེ་བཞིན་

གཤེགས་པ་རྣམས་ལ་སྦྱིར་སངས་རྒྱས་དེ་དག་ཉིད་ལ་བཀུར་སྟེ་བྱས་པ་དང་།
དགེ་བའི་ཙ་བ་བསྐྱུན་ཅིང་སྤངས་པའི་སྦྱོར་བ་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལྷའི་རིགས།
ལུས་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལུས་དང་དག་དང་སེམས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་བྱ་བ་
དང་། དོན་ཅི་ལྟ་བ་བཞིན་བསྟོད་པ་དང་ཐོས་པ་དང་བསམ་པ་ལ་སོགས་པས་
བསྟེན་བཀུར་བྱས་ཤིང་བསྟེན་པར་བྱས་པ་དང་།

རས་རིས་ལ་སོགས་པར་གཏོགས་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ལ་
མཉེས་པར་བྱས་ཤིང་མཆོད་པ་ནི་ལུས་ལ་སོགས་པའི་བསྟེན་བཀུར་ཀྱིས་
མཉེས་པར་བྱ་བའོ། །ཐེ་ཆོམ་ཀྱི་དོན་ཡོངས་སུ་འདྲི་བ་ནི་ཡིད་གཉིས་སུ་གྱུར་
པའི་དོན་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་ཞུ་བའོ། །སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་པ་རོལ་ཏུ་
བྱིན་པ་བཅུ་སྐྱུབ་པ་ནི་ཉམས་སུ་ལེན་པའོ། །དེ་དང་ལྡན་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་
གཉེན་དག་གིས་བྱིན་ཀྱིས་བརྒྱབས་པ་འདི་ཉིད་ནི་རྣམ་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་ཀྱི་
ལུས་ཞེས་བྱ་བ་རྣམ་པའི་སྦྱོར་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་
བྱིན་པ་འདི་གོ་རིམས་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་བཀུར་སྟེ་བྱས་ཤིང་དགེ་བའི་ཙ་
བ་བསྐྱུན་ཅིང་སྤངས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ལ་བསྟེན་བཀུར་བྱས་པ་དང་། ཐེ་ཆོམ་
ཀྱི་དོན་ཡོངས་སུ་བྲི་བ་དང་། སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་བསྐྱུབ་པ་དང་ལྡན་པ་སྟེ། དགེ་
བའི་བཤེས་གཉེན་དང་ལྡན་པ་བཞི་པོ་ནི་མཉན་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིའི་སྟོད་ཉིད་
དུ་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རོ། །

ཆོག་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་ལེན་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་
བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །ཚུལ་བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ནི་ལམ་བསྐྱོམ་པའོ། །གང་གིས་

སྒྲོན་སངས་རྒྱས་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་ཞིང་དེ་རྣམས་ལ་དེས་བཀྱར་སྟེ་བྱས་པའི་
བསོད་ནམས་ཉི་བར་བསགས་ན་དེས་དེ་རྣམས་ཉིད་ལས་ཅིའི་སྤྱིར་ཡུམ་མཉན་
བ་ལ་སོགས་པ་མ་བསྐྱབས་ཞེས་བརྗོད་བར་མི་བྱ་སྟེ། དེ་རྣམས་ནི་དེའི་ཆེ་དེས་
མངོན་སུམ་དུ་འདུལ་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ལ་ད་ལྟར་ནི་ཚུལ་དེའམ་རྒྱད་དེ་ལས་
དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དེས་འདུལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ཡུམ་མཉན་བ་ལ་སོགས་པ་
འགྱུར་བར་འགྱུར་བའོ། །

ཟ་མ་རྟོག་བཞོད་པ་ལས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བཀས་སྐྱིབ་པ་ཐམས་
ཅད་རྣམ་པར་སེལ་བས་སྒྲ་རྒྱ་ཉི་མ་གནས་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་
བསྟེན་བཀྱར་བྱས་པ་དང་འདྲ་བ་ཡིན་པས་ན་ཉེས་པ་མེད་དོ། །གཟུགས་ལ་
སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བས་ནི་སྦྱོར་བའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པའི་དོན་བཤད་པ་ཡིན་ཏེ། ཡང་
དག་པར་ན་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་མི་གནས་པ་ནི་
མངོན་པར་མ་ཞེན་པའོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ལ་མི་སྦྱོར་བ་ཉིད་སྦྱོར་
བ་ཡིན་པ་ནི་བསྐྱོམ་པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་པོ་ཉི་བར་མ་དམིགས་
པའོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཉིད་དེ་བཞིན་ཉིད་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྦྱོང་བ་
ཉིད་ཡིན་པས་ཟབ་པ་དང་གཏིང་དཔག་དཀའ་བ་དང་ཆད་མེད་པ་ཉིད་མི་གནས་
པ་དང་མི་དམིགས་པ་དང་རང་བཞིན་དང་རྟོག་པ་མེད་པ་དང་།

མཐའ་མེད་པ་ཉི་བར་མ་དམིགས་པ་ཉིད་དེ། དེ་ལྟར་རྟོགས་ཤིང་ཤེས་པ་
དང་ལྡན་པ་རྣམས་ལ་གངས་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྦྱོར་བ་ལྟ་ནི་
གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་མི་གནས་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་དོན་

བཤད་བ་ཡིན་ནོ། །ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དེ་ལ་ཆོག་ས་ཆེན་པོ་དང་ཡུན་
རིང་པོ་དག་གིས་སྤྱད་བསྐྱེད་བ་དང་། བསྐྱེད་བ་བྱངས་མེད་པ་གསུམ་གྱིས་
མངོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པ་དེ་ལ་སྐྱག་པའོ། །

སངས་རྒྱས་རྣམས་ལས་འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་ཀྱིས་དུས་དང་མིང་དང་ངེས་པ་
ལ་སོགས་པ་ཐོབ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ལུང་བསྟན་པ་ཐོབ་པ་སྟེ། དེ་ལ་མི་སྐྱག་
བས་ནི་ཆོག་ས་ཆེན་ཡུན་རིང་རྟོགས་པའི་བྱིར་ལུང་བསྟན་ཅེས་བྱ་བ་བཤད་པ་
ཡིན་ནོ། །བྱིར་མི་སྐྱག་པ་ཉིད་དུ་ཡང་དག་པར་འཛིན་པ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་
ཏུ་བྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་དོན་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཉིད་ཀྱིས་བཟུང་བའོ། །ངེས་པར་
འབྱུང་བ་ནི་སྒྲ་ན་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པ་ལ་བར་ཆད་ཀྱི་ཆོས་ལོག་ནས་སྒྲོས་
པའི་ཉེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་རྣམས་སྒྲོང་བ་ནི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་སོགས་
པའི་སྟོབས་ཀྱིས་འདོར་བའོ། །བར་ཆད་མེད་ཅིང་རྒྱན་མི་ཆད་པའི་རྟག་ཏུ་ཆོས་
བསྒྲོམ་པའི་ཡིད་ཉིད་ཀྱིས་གྲུས་པ་དང་བཅས་པ་ལ་སོགས་པས་བསྒྲོམ་པའོ། །

རང་གི་ཚུལ་ལས་ལྟོས་ནས་ཡང་དག་པར་མངོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་
ཆུབ་དང་ཉེ་བ་ཡིན་ཞིང་ཟག་པ་མེད་པའི་ཆོས་གསེར་གྱི་རྟེན་ཉིད་ཡིན་པ་ནི་
སངས་རྒྱས་པ་ཁོ་ནར་གྱུར་ན་ཉེ་བར་དམིགས་པའི་གནས་སྐབས་སུ་རྟོགས་པའི་
ཆོས་མཐོང་བ་དང་བྲལ་བའི་བྱིར་ཉིད་སྒྲོན་དུ་མ་བྱུང་བ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་
ཡིན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རང་གི་མཆན་ཉིད་འཛིན་པའི་སྟོབས་བརྩུ་ལ་སོགས་པའི་
རྟེན་ཉིད་ཡིན་པའོ། །ལྟར་དུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་ཅིང་འབྲས་བྱ་ཆོས་
ཀྱི་སྐྱ་མངོན་པར་གྲུབ་པ་ནི་པ་རོལ་གྱི་སྟོབས་བརྩུ་ལ་སོགས་པའི་རྟེན་གྱི་ཆོས་

ཀྱི་སྐྱོལ་གས་པར་བྱེད་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་སྟོན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཏེ། བྱང་ཆུབ་ཉི་དང་
སྐྱར་བ་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་བྱང་ཆུབ་རྣམ་པ་གཉིས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་གྱི་དོན་དུ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རབ་ཏུ་བསྐྱོར་བ་ནི་ཀུན་ནས་ཆོས་སྟོན་
པར་མཛད་པའོ། །འཕེལ་བ་མེད་པ་དང་འགྲིབ་པ་མེད་ཅིང་གཟུགས་ལ་སོགས་
པའི་འཕེལ་བ་དང་འགྲིབ་པ་མི་མཐོང་བ་ནི་མ་དམིགས་པའོ། །ཆོས་ནི་གཟུགས་
ལ་སོགས་པའོ། །ཆོས་མིན་ནི་ནམ་མཁའ་ལ་སོགས་པའོ། །སོགས་པའི་སྐྱས་ནི་
གང་ཟག་ལ་སོགས་པ་སྟེ། དེ་རྣམས་ཡང་དག་པར་མི་མཐོང་བ་ནི་ཆོས་དང་ཆོས་
མ་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པ་ཉི་བར་མི་དམིགས་པ་སྟེ། དེ་ལ་འདོད་པའི་ཁམས་སུ་མི་
དམིགས་པའོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བའི་རྣམ་པའི་སྟོང་བ་
ཉིད་ཀྱིས་འགོག་ཅིང་མི་དམིགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་
བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བའི་རྣམ་པར་རྫོམ་པ་མེད་པ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་
སྟོང་བ་ཉིད་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་པའོ། །

གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་ལ་མི་རྟོག་པ་ནི་གཟུགས་དང་དེའི་
མཆན་མ་དང་། དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་སྟེ། གཟུགས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་དང་
སྟོན་པོ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པར་རྟོག་པ་མེད་པའོ། །འབྲས་
བུ་རིན་ཆེན་སྦྱིན་བྱེད་པ་ནི་རྒྱུན་ཏུ་ཞུགས་པ་ལ་སོགས་པ་ནས་སྒྲུབ་མེད་པ་ཡང་
དག་པར་རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་འབྲས་བུ་རིན་པོ་ཆེ་སྦྱིན་པ་ལ་འབྲས་བུ་དང་
པོ་མཐོང་བ་ནི་རྒྱུན་ཏུ་ཞུགས་པ་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུ་ཤེས་པའོ། །དག་པ་ནི་
དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ངི་མ་མེད་པ་ནི་གཟུགས་རྣམ་པར་དག་པ་སྟེ། གཟུགས་ཀྱི་ཕྱང་

པོ་ལ་སོགས་པ་དྲི་མ་མེད་པའོ། །མཚན་ནི་དྲི་བའི་དུས་ལ་སོགས་པའི་ངེས་པས་
ལོ་སྐྱོར་དུ་མངོན་པར་བཅོན་པ་མི་འདོར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱབ་པ་དང་
ལྡན་པ་རྣམས་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྐྱོར་བ་རྣམ་པ་བཅོ་
ལྔའོ། །

སྐྱོར་བ་རྣམ་པ་ཉི་ཤུ་ཡིན་འོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤར་བཤད་པའི་སྐྱོར་བ་ལྔ་དང་
བཅས་པ་སྟེ། གཞན་དོན་འཕེལ་མེད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་བཤད་པ་ཡིན་
འོ། །སྐྱོར་བ་ཉི་ཤུ་པོ་དེ་དག་གི་གོ་རིམས་འདི་ནི་རིགས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་
གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་པས་གནས་
པ་དང་། དེ་ལ་མི་སྐྱོར་བའི་སྐྱོར་བ་ལ་མངོན་པར་བཅོན་པ་དེ་དག་གིས་གཟུགས་
ལ་སོགས་པ་ལ་ཟག་པ་ཉིད་དང་། གཉིང་དཔག་དཀའ་བ་ཉིད་དང་། ཆད་མེད་པ་
ཉིད་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ནས་འདི་ཡང་དག་པའི་སྐྱོར་བ་མི་བྱེད་པ་ཉིད་
ཀྱིས་ནི་ལས་དང་པོ་བ་ཉིད་ཀྱི་ནི་ཆོག་མཆོད་པོས་འཛོལ་པོ། །དེ་ལས་གཞན་པ་
ནི་ལུང་བསྟན་པ་དང་། ཕྱིར་མི་སྟོག་པའི་ས་བདེ་སྒྲག་ཏུ་ཐོབ་ནས་ངེས་པར་འབྱུང་
བ་དང་མི་འབྲལ་བར་འགྱུར་ཞིང་བར་ཆད་མེད་པར་འགྱུར་བ་དང་། མངོན་པར་
རྟོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པ་ལ་ཉི་བར་འགྱུར་བ་དང་། ལྷུང་དུ་མངོན་པར་རྟོགས་པར་
བྱང་ཆུབ་པར་འགྱུར་རོ། །

དེ་ལས་གཞན་གྱི་དོན་བྱེད་ཅིང་འཕེལ་བ་མེད་པ་དང་འགྲིབ་པ་མེད་པར་
འགྱུར་རོ། །དེས་ན་ཆོས་དང་ཆོས་མ་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་མིང་དང་གཟུགས་
དང་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བ་ལ་བྲད་པར་གྱི་འདུ་ཤེས་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བས་

ནཱ་པར་མི་རྟོག་པ་དང་། འབྲས་བུ་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱན་པས་མཆོག་ཏུ་ནཱ་པར་དག་
བའི་མཐར་ཐུག་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཏེ། སྤྲ་མ་བཞིན་དུ་ལོ་གཅིག་གི་བར་དུ་མངོན་
པར་བཅོན་པས་སེམས་ཀྱི་རྒྱད་ཡོངས་སུ་སྤངས་པ་ཡིན་པས་འདི་ནི་མངོན་པར་
རྟོགས་པས་རབ་ཏུ་སྤྲེ་བ་ཡིན་ནོ། །

བདུད་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྲས་པའི་དོན་ནི་བདུད་ཀྱི་
མཐུ་བཅོམ་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། བདུད་ཀྱི་མཐུ་བཅོམ་པ་ནི་
དབང་པོ་ལ་སོགས་པའི་བགོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་བསལ་བའོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱིས་
དགོངས་ཤིང་མཐུན་པ་ཉིད་ནི་སྦྱོར་བ་དང་དངོས་གཞི་དང་མཐུག་གི་གནས་
སྐབས་སུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱན་རས་ཀྱིས་བཅས་པའོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་མངོན་
སུམ་དུ་མཛད་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་མཛད་པའོ། །ཡང་དག་པར་རྫོགས་
པའི་བྱང་ཆུབ་དང་ཉེ་བར་གྱུར་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་དང་ཉེ་བར་གྱུར་པ་ཉིད་དོ། །དོན་
ཡང་ཡིན་ལ་ཆེན་པོ་ཡང་ཡིན་པས་ན་དོན་ཆེན་པོ་སྟེ། རང་གི་དོན་གཙོ་བོ་མ་
ཡིན་ན་ཡང་གཞན་གྱི་དོན་གཙོ་ཆེ་བའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་སྤྱིར་དོ། །

དེའི་དངོས་པོ་ནི་དོན་ཆེན་པོ་ཉིད་དོ། །གཞུང་གི་བདག་ཉིད་ཀྱི་ཡུམ་འཆང་
བ་དང་སྟོག་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་། བདེ་འགྲོ་དག་དང་ཡང་
དག་པར་འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་དང་མི་འབྲལ་བ་ཉིད་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པའི་སྤྲས་ནི་དེ་
ཕན་ཆད་ཀྱང་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཞོར་བུ་དང་འབྲ་བ་ནཱ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་གཞན་གྱི་
དོན་རྒྱུན་མི་འཆད་པའོ། །ཡུལ་དབྱུད་པ་ནི་ཡུམ་བཤད་པའི་སྤྱིར་འཆད་པ་པོའི་
བྱང་སྟོགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ནཱ་པར་བསྟན་པའོ། །

ཐག་པ་མེད་པའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་རྫོགས་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་
ཏན་བསྐྱེད་པའོ། །སྤྱི་བའི་སྤྱེས་བྱ་ཉིད་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྤྱེ་བ་མེད་པར་སྟོན་པ་
པོ་མི་བྱེད་པ་ཉིད་དོ། །མི་བྱེད་པ་ཉིད་ནི་བྱང་ཆུབ་ལས་མི་བསྐྱེད་པ་ཉིད་དོ། །དག་
བའི་ཅ་བ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་སྤྱེ་བ་ནི་འཁོར་གསུམ་ཡོངས་སུ་དག་པའི་སྤྱིན་པ་
ལ་སོགས་པའི་བསོད་ནམས་བསྐྱེད་པའོ། །དམ་བཅས་པའི་དོན་རིམ་བཞིན་
དུ་བསྐྱབས་པ་ནི་སྟོན་ཀྱི་སྟོན་ལམ་རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་དུ་རྫོགས་པའོ། །

འབྲས་བྱ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་ནི་འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་འཛིན་
པའོ། །སེམས་ཅན་ཀྱི་དོན་སྐྱབ་པ་ནི་ཆོས་སྟོན་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་གཞན་ཀྱི་དོན་
ལེན་པའོ། །ངས་པར་འཇོག་པ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་མ་ཆང་བ་མེད་
པར་ཐོབ་པའོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ནི་འབྲས་བྱར་འགྱུར་བའོ། །དོན་གྱིས་
འཕངས་པའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་ཡོན་ཏན་ནི་གངས་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་
སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ནི་རུས་པ་བསྐྱེད་པའོ། །དགོངས་པ་ནི་
གཞིགས་པའོ། །ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གཞིགས་པ་ནི་ལྷ་དང་ཤེས་རབ་དང་ཆོས་དང་སངས་
རྒྱས་ཀྱི་སྤྱན་ནི་ཡེ་ཤེས་སོ། །ཉེ་བར་གྱུར་པ་ནི་ཉེ་བ་ཉིད་དོ། །ཕན་ཡོན་ཆེན་པོ་
ནི་བསྐྱེད་དང་བཀྱར་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ། །

བྱ་བ་བྱེད་པ་ནི་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྤྱིན་པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པའོ། །གཉེན་པོའི་ཆོས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ནི་ལམ་ཤེས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་
པའོ། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཀྱི་གཏམ་བཟོན་པ་ནི་ཡུམ་སྟོན་
པའོ། །གྲོགས་མཛད་པ་ནི་མགོན་དང་བཅས་པའི་བྱ་བས་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་བསྐྱེད་

བའོ། །དགའ་བ་རྒྱ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཆོས་ཀྱི་
དགའ་བ་བསྐྱེད་པའོ། །དེའི་དམ་བཅས་པའི་ཆོག་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའི་སྦྱར་བ་
དང་ལྷན་པའི་སྦྱོན་པའི་ཆོག་ལེའུ་ལ་དགའ་བའོ། །ཆོས་ཟབ་མོ་མངོན་པར་འདོད་
པ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཉེན་པར་འདོད་པ་ལ་སོགས་པ་མངོན་པར་
མོས་པའོ། །སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ནི་སྤྲ་མ་བཞིན་ནོ། །ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་
ཏུ་བྱིན་པ་ཆང་བར་རྟེན་པ་ནི་ལམ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པར་རྟེན་པའོ། །དེ་ལྟར་
ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ལ་སོགས་པ་རྒྱུར་རྒྱུར་པའི་ཡོན་ཏན་
བརྟུ་བཞི་པོ་དེ་དག་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་སྦྱར་བ་ལ་མངོན་པར་དགའ་བའི་སྦྱོན་
བཤའ་པའི་སྒྲོམ་པ་པོ་ལ་འབྲས་བུར་རྒྱུར་པའི་ཡོན་ཏན་འབྱུང་བར་འབྱུར་ཞིང་
མངོན་སུམ་དུ་འབྱུར་ལ་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པས་ཡོན་
ཏན་བརྟུ་བཞི་ཡིན་ནོ། །

དེའི་ལོག་ཏུ་ཡང་གང་ཞིག་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་
པའི་དོན་ཡིན་ལ་སྦྱར་བ་པོའི་བར་ཆད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་ཉེས་པ་
བཤའ་བ་ཡིན་ནོ། །ཆོགས་ཆེན་པོས་འཛོལ་བའི་ཡུམ་ཤེས་པར་རིང་ཞིག་ན་ཐོབ་
པའོ། །སྦྱོབས་པ་ཏ་ཅང་རྒྱུར་བའི་སྦྱོན་དང་བྱི་མ་མ་དབྱེད་པར་ཡུམ་ཤེན་ཏུ་རྒྱུར་
བར་ཤེས་པའོ། །ལུས་ཀྱི་གནས་ངན་ལེན་དང་སེམས་ཀྱི་གནས་ངན་ལེན་ནི་ལུས་
དང་སེམས་དག་གི་རྣམ་པར་གཡིང་བའོ། །རིག་པ་དང་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པས་ནི་གཅིག་ལ་གཅིག་རྒྱོད་པ་ལ་སོགས་པས་ཇི་བ་ལ་སོགས་པ་བྱེད་
པའི་བྱིར་རོ། །བྱིར་བྱོགས་པའི་རྒྱ་མཆན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཡུམ་མཉན་པ་

དེ་ནི་སྲ་མ་དང་སྲ་མ་དང་མངོན་པར་འབྲེལ་བས་ཞེས་སྟོས་པ་ཡིན་
 བོ། །བཅུ་ཙམ་སྲ་མའི་སྦྱར་བ་ནི་སྲ་མ་ཉན་པ་པོ་ཡིན་ལ་བཅུ་ཙམ་སྲ་མའི་སྦྱར་བ་
 ལ་ནི་སྲ་མ་སྟོས་པ་འཆད་པ་པོ་ཡིན་པར་སྦྱར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། །འདུན་
 པ་དང་སྟོམ་ལས་ནི་མངོན་པར་འདོད་ན་ཡང་ལེ་ལོ་བྱེད་བའོ། །འདུན་པའི་ཡུལ་ཐ་
 དད་པ་ནི་ཉན་པ་པོའི་འདུན་པའི་ཡུལ་ལས་འཆད་པ་པོའི་འདུན་པ་ཐ་དད་པ་ཉིད་

དོ། །འདོད་ཅེན་ཆུང་བ་དང་འདོད་ཅེན་ཆུང་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ནི་ཉན་པ་སོ་དང་
འཆད་པ་སོ་དག་ཡུམ་བསྐྱེམ་པ་མེད་པའི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་པས་འདི་དག་ལ་ཉམས་པ་
ཞེས་བརྗོད་དོ། །

སྤངས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་དང་། མི་ལྡན་པ་དག་ནི་ཉན་པ་སོ་དང་
འཆད་པ་སོ་དག་འདོད་ཅེན་ཆུང་བ་དང་། འདོད་ཅེན་ཆུང་བ་མ་ཡིན་པ་དག་གིས་
ཞེས་བཤད་པར་བྱའོ། །དགེ་བ་དང་དགེ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་ཉིད་དང་གཏོང་བ་
དང་སེར་སྣ་བྱེད་པ་ནི་དད་པའི་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་ན་ཉན་པ་སོ་འོ་རྟོང་གཏོང་བ་དང་
དད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་ན་འཆད་པ་སོ་ལ་སེར་སྣ་བྱེད་པའོ། །སྦྱིན་པ་
དང་མི་ལེན་པ་ནི་ཉན་པ་སོ་དང་འཆད་པ་སོ་དག་སྟེར་བ་དང་མི་ལེན་པའོ། །མགོ་
སྒྲོས་པས་གོ་བ་དང་ནམ་པར་སྒྲོས་པ་ཉིད་ནི་ཉན་པ་སོ་དང་འཆད་པ་སོ་དག་
གོ། །མདོ་སྡེ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་མངོན་པར་ཤེས་པ་དང་། མངོན་པར་མི་ཤེས་
པ་ཉིད་ནི་འཆད་པ་སོ་དང་ཉན་པ་སོ་དག་གོ། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་ན་འདི་དག་པ་རོལ་ཏུ་
བྱིན་པ་རྒྱག་དང་ལྡན་པ་དང་མི་ལྡན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཅི་རིགས་པར་
སྤྱར་བར་བྱའོ། །གངས་བཞིན་དུ་གཅིག་བྱ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་
སྒྲུ་མ་སྒྲུ་མ་དག་ནི་འཆད་པ་སོ་ཡིན་ལ། བྱི་མ་བྱི་མ་དག་ནི་ཉན་པ་སོ་ཡིན་པར་
སྤྱར་བར་བྱའོ། །

དེ་ནི་འཆད་པ་སོ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ། འཁོར་ལ་
མངོན་པར་དགའ་བ་ཉིད་ནི་བདག་ཉིད་ནི་འཁོར་དང་བཅས་པར་འགྱུར་བར་བྱའོ་
ཞེས་མངོན་པར་འདོད་པའོ། །གོ་སྐབས་མི་འབྱེད་པ་ཉིད་དང་འདོད་པ་ཉིད་ཀྱི་

ཐེས་སྲུ་མ་འབྲེལ་བ་ཉིད་ནི་བདག་ཉིད་ཁོ་ན་སྦྱིན་པ་པོ་ཉིད་དུ་འདོད་པ་ལོ། །ཟང་
ཟེང་ཅུང་ཟད་ཅམ་འདོད་པ་དང་དེ་སྦྱིན་པར་མི་འདོད་པ་ཉིད་ནི་ཁོར་རྣམས་ལ་
སྦྱིན་པར་མི་འདོད་པ་ལོ། །སློག་གི་བར་ཆད་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་བཙུ་
ཚན་བཞི་པ་ནི་སྤར་བ་འདད་པ་བཞི་ལོ། །འོག་ནས་བའདད་པའི་ཉེས་པ་དུག་པོ་དེ་ནི་
དེ་བཞིན་དུ་སྲུ་གེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སློམ་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་ཉེས་པ་བཞི་
བཙུ་ཅ་དུག་གིས་ནི་ཡུམ་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པར་རུང་བའི་སེམས་སྲུན་འབྲིན་
པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྦྱོན་ཡིན་ནོ། །

གོ་རིམས་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་མཚན་ཉིད་རྣམ་པ་བཞི་
པོ་རེ་རེ་ཞིང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་གསུམ་གྱི་བྱུང་བར་ཡོད་པ་རྣམས་ཀྱི་ནང་
ནས་སོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཆོག་ལེ་འཁྱར་བྱས་
པའི་དོན་བའདད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འབྱུང་བ་ནི་ཡུམ་གྱི་དབང་
གིས་སངས་རྒྱས་སྲུ་འབྱུང་པ་ལོ། །འཛིག་རྟེན་འཛིགས་པ་མེད་པ་ནི་སྐད་ཅིག་མ་
ཉིད་དང་རྒྱན་མི་འབྲ་བའི་རྒྱད་པའི་འཛིགས་པས་ཡང་དག་པར་ན་མི་འཛིགས་
པ་ལོ། །སེམས་ཅན་གྱི་སེམས་ཀྱི་སྦྱོད་པ་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་བསམ་པ་སྟོང་ཐྲག་
བརྒྱད་ཅུ་ཅ་བཞི་འམ་གྲངས་མེད་པ་ལོ། །སེམས་བསྐྱུས་པ་ནི་ཡང་དག་པའི་
སེམས་སོ། །སེམས་རྣམ་པར་གཡེངས་པ་ནི་དེ་ལས་གོ་བསྐྱོག་པ་ལོ། །

སེམས་མི་ཟད་པའི་རྣམ་པ་ནི་གཞལ་བྱ་མི་ཟད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་སྦྱིང་རྗེ་ཆེན་
པོས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་སེམས་སོ། །སེམས་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པ་ལ་
སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་དང་བཅས་པ་དང་། ཉོན་མོངས་པ་མེད་པའི་སེམས་

སོ། །སེམས་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་ནི་རྒྱ་ཆེ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དང་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར་
དང་གྲངས་དང་ཆོད་དག་གིས་གཞལ་བར་མི་རྒྱས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དང་། དཔེ་མེད་
པའི་ཕྱིར་དང་དབང་པོ་ལ་སོགས་པའི་སྟོང་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

སེམས་གཡོ་བ་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་གཡོ་བ་དང་མི་གཡོ་བ་ནི་རང་གི་
ཡུལ་ལ་སྐྱབ་པ་དང་དགག་པའི་སྒོ་ནས་འཇུག་པའོ། །དེ་ལས་སྐྱེས་པའི་སེམས་
ནི་གཡོ་བའོ། །སོགས་པའི་སྐྱས་ནི་སེམས་མི་གཡོ་བ་ཞེས་བྱ་བ་བཤད་པ་ཡིན་
ནོ། །གཡོ་བ་ལ་སོགས་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་ནི་སྤར་བཤད་པའི་གཡོ་
བ་དང་མི་གཡོ་བ་དག་སྟོང་པའི་བདག་ཉིད་དོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་དེ་བཞིན་
ཉིད་རྟོགས་པ་ནི་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སྟོང་བ་ཉིད་ཤེས་
པའོ། །དེ་གཞན་ལ་བསྟན་ཅིང་བཏགས་པ་ནི་གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་
སྟོན་པ་དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་རྣམ་པར་འཛོག་
པའོ། །དེ་ལྟར་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འདི་
རྣམས་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རྗེས་སུ་མི་དམིགས་པའི་ཤེས་པའི་བར་གྱི་རྣམ་པས་དེ་
ལ་མི་དམིགས་པའི་ཤེས་པའི་ཁྲད་པར་རོ། །

རྣམ་པ་བཅུ་དྲུག་གི་ཚུལ་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ཐ་དད་པ་ཉིད་དུའོ། །ཐམས་
ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྟོར་བ་རྣམས་ནི་སྤར་བཤད་པ་རྣམས་མཆོན་ཅིང་ཤེས་
པས་ན་ཤེས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་མཆོན་ཉིད་ནི་ཤེས་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །ངོ་བོ་ཉིད་དང་རྟེན་མེད་པ་དང་ནམ་མཁའ་མཆོན་ཉིད་དེ་
གསུམ་ནི་སྤངན་ལས་འདས་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་དང་། དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་

ཤེས་རྒྱལ་ས་ཡིན་ནོ། །ཆོས་ཉིད་རྣམ་པར་འབྱུགས་པ་མེད་པ་ནི་གཟུགས་ལ་
སོགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲོང་པའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་བདག་ལ་སོགས་
པར་སྒྲིམ་འདོགས་པས་སྒྲོང་པ་ཉིད་ལས་མ་ཉམས་པའོ། །

འདུ་མི་བྱེད་པ་ནི་ཡང་དག་པར་ན་ཕུང་པོ་ལ་སོགས་པ་མེད་པའོ། །རྣམ་
པར་མི་རྟོག་པ་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པའོ། །རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ནི་སྣ་ཆོགས་པ་ཉིད་
དོ། །མཆན་ཉིད་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཆགས་པ་མེད་པའོ། །དེ་ནི་
ཉིད་ཀྱི་ཆོས་བསྟན་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པར་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་
ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོག་ལེ་ཕུར་བྱས་པའི་དོན་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐམས་
ཅད་ལ་སྦྱར་བར་བྱའོ། །ཉིད་ཀྱི་ཆོས་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་པ་ནི་གཉིས་སུ་མེད་
པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་གནས་པའི་སྒྱུད་ལམ་བཞིའི་རྣམ་པའོ། །གྲུས་པར་བྱ་ཞེས་བྱ་བ་
ལ་སོགས་པ་ནི་མཆོད་པ་ཞེས་བྱ་བར་དོན་གཅིག་གོ། །བྱེད་པ་མེད་པ་ཉིད་ནི་
བྱེད་པ་པོ་མེད་པས་འབྲས་བྱ་མེད་པ་ཉིད་དོ། །ཐམས་ཅད་ཏུ་འགྲོ་བ་ནི་གདུལ་
བྱའི་དབང་གིས་སོ། །མ་མཐོང་བའི་དོན་སྟོན་པ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཏུ་གཟུགས་ལ་
སོགས་པ་མ་མཐོང་བ་སྟོན་པའོ། །

འཇིག་རྟེན་སྒྲོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་སྒྲོང་པ་
ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་བཞིན་ཏུ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཤེས་པར་མཛད་པའི་
ཕྱིར་དང་། སྟོན་པར་མཛད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དོ། །བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བ་ཞེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པ་ནི་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། ཞི་བ་ཉིད་

ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། འགོག་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། འདུ་ཤེས་མེད་པ་ཉིད་
ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། བྱད་པར་གྱི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་དང་འགྲེལ་བ་
ནི་གོ་སྤོའོ། །

བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱད་པར་གྱི་ལམ་གྱི་
ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་ནི་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་
རྒྱས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལ་
སོགས་པས་ལེགས་པར་ཡོངས་སུ་བཟུང་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་བསམ་
གྱིས་མི་བྱུང་བ་དང་མི་མཉམ་པ་དང་གཞལ་དུ་མེད་པ་དང་། བགྱང་དུ་མེད་པ་ཉིད་
ཡིན་པས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་ཉིད་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་
ནོ། ། འཕགས་པའི་གང་ཟག་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ཡུམ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་
མཐུན་པ་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པ་དང་། དེ་འཕགས་པ་རྣམས་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་
པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཡིན་པར་བཤད་དོ། ། སྟེས་
བྱ་མཁས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཆད་མ་ལ་མཁས་པས་ཏོགས་པར་བྱ་བ་
ཡིན་པའམ། རྣམ་འབྱོར་པའི་རང་རིག་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་ཡུལ་དང་དུས་ཀྱིས་
ཆོད་པའི་དངོས་པོ་སྤྲོ་མོ་ཤེས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། རང་གི་ལུགས་ལས་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་
བསྐྱལ་བ་གངས་མེད་པ་གསུམ་མམ། དེའི་བྱེད་དམ་དེ་དག་ཀྱང་ཉུང་བས་སྦྱར་
བར་ཡང་དག་པར་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པར་གསུངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། ཀུན་རྫོབ་

དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་བྱི་
བ་མེད་པ་ཉིད་དང་གང་བ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་དབང་གིས་བསགས་
པ་ཉི་བར་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དོན་དམ་པར་བྱི་བ་མེད་པ་དང་གང་བ་མེད་པ་ནི་དངོས་པོ་མེད་པ་ཉིད་
ཀྱིས་ཐ་སྙད་ཏུ་བྱས་པའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །འཁོར་
གསུམ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཡང་དག་པར་ན་སྟོན་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་སྟོན་
པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པར་མི་དམིགས་པ་དག་ཏུ་བསྐྱབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་
དག་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་འཁོར་གསུམ་ཡོངས་སུ་དག་པས་བསོད་
ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་བསྐྱལ་བ་གངས་མེད་པ་གསུམ་ཏུ་བསགས་པ་ཐོབ་པ་ཡིན་
པའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་བྱི་དང་ནང་གི་
དངོས་པོ་རྣམས་ལ་དག་པ་ཉིད་ཏུ་དམིགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོས་ཀྱི་
དབྱིངས་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལས་གཞན་པ་
དག་ནི་ཡུམ་ཤེས་པ་ལ་གནས་པ་ཡིན་པར་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྟོན་ལམ་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། དག་པའི་བཤེས་གཉེན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་
རྒྱ་མ་ཚང་བ་མེད་པ་ཅམ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་དང་འཆོམ་པ་ཉིད་ཏུ་རྗེས་སུ་
དཔག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

མདོན་པར་ཞེན་པའི་རོ་མུང་བ་མེད་པ་ནི་ཆགས་པ་མེད་པ་ལ་ཡང་མ་ཞེན་
པ་སྟེ། འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་ནི་དེ་ཡང་སྤང་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་
པའི་ཕྱིར་རོ། །བཙུ་བྱུག་གི་བདག་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་བྱད་པར་ཀྱི་བདག་ཉིད་བཙུ་

དུག་གོ། །འདིས་ཅི་ཞིག་ནི་མཚོན་འདིའི་བྱད་པར་ནི་ངེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་ངེ་
ལྟར་ན་བྱད་པར་གྱི་ལམ་དུ་བསྟན་པ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར་གོ་རིམས་
བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ།

དེ་ལྟར་བཅུ་དྲུག་པོའི་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་སྟུག་བསྐལ་ལ་སོགས་པ་བདེན་
པ་སྐད་ཅིག་མ་རྣམས་ཀྱི་རེ་རེ་ཞིང་སྟུག་བསྐལ་གྱི་བདེན་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་
མཚོན་ཉིད་བཞི་བཞི་ཡིན་ལ་ལམ་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་གཉིས་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལམ་
ཤེས་པ་ཉིད་དང་། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་
སོགས་པ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་སངས་རྒྱས་དག་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་
བའི་ལམ་སྤར་གསུངས་པ་རྣམས་ལས་བྱད་པར་ནི་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་ལ་
སོགས་པའི་བྱད་པར་གྱི་དབྱེ་བ་བསྟན་པ་གང་ཡིན་པས་བྱད་པར་ཞུགས་ཤིང་
རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཐབས་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བྱད་པར་གྱི་ལམ་ཡིན་ཏེ།
སྤར་བཤད་པའི་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱད་པར་དུ་འཕགས་པའི་
བདེན་པ་བཞིའི་མཚོན་ཉིད་དོ། །

འདིར་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ལམ་བརྗོད་པར་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནམ་
གཞན་དུ་ན་བྱད་པར་དུ་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་
ལ་སོགས་པ་སྟོས་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལམ་སྤར་བཤད་པ་ལས་
ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་གི་ནི་ངེ་སྐད་དུ་བཤད་པའི་བྱད་པར་དང་བཤམ་བ་སྟེ།
བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོང་པའི་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞིའི་
ལམ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡང་ཅིའི་ཕྱིར་མ་བཤད་ཅེ་ན། མངོན་པར་ཤེས་པ་ལ་

སོགས་པའི་སྐྱེ་བའི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་མཉམ་པར་གཞག་པ་ལས་མིག་
ལ་སོགས་པའི་མངོན་པར་ཤེས་པའི་སྤྱོད་གས་གཅིག་པའི་ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད་
ཡིན་ཞིང་སོགས་པའི་སྐྱེས་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ལ་སོགས་
པ་སྐྱེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན། གོ་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར་དང་ལུང་དང་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་
ལས་གྲགས་པའི་ཕྱིར་མ་བཤད་དོ། །

དེ་ལྟར་བྱད་པར་གྱི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་དེ་སྒྲུང་མ་བཤད་པས་སོ། །མཚམས་
བཅད་པ་ནི་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ལམ་རྣམས་ལས་ཐ་དད་པར་བྱས་པའི་
བདེན་པ་བཞིའོ། །བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། བྱེད་པ་པོའི་མཚན་ཉིད་
ནི་པན་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། ཆོག་ལེ་ལུར་བྱས་པ་
རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་ནི་མ་འོངས་པའི་པན་པ་དང་ཆེ་འདིའི་བདེ་བ་ནི་འཇིག་རྟེན་པ་
རོལ་པོའི་དང་། འཇིག་རྟེན་འདི་པའི་ལུས་དང་སེམས་ཀྱི་བདེ་བ་དང་ཡིད་བདེ་
བའོ། །སྤྱག་བསྐྱེད་མེད་པའི་རྣམ་པར་སྤྲོད་པ་ནི་བཏང་སྟོམས་ཏེ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་
པའི་སེམས་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་ནི་རྣམ་པར་སྤྲོད་པ་མ་ཡིན་པ་སྟེ། བདེ་འགྲོ་དང་ངན་
འགྲོའི་འབྲས་བྱ་འབྱེན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ནི་རྗེས་
སུ་མ་སྟན་པ་ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་ནོ། །དེའི་ཉེ་བར་བསྐྱབ་པ་ནི་བསམ་གྱིས་
མི་བྱུང་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱད་པར་གྱིས་བྱད་ཞུགས་པའི་འཕགས་པའི་བདེན་པ་
བཞི་སྟོམ་པ་པོ་ལ་སྟེར་བའོ། །

རྒྱ་དེས་ན་པན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །གཏན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལམ། སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ལས་སྟོན་པར་བྱེད་པ་མ་

འོངས་པ་ན་པན་པའི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་བདེ་བའོ། །འཁོར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་ནི་འཁོར་བ་དང་ཞི་བ་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་ཤེས་པའོ། །

རང་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་བདག་དང་གཞན་གྱི་ངེས་པར་ལེགས་
པ་དང་མངོན་པར་མཐོ་བའི་རྒྱ་ཉིད་དོ། །གཞན་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་
གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བསྐྱབ་པའོ། །སེམས་ཅན་གྱི་
དོན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་གཞན་གྱི་དོན་ལ་ཤིན་ཏུ་བསྐྱབས་པས་པ་རོལ་
གྱི་དོན་ལ་འབད་བ་མེད་པར་འབྱུག་པའོ། །ཐེག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པ་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཡིན་པའི་
ཕྱིར་རོ། །ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་གསུམ་གྱི་འབྲས་བུ་མངོན་སུམ་དུ་མི་བྱེད་
པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་བདུན་པོ་འདི་རྣམས་དུས་རིམ་ལྟར་བཞེན་དུ་བསམ་གྱིས་མི་
བྱུང་བ་ལ་སོགས་པས་བྱང་པར་ཞུགས་པའི་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་བསྟོམ་
པ་རབ་གྱི་མཐར་ཐྱིན་པའི་དུས་ལས་མི་འདའ་བའི་རིམ་གྱིས་ཐོགས་པ་མེད་པར་
གཞན་གྱི་དོན་རིམ་ལྟར་བཞེན་དུ་ཡང་དག་པར་ཉེ་བར་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་
པ་ཐམས་ཅད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་ཀྱི་གང་
གི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པའོ། །

དེ་སྟོན་པ་ཉེ་བར་སྐྱབ་པའི་དོན་གྱིས་ན་རྟོན་གྱི་མཛད་པ་སྟེ། གདུལ་བྱ་
རྣམས་ཀྱི་རྟོན་ཉིད་ནི་གཅིག་སྟེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཉོན་མོངས་པ་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་རྣམ་པར་
འགྲེལ་བ་ནི་འདོད་ཆགས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། འདོད་ཆགས་ལ་

སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་དེའི་འབྲས་བུའི་རྟགས་གནས་ངན་ལེན་གྱི་མཚན་མ་
ནི་ལུས་ལ་སོགས་པའི་ཉེས་པ་གང་ཡིན་པ་དང་། དེའི་མཚན་མ་ཚུལ་བཞིན་མ་
ཡིན་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྟེ། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱི་ཚུལ་
བཞིན་མ་ཡིན་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་འོ། །

སོགས་པའི་སྐྱས་ནི་དག་འབྲེལ་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ་དེའི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་
འོ། །འདོད་ཆགས་དང་འདོད་ཆགས་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་
དང་གཉེན་པོ་སྟེ། ཉོན་མོངས་པ་དང་ལམ་དག་གིས་བསྐྱས་པ་དག་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་
ཀྱིས་ན་འདི་རྣམས་མེད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་དཔེན་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དེ། ཉོན་མོངས་པ་
དང་རྟགས་དང་ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་མི་མཐུན་པའི་
སྟོགས་དང་གཉེན་པོ་དག་ནི་དཔེན་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དོན་དམ་པར་མེད་
པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཡང་དག་པར་མེད་པ་ལ་བྱ་ངན་ལས་འདའ་བ་མི་
རིགས་པའི་བྱིར་རོ། །ཐེག་པ་གཞན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་ས་བརྒྱད་པར་
གཏོགས་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་གནས་པ་ནི་ངེས་པར་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་
ལམ་དུ་མི་ལྟར་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །

ཡུན་རིང་པོ་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་བསྐྱལ་བ་གང་ས་མེད་པ་
གསུམ་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་ཀྱི་མཚོག་དང་རབ་དང་ཐུ་བོ་
དང་། རབ་མཚོག་ལ་སོགས་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པའི་གཞུང་གི་སྟོ་
ནས་ངོམས་པ་མེད་པ་ཉིད་སྟོབ་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །བསྟོམ་པར་བྱ་བ་ཞེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཡང་དག་པར་ན་བསྟོམ་པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་མི་

འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དངོས་པོར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་མངོན་
པར་ཞེན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་དང་ལམ་ཤེས་པ་ཉིད་ནི་
སྒྲུང་བཤད་པ་སྟེ། དེས་ཡང་དག་པར་བསྐྱུས་པའི་དངོས་པོའི་བྱུང་བར་ཕྱི་དང་
ནང་གི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ལམ་གྱི་བདག་ཉིད་དེ་ལ་དམིགས་པའོ། །

འཛིག་རྟེན་ནི་ཕྱི་རོལ་གྱི་བསྟན་བཅོས་ལ་མངོན་པར་དགའ་བའོ། །དེ་
ནམས་གྱི་སྒྲུབ་པ་གང་ཡིན་པའི་སྒྲུ་ནི་ཆངས་པ་རྟག་པ་ལ་སོགས་པར་བརྗོད་པའི་
རང་གི་བསྟན་བཅོས་འཛིན་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་ནམས་ལས་འཛིན་པ་ལ་སོགས་པ་
ལས་བསྐྱོག་པ་སྟེ། དེའི་བསྟན་བཅོས་དང་འགལ་བའི་ཆོས་དང་གང་ཟག་ལ་
བདག་མེད་པ་སྟོན་པའི་ཡུམ་ཉན་པ་དང་། གཞུང་འཛིན་པ་དང་མི་བརྗོད་པ་དང་
ཚུལ་བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྟོན་པ་ཡིན་ལ་དེ་ཉིད་ནི་མི་མཐུན་པ་ཡིན་ཏེ། འཛིག་
རྟེན་དང་འགལ་བའི་ཤེས་པ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་བདག་མེད་པའི་ཤེས་པ་ནི་
ཆང་མ་དང་འགལ་བར་འཛིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཐོགས་པ་
མེད་པར་ཤེས་པ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཆང་མ་དང་མི་འགལ་བའི་ཀུན་རྫོབ་
གྱི་ཤེས་པའོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། །

ཤེས་བྱ་དང་ཤེས་པ་མི་དམིགས་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་
མེད་པས་གཞི་མེད་པ་སྟེ། རྟེན་མེད་པའོ། །དེ་བཞིན་ཉིད་གྱིས་འགྲོ་བ་མེད་པ་ནི་
དེ་བཞིན་ཉིད་གྱིས་འགྲོ་བ་མི་རིགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་
པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་པས་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་སྐྱེ་བ་མི་འཐད་པ་
ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་

བཞིན་ཉིད་དུ་གཅིག་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ཚུལ་གསུམ་གྱི་ངོ་བོར་མི་འཐད་པའི་བྱིར་
རོ། །དེ་ལྟར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་སྦྱོར་བ་ལས་ཐ་དད་པར་བཤད་པའི་
མཆན་ཉིད་རྟོགས་པ་མེད་པས་སྦྱོར་བ་ནི་མཆན་ཉིད་ཁོ་ནར་མི་འཐད་པས་སྦྱོར་
བ་དག་མཆན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་བཞིན་དུ་ཞེས་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཐར་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པའི་ཆོག་ལེ་ལུར་བྱས་པ་ནི་མཆན་མ་མེད་ཅེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། མཆན་མ་མེད་པ་ནི་བདག་མེད་པའོ། །དེས་སྦྱིན་པ་ལ་
སོགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་ཡང་དག་པར་སྒྱུབ་པ་ནི་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ཐོབ་པ་
གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ལ་མཁས་པ་ནི་དད་པ་ལ་སོགས་པའོ། །མཆན་མ་མེད་པར་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ཆོག་ལེ་ལུར་བྱས་པ་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་ཡིན་ཏེ།
མཆན་མ་མེད་པར་དམིགས་པའི་ཤེས་པའི་རྣམ་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྦྱོར་བ་ཉིད་ལ་
དམིགས་པའི་སེམས་སོ། །སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་རྣམས་
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ལ་བྱུག་པ་ནི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་གསུམ་གྱི་
མཐར་བྱུག་པ་རྣམས་སོ། །རང་གི་རྒྱུད་ལ་བསྐྱེད་པ་ནི་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ཉིད་
ཀྱིས་རྣལ་འབྱོར་པའི་སེམས་ལ་ངེས་པར་བསྐྱེད་པ་སྟེ་དེ་ལ་མཁས་པའོ། །

དད་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མངོན་པར་རྟོགས་པ་རྟོགས་པ་
འདི་ལ་སྟེ། དེའི་སྦྱོར་བ་ཤེས་པའི་སྐབས་སུ་ཐར་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་སྟེ། ཉོན་
མོངས་པ་དང་བྲལ་བའི་བྱུང་པར་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ཡིན་པར་བྱུང་བ་རྣམས་
འདོད་ཅིང་བཤད་དེ། དགེ་བའི་རྩ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་སྒྲུང་བར་བྱ་བ་ཉིད་དུ་
མངོན་པར་བཞེད་དོ། །གཞན་དུ་ན་འཛིག་རྟེན་པའི་བསྟོམ་པ་རང་བཞིན་གྱི་དད་

བ་ལ་སོགས་པ་ཅམ་ནི་གདུལ་བྱའི་རྒྱ་ལ་ལམ་བསྐྱེད་པར་ངེས་པ་མེད་པ་ཡིན་
ལ། འདིར་ངེས་པ་ནི་ཐར་པའི་ཆ་དང་མ་ཐུན་པ་ཡིན་པར་བཤད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་
དགོངས་སོ། །

