

ལུམ་ལུ་པའི་ཚོག་ལེའུར་བྱས་པའི་རྒྱུ་ཀ་སེམས་དོན་གསལ་བ།



སྐྱོ་བྱག་དགའ་དབང་།

༡༡། །སྤུམ་རྩ་པའི་ཚིག་ལེན་བྱས་པའི་  
ཉེ་ཀ་སེམས་དོན་གསལ་བ། །

སློབ་པ་དགའ་དབང་གིས་བརྩམས།



# དཀར་ཆག།

སྐུམ་རྩུ་བའི་འགྲེལ་བ་སེམས་གསལ།

སྐུམ་རྩུ་བའི་ཚིག་ལེའུར་བྱས་པ།

སྐུམ་རྩུ་བའི་ཚིག་ལེའུར་བྱས་པའི་སྒྲིག་སེམས་དོན་གསལ་བ།

# སྐྱམ་ཅུ་པའི་འགྲེལ་བ་སེམས་གསལ།

མཁུན་རབ་དང་མཛད་པ་རྒྱ་ཆེ་བས་སངས་རྒྱས་གཉིས་པར་གྲགས་པ། སློབ་  
དཔོན་ཆེན་པོ་དབྱིག་གཉེན་ཞབས་ཀྱིས་མཛད་པ། སྐྱམ་ཅུ་པའི་རབ་ཏུ་བྱེད་  
པ་ནི། ཆོས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་རིག་པ་ཙམ་དུ་སྦྱོར་བ། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སེམས་  
ཙམ་པའི་རྩ་བའི་གཞུང་ལུགས་ཡིན་པ། རྒྱ་གར་དང་། རྒྱ་ནག་དང་། བོད་  
ཡུལ་བཅས་པར་ཡོངས་སུ་གྲགས་ཤིང་གྲུབ་པ་རེད།

ཀུན་གཤིས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། ཉོན་མོངས་པའི་ཡིད་ཀྱི་ཟབ་གནད་ལ་སྐྱབ་  
ན་སྐྱམ་ཅུ་པ་ཁྱེད་སྐྱེ་མ་བྱས་པ་བོད་པའི་མདོ་སྐྱབས་ཀྱི་གཞུང་བཤད་ཅིག་  
ནི་ཆེས་དཀོན་པ་ཡིན། བདག་གྲུང་སྦྱེ་བ་འདི་ལ་སེམས་ཡིད་རྣམ་ཤེས་དང་།  
ཀུན་བརྟགས་གཞན་དབང་ཡོངས་སྐྱབ་ཀྱི་དོན་དག་ཤན་བྱ་འཆད་ཉན་བྱེད་དུ་  
ཡོད་པའང་མཐར་གཏུགས་ན་གཞུང་འདི་ཉིད་ཁོ་ནའི་བཀའ་རིན་ཡིན་ཕྱིར།  
མཛད་པ་པོ་སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་དང་། བཙམས་པའི་གཞུང་སྐྱམ་ཅུ་པའི་  
རབ་བྱེད་ཀྱི་བཀའ་རིན་ནི་གསོལ་དགོས་ངེས་སུ་ཡོད་མོད་དེ། དམན་པ་བདག་  
ལ་བཀའ་རིན་གསོལ་བྱེད་ཀྱི་ཆེད་ལས་གཞན་པ་ཅི་ཡང་མ་མཆིས་ཤིང་། ཆགས་  
ཞེན་བྲལ་བའི་འཕགས་པ་རྣམས་ནི། དབུ་མ་རྒྱན་འགྲེལ་ལས།

གསེར་དང་པོང་བ་མཉམ་པའི་འཕགས་མཚོག་ལ། །  
སྒྲིང་བཞིའི་སུན་ཚོགས་བསྟུན་ཀྱང་ཅི་བཟུ་སྟེ། །  
དེ་ཡི་སྤྱུགས་ལ་བརྒྱག་པའི་ཚོས་བཟུང་ན། །  
དགོངས་བ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་ཞེས་གྲགས། །

ཞེས་བ་བཞིན་ལགས་པས་བཀའ་དྲིན་གསོབ་ཆེད་དུ་འགྲེལ་བ་སེམས་གསལ་  
འབྲི་ཁུལ་གྱི་སེམས་ཤུགས་བསྐྱེད་པ་ཡིན།

འབྲི་བ་ན་ཡང་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པའི་ཤེས་རབ་ཆེས་དམན་ཐོག་། ལྷུ་མཐའི་  
ཅ་གཞུང་ཞིག་ལ་རང་སྣང་གང་ཤར་གྱི་གཟུ་ལུམས་རས་ཚོད་བྱེད་པའི་སྒྲོབས་  
བ་ནི་ཅ་བྲལ་དུ་སོང་གཤིས། སྒྲོབ་དཔོན་སྒོ་བརྟན་གྱི་སུམ་ཅུ་པའི་འགྲེལ་བ་  
དང་། སྒྲོབ་དཔོན་དུལ་བའི་སྣའི་སུམ་ཅུ་པའི་འགྲེལ་བ་ཤད་ཁུངས་སུ་བྱས་  
ཤིང་། སྒོ་བརྟན་གྱིས་ཀྱང་སེམས་བྱུང་གི་བཤའ་བ་ནི། དབྱིག་གཉེན་གྱི་སྤང་  
པོ་ལྗེའི་རབ་བྱེད་རང་བཞོན་གདའ་ལ། སྒྲོབ་དཔོན་རྣམས་གྲགས་པའི་སྤང་པོ་  
ལྗེའི་རབ་བྱེད་གྱི་བརྗོད་བྱ་པལ་མོ་ཆེ་ཡང་གཅིག་པར་ཡོད་པས། རྒྱ་གཞུང་  
འདི་དག་གི་ཚིག་སྣ་བསྟུས་ཉེ་ལེགས་པར་སྦྱར་བ་ཡིན་ནོ། །

# སུམ་ཅུ་པའི་ཚིག་ལེའུར་བྲས་པ།

མྱ་གར་སྐད་དུ། ཅིང་ཕི་ཀ་ཀྲ་རི་ཀྲ། བོད་སྐད་དུ། སུམ་ཅུ་པའི་ཚིག་ལེའུར་  
བྲས་པ། འཇམ་དཔལ་གཞོན་ཅུར་གྱུར་བ་ལ་སྤྲུལ་འཚལ་ལོ། །

བདག་དང་ཚོས་སུ་ཉེར་འདོགས་པ། །

སྣ་ཚོགས་དག་ནི་གང་བྱུང་བ། །

དེ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གྱུར། །

གྱུར་བ་དེ་ཡང་རྣམ་གསུམ་སྟེ། །

རྣམ་པར་སྲིན་དང་ངར་སེམས་དང་། །

ཡུལ་ལ་རྣམ་པར་རིག་པའོ། །

དེ་ལ་ཀུན་གཞི་རྣམ་ཤེས་ནི། །

རྣམ་སྲིན་ས་བོན་ཐམས་ཅད་པ། །

དེ་ནི་ལེན་པ་དག་དང་གནས། །

རྣམ་པར་རིག་པ་མི་རིག་པ། །

ཉག་ཏུ་རིག་དང་ཡིད་བྱེད་དང་། །

ཚོར་དང་འདུ་ཤེས་སེམས་པར་ལྟོན། །  
དེ་ལ་ཚོར་བ་བཏང་སྟོམས་ཏེ། །  
དེ་ནི་མ་བསྐྱབས་ལུང་མ་བསྟན། །  
རེག་ལ་སོགས་པའང་དེ་བཞིན་ནོ། །  
དེ་ནི་རྒྱན་འབབ་ཚུ་བོ་བཞིན། །  
དག་བཅོམ་ཉིད་ན་དེ་སྟོག་གོ། །  
དེ་ལ་གནས་ཏེ་རབ་འབྱུང་ཞིང་། །  
དེ་ལ་དམིགས་པ་ཡིད་ཅེས་བྲ། །  
རྣམ་ཤེས་ངར་སེམས་བདག་ཉིད་ཅན། །  
བསྐྱབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའོ། །  
ཉོན་མོངས་བཞི་དང་རྟག་ཏུ་འགྲོགས། །  
བདག་ཏུ་ལྟ་དང་བདག་ཏུ་ཚོངས། །  
བདག་རྒྱལ་བདག་ཆགས་འདུ་ཤེས་པ། །  
གང་དུ་སྐྱེས་པ་དེའི་འོ་གཞན། །  
རེག་སོགས་ཀྱང་དེ་དག་བཅོམ་མེད། །  
འགོག་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་ལ་མེད། །  
འཇིག་རྟེན་འདས་པའི་ལམ་ནའང་མེད། །

འདི་ནི་གྲུང་བ་གཉིས་བཤོ། །  
གསུམ་བ་ཡུལ་རྣམ་བྱ་ག་པོ་ལ། །  
དམིགས་བ་གང་ཡིན་དེ་དག་སྟེ། །  
དག་དང་མི་དག་གཉི་ག་མིན། །  
ཀུན་ཏུ་འགོ་དང་བྱེ་བྲག་ངེས། །  
སེམས་ལས་བྱུང་བ་དག་བ་དང་། །  
དེ་བཞིན་ཉོན་མོངས་ཉེ་ཉོན་མོངས། །  
ཚོར་བ་གསུམ་དང་དེ་མཚུངས་ལྡན། །  
དང་པོའི་རེག་ལ་སོགས་བ་དང་། །  
འདུན་མོས་བྲན་དང་བཅས་བ་དང་། །  
ཉིང་དེ་འཛིན་སྟོ་བྱེ་བྲག་ངེས། །  
དད་དང་ངོ་ཚ་ཁྲིལ་ཡོད་དང་། །  
མ་ཆགས་ལ་སོགས་གསུམ་བཙོན་འགྲུས། །  
ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་དང་བག་ཡོད་བཅས། །  
རྣམ་མི་འཚེ་དག་ཉོན་མོངས་ནི། །  
འདོད་ཆགས་ཁོང་ཁྲོ་གཉི་ལྷག་དང་། །  
ང་རྒྱལ་ལྟ་བ་ཐེ་ཚོམ་མོ། །



ཁོ་དང་ཁོལ་དུ་འཛིན་པ་དང་། །  
འཆབ་དང་འཚོག་དང་ཕྲག་དོག་དང་། །  
སེར་སྣ་དང་ནི་སྦྱར་བཅས་དང་། །  
གཡོ་རྒྱགས་རྣམ་འཚོ་ངོ་ཚ་མེད། །  
ཁྲིལ་མེད་རླུགས་དང་ཚོད་པ་དང་། །  
མ་དད་པ་དང་ལེ་ལོ་དང་། །  
བག་མེད་པ་དང་བརྗེད་ངས་དང་། །  
རྣམ་གཡེང་ཤེས་བཞིན་མ་ཡིན་དང་། །  
འགྲོད་དང་གཉིད་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཉ། །  
ཉོག་པ་དང་ནི་དཔྱོད་པ་དང་། །  
ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་གཉིས་རྣམ་གཉིས། །  
ལྷ་རྣམས་ཅ་བའི་རྣམ་ཤེས་ལས། །  
ངི་ལྟའི་རྒྱུན་ལས་འབྱུང་བ་ནི། །  
རྣམ་ཤེས་ལྟན་ཅིག་གམ་མ་ཡིན། །  
ཚུ་ལ་རྒྱབས་རྣམས་ངི་བཞིན་ནོ། །  
ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་འབྱུང་བ་ནི། །  
ཉོག་ཉེ་འདུ་ཤེས་མེད་པ་དང་། །

སྟོམས་པར་འཇུག་པ་རྣམ་གཉིས་དང་། །  
སེམས་མེད་གཉིད་དང་བརྒྱལ་མ་གཏོགས། །  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་གྱུར་པ་འདི། །  
རྣམ་ཏོག་ཡིན་ཏེ་དེ་ཡིས་གང་། །  
རྣམ་བརྟགས་དེ་མེད་དེས་ན་འདི། །  
ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་རིག་པ་ཅམ། །  
རྣམ་ཤེས་ས་བོན་ཐམས་ཅད་པ། །  
པན་ཚུན་དག་གི་དབང་གིས་ནི། །  
དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་འགྱུར་བར་འགོ། །  
དེས་ན་རྣམ་ཏོག་དེ་དེ་སྟེ། །  
ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་འཛིན་གཉིས་ཀྱི། །  
བག་ཆགས་བཅས་པས་སྲ་མ་ཡི། །  
རྣམ་པར་སྟོན་པ་ཟད་ནས་གཞན། །  
རྣམ་སྟོན་སྟེད་པ་དེ་ཡིན་ལོ། །  
  
རྣམ་པར་ཏོག་པ་གང་གང་གིས། །  
དངོས་པོ་གང་གང་རྣམ་བརྟགས་པ། །

དེ་ཉིད་ཀུན་ཏུ་བརྟགས་པ་ཡི། །  
ངོ་བོ་ཉིད་དེ་དེ་མེད་དོ། །  
གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་ཉིད། །  
རྣམ་ཉོག་ཡིན་ཏེ་རྒྱུན་ལས་བྱུང་། །  
བྱུང་ནི་དེ་ལ་སྲ་མ་པོ། །  
རྟག་ཏུ་མེད་པར་བྱུང་བ་གང་། །  
དེ་ཕྱིར་དེ་ཉིད་གཞན་དབང་ལས། །  
གཞན་མིན་གཞན་མ་ཡིན་པའང་མིན། །  
མི་རྟག་ལ་སོགས་བཞིན་དུ་བརྗོད། །  
དེ་མ་མཐོང་བར་དེ་མི་མཐོང་། །  
ངོ་བོ་ཉིད་ནི་རྣམ་གསུམ་གྱི། །  
ངོ་བོ་ཉིད་མེད་རྣམ་གསུམ་ལ། །  
དགོངས་ནས་ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ནི། །  
ངོ་བོ་ཉིད་མེད་བསྟན་པ་ཡིན། །  
དང་པོ་བའི་མཚན་ཉིད་གྱིས། །  
ངོ་བོ་ཉིད་མེད་གཞན་པ་ཡང་། །  
དེ་ནི་རང་ཉིད་མི་འབྱུང་བས། །

ངོ་བོ་ཉིད་མེད་གཞན་ཡིན་ནོ། །  
ཚོས་གྱི་དོན་གྱི་དམ་བཤང་དེ། །  
འདི་ལྟར་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱང་དེ། །  
དུས་རྣམས་ཀུན་ན་དེ་བཞིན་ཉིད། །  
དེ་ཉིད་རྣམ་པར་རིག་པ་ཚམ། །

དེ་སྲིད་རྣམ་རིག་ཚམ་ཉིད་ལ། །  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་མི་གནས་པ། །  
དེ་སྲིད་འཇོན་པ་རྣམ་གཉིས་གྱི། །  
བག་ལ་ཉལ་བ་མི་སྡོག་གོ། །  
འདི་དག་རྣམ་རིག་ཚམ་ཉིད་ཅེས། །  
དེ་སྣམ་དུ་ནི་དམིགས་ནས་སྲ། །  
ཅི་ཡང་རུང་སྟེ་མདུན་འཇོག་ན། །  
དེ་ནི་ཚམ་ལ་མི་གནས་སོ། །  
རྣམ་ཞིག་ཤེས་པས་དམིགས་པ་རྣམས། །  
མི་དམིགས་དེ་ཡི་ཚོ་ན་ནི། །  
རྣམ་པར་རིག་པ་ཚམ་ལ་གནས། །

གཟུང་བ་མེད་པས་དེ་འཛིན་མེད། །  
དེ་ནི་སེམས་མེད་མི་དམིགས་པ། །  
འཛིག་རྟེན་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ། །  
གནས་ཀྱང་གཞན་དུ་གྱུར་བ་སྟེ། །  
གནས་ངན་ལེན་གཉིས་སྤངས་པས་སོ། །  
དེ་ཉིད་ཟག་པ་མེད་དང་དབྱིངས། །  
བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་དགོ་དང་བཟླ། །  
དེ་ནི་བདེ་བ་རྣམ་གྲོལ་སྟེ། །  
སྤུང་བ་ཆེན་པོའི་ཚོས་ཞེས་བྲ། །

སུམ་ཅུ་པའི་ཚིག་ལེའུར་བྱས་པ་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་མཛད་  
པ་རྫོགས་སོ། །

ཏུ་གར་གྱི་མཁན་པོ་རྩོ་ན་མི་ཉ་དང་། ལྷོ་ལེ་རྩ་པོ་རྩི་དང་། ལུ་ཆེན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་  
བན་དེ་ཡེ་ཤེས་སྤེས་བསྐྱུར་ཅིང་ལུས་ཉེ་གཏན་ལ་པབ་པའོ། །

སུམ་ཅུ་པའི་ཚིག་ལའུར་བྱས་པའི་རྒྱལ་སེམས་དོན་གསལ་བ་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་མཆོ་བྱི་ཡ།

རྒྱལ་བའི་བཀའ་རྒྱལ་ས་མ་ལུས་ཁོང་དུ་ཚུད། །

ཤེས་རབ་མཚོན་གྱིས་གཟུང་འཛིན་བྱ་བ་བཅད། །

སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་ལྟ་བུའི་མཛད་པ་ཅན། །

སྟོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉིན་ཞབས་ལ་གྲུས་པས་འདུད། །

གང་ཐུགས་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་ལོང་བུ་དངོས། །

སེམས་ཡིད་རྣམ་ཤེས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་དོན། །

མ་འདྲེས་གསལ་རྫོགས་མངའ་བ་སུམ་ཅུ་པའི། །

རྒྱལ་སེམས་དོན་གསལ་བ་བཞུགས་པར་བྱ། །

དེ་ཡང་མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་བཞུགས་ལས།

སྟོ་ལྡན་རྣམས་མཚོག་འཛིག་ཉེན་གྱིས། །

སངས་རྒྱས་གཉེས་པ་ལྟར་བརྗོད་གང་། །

འགྲོ་བའི་ཡང་དག་གཉེན་གྱུར་བ། །

དབྱིག་གཉེན་ཞེས་བྱ་དེས་མཛད་དོ། །

ཞེས་མཐུན་རབ་དང་མཛད་པ་རྒྱ་ཆེ་བས་འཕགས་ཡུལ་གྱི་སློབ་ལྡན་རྣམས་ལ་  
སངས་རྒྱས་གཉེས་པར་གྲགས་པ་རྒྱ་ཆེན་སྲོད་པའི་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་དབྱིག་  
གཉེན་གྱིས། གང་ཟག་དང་ཚོས་ལ་བདག་མེད་པ་མ་རྟོགས་པ་དང་ལོག་པར་  
རྟོགས་པ་རྣམས་ལ་གང་ཟག་དང་ཚོས་ལ་བདག་མེད་པ་མ་ལོག་པར་བསྟན་  
པའི་བྱིར། སྲུམ་ཅུ་པའི་ཚིག་ལེའུར་བྱས་པ་ཞེས་བྱ་བ། འཕགས་བོད་ཀུན་ན་  
ཉི་ཟླ་ལྟར་གསལ་བ། ཚོས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་རིག་པ་ཅམ་དུ་སྟོན་པའི་གཞུང་  
འདི་བརྟམས་སོ། །

དེ་ལ་གང་ཟག་དང་ཚོས་ལ་བདག་མེད་པར་བསྟན་པའང་ཉོན་མོངས་པ་དང་  
ཤེས་བྱའི་སློབ་པ་སྤངས་པའི་བྱིར་ཉ། འདི་ལྟར་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་  
ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ནི་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་ལས་བྱུང་དོ། །གང་ཟག་ལ་བདག་  
མེད་པར་ཁོང་དུ་ཚུད་པ་ནི་འཛིག་ཚོགས་ལ་ལྟ་བའི་གཉེན་པོ་ཡིན་པས་ན་དེ་  
སྤངས་ན་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་སྤང་བར་འགྱུར་དོ། །ཚོས་ལ་བདག་མེད་  
པར་ཤེས་པ་ཡང་ཤེས་བྱའི་སློབ་པའི་གཉེན་པོ་ཡིན་པས་ཤེས་བྱའི་སློབ་པ་

སྣོང་བར་འགྱུར་རོ། །ཉོན་མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་སྐྱིབ་པ་སྤང་བ་ཡང་ཐར་པ་  
དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ནི་  
ཐར་པ་འཕྲོལ་བ་ལ་བསྐྱིབས་པས་དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་སྤངས་ན་ཐར་པ་འཕྲོལ་པར་  
འགྱུར་རོ། །ཤེས་བྱའི་སྐྱིབ་པ་ནི་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡེ་ཤེས་འཇུག་པའི་  
བར་དུ་གཙོ་བོ་དང་ལྡན་པ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་མི་ཤེས་པ་གཟུང་  
བ་དང་འཛིན་པ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་བག་ཆགས་ཉེ། དེ་སྤངས་ན་ཤེས་བྱའི་  
རྣམས་པ་མི་རྟག་པ་དང་། སྐྱུག་བསྐྱེད་པ་དང་། སྣོང་པ་དང་། བདག་མེད་པ་  
ཐམས་ཅད་ཀུན་ལ་ཆགས་པ་མེད་པ་དང་། ཐོགས་པ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་འཇུག་  
སྟེ། དེའི་ཕྱིར་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །

**དགོས་པ་གཞན་ཡང་ཡང་གཤེགས་ལས།**

- རང་བཞིན་མེད་ཅིང་རྣམ་རིག་མེད། །
- ཀུན་གཞི་མེད་ཅིང་དངོས་མེད་ན། །
- བྱིས་པ་ངན་པའི་རྟོག་གོ་བ། །
- རོ་དང་འབྲ་བས་འདི་དག་བརྟགས། །

ཞེས་ཚོས་དང་གང་ཟག་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་དག་སེམས་ཅོམ་དུ་ཡང་དག་



བ་རི་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་རབ་དུ་མི་ཤེས་པ་ལ། ཚོས་དང་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་  
བ་བསྟན་པས་ནམ་པར་རིག་པ་ཅམ་འབྲས་བུ་དང་བཅས་པ་ལ་མཐར་གྱིས་  
འཇུག་པར་འགྱུར་རོ། །

དེའི་ཕྱིར་རབ་དུ་བྱེད་པ་འདི་འཆད་པ་ལ། མོག་མར་དགེ་བ། བར་དུ་དགེ་བ།  
མ་མར་དགེ་བའོ། །དང་པོ་ལ། མཚན་གྱི་དོན། འགྱུར་གྱི་ཕྱག་ལོ། །དང་པོ་ནི།  
རྒྱ་གར་འཕགས་ལུལ་ལེགས་སྐྱར་གྱི་སྐད་དུ། རིང་ཤི་ཀ་ཀུ་རི་ཀུ། ཞེས་བ་  
པོད་དབུས་གཙང་དག་པའི་སྐད་དུ་བསྐྱར་བ་ན། སུམ་ཅུ་པའི་ཚིག་ལེའུར་  
བྱས་པ། ཞེས་བ་སྟེ། རྗེད་བྱེད་ལོ་ལོ་ཀ་སུམ་ཅུ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཡང་ཚིགས་  
བཅད་འབའ་ཞིག་པ་ཡིན་ཕྱིར་ཚིག་ལེའུར་བྱས་པ་ཞེས་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ནི། མཁྱེན་རབ་གྱི་ལྷ་འཕགས་པ་འངམ་དབལ་གཞོན་རུར་གྱུར་པ་  
ལ་གྱས་པས་ཕྱག་འཚམ་ལོ། །ཞེས་བ་སྟེ། ཚོས་མངོན་པའི་གཞུང་ཡིན་ཕྱིར།  
སྡེ་སྡོད་དོས་འཛིན་གྱི་ཕྱག་ཀྱང་ཡིན་ལོ། །

གཉིས་པ་བར་དུ་དགེ་བ་ལ། ལྡང་བ་སེམས། སེམས་གྱི་དོ་བོ། དོ་བོའི་འབྲས་  
བུའོ། །དང་པོ་ལ། མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད། དོན་བསྐྱའོ། །དང་པོ་ནི།

བདག་དང་ཚོས་སུ་ཉེར་འདོགས་པ། །

སྣ་ཚོགས་དག་ནི་གང་བྱུང་བ། །  
དེ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གྱུར། །

ཅེས་པ་སྟེ། འཇིག་རྟེན་དང་བསྟན་བཅོས་ལས་བདག་ཏུ་ཉེ་བར་འདོགས་པ་  
དང་། ཚོས་སུ་ཉེ་བར་འདོགས་པ་སྣ་ཚོགས་པ་དག་ནི་གང་བྱུང་བ་དེ་ནི་རྣམ་  
པར་ཤེས་པ་གྱུར་བ་ཉིད་དེ། ཕྱི་རོལ་གྱི་བདག་དང་ཚོས་རྣམས་མེད་པར་རྣམ་  
པར་རྟོག་པ་དེ་ལས་ཕྱི་རོལ་དུ་གྱུར་བ་ལྟ་བུ་རྒྱུར་བྱས་ནས། བདག་དང་ཚོས་  
སུ་ཉེ་བར་འདོགས་པ་དག་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་འཇུག་སྟེ། དཔེར་ན་  
རབ་རིབ་ཅན་གྱིས་སྐྱེ་ཤད་འཇིངས་པ་ལ་སོགས་པ་མཐོང་བ་བཞིན་ནོ། །དེ་  
བས་ན་གང་ཟག་དང་ཚོས་རྣམས་ལ་བདག་མེད་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་བཤད་ལ། མིང་གི་དབྱེ་བ། དབྱེ་བའི་དོན་ནོ། །དང་པོ་ནི།

གྱུར་བ་དེ་ཡང་རྣམ་གསུམ་སྟེ། །  
རྣམ་པར་སྣོན་དང་ངར་སེམས་དང་། །  
ཡུལ་ལ་རྣམ་པར་རིག་པའོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། གང་གི་ཚེ་རྒྱའི་སྐད་ཅིག་འགག་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་རྒྱའི་སྐད་  
ཅིག་དང་མི་འབྲ་བ་འབྲས་བུའི་བདག་ཉིད་ཐོབ་པ་གང་ཡིན་པ་ནི་གྱུར་པ་ཡིན་

ཅིང་། གྲུང་བ་དེའི་དབྱེ་བ་ཡང་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། རྒྱུན་སྦྲུག་པོ་ལས།

སེམས་ནི་ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས། །

ངར་སེམས་བདག་ཉིད་ཡིད་ཡིན་ནོ། །

གང་ཞིག་ཡུལ་ལ་འཇིག་བྱེད་པ། །

དེ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་ཞེས་བྱ། །

ཞེས་ལས་དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བའི་བག་ཆགས་ཡོངས་སུ་སློབ་པའི་དབང་གིས་

རི་ལྟར་འཕངས་པའི་འབྲས་བུ་མངོན་པར་གྲུབ་པ་ནི་རྣམ་པར་སློབ་པ་དང་།

ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་ནི་རྟག་ཏུ་ངར་སེམས་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པས་

ངར་སེམས་པ་དང་། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་སོ་སོར་སྣང་བས་མིག་ལ་

སོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམ་པ་རྒྱལ་ནི་ཡུལ་ལ་རྣམ་པར་རིག་པའོ། །

གཉིས་པ་ལ། སེམས། ཡིད། རྣམ་ཤེས་སོ། །དང་སོ་ལ། སེམས། སེམས་

བྱང་། རྒྱུན་ནོ། །དང་སོ་ནི།

དེ་ལ་ཀུན་གཞི་རྣམ་ཤེས་ནི། །

རྣམ་སློབ་ས་སོན་ཐམས་ཅད་པ། །

དེ་ནི་ལེན་པ་དག་དང་གནས། །

རྣམ་པར་རིག་པ་མི་རིག་པ། །

ཞེས་པ་སྟེ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་གྲུར་པ་དང་པོ་དེ་ལ་ཚོས་ཐམས་ཅད་འབྲས་བུའི་  
དངོས་པོར་འཇུག་ཅིང་འབྲེལ་བའམ་དེ་ཚོས་ཐམས་ཅད་ལ་རྒྱའི་དངོས་པོར་  
འཇུག་ཅིང་འབྲེལ་བས་ཀུན་གཞི་དང་། ཡུལ་རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱེད་པས་  
རྣམ་པར་ཤེས་པའོ། །དེ་ལས་ནི། ཁམས་དང་། འགོ་བ་དང་། རྒྱེ་གནས་  
དང་། རིགས་ཐམས་ཅད་དུ་དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བའི་རྣམ་པར་སྣོན་པར་འགྲུར་  
བས་རྣམ་པར་སྣོན་པ་དང་། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ས་  
བོན་གྱི་གནས་ཡིན་པས་ས་བོན་ཐམས་ཅད་པའོ། །དེའི་དམིགས་པ་དང་རྣམ་  
པ་ནི། རང་གི་ཉེ་བར་ལེན་པར་སྣང་བ་དག་དང་། རྩི་རོལ་གནས་ཀྱི་རྣམ་པར་  
རིག་པ་སྣོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་དང་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་འབྱུང་མོད། དམིགས་པ་དང་  
རྣམ་པ་ཡོངས་སུ་མ་ཆད་པར་འབྱུང་བས་འདི་ལ་འདིའོ་ཞེས་སོ་སོར་རང་གིས་  
རིག་པའི་རྣམ་པར་མི་རིག་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི།

ཉག་ཅུ་རིག་དང་ཡིད་བྱེད་དང་། །  
ཚོར་དང་འདུ་ཤེས་སེམས་པར་ལྗན། །

དེ་ལ་ཚོར་བ་བཏང་སྟོམས་ཏེ།  
དེ་ནི་མ་བསྐྱིབས་ལུང་མ་བསྟན།  
རེག་ལ་སོགས་པའང་དེ་བཞིན་ནོ།

ཞེས་པ་སྟེ། ཏག་རྩ་སྟེ། ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རི་སྲིད་དུ་གནས་པ་དེ་  
སྲིད་དུ། སེམས་བྱུང་ཀུན་འགོ་རེག་པ་དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་། ཚོར་བ་  
དང་། འདུ་ཤེས་དང་། སེམས་པ་རྣམས། སྐྱ་སྐྱོར་བམ་གཉིས་ལས།

སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་འདུས་པ་གཅིག་ཏུ་གཏོགས་པ་མིག་ལ་སོགས་  
པའི་དབང་པོའི་རྟེན་མཚུངས་པ་དང་། གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་དམིགས་པ་  
མཚུངས་པ་དང་། དུལ་ལ་ཤེས་ཤིང་འཇོན་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྣམ་པར་མཚུངས་  
པ་དང་། སེམས་དང་སྐྱ་བྱི་མཉམ་དུ་འབྱུང་སྟེ་དུས་མཚུངས་པ་རྣམས་དང་།  
སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་དངོས་པོ་མང་ཉུང་མཉམ་པར་འབྱུང་སྟེ་རྣམ་  
མཚུངས་པ་དང་། མཚུངས་པ་འདི་ལྟས་སེམས་དང་མཉམ་པར་ལྡན་པའི་བྱིར་  
མིང་སྟེ་སེམས་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ཞེས་བྲ།

ཞེས་སེམས་དང་མཉམ་དུ་འཇུག་པས་མཚུངས་པར་ལྡན་ནོ། །དེ་ལ་ཚོར་བ་  
ནི་བཏང་སྟོམས་ཉིད་ཡིན་གྱི། བདེ་བ་ཡང་མ་ཡིན། སྐྱག་བསུལ་བ་ཡང་མ་

ཡིན་ཏེ། དེ་གཉིས་ཀྱི་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པ་ཡོངས་སུ་ཆད་པའི་སྲིར་རོ། །  
ཀུན་གཞི་རྣམ་ཤེས་དེ་ནི་ཡིད་ཀྱི་ས་པའི་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་སློབ་བྱུང་བ་རྣམས་  
ཀྱིས་མ་བསྐྱབས་པའི་སྲིར་མ་བསྐྱབས་པ་དང་། རྣམ་པར་སློབ་པ་ཡིན་པས་  
རྣམ་པར་སློབ་པར་གྱུར་བ་ནི་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བར་ལུང་བསྟན་དུ་མེད་པས་  
ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའོ། །མེས་སྲུང་རེག་པ་ལ་སོགས་པའང་ཀུན་གཞི་རྣམ་  
ཤེས་དེ་བཞིན་དུ་མ་བསྐྱབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་སོགས་ཡིན་ལོ། །

གསུམ་པ་ནི།

དེ་ནི་རྒྱན་འབབ་ཚུ་ལོ་བཞིན། །  
དག་བཅོམ་ཉིད་ན་དེ་སློབ་གོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། ཅི་ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་གཅིག་སུ་ཞིག་འཁོར་བའི་མཐའ་  
ངི་སྲིད་པ་དེ་སྲིད་དུ་མི་འངིག་པར་འཇུག་གཤམ། འོན་ཏེ་སྐད་ཅིག་གཅིག་ནས་  
གཅིག་དུ་བརྒྱུད་པའི་རྒྱན་གྱིས་འཁོར་བ་ངི་སྲིད་པའི་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་ཞིག་  
ཅེ་ན། དེ་ནི་གཅིག་སུ་ཐ་དད་པ་མེད་པར་འཇུག་པ་མ་ཡིན་པར། རྒྱ་དང་འབྲས་  
སུ་བར་ཆད་མེད་པར་རྒྱན་དུ་འབྱུང་བ་ཞིག་སྟེ། དཔེར་ན། ཚུའི་ཚོགས་ཀྱི་སྲ་  
སྲིའི་ཚུ་རྒྱན་མི་འཆད་པར་འབབ་པའི་ཚུ་ལོས་རྒྱ་དང་ཤིང་དང་ལྷེ་བ་ལ་སོགས་

བ་དེད་ཅིང་འབབ་བ་དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་ཀྱང་བསོད་  
ནམས་དང་། བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པ་དང་། མི་གཡོ་བའི་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་  
སོགས་བསྐྱས་ནས་རྗེ་སྲིད་འཁོར་གྱི་བར་དུ་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་འབྱུང་བའོ། །  
གང་གི་ཚེ་ལྷོག་པར་འགྱུར་ན། རྣམ་ཡེ་འབྱེད་པ་ལས།

ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་འདི་ཉིད་ནི། །  
སྤང་བུ་ཀུན་གྱི་ཙྰ་བ་སྟེ། །  
རྡོ་རྗེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་འཛིན་གྱིས། །  
བཙམ་པར་བུ་བར་གསུངས་པ་ཡིན། །

ཞེས་བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་རྡོ་རྗེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་འཛིན་གྱིས་ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པའི་གནས་ངན་ལེན་མ་ལུས་པར་སྤངས་ཏེ། སངས་རྒྱལ་གྱི་དབྱེ་བཙམ་  
བ་ཟད་པ་ཤེས་པ་དང་མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པ་ཐོབ་པ་ཉིད་ན་ཀུན་གཞི་དེ་ཉིད་ལྷོག་གོ། །

གཉིས་པ་ཡིད་ལ། སེམས། སེམས་བྱུང་། རྒྱུན་ལོ། །དང་པོ་ནི།

དེ་ལ་གནས་ཏེ་རབ་འབྱུང་ཞིང་། །  
དེ་ལ་དམིགས་པ་ཡིད་ཅེས་བྱ། །  
རྣམ་ཤེས་ངར་སེམས་བདག་ཉིད་ཅན། །

ཞེས་པ་སྟེ། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་ནི་ཀུན་གཞི་རྣམ་ཤེས་དེ་ཉིད་ལ་གནས་  
ཏེ། སྐད་ཅིག་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱད་པ་རྒྱན་གྱིས་རབ་ཏུ་འབྱུང་ཞིང་།  
ཀུན་གཞི་རྣམ་ཤེས་དེ་ཉིད་ལ་དམིགས་པ་ཡིད་ཅེས་བྱ་ལ། རོ་བོ་ནི་འཇིག་  
ཚོགས་ལ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པས་ཀུན་གཞི་རྣམ་ཤེས་  
ལ་ངར་སེམས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ལོ། །ཡིད་འདི་གང་གིས་ཤེས་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་  
ཡེ་འབྱེད་པ་ལས།

རྣམ་འབྱོར་ལྡན་པའི་ཡིད་དང་ནི། །

རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལས་འདི་ཤེས་འགྲུར། །

ཞེས་ཞི་ལྷག་གི་རྣམ་འབྱོར་ལྡན་པའི་ཡིད་ཀྱིས་མངོན་སྲུང་དང་། རྒྱལ་བའི་  
བཀའ་ལས་ནི་རྗེས་སུ་དབག་པས་ཤེས་བའོ། །

### གཉིས་པ་ནི།

བསྐྱེབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའོ། །

ཉོན་མོངས་བཞི་དང་ཉུག་ཏུ་འགྲོགས། །

བདག་ཏུ་ལྟ་དང་བདག་ཏུ་ཚོངས། །

བདག་རྒྱལ་བདག་ཆགས་འདུ་ཤེས་པ། །



གང་ཏུ་སྐྱེས་པ་དེའི་འོ་གཞན། །

རེག་སོགས་ཀྱང་།

ཞེས་པ་སྟེ། སེམས་ལས་བྱུང་བ་ནི་གང་དག་དང་ཇི་སྟེ། དུས་ནི་ཇི་སྟེ། ཏུ་  
 མཚུངས་པར་ལྡན་ཞེ་ན། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ཡིན་པའི་སྲིར་བསྐྱབས་ལ། དག་  
 བ་དང་མི་དག་བ་ཉིད་ཏུ་ལུང་བསྟན་ཏུ་མེད་པའི་སྲིར་ལུང་ཏུ་མ་བསྟན་པའི་  
 ཉོན་མོངས་པ་བཞི་དང་། དུས་ཉམས་ཏུ་སྟེ། ཇི་སྟེ། ཉོན་མོངས་ཡོད་པ་དེ་སྟེ། ཏུ་  
 འགྲོགས་པའོ། ཉོན་མོངས་བཞི་ནི། བདག་ཏུ་ལྟ་བ་དང་། བདག་ཏུ་མོངས་  
 བ་དང་། བདག་ཏུ་ང་རྒྱལ་བ་དང་། བདག་ལ་ཆགས་པའི་འདུ་ཤེས་པ་དག་  
 སྟེ། གུན་གཞི་རྣམ་ཤེས་རང་གི་ངོ་བོ་མི་ཉམས་པ་སོགས་ལ་མོངས་པར་གྱུར་ན་  
 གུན་གཞི་རྣམ་ཤེས་ལ་བདག་ཏུ་ལྟ་བ་འབྱུང་ངོ་། །བདག་ཏུ་མཚོང་བས་སེམས་  
 ཁེངས་པ་ནི་ངོ་སྟོན་པའི་ང་རྒྱལ་ཏེ། དེ་གསུམ་ཡོད་ན་བདག་ཏུ་བསམས་  
 པའི་དངོས་པོ་ལ་མངོན་པར་ཆགས་པ་འབྱུང་བའོ། །དེ་ཡང་ཁམས་དང་ས་  
 གང་ཏུ་སྐྱེས་པ་དེའི་བདག་ལྟ་སོགས་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་ལ། གཞན་རེག་  
 སོགས་གུན་འགྲོ་རྣམས་ཀྱང་གང་ཏུ་སྐྱེས་པ་དེའི་འོ་སྟེ། ཁམས་དང་ས་གཞན་  
 དག་གི་དང་ནི་མ་ཡིན་འོ། །

### གསུམ་པ་ནི།

དེ་དག་བཙམ་མེད། །  
 འགོག་པའི་སྣོམས་པར་འཇུག་ལ་མེད། །  
 འཇིག་རྟེན་འདས་པའི་ལམ་ནའང་མེད། །  
 འདི་ནི་གྲུང་བ་གཉིས་པའོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་དེ། དག་བ་དང་། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་  
 དང་། ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་དུས་ན་ཡང་གྲེ་བྲག་མེད་པར་འབྱུང་ན་ནི་སྣོག་པ་  
 མེད་པར་འགྱུར་ཞིང་། མི་སྣོག་ན་ནི་ཐར་བ་ག་ལ་ཡོད་ཅེ་ན། དག་བཙམ་པ་  
 ཉིད་ཐོབ་པ་ན་སྲིད་པའི་ཅེ་མོའི་ཉོན་མོངས་པ་བསྣོམས་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་མ་  
 ལུས་པར་སྤངས་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་ཀྱང་བར་ཆད་མེད་  
 ལམ་གྱིས་སྤོངས་ཏེ། དེས་ན་དག་བཙམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཆེ་ན་ཉོན་མོངས་པ་གཞན་  
 བཞིན་དུ་མེད་དོ། །སྤྱིར་མི་འོང་བ་ཅེ་ཡང་མེད་པའི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་འདོད་ཆགས་  
 དང་བྲལ་བ་ལམ་གྱི་སྣོབས་གྱིས་འགོག་པའི་སྣོམས་པར་འཇུག་པ་ཐོབ་ནས་  
 འགོག་པ་ལ་སྣོམས་པར་འཇུག་པའི་དུས་ན་ཡང་ལམ་བཞིན་དུ་མེད་དོ། །འགོག་  
 བ་ལས་ལངས་ནས་ཡང་ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཉིད་ལས་འབྱུང་ངོ། །  
 འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་ན་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་འབྱུང་བ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར།

འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ཞེས་སྣོས་པའི་ལམ་དེ་ནའང་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་  
ཡིད་འབྱུང་བར་མི་བྱས་ཏེ། བདག་མེད་པར་མཐོང་བ་ནི་བདག་ལ་སོགས་པར་  
ལྟ་བའི་གཉེན་པོ་ཡིན་ལ། གཉེན་པོ་དང་མི་མཐུན་པའི་སློབ་པ་གཉེས་ཅིག་ཅར་  
དུ་འབྱུང་བ་མེད་པས་སོ། །དེ་ལས་ལངས་ནས་ཡང་ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་  
པ་ཉིད་ལས་འབྱུང་སྟེ། དེ་ལ་དེའི་བག་ཆགས་ཡོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་གྱི་  
ཉོན་ཡིད་འདི་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གྱུར་པ་གཉེས་པའོ། །

གསུམ་པ་རྣམ་ཤེས་ལ། སེམས། སེམས་བྱུང་། རྒྱུ་ལོ། །དང་པོ་ནི།

- གསུམ་པ་ཡུལ་རྣམ་དུག་པོ་ལ། །
- དམིགས་པ་གང་ཡིན་དེ་དག་སྟེ། །
- དགེ་དང་མི་དགེ་གཉི་ག་མིན། །

ཞེས་པ་སྟེ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་གྱུར་པ་གསུམ་པ་ནི། ཡུལ་གཟུགས་དང་། སྤྲོ་  
དང་། སྤི་དང་། རོ་དང་། རེག་བྱ་དང་། ཚོས་ཏེ་རྣམ་པ་དུག་པོ་ལ་དམིགས་  
པའི་འཛིན་རྟོག་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་སྟེ། མིག་གི་དབང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་  
གཟུགས་སོ་སོར་རྣམ་པར་རིག་པ་དང་། རྣ་བའི་དབང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྲོ་  
སོ་སོར་རྣམ་པར་རིག་པ་དང་། སྤྲི་དབང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤི་སོ་སོར་རྣམ་

བར་རིག་པ་དང་། ལྷེའི་དབང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་རོ་སོ་སོར་རྣམ་པར་རིག་པ་  
དང་། ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་རིག་བྱ་སོ་སོར་རྣམ་པར་རིག་པ་དང་།  
ཡིད་ཀྱི་དབང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་ཚོས་སོ་སོར་རྣམ་པར་རིག་པའོ། །ཅི་དགོ་མི་  
དགོ་ལྷུང་མ་བསྟན་གང་ཞེ་ན། མ་ཆགས་པ་དང་ཞེ་སྤང་མེད་པ་དང་གཉི་ལྷུག་  
མེད་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ནི་དགོ་བ་དང་། ཆགས་པ་དང་ཞེ་སྤང་དང་  
གཉི་ལྷུག་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ནི་མི་དགོ་བ་དང་། དགོ་བ་དང་མི་དགོ་  
བ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་གཉི་ག་མིན་པ་སྟེ། དགོ་བའང་མ་  
ཡིན་མི་དགོ་བའང་མ་ཡིན་པའོ། །

གཉིས་པ་སེམས་བྱུང་ལ། ལྷེ་ཚན་དང་། རོས་འཛིན་ལོ། །དང་པོ་ནི།

- ཀུན་ཏུ་འགོ་དང་བྱེ་བྲག་ངེས། །
- སེམས་ལས་བྱུང་བ་དགོ་བ་དང་། །
- དེ་བཞིན་ཉོན་མོངས་ཉེ་ཉོན་མོངས། །
- ཚོར་བ་གསུམ་དང་དེ་མཚུངས་ལྡན། །

ཞེས་པ་སྟེ། ཀུན་ཏུ་འགོ་བ་དང་། བྱེ་བྲག་ཏུ་ངེས་པ་དང་། སེམས་ལས་བྱུང་  
བ་དགོ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་རྩ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་དང་། ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་

དང་། ཚོར་བ་གསུམ་དང་བཅས་པ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་དག་དང་མཚུངས་  
པར་རྒྱན་པའོ། །

གཉིས་པ་ལ། ཀུན་འགོ། ཡུལ་ངེས། དགེ་བ། ཅ་ཉོན། ཉེ་ཉོན། གཞན་འགྱུར་  
ལོ། །དང་པོ་ནི།

དང་པོའི་རེག་ལ་སོགས་པ་དང་། །

ཞེས་པ་སྟེ། སེམས་བྱུང་རྣམས་ལས་དང་པོར་གོང་དུ་བཤད་པའི་རེག་པ་ལ་  
སོགས་པ་ཚོས་ལྷ་པོ་དག་ནི་ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། ཉོན་མོངས་པ་  
ཅན་གྱི་ཡིད་དང་། འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ལ་བྱེ་བྲག་མེད་པར་  
འབྱུང་བས་ཀུན་ཏུ་འགོ་བ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་དབང་པོ་དང་ཡུལ་དང་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་གསུམ་འདུས་ནས་ཡོངས་སུ་གཙོད་པ་ནི་རེག་པ་དང་། རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་མངོན་པར་འདོད་པའི་ཡུལ་ལ་གཏོད་པ་ནི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་། རྣམ་  
པར་ཤེས་པའི་ཡུལ་ཉེ་བར་སྦྱད་པར་བྱ་བ་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བའི་ཚོར་བ་ལ་དབྱེ་  
བ། བདེ་བ་དང་། སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་། བཏང་སྟོམས་ཏེ། གང་བྱུང་ན་འབྲལ་བར་  
མི་འདོད་པ་དང་འགགས་ན་སྦྲར་སྤྲད་པར་འདོད་པ་ནི་བདེ་བ་དང་། གང་བྱུང་  
ན་བྲལ་བར་འདོད་པ་དང་འགགས་ན་སྦྲར་སྤྲད་པར་མི་འདོད་པ་ནི་སྤྱུག་བསྐྱེད་

དང་། གང་བྱུང་ངམ་འགགས་ཀྱང་རུང་གཉི་ག་མི་སྐྱེ་བ་ནི་བཏང་སྟོམས་སོ། །  
ཡུལ་ལ་མཚན་མར་འཛིན་བ་ནི་འདུ་ཤེས་དང་། སེམས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་  
བ་ཡིད་གྱི་ལས་ནི་སེམས་བ་སྟེ། རི་ལྟར་རྒྱལ་པོ་རྣམས་སྟོན་པོས་བྱ་བ་དེ་དང་  
དེ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་བ་དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཀྱང་སེམས་བས་བྱ་བ་དང་བཅས་  
པའི་ངོ་བོ་དེ་དང་དེར་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །

གཉིས་པ་ནི།

འདུན་མོས་བྲན་དང་བཅས་བ་དང་། །  
ཉིང་འཛིན་སྟོ་བྱེ་བྲག་ངེས། །

ཞེས་བ་སྟེ། བདག་གིས་འདི་བྱའོ་སྟམ་དུ་བསམ་པའི་དངོས་པོ་ལ་བྱེད་འདོད་  
བ་ནི་འདུན་བ་དང་། ཚད་མས་ཡོངས་སུ་ངེས་པའི་དངོས་པོ་ལ་ཡིད་ཆེས་བ་  
ནི་མོས་བ་དང་། འདྲིས་པའི་དངོས་པོ་ཉིད་མ་བཟེད་བ་ནི་བྲན་བ་སྟེ། སྟོན་བཟུང་  
བའི་དངོས་པོ་ལ་དམིགས་པའི་རྣམ་བ་ཡང་ཡང་བྲན་བ་སེམས་གྱི་མངོན་པར་  
བཟོད་པ་དང་བཅས་བ་ཉིད་དང་། བཏུག་པའི་དངོས་པོ་ལ་སེམས་ཅེ་གཅིག་བ་  
ཉིད་ནི་ཉིང་འཛིན་དང་། དངོས་པོའི་ངོ་བོ་མང་པོ་རིལ་པོ་གཅིག་ལྟ་བུར་གྱུར་  
པའི་དོན་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པས་ཚོས་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ནི་སྟོང་ལས་ཤེས་

རབ་པོ། །འདི་དག་ལྷུལ་བྱེ་བྲག་ཅན་ལ་ངེས་པས་བྱེ་བྲག་རྩུ་ངེས་པ་ལྟོལ། །

གསུམ་པ་ནི།

དད་དང་ངོ་ཚ་ཁྲིལ་ཡོད་དང། །

མ་ཆགས་ལ་སོགས་གསུམ་བཙོན་འགྲུམ། །

ཤིན་རྩུ་སྦྱངས་དང་བག་ཡོད་བཅས། །

རྣམ་མི་འཚོ་དག། །

ཞེས་པ་སྟེ། ལས་དང་འབྲས་བུ་དང། བདེན་པ་དང། དཀོན་མཆོག་ལ་མངོན་  
བར་ཡིད་ཆེས་པ་དང། འདོད་པ་དང། སེམས་དང་བ་ནི་དད་པ་དང། བདག་  
གམ་ཚོས་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ལ་འཇེམ་པ་ནི་ངོ་ཚ་ཤེས་པ་  
དང། འཇིག་རྟེན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ལ་འཇེམ་པ་ནི་ཁྲིལ་ཡོད་  
པ་དང། སྲིད་པའི་གཉེན་སོར་གྱུར་པའི་ཚོས་དངོས་སོའི་དོན་ལ་མ་ཞེན་པའི་  
མཚན་ཉིད་ནི་མ་ཆགས་པ་དང། ལ་སོགས་པས་བསྐྱུས་པ་ཞེ་སྤང་མེད་པ་ནི།  
ཁོང་ཁོ་བའི་གཉེན་སོའི་ཚོས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་སེམས་རྩུབ་པ་མེད་པའི་  
མཚན་ཉིད་དང། གཏི་ལྷག་མེད་པ་ནི། མ་རིག་པའི་གཉེན་སོའི་ཚོས་ཤེས་རབ་  
གྱི་ངོ་བོ་སྟེ། འདི་དག་ནི་རང་གི་བདག་ཉིད་ཀྱང་དགོ་བ་ཡིན་ལ། དགོ་བ་གཞན་

རྣམས་ཀྱི་ཡང་རྩ་བར་གྱུར་པས་དགེ་བའི་རྩ་བ་གསུམ་ཞེས་བྱའོ། །སེམས་  
དགེ་བའི་ཚོས་བསྐྱེད་པ་ལ་སློབ་བར་འགྱུར་བ་ལེ་ལེའི་གཉེན་པོ་ནི་བཙུན་འགྲུས་  
དང་། ལུས་དང་སེམས་དག་ལས་སུ་རུང་བ་ཉིད་ནི་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་དང་།  
སེམས་ཀྱི་རྒྱན་དགེ་བའི་ཚོས་ལ་གཞོལ་བར་བྱེད་པ་ནི་བག་ཡོད་པ་དང་།  
བཙུན་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་བཏང་སྟོམས་ནི། སེམས་དམིགས་པའི་ཡུལ་ལ་འབད་  
པ་མེད་པར་མཉམ་དུ་འཇུག་པའོ། །ཁོ་བའི་རྒྱན་དབང་གིས་གཞན་ལ་རྣམ་  
པར་ཐོ་མི་འཚམས་པ་ནི་རྣམ་པར་མི་འཚོ་བ་སྟེ། བཅུ་གཅིག་པོ་འདི་དག་ནི་  
ཀུན་སློང་དང་མཚུངས་ལྡན་ལ་མི་སྟོས་པར་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་དགེ་བ་ཡིན་ཅིང་།  
དད་སོགས་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་ཚོས་རྣམས་ནི་མཚུངས་པར་ལྡན་པས་  
དགེ་བ་དང་། རྒྱའི་ཀུན་སློང་དང་། དུས་ཀྱི་ཀུན་སློང་དད་སོགས་ཀྱིས་བྱས་  
པའི་ལུས་དག་གི་ལས་ནི་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་པའི་དགེ་བ་དང་། སྐྱུག་བསྐྱུག་  
ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བ་སྲུ་ངན་ལས་འདས་པ་ནི་མཚོག་ཏུ་བདེ་བའི་སྦྱིར་དོན་  
དམ་པར་དགེ་བ་ཞེས་བྱའོ། །

བཞི་པ་ནི།

ཉོན་མོངས་ནི། །  
འདོད་ཆགས་ཁོང་ཁོ་གཉི་ཐུག་དང་། །



ང་རྒྱལ་ལྟ་བུ་ཐེ་ཚོམ་མོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ནི་སྣ་མ་སྣ་མ་རྒྱར་རྒྱར་བ་ལས་སྲི་མ་སྲི་  
མའི་བདག་ཉིད་རྟེན་བ་ཡིན་ཅིང་། དེ་ཡང་སྲིད་བ་དང་སྲིད་པའི་ཡོ་བྱད་རྣམས་  
ལ་ཀུན་དུ་ཆགས་པ་དང་སློན་པ་ནི་འདོད་ཆགས་དང་། སེམས་ཅན་རྣམས་  
དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་གནས་གྱི་ཚོས་རྣམས་ལ་ཀུན་ནས་  
མནར་སེམས་པ་ནི་ཁོང་ཁོ་དང་། དན་སོང་རྣམས་དང་བདེ་འགྲོ་དང་སྲུ་ངན་  
ལས་འདས་པ་ཐོབ་པའི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུར་འབྲེལ་བ་སྲིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ལ་  
གང་མི་ཤེས་པ་ནི་གཉི་སྤྱལ་དང་། སེམས་ཁེངས་པའི་མཚན་ཉིད་ནི་ང་རྒྱལ་  
ཉེ། རང་གི་ངོ་བོར་བྱེ་བྲག་མེད་ཀྱང་སེམས་ཁེངས་པའི་རྒྱའི་བྱེ་བྲག་གིས་རྣམ་  
བ་བདུན་དུ་ཐ་དད་དེ། ལྷུང་དུ་བས་བདག་ཆེ་བའམ་མཚུངས་པ་དང་མཚུངས་  
སོ་སྣམ་པ་ནི་ང་རྒྱལ་དང་། མཚུངས་པ་བས་བདག་ཆེ་བའམ་ཆེ་བ་དང་མཚུངས་  
སོ་སྣམ་པ་ནི་ཆེ་བའི་ང་རྒྱལ་དང་། ཆེ་བ་བས་ཀྱང་བདག་ཆེའོ་སྣམ་པ་ནི་ང་  
རྒྱལ་ལས་ཀྱང་ང་རྒྱལ་དང་། ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཕུང་པོ་ལྟ་བུ་རྣམས་ལ་བདག་  
གས་བདག་གིར་ལྟ་བུ་ནི་འདོ་སྣམ་པའི་ང་རྒྱལ་དང་། ལོང་མའི་བྱུང་བར་ཐོབ་  
པར་བྱ་བ་མ་ཐོབ་པར་བདག་གིས་ཐོབ་པོ་སྣམ་པ་ནི་མདོན་པའི་ང་རྒྱལ་དང་།  
བྱུང་བར་ཆེས་འཕགས་པ་བས་བདག་རྩུང་ཟད་ལྷུང་ངོ་སྣམ་པ་ནི་རྩུང་ཟད་

སྐྱམ་པའི་ང་རྒྱལ་དང་། ཡོན་ཏན་མ་ཡིན་པ་དང་ལྡན་པ་ལ་བདག་ཡོན་ཏན་  
དང་ལྡན་ནོ་སྐྱམ་དུ་སེམས་ཁེངས་པ་ནི་ལོག་པའི་ང་རྒྱལ་ལོ། །ཤེས་རབ་ཉོན་  
མོངས་ཅན་གྱི་ལྟ་བུ་ལ་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་ལྷ་སྟེ། ཉེ་བར་  
ལེན་པའི་ཕྱང་པོ་ལྷ་ལ་བདག་གི་ངོ་མོ་ཉིད་དུ་ཡོད་པར་སྐྱོ་བཏགས་ཏེ་ཞེན་པ་  
ནི་འཇིག་ཚོགས་ལ་ལྷ་བ་དང་། ཉག་ཆད་དང་ཡོད་མེད་ལ་སོགས་པའི་མཐའ་  
གཉིས་སུ་བཏགས་ནས་འཇུག་པ་ནི་མཐར་འཇིག་པའི་ལྷ་བ་དང་། རྒྱ་དང་  
འབྲས་བུ་དང་། བདེན་པ་དང་། དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་། ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་  
པར་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་སྐྱར་པ་འདེབས་ཤིང་མེད་པའི་རྣམ་པར་ཞུགས་  
པ་ནི་ལོག་པར་ལྷ་བ་དང་། ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་དངོས་པོ་དམན་པ་ལ་དམ་  
པར་འཇིག་པ་ནི་ལྷ་བ་མཆོག་འཇིག་དང་། རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ལ་རྒྱར་ལྷ་བ་དང་།  
ལམ་མ་ཡིན་པ་ལ་ལམ་དུ་ལྷ་བ་ནི་རྩལ་གྲིམས་བརྒྱལ་ཞུགས་མཆོག་འཇིག་  
དང་། བདེན་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡིད་གཉིས་ཟ་བའི་ཤེས་རབ་ཉོན་མོངས་ཅན་  
ནི་ཐེ་ཚོམ་ལོ། །དུག་པོ་འདི་དག་ལ་ནི་ཅ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་ཞེས་བྱའོ། །

ལྷ་བ་ནི།

ཁྱོད་ཁོན་དུ་འཇིག་པ་དང་། །  
འཆབ་དང་འཚོག་དང་ཕྲག་དོག་དང་། །

སེར་སྣ་དང་ནི་སྣུར་བཅས་དང་། །  
 གཡོ་རྒྱགས་རྣམ་འཚོ་ངོ་ཚ་མེད། །  
 གྲིལ་མེད་རྣུགས་དང་ཚོད་པ་དང་། །  
 མ་དད་པ་དང་ལེ་ལོ་དང་། །  
 བག་མེད་པ་དང་བརྗེད་ངས་དང་། །  
 རྣམ་གཡེང་ཤེས་བཞིན་མ་ཡིན་དང་། །

ཞེས་པ་སྟེ། འཕྲལ་དུ་གཞོད་པར་བྱེད་པ་ལ་གནས་ནས་སེམས་ཅན་དང་སེམས་  
 ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ལ་སེམས་ཀྱི་ཀུན་ནས་མནར་སེམས་པ་ནི་ཁྲོ་བ་དང་།  
 ཁྲོས་པའི་དངོས་པོ་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པ་མ་ཡིན་པ་མང་བར་ཡང་དང་ཡང་དུ་  
 འཇུག་པ་ནི་ཁོན་དུ་འཛིན་པ་དང་། བདག་གི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མཐུད་པ་ནི་འཆབ་  
 པ་དང་། ཚིག་བརྒྱུད་པོས་ཞེར་འདེབས་པ་ནི་འཚིག་པ་དང་། གཞན་གྱི་སྤྱོད་  
 སུམ་ཚོགས་པ་ལ་སེམས་ཁོང་ནས་འཇུག་པ་ནི་སྤྲལ་དོག་དང་། ཟེན་པའི་  
 དངོས་པོ་ཚོས་དང་ཟང་ཟེང་དང་མཁས་པའི་བདག་ཉིད་རྣམས་ཡོངས་སུ་མི་  
 གཏོང་བར་སེམས་ཀྱིས་ཀུན་དུ་འཛིན་པ་སེར་སྣ་དང་ནི། རང་ལ་ངེ་ལྟར་གནས་  
 པའི་ཚོས་སྤྲས་ནས་མི་བདེན་པའི་བདག་ཉིད་དུ་ཞུགས་ཏེ་གཞན་སྤྱོད་པ་ནི་སྣུར་  
 བཅས་པ་དང་། རང་གི་ཉེས་པ་བཅབ་པའི་ཐབས་བརྒྱུད་པ་སྟེ་སེམས་བྱ་བྱ་

བ་ནི་གཡོ་དང་། བདག་གི་སྲུང་སྲུང་ཚོགས་པ་ལ་ཚགས་པའི་རབ་ཏུ་དགའ་  
བ་ནི་རྒྱགས་པ་དང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་རྣམ་པར་ཐོ་འཚམས་པ་ནི་རྣམ་  
པར་འཚོ་བ་དང་། བདག་ཉིད་ལ་སྣོས་ནས་སྡིག་པ་ལ་འཇུག་པ་ལ་མི་འཛེམ་  
པ་ནི་ངོ་ཚ་མེད་པ་དང་། གཞན་ལ་སྣོས་ནས་ཉེས་པ་རྣམས་ལ་མི་འཛེམ་པ་ནི་  
ཁྲིལ་མེད་པ་དང་། སྲུང་སེམས་མི་གསལ་བས་སྡི་བ་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་སྲིར་  
ལས་སྲུ་མི་རུང་བ་ནི་རྒྱགས་པ་དང་། སྲུང་སེམས་རབ་ཏུ་མ་ཞི་བ་ཉིད་ནི་སྐོད་  
པ་དང་། ཡོད་པ་དང་ཡོན་ཏན་ཅན་དང་རྒྱས་པ་རྣམས་ལ་མངོན་པར་ཡིད་མི་  
ཚེས་པ་ནི་མ་དད་པ་དང་། དགེ་བ་ལ་སེམས་མངོན་པར་སྡོམ་བ་མེད་པ་ནི་ལེ་  
ལོ་དང་། དགེ་བའི་ཚོས་རྣམས་མི་སྡོམ་ཞིང་གཅེས་སྲུ་མི་འཛེན་པ་ནི་བག་  
མེད་པ་དང་། དགེ་བའི་དམིགས་པ་མི་གསལ་བ་ཡང་ཡང་བརྗེད་པ་ནི་བརྗེད་  
ངས་དང་། འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལྡ་ལོ་དག་ལ་སེམས་རྣམ་པར་འཕྲོ་བ་ནི་རྣམ་  
གཡེང་དང་། སྲུང་དང་དག་དང་ཡིད་ཀྱི་སྡོད་པ་ལ་མི་ཤེས་བཞིན་དུ་འཇུག་  
པ་ནི་ཤེས་བཞིན་མ་ཡིན་པ་སྟེ། ཉི་ཤུ་ལོ་འདི་ནི་རྩ་བའི་ཉོན་མོངས་དང་ཉེ་བས་  
སམ། ཉོན་མོངས་ཚུང་བ་ཡིན་པས་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་ཞེས་བྱའོ། །

བྱུག་པ་ནི།

འགྲོད་དང་གཉིད་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཏེ། །

རྩོག་པ་དང་མི་དཔྱོད་པ་དང་། །

ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་གཉིས་རྣམ་གཉིས། །

ཞེས་བ་སྟེ། རན་པར་བྱས་པའི་དངོས་པོ་ལ་བྱིས་གཏུང་ཞིང་མྱ་ངན་བྱེད་པ་  
འགྲོད་པ་དང་། འཇུག་པ་རང་དབང་མེད་པར་སེམས་སྡུད་པ་གཉིད་ཀྱང་དེ་  
བཞིན་སེམས་བྱུང་ཡིན་ཏེ། དམིགས་པར་གཏོགས་པ་ལ་བརྟུགས་པ་ལྷ་མོ་མི་  
བྱེད་པ་རྩོག་པ་དང་ནི། དམིགས་པ་ལ་ཞིབ་པར་ཡོངས་སུ་དཔྱོད་པ་དང་བཅས་  
པ་དག་དགེ་མི་དགེ་ལུང་མ་བསྟན་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་ཆད་པ་མེད་པར་གནས་  
སྐབས་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་ཡིན་མིན་གྱིས་གཞན་དུ་སྦྱར་བས་གཞན་འགྱུར་  
ཞེས་བྱ་བ་ལ་གཉིད་འགྲོད་དང་རྩོག་དཔྱོད་ཅེས་གཉིས་ཅན་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ་  
བཞིན། །

གསུམ་པ་རྒྱན་ལ། དབང་ཤེས་དང་། ཡིད་ཤེས་སོ། །དང་པོ་ནི།

ལྷ་རྣམས་ཅ་བའི་རྣམ་ཤེས་ལས། །

དི་ལྷའི་རྒྱན་ལས་འབྱུང་བ་ནི། །

རྣམ་ཤེས་ལྷན་ཅིག་གསལ་མ་ཡིན། །

ཚུ་ལ་རྒྱབས་རྣམས་དེ་བཞིན་ནོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། མིག་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལྟ་སོ་དག་དང། དེའི་རྗེས་སུ་  
རྒྱ་བ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་བཅས་པ་རྣམས་ནི། རྣམ་ཤེས་དག་གི་ས་  
སོན་ཀྱི་གནས་ཡིན་པ་དང། འགྲོ་བ་རྣམས་སུ་སྐྱེ་བ་ཡོངས་སུ་འཛིན་པར་  
བྱེད་པའི་སྲིད་ཅུ་བའི་རྣམ་ཤེས་སུ་བཏགས་པ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ལས། ཇི་  
སྟར་མིག་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པའི་རྒྱུན་སོ་  
སོར་ངེས་པ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་གང་དང་གང་ལྟར་པ་ལས་འབྱུང་བ་ནི།  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་མང་སོ་ལྟན་ཅིག་གསུམ་ལ་ཡིན་པ་ངེས་ཀྱིས་ཉེ། དཔེ་ནི། ཇི་  
སྟར་དུ།

སྟོ་སྟོས་ཡངས་པ་དཔེར་ན་ཚུ་བོའི་ཚུ་རྒྱན་དུ་འབབ་པ་ལ། གལ་ཏེ་རྣབས་  
གཅིག་འབྱུང་བའི་རྒྱུན་ཉེ་བར་གནས་པར་གྱུར་ན་རྣབས་གཅིག་འབྱུང་ངོ། །  
གལ་ཏེ་གཉིས་སམ་གསུམ་མམ། རྣབས་མང་སོ་འབྱུང་བའི་རྒྱུན་ཉེ་བར་གནས་  
པར་གྱུར་ན་ཡང་རྣབས་མང་སོ་འབྱུང་སྟེ། ཚུ་བོའི་ཚུ་རྒྱན་ཡང་ཆད་པར་མི་  
འབྱུང་ལ། ཡོངས་སུ་ཟད་པར་ཡང་མི་མངོན་པ་དེ་བཞིན་དུ། སྟོ་སྟོས་ཡངས་  
པ་ཚུ་བོ་དེའི་གནས་ལྟ་སུའི་ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་ཀུན་དུ་བརྟེན་ཅིང་  
རབ་ཏུ་གནས་ནས་གལ་ཏེ་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་གཅིག་སུ་འབྱུང་བའི་  
རྒྱུན་ཉེ་བར་གནས་པར་གྱུར་ན་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཅིག་སུ་འབྱུང་

ངོ། །གལ་ཏེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཉིས་སམ་གསུམ་མམ་ལྷ་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་ཉེ་  
བར་གནས་པར་གྱུར་ན་ཡང་གཉིས་སམ་གསུམ་མམ་ལྷའི་བར་དུ་འབྱུང་བར་  
འབྱུར་རོ། །

ཞེས་རྩུ་ལ་རྒྱབས་རྣམས་རི་བཞིན་ལོ། །གང་གི་ཚེ་དམིགས་པའི་རྒྱུ་དང་སྤང་  
བར་གྱུར་བ་དེའི་ཚེ། དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུ་གཅིག་སུ་ལས་ཀྱང་རྣམ་པར་ཤེས་  
པ་གཉིས་དང་མང་པོ་འབྱུང་སྟེ་འགལ་བ་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་ནི།

- ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་འབྱུང་བ་ནི། །
- རྟག་རྒྱལ་འདུ་ཤེས་མེད་པ་དང་། །
- སྟོམས་པར་འཇུག་པ་རྣམ་གཉིས་དང་། །
- སེམས་མེད་གཉིད་དང་བརྒྱལ་མ་གཏོགས། །

ཞེས་པ་སྟེ། སྦྱིར་བཏང་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་འབྱུང་བ་ནི། མིག་ལ་སོགས་པའི་  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་ལྷན་ཅིག་པ་དང་དེ་མ་ཡིན་པའི་དུས་ཐམས་ཅད་དེ་རྟག་  
རྒྱལ། །དམིགས་ཀྱིས་བསལ་བ་ལ། འདུ་ཤེས་མེད་པ་བ་ནི་འདུ་ཤེས་མེད་པའི་  
སེམས་ཅན་ལྟ་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་སྦྱིས་པའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་

ཚོས་རྣམས་གང་འགོག་པ་དང་། སྟོམས་པར་འཇུག་པ་རྣམས་གཉིས་ཏེ། འདུ་  
 ཤེས་མེད་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ནི། བསམ་གཏན་གསུམ་པའི་འདོད་  
 ཆགས་དང་བྲལ་ལ་གོང་མའི་འདོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་བ་འབྱུང་བའི་འདུ་  
 ཤེས་སྡོན་དུ་བཏང་བའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པས་ཡིད་ཀྱི་རྣམས་པར་ཤེས་པ་དང་དེ་དང་  
 མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་གང་འགོག་པ་དང་། འགོག་  
 པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ནི། ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་འདོད་ཆགས་དང་  
 བྲལ་བ་ནི་བར་གནས་པའི་འདུ་ཤེས་སྡོན་དུ་བཏང་བའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པས་ཡིད་  
 ཀྱི་རྣམས་པར་ཤེས་པ་དང་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་དང་  
 བཅས་པ་གང་འགོག་པ་དང་། སེམས་མེད་པའི་གཉིད་ནི་གནས་གཉིད་སྐྱབས་  
 རོས་ཚོན་པའི་སྲིང་དུས་དེ་སྲིད་ཅིག་ཏུ་ཡིད་ཀྱི་རྣམས་པར་ཤེས་པ་མི་འབྱུང་བས་  
 སེམས་མེད་པ་ཞེས་བྲུ་ཞིང་། སེམས་མེད་པའི་བརྒྱལ་བ་ནི་སློབ་དུས་དུ་བཟང་  
 བ་དང་། རྒྱུ་དང་མཁྲིས་པ་དང་བད་ཀན་གྱི་ཤེད་མ་མཉམ་པ་སྟེ། གནས་མ་  
 མཉམ་པས་ཡིད་ཀྱི་རྣམས་པར་ཤེས་པ་འབྱུང་བ་དང་མི་མཐུན་པ་གང་ཡིན་པ་  
 དེ་ལ་སེམས་མེད་པའི་བརྒྱལ་བ་ཞེས་ཉེ་བར་འདོགས་སོ། །གནས་སྐབས་ལྟ་  
 རོ་དེ་མ་གཏོགས་པའི་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་ཡིད་ཀྱི་རྣམས་པར་ཤེས་པ་འབྱུང་བར་  
 རིག་པར་བྱའོ། །འདུ་ཤེས་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་ལངས་པའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་དེ་ནི་ཀུན་གཞི་རྣམས་པར་ཤེས་པ་ཉིད་ལས་འབྱུང་སྟེ། འདི་ལྟར་



ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་ས་མོན་ཅན་  
ལོ། །

གསུམ་པ་དོན་བསྟུ་ལ། ཕྱི་དོན་མེད་པ། བག་ཆགས་སྐྱེ་བའོ། །དང་པོ་ནི།

- རྣམ་པར་ཤེས་པ་གྱུར་པ་འདི། །
- རྣམ་རྟོག་ཡིན་ཏེ་དེ་ཡིས་གང་། །
- རྣམ་བརྟགས་དེ་མེད་དེས་ན་འདི། །
- ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་རིག་པ་ཅམ། །

ཞེས་པ་སྟེ། **རྣམ་པར་ཤེས་པ་གྱུར་པ་འདི** དག་ནི། དམིགས་པ་དངོས་པོར་  
 མེད་པ་སྐྱོ་བརྟགས་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་**རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཡིན་ཏེ།** འདི་  
 ལྟར་ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་དང་། འཇུག་  
 པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རང་བཞིན་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་དང་བཅས་པ་**དེ་ཡིས་**  
**གང་རྣམ་པར་བརྟགས་པ་སྟོད་དང་།** བདག་དང་། སྤང་བོ་དང་། ཁམས་  
 དང་། སྐྱེ་མཆེད་དང་། གཟུགས་དང་། སྐྱ་ལ་སོགས་པ་**དེའི་དངོས་པོ་མེད་པ་**  
**དེས་ན།** ཁམས་གསུམ་པོ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་རྣམ་པར་རིག་པ་ཅམ་མོ། །

གཉིས་པ་ལ། ཚེ་འདི་དང་། ཚེ་གཞན་ནོ། །དང་པོ་ནི།

རྣམ་ཤེས་ས་བོན་ཐམས་ཅད་པ། །

ཕན་ཚུན་དག་གི་དབང་གིས་ནི། །

དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་འགྱུར་བར་འགྲོ། །

དེས་ན་རྣམ་ཚོགས་དེ་དེ་སྐྱེ། །

ཞེས་པ་སྟེ། གུན་གཞི་རྣམ་ཤེས་ནི་ཚོས་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བུས་པ་དང་ལྡན་པས་ས་བོན་ཐམས་ཅད་པ་ཡིན་ཅིང་། མིག་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་གི་ཚེ་རང་གི་བུས་པ་ཡོངས་སུ་གསོ་བའི་བྱིར་འཇུག་པ་དེའི་ཚེ་གུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བུས་པ་ཁྲད་པར་ཅན་འགྱུར་བའི་རྒྱ་དང་། གུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འགྱུར་བ་དེ་ཡང་མིག་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱར་འགྱུར་བ་ཕན་ཚུན་དག་གི་དབང་གིས་ནི། གུན་གཞི་སྣ་མའི་གནས་སྐབས་ལས་གཞན་ཏུ་དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་འགྱུར་བར་འགྲོ་བ་དེས་ན་རྣམ་པར་ཚོགས་པ་དེ་དང་དེའི་འོག་མ་སྐྱེ་བུས་པའོ། །གུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དག་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོར་བསྟན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཚེ་འདི་ཉིད་ལ་སྟོས་ཏེ་བསྟན་པའོ། །

### གཉིས་པ་ནི།

ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་འཛིན་གཉིས་ཀྱི། །

བག་ཆགས་བཅས་པས་སྲ་མ་ཡི། །

ནམ་པར་སློན་པ་ཟད་ནས་གཞན། །

ནམ་སློན་སྐྱེད་པ་དེ་ཡིན་ནོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། ད་ལྟར་གྱི་ཆེ་ལས་མ་འོངས་པའི་ཆེ་ཇི་ལྟར་འབྱུང་ན། བསོད་  
ནམས་དང་། བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པ་དང་། མི་གཡོ་བའི་ལས་ཏེ། ལས་དེས་  
མ་འོངས་པའི་ལུས་མངོན་པར་འགྱུབ་པར་ཀུན་གཞི་ནམ་པར་ཤེས་པ་ལ་རུས་  
བ་སྐྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་དང་། འཛིན་བ་གཉིས་ནི་  
གཟུང་བར་འཛིན་པ་དང་། འཛིན་པར་འཛིན་པ་སྟེ། སློན་བྱུང་བའི་འཛིན་བ་  
གཉིས་ཀྱིས་བཏབ་པ་མ་འོངས་པའི་དེའི་རིགས་ཀྱི་འཛིན་བ་གཉིས་འབྱུང་བའི་  
ས་སོན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འཛིན་བ་གཉིས་ཀྱི་བག་ཆགས་སོ། །དེ་ལ་ལས་ཀྱི་  
བག་ཆགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གིས་འགྲོ་བ་ཐ་དད་པས་ལུས་མི་འདྲ་བར་གྱུར་བ་ནི་  
ས་སོན་ཐ་དད་པ་སྐྱ་གུ་ཐ་དད་པ་བཞིན་ནོ། །འཛིན་བ་གཉིས་ཀྱི་བག་ཆགས་  
ནི་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཇི་ལྟར་རང་གིས་འཕངས་པའི་ལུས་སྐྱེད་པ་ལ་ཞུགས་  
བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་ས་སོན་ཀྱི་སྐྱ་གུ་

སྐྱེ་བ་ན་ཚུ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་འབའ་ཞིག་  
མ་ཡིན་གྱི། འཛིན་པ་གཉིས་ཀྱི་བག་ཆགས་དང་བཅས་པས་རྣམ་པར་སློན་  
བ་སྐྱེད་དོ། །ཆེ་རབས་སྣ་མ་དག་ན་བསགས་པའི་ལས་ཀྱིས་ཆེ་འདིར་རྣམ་  
པར་སློན་པ་མཛོན་པར་བསྐྱབས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཟད་ནས། རྒྱན་སྐྱབ་པོ་  
ལས།

ཆེ་དང་བོད་དང་རྣམ་ཤེས་འདིས། །  
གང་ཆེ་ལུས་ནི་བོར་གྱུར་བ། །  
དེ་ཆེ་ལུས་ནི་དོར་བ་སྟེ། །  
ཤིང་བཞིན་ཆོར་བ་མེད་པའོ། །

ཞེས་འཕངས་པའི་དུས་ཀྱི་མཐའ་ལ་གནས་པ་ན། ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཀྱི་  
སྟོབས་རི་ལྟ་བ་བཞིན་འཛིན་པ་གཉིས་ཀྱི་བག་ཆགས་དང་བཅས་པས་རྣམ་  
པར་སློན་པ་ཡོངས་སུ་སྐྱེད་པ་ལས། ཆེ་རབས་གཞན་གྱི་རྣམ་སློན་གྱུན་གཞི་  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེད་པ་དེ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། གྱུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མ་གཏོགས་  
པར་རྣམ་པར་སློན་པ་གཞན་མེད་པའི་སྤྱིར་དོ། །

གཉིས་པ་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ལ། ངོ་བོ་དང་། མེད་པའོ། །དང་བོ་ལ། ཀུན་བརྟགས།  
གཞན་དབང་། ཡོངས་གྲུབ་བོ། །དང་བོ་ནི།

རྣམ་པར་རྟོག་པ་གང་གང་གིས། །  
དངོས་པོ་གང་གང་རྣམ་བརྟགས་པ། །  
དེ་ཉིད་ཀུན་ཏུ་བརྟགས་པ་ཡི། །  
ངོ་བོ་ཉིད་དེ་དེ་མེད་དོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། རྣམ་པར་རྟོག་པ་གང་ཡང་རུང་བ་གང་གིས། རྣམ་པར་བརྟགས་  
པར་བྱ་བ་ནང་གི་དངོས་པོ་འཕམ། ཕྱིའི་དངོས་པོ་འཕམ། ཐ་ན་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཚོས་  
ཀྱི་བར་དུ་དངོས་པོ་གང་དང་གང་རྣམ་པར་བརྟགས་པ་དེ་ཉིད་ནི་ཀུན་ཏུ་བརྟགས་  
པ་ཡི་ངོ་བོ་ཉིད་དེ། གང་གི་ཕྱིར་ན་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ཡུལ་དམིགས་པ་དེ་  
ཐམས་ཅད་ནི་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་མེད་པ་སྟོ་བརྟགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དོ། །

གཉིས་པ་ནི།

གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་ཉིད། །  
རྣམ་རྟོག་ཡིན་ཏེ་རྒྱུན་ལས་བྱུང་། །

ཞེས་པ་སྟེ། གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི། དགོ་བ་དང་། མི་དགོ་བ་དང་།  
ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་བྱེ་བྲག་ཐ་དད་པ་ཁམས་གསུམ་པའི་སེམས་དང་སེམས་  
ལས་བྱུང་བ། དབྱུས་མཐའ་ལས།

ཡང་དག་མ་ཡིན་ཀུན་རྟོག་ནི། །

སེམས་དང་སེམས་བྱུང་ཁམས་གསུམ་པ། །

ཞེས་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་རྣམས་ཡིན་ཏེ། བདག་ལས་གཞན་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་  
རྣམས་ལ་རག་ལས་ཤིང་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དོ། །

གསུམ་པ་ནི།

གྲུབ་ནི་དེ་ལ་སྣ་མ་པོ། །

ཉག་ཏུ་མེད་པར་གྱུར་བ་གང་། །

དེ་སྤྱིར་དེ་ཉིད་གཞན་དབང་ལས། །

གཞན་མིན་གཞན་མ་ཡིན་པའང་མིན། །

མི་ཉག་ལ་སོགས་བཞིན་དུ་བརྗོད། །

དེ་མ་མཐོང་བར་དེ་མི་མཐོང་། །

ཞེས་པ་སྟེ། མི་འགྲུར་བས་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ནི། གཞན་དབང་དེ་ལ་སྲ་མ་པོ་  
 ཉུན་བརྟགས་གཟུང་འཛིན་རྟག་ཏུ་བྲལ་བའམ་མེད་པར་གྱུར་པ་གང་ཉིད་དོ། །  
 བྲལ་བ་ཉིད་ནི་ཚོས་ཉིད་དོ། །ཚོས་ཉིད་ཚོས་ལས་གཞན་དང་གཞན་མ་ཡིན་  
 པར་མི་རུང་དོ། །ཡོངས་གྲུབ་ནི་གཞན་དབང་གི་ཚོས་ཉིད་དེ། དེའི་ཕྱིར་ཡོངས་  
 གྲུབ་དེ་ཉིད་གཞན་དབང་ལས་གཞན་པ་ཡང་མིན་ལ་གཞན་མ་ཡིན་པའང་མིན་  
 ཏེ། དཔེར་ན། མི་རྟག་པ་ཉིད་སྲུག་བསྐྱལ་བ་ཉིད་དང་། བདག་མེད་པ་ཉིད་མི་  
 རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་གཞན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཡང་མ་  
 ཡིན་པ་བཞེན་ཏུ་བརྗོད་དོ། །གལ་ཏེ་གཞན་དབང་ལ་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་  
 མེད་ན་དེ་རི་ལྟར་འཛིན། མི་འཛིན་ན་ནི་ཡོད་པར་རི་ལྟར་ཤེས་ཤེ་ན། འཛིག་  
 རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པས་མཐོང་བར་བྱ་བ་ཡོངས་  
 གྲུབ་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་དེ་མ་མཐོང་བར་གཞན་གྱི་དབང་དེ་མི་མཐོང་ལ། འཛིག་རྟེན་  
 ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྗེས་ལ་ཐོབ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ནི་མི་མཐོང་བ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པར་འཇུག་པའི་གཟུངས་ལས།

དེའི་རྗེས་ལ་ཐོབ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ནི། ཚོས་ཐམས་ཅད་སྦྱུ་མ་དང་། སྟོག་རྒྱ་  
 དང་། མི་ལམ་དང་། མིག་ཡོར་དང་། བྲག་ཅ་དང་། རྩ་ལྷ་དང་། སྦྱལ་བ་དང་  
 མཚུངས་པར་མཐོང་དོ། །

ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལྟར་ན་རྣམ་པར་རིག་པ་ཅམ་ཁོ་ན་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་  
སྟེ། འདི་ལྟར་རྣམ་པར་རིག་པ་ཅམ་ནི་གཞན་དབང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་དོ། །གཞན་  
དབང་དེ་ལ་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པར་སྐྱོ་བཏགས་པ་གང་ཡིན་པ་ནི་ཀུན་བཏགས་  
པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དོ། །གཞན་དབང་དེ་ཉིད་གཟུང་འཛིན་དང་གཏན་དུ་བྲལ་བ་གང་  
ཡིན་པ་དེ་ནི་ཡོངས་སུ་བྱུང་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་དོ། །

གཉིས་པ་མེད་པ་ནི།

- ངོ་བོ་ཉིད་ནི་རྣམ་གསུམ་གྱི། །
- ངོ་བོ་ཉིད་མེད་རྣམ་གསུམ་ལ། །
- དགོངས་ནས་ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ནི། །
- ངོ་བོ་ཉིད་མེད་བསྟན་པ་ཡིན། །
- དང་པོ་པ་ནི་མཚན་ཉིད་གྱིས། །
- ངོ་བོ་ཉིད་མེད་གཞན་པ་ཡང་། །
- དེ་ནི་རང་ཉིད་མི་འབྱུང་བས། །
- ངོ་བོ་ཉིད་མེད་གཞན་ཡིན་ནོ། །
- ཚོས་གྱི་དོན་གྱི་དམ་བཤང་དེ། །
- འདི་ལྟར་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱང་དེ། །



དུས་རྒྱུས་ཀྱི་འདུག་པའི་འཛིན་ཉིད། །

དེ་ཉིད་རྒྱུས་པར་རིག་པ་ཅམ། །

ཞེས་པ་སྟེ། རང་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་ཡོད་པ་ལྟར་འགྲུང་བས་ངོ་བོ་ཉིད་  
 ཅེས་བྲུ་བ་ནི། གཞན་དབང་ལ་སོགས་པ་རྒྱུས་པ་གསུམ་ཡིན་ཅིང་། དེ་དག་  
 གི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་སྟེ། མཚན་ཉིད་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་དང་། སྐྱེ་བ་ངོ་བོ་ཉིད་  
 མེད་པ་དང་། རོན་དམ་པ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་རྒྱུས་པ་གསུམ་ལ་དགོངས་ནས།  
 ཀུན་བརྟགས་དང་། གཞན་དབང་དང་། ཡོངས་གྲུབ་ཀྱི་ཚོས་རྒྱུས་པ་ཐམས་  
 ཅད་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་བརྟན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་དང་པོ་བ་ཀུན་བརྟགས་  
 བེ་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་སྟེ། དེའི་མཚན་ཉིད་ནི་བརྟགས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ཀུན་བརྟགས་ལས་གཞན་པ་ཡང་གཞན་དབང་དེ་ནི་སྐྱེ་བ་འཛིན་དུ་རྒྱུ་  
 གཞན་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་འགྲུང་གི་རང་ཉིད་སྐྱེ་བ་དང་བྲལ་བའམ་མི་འགྲུང་བས་  
 བ་སྐྱེ་བ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་གཞན་ཡིན་ནོ། །ནམ་མཁའ་ལྟར་ཐམས་ཅད་དུ་ངོ་  
 གཅིག་པ་དང་། ཇི་མ་མེད་པ་དང་། མི་འགྲུང་བའི་ཚོས་ཡོངས་གྲུབ་ནི། རོན་  
 དམ་པ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་སྟེ། དེ་ནི་དངོས་པོ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །  
 གཞན་དབང་གི་ཚོས་རྒྱུས་པ་ཀྱི་ཚོས་ཉིད་རོན་ཀྱི་དམ་པའང་ཡོངས་གྲུབ་དེ་  
 ཉིད་ཡིན་ལ། རོན་དམ་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་ཟད། འདི་ལྟར་དེ་འཛིན་ཉིད་དང་།

སྣོང་བ་ཉིད་དང་། ཡང་དག་པའི་མཐའ་དང་། མཚན་མ་མེད་པ་དང་། མི་གཉིས་  
པ་ཉིད་དང་། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་དབྱིངས་དང་། བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཉིད་དང་།  
མི་འགག་པ་དང་། མི་སྐྱེ་བ་དང་། འདུས་མ་བྱས་པ་དང་། ཟུང་ན་ལས་འདས་  
པ་སོགས་ཀྱང་དེ་ཡིན་ལོ། །ཅིའི་ཕྱིར་དེ་བཞིན་ཉིད་ཅེས་བྱ་ཞེ་ན། སོ་སོའི་སྐྱེ་  
བོ་དང་། སློབ་པ་དང་། མི་སློབ་པའི་དུས་རྣམས་ཀྱང་ན་དེ་བཞིན་ཡོད་ཅིང་།  
ནམ་ཡང་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་བས་དེ་བཞིན་ཉིད་ཅེས་བྱའོ། །དེ་བཞིན་ཉིད་དེ་  
ཁོང་དུ་ཚུད་ན་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པའི་མཚན་ཉིད་ཁོང་དུ་ཚུད་པ་སྟེ། འཇིག་  
རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི་རྣམ་པར་རིག་པ་ཅམ་མོ། །

གསུམ་པ་ངོ་བོའི་འབྲས་བུ་ལ། བསྐྱོམ་པ་དང་། མངོན་རྟོགས་སོ། །དང་པོ་ལ།  
མི་གནས། རོར་བ། གནས་པའོ། །དང་པོ་ནི།

- རི་སྤིད་རྣམ་རིག་ཅམ་ཉིད་ལ། །
- རྣམ་པར་ཤེས་པ་མི་གནས་པ། །
- དེ་སྤིད་འཇིན་པ་རྣམ་གཉིས་ཀྱི། །
- བག་ལ་ཉལ་བ་མི་སྐྱོག་གོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། རི་སྤིད་དུ་སེམས་ཀྱི་ཚོས་ཉིད་རྣམ་པར་རིག་པ་ཅམ་ཉིད་ལ་རྣམ་

འབྱོར་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མི་གནས་པ་དེ་སྲིད་དུ་གཟུང་བའི་འཛིན་པ་དང་  
འཛིན་པའི་འཛིན་པ་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་བག་ལ་ཉལ་བ་མི་ལྡོག་གོ། །དེའི་བག་ལ་  
ཉལ་ནི་མ་འོངས་པའི་འཛིན་པ་གཉིས་སྐྱེ་བར་བྱ་བའི་སྲིད་འཛིན་པ་གཉིས་  
ཀྱིས་ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་ས་བོན་བཏབ་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི།

འདི་དག་རྣམ་རིག་ཚམ་ཉིད་ཅེས། །  
དེ་སྐྱེ་དུ་ནི་དམིགས་ནས་སྟ། །  
ཅི་ཡང་རུང་སྟེ་མདུན་འཛོག་ན། །  
དེ་ནི་ཚམ་ལ་མི་གནས་སོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། འདི་དག་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་རིག་པ་ཚམ་ཉིད་ཅེས་རི་ལྟར་ཐོས་  
པ་བཞིན་དུ་ཡིད་ཀྱིས་དེ་སྐྱེ་དུ་ནི་དམིགས་ནས་སྟ། རི་སྲིད་ནང་གི་འཕམ་སྲིད་  
དམིགས་པ་ཅི་ཡང་རུང་བ་སྟེ། གང་ཞིག་མདུན་དུ་འཕམ་སེམས་ལ་མངོན་དུ་  
འཛོག་ན། དེ་སྲིད་དུ་ནི་རྣམ་པར་རིག་པ་ཚམ་ཀྱི་དམིགས་པ་མ་སྦྱངས་པའི་  
སྲིད་སེམས་ཀྱི་ཚོས་ཉིད་ལ་མི་གནས་སོ། །

གསུམ་པ་ནི།

ནམ་ཞིག་ཤེས་པས་དམིགས་པ་རྣམས། །

མི་དམིགས་དེ་ཡི་ཚེ་ན་ནི། །

རྣམ་པར་རིག་པ་ཙམ་ལ་གནས། །

གཟུང་བ་མེད་པས་དེ་འཛིན་མེད། །

ཅེས་པ་སྟེ། **ནམ་ཞིག་དམིགས་པ་ཡོངས་སུ་བསལ་ནས་ཤེས་པས་སེམས་**  
**ལས་སྤྱི་འོལ་གྱི་དམིགས་པ་རྣམས་མི་དམིགས་ཏེ།** མི་མཐོང་མི་འཛིན་ལ་  
མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་ཅིང་། དམིགས་མེད་ཀྱི་དོན་ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་བུ་བཞེན་  
དུ་མཐོང་ལ། **དཔུས་ལོང་ལྟ་བུ་མཐུ་མེད་པ་ནི་མ་ཡིན་པ་དེ་ཡི་ཚེ་ན་ནི།** རྣམ་  
པར་ཤེས་པའི་འཛིན་པ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་ཡང་སྤངས་ཤིང་། རང་གི་སེམས་  
ཀྱི་ཚོས་ཉིད་**རྣམ་པར་རིག་པ་ཙམ་ལ་ཡང་གནས་པ་ཡིན་ཏེ།** གཟུང་བ་ཡོད་  
ན་འཛིན་པར་འགྱུར་མོད། **གཟུང་བ་མེད་པས་དེ་འཛིན་ཡང་མེད་པར་རྟོགས་**  
**པར་འགྱུར་གྱི།** གཟུང་བ་མེད་པ་འབའ་ཞིག་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་དམིགས་  
པར་བྱ་བ་དང་། དམིགས་པར་བྱེད་པ་ལ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པས་མཉམ་པ་  
འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་འབྱུང་སྟེ། གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་ལ་མངོན་  
པར་ཞེན་པའི་བག་ལ་ཉལ་སྤོང་ཞིང་། རང་གི་སེམས་ཀྱི་ཚོས་ཉིད་རྣམ་པར་

རིག་པ་ཙམ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་ཡང་སེམས་གནས་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་མངོན་རྟོགས་ལ། ཡེ་ཤེས། གནས་ཀྱང། རོ་བོ། འབྲས་བུའོ། །དང་  
པོ་ནི།

དེ་ནི་སེམས་མེད་མི་དམིགས་པ། །

འཇིག་རྟེན་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ། །

ཞེས་པ་སྟེ། རྣམ་པར་རིག་པ་ཙམ་ཉིད་ལ་ཞུགས་པའི་རྣམ་འབྱོར་དེ་ནི་འཇིག་  
པའི་སེམས་མེད་པ་དང་། གཟུང་བའི་དོན་མི་དམིགས་པའི་མཐོང་ལམ་སྟེ།  
འཇིག་རྟེན་ན་འདྲིས་པར་མ་བྱས་པ་དང་། ཀུན་དུ་འབྱུང་བ་མེད་པ་དང་། རྣམ་  
པར་མི་རྟོག་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་ཀླུ་བའི་ཕྱིར། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་  
པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱང་དེའོ། །

གཉིས་པ་ནི།

གནས་ཀྱང་གཞན་དུ་གྱུར་པ་སྟེ། །

གནས་ངན་ལེན་གཉིས་སྤངས་པས་སོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། འདིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་གོང་ནས་གོང་དུ་བྱེ་བྲག་ཏུ་  
འགྲོ་བས། གུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ས་སོན་ཐམས་ཅད་པའི་གནས་གྲང་  
གཞན་དུ་གྱུར་བ་སྟེ། གནས་ངན་ལེན་དང་། རྣམ་པར་སྤྲིན་པ་དང་། གཉིས་  
ཀྱི་བག་ཆགས་ཀྱི་དངོས་པོ་ལོག་ན། གོ་རིམས་བཞིན་དུ་ལས་སུ་རུང་བ་  
དང་། ཚོས་ཀྱི་སྐྱེ་དང་། མི་གཉིས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དངོས་པོར་གྱུར་བའོ། །གནས་  
གྲང་པ་དེ་ཡང་གང་སྤངས་པས་ཐོབ་པར་འགྱུར་ན། ཉོན་མོངས་པའི་སྐྱིབ་པའི་  
གནས་ངན་ལེན་དང་། ཤེས་བྱའི་སྐྱིབ་པའི་གནས་ངན་ལེན་གཉིས་ནི་སྤངས་  
པས་སོ། །

གསུམ་པ་ནི།

དེ་ཉིད་ཟག་པ་མེད་དང་དབྱིངས། །

བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་དགོ་དང་བརྟན། །

དེ་ནི་བདེ་བ།

ཞེས་པ་སྟེ། གནས་གྲང་པའི་རང་བཞིན་དེ་ཉིད་ནི། ཟག་པ་ཐམས་ཅད་དང་  
བྲལ་བས་ཟག་པ་མེད་པ་དང་། འཕགས་པའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་དབྱིངས་དང་། ཉོག་གའི་སྟོན་ཡུལ་མ་ཡིན་པ་དང་། འཕགས་པ་རྣམས་

གྱིས་སོ་སོ་རང་གིས་རིག་པ་དང་། དེ་ལ་དབེ་མེད་པའི་སྲིར་བསམ་གྱིས་མི་  
བྱུང་པ་དང་། རྣམ་པར་དག་པའི་དམིགས་པའི་བདེ་བ་དང་། ཟག་པ་མེད་པའི་  
ཚོས་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་སྲིར་དགོ་བ་དང་། ཉམ་པ་དང་མི་ཟད་པའི་སྲིར་  
བརྟན་པ་དང་། གང་མི་ཉམ་པ་ནི་སྤྲུག་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ཅིང་། དེ་ནི་ཉམ་པ་ཉིད་  
གྱི་སྲིར་བདེ་བའོ། །

བཞི་པ་ནི།

རྣམ་གྲོལ་སྤྱོ། །

སྲུབ་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་ཞེས་བྲ། །

ཞེས་པ་སྟེ། གནས་སྤྱིར་པའི་མཚན་ཉིད་དེ་ནི། ཉོན་མོངས་པའི་སྤྱིབ་པ་སྤངས་  
པས་ཉོན་མོས་རྣམས་གྱི་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་སྤྱོའོ། །ས་དང་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་  
བསྐྱོམས་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་སྤྱིབ་པ་སྤངས་པས་གནས་སྤྱིར་པ་  
ཡང་དག་པར་སྲུབ་པའི་སྲིར་སྲུབ་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་གྱི་སྤྱོ་སྟེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པ་ནི་ལུས་དང་དག་དང་ཡིད་སྲུབ་པ་མཚོག་དང་སྤྲོད་པས་སྲུབ་པ་ཆེན་པོ།  
སྲུབ་པའི་དབང་པོ། སྲུབ་པའི་མཚོག། སྲུབ་པའི་རྒྱལ་པོ། སྲུབ་པའི་དབང་སྤྲུག་  
ཅེས་བྲོའོ། །

གསུམ་པ་ཐ་མར་དགེ་བ་ལ། མཛད་བྱང་དང་། འགྱུར་བྱང་ངོ་། །དང་པོ་ནི།  
རྫོང་བྱེད་ཤོ་ལོ་ག་སྐྱུ་རྩུ་ཡོད་པའི་གཞུང་ཚིག་ལེའུར་བྱས་པ་འདི། རྒྱ་གར་  
འཕགས་ལུལ་གྱི་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་མཛད་ཅིང་། ཆ་ཡོངས་  
སུ་ཚང་བར་གྱུར་པས་ན་རྫོགས་སོ། །།

གཉིས་པ་ནི། རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་རི་མི་ཏ་སྟེ་རྒྱལ་བའི་བཤེས་གཉེན་  
དང་། ལྷོ་ལེརྩུ་བོ་རྟེ་སྟེ་རྩུལ་བྲིམས་དབང་པོ་བྱང་རྩུབ་དང་། ལྷོ་ཆེན་གྱི་ལོ་རྩུ་  
བ་བན་དེ་ཡེ་ཤེས་སྟེ་རྣམས་གྱིས་བསྟན་པ་སྲ་དར་གྱི་དུས་ན་རྒྱ་གར་ལེགས་  
སྲུང་གྱི་སྐད་ལས་བོད་དབུས་གཙང་དག་པའི་སྐད་དུ་བསྐྱུར་ཅིང་། རྒྱ་བོད་  
སྐད་གཉིས་པན་རྩུབ་བསྐྱུགས་པས་ལྷོ་ཆེན་བཤེས་ཏེ་འཆད་ཉན་གྱིས་གཉན་  
ལ་པབ་ནས་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་མཛད་པའོ། །།

སྐྱུས་པ།

སེམས་ཡིད་རྣམ་ཤེས་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཚོགས། །  
ཀུན་བརྟགས་གཞན་དབང་ཡོངས་སུ་བྱུབ་པ་ནི། །  
ཐེག་པ་ཆེ་རྩུང་སྲུགས་དང་བཅས་པ་ཡི། །  
བརྫོང་བྱ་གནད་གྱི་མན་དག་ཐབ་མོ་ཡིན། །



འདི་དག་ཐམས་ཅད་ཚང་ལ་མ་ཉོར་བ། །  
ཚིག་ཉུང་དོན་འདུས་ཁ་གསལ་གོ་བདེ་བས། །  
རྣམ་པར་བཤད་པའི་རབ་བྱེད་སུམ་ཅུ་པ། །  
འཕགས་བོད་ཀུན་ནི་ཉི་མུ་ལྟ་བུར་གྲགས། །  
  
རི་ལྟར་མཁས་པར་རྫོམས་པ་བྱུང་རྣམས་ཀྱང་། །  
སེམས་ཡིད་རྣམ་ཤེས་གནད་ལ་ཐུག་པ་ན། །  
ལུགས་འདིར་མ་བརྟེན་པལ་ཆེར་མེད་པ་ནི། །  
སོ་སོས་དངས་པའི་ལུང་གིས་ཤེས་པར་འགྱུར། །  
  
བདག་ཀྱང་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་རྣམ་བཞག་ལ། །  
ཤེན་ཏུ་སྐོག་གྱུར་ཉིད་དུ་མ་སོང་བའང་། །  
གཞུང་བཟང་འདི་ཡི་བཀའ་དྲིན་ཁོ་ནའི་ཕྱིར། །  
བྱས་ཤེས་དེ་གཞིའི་འགྲེལ་བ་སེམས་གསལ་བྱིས། །  
  
འདི་ཉིད་སློ་གྲོས་འཕེལ་བའི་གསོས་གྱུར་བས། །  
མ་རིག་ཐུན་པའི་ཚོགས་ནི་རབ་བསལ་ཉེ། །  
བསྟན་པ་དར་རྒྱས་འགྲོ་ཀུན་སངས་རྒྱས་ཐོབ། །

## བཟུང་གིས་དཔལ་འབར་འཇམ་སྒྲིང་རྒྱན་དུ་ཤོག།

ཅེས་སུམ་ཅུ་པའི་ཚིག་ལེན་ལུས་བྱས་པའི་རྒྱུ་སེམས་དོན་གསལ་བ་འདི་ཉིད། ཚོས་མཆེད་དམ་པ་  
མཁན་སྤུལ་ཨ་བསྟན་ལུན་ཚོགས་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་བཀའ་བསྟུན་པ་ལ་བརྟེན་ནས། རྒྱལ་ཁམས་  
པ་སློབ་བྱུང་དགའ་དབང་གིས། སུམ་ཅུ་པའི་འགྲེལ་པ་དང་། སུང་པོ་ལྗེའི་རབ་བྱེད་དེ་རྒྱ་གཞུང་དག་  
གི་ཚིག་སྣ་བསྟུས་ཏེ་རྒྱ་གར་དོ་ཇི་གདན་དུ་ལེགས་པར་སྦྱར་བའོ། །



DHARMA EBOOKS PUBLICATIONS



This work is licensed under Creative Commons Attribution-Non-Commercial-NoDerivatives 4.0 International License.

2021 © Kyodrak Ghawang

Cover and Layout: Beata Tashi Drolkar

First edition: October 2021.

DHARMAEBOOKS.ORG

དམ་ཚཱིས་འབྲུལ་དེབ་འདི་ཉིད་དམ་ཚཱིས་བང་མཛོད་ཚོགས་པའི་ལས་འཆར་ཞིག་དང་། དེ་ཡང་  
དཔལ་ལྗར་བྱུང་བའང་ཀམ་པ་སླུ་ཕྱིང་བཅུ་བདུན་པ་ཚེན་པོ་ཨོ་རྒྱན་ཕྱིན་ལས་རྗོ་རྗོ་མཚོག་གི་  
བཀའ་འཁྲུལ་ལམ་སྟོན་འོག་བཀོལ་སྦྱོད་རུས་པ་ཡིན། །



འཕྲིན་ལུགས་ལྷན་ཁང་།  
正法寶藏  
Dharma Treasure