



བྱང་ཅེ་གྲ་ཚང་གི་བསྐྱམས་གྲ་  
ཕྱོགས་བསྒྲིགས།



མངོན་པ་ལོ། མཁས་གྲུབ་སྤྱིན་པ་དར་རྒྱས།  
མཁན་ཚེན་སྣོ་བཟང་བསྟན་པ།

དགའ་ལྷན་བྱང་ཅེ་དཔེ་མངོན་ཁང་།

༡༡། །མཁས་གྲུབ་སྦྱིན་པ་དར་རྒྱས་ཀྱི  
བསྐྱེས་གྲུ་ཕྱོགས་བསྐྱིགས་དང་མཁན་ཆེན་  
སློ་བཟང་བསྟན་པའི་རྟགས་རིགས་  
བཅས་བཞུགས་སོ།།



མཛད་པ་པོ། །མཁས་གྲུབ་སྦྱིན་པ་དར་རྒྱས།  
མཁན་ཆེན་སློ་བཟང་བསྟན་པ།  
དགའ་ལྗན་གྲུང་ཅེ་མོས་བསམ་ལོར་སྦྱིང་དཔེ་མཛོད་ཁང་།  
དེབ་སྦྱིང་ང་ལྟ་བུ།

GADEN JANGTSE THOESAM NORLING LIBRARY

འགན་འཛིན། རོ་ར་དགེ་བཤེས་སུན་ཚོགས་ཚེ་རིང་།

ཚ་བ་དགེ་བཤེས་གནས་བརྟན་བཟང་ཤེས།

འབྲུལ་དེབ་སྐྱེག་སྐྱོར་བ། ཏར་གདོང་བསོད་ནམས་དགའ་བ།

རྒྱབ་ཤིང་ལྷན་འགོད་བ། ཏར་གདོང་བསོད་ནམས་དགའ་བ།



བྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལྷ་ ༡༢ ཚེས་ ༢༥ ཉིན་དགའ་ལྷན་གྲང་ཕྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་  
གིས་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བབ།

### GADEN JANGTSE LIBRARY

Lama Camp No.1 P.O. Tibetan Colony 581411 Mundgod

Distt Karwar Karnataka State INDIA

Ph#: (+91-8301) 245757

E-Mail: [gajanglibrary@yahoo.co.in](mailto:gajanglibrary@yahoo.co.in)

website: [www.gajanglibrary.org](http://www.gajanglibrary.org)

# སྲིད་བརྗོད།

༡༡། །དེ་ཡང་འདི་ག་ཡེ་འཇམ་མགོན་སྐྱེ་མ་ཙཱ་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་གདན་ས་དགའ་ལྗན་གྲང་ཅེ་གྲ་  
 ཚང་གི་དཔེ་མཛོད་ཁང་ནས་དཔལ་ན་ལེ་རྒྱའི་ཚོས་བརྒྱུད་དེ་མ་མེད་པའི་རིག་གཞུང་བོད་བརྒྱུད་ནང་  
 བསྟན་ལ་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་འཇུག་པ་བདེ་བའི་སྲིད་དུ་དུས་རབས་ཀྱི་འགྲུང་འགོས་དང་མཐུན་  
 བར་དེབ་གཞུགས་མང་དག་ཅིག་འཇུག་དེབ་ PDF བཅོ་བཞིན་པའི་ཁོངས་ནས་བསྐྱུས་གྲུ་སྤྲོགས་  
 བསྐྱུགས་ཀྱི་འཇུག་དེབ་འདིའི་ནང་དུ་གྲང་ཅེའི་གྲ་ཚང་གི་སྐོར་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡིག་ཆ་མཁས་གྲུབ་  
 སྤྱིན་པ་དང་རྒྱས་ཀྱིས་མཛད་པའི་སློབ་རིག་གི་རྣམ་གཞག་དང་། རྟགས་རིགས་ཟུར་རྒྱན། དུལ་  
 དུལ་ཅན་གྱི་རྣམ་གཞག་རྒྱ་འབྲས་འཁོར་ལོ། མཁས་ཆེན་སློབ་མཚན་བསྟན་པས་མཛད་པའི་རྟགས་  
 རིགས་བརྗོད་དོན་གསལ་བའི་མེ་ལོང་བཅས་གཞུང་ཚན་ཁག་ལྔ་བཞུགས་ལ། རིགས་པའི་གཞུང་  
 ལུགས་འདི་དག་གྲང་ནང་བསྟན་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་པར་ཉ་ཅང་མཁོ་གལ་ཆེ་ཞིང་རིགས་པའི་ལམ་གྱི་  
 སློབ་རྒྱུ་འབྱེད་པའི་གསེར་གྱི་སྤེལ་གྲུ་སྤྲོད་སྤང་བས་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ་ཕན་པ་འབའ་ཞིག་  
 གི་སྦྲད་དུ་འཇུག་དེབ་དུ་བཀོད་པ་ལགས་ཤིང་། རོར་འཇུག་མང་དག་ཅིག་ཡོད་སྲིད་པས་ན་དོན་  
 གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ་སྤྲོད་ནས་བཅོད་གསོལ་གྲངས་མེད་ལྷོ་རྒྱ་དང་། རྣམ་དཔྱོད་ཡངས་པའི་རྒྱ་ཆེའི་  
 གཞུགས་པ་པོ་རྣམ་པས་འཇུག་དེབ་འདིའི་ནང་དུ་ཡི་གེ་ལྷག་ཆད་སོགས་སྤྱིན་གྱི་རིགས་གང་ཡོད་  
 རྣམས་དེད་ཅག་དཔེ་མཛོད་ལས་བྱེད་པར་མཚམས་སྦྱོར་འབྲུང་ཆེ་དགའ་བསུ་ལྷོ་རྒྱ་ཡིན། མཐའ་  
 དོན་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་འདི་དག་འཇུག་དེབ་དུ་བཀོད་པའི་རྣམ་དཀར་དགེ་བའི་རྩ་བ་འདི་ལ་  
 བརྟེན་ནས་འཇམ་གླིང་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཡེ་སྤྱི་ལོར་ཡེ་གོང་ས་རྒྱལ་དབང་བཅུ་བཞི་བ་ཆེན་པོ་མཚོ་ག་  
 གི་དཔུས་བསྟན་འཛིན་གྱི་སྤྲེས་དུ་དམ་པ་ས་ཡི་སྟེང་ན་སུ་བཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་ཆེ་ཞབས་པད་  
 བསྐྱལ་བརྒྱུད་བརྟེན་ཅིང་མཛད་འཕྲིན་རྒྱས་པ་དང་། འཇམ་གླིང་དུལ་གྲུ་ཀུན་དུ་ནད་ཡམས་དམག་  
 འཇུག་ལུ་གེ་སོགས་མི་འབྲུང་བར་རང་དབང་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྦྱོང་ཐུབ་པ་དང་། བོད་  
 གཞིས་བྱེས་མཉམ་འཛོམས་ཀྱི་ཉི་མ་སྤྱར་དུ་འཆར་བའི་སློན་འདུན་དང་བཅས།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ ལོའི་ཟླ་ ༩ པའི་ཚེས་ ༢༥ ཉིན་དགའ་བྲང་དཔེ་མཛོད་འགན་འཛིན་གྱིས།

# དཀར་ཆག

## མཁས་གྲུབ་སྤྱིན་པ་དར་རྒྱས་ཀྱིས་མཛད་པའི་སློ་རིག

- ༡) སློ་རིག་གི་རྣམ་བཞག་བཤད་པ། ..... 1
- ༢) སློ་རིག་ལ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་བཤད་པ། ..... 3
- ༣) ཚད་མ་དང་ཚད་མིན་ཤེས་པ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་བཤད་པ། ..... 4
- ༤) མངོན་སུམ་བཤད་པ། ..... 5
- ༥) དབང་པོའི་མངོན་སུམ་བཤད་པ། ..... 6
- ༦) ཡིད་མངོན་བཤད་པ། ..... 8
- ༧) རང་རིག་མངོན་སུམ་བཤད་པ། ..... 10
- ༨) རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་བཤད་པ། ..... 11
- ༩) མངོན་སུམ་ལྟར་སྤང་བཤད་པ། ..... 16
- ༡༠) རྗེས་དཔག་བཤད་པ། ..... 17
- ༡༡) རྟག་འཛིན་སེམས་བཤད་པ། ..... 26
- ༡༢) རང་ལས་ངེས་དང་གཞན་ལས་ངེས་ཀྱི་ཚད་མ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་བཤད་པ། ..... 28
- ༡༣) ཚད་མ་ལ་སྐྱས་བརྗོད་རིགས་ཀྱི་སློ་རྣམས་དབྱེ་བ་བཤད་པ། ..... 34
- ༡༤) ཚད་མིན་ཀྱི་ཤེས་པ་བཤད་པ། ..... 37
- ༡༥) ཡིད་དཔྱོད་བཤད་པ། ..... 39
- ༡༦) སྤང་ལ་མ་ངེས་པའི་སློ་བཤད་པ། ..... 43
- ༡༧) དབྱུང་ཤེས་བཤད་པ། ..... 45
- ༡༨) ལོག་ཤེས་བཤད་པ། ..... 47

༡༩) རྩེ་ཚོམ་བཤད་པ། ..... 50

༢༠) རྩོག་པ་དང་རྩོག་མེད་གྱི་ཤེས་པ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་བཤད་པ། ..... 52

༢༡) འབྲུལ་ཤེས་དང་མ་འབྲུལ་བའི་ཤེས་པ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་བཤད་པ། ..... 57

༢༢) དབང་ཤེས་དང་ཡིད་ཤེས་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་བཤད་པ། ..... 57

༢༣) སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་བཤད་པ། ..... 59

༢༤) སེལ་འཇུག་གི་སློབ་དང་སྐྱབ་འཇུག་གི་སློབ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་བཤད་པ། ..... 66

༢༥) སློབ་རིག་ལ་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་བཤད་པ། ..... 71

༢༦) སློབ་རིག་ལ་བདུན་དུ་དབྱེ་བ་བཤད་པ། ..... 71

༢༧) བྱུང་མཐའི་འདོད་ཚུལ་བཤད་པ། ..... 71

### རྟགས་རིགས་བརྗོད་དོན་གསལ་བའི་མེ་ལོང་།

༢༨) གཏན་ཚིགས་གྱི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ། ..... 76

༢༩) གཏན་ཚིགས་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ། ..... 77

༣༠) རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ། ..... 92

༣༡) རྟགས་ཡང་དག་གི་དབྱེ་བ་བཤད་པ། ..... 95

༣༢) འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ། ..... 96

༣༣) འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་གི་དབྱེ་བ་བཤད་པ། ..... 98

༣༤) མཚན་གཞིའི་སྟེང་དུ་མཚན་ཉིད་ངེས་བྱེད་གྱི་ཚད་མ་བཤད་པ། ..... 100

༣༥) རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ། ..... 105

༣༦) རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་དབྱེ་བ་བཤད་པ། ..... 107

༣༧) མཚན་གཞིའི་སྟེང་དུ་མཚན་ཉིད་ངེས་བྱེད་གྱི་ཚད་མ་བཤད་པ། ..... 112

༡༤) མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ། ..... 114

༡༥) མི་སྣང་བ་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་བཤད་པ། ..... 116

༡༦) སྣང་རུང་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་བཤད་པ། ..... 118

༡༧) རྟགས་ཡང་དག་ལ་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཀྱི་སློན་ནས་དབྱེ་བ་བཤད་པ། ..... 131

༡༨) རྟགས་ཡང་དག་ལ་སྐྱབ་ཚུལ་གྱི་སློན་ནས་དབྱེ་བ་བཤད་པ། ..... 133

༡༩) རྟགས་ཡང་དག་ལ་སྐྱབ་བྱའི་སློན་ནས་དབྱེ་བ་བཤད་པ། ..... 144

༢༠) རྟགས་ཡང་དག་ལ་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་འཇུག་ཚུལ་གྱི་སློན་ནས་དབྱེ་བ་བཤད་པ། ..... 145

༢༡) རྟགས་ཡང་དག་ལ་སློན་པའི་སློན་ནས་དབྱེ་བ་བཤད་པ། ..... 146

༢༢) རྟགས་ཡང་དག་གི་ལོག་ཕྱོགས་གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྣང་བཤད་པ། ..... 149

༢༣) དེ་སྐྱབ་ཀྱི་འགལ་བའི་གཏན་ཚིགས་བཤད་པ། ..... 149

༢༤) དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མ་དེས་པའི་གཏན་ཚིགས་བཤད་པ། ..... 152

༢༥) དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཚིགས་བཤད་པ། ..... 156

༢༦) རྟགས་དཔེ་ཕྱོགས་གསུམ་གྱི་སློན་ལོན་བཤད་པ། ..... 158

### རྟགས་རིགས་བྱུང་རྒྱུ།

༣༡) རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ། ..... 165

༣༢) བཏགས་མིང་དང་དངོས་མིང་དུ་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ། ..... 167

༣༣) དེ་སྐྱབ་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་བཤད་པ། ..... 171

༣༤) དེ་སྐྱབ་ཀྱི་སློན་པའི་དངོས་བྱུང་བ། ..... 181

༣༥) འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་བཤད་པ། ..... 187

༣༦) རང་བཞིན་རྟགས་ཡང་དག་བཤད་པ། ..... 190

༤༧) མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་བཤད་པ། ..... 194

༤༨) རྟོགས་ཚོས་ཅན་གྱི་གཏན་ཚིགས་བཤད་པ། ..... 202

**ཡུལ་ཡུལ་ཅན།**

༤༩) ཁ་ཅིག་དགག་པ། ..... 209

༥༠) ཡུལ་གྱི་མཚན་ཉིད་དང་དབྱེ་བ་བཤད་པ། ..... 214

༥༡) ཡུལ་ཅན་གྱི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ། ..... 219

༥༢) གང་ཟག་བཤད་པ། ..... 222

༥༣) ཚད་མ་བཤད་པ། ..... 223

༥༤) ཚད་མིན་གྱི་ཤེས་པ་བཤད་པ། ..... 226

༥༥) རྫོང་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་བཤད་པ། ..... 228

༥༦) མིང་བཤད་པ། ..... 228

༥༧) ཚིག་བཤད་པ། ..... 231

༥༨) ཡི་གེ་བཤད་པ། ..... 232

༥༩) རིགས་རྫོང་གི་སྐྱ་དང་ཚོགས་རྫོང་གི་སྐྱ་གཉིས་ཀྱི་བྱང་པར། ..... 234

༦༠) ཚོས་ཅན་རྫོང་པའི་སྐྱ་དང་ཚོས་རྫོང་པའི་སྐྱ་གཉིས་ཀྱི་བྱང་པར། ..... 238

༦༡) ཚོད་པ་སྲོང་བ། ..... 242

**རྒྱ་ལབས་འཁོར་ལོ།**

༦༢) རྒྱ་བཤད་པ། ..... 244

༦༣) བྱེད་རྒྱ་བཤད་པ། ..... 245

༦༤) ལྷན་ཅིག་འབྲུང་བའི་རྒྱ་བཤད་པ། ..... 247



༢༥) ལྷལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་བཤད་པ། ..... 250

༢༦) མཚུངས་ལྡན་གྱི་རྒྱ་བཤད་པ། ..... 250

༢༧) ཀུན་འགྲོའི་རྒྱ་བཤད་པ། ..... 251

༢༨) རྣམ་སྤོང་གྱི་རྒྱ་བཤད་པ། ..... 252

༢༩) འདས་མ་འོངས་ཡོད་མེད་བཤད་པ། ..... 255

༣༠) དེ་དག་གི་ཚོད་པ་སྤང་བ། ..... 256

༣༡) རྒྱ་རྒྱུན་བཤད་པ། ..... 265

༣༢) དམིགས་རྒྱུན་བཤད་པ། ..... 265

༣༣) དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་བཤད་པ། ..... 266

༣༤) བདག་རྒྱུན་བཤད་པ། ..... 266

༣༥) འབྲས་བུ་བཤད་པ། ..... 268

༣༦) འབྲས་བུ་ལྡན་བཤད་པ། ..... 268

༣༧) རྒྱ་འབྲས་གཉིས་ཀའི་ཚོད་པ་སྤོང་བ། ..... 269

༣༨) དཔར་བྱང་སློབ་ཚིག། ..... 273



༄༅། །སྤང་ཅེ་གྲུ་ཚང་གི་བཅི་བཞག་ཏུ་གནང་བའི་སྐོ་རིག་གི་རྣམ་གཞག་  
 ལེགས་བཤའ་ཀུན་འདུས་ལུང་རིགས་ཀྱི་བང་མཛོད་  
 ཅེས་བྲུ་བ་བཞུགས་སོ།།

འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱིས་དངོས་སུ་རྗེས་བཟུང་ཚད་མའི་བསྟན་བཅོས་བརྒྱ་ཅ་  
 མཛོད། །ལོག་སྐྱེ་འདམ་བུའི་ཚལ་ཀུན་རབ་འཛོམས་སྟོབ་དཔོན་སྐྱོགས་ཀྱི་སྤང་པོ་  
 དང། །སྐྱེ་ངན་ཚར་གཅོད་སྐྱལ་ལྡན་རྗེས་འཛིན་དཔལ་ལྡན་ཚོས་ཀྱི་གྲགས་བ་སྟེ། །རྒྱལ་  
 བའི་ལུང་བསྟན་རིག་པའི་རལ་གྱི་སྐྱོགས་སྤང་ཚོས་གྲགས་ཞབས་ལ་འདུད། །

སྐོ་རིག་གི་རྣམ་གཞག་བཤའ་བ།

དེ་ལ་འདིར་སྐོ་རིག་གི་རྣམ་གཞག་བཤའ་བ་ལ། མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ། གྲུབ་མཐའི་  
 འདོད་ཚུལ་བཤའ་བ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་གིས། དུལ་རིག་པར་བྱ་  
 བ་སྐོ་འཛོམས་ཉིད་ཟེར་ན། སྐྱེས་བུ་ཚོས་ཅན། སྐོ་ཡིན་པར་ཐལ། དུལ་རིག་པར་བྱ་བ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དུལ་ཚོས་ཅན། སྐྱེས་བུས་ཁྱོད་རིག་པར་བྱ་བ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། ཁྱོད་གཞི་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། བྱས་པ་ལ་ཁོ་ན་རེ། གཞི་གྲུབ་ན་སྐྱེས་བུས་ཉོགས་  
 པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། གཞི་གྲུབ་ན། གང་ཟག་  
 གིས་ཉོགས་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། གཞི་གྲུབ་ན། གང་ཟག་  
 གིས་ཁྱོད་ཚད་མས་ཉོགས་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྱབ།

འདོད་ན། བདག་ཚེས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྲིད། འདོད་ན། ཅིས་དང་བྱས་པས། གང་  
 ཟག་གིས་བདག་ཚད་མས་རྟོགས་པར་འདོད་ཟེར་ན། གང་ཟག་གི་བདག་ཚེས་ཅན།  
 ཚད་མས་མ་རྟོགས་པར་ཐལ། ཚད་མས་མ་དམིགས་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། གང་ཟག་  
 གི་བདག་ཚད་མས་མ་དམིགས་པར་ཐལ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཡིན་པའི་སྲིད།

ཡང་ཁ་ཅིག་གིས། དུལ་རིག་བ་སློའི་མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། སློ་ཡིན་ན། དུལ་རིག་  
 བ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། དུལ་རིག་བ་སློའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྲིད། ཉགས་ཁས།  
 འདོད་ན། ཚད་མ་ཚེས་ཅན། དུལ་རིག་བ་ཡིན་པར་ཐལ། སློ་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་  
 ན། ཚད་མ་ཚེས་ཅན། སློ་ཡིན་པར་ཐལ། རིག་བ་ཡིན་པའི་སྲིད། ཅ་བར་འདོད་ན།  
 ཚད་མ་ཚེས་ཅན། དུལ་ཤེས་བ་ཡིན་པར་ཐལ། དུལ་རིག་བ་ཡིན་པའི་སྲིད། ཉགས་  
 ཁས། འདོད་ན། ཚད་མ་ཚེས་ཅན། དུལ་ཤེས་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དུལ་དངོས་པོ་མ་  
 ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། ཚད་མ་ཚེས་ཅན། དུལ་དངོས་པོ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དུལ་  
 ཉགས་བ་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། ཚད་མ་ཚེས་ཅན། དུལ་ཉགས་བ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 གཞི་གྲུབ་ན་དུལ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། གཞི་གྲུབ་ན་དུལ་ཡིན་པས་  
 ཁྲབ་པར་ཐལ། གཞི་གྲུབ་ན་ཚད་མའི་དུལ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་སྲིད། གཞན་ཡང་། སློ་  
 ཡིན་ན། དུལ་རིག་པའི་སློ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། དུལ་རིག་བ་སློའི་མཚན་ཉིད་  
 ཡིན་པའི་སྲིད། ཉགས་ཁས། འདོད་ན། དུལ་མ་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་གི་རྐྱེད་ཀྱི་སློ་  
 ཚེས་ཅན། དུལ་རིག་པའི་སློ་ཡིན་པར་ཐལ། སློ་ཡིན་པའི་སྲིད། ཉགས་སླ། འདོད་མི་  
 རུས་ཏེ། དུལ་རྟོགས་པའི་སློ་མ་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། ཁྱོད་ཀྱིས་དུལ་མ་རྟོགས་པའི་སྲིད།

བྱས་པ་ལ། ཁོ་ན་རེ། ཡུལ་མ་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་སློབ་ཡུལ་  
 རྟོགས་པར་ཐལ། ཡུལ་མ་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་གི་ཡུལ་རྟོགས་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་  
 བ། ཡུལ་མ་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་ཡུལ་རྟོགས་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱི་  
 ཡུལ་ཚད་མས་རྟོགས་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲུབ། མ་གྲུབ་ན། ཡུལ་མ་རྟོགས་པའི་གང་  
 ཟག་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་ཡུལ་ཚད་མས་རྟོགས་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱི་ཡུལ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་  
 ཏེ། ཁྱོད་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཡང་ཁོ་ན་རེ། ཚད་མ་ཚོས་ཅན། ཡུལ་རིག་པ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། ཡུལ་ཚད་མས་རིག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲུབ། མ་གྲུབ་ན། ཡུལ་  
 ཚོས་ཅན། ཚད་མས་རིག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཚད་མས་རིག་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
 ཏེ། ཚད་མས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
 གཞལ་བྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། །

རང་ལུགས་ནི། རིག་པ་སློབ་མཚན་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཚད་མ་རིག་གཏེར་ལས།  
 རིག་པ་སློབ་མཚན་ཉིད་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།

**སློབ་ཤིང་ལ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་བཤད་པ།**

གཉིས་པ་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ལ། གཉིས་སུ་དབྱེ་བ། གསུམ་དུ་དབྱེ་བ། བདུན་དུ་དབྱེ་  
 བ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་དུག་ཡོད་དེ། ཚད་མ་དང་ཚད་མིན་གྱི་ཤེས་པ་གཉིས་  
 སུ་དབྱེ་བ། རྟོག་པ་དང་རྟོག་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ། འཇུག་ཤེས་དང་མ་  
 འཇུག་པའི་ཤེས་པ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ། དབང་ཤེས་དང་ཡིད་ཤེས་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ།

སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ། སེལ་འཇུག་གི་སློབ་དང་སྐྱབ་འཇུག་གི་སློབ་  
གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

**ཚད་མ་དང་ཚད་མིན་ཤེས་པ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་བཤད་པ།**

དང་པོ་ལ། ཚད་མ་བཤད་པ་དང་། ཚད་མིན་གྱི་ཤེས་པ་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ།  
མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ། ཚོད་པ་སློང་བ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། གསར་དུ་མི་བསྐྱེད་  
བའི་རིག་པ་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཚད་མ་རྣམས་འགྲེལ་ལས། ཚད་མ་བསྐྱེད་  
ཅན་ཤེས་པ། །ཞེས་པ་དང་། མ་ཤེས་དོན་གྱི་གསལ་བྱེད་ཀྱང་། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར། དེ་ཡང་། གསར་དུ་ཞེས་པས་དབྱེད་ཤེས་ཚད་མ་ཡིན་པ་གཙོ་བོར། མི་བསྐྱེད་བའི་  
པས་ཡིད་དབྱེད་ཚད་མ་ཡིན་པ་གཙོ་བོར། རིག་པ་ཞེས་པས་དབང་པོ་གཞུགས་ཅན་པ་  
ཚད་མ་ཡིན་པ་གཙོ་བོར། །

དེ་ཡང་མདོ་སྟེ་བ། སེམས་ཅམ་པ། རང་རྒྱུད་པ་རྣམས་ཀྱི་ལུགས་ཡིན་གྱི། བྱེ་  
བྲག་སྐྱེ་བ། ཐལ་འགྱུར་བ་རྣམས་ཀྱིས་གསར་དུ་མི་བསྐྱེད་བའི་རིག་པ་ཚད་མའི་མཚན་  
ཉིད་དུ་ཁས་མི་ལེན་ཏེ། བྱེ་བྲག་སྐྱེ་བས་དེ་ལྟར་ཁས་མི་ལེན་པ་གང་ཞེས། ཐལ་འགྱུར་  
བས་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་གྲུབ་སྟེ། བྱེ་བྲག་སྐྱེ་བས་ཚད་མ་ཡིན་ན། གསར་  
དུ་མི་བསྐྱེད་བའི་རིག་པ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པ་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེས་ཚད་མ་ཡིན་  
ན། རིག་པ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པ་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། བྱེ་བྲག་  
སྐྱེ་བས་ཉེན་བཅས་ཀྱི་དབང་པོ་གཞུགས་ཅན་པ་སྟེ་ཀ་ཚད་མར་ཁས་ལེན་པ་གང་ཞེས།

དེས་དེ་ལྷ་ཀ་རིག་པར་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་གྲུབ་སྟེ། བྱེ་བྲག་སྐྱ་བའི་ལྷགས་  
འཆད་པའི་སྐྱབས་སུ། གྲུབ་མཐའ་རྒྱ་མཚོར་འཇུག་པའི་གྲུ་རྗེརས་ལས། རྟེན་བཅས་ཀྱི་  
དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་པ་ཡང་ཚད་མར་འདོད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་གྲུབ་སྟེ། བྱེ་བྲག་སྐྱ་བས་རྟེན་བཅས་ཀྱི་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་པ་  
རྣམས་ཤེས་པར་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར། དེས་དེ་རྣམས་གཟུགས་སུ་ཁས་ལེན་པའི་  
ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། རང་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྐྱ་བ་བཞི་ཀས་དབང་པོ་གཟུགས་  
ཅན་པ་ཡིན་ན། གཟུགས་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པར་ཁས་ལེན་པའི་ཕྱིར། ཐལ་འགྱུར་བའི་  
ལྷགས་འོག་ཏུ་འཆད་དོ། །གཉིས་པ་ཚད་མའི་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ལ། མངོན་སུམ་དང་  
རྗེས་དབུག་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་དང་། རང་ལས་ངེས་དང་གཞན་ལས་ངེས་ཀྱི་ཚད་མ་  
གཉིས་སུ་དབྱེ་བ། སྐྱས་བརྗོད་རིགས་ཀྱི་སློ་རས་དབྱེ་བ་དང་གསུམ་ལས།

**མངོན་སུམ་བཤད་པ།**

དང་པོ་ལ། མངོན་སུམ་རང་གི་ངོ་བོ་བཤད་པ་དང་། ཞར་ལ་མངོན་སུམ་སྒྲར་སྒྲང་  
བཤད་པ་དང་གཉིས་ཡོད་ཅིང་། དང་པོ་ལ། མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས་ལས།  
དང་པོ་ནི། རྟོག་པ་དང་བྲལ་ཞིང་མ་འཇུག་པའི་རིག་པ་མངོན་སུམ་ཀྱི་མཚན་ཉིད་  
དང་། རྟོག་པ་དང་བྲལ་ཞིང་མ་འཇུག་པའི་གསར་དུ་མི་བསྐྱུ་བའི་རིག་པ། མངོན་སུམ་  
ཀྱི་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་དུ་མངོ་སྟེ་པས་ཁས་ལེན་ཅིང་། རྟོག་པ་དང་བྲལ་ཞིང་བག་  
ཆགས་བརྟེན་འབྱུང་གི་རིག་པ་མངོན་སུམ་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དང་། རྟོག་པ་དང་བྲལ་ཞིང་

བག་ཆགས་བརྟེན་འབྲུང་གི་གསར་དུ་མི་བསྐྱུ་བའི་རིག་པ། མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མའི་  
 མཚན་ཉིད་དུ་སེམས་ཚམ་བས་ཁས་ལེན། མངོན་སུམ་གསར་དུ་མི་བསྐྱུ་བའི་རིག་  
 པ་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་དུ་མངོ་སེམས་གཉིས་ཀས་ཁས་ལེན་པ་ཡིན་  
 ཏེ། ཚད་མ་ཀུན་བརྟུས་ལས། མིང་དང་རིགས་སོགས་སྦྱར་བ་ཡི། རྟོག་པ་དང་བྲལ་  
 མངོན་སུམ་མོ། །ཞེས་དང་། ཚད་མ་རྣམ་འགྲེལ་ལས། མངོན་སུམ་རྟོག་དང་བྲལ་བ་  
 རེ། །མངོན་སུམ་ཉིད་གྱིས་འགྲུབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། ཚད་མ་རྣམ་ངེས་ལས།  
 མངོན་སུམ་རྟོག་བྲལ་མ་འཁྲུལ་བ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་རེ། མངོན་སུམ་ལ་དབྱེ་ན། དབང་པོའི་མངོན་སུམ། ཡིད་གྱི་མངོན་  
 སུམ། རང་རིག་མངོན་སུམ། རྣམ་འགྲུར་མངོན་སུམ་དང་བཞི་ལས།

**དབང་པོའི་མངོན་སུམ་བཤད་པ།**

དང་པོ་ལ། མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་རེ། རང་གི་ཐུན་མོང་མ་  
 ཡིན་པའི་བདག་རྐྱེན་དུ་གྱུར་པའི་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པ་  
 གང་ཞེག རྟོག་པ་དང་བྲལ་ཞིང་མ་འཁྲུལ་པའི་རིག་པ། དབང་པོའི་མངོན་སུམ་གྱི་  
 མཚན་ཉིད། གཉིས་པ་ངེ་ལ་དབྱེ་ན། དབང་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་ཚད་མ། དབྲུད་ཤེས།  
 ལྡང་ལ་མ་ངེས་པའི་སྣོ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་རེ། གཟུགས་འཛིན་དབང་མངོན་  
 སྐད་ཅིག་དང་པོ་ལྟ་བུའོ། །

གཉིས་པ་རེ། གཟུགས་འཛིན་དབང་མངོན་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་ལྟ་

བུའོ། །གསུམ་པ་ནི། ཡིད་སྤྱོད་སྟོན་པ་ལ་ལྟག་པར་ཆགས་བཞིན་པའི་སྐྱེས་བུའི་རྒྱུད་  
 གྱི་གཟུགས་འཛིན་དབང་མངོན་ལྟ་བུའོ། །དེས་ན། གཟུགས་འཛིན་དབང་མངོན་སྐྱད་  
 ཅིག་དང་པོ་ཚད་མ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་འཛིན་དབང་མངོན་སྐྱད་ཅིག་དང་པོ་དང་གཉིས་  
 པ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་དང་པོ་ཁོ་ན་ཚད་མ་ཡིན་ཏེ། གཏན་ཚིགས་ཐེགས་པ་ལས། དང་  
 པོ་ཡུལ་སྐྱེན་མོང་མ་ཡིན་པ་མཐོང་བ་གང་ཡིན་པ་ཁོ་ན་ཚད་མ་ཡིན་ལ། ཞེས་དང་།  
 བཤ་ཆེན་ཆོས་མཚོག་གི་འཐད་ལྟར་རྒྱུད་བ་ལས། མངོན་སུམ་དང་རྗེས་སུ་དབག་  
 པའི་ཚད་མ་སྐྱད་ཅིག་མ་དང་པོ་ཉིད་ནི་ཚད་མ་ཡིན་ལ། དེ་དག་གི་རྒྱུན་དུ་རྒྱུར་བའི་  
 རྒྱབ་པ་དང་བདེ་བ་ཐ་མི་དད་པ་སྤྱི་མ་རྣམས་ནི་ཚད་མ་ཡིན་པ་སྤངས་པའོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་སྤྱིར།

ཡང་དབང་མངོན་ལ་དབྱེ་ན། གཟུགས་འཛིན་དབང་མངོན། སྤྱོད་འཛིན་དབང་  
 མངོན། དྲི་འཛིན་དབང་མངོན། རོ་འཛིན་དབང་མངོན། དེག་འཛིན་དབང་མངོན་དང་  
 ལྟ་ལས། དང་པོ་ནི། རང་གི་སྐྱེན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྒྱུན་དུ་རྒྱུར་པའི་མིག་དབང་  
 དང་། རང་གི་དམིགས་རྒྱུན་དུ་རྒྱུར་པའི་གཟུགས་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པ་གང་ཞིག་  
 རྟོག་པ་དང་བྲལ་ཞིང་མ་འཇུག་པའི་རིག་པ། གཟུགས་འཛིན་དབང་མངོན་གྱི་མཚན་  
 ཉིད། དེ་བཞིན་དུ་རང་གི་སྐྱེན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྒྱུན་དུ་རྒྱུར་པའི་རྣ་བའི་དབང་  
 པོ་དང་། རང་གི་དམིགས་རྒྱུན་དུ་རྒྱུར་པའི་སྤྱོད་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པ་སོགས་སྤྱི་མ་  
 རྣམས་ལའང་རིགས་འགྲེལ། །



### ཡིད་མངོན་བཤད་པ།

གཉིས་པ་ཡིད་མངོན་ལ། མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ། ཚོད་པ་སྟོང་བ་དང་གསུམ་ལས། དང་  
 སོ་ནི། རང་གི་སྐྱེ་མེད་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྒྱུ་དུ་གྱུར་པའི་ཡིད་དབང་ལ་བརྟེན་  
 བས་སྐྱེས་པ་གང་ཞིག། རྟོག་པ་དང་བུལ་ཞེས་མ་འཇུག་པའི་གཞན་རིག་གི་ཤེས་པ་  
 དེ་ཡིད་མངོན་གྱི་མཚན་ཉིད། གཉིས་པ། དེ་ལ་དབྱེ་ན། ཡིད་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་ཚད་  
 མ། དབྱེད་ཤེས། ལྡང་ལ་མ་ངེས་པའི་སྟོང་དང་གསུམ་ལས། དང་སོ་ནི། གཞན་སེམས་  
 ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས་དང་། གཞན་སེམས་ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས་སྐྱད་ཅིག་དང་སོ་  
 ལྟ་བུའོ། གཉིས་པ་ནི། གཞན་སེམས་ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པ་ལྟ་  
 བུའོ། །གསུམ་པ་ནི། ཡིད་གཟུགས་མཛེས་པ་ལ་ལྷག་པར་ཆགས་བཞེན་པའི་སྐྱེས་  
 བུའི་རྒྱུད་གྱི་སྐྱེ་འཛིན་ཡིད་མངོན་ལྟ་བུའོ། །དེས་ན་མངོན་ཤེས་ཡིན་ན་ཡིད་མངོན་  
 ཡིན་པས་ཁྱབ་སྟེ། དེ་ཡིན་ན་ཡིད་ཤེས་སུ་གྱུར་པའི་གཞན་རིག་གི་མངོན་སུམ་ཡིན་  
 བས་ཁྱབ་པའི་སྤྱིར་ཉེ། ལྟའི་མིག་གི་མངོན་ཤེས་དེ། མིག་གི་མངོན་ཤེས་ཡིན་ཀྱང་།  
 མིག་གི་ཤེས་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེ་བཞེན་དུ། ལྟའི་རྣ་བའི་མངོན་ཤེས་དེ། རྣ་བའི་  
 མངོན་ཤེས་ཡིན་ཀྱང་། རྣ་བའི་ཤེས་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྟོང་བ་ལ། ཁོ་ན་རེ། སྟོན་གནས་རྗེས་དྲན་གྱི་མངོན་ཤེས་  
 ཚོས་ཅན། ཡིད་མངོན་ཡིན་པར་ཐལ། མངོན་ཤེས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེ་ཚོས་  
 ཅན། ཡིད་མངོན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟོག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན།

དེར་ཐལ། དམ་ཤེས་ཡིན་པའི་སྲིར་ཏེ། རང་ཡུལ་དམ་པའི་ཤེས་བ་ཡིན་པའི་སྲིར་ཟེར་ན།  
 མ་འབྲལ་སྟེ། རྣམ་མཁུལ་ཚོས་ཅན། དེས་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། རང་ཡུལ་དེས་པའི་ཤེས་  
 པ་ཡིན་པའི་སྲིར། འབྲལ་བ་འགྲིག་འདོད་མི་རུས་ཏེ། རྟོག་མེད་གྱི་ཤེས་བ་ཡིན་པའི་སྲིར།  
 འབྲལ་སྟེ། དམ་ཤེས་དང་དེས་ཤེས་གང་རུང་ཡིན་ན། རྟོག་པ་ཡིན་དགོས་པའི་སྲིར།

ཁོ་རེ། ལྷའི་མིག་གི་མངོན་ཤེས་ཚོས་ཅན། ཡིད་མངོན་ཡིན་པར་ཐལ། མངོན་  
 ཤེས་ཡིན་པའི་སྲིར། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། ཡིད་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 སྲིར། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། ཡིད་ཤེས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དབང་ཤེས་ཡིན་པའི་སྲིར་  
 ཏེ། མིག་ཤེས་ཡིན་པའི་སྲིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། མིག་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། རང་  
 གི་སྤྱོད་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྒྱུན་དུ་གྱུར་པའི་མིག་དབང་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པའི་  
 དིག་པ་ཡིན་པའི་སྲིར་ཏེ། རང་གི་བདག་རྒྱུན་དུ་གྱུར་པའི་མིག་དབང་ལ་བརྟེན་ནས་  
 སྐྱེས་པའི་དིག་པ་ཡིན་པའི་སྲིར། ཟེར་ན། མ་འབྲལ། རྟོགས་གྲུབ་སྟེ། རང་གི་བདག་  
 རྒྱུན་དུ་གྱུར་པའི་ལྷའི་མིག་དབང་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པའི་དིག་པ་ཡིན་པའི་སྲིར་ཏེ།  
 ལྷའི་མིག་གི་མངོན་ཤེས་ཡིན་པའི་སྲིར། འབྲལ་སྟེ། མངོན་ཤེས་རྒྱལ་གི་ནང་ཚན་གང་  
 ཞིག་རང་གི་བདག་རྒྱུན་དུ་གྱུར་པའི་ལྷའི་མིག་དབང་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱང་ཞིང་། འཇིག་  
 རྟེན་གྱི་ཁམས་སུ་གཟུགས་སྤྲ་རགས་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བ་དེ། ལྷའི་མིག་གི་མངོན་  
 ཤེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྲིར། དེ་ལྟར་དུ། རྗེ་བཅུན་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་པར་  
 སྲིན་མཐའ་དཔྱོད་དུ་གསུངས་པའི་སྲིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ལ་སྟོས་ཤིག་དེ་བཞིན་དུ་ལྷའི་  
 རྣ་བའི་མངོན་ཤེས་ལའང་དིགས་འགྲོའོ།།

### རང་རིག་མངོན་སུམ་བཤད་པ།

གསུམ་པ་རང་རིག་མངོན་སུམ་ལ། མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི།  
 འཛིན་རྣམ་རང་རིག་གི་མཚན་ཉིད། རྟོག་པ་དང་བྲལ་ཞིང་མ་འཇུག་བའི་འཛིན་རྣམ།  
 རང་རིག་མངོན་སུམ་གྱི་མཚན་ཉིད། རྟོག་པ་དང་བྲལ་ཞིང་མ་འཇུག་བའི་གསར་དུ་  
 མི་བསྐྱུ་བའི་འཛིན་རྣམ། རང་རིག་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད། གཉིས་པ་དེ་  
 ལ་དབྱེ་ན། རང་རིག་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་བའི་ཚད་མ། དབྱུང་ཤེས། ལྡང་ལ་མ་ངེས་  
 བའི་ཚོྲོ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། མིག་ཤེས་ཉམས་སུ་སྐྱོང་བའི་རང་རིག་མངོན་  
 སུམ་དང་། མིག་ཤེས་ཉམས་སུ་སྐྱོང་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་སྐྱད་ཅིག་དང་པོ་ལྟ་  
 བུའོ། །གཉིས་པ་ནི། མིག་ཤེས་ཉམས་སུ་སྐྱོང་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་སྐྱད་ཅིག་  
 གཉིས་པ་ལྟ་བུའོ། །གསུམ་པ་ནི། གངས་ཅན་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་བདེ་བ་ཤེས་པ་ཡིན་པ་  
 ཉམས་སུ་སྐྱོང་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་དང་། བྱེ་བྲག་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་བདེ་བ་ཤེས་པ་  
 ཡིན་པ་ཉམས་སུ་སྐྱོང་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་དང་། རྒྱང་འཕེན་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྗེས་  
 དཔག་ཚད་མ་ཡིན་པ་ཉམས་སུ་སྐྱོང་བའི་རང་རིག་རྣམས་ལྟ་བུའོ། །དེས་ན་ཤེས་  
 པ་ཡིན་ན་ཁྱོད་ཉམས་སུ་སྐྱོང་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་ཡོད་པས་ཁྱབ་སྟེ། ཤེས་པ་  
 ཡིན་ན་ཁྱོད་དང་ཁྱོད་ཉམས་སུ་སྐྱོང་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་གཉིས་ལུལ་དུས་རང་  
 བཞིན་གང་ལ་སྟོས་ཀྱང་གྲུབ་བདེ་རྗེས་གཅིག་ཡིན་པས་ཁྱབ་བའི་བྱིར། ཤེས་པ་ཡིན་  
 ན་རང་ཉིད་ཉམས་སུ་སྐྱོང་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་ཡོད་པས་ཁྱབ་ཀྱང་། ཤེས་པ་

ཡིན་ན་རང་ཉིད་ཉམས་སུ་སྤོང་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་གྱིས་རྟོགས་པས་མ་འབྲེལ་  
 ཅིང་། ཚད་མ་ཡིན་ཡང་དེ་ལྟར་མ་འབྲེལ་སྟེ། རྒྱུ་འབྱེད་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཤེས་པ་དུས་  
 མཐའི་སྐད་ཅིག་མ་དེ་ཤེས་པ་གང་ཞིག དེ་རང་ཉམས་སུ་སྤོང་བའི་རང་རིག་མངོན་  
 སུམ་གྱིས་མ་རྟོགས་པའི་སྤྱིར། དང་པོ་གྲུབ་སྟེ། དེ་ཤེས་པ་དུས་མཐའི་སྐད་ཅིག་མ་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཉེ། དེ་ཚུར་མཐོང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཤེས་པ་དུས་མཐའི་སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར། གཉིས་པ་མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། རྟོན་ཚུར་མཐོང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་རྟོན་ཉམས་སུ་  
 སྤོང་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་གྱིས་མ་རྟོགས་པར་ཐལ། རྟོན་ཚུར་མཐོང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་  
 མངོན་སུམ་གྱིས་མ་རྟོགས་པའི་སྤྱིར་ཉེ། རྟོན་སྤྱི་བའི་མི་རྟག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འབྲེལ་  
 སྟེ། སྤྱི་བའི་མི་རྟག་པ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཚུར་མཐོང་མེད་པའི་སྤྱིར། ལོང་དུ་  
 མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། སྤྱི་བའི་མི་རྟག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དུས་མཐའི་སྐད་ཅིག་མ་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཚད་མ་ཡིན་ཡང་དེ་ལྟར་མ་འབྲེལ་སྟེ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཀྱི་འབྲེལ་  
 པར་དུ་བྱས་པའི་ཚུར་མཐོང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཚད་མ་སྐྱོན་དུ་འགོ་བའི་སྤྱིར།

**རྣམ་འགྲུང་མངོན་སུམ་བཤད་པ།**

བཞི་བ་རྣམ་འགྲུང་མངོན་སུམ་དེ་ཉིད་འཆད་པ་ལ། ཚད་མ་ཀུན་བཏུས་ལས། རྣམ་  
 འགྲུང་རྣམས་ཀྱིས་སྤྲོ་མས་བསྟན། །མ་འདྲེས་པ་ཡི་དོན་ཅམ་མཐོང་། །ཞེས་གསུངས།  
 དོན་ནི། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། རྣམ་འགྲུང་མངོན་སུམ་ཡོད་དེ། རྣམ་འགྲུང་བ་རྣམས་  
 ཀྱིས་སྤྲོ་མ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བདེན་བཞིའི་གནས་ལུགས་

བསྐྱེས་ལྷན་པོ་གསུང་བཤམས་པའི་སྒྲིག་པ། དང་མ་འདྲེས་པའི་དོན་རང་མཚན་མངོན་སུམ་གསལ་བར་མཐོང་བའི་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཡིད་ཤེས་སུ་གྱུར་པའི་གཞན་རིག་གི་མཁྱེན་པ་རྣམས་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

འདྲིའི་སྐབས་སུ་མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ། མཐའ་དབྱུང་པ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྒྱུན་དུ་གྱུར་པའི་ཞི་ལྷག་རྒྱུང་འབྲེལ་གྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པ་གང་ཞིག་ཉོག་པ་དང་བྲལ་ཞིང་མ་འཇུག་པའི་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་གཞན་རིག་གི་མཁྱེན་པ་དེ། རྣམ་འབྱོར་མངོན་སུམ་གྱི་མཚན་ཉིད། དེ་གང་ཞིག་ཉོག་པ་དང་བྲལ་ཞིང་མ་འཇུག་པའི་གསར་དུ་མི་བསྐྱེས་པའི་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་གཞན་རིག་གི་མཁྱེན་པ་རྣམ་འབྱོར་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད། གཉིས་པ་ནི། དེ་ལ་ངོ་བོའི་སློབ་ནས་དབྱེ་བ། རྣམ་འབྱོར་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་པའི་མཐོང་ལམ། སློབ་ལམ། མི་སློབ་ལམ་དང་གསུམ་ཡོད། ཉེན་གྱི་སློབ་ནས་དབྱེ་བ། ཉན་ཐོས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་འབྱོར་མངོན་སུམ། རང་རྒྱལ་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་འབྱོར་མངོན་སུམ། བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་འབྱོར་མངོན་སུམ། སངས་རྒྱལ་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་འབྱོར་མངོན་སུམ། དེ་ལས་གཞན་པའི་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་འབྱོར་མངོན་སུམ་དང་ལྔ་ཡོད།

ཡང་དེ་ལ་དབྱེ་བ། རྣམ་འབྱོར་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་པའི་ཚད་མ་དང་དབྱུང་ཤེས་གཉིས་ཡོད་ཅིང་། རྣམ་འབྱོར་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་པའི་སྣང་ལ་མ་ངེས་པའི་སློབ་མེད་དེ། རྣམ་འབྱོར་མངོན་སུམ་ཡིན་ན་རང་གི་གཞན་བྱ་ངེས་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར་

ཏེ། ཚད་མ་རྣམ་འགྲེལ་ལས། སློབ་གྲོས་ཆེན་པོས་མཐོང་ཉིད་ལས། །རྣམ་པ་ཐམས་  
 ཅད་ངེས་པར་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། རྣམ་འགྲུབ་མཛོད་སུམ་དུ་གྱུར་བའི་  
 དབྱུང་ཤེས་ཡོད་ཀྱང་། གུན་མཁྱེན་ཡེ་ཤེས་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པ་ལྟ་བུ་ནི་དབྱུང་ཤེས་  
 མ་ཡིན་ཏེ། གུན་མཁྱེན་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། ཚད་མ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྣམ་  
 བཤད་ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་ལས། །ཁོ་བོས་ནི་ཁ་ནང་དུ་ཕྱོགས་ནས་ཇི་ཅམ་བསམས་  
 ཀྱང་། ཚད་མ་མ་ཡིན་པའི་གུན་མཁྱེན་དང་ཚད་མ་ལ་གསར་ཉོགས་ཀྱིས་མ་ཁྲབ་པ་  
 མ་ཚོར་རོ། །ཞེས་བ་དང་། ཚད་མ་ཡིད་ཀྱི་སྐྱེས་སེལ་ལས། ཚད་མ་སྐྱ་མས་བཟུང་བ་  
 ཅམ་ཀྱིས་དབྱུང་ཤེས་སུ་འགྱུར་ན། གུན་མཁྱེན་ཡེ་ཤེས་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པ་མན་ཚད་  
 དབྱུང་ཤེས་སུ་ཐལ་བ་སོགས་མཐའ་ཡས་པའི་གཞོན་བྱེད་ཡོད་ཀྱང་འོག་ཏུ་བསྟན་  
 བར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། །གསུམ་པ་མཐའ་དབྱུང་བ་ལ།

ཁ་ཅིག་ གུན་མཁྱེན་ཡེ་ཤེས་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པ་དབྱུང་ཤེས་ཡིན། དབྱུང་ཤེས་  
 ཡིན་ན་ཁྱོད་ཀྱི་གསར་དུ་ཉོགས་པའི་ཚོས་མེད་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། གུན་མཁྱེན་ཡེ་ཤེས་  
 སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། ཉགས་ཁྲབ་ཁས། འདོད་ན། གུན་  
 མཁྱེན་ཡེ་ཤེས་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པས་གསར་དུ་ཉོགས་པའི་ཚོས་ཡོད་པར་ཐལ། རྣམ་  
 མཁྱེན་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པས་གསར་དུ་ཉོགས་པའི་ཚོས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྣམ་མཁྱེན་  
 སྐྱད་ཅིག་དང་པོའི་རྗེས་སུ་རྣམ་མཁྱེན་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པ་གསར་དུ་སྐྱེས་པ་དེ། རྣམ་  
 མཁྱེན་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པས་གསར་དུ་ཉོགས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སྤྱི་དོན་རིག་རྒྱན་ལས།  
 རྣམ་མཁྱེན་སྐྱད་ཅིག་དང་པོ་སྐྱེས་ཕྱིན་ཚད་ཤེས་བྱ་གསར་ཡོད་མི་སྲིད་ན། དངོས་པོ་

ཉག་པར་འགྱུར་ལ། སྲིད་ན་གསར་ཡོད་དེ་ཉིད་གསར་དུ་རྟོགས་དགོས་པས་གསར་  
 རྟོགས་མེད་པ་ཉམས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། ལྷོན་པ་ཚད་མའི་  
 རྐྱེས་བྱར་བསྐྱབས་པ་དོན་མེད་པར་ཐལ། ཀུན་མཁུན་ཡེ་ཤེས་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་  
 ཚད་མ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་ཁས། འབྲེལ་སྟེ། སྲིད་དོན་རིགས་རྒྱན་ལས། ཀུན་  
 མཁུན་ཡེ་ཤེས་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་ཚད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ་ན། ལྷོན་པ་  
 ཚད་མའི་རྐྱེས་བྱར་བསྐྱབས་པ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

བྱས་པ་ལ། ཁོ་ན་རེ། ལྷོན་པ་ཡིན་ན་ཚད་མའི་རྐྱེས་བྱ་ཡིན་པས་འབྲེལ་བར་  
 ཐལ། ལྷོན་པ་ཚད་མའི་རྐྱེས་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། འདོད་བྱས་པ་ལ། ཕྱི་རོལ་པའི་  
 ལྷོན་པ་ཚོས་ཅན། ཚད་མའི་རྐྱེས་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། ལྷོན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་  
 ན། ཕྱི་རོལ་པའི་ལྷོན་པ་ལྷོན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཕྱི་རོལ་པའི་བསྟན་པ་བསྟན་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་འབྲེལ། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། ཕྱི་རོལ་པའི་བསྟན་བཅོས་བསྟན་  
 བཅོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། ཕྱི་རོལ་པའི་ལྷོན་པ་ལྷོན་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ལྷ་  
 ལྷེགས་པའི་ལྷོན་པ་ལྷོན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། ལྷོན་པ་ཞེས་པའི་མིང་དེ་ལྷ་ལྷེགས་  
 པའི་ལྷོན་པ་ལ་བཏགས་མིང་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། དེ་དེ་ལ་གཅམ་བུའི་ཚིག་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དཔེར་ན། རྩ་རྐྱེས་ལ་མེད་གོ་བཏགས་པ་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། དེ་སྐད་དུ་  
 ཡང་། བསྟོད་པ་ལེགས་བཤད་སྟོང་པོ་ལས། རྩ་རྐྱེས་ལ་ནི་མེད་གོ་བཞིན། །ལྷ་ལྷེགས་  
 ཅན་ལའང་གཅམ་བུའི་ཚིག་ །ཅེས་པ་དང་། དེའི་འགྲེལ་བ་སྣ་མེད་འདུག་དོགས་མ་  
 ལས། ལྷ་ལྷེགས་ཅན་སེར་སྐྱ་དང་། གཞེགས་གཞན་སོགས་ཚོས་ཅན། འབྲེལ་རྣམས་

སྟོན་པ་མཚན་ཉིད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། རྫོང་ལ་གཅམ་བུའི་ཚིག་གིས་སྟོན་པ་ཞེས་  
བཏགས་ནས་བརྗོད་པ་ཚམ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། རྩ་སྐྱེས་ལ་སེང་གེ་ཞེས་གཅམ་བུའི་  
ཚིག་བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།

ཡང་ཁོ་ན་རེ། ཕྱི་རོལ་པའི་སྟོན་པ་སྟོན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཕྱི་རོལ་པའི་འཆད་པ་  
སོ་འཆད་པ་སོ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན་མ་ཁྲབ། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། ཕྱི་རོལ་པའི་ཉན་པ་  
སོ་ཉན་པ་སོ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ལོང་དུ་འདོད་མི་བྱས་ཏེ། སྟོན་པ་ཡིན་ན། རང་གི་གཏུམ་  
བྱ་ལ་སྤང་དོར་གྱི་གནས་རྣམས་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་སྟོན་དགོས་པའི་སྤྱིར། འདི་ལྟར་  
བཤད་པ་ནི་ཉེན་འགྲེལ་བརྗོད་པ་ཅ་འགྲེལ་དང་མཐུན་པར་མ་བཟད། རྗེ་བཅུན་ཚོས་གྱི་  
རྒྱལ་མཚན་གྱི་སྤྲས་མཚོག་མཁས་གྲུབ་དགེ་འདུན་སློབ་བཟང་གི་རྣམ་འགྲེལ་ལེའུ་བཞིའི་  
མཐའ་དཔྱོད་དུ་ཡང་དེ་བཞིན་བཤད་པས། དེ་ལས་ལྷོག་སྟེ་སྤྱི་བར་མི་བྱའོ། །

ཡང་ཁོ་ན་རེ། ཀུན་མཁྲེན་ཡེ་ཤེས་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པ་དབྱུང་ཤེས་ཡིན་པར་  
ཐལ། བཞུ་ཚེན་ཚོས་མཚོག་གི་འཐད་ལྡན་རྒྱུང་བ་ལས། མངོན་སུམ་དང་རྗེས་སུ་  
དབག་པའི་སྐྱད་ཅིག་མ་དང་སོ་ཉིད་ནི་ཚད་མ་ཡིན་ལ་ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་སྤྱིར་  
ཟེར་ན་མ་ཁྲབ་སྟེ། ལུང་དེ་ནི་མངོན་སུམ་དང་རྗེས་དབག་སྐྱད་ཅིག་དང་སོ་ཚད་མ་  
དང་། སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པ་དབྱུང་ཤེས་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་གྱི། མངོན་སུམ་ཡིན་ན་  
རྫོང་སྐྱད་ཅིག་དང་སོ་ཚད་མ་དང་། གཉིས་པ་དབྱུང་ཤེས་ཡིན་པས་ཁྲབ་པ་མ་བཤད་  
པའི་སྤྱིར་ཏེ། མངོན་སུམ་ཡིན་ན། རྫོང་སྐྱད་ཅིག་དང་གཉིས་གཉིས་ཡོད་པས་མ་ཁྲབ་  
པའི་སྤྱིར། སྤྱིར་བྱེད་འོག་ཏུ་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་རྣམ་བཤད་གྱི་རྗེས་འབྲང་



འགའ་ཞིག་གིས་ཀུན་མཁྱེན་ཡེ་ཤེས་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པ་དབྱེད་ཤེས་སུ་བཤད་ཀྱང་།  
གོང་དུ་བྱངས་པའི་གཞུང་ཆེན་མོ་རྣམས་དང་མི་མཐུན་པས། ཀུན་མཁྱེན་ཡེ་ཤེས་གང་  
ཡིན་ཚད་མར་ཁས་ལེན་དགོས་སོ། །

ཁོ་ན་རེ། མངོན་སུམ་དང་དབྱེད་ཤེས་འགའ་བར་ཐལ། ཚད་མ་རིག་གཏེར་  
ལས། མངོན་སུམ་རྟོག་བྱལ་ད་ལྟ་བུ། །དབྱེད་ཤེས་འདས་པ་བྱེད་པར་བྱེད། །ཡུལ་དུ་  
འཛིན་སྟངས་འགའ་བས་ན། །གཞི་མཐུན་པ་ནི་ག་ལ་སྲིད། །ཅེས་གསུངས་པའི་བྱིར།  
ཟེར་ན་མ་ཁྱབ་སྟེ། བྱང་དེས་ས་སྐྱེ་བ་འགའ་ཞིག་གི་འདོད་པ་བརྗོད་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི།  
རང་ལུགས་ལ་སྐྱེ་རི་བཞིན་དུ་ཁས་ལེན་པར་མི་རིགས་པའི་བྱིར།

**མངོན་སུམ་ལྟར་སྐྱང་བཤད་པ།**

གཉིས་པ་མངོན་སུམ་ལྟར་སྐྱང་བཤད་པ་ལ། མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ། བསྐྱེད་ལས་བཤད་  
པ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། རང་གི་སྐྱང་ཡུལ་ལ་འབྱུང་བའི་རིག་པ། མངོན་སུམ་  
ལྟར་སྐྱང་གི་མཚན་ཉིད། དེ་དང་འབྱུང་ཤེས་དོན་གཅིག་གཉིས་པ་ནི། དེ་ལ་དབྱེ་  
བ། བདུན་ཡོད་དེ། རྟོག་པ་མངོན་སུམ་ལྟར་སྐྱང་བྱུག་དང་། རྟོག་མེད་མངོན་སུམ་ལྟར་  
སྐྱང་གཅིག་སྟེ་བདུན་ཡོད་པའི་བྱིར། དང་པོ་བྱུག་ཡོད་དེ། འབྱུང་བའི་རྟོག་པ། ཀུན་  
རྗོད་ཀྱི་རྟོག་པ། རྗེས་དཔག་གི་རྟོག་པ། རྗེས་སུ་དཔག་པ་ལས་བྱུང་བའི་རྟོག་པ། དབྱེ་  
པའི་རྟོག་པ། མངོན་འདོད་ཀྱི་རྟོག་པ་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར། མཚན་གཞི་རིམ་པ་  
ལྟར། དང་པོ་ནི། སྐྱེ་རྟོག་འཛིན་རྟོག་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། སྐྱེ་མི་རྟོག་རྟོགས་ཀྱི་རྗེས་

དབག་ལྟ་བུ། གསུམ་བ་ལྟེ། རྟག་འཛིན་སེམས་སུ་གྱུར་པའི་རྟོག་པ་ལྟ་བུ། བཞི་བ་ལྟེ།  
 རྗེས་དབག་གི་རྗེས་སུ་གྱུར་བའི་རྟོག་པ་ལྟ་བུའོ། །ལྟ་བ་ལྟེ། དེ་རིང་གི་དུས་སུ་འདས་  
 པའི་དོན་ཅན་པའི་རྟོག་པ་ལྟ་བུ། རྟག་པ་ལྟེ། དེ་རིང་གི་དུས་སུ་མ་འོངས་པའི་དོན་  
 མངོན་པར་འདོད་པའི་རྟོག་པ་ལྟ་བུའོ། །རྟོག་མེད་མངོན་སུམ་ལྟར་སྣང་དང་རྟོག་མེད་  
 ལོག་ཤེས་དོན་གཅིག་གོ། །དེ་ཡང་ཡིན་ཏེ། ཚད་མ་ཀུན་བརྟུས་ལས། འབྲུལ་དང་ཀུན་  
 རྗེས་ཤེས་པ་དང་། །རྗེས་དབག་རྗེས་སུ་དབག་ལས་གྱུར། །འབྲུལ་དང་མངོན་འདོད་  
 ཅེས་བུའོ། །མངོན་སུམ་ལྟར་སྣང་རབ་རིབ་བཅས། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། གསུམ་  
 པ་ལྟེ། མངོན་སུམ་ལྟར་སྣང་བདུན་པོ་དེ། རྟོག་པ་མངོན་སུམ་ལྟར་སྣང་གསུམ་དང་།  
 རྟོག་མེད་མངོན་སུམ་ལྟར་སྣང་གཅིག་སྟེ། བཞིར་འདུ་བ་ཡིན་ཏེ། རྟོག་པ་མངོན་སུམ་  
 ལྟར་སྣང་རྟག་པོ་དེ། བར་རྟེན་ཅན་གྱི་རྟོག་པ། དོན་གཞན་ལ་སློབ་འདོགས་པའི་རྟོག་པ།  
 སློབ་ཏུ་གྱུར་པའི་དོན་ཅན་གྱི་རྟོག་པ་གསུམ་དུ་འདུ་བའི་སྤྱིར་ཏེ། ཚད་མ་རྣམ་འགྲེལ་  
 ལས། མངོན་སུམ་ལྟར་སྣང་རྣམ་པ་བཞི། །རྟོག་པའི་ཤེས་པ་རྣམ་གསུམ་དང་། །རྟེན་  
 བསྐྱེད་པ་ལས་གྱུར་བ་ཅན། །རྟོག་པ་མེད་པ་གཅིག་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།  
 རྟོག་མེད་མངོན་སུམ་ལྟར་སྣང་གི་མཚན་གཞི་ནི། མིག་རབ་རིབ་གྱིས་བསྐྱེད་པ་ལས་  
 གྱུར་བའི་རྗེ་གཅིག་རྗེ་གཉིས་སུ་སྣང་བའི་དབང་ཤེས་ལྟ་བུའོ། །

### རྗེས་དབག་བཤད་པ།

གཉིས་པ་རྗེས་དབག་བཤད་པ་ལ། དངོས་དང་། ཞར་ལ་རྟག་འཛིན་སེམས་བཤད་

བ་གཉིས། དང་པོ་ལ། མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། གསར་དུ་  
 མི་བསྐྱེད་པའི་ཞེན་རིག་ རྗེས་དཔག་གི་མཚན་ཉིད། དེ་དང་རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཚད་མ་  
 དོན་གཅིག་ རྗེས་དཔག་གསར་དུ་མི་བསྐྱེད་པའི་རིག་བ། རྗེས་དཔག་ཚད་མའི་མཚན་  
 ཉིད་ཡིན་ཅིང་། རང་གི་རྟེན་དུ་གྱུར་པའི་རྟགས་ཡང་དག་བཤོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་  
 བ་གང་ཞེས། རང་གི་གཞུང་གྲུ་སྐྱོག་གྱུར་ལ་གསར་དུ་མི་བསྐྱེད་པའི་ཞེན་རིག་དེ། རང་  
 དོན་རྗེས་དཔག་གི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཚད་མ་གྱུར་བའུ་ལས། རྗེས་དཔག་རྣམ་  
 གཉིས་རང་དོན་ནི། །ཚུལ་གསུམ་རྟགས་ལས་དོན་མཐོང་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར། གཉིས་བ་ནི། དེ་ལ་ངོ་བོའི་སྣོན་ས་དབྱེ་ན། དངོས་སྣོན་ས་རྗེས་དཔག་ གྲགས་  
 པའི་རྗེས་དཔག་ ཡིད་ཆེས་རྗེས་དཔག་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། བྱས་པའི་རྟགས་  
 ལས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་རྟོགས་པའི་རྗེས་དཔག་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་བ་ནི། རྟོག་ལུལ་ན་ཡོད་  
 པའི་རྟགས་ལས་རི་བོང་ཅན་ལ་ལྷ་བ་ཞེས་པའི་སྐྱས་བརྗོད་རུང་དུ་རྟོགས་པའི་རྗེས་  
 དཔག་ལྟ་བུའོ། །གསུམ་བ་ནི། དབྱུང་གསུམ་གྱིས་དག་པའི་ལུང་གི་རྟགས་ལས། སྐྱིན་  
 པའི་ལོངས་སྣོད་ཁྲིམས་གྱིས་བདེ། །ཞེས་པའི་ལུང་རང་གི་བརྟན་དོན་ལ་མི་བསྐྱེད་པར་  
 རྟོགས་པའི་རྗེས་དཔག་ལྟ་བུའོ། །དབྱུང་བ་གསུམ་ནི། མངོན་སུམ་ཚད་མ། དངོས་  
 སྣོན་ས་རྗེས་དཔག་ ཡིད་ཆེས་རྗེས་དཔག་གསུམ་ལ་བྱེད་དོ། །

དེ་ཡང་གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་ལ། དངོས་སྣོན་ས་རྗེས་དཔག་གིས་བྱས་ཀྱང་།  
 དངོས་སྣོན་ས་རྗེས་དཔག་ལ་གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་གིས་མ་བྱས་སྟེ། སྐྱ་མི་རྟག་  
 རྟོགས་ཀྱི་རྗེས་དཔག་དེ་གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སྐྱ་རྟག་སྣོད་དུ་

ཉོགས་པའི་རྗེས་དཔག་དེ། གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་མ་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། དེར་  
 ཐལ། བྱས་པ་དེ་སྐྱེ་ཉལ་སྟོང་དུ་བསྐྱབ་པའི་གྲགས་པའི་ཉལ་མ་ཡིན་པའི་  
 སྲིད་ཏེ། འཇིག་རྟེན་ན་སྐྱེ་ཉལ་པས་སྟོང་པར་མ་གྲགས་པའི་སྲིད། ཡང་རྗེས་དཔག་  
 ལ་སྐྱམ་བཅོང་རིགས་ཀྱི་སྟོན་སྲོལ་དབྱེ་ན། རང་དོན་རྗེས་དཔག་དང་། གཞན་དོན་རྗེས་  
 དཔག་གཉིས་ལས། དང་པོ་དང་རྗེས་དཔག་དོན་གཅིག་ཅིང་། གཉིས་པ་ནི། སྤྲོ་སྤྲོ་  
 རང་གི་ཚད་མས་མཐོང་བའི་ཉལ་མ་གྱིས་ཚུལ་གསུམ་སྲི་སྤྲོ་ལ་གསལ་བར་སྟོན་པའི་  
 ཡན་ལག་གསུམ་ལྡན་གྱི་དག་རྣམ་དག་དེ། གཞན་དོན་རྗེས་དཔག་གི་མཚན་ཉིད་ཡིན་  
 ཏེ། ཚད་མ་ཀུན་བརྟམ་ལས། གཞན་དོན་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ནི། །རང་གི་མཐོང་དོན་  
 རབ་གསལ་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པའི་སྲིད། གཞུང་ཚིག་གཉིས་པོ་འདིས་ཡན་ལག་  
 གསུམ་ལྡན་གྱི་དག་རྣམ་དག་དེ། སྐྱབ་དག་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་དུ་བསྟན་པའི་སྟོ་  
 བས། སྐྱབ་དག་ཡང་དག་ཡིན་ན་སྐྱོ་སྐྱོ་དོན་གསུམ་གྱི་སྐྱོན་དང་བྲལ་བ་ཅིག་དགོས་  
 པར་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། གཞན་དོན་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ནི། །ཞེས་པས་ངོ་བོ་སྐྱབ་དག་  
 ཡང་དག་ངོས་བཟུང་ནས། རང་གི་མཐོང་ཞེས་པས་སྐྱོ་སྐྱོན་དང་བྲལ་བ་ཅིག་དགོས་  
 པར་བསྟན། དོན་ཞེས་པས་དོན་སྐྱོན་དང་བྲལ་བ་ཅིག་དགོས་པར་བསྟན། རབ་གསལ་  
 བྱེད་ཅེས་པས་སྐྱོ་སྐྱོན་དང་བྲལ་བ་ཅིག་དགོས་པར་བསྟན་པ་ཡིན་པའི་སྲིད། གཞན་  
 དོན་རྗེས་དཔག་དང་། སྐྱབ་དག་ཡང་དག་དོན་གཅིག་ཅིང་། དེ་ལ་དབྱེ་ན། ཚོས་མཐུན་  
 སྟོང་གྱི་སྐྱབ་དག་ཡང་དག་དང་། ཚོས་མི་མཐུན་སྟོང་གྱི་སྐྱབ་དག་ཡང་དག་གཉིས་སུ་  
 ཡོད་པའི་སྲིད།

དང་པོ་ལ་ཡང་། ཕྱོགས་ཚོས་སྐོར་འགྲོ་ཅན་གྱི་ཚོས་མཐུན་སྐྱོར་གྱི་སྐབས་དག་  
 ཡང་དག་དང་། རྒྱབ་བ་སྐོར་འགྲོ་ཅན་གྱི་ཚོས་མཐུན་སྐྱོར་གྱི་སྐབས་དག་ཡང་དག་  
 གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། སྐྱ་ནི་བྱས། བྱས་ན་མི་རྟག་བས་ཁྲབ། དཔེར་ན། བྱས་བ་  
 བཞིན་ཞེས་པའི་སྐབས་དག་ལྟ་བུ་དང་། གཉིས་པ་ནི། བྱས་ན་མི་རྟག་བས་ཁྲབ། དཔེར་  
 བྱས་བ་བཞིན། སྐྱ་ཡང་བྱས་སོ། །ཞེས་པའི་སྐབས་དག་ལྟ་བུ་འོ། །གཉིས་པ་ཚོས་མི་  
 མཐུན་སྐྱོར་གྱི་སྐབས་དག་ཡང་དག་ལ་ཡང་སྐྱར་ལྟར་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། སྐྱ་ནི་  
 བྱས། མི་རྟག་བ་མ་ཡིན་ན། བྱས་བ་མ་ཡིན་བས་ཁྲབ། དཔེར་ན། འདུས་མ་བྱས་གྱི་  
 རམ་མཁའ་བཞིན། ཞེས་པའི་སྐབས་དག་ལྟ་བུ་དང་། གཉིས་པ་ནི། མི་རྟག་བ་མ་ཡིན་  
 བ། བྱས་བ་མ་ཡིན་བས་ཁྲབ། དཔེར་ན། འདུས་མ་བྱས་གྱི་རམ་མཁའ་བཞིན། སྐྱ་  
 ཡང་བྱས་སོ། །ཞེས་པའི་སྐབས་དག་ལྟ་བུ་འོ། །

སྐབས་དག་དེ་གཉིས་གྱིས་ཚུལ་གསུམ་བཟུན་ཚུལ་ནི། སྡེ་བདུན་ཡིད་གྱི་ལུན་  
 སེལ་ལས། དེ་ལ་ཚོས་མཐུན་སྐྱོར་གྱི་སྐབས་དག་ནི། རྗེས་ཁྲབ་དངོས་སུ་བརྗོད་ཅིང་  
 ལྷོག་ཁྲབ་ལྷགས་ལ་བརྗོད་བ་ཡིན་ཅིང་། ཚོས་མི་མཐུན་སྐྱོར་གྱི་སྐབས་དག་ནི། ལྷོག་  
 ཁྲབ་དངོས་སུ་བརྗོད་ཅིང་། རྗེས་ཁྲབ་ལྷགས་ལ་བརྗོད་བ་ཡིན་ཅིང་། གཉིས་ཀས་ཀྱང་  
 ཕྱོགས་ཚོས་དངོས་སུ་བརྗོད་བ་ནི་ཁྱད་པར་མེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་རོ། །དེ་  
 ཡང་སྐབས་དག་ཡང་དག་ཡིན་ན་ཡན་ལག་གསུམ་ལྟར་ཡིན་བས་ཁྲབ་ཅིང་། ཡན་ལག་  
 གསུམ་ནི། ཕྱོགས་ཚོས་བརྗོད་པའི་ཡན་ལག་ རྒྱབ་བ་བརྗོད་པའི་ཡན་ལག་ མཐུན་  
 དཔེ་བརྗོད་པའི་ཡན་ལག་རྣམས་སོ། །ཡན་ལག་གསུམ་པོ་དེ་ལས་ལྷག་པའི་སྐབས་

ངག་དང་། དེ་གསུམ་པོ་མ་ཚང་བའི་སྐབ་ངག་ནི། རིམ་བ་ལྟར་ལྷག་ཚད་ཀྱི་སྐྱོན་དང་  
 ལྷན་པའི་སྐབ་ངག་ཡིན་པས་སྐབ་ངག་ལྟར་སྤང་ཡིན་ནོ། །དེས་ན། རྗེས་སུ་དབག་  
 པའི་ཚད་མ་ཡིན་ན། རྗེས་དབག་ཡིན་པས་བྱུང་གྲང་། ཚོས་དེ་ལ་རྗེས་སུ་དབག་པའི་  
 ཚད་མ་ཡིན་ན། ཚོས་དེ་ལ་རྗེས་དབག་ཡིན་པས་མ་བྱུང་ཅིང་། སྐ་མི་རྟག་རྟོགས་ཀྱི་  
 རྗེས་དབག་དེ། སྐ་རྟག་སྟོང་ལ་རྗེས་སུ་དབག་པའི་ཚད་མ་གང་ཞིག དེ་སྐ་རྟག་སྟོང་  
 ལ་རྗེས་དབག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