སངས་རྒྱས་སོགས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་མཁས་པའི་ཆོག་ལེ་ལུར་
བྱས་པ་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་ནི་དད་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། དད་པ་
ལ་སོགས་པ་ནི་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་མངོན་པར་ཡིད་ཆེས་པ་ལ་སོགས་པའི་
རྣམ་པའོ། །ཁྱད་པར་ཅན་དབང་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ནི་དབང་པོའི་དོན་མེད་
པའི་སྤྱིར་གཞན་པ་དད་པ་ལ་སོགས་པའོ། །གངས་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱས་ནི་
རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སོ། །སྦྱིན་པ་ནི་གཏོང་བའོ། །བསམ་པ་ཐུན་སུམ་ཆོགས་
པ་ནི་དགོ་བ་འདོད་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པའོ། །རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ནི་ལས་དང་བྱེད་
པ་པོ་དང་བྱ་བ་མ་དམིགས་པ་ལའོ། །ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་
པའོ། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ནི་རང་དང་སྦྱིའི་ཚུལ་གྱིས་སོ། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ནི་
རང་དང་སྦྱིའི་ཚུལ་གྱིས་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་སྟེ། དེ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ནི་སངས་
རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྦྱིན་པ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སོགས་པའི་སྦྱོད་
ཡུལ་གྱི་ཐབས་རྣམ་པ་ལྔ་ལ་མཁས་པའོ། །

ཅི་ཐབས་མཁས་པ་ཡོད་པ་ཁོ་ནས་བྱང་ཆུབ་འཛོལ་བའམ་འོན་ཏེ་མ་ཡིན་
ཞེན་དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པ་ཅམ་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་
དད་པ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་ཅམ་གྱིས་སྒྲན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པ་མ་ཡིན་
ཞེད་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་སྤྱིར་ཞེན། འདི་ནི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་ཏེ།

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ལམ་འདི་ནི་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བ་ཡིན་པས་དད་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་
ཞིང་གསལ་བ་ཆེན་པོས་ནི་བསྐྱལ་བ་བྱངས་མེད་པ་གསུམ་དུ་གོང་ནས་གོང་དུ་
བསྐྱབས་པ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པས་ནི་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་རྟོགས་
པར་སྦྲ་བར་ཤེས་པར་བྱ་ལ་དེ་དག་ཉིད་རྒྱལ་པོས་ནི་ཞེས་བྱ་བ་དེ་མངོན་སུམ་དུ་
བྱེད་པར་མི་རུས་པའི་དད་པ་ལ་སོགས་པ་ཆུང་དུས་ནི་རྟོགས་པར་དཀའ་ཞིང་
ཤེས་པར་དཀའ་བ་ཡིན་ནོ། །

འདིར་དད་པ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་ཙམ་གྱིས་ཞེས་བྱ་བ་དང་དེ་དག་ཉིད་
ལས་སྦྲས་པས་ཡང་དག་པར་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཐབས་རྒྱལ་བ་གཉིས་ཡོད་པས་དེ་ནི་
འབྲུག་གིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྦྲས་པ་ཡིན་ཏེ། འདིར་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོ་དང་
འབྲིང་དང་ཆུང་དུ་འེ་བྱེ་བྲག་གིས་བྱང་ཆུབ་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་སྟོན་པ་ཡིན་ལ། དེ་
བས་ན་ཆེན་པོའི་ཆེན་པོས་ནི་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་མངོན་སུམ་དུ་བྱ་བར་སྟོན་
པས། དེ་ལས་གཞན་པའི་དད་པ་ལ་སོགས་པ་མ་སྦྲས་སུ་ཟིན་ཀྱང་དེའི་ཤེས་པའི་
དབང་གིས་འབྲིང་དང་ཆུང་དུ་ཉིད་ཐོབ་པ་རྒྱལ་ས་ཀྱི་རང་སངས་རྒྱས་དང་ཉན་
ཐོས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་བྱ་བ་ནི་གཞན་དུ་བྱ་བར་མི་རུས་པས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཐམས་
ཅད་དུ་བྱང་ཆུབ་གཉིས་པོ་ནི་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ལས་གོ་བསྐྱོག་པར་བསྟན་
པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འབྲུག་གིས་འཕངས་པ་ཡིན་ནོ། །

རྩོ་བ་རྒྱལ་ས་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་
མ་ཐུན་པའི་ཆོག་ལེ་འུར་བྱས་པ་ནི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་
རྒྱལ་བར་འགྲེལ་བ་ཡིན་ཏེ། རྒྱལ་བ་མེད་པ་དང་། ད་ལྟར་དང་མ་འོངས་པའི་

དོན་བསམ་པ་ཉིད་དག་དང་། ང་རྒྱལ་བཙུགས་པ་ཉིད་དང་མདོན་པར་འཆེ་བ་མེད་
པ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་མཉམ་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་
སེམས་ལྟ་ཡིན་ནོ། །

དེ་རྣམས་ཀྱི་པ་དང་མའི་སེམས་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་
ནོ། །ཅེ་མོར་རྟོགས་པ་ནི་མདོར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །མདོར་
ཞེས་བྱ་བ་ནི་དབྱེ་བ་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པའོ། །མི་དགེ་བ་ནི་ཆགས་པ་ལ་སོགས་
པའོ། །དགེ་བ་ནི་དེ་ལས་གོ་བསྒྲེག་པ་ལ་ཉམས་པ་དང་། ལེན་པའི་སྟོན་ས་ཞེས་
བྱ་བ་ནི་སྤང་བ་དང་སྦྱང་བའི་དབང་གིས་གཞན་རྣམས་སྤིག་པ་ལས་སྟོག་པ་དང་།
དགེ་བ་ལ་གནས་པ་དག་ལ་སྦྱོར་བ་ནི་ཡང་དག་པར་འདྲིན་དུ་འཇུག་པའོ། །དགེ་
བ་དང་མི་དགེ་བ་དག་ནི་གཉིས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རྣམས་པ་གཉིས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་
ཞུགས་པ་རྣམས་ལ་རང་དང་གཞན་སྤིག་པ་ལས་སྟོག་པ་དང་དགེ་བ་ལ་སྦྱོར་བ་
ནི་གཞན་དག་ལ་བསྐྱུགས་པ་བརྗོད་པ་དང་མཐུན་པར་བྱེད་པའོ། །བསྐྱུགས་པ་སྟོས་
པ་དང་མཐུན་པར་བྱེད་པ་གཉིས་ཡིན་པས་རྣམས་པ་གཉིས་ཡིན་ནོ། །

སྦྱར་བར་བྱ་བ་དང་སྦྱོར་བ་སོ་དང་། དེའི་ཡུལ་མཐའ་ཡས་པའི་སྤྱིར་རྣམས་པ་
རྣམས་ནི་ཡང་དག་པར་ན་མཐའ་ཡས་པ་ཡིན་པས་དེའི་ཆོས་ཀྱི་རབ་དུ་དབྱེ་བ་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་དེ་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ཅན་ལ་
དམིགས་ཤིང་ཡུལ་དུ་བྱས་པ་ནི་ཅེ་མོར་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ། །བདག་ཉིད་ཀྱི་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་ནི་བཤད་ཟིན་ཏོ། །ཅེ་མོར་གྱུར་པ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་རང་
གཞན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །སྤྱི་མ་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་

སོགས་པས་ནི་ཆོས་མཆོག་དེ་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བཤད་པ་ཡིན་
ནོ། །ཡང་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་འདི་རྣམས་ནི་ཆུང་དུ་དང་འབྲིང་
དང་ཆེན་པོའི་དབྱེ་བས་རེ་རེ་ཞིང་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་འགྱུར་རོ། །

དེ་ལ་རྩོ་བར་རྟོགས་པ་ཆུང་དུའི་ནི་མཉམ་པ་དང་བྱམས་པའི་སེམས་དག་
ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཆེ་གཞན་ལ་འཆེ་བ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འབྲིང་
གིས་ནི་པན་པ་ལ་སོགས་པའི་སེམས་གསུམ་གྱིས་མ་འོངས་པའི་གཞན་ལ་པན་
པའི་བསམ་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཆེན་པོའི་ནི་པ་ལ་སོགས་པའི་སེམས་
བསྐྱེད་པས་དེའི་ཆེ་འདི་དང་ཕྱི་མ་དག་ཏུ་གཞན་རྣམས་ཀྱི་འདོད་པ་ཉི་བར་སྐྱབ་
པ་འདོད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །རྩེ་མོར་གཏོགས་པ་ཆུང་དུའི་
ནི་བདག་དང་གཞན་སྟེག་པ་ལས་ལྟོག་པ་ལ་སྦྱོར་བ་དང་། གཞན་རྣམས་ཀྱི་སྦྱག་
བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱུད་ལས་ལྟོག་པར་འདོད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འབྲིང་གིས་ནི་
སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་རང་དང་གཞན་གནས་པས་གཞན་རྣམས་ཀྱི་དགོ་བའི་རྒྱ་
ལ་སྦྱོར་བར་མངོན་པར་འདོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཆེན་པོའི་ནི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་
པར་འབྱུང་བ་རྣམ་གཉིས་བསྟོམས་པ་ལས་བདག་དང་གཞན་ཞུགས་པས་གཞན་
རྣམས་ཀྱི་བདེ་བ་དང་སྦྱག་བསྐྱེད་ལ་སྦྱིན་ཅི་ལོག་པ་སྤང་བའི་བསམ་པ་ཉིད་ཡིན་
པའི་ཕྱིར་རོ། །

བཟོད་པ་ནི་ཆུང་དུ་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོར་བཤད་དེ། གོ་རིམས་བཞིན་དུ་
སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོན་མེད་པ་ལ་ཞུགས་པའི་བར་
གྱིས་དེ་ལྟར་གཞན་རྣམས་འཕགས་པའི་ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་དང་པོ་ལ་སོགས་པ་

དང་། འཁོར་གྱི་བ་ཉིད་ལ་སྒྱུར་བར་འདོད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བཤད་མོད་ཀྱི།
འོན་ཀྱང་བཟོད་པ་ཆེན་པོ་ནི་སྐད་ཅིག་མ་དུ་མར་གཟུང་བར་བྱའོ། །

ཆོས་ཀྱི་མཆོག་ཆུང་དུ་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོ་ནི་གོ་རིམ་ས་བཞིན་དུ་
གཞན་རྣམས་ཁྱད་པར་མེད་པར་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་སྦྱོན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་།
ཁྱད་པར་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལམ་ལ་སྒྱུར་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། སྤུན་
སུམ་ཆོག་གས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རབ་ཀྱི་མཐར་ཐུག་པར་འདོད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་
ཕྱིར་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྦྱོན་པར་སྦྱིབ་པ་མེད་པའི་ངོ་བོ་དམ་བཅས་པའི་ཆོག་
གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཆོས་མངོན་པ་ལས་ངེ་ལྟར་བཟོད་པ་ཆེན་པོ་སྐད་ཅིག་མ་
གཅིག་ཡིན་པ་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་མཆོག་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ་ཞེས་གང་གསུངས་པ་དེ་ནི་
རང་གི་དོན་གྱི་དབང་དུ་མཇད་པ་ཡིན་ལ། འདིར་ནི་རང་གཞན་གྱི་དོན་ལ་བརྟེན་
པ་རྣམས་ཀྱི་ཆུང་དུ་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོའི་བྱེ་བྲག་གིས་བཤད་པ་ཡིན་ཏེ།
གཞན་གྱི་དོན་ལ་བརྟེན་པའི་རབ་དང་མཆོག་གི་གནས་སྐབས་དག་སྤིང་པས་
འདི་དང་དེ་ལ་འགལ་བ་མེད་དོ། །

མངོན་པར་རྟོགས་པ་དུག་ཏུ་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་ལ་
སོགས་པ་ཅིའི་ཕྱིར་བསྟན་ཅེ་ན། རྣམ་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྦྱོས་ཏེ།
རྣམ་པ་དང་ལམ་དང་གཞི་ཐམས་ཅད་ནི་སྤར་བཤད་པའོ། །དེ་རྣམས་རྣམ་པར་
བསྐྱོམ་པ་ནི་བྱེ་བྲག་གིས་བསམ་གཏན་གྱི་ཁྱད་པར་གྱི་མངོན་པར་རྟོགས་པ་དུག་
པོ་རྣམས་སྤེལ་བར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་ལ་བཤད་པ་ཡིན་པར་བརྟེན་
བར་བྱའོ། །དེ་ནི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་གསུམ་གྱི་མངོན་པར་རྟོགས་པ་བཤད་

བ་ན་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་དང་། ལམ་ཤེས་པ་ཉིད་དང་། ཐམས་ཅད་
ཤེས་པ་ཉིད་དེ། གསུམ་ལ་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་ལ་སོགས་པ་
བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། སྒྲུང་བཤད་པའི་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་ཐར་བའི་ཆ་དང་
མཐུན་པ་ལ་སོགས་པ་བསྟན་པ་གསུངས་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ་ཞེས་འོག་
མ་དང་སྒྲུང་བར་བྱའོ། །

འདིར་བརྗོད་པའི་རྒྱ་ནི་འཇིག་རྟེན་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་
ཡིན་ཏེ། འཇིག་རྟེན་པའི་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་ནི་ཉན་ཐོས་ལ་
སོགས་པ་དང་ཐུན་མོང་གི་རྩོ་བ་ལ་སོགས་པ་འོ། །དེ་རྟོགས་པ་ནི་ཤེས་པ་འོ། །དེ་
སྟོན་དུ་འགྲོ་བ་ནི་དེའི་རྒྱ་ཅན་འོ། །གང་གི་སྤྱིར་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ནི་ཉན་
ཐོས་ལ་སོགས་པ་མ་རྟོགས་པའི་མཐོང་བའི་ལམ་དང་བསྟོམ་པའི་ལམ་གང་ཡིན་
པ་དེ་དག་རྟོགས་པ་ནི་ཤེས་པ་ཡིན་འོ། །དེ་བས་ན་ཞེས་བྱ་བར་ཤེས་པར་
བྱའོ། །རྣམ་པ་ཀུན་མཛོན་པར་རྫོགས་པར་རྟོགས་པ་ལ་སོགས་པ་མཛོན་པར་
རྟོགས་པ་གསུམ་ལ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྣམ་པ་ཀུན་མཛོན་པར་རྫོགས་པར་རྟོགས་པ་
དང་། ཅེ་མོ་ཐོབ་པ་དང་། མཐར་གྱིས་པའི་སྦྱོར་བ་ལ་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་
མཐུན་པ་ལ་སོགས་པ་སྒྲུང་བཞིན་དུ་སྒྲུང་བར་བྱའོ། །འདིར་བརྗོད་པའི་རྒྱ་ནི་
བསྟོམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། བསྟོམ་པ་ནི་གོམས་པ་འོ། །

དེ་གོང་ནས་གོང་གི་གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱང་པར་གྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གོ་
ངེམས་ལས་གྱུར་པའི་རབ་ཀྱི་མཐའ་སྟེ། རྒྱ་དེས་ན་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དེ། རྣམ་པ་
ཀུན་དུ་འོ། །བྱང་པར་གྱི་ལམ་ནི་སྒྲུང་བཤད་པ་འོ། །དེས་བསྟུས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐབ་

བ་མེད་པ་ནི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པས་སྟོང་བའོ། །ཆུང་དུ་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་
པོའི་རིམ་གྱིས་སྐྱེ་ཞིང་འབྱུང་བ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་ན་ཅིག་ཅར་སྐྱེ་བ་དགག་པར་
བྱ་བའི་ཕྱིར་ཉ། ཤེས་པ་གཅིག་ལ་སྐྱེ་བ་གསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཐམས་ཅད་
མཐུན་པ་ཉིད་གསུམ་པོར་མཐོང་བ་ལ་སོགས་པའི་ལམ་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་
ཉིད་ཡིན་པས་ན་རྣམ་པ་ཀུན་མཛོན་པར་རྫོགས་པར་རྟོགས་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་
ཁྱད་པར་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་པས་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་
པ་ལ་སོགས་པ་བརྫོད་པ་ཡིན་ལ། མཛོན་པར་རྟོགས་པ་གཉིས་ལ་ནི་དེ་མེད་པས་
མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །

ཕྱིར་མི་ལྟོག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། ངེས་འབྱེད་ཡན་ལག་ཅས་
བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པས་ནི་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་
མཐུན་པའི་སྟོར་བའི་ལམ་ལ་གནས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་བཟོད་པ་དང་ཤེས་པས་
བསྐྱུས་པ་མཐོང་བའི་ལམ་ལ་གནས་པ་དང་། རྒྱུན་དང་ལྡན་པའི་བསྐྱོམ་པའི་ལམ་
ལ་གནས་པའི་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དགེ་འདུན་བཤད་པ་
ཡིན་ནོ། །དེ་རྣམས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་དེ་ལ་ངེས་པར་
འབྱེད་པའི་ཡན་ལག་ལ་གནས་པའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པའི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་འགྲེལ་བ་ནི་གོ་སྟོན་འོ། །

ཡང་ལྟོག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་གཟུགས་ལ་སོགས་པས་ཞེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པས་མཆན་ཉིད་རྣམ་པ་ཉི་ཤུའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་དོན་ནི་ངོ་བོ་
ཉིད་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །མཐོང་བའི་ལམ་

ལ་གནས་པ་ཡི་ནི་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །མཐོང་བའི་ལམ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ལེ་འུར་བྱས་པའི་དོན་ནི་སྤྲུག་བསྐྲུལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །

སྐད་ཅིག་མའི་རྣམ་པ་ནི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་པའི་ཆོག་ལེ་འུར་བྱས་པའི་དོན་ནི་རང་གི་མཆན་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཡང་དག་པར་ན་དོན་གྱི་བྱ་བ་རྒྱས་པའི་ངོ་བོ་མེད་པས་ཡུལ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་མངོན་སུམ་གྱི་ཤེས་པ་ལྟོག་པ་ཡིན་ནོ། །སངས་རྒྱས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་མི་དགེ་བ་ཟད་ཅིང་ཐར་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པའི་དགེ་བ་འཕེལ་བས་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པས་བྱང་ཆུབ་པའི་བར་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྟན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་གཟུང་བ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོས་རབ་ཏུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་ཆོས་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་མཐུས་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་རྣམས་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཤེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སོགས་པའི་སྐྱས་ནི་འགོག་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པའོ། །

འདི་དག་ཉིད་རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ་བསྐྱེད་པའི་ཡན་ལག་ཡང་དག་པ་སྟེ་ཡང་དག་པའི་རྒྱའོ། །དེ་རྣམས་ཡོངས་སུ་ཟད་པ་འདི་མ་ཆགས་པའོ། །མི་དགེ་བ་དང་བྲལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་མི་དགེ་བ་དང་ལྡན་པ་ཁོ་ནའི་ལུས་ལ་སོགས་པ་ལས་སུ་མི་རུང་བ་ནི་སྤྱི་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་

རོ། །སེམས་ཅན་འདུལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་བསམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་གཞན་གྱི་
དོན་གྱི་སྒྲོན་ལམ་མེད་པས་འདུལ་བར་མི་རུས་པ་ཉིད་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་
ལ་ཉེ་བར་འོངས་སྒྲིད་པ་ལ་མངོན་པར་ཆགས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །

ཡུལ་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཀུན་ཏུ་སྒྲུར་བ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་
ཉིད་ཡུལ་གྱི་ཉེས་དམིགས་མ་མཐོང་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །སྒྲེས་བྱ་དམ་པ་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་སྒྲེ་ཤ་ཅན་ལ་སོགས་པ་སྒྲེས་བྱ་དམ་པ་མ་ཡིན་པ་
རྣམས་ནི་སྤྲིག་པའི་རྒྱ་ཉ་ལ་སོགས་པ་གསོད་ཅིང་འཆི་བའི་རྒྱར་བྱེད་པ་ཉིད་
ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །སྒྲོང་པ་ཉིད་ལ་གནས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་བདག་མེད་པའི་བསམ་
པ་ཡོད་པས་ཡུང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་ལྡར་བ་ཤད་པ་དེ་རྣམས་ལ་སྒྲུར་བ་
དང་རྗེས་སུ་སྒྲུར་བ་དག་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་དང་ཤིན་ཏུ་མངོན་པར་ཞེན་པ་
དག་ཏུ་མི་བྱ་བར་ཏེ། དེ་ལྟར་སྒྲུར་བ་དང་རྗེས་སུ་སྒྲུར་བ་དག་གི་གནས་པ་སྟེ།
སྒྲིད་པའི་བྱིར་བར་གང་ཡིན་པ་དེ་སོ་སོར་བཀག་པའོ། །

ཆོས་ཐམས་ཅད་སྒྲེ་བ་མེད་པའི་བསམ་གཏན་དང་ལྡན་པ་ནི་ཉེན་མེད་པ་
ཉིད་ཀྱིས་ཐམས་ཅད་དུ་མངོན་པར་ཞེན་པ་དང་བྲལ་བའི་བྱིར་མི་མཐུན་པའི་
ཚྭ་གས་གསལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ན་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པའི་མི་མཐུན་པའི་ཚྭ་གས་
སྤངས་པ་ཉིད་ཀྱིས་གང་ཞིག་ཏོགས་པ་སྟེ། ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་གསུམ་ཤེས་
པ་ཡིན་ལ། དེ་རྣམས་ཀྱི་བར་ཆད་བྱེད་པའི་ཆོས་ནི་སྒྲར་བ་ཤད་པའི་ཉེས་པ་
རྣམས་ཏེ། དེ་ལ་སྒྲ་མ་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོང་པ་ཉིད་ལ་གནས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲུར་
བ་དང་རྗེས་སུ་སྒྲུར་བ་ལ་གནས་པར་མི་བྱའོ་ཞེས་འདིའི་བྱི་མ་རྣམས་ལ་ཡང་

སྒྲིའི་དོན་ནི་སྒྲ་མ་བཞིན་ནོ། །

ནམ་པར་རྟོག་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་བདུན་ལ་སོགས་པའི་ཉེས་པ་
ནི་དེ་ལས་འབྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཡང་དག་པར་ན་ནམ་པར་རྟོག་པ་ཉིད་ཉེས་
པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱུའི་ཆོགས་སྦྱིན་པ་ལ་
སོགས་པ་ལ་ཡང་མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཟུང་བ་དང་ཞེས་བྱ་བ་
ལ་སོགས་པ་ནི་གཉིས་སུ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་རྒྱ་ཉིད་ཀྱིས་ན། བདུན་དང་བདུན་
ཀྱི་འཁོར་རྣམས་ཀྱི་རལ་གྱི་དང་མདའ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་ལ་
སོགས་པའི་བྱ་བ་ཡིན་པས་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ལ་གཡུལ་འགྲེད་པ་མེད་པ་
ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བྱམས་པས་སམ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་མ་དམིགས་པས་
བགོགས་ཉེ་བར་ཞི་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །སྦྱིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་རང་གི་རྒྱུད་ལ་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པས་བྱས་པའི་སེར་སྣ་ལ་སོགས་པ་
ལས་ལྗོག་པའི་བྱུང་པར་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཆོས་ཐམས་ཅད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་སྤྲ་
རབ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་དང་དབང་སྤྱད་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་དང་གྲུ་ལོ་མ་བ་དང་
གྲུ་ལོ་མ་བ་མ་ཡིན་པ་དང་བྲལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྟོགས་པའི་ཆོས་ནི་འདིར་
བྱང་ཆུབ་ཡིན་ནོ། །མངོན་པར་ཡིད་ཆེས་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་མངོན་པར་ཤེས་པ་
དུག་གི་སྟོབས་ཀྱིས་མངོན་པར་ཡིད་ཆེས་པ་ཐོབ་པས་ཡང་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་
ངེས་པར་ཐོབ་པ་ནི། ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་གསུམ་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཀྱི་རང་གི་ས་
གསུམ་ལ་རང་གི་ས་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ངེས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྟེ། ས་བརྒྱུད་པ་ལ་

སོགས་པ་ལ་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་གནས་པ་ནི་ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་དམིགས་སུ་མེད་པའི་
ཡེ་ཤེས་སུ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །

གཅིག་ཏུ་གཞོལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་གཅིག་ཏུ་གཞོལ་བ་ཉིད་ཀྱི་
ཕུལ་དུ་བྱུང་བ་དང་བཅས་པའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཚོས་མངོན་དུ་
བྱུང་བས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་ཚོས་ཀྱི་དོན་དུ་སོག་
གཏོང་བ་ཡིན་ཏེ། རྟག་ཏུ་དུ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་འབྲ་བར་སོག་གི་བར་ཆད་དུ་
འགྱུར་བའི་ཡུལ་གཞན་དུ་འགོ་བའམ་ལུས་བཅོང་བ་ལ་སོགས་པའོ། །ཤེས་པའི་
མཚན་ཉིད་ངེ་སྐྱད་དུ་བཤད་པའི་རྣམ་པའི་ཐབས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་
རྣམས་ཀྱི་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་ན་གཞན་ཀྱི་མི་རྟོགས་པ་
མ་ཡིན་ནམ། ངེ་ལྟར་ན་གཞན་རྣམས་ཀྱི་རྟོགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ཞེས་རྟོགས་
པ་ལ། ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད་རྣམས་ནི་འདུ་ཤེས་ལས་ལྡོག་པ་ལ་སོགས་པའི་
འབྲས་བུའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། རྒྱ་ཚོགས་པ་ལས་འབྲས་སྐྱེ་བར། །རྗེས་སུ་
དཔོག་པ་གང་ཡིན་པ། །དོན་གཞན་ལ་ནི་མི་ལྟོས་བྱིར། །དེ་ནི་རང་བཞིན་ཡིན་
པར་བརྗོད། །ཅེས་བྱ་བའི་རིགས་པས་འཆམ་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྗེས་སུ་དཔག་པས་
མཚན་ཉིད་ཁོ་ན་ཡིན་པར་བསྟན་པ་ནི་དེ་ལྟར་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་
ཡིན་ཏེ།

དེ་ལྟར་ན་བཟོད་པ་དང་ཤེས་པའི་སྐྱད་ཅིག་མ་རྣམ་པ་བཅུ་དྲུག་གིས་
བསྐྱས་པ་འདི་རྣམས་ནི་འབྲས་བུ་ཉིད་ཡིན་པས་བདེན་པ་བཞིའི་རྣམ་པ་དང་
འབྲེལ་བའི་བཟོད་པ་དང་ཤེས་པའི་སྐྱད་ཅིག་མ་བཅུ་དྲུག་ཡིན་ཏེ། སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་

ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་བརྩ་བྱ་ག་ཡང་དག་པར་
ཐོབ་པ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཉིད་ཀྱིས་གོམས་པར་བྱས་པར་གྱུར་པ་ནི་ཉོན་མོངས་
པ་མེད་པས་དག་པ་འཛིག་རྟེན་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་བྱིར།

འཛིག་རྟེན་པ་ཡིན་པ་གང་ག་ཟུང་བ་དང་འཛིན་པར་མཛོན་པར་མ་ཞེན་པའི་
རྣམ་པ་ཅན་ཉིད་ཀྱི་བཟོད་པ་དང་། ཤེས་པའི་སྐད་ཅིག་མ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་
རྣམས་ལས་བྱིས་འབྱུང་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་རྗེས་ཀྱི་སེམས་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་
བཅས་པ་དེས་བསྐྱས་པ་གང་ཡིན་པའི་རང་དང་མ་སྐྱན་པའི་འབྲས་བྱ་སྟེ། རྣམ་
པར་རྟོག་པ་རྣམ་པར་དག་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ག་ཟུགས་ལ་སོགས་
པའི་འདྲ་ཤེས་ལས་ལྗོག་པ་ལ་སོགས་པ་སྒྲར་བཤད་པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་
སོ། །སྐྱེད་པའི་བྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཤེས་པའི་སྐད་ཅིག་མའི་མཚན་
ཉིད་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་མོད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་དེ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་བྱིར་ངོ་
ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །ཉེ་བར་བཏགས་པའི་དགོངས་པ་ནི་རྣལ་འབྱོར་པ་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཐམས་ཅད་དུ་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་
ལྟ་བུ་ལ་ཡང་རྟོགས་པ་དང་མ་སྐྱན་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པ་ནི་ཐོས་པའི་ཤེས་པ་དང་རྗེས་
སུ་མ་སྐྱན་པ་ཉིད་དོ། །

རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ནི་ལམ་དེའི་བསམ་གཏན་རབ་ཀྱི་མཐར་བྱིན་པ་དང་
ལྡན་པའོ། །ཐ་སྙད་ནི་རྣལ་འབྱོར་ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་ཀྱི་རྒྱ་འབྲུལ་ལ་
སོགས་པའི་འཛིག་རྟེན་དང་མ་སྐྱན་པར་སྐྱོད་པ་ནི་ངེས་པ་ཡིན་ལ་བཅོས་མ་ནི་
ངེས་པ་མེད་པའོ། །དེ་ནི་སེམས་ཅན་འདུལ་པའི་དགོས་པའི་དབང་མ་རྟོགས་པར་

ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོམ་བ་ཡིན་ཏེ། གདུལ་བྱའི་དོན་དུ་ཡང་ཚོགས་པའི་དོན་དང་མ་ཐུན་བ་
མ་ཡིན་ན་ཡང་ཐ་སྙད་དུ་རྣམ་པར་མི་ཚོག་པ་མི་མངའ་བའི་བཅོམ་ལྡན་འདས་དང་
འབྲ་བ་ཡིན་པས་ཉེ་བར་བཏགས་ནས་ཤེས་པའི་སྐད་ཅིག་མའི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་
བཤད་ཅིང་བསྟན་ཏོ། །

དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་ཉེ་བར་བཏགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་འབྱོར་
པའི་རྒྱུད་ལས་སོ་སོ་རང་གི་རིག་པ་ནི་སྒྲོམ་པ་པོའི་རང་རིག་པའི་སྐད་ཅིག་མ་
རྣམས་ཏེ། ཤེས་པའི་སྐད་ཅིག་མ་རྣམས་ཇི་ལྟར་གཞན་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད་པ་
ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོམ་པ་པོ་ལས་གཞན་པ་དག་གིས་ཤེས་པའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པར་མི་
འཐད་དེ། རང་གི་རིག་པ་ནི་གཞན་གྱི་རིག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་རིག་པ་ཉིད་དུ་
མི་འཐད་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །བསྒྲོམ་པའི་ལམ་ལ་བརྗོད་པར་
བྱ་བ་མང་དུ་ཡོད་ན་ཡང་དང་པོ་བྱེད་པར་བརྗོད་པའི་རྒྱ་ནི་དེའི་འོག་ཏུ་ཞེས་བྱ་བ་
ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། བསྒྲོམ་པའི་ལམ་ནི་ཟབ་པ་དང་ལྡན་པའི་སྤྱིར་ཟབ་མོ་ཡིན་
ནོ། །ཟབ་མོ་དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པའོ། །སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་
པའི་ཟབ་པ་ཉིད་གང་ཡིན་ཞེ་ན། སྒྲོ་འདོགས་པ་དང་སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་མཐའ་
ལས་གྲོལ་བ་ཉིད་དོ། །

ཆིག་ལེ་ལུར་བྱས་པ་རྣམས་པར་འགྲེལ་བ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་སྟོང་པ་
ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོམ་བ་ཡིན་ཏེ། སྟོང་པ་ཉིད་དང་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་སོགས་
པའོ། །གཟུགས་མེད་པ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཟུགས་སུ་སྒྲོ་འདོགས་པ་བཀག་
པའོ། །སྟོང་པ་དང་སྟོང་པ་མ་ཡིན་པ་དག་ལ་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་དང་

གཟུགས་ལ་སོགས་པ་གཅིག་པར་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ལ་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་མེད་དེ་ཞེས་བལྟ་བར་བྱའོ། །

གཟུགས་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ཐ་དད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་གཟུགས་དང་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་སྐྱར་བ་བཏབ་པ་དང་འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་ཀྱི་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་མེད་པས་རང་གི་ངོ་བོ་དང་བཅས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བས་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལས་གཞན་པ་ཡང་མ་ཡིན་པས་ཞེས་བྱ་བས་ནི་སྐྱར་བ་འདེབས་པ་དགག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ནི་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་ལས་གཞན་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པར་བལྟ་བར་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་སྒྲོ་འདོགས་པ་དང་སྐྱར་བའི་མཐའ་ཅན་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་འདི་དག་ནི་འཇིག་པའི་མཐར་ཐུག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་ལས་གྲོལ་ཞིང་བྱལ་བའི་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཟབ་མོ་སྟེ་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ཡིན་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ལ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་མེད་པ་དང་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་མེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་རྣལ་འབྱོར་པའི་མངོན་སུམ་ཀྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པས།

ཟབ་མོ་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་འོག་ནས་བཤད་པའི་བསྒྲུལ་པའི་ལམ་ནི་ཟབ་ཅིང་གཏིང་དཔག་དཀའ་བ་ཡིན་ནོ། །ཐོས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན། དེས་འབྲེད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཆེ་རྒྱལ་པ་ཀུན་མངོན་པར་རྫོགས་པར་རྟོགས་པར་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱེན་པའི་མིང་

དང་། ཚིག་དང་ངག་དང་ཡི་གེ་དང་དབྱངས་ཀྱི་ཡི་གེའི་བདག་ཉིད་ཅན་བསྟོམ་པ་
དེའི་ཚེ།

ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཡན་ལག་ལ་སོགས་པ་གསུམ་ལ་ངེས་པར་མཐོང་
བའི་དོན་ཞེས་བྱ་བ་རྣམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་སོགས་པ་སྐབས་གསུམ་དུ་
གསུངས་པའི་ཐོ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་མཐོང་བ་དང་བསྟོམ་པའི་དོན་ལ་དམིགས་
པའི་རྣམས་པའི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་རྣམས་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་ཐོས་པ་དང་བསམས་པ་
དང་བསྟོམས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་དག་ཡང་དང་ཡང་དུ་སེམས་པ་དང་
འཇལ་བ་དང་ངེས་པར་རྟོགས་པ་ཞེས་ཚིག་གསུམ་བཤད་པར་བྱའོ། །གང་གི་ཚེ་
ལམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་བསྟོམ་པ་དེའི་ཚེ་ཉིང་
དེ་འཛིན་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལམ་བསྟོམ་པ་ལ་སྦྱོར་བ་དང་དངོས་གཞི་དང་མཐུག་
རྣམས་སུ་སྤར་བཤད་པ་དེའི་བསྟོམ་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བབྱང་བ་ལ་སོགས་པ་
མེད་པ་ལ་དམིགས་པ་རབ་ཏུ་གྱུར་པའི་སེམས་ཀྱི་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཡན་ལག་
དང་མཐོང་བ་དང་བསྟོམ་པའི་ལམ་གྱི་དམིགས་པའི་རྣམས་པ་ལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་
སེམས་པ་དང་། འཇལ་བ་དང་ངེས་པར་རྟོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཚིག་གསུམ་ཡིན་
ཏེ། དེ་ལྟར་བསྟོམ་པའི་ལམ་རྒྱན་ཆགས་པ་ཡིན་ནོ། །

ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཡན་ལག་ལ་སོགས་པ་དམིགས་པའི་རྣམས་པ་གསུམ་
གྱི་དབྱེ་བ་ལ་དམིགས་པས་ན་ཡང་དང་ཡང་དུ་དེ་རྣམས་ཉིད་ལ་དམིགས་པས་
དམིགས་པར་བྱེད་པའི་སེམས་ནི་གངས་མེད་པའི་ཕྱིར་བསྟོམ་པའི་ལམ་ལ་དེའི་
རང་བཞིན་ཡིན་པས་མཐའ་ཡས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་ངེས་པ་ནི་དེ་རྣམས་

ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། དེའི་རྒྱན་ཆགས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་
ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་བཤད་མ་ཐག་པའི་རིམ་པས་དོན་དམ་པར་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཁོ་ན་
ཉིད་མཐོང་བས་སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པའི་སྟོམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
དངོས་པོ་མེད་པ་ལ་དམིགས་པའི་སེམས་ཀྱི་བྱུང་པར་གྱིས་སོ། །

རྣམ་པར་རྟོག་པ་དགའི་གཉེན་པོའི་དབྱེ་བ་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆུང་དུ་ལ་
སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་ཐ་དད་པའི་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་
དགའི་གཉེན་པོ་ཉིད་ཡིན་པས་རྣམ་པ་དགའི་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གངས་བཞིན་དུ་
འདོད་པའི་ཁམས་ལ་སོགས་པ་ས་དགའ་དག་ཏུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་པའི་ཁམས་
དང་བསམ་གཏན་དང་གཟུགས་མེད་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་བཞི་སྟེ། དགའ་
བསྟོམ་པའི་ལམ་དགའ་ནི་རྒྱན་ཆགས་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན་རྒྱན་ཆགས་སུ་
འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། དེས་པར་འབྱེད་པའི་ཡན་ལག་ལ་སོགས་པའི་
དོན་མང་པོ་ལ་དམིགས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་རམ་བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་དུ་
རྒྱན་དུ་ཞུགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

བསྟོམ་པའི་ལམ་རྣམ་པ་དགའ་ཉིད་ཡིན་པར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་མི་འཐད་དོ་ཞེས་
དོགས་པ་ལ་ཀུན་རྫོབ་ཡིན་པའི་ལན་བཏབ་པ་ནི་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱལ་བའི་ཡུམ་དེ་དང་དེ་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཤེས་རབ་
ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་སྟོང་ཐག་བརྒྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལས་སོ། །རྣམ་པ་རེ་རེའི་
དབང་དུ་མཛད་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བཤད་མ་ཐག་པའི་བསྟོམ་པའི་ལམ་གྱིས་རྫོབ་པ་
སོགས་པ་རེ་རེ་ནས་ཉེ་བར་གཟུང་སྟེ། གངས་དང་ཆད་དང་མདོན་སུམ་ལ་

སོགས་པའི་ཆད་མས་ཀྱང་རྟོགས་པར་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །མ་ཆགས་པའི་དགེ་
བའི་རྩ་བ་ལ་སོགས་པའི་བསོད་ནམས་གངས་མེད་པ་དབག་ཏུ་མེད་པ་ཆད་མེད་
པ་གང་ཡིན་པ་དེ་རྣམས་སྐྱེ་བར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་སྐྱེ་བར་བརྟུན་
པས་བྱེ་བྲག་མང་བ་སྟེ།

བསྐྱོམ་པའི་ལམ་གྱིས་ངོ་བ་ལ་སོགས་པའི་གངས་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་
བསོད་ནམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཉིད་ཡིན་པས་ན་གངས་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་ཉིད་དུ་
འགྱུར་ན་རི་ལྟར་རྣམ་པ་དགུ་ཉིད་ཡིན་ཏེ་མི་འཐད་དོ་ཞེ་ན་གངས་མེད་པ་ལ་
སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་བྱེད་སྲ་མ་རྣམ་པར་འགྲེལ་ཏེ། གངས་
མེད་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་བཤད་ཅིན་ཏོ། །སོགས་པའི་སྐྱས་ནི་བརྟུན་དུ་མེད་པ་ལ་
སོགས་པའོ། །དེ་རྣམས་བསྟན་པ་རྣམས་ཏེ་དེ་དང་དེར་སྟོས་པ་རྣམས་སོ། །དེ་
ཡང་ཡང་དག་པའི་དོན་མ་ཡིན་པ་དེ་ནི་དམ་པའི་དོན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་
ཡིན་ཏེ། ཆོག་ཏུ་བརྟུན་པའི་ངོ་བོ་རྣམས་ནི་དོན་དམ་པར་མི་འཐད་པ་ཉིད་གྱིས་
ཞེས་བྱ་བ་ཡང་དག་པར་ན་རི་ལྟར་གྲགས་པའི་དོན་དུ་མི་རུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་
ཏེ། ལྷན་དངགས་སྐྱར་བ་དང་འདྲ་བར་སྒྲ་དགོད་པ་ཅམ་དུ་སྐྱར་བའི་བྱད་པར་གྱི་
བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་བརྟུན་པར་བྱ་བའི་སྐྱ་ནི་བརྟུན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུ་ལོ། །

དེ་བས་ན་བསྐྱོམ་པའི་ལམ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་བཀའ་ལས་རི་སྐད་བཤད་
པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ཏེ། ཟབ་མོ་ལ་སོགས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་བསྐྱོམ་པའི་
ལམ་ནི་བྱེ་བྲག་ཏུ་དབྱེ་བ་བྱེད་པར་བཟོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གངས་མེད་པ་ལ་སོགས་
པ་ཉིད་དུ་བྱ་བར་མི་བྱས་སོ། །རི་ལྟར་ཞེ་ན་དོན་གཅིག་ཏུ་སྟེ་དོན་གྱི་དབྱེ་བ་

གཞན་ལ་སྒྲིབ་པ་མེད་པས་ངེས་པར་འབྲེད་པའི་ཡན་ལག་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་གཅིག་པ་ནི་དོན་གཅིག་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་རབ་ཏུ་སྐྱར་ཞིང་ངེས་པར་ལྷན་པའི་སྒྲིབ་པའི་དབྱེ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་སྒྲིབ་པས་རྒྱ་དེ་ལས་ཉེ་བར་སྐྱེད་པའི་ཐ་དད་པ་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་སྟེ། གངས་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེས་ངེས་པར་འབྲེད་པའི་ཡན་ལག་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་གཅིག་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ཡིན་པར་གཅིག་ཏུ་ཞུགས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་བས་ན་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྐྱར་བ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། །དབྱེ་བ་གཞན་ལ་སྒྲིབ་ནས་ཡང་ངེས་པར་འབྲེད་པའི་ཡན་ལག་ལ་སོགས་པ་དོན་སྣ་ཆོགས་པ་དང་རབ་ཏུ་སྐྱར་བའི་སྒྲིབ་པ་ལ་སྒྲིབ་པའི་ལས་ཉེ་བར་སྐྱེད་པའི་ཐ་དད་པ་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་བྱེ་བྲག་ཏུ་དབྱེ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཀྱན་རྫོབ་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བྱེད་འོག་མ་བཤད་པ་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་ནི་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱིས་དམིགས་པ་མེད་པའི་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་རྣམ་པར་མི་ཉོག་པས་ཁྱབ་པའི་ཐུགས་རྗེ་དེའི་རང་བཞིན་གྱི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཏེ། སྒྲིབ་པ་བཅུ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་སོ། །དེའི་རྒྱ་མཐུན་པར་གྱུར་པ་ཡིན་པ་ནི་ཆ་འདྲ་བའི་ངོ་བོ་འོ། །

དེ་ནི་བཤད་པའི་ཆོས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་དེ། ཡང་དག་པའི་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་སྟོན་པའི་ཆོས་ཀྱི་བདག་ཉིད་དེ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཉིད་སྟོན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རི་རྒྱུད་བཤད་ཅིང་བསྟན་པ་ནི་

གྲངས་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱ་ནམས་སོ། །བྲིས་པའི་སྐྱེ་བོ་ནམས་ནི་མ་རིག་
བས་བྲུབ་པ་ནམས་གཞུག་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟག་མའོ། །

འབྲས་བུ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་པར་རབ་ཏུ་སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ནམ་པ་
ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པར་བརྟེན་པ་ཡིན་པས་སོ། །དེ་བཞིན་
གཤེགས་པས་བཞེད་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་སེམས་ཅན་
བཞུགས་པའི་ཚུལ་མཐུན་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནམས་དགོངས་སོ། །རྒྱ་དེ་
བས་ན་མང་པོ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་བསྐྱོམ་པའི་ལམ་གྲངས་
མེད་པ་ལ་སོགས་པར་ཐལ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་གྲངས་མེད་པ་
ལ་སོགས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ནལ་འབྱོར་པ་ནམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་གྲངས་མེད་པ་
ལ་སོགས་པ་ཉིད་ཡིན་པ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡིན་གྱི་ཡང་དག་པར་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།
བསོད་ནམས་ཀྱི་རྒྱ་ཉིད་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཡན་ལག་ལ་སོགས་པ་དང་སྤྱིན་པ་
ལ་སོགས་པ་གྲངས་མེད་ལ་སོགས་པ་ཉིད་ཡོད་ན་རྗེ་ལྟར་ན་དེའི་འབྲས་བུ་གྲངས་
མེད་པ་ལ་སོགས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དེའི་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་ན་
དེ་ལྟར་ན་ཡང་བཅོམ་ལྷན་འདས་ནི་བརྟུན་དུ་གསུངས་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། སེམས་
ཅན་ནམས་གཞུག་པའི་ཚུལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་མཐུན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་གང་ཟག་
ལ་སོགས་པ་དང་འབྲས་བུ་ན་དེ་ལྟར་སྟོན་པར་མཛད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་
དགོངས་སོ། །

དེ་ཡང་། ཉེ་བར་གཞོད་སྤྱིར་ཡང་དག་པར། །གང་ཞིག་སྦྲས་གྱུར་དེ་ཉིད་
བརྟུན། །བདེན་དང་བདེན་མིན་དོན་ཅི་ཡིན། །གཞན་དོན་བྱེད་གང་དེ་བདེན་

ཡིན། །ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་
སྒྲོང་བ་ཉིད་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཡིན་ན་དེ་མེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བསྐྱོམ་པས་ཅི་ཞིག་བྱ།
འོན་ཏེ་ཡང་དག་པར་རང་བཞིན་ཡོད་ན་དེ་ལྟ་ན་ཡང་བསྐྱོམ་པས་ཅི་ཞིག་བྱ་སྟེ།
རང་བཞིན་ལ་ནི་གཞན་དུ་བྱ་བར་མི་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་གཉི་ག་ལྟར་ན་ཡང་ངེས་པར་
འབྱེད་པའི་ཡན་ལག་ལ་སོགས་པའི་བསྐྱོམ་པའི་ལམ་ནི་སྒྲོང་བ་ཉིད་ཀྱི་ཞེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པས་དོན་མེད་པར་རྟོག་པ་ལ་སྒྲོང་བ་ཉིད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་
བྱ་བ་ནི་བཟུང་བ་ལ་སོགས་པའི་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་དང་།

ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཡན་ལག་ལ་སོགས་པའི་ལམ་དང་། དེ་བསྐྱོམ་པའི་
སེམས་ནི་དངོས་པོ་མེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གཅིག་དང་དུ་མ་དང་བལ་བ་ལ་
སོགས་པའི་ཆད་མ་ནི་ཀུན་ཏུ་འགྲོ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གྲོལ་བ་པའི་
བསམ་པ་ཡིན་ནོ། །གོམས་པ་ལྟལ་དུ་ཕྱིན་པ་བྱར་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི།
ཀུས་པ་དང་བཅས་པ་དང་རྒྱན་མི་འཆད་པ་དང་དུས་རིང་མོར་བསྐྱབས་སུ་བཞུགས་
ན་ཡང་རབ་དུ་སྒྱུར་བར་མི་རིགས་ཏེ། མེད་པ་ལ་མེད་པར་གོམས་པ་ནི་མིའི་རྒྱ་
ནི་རི་བོང་གི་རྒྱ་ཉིད་དུ་ལྟལ་དུ་བྱང་བ་བྱར་མི་འཐད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་ཅུང་ཟད་ཀྱང་
མི་བྱེད་པ་ཁོ་ནའོ་ཞེས་བྱ་བ་བསྐྱོམ་པའི་ལམ་ནི་ཅི་ཡང་བྱེད་མི་རྒྱས་ཏེ།

གང་དུ་བྱེད་པར་དུ་བྱར་མེད་པ་དང་རྣམ་པ་གང་གིས་ཀྱང་མེད་པ་ནི་བྱེད་
པ་པོ་ཉིད་དུ་མི་རིགས་སོ་ཞེས་སྐྱེ་བོ་སྐྱོད་མན་པ་དག་གི་ངོར་ངེས་པར་འབྱེད་
པའི་ཡན་ལག་ལ་སོགས་པའི་ལམ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཞིང་རྒྱ་དང་འབྲས་
བུའི་དངོས་པོར་འཐད་པའི་རབ་ཀྱི་མཐའ་མི་ཤེས་པའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱི་ངོར་

དོགས་པ་བསྐྱབ་ནི་དངོས་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ནོ། །ཚིག་
ལེན་བྱས་པའི་དོན་རྒྱུ་པར་འགྲེལ་བ་ནི་ཚོས་ཉིད་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་
ཡིན་ཏེ། རོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཡང་དག་པར་ན་དེ་ཉིད་དང་།

གཞན་ཉིད་དང་། གཉི་ག་དང་། གཉི་ག་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་བྱེ་བྲག་དང་།
བྱེ་བྲག་མེད་པ་དང་། གཉི་ག་དང་། གཉི་ག་མ་ཡིན་པར་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ལ་ཐོས་
པ་ལ་སོགས་པ་མི་རྒྱས་པ་ནི་ཅི། ཀྱུན་རྗོབ་ཏུ་ཡིན་ནམ་འོན་ཏེ་མ་ཡིན་ཞེ་ན།
ཚོས་ཉིད་ཀྱི་རང་གི་རོ་བོར་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་ཏེ། ཡང་དག་པར་ན་གཉིས་སུ་མེད་
པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ནོ། །རྒྱུའི་བྱང་པར་དེ་དག་གིས་ན་གང་གི་ཕྱིར་
གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ནི་
མདོན་པར་འདོད་པའི་ལམ་ཀྱི་རོ་བོ་ཡིན་ཏེ། སྒར་བཤད་པའི་བསྒྲོམ་པའི་ལམ་ནི་
བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་གང་ཟག་ལ་སོགས་པ་དང་འབྲ་བར་དངོས་པོར་ཡོད་
པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་བསྒྲོམ་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ལམ་ཀྱིས་ཏེ།

རྒྱས་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་དང་གཉེན་པོ་དག་སྒར་བཤད་པ་དག་ལས་གོ་
རིམས་བཞེན་དུ་འབྲལ་བ་དང་སྐྱེ་བར་མི་རུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བར་བསྒྲོམ་པ་སྤུལ་དུ་
ཕྱིན་པ་བྱར་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་དག་པར་ན་བསྒྲོམ་པའི་ལམ་མེད་པ་
ཉིད་ཀྱིས་ན་བསྒྲོམ་པ་སྤུལ་དུ་གྱུར་པར་བྱར་མེད་པའི་ཕྱིར་དེ་བས་ན་ཞེས་བྱ་བ་
ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ནོ། །ཀྱུན་རྗོབ་ཏུ་བསྒྲོམ་པའི་ལམ་དུ་བཤད་པ་ལ་ནི།
ཐོས་པ་ལ་སོགས་པར་རྒྱས་པ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། དོན་དམ་པར་ནི་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ཏེ་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ། བསྒྲོམ་པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་མེད་པ་

ལ་ཡང་ཡང་དག་པར་ན་བསྐྱེལ་བ་དང་། དེའི་དོན་གྱི་བྱ་བས་ཀྱང་། ཉོན་མོངས་པ་
བསྐྱེལ་བ་དང་། བྱང་ཆུབ་སྐྱེད་པའི་མཆན་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པ་བདེན་མོད་ཀྱི།
དེ་ལྟ་ན་ཡང་རྒྱལ་འབྱོར་པའི་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་དངོས་སོ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པས་བསྐྱེལ་
བ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟ་བུས་ན་བྱང་ཆུབ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་ཏུ་བསྐྱེལ་པའི་ལམ་ལུགས་ཏུ་བྱིན་པ་
ལས་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་སྒྲོ་བྱར་བ་ཡིན་པས་ན་སྤར་བཤད་པའི་ཉེས་པ་མེད་
པའི་བྱིར། དེ་གསལ་བས་གཉེན་སོ་ཞེས་བྱ་བ་སྐྱེ་བ་ལ་ཡང་འགག་པ་མེད་དོ་
ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །རྣམ་འགྲེལ་མཛད་པས་ཀྱང་། དེ་བས་ཡང་དག་ཡང་
དག་མིན། །ཤིན་ཏུ་བསྐྱེལ་ཞིང་གང་གང་ཡིན། །བསྐྱེལ་པའི་སྟོབས་ནི་རྫོགས་པ་
ན། །དེ་གསལ་མི་རྟོག་སྒྲོའི་འབྲས་བུ། །ཞེས་གང་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་
བྱིར་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཐོས་པ་དང་བསྐྱེལ་བ་དག་ནི་དོན་དང་བཅས་
པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། མདོ་སྡེའི་རྒྱན་ལས། གཤམ་ཏེ་ཐོས་པ་ཅམ་གྱིས་དོན་མཐོང་འགྱུར་
ན་བསྐྱེལ་བ་དོན་མེད་འགྱུར། །གཤམ་ཏེ་མ་ཐོས་པར་ཡང་སྐྱེལ་འཇུག་འགྱུར་ན་
བསྐྱེལ་བ་དོན་མེད་འགྱུར། །ཞེས་བཤད་པས་རྟོག་པ་དང་ལྡན་པས་ཐོས་པ་དང་
བསམ་པ་དང་བསྐྱེལ་བ་རྣམས་ལ་འབད་བར་བྱའོ། །

མ་གྲུབ་པས་ཅི་ཡང་སྐྱབ་པར་མི་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆུལ་གྱིས་བསྐྱེལ་བ་
མ་གྲུབ་ན་བྱང་ཆུབ་མི་འགྲུབ་པ་མ་ཡིན་ནམ། ཇི་ལྟར་ན་དེས་དོན་གྱི་བྱ་བ་དེ་སྐྱབ་
པར་བྱེད་ཅེས་བྱ་བའི་བསམ་པ་དང་ལྡན་པས་ཡང་སྤར་མའི་བྱེད་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་མེད་
པར་དོགས་པ་བསམ་བཞི་དེ་ལྟ་ཡིན་ན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་

ཏེ། འདི་ལྟར་དབྱེད་པར་བྱ་སྟེ་རེ་ཞིག་བྱང་ཆུབ་ནི་སྡོན་དང་བྱི་མར་གྱུར་པའི་
སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་སྔ་ཕྱིར་གྱུར་པའི་སེམས་རེ་རེ་འཇལ། མང་པོ་
ཅིག་ཅར་འདུས་བའཇལ། རིམ་གྱིས་འབྱུང་བའི་སེམས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་
བརྟག་པ་རྣམས་གསུམ་ཡིན་ནོ། །

ཕྱོགས་དང་པོ་ནི་རེ་རེས་བྱང་ཆུབ་པ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་
སྟོས་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན་སྔ་ཕྱིར་གྱུར་པའི་སེམས་རེ་རེ་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱང་
ཆུབ་རྣམས་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་མཐའི་
བ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་དོན་མཐའ་དག་ཅས་བྱ་བ་སྤར་བ་ཤད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་
སྤང་བའི་ཕྱིར་ཏེ། སེམས་གཅིག་ལ་ཡུལ་དུ་མ་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་
དགོངས་སོ། །ཕྱོགས་གཉིས་པ་གསལ་བ་ནི་མང་པོ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་པར་
ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྔ་མ་དང་སྦྱར་རོ། །རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། འདོད་པའི་དོན་
སྐྱབ་པར་བྱེད་པར་སྤང་བའི་སེམས་ཅིག་ཅར་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། འདོད་པའི་
དོན་ནི་བྱང་ཆུབ་པོ། །གང་དུ་དེ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པར་སྤང་བ་སེམས་ཅིག་ཅར་འབྱུང་
བ་མང་པོ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐཆིག་
གོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ་དུས་གཅིག་གི་ཆེ་
རྟོག་པ་དུ་མ་མི་སྐྱེ་བས་སོ། །

ཉམས་སུ་སྤྱོད་པ་བྱུབ་པ་ཡིན་ན་ཡང་འདི་ནི་རྟོག་པ་ཉི་བར་བསྐྱབས་པ་
ཡིན་ནོ་ཞེས་འགའ་ཞིག་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་བསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར། ལྷང་ནི་
སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱ་རེ་རེ་བའོ་ཞེས་འབྱུང་བས་སྟོས་པ་

ཡིན་ཏེ། རྣམ་པར་རྟོག་པ་མང་པོ་ཅིག་ཅར་འབྱུང་བ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་
བ་འདི་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྣོད་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་
གཅིག་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །

དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རྣམ་འབྲེལ་མཛད་པས་ཀྱང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཉིས་པོ་དུས་
གཅིག་མིན། ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །བརྟག་པ་གསུམ་ལ་གསལ་བ་ནི་རིམ་གྱིས་
འབྱུང་བ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། སྒར་བཤད་པའི་སྤྱིར་བྱུང་པའི་
སེམས་གང་ཡིན་པ་དེ་མང་པོ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་བྱང་ཆུབ་པར་ནི་རིགས་པ་མ་
ཡིན་ཞེས་སྤྱི་མ་དང་སྒྱུར་རོ། །རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན་སྒྲ་ན་མེད་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱང་
ཆུབ་སྒྱུ་བ་པར་བྱེད་པ་བྲན་པ་ཉི་བར་གཞག་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་
ཆོས་མ་འདྲེས་པ་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་བར་རྟོགས་ཤིང་ཤེས་པའི་རང་གི་ངོ་བོ་སྒྱུ་མ་ལྟ་
བྱུང་ཤེས་པའི་ཚུལ་གང་ཡིན་པ་དེས་སོ། །ཅིའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་པར་རིགས་པ་མ་
ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་ཏེ། རི་སྐད་བཤད་པའི་སེམས་དེ་རང་
གི་རང་གིས་བྱང་མ་ཐག་གི་རྗེས་ཐོགས་ལ་འཛིག་ཅིང་ཉམས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་
རྗེས་སུ་འགོ་བ་མེད་པ་སྟེ། རྒྱ་མེད་པ་ཡིན་ལ་དེའི་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཏེ། དེས་
ན་པན་ཚུན་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་གཅིག་ལ་གཅིག་འབྲེལ་བ་མེད་
པའི་ཕྱིར་རོ། །

རྒྱ་དེ་བས་ན་བྱང་པར་ཅན་ཏེ། དྲན་པ་ཉི་བར་གཞག་པ་ལ་སོགས་པའི་
མཆན་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེར་སྒྲུང་བའི་སེམས་བསྐྱེད་པའི་སྟོན་ས། རི་ལྟ་རོན་གྱི་
བྱ་བ་བྱང་ཆུབ་སྒྱུ་བ་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ཡིན་ཏེ། མི་རིགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་

གཞན་གྱི་དོན་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་སྤྱིར་གྱུར་པའི་སེམས་འདུས་པ་དག་གིས་
བྱང་ཆུབ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ན་འདུས་པ་ཡང་མེད་དེ། འདི་ནི་བྱང་མ་ཐག་ཏུ་
འདིག་པའི་སྤྱིར་རོ་སྦྱུང་དུ་སེམས་སོ། །

དེ་ནི་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བརྟག་པ་གསུམ་པོ་གང་ཡིན་
པ་དེ་དག་ནི་ལེགས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་པའི་མཐའ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་པ་ཡིན་
ནོ། །མར་མེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆིག་ལེའུར་བྱས་པ་ནམ་པར་འགྲེལ་བ་ནི་
དེ་ལྟར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ། འདིར་ཡང་མེ་ལྷེ་དང་སྤྱིང་པོ་ཅི་
རེ་རེ་ནས་སྐྱད་ཅིག་མ་སྤྱིས་སམ་འོན་ཏེ་སྤང་ནས་སྤྱིང་པོ་ཆིག་པ་ཡིན་ཞེས་
བརྟག་པ་གཉིས་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་དང་པོ་བསལ་བར་བྱ་བའི་སྤྱིར་དེ་ལྟར་ཞེས་བྱ་བ་
ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་ཏེ། མེ་ལྷེ་ནི་མར་མའི་མེ་ལྷེ་འོ། །སྤྱིང་པོ་ནི་གྲགས་པར་བྱད་
དོ། །འདི་དག་སྤང་པའི་སྐྱད་ཅིག་ནི་འདུས་པའི་མཆན་ཉིད་དེ་དང་པོ་སླེག་པར་
བྱས་པ་ནི་སྐྱད་ཅིག་མ་གཉིས་པ་མེད་པར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སླེག་པར་བྱས་པའི་སྐྱད་
ཅིག་མ་གཉིས་པ་མེད་པར་མེ་ལྷེ་ནི་སླེག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རྒྱ་ཡིན་ལ་
སྤྱིང་པོ་ནི་བསླེག་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་འབྲས་བྱ་ཡིན་པར་ཅི་རིགས་པ་འདི་ནི་མཆན་
ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་ཏེ།

གང་སླེག་པར་བྱེད་པ་དང་བསླེག་པར་བྱ་བ་མེ་ལྷེ་དང་སྤྱིང་པོ་དག་ནི་སླེག་
པར་བྱེད་པ་དང་བསླེག་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པར་དེ་ལྟ་བུ་བཞེན་དུ་མི་རུང་ངོ་ཞེས་
བྱ་བ་ནི་ལྟག་མའོ། །ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། མེ་ལྷེ་དང་སྤྱིང་པོ་དག་གི་རང་གི་རྒྱས་ཞེས་
བྱ་བ་ནི་བར་ལེན་པའི་མཆན་ཉིད་དང་པན་ཚུན་སྤྱན་ཅིག་བྱེད་པའི་སྐྱད་ཅིག་མས་

དེ་དག་པན་ཚུན་གྱི་སྒོ་ནས་རྒྱན་གྱིས་འབྲུག་པའི་དབང་གིས་དུས་མཉམ་དུ་སྟེ།
དུས་མཚུངས་པར་གྱུར་པའི་སྤང་པའི་བསྐྱེད་པས་ཞེས་བྱ་བ་མེ་ལྷེ་དང་སྟོང་པོ་
སྤང་བ་བསྐྱེད་པ་ཡོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཁྱད་པར་ཅན་དུ་མ་བྱས་པའི་ཕྱིར་ཏེ།

ཐུན་མོང་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་རང་རང་གི་ཉེ་བར་ལེན་པ་དང་སྟན་ཅིག་བྱེད་
པའི་རྒྱར་བྱས་པ་དུས་མཉམ་པར་གྱུར་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་དུས་མཚུངས་པར་འབྱུང་
བའི་བ་ལང་གི་རྩ་དང་འབྲུ་བས་རི་ལྟར་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་མཚན་ཉིད་མེ་ལྷེ་དང་
སྟོང་པོ་སྟེག་པར་བྱེད་པ་དང་བསྟེག་པར་བྱ་བའི་གནས་སྐབས་སུ་གནས་ཞེས་བྱ་
བར་དགོངས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་རུས་པ་ཡིན་ཕྱིར་ཏེ་གང་མེ་ལྷེ་དང་སྟོང་པོ་དེ་དག་
སྟེ་བ་སྐྱད་ཅིག་མ་གཉིས་པའམ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་སྐྱད་ཅིག་མ་དང་པོ་མ་ཡིན་པར་
སྔ་མ་བཞིན་དུ་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་མཚན་ཉིད་མེ་ལྷེ་དང་སྟོང་པོ་སྟེག་པར་བྱེད་པ་
དང་བསྟེག་པར་བྱ་བའི་ངོ་བོར་མི་རུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྟག་མཐོ། །རྟག་ཏུ་ཡོད་
པར་ལ་སོགས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱད་ཅིག་མ་གཉིས་པ་
སྐྱད་ཅིག་མ་དང་པོ་མེད་པར་འབྱུང་བར་ཁས་ལེན་པ་ན་རྒྱ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་
ཕྱིར་ཏེ།

རྒྱ་མེད་གཞན་ལ་མི་སྟོས་ཕྱིར། །རྟག་ཏུ་ཡོད་པའམ་མེད་པར་
འགྱུར། །དངོས་པོ་རྣམས་ནི་རེས་འགའ་ཞིག །འབྱུང་བ་སྟོས་པ་ལས་ཡིན་
ནོ། །ཞེས་བྱ་བའི་རིགས་པས་རྟག་ཏུ་ཡོད་པའམ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་
ལྟར་ན་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་འབྱུང་བ་མེད་དེ་གང་གི་ཕྱིར་སྐྱད་ཅིག་མ་དང་པོ་མེད་
པར་སྐྱད་ཅིག་མ་གཉིས་པ་འབྱུང་བར་ཁས་ལེན་ན་ཐམས་ཅད་འབྲས་བུ་ཡིན་པར་

ཁྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ཡིན་ལ་དེའི་རྒྱ་དང་འབྲས་
བྱ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རོ། །ཡང་ན་སྐྱད་ཅིག་མ་དང་
པོ་ལ་མ་སྟོས་པར་སྐྱད་ཅིག་མ་གཉིས་པ་སྐྱེ་ན་ཉག་ཏུ་ཡོད་པས་ན་རྒྱའི་སྐྱད་ཅིག་
མ་ཞིག་པས་སོ། །

མེད་པ་ཡང་རྒྱས་པ་མེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྤྱང་པོ་ཆོག་པ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་
མེད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་བས་ན་མེ་ལྷེ་དང་སྤྱང་པོ་ནི་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་མ་ཡིན་ནོ་
ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རོ། །སྐྱད་ཅིག་མ་དང་པོ་དང་སྐྱད་ཅིག་མ་གཉིས་པ་སྤང་བ་ཁོ་
ནས་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་སྤྱང་པོ་ཆོག་པ་ནི་གང་གི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་
ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་སྐྱད་ཅིག་མ་སྤྱང་པོ་མ་དང་སྤྱང་པོ་མ་འཇུག་པར་མི་
རུང་བ་དེའི་ཕྱིར་རྒྱ་འདི་དང་རྒྱུན་འདི་ལས་སྐྱེ་བས་འདིའི་རྒྱུན་ཉིད་འདི་པ་ཅམ་
ཡིན་པ་དེའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་ཞེས་
བྱ་བ་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལ་རག་ལས་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ་དེས་མེ་
ལྷེ་དང་སྤྱང་པོ་ནི་སྤྲེལ་པར་བྱེད་པ་དང་བསྤྲེལ་པར་བྱ་བའི་གནས་སྐབས་སུ་
གཞག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷག་མའོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། གང་གི་ཆེ་གཉི་ག་སྤང་ཅིང་འདུས་པའི་གཉིས་པ་ལ་སོགས་
པ་སྤང་པའི་སྐྱད་ཅིག་མ་སྐྱེད་པར་རུང་བ་མེ་ལྷེ་དང་སྤྱང་པོ་གཉིས་ཀ་སྤང་དུ་རུང་
བའི་སྐྱད་ཅིག་མ་དེ་ལ་སྟོས་ཤིང་རྒྱར་བྱས་ནས་མ་བཟགས་ན་གཅིག་ཏུ་ཉམས་
དགའ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་རྒྱ་དང་འབྲས་བྱར་འབྲེལ་བ་གང་ཡིན་པ་དེའི་
སྟོབས་ཀྱིས་ཏེ། དེའི་རྒྱས་སྐྱད་ཅིག་མ་དང་པོ་དེས་བྱངས་ཤིང་སྐྱོ་བཟགས་པའི་

མཐུ་བྱུང་པར་ཅན་སྟེག་ཏུ་རུང་བ་ཉིད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ཡིན་གྱི་
རིས་མི་མཐུན་པ་གཞན་དག་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། བྱུང་པར་དུ་སྟོང་པོ་བསྟེག་པ་
བསྐྱེད་པར་རུང་བའི་སྐད་ཅིག་མ་གཉིས་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ།

སྐད་ཅིག་མ་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་ན་དེའི་ཆེ་རྒྱ་མེད་
པ་ཞིག་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱའི་སྐད་ཅིག་མ་རང་གི་རང་གིས་འཛིག་ན་ཡང་རྒྱ་དང་
འབྲས་བུ་དག་ཅེས་བྱ་བ་མེ་ལྷེ་དང་སྟོང་པོའི་མཆན་ཉིད་དག་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་
གང་དུས་མཉམ་དུ་སྤང་མདའི་མཐོ་དམན་དང་འབྲ་བ་སྐྱེ་བ་དང་འཛིག་པ་སྟེ། སྐྱེ་
བ་དང་འགག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ཉི་བར་དམིགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། མེ་ཡི་
འབྲས་བུ་དུ་བ་སྟེ། །འབྲས་བུའི་ཆོས་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་ཕྱིར། །དེ་མེད་པར་ཡང་དེ་
ཡོད་ན། །རྒྱ་དང་ལྡན་པ་ལས་འདས་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བའི་རིགས་པས་མངོན་
སུམ་དང་མི་དམིགས་པ་རྣམས་ལྟ་དག་གིས་མེ་ལྷེ་དང་སྟོང་པོ་དག་འཇུག་པ་དང་
ལྟོག་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་གང་
གི་སྟོགས་ལ་ཡང་དག་པར་ན་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོར་མི་རུང་བ་དེ་ལ་
ཡིད་བརྟན་དུ་རུང་བ་མེད་དེ་དེའི་སྟོགས་ལ་ཡང་རྗེས་སུ་འགོ་བ་དང་ལྟོག་པ་དེ་
རྗེས་སུ་སྐྱར་བར་འདོད་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །

གཞན་དུ་ན་དེའི་སྟོགས་ལ་སྣ་ཆོགས་རྒྱ་མེད་པ་འཕྲ་རྒྱ་མ་ངེས་པར་
འགྱུར་ཏེ་ངེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམས་འགྲེལ་མཛད་པས། ཐམས་ཅད་རྒྱས་པ་
མེད་ཅེ་ན། །ས་སོན་སོགས་ནི་སྤྲུག་སོགས་ལ། །རྒྱས་མཐོང་གལ་ཏེ་དེ་ཀྱན་
རྫོག། །འདོད་ན་རྗེ་ལྟ་དེ་ལྟར་བད། །ཅེས་གང་བཤད་པ་དང་། དབུ་མའི་རྒྱན་ལས།

དངོས་པོ་ཀུན་གྱི་རང་བཞིན་ནི། །རིག་པའི་ལམ་གྱི་རྗེས་འབྲང་བར། །གཞན་དག་
འདོད་པ་སེལ་བར་བྱེད། །དེའི་ཕྱིར་རྟོགས་པ་ལ་གནས་མེད་དོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །

པས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་དཔེས་བསྟན་པའི་བྱང་ཆུབ་དང་མར་མེའི་
དཔེའི་ཆུལ་གྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་ཏེ། སྐད་ཅིག་མ་སྤྱིར་གྱུར་པ་
གཉིས་ཀྱིས་གང་ཡུལ་གཅིག་ལ་ཞེས་བྱ་བ་མར་མེར་གཏོགས་པ་སྟེག་པ་
ལའོ། །དེ་ལ་ཉེ་བར་སྒྱུར་བ་ནི་དེའི་རྒྱ་ཉིད་དུ་ཤེས་པར་བྱེད་པ་ནི་སྟོན་པའོ། །དེ་
སྒྱུར་ལེན་པ་ནི་དེ་གཙོ་བོར་གྱུར་པས་མར་མེའི་དཔེའི་ཆུལ་དུ་རིག་པས་
སོ། །བྱང་ཆུབ་སྒྱུབ་པར་བྱེད་པ་དངོས་པོ་ཆད་ཡོད་པ་ནི་མངོན་པར་རྟོགས་པ་
བརྒྱད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དམ་བུན་པ་ཉེ་བར་གཞག་པ་ལ་སོགས་པའི་མཆན་ཉིད་
དོ། །དེར་སྤང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་མངོན་པར་རྟོགས་པ་བརྒྱད་ལ་སོགས་
པར་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་སེམས་རྒྱར་བྱས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དོ། །སྤྱི་མ་ལ་
བརྟེན་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ནི་རྟེན་ཅམ་ཉིད་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་རྟེན་ཅིང་
འབྲེལ་བར་འབྲུང་བའི་ཆོས་ཉིད་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་རྒྱར་བྱས་ནས་སོ། །སྤང་བའི་དོན་
ནི་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པ་མི་
མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དུ་ངེས་པའི་ཡུལ་ལོ། །

ངེས་ན་དཔེན་པ་ནི་ལྷག་པར་བྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་སྟེ། ཁམས་གསུམ་པ་
བྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་སྤང་བ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ལྷག་པའི་སེམས་ཀྱི་བྱད་པར་ཏེ། དེའི་
གཉེན་པོའི་མཆན་ཉིད་དེའི་གཉེན་པོར་སྤང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཕྱི་མ་ཞེས་བྱ་

བ་ཕྱིས་འབྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་ལ་རྟོགས་པའི་སེམས་སྐྱེ་བར་གྱུར་པ་ན་བྱང་ཆུབ་
ཐོབ་པར་གྱུར་པ་སྟེ། ཉོན་མོངས་པ་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་སྤངས་པར་རིགས་
པ་ཡིན་ཏེ།

དབུ་མའི་རྒྱན་ལས། ཆོས་ལ་བདག་མེད་མཁས་པ་ནི། །རང་བཞིན་མེད་པ་
གོམས་བྱས་པས། །ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལས་བྱུང་བ་ཡི། །ཉོན་མོངས་སྐྱིབ་པ་མེད་པར་
སྤོང་། །ཞེས་ངི་སྐད་བཤད་པ་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་
པོ་ནི། །ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་ནི་མ་བཞོག་པས། །ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་རྣམ་བུར་
སོགས། །རྣམ་པར་གཞག་པ་འབྲུག་པ་མེད། །ཅེས་གང་བཤད་པ་དང་། དབུ་མ་
དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས་ཀྱང་། ཉོན་མོངས་པ་ཡི་སྐྱིབ་པ་དང་། །ཤེས་
བུའི་སྐྱིབ་པ་ཉིད་དུ་བསྟན། །དེར་ནི་སྐྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་དེ། །དེ་ཐད་ནས་ནི་གྲོལ་
བར་འདོད། །ཅེས་སྒྲོས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་མར་མའི་དཔེས་ཡང་དག་པར་ན་རྒྱ་
དང་འབྲས་བུ་ཉིད་དུ་མི་བྱུང་བས་བྱང་ཆུབ་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་ཉེ་བར་བསྟན་པ་ཡིན་ལ།
གཞན་དག་ཏུ་ཡང་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་རྟོགས་པར་དཀའ་བའི་དོན་རྣམ་པ་
བརྒྱད་གསུངས་པ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟུན་པར་བྱཏོ། །

ཞེས་བསྟན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ངི་སྐད་སྒྲོས་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་
སྒྲོས་པ་ཡིན་ནོ། །སྐྱེ་བ་དང་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བསྒྲོམ་པའི་ལམ་ལ་གནས་
པའི་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་ཆིག་ལེ་ལུར་བྱས་པ་རྣམ་པར་འགྲེལ་པ་ནི་
སྐད་ཅིག་མ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། བསྒྲོམས་པས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ནི་
ཐོབ་པར་བྱ་བཏོ། །དོན་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ་ནི་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་དང་ཐུན་

མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱང་ཆུབ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་སྐྱེད་པ་ནི་གོམས་པར་བྱེད་
པའོ། །སྐྱད་ཅིག་མ་སྒྲུབ་དང་ཕྱི་མ་དག་གིས་ཀྱང་སྒྲུབ་པ་བཞིན་དུ་མི་འཐད་ལ་ངོ་
བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་སྒྲུབ་པ་བཞིན་དུ་མི་འཐད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱ་གཉིས་
པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ན་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་སྒྲུབ་ཉི་བར་བསྟན་པ་དང་བསམས་
གྱིས་མི་བྱུང་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྐྱབ་པ་པོའི་ཤེས་པ་ཟབ་པ་ཉིད་ནི་
འོག་ནས་བཤད་པའི་དོན་བདུན་ཅར་ལ་ཡང་སྒྱུར་བར་བྱའོ། །རང་བཞིན་གྱིས་
དངོས་པོ་མེད་པར་བྱུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ཡང་དག་པར་ན་འགག་པར་མི་འཐད་པས་
འགག་པ་དེ་ནི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་
ནོ། །ཡང་དག་པ་དང་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་དོན་དག་ལ་གོམས་པས་མངོན་
སུམ་དུ་བྱ་བ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་བཞིན་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་མི་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ།
དེ་ནི་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ནོ། །སྦྱིན་
པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རང་བཞིན་མེད་པས་སྦྱིན་པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པར་རྟོག་
པའི་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་སྐྱབ་པ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་སྟེ་སྦྱིན་པར་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པའི་གཟུང་བའོ། །དེ་ནི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་
ཡིན་ནོ། །

ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་གཟུང་བར་བྱ་བའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་
ཆོས་རྣམས་མེད་པས་དེའི་ཤེས་པ་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པའི་
ཤེས་པ་སྟེ། དེ་ནི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ནོ། །སྟོང་

བ་ཉིད་ཡིན་པས་ན་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་དང་གཞན་དག་ཉམས་སྲུ་ལེན་
བ་མེད་པའི་ཕྱིར་སྐྱེད་པ་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་ཉམས་སྲུ་ལེན་པ་ཡིན་
ཏེ། དེ་ནི་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཚུལ་རྣམས་བ་གཉིས་སྲུ་སྒྲུང་བས་བ་གཉིས་སྲུ་མེད་
བར་ཤེས་པ་མིན་པར་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པ་མེད་པ་ནི་བ་གཉིས་
སྲུ་མེད་པ་སྟེ། དེ་ནི་བ་གཉིས་སྲུ་མེད་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་
ནོ། །སྒྲིང་རྗེ་ལ་སོགས་པའི་ཆོགས་ཡོངས་སྲུ་རྫོགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་སངས་རྒྱས་
ལ་སོགས་པ་ཉིད། འཛོལ་བ་མི་འཇིགས་པས་ཐབས་ལ་མཁས་པ་སྟེ། སེམས་མ་
ཁུམ་པ་ལ་སོགས་པ་འོ། །དེ་ནི་ཆོགས་ཐམས་ཅད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་
པ་ཡིན་ནོ། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་པན་ཚུན་འགལ་བའི་དོན་
ནི་ཡང་དག་པར་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལམ་རྟོགས་པར་
དཀའ་བའི་ཤེས་པ་ཉིད་ཡིན་པས་ཤེས་པ་ཐབ་པ་ནི་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བའི་ཡེ་
ཤེས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ནི་ཉིང་ངེ་འཇིན་ཐོབ་པ་ཁོ་
ནའི་ཡུལ་ཡིན་གྱི་གཞན་དག་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་བཙུག་ལྟན་འདས་གྱི་
དགོངས་པས་ཚུ་རོལ་མཐོང་བས་ནི་འདིར་དད་པ་ཁོ་ན་ལེགས་སོ་ཞེས་བྱ་བར་
དགོངས་སོ། །

གང་གིས་འབྲེན་པའི་ངེས་འབྱུང་བའི། །དད་པ་གཞོན་པ་མཆོག་ཡིན་
ནོ། །དེ་བས་དད་པའི་རྗེས་འབྲང་ཉིད། །སྒྲོ་ལྡན་མི་ཡིས་བརྟེན་པར་གྱིས། །དད་པ་
མེད་པའི་མི་རྣམས་ལ། །དཀར་པོའི་ཆོས་རྣམས་མི་སྐྱེ་སྟེ། །ས་ཐོན་མེ་ཡིས་ཆོག་

བ་ལ། །སྤྱ་གུ་སྟོན་པོ་ཇི་བཞིན་ནོ། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཆོས་རྣམས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ལམ་གྱི་དོན་གྱི་འཁོར་བ་དང་ཞེས་
བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། འཁོར་བ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བ་ནི་སྲིད་པ་དང་
སྤྱ་དན་ལས་འདས་པར་གྱུར་པའི་མི་མ་སྤུན་པ་དང་གཉིན་པོ་ནི་གཟུང་བ་ལ་
སོགས་པ་དང་ལམ་གྱི་འབྲས་བྱར་བརྗོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་རྣམས་ནི་སྒྲུང་བརྟན་
ཅམ་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་དེ་སེམས་ཅམ་ཉིད་གང་ཡིན་པས་མི་ལམ་དང་འབྲ་བ་ཉིད་དུ་
རྟོགས་ཤིང་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་དེའི་སྤྱར་འཁོར་བ་དང་སྤྱ་དན་ལས་འདས་པ་དག་ལ་
ཐ་དད་པ་ཉིད་དུ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པས་ན་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་སྤྱག་པར་མོས་པ་ནི་
མཉམ་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། སྟོབ་དཔོན་ལྷ་གཙུ་ནའི་ཞལ་སྤྱ་ནས་ཀྱིས། སྤྱ་དན་འདས་
མཐའ་གང་ཡིན་པ། །དེ་ནི་འཁོར་བའི་མཐའ་ཡིན་ཏེ། །དེ་གཉིས་བྱུང་པར་ཅུང་ཟད་
ནི། །ཤིན་ཏུ་སྤྲ་བའང་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

མི་ལམ་དང་འབྲ་བ་ཉིད་ཡིན་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཐུན་ཀ་ཡིན་ལ།
ལན་ནི་ཇི་སྐད་བཤད་པར་ཟད། །ཅེས་བྱ་བའི་བཤད་པ་ནི་ཇི་ལྟར་བྱེ་རོལ་ཞེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་བྱེ་རོལ་གྱི་དོན་དུ་སྤྱ་བའི་ལུགས་ལ་
ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྤྱ་བ་དང་མདོ་སྤེའི་གཞུང་ལུགས་ལ་འོ། །སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་
ཀྱིས་རྒྱ་མཐོང་པར་འདིག་པ་ཡིན་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རལ་གྱིས་བསྐྱུན་པ་ལ་སོགས་
པ་མཐོང་དུ་ཟིན་ན་ཡང་དེ་ལ་མ་སྟོས་པར་སྟོག་ཆགས་ལ་སོགས་པ་རང་གི་རང་
གིས་འདིག་པ་ཡིན་ལ། གྲུབ་པའི་མཐའ་ལས་ཀྱང་། འདིག་ཉིན་སྤྱ་ཆོགས་ལས་
ལས་སྤྱེས། །ཞེས་འབྱུང་བའི་སྤྱར་རང་གི་ལས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་སྟོག་གཅོད་པ་ལ་

སོགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེའི་ལུང་ཡིན་པས་དོན་དམ་པར་དེའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་
དབང་གིས་སློག་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ནི་སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་ཀྱིས་འཛིག་པའི་བྱིར་
དང་།

དེ་གསོད་པ་པོ་ལ་སོགས་པ་ཡང་རང་གི་ལས་ཀྱིས་སྒྲུལ་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་
སློག་བཅད་པ་ལ་སོགས་པ་མི་སྲིད་པས་ན་སྒྲུས་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་
སློས་པ་ཡིན་ཏེ། མ་སྒྲངས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ཡུལ་མེད་པས་དེ་དགག་པ་
ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །སོགས་པའི་སྒྲུས་ནི་སྤྱི་ཡང་བྱད་མེད་གང་
གིས་ཀྱང་སྒྲངས་པ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཉེས་པའི་སློགས་ཀྱི་རྒྱན་ལ་
འཇུག་པ་ན་སློག་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ལ་དགའ་བའི་དངོས་པོ་ལུས་ལ་སོགས་པ་
གཡོ་བ་མེད་པའི་མཆན་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་རལ་གྱི་ལ་སོགས་པས་སྐྱེད་པ་ལ་
གསོད་པ་ལ་སོགས་པར་རྟོགས་པ་ནི་བདག་གིས་བསམ་དཀོ། །འདིའི་རྩ་ས་སམ་
བྱད་མེད་བདག་གིས་སྒྲངས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པར་མངོན་པར་ཞེན་པ་དེ་
རྟོགས་པའི་སློ་ནས་ཏེ། དེའི་དབང་གིས་སློག་གཙོད་པ་ལ་སོགས་པར་རྣམ་པར་
འཛིག་པ་ཡིན་ནོ། །

རི་ལྟ་བུར་ཞེན་ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་དང་
ལྡན་པ་ལ་མི་དགོ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་འབྲ་བར་ཞེས་བྱ་བ་རི་སྲིད་འཆོའི་བར་དུ་
ཆངས་པར་སྐྱོད་པ་ཉིད་དུ་དམ་བཅས་པ་དང་ལྡན་པའི་དགོ་སློང་ལ་ལ་ཞིག་ལ་
ལན་འགའ་ཞིག་དུ་བྱད་མེད་འགའ་ཞིག་མཐོང་བས་རུ་མ་སྤྱི་ཞིང་མཁྲང་ལ་རྒྱས་
པ་མཉེ་བ་ལ་སོགས་པའི་བསམ་པ་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བས་སྤང་བ་ན་འབྱུང་པ་ལ་

སོགས་པས་ཉམས་པས་རྩ་བའི་ལྷུང་བའི་མཆན་ཉིད་ཅན་གྱི་མི་དགེ་བར་འགྱུར་
བ་ཡིན་ལ། སོགས་པའི་སྒྲུས་ནི་དེའི་མེད་ལ་དགེ་འདུན་ལ་འཆབ་པ་མེད་པས་དེ་
ལ་མཐོལ་བ་སྡོན་དུ་འགྲོ་བས་དགེ་སྦྱོང་ཉིད་འཐོབ་པའི་ཕྱིར་དགེ་བ་ཡིན་ལ་དེ་
ཉིད་གཉིད་གྱིས་ལོག་པ་ནི་ལྷུང་དུ་མ་བསྟན་པ་རྣམས་པར་གཞག་པ་དང་འབྲེལ།

ཅིའི་ཕྱིར་དོན་དམ་པར་ཡོད་པར་སྒྲུབ་པའི་གཞུང་གི་སྟོགས་ལྟར་ན་རི་ལྟར་
སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་གྱིས་ན་མི་དགེ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྐད་ཅིག་མ་འཇིག་པའི་ཕྱིར་
དང་། ལས་ལས་སྒྲེས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ་བྱེད་པ་མི་དགེ་བ་ལ་སོགས་པ་
མེད་དོ། །ཡང་ན་དགེ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་འགལ་བ་མི་དགེ་བ་ལ་སོགས་པ་རྟོག་
པ་དགེ་སྦྱོང་དེའི་གནས་སྐབས་སུ་འཇོག་པ་དེ་དང་འབྲེལ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་
གོ། །དེ་བཞིན་དུ་དངོས་པོ་མི་ལམ་དང་འབྲེལ་བ་ལ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ཆོས་ཐམས་ཅད་
དངོས་པོ་མེད་པ་ལ་དེ་དང་མཐུན་པ་སྟེ། རང་བཞིན་གྱིས་སྦྱོང་པའི་དོན་གྱི་སྟོག་
ཆགས་ལ་སོགས་པའི་མཆན་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་གང་དངོས་པོར་མངོན་པར་
ཞེན་ཅིང་དངོས་པོ་ལ་མངོན་པར་ཆགས་པའོ། །

སོགས་པའི་སྒྲུས་ནི་བདག་གིས་རལ་གྱི་ལ་སོགས་པས་བསད་དོ་ཞེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པ་མངོན་པར་ཞེན་པ་གང་ཡིན་པ་དེའི་དབང་གིས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་
འཆིང་བ་མཐའ་དག་མ་ཉམས་པ་རྣམས་ལ་བདག་མེད་པ་ལ་ལྟག་པར་མ་མོས་པ་
རྣམས་ལ་སྟོག་གཅོད་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་པར་འཇོག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པའི་ལན་ཡིན་ལ་དེ་དང་དེ་སྟོགས་གཞན་ལས་གསུངས་པ་ནི་མདོ་སྡེ་ལས་
གསུངས་སོ་ཞེས་བྱ་བར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱའོ། །འདིར་དངོས་པོ་ལ་སོགས་པ་ལ་

མངོན་པར་ཞེན་པས་ཐམས་ཅད་དུ་སློག་གཅོད་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་པར་འཛོག་
སྟེ། སོ་སོར་ཉེགས་པ་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱི་རི་སྤྱིད་དེ་ཡོད་པ་དེ་སྤྱིད་བྱང་ཆུབ་
པའི་བར་དུ་མི་དགེ་བ་སྤངས་ལ་ངེས་པར་དགེ་བར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་
སོ། །

སྟོང་ཉིད་དོན་ནི་མི་ཤེས་པར། །ཐོས་པ་རྣམས་ལ་འཇུག་བྱེད་ཅིང་། །གང་
དག་བསོད་ནམས་མི་བྱེད་པ། །སྤྲེས་བྱ་ཐ་ཤལ་དེ་དག་བརྒྱག་ །ཅེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་གང་དག་བཤད་པ་ནི་ལན་ཡིན་ནོ། །སོགས་པའི་སྤྲེས་བསྐྱུས་པའི་ལན་
ནི་གཞན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། གཞན་ཡང་ཞེས་བྱ་
བ་ནི་ལན་གཞན་བསྐྱུས་པ་ཡིན་ནོ། །ཆི་ལམ་སེམས་ནི་གཉིད་ཀྱིས་ཉམས། །ཞེས་
བྱ་བ་གང་གི་སྤྱིར་གཉིད་ཅེས་བྱ་བའི་ལེ་ལོའི་བྲད་པར་གྱིས་སྤྱིབ་པར་བཤད་
པས་ཉམས་ཤིང་མི་གསལ་བར་གྱུར་པའི་སེམས་ནི་རྒྱ་དེས་ཆི་ལམ་སྟེ་གཉིད་
ཀྱིས་ལོག་པའི་གནས་སྐབས་སུ་སློག་གཅོད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་པ་དང་
འབྲས་བྱ་འབྲ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། གཉིད་མ་ལོག་པའི་གནས་སྐབས་དང་མཚུངས་པ་མི་
དགེ་བ་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བྱ་རྣམས་པར་གཞག་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷག་
མཐོ། །

གཤམ་ཏེ་ཆི་ལམ་ན་ཡང་སེམས་གསལ་བར་གྱུར་ན་དེའི་ཆེ་གཉིད་མ་ལོག་
པའི་གནས་སྐབས་དང་འབྲ་བར་སློག་གཅོད་པ་ལ་སོགས་པ་ཁུ་བ་བྱང་བ་དང་
འབྲ་བར་དེ་ཡང་རྣམས་པར་གཞག་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དངོས་སོ་ལ་སོགས་པ་ལ་མངོན་
པར་ཞེན་པར་མཉམ་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་

དཔེ་མ་གྲུབ་པོ་ཞེས་བྱ་བ་མི་ལམ་གྱི་དཔེ་ནི་གཉིད་མ་ལོག་པའི་གནས་སྐབས་སུ་
མི་དགོ་བ་ལ་སོགས་པ་མེད་པར་སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

ལན་གྱི་རྣམ་པ་གཞན་ནི་དེ་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་
ཏེ། དེ་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཉིད་མ་ལོག་པའི་གནས་སྐབས་དེ་དང་འབྲ་བར་མི་
ལམ་ན་དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བའི་སྤྱད་པ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་མི་ལམ་དུ་དགོ་བ་ལ་
སོགས་པ་བྱས་པ་སང་པའི་གནས་སྐབས་ན་ལྟང་པའི་གནས་སྐབས་སོ། །ཐོལ་ལེ་
བྱས་སོ་ལེགས་པ་བྱས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བས་དགོ་བ་ལ་སོགས་
པ་ལ་དགའ་བ་ཡིན་པའི་བྱར་རོ། །རྗེས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སེམས་ནི་དེའི་བྱ་
མར་གྱུར་པའི་སེམས་ཀྱིས་མངོན་པར་ཞེན་པའི་གསོས་ནི་འཕེལ་བ་གང་ཡིན་པ་
སྟེ། དེ་ཡོངས་སུ་གསོས་པ་ནི་དགོ་བ་ལ་སོགས་པ་འཕེལ་བར་རྣམ་པར་གཞག་
གོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷག་མཐོ། །དེའི་བྱར་ཡང་དཔེ་མ་གྲུབ་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མི་ལམ་
གྱི་དཔེ་གཉིད་མ་ལོག་པའི་གནས་སྐབས་སུ་མི་དགོ་བ་ལ་སོགས་པ་མེད་པ་གྲུབ་
པ་མ་ཡིན་ནོ། །

སེམས་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་རྣམ་པར་དག་
པའི་འགྲེལ་བ་ནི་གོ་སྟོན། །དེའི་ཡུལ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ལེ་འུར་
བྱས་པ་ནི་བར་ཆད་ཀྱི་ཆོས་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་
ཡིན་ཏེ། བར་ཆད་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་བརྒྱང་
བའི་ཆོས་རྣམས་ཡོད་པར་ལྟ་བུ་ལས་ནི་བདུད་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་ལ་དེ་མེད་པ་
ཡིན་པའི་བྱར་རོ། །ཆོས་ཐམས་ཅད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་རྟེན་ཅིང་འགྲེལ་

བར་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པས་བདག་མེད་པར་བསྐྱོམ་པ་གོམས་པར་བྱས་པ་ནི་
ཐམས་ཅད་མཉམ་པ་ཉིད་ཡིན་པས་གང་དུ་ཡང་མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་པ་མ་ཡིན་
པའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲོན་ལམ་ལས་བྱུབ་པས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་
ཅད་དུ་གཞན་གྱི་དོན་ལ་གོ་ཆ་བགོས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དཀའ་བ་སྐྱུད་པ་ཐམས་ཅད་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་གཏོང་བ་དང་
གཏོང་བ་ཆེན་པོ་དང་ཤིན་ཏུ་གཏོང་བ་ལ་གོམས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོས་
དཀར་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་བདག་མེད་པས་ཐམས་ཅད་དུ་བསམ་པ་རྣམ་
པར་དག་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པར་ཐར་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པར་
ནི་སྟོང་པ་ཉིད་དང་མཆོན་མ་མེད་པ་དང་སྒྲོན་པ་མེད་པའི་ཐབས་ལ་གོམས་པ་
ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འཕྲི་བ་སྒྲོན་དུ་བཏང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་བྲིས་པའི་
རྗེས་ཐོགས་ལ་ཆོས་སྟོན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡུལ་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་དང་བྱམས་
པ་ལ་སོགས་པ་ཆད་མེད་པ་ལ་མཁས་པའི་ཕྱིར་རྟེ། སྒྲ་རྣམས་ལས་ནི་ཞེས་བྱ་བ་
ལ་སོགས་པ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཡུལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བཤད་པར་བྱ་
སྟེ། དེ་ལྟར་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་སྟེ། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་བདག་ཉིད་
ཅན་ནི་རྣམ་པ་བརྩ་སྟེ་རྣམ་གངས་བརྩ་ཡིན་པ། དེའི་ཡུལ་ནི་སྟོད་ཡུལ་མངོན་
སུམ་དུ་བྱ་བ་ནི་གང་བདག་ཉིད་ཀྱི་མངོན་སུམ་དུ་བྱ་བ་སྟེ། དེའི་དུས་དང་དུས་མ་
ཡིན་པ་ཤེས་པ་ནི་རིགས་པ་དང་མི་རིགས་པའི་དུས་ཤེས་པའི་སྒྱུར་བ་ནི་བསམ་
པའི་བྱད་པར་རོ། །

ཐབས་ལ་མཁས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ལྟར་ལམ་རྣམ་པ་བརྩུལ་བྱང་

བའོ། །འདིའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱོམ་པའི་ལམ་ལ་གནས་པའི་དོན་གྱིས་ཤེས་པར་
བྱའོ། །ཡང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་གསུམ་དང་། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མངོན་པར་
རྫོགས་པར་རྟོགས་པའི་བྱད་པར་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན།

ཁ་ཅིག་ན་རེ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་གསུམ་ནི་རི་སྐད་དུ་བཤད་པའི་རྣམ་
པས་རྣམ་པའི་ཡུལ་སོ་སོར་ངེས་པ་ཡིན་ལ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མངོན་པར་རྫོགས་
པར་རྟོགས་པ་འདི་རྣམ་པ་མ་ལུས་པའི་ཡུལ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འདོད་དོ་གཞན་དག་ནི་
ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་གསུམ་ནི་མཚན་ཉིད་ཅན་དུ་རྣམ་པར་བཞག་ལ་རྣམ་པ་
ཐམས་ཅད་མངོན་པར་རྫོགས་པར་རྟོགས་པ་ནི་སྒྱུར་བ་ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་
རོ། །ལ་ལ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མངོན་པར་རྫོགས་པར་རྟོགས་པ་ནི་མི་མཐུན་
པའི་ཚུགས་ཀྱི་གཉེན་སོ་རྣམ་པར་གཞག་པས་རབ་ཏུ་སྤྱེ་བ་ཡིན་ལ་ཐམས་ཅད་
མཐུན་པ་ཉིད་གསུམ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་ཞི་བའི་རྣམ་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ་ལྟ་
བུ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འཆད་དོ། །ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་མན་ངག་གི་
བསྟན་བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ལས་སེང་གེ་བཟང་པོའི་ཞལ་སྤྲུལ་
ཀྱི་གཞུང་རྟོགས་པར་དཀའ་བའི་སྒྲུང་བ་མདོར་བཤད་པ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་
བྱས་པ་ལས་སྐབས་བཞི་པའི་འགྲེལ་པའི་བཤད་པའོ། །

སྐབས་ལྔ་བའི་འགྲེལ་བཤད་རྟོགས་དཀའི་སྒྲུང་བ།

གང་དུ་འབད་བ་མེད་པར་བྲན་བ་མེད་པ་དེར་ནི་འབད་པས་བསམ་པར་
བྱའི་གཞན་དག་ཏུ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་ལྷན་གྱིས་བྱུབ་པར་གནས་པ་ཡིན་པའི་
ཕྱིར་ཏེ། བ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་ཚུལ་ལ་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱད་པའི་སེམས་
བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་བསྐྱོམ་པའི་རིམ་གྱིས་གང་དུ་ཚུལ་བ་མེད་པ་དེར་ནི་ཚུལ་
བ་དོར་བར་བྱ་ལ། གང་དུ་དེ་མེད་པ་དེར་ནི་ཚུལ་བ་བྱའོ། །དེ་ལྟར་སྐབས་རྣམ་པ་
བཞིའི་དོན་བསྐྱོམས་པས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དང་ལམ་དང་གཞིའི་སྐྱེ་བ་མེད་པར་
ཤེས་པ་དང་ལྷན་པར་བཤད་པའི་རིམ་གྱིས་བསྐྱོམ་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་ཡང་དེ་
ལས་རབ་ཀྱི་མཐར་བྱིན་པའི་ལམ་རྟོགས་པར་བྱའོ་ཞེས་བསྟན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར།
རྣམ་པ་ཀུན་དུ་མངོན་པར་རྟོགས་པར་རྟོགས་པ་ལས་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ།

རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དང་ལམ་དང་གཞི་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཤེས་པ་དང་ལྷན་པ་
ལས་ཅིར་འགྱུར་ཞེ་ན། རབ་ཀྱི་མཐར་བྱིན་པར་རྟོགས་པ་འབྱུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་
ཡིན་ཏེ། འདི་ལ་རབ་ཀྱི་མཐར་བྱིན་པར་རྟོགས་པ་ཡོད་པ་སྟེ། ཚུལ་བ་དང་མི་ཚུལ་
བ་དག་གི་ཅེ་མོའི་མངོན་པར་རྟོགས་པ་བསྐྱོམས་པས་ལྷན་གྱིས་བྱུབ་པའི་ཡེ་
ཤེས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ངོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷག་མའོ། །ཅེ་མོའི་མངོན་པར་རྟོགས་པ་
ལས་དང་པོར་རྟགས་ལ་སོགས་པ་བཤད་པའི་རྒྱ་གོ་སྟེ་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། མི་ལམ་ན་ཡང་ཞེས་བྱ་ལ་སོགས་པའི་རྟགས་ཀྱི་ཆོག་
ལེའུར་བྱས་པའི་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་ཤིན་ཏུ་གོ་མས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་

སོགས་པ་ནི་གྲུས་པ་དང་བཅས་པ་ལ་སོགས་པས་བདག་མེད་པའི་ལམ་
བསྐྱོམས་པ་ན་ཉུང་ཟད་ཅམ་གྱི་རབ་གྱི་མཐུས་གཉིད་མ་ལོག་པའི་གནས་སྐབས་
སུ་མཐོང་བ་ཉིད་ཀྱིས་ན་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་རྣམས་མི་ལམ་དང་སྒྱུ་མ་
ལ་སོགས་པར་མཐོང་བར་མ་ཟད་གྱི་གཞན་དུ་ན་གཉིད་ཀྱིས་ཉམས་པའི་གནས་
སྐབས་སུ་ཡང་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །

དེའི་རྗེས་ལ་ཉན་ཐོས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་དེ་བཞིན་དུ་སློ་རབ་
མཆོག་ཡོད་པས་ལམ་གཞན་སྟོང་པོ་མེད་པ་ཉིད་དུ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་
བཞིན་གཤེགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་དེ་བཞིན་དུ་རང་གི་སེམས་ལས་
སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་སོགས་པ་ཐ་མི་དད་པར་མཐོང་བའི་
ཕྱིར་རོ། །

སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་དེ་བཞིན་དུ་ལུས་ལ་སོགས་པ་
ཡང་བས་རང་དང་གཞན་གྱི་སྒྱུབ་པ་དང་འཆམ་པའི་ནམ་མཁའ་ལ་འགྲོ་བ་ལ་
སོགས་པ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོས་སྟོན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་དེ་བཞིན་
དུ་དམན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་སྤང་དེ། སྟོང་བ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དཔྱལ་བ་
པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་དེ་བཞིན་དུ་རང་གི་སེམས་དག་པས་རང་གི་སངས་
རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དག་པ་ཡིན་ལ། དེ་དྲན་པས་དཔྱལ་བ་ལ་སོགས་པ་དག་པ་ཡིན་ཏེ།
རང་གི་སེམས་ལས་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གྲོང་བྱེད་ཞེས་
བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཐབས་མཁས་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བ་ལ་བསྐྱབས་པས་
ཀུས་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བ་རྫོགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞོན་སྤྱོད་ཞེས་བྱ་

བ་ལ་སོགས་པ་ནི་དེ་བཞིན་དུ་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པ་ཡོངས་སུ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་
རྒྱུ། །

རང་གི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་དེ་བཞིན་དུ་མངོན་པར་ཤེས་པའི་ཡེ་
ཤེས་ཀྱིས་བྱུང་བར་དུ་འཕགས་པ་ལ་བཙུག་པ་ཉིད་བདུད་ཀྱིས་བགྲོད་པར་བྱ་བ་
མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཡང་དག་པའི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་བརྟེན་པ་ཡིན་པའི་
ཕྱིར་རྒྱུ། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ས་ནི་དེ་བཞིན་དུ་རྟག་པ་
དང་བདག་ལ་སོགས་པ་དག་སྦྱང་པོ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ཕྱི་དང་ནང་གི་སྤྲུལ་སྤྲུགས་
པའི་སྤྲུལ་པོ་ཆར་བཅད་པས་ཕྱལ་དུ་བྱུང་བའི་དོན་དང་གཞུང་གི་བྱུང་བར་དུ་
འཕགས་པ་སྦྱང་སྤྲུག་བརྒྱ་པ་ལ་སོགས་པའི་མདོ་སྤེའི་དོན་ལ་སྦྱོབ་པ་ཡིན་པའི་
ཕྱིར་རྒྱུ། །

ཐམས་ཅད་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་དེ་བཞིན་དུ་གཟུང་བ་ལ་སོགས་
པའི་བསམ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རྒྱུ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་དེ་
བཞིན་དུ་བསམ་པ་བྱི་མ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྒྱུ། །ཅེ་མོའི་མངོན་པར་
རྟོགས་པ་ཐོབ་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱུང་བར་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཅེ་མོའི་མངོན་པར་
རྟོགས་པ་ལྟོན་ཀྱིས་བྱུང་བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ལོ། །རྟགས་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཅེ་མོའི་
མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྣལ་འབྱེད་པས་མཆན་མ་ལ་སོགས་པ་སྟེ། འདྲིར་ཞུས་
པའི་སེམས་ནི་གཟུང་བར་བྱ། རྟོན་པ་ཡང་ནི་ཞི་བར་བྱ། ཞེས་སྒྲོས་པས་བསྒྲོམ་
པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཞུས་པའི་སེམས་ནི་སྤང་བ་ཡིད་ལ་བྱེད་པས་སོ། །འདོད་ཆགས་
དང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དག་གིས་རྟོན་པ་ལ་ནི་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་མི་སྤྲུག་པ་དང་།

དབྱུགས་བགྲང་བ་དྲན་པའི་བསམ་གཏན་དག་གིས་བསྒྲོག་པར་བྱ་བར་ཤེས་པར་
བྱའོ། །

འཛམ་བུའི་སྤྱིང་གི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་དོན་ནི་
འཛམ་བུའི་སྤྱིང་ལ་སོགས་པར་སྐྱེས་པའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ནི་འཛམ་བུའི་སྤྱིང་གི་སྐྱེ་
བོ་སྟེ། དེ་རྣམས་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་གྲངས་དེ་སྟེད་ཀྱི་སངས་རྒྱས་གང་ཡིན་པ་དེ་
རྣམས་ལ་མཆོད་པ་ནི་ཡིད་དགའ་བ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའོ། །དགོ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་
བསོད་ནམས་ཀྱི་མཆོག་གོ། །དཔེར་མཛད་ནས་ནི་རྣམ་མང་དུ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་མེ་
ཉོག་དང་སྟོས་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་མང་པོ་ཉིད་ཀྱིས་ཡང་དང་ཡང་དུ་སྟེ། དེ་ཉིད་
སྡེ་མ་སྡེ་མ་ལ་བྱི་མ་བྱི་མས་པན་ཚུན་དཔེར་མཛད་ནས་གོང་ནས་གོང་དུ་རྣམ་
པར་འཕེལ་བའི་རིམ་ཀྱིས་བསོད་ནམས་འཕེལ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་བཙུ་བྱག་
ཡིན་ནོ། །

སྤྱིང་བཞི་པ་དང་ཉི་མེད་དང་། །རི་རབ་དང་ནི་འདོད་ལྷ་དང་། །ཆངས་པའི་
འཛིག་ཉེན་སྟོང་ལ་ནི། །སྟོང་ནི་སྐྱེ་བུ་ཡིན་པར་འདོད། །དེ་སྟོང་ལ་ནི་སྟོང་གཉིས་
པ། །བར་མའི་འཛིག་ཉེན་ཁམས་ཡིན་ནོ། །དེ་སྟོང་ལ་ནི་སྟོང་གསུམ་སྟེ། །མཉམ་
དུ་འཛིན་ཅིང་འབྱུང་བ་ཡིན། །ཞེས་འབྱུང་བས་དེའི་དོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། ཆོག་
ལེའུར་བྱས་པ་ལས་འཛམ་བུའི་སྤྱིང་སྟོས་པ་ནི་ཉེ་བར་མཆོན་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་
བྱིར་འཛམ་བུའི་སྤྱིང་ལ་སོགས་པས་འཛམ་བུའི་སྤྱིང་དང་། །ཤར་གྱི་ལུས་
འཕགས་པོ་དང་། རུབ་ཀྱི་བ་ལང་སྟོད་དང་། བྱང་གི་སྒྲ་མི་སྟན་དང་། རྩ་བ་ལ་
སོགས་པ་དང་བཅས་པའི་སྟོང་གསུམ་གྱི་སྟོང་ཆེན་པོའི་འཛིག་ཉེན་གྱི་ཁམས་

གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སེམས་ཅན་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་གངས་དང་ལྗན་པའི་དེ་
བཞིན་གཤེགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་རྣམས་ལ་མཆོད་པ་ནི་རྣམ་པར་འཕེལ་བ་དང་
པོ་ཡིན་ལོ། །

བྱད་པར་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་རྣམ་པར་འཕེལ་བ་རྣམས་པ་བདུན་དུ་
བཤད་པ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱེན་པ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་སོ། །དེ་ཡིད་
ལ་བྱད་པ་ནི་བསྐྱོམ་པ་ལ་སོགས་པ་རྟེན་པའོ། །མི་སྐྱེ་བ་ནི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་
མེད་པ་སྟེ། དེ་ལ་བཟོད་པ་ནི་སྲིད་པ་སྟེ་དེ་ཐོབ་པའོ། །བྱང་ཆུབ་པར་བྱ་བ་དང་
བྱང་ཆུབ་པར་བྱེད་པའི་ཆོས་མི་དམིགས་པ་ནི་ཤེས་བྱ་ལ་སོགས་པ་མི་དམིགས་
པའོ། །

བྱད་པར་ཅན་ནི་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་དང་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དགེ་བ་
བཅུ་ལ་སོགས་པ་དང་། གཟུགས་མེད་པའི་སྟོང་སྤྱོད་པར་འཇུག་པ་བཅུ་སྟེ། དེ་དག་
ཐོབ་པའོ། །ལྷའི་རིས་ཐམས་ཅད་དུ་ཉེ་བར་འགོ་བ་ནི་སྣ་ལ་སོགས་པ་བསྐྱུས་པར་
རྟོགས་པར་གཞན་གྱི་དོན་གྱི་བྱིར་འགྲོའོ། །བདུད་ཐམས་ཅད་ནི་དབང་པོ་ལ་
སོགས་པའོ། །དེ་རྣམས་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པ་ནི་མངོན་པར་ཤེས་པས་བྱས་པ་མེད་
པར་བྱས་པས་སོ། །སྟོན་པ་དང་འབྲུ་བའི་སྐྱེ་བ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་
སོ། །དེ་དང་མཚུངས་པར་གནས་པ་ནི་བྱ་བ་དེ་ཉིད་ཉམས་སུ་ལེན་པའོ། །ཡང་
བསོད་ནམས་ནི་རྣམ་པ་བརྒྱད་དེ་ཞེས་འོག་མ་དང་སྦྱར་རོ། །དེ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་
ཅད་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོང་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཐབས་ལ་
མཁས་པ་ནི་དད་པ་ལ་སོགས་པས་སོ། །བསྐྱབ་པ་ཡོངས་སུ་དག་པ་ནི་བདག་

མེད་པས་ཟིན་པའི་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པའོ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཅན་དུ་འགྱུར་
བ་ནི་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་རིགས་འཛོམས་པའོ། །

འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཐོབ་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་སེམས་སྦྱིད་པ་ལ་སོགས་
པའོ། །པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ནི་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པའོ། །དེ་དང་མི་མཐུན་པའི་སྤྲུགས་
ནི་སེར་སྒྲ་ལ་སོགས་པ་སྟེ་དེའི་སེམས་མི་སྦྱིད་པའོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དང་
ལྡན་པར་རྟོག་པ་ནི་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་ལའོ། །དེ་རབ་དུ་མི་
སྦྱིད་པ་ནི་ཤེས་བྱ་རང་གི་སེམས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཉིད་ཡིན་པར་མཐོང་བའི་བྱིར་རོ། །

པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ནི་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ། དེའི་ཀུན་བསྐྱུས་པ་ནི་སྦྱིན་
པ་ལ་སོགས་པ་རེ་རེ་ལ་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཁོངས་སུ་འདུས་
པའོ། །དེའི་ཤེས་པ་ནི་རྟོགས་པའོ་སྤྲུན་སྤྲུམ་ཚོགས་པ་ཐམས་ཅད་ནི་མངོན་པར་
མཐོ་བ་དང་ངེས་པར་ལེགས་པ་དག་གོ། །དེ་ཐོས་པ་ནི་རབ་དུ་རྟེན་པའོ། །ཡང་
དག་པར་རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ནི་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་སོ། །དེ་དང་ཉི་བར་
གྱུར་པ་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པའི་ལྟ་བ་དང་བྲལ་བས་ཐག་ཉི་བའོ། །འཛོམས་བྱའི་
སྦྱིང་གི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་དེ་ལྟར་རྣམ་པར་འཕེལ་བས་རྣམ་པར་སྟེལ་
བའོ། །བཤད་མ་ཐག་པའི་བསོད་ནམས་རྣམ་པར་འཕེལ་བ་རྣམ་པ་བཅུ་དྲུག་
མཐར་བྱིན་པའི་དབང་དུ་གྱུར་པ་ནི་མངོན་སྤྲུམ་དུ་གྱུར་པས་རྟོགས་པ་ཡིན་ལ་དེ་
ཉིད་ནི་མཐར་བྱིན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ལ།
དེའི་མཚན་ཉིད་རྣམས་ནི་དེའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །

ངེས་པ་ནི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཐར་ཐུག་པ་
 རྫོགས་པ་ནི་སེམས་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། ཚིག་
 ལེའུར་བྱས་པ་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་ནི། དེ་ལྟར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ།
 ཡང་དག་པའི་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དད་པ་ལ་སོགས་
 པའི་རྒྱས་པས་སོ། །དེ་ལྟར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲུབ་བཤད་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་རིམ་
 པས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་རྟོགས་པའི་གནས་སྐབས་ན་འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་ནི་ཐམས་
 ཅད་དུ་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་གཞན་ཀྱི་དོན་ཀྱི་སྦྱང་རྩི་དང་བྱམས་པ་ལ་སོགས་པ་
 རྟེ། དེ་རྣམས་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པའི་ངོ་བོ་དེའི་དབང་དུ་གྱུར་པ་རྟེ། དེས་ན་དེའི་
 དབང་གིས་སེམས་ཅན་ཀྱི་དོན་ཡོངས་སུ་མི་གཏོང་བའི་མཆན་ཉིད་ནི་རྣམ་པ་
 ཐམས་ཅད་དུ་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་གཞན་ཀྱི་དོན་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །

རི་སྐད་བཤད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་བྱ་བ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་
 བསོད་ནམས་ཀྱི་དབང་གིས་གཞན་ཀྱི་དོན་ལས་མི་ལྡོག་པས་བདག་མེད་པ་
 བསྐྱོམ་པ་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་ན་ཡང་བསོད་ནམས་ཀྱི་བྱ་བ་ལ་
 འབྲས་བྱ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །དེ་ལྟར་ངེས་པས་
 གཏན་ལ་ཐབ་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་གསུམ་བསྐྱུབ་པས་
 རྫོགས་པར་གྱུར་པ་ནི་བསྟན་པར་འགྱུར་བ་རྟེ། དེ་ཉིད་དུ་བརྟན་པོར་འགྱུར་བ་
 དེའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ཀྱི་སེམས་ཀྱན་དུ་གནས་པ་ནི་སྒྲུབ་བཤད་པའི་རྣམ་པར་མི་
 རྟོག་པའི་སེམས་ཡོངས་སུ་མི་འདོར་བའོ། །

སེམས་ཀྱན་དུ་གནས་པ་ནི་སྦྱང་བཞི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་

ཡིན་ཏེ། སྤྱིང་བཞི་བ་ནི་སྤྱིང་བཞི་བ་དང་ལྷ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟེ། དེ་དང་ལྷན་པའི་
སྟོང་དང་སྟོང་གཉིས་པ་དང་། སྟོང་གསུམ་ནི་སྤྱར་བ་འདད་པའོ། །དེ་དག་དཔེར་
མཛད་ནས་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷག་
མའོ། །དེ་བསོད་ནམས་མང་བ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ཉིང་དེ་འཛིན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་
སེམས་ཀྱན་ཏུ་གནས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཡོངས་སུ་བསྒྲགས་སོ། །ཆིག་ལེའུར་བྱས་
བ་རྣམས་པར་འགྲེལ་བ་ནི། ལུགས་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ།
སྤིད་པ་བཟུང་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆད་ཡོད་པ་སྤིད་ན་དངོས་པོ་སྤང་ཆད་ཀྱིས་
གཞལ་བར་བྱས་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བའི་ཚུལ་གྱིས་ཚུ་རོལ་མཐོང་བ་རྣམས་ཀྱི་ཆད་མས་
གཞལ་བར་མི་བྱས་ཀྱི།

འོན་ཀྱང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཆད་མར་བྱས་ནས་གཞལ་ཞིང་ཡོངས་སུ་
བརྟགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སེམས་ཀྱན་ཏུ་གནས་པ་རྣམས་པར་གཞག་པའི་དོན་
ཡིན་ནོ་ཞེས་འདིར་ཡང་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ནི་སྤྱིང་བཞི་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱིང་བཞི་བ་ལ་སོགས་པ་དང་ལྷན་པའི་སྟོང་གསུམ་པ་སྟེ།
སྟོང་དང་སྟོང་གཉིས་པ་དང་སྟོང་གསུམ་པའི་འཛིག་ཉེན་གྱི་ཁམས་རྣམས་སོ། །དེ་
པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་
རྣམས་སོ། །སོགས་པའི་སྒྲས་ནི་སྟོང་རྗེ་ལ་སོགས་པའི་ཆོགས་རྣམས་སོ། །དེའི་
ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་མཐའ་ཡས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་
དང་ཡེ་ཤེས་གང་ཡིན་པ་དེ་སོ་སོར་རེ་རེ་ནས་དཔེ་སྟེ་ཆ་འདྲ་བར་མཛད་ནས་དེ་
དག་ལས་བྱུང་བར་དུ་འཕགས་ཤིང་ཆད་ལས་འདས་པའི་བསོད་ནམས་མང་པོ་

ཉིད་ཀྱིས་གངས་མེད་པའི་བསོད་ནམས་གང་ཡིན་པ་དེའི་རྒྱས་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཏེ།

ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་སྒྲིལ་ཐེ་ལ་སོགས་པའི་སྟོབས་ལས་གྱུར་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལས་སྐྱེས་པའི་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཆོད་མེད་པ་ལས་ཡང་དག་པར་སྐྱེས་པ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་ཡེ་ཤེས་བརྟན་པའི་རྒྱ་ཅན་སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་ཉིད་དེ། དེའི་མཆོན་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི་སེམས་ཀྱན་དུ་གནས་པས་ཞེས་བྱ་བར་བཤད་དོ། །

བཤད་མ་ཐག་པའི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་སེམས་རྒྱན་ཀྱིས་འཁོར་བ་ཇི་སྟེན་པར་གནས་པ་ཡིན་ལ། གཞན་དག་ཏུ་ནི་འདུལ་བའི་དབང་གིས་འཆེ་བ་མེད་པ་ཉིད་དང་། ཡང་དག་པའི་དོན་ཡིན་པ་ཉིད་དང་། དེའི་སྟོགས་སུ་སྤྱད་བར་བཤད་པ་ཉིད་དོ། །གཞན་དུ་ན་སྟོན་ལམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་སེམས་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པས་སྟོག་པར་མི་འགྱུར་ངོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །དེ་ཡང་ཆོད་མ་རྣམ་འགྲེལ་མཛད་པས། འཆེ་བ་མེད་དང་ཡང་དག་དོན། འོ་བོ་ཉིད་ལ་བྱིན་ལོག་གིས། །འབད་དུ་ཟིན་ཀྱང་མི་སྟོག་སྟེ། །སྟོན་དེའི་སྟོགས་འཛིན་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །རྟགས་དང་རྣམ་པར་འཕེལ་བ་དང་། དེས་བ་དང་སེམས་ཀྱན་དུ་གནས་པ་ནི་འདིར་རྩོམ་པ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མ་ཐུན་པ་ཡིན་པར་བཤད་ལ། དེ་ནི་རྟགས་ལ་སོགས་པར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །

འདུག་པ་དང་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ལེ་འུར་བྱས་པའི་དོན་ནི་

འཇུག་པ་དང་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་རྣམ་པར་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཏེ། གོ་རིམས་བཞིན་དུ་མི་དམིགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་འཇུག་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཆོས་ཡིན་ཏེ་ངོ་བོ་ཉིད་ལ་སོགས་པའོ། །དམིགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ལྡན་གྱི་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཡིན་ཏེ། སྲིད་པ་དང་ཞི་བར་སྐྱུང་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ནི་ལེན་པ་དང་དོར་བའི་སྒྲོ་ནས་བཟུང་བ་སྟེ། དམིགས་པར་བྱ་བ་དག་གོ། །དེ་ལྟར་ན་གཟུང་བའི་རྣམ་པར་ཉོག་པ་ཁོ་ན་བཟུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐུགས་གྲོ་བ། །དེ་ནི་དངོས་པོ་དང་མ་འབྲེལ་བར་འཇུག་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱིའི་ཡུལ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་མདོ་སྟེ་པ་ལ་སོགས་པས་སྐྱར་བའི་ཤ་ཟ་སྟམ་པ་ལ་སོགས་པ་སྤྱིའི་ཡུལ་དང་འབྲེལ་བ་ཉིད་ནི་མི་འཐད་པ་ཡིན་པས་སོ། །

དེ་ཉིད་ཀྱིས་ན་སྤྱན་ཅི་ལོག་ཏུ་སྐྱུང་བའི་སྤྱིར་ཏེ། སྤྱིའི་ཆུལ་གྱིས་སྤྱིའི་ངོ་བོ་ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རང་གི་རྣམ་པར་འཇིན་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་བརྟུན་པར་ཤེས་པ་ཡིན་པས་ཡུལ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་རང་གི་ངོ་བོ་དག་སྟེ། བརྟུན་པའི་ཡུལ་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་དག་གི་ཡུལ་གྱི་དབྱེ་བས་རྣམ་པར་བརྟགས་པའི་རང་བཞིན་ལ་སོགས་པ་ནི་ཡུལ་སྒྲ་ཆོགས་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པའོ། །ཉོན་མོངས་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྲིད་པ་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་པར་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །སེམས་ཅན་རྣམས་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་འཇིན་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་ནི་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་རྣམ་པར་འབྲེལ་ཏེ། གོ་རིམས་བཞིན་དུ་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་དང་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེས་བུ་རྣམས་དང་བརྟགས་པར་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི་ཡང་དག་པ་དང་

ཐ་སྙད་ཉིད་དུ་བཏགས་པ་ཡིན་ལ། དེའི་རྟེན་ཅན་ནི་དེ་ལ་གནས་པའི་འཛིན་པ་
དག་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་འཛིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དག་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཉིད་འཛིན་
པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། །

དེ་ནི་གང་གི་ཆེ་དེ་དག་གི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། སྟེས་
བྱ་དེ་དག་གི་ཡུལ་གྱི་དངོས་པོར་གྱུར་ཅིང་དམིགས་པར་གཏོགས་པའི་གཟུང་
བའི་དོན་དག་སྟེ། འོག་ནས་བཤད་པའི་ཡུལ་དག་རི་ལྟར་དེ་དག་གིས་ཡོངས་སུ་
བཏགས་པ་དེ་བཞིན་དུ་གང་གི་ཆེ་གཟུང་བའི་དོ་བོར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་
ཕྱིར་ཕྱིར་གཟུང་བ་ཉིད་འཛིན་པའི་རྒྱ་ཉིད་ཀྱིས་ན་དེ་དག་འཛིན་པ་ཉིད་དུ་མི་
འཐད་དོ་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱ་དེས་ན་དེའི་ཆེ་གང་གི་འཛིན་པར་འདོད་ཅེས་སྟེ་མ་དང་
ལྟར་རོ། །

དེ་ལྟར་ཕྱིར་གཟུང་བའི་འབྲས་བྱ་ཉིད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་འཛིན་པ་ཉིད་མི་འཐད་
པས་འཛིན་པའི་དོ་བོས་སྟེས་བྱ་རྗེས་སུ་ཡོད་པ་དང་བཏགས་པར་ཡོད་པ་དག་
གིས་དབེན་ཞིང་མེད་པའི་དོ་བོ་ཡིན་པས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་
སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། སྟེ་མ་བཞིན་དུ་ཡུལ་གྱི་དབྱེ་བས་ཞེས་བྱ་བ་དམིགས་པ་སྟེ་
ཆོགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་རི་ལྟར་གཞན་གྱིས་ཡོངས་སུ་བཏགས་པའི་སྲིད་པ་དང་ཞི་
བར་ལྟར་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གོགས་བྱེད་པ་ཡིན་པས་ནི་ཡང་དག་པའི་ཡེ་
ཤེས་ཀྱི་སྟོབ་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ཞིག་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཚུལ་ལ་ལྟ་
སྟོས་ཀྱང་ཅི་དགོས། ཕྱི་རོལ་སྟེ་བའི་ཚུལ་ལ་ཡང་། །ཐ་དད་དུས་སུ་བཟུང་བ་
ན། །རི་ལྟར་ཡིན་སྟེ་མ་དེགས་ཤེས་པས། །ཤེས་པའི་རྣམ་པ་གཏོང་བུས་པའི། །རྒྱ་

ཉིད་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་སྟོས་པའི་བྱིར་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་ཉིད་དུ་
མི་འཐད་པས། བཤད་མ་ཐག་པའི་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་དག་ནི་བཏགས་པ་ཡིན་
པའི་བྱིར་མེད་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །

ངོ་བོ་ཉིད་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གཟུང་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་
པོའི་ཆོག་ལེ་ལུར་བྱས་པ་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་ནི་དབེན་པས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། དབེན་པ་ཞེས་བྱ་བ་གཟུང་བ་ཉིད་ལ་སོགས་པས་སྟོང་པར་
གཟུགས་ལ་སོགས་པ་མ་རྟོགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་
སོགས་པའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ལོ། །ཅིའི་བྱིར་ཞེ་ན་དབེན་པས་
ཞེས་བྱ་བ་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོང་པའི་ཚུལ་གྱིས་ན། དེ་ལ་སྟོན་མེད་པ་ཉིད་
ཀྱིས་ཏེ། རྟོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་ལམ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་
ཉིད་ཡིན་པས་དེ་ཉིད་ཀྱི་བྱིར་གཟུང་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ཁོང་བར་བྱ་བའི་
དམིགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་འཇུག་པར་བྱའོ་ཞེས་འོག་མ་དང་སྒྱུར་རོ། །

ས་མི་གཡོ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་དེ་བཞིན་དུ་མི་གཡོ་བ་ལ་སོགས་
པ་ལ་འཇུག་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་སུ་ངས་པ་ཉིད་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བར་སྒྱུར་
ཏེ། ས་བདུན་པའི་བར་དུ་རིགས་པ་མ་ངས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །སྒྱུ་མ་ལྟ་
བུར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་འདྲིར་དམིགས་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཀྱིས་མཐོང་
བ་ལ་སོགས་པའི་ལམ་ཐོབ་པ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །སྤང་བརྟན་ཅམ་དུ་ཟད་པས་
ཞེས་བྱ་བ་རྣམ་པར་རིག་པ་ཅམ་དུ་ཟད་པས་འབྲུལ་པ་མེད་པའི་ཤེས་པ་ནི་གཉིས་
སུ་མེད་པའི་ཤེས་པ་དམིགས་པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་དམིགས་པ་དེ་ལ་

དམིགས་པའོ། །ཡོན་ཏན་དང་སྦྱོན་ནི་སྤྱད་པ་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱད་པ་
ལས་ལྡོག་པ་དང་འདྲུག་པའི་མཆན་ཉིད་དོ། །

དེ་མཐོང་བ་སྟོན་དུ་འགྲོ་བའི་གང་སྒྲང་བར་བྱ་བ་དང་དོར་བར་བྱ་བ་ཉིད་
ཀྱིས་གཉེན་པོ་དང་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་སོ། །དྲི་མ་ཐམས་ཅད་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་
ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་
རྣམས་ནི་ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་དེ། ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཉེས་པ་རྣམས་
སོ། །དེ་དང་བལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་རང་གི་རྟོགས་པ་རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་
པའོ། །སྤར་བཤད་པའི་དམིགས་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་དམན་པ་ཉིད་ཡིན་པ་དང་
དམིགས་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དམན་ཁེང་གྱུ་ལོ་མ་པ་མ་ཡིན་པ་
ཉིད་ཡིན་ལ་དེས་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ས་ནི་སྤར་བཤད་པའི་ས་བརྒྱད་ཡིན་
ལ་དེ་རྣམས་ཐག་བསྐང་བར་བྱེད་པ་ནི་སྤར་བའི་ཕྱིར་དོ། །

བསམ་པ་ཇི་ལྟ་བ་དང་མཐུན་པར་སྦྱལ་བ་ནི་གདུལ་བྱའི་དབང་གིས་ཉན་
ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ཚུལ་དུ་སྟོན་པ་སྟེ། དེས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་གྱི་ལས་ཏེ།
གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱི་ངེས་པར་ལེགས་པ་དང་མངོན་པར་མཐོ་བ་བསྐྱབ་པའི་ལས་
རྣམས་སོ། །དང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་དག་པའི་ཐབས་ལ་མཁས་
པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སངས་རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་ལ་དམིགས་པའི་དད་པ་
ལ་སོགས་པས་སྦྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་སྤར་བཤད་པའི་ཐུངན་ལས་འདས་པ་དེ་ལ་
དགོད་པའི་བྱ་བ་ཉིད་འབྲས་བྱ་ཡིན་ཏེ་དེ་ལའོ། །ངོ་བོ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ནི་སྦྱོན་
མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་བཤད་པ་ཉིད་ནི་གསལ་བ་ཡིན་པས་ལོགས་ཤིག་ཏུ་མ་

བཤད་དོ། །འདྲུག་པའི་སྤྱོད་པ་གི་རྟོན་ཅན་ནི་འདྲུག་པའི་ཡུལ་ལ་གནས་
བའོ། །མཐོང་བའི་ལམ་གྱི་སྒྱུར་བའི་གནས་སྐབས་ནི་མཐོང་བའི་ལམ་གྱི་བསམ་
གཏན་གྱི་བྱང་པར་གང་ཡིན་པ་སྟེ། དེས་སྤང་བར་བྱ་བར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
བའོ། །

སྤྱིད་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གཟུང་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ལྟོག་པའི་
ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་ནི། འཁོར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་
ཡིན་ཏེ། འཁོར་བ་དང་སྤྱང་ན་ལས་འདས་པ་དག་གི་ནང་ནས་གང་ཡང་རུང་བ་
གཅིག་ཏུ་སྤྱང་བ་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱང་བ་དེ་ནི་ཉེས་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཀྱིས་དམིགས་
པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་རྟག་པ་དང་ཆད་པར་ལྟ་བའི་ཉེས་པ་ཉིད་ཀྱིས་
གཟུང་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཞིང་སྤང་བར་བྱ་བ་ལ་དམིགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ལྟོག་པར་
བྱའོ་ཞེས་འོག་མ་དང་སྒྱུར་རོ། །

དེ་ལྟར་ན་རྟོགས་པ་དམན་པ་ཉིད་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པར་སྒྱུར་
བར་བྱ་སྟེ། ཀྱན་ཏུ་འགོ་བའི་བདག་ཉིད་མེད་པས་སྟོང་པའི་བྱིར་དམན་པ་སྟེ།
ཡོངས་སུ་མ་རྫོགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ཏུ་ཞུགས་པ་ལ་སོགས་པའི་
འབྲས་བྱ་ལ་སོགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལའོ། །དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་རྒྱས་
ཐབས་ལ་མཁས་པ་སྟེ། སེམས་མི་འགོང་བ་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་
སྟེ་དེ་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་འཇིན་པ་མེད་པ་སྟེ། དགེ་བའི་བཤེས་
གཉེན་ཡང་དག་པས་བདག་གིས་བྱས་པ་མེད་པའོ། །ཤེས་བྱའི་སྤྱིབ་པ་མཐའ་
དག་ནི་ཡུལ་ལ་སོགས་པས་ཆོད་པའི་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པའོ། །དེ་རྣམས་ཀྱི་

གཉེན་པོ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་འཛོམས་པར་མི་རུས་པ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། སྐྱབ་པའི་
ལམ་མ་ཚང་བ་སྟེ། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཐབས་ཀྱིས་སྟོང་བ་ཉིད་དོ། །

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་སོགས་པའི་གདམས་ངག་ལ་སྟོས་པ་དང་བཅས་
པ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་རང་ཉིད་རྟོགས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་
ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་ཉན་ཐོས་གཅིག་ལ་གཅིག་གི་གདམས་ངག་ལས་སྦྱེས་
པའི་ཡེ་ཤེས་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་གཞན་གྱི་རྒྱུན་ཀྱིས་འགྲོ་བ་ཉིད་དེ། སངས་
རྒྱས་ལ་སོགས་པའི་མཁུན་པས་ཁྲིད་པ་ཉིད་དོ། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་
མཆོག་ཉིད་ཀྱི་ཆེན་པོ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ནི་སྤྱར་བཤད་བ་སྟེ། དེ་ལ་མི་འཇུག་པ་
ཉིད་ཀྱིས་ན་དེ་མེད་པ་ཡིན་པས་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ལས་ལོག་པ་ཡིན་ཏེ། ཆེད་དུ་བྱ་བ་
རྣམས་པ་གསུམ་མེད་པའོ། །

གཟུང་བ་ལ་སོགས་པའི་བག་ཆགས་ཡོད་པས་ཉོན་མོངས་པའི་སྐྱིབ་པ་
འབའ་ཞིག་གི་གཉེན་པོར་གྱུར་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ཉི་ཆེ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཕྱོགས་གཅིག་
པའི་ལམ་གྱི་བྱེད་པ་སྟེ། བདེན་པ་བཞིའི་རྣམས་པའི་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལའོ། །དེ་
ལ་དམིགས་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པའི་
དམིགས་པ་ཡོད་པས། འབྲས་བུ་དང་པོ་ལ་སོགས་པ་རྟོགས་པ་སྟེ། རྒྱུན་དུ་
ཞུགས་པའི་འབྲས་བུ་ལ་སོགས་པ་ཐོབ་པ་དེ་ནི་ཐ་དད་ཉིད་ཀྱིས་དབྱེ་བ་ལ་
སོགས་པའོ། །མ་རིག་པའི་བག་ལ་ཉལ་ཐམས་ཅད་ནི་རྣམས་པར་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་
ཀྱི་བག་ཆགས་ཏེ། དེ་རྣམས་མ་སྤངས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་གཞན་པ་དང་འགྲོ་བ་མི་
ཤེས་པ་སྟེ། གདུལ་བྱའི་ཡུལ་དུ་འགྲོ་བ་མི་ཤེས་པའོ། །

ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཐམས་ཅད་སྤྱད་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་རྣམ་པ་
 ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་ཉིད་དེ། ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་གསུམ་པ་ཉིད་ཀྱིས་སངས་
 རྒྱས་ལ་སོགས་པའི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་
 གང་ཡིན་པ་དེའི་འོག་ཏུ་གང་འཇུག་ཏུ་འགྲོ་ཞིང་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་དེ་ལ་བྱང་བའི་
 ལམ་མེད་པས་ཡོན་པོའི་ལམ་གྱིས་འགྲོ་བ་ནི་འདྲིར་ཉེས་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་དག་ལ་
 ཡང་དང་ནི་བསྟུ་བ་ཡིན་ནོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་
 ལས་ལྡོག་པ་དང་འཇུག་པའི་གནས་སྐབས་པོ་བརྒྲེག་པ་ནི་གཟུང་བའི་རྣམ་པར་
 རྟོག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། མཐོང་བའི་ལམ་གྱི་སེམས་དང་
 སེམས་ལས་བྱུང་བ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་ཚེར་བ་ལ་སོགས་པ་གང་ཡིན་པ་
 ཟླེ། དེ་རྣམས་ཀྱི་འཇུག་པའི་གནས་སྐབས་ནི་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པ་མི་མཐུན་
 བའི་ཕྱོགས་ཉིད་ཡིན་པས་རྒྱན་གྱིས་འབྱུང་བའི་བྱེད་པར་དེས་སྤང་བར་བྱའོ། །

འཛིན་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟེས་བྱ་རྗེས་སུ་ཡོད་པའི་ཆོག་
 ལེན་བྱས་པ་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་ནི། ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་
 པ་ཡིན་ཏེ། སྐྱུ་མ་བཞིན་དུ་སྟེ། སྐྱུ་མ་དང་འབྲུ་བར་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་དབྱེ་བའི་ཐ་སྙད་
 གྱིས། འཛིན་པ་དང་ཐར་པ་སྟེ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལེན་པ་དང་འདྲོར་
 བའོ། །ཡང་དག་པ་ཉིད་དུ་དབྱེ་བ་མེད་པའི་སྟོས་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པ་སྟེ། དུལ་མེད་
 བའི་བྱིར་གཉིས་སུ་མེད་པ་འཛིན་པའི་སེམས་ཀྱིས་ཡིད་ལ་བྱེད་པའོ། །ཆོས་ཉིད་
 ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དམིགས་པའི་སེམས་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་ཏེ།
 གཉིས་སུ་མེད་པས་ཁམས་གསུམ་ཅར་དང་ཉེ་བར་འགྲེལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་རྣམ་

འགྲོར་པའི་ལྷ་བས་འདོད་པ་དང་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་རྣམས་
གཅིག་ཏུ་དམིགས་པའོ། རྟོང་པ་ཉིད་དུ་དམིགས་པ་ནི་གནས་ལ་མངོན་པར་ཞེན་
པ་མེད་པའོ། དེས་གནས་པ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་གནས་པའོ། །

དངོས་སོ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་མ་ཆགས་
པས་སོ། །ཐམས་ཅད་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་ཀྱན་ཏུ་
ཆགས་པ་ལའོ། །རྫས་སུ་ཡོད་པ་མེད་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དོན་དམ་པར་ཡོད་པ་མ་
ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །ཆོས་ཐམས་ཅད་བཏགས་པ་ནི་ཀྱན་རྗེ་བ་ཏུ་གཟུགས་ལ་
སོགས་པའི་ཐ་སྙད་དུའོ། །དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཤེས་པའི་ཆགས་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྦྱ་མ་
ལྟ་བུ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་མངོན་པར་མ་ཆགས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །

མངོན་པར་ཞེན་པ་སྡོན་དུ་འགྲོ་པའི་ཆགས་པ་ནི་མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་
པས་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་ཆགས་པའོ། །མཉམ་པ་ཉིད་དུ་བསྒྲུལ་པ་ནི་དེ་ཁོ་
ན་ཉིད་དུ་ན་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་པ་གཅིག་པར་བསྒྲུལ་པའོ། །དེ་ཉིད་ནི་
གཟུང་བ་ལ་སོགས་པ་བྱེ་བྲག་གི་སྒོ་འཛོམས་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་
གཉེན་སོ་སྟེ། དེས་ན་ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་གསུམ་གྱི་ལམ་ནི་གཉེན་སོ་ཡིན་
ནོ། །ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཡང་དག་པར་མི་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱིས་རི་ལྟར་
འདོད་པ་བཞིན་དུ་འགྲོ་བ་ཐོགས་པ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་གི་ཆེ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་
རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ལམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་པ་དེའི་ཆེ་དངོས་སོ་ལ་སོགས་པར་
མི་དམིགས་པར་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ངོ་སོ་ཡིན་པར་མ་རྟོགས་པའི་
བྱིར་རི་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་མི་དམིགས་པའི་ཤེས་པ་

ནི་མི་འབྲུག་པ་ཡིན་ལ། ཡང་གང་གི་ཆེ་འབྲས་བྱའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་པ་དེའི་
ཆེ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་པ་ཡིན་པས་ངི་ལྟར་འདོད་པ་
བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བ་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །

དང་ཞེས་བྱ་བ་རྣམས་ནི་བསྐྱུ་བ་ཡིན་ནོ། །བཤད་མ་ཐག་པའི་འཛིན་པའི་
རྣམ་པར་རྟོག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་སྤྲ་མ་བཞིན་དུ་མཐོང་བའི་ལམ་གྱི་བསམ་གཏན་
གྱི་བྱད་པར་གྱིས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་དོན་དམ་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །དོན་དམ་པའི་དངོས་པོ་ནི་སྐྱེས་བྱ་རྣམས་སུ་ཡོད་པ་
སྟེ། དེ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཆེད་བཞིན་ཞེས་
བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འཛིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་སྐྱེས་བྱ་བ་ཏགས་པར་ཡོད་པའི་
ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་ནི།

ཉན་ཐོས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ངེས་
པར་འབྱུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གདུལ་བྱའི་དབང་གིས་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་
པའི་ལམ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ངི་ལྟར་བ་བཞིན་དུ་སྟེ། ཆེད་དུ་བྱ་བ་
འབྱུང་བ་ལས་མ་འདས་པས་སོ། །ངེས་པར་མི་འབྱུང་བ་ནི་ཆེན་པོ་ཉིད་གསུམ་མ་
ཐོབ་པའོ། །ལམ་ཐམས་ཅད་ལས་ཡོངས་སུ་རྒྱལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར། ཐམས་ཅད་
མཐུན་པ་ཉིད་གསུམ་བདག་གིར་བྱས་པ་ལས་རང་གི་མངོན་པར་འདོད་པའི་ལམ་
མེད་པས། ཞེས་བྱ་བ་བདག་ཉིད་ཀྱིས་ངེས་པའི་ལམ་མེད་པས་ལམ་གཞན་ལ་
ལམ་མ་ཡིན་པར་ངེས་པར་འཛིན་པ་སྟེ། མི་དམིགས་པ་ལ་དམིགས་པའི་ཐམས་
ཅད་མཐུན་པ་གསུམ་ལས་ཐ་དད་པའི་ལམ་ལ་ལམ་མ་ཡིན་པ་ཁོ་ནའོ་ཞེས་བྱ་

བར་ངེས་པར་འཛིན་པའོ། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་རོ་བོས་ཞེས་བྱ་བ་ཀུན་
རྫོབ་ཏུ་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཡོད་པས་སྐྱེ་བ་དང་འགག་པ་སྟེ། སྐྱེ་བ་དང་འཛིན་པའོ། །

བར་ཆད་མེད་པ་དང་ཅིག་ཤོས་སྟུ་སྒྲུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་དོན་དམ་པ་
ཉིད་དང་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་དབྱེ་བ་མེད་པར་རྟོགས་པས་དངོས་སོ་མཐའ་དག་སྟེ།
གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་ལྡན་པ་སྟེ། དབྱེ་བ་མེད་པར་རྟོགས་པ་དང་མི་
ལྡན་པ་སྟེ། དབྱེ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་ཐ་དད་པ་མེད་པར་ཤེས་པ་སྟོན་ཏུ་འགྲོ་བས་
དབྱེ་བ་ཤེས་པའོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། །ནམ་མཁའ་ལ་གནས་པའི་བྱ་དང་འབྲས་
བུ་ཉིད་ཀྱིས་ན་རྟེན་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་གནས་ལ་གཟུགས་
ལ་སོགས་པ་གནས་མེད་པར་གནས་པའོ། །

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཞེས་བྱ་བ་སངས་
རྒྱས་ལ་སོགས་པ་ལས་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་གངས་པ་དག་ལ་
སོགས་པ་ཡོངས་སྟུ་བཟུང་བའི་དབང་གིས་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་རིགས་
འཛིན་པ་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་ཉིད་
ལས་བྱང་པར་དུ་འཕགས་པའི་ཆོས་མེད་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་ལས་བྱང་
པར་དུ་འཕགས་པའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་འདོད་པ་མེད་དེ།
འདོད་པའི་ཡུལ་མི་དམིགས་པས་འདོད་པས་འདོད་པ་མེད་པའོ། །དོན་དམ་པའི་
བདེན་པ་ལ་བརྟེན་ནས། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བས་རྒྱ་མེད་པ་སྟེ། ཡང་དག་པའི་ཉི་
བར་ལེན་པ་དང་ལྡན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱ་མེད་པའོ། །སེར་སྣ་ཤིན་ཏུ་གོམས་པར་
བྱས་པའི་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཏོང་བ་མེད་པ་ལ་གོམས་པའི་ཕྱིར་

རོ། །བདུད་ལ་སོགས་པའི་བྱིར་ཚོལ་བའི་དངོས་པོ་དམིགས་པ་ནི་རྫས་གཅིག་ལ་
མངོན་པར་འདོད་པའི་མི་དང་བདུད་དང་དགྲ་བོ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་དུ་འཛིན་
པའི་ཤེས་པ་ཡོད་པའོ། །དང་གི་སྤྱི་ནི་སྤྱ་མ་བཞིན་ནོ། །

བཏགས་པའི་དངོས་པོ་སྐྱེས་བུ་ཡོད་པར་བཏགས་པའོ། །དེ་ལ་མངོན་པར་
ཞེན་པ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ལ་མངོན་པར་ཆགས་པའི་བྱིར་ཞེས་བུ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་
སོ། །གཉིན་པོ་མ་བསྟན་དུ་ཟེན་ཀྱང་འདིར་མི་མ་བུན་པའི་སྟོགས་སྟོས་པས་
ཤུགས་ཀྱིས་འཕངས་པར་ལྟོའི་ཞེས་བུ་བ་ནི་དེ་ལྟར་ན་ཞེས་བུ་བ་ལ་སོགས་པ་
སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་ཚོགས་འདི་དག་རང་ཉིད་ནི། །མ་རིག་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་ཚོགས། །གང་
བྱིར་རང་གི་རྣམ་པ་ནི། །སྤྱི་ངོ་བོར་སྟོ་བཏགས་འཇུག། །ཅེས་སྟོས་པས་མ་རིག་
པ་དང་བྲལ་བའི་བྱང་ཆུབ་པའི་གནས་སྐབས་སུ་རྣམ་པར་ཚོགས་པ་ཐམས་ཅད་ནི་མ་
རིག་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་སྤང་བར་བྱའོ་ཞེས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཉིད་དུ་སྤར་བཤད་པ་
ཡིན་ནོ། །

འདིར་གཟུང་བའི་རྣམ་པར་ཚོགས་པ་ཡིན་ལ་འཛིན་པའི་རྣམ་པར་ཚོགས་པ་མ་
ཡིན་པ་ནི་སྤྱ་བཞི་སྟེ། དེ་ལ་སྤྱད་པོ་ནི་གང་གཟུང་བའི་རྣམ་པའི་ཡུལ་ཚོགས་པའི་
རྣམ་པར་ཤེས་པའོ། །གཉིས་པ་ནི་སྐྱད་ཅིག་མ་གཅིག་པ་འཛིན་པའི་རྣམ་
པའོ། །གསུམ་པ་ནི་དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱད་ཅིག་མ་གཞན་ནོ། །བཞི་པ་ནི་རྣམ་པ་དེ་དང་
བྲལ་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པའོ། །རིགས་ཉིད་ཡིན་ལ་རིགས་ཀྱི་རྣམ་
པར་ཚོགས་པར་གྱུར་པ་མ་ཡིན་པར་ཞེས་བུ་བ་བྱི་མ་སྟོང་པར་བྱེད་པ་ནི་རེ་ཞིག་
རིགས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཚོགས་པ་གང་ཡིན་པས་རིགས་ཀྱང་དེ་ཉིད་ཡིན་པ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ།

གཉིན་པོ་ཡང་དག་པར་སྐྱབ་པའི་དུས་ཀྱི་རིགས་སོ། །རིགས་ཉིད་ཡིན་ལ་རིགས་
ཀྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པས་གྱུར་པ་མ་ཡིན་པ་ནི། འདི་ལྟ་སྟེ་ཡང་དག་པར་སྐྱབ་པར་
གྱུར་པའི་རིགས་སོ། །

ཡང་དག་པར་སྐྱབ་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཡིན་ལ་དམིགས་པའི་རྣམ་པར་
རྟོག་པར་གྱུར་པ་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྲ་མ་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ནི་རེ་ཞིག་ཡང་
དག་པར་སྐྱབ་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་དམིགས་པའི་རྣམ་པར་
རྟོག་པ་ཡང་ཡིན་པ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། ཡང་དག་པར་སྐྱབ་པར་གྱུར་པའི་ཡང་དག་པའི་
དམིགས་པ་ལ་རབ་ཏུ་སྒྱུར་བའོ། །དམིགས་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཉིད་ཡང་དག་
པར་སྐྱབ་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མ་ཡིན་པར་གྱུར་པ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ་དམིགས་པ་
ཡོངས་སུ་མ་རྫོགས་པའོ། །སྟོགས་འདིས་ལྷག་མ་རྣམས་དཔག་པར་བྱའོ། །

འབྲས་བུ་འདོད་པའི་སྐྱ་བོ་ནི་དང་པོར་རྒྱ་ཆོལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་པས་
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱ་མཐོང་བའི་ལམ་ཀྱི་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱ་རྣམ་པ་གསུམ་འཆད་
པར་བྱེད་པའི་སྟོགས་སྤྲ་མ་བཞུགས་པས་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་ལ་འཇུག་པ་ནི་དེ་
ལྟར་མཐོང་བའི་ལམ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ལ་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་དོན་
ནི་འཆད་པར་འགྱུར་བའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། འཆད་པར་
འགྱུར་བའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ནི་འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་དོ། །གཞན་དག་ལ་ནི་
གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་འོ། །མཐོང་བའི་ལམ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་
ཉིད་ཀྱིས་མཐོང་བ་དང་བསྟོམ་པའི་ལམ་ཐོབ་པས་སོ། །རབ་ཏུ་འགོད་པ་ནི་གདུལ་
བྱ་རྣམས་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་སོགས་པ་སྦྱིན་པ་ནི་རྒྱ་གཅིག་ཡིན་

ནོ། །ཞེས་འོག་མ་དང་སྒྱུར་རོ། །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་ཁོ་ནར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
བདག་ཉིད་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱུར་རོ། །དེ་དག་ལ་ནི་གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་འོ། །

ཡང་དག་པའི་ཆོག་དང་དོན་ནི་བཅས་མའི་དོན་གྱིས་སྟོང་པའི་ཤེས་རབ་
ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་སྟོན་པ་འོ། །སོགས་པའི་སྒྲུས་ནི་ལམ་དེ་དང་སྟོ་དེ་དང་མན་
ངག་དེ་ལས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཡང་དག་པ་སོ་སོར་གཏོད་ཅིང་ཡེ་
ཤེས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ཡུལ་རབ་ཏུ་བྱིན་པ་ནི་རྒྱ་གཉིས་པ་ཡིན་ནོ། །བྱང་
ཆུབ་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་བྱིར་བདག་ཉིད་ལ་བར་ཆད་མེད་པའི་བྱིར་རྒྱ་གསུམ་པ་
ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་རང་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །རང་ལས་ཏེ་
བདག་ཉིད་ལས་ཆེས་མང་པོའི་གྲུས་པ་ལ་སོགས་པ་འཕམ་མང་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་
པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་བསྟོམས་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ།

ཐོས་པ་དང་བསམ་པ་ལ་སོགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེས་བསོད་ནམས་ཏེ།
སེམས་ཀྱི་དག་བྱེད་དེ་ཉིད་མཚན་ཉིད་དེ། དེ་སྟར་ན་རྒྱ་རྣམས་པ་གསུམ་བསྟན་པ་
ཡིན་ནོ། །གང་གི་དོན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ངི་མ་སྟེ་ཉོན་མོངས་པ་གང་
ཡིན་པ་ཟད་པ་དང་། མི་སྟེ་བ་དེ་དག་གི་ཡེ་ཤེས་ནི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་མཚན་
ཉིད་ཅན་དུ་གང་གི་ཆེ་སྒྱུར་པ་དེའི་ཆེ་བྱང་ཆུབ་ཅེས་བརྗོད། དེ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་
ཐམས་ཅད་བྲལ་བའི་འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་ནི་སྤར་ཀྱན་རྫོབ་ཡིན་པར་བཤད་དོ། །ཅི་
ནང་གི་ལྷ་སྟེགས་པ་དང་འདྲ་བ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ཟག་མེད་སྟེ་མེད་བྱིར་དེ་དག་གོ་
ངེམས་བཞེན་དུ་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཆེ་ཡང་དག་
པར་ན་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྟེས་པ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ཟད་པ་མེད་

དོ། །ཞེས་མཁྱེན་པ་དེའི་ཆེ་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པ་ཟད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ལ།
ཡང་གང་གི་ཆེ་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པ་མི་སྦྱེ་བ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྦྱེ་བ་མེད་
དོ། །ཞེས་མཁྱེན་པ་དེའི་ཆེ་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པ་སྦྱེ་བ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་
འདིར་ཤེས་པར་བྱ་བའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྦྱིའི་དོན་ཡིན་ནོ། །

ཆོག་ལེ་ལུར་བྱས་པའི་དོན་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་
ཏེ། ཉོན་མོངས་པ་ནི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའོ། །ཤེས་བྱ་ནི་གཟུང་བ་མ་ལུས་
པ་སྟེ། དེ་དག་ཉིད་ཡང་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གོགས་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་སྦྱིབ་
པ་སྟེ། དེ་ཉིད་སྟོ་བྱར་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་དང་། མི་ཤེས་པའི་དྲི་མའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་
བྱིར་དྲི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནས་སྦྱེས་པ་དང་མ་སྦྱེས་པ་ཉིད་དུ་བརྟགས་པ་ནི། བར་གི་
སྦྱ་སྟེགས་པ་དག་གིས་ཡང་དག་པར་ན་སྦྱེས་པ་དང་མ་སྦྱེས་པ་ཉིད་དུ་མངོན་
པར་འདོད་པའོ། །

ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་སོ། །དེ་ལ་མ་གཏོགས་
པར་ནི་དེ་དང་བྲལ་བ་སྟེ། གང་གི་བྱིར་ཆོས་ཏེ། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་མ་
ཡིན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པའི་རྩལ་ལས་བཤད་པས། ཆོས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་
འདུས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་ངོ་བོའི་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་
ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་ལ་ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་རྟེན་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་
སོ། །འགག་པ་དང་སྦྱེ་བ་མེད་པའི་བྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པ་
སྦྱེས་པ་རྣམས་ཡང་དག་པར་ན་ཟད་པ་མེད་པའི་མཆན་ཉིད་འགོག་པ་མཁྱེན་
པའོ། །སྦྱེ་བ་མེད་པའི་བྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཟག་པ་མེད་པ་ལ་ཟད་པ་མཁྱེན་པའི་

བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །གཅིག་དང་དུ་མའི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི་ཆ་ཤས་ཅན་དང་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་
བསགས་པའི་བདག་ཉིད་དོ། །

རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ནི་གྲགས་པར་ཟད་དོ། །དངོས་པོའི་ཆོས་འདི་དག་རྣམ་
པར་འབྲེད་པ་ནི་ཆད་མ་སྟེ་གཅིག་དང་དུ་མའི་ངོ་བོ་དང་བྲལ་བ་དང་ཡོད་པ་དང་
མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་མེད་པའོ། །སོགས་པའི་སྒྲུས་ཐོག་མ་ལ་
སོགས་པའི་ཤེས་པའི་བྱེ་བྲག་དང་སྟོགས་གཅིག་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་སྒྲིབ་
པ་ལ་སོགས་པར་ཐལ་བ་དང་ལྡན་པ་དང་མི་ལྡན་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པའོ། །དེས་
འཐད་པའི་དངོས་པོའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་བདག་ཉིད་དེ། མེད་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མི་
ལྡན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །

ནམ་མཁའི་བསྐྱེད་པ་ཞིན་དུ་འགག་པ་དང་སྐྱེ་བ་མེད་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
དངོས་པོ་ཉིད་དུ་མེད་པའི་བྱིར་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པ་མ་སྐྱེས་པ་རྣམས་ནི་
ཡང་དག་པར་སྐྱེ་བའི་མཆན་ཉིད་འགོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་བྱིར་
སྐྱེ་བ་མེད་པ་མཐུན་པ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་དེ་ལྟར་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་ཞེས་
བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། གོ་རིམས་བཞིན་དུ་སྒྲར་བཤད་པའི་བྱི་མ་
རྣམས་ནི་ཟད་པ་དང་མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པ་ནི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་
ཡིན་པས་སྒྲུ་མ་བཞིན་དུ་ཟད་པ་ཤེས་པ་དང་གཅིག་དང་དུ་མ་དང་བྲལ་བའི་བྱིར་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆད་མས་གང་གི་ཆེ་མིར་སྐྱེ་བ་ཤེས་པ་དེའི་ཆེ་ཆོས་
ཐམས་ཅད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་རྣམས་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ཏོགས་པ་སྟེ།
ཡང་དག་པར་ན་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཤེས་པའོ། །དེའི་མཆན་ཉིད་ནི་ངོ་བོ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་

ལ་སོགས་པའི་བདག་ཉིད་ནི་ཡེ་ཤེས་ལས་སྐྱབས་ཀྱི་ཡིན་པར་མི་འཐད་དོ། །

རི་ལྟ་བུ་བཞེན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོད་མས་འཐད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་
རོ། །བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་ནི་བྱུང་པའི་ཡེ་ཤེས་སོ། །ནང་གི་ཐུ་སྟེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་
བྱང་ཆུབ་མི་འཐད་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་ལ་འདུག་པ་ནི། གང་གི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚུལ་ལ་བྱང་ཆུབ་
དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར། ནང་གི་ཐུ་སྟེགས་པ་གང་དག་གིས་དངོས་པོ་འཛིག་
པའི་བསམ་པས་དངོས་པོ་ཅན་གྱི་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པ་སྐྱེས་པ་རྣམས་
འགག་པ་ལ་བསམས་ནས་ཟད་ཅིང་འགག་པ་ལ་ཟད་ཅིང་འགགས་སོ་ཞེས་བྱ་
བའི་ཤེས་པ་སྟེ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་ཟད་པར་ཤེས་པ་འོ། །

དངོས་པོ་མི་སྐྱེ་བའི་བསམ་པས་དངོས་པོ་ཅན་གྱི་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་
པ་སྐྱེ་བ་རྣམས་ལ་སྐྱེ་བ་མེད་པར་བསམས་ནས་མ་སྐྱེས་པ་ཡིན་ཞིང་སྐྱེ་བའི་
གོགས་བྱེད་པའི་འགོག་པ་ལ་མི་སྐྱེ་བ་ལ་མི་སྐྱེའོ་སྙམ་པའི་ཤེས་པ་མ་སྐྱེས་པ་
ཉིད་ཀྱིས་ན་ཉོན་མོངས་པ་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་
མི་སྐྱེ་བའི་ཤེས་པ་ཡིན་པར་བརྗོད་ཅིང་རང་གི་ཚུལ་རྣམ་པར་འཛོག་ན། དེ་
རྣམས་ཀྱི་ཟད་པ་དང་མི་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ཁོ་ནས་ཤེས་པ་དེ་རྩུང་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་
བྱ་བ་ཡང་དག་པར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པ་
མེད་པར། ཟད་པ་དང་མི་སྐྱེ་བ་དག་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་ནང་གི་ཐུ་སྟེགས་པ་
རྣམས་ཀྱི་ཤེས་པ་དེ་རྩུང་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དེ་རྣམས་ལ་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོག་སུ་
བཅད་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། གཅིག་དང་དུ་མ་དང་བྲལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་

བའི་མཆན་མས་འཐད་པའི་རང་གི་ལུང་སྟོན་པས་རྟག་པའི་ལུང་ལ་མི་རྟག་པའི་
ལུང་སྟེ་བྱ་འཕམ།

སྟོག་སྒྱུའི་ཚུ་ལ་ཡང་དག་པའི་ཚུར་ཤེས་པ་དང་འདྲ་བར་དེའི་ལུང་མི་འཐད་
བར། འཕགས་པ་བྱམས་པས་སོ་སོ་རང་གིས་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་གཟིགས་
ནས་དེ་རྣམས་ཀྱི་ཐོག་མ་མེད་པའི་སྲིད་པར་དངོས་སོ་དང་དངོས་སོ་མེད་པས་
མངོན་པར་ཞེན་པ་བསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྤྲུགས་རྗེས་རིགས་པ་བདག་གིར་
མངོན་པ་ཡིན་ཏེ། མཐོང་ཞེས་བྱ་བའི་ལམ་ཀྱིས་ནི། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ནང་གི་ལུ་
སྟོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་གི་ཉོན་མོངས་པ་ཟད་ཅིང་སྤངས་ཡང་མི་སྦྱེ་བར་
འགྱུར་ངོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཟད་པ་དང་མི་སྦྱེ་བ་ཤེས་པ་དག་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ལ་
སོགས་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པས་ཟད་པ་དང་མི་སྦྱེ་བ་མེད་པ་ནི།

འགོག་པ་མེད་པ་དེའི་རང་བཞིན་ཡིན་ཞིང་ལྟོག་ཏུ་མེད་པ་ཡིན་པ་ལ་
དངོས་སོ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པས་རང་གི་ངོ་བོ་ཡོངས་སུ་མི་ཤེས་པ་ལས་གྱུར་པ་
ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ལས་ཉེས་པ་ཅིར་འགྱུར་ཞེ་ན། རྣམ་པར་རྟོག་ཅེས་
བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པར་རྟོག་པའི་རིགས་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ངོ་
བོ་འོ། །ཅི་ཞིག་ཟད་པ་ནི་འགོག་པའོ། །ཡང་ན་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ངོ་བོ་སྦྱེ་མེད་
རྣམ་པ་ཅི་ཞིག་འཐོབ། ཅེས་བྱ་བ་སྟེ། སྦྱེ་བ་མེད་པའི་ཆོས་ཅི་ཞིག་སྦྱེད་དེ་ཅི་ཡང་
མ་ཡིན་ཏེ། ཉོན་མོངས་པ་ལོག་ན་དེ་ལས་བྱུང་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ལྟོག་པར་
ཡིན་ན་དེ་ཡང་བཤད་མ་ཐག་པའི་ཆད་མས་འཐད་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོས་
དངས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་དང་ཟད་པ་དང་མི་སྦྱེ་བ་ཤེས་པའི་

རང་བཞིན་ནི་དངོས་པོ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པས་རང་གི་ངོ་བོ་མ་ཤེས་པས་ནང་གི་
ལྷ་སྟེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མི་ཤེས་པ་ཡིན་ལ།

དེ་བས་ན་ཉོན་མོངས་པའི་རང་གི་ངོ་བོ་མི་ཤེས་པས་རི་ལྟར་ན་དེ་རྣམས་
མཐོང་བའི་ལམ་ཀྱིས་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པར་ལྟོག་པར་བྱ་བར་
བྱས། དེ་ལྟོག་པས་ཀྱང་དེ་ལས་བྱུང་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་
བརྒྱད་པ་རི་ལྟར་ལྟོག་སྟེ། རྒྱ་ཡོད་ན་འབྲས་བུ་ལྟོག་པ་ནི་གང་ན་ཡང་ཡོད་པ་མ་
ཡིན་ནི་ཞེས་བྱ་བའི་བསམ་པ་དང་ལྡན་པས། འཕགས་པ་བྱམས་པའི་དགོངས་པ་
བཤད་པས་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་དོན་ནི་སྦྱེས་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་
ཡིན་ཏེ། སྦྱེས་པ་དང་མ་སྦྱེས་པ་དག་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉོན་མོངས་
པ་ལ་སོགས་པ་སྦྱེས་པ་རྣམས་རྣམ་པར་འཛིག་པ་ནི་ཟད་པ་ཡིན་ལ།

ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པ་མ་སྦྱེས་པ་སྦྱེ་བའི་གོགས་བྱེད་པ་སྟེ། ཉེ་བར་
ལེན་པའི་རྒྱ་མེད་པས་མ་སྦྱེས་པ་ཡིན་ལ་འདི་དག་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་འགོག་པ་
གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མཐོང་བའི་ལམ་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་རྣམས་འདོད་ལ། དེ་
དང་བྲལ་བ་དེ་ནི་དོན་དམ་པར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྦྱོས་པ་ཡིན་ཏེ། དོན་དམ་
པ་ནི་ཡང་དག་པ་ཉིད་དེ་རྣམ་པར་དཔྱད་ཅིང་བརྟག་བཅོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་དེ་
བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ནི་རང་བཞིན་ཡིན་ཞིང་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་ངོ་བོའི་རང་
བཞིན་ཡིན་ལ། དངོས་པོ་ལ་ལོག་པར་མངོན་པར་ཞེན་པ་བྱེད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་
དངོས་པོ་རྣམ་པ་ལ་ལོག་པར་མངོན་པར་ཞེན་པ་བྱེད་རྣམས་ཀྱི་ལོ། །མཐོང་བའི་
ལམ་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤར་བཤད་པས་སོ། །

རྣམ་པར་རྟོག་པ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོས་སྐྱེས་པ་ནི་ཅི་ཞིག་ཟད་ཅེས་བྱ་བ་
ནི་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཅི་ཞིག་བག་ཆགས་གང་ལས་
འབྱུང་བ་ནི་འགགས། མི་སྐྱེ་བའི་ཆོས་ཅན་མ་སྐྱེས་པ་ནི་ཅི་ཞིག་སྐྱེས་ཏེ། སྐྱེ་བ་
མེད་པས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་མེད་པ་ལ་མངོན་པར་
ཞེན་པ་བྱེད་ཀྱིས་མཐོང་བའི་ལམ་ནི་ལམ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་
འདིས་ན་ཁོ་བོ་ཅག་གི་གཞུང་ལུགས་ཁོ་ན་ཁས་སྦྱང་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་ཀྱང་ཏུ་
འགོ་བའི་བདག་མེད་པའི་མཆོད་ཉིད་ཅན་ཁོ་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ལམ་ཡིན་པར་
རིགས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྟོན་པར་བྱིས་ཤིག་སྟུང་དཔོངས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་
བྱ་བ། འཕགས་པ་བྱམས་པའི་དཔོངས་པ་ཡིན་ནོ། །

དངོས་པོ་རྣམས་ཡང་དག་པར་ཁས་སྦྱངས་ནས་སྤར་བཤའ་བ་བཞིན་དུ་
བྱང་ཆུབ་མེད་པའི་ཉེས་པ་བསལ་བར་བྱ་བ་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་སྒྲོས་ཏེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁོ་བོ་ཅག་གི་གཞུང་བོར་ཏེ། ཆོས་
ཡང་དག་པར་ཡོད་པར་ཁས་ལེན་ན་ཞེས་བྱ་བ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དོན་དམ་
པར་ཡོད་པར་བདག་གིར་བྱེད་ན་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཏེ། རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་
ཀྱི་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་སྤར་བཤའ་པའོ། །དེ་ཉིད་ནི་
སྤུ་མ་བཞིན་དུ་སྐྱིབ་པ་ཡིན་ལ་དེ་རྣམས་སྤངས་པས་འགོག་པ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་
ཅད་དུ་ངོ་མཆར་བྱི་གནས་ཡིན་པ་ནི་ངོ་མཆར་བྱེད་པ་ཡིན་པ་འདི་ལྟར་མི་སྲིད་
དོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ནི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་
ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་རྣམས་ཏེ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་

གྲང་ཡོད་ཅེས་བྱ་བ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་དག་པར་ཁས་ལེན་ན་ཤེས་བྱ་ལ་ཡང་
ཞེས་བྱ་བ་གཟུང་བ་ལ་ཡང་སྐྱབ་པ་སྟེ།

ནམ་པར་རྟོག་པ་ལ་སོགས་པ་ཟད་ཅིང་འགོག་པར་སྟོན་པ་གཞན་གྱིས་
བརྗོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འདིར་པན་ཚུན་འགལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཁོ་བོས་
མཆར་དུ་ཅིས་ཏེ། འདི་ནི་མི་སྲིད་དོ་ཞེས་འཕགས་པ་བྱམས་པས་དགོངས་
སོ། །ནང་གི་ཟུ་སྟེགས་པ་ནམས་གྱིས་བྱང་ཆུབ་པའི་ཐབས་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་
བསྟན་པའི་སྐབས་སུ་ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བའི་བདག་མེད་པ་བསྟན་པ་ནི། བྱང་
ཆུབ་ཇི་ལྟ་བུ་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་སྒྲ་མའི་མན་ངག་མདོར་བསྟུས་ཏེ། བསྟན་པས་
འདུག་པའི་སྒྲོན་པ་ཆོག་ལེ་ལུར་བྱས་པ་ལས་མ་སྒྲོས་པའི་དོན་གྱི་ཤུགས་གྱིས་
འཕངས་པ་བསྟན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར།

དེ་ལ་སྐྱེ་བ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་
ནི་ཕྱི་རོལ་ཡོད་པར་ལྟ་བའི་བྱང་ཆུབ་མི་འཐད་པར་གནས་པ་ནི་ནམ་འགྱུར་པས་
ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བའི་བདག་མེད་པའི་སྒྱུར་བ་དང་ལྡན་པས་ཤེས་བྱའི་སྐྱབ་པ་
ཡང་དག་པར་སྒྲོང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་ནམ་པར་རྟོག་པའི་བྱ་བ་ཡང་དག་པར་སྒྲར་ཡང་
མི་ལྟོག་པ་ཉིད་དུ་སྒྲོང་ངོ་ཞེས་འོག་མ་དང་སྒྱུར་བར་བྱའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཅིའི་
ཕྱིར་ཇི་ལྟ་བུར་ཞེས་རྟོག་པ་ལ། སྐྱེ་བ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་
ཏེ། ཕྱི་རོལ་པའི་ཟུ་སྟེགས་པ་ཁ་ཅིག་རྟག་པ་དང་བདག་དང་རྟོགས་པའི་ངོ་བོ་དང་
མ་རྟོགས་པའི་ངོ་བོར་སྒྲུ་ལ། དེ་ནམས་ནི་རང་ཉིད་མར་མའི་མེ་ལྷེ་དང་འབྲ་བར་
རྟག་པ་ཉིད་དུ་མི་འཐད་པས་སྐྱེ་བ་དང་འཇིག་པ་དེ་ནི་ཁས་མི་ལེན་གྱི་ནང་གི་ཟུ་

སྟེགས་པ་ཁ་ཅིག་རྟག་པ་དང་ཆད་པ་ཉིད་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་གསོ་བ་དང་སྐྱེས་
བྱ་ལ་སོགས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་སྤྲོསྟེ།

དེ་རྣམས་ཀྱང་རྟག་པ་དང་མི་རྟག་པའི་ངོ་བོ་དག་གཅིག་པར་མི་སྤིང་ཅིང་
དངོས་པོ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་དེ་སྐྱེ་བ་དང་འཇིག་པ་ཁས་སྦྱང་བར་མི་བྱ་སྟེ།
གང་ཡང་སྐྱེ་བ་དང་འཇིག་པས་སྦྱང་བ་ནི། ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་རི་བོང་གི་དྲ་དང་འབྲ་
བར་རྟག་པ་དང་བདག་མེད་པ་ཉིད་དུ་ཁས་སྦྱངས་པ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བ་ལ་རྟག་པ་
དང་དབང་ཕྱག་ལ་སོགས་པ་གཞན་དག་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་བསམ་པ་
དང་ལྷན་པས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པའི་འཇིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བུ་བཞི་བདག་གི་རྟེན་
ཡིན་པས་ཡོད་པར་ལྟ་བུ་ལ་རྟེན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཅེ་མོ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེས་
སེལ་བར་བྱེད་པའི་དོན་མེད་སྐྱེལ་མོ་ཀྱང་ལ་སོགས་པས་བསྐྱོམ་པ་ཅོམ་པ་ཡིན་ཏེ།

དེ་ནི་བདག་ནི་མེད་ཀྱི་ཕྱང་པོ་ཅམ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱི་རོལ་པའི་སངས་
རྒྱས་པའི་བྱུང་བའི་མཐའ་ལས་སྐྱེ་བ་དང་འཇིག་པའི་སྦྱང་པའི་ཕྱིར་བདག་མེད་དོ་
སྟམ་དུ་བསྐྱོམ་ཞིང་མངོན་པར་འདུས་བྱས་པའི་བདག་ཏུ་མངོན་པར་ཞེན་པ་
ཡོངས་སུ་བོར་ལ། དེས་དབེན་པའི་བདག་གིས་སྦྱང་པའི་ཕྱང་པོ་ལ་སོགས་པ་སྟེ།
ཕྱང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ཅམ་མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པ་ཡན་ལག་བཅུ་
གཉིས་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་སྐྱེ་བ་དང་
འཇིག་པའི་ཆོས་ཅན་ལ་ཡང་དག་པར་དམིགས་ཏེ། ཞེས་བྱ་བ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་
དང་འཇིག་པའི་ཆོས་ཅན་ལ་ཡང་དག་པར་དམིགས་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་སྐྱེ་
བ་དང་འཇིག་པའི་ཆོས་ཀྱང་ཡིན་པར་འཇིག་རྟེན་དུ་གྲགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལྷན་

ཅིག་སྐྱེས་པའི་འཇིག་ཚོགས་ལ་ལྟ་བའི་རྟེན་ལ་དམིགས་ཏེ།

དེའི་རྗེས་ལ་དེ་བས་ལ་བར་བྱ་བའི་དོན་དུ་སྡོན་པོ་དང་དེའི་སྒོ་དག་ལྟན་
 ཅིག་དམིགས་པར་ངེས་པའི་བྱུང་ཞེས་བྱ་བ་ཤེས་བྱ་ནང་གི་ཡིན་པའི་བྱུབ་པའི་
 མཐའ་ལས་སྡོན་པོ་དང་དེའི་སྒོ་དག་ཅེས་བྱ་བ་སྡོན་པོ་དང་ཅིག་ཤོས་དག་ཀྱང་ཤ་
 ཟ་ཡིན་སྟུང་བའམ་ཀ་བ་ལ་སོགས་པ་ལྟར་སྡོན་པོ་དང་སྒོ་དག་ནི་དེ་འཇིན་པར་
 བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་བརྟགས་པ་ཡིན་པས་རྣམ་པ་དང་བཅས་པ་འམ་རྣམ་པ་མེད་
 པར་དམིགས་པ་དང་ལྟན་ཅིག་པར་ངེས་པ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་སྒྲ་བ་གཉིས་པ་
 དང་འདྲ་བར་རྟོགས་པའི་བྱུང་འདི་ནི་སེམས་ཙམ་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི་བྱི་རོལ་གྱི་དོན་
 ནི་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡང་ཡུལ་ལ་སོགས་པ་ངེས་པར་བྱུབ་སྟེ།

མི་འདྲའོ་ཞེས་བྱ་བའི་བྱུབ་པའི་མཐས་དེའི་སྐྱབ་པའི་ཡུལ་ལ་སོགས་པའི་
 ངེས་པ་ནི་མེད་དུ་བློན་ཀྱང་མི་ལམ་དུ་སླིད་པས་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་སྐྱབ་པ་མ་
 ཡིན་པ་ཉིད་དུ་སེམས་ཤིང་ཤ་ཟ་འམ་ཀ་བ་ལ་སོགས་པ་གཞན་དག་ཡོད་པ་མ་
 ཡིན་ཏེ། བྱིའི་དོན་ནི་སེམས་པོ་ཡིན་ཏེ་སྣང་བར་མི་རུང་བས་དེ་མེད་དོ་ཞེས་ཡིད་
 ལ་བྱེད་ཅིང་དམིགས་པ་ན་འཇིན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་ལ་མངོན་པར་ཞེན་
 པ་ཡོངས་སུ་མ་བོར་བས་ཞེས་བྱ་བའི་བྱི་རོལ་མེད་པ་ན། དེ་འཇིན་པར་བྱེད་པ་
 དེ་ཉིད་དུ་མི་འཐད་པ་ཡིན་ན་ཡང་སྐྱེ་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་
 བརྒྱུད་པའི་གོ་མས་པ་དང་དེའི་བག་ཆགས་ཡོད་པས་རང་གི་སེམས་གཉིས་སུ་
 མེད་པའི་རྣམ་པ་ལ་འཇིན་པའི་རྣམ་པ་ཉིད་མངོན་པར་ཞེན་པ་ཡིན་ནོ། །བྱི་རོལ་
 གྱི་དོན་དུ་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྤངས་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲ་མ་བཞེན་དུ་བྱིའི་ཡུལ་དུ་

དམིགས་པ་མི་འཐད་པས་དེ་ལ་ཆགས་པ་རྣམ་པར་བསལ་ཏེ། རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་
ཉིད་ཀྱིས་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་དག་པན་ཚུན་སྟོས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཡོད་པར་
རིགས་ལ། དེའི་འོག་ཏུ་དེ་ཡང་རྣམ་པ་མེད་པའི་ཤེས་པ་ནི་ཡུལ་ལ་འཛིན་པར་མི་
རིགས་སོ། །

རྣམ་པ་ཆད་མ་མེད་ཕྱིར་དང་། །མི་རིགས་ཕྱིར་ན་ཅིག་ཤོས་མིན། །ཞེས་བྱ་
བས་བསལ་བས་གཟུང་བ་མེད་ན་འཛིན་པ་མེད་དོ་ཞེས་ངེས་པར་བསམ་
སོ། །དེའི་འོག་ཏུ། འདི་དག་རྣམ་རིག་ཙམ་ཉིད་ཅེས། །དེ་སྟོམ་དུ་ནི་བསམས་ནས་
སྟུ། །ཅི་ཡང་རུང་སྟེ་མདུན་འཛིག་ན། །དེ་ཉིད་ཙམ་ལ་མི་གནས་སོ། །ཞེས་སྟོས་
བས་གཟུང་བའི་རྣམ་པའི་མཆན་ཉིད་ཀྱང་སེམས་ཙམ་ཉིད་ཡིན་པས་མདུན་དུ་
རྣམ་པ་བརྟག་པ་ཡང་སེམས་ཙམ་ཉིད་ཀྱིས་རིགས་པ་མ་ཡིན་པས་དེ་ཡང་འཛིན་
པའི་རྣམ་པའི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པར་རིག་པ་ཙམ་དེ་ཡང་རྣམ་པར་བསལ་ཞིང་
དོར་ཏེ།

སྟོ་ལས་ཉམས་སྟོང་གཞན་མེད་ཅིང་། །དེ་ཉམས་སྟོང་བ་གཞན་མེད་
དེ། །གཟུང་དང་འཛིན་པ་དང་བྲལ་བས། །དེ་ནི་རང་ཉིད་སྒྲུང་བ་ཡིན། །ཞེས་བཤད་
བས་གཉིས་སྟུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་འབའ་ཞིག་སྟེ། །གཟུང་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོང་བ་
ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཙམ་འབའ་ཞིག་བདག་ལ་སོགས་
པའི་འཛིན་པ་དང་བྲལ་བ་འཇམ། །ཡང་དག་པའི་རིག་པའི་བྱ་བས་སྟོང་བ་ཡང་དག་
པ་སྟེ། །དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་ན་ཡོད་པའི་རོ་བོ་སྟེ་གཉིས་སྟུ་མེད་པའི་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་རང་
རིག་པར་འགྱུར་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཡོད་ཅིང་གནས་པ་ཡིན་ནོ་སྟུ་མ་དུ་དེ་ལྟར་ངེས་པར་

བྱས་ནས་དེའི་འོག་ཏུ། དེ་དང་དེ་རྟེན་གང་བྱུང་བ། །རང་གི་ངོ་བོར་དེ་མ་
སྐྱེས། །རང་གི་ངོ་བོར་གང་མ་སྐྱེས། །དེ་ལ་སྐྱེས་ཞེས་ཅི་ཞིག་བརྗོད། །

ཅེས་བྱ་བའི་བྱ་བ་པའི་མཐས་དེ་ཡང་སྟེ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཙམ་ཡང་རྟེན་
ཅིང་འགྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་སྤྱི་མ་བཞིན་དུ་སེམས་དང་
སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོག་པས་པའི་དབང་ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་སྤྱི་མ་
བཞིན་དུ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་སྟེ། རང་རིག་པ་ཉིད་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་བསྟོན་པར་མི་
བྱས་པ་ཡིན་ན་ཡང་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་ངོ་བོར་མི་འབྲད་པས་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་
པ་ཡིན་ཞིང་ཡང་དག་པར་ཏེ། དེ་བཞིན་ཉིད་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ན་གཅིག་ཏུ་སྟེ། ཤིན་
ཏུ་དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་ལ་སོགས་པར་བརྟགས་པའི་ངོ་བོ་དང་བྲལ་བ་
ཞེས་བྱ་བ་དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་དང་གཉི་ག་དང་གཉི་ག་མ་ཡིན་པའི་
རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ངོ་བོ་མེད་ཅིང་སྤངས་པ་ཡིན་ནོ་སྟོམ་དུ་བསྐྱོམས་ཏེ།

གང་སྤྱིར་ཡང་དག་ཡང་དག་མིན། །ཤིན་དུ་བསྐྱོམ་པ་གང་གང་
ཡིན། །བསྐྱོམ་པའི་སྟོབས་ནི་རྫོགས་པས་ན། །དེ་གསལ་མི་རྟོག་སྟེའི་འབྲས་
བུ། །ཞེས་སྟོས་པས། བསྐྱོམ་པའི་སྟོབས་བྱ་བ་ནས་ཞེས་བྱ་བ་བསྐྱོམ་པའི་རབ་ཀྱི་
མཐར་སྤྱིན་པའི་གནས་སྐབས་སུ། །ཁ་ཅིག་ལ་ཞོར་བུ་དང་དཔུལ་ལ་སོགས་པའི་
ཤེས་པ་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་རི་ལྟར་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱི་ཞོར་བུ་དང་དཔུལ་
དང་མེ་ལོང་ལ་སོགས་པ་ལ་གཟུགས་བརྟན་ཀྱི་ཤེས་པ་གཅིག་དང་དུ་མ་ལ་
སོགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་པ་གསལ་བར་སྤང་བ་དེ་བཞིན་དུ་འབྲུལ་པའི་མཆན་མ་
མཐའ་དག་སྤངས་པ་ཞེས་བྱ་བ་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པ་མ་ལུས་པ་དང་བྲལ་

བཤོ། །སྐྱུ་མ་ལྟ་བུའི་བདག་ཉིད་དུ་སྒྲུང་བའི་སྒྲོ་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་
དངོས་པོར་མི་འཐད་པས་སོ། །རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་ཆགས་ལ་
སོགས་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པས་སྒྲོང་བ་ཉིད་ཀྱིས་ན་མ་རིག་པ་དང་བྲལ་བཤོ། །

སོ་སོར་རང་གིས་རིག་པར་བྱ་བ་ནི་མི་སྐྱུ་བར་སོ་སོར་རང་གིས་རིག་
བཤོ། །ཅི་ཞིག་ལྟར་འགའ་ཞིག་གིས་ཀྱང་སྟེ། ཡང་དག་པར་སྐྱེས་ན་སྒྲོང་ངོ་ཞེས་
འོག་མ་དང་སྒྱར་རོ། །དེ་ནི་ལྟོག་པའི་སྒྲོ་ནས་ཆིག་ལེ་འུར་བྱས་པ་ལས་མ་སྒྲོས་
པའི་དོན་གྱིས་འཕགས་པ་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་
ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་སྒྲོང་པས་ཉོན་མོངས་པ་ལ་
སོགས་པ་ལྟོག་པར་ཁས་མི་ལེན་པར་གཞན་དག་གིས་གཉེན་པོའི་ལམ་བསྐྱོམས་
པས་ཆོས་དེ་རྣམ་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་བྱེད་དེ་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པ་སྒྲུང་བའི་
ཁྱད་པར་ཅི་ཡང་སྟེ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །

རི་ལྟ་བུ་ཞེན་ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་སྟེ། རི་ལྟར་ནམ་མཁའ་ལ་རྩས་མེད་པ་
ཅམ་གྱིས་ངོ་བོ་ལ་ཁྱད་པར་གང་གིས་ཀྱང་འཕེལ་བ་དང་འབྲི་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་
གྱི་ཁྱད་པར་བྱ་བར་མི་རུས་ཏེ། རྟག་པ་ཉིད་ཀྱིས་དོན་དམ་པར་ངོ་བོ་ཉིད་དེ་ལྟ་
བུར་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཕྱི་དང་ནང་གི་ཐུ་སྟེགས་པ་ལ་
གྲགས་པའི་དཔེ་ཡིན་པ་དེ་སྐྱས་པ་ནི། དེ་ལ་ནམ་མཁའ་བསྐྱིབས་པ་མེད་པ་ཞེས་
བྱ་བ་ནང་གི་ཐུ་སྟེགས་པའི་གྲུབ་པའི་མཐའ་ལས་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་སྟེ། རྣམ་པ་
ཐམས་ཅད་དུ་ནམ་མཁའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རི་བོང་གི་རྩ་དང་འབྲ་བར་གསོག་ཡིན་པ་
ཉིད་ལ་དེ་རྣམས་ཀྱི་འཐད་པ་དང་རྩས་སུ་བཏགས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་རྩས་མེད་པ་

ཅམ་གྱི་ངོ་བོ་འཛིན་པ་བཞིན་དུ་ཞེས་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཕྱི་རོལ་གྱི་ཐུ་སྟེགས་ཀྱི་ཕྱོགས་ནི་རྩལ་དང་ཡོན་ཏན་ལ་སོགས་པ་མེད་པ་
 ཅམ་གྱི་ངོ་བོ་ཡིན་ལ་ནང་གི་ཐུ་སྟེགས་པའི་ཕྱོགས་ལྟར་ན་ཡང་གཟུགས་ལ་
 སོགས་པ་སྤྱི་དང་བྲད་པར་མེད་པ་ཅམ་གྱི་ངོ་བོ་བྲད་པར་མེད་པ་ནམ་མཁའ་རི་
 ལྟར་འཛིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྤྱི་དུ་མེད་པ་སྟེ། གཞལ་དུ་མེད་པ་དང་། སྤང་དུ་མེད་
 པ་དང་བསལ་དུ་མེད་པར་རང་གི་ངོ་བོ་སྟེ། རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ་དེ་འཛིན་ཅིང་
 བདག་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོར་བདག་གིར་བྱེད་པས་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་འཛིན་པ་ཉིད་དེ། ཡང་
 དག་པ་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པའི་སྐད་ཅིག་མ་སྟེ། བ་ཅམ་དུ་
 གནས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་ཤེས་པ་ཅམ་གྱི་ངོ་བོར་ཞེས་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། འཛིན་པའི་
 ཤེས་པའི་བདག་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོས་སྟོང་པ་རྣམས་དང་ཤེས་བྱའི་མཆོན་
 ཉིད་རྣམས་ཏེ།

དེའི་རྒྱ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་གཟུང་བའི་བདག་ཉིད་རྣམས་གལ་ཏེ་དོན་
 དམ་པར་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པའི་དོན་གྱིས་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་བྱུར་ན་དེའི་ཆེ་ཅུང་ཟད་
 གྱང་མི་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་སྒྱུར་ཏེ། ད་ལྟར་གྱི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཉོན་
 མོངས་པ་ཅན་གྱི་སྤང་བའི་མཆོན་ཉིད་ལ་གཉེན་པོ་ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་འདས་པ་
 དང་མ་འོངས་པ་མེད་པས་དེ་སྟེ། བའི་སྐད་ཅིག་མ་ཡང་ད་ལྟར་གྱི་སྐད་ཅིག་མ་ནི་
 མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཅུང་ཟད་གྱང་མི་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནམ་མཁའ་རྟག་པ་
 དང་འདྲ་བར་ཆོས་རྣམས་སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་། ལུས་དུ་བྱུང་བའི་བྱེད་པ་
 མེད་པ་ན་བྲད་པར་ཅི་ཞེག་ཡོད་དེ། ཅི་ཡང་མེད་པས་བྲིད་ཅག་གི་ཕྱོགས་ལྟར་

བསྐྱོམ་པ་ནི་འབྲས་བུ་མེད་པ་དང་། ཚོས་གྱི་རང་གི་ངོ་བོ་མ་ཤེས་པར་གྱུར་པ་
གང་གིས་བསྐྱོག་ཅེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །

དེ་ཡང་། རི་ལྷར་རི་མོ་མཁན་གྱིས་ནི། །གཞོད་སྦྱིན་འཛིགས་སུ་བྱང་བའི་
གཟུགས། །བྱིས་ནས་བདག་ཉིད་སྐྱབ་པ་ལྟར། །འཁོར་བར་མི་མཁས་དེ་བཞིན་
ནོ། །ཞེས་གང་བཤད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ལན་གྱི་བྱར་གྱིས་ཡང་། ཚིག་
ལེའུར་བྲས་པ་ལས་སྒྲོས་པའི་དོན་ནི་དེའི་བྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་
ཡིན་ཏེ། གང་གི་བྱིར་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེའི་བྱིར་དངོས་པོ་སྟེ། གཟུགས་ལ་སོགས་
པ་དེ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྟེ། ཡང་དག་པའི་སྒྲོར་གྱུར་པ་དེ་ཉིད་བྱིན་ཅི་ལོག་
ཡིན་ཞིང་མི་འཐད་པ་ཉིད་གྱིས་ན་དེ་མི་ལྟོག་པས།

བཙེམ་ལྡན་འདས་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་ཡང་གནས་པ་ཡིན་ལ་དེས་ན་གང་
བཙེམ་ལྡན་འདས་ཏེ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་གྱི་ཤེས་བྱའི་སྦྱིབ་པ་བག་ཆགས་
དང་བཅས་པ་རྣམས་ཐམས་ཅད་དུ་སྦྲངས་ཤིང་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པ་འགོག་པ་
དང་། ཚོས་རྣམས་ཏེ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་ཡོད་པར་ཁས་ལེན་ཅིང་
དོན་དམ་པར་ཡོད་པར་འདོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་པན་ཚུན་འགལ་བའི་དོན་ཁས་
ལེན་པ་ནི། ཁོ་བོས་ཉིང་རེ་འཛིན་མངོན་སུམ་དུ་བྲས་པས་ཡ་མཚན་དུ་ཅིས་ཏེ།
ལོག་པའི་དངོས་པོ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་ཡང་གལ་ཏེ་ཉོན་མོངས་པ་ལྟོག་པར་
གྱུར་ན་དེའི་ཆེ་སོ་སོའི་སྟེ་བོ་རྣམས་དང་ཅིའི་བྱིར་མ་གྱུར་ཅེས། འཕགས་པ་
བྲམས་པས་དགོངས་སོ། །རྒྱ་མཚོག་ཉིད་ལས་འབྲས་བུ་མཚོག་ཏུ་འགྱུར་གྱི། ཀོ་
ཏུ་བའི་ས་བོན་ལས་སྤྱ་ལུའི་སྤྱ་གུ་དང་འབྲ་བར་གཞན་ལས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་

ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཁས་སྐྱོང་བར་བྱ་བ་ཡིན་པས་ཉོན་མོངས་པ་སྤངས་པའི་འབྲས་
བྱ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་འདི་ནི་མཆོག་མ་ཡིན་པའི་དངོས་པོ་ལ་ལྟ་བུ་བས་དྲི་མ་ཅན་དུ་
བྱས་པའི་མཐོང་བའི་ལམ་ལས་རྒྱང་བ་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བར་ཞེས་བར་བྱའོ།

དབུ་མའི་རྒྱན་ལས། རྣམ་པར་དག་པའི་རྒྱ་ལས་ནི། །འབྲས་བུ་རྣམ་པར་
དག་པ་འབྱུང་། །ཡང་དག་ལྟས་རྒྱང་རྒྱལ་བྱིས་ཀྱི། །ཡན་ལག་ལ་སོགས་རྣམ་
དག་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། རྣམ་འགྲེལ་ལས། ལན་འགའ་ཐབས་ནི་རྣམ་པ་
ཞིག་ཏུས་ཀྱང་མང་དུ་འདི་ཡིས་ནི། །བསྐྱབས་པས་དེ་ལ་ཡོན་ཏན་དང་། །ཉེས་པ་
བསལ་བར་གྱུར་པ་ཡིན། །ཞེས་གང་བཤད་པ་ཡིན་ལོ། །དེ་ལྟར་ཡོད་པའི་སྟོགས་
བསལ་བས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པའི་གྲུབ་པའི་མཐའ་མི་བདེན་པའི་
གྲུབ་པའི་མཐའ་ཉིད་དུ་བསྟན་ནས།

ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་སྟོགས་ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བའི་བདག་མེད་པའི་གྲུབ་
པའི་མཐའ་བརྟན་པོར་མཛད་ཅིང་ངེས་པར་བྱས་ནས། ཐར་བ་འདོད་པ་རྣམས་
ཀྱིས་འདི་ཁོ་ན་ཁས་སྐྱོང་བར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་འདོད་པ་
རྣམས་ཀྱིས་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་པའི་སྟོགས་འདི་ཁོ་ན་རིགས་པ་
དང་ལྡན་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཁས་སྐྱོང་བར་བྱའོ་ཞེས་གནས་པའི་སྟོགས་ཏེ།
ངེས་པ་གྲུབ་པའི་མཐའ་བར་སྐྱབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པས་གསུངས་པ་ནི། འདི་
ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལ་བསལ་བྱ་ཅི་ཡང་མེད། །ཅེས་བྱ་བ་
གང་གི་སྤྱིར་གྲོལ་བ་མི་འཐད་པའི་རྒྱ་དེས་ན་ནང་གི་སྟེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་
དོན་དམ་པར་ཡོད་པ་ལ་སོགས་པར་སྟོབ་བཏགས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་གང་

ཡིན་པ་དེ་བསལ་བར་བྱ་བ་དང་། བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་ཅུང་ཟད་མེད་ཅེས་བྱ་བས་ནི་
ཕྱི་རོལ་བའི་ཐུ་སྟེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་ལ་སོགས་པ་བྱ་སྟོ་བཏགས་པ་གང་
ཡིན་པ་དེས་བསྐྱེད་པར་མི་བྱ་སྟེ།

ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་ལྟ་བའི་ཚུལ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྟག་
མཛོ། མེད་པར་ལྟ་བ་བསལ་བ་ནི་ཡང་དག་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་
ཏེ། ཡང་དག་པ་ཉིད་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཡང་
དག་པ་སྟེ། རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་གྲགས་པའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་བལྟ་བར་བྱ་བའི་
ཤེས་པར་བྱའོ། །དེས་ཅིང་འགྱུར་ཞེ་ན། ཡང་དག་མཐོང་ན་རྣམ་པར་གྲོལ། ཞེས་
བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་སྟོམ་པར་བྱེད་པ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་བག་ཆགས་
དང་བཅས་པར་སྤངས་པས་སངས་རྒྱས་སུ་འགྱུར་རོ། །

ཆོག་ལེ་འུར་བྱས་པ་འདི་ཉིད་ཀྱི་དོན་ནི། གང་གི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་བཤད་མ་ཐག་པའི་དངོས་པོ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་
པ་ལས་གྲོལ་བར་མི་འཐད་ཅིང་བྱང་ཆུབ་པ་མི་རུང་བ་རྒྱ་དེའི་ཕྱིར་སྐྱར་བ་
འདེབས་པ་སྟེ། བདག་མེད་པ་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པའི་དོན་དམ་པར་ཡོད་པ་ལ་
སོགས་པ་སྟོ་འདོགས་པའི་ངོ་བོ་སྟེ། ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་པར་དོགས་པ་བསལ་ན་
གཅིག་དང་དུ་མའི་རང་བཞིན་ལ་སོགས་པའི་ཆད་མས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བས་
བསལ་ཅིང་ཆོས་གང་ལ་ཡང་བདག་ལ་སོགས་པས་གཞོད་པ་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་
དམ་པར་མ་བྱས་པར་འདི་ཉིད་ཤེས་པར་གྱུར་པ་ན་མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་
ལག་བཅུ་གཉིས་ལས་ཀུན་ཏུ་འབྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གཟུགས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་ལ་

སོགས་པ་སྟེ།

གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ལ་སོགས་པ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཡིན་ཞིང་
 ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་དག་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དེ་ཐ་སྐྱད་དུ་དཔེན་པ་རང་བཞིན་མེད་པ་སྟེ།
 སྐྱུ་མ་དང་མཚུངས་པའི་ངོ་བོར་བརྟག་པར་བྱ་ཞིང་བསྐྱོམ་པར་བྱའོ། །འདིས་ཅིར་
 འབྱུང་ཞེན། དེ་ལྟར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྐྱོས་པ་ཡིན་ཏེ། སྐྱུ་མའི་སྒྲུང་པོས་
 སྐྱུ་མའི་སྒྲུང་པོ་གཞན་ཞིག་པམ་པར་བྱས་པ་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རི་ལྟར་
 བརྒྱན་གྱིས་སྒྲུང་པོ་དང་འཐབ་པ་ནི་ཟིལ་གྱིས་མནན་པ་དེ་བཞིན་དུ་བྱིན་ཅི་ལོག་
 པས་ཞེས་བརྒྱན་གྱི་ལམ་གྱིས་བརྒྱན་གྱི་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་ལས་སྐྱེས་པའི་ཉོན་
 མོངས་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་བྱིན་ཅི་ལོག་སྒྲོང་བའི་རྒྱས་ན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བ་ན་
 སྟེ། ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བའི་བདག་མེད་པ་མཐོང་ཞིང་མོས་པ་ནི་རྣམ་པར་གྲོལ་
 བར་འབྱུང་ཏེ། ཡང་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པར་འབྱུང་ངོ། །

བདག་ཅག་གི་ཕྱོགས་ལྟར་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ་དེ་བས་
 ན་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱུ་མ་ལམ་གྱི་སྐྱུ་མས་སྟོག་པ་ཡིན་པས་དངོས་
 པོ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་རེ་བར་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་དང་གཉེན་པོར་གྱུར་པ་མེད་
 ཏོ། །དེའི་བྱིར་ཁོ་བོ་ཅག་ལ་སྤར་སྒྲིས་པའི་ཐར་པ་མི་འཐད་པའི་ཉེས་པ་ཡོད་པ་མ་
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །ཟུང་ན་འདས་མིན་ཟུང་ན་འདས། །འཛིག་རྟེན་
 མགོན་གྱིས་བསྟན་པ་ནི། །ནམ་མཁས་བྱས་པའི་མདུད་པ་འདི། །ནམ་མཁའ་ཉིད་
 གྱིས་བགྲོལ་བ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་དུག་པོ་དེ་དག་པན་ཚུན་ཏེ། གཅིག་

ལ་གཅིག་བསྐྱུས་བ་གང་ཡིན་བ་སྟེ། སྤྲ་མ་བཞིན་དུ་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་སྦྱིན་
བ་ལ་སོགས་བ་དེ་རེ་རེ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་སོ་སོ་རེ་རེ་ཞིང་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་བ་སྟེ།
སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་དུ་བྱུང་བའི་བཟོད་བ་སྟེ།

སྐྱུག་བསྐྱུས་ལ་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་བ་གང་ཡིན་བ་དེས་བསྐྱུས་ཤིང་དེ་
དང་འབྲེལ་བའི་སེམས་ཀྱི་བྱུང་བར་གང་ཡིན་བ་དེ་ནི་ཅེ་མོའི་མངོན་པར་རྟོགས་
བ་འདིར་མཐོང་བའི་ལམ་ཡིན་ཏེ། ཉོན་མོངས་བ་ལ་སོགས་བ་བག་ཆགས་དང་
བཅས་བ་སྒྲོང་བར་མཐོང་བའི་ཐབས་སུ་རྣམ་པར་གཞག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷག་
མཐོ། །སྦྱིན་བ་ལ་སོགས་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་བ་ནི་རྣམ་པར་འབྲེལ་བ་ཡིན་
ཏེ། ལན་ཅིག་རྣམ་པར་རྟོག་བ་དུ་མ་འབྱུང་བ་ནི་འགལ་བ་ཉིད་ཡིན་གྱི་ཡུལ་དུ་མ་
ལ་རྣམ་པར་རྟོག་བ་གཅིག་འབྱུང་བ་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ། ཤིན་ཏུ་མང་བས་མ་
བསྐྱབས་བས་དེ་ལྟར་སྲིད་པའི་ཕྱིར་ཡང་དག་པར་རྣམ་བ་སུམ་ཅུ་ཅ་དུག་ཉིད་
ཡིན་ན་ཡང་སྦྱིན་བ་ལ་སོགས་བ་ཆོགས་པའི་ཡུལ་གྱི་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ལ་
བཟོད་བ་གཅིག་ནི། སེམས་གཅིག་གི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱིས་མཐོང་བའི་ལམ་ཡང་
སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ལ་མངོན་པར་རྟོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པའི་རྒྱ་ཡིན་བ་ལ་འགལ་
བ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །

ད་ནི་མཐོང་བའི་ལམ་སྦྱེས་པར་མ་གཏོགས་པའི་དགོངས་བ་བརྗོད་ནས་
སྒྲོང་བའི་འབྲས་བུ་ཉིད་གྱིས་མཐོང་བའི་ལམ་ལས་བསྐྱོམ་པའི་ལམ་ཐ་དད་བ་ཉིད་
ཡིན་ན་ཡང་བཤད་མ་ཐག་པའི་སྤང་བ་ལ་དབང་དུ་བྱས་པའི་བསྐྱོམ་པའི་ལམ་
བརྗོད་པར་རིགས་བ་ཡིན་ནོ་ཡང་གང་གིས་དེ་དོན་དང་བཅས་བས་རེ་ཞིག་དེ་

བསྟན་པས་ནི་དེ་སྐྱེས་པ་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། མ་རིག་པ་
དང་འདྲ་བྱེད་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་མིང་དང་གཟུགས་དང་། སྐྱེད་མཆེད་བྱུག་
དང་། རེག་པ་དང་། ཆོར་བ་དང་། སྲིད་པ་དང་། ལེན་པ་དང་། སྲིད་པ་དང་། སྐྱེ་བ་
དང་། བླ་ཤི་སྟེ། སྲིད་པའི་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ནི། རྟེན་ཅིང་འགྲེལ་བར་འབྱུང་བ་
ཞེས་བྱ་བ་ཉིད་གོ་རིམས་ཀྱིས་བདག་མེད་པ་བསྟོམ་པ་ནི་ལྷགས་སུ་འབྱུང་བར་
བསྟོམ་པ་ལོ། །

དེ་བཞིན་དུ་ཐ་མ་ནས་བརྒྱུམས་ཏེ། གོ་བསྟོག་ནས་བསྟོམ་པ་ནི་ལྷགས་དང་
མི་མ་ཐུན་པ་བསྟོམ་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ་ལོ། །དེ་ཡང་མཐོང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པས་སེང་གེ་རྣམ་པར་བསྐྱེདས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་རབ་དུ་བྱེད་
པའི་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་ནི་བསལ་ཏེ། རྟེན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཟིལ་གྱིས་མི་
གཞོན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན། སེང་གེ་རྣམ་པར་བསྐྱེདས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཉིང་དེ་འཛིན་
ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ་ལོ། །

མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པའི་གོ་རིམས་ནི་དོན་གྱི་དབང་ལས་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ།
ཆོས་མངོན་པ་ལས། མ་རིག་ཉོན་མོངས་སྟོན་གནས་སྐབས། །འདྲ་བྱེད་དག་ནི་
སྟོན་ལས་ཀྱི། རྣམ་ཤེས་མཆོམས་སྟོར་སྤང་པོ་ཡིན། །མིང་དང་གཟུགས་ནི་དེ་
པན་ཆད། །སྐྱེ་མཆེད་བྱུག་དོད་ཚུན་ཆད་དོ། །དེ་ནི་གསུམ་འདུས་ཚུན་ཆད་
དོ། །རེག་པ་བདེ་སྤྱད་ལ་སོགས་ཀྱི། །རྒྱ་ཤེས་ཀྱས་པ་ཚུན་ཆད་དོ། །ཆོར་འཁྲིག་
ཚུན་ཆད་སྲིད་པ་ནི། །ལོངས་སྟོད་འཁྲིག་པའི་ཆགས་ཅན་གྱི། །ཉེ་བར་ལེན་པ་
ལོངས་སྟོད་རྣམས། །ཐོབ་པར་བྱ་བྱིར་ཡོངས་རྒྱག་པའི། །དེ་ཡི་འབྲས་བུ་འབྱུང་

འགྱུར་བའི། །ལས་བྱེད་དེ་ནི་སྲིད་པ་ཡིན། །ཉིང་མཆམས་སྒྱུར་བ་སྒྱེ་བ་
ཡིན། །ཆོར་བའི་བར་ནི་ཆ་ཤི་ཡིན། །ཞེས་གང་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །བསྐྱེམ་པའི་
ལམ་ནི་དེ་ལྟར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ། མི་མཐུན་པའི་བྱུགས་
སྒྱུར་བ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཤིན་ཏུ་འགོག་པའོ། །

སོགས་པའི་སྒྲུས་ནི་མ་སྒྱེས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པ་ཤིན་ཏུ་མི་
སྒྱེད་པའོ། །རྟེན་སྒྱུབ་པ་མངོན་དུ་འགྲོ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བཞི་མེད་པ་ལ་སྒྱུར་བ་ལ་
སོགས་པ་མི་འཐད་པས་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ཤེས་པ་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན་ནོ། །གོ་སྒྲ་
བ་ནི་རྟོགས་སྒྲ་བའོ། །ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱས་རྟེན་ཏེ་སྒྱུར་བ་ལ་སོགས་པའི་གཞི།
བསྐྱེམ་པའི་ལམ་ནི་འགོག་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ།
དཔྱུལ་བ་དང་། ཡི་དྲགས་དང་། བྱུང་སྐྱེད་དང་། མི་དང་། འདོད་པའི་ལྷ་དྲུག་ནི་
འདོད་པའི་ཁམས་སོ། །འདོད་པ་དེར་གཏོགས་པ་ནི་སྒྱེ་བས་ཐོབ་པའོ། །

རྣམ་པར་ཤེས་པ་མཉམ་པར་མ་བཞག་པ་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ཤེས་
པའོ། །མཆམས་བཟུང་སྟེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་པའི་ཁམས་པའི་སྒྱེ་བོ་རྣམས་ལས་
འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་ཉེ་བར་བཟུང་ཞིང་རྣམ་པར་གཞག་པས་འགོག་པ་
དང་བཅས་པའི་སྒྲོམས་འཇུག་དགུ་ཞེས་གོང་མ་དང་སྒྱུར་རོ། །དེས་ན་དོན་ནི་
འདི་ཡིན་ཏེ་འགོག་པ་དང་བཅས་པའི་བསམ་གཏན་བཞི་དང་། གཟུགས་མེད་
པའི་སྒྲོམས་པར་འཇུག་པ་བཞི་སྟེ། དགུའི་ནང་ནས་བསམ་གཏན་དང་པོ་ནས་
བཅུ་མས་ཏེ། དེམ་པ་བཞིན་དུ་བསྐྱེམས་པས་འགོག་པའི་བར་དུ་སོང་ལ་འོངས་
ནས་ཞེས་བྱ་བ་འགོག་པ་དང་བཅས་པའི་སྒྲོམས་འཇུག་དགུར་སོང་ནས་ཞེས་

འདིར་རྗེས་སུ་སྦྱར་བར་བྱའོ། །

དེས་ན་དོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ་ཐ་མ་འགོག་པ་ནས་བརྩམས་ཏེ་ལྷགས་ལས་
བརྒྱུག་པ་བསམ་གཏན་དང་པོའི་བར་དུ་འོངས་ནས་ཡང་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་
དགུ་པོ་དེ་དག་ཉིད་ཀྱི་ནང་ནས་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་སྟེ། སྟོམས་པར་འཇུག་པ་
གཅིག་དང་གཉིས་དང་གསུམ་དང་བཞི་དང་ལྔ་དང་དྲུག་དང་བདུན་དང་བརྒྱད་
གང་ཡིན་པ་དེ་བརྒྱལ་ཅིང་འདས་ནས་དེ་ལས་གང་ཐོད་ཀྱིས་དུ་ནི་སྟོམས་འཇུག་
པ་ཞེས་བྱ་བ་ཉོན་མོངས་པ་བག་ཆག་དང་བཅས་པ་ཉམས་སྟོད་པའི་བསམ་
གཏན་ཀྱི་བྱང་པར་རོ། །འགོག་པའི་བར་དུ་མི་འབྲ་བར་འགོ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་
བཞིན་དུ་ལྷགས་དང་མ་སྟུན་པ་དང་ལྷགས་དང་མི་མ་སྟུན་པའི་རིམ་པ་དག་གིས་
འགོག་པ་མངོན་པར་བྱས་པར་བྱས་པ་གོ་རིམས་མ་ཡིན་པར་འགོ་བ་དེ་ནི་འདིར་
བསྟོམས་པའི་ལམ་ཉིད་ཡིན་པར་བཤད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

ཆོག་ལེ་འུར་བྱས་པའི་དོན་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། བསམ་གཏན་དང་པོ་ནས་བརྒྱུད་སྟེ་འགོག་པའི་བར་དུ་སོང་
ནས་ཞེས་བྱ་བ་ནས་འདོད་པ་མི་དགེ་བའོ་ཞེས་སྟོས་པས་འདོད་ཁམས་པའི་རྣམ་
པར་རྟོག་པས་རྣམ་པར་གཡེང་བའི་སེམས་ནས་ཉེ་བར་གཟུང་བ་བྱས་ནས་
གཟུགས་ཁམས་སུ་གཏོགས་པའི་སེམས་ཀྱིས་བསམ་གཏན་དང་པོ་མངོན་སུམ་
དུ་བྱས་པ་འགོག་པའི་བར་དུ་སོང་ནས་ཞེས་བྱ་བ་དེ་བཞིན་དུ། བསམ་གཏན་
གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་དང་དེ་བཞིན་དུ། གཟུགས་མེད་ཁམས་ལ་
གནས་མེད་དེ། །སྟེ་བ་ལས་ནི་རྣམ་པ་བཞི། །ཞེས་སྟོས་པ་གཟུགས་མེད་པའི་

ཁམས་སུ་གཏོགས་པའི་སེམས་ནམ་མཁའ་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། ཅི་ཡང་
མེད་པ་དང་། འདུ་ཤེས་མེད་འདུ་ཤེས་མེད་མིན་སྒྲེ་མཆེད་དོ། །དེའི་འོག་ཏུ་ནི་
འགོག་པའོ། །

དེ་བཞིན་དུ་རིམ་གྱིས་སོང་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བཤད་པ་ནི་དེའི་
འོག་ཏུ་འགོག་པ་ནས་བརྒྱུད་སྟེ་བསམ་གཏན་དང་པོའི་བར་དུ་འོངས་ཏེ་ཞེས་བྱ་
བ་རྒྱུན་དུ་ལུགས་དང་མི་མ་སྤུན་པར་བསྒྲོམས་པས་བསམ་གཏན་དང་པོའི་བར་
དུ་འོངས་པ་ནི་འགོག་པ་དང་བཅས་པའི་སྟོམས་འཇུག་དགྲུང་འོངས་ནས་ཞེས་
བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བཤད་པ་ཡིན་ལོ། །དེ་ལྟར་བཤད་པའི་རིམ་གྱིས་ལུགས་དང་
མ་སྤུན་པ་དང་ལུགས་དང་མི་མ་སྤུན་པའི་རིམ་པ་རྣམས་པ་གཉིས་ཀྱིས་བསམ་
གཏན་བཞི་དང་། གཟུགས་མེད་པ་བཞི་དང་།

འགོག་པའི་མཆེན་ཉིད་ཀྱི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་དག་ལ་སོང་ཞིང་ཞེས་བྱ་
བ་བསམ་གཏན་དང་པོ་ནས་བརྒྱུད་ཏེ། འགོག་པའི་བར་དུ་ནི་ལུགས་དང་
མ་སྤུན་པ་ཡིན་ལ་འགོག་པ་ནས་བརྒྱུད་ཏེ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་བར་དུ་
ལུགས་དང་མི་མ་སྤུན་པར་འོངས་ཏེ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། །ཡང་དེ་བཞིན་དུ་
རྣམ་པ་གཉིས་ལ་སོགས་པ་དོར་བ་ནི་འོངས་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་
ཡིན་ཏེ། འོངས་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ལྟར་དང་པོར་སོང་བ་ལས་སོ། །ཡང་ཞེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པ་ནི་དེ་ལྟར་བཤད་པའི་རིམ་པས་གཅིག་ལ་སོགས་པ་ཐོར་ནས་
ཞེས་བྱ་བ་གཅིག་དང་གཉིས་དང་གསུམ་ལ་སོགས་པ་ཐོར་བས་སོ། །འགོག་པའི་
སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ལ་སྤྱི་བའི་བར་དུ་མི་འདྲ་བའི་སྟོན་པ་འགྲོ་བ་ནི་བསྟོམ་

པའི་རིམ་གྱིས་རབ་དུ་འགྲོ་བའི་རྒྱས་མི་འདྲ་བར་འགྲོ་བ་ཐོད་ཀྱིས་གྱི་སྟོམས་པར་
འཇུག་པ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་ཉམས་སྦྱང་པར་བྱེད་པའི་
བསམ་གཏན་གྱི་བྱེད་པར་རོ།

དབང་པོ་ཉིད་གྱི་མཆན་ཉིད་ནི་སེམས་དབང་དུ་བྱེད་པ་ཉིད་གྱི་བདག་ཉིད་
ཅན་བྱང་ཚུབ་སེམས་དབང་འགྲོ་བའི་དོན་གྱི་ཕྱིར་གོ་ཆ་བགོས་པས་མངོན་སུམ་
དུ་བྱེད་པ་ཡིན་པས་ན་བསྟོམ་པའི་ལམ་ཡིན་ནོ། །སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ཐམས་
ཅད་དུ་སེམས་ལ་དབང་བ་ཉིད་གྱིས་ན་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་དང་འདྲ་བར་འདོད་པས་
འཇུག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མི་འདྲ་བར་འགྲོ་བ་ནི་སེང་གེ་རྣམས་པར་བསྐྱེད་པའི་
སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ་ལ་བྱེད་པར་ཅན་རྣམས་ནི་བྱེད་པར་
གྱི་ལམ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་ཐོད་ཀྱིས་གྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་འདི་ནི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དབང་
རྣམས་ལ་རིགས་གྱི་གཞན་དག་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ།

ས་བརྒྱད་རྣམས་པ་གཉིས་འབྲེལ་དང་། །གཅིག་བཀལ་སོང་ཁིང་འོངས་ནས་
ནི། །རིས་མི་མཐུན་པར་གསུམ་པར་འགྲོ། །ཐོད་ཀྱིས་གྱི་ནི་སྟོམས་འཇུག་
ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་འདིས་བཤད་པའི་ཐོད་ཀྱིས་གྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་ནི་འདིར་སྐབས་
མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བསྟོམ་པའི་ལམ་བརྗོད་ནས་དེ་ལ་སྤོང་བའི་ཞེས་བྱ་བ་གང་གི་
ཕྱིར་བསྟོམ་པའི་ལམ་གྱིས་སྤང་བ་ཡིན་པ་དེའི་རྒྱས་འོག་ནས་བཤད་པའི་རྣམ་
པར་ཉོག་པ་རྣམས་པ་བཞི་བསྟོམ་པའི་ལམ་དེར་ཁོངས་སུ་ཚུད་པར་བྱའོ། །དང་པོ་
ཞེས་བྱ་བ་ནི་བཞི་པོ་དེ་ལས་སྤང་བར་བྱ་བའི་གཟུང་བའི་རྣམ་པར་ཉོག་པ་དང་པོ་
ནི་རེ་ཞེས་མདོར་བསྟུས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཆེ་ག་

ལེའུར་བྱས་པའི་དོན་མདོར་བསྟུས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ།
མདོར་བསྟུས་པ་དང་རྒྱས་པ་ལ་དགའ་བའི་གདུལ་བྱ་དག་སྟེ།

མགོ་སྟོས་པ་དང་རྣམ་པར་སྟོས་པས་ཤེས་པ་ཁ་སྐབ་ལ་སོགས་པའི་ཉེས་
བ་དང་བྲལ་བ་དག་ལ་ལུང་ཉེ་བར་སྟོན་པས་མདོར་བསྟུས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཉིས་ཡིན་ནོ། །རི་སྐད་དུ་བཤད་པའི་དོན་ནི་སྦྱིན་པ་ལ་
སོགས་པ་སྟེ། དེ་རྣམས་ནན་ཏན་དུ་མི་བྱེད་པ་ནི་སྦྱབ་པར་མི་བྱེད་སངས་རྒྱས་
རྣམས་ཀྱིས་བསྟངས་པ་ནི་མགོན་དུ་བྱ་བ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། དེས་ཡོངས་སུ་མ་
བཟུང་ཞིང་བདག་གིར་མ་མཛད་པ་ནི་དེའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཞན་ཡིན་ནོ། །བྱུང་
བ་དང་འགག་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཀུན་དུ་བྱུང་བ་རྣམས་རང་
གི་ངང་གིས་འཇིག་པས་སྦྱོར་བའི་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་བྲལ་བའི་
མཚན་ཉིད་ནི་མེད་པ་སྟེ།

ཕན་ཚུན་འགལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་གཅིག་ལ་བྱུང་བ་དང་འབྱུང་བར་འགྱུར་
བའི་ངོ་བོ་གཉིས་མི་འཐད་པས་མེད་པ་འཕ་ངོ་བོ་ཉིད་གཉིས་ལས་འདས་པའི་ངོ་
བོ་ནི་རང་གི་ངང་གིས་འཇིག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དང་མ་འོངས་པ་ནི་རང་གི་ངོ་བོར་
མེད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཡང་དག་པར་སྟེ་བའི་རྒྱ་དང་མི་ལྟན་པས་ཞེས་བྱ་བ་
ནི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ནི་ཡང་དག་པའི་སྟེ་བ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །མཐོང་བའི་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་སྤྱིས་འབྱུང་བའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་
ཉིད་དུ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །མ་འོངས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་
རྣམ་པ་གསུམ་འགོག་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་ལམ་གསུམ་ལ་འཇུག་པ་དང་། ཉོན་

མོངས་པ་རྣམས་ཡང་དག་པར་ན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་ཡུལ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་
ལམ་གསུམ་པ་འདུག་པ་དུས་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་དུ་ངེ་ལྟར་འབྱུང་ཞེས་བྱ་བ་
རྣམ་པར་རྟོག་པ་གསུམ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱི་ལོ་དོན་ཡིན་ཏེ།

དུས་གསུམ་ཡོན་ཏན་མེད་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །བདག་ཏུ་
ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་ན་མུ་ཅན་ལས་འདས་པ་ལ་སོགས་པའི་ལམ་ལ་སོགས་
པ་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། དེ་མེད་པས་སེལ་བའི་ལམ་མེད་པ་དེ་ནི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཅེས་བྱ་
བུ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཞི་བ་ཉིད་ལ་སོགས་པས་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་
དག་མུ་ཅན་ལས་འདས་པའི་དོན་དུ་སྦྱོར་བའི་ལམ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ལ་སྟོང་པ་
ཉིད་དུ་མངོན་པར་བསྟུན་པ་ཉིད་ཀྱིས་བདག་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པས་མཐོང་
བའི་ལམ་མོ། །

རང་བཞིན་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་བཞིན་མེད་པས་
བསྟོམ་པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། བསྟོམ་པའི་ལམ་སྟེ། རྣམ་པར་རྟོག་
པ་གསུམ་གྱིས་ནི། །ལེགས་པའི་ལམ་ནི་རྣམ་གསུམ་ལ། །ཞེས་བྱ་བ་བཤད་པ་
ཡིན་ཏེ། །ལེགས་པའི་ལམ་རྣམ་པ་གསུམ་མོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། །དང་ཞེས་
བྱ་བ་ནི་བསྟུ་བའོ། །གནས་སྐབས་འདིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤང་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཀྱིས་
དབང་དུ་བྱ་བའི་གནས་སྐབས་སུ་ཤིན་ཏུ་སྤང་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ན། བསྟོམ་པའི་
ལམ་སྤར་བཤད་པའི་སྦྱོར་བའི་གནས་སྐབས་གང་བསྟོམ་པའི་ལམ་གྱི་སེམས་
དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྒྱན་མི་འཆད་པར་འདུག་པའི་དམིགས་པའི་བྱད་པར་
དང་བོ་སྟེ། དེའི་ཡུལ་ཅན་གཟུང་བ་རྣམ་པ་དགུ་ནི་ཆོས་བསྟུན་པ་ལ་སོགས་པ་ཅི་

རིགས་པར་སྒྲུང་བ་དང་དོར་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པའོ། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་མ་ལུས་པ་
ནི་སྤང་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་དང་པོའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་
ཡིན་ནོ། །

ཆོག་ལེ་ལུར་བྱས་པའི་དོན་ནི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་སོགས་པ་དང་བྲལ་བས་ཡང་དག་
པའི་མན་ངག་སྟོན་པ་དང་དད་པ་ལ་སོགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་
མི་སྐྱེ་བའོ། །འཁོར་གསུམ་ཡོངས་སུ་དག་པ་ཉིད་ཀྱིས་བྱད་པར་དུ་འཕགས་པའི་
སངས་རྒྱས་ལ་དམིགས་པའི་བསོད་ནམས་གང་ཡིན་པ་དེ་དམིགས་པས་བྱང་
ཆུབ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྐྱེང་བོ་ཡིན་པའམ། དེ་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པའི་
གནས་སྐབས་དེ་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པ་ནི་མི་དམིགས་པའོ། །

ཉན་ཐོས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི། ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་
རིགས་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལམ་ཀྱི་འབྲས་བྱ་མངོན་དུ་བྱེད་པ་རེ་བ་ཡོད་པའི་
ཕྱིར་རོ། །ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ནི་སྤར་བཤད་པའོ། །དེ་སྐབས་པ་མེད་པ་
ནི་ཉམས་སུ་ལེན་པ་དང་བྲལ་བས་ཡང་དག་པའི་བྱང་ཆུབ་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པ་ནི་
རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལ་དམིགས་པར་མི་བྱེད་པའོ། །དམིགས་པ་དང་བཅས་
པ་ཉིད་ཀྱིས་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་དམིགས་པས་བསྟོམ་པའི་གཟུགས་ལ་
སོགས་པ་ལ་དམིགས་པའོ། །དམིགས་པ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་གཟུང་
བ་ལ་སོགས་པ་མ་དམིགས་པས་བསྟོམ་པ་མེད་པ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་
མི་དམིགས་པའོ། །དམིགས་པ་ཡང་མེད་མི་དམིགས་པ་ཡང་མེད་པས་ཞེས་བྱ་བ་

ནི་མི་དམིགས་པ་དང་དམིགས་པ་དག་བསྐྱོམ་པ་ཡང་མེད་སྐྱོམ་པ་མེད་པ་ཡང་མ་
ཡིན་པ་སྟེ། གཞུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་མི་དམིགས་པ་དང་དམིགས་པ་འོ། །

ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞུང་བ་ལ་སོགས་པ་
ལ་མངོན་པར་ཞེན་པས་སོ། །དོན་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
ལོག་པ་ཉིད་ཡིན་པས་སོ། །གནས་སྐབས་དེ་ནི་སྤང་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་
བ་ནི་དབང་དུ་བྱེད་པའི་གནས་སྐབས་སུ་ཤིན་ཏུ་སྤང་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པས་
སོ། །བསྐྱོམ་པའི་ལམ་གྱི་སྤང་བཤད་པའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ནི་
བྱུང་བར་ཅན་གྱི་ཤེས་པའི་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་འོ། །དེ་རྣམས་ཀྱི་འདུག་པའི་
གནས་སྐབས་ནི་རྒྱན་གྱིས་སྦྱེ་བའི་བྱུང་བར་གང་ཡིན་པ་སྟེ། དེའི་ཡུལ་ཅན་ནི་
དེའི་གཞུང་བར་བྱ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འོ། །

འཇོན་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་དོན་ནི་རྩས་
སུ་ཡོད་པར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྐྱོམ་པ་ཡིན་ཏེ། རྩས་སུ་ཡོད་པར་མི་སྦྱེ་
བས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དོན་དམ་པར་ཡོད་པར་སྦྱེ་བར་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་
རོ། །སེམས་ཅན་དུ་བཏགས་པ་ནི་གང་ཟག་ལ་སོགས་པའི་ཐ་སྙད་དོ། །སྤང་བ་
ཅམ་དུ་ཟད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱིའི་དོན་ཡོད་པར་མི་རུང་བས་སེམས་ཅན་
ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཆོས་སུ་བཏགས་པ་ནི་གཞུགས་ལ་སོགས་པའི་ཐ་སྙད་
དོ། །ཐམས་ཅད་དུ་འགོ་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་དུ་ཡང་མི་གནས་པས་ཡོད་
པར་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་གསུམ་
པའི་ཆོས་སེམས་སྦྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་སྤང་བ་ཉིད་མ་

ཡིན་པ་ཉིད་དུ་ཡོད་པའོ། །

རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མངོན་པར་ཞེན་པ་མ་སྤངས་པས་ཞེས་བྱ་བ་རྣམ་པ་
ཐམས་ཅད་དུ་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་མངོན་པར་ཆགས་པ་མི་འགོག་པས།
ཆོས་ལ་ཆགས་པ་སྟེ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པའོ། །རྩོམ་ཉིད་
མེད་པར་རྟོགས་པས་ཞེས་བྱ་བ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་མེད་པར་ཤེས་པས་ཆོས་
རབ་ཏུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཆར་དབྱེ་བ་ཤེས་པར་
བྱའོ། །ཆེད་དུ་བྱ་བ་མི་བྱེད་པས་ཞེས་བྱ་བ་སྤར་བ་ཤད་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་རྣམ་པ་
གསུམ་ལ་མི་དམིགས་པས་དངོས་པོའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་བྱེད་པ་སྟེ། ཕྱི་དང་ནང་གི་
བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་དོན་སྟོན་པ་ལ་དམིགས་པའོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་མི་
དམིགས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པ་མེད་པར་གཟུགས་ལ་
སོགས་པ་མི་ཤེས་པས་ཐེག་པ་གསུམ་གྱིས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་སྟེ། རྣམ་པ་
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བྱ་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པའོ། །

ཡང་དག་པར་རབ་ཏུ་མ་ཞུགས་པ་ཉིད་གྱིས་ཞེས་བྱ་བ་གཟུང་བ་ལ་སོགས་
པ་མེད་པར་མངོན་སུམ་དུ་མ་ཤེས་པས་ཡོན་མ་དག་པ་སྟེ། སྟོབ་མ་ལ་སོགས་
པས་བྱིན་པའི་རྩས་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པར་མི་སྦྱོང་བའོ། །སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པར་
དམིགས་ཏེ་སྦྱབ་པས་ཞེས་བྱ་བ་བསམ་གཏན་དང་བསམ་བྱ་དང་གཉི་ག་ལ་
སོགས་པའི་དངོས་པོ་ལ་དམིགས་པའི་ཤེས་པས་སྦྱོད་པ་རྣམ་པར་འཇུགས་པ་
སྟེ། སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པའོ། །སྤྲ་མ་བཞེན་དུ་ཞེས་བྱ་
བ་ནི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་མངོན་པར་ཞེན་པས་དོན་རྩི་ལྟ་བ་བཞེན་དུ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་

གྱིས་ན་གནས་སྐབས་འདིར་སྤང་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་འཛིན་བར་ཞེས་
བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །སེམས་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འཛིན་
པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་ནི་སེམས་ཅན་བཏགས་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་
སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཅན་བཏགས་པ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པའི་ཐ་
སྟོན་དོ། །

དེའི་རྒྱ་ནི་ཚུལ་འདི་ལ་སྤྱིའི་དོན་མེད་པས་ཤེས་པ་ཅམ་གང་ཡིན་པར་དེ་
ནམ་པར་གཞག་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཡུལ་ནི་དེའི་གཟུང་བ་བསྟོམ་པའི་
ལམ་དང་འབྲེལ་པའི་མི་མ་སྤུན་པའི་ཕྱོགས་གཞན་ནམ་པ་དགུ་སྤང་བར་
བྱའོ། །ཅིའི་བྱིར་ཞེན་དེ་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ཡིས་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། བསྟོམ་པའི་ལམ་
གྱིས་ཏེ་འགོག་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །དོན་འདི་ཉིད་ནི་མི་མ་སྤུན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཅན་དུ་བཏགས་པ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་
ཡོད་པའི་ཐ་སྟོན་དོ། །

དེ་ནམ་པར་གཞག་པར་བྱ་བའི་བྱིར་གང་སྤང་བ་ཅམ་ནི་བྱིའི་དོན་ཡོད་པར་
མི་རུང་བས་སེམས་ཅམ་མོ། །དེ་ཉིད་ནི་རྒྱ་ནམ་པར་གཞག་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡིན་
ཏེ་ནམ་པར་རྟོག་པའི་ནམ་པ་ཁོ་ན་ཐ་སྟོན་མ་ལུས་པ་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་
རོ། །དེའི་ཡུལ་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་ཉིད་
གསུམ་དག་གི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་དོན་ནི་ནམ་པ་
ཐམས་ཅད་ཅས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། ནམ་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་
མ་ཤེས་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱི་དང་ནང་གི་དངོས་པོ་ནམས་ཀྱི་ནམ་པ་ཡོངས་སུ་མ་

ཤེས་པས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་གང་ཡིན་པ་མི་མ་སྤྱན་པའི་
ཕྱོགས་དེ་ལ་ཀུན་ཏུ་སྒྲོངས་ཤིང་མི་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །

ལམ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་མི་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་
པ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་ལམ་གསུམ་པོ་མ་ཤེས་པས་ལམ་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་
གང་ཡིན་པ་དེ་མི་མ་སྤྱན་པའི་ཕྱོགས་དེ་ལ་ཀུན་ཏུ་སྒྲོངས་པའོ། །གཞི་ཐམས་ཅད་
ཡོངས་སུ་མ་ཤེས་པས་ཞེས་བྱ་བ་ཕྱི་ནང་གི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་ཙམ་
ཡོངས་སུ་མ་ཤེས་པས་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་ཀུན་
ཏུ་སྒྲོངས་པའོ། །ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ནི་སྤྲ་མ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཡོངས་སུ་
མ་ཤེས་པས་ཐམས་ཅད་ཞི་བའི་ལམ་ལ་ཀུན་ཏུ་སྒྲོངས་པ་སྟེ། ཉན་ཐོས་དང་རང་
སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་མི་
ཤེས་པའོ། །

གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་བྱ་དང་དེ་བཞིན་ཉིད་དག་ཏུ་ཡོངས་སུ་མ་
ཤེས་པས་ཞེས་བྱ་བ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དང་སྟོང་པ་ཉིད་དག་ཉི་བར་
དམིགས་པའི་ཕྱིར་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་སོགས་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་དང་མི་
ལྡན་པ་ལ་ཀུན་ཏུ་སྒྲོངས་པ་སྟེ། དེ་བཞིན་ཉིད་དང་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་
སྤང་བ་དང་འབྲལ་བ་མི་ཤེས་པའོ། །བདུད་ལ་སོགས་པར་རང་གི་ངོ་བོ་ཡོངས་སུ་
མ་ཤེས་པས་ཞེས་བྱ་བ་བདུད་དང་ཕྱིར་ཁྲོལ་བ་དང་དག་བོ་རྣམས་དངོས་པོ་མེད་
པར་མ་ཤེས་པས་མི་མཉམ་པ་ཉིད་ལ་ཀུན་ཏུ་སྒྲོངས་པ་སྟེ། བདག་ཉིད་ཀྱི་ཐུན་
མོང་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཏུ་མི་ཤེས་པ་ལའོ། །དོན་ལ་སྤྲ་རི་བཞིན་ཏུ་འཛིན་པ་ཉིད་

གྲིས་ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ལས། ལ་ལར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དབང་ཞེས་
བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པས་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་བྱང་པོ་དོན་དམ་པ་ཉིད་དུ་
འཛིན་པས་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་བདེན་པ་ལ་ཀུན་དུ་སྒྲིངས་པ་སྟེ།
འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་མི་ཤེས་པའོ། །

འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོངས་སུ་མ་ཤེས་པས་འདོད་
ཆགས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ནི་མི་བདེན་པའི་བྱིན་ཅི་ལོག་གི་ཀུན་ནས་
སྒྲིངས་པ་ཉིད་དུ་མི་ཤེས་པའི་བྱིར་ཉོན་སྒྲིངས་པའི་རང་བཞིན་ལ་ཀུན་དུ་སྒྲིངས་
པ་སྟེ། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་དངོས་པོ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་མ་ཤེས་
པའོ། །གཟུང་བ་དང་འཛིན་པའི་མཚན་ཉིད་ཡོངས་སུ་མ་ཤེས་པས་ཞེས་བྱ་བ་
གཉིས་དང་བྲལ་བར་མི་ཤེས་པའི་བྱིར་གཉིས་སུ་མེད་པ་ལ་ཀུན་དུ་སྒྲིངས་པ་སྟེ།
གཉིས་སུ་མེད་པ་མ་ཤེས་པའོ། །

སྤྲུལ་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཛིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ལ་སོགས་
པའོ། །མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་བརྗོད་པའི་ཤུགས་གྲིས་འབངས་པ་གཉིན་པོའི་
ཕྱོགས་ཀྱང་རྣམ་པ་བཞི་ཡིན་ལ་རེ་རེ་ཞིང་སྤྲུལ་བཞིན་དུ་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་
དགུ་ལས་གོ་བོ་སྒྲོག་པར་བཤད་པའི་དོན་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ནི་བསྟོམ་པའི་
ལམ་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །བསྟོམ་པའི་ལམ་གྱི་དགོངས་
པ་ནི་སྤྲུལ་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྲུལ་བཞིན་དུ་ཞེས་
བྱ་བ་ནི་མཐོང་བའི་ལམ་དང་འབྲ་བར་འདིར་ཡང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་བཞི་པོ་རེ་རེ་
ཞིང་ཆུང་དུ་ཆུང་དུ་ལ་སོགས་པ་དགུ་ཅར་ཡང་འཁོར་གསུམ་ཡོངས་སུ་དག་པ་

ཉིད་ཀྱིས་རྣམ་པ་དགུ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རྣམ་པར་རྟོག་པ་བརྒྱ་ཙུ་བརྒྱད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་
 སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཡམས་ནད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་དང་
 འགྲེལ་བ་ནི་གོ་སྒྲཏོ། །ཡུན་རིང་ལོན་ནས་དབྱུགས་སྤྱིན་ལྟར། །ཞེས་བྱ་བ་བཤད་
 པར་བྱ་སྟེ། གེགས་བྱེད་པ་མེད་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མི་མ་སྤུན་པའི་ཕྱོགས་མེད་
 པས་སོ། །དགའ་བས་དབྱུགས་འབྱེན་པ་ཐོབ་པ་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡུན་རིང་
 བོ་སྟེ། འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་ལ་གནས་པའི་བར་དུ་རབ་ཏུ་དགའ་བས་བཀལ་བ་ལྟ་བུར་
 འགྱུར་བའོ། །

བསྐྱོམ་པའི་ལམ་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡང་། སྟོང་གསུམ་པའི་ཞེས་
 བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་བར་ཆད་བྱེད་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། ཉན་ཐོས་
 དང་བསེ་བུ་དག་གི་རྟོགས་པ་སྤུན་སུམ་ཆོགས་པ་ནི་ཤེས་པ་སྤུན་སུམ་ཆོགས་
 པའོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་མེད་པ་ནི་སྤར་བཤད་པའི་མཐོང་བའི་ལམ་ལ་
 སྟེ། སྟོང་གསུམ་པའི་སྐྱེ་བོ་བཞོད་པ་ནི་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་སྟེ། དེ་བྱེད་པས་བསོད་
 རྣམས་གང་སྟེ་བར་འགྱུར་བའི་དགེ་བ་རྣམས་དཔེར་མཛད་ནས་ཞེས་བྱ་བ་དགེ་
 བ་དེ་དཔེ་ཉིད་དུ་བྱས་ནས་བསོད་ནམས་མང་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་ཞེས་བྱ་བ་དེའི་
 བསོད་ནམས་ཀྱི་གྲངས་ཉིད་ཀྱིས་གྲངས་མེད་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས་གང་
 སངས་རྒྱས་ཉིད་ཐོབ་པ་ལ་བར་ཆད་མེད་པར་འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་དུ་བར་ཆད་མེད་
 བ་དེ་ནི་འདིར་བར་ཆད་མེད་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ཏེ། བསམ་གཏན་གྱི་བྱེད་པར་
 ཡིན་ནོ། །

དེ་ནི་རྣམ་པ་ཀུན་མཁྱེན་ཉིད། །ཅེས་བྱ་བ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཉི་བར་

ཡེན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་ཉེ་བར་གདགས་པས་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཅེས་གྲང་དེ་ལ་བྱའོ་
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷག་མའོ། །འགའ་ཞིག་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་འགྲེལ་བ་དང་
 འདིའི་དམིགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་དང་འགྲེལ་བ་
 ནི་གོ་སློའོ། །གནས་འདི་ལ་ཞེས་བྱ་བ་བར་ཆད་མེད་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱིས་
 དམིགས་པ་ལ་སོགས་པའི་གནས་སྐབས་ནི་གཏིང་དཔག་དཀའ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་
 ཕྱིར་ཆད་མའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་རབ་ཏུ་སྤྱོད་བ་རྣམས་བརྒྱད་མར་གྲོལ་
 ལོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་སྟེ། ལྷན་ཀའི་གྲོལ་བ་བརྒྱད་མར་འབྱུང་བ་ནི་གྲོལ་བ་སྤྱོད་
 བ་མང་པོའོ། །

གང་ཞིག་ཡིན་ཞེན་ཐབས་ལ་མཁས་པ་མ་རྟོགས་པ་སྟེ། གུན་རྫོབ་དང་དོན་
 དམ་པའི་བདེན་པ་ལ་བརྟེན་པའི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་མ་དོན་པར་མ་ཤེས་པ་
 རྣམས་ལ་འཕགས་པ་བྱམས་པ་འཛིག་རྟེན་སྒྲོལ་བ་ལ་མཁས་པའི་ཐབས་ལ་
 མཁས་པས་དེ་དག་གསལ་བར་བྱ་བའི་ཐབས་ལ་མཁས་པས་གུན་རྫོབ་དང་དོན་
 དམ་པ་དག་གི་གྲོལ་བ་རྣམས་གུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པ་དག་གིས་བསྟན་པ་ཡིན་
 བོ། །འདིས་ནི་ཉིང་རེ་འཛིན་འདི་ཐབ་པ་ཉིད་དུ་བསྟན་དེ། ཆད་མས་མི་རྟོགས་པ་
 ཉིད་དུ་སྟོན་ཏོ། །སྒྲིའི་ནོར་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་དམིགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་
 ལ་སོགས་པའི་ཆོག་སྟེ། བཅད་པའི་དོན་ནི་འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་
 ཁམས་དག་ཅེས་བྱ་བ་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལ་རག་ལས་པའི་ལམ་དང་། གཟུགས་ལ་
 སོགས་པ་དང་ནམ་མཁའ་ལ་སོགས་པ་ནི་དངོས་པོ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་དམིགས་
 པར་འཐད་པ་སྟེ། གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་དུ་རིགས་པ་ཉིད་དུ་ལོག་པར་

རྟོག་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྱུར་བར་བྱའོ། །

གལ་ཏེ་ཡང་དག་པར་ཡུལ་དུ་གྱུར་ན་འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་ཁོ་ན་
ཡུལ་ཡིན་གྱི་དེ་མེད་ན་ཡུལ་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེས་ཆོལ་བ་པོའི་བསམ་བ་ཡིན་
ནོ། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་རང་བཞིན་མེད་པའི་སྤྱིར་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་
རྣམས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཅན་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་མེད་པས། དམིགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་
ངེས་པར་གཟུང་ཞིང་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་ངེས་པར་བྱ་སྟེ། ཡང་དག་པར་ན་ཆ་ཤས་
ཅན་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་ཡོད་ན་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་
གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པར་ངེས་པ་ཡིན་གྱི་དེ་མེད་ན་རྗེ་ལྟར་ཡོད་ཅེས་བྱ་
བ་སྟམ་མོ། །དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་དག་ནི་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པའོ། །

དེ་མེད་པ་ནི་མི་དམིགས་པ་སྟེ། མི་རྟོག་པས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་
ཉིད་དུ་འཛང་བྱ་བ་ན་དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་མཐུན་
པའི་ཡེ་ཤེས་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཡང་
དག་པར་ཡོད་ན་ནི། དེ་མཐུན་པ་ཡིན་གྱི་དེ་མེད་པར་དེ་རྗེ་ལྟར་ཡོད། ཡུལ་མེད་
པར་ཡུལ་ཅན་སྟེ་བར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་དབྱེ་བ་ནི་འཐད་
པས་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་གཉིས་དང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ནི་ཁྱད་
པར་རམ་ཁྱད་པར་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ་འགལ་བའི་ཆོས་ལ་གནས་པ་དང་།
རྒྱུའི་བྱེ་བྲག་གིས་ཞེས་བྱ་བའི་རིགས་པས་དབྱེ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡིན་ལ་ཁྱད་གྱི་
སྟོགས་ལྟར་ན་རྒྱུའི་དབྱེ་བས་མི་རིགས་ཏེ། དངོས་པོ་མེད་པའི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ཁོ་ན་
ལས་དེ་གཉིས་སྟེ་བའི་སྤྱིར་དང་། དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་ན་ཀུན་

རྩོམ་དང་དོན་དམ་པ་དག་འགྲེལ་བའི་ཆོས་གནས་པ་མེད་པ་སྟེ་རྩོམ་དེ་དག་ཐ་
དད་པར་ཡོད་ཅེས་བྱ་བ་སྟུམ་མོ། །

སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་མི་དམིགས་པས་ཞེས་བྱ་བ་སྦྱིན་པར་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་མེད་དེ་མ་ཤེས་པའི་བྱིར་ཞེས་བྱ་བ་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ཉམས་སུ་
ལེན་པ་ཡོད་པ་ཁོ་ནས་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ལ་དེ་ན་དེ་མེད་ན་རྩོམ་ཡོད་
སྟུམ་མོ། །རྟོགས་པར་བྱ་བ་མེད་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཤེས་བྱ་མེད་པས་སོ། །སྒྲོའི་
བྱུང་པར་དང་ལྡན་པ་གང་ཡིན་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཡིན་ལ་དེ་ཉིད་གདུལ་བྱའི་སྦྱི་
བོའི་རྒྱུད་ལ་དགའ་བ་སྦྱེད་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན། དཀོན་མཆོག་ཡིན་ན་དེ་ལ་
རྟོགས་པར་བྱེད་པས་རྩོམ་སངས་རྒྱས་ཤེས་བྱ་སྟུམ་མོ། །

མིང་དུ་བཏགས་པ་ཙམ་དུ་བྱད་པས་ཞེས་བྱ་བ་གཟུགས་དང་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་
ཕྱང་པོ་དག་གམ་གཉིས་དང་གཉིས་མེད་པའི་ཤེས་པ་དག་ནི་མིང་དུ་བཏགས་པ་
ཙམ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་རྩོམ་ཡོངས་སུ་བཏགས་པའི་རང་བཞིན་ནི་གཅིག་དང་
དུ་མ་དང་བྲལ་བའི་བྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆད་མས་དེ་མེད་པས་མིང་དུ་
བཏགས་པ་ཙམ་དུ་བྱད་པའི་བྱིར་ཆོས་དཀོན་མཆོག་སྟེ་ཕྱང་དང་རྟོགས་
པའོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པར་དམིགས་པ་བཀག་པས་ཞེས་བྱ་བ་བྱིའི་དོན་ཡོད་
པར་མི་འཐད་པས་གཟུགས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་བཀག་པའི་བྱིར་དགོ་
འདུན་ཏེ་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པ་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་དགོ་འདུན་ནི་
གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་ཡོད་ན་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྲུབ་ཀྱི་དེ་མེད་
ན་དེ་རྩོམ་ཡོད་སྟུམ་མོ། །

སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་དམིགས་པས་སྤྱིན་པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་ཐབས་ལ་མཁས་པ་སྟེ། སེམས་མི་འགོང་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་སྤྱིན་པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་མཐོང་བས་དམིགས་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྒྲག་པ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བས་སེམས་མ་ཞུས་པ་ལ་སོགས་པ་ཉིད་དུ་ངེ་ལྟར་འབྱུང་སྟུང་མོ། །དངོས་སོ་དང་དངོས་སོ་མེད་པ་དང་གཉི་གའི་ངོ་བོར་རྟོགས་པ་ནི་ཤེས་པ་སྟེ། དེ་བཀག་པས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་མངོན་པར་རྟོགས་པ་སྟེ། འཚང་བྱ་བ་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་བྱ་བ་ལ་དངོས་སོ་ལ་སོགས་པ་མེད་ན་དངོས་སོ་ལ་སོགས་པ་ངེ་ལྟ་བུ་དེ་ལྟར་མཐུན་པ་གང་ལ་ཡོད་སྟུང་མོ། །

སྤྱོས་པ་རྣམ་པར་གཞག་པའི་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་གདུལ་བྱའི་དབང་གིས་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་པ་ཉིད་དུ་སྟོན་པའི་ངེས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟག་པ་ལ་སོགས་པར་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་སྟེ། རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་གོ་བརློག་པས་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་མཉམ་པའི་ཕྱིར་གཞོད་པར་བྱ་བ་དང་། གཞོད་པ་བྱེད་པར་ངེ་ལྟར་འབྱུང་སྟུང་མོ། །ལམ་རྣམ་པར་བསྐྱོམས་པའི་འབྲས་བུ་གང་ཡིན་པ་དེ་མངོན་སུམ་དུ་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ལམ་སྟེ། ལམ་བསྐྱོམས་པས་འབྲས་བུ་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པ་འབྱུང་བ་ཡིན་ན་དེ་ངེ་ལྟར་མངོན་སུམ་དུ་མི་བྱེད་པ་ཡིན་སྟུང་མོ། །སྤང་བ་དང་དོར་བ་མེད་པས་ཞེས་བྱ་བ་སྤང་བར་བྱ་བ་དང་། སྤང་བར་བྱ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་དང་གཉིན་སོ་སྟེ། དགག་པར་བྱ་བ་དང་། འགོག་པར་བྱེད་པའི་དངོས་སོ་ཡོད་ན་དོར་བ་དང་སྤང་བར་བྱ་བ་མི་

མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་དང་གཉིན་པོ་ཡོད་པར་རིགས་ན། དེ་མེད་པས་དེ་རི་ལྟར་ཡོད་
པ་ཡིན་སྟེ་མཐོ། །

ཆོས་ཅན་མེད་པས་ཞེས་བྱ་བ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་མེད་པས་ཆོས་ཀྱི་
མཆོན་ཉིད་དེ། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རང་དང་སྤྱིའི་མཆོན་ཉིད་དེ། མཆོན་གཞི་
ཡོད་ན་མཆོན་ཉིད་ཡོད་པར་རིགས་ན། དེ་མེད་པར་དེ་རི་སྤྱིའི་ཡོད་པ་ཡིན་སྟེ་
མོ། །རང་དང་སྤྱིའི་མཆོན་ཉིད་མི་འཐད་པས་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱས་པ་དང་། མི་རྒྱས་
པའི་མཆོན་ཉིད་མི་འཐད་པའི་བྱེད་སྒྲུབ་པ་ལ་སྟེ། ལམ་བསམ་པ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་
ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་ཐོབ་པའི་དོན་གྱི་བསྒྲུབ་པའི་མཆོན་ཉིད་མི་འཐད་པས་ཀྱང་
ཐམས་ཅད་མེད་པ་ཡིན་ལ་དེ་བས་ན་དེའི་དོན་མེད་པར་འགྱུར་རོ་སྟེ་མོ། །

དང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱེད་བ་སྟེ། རོག་པར་རྟོགས་པ་རྣམས་ཀྱན་རྫོབ་ཡིན་
པའོ། །པན་ཚུན་འགལ་བ་ལྟར་སྒྲུང་བའི་དོན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་པན་ཚུན་འགལ་
བར་སྒྲུང་བའི་དོན་ཉིད། དེ་བསྐྱེད་པས་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་བྱ་བ་
པན་ཚུན་འགལ་བ་དང་འབྲེལ་བས། མི་འཐད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་མི་རིགས་པ་
ཉིད་ཀྱིས་ན་གང་གྲོལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཐེ་ཆོམ་གྱི་རོ་བོ་སྟེ། རོག་པར་ཉིད་ཡིན་པར་
ཡིད་གཉིས་སྤྱུ་རྒྱུར་པ་ན་རི་སྐད་བཤད་པའི་ཡུལ་ཅན་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་བར་
ཆད་མེད་པའི་ལམ་གྱི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་
ཉིད་ཀྱི་རྟོན་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་ལ་བརྟེན་པའོ། །

རོག་པར་རྟོགས་པ་རྣམས་པ་བཅུ་དྲུག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་དམིགས་པ། འཐད་པ་

ལ་སོགས་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་རྣམས་སོ། །འོག་པར་རྟོགས་པ་དེ་དག་གང་གི་
 ཡིན་ཞེ་ན། སྤྱི་བོ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་མི་ཤེས་པའི་རབ་ཏུ་
 སྤྱོད་ཅིང་ཅེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། སྤྱི་བོ་མངོན་པར་རྟོགས་པ་བརྒྱད་མི་ཤེས་ཤིང་།
 སེམས་མི་འགོང་བ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་ཐབས་མི་ཤེས་པའི་རབ་ཏུ་སྤྱོད་བ་སྟེ།
 བསྟན་བཅས་ཤེས་པ་དང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་ཚོལ་བ་བྱེད་པར་འདོད་པའི་
 མཁས་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་དང་། ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་དེ་རྣམས་ཉིད་དང་། ལྟ་
 ཆེན་པོ་དང་བྱབ་འབྲུག་ལ་སོགས་པ་དང་། དེ་ལས་གཞན་པའོ། །དེ་བས་ན་ཞེས་
 བྱ་བ་ནི་བཤད་པའི་རིམ་བས་སོ། །ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་སྟོན་ཅན་ཀྱི་ཞེས་བྱ་
 བ་ནི་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པ་ཉིད་དུ་ཚོལ་བ་མི་རིགས་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པ་
 ལའོ། །

གོ་རིམས་བཞིན་དུ་དོན་དམ་པ་དང་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་སྟོན་ས་ལན་བཏབ་དགོས་
 བས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཀུན་རྫོབ་དུ་ཚོལ་བ་ལ་ནི་དོན་དམ་པའི་ཐབས་ཀྱིས། དོན་དམ་
 པར་ཚོལ་བ་ལ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་ཐབས་ཀྱིས་ལན་གདབ་པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཚོལ་བ་
 ཁ་ཅིག་ལ་ནི་དོན་དམ་པ་དང་ཀུན་རྫོབ་དག་དང་། ལ་ལར་ནི་ཡང་དག་པ་དང་།
 ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་རྫོབ་དག་གིས་ལན་གདབ་པར་བྱ་བར་ཤེས་པར་
 བྱའོ། །དེ་ལྟར་ན་གཉི་ག་ལ་བརྟེན་པའི་ཐབས་ལ་མཁས་པས་ཞེས་བྱ་བ། འཛིག་
 རྟེན་པ་དང་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཐ་སྙད་ལ་བརྟེན་པའི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་
 ལ་བྱ་བས་སོ། །དེ་ལ་ཀུན་རྫོབ་དུ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡོད་པས་ན་
 དམིགས་པ་ཡིན་ལ་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་ངེས་པར་བརྒྱང་བ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་

མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ནོ། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཀྱིས་
ལན་བཏབ་པའོ། །ཀུན་རྫོབ་ཏུ་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་མཐོང་ན་ཡང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཏུ་
མ་མཐོང་བ་ནི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པ་དག་
གིས་སོ། །དེ་བཞིན་ཏུ་ཀུན་རྫོབ་དང་དངོས་པོ་ལ་སོགས་པ་སྤྲིད་པས་དེ་བཞིན་
གཤེགས་པའི་མདོན་པར་རྟོགས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་དག་པའི་ཀུན་རྫོབ་ནི་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པའོ། །ལོག་པའི་ཀུན་རྫོབ་
ནི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་པས་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་རྟག་པ་ལ་སོགས་
པར་བྱིན་ཅི་ལོག་པ་ནི་ཡང་དག་པ་དང་ལོག་པའི་ཀུན་རྫོབ་དག་གིས་འབྲུབ་སྟེ་
ཚུལ་ཁྲིམས་དང་ལྡན་པའི་སྟོན་ལམ་འབྲུབ་པོ་ཞེས་སྟོས་པའི་བྱིར་དོ། །ལམ་རྣམ་
པར་བསྟོམས་པས་ཀྱང་འབྲས་བུ་མདོན་སུམ་ཏུ་མི་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཀུན་རྫོབ་
ཀྱིས་ཏེ། དེ་བཞིན་ཏུ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། ལམ་ཡོད་
པས་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་དང་གཉེན་པོ་ཉིད་ཡོད་དོ། །

དེ་བཞིན་ཏུ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པས་དེའི་མཆོན་ཉིད་ཡོད་པ་དང་།
ཡང་དེ་བཞིན་ཏུ་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ལ་བསྟོམ་པ་ཡང་
རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་ལེགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་
ཅི་རིགས་པར་དེ་ལྟར་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་སྟོན་ལམ་ལན་གདབ་པར་བྱ་སྟེ།
དེ་དག་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་སྟོང་ཏུ་བསལ་བ་སྟོན་ཏུ་འགྲོ་བས་ལྷ་ཆེན་པོ་དང་
བྱུང་འདྲུག་ལ་སོགས་པའི་ཁྲིལ་བ་ཏུ་མ་ཆར་གཙོད་པའི་ངེས་པ་རྣམ་པ་ཐམས་
ཅད་ཏུ་སྟེ། ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆད་མ་ཏུ་མ་དག་གིས་ཡང་དག་ཅིང་

སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པའི་ངེས་པ་སྟེ། འདི་ཁོ་ན་ཡང་དག་པ་ཡིན་གྱི་གཞན་དག་ནི་
ཚོངས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཤེས་པ་བརྟན་པོར་བསྐྱེད་ནས་དག་པ་འདོད་པ་
རྣམས་ཀྱིས་ཏེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་ཀྱང་ནས་བྱེད་ཅིང་འཆང་རྒྱ་བ་
ཉིད་འདོད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་བར་ཆད་མེད་པའི་ཉིང་ངེ་
འཇོན་བསྐྱེད་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་དབང་དུ་བྱའོ། །

ཡུལ་གྱི་དབྱེ་བས་ལོག་པར་རྟོག་པ་རྣམས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མཐའ་ཡས་པ་ཡིན་
ན་ཡང་ཉེ་བ་ན་འདུག་པའི་གདུལ་བྱའི་སྐྱེ་བོ་ལས་ལྟོས་ཏེ། བཅུ་དྲུག་ཉིད་དུ་
བཞུགས་པ་ཡིན་ལ་དེ་བས་ན་རྣམ་པ་སྟོང་དུ་ཞེས་བྱ་བ་དང་མི་འགལ་ལོ། །ཤེས་
རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་སྤྱན་པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་
རྒྱན་ལས་སེང་གེ་བཟང་པོའི་ཞལ་སྤྲན་ནས་ནི་གཞུང་རྟོགས་དཀའ་བའི་སྒྲུང་བ་
མདོར་མཛད་པ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་བྱས་པ་ལས་སྐྱབས་སྤྲུལ་པའི་འགྲེལ་བའི་
བཞུགས་པའོ། །

སྐབས་ཐུག་པའི་འབྲེལ་བ་འདྲ་ཉོག་ས་དགའི་སྒྲུང་བ།

རབ་ཏུ་བྱེད་པའི་མན་ཚུན་གྱི་འབྲེལ་བ་བརྗོད་པ་ནི། ཅེ་མོའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཅེ་མོའི་མངོན་པར་ཉོག་ས་པ་ཐོབ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
སྒྲུང་བ་འདྲ་པའི་ཅེ་མོའི་སྟོར་བ་ལ་ལྷན་གྱིས་བྱུང་བ་ཐོབ་པ་ལོ། །སོ་སོ་དང་
བསྐྱུས་པ་ཉིད་ཏུ་ཞེས་བྱ་བའི་ལུགས་ལས་བསྒྲོག་པ་དང་ལུགས་སུ་འབྱུང་བ་དག་
གིས་སོ། །ཉོག་ས་པའི་དོན་རྣམས་ནི་བསྟོམས་པས་ཡུལ་དུ་བྱས་པའི་ཡུལ་
ལོ། །གོ་རིམས་སུ་བསྐྱགས་པ་ནི་རིམ་གྱིས་བྲན་པ་ལ་ཡང་དག་པར་བཞག་
པ་ལོ། །བསྟན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷན་གྱིས་བྱུང་བ་བྲན་པ་ལ་འཇུག་
པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

རྣམ་པར་སྟོམ་པར་བྱེད་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སེམས་ཕྱི་རོལ་ལས་ཡང་དག་
པར་བསྐྱུས་ཏེ། བྲང་དུ་ངེས་པར་དམིགས་པར་བྱེད་པས་སོ། །མཐར་གྱིས་པའི་
མངོན་པར་ཉོག་ས་པའི་སྟོར་བ་ནི། སྦྱིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་
ཏེ། སྦྱིན་པ་དང་བཅས་པའི་ཤེས་རབ་སྟེ། བ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པས་སོ། །བར་དག་
ཅེས་བྱ་བ་ནི་བྲན་པ་ཉི་བར་གཞག་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་སྟོང་བ་ལ་སོགས་པ་
དང་། བྱང་ཚུབ་གྱི་ཡན་ལག་བདུན་དང་། འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་
དག་གོ། །སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་བྲན་དང་ནི། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དཀོན་མཆོག་གསུམ་
རྗེས་སུ་བྲན་པས་བྲན་པ་དང་། དག་པ་ལ་སོགས་པ་རྗེས་སུ་བྲན་པའི་སྟོམ་པ་གང་
ཡིན་པའི་ཆོས་དངོས་མེད་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་མི་དམིགས་

བ་སྟེ་མཐར་གྱིས་པའི་བྱ་བར་བཞེད། ཅེས་བྱ་བ་དེ་ནི་གོ་རིམས་ཀྱི་སྦྱིན་པ་བྱ་བ་
བ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །དོན་འདི་ཉིད་ནི་བ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །

འཁོར་གསུམ་རྣམ་པར་དག་པས་རབ་ཏུ་སྤེ་བ་ནི་སྦྱིན་པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པ་གསུམ་པོ་ཉི་བར་མི་དམིགས་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་བ་རོལ་
ཏུ་ཕྱིན་པ་དྲུག་པོ་གང་ཡིན་པ་དེ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་སྟེ། གཏོང་བ་དང་གཏོང་བ་
ཆེན་པོ་དང་། ཤིན་ཏུ་གཏོང་བ་ལ་སོགས་པའི་མཆོན་ཉིད་གང་ཡིན་པ་སྟེ་ཡོངས་
སྤྱོད་གས་ཤིང་བསྐྱབ་པའོ། །དྲུག་ཅེས་བྱ་བ་སྟོས་ན་ཡང་། འདི་དག་གི་ལས་
ཤེས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། བ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་བཞི་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་
ཡིན་ཏེ། གང་དུ་བ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་སྟོས་པ་དེར་བ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་བརྩུ་ཤེས་པར་
བྱ་སྟེ། འབྲས་བུ་ས་བརྩུ་བསྟན་པའི་བྱིར་རོ། །ཅི་ཞིག་རྫོགས་པར་བྱེད་པས་ཤེ་ན།
དེ་ནི་ས་བརྩུ་ཡང་དག་པར་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །

བར་དག་ཅེས་བྱ་བའི་སྐྱས་བསྐྱས་པའི་དོན་ནི་བྲན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། བྱུང་དང་རྫོགས་པའི་བདག་ཉིད་དག་ནི་ཆོས་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་
པས་སྤྱོད་གས་གཉི་ག་ལ་ཡང་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་བྱུང་དུ་གསུངས་པ་ཉིད་ཡིན་པ་
དང་། གཉིས་སྤྱོད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་ཆོས་དགོན་
མཆོག་ཁོ་ན་ལ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །དེ་ནི་དོན་དམ་པར་ན་ལྟང་
དང་རྫོགས་པ་མ་གཏོགས་པར་གཞན་དུ་དགོན་མཆོག་གསུམ་དུ་མི་འཐད་པས།
གང་འདི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་ཤིང་མཐར་ཐུག་

བ་མེད་པ་འདི་དག་ནི་ཆོས་ལས་སྐྱེས་པ་ཆོས་ཀྱི་བགོ་སྐྱལ་ལ་སྒྲིང་བ།

ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་ཅན་ཆོས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པས་ཆོས་ལས་བྱང་བ་ཆོས་ཀྱི་
 སྒྲིང་ཡུལ་ཅན་ཆོས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྱང་བ་ཆོས་ལས་བྱུབ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
 བ་གསུངས་པའི་རྣམ་པས་ཆོས་བླན་པ་གང་ཡིན་པ་དེའི་མཆན་ཉིད་དང་དེའི་
 བདག་ཉིད་ཅན་གྱིས་ཤེས་རབ་ཀྱི་བ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དང་ཆོས་ཡང་དག་པར་
 བསྐྱུས་པ་ལ་སོགས་པའི་མདོ་སྡེ་ཐོས་པ་དང་བསམ་པའི་སྒོ་ནས་བྱིས་ཡིད་ལ་
 གྱེད་པས་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པ་རྗེས་སུ་བླན་པ་རྣམ་པ་གསུམ་གང་ཡིན་པ་
 དེས་ན། ཆོས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་ཆོས་མེད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་འདིར་རྗེས་སུ་བླན་
 པ་རྣམ་པ་གཉིས་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཀྱང་འདོགས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། རོ་བོ་ཉིད་
 མེད་པའི་བྱིར་དཀོན་མཆོག་གསུམ་དུ་ཡང་ཡོངས་སུ་བརྟགས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་
 བྱིར་རོ། །གཞན་དུ་ན་ཆོས་དཀོན་མཆོག་ཏུ་བརྟགས་པ་ཡང་ངེ་ལྟར་འགྱུར། ཡང་
 ན་ཆོས་ཀྱི་བདག་ཉིད་མེད་པ་ན་དཀོན་མཆོག་གཉིས་སུ་བརྟགས་པར་ཡང་མི་
 འགྱུར་ཏེ། རོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་བྱིར་དཀོན་མཆོག་གསུམ་དུ་བརྟགས་པར་མི་
 དེགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་ན་འདིར་གཉིས་སུ་མེད་པའི་སྟོང་པའི་ཡེ་ཤེས་ཁོ་ན་ལ་ཉོན་མོངས་པ་
 བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་མེད་པས་གཙོར་དགའ་བ་བསྐྱེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ཆོས་
 དཀོན་མཆོག་ཡིན་པའི་བྱོགས་འདི་ལ་ནི་དཀོན་མཆོག་གསུམ་དུ་གཏོགས་པའི་
 ཆོས་ཀྱི་སྐྱུས་ལུང་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའི་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི་མ་
 ཡིན་ཏེ། དེས་གང་དུ་ཡང་བྱེ་བྲག་ཏུ་འབྱེད་པར་མི་བྱེད་དོ། །དེ་ནི་དོན་དམ་པར་

ཞེས་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ། གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི་དངོས་ཀྱིས་བྱེ་བ་ཡིན་ནོ་
ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། །

སྟོགས་འདི་ལ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིམ་ལུང་དང་ཉོགས་པ་ཡིན་པར་བཤད་དེ་རྣམ་
གངས་ཡིན་པས་སོ། །སྟོན་པའི་དམ་ཆོས་རྣམ་གཉིས་ཏེ། །ལུང་དང་ཉོགས་པའི་
བདག་ཉིད་ཅན། །འཛིན་དང་དེ་ནི་སྟོན་པ་དང་། །སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཉིད་དག་
གོ། །ཞེས་བྱ་བས་འགལ་བ་མེད་དེ། ངན་འགྲོ་ཐམས་ཅད་འཛིག་པར་བྱེད་པ་ཉིད་
ཀྱིས་ན་དགའ་བ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་གང་ཅི་ཡང་རུང་བ་དེ་ཐམས་ཅད་འདི་ཉིད་ཀྱི་
ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་དགོན་མཆོག་འདི་ལས་གཞན་མེད་
པས་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལས་ལྷག་པར་ཐལ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་
ནི་ཡང་དགོན་མཆོག་གསུམ་པོ་མཐའ་ཡས་པར་འདོད་པ་ཉིད་ཆོས་ལས་མ་
གཏོགས་པར་གཞན་ཡིན་པར་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ན་ཕག་མའི་
ཉོགས་པ་བརྗོད་པ་ལས། གང་ཞིག་སངས་རྒྱས་སྐྱབས་འགྲོ་བ། །དེ་ནི་ངན་འགྲོར་
མི་འགྲོ་སྟེ། །མི་ཡི་ལུས་ནི་རྣམ་སྤངས་ནས། །དེ་ཡིས་ལྷ་ཡི་ལུས་འཛོལ་བོ། །

ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་གང་ཞིག་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་
འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤྲ་མ་བཞིན་དུ་སྒྲོས་སོ། །དགོན་མཆོག་གསུམ་པོ་འདི་དག་
ནི་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་ལ་སོགས་པ་ལམ་རྣམ་པ་གསུམ་གྱི་ངོ་
བོ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ།
དགོན་མཆོག་གསུམ་རྗེས་སུ་ངན་པ་འདིས་ཀྱང་ལམ་གསུམ་ལ་སྐྱེས་པའི་བར་
ཆད་མེད་པའི་ལམ་ཐོབ་བོ་ཞེས་སྟོན་ཏོ། །སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་

སོགས་པའི་སྐྱས་བསྐྱས་པའི་རྗེས་སུ་དན་པ་གཞན་དག་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །

སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་སྦྱི་དང་ནང་གི་ཐུ་སྟོགས་པའི་སྦྱི་བོ་དང་ཐུན་མོང་མ་
ཡིན་པ་ཉིད་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྦྱོས་པ་ཡིན་ཏེ།
གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་གང་ཡིན་པ་དེ་ནམས་ཀྱི་དངོས་པོ་མེད་
པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི་སྤར་བཤད་པའི་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་དན་པའི་བྱད་པར་ཆད་མ་
དང་། ལུང་གིས་བྱུབ་པ་གང་ཡིན་པ་དེས་ཁོང་དུ་ཆུད་པས་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་
དན་པའི་ཤེས་པས་རྟོགས་པའི་བྱད་པར་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མཐར་གྱིས་པའི་བྱད་
པར་བཞེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྦྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་
བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ལས་སེང་གེ་བཟང་པོའི་ཞལ་སྤྲུལ་ནས་ཀྱི་
གཞུང་རྟོགས་པར་དཀའ་བའི་སྒྲུང་བ་མདོར་བཤད་པ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་མཛད་
པ་ལས་སྐབས་དྲུག་པའི་འགྲེལ་པའི་བཤད་པའོ། །

སྐབས་བདུན་པའི་འགྲེལ་བ་འདད་རྟོགས་དཀའི་སྒྲུང་བ།

རབ་ཏུ་བྱེད་པའི་འགྲེལ་བ་བརྗོད་པ་ནི་མཐར་གྱིས་པའི་ཞེས་བྲ་བ་ལ་
སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ། མཐར་གྱིས་པའི་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་སྦྱིན་པ་ལ་
སོགས་པའི་མཆོན་ཉིད་དོ། །རྣམ་པར་བསྐྱོམ་པ་ནི་བསྐྱབ་པ་སྟེ་གང་གིས་དེ་ཡིན་
ཏུ་གོམས་པར་བྱས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སྦྱིན་གྱིས་བྱུབ་པ་བྲན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་
ཉིད་ཅེས་བྲ་བ་ནི་བའདད་མ་ཐག་པའི་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པའོ། །སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་
གིས་བསྐྱོམ་པ་ནི། སྐད་ཅིག་མ་དཔག་ཏུ་མེད་པས་རྣམ་པར་བསྐྱོམས་པ་རྣམས་
ཡིན་ཏུ་མང་དུ་གོམས་པའི་ཕྱིར། སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ལ་ངེས་པར་དམིགས་པ་ནི་
སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་པའི་མངོན་པར་རྟོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པ་ཡིན་ཏེ། སྐད་ཅིག་མ་
གཅིག་པར་བྱུང་པའི་སྦྱོར་བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བྱུང་པར་རོ། །

དེ་ཡང་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་ཏེ། རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་རྣམ་པ་བཞི་ཡོད་པ་ལས་དང་
པོ་སྟེ། ཐོག་མ་ནི་རྣམ་པར་སྦྱིན་པ་མ་ཡིན་པ་སྟེ། ཕྱི་ངོས་ཀྱི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་གྱིས་
མངོན་པར་འདུས་མ་བྱས་པ་ཐག་པ་མེད་པ་ཞེས་བྲ་བ་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པའི་
ཆོས་ཐམས་ཅད་དོ། །ཆོས་མངོན་པ་ལས། ཐག་མེད་ལམ་ཀྱི་བདེན་པ་དང་། །ཞེས་
སྒྲོས་པས་འདིར་ལམ་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་
རྣམས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་པའི་མཆོན་ཉིད་ནི་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་གི་བདག་
ཉིད་ཅན་ནོ། །སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་པའི་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་པ་ནི་སྐད་
ཅིག་མ་གཅིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ནོ། །ལམ་ནི་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་

ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། ཚིག་ལེའུར་བྱས་པ་དང་འགྲེལ་བ་
 བློ་སྒྲུབ་། དངོས་པོ་སོ་སོར་ངེས་པར་འཛིན་པ་ནི་ཤེས་པ་གང་ལ་སྦྱིན་པར་བྱ་
 བ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ལ་དམིགས་པའོ། །དེ་དང་བྲལ་བ་ནི་དེ་ལས་འདས་
 པའོ། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་ན་གོ་བཟློག་པའི་ངོ་བོ་སྟེ། སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་གཅིག་
 ཤེས་པ་ལས་གོ་བཟློག་པས་སོ། །

གོ་བཟློག་པའི་རྒྱ་ནི་སྦྱིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཟག་
 པ་མེད་པའི་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། དཔེ་བྱད་བཟང་པོ་བརྒྱད་ཅུའི་བར་གྱི་
 མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་གང་ཡིན་པ་དེ་བསྟུས་པའི་བྱིར་ཞེས་བྱ་བ་སྦྱིན་པ་ལ་
 སོགས་པ་གཅིག་ལ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཉིད་ཀྱི་ཁོངས་སུ་འདུས་པའི་རྒྱས་ན་ཐུབ་
 པ་ཞེས་བྱ་བ་མཉམ་པར་གཞག་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྟོགས་པ་ཡིན་པར་
 ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། ཟག་པ་མེད་པའི་ཡུལ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཤེས་པ་གཅིག་ཡིན་པར་
 ཤེས་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་པའི་མངོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་
 ཆུབ་པའི་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་པར་གྱུར་པའི་ཡེ་ཤེས་སོ། །ཡུལ་
 དཔག་ཏུ་མེད་པ་ལ་ཡེ་ཤེས་གཅིག་གི་བྱ་བ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་གཏན་
 ཚིགས་ཉིད་ཀྱིས་དཔེ་བསྟན་པ། ཇི་ལྟར་སྟེས་བྱས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་
 ཏེ། རབ་ཏུ་བྱེད་པ་དང་འགྲེལ་བ་ནི་གོ་སྒྲུབ་། །

སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་པའི་མངོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པ་གཉིས་པ་ནི་དེ་
 ལྟར་དང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པར་སྦྱིན་པའི་ཆོས་ཉིད་
 བློ་འཚང་རྒྱ་བ་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ་སྟེར་བ་ལ་མངོན་པར་སྟོགས་པ་དེ་དང་ལྡན་པའི་

ཟག་པ་མེད་པར་ཆོས་ཐམས་ཅད་དམིགས་པ་རབ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པའི་སྤྱིན་པ་ལ་
སོགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་པའི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་
རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་རྣམ་པར་སྤྱིན་པའི་ཆོས་ཉིད་
ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་འཁོར་བྱ་བ་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ་འབྱིན་པ་ལ་མངོན་པར་སྟོགས་
པའི་རྣམ་པའི་བྱད་པར་ནི།

གང་གི་ཆོས་དཀའ་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རང་བཞིན་དུ་སྤྱེས་པ་ཡིན་ཞིང་ཉོན་
མོངས་པའི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་ཡང་དག་པར་བྱུང་བ་ནི། སྤར་བ་ཤད་པའི་སྤྱིན་
པ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷག་མཛོ། །དེའི་ཆེ་སྐད་ཅིག་གཅིག་ཡེ་
ཤེས། །ཞེས་བྱ་བ་དེའི་ཆེ་སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་པར་གྱུར་པའི་
ཡེ་ཤེས་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རོ། །ཆོག་
ལེའུར་བྱས་པ་འདི་ཉིད་ཀྱི་དོན་ནི། གང་གི་ཆེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་
ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཆེ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་གཉེན་པོ་བསྟོམས་པས་ཞེས་བྱ་བ་
སྤར་བ་ཤད་པའི་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་གསུམ་པ་ལ་སོགས་པའི་བསམ་གཏན་ཀྱི་
མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ཐམས་ཅད་མེད་དེ་ཞེས་བྱ་བ་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་
པར་རྟོག་པ་དང་བྲལ་བས་རྣམ་པར་བྱུང་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དེ།

ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་གསུམ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་སྤྱིན་པའི་ཆོས་
ཉིད་ཀྱི་གནས་སྐབས་གང་ཡིན་པ་སྟེ། འཁོར་བྱ་བ་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ་རབ་ཏུ་སྟེར་
བའི་བྱ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ནི་དེ་མ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བས་ཞེས་བྱ་བ་གཟུང་བ་ལ་
སོགས་པའི་ལྷ་བ་སྤངས་པས་སྟོན་ཀའི་རྩེ་བའི་འོད་བཞིན་དུ་དཀར་པོའི་ཆོས་

སྤྲེལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་མ་མེད་པར་གྱུར་བ་དེའི་ཆེ་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ཁོ་ན་ལ་
 རྣམ་པར་སྤྲིན་པའི་གནས་སྐབས་སུ་གྱུར་བ་ཐོབ་པ་ནི་འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་ཉིད་
 དུ་གྱུར་བ་ན་ཟག་པ་མེད་པ་སྟེ། ཉོན་མོངས་པ་དང་བུལ་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་
 མཐུན་པ་ཉིད་གསུམ་ལ་སོགས་པ་རྟོགས་ཤིང་ལྷན་གྱིས་བྱུང་བའི་བླ་བའི་ཡེ་
 ཤེས་ནི་ཞེས་བྱ་བ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་
 བྱེན་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་རྒྱར་གྱུར་བ་ཉིད་ཀྱིས་ན་རབ་ཀྱི་མཐར་ཐུག་པ་ལ་འཇུག་
 པའི་ཡེ་ཤེས་ནི་སྐད་ཅིག་མ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །

སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་པའི་མངོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པ་གསུམ་པ་ནི་
 དེ་ལྟར་གཉིས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། བྱིའི་མཆན་ཉིད་མེད་
 པས་ན་མཆན་ཉིད་མེད་པའོ། །ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་སྤར་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ་སྟེ།
 དེ་རྣམས་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་པའི་མཆན་ཉིད་ཅས་བྱ་བ་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་པའི་
 རོ་བོ་ཉིད་ཅས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ། །སྤྲིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་མངོན་པར་
 རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པ་གསུམ་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་དོན་ནི་སྤྲོན་ཞེས་བྱ་
 བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྲོན་ཆོས་ཐམས་ཅད་མི་ལམ་ལྟ་བུར་གོམས་
 པས་ཞེས་བྱ་བ་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་དང་ཟག་པ་མེད་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་མི་
 ལམ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་དང་མཉམ་མོ། །

ཞེས་སྤར་བསྟོམས་པས་ཆོགས་གཉིས་ཉམས་སུ་སྤྱོད་པར་བྱས་ནས་ཞེས་
 བྱ་བ་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་ཉི་བར་བསགས་ནས་རྟོགས་པའི་
 གནས་སྐབས་ན་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་ཏུ་རུང་བའི་གནས་སྐབས་

སུ་མི་ལམ་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་དངོས་པོ་མེད་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དེ་ཟག་པ་
དང་བཅས་པ་དང་ཟག་པ་མེད་པའི་ཆོས་གང་ཡིན་པ་དེ་རྣམས་ལ་འོ། །དེ་ནི་ཉི་
བར་ལེན་པའི་ཕྱང་པོ་ལ་གནས་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཟག་པ་དང་བཅས་
པ་དང་། གྲུག་འབྱུང་གི་ཕྱང་པོ་དང་། ཟག་པ་མེད་པའི་ཚུལ་གྲིམས་ལ་སོགས་པའི་
ཕྱང་པོ་ལ་དམིགས་ཏེ། སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་བྱུག་སྐྱབ་པ་
ཞེས་བྱ་བ་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ཉམས་སུ་ལེན་པས་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་
ཉིད་སྦྱིན་པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་བདག་མེད་པར་ངེས་པར་
རྟོགས་པ་ནི་ངེས་པར་བརྟགས་པ་སྟེ། དེའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་
མཆོན་ཉིད་མེད་པའོ། །

ཞེས་བྱ་བ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་བྱིའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་
ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པའོ། །ཞེས་དེ་ལྟར་གྲུག་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བའི་
ངོ་བོ་སྤར་བ་ཤད་པའི་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་དང་གཉེན་པོའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་
ཆོས་རྣམས་ཏེ་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་གསུམ་ལ་
སོགས་པ་ནི་མཆོན་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་ཏུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་
ནོ། །གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ཉིད་ཏུ་གྱུར་པས་ན་དེའི་མཆོན་ཉིད་སྐྱད་
ཅིག་མ་གཅིག་ལ་མངོན་པར་རྟོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པ་བཞི་པ་ནི་དེ་ལྟར་གསུམ་པ་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་ཡིན་ཏེ། མི་ལམ་ན་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་
ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་དང་འགྲེལ་པ་ནི་གོ་སྟོན་ལོ། །

མངོན་པར་རྟོགས་པ་རྣམ་པ་བཞི་ནི་གདུལ་བྱའི་སྐྱེ་བོའི་བྱང་ན་གནས་པ་

ལས་ལྟོས་ནས་ལྟོག་པའི་དབྱེ་བས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་ཁ་ཅིག་ན་རེ་
རྒྱལ་འབྱོར་བས་གང་ཡང་རུང་བ་ཅིག་རྟོགས་པར་བྱའོ་ཞེས་འདོད། གཞན་དག་
ནི་བཞི་ཅར་ཡང་རྟོགས་པར་བྱའོ་ཞེས་འདོད་དོ། །ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་
པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་མདོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ལས་སེང་གེ་བཟང་
པོའི་ཞལ་སྤྲ་ནས་ཀྱི་གཞུང་རྟོགས་པར་དཀའ་བའི་སྒྲུབ་བ་མདོར་བཤད་པ་ཆོས་
ཀྱི་གྲགས་པས་མཛད་པ་ལས་སྐབས་བདུན་པའི་འགྲེལ་བཤད་པའོ། །

སྐབས་བརྒྱད་པའི་འབྲེལ་བ་འདྲ་རྟོགས་དཀའི་སྒྲུང་བ།

དེ་ལྟར་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་པའི་མངོན་པར་རྟོགས་པར་རྟོགས་པ་བརྗོད་ནས། ཆོས་ཀྱི་སྐྱའི་མངོན་པར་རྟོགས་པ་ནི་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ནི་བླ་པ་ཉི་ལྔ་བར་གཞག་པ་ལ་སོགས་པའོ། །དེའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་སྐྱ་གང་ཡིན་པ་ནི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྲུལ་རབ་བསགས་པའོ། །དེ་མངོན་པར་རྟོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པ་ནི་ཡེ་ཤེས་སོ། །དེ་ཡང་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱ་ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་བས་རྣམ་པ་བཞི་ཡིན་པས་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་དག་པར་ན་གཅིག་ཡིན་དུ་ཟིན་ཀྱང་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱ་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་གི་རྒྱ་ཡོད་པས་རྣམ་པ་བཞི་ཡིན་འོ། །ཐུབ་པའི་ངོ་བོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆིག་ལེའུར་བྱས་པའི་དོན་ནི། ཐུབ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། བླ་པ་ཉི་ལྔ་བར་གཞག་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་བླ་པ་ཉི་ལྔ་བར་གཞག་པ་དང་། ཡང་དག་པར་སྤང་བ་ལ་སོགས་པ་ལའོ། །

ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདག་ཉིད་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ནི་ཕྱིའི་འཇིག་རྟེན་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཟག་པ་མེད་པ་ནི་ཉོན་མངས་པ་མེད་པའོ། །རི་ལྷ་བྱ་ཞེ་ན། རི་མ་རྣམས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་ཏེ། རི་མ་རྣམས་སྟོ་བྱར་བ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ཉོན་མངས་པ་རྣམས་བཅོས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་རྣམ་པར་དག་པ་ནི་ཕྱི་དང་ནང་རི་མ་མེད་པའོ། །རང་བཞིན་གྱིས་དབེན་པའི་མཆོན་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་ནི་ངོ་བོ་

ཉིད་གིས་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པ་མེད་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཐོབ་པ་སྟེ། སྐྱེ་མ་ལྟ་
བུའི་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་བླ་མ་ཉི་ལྔ་བར་གཞག་
པ་ལ་སོགས་པ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་གི་རང་བཞིན་ངོ་བོ་ཉིད་གང་ཞིག་ཡིན་
ཞེས།

སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དེ། སྐྱེ་མ་ལྟ་བུ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་
བདག་ཉིད་འདི་ནི་སྐབས་པ་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྡན་འདས་ཀྱི་སྐྱེ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་
གོང་མ་དང་སྐྱར་རོ། །ངོ་བོ་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་རྒྱ་ནི་བཙུགས་མ་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་
ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་གྱི་ཞེས་བྱ་བ་
རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པའི་སྦྱོང་ཡུལ་མངོན་པར་རྟོགས་པ་བརྒྱད་
ཀྱི་ཐབས་ཀྱིས་ཐོབ་པ་སྟེ། འདིར་ཐོབ་པ་མེད་པས་ཀྱུན་རྫོབ་ཀྱི་ཡུལ་དུ་བྱས་པ་
ཡིན་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཚིག་གོ། །བྱས་པ་ནི་མ་ཡིན་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ནང་གི་སྐྱ་
སྟགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤངས་ལས་འདས་པ་དང་འབྲེལ་བར་ལམ་གྱིས་བསྐྱེད་ནས་
ཐོབ་པར་བྱ་བ་ཐོབ་པ་མ་ཡིན་པའོ། །རྒྱ་དེས་ན་བཙུགས་མ་མ་ཡིན་པའི་དོན་གྱིས་
ན་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་ཡིན་ལོ། །

དེ་ལྟ་ཡིན་ན་སྤྱིར་ཅག་གི་སྟོགས་ལ་ཡང་སྐྱེ་དང་ལམ་དག་ཡུལ་དང་ཡུལ་
ཅན་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་དེ་གཉི་ག་ལ་ཡང་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་མེད་པ་ནི་མ་
ཡིན་ལོ། །དེ་བས་ན་ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་རི་ལྟར་
འབྱུང་ཅེ་ན། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་ཏེ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་
སྐྱེ་མ་ལྟ་བུས་དམིགས་པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་སྦྱོང་པའི་སེམས་

ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཅེས་བྱ་བ་བྲན་པ་ཉི་བར་གཞག་པ་ལ་སོགས་པ་རྟོགས་ཤིང་
མཐོང་བ་གང་ཡིན་པ་དེས་ཐོབ་པ་ནི་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །ཕྱི་རོལ་ལྟ་བུ་ནམས་ཀྱིས་
ནི་གཉི་ག་ཡོད་པས་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་ཉིད་དང་། རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོའི་
མཆོན་ཉིད་དུ་འཐད་པ་ཡིན་གྱི། འདིར་ནི་སྐྱུ་མའི་སྐྱེས་བུ་ལྟར་སྐྱད་པར་
བྱའོ། །ཞེས་སྒྲོས་པས་ཡང་དག་པར་ན་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་མེད་པའི་ཕྱིར་ལམ་གྱི་
ཡུལ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་དེའི་ཡུལ་ཡིན་ན་ཡང་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་
སྐྱུ་འབྲས་བུ་ཉིད་མ་ཡིན་པས་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པར་ངི་ལྟར་འབྱུང་ཞེས་བྱ་བར་
དགོངས་སོ། །

ཅི་སྐྱུ་གསུམ་པོ་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱུ་ལས་གཞན་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། སྐྱུ་ལྟག་མ་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་ཏེ། སྐྱུ་ལྟག་མ་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱུ་ལས་གཞན་
པའོ། །སྐྱུ་གསུམ་པོ་ནི་ཆོས་དང་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པ་དང་སྐྱུལ་བ་ཞེས་
བྱའོ། །ཡང་དག་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་སྒྲུང་བ་ནི་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ཤེས་པའི་ཡུལ་
ལོ། །དོན་དམ་པར་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ནི་ཡང་དག་པར་ན་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་ཉིད་
མེད་པས་གཟུང་བ་ལ་སོགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་གཉིས་སུ་མེད་པའི་བདག་ཉིད་
ཅན་ནོ། །ངི་ལྟར་མོས་པས་རབ་ཏུ་བྱེ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་མངོན་
པར་ཞེན་པ་ལས་མ་འདས་པར་འབྱུང་བ་དེ་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱུའི་ཡུལ་དུ་ནམ་པར་
གཞག་པའམ། དེའི་འབྲས་བུའི་ཐ་སྐྱད་ཡིན་གྱི་ཡང་དག་པར་ནི་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་
ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །

ཡི་ཤེས་གཅིག་གི་བདག་ཉིད་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱུ་ལ་འབྲས་བུ་འམ། དེའི་ངོ་བོ་

ཉིད་ཀྱི་མ་ཕ་གསུམ་ཡིན་པ་འདི་ག་ལས་ཤེས་ཞེས་བརྟགས་པ་ལ། རི་ལྟར་མོས་
བས་རབ་ཏུ་བྱེ་བ་ནི་ཞེས་བྱ་བའོ། །འདི་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་རབ་ཏུ་གསལ་བར་བྱ་བ་
ནི། སངས་རྒྱས་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔའ་དང་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་སྤྱོད་ཡུལ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་
པའི་བྱིར་ཏེ། ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་སྐུ་ལ་སོགས་པ་ཀྱི་མ་ཕ་གསུམ་བསྟན་པའི་
དོན་དུ་དེ་དང་ཐ་མི་དང་ཡུང་ཞེས་བྱ་བ་དོ་ནོ་ཉིད་ཀྱི་སྐུ་དང་བྱེ་བྲག་མེད་ན་ཡང་ཐ་
དད་པར་ཀྱིས་པར་གཞག་གོ་ཞེས་སྐུ་གསུམ་དུ་དབྱེ་བས་བརྗོད་པ་ནི་སྐུ་གསུམ་
ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཡིན་ནོ། །

ཅི་དེ་ལས་ཐ་དད་པ་འཇམ་ཐ་མི་དད་པ་ཡིན། ཐ་མི་དད་ན་བྱེ་བྲག་ཡོད་པ་མ་
ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། བྱེ་བྲག་མེད་པ་ནི་ལུགས་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་
ཡིན་ཏེ། ལུགས་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རིགས་པར་སྐྱབ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་པ་ཡིན་
པས་ན་རིགས་པ་སྟེ། རིགས་པའི་བསྟན་བཅོས་ལས་སོ། །གང་གི་བྱིར་ཞེས་བྱ་བ་
ནི་གང་གིས་ནའོ། །དབེན་པ་ཅན་ལས་ནི་དབེན་པ་ཐ་དད་པ་ཉིད་དུ་མི་འདོད་ཅེས་
བྱ་བ་ཐ་དད་པ་ཅན་ལས་ཐ་དད་པར་མི་འདོད་པ་ནི་དབྱེར་མེད་པ་ཉིད་དོ། །གང་
ཞེག་ཅེན་དབེན་པ་སྟེ་ལྟོག་པའོ། །ལྟོག་པ་ནི་དངོས་པོ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ལ་ཀྱུན་
རྫོག་ཏུ་ནི་དངོས་པོ་དང་བྱེ་བྲག་ཡོད་པས་བྱེ་བྲག་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཉིད་ནི་
སངས་རྒྱས་པ་རྣམས་འདོད་ཀྱི་གཞན་དག་ནི་མ་ཡིན་པས་འདིར་ཡང་དེ་ཉིད་
ཀྱིས་སྐུ་གསུམ་པོ་བྱམ་པ་དང་སྐྱམ་བུ་དག་བཞེན་དུ་ཐ་དད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་
བར་དགོངས་སོ། །

དེ་ལྟར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་མ་ཐུན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེའི་ཆོག་ལེ་འུར་བྱས་པ་དང་འགྲེལ་བ་ནི་གོ་སྤྲོད། །ནང་
གཟུགས་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཆུང་དུ་དང་ཆེན་པོའི་རྣམ་པ་དག་ནི་ཆུང་
དུ་དང་རྒྱ་ཆེན་པོ་དག་གིས་ལྟ་བ་རྣམ་པ་གཉིས་དང་། ཟིལ་གྱིས་མནན་པའི་ཤེས་
པ་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ་བཞི་དང་། དེ་བཞིན་བཞི་བ་གཉིས་པ་སྟེ། ཟིལ་གྱིས་གཞོན་
པའི་སྟེ་མཆེད་རྣམ་པ་བརྒྱད་དོ། །

ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྟོན་
གནས་མཐུན་པ་ནི་མཆོན་མ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཡང་དག་
པར་ཞེས་བྱ་བ་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པར་རོ། །མཆོན་མ་ཐམས་ཅད་དང་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱ་
དང་བྲལ་ཞིང་སྤངས་པ་དང་། ཆགས་པ་བཅོམ་པ་སྟེ། མངོན་པར་ཆགས་པ་དང་།
ཉན་ཐོངས་པའི་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་ལ་སོགས་པ་དང་བྲལ་བ་གང་ཡིན་པ་
དེ་དང་། ཐེ་ཆོམ་སེལ་བར་མཛད་པ་སྟེ། འདི་བའི་ལན་ལྟོན་པར་བྱེད་པའི་འོག་
ནས་བཤད་པའི་སྟོན་ལམ་གང་ཡིན་པ་དེ་གྲུབ་ཅིང་རྫོགས་པས་འཁོར་བ་རྩི་སྲིད་
པར་ཞེས་བྱ་བ་སེམས་ཅན་གྱི་སྲིད་པ་ཅི་སྟེད་པ་དང་། རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཅི་སྲིད་
པའི་གནས་སྐབས་སུ་ཞེས་བྱ་བ་འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་ཀྱི་བར་དུ་འཇུག་ཅིང་རྒྱུན་མི་
འཆོད་པར་རབ་དུ་འཇུག་པས་ན་སྟོན་གནས་མཐུན་པ་སྟེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་
གཞན་གྱི་དོན་ལ་ངེས་པའི་ཡེ་ཤེས་སོ། །

དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྟེ། ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་ལྟན་པའི་སྐྱེ་
དང་གསུང་དང་ཐུགས་ཀྱི་སྟོད་པ་ཡོངས་སུ་དག་པ་གང་དུ་བྱུང་བ་དེ་ནི་འདིའི་

བསྐྱེད་བ་མེད་པ་རྣམས་པ་གསུམ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འོག་མ་དང་སྐྱེར་རོ། །སྐྱེ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་རྣམས་པར་དག་པས་འོག་པར་ཀུན་ཏུ་སྐྱོད་པ་ཉིད་ག་ལ་ཡོད་དེ། གང་ལུས་ལ་སོགས་པ་མ་དག་པར་གྱུར་ན་རྒྱུ་ལ་བ་པོ་གཞན་གྱིས་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་སྟེ།

གཞན་གྱིས་ཡོངས་སུ་ཤེས་ཤིང་ཀུན་ནས་མཁས་པ་དེ་ལས་བསྐྱེད་ས་ཤིང་འདྲིག་པ་ནི་ཡོངས་སུ་ཤེས་པའི་སྐྱག་པས་བཅབ་པར་བྱའོ་སྟོམ་པའི་ཞེས་བྱ་བ་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་དང་འབྲ་བར་བདག་ཉིད་གྱིས་མི་ཤེས་པ་སྐྱེད་ཅིང་འཆབ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ངེས་པར་འབྱེད་པ་ཡིན་པ་ལས་མི་མངའོ་ཞེས་བྱ་བ་བརྟེན་པ་འདི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་མི་མངའ་སྟེ། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །ཆོས་ཀྱི་སྐྱེའི་གནས་སྐབས་སུ་སྟོབ་དཔོན་རྣམས་གྱིས་འོག་པར་རྟོགས་པ་མང་དུ་ཡོད་དོ་ཞེས་བསྟན་པ་ནི། ཁ་ཅིག་ན་རེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ན་པ་ཉིད་པར་གཞག་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གནས་ཡོངས་སུ་གྱུར་པས་ཞེས་བྱ་བ་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་བྱང་པོའི་རྟེན་དུ་གྱུར་པས་ཞེས་བྱ་བ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་སུ་གྱུབ་པའོ། །

དེའི་སྟོས་པ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེར་མངོན་པར་བརྟེན་དོ་ཞེས་ཁ་ཅིག་ཟེར་ཞིང་ཁས་ལེན་པ་ནི་གཅིག་ཡིན་ནོ། །གཞན་དག་ནི་གཞན་དུ་འདོད་དེ། དེ་ནི་ཐུབ་པའི་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། དེའི་ཕྱོགས་ལྟར་ན། ཐུབ་པའི་རོ་བོ་ཉིད་སྟེ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ལེ་ལུར་བྱས་པ་དང་། བྱང་

ཐུབ་ཚུགས་མཐུན་ཆད་མེད་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆིག་ལེའུར་བྱས་
པ་དོན་གཅིག་སྟེ། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་ཁོན་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ཉིད་དུ་འཆད་དོ་སྟུམ་མོ། །

འདིར་ཁ་ཅིག་ཉེས་པ་ཡོད་པར་སྒྲིལ་སྟེ་དེ་ནི་གཞན་དག་ན་རེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གི་ལྟར་ན་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་ལ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་དབྱེ་བ་ཉིད་
ཡིན་ན། རྣམ་འབྱོར་པའི་ཀྱན་རྫོབ་དུ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པའི་ཐ་
སྟོད་ཀྱི་དབང་གིས་དོན་བྱད་པར་ཅན་སྒྲུང་བ་སྐྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་གདུལ་བྱ་རྣམས་
ཀྱི་བསམ་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ངེས་པར་ལེགས་པ་དང་། མངོན་པར་མཐོ་བའི་
ཤེས་པ་འཛོལ་བ་དེའི་སྒོ་ནས་ཏེ། དེའི་དབང་གིས་གནས་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ཞེས་
བྱ་བ་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་སྤང་བའི་གནས་ལྡོག་ཅིང་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ཟག་པ་
མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་གཞན་ཀྱི་དོན་རུས་པ་ཉིད་དུ་ཡང་འབྱུངས་ཏེ། ཆོས་སྟོན་པ་ལ་
སོགས་པའི་དོན་ཀྱི་བྱ་བ་མཛད་པ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་
གྱུར་བ་གདོན་མི་ཐ་བར་ཁས་སྒྲུང་དགོས་པ་རྣམས་གཞན་ཀྱི་དོན་འདོད་པ་རྣམས་
ཀྱིས་ངེས་པར་འདོད་པར་བྱའོ། །གཞན་དུ་ན་རྟེན་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་གཞན་ཀྱི་
དོན་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །

དེས་ན་ཇི་ལྟར་བསྐྱུ་བར་བྱ་སྟེ། མ་ཡིན་པ་ཁོ་ནའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་དག་
གི་ཡིན་ཏེ། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་དང་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་དག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ཉིད་
དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱེ་དུལ་ཉིད་ཡིན་པར་མཚུངས་ན་ཡང་འགྲོ་བའི་དོན་
མཛད་པའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་གྱུར་བའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་དང་། རོ་
བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་ནི་དེ་ལས་ཐ་དད་པ་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་བྱེ་བྲག་མེད་ན་འགྲོ་བའི་

དོན་མཛད་པའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཐ་མི་དད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉེས་
 བ་རྗེད་པར་བྱེད་པའི་བསམ་བ་ཡིན་ནོ། །ཡང་གཞན་དག་ནི་གཞན་དུ་འདོད་དེ།
 དེ་ནི་ཁ་ཅིག་ན་རེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་བ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་བཞི་བཤད་པ་
 ལས་སྒྲུང་མདོར་བསྟུས་པ་བསྟན་པ་ལས།

དོ་བོ་ཉིད་ལོངས་རྗེགས་བཅས་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་
 ལེའུར་བྱས་པ་ལས་དོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱི་རྗེས་ཐོགས་ལ་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་སྤྱི་མི་འབྱུང་
 ཞིང་མི་སྟོས་པས་སྤྱི་གསུམ་པོ་ཁོ་ནའོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོ་བོ་ཉིད་དང་། ལོངས་སྤྱིད་
 རྗེགས་པ་དང་སྤྱི་ལ་པའི་སྤྱི་སྤྱི་གསུམ་ཡིན་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་མི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་
 ཏེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡུལ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་དོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱི་དང་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་དེ་
 དག་ནི་གཅིག་ཏུ་སྟོས་པར་རིགས་ཀྱི་དོ་བོ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་སྤྱི་ལས་ཆོས་ཀྱི་
 སྤྱི་ལོགས་ཤིག་ཏུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །གཞན་དག་ནི་
 འདིར་སྤྱི་གསུམ་པོ་ཡང་རི་ལྟར་ཡོད། མཛད་པའི་དབང་གིས་ཡིན་ནོ་ཞེ་ནི། བཞི་
 བ་ཡང་བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པས་མ་སྟན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་ལྟར་རྣམ་པར་གཞག་
 བ་ལ་གོགས་བྱེད་པ་སྤྱི་ཞིག་ཡོད་རིགས་སྤྱི་ཟེན་ན་ཡང་བསྟུས་པའི་དོན་ལས་
 གངས་བཞི་སྟོས་པ་དོན་མཛད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་དང་། རྒྱ་བཞི་བ་དགག་པའི་
 ལུང་ཡང་མེད་དེ། བསྟུས་པ་ཉིད་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར་དོ། །

གང་ཡང་དོ་བོ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བའི་སྤྱི་མཐུག་ཐོགས་སྤྱི་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཞེས་བྱ་
 བའི་སྤྱི་མི་འབྱུང་བས་ཞེས་གང་སྤྱི་བ་དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་ཞིག་གང་
 དང་འབྲེལ་བ་ནི། །རིང་ན་འདུག་ཀྱང་དེ་དང་དེས། །ཞེས་བྱ་བའི་ཆུལ་གྱིས་རིང་པོ་

ན་འདུག་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་ངོ་བོ་ཉིད་དང་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ཞེས་འབྲེལ་བར་བྱ་བར་
རུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་དག་ནི་རྒྱ་གསུམ་གྱི་སྐྱེ་ནམ་པ་བཞི་ཡིན་པར་འདོད་
དེ། དེ་ནི་གཞན་དག་ན་རེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། དགོས་པ་ཉི་
བར་བསྟན་པའི་འཁྱགས་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤར་བ་ཤད་པའི་སྐྱེ་བཞི་པོ་དགོས་པ་
གཞན་དུ་མི་འཐད་པས་སོ། །

ཆིག་ལེའུར་བྱས་པ་སྤྱར་བའི་ངོར་ཞེས་བྱ་བ། ངོ་བོ་ཉིད་ལོངས་རྫོགས་
བཅས་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་གོ་རིམས་ཀྱིས་ཆིག་ལེའུར་བྱས་པའི་
ངོར་ཡེ་ཤེས་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་བའི་དོན་གྱིས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་
ཤེས་ཀྱི་སྐྱེ་མཛད་པས་སྐྱེ་གསུམ་དང་འབྲེལ་བར་བྱ་བའི་དོན་དུ་དང་ཞེས་དང་
གི་དོན་བཟླ་བར་བྱའོ། །དེ་སྐད་དུ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་འབྲེལ་པ་
དང་། གང་དང་འབྲེལ་པ་དེ་ཐམས་ཅད་གཅིག་དུ་བྱས་ནས་སྐྱེ་བཞིར་བཤད་
དོ། །དེའི་ཕྱིར་ཏེ་རྒྱ་དེས་ན་སྟོན་དང་ཕྱི་མ་འགལ་བའི་ཉེས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་
ཞིང་ཕྱོགས་གཞན་ནས་སྟོས་པའི་ལུང་དང་ལུང་མ་ཡིན་པ་དག་ལས་སྐྱེ་བཞིར་
གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་མི་འགལ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གཞན་དག་ཁས་ལེན་པ་ཡིན་ཏེ།
བཤད་མ་ཐག་པའི་བཤད་པའི་རིགས་འདི་ཉིད་ཀྱི་ཕྱོགས་ལོགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་
བྱ་བ་ནི་སྐྱེ་བ་པོའི་བསམ་པ་ཡིན་ནོ། །

ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ། ཉན་ཐོས་ཉན་མོངས་
མེད་པའི་ལྷ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་དང་། སངས་རྒྱས་སྟོན་
གནས་མཁུན་པ་ནི། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་གནས་མཁུན་པའི་ཆིག་

ལེའུར་བྱས་པ་དང་འགྲེལ་བ་ནི་གོ་སྤོའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཡང་ལྷན་གྱིས་བྱབ་པ་ལ་
སོགས་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་གྱི་སྟོན་ལམ་གྱི་སྟོབས་གྱིས་མཛད་པ་མི་མངའ་ན་
ཡང་ཡིད་བཞིན་གྱི་འོར་བུ་དང་འབྲ་བར་བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱི་ཐད་ནས་དོན་གྱི་བྱ་
བ་ཐམས་ཅད་སྤང་དུ་རུང་བ་ཉིད་ཡིན་པས་ན་ཅིའི་སྤྱིར་གང་གི་ཆེ་གང་དུ་འཇུག་
བར་འགྱུར་ཞེས་རྟོགས་པ་ལ་རྟག་ཏུ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱབ་པ་དང་རྣམ་པར་མི་རྟོག་
པའི་ཐུགས་རྗེ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའོ། །

དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་སྐུ་ནི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐུ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་ལ་
བཞུགས་པ་ནི་དེ་ལ་བཅོམ་ལྷན་འདས་བཞུགས་པར་གྱུར་པ་ན་རི་ལྷ་རྟེན་རྣམ་པ་
གང་གིས། རྟག་ཏུ་རི་ལྷ་རྟེན་མི་མཛད། །དེ་བཞིན་དུ། རྐྱེན་མ་ཆང་མེད་པ་
ན། །དེ་ལ་འབྲས་བུ་གང་གིས་དགག། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཚུལ་གྱིས་དོན་གྱི་བྱ་བ་
མཛད་པའི་བཅོམ་ལྷན་འདས་དང་དོན་དུ་གཉེར་བ་དག་ཡོད་པས་རྟག་ཏུ་སེམས་
ཅན་རྣམས་ཀྱི་མངོན་པར་འདོད་པའི་དོན་རྟོགས་པར་མཛད་པར་རུང་བ་ཉིད་
ཡིན་ཅོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་ལན་གདབ་པའི་སྤྱིར། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཐམས་ཅད་དུ་
བྱབ་པ་ཡིན་ན་ཡང་ཕྱོགས་གཅིག་པའི་སྐྱེ་བོ་ལྷ་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་མཛད་པ་ཉིད་དུ་
བསྟན་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་རྐྱེན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ།

རྐྱེན་ཡོངས་སུ་སྟོན་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ལ་དམིགས་པ་ལ་སོགས་པ་འཆང་རྒྱ་
བ་ཉིད་ཀྱི་རྐྱེན་གྱས་པ་དང་བཅས་པ་ལ་སོགས་པའི་རིམ་གྱིས་གོམས་པ་མཐར་
ཐུག་པར་གྱུར་པས་སྟོན་པ་ལ་མངོན་པར་ཕྱོགས་པ་བརྟེན་པར་གྱུར་ནས་གདུལ་

བྱ་གང་དག་གང་ལ་གང་དང་གང་ཆེ་པ་ན་པར་གྱུར་བ་སྟེ། མ་འོངས་པ་ན་པར་བའི་
 ཆོས་སྟོན་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་དང་དེ་ལ་སྟེ། གཏུལ་བྱ་དེ་དང་དེ་ལ་བཅོམ་ལྷན་
 འདས་དེ་སྒྲུང་འོ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲུང་བ་དང་རྗེས་སུ་མ་ཐུན་པའི་ཚུལ་གྱིས་དེ་བཞིན་དུ་
 གྲུན་ནས་དོན་མཛད་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །

དོན་འདི་ཉིད་ནི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་
 ཡིན་ཏེ། དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲུ་མ་དང་མཐུན་པོ་ལ་སོགས་པ་དང་
 བླ་པས་དེས་བསྟན་པ་ལས་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པ་ལ་དམིགས་པ་ནི་དོ་རྗེ་
 སྤྱིལ་མོ་གྲུང་ལ་སོགས་པས་མདུན་དུ་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་
 ལ་སོགས་པ་ཡུལ་དུ་བྱས་པས་རྒྱ་སྟེ། ལམ་ལ་སོགས་པ་བསྐྱབས་པས་ཡོངས་
 སུ་བརྟས་པར་གྱུར་ནས་འཁོར་རྒྱ་བའི་འབྲས་བྱ་སྤྱིན་པ་ལ་མདོན་པར་ཕྱོགས་
 བའི་རྒྱ་བརྟེས་པའོ། །ལམ་ལ་སོགས་པ་བརྟེས་པ་ཉིད་གྲུང་ག་ལས་ཡིན་ཞེ་ན།
 སྟོན་བསྐྱེད་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བའི་ས་བོན་ཡོད་པ་ལས་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། སྟོན་
 བསྐྱེད་པ་ནི་བྱས་པ་སྟེ་ཅི་ཞིག་ལྟར་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པ་ལ་མེ་ཏོག་གཅིག་
 འབྲུལ་བ་ལ་སོགས་པས་དགོ་བ་སྟེ། ཉོན་མོངས་པ་ངན་པ་ཆར་གཅོད་པའི་རྒྱུ་
 བསོད་ནམས་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ནི་རྩ་བའི་ས་བོན་ཏེ།

དང་པོར་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པ་ལ་མདོན་པར་དད་པ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་
 ལ། དེ་མངའ་ཞིང་ཡོད་པས་སེམས་ཅན་གང་ལ་སྟེ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་
 ཉིད་ལ་སོགས་པའི་གཏུལ་བྱ་རྣམས་ལ་གང་གི་དུས་སུ་ཞེས་བྱ་བ་སྐྱལ་བ་དང་
 རྗེས་སུ་མ་ཐུན་པའི་དུས་ན་ཆོས་བསྟན་པ་ལ་སོགས་པ་མཛད་པས་ན་ཞེས་བྱ་བ་

ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པས་མངོན་པར་མཐོ་བ་དང་
ངེས་པར་ལེགས་པ་ལ་གཞག་པ་སྐྱེད་པ་ན་ཡུལ་དུ་འཕྲོད་པར་འགྱུར་བ་སྟེ།

སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ་པན་པར་འགྱུར་བ་དེའི་ཆེ་ཆམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་
ཉིད་ལ་སོགས་པའི་གདུལ་བྱ་ལ་སོགས་པ་དེའི་དོན་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་
བཤད་མ་ཐག་པའི་མངོན་པར་མཐོ་བ་དང་ངེས་པར་ལེགས་པ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་
ཕྱིར་སྡོན་གྱི་སྡོན་ལམ་གྲུབ་ཅིང་རྫོགས་པས་བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་དང་དེར་སྒྲུབ་
བ་དང་འཆམ་པར་དོན་གྱི་བྱ་བ་མཛད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་
བཤད་ཅིང་འཕགས་པ་བྱམས་པའི་དགོངས་པ་བཟློག་པས་བཤད་མ་ཐག་པའི་
དོན་ཉིད་གསལ་བར་བྱ་བ་ནི་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་
ཡིན་ཏེ། དུས་ཐམས་ཅད་དུ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ལོ། །ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་
ལྟར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་འགའ་ཞིག་སྤྲོད་པས་འདས་སུ་ཟེན་ཀྱང་
སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དོན་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་སྤྱུལ་པ་དེས་བཀའ་
སྤྱུལ་པའི་དོན་རྫོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རི་ལྟར་ཐམས་ཅད་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་ན་ཡང་
སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ལོག་པར་སྤྱད་པའི་ཉེས་པས་དེ་ལྟར་དོན་མི་བྱེད་དོ། །

དེ་བཞིན་དུ་ཉེ་བར་གནས་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་བཅོམ་ལྡན་ཐུགས་རྗེས་
སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་མངོན་པར་འདོད་པའི་དོན་རྫོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་མདུན་
ན་བཞུགས་ཀྱང་འབྲས་བུ་སྟེར་བར་མཛད་པར་མི་མངོན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།
རང་གི་ལས་ཀྱི་ཉེས་པས་ཞེས་བྱ་བ་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ཉེས་པར་སྤྱད་པའི་
ལས་ཀྱི་ཉེས་པས་བསྐྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་ལ་རྒྱ་མ་ཚང་བས་ཞེས་བྱ་བ་བཅོམ་ལྡན་

འདས་ཀྱི་ཐད་ནས་མཛོན་པར་འདོད་པའི་དོན་ལེན་དུ་བྱང་བའི་སེམས་དང་བྲལ་
ཞིང་མེད་ལ་དེ་བས་ན་བཙུག་ལྷན་འདས་ཐམས་ཅད་དུ་དོན་གྱི་བྱ་བ་མཛད་པ་
ཡིན་ན་ཡང་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྐལ་བའི་ཉེས་པས་དོན་གྱི་མཛད་པ་མི་མཛད་
པས་ཡིད་བཞིན་གྱི་རྟོར་བུ་ལྟར་མེད་པ་མ་ཡིན་ཞིང་།

དོན་གྱི་བྱ་བ་མི་མཛད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ་མི་སྒྲུང་བ་ཡང་ཆད་མ་མ་ཡིན་ཏེ།
སྐལ་བ་དང་འཆམ་པ་ཉིད་ཀྱི་རིམ་གྱིས་དེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འཕགས་པ་
བྱམས་པའི་དགོངས་པ་ཉི་བར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་ཏེ། འདི་ན་
སྟོད་མིན་སེམས་ཅན་གང་ཡང་མེད། །འགྲོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་
འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་དག་ཁོ་ན་བརྒྱ་བྱེན་གྱིས་དཔེས་གསལ་
བར་བྱ་བ་ནི་དེ་ལྟ་བུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། ལྟའི་རྒྱལ་པོས་
ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་དང་འགྲེལ་བ་ནི་གོ་སྟོལ། །བཙུག་
ལྷན་འདས་འོག་མིན་ལ་སོགས་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱད་ལ་གནས་པ་ནི་གཅིག་ཏུ་
རྣམ་པར་གནས་ཤིང་རྟག་པ་ནི་རིམ་དང་ཅིག་ཅར་དག་གིས་དོན་གྱི་བྱ་བ་མཛད་
པར་མི་འཐད་པས་མི་རྟག་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་བྲལ་བ་དང་རྟག་པར་བརྟེན་པ་མི་
འགལ་ལོ་ཞེས་བསྟན་པ་ནི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ།
དེ་ལྟར་མཛད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་དང་འགྲེལ་བ་ནི་
གོ་སྟོལ། །

གསུམ་པ་ལོངས་སྟོད་རྟོགས་པའི་སྐུ་ནི་དེ་ལྟར་སྐུ་གཉིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། མཆོན་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་མཆོན་རྣམས་ཀྱི་

ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་དང་འགྲེལ་བ་ནི་གོ་སློལ། །ལས་གང་ཞིག་བྱས་པས་མཆན་
འགྲུབ་པའི་ལས་དེའི་རྒྱ་མཆན་ཉིད་ནི་རྒྱ་བྱབ་པས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སློལ་
བ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལ་མཆན་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་དང་
འགྲེལ་བ་ནི་གོ་སློལ། །

བཞི་པ་སྤྲུལ་པའི་སྐྱེ་བའི་དེ་ལྟར་སྐྱེ་གསུམ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སློལ་བ་
ཡིན་ཏེ། གང་གིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་དང་འགྲེལ་བ་
ནི་གོ་སློལ། །

དེ་ལྟར་བྱད་པར་གྱི་བྱ་བ་བརྗོད་ནས་ད་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེ་
བཞིའི་བྱམ་མོང་གི་མཛད་པ་ནི་དེ་ལྟར་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སློལ་
བ་ཡིན་ཏེ། ཡེ་ཤེས་ལ་སོགས་པ་ལ་སྟོས་ནས་རབ་ཏུ་བརྟགས་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
གདུལ་བྱ་དང་རྗེས་སུ་མ་བྱུན་པའི་སྤྱང་བའི་དོན་ཐོབ་པའི་དབང་གིས་ངེས་
པའོ། །དེ་ནས་ཅི་ཞིག་བྱ་ཞེ་ན། དེའི་དབང་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སློལ་བ་
ཡིན་ཏེ། གདུལ་བྱའི་སྐྱེ་བོ་སོ་སོའི་སྟོན་ལ་སྤྱང་བ་ལ་བརྟེན་པའམ་ཞེས་བྱ་བ་
བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་སྤྱར་གཏོགས་པ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཉིད་ཡིན་
པས་མཛད་པ་མི་མངའ་བའི་ཕྱིར་སྤྲོད་ལས་དེ་དང་འཆམ་པའི་གདུལ་བྱའི་སྐྱེ་བོ་
རྣམས་ཀྱི་སྤྱང་བ་ལ་གནས་པའི་སྤྲོད་ལས་སྤྱར་བཤད་པ་དང་འོག་ནས་བཤད་པ་
གང་ཡིན་པ་དེའི་དབང་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་སྟེ། སྟོན་ལམ་གྱི་དབང་གིས་རྣམ་
པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པ་ཡིན་པར་གསུངས་ཏེ་ཞེས་འོག་མ་
དང་སྐྱར་རོ། །གལ་ཏེ་སྤྲོད་ལས་འདི་དག་སྐྱེ་བཞིའི་མ་ཡིན་ནམ་དེ་ལྟ་ན་ཅི་ལྟར་

ཚོས་ཀྱི་སྐྱེ་ཞེས་འཕགས་པ་བྱམས་པའི་ཞལ་སྤྱན་གྱིས་གསུངས་ཤེ་ན།

ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཞེས་བྱ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཀུན་རྫོབ་ཏུ་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་དབང་གིས་ཡེ་ཤེས་ཁོ་ན་ཞེས་བྱ་བ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཉིད་དོན་གྱི་བྱ་བ་མཛད་པ་ཡིན་ཏེ། ཡང་དག་པར་ན་གཞན་དག་ཡིན་པར་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མི་འཐད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་ཡེ་ཤེས་ནི་བསྟོན་མི་རུས་པར་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱི་དེ་ཉིད་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་མངོན་པར་འདོད་པའི་དོན་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ་རྒྱ་དེས་ན་ཚོས་ཀྱི་སྐྱེ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཚོས་ཀྱི་སྐྱེ་ནི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱེའི་ཡིན་ལ་དེ་ནི་ཡང་དག་པར་ན་དོན་གྱི་བྱ་བ་མ་ལུས་པར་མཛད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འཕགས་པ་བྱམས་པས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །མཛད་པ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དོན་བྱ་བ་མཛད་པ་ཉིད་ཏུ་ག་ལ་རུང་ཞེ་ན། འོངས་སྟོང་རྫོགས་པའི་སྐྱེ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲུང་བ་བསྐྱེད་པའི་སྟོན་པ་ཞེས་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། སྟོན་གྱི་སྟོན་ལམ་གྱི་འཕེན་པའི་ལྷགས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་འོངས་སྟོང་རྫོགས་པ་དང་། ཚོས་དང་སྐྱེ་ལ་པའི་སྐྱར་སྒྲུང་བ་བསྐྱེད་པར་མཛད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ཉིད་ཀྱིས་ན། དེའི་དབང་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་བ་ཞེས་སྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། གཞན་ཏུ་ན་ངེ་སྐྱད་སྟོས་པའི་ཕྱིན་ལས་རྣམས་ཡང་དག་པར་ན་ཚོས་ཀྱི་སྐྱེའི་འབྲས་བུ་ཉིད་ཏུ་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །གལ་ཏེ་གཞན་དག་ཚོགས་དང་ཚོས་ཀྱི་སྐྱེ་དག་དང་། འགྲོ་བའི་དོན་ནི་མཛད་པ་ཡིས། །སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་མཉམ་པ་སྟེ། །སྐྱེ་ཆེ་རིགས་དང་ཆད་ཀྱིས་མིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་

སོགས་པ་སྟོས་པས་སྐྱབ་ཞི་ཆར་ཆོགས་ལ་སོགས་པ་མཉམ་པ་ཡིན་ན་ཡང་
ལོངས་སྟོང་རྫོགས་པ་དང་། སྐལ་པའི་སྐྱདག་ནི་རྫོགས་པ་པོའི་དབྱེ་བས་དེའི་
ཁྱད་པར་དུ་འགྱུར་ན། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱདང་ཆོས་དང་ཆོས་ཀྱི་སྐྱདག་ནི་ནམ་པར་
མི་རྫོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དང་།

སངས་རྒྱུ་གི་ཡུལ་ནི་དེ་ཡིན་པ་ནི་ད་དུ་མཉམ་བཤམ་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ནི་ད་
 དུ་བདག་ཅག་ལ་སོགས་པས་ཤེས་པར་མི་རུས་པ་ནི་དེ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། སངས་
 རྒྱུ་རྣམས་ཁོ་ནའི་ཡུལ་ཡིན་ནོ། །ཁ་ཅིག་ན་རེ་ངོ་བོ་ནི་དེ་གི་སྐྱེ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་
 སངས་རྒྱུ་གི་ཡུལ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། དེ་མཁའ་བ་
 མེད་པར་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་སྐྱེ་གསུམ་དུ་སངས་རྒྱུ་གི་རྣམ་པར་གཞག་པ་མི་
 འཐད་པའི་སྤྱིར་དང་། སངས་རྒྱུ་གིས་མ་གཟིགས་པ་ནི་དེ་གིས་ན་ངོ་བོ་ནི་དེ་གི་
 སྐྱེ་མེད་པས་སྐྱེ་གང་ཡང་ཡོད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། སྐྱེ་ཅིག་ཤོས་རྣམས་ནི་དེ་དང་
 འབྲེལ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །སངས་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ནི་དེ་གི་སྐྱེ་ཡོད་ཀྱང་མ་
 མཁའ་བར་གྱུར་ན། སངས་རྒྱུ་རྣམས་ལ་མི་མཁའ་བའམ་མ་གཟིགས་པ་འམ་
 ཅི་ཡང་མི་མངའོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་ཡང་འགལ་བར་འགྱུར་རོ། །

མཆན་ཡང་དག་པར་བརྗོད་པ་ལས། སངས་རྒྱས་སྐུ་ལྷའི་བདག་ཉིད་
ཅན། །ཞེས་སྟོས་པ་དེ་ཡང་འཐད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། སྐུ་ལ་པའི་སྐུའི་དབྱེ་བ་ནམ་པར་
སྟོན་པའི་སྐུ་ཡོད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དོ། །ཡང་ན་ནམ་འབྱོར་པའི་རྒྱད་ལ་སོ་སོར་
ངེས་པར་ཡོད་པས་ཉག་པ་དང་བྱབ་པ་གང་ཡིན་པ་འདི་ནི་རྩོགས་པའི་སངས་
རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་སྐུ་སྟེ། དངོས་གཞི་ཡིན་ལ་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་དང་ལོངས་སྟོན་

རྫོགས་པ་དང་སྤྱལ་དང་ཆོས་ཀྱི་སྐྱུའི་དབྱེ་བས། སངས་རྒྱལ་སྐྱུ་ལྔའི་བདག་ཉིད་
ཅན། །ཞེས་བྱ་བ་དང་མི་འགལ་ལོ། །འདིའི་དོན་དང་། རོ་བོ་ཉིད་ལོངས་རྫོགས་
བཅས་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ལེ་ལུར་བྱས་པ་ཉིད་ལས་ཤེས་སོ། །

དེ་བཞིན་དུ་མཛད་པ་དང་བཅས་པས་འགྲོ་བ་རྣམས་ཞི་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་
འཇུག་པར་མཛད་པས་ན་མཛད་པར་བཅས་པས་ཏེ། དངོས་གཞིའི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱུ་
གང་ཡིན་པ་འདི་ནི། ཆོས་ཀྱི་སྐྱུ་དང་དེ་རྣམ་བརྒྱད། །ཅེས་བྱ་བ་འདིར། ཆོས་ཀྱི་
སྐྱུ་ཞེས་བྱ་བ་དེ། །རྣམ་པ་བཞིར་ནི་ཡང་དག་པའོ། །ཅེས་བྱ་བ་འདི་རི་ལྟ་ཡིན་ཞེ་
ན། དེ་ནས། རོ་བོ་ཉིད་ལོངས་རྫོགས་བཅས་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་
སྐྱར་རོ། །གང་དེ་བཞིན་གཞན་ཞེས་སྟོས་སུ་བྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱུ་
ཞེས་དེ་ཡང་སྟོན་པར་འགྱུར་ཏེ། འདིར་དངོས་གཞི་ལས་གཞན་པ་ནི་ཆོས་ཀྱི་
སྐྱར་བཤད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གང་ཡང་། ཆོས་ཀྱི་སྐྱུ་ཡི་སྤྱིན་ལས་
འདི། །ཞེས་སྟོས་པ་དེ་ཡང་འཐད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ཡང་དངོས་གཞི་ཉིད་ཆོས་ཀྱི་
སྐྱར་བཤད་པ་ཉིད་ཀྱིས་དངོས་གཞི་ནི་གང་དུ་ཡང་འབྲས་བུ་ཉིད་དུ་མི་བབྲང་སྟེ།

དེས་དེ་ཉིད་བྱེ་བྲག་ཏུ་བྱས་པ་ནི་མ་ཡིན་པས་དེའི་སྤྱིར་དེ་ནི་ཐ་དད་པ་ཉིད་
ཡིན་ལ། དེ་ནས་རོ་བོ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་སྐྱུ་བཞི་པོ་འབྲས་བུར་གྱུར་པ་དང་
བཅས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་རྒྱར་གྱུར་པ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱུ་ཡང་འབྲུབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་
འགལ་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད་གང་ཡང་སངས་རྒྱལ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ཆོས་དང་
ལོངས་སྟོང་རྫོགས་པ་དང་སྤྱལ་པའི་སྐྱུ་གསུམ་ནི་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱུའི་བདག་ཉིད་
ཅན་ཉིད་ཡིན་པར་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱུའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་

སེང་གེ་བཟང་པོའི་ཞལ་སྒྲ་ནས་ཀྱི་བསྟན་པ་དེ་དང་འགལ་བ་མེད་དོ། །དངོས་གཞིའི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ལས་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་ཞེས་ཞིག་གིས་ཀྱང་དབྱེ་བ་མེད་པར་དེ་བརྗོད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །

གཞན་དུ་ན་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེའི་དོན་ཀྱི་མཛད་པ་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེའི་དབང་ལས་བྱུང་བར་རི་ལྟར་འགྲུབ། སྐྱེ་གསུམ་པོ་ཡང་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་དུ་ཆུག་ན་དངོས་གཞིའི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ལས་རང་བཞིན་གང་གི་རོ་བོ་ཉིད་གཞན་ཡིན་ཞིང་གང་ལས་བྱུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་ན་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་པ་ཡང་རྟོགས་པར་གྱིས་ཤིག། །ལོངས་སྟོང་རྫོགས་པའི་སྐྱེ་དང་སྐྱེ་ལ་པའི་སྐྱེ་དག་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དབང་དང་ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྟོང་ཡུལ་ཡིན་པར་དབྱེ་བ་ཡོད་དུ་ཆུག་ན་དངོས་གཞིའི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ལས་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་གཞན་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཅི་ལྟར་ཡོད། དེའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་བྱིར་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཁོ་ནའི་སྤྲུགས་སུ་ཆུད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། གཞན་དུ་ན་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་དང་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་དག་གིས་དབྱེ་བ་མི་འགྲུབ་པར་འགྱུར་རོ། །འདིར་ཡང་དོན་ནི་སྐྱེ་ཅིག་མ་གཅིག་ལ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པའི་རྗེས་ཐོགས་ལ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེའི་མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་བས་རྣམ་པ་བཞི་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཟང་པོའི་ཞལ་སྒྲ་ནས་ཀྱིས་བཤད་པས་ལོག་པར་རྟོགས་པར་མི་བྱའོ། །

སྐྱེ་ལྟ་ཡིན་པ་ཁོ་ནར་སྟོན་ཀྱི་སྟོབ་དཔོན་ཀྱིས་བཤད་པས་སྒྲ་མ་ལ་གྲུས་པར་བྱ་བའི་བྱིར་བཟང་པོའི་ཞལ་སྒྲ་ནས་ཀྱིས་གསལ་པོར་མ་མཛད་མེད་ཀྱི་གཙོ་ཆེར་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནི་ཆུ་ལ་གཉིས་ལ་བརྟེན་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར། མཚན་ཡང་

དག་པར་བརྗོད་པ་ནི་ཕྱི་འཇིག་རྟེན་ལྟར་འགའ་བར་བཏང་སྟོམས་སུ་བྱ་བར་རིགས་
བ་མ་ཡིན་ནོ། །

བདག་གི་འབད་པ་ནི་སྐབས་ལ་མ་བབ་པ་མ་ཡིན་ཞིང་དམ་པའི་ཆོས་རྒྱལ་
པའི་དུས་སུ་བདག་ཅག་བཙུག་ལྷན་འདས་ལ་མཆོད་པར་མངོན་པར་དགའ་བ་
རྣམས་བཏང་སྟོམས་སུ་བྱེད་པར་རིགས་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་རྒྱལ་པོ་
ལས། སྐྱེས་བུ་བྱུ་མཆོག་གིས་ནི་དམ་པའི་ཆོས། །འཛིག་པར་གྱུར་ཆེ་གང་དག་
བཏང་སྟོམས་བསྐྱེམ། །དེ་ཡིས་རྒྱལ་བར་བཀྱར་སྟེ་བྱས་མ་ཡིན། །འཛེན་པ་དག་
ལ་རི་མོར་དེས་མ་བྱས། །ཞེས་གང་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞར་ལ་འོངས་པས་ཆོག་
གོ། །དེ་བཞིན་ལས་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་དང་
འགྲེལ་བ་ནི་གོ་སློའོ། །དངོ་པོར་འགོ་བ་བཟང་པོ་དང་བཟང་པོ་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་
བ་ནི་བྲམ་ཟེ་དང་། རྒྱལ་རིགས་ཀྱི་འགོ་བ་དང་རྗེའུ་རིགས་ལ་སོགས་པའི་འགོ་བ་
སྟེ། དེ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་ནི་བཟང་པོ་དང་བཟང་པོ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་མངོན་
པར་ཆགས་པའོ། །དེ་ལ་གནས་པ་མེད་པ་ནི་མི་དམིགས་པ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། དེའི་
མཆོན་ཉིད་དུ་འགོ་བ་རབ་ཏུ་ཞི་བའི་སྒྲིན་ལས་མཛད་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི།

སྤྱུག་བསྐྱེལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་སྟོང་དང་། །སྤྱིད་པ་ཀྱན་ནས་འཆིང་བའི་རྒྱ། །འགོ་
བ་གང་ལ་དེ་མེད་ན། །དེ་ནི་སྐྱེ་བར་འགྱུར་མ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལུང་གང་གི་དོན་
ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པའི་དབང་གིས་སྐྱེ་བ་གང་ཡིན་
པ་དེ་མེད་པར་མཛད་པ་སྟེ། ཆོས་ཡང་དག་པར་སྤྱད་པའི་མདོ་ལས་གདུལ་བུའི་
ལུས་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྤྱིའི་སྤྱིད་ལུལ་ལོ་ཞེས་སྟོས་པས་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཆོས་ཀྱི་

སྐྱེ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་སྐྱེ་བ་བསྐྱེད་པར་མཛད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །དེ་ལྟར་
ནི་སློན་ལམ་དང་འགྲོ་བའི་དོན་ལ་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་
ཁྱད་པར་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཅི་ན། རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་བཅས་པ་དང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་
མེད་པ་ཉིད་དང་། གཤུལ་བྱའི་ཁྱད་པར་ལས་ཡིན་གྱི་གཞན་འགའ་ཡང་མེད་དོ། །

དེ་ཉིད་ཀྱིས་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གསང་བ་བསྟན་པ་ལ་སོགས་པའི་
མདོ་ལས། དེ་རྣམས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་དང་འདྲ་བར་ལུས་དང་སྦྱོད་ལམ་མཐའ་
ཡས་ཤིང་དཔག་ཏུ་མེད་པར་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་
ཤེས་རྟོག་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཏུ་མེད་པ་མ་ཡིན་ནམ། ཇི་ལྟར་ན་དེ་དང་ལྟན་ཅིག་
དེ་རྣམས་འགྲོ་བའི་དོན་གྱི་སྤྱིར་མཉམ་པ་ཡིན་ཞེ་ན། འདིར་སློན་ལམ་ཁོ་ན་ཆད་
མ་ཡིན་ཏེ། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་སློན་ལམ་
ཀྱི་སྦྱོབས་ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་
ཅད་ཏུ་མཉམ་པ་ཁོ་ནར་འགྱུར་རོ། །སློན་ལམ་ནི་གཞན་ཏུ་མི་འཐད་པས་ཉེས་པ་
ཅི་ཞིག་ཡོད། རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཉིད་ཡིན་
པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཉོན་མོངས་པ་ཉིད་ཏུ་མི་
འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནམ།

མེད་པ་ཁོ་ན་སྟེ་གང་གི་ཆེ་དེས་གཤུལ་བྱ་དེའི་དོན་ཏུ་རྟོགས་པའི་སངས་
རྒྱས་སུ་འགྱུར་ན་སྤྱིར་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ག་ལས་འབྱུང་། སློན་
ལམ་ལས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་ནི་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཉིད་བརྟུན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།
མ་ཡིན་ཏེ། དེས་འདུལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་མཐོང་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་ཏུ་

ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་འཛིན་པར་མཛད་པ་ཡང་བརྟུན་པ་མ་ཡིན་ནོ་
ཞེས་བརྟུན་པར་བྱའོ། །རི་ལྷར་ན་གཅིག་ཕྱ་དུ་མ་ཉིད་དུ་འབྱུང་ཞེ་ན། རྟོགས་པའི་
སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་སློན་ལམ་རི་ལྷ་བ་ལས་སོ། །

གཞན་ཡང་གཞན་དུ་ན་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་སློན་ལམ་གྱིས་རྣམ་པར་མི་
རྟོག་པ་ཉིད་དུ་ཀྱན་ནས་དོན་གྱི་བྱ་བ་མཛད་པའི་རྒྱར་སྒྲུང་བ་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་
དུ་གལ་ཏེ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཡིན་པར་གྱུར་ན་ཡང་འདྲིར་འགལ་
བ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ། གཉི་ག་སློན་ལམ་ཁོ་ནས་དོན་གྱི་བྱ་བ་མཛད་པ་ཡིན་པར་
བསྐྱགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་པ་རོལ་འདོད་པ་ལྟར་ལ་ལ་ནི་འཁོར་རྒྱ་བ་ཉིད་
བསྐྱབས་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་ལ་ཁ་ཅིག་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་
ལ་བརྟུན་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཅན་རྣམས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་
རོ། །རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་འདྲིར་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཉིན་
མོངས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་གྲོལ་བ་ཅི་ཞིག་
ཡིན།

འགྲོ་བའི་དོན་ལ་མ་གཏོགས་པ། གཞན་ཅིའང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །སེམས་
ཅན་རྣམས་ཀྱི་གྲོལ་བ་ལས། །དགའ་བའི་རྒྱ་མཆོ་གང་ཡིན་ཏེ། །དེ་ཉིད་མཐར་
ཐུག་མ་ཡིན་ནོ། །རོ་བྲལ་གྲོལ་བས་ཅི་ཞིག་བྱ། །ཞེས་གང་བཤད་པ་ཡིན་
ནོ། །མཉམ་པར་མ་བཞག་པ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། ལས་དང་སོ་བ་མ་གཏོགས་པར་
དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གསང་བ་བརྟུན་པ་ལས་རྟག་དུ་མཉམ་པར་བཞག་པ་
གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་གནས་སྐབས་མ་གཏོགས་

པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ན་ཡང་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ཉོན་
མོངས་པ་ཉིད་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་དང་འབྲེལ་བར་ཡོད་པ་ཉིད་དེའི་
འབྲས་བུ་མི་སྦྱོད་པས་དོན་མི་མཛད་པ་ཡིན་ཏེ།

ཤུལ་དེ་བའི་ཞལ་སྒྲ་ནས། མཁའ་ལྗིང་གྲུབ་པས་རི་ལྷ་བུར། །མཆོད་ལྗོང་
བསྐྱབས་པས་འདས་གྱུར་ན། །དེ་འདས་ཡུན་རིངས་ལོན་ཡང་དེ། །དུག་ལ་
སོགས་པ་ཞི་བར་བྱེད། །བྱང་ཆུབ་སྦྱོད་དང་རྗེས་མ་ཐུན་པས། །རྒྱལ་བའི་མཆོད་
ལྗོང་བསྐྱབས་པ་ཡང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འདས་གྱུར་ཡང་། །དོན་རྣམས་
ཐམས་ཅད་མཛད་པར་འགྱུར། །ཞེས་གང་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་འགྲོ་བའི་
དོན་དུ་སློན་ལམ་རི་སྟེད་བཏབ་པ་དང་། འཆང་རྒྱ་བ་ཉིད་ལ་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་
རྟོག་པ་དེ་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཉོན་མོངས་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཉེས་པ་ཅི་
ཞིག་ཡོད། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔའ་ཉིད་རིམ་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་སུ་འགྱུར་གྱི་གཞན་དག་ནི་
མ་ཡིན་ཏེ། འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་ཞོག །ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་
པར་སློན་ལམ་བཏབ་ནས། དེ་རྣམས་ཉིད་དུ་འཇུག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་
ན་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་རིགས་ཀྱང་གཞན་མ་ཡིན་ཏེ། འགྲོ་བའི་དོན་དུ་སློན་
ལམ་བཏབ་པ་ལས་གཞན་དུ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

འདིར་ཐེག་པ་ནི་གཅིག་ཁོ་ན་སྟེ། འདི་ལྟ་སྟེ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའོ་ཞེས་གང་
གསུངས་པ་དང་། མདོ་སྟེ་རྒྱན་ལས་ཀྱང་། ཁ་ཅིག་དག་ནི་བྱང་ཕྱིར་དང་། །གཞན་
དག་ངེས་པར་གཟུང་བའི་ཕྱིར། །རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ནི། །མ་

ངེས་ཀྱིས་ལ་ཐེག་གཅིག་བསྟན། །ཞེས་བཤད་པ་འདི་ཡང་བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མར་ཉན་
ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པར་ཡོངས་སུ་སྤྲོད་ལས་འདས་སོ་ཞེས་མདོ་ལས་གང་གསུངས་
པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་བས་ན་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཉོན་མོངས་པ་ཉིད་ཡིན་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་
དཔའ་ཁོ་ན་དེས་འདུལ་བ་རྣམས་ལ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་། རང་སངས་
རྒྱས་དང་བརྒྱ་གྲིན་ལ་སོགས་པས་འདུལ་བ་རྣམས་ལ་བརྒྱ་གྲིན་ལ་སོགས་པའི་
གཟུགས་སུ་གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱིས་མཐོང་བ་ཡིན་པས། གང་དུ་ཡང་མི་གནས་པ་
ཉིད་ཀྱིས་ན། མི་གནས་པའི་སྤྲོད་ལས་འདས་པ་ལ་ཞུགས་སོ་ཞེས་ཐམས་ཅད་
དུ་བཤད་དོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་
ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཞར་ལས་འོངས་པ་བཤད་ནས་སྐབས་ལ་བབ་པ་དང་སྒྱར་བར་
བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་ཞེས་བྱ་བ་བཤད་པའི་རིམ་པས་སོ། །ཆོས་ཀྱི་སྐྱབ་པའི་དུ་ཞེས་
བྱ་བ་ནི་བྱུང་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ནོ། །

འདི་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱའི་ཕྱིན་ལས་ཉི་ཤུ་རྩ་བདུན་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱིན་ལས་
ནི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱའི་མཛད་པའོ། །འཁོར་བ་རྩིས་པར་བཞེད་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་
སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྲིད་པ་རྩིས་པར་རོ། །འཕགས་པ་བྱམས་པའི་ཞལ་སྒྲ་
ནས་ཀྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་རྣམས་ལས་སྐྱེས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྟོབས་དང་། ལྷང་ལས་
སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་རིམ་ཀྱིས་དེའི་བྱ་བ་ཉིད་ཀྱིས་འགྲོ་བ་རྣམས་ཞི་
བར་མཛད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱིན་ལས་བསྟན་པར་མཛད་པས་ཆོག་ལེའུར་བྱས་
པར་རིམ་པ་བསྟན་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནམ། བྱིད་ཅག་གིས་གཞན་ཀྱི་དོན་དང་

རང་གི་དོན་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་བསྟན་པ་ནམས་ཀྱི་གོ་རིམས་ཇི་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེ་ན།
སེམས་བསྐྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པ་སྟེ། དང་པོ་དང་ཐ་མར་སེམས་
བསྐྱེད་པ་དང་།

ནམ་པ་ཉི་ཤུ་ཙུ་བདུན་གང་ཡིན་པ་དེ་ལས་གང་བསྟན་པའི་གོ་རིམས་རབ་
ཏུ་བྱེད་པ་ལས་བསྟན་པའི་འགྲེལ་བ་ལས་བཤད་པའི་རིམ་པ་གང་ཡིན་པ་དེས་
དེའི་དབང་གི་ལྷན་མ་བར་གྱི་ཆོག་གི་དོན་ནམས་ཏེ། གཞན་གྱི་དོན་དང་རང་གི་
དོན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནམས་ཀྱི་གོ་རིམས་ཀྱང་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱ་སྟེ་ཞེས་བྱ་བ་
བྱམས་པའི་ཞལ་སྒྲ་ནས་ཀྱི་ཆོག་ལེ་ཏུར་བྱས་པ་ལས་མ་བསྟན་ན་ཡང་ཤེས་པར་
བྱའོ། །ཁྱེད་ཅག་ནམས་ནི་འཕགས་པ་བྱམས་པ་དང་འབྲ་བར་ཉིང་དེ་འཛིན་ཐོབ་
པ་ཉིད་ཡིན་ནམ། དེའི་ཕྱིར་ཁྱེད་ཅག་སྒྲར་བཤད་པའི་ཆོག་གི་དོན་ནམས་གོ་
རིམས་ཇི་ལྟར་ཤེས་ཤེས་ཤེས་ཤེས་ལུང་ལས་སོ། །བྲིས་ཤིག་ཅེས་ན་ཆོག་མངས་སུ་
དོགས་པས་བདག་གིས་མ་བྲིས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་ཏེ། ལུང་ཡོད་དུ་ཟེན་ན་ཡང་
གཞུང་རྒྱ་ཆེས་པའི་འཛིགས་པས་དེའི་སྒྲོ་ནས་གཞན་གྱི་དོན་ལ་སོགས་པའི་གོ་
རིམས་མ་བསྟན་མོད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་དེའི་དོན་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་འཕགས་པ་
བྱམས་པ་དང་འབྲ་བར་གཞན་གྱི་དོན་ལ་སོགས་པའི་སྒྲིན་ལས་ཀྱི་རྗེས་སུ་
འབྲངས་ནས་རིམ་པ་ཙམ་ཞིག་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །

ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་མངོན་པར་
རྟོགས་པའི་རྒྱན་ལས་སེང་གི་བཟང་པོའི་ཞལ་སྒྲ་ནས་ཀྱི་གཞུང་རྟོགས་པར་
དཀའ་བའི་སྣང་བ་མདོར་བཤད་པ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་བཤད་པ་ལས་སྐབས་

བརྒྱད་པའི་འགྲེལ་པའི་བཤད་པའོ། །

རྒྱས་པ་ལ་དད་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་བར་མ་ལ་དགའ་བའི་
 སེམས་ཅན་ལ་པན་གདགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་མངོན་པར་ཉོགས་པ་བྱུག་ནི་
 མཆན་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། ཆིག་ལེའུར་བྱས་པའི་
 རོན་ནི་དང་པོར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། དང་པོར་ཏེ་ཐོག་
 མར་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་
 གསུམ་ནི་སྤར་གསུངས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་མངོན་པར་མཆོན་པའི་
 གནས་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན། དེ་རྣམས་ཀྱི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ཐམས་
 ཅད་ཀྱན་ནས་བསྐྱུས་པས་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ཉི་བར་མཆོན་པ་ཉིད་
 ཡིན་པས་མཆན་ཉིད་དེ། ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་གསུམ་མོ། །དེ་ནས་དབང་དུ་
 བྱ་བའི་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་གོ་སྤྲོད། །

བར་མ་ལ་དགའ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་མདོར་བསྐྱུས་པ་ལ་དགའ་
 བའི་སེམས་ཅན་ལ་པན་གདགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་མངོན་པར་ཉོགས་པ་གསུམ་
 གསུངས་པའི་ཡུལ་ཀྱི་རྒྱན་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆིག་ལེའུར་བྱས་པ་དང་
 འགྲེལ་བ་ནི་གོ་སྤྲོད། །ཆིག་ལེའུར་བྱས་པ་གཉིས་ནི་སྤར་བཤད་པའི་སྐབས་
 བརྒྱད་ཀྱི་ཁོངས་སུ་འདུས་པའི་རོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྐབས་ཉིད་དུ་མ་བཟངས་སོ་
 ཞེས་བལྟ་བར་བྱའོ། །དགོངས་པ་ལ་སོགས་པ་དངོས་སུ་བརྗོད་པས་མདོ་དང་
 རྣམ་པར་འགྲེལ་པའི་མཆན་ཉིད་དུ་མེད་དེ་ཆིག་ལེའུར་བྱས་པའི་མདོ་དང་རྣམ་
 པར་འགྲེལ་པར་མི་བརྗོད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་ཉིད་དུ་བརྗོད་དེ་ཤེས་

རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་སྤྱོད་པ་གསུམ་ཅན་ཆོག་རེ་རེ་ནས་བཤད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་
རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་ཆད་མ་རྣམས་འགྲེལ་བྱ་ཆེན་བཤད་པ་དང་འབྲེལ་བར་སེང་གི་
བཟང་པོའི་ཞལ་སྤྱོད་ནས་ཀྱིས་ཀྱང་འཕགས་པ་བྱམས་པའི་ཆོག་ལེ་འུར་བྱས་པ་བྱ་
ཆེན་བཤད་པ་ཡིན་ན་ཡང་རྟོགས་པར་དཀའ་བའི་སྤྱིར་འགྲེལ་པ་མཛད་པ་ལ་
འགལ་བ་མེད་དོ། །དེ་ལྟར་ཞར་ལ་འོངས་པས་ཆོག་གོ། །ལ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་
སོགས་པ་བཟང་པོའི་ཞལ་སྤྱོད་ནས་ཀྱི་ཆོག་གི་དོན་ནི་གོ་བར་ཟད་དོ། །

ཆོག་དོན་རྟོགས་པར་དཀའ་བ་ཡི། །དེ་ཉིད་སྣང་བ་ཞེས་བྱ་བ། །བདག་གིས་
སྤྱིར་འདི་བྱས་སྤྱིར་པས། །མ་འཆོལ་དམ་པས་བཟོད་པར་མཛོད། །བསོད་ནམས་
འདི་ཡིས་འགོ་བ་ཀུན། །ཤེས་རབ་པ་རོལ་སྤྱོད་དངོས་ཤོག། །བདག་ཀྱང་ནམ་
མཁའི་དབྱིངས་འབྲེལ་བར། །སེམས་ཅན་དོན་ནི་བྱེད་སྤྱིར་ཅིག། །དཔལ་ལྷན་རྣམས་
བྱལ་ཉམས་དགའི་གནས། །བྱལ་པོ་དཔལ་ལྷན་གཙུག་ཅོར་བྱ། །གོ་ཆས་ཆོས་ཀྱི་
གྲགས་དཔལ་ལ། །གསོལ་བ་བཏབ་པས་སྣང་བར་བྱས། །

གསེར་སྤྱིར་གི་དཔལ་རྣམས་པར་བྱལ་བའི་གྲོང་དུ་ལྟ་དཔལ་གཙུག་གི་ཅོར་
བྱའི་གོ་ཆའི་བྱལ་པོའི་རིང་ལོ་ཆོགས་བཅོས་པ་ལས་དབྱིད་ཆེ་ར་བའི་ཆོས་བཏུ་
གཅིག་ལ་མཛད་པ་རྟོགས་པར་དཀའ་བའི་སྣང་བ་ཞེས་བྱ་བ་རྟོགས་སོ། །

བྱ་གར་གི་མཁན་པོ་དྲི་པི་ཀ་ར་ཤི་རྩེ་ན་དང་། སྤྱི་བསྐྱུར་གི་ལོ་རྒྱུ་བ་ཆེན་
པོ་དག་སྤྱིར་རིན་ཆེན་བཟང་པོས་བསྐྱུར་ཅིང་ཁུས་ཏེ་གཏན་ལ་པབ་པའོ། །

དཔར་བྱང་སྟོན་ཆིག

༥ རྣམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ།
གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཆོས་ཚུལ་དལ་འབབས་སྤྱང་།
ཆིག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི།
དྲི་མ་ཡོངས་འབྱུང་ལེགས་བཤད་བདུད་ཅི་འདི།
དཔར་དུ་བསྐྱེད་པའི་རྣམ་དཀར་ཕྱང་པོའི་མཐུས།
ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་སྒོ་མོ་སྟོང་ཕྱག་བརྒྱ།
གདངས་ཏེ་རྒྱད་ལྗེའི་འགོ་བ་མ་ལུས་བ།
རེས་ལེགས་ཞོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།

ཅེས་འཇམ་གླིང་ཡངས་པའི་ཁྱོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་ས་སྟེང་
རྒྱལ་བསྟན་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་མངའ་བདག་ཁམས་གསུམ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་རྣམ་
འབྲེན་ཤུ་གུ་མེད་གཤེད་རིང་ལུགས་སྟོན་ཀུན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འབྲལ་ཡུན་
ལེགས་ཆོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། རང་བསྟན་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་
གསུང་རབ་དག་དཔར་དུ་བསྐྱེད་དང་བསྐྱེད་འགྱུར་གང་ལའང་སྤྱར་ཆོག་པའི་དགོ་
བསྟེན་སྟོན་ཆིག་ཏུ་ཤུ་གུའི་དགོ་སྟོང་ཆོས་སྤྱོད་བཤག་དབང་སྟོན་བཟང་བསྟན་འཛིན་
རྒྱ་མཚོས་སྤྱར་བའོ། ། སུ་མཛྲ་ལོ། །