

གཞུང་ཆེན་ཁག

ཚུན་བསྐྱེད་ཚུན་བཤེས།

༼དུཌ་མ༽



མགོན་པོ་ལྷན་ཁག

ཨིང་ཁྲེ་མ་ཉིག་ཨེད་ཆེན་ཨེད་ཚུན་བསྐྱེད་ཁག།

གཞུང་ཆེན་ཁག

༡༡། རྩོད་པ་བསྐྱོག་པའི་ཅུ་བརྒྱའལ་

བཞུགས་སོ། །

༼དབྱ་མ༽



ཆེན་ཁྱེས་།

༡༩༩

ཆེན་ཁྱེས་།

༡༠

མགོན་པོ་ཆེན་པོ་།

དེབ་ཅད།

ZKHU333315

ཞེ་དགེ་འདུན་ལོ་བཟང་ལ་གཞི་བཙུག་པ་ཡིན།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་བྲི་སྒྲིག་བྱས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་སྒྲིག་རྒྱལ་ཁབ་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་ཁྲིམས་ཁྲུང་བཞུགས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འབྲེམས་སྒྲིག་བྱས།

༡༠༡༤ མོའི་རྒྱ་བ་བྲུག་པར་ཆོས་སྒྲིག་བྱས།

དེབ་ཆད། 15x21

ཡིག་ཆད། 14

ཡིག་གངས། 57,445

ང་ཚོའི་བྲ་ཆོག་གི་ཁ་བྱང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ང་ཚོའི་ཡིག་སྐྱུ་མ།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

པར་སྐྱུ་གྱི་བདག་དབང་སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོར་ཡོད།

རོ་སྤྲོད་མདོར་བསྟུན།

དཔལ་མགོན་འབགས་པ་སྤྱི་སྤྱོད་ནི། བསྐྱལ་བ་གངས་མེད་པའི་དུས་ནས་ཐུགས་བསྐྱེད་ཅིང་།
ཆོགས་གཉིས་བར་མ་ཆད་དུ་བསགས། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་བརྗོད་གྱིས་མི་ལང་བར་སེམས་ཅད་
གངས་མེད་པའི་དོན་མཛད་བཞིན་བ་ལས། ཞིང་འདྲིར་བསམ་བཞིན་དུ་བྱོན་པ་ཞིག་སྟེ། བཙུག་ལྷན་
འདས་ཀྱི་ལུང་གིས་ཟིན་པ་དང་། ཤིང་རྩེ་སྟོལ་འབྱེད་གཉིས་ཀྱི་ནང་ཆོན་གྱི་སྤྱོད་བྱ་ཞིག་ཡིན།

རྒྱ་གར་གྱི་ཕྱོགས་བཅད་རྣམས་པའི་ཡུལ་དུ་བཙུག་ལྷན་འདས་བྱ་ངན་ལས་འདས་ནས་ལོ་
བཞི་བརྒྱ་ཙམ་སོང་བའི་དུས་སྤྱི་འབྱུངས། མཆན་མཁན་གྱིས་ཆེ་རིང་ཤོས་ལ་ལོ་བདུན་ལས་མི་
ཐུབ་ཟེར་བས། པ་མ་གཉིས་ཀྱིས་བྱ་ཤི་བའི་རོ་མིག་གིས་མཐོང་མ་བཟོད་པར་གཡོག་དང་བཅས་
ཡུལ་གཞན་དུ་བཏང་། རེས་གྱི་ཡུལ་དབྱས་ཀྱི་དགོན་པ་ཆེ་ཤོས་ན་ལེ་རྒྱར་ཕེབས་ཏེ་སློབ་དཔོན་
བཅ་ཟེ་ས་ར་ཏ་དང་མཛལ་ཏེ་ཆེ་དབང་ཞུས། གཞན་གསང་བ་འདུས་པ་ལ་སོགས་པའི་གསང་
སྤྱུགས་ཀྱི་ཆོས་མང་པོ་གསན། མཁན་པོ་སྤྱི་གཙན་འཛིན་བཟང་པོའི་བྱང་དུ་དགེ་སློང་གི་སྟོན་པ་
ཞུས་ཏེ་མཆན་དགེ་སློང་དཔལ་ལྷན་ཞེས་གསོལ།

རྒྱ་ལེ་རྒྱར་སྟེ་སྟོད་གསུམ་དང་རྒྱ་སྟེ་བཞིའི་བཤའ་སྟོལ་གང་ཡོད་རྣམས་གསན་ཞིང་།
གཙོ་བོར་བྱང་སེམས་སྟོ་བྱོས་རིན་ཆེན་ལ་མདོ་སྤྱུགས་ཀྱི་དམ་པའི་ཆོས་མ་ལུས་པ་གསན། དེའི་
ཆེ་སྤྱོད་ཆེན་པོ་བྱང་བ་ན། བནས་བརྟན་སྤྱི་གཙན་འཛིན་གྱི་བཀའ་ལྟར་དགོན་པའི་ཞལ་ཏ་བ་གནང་
སྟེ། སྤྱིར་བར་ནས་གསེར་འབྱུར་གྱི་ཅི་བཞེས་ནས་ཟངས་མང་པོ་གསེར་དུ་བསྐྱར་ཏེ། ལུ་གེ་མེད་
པའི་ས་ནས་འབྲས་དང་ནས་ལ་སོགས་པ་འཆོ་བའི་ཡོ་བྱང་ཐམས་ཅད་བྲངས་ཏེ། ལོ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་
བར་དུ་དགེ་འདུན་རྣམས་འཆོ་བས་སོངས་པ་མེད་པར་མཛད།

དགེ་འདུན་ལ་གནང་བ་མ་ཞུས་པར་ཆོང་བྱས་ནས་འཆོ་བ་སྦྱར་བ་ཆོས་འདུལ་བ་དང་
འགལ་ཞེས་གནས་ནས་སྤྱང་། དེ་ནས་ཡུལ་གཞན་དུ་བྱོན་ནས་ལྷ་ཁང་དང་མཆོད་རྟེན་མང་པོ་
བཞེངས་ཤིང་། དགེ་སྦྱོང་བདེ་བྱེད་ཅེས་བས་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལྷ་སྤྱོད་གཉིས་ཀ་སྦྱར་འབྲིན་པར་བྱེད་
པའི་སྒྲེགས་བས་མང་པོ་བཅུ་མས་བ་ལ། དེའི་གཉེན་པོར་ཆོས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་ཏེ་ལྷ་བ་ལོག་པ་དེ་
རྣམས་སྦྱར་སྤྱང་།

ལྷ་རྒྱལ་འཛོག་པོས་ལྷ་ཡུལ་དུ་གདན་འདྲེས་བ་ལྷར་ཐེབས་ཏེ་ཆོས་རྒྱ་ཆེར་བསྟན། ལྷ་
ཡུལ་ནས་འབྲུམ་གདན་འདྲེས། མཉན་ཡོད་སོགས་ཡུལ་དབྱུས་གྱི་བྱོར་བྱེད་ཆེན་པོ་རྣམས་སྦྱ་
ཁང་དང་མཆོད་རྟེན་མང་པོ་བཞེངས་ཤིང་། རྗེ་ཆེ་གདན་གྱི་བྱང་ཆུབ་སྤྱོན་ཤིང་གི་མཐའ་སྐོར་དུ་རྗེའི་
བཅུ་གཉིད་ཀྱི་ར་བས་བསྐྱོར། དཔལ་ལྷན་འབྲུམ་སྤྱངས་མཆོད་རྟེན་ལ་ལྷགས་རིས་བསྐྱོར་ཞིང་ལྷ་ཁང་
བརྒྱ་ཅ་བརྒྱད་བཞེངས། བྱང་སྤྱི་མི་སྦྱར་དུ་ཐེབས་ནས་འགྲོ་དོན་མཛད།

སྤྱི་ཆའི་སྤྲད་ལ་ལྷོ་ཕྱོགས་དཔལ་གྱི་རིར་བཞུགས་ཤིང་མདོ་སྒྲགས་གྱི་ཆོས་འཁོར་རྒྱ་
ཆེར་བསྐྱོར། ལྷག་པར་ཆོས་དབྱེད་ས་བསྐྱོད་པ་སོགས་མཛད་ནས་གདུལ་བྱ་མང་པོ་ཐེག་པ་ཆེན་
པོའི་ལམ་དུ་ཁྱིད་པར་མཛད་ཅིང་། རྒྱལ་བས་གསུངས་པའི་ངེས་དོན་གྱི་མདོ་རྣམས་སྦྱས་ཀྱང་དོན་
གཞན་དུ་བསྐྱར་མི་བྱུང་བར་ངེས་པ་བརྟན་པོར་མཛད་དོ། །

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

དེ་ནས་རྒྱལ་བྱས་དབྱ་སྤྱིར་འབྱར་གྱིས་དོགས་ནས་དཔག་ཆད་གཅིག་ཅུ་དུ་དོར་བསྐྱོབ་
དཔོན་བཅུད་ལེན་བྱུང་བས་སྤྱི་ལུས་དང་དབྱ་རྗེ་ལྷ་སྤྱང་ཅིང་། སྤྱར་རིམ་གྱིས་དབྱ་དང་སྤྱི་ལུས་
གཉིས་ཀ་མ་ཉམས་པར་ལོ་རེ་བཞིན་ཟླ་ཟླ་མོང་ནས་མཐར་འབྱར་ནས་སློབ་དཔོན་རང་ཉིད་

ཞལ་བཞུགས་དུས་ལྟར་བསྟན་པ་དང་འགྲོ་བའི་དོན་རྒྱ་ཆེར་མཛད་པར་གསུངས་སོ། །

ནམ་ཐར་ནམས་སུ་སྟོབ་དཔོན་འདིས་ཆོས་རྒྱ་ལན་གསུམ་བསྐྱགས་པར་གསུངས་ལ། སྟོན་
པ་གཉིས་པ་ལྟ་བུར་གྱུར་པའི་སྟོབ་དཔོན་འདི་དགྲུང་ལོ་བྲག་བརྒྱ་བཞུགས་ཟེར་བ་དང་། སུམ་བརྒྱ་
བཞུགས་ཟེར་བའི་བཤད་སྟོལ་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་དེ་གཉིས་ཀ་ལོ་བྱེད་ལོ་གཅིག་ཏུ་བཅིས་པའི་
ལུགས་ཡིན་པར་ཆེ་བྱར་བྱ་བའི་རྒྱ་གར་ཆོས་འབྱུང་དུ་གསུངས།
སྟོབ་དཔོན་འདིས་མཛད་པའི་བསྟན་བཅོས་ལ། དབུ་མ་རིགས་ཆོགས་སོགས་མདོ་སྔགས་རིག་
གནས་སོགས་ཀྱི་སྟོར་མང་ཞིང་། བོད་ཀྱི་གོང་མ་ཁྱི་སོང་ལྡེ་བཙན་གྱི་སྐབས་སུ་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་
བ་བསྟན་འབྱུར་གྱི་ནང་དུ་ཡོད། སྟོབ་མ་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་ཤུག་མི་ཅ་དང་། ལྷ་ག་པོ་རྟེ། ལྷ་ཅན་དེ་ལ།
མ་ཉརྟེ་པ། སངས་རྒྱས་བསྐྱུངས། ལེགས་ལྷན་འབྲེད། སྟོབ་དཔོན་དཔའ་བོ་སོགས་མང་དུ་བྱུང་
ངོ། །

ཉུ་སྒྲིག་པའི་གསལ་བཤད།

གངས་རེའི་ཤེལ་གྱི་མཚོད་རྟེན་གྱི་ཐེང་བས་སུ་བྱུང་བྱས་པའི་རང་རེའི་སྤྲུལ་ལེ་སྒྲན་ལྗོངས་སུ་
ཆོས་རྒྱལ་ལོ་བཅུ་ནམས་དང་ཀུན་རིག་མཁས་པའི་དབང་པོ་དག་གི་བཀའ་བློན་ལས། གསུང་རབ་
གྱི་སྒྲེགས་བམ་རི་རབ་གྱི་གཏོས་དང་མཉམ་བཤེད་ན་ཡང་། ཏུས་གྱི་འཕེལ་འགྲིབ་སོགས་ཀྱིས་
མང་པོ་ཞིག་འབྱུང་བཞིའི་ཟས་སུ་བྱིན་པ་དང་། གང་མང་ཞིག་ས་རྒྱལ་གྱི་ཁོད་དུ་ཆེས་མཐའ་མཐུག་
གི་གཟེམས་མལ་བསྟེན་ལ་ཉེ་བ་སོགས་ཀྱིས་དེ་དག་སྤྱར་སྟོབ་དང་། གཅས་ཉར་བྱེད་རྒྱ་ནི་འཕྲིས་
མེད་ན་སྤྲ་མེད་པའི་ཏུས་ཡིན་ཞིང་། དེས་རང་རིགས་བསམ་ཡོད་གང་མང་ཞིག་གིས་དེ་དག་བསྐྱར་
དཔར་དང་། དེབ་གཟུགས་པར་སྐྱུན་སོགས་ཀྱིས་འགྲེམས་སྤེལ་དང་། སྤྱང་སྟོབ་ལ་རེས་བཞིན་པ་
ནི་དགའ་འོས་པ་དང་། ཡི་རང་གི་ལེགས་སོ་འབྲུལ་བའི་གནས་ཡིན་ནོ།།

ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་བཤད་ན། མི་རིགས་དེའི་ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བརྟུད་ནི་མི་རིགས་
དེའི་སྒྲ་སོག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཉིད་དར་སྤེལ་དང་སྤྱང་སྟོབ་བྱེད་རྒྱ་ཡང་། མི་རིགས་དེ་ཉིད་ཀྱི་འོས་
འགན་ཡིན་ན། བསམ་སྒྲུབ་ཀྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་པའི་གསུང་རབ་གྱི་སྒྲེགས་བམ་དེ་དག་ནི། ཤེས་རིག་
གི་ཉིང་བརྟུད་ཡིན་ལ། མི་རིགས་འདིའི་སྒྲ་སོག་ཀྱང་ཡིན་ནོ།། སྟོན་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་བཀའ་
ལས་ཀྱང་། ཤེས་རིག་གྱི་སྒྲེགས་བམ་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད། ཡི་གེར་འདྲི་བ་དང་། འདྲིར་བརྟུག་པ་སོགས་
ཀྱི་པན་ཡོན་ནི་སྟོང་གསུམ་ནོར་གྱིས་བཀའ་སྟེ་སངས་རྒྱུས་འབྲུམ་པ་བརྒྱ་ལ་མཚོན་པ་ལུལ་བ་
བས་ཀྱང་། བསོད་ནམས་ཆེ་བར་གསུངས་པ་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་གསུང་རབ་གྱི་སྒྲེགས་བམ་དག་ཡི་
གེར་འདྲི་བ་དང་། འདྲིར་བརྟུག་པ་དག་གི་པན་ཡོན་དང་དགེ་མཚན་ཀྱང་མཚོན་ལ། རོན་གནད་ཀྱང་
གོ་སྟུབ་པོ།།

ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ཀྱང་། ང་རང་སྐྱེ་ཆེན་པོ་དང་འདྲུལ་ཁང་རྒྱུ་གི་
པོ་རྒྱལ་རྒྱལ་ལ་དེ་ཙམ་དག་པོ་མེད། སྐྱེ་ཆེན་པོ་བཞེངས་རྒྱུ་དེས་གསུང་ནི་མི་འབྲོན། དེ་ལས་དཔེ་
ཆ་མང་པོ་དཔར་བསྐྱུན་གྱིས་འབྲེམས་སྤེལ་བྱས་ན་བཟང་། ཞེས་ཆོགས་སུ་བཀའ་གནང་བ་སོགས་
ཀྱིས། བྱ་ཆང་རིན་པོ་ཆེ་ནས་ཀྱང་ང་ཚོའི་མི་རིགས་འདིའི་ཡབ་མེས་གོང་མ་དག་གི་ཤུལ་བཞག་དེ་
དག་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་། གནས་པ་བརྒྱད་འཛིན་སོགས་དང་། རང་རིགས་ལ་ཞབས་
འདེགས་ཐུན་ཙམ་ཞུ་བྱ་བ་དགོངས་ཏེ། སེར་བྱས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་བླ་ཆོགས་སྟོན་འབྲེད་དང་།
སེར་བྱས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་རྩོམ་སྤྲིན་ཁང་གསར་འཛུགས་བྱས་པ་ལགས་ན། འདི་ག་རྩོམ་
སྤྲིན་ཁང་གིས་ཀྱང་གཙོ་བོ་བཀའ་བསྐྱུན་གཉིས་ཀྱིས་མཆོག་། གཡུང་རྒྱུད་པོན་དང་བཅས་པའི་ཆོས་
བརྒྱུད་རིས་སུ་མ་ཆད་པའི་བོད་ཀྱི་མཁས་དབང་དག་གི་བཀའ་རྩོམ་གྱི་སྒྲེགས་བམ་དག་། བར་
བསྐྱུན་འབྲེམས་སྤེལ་དང་། ཞོར་དུ་གཞན་གྱི་ཤེས་རིག་ནང་འཕྲེན། དེང་རབས་ཀྱི་རྩོམ་པ་པོ་རྒན་
གཞོན་དཔྲེན་མེད་ཀྱི་བརྩམས་ཆོས་ཀྱང་པར་བསྐྱུན་འབྲེམས་སྤེལ་གྱི་ཞབས་ཞུའི་ལས་གཞི་འདི་
གཉེར་བ་ཡིན།

སྤྲིར་སྟོན་གཉེར་བ་མང་པོས་ཤིག་དེབ་གཟུགས་ལ་མོས་པ་ཆེ་བ་དང་། དེབ་གཟུགས་
ཀྱང་གང་མང་ཞིག་པར་བསྐྱུན་བྱས་ཏེ་ཐོན་གྱིན་ཡོད་ལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་དཔེ་རིང་ལྟ་སྟོན་བྱེད་
མཁས་རྗེ་ཉུང་དང་། པར་ཤིང་གི་སྟོན་སྟོན་ཡང་རྗེ་རྒྱུད་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་བས། པར་ཤིང་མང་པོ་
ཞིག་མཛོད་ཟུགས་སུ་ས་རྩལ་གྱི་ཁྲིད་དུ་གཟིམས་འགོ་རྩོམ་བཞིན་ཡོད།

ལྷག་པར་དུ་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་བརྒྱུད་ཀྱི་དུས་རབས་འདིར་འོད་ཟླ་བས་ཀྱི་
འགྲོས་དང་འགྲོགས་ཏེ། ཆོན་རྩལ་གྱི་ཤེས་རིག་རབ་ཏུ་དར་བས། མི་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོ་རོར་མི་ཤོང་བའི་
དངོས་གཟུགས་གང་མང་ཞིག་འབྱུང་བཞིན་ཡོད་ལ། དེ་དང་བསྐྱུན་ནས་སྟོགས་གཞན་ཞིག་ལ་ཐོབ་
ཤོར་དང་། བཅ་ཉེས་འབྱུང་གིན་ཡོད་པའང་ཆོས་ཉིད་ཡིན། དཔེར་ན། eBook གས་སྟོན་རྩལ་
འབྱུལ་དེབ་ཀྱི་བརྗོད་པའི་དར་བས། གཟིགས་པ་སོ་དག་ལ་སྟོན་བདེ་བ་དང་། སྟོན་བདེ་བ།
གཞུང་ཆོན་འཆོལ་སྤྲོ་བ། འབྲེར་བདེ་བ་སོགས་ཀྱིས་མི་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་དབང་བཀྲུག་སྟེ། འབྱུལ་དེབ་

ལ་དགའ་མོས་རྗེ་ཆེར་འགྲོ་བཞིན་པ་དེས། འོག་སྤྱིང་གི་དཔེ་ཆ་ཉར་བའི་དཔེ་མཛོད་ཁང་གྲགས་
ཆེན་གང་མང་ཞིག་གི་གཏན་པ་མེད་པའི་སློ་སྤྲིག་ས་གང་། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ལས་ལྷོག་བཅུག་
བའང་གང་འཆམ་བྱུང་ཡོད་ན། ང་ཚོ་ཡང་དུས་རབས་ཀྱི་རྗེས་ཐེན་པར་བྱས་ཏེ་རང་རེའི་ཤེས་རིག་
གི་འོད་སྣང་། ལྷུ་གུ་ལྷུགས་ཀྱི་གོ་ལ་འདིར་ཡུན་རིང་གནས་པ་དང་། འཕྲིན་ལས་ཀྱི་འཇུག་པ་
རྒྱབས་རྒྱལ་ཀྱི་འགྲོས་དང་མཉམ་པ་ཡོང་སྲིད་དང་། གཟིགས་པ་པོ་དག་གི་དགའ་མོས་དང་དུས་
བབ་དང་བསྟན་ཏེ། ང་ཚོས་ཀྱང་བཀའ་བསྟན་གཉིས་ཀྱིས་གཙོ་བྱས་ཏེ་བོད་གངས་ཅན་གྱི་གནའ་
དེང་གི་མཁས་པའི་བརྒྱམས་ཆོས་དག་eBook དང་ PDF སོགས་སུ་ཚཱ་སྤྲིག་བྱས་ཏེ་འབྲེམས་
སྤེལ་བྱེད་རྒྱུའི་ལས་གཞི་འདི་འདེམ་པ་ཡིན།

སྤྱིའི་ཆ་ནས་བཀའ་བསྟན་གཉིས་ཀྱིས་མཚོན་མཁས་དབང་ལྷ་མ་དག་གི་གསུང་རབ་
གསར་བསྟན་གྱིས་དེབ་གཟུགས་དཔེ་ཆ་དང་། ལྷོག་རྒྱལ་འབྲུལ་དེབ་ཀྱང་གང་མང་ཞིག་འཛོན་
བཞིན་ཡོད་ན་ཡང་། གསར་དུ་པར་བསྟན་བྱས་པའི་དེབ་གཟུགས་དང་ལྷོག་རྒྱལ་འབྲུལ་དེབ་དག་
ལའང་ཆད་ལྷག་དང་ནོར་འབྱུལ། ལྷས་ཆེན་པ་དག་གིས་རང་འདོད་དང་འོལ་ཆོད་སོགས་ཀྱིས་གང་
བྱུང་བཅོ་བཙུག་བརྒྱབ་པ་སོགས། ལྷོ་གཏད་ཆོག་པ་དང་ཁུངས་དག་ལ། ལྷས་དག་ཆད་ལྷན་སོང་
བའི་གསུང་རབ་ཀྱི་དེབ་གཟུགས་དང་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་ཅང་དཀོན་པའི་ཆོད་དུ་སྦྱང་བ་སོགས་དང་། ང་
ཚོའི་ལས་གཞི་གཙོ་བོ་དེ་ཡང་བཀའ་བསྟན་གཉིས་དང་མཁས་དབང་ལྷ་མ་དག་གི་གསུང་རབ་དག་
ཚཱ་སྤྲིག་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན་པ་དང་། བོད་དུ་བཤད་པ་ལྟར་དམ་པ་སྤྲ་མ་དག་གི་བྲག་རྗེས་གསལ་བའི་
པར་ཤིང་དག་གི་འཕྲིན་ལས་མཇུག་སྟུང་གི་ཡོད་པ་སོགས་ཀྱིས། ང་ཚོས་པར་ཤིང་གི་རྒྱན་ཡུན་
གནས་ལ་འབད་བཅོན་དང་། ཤིང་པར་གྱི་ནང་དུ་པར་ཤིང་ཆག་པ་དང་། ཡིག་འབྲུ་མི་གསལ་བ།
པར་ཡིག་པས་བྲི་ནོར་དང་བཞོས་ནོར་ཤོར་བ་སོགས་ཀྱིས་ཡིག་ནོར་རེ་བྱང་ཡོད་ན་ཡང་། པར་
ཤིང་མང་ཤོས་ཤིག་ཚཱ་པ་པོ་རང་ཉིད་དམ། རིག་གནས་ལ་ནང་བྲན་རྒྱབ་པའི་མཁས་དབང་དང་
དམ་པའི་སྤྱིས་བྱ་གང་མང་ཞིག་གིས་ལྷས་དག་བཏང་བ་ཡིན་པས་གང་བྱུང་བཅོ་བཙུག་སོགས་བྱ་
རྒྱུ་མེད་པ་དང་། གསུང་རབ་ལས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་ནོར་ན་ཡང་དོན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་འཇུག་ན།

གསུང་རབ་ལ་བསྐྱེད་དང་བཅོ་བཙུགས། ཐ་ན་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལས་ཡིག་འབྲུག་ཅིག་ལའང་
བཙུགས་ལྟ་མེད་པར་སོར་བཞག་བྱ་རྒྱའི་ཅ་དོན་རྒྱན་འཁྱོངས་བྱེད་རྒྱ་གལ་ཆེ་བ་དང་དགེ་མཚན་
ཆེ་བར་མཛོང་སྟེ། ང་ཚོས་དཔེ་རིང་ཆོད་ལྟན་ཞིག་མ་དཔེར་བཟུང་སྟེ་དེ་དང་བྱ་ཡིག་གཉིས་གཤིབ་
བསྐྱར་བྱས་ཏེ། མ་ཕྱི་རི་མ་རི་བཞིན་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བཅོ་རྒྱ་དང་། ཡིག་ཞོར་མཛོན་མཚན་ཅན་རྣམས་
ཞོར་བཙུགས་བྱས་ཡོད་ན་ཡང་། འབྲུལ་དེབ་བཅུ་ eBook གི་ནང་དུ་ཟུར་མཚན་བཞག་ཆེ་ཅུང་
སྟབས་མི་བདེ་བས། eBook གི་ནང་དུ་ང་ཚོས་ཞོར་བཙུགས་བྱས་པ་དེ་ཡིག་མདོག་དམར་པོར་
བསྐྱར་ཡོད་ལ། PDF ཡི་ནང་དུ་ང་ཚོས་གང་ཞོར་བཙུགས་པའི་མ་ཕྱིའི་ཡི་གེ་འཕྲུལ་ཞོར་སྟེ། ཏུ་
ཐག་བཅད་པའི་གཞུང་ཡིག་གསལ་མ་ཕྱིའི་ཡི་གེ་དེ་མཐུག་དུ་ཟུར་མཚན་གྱི་ངོ་ཐོར་བཞོད་ཅིང་། ཞུ་
སྤྲིག་པའི་ཞོར་བཙུགས་ཀྱི་ཡི་གེ་དེ་གཞུང་ཡིག་དངོས་སམ་གཞུང་དགྲུས་ཀྱི་ཡི་གེ་དང་མི་ཞོར་བའི་
ཆེད་དུ། ཞོར་དུ་མཚན་སྟགས་དང་། འོག་ཏུ་མཚན་གངས་སྐྱར་ཡོད་པས། གཞུང་དགྲུས་སུ་ཤོར་
དོགས་དང་ཞོར་ས་མེད། མདོར་ན་ PDF ཡི་ནང་དུ་ཞུ་སྤྲིག་པས་ཞོར་བཙུགས་བྱས་ཡོད་པ་ཆང་མར་
ཟུར་མཚན་ཡོད་ལ། གལ་ཏེ་ང་ཚོས་ཞོར་བཙུགས་བྱས་པ་དེ་ཉིད་ལ་དོགས་གནས་ཡོད་ཆེ། ཟུར་
མཚན་དུ་གསལ་བ་ལྟར་གྱི་མ་ཡིག་དེ་ཚུར་བྲངས་ཏེ་འགྲེལ་བརྒྱབ་ཆོག་ཅིང་། བར་གཞིའི་ནང་གི་
ཞུ་སྤྲིག་པའི་ཞོར་བཙུགས་ཀྱི་ཡིག་འབྲུག་དག་གྲངས་ཤིང་། ཟུར་མཚན་ལས་ཆད་ཉགས་ཅན་རྣམས་
ལྟར། ཟུར་མཚན་གཞན་དག་ཚུར་བྲངས་ཏེ་གཞུང་དགྲུས་དང་སྐྱར་ན། གཞུང་དེ་དང་དེའི་མ་ཕྱིའམ་
མ་དཔེའི་དཔེ་རིང་དངོས་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་འབྲུང་ངོ་། །འདི་ནི་གསུང་རབ་ལ་བསྐྱེད་དང་བཅོ་བཙུགས་
ཐ་ན་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལས་ཡིག་འབྲུག་ཅིག་ལའང་བཙུགས་ལྟ་མེད་པར་སོར་བཞག་བྱ་དགོས་
པའི་ཅ་དོན་རྒྱན་འཁྱོངས་བྱས་པའང་ཡིན་ནོ།

ཞེས་མེར་བྱས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྤྲིག་ཁང་གིས་ ༢༠༡༥ ལོའི་ཟླ་ ༠༢ པའི་ཆེས་

དཀར་ཆག

དོ་སྤྱོད་མདོར་བསྟུན།	i
ཞུ་སྤྱི་ག་པའི་གསལ་བཤད།	iv
ཚུད་པ་བརྒྱུད་པའི་ཆོག་ལེ་ཏུར་བྱས་པ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །	1
ཚུད་པ་བརྒྱུད་པའི་འགྲེལ་བ་བཞུགས་སོ། །	10
པར་བྱང་སྟོན་ཆོག་	68

༡༡། རྩོད་པ་བསྐྱོག་པའི་ཆོག་ལེ་ཕུར་བྱས་པ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་
སོ། །

༡༡། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། བེ་ག་ཏ་བྱ་བཏཱི་ཀཱ་རི་ཀཱ་རྩ་མ། བོད་སྐད་དུ། རྩོད་པ་
བསྐྱོག་པའི་ཆོག་ལེ་ཕུར་བྱས་པ་ཞེས་བྱ་བ། འཇམ་དཔལ་གཞོན་ཏུར་གྱུར་པ་ལ་བྱག་
འཆལ་ལོ། །

གལ་ཏེ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། རང་བཞིན་ཀུན་ལ་ཡོད་མིན་ན། རྟོད་ཀྱི་
ཆོག་ཀྱང་རང་བཞིན་མེད། རང་བཞིན་བསྐྱོག་པར་མི་རུས་སོ། །

འོན་ཏེ་ཆོག་དེ་རང་བཞིན་བཅས། རྟོད་ཀྱི་དམ་བཅའ་སྤྲ་མ་ཉམས། ཁྱི་འབྲ་
ཉིད་དེ་དེ་ཡིན་ན། རྟུང་པར་གཏན་ཆོགས་བརྗོད་པར་གྱིས། དེ་སྤྲ་མ་འབྲིན་ལྟ་བུའི་
ཞེས། རྟོད་སྒོ་སེམས་ན་དེ་མི་འཐད། འདི་ལ་སྤྲ་ནི་ཡོད་པ་ཡིས། འབྲུང་བར་འབྲུར་
བ་དེ་བསྐྱོག་ཡིན། །

འགོག་པའི་འགོག་པ་འང་དེ་ལྟ་ཞེས། འདོད་ན་དེ་ཡང་བཟང་མིན་ཏེ། རྟོད་ཀྱི་

དམ་བཅའ་མཆན་ཉིད་ལས། །དེ་ལྟར་སྒྲིན་ཡོད་པེད་ལ་མེད། །རེ་ཞིག་གལ་ཏེ་མངོན་
སུམ་གྱིས། །དངོས་རྣམས་དམིགས་ནས་སྒྲིག་བྱེད་པ། །གང་གིས་དངོས་རྣམས་
དམིགས་འགྱུར་པ། །མངོན་སུམ་དེ་ནི་མེད་པ་ཡིན། །

རྗེས་དཔག་ལུང་དང་དཔེར་འདེམ་དང་། །རྗེས་དཔག་ལུང་གིས་བསྐྱབ་བྱ་
དང་། །དཔེས་བསྐྱབ་བྱ་བའི་དོན་གང་ཡིན། །མངོན་སུམ་གྱིས་ནི་ལན་བཏབ་པོ། །སྒྲེ་
བོ་ཆོས་ཀྱི་གནས་སྐབས་མཁས། །དགེ་བ་དག་གི་ཆོས་རྣམས་ལ། །དགེ་བའི་རང་
བཞིན་ཡིན་པར་ནི། །སེམས་ཤིང་ལྷག་མ་རྣམས་ལ་ཡང་། །

གང་དག་ངེས་པར་འབྱེན་པའི་ཆོས། །ཆོས་ཀྱི་གནས་སྐབས་གསུངས་དེ་
རྣམས། །ངེས་པར་འབྱེན་པའི་རང་བཞིན་ཉིད། །རང་བཞིན་ངེས་འབྱེན་མིན་ལ་
སོགས། །གལ་ཏེ་ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་མེད། །རང་བཞིན་མེད་ཅེས་བྱ་བ་
ཡིན། །མིང་ཡང་དེ་བཞིན་མེད་འགྱུར་ཞིང་། །གཞི་མེད་མིང་ནི་མེད་ཕྱིར་རོ། །

ཐོན་ཏེ་རང་བཞིན་ཡོད་མོད་ཀྱི། །དེ་ནི་ཆོས་རྣམས་ལ་མེད་ན། །དེ་ཕྱིར་ཆོས་
རྣམས་སྤངས་པ་ཡི། །རང་བཞིན་གང་དེ་བསྟན་པར་རིགས། །གང་ཕྱིར་བྱིས་ན་སུམ་
པ་མེད། །ཅེས་བྱའི་འགོག་པ་ཡོད་ཉིད་ལ། །མཐོང་བ་དེ་ཕྱིར་ཁྱོད་ཀྱི་ཡང་། །འགོག་
འདི་ཡོད་ལ་རང་བཞིན་ཡིན། །

ཅི་སྟེ་རང་བཞིན་དེ་མེད་ན། །ཁྱོད་ཀྱི་ཆོག་འདིས་ཅི་ཞིག་དགག། །ཆོག་མེད་
པར་ཡང་མེད་པ་ཡི། །འགོག་པ་རབ་ཏུ་བྱུང་པ་ཡིན། །བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲིག་རྒྱ་
ལ། །རི་ལྟར་རྒྱ་ཞེས་ལོག་འཛིན་ལྟར། །དེ་བཞིན་ཁྱོད་ཀྱིས་ཡོད་མིན་ལ། །ལོག་པར་
འཛིན་པ་འགོག་བྱེད་ན། །

དེ་ལྟ་ན་ནི་འཛིན་པ་དང་། གཞུང་དང་དེ་ཡི་འཛིན་སོ་དང་། འཕོག་དང་
འཕོག་བྱ་འཕོག་པ་སོ། དེ་དུག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནམ། ཅི་སྟེ་འཛིན་པ་ཡོད་མེན་
ཞིང་། གཞུང་མེད་འཛིན་པ་སོ་མེད་ན། འོ་ན་འཕོག་དང་དགག་བྱ་དང་། འཕོག་པ་
སོ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །

གལ་ཏེ་འཕོག་དང་དགག་བྱ་དང་། འཕོག་པ་སོ་ཡང་ཡོད་མིན་ན། དངོས་སོ་
ཀུན་དང་དེ་རྣམས་ཀྱི། རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱང་གྲུབ་པ་ཡིན། ཁྱེད་ལ་གཏན་ཆོགས་མི་
འགྲུབ་སྟེ། རང་བཞིན་མེད་ཕྱིར་ཁྱོད་ཀྱི་ཏགས། གལ་ཏེ་ཡོད་དེ་ཁྱོད་དོན་དེ། གཏན་
ཆོགས་མེད་ཕྱིར་འགྲུབ་མི་འཐད། །

ཁྱོད་ལ་གཏན་ཆོགས་མེད་པར་ཡང་། རང་བཞིན་བརྒྱུག་པ་གྲུབ་ཡིན་ན། ང་
ལ་འང་གཏན་ཆོགས་མེད་པ་ནི། རང་བཞིན་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་འགྲུབ། ཅི་སྟེ་གཏན་
ཆོགས་ཡོད་ན་དངོས། རང་བཞིན་མེད་ཅེས་བྱ་མི་འཐད། སྲིད་ན་རང་བཞིན་མེད་པ་
ཡི། དངོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གང་ལ་རང་བཞིན་ཡོད་མིན་པའི། འཕོག་པ་གལ་ཏེ་སྤྲ་འགྱུར་ཞིང་། དགག་
བྱ་བྱི་ཞེས་འཐད་མིན་ལ། བྱིས་དང་ཅིག་ཅར་ཡང་མི་འཐད། གལ་ཏེ་ངའི་ཆོག་རྒྱ་
རྒྱུན་དང་། ཆོགས་དངོས་སོ་སོ་ལ་ཡང་མེད། འོ་ན་དངོས་རྣམས་སྟོང་གྲུབ་སྟེ། རང་
བཞིན་མེད་པ་ཉིད་ཕྱིར་རོ། །

རྟེན་རྣམས་འབྱུང་བའི་དངོས་རྣམས་གང་། དེ་ནི་སྟོང་ཉིད་ཅེས་བརྗོད་
དེ། གང་ཞིག་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་དེ། རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། སྤྱུལ་པ་ཡིས་
ནི་སྤྱུལ་པ་དང་། སྤྱུ་མ་ཡིས་ནི་སྤྱེས་བྱ་ཡི། སྤྱུ་མས་སྤྱང་ལ་འཕོག་བྱེད་ལྟར། འཕོག་

བ་འདི་ཡང་དེ་བཞིན་འགྱུར། །

ང་ཡི་ཆོག་དེ་རང་བཞིན་མེད། །དེ་ཕྱིར་ང་ཡི་སྤྱོད་མཉམ་ལ། །མི་འདྲ་ཉིད་
ཀྱང་མེད་བས་ན། །གཏན་ཆོག་སྤྱད་པར་བརྗོད་མི་བྱ། །སྤྱི་མ་འབྲིན་བྱ་བཞིན་ཞེ་
ན། །ཁྱོད་ཀྱིས་གང་བཅུམས་དཔེ་འདི་མིན། །དེ་ནི་སྤྱི་ཡིས་སྤྱི་བརྒྱུག་ལ། །འདིར་ནི་དེ་
ལྷ་མ་ཡིན་ནོ། །

གལ་ཏེ་རང་བཞིན་མེད་ཉིད་ཀྱིས། །ཅི་སྟེ་རང་བཞིན་མེད་པ་བརྒྱུག། །རང་
བཞིན་མེད་པ་ཉིད་ལོག་ན། །རང་བཞིན་ཉིད་དུ་རབ་འབྱུང་བ་འགྱུར། །ཡང་ན་ཁ་ཅིག་
སྤྱུལ་བ་ཡི། །བྱད་མེད་ལ་ནི་བྱད་མེད་སྟུམ། །ལོག་འཛིན་འབྱུང་ལ་སྤྱུལ་བ་
ཡིས། །འཁོག་བྱེད་དེ་ནི་དེ་ལྷ་ཡིན། །

ཡང་ན་ཉམས་འདི་བསྐྱབ་བྱ་དང་། །མཚུངས་ཏེ་གང་ཕྱིར་སྤྱོད་མིན། །ཐ་
སྟངས་ཁས་ནི་མ་སྒྲངས་པར། །དེད་ཅག་འཆད་པར་མི་བྱེད་དོ། །གལ་ཏེ་ངས་དམ་
བཅས་འགའ་ཡོད། །དེས་ན་ང་ལ་སྦྱོན་དེ་ཡོད། །ང་ལ་དམ་བཅའ་མེད་པས་ན། །ང་ལ་
སྦྱོན་མེད་ཁོ་ན་ཡིན། །

གལ་ཏེ་མངོན་སུམ་ལ་སོགས་པའི། །དོན་ཀྱིས་འགའ་ཞིག་དམིགས་ན་
ནི། །བསྐྱབ་པའམ་བརྒྱུག་པར་བྱ་ན་དེ། །མེད་ཕྱིར་ང་ལ་ལྷན་ཀ་མེད། །གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱི་
དོན་དེ་ནུས། །ཆད་མ་ཉིད་ཀྱིས་རབ་བསྐྱབས་ན། །ཁྱོད་ཀྱིས་ཆད་མ་དེ་ནུས་
ཀྱང་། །རི་ལྷར་རབ་ཏུ་འབྱུང་བ་སྤྱོད། །

གལ་ཏེ་ཆད་མ་གཞན་ནུས་ཀྱིས། །བྱུང་བོ་སྟུམ་ན་སྤྱུང་བ་མེད། །

དེ་ཡང་དང་པོ་འབྱུང་མིན་ལ། །བར་མ་མིན་ཞིང་ཐ་མའང་མིན། །འོན་ཏེ་ཆད་

མ་མེད་པར་ཡང་། །དེ་རྣམས་གྲུབ་ན་སྤྱོད་ཅམས། །མི་འབྲེལ་ཉིད་དེ་དེ་ཡིན་ན། །གཏན་
ཆོགས་ཁྱད་པར་སྤྱོད་པར་གྱིས། །

ཇི་ལྟར་མེ་ཡིས་གཞན་བདག་ཉིད། །གསལ་བྱེད་དེ་བཞིན་རང་བདག་
ལྟར། །དེ་བཞིན་ཆོད་མ་རྣམས་ཀྱང་ནི། །རང་བཞིན་བདག་ཉིད་སྤྱོད་ཅེ་ན། །སྤྱོད་པ་དེ་
ནི་མི་མ་སྤྱོད་ཏེ། །སྤྱོད་ཁུང་ནང་གི་བྱམ་པ་བཞིན། །དེ་ལ་མི་དམིགས་མ་མཐོང་
བས། །མེ་ནི་རང་ཉིད་གསལ་བྱེད་མིན། །

གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱི་ཆོག་གིས་ནི། །མེ་ཡིས་རང་བདག་གསལ་བྱེད་ན། །འོ་ན་མེ་
ཡིས་གཞན་བཞིན་དུ། །རང་ཉིད་སྤྱོད་ཅེ་བའང་བྱེད་པར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱི་ཆོག་
གིས་ནི། །མེ་ཡིས་རང་གཞན་གསལ་བྱེད་ན། །མེ་བཞིན་དུ་ནི་སྤྱོད་པ་ཡང་། །རང་
གཞན་བདག་ཉིད་སྤྱོད་ཅེ་བའང་འགྱུར། །འབར་བྱེད་དང་ནི་གང་གཞན་ན། །མེ་འདུག་པ་ན་
སྤྱོད་པ་མེད། །

གསལ་བྱེད་དེ་ནི་སྤྱོད་སེལ་ན། །ཇི་ལྟར་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན། །མེ་འབྱུང་
ཉིད་ན་གསལ་བྱེད་པ། །ཡང་དག་མིན་པར་སྤྱོད་པ་སྟེ། །མེ་འབྱུང་ཉིད་ན་སྤྱོད་པ་
དང་། །སྤྱོད་པ་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན། །

ཡང་ན་མེ་དང་མ་སྤྱོད་ཀྱང་། །སྤྱོད་པ་སེལ་བར་བྱེད་ན་ནི། །འདི་ན་ཡོད་པ་
གང་ཡིན་པ། །འདི་ག་ཉེན་ཀྱན་གྱི་སྤྱོད་སེལ་འགྱུར། །གལ་ཏེ་རང་ལས་ཆོད་མ་
གྲུབ། །གཞལ་བྱ་རྣམས་ལ་མ་ལྟོས་པར། །ཁྱེད་ཀྱི་ཆོད་མ་གྲུབ་འགྱུར་འདི། །རང་གྲུབ་
གཞན་ལ་ལྟོས་མ་ཡིན། །

གལ་ཏེ་གཞལ་བྱའི་དོན་རྣམས་ལ། །མ་ལྟོས་ཁྱེད་ཀྱི་ཆོད་མ་གྲུབ། །དེ་ལྟར་

ཆད་མ་འདི་རྣམས་ནི། །གང་གི་འད་ཡིན་པར་མི་འགྱུར་རོ། །འོན་ཏེ་ལྷོས་ནས་དེ་
རྣམས་འགྲུབ། །འདོད་ན་དེ་ལ་སྦྱོན་ཅིང་འགྱུར། །མ་གྲུབ་གཞན་ལ་མི་ལྷོས་པས། །གྲུབ་
པ་སྦྱུབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །

གལ་ཏེ་ཡོད་དེ་གཞལ་བྱ་ལ། །ལྷོས་ནས་ཆད་མ་འགྲུབ་ཡིན་ན། །ཆད་མ་
རྣམས་ལ་མ་ལྷོས་པར། །གཞལ་བར་བྱ་བ་འགྲུབ་པར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་ཆད་མ་རྣམས་
ལ་ནི། །མ་ལྷོས་པར་ཡང་གཞལ་བྱ་འགྲུབ། །གང་ཕྱིར་དེ་དག་དེ་འགྲུབ་ན། །ཁྱོད་ཀྱི་
ཆད་མ་འགྲུབ་པས་ཅི། །

ཅི་སྟེ་ཁྱོད་ཀྱི་ཆད་མ་རྣམས། །གཞལ་བྱ་རྣམས་ལ་ལྷོས་ནས་འགྲུབ། །དེ་ལྟར་
ཁྱོད་ཀྱི་ཆད་མ་དང་། །གཞལ་བྱ་དེས་པར་ལྟོག་པར་འགྱུར། །འོན་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཆད་
གྲུབ་པས། །གཞལ་བར་བྱ་བ་འགྲུབ་འགྱུར་ལ། །གཞལ་བྱ་གྲུབ་པས་ཆད་བསྦྱུབས་
ན། །ཁྱོད་ཀྱིས་གཉིས་ཀའང་འགྲུབ་མི་འགྱུར། །

གལ་ཏེ་ཆད་མ་གཞལ་བྱ་འགྲུབ། །གཞལ་བྱ་དེ་དག་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་། །དེ་
དག་བསྦྱུབ་པར་བྱ་ཡིན་ན། །དེ་དག་རི་ལྟར་བསྦྱུབ་པར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་གཞལ་བྱས་
ཆད་མ་གྲུབ། །ཆད་མ་དེ་དག་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་། །དེ་དག་བསྦྱུབ་པར་བྱ་ཡིན་ན། །དེ་
དག་རི་ལྟར་བསྦྱུབ་པར་འགྱུར། །

གལ་ཏེ་པ་ཡིས་བྱ་བསྐྱེད་བྱ། །གལ་ཏེ་བྱ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་། །ཅི་སྟེ་པ་དེ་
བསྐྱེད་བྱ་ན། །དེས་ན་གང་གིས་གང་བསྐྱེད་སྟོས། །དེ་དག་གཉིས་ཀའང་པ་དང་
བྱའི། །མཆན་ཉིད་འཛིན་པས་དེ་ཡི་བྱིར། །དེ་ལ་ཁོ་བོ་ཐེ་ཆོམ་གྱུར། །དེ་ལས་པ་གང་
བྱ་གང་སྟོས། །

ཚད་མ་རྣམས་ནི་རང་ཉིད་ཀྱིས། །འབྲུབ་མེད་པའི་ཚུན་གྱིས་མེད་པའམ། །ཚད་
མ་གཞན་གྱིས་མ་ཡིན་ལ། །གཞལ་བྱས་མ་ཡིན་རྒྱ་མེད་མེན། །ཆོས་ཀྱི་གནས་
སྐབས་རབ་མཁས་པ། །དག་བ་ཡིས་ནི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི། །དག་བའི་ཆོས་རྣམས་རང་
བཞིན་གང་། །དེ་ལྟར་རབ་ཕྱེ་བརྗོད་བྱ་ཡིན། །

གལ་ཏེ་དག་བའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི། །རང་བཞིན་འགའ་ཞིག་བརྟན་སྦྱེ་བ། །དེ་ནི་
གཞན་དོན་དེ་ལྟར། །རང་གི་དོ་བོར་ཇི་ལྟར་འབྱུང། །འོན་ཏེ་དག་བའི་ཆོས་རྣམས་
ཀྱིས། །རང་གི་དོ་བོ་དེ་འགའ་ལའང་། །མ་བརྟན་སྦྱེ་ན་དེ་ལྟར་འདྲ། །ཚངས་པར་སྦྱོང་
བ་གནས་མི་འབྱུང། །

རྒྱ་མི་ལྷན་པ་ཏྲག་པའི་ཕྱིར། །ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཏྲག་པར་འབྱུང། །ཆོས་
དང་ཆོས་མ་ཡིན་མེད་ཅིང་། །འཛིག་རྟེན་པ་ཡི་ཐ་སྙད་མེད། །མི་དག་བ་དང་ལུང་མ་
བསྟན། །དེས་འབྲེན་སོགས་ལའང་སྦྱོན་དེ་བཞིན། །དེ་བས་ཁྱོད་ཀྱི་འདུས་བྱས་
ཀུན། །འདུས་མ་བྱས་པ་ཉིད་དུ་འབྱུང། །

གང་ཞིག་རང་བཞིན་བཅས་པ་ཞེས། །མི་དེ་ཡོད་པར་སྦྱ་བ་ལ། །དེ་ལྟར་ཁྱོད་
ཀྱིས་ལན་བཏབ་ཀྱི། །ང་ཡི་མིང་ཡོད་མི་སྦྱ་འོ། །མིང་མེད་ཅེས་བྱ་གང་ཡིན་འདི། །ཅི་
དེ་ཡོད་པའམ་མེད་པ་ཡིན། །གལ་ཏེ་ཡོད་དམ་མེད་ཀྱང་རུང་། །ཁྱོད་ཀྱིས་སྦྱས་པའང་
གཉིས་ཀའང་ཉམས། །

དངོས་པོ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །སྟོང་པ་ཉིད་ནི་ལྷན་བསྟན་པས། །དེ་ཕྱིར་
དམ་བཅས་མེད་པར་ཡང་། །ལྷན་ཀ་གང་ཡིན་དེ་ཆོས་ཕྱེད། །འོན་ཏེ་རང་བཞིན་ཞིག་
ཡོད་ལ། །དེ་ནི་ཆོས་ལ་མེད་དོ་ཞེས། །དོགས་འདི་རིགས་པ་མ་ཡིན་མོད། །དོགས་པ་

དེ་ནི་ཁྱོད་ཀྱིས་བྱས། །

གལ་ཏེ་ཡོད་ཉིད་འགོག་ཡིན་ན། །འོ་ན་སྟོང་ཉིད་རབ་འབྱུང་སྟེ། །དངོས་རྣམས་
རང་བཞིན་མེད་ཉིད་ལ། །ཁྱོད་ནི་འགོག་པར་བྱེད་པས་སོ། །སྟོང་ཉིད་གང་ལ་ཁྱོད་
འགོག་པའི། །སྟོང་ཉིད་དེ་ཡང་མེད་ཡིན་ན། །འོ་ན་ཡོད་པ་འགོག་ཡིན་ཞེས། །སྤྲུལ་བ་
དེ་ཉམས་མ་ཡིན་ནམ། །

དགག་བྱ་ཅི་ཡང་མེད་པས་ན། །ང་ནི་ཅི་ཡང་མི་འགོག་གོ། །དེ་ཕྱིར་འགོག་པ་
བྱེད་དོ་ཞེས། །ཡང་དག་མིན་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་སྤྲུལ། །ཆོག་མེད་པར་ཡང་མེད་པ་
ཡི། །འགོག་ཆོག་མི་འབྱུང་མིན་ཞེ་ན། །དེ་ལ་ཆོག་ནི་མེད་ཅེས་པར། །གོ་བར་བྱེད་ཀྱི་
སྟེ་སེལ་མིན། །

སྤྲིག་རྒྱ་དཔེ་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་། །ཅོད་པ་ཆེན་པོ་སྤྲུལ་པ་གང་། །དེ་ཡང་ཅི་
ནས་དཔེ་དེ་འཐད། །གཏན་ལ་དབབ་པ་མཉན་པར་གྱིས། །གལ་ཏེ་འཛིན་དེ་རང་
བཞིན་ཡོད། །བརྟེན་ནས་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་རོ། །འཛིན་པ་གང་ཞིག་བརྟེན་འབྱུང་
བ། །དེ་ཉིད་སྟོང་ཉིད་མ་ཡིན་ནམ། །

གལ་ཏེ་འཛིན་པ་རང་བཞིན་ཡོད། །འཛིན་པ་དེ་ལ་སྤྲུལ་པ་བརྟེན། །ལྷག་མ་
རྣམས་ལ་འང་ཚུ་ལ་དེ་བཞིན། །དེ་ཕྱིར་ལྷན་ཀ་དེ་མེད་དོ། །སྤྲིག་རྒྱའི་དཔེས་བརྟེན་ག་
བརྒྱུ་བ་པའི་ཆེ། །སྤྲུལ་སྤྲུལ་གང་ཡིན་དེ་དང་ནི། །སྤྲུལ་པ་གཏན་ཆོག་མེད་པ་
ཡི། །ལན་བཏབ་ཀྱང་ཏེ་མཚུངས་ཕྱིར་རོ། །

དུས་གསུམ་གཏན་ཆོག་པ་གང་ཡིན་སྤྲུལ། །ལན་བཏབ་ཉིད་དུ་མཚུངས་ཕྱིར་
རོ། །དུས་གསུམ་ཆེད་ཀྱི་གཏན་ཆོག་ནི། །སྟོང་ཉིད་སྤྲུལ་བ་རྣམས་ལ་རུང་། །

གང་ལ་སྟོང་བ་ཉིད་སྲིད་པ། །དེ་ལ་དོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་སྲིད། །གང་ལ་སྟོང་
ཉིད་མི་སྲིད་པ། །དེ་ལ་ཅི་ཡང་མི་སྲིད་དོ། །

གང་ཞེག་སྟོང་དང་རྟེན་འབྱུང་དག །དབུ་མའི་ལམ་དུ་དོན་གཅིག་པར། །གསུང་
མཆོག་མཚུངས་པ་མེད་པ་ཡི། །སངས་རྒྱས་དེ་ལ་ཐུག་འཆའ་ལོ། །

རྩོད་པ་བསྒྲོག་པའི་ཆིག་ལེའུར་བྱས་པ་ཞེས་བྱ་བ། སྟོབ་དཔོན་འཕགས་པ་སྟུ་
སྟུབ་ཀྱི་ཞལ་སྤྱོད་ལ་མཛད་པ་རྫོགས་སོ། ། །

རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ལ། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་ཀ་བ་དཔལ་བཅེགས་
ཀྱིས་བསྐྱར་བ་ལ། སྤྱད་ཀྱིས་ཁ་ཆེའི་བརྟེན་ཅ་ཇ་ཡ་ཨ་ནན་དང་། ལོ་རྒྱུ་བ་ཁུ་མདོ་སྤེ་
དཔལ་གྱིས་བསྐྱར་བའོ། ། །

༡༡། རྩོད་པ་བསྐྱོད་པའི་འབྲེལ་པ་བཞུགས་སོ། །

༄༅། །སྒྲ་གར་སྐད་དུ། བེ་ག་ཏ་བྲ་བརྟའི་མིའི། བོད་སྐད་དུ། ཚོད་པ་བརྒྱུག་པའི་
འབྲེལ་པ། འཇམ་དཔལ་གཞོན་ལྷུང་གྲུང་པ་པ་ལྷག་འཇམ་ལོ།

གལ་ཏེ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་གྱི།

རང་བཞིན་གྱི་ལ་ཡོད་མིན་ན། །

ཁྱོད་ཀྱི་ཆོ་ག་ཀྱང་རང་བཞིན་མེད། །

རང་བཞིན་བརྒྱུག་པར་མི་རྒྱས་སོ། །

གལ་ཏེ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི་རྒྱ་དང་སྐུན་དང་། རྒྱ་དང་སྐུན་
 ཆོག་གས་པ་དང་ཐ་དད་པ་ཀྱན་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་
 ཡིན་ཏེ། ལྷ་གུ་ནི་རྒྱ་ས་པོན་དུ་གྱུར་པ་ལ་ཡང་མེད། སྐུན་ཞེས་བྱ་བ་ས་དང་རྒྱ་དང་མེ་
 དང་རྒྱུང་ལ་སོགས་པ་རེ་རེ་ལ་ཡང་མེད། སྐུན་འདུས་པ་དག་ལ་ཡང་མེད། རྒྱ་དང་
 སྐུན་ཆོག་གས་པ་དག་ལ་ཡང་མེད། རྒྱ་དང་སྐུན་ཆོག་གས་པ་ལས་མ་གཏོགས་པ་ཐ་དད་

བ་ལ་ཡང་མེད་དོ། །གང་གི་ཕྱིར་རང་བཞིན་འདི་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་མེད་པ་དེའི་ཕྱིར་
ལྷ་གུའི་རང་བཞིན་མེད་དེ་དེ་བས་ན་སྟོང་པ་ཡིན་ནོ། །

ཇི་ལྟར་ལྷ་གུ་རང་བཞིན་མེད། རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྟོང་པ་
ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་དངོས་སོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
སྟོང་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ན་ནི་དངོས་སོ་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་ཡིན་ནོ་
ཞེས་བྱ་བ་གང་ཡིན་པའི་ཁྱོད་ཀྱི་ཆིག་དེ་ཡང་སྟོང་པ་ཡིན་ནོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེ་ཡང་རྒྱ་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་རྣམས་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པ་
རྣམས་དང་ལྷན་པ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ལ་ཡང་མེད། རྱེན་བྱང་དང་། རློག་མ་དང་། མཚུ་
དང་། ལྷ་ཅེ་དང་། སའི་བྱུན་དང་། རྟན་དང་། ལྷ་དང་། སྤྱི་ལོ་ལ་སོགས་པ་དང་། འབད་
པ་རྣམས་ལ་ཡང་མེད། གཉི་ག་ཆོགས་པ་ཡང་མེད། རྒྱ་དང་རྱེན་ཆོགས་པ་ལ་ཡང་
མེད། རྒྱ་དང་རྱེན་ཆོགས་པ་ལས་མ་གཏོགས་པ་ཐ་དད་པ་ཡང་མེད་དོ། །

གང་གི་ཕྱིར་འདི་ཐམས་ཅད་ལ་མེད་པའི་ཕྱིར་འདི་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡིན་ཏེ།
རང་བཞིན་མེད་པའི་ཕྱིར་སྟོང་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་འདིས་དངོས་སོ་ཐམས་ཅད་
རྫོགས་པར་བྱེད་མི་རུས་སོ། །མེ་མེད་པས་ཀྱང་སྟེགས་པར་བྱེད་མི་རུས་སོ། །མཆོན་ཆ་
མེད་པས་ཀྱང་གཙང་པར་མི་རུས་ཤིང་རྒྱ་མེད་པས་ཀྱང་བངས་པར་མི་རུས་པ་དེ་
བཞིན་དུ་ཆིག་མེད་པས་ཀྱང་། དངོས་སོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་རྫོགས་པར་བྱེད་མི་
རུས་པས་དེ་ལ་དངོས་སོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་བཀག་གོ་ཞེས་སྤྲིས་པ་གང་ཡིན་
པ་དེ་མི་རུང་ངོ། །

འོན་ཏེ་ཆིག་དེ་རང་བཞིན་བཅས། །

ཁྱོད་ཀྱིས་དམ་བཅས་སྒྲ་མ་ཉམས། །

མི་འབྲུག་ཏེ་དེ་ཡིན་ན། །

གཏན་ཆིགས་ཁྱད་པར་བརྗོད་པར་བྱོས། །

འོན་ཏེ་སྒྲོན་དེར་གྱུར་ན་མི་རུང་ངོ་སྤྲུམ་ནས་ངའི་ཆིག་དེ་ནི་རང་བཞིན་དང་
བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་བྱིར་སྤྲོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་བས་ན་འདིས་ནི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་བཀག་གོ་སྤྲུམ་དུ་
སེམས་ན། འོན་ཏེ་སྤྲོད་ཡིན་ན་ནི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་སྤྲོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲ་
དམ་བཅས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉམས་པ་ཡིན་ནོ། །

འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་དུ་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་ཆིག་གྱུར་འདུས་པ་ཡིན་
ན། ཅིའི་བྱིར་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྤྲོད་པ་ཡིན་བཞིན་དུ་འདི་ལྟར་སྤྲོད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་
པའི་བྱིར་དེས་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་བཀག་གོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཁྱོད་ཀྱི་ཆིག་
སྤྲོད་པ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར། དེ་ལྟ་ན་ནི་སྤྲུམ་པ་སྤྱུ་དུག་ཏུ་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །

དེ་ཡང་ངེ་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། འོན་གྱུར་གཤམ་ཏེ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྤྲོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་
ན་ཁྱོད་ཀྱི་ཆིག་གྱུར་སྤྲོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་དུ་འདུས་པའི་བྱིར། སྤྲོད་པ་
དེས་པ་ནི་དགག་པ་མི་འཐད་པས་དེ་ལ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་སྤྲོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་
དགག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་འཐད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གཤམ་ཏེ་འཐད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་སྤྲོད་པ་ཡིན་ཞེས་
བཀག་པས་དེས་ན་ཁྱོད་ཀྱི་ཆིག་གྱུར་སྤྲོད་པ་ཡིན་ལ། སྤྲོད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་དེས་
ནི་འགོག་པ་མི་འཐད་དོ། །

གཤམ་ཏེ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་སྟོང་པ་ཡིན་ལ། གང་གིས་འགོག་པར་བྱེད་པ་
ཁྱོད་ཀྱི་ཆིག་ནི་སྟོང་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེས་ན་ཁྱོད་ཀྱི་ཆིག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་དུ་མ་
འདུས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་འགལ་བའི་དཔེར་འགྲུར་རོ།

གཤམ་ཏེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་དུ་ཁྱོད་ཀྱི་ཆིག་བསྐྱས་སོ་ཞེ་ན། དངོས་པོ་ཐམས་
ཅད་སྟོང་པ་ཡིན་པས་དེས་ན་དེ་ཡང་སྟོང་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་འདིས་འགོག་པ་མེད་
དོ།

གཤམ་ཏེ་སྟོང་པ་ཡིན་ཡང་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་སྟོང་པའོ་ཞེས་འདིས་འགོག་
པ་ཡོད་དོ་ཞེ་ན། དེས་ན་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་ཡིན་ཡང་བྱ་བ་བྱེད་ཀྱས་པར་
འགྲུར་ཏེ་དེ་ནི་འདོད་པ་མ་ཡིན་ནོ།

གཤམ་ཏེ་འགལ་བའི་དཔེར་གྲུར་ནས་མི་རུང་ངོ་སྟུམ་ནས་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་
སྟོང་པ་ཡིན་ཏེ་བྱ་བ་བྱེད་མི་ཀྱས་སོ་ཞེ་ན། ཁྱོད་ཀྱི་ཆིག་སྟོང་པས་ཀྱང་དངོས་པོ་
ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་འགོག་པར་མི་འཐད་དོ།

ཇི་ལྟར་གཞན་ཡང་དེ་སྐད་ཟེར་ན་ནི་ཁ་ཅིག་ནི་སྟོང་། ཁ་ཅིག་ནི་མི་སྟོང་ངོ་
ཞེས་མི་འདྲ་བ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྲུར་རོ། །མི་འདྲ་བ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་གང་གིས་ན་ཁ་
ཅིག་ནི་སྟོང་ཁ་ཅིག་ནི་མི་སྟོང་པར་གྲུར་པའི་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་བྱེད་པར་ཡང་སྟོས་
ཤིག་གཏན་ཆིགས་དེ་ཡང་མ་བརྟན་པས་དེ་ལ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་སྟོང་པའོ་ཞེས་
སྟུས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་རུང་ངོ།

འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་།

དེ་སྒྲ་མ་འབྲིན་ལྟ་བུའོ་ཞེས།

ཁྱོད་སྒོ་སེམས་ན་དེ་མི་འཐད། །

འདི་ལ་སྐྱེ་ཡོད་པ་ཡིས། །

འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་དེ་བསྒྲིག་ཡིན། །

དཔེར་ན་ཁ་ཅིག་ན་རེ་སྐྱ་མ་འབྱིན་ཅིག་ཅེས་བདག་ཉིད་སྐྱ་འབྱིན་ཏེ། སྐྱ་དེས་
སྐྱ་སྒྲིག་པར་བྱེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་སྟོང་བ་ཞེས་སྟོང་པའི་རང་
བཞིན་གྱི་ཆོག་གིས་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་གྱི་རང་བཞིན་སྒྲིག་པར་བྱེད་དོ་སྟེ་མ་ན།

འདིར་སྐྱས་བ། དེར་ཡང་འཐད་བ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལ་སྐྱ་ཡོད་པས་སྐྱ་འབྱུང་
བར་འགྱུར་བ་འགོག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི། འདིར་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་ཡོད་པའི་ཆོག་གིས་
དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་གྱི་རང་བཞིན་འགོག་པར་མི་བྱེད་དེ། ཁྱོད་ཀྱི་ལུགས་ཀྱི་ཆོག་
ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་གྱི་རང་བཞིན་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་
དེའི་བྱིར་སྐྱ་མ་འབྱིན་ཞེས་བ་ལྟ་བུའོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་མི་མ་ཐུན་བར་སྐྱ་སྐྱས་པ་ཡིན་
ལོ། །

འགོག་པའི་འགོག་པའང་དེ་ལྟ་ཞེས། །

འདོད་ན་དེ་ཡང་བཟང་མིན་ཏེ། །

དེ་ལྟ་བས་ནའང་ཁྱོད་དམ་བཅས། །

མཚན་ཉིད་སྟོན་ཡོད་ངེད་ལ་མེད། །

ཁྱོད་ཀྱི་སྒོ་ལ་ནམ་བུ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་འགོག་པའི་འགོག་པ་ཡང་མི་འཐད་དེ། དེ་
ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་གྱི་རང་བཞིན་འགོག་པའི་ཆོག་འགོག་པར་བྱེད་

པའི་ཆོག་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་མི་འཐད་དོ་སྙམ་དུ་སེམས་ན།

འདིར་སྤྲ་བར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་བཟང་པོ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཅིའི་བྱིར་ཞེ་ན། བྱིད་ལ་ནི་
དམ་བཅས་པའི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་འདི་འཛོལ་གྱི། རེད་ལ་ནི་མེད་པས་དེ་ལྟ་ཡིན་ན་ནི་
འགོག་པའི་འགོག་པ་ཡང་འཐད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྤྲས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་རུང་
ངོ། །

འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་།

རེ་ཞེག་དངོས་རྣམས་མངོན་སུམ་གྱིས། །

དམིགས་ནས་རྫོག་པར་བྱེད་མིན་ན། །

གང་གིས་དངོས་རྣམས་དམིགས་འབྱུང་བ། །

མངོན་སུམ་དེ་ནི་མེད་པ་ཡིན། །

གལ་ཏེ་བྱིད་ཀྱིས་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་གྱི་དམིགས་ནས་དངོས་
པོ་ཐམས་ཅད་ནི་སྟོང་པའོ་ཞེས་རྫོག་པར་བྱེད་ན་ནི་མི་རུང་ངོ། །

དེ་ཡང་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཅིའི་བྱིར་ཞེ་ན། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་དུ་ནི་
མངོན་སུམ་གྱི་ཆད་མ་ཡང་འདུས་པའི་བྱིར་སྟོང་པ་ཡིན་ལ། དངོས་པོ་ལ་དམིགས་
པར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་སྟོང་པ་ཡིན་ནོ། །

དེའི་བྱིར་མངོན་སུམ་གྱི་ཆད་མས་དམིགས་པ་མེད་དོ། །མི་དམིགས་པ་
འགོག་པ་ཡང་མི་འཐད་པས་དེ་ལ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་སྟོང་པའོ་ཞེས་སྤྲས་པ་གང་
ཡིན་པ་དེ་འཐད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

འོན་ཏེ་བྱིད་ཀྱི་རྫོ་ལ་རྗེས་སུ་དབག་པ་དང་ལུང་དང་དབེས་སེམས་འཇལ་

བས་དམིགས་ནས་དངོས་པོ་འདི་ཐམས་ཅད་སྒྲོག་པར་བྱེད་དོ་སྙམ་དུ་སེམས་ན་
འདིར་སྒྲུབ་པར་བྱ་སྟེ།

རྗེས་དཔག་ལུང་དང་དཔེས་འཇལ་དང་། །

རྗེས་དཔག་ལུང་གིས་བསྒྲུབ་བྱ་དང་། །

དཔེས་བསྒྲུབ་བྱ་བའི་དོན་གང་ཡིན། །

མངོན་སུམ་གྱིས་ནི་ལན་བཏབ་པོ། །

རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་། དཔེས་འཇལ་བ་དང་། ལུང་ཡང་མངོན་སུམ་གྱི་ཆད་
མས་ལན་བཏབ་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་མངོན་སུམ་གྱི་ཆད་མ་ནི་སྟོང་བ་ཡིན་ཏེ། དངོས་
པོ་ཐམས་ཅད་སྟོང་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱུང་རྟོ། །

དེ་བཞིན་དུ་རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་། དཔེས་འཇལ་བ་དང་། ལུང་ཡང་སྟོང་བ་
ཡིན་ཏེ། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྟོང་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱུང་རྟོ། །རྗེས་སུ་དཔག་པས་
བསྒྲུབ་པར་བྱ་བའི་དོན་དང་། ལུང་གིས་བསྒྲུབ་པར་བྱ་བ་དང་། དཔེས་བསྒྲུབ་པར་བྱ་
བ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ཀྱང་སྟོང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྟོང་བ་ཉིད་ཡིན་
པའི་བྱུང་རྟོ། །

རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་། ལུང་དང་། དཔེས་འཇལ་བ་དག་གིས་དངོས་པོ་རྣམས་
ལ་དམིགས་པར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་སྟོང་བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དེའི་བྱུང་དངོས་པོ་
རྣམས་དམིགས་པ་མེད་དོ། །མི་དམིགས་པའི་རང་བཞིན་འགོག་པ་མི་འཐད་པས་དེ་
ལ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་སྟོང་བའོ་ཞེས་སྒྲུས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་རུང་ངོ། །

འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་།

སྤྱི་བོ་ཚོས་ཀྱི་གནས་སྐབས་མཁས། །
དགེ་བ་དག་གིས་ཚོས་རྣམས་ལ། །
དགེ་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་ནི། །
སེམས་ཤིང་ལྷག་མ་རྣམས་ལ་ཡང་། །

འདི་ལ་སྤྱི་བོ་ཚོས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ལ་མཁས་པ་རྣམས་ནི་དགེ་བའི་ཚོས་
རྣམས་ལ་བརྒྱ་ཙུ་དགུར་སེམས་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། ཚོར་བ་
དང་། འདུ་ཤེས་དང་། སེམས་པ་དང་། དེག་པ་དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་། འདུན་པ་
དང་། མོས་པ་དང་། བརྩོན་འགྲུས་དང་། བློ་པ་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་། ཤེས་རབ་
དང་། བཅང་སྦྱོམས་དང་། སྦྱོར་བ་དང་། ཡང་དག་པར་སྦྱོར་བ་དང་། ཐོབ་པ་དང་།
ལྷག་པའི་བསམ་པ་དང་། ཁོང་ཁྲོ་བ་མེད་པ་དང་། དགའ་བ་དང་། འབད་པ་དང་། ཚྱུ་ལ་
བ་དང་། ཚྱོངས་པ་མེད་པ་དང་། སྦྱོ་བ་དང་། གཞོད་པ་མེད་པ་དང་། དབང་དང་ལྷན་པ་
དང་། ཁོང་ཁྲོ་དང་། ཡིད་ལ་གཅགས་པ་མེད་པ་དང་། འཛིན་པ་དང་། མི་འཛིན་པ་དང་།
བློ་པ་དང་། བརྩོན་པ་དང་། ལྷག་པར་ཞེན་པ་དང་། ཚྱོངས་འབྲེལ་དང་། སྦྱོ་བ་མེད་པ་
དང་། གོན་དུ་གཉེར་བ་དང་། སྦྱོན་ལམ་དང་། རྒྱགས་པ་དང་། ཡུལ་དང་མི་ལྷན་པ་
དང་། དེས་པར་འབྲིན་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། སྤྱི་བ་དང་། གནས་པ་དང་། མི་རྟག་པ་དང་།
གྲ་བ་དང་། ལྷན་པ་དང་། ཡོངས་སུ་གདུངས་པ་དང་། མི་དགའ་བ་དང་། རྟོག་པ་དང་།
སྤྱུག་པ་དང་། དང་བ་དང་། འདོད་པ་དང་། མི་མཐུན་པ་དང་། མཐུན་པར་འཛིན་པ་
དང་། རྗེས་སུ་མི་མཐུན་པར་བརྒྱང་བ་དང་། མི་འཛིགས་པ་དང་། ཞེས་དང་། རི་མོར་
བྱེད་པ་དང་། དད་པ་དང་། མ་དད་པ་དང་། བསྐྱོ་བ་བཞིན་བྱེད་པ་དང་། སྤྱུས་པ་དང་།

མ་གུས་པ་དང་། རྟོན་པ་དང་། སྤེལ་ཏུ་སྦྱངས་པ་དང་། རག་དང་། འགྲུལ་པ་དང་། སྒྲུབ་
 པ་དང་། མ་དང་བ་དང་། སྤེལ་ཏུ་མ་སྦྱངས་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱང་བ་དང་། བརྟན་པ་
 དང་། དེས་པ་དང་། ཡིད་ལ་གཅགས་པ་དང་། སྤྱང་ན་དང་། འབྲུགས་པ་དང་། རྒྱགས་
 པ་དང་། མི་མ་སྦྱུན་པར་འཛིན་པ་དང་། ཐེ་ཆོམ་དང་། སྟོམ་པ་དང་། ཡོངས་སྤྱད་ག་པ་
 དང་། རང་ལེགས་པར་དང་བ་དང་། འཛེགས་པའི་སྤྱོགས་གཅིག་དང་། དད་པ་དང་།
 རོ་ཆ་ཤེས་པ་དང་། གནམ་པ་དང་། མི་འབྲིད་པ་དང་། ཉེ་བར་ཞི་བ་དང་། རྟམ་བག་མ་
 ཡིན་པ་དང་། བག་ཡོད་པ་དང་། བྱམས་པར་ལྟ་བ་དང་། སོ་སོར་བརྟག་པ་དང་། ཡིད་
 སྤྱང་བ་དང་། ཡོངས་སྤྱད་གཞུངས་པ་མེད་པ་དང་། རྒྱགས་པ་མེད་པ་དང་། ཆགས་པ་
 མེད་པ་དང་། ཞེ་སྤང་མེད་པ་དང་། གཉི་སྤྱག་མེད་པ་དང་། ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་
 དང་། མི་གཏོང་བ་དང་། འབྱོར་བ་དང་། ཁྲེལ་ཡོད་པ་དང་། མི་འཆབ་པ་དང་། སྦྱང་རྩེ་
 དང་། སེམས་པ་མི་གཏོང་བ་དང་། བྱམས་པ་དང་། རྒྱལ་པ་མེད་པ་དང་། དགའ་བྲུལ་
 པ་དང་། རྩུ་འབྲུལ་དང་། ཁོན་དུ་མི་འཛིན་པ་དང་། སྤྱག་དོག་མེད་པ་དང་། སེམས་
 ཡོངས་སྤྱད་གཞུག་པ་མེད་པ་དང་། བཟོད་པ་དང་། རྣམ་པར་སྦྱངས་པ་དང་། དེས་པ་མ་
 ཡིན་པ་དང་། ཡོངས་སྤྱད་ཡོངས་སྤྱོད་པའི་རྩེས་སྤྱད་མ་སྦྱུན་པ་དང་། བསོད་ནམས་དང་།
 འདུ་ཤེས་པའི་སྟོམས་པར་འབྲུག་པ་དང་། དེས་པར་འབྲེན་པ་ཉིད་དང་། ཐམས་ཅད་
 མི་ཤེས་པ་ཉིད་དང་། འདུས་མ་བྱས་པའི་ཆོས་སོ་ཞེས་དེ་ལྟར་དགོ་བའི་ཆོས་རྣམས་
 ལ་དགོ་བའི་རང་བཞིན་བརྒྱ་ཅ་བཅུ་དགུ་དང་།

དེ་བཞིན་དུ་མི་དགོ་བའི་ཆོས་རྣམས་ལ་མི་དགོ་བའི་རང་བཞིན་དང་།
 བསྐྱེབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་རྣམས་ལ་བསྐྱེབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་རང་

བཞིན་དང་། མ་བསྐྱིབས་པ་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྐྱིབས་པ་རྣམས་ལ་མ་བསྐྱིབས་པ་ལུང་དུ་མ་
བསྐྱིབས་པའི་རང་བཞིན་དང་། འདོད་པར་གསུངས་པ་རྣམས་ལ་འདོད་པར་གསུངས་པ་
དང་། གཟུགས་སུ་གསུངས་པ་རྣམས་ལ་གཟུགས་སུ་གསུངས་པ་དང་། གཟུགས་
མེད་པར་གསུངས་པ་རྣམས་ལ་གཟུགས་མེད་པར་གསུངས་པ་དང་། ཟག་པ་མེད་པ་
རྣམས་ལ་ཟག་པ་མེད་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་དང་། གྲུན་འབྱུང་བ་དང་། འཁོག་པ་དང་།
ལམ་ཞེས་བྱ་བ་རྣམས་ལ་སྤྱག་བསྐྱེལ་དང་། གྲུན་འབྱུང་བ་དང་། འཁོག་པ་དང་། ལམ་
ཞེས་བྱ་བའི་རང་བཞིན་དང་། བསྐྱོམས་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་རྣམས་ལ་བསྐྱོམས་པས་
སྤང་བར་བྱ་བ་དང་། སྤང་བར་བྱ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ལ་སྤང་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་རང་
བཞིན་དུ་སེམས་ཏེ། དེའི་བྱིར་དེ་ལྟར་ན་རྣམ་པ་དུ་མའི་ཆོས་ཀྱི་རང་བཞིན་མཐོང་
བས་དེ་བས་ན་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་རང་བཞིན་མེད་པ་སྟེ། རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་
ཡིན་པའི་བྱིར་སྟོང་བའོ་ཞེས་སྒྲུབ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་རུང་ངོ་།

འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་།

ངེས་འབྱིན་ལ་སོགས་རྣམས་ཀྱི་ཆོས།

གནས་སྐྱབས་གསུངས་པ་དེ་རྣམས་ལ།

ངེས་འབྱིན་རང་བཞིན་ཆོས་རྣམས་དང་།

ངེས་འབྱིན་མིན་གང་ཚུལ་དེ་བཞིན།

འདི་ལ་ངེས་པར་འབྱིན་པའི་ཆོས་ཀྱི་གནས་སྐྱབས་གསུངས་པ་རྣམས་ལ་
ངེས་པར་འབྱིན་པའི་རང་བཞིན་དང་། ངེས་པར་འབྱིན་པ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ལ་ངེས་
པར་འབྱིན་པ་མ་ཡིན་པའི་རང་བཞིན་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་དང་ལྡན་པ་རྣམས་

ལ་བྱང་རྒྱལ་གྱི་ཡན་ལག་དང་ལྡན་པ་དང་། བྱང་རྒྱལ་གྱི་ཡན་ལག་དང་མི་ལྡན་པ་
 རྣམས་ལ་བྱང་རྒྱལ་གྱི་ཡན་ལག་དང་མི་ལྡན་པ་དང་། བྱང་རྒྱལ་གྱི་ཕྱོགས་དང་ལྡན་པ་
 རྣམས་ལ་བྱང་རྒྱལ་གྱི་ཕྱོགས་དང་ལྡན་པ་དང་། བྱང་རྒྱལ་གྱི་ཕྱོགས་དང་མི་ལྡན་པ་
 རྣམས་ལ་བྱང་རྒྱལ་གྱི་ཕྱོགས་དང་མི་ལྡན་པ་དང་ལྷག་མ་རྣམས་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ།
 དེའི་བྱིར་དེ་ལྟར་རྣམས་པ་དུ་མའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་མཐོང་བ་དེའི་བྱིར་དངོས་
 བོ་ཐམས་ཅད་ནི་རང་བཞིན་མེད་པ་སྟེ། དེ་བས་ན་སྟོང་པའོ་ཞེས་སྒྲིས་པ་གང་ཡིན་པ་
 དེ་མི་རུང་ངོ་། །

འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་།

གལ་ཏེ་ཆོས་ཀྱི་རང་བཞིན་མེད། །
 རང་བཞིན་མེད་ཅེས་བྱ་བའི་མིང་། །
 མིང་ཡང་དེ་བཞིན་མེད་འགྲུར་ཉིད། །
 གཞི་མེད་མིང་ནི་མེད་བྱིར་རོ། །

གལ་ཏེ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡིན་ན་དེ་ལ་ཡང་རང་བཞིན་
 མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་མེད་པར་འགྲུར་རོ། །

ཅིའི་བྱིར་ཞེ་ན། གཞི་མེད་པའི་མིང་ནི་འགའ་ཡང་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་བས་
 ན་མི་སྲིད་པའི་བྱིར་དངོས་བོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡོད་དོ། །

རང་བཞིན་ཡོད་པའི་བྱིར་དངོས་བོ་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་
 ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པ་སྟེ། རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་སྟོང་
 པའོ་ཞེས་སྒྲིས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

འོན་ཏེ་འདི་ལྟར་རང་བཞིན་ཡོད། །

དེ་ནི་ཆོས་ལ་མེད་ཅེ་ན། །

ཆོས་རྣམས་མེད་པའི་རང་བཞིན་ཏེ། །

གང་གི་ཡིན་པ་དེ་བསྟན་རིགས། །

འོན་ཏེ་གཞི་མེད་པའི་མིང་དུ་གྱུར་ན་མི་རུང་ངོ་སྟུམ་ནས་རང་བཞིན་ཡོད་ལ།
དེ་ཡང་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་ནི་མི་སྲིད་དོ། །

དེ་ལྟར་ན་ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་པའི་ཕྱིར་ཆོས་ནི་སྟོང་པར་འགྱུར་ལ།
མིང་གཞི་མེད་པར་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་སྟུམ་དུ་སེམས་ན།

འདིར་སྐྱབས་བར་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟ་ཡིན་ན་རང་བཞིན་དེ་ཆོས་ལ་གཏོགས་པའི་དོན་
གང་ཡིན་པའི་དོན་དེ་བསྟན་པར་རིགས་སོ། །དེ་ཡང་མ་བསྟན་པས་དེའི་ཕྱིར་རང་
བཞིན་ནི་ཡོད་ལ། དེ་ཡང་ཆོས་རྣམས་ནི་མེད་དོ་ཞེས་རྟོག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉམས་
སོ། །

འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་།

གང་ཕྱིར་བྱིས་ན་བུམ་པ་དེ། །

མེད་ཅེས་ཡོད་པ་ཉིད་ལ་འགོག། །

མཐོང་སྟེ་དེ་ཕྱིར་ཁྱོད་ཀྱིས་འདི། །

ཡོད་པའི་རང་བཞིན་འགོག་པ་ཡིན། །

འདི་ལ་དོན་ཡོད་པ་ལ་འགོག་པར་བྱེད་ཀྱི། མེད་པ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་

ཁྱིམ་ན་བྱམ་པ་མེད་ཅེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། བྱམ་པ་ཡོད་པ་ལ་འགོག་པ་ཡིན་གྱི། མེད་པ་
ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་རང་བཞིན་ཡོད་
པ་ལ་འགོག་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་གྱི། མེད་པ་ལ་ནི་མ་ཡིན་པས་དེ་ལ་ཆོས་ཐམས་ཅད་
ཀྱི་རང་བཞིན་མེད་དོ་ཞེས་སྒྲུས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་རུང་ངོ། །

འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་འགོག་པ་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱི་བྱིར་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་
རང་བཞིན་རབ་ཏུ་བྱུབ་པ་ཡིན་ནོ། །

རི་ལྟར་རང་བཞིན་དེ་མེད་ན། །

ཁྱོད་ཀྱི་ཆོག་དེས་ཅི་ཞིག་དགག། །

མེད་པ་ཡིན་ན་ཆོག་མེད་པར། །

འགོག་པར་རབ་ཏུ་བྱུབ་པ་ཡིན། །

ཅི་སྟེ་རང་བཞིན་དེ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་
མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཆོག་འདིས་ཁྱོད་ཀྱིས་ཅི་ཞིག་འགོག་པར་བྱེད།

འདི་ལྟར་མེད་པ་ལ་ནི་ཆོག་མེད་པར་ཡང་འགོག་པར་འགྱུབ་སྟེ། རི་ལྟར་མེ་ལ་
གང་བ་ཉིད་དང་། ལྷ་ལ་ཆ་བ་ཉིད་ལྟ་བུ་ལོ། །

འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་།

བྱིས་པ་རྣམས་ནི་སྒྲིག་རྒྱ་ལ། །

རི་ལྟར་ལོག་པར་རྒྱར་འཛིན་ལྟར། །

དེ་བཞིན་ཁྱོད་ཀྱིས་ལོག་པར་འཛིན། །

ཡོད་པར་མིན་ལ་དགག་པར་བྱ། །

ཁྱོད་ཀྱི་སྒོ་ལ་རི་ལྟར་བྱིས་པ་ནམས་སྒྲིག་རྒྱུ་ལ་ལོག་པར་ཚུར་འཛིན་པ་ན། དེ་
སྒྲིལ་བུ་མཁས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱིས་འཛིན་པ་དེ་བརྒྱུག་པའི་བྱིར་དེ་ན་ཚུ་མེད་
ཀྱི། དེ་ནི་སྒྲིག་རྒྱུ་འོ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་བཞིན་དུ་རང་བཞིན་མེད་པ་ནམས་ལ་སེམས་ཅན་
ནམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་འཛིན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་བརྒྱུག་པའི་བྱིར་དངོས་སོ་ཐམས་
ཅད་ནི་རང་བཞིན་མེད་པའོ་ཞེས་བྱ་བའོ་སྒྲུལ་དུ་སེམས་ན།

འདིར་སྒྲུ་བར་བྱ་སྟེ།

དེ་ལྟ་ན་ནི་འཛིན་པ་དང་། །

གཟུང་བ་འཛིན་པ་སོ་དེ་དང་། །

འགོག་པ་དགག་བྱ་འགོག་པ་སོ། །

དེ་དྲུག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནམ། །

གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་ན་ནི་རེ་ཞིག་སེམས་ཅན་ནམས་ཀྱི་འཛིན་པ་ཡང་ཡོད་པ་དང་།
གཟུང་བ་ཡོད་པ་དང་། དེ་འཛིན་པ་སོ་ཡོད་པ་དང་། ལོག་པར་འཛིན་པ་དེ་འགོག་པ་
ཡང་ཡོད་པ་དང་། དགག་པར་བྱ་བ་ལོག་པར་འཛིན་པ་དེ་ཡང་ཡོད་པ་དང་། ཁྱེད་ལ་
སོགས་པ་འཛིན་པ་དེ་འགོག་པ་སོ་ཡང་ཡོད་དེ། དྲུག་ཏུ་བྱུབ་པ་མ་ཡིན་ནམ། དེ་དྲུག་
ཏུ་བྱུར་ན་ནི། མ་བགག་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་དང་དངོས་སོ་ཐམས་ཅད་ནི་སྟོང་བའོ་
ཞེས་སྒྲུས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་རུང་ངོ་། །

ཅི་སྟེ་འཛིན་པ་ཡོད་མིན་ཞིང། །

གཟུང་མེད་འཛིན་པ་པོ་མེད་ན། །

འོ་ན་འགོག་དང་དགག་བྱ་དང། །

འགོག་པ་པོ་ཡང་ཡོད་མིན་ཏེ། །

ཅི་སྟེ་སྟོན་དེར་གྱུར་ན་མི་རུང་ངོ་སྟུམ་ནས་འཛིན་པ་ཡང་མེད། གཟུང་བ་ཡང་
མེད་འཛིན་པ་པོ་ཡང་མེད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་ནི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་རང་བཞིན་
མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་འཛིན་པ་འགོག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་མེད་ལ། དགག་པར་བྱ་བ་
ཡང་མེད། འགོག་པ་པོ་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ།

གལ་ཏེ་འགོག་དང་དགག་བྱ་དང། །

འགོག་པ་པོ་ཡང་ཡོད་མིན་ན། །

དངོས་པོ་ཀྱན་དང་དེ་རྣམས་ཀྱི། །

རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱང་གྲུབ་ཡིན་ན། །

གལ་ཏེ་འགོག་པ་ཡང་མེད། དགག་པར་བྱ་བ་ཡང་མེད། འགོག་པ་པོ་ཡང་
མེད་ན་ནི། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་མ་བཀག་པར་ཡོད་ལ། དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་
བཞིན་ཡང་ཡོད་དོ། །

འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་།

ཁྱོད་ལ་གཏན་ཆིགས་མ་གྲུབ་སྟེ། །

རང་བཞིན་མེད་ཕྱིར་ཁྱོད་གཏན་ཆིགས། །

གང་ལ་ཡོད་དེ་ཁྱོད་དོན་ཏེ། །

གཏན་ཆིགས་མེད་ཕྱིར་གྲུབ་མི་འཐད། །

དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་རང་བཞིན་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་འདི་ལ་ཁྱོད་གྱི་
གཏན་ཆིགས་མ་གྲུབ་སྟེ། དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་རང་བཞིན་མེད་
པའི་ཕྱིར་སྟོང་བ་ཉིད་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་གཏན་ཆིགས་ག་ལ་ཡོད། གཏན་ཆིགས་
མེད་ན་ནི་གཏན་ཆིགས་མེད་པར་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྟོང་བའོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་
གང་ལ་གྲུབ་པས་དེ་ལ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྟོང་བའོ་ཞེས་སྒྲུབ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་
རུང་ངོ། །

འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་།

ཁྱོད་ལ་གཏན་ཆིགས་མེད་པར་ཡང་། །

རང་བཞིན་བརྒྱུག་པ་གྲུབ་ཡིན་ན། །

ང་ལ་ཡང་གཏན་ཆིགས་མེད་པར་ནི། །

རང་བཞིན་ཉིད་ནི་ཡོད་པར་འགྲུབ། །

ཅི་སྟེ་དེ་ལ་གཏན་ཆིགས་མེད་པར་ཡང་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་མེད་
པར་འགྲུབ་པོ་སྟུང་དུ་སེམས་ན། རི་ལྟར་ཁྱོད་ལ་གཏན་ཆིགས་མེད་པར་རང་བཞིན་
བརྒྱུག་པ་གྲུབ་པ་དེ་བཞིན་དུ། ང་ལ་ཡང་གཏན་ཆིགས་མེད་པར་དངོས་པོའི་རང་
བཞིན་ཡོད་པར་འགྲུབ་པོ། །ང་ལ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེད་ལ་ཡང་ངོ། །

གལ་ཏེ་གཏན་ཆིགས་ཡོད་ན་དངོས། །

རང་བཞིན་མེད་ཅེས་བྱ་མི་འཐད། །

འཇིག་རྟེན་ན་ནི་རང་བཞིན་མེད། །

དངོས་སོ་འགའ་ཡང་ཡོད་མིན་ནོ། །

གལ་ཏེ་དངོས་སོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་གཏན་ཆིགས་ཡོད་པ་
ཁོ་ནའོ་སྣམ་དུ་སེམས་ན། དེ་ལྟ་ན་ནི་དངོས་སོ་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་
བ་མི་འཐད་དོ། །

ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། འཇིག་རྟེན་ན་རང་བཞིན་མེད་པའི་དངོས་སོ་འགའ་ཡང་ཡོད་
པ་མ་ཡིན་ནོ། །

འདི་ལྟར་རང་བཞིན་ཡོད་མིན་ན། །

གལ་ཏེ་འགོག་སྤྱད་གཤག་སྤྱི་ཞེས། །

ཟེར་ན་འཐད་པ་མ་ཡིན་ལ། །

འབྱེ་ཞིང་ཅིག་ཅར་འང་མི་འཐད་དོ། །

རང་བཞིན་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདིར་གལ་ཏེ་འགོག་པ་ནི་སྤྱད་ལ་དགག་པར་བྱ་
བ་ནི་སྤྱོད་ཞེ་ན། འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དགག་པར་བྱ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན་གང་གི་
འགོག་པ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །

འོན་ཏེ་འགོག་པ་ནི་འབྱེ་ལ་དགག་པར་བྱ་བ་ནི་སྤྱོད་ཞེ་ན། དེ་འཐད་པ་མ་ཡིན་
ཏེ། དགག་པར་བྱ་བ་བྱུབ་ཟིན་ན། ཅི་ཞེག་འགོག་པར་བྱེད། འོན་ཏེ་འགོག་པ་དང་
དགག་པར་བྱ་བ་འགོག་མཉམ་མོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་ཡང་འགོག་པ་ནི་དགག་པར་བྱ་བའི་

དོན་གྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་ལ། དགག་པར་བྱ་བ་ཡང་འགོག་པའི་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་རི་བོང་གི་རྩ་གཡས་གཡོན་གཉིས་མགོ་མཉམ་དུ་སྐྱེས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། རྩ་གཡས་པ་ཡང་གཡོན་པའི་རྒྱ་མ་ཡིན་པ། གཡོན་པ་ཡང་གཡས་པའི་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་དེ་ལ་དངོས་སོ་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་དོ་ཞེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་རུང་ངོ། །

འདིར་བཤད་པ་རེ་ཞིག་ཁྱོད་ཀྱིས།

གལ་ཏེ་དངོས་སོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི།
རང་བཞིན་ཀྱན་ལའང་ཡོད་མིན་ན།
ཁྱོད་ཀྱི་ཆོགས་ཀྱང་རང་བཞིན་མེད།
རང་བཞིན་བརྒྱུག་པར་མི་རུས་སོ། །

ཞེས་སྒྲུས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ།

གལ་ཏེ་ངའི་ཆོག་རྒྱ་རྒྱུན་དང་།
ཆོགས་དང་ཐ་དད་པ་ཡང་མེད།
འོ་ན་དངོས་རྣམས་སྟོང་གྲུབ་སྟེ།
རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་ཕྱིར་བོ། །

གལ་ཏེ་ངའི་ཆོག་རྒྱ་འབྱུང་བ་ཆེན་སོ་རྣམས་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་རྣམས་དང་། ལྡན་པ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ལ་ཡང་མེད། རྒྱུན་བྱང་དང་། རྒྱོག་མ་དང་། མཚུ་དང་། ལྷེ་དང་། སོའི་བྱུན་དང་། ཀླན་དང་། ལྷ་དང་། སྤྱི་བོ་ལ་སོགས་པ་དང་། འབད་པ་རྣམས་ལ་ཡང་མེད། གཉི་ག་ཆོགས་པ་ལ་ཡང་མེད། རྒྱ་དང་རྒྱུན་ཆོགས་པ་ལ་ཡང་མེད། རྒྱ་

དང་རྒྱུན་ཚིགས་པ་ལས་མ་གཏོགས་པ་ཐ་དད་པ་ཡང་མེད་དོ། །

དེའི་ཕྱིར་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། རང་བཞིན་མེད་པ་འི་ཕྱིར་སྟོང་པ་ཡིན་ནོ་
ཞེ་ན། འོ་ན་ནི་ངའི་ཚིག་དེ་སྟོང་པར་གྲུབ་སྟེ། རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པ་འི་ཕྱིར་
རྟོ། །

ཇི་ལྟར་ངའི་ཚིག་དེ་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པ་འི་ཕྱིར་སྟོང་པ་ཡིན་པ་དེ་
བཞིན་དུ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པ་འི་ཕྱིར་སྟོང་པ་ཡིན་
པས་ན་དེ་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཚིག་སྟོང་པ་ཡིན་པ་འི་ཕྱིར་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་ཉིད་
དུ་མི་འཐད་དོ་ཞེས་སྒྲུས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་རུང་ངོ། །

འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་།

དངོས་རྣམས་རྟེན་ནས་བྱུང་བ་གང་། །

དེ་ནི་སྟོང་ཉིད་ཅེས་བྲ་དང་། །

གང་ཞིག་རྟེན་ནས་འབྱུང་བ་དེ། །

རང་བཞིན་ཉིད་ནི་ཡིན་པར་སྒྲ། །

ཁྱོད་ཀྱིས་ནི་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཁོང་དུ་ཚུད་པར་ཁྱོད་ཀྱི་
ཚིག་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡིན་པ་འི་ཕྱིར། དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་འགོག་པ་མི་
འཐད་དེ་ཞེས་གྲག་ཀ་ཚོལ་བ་སྒྲ་བར་བྱེད་དེ། འདིར་ནི་དངོས་པོ་རྣམས་རྟེན་ནས་
འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པ་འི་ཕྱིར་རྟོ། །དངོས་པོ་གང་དག་
རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་དེ་དག་ནི་རང་བཞིན་དང་བཅས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་

བཞིན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ།

ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། རྩུ་དང་རྩེན་ལ་སྟོས་པ་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་
དངོས་སོ་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་ནི་རྩུ་དང་རྩེན་མེད་ཀྱང་ཡོད་པར་འབྱུང་བ་
ཞིག་ན། དེ་ལྟར་ཡང་མ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་སྟོང་
པའོ། །ཞེས་བྱ་བར་འཐད་དོ།

དེ་བཞིན་དུ་ངའི་ཆིག་ཀྱང་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་
རང་བཞིན་མེད་དོ། །རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྟོང་པའོ་ཞེས་བྱ་བར་
འཐད་པ་ཡིན་ནོ།

ཇི་ལྟར་བྱམ་པ་དང་སྒྲུལ་བྱ་ལ་སོགས་པ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཉིད་
ཡིན་པའི་ཕྱིར་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཡིན་པ་སྤྱང་ཅི་དང་། རྩུ་དང་། འོ་ཐུག་འཛིན་པ་དང་།
ལེན་པ་དང་། གང་བ་དང་། རྩུང་དང་། ཉི་མས་ཡོངས་སུ་སྐྱོབ་པར་བྱས་པ་དེ་བཞིན་དུ་
ངའི་ཆིག་ཀྱང་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡིན་
ཡང་དངོས་སོ་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་པར་རབ་ཏུ་སྐྱབ་པར་བྱས་པ་ཡིན་པས་དེ་ལ་
ཁྱོད་ཀྱི་ཆིག་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དངོས་སོ་རྣམས་ཅད་ཀྱི་རང་
བཞིན་འགོག་པ་འཐད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲུལ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་རུང་ངོ།

འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་།

སྒྲུལ་པ་ཡིས་ནི་སྒྲུལ་པ་དང་།

སྒྲུ་མ་ཡིས་ནི་སྒྲེས་བྱ་ཡི།

སྒྲུ་མས་སྤྱང་ལ་འགོག་བྱེད་ལྟར།

འགོག་པ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་འགྲུག།

དེ་ལྟར་སྐུ་ལ་བའི་སྐྱེས་བུ་སྐུ་ལ་བའི་སྐྱེས་བུ་ཞིག་དོན་འགའ་ཞིག་གི་ཕྱིར་
འཛེགས་བྱེད་པ་ལ་འགོག་པར་བྱེད་པ་དང་། སྐུ་མ་མཁན་གྱིས་བྱང་བའི་སྐུ་མའི་
སྐྱེས་བུ་སྐུ་མའི་སྐྱེས་བུ་གཞན་ཞིག་དོན་འགའ་ཞིག་གི་ཕྱིར་འཛེགས་བྱེད་པ་ལ་
འགོག་པར་བྱེད་པ་བཞིན་ཉེ་དེ་ལ་སྐུ་ལ་བའི་སྐྱེས་བུ་དགག་པར་བྱ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་
ཡང་སྟོང་བ་ཡིན། འགོག་པར་བྱེད་པ་དེ་ཡང་སྟོང་བ་ཡིན། སྐུ་མའི་སྐྱེས་བུ་དགག་
པར་བྱ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་སྟོང་བ་ཡིན། འགོག་པར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་
སྟོང་བ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་ངའི་ཆོག་སྟོང་བ་ས་ཀྱང་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྟོང་བ་ཉིད་
དུ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་འགོག་པ་འཐད་པ་ན་དེ་ལ་ཁྱོད་ཀྱི་ཆོག་སྟོང་བ་
ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་འགོག་པ་འཐད་པ་མ་ཡིན་ནོ་
ཞེས་སྐྱུས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་རུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་སྐུ་བྱུག་དུ་སྐྱུས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་དེ་ཉིད་ཀྱིས་བགག་པ་
ཡིན་ཉེ། དེ་ལྟ་ཡིན་ན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་དུ་ངའི་ཆོག་ཀྱང་མ་འདུས་པ་ཡིན་ཞིང་མི་
སྟོང་བ་འང་མ་ཡིན་ལ། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་མི་སྟོང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་ཁྱོད་ཀྱིས། འོན་ཏེ་ཆོག་དེ་རང་བཞིན་བཅས། །ཁྱེད་ཀྱི་དམ་བཅས་སྐྱ་མ་
ཉམས། །མི་འདྲ་ཉིད་དེ་དེ་ཡིན་ན། །གཏན་ཆོག་ས་ཁྱེད་པར་བརྗོད་པར་བྱོས། །

ཞེས་སྐྱུས་པ་གང་ཡིན་པ་འདི་ལ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ།

ངའི་ཆོག་དེ་རང་བཞིན་མེད། །

དེ་ཕྱིར་སྐྱུས་པ་མ་ཉམས་ལ། །

མི་འདྲ་ཉིད་ཀྱང་མེད་པས་ན། །

གཏན་ཆོག་ས་ཁྱད་པར་བཤད་མི་བྱ། །

རེ་ཞིག་ངའི་ཆོག་དེ་ནི་རྟེན་ཅིང་འགྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རང་
བཞིན་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།

དེ་སྐད་དུ། སྒར་རང་བཞིན་འཐད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྟོང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་
བཤད་པ་ལྟ་བུའོ། །གང་གི་ཕྱིར་ངའི་ཆོག་དེ་ཡང་སྟོང་བ་ཡིན། དངོས་སོ་ལྷག་མ་
རྣམས་ཀྱང་སྟོང་བ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་མི་འདྲ་བ་ཉིད་མེད་དོ། །

གཤམ་ཏེ་ང་ན་རེ་ཆོག་དེ་ནི་སྟོང་བ་མ་ཡིན་ལ་དངོས་སོ་ལྷག་མ་ཐམས་ཅད་ནི་
སྟོང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འཆད་པ་ནི་དེས་ན་མི་འདྲ་བ་ཉིད་དུ་ཡང་འབྱུང་ན། དེ་ན་དེ་ལྟ་མ་
ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་མི་འདྲ་བ་ཉིད་མེད་དོ། །གང་གི་ཕྱིར་ཆོག་དེ་ནི་སྟོང་བ་མ་ཡིན་ལ་
དངོས་སོ་ལྷག་མ་ཐམས་ཅད་ནི་སྟོང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་མི་འདྲ་བ་ཉིད་མི་སྲིད་པ་དེའི་
ཕྱིར་ཁོ་བོས་གཏན་ཆོག་ས་ཁྱད་པར་ཆོག་དེ་ནི་སྟོང་བ་མ་ཡིན་ལ། དངོས་སོ་ཐམས་
ཅད་ནི་སྟོང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གཏན་ཆོག་ས་ཁྱད་པར་ཆོག་དེ་ལ་སྒྲེ། དེ་ལ་
ཁྱེད་ཀྱིས་སྒྲུས་པ་ཡང་ཉམས་ལ། མི་འདྲ་བ་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་པས་ཁྱེད་ཀྱིས་གཏན་
ཆོག་ས་ཁྱད་པར་ཡང་བརྟུན་པར་བྱོས་ཤིག་ཅེས་སྒྲུས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་རུང་ངོ་། །

ཡང་།

དེ་སྒྲུ་མ་འབྲིན་ལྟ་བུའོ་ཞེས། །

ཁྱེད་སྟོ་སེམས་ནི་དེ་མི་འཐད། །

འདི་ལ་སྒྲུ་ནི་ཡོད་པ་ཡིས། །

འབྱུང་བར་འབྱུང་བ་དེ་བརྒྱུག་ཡིན། །

ཞེས་སྤྲུལ་བ་གང་ཡིན་པ་འདི་ལ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། སྤྲུལ་འབྱེན་ཞེས་བྱ་
བཞིན་ཞེས། །

ཁྱོད་ཀྱི་གང་བཅུམས་དཔེ་འདི་མིན། །

དེ་ནི་སྤྲུལ་ཡིས་སྤྲུལ་བརྒྱུག་པས། །

འདི་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ནོ། །

འདི་ནི་ངེད་ཀྱི་དཔེ་མ་ཡིན་ཏེ། །

ཇི་ལྟར་འགའ་ཞིག་ན་རེ། སྤྲུལ་འབྱེན་ཞེས་དེ་སྐད་ཟེར་བ་ན་སྤྲུལ་ཉིད་འབྱེན་
ཅིང་སྤྲུལ་བྱེད་པར་བྱེད་པ་ལྟར་ཆོག་སྟོང་བ་དེ་ཉིད་འགོག་པར་མི་བྱེད་དོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། འདི་ལ་དཔེས་སྤྲུལ་བྱེད་པར་བྱེད་པ་དེ་ལྟར་འདི་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།
ངེད་ནི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། རང་བཞིན་མེད་པའི་ཕྱིར་
སྟོང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འཆད་དོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་རང་བཞིན་མེད་ཉིད་ཀྱིས། །

ཅི་སྟེ་རང་བཞིན་མེད་ལ་བརྒྱུག། །

རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་ལོག་ན། །

རང་བཞིན་ཉིད་དུ་རབ་བྱུང་འབྱུང། །

ཇི་ལྟར་སྤྲུལ་འབྱེན་ཅེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་སྤྲུལ་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། གལ་

ཏེ་ཆིག་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་དངོས་པོ་རང་བཞིན་མེད་པ་རྣམས་ལ་རྒྱུག་པར་
བྱེད་ན་ནི་དེས་ན་དཔེ་འདི་འཐད་པར་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། འདིར་ནི་ཆིག་རང་བཞིན་
མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་འགོག་པར་བྱེད་དོ། །

གལ་ཏེ་ཆིག་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་མེད་
པ་ཉིད་འགོག་པར་བྱེད་ན་ནི་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་བཀག་པའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་རྣམས་
རང་བཞིན་དང་བཅས་པར་འགྱུར་ལ། རང་བཞིན་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར་སྟོང་པ་མ་ཡིན་
པར་འགྱུར་རོ། །

ཁོ་བོ་ཅག་ནི་དངོས་པོ་རྣམས་སྟོང་པ་ཉིད་སྤྲི་ཡི། སྟོང་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་ནི་
སྤྲི་བ་མ་ཡིན་པས་དཔེ་མ་ཡིན་རོ། །

ཡང་ན་ཁ་ཅིག་སྤྲི་ལ་པ་ཡིས། །

བྱད་མེད་ལ་ནི་བྱད་མེད་སྟུམ། །

ལོག་འཇིན་འབྱུང་ལ་སྤྲི་ལ་པ་ཡིས། །

འགོག་བྱེད་འདི་ནི་དེ་ལྟ་ཡིན། །

ཡང་ན་རི་རྩྭ་སྤྲི་ས་བྱ་ཁ་ཅིག་སྤྲི་ལ་པའི་བྱད་མེད་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་
ཡིན་པ་ལ་དོན་དམ་པར་བྱད་མེད་དོ་སྟུམ་དུ་ལོག་པར་འཇིན་པར་འགྱུར་རོ། །

དེའི་ཕྱིར་དེ་ལོག་པར་འཇིན་པ་དེས་དེའི་འདོད་ཆགས་བསྐྱེད་པ་ལ་དེ་བཞིན་
ག་ཤེགས་པའམ། དེ་བཞིན་ག་ཤེགས་པའི་ཉན་ཐོས་ཀྱིས་སྤྲི་ལ་པ་ཞིག་སྤྲི་ལ་ལ། དེས་
དེའི་ལོག་པར་འཇིན་པ་དེ་རྒྱུག་པར་བྱེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་རའི་ཆིག་སྟོང་པ་སྤྲི་ལ་པ་ལྟ་
བུས་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་མེད་པ་སྤྲི་ལ་པའི་བྱད་མེད་དང་འབྲེལ་བ་དག་

ལ་རང་བཞིན་ཡོད་པར་འཛིན་པ་གང་ཡིན་པ་སྒྲོག་པར་བྱེད་དོ། །

དེ་བས་ན་འདིར་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་རབ་དུ་བསྐྱབ་པ་ལ་དཔེ་འདི་འཐད་པ་ཡིན་གྱི།
ཅིག་ཤོས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་ན་གང་སྤྱིར་བསྐྱབ་བྱ་དང་། །

གཏན་ཆོག་ལས་འདི་མཚུངས་སྤྱོད་མིན། །

ཐ་སྙད་ཁས་ནམས་མ་སྒྲངས་པར། །

རེད་ཅག་འཆད་པར་མི་བྱེད་དོ། །

བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་། སྤྱི་མ་འབྲེན་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་
ཆོག་ལས་འདི་མཚུངས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །

ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་དུ་བྱུང་བར་
མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་སྤྱོད་ཀྱི་ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རང་
བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟ་བས་ན་རང་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར།

འདི་ལ་སྤྱོད་པ་ཡོད་པ་ཡིས། །འབྱུང་བར་གྱུར་པ་དེ་བསྒྲོག་ཡིན། །ཞེས་སྤྱི་མ་
གང་ཡིན་པ་བསྒྲོག་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་ཐ་སྙད་ཀྱི་བདེན་པ་ཁས་མ་སྒྲངས་ཤིང་མ་
བརྟེན་པར་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྟོང་པའོ་ཞེས་མི་འཆད་དོ། །

ཐ་སྙད་ཀྱི་བདེན་པ་ཁས་མ་སྒྲངས་པར་ནི་ཆོས་བསྟན་པར་མི་བྱས་ཏེ། རི་སྐད་

ནྟེ།

ཐ་སྙད་ལ་ནི་མ་བརྟེན་པར། །དམ་པའི་དོན་ལ་མི་སྟོན་ལ། །དམ་པའི་དོན་ལ་མ་

བརྟེན་པར། །ཐུང་ན་འདས་པ་མི་རྟོགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

དེ་ལྟ་བུས་ན་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་གཉི་ག་འཐད་
པ་ན་ངའི་ཆོག་བཞིན་དུ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་ཁྱོད་ཀྱིས། །འགོག་པའི་འགོག་པའང་དེ་ལྟ་ཞེས། །འདོད་ན་དེ་ཡང་བཟང་
མིན་ཏེ། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་ཁྱོད་དམ་བཅས། །མཆན་ཉིད་སྐྱོན་ཡོད་ཅེད་ལ་མེད། །

ཅེས་སྒྲུས་པ་གང་ཡིན་པ་འདི་ལ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ།

གལ་ཏེ་ངས་དམ་བཅས་འགའ་ཡོད། །

དེས་ན་ང་ལ་སྐྱོན་དེ་ཡོད། །

ང་ལ་དམ་བཅས་མེད་པས་ན། །

ང་ལ་སྐྱོན་མེད་ཁོ་ན་ཡིན། །

གལ་ཏེ་དམ་བཅས་པ་འགའ་ཞིག་ཡོད་ན་ནི། དེས་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་ངེས་སྒྲུས་
པ་བཞིན་དུ། ང་ལ་དམ་བཅས་པའི་མཆན་ཉིད་ཁས་སྒྲངས་པ་སྐྱོན་དུ་སོང་བའི་སྐྱོན་
ཡོད་པ་ཞིག་ན་ང་ལ་དམ་བཅས་པ་འགའ་ཡང་མེད་དོ། །

དེའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་གཏན་དུ་ཉེ་བར་ཞི་བ་རང་བཞིན་གྱིས་
དཔེན་པ་དག་ལ་དམ་བཅས་པ་ག་ལ་ཡོད། དམ་བཅས་པའི་མཆན་ཉིད་ཀྱང་ག་ལ་
ཡོད། དམ་བཅས་པའི་མཆན་ཉིད་ལས་བྱུང་བའི་སྐྱོན་ཡང་ག་ལ་ཡོད་དེ། དེ་ལ་ཁྱོད་
ལ་དམ་བཅས་པའི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་པའི་ཕྱིར་ཁྱོད་ལ་སྐྱོན་ཡོད་དོ་ཞེས་སྒྲུས་པ་
གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་མེད་དོ། །

ཡང་ཁྱོད་ཀྱིས། །རེ་ཞིག་དངོས་རྣམས་མངོན་སུམ་གྱིས། །དམིགས་ནས་སྒྲོག་

པར་བྱེད་ཡིན་ན། །གང་གིས་དངོས་རྣམས་དམིགས་འགྱུར་བ། །མངོན་སུམ་དེ་ནི་
མེད་པ་ཡིན། །རྗེས་དཔག་ལུང་དང་དཔེས་གཞུང་དང་། །རྗེས་དཔག་ལུང་གིས་
བསྐྱབ་བྱ་དང་། །དཔེས་བསྐྱབ་བྱ་བའི་དོན་གང་ཡིན། །མངོན་སུམ་གྱིས་ནི་ལན་
བཏབ་པོ། །

ཞེས་སྐྱས་པ་གང་ཡིན་པ་འདི་ལ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ།

གལ་ཏེ་མངོན་སུམ་ལ་སོགས་པ་འདི། །

དོན་གྱིས་འགའ་ཞིག་དམིགས་ན་ནི། །

བསྐྱབ་པའམ་བསྐྱོག་པར་བྱ་ན་དེ། །

མེད་ཕྱིར་ང་ལ་སྐྱབ་ཀྱི་མེད། །

གལ་ཏེ་ངས་མངོན་སུམ་དང་། །རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་། །དཔེས་འཇུག་པ་དང་།
ལུང་རྣམས་གྱིས་སམ། །ཆད་མ་བཞི་རྣམས་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་གིས་འགའ་
ཞིག་དམིགས་ན་ནི་དེའི་ཕྱིར་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའམ། །དོན་བསྐྱོག་པར་བྱ་ན་ངས་དོན་ཅི་
ལྟར་ཡང་མ་དམིགས་པས་དེའི་ཕྱིར་བསྐྱབ་པར་ཡང་མི་བྱ། །བསྐྱོག་པར་ཡང་མི་བྱ།
དེ་ལྟར་གྱུར་དང་། །དེ་ལ་ཁྱོད་གྱིས་གལ་ཏེ་མངོན་སུམ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་ཆད་མ་
གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་གིས་དངོས་པོ་རྣམས་དམིགས་ནས་སྐྱོག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ན།
ཆད་མ་དེ་དག་གྱུར་མེད། །དེ་དག་གིས་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱ་བའི་དོན་ཡང་མེད་པས་
ཞེས་སྐྱབ་ཀྱི་སྐྱབ་པ་གང་ཡིན་པའི་སྐྱབ་ཀྱི་དེ་ང་ལ་མི་འབྱུང་ངོ། །

འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་།

གལ་ཏེ་ཁྱོད་གྱིས་དོན་དེ་རྣམས། །

ཆད་མ་ཉིད་གྱིས་རབ་བྱུང་ན། །

ཁྱོད་གྱིས་ཆད་མ་དེ་རྣམས་ཀྱང་། །

རི་ལྷར་རབ་ཏུ་འགྱུར་པར་འགྱུར། །

གལ་ཏེ་འཇལ་བར་བྱེད་པ་རྣམས་གྱིས་གཞལ་བར་བྱ་བ་དག་བཞིན་དུ་ཁྱོད་
གྱི་དོན་གཞལ་བར་བྱ་བ་དེ་རྣམས་ཆད་མ་ཉིད་གྱིས་རབ་ཏུ་འགྱུར་པ་ཡིན་པར་
སེམས་ན། འོན་དེ་ཆད་མ་རྣམས་པ་བཞི་སོ་མངོན་སུམ་དང་། རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་།
དཔེས་གཞལ་བ་དང་། ལུང་དེ་རྣམས་གང་གིས་རབ་ཏུ་འགྱུར། གལ་ཏེ་རེ་ཞིག་ཆད་
མ་དེ་རྣམས་ནི་ཆད་མ་གཞན་རྣམས་གྱིས་ཡོད་པར་འགྱུར་ལ། དོན་རྣམས་ནི་ཆད་
མས་རབ་ཏུ་འགྱུར་པ་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན། དམ་བཅས་པ་ཉམས་པར་འགྱུར་རོ། །

འོན་ཏེ་ཡང་།

གལ་ཏེ་ཆད་མ་གཞན་རྣམས་གྱིས། །

ཆད་མ་འགྱུར་ན་སྟག་པ་མེད། །

གལ་ཏེ་འདི་སྟམ་དུ་གཞལ་བར་བྱ་བ་ནི་ཆད་མ་རྣམས་གྱིས་འགྱུར་ལ། ཆད་
མ་དེ་རྣམས་ཀྱང་ཆད་མ་གཞན་རྣམས་གྱིས་འགྱུར་པར་སེམས་ན། དེ་ལྟ་ན་ཡང་སྟག་
པ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །

དེ་ལ་སྟག་པ་མེད་པར་གྱུར་ན་ཉེས་པ་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན། དེ་ལ་འདི་སྟར་བཤད་
པར་བྱ་སྟེ།

དེ་ལ་དང་པོ་འབྲུབ་མིན་ལ།
བར་མ་མིན་ཞིང་ཐ་མའང་མིན།
ཐུག་པ་མེད་བར་གྱུར་བ་ན།
དང་པོ་འབྲུབ་བར་མི་འབྱུར་རོ།

ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཚད་མ་དེ་རྣམས་ཀྱང་ཚད་མ་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་རབ་ཏུ་
འབྲུབ་པ་ཡིན་ལ། དེ་རྣམས་ཀྱང་གཞན་རྣམས་ཀྱི་ཡིན་པས་འདི་ལ་དང་པོ་མེད་དོ།
དང་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར་བར་མ་ཡང་ག་ལ་ཡོད། ཐ་མ་ཡང་ག་ལ་ཡོད་དེ་དེའི་
ཕྱིར་ཚད་མ་དེ་རྣམས་ནི་ཚད་མ་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་རབ་ཏུ་འབྲུབ་པའོ་ཞེས་སྒྲུབ་པ་
གང་ཡིན་པ་དེ་མི་འཐད་དོ།

འོན་ཏེ་ཚད་མ་མེད་བར་ཡང་།
དེ་རྣམས་འབྲུབ་ན་སྒྲུབ་ཉམས།
མི་འབྲུག་དེ་དེ་ཡིན་ན།
གཏན་ཆིགས་ཁྱད་བར་སྒྲུབ་ཀྱིས།

འོན་ཏེ་ཚད་མ་རྣམས་མེད་བར་ཡང་ཚད་མ་དེ་རྣམས་རབ་ཏུ་འབྲུབ་པ་ཡིན་
ལ། གཞལ་བར་བྱ་བའི་དོན་རྣམས་ནི་ཚད་མ་རྣམས་ཀྱིས་རབ་ཏུ་འབྲུབ་པ་ཡིན་ནོ་
སྒྲུབ་ཏུ་སེམས་ན་དེ་ལྟ་ན་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་ཚད་མ་རྣམས་ཀྱིས་དོན་རྣམས་འབྲུབ་པའོ་ཞེས་
སྒྲུབ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉམས་བར་འབྱུར་ལ་དོན་ཁ་ཅིག་ནི་ཚད་མ་རྣམས་ཀྱིས་རབ་
ཏུ་འབྲུབ་པ་ཡིན། ཁ་ཅིག་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་མི་འབྲུག་ཉིད་ཏུ་ཡང་འབྱུར་རོ།

དེ་ལྟ་ན་ནི་གཏན་ཚིགས་གང་གིས་ན་དོན་ཁ་ཅིག་ནི་ཚད་མ་རྣམས་གྱིས་རབ་
ཏུ་འབྱུང་བ་ཡིན་ལ། ཁ་ཅིག་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གཏན་ཚིགས་གྱི་བྱད་པར་ཡང་སྤྱོད་
བར་བྱ་བ་ཡིན་ན། དེ་ཡང་བསྟན་པས་དེའི་ཕྱིར་རྟོག་པ་འདི་ཡང་འཐད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །
འདིར་སྤྲུལ་པ། རི་སྐད་དུ།

རི་ལྟར་མེ་ཡིས་གཞན་བདག་ཉིད། །
གསལ་བྱེད་དེ་བཞིན་རང་ཉིད་ལྟར། །
དེ་བཞིན་ཚད་མ་རྣམས་ཀྱང་ནི། །
རང་གཞན་བདག་ཉིད་འབྱུང་ཅེ་ན། །

ཞེས་བསྟན་པ་ལྟ་བུར་ཚད་མ་རྣམས་གྱིས་རང་གི་བདག་ཉིད་དང་། གཞན་གྱི་
བདག་ཉིད་རབ་ཏུ་སྤྱུང་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། རི་ལྟར་མེས་རང་གི་བདག་ཉིད་དང་།
གཞན་གྱི་བདག་ཉིད་གསལ་བར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཚད་མ་རྣམས་ཀྱང་རང་གི་
བདག་ཉིད་དང་གཞན་གྱི་བདག་ཉིད་རབ་ཏུ་སྤྱུང་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།
འདིར་བཤད་པ།

སྤྲུལ་པ་དེ་ནི་མི་མ་སྤྱན་ཏེ། །
སྤྱན་ཁུང་གི་ནི་རྩ་མ་ལྟར། །
དེ་ལ་མི་དམིགས་མ་མཐོང་བས། །
མེ་ནི་རང་ལ་གསལ་བྱེད་མིན། །

མེ་དང་འབྲུ་བར་ཚད་མ་རྣམས་ཀྱང་རང་དང་གཞན་གྱི་བདག་ཉིད་གཉིས་རབ་

ཏུ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲུས་པ་དེ་ནི་མི་མ་ཐུན་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། མེ་ནི་རང་
ལས་གསལ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་མེ་མི་འབར་བའི་སྤྲོ་རོལ་ན་ཐུན་ཁུང་ན་
བུམ་པ་མི་དམིགས་པ་ལ། མེས་གསལ་བར་བྱས་ནས་བྱིས་དམིགས་པ་དེ་བཞིན་དུ།
གལ་ཏེ་གསལ་བར་མ་བྱས་པའི་སྤྲོ་རོལ་དུ་མེ་ཐུན་ཁུང་ན་ཡོད་ལ། བྱིས་མེས་གསལ་
བར་འགྱུར་ན་ནི་དེའི་བྱིས་རང་གི་བདག་ཉིད་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ན། དེ་ཡང་དེ་
ལྟར་མ་ཡིན་པས་རྟོག་པ་འདི་ཡང་འཐད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་།

གལ་ཏེ་ཁྱོད་གྱི་ཆོག་གིས་ནི། །

མེ་འདིས་རང་བདག་གསལ་བྱེད་ན། །

འོ་ན་མེ་ཡིས་གཞན་བཞིན་དུ། །

རང་ལ་སླེག་པའང་བྱེད་པར་འགྱུར། །

གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཟེར་བ་ཇི་ལྟར་མེས་གཞན་གྱི་རང་བཞིན་གསལ་བར་བྱེད་པ་དེ་
བཞིན་དུ་རང་གི་བདག་ཉིད་ལ་ཡང་གསལ་བར་བྱེད་དོ་ཞེ་ན། འོ་ན་ནི་ཇི་ལྟར་གཞན་
གྱི་བདག་ཉིད་སླེག་པར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་རང་གི་བདག་ཉིད་ལ་ཡང་སླེག་པར་
འགྱུར་བ་ཞིག་ན། དེ་ནི་དེ་ལྟར་ཡང་མ་ཡིན་པས་དེ་ལ་མེ་ནི་གཞན་གྱི་བདག་ཉིད་ལ་
ཡང་གསལ་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་སྒྲུས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་རུང་ངོ་། །

འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་།

གལ་ཏེ་ཁྱོད་གྱི་ཆོག་གིས་ནི། །

མེ་ཡིས་རང་གཞན་བདག་གསལ་བྱེད།

མེ་བཞིན་དུ་ནི་སྤྲོད་པ་ཡང་།

རང་གཞན་བདག་ལ་བསྐྱིབ་པར་འགྱུར།

གལ་ཏེ་ཁྱོད་གྱི་ལུགས་གྱིས་ནི་མེ་ནི་རང་དང་གཞན་གྱི་བདག་ཉིད་གཉིས་
གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ན། འོ་ན་ནི་ད་གཉིན་ཐོར་གྱུར་པ་སྤྲོད་པ་ཡང་རང་དང་གཞན་
གྱི་བདག་ཉིད་གཉིས་བསྐྱིབ་པར་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། དེ་ནི་དེ་ལྟར་ཡང་མ་ཡིན་པས་དེ་
ལ་མེ་ནི་རང་དང་གཞན་གྱིས་བདག་ཉིད་གཉིས་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྤྲོས་
བ་གང་ཡིན་པ་དེ་རུང་བ་མ་ཡིན་ནོ།

འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་།

གསལ་བྱེད་དེ་ནི་སྤྲོད་སེལ་ཏེ།

མེ་དང་གང་ན་མི་གནས་པ།

གཞན་ན་འང་སྤྲོད་པ་ཡོད་མིན་ན།

ཇི་ལྟར་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན།

འདིར་མེ་ལ་ཡང་སྤྲོད་པ་མེད་ལ། གང་ན་མེ་ཡོད་པ་དེ་ན་ཡང་སྤྲོད་པ་མེད་
དོ། །གསལ་བར་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྲོད་པ་སེལ་བ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་མེ་ལ་ཡང་
སྤྲོད་པ་མེད་ལ། གང་ན་མེ་ཡོད་པ་དེ་ན་ཡང་སྤྲོད་པ་མེད་ན་མེས་གང་ཞིག་སེལ་བས་
རང་དང་གཞན་གྱི་བདག་ཉིད་གཉིས་གསལ་བར་བྱེད་པའི་མེས་སྤྲོད་པ་གང་ཞིག་
སེལ་བར་བྱེད་འདིར་སྤྲོས་པ།

འོ་ན་གང་གི་ཕྱིར་མེ་ལ་ཡང་སྤྲོད་པ་མེད། མེ་གང་ན་ཡོད་པ་དེ་ན་ཡང་སྤྲོད་པ་

མེད་པ་དེ་ཉིད་གྱི་སྤྱིར་མེ་ནི་རང་དང་གཞན་གྱི་བདག་ཉིད་གཉི་ག་གསལ་བར་བྱེད་པ་
མ་ཡིན་ནམ། མེ་འབྱུང་བ་ཉིད་ན་མེ་དེས་སྤྱན་པ་བསལ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ཡང་སྤྱན་པ་
དེ་མེད། མེ་གང་ན་ཡོད་པ་དེ་ན་ཡང་སྤྱན་པ་མེད་དེ་དེའི་སྤྱིར་མེ་འབྱུང་བ་ཁོ་ན་རང་
གི་བདག་ཉིད་དང་། གཞན་གྱི་བདག་ཉིད་གཉི་ག་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ཅོ་ཞེ་ན།
འདིར་སྒྲུས་པ།

མེ་འབྱུང་བ་ན་གསལ་བྱེད་པ། །

ཡང་དག་མིན་པར་སྒྲུབ་སྟེ། །

མེ་འབྱུང་བ་ན་སྤྱན་པ་དང་། །

སྤང་བ་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན། །

མེ་དེ་ནི་འབྱུང་བ་ཁོ་ན་ན་རང་གི་བདག་ཉིད་དང་གཞན་གྱི་བདག་ཉིད་གསལ་
བར་བྱེད་དོ་ཞེས་སྒྲུབ་པ་དེ་ནི་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཅོ། །

ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། མེ་འབྱུང་བ་ཉིད་ན་སྤྱན་པ་དང་སྤང་བ་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན། མེ་
དེ་ནི་འབྱུང་བ་ཁོ་ན་ན་རང་གི་བདག་ཉིད་དང་གཞན་གྱི་བདག་ཉིད་གསལ་བར་བྱེད་
དོ། །ཞེས་སྒྲུབ་པ་དེ་ནི་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཅོ། །

ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། མེ་འབྱུང་བ་ཉིད་ན་སྤྱན་པ་དང་སྤང་བ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། མ་སྤང་
བའི་སྤྱིར་དེ་སེལ་བར་མི་བྱེད་དོ། །སྤྱན་པ་མ་བསལ་བའི་སྤྱིར་གསལ་བར་ཡང་མི་
བྱེད་དོ། །

འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་།

ཡང་ན་མེ་དང་མ་སྤད་ཀྱང་། །
སྤུན་པ་སེལ་བར་བྱེད་ན་ནི། །
འདི་ན་ཡོད་པ་གང་ཡིན་པས། །
འཛིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱན་སྤུན་སེལ་འགྱུར། །

འོན་ཏེ་མེ་ནི་སྤུན་པ་དང་སྤད་པར་ཡང་སེལ་བར་བྱེད་དོ་སྦྲུམ་དུ་སེམས་ན། འོ་
ན་ནི་དེ་མ་སྤད་པར་འདྲ་བས་འདི་ན་གནས་པའི་མེས་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་བམས་
ཅད་ན་གནས་པའི་སྤུན་པ་སེལ་བར་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། དེ་ནི་དེ་ལྟར་ཡང་མ་ཡིན་པས་
དེའི་སྤྱིར་མེ་ནི་སྤུན་པ་དང་མ་སྤད་པར་སེལ་བར་བྱེད་པར་འདོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་
རུང་ངོ། །

འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་།

གལ་ཏེ་རང་ལས་ཆད་མ་གྲུབ། །
གཞལ་བྱ་རྣམས་ལ་མ་ལྟོས་པར། །
སྤོང་གི་ཆད་མ་འགྲུབ་འགྱུར་འདིར། །
གཞན་ལ་མི་ལྟོས་རང་འགྲུབ་འགྱུར། །

གལ་ཏེ་མེ་བཞིན་དུ་རང་ལས་ཆད་མ་གྲུབ་པོ་སྦྲུམ་དུ་སེམས་ན། གཞལ་བར་
བྱ་བའི་དོན་རྣམས་ལ་མ་ལྟོས་པར་ཡང་ཆད་མ་རྣམས་རབ་དུ་འགྲུབ་པར་འགྱུར་ངོ། །
ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། རང་ལས་གྲུབ་པ་ནི་གཞན་ལ་ལྟོས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཏེ་
ལྟོས་ན་ནི་རང་ལས་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

འདིར་སྤྲུལ་བ། གཤམ་ཏེ་ཆད་མ་རྣམས་གཞལ་བར་བྱ་བའི་དོན་རྣམས་ལ་ནི།
མི་ལྟོས་ན་སྐྱོན་ཅིར་འགྱུར་ཞེ་ན།
འདིར་བཤད་བ།

གཤམ་ཏེ་གཞལ་བའི་དོན་རྣམས་ལ། །
མ་ལྟོས་ཁྱོད་ཀྱི་ཆད་མ་འགྲུབ། །
ཆད་མ་འདི་རྣམས་ཁོ་ན་ནི། །
གང་གི་འང་ཡིན་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

གཤམ་ཏེ་ཆད་མ་རྣམས་གཞལ་བར་བྱ་བ་དོན་རྣམས་ལ་མི་ལྟོས་པར་རབ་རྩ་
འགྲུབ་པ་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་ནི་ཁྱོད་ཀྱིས་ཆད་མ་འདི་རྣམས་གང་གི་ཕྱིར་ཆད་མ་
ཡང་མ་ཡིན་པའི་སྐྱོན་དེ་ལྟ་བུར་འགྱུར་རོ། །

འོན་ཏེ་ཆད་མ་རྣམས་དོན་འགའ་ཞིག་གི་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན། དེ་གཞལ་བར་བྱ་བའི་
དོན་རྣམས་ལ་མི་ལྟོས་པར་ཆད་མ་རྣམས་སུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

འོན་ཏེ་ལྟོས་ནས་དེ་རྣམས་འགྲུབ། །
འདོད་ན་དེ་ལ་སྐྱོན་ཅིར་འགྱུར། །
མ་གྲུབ་གཞན་ལ་མི་ལྟོས་པས། །
གྲུབ་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །

འོན་ཏེ་གཞལ་བར་བྱ་བའི་དོན་རྣམས་ལ་ལྟོས་ནས་ཆད་མ་རྣམས་འགྲུབ་པ་
ཡིན་པར་འདོད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་ནི་དོན་མ་གྲུབ་པ་ནི་ལྟོས་པ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། ལྟ་སྒྲིན་

མ་གྲུབ་པ་ན་ནི་དོན་འགའ་ལ་ཡང་ལྟོས་པ་མ་ཡིན་པས་ཁྱོད་ཀྱིས་ཆད་མ་གཞི་འགྱུར་
བ་འགྲུབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ།

གྲུབ་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡང་འདོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བྱས་པ་བྱེད་པར་མི་འཐད་
པའི་ཕྱིར་རོ།

འདི་སྟར་གཞན་ཡང་།

གལ་ཏེ་ཡོང་ཡེ་གཞལ་བྱ་ལ།

ལྟོས་ནས་ཆད་མ་གྲུབ་ཡིན་ན།

ཆད་མ་རྣམས་ལ་མ་ལྟོས་པར།

གཞལ་བར་བྱ་བ་འགྲུབ་པར་འགྱུར།

གལ་ཏེ་ཆད་མ་རྣམས་ནི་གཞལ་བར་བྱ་བ་རྣམས་ལ་ལྟོས་ནས་སོ་ཞེ་ན། དེ་
ཆད་མ་རྣམས་ལ་ལྟོས་ནས་གཞལ་བར་བྱ་བ་མ་གྲུབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་
ན། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ནི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་སྐྱབ་པར་མི་བྱེད་ལ། ཆད་མ་རྣམས་ཀྱིས་
སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡང་གཞལ་བྱ་རྣམས་ཡིན་ནོ་ཞེས་གྲག་གོ།

འདི་སྟར་གཞན་ཡང་།

གལ་ཏེ་ཆད་མ་རྣམས་ལ་ནི།

མ་ལྟོས་པར་ཡང་གཞལ་བྱ་འགྲུབ།

གང་ཕྱིར་ཁྱོད་ཀྱི་དེ་གྲགས་པ།

ཆད་མ་གྲུབ་པས་ཅི་ཞིག་བྱ།

གཤམ་ཏེ་ཆད་མ་རྣམས་ལ་མ་ལྟོས་པར་གཞལ་བར་བྱ་བ་རྣམས་འགྲུབ་པོ་སྟུམ་
དུ་སེམས་ན། ཅི་དེ་ཁྱོད་ཀྱི་ཆད་མ་གྲུབ་པར་ཡོངས་སུ་བརྟག་པས་ཅི་ཞིག་གྲ།

ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། གང་གི་དོན་དུ་ཁྱོད་ཀྱི་ཆད་མ་དེ་རྣམས་ཡོངས་སུ་བརྟག་པའི་
གཞལ་བར་བྱ་བའི་དོན་དེ་རྣམས་ནི་ཆད་མ་རྣམས་མེད་པར་ཡང་གྲུབ་པ་ཡིན་པས་དེ་
ལ་ཁྱོད་ཀྱི་ཆད་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཅི་ཞིག་གྲ།

ཅི་སྟེ་ཁྱོད་ཀྱི་ཆད་མ་རྣམས། །

གཞལ་བྱ་རྣམས་ལ་ལྟོས་ནས་འགྲུབ། །

དེ་ལྟར་ཁྱོད་ཀྱི་ཆད་མ་རྣམས། །

གཞལ་བྱ་ངེས་པར་བརྟོག་པར་འགྲུར། །

ཅི་སྟེ་སྒྲར་སྟུམ་པའི་སྟོན་དུ་འགྲུར་བ་ན་མི་རུང་ངོ་སྟུམ་ནས་ཆད་མ་རྣམས་ནི་
གཞལ་བར་བྱ་བའི་དོན་རྣམས་ལ་ལྟོས་པ་ཡིན་ཞོ་སྟུམ་དུ་སེམས་ན་དེ་ལྟར་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་
ཆད་མ་དང་གཞལ་བར་བྱ་བ་རྣམས་བརྟོག་པར་འགྲུར་ཏེ། ཁྱོད་ཀྱི་ཆད་མ་རྣམས་
ཀྱང་གཞལ་བར་བྱ་བར་འགྲུར་རོ། །གཞལ་བར་བྱ་བ་རྣམས་ཀྱིས་རབ་ཏུ་བསྐྱབ་པའི་
ཕྱིར་རོ། །

གཞལ་བར་བྱ་བ་ཡང་ཆད་མ་རྣམས་སུ་འགྲུར་ཏེ། ཆད་མ་རྣམས་སྐྱབ་པར་
བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

འོན་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཆད་གྲུབ་པས། །

གཞལ་བར་བྱ་བ་འགྲུབ་འགྲུར་ལ། །

གཞལ་བྱ་བྱལ་པས་ཆད་བྱལ་ན།

ཁྱོད་ཀྱིས་གཉི་གའང་འགྱལ་མི་འགྱུར།

འོན་ཏེ་ཆད་མ་བྱལ་པས་གཞལ་བར་བྱ་བ་འགྱལ་པར་འགྱུར་ཏེ། ཆད་མ་ལ་
ལྟོས་པའི་ཕྱིར་རོ།

གཞལ་བར་བྱ་བ་འགྱལ་པས་ཀྱང་ཆད་མ་འགྱལ་པར་འགྱུར་ཏེ། གཞལ་བར་
བྱ་བ་ལ་ལྟོས་པའི་ཕྱིར་རོ་སྟུམ་དུ་སེམས་ན། དེ་ལྟར་ཉེ་ཁྱོད་ཀྱིས་གཉི་ག་ཡང་འགྱལ་
པར་མི་འགྱུར་རོ།

ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་ཆད་མས་གཞལ་བྱ་འགྱུར།

གཞལ་བྱ་དེ་དག་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་།

དེ་དག་བསྐྱལ་པར་བྱ་ཡིན་ན།

དེ་དག་རི་ལྟར་བསྐྱལ་པར་འགྱུར།

གལ་ཏེ་ཆད་མ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་གཞལ་བར་བྱ་བ་རྣམས་འགྱལ་པར་བྱེད་ལ།
གཞལ་བར་བྱ་བ་དེ་དག་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཆད་མ་དེ་དག་བསྐྱལ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནི་ཞེ་
ན།

འོན་གཞལ་བར་བྱ་བ་མ་བྱལ་པ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་རབ་དུ་མ་བྱལ་པའི་ཕྱིར་གཞལ་
བར་བྱ་བ་མ་བྱལ་པ་དག་རི་ལྟར་བསྐྱལ་པར་འགྱུར།

གལ་ཏེ་གཞལ་བྱས་ཆད་མ་འགྱུར།

ཚད་མ་དེ་དག་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་། །

དེ་དག་བསྐྱབ་པར་བྱ་ཡིན་ན། །

དེ་དག་རི་ལྷར་བསྐྱབ་པར་འགྱུར། །

གལ་ཏེ་ཡང་གཞལ་བར་བྱ་བ་རྣམས་འགྱུར་པར་འགྱུར་ལ། ཚད་མ་དེ་རྣམས་
ཀྱིས་ཀྱང་གཞལ་བར་བྱ་བ་དེ་དག་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

འོ་ན་ཚད་མ་མ་གྲུབ་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱུ་ཡིན་ན་སྐྱུ་རབ་ཏུ་མ་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་ཚད་
མ་མ་གྲུབ་པ་དག་རི་ལྷར་བསྐྱབ་པར་འགྱུར།

གལ་ཏེ་པ་ཡིས་བྱ་བསྐྱེད་བྱ། །

གལ་ཏེ་བྱ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་། །

ཅི་སྟེ་པ་དེ་བསྐྱེད་བྱ་ན། །

དེ་ནི་གང་གིས་གང་བསྐྱེད་སྟོས། །

རི་ལྷར་འགའ་ཞིག་ན་རེ་པས་བྱ་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། པ་དེ་ཡང་བྱ་དེ་
ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་ན།

ད་དེ་ན་གང་གིས་གང་བསྐྱེད་པར་སྟོས་ཤིག་ཅེས་བྱ་བ་དེ་བཞིན་དུ་ཁྱོད་ན་རེ།
ཚད་མ་རྣམས་ཀྱིས་གཞལ་བར་བྱ་བ་དག་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། ཚད་མ་དེ་དག་
ཉིད་ཀྱང་གཞལ་བར་བྱ་བ་དེ་དག་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་ན།

ད་དེ་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་གང་དག་གིས་གང་དག་རབ་ཏུ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་དག་གཉི་གའང་པ་དང་བྱའི། །

མཆན་ཉིད་འཛིན་པས་དེ་ཡི་ཕྱིར།

དེ་ལ་ཁོ་ལོ་ཐེ་ཆོམ་གྱུར།

དེ་ན་པ་གང་བྱ་གང་སྒྲིལ།

གང་གི་ཕྱིར་པ་དང་བྱ་སྤར་བསྟན་པ་དེ་གཉིས་ལས། བྱ་ནི་གང་པ་ནི་གང་དེ་
གཉི་ག་ཡང་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་པའི་མཆན་ཉིད་འཛིན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་
ལ། བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བྱའི་མཆན་ཉིད་འཛིན་པ་ཡིན་པས་འདི་ལ་ཁོ་ལོ་
ཐེ་ཆོམ་དུ་གྱུར་ན་དེ་ལ་པ་ནི་གང་བྱ་ནི་གང་ཞེས་བྱ་བ་དེ་བཞིན་དུ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཆད་མ་
དང་གཞལ་བར་བྱ་བ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་ཀྱང་དེ་ནི་ཆད་མ་དག་ནི་གང་ཡིན།

གཞལ་བར་བྱ་བ་དག་ནི་གང་ཡིན། འདི་དག་གཉི་ག་ཡང་རབ་ཏུ་སྐྱབ་པར་
བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཆད་མ་དག་ཡིན་ལ། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་
གཞལ་བར་བྱ་བ་ཡིན་པས་འདི་ལ་ཁོ་ལོ་ཐེ་ཆོམ་དུ་གྱུར་ན་ཆད་མ་དག་ནི་གང་ཡིན་
གཞལ་བར་བྱ་བ་དག་ནི་གང་ཡིན།

ཆད་མ་རྣམས་ནི་རང་ཉིད་ཀྱིས།

འབྲུབ་མེན་པན་ཚུན་གྱིས་མེན་པའམ།

ཆད་མ་གཞན་གྱིས་མ་ཡིན་ལ།

གཞལ་བྱས་མ་ཡིན་རྒྱ་མེད་མེན།

རང་གིས་ཉེ་མཛོན་སུམ་ནི་མཛོན་སུམ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དང་། རྗེས་སུ་དཔག་པ་ནི་
རྗེས་སུ་དཔག་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དང་། བྱང་ནི་བྱང་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དང་། དཔེས་གཞལ་བ་

ནི་དཔེས་འཇལ་བ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་རབ་ཏུ་མི་འབྱུང་ལ་ཕན་ཚུན་གྱིས་ཏེ། མངོན་སུམ་ནི་
 རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་། དཔེས་འཇལ་བ་དང་། ལུང་རྣམས་ཀྱིས་དང་། རྗེས་སུ་དཔག་
 པ་ནི་མངོན་སུམ་དང་། དཔེས་འཇལ་བ་དང་། ལུང་རྣམས་ཀྱིས་དང་། དཔེས་འཇལ་བ་
 ནི་མངོན་སུམ་དང་རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་། ལུང་རྣམས་ཀྱིས་དང་། ལུང་ནི་མངོན་སུམ་
 དང་། རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་། དཔེས་འཇལ་བས་ཀྱང་མ་ཡིན་ལ། རང་གི་རི་ལྷ་བ་
 བཞིན་དུ། མངོན་སུམ་དང་རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་། དཔེས་འཇལ་བ་དང་། ལུང་རྣམས་
 ཀྱིས་ནི་མངོན་སུམ་དང་། རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་། དཔེས་འཇལ་བ་དང་། ལུང་གཞན་
 རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་མ་ཡིན་ལ། གཞལ་བར་བྱ་བ་རང་དང་གཞན་གྱི་ཡུལ་གྱིས་བསྐྱུས་
 པ་མཐའ་དག་དང་། རེ་རེས་ཀྱང་མ་ཡིན་ལ། རྒྱ་མེད་པས་ཀྱང་མ་ཡིན་ལ། ཀུན་
 བསྐྱུས་པས་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ། །

གཏན་ཆོགས་སྤར་བསྟན་པ་དེ་དག་ནི། ཉི་ཤུའམ། སུམ་ཅུའམ། བཞི་བཅུ་
 པའམ། སུམ་ཅུ་ཅ་ཏུག་གིས་ཀྱང་མི་བསྐྱབ་ན། དེ་ལ་གང་ཁྱོད་ཀྱིས་གཞལ་བར་བྱ་
 བའི་དངོས་པོ་རྣམས་ནི་ཆད་མས་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་
 གཞལ་བར་བྱ་བ་དེ་དག་ཀྱང་ཡོད་ལ། ཁྱོད་ཀྱི་ཆད་མ་གང་དག་གིས་དངོས་པོ་གཞལ་
 བར་བྱ་བ་དག་ཡང་དག་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་པའི་ཆད་མ་དེ་དག་ཀྱང་ཡོད་དོ་ཞེས་སྒྲུས་
 པ་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་རུང་ངོ། །

གཞན་ཡང་ཁྱོད་ཀྱིས། སྤྱི་པོ་ཆོས་ཀྱི་གནས་སྐབས་མཁས། །དགོ་བ་དག་གི་
 ཆོས་རྣམས་ལ། །དགོ་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་ནི། །སེམས་ཤིང་ལྷག་མ་རྣམས་དང་
 ཡང་། །

ཞེས་སྤྲུལ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ།

ཆོས་ཀྱི་གནས་སྤྲུལ་པ་ལ་མཁས་པ། །

དགེ་བ་ཡི་ནི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི། །

དགེ་བའི་རང་བཞིན་སྤྲུལ་པ་གང་། །

དེ་ལྟར་རབ་བྱེ་བརྗོད་བྱ་ཡིན། །

ཆོས་ཀྱི་གནས་སྤྲུལ་པ་ལ་མཁས་པ་དགེ་བའི་ཆོས་ཀྱི་དགེ་བའི་རང་གི་ངོ་བོ་
སེམས་པ་དེ་ཡང་ཁྱོད་གྱིས་རབ་བྱེ་བྱེ། འདི་ནི་དགེ་བའི་རང་གི་ངོ་བོ་ཡིན།

འདི་དག་ནི་དགེ་བའི་ཆོས་དེ་དག་ཡིན་ཏེ། འདི་ནི་དགེ་བ་དེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་
ཡིན། འདི་ནི་དགེ་བ་དེ་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རང་གི་ངོ་བོ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་
ལ་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་དེ་ལྟར་མ་བསྟན་པས་དེའི་ཕྱིར་རང་གི་ངོ་བོ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཆོས་
རྣམས་ཀྱི་རང་གི་ངོ་བོ་བསྟན་ཏོ་ཞེས་སྤྲུལ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་རུང་ངོ་། །

འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་།

གལ་ཏེ་དགེ་བའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི། །

དགེ་བའི་རང་གི་ངོ་བོ་དེ། །

བརྟེན་ནས་སྒྲེན་དེ་ལྟ་ན། །

གཞན་དངོས་རང་ངོར་ཇི་ལྟར་འགྱུར། །

གལ་ཏེ་དགེ་བའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རང་གི་ངོ་བོ་ནི་རྒྱ་དང་རྒྱེན་ཆོགས་པ་ལ་

བརྟེན་ནས་སྐྱེའོ་ཞེ་ན། དེ་གཞན་གྱི་དངོས་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པ་ཡིན་ན། དགེ་བའི་
ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རང་གི་ངོ་བོར་ངེ་ལྟར་འབྱུང། མི་དགེ་བ་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་ཡང་དེ་
བཞིན་དུ་སྐྱར་རོ། །

དེ་ལ་གང་གི་ཕྱིར་དགེ་བའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་དགེ་བའི་རང་གི་ངོ་བོ་ཡང་བསྟན་
ལ། དེ་བཞིན་དུ་མི་དགེ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་མི་དགེ་བ་ལ་སོགས་པའི་
རང་གི་ངོ་བོ་ཡང་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲུས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་རུང་ངོ། །

འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་།

འོན་ཏེ་དགེ་བའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི། །

རང་གི་ངོ་བོ་དེ་འགའ་ལའང་། །

མ་བརྟེན་སྐྱེ་ན་དེ་ལྟ་བུའང་། །

ཆངས་པར་སྒྲོད་པ་གནས་མི་འབྱུང། །

འོན་ཏེ་དགེ་བའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་དགེ་བའི་རང་གི་ངོ་བོ་ནི་འགའ་ལའང་མ་
བརྟེན་པར་སྐྱེ་ལ། མི་དགེ་བ་ལ་སོགས་པ་དག་གི་ཡང་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ་སྒྲུས་དུ་སེམས་
ན། དེ་ལྟ་བུ་ནི་ཆངས་པར་སྒྲོད་པ་ལ་གནས་པར་མི་འབྱུང་རོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ཡིན་ན་ནི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་བཏང་བ་ཡིན་
ནོ། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གཏང་བའི་ཕྱིར། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་
མཐོང་བ་བཏང་བ་ཡིན་ཏེ། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་མཐོང་
བ་སྟེ། དམིགས་པར་འཐད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་མཐོང་བ་མེད་
ན། ཆོས་མཐོང་བ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །

བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ནི་དགེ་སྤྱོད་སྤུས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་མཐོང་བ་དེས་ཆོས་མཐོང་ངོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །ཆོས་མཐོང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཆངས་པར་སྟོད་པ་ལ་གནས་པ་མེད་པ་ཡིན་ལོ། །

ཡང་ན་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་བཏང་བས་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཀྱན་འབྱུང་བ་བཏང་བ་ཡིན་ཏེ། སྤྱག་བསྐྱེལ་ཀྱན་འབྱུང་བ་ནི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཡིན་པས་སོ། །སྤྱག་བསྐྱེལ་ཀྱན་འབྱུང་བ་བཏང་བས་སྤྱག་བསྐྱེལ་བཏང་བ་ཡིན་ཏེ། ཀྱན་འབྱུང་བ་མེད་ན་གང་ལས་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཀྱན་འབྱུང་བར་འགྱུར། སྤྱག་བསྐྱེལ་གཏང་བའི་ཕྱིར་དང་། ཀྱན་འབྱུང་བ་གཏང་བའི་ཕྱིར་དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་འགོག་པ་བཏང་བ་ཡིན་ཏེ། སྤྱག་བསྐྱེལ་དང་ཀྱན་འབྱུང་བ་གཉིས་མེད་ན་གང་ཞིག་སྤངས་པས་འགོག་པར་འགྱུར་བས་སོ། །སྤྱག་བསྐྱེལ་འགོག་པ་མེད་ན་གང་ཞིག་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྤྱག་བསྐྱེལ་འགོག་པར་འགྱུར་བའི་ལམ་དུ་འགྱུར། དེས་ན་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་དག་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་མེད་པའི་ཕྱིར་དགེ་སྤྱོད་གི་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བྱ་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། བདེན་པ་མཐོང་བ་ལས་དགེ་སྤྱོད་གི་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བྱ་རྣམས་ཡང་དག་པར་འཛོལ་བས་སོ། །

དགེ་སྤྱོད་གི་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བྱ་རྣམས་མེད་པས་ཆངས་པར་སྟོད་པ་ལ་གནས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་།

རྒྱ་མི་ལྷན་པ་རྟག་པའི་ཕྱིར། །

ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་རྟག་པར་འགྱུར། །

ཆོས་སམ་ཆོས་མ་ཡིན་མེད་ཅིང་། །

འདིག་རྟེན་པ་ཡི་ཐ་སྙད་མེད། །

དེ་ལྟ་ཡིན་ན་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གཏོང་བ་དེ་ལ་སྒྲིན་ཅིར་འགྱུར་ཞེ་
ན། ཆོས་མེད་པ་དང་། ཆོས་མ་ཡིན་པ་མེད་པ་དང་། འདིག་རྟེན་པའི་ཐ་སྙད་རྣམས་
མེད་པར་འགྱུར་རོ། །

ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། འདི་ཐམས་ཅད་ནི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཡིན་ན་རྟེན་
ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་དེ་མེད་ན་གང་ལས་འབྱུང་བར་འགྱུར། གཞན་ཡང་རང་གི་
རོ་བོ་དང་བཅས་པ་དང་། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། རྒྱ་མེད་པ་
ལས་བྱུང་བ་དང་རྟག་པར་འགྱུར་ཏེ། རྒྱ་མེད་པ་རྣམས་ནི་རྟག་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་
དང་། དེ་ལ་ཆངས་པར་སྒྲིད་པ་ལ་གནས་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་དུ་ཡང་འགྱུར་རོ། །

གྲུབ་པའི་མཐའ་དང་ཡང་འགལ་ཏེ། ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་
འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་ནི་མི་རྟག་པའོ་ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་དག་ནི་རང་གི་རོ་བོ་ཉིད་དང་བཅས་པའི་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྟག་པ་ཡིན་ནོ། །

མི་དགེ་བ་དང་ལུང་མ་བསྟན། །

ངེས་འབྱེན་སོགས་ལ་འང་སྒྲིན་དེ་བཞིན། །

དེ་བས་ཁྱོད་ཀྱི་འདུས་བྱས་ཀྱང་། །

འདུས་མ་བྱས་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །

དགེ་བའི་ཆོས་རྣམས་ལ་རྟག་པ་དེ་བསྟན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་མི་དགེ་བ་

རྣམས་དང་། ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་རྣམས་ལ་ཡང་ཡོད། དེ་ཉིད་ངེས་པར་འབྲིན་པ་ལ་
སོགས་པ་ལ་ཡང་ཡོད་དོ། །

དེ་བས་ན་ཁྱོད་གྱི་འདུ་བྱས་འདི་ཐམས་ཅད་འདུས་མ་བྱས་སུ་འགྱུར་རོ། ཅིའི་
བྱིར་ཞེ་ན། ལྷ་མེད་ན་སྟེ་བ་དང་གནས་པ་དང་འཇིག་པ་དག་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་
མེད་ན་འདུས་བྱས་ཀྱིས་མཆན་ཉིད་མེད་པའི་བྱིར་ཐམས་ཅད་འདུས་མ་བྱས་སུ་
འགྱུར་རོ། །

དེ་ལ་དགོ་པ་ལ་སོགས་པ་དག་གི་དངོས་པོ་དག་གི་རང་གི་ངོ་བོ་ཡོད་པའི་
བྱིར་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲིམ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་རུང་ངོ། །

གཞན་ཡང་ཁྱོད་གྱིས། གལ་ཏེ་ཆོས་ཀྱི་རང་བཞིན་མེད། །རང་བཞིན་མེད་
ཅས་བྱ་བའི་མིང་། །དེ་ཡང་དེ་བཞིན་མེད་འགྱུར་ཏེ། །གཞི་མེད་མིང་ནི་མེད་པས་སོ། །

ཞེས་སྒྲིམ་པ་གང་ཡིན་པ་འདི་ལ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ།

གང་ཞིག་རང་བཞིན་བཅས་པ་ཞེས། །

མིང་ནི་ཡོད་པར་སྒྲིམ་པ་ལ། །

དེ་ལྟར་མིང་གི་ལན་བཏབ་ཀྱིས། །

ང་ནི་མིང་ཡོད་མི་སྒྲིལོ། །

གང་ཞིག་མིང་འདི་རང་བཞིན་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་མིང་ཡོད་པར་སྒྲིམ་པ་
དེ་ལ་ཁྱོད་གྱིས་ལན་གདབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི། གལ་ཏེ་མིང་ཅན་གྱི་རང་བཞིན་དེ་མེད་
ན། དེའི་བྱིར་མིང་དེ་ཡང་རང་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། ཡོད་པ་མ་
ཡིན་པ་ལ་ནི་མིང་གི་རང་བཞིན་ཡོད་པར་མི་འགྱུར་བས་ངེད་ཅག་གྱུང་མིང་གི་རང་

བཞིན་ཡོད་པར་མི་སྤྲོད། །

དེ་བས་ན་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡང་མེད་པའི་བྱིར་མིང་གི་རང་
བཞིན་ཡང་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་བྱིར་སྟོང་པ་ཡིན་ནོ། །སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་
ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་དེ་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་མིང་ཡོད་པའི་བྱིར་རང་གི་ངོ་བོ་ཡོད་དོ་ཞེས་
སྤྲོས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་བྱུང་ངོ། །

འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་།

མེད་ལ་མིང་མེད་ཅེས་གང་འདི། །

ཅི་དེ་ཡོད་པའམ་མེད་པ་ཡིན། །

གལ་ཏེ་ཡོད་པའམ་མེད་པ་ཡིན། །

ཁྱོད་ཀྱིས་སྤྲོས་པ་གཉི་གའང་ཉམས། །

མེད་པ་ལ་མིང་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་གང་ཡིན་པ་འདི་ཅི། མིང་མེད་པ་དེ་ཡོད་པ་
ཡིན་ནམ་འོན་ཏེ་མེད་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་མིང་དེ་ཡོད་པ་ཞིག་གི་ཡིན་ནམ། གལ་ཏེ་མེད་
པ་ཞིག་གི་ཡིན་ན་དམ་བཅས་པ་གཉི་ག་ཡང་ཉམས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལ་གལ་ཏེ་རེ་
ཞིག་མིང་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མིང་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བའི་
དམ་བཅས་པ་ཉམས་པར་འགྱུར་ཏེ། ད་ནི་དེ་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ད་ནི་དེ་ཡོད་པས་
སོ། །ཅི་སྟེ་མིང་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མེད་པ་ལ་ནི་མིང་མེད་དོ། །

དེ་བས་ན་མིང་གི་རང་བཞིན་ཡོད་དོ་ཞེས་ཁྱོད་ཀྱིས་དམ་བཅས་པ་གང་ཡིན་
པ་དེ་ཉམས་པ་ཡིན་ནོ། །

འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་།

དངོས་པོ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི།

སྟོང་བ་ཉིད་ནི་སྤར་བསྟན་པས། །

དེ་བྱིར་དམ་བཅས་མེད་པར་ཡང་། །

ལྷན་ཀ་གང་ཡིན་དེ་ཆོལ་བྱེད། །

འདིར་ངེད་ཅག་གི་སྤར་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོང་བ་ཉིད་རྒྱ་ཆེར་བསྟན་
པས་དེར་མིང་ཡང་སྟོང་བ་ཉིད་ཏུ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

དེའི་བྱིར་དམ་བཅས་པ་མེད་པར་ཡང་ཁྱོད་ལྷན་ཀ་འདི་ཆོལ་བར་བྱེད་ཀྱི།
ངེད་མིང་ཡོད་དོ་ཞེས་མི་སྤྲོ། །

གཞན་ཡང་ཁྱོད་ཀྱིས། འོན་ཏེ་འདི་ལྟར་རང་བཞིན་ཡོད། །དེ་ནི་ཆོས་ལ་མེད་
ཅེ་ན། །ཆོས་རྣམས་མེད་པར་རང་བཞིན་ཏེ། །གང་གི་ཡིན་པར་དེ་བསྟན་རིགས། །

ཞེས་སྤྲོས་པ་གང་ཡིན་པ་འདི་ལ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ།

འོན་ཏེ་རང་བཞིན་ཞིག་ཡོད་ལ། །

དེ་ནི་ཆོས་ལ་མེད་དོ་ཞེས། །

དོགས་པ་བསྐྱུ་ན་སྤྲོ་བ་འདི། །

དོགས་པ་གང་ཡིན་དེ་མེད་དོ། །

ངེད་ནི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡང་འགོག་པར་མི་བྱེད་ལ། ཆོས་ལས་མ་
གཏོགས་པའི་དོན་འགའ་ཞིག་གི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་ཡང་ཁས་མི་ལེན་ནོ། །

དེ་ལྟ་ཡིན་ན་འོན་ཏེ་ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡིན་ན། རང་བཞིན་ཏེ་

ཆོས་ལས་མ་གཏོགས་པ་དོན་གཞན་གང་ཞིག་གི་ཡིན་པ་དེ་བསྟན་པའི་རིགས་སོ་
ཞེས་བྱ་བའི་ཁྱོད་ཀྱི་ལྷན་ཀ་ཐག་བསྐངས་པ་ཡིན་པས་ལྷན་ཀར་མི་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་
ནམ།

གཞན་ཡང་ཁྱོད་ཀྱིས། གང་ཕྱིར་བྱིས་ན་བྱམ་པ་དེ། མེད་ཅེས་ཡོད་པ་ཉིད་ལ་
འགོག། མཐོང་སྟེ་དེ་ཕྱིར་ཁྱོད་ཀྱི་འདི། ཡོད་པའི་རང་བཞིན་འགོག་པ་ཡིན། །
ཞེས་སྒྲུས་པ་གང་ཡིན་པ་འདི་ལ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ།

གལ་ཏེ་ཡོད་ལ་འགོག་ཡིན་ན། །
འོ་ན་སྟོང་ཉིད་རབ་འགྱུར་སྟེ། །
དངོས་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་ཉིད་ལ། །
ཁྱོད་ནི་འགོག་པར་བྱེད་པས་སོ། །

གལ་ཏེ་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ལ་འགོག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི། མེད་པ་ལ་ནི་མ་ཡིན་
ནོ། །ཁྱེད་ཀྱང་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་འགོག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་
པས་འོ་ན་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་རབ་ཏུ་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ནམ།
ཁྱོད་ཀྱི་གཏན་ཆིགས་འགོག་པར་བྱེད་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དང་། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་
ཀྱི་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་བཀག་པའི་ཕྱིར་སྟོང་པ་ཉིད་རབ་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ། །

སྟོང་ཉིད་གང་ལ་ཁྱོད་འགོག་པའི། །
སྟོང་ཉིད་དེ་ཡང་མེད་ཡིན་ན། །
འོ་ན་ཡོད་ལ་འགོག་ཡིན་ཞེས། །

སྤྲུལ་པ་དེ་ཉམས་མ་ཡིན་ནམ།

ཅི་སྟེ་ཁྱོད་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་དེ། སྟོང་པ་ཉིད་
འགོག་པར་བྱེད་ལ་སྟོང་པ་དེ་ཡང་མེད་པ་ཡིན་ན། འོ་ན་ཡོད་པ་ལ་འགོག་པར་བྱེད་ཀྱི་
མེད་པ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཁྱོད་ཀྱིས་དམ་བཅས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉམས་པ་ཡིན་
ལོ།

འདི་སྟར་གཞན་ཡང་།

དགག་བྱ་ཅི་ཡང་མེད་པས་ན།

ང་ནི་ཅི་ཡང་མི་འགོག་གོ།

དེ་ཕྱིར་འགོག་པར་བྱེད་དོ་ཞེས།

སྐྱར་པ་དེ་ནི་ཁྱོད་ཀྱིས་བཏབ།

གལ་ཏེ་ངས་ཅི་ཞིག་འགོག་པར་བྱེད་ན་ནི་དེའི་ཕྱིར་ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་སྐད་ཀྱང་སྤྲུ་
བའི་རིགས་ན་གང་གི་ཕྱིར་དགག་པར་བྱ་བ་ཅི་ཡང་མེད་པས་ང་ནི་ཅུང་ཟད་ཀྱང་
འགོག་པར་མི་བྱེད་དོ།

དེའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་ཡིན་ཏེ། དགག་པར་བྱ་བ་དང་། འགོག་
པར་བྱེད་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ལས་འགོག་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་ཁྱོད་ཀྱིས་སྐྱར་པ་ཐོག་ཏུ་
མ་བབ་པ་དེ་བཏབ་སོ།

གཞན་ཡང་ཁྱོད་ཀྱིས། ཅི་སྟེ་རང་བཞིན་དེ་མེད་ན། ཁྱོད་ཀྱི་ཆོག་དེས་ཅི་ཞིག་
དགག་མེད་པ་ཡིན་ན་ཆོག་མེད་པར། འགོག་པ་རབ་ཏུ་བྱུབ་པ་ཡིན།

ཞེས་སྒྲུས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་འདི་ལ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ།

ཆོག་མེད་པར་ཡང་མེད་པ་ཡི། །

འགོག་པ་འགྲུབ་པར་འགྱུར་ཞེས་པ། །

དེ་ལ་ཆོག་ནི་མེད་ཅེས་པར། །

གོ་བར་བྱེད་ཀྱི་སྒྲེ་སེལ་མིན། །

ཁྱོད་ཀྱི་ཆོག་དག་མེད་པར་ཡང་སྟེ། ཆོག་མ་གཏོགས་པར་ཡང་མེད་པའི་
འགོག་པ་འགྲུབ་ན། དེ་ལ་ཅིའི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡིན་ནི་ཞེས་
སྒྲུས་པའི་ཁྱོད་ཀྱི་ཆོག་དེས་ཅི་ཞིག་བྱེད་ཅེས་སྒྲུས་པ་གང་ཡིན་པ་འདི་ལ་བཤད་པར་
བྱ་སྟེ། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པའོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་འདི་ནི་དངོས་པོ་
རྣམས་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་དུ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་རང་བཞིན་མེད་པ་ལ་
དངོས་པོ་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་པའོ་ཞེས་གོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

དཔེར་ན་འགའ་ཞིག་ན་རེ། ལྷ་སྦྱིན་ཁྱིམ་ན་མེད་བཞིན་དུ་ལྷ་སྦྱིན་ཁྱིམ་ན་ཡོད་
དོ་ཞེས་ཟེར་བ་དང་། དེ་ནི་དེ་ལ་ཁ་ཅིག་ན་རེ་མེད་དོ་ཞེས་ཟེར་བ་ན། ཆོག་དེས་ལྷ་
སྦྱིན་མེད་པར་མི་བྱེད་ཀྱི་ལྷ་སྦྱིན་ཁྱིམ་ན་མི་སྤིང་པར་སྟོན་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་ཟད་དོ། །

དེ་བཞིན་དུ་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་དེ་ཡང་
དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་དུ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་དངོས་པོ་
ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པ་སྒྲུ་མའི་སྒྲེས་བྱ་དང་འབྲུག་བར་སྒྲེས་བྱ་ཡང་དག་པའི་ངོ་
པོ་དང་བྲལ་བ་རྣམས་ལ་སྒྲོངས་པའི་བྱིར། བྱིས་པ་སྒྲེ་བོ་མ་རིག་པས་སྒྲོངས་པ་
རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་བཅས་པ་ཉིད་དུ་སྒྲོ་བཏགས་པ་རྣམས་ལ་རང་བཞིན་ཡོད་པ་

མ་ཡིན་པར་གོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་དེ་ལ་རང་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན་ཆིག་མེད་
པར་ཡང་སྟེ་ཆིག་མ་གཏོགས་པར་ཡང་རང་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་
ཡིན་ནོ། །རང་བཞིན་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆིག་དེས་ཅི་ཞིག་བྱེད་ཅེས་ཁྱོད་ཀྱིས་སྒྲུས་
པ་གང་ཡིན་པ་དེ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་། གྱིས་པ་རྣམས་ནི་སྒྲིག་རྒྱུ་ལ། །རི་ལྷར་ལོག་པ་རྒྱུར་འཛིན་
ལྷར། །དེ་བཞིན་ཁྱོད་ཀྱིས་ལོག་པར་འཛིན། །ཡོད་པ་ཡིན་ལ་དགག་པར་བྱ། །

ཞེས་བཤད་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་ཁྱོད་ཀྱི་ཆིགས་སུ་བཅད་པ་བཞི་སྒྲུས་པ་
གང་ཡིན་པ་འདི་ལ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ།

སྒྲིག་རྒྱུའི་དཔེ་དེ་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་། །

འགྲོ་བ་ཆེན་པོས་སྒྲུས་པ་གང་། །

དེར་ཡང་ཅི་ནས་དཔེ་དེ་འཐད། །

གཏན་ལ་དབབ་ལ་མཉན་པར་གྱིས། །

ཁྱོད་ཀྱིས་སྒྲིག་རྒྱུའི་དཔེ་དེ་ལ་འགྲོ་བ་ཆེན་པོ་སྒྲུས་པ་གང་ཡིན་པ་དེར་ཡང་
དཔེ་དེ་ཅི་ནས་ཀྱང་འཐད་པ་གཏན་ལ་དབབ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉོན་ཅིག

གལ་ཏེ་འཛིན་དེ་རང་བཞིན་ཡོད། །

བརྟེན་ནས་འབྱུང་བར་མི་འབྱུང་རོ། །

འཛིན་པ་གང་ཞིག་བརྟེན་ནས་འབྱུང་། །

དེ་ཉིད་སྟོང་ཉིད་མ་ཡིན་ནམ། །

གལ་ཏེ་སྤྲིག་རྒྱ་ལ་རྩལ་ལྷན་ཏུ་འཛིན་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་
ན། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ་ཡིན་པར་མི་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། གང་གི་ཕྱིར་སྤྲིག་རྒྱ་
ལ་ཡང་བརྟེན། ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་ལྟ་བ་དང་། རྩལ་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་
མ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་དེའི་ཕྱིར་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ་ཡིན་ནོ། །

གང་གི་ཕྱིར་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་རང་བཞིན་གྱིས་
སྟོང་བ་ཡིན་ཏེ། སྤར་རི་སྐད་བརྟན་པ་དེ་དང་འབྲལོ། །

འདི་ལྟར་གཞན་ཡང་།

གལ་ཏེ་འཛིན་པ་རང་བཞིན་ཡོད། །

འཛིན་པ་དེ་ལ་སྤྲིག་བརྟོག། །

ལྷག་མ་རྣམས་ལ་ཡང་རྩལ་དེ་ཡིན། །

དེ་ཕྱིར་ལྷན་ཀ་དེ་མེད་དོ། །

གལ་ཏེ་སྤྲིག་རྒྱ་ལ་རྩལ་འཛིན་པ་འདི་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན།
དེ་ལ་སྤྲིག་ཀྱང་བརྟོག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། རི་ལྟར་མེའི་ཆ་བཞིན་དང་། རྩལ་གཤེར་བ་
ཞིན་དང་། ལྷན་མཁའའི་མི་བསྐྱེད་པ་ཞིན་བཞིན་ཏུ་རང་བཞིན་ནི་བརྟོག་པར་མི་བྱས་པ་
ཡིན་ན་དེ་ནི་བརྟོག་པར་ཡང་མཐོང་ངོ། །

དེའི་ཕྱིར་འཛིན་པ་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་རི་ལྟ་བ་བཞིན་ན་
གཟུང་བ་ལ་སོགས་པ་ཆོས་ལྷག་མ་ལྟ་པོ་རྣམས་ལ་ཡང་རྩལ་དེ་ལྟ་བུར་རྟོགས་པར་
བྱ་བ་ཡིན་པས་དེ་ལ་བྱུག་ཆེན་བྱུག་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དངོས་སོ་ཐམས་ཅད་སྟོང་བ་མ་
ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲུབ་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་བྱུང་ངོ། །

གཞན་ཡང་། རྩོད་ལ་གཏན་ཆིགས་མ་བྱལ་སྟེ། །རང་བཞིན་མེད་ཕྱིར་རྩོད་
གཏན་ཆིགས། །གང་ལ་ཡོད་དོ་རྩོད་དོན་དེ། །གཏན་ཆིགས་མེད་པར་འབྲུག་མི་
འཐད། །

ཅེས་བྱ་བ་འདིར་བཤད་པར་བྱ་སྟེ།

འདི་ལ་སྔ་མས་གཏན་ཆིགས་མེད། །

ལན་བཏབ་བསྐྱབ་བྱར་མཚུངས་ཕྱིར་རོ། །

སྔ་མ་སྟེག་རྒྱའི་དཔེས་བརྒྱུག་པ། །

བསྐྱབ་ཆེ་སྤྲས་པ་གང་ཡིན་པའོ། །

ད་ལྟར་གྱི་འགྲོ་བ་འདི་དག་དང་སྔར་བསྟན་པས་གཏན་ཆིགས་མེད་པའི་ཡང་
ལན་བཏབ་པར་དེགས་པར་བྱ་སྟེ། སྔར་གཏན་ཆིགས་བསྟན་པ་བྱུག་ཆོན་འགག་པར་
བྱེད་པའི་འགྲོ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་འདིར་ཡང་འགྲོ་བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་། འདི་ལྟར་རང་བཞིན་ཡོད་མིན་ན། །གལ་ཏེ་འགྲོག་སྔ་དགག་གྱི་
ཞེས། །ཟེར་ན་འཐད་པ་མ་ཡིན་ལ། །བྱི་དང་ཅིག་ཅར་མི་འཐད་དོ། །

ཞེས་སྤྲས་པ་གང་ཡིན་པ་འདི་ལ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ།

དུས་གསུམ་གཏན་ཆིགས་གང་ཡོད་སྔར། །

ལན་བཏབ་དེ་དང་མཚུངས་ཕྱིར་རོ། །

དུས་གསུམ་ཁྱེད་གྱི་གཏན་ཆིགས་ནི། །

སྟོང་ཉིད་སྤྲ་བ་ནམས་ལ་རུང་། །

གཏན་ཆིགས་དུས་གསུམ་འགོག་པར་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་
ལན་བཏབ་ཟིན་ཏོ། །གང་གི་ཕྱིར་ཞེན་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

འདི་ལྟར་ཁྱོད་ཀྱི་ཆིག་གིས་འགོག་པ་དུས་གསུམ་དུ་ཡང་མི་འཐད་པར་
འགྱུར་བའི་འགོག་པ་བཞིན་དུ་དགག་པར་བྱ་བ་ཡང་དེ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་འགོག་པ་
དང་དགག་པར་བྱ་བ་མེད་ན་འགོག་པ་བཀག་གོ་སྟུང་དུ་བྱེད་སེམས་པ་གང་ཡིན་པ་
དེ་མི་རུང་ངོ། །

འགོག་པ་དུས་གསུམ་ལ་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཆིགས་དུས་གསུམ་འགོག་པར་
བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ནི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་འགོག་པར་བྱེད་པ་
ཞེས་བྱ་བ་གང་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྟོང་པ་ཉིད་སྟུང་བ་ནམས་ལ་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་གྱི། ཁྱོད་
ལ་ནི་མེད་དོ། །

ཡང་ན་འདི་ངི་ལྟར་ལན་བཏབ་པ་ཡིན་ཞེ་ན། དགག་བྱ་ཅི་ཡང་མེད་པས་
ན། །ང་ནི་ཅི་ཡང་མི་འགོག་གོ། །དེ་ཕྱིར་འགོག་པར་བྱེད་དོ་ཞེས། །སྐྱར་བ་དེ་ནི་ཁྱོད་
ཀྱིས་བཏབ། །ཅེས་ལན་བཏབ་པ་ཡིན་ནོ། །

འོན་ཏེ་དུས་གསུམ་ཅར་དུ་ཡང་འགོག་པ་བྱུབ་པ་ཡིན་པས་ཏེ། སྡོན་གྱི་དུས་
ཀྱི་རྒྱ་དང་། ཕྱི་མའི་དུས་ཀྱི་རྒྱ་དང་། ཅིག་ཅར་གྱི་དུས་ཀྱི་རྒྱ་ཡང་མཐོང་བས་སོ། །དེ་
ལ་སྡོན་གྱི་དུས་ཀྱི་རྒྱ་ནི་ངེ་ལྟ་བུའི་པ་བཞིན་ནོ། །ཕྱི་མའི་དུས་ཀྱི་ནི་ངེ་ལྟར་སྟོབ་
དཔོན་གྱིས་སྟོབ་མ་བཞིན་ནོ། །ཅིག་ཅར་གྱི་དུས་ཀྱི་ནི་ངེ་ལྟར་སྒྲང་བའི་སྟོན་མ་
བཞིན་ནོ་སྟུང་དུ་སེམས་ན་དེ་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པར་ཚུལ་འདི་ལ་སྟོན་སྒྲར་བསྟན་ཟིན་
ཏོ། །

གཞན་ཡང་གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་ཡིན་ན་དགག་པ་སྲིད་པར་ཁྱོད་གྱིས་ཁས་སྦངས་ལ།
དེ་ནི་མ་གྲུབ་པས་ཁྱོད་གྱིས་དམ་བཅས་པ་ཡང་ཉམས་པ་ཡིན་ནོ།
རྒྱ་འདིས་རང་བཞིན་འགོག་པ་ཡང་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ།

གང་ལ་སྟོང་བ་ཉིད་སྲིད་པ།
དེ་ལ་དོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་སྲིད།
གང་ལ་སྟོང་ཉིད་མི་སྲིད་པ།
དེ་ལ་ཅི་ཡང་མི་སྲིད་དོ།

གང་ལ་སྟོང་ཉིད་འདི་སྲིད་པ་དེ་ལ་འཇིག་རྟེན་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་
པའི་དོན་ཐམས་ཅད་སྲིད་པ་ཡིན་ནོ།

ཅིའི་སྲིར་ཞེ་ན། གང་ལ་སྲིད་པ་དེ་ལ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་དང་།
འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་དང་། དགེ་སྲོང་གི་འབྲས་བྱ་དང་། བྱད་པར་བྱ་རྟོགས་པ་
ཐམས་ཅད་སྲིད་དོ།

གང་ལ་བྱད་པར་བྱ་རྟོགས་པ་ཐམས་ཅད་སྲིད་པ་དེ་ལ་དགོན་མཆོག་གསུམ་
པོ། །སངས་རྒྱས་དང་། ཆོས་དང་། དགེ་འདུན་སྲིད་དོ།

གང་ལ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་སྲིད་པ་དེ་ལ་ཆོས་དང་། ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་
དང་། ཆོས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་དང་། ཆོས་མ་ཡིན་པ་དང་། ཆོས་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་དང་། ཆོས་
མ་ཡིན་པའི་འབྲས་བྱ་སྲིད་དོ།

གང་ལ་ཆོས་དང་། ཆོས་མ་ཡིན་པ་དང་། རྒྱ་དང་འབྲས་བྱ་སྲིད་པ་དེ་ལ་ཉོན་
མོངས་པ་དང་ཉོན་མོངས་པ་ཀྱན་འབྱུང་བ་དང་། ཉོན་མོངས་པའི་གཞི་རྣམས་སྲིད་

དོ། །

གང་ལ་སྒྲར་བསྟན་པ་དེ་ཐམས་ཅད་སྲིད་པ་དེ་ལ་བདེ་འགོ་དང་། ངན་འགོ་
ནམས་པར་གཞག་པ་དང་། བདེ་འགོ་དང་། ངན་འགོར་འགོ་བ་དང་། བདེ་འགོ་དང་།
ངན་འགོར་འགོ་བའི་སེམས་ཅན་དང་། བདེ་འགོ་དང་། ངན་འགོ་ལས་འདའ་བ་དང་།
བདེ་འགོ་དང་། ངན་འགོ་ལས་འགོ་བའི་ཐབས་དང་། འཛིག་རྟེན་པའི་ཐ་སྙད་ཐམས་
ཅད་ནམ་པར་གཞག་པ་ཡིན་ཏེ་ཆོག་གིས་ངེ་སྟེད་ཅིག་བསྟན་པར་རྒྱས་པས་ཕྱོགས་
འདིས་རང་གིས་རྟོགས་པར་བྱའོ། །

འདིར་ཡང་།

གང་ཞིག་སྟོང་དང་རྟེན་འབྱུང་དག །

དབྱ་མའི་ལམ་དུ་དོན་གཅིག་པར། །

གསུང་མཆོག་མཚུངས་པ་མེད་པ་ཡིས། །

སངས་རྒྱས་དེ་ལ་བྱག་འཆའ་ལོ། །

ཚོད་པ་བསྒྲོག་པའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པའི་འགྲེལ་པ་ས་དང་པོ་རབ་ཏུ་དགའ་བ་ལ་
བཞུགས་པ་སྟོབ་དཔོན་འཕགས་པ་རྣམས་མཇེད་པ་རྫོགས་ལོ། །

ཡོད་དམ་མེད་པའི་ཚོད་པ་སྤྲོ་བ་སྟན་བསལ་ཏེ། །

བསྟན་ཐབ་གཉིས་མེད་དེ་བཞིན་ཉིད་ཆོས་སྤང་གྱུར་ནས། །

སྲིད་པའི་མངལ་དུ་སྦྱེས་པའི་འཛིག་རྟེན་མ་ལུས་པ། །

ལྷ་དང་མི་དང་ལྷ་མིན་ཐམས་ཅད་དགེ་བར་ཤོག། །

དངོས་འཛིན་གདོན་གྱིས་བརྒྱལ་ས་པ་ཡི།

རིམ་ས་ནད་ཏྲག་ཏུ་སྒྲོག་བྱེད་ཅིང་།

འཛིག་རྟེན་འདི་ཡི་ཐུན་སེལ་བ།

དེ་མེད་མི་གཡོ་རིགས་འདི་ཡིན།

ཁྱུ་ཁར་གྱི་མཁན་སོ་སྒྲོ་ན་གཞུང་དང་། ཡོ་རྒྱ་བ་དཔལ་བཅེགས་རྒྱུ་ཏས་
བསྐྱར་ཏེ་གཏན་ལ་པབ་བ། ། །

པར་བྱང་སྟོན་ཆིག

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

དཔར་དུ་བསྐྱུན་བའི་ནམ་དཀར་བྱང་པོའི་མཐུས།
ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་སྟོ་མོ་སྟོང་ཐུག་བརྒྱ།
གདངས་ཏེ་རྒྱད་ལྗེའི་འགྲོ་བ་མ་ལུས་བ།
རེས་ལེགས་ལོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།

ཅེས་འཛམ་གླིང་ཡངས་བའི་ཁྲོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་ནམ་འདེན་
ལྷ་ལྷ་སེདྲེའི་རིང་ལུགས་སྟོ་ཀྱན་ནས་རྒྱས་བ་སོགས་འབྲལ་ཡུན་ལེགས་ཆོགས་དུ་
མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། ཉན་བསྐྱུན་བྱུང་མཐའ་རེས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དཔར་དུ་
བསྐྱུན་དང་བསྐྱུན་འགྱུར་གང་ལའང་སྤྱར་ཆོག་བའི་དགེ་བསྟོའི་སྟོན་ཆིག་ཏུ་ལྷ་ལྷའི་
དགེ་སྟོང་ཆོས་སྤྲེལ་བ་དག་དབང་སྟོ་བཟང་བསྐྱུན་འདིན་རྒྱ་མཚོས་སྤྱར་བཤོ།