དང་པོ་མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། རྟོད་སྐ་རྟག་སྟོང་ལ་རྗེས་སུ་དབག་པའི་ཚད་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟོད་སྐ་རྟག་སྟོང་རྟོགས་པའི་ཚད་མ་གང་ཞིག རྟོད་དེ་ལ་མངོན་  
 སུམ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་སྐ། གཉིས་བ་གྲུབ་སྟེ། རྟོད་ཀྱིས་དེ་མངོན་སུམ་དུ་མ་  
 རྟོགས་པའི་ཕྱིར་ཉེ། རྟོད་ཀྱིས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། སྐ་  
 མི་རྟག་རྟོགས་ཀྱི་རྗེས་དབག་ཚོས་ཅན། རྟོད་ཀྱིས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་མེད་པར་  
 ཐལ། རྟོད་རྟོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཅ་རྟགས་གཉིས་བ་མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། རྟོད་  
 སྐ་རྟག་སྟོང་ལ་རྗེས་དབག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟོད་སྐ་རྟག་སྟོང་ལ་རྟོག་པ་མ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་ཉེ། རྟོད་ལ་སྐ་རྟག་སྟོང་གི་རྣམ་བཤམ་ཤར་བའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་  
 ཅན། རྟོད་ལ་སྐ་རྟག་སྟོང་གི་རྣམ་བཤམ་ནས་སྐ་རྟག་སྟོང་ལ་གསར་དུ་མི་བསྐྱུ་བའི་  
 རིག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟོད་ལ་དེའི་རྣམ་བཤམ་བ་གང་ཞིག རྟོད་དེ་ལ་གསར་དུ་མི་  
 བསྐྱུ་བའི་རིག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་ཁས། གཉིས་བ་སྐ། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན།  
 རྟོད་སྐ་རྟག་སྟོང་དངོས་སུ་རྟོགས་པའི་ཚད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟོད་ལ་སྐ་རྟག་སྟོང་གི་

རྣམ་པ་ཤར་ནས་སྐྱ་ཉག་སྟོང་ལ་གསར་དུ་མི་བསྐྱ་བའི་རིག་པ་ཡིན་པའི་སྲིད། ཉགས་  
 ཁས། འབྲེལ་སྟེ། སྐྱ་ཉག་སྟོང་གི་རྣམ་པ་ཤར་ནས་སྐྱ་ཉག་སྟོང་ལ་གསར་དུ་མི་བསྐྱ་བའི་  
 རིག་པ། སྐྱ་ཉག་སྟོང་དངོས་སུ་རྟོགས་པའི་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་  
 གུབ་ན། སྐྱ་ཉག་སྟོང་ཚས་ཅན། རྟོན་གྱི་རྣམ་པ་ཤར་ནས་རྟོན་ལ་གསར་དུ་མི་བསྐྱ་  
 བའི་རིག་པ་རྟོན་དངོས་སུ་རྟོགས་པའི་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། རྟོན་གཞི་  
 གུབ་པའི་སྲིད། ལོང་དུ་འདོད་ན། སྐྱ་མི་ཉག་རྟོགས་ཀྱི་རྗེས་དཔག་ཚས་ཅན། རྟོན་སྐྱ་  
 ཉག་སྟོང་དངོས་སུ་རྟོགས་པའི་ཚད་མ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟོན་གྱིས་དེ་དངོས་སུ་མ་  
 རྟོགས་པའི་སྲིད། མ་གུབ་ན། དེར་ཐལ། རྟོན་གྱིས་དེ་ཤུགས་ལ་རྟོགས་པའི་སྲིད་ཏེ།  
 རྟོན་གྱིས་སྐྱ་མི་ཉག་པ་དངོས་སུ་རྟོགས་ནས་སྐྱ་ཉག་སྟོང་ཤུགས་ལ་རྟོགས་པའི་སྲིད།  
 དེར་ཐལ། རྟོན་གྱིས་དེ་དངོས་སུ་རྟོགས་ནས། སྐྱ་ཉག་པ་མ་ཡིན་པ་ཤུགས་ལ་རྟོགས་  
 པའི་སྲིད། དེ་བཞིན་དུ། མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་ཡིན་ན། མངོན་སུམ་ཡིན་པས་འབྲེལ་  
 གང་། ཚས་དེ་ལ་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་ཡིན་ན། ཚས་དེ་ལ་མངོན་སུམ་ཡིན་པས་མ་  
 འབྲེལ་སྟེ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་རྣམ་འགྲུལ་མངོན་སུམ་དེ། གང་ཟག་གི་  
 བདག་མེད་ལ་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་ཡིན་པ་གང་ཞིག དེ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ལ་  
 མངོན་སུམ་མ་ཡིན་པའི་སྲིད།

དེ་ལྟར་ཡང་། རྣམ་པ་ཤར་ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་ལས། དེ་ལ་སྦྱིར་མངོན་སུམ་  
 གྱི་ཚད་མ་ཡིན་ན་མངོན་སུམ་ཡིན་པས་འབྲེལ་པ་དང་། རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཚད་མ་ཡིན་  
 བ། རྗེས་དཔག་ཡིན་པས་འབྲེལ་མོད་ཀྱི། རྗེས་སུ་བྱུང་བཀག་ནས་རང་གི་ཤུགས་ལྷུལ་

གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་ཡིན་ཡང་། དེ་ལ་མངོན་སུམ་མིན་པ་དང་། དེ་  
 ལ་རྗེས་སུ་དབག་པའི་ཚད་མ་ཡིན་ཡང་། དེ་ལ་རྗེས་དབག་མ་ཡིན་པར་བསྟན་ཏེ། དེ་  
 ལ་མངོན་སུམ་ཡིན་ན། དེ་ལ་རང་མཚན་སྣང་དགོས་པ་དང་། དེ་ལ་རྗེས་དབག་ཡིན་  
 བ། དེ་ལ་རྟོག་པ་ཡིན་དགོས་པས། དེའི་སྐྱོད་འཛིན་པར་བཤད་པའི་སྲིད་རྒྱུ། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་སྲིད། གོང་གི་རྟོགས་དང་པོ་སྟེ། གཉིས་པ་མ་གྲུབ་ན། གང་ཟག་གི་  
 བདག་མེད་རྟོགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་ཚོས་ཅན། རྟོན་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་  
 ལ་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟོན་དེ་ལ་རྟོག་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་མ་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ།  
 རྟོན་དེ་ལ་གསལ་སྣང་ཅན་གྱི་རིག་པ་མ་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེ་  
 ལ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་གསལ་བར་སྣང་བར་ཐལ། མ་གྲུབ་པ་དེའི་སྲིད། འདོད་  
 མི་རུས་ཏེ། སྤྱི་དོན་རིགས་རྒྱན་ལས། དེས་ན། མདོ་སྟེ་པའི་ལུགས་ལ། གང་ཟག་གི་  
 བདག་མེད་རྟོགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་ལ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་གསལ་  
 བར་སྣང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། མངོན་སུམ་གྱི་སྣང་ཡུལ་ཡིན་ན། རང་མཚན་ཡིན་དགོས་པས།  
 གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རང་མཚན་མ་ཡིན་པའི་སྲིད། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྲིད།

བྱས་པ་ལ། ཁོ་ན་རེ། དེ་ཚོས་ཅན། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ལ་མངོན་སུམ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་མངོན་སུམ་ཡིན་པའི་སྲིད་ཟེར་  
 བ། རང་ལུགས་ལ་མ་བྱུང་ཅིང་། གོང་གི་རྟོགས་མ་གྲུབ་ན། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་  
 རྟོགས་པའི་མངོན་སུམ་མེད་པར་ཐལ། མ་གྲུབ་པ་དེའི་སྲིད། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན།  
 རྟོན་རྟོགས་པའི་མངོན་སུམ་ཡོད་པར་ཐལ། རྟོན་རྟོགས་པའི་མངོན་རྗེས་གཉིས་ཀ་



ཡོད་པའི་སྲིར་ཉེ། ཚྱོད་གཞི་གྲུབ་པའི་སྲིར།

ཁ་ཅིག་ཚད་མ་ཡིན་ན། མ་འཇུག་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་བ་མི་འཐད་  
 དེ། མངོན་སུམ་ཡིན་ན་མ་འཇུག་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་པས་ཁྲབ་གྲང་། རྗེས་དཔག་ཡིན་  
 བ་འཇུག་ཤེས་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་སྲིར་ཉེ། རྗེས་དཔག་དེ་འཇུག་ཤེས་ཡིན་གྲང་།  
 ཚད་མར་ཁས་སྦངས་པ་འགལ་བ་མེད་པའི་སྲིར། རྣམ་འགྲེལ་ལས། འཇུག་པ་ཡིན་  
 ཡང་ཚད་མ་ཉིད། །ཅེས་གསུངས་པའི་སྲིར། གཞན་ཡང་། རྗེས་དཔག་ཡིན་ན་འཇུག་  
 ཤེས་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། སྐྱ་མི་ཉག་ཉོགས་ཀྱི་རྗེས་དཔག་དེ་འཇུག་ཤེས་ཡིན་  
 པའི་སྲིར་ཉེ། དེ་སྐྱ་མི་ཉག་པའི་དོན་སྲི་ལ་འཇུག་པའི་སློབ་ཡིན་པའི་སྲིར། དེ་ལྟར་ཡང་  
 རྣམ་འགྲེལ་ལས། རྗེས་དཔག་མངོན་ཞེན་མ་ཡིན་པར། །གཉིས་པ་འཇུག་པ་ཡིན་པར་  
 བཞེད། །ཅེས་གསུངས་པའི་སྲིར།

བྱས་པ་ལ། ཁོ་ན་རེ། མངོན་སུམ་ཡིན་ན་ཚད་མ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ།  
 རྗེས་དཔག་ཡིན་ན་ཚད་མ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་སྲིར་ཟེར་ན་མ་ཁྲབ། འདོད་མི་རུས་ཉེ།  
 མངོན་སུམ་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པ་རྣམས་མངོན་སུམ་ཡིན་གྲང་། ཚད་མ་མ་ཡིན་པའི་  
 སྲིར། རྗེས་དཔག་ཡིན་ན་ཚད་མ་ཡིན་པས་ཁྲབ་སྟེ། རྗེས་དཔག་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་  
 པ་རྣམས་རྗེས་དཔག་མ་ཡིན་པའི་སྲིར་ཉེ། སྐྱ་མི་ཉག་ཉོགས་ཀྱི་རྗེས་དཔག་སྐྱད་  
 ཅིག་གཉིས་པ་དེ། རྗེས་དཔག་མ་ཡིན་པའི་སྲིར། དེར་ཐལ། རྗེས་དཔག་ཏུ་གྱུར་པའི་  
 དཔྱད་ཤེས་མེད་པའི་སྲིར། སྟེ་བདུན་ཡིད་ཀྱི་སུན་སེལ་ལས། སྐྱ་མི་ཉག་ཉོགས་ཀྱི་  
 རྗེས་དཔག་ཚད་མའི་རྗེས་སུ་སྐྱེས་པའི་སྐྱ་མི་ཉག་པར་ཉོགས་པའི་སློབ་ཅི་རྗེས་དཔག་

མ་ཡིན་པས། ཞེས་པ་དང་། དེའི་འཕྲོ་ཉིད་ནས། རྗེས་དཔག་ཡིན་ན། དབྱུང་ཤེས་མ་  
 ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་དོན་རིགས་རྒྱན་ལས་ཀྱང་། རྗེས་  
 དཔག་ཡིན་ན། རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཚད་མ་ཡིན་མི་དགོས་པར་ཐལ། མངོན་སུམ་ཡིན་  
 བ། མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་ཡིན་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན་མི་མཚུངས་ཏེ། ཚོས་དེ་ལ་  
 རྗེས་དཔག་ཡིན་ན། ཚོས་དེ་ལ་ངེས་པ་གསར་དུ་འདྲེན་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་དགོས།  
 ཚོས་དེ་ལ་མངོན་སུམ་ཡིན་ན། ཚོས་དེ་ལ་ངེས་པ་གསར་དུ་འདྲེན་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་  
 མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

ཁོ་ན་རེ། ཚད་མ་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་ཚད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡིད་དཔྱོད་སྐད་  
 ཅིག་གཉིས་པ་ཡིད་དཔྱོད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན་མ་ཁྲབ་སྟེ། འོ་ན་ཁོ་རང་ལ། རྗེས་  
 དཔག་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་རྗེས་དཔག་ཡིན་པར་ཐལ། མངོན་སུམ་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་  
 མངོན་སུམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་འགྲིག་ མ་གྲུབ་ན། མངོན་སུམ་སྐད་ཅིག་གཉིས་  
 པ་ཚོས་ཅན། མངོན་སུམ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱིད་མངོན་སུམ་གྱི་དབྱུང་ཤེས་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། གོང་དུ་འདོད་ན། རྗེས་དཔག་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་ཚོས་ཅན། རྗེས་དཔག་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། ཚད་མ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། ཚད་མ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དབྱུང་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྟོག་པ་དབྱུང་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ལང་ཁོ་ན་རེ། ཡིད་དཔྱོད་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་ཚོས་ཅན། གསར་རྟོགས་ཀྱི་རིག་  
 པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡིད་དཔྱོད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། མ་ཤེས་དོན་  
 གསལ་གྱི་རིག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། འདོད་བྱས་པ་ལ། དེ་ཚོས་

ཅན། མ་ཤེས་དོན་གསལ་གྱི་མི་བསྐྱུ་བའི་རིག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྲིར་ཟེར་  
 བ་མ་བྱལ། འདོད་མི་རྣམས་ཏེ། ཚད་མ་མ་ཡིན་པའི་སྲིར་ཏེ། ཡིད་དཔྱོད་ཡིན་པའི་སྲིར།  
 རིགས་པའི་དབང་སྤྱད་ཇི་བཅུན་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་མཛད་པར་གྲགས་པའི་  
 གྲུབ་མཐའི་རྣམ་གཞག་ཏུ། ཇིས་དཔག་ཏུ་གྱུར་པའི་དབྱེད་ཤེས་ཡོད་པ་དང་། དོན་  
 གྲེད་རྣམས་སྟོང་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་འགལ་རྟགས་ཡིན་པ་སོགས་བཤད་ཀྱང་། དེ་  
 ལྟ་བུའི་གྲུབ་མཐའི་རྣམ་གཞག་ཇི་བཅུན་གྱིས་མ་མཛད་དེ། རིགས་པའི་དབང་སྤྱད་  
 དེ་ཉིད་གྱིས་བཛོད་བྱ་གང་གཏན་ལ་འབེབས་ཀྱང་། རྒྱལ་ཚབ་མཁས་གྲུབ་སོགས་ཀྱི་  
 དགོངས་པ་དང་བསྐྱུན་ནས་འཚད་པ་ཡིན་ལ། གྲུབ་མཐའི་རྣམ་གཞག་དེར་ཇིས་དཔག་  
 ལ་ཚད་མས་མ་བྱལ་པར་མ་ཟད། ཚོས་དེ་ལ་ཇིས་དཔག་ཡིན་ན། ཚོས་དེ་ལ་རྟོག་པ་  
 ཡིན་པས་མ་བྱལ་པ་དང་། དེ་ཐམས་ཅད་ལ་སེམས་བྱུང་གིས་བྱུང་པ་སོགས་རྒྱལ་བ་  
 ཡབ་སྲས་སོགས་དང་མི་མཐུན་ཞིང་ཁས་ལེན་མི་མཐུན་པ་མང་པོ་ཞིག་བཤད་པའི་  
 སྲིར། དེས་ན་དེ་འདྲའི་གྲུབ་མཐའི་རྣམ་གཞག་ནི་ཇི་བཅུན་གྱི་ཇིས་འབྲང་ཡིན་ཟེར་  
 བའི་སྲོགས་དེའི་མིང་ཅན་ཞིག་གིས་བྱས་པར་མངོན་ལོ། །

### རྟག་འཛིན་སེམས་བཤད་པ།

གཉིས་པ་རྟག་འཛིན་སེམས་བཤད་པ་ལ། མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་  
 པོ་ནི། རང་ཉིད་སྐྱ་བྱས་པ་དང་། བྱས་ན་མི་རྟག་པས་བྱུང་པ་གང་རུང་ལ་མི་བསྐྱུ་བ་  
 ཡང་ཡིན། རང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་ཞིང་། བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་

མི་རྟག་རྟོགས་ཀྱི་རྗེས་དབག་གི་རྒྱ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པར་གྱུར་པའི་བྱས་པའི་  
 རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་སྤྱི་ཚོལ་ཡང་དག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་རིག་པ་དེ། རང་  
 ཉིད་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རྟག་འཛིན་སེམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད།  
 གཉིས་པ་ནི། དེ་ལ་དབྱེ་ན། སྐྱ་བྱས་པར་འཇལ་བའི་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་  
 པར་སྐྱབ་པའི་རྟག་འཛིན་སེམས་དང་། བྱས་ན་མི་རྟག་པས་བྱབ་པ་འཇལ་བའི་རྟག་  
 འཛིན་སེམས་གཉིས་ཡོད། མཚན་ཉིད་རིམ་བཤམ། རང་ཉིད་སྐྱ་བྱས་པ་ལ་མི་བསྐྱབ་  
 ཡང་ཡིན། རང་ཉིད་རྒྱ་མཚན་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་  
 སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རྗེས་དབག་གི་རྒྱ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པར་གྱུར་པའི་  
 བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་སྤྱི་ཚོལ་ཡང་དག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་རིག་པ།  
 དང་པོའི་མཚན་ཉིད། རང་ཉིད་བྱས་ན་མི་རྟག་པས་བྱབ་པ་ལ་མི་བསྐྱབ་པ་ཡང་ཡིན།  
 རང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་  
 སྐྱབ་པའི་རྗེས་དབག་གི་རྒྱ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པར་གྱུར་པའི་བྱས་པའི་རྟགས་  
 ཀྱི་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་སྤྱི་ཚོལ་ཡང་དག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་རིག་པ། རང་ཉིད་གཉིས་པའི་  
 མཚན་ཉིད། དང་པོ་ལ་དབྱེ་ན། སྐྱ་བྱས་པར་འཇལ་བའི་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་  
 རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རྟག་འཛིན་སེམས་སྐྱ་གྱུར་པའི་མངོན་སུམ། རྗེས་དབག་རྟོག་པ་  
 དབྱེད་ཤེས་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་  
 པའི་སྤྱི་ཚོལ་ཡང་དག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་སྐྱ་བྱས་པར་འཇལ་བའི་མངོན་སུམ་ལྟ་བུའོ། །

གཉིས་པ་ནི། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྐྱ་བྱས་པར་འཇལ་བའི་རྗེས་དབག་ལྟ་བུའོ། །གསུམ་

བ་ནི། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྐྱ་བྱས་པར་འཇལ་བའི་རྗེས་དབག་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པ་ལྟ་  
 བུའོ། །གཉིས་པ་ལ་ཡང་དབྱེ་ན། བྱས་ན་མི་རྟག་པས་ཁྲབ་པ་འཇལ་བའི་རྟགས་ཀྱིས་  
 སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རྟག་འཛིན་སེམས་སུ་གྱུར་པའི་མངོན་སུམ། རྗེས་དབག་རྟོག་  
 པ་དབྱད་ཤེས་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་  
 སྐྱབ་པའི་སྤྱི་རྒྱུ་ལང་དག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་བྱས་ན་མི་རྟག་པས་ཁྲབ་པ་འཇལ་བའི་མངོན་  
 སུམ་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་ནི། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་བྱས་ན་མི་རྟག་པས་ཁྲབ་པ་འཇལ་བའི་རྗེས་  
 དབག་ལྟ་བུའོ། །གསུམ་པ་ནི། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་བྱས་ན་མི་རྟག་པས་ཁྲབ་པ་འཇལ་བའི་  
 རྗེས་དབག་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པ་ལྟ་བུའོ། །

**རང་ལས་ངེས་དང་གཞན་ལས་ངེས་ཀྱི་ཚད་མ་བཤད་པ།**

གཉིས་པ་རང་ལས་ངེས་དང་གཞན་ལས་ངེས་ཀྱི་ཚད་མ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་བཤད་པ་  
 ལ། སོ་སོའི་མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་རང་ཉིད་ཚད་  
 མ་ཡིན་པ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ངེས་པའི་གསར་དུ་མི་བསྐྱུ་བའི་རིག་པ། རང་ཉིད་རང་ལས་  
 ངེས་ཀྱི་ཚད་མ་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། རང་ལས་ངེས་ཀྱི་ཚད་མ་ཡིན་ན། རང་  
 ཉིད་ཚད་མ་ཡིན་པ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ངེས་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་སྤྱིར།  
 འདོད་ན། དེ་ཡིན་ན། རྟོད་ཀྱིས་རྟོད་ངེས་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་  
 བ། དེ་ཡིན་ན། རྟོད་ཀྱིས་རྟོད་རྟོགས་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན།  
 གཞུགས་འཛིན་དབང་མངོན་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། ཁྲབ་པ་ཁས། འདོད་ན།

དེ་ཚོས་ཅན། རྫོང་གྲིས་གཟུགས་འཛིན་དབང་མངོན་མ་རྟོགས་པར་ཐལ། རྫོང་གྲིས་  
 གཟུགས་འཛིན་དབང་མངོན་དང་། གཟུགས་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་གཟུགས་ཁོ་ན་རྟོགས་  
 པའི་ཕྱིར་ཉེ། རྫོང་དེ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་གཟུགས་ཁོ་ནའི་ཡུལ་ཅན་དུ་ངེས་པའི་ཕྱིར།  
 རྣམ་འགྲེལ་ལས། གཅིག་གིས་གཉིས་ཤེས་མ་ཡིན་ཉེ། །དབང་པོའི་སེམས་ནི་ངེས་ཕྱིར་  
 དང་། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

ལང་ཁ་ཅིག་རང་ལས་ངེས་ཀྱི་ཚད་མ་ཡིན་ན། རང་ཉིད་ཚད་མ་ཡིན་པ་རང་  
 ཉམས་སུ་སྤོང་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་གྲིས་ངེས་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། ཚོྲིན་འཛིན་  
 དབང་མངོན་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་ཁས། ཉུགས་གྲུབ་སྟེ། རང་  
 ལས་ངེས་ཀྱི་ཚད་མ་དང་། གཞན་ལས་ངེས་ཀྱི་ཚད་མ་གང་རུང་གང་ཞིག་སྤྱི་མ་མ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་གྲུབ་སྟེ། ཚད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་གྲུབ་སྟེ། གཟུགས་  
 འཛིན་དབང་མངོན་གཞན་ལས་ངེས་ཀྱི་ཚད་མ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་  
 ཅན། དེར་ཐལ། རང་ལས་ངེས་ཀྱི་ཚད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། གཟུགས་ཚོས་  
 ཅན། རྫོང་འཛིན་པའི་དབང་མངོན་རང་ལས་ངེས་ཀྱི་ཚད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྫོང་གཞི་  
 གྲུབ་པའི་ཕྱིར།

བྱས་པ་ལ་ཁོ་ན་དེ། རོན་ལ་མེའི་ཁ་དོག་ཡིན་ཞིང་མེའི་ཁ་དོག་ཡིན་མིན་ལ་  
 ཐེ་ཚོམ་ཟ་དུས་ཀྱི་རྒྱང་རིང་པོའི་ཁ་དོག་དམར་པོ་ཚོས་ཅན། རྫོང་འཛིན་པའི་དབང་  
 མངོན་རང་ལས་ངེས་ཀྱི་ཚད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྫོང་གཞི་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། ཚོས་  
 ཅན་སྐྱོན་ཅན་ཡིན་ཞིང་། འདོད་མི་རུས་ཉེ། གཞན་ལས་ངེས་ཀྱི་ཚད་མ་ཡིན་པའི་

སྤྱིར་ཉེ། དེའི་མཚན་གཞི་གཅིག་ཡོད་པའི་སྤྱིར། ཅུ་བར་འདོད་ན། སྤྱོན་འཛིན་དབང་  
 མངོན་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་དེས། སྤྱོན་འཛིན་དབང་མངོན་ཚད་  
 མ་ཡིན་པར་རྟོགས་པར་ཐལ། དེས་དེ་ཚད་མ་ཡིན་པར་ངེས་པའི་སྤྱིར། རྟགས་ཁས།  
 འདོད་མི་རུས་ཉེ། དེས་དེ་ཤེས་པ་ཡིན་པར་རྟོགས་ཀྱང་། དེས་དེ་ཚད་མ་ཡིན་པ་མ་  
 རྟོགས་པའི་བྱུང་པར་འཐད་པའི་སྤྱིར་ཉེ། རིག་ཚེན་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚོ་ལས། སྤྱོན་  
 འཛིན་དབང་མངོན་ལྟ་བུ་ཡང་། རང་རིག་མངོན་སུམ་ལས། རང་གི་ངོ་བོ་ཤེས་པ་ཡིན་  
 པའི་ཆ་དེ་ཉིད་རྟོགས་པར་འགྱུར་གྱི། ཚད་མ་ཡིན་པའི་ཆ་དེ་ཉིད་མ་རྟོགས་ལ། ཞེས་  
 གསུངས་པའི་སྤྱིར།

ཁོ་ན་རེ། སྤྱོན་འཛིན་དབང་མངོན་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་  
 དེས། སྤྱོན་འཛིན་དབང་མངོན་ཚད་མ་ཡིན་པར་རྟོགས་པར་ཐལ། དེས་སྤྱོན་འཛིན་  
 དབང་མངོན་ཚད་མ་ཡིན་པ་བརྒྱུང་བའི་སྤྱིར་ཟེར་ན་མ་ཁྲབ། རྟགས་གྲུབ་སྟེ། དེས་  
 སྤྱོན་འཛིན་དབང་མངོན་ཚད་མ་ཡིན་པར་བརྒྱུང་ཡང་། དེ་ཚད་མ་ཡིན་པ་མ་རྟོགས་  
 པས། མ་བརྒྱུང་བ་དང་འདྲ་བར་ཁས་ལེན་པའི་སྤྱིར་ཉེ། མཁས་གྲུབ་ལྟ་དབང་སྤོའི་  
 འགྲེལ་བ་ལས། ཤེས་པ་ཡོད་པ་ཉིད་དམིགས་པ་ན། ཚད་མ་ཉིད་བརྒྱུང་དུ་ཟེན་ཀྱང་།  
 མ་བརྒྱུང་བ་དང་འདྲ་བ་ཡིན་ཉེ། དེས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།  
 གཞན་ཡང་། སྤྱོན་འཛིན་དབང་མངོན་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་དེས།  
 སྤྱོན་འཛིན་དབང་མངོན་ཚད་མ་ཡིན་པར་མ་རྟོགས་པར་ཐལ། དེས་སྤྱོན་འཛིན་དབང་  
 མངོན་གྱི་ངོ་བོ་དང་སྤྱོན་འཛིན་དབང་མངོན་ཤེས་པ་ཡིན་པ་རྟོགས་རུས་ཤིང་། སྤྱོན་

འཛིན་དབང་མངོན་ཚད་མ་ཡིན་པ་དེ་རང་ལས་སྤྱི་ལཱ་འབྲུང་གི་ཐ་སྐད་པའི་ཚད་མ་  
 གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་ངེས་དགོས་པའི་སྤྱིར་ཉེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། རང་ལས་རང་གི་ངོ་  
 བོ་རྟོགས། །ཐ་སྐད་ལས་ཞི་ཚད་མ་ཉིད། །ཅེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།

རང་ལུགས་ནི། སྤྱི་ངོན་རིགས་རྒྱུ་ལས། ཚད་མ་གང་ཞིག་རང་གི་གཞལ་  
 བུའི་བདག་ཉིད་ལུལ་སྤྲེང་དུ་གནས་པ་མེད་ན། རང་ཉིད་མི་འབྲུང་བ་ལ་རང་སྟོབས་  
 གྱིས་ངེས་པ་འདྲེན་ཅུས་པ། རང་ལས་ངེས་ཀྱི་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད། ཚད་མ་གང་ཞིག་  
 རང་གི་གཞལ་བུའི་བདག་ཉིད་ལུལ་སྤྲེང་དུ་གནས་པ་མེད་ན། རང་ཉིད་མི་འབྲུང་བ་ལ་  
 གཞན་སྟོབས་གྱིས་ངེས་པ་འདྲེན་དགོས་པ་དེ། གཞན་ལས་ངེས་ཀྱི་ཚད་མའི་མཚན་  
 ཉིད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་འཛོག་རིགས་པ་ཡིན་ཉེ། བཏ་ཆེན་ཆོས་མཚོག་གི་འཐད་  
 ལྡན་ཆེ་བ་ལས། དེས་ན་རང་གི་ངོ་བོ་ལས་ངོན་མེད་ན་མི་འབྲུང་བ་ནི་རང་ལས་ངེས་པ་  
 ཡིན་ལོ། །ཞེས་པ་དང་། དེ་ཉིད་ལས། ཤིང་ཤ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཁྲད་པར་མེད་ན་མི་འབྲུང་བར་  
 ངེས་པ་ནི་གཞན་ལས་ངེས་པ་ཡིན་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། རྣམ་བཤམ་ཐར་ལམ་  
 གསལ་བྱེད་ལས་ཀྱང་། དེས་ན། མི་བསྐྱེད་པའི་ཆ་རང་སྟོབས་གྱིས་ངེས་ན་རང་ངེས་  
 དང་། གཞན་སྟོབས་གྱིས་ངེས་ན་གཞན་ངེས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། གཉིས་པ་  
 དབྱེ་བ་བཤམ་པ་ལ།

ཁ་ཅིག་རང་ལས་ངེས་དང་། གཞན་ལས་ངེས་ཀྱི་ཚད་མ་གཉིས་ཀ་ལ། མངོན་  
 ལུས་དང་། རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཚད་མ་གཉིས་གཉིས་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་དེ།  
 རང་ལས་ངེས་ཀྱི་ཚད་མ་ལ་དེ་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་། གཞན་ལས་ངེས་ཀྱི་ཚད་མ་ཡིན་



ན། མངོན་སྲུང་གི་ཚད་མ་ཡིན་དགོས་པའི་སྲིད། གཞན་ཡང་། དེ་མི་འཐད་དེ། མངོན་  
 སྲུང་གི་ཚད་མ་ལ་དེ་གཉིས་ཀ་ཡོད་ཀྱང་། རྗེས་དཔག་ཡིན་ན། རང་ལས་ངེས་གི་  
 ཚད་མ་ཡིན་དགོས་པའི་སྲིད། མཁས་གྲུབ་ཤུག་སློབ་འགྲུབ་ལས། མངོན་སྲུང་ལ་  
 བློ་རང་ལས་ངེས་པ་དང་། གཞན་ལས་ངེས་པ་གཉིས་ཡོད་ཀྱི། རྗེས་དཔག་བློ་རང་ཁོ་  
 བར་ངེས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྲིད།

ཡང་ཁ་ཅིག འོན་ལ་མའི་ཁ་དོག་ཡིན་ཞིང་། རྟོག་པས་མའི་ཁ་དོག་ཡིན་མིན་  
 ཐེ་ཚོམ་བྱ་དུས་གི་རྒྱུ་རིང་པོའི་ཁ་དོག་དམར་ལམ་པ་འཛིན་པའི་དབང་མངོན་དེ།  
 གཞན་ལས་ངེས་གི་ཚད་མ་ཡིན་ཟེར་བ་མི་འཐད་དེ། འོན་ལ་མའི་ཁ་དོག་ཡིན་ཞིང་།  
 རྟོག་པས་མའི་ཁ་དོག་ཡིན་མིན་ཐེ་ཚོམ་བྱ་དུས་མེད་པའི་སྲིད། དེར་ཐལ། རྟོག་པས་  
 མའི་ཁ་དོག་ཡིན་མིན་ཐེ་ཚོམ་བྱ་བ་མེད་པའི་སྲིད་ཏེ། མའི་ཁ་དོག་ཡིན་ན། རྟོག་པས་  
 མའི་ཁ་དོག་ཏུ་རྟོགས་པས་ཁྱབ་པའི་སྲིད།

རང་ལུགས་ནི། རང་ལས་ངེས་གི་ཚད་མ་ལ་དབྱེ་ན། འོན་བྱེད་སྣང་ཅན་གི་  
 དབང་མངོན་གི་ཚད་མ། འོན་གོམས་པ་ཅན་གི་དབང་མངོན་གི་ཚད་མ། རང་རིག་  
 མངོན་སྲུང་གི་ཚད་མ། རྣལ་འབྱོར་མངོན་སྲུང་གི་ཚད་མ། རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཚད་  
 མ་དང་ལྡ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ལྡ་པོ་དེ་གང་རུང་ཡིན་ན། རང་ལས་ངེས་གི་ཚད་མ་ཡིན་པས་  
 ཁྱབ་སྟེ། ཚད་མ་རིགས་གཉེར་ལས། འོན་རིག་གཉིས་དང་རང་རིག་དང་། །རྗེས་སུ་  
 དཔག་རྣམས་རང་ལས་ངེས། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྲིད། མཚན་གཞི་རིམ་པ་ལྟར།  
 དང་པོ་ནི། མེས་བུད་ཤིང་བསྟེན་པའི་འོན་བྱེད་རུས་པར་འཛིན་པའི་དབང་མངོན་ལྟ་

བྱ་དང་། གཉིས་པ་ནི། བྱའི་རྒྱུད་ཀྱི་པའི་གཟུགས་འཛིན་པའི་དབང་མངོན་ལྟ་བུ་དང་།  
 གསུམ་པ་ནི། མིག་ཤེས་ཉམས་སུ་སྤོང་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་ལྟ་བུ་དང་། བཞི་  
 པ་ནི། གཞན་རིག་གི་ཡིད་ཤེས་སུ་རྒྱུར་པའི་རྣམ་མཁུན་ལྟ་བུ། ལྟ་བུ་ནི། སྐྱ་མི་རྟག་  
 རྟོགས་ཀྱི་རྗེས་དབག་ལྟ་བུ་ལོ། །གཞན་ལས་ངེས་ཀྱི་ཚད་མ་ལ་སྐྱས་བརྗོད་རིགས་  
 ཀྱི་སློབ་སྤྱོད་དབྱེ་ན། མངོན་སུམ་དང་པོ་པ། མངོན་སུམ་ཡིད་མ་གཏང། མངོན་སུམ་  
 འབྲུལ་རྒྱ་ཅན་དང་གསུམ་ཡོད་དེ། ཚད་མ་རིགས་གཏེར་ལས། དང་པོ་བ་དང་ཡིད་མ་  
 གཏང། །འབྲུལ་རྒྱ་ཅན་རྣམས་གཞན་ལས་ངེས། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།

མཚན་གཞི་རིམ་བ་ལྟར། དང་པོ་ནི། སྤར་ལྷན་པ་མཐོང་མ་སྤོང་བའི་གང་ཟག་  
 གི་རྒྱུད་ཀྱི་ལྷན་པའི་ཁ་དོག་འཛིན་པའི་དབང་མངོན་ལྟ་བུ་ལོ། །གཉིས་པ་ནི། ཡིད་  
 གཟུགས་མངོན་པ་ལ་སྟག་པར་ཆགས་བཞིན་པའི་སྤྱེས་བྱའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྐྱ་འཛིན་དབང་  
 མངོན་ལྟ་བུ་ལོ། །གསུམ་པ་ནི། སྤྱི་གུ་ལ་རྒྱུར་འཛིན་པའི་སྤོབ་འདོགས་དངོས་སུ་སྤྱེད་  
 པར་བྱེད་པའི་སྤྱི་གུ་རྒྱུའི་ཁ་དོག་འཛིན་པའི་དབང་མངོན་ལྟ་བུ་དང་།

ཡང་དེ་ལ་སྐྱས་བརྗོད་རིགས་ཀྱི་སློབ་སྤྱོད་དབྱེ་ན། སྤར་བ་རང་ལས་ངེས་ཤིང་།  
 བདེན་པ་གཞན་ལས་ངེས་ཀྱི་ཚད་མ། སྤྱིར་རང་ལས་ངེས་ཤིང་། རྒྱད་པར་གཞན་  
 ལས་ངེས་ཀྱི་ཚད་མ། སྤར་བ་ཉིད་ཀྱང་གཞན་ལས་ངེས་ཀྱི་ཚད་མར་སོང་བ་གསུམ་  
 ལས། དང་པོ་ནི། དོན་ལ་མེད་ཁ་དོག་ཡིན་ཞིང་མེད་ཁ་དོག་ཡིན་མིན་ཐེ་ཚོམ་ཟ་དུས་  
 ཀྱི་རྒྱུད་རིང་པོའི་ཁ་དོག་དམར་ལམ་བ་འཛིན་པའི་དབང་མངོན་ལྟ་བུ་དང་། གཉིས་  
 པ་ནི། དོན་ལ་འག་པ་ཡིན་ཞིང་། འག་པ་ཡིན་མིན་ཐེ་ཚོམ་ཟ་དུས་ཀྱི་ཡལ་ག་ལོ་འདབ་

དང་བཅས་པའི་ཤིང་འཛིན་དབང་མངོན་ལྟ་བུ་དང་། གསུམ་པ་ནི། ཁོ་བོས་སྟོན་པོ་  
 མཐོང་ངམ་མ་མཐོང་སྟམ་པའི་ཐེ་ཚོམ་འབྲེན་པར་བྱེད་པའི་སྟོན་འཛིན་དབང་མངོན་ལྟ་  
 བུའོ། །དེ་རྣམས་ལ་དངོས་བཏགས་ཀྱི་བྱེད་པར་ཡོད་དེ། དང་པོ་གཉིས་གཞན་ལས་  
 དེས་ཀྱི་ཚད་མ་དངོས་གནས་པ་དང་། བྱི་མ་དེ་བཏགས་པ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་དང་།  
 དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་། དང་པོ་དེ་དོན་ལ་མེའི་ཁ་དོག་ཡིན་ཞིང་། མེའི་ཁ་དོག་ཡིན་མིན་  
 ཐེ་ཚོམ་བ་དུས་ཀྱི་རྒྱུང་རིང་པོའི་ཁ་དོག་དམར་ལམ་པ་ལ། རང་ལས་དེས་དང་། དེ་ལ་  
 རང་ལས་དེས་ཀྱི་ཚད་མ་གཉིས་ཀ་ཡིན་ལ། དེ་དེ་འབྲེའི་ཁ་དོག་དམར་ལམ་པ་མེའི་ཁ་  
 དོག་ཡིན་པ་ལ། གཞན་ལས་དེས་དང་། དེ་ལ་གཞན་ལས་དེས་ཀྱི་ཚད་མ་གཉིས་ཀ་  
 ཡིན་ཀྱང་། དེ་ལ་ཚད་མ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། མདོར་ན། གཞན་ལས་དེས་ཀྱི་ཚད་མ་  
 ཡིན་ན། ཚད་མ་ཡིན་པས་བྱུང་ཀྱང་། ཚོས་དེ་ལ་གཞན་ལས་དེས་ཀྱི་ཚད་མ་ཡིན་ན།  
 ཚོས་དེ་ལ་ཚད་མ་མ་ཡིན་པས་བྱུང་སྟེ། ཚོས་དེ་ལ་ཚད་མ་ཡིན་ན། ཚོས་དེ་ལ་རང་  
 ལས་དེས་ཀྱི་ཚད་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་བྱིར་རོ། །

**ཚད་མ་ལ་སྐྱས་བརྗོད་རིགས་ཀྱི་སྟོན་སྟེན་དབྱེ་བ་བཤད་པ།**

གསུམ་པ་ནི། ཚད་མ་ལ་སྐྱས་བརྗོད་རིགས་ཀྱི་སྟོན་སྟེན་དབྱེ་ན། སྐྱེས་བུ་ཚད་མ། ངག་  
 ཚད་མ། ཤེས་པ་ཚད་མ་དང་གསུམ་ཡོད་དེ། དང་པོ་ནི། སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ལྟ་བུ།  
 གཉིས་པ་ནི། བདེན་བཞིའི་ཚོས་འཁོར་ལྟ་བུའོ། །གསུམ་པ་ནི། མངོན་སུམ་དང་རྗེས་  
 དབག་ལྟ་བུའོ། །གངས་དེས་ནི། ཚད་མ་ལ། མངོན་སུམ་ཀྱི་ཚད་མ་དང་། རྗེས་སུ་

དཔག་པའི་ཚད་མ་གཉིས་སུ་དབྱེར་ཡོད་ཅིང་། དེ་ལས་མང་བ་མི་དགོས་ཤིང་། ཉུང་  
 བ་མི་འདུས་པ་ནི། ཚད་མ་ལ་དེ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་པའི་དོན་ཡིན་ཏེ། ཚད་མ་ལ་དེ་  
 གཉིས་སུ་གངས་ངེས་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། གཞལ་བྱ་ལ་རང་མཚན་དང་  
 སྲི་མཚན་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་པའི་སྲིད། འབྲེལ་གྱི། གཞལ་བྱ་ལ་རང་སྲི་གཉིས་སུ་  
 གངས་ངེས་པ་དེ། ཚད་མའི་གངས་ངེས་འབྲེད་པའི་སྐབས་འདིར། ཚད་མ་ལ། མངོན་  
 རྗེས་ཀྱི་ཚད་མ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་པར་སྐབས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྲིད་  
 ཏེ། ཚད་མ་ཀུན་བརྟམ་ལས། མངོན་སུམ་དང་ནི་རྗེས་སུ་དཔག་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་  
 གཉིས་གཞལ་བྱ། །ཞེས་པ་དང་། ཚད་མ་རྣམ་འགྲེལ་ལས། གཞལ་བྱ་གཉིས་སྲིད་  
 ཚད་མ་གཉིས། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྲིད། རྗེས་ཀྱི་འབྲེད་པར་ནི། མངོན་རྗེས་གཉིས་  
 རྗེས་གཅིག་ཡིན་ཏེ། མངོན་སུམ་རྗེས་དཔག་དང་རྗེས་གཅིག་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་  
 བ། མངོན་སུམ་ཚོས་ཅན། རྗེས་དཔག་དང་རྗེས་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། རྗེས་དཔག་  
 ཉམས་སུ་སྲོང་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་དང་རྗེས་གཅིག་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་འབྲེལ་  
 བ། རྗེས་དཔག་ཚོས་ཅན། འབྲེད་ཉམས་སུ་སྲོང་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་དང་རྗེས་  
 གཅིག་ཡིན་ན། འབྲེད་དང་རྗེས་གཅིག་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འབྲེད་དང་འབྲེད་ཉམས་སུ་  
 འབྲེད་པའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་གཉིས་ལྷལ་དུས་རང་བཞིན་གང་ལ་ལྟོས་ཀྱང་གྲུབ་  
 བའི་རྗེས་གཅིག་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། འབྲེད་ཞེས་པ་ཡིན་པའི་སྲིད། ལོང་དུ་མ་གྲུབ་ན།  
 མངོན་སུམ་ཚོས་ཅན། འབྲེད་རྗེས་དཔག་ཉམས་སུ་སྲོང་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་དང་  
 རྗེས་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། འབྲེད་དངོས་པོ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་རྗེས་དཔག་ཉམས་སུ་

སློབ་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་དེ་སློབ་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པའི་སྟེང་། རིགས་པ་འདི་ལ་  
 བརྟེན་ནས་རྟོག་པ་དང་། རྟོག་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་གཉིས་རྗེས་གཅིག་ འཇུག་ཤེས་དང་།  
 མ་འཇུག་པའི་ཤེས་པ་གཉིས་རྗེས་གཅིག་ དབང་ཤེས་དང་། ཡིད་ཤེས་གཉིས་རྗེས་  
 གཅིག་ སེམས་དང་། སེམས་བྱུང་གཉིས་རྗེས་གཅིག་ སེལ་འཇུག་གི་སློབ་དང་། སྐྱབ་  
 འཇུག་གི་སློབ་གཉིས་རྗེས་གཅིག་ ཚད་མ་དང་། ཚད་མིན་གྱི་ཤེས་པ་གཉིས་རྗེས་  
 གཅིག་ཏུ་གྲུབ་ལོ། །

གསུམ་པ་ཚོད་བ་སློབ་བ་ལ། ཁོ་ན་རེ། ཚད་མ་ལ་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་དང་།  
 རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཚད་མ་གཉིས་སུ་གངས་མ་ངེས་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་གང་རུང་མ་  
 ཡིན་པའི་ཚད་མ་སྤང་གསུམ་པ་ཡོད་པའི་སྟེང་། དེ་གཉིས་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་ཚད་  
 མ་ཡོད་པའི་སྟེང་ཟེར་ན། མ་ཁྲུབ། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། ཚད་མ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་སྟེང་།  
 ཡང་ཁོ་ན་རེ། སློབ་འཛིན་དབང་མངོན་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པ་ཚོས་ཅན། ཚད་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། གསར་དུ་མི་བསྐྱུ་བའི་རིག་པ་ཡིན་པའི་སྟེང་། དེར་ཐལ། མི་བསྐྱུ་བའི་རིག་  
 པ་ཡིན་པའི་སྟེང་ཟེར་ན། མ་ཁྲུབ་སྟེ། ཚད་མ་ལ་མི་བསྐྱུ་བ་ཙམ་གྱིས་མི་ཚོགས་པར།  
 སྤང་མ་ཤེས་པའི་དོན་གྱི་རང་གི་གཞལ་བྱ་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཞིག་དགོས་ཏེ། ལྷན་  
 འགྲེལ་ལས། མ་ཤེས་དོན་གྱི་གསལ་བྱེད་ཀྱང་། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྟེང་། གོང་དུ་མ་  
 གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། མི་བསྐྱུ་བའི་རིག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་གི་དབྱུད་དོན་ཐོབ་བྱེད་  
 གྱི་རིག་པ་ཡིན་པའི་སྟེང་། ཁྲུབ་སྟེ། རང་གི་དབྱུད་དོན་ཐོབ་བྱེད་གྱི་རིག་པ་རང་ཉིད་མི་  
 བསྐྱུ་བའི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྟེང་། གཞན་ཡང་། སློབ་འཛིན་དབང་

མངོན་སྐྱོད་ཅིག་གཉིས་པ་ཚོས་ཅན། མི་བསྐྱེད་བའི་རིག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དབྱུང་ཤེས་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེས་ན། ཚད་མ་བསྐྱེད་མེད་ཅན་ཤེས་པ། །ཞེས་སོགས་གྱིས་ཚད་  
 མའི་མཚན་ཉིད་བསྟན་ཚུལ་ཡོད་དེ། སྤྱི་དོན་རིགས་རྒྱུ་ལས། ཚད་མ་བསྐྱེད་མེད་ཅན་  
 ཤེས་པ། །ཞེས་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུར་དུ་མི་བསྐྱེད་བར་བསྟན་ལ། མ་ཤེས་དོན་གྱི་  
 གསལ་བྱེད་ཀྱང་། །ཞེས་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུར་དུ་གསལ་དུ་ཞེས་པ་བསྟན་པ་ཡིན་  
 ཞེང་། གཉིས་ཀ་འདྲིལ་ནས་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་རྫོགས་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་སྤྱིར། འོ་ན་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་དང་སྐྱོད་དོད་དེ་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་  
 ཡོད་དེ། སྤྱི་དོན་རིགས་རྒྱུ་ལས། དེས་ན་སྤོན་སྤྱང་དབང་ཤེས་ལྟ་བུ་མཚན་གཞི།  
 ཚད་མ་ཡིན་པ་མཚོན། གསལ་དུ་མི་བསྐྱེད་བའི་རིག་པ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱའོ། །འོ་ན་ཅིའི་  
 སྤྱིར་ཚད་མ་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། ཚད་མའི་སྐྱོད་དོད་སྤྱི་མ་ཏ་ཞེས་པའི་སྤྱི་དང་པོ་དང་མ་ཏ་  
 འཇལ་བ་ལ་འཇུག་པས་དང་པོ་འཇལ་བའི་དོན་གྱི་ཚད་མ་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་  
 པའི་སྤྱིར་རོ། །

### ཚད་མིན་གྱི་ཤེས་པ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་ཚད་མིན་གྱི་ཤེས་པ་བཤད་པ་ལ། ཁ་ཅིག་ན་དེ། ཚད་མིན་གྱི་ཤེས་པ་ཡིན་  
 བ། གསལ་སྤྱང་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། རུམ་འཛིན་རྟོག་པ་ཚོས་ཅན།  
 དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། རྟོགས་བྱུང་སྟེ། ཚད་མིན་གྱི་ཤེས་པ་ལྷ་པོ་གང་རུང་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་ཉེ། ཡིད་དཔྱོད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་བྱུང་ན། རུམ་པ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་འཛིན་རྟོག་

བ་ཡིད་དཔྱོད་ཡིན་པར་ཐལ། རྩོད་གཞི་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཅ་བར་འདོད་ན། དེ་ཚོས་  
 ཅན། གསལ་སྤང་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྩོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྩལ་  
 རྟེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། རྣམ་པར་རྩོད་དང་རྗེས་འགྲེལ་བའི། །དོན་གསལ་སྤང་བ་ཅན་  
 མ་ཡིན། །ཞེས་དང་། རྗེ་སློབ་ལམ་དཔལ་བའི་རིག་ལས། རང་ལུལ་གསལ་བར་སྤང་  
 བའི་ཤེས་པ་ཡིན་ན་རྩོད་བྱལ་ཡིན་པས་རྩལ་སྟེ། རྣམ་པར་རྩོད་པ་དང་རྗེས་སུ་འགྲེལ་  
 བའི་སློ་ཡིན་ན་ནི། རང་ལུལ་གྱི་དོན་གསལ་བར་སྤང་བ་ཅན་མ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།  
 ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

གཞན་ཡང་། རྒྱ་རྩོད་འཛིན་རྩོད་པ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་  
 བ། དེར་ཐལ། ཚད་མིན་གྱི་ཤེས་པ་ལྷ་པོ་གང་རུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། ལོག་ཤེས་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། རྒྱ་རྩོད་པ་ཚོས་ཅན། རྩོད་འཛིན་རྩོད་པ་ལོག་ཤེས་ཡིན་པར་  
 ཐལ། རྩོད་མེད་ངེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཅ་བར་འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། རྩོད་མེད་གྱི་ཤེས་  
 པ་ཡིན་པར་ཐལ། གསལ་སྤང་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྩལ་སྟེ། རྣམ་འགྲེལ་  
 ལས། གཉིད་ལོག་པ་འམ་སད་པ་ན། །གསལ་བར་སྤང་བ་ཅན་སློ་གང་། །དེ་ནི་རྩོད་  
 མེད་གཉིས་ཀ་ཡང་། །དེ་ལྟར་མིན་ན་རྩོད་པ་ཡིན། །དེའི་དོན་འགྲེལ་བ་ནི། རྗེ་སློབ་  
 ལམ་དཔལ་བས། གཉིད་ལོག་པ་འམ་སད་པ་ན། །རང་ལུལ་གསལ་བར་སྤང་བ་ཅན་  
 གྱི་སློ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྩོད་མེད་གྱི་ཤེས་པ་ཡིན་ལ། སད་ལོག་གཉིས་ཀར་ཡང་རང་  
 ལུལ་གསལ་བར་སྤང་བ་དེ་ལྟར་ཡིན་ཡང་། མ་གསལ་བར་སྤང་བའི་ཤེས་པ་ཡིན་ན།  
 རྩོད་པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཅ་བར་འདོད་ན། དེ་ཚོས་

ཅན། རྟོག་མེད་གྱི་ཤེས་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟོག་པ་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། དེར་  
ཐལ། རྟོག་པ་དོན་མི་མཐུན་ཡིན་པའི་སྲིད།

རང་ལུགས་ནི། གསར་དུ་མི་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་པའི་རིག་པ། ཚད་མིན་གྱི་ཤེས་  
པའི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན་ལྟ་ཡོད་དེ། ཡིད་དཔྱོད། ལྡང་ལ་མ་ངེས་པའི་སློ། དབྱད་  
ཤེས། ལོག་ཤེས། ཐེ་ཚོམ་དང་ལྟ་ཡོད་པའི་སྲིད།

### ཡིད་དཔྱོད་བཤད་པ།

དང་པོ་ཡིད་དཔྱོད་ལ། མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ། ཚད་པ་སྤོང་བ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་  
ནི། བསྐྱེད་པའི་ཞེན་རིག་དོན་མཐུན། ཡིད་དཔྱོད་གྱི་མཚན་ཉིད། ལྡང་བ་དང་རང་གི་  
རྟོན་རྟགས་ཡང་དག་ལའང་མ་བརྟེན་པར་རང་ལྷུལ་བདེན་པ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་གསར་  
དུ་ངེས་པའི་ཞེན་རིག་དེ། རང་ཉིད་ཡིད་དཔྱོད་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། དེ་ཡང་ལྡང་  
བ་ལ་མ་བརྟེན་ཞེས་པས་མངོན་སུམ་དང་ཡིད་དཔྱོད་གྱི་གཞི་མཐུན་ཡོད་པ་གཅོད།  
རང་གི་རྟོན་རྟགས་ཡང་དག་ལ་མ་བརྟེན་ཞེས་པས་རྗེས་དཔག་དང་ཡིད་དཔྱོད་གྱི་  
གཞི་མཐུན་ཡོད་པ་གཅོད། རང་ལྷུལ་བདེན་པ་ཞེས་པས་ལོག་ཤེས་དང་ཡིད་དཔྱོད་  
གྱི་གཞི་མཐུན་ཡོད་པ་གཅོད། མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཞེས་པས་ཐེ་ཚོམ་དང་ཡིད་དཔྱོད་གྱི་  
གཞི་མཐུན་ཡོད་པ་གཅོད། གསར་དུ་ངེས་ཞེས་པས་དབྱད་ཤེས་དང་ཡིད་དཔྱོད་གྱི་  
གཞི་མཐུན་ཡོད་པ་གཅོད། ཞེན་རིག་ཅེས་པས་རྟོག་མེད་གྱི་ཤེས་པ་དང་ཡིད་དཔྱོད་  
གྱི་གཞི་མཐུན་ཡོད་པ་གཅོད་དོ། །



གཉིས་པ་ཡིད་དཔྱོད་ལ་དབྱེ་ན། རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་ཡིད་དཔྱོད། རྒྱ་མཚན་མ་  
 དེས་པའི་ཡིད་དཔྱོད། རྒྱ་མཚན་དང་འགལ་བའི་ཡིད་དཔྱོད། རྒྱ་མཚན་མ་གྲུབ་པའི་  
 ཡིད་དཔྱོད། རྒྱ་མཚན་ཡོད་ཀྱང་གཏན་ལ་མ་ཐབ་པའི་ཡིད་དཔྱོད་དང་ལྡེ་ལས། སྐྱ་  
 མི་རྟག་ཅེས་པའི་དག་ཅམ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་འཛིན་པའི་སློབ་དེ། དང་པོའི་  
 མཚན་གཞི། དེས་སྐྱ་མི་རྟག་པའི་དམ་བཅའ་བཟོད་པ་ཡིན་གྱི། སྐྱ་མི་རྟག་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་ཡང་དག་མ་བཟོད་པའི་ཕྱིར། གཞལ་བྱའི་རྟགས་ལས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་འཛིན་  
 པའི་སློབ་དེ། གཉིས་པའི་མཚན་གཞི་ཡིན་ཏེ། གཞལ་བྱ་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་མ་  
 དེས་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རོན་བྱེད་རུས་སྟོང་གི་རྟགས་ལས་སྐྱ་མི་རྟག་  
 པར་འཛིན་པའི་སློབ་དེ། གསུམ་པའི་མཚན་གཞི་ཡིན་ཏེ། རོན་བྱེད་རུས་སྟོང་མི་རྟག་  
 པ་དང་འགལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མིག་ཤེས་ཀྱི་གཟུང་བྱའི་རྟགས་ལས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་  
 འཛིན་པའི་སློབ་དེ། བཞི་པའི་མཚན་གཞི་ཡིན་ཏེ། མིག་ཤེས་ཀྱི་བཟུང་བྱ་སྐྱ་མི་རྟག་  
 པར་སྐྱབ་པའི་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྐྱ་མི་རྟག་པར་ཚད་མས་མ་  
 དེས་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་བྱས་པའི་རྟགས་ལས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་འཛིན་པའི་སློབ་དེ།  
 ལྡེ་པའི་མཚན་གཞི་ཡིན་ཏེ། བྱས་པ་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་ཡིན་  
 ཀྱང་། དེ་འདྲའི་གང་ཟག་གིས་སྐྱ་མི་རྟག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་གཏན་ལ་མ་ཐབ་  
 པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྟོང་བ་ལ། ཁོ་ན་དེ། ཡིད་དཔྱོད་ཡིན་ན། བསྐྱེད་པའི་རིག་པ་  
 ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། མཚན་ཉིད་དང་པོ་དེ་འཐད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། འདོད་བྱས་པ་

ལ། ཡིད་དཔྱོད་བསྐྱེད་བའི་རིག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྲིད། འདོད་ན། རྗེས་  
 དཔག་བསྐྱེད་བའི་རིག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡིད་དཔྱོད་བསྐྱེད་བའི་རིག་པ་གང་ཞིག་ རྗེས་  
 དཔག་དང་ཡིད་དཔྱོད་གཉིས་འབྲུལ་ཤེས་སུ་ཡང་མཚུངས། རྟོག་པ་དོན་མཐུན་དུ་  
 ཡང་མཚུངས། གསར་རྟོགས་ཀྱི་རིག་པ་ཡིན་པར་ཡང་མཚུངས་པའི་སྲིད་ཟེར་ན། དེ་  
 ལྟར་མཚུངས་ཀྱང་། དེ་གཉིས་ལ་བསྐྱེད་བའི་རིག་པ་ཡིན་མིན་གྱི་ཁྲད་པར་ཡང་ཡོད་དེ།  
 རྗེས་དཔག་ནི་མི་བསྐྱེད་བའི་རིག་པ་གང་ཞིག་ ཡིད་དཔྱོད་ནི་རྟོགས་ལ་གཏན་ནས་མི་  
 ལྟོས་ཤིང་། རང་ལུལ་ལ་ཡིད་ཀྱིས་དམ་བཅས་པ་ཅམ་ཡིན་པས། ཐེ་ཚོམ་དུ་འགྱུར་བ་  
 སྲིད་པས་ན། བསྐྱེད་བའི་རིག་པར་བཞག་པའི་སྲིད། དང་པོ་གྲུབ་སྟེ། ཚད་མ་ཡིན་པའི་  
 སྲིད། གཉིས་པ་གྲུབ་སྟེ། ཚད་མ་རིགས་གཏེར་ལས། ཡིད་དཔྱོད་རྟོགས་ལ་བརྟེན་མི་  
 ལྟོས། །དམ་བཅའ་ཅམ་ཡིན་ཐེ་ཚོམ་འགྱུར། །རྟོགས་ལ་ལྟོས་ན་ཡང་དག་གལ། །ལྟར་  
 ལྟར་གསུམ་ལས་འདའ་བ་མེད། །ཅེས་གསུངས་པའི་སྲིད།

ཡང་ཁ་ཅིག་ན་རེ། ལྷོང་བའི་འབྲས་བུར་གྱུར་པའི་ཡིད་དཔྱོད་ཚོས་ཅན།  
 མཚན་ཉིད་སྲི་མ་དེར་ཐལ། རང་ཉིད་ཡིད་དཔྱོད་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ།  
 དེ་ཡོད་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། ལྷོང་བ་ཚོས་ཅན། ལྷོང་གི་འབྲས་བུར་གྱུར་པའི་ཡིད་  
 དཔྱོད་ཡོད་པར་ཐལ། ལྷོང་འདུས་བྱས་ཡིན་པའི་སྲིད། ཅ་བ་འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན།  
 ལྷོང་བ་དང་རང་གི་རྟེན་རྟོགས་ཡང་དག་གང་ལ་ཡང་མ་བརྟེན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 སྲིད། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེ་གཉིས་གང་རུང་ལ་བརྟེན་པར་ཐལ། ལྷོང་བ་ལ་བརྟེན་  
 པའི་སྲིད་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། མཚན་གཞི་གསུམ་པ་ལ། དོན་བྱེད་རུས་སྟོང་སྒྲིམ་མི་རྟོག་

བར་སྐྱབ་པའི་འགལ་ཉགས་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་ཉགས་ལས་སྐྱ་མི་ཉག་པར་འདྲིན་
 པའི་སློ་དེ། ལྷ་མཚན་འགལ་བའི་ཡིད་དཔྱོད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲལ། འདོད་
 བ། དོན་བྱེད་ལུས་སྟོང་ཚོས་ཅན། སྐྱ་མི་ཉག་པར་སྐྱབ་པའི་སྤྱོད་པ་ཚོས་ཡིན་པར་
 ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་འགལ་ཉགས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཉགས་ཁས། ཁྲལ་སྟེ། སྟེ་བདུན་ཡིད་
 ཀྱི་ལུན་སེལ་ལས། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་འགལ་ཉགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཚོས་
 གང་ཞིག དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྗེས་ཁྲལ་སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ངེས་པའོ། །ཞེས་དང་། སྤྱི་དོན་རིགས་
 ལྷན་ལས་ཀྱང་དེ་ལྟར་གསུངས་པའི་སྤྱིར། གོང་དུ་འདོད་ན། དོན་བྱེད་ལུས་སྟོང་ཚོས་
 ཅན། སྐྱ་ཁྱོད་དུ་ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡོད་པར་ཐལ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་སྤྱོད་པ་
 ཚོས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཉགས་ཁས། ཁྲལ་བ་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ། སྐྱ་དེ་ཁྱོད་ཀྱི་ཉགས་
 ཀྱིས་སྐྱ་མི་ཉག་པར་སྐྱབ་པའི་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་སྐྱོན་མེད་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་དེ་
 སྐྱབ་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཚོས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཉགས་ཁས། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་ཁྱོད་དུ་
 ཚད་མས་ངེས་ནས། སྐྱ་མི་ཉག་པ་ལ་ཤེས་འདོད་ལྷགས་པའི་གང་ཟག་སྤིད་པར་ཐལ།
 འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན་སྐྱ། མཚན་གཞི་བཞི་བ་ལ། སྐྱ་མིག་ཤེས་ཀྱི་བརྒྱུད་བྱ་མ་
 ཡིན་པར་ཐལ། མིག་ཤེས་ཀྱི་བརྒྱུད་བྱ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་པའི་
 སྤྱིར། འདོད་ན། སྐྱ་མིག་ཤེས་ཀྱི་བརྒྱུད་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། འཕགས་པའི་མིག་ཤེས་
 ཀྱི་བརྒྱུད་བྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། ཁྱོད་མིག་ཤེས་ཀྱི་བརྒྱུད་བྱར་བྱེད་པའི་འཕགས་པ་
 ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན་མ་ཁྲལ། ཉགས་གྲུབ་སྟེ། ཁྱོད་སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་མིག་
 ཤེས་ཀྱི་བརྒྱུད་བྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་ཁྲལ་མཚན་ལ། ཁྱོད་མིག་ཤེས་ཀྱི་བརྒྱུད་བྱར་

བྱེད་པའི་སོ་སྐྱེས་ཡོད་ན། ཁྱོད་སོ་སྐྱེས་ཀྱི་མིག་ཤེས་ཀྱི་བཟུང་བྱ་ཡིན་དགོས་པར་  
 ཐལ། འཕགས་པ་ལ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྐྱ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། ཉགས་  
 གྲུབ་སྟེ། བ་ལང་སྟོན་པའི་མིར་གྱུར་པའི་སོ་སྐྱེས་ཀྱི་མིག་ཤེས་ཀྱི་བཟུང་བྱ་ཡིན་པ་  
 གང་ཞེས་སྐྱལ་གྱི་མིག་ཤེས་ཀྱི་བཟུང་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་གཉིས་ཀ་གྲུབ་སྟེ།  
 མདོ་བློན་པ་ཉེར་བཞག་ལས། འཇམ་བུའི་གླིང་ན་སྐྱལ་ཉིད་ནི་སྐྱ་མིག་གིས་ཐོས་པ་  
 སྟེ། དེ་བཞིན་བ་ལང་སྟོན་ན་མིག་ཉིད་ཀྱིས་ཐོས་པའོ། །ཞེས་དང་ཚད་མའི་དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་བསྐྱེས་པ་ལས། སྐྱལ་རྣམས་མིག་གིས་ཐོས་པ་ཡིན། །དེ་ཡང་དེ་ལྟར་གྲགས་པ་  
 ཡིན། །ཞེས་དང་། རིག་ཚེན་དེ་ཉིད་སྐྱང་བ་ལས། སྐྱ་མིག་གིས་བཟུང་བྱུང་བྱེད་པ་དེ་  
 བོ་སྐྱལ་ཉིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཅུ་བར་འདོད་ན། སྐྱ་ཚོས་ཅན། གཞུགས་  
 ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཡིན་པར་ཐལ། མིག་ཤེས་ཀྱི་བཟུང་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ།  
 སྐྱའི་སྐྱེ་མཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སྐྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁོ་ན་དེ། གཞུགས་ཡིན་ན། གཞུགས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། སྐྱ་  
 ཡིན་ན་སྐྱའི་སྐྱེ་མཆེད་ཡིན་དགོས་པས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྱི་རོ་རེག་བྱ་རྣམས་ལ་དེ་  
 ལྟར་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར་བེད་ན། མི་མཚུངས་སོ། །

**སྐྱང་ལ་མ་ངེས་པའི་སྐྱོ་བཤད་པ།**

གཉིས་པ་སྐྱང་ལ་མ་ངེས་པའི་སྐྱོ་ལ། མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ། ཚུད་པ་སྐྱོང་བ་དང་  
 གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། རང་ལྷལ་མ་ངེས་པའི་གསལ་སྐྱང་ཅན་གྱི་མ་འཁྲལ་བའི་

རིག་པ། ལྷང་ལ་མ་ངེས་པའི་སློའི་མཚན་ཉིད། རང་གི་འཇུག་ལུལ་དུ་གྱུར་པའི་རང་  
 མཚན་གསལ་བར་སྤང་བ་ཡང་ཡིན། རང་གི་འཇུག་ལུལ་དུ་གྱུར་པའི་རང་མཚན་ལ་  
 རེས་པ་འདྲེན་མི་རུས་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པར་གྱུར་པའི་རིག་པ། རང་ཉིད་  
 ལྷང་ལ་མ་ངེས་པའི་སློའི་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། གཉིས་པ་དེ་ལ་དབྱེ་ན། ལྷང་ལ་མ་ངེས་  
 པའི་སློར་གྱུར་པའི་དབང་མངོན། ཡིད་མངོན། རང་རིག་མངོན་སུམ་དང་གསུམ་ལས།  
 དང་པོ་ནི། ཡིད་གཟུགས་མངོན་པ་ལ་ལྷག་པར་ཆགས་བཞིན་པའི་སྐྱེས་བུའི་རྒྱུད་ཀྱི་  
 སྐྱེ་འཛིན་ཉན་ཤེས་དང་། ཁོ་བོས་སྲོན་པོ་མཐོན་ངམ་མ་མཐོང་སྐྱམ་པའི་ཐེ་ཚོམ་འདྲེན་  
 པར་བྱེད་པའི་སྲོན་འཛིན་དབང་མངོན་ལྟ་བུ་དང་། གཉིས་པ་ནི། ལྷང་མཐོང་གི་རྒྱུད་  
 ཀྱི་གཟུགས་སོགས་དོན་ལྡན་འཛིན་པའི་ཡིད་མངོན་ལྟ་བུ་དང་། གསུམ་པ་ནི། ལྷང་  
 མཐོང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་གཟུགས་སོགས་དོན་ལྡན་འཛིན་པའི་ཡིད་མངོན་ཉམས་སུ་སྤོང་བའི་  
 རང་རིག་མངོན་སུམ་ལྟ་བུའོ། །

རེས་ན་གཟུགས་འཛིན་ཡིད་མངོན་དང་། འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་གཟུགས་འཛིན་ཡིད་  
 མངོན་གཉིས་ཚད་མ་ཡིན་ཀྱང་། ལྷང་མཐོང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་གཟུགས་འཛིན་ཡིད་མངོན་  
 ཚད་མ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་སྤང་ལ་མ་ངེས་པའི་སློའི་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ལྷང་མཐོང་གི་རྒྱུད་  
 ཀྱི་གཟུགས་འཛིན་ཡིད་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་ཚད་མ་མེད་པའི་སྤྱིར། དེ་སྤང་ཡང་རྣམ་  
 བཤད་ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་ལས། སོ་སོ་སྐྱེ་བོའི་རྒྱུད་ལ་ཡིད་ཀྱི་མངོན་སུམ་ཡོད་  
 ཀྱང་། ཡིད་ཀྱི་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་པའི་ཚད་མ་མེད་ལ། ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། ལྷང་  
 ལྷོ། ལྷང་མཐོང་དང་སོ་སྐྱེས་དོན་གཅིག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། རྣམ་བཤད་ཀྱི་ལུང་དེ་ཡང་།

སོ་སྐྱེའི་རྒྱུད་ལ་གཟུགས་འཛིན་ཡིད་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་ཚད་མ་མེད་པ་ལ་དགོངས་པ་  
 ཡིན་གྱི། སོ་སྐྱེའི་རྒྱུད་ལ་ཡིད་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་ཚད་མ་ནི་ཡོད་དེ། སོ་སྐྱེའི་རྒྱུད་ཀྱི་  
 མངོན་ཤེས་དེ་ཚད་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། རྣམ་བཤད་ཀྱི་ལུང་དོན་ཡང་དེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ།  
 ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་སློབ་མེ་ལས། ཚུར་མཐོང་གི་རྒྱུད་ལ་གཟུགས་འཛིན་ཡིད་མངོན་  
 ཡོད་ཀྱང་། གཟུགས་འཛིན་ཡིད་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་ཚད་མ་མེད་ལ། ཞེས་གསུངས་  
 པའི་སྤྱིར། ལུང་འདྲིའི་དོན་ཡང་། སེམས་ཅམ་པའི་ལུགས་ཡིན་ནམ་སྣམ་དབྱེད། སྤྱིར་  
 གཟུགས་འཛིན་ཡིད་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་ཚད་མ་དང་། ལྷང་ལ་མ་ངེས་པའི་སློབ་གཉིས་  
 ཡོད་ཀྱང་། དེར་གྱུར་པའི་དབྱེད་ཤེས་མེད་དེ། གཟུགས་འཛིན་ཡིད་མངོན་སྐྱད་ཅིག་  
 གཉིས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དུས་མཐའི་སྐྱད་ཅིག་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེས་སྐྱ་  
 འཛིན་ཡིད་མངོན་སོགས་སྤྱི་མ་རྣམས་ལ་འང་རིགས་འགྲེའོ། །དེས་ན་སྤང་ལ་མ་ངེས་  
 པའི་སློབ་ཡིན་ན། མངོན་སུམ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཀྱང་། དེ་ཡིན་ན་ཁྲིད་ཀྱི་གཞལ་བྱ་མེད་  
 པས་ཁྱབ་སྟེ། དེ་ཡིན་ན། རང་ཡུལ་ལ་ངེས་པ་འདྲེན་མི་རུས་པས་ཁྱབ་པའི་སྤྱིར། དེ་  
 ཡིན་ན། སོ་སྐྱེའི་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱེས་པས་ཁྱབ་སྟེ། འཕགས་རྒྱུད་ལ་དེ་མེད་པའི་སྤྱིར་ཏེ།  
 རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཚོ་གོས་ཆེན་པོས་མཐོང་ཉིད་ལས། །རྣམ་བཤམས་ཅད་ངེས་པར་  
 བྱེད། །ཅེས་སོགས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།

### དབྱེད་ཤེས་བཤད་པ།

གསུམ་པ་དབྱེད་ཤེས་ལ། མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ། ཚྱོད་པ་སློང་བ་དང་གསུམ་ལས།

དང་པོ་ནི། རྟོགས་ཟེན་རྟོགས་པའི་རིག་པ། དབྱུང་ཤེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། གཉིས་པ་དེ་  
 ལ་དབྱེ་ན། མངོན་སུམ་དབྱུང་ཤེས། རྟོག་པ་དབྱུང་ཤེས། དེ་གཉིས་གང་རུང་མ་ཡིན་  
 པའི་དབྱུང་ཤེས་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། དབང་མངོན་དབྱུང་ཤེས། ཡིད་མངོན་  
 དབྱུང་ཤེས། རང་རིག་མངོན་སུམ་དབྱུང་ཤེས། རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་དབྱུང་ཤེས་  
 དང་བཞི་ཡོད་ལ། དང་པོ་ནི། མཚན་གཞི་གསུམ་ནི་སྤར་བ་འད་ཟེན་ཅིང་། བཞི་པ་  
 རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་པའི་དབྱུང་ཤེས་ནི་ཉན་རང་དང་བྱང་སེམས་འཕགས་  
 པའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་རྟོག་པ་  
 དབྱུང་ཤེས་ནི། རྗེས་དཔག་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་དེ་གཉིས་གང་རུང་  
 མ་ཡིན་པའི་དབྱུང་ཤེས་ནི། ཚད་མ་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པ་ལྟ་བུ་དང་། གསར་དུ་མི་བསྐྱེད་  
 པའི་རིག་པ་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །

གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྤོང་བ་ལ། ཁོ་ན་རེ། ཀུན་མཁྱེན་ཡེ་ཤེས་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་  
 པ་ཚོས་ཅན། དབྱུང་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། རྟོགས་ཟེན་རྟོགས་པའི་རིག་པ་ཡིན་པའི་  
 ལྷིང་། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། རྟོགས་ཟེན་རྟོགས་པ་གང་ཞིག་ རིག་པ་ཡིན་པའི་ལྷིང་  
 ཟེར་ན་མ་ཁྱབ།

ཡང་ཁོ་ན་རེ། ཡིད་དབྱོད་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པ་ཚོས་ཅན། དབྱུང་ཤེས་ཡིན་པར་  
 ཐལ། རྟོགས་ཟེན་རྟོགས་པའི་རིག་པ་ཡིན་པའི་ལྷིང་། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། རང་གི་  
 གཞལ་བུ་རྟོགས་ཟེན་རྟོགས་པའི་རིག་པ་ཡིན་པའི་ལྷིང་། མ་གྲུབ་ན། ཡིད་དབྱོད་སྐྱད་  
 ཅིག་གཉིས་པ་དེ། ཡིད་དབྱོད་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པའི་གཞལ་བུ་རྟོགས་ཟེན་རྟོགས་པའི་

རིག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡིད་དཔྱོད་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པས་ཡིད་དཔྱོད་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་  
 པའི་གཞལ་བྱ་རྟོགས་པ་གང་ཞིག ཡིད་དཔྱོད་སྐྱད་ཅིག་དང་པོས་ཡིད་དཔྱོད་སྐྱད་  
 ཅིག་གཉིས་པའི་གཞལ་བྱ་རྟོགས་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། དང་པོ་མ་གྲུབ་ན། ཡིད་  
 དཔྱོད་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པའི་གཞལ་བྱ་ཚོས་ཅན། ཡིད་དཔྱོད་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པས་  
 རྟོགས་པར་ཐལ། ཡིད་དཔྱོད་ཀྱིས་རྟོགས་པའི་སྤྱིར་ཉེ། གཞི་གྲུབ་པའི་སྤྱིར། གཉིས་  
 པ་མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། ཡིད་དཔྱོད་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པའི་གཞལ་བྱ་དེ། ཡིད་དཔྱོད་  
 སྐྱད་ཅིག་དང་པོའི་གཞལ་བྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། ཡིད་  
 དཔྱོད་ཀྱི་གཞལ་བྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། གོང་དུ་འདོད་ན། ཡིད་དཔྱོད་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པ་  
 ཚོས་ཅན། དབྱུང་ཤེས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟོགས་ཟིན་རྟོགས་པའི་རིག་པ་མ་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་ཉེ། གསར་རྟོགས་ཀྱི་རིག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། ཡིད་དཔྱོད་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

### ལོག་ཤེས་བཤད་པ།

བཞི་པ་ལོག་ཤེས་ལ། མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ། ཚོད་པ་སྒྲོང་བ་དང་གསུམ་ལས། དང་  
 པོ་ནི། རང་གི་ཞེན་ལུལ་ལ་འཁྲུལ་པའི་རིག་པ། ལོག་ཤེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། གཉིས་པ་  
 དེ་ལ་དབྱེ་ན། རྟོག་པར་གྱུར་པའི་ལོག་ཤེས་དང་། རྟོག་མེད་དུ་གྱུར་པའི་ལོག་ཤེས་  
 གཉིས་ཡོད། དང་པོ་ནི། རང་གི་ཞེན་ལུལ་ལ་འཁྲུལ་པའི་ཞེན་རིག་དང་པོའི་མཚན་  
 ཉིད། དེ་དང་རྟོག་པ་དོན་མི་མཐུན་དོན་གཅིག མཚན་གཞི་ནི། རི་བོང་རུ་འཛིན་རྟོག་



བ་ལྷ་བྱུངོ། །གཉིས་བ་འི། རང་གི་ཞེན་ཡུལ་ལ་འབྲུལ་བའི་གསལ་སྣང་ཅན་གྱི་རིག་  
 བ་གཉིས་བའི་མཚན་ཉིད། དེ་དང་མེད་བ་གསལ་སྣང་ཅན་གྱི་ཤེས་བ་དོན་གཅིག  
 མཚན་གཞི་ནི། རྣམ་གཅིག་རྣམ་གཉིས་སུ་སྣང་བའི་དབང་ཤེས་ལྷ་བྱུངོ། །ཡང་ལོག་ཤེས་  
 ལ་དབྱེ་ན། དབང་ཤེས་སུ་གྱུར་བའི་ལོག་ཤེས་དང་། ཡིད་ཤེས་སུ་གྱུར་བའི་ལོག་  
 ཤེས་གཉིས་ལས། ལོག་ཤེས་གང་ཞིག རང་གི་སྤུང་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྒྱུན་དུ་  
 གྱུར་བའི་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་བ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པའི་རིག་བ། དང་པོའི་མཚན་  
 ཉིད། དཔེར་ན་དུང་དཀར་སེར་པོ་སྣང་བའི་དབང་ཤེས་དང་། གངས་རི་སྔོན་པོར་སྣང་  
 བའི་དབང་ཤེས་ལྷ་བྱུངོ། །ལོག་ཤེས་གང་ཞིག རང་གི་སྤུང་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་  
 རྒྱུན་དུ་གྱུར་བའི་ཡིད་དབང་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པའི་རིག་བ། གཉིས་བའི་མཚན་ཉིད།  
 དཔེར་ན་ནམ་མཁའའི་མེ་ཉོག་འཛིན་པའི་ཉོག་བ་དང་། སྔོན་པོ་གསལ་བར་སྣང་བའི་མི་  
 ལམ་གྱི་ཤེས་བ་ལྷ་བྱུངོ། །

གསུམ་བ་ཚོད་བ་སྐྱོང་བ་ལ། ཁོ་ན་དེ། རྣམ་མཁའའི་ཚོས་ཅན། རང་གི་ཞེན་  
 ཡུལ་ལ་འབྲུལ་བའི་རིག་བ་ཡོད་པར་ཐལ། ལོག་ཤེས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རང་  
 གི་ཞེན་ཡུལ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཟུག་འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཉོག་  
 མེད་གྱི་ཤེས་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟུབ་སྟེ། ཤེས་བ་ཡིན་ན། རང་གི་སྣང་ཡུལ་ཡོད་པས་  
 ཟུབ་ཅིང་། ཞེན་ཡུལ་དེ། ཉོག་བ་དང་ཉོག་མེད་གྱི་ཤེས་བ་གཉིས་གྱི་ནང་ནས་ཉོག་བ་  
 ཁོ་ནའི་སྐྱེར་གྱི་ཟུང་ཚོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཚད་མ་རིགས་གཏེར་ལས། སྣང་ཡུལ་ཤེས་  
 བ་ཀུན་ལ་ཡོད། །ཞེན་ཡུལ་ཉོག་པའི་སྐྱེར་ཚོས་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

བྱས་པ་ལ་ཁོ་ན་རེ། ཁྱོད་ཀྱི་ཞེན་ཡུལ་ཡོད་ན། ཁྱོད་ཀྱི་ཞེན་པ་ཡོད་པས་ཁྱབ་  
 པར་ཐལ། རྣམ་མཁུམ་གྱི་ཞེན་ཡུལ་མེད་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྱབ། འདོད་མི་རུས་ཏེ།  
 རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྤྱིའི་ཞེན་པ་མེད་ཀྱང་། དེའི་ཞེན་ཡུལ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། གཟུགས་སོགས་  
 ཀྱི་ཚོས་ཐམས་ཅད་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྤྱིའི་ཞེན་ཡུལ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེ་ལྟར་ཡང་། ལེགས་  
 བཤད་སྟོང་པོ་ལས། གཟུགས་སོགས་ཀྱི་ཚོས་ཐམས་ཅད་བརྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྤྱིའི་ཞེན་  
 ཡུལ་ཡིན་པ་རང་མཚན་གྱིས་གྲུབ་པ་འགོག་པ། ཞེན་ཡུལ་གྱི་གཞི་སྟོག་གཟུགས་  
 རང་མཚན་གྱིས་གྲུབ་པ་འགོག་ན། གཞན་དབང་རང་མཚན་གྱིས་གྲུབ་པ་བཀག་པར་  
 འགྱུར་ལ། ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། གཞན་ཡང་། ཁྱོད་ཀྱི་ཞེན་དོན་ཡོད་ན། ཁྱོད་ཀྱི་  
 ཞེན་པ་ཡོད་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། ཞེན་ཡུལ་ལ་དེའི་སྤྱིར། འདོད་ན། སྤྱ་མི་རྟག་པར་  
 དམ་བཅའ་བའི་དམ་བཅའ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། ཁྱབ་པ་ཁས། རྟགས་གྲུབ་  
 རྟེ། རང་ཉིད་ཞེན་དོན་རང་ཉིད་སྤྱོད་པ་པོས་ཚད་མས་གྲུབ་པའི་དམ་བཅའ་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་ཏེ། དམ་བཅའ་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། སྤྱ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་མི་རྟག་  
 པར་དམ་བཅའ་བའི་དམ་བཅའ་དེ། དམ་བཅའ་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་མི་རྟག་  
 པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཅུ་བར་འདོད་མི་རུས་སོ། །

གཞན་ཡང་། རང་གི་ཞེན་ཡུལ་ལ་འཁྲུལ་པའི་རིག་པ་ཡོད་ན། རང་གི་ཞེན་  
 ཡུལ་ཡོད་མི་དགོས་ཏེ། རྣམ་མཁུམ་དང་རི་བོང་རུ་འཛིན་རྟོག་པ་སོགས་ཀྱི་ཞེན་ཡུལ་  
 མེད་ཀྱང་། དེ་དག་གི་ཞེན་ཡུལ་ལ་འཁྲུལ་པའི་རིག་པ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དེ་དག་གི་  
 ཞེན་ཡུལ་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་དེ། དེ་དག་གི་ཞེན་ཡུལ་ལ་འཁྲུལ་པའི་རིག་པ་ཡིན་པའི་

སྲིད། མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་གི་ཞེན་ཡུལ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་འཛིན་རྟོག་པ་ཁྱོད་ལ་འཁྲུལ་  
 པའི་རིག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་མེད་ངེས་ཡིན་པའི་སྲིད། དེ་བཞིན་དུ་རང་གི་སྣང་  
 ཡུལ་ལ་འཁྲུལ་པའི་རིག་པ་ཡོད་ན། རང་གི་སྣང་ཡུལ་ཡོད་མི་དགོས་པ་སོགས་  
 གཞན་ལ་ཡང་སྐྱར་ཚུལ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

### ཐེ་ཚོམ་བཤད་པ།

ལྷ་པ་ཐེ་ཚོམ་ལ། མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ། ཚོད་པ་སྤོང་བ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ།  
 ཁ་ཅིག་རང་ཡུལ་ལ་དོགས་པ་ཐེ་ཚོམ་གྱི་མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། མི་འཐད་དེ། རང་ཡུལ་  
 ལ་དོགས་པའི་གང་ཟག་ཡོད་པའི་སྲིད། རང་ལུགས་ནི། རང་ཡུལ་ལ་དོགས་པའི་རིག་  
 པ་ཐེ་ཚོམ་གྱི་མཚན་ཉིད། གཉིས་པ་དེ་ལ་དབྱེ་ན། དོན་འགྲུར་གྱི་ཐེ་ཚོམ། དོན་མི་  
 འགྲུར་གྱི་ཐེ་ཚོམ། ཆ་མཉམ་པའི་ཐེ་ཚོམ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། སྐྱ་རྟག་གམ་  
 མི་རྟག་པལ་ཆེར་མི་རྟག་སྣམ་དུ་འཛིན་པའི་སློ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། སྐྱ་རྟག་གམ་མི་  
 རྟག་པལ་ཆེར་རྟག་སྣམ་དུ་འཛིན་པའི་སློ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་ནི། སྐྱ་རྟག་གམ་མི་རྟག་  
 པལ་ཆེར་གཉིས་ཀ་ཡིན་སྣམ་པ་དང་། པལ་ཆེར་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་སྣམ་དུ་འཛིན་པའི་  
 སློ་ལྟ་བུའོ། །

གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྤོང་བ་ལ། ཁོ་ན་རེ། རང་ཡུལ་ལ་དོགས་པའི་གཙོ་སེམས་  
 ཚོས་ཅན། ཐེ་ཚོམ་ཡིན་པར་ཐལ། མཚན་ཉིད་དེའི་སྲིད། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན།  
 སེམས་བྱུང་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེ་ཚོམ་ཡིན་པའི་སྲིད་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། ཐེ་ཚོམ་དུ་གྱུར་

པའི་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གཉིས་ཀ་ཡོད་པའི་སྲིད།

ཁོ་ན་དེ། རྩེ་ཚོམ་ཚོས་ཅན། ཚད་མས་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞི་གྲུབ་པའི་སྲིད།  
འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། ཚད་མས་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། ཚད་མས་དགག་བྱ་ཡིན་པའི་  
སྲིད་ཟེར་ན། མ་ཁྲུབ། ཉགས་གྲུབ་སྟེ། མ་ཉོགས་པའི་སློང་དང་། ལོག་ཉོག་དང་། རྩེ་  
ཚོམ་གསུམ་ཀ་ཚད་མས་དགག་བྱ་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། ཚད་མ་རིགས་གཉེར་ལས། མ་  
ཉོགས་ལོག་ཉོག་རྩེ་ཚོམ་སྟེ། །ཚད་མའི་དགག་བྱ་རྣམ་པ་གསུམ། །ཞེས་གསུངས་  
པའི་སྲིད།

ཡང་ཁ་ཅིག་ན་དེ། ལོག་ཤེས་དང་རྩེ་ཚོམ་འགལ་ཟེར་ན། རྩེ་ཚོམ་ཡིན་ན། ལོག་  
ཤེས་མ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་འགལ་བའི་སྲིད། ཉགས་ཁས། འདོད་ན། སྐྱ་  
པལ་ཆེར་ཉག་ལས་ཆེ་སྟམ་དུ་འཛིན་པའི་ཉོག་པ་ཚོས་ཅན། ལོག་ཤེས་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། རྩེ་ཚོམ་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། འོན་མེད་འགྱུར་གྱི་རྩེ་ཚོམ་ཡིན་པའི་སྲིད། འདོད་ན། དེ་  
ཚོས་ཅན། ལོག་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། ཉོག་པ་ལོག་ཤེས་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། ལོག་ཉོག་  
ཡིན་པའི་སྲིད། ཁྲུབ་སྟེ། ལོག་ཉོག་དང་ཉོག་པ་ལོག་ཤེས་དོན་གཅིག་ཡིན་པའི་སྲིད་  
ཏེ། ལྡེ་བདུན་ཡིད་གྱི་སྟུན་སེལ་ལས། ལོག་ཉོག་དང་ཉོག་པ་ལོག་ཤེས་གཉིས་དོན་  
གཅིག་ཅིང་། ཞེས་གསུངས་པའི་སྲིད།

གཞན་ཡང་། ལོག་ཤེས་དང་རྩེ་ཚོམ་མི་འགལ་བར་ཐལ། ལོག་ཉོག་དང་རྩེ་  
ཚོམ་མི་འགལ་བའི་སྲིད། སྐྱ་པལ་ཆེར་ཉག་ལས་ཆེ་སྟམ་པའི་ཉོག་པ་དེ། ལོག་ཉོག་  
དང་རྩེ་ཚོམ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་སྲིད། དེ་ལྟར་ཡང་ལྡེ་བདུན་ཡིད་གྱི་སྟུན་སེལ་ལས།

ལོག་རྟོག་ཐམས་ཅད་འཛིན་སྐྱེས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་པར་  
 འདོད་པ་ནི། མི་འཐད་དེ། སྐྱ་པལ་ཆེར་རྟག་ལས་ཆེ་སྐྱམ་དུ་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་ལོག་  
 རྟོག་མ་ཡིན་པར་ཐལ་བའི་སྲིར་རོ། །ཞེས་དང་། དེས་ན། ལོག་རྟོག་དང་ཐེ་ཚོམ་  
 འགལ་བ་མིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྲིར་རོ། །

### རྟོག་པ་དང་རྟོག་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་རྟོག་པ་དང་རྟོག་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ནི་(ལ་)། རྟོག་  
 པ་བཤད་པ་དང་། རྟོག་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་བཤད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ། མཚན་  
 ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། སྐྱ་དོན་འདྲེས་རུང་དུ་འཛིན་པའི་ཞེན་རིག་།  
 རྟོག་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཤེས་གང་གང་ལ་སྐྱ་དོན་འཛིན། །དེ་  
 བེ་དེ་ལ་རྟོག་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྲིར། དེ་ཡང་སྐྱ་སྲི་དང་དོན་སྲི་གཉིས་  
 གཅིག་ཏུ་འཛིན་པ་ནི་སྐྱ་དོན་འདྲེས་པར་འཛིན་པའོ། །རྟོག་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཟུར་དུ་  
 འདྲེས་རུང་ཞེས་སྒྲོས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། བརྟམ་མ་བྱང་བའི་སྐྱེས་བུའི་རྒྱུད་ཀྱི་  
 རྟོག་པ་དེ་རྟོག་པར་བསྐྱུ་བའི་ཆེད་ཡིན་པའི་སྲིར།

བྱས་པ་ལ། ཁོ་ན་རེ། བརྟམ་མ་བྱང་བའི་སྐྱེས་བུའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྟོག་པ་ཚོས་ཅན།  
 སྐྱ་དོན་འདྲེས་པར་འཛིན་པའི་ཞེན་རིག་ཡིན་པར་ཐལ། སྐྱ་དོན་འདྲེས་རུང་འཛིན་པའི་  
 ཞེན་རིག་ཡིན་པའི་སྲིར་ཟེར་ན། མ་འབྲལ། འདོད་མི་བྱས་ཏེ། སྐྱ་དོན་རིགས་རྒྱན་ལས།  
 བརྟམ་མ་བྱང་བའི་སྐྱེས་བུའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྟོག་པས་སྐྱ་སྲི་དང་། དོན་སྲི་གང་རུང་ལུས་དུ་

བྱེད་ཀྱང་། གཉིས་ཀ་ཚོགས་བ་ཡུལ་དུ་མི་བྱེད་བས། སྐྱོན་འདྲེས་རུང་འཛིན་བ་  
 ཡིན་གྱི། འདྲེས་བར་འཛིན་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། བོང་གི་མ་  
 རྒྱབ་མཚམས་ལ། བུམ་བ་ཚོས་ཅན། རྩ་བ་ཞེས་པའི་སྐྱས་བརྗོད་བར་ཐལ། རྩ་བ་  
 ཞེས་པའི་སྐྱས་བརྗོད་རུང་ཡིན་པའི་བྱིར། རྒྱབ་བ་འགྲིག ཉགས་གྲུབ་སྟེ། ཉོག་ཡུལ་  
 བ་ཡོད་པའི་བྱིར། ཉོག་པའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་བྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། གཞི་གྲུབ་པའི་  
 བྱིར། འདོད་ན། གཞི་གྲུབ་ན། རྩ་བ་ཞེས་པའི་སྐྱས་བརྗོད་བས་རྒྱབ་བར་ཐལ། འདོད་  
 པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །འོ་ན་སྐྱ་སྐྱི་དང་། དོན་སྐྱི་གང་ཞེ་ན། བུམ་འཛིན་ཉོག་  
 བ་ལ་བུམ་བར་སྐང་བ་དང་། བུམ་འཛིན་ཉོག་བ་ལ་ལྟོ་སྒྲིར་ཞབས་ཞུམ་ཚུ་སྐྱོར་གྱི་  
 དོན་བྱེད་རུས་བར་སྐང་བ་བུམ་པའི་དོན་སྐྱི་དང་། རི་བོང་རྩ་འཛིན་ཉོག་བ་ལ་རི་བོང་  
 པའི་སྐང་བ་རི་བོང་པའི་དོན་སྐྱི་ཡིན་ནོ། །

བུམ་བ་ལ། ཁོ་ན་རེ། བུམ་བར་འཛིན་པའི་ཉོག་བ་ལ་བུམ་བར་སྐང་བ་ཚོས་  
 ཅན། བུམ་པའི་དོན་སྐྱི་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བུམ་པའི་སྐྱ་སྐྱི་ཡིན་པའི་བྱིར་ཟེར་ན། མ་  
 རྒྱབ་སྟེ། བུམ་འཛིན་ཉོག་བ་ལ་བུམ་བར་སྐང་བ་བུམ་པའི་དོན་སྐྱི་དང་སྐྱ་སྐྱི་གཉིས་ཀ་  
 ཡིན་ཀྱང་། བུམ་འཛིན་ཉོག་བ་ལ་ལྟོ་སྒྲིར་ཞབས་ཞུམ་ཚུ་སྐྱོར་གྱི་དོན་བྱེད་རུས་བར་  
 སྐང་བ་བུམ་པའི་དོན་སྐྱི་ཡིན་ཀྱང་། བུམ་པའི་སྐྱ་སྐྱི་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། མདོར་ན་བདག་  
 མེད་ཡིན་ན་ཁྱོད་འཛིན་ཉོག་བ་ལ་ཁྱོད་དུ་སྐང་བ་དང་། ཁྱོད་འཛིན་ཉོག་བ་ལ་ཁྱོད་མ་  
 ཡིན་བ་ལས་ལོག་པར་སྐང་བ་གཉིས་ཀ་ཁྱོད་ཀྱི་དོན་སྐྱི་ཡིན་པས་རྒྱབ་བོ། །གཉིས་  
 བ་ཉོག་བ་ལ་དབྱེ་ན། ཉོག་བ་དོན་མཐུན་དང་། ཉོག་བ་དོན་མི་མཐུན་གཉིས་ལས། སྐྱོ

དོན་འདྲེས་རུང་དུ་འཛིན་པའི་ཞེན་རིག་དོན་མཐུན་དང་པོའི་མཚན་ཉིད། གཞི་གྲུབ་ན།  
 ཁྱོད་འཛིན་རྟོག་པ་དེ། རྟོག་པ་དོན་མཐུན་ཡིན་པས་ཁྲུབ། སྐྱ་དོན་འདྲེས་རུང་དུ་འཛིན་  
 པའི་ཞེན་རིག་དོན་མི་མཐུན་གཉིས་པའི་མཚན་ཉིད། གཞི་མ་གྲུབ་ན། ཁྱོད་འཛིན་རྟོག་  
 པ་དེ། རྟོག་པ་དོན་མི་མཐུན་ཡིན་པས་ཁྲུབ། ཡང་རྟོག་པ་ལ་དབྱེ་ན། མིང་སྐྱོར་རྟོག་  
 པ་དང་། དོན་སྐྱོར་རྟོག་པ་གཉིས་ཡོད། བརྟུ་དུས་ཀྱི་དོན་དང་། ཐ་སྙད་ཀྱི་དོན་གཉིས་  
 གཅིག་ཏུ་འཛིན་པའི་ཞེན་རིག་དང་པོའི་མཚན་ཉིད། དཔེར་ན། ལྟོ་སྒྲིར་བ་འདི་ནི་བྱམ་  
 པའོ་སྟམ་དུ་འཛིན་པའི་ཞེན་རིག་ལྟ་བུའོ། །ཁྲུང་གཞི་ཁྲུང་ཚོས་སྐྱར་ནས་འཛིན་པའི་  
 ཞེན་རིག་གཉིས་པའི་མཚན་ཉིད། དཔེར་ན། སྐྱེས་བུ་འདི་ནི་དབང་ཕྱུག་ཅན་ལོ། སྟམ་  
 དུ་འཛིན་པའི་ཞེན་རིག་ལྟ་བུའོ། །

གཞན་ཡང་། རྟོག་པ་ལ་དབྱེ་ན། སྐྱ་སྐྱི་རྒྱང་པ་འཛིན་པའི་རྟོག་པ། དོན་སྐྱི་རྒྱང་  
 པ་འཛིན་པའི་རྟོག་པ། སྐྱ་དོན་གཉིས་ཀ་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་  
 ལོ། ལྟོ་སྒྲིར་ཞབས་ཞུས་ཚུ་སྐྱོར་ཀྱི་དོན་བྱེད་བྱས་པ་བྱམ་པ་ཡིན་པར་མི་ཤེས་པའི་  
 སྐྱེས་བུའི་རྒྱུད་ཀྱི་བྱམ་འཛིན་རྟོག་པ་ལྟ་བུ་དང་། གཉིས་པ་ནི། དེ་འབྲེལ་གང་ཟག་གི་  
 རྒྱུད་ཀྱི་ལྟོ་སྒྲིར་བར་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་ནི་བྱམ་པ་ཤེས་པའི་གང་  
 ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་བྱམ་འཛིན་རྟོག་པ་ལྟ་བུའོ། །འོ་ན་རྟོག་པ་དེ་དབང་ཤེས་དང་ཡིད་  
 ཤེས་གང་ཡིན་ཞེ་ན། རྟོག་པ་ཡིན་ན་ཡིད་ཤེས་ཡིན་པས་ཁྲུབ་སྟེ། རྟོག་པར་གྱུར་  
 པའི་རྣམ་ཤེས་ཡིན་ན། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར། ཚད་མ་རྣམ་  
 དེས་ལས། རྣམ་པ་རྟོག་པ་ཅན་དེ་ནི། །ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྟེ། །ཞེས་དང་།

རྣམ་བཤད་ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་ལས། རྟོག་པ་ཡིན་ན་ཡིད་ཤེས་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཀྱི།  
དབང་ཤེས་རྟོག་པར་འདོད་པ་རིགས་པའི་ལམ་ལས་འདས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་རྟོག་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་བཤད་པ་ལ། མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས་  
ལས། དང་པོ་ནི། གསལ་སྒྲུང་ཅན་གྱི་རིག་པ་རྟོག་མེད་ཀྱི་ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད། རང་  
གི་དངོས་ལུལ་གསལ་བར་སྒྲུང་བའི་རིག་པ། རང་ཉིད་རྟོག་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་  
མཚན་ཉིད། གཉིས་པ་དེ་ལ་དབྱེ་ན། རྟོག་མེད་ཀྱི་འཇུག་ཤེས་དང་། རྟོག་མེད་མ་  
འཇུག་པའི་ཤེས་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་དང་། རྟོག་མེད་ལོག་ཤེས་མེད་པ་གསལ་  
སྒྲུང་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་རྣམས་དོན་གཅིག་དེ་ཡང་མདོ་སྡེ་པའི་ལུགས་ཡིན་ཀྱི། སེམས་  
ཅམ་པས་དེ་རྣམས་དོན་གཅིག་ཏུ་ཁས་མི་ལེན་ཏེ། ཚུར་མཐོང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་གཞུགས་  
འཛིན་དབང་ཤེས་དེ་རྟོག་མེད་འཇུག་ཤེས་དང་། མེད་པ་གསལ་སྒྲུང་ཅན་གྱི་སྒོར་  
ཁས་ལེན་ཀྱང་། རྟོག་མེད་ལོག་ཤེས་སུ་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་  
ཐལ། སེམས་ཅམ་པས་ཚུར་མཐོང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་གཞུགས་འཛིན་དབང་ཤེས་མདོན་སུམ་  
དུ་ཁས་ལེན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་སྟེ། མདོ་སེམས་གཉིས་ཀས་མདོན་སུམ་དང་ལོག་ཤེས་  
གཉིས་འགལ་བར་ཁས་ལེན་པ་གང་ཞིག་ དེ་གཉིས་ཟླ་གཅིག་ཟླ་གཉིས་སུ་སྒྲུང་བའི་  
དབང་ཤེས་མདོན་སུམ་མིན་པར་ཁས་ལེན་པའི་ཕྱིར། རྟོགས་གཉིས་ཀ་གྲུབ་སྟེ། སྤྱི་  
དོན་རིགས་རྒྱན་ལས། སེམས་ཅམ་པའི་ལུགས་ལ་གཞུགས་འཛིན་དབང་ཤེས་དང་།  
ཟླ་བ་གཉིས་སྒྲུང་གི་དབང་ཤེས་ནི། མེད་པ་གསལ་སྒྲུང་ཅན་གྱི་སྒོར་མཚུངས་ཀྱང་།



མངོན་སུམ་ཡིན་མིན་གྱི་ཁྱད་པར་ཡོད་དེ། གཞུགས་འཛིན་དབང་ཤེས་བག་ཆགས་  
 བརྟན་བྱུང་གི་དབང་ཤེས་ཡིན་ལ། རྩ་བ་གཉིས་སྣང་གི་དབང་ཤེས་ནི་འཁྲུལ་རྒྱ་སློ་  
 བྱུང་བས་བསྐྱད་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་སྲིད། ཞེས་གསུངས་པའི་སྲིད།

ཁོ་ན་རེ། རྩ་བ་གཉིས་སྣང་གི་དབང་ཤེས་ལོག་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། རྩ་གཅིག་  
 རྩ་གཉིས་སུ་སྣང་བའི་དབང་ཤེས་ལོག་ཤེས་ཡིན་པའི་སྲིད་ཟེར་ན། མ་ཁྲུབ་སྟེ། དེ་  
 གཉིས་གོ་དོན་མི་གཅིག་པའི་སྲིད། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་འཁྲུལ་ཤེས་མ་ཡིན་པའི་  
 སྲིད། མ་གྲུབ་ན། རྩ་བ་གཉིས་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་སྣང་བའི་དབང་ཤེས་འཁྲུལ་ཤེས་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཡོད་པའི་སྲིད། ཉགས་སྟེ། སྐབས་འདིར་འཁྲུལ་རྒྱ་དེ་ལ་བཞི་  
 ཡོད་དེ། འཁྲུལ་རྒྱ་རྟེན་ལ་ཡོད་པ། འཁྲུལ་རྒྱ་གནས་ལ་ཡོད་པ། འཁྲུལ་རྒྱ་ཡུལ་ལ་  
 ཡོད་པ། འཁྲུལ་རྒྱ་དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་ལ་ཡོད་པ་དང་བཞི་ཡོད་པའི་སྲིད། དང་པོ་ནི།  
 མིག་རབ་རིབ་ཀྱིས་བསྐྱད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རྩ་གཅིག་རྩ་གཉིས་སུ་  
 སྣང་བའི་དབང་ཤེས་སྐྱེས་པའི་སྲིད། གཉིས་པ་ནི། བྱུང་ཞུགས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
 ལ་བརྟེན་ནས་སློན་ཤིང་འགྲོ་བར་སྣང་བའི་དབང་ཤེས་སྐྱེ་བའི་སྲིད། གསུམ་པ་ནི།  
 མགལ་མེ་རླུང་དུ་བསྐྱོར་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་མགལ་མེ་འཁོར་ལོར་སྣང་  
 བའི་དབང་ཤེས་སྐྱེ་བའི་སྲིད། བཞི་པ་ནི། ཡིད་ཞེ་སྣང་གིས་དགྲུགས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ས་གཞི་དམར་པོར་སྣང་བའི་དབང་ཤེས་སྐྱེ་བའི་སྲིད། གཉིས་པ་ནི་  
 རྟོག་མེད་མ་འཁྲུལ་བའི་ཤེས་པ་ནི་ལོག་ཏུ་བཤད་པ་ལས་ཤེས་པར་བྱོའོ།།

### འཇུལ་ཤེས་དང་མ་འཇུལ་བའི་ཤེས་བ་བཤད་པ།

གསུམ་པ་འཇུལ་ཤེས་དང་མ་འཇུལ་བའི་ཤེས་བ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ལ།  
 འཇུལ་ཤེས་བཤད་པ་དང་། མ་འཇུལ་བའི་ཤེས་བ་བཤད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ།  
 མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། རང་གི་སྣང་ཡུལ་ལ་འཇུལ་བའི་  
 རིག་པ། འཇུལ་ཤེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། དེ་དང་མངོན་སུམ་ལྟར་སྣང་དོན་གཅིག་གཉིས་  
 བ་དེ་ལ་དབྱེ་ན། རྟོག་བར་གྱུར་བའི་འཇུལ་ཤེས་དང་། རྟོག་མེད་དུ་གྱུར་བའི་འཇུལ་  
 ཤེས་གཉིས་ལས། རང་གི་སྣང་ཡུལ་ལ་འཇུལ་བའི་ཞེན་རིག་དང་པོའི་མཚན་ཉིད། དེ་  
 དང་རྟོག་བ་དོན་གཅིག་ རང་གི་སྣང་ཡུལ་ལ་འཇུལ་བའི་གསལ་སྣང་ཅན་གྱི་རིག་པ།  
 གཉིས་བའི་མཚན་ཉིད། དེ་དང་རྟོག་མེད་ལོག་ཤེས་དོན་གཅིག། གཉིས་བ་རྟོག་མེད་  
 མ་འཇུལ་བའི་ཤེས་བ་ལ་ཡང་། མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི།  
 རང་གི་སྣང་ཡུལ་ལ་མ་འཇུལ་བའི་རིག་པ། མ་འཇུལ་བའི་ཤེས་བའི་མཚན་ཉིད། དེ་  
 ལ་དབྱེ་ན། མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་བའི་མ་འཇུལ་བའི་ཤེས་བ་དང་། མངོན་སུམ་མ་ཡིན་  
 བར་གྱུར་བའི་མ་འཇུལ་བའི་ཤེས་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་དང་མངོན་སུམ་དོན་གཅིག་  
 གཉིས་བ་ནི། ཤེས་བ་དང་། ཚད་མ་ལྟ་བུའོ། །

### དབང་ཤེས་དང་ཡིད་ཤེས་བཤད་པ།

བཞི་པ་དབང་ཤེས་དང་ཡིད་ཤེས་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ལ། སོ་སོའི་མཚན་ཉིད་

དང་། དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། རང་གི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྒྱུན་དུ་  
 གྱུར་པའི་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པའི་རིག་པ། རང་ཉིད་དབང་  
 ཤེས་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། རང་གི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྒྱུན་དུ་གྱུར་པའི་ཡིད་  
 དབང་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པའི་རིག་པ། རང་ཉིད་ཡིད་ཤེས་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་  
 ཞེས་ཤིང་། ཤེས་པ་གང་ཞིག རང་གི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྒྱུན་དུ་གྱུར་པའི་དབང་  
 པོ་གཟུགས་ཅན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པ། དབང་ཤེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དང་། ཤེས་པ་  
 གང་ཞིག རང་གི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྒྱུན་དུ་གྱུར་པའི་ཡིད་དབང་ལ་བརྟེན་  
 བས་སྐྱེས་པ། ཡིད་ཤེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཚད་མ་ཀུན་བཏུས་ལས། སྤྱན་མོང་  
 མ་ཡིན་རྒྱུ་ཡི་སྤྱིར། །དེ་ནི་ཐ་སྙད་དབང་པོས་བྱས། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།

གཉིས་པ་ནི། དབང་ཤེས་ལ་དབྱེ་ན་ལྔ་ཡོད་དེ། མིག་གི་ཤེས་པ། རྣ་བའི་ཤེས་  
 པ། ལྗང་ཤེས་པ། ལྗང་ཤེས་པ། ལྗང་ཤེས་པ་དང་ལྔ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེ་ཡང་རང་  
 གི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྒྱུན་དུ་གྱུར་པའི་མིག་དབང་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པའི་  
 རིག་པ། རང་ཉིད་མིག་ཤེས་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། དེས་སྤྱི་མ་རྣམས་ལ་ཡང་རིགས་  
 འདྲའོ། །ཡིད་ཤེས་ལ་དབྱེ་ན། རྟོག་པར་གྱུར་པའི་ཡིད་ཤེས་དང་། རྟོག་མེད་དུ་གྱུར་  
 པའི་ཡིད་ཤེས་གཉིས་ལས། རྟོག་པ་ཡིན་ན། རྟོག་པར་གྱུར་པའི་ཡིད་ཤེས་ཡིན་  
 པས་ཁྱབ་སྟེ། ཡིད་མངོན་དང་། རང་རིག་མངོན་སུམ། གང་རུང་ཡིན་ན། རྟོག་མེད་  
 དུ་གྱུར་པའི་ཡིད་ཤེས་ཡིན་པས་ཁྱབ། ཡིད་ཤེས་ལ་རྟོག་པ་དང་། རྟོག་མེད་ཀྱི་ཤེས་  
 པ་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་། དབང་ཤེས་ཡིན་ན། རྟོག་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཡིན་པས་ཁྱབ། འདི་

ནི་རང་སྡེ་བྱེ་བྲག་སྐྱ་བ་ནས་ཐལ་འགྲུར་བའི་བར་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཁས་ལེན་ཡིན་ནོ། །  
མཚན་ཉིད་འདི་དག་གི་བྱུར་དང་པོ་གང་ཞིག་ ཅེས་སློབ་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། ཚེད་  
པ་སློང་སྐྱ་བའི་ཆེད་ཡིན་པའི་སྲིད།

ཚེད་པ་སློང་ཚུལ་ཡོད་དེ། རི་བོང་རུ་ལྟ་བུ་ཚོས་ཅན་དུ་བབྱུང་ནས། ཤེས་པ་གང་  
ཞིག་ རང་གི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྒྱུན་དུ་གྱུར་པའི་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་པ་  
ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པ་ཡོད་པར་ཐལ། དབང་ཤེས་ཡོད་པའི་སྲིད་ཟེར་ན། གསལ་བའི་  
གང་ཞིག་རྒྱས་མེད་ཡིན་ཟེར་ནས། ཚོས་ཅན་བཞག་ནས་འདོད་ལེན་འདེབས་ཤིང་།  
མཚན་ཉིད་བྱུར་སྲི་མ་དེ་ཡོད་པར་ཐལ། མཚན་ཉིད་ཡོངས་རྫོགས་ཡོད་པའི་སྲིད་ཟེར་  
ན། ཚོས་ཅན་ཁྲིད་ནས་རྟགས་དང་པོ་ལ་རྟགས་མ་གྲུབ་ཀྱི་ལེན་འདེབས་པའི་སྲིད། དེ་  
ལྟར་མིན་ན་དབང་ཤེས་སོགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་མེད་ཅེས་ཁས་ལེན་དགོས་པས་གཞུང་  
ཚད་ལྡན་མང་པོ་དང་འགལ་བའི་སྲིད་རོ། །

**སེམས་དང་སེམས་བྱུང་བཤམ་པ།**

ལྷ་པ་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་བཤམ་པ་ལ། སོ་སོའི་མཚན་ཉིད་  
དང་། དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། རང་གི་འཁོར་དུ་བྱུང་བའི་སེམས་བྱུང་དང་  
མཚུངས་ལྡན་རྣམ་པ་ལྷ་མཚུངས་ཀྱི་རིག་པ། རང་ཉིད་སེམས་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད།  
དེ་དང་གཙོ་སེམས་དོན་གཅིག་ རང་ཉིད་འཁོར་དུ་ལྡན་པའི་གཙོ་སེམས་དང་མཚུངས་  
ལྡན་རྣམ་པ་ལྷ་མཚུངས་ཀྱི་རིག་པ། རང་ཉིད་སེམས་བྱུང་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད།

གཉིས་པ་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ལ། སེམས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་། སེམས་བྱུང་གི་དབྱེ་  
 བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ་དྲུག་ཡོད་དེ། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ། རྣ་བའི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ། ལྗང་རྣམ་པར་ཤེས་པ། ལྗང་རྣམ་པར་ཤེས་པ། ལྗང་རྣམ་པར་ཤེས་པ།  
 ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། མཚན་ཉིད་རིམ་བཤུར། རང་གི་  
 སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྒྱུན་དུ་གྱུར་པའི་མིག་དབང་གཟུགས་ཅན་པ་ལ་བརྟེན་  
 རས་སྐྱེས་པའི་གཙོ་བོ་རྣམ་རིག་དེ། རང་ཉིད་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་  
 མཚན་ཉིད། དེས་སྤྱི་མ་རྣམས་ལའང་རིགས་འདྲའོ། །འོ་ན་མིག་ཤེས་དང་། མིག་  
 གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་བྱུང་བར་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན། སྤྱི་མ་ཡིན་ན་དང་པོ་ཡིན་པས་བྱུང་  
 གྱུར་། དང་པོ་ཡིན་ན་སྤྱི་མ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་སྟེ། གལ་ཏེ་བྱུང་ན། མིག་གི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པའི་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་ཚོར་བ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། མ་གྱུབ་ན། དེར་  
 ཐལ། རང་གི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྒྱུན་དུ་གྱུར་པའི་མིག་དབང་གཟུགས་ཅན་  
 པ་ལ་བརྟེན་རྣམ་སྐྱེས་པའི་རིག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་གྱུབ་ན། དེར་ཐལ། མིག་གི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ལ་བརྟེན་རྣམ་སྐྱེས་པའི་རིག་པ་གང་ཞིག་དེ་གཉིས་ཉེན་མཚུངས་  
 པའི་སྤྱིར། མ་གྱུབ་ན། དེར་ཐལ། དེ་གཉིས་མཚུངས་ལྡན་རྣམ་པ་ལྟ་མཚུངས་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར། མ་གྱུབ་ན། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་དང་ཁྱོད་ཀྱི་འཁོར་  
 དུ་གྱུར་པའི་ཚོར་བ་གཉིས་མཚུངས་ལྡན་རྣམ་པ་ལྟ་མཚུངས་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་གཙོ་  
 སེམས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཅུ་བར་འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཉགས་ཁས། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན།

སེམས་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་སྲིད། འབྲུ་སྟེ། སེམས་ཡིད་རྣམ་  
ཤེས་གསུམ་དོན་གཅིག་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། མངོད་ལས། སེམས་དང་ཡིད་དང་རྣམ་  
ཤེས་ནི། །དོན་གཅིག་ཅེས་གསུངས་པའི་སྲིད།

ཡང་ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཡིད་དང་ཡིད་ཤེས་དོན་གཅིག་ཟེར་ན། མིག་གི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་ཚོས་ཅན། ཡིད་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། ཡིད་ཡིན་པའི་སྲིད། འབྲུ་པ་ཁས། མ་  
གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་སྲིད། འབྲུ་སྟེ། དེ་གསུམ་དོན་གཅིག་  
ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་སྟེ་གཉིས་ཀྱིས་ཀྱང་སེམས་ཡིད་རྣམ་  
ཤེས་གསུམ་དོན་གཅིག་ཏུ་ཁས་ལེན། སེམས་ཚམ་བས་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཁས་ལེན། དབུ་  
མ་བས་ཀྱང་ཁས་ལེན་པའི་སྲིད། ཉམས་རིམ་བཞིན་གྲུབ་སྟེ། རྣམ་བཤད་བསྟན་པའི་  
སྟོན་མེ་ལས། ཉན་ཐོས་སྟེ་གཉིས་དང་། ཚུགས་སྒྲང་ཡབ་སྲས་དང་། དབུ་མ་ཐལ་རང་  
རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ཡིད་རྣམ་ཤེས་གསུམ་དོན་གཅིག་ཏུ་བཞེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་  
པའི་སྲིད། ཚ་བར་འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། ཡིད་ཤེས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དབང་ཤེས་  
ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། དབང་ཤེས་ལྡོ་པོ་གང་རུང་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ།  
མིག་ཤེས་ཡིན་པའི་སྲིད། གཞན་ཡང་། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་འཁོར་དུ་བྱུང་བའི་  
ཚོར་བ་ཚོས་ཅན། ཡིད་ཡིན་པར་ཐལ། ཡིད་ཤེས་ཡིན་པའི་སྲིད། འབྲུ་པ་ཁས། མ་  
གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། ཡིད་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། རང་གི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་  
ཚེན་དུ་གྱུར་པའི་ཡིད་དབང་ལ་བརྟེན་ནས་སྟེས་པའི་རིག་པ་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་  
ན། ཉམས་སྒྲར་ལྟར་འཕེན་ནོ། །

ཅ་བར་འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། ཡིད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སེམས་མ་ཡིན་པའི་  
 སྲིར་ཉེ། སེམས་བྱུང་ཡིན་པའི་སྲིར། དེར་ཐལ། ཚོར་བ་ཡིན་པའི་སྲིར། །འོ་ན་འཇུག་  
 པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། འཇུག་ཤེས་ལ་བྱུང་བར་ཅི་ཡོད་ཞེ་ན། དང་པོ་ཡིན་ན།  
 སྲི་མ་ཡིན་པས་བྱུང་གྲང་། སྲི་མ་ཡིན་ན་དང་པོ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་སྟེ་གལ་ཉེ་བྱུང་ན་  
 འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་འཁོར་དུ་བྱུང་བའི་ཚོར་བ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་  
 སྲིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། འཇུག་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། ཤེས་པ་ཡིན་པའི་སྲིར།  
 བྱུང་སྟེ། འཇུག་ཤེས་དང་ཤེས་པ་དོན་གཅིག་ཡིན་པའི་སྲིར་ཉེ། འཇུག་པའི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཉིས་དོན་གཅིག་ཡིན་པའི་སྲིར། ཅ་བར་འདོད་ན་  
 སྟེ། དེ་བཞིན་དུ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། ཡིད་ཤེས་ལའང་མཚུངས་སོ། །དབང་  
 པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། དབང་ཤེས་ལ་ཡང་མཚུངས་སོ། །དེས་ན་སྟོན་འཛིན་  
 མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། དེའི་འཁོར་དུ་བྱུང་བའི་སེམས་བྱུང་གཉིས་མཚུངས་  
 ལྡན་རྣམ་པ་ལྟ་མཚུངས་ཡིན་ཉེ། དེ་གཉིས་ཉེན་མཚུངས། དམིགས་པ་མཚུངས། རྣམ་  
 པ་མཚུངས། དུས་མཚུངས། རྣམ་མཚུངས་པའི་སྲིར། དང་པོ་གྲུབ་སྟེ། དེ་གཉིས་རང་  
 གི་སྐྱབ་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྒྱུན་དུ་བྱུང་བའི་མིག་དབང་ལ་བཞེན་ནས་སྐྱེས་པའི་  
 རིག་པར་མཚུངས་པའི་སྲིར། གཉིས་པ་གྲུབ་སྟེ། དེ་གཉིས་སྟོན་པོར་དམིགས་པས་  
 དམིགས་པ་མཚུངས་པའི་སྲིར། གསུམ་པ་གྲུབ་སྟེ། དེ་གཉིས་ལ་སྟོན་པོའི་རྣམ་པ་  
 འཕར་བ་མཚུངས་པའི་སྲིར། བཞི་བ་གྲུབ་སྟེ། དེ་གཉིས་དུས་མཉམ་ཡིན་པའི་སྲིར། ལྟ་  
 པ་གྲུབ་སྟེ། དེ་གཉིས་རྣམ་གཅིག་ཡིན་པའི་སྲིར། བྱུང་བ་རྣམས་རེ་རེ་ནས་གྲུབ་སྟེ།

སྤྱི་དོན་རིགས་རྒྱུན་ལས། མཚུངས་ལྡན་ལྷ་མོ། རྟེན་དང་། དམིགས་པ་དང་། རྣམ་པ་  
དང་། རྣམ་དང་། རྣམ་མཚུངས་པའོ། །

དེ་ཡང་སེམས་གང་ལ་བརྟེན་པའི་དབང་པོ་དེ་ལ་སེམས་བྱང་ཡང་བརྟེན་པས་  
རྟེན་མཚུངས། སེམས་ཀྱི་དམིགས་པའི་ཡུལ་དེ་ལ་སེམས་བྱང་གིས་དམིགས་པ་  
མཚུངས། སེམས་སྡོན་པོ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་སྐྱེ་ན། སེམས་བྱང་ཡང་སྡོན་པོ་ལྟ་  
བུའི་རྣམ་པ་ཅན་སྐྱེས་པས་རྣམ་པ་མཚུངས། སེམས་དང་སེམས་བྱང་སྐྱེ་གནས་འགག་  
གསུམ་དུས་གཅིག་པས་དུས་མཚུངས། སེམས་རིས་མཐུན་རྣམ་རེ་རེ་བ་ཡིན་པ་ལྟར།  
སེམས་བྱང་ཚོར་བ་ལྟ་བུ་ཡང་རིས་མཐུན་རྣམ་རེ་རེ་བ་ཡིན་པས་རྣམ་མཚུངས་པ་ཡིན་  
ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།

གཉིས་པ་ནི། སེམས་བྱང་ལ་དབྱེ་ན་ལྷ་བརྟུང་གཅིག་ཡོད་དེ། ཀུན་འགོ་ལྷ།  
ཡུལ་ངེས་ལྷ། དག་བ་བརྟུང་གཅིག་ཅ་ཉོན་རྒྱག་ ཉེ་ཉོན་ཉི་ཤུ། གཞན་འགྲུར་བཞི་རྣམས་  
སྤྱི་ཡོད་པའི་སྤྱིར། ཀུན་འགོ་ལྷ་ཡོད་དེ། ཚོར་བ། འདུ་ཤེས། སེམས་པ། ཡིད་ལ་བྱེད་  
པ། རེག་པ་རྣམས་སྤྱི་ཡོད་པའི་སྤྱིར། སེམས་བྱང་གི་སྡོམ་ཚིག་ལས། ཚོར་འདུ་སེམས་  
པ་ཡིད་བྱེད་རེག་ དེ་དག་ཀུན་འགོ་ལྷ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། གཙོ་སེམས་  
ཡིན་ན། རྒྱུད་ཀྱི་འཁོར་དུ་བྱང་བའི་ཚོར་བ་སོགས་ལྷ་ཀ་ཡོད་པས་འབྲེལ་སྟེ། ལྷ་པོ་དེ་  
གཙོ་སེམས་ཀུན་གྱི་འཁོར་དུ་འགོ་བའི་སྤྱིར། ཡུལ་ངེས་ལྷ་ཡོད་དེ། འདུན་པ། མོས་པ།  
བྲན་པ། ཉིང་ངེ་འཛིན། ཤེས་རབ་རྣམས་སྤྱི་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེ་ཉིད་ལས། འདུན་མོས་  
བྲན་ཉིང་ཤེས་རབ་སྟེ། །དེ་དག་ཡུལ་ངེས་ལྷ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།



དགོ་བ་བརྟུ་གཅིག་ཡོད་དེ། དད་བ། རོ་ཚ་ཤེས་པའི་སེམས་བྱུང་། ཁྲིལ་ཡོད་  
 པའི་སེམས་བྱུང་། འདོད་ཆགས་མེད་པའི་སེམས་བྱུང་། ཞེ་སྤང་མེད་པའི་སེམས་  
 བྱུང་། གཏི་སྤྱད་མེད་པའི་སེམས་བྱུང་། བཙུན་འགྲུས། བག་ཡོད། ཤིན་སྦྱངས། བཏང་  
 སྟོམས། རྣམ་པར་མི་འཚེ་བའི་སེམས་བྱུང་རྣམས་སྲུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ཉིད་ལས། དད་  
 དད་རོ་ཚ་ཤེས་ཁྲིལ་ཡོད། །འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་སྤྱད་མེད། །བཙུན་འགྲུས་བག་  
 ཡོད་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས། །བཏང་སྟོམས་རྣམ་པར་མི་འཚེ་བ། །དེ་དག་དགོ་བ་བརྟུ་གཅིག་  
 ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཅ་ཉོན་དྲུག་ཡོད་དེ། འདོད་ཆགས། ཁོང་ཁྲོ། ང་  
 རྒྱལ། ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་མ་རིག་པ། ཐེ་ཚོམ་ཉོན་མོངས་ཅན། ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་ལྟ་  
 བ་རྣམས་སྲུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཉེ། དེ་ཉིད་ལས། འདོད་ཆགས་ཁོང་ཁྲོ་ང་རྒྱལ་དང་། །མ་  
 རིག་ཐེ་ཚོམ་ལྟ་བ་སྟེ། །དེ་དག་ཅ་ཉོན་དྲུག་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

ཉེ་ཉོན་ཉེ་ལྷུ་ཡོད་དེ། ཁོ་བ། ཁོན་འཛིན། འཆབ་པ། འཚིག་པ། སྤག་དོག་སེར་  
 ལྷ། གཡོ་སྐྱུ། རྒྱགས་པ། རྣམ་འཚོ། རོ་ཚ་མེད་པའི་སེམས་བྱུང་། ཁྲིལ་མེད་པའི་  
 སེམས་བྱུང་། ལྷུག་པ། རྗོད་པ། མ་དད་པ། ལེ་ལོ། བག་མེད། བརྗོད་དེས། ཤེས་  
 བཞིན་མིན་པའི་སེམས་བྱུང་། རྣམ་གཡེང་རྣམས་སྲུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ཉིད་ལས། ཁོ་  
 དང་ཁོན་འཛིན་འཆབ་དང་འཚིག་ སྤག་དོག་སེར་སྐྱ་གཡོ་སྐྱུ་རྒྱགས། །རྣམ་པར་འཚེ་  
 བ་དང་པོ་བརྟུ། །རོ་ཚ་མེད་དང་ཁྲིལ་མེད་དང་། །ལྷུག་རྗོད་མ་དད་ལེ་ལོ་དང་། །བག་  
 མེད་བརྗོད་དེས་ཤེས་བཞིན་མིན། །རྣམ་པར་གཡེང་བ་ཕྱི་མ་བརྟུ། །དེ་དག་ཉེ་ཉོན་ཉེ་  
 ལྷུ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་འགྲུར་བཞི་ཡོད་དེ། གཉིད་འགྲོད་གཉིས་

དང་། སེམས་བྱུང་དུ་གྱུར་པའི་རྟོག་དཔྱད་གཉིས་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། གཉིད་དཔྱད་རྟོག་དང་འགྲོད་པ་སྟེ། །གཞན་འགྱུར་བ་ནི་བཞི་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།

དང་པོ་ཚོར་བ་ལ་མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ཉམས་སུ་སྤྱོད་པའི་རབ་ཏུ་སྤྱེ་བའི་རིག་པ། ཚོར་བའི་མཚན་ཉིད། ཚོར་བ་དང་ཚོར་བའི་སྤང་པོ་དོན་གཅིག་གཉིས་པ་དབྱེ་བ་ལ། གཉིས་སུ་དབྱེ་བ། གསུམ་དུ་དབྱེ་བ། ལྡར་དབྱེ་བ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ཡོད་དེ། ལུས་ཚོར་དང་། སེམས་ཚོར་གཉིས་སུ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དང་པོ་དང་། དབང་ཤེས་སུ་གྱུར་པའི་ཚོར་བ། སྤྱིའི་ཚོར་བ་རྣམས་དོན་གཅིག་གཉིས་པ་དང་། ཡིད་ཤེས་སུ་གྱུར་པའི་ཚོར་བ། རང་གི་ཚོར་བ་རྣམས་དོན་གཅིག་ཡང་དེ་ལ་གཉིས་ཡོད་དེ། ཟང་ཟེང་དང་བཅས་པའི་ཚོར་བ་དང་། ཟང་ཟེང་མེད་པའི་ཚོར་བ་གཉིས་ཡོད་དེ། དང་པོ་དང་། ཟག་བཅས་ཀྱི་ཚོར་བ་དོན་གཅིག་གཉིས་པ་དང་། ཟག་མེད་ཀྱི་ཚོར་བ་དོན་གཅིག་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་ཡོད་དེ། དེ་ལ་ཚོར་བ་བདེ་སྤྱུག་བཏང་སྟོམས་གསུམ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེ་ཡང་བདེ་བ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་གང་རུང་ལ་ཚོར་བས་བྱུང་གྱུར་། བཏང་སྟོམས་ལ་ཚོར་བས་མ་བྱུང་སྟེ། བཏང་སྟོམས་ལ་ཚོར་བ་བཏང་སྟོམས་དང་། འདུ་བྱེད་བཏང་སྟོམས། ཚད་མེད་བཏང་སྟོམས་གསུམ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། ལྡར་དབྱེ་བ་ཡོད་དེ། ཚོར་བ་བདེ་བ་དང་། ཡིད་བདེ། སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་། ཡིད་མི་བདེ། ཚོར་བ་བཏང་སྟོམས་དང་ལྡར་ཡོད་དེ། ཡིད་བདེ་ཡིན་ན། བདེ་བ་ཡིན་པས་བྱུང་གྱུར་། ཚོར་བ་ལྡར་དབྱེ་བའི་བདེ་བ་མ་ཡིན་པས་བྱུང་། ཚོར་བ་ལ་ལྡར་དབྱེ་བའི་བདེ་

བ་ཡིན་ན། ལུས་ཚོར་བདེ་བ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་དུ། ཡིད་མི་བདེ་ཡིན་ན།  
 སྤྱི་བསྐྱེད་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཀྱང་། ཚོར་བ་ལ་ལྡར་དབྱེ་བའི་སྤྱི་བསྐྱེད་མ་ཡིན་པས་  
 ཁྱབ་སྟེ། ཚོར་བ་ལ་ལྡར་དབྱེ་བའི་སྤྱི་བསྐྱེད་ཡིན་ན། ལུས་ཚོར་སྤྱི་བསྐྱེད་ཡིན་  
 དགོས་པའི་ཕྱིར། འདུ་བྱེད་སོགས་སྤྱི་མ་རྣམས་ལ་འང་མངོན་པ་གོང་འོག་ལས་ཤེས་  
 པར་བྱའོ། །

སེལ་འཇུག་གི་སློང་དང་སྐྱབ་འཇུག་གི་སློང་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་བཤད་པ།

དུག་པ་སེལ་འཇུག་གི་སློང་དང་སྐྱབ་འཇུག་གི་སློང་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ལ།  
 དགག་བཞག་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག རང་ལུལ་ལ་ཆ་ཤས་སུ་སྤྱེ་ནས་  
 འཇུག་པ། སེལ་འཇུག་གི་སློང་མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། ལུས་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྐྱོ་ཚོས་  
 ཅན། མཚན་བྱ་དེར་ཐལ། མཚན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། སེལ་འཇུག་  
 གི་སྐྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཅ་བར་འདོད་མི་རུས་ཏེ། རིག་  
 པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གཟུགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། གཟུགས་  
 ཡིན་པར་ཐལ། སྐྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡང་ཁ་ཅིག རང་ལུལ་ལ་ཆ་ཤས་སུ་མ་སྤྱེ་བར་  
 འཇུག་པའི་རིག་པ། སྐྱབ་འཇུག་གི་མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཚོས་  
 ཅན། མཚན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཚན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། སྐྱབ་འཇུག་གི་  
 སྐྱེས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཅ་བར་འདོད་མི་རུས་  
 ཏེ། རིག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གཟུགས་ཅན་གྱི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །

གཉིས་པ་རང་ལུགས་བཞག་པ་ལ། རང་ལུགས་ལ་ཆ་ཤས་སུ་སྤྱེ་ནས་འཇུག་པ།  
 སེལ་འཇུག་གི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། སེལ་འཇུག་གི་སློབ་དང་། སེལ་འཇུག་གི་  
 སྐྱེ། སེལ་འཇུག་གི་སྐྱེས་བུ་གསུམ་ལས། རང་ལུགས་ལ་ཆ་ཤས་སུ་སྤྱེ་ནས་འཇུག་པའི་  
 རིག་པ། དང་པོའི་མཚན་ཉིད། དེ་དང་རྟོག་པ་དོན་གཅིག་ དེ་ལ་དབྱེ་ན། སེལ་འཇུག་  
 གི་སློབ་དོན་མཐུན་དང་། སེལ་འཇུག་གི་སློབ་དོན་མི་མཐུན་གཉིས་ལས། རང་ལུགས་ལ་ཆ་  
 ཤས་སུ་སྤྱེ་ནས་འཇུག་པའི་རིག་པ་དོན་མཐུན། དང་པོའི་མཚན་ཉིད། དེ་དང་རྟོག་པ་  
 དོན་མཐུན་དོན་གཅིག་ གཞི་གྲུབ་ན་ཁྲིད་འཇིག་རྟོག་པ་སེལ་འཇུག་གི་སློབ་དོན་མཐུན་  
 ཡིན་པས་ཁྲུབ། རང་ལུགས་ལ་ཆ་ཤས་སུ་སྤྱེ་ནས་འཇུག་པའི་རིག་པ་དོན་མི་མཐུན།  
 གཉིས་པའི་མཚན་ཉིད། དེ་དང་རྟོག་པ་དོན་མི་མཐུན་དོན་གཅིག་ གཞི་མ་གྲུབ་ན་ཁྲིད་  
 འཇིག་རྟོག་པ་སེལ་འཇུག་གི་སློབ་དོན་མི་མཐུན་ཡིན་པས་ཁྲུབ། རང་ལུགས་ལ་ཆ་ཤས་  
 སུ་སྤྱེ་ནས་འཇུག་པའི་མཉན་བྱ། སེལ་འཇུག་གི་སྐྱེའི་མཚན་ཉིད། དེ་དང་རྫོང་བྱེད་ཀྱི་  
 སྐྱོད་གཅིག་ དེ་ལ་དབྱེ་ན། སེལ་འཇུག་གི་སྐྱོད་མཐུན་དང་། སེལ་འཇུག་གི་སྐྱོད་  
 དོན་མི་མཐུན་གཉིས་ལས། རང་ལུགས་ལ་ཆ་ཤས་སུ་སྤྱེ་ནས་འཇུག་པའི་མཉན་བྱ་དོན་  
 མཐུན། དང་པོའི་མཚན་ཉིད། དེ་དང་རྫོང་བྱེད་ཀྱི་སྐྱོད་མཐུན་དོན་གཅིག་ གཞི་གྲུབ་  
 བ་ཁྲིད་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྐྱོད་སེལ་འཇུག་གི་སྐྱོད་མཐུན་ཡིན་པས་ཁྲུབ། རང་ལུགས་ལ་  
 ཆ་ཤས་སུ་སྤྱེ་ནས་འཇུག་པའི་མཉན་བྱ་དོན་མི་མཐུན། གཉིས་པའི་མཚན་ཉིད། དེ་  
 དང་རྫོང་བྱེད་ཀྱི་སྐྱོད་མི་མཐུན་གཉིས་དོན་གཅིག་ གཞི་མ་གྲུབ་ན་ཁྲིད་ཞེས་བརྗོད་  
 པའི་སྐྱོད་སེལ་འཇུག་གི་སྐྱོད་མི་མཐུན་ཡིན་པས་ཁྲུབ། རང་ལུགས་ལ་ཆ་ཤས་སུ་སྤྱེ་

ནས་འཇུག་པའི་གང་ཟག་སེལ་འཇུག་གི་སྐྱེས་བུའི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། སྐྱ་མི་  
 ཉག་པ་དོན་སྤྱིའི་ཚུལ་གྱིས་ཉོགས་པའི་གང་ཟག་ལྟ་བུའོ། །རང་ཡུལ་ལ་ཆ་ཤས་སུ་མ་  
 བྱེ་བར་འཇུག་པ། སྐྱབ་འཇུག་གི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། སྐྱབ་འཇུག་གི་སློབ་དང་།  
 སྐྱབ་འཇུག་གི་སྐྱེས་བུ་གཉིས་ལས། རང་ཡུལ་ལ་ཆ་ཤས་སུ་མ་བྱེ་བར་འཇུག་པའི་  
 རིག་པ། དང་པོའི་མཚན་ཉིད། དེ་དང་ཉོག་མེད་གྱི་ཤེས་པ་དོན་གཅིག་ དེ་ལ་དབྱེ་  
 བ། སྐྱབ་འཇུག་གི་སློབ་དོན་མཐུན་དང་། སྐྱབ་འཇུག་གི་སློབ་མི་མཐུན་གཉིས་ལས།  
 མཚན་ཉིད་ནི། སྐྱ་མའི་རིགས་འགྲོས་གྱིས་ཤེས་ལ། སློན་འཛིན་མངོན་སུམ་དང་པོ་  
 དང་། རྩ་གཅིག་རྩ་གཉིས་སུ་སྤང་བའི་དབང་ཤེས་གཉིས་པ་ཡིན། དང་པོ་དང་། ཉོག་  
 མེད་མ་འཇུག་པའི་ཤེས་པ་དོན་གཅིག་ གཉིས་པ་དང་ཉོག་མེད་འཇུག་ཤེས་དོན་  
 གཅིག་ རང་ཡུལ་ལ་ཆ་ཤས་སུ་མ་བྱེ་བར་འཇུག་པའི་གང་ཟག་ སྐྱབ་འཇུག་གི་སྐྱེས་  
 བུའི་མཚན་ཉིད།

དེ་ལ་ཡང་དོན་མཐུན་དང་། དོན་མི་མཐུན་གཉིས་ལས། མཚན་ཉིད་རིགས་འབྲ་  
 ཞིང་། སྐྱ་མི་ཉག་པར་མངོན་སུམ་དུ་ཉོགས་པའི་གང་ཟག་དང་པོ་དང་། རྩ་གཅིག་རྩ་  
 གཉིས་སུ་སྤང་བའི་གང་ཟག་གཉིས་པ་ཡིན། གཞན་ཡང་སློབ་ལ། རང་རིག་དང་། གཞན་  
 རིག་གཉིས་ལས། དང་པོ་དང་། ཁ་ནང་བལྟས་གྱི་ཤེས་པ་དོན་གཅིག་ གཉིས་པ་དང་  
 ཁ་སྤྱི་བལྟས་གྱི་ཤེས་པ་དོན་གཅིག་ དབང་མངོན། ཡིད་མངོན། རྣམ་འགྲུབ་མངོན་  
 སུམ། ཉོག་པ་རྣམས་གཉིས་པའི་མཚན་གཞི་ཡིན། དེ་རྣམས་གང་རུང་ཡིན་ན་གཞན་  
 རིག་གི་ཤེས་པ་ཡིན་པས་བྱུང་། རང་རིག་དང་། གཞན་རིག་འགལ་བྱས་པ་ལ། ཁོ་

ན་རེ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་རང་རིག་ཚེས་ཅན། གཞན་རིག་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། རང་རིག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རང་རིག་རང་  
 རིག་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་རང་རིག་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཡིད་ཤེས་  
 ཉམས་སུ་སྤོང་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་དེ། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་རང་རིག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་  
 གྲུབ་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཚེས་ཅན། རྫོང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཡིད་ཤེས་ཉམས་སུ་སྤོང་  
 བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་དེ། རྫོང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་རང་རིག་ཡིན་པར་ཐལ། རྫོང་གཟུགས་  
 ཅན་གྱི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། རང་རིག་དང་གཞན་རིག་འགལ་བ་འདི་རྗེ་བཙུན་གྱི་  
 སྐབས་དང་པོའི་མཐའ་དཔྱོད་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་བཀོད་བ་ཡིན་ཞིང་རང་བཙོ་མིན་  
 འོ། །ཅུ་བར་འདོད་ན། དེ་ཚེས་ཅན། གཞན་རིག་ཡིན་པར་ཐལ། ཁ་སྤྱི་བལྟས་ཀྱི་ཤེས་  
 པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། གཟུགས་སོགས་སྤྱིའི་ཚེས་ཡུལ་དུ་བྱེད་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་ཟེར་ན། མ་འབྲུག་ མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚེས་ཅན། གཟུགས་སོགས་སྤྱིའི་ཚེས་ཡུལ་དུ་  
 བྱེད་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཚེས་ཐམས་ཅད་ཡུལ་དུ་བྱེད་པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར་ཏེ། རྣམ་མཁྱེན་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚེས་ཅན། རྣམ་མཁྱེན་ཡིན་  
 པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

བྱས་པ་ལ། ཁོ་ན་རེ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་མིག་ཤེས་ཚེས་ཅན། རྣམ་  
 མཁྱེན་ཡིན་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།  
 འདོད་ན། དེ་ཚེས་ཅན། ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེ་ཚེས་  
 ཅན་ཡེ་ཤེས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དབང་ཤེས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན། མ་འབྲུག་སྟེ། དབང་

ཤེས་ཡིན་ན། ཡིད་ཤེས་མ་ཡིན་བས་ཁྲབ་ཀྱང་། ཡེ་ཤེས་མ་ཡིན་བས་མ་ཁྲབ་པའི་  
 སྤྱིར། དེས་ན། ཡིད་ཤེས་དང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཁྲད་པར་མི་འབྲེད་པར། སངས་རྒྱས་  
 འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་དབང་ཤེས་དང་། གཞན་རིག་གང་རུང་ཡིན་ན། མཁྲེན་པ་མ་  
 ཡིན་བས་ཁྲབ་པར་འདོད་པའི་ལྷགས་འགའ་ཞིག་འདུག་ཀྱང་། ཁོ་མོ་ཅག་ནི་བོད་  
 དུལ་གྱི་རིགས་པ་སྣ་བ་ཀུན་གྱི་གཙུག་རྒྱུན་རྗེ་བཙུན་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་ཡབ་སྐུ་ས་  
 ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་དབང་ཤེས་དང་། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་རང་  
 རིག་གང་རུང་ཡིན་ན། ལམ་མ་ཡིན་བས་ཁྲབ་ཀྱང་། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་  
 ཀྱི་ཤེས་པ་ཡིན་ན། རྣམ་མཁྲེན་ཡིན་བས་ཁྲབ་པ་ཁས་ལེན་པ་ཡིན་ནོ། །

ཁོ་ན་རེ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་རང་རིག་ཚོས་ཅན། རྣལ་འབྱོར་  
 མངོན་སུམ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་མཁྲེན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་མི་རུས་  
 ཏེ། གཞན་རིག་གི་ཤེས་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། ཁ་ནང་བལྟས་ཀྱི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། རང་གི་སྤོང་བུའི་ཤེས་པ་ཉམས་སུ་སྤོང་  
 བའི་འཛིན་རྣམ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དེ་ལ་གཉིས་སྣང་རུབ་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།  
 རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་ཡིན་ན་རང་རིག་མ་ཡིན་བས་ཁྲབ་ཅིང་། ཡིད་ཤེས་ཡིན་བས་  
 ཁྲབ་སྟེ། རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་ཡིན་ན། རང་གི་སྤུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྒྱེན་  
 དུ་གྲུར་པའི་ཞི་ལྷག་རྒྱུང་འབྲེལ་གྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱིས་པའི་རིག་པ་ཡིན་  
 བས་ཁྲབ་ཅིང་། དེ་ཡིན་ན། ཡིད་ཤེས་ཡིན་བས་ཁྲབ་པའི་སྤྱིར།

### སློབ་ཤིག་ལ་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་སློབ་ཤིག་ལ་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ཡོད་དེ། རོན་སྤྱི་བཟུང་ཡུལ་དུ་བྱེད་  
 པའི་རྟོག་པ། མེད་པ་གསལ་སྒྲུང་ཅན་བཟུང་ཡུལ་དུ་བྱེད་པའི་རྟོག་མེད་འཇུག་ཤེས།  
 རང་མཚན་བཟུང་ཡུལ་དུ་བྱེད་པའི་རྟོག་མེད་མ་འཇུག་པའི་ཤེས་པ་རྣམས་སུ་ཡོད་  
 པའི་སྤྱིར། ཡང་ན། རྟོག་པ། རྟོག་མེད་འཇུག་ཤེས། རྟོག་མེད་མ་འཇུག་པའི་ཤེས་པ་  
 རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། ཞེས་བརྗོད་གྲུང་ཚོག་པར་མངོན་ནོ། །

### སློབ་ཤིག་ལ་བདུན་དུ་དབྱེ་བ་བཤད་པ།

གསུམ་པ་སློབ་ཤིག་ལ་བདུན་དུ་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ཡོད་དེ། མངོན་སུམ། རྗེས་དཔག་ཡིད་  
 དཔྱོད། རྣང་ལ་མ་ངེས་པའི་སློ། དབྱུང་ཤེས། ལོག་ཤེས། ཐེ་ཚོམ་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་  
 སྤྱིར། དེ་རྣམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ་དང་བཅས་པ་གོང་དུ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

### གྲུབ་མཐའི་འདོད་ཚུལ་བཤད་པ།

གསུམ་པ་གྲུབ་མཐའི་འདོད་ཚུལ་བཤད་པ་ནི། བྱེ་བྲག་སྐྱ་བ། མདོ་སྤྱོད་པའི་དབྱུ་མ་  
 རང་རྒྱུད་པ། ཐལ་འགྱུར་བ་རྣམས་ཀྱིས། མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་ལ། དབང་པོའི་མངོན་  
 སུམ། ཡིད་ཀྱི་མངོན་སུམ། རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་གསུམ་དུ་གྲངས་ངེས་པར་འདོད་  
 པ་ཡིན་ཏེ། དེ་རྣམས་ཀྱིས་རང་ཤིག་མངོན་སུམ་ཁས་མི་ལེན་པའི་སྤྱིར། མདོ་སྤྱོད་པ།  
 སེམས་ཅོམ་པ། རྣལ་འབྱོར་སྤྱོད་པའི་དབྱུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་རྣམས་ཀྱིས། མངོན་སུམ་



ཚད་མ་ལ། དབང་པོའི་མངོན་སྲུང་། ཡིད་ཀྱི་མངོན་སྲུང་། རང་རིག་མངོན་སྲུང་། རྣམ་  
འབྱོར་མངོན་སྲུང་དང་བཞིར་གྲངས་ངེས་པར་འདོད་བྱས་པ་ལ།

ཁོ་ན་རེ། རིགས་གཏེར་ལས། མངོན་སྲུང་བཞི་པོ་མདོ་སྡེའི་ལྷགས། །བྱེ་བྲག་  
སྐྱ་གསུམ་རྣམ་རིག་གཉིས། །ཞེས་གསུངས་པ་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། རྣམ་རིག་པའི་  
མངོན་སྲུང་ལ། ཡིད་ཀྱི་མངོན་སྲུང་དང་། རང་རིག་མངོན་སྲུང་གཉིས་སུ་གྲངས་ངེས་  
པར་མི་འདོད་པའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། སྐྱོན་མེད་དེ། ལུང་དེ་ནི་མངོན་སྲུང་ལ་བཞིར་འདོད་པ་  
མདོ་སྡེ་པའི་ལྷགས་ཡིན་ཅིང་། བྱེ་བྲག་སྐྱ་བས་རང་རིག་མངོན་སྲུང་ཁས་མི་ལེན་  
པས། མངོན་སྲུང་གི་དབྱེ་བ་གསུམ་ཁོ་ན་དང་། རྣམ་རིག་གཉིས། ཞེས་པ་ཡང་རྣམ་  
རིག་པ་དང་སེམས་ཅམ་པ་གཉིས་དོན་གཅིག་པས། རྣམ་རིག་པའམ། སེམས་ཅམ་  
པའི་ལྷགས་ལ། སྤྱིར་མངོན་སྲུང་ལ་ཡིད་ཀྱི་མངོན་སྲུང་དང་། རང་རིག་མངོན་སྲུང་  
གཉིས་སུ་གྲངས་ངེས་པའི་དོན་མིན་གྱི། ཚུར་མཐོང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་མངོན་སྲུང་ལ། དེར་  
རྒྱུར་པའི་ཡིད་ཀྱི་མངོན་སྲུང་དང་། རང་རིག་མངོན་སྲུང་གཉིས་སུ་གྲངས་ངེས་པའི་  
དོན་ཡིན་པའམ། ཡང་ན། སེམས་ཅམ་པའི་ལྷགས་ལ་མངོན་སྲུང་ལ། འབྲུལ་པའི་  
མངོན་སྲུང་དང་། མ་འབྲུལ་པའི་མངོན་སྲུང་གཉིས་སུ་གྲངས་ངེས་པའི་དོན་ཡིན་པའི་  
སྤྱིར། གཞན་ཡང་སེམས་ཅམ་པས་མངོན་སྲུང་བཞི་ཀ་ཁས་ལེན་པར་ཐལ། མངོན་  
སྲུང་ལ་བཞིར་འདོད་པ་མདོ་སེམས་གཉིས་ཀ་འབྲུལ་པའི་སྤྱིར་ཏེ། སྤྱི་དོན་རིགས་རྒྱན་  
ལས། སེམས་ཅམ་པས་ཀྱང་། མངོན་སྲུང་ལ་བཞིར་འདོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་པ་དང་།  
སྡེ་བདུན་ཡིད་ཀྱི་སྐྱེ་སེལ་ལས། མངོན་སྲུང་ཚད་མ་ལ་དབྱེ་ན། དབང་པོའི་མངོན་

སུམ་གྱི་ཚད་མ། ཡིད་གྱི་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ། རང་རིག་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ།  
 རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་དང་བཞིའོ། །དབྱེ་བ་འདི་ཡང་མདོ་སེམས་གཉིས་  
 ཀའི་ལུགས་ལ་རུང་བ་ཡིན་ལ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

མངོན་སུམ་ལ་མ་འཁྲུལ་བའི་ཤེས་པས་ཁྲུབ་བ་མདོ་སྡེ་བས་ཁས་ལེན་ཀྱང་།  
 སེམས་ཅམ་བས་ཁས་མི་ལེན་ཏེ། སེམས་ཅམ་བས་ཚུར་མཐོང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་གཟུགས་  
 འཛིན་དབང་མངོན་འཁྲུལ་ཤེས་སུ་ཁས་ལེན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེས་དེ་ཁས་ལེན་  
 པར་ཐལ། དེས་ཚུར་མཐོང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་གཟུགས་འཛིན་དབང་མངོན་མེད་བ་གསལ་  
 ལྡང་ཅན་གྱི་སྒོར་ཁས་ལེན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སེམས་ཅམ་རང་ལུགས་ལ་སྤྱི་དོན་མེད་བ་  
 གང་ཞེས། ཚུར་མཐོང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་གཟུགས་འཛིན་དབང་མངོན་ལ་གཟུགས་སྤྱི་དོན་  
 ཏུ་སྣང་བའི་ཕྱིར། དེས་སྐྱེ་འཛིན་དབང་མངོན་སོགས་སྤྱི་མ་བཞི་ལ་རིགས་འབྲུ་ཞིང་།  
 རྣལ་འབྱོར་སྒྲོན་པའི་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་བ་ཡང་འདི་དང་འབྲེལ། །མདོ་སྡེ་བས་མངོན་  
 སུམ་ལ་མ་འཁྲུལ་བའི་ཤེས་པས་ཁྲུབ་བ་ཁས་ལེན་བ་མདོ་སྡེ་བས་ཚུར་མཐོང་གི་  
 རྒྱུད་ཀྱི་གཟུགས་འཛིན་དབང་མངོན་མ་འཁྲུལ་བའི་ཤེས་པར་ཁས་ལེན་པའི་ཕྱིར་ཏེ།  
 དེས་ཚུར་མཐོང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་གཟུགས་འཛིན་དབང་མངོན་ལ་སྤྱི་དོན་ཏུ་སྣང་བ་བཞིན་  
 ཏུ་གཟུགས་སྤྱི་དོན་ཏུ་ཁས་ལེན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཁས་ལེན་པར་ཐལ། དེས་  
 སྤྱི་དོན་ཁས་ལེན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སྤྱི་དོན་དང་། རང་རིག་གཉིས་ཀ་བདེན་གྲུབ་ཏུ་ཁས་  
 ལེན་པའི་ཐེག་དམན་གྱི་གྲུབ་མཐའ་སྐྱེ་བའི་གང་ཟག་མདོ་སྡེ་བའི་མཚན་ཉིད་དང་། སྤྱི་  
 དོན་མི་འདོད་ཀྱང་། རང་རིག་བདེན་གྲུབ་ཏུ་ཁས་ལེན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་གྲུབ་མཐའ་

སྤྱི་བའི་གང་ཟག་སེམས་ཅམ་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེ་ལྟར་ཡང་གྲུབ་མཐའི་  
 རྣམ་གཞག་རྣམས་ལས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། མངོན་སུམ་ལ་རྟོག་བྲལ་གྱིས་ཁྲབ་པ་  
 སོགས་མདོ་སེམས་གཉིས་དང་། རང་རྒྱུད་པའི་འདོད་པ་ཡིན་གྱི། ཐལ་འགྲུར་བས་  
 ཁས་མི་ལེན་པའི་སྤྱིར། ཐལ་འགྲུར་བས་མི་བསྐྱེད་པའི་རིག་པ་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་  
 དུ་ཁས་ལེན་ཅིང་། དབྱུང་ཤེས་ལ་ཚད་མས་ཁྲབ་པ་དང་། མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་  
 ལ་ཡང་རྟོག་པ་དང་རྟོག་མེད་གྱི་ཤེས་པ་གཉིས་ཀ་ཡོད་པ་བཞེད་པ་སོགས་བཤའ་  
 རྒྱལ་མི་འབྲ་བ་དུ་མ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཉེ། རྣམ་བཤའ་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚོ་ལས། འདིར་  
 ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་མི་བསྐྱེད་པ་ནི་འདིག་རྟེན་ན་རི་ལྟར་འདོག་པ་བཞེན་དུ་བཞེད་  
 པ། འདིག་རྟེན་ན་གསར་དུ་མི་བསྐྱེད་པའི་ཁྲུང་མ་སྤེ་བར་སྤྱིར་མི་བསྐྱེད་པ་ལ་ཚད་མར་  
 འདོག་པས། མངོན་སུམ་ཚད་མ་རྟོག་མེད་གྱིས་བྲངས་པའི་དབྱུང་ཤེས་རྣམས་ཀྱང་  
 ཚད་མར་བཞེད་པར་མངོན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་རྟོག་པའི་ཚད་མ་ལ་ཡང་མངོན་སུམ་གྱི་  
 ཚད་མ་ཡོད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། མངོན་སུམ་བཞིའི་གོ་རིམ་ཡང་འདི་ལྟར་  
 དགོས་ཉེ། སྤྱི་དོན་རིགས་རྒྱན་ལས། མངོན་སུམ་བཞི་པོ་འདི་གོ་རིམ་རི་ལྟར་ངེས་ཞེ་  
 བ། དེ་ཡོད་དེ། རྣམ་འགྲུར་མངོན་སུམ་འཕགས་པ་ཁོ་ནའི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པས་ན་མཐུག་  
 ཏུ་བསྟན། གཞན་གསུམ་པོ་སོ་སྤྱེས་དང་། འཕགས་པ་གཉིས་ཀའི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པས་  
 དང་པོར་བསྟན། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་། གཞན་རིག་གཉིས་ཉམས་སུ་སྤོང་བུ་ཡིན་པས་  
 དང་པོར་བསྟན། རང་རིག་ནི་དེ་གཉིས་ཀ་སྤོང་བུ་ཡིན་པས་མཐུག་ཏུ་བསྟན། དེའི་  
 ནང་ནས་ཀྱང་དབང་མངོན་རྒྱ་ཡིན་པས་དང་པོར་བསྟན། ཡིད་མངོན་འབྲས་བུ་ཡིན་

བས་དེའི་མཇུག་ཏུ་བསྟན་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

སྤྲུམ་པ། འདི་ཡི་བྱེད་པོ་སྤྲུང་ཚུང་བཙོན་བ་ཞན། །རྣམ་དཔྱོད་དམན་བས་བྱ་  
དཀར་གྱུར་ན་ཡང་། །རྒྱ་བོད་ཚད་མའི་གཞུང་ལུགས་ལ་བརྟེན་ནས། །རང་ལས་སློ་  
དམན་དག་ལ་བན་ཕྱིར་དུ། །རྩོ་རོལ་གྱིས་པའི་སློ་ཡིས་བཤད་བ་ལ། །ཞོངས་བར་  
གྱུར་ནའང་འཕགས་བ་རྣམས་ལ་བཤམས། །ལེགས་ཆ་ཇི་སྟེད་མཆིས་བས་རང་  
གཞན་གྱིས། །སྡེ་བདུན་དགོངས་བ་ཇི་བཞིན་ཉོགས་བར་ཤོག། །ཅེས་བ་འདི་ཡང་སྟོ་  
ཕྱོགས་རྒྱས་སྟོན་པ། །ཕྱིན་དུག་དང་པོའི་མིང་ཅན་གྱི་ན་བས། །རང་བཟོ་སྤངས་ཉེ་  
མཁས་པའི་གཞུང་བཞིན་དུ། །དགའ་ལྡན་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྤིང་དུ་བཀོད། །འདི་  
གྱིས་རྣམ་དཀར་དགོ་བའི་ལེགས་ཚོགས་གྱིས། །སངས་རྒྱས་བསྟན་དང་དེ་འཛིན་  
སྤྲེས་བུ་རྣམས། །མི་ཉམས་བསྐྱལ་བརྒྱའི་བར་དུ་བརྟན་བ་དང་། །བདག་སོགས་རྣམ་  
མཁེན་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ཤོག། །།

༡༡། །བྱང་ཅེ་གྲུ་ཚང་གི་བཙེ་བཞག་དུ་གནང་བའི་རྟགས་  
 རིགས་བརྗོད་དོན་གསལ་བའི་མེ་ལོང་ཞེས་  
 བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

འཇམ་དཔལ་དབྱངས་དང་ཕྱོགས་སྒྲུང་ཚོས་གྲགས་ཀྱི། །ཞབས་ཀྱི་བད་མོར་གྲུས་  
 བས་བྱུག་བྱས་ནས། །མཁས་རྣོ་མ་གཞན་གྱིས་འགྲན་བའི་རྩེ་བུལ་བའི། །མཁས་གྲུབ་  
 མཚོག་ལྟའི་ལེགས་བཤད་བརྗོད་པར་བྱ། །ཞེས་མཚོད་པར་བརྗོད་པ་དང་བཤད་པར་  
 དམ་བཅའ་བ་སྡོན་དུ་བཏང་ནས།

གཏན་ཚིགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ།

འདིར་རྟེན་གཏན་ཚིགས་བཤད་པ་ལ། རྟགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ།  
 རྟགས་དཔེ་ཕྱོགས་གསུམ་ཀྱི་སྡོན་ཡོན་བཤད་པ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི།  
 རྟགས་སུ་བཀོད་པ་རྟགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། བདག་མེད་ཡིན་ན་རྟགས་ཡིན་པས་ཁྱབ་  
 རྟེ། རི་བོང་རུ་རྟགས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དེ་རྟགས་སུ་བཀོད་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན།  
 རི་བོང་རུ་ཚོས་ཅན། རྟགས་སུ་བཀོད་པར་ཐལ། སྤྱ་མི་རྟག་པར་སྤྱབ་པའི་རྟགས་སུ་  
 བཀོད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། སྤྱ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། ཁྱོད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཞེས་པའི་སྤྱིར་  
 བ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། བདག་མེད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། སྤྱ་མི་རྟག་པར་སྤྱབ་པའི་རྟགས་སུ་  
 བཀོད་པ། སྤྱ་མི་རྟག་པར་སྤྱབ་པའི་རྟགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། བདག་མེད་ཡིན་ན་དེ་ཡིན་

བས་ཁྲབ། བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རྟགས་སུ་བཀོད་པ། བྱས་  
 པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རྟགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། བདག་མེད་ཡིན་ན་  
 དེ་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་སྟེ། དེ་ཡིན་ན། བྱས་པའི་ལྗོག་པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། རི་བོང་  
 རུའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རྟགས་སུ་བཀོད་པ། རི་བོང་རུའི་རྟགས་  
 ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རྟགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་བཀོད་ཀྱི་རྟགས་  
 མེད་པའི་ཕྱིར།

### གཏན་ཚིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་རྟགས་ལ་སྐྱའི་བརྗོད་རིགས་ཀྱི་སློ་ནས་དབྱེ་ན། རྟགས་ཡང་དག་བཤད་པ་  
 དང་། དེའི་ལྗོག་ཕྱོགས་རྟགས་ལྟར་སྐྱང་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། རྟགས་ཡང་  
 དག་གི་ལྟོས་གཞི་བཤད་པ། མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ་བཤད་པ་དང་གསུམ། དང་པོ་ལ་  
 ཕྱོགས་ཚོས་ཀྱི་ལྟོས་གཞི་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་བཤད་པ་དང་། ཁྲབ་པའི་ལྟོས་གཞི་  
 མཐུན་ཕྱོགས་དང་། མི་མཐུན་ཕྱོགས་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། ཤེས་འདོད་ཚོས་  
 ཅན་ཀྱི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ། མཚན་གཞི། སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་འགོད་པ། ཞར་ལ་  
 བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ངོས་བཟུང་བ་དང་བཞི། དང་པོ་ནི། ཁྱོད་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་  
 མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཚོད་གཞིར་བཟུང་བ་ཡང་ཡིན། ཁྱོད་བྱས་པར་ཚད་མས་ངེས་  
 བས། ཁྱོད་མི་རྟག་པ་ཡིན་མིན་ལ་ཤེས་འདོད་ལྷགས་པའི་གང་ཟག་སྲིད་པ་ཡང་ཡིན་  
 པའི་གཞི་མཐུན་པར་དམིགས་པ་དེ། ཁྱོད་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་

བའི་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་སྐྱོན་མེད་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། གཉིས་པ་མཚན་གཞི་ནི།  
 སྐྱ་དེ་དེ་ཡིན། སྐྱ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་དང་། མཉམ་བུ་གཉིས་རེ་རེ་ནས་དེ་མ་ཡིན།  
 གསུམ་པ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་འགོད་པ་ནི། སྐྱ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་བྱས་པའི་རྟགས་  
 ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་ཡིན་པར་ཐལ། མཚན་ཉིད་དེའི་  
 སྤྱིར། དང་པོ་བྱབ་སྟེ། སྐྱ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་སྤྱིར། ཞེས་པའི་སྐྱོར་བ་  
 ཡོད་པའི་སྤྱིར། གཉིས་པ་བྱབ་སྟེ། སྐྱ་བྱས་པར་ཚད་མས་ངེས་ནས། སྐྱ་མི་རྟག་པ་  
 ཡིན་མིན་ལ་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བའི་གང་ཟག་ཡོད་པའི་སྤྱིར། སྐྱ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་དང་།  
 མཉམ་བུ་གཉིས་རེ་རེ་ནས་དེ་མ་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་ཡིན་ན། སྐྱ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་  
 ཚོས་ཅན། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་ཡིན་པར་ཐལ། བྱས་པའི་  
 རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན།  
 སྐྱ་སྐྱབ་པར་སྐྱབ་པའི་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་  
 བ། དེ་ཚོས་ཅན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་ཡིན་པར་ཐལ།  
 དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡོད་པ་གང་ཞིག་འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན།  
 སྐྱབ་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དགག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

གཞན་ཡང་། དེ་ཚོས་ཅན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཕྱོགས་ཚོས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། བྱབ་སྟེ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་ཡིན་  
 བ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཕྱོགས་ཚོས་མ་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར། རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཚོས་ཅན་

གཏན་ཚིགས་དངོས་གྲུར་ནི། །ཤེས་བྱེད་ཉིད་དུ་མ་གྲུབ་སྟེ། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
 སྟེ། བོང་གི་རྟགས་གྲུབ་སྟེ། སྐྱ་དེ་ཁྱོད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་  
 ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་སྐྱོན་མེད་ཡིན། ཁྱོད་སྐྱ་དང་པན་ཚུན་ཐ་དད་པའི་ཚུལ་ཀྱི་སྐྱའི་  
 སྟེད་དུ་འགོད་ཚུལ་དང་མཐུན་པར་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་ཚད་མས་ངེས་པའི་སྟེ། གཞན་  
 ཡང་། མཉན་བྱ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་ཡིན་པར་  
 ཐལ། བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་ཡིན་པའི་སྟེ། འདོད་  
 བ། དེ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་མཚོན་བྱར་སྐྱབ་པའི་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 པའི་སྟེ། འདོད་བ། དེ་ཚོས་ཅན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་ཤེས་འདོད་ཚོས་  
 ཅན་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡོད་པ་གང་ཞིག འདོད་པའི་སྟེ།  
 འདོད་བ། དེ་ཚོས་ཅན། མཚོན་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྟེ། འདོད་བ། དེ་ཚོས་  
 ཅན། མཚོན་བྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མཚོན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྟེ། གཞན་ཡང་། དེ་ཚོས་  
 ཅན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཕྱོགས་ཚོས་ཡིན་  
 པའི་སྟེ། འབྲེལ་པ་བསྐྱབས་ཟེན། རྟགས་དེར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་  
 ངེས་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་པའི་སྟེ། དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། ལྟར་ཅིག་མ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་མི་  
 རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཡིན་པར་ཐལ། བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་  
 བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཡིན་པའི་སྟེ། འབྲེལ་པ་སོང་ཟེར་བ། འོ་ན་ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། བྱས་  
 པའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་བ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་  
 པས་མ་འབྲེལ་པར་ཐལ། བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཡིན་བ། དེ་



སྐྱབ་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པའི་སྱིར། ཁྲབ་པ་འགྲིག

ཁ་ཅིག་སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་སྐྱབ་པར་སྐྱབ་པའི་  
བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་འུགས་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཡིན་པའི་  
སྱིར། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། སྐྱབ་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ།  
འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དགག་པ་ཡིན་པའི་སྱིར།

ཁ་ཅིག་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཚོས་ཅན་ཡོད་ན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་ཡོད་  
པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་སྐྱར་སྐྱབ་པའི་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་ཡོད་  
པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཚོས་ཅན་ཡོད་པའི་སྱིར་ཉེ། སྐྱ་ཡོད་པའི་སྱིར། འདོད་མི་རུས་ཉེ།  
སྐྱ་ཚད་མས་ངེས་ནས། སྐྱ་སྐྱ་ཡིན་མིན་ལ་ཟེ་ཚོམ་བ་བའི་གང་ཟག་མེད་པའི་སྱིར་ཉེ།  
སྐྱ་ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། སྐྱ་སྐྱར་ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་  
དགོས་པའི་སྱིར།

ཁ་ཅིག་སྐྱོར་བ་སྐྱོར་གཅིག་གི་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་ཡོད་ན། སྐྱོར་བ་སྐྱོར་  
གཅིག་གི་སྐྱོགས་ཚོས་ཡོད་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། སྐྱའི་རྟམས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་  
པའི་སྐྱོགས་ཚོས་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་སྐྱོར་ཀྱི་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་ཡོད་པའི་སྱིར་ཉེ།  
སྐྱ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་སྱིར། མ་གྲུབ་ན། སྐྱ་ཚོས་ཅན། སྐྱའི་རྟམས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱིས་ཤེས་  
འདོད་ཚོས་ཅན་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐྱོར་ཀྱི་ཚོད་གཞིར་བཟུང་བ་གང་ཞིག་ཚོད་སྐྱ་  
ཡིན་པར་ཚད་མས་ངེས་ནས་ཚོད་མི་རྟག་པ་ཡིན་པ་ལ་ཤེས་འདོད་འུགས་པའི་གང་  
ཟག་སྲིད་པའི་སྱིར། དང་པོ་མ་གྲུབ་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་དེར་ཐལ། སྐྱ་ཚོས་

ཅན། མི་རྟོག་སྟེ། སྐྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་པའི་སྐྱོར་བ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། རྟོགས་གཉིས་  
 པ་དེར་ཐལ། བྱས་པའི་རྟོགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟོག་པར་སྐྱབ་པའི་སྤྱི་ཚོལ་ཡང་དག་དེ་དེ་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཅ་བར་འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཚོས་དེའི་རྟོགས་ཀྱིས་ཚོས་དེ་གཞི་དེར་  
 སྐྱབ་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་ན། ཚོས་དེའི་རྟོགས་ཀྱིས་ཚོས་དེ་གཞི་དེར་སྐྱབ་པའི་  
 གཞི་རྟོགས་ཐ་དད་མེད་ནས་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར། བཞི་  
 པ་ལ། བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བ་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། བདག་མེད་  
 ཡིན་ན་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཡིན་པས་ཁྲབ་སྟེ། བདག་མེད་ཡིན་ན་ཁྱོད་སྐྱོད་ཏུ་སྐྱབ་  
 པའི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་སྤྱིར། སྐྱ་མི་རྟོག་པར་སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱའི་  
 ཚོས་སུ་བཟུང་བ། སྐྱ་མི་རྟོག་པར་སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་  
 དབྱེ་ན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་དང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཕྱགས་ཀྱིས་བསྐྱབ་  
 བྱའི་ཚོས་གཉིས། མཚན་ཉིད་རིམ་པ་ལྟར། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་  
 བཟུང་བ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཕྱགས་  
 ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཕྱགས་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཀྱི་མཚན་  
 ཉིད། མཚན་གཞི་རིམ་པ་བཞིན། མི་རྟོག་པ་དང་པོ་དང་། མི་རྟོག་པ་མ་ཡིན་པ་ལས་  
 ལོག་པ་གཉིས་པ་ཡིན།

ཁ་ཅིག་གིས། རྟོག་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཕྱགས་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་  
 ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་  
 ཕྱགས་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། སྐྱ་རྟོག་པ་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་

བའི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཡིན་ན། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་བའི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཡིན་དགོས་  
 བར་ཐལ། འདོད་བའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྐྱ་རྟག་པ་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་བའི་རྟགས་ཡང་  
 དག་གི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཡིན་ན། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་བའི་རྟགས་ཡང་དག་གི་བསྐྱབ་  
 བྱའི་ཚོས་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་བའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཚོས་དེའི་རྟགས་ཀྱིས་  
 སྐྱ་རྟག་པ་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་བའི་རྟགས་ཡང་དག་གི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཡིན་ན། ཚོས་  
 དེའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་བའི་རྟགས་ཡང་དག་གི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཡིན་  
 དགོས་པར་ཐལ། འདོད་བའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རྟག་པ་མ་ཡིན་པ་ཚོས་ཅན། ཚོས་  
 དང་སྐད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་  
 སྐྱབ་བའི་རྟགས་ཡང་དག་གི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཡིན་པར་ཐལ། ཚོས་དང་སྐད་ཅིག་མ་  
 མ་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་རྟག་པ་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་བའི་  
 རྟགས་ཡང་དག་གི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྩལ་བ་ཁས། འདོད་མི་ལུས་ཉེ།  
 ཚོས་དང་སྐད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་  
 བར་སྐྱབ་བའི་རྟགས་ཡང་དག་མེད་པའི་ཕྱིར། དེའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྗེས་ལྟར་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། རི་བོང་རྒྱ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཚོས་དང་  
 སྐད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན།  
 ཚོས་ཡིན་པར་ཐལ། མ་གྲུབ་པ་དེའི་ཕྱིར། རྩལ་བའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་  
 བའི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བ། རྩལ་བའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་བའི་  
 བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། རྩལ་བའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་

དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་དང་། བྱས་པའི་རྟམ་གྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་འུགས་ཀྱི་བསྐྱབ་  
 བྱའི་ཚོས་གཉིས། མཚན་ཉིད་རིམ་པ་བཞིན། བྱས་པའི་རྟམ་གྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་  
 ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བབྱང་བ་དང་པོའི་མཚན་ཉིད། བྱས་པའི་རྟམ་གྱིས་དེ་སྐྱབ་  
 ཀྱི་འུགས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བབྱང་བ། གཉིས་པའི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་རིམ་  
 པ་བཞིན། མི་རྟམ་པ་དང་། སྐད་ཅིག་མ་གཉིས་རེ་རེ་ནས་དང་པོ་ཡིན། མི་རྟམ་པ་མ་  
 ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་དང་། སྐད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་གཉིས་རེ་རེ་ནས་  
 གཉིས་པ་ཡིན། སྐད་ཅིག་མ་བྱས་པའི་རྟམ་གྱིས་སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་  
 བྱའི་ཚོས་སུ་བབྱང་བུ་ཡིན་ཀྱང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བབྱང་བུ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཐ་སྙད་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་  
 ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ཁྲབ་པའི་ལྟོས་གཞི་མཐུན་ཕྱོགས་དང་མི་མཐུན་ཕྱོགས་གཉིས་  
 བཤད་པ་ལ། དངོས་བཤད་པ་དང་། ཞར་ལ་མཐུན་དཔེ་བཤད་པ་དང་། མི་མཐུན་དཔེ་  
 བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ། སྐྱ་བཤད་འཇུག་གི་སུ་བཞི་བཅེ་  
 བ། མཐུན་ཕྱོགས་དང་མི་མཐུན་ཕྱོགས་གཉིས་དངོས་འགལ་ཡིན་མིན་དབྱེད་པ་དང་  
 བཞི། དང་པོ་ལ། སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་སྐྱབ་ཚུལ་ལྟར་མི་རྟམ་པས་མི་སྟོང་བ། སྐྱ་  
 མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། མི་རྟམ་པ་དང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མཐུན་  
 ཕྱོགས་གཉིས་ཡིན་ཁྲབ་མཉམ་ཡིན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་སྐྱབ་ཚུལ་ལྟར་མི་རྟམ་པས་སྟོང་བ།  
 དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། དེ་དང་མི་རྟམ་པ་མ་ཡིན་པ་གཉིས་ཡིན་

ལྲབ་མཉམ་ཡིན། གཉིས་བ་དེ་ལ་དབྱེ་ན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མེད་བ་མི་མཐུན་སྐྱོགས། གཞན་
 བ་མི་མཐུན་སྐྱོགས། འགལ་བ་མི་མཐུན་སྐྱོགས་དང་གསུམ། རི་བོང་རྩ་དང་པོ་ཡིན།
 །ཤེས་བྱ་གཉིས་པ། རྟག་བ་གསུམ་བ་ཡིན། གསུམ་བ་ནི། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མཐུན་སྐྱོགས་
 ཡིན་ན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མཐུན་སྐྱོགས་ཀྱི་སྐྱ་བ་འད་དུ་ཡོད་བས་ལྲབ་བམ་ཞེ་ན། འདི་ལ་ཟུ་
 གསུམ་སྟེ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མཐུན་སྐྱོགས་ཡིན་ལ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མཐུན་སྐྱོགས་ཀྱི་སྐྱ་བ་འད་དུ་
 མེད་བའི་ཟུ། གཉིས་ཀ་ཡིན་བའི་ཟུ། གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་བའི་ཟུ་དང་གསུམ་ཡོད། དང་
 པོ་ནི། འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ནམ་མཁའ་དེ། སྐྱ་རྟག་བར་སྐྱབ་བའི་མཐུན་སྐྱོགས་ཡིན་ལ།
 མཐུན་སྐྱོགས་ཀྱི་སྐྱ་བ་འད་དུ་མེད་བའི་ཟུ་ཡིན། དེ་སྐྱབ་བ་ནི། དེ་ཚོས་ཅན། དེ་དག་
 གི་མཐུན་སྐྱོགས་ཡིན་བར་ཐལ། རྟག་བ་ཡིན་བའི་ཕྱིར། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མཐུན་སྐྱོགས་ཀྱི་
 སྐྱ་བ་འད་དུ་མེད་དེ། དེ་སྐྱ་དང་རྟག་བར་ཚོས་མི་མཐུན་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་ཀ་ཡིན་བའི་ཟུ་ནི། ལུམ་བ་དེ་སྐྱ་མི་རྟག་བར་སྐྱབ་བའི་མཐུན་སྐྱོགས་
 ཡིན་ལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མཐུན་སྐྱོགས་ཀྱི་སྐྱ་བ་འད་དུ་ཡོད་བའི་ཟུ་ཡིན། དེ་སྐྱབ་བ་
 ནི། ལུམ་བ་ཚོས་ཅན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མཐུན་སྐྱོགས་ཡིན་བར་ཐལ། མི་རྟག་བ་ཡིན་བའི་
 ཕྱིར། གཉིས་བ་དེར་ཐལ། སྐྱ་མི་རྟག་བ་གང་ཞེས། ཁྱོད་ཀྱང་མི་རྟག་བ་ཡིན་བའི་ཕྱིར།
 གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་བའི་ཟུ་ནི། འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ནམ་མཁའ་དེ། སྐྱ་མི་རྟག་བར་སྐྱབ་
 བའི་མཐུན་སྐྱོགས་མ་ཡིན་ལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་སྐྱ་བ་འད་དུ་མེད་བའི་ཟུ་ཡིན། དེ་སྐྱབ་བ་ནི།
 དེ་ཚོས་ཅན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མཐུན་སྐྱོགས་མ་ཡིན་བར་ཐལ། མི་རྟག་བ་མ་ཡིན་བའི་ཕྱིར།
 དེ་ཚོས་ཅན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་སྐྱ་བ་འད་དུ་མེད་དེ། ཁྱོད་དང་སྐྱ་གཉིས་མི་རྟག་བར་ཚོས་

མི་མཐུན་པའི་སྲིར་ཉེ། རྩོད་རྟམ་པ་གང་ཞིག རྒྱ་མི་རྟམ་པ་ཡིན་པའི་སྲིར། དེ་རྒྱུ་བ་  
 གྱི་མཐུན་སྐྱོགས་གྱི་རྒྱ་བཤའ་དུ་ཡོད་ལ། དེ་རྒྱུ་བ་གྱི་མཐུན་སྐྱོགས་མ་ཡིན་པའི་སྲི་  
 བེ་མེད་དེ། དེ་རྒྱུ་བ་གྱི་མཐུན་སྐྱོགས་གྱི་རྒྱ་བཤའ་དུ་ཡོད་ན། དེ་རྒྱུ་བ་གྱི་མཐུན་སྐྱོགས་  
 ཡིན་དགོས་པའི་སྲིར། དེ་རྒྱུ་བ་གྱི་མི་མཐུན་སྐྱོགས་གྱི་རྒྱ་བཤའ་དུ་ཡོད་ན། དེ་རྒྱུ་བ་གྱི་  
 མི་མཐུན་སྐྱོགས་ཡིན་པས་ཁྲུབ་བམ་ཞེ་ན། འདི་ལ་ཡང་ལུ་གསུམ་ཡོད་དེ། དེ་རྒྱུ་བ་གྱི་  
 མི་མཐུན་སྐྱོགས་གྱི་རྒྱ་བཤའ་དུ་ཡོད་ལ། དེ་རྒྱུ་བ་གྱི་མི་མཐུན་སྐྱོགས་མ་ཡིན་པའི་སྲི་  
 གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་སྲི་ གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་སྲི་གསུམ། དང་པོ་ནི། འདུས་མ་བྱས་  
 གྱི་ནམ་མཁའ་དེ། རྒྱ་རྟམ་པར་རྒྱུ་བ་པའི་མི་མཐུན་སྐྱོགས་གྱི་རྒྱ་བཤའ་དུ་ཡོད་ལ།  
 རྒྱ་རྟམ་པར་རྒྱུ་བ་པའི་མི་མཐུན་སྐྱོགས་མ་ཡིན་པའི་སྲི་ཡིན། དེ་རྒྱུ་བ་པ་ནི། དེ་ཚོས་  
 ཅན། རྒྱ་རྟམ་པར་རྒྱུ་བ་པའི་མི་མཐུན་སྐྱོགས་གྱི་རྒྱ་བཤའ་དུ་ཡོད་པར་ཐལ། རྩོད་དང་  
 རྒྱ་གཉིས་རྟམ་པར་ཚོས་མི་མཐུན་པའི་སྲིར། དེ་ཚོས་ཅན། རྒྱ་རྟམ་པར་རྒྱུ་བ་པའི་མི་  
 མཐུན་སྐྱོགས་མ་ཡིན་ཉེ། རྒྱ་རྟམ་པར་རྒྱུ་བ་པའི་མཐུན་སྐྱོགས་ཡིན་པའི་སྲིར་ཉེ། རྟམ་  
 པ་ཡིན་པའི་སྲིར།

གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་སྲི་ནི། བྱས་པ་དེ། རྒྱ་མི་རྟམ་པར་རྒྱུ་བ་པའི་དེ་གཉིས་ཀ་  
 མ་ཡིན་པའི་སྲི་ཡིན། དེ་རྒྱུ་བ་པ་ནི། བྱས་པ་ཚོས་ཅན། རྒྱ་མི་རྟམ་པར་རྒྱུ་བ་པའི་མི་  
 མཐུན་སྐྱོགས་གྱི་རྒྱ་བཤའ་དུ་མེད་དེ། རྩོད་དང་རྒྱ་གཉིས་མི་རྟམ་པར་ཚོས་མི་མཐུན་  
 པ་མ་ཡིན་པའི་སྲིར་ཉེ། རྩོད་དང་རྒྱ་གཉིས་མི་རྟམ་པར་ཚོས་མཐུན་པའི་སྲིར་ཉེ། རྒྱ་  
 མི་རྟམ་པ་གང་ཞིག རྩོད་མི་རྟམ་པ་ཡིན་པའི་སྲིར། དེ་ཚོས་ཅན། རྒྱ་མི་རྟམ་པར་རྒྱུ་བ་

བའི་མི་མཐུན་ཚོགས་མ་ཡིན་ཏེ། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་ཚོགས་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་ཏེ། མི་རྟག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ལུ་ནི། འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་རྣམ་  
 མཁའ་དེ། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་མི་མཐུན་ཚོགས་ཀྱི་སྐྱ་བཤའ་དུ་ཡོད་ལ། སྐྱ་མི་  
 རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་མི་མཐུན་ཚོགས་ཡང་ཡིན་པའི་ལུ་ཡིན། དེ་སྐྱབ་པ་ནི། དེ་ཚོས་  
 ཅན། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་མི་མཐུན་ཚོགས་ཀྱི་སྐྱ་བཤའ་དུ་ཡོད་དེ། རྫོང་དང་སྐྱ་  
 གཉིས་མི་རྟག་པར་ཚོས་མི་མཐུན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། སྐྱ་མི་རྟག་པ་གང་ཞིག་ རྫོང་རྟག་པ་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་མི་མཐུན་ཚོགས་ཡིན་ཏེ། མི་  
 རྟག་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་མཐུན་ཚོགས་ཡིན་ལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་མཐུན་  
 ཚོགས་ཀྱི་སྐྱ་བཤའ་དུ་མེད་པའི་ལུ་ནི་མེད་དེ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་མཐུན་ཚོགས་ཡིན་ན། དེ་  
 སྐྱབ་ཀྱི་མི་མཐུན་ཚོགས་ཀྱི་སྐྱ་བཤའ་དུ་ཡོད་པས་ཁྲབ་པའི་སྤྱིར། མཐུན་ཚོགས་དང་  
 མི་མཐུན་ཚོགས་གཉིས་དངོས་འགལ་ཡིན་མིན་དབྱེད་པ་ལ། མཐུན་ཚོགས་དེ། མི་  
 མཐུན་ཚོགས་དང་དངོས་འགལ་ཡིན་ཀྱང་། མི་མཐུན་ཚོགས་དེ། མཐུན་ཚོགས་དང་  
 དངོས་འགལ་མ་ཡིན་ཏེ། མི་མཐུན་ཚོགས་མེད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། གཞི་གྲུབ་ན། མཐུན་  
 ཚོགས་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་སྤྱིར། གཞི་གྲུབ་ན་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཐུན་ཚོགས་ཡིན་  
 པའི་ཁྲབ་པའི་སྤྱིར། གཞི་གྲུབ་ན། སྐྱ་ཤེས་བྱར་སྐྱབ་པའི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཐུན་  
 ཚོགས་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་སྤྱིར།

དེ་ལ་ཁོ་རེ། གཞི་མ་གྲུབ་ན་ཡང་། མཐུན་ཚོགས་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ།  
 གཞི་མ་གྲུབ་ན་བྱམ་པ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་དུ་སྐྱབ་པའི་མཐུན་ཚོགས་ཡིན་པས་

འབྲེལ་བའི་སྤྱིར་ཉེ། གཞི་མ་གྲུབ་ན། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཡིན་པས་འབྲེལ་བའི་སྤྱིར།  
 ཅ་བར་འདོད་ན། མི་མཐུན་སྤྱོད་གས་ཚོས་ཅན། མཐུན་སྤྱོད་གས་ཡིན་པར་ཐལ། གཞི་མ་  
 གྲུབ་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། གཞི་གྲུབ་པར་ཐལ་ལོ་ཟེར་ན། མ་འབྲེལ། འོ་  
 བ། ཁོ་རང་ལ་བྱམ་པ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་དུ་སྐྱབ་པའི་མི་མཐུན་སྤྱོད་གས་ཚོས་ཅན།  
 གཞི་གྲུབ་པར་ཐལ། མཐུན་སྤྱོད་གས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འབྲེལ་བ་ཁས་ཉེ། རྟོགས་གྲུབ་སྟེ། བྱམ་  
 པ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་དུ་སྐྱབ་པའི་མཐུན་སྤྱོད་གས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། གང་  
 ཟག་གི་བདག་མེད་མ་ཡིན་པ་ཡོད་པར་ཐལ་ལོ། །དེས་ན། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་  
 ཡིན་ན། མཐུན་སྤྱོད་གས་ཡིན་པས་འབྲེལ་སྟེ། ཡོད་ན་མཐུན་སྤྱོད་གས་ཡིན་པས་འབྲེལ་བ་  
 གང་ཞིག་མེད་ན་མཐུན་སྤྱོད་གས་ཡིན་པས་འབྲེལ་བའི་སྤྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། བྱམ་པ་  
 མཐུན་སྤྱོད་གས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཉེ། དེ་རྟོགས་ཡང་དག་གི་མཐུན་སྤྱོད་གས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཉེ།  
 དེ་སྐྱོ་མི་རྟོག་པར་སྐྱབ་པའི་རྟོགས་ཡང་དག་གི་མཐུན་སྤྱོད་གས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཉེ། དེ་  
 སྐྱབ་ཀྱི་རྟོགས་ཡང་དག་ཡོད་པ་གང་ཞིག་ དེ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མཐུན་སྤྱོད་གས་ཡིན་པའི་སྤྱིར།  
 གཉིས་པ་གྲུབ་སྟེ། རི་བོང་རུ་མཐུན་སྤྱོད་གས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཉེ། དེ་བྱམ་པ་གང་ཟག་གི་  
 བདག་མེད་དུ་སྐྱབ་པའི་མཐུན་སྤྱོད་གས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཉེ། དེ་གང་ཟག་བདག་མེད་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར།

ཁོ་ན་རེ། མི་མཐུན་སྤྱོད་གས་ཡོད་པར་ཐལ། མི་མཐུན་དཔེ་ཡང་དག་ཡོད་པའི་  
 སྤྱིར། ཚོས་མི་མཐུན་སྤྱོད་ཀྱི་སྐྱབ་དག་ཡང་དག་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན། མ་འབྲེལ། འོ་  
 བ། འབྲེལ་བའི་ལེས་བྱ་ཚོས་ཅན། འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ནམ་མཁའ་དེ། མི་མཐུན་དཔེ་



ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། གང་རྟག་ན་མ་བྱས་པས་ཁྲབ། དཔེར་ན། འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་  
 རམ་མཁའ་བཞིན། སྐྱ་ནི་བྱས་སོ་ཞེས་པའི་སྐྱབ་ངག་དེ་ཚོས་མི་མཐུན་སྦྱོར་གྱི་སྐྱབ་  
 ངག་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྦྱིར། ཁྲབ་པ་འགྲིག། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། མི་མཐུན་དཔེ་  
 ཡང་དག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མཐུན་དཔེ་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྦྱིར་ཏེ། བྱམ་པ་ཤེས་  
 བྱར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་དཔེ་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྦྱིར་ཏེ། ཚོས་ཅན་དེའི་ལྷོག་པ་ཡིན་  
 པའི་སྦྱིར།

ཡང་ཁོ་ན་རེ། མི་མཐུན་སྦྱོགས་ཡོད་པར་ཐལ། མི་མཐུན་སྦྱོགས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་  
 ཡོད་པའི་སྦྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། མི་མཐུན་སྦྱོགས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་དེ་མི་མཐུན་སྦྱོགས་མ་  
 ཡིན་པའི་སྦྱིར་ཏེ། དེ་མཐུན་སྦྱོགས་ཡིན་པའི་སྦྱིར། དེ་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་  
 སྦྱོགས་ཡིན་པའི་སྦྱིར། དེ་མི་རྟག་པ་ཡིན་པའི་སྦྱིར། ཡང་ཁོ་ན་རེ། མི་མཐུན་སྦྱོགས་  
 ཡོད་པར་ཐལ། ལྷོག་ཁྲབ་ཀྱི་ལྷོས་གཞི་ཡོད་པའི་སྦྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། འོ་ན་བྱམ་པ་  
 གང་ཟག་གི་བདག་མེད་དུ་སྐྱབ་པའི་མི་མཐུན་སྦྱོགས་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ལྷོག་  
 ཁྲབ་ཀྱི་ལྷོས་གཞི་ཡོད་པའི་སྦྱིར། ཁྲབ་པ་ཁས། རྟགས་དེར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ལྷོག་  
 ཁྲབ་ཡོད་པའི་སྦྱིར་ཏེ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡོད་པའི་སྦྱིར།

ཁ་ཅིག་ མཐུན་སྦྱོགས་དང་མི་མཐུན་སྦྱོགས་གཉིས་དངོས་འགལ་ཡིན་ཟེར་ན།  
 དེ་གཉིས་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་དངོས་འགལ་ཡིན་པའི་སྦྱིར། འདོད་ན། མི་མཐུན་  
 སྦྱོགས་ཡོད་པར་ཐལ་ལོ། །རིགས་པ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོད་མེད་གཉིས་དངོས་  
 འགལ་ཡིན་ཟེར་བ་ཡང་ཁེགས་སོ། །

ཁ་ཅིག་སྐྱ་མི་རྟག་བར་སྐྱབ་བའི་མཐུན་སྐྱོགས་དང་མི་མཐུན་སྐྱོགས་གཉིས་  
 དངོས་འགལ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མ་ཡིན་བར་ཐལ། སྐྱ་མི་རྟག་བར་སྐྱབ་བའི་མཐུན་  
 སྐྱོགས་མ་ཡིན་ན། མི་མཐུན་སྐྱོགས་ཡིན་བས་མ་ཁྲབ་བའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། འདུས་  
 མ་བྱས་ཀྱི་རྣམ་མཁའ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། མི་  
 མཐུན་སྐྱོགས་མ་ཡིན་བར་ཐལ། མཐུན་སྐྱོགས་ཡིན་བའི་སྤྱིར། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མཐུན་  
 སྐྱོགས་དང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་མཐུན་སྐྱོགས་གཉིས་དངོས་འགལ་ཡིན་ཀྱང་། དེ་སྐྱབ་  
 ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཐུན་སྐྱོགས་དང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མི་མཐུན་  
 སྐྱོགས་གཉིས་དངོས་འགལ་མ་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་ཡིན་ན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་  
 གི་མཐུན་སྐྱོགས་མ་ཡིན་ན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མི་མཐུན་སྐྱོགས་ཡིན་  
 བས་ཁྲབ་བར་ཐལ། འདོད་བའི་སྤྱིར། འདོད་ན། བྱམ་བ་མེད་བའི་ས་སྐྱོགས་ཚོས་ཅན།  
 བྱམ་བ་མི་རྟག་བར་སྐྱབ་བའི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཐུན་སྐྱོགས་ཡིན་བར་ཐལ། དེ་  
 སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མི་མཐུན་སྐྱོགས་མ་ཡིན་བའི་སྤྱིར་ཏེ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་  
 ཡང་དག་མེད་བའི་སྤྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། བྱམ་བ་མི་རྟག་བ་མ་ཡིན་བའི་སྤྱིར། སྐྱ་  
 མི་རྟག་བར་སྐྱབ་བའི་མཐུན་སྐྱོགས་དང་། སྐྱ་མི་རྟག་བར་སྐྱབ་བའི་མི་མཐུན་སྐྱོགས་  
 གཉིས་དངོས་འགལ་ཡིན་ཏེ། བྱམ་བ་སྐྱ་མི་རྟག་བར་སྐྱབ་བའི་མཐུན་སྐྱོགས་ཁོ་ན་ལ་  
 ཡོད་བར་ངེས་བའི་ཚད་མ་ཡིན་ན། བྱམ་བ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་མཐུན་སྐྱོགས་ལ་མེད་བར་  
 ངེས་བའི་ཚད་མ་ཡིན་དགོས་བའི་སྤྱིར། བྱམ་བ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་མཐུན་སྐྱོགས་ལ་མེད་  
 བར་ངེས་བའི་ཚད་མ་ཡིན་ན། བྱམ་བ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མཐུན་སྐྱོགས་ཁོ་ན་ལ་ཡོད་བར་

དེས་པའི་ཚད་མ་ཡིན་དགོས་པའི་སྲིད། བྱས་པའི་རྟམ་པ་གྱི་དེ་སྐྱབ་གྱི་སྒྲིག་ཁྲབ་དེས་  
 པའི་ཚད་མ་ཡིན་ན། དེ་བཞོད་གྱི་རྗེས་ཁྲབ་དེས་པའི་ཚད་མ་ཡིན་དགོས་པའི་སྲིད།  
 སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་སྲི་ཚོལ་ཡང་དག་གི་དོར་སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་  
 སྒྲིག་པ་དང་། སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་མི་མཐུན་སྒྲིག་པ་གཉིས་དངོས་འགལ་ཡིན་ཏེ།  
 དེའི་དོར་མི་རྟམ་པ་དང་མི་རྟམ་པ་མ་ཡིན་པ་གཉིས་དངོས་འགལ་ཡིན་པའི་སྲིད།

ཁ་ཅིག་གིས། སྐྱ་དེ་སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་སྒྲིག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དེ་  
 སྐྱབ་གྱི་སྲི་ཚོལ་ཡང་དག་གིས་མི་རྟམ་པར་མ་དེས་པའི་སྲིད། དེ་དེ་སྐྱབ་གྱི་མི་མཐུན་  
 སྒྲིག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དེ་སྐྱབ་གྱི་སྲི་ཚོལ་ཡང་དག་གིས་མི་རྟམ་པ་མ་ཡིན་པར་མ་  
 དེས་པའི་སྲིད་ཟེར་ན། སྐྱ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་སྒྲིག་པ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། མི་རྟམ་པ་ཡིན་པའི་སྲིད།

ཁ་ཅིག་གིས། དེ་སྐྱབ་གྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཡིན་ན། དེ་སྐྱབ་གྱི་མཐུན་སྒྲིག་པ་  
 ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་སྐྱབ་པར་སྐྱབ་  
 པའི་མཐུན་སྒྲིག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་གྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། དེ་  
 སྐྱབ་གྱི་འུགས་གྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། སྐྱབ་པ་དེ་  
 དེ་སྐྱབ་གྱི་དངོས་གྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཡིན་པའི་སྲིད། ཅ་བར་འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན།  
 སྐྱབ་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྲིད། འདོད་མི་བྱས་ཏེ། དགག་པ་ཡིན་པའི་སྲིད།

ཁ་ཅིག་གིས། དེ་སྐྱབ་གྱི་དངོས་གྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བུ་ཡིན་ན། དེ་  
 སྐྱབ་གྱི་མཐུན་སྒྲིག་པ་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། མཚན་ཉིད་ཚོས་ཅན། ལྟོ་སྒྲིབ་པ་མཚན་

ཉིད་དུ་སྐྱབ་པའི་མཐུན་སྤྱོད་གསུང་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་  
 སུ་བཟུང་བྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་སྟོ་ཕྱིར་བ་ཁྱོད་དུ་སྐྱབ་པའི་  
 དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་བདག་མེད་ཡིན་པའི་སྤྱིར།  
 ཅ་བར་འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། མཚན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་མི་  
 རུས་ཏེ། མཚན་བྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

ཁ་ཅིག་གིས། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡོད་ན། དེ་  
 སྐྱབ་ཀྱི་མཐུན་སྤྱོད་གསུང་ཡོད་པས་ཁྲུབ་ཟེར་ན། སྐྱ་ཀ་བུམ་གཉིས་སུ་སྐྱབ་པའི་མཐུན་  
 སྤྱོད་གསུང་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡོད་པའི་  
 སྤྱིར་ཏེ། ཀ་བུམ་གཉིས་ཡོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། བདག་མེད་ཡིན་ན། སྐྱ་ཀ་  
 བུམ་གཉིས་སུ་སྐྱབ་པའི་མཐུན་སྤྱོད་གསུང་མ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པའི་སྤྱིར། གཉིས་པ་ཞར་  
 ལ་མཐུན་དཔེ་དང་མི་མཐུན་དཔེ་བཤད་པ་ལ། མཐུན་དཔེར་བཟུང་བ་མཐུན་དཔེའི་  
 མཚན་ཉིད། བདག་མེད་ཡིན་ན་མཐུན་དཔེ་ཡིན་པའདས་ཁྲུབ་སྟེ། གཞི་གྲུབ་ན། མཐུན་  
 དཔེ་ཡིན་པས་ཁྲུབ། གཞི་མ་གྲུབ་ནའང་། མཐུན་དཔེ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པའི་སྤྱིར། དང་པོ་  
 གྲུབ་སྟེ། བུམ་པ་མཐུན་དཔེ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་མཚུངས་པའི་སྤྱིར། གཉིས་པ་གྲུབ་སྟེ།  
 རི་བོང་རུ་མཐུན་དཔེ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་མཚུངས་པའི་སྤྱིར། དང་པོ་མ་གྲུབ་ན། བུམ་  
 པ་ཚོས་ཅན། མཐུན་དཔེ་ཡིན་པར་ཐལ། མཐུན་དཔེར་བཟུང་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། སྐྱ་  
 མི་རྟོག་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་དཔེར་བཟུང་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། སྐྱ་ཚོས་ཅན། མི་རྟོག་  
 སྟེ། བུས་པའི་སྤྱིར། ཞེས་པའི་སྤྱོད་བ་ཡང་ཡོད། བུས་ན་མི་རྟོག་པས་ཁྲུབ། དཔེར་ན།

ཁྱོད་བཞིན། ཞེས་པའི་སྐྱབ་ངག་ཀྱང་ཡོད་པའི་སྤྱིར། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་  
 དཔེར་བཟུང་བ། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་དཔེའི་མཚན་ཉིད། བདག་མེད་ཡིན་  
 བ། དེ་ཡིན་པས་ཁྱབ་སྟེ། གཞི་གྲུབ་ན། ཞེས་སོགས་སྤར་བཞིན་ནོ། །བྱས་པའི་རྟགས་  
 ལ་ཡང་སྐྱར་ནས་ཤེས་པར་བྱའོ། །མཐུན་དཔེ་ལྟར་སྤང་དུ་བཟུང་བ། མཐུན་དཔེ་ལྟར་  
 སྤང་གི་མཚན་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་མེད་པའི་སྤྱིར། གཞི་གྲུབ་ན། མཐུན་དཔེ་ཡང་དག་  
 ཡིན་པས་ཁྱབ་པའི་སྤྱིར།

### རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ།

གཉིས་པ་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ་ལ། ཚུལ་གསུམ་ཡིན་པ། རྟགས་  
 ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད། ཚུལ་གསུམ་གང་ཞེ་ན། རྩོགས་ཚོས། རྗེས་ཁྱབ། རྩོག་  
 ཁྱབ་དང་གསུམ། དེ་རྣམས་སོ་སོའི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི། སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་  
 པ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི། སྐྱ་དེ་ཁྱོད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཤེས་  
 འདོད་ཚོས་ཅན་སྐྱོན་མེད་ཡིན། ཁྱོད་སྐྱ་དང་པན་ཚུན་ཐ་དད་པའི་ཚུལ་ཀྱིས་སྤྱིར་སྤྱིར་  
 དུ་འགོད་ཚུལ་དང་མཐུན་པར་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་ཚད་མས་ངེས་པ། ཁྱོད་སྐྱ་མི་རྟག་པར་  
 སྐྱབ་པའི་རྩོགས་ཚོས་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། ཁྱོད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་  
 པའི་རྟགས་ཚོས་གཉིས་ལྡན་ཀྱི་མཐུན་དཔེ་ཡང་དག་ཡོད། ཁྱོད་མི་རྟག་པ་ལ་འབྲེལ།  
 ཁྱོད་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་རྩོགས་ཁོ་ན་ལ་འགོད་ཚུལ་དང་མཐུན་པར་ཡོད་  
 པ་ཉིད་དུ་ཚད་མས་ངེས་པ། ཁྱོད་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རྗེས་ཁྱབ་ཡིན་པའི་མཚན་

ཉིད། རྟོད་ཀྱི་རྟམ་སྒྲིགས་སྒྲིགས་སྒྲིགས་ལེ་རྟམ་བར་སྒྲིགས་བའི་རྟམ་སྒྲིགས་ཚོས་གཉིས་དང་མི་སྒྲིགས་  
 བའི་མི་མཐུན་དཔེ་ཡང་དག་ཡོད། རྟོད་མི་རྟམ་བ་ལ་འབྲེལ། རྟོད་སྒྲིགས་ལེ་རྟམ་བར་  
 སྒྲིགས་བའི་མི་མཐུན་སྒྲིགས་ལ་མེད་བ་ཁོ་ནར་ཚད་མས་དེས་བ། རྟོད་སྒྲིགས་ལེ་རྟམ་བར་  
 སྒྲིགས་བའི་སྒྲིགས་བྱེད་ཡིན་བའི་མཚན་ཉིད། གཉིས་བ་མཚན་གཞི་ནི། བྱས་བ་དེ། སྒྲིགས་  
 ལེ་རྟམ་བར་སྒྲིགས་བའི་སྒྲིགས་ཚོས་རྗེས་བྱེད་སྒྲིགས་བྱེད་གསུམ་ཀ་ཡིན།

གསུམ་བ་སྒྲིགས་བྱེད་ཀྱི་རིགས་བ་ནི། བྱས་བ་ཚོས་ཅན། སྒྲིགས་ལེ་རྟམ་བར་སྒྲིགས་  
 བའི་སྒྲིགས་ཚོས་ཡིན་བར་ཐལ། མཚན་ཉིད་དེ་ཡིན་བའི་སྒྲིགས། དང་པོ་མ་གྲུབ་ན།  
 སྒྲིགས་ཚོས་ཅན། བྱས་བའི་རྟམ་སྒྲིགས་སྒྲིགས་ལེ་རྟམ་བར་སྒྲིགས་བའི་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་  
 སྒྲིགས་མེད་ཡིན་བར་ཐལ། རྟོད་བྱས་བའི་རྟམ་སྒྲིགས་སྒྲིགས་ལེ་རྟམ་བར་སྒྲིགས་བའི་ཚོད་  
 གཞིར་བཟུང་བ་གང་ཞིག རྟོད་བྱས་བར་ཚད་མས་དེས་ནས། རྟོད་མི་རྟམ་བ་ཡིན་  
 མིན་ལ་ཤེས་འདོད་ལྷགས་བའི་གང་ཟག་སྲིད་བའི་སྒྲིགས། དང་པོ་དེར་ཐལ། སྒྲིགས་  
 ཅན། མི་རྟམ་སྒྲིགས། བྱས་བའི་སྒྲིགས། ཞེས་བའི་སྒྲིགས་བ་ཡོད་བའི་སྒྲིགས། གཉིས་བ་དེར་  
 ཐལ། སྒྲིགས་བར་ཚད་མས་དེས་ནས། སྒྲིགས་ལེ་རྟམ་བ་ཡིན་མིན་ལ་ཐེ་ཚོམ་བ་བའི་  
 གང་ཟག་ཡོད་བའི་སྒྲིགས། ཅེ་རྟམ་སྒྲིགས་གཉིས་བ་དེར་ཐལ། རྟོད་སྒྲིགས་དང་བཅས་ཚུན་ཐ་དང་  
 གང་ཞིག རྟོད་སྒྲིགས་སྒྲིགས་དུ་འགོད་ཚུལ་དང་མཐུན་བར་ཡོད་བ་ཉིད་དུ་ཚད་མས་དེས་  
 བའི་སྒྲིགས། དང་པོ་སྒྲིགས། གཉིས་བ་དེར་ཐལ། རྟོད་ཀྱི་རྟམ་སྒྲིགས་སྒྲིགས་ལེ་རྟམ་བར་སྒྲིགས་  
 བའི་འགོད་ཚུལ་ཡིན་འགོད་ཡིན། སྒྲིགས་ལེ་རྟམ་བ་སྒྲིགས་ཚོས་ཅན་ཀྱི་སྒྲིགས་དུ་རྟོད་ཡིན་བའི་  
 སྒྲིགས། ལེ་རྟམ་སྒྲིགས་སྒྲིགས། བྱས་བ་ཚོས་ཅན། སྒྲིགས་ལེ་རྟམ་བར་སྒྲིགས་བའི་རྗེས་བྱེད་ཡིན་

བར་ཐལ། མཚན་ཉིད་དེ་ཡིན་པའི་སྲིད། དང་པོ་དེར་ཐལ། བུམ་བ་དེ་ཚོང་གི་རྟལ་ས་  
 གིས་སྐྱ་མི་རྟལ་བར་སྐྱབ་པའི་རྟལ་ས་ཚོས་གཉིས་ལྡན་གི་མཐུན་དཔེ་ཡང་དག་ཡིན་  
 པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། བུམ་བ་ཚོས་ཅན། བུས་པའི་རྟལ་ས་གིས་སྐྱ་མི་རྟལ་བར་སྐྱབ་  
 པའི་རྟལ་ས་ཚོས་གཉིས་ལྡན་གི་མཐུན་དཔེ་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། བུས་པའི་རྟལ་ས་  
 གིས་སྐྱ་མི་རྟལ་བར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་དཔེར་བཟུང་བ་གང་ཞིག་སྐྱའི་སྟེང་དུ་བུས་ན་  
 མི་རྟལ་བས་ཁྲབ་བ་ཚད་མས་མ་ངེས་པའི་སྤྲོ་རོལ་དུ། ཚོང་གི་སྟེང་དུ་བུས་ན་མི་རྟལ་  
 བས་ཁྲབ་བ་ཚད་མས་ངེས་པའི་སྐྱ་མི་རྟལ་བར་སྐྱབ་པའི་སྲི་ཚོལ་ཡང་དག་ཡོད། ཚོང་  
 བུས་པའི་བྲེ་བྲག་ཡིན་པའི་སྲིད། དང་པོ་དེར་ཐལ། སྐྱ་ཚོས་ཅན། མི་རྟལ་སྟེ་བུས་པའི་  
 སྲིད། དཔེར་ན་བུམ་བ་བཞིན་ཞེས་པའི་སྐྱོར་བ་ཡོད་པའི་སྲིད།

གཉིས་བ་མ་གྲུབ་ན། ཤེས་བྲུ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། སྐྱ་མི་རྟལ་བར་ཚད་མས་  
 མ་ངེས་པའི་སྤྲོ་རོལ་དུ་བུམ་བ་མི་རྟལ་བར་ཚད་མས་ངེས་པའི་སྐྱ་མི་རྟལ་བར་སྐྱབ་  
 པའི་སྲི་ཚོལ་ཡང་དག་ཡོད་པའི་སྲིད། སྐྱ་མི་རྟལ་བར་སྐྱབ་པའི་སྲི་ཚོལ་ཡང་དག་དེ་  
 དེ་ཡིན་པའི་སྲིད་ཉེ། སྐྱ་མི་རྟལ་བར་སྐྱབ་པའི་སྲི་ཚོལ་ཡང་དག་དེས། སྐྱ་མི་རྟལ་བར་  
 ཚད་མས་མ་ངེས་བ་གང་ཞིག་དེ་བུམ་བ་མི་རྟལ་བར་ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་  
 ཡིན་པའི་སྲིད། རྟལ་ས་གཉིས་ཚོས་ཅན་གིས་གྲུབ། ཅ་རྟལ་ས་གཉིས་བ་དེར་ཐལ།  
 ཚོང་མི་རྟལ་བ་དང་བདག་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ་བ་ཡིན་པའི་སྲིད། ཅ་རྟལ་ས་གསུམ་བ་  
 དེར་ཐལ། ཚོང་གི་རྟལ་ས་གི་སྐྱ་མི་རྟལ་བར་སྐྱབ་པའི་འགོད་ཚུལ་ཡིན་འགོད་དང་།  
 སྐྱབ་ཚུལ་ཡིན་སྐྱབ་ཡིན། ཚོང་མི་རྟལ་བ་ཡིན། ཚོང་ཡིན་ན། མི་རྟལ་བ་ཡིན་དགོས་

བའི་སྤྱོད་། དང་པོ་དེར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱི་ཉལ་སྤྱོད་ཀྱིས་སྐྱ་མི་ཉལ་བར་སྐྱབ་བའི་འགོད་ཚུལ་  
 ཡིན་འགོད་ཡིན་པ་གང་ཞིག་སྐྱབ་ཚུལ་ཡིན་སྐྱབ་ཡིན་བའི་སྤྱོད་། དང་པོ་སྤྱོད་། གཉིས་  
 བ་དེར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱི་ཉལ་སྤྱོད་ཀྱིས་སྐྱ་མི་ཉལ་བར་སྐྱབ་བའི་སྐྱབ་ཚུལ་ཡིན་སྐྱབ་དང་།  
 ཡོད་སྐྱབ་གང་རུང་གང་ཞིག་ཡོད་སྐྱབ་མ་ཡིན་བའི་སྤྱོད་། དང་པོ་དེར་ཐལ། ཁྱོད་སྐྱ་  
 མི་ཉལ་བར་སྐྱབ་བའི་ཉལ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་འགོད་བའི་སྤྱོད་། གཉིས་བ་མ་གྲུབ་ན། འཇུག་བ་སྐྱ་  
 མི་ཉལ་བར་སྐྱབ་བའི་མཐུན་སྤྱོད་གསུང་ལ་འབྲེལ་བྱེད་དུ་འཇུག་བའི་ཉལ་སྤྱོད་ཡང་དག་ཡིན་  
 བར་ཐལ། སྐྱ་མི་ཉལ་བར་སྐྱབ་བའི་མཐུན་སྤྱོད་གསུང་ལ་འབྲེལ་བྱེད་དུ་འཇུག་བའི་ཉལ་སྤྱོད་  
 ཡང་དག་ཡོད་བའི་སྤྱོད་། འདོད་ན། འཇུག་བྱ་ཚུལ་ཅན། འཇུག་བ་ཡིན་བར་ཐལ། མི་  
 ཉལ་བ་ཡོད་བའི་སྤྱོད་། ཅ་ཉལ་སྤྱོད་གཉིས་བ་དེར་ཐལ། འཇུག་བ་ཡིན་བའི་སྤྱོད་། ཉལ་སྤྱོད་  
 གསུམ་བ་འབྲེལ་དོ། །འཇུག་བ་ཚུལ་ཅན། སྐྱ་མི་ཉལ་བར་སྐྱབ་བའི་སྤྱོད་འབྲེལ་ཡིན་བར་  
 ཐལ། མཚན་ཉིད་དེ་ཡིན་བའི་སྤྱོད་། ཉལ་སྤྱོད་རྣམས་སྤྱོད་།

**ཉལ་སྤྱོད་ཡང་དག་གི་དབྱེ་བ་བཤད་པ།**

གསུམ་བ་ཉལ་སྤྱོད་ཡང་དག་གི་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ལ། རོ་བོའི་སྤྱོད་ལ་དབྱེ་བ། བསྐྱུས་  
 འཇུག་ཚུལ་ཀྱི་སྤྱོད་ལ་དབྱེ་བ། སྐྱབ་ཚུལ་ཀྱི་སྤྱོད་ལ་དབྱེ་བ། བསྐྱུས་འཇུག་ཚུལ་ཀྱི་  
 བཤད་ལ། མཐུན་སྤྱོད་གསུང་ལ་འཇུག་ཚུལ་ཀྱི་སྤྱོད་ལ་དབྱེ་བ། ཚུལ་བའི་སྤྱོད་ལ་དབྱེ་བ་དང་  
 འཇུག་དང་པོ་ལ་འཇུག་ཉལ་སྤྱོད་ཡང་དག་རང་བཞིན་ཀྱི་ཉལ་སྤྱོད་ཡང་དག་མ་དམིགས་  
 བའི་ཉལ་སྤྱོད་ཡང་དག་དང་གསུམ་།



### འབྲས་ཏྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ།

དང་པོ་ལ། མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ། མཚན་གཞིའི་སྟེང་དུ་མཚན་ཉིད་ངེས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་  
 མ་བཤད་པ། ཏྟགས་ཚོས་དོན་གསུམ་ངོས་བཟུང་བ་དང་བཞི་ལས། དང་པོ་ལ་དགག་  
 གཞག་གཉིས། དང་པོ་ནི། ལ་ཅིག་གིས། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་སྐྱབ་ཏྟགས་ཡང་དག་གང་ཞིག  
 དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བུ་ཡང་ཡིན། རྒྱུ་ཀྱི་སྐྱབ་ཡང་ཡིན་པའི་  
 གཞི་མཐུན་པ་སྲིད་པ་དེ། རྒྱུ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་འབྲས་ཏྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་ཟེར་  
 བ། དུ་བ་ཚོས་ཅན། དུ་ལྡན་ཀྱི་ལ་ལ་མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་  
 སུ་བཟུང་བུ་ཡང་ཡིན། རྒྱུ་ཀྱི་སྐྱབ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་སྲིད་པར་ཐལ། རྒྱུ་དུ་  
 ལྡན་ལ་ལ་མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་འབྲས་ཏྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྲིད། འདོད་ན། མེ་  
 དེ་དེ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྲིད། འདོད་ན། མེ་དེ་དུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་  
 པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བུ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྲིད། འདོད་  
 བ། དུ་ལྡན་ལ་ལའི་མེ་དེ། དུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱུ་ཡང་དག་ཡིན་  
 པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྲིད། འདོད་ན། དུ་ལྡན་ལ་ལའི་མེ་ཚོས་ཅན། རྒྱུ་དེ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། དུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་སྲི་རྒྱུ་ཡང་དག་གིས་རྒྱུ་ཚད་མས་  
 རྟོགས་པའི་སྲིད་ཏེ། མེ་ཚད་མས་དམིགས་པའི་ཏྟགས་ཀྱིས་དུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་ཡོད་པར་  
 སྐྱབ་པའི་སྲི་རྒྱུ་ཡང་དག་གིས་རྒྱུ་ཚད་མས་རྟོགས་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། དེར་  
 ཐལ། དེ་རྒྱུ་ཚད་མས་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། དེ་འབྲའི་སྲི་

ཚོལ་ཡང་དག་ཚོས་ཅན། རློད་དུ་ལྡན་ལ་ལའི་མེ་ཚད་མས་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་  
 པར་ཐལ། རློད་དུ་ལྡན་ལ་ལའི་མེ་ཚད་མས་དམིགས་པར་ཚད་མས་རྟོགས་པའི་གང་  
 ཟག་ཡིན་པའི་སྲིར་ཏེ། ཚོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་སྲིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཡོད་པའི་སྲིར། མེ་  
 ཚད་མས་དམིགས་པ་དེ་དུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་  
 པའི་སྲིར།

ཡང་ཁ་ཅིག་གིས། དུ་བ་དུ་ལྡན་ལ་ལ་རྟག་དངོས་གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་པའི་མེ་ཡོད་  
 པར་སྐྱབ་པའི་འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་ཟེར་ན། དུ་བ་ཚོས་ཅན། དུ་ལྡན་ལ་ལ་རྟག་  
 དངོས་གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་པའི་མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་སྐྱབ་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྲིར། ལྲབ་སྟེ། གཏན་ཚིགས་དེ་ནི་  
 རྣམ་གསུམ་ཉིད། །ཅེས་པའི་ཐད་ཀྱི་རང་འགྲེལ་ལས། དེ་ལ་གཉིས་ནི། དངོས་པོ་སྐྱབ་  
 པ་ཡིན་ལ། གཅིག་ནི་དགག་པའི་གཏན་ཚིགས་སོ་ཞེས་གསུངས་པའི་སྲིར། འདོད་ན།  
 དུ་བ་ཚོས་ཅན། དུ་ལྡན་ལ་ལ་རྟག་དངོས་གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་པའི་མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་  
 སྐྱབ་རྟགས་ཡང་དག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དགག་རྟགས་ཡང་དག་པའི་ཡིན་  
 པའི་སྲིར་ཏེ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གང་ཞིག་རྟག་དངོས་གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་པའི་  
 མེ་དགག་པ་ཡིན་པའི་སྲིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་  
 པའི་སྲིར། རྟགས་དངོས། གཉིས་པ་མ་གྲུབ་ན། རྟག་དངོས་གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་པའི་མེ་  
 ཚོས་ཅན། དགག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་གི་དངོས་མིང་ལ་དགག་ཚིག་སྐྱར་བའི་ཚོས་  
 ཡིན་པའི་སྲིར།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་བཞག་བ་ལ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་སྐྱབ་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་  
 བ་གང་ཞིག ཁྱོད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་  
 ཡང་ཡིན། ཁྱོད་ཀྱི་རྐྱ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་བ་སྲིད་པར་དམིགས་བ་དེ། ཁྱོད་དེ་  
 སྐྱབ་ཀྱི་འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། ཚོད་པའི་ཚེ་ན། འབྲས་བུའི་  
 ཚུལ་གསུམ་ཡིན་པ། འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད། ཏུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་ཡོད་  
 པར་སྐྱབ་པའི་འབྲས་བུའི་ཚུལ་གསུམ་ཡིན་པ། ཏུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་  
 འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད།

### འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་གི་དབྱེ་བ་བཤད་པ།

འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་ལ་དབྱེ་ན། རྐྱ་དངོས་སྐྱབ་ཀྱི་འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་དང་།  
 རྐྱ་སྲོན་སོང་སྐྱབ་ཀྱི་འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་དང་། རྐྱ་སྲི་འམ་རང་སྲོག་སྐྱབ་ཀྱི་  
 འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་དང་། རྐྱ་བྱུང་པར་སྐྱབ་ཀྱི་འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་དང་། རྐྱ་  
 ཚོས་རྗེས་དཔོག་གི་འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་ལ། མཚན་གཞི་རིམ་བ་ལྟར། ཏུ་བ་  
 ཏུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་རྐྱ་དངོས་སྐྱབ་ཀྱི་འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་དང་།  
 ཏུ་བ་དེ་བར་སྐྱང་གི་ཏུ་བ་སྲོ་ལོང་བ་རང་རྐྱ་མེ་སྲ་མ་སྲོན་ཏུ་སོང་བར་སྐྱབ་པའི་རྐྱ་  
 སྲོན་སོང་སྐྱབ་ཀྱི་འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་དང་། དེས་འགའ་བའི་དངོས་པོ་དེ། ཉེར་  
 ལེན་གྱི་ཕྱང་པོ་རང་རྐྱ་དང་བཅས་པར་སྐྱབ་པའི་རྐྱ་སྲི་འམ་རང་སྲོག་སྐྱབ་ཀྱི་འབྲས་  
 རྟགས་ཡང་དག་དང་། རང་གི་དམིགས་སྲུན་མེད་ན་མི་སྐྱེས་པའི་དངོས་པོ་དེ། སྲོན་

སྣང་དབང་ཤེས་རང་གི་དམིགས་རྒྱུན་དང་བཅས་པར་སྐྱབ་པའི་རྒྱ་བྱེད་པར་སྐྱབ་ཀྱི་  
 འབྲས་ཉགས་ཡང་དག་དང་། བྱ་རོ་ད་ལྟ་བ་དེ་ཁ་ནང་བྱ་རམ་གོང་བུའི་སྟེང་དུ་བྱ་རོ་  
 ལྷ་མས་བྱར་གཟུགས་ཕྱི་མ་སྐྱེད་པའི་རུས་པ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་རྒྱ་ཚོས་རྗེས་དཔོག་  
 གི་འབྲས་ཉགས་ཡང་དག་ཡིན།

ཁ་ཅིག་གིས། བྱ་རོ་ད་ལྟ་བ་དེ་ཁ་ནང་བྱ་རམ་གོང་བུའི་སྟེང་དུ་བྱར་གཟུགས་  
 ད་ལྟར་བ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་རྒྱ་ཚོས་རྗེས་དཔོག་གི་འབྲས་ཉགས་ཡང་དག་ཡིན་ཟེར་  
 བ། བྱ་རོ་ད་ལྟ་བ་ཚོས་ཅན། དེ་སྐྱབ་ཀྱིས་འབྲས་ཉགས་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། དམ་  
 བཅའ་འཐད་པའི་སྲིད། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱར་གཟུགས་ད་  
 ལྟར་བའི་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། དེ་དང་དུས་མཉམ་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན།  
 བྱ་རམ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་རོ་ད་ལྟར་བ་དེ་ཁྱོད་ཀྱི་གཟུགས་ད་ལྟར་བ་དང་དུས་མཉམ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་རྒྱལ་རྗེས་བརྒྱད་འདུས་ཀྱི་གོང་བུ་ཡིན་པའི་སྲིད།

ཡང་འབྲས་ཉགས་ཡང་དག་ལ་དབྱེ་ན། མཐུན་ཕྱོགས་ལ་བྱེད་དུ་འཇུག་  
 པའི་འབྲས་ཉགས་ཡང་དག་དང་། མཐུན་ཕྱོགས་ལ་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་འཇུག་པའི་  
 འབྲས་ཉགས་ཡང་དག་གཉིས། མཚན་གཞི་རིམ་བ་ལྟར། དུ་བ་དེ་དུ་ལྡན་ལ་ལ་དུ་  
 པའི་དངོས་རྒྱ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་བྱེད་དུ་འཇུག་པའི་འབྲས་  
 ཉགས་ཡང་དག་དང་། དུ་བ་དེ་དུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་  
 རྣམ་གཉིས་སུ་འཇུག་པའི་འབྲས་ཉགས་ཡང་དག་ཡིན། དང་པོ་གང་ཞིག་གཉིས་པ་  
 ཡིན་པའི་སྲིད། དང་པོ་གྲུབ་སྟེ། དུ་བ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་འབྲས་ཉགས་ཡང་དག་གང་ཞིག་ དུ་

བའི་དངོས་རྒྱ་ཡོད་ན། དུ་བ་ཡོད་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་གྲུབ་སྟེ། དུ་བ་དེ་སྐྱབ་  
ཀྱི་འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་གང་ཞིག མེ་ཡོད་ན་དུ་བ་ཡོད་པས་མ་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་གིས། དུ་བ་ཡོད་ན་མེ་ཡོད་པས་མ་ཁྲབ་ཟེར་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན།  
དུ་བ་དུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། དུ་  
བ་ཡོད་ན་དུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་ན། དུ་བ་ཡོད་ན་མེ་ཡོད་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འཁོར་གསུམ།  
ཁ་ཅིག་གིས། མེ་ཡོད་ན་དུ་བ་ཡོད་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། དུ་བ་དུ་ལྡན་  
ལ་ལ་མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་ཚོལ་ས་ལ་རྣམ་གཉིས་སུ་འཇུག་པའི་འབྲས་རྟགས་  
ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། ཤེས་བྱ་དང་གཅིག་གང་ཞིག དེ་ཕྱིར་འབྲས་རྣམ་གཉིས་སུ་  
འཇུག །ཞེས་པའི་ལུང་དོན་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། མེ་ཡོད་ན།  
དུ་བ་ཡོད་པས་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འཁོར་གསུམ།

**མཚན་གཞིའི་སྟེང་དུ་མཚན་ཉིད་ངེས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་བཤད་པ།**

མཚན་གཞིའི་སྟེང་དུ་མཚན་ཉིད་ངེས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་བཤད་པ་ལ། དུ་བ་ཚོས་ཅན།  
དུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་  
ཀྱི་སྐྱབ་རྟགས་ཡང་དག་གང་ཞིག དུ་བ་མའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་གྲུབ་  
སྟེ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གང་ཞིག མེ་སྐྱབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་ཚོས་  
དོན་རྣམས་ངོས་བཟུང་བ་ལ། དམ་བཅའ་བཞག་པ་དང་། སྐྱབ་བྱེད་འགོད་པ་གཉིས།

དང་མོ་ནི། དུ་བ་དུ་བའི་རྟོགས་ཀྱིས་དུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་ལོང་བར་སྐྱབ་པའི་གཏན་ཚིགས་  
 ཡིན། དུ་བ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ། དུ་བ་ལོང་པ། དུ་ལྡན་ལ་ལའི་དུ་བ་རྣམས། དུ་  
 བའི་རྟོགས་ཀྱིས་དུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་ལོང་བར་སྐྱབ་པའི་གཏན་ཚིགས་མ་ཡིན། མེ་ལོང་  
 པ་དེ། དུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་ལོང་བར་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་  
 དང་། དུ་བའི་རྟོགས་ཀྱིས་དུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་ལོང་བར་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་  
 ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་གཉིས་ཀ་ཡིན། མེ་ཚད་མས་དམིགས་པ། མེ་ཚ་ཞིང་བསྐྱེག་པ་  
 རྣམས་དུ་བའི་རྟོགས་ཀྱིས་དུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་ལོང་བར་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་  
 ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡིན་ཀྱང་། དུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་ལོང་བར་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་  
 ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་མ་ཡིན།

གཉིས་པ་སྐྱབ་བྱེད་འགོད་པ་ནི། དུ་བ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཁྱོད་ཀྱི་རྟོགས་ཀྱིས་དུ་  
 ལྡན་ལ་ལ་མེ་ལོང་བར་སྐྱབ་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་བདག་མེད་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། དུ་བ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ། དུ་བ་ལོང་པ། དུ་ལྡན་ལ་ལའི་དུ་བ་རྣམས་དུ་  
 བའི་རྟོགས་ཀྱིས་དུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་ལོང་བར་སྐྱབ་པའི་གཏན་ཚིགས་མ་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་  
 ཡིན་ན། དེ་རྣམས་རེ་རེ་ནས་ཚོས་ཅན། དུ་བ་དང་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 ཕྱིར། གཞན་ཡང་དུ་བ་ལོང་པ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་དུ་བའི་རྟོགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་གཏན་  
 ཚིགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དུ་བའི་རྟོགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་གཏན་ཚིགས་ཡང་དག་ཀྱང་མ་  
 ཡིན། དུ་བའི་རྟོགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྒྲུང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་  
 མོ་གྲུབ་སྟེ། དུ་བའི་རྟོགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་འབྲས་རང་མ་དམིགས་པའི་རྟོགས་ཡང་དག་

གསུམ་པོ་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། འུ་བའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་འབྲས་རྟགས་  
 ཡང་དག་ཡུང་མ་ཡིན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རང་བཞིན་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡུང་མ་ཡིན། དེ་སྐྱབ་  
 ཀྱི་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཡུང་མ་ཡིན་པའི་སྲིད། དང་པོ་གྲུབ་སྟེ། རྫོང་མའི་  
 འབྲས་བུ་མ་ཡིན་པའི་སྲིད།

གཉིས་པ་མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། འུ་བའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རང་བཞིན་  
 ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་བཞོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་  
 མེད་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། འུ་བ་ཚོས་ཅན། རྫོང་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རང་བཞིན་  
 ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་མེད་པར་ཐལ། རྫོང་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་  
 སྲིད། གསུམ་པ་གྲུབ་སྟེ། འུ་བའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་  
 དག་མེད་པའི་སྲིད། ཅ་རྟགས་གཉིས་པ་མ་གྲུབ་ན། འུ་བ་ཡོད་པ་ཚོས་ཅན། འུ་བའི་  
 རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྒྲུང་ཡོད་པར་ཐལ། རྫོང་ཡོད་རྫོང་དེ་ཡིན་  
 པའི་སྲིད། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། རྫོང་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ལྟར་སྒྲུང་མེད་  
 པར་ཐལ། རྫོང་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྲིད། འུ་ལྟན་ལ་ལའི་འུ་བ་དེ་འུ་  
 བའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་གཏན་ཚིགས་མ་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་ཡིན་ན། དེ་ཚོས་ཅན། འུ་  
 བའི་ལྟོག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྲིད། གཞན་ཡང་། འུ་ལྟན་ལ་ལའི་མེ་དེ་འུ་བའི་  
 རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། འུ་ལྟན་  
 ལ་ལའི་འུ་བ་དེ། དེ་བཞོད་ཀྱི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་པའི་སྲིད། འདོད་ན། ལོང་འུ་བཀག་  
 ཟེན་པའི་སྲིད། མེ་ཡོད་པ་དེ། འུ་བའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་

བཟུང་བྱ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡིན་པ་གོང་དུ་བསྐྱབས་ཟེན་པའི་སྲིད། མེ་ལོང་པ་དེ། དུ་ལྟན་ལ་  
 ལ་མེ་ལོང་པར་སྐྱབ་བའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡིན་ཏེ། དེ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་  
 དངོས་ཀྱི་སྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན། མེ་ཚད་མས་དམིགས་པའི་མཚོན་བྱ་  
 ཡང་ཡིན་པའི་སྲིད། མེ་ཚད་མས་དམིགས་པ་དེ། དུ་ལྟན་ལ་ལ་མེ་ལོང་པར་སྐྱབ་བའི་  
 དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་  
 པའི་སྲིད་ཏེ། དེ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཐ་སྙད་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྲིད།

མེ་ཚད་མས་དམིགས་པ་དེ། དུ་བའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་  
 བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡིན་ཏེ། དུ་བའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་  
 ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན། མཚན་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་པའི་སྲིད།  
 མ་གྲུབ་ན། དུ་བ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་  
 སུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན། མཚན་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ཁྱོད་  
 དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་  
 ཅན། དེ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དོན་སྐྱབ་  
 ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡོད་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། གཞི་དེ་མཚོན་བྱ་ཡིན་ན། ཚོས་དེ་  
 གཞི་དེར་སྐྱབ་པའི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་མེད་དགོས་པར་ཐལ། མ་གྲུབ་པ་དེའི་  
 སྲིད། འདོད་ན། ཚ་ཞིང་སྲེག་པ་མཚན་ཉིད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཚ་ཞིང་སྲེག་པར་ཡོད་  
 པ་མཚོན་བྱ་མ་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། དུ་བ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་དུ་ལྟན་ལ་ལ་ཚ་ཞིང་  
 སྲེག་པ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་



སྐྱབ་རྟགས་ཡང་དག་གང་ཞིག་ཚོད་ཚེད་སྟེག་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་སྟེར། འདོད་  
 བ་སོང་། ཏུ་བ་ཚོས་ཅན། ཚོད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་  
 སུ་བཟུང་བུ་ཡང་ཡིན། ཚོད་ཀྱི་རྐྱུ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མ་མུན་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ཚོད་  
 དེ་སྐྱབ་ཀྱིས་འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྟེར། འདོད་ན། ཚེད་སྟེག་པ་དེ་དེ་  
 འབྲ་བའི་གཞི་མ་མུན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྟེར། འདོད་ན། ཏུ་བ་ཚོས་ཅན། ཚེ  
 ཞིང་སྟེག་པ་དེ་ཚོད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བུ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྟེར། འདོད་ན། ཏུ་བ་ཚོས་ཅན། ཚོད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་  
 སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བུ་ཡང་ཡིན། མཚན་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་པའི་  
 གཞི་མ་མུན་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པ་གང་ཞིག་ ཚེད་སྟེག་པ་མཚན་ཉིད་ཡིན་  
 པའི་སྟེར། འདོད་ན། ཏུ་བ་ཚོས་ཅན། ཚོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་  
 ཡིན་པར་ཐལ། ཚོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གང་ཞིག་ འདོད་པའི་སྟེར། འདོད་  
 མེ་རུས་ཏེ། ཏུ་ལྟན་ལ་ལ་ཚེད་སྟེག་པ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་  
 དག་མེད་པའི་སྟེར། ཚེད་སྟེག་པ་ཡོད་པ་མཚན་བུ་ཡིན་པའི་སྟེར། འཁོར་གསུམ།  
 མེ་དེ་ཏུ་བའི་རྟགས་ཀྱི་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བུ་ཡིན་ཏེ། ཏུ་  
 བའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བུ་ཡང་ཡིན། ཏུ་བའི་  
 རྐྱུ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མ་མུན་པ་ཡོད་པའི་སྟེར། མ་གྲུབ་ན། ཏུ་བ་ཚོས་ཅན། ཚོད་ཀྱི་  
 རྟགས་ཀྱིས་ཏུ་ལྟན་ལ་ལ་མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་  
 བུ་ཡང་ཡིན། ཚོད་ཀྱི་རྐྱུ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མ་མུན་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ཚོད་དེ་སྐྱབ་

ཀྱི་འབྲས་ཉམས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྱིད། མེ་དེ་དུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་  
 དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བརྒྱུང་བུ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡིན་པ་ནི་གོང་དུ་བསྐྱབས་ཟེན་  
 པའི་སྱིད། ཚ་ཞིང་སྲེག་པ་དེ། སུ་བའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་  
 ཚོས་སུ་བརྒྱུང་བུ་ཡིན་ཏེ། སུ་བའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་  
 སུ་བརྒྱུང་བུ་ཡང་ཡིན། མཚན་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་པའི་སྱིད། མ་  
 གྲུབ་ན། སུ་བ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་འདྲའི་གཞི་མཐུན་ཡོད་པར་ཐལ།  
 ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྱིད། ཚ་ཞིང་སྲེག་པ་དེ། སུ་  
 ལྡན་ལ་ལ་མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བརྒྱུང་བུ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྱིད།

**རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ།**

གཉིས་པ་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་བཤད་པ་ལ། མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ། མཚན་  
 གཞིའི་སྟེང་དུ་མཚན་ཉིད་ངེས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་བཤད་པ། རྟགས་ཚོས་དོན་གསུམ་  
 ངོས་བརྒྱུང་བ་དང་བཞི། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་  
 གང་ཞིག དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བརྒྱུང་བུ་ཡང་ཡིན། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱ་  
 ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་མི་སྲིད་པ་དེ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་  
 དག་གི་མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། སུ་བ་ཚོས་ཅན། མཚན་བྱ་དེར་ཐལ། མཚན་ཉིད་དེའི་སྱིད།  
 དང་པོ་སྐྱ། གཉིས་པ་དེར་ཐལ། མེ་དེ་དེ་འདྲའི་གཞི་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པའི་སྱིད། མེ་དེ་

དུ་ལྷན་ལ་ལ་མེ་ལོང་བར་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་མ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། ཅ་བར་འདོད་མི་ལུས་ཏེ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་འབྲས་ཉམས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

བྱས་པ་ལ། ཁོ་ན་རེ། གང་དུ་བ་ཡོད་ན་མེ་ལོང་པས་ཁྲབ། དཔེར་ན། རུང་ཁང་  
ཚང་མང་བཞིན། དུ་ལྷན་ལ་ལ་ཡང་དུ་བ་ཡོད་དོ། །ཞེས་པའི་སྐྱབ་དག་ཚོས་ཅན། རྫོང་  
དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་ཉམས་ཡང་དག་གི་སྐྱབ་དག་ཡང་དག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྫོང་  
དེ་སྐྱབ་ཀྱི་འབྲས་ཉམས་ཡང་དག་གི་སྐྱབ་དག་ཡང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་ཁས་  
ཟེར་ན། མི་མཚུངས་སོ། །མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་འབྲས་ཉམས་ཡང་དག་  
གི་སྐྱབ་དག་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དུ་བ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་འབྲས་ཉམས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཅ་བར་  
འདོད་ན། དེ་འབྲེ་སྐྱབ་དག་ཚོས་ཅན། རྫོང་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་ཉམས་ཡང་དག་  
གི་སྐྱབ་དག་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། རྫོང་དུ་བ་ཡོད་པའི་ཉམས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རང་  
བཞིན་གྱི་ཉམས་ཡང་དག་གི་སྐྱབ་དག་ཡང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། ཤེས་བྱ་  
ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། ཤེས་བྱ་དང་གཅིག་གང་ཞེས། དུ་བ་ཡོད་པའི་ཉམས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་  
ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་ཉམས་ཡང་དག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དུ་བ་ཡོད་པ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་གིས། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཉམས་ཡང་དག་གང་ཞེས། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་  
བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན། རྫོང་དང་རྗེས་ཐ་དང་ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་  
མི་སྲིད་པ་དེ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་ཉམས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། དུ་བ་  
ཚོས་ཅན། དུ་ལྷན་ལ་ལ་མེ་ལོང་བར་སྐྱབ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་ཉམས་ཡང་དག་ཡིན་  
པར་ཐལ། མཚན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་མ་གྲུབ་ན། མེ་དེ་དེ་འབྲས་པའི་གཞི་མཐུན་

བ་ཡིན་བར་ཐལ། མ་གྲུབ་བ་དེའི་སྲིད། འདོད་ན། ལྷར་ལྷར་རོ། །

རང་ལུགས་ནི། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་སྐྱབ་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་བ་གང་ཞིག། ཁྱོད་  
ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་སྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན། ཁྱོད་ཀྱི་རྐྱ་  
ཡང་ཡིན་བའི་གཞི་མཐུན་བ་མི་སྲིད་བ་དེ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རང་བཞིན་ཀྱི་རྟགས་ཡང་  
དག་ཡིན་བའི་མཚན་ཉིད། ཡང་ན་རང་བཞིན་ཀྱི་ཚུལ་གསུམ་ཡིན་པ། ཞེས་སོགས་  
འབྲས་རྟགས་ཀྱིས་མཚོན་བར་གྱིས།

### རང་བཞིན་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་དབྱེ་བ་བཤད་པ།

སྐྱ་མི་རྟག་བར་སྐྱབ་བའི་རང་བཞིན་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ལ་དབྱེ་ན། སྐྱ་མི་རྟག་བར་  
སྐྱབ་བའི་བྱད་བར་ལྟོས་བ་བའི་རང་བཞིན་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་དང་། སྐྱ་མི་རྟག་བར་  
སྐྱབ་བའི་བྱད་བར་དག་བ་བའི་རང་བཞིན་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གཉིས། དེ་གཉིས་ཀྱི་  
བྱད་བར་ལ།

ཁ་ཅིག་གིས། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རང་བཞིན་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གང་ཞིག་རང་གི་  
དོན་སྤྱི་འཆར་བ་རང་གི་བྱད་བར་བྱེད་ཚོས་ཀྱི་དོན་སྤྱི་འཆར་བ་ལ་ལྟོས་པ། དང་  
པོའི་མཚན་ཉིད། དེ་གང་ཞིག་ དེ་ལས་ལོག་པ། གཉིས་བའི་མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། ཁ་  
ཅིག་གིས། དངོས་པོ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་མི་རྟག་བར་སྐྱབ་བའི་བྱད་བར་ལྟོས་བ་བའི་རང་  
བཞིན་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་བར་ཐལ། མཚན་ཉིད་དེའི་སྲིད། དང་པོ་སྤྱ། གཉིས་  
བ་མ་གྲུབ་ན། དངོས་པོ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། རང་གི་དོན་སྤྱི་འཆར་བ་རང་གི་བྱད་

བར་བྱེད་ཚོས་དོན་བྱེད་རྣམས་པའི་དོན་སྤྱི་འཆར་བ་ལ་ལྟོས་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། ཤེས་བྱ་  
 ཚོས་ཅན། དངོས་པོའི་དོན་སྤྱི་འཆར་བ་དངོས་པོའི་བྱེད་པར་བྱེད་ཚོས་དོན་བྱེད་རྣམས་  
 པའི་དོན་སྤྱི་འཆར་བ་ལ་མི་ལྟོས་པར་ཐལ། དངོས་པོའི་སྐྱ་སྤྱི་རྒྱུང་བ་འཛིན་པའི་རྟོག་  
 པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རང་གིས་སྐྱོན་འཕེན་ན། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་བྱེད་པར་ལྟོས་  
 པ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་གཞི་ངོས་བཟུང་བྱས་པ་ལ། བྱས་པ་  
 དེ་དེ་ཡིན་ཟེར་ན། བྱས་པ་ཚོས་ཅན། རང་གི་དོན་སྤྱི་འཆར་བ་རང་གི་བྱེད་པར་བྱེད་  
 ཚོས་གྱི་དོན་སྤྱི་འཆར་བ་ལ་ལྟོས་པར་ཐལ། མཚོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བྱས་པ་  
 ཚོས་ཅན། རང་གི་དོན་སྤྱི་འཆར་བ་རང་ཉིད་བྱེད་པ་པོའི་དོན་སྤྱི་འཆར་བ་ལ་ལྟོས་  
 པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་དེ་ལ་མི་ལྟོས་པར་ཐལ། བྱས་པ་བྱེད་པ་པོའི་  
 དོན་སྤྱི་མ་ཤར་བར་བྱས་པའི་དོན་སྤྱི་ཤར་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཉེ། བྱས་པ་འཛིན་པའི་  
 རྟོག་པ་ལ་བྱས་པའི་དོན་སྤྱི་ཤར་བ་གང་ཞིག དེ་ལ་བྱས་པ་བྱེད་པ་པོའི་དོན་སྤྱི་མ་  
 ཤར་བའི་ཕྱིར། དང་པོ་མ་གྲུབ་ན། བྱས་པ་ཚོས་ཅན། བྱེད་པའཛིན་པའི་རྟོག་པ་ལ་བྱེད་  
 གྱི་དོན་སྤྱི་ཤར་བར་ཐལ། བྱེད་བདག་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་མ་གྲུབ་ན། བྱས་  
 པ་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་ལ་བྱས་པ་བྱེད་པ་པོ་དངོས་སུ་སྦྱང་བར་ཐལ། དེ་ལ་བྱས་པ་བྱེད་  
 པ་པོའི་དོན་སྤྱི་ཤར་བའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བྱས་པ་ཞེས་རྗོད་པའི་སྐྱས་བྱས་པ་བྱེད་པ་  
 པོ་དངོས་སུ་བརྗོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྣམས་ཉེ། དེས་དེ་ཤུགས་  
 ལ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་གིས་དེ་སྐྱབ་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་གང་ཞིག  
 རང་གི་དངོས་མིང་ལས་རང་གི་ངོ་བོ་ངེས་པ། རང་གི་དངོས་མིང་ལས་རང་གི་བྱེད་

བར་བྱེད་ཚོས་ངེས་པ་ལ་ལྟོས་པ། དང་པོའི་མཚན་ཉིད། དེ་གང་ཞིག དེ་ལ་མི་ལྟོས་  
 པ། གཉིས་པའི་མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། གཉིས་པའི་མཚན་གཞི་ངོས་བརྒྱུང་བྱས་པ་ལ།  
 དངོས་པོ་དེ་དེ་ཡིན་ཟེར་ན། དངོས་པོ་ཚོས་ཅན། ལྷ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་བྱེད་པར་  
 ལྟོས་པ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟམ་པ་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། མཚན་ཉིད་དེའི་སྱིར། དང་  
 པོ་སྐྱ། གཉིས་པ་མ་གྲུབ་ན། དངོས་པོ་ཚོས་ཅན། རང་གི་དངོས་མིང་ལས་རང་གི་ངོ་  
 པོ་ངེས་པ། རང་གི་དངོས་མིང་ལས་རང་གི་བྱེད་པར་བྱེད་ཚོས་ངེས་པ་ལ་ལྟོས་པར་  
 ཐལ། རང་གི་དངོས་མིང་ལས་རང་གི་ངོ་པོ་ངེས་པ། རང་གི་དངོས་མིང་ལས་རང་གི་  
 བྱེད་པར་བྱེད་ཚོས་རང་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པར་ངེས་པ་ལ་ལྟོས་པའི་སྱིར་ཉེ། བྱེད་  
 གྱི་ཡིན་པ་ཡོད་པའི་སྱིར།

ཁ་ཅིག་གིས། དེ་སྐྱབ་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་རྟམ་པ་ཡང་དག་གང་ཞིག རང་ཞེས་  
 རྗོད་པའི་སྐྱས་རང་གི་བྱེད་པར་བྱེད་ཚོས་འཕེན་པ། དང་པོའི་མཚན་ཉིད། དེ་གང་ཞིག  
 དེ་མི་འཕེན་པ། གཉིས་པའི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་རིམ་པ་རྟམ། བྱས་པ་དང་པོ་  
 དང་། དངོས་པོ་གཉིས་པ་ཡིན་ཟེར་ན། དངོས་པོ་ཚོས་ཅན། ལྷ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་  
 བྱེད་པར་ལྟོས་པ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟམ་པ་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། མཚན་ཉིད་དང་  
 པོ་དེའི་སྱིར། དང་པོ་མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། ལྷ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་བྱེད་པར་དག་པ་  
 པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟམ་པ་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྱིར། འཁོར་གསུམ། གཉིས་པ་མ་གྲུབ་  
 ན། དངོས་པོ་ཚོས་ཅན། རང་ཞེས་རྗོད་པའི་སྐྱས་རང་གི་བྱེད་པར་བྱེད་ཚོས་རང་མ་  
 ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་འཕེན་པའི་སྱིར་ཉེ། བྱེད་གྱི་ཡིན་པ་ཡོད་པའི་སྱིར། ཅ་བར་འདོད་

ན། དངོས་པོ་ཚོས་ཅན། རང་ཞེས་རྗོད་པའི་སྐྱས་རང་གི་བྱང་པར་བྱེད་ཚོས་འཕེན་  
བར་ཐལ། འདོད་པའི་སྲིད། འབྲེལ་པ་ཁས། འདོད་ན། མི་འཕེན་བར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་  
བྱང་པར་དག་པ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྲིད། འཁོར་གསུམ།

ཁ་ཅིག དེ་གང་ཞིག རང་ཞེས་རྗོད་པའི་སྐྱས་རང་ཉིད་བྱེད་པ་པོ་འཕེན་པ།  
དང་པོའི་མཚན་ཉིད། དེ་གང་ཞིག དེ་མི་འཕེན་པ། གཉིས་པའི་མཚན་ཉིད། མཚན་  
གཞི་སྒྲ་སྟར་ཟེར་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་  
རྟགས་ཡང་དག་གང་ཞིག རང་ཞེས་རྗོད་པའི་སྐྱས་བྱས་པ་བྱེད་པ་པོ་འཕེན་ན། སྐྱ་མི་  
རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་བྱང་པར་ལྟོས་པ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་དགོས་  
བར་ཐལ། མཚན་ཉིད་དང་པོ་འཕེན་པའི་སྲིད། འདོད་ན། བྱས་པའི་བྱེ་བྲག་ཚོས་ཅན།  
དེར་ཐལ། དེའི་སྲིད། དང་པོ་སྐྱ། གཉིས་པ་མ་གྲུབ་ན། བྱས་པའི་བྱེ་བྲག་ཞེས་རྗོད་  
པའི་སྐྱས་བྱས་པ་བྱེད་པ་པོ་འཕེན་བར་ཐལ། བྱས་པ་ཞེས་རྗོད་པའི་སྐྱས་བྱས་པ་བྱེད་  
པ་པོ་འཕེན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། བྱས་པ་ཚོས་ཅན། རང་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྐྱས་རང་  
ཉིད་བྱེད་པ་པོ་འཕེན་བར་ཐལ། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་བྱང་པར་ལྟོས་པ་པའི་རང་  
བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྲིད། འཁོར་གསུམ། ཅ་བར་འདོད་ན། བྱས་པའི་  
བྱེ་བྲག་ཚོས་ཅན། རང་ཞེས་རྗོད་པའི་སྐྱས་རང་ཉིད་བྱེད་པ་པོ་འཕེན་བར་ཐལ། འདོད་  
པའི་སྲིད། འབྲེལ་པ་ཁས། འདོད་ན། བྱས་པའི་བྱེ་བྲག་ཚོས་ཅན། རང་ཉིད་བྱེད་པ་པོ་  
ཡོད་བར་ཐལ། འདོད་པ་གང་ཞིག རང་ཞེས་རྗོད་པའི་སྐྱ་དེ་སྐྱ་དོན་མཐུན་ཡིན་པའི་  
སྲིད་ཏེ། ཁྱོད་ཡོད་པའི་སྲིད། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཁྱོད་རྟག་པ་ཡིན་པའི་སྲིད།

རང་ལྷུགས་མི། རང་ཞེས་རྫོང་པའི་སྐྱམ་རང་གི་བྱང་ཚེས་སུ་འཕངས་བ་ཡང་  
 ཡིན། རང་གི་བྱང་ཚེས་ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་བ་སྤིང་བ་ཡང་ཡིན། སྐྱ་མི་རྟལ་  
 པར་སྐྱབ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་བ་དེ། རང་  
 ཉིད་སྐྱ་མི་རྟལ་པར་སྐྱབ་པའི་བྱང་པར་ལྟོས་བ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་  
 ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། རང་ཞེས་རྫོང་པའི་སྐྱམ་རང་གི་བྱང་ཚེས་སུ་འཕངས་བ་ཡང་  
 ཡིན། རང་གི་བྱང་ཚེས་ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་བ་མི་སྤིང་བ་ཡང་ཡིན། སྐྱ་མི་རྟལ་  
 པར་སྐྱབ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་བ་དེ། རང་  
 ཉིད་སྐྱ་མི་རྟལ་པར་སྐྱབ་པའི་བྱང་པར་དག་བ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་  
 ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། དང་པོ་ལ་དབྱེ་ན། རང་ཞེས་བརྫོང་པའི་སྐྱམ་རང་གི་བྱང་ཚེས་  
 རང་དང་རྗེས་གཞན་འཕེན་པའི་སྐྱ་མི་རྟལ་པར་སྐྱབ་པའི་བྱང་པར་ལྟོས་བ་པའི་རང་  
 བཞིན་གྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་དང་། རང་ཞེས་རྫོང་པའི་སྐྱམ་རང་གི་བྱང་ཚེས་རང་དང་  
 རྗེས་གཞན་མི་འཕེན་པའི་སྐྱ་མི་རྟལ་པར་སྐྱབ་པའི་བྱང་པར་ལྟོས་བ་པའི་རང་བཞིན་  
 གྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་གཉིས། དང་པོ་ལ། རང་ཞེས་རྫོང་པའི་སྐྱམ་རང་ཉིད་བྱང་ཚེས་  
 རང་དང་རྗེས་གཞན་དངོས་སུ་འཕེན་བ་དང་། དེ་ལྷུགས་ལ་འཕེན་བ་གཉིས། མཚན་  
 གཞི་ནི། ཚོལ་བྱུང་དེ། དུང་སྐྱ་མི་རྟལ་པར་སྐྱབ་པའི་དང་པོ་ཡིན། བྱམ་བ་དེ་རང་ཞེས་  
 བརྫོང་པའི་སྐྱམ་རང་གི་བྱང་ཚེས་རང་དང་རྗེས་གཞན་ལྷུགས་ལ་འཕེན་པའི་སྐྱ་མི་  
 རྟལ་པར་སྐྱབ་པའི་བྱང་པར་ལྟོས་བ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་དང་། དངོས་  
 པོ་དེ། སྐྱ་མི་རྟལ་པར་སྐྱབ་པའི་བྱང་པར་དག་བ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་



ཡིན། ཡང་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ལ་དབྱེ་ན། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་  
 པའི་མ་ཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཁྲབ་བྱེད་དུ་འཇུག་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་དང་།  
 སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་མ་ཐུན་ཕྱོགས་ལ་རྣམ་གཉིས་སུ་འཇུག་པའི་རང་བཞིན་གྱི་  
 རྟགས་ཡང་དག་གཉིས། མཚན་གཞི་རིམ་བ་ལྟར། བྱས་བ་དང་པོ་དང་། བྱས་པའི་བྱེ་  
 བྲག་གཉིས་བ་ཡིན། དེ་སྐྱབ་བ་ནི། བྱས་བ་དེ་དང་པོ་ཡིན་ཏེ། བྱས་བ་དེ་སྐྱ་མི་རྟག་  
 པར་སྐྱབ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་གང་ཞིག མི་རྟག་བ་ཡིན་ན། བྱས་བ་  
 ཡིན་བས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། བྱས་པའི་བྱེ་བྲག་དེ། གཉིས་བ་ཡིན་ཏེ། བྱས་པའི་བྱེ་བྲག་  
 སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་གང་ཞིག མི་རྟག་བ་ཡིན་ན།  
 བྱས་པའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་བས་མ་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར།

དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། བྱས་པའི་བྱེ་བྲག་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་བ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐྱ་མི་  
 རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་ཏེ། བཏགས་ཡོད་  
 ཚོས་གསུམ་ཚང་བ་ཚོས་ཅན། མཚན་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱས་བ་མཚན་བྱར་སྐྱབ་  
 པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་བ་ཁས།

**མཚན་གཞིའི་སྟེང་དུ་མཚན་ཉིད་ངེས་བྱེད་གྱི་ཚད་མ་བཤད་པ།**

མཚན་གཞིའི་སྟེང་དུ་མཚན་ཉིད་ངེས་བྱེད་གྱི་ཚད་མ་བཤད་པ་ལ། བྱས་བ་ཚོས་  
 ཅན། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། མཚན་  
 ཉིད་དེའི་ཕྱིར། རྟགས་ཚོས་དོན་གསུམ་ངོས་བརྒྱང་བ་ལ། བྱས་བ་བྱས་པའི་རྟགས་

གྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་གཏུག་ཚིགས་ཡིན། བྱས་པ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ།  
 སྐྱེས་པ། སྐྱ་བྱས་པ་རྣམས་རེ་རེ་ནས། བྱས་པའི་རྟགས་གྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་  
 པའི་གཏུག་ཚིགས་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། གལ་ཏེ་ཡིན་ན། དེ་རྣམས་རེ་རེ་ནས་ཚོས་  
 ཅན། བྱས་པའི་སྐྱོག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་སྤྱིར། འབྲེལ་སྟེ། བྱས་  
 པའི་རྟགས་གྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་གཏུག་ཚིགས་ཡིན་ན། བྱས་པའི་སྐྱོག་པ་  
 ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དེ་ཡིན་ན། བྱས་པའི་རྟགས་གྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་  
 པའི་རྟགས་ཚོས་ཐ་དད་མེད་ནས་མ་གྲུབ་པའི་གཏུག་ཚིགས་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར།  
 དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། བྱས་པ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་དེ། བྱས་པའི་རྟགས་གྱིས་སྐྱ་  
 མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་གཏུག་ཚིགས་ཡིན་པར་ཐལ། མི་རྟག་པ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་  
 པ་དེ། བྱས་པའི་རྟགས་གྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
 ཟེར་ན། མ་འབྲེལ་སྟེ། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་དེ། བྱས་པའི་  
 རྟགས་གྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་ཡིན་པར་ཐལ། མི་རྟག་  
 པ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་དེ། བྱས་པའི་རྟགས་གྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་  
 བྱའི་ཚོས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འབྲེལ་པ་ཁས། འདོད་ན། རྟགས་སྤྲ་སྤྲ་བྱེད་དོ། །མི་རྟག་  
 པ་དེ། བྱས་པའི་རྟགས་གྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སྐྱ་  
 བཟུང་བྱ་དང་། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སྐྱ་བཟུང་བྱ་གཉིས་ཀ་ཡིན།  
 སྐྱད་ཅིག་མ་བྱས་པའི་རྟགས་གྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་  
 ཚོས་སྐྱ་བཟུང་བྱ་ཡིན་ཏེ། བྱས་པའི་རྟགས་གྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་

སྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སྲུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན། མཚན་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་  
 པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། བྱས་པ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་  
 པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སྲུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན། མཚན་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞི་  
 མཐུན་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ཁྱོད་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཉེ། ཁྱོད་སྐྱ་སྐྱད་ཅིག་མར་སྐྱབ་པའི་རྟགས་ཡང་དག་གང་ཞིག་སྐྱད་  
 ཅིག་མ་མི་རྟག་པའི་དོན་སྤོག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། སྐྱད་ཅིག་མ་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་  
 དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སྲུ་བཟུང་བྱ་མ་ཡིན་ཉེ། སྐྱད་ཅིག་མ་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་  
 པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

**མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ།**

གསུམ་པ་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་བཤད་པ་ལ། མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ། མཚན་  
 གཞིའི་སྟེང་དུ་མཚན་ཉིད་ངེས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་བཤད་པ། རྟགས་ཚོས་དོན་གསུམ་  
 དགག་ཚོས་དང་བཅས་པ་ངོས་བཟུང་བ་དང་བཞི། དང་པོ་ནི། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་  
 ཡང་དག་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ ཁྱོད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་  
 སྲུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན། དགག་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་སྲིད་པ་དེ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་  
 ཀྱི་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད།

ཁ་ཅིག་གིས། རྟགས་དངོས་གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་པའི་མེ་དགག་པ་ཡིན་ཀྱང་། དུ་  
 བ་དུ་ལྡན་ལ་ལ་རྟགས་དངོས་གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་པའི་མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་འབྲས་

རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་ཟེར་ན། མི་འཐད་དེ། དེ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དགག་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་  
 པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། ཏུ་བ་ཚོས་ཅན། རྫོང་ཏུ་ལྡན་ལ་ལ་རྟགས་དངོས་གཉིས་ཀྱིས་  
 རྫོང་པའི་མེ་ལོང་པར་སྐྱབ་པའི་དགག་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། རྫོང་དེ་སྐྱབ་  
 ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གང་ཞིག རྫོང་གི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་  
 ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན། དགག་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་སྲིད་པའི་སྲིད། མ་  
 རྩལ་ན། རྫོང་རང་གི་ལུགས་ལ་དགག་རྟགས་ཡང་དག་དང་། སྐྱབ་རྟགས་ཡང་དག་  
 གི་མཚན་ཉིད་ཞོག་བྱས་པ་ལ། ཞོ་ན་རེ། རྫོང་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གང་ཞིག  
 རྫོང་གི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན། མེད་  
 དགག་གྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་སྲིད་པ་དེ། དང་པོའི་མཚན་ཉིད། དེ་གང་ཞིག  
 རྫོང་གི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན། མ་  
 ཡིན་དགག་དང་སྐྱབ་པ་གང་རུང་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་སྲིད་པ་དེ། གཉིས་པའི་  
 མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། བྱས་པ་ཚོས་ཅན། རྫོང་བུམ་པ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ལོང་པར་  
 སྐྱབ་པའི་དགག་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། རྫོང་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གང་  
 ཞིག རྫོང་གི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན།  
 མེད་དགག་གྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ལོང་པའི་སྲིད་ཏེ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་དེ་  
 དེ་འདྲའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། དང་པོ་གང་ཞིག སྲི་མ་ཡིན་པའི་སྲིད།

དང་པོ་མ་གྲུབ་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། རྟག་དངོས་གཉིས་ཀྱིས་རྫོང་  
 པའི་མེ་དེ། ཏུ་བའི་རྟགས་ཀྱིས་ཏུ་ལྡན་ལ་ལ་རྟགས་དངོས་གཉིས་ཀྱིས་རྫོང་པའི་མེ་

ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བརྩུང་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཅ་བར་  
 འདོད་ན། བྱས་པ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དགག་རྟགས་ཡང་དག་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། སྐྱབ་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གང་  
 ཞེག ཁྱོད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱི་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བརྩུང་བྱ་ཡང་ཡིན།  
 མ་ཡིན་དགག་དང་སྐྱབ་པ་གང་རྩུང་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། མ་  
 གུབ་ན། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་དགག་ཡིན་པར་  
 ཐལ། ཁྱོད་མེད་དགག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ལ་དབྱེ་ན། མི་སྣང་བ་མ་དམིགས་  
 པའི་རྟགས་ཡང་དག་དང་། སྣང་རྩུང་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་གཉིས།

**མི་སྣང་བ་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་བཤད་པ།**

དང་པོ་ལ། མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་གིས། ཁྱོད་དེ་  
 སྐྱབ་ཀྱི་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་གང་ཞེག ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་པ་ལ་ཕྱོགས་ཚོས་  
 ཅན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་ལ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་ཀྱི་སྣང་དུ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་  
 དགག་བྱའི་ཚོས་སུ་བརྟགས་པའི་དོན་བསྐྱེད་དོན་ཡིན་པ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་སྣང་  
 བ་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། བྱས་པ་སྐྱ་རྟག་པ་མ་  
 ཡིན་པར་སྐྱབ་པ་ལ། ཕྱོགས་ཚོས་ཅན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་སྐྱ་  
 རྟག་པ་བསྐྱེད་དོན་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་སྐྱ་རྟག་མི་རྟག་ཐེ་ཚོམ་བའི་གང་ཟག་ཡིན་

བའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་སྐྱའི་སྟེང་དུ་རྟམ་པ་བསྐྱལ་དོན་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བྱས་པ་སྐྱ་རྟམ་པ་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་པའི་སྐྱང་རུང་མ་  
 དམིགས་པའི་རྟམས་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟམས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་ན། བྱས་པ་ཚོས་ཅན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་སྐྱང་རུང་མ་དམིགས་པའི་རྟམས་ཡང་  
 དག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་སྐྱང་བ་མ་དམིགས་པའི་རྟམས་ཡང་དག་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་ཉེ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མ་དམིགས་པའི་རྟམས་ཡང་དག་གང་ཞིག། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་  
 ལ་སྐྱགས་ཚོས་ཅན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་ལ་སྐྱའི་སྟེང་དུ་རྟམ་པ་བསྐྱལ་དོན་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། འཁོར་གསུམ།

རང་ལུགས་ནི། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མ་དམིགས་པའི་རྟམས་ཡང་དག་གྱང་ཡིན། དེ་  
 སྐྱབ་པ་ལ་སྐྱགས་ཚོས་ཅན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་ལ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དགག་བྱའི་ཚོས་སུ་  
 བརྟགས་པའི་དོན་བསྐྱལ་དོན་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དེ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་སྐྱང་བ་  
 མ་དམིགས་པའི་རྟམས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་སྐྱང་  
 བའི་འབྲེལ་ལྷ་མ་དམིགས་པའི་རྟམས་ཡང་དག་དང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་སྐྱང་བའི་འགལ་  
 ལྷ་དམིགས་པའི་རྟམས་ཡང་དག་གཉིས། མཚན་ཉིད་རིམ་པ་ལྟར། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་  
 སྐྱང་བ་མ་དམིགས་པའི་རྟམས་ཡང་དག་གྱང་ཡིན། མེད་དགག་གྱང་ཡིན་པའི་གཞི་  
 མཐུན་པ་དེ། དང་པོའི་མཚན་ཉིད། དེ་གང་ཞིག་མ་ཡིན་དགག་དང་། སྐྱབ་པ་གང་  
 རུང་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དེ། གཉིས་པའི་མཚན་ཉིད། དང་པོ་ལ་དབྱེ་ན། མི་  
 སྐྱང་བའི་རྐྱེ་བྱེད་རང་བཞིན་མ་དམིགས་པའི་རྟམས་ཡང་དག་གསུམ། མཚན་

གཞི་རིམ་ལ་ལྟར། འགྲུལ་ལམ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ལ་འགྲུལ་དམིགས་  
 གྲེད་གྱི་ཚད་མ་མེད་པ་དེ། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་འགྲུལ་ལམ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་  
 ཟག་གི་རྒྱུད་ལ་འགྲུལ་ལམ་ལེན་པའི་བཅད་ཤེས་དོན་མཐུན་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་དང་པོ་  
 ཡིན། འགྲུལ་ལམ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གིས་འགྲུལ་ལམ་ཚད་མས་མ་  
 དམིགས་པ་དེ། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་འགྲུལ་ལམ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གིས།  
 འགྲུལ་ལམ་ལེན་པའི་བཅད་ཤེས་དོན་མཐུན་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་གཉིས་པ་ཡིན། འགྲུལ་ལམ་དོན་  
 དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ལ་འགྲུལ་ལམ་ལེན་པའི་བཅད་ཤེས་དོན་མཐུན་ཚད་མས་མ་  
 དམིགས་པ་དེ། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་འགྲུལ་ལམ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་  
 ལ་འགྲུལ་ལམ་ལེན་པའི་བཅད་ཤེས་དོན་མཐུན་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་གསུམ་པ་ཡིན། ཡོད་པ་  
 དེ། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་འགྲུལ་ལམ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ལ་འགྲུལ་  
 ལམ་ལེན་པའི་བཅད་ཤེས་དོན་མཐུན་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་མི་སྣ་བའི་འགལ་ལྷོད་དམིགས་པའི་  
 རྟོགས་ཡང་དག་ཡིན།

**སྐྱབ་ལམ་དམིགས་པའི་རྟོགས་ཡང་དག་བཤད་པ།**

སྐྱབ་ལམ་དམིགས་པའི་རྟོགས་ཡང་དག་ལ། མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས་  
 ལས། དང་པོ་ནི། དེ་སྐྱབ་ལམ་དམིགས་པའི་རྟོགས་ཡང་དག་གྱུར་ཡིན། དེ་སྐྱབ་པ་  
 ལ་སྐྱབ་ལམ་ཚོས་ཅན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་ལ་དེ་སྐྱབ་ལམ་དམིགས་པའི་རྟོགས་ཡང་དག་གསུམ་  
 པའི་དོན་བསྐྱེས་དོན་མ་ཡིན་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དེ། དེ་སྐྱབ་ལམ་སྐྱབ་ལམ་

མ་དམིགས་པའི་རྟལ་ས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། ལྷང་རུང་གི་འབྲེལ་  
 རྩེ་མ་དམིགས་པའི་རྟལ་ས་ཡང་དག་དང་། ལྷང་རུང་གི་འགལ་རྩེ་དམིགས་པའི་རྟལ་ས་  
 ཡང་དག་གཉིས། མཚན་ཉིད་རིམ་བ་ལྟར། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ལྷང་རུང་མ་དམིགས་པའི་  
 རྟལ་ས་ཡང་དག་ཀྱང་ཡིན། མེད་དགག་ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་བ་དེ། དང་པོའི་  
 མཚན་ཉིད། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ལྷང་རུང་མ་དམིགས་པའི་རྟལ་ས་ཡང་དག་ཀྱང་ཡིན། མ་ཡིན་  
 དགག་དང་སྐྱབ་བ་གང་རུང་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་བ་དེ། གཉིས་པའི་མཚན་ཉིད།  
 དང་པོ་ལ། དབྱེ་ན། ལྷང་རུང་གི་རྒྱ། རྩབ་བྱེད། རང་བཞིན། དངོས་འབྲས་མ་དམིགས་  
 པའི་རྟལ་ས་ཡང་དག་དང་བཞི། མཚན་ཉིད་རིམ་བ་ལྟར། ལྷང་རུང་གི་རྒྱ་མ་དམིགས་  
 པའི་ཚུལ་གསུམ་ཡིན་པ། ལྷང་རུང་གི་རྒྱ་མ་དམིགས་པའི་རྟལ་ས་ཡང་དག་གི་མཚན་  
 ཉིད། དེས་འོག་མ་རྣམས་ལ་རིགས་འགྲ། མཚན་གཞི་རིམ་བ་ལྟར་མེ་མེད་བ་དེ་  
 མཚན་མེད་རྒྱ་མཚོར་དུ་བ་མེད་བར་སྐྱབ་པའི་དང་པོ་དང་། ཤིང་མེད་བ་དེ། ཤིང་ཚད་  
 མས་མ་དམིགས་པའི་བྲག་རྫོང་དུ་ཤ་བ་མེད་བར་སྐྱབ་པའི་གཉིས་བ་ཡིན། རུམ་བ་  
 ཚད་མས་མ་དམིགས་པ་དེ། རུམ་བ་ཚད་མས་མ་དམིགས་པའི་ས་ཕྱོགས་སུ་རུམ་བ་  
 མེད་བར་སྐྱབ་པའི་གསུམ་བ་དང་། དངོས་འབྲས་དུ་བ་མེད་བ་དེ། དུ་བས་དབེན་པའི་  
 ཅིག་སྒོར་དུ་དུ་བའི་དངོས་རྒྱ་མེད་བར་སྐྱབ་པའི་བཞི་བ་ཡིན།

ཁ་ཅིག་གིས། མེ་མེད་དང་པོ་དང་། ཤིང་མེད་བ་གཉིས་བ་ཡིན་ཟེར་ན། རི་བོང་  
 རྩ་ཚོས་ཅན། དུ་བ་མེད་བར་ཐལ། མེ་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡང་རི་བོང་རྩ་ཚོས་ཅན།  
 ཤ་བ་མེད་བར་ཐལ། ཤིང་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྩབ་བ་ཁས། རྟལ་ས་གཉིས་ཀ་གྲུབ་



སྟེ། གཞི་མ་གྲུབ་པའི་སྟེང་། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དུ་བ་མེའི་དངོས་འབྲས་དང་། འག་པ་  
ཤིང་གི་བྲུབ་བྱ་ཡིན་པའི་སྟེང་།

སྣང་རུང་གི་འགལ་ལྷ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ལ་དབྱེ་ན། ལྟན་ཅིག་  
མི་གནས་འགལ་ལ་བརྟེན་པའི་སྣང་རུང་འགལ་དམིགས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་དང་།  
པན་ཚུན་སྣངས་འགལ་ལ་བརྟེན་པའི་སྣང་རུང་འགལ་དམིགས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་  
གཉིས། དང་པོ་ལ། མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། མེ་སྟོབས་  
ཆེན་པོས་བྲུབ་པར་ལོན་པའི་འཤར་གྱི་དངོས་པོའི་སྟེང་དུ་གང་རེག་རྒྱུ་ཆགས་མེད་  
པར་སྐྱབ་པའི་སྣང་རུང་འགལ་དམིགས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གྲང་ཡིན། གང་རེག་རྒྱུ་  
ཆགས་དང་ལྟན་ཅིག་མི་གནས་འགལ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མ་སྐྱབ་པ་དེ། མེ་སྟོབས་  
ཆེན་པོས་བྲུབ་པར་ལོན་པའི་འཤར་གྱི་དངོས་པོའི་སྟེང་དུ་གང་རེག་རྒྱུ་ཆགས་མེད་  
པར་སྐྱབ་པའི་ལྟན་ཅིག་མི་གནས་འགལ་ལ་བརྟེན་པའི་སྣང་རུང་འགལ་དམིགས་ཀྱི་  
རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། རང་བཞིན་དང་འགལ་བའི་རང་བཞིན་  
དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་རྒྱ་དང་འགལ་བའི་རང་བཞིན་དམིགས་པའི་རྟགས་  
ཡང་དག་བྲུབ་བྱེད་དང་འགལ་བའི་རང་བཞིན་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་རང་  
བཞིན་དང་འགལ་བའི་འབྲས་བུ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་རྒྱ་དང་འགལ་བའི་  
འབྲས་བུ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་དང་ལྟ། མཚན་གཞི་རིམ་པ་ལྟར། མེ་སྟོབས་  
ཆེན་པོས་བྲུབ་པར་ལོན་པའི་དངོས་པོ་དེ། མེ་སྟོབས་ཆེན་པོས་བྲུབ་པར་ལོན་པའི་  
འཤར་གྱི་དངོས་པོའི་སྟེང་དུ་གང་རེག་རྒྱུ་ཆགས་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་དང་པོ་དང་། མེ་

སྟོབས་ཆེན་པོས་ཁྲབ་པར་ལོན་པའི་དངོས་པོ་དེ། མེ་སྟོབས་ཆེན་པོས་ཁྲབ་པར་ལོན་  
 པའི་ཤར་གྱི་དངོས་པོའི་སྟེང་དུ་གང་འབྲས་སྐྱ་ལོང་བྱེད་རྒྱུ་ཆགས་མེད་པར་སྐྱབ་  
 པའི་གཉིས་པ་དང་། མེ་སྟོབས་ཆེན་པོས་ཁྲབ་པར་ལོན་པའི་དངོས་པོ་དེ། མེ་སྟོབས་  
 ཆེན་པོས་ཁྲབ་པར་ལོན་པའི་ཤར་གྱི་དངོས་པོའི་སྟེང་དུ་ཁ་བའི་རེག་པ་རྒྱུ་ཆགས་  
 མེད་པར་སྐྱབ་པའི་གསུམ་པ་དང་། དུ་བ་དག་སྐྱར་བའི་ཁྲབ་པར་ལོན་པའི་དངོས་པོ་  
 དེ། དུ་བ་དག་སྐྱར་བའི་ཁྲབ་པར་ལོན་པའི་ཤར་གྱི་དངོས་པོའི་སྟེང་དུ་གང་རེག་རྒྱུ་  
 ཆགས་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་བཞི་པ་དང་། དུ་བ་དག་སྐྱར་བའི་ཁྲབ་པར་ལོན་པའི་དངོས་  
 པོ་དེ། དུ་བ་དག་སྐྱར་བའི་ཁྲབ་པར་ལོན་པའི་ཤར་གྱི་དངོས་པོའི་སྟེང་དུ་གང་འབྲས་  
 སྐྱ་ལོང་རྒྱུ་ཆགས་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་ལྔ་པའི་མཚན་གཞི་ཡིན།

སྐྱ་རྟལ་པ་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་པའི་འགལ་དམིགས་ཀྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་ཀྱང་  
 ཡིན། རྟལ་པ་དང་ལྟན་ཅིག་མི་གནས་འགལ་མ་ཡིན་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་  
 པ་དེ། སྐྱ་རྟལ་པ་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་པའི་པན་ཚུན་སྤང་འགལ་ལ་བརྟེན་པའི་སྤང་རུང་  
 འགལ་དམིགས་ཀྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད། བྱས་པ་དེ། དེའི་མཚན་གཞི་ཡིན།  
 མདུན་གྱི་གོང་བུ་རྩ་ཅན་རྟལ་པ་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་པའི་འགལ་དམིགས་ཀྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་  
 ཀྱང་ཡིན། རྟལ་དང་ལྟན་ཅིག་མི་གནས་འགལ་མ་ཡིན་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་  
 དེ། མདུན་གྱི་གོང་བུ་རྩ་ཅན་རྟལ་པ་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་པའི་པན་ཚུན་སྤང་འགལ་ལ་བརྟེན་  
 པའི་འགལ་དམིགས་ཀྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད། རྩ་ཅན་དེ་དེའི་མཚན་གཞི་  
 ཡིན། དེ་ལ་དབྱེ་ན། ལྟོས་པས་ངེས་པ་འགོག་པའི་རྟལ་ས་ཡང་དག་དང་། ངེས་པས་

ལྟོས་པ་འགོག་པའི་རྟམ་ཡང་དག་གཉིས། མཚན་གཞི་རིམ་པ་ལྟར། གོས་དཀར་པོ་  
 ཚོས་ཅན། རང་གྲུབ་ཚམ་ནས་ཚོན་ཅན་དུ་མ་ངེས་ཏེ། རང་ཉིད་ཚོན་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་  
 རང་ལས་སྤྱིས་འབྱུང་གི་རྒྱ་ལ་ལྟོས་དགོས་པའི་སྤྱིར། ཞེས་རྗོད་པའི་ཚེ་ན་དེ་དེ་སྐྱབ་  
 གྱི་ལྟོས་པས་ངེས་པ་འགོག་པའི་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན། བྱས་པ་ཚོས་ཅན། རང་ཉིད་  
 འཇིག་པ་རང་ལས་སྤྱིས་འབྱུང་གི་རྒྱ་རྒྱེན་གཞན་ལ་མི་ལྟོས་ཏེ། རང་གྲུབ་ཚམ་ནས་  
 འཇིག་ངེས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཞེས་རྗོད་པའི་ཚེ་ན།

དེ་དེ་སྐྱབ་གྱི་ངེས་པས་ལྟོས་པ་འགོག་པའི་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན། རིགས་པ་  
 འདི་ལ་བརྟེན་ནས་མི་རྟམ་པ་དེ་སྐྱབ་བྱས་པར་སྐྱབ་པའི་རྟམ་ཡང་དག་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། བྱས་པ་དེ་སྐྱབ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་རྟམ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཟེར་བ་ཡང་ཞེགས་  
 ཏེ། ཞེས་བྱ་ཚོས་ཅན། རང་གྲུབ་ཚམ་ནས་འཇིག་ངེས་དེ། བྱས་པ་རང་ཉིད་འཇིག་པ་  
 རང་ལས་སྤྱིས་འབྱུང་གི་རྒྱ་དོན་གཞན་ལ་མི་ལྟོས་པར་སྐྱབ་པའི་རྟམ་ཡང་དག་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། རང་ཉིད་འཇིག་པ་རང་ལས་སྤྱིས་འབྱུང་གི་རྒྱ་དོན་གཞན་ལ་མི་ལྟོས་  
 པའི་དངོས་པོ་དེ། བྱས་པ་རང་གྲུབ་ཚམ་ནས་འཇིག་ངེས་སུ་སྐྱབ་པའི་རྟམ་ཡང་  
 དག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། བྱས་པ་ལ་ཁོ་ན་རེ། རྩ་ཅན་ཚོས་ཅན། མདུན་གྱི་གོང་བུ་རྩ་ཅན་  
 རྩ་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་པའི་ལྟན་ཅིག་མི་གནས་འགལ་ལ་བརྟེན་པའི་འགལ་དམིགས་གྱི་  
 རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་གྱི་འགལ་དམིགས་གྱི་རྟམ་གང་ཞིག་ རྩ་  
 དང་རྩས་ཐ་དད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན། མ་ཟུབ། འོ་ན། རྗོད་རང་ལ་ཞེས་བྱ་ཚོས་ཅན།  
 རྩས་ཐ་དད་ཡིན་ན་ལྟན་ཅིག་མི་གནས་འགལ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར།

འདོད་ན། མེ་དུ་གཉིས་ཚོས་ཅན། དེ་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་གཉིས་ཚོས་ཅན།  
 གཞོད་བྱ་གཞོད་བྱེད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། བན་གདགས་  
 བྱ་འདོགས་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྒྱ་འབྲས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མཚན་གཞིའི་སྟེང་དུ་  
 མཚན་ཉིད་ངེས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་བཤད་པ་ལ། འག་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་  
 གི་རྒྱད་ལ་འག་བསྐྱལ་གསུང་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་མེད་པ་ཚོས་ཅན། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་འག་  
 བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་ལ་འག་བསྐྱལ་དེས་པའི་བཅད་ཤེས་དོན་མཐུན་  
 མེད་པར་སྐྱབ་པའི་མ་དམིགས་པའི་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་ཏེ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟམ་ཡང་  
 དག་གང་ཞིག་ མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་འག་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་  
 ལ། འག་བསྐྱལ་པའི་བཅད་ཤེས་དོན་མཐུན་མེད་པ་དགག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཡང་དེ་ཚོས་ཅན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་སྣང་བ་མ་དམིགས་པའི་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་  
 ཏེ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མ་དམིགས་པའི་རྟམ་ཡང་དག་གང་ཞིག་ ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་པ་ལ་ཕྱོགས་  
 ཚོས་ཅན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་ལ་འག་བསྐྱལ་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་མ་གྲུབ་  
 བ། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་འག་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་  
 འག་བསྐྱལ་དོན་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཚོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། འག་  
 བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་ལ་འག་བསྐྱལ་གསུང་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་མེད་པ་  
 ཚོས་ཅན། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་འག་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་ལ་  
 འག་བསྐྱལ་པའི་བཅད་ཤེས་དོན་མཐུན་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་མི་སྣང་པའི་འབྲེལ་ལྗང་མ་  
 དམིགས་པའི་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་ཏེ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་སྣང་བ་མ་དམིགས་པའི་རྟམ་

ཡང་དག་གང་ཞིག དེ་མེད་དགག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། ཤ་བ་བསྐྱལ་  
 དོན་དུ་སོང་བའི་གང་བཟག་གི་རྒྱུད་ལ་ཤ་བ་དམིགས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་མེད་པ་དེ། མདུན་  
 ཀྱི་གཞི་འདིར་ཤ་བ་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་བཟག་གི་རྒྱུད་ལ་ཤ་བ་ངེས་པའི་བཅད་  
 ཤེས་དོན་མཐུན་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་མི་སྣང་བའི་འབྲེལ་རྒྱའི་རྒྱ་མ་དམིགས་པའི་  
 རྟམས་ཡང་དག་ཡིན་ཏེ། དེ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་སྣང་བའི་འབྲེལ་རྒྱ་མ་དམིགས་པའི་རྟམས་  
 ཡང་དག་གང་ཞིག ཤ་བ་དམིགས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་དེ། ཤ་བ་ངེས་པའི་ཤེས་དོན་  
 མཐུན་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེས་བྱི་མ་གཉིས་ལ་རིགས་འབྲེལ། །

ཡོད་པ་ཚོས་ཅན། མདུན་ཀྱི་གཞི་འདིར་ཤ་བ་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་  
 བཟག་གི་རྒྱུད་ལ་ཤ་བ་ངེས་པའི་བཅད་ཤེས་དོན་མཐུན་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་འགལ་རྒྱ་  
 དམིགས་པའི་རྟམས་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མ་དམིགས་པའི་རྟམས་  
 ཡང་དག་གང་ཞིག མ་ཡིན་དགག་དང་སྐྱབ་པ་གང་རུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སྐྱབ་པ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱས་པ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་རྟམ་པ་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་པའི་སྣང་རུང་མ་  
 དམིགས་པའི་རྟམས་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མ་དམིགས་པའི་རྟམས་  
 ཡང་དག་གང་ཞིག ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་པ་ལ་ཕྱོགས་ཚོས་ཅན་དུ་སོང་བའི་གང་བཟག་ལ་རྟམ་  
 པ་བསྐྱལ་དོན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་སྐྱ། བྱི་མ་མ་གྲུབ་ན། བྱས་པ་སྐྱ་རྟམ་པ་མ་  
 ཡིན་པར་སྐྱབ་པ་ལ་ཕྱོགས་ཚོས་ཅན་དུ་སོང་བའི་གང་བཟག་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་རྟམ་པ་  
 བསྐྱལ་དོན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཚོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མེ་མེད་པ་ཚོས་ཅན།  
 མཚན་མེའི་རྒྱ་མཚོར་དུ་བ་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་སྣང་རུང་གི་འབྲེལ་རྒྱ་མ་དམིགས་པའི་

རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་ཏེ། དེ་སྐབ་ཀྱི་སྤང་རུང་མ་དམིགས་པའི་རྟམ་ཡང་དག་གང་  
 ཞིག མེད་དགག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། མེ་མེད་པ་དེ་མཚན་མོའི་རྒྱ་  
 མཚོར་དུ་བ་མེད་པར་སྐབ་པའི་སྤང་རུང་གི་རྒྱ་མ་དམིགས་པའི་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་  
 ཏེ། དེ་དེ་སྐབ་ཀྱི་སྤང་རུང་མ་དམིགས་པའི་རྟམ་ཡང་དག་གང་ཞིག མེ་དུ་བའི་རྒྱ་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེས་གཞན་རྣམས་ལ་རིགས་འགྲེལ། །

ཡང་བྱས་པ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་རྟམ་པ་མ་ཡིན་པར་སྐབ་པའི་སྤང་རུང་གི་འགལ་ཟླ་  
 དམིགས་པའི་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐབ་ཀྱི་སྤང་རུང་མ་དམིགས་པའི་  
 རྟམ་ཡང་དག་གང་ཞིག མ་ཡིན་དགག་དང་སྐབ་པ་གང་རུང་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ།  
 སྐབ་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། མེ་སྟོབས་ཚེན་པོས་བྲབ་པར་ལོན་པའི་  
 དངོས་པོ་དེ། མེ་སྟོབས་ཚེན་པོས་བྲབ་པར་ལོན་པའི་ཤར་གྱི་དངོས་པོའི་སྤྱིང་དུ་གང་  
 རིག་རྒྱན་ཆགས་མེད་པར་སྐབ་པའི་སྤྱན་ཅིག་མི་གནས་འགལ་ལ་བརྟེན་པའི་འགལ་  
 དམིགས་ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐབ་ཀྱི་འགལ་དམིགས་ཀྱི་རྟམ་  
 ཡང་དག་གང་ཞིག མེ་སྟོབས་ཚེན་པོས་བྲབ་པར་ལོན་པའི་དངོས་པོ་དེ་གང་རིག་  
 རྒྱན་ཆགས་དང་སྤྱན་ཅིག་མི་གནས་འགལ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། བྱས་པ་ཚོས་ཅན། རྫོང་སྐྱ་  
 རྟམ་པ་མ་ཡིན་པར་སྐབ་པའི་པན་ཚུན་སྤངས་འགལ་ལ་བརྟེན་པའི་འགལ་དམིགས་  
 ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། རྫོང་དེ་སྐབ་ཀྱི་འགལ་དམིགས་ཀྱི་རྟམ་ཡང་  
 དག་གང་ཞིག རྫོང་རྟམ་པ་དང་སྤྱན་ཅིག་མི་གནས་འགལ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། རྫོང་  
 རྟམ་པ་དང་རྗེས་ཐ་དད་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

རྟམ་ཚེས་དོན་གསུམ་ངོས་བཟུང་བ་ལ། དམ་བཅའ་བཞག་པ་དང་། སྐྱབ་  
 བྱེད་འགོད་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། མེ་མེད་པ་དེ། མེ་མེད་པའི་རྟམ་གྱིས་མཚན་མོའི་  
 རྒྱ་མཚོར་དུ་བ་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན། མེ་མེད་དེ་དེའི་རྟམ་གྱིས་དེ་  
 སྐྱབ་ཀྱི་གཏན་ཚིགས་མ་ཡིན། དུ་བ་མེད་པ་དེ། མེ་མེད་པའི་རྟམ་གྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་  
 དངོས་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚེས་སུ་བཟུང་བྱ་དང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་  
 བྱའི་ཚེས་སུ་བཟུང་བྱ་གཉིས་ཀ་ཡིན། དུ་མེད་དེ་དེ་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན། དེས་ཤིང་མེད་  
 མོགས་ལ་རིགས་འགྲེལ། །

བུམ་པ་ཚད་མས་མ་དམིགས་པ་དེ། བུམ་པ་ཚད་མས་མ་དམིགས་པའི་ས་  
 ཚུགས་སུ་བུམ་པ་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན། བུམ་པ་མེད་པ་དེ། བུམ་  
 པ་ཚད་མས་མ་དམིགས་པའི་རྟམ་གྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚེས་སུ་  
 བཟུང་བྱ་དང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚེས་སུ་བཟུང་བྱ་གཉིས་ཀ་ཡིན། བུམ་  
 མེད་དེ་དེ་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན། གང་རེག་རྒྱན་ཆགས་མེད་པ་དེ། མེ་སྟོབས་ཚེན་པོས་  
 རྩབ་པར་ནོན་པའི་དངོས་པོའི་རྟམ་གྱིས་མེ་སྟོབས་ཚེན་པོས་རྩབ་པར་ནོན་པའི་  
 ཤར་གྱི་དངོས་པོའི་སྟེང་དུ། གང་རེག་རྒྱན་ཆགས་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་  
 བྱའི་ཚེས་སུ་བཟུང་བྱ་དང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚེས་སུ་བཟུང་བྱ་གཉིས་  
 ཀ་ཡིན། གང་རེག་རྒྱན་ཆགས་ཚད་མས་མ་དམིགས་པ་དེ། མེ་སྟོབས་ཚེན་པོས་རྩབ་  
 པར་ནོན་པའི་དངོས་པོའི་རྟམ་གྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚེས་སུ་བཟུང་  
 བྱ་ཡིན་གྱང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚེས་སུ་བཟུང་བྱ་མ་ཡིན། རྟམ་པ་མ་

ཡིན་པ་དེ། བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་རྟག་པ་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་  
 བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་དང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་གཉིས་  
 ཀ་ཡིན། ཚོས་དང་སྐད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པ་དེ། བྱས་པའི་  
 རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡིན་ཀྱང་། དེ་སྐྱབ་  
 ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་མ་ཡིན། འག་ཟ་དེ། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་  
 འག་ཟ་བསྐལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་ལ་འག་ཟ་ངེས་པའི་བཅད་ཤེས་དོན་  
 མཐུན་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་དགག་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བའི་དོན་ཡིན་ཀྱང་། དེ་སྐྱབ་  
 ཀྱི་དགག་བྱའི་ཚོས་མ་ཡིན། འག་ཟ་བསྐལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་ལ་འག་ཟ་  
 ངེས་པའི་བཅད་ཤེས་དོན་མཐུན་དེ་ཡང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དགག་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བའི་  
 བའི་དོན་ཡིན་ཀྱང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དགག་བྱའི་ཚོས་མ་ཡིན། འག་ཟ་བསྐལ་དོན་དུ་སོང་  
 བའི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་ལ་འག་ཟ་ངེས་པའི་བཅད་ཤེས་དོན་མཐུན་ཡོད་པ་དེ། དེ་སྐྱབ་  
 ཀྱི་དགག་བྱའི་ཚོས་དང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དགག་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བའི་དོན་གཉིས་  
 ཀ་ཡིན། དུ་བ་དེ་མཚན་མའི་རྒྱ་མཚོར་དུ་བ་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་དགག་བྱའི་ཚོས་སུ་  
 བཟུང་བའི་དོན་ཡིན་ཀྱང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དགག་བྱའི་ཚོས་མ་ཡིན། དུ་བ་ཡོད་པ་དེ།  
 མཚན་མའི་རྒྱ་མཚོར་དུ་བ་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་དགག་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བའི་དོན་  
 དང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དགག་བྱའི་ཚོས་གཉིས་ཀ་ཡིན། རྟག་པ་དེ། སྐྱ་རྟག་པ་མ་ཡིན་པར་  
 སྐྱབ་པའི་དགག་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བའི་དོན་དང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དགག་བྱའི་ཚོས་  
 གཉིས་ཀ་ཡིན་ནོ། །



སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་འགོད་བ་ནི། མེ་མེད་བ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཁྱོད་ཀྱི་རྟགས་  
 ཀྱིས་མཚན་མོའི་རྒྱ་མཚོར་དུ་བ་མེད་བར་སྐྱབ་བའི་གཏུན་ཚིགས་ཡིན་བར་ཐལ།  
 ཁྱོད་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཡིན་པའི་སྲིད། མེ་མེད་དེ་དེ་མ་ཡིན། གལ་ཏེ་ཡིན་ན།  
 མེ་མེད་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་བར་ཐལ། ཁྱོད་མེ་མེད་བའི་  
 རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྲིད། འདོད་ན། རི་བོང་རྩ་ཚོས་ཅན།  
 དུ་བ་མེད་བར་ཐལ། མེ་མེད་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། མེད་པའི་སྲིད། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དུ་བ་  
 མེའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་སྲིད།

གཞན་ཡང་། མེ་མེད་ཚོས་ཅན། མེ་མེད་བའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་གཏུན་  
 ཚིགས་ལྟར་སྣང་ཡིན་བར་ཐལ། མེ་མེད་བའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་གཏུན་ཚིགས་  
 གང་ཞིག་ མེ་མེད་བའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱིས་གཏུན་ཚིགས་ཡང་དག་མ་ཡིན་པའི་  
 སྲིད། དང་པོ་དངོས། སྲི་མ་མ་གྲུབ་ཟེར་ན། དེ་བཞེད་ཀྱི་གཏུན་ཚིགས་ལྟར་སྣང་ཡོད་  
 བར་ཐལ། འདོད་པའི་སྲིད། འདོད་ན། གོང་དུ་བཀག་ཟེན་པའི་སྲིད། འདིས་གཞན་  
 རྣམས་ལ་འང་རིགས་འགྲོའོ། །དུ་བ་ཚད་མས་མ་དམིགས་བ་དེ། མེ་མེད་བའི་རྟགས་  
 ཀྱིས་མཚན་མོའི་རྒྱ་མཚོར་དུ་བ་མེད་བར་སྐྱབ་བའི་དངོས་ཀྱིས་བསྐྱབ་བའི་ཚོས་སུ་  
 བབྱུང་བུ་ཡིན་ཏེ། མེ་མེད་བའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བའི་ཚོས་སུ་  
 བབྱུང་བུ་ཡང་ཡིན། མཚན་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་བ་ཡོད་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་  
 ན། མེ་མེད་བ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱིས་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བའི་ཚོས་  
 སུ་བབྱུང་བུ་ཡང་ཡིན། མཚན་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་བ་ཡོད་པར་ཐལ། ཁྱོད་

དེ་སྐབས་ཀྱི་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྱིད།

གཞན་ཡང་། མེ་མེད་པ་དེ། དེ་སྐབས་ཀྱི་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་སྐབས་ཀྱི་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡོད་པའི་སྱིད། མ་གྲུབ་ན། གཞི་དེ་  
 མཚོན་བྱ་ཡིན་ན། ཞེས་སོགས་སྟར་ལྟར་འཕེན། འག་ཟེ་མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་འག་ཟེ་  
 བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་ལ་འག་ཟེ་ངེས་པའི་བཅད་ཤེས་དོན་མཐུན་  
 མེད་པར་སྐབས་པའི་དགག་བྱའི་ཚོས་སུ་བཏགས་པའི་དོན་ཡིན་ཏེ། མདུན་གྱི་གཞི་  
 འདིར་འག་ཟེ་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་ལ་འག་ཟེ་ངེས་པའི་བཅད་ཤེས་  
 དོན་མཐུན་མེད་པར་སྐབས་པའི་སྱི་ཚོལ་ཡང་དག་དེས། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་འག་ཟེ་ཡོད་  
 མེད་ཐེ་ཚོལ་ཟེ་བའི་སྱིད། འག་ཟེ་ཚོས་ཅན། དེ་སྐབས་ཀྱི་དགག་བྱའི་ཚོས་མ་ཡིན་ཏེ།  
 ཡོད་པའི་སྱིད། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་འག་ཟེ་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་  
 ལ་འག་ཟེ་ངེས་པའི་བཅད་ཤེས་དོན་མཐུན་དེ། དེ་སྐབས་ཀྱི་དགག་བྱའི་ཚོས་སུ་བཏགས་  
 པའི་དོན་ཡིན་ཏེ། དེ་སྐབས་ཀྱི་སྱི་ཚོལ་ཡང་དག་དེས་མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་འག་ཟེ་བསྐྱལ་  
 དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་ལ་འག་ཟེ་ངེས་པའི་བཅད་ཤེས་དོན་མཐུན་ཡོད་མེད་  
 ཐེ་ཚོལ་ཟེ་བའི་སྱིད། དེ་དེ་སྐབས་ཀྱི་དགག་བྱའི་ཚོས་མ་ཡིན་ཏེ། བུམ་པ་དེ། བུམ་པ་  
 ཚད་མས་མ་དམིགས་པའི་ས་ཕྱོགས་སུ་བུམ་པ་མེད་པར་སྐབས་པའི་དགག་བྱའི་ཚོས་  
 མ་ཡིན་པའི་སྱིད། འག་ཟེ་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་ལ་འག་ཟེ་ངེས་པའི་  
 བཅད་ཤེས་དོན་མཐུན་ཡོད་པ་དེ། དེ་སྐབས་ཀྱི་དགག་བྱའི་ཚོས་སུ་བཏགས་པའི་དོན་  
 ཡིན་ཏེ། དེ་དེ་སྐབས་ཀྱི་དགག་བྱའི་ཚོས་ཡིན་པའི་སྱིད། འག་ཟེ་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་

གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ལ་ལ་ཟ་ངས་པའི་བཅད་ཤེས་དོན་མཐུན་མེད་པ་དེ། དེའི་བསྐྱབ་བྱའི་  
 ཚོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཏུ་བ་དེ། མཚན་མའི་རྒྱ་མཚོར་ཏུ་བ་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་དགག་  
 བྱའི་ཚོས་སུ་བཏགས་པའི་དོན་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་སྐྱབ་པའི་ཕྱི་ཚོལ་ཡང་དག་དེས།  
 མཚན་མའི་རྒྱ་མཚོར་ཏུ་བ་ཡོད་མེད་ཟེ་ཚོམ་ཟ་བའི་ཕྱིར། དེ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དགག་བྱའི་  
 ཚོས་མ་ཡིན་ཏེ། ཏུ་བ་དང་པན་ཚུན་ཟ་དད་དེ། ཏུ་བ་དང་པན་ཚུན་ཟ་དད་ཚད་མས་མ་  
 དམིགས་པའི་ས་ཕྱོགས་སུ་ཏུ་བ་དང་པན་ཚུན་ཟ་དད་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་དགག་བྱའི་  
 ཚོས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། ཏུ་བ་དང་པན་ཚུན་ཟ་དད་ཚོས་ཅན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་  
 ཏམས་ཡང་དག་གི་དགག་བྱའི་ཚོས་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཏམས་ཡང་དག་ཡོད།  
 བྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དགག་བྱའི་ཚོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེ་  
 སྐྱབ་ཀྱི་ཏམས་ཡང་དག་ཡོད་པར་ཐལ། བྱོད་ཚད་མས་མ་དམིགས་པ་དེ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་  
 ཏམས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བར་འདོད་ན། ཏུ་བ་དང་པན་ཚུན་ཟ་དད་ཚོས་ཅན། ཏུ་བ་དང་པན་ཚུན་ཟ་  
 དད་ཚད་མས་མ་དམིགས་པའི་ས་ཕྱོགས་དེ། བྱོད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་  
 ཏམས་ཡང་དག་གི་དགག་བྱའི་ཚོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཏུ་བ་ཚོས་ཅན། བྱོད་  
 དང་པན་ཚུན་ཟ་དད་ཚད་མས་མ་དམིགས་པའི་ས་ཕྱོགས་དེ། བྱོད་དང་པན་ཚུན་ཟ་  
 དད་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་དེ་དང་ཟ་དད། དེ་ཡང་བྱོད་དང་ཟ་དད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཏམས་  
 གཉིས་ཀ་གྲུབ་སྟེ། ཏུ་བའི་ཕྱོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

### རྟམ་ཡང་དག་ལ་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཀྱི་སློབ་ནས་དབྱེ་བ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་རྟམ་ཡང་དག་ལ་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཀྱི་སློབ་ནས་དབྱེ་བ། དགག་རྟམ་ཡང་དག་དང་། སྐྱབ་རྟམ་ཡང་དག་གཉིས་ལས། མཚན་ཉིད་རིམ་བུར། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་ཀྱང་ཡིན། ཁྱོད་ཀྱི་རྟམ་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན། དགག་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་སྲིད་པ་དེ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དགག་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། དེ་དང་མ་དམིགས་པའི་རྟམ་ཡང་དག་དོན་གཅིག ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་ཀྱང་ཡིན། ཁྱོད་ཀྱི་རྟམ་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན། སྐྱབ་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་སྲིད་པ་དེ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་སྐྱབ་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་བ། འབྲས་རྟམ་ཡང་དག་དང་། རང་བཞིན་ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་གཉིས། དེ་གཉིས་གང་རུང་ཡིན་པ། སྐྱབ་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་པས་ཁྲུབ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དགག་རྟམ་ཡང་དག་དང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་སྐྱབ་རྟམ་ཡང་དག་འགལ་ཡང་། དགག་རྟམ་ཡང་དག་དང་། སྐྱབ་རྟམ་ཡང་དག་གཉིས་མི་འགལ་ཉེ། བྱས་པ་དེ་དེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱས་པ་སྐྱ་རྟམ་པ་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་པའི་དགག་རྟམ་ཡང་དག་དང་། སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་སྐྱབ་རྟམ་ཡང་དག་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། དགག་པ་དང་སྐྱབ་པ་གཉིས་མི་འགལ་བར་ཐལ། དགག་རྟམ་ཡང་དག་དང་སྐྱབ་རྟམ་ཡང་དག་གཉིས་མི་འགལ་བའི་ཕྱིར་ཟེར་བ། མ་ཁྲུབ། འོ་ན།

ཁོ་རང་ལ། དགག་བ་མ་དམིགས་བ་དང་མི་འགལ་བར་ཐལ། དགག་རྟགས་ཡང་དག་  
 དང་། མ་དམིགས་བའི་རྟགས་ཡང་དག་གཉིས་མི་འགལ་བའི་སྱིར། འབྲུབ་བ་འགྲིག  
 རྟགས་དེར་ཐལ། དགག་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་ན། མ་དམིགས་བའི་རྟགས་ཡང་དག་  
 ཡིན་དགོས་བའི་སྱིར། འདོད་ན། དགག་བ་ཚོས་ཅན། མ་དམིགས་བ་དང་འགལ་བར་  
 ཐལ། གཞི་གྲུབ་བའི་སྱིར། དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། མ་དམིགས་བ་ཚོས་ཅན། མ་དམིགས་བ་  
 དང་འགལ་བར་ཐལ། གཞི་གྲུབ་བའི་སྱིར། དེར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡོད་  
 བའི་སྱིར་ཟེར་ན། མ་འབྲུབ།

ཡང་ཁོ་ན་རེ། དགག་རྟགས་ཡང་དག་གི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་  
 དང་། སྐྱབ་རྟགས་ཡང་དག་གི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་གཉིས་མི་འགལ་  
 བར་ཐལ། དགག་རྟགས་ཡང་དག་དང་སྐྱབ་རྟགས་ཡང་དག་གཉིས་མི་འགལ་བའི་སྱིར་  
 ཟེར་ན། མ་འབྲུབ། འདོད་ན། དེ་གཉིས་འགལ་བར་ཐལ། དང་པོ་དེ་ཡིན་ན་དགག་བ་  
 ཡིན་དགོས། སྱི་མ་དེ་ཡིན་ན་སྐྱབ་བ་ཡིན་དགོས་བའི་སྱིར་ཟེར་ན། མ་འབྲུབ་མཚམས་  
 ལ། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་རྟག་བ་མ་ཡིན་བར་སྐྱབ་བའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་  
 བཟུང་བྱ་དང་། སྐྱ་མི་རྟག་བར་སྐྱབ་བའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་གཉིས་  
 མི་འགལ་བར་ཐལ། སྐྱ་རྟག་བ་མ་ཡིན་བར་སྐྱབ་བའི་རྟགས་ཡང་དག་དང་། སྐྱ་མི་རྟག་  
 བར་སྐྱབ་བའི་རྟགས་ཡང་དག་གཉིས་མི་འགལ་བའི་སྱིར། འབྲུབ་བ་ཁས། རྟགས་གྲུབ་  
 ལྟེ། འབྲུབ་བ་དེ་དེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་བའི་སྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དང་པོ་དེ་ཡིན་ན། དགག་  
 བ་ཡིན་དགོས། སྱི་མ་དེ་ཡིན་ན། སྐྱབ་བ་ཡིན་དགོས་བའི་སྱིར།

### རྟམ་ཡང་དག་ལ་སྐྱབ་ཚུལ་གྱི་སློབ་པ་དབྱེ་བ་བཤད་པ།

གསུམ་པ་རྟམ་ཡང་དག་ལ་སྐྱབ་ཚུལ་གྱི་སློབ་པ་དབྱེ་བ། དོན་སྐྱབ་གྱི་རྟམ་ཡང་  
 དག་ཐ་སྟོན་སྐྱབ་གྱི་རྟམ་ཡང་དག དོན་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་གྱི་རྟམ་ཡང་དག ཐ་སྟོན་  
 འབའ་ཞིག་སྐྱབ་གྱི་རྟམ་ཡང་དག དོན་དང་ཐ་སྟོན་གཉིས་ཀ་སྐྱབ་གྱི་རྟམ་ཡང་  
 དག་དང་ལྷ་ལས། དེ་རྣམས་སོ་སོའི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི། སྐྱབ་བྱེད་གྱི་རིགས་པ་  
 དང་གསུམ། དང་པོ་ལ། དགག་གཞག་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ། ལ་ཅིག་གིས། རྟོན་  
 དེ་སྐྱབ་གྱི་རྟམ་ཡང་དག་གང་ཞིག རྟོན་གྱི་རྟམ་གྱིས་དེ་སྐྱབ་གྱི་དངོས་གྱི་བསྐྱབ་  
 བྱའི་ཚེས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡིན་ན་མཚན་ཉིད་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པ། དང་པོའི་མཚན་ཉིད། དེ་  
 གང་ཞིག རྟོན་གྱི་རྟམ་གྱིས་དེ་སྐྱབ་གྱི་དངོས་གྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚེས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡིན་  
 བ་མཚན་བྱ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པ། གཉིས་པའི་མཚན་ཉིད། དེ་གང་ཞིག རྟོན་གྱི་རྟམ་  
 གྱིས་དེ་སྐྱབ་གྱི་དངོས་གྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚེས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡིན་ན་རྟོན་གྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་  
 པས་ཁྲུབ་པ། གསུམ་པའི་མཚན་ཉིད། དེ་གང་ཞིག རྟོན་གྱི་རྟམ་གྱིས་དེ་སྐྱབ་གྱི་  
 དངོས་གྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚེས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡིན་ན་ རྟོན་གྱི་མཚན་བྱ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པ།  
 བཞི་པའི་མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། དེས་པ་ལྟར། བྱས་པ་ཚེས་ཅན། རྟོན་གྱི་རྟམ་གྱིས་སྐྱ་  
 མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་དངོས་གྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚེས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡིན་ན། མཚན་ཉིད་ཡིན་  
 པས་ཁྲུབ་པར་ཐལ། རྟོན་སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་དོན་སྐྱབ་གྱི་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར། ཁྲུབ་པ་ལས། རྟམ་འཇགས་ཐེང་ཐེང་། རྟོན་སྐྱ་སྐྱད་ཅིག་མར་སྐྱབ་པའི་རྟམ་ཡང་

དག་གང་ཞིག སྐད་ཅིག་མ་མི་རྟག་པའི་དོན་ལྟོག་ཡིན་པའི་སྲིད།

བྱས་པ་ལ། ཁོ་ན་རེ། བྱས་པ་ཚོས་ཅན། སྐ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་དགག་  
 རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། སྐ་རྟག་པ་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་པའི་དགག་རྟགས་ཡང་  
 དག་གང་ཞིག རྟག་པ་མ་ཡིན་པ་དགག་པ་ཡིན་པའི་སྲིད། འབ་པ་ཁས་ཟེར་ན། མི་  
 མཚུངས་སོ། །གཞན་ཡང་། བྱས་པ་སྐ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་  
 དག་ཡིན་པར་ཐལ། སྐ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡོད་པའི་  
 སྲིད། མ་གྲུབ་ན། གཞི་དེ་མཚོན་བྱ་ཡིན་ན་ཚོས་དེའི་རྟགས་ཀྱིས་ཚོས་དེ་གཞི་དེར་  
 སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན། མཚན་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་པའི་  
 གཞི་མཐུན་པ་མེད་དགོས་པར་ཐལ། སྐ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་  
 ཡང་དག་མེད་པའི་སྲིད། འདོད་ན། གོང་དུ་བཀག་ཟེན། ཅ་བར་འདོད་ན། མི་རྟག་པ་  
 ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་  
 སྐ་ཁྱོད་དུ་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་གང་  
 ཟག་གི་བདག་མེད་ཡིན་པའི་སྲིད། འདོད་མི་རུས་ཏེ། མཚོན་བྱ་ཡིན་པའི་སྲིད། གཞན་  
 ཡང་། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཐ་སྙད་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡོད་ན། དེ་སྐྱབ་  
 ཀྱི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་མེད་དགོས་པར་ཐལ། སྐ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་དོན་  
 སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་མེད་པའི་སྲིད། འདོད་ན། དུ་ལྡན་ལ་ལ་ཚ་ཞིང་སྲེག་པ་ཡོད་  
 པར་སྐྱབ་པའི་ཐ་སྙད་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡོད་པར་ཐལ། ཚ་ཞིང་སྲེག་པ་ཚང་  
 མས་དམིགས་པ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་

ཀྱི་ཐ་སྟོད་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་ཀྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། རྟོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟལ་ས་  
ཡང་དག་གང་ཞིག རྟོད་ཚ་ཞིང་སྲེག་པ་ཡོད་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དང་པོ་  
གྲུབ་སྟེ། ཚ་ཞིང་སྲེག་པ། མའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

ཅ་བར་འདོད་ན། །ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། དུ་ལྡན་ལ་ལ་ཚ་ཞིང་སྲེག་པ་ཡོད་པར་  
སྐྱབ་པའི་རྟལ་ས་ཡང་དག་མེད་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཐ་སྟོད་སྐྱབ་ཀྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་  
ཡོད་པའི་སྤྱིར། རྟུབ་པ་ཁས། འདོད་ན་སོང་། གཞན་ཡང་། བྱས་པ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་  
མི་རྟལ་པར་སྐྱབ་པའི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཐ་སྟོད་  
སྐྱབ་ཀྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་གང་ཞིག དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཐ་སྟོད་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་ཀྱི་རྟལ་ས་ཡང་  
དག་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་གང་ཞིག མི་  
རྟལ་པ་མཚོན་བྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། གཉིས་པ་མ་གྲུབ་ན། བྱས་པ་ཚོས་ཅན། རྟོད་ཀྱི་  
རྟལ་ས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་སྤྱི་རྟོགས་ཡང་དག་དེས། སྐྱ་སྐྱད་ཅིག་མར་ཚད་མས་ངེས་པའི་  
གང་ཟག་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་མི་ལུས་ཉེ། ཚོས་ཅན་དེ་དང་གཅིག་  
ཡིན་པའི་སྤྱིར།

གཞན་ཡང་། དུ་བ་ཚོས་ཅན། རྟོད་ཀྱི་རྟལ་ས་ཀྱིས་དུ་ལྡན་ལ་ལ་ཚ་ཞིང་སྲེག་པ་  
ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡིན་ན། མཚན་ཉིད་ཡིན་  
པས་རྟུབ་པར་ཐལ། རྟོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། རྟུབ་  
པ་ཁས། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། རྟོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་གང་ཞིག རྟོད་ཀྱི་  
རྟལ་ས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན། མཚན་ཉིད་



གྲང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཉེ། ཚ་ཞིང་སྲེག་པ་ཚད་མས་དམིགས་པ་  
 དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། དང་པོ་གང་ཞིག ཕྱི་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཅ་བར་འདོད་ན། ཚ་  
 ཞིང་སྲེག་པ་ཡོད་པ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན།  
 དེར་ཐལ། གྲུབ་འདི་རྟམས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡང་  
 ཡིན། ཚ་ཞིང་སྲེག་པ་ཚད་མས་དམིགས་པའི་མཚོན་བྱ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཚ་ཞིང་སྲེག་པ་ཚད་མས་དམིགས་པའི་རྟམས་ཀྱིས་དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
 མ་གྲུབ་ན། ཚ་ཞིང་སྲེག་པ་ཚད་མས་དམིགས་པ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་རྟམས་ཀྱིས་དེ་  
 སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན། ཁྱོད་ཀྱི་མཚོན་བྱ་ཡང་ཡིན་  
 པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཐ་སྙད་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་ཀྱི་རྟམས་  
 ཡང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མཚན་ཉིད་གཉིས་པ་ལ། བྱས་པ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་རྟམས་  
 ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡིན་ན། མཚོན་  
 བྱ་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ། ཁྱོད་སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་ཐ་སྙད་སྐྱབ་ཀྱི་རྟམས་ཡང་  
 དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟམས་ཡང་དག་གང་ཞིག མི་རྟམ་པ་མཚོན་  
 བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཅ་བར་འདོད་ན། སྐད་ཅིག་མ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། མ་  
 གྲུབ་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། སྐད་ཅིག་མ་དེ་བྱས་པའི་རྟམས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་  
 པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱས་པའི་རྟམས་ཀྱིས་སྐྱ་  
 མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན། མཚན་ཉིད་  
 གྲང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། བྱས་པ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་

ཉགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་ཉག་པར་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བབྱང་བྱ་ཡང་  
 ཡིན། མཚན་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་པར་ཐལ། བྱོད་སྐྱ་མི་ཉག་པར་  
 སྐྱབ་པའི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་ཉགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཅ་བར་འདོད་མི་ལུས་ཏེ།  
 མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

མཚན་ཉིད་གསུམ་པ་ལ། བྱས་པ་ཚོས་ཅན། བྱོད་ཀྱི་ཉགས་ཀྱིས་སྐྱ་སྐྱད་ཅིག་  
 མར་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བབྱང་བྱ་ཡིན་ན། བྱོད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་  
 ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ། བྱོད་སྐྱ་སྐྱད་ཅིག་མར་སྐྱབ་པའི་དོན་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་ཀྱི་  
 ཉགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་ཉགས་ཡང་དག་གང་  
 ཞིག་ བྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཐ་སྙད་སྐྱབ་ཀྱི་ཉགས་ཡང་དག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་སྐྱ།  
 གཉིས་པ་མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། བྱོད་ཀྱི་ཉགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་  
 ཚོས་སུ་བབྱང་བྱ་ཡང་ཡིན། མཚན་བྱ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 ཉགས་སྐྱ། ཅ་བར་འདོད་ན། སྐྱད་ཅིག་མ་ཚོས་ཅན། བྱས་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པར་  
 ཐལ། བྱས་པའི་ཉགས་ཀྱིས་སྐྱ་སྐྱད་ཅིག་མར་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་  
 བབྱང་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མཚན་ཉིད་བཞི་པ་ལ། སྐྱད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་  
 ཚོས་ཅན། བྱོད་ཀྱི་ཉགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་ཉག་པར་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་  
 སུ་བབྱང་བྱ་ཡིན་ན། བྱོད་ཀྱི་མཚན་བྱ་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ། བྱོད་སྐྱ་མི་ཉག་པར་  
 སྐྱབ་པའི་ཐ་སྙད་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་ཀྱི་ཉགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། མ་  
 གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། བྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཐ་སྙད་སྐྱབ་ཀྱི་ཉགས་ཡང་དག་གང་ཞིག་ བྱོད་དེ་

སྐྱབ་ཀྱི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་རྟམས་ཡང་དག་མ་ཡིན་པའི་སྱིར། དང་པོ་སྐྱབ་སྟེ། རྫོང་དེ་སྐྱབ་  
 ཀྱི་རྟམས་ཡང་དག་གང་ཞིག མི་རྟམ་པ་མཚོན་བྱ་ཡིན་པའི་སྱིར། གཉིས་པ་མ་གྲུབ་  
 བ། དེ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་སྐྱད་ཅིག་མར་སྐྱབ་པའི་རྟམས་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། སྐྱ་མི་  
 རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་རྟམས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། སྐྱ་  
 རྫོང་དུ་ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། སྐྱ་སྐྱད་ཅིག་མར་ཚད་མས་ངེས་པའི་  
 གང་ཟག་ཡིན་དགོས་པའི་སྱིར།

གཞན་ཡང་། སྐྱད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་ཚོས་ཅན། རྫོང་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་  
 ཐ་སྐྱད་འབར་ཞིག་སྐྱབ་ཀྱི་རྟམས་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། རྫོང་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟམས་  
 ཡང་དག་གང་ཞིག རྫོང་ཀྱི་རྟམས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་སྱི་རྟོལ་ཡང་དག་ཡིན་ན། སྐྱ་སྐྱད་  
 ཅིག་མར་ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་དགོས་པའི་སྱིར་ཏེ། རྫོང་ཀྱི་རྟམས་ཀྱིས་  
 དེ་སྐྱབ་ཀྱི་སྱི་རྟོལ་ཡང་དག་དེ། སྐྱ་སྐྱད་ཅིག་མར་ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་  
 པའི་སྱིར་ཏེ། རྫོང་ཀྱི་རྟམས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་སྱི་རྟོལ་ཡང་དག་དེ། སྐྱ་སྐྱད་ཅིག་མ་མ་  
 ཡིན་པ་ལས་ལོག་པར་ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་སྱིར། ཅུ་བར་འདོད་ན།  
 མི་རྟམ་པ་ཚོས་ཅན། སྐྱད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པའི་མཚོན་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 སྐྱད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པའི་རྟམས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་དངོས་  
 ཀྱི་བསྐྱབ་བུའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡིན་པའི་སྱིར། རྩལ་པ་ཁས། མ་གྲུབ་ན། མི་རྟམ་  
 པ་ཚོས་ཅན། རྫོང་སྐྱད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པའི་རྟམས་ཀྱིས་སྐྱ་རྫོང་དུ་སྐྱབ་  
 པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བུའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། རྫོང་བདག་མེད་ཡིན་པའི་

སྤྱིར། འདོད་ན། མི་རྟམ་བ་འཛིན་པའི་རྟོག་བ་དེ། སྐད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་  
 པའི་རྣམ་པ་ཤར་བའི་ཞེན་རིག་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། མི་རྟམ་བ་  
 འཛིན་པའི་རྟོག་བ་ཚོས་ཅན། རང་ལུལ་དུ་གྱུར་པའི་དགག་པའི་རྣམ་པ་ཤར་བའི་ཞེན་  
 རིག་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། མི་རྟམ་བ་ཚོས་ཅན། དགག་བ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། ཁྱོད་ཡོད་ཁྱོད་འཛིན་རྟོག་བ་དགག་རྟོག་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། དགག་བ་ཚོས་ཅན། དགག་བ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་འཛིན་རྟོག་  
 བ་དགག་རྟོག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན་སོང་། དེ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། ཁྱོད་འཛིན་  
 རྟོག་བ་རང་ལུལ་དུ་གྱུར་པའི་དགག་པའི་རྣམ་པ་ཤར་བའི་ཞེན་རིག་ཡིན་པའི་སྤྱིར།  
 མ་གྲུབ་ན། དགག་བ་འཛིན་པའི་རྟོག་བ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དགག་པའི་རྣམ་པ་ཤར་  
 བའི་ཞེན་རིག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། དགག་བ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་འཛིན་པའི་རྟོག་བ་  
 ཁྱོད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཤར་བའི་ཞེན་རིག་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་བདག་མེད་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

ཁ་ཅིག་གིས། དགག་བ་དགག་པར་བྱས་ནས། དགག་བ་མ་ཡིན་དགག་ཡིན་  
 ཟེར་ན། དགག་བ་ཚོས་ཅན། མ་ཡིན་དགག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མེད་དགག་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་ཉེ། དགག་བ་གང་ཞིག་རང་ཞེས་རྗོད་པའི་སྐྱེས་རང་གི་དགག་བྱ་བཀག་ལུལ་དུ་  
 རང་གི་འཕང་བྱར་གྱུར་པའི་ཚོས་གཞན་སྐྱབ་བ་མི་འཕེན་པའི་སྤྱིར། བྱི་མ་མ་གྲུབ་ན།  
 དགག་བ་སྐྱབ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། མ་གྲུབ་བ་དེའི་སྤྱིར།

གཞན་ཡང་། སྐད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་བ་ཚོས་ཅན། བྱས་པའི་རྟམ་ས་  
 ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ།

མི་རྟག་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། མི་རྟག་པ་ཚོད་ཀྱི་མཚན་བྱ་ཡིན་པའི་སྲིད།  
 རྟགས་ཁས། འདོད་ན། བྱས་པ་ཚོས་ཅན། ཚོད་ཀྱིས་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་  
 པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན། དགག་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་  
 མཐུན་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྲིད། འདོད་ན། བྱས་པ་ཚོས་ཅན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་  
 དགག་རྟགས་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གང་ཞིག འདོད་པའི་སྲིད།  
 འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཚོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་སྐྱབ་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྲིད། རིགས་པ་འདི་  
 ལ་བརྟེན་ནས་དགག་པ་དགག་པར་བྱབ་སྟེ། དགག་པ་ཚོས་ཅན། དགག་པ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། ཚོད་ཡོད། ཚོད་འདོད་རྟོག་པ་དགག་རྟོག་ཡིན་པའི་སྲིད། །

རང་ལུགས་ནི། ཚོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གང་ཞིག ཚོད་ཀྱི་རྟགས་  
 ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན། མཚན་ཉིད་ཀྱང་  
 ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་སྲིད་པ་དེ། ཚོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་  
 པའི་མཚན་ཉིད། དེ་གང་ཞིག ཚོད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་  
 ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན། མཚན་བྱ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་སྲིད་པ་དེ། ཚོད་  
 དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཐ་སྐད་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད། དེ་གང་ཞིག ཚོད་ཀྱི་རྟགས་  
 ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན། མཚན་བྱ་ཡང་ཡིན་  
 པའི་གཞི་མཐུན་མི་སྲིད། མཚན་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་སྲིད་པ་དེ། ཚོད་དེ་  
 སྐྱབ་ཀྱི་དོན་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད། དེ་གང་ཞིག ཚོད་ཀྱི་  
 རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན། མཚན་ཉིད་

ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་མི་སྲིད། མཚོན་བྱ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་སྲིད་པ་  
 དེ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཐ་སྙད་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་ཀྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད། དེ་གང་  
 ཞིག་ཁྱོད་ཀྱི་རྟལ་ས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བབྱུང་བྱ་ཡང་ཡིན།  
 མཚན་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་སྲིད། མཚོན་བྱ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་  
 པ་སྲིད་པ་དེ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དོན་དང་ཐ་སྙད་གཉིས་ཀ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་  
 གི་མཚན་ཉིད། དོན་སྐྱབ་ཀྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་ལ་དབྱེ་ན། དོན་སྐྱབ་ཀྱི་འབྲས་རང་མ་  
 དམིགས་པའི་རྟལ་ས་ཡང་དག་གསུམ་ལས། མཚན་གཞི་རིམ་པ་ལྟར། ཏུ་བ་ཏུ་ལྡན་ལ་  
 ལ་མེ་ལོང་བར་སྐྱབ་པའི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་འབྲས་རྟལ་ས་ཡང་དག་དང་། བྱས་པ་སྐྱ་མི་རྟལ་  
 པར་སྐྱབ་པའི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་རང་བཞིན་ཀྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་དང་། མེ་མེད་པ་དེ། མཚན་  
 མོའི་རྒྱ་མཚོར་ཏུ་བ་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་མ་དམིགས་པའི་རྟལ་ས་ཡང་དག་  
 ཡིན། གཉིས་པ་ལ་ཡང་གསུམ་ལས། མཚན་གཞི་སྤར་ལྟར་རོ། །

གསུམ་པ་ལ་ཡང་གསུམ་ལས། བྱས་པའི་འབྲས་བུ་དེ། བྱས་པའི་འབྲས་བུ་  
 ལྷུང་པའི་གཟུགས་སྐྱད་ཅིག་མར་སྐྱབ་པའི་དོན་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་ཀྱི་འབྲས་རྟལ་ས་ཡང་  
 དག་དང་། བྱས་པ་དེ། སྐྱ་སྐྱད་ཅིག་མར་སྐྱབ་པའི་དོན་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་ཀྱི་རང་བཞིན་  
 ཀྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་དང་། བྱས་པ་དེ། སྐྱ་སྐྱད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པར་སྐྱབ་  
 པའི་དོན་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་ཀྱི་མ་དམིགས་པའི་རྟལ་ས་ཡང་དག་ཡིན།

བཞི་པ་ལ་ཡང་གསུམ་ལས། མཚན་གཞི་ནི། བྱས་པའི་འབྲས་བུར་ལྷུང་པའི་  
 སྐྱད་ཅིག་མ་དེ། བྱས་པའི་འབྲས་བུར་ལྷུང་པའི་གཟུགས་མི་རྟལ་པར་སྐྱབ་པའི་ཐ་

སྟང་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་ཀྱི་འབྲས་རྟམ་ཡང་དག་དང་། སྟང་ཅིག་མ་དེ། སྐྱ་མི་རྟམ་པར་  
 སྐྱབ་པའི་ཐ་སྟང་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་ཀྱི་རང་བཞིན་ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་དང་། སྟང་ཅིག་  
 མ་དེ་སྐྱ་མི་རྟམ་པ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པར་སྐྱབ་པའི་ཐ་སྟང་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་ཀྱི་མ་  
 དམིགས་པའི་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན།

ལྟ་བུ་ལ་ཡང་གསུམ་ལས། མཚན་གཞི་ནི། དུ་བ་དུ་ལྟན་ལ་ལ་མེ་ལོང་པར་  
 སྐྱབ་པའི་དོན་དང་ཐ་སྟང་གཉིས་ཀ་སྐྱབ་ཀྱི་འབྲས་རྟམ་ཡང་དག་དང་། འུས་པ་སྐྱ་  
 མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་དོན་དང་ཐ་སྟང་གཉིས་ཀ་སྐྱབ་ཀྱི་རང་བཞིན་ཀྱི་རྟམ་ཡང་  
 དག་དང་། མེ་མེད་པ་དེ། མཚན་མའི་རྒྱ་མཚོར་དུ་བ་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་དོན་དང་ཐ་  
 སྟང་གཉིས་ཀ་སྐྱབ་ཀྱི་མ་དམིགས་པའི་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྟེང་།

ཁ་ཅིག་གིས། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་ན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་  
 རྟམ་ཡང་དག་དང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཐ་སྟང་སྐྱབ་ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་གང་རུང་ཡིན་པས་  
 འབྲེལ་ན། འུས་པ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་སྟང་ཅིག་མ་དང་། མི་རྟམ་པ་གཉིས་ཀར་སྐྱབ་  
 པའི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་དང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཐ་སྟང་སྐྱབ་ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་  
 གང་རུང་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྟེང་ཉེ། སྐྱ་སྟང་ཅིག་  
 མར་སྐྱབ་པའི་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྟེང་། ཅ་བར་འདོད་ན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 དང་པོ་ཡང་མ་ཡིན། སྟེ་མ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་སྟེང་། དང་པོ་མ་གྲུབ་ན། འུས་པ་ཚོས་  
 ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་རྟམ་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་འུའི་ཚོས་སུ་བརྒྱུད་བྱ་ཡང་ཡིན།  
 མཚན་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ལོང་པར་ཐལ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་

རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྲིད། འདོད་ན། སྐད་ཅིག་མ་དེ་དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཡོད་  
 པའི་སྲིད། འདོད་ན། བྱས་པ་ཚོས་ཅན། སྐད་ཅིག་མ་དེ། ཁྱོད་ཀྱི་རྟམ་གྱིས་དེ་སྐྱབ་  
 ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྲིད། འདོད་ན།  
 སྐད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་དེ། བྱས་པའི་རྟམ་གྱིས་སྐད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་  
 པ་ལས་ལོག་པ་དང་། མི་རྟམ་པ་གཉིས་ཀར་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་  
 བཟུང་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྲིད། འདོད་ན། མི་རྟམ་པ་དེ་བྱས་པའི་རྟམ་  
 ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 སྲིད། འདོད་ན། བྱས་པ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་སྐད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་དང་།  
 མི་རྟམ་པ་གཉིས་ཀར་སྐྱབ་པའི་དགག་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་  
 ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་གང་ཞིག ཁྱོད་ཀྱི་རྟམ་གྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་  
 ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན། དགག་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་པའི་སྲིད།  
 དང་ལོ་གྲུབ་སྟེ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྲིད། གཉིས་  
 པ་གྲུབ་སྟེ། སྐད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་སྲིད། འདོད་ན། བྱས་  
 པ་ཚོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་སྐྱབ་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྲིད་  
 ཏེ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་གང་ཞིག ཁྱོད་ཀྱི་རྟམ་གྱིས་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་  
 བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན། སྐྱབ་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་པའི་སྲིད།  
 གཉིས་པ་གྲུབ་སྟེ། མི་རྟམ་པ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་སྲིད། ཅ་བར་འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་སྐྱབ་  
 ཀྱི་ཐ་སྐད་སྐྱབ་ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་མ་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། བྱས་པ་ཚོས་ཅན།



ཁྱོད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན།  
 མཚོན་བྱ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཐ་སྟོད་སྐྱབ་  
 ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྱིར། འདོད་ན། མི་རྟག་པ་དེ་དེ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 པའི་སྱིར། འདོད་ན། སྐད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་དེ། བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་  
 སྐྱ་སྐད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་དང་། མི་རྟག་པ་གཉིས་ཀ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་  
 དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་པའི་སྱིར། འདོད་ན།  
 ལྷར་ལྷར་རོ།།

**རྟགས་ཡང་དག་ལ་སྐྱབ་བྱའི་སློ་ནས་དབྱེ་བ་བཤད་པ།**

བཞི་བ་རྟགས་ཡང་དག་ལ་སྐྱབ་བྱའི་སློ་ནས་དབྱེ་ན། དངོས་སྟོབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་  
 དག གྲགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག ཡིད་ཆེས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་དང་གསུམ་ལས།  
 དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གང་ཞིག དེ་སྐྱབ་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་དངོས་སྟོབས་རྗེས་དཔག་  
 ཚད་མར་སོང་བའི་གཞལ་བྱ་ཡིན་པ་དེ། དང་པོའི་མཚན་ཉིད། དེ་གང་ཞིག དེ་སྐྱབ་  
 ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་ཚད་མར་སོང་བའི་གཞལ་བྱ་ཡིན་པ་དེ། གཉིས་  
 པའི་མཚན་ཉིད། དེ་གང་ཞིག དེ་སྐྱབ་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིད་ཆེས་རྗེས་དཔག་ཚད་མར་  
 སོང་བའི་གཞལ་བྱ་ཡིན་པ་དེ། གསུམ་པའི་མཚན་ཉིད། དང་པོ་ལ་དབྱེ་ན། དངོས་  
 སྟོབས་ཀྱི་འབྲས་རང་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་གསུམ་ལས། མཚན་གཞི་  
 རིམ་བ་ལྟར། དུ་བ་དུ་ལྟན་ལ་ལ་མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་འབྲས་རྟགས་

ཡང་དག་དང་། བྱས་པ་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་  
རྟགས་ཡང་དག་དང་། མེ་མེད་པ་དེ། མཚན་མའི་རྒྱ་མཚོར་དུ་བ་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་  
དངོས་སྟོབས་ཀྱི་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན།

གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ལས། མཚན་གཞི་ནི། རྟོག་ཡུལ་ན་ཡོད་པ་དེ། རི་བོང་  
ཅན་རྩ་བ་ཞེས་པའི་སྐྱས་བརྗོད་རུང་དུ་སྐྱབ་པའི་གྲགས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་  
དག་དང་། རྟོག་ཡུལ་ན་ཡོད་པ་དེ། རི་བོང་ཅན་དངོས་དབང་གིས་རྩ་བ་ཞེས་པའི་སྐྱས་  
བརྗོད་རུང་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་པའི་གྲགས་པའི་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན།  
གསུམ་པ་ལ་ཡང་གསུམ་ལས། མཚན་གཞི་རིམ་པ་ལྟར། དབྱེད་གསུམ་གྱི་དག་པའི་  
ལུང་དེ། སྤྱིན་པས་ལོངས་སྟོད་ཞིམས་ཀྱིས་བདེ། །ཞེས་པའི་ལུང་རང་གི་བསྟན་དོན་  
རྟོགས་པའི་ཚད་མ་སྤྲ་མ་སྟོན་དུ་སོང་བར་སྐྱབ་པའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་འབྲས་རྟགས་ཡང་  
དག་དང་། དེ་དེ་འབྲའི་ལུང་རང་གི་བསྟན་བྱའི་དོན་ལ་མི་བསྐྱབ་པར་སྐྱབ་པའི་ཡིད་ཆེས་  
ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་དང་། དེ་དེ་འབྲའི་ལུང་རང་གི་བསྟན་བྱའི་དོན་ལ་  
བསྐྱབ་པ་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་པའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན།

རྟགས་ཡང་དག་ལ་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་འཇུག་ཚུལ་གྱི་སྐོ་ནས་དབྱེ་བ་བཤད་པ།  
ལྟ་བུ་རྟགས་ཡང་དག་ལ། མཐུན་ཕྱོགས་ལ་འཇུག་ཚུལ་གྱི་སྐོ་ནས་དབྱེ་ན། མཐུན་  
ཕྱོགས་ལ་ཁྲབ་བྱེད་དུ་འཇུག་པའི་རྟགས་ཡང་དག་དང་། མཐུན་ཕྱོགས་ལ་རྣམ་གཉིས་  
སུ་འཇུག་པའི་རྟགས་ཡང་དག་གཉིས་ལས། མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཁྲབ་བྱེད་དུ་འཇུག་པའི་

ཚུལ་གསུམ་ཡིན་པ། དང་པོའི་མཚན་ཉིད། མཐུན་ཚོགས་ལ་རྣམ་གཉིས་སུ་འཇུག་  
 པའི་ཚུལ་གསུམ་ཡིན་པ། གཉིས་པའི་མཚན་ཉིད། བྱས་པ་དེ། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་  
 པའི་དང་པོའི་མཚན་གཞི་དང་། བྱས་པའི་བྱེ་བྲག་དེ། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་གཉིས་  
 པའི་མཚན་གཞི་ཡིན།

**རྟགས་ཡང་དག་ལ་ཚོལ་བའི་སྐོ་ནས་དབྱེ་བ་བཤད་པ།**

བྱག་པ་རྟགས་ཡང་དག་ལ་ཚོལ་བའི་སྐོ་ནས་དབྱེ་ན། རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་  
 དག་དང་། གཞན་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གཉིས་ལས། ཁྱོད་སྐྱ་མི་རྟག་པར་  
 སྐྱབ་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཀྱང་ཡིན། ཁྱོད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་བྱེ་  
 ཚོལ་ཡང་དག་མེད་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དེ། ཁྱོད་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་  
 རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། བྱས་པ་སྐྱ་མི་རྟག་པར་  
 སྐྱབ་པའི་རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཏུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གི་དོར། བྱས་པ་  
 སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན། ཁྱོད་སྐྱ་མི་རྟག་  
 པར་སྐྱབ་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཀྱང་ཡིན། ཁྱོད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་  
 པའི་བྱེ་ཚོལ་ཡང་དག་ཡོད་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དེ། ཁྱོད་སྐྱ་མི་རྟག་པར་  
 སྐྱབ་པའི་གཞན་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། བྱས་པ་སྐྱ་མི་  
 རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་གཞན་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན།

ཁ་ཅིག་གིས། བྱས་པ་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་

དག་དང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་གཞན་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གཉིས་ཀ་ཡིན་ཟེར་ན།  
 བྱས་པ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱི་ཚོལ་ཡང་དག་མེད་  
 པར་ཐལ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན།  
 དེ་ཚོས་ཅན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་གཞན་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡང་ཁ་ཅིག་རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་མེད་ཟེར་ན། མི་འཐད་  
 དེ། བྱས་པ་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཏུ་སོང་བའི་  
 ཚེ། བྱས་པ་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། རང་དོན་སྐབས་ཀྱིས་རྟགས་ཡང་དག་ཡོད་པར་ཐལ། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་  
 རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་  
 མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་ན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་  
 ཡང་དག་མ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། མ་གྲུབ་པ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བྱས་པ་སྐྱ་མི་  
 རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཏུ་སོང་བའི་ཚེ། བྱས་པ་ཚོས་  
 ཅན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་  
 ཡང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་  
 ཡང་དག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འཁོར་གསུམ།  
 གཞན་ཡང་། བྱས་པ་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་གཞན་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ།  
 སྐྱ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་སྦྱོར་བ་དེ་གཞན་དོན་སྐབས་ཀྱི་

རྟགས་ཡང་དག་གི་སྒྲིབ་བ་རྣམ་དག་ཡིན་པའི་སྱིད།

དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་སྱི་ཚོལ་ཡང་  
དག་མེད་པའི་ཚོ། བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་སྱི་ཚོལ་ཡང་དག་  
ཡོད་པར་ཐལ། བྱས་པའི་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་  
ཏུ་སོང་བའི་ཚོ། བྱས་བ་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་གཞན་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་  
དག་ཡིན་པའི་སྱིད། འདོད་ན། བྱས་བ་མེད་པའི་ཚོ། བྱས་བ་ཡོད་པར་ཐལ། བྱས་  
པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་སྱི་ཚོལ་ཡང་དག་མེད་པའི་ཚོ། བྱས་པའི་  
རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་སྱི་ཚོལ་ཡང་དག་ཡོད་པའི་སྱིད་ཟེར་ན། མ་ཟུབ་  
སྟེ། བྱས་བ་མེད་པའི་ཚོ། བྱས་བ་ཡོད་པར་ཐལ། བྱས་བ་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་མེད་པའི་ཚོ།  
བྱས་བ་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ཡོད་པའི་སྱིད། ཟུབ་བ་འགྲིག་ རྟགས་སྟེ།

ཁ་ཅིག་གིས། རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་མེད་ཟེར་བ་དང་། བྱས་བ་  
སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཏུ་སོང་བའི་ཚོ། བྱས་བ་  
སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་ཟེར་བ་མི་འཐད་དེ།  
རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡོད་པར་ཐལ། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རང་དོན་  
སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡོད་པའི་སྱིད་ཏེ། བྱས་བ་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རང་  
དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཏུ་སོང་བའི་ཚོ། བྱས་བ་ཡོད་བ་གང་ཞིག དེའི་ཚོ་  
བྱས་བ་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྱིད།  
རྟགས་ཁས། གཞན་ཡང་། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་

དག་ཡོད་པར་ཐལ། བྱས་པ་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་  
 དག་ཏུ་སོང་བ་ཡོད་པའི་སྱིར། བྱས་པ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་  
 ཏུ་སོང་བའི་གང་ཟག་ཡོད་པའི་སྱིར། ཏུ་བ་ཏུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་རང་  
 དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཏུ་སོང་བའི་གང་ཟག་ཡོད་པའི་སྱིར། ཏུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་  
 སྐོང་བའི་གང་ཟག་ཡོད་པའི་སྱིར།

**རྟགས་ཡང་དག་གི་ལོག་ཕྱོགས་གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྐྱང་བཤད་པ།**

གཉིས་པ་རྟགས་ཡང་དག་གི་ལོག་ཕྱོགས་གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྐྱང་བཤད་པ་ལ།  
 མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ། དགག་གཞག་གཉིས་ལས། དང་  
 པོ་ལ། ཁ་ཅིག་གིས། ཚུལ་གསུམ་མ་ཡིན་པ། གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྐྱང་གི་མཚན་ཉིད་  
 ཟེར་ན། མི་འཐད་དེ། གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྐྱང་མེད་པའི་སྱིར་ཏེ། གཞི་གྲུབ་ན་རྟགས་  
 ཡང་དག་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་སྱིར། གཉིས་པ་རང་ལུགས་ནི། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཚུལ་གསུམ་  
 མ་ཡིན་པ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྐྱང་གི་མཚན་ཉིད། གཉིས་པ་དབྱེ་བ་བཤད་  
 པ་ནི། སྱིར་གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྐྱང་མེད་ཀྱང་། གཞི་ལ་སྐྱར་ན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་འགལ་བའི་  
 གཏན་ཚིགས། མ་ངེས་པའི་གཏན་ཚིགས། མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཚིགས་དང་གསུམ།

**དེ་སྐྱབ་ཀྱི་འགལ་བའི་གཏན་ཚིགས་བཤད་པ།**

དང་པོ་ལ། མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ། མཚན་གཞི། སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་རིག་པ་འགོད་པ་དང་བཞི།

དང་པོ་ནི། སྐྱ་རྟག་བར་སྐྱབ་བའི་ཕྱོགས་ཚོས་ཀྱང་ཡིན། སྐྱ་རྟག་བ་མ་ཡིན་བར་སྐྱབ་  
 བའི་རྗེས་ཁྲབ་ཀྱང་ཡིན་བའི་གཞི་མཐུན་བ་དེ། སྐྱ་རྟག་བར་སྐྱབ་བའི་འགལ་རྟགས་ཀྱི་  
 མཚན་ཉིད། གཉིས་བ་དབྱེ་བ་ནི། མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཁྲབ་བྱེད་དུ་འཇུག་བའི་འགལ་  
 རྟགས་དང་། མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་རྣམ་གཉིས་སུ་འཇུག་བའི་འགལ་རྟགས་གཉིས།  
 གསུམ་བ་མཚན་གཞི་ནི། བྱས་བ་སྐྱ་མི་རྟག་བ་མ་ཡིན་བར་སྐྱབ་བའི་མི་མཐུན་  
 ཕྱོགས་ལ་ཁྲབ་བྱེད་དུ་འཇུག་བའི་འགལ་རྟགས་དང་། བྱས་བའི་བྱེ་བྲག་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་  
 མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་རྣམ་གཉིས་སུ་འཇུག་བའི་འགལ་རྟགས་ཡིན། བཞི་བ་སྐྱབ་བྱེད་  
 འགོད་བ་ནི། བྱས་བ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་མི་རྟག་བ་མ་ཡིན་བར་སྐྱབ་བའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་  
 ལ་ཁྲབ་བྱེད་དུ་འཇུག་བའི་འགལ་རྟགས་ཡིན་བར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་འགལ་རྟགས་ཡིན་  
 བར་གང་ཞིག མི་རྟག་བ་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཡིན་བས་ཁྲབ་བའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། བྱས་  
 བའི་བྱེ་བྲག་ཚོས་ཅན། སྐྱ་མི་རྟག་བ་མ་ཡིན་བར་སྐྱབ་བའི་འགལ་རྟགས་ཡིན་བར་  
 ཐལ། སྐྱ་རྟག་བར་སྐྱབ་བའི་འགལ་རྟགས་ཡིན་བའི་ཕྱིར་ཉེ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཕྱོགས་ཚོས་  
 གང་ཞིག ཁྱོད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྗེས་ཁྲབ་བྱེད་ཅི་ལོག་ཏུ་ངེས་བའི་ཕྱིར།

གཞན་ཡང་། དེ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་རྟག་བར་སྐྱབ་བའི་འགལ་རྟགས་ཡིན་བར་  
 ཐལ། སྐྱ་མི་རྟག་བར་སྐྱབ་བའི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་བའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་དེ། སྐྱ་མི་རྟག་  
 བར་སྐྱབ་བའི་འགལ་རྟགས་ཡོད་བར་ཐལ། སྐྱ་རྟག་བར་སྐྱབ་བའི་འགལ་རྟགས་ཡོད་  
 བའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲལ། འདོད་མི་རུས་ཉེ། སྐྱ་མི་རྟག་བར་སྐྱབ་བའི་གཏན་ཚིགས་  
 ལྷང་ལྷང་ཡིན་ན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མ་ངེས་བའི་གཏན་ཚིགས་དང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མ་གྲུབ་བའི་

གཏུ་ཚོགས་གང་རུང་ཡིན་དགོས་པའི་སྲིད།

ཁ་ཅིག་གིས། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཚུལ་གསུམ་ཡོད་ན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་ཡོད་  
 པས་ཁྲབ་ཅེས་ཟེར་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་རྟམ་ཡང་དག་  
 ཡོད་པར་ཐལ། སྐྱ་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་གསུམ་ཡོད་པའི་སྲིད། ཁྲབ་པ་ཁས། མ་  
 བྱལ་ན། དེར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཚོགས་ཚོས་ཡོད་པ་གང་ཞིག དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྗེས་ཁྲབ་  
 ཡོད། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ལྗོགས་ཁྲབ་ཡོད་པའི་སྲིད། དང་པོ་བྱལ་སྟེ། བྱས་པ་དེ་སྐྱ་རྟམ་པར་  
 སྐྱབ་པའི་ཚོགས་ཚོས་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་བྱལ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་  
 ཀྱི་འགལ་རྟམ་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་  
 པའི་སྲིད། གཉིས་པ་བྱལ་སྟེ། ཚོས་དང་སྐད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དེ།  
 སྐྱ་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་རྗེས་ཁྲབ་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་བྱལ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
 ཁྱོད་ཀྱི་རྟམ་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟམ་ཚོས་གཉིས་ལྡན་ཀྱི་མཐུན་དཔེ་ཡང་དག་ཡོད་  
 པ་གང་ཞིག ཁྱོད་སྐྱ་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་ཚོགས་ཁོ་ན་ལ་འགོད་ཚུལ་དང་མཐུན་  
 པར་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་ཚད་མས་ངེས་པའི་སྲིད། དང་པོ་བྱལ་སྟེ། འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ནམ་  
 མཁའ་དེ། ཁྱོད་ཀྱི་རྟམ་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟམ་ཚོས་གཉིས་ལྡན་ཀྱི་མཐུན་དཔེ་ཡང་  
 དག་ཡིན་པའི་སྲིད། གཉིས་པ་བྱལ་སྟེ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མཐུན་ཚོགས་ཁོ་ན་ལ་འགོད་  
 ཚུལ་དང་མཐུན་པར་ཡོད་པའི་སྲིད་ཏེ། རྟམ་པ་ཡིན་པའི་སྲིད། གོང་གི་གསུམ་པ་བྱལ་  
 སྟེ། ཚོས་དང་སྐད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་བྱལ་ན།  
 དེ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་ལྗོགས་ཁྲབ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱི་རྟམ་ཀྱིས་



དེ་སྐབས་ཀྱི་རྟོག་པ་ཚོས་གཉིས་དང་མི་ལྔ་པའི་མི་མཐུན་དཔེ་ཡང་དག་ཡོད། རྟོག་དེ་  
 སྐབས་ཀྱི་མི་མཐུན་སྤྱོད་པ་ལ་མེད་པ་ཁོ་རང་ཚད་མས་ངེས་པའི་སྤྱིར། ཅུ་བར་འདོད་ན།  
 སྐྱོ་ཚོས་ཅན། རྟོག་རྟོག་པར་སྐབས་པའི་རྟོག་པ་ཡང་དག་མེད་པར་ཐལ། རྟོག་རྟོག་པ་མ་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཁོ་རང་དེ། སྐྱོ་རྟོག་པར་སྐབས་པའི་ཚུལ་གསུམ་ཡིན་པ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་  
 སྐབས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཚོས་ཡིན་པ་ཡོད། དེ་སྐབས་ཀྱི་རྟོག་པ་ལྟར་ཡིན་པ་ཡོད། དེ་སྐབས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་  
 ལྟར་ཡིན་པ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན། མ་ལྟར། ལྟར་འགྲིག་ཤེས་པར་བྱའོ།།

**དེ་སྐབས་ཀྱི་མ་ངེས་པའི་གཏུག་ཚིག་པ་བཤད་པ།**

གཉིས་པ་མ་ངེས་པའི་གཏུག་ཚིག་པ་བཤད་པ་ལ། མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས།  
 དང་པོ་ནི། སྐྱོ་རྟོག་པར་སྐབས་པའི་སྤྱོད་པ་ཚོས་ཀྱང་ཡིན། སྐྱོ་རྟོག་པར་སྐབས་པའི་རྟོག་པ་  
 ལྟར་མ་ཡིན་པ་ཡང་ཡིན། སྐྱོ་རྟོག་པ་མ་ཡིན་པར་སྐབས་པའི་རྟོག་པ་ལྟར་མ་ཡིན་པ་ཡང་  
 ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དེ། སྐྱོ་རྟོག་པར་སྐབས་པའི་མ་ངེས་པའི་གཏུག་ཚིག་པ་ཀྱི་  
 མཚན་ཉིད། གཉིས་པ་དབྱེ་བ་ལ། དེ་སྐབས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་ངེས་གཏུག་  
 ཚིག་པ་དང་། དེ་སྐབས་ཀྱི་ཐུན་མོང་པའི་མ་ངེས་པའི་གཏུག་ཚིག་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ།  
 མཚན་ཉིད་དང་། མཚན་གཞི་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། རྟོག་དེ་སྐབས་ཀྱི་མ་ངེས་པའི་  
 གཏུག་ཚིག་པ་གང་ཞིག རྟོག་དེ་སྐབས་པ་ལ་སྤྱོད་པ་ཚོས་ཅན་དུ་སོང་པའི་གང་ཟག་  
 གིས། རྟོག་དེ་སྐབས་ཀྱི་མཐུན་སྤྱོད་པ་ལ་ཡོད་པར་མ་ངེས་པ་ཡང་ཡིན། གང་ཟག་དེས་  
 རྟོག་དེ་སྐབས་ཀྱི་མི་མཐུན་སྤྱོད་པ་ལ་མེད་པར་མ་ངེས་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་

དེ། རྒྱུ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་སྐྱབ་མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་དེས་པའི་གཏུ་ཚིགས་ཡིན་པའི་མཚན་  
 ཉིད། གཉིས་པ་མཚན་གཞི་ནི། མཉན་བྱ། སྐྱ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ། སྐྱའི་སྐྱོག་པ་  
 རྣམས་རེ་རེ་ནས། སྐྱ་རྟོག་པར་སྐྱབ་པའི་སྐྱབ་མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་དེས་པའི་གཏུ་  
 ཚིགས་དང་། སྐྱ་མི་རྟོག་པར་སྐྱབ་པའི་སྐྱབ་མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་དེས་པའི་གཏུ་  
 ཚིགས་གཉིས་ཀ་ཡིན།

གཉིས་པ་སྐྱབ་མོང་བའི་མ་དེས་པའི་གཏུ་ཚིགས་ལ་མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་  
 གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། རྒྱུ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མ་དེས་པའི་གཏུ་ཚིགས་གང་ཞིག རྒྱུ་དེ་  
 སྐྱབ་པ་ལ་སྐྱོག་པ་ཚོས་ཅན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གིས། རྒྱུ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མཐུན་སྐྱོག་པ་  
 ལ་ཡོད་པར་དེས་པ་དང་། གང་ཟག་དེས། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་མཐུན་སྐྱོག་པ་ལ་ཡོད་པར་  
 དེས་པ་གང་རུང་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དེ། རྒྱུ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་སྐྱབ་མོང་བའི་མ་དེས་  
 པའི་གཏུ་ཚིགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། གཉིས་པ་ནི། དེ་ལ་དབྱེ་ན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་  
 མ་དེས་པའི་གཏུ་ཚིགས་དང་། ལྷག་ལྷན་ཀྱི་མ་དེས་པའི་གཏུ་ཚིགས། དེ་གཉིས་  
 གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་མ་དེས་པའི་གཏུ་ཚིགས་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། མཚན་  
 ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས། དང་པོ་ནི། རྒྱུ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མ་དེས་པའི་གཏུ་ཚིགས་གང་  
 ཞིག རྒྱུ་དེ་སྐྱབ་པ་ལ་སྐྱོག་པ་ཚོས་ཅན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གིས། རྒྱུ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་  
 མཐུན་སྐྱོག་པ་དང་། མི་མཐུན་སྐྱོག་པ་གཉིས་ཀ་ལ་ཡོད་པར་དེས་པ་དེ། རྒྱུ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་  
 དངོས་ཀྱི་མ་དེས་པའི་གཏུ་ཚིགས་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། གཉིས་པ་དབྱེ་བ་ནི། དེ་ལ་  
 དབྱེ་ན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མཐུན་སྐྱོག་པ་ལ་ཁྲབ་བྱེད་དང་། མི་མཐུན་སྐྱོག་པ་ལ་ཁྲབ་བྱེད་དུ་

འཇུག་པའི་དངོས་ཀྱི་མ་ངེས་པའི་གཏུན་ཚིགས་དང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མཐུན་སྤྱོད་གསལ་ལ་ཁྲབ་  
 བྱེད་དང་། མི་མཐུན་སྤྱོད་གསལ་ལ་རྣམ་གཉིས་སུ་འཇུག་པའི་དེ་དང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་མཐུན་  
 སྤྱོད་གསལ་ཁྲབ་བྱེད་དང་། མཐུན་སྤྱོད་གསལ་ལ་རྣམ་གཉིས་སུ་འཇུག་པའི་དེ་དང་། དེ་སྐྱབ་  
 ཀྱི་མི་མཐུན་སྤྱོད་གསལ་དང་མཐུན་སྤྱོད་གསལ་གཉིས་ཀ་ལ་རྣམ་གཉིས་སུ་འཇུག་པའི་དེ་དང་  
 བཞི། མཚན་གཞི་རིམ་པ་ལྟར་རི་བོང་རྩ་མེད་དེ། སྐྱ་རྟོག་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་སྤྱོད་གསལ་  
 ལ་ཁྲབ་བྱེད་དང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་མཐུན་སྤྱོད་གསལ་ལ་ཡང་ཁྲབ་བྱེད་དུ་འཇུག་པའི་དངོས་  
 ཀྱི་མ་ངེས་པའི་གཏུན་ཚིགས་དང་། མི་རྟོག་པ་དེ། དུང་སྐྱ་ཚོལ་བྱུང་དུ་སྐྱབ་པའི་མཐུན་  
 སྤྱོད་གསལ་ལ་ཁྲབ་བྱེད་དང་། མི་མཐུན་སྤྱོད་གསལ་ལ་རྣམ་གཉིས་སུ་འཇུག་པའི་དེ་དང་།  
 ཡང་མི་རྟོག་པ་དེ། དུང་སྐྱ་ཚོལ་བྱུང་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་པའི་མི་མཐུན་སྤྱོད་གསལ་ལ་ཁྲབ་  
 བྱེད་དང་། མཐུན་སྤྱོད་གསལ་ལ་རྣམ་གཉིས་སུ་འཇུག་པའི་དེ་དང་། དབང་ཤེས་དེ། ཟླ་བ་  
 གཉིས་སྒྲུང་གི་དབང་ཤེས་མངོན་སུམ་དུ་སྐྱབ་པའི་མཐུན་སྤྱོད་གསལ་དང་མི་མཐུན་སྤྱོད་གསལ་  
 གཉིས་ཀ་ལ་རྣམ་གཉིས་སུ་འཇུག་པའི་དངོས་ཀྱི་མ་ངེས་པའི་གཏུན་ཚིགས་ཡིན།

གཉིས་པ་ལྟོག་ལྟོག་ཀྱི་མ་ངེས་པའི་གཏུན་ཚིགས་ལ་ཡང་། མཚན་ཉིད་དང་།  
 དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཐུན་མོང་བའི་མ་ངེས་པའི་གཏུན་  
 ཚིགས་གང་ཞིག ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་པ་ལ་སྤྱོད་གསལ་ཚོས་ཅན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གིས།  
 ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མཐུན་སྤྱོད་གསལ་ལ་ཡོད་པར་ངེས་ནས། མི་མཐུན་སྤྱོད་གསལ་ལ་ཡོད་མེད་  
 ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ་དང་། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་མཐུན་སྤྱོད་གསལ་ལ་ཡོད་པར་ངེས་ནས། མཐུན་  
 སྤྱོད་གསལ་ཡོད་མེད་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ་གང་རུང་ཡིན་པ་དེ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ལྟོག་ལྟོག་ཀྱི་མ་

ངེས་པའི་གཏུན་ཚིགས་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད།

གཉིས་པ་དབྱེ་བ་ནི། ཡང་དག་ལྷག་ལྷན་གྱི་མ་ངེས་པའི་གཏུན་ཚིགས་དང་།  
 འགལ་བ་ལྷག་ལྷན་གྱི་མ་ངེས་པའི་གཏུན་ཚིགས་གཉིས་ལས། རྒྱུ་དེ་སྐྱབ་གྱི་ལྷག་  
 ལྷན་གྱི་མ་ངེས་པའི་གཏུན་ཚིགས་གང་ཞིག རྒྱུ་དེ་སྐྱབ་པ་ལ་སྤྱོད་མ་ཚུལ་ཅན་དུ་  
 སོང་བའི་གང་ཟག་གིས། རྒྱུ་དེ་སྐྱབ་གྱི་མཐུན་སྤྱོད་མ་ལ་ཡོད་པར་ངེས་ནས། མི་  
 མཐུན་སྤྱོད་མ་ལ་ཡོད་མེད་ཐེ་ཚོམ་བ་བ་དེ། རྒྱུ་དེ་སྐྱབ་གྱི་ཡང་དག་ལྷག་ལྷན་གྱི་མ་  
 ངེས་པའི་གཏུན་ཚིགས་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། རྒྱུ་དེ་སྐྱབ་གྱི་ལྷག་ལྷན་གྱི་མ་ངེས་  
 པའི་གཏུན་ཚིགས་གང་ཞིག རྒྱུ་དེ་སྐྱབ་པ་ལ་སྤྱོད་མ་ཚུལ་ཅན་དུ་སོང་བའི་གང་  
 ཟག་གིས། རྒྱུ་དེ་སྐྱབ་གྱི་མི་མཐུན་སྤྱོད་མ་ལ་ཡོད་པར་ངེས་ནས། མཐུན་སྤྱོད་མ་  
 ཡོད་མེད་ཐེ་ཚོམ་བ་བ་དེ། རྒྱུ་དེ་སྐྱབ་གྱི་འགལ་བ་ལྷག་ལྷན་གྱི་མ་ངེས་པའི་གཏུན་  
 ཚིགས་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་རིམ་པ་ལྟར། དག་སྐྱབ་བ་དེ། གུན་མཁུན་ལ་  
 ཐེ་ཚོམ་བ་བའི་གང་ཟག་གི་དོར། དག་སྐྱབ་པའི་སྐྱེས་བུ། གུན་མཁུན་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་  
 པའི་དང་པོ་དང་། ཡང་དེ་དེའི་དོར་དག་སྐྱབ་པའི་སྐྱེས་བུ་གུན་མཁུན་དུ་སྐྱབ་པའི་གཉིས་  
 པ་ཡིན། གསུམ་པ་དེ་གཉིས་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་སྐྱབ་མོང་བའི་མ་ངེས་པའི་གཏུན་  
 ཚིགས་ལ་ཡང་། མཚན་ཉིད་དང་། མཚན་གཞི་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། རྒྱུ་དེ་སྐྱབ་  
 གྱི་སྐྱབ་མོང་བའི་མ་ངེས་པའི་གཏུན་ཚིགས་གང་ཞིག རྒྱུ་དེ་སྐྱབ་ལ་སྤྱོད་མ་ཚུལ་  
 ཅན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གིས། རྒྱུ་དེ་སྐྱབ་གྱི་མཐུན་སྤྱོད་མ་ལ་ཡོད་པར་ངེས་  
 པ་དང་། རྒྱུ་དེ་སྐྱབ་གྱི་མི་མཐུན་སྤྱོད་མ་ལ་ཡོད་པར་ངེས་པ་གང་རུང་ཡིན་པ་



ཚོ། དེ་སྐབ་ཀྱི་དང་པོ་དང་། རི་བོང་རྩ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་  
 བཀོད་པའི་ཚོ། དེ་སྐབ་ཀྱི་གཉིས་པ་དང་། སྐྱ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། མི་རྟག་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། ཞེས་བཀོད་པའི་ཚོ། དེ་སྐབ་ཀྱི་གསུམ་པ་དང་། སྐྱ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ།  
 སྐྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བཀོད་པའི་ཚོ། དེ་སྐབ་ཀྱི་བཞི་པ་དང་། སྐྱ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་ཡིན་  
 ཏེ། བྱས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བཀོད་པའི་ཚོ། དེ་སྐབ་ཀྱི་ལྔ་པ་དང་། སྐྱ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་  
 སྟེ། མིག་ཤེས་ཀྱིས་བཟུང་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བཀོད་པའི་ཚོ། དེ་སྐབ་ཀྱི་དྲུག་པ་  
 དང་། ལྡོན་ཤིང་ཚོས་ཅན། སེམས་ལྡན་ཡིན་ཏེ། མཚན་མོ་ལོ་མ་ཁུམ་ནས་ཉལ་བའི་  
 ཕྱིར། ཞེས་བཀོད་པའི་ཚོ། དེ་སྐབ་ཀྱི་བདུན་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་སྟོ་ལ་སྟོས་ནས་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཚིགས་ལ། རྟགས་ཀྱི་དོ་བོ་ལ་ཐེ་  
 ཚོ་མ་ཐོས་ནས་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཚིགས། ཚོས་ཅན་ཀྱི་དོ་བོ་ལ་ཐེ་ཚོ་མ་ཐོས་ནས་མ་  
 གྲུབ་པའི་གཏན་ཚིགས། གཞི་རྟགས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་ལ་ཐེ་ཚོ་མ་ཐོས་ནས་མ་གྲུབ་པའི་  
 གཏན་ཚིགས། ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་མེད་ནས་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཚིགས་དང་བཞི།  
 མཚན་གཞི་རིམ་པ་ལྟར། ལ་ཟ་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གི་དོར། སྐྱ་ཚོས་  
 ཅན། མི་རྟག་སྟེ། ལ་ཟ་ཚད་མས་གཞལ་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བཀོད་པའི་ཚོ། དེ་  
 སྐབ་ཀྱི་དང་པོ་དང་། རི་བོང་རྩ་ཚོས་ཅན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་དོར། རི་བོང་རྩ་དབྱེད་ས་  
 ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བཀོད་པའི་ཚོ། དེ་སྐབ་ཀྱི་གཉིས་པ་དང་།  
 མ་གྲུབ་པའི་ལོད་མ་ཤེས་པའི་གང་ཟག་གི་དོར། རི་སྐལ་གསུམ་ཀྱི་དབྱེད་ས་མ་ན་ཚོས་  
 ཅན། མ་གྲུབ་པའི་དེ། མ་གྲུབ་སྐྱོ་སྐྱོགས་པ་ལོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བཀོད་པའི་ཚོ། དེ་སྐབ་

ཀྱི་གསུམ་བ་དང་། དབལ་ལྡན་ཚོས་གྲགས་ཀྱི་དོར། སྐྱ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་  
བའི་ཕྱིར། ཞེས་བཀོད་བའི་ཚོ། དེ་སྐབས་ཀྱི་བཞི་བ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་བ་ཚོལ་བ་ལ་ལྟོས་ནས་མ་གྲུབ་བའི་གཏན་ཚིགས་ལ། སྐྱ་ཚོལ་ལ་ལྟོས་  
ནས་མ་གྲུབ་བའི་གཏན་ཚིགས། ཕྱི་ཚོལ་ལ་ལྟོས་ནས་མ་གྲུབ་བའི་གཏན་ཚིགས། སྐྱ་  
ཚོལ་ཕྱི་ཚོལ་གཉིས་ཀ་ལ་ལྟོས་ནས་མ་གྲུབ་བའི་གཏན་ཚིགས་དང་གསུམ་ལས།  
མཚན་གཞི་རིམ་བ་ལྟར། གངས་ཅན་བས་སངས་རྒྱས་བའི་དོར། སྐྱ་ཚོས་ཅན།  
སེམས་མེད་ཡིན་ཏེ། སྐྱེ་འཇིག་ཅན་ཡིན་བའི་ཕྱིར། ཞེས་བཀོད་བའི་ཚོ། དེ་སྐབས་ཀྱི་  
དང་པོ་དང་། གཅེར་བྱ་བས། སངས་རྒྱས་བའི་དོར། ལྡོན་ཤིང་ཚོས་ཅན། སེམས་ལྡན་  
ཡིན་ཏེ། རྟུན་བ་བལྟས་ན་འཆི་བའི་ཕྱིར། ཞེས་བཀོད་བའི་ཚོ། དེ་སྐབས་ཀྱི་གཉིས་བ་  
དང་། སྐྱ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། མིག་ཤེས་ཀྱིས་བརྩུང་བྱ་ཡིན་བའི་ཕྱིར། ཞེས་བཀོད་  
བའི་ཚོ། དེ་སྐབས་ཀྱི་གསུམ་བ་ཡིན་ནོ། །

**རྟགས་དབེ་ཕྱོགས་གསུམ་གྱི་སྐྱོན་ཡོན་བཤད་པ།**

གསུམ་བ་རྟགས་དབེ་ཕྱོགས་གསུམ་གྱི་སྐྱོན་ཡོན་བཤད་བ་པ། རྟགས་ཀྱི་སྐྱོན། དབེའི་  
སྐྱོན། ཕྱོགས་ཀྱི་སྐྱོན། རྟགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན། དབེའི་ཡོན་ཏན། ཕྱོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་  
དྲུག་ལས། དེ་རྣམས་སོ་སོའི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི། སྐབས་བྱེད་ཀྱི་རིགས་བ་འགོད་  
པ། ཚེད་བ་སྐྱོང་བ་དང་བཞི། དང་པོ་ནི། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐབས་བའི་རྟགས་སྐྱོན་ཅན་གྱི་  
འཇོག་བྱེད། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐབས་བའི་རྟགས་སྐྱོན་གྱི་མཚན་ཉིད། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐབས་

བའི་རྟགས་སུ་བཀོད་བ་གང་ཞིག ལྷ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་བའི་ཚུལ་གསུམ་མ་ཡིན་པར་  
 དམིགས་བ་དེ་དེ་ཡིན། དེ་སྐྱབ་བ་ནི། དེ་ཚོས་ཅན། ལྷ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་བའི་རྟགས་  
 ལྷོན་ཡིན་པར་ཐལ། ལྷ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་བའི་རྟགས་ལྷོན་ཅན་གྱི་འདོག་གྲེད་ཡིན་  
 བའི་ཕྱིར་ཉེ། ལྷ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་བའི་རྟགས་ལྷོན་ཅན་གྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 ལྷ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་བའི་ཕྱོགས་ཚོས་མ་ཡིན་པ། ལྷ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་བའི་རྗེས་ཀྱི་  
 མ་ཡིན་པ། ལྷ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་བའི་སྡོག་ཀྱི་མ་ཡིན་པ་རྣམས་རེ་རེ་ནས་ལྷ་མི་རྟག་  
 པར་སྐྱབ་བའི་རྟགས་ལྷོན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། གལ་ཏེ་ཡིན་ན། དེ་རྣམས་རེ་རེ་ཚོས་  
 ཅན། ལྷ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་བའི་རྟགས་ལྷོན་ཅན་གྱི་འདོག་གྲེད་ཡིན་པར་ཐལ། ལྷ་མི་  
 རྟག་པར་སྐྱབ་བའི་རྟགས་ལྷོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་རྣམས་ཚོས་ཅན། ལྷ་མི་  
 རྟག་པར་སྐྱབ་བའི་རྟགས་ལྷོན་ཅན་གྱི་མཚན་ཉིད་དེ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་ན། གཞལ་བྱ་ཚོས་ཅན། ལྷ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་བའི་ཕྱོགས་ཚོས་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། ལྷ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་བའི་རྟགས་ལྷོན་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། ལྷ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་  
 བའི་རྟགས་ལྷོན་ལྷོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་སྤྲ། འདོད་མི་རུས་ཉེ། ལྷ་མི་རྟག་པར་  
 ལྷོན་ཅན་གྱི་འདོག་གྲེད། ལྷ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་བའི་དཔེ་སྐྱོན་གྱི་མཚན་ཉིད།

ལྷ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་བའི་དཔེར་བཟུང་བ་གང་ཞིག ལྷ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་བའི་  
 དཔེ་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་དང་མི་ལྡན་བ་དེ་དེ་ཡིན། ལྷོན་གྲེད་ནི། དེ་ཚོས་ཅན། ལྷ་  
 མི་རྟག་པར་སྐྱབ་བའི་དཔེ་སྐྱོན་ཡིན་ཉེ། ལྷ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་བའི་དཔེ་སྐྱོན་ཅན་གྱི་



མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྲིད། ལྷ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་དཔེ་སྐྱོན་ཅན་གྱི་འཛོག་  
 བྱེད། ལྷ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་དཔེ་སྐྱོན་གྱི་མཚན་ཉིད། ལྷ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་  
 པའི་མཐུན་དཔེར་བཟུང་བ་གང་ཞིག ལྷ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་དཔེ་ཡང་དག་  
 གི་མཚན་ཉིད་དང་མི་ལྡན་པ་དེ་དེ་ཡིན། ལྷ་བ་བྱེད་ནི། དེ་ཚོས་ཅན། ལྷ་མི་རྟམ་པར་  
 ལྷ་བ་པའི་མཐུན་དཔེའི་སྐྱོན་ཡིན་ཏེ། ལྷ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་དཔེ་སྐྱོན་ཅན་གྱི་  
 འཛོག་བྱེད་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། ལྷ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་དཔེ་སྐྱོན་ཅན་གྱི་མཚན་  
 ཉིད་ཡིན་པའི་སྲིད། ལྷ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་སྐྱོན་གྱི་འཛོག་བྱེད་དམ། ལྷ་མི་  
 རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་སྐྱོན་གྱི་མཚན་ཉིད་ནི་མེད་དེ། ལྷ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་  
 ཕྱོགས་སྐྱོན་ཅན་མེད་པའི་སྲིད་ཏེ། ལྷ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་སྐྱར་སྐྱང་མེད་  
 པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། ལྷ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་སྐྱར་སྐྱང་མེད་པར་ཐལ། ལྷ་  
 མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་ཡིན་ན། ལྷ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་ཡང་དག་ཡིན་  
 དགོས་པའི་སྲིད། ལྷ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ན། ལྷ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་  
 པའི་བསྐྱབ་བྱ་ཡང་དག་ཡིན་དགོས་པའི་སྲིད། རྟམ་གས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཅན་གྱི་འཛོག་བྱེད་  
 དམ། རྟམ་གས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་མཚན་ཉིད་ནི། ཚུལ་གསུམ་ཡིན་པར་དམིགས་པ་དེ་དེ་  
 ཡིན། ལྷ་བ་བྱེད་ནི། དེ་ཚོས་ཅན། རྟམ་གས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་ཏེ། རྟམ་གས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཅན་  
 གྱི་འཛོག་བྱེད་ཡིན་པའི་སྲིད། ལྷ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་རྟམ་གས་ཡོན་ཏན་ཅན་དང་། ལྷ་  
 མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་རྟམ་གས་ཡང་དག་དོན་གཅིག དེས་གཞན་རྣམས་ལ་རིགས་འདྲ།  
 ལྷ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་དཔེའི་ཡོན་ཏན་ཅན་གྱི་འཛོག་བྱེད། ལྷ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་

དཔེའི་ཡོན་ཏན་གྱི་མཚན་ཉིད། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་དཔེར་བརྒྱུང་བ་གང་  
 ཞིག་ སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་དཔེ་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་དེ་དེ་ཡིན།  
 སྐྱབ་བྱེད་རིགས་འདྲ།

སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་སྐྱོན་གསུམ་ཡོན་ཏན་ཅན་གྱི་འཛོག་བྱེད། སྐྱ་མི་རྟག་པར་  
 སྐྱབ་པའི་སྐྱོན་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་མཚན་ཉིད། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་སྐྱོན་གསུམ་སྐྱ་  
 བརྒྱུང་བ་ཡང་ཡིན། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་སྐྱོན་གསུམ་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་དང་  
 ལྡན་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དེ་དེ་ཡིན། སྐྱོན་གསུམ་ཡང་དག་དུ་སོང་བ་ཡང་ཡིན།  
 སྐྱོན་གསུམ་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དེ། སྐྱོན་གསུམ་  
 ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན་གཉིས་ལས། རང་དོན་སྐྱོན་གསུམ་ཡང་དག་གི་  
 འཛོག་བྱེད། རང་དོན་སྐྱོན་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་མཚན་ཉིད། སྐྱོན་གསུམ་ཡང་དག་གྱུང་ཡིན།  
 རོ་བོ་དོན་སོགས་ཚོས་ལྡ་མ་ཚང་བ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དེ་དེ་ཡིན། གཞན་  
 དོན་སྐྱོན་གསུམ་ཡང་དག་གི་འཛོག་བྱེད། གཞན་དོན་སྐྱོན་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་མཚན་ཉིད།  
 སྐྱོན་གསུམ་ཡང་དག་གྱུང་ཡིན། རོ་བོ་དོན་སོགས་ཚོས་ལྡ་མ་ཚང་བ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་  
 མཐུན་པ་དེ་དེ་ཡིན།

བཞི་པ་རྩོད་སྐྱོང་བ་ལ། ཁོ་ན་རེ། རྟོགས་དཔེ་སྐྱོན་གསུམ་གསུམ་གྱི་སྐྱོན་ཡོད་པར་  
 ཐལ། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རྟོགས་དཔེ་སྐྱོན་གསུམ་གསུམ་གྱི་སྐྱོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་  
 བ། མི་འཐད་དེ། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རྟོགས་དཔེའི་སྐྱོན་ཡོད་ཀྱང་། སྐྱ་མི་རྟག་  
 པར་སྐྱབ་པའི་སྐྱོན་གསུམ་སྐྱོན་མེད་པའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་རེ། གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྐྱང་ཡོད་པར་

ཐལ། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྤང་ཡོད་པའི་སྲིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲལ།  
 ཁྱོད་གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྤང་དུ་སོང་བའི་སྲོར་བ་ཡོད་ན། ཁྱོད་གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྤང་  
 ཡིན་པས་ཁྲལ་པར་ཐལ། ཁྱོད་རྟགས་ཡང་དག་དུ་སོང་བའི་སྲོར་བ་ཡོད་ན། ཁྱོད་  
 རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པས་ཁྲལ་པའི་སྲིར། ཁྲལ་བ་དོན་གྱིས་སོང་།

བྱས་པ་ལ། ཁོ་ན་དེ། སྐྱ་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་སྲོལ་ཅན་ཡོད་པར་ཐལ། རྟག་  
 པ་དེ། སྐྱ་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་སྲོལ་ཅན་ཡིན་པའི་སྲིར་ཏེ། རྟག་པ་དེ། སྐྱ་རྟག་  
 པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་ལྟར་སྤང་ཡིན་པའི་སྲིར། མ་གྲལ་ན། རྟག་པ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་རྟག་  
 པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་ལྟར་སྤང་ཡིན་པར་ཐལ། སྐྱ་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་བཏགས་  
 པ་བ་ཡིན་པའི་སྲིར་ཟེར་ན་མ་ཁྲལ། ཟེར་འགྲོ་སྟེ། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ན། རྟག་པ་ཚོས་ཅན།  
 སྐྱ་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་སུ་བརྒྱང་བ་ཡང་ཡིན། སྐྱ་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་ཡང་  
 དག་གི་མཚན་ཉིད་དང་མི་ལྡན་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐྱ་རྟག་  
 པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་ལྟར་སྤང་ཡིན་པའི་སྲིར། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་རྟག་པར་  
 སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་སུ་བརྒྱང་བར་ཐལ། འདོད་པའི་སྲིར། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་རྟག་  
 པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་ཡིན་པར་ཐལ། སྐྱ་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་སུ་བརྒྱང་བའི་སྲིར།  
 འདོད་ན། མི་རྟག་པ་དེ། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 སྲིར། འདོད་ན། སྐྱ་དེ་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྲིར།  
 འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེ་གཉིས་ཀ་ལ་འདོད་མི་བུས་ཏེ། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་སྲི་  
 ཚོལ་ཡང་དག་གིས། སྐྱ་དང་མི་རྟག་པ་གཉིས་ཀ་ཚོགས་པའི་སྲིར། ཁྲལ་སྟེ། སྲི་དོན་

རྒྱ་གར་རྒྱ་གར་སོ། །ཚེད་གཞི་སྐྱ་ལྷ་བྱ་ཚེས་ཅན། རྒྱ་གར་མཚན་ཉིད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 བྱི་ཚོལ་གྱིས་བསྐྱབ་བྱ་མ་གྲུབ་པའི་སྐྱ་ལྷ་བྱ་བྱ་བ་ཟེན་པའི་བྱིར། ཞེས་སྐྱ་མི་ཉག་པར་  
 སྐྱབ་པའི་བྱི་ཚོལ་ཡང་དག་གིས་ཚོགས་ན། སྐྱ་མི་ཉག་པར་སྐྱབ་པའི་རྒྱ་གར་མ་ཡིན་  
 པས་ཁྱབ་པ་བཤད་པའི་བྱིར། དེ་བཞིན་དུ་གཞན་ལ་ཡང་རྒྱ་གར་འགྲེལ། །

གཞན་ཡང་། ཉག་པ་ཚེས་ཅན། སྐྱ་ཉག་པར་སྐྱབ་པའི་རྒྱ་གར་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། སྐྱ་ཉག་པར་སྐྱབ་པའི་རྒྱ་གར་བཏགས་པ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། མ་གྲུབ་ན། ཉག་  
 པ་དེ་སྐྱ་ཉག་པར་སྐྱབ་པའི་རྒྱ་གར་བཏགས་པ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། མི་ཉག་པ་དེ། སྐྱ་མི་  
 ཉག་པར་སྐྱབ་པའི་རྒྱ་གར་བཏགས་པ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཏེ། སྐྱ་དང་མི་ཉག་པ་གཉིས་  
 རེ་རེ་ནས་སྐྱ་མི་ཉག་པར་སྐྱབ་པའི་རྒྱ་གར་བཏགས་པ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། མ་གྲུབ་  
 བ། སྐྱ་དང་མི་ཉག་པ་གཉིས་རེ་རེ་ནས་སྐྱ་མི་ཉག་པར་སྐྱབ་པའི་རྒྱ་གར་བཏགས་པ་  
 བ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་རེ་རེ་ནས་སྐྱ་མི་ཉག་པར་སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་བཏགས་  
 པ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཏེ། ཚད་མ་ཀུན་བཏུས་ལས། ཉག་པ་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་ཚོགས་པ་  
 ཉིད། །ཡིན་བྱིར་ཚེས་དང་ཚེས་ཅན་དག །གཙོ་བོ་མིན་པར་རྒྱ་གར་པའི་བྱིར། །སྐྱབ་  
 བྱ་ཉིད་དུ་འདོགས་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་ཉག་པར་རྒྱ་གར་བོད་  
 རོན་གསལ་བའི་མེ་མོང་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་སྐྱར་ནས་བྱ་ཚང་རང་གི་བཙུན་བཞག་ཏུ་  
 གནང་བའི་འཇམ་དབྱངས་མཚོགས་ལྷ་འོད་ཟེར་གྱི་གསུང་རྒྱན་དེ་ཉིད་ལས་ཆེར་གཞིར་  
 བཞག། །བར་དང་མཐུག་ནས་དགོས་ངེས་མེད་པ་འགའ་ཞིག་དོར་ཏེ། མཐུག་ཏུ་  
 དགོས་ངེས་གྱི་ཆ་འགའ་ཞིག་ལ་ལུང་རྒྱ་གར་ཅུང་ཟད་གྱིས་བརྒྱན་ནས། བྱང་ཅེ་ཐོས་

བསམ་གྱིང་གི་སྒྲ་ཐོག་བཙུང་བ་སྒོ་བཟང་བསྟན་བཞེས་བྱ་བས་རང་གི་སྒོ་བ་བྱ་  
དོན་གཉེར་ཅན་མང་པོ་ལ་ཕན་དོན་དུ་བསྐྱེགས་པའོ། །འདིར་མི་གསལ་བའི་གལ་ཆེ་  
བ་འགའ་ཞིག་འདི་གའི་ཟུར་རྒྱན་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་བལྟས་ནས་ཤེས་པར་བྱའོ། །།

སྐྱམ་པ། རིགས་པའི་དབང་ལྷན་ཕྱོགས་སྒྲུང་ཚོས་གྲགས་ཀྱི། །མདོ་དང་སྡེ་  
བདུན་གཞུང་གི་དགོངས་པའི་དོན། །མ་ཞོར་མ་འདྲེས་རི་བཞིན་བརྗོད་པ་ཡིས། །ཀུན་  
མཁུན་དགོ་འདུན་གྲུབ་དང་མཚུངས་པར་ཤོག། །སྡོན་བྱོན་མཁས་པའི་དྲིན་ལས་  
རྟགས་རིགས་ཀྱི། །ཚིག་དོན་ཤེས་ནས་ལེགས་ཆ་བསྐྱེགས་པ་འདི། །དགའ་ལྡན་  
མཁས་མང་བྱང་ཅེ་གྲུ་ཚང་དུ། །རྣམ་དཔྱོད་མི་དམན་སྒོ་བཟང་བསྟན་བས་ལུལ། །དགོ་  
བས་དབལ་ལྡན་ཐོས་བསམ་གྱིང་བ་ཡི། །མཁས་མང་འདུས་སྡེ་སྲིད་མཐར་རྒྱས་པ་  
དང་། །བདག་དང་ཕ་མས་གཙོ་བྱས་འགྲོ་བ་ཀུན། །རྣམ་འདྲེན་རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་  
སྐྱར་ཐོབ་ཤོག། །།

༡༡། །མཁས་གྲུབ་སྦྱོར་བ་དང་རྒྱས་ཀྱིས་མཛད་པའི་རྟམ་རིགས་  
 ལུང་རྒྱ་རྫོགས་ལ་གཞོན་ཅུའི་ཡིད་འཕྲོག་དགའ་  
 ལྟར་ཅེས་བྲུ་བ་བཞུགས་སོ།།

ལྷ་མ་དང་རིགས་པའི་དབང་སྤྲུག་ཡབ་སྲས་གཉིས་ལ་སྤྲུག་འཆའ་ལོ། །སྦྱོགས་ཚོས་  
 དེ་ཆས་བྲུབ་པ་ཡི། །གཏན་ཚིགས་དེ་ནི་རྣམ་གསུམ་ཉིད། །མེད་ན་མི་འབྱུང་ངེས་  
 ཕྱིར་རོ། །གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྤྲུང་དེ་ལས་གཞན། །ཞེས་པའི་གཞུང་ཚོས་ཅན། ཚད་  
 མ་ཀུན་བཏུས་ལས། རྗེས་དཔག་རྣམ་གཉིས་རང་དོན་ནི། །རྩལ་གསུམ་རྟམ་ལས་  
 དོན་མཐོང་ཡིན། །ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་ལས་འཕྲོས་པར་ཐལ། འཕྲོས་རྩལ་གཞུང་  
 འདིའི་སྐབས་སུ། རང་གི་རྟམ་དུ་གྱུར་པའི་རྟམ་ཡང་དག་བཞེད་པ་ལ་བརྟམ་ནས་  
 སྦྱེས་ཤིང་རང་གི་གཞལ་བྲུ་སློག་གྱུར་ལ་གསར་དུ་མི་བསྐྱུ་བའི་ཞེན་རིག་དེ། རང་ཉིད་  
 རང་དོན་རྗེས་དཔག་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད་དུ་བསྟན་པ་ལ།

ཁོ་ན་དེ། འོ་ན་རྟམ་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་འཆད་རྩལ་དེ། ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་  
 བ། དེའི་ལན་དེ་ཉིད་སློན་པར་བྱེད་པ་ལ་གཞུང་འདི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར།

རྟམ་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ།

འདིའི་སྐབས་སུ་རྩལ་གསུམ་ཡིན་པ། རྟམ་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་དུ་བསྟན་པ་ལ།  
 ཁ་ཅིག་གཞུང་འདིས་རྩལ་གསུམ་ག་དངོས་སུ་བསྟན་ཟེར་བ་མི་འཐད་དེ། གཞུང་

འདིས་སྒྲིག་པ་ཚེས་དང་། རྗེས་ཀྱི་སྒྲིག་པ་དངོས་སུ་བསྟན་ཞིང་། སྒྲིག་པ་ལྷན་པ་ལ་བསྟན་པའི་སྒྲིག་པ་ཉེ། འདི་གའི་ཐད་ཀྱི་སྒྲིག་པ་དོན་ལས། སྒྲིག་པ་ཚེས་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་  
རྟོགས་པ་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་བསྟན་ན། བསྟན་ཚུལ་དེ་རི་ལྷོ་ཡིན་ཞེ་ན། གཞུང་ལུགས་  
ཡོད་དེ། སྒྲིག་པ་ཚེས་ཞེས་པས་སྒྲིག་པ་ཚེས་དངོས་སུ་བསྟན། དེ་ཚས་ཀྱི་ཚེས་པས་  
རྗེས་ཀྱི་སྒྲིག་པ་དངོས་སུ་བསྟན་ཞིང་སྒྲིག་པ་ལྷན་པ་ལ་བསྟན་ནས་ཚུལ་གསུམ་ཡིན་པ་  
རྟོགས་པ་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་དུ་བསྟན་པའི་སྒྲིག་པ། ཞེས་གསུངས་པའི་སྒྲིག་པ། གཏུ་  
ཚེས་ཞེས་སོགས་ལྷན་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་ཚུལ་ཡོད་དེ། དེ་རྣམས་ཀྱི་རྟོགས་  
ཡང་དག་གི་གངས་པེས་དང་། གངས་པེས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། རྟོགས་པ་ཡང་དག་གི་  
སྒྲིག་པ་སྒྲིག་པ་གཏུ་ཚེས་ལྷན་པ་རྣམས་བསྟན་པའི་སྒྲིག་པ་ཉེ། ལྷན་པ་ལྷན་པ་ལ་  
ལས། ཚེས་སུ་བཅད་པ་འདིས་ནི། རྟོགས་པ་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་དང་། གངས་  
པེས་དང་། པེས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། མི་མཐུན་སྒྲིག་པ་དེ་ལས་སྒྲིག་པ་བཞུགས་དེ། ཞེས་  
གསུངས་པའི་སྒྲིག་པ། དེ་ཡང་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་རྣམ་གསུམ་ཉིད་ཅེས་པས་རྟོགས་པ་ཡང་དག་  
ལ་འབྲས་པེས་པེས་དམིགས་པའི་རྟོགས་པ་ཡང་དག་གསུམ་དུ་གངས་པེས་པེས་བསྟན།  
མེད་ན་མི་འབྲས་པེས་སྒྲིག་པ་དོ། །ཞེས་པས་རྟོགས་པ་ཡང་དག་དེ་ལ་གསུམ་དུ་གངས་  
པེས་ཉེ། རྟོགས་པ་ཡང་དག་གི་རྟོགས་པ་ཚེས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་དེ་ལ་བདག་གཅིག་འབྲེལ་དང་།  
དེ་བྱུང་འབྲེལ་གཉིས་སུ་གངས་པེས་པའི་སྒྲིག་པ། འོ་ན། བསྟན་བཅོས་འདིར་དང་སོར་  
རང་དོན་རྗེས་དཔག་བཞུགས། དེའི་མཚན་ཉིད་དང་དབྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་སོར་མི་  
འཆད་པར་རྟོགས་པ་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་དང་དབྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་སོར་འཆད་

བའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཞེ་ན། དེ་ཡོད་དེ། རང་དོན་རྗེས་དཔག་གི་རྟེན་དུ་གྱུར་བའི་རྟགས་  
 ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་འདོད་ཚུལ་ལ། ཚུལ་གཅིག་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་  
 དུ་འདོད་པ་དང་། ཚུལ་བཞི་དང་དུག་ལ་སོགས་པ་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་དུ་  
 འདོད་པའི་ལོག་རྟོག་དུ་མ་མཐོང་ནས་རྟེན་རྟགས་ཡང་དག་གི་ལོག་རྟོག་བསལ་ན་  
 བརྟེན་པ་རྗེས་དཔག་དེ་འབད་མེད་དུ་འགྲུབ་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དེ་ལྟར་བསྟན་པའི་  
 ཕྱིར་ཏེ། རྒྱ་སྒྲོའི་འགྲེལ་བ་ལས། གལ་ཏེ་རྗེས་སུ་དཔག་པ་རྣམ་པར་གཞག་པར་བྱ་  
 བ་ཡིན་ན། ཅིའི་ཕྱིར་ཕྱོགས་ཚོས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གཏན་ཚིགས་ཁོ་ན་རྣམ་  
 པར་གཞག་ཅེ་ན། དེ་ནི། ཉེས་པ་མེད་དོ། །གཏན་ཚིགས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པའི་སློ་ཁོ་  
 བས་དེ་རྣམ་པར་གཞག་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

འོ་ན། ལེགས་དང་པོར་རྟགས་ཡང་དག་གི་རྣམ་གཞག་འཆད་ཚུལ་གང་ཞེ་ན།  
 འདི་ལ་རྗེས་དཔག་གི་རྟེན་གཏན་ཚིགས་བཤད་པ་དང་། ལོག་རྟོག་སྟོན་པའི་རྟགས་  
 སུ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཕྱོགས་ཚོས་དེ་ཆས་བྲུབ་པ་ཡི། །ཞེས་པ་ནས། མི་  
 དམིགས་པས་ནི་མི་འགྲུབ་པོ། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་འཆད། གཉིས་པ་ནི། རིག་བྱེད་  
 ཚད་མ་དང་ནི་འགས་བྱེད་སྟེ། །ཞེས་སོགས་སྟོན་གཅིག་གིས་འཆད་པའི་ཕྱིར།

**བཏགས་མིང་དང་དངོས་མིང་དུ་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ།**

འདིར་འཐའ་དབྱེད་པ་ལ། ཁ་ཅིག་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་དང་པོ་འཆད་པའི་  
 སྐབས་ཀྱི་ཕྱོགས་ཞེས་པའི་སྐྱ་དེ། སྐྱ་དང་མི་རྟག་པའི་ཚོགས་དོན་ལ་དངོས་མིང་དུ་



འཇུག་སྐྱ་ལ་བཏགས་མིང་དུ་འཇུག་མི་རྟག་པ་ལ་ཡང་བཏགས་མིང་དུ་འཇུག་ཟེར་  
 བ། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་ཞེས་པའི་སྐྱ་དེ། སྐྱ་དང་མི་རྟག་པའི་ཚོགས་དོན་  
 ལ་དངོས་མིང་དུ་འཇུག་ཅིང་། སྐྱ་དང་མི་རྟག་པ་རེ་རེ་ལ་བཏགས་མིང་དུ་འཇུག་པར་  
 ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་སྐྱ་དང་མི་རྟག་པའི་ཚོགས་དོན་  
 གྱི་དངོས་མིང་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་དེ་ལ་དངོས་མིང་དུ་འཇུག་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་  
 ཚོས་ཅན། ཁྱོད་སྐྱ་དང་མི་རྟག་པའི་ཚོགས་དོན་གྱི་སྐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མིང་ཡིན་  
 པར་ཐལ། ཁྱོད་སྐྱ་དང་མི་རྟག་པའི་ཚོགས་དོན་གྱི་དངོས་མིང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྐྱ་མི་  
 རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་ཚོས་ཚོས་ཅན། སྐྱ་དང་མི་རྟག་པའི་ཚོགས་དོན་ཡིན་པར་  
 ཐལ། ཁྱོད་ཅེས་པའི་སྐྱ་དེ་སྐྱ་དང་མི་རྟག་པའི་ཚོགས་དོན་གྱི་སྐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་  
 མིང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་སྐྱ་དང་མི་རྟག་པའི་ཚོགས་དོན་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། རྟག་པས་སྐྱོ་བཏགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། སྐྱ་མི་  
 རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་རྟག་པས་སྐྱོ་བཏགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། སྐྱ་མི་རྟག་པར་  
 སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་རྟག་པས་སྐྱོ་བཏགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ།  
 སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རྟགས་ཚོས་དོན་གསུམ་ག་སྐྱོ་བཏགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྣམ་  
 འགྲེལ་ལས། ཚོས་དང་ཚོས་ཅན་རྣམས་བཏགས་པ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

གཞན་ཡང་། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་ཞེས་པའི་སྐྱ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་  
 སྐྱའི་བཏགས་མིང་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་སྐྱ་ལ་བཏགས་མིང་དུ་འཇུག་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
 བ། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་དང་སྐྱའི་གཞི་མཐུན་མི་སྲིད་པར་ཐལ། སྐྱ་མི་རྟག་

བར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་ཞེས་པའི་སྐྱ་དེ་སྐྱའི་བཏགས་མིང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་ཁས།  
 རྒྱབ་སྟེ། ཚད་མ་ཀུན་བཏུས་ལས། བཏགས་པའི་ཕྱིར་དང་མི་སྲིད་ཕྱིར། །འབངས་ལ་  
 རྒྱལ་པོར་བཏགས་པ་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། བོང་དུ་འདོད་ན། དེ་སྲིད་པར་  
 ཐལ། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་། སྐྱའི་གཞི་མཐུན་སྲིད་པའི་ཕྱིར་ཉེ། དེ་  
 འདྲའི་གཞི་མཐུན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། མི་རྟག་པས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་སྐྱ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པ་  
 གང་ཞིག་སྐྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། མི་རྟག་པས་ཁྱད་པར་བྱས་  
 པའི་སྐྱ་དང་། སྐྱས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་མི་རྟག་པ་གཉིས་ཀ་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་  
 བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། སྐྱ་དང་མི་རྟག་པའི་ཚོགས་དོན་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་  
 བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ དེ་ཡིན་ན། དེ་གཉིས་ཀ་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་  
 བྱ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་གྲུབ་སྟེ། ཚད་མ་ཀུན་བཏུས་ལས། རྟགས་ཀྱི་བསྐྱབ་  
 བྱ་ཚོགས་པ་ཉིད། །ཡིན་ཕྱིར་ཚོས་དང་ཚོས་ཅན་དག། །གཙོ་བོ་མིན་ཡང་ཕྱོགས་  
 གཅིག་ཕྱིར། །བསྐྱབ་བྱ་ཉིད་དུ་འདོགས་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་  
 པ་གྲུབ་སྟེ། ཚད་མ་རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཚོགས་པ་བསྐྱབ་བྱ་ཉིད་ཡིན་ནའང། །གཉིས་  
 པོ་ཕན་ཚུན་ཁྱད་པར་ཅན། །བསྐྱབ་བྱ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

ཁོ་ན་རེ། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་ཞེས་པའི་སྐྱ་དེ་སྐྱ་དང་མི་རྟག་པའི་  
 ཚོགས་དོན་ལ་དངོས་མིང་དུ་འཇུག་པར་ཐལ། རིགས་གཉེར་ལས། ཕྱོགས་ནི་ཚོས་  
 དང་ཚོས་ཅན་གྱི། །ཚོགས་པ་བརྗོད་ལ་དངོས་མིང་ཡིན། །དེ་ཡི་ཕྱོགས་རེས་ཟེན་པའི་

སྲིད། །ཡ་གྲུལ་གཉིས་ལ་བཏགས་ནས་འཇུག། །ཅེས་གསུངས་པའི་སྲིད། ཟེར་ན་མ་  
 ལྷུ་ཉེ། ལུང་དེ་ནི། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་ཞེས་པའི་སྐྱ་དེ། སྐྱ་དང་མི་རྟག་  
 པའི་ཚོགས་དོན་ལ་དངོས་སུ་འཇུག་ཅིང་། སྐྱ་དང་མི་རྟག་པ་གཉིས་ལ་བཏགས་ནས་  
 འཇུག་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་པའི་སྲིད།

ཡང་ཁོ་ན་རེ། ཀ་བུམ་གཉིས་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཅེས་པའི་སྐྱ་དེ་ཁྱོད་ཀྱི་དངོས་མིང་  
 ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་གཞི་གྲུབ་པའི་སྲིད། འདོད་ན། ཀ་བུམ་གཉིས་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་  
 ཅེས་པའི་སྐྱ་ལ་བརྟེན་ནས་ཁྱོད་སྐྱུ་མོང་མ་ཡིན་པར་གོ་བུས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 སྲིད། འདོད་ན། ཀ་བུམ་གཉིས་ཚོས་ཅན། ཀ་བུམ་གཉིས་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཅེས་  
 པའི་སྐྱ་ལ་བརྟེན་ནས་ཀ་བུམ་གཉིས་སྐྱུ་མོང་མ་ཡིན་པར་གོ་བུས་པའི་སྲིད། ཟེར་ན་  
 མི་མཚུངས་ཉེ། འོ་ན། ཁོ་རང་ལ། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་ཡིན་པ་མེད་པར་  
 ཐལ། ཀ་བུམ་གཉིས་ཡིན་པ་མེད་པའི་སྲིད། རིགས་པ་མཚུངས་སོ། །

ཡང་ཁོ་ན་རེ། མཚན་ཉིད་ཚོས་ཅན། མཚན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཅེས་པའི་  
 སྐྱ་ལ་བརྟེན་ནས་མཚན་ཉིད་སྐྱུ་མོང་མ་ཡིན་པར་གོ་བུས་པའི་སྲིད། ཟེར་ན་ཡང་མི་  
 མཚུངས་སོ། །མ་གྲུབ་ན། མཚན་ཉིད་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཅེས་པའི་སྐྱ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 ཁྱོད་སྐྱུ་མོང་མ་ཡིན་པར་གནས་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཅེས་པའི་སྐྱ་དེ་ཁྱོད་ཀྱི་དངོས་མིང་  
 ཡིན་པའི་སྲིད།

### དེ་སྐྱབ་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་བཤད་པ།

ཁ་ཅིག་སྐྱ་མི་རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་ཕྱོགས་དེ་སྐྱ་མི་རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་ཕྱོགས་ཡིན་ཟེར་  
 བ། སྐྱ་མི་རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་རྟམས་ཡང་དག་སྐྱ་མི་རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་རྟམས་ཡང་  
 དག་ཡིན་བར་ཐལ། འདོད་བའི་སྲིར། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་ཁྱོད་ཡིན་བར་ཐལ།  
 ཁྱོད་སྐྱ་མི་རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་རྟམས་ཡང་དག་ཡིན་བའི་སྲིར། རྟམས་ཁས། འདོད་ན།  
 དེ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་མི་རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་ཕྱོགས་ཚོས་ཡིན་བར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟམས་  
 ཡང་དག་ཡིན་བའི་སྲིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་ཡིན་བའི་  
 སྲིར། ལྷབ་སྟེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཚོས་ཅན་གཏན་ཚིགས་དངོས་གྱུར་ནི། །ཤེས་བྱེད་  
 ཉིད་དུ་མ་གྱུབ་སྲིར། །ཞེས་གསུངས་བའི་སྲིར། གཞན་ཡང་། སྐྱ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་མི་རྟམ་  
 བར་སྐྱབ་བའི་རྟམས་ཡང་དག་མ་ཡིན་བར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་གཏན་ཚིགས་ལྟར་སྐྱར་  
 ཡིན་བའི་སྲིར་ཏེ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མ་གྱུབ་བའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་བའི་སྲིར། དེར་ཐལ། དེ་  
 སྐྱབ་ཀྱི་གཞི་རྟམས་ཐ་དད་མེད་ནས་མ་གྱུབ་བའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་བའི་སྲིར། གཞན་  
 ཡང་། དེ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་མི་རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་ཕྱོགས་ཚོས་མ་ཡིན་བར་ཐལ། སྐྱ་མི་  
 རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་མ་གྱུབ་བའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་བའི་སྲིར། རྟམས་བསྐྱབས་ཟེན།  
 ལྷབ་བ་ཡོད་དེ། སྐྱ་མི་རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་མ་དེས་བའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་ན། དེ་སྐྱབ་  
 ཀྱི་ཕྱོགས་ཚོས་ཡིན་བས་ལྷབ་ཀྱང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མ་གྱུབ་བའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་ན།  
 དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཕྱོགས་ཚོས་མ་ཡིན་དགོས་བའི་སྲིར། དེས་ན། སྐྱ་མི་རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་

བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་དང་བསྐྱབ་བྱ་གཉིས་འགལ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། མི་རྟམ་བ་ལྟ་བུ་སྐྱ་མི་  
 རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཡིན་ཡང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
 ཏེ། དེ་སྐྱ་མི་རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་སྤྱི་ཚོལ་ཡང་དག་གིས་གྲུབ་ཟིན་པའི་སྤྱིར།

གཞན་ཡང་། མི་རྟམ་བ་དེ། བྱས་པའི་རྟམས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་  
 བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐྱ་མི་རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། རྟམས་  
 ཁས། འདོད་ན། དེ་སྤྱེ་ལྟན་ཀྱི་རྟམས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེ་སྤྱེ་ལྟན་རྟམས་སུ་བཞོད་ཅིང་། བྱམ་བ་  
 མཐུན་དཔེར་བཟུང་ནས་སྐྱ་མི་རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། མི་རྟམ་བ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་མི་རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་སྤྱི་ཚོལ་ཀྱིས་མ་  
 གྲུབ་པར་ཐལ། སྤྱེ་ལྟན་ཀྱི་རྟམས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར། ཁྱབ་སྤེ། སྤྱེ་ལྟན་ཀྱི་རྟམས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ན།  
 སྐྱ་མི་རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་བསྐྱབ་བྱ་མ་གྲུབ་པའི་སྤྱ་རོལ་དུ་ཁྱོད་དང་བྱམ་བ་གཉིས་སྤྱེ་  
 ལྟན་དུ་ཚོས་མཐུན་པར་སྐྱ་མི་རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་སྤྱི་ཚོལ་ཀྱིས་མ་གྲུབ་དགོས་པའི་  
 སྤྱིར་ཏེ། ཚད་མ་ཀུན་བཏུས་ལས། ཚོས་བསྐྱབ་བྱ་ན་ཚོས་མཐུན་མེད། །ཅེས་བ་དང་།  
 དའི་དོན་འགྲེལ་བ་ན་སྤྱི་དོན་རིགས་རྒྱན་ལས། མི་རྟམ་བ་ཚོས་ཅན། སྤྱི་ཚོལ་ཀྱིས་  
 མ་གྲུབ་པར་ཐལ། སྐྱ་མི་རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། སྐྱ་མི་  
 རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་བསྐྱབ་བྱ་མ་གྲུབ་པའི་སྤྱ་རོལ་དུ་ཁྱོད་དང་བྱམ་བ་གཉིས་སྤྱེ་ལྟན་དུ་  
 ཚོས་མཐུན་པར་སྤྱི་ཚོལ་ཀྱིས་མ་གྲུབ་པར་ཐལ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། ཞོང་

དུ་འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་སྤྱི་ཚོལ་གྱིས་བྱུབ་པར་ཐལ། སྐྱ་  
 མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་སྤྱི་ཚོལ་གྱིས་རྟོགས་པའི་སྤྱིར། སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་  
 བའི་ཚོས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དེ་བཞིན་དུ། སྐྱ་དེ་ཡང་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་སྐྱབ་པའི་སྤྱིར་དུ་རྟམས་ཡང་དག་བཞོད་པ་དོན་མེད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། ཚད་མ་ཀུན་  
 བརྟམ་ལས། ཚོས་ཅན་བསྐྱབ་བྱ་རྟམས་དོན་མེད། །ཅེས་པ་དང་། དེའི་དོན་འགྲེལ་བ་  
 བ་རིགས་རྒྱན་ལས། སྐྱ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་མིན་པར་ཐལ།  
 ཁྱོད་བསྐྱབ་པའི་སྤྱིར་དུ་རྟམས་བཞོད་པ་དོན་མེད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། ཁྱོད་སྤྱི་ཚོལ་གྱིས་  
 བྱུབ་ཟིན་མ་བརྗེད་པའི་སྤྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།

གཞན་ཡང་། སྐྱ་དང་མི་རྟམ་པ་གཉིས་དེ་དེ་ནས་སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་  
 བྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བའི་ཚོས་དང་། སྐྱ་མི་རྟམ་པར་  
 སྐྱབ་པའི་ཚོས་ཅན་གང་རུང་ཡིན་ན། སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་མ་ཡིན་དགོས་  
 པའི་སྤྱིར་ཏེ། ཚད་མ་ཀུན་བརྟམ་ལས། ཚོས་དང་ཚོས་ཅན་བསྐྱབ་བྱ་མིན། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་སྤྱིར། དེས་ན། བྱས་པ་དང་གཅིག་ཡིན་ན། སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་  
 རྟམས་ཡང་དག་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཀྱང་། དེ་ཡིན་ན། བྱས་པ་དང་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའི་སྐྱ་  
 མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་རྟམས་ཡང་དག་མ་ཡིན་པས་ཁྱབ་སྟེ། བྱས་པ་དང་གཅིག་ཏུ་གྱུར་  
 པའི་སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་རྟམས་ཡང་དག་མེད་པའི་སྤྱིར། བྱས་པ་དང་གཅིག་ཏུ་  
 གྱུར་པའི་སྐྱ་མེད་པའི་སྤྱིར་དང་། སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་རྟམས་ཡིན་ན། བྱས་པ་དང་  
 ཐ་དད་དུ་གྱུར་པའི་སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་རྟམས་ཡང་དག་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར།

ཁ་ཅིག་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་སྤྱི་ཚོལ་ཡང་དག་ཡིན་ན། སྐྱ་བྱས་པ་དང་  
 བྱས་ན་མི་རྟག་པ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པ་ཚད་མས་ངེས་ཤིང་། སྐྱ་མི་རྟག་པ་ལ་ཤེས་འདོད་  
 ལྷགས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། སྐྱ་བྱས་པ་དང་བྱས་ན་མི་རྟག་པ་ཡིན་  
 པས་ཁྲབ་པ་ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་སྤྱི་ཚོལ་ཡང་དག་  
 ཡིན་ན་དེ་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར། རྟགས་ཁས། འདོད་ན། སྐྱ་བྱས་པ་དང་བྱས་ན་མི་  
 རྟག་པ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པ་ཚོས་ཅན། བྱོད་ཡོད་པར་ཐལ། བྱོད་ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་  
 ཟག་ཡོད་པའི་སྤྱིར། རྟགས་ཁས། འདོད་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་པ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། སྐྱ་བྱས་པ་དང་བྱས་པའི་སྤྱིར། ཁྲབ་པ་ཁས། མ་གྲུབ་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་  
 བྱས་པ་དང་བྱས་པར་ཐལ། སྐྱ་བྱས་པ་དང་བྱས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། སྐྱ་བྱས་པ་དང་མི་  
 རྟག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། སྐྱ་མི་རྟག་པ་དང་མི་རྟག་  
 པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཉེ། སྐྱ་མི་རྟག་པ་དང་མི་རྟག་པ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ།  
 སྐྱ་མི་རྟག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཅ་བར་འདོད་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་པ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། རྟག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེས་ན་བྱས་པ་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་  
 པར་སྐྱབ་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་བྱས་པ་ལ། ཁོ་ན་རེ། བྱས་པ་བྱས་པའི་རྟགས་  
 ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཏུ་བཞོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར།  
 འདོད་ན། བྱས་པ་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རྟགས་སུ་འགོད་  
 མཁན་གྱི་གང་ཟག་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན། དེ་གཉིས་ཀ་ལ་འདོད་བྱས་  
 པ་ལ་ཁོ་ན་རེ། དཔལ་ལྷན་ཚོས་གྲགས་ཀྱི་བྱས་པ་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་

བར་སྐྱབ་པའི་རྟགས་སུ་བཀོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྲིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་ན།  
 དཔལ་ལྡན་ཚོས་གྲགས་ཀྱི་བྱས་པ་ཚོས་ཅན། བྱས་པའི་སྲོག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱས་  
 པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རྟགས་སུ་བཀོད་པའི་སྲིར། རྟགས་ཁས།  
 འདོད་མི་རུས་ཏེ། བྱས་པའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པའི་སྲིར་ཏེ། ཁྱོད་བྱས་པ་ཡིན། ཁྱོད་བྱས་  
 པ་དང་བདག་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ། ཁྱོད་མིན་ཞིང་བྱས་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དུ་  
 མ་གྲུབ་པའི་སྲིར། རྟགས་སྐྱ། དེས་ན། དཔལ་ལྡན་ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པས་བྱས་པ་བྱས་  
 པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རྟགས་སུ་བཀོད་ཀྱང་། དཔལ་ལྡན་ཚོས་  
 གྲགས་ཀྱི་དེ་དེ་ལྟར་མ་བཀོད་ཅེས་ཁས་ལེན་དགོས་སོ། །

དེ་ཡང་སྐྱ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་སྲིར་ཞེས་པའི་རྟགས་སྐྱོར་འདི།  
 བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་སྲི་ཚོལ་ཡང་དག་གི་དོར་རྟགས་སྐྱོར་  
 རྣམ་དག་ཡིན་གྱི། དཔལ་ལྡན་ཚོས་གྲགས་ཀྱི་དོར་རྟགས་སྐྱོར་རྣམ་དག་མ་ཡིན་  
 ཏེ། དཔལ་ལྡན་ཚོས་གྲགས་ཀྱི་དོར་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་  
 རྟགས་སྐྱོར་རྣམ་དག་མེད་པའི་སྲིར་ཏེ། དཔལ་ལྡན་ཚོས་གྲགས་ཀྱི་དོར་བྱས་པ་སྐྱ་  
 མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རྟགས་ཡང་དག་མ་ཡིན་པའི་སྲིར་ཏེ། དཔལ་ལྡན་ཚོས་གྲགས་  
 ཀྱི་དོར་བྱས་པ་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་པའི་སྲིར་ཏེ།  
 དེའི་དོར་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་མེད་  
 པའི་སྲིར་ཏེ། དཔལ་ལྡན་ཚོས་གྲགས་ཀྱིས་སྐྱ་རྟག་མི་རྟག་ལ་ཐེ་ཚོམ་མི་བ་བའི་སྲིར་  
 ཏེ། དཔལ་ལྡན་ཚོས་གྲགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་ཤེས་ཟེན་མ་བརྗེད་པ་ཡིན་པའི་སྲིར།



མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། དཔལ་ལྷན་ཚོས་གྲགས་སྒྲུ་མི་རྟམ་པར་སྒྲུབ་པའི་སྤྱོད་ཡང་  
 དག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཁོ་ན་རེ། དཔལ་ལྷན་ཚོས་གྲགས་ཀྱི་ངོར་རྟམ་ཡང་དག་ཡོད་  
 པར་ཐལ། དེས་རྟམ་ཡང་དག་ཁས་ལེན་པའི་སྤྱིར། ཟེར་ན་མ་ཁྲུབ། གཞི་གྲུབ་ན།  
 དཔལ་ལྷན་ཚོས་གྲགས་ཀྱིས་རྟོགས་པས་ཁྲུབ།

གྲུས་པ་ལ་ཁོ་ན་རེ། གཞི་གྲུབ་ན། དཔལ་ལྷན་ཚོས་གྲགས་ཀྱི་ཚད་མས་རྟོགས་  
 པས་ཁྲུབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན། འདོད་གྲུས་པ་ལ། གཞི་གྲུབ་ན། དཔལ་  
 ལྷན་ཚོས་གྲགས་ཀྱི་ཁྱོད་ཚད་མས་རྟོགས་པས་ཁྲུབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར་ན་མ་  
 ཁྲུབ། འདོད་ན། ལྷོག་པ་ཡང་ཡིན། དཔལ་ལྷན་ཚོས་གྲགས་དང་ཐ་དད་ཀྱང་ཡིན་པའི་  
 གཞི་མཐུན་པ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། ཁྲུབ་པ་ཁས། རྟམ་གྲུབ་སྟེ། དེ་ཡོད་  
 པའི་སྤྱིར་ཉེ། ཤེས་བྱ་དེ་དེ་འདྲ་བའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། ཤེས་  
 བྱ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དང་པོ་གང་ཞིག གཉིས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དང་པོ་མ་གྲུབ་  
 ན། ལྷོག་པ་ཡིན་པ་མེད་པར་ཐལ། ཤེས་བྱ་དེ་ལྷོག་པ་མ་ཡིན་པ་གང་ཞིག གཞན་ལ་  
 ཡང་མཚུངས་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཡིན་ན། ལྷོག་པ་མ་ཡིན་  
 པས་ཁྲུབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེ་ཡིན་ན། གཅིག་མ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་  
 པར་ཐལ་ལོ། །

ཁ་ཅིག སྒྲུ་མི་རྟམ་པར་སྒྲུབ་པའི་སྤྱོད་ཡང་དག་ཡིན་ན། སྒྲུ་རྟམ་མི་རྟམ་ཐེ་  
 ཚོམ་མ་ཟ་བའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་ཁྲུབ། སྒྲུ་རྟམ་མི་རྟམ་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བའི་གང་ཟག་ཡིན་  
 ན། སྒྲུ་མི་རྟམ་པར་ཚད་མས་མ་རྟོགས་པས་ཁྲུབ་ཟེར་ན། གྲུས་པའི་རྟམ་ཀྱིས་སྒྲུ་མི་

རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་སྤྱི་ཚོལ་ཡང་དག་ཚེས་ཅན། སྐྱ་མི་རྟམ་བར་ཚད་མས་མ་རྟོགས་  
 བར་ཐལ། སྐྱ་རྟམ་མི་རྟམ་ཐེ་ཚོམ་བ་བའི་གང་བཟག་ཡིན་བའི་སྤྱིར་ཏེ། སྐྱ་མི་རྟམ་བར་  
 སྐྱབ་བའི་སྤྱི་ཚོལ་ཡང་དག་ཡིན་བའི་སྤྱིར། རྩུབ་བ་ཁས། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་  
 མི་རྟམ་བར་ཚད་མས་རྟོགས་བར་ཐལ། སྐྱ་མི་རྟམ་བར་ཚད་མས་གཞལ་བའི་སྤྱིར།  
 མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། སྐྱ་མི་རྟམ་བར་ཚད་མའི་གཞལ་བྱ་ཡིན་བའི་སྤྱིར།  
 མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་མི་རྟམ་བར་གཞལ་བྱ་མ་ཡིན་བར་ཐལ། སྐྱ་མི་རྟམ་བར་  
 ཚད་མའི་གཞལ་བྱ་མ་ཡིན་བའི་སྤྱིར། རྟམས་ཁས། འདོད་མི་བུས་ཏེ། སྐྱ་མི་རྟམ་བར་  
 ཡོད་བ་ཡིན་བའི་སྤྱིར་ཏེ། སྐྱ་མི་རྟམ་བ་ཡིན་བའི་སྤྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་  
 མི་རྟམ་བར་ཚད་མས་རྟོགས་བར་ཐལ། སྐྱ་མི་རྟམ་བར་རྣམ་མཁུའི་གྱིས་རྟོགས་བའི་  
 སྤྱིར། ཁ་ཅིག་ སྐྱ་མི་རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་སྤྱི་ཚོལ་ཡང་དག་གི་སྐྱ་མི་རྟམ་བར་ཚད་མས་  
 མ་ངེས་ཟེར་ན། དེ་ཚོས་ཅན། རྩོད་ཀྱི་སྐྱ་མི་རྟམ་བར་ཚད་མས་ངེས་བར་ཐལ། རྩོད་  
 ཀྱི་ངག་མི་རྟམ་བར་ཚད་མས་ངེས་བའི་སྤྱིར་ཏེ། རྩོད་ཀྱི་ངག་མི་རྟམ་བ་ཡིན་བའི་སྤྱིར།  
 ཁོ་ན་རེ། དེ་ཚོས་ཅན། རྩོད་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟམ་བར་ངེས་བར་ཐལ། རྩོད་ཀྱི་སྐྱ་  
 མི་རྟམ་བར་ཚད་མས་ངེས་བའི་སྤྱིར། ཟེར་ན། མ་འཁྲུག་ རྟམས་གྲུབ་སྟེ། རྩོད་ཀྱི་སྐྱ་  
 མི་རྟམ་བར་རྣམ་མཁུའི་གྱིས་ངེས་བའི་སྤྱིར། ཅ་བར་འདོད་མི་བུས་ཏེ། རྩོད་སྐྱ་རྟམ་  
 མི་རྟམ་ཐེ་ཚོམ་བ་བའི་གང་བཟག་ཡིན་བའི་སྤྱིར། གཞན་ཡང་སྐྱ་མི་རྟམ་བར་སྐྱབ་བའི་  
 སྤྱི་ཚོལ་ཡང་དག་གི་སྐྱ་མི་རྟམ་བར་ཚད་མས་ངེས་བར་ཐལ། ངག་མི་རྟམ་བར་སྐྱབ་  
 བའི་སྤྱི་ཚོལ་ཡང་དག་གི་ངག་མི་རྟམ་བར་ཚད་མས་ངེས་བའི་སྤྱིར་ཏེ། གཞལ་བྱ་

ཚད་མས་མ་ངེས་པའི་གང་ཟག་གི་གཞལ་བྱ་ཚད་མས་ངེས་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་  
འདྲའི་གང་ཟག་གི་གཞལ་བྱ་ཚོས་ཅན། ཚད་མས་ངེས་པར་ཐལ། ཚད་མས་རྟོགས་  
པའི་ཕྱིར་ཉེ། གཞི་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། དེས་ན། གཞི་གྲུབ་ན། རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པས་  
ཁྲབ་བྱས་པ་ལ།

ཁོ་ན་རེ། གཞི་གྲུབ་ན། ཚུལ་གསུམ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་ན། གཞི་གྲུབ་ན་རྗེས་ཁྲབ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
ན། གཞི་གྲུབ་ན། ཁྲབ་པ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རྟག་  
པ་ཡིན་པའི་ཁྲབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། རྟག་པ་ཡིན་ན་ཁྲབ་པ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར་  
ཉེ། གཞི་གྲུབ་ན། ཁྲབ་པ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རྟག་པ་ཡིན་པའི་ཁྲབ་པ་  
ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཡོད་ན། ཁྱོད་ཡོད་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རི་བོང་  
རྩ་ཚོས་ཅན། རྟག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟག་པ་ཡིན་པའི་ཁྲབ་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་  
ན། དེ་ཚོས་ཅན། རྟག་པ་ཡིན་པའི་ཁྲབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། རྟག་པ་ཡིན་པའི་རྗེས་ཁྲབ་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཉེ། རྟག་པ་ཡིན་པའི་ཚུལ་གསུམ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ།  
རྟག་པ་ཡིན་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། རི་བོང་གི་རྩ་ཚོས་ཅན།  
རྟགས་ཡང་དག་མེད་པར་ཐལ། རྟག་པ་ཡིན་པའི་རྟགས་ཡང་དག་མེད་པ་གང་ཞིག་  
དངོས་པོ་ཡིན་པའི་རྟགས་ཡང་དག་མེད་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་ཁས། གཉིས་པ་མ་གྲུབ་ན།  
རི་བོང་རྩ་ཚོས་ཅན། དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཚུལ་གསུམ་ཡོད་པར་ཐལ། དངོས་པོ་ཡིན་  
པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དངོས་པོ་ཡིན་པའི་རྗེས་

ལྷབ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དངོས་སོ་ཡིན་པའི་ལྷབ་  
 པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དངོས་སོ་ཡིན་པའི་ལྷབ་པ་ཚོས་ཅན།  
 རྟོད་ཡོད་ན། རྟོད་ཡོད་པར་ཐལ། རྟོད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ལོང་དུ་འདོད་ན། རི་བོང་གི་  
 རྩ་ཚོས་ཅན། རྟགས་ཡང་དག་ཡོད་པར་ཐལ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 དེས་ན་རྟག་པ་ཡིན་པའི་ལྷབ་པ་ཡོད་ན། རྟག་པ་ཡིན་པའི་ལྷབ་པ་ཡོད་ཀྱང་། རྟག་པ་  
 ཡིན་པའི་ལྷབ་པ་ཡོད་ན། རྟག་པ་ཡིན་པས་མ་ལྷབ། ཅེས་ཁས་ལེན་དགོས་ཏེ། དངོས་  
 སོ་ཡིན་པའི་ལྷབ་པ་སོགས་ལ་ཡང་སྲ་མ་དང་རིགས་འབྲ་བའི་ཕྱིར།

ཡང་ཁོ་ན་རེ། བྱས་པ་ཚོས་ཅན། རྟོད་རྟོད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་  
 པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། རྟོད་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རྟགས་ཡང་དག་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བྱས་པ་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་  
 རྟགས་ཡང་དག་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར་ན་མ་ལྷབ། འདོད་ན། བྱས་པ་བྱས་  
 པའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཚུལ་གསུམ་ཡོད་པར་ཐལ། བྱས་པ་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱི་  
 དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བྱས་པ་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་  
 དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྗེས་ལྷབ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བྱས་པ་བྱས་པའི་  
 རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྗེས་ལྷབ་བྱུབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བྱས་པ་  
 བྱས་ན། མི་རྟག་པ་ཡིན་པས་ལྷབ་པར་ཐལ། བྱས་པ་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་  
 རྗེས་ལྷབ་བྱུབ་པའི་ཕྱིར། ལྷབ་སྟེ། བྱས་པ་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་  
 པའི་རྗེས་ལྷབ་སྟོང་བའི་ཚེ་བྱས་པ་བྱས་ན། མི་རྟག་པ་ཡིན་པས་ལྷབ་པ་སྟོང་རིགས་

བའི་ཕྱིར་ཉེ། བྱས་བའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་བར་སྐྱབ་བའི་རྗེས་ཁྱབ་སྐྱོང་བའི་ཚོ།  
 བྱས་ན་མི་རྟག་བས་ཁྱབ་བ་སྐྱོང་རིགས་བའི་ཕྱིར། དེ་ལ་ཡང་ཁྱབ་བ་ཡོད་དེ། བྱས་  
 བའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་བར་སྐྱབ་བའི་ཚེ་སྐྱ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་བའི་ཕྱིར།  
 ཞེས་སྐྱབ་བ་བཞེན་དུ། བྱས་བ་བྱས་བའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་བར་སྐྱབ་བའི་ཚེ་ན་  
 ཡང་སྐྱ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་བ་བྱས་བའི་ཕྱིར། ཞེས་སྐྱབ་དགོས་བའི་ཕྱིར་ཉེ།  
 བྱས་བ་བྱས་བའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་བར་སྐྱབ་ཚུལ་ཡོད་བའི་ཕྱིར། གོང་དུ་འདོད་  
 བ། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་བ་ཡིན་བར་ཐལ། བྱས་བ་བྱས་བའི་ཕྱིར། ཁྱབ་བ་  
 ཁས། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། བྱས་བ་བྱས་བ་ཡིན་བར་ཐལ། བྱས་བ་སྐྱེས་བ་ཡིན་  
 བའི་ཕྱིར་ཉེ། བྱས་བ་དངོས་པོ་ཡིན་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་  
 ཡིན་བའི་ཕྱིར།

ཁོ་ན་རེ། བྱས་བ་བྱས་བའི་རྟགས་ཀྱི་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་བ་ཡོད་  
 བར་ཐལ། བྱས་བ་བྱས་བའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་བར་ཡོད་  
 བའི་ཕྱིར། ཟེར་ན་མ་ཁྱབ། མ་གྲུབ་ན། བྱས་བ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་བྱས་བའི་རྟགས་ཀྱིས་  
 དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་བར་ཡོད་བར་ཐལ། ཁྱོད་བྱས་བའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་  
 སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་བའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཁྱོད་ཀྱི་རྟགས་  
 ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་བར་ཐལ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་  
 བའི་ཕྱིར། གོང་དུ་འདོད་ན། བྱས་བ་བྱས་བའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་  
 དག་ཡིན་བ་སྲིད་བའི་ཤེས་བྱ་ཡིན་བར་ཐལ། བྱས་བ་བྱས་བའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་

གྱི་རྟོགས་ཡང་དག་ཡིན་པ་ཤེས་བྱ་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། བྱས་པ་བྱས་པའི་རྟོགས་གྱིས་  
 དེ་སྐྱབ་གྱི་རྟོགས་ཡང་དག་ཡིན་པ་ཡོད་པའི་སྲིད། རྟོགས་ཁས། གོང་དུ་ཐུབ་པ་ཡོད་  
 དེ། ཤེས་བྱ་ཡིན་ན། སྲིད་པའི་ཤེས་བྱ་ཡིན་དགོས་པའི་སྲིད་ཏེ། མི་སྲིད་པའི་ཤེས་  
 བྱ་མེད་པའི་སྲིད། ཅ་བར་འདོད་ན། བྱས་པ་བྱས་པའི་རྟོགས་གྱིས་སྐྱ་མི་རྟོག་པར་  
 སྐྱབ་པའི་རྟོགས་ཡང་དག་ཡོད་པར་ཐལ། བྱས་པ་བྱས་པའི་རྟོགས་གྱིས་སྐྱ་མི་རྟོག་  
 པར་སྐྱབ་པའི་རྟོགས་ཡང་དག་ཡིན་པ་སྲིད་པའི་ཤེས་བྱ་ཡིན་པའི་སྲིད། རྟོགས་ཁས།  
 འདོད་ན། བྱས་པ་བྱས་པའི་རྟོགས་གྱིས་སྐྱ་མི་རྟོག་པར་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་གསུམ་ཡོད་  
 པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྲིད། འདོད་ན། སྲར་བཞེན་སྐྱབ།

### དེ་སྐྱབ་གྱི་ཚོམས་བཅོས་བཟུང་བ།

ཁ་ཅིག་སྐྱ་མི་རྟོག་པར་སྐྱབ་པའི་ཚོས་མཐུན་སྲོར་གྱི་སྐྱབ་དག་ཡང་དག་དང་། དེ་སྐྱབ་  
 གྱི་ཚོས་མི་མཐུན་སྲོར་གྱི་སྐྱབ་དག་ཡང་དག་གཉིས་ཀ་འགོད་དགོས་ཀྱི་སྐྱ་མི་རྟོག་  
 པར་སྐྱབ་པའི་སྲི་ཚོམ་མེད་དེ། སྐྱ་མི་རྟོག་པར་སྐྱབ་པའི་སྲི་ཚོམ་དབང་པོ་ཇི་ལྟར་ལྟལ་  
 ཡང་དེ་གཉིས་གང་རུང་ཞེས་བཀོད་ན། གཅིག་ཤོས་དོན་གྱིས་གོ་བར་འགྱུར་ཞིང་།  
 གཅིག་ཤོས་ལ་དྲན་པ་ཡང་དག་སྐྱེ་བར་འགྱུར་པའི་སྲིད་ཏེ། ཚད་མ་རྣམ་འགྲེལ་ལས།  
 དེ་ཉིད་གྱི་སྲིད་འགྲེལ་ཤེས་ན། །གཉིས་ལས་གང་ཡང་རུང་སྐྱས་པས། །དོན་གྱིས་  
 གོ་བའི་གཅིག་ཤོས་ལ། །དྲན་པ་ཡང་དག་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྲིད།  
 ཟེར་ན། མ་ཐུབ་སྟེ། དེའི་དོན་ནི། དེ་གཉིས་ཀ་དངོས་སུ་འགོད་དགོས་ཀྱི་དེ་སྐྱབ་གྱི་

ཕྱི་ཚོལ་མེད་དེ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཕྱི་ཚོལ་དབང་པོ་ཇི་ལྟར་རྟམ་ཡང་། དེ་གཉིས་གང་རྩུང་  
 ཞིག་དངོས་སུ་སྐྱས་བས། གཅིག་ལོས་དོན་གྱིས་གོ་བར་འགྱུར་ཞིང་། གཅིག་ལོས་ལ་  
 དན་བ་ཡང་དག་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་གཉིས་  
 ཀ་འགོད་དགོས་ཀྱི་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཕྱི་ཚོལ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་འབྲའི་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཕྱི་ཚོལ་  
 དབང་རྟམ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྣམ་ངེས་དར་རྟེན་ལས། ཚོལ་བ་དབང་རྟམ་འགའ་ཞིག་  
 ལ་ནི་གཉིས་ཀ་དག་ཡང་འགོད་དགོས་པར་སྲིད་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར།

ཁོ་ན་རེ། དེ་གཉིས་ཀ་དངོས་སུ་འགོད་དགོས་ཀྱི་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཕྱི་ཚོལ་ཡོད་པར་  
 ཐལ། དང་པོ་དངོས་སུ་འགོད་དགོས་ཀྱི་དེ་ཡོད་པ་གང་ཞིག་ གཉིས་བ་དངོས་སུ་  
 འགོད་དགོས་ཀྱི་དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན་མ་ཁྱབ། དེས་ན། བྱས་པའི་རྟམས་ཀྱིས་སྐྱ་  
 མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་ཚོས་མཐུན་སྦྱོར་གྱི་སྐྱབ་དག་ཡང་དག་བཀོད་པ་ལ་དགོས་པ་  
 ཡོད་དེ། བྱས་པ་སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་འགའ་རྟམས་ཡིན་ནམ་སྐྱམ་པའི་དོགས་  
 པའི་གཉེན་པོར་དེ་ལྟར་བཀོད་པའི་ཕྱིར། བྱས་པའི་རྟམས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་  
 པའི་ཚོས་མི་མཐུན་སྦྱོར་གྱི་སྐྱབ་དག་དག་བཀོད་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། བྱས་པ་  
 སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་མ་ངེས་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་ནམ་སྐྱམ་པའི་དོགས་པའི་  
 གཉེན་པོར་དེ་ལྟར་བཀོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཚད་མ་རིགས་སྣོ་ལས། དེ་ཞིག་འགའ་བ་  
 དང་མ་ངེས་པའི་གཉེན་པོར་གཉིས་ཀ་བརྗོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་རིགས་སོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེ་ཡང་བྱས་པའི་རྟམས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་

ཚོས་སྟོན་འགྲོ་ཅན་གྱི་སྐྱབ་ངག་ཡང་དག་བཤོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པའི་བྱས་པའི་  
 རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་སྤྱི་ཚོལ་ཡང་དག་གི་རྒྱད་ཀྱི་སྐྱ་བྱས་པ་བྱན་པའི་  
 བྱན་ཤེས་དེ། ཁོ་རང་གི་འབྲས་བུར་གྱུར་པའི་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་རྟོགས་  
 གྱི་རྗེས་དཔག་གི་དངོས་རྒྱ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་  
 མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་སྤྱི་ཚོལ་ཡང་དག་གི་རྒྱད་ཀྱི་བྱས་ན་མི་རྟག་པས་ཁྲབ་པ་བྱན་  
 པའི་བྱན་ཤེས་ཀྱིས་ཚོད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། གུན་བརྟམ་རང་འགྲེལ་ལས། རྟགས་ཤེས་  
 པ་ནི། རྗེས་དཔག་གི་དངོས་ཀྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་ཏེ། བྱན་པས་བར་དུ་ཚོད་པའི་སྤྱིར། ཞེས་  
 གསུངས་པའི་སྤྱིར། དེ་བཞིན་དུ་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཁྲབ་  
 པ་སྟོན་འགྲོ་ཅན་གྱི་སྐྱབ་ངག་ཡང་དག་བཤོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པའི་བྱས་པའི་  
 རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་སྤྱི་ཚོལ་ཡང་དག་གི་རྒྱད་ཀྱི་བྱས་ན་མི་རྟག་  
 པས་ཁྲབ་པ་བྱན་པའི་བྱན་ཤེས་དེ། ཁོ་རང་གི་འབྲས་བུར་གྱུར་པའི་བྱས་པའི་རྟགས་  
 ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་རྟོགས་ཀྱི་རྗེས་དཔག་གི་དངོས་རྒྱ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་  
 བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་སྤྱི་ཚོལ་ཡང་དག་གི་རྒྱད་ཀྱི་སྐྱ་བྱས་  
 པ་བྱན་པའི་བྱན་ཤེས་ཀྱིས་ཚོད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། ཁྲབ་པ་ཤེས་པ་ནི། རྗེས་  
 དཔག་གི་དངོས་ཀྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་ཏེ། བྱན་པས་བར་དུ་ཚོད་པའི་སྤྱིར། ཞེས་གསུངས་  
 པའི་སྤྱིར། བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་གཞན་དོན་སྐྱབ་ངག་ཡང་  
 དག་འགོད་པ་སྐྱབས་སུ་བབས་པའི་གང་ཟག་དང་། བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་  
 གྱི་གཞན་དོན་རྟགས་ཡང་དག་འགོད་པ་སྐྱབས་སུ་བབས་པའི་གང་ཟག་གི་ཁྱད་པར་



ཡོད་དེ། དང་པོ་ཡིན་ན། བྱི་རྒྱུ་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཀྱང་། བྱི་རྒྱུ་ཡིན་ན། དང་པོ་ཡིན་  
 པས་མ་ཁྲབ་པའི་བྱིར་ཉེ། བྱི་རྒྱུ་ཡིན་པས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་བྱི་རྒྱུ་ཡིན་དབང་རྟམ་འགའ་  
 ཞིག་ལ་དེ་གཉིས་ཀ་འགོད་དགོས་གསུངས་ཀྱང་བྱི་རྒྱུ་ཡིན་པས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་བྱི་  
 རྒྱུ་ཡིན་དབང་རྒྱུ་ལ་དེ་གཉིས་ཀ་འགོད་མི་དགོས་པའི་བྱིར་ཉེ། རྟམ་བདུན་ཡིད་ཀྱི་ལྷན་  
 སེལ་ལས། རྒྱུ་ཡིན་དབང་རྟམ་ལ་ནི། རྒྱུ་ཡིན་གསུམ་སོ་སོར་བསྐྱབས་ནས་ཤེས་པར་  
 བྱི་རྒྱུ་ཡིན་པའི་འོག་ཏུ་རྒྱུ་ཡིན་གསུམ་ཅིག་ཅར་དུ་དེས་པར་བྱ་བའི་བྱིར་སྐྱར་ཡང་སྐྱབ་དག་  
 རྒྱུར་མ་འགོད་དགོས་ལ་ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། བྱི་རྒྱུ་ཡིན་པས་ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་  
 བྱི་རྒྱུ་ཡིན་དབང་པོ་རྒྱུ་ཡིན་གཉིས་ཀ་ཡོད་ཀྱང་། རྒྱུ་ཡིན་པའི་རྟམ་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟམ་  
 པར་སྐྱབ་པའི་བྱི་རྒྱུ་ཡིན་ན། བྱི་རྒྱུ་ཡིན་དབང་རྟམ་ཡིན་པས་ཁྲབ་སྟེ། རྒྱུ་ཡིན་པའི་སྐྱར་  
 མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་ཐ་སྟོན་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁྲབ་  
 སྟེ། རྒྱུ་ཡིན་དབང་རྒྱུ་ཡིན་པས་ཀྱིས་ཐ་སྟོན་འབའ་ཞིག་གི་རྟམ་ཀྱིས་བསྐྱབ་དགོས་པའི་བྱི་  
 རྒྱུ་ཡིན་པའི་རྟམ་ལྷན་པོ་སྟོན་པ་ཡིན་འོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར།

ཁ་ཅིག་ དོན་གཅིག་ཡིན་ན། གོ་དོན་གཅིག་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། བྱི་རྒྱུ་ཡིན་  
 རྟམ་གཉིས་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། ཁྲབ་པ་ཁས། འདོད་མི་རུས་ཉེ། བྱི་  
 པའི་གོ་དོན་རྒྱ་རྒྱུ་ཀྱིས་གསར་དུ་བྱི་རྒྱུ་ཡིན་དང་། མི་རྟམ་པའི་གོ་དོན་རང་གྲུབ་ཅམ་  
 ཀྱི་རྒྱུ་ཡིན་པའི་གཉིས་པ་པན་ཆད་དུ་མི་སྟོན་པ་ལ་བྱི་རྒྱུ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་དེ་གཉིས་གོ་དོན་  
 མི་འདྲ་བའི་བྱིར། དང་པོ་གྲུབ་སྟེ། འཇམ་དབྱངས་དགའ་སྟོན་རྒྱུ་ཡིན་པས་ཀྱིས་  
 མི་རྟམ་གཉིས་དོན་གཅིག་ཀྱང་གོ་དོན་མི་གཅིག་སྟེ། བྱི་རྒྱུ་ཡིན་པའི་གོ་དོན་རྒྱ་རྒྱུ་ཀྱིས་

གསར་དུ་བྱས་པ་དང་། མི་རྟམ་པའི་གོ་དོན་ནི། ལྷ་མོ་མེ་མི་སྐྱེད་ཅིག་གཉིས་པ་མན་  
 མན་དུ་མི་སྐྱེད་པ་ལ་བྱེད་ཅིང་། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་མི་འཐད་  
 དེ། དེ་གཉིས་གོ་དོན་གཅིག་ན། བྱས་པ་སྐྱེ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་ཐ་སྐྱད་འབའ་ཞིག་  
 སྐྱབ་ཀྱི་རྟམ་པ་ཡང་དག་ཏུ་འགྱུར་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཉེ། ལྷ་མོ་དེའི་འཕྲོ་ཉིད་ལས། གོ་  
 དོན་གཅིག་ན། བྱས་པ་སྐྱེ་མི་རྟམ་སྐྱབ་ཀྱི་ཐ་སྐྱད་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་ཏུ་འགྱུར་རོ། ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། རྣམ་འགྲེལ་ལས། སྐྱབ་བྱེད་སྲ་མ་དག་གིས་ནི། །མ་ཡིན་སྐྱབ་  
 པར་བྱེད་ཕྱིར་རོ། ཞེས་པའི་དོན་དུ་བསམས་ནས་ཁ་ཅིག་ མི་རྟམ་པ་མ་ཡིན་དགག་  
 ཡིན་ཟེར་བ་མི་འཐད་དེ། ལྷ་མོ་དེ་ནི། དུ་ལྟན་ཀྱི་ལ་ལ་ཚོས་ཅན། མེ་ཡོད་དེ། དུ་བ་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་ལྟ་བུས་དུ་ལྟན་ལ་ལ་མེ་ཡོད་པ་དངོས་སུ་བསྐྱབས་ནས་དུ་ལྟན་ལ་  
 ལ་མེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་འུགས་ལ་སྐྱབ་པ་དང་། སྐྱེ་ཚོས་ཅན། མི་རྟམ་  
 རྟེ། བྱས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་སྐྱོར་བས། སྐྱེ་མི་རྟམ་པར་དངོས་སུ་བསྐྱབས་ནས་སྐྱེ་  
 མི་རྟམ་པ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་འུགས་ལ་སྐྱབ་པར་བྱེད་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་ཉེ། སྐྱེ་དོན་རིགས་རྒྱན་ལས།

ཁ་ཅིག་ མི་རྟམ་པ་མ་ཡིན་དགག་ཡིན་ཉེ། སྐྱབ་བྱེད་སྲ་མ་དག་གིས་ནི། །མ་  
 ཡིན་སྐྱབ་པར་བྱེད་ཕྱིར་རོ། ཞེས་འབྲས་རང་གི་རྟམ་པ་གཉིས་ཀྱིས་མ་ཡིན་དགག་  
 སྐྱབ་པར་བཤད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེ་མི་འཐད་དེ། གཞུང་དེས་འབྲས་རང་གི་རྟམ་པ་  
 གཉིས་ཀྱིས་དངོས་སུ་སྐྱབ་པ་བསྐྱབས་ཅིང་། འུགས་ལ་མ་ཡིན་དགག་སྐྱབ་པར་བྱེད་  
 ཅེས་པ་ཚམ་ཞིག་བསྟན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག རས་ས་རྒྱ་ལུད་ཚོད་གཤེར་ཚོགས་བ་ཚང་བའི་ཞིང་དེ། རས་ས་རྒྱ་  
 ལུད་ཚོད་གཤེར་ཚོགས་བ་ཚང་བའི་དབྱིད་དུས་ཀྱི་ཞིང་ཤར་མ་རང་འབྲས་རས་སྐྱུག་  
 སྐྱེ་དེས་སྐྱབ་པའི་རྟམ་ས་ཡང་དག་ཡིན་ཟེར་བ་མི་འཐད་དེ། རས་ས་རྒྱ་ལུད་ཚོད་  
 གཤེར་ཚོགས་བ་ཚང་བའི་ཞིང་ཡིན་ན། རང་འབྲས་རས་སྐྱུག་སྐྱེ་དེས་ཡིན་བས་མ་  
 གྲུབ་པའི་སྤྱིར་ཉེ། སྐད་ཅིག་དང་པོར་རས་ས་རྒྱ་ལུད་ཚོད་གཤེར་ཚོགས་བ་ཚང་།  
 སྐད་གཅིག་གཉིས་བར་ས་བོན་བྱ་རོག་གིས་བཏོན། སྐད་ཅིག་གསུམ་བར་ས་བོན་  
 བསྐྱར་རས་མི་འདེབས་པའི་རས་ས་རྒྱ་ལུད་ཚོད་གཤེར་ཚོགས་བ་ཚང་བའི་ཞིང་  
 ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཉེ། ཚད་མ་རྣམ་འགྲེལ་ལས། མ་དེས་བ་ནི་ཉིད་ཡིན་ཉེ། །གོགས་བྱེད་  
 བ་དག་སྤིད་སྤིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་ལྟར་མ་གྲུབ་བར་  
 རས་ས་རྒྱ་ལུད་ཚོད་གཤེར་ཚོགས་བ་ཚང་བའི་ཞིང་དང་རས་ས་རྒྱ་ལུད་ཚོད་གཤེར་  
 ཚོགས་བ་ཚང་བའི་དབྱིད་དུས་ཀྱི་ཞིང་ཤར་མ་གཉིས་རང་འབྲས་རས་སྐྱུག་སྐྱེ་དེས་  
 ཡིན་ཡང་དེ་གཉིས་གང་རུང་ཡིན་ན། རང་འབྲས་རས་སྐྱུག་སྐྱེ་དེས་ཡིན་བས་མ་གྲུབ་  
 ཅིང་། རང་འབྲས་རས་སྐྱུག་སྐྱེ་རུང་ཡིན་བས་གྲུབ་པའི་ཁྲད་བར་འཐད་པའི་སྤྱིར་ཉེ།  
 རྣམ་བཤད་ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་ལས། རྟམ་དང་ཚོད་གཞིར་གང་བརྒྱུད་དེ་ཉིད་རང་  
 འབྲས་རས་སྐྱུག་སྐྱེ་དེས་ཡིན་ཡང་དེ་དག་ཡིན་ན། སྐྱེས་བས་གྲུབ་བ་མ་དེས་ཤིང་  
 རུང་བ་ཅམ་གྱིས་གྲུབ་བ་དེས་སོ་ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།

### འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་བཤད་པ།

ཁ་ཅིག རས་ས་ཚུ་ལུད་དོད་གཤེར་ཚོགས་པ་ཚང་བའི་ཞིང་དེ། དེ་འབྲའི་དམིད་དུས་  
 གྱི་ཞིང་ཤར་མ་རང་འབྲས་རས་སྐྱུག་སྐྱེ་རུང་དུ་སྐྱབ་བའི་འབྲས་རྟགས་ཡིན་ཟེར་བ་  
 མི་འཐད་དེ། དེ་དེ་སྐྱབ་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་བའི་སྲིར་ཉེ། ཚད་མ་  
 རྣམ་འགྲེལ་ལས། རྒྱ་ཚོགས་པ་ལས་འབྲས་སྐྱེ་བར། །རྗེས་སུ་དཔོག་པ་གང་ཡིན་  
 པ། །དོན་གཞན་ལ་ནི་མི་ལྟོས་སྲིར། །དེ་ནི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་བརྗོད། །ཅེས་དང་།  
 རྣམ་བཤད་ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་ལས། རང་འབྲས་རས་གྱི་སྐྱུ་གྱུ་སྐྱེ་རུང་བར་རྗེས་སུ་  
 དཔོག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པར་བརྗོད་རིགས་  
 ཉེ། ཞེས་གསུངས་བའི་སྲིར།

ཁོ་ན་དེ། རྐྱད་ཅིག་དང་པོར་རས་ས་ཚུ་ལུད་དོད་གཤེར་ཚོགས་པ་ཚང་། རྐྱད་  
 ཅིག་གཉིས་པར་ས་བོན་བྱ་རོག་གིས་བཏོན། རྐྱད་ཅིག་གསུམ་པར་ས་བོན་བསྐྱར་  
 རས་མི་འདེབས་བའི་དེ་འབྲའི་ཞིང་ཚོས་ཅན། རང་འབྲས་རས་སྐྱུག་སྐྱེ་རུང་ཡིན་པར་  
 ཐལ། རས་ས་ཚུ་ལུད་དོད་གཤེར་ཚོགས་པ་ཚང་བའི་ཞིང་ཡིན་པའི་སྲིར། འདོད་ན།  
 དེ་འབྲའི་ཞིང་གི་འབྲས་བུར་གྱུར་བའི་རས་སྐྱུག་ཚོས་ཅན། ཡོད་རུང་ཡིན་པར་ཐལ།  
 སྐྱེ་རུང་ཡིན་པའི་སྲིར། ཟེར་ན་མ་ཁྱབ། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། རྗེའི་ཡུལ་དུ་བྱ་རུང་  
 ཡིན་པར་ཐལ་འདོད་པའི་སྲིར། འདོད་མི་བྱས་ཉེ། ཤེས་བྱ་མ་ཡིན་པའི་སྲིར་ཉེ། མེད་  
 པའི་སྲིར། ཁ་ཅིག། དེ་འགའ་སྐྱེས་པའི་དངོས་པོ་དེ། ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་པོ་རང་རྒྱ་དང་

བཅས་པར་སྐྱབ་པའི་འབྲས་རྟམས་ཡིན་པ་མི་འཐད་དེ། ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་པོ་རེས་  
 འགའ་སྐྱེས་པའི་དངོས་པོར་ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་  
 པོ་སྐྱེས་པའི་དངོས་པོར་ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་དགོས། ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་  
 པོ་སྐྱེས་པའི་དངོས་པོ་ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་པོ་སྐྱེས་  
 པར་ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་དགོས། ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་པོ་སྐྱེས་པར་ཚད་  
 མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་པོ་ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་པོའི་རྒྱ་ལས་  
 སྐྱེས་པར་ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་དགོས། ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་པོ་ཉེར་ལེན་གྱི་  
 སྤང་པོའི་རྒྱ་ལས་སྐྱེས་པར་ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་  
 པོ་ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་པོའི་རྒྱ་དང་བཅས་པར་ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་དགོས་  
 པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་པོ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱ་ལས་སྐྱེས་པར་  
 ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱ་དང་བཅས་པར་ཚད་མས་ངེས་  
 པའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། ཁྱོད་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 རིགས་པ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཁྱབ་པ་སྤུ་མ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱབ་རྩུལ་ཡང་ཤེས་པར་བྱའོ། །

ཁ་ཅིག་རེས་འགའ་བ་དེ། ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་པོ་རང་རྒྱ་དང་བཅས་པར་སྐྱབ་པའི་  
 འབྲས་རྟམས་ཡང་དག་ཡིན་ཟེར་བ་མི་འཐད་དེ། རེས་འགའ་བ་ཡིན་ན། རང་རྒྱ་དང་  
 བཅས་པས་མ་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར་ཉེ། ལུས་པའི་ཚོས་ཉིད་སོགས་དགག་གཞི་ཅན་གྱི་ཚོས་  
 ཐམས་ཅད་རེས་འགའ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། སྤྱི་དོན་རིགས་རྒྱན་ལས། གསུམ་པ་  
 བོ། ཁ་ཅིག་གིས་ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་པོ་ཚོས་ཅན། རང་རྒྱ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཉེ། རེས་

འགའ་བ་ཡིན་པའི་སྲིད། ཞེས་བ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་ཟེར། དེ་ནི། མི་འཐད་དེ། དེས་འགའ་  
 བ་ཡིན་ན། རང་རྒྱ་དང་བཅས་པས་མ་ཁྲབ་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། རུམ་པའི་ཚོས་ཉིད་  
 ཚོས་ཅན་རང་རྒྱ་དང་བཅས་པར་ཐལ། དེས་འགའ་བ་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། རུམ་པ་ཡོད་  
 སར་ཡོད་ལ། རུམ་པ་མེད་པའི་ས་ཕྱོགས་ན་མེད་པའི་སྲིད། ཞེས་གསུངས་པའི་སྲིད།

འབྲས་རྟམས་ཡང་དག་ལ་དབྱེ་ན། ལྷ་ཡོད་པ་མ་ཟད། དཔེའི་འབྲས་རྟམས་  
 ཡང་དག་གཉིས་དང་། རོན་གྱི་འབྲས་རྟམས་ཡང་དག་གཉིས་ཏེ་བཞིར་ཡང་ཡོད་  
 དེ། ཚོས་བརྩུ་པའི་མདོ་ལས། དུ་བ་ལས་ནི་མེ་ཤེས་དང་། །རྩ་སྦྱར་ལས་ནི་རྩ་ཤེས་  
 ལྟར། །བྲང་རྩལ་སེམས་དཔའ་སྣོ་ལྡན་གྱི། །རིགས་ནི་ཚད་མ་དག་ལས་ཤེས། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་སྲིད། དཔེའི་འབྲས་རྟམས་ཡང་དག་གཉིས་ཡོད་དེ། དུ་བ་དུ་ལྡན་ལ་  
 ལ་མེ་ཡོད་པར་སྦྱབ་པའི་དཔེའི་འབྲས་རྟམས་ཡང་དག་དང་། རྩ་བུ་ཡུན་རིང་དུ་  
 ལྷིང་བ་དེ། རྲུད་པར་གསུམ་ལྡན་གྱི་ཤར་ཕྱོགས་སུ་རྩ་ཡོད་པར་སྦྱབ་པའི་དཔེའི་  
 འབྲས་རྟམས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྲིད། རོན་གྱི་འབྲས་རྟམས་ཡང་དག་གཉིས་ཡོད་  
 དེ། སེམས་ཅན་སྤྱད་བལྟམ་གྱིས་མནར་བ་མཐོང་བ་ན་མིག་ནས་མཆི་མ་འཁྲུགས་  
 པ་དང་། ལུས་གྱི་བ་སྦྱ་ལྡང་བ་ལ་སོགས་པའི་ལུས་ངག་གི་ཐ་སྙད་རྲུད་པར་ཅན་དང་  
 ལྡན་པའི་བྲང་སེམས་དབང་རྣམ་དེ། བྲང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པ་དབང་རྣམ་རང་གི་རྒྱར་  
 རྒྱར་པའི་ཐབས་རྲུད་པར་ཅན་སྦྱོར་དུ་སོང་བར་སྦྱབ་པའི་རོན་གྱི་འབྲས་རྟམས་ཡང་  
 དག་དང་། གནས་ལུགས་གྱི་རོན་སྦྱོར་པའི་ལུས་ངག་གི་ཐ་སྙད་རྲུད་པར་ཅན་དང་  
 ལྡན་པའི་བྲང་སེམས་དབང་རྣམ་དེ། བྲང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པ་དབང་རྣམ་རང་གི་རྒྱར་

གྲུ་པའི་ཤེས་རབ་ཁྱད་པར་ཅན་སྟོན་དུ་སོང་བར་སྐྱབ་པའི་དོན་གྱི་འབྲས་རྟམ་གས་  
 ཡང་དག་ཡིན་པའི་བྱིར། གོང་གི་ཁྱད་པར་གསུམ་ནི། ལྷ་ངམ་གྱི་ཐང་ན་གནས་པའི་  
 ལམ་དང་། དེ་ན་གནས་པའི་ཉ་དང་། དེའི་སྟེང་དུ་ཡུན་རིང་དུ་སྡོང་བའི་ཚུ་བྱ་རྣམས་  
 ལ་བྱེད་པར་རྣམ་འབྲེལ་གྱི་སྦྱི་དོན་ནས་བཤའ་དོ། །ཚོས་བཅུ་པའི་མདོའི་ལུང་དེ་ནི་  
 འབྲས་རྟམ་གས་ཡང་དག་མདོ་ལས་བཤའ་པའི་ཤེས་བྱེད་ཡིན་ལ།

**རང་བཞིན་རྟམ་གས་ཡང་དག་བཤའ་པ།**

རང་བཞིན་གྱི་རྟམ་གས་ཡང་དག་ནི། མདོ་ལས། གང་ཅུང་ཟད་སྦྱེ་བའི་བདག་ཉིད་དེ་  
 ཐམས་ཅད་ནི། འགག་པའི་ཚོས་ཅན་ལོ་ཞེས་པས་བཤའ་དོ། །རང་བཞིན་གྱི་རྟམ་གས་  
 ཡང་དག་ལ་ཡང་ཁྱད་པར་སྟོན་པ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟམ་གས་ཡང་དག་དང་། ཁྱད་  
 པར་དག་པ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟམ་གས་ཡང་དག་གཉིས། དང་པོ་ལ། རང་ཞེས་བརྗོད་  
 པའི་སྐྱས་རང་གི་ཁྱད་ཚོས་རང་དང་རྣམ་གཞན་འཕེན་པ་དང་རྣམ་གཞན་མིན་པ་  
 འཕེན་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ་ཡང་རང་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྐྱས་རང་གི་ཁྱད་ཚོས་རང་དང་  
 རྣམ་གཞན་དངོས་སུ་འཕེན་པ་དང་། དེ་འབྲུགས་ལ་འཕེན་པ་གཉིས། དེ་གཉིས་སོ་  
 སོའི་མཚན་གཞི་ནི། ཚོལ་བྱུང་དང་པོ་དང་། བྱས་པ་གཉིས་པ་ཡིན་ལ། སྐྱབ་བྱེད་ནི།  
 ཚོལ་བྱུང་ཚོས་ཅན། རང་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྐྱས་རང་གི་ཁྱད་ཚོས་རང་དང་རྣམ་གཞན་  
 དངོས་སུ་འཕེན་པའི་དུང་སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་ཁྱད་པར་སྟོན་པ་བའི་རང་བཞིན་  
 གྱི་རྟམ་གས་ཡང་དག་ཡིན་ཏེ། རང་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྐྱས་རང་གི་ཁྱད་ཚོས་རང་དང་རྣམ་

གཞན་དངོས་སུ་འཕེན་པ་གང་ཞིག དུང་སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་བྱང་པར་སྟོས་པ་  
 པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟམས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྲིད། དང་པོ་གྲུབ་སྟེ། རང་ཞེས་བཞོད་  
 པའི་སྐྱས་རང་གི་བྱང་ཚོས་རང་དང་རྗེས་གཞན་རྩོལ་བ་དངོས་སུ་འཕེན་པ་གང་ཞིག  
 རྩོལ་བ་རྩོལ་བྱང་དང་རྗེས་གཞན་ཡིན་པའི་སྲིད། དང་པོ་གྲུབ་སྟེ། རྩོལ་བྱང་ཞེས་པའི་  
 སྐྱས་རྩོལ་བ་དངོས་སུ་འཕེན་པའི་སྲིད་ཏེ། དེས་རྩོལ་བ་དངོས་སུ་བཞོད་པའི་སྲིད།  
 གཉིས་པ་གྲུབ་སྟེ། རྩོལ་བ་དེ་རྩོལ་བྱང་དང་འབྲེལ་མེད་རྗེས་གཞན་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ།  
 དེ་དེའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྲིད།

ལོང་གི་རྟམས་གཉིས་པ་མ་གྲུབ་ན། རྩོལ་བྱང་ཚོས་ཅན། དུང་སྐྱ་མི་རྟམ་པར་  
 སྐྱབ་པའི་བྱང་པར་སྟོས་པ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟམས་ཡང་དག་ཡིན་པར་བཤམ། དེ་སྐྱབ་  
 གྱི་རང་བཞིན་གྱི་རྟམས་ཡང་དག་གང་ཞིག རང་ཞེས་བཞོད་པའི་སྐྱས་རང་གི་བྱང་  
 ཚོས་སུ་འཕངས་པ་ཡང་ཡིན། རང་གི་བྱང་ཚོས་ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་སྲིད་པའི་  
 སྲིད་ཏེ། རྩོལ་བ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་སྲིད། བྱས་པ་ཚོས་ཅན། རང་ཞེས་བཞོད་པའི་སྐྱས་རང་  
 གི་བྱང་ཚོས་རང་དང་རྗེས་གཞན་ལྷགས་ལ་འཕེན་པའི་སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་བྱང་  
 པར་སྟོས་པ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟམས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། རང་ཞེས་བཞོད་  
 པའི་སྐྱས་རང་གི་བྱང་ཚོས་རང་དང་རྗེས་གཞན་ལྷགས་ལ་འཕེན་པ་གང་ཞིག སྐྱ་མི་  
 རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་བྱང་པར་སྟོས་པ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟམས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྲིད།  
 དང་པོ་གྲུབ་སྟེ། རང་ཞེས་བཞོད་པའི་སྐྱས་རང་གི་བྱང་ཚོས་རང་དང་རྗེས་གཞན་བྱས་  
 པ་བྱེད་པ་པོ་ལྷགས་ལ་འཕེན་པའི་སྲིད་ཏེ། དེས་བྱས་པ་བྱེད་པ་པོ་ལྷགས་ལ་བཞོད་



པའི་ཕྱིར། བྱས་པ་བྱེད་པ་པོ་ཚོས་ཅན། བྱས་པ་དང་རྗེས་གཞན་ཡིན་ཏེ། བྱས་པ་དང་  
འབྲེལ་མེད་རྗེས་གཞན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བྱས་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁོ་ན་རེ། བྱས་པ་བྱེད་པ་པོ་ཚོས་ཅན། བྱས་པའི་རྒྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱས་  
པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བྱས་པའི་བྱེད་ཚོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན་མ་  
བྱེད། བོད་གི་རྟམ་ས་གཉིས་པ་སྐྱེའོ། །གཉིས་པ་རྗེས་གཞན་མ་ཡིན་པ་འཕེན་པ་ནི།  
དངོས་པོར་ཡོད་པ་དང་སྐྱེ་ལྡན་ལྟ་བུ་དེ་ཡིན་ལ། སྐྱབ་བྱེད་ནི། དངོས་པོར་ཡོད་པ་  
ཚོས་ཅན། རང་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྐྱས་རང་གི་བྱེད་ཚོས་རང་དང་རྗེས་གཞན་མ་ཡིན་  
པ་འཕེན་པའི་སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་བྱེད་པར་སྐྱོས་པ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟམ་ས་  
ཡང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་སྐྱབ་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་རྟམ་ས་ཡང་དག་གང་ཞེས། རང་  
ཞེས་བརྗོད་པའི་སྐྱས་རང་གི་བྱེད་ཚོས་རང་དང་རྗེས་གཞན་མ་ཡིན་པ་འཕེན་པའི་  
ཕྱིར། དང་པོ་སྐྱ། གཉིས་པ་གྲུབ་སྟེ། དངོས་པོར་ཡོད་པ་ཞེས་པའི་སྐྱས་དངོས་པོ་  
འཕེན་པ་གང་ཞེས། དངོས་པོ་དེ་དངོས་པོར་ཡོད་པ་དང་རྗེས་གཞན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
ཏེ། དེ་དེ་དང་རྗེས་ཐ་དད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྐྱེ་ལྡན་ཚོས་ཅན། རང་ཞེས་བརྗོད་པའི་  
སྐྱས་རང་གི་བྱེད་ཚོས་རང་དང་རྗེས་གཞན་མ་ཡིན་པ་འཕེན་པའི་སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་  
པའི་བྱེད་པར་སྐྱོས་པ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟམ་ས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རང་ཞེས་  
བརྗོད་པའི་སྐྱས་རང་གི་བྱེད་ཚོས་རང་དང་རྗེས་གཞན་མ་ཡིན་པ་འཕེན་པ་གང་ཞེས།  
སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་བྱེད་པར་སྐྱོས་པ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟམ་ས་ཡང་དག་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། དང་པོ་གྲུབ་སྟེ། རང་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྐྱས་རང་གི་བྱེད་ཚོས་རང་དང་རྗེས་

གཞན་མ་ཡིན་པ་སྐྱེ་བ་འཕེན་པའི་སྲིད་ཏེ། དེས་སྐྱེ་བ་བརྗོད་པའི་སྲིད། སྐྱེ་བ་ཚོས་  
 ཅན། སྐྱེ་ལྡན་དང་རྗེས་གཞན་མ་ཡིན་ཏེ། སྐྱེ་ལྡན་དང་རྗེས་ཐ་དང་མ་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ།  
 དེ་དང་རྗེས་གཅིག་ཡིན་པའི་སྲིད། སྐྱེ་ལྡན་དེ་སྐྱ་མི་རྟལ་པར་སྐྱབ་པའི་བྲད་པར་སྟོས་  
 པ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། དེ་དེ་སྐྱབ་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་  
 རྟལ་ས་ཡང་དག་གང་ཞིག་སྐྱེ་ལྡན་ཞེས་པའི་སྐྱས་སྐྱེ་ལྡན་གྱི་བྲད་ཚོས་སུ་འཕངས་  
 པ་ཡང་ཡིན། སྐྱེ་ལྡན་གྱི་བྲད་ཚོས་ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་སྲིད་པའི་སྲིད་ཏེ། སྐྱེ་  
 བ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་སྲིད། སྐྱེ་ལྡན་དེ་སྐྱ་མི་རྟལ་པར་སྐྱབ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟལ་ས་ཡང་  
 དག་ཡིན་ཏེ། དེ་དེ་སྐྱབ་གྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་གང་ཞིག་སྐྱེ་ལྡན་མི་རྟལ་པ་དང་བདག་  
 ཉིད་གཅིག་ཡིན་པའི་སྲིད།

དང་པོ་གྲུབ་སྟེ། སྐྱ་ཚོས་ཅན། མི་རྟལ་སྟེ། སྐྱེ་ལྡན་ཡིན་པའི་སྲིད་ཞེས་པའི་  
 སྲིད་བ་དེ་རྟལ་ས་སྲིད་རྣམ་དག་ཡིན་པའི་སྲིད། དེ་ཡང་དངོས་པོ་ཡིན་ན། སྐྱེ་ལྡན་  
 ཡིན་པས་བྲབ་སྟེ། དེ་ཡིན་ན། སྐྱེ་བ་ཡིན་པས་བྲབ་པའི་སྲིད་ཏེ། སྐྱེ་བ་ཡིན་ན། སྐྱེ་  
 དགོས་ཡིན་མི་དགོས་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཐལ། སྐྱེ་དགོས་མེད་པའི་  
 སྲིད་ཏེ། དངོས་པོ་ཡིན་ན། སྐྱེས་ཟིན་པས་བྲབ་པའི་སྲིད། གོང་དུ་འདོད་ན། སྐྱེ་བ་ཡོད་  
 པར་ཐལ། སྐྱེ་བ་སྐྱ་སྐྱ་ཡོད་པའི་སྲིད། འདི་དག་ནི། བྲད་པར་སྟོས་པ་བའི་རང་བཞིན་  
 གྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་གི་མཚན་གཞི་ཡིན་ལ། སྐྱ་མི་རྟལ་པར་སྐྱབ་པའི་བྲད་པར་དག་པ་  
 བའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟལ་ས་ཡང་དག་གི་མཚན་གཞི་ཡོད་དེ། དངོས་པོ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་  
 སྲིད། དངོས་པོ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་མི་རྟལ་པར་སྐྱབ་པའི་བྲད་པར་དག་པ་བའི་རང་བཞིན་

གྱི་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་ཏེ། དེ་སྐྱབ་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་རྟམ་ཡང་དག་གང་ཞིག་རང་  
 ཞེས་བརྗོད་པའི་སྐྱབ་རང་གི་བྱང་ཚེས་གང་ཡང་མི་འཕེན་པའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་རེ། དངོས་  
 སོ་ཚེས་ཅན། རང་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྐྱབ་རང་གི་བྱང་ཚེས་འཕེན་པར་ཐལ། རང་ཞེས་  
 བརྗོད་པའི་སྐྱབ་རང་གི་བྱང་ཚེས་དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་འཕེན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རང་ཉིད་སློ་  
 ཡུལ་དུ་འཆར་བ་དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་སློ་ཡུལ་དུ་འཆར་བ་ལ་སློས་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཟེར་  
 བ་མ་བྱེད། རྟམ་གཉིས་པ་གྲུབ་ཅིང་། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། རྣམ་བཤད་ཐར་ལམ་  
 གསལ་བྱེད་ལས། དངོས་སོ་སློ་ཡུལ་དུ་འཆར་བ་དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་སློ་ཡུལ་དུ་འཆར་  
 བ་ལ་སློས་དགོས་ཀྱང་དངོས་སོ་ཞེས་པའི་སྐྱ་དེ་ཉིད་གྱིས་དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་འཕེན་པའི་  
 དེས་བ་མེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

**མ་དམིགས་པའི་རྟམ་ཡང་དག་བཤད་པ།**

མ་དམིགས་པའི་རྟམ་ཡང་དག་ནི། མདོ་ལས། ངའམ་ང་དང་འབྲ་བས་གང་ཟག་གི་  
 ཚོད་གཟུང་གི་གང་ཟག་གིས་གང་ཟག་གི་ཚོད་གཟུང་བར་མི་བྱ་སྟེ། ཉམས་པར་གྱུར་  
 ཏེ་ཞེས་པས་བསྟན་ཅིང་། དེ་ཡང་ངའམ་ང་དང་འབྲ་བས་གང་ཟག་གི་ཚོད་གཟུང་གི་  
 ཞེས་པས་སྐྱང་རླང་མ་དམིགས་པའི་རྟམ་ཡང་དག་དང་། གང་ཟག་གིས་གང་ཟག་གི་  
 ཚོད་གཟུང་བར་མི་བྱ་ཞེས་སོགས་གྱིས་མི་སྐྱང་བ་མ་དམིགས་པའི་རྟམ་ཡང་དག་  
 བསྟན་པ་ཡིན་ཅོ། །མ་དམིགས་པའི་རྟམ་ཡང་དག་ལ་ཡང་མི་སྐྱང་བ་མི་དམིགས་  
 པའི་རྟམ་ཡང་དག་དང་། སྐྱང་རླང་མ་དམིགས་པའི་རྟམ་ཡང་དག་གཉིས།

ཁ་ཅིག འག་ཟ་ཡོད་མེད་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། འག་ཟ་བསྐྱལ་དོན་དུ་  
 སོང་བའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། འག་ཟ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱི་རྒྱུ་ལང་དག་  
 ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་ཁས། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
 འག་ཟ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱི་རྒྱུ་ལང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཚ་བར་འདོད་ན། དེ་ཚོས་  
 ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འག་ཟ་ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། འག་  
 ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱི་རྒྱུ་ལང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་སྟེ། སྐྱ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་  
 ཕྱི་རྒྱུ་ལང་དག་ཡིན་ན། སྐྱ་ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཉེ།  
 སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱི་རྒྱུ་ལང་དག་ཡིན་ན། སྐྱ་ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་  
 ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག འག་ཟ་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། འག་ཟ་ཡོད་མེད་ཐེ་  
 ཚོམ་ཟ་བའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། འག་ཟ་ཡིད་དཔྱོད་ཅམ་གྱིས་ཡོད་པར་  
 ངེས་པའི་གང་ཟག་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་ཁས། རྟམས་གྲུབ་སྟེ།  
 ཚོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཚ་བར་འདོད་མི་རུས་ཉེ། འག་ཟ་ཡོད་པར་ངེས་པའི་གང་  
 ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། འག་ཟ་ཡིད་དཔྱོད་ཅམ་གྱིས་ཡོད་པར་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག འག་ཟ་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ལ་འག་ཟ་དམིགས་བྱེད་  
 གྱི་ཚད་མ་མེད་པ་དེ། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་འག་ཟ་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་  
 གི་རྒྱུད་ལ་འག་ཟ་ངེས་པའི་དབྱེད་ཤེས་དོན་མཐུན་མི་འཇུག་པར་སྐྱབ་པའི་མི་སྣང་བ་

མ་དམིགས་པའི་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་ཟེར་བ་མི་འཐད་དེ། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་ཤ་  
 ཟ་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་ལ་ཤ་ཟ་ངེས་པའི་དབྱུང་ཤེས་དོན་མཐུན་  
 འཇུག་པའི་སྲིར་ཉ། དེའི་རྒྱད་ལ་ཤ་ཟ་ངེས་པའི་ཚད་མ་འཇུག་པའི་སྲིར། མ་གྲུབ་ན།  
 དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་ཤ་ཟ་ངེས་པའི་རྣམ་མཁུན་འཇུག་པའི་སྲིར། དེར་ཐལ། དེའི་  
 རྒྱད་ལ་ཤ་ཟ་ངེས་པའི་རྣམ་མཁུན་སྲེ་བའི་སྲིར་ཉ། དེ་སངས་རྒྱ་ངེས་གྱི་གང་ཟག་  
 ཡིན་པའི་སྲིར།

ཁ་ཅིག་ མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་ཤ་ཟ་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་  
 ལ་ཤ་ཟ་ངེས་པའི་ཚད་མ་མི་འཇུག་པར་ཐལ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཚད་མ་རྣམས་ནི་མི་  
 འཇུག་པ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྲིར་ཟེར་ན་མ་ཁྲུབ་སྟེ། ལུང་དེའི་ཚིག་ཟེན་ལ་ཚད་མ་  
 རྣམས་ནི་མི་འཇུག་པ་ཞེས་བཤའ་ཉུང་དེའི་རྒྱད་ལ་ཤ་ཟ་ངེས་པའི་ཚད་མ་མེད་ཅེས་  
 པའི་དོན་ཡིན་པའི་སྲིར་ཉ། དེ་ལྟར་རྣམ་འགྲེལ་ལེའུ་གསུམ་པའི་མཐའ་དཔྱོད་ལས་  
 བཤའ་པའི་སྲིར།

ཁ་ཅིག་ མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་ཤ་ཟ་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་དེ། ཤ་ཟ་  
 བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་མ་ཡིན་ཟེར་ན། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་ཚོས་ཅན། ཤ་  
 ཟ་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་ཤ་ཟ་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་ཡིན་པར་  
 ཐལ། ཤ་ཟ་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་ཡོད་པའི་སྲིར། ཁྲུབ་སྟེ། ཤ་ཟ་ཚད་མས་  
 མ་དམིགས་པའི་གང་ཟག་ཡོད་ན། ཤ་ཟ་ཚད་མས་མ་དམིགས་པའི་གང་ཟག་ཤ་ཟ་  
 ཚད་མས་མ་དམིགས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་དགོས་པའི་སྲིར།

ཁོ་ན་རེ། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་ཤ་བ་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་ཡིན་ན།  
 ཤ་བ་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་ཤ་  
 བ་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་ཤ་བ་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་  
 སྲིར་ཟེར་ན་མ་ཁྲལ། འདོད་ན། མདུན་གྱི་སྐྱེས་བུ་ལན་འདེབས་པ་པོ་ཚོས་ཅན། དེར་  
 ཐལ། དེའི་སྲིར། གོང་དུ། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་ཚོས་ཅན། ཤ་བ་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་  
 བའི་གང་ཟག་ཤ་བ་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་སྲིར་  
 ཞེས་སོགས་ལ་ཚོས་ཅན་བཞག་ནས་འདོད་ལན་འདེབས་པ་མི་འཐད་དེ། དེ་ལ་ཚོས་  
 ཅན་ཁྲིད་ནས་འདོད་ལན་འདེབས་དགོས་པའི་སྲིར་ཉེ། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་ཚོས་  
 ཅན། ཡོད་པ་ཡོད་པ་དང་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། བདག་མེད་ཡིན་པའི་སྲིར། ཞེས་  
 བཀོད་པའི་ཚེ་མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་ཡོད་པ་ཡོད་པ་དང་གཅིག་ཡིན་པར་འདོད་ཅེས་  
 བརྗེ་རིགས་ཤིང་། འདོད་ལན་ཡང་ཐེབས་པའི་སྲིར།

དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་ཡོད་པ་ཚོས་ཅན། ཡོད་པ་ཁྲོད་དང་གཅིག་  
 ཡིན་པར་ཐལ། ཁྲོད་ཡོད་པ་དང་གཅིག་ཡིན་པའི་སྲིར་ཟེར་ན། ཚོས་ཅན་སྐྱོན་ཅན་གྱི་  
 ལན་འདེབས་སོ། །

ཁོ་ན་རེ། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་ཡོད་པ་ཡོད་པ་དང་གཅིག་མ་ཡིན་ཉེ། མདུན་  
 གྱི་གཞི་འདིར་ཡོད་པ་ཡོད་པའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པའི་སྲིར་ཟེར་ན། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་  
 ཡོད་པ་མིན་ཞིང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་  
 པའི་སྲིར། འདོད་ན། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་མེད་པ་དང་ཡོད་པའི་གཞི་མཐུན་ཡོད་པར་

ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན་ཉ་ཅང་ཐལ་ལོ། །གཞན་ཡང་། དེ་རིང་གི་དུས་སུ་ཡོད་  
 པ་ཡོད་པའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། ཡོད་པ་ཡོད་པའི་བྱེ་  
 བྲག་ཡིན་པའི་དུས་ཡོད་པ་དང་། ཡོད་པ་ཡོད་པ་དང་གཅིག་མ་ཡིན་པའི་དུས་ཡོད་པ་  
 སོགས་གཞོན་བྱེད་མཐའ་ཡས་སོ། །

ཡང་ཁ་ཅིག མེད་ན་མེད་པས་ཁྱབ་པ་དེ། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་གང་ཟག་གི་  
 བདག་མེད་དུ་སྐྱབ་པའི་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ཚོས་ཅན། མདུན་གྱི་གཞི་  
 འདིར་ཁྱོད་ཡོད་པར་ཐལ། ཁྱོད་མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་དུ་སྐྱབ་  
 པའི་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། རྟམ་ཁས། འདོད་ན། རྒྱ་གར་དོ་རྗེ་གདན་ཚོས་  
 ཅན། མེད་པར་ཐལ། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་མེད་པའི་སྤྱིར། ཞེས་བརྗོད་པ་ལ།

ཁ་ཅིག ཁྱབ་པ་མི་གཤོག་ཅེས་ལན་འདེབས་པ་མི་འཐད་དེ། ཁྱོད་ལྟར་  
 བ། རྒྱ་གར་དོ་རྗེ་གདན་དེ་མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་ཡོད་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། མདུན་  
 གྱི་གཞི་འདིར་ཡོད་ན། དེ་རིང་གི་དམ་བཅའ་བའི་མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་ཡོད་དགོས་  
 པར་ཐལ། རྒྱ་གར་དོ་རྗེ་གདན་དེ། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་མེད་ཅེས་ཁས་ལེན་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་ཡང་དག་ཡོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེ་རིང་གི་དམ་བཅའ་བའི་མདུན་གྱི་གཞི་  
 འདིར་མེད་ན་མེད་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་མེད་ན། མེད་པས་ཁྱབ་  
 པའི་སྤྱིར། རྟམ་ཁས། དེ་ལ་འདོད་ན། དེ་རིང་གི་དམ་བཅའ་བའི་གཡས་གྱི་གཞི་  
 འདིར་མེད་ན་མེད་པས་ཁྱབ་པ་དང་། དེ་རིང་གི་དམ་བཅའ་བའི་གཡོན་གྱི་གཞི་འདིར་  
 དང་། དེའི་རྒྱབ་གྱི་གཞི་འདིར་དང་། དེའི་སྤྱིང་གི་གཞི་འདིར་མེད་ན་མེད་པས་ཁྱབ་

བར་ཐལ། ཞེས་སོགས་རིགས་བས་བརྟམས་ནས་གཞོན་བྱེད་མང་པོ་ཞིག་བརྗོད་བར་  
 བྱའོ། །གཞན་ཡང་། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་མེད་ན་མེད་བས་མ་ཁྲབ་བར་ཐལ། འདི་  
 ཞེས་པའི་ཚིག་དེ། ཉེ་ཚིག་ཡིན་པས། མདུན་གྱི་གཞི་འདི་ལས་རྒྱ་ཆེ་བ་འཛམ་བུའི་  
 སྤིང་འདིར་མེད་ན་མེད་བས་མ་ཁྲབ་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། བོད་གངས་ཅན་འདིར་མེད་  
 ན་མེད་བས་ཁྲབ་བར་ཐལ། འཛམ་བུའི་སྤིང་འདིར་མེད་ན་མེད་བས་མ་ཁྲབ་པའི་སྤྱིར།  
 རྟམས་ཁས། འདོད་ན། དབུས་གཙང་གང་རྒྱུ་རྒྱ་མེད་ན་མེད་བས་ཁྲབ་བར་ཐལ།  
 བོད་རྒྱ་མེད་ན་མེད་བས་ཁྲབ་པའི་སྤྱིར། རྟམས་ཁས། འདོད་ན། རིགས་བ་འདིས་  
 མཚོན་པའི་གཞོན་བྱེད་ཆར་ལྟར་འབབ་པོ། །

ཁ་ཅིག་ མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་མེད་ན་མེད་བས་ཁྲབ་ཟེར་བ་ལ། རང་རེས་རྒྱ་  
 གར་དོ་རྗེ་གདན་ཚོས་ཅན། མེད་བར་ཐལ། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་མེད་པའི་སྤྱིར། བྱས་  
 བ་ལ། རུ་བ་སྟོད་བ་ཞེས་བསྐྱུས་ཚད་ལ་མཁས་བར་གྲགས་པའི་རྟམས་རིགས་གྱི་  
 ཡིག་ཆར་ཁྲབ་པ་མི་གཞོག་ཅེས་བཤད་བ་ལྟར་དེའི་རྗེས་འབྲང་རྣམས་ཀྱང་དེ་ལྟར་  
 ཟེར་མོད། དེ་ཙམ་ལ་བཞག་ནས་གཞོན་བྱེད་གཞན་མ་བཏང་ན། ཁས་ལེན་མ་ཤོར་བ་  
 འདྲ་ཞིག་འདུག་ཀྱང་གོང་རྒྱ་བརྗོད་པའི་གཞོན་བྱེད་དེ་དག་དང་། གཞན་ཡང་། མདུན་  
 གྱི་སྤྱིས་བུ་ལན་འདེབས་བ་པོས་མཐོང་བའི་གཞི་འདིར་མེད་ན་མེད་བས་ཁྲབ་པ་དང་།  
 མདུན་གྱི་སྤྱིས་བུ་ལན་འདེབས་བ་པོས་མ་ཐོང་ན་མེད་བས་ཁྲབ་བར་ཐལ་བ་སོགས་  
 འཕངས་ནས་དེ་ལ་འདོད་ན། རྣམ་འགྲེལ་ལས། མ་ཐོང་སྤྱིར་ན་མེད་བ་མིན། །ཞེས་  
 རྒྱང་འཕེན་གཙོ་བོར་བཀག་པའི་ཞོར་ལ་ཁྲོད་བཀག་བར་ཐལ། ཞེས་སོགས་གཞོན་



བྱེད་མཐའ་ཡས་པ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །གཞན་ཡང་། ཡོད་ན། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་  
 ཡོད་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་མེད་ན་མེད་པས་ཁྲབ་པའི་སྲིད།  
 འདོད་ན། རྒྱ་གར་རྡོ་རྗེ་གདན་དང་། བྱང་སྐྱ་མི་སྣམ་སོགས་སྐྱོན་དུ་མ་འཕེན་པར་  
 བྱའོ། །གཞན་ཡང་། ད་ལྟའི་དུས་སུ་མེད་ན་མེད་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། དེ་རིང་གི་དུས་  
 སུ་མེད་ན་མེད་པས་ཁྲབ་པའི་སྲིད། འདོད་ན། བསྐྱལ་པ་དང་པོའི་མི་དང་། ཁ་སང་གི་  
 དུས་གྱི་མི་སོགས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་སྐྱོན་དུ་འགྲོ་འོ། །གཞན་ཡང་། ལུས་པའི་དུས་སུ་  
 མེད་ན་མེད་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། ཞེས་སོགས་དུས་ལ་སྦྱར་ན་ཡང་གཞོད་བྱེད་མཐའ་  
 ཡས་པས། གོང་གི་གཞོད་བྱེད་དེ་དག་རིམ་པ་ལྟར་བརྗོད་ན་ཁས་སྐྱེད་ནང་འགལ་  
 མང་པོ་འཛིན་དགོས་པ་དང་། དེར་ཚོགས་རྣམས་ཀྱང་ཁལ་ཚོད་གྱི་གནས་འབའ་ཞིག་  
 དུ་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་སློ་ཁ་ནང་དུ་སྦྱོགས་ནས་བསམ་ན། ཚོག་འཁྲི་འདི་དག་ལ་སྣོང་  
 པོ་མི་འདུག་ཀྱང་རྒྱ་གར་རྡོ་རྗེ་གདན་སོགས་མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་མེད་ཀྱང་མདུན་  
 གྱི་གཞི་འདིར་མེད་ན། མེད་པས་ཁྲབ་པར་ཁས་ལེན་པའི་དམ་བཅའ་དེ་དམ་བཅའ་  
 ཡང་དག་ཡིན་སྟམ་པའི་རྣོམ་པ་ཞི་སྲིད་དུ་འདི་ལྟར་བརྗོད་པ་ཡིན་པས་མཁས་དབང་  
 རྣམས་དགོངས་ཁྲེལ་མི་གནང་ལྟ།

རང་ལུགས་ནི། རྒྱ་གར་རྡོ་རྗེ་གདན་དེ། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་མེད་པས་ན།  
 མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་མེད་ན། མེད་པས་མ་ཁྲབ་ཅེས་ཁས་ལེན་ཅིང་། མེད་ན་མེད་  
 པས་ཁྲབ་པ་དེ། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་དུ་སྐྱབ་པའི་རྟམས་ཡང་  
 དག་མ་ཡིན་ཀྱང་དེ་ཤེས་བྱ་དང་ལྡན་པའི་གཞིར་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་དུ་སྐྱབ་པའི་

རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་ཏེ། ཤེས་བྱ་དང་ལྡན་པའི་གཞིར་མེད་ན། མེད་པས་བྱུང་པའི་  
སྤྱིར་ཏེ། ཡོད་ན། ཤེས་བྱ་དང་ལྡན་པའི་གཞིར་ཡོད་པས་བྱུང་པའི་སྤྱིར།

ཁ་ཅིག་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་ན། གཞན་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་ཡིན་  
པས་བྱུང་ཅིང་། རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་མེད་ཟེར་བ་མི་འཐད་དེ། རང་དོན་  
སྐབས་ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་ཡོད་པར་ཐལ། ཏུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་རང་  
དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། རང་གིས་རང་ཉིད་ལ་ཏུ་ལྡན་ལ་ལ་  
མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་གང་ཟག་ཡོད་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། རི་མཐོན་པོ་ཞིག་  
གི་ཅེར་བསང་གཏོང་བར་འགོ་བའི་ཆེ་མེ་བྱེད་བ་བརྗེད་དེ་རིའི་སྐྱེད་བ་ཅམ་ཏུ་སྐྱེབ་བ་  
ན་མེ་མ་བྱེད་བ་ཤེས་པ་ལས། ཡ་གི་ན་མེ་ཡོད་དམ་མེད་སྟམ་ཏུ་དོགས་པ་ན་རི་མགོ་  
དེ་ནས་སྐོ་བྱུང་ཏུ་བ་སྐོ་བྱུང་རེ་འགོ་བ་མཐོང་བ་ལས། ཡ་གི་ན་ཏུ་བ་འདུག་པས་མེ་  
ཡོད་པར་འདུག་སྟམ་ཏུ་རང་གིས་རང་ཉིད་ལ་ཏུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་གང་  
ཟག་ཡོད་པའི་སྤྱིར། སྤྱི་དོན་རིགས་རྒྱུ་ལས། ཏུག་པ་རྒྱུ་བའི་སྐོ་ནས་དབྱེ་བ་ལ།  
རང་དོན་ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་དང་། གཞན་དོན་ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་གཉིས། དང་པོའི་  
མཚན་ཉིད་ནི། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཚུལ་གསུམ་གང་ཞིག་སྤྱི་རྒྱུ་ཀྱི་དོར་མ་བཞོད་པ། དཔེར་  
ན། སྐོ་བྱུང་ཏུ་བ་མཐོང་བ་ལས། ཏུ་ལྡན་ཀྱི་ལ་ལ་མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པ་ལྟ་བུ། ཞེས་  
གསུངས་པའི་སྤྱིར། གཞན་ཡང་། རྟམ་ཡང་དག་ལ་དབྱེ་སྐོ་བྱུག་ཏུ་མེད་པར་ཐལ།  
དེ་ལ་རྒྱུ་བའི་སྐོ་ནས་དབྱེ་བ་མེད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟམ་ཡང་དག་  
མེད་པའི་སྤྱིར། རྟམ་ཁས། འདོད་ན། གཞུང་ཆེ་ཆུང་མང་པོ་དང་འགལ་ལོ། །

### ཕྱོགས་ཚོས་ཅན་གྱི་གཏན་ཚིགས་བཤད་པ།

སྐབས་འདིར་ཕྱོགས་ཚོས་ཅན་གྱི་གཏན་ཚིགས་བཤད་པ་ལ། མཐའ་དབྱེད་པ་དང་།  
 རང་ལུགས་བཞག་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག གཞལ་བྱ་དེ་སྐྱ་རྟམ་པར་  
 སྐབ་པའི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཁྱབ་བྱེད་དང་། དེ་སྐྱབ་གྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཡང་ཁྱབ་  
 བྱེད་དུ་འཇུག་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་ཟེར་ན། གཞལ་བྱ་དེ་སྐྱ་རྟམ་པར་སྐབ་པའི་མི་  
 མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཁྱབ་བྱེད་དུ་འཇུག་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་སྲིད། འདོད་  
 བ། སྐྱ་རྟམ་པར་སྐབ་པའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཡིན་ན། གཞལ་བྱ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་  
 ཐལ། འདོད་པའི་སྲིད། འདོད་ན། རི་བོང་རྩ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྲིད། ཁྱབ་  
 པ་ཁས། འདོད་མི་རུས་ཏེ། རྟམ་པ་མ་ཡིན་པའི་སྲིད། དེས་ན། གཞལ་བྱ་དེ་སྐྱ་རྟམ་  
 པར་སྐབ་པའི་མཐུན་ཕྱོགས་དང་། དེ་སྐྱབ་གྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་གཉིས་ཀ་ལ་ཁྱབ་  
 བྱེད་དུ་འཇུག་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་བྱས་པ་ལ་ཁོ་ན་རེ། དེ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་རྟམ་པར་  
 སྐབ་པའི་མཐུན་ཕྱོགས་དང་། མི་མཐུན་ཕྱོགས་གཉིས་ཀ་ལ་ཁྱབ་བྱེད་དུ་འཇུག་པའི་  
 གཏན་ཚིགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐྱ་རྟམ་པར་སྐབ་པའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཁྱབ་བྱེད་  
 དུ་འཇུག་པའི་གཏན་ཚིགས་མ་ཡིན་པའི་སྲིད་ཟེར་ན། མ་ཁྱབ་སྟེ། གཞལ་བྱ་ཚོས་  
 ཅན། སྐྱ་རྟམ་པར་སྐབ་པའི་མཐུན་ཕྱོགས་དང་། མི་མཐུན་ཕྱོགས་གཉིས་ཀ་ལ་ཁྱབ་  
 བྱེད་དུ་འཇུག་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་གྱི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་པ་  
 གང་ཞིག དེ་སྐྱབ་གྱི་མཐུན་ཕྱོགས་དང་མི་མཐུན་ཕྱོགས་གཉིས་གང་རུང་ཡིན་ན་ཁྱོད་

ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག ཉན་བྱ་དེ་སྐྱ་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་གཏན་མེད་དང་། དེ་  
 སྐྱབ་ཀྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཡང་གཏན་མེད་དུ་འཇུག་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་ཟེར་ན།  
 ཉན་བྱ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་གཏན་མེད་དུ་འཇུག་པའི་  
 གཏན་ཚིགས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་རྟག་པར་  
 སྐྱབ་པའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་གཏན་མེད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
 བྱས་ཏེ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཁྱོད་དང་རྟག་པ་མ་  
 ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག རེག་བྱ་ཅན་མ་ཡིན་པ་དེ་སྐྱ་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་རྣམ་  
 གཉིས་དང་། མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་འང་རྣམ་གཉིས་སུ་འཇུག་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་  
 ཟེར་ན། དེ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་རྣམ་གཉིས་སུ་འཇུག་  
 པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་བྱས་ཏེ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་  
 མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཁྲབ་བྱེད་དུ་འཇུག་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཁྱོད་དེ་སྐྱབ་  
 ཀྱི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་པ་གང་ཞིག སྐྱ་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་ཕྱོགས་ཡིན་ན། ཁྱོད་  
 ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།

ཡང་ཁ་ཅིག་ལུང་བཞི་དངོས་ཀྱི་མ་ངེས་པ། །ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་  
 དངོས་ཀྱི་མ་ངེས་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་ན། དངོས་ཀྱི་མ་ངེས་པའི་གཏན་ཚིགས་  
 ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། གཞལ་བྱ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། རྟགས་གྲུབ་

སྟེ། དེའི་སྐྱབས་ནས་བསྐྱེད་པའི་སྐྱ་རྟོག་པར་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་མ་ངེས་པའི་གཏན་  
 ཚིགས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཉེ། སྤྱོད་པ་ཚོས་འཁོར་ལོ་ལས། གཞལ་བྱ་བྱས་དང་མི་རྟོག་  
 དང་། །བྱས་དང་ཉན་བྱ་ཚོལ་ལས་བྱུང་། །མི་རྟོག་ཚོལ་བྱུང་རེག་མིན་པ། །དེ་དགུ་  
 རྟོགས་ལ་སོགས་པའོ། །ཞེས་པའི་བསྐྱེད་དོན་གྲུབ་པའི་སྤྱིར། དེ་ཡང་རེག་མིན་པ་  
 ཞེས་པ་ཡིན་གྱིས་གཏན་ཚིགས་དགུ་པོ་དེ་བསྐྱེད་ནས་རྟོགས་ལ་སོགས་པའོ། །ཞེས་  
 པའི་སོགས་ཁོངས་ནས་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་དགུ་དང་། ཚོས་ཅན་དགུ་པོ་དེ་བསྐྱེད། དེ་  
 རྣམས་ཚིགས་བཅད་དུ་བསྐྱེད་པས་ན། རྟོག་དང་མི་རྟོག་ཚོལ་བྱུང་དང་། །རྟོག་དང་  
 རྟོག་དང་རྟོག་པ་དང་། །ཚོལ་བྱུང་མིན་དང་མི་རྟོག་རྟོག་ །དེ་དགུ་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་  
 འགྲུབ། །ཞེས་དང་། སྐྱ་དང་སྐྱ་དང་དུང་སྐྱ་དང་། །སྐྱ་དང་སྐྱ་དང་དུང་སྐྱ་དང་། །དུང་  
 སྐྱ་དུང་སྐྱ་སྐྱ་དང་ནི། །དེ་དགུ་ཚོས་ཅན་དག་ཏུ་གཟུང་། །ཞེས་བྱའོ། །ཅ་བར་འདོད་ན།  
 གཞལ་བྱ་ཚོས་ཅན། དངོས་ཀྱི་མ་ངེས་པའི་གཏན་ཚིགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟོགས་  
 ཡང་དག་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ནི། སྤྱོད་པ་ཚོས་འཁོར་ལོའི་སྤྱིར་གི་རེ་ལུ་མིག་དང་པོའི་  
 སྐྱས་ཟེན་ལ་སྐྱ་ཚོས་ཅན། རྟོག་སྟེ། གཞལ་བྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཞེས་གསུངས་ཀྱང་དོན་  
 ཐོབ་ལ་དེ་པོར་གི་རུ་མེད་པ་དེ་སྐྱ་རྟོག་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་སྤྱོད་པ་དང་། མི་མཐུན་  
 སྤྱོད་པ་གཉིས་ཀ་ལ་བྱེད་བྱེད་དུ་འཇུག་པའི་དངོས་ཀྱི་མ་ངེས་པའི་གཏན་ཚིགས་  
 ཡིན། རེ་ལུ་མིག་བར་པ་ལ། བྱས་པ་དེ་སྐྱ་མི་རྟོག་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་སྤྱོད་པ་ལ་བྱེད་  
 བྱེད་དང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་མཐུན་སྤྱོད་པ་ལ་གཏན་མེད་དུ་འཇུག་པའི་རྟོགས་ཡང་དག་ཏུ་

བཤད་པ་ལྟར་ཡིན། རེ་འུ་མིག་གསུམ་པ་ལ། མི་རྟལ་པ་དེ་དྲུང་སྐྱ་ཚོལ་བྱུང་དུ་སྐྱབ་པའི་  
 མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཁྲབ་བྱེད། མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་རྣམ་གཉིས་སུ་འཇུག་པའི་དངོས་ཀྱི་  
 མ་ངེས་པའི་གཏན་ཚིགས་སུ་བཤད་པ་ལྟར་འཛོག་ བར་གྱི་རེ་འུ་མིག་དང་པོ་ལ། བྱས་  
 པ་དེ་དྲུང་སྐྱ་རྟལ་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་གཏན་མེད་དང་། མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་  
 ཁྲབ་བྱེད་དུ་འཇུག་པའི་འགལ་རྟལས་སུ་བཤད་ཀྱང་ཚིག་སྐྱོན་ཡོད་པས་དོན་ཐོབ་ལ་  
 བྱས་པ་དེ་སྐྱ་མི་རྟལ་པ་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་གཏན་མེད་དང་། མི་  
 མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཁྲབ་བྱེད་དུ་འཇུག་པའི་འགལ་རྟལས་ཡིན། རེ་འུ་མིག་བར་པ་ལ།  
 ཕྱོགས་ཚོས་འཁོར་ལོར་ཉན་བྱ་སྐྱ་རྟལ་པར་སྐྱབ་པ་ལ་ཕྱོགས་ཚོས་ཅན་དུ་སོང་བའི་  
 གང་ཟག་དེས་ཉན་བྱ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཡང་ཡོད་པར་མ་ངེས། དེ་དེ་སྐྱབ་  
 ཀྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཡང་ཡོད་པར་མ་ངེས་པ་ལ་དགོངས་ནས་དེ་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མཐུན་  
 ཕྱོགས་ལ་གཏན་མེད་དང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་འང་གཏན་མེད་དུ་འཇུག་  
 པའི་གཏན་ཚིགས་སུ་བཤད་ཀྱང་དོན་ཐོབ་ལ་ཉན་བྱ་དེ། སྐྱ་རྟལ་མི་རྟལ་གཉིས་ཀར་  
 སྐྱབ་པའི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་གཏན་མེད་དང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་རྣམ་གཉིས་  
 སུ་འཇུག་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན།

རེ་འུ་མིག་གསུམ་པ་ལ། ཚོལ་བྱུང་དེ་དྲུང་སྐྱ་རྟལ་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་ཕྱོགས་  
 ལ་གཏན་མེད་དང་། མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་རྣམ་གཉིས་སུ་འཇུག་པའི་འགལ་རྟལས་  
 ཀྱི་གཏན་ཚིགས་སུ་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན། འོག་གི་རེ་འུ་མིག་དང་པོ་ལ། མི་རྟལ་པ་དེ་  
 དྲུང་སྐྱ་ཚོལ་བྱུང་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་རྣམ་གཉིས་དང་། མི་མཐུན་

ཕྱོགས་ལ་བྱེད་དུ་འཇུག་པའི་དངོས་ཀྱི་མ་ངེས་པའི་གཏན་ཚིགས་སུ་བཤད་པ་  
 ལྟར་འདོག་ རེད་མིག་བར་བ་ལ། ཚེས་རླང་དེ་དུང་སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་  
 ཕྱོགས་ལ་རྣམ་གཉིས་དང་། མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་གཏན་མེད་དུ་འཇུག་པའི་རྟམ་ལང་  
 དག་ཏུ་བཤད་པ་ལྟར་འདོག་ རེད་མིག་གསུམ་བ་ལ། ཕྱོགས་ཚོས་འཁོར་ལོར་གྱེ་  
 བྲག་བས་རེག་བྱ་ཅན་དང་། རྟམ་པའི་གཞི་མཐུན་ཁས་ལེན་བ་ལ་དགོངས་ནས་རེག་  
 བྱ་ཅན་མ་ཡིན་བ་དེ། སྐྱ་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་རྣམ་གཉིས་དང་། དེ་  
 སྐྱབ་ཀྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཡང་རྣམ་གཉིས་སུ་འཇུག་པའི་གཏན་ཚིགས་སུ་བཤད་  
 གྱང་ཚིག་སྐྱོན་ཡོད་པས་དོན་ཐོབ་ལ་དབང་ཤེས་དེ། རྩ་བ་གཉིས་སྐྱང་གི་དབང་  
 ཤེས་མངོན་སུམ་དུ་སྐྱབ་པའི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་རྣམ་གཉིས་དང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་མཐུན་  
 ཕྱོགས་ལ་ཡང་རྣམ་གཉིས་སུ་འཇུག་པའི་དངོས་ཀྱི་མ་ངེས་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་  
 ཞེས་འཆད་བ་ལ། ཕྱོགས་ཚོས་འཁོར་ལོ་ལས། ཕྱོགས་ཚོས་མཐུན་ཕྱོགས་ཡོད་མེད་  
 དང་། །རྣམ་གཉིས་རེ་རེ་དག་ལ་ཡང་། །རྣམ་གསུམ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་དག་ལ། །ཡོད་  
 མེད་རྣམ་བ་གཉིས་ཕྱིར་དོ། །ཞེས་གསུངས། དེ་ལྟར་བཤད་པའི་ཕྱོགས་ཚོས་ཅན་  
 ཀྱི་གཏན་ཚིགས་དགུ་པོ་བསྐྱུ་ན་བཞིར་འདུ་བ་ཡིན་ཏེ། ལྟེང་གི་དབུས་སུ་བཀོད་པའི་  
 བྲས་པའི་རྟམ་ཀྱིས་སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་གཏན་ཚིགས་དང་། འོག་གི་དབུས་  
 སུ་བཀོད་པའི་ཚེས་རླང་གི་རྟམ་ཀྱིས་དུང་སྐྱ་མི་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་གཏན་ཚིགས་  
 གཉིས། རྟམ་ལང་དག་ཏུ་འདུ། འོགས་གཡས་ཀྱི་དབུས་སུ་བཀོད་པའི་བྲས་པའི་  
 རྟམ་ཀྱིས་སྐྱ་རྟམ་པར་སྐྱབ་པའི་གཏན་ཚིགས་དང་། འོགས་གཡོན་ཀྱི་དབུས་སུ་

བཀོད་པའི་རྩོམ་བྱུང་གི་རྟགས་ཀྱིས་དྲུང་སྐྱ་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་གཏན་ཚིགས་གཉིས།  
 འགལ་རྟགས་སྲུ་འདུ། ཟུར་བཞིའི་གཏན་ཚིགས་བཞི། དངོས་ཀྱི་མ་ངེས་པའི་རྟགས་  
 སྲུ་འདུ། དབུས་སྲུ་བཀོད་པའི་ཉན་བྱའི་རྟགས་ཀྱིས་སྐྱ་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་གཏན་  
 ཚིགས་དེ། ཟུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་ངེས་པའི་གཏན་ཚིགས་སྲུ་འདུ་བའི་ཕྱིར་ཉ།  
 ཕྱོགས་ཚོས་འཁོར་ལོ་ལས། སྟེང་འོག་གཉིས་ལ་ཡང་དག་གནས། །ལོགས་གཉིས་  
 འགལ་བའི་གཏན་ཚིགས་སོ། །ཟུར་བཞི་དངོས་ཀྱི་མ་ངེས་པ། །དབུས་ན་ཟུན་མོང་  
 མིན་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། སྟོབ་དཔོན་ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲུང་པོས། ཕྱོགས་ཚོས་  
 འཁོར་ལོར་ཕྱོགས་ཚོས་ཅན་གྱི་གཏན་ཚིགས་དབུ་གཏན་ལ་པབས་པ་ལ་དགོས་པ་  
 ཡོད་དེ། ཚུལ་གསུམ་ཡིན་པ་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་དང་། རྟགས་ཡང་དག་  
 གི་དབྱེ་བ་ལ་འབྲས་རང་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་གསུམ་དུ་གྲངས་ངེས་པར་  
 རྟགས་པའི་དགོས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཉ། ཚད་མ་ཀུན་བརྟམ་ལས། གང་ཕྱིར་གཏན་  
 ཚིགས་དག་དང་ནི། །དེ་ནང་པལ་ཆེར་ཕྱོགས་ཚོས་ཉིད། །དེས་ན་གཏན་ཚིགས་  
 སོགས་དོན་གྱི། །སྟོན་དུ་དེ་དབྱེ་བསྟན་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

ཞེས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་རྟགས་རིགས་ཀྱི་ཟུར་རྒྱན་འདི་ཡང་། སྲ་སོར་ངེད་རང་  
 རྣམས་ཀྱི་གྲུ་ཚང་འདི་ཉིད་དུ་རྣམ་འགྲེལ་གྱི་འཛིན་གྲུ་ཞིག་ཡོད་འདུག་ཀྱང་ཉམས་  
 ཆག་ཏུ་སོང་ཞིང་། སྲར་ནས་དེང་སང་གི་བར་དུ་རྟགས་རིགས་ཤིག་བརྩི་གཞུག་ཏུ་  
 གནང་སྟོལ་འདུག་ཀྱང་རྩོད་པ་སོགས་ཏ་ཅང་དར་རྒྱས་མེད་པར་མ་ཟད། རང་ཉིད་  
 ཀྱང་སྐྱེས་སྟོབས་ཀྱི་ཤེས་རབ་དམན། སྐྱངས་སྟོབས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྒྱུང་བ་བཅས་འདི་



འདྲ་ཚུལ་པའི་བབས་འབྲེལ་མ་མཆིས་ཀྱང་སློབ་དཔོན་ཅན་གོ་མིས། སྤྱིང་བཅེར་ལྡན་  
 ཞིང་བྱམས་སྤྱིར་དང་། །སེམས་དག་བ་ལ་ཉེས་བ་མེད། །ཅེས་གསུངས་པའི་དོན་  
 ཡིན་པར་བསམ་ཞིང་། གཞོན་ལུང་དུས་ནས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་བ་དག་འདུན་གྲུབ་  
 བ་དཔལ་བཟང་པོས་མཛད་པའི་སྤྱི་དོན་རིགས་རྒྱན་སོགས་གཞུང་ཆེ་ཆུང་མང་པོ་ལ་  
 ཡང་ཡང་འདྲིས་པར་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གོ་བ་ཅུང་ཟད་རྙེད་པ་བརྗེད་ཐོར་བཀོད་  
 པའི་ཡི་གེ་ཉུང་དུ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་སྤར་གསལ་དུ་བཏང་སྟེ་བཅི་གཞག་ཏུ་གནང་  
 པའི་རྟོགས་རིགས་ཀྱི་གསལ་བྱེད་དང་། རང་གི་གྲུ་ཚང་གི་རིན་གཞོའི་ཆེད་དུ་བསམ་  
 སྟེ་འདི་གའི་སློབ་གསལ་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ་པན་དོན་དུ་བཀོད་པའོ། །

སྤྱི་བཤ། ཀུན་གཟེགས་མཁས་པ་རྣམས་ལ་མི་མཁོ་ཞིང་། །སྤྱོགས་ལྷུང་རྩུང་  
 ཟ་ཅན་ལ་མི་པན་ཡང་། །གཟུར་གནས་སློབ་ལྡན་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ཀྱིས། །ཚུལ་  
 འདིར་སྤྱངས་ན་སློབ་སྤྱེད་ཅིས་མི་སྟེར། །རང་ཉིད་བཀལ་བརྟག་སྤྱངས་བ་དམན་ན་  
 ཡང་། །རིང་མོ་ཞིག་ནས་ཤིན་ཏུ་འདྲིས་ཆེ་བས། །སློབ་ལྡན་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་གོ་  
 བདེའི་སྤྱིར། །སྤྱིན་རྩུག་དང་པོའི་མིང་ཅན་བདག་གིས་བཀོད། །འདིས་མཚོན་དུས་  
 གསུམ་རྣམ་དཀར་ལྷུང་པོའི་མཐུས། །བདག་དང་མཁའ་མཉམ་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱིས། །སྤྱོགས་སྤང་གཞགས་པའི་གསུང་རབ་དོན་རྟོགས་ནས། །སྤྱོ་མེད་རྫོགས་  
 པའི་བྱང་ཆུབ་སྤྱིར་ཐོབ་ཤོག། །དག་ལེགས་འཕེལ། །

།མཁས་གྲུབ་སྤྱིན་པ་དང་རྒྱས་ཀྱིས་མཛད་པའི་ཡུལ་  
 ཡུལ་ཅན་གྱི་རྣམ་གཞག་གསལ་བའི་མེ་མོང་  
 ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

ཁ་ཅིག་དགག་པ།

ན་མོ་གུ་རུ་མཉུ་རྩོ་ལ། འདྲིར་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་གྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ་ལ། དགག་  
 བཞག་སྒྲོང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་ན་རེ། རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཚད་མས་  
 མདོན་སུམ་དུ་རྙོག་པས་བར་བྱ་བ། ཡུལ་གྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ཟེར་ན། གང་ཟག་གི་  
 བདག་མེད་ཚོས་ཅན། རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཚད་མས་མདོན་སུམ་དུ་རྙོག་པས་བར་བྱ་བ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། ཡུལ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། རྩལ་པ་ཁས། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། ཡུལ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། གཞི་གྲུབ་པའི་སྤྱིར། ཅུ་བར་འདོད་མི་རུས་ཏེ། རྗེས་སུ་དཔག་པའི་  
 ཚད་མས་མདོན་སུམ་དུ་རྙོག་པས་བར་བྱ་བ་མེད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། རྗེས་དཔག་གིས་མདོན་  
 སུམ་དུ་རྙོག་པས་བཤད་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། རྗེས་དཔག་ཚོས་ཅན། རྫོད་ཀྱིས་མདོན་  
 སུམ་དུ་རྙོག་པས་བཤད་པར་ཐལ། རྫོད་རྙོག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་  
 ཅན། རྙོག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཞེན་རིག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། རྩལ་སྟེ། ཞེན་རིག་དང་རྙོག་པ་  
 གཉིས་དོན་གཅིག་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

བྱས་པ་ལ། ཁོ་ན་རེ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཚོས་ཅན། རྗེས་སུ་དཔག་པའི་

ཚད་མས་མངོན་སུམ་དུ་རྩོགས་བ་ཡིན་པར་ཐལ། རྗེས་སུ་དབག་པའི་ཚད་མའི་དངོས་  
 ཡུལ་ཡིན་པའི་སྲིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲལ། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། རྗེས་སུ་  
 དབག་པའི་ཚད་མས་དངོས་སུ་རྩོགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་སྲིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་  
 ཅན། དེར་ཐལ། རྫོག་གྲུར་ཡིན་པའི་སྲིར། ཁྲལ་སྟེ། རྗེས་སུ་དབག་པའི་ཚད་མས་  
 དངོས་སུ་རྩོགས་པར་བྱ་བ། རྫོག་གྲུར་གྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྲིར།

ལང་ཁོ་ན་རེ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཚོས་ཅན། རྗེས་སུ་དབག་པའི་ཚད་མས་  
 དངོས་སུ་རྩོགས་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེས་ཤུགས་ལ་རྩོགས་བ་ཡིན་པའི་སྲིར། མ་  
 གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེས་རྫོག་གྲུར་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྩོགས་བ་ཡིན་པའི་  
 སྲིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲལ། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། རྗེས་སུ་དབག་པའི་ཚད་མས་ཤུགས་  
 ལ་མ་རྩོགས་པར་ཐལ། དེས་ཤུགས་ལ་རྩོགས་པའི་ཚོས་མེད་པའི་སྲིར།

བྱས་པ་ལ་ཁོ་ན་རེ། རྗེས་སུ་དབག་པའི་ཚད་མ་ཡིན་ན། ཁྲིད་གྱིས་ཤུགས་ལ་  
 རྩོགས་པའི་ཚོས་མེད་པས་ཁྲལ་བར་ཐལ། རྗེས་སུ་དབག་པའི་ཚད་མས་ཤུགས་ལ་  
 རྩོགས་པའི་ཚོས་མེད་པའི་སྲིར། ཟེར་ན་མ་ཁྲལ། འདོད་ན། སྐྱ་མི་རྟག་རྩོགས་ཀྱི་རྗེས་  
 དབག་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྲིར། ཁྲལ་པ་ཁས། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། ཁྲིད་  
 ཀྱིས་ཤུགས་ལ་རྩོགས་པའི་ཚོས་ཡོད་པར་ཐལ། ཁྲིད་གྱིས་སྐྱ་རྟག་སྟོང་ཤུགས་ལ་  
 རྩོགས་པའི་སྲིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། ཁྲིད་གྱིས་སྐྱ་མི་རྟག་པ་དངོས་སུ་རྩོགས་ནས་  
 སྐྱ་རྟག་སྟོང་ཤུགས་ལ་རྩོགས་པའི་སྲིར། རང་རེས་གཞི་གྲུབ་ན། མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་  
 མས་མངོན་སུམ་དུ་རྩོགས་པས་ཁྲལ།

བྱས་པ་ལ། ཁོ་ན་དེ། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་  
 ཚོས་ཅན། མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་ལ་གསལ་བར་སྤང་བར་ཐལ། དེས་དེ་མངོན་སུམ་  
 དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲལ། འདོད་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། མངོན་སུམ་གྱི་  
 ཚད་མའི་སྤང་ཡུལ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལ་གསལ་བར་སྤང་བའི་ཕྱིར། རྟགས་ཁས།  
 འདོད་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། མངོན་སུམ་གྱི་སྤང་ཡུལ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་མི་བྱས་ཏེ། སྤྱི་མཚན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན།  
 མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེས་རྟོགས་པ་གང་  
 ཞེག། མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མས་དོན་སྤྱིའི་རྩལ་གྱིས་རྟོགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་  
 དེར་ཐལ། གཞི་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་མ་གྲུབ་ན། མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་ཚོས་ཅན།  
 ཁྱོད་ཀྱིས་དོན་སྤྱིའི་རྩལ་གྱིས་རྟོགས་པ་མེད་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱིས་རྟོགས་ན། ཁྱོད་  
 ཀྱིས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པས་ཁྲལ་བའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
 ཁྱོད་མངོན་སུམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲལ་སྟེ། ཚུར་མཐོང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་སྣོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་  
 རྩོམ་ཡིན་ན། རྟོག་པ་ཡིན་པས་ཁྲལ་ཅིང་དེའི་རྒྱུད་ལ་སྣོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་མངོན་སུམ་  
 མེད་པར་ཁས་ལེན་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དབུ་མ་རྒྱན་ལས། ཚུར་རོལ་མཐོང་  
 བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །སེམས་ནི་དེ་ལ་ལོར་བའི་ཕྱིར། །ཡང་དག་དངོས་པོ་ཅུང་ཟད་  
 གྲང་། །མངོན་སུམ་དག་གིས་གྲུབ་པ་མེད། །ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

དེས་ན། རྗེས་སུ་དབག་པའི་ཚད་མས་དངོས་སུ་རྟོགས་པ། དེས་དོན་སྤྱིའི་རྩལ་  
 གྱིས་རྟོགས་པ། དེས་སྒྲོག་ཏུ་གྲུར་པའི་རྩལ་གྱིས་རྟོགས་པ་རྣམས་དོན་གཅིག་ཡིན་

ཀྱང་། མངོན་སུམ་ཚད་མས་དངོས་སུ་རྟོགས་པ། དེས་དོན་སྤྱིའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པ།  
 དེས་སློབ་ཏུ་གྱུར་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པ་ནམས་དོན་གཅིག་མིན་ཏེ། སྤྱི་མ་གཉིས་  
 མེད་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱིས་དོན་སྤྱིའི་  
 ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པ་དང་། ཁྱོད་ཀྱིས་སློབ་ཏུ་གྱུར་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པ་གཉིས་  
 མེད་པར་ཐལ། ཁྱོད་རྟོག་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་མངོན་སུམ་  
 གྱི་ཚད་མས་ཤུགས་ལ་རྟོགས་པ་ཡོད་དེ། སྤྱི་མཚན་ཡིན་ན། དེས་ཤུགས་ལ་རྟོགས་  
 པས་ཁྲབ་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། སྤྱི་མཚན་ཡིན་ན། དེས་རྟོགས་པས་ཁྲབ་  
 པ་གང་ཞེག། དེས་རྟོགས་ན། དངོས་ཤུགས་གང་རུང་དུ་རྟོགས་པས་ཁྲབ་པའི་སྤྱིར།  
 དང་པོ་སྤྱི། གཉིས་པ་མ་གྲུབ་ན། མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱིས་རྟོགས་  
 བ། ཁྱོད་ཀྱིས་དངོས་ཤུགས་གང་རུང་དུ་རྟོགས་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། ཁྱོད་གང་ཟག་གི་  
 བདག་མེད་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་དེ། ལོ་དེ་ལ་སྤྱང་བའི་སློབ་སློབ་དེས་རིག་པར་བྱ་བ། ལོ་དེའི་སྤྱང་  
 ཡུལ་གྱི་མཚན་ཉིད། ལོ་དེས་ཞེན་པའི་སློབ་སློབ་རིག་པར་བྱ་བ། ལོ་དེའི་ཞེན་ཡུལ་གྱི་  
 མཚན་ཉིད་ཡིན་ཟེར་ན། དང་པོ་ལ། སྤྱི་རྟོག་པའི་དོན་སྤྱི་ཚོས་ཅན། སྤྱི་རྟོག་འཛིན་  
 རྟོག་པ་ལ་སྤྱང་བའི་སློབ་སློབ་སྤྱི་རྟོག་འཛིན་རྟོག་པས་རིག་པར་བྱ་བ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 དེའི་སྤྱང་ཡུལ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། སྤྱི་རྟོག་པ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་དོན་སྤྱི་ཁྱོད་  
 འཛིན་རྟོག་པའི་སྤྱང་ཡུལ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར། ཅ་བར་འདོད་ན། སྤྱི་རྟོག་པའི་དོན་སྤྱི་ཚོས་ཅན། སྤྱི་རྟོག་འཛིན་རྟོག་པས་རིག་

བར་བྱ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལ་སྤང་བའི་སློབ་མཁན་དེས་རིག་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་སྲིད།  
 ཉགས་ཁས། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། སྐྱ་ཉག་འཛིན་ཉོག་པས་ཉོགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་  
 བར་ཐལ། དེས་རིག་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་སྲིད། འདོད་མི་རུས་ཏེ། སྐྱ་ཉག་འཛིན་ཉོག་  
 པས་ཉོགས་པའི་ཚོས་མེད་པའི་སྲིད་ཏེ། དེའི་གཞལ་བྱ་མེད་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། སྐྱ་  
 ཉག་འཛིན་ཉོག་པ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་གཞལ་བྱ་མེད་པར་ཐལ། ཁྱོད་ལོག་ཤེས་ཡིན་  
 པའི་སྲིད། གཉིས་པ་ལ། རི་བོང་རྩ་ཚོས་ཅན། རི་བོང་རྩ་འཛིན་ཉོག་པས་ཞེན་པའི་སློབ་  
 མཁན་རིག་པར་བྱ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་ཞེན་ཡུལ་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། རི་བོང་  
 རྩ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཁྱོད་འཛིན་ཉོག་པའི་ཞེན་ཡུལ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་གང་ཟག་གི་  
 བདག་མེད་ཡིན་པའི་སྲིད། ཅུ་བར་འདོད་ན། རི་བོང་རྩ་ཚོས་ཅན། རི་བོང་རྩ་འཛིན་  
 ཉོག་པས་རིག་པར་བྱ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། དེས་ཞེན་པའི་སློབ་མཁན་རིག་པར་བྱ་བ་ཡིན་  
 པའི་སྲིད། ཉགས་ཁས། འདོད་ན། དེས་ཚོས་ཅན། དེས་ཉོགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་པའི་སྲིད། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཁྱོད་ཉོགས་པའི་སློབ་མེད་པའི་སྲིད་ཏེ། ཁྱོད་  
 མེད་ངེས་ཡིན་པའི་སྲིད།

ལ་ཅིག་གིས་ཤེས་པ་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཀྱི་གཟུང་དོན་ཡོད་པས་བྱུང་བེད་ན། སྐྱ་  
 འདད་འཛིན་སྤང་གི་དབང་ཤེས་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྲིད། འདོད་མི་རུས་ཏེ།  
 རྣམ་འགྲེལ་ལས། སྐྱ་འདད་དོན་མེད་ཅན་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྲིད། གཞན་  
 ཡང་། དེ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་གཟུང་དོན་མེད་པར་ཐལ། ཁྱོད་ལོག་ཤེས་ཡིན་པའི་སྲིད།

### ཡུལ་གྱི་མཚན་ཉིད་དང་དབྱེ་བ་བཤད་པ།

རང་ལུགས་ནི། རྫོས་རིག་པར་བྱ་བ། ཡུལ་གྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཚད་མ་རིགས་གཏེར་ལས། ཡུལ་གྱི་མཚན་ཉིད་རྫོས་རིག་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྱིད། དབྱེ་བ་བཤད་པ་ལ། ཡུལ་ལ་དབྱེ་ན། ལྷང་ཡུལ། ཞེན་ཡུལ། འཇུག་ཡུལ། གཟུང་ཡུལ་དང་བཞི་ཡོད་བྱས་པ་ལ། ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཡུལ་ཅན་ཡིན་ན། རྫོང་གི་ཡུལ་བཞི་ག་ཡོད་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། དེ་བོང་རུ་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྐྱ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྱིད། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། རྫོང་གི་སྐྱང་ཡུལ་དང་། ཞེན་ཡུལ་གཉིས་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྱིད། འདོད་མི་བྱས་ཏེ། རྫོང་བྱེད་གྱི་སྐྱ་དོན་མི་མཐུན་ཡིན་པའི་སྱིད། ཁྱབ་སྟེ། རྫོང་བྱེད་གྱི་སྐྱ་ཡིན་ན། རྫོང་གི་འཇུག་ཡུལ་ཡོད་པས་ཁྱབ་ཀྱང་དེ་ཡིན་ན། རྫོང་གི་སྐྱང་ཡུལ་མེད་པས་ཁྱབ་པའི་སྱིད།

བྱས་པ་ལ། ཁོ་ན་རེ། དེ་བོང་རུ་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྐྱ་ཚོས་ཅན། རྫོང་གི་ཡུལ་ཡོད་པར་ཐལ། རྫོང་གི་འཇུག་ཡུལ་ཡོད་པའི་སྱིད་ཏེ། རྫོང་རྫོང་བྱེད་གྱི་སྐྱ་ཡིན་པའི་སྱིད། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། རྫོང་གི་བརྗོད་བྱ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྱིད། འདོད་ན། དེ་བོང་རུ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྱིད་ཟེར་ན། མ་ཁྱབ་སྟེ། དེ་བོང་རུའི་དོན་སྱིད་དེ་དེ་བོང་རུ་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྐྱའི་བརྗོད་བྱ་ཡིན་པའི་སྱིད་ཏེ། དེ་དེའི་འཇུག་ཡུལ་ཡིན་པའི་སྱིད། དེ་བོང་རུ་འཛིན་རྟོག་པ་ཚོས་ཅན། རྫོང་གི་ཡུལ་བཞི་ག་ཡོད་པར་ཐལ། རྫོང་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་སྱིད། ཁྱབ་པ་ཁས། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། རྫོང་གི་ཞེན་ཡུལ་

ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྲིད། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ལོག་ཤེས་ཡིན་པའི་སྲིད། གཞན་  
 ཡང་། རྣམ་མཁུལ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྲིད། འབྲེལ་པ་ལས། འདོད་ན། དེ་ཚོས་  
 ཅན། འོད་ཀྱི་ཞེན་ཡུལ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྲིད། འདོད་མི་རུས་ཏེ། འོད་རྟོག་  
 མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་སྲིད། ཤེས་པ་ཡིན་ན། འོད་ཀྱི་སྣང་ཡུལ་ཡོད་པས་འབྲེལ་གྱི་  
 ཞེན་ཡུལ་དེ། རྟོག་པ་དང་། རྟོག་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་རྟོག་པ་ཁོ་ནའི་  
 སྐྱེར་གྱི་འབྲེལ་ཚོས་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། ཚད་མ་རིགས་གཏེར་ལས། སྣང་ཡུལ་ཤེས་པ་  
 ཀུན་ལ་ཡོད། །ཞེན་ཡུལ་རྟོག་པའི་སྐྱེར་ཚོས་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྲིད།

ཁོ་ན་དེ། འོད་ཀྱི་ཞེན་ཡུལ་ཡོད་ན། འོད་ཀྱི་ཞེན་པ་ཡོད་པས་འབྲེལ་པར་ཐལ།  
 རྣམ་མཁུལ་གྱི་ཞེན་ཡུལ་མེད་པའི་སྲིད་ཟེར་ན། མ་འབྲེལ། འདོད་མི་རུས་ཏེ། རྫོང་གྲེད་  
 ཀྱི་སྐྱེའི་ཞེན་པ་མེད་ཀྱང་དེའི་ཞེན་ཡུལ་ཡོད་པའི་སྲིད། གཟུགས་སོགས་ཀྱི་ཚོས་  
 ཐམས་ཅད་རྫོང་གྲེད་ཀྱི་སྐྱེའི་ཞེན་ཡུལ་ཡིན་པའི་སྲིད། དེ་ལྟར་ཡང་། ལེགས་བཤད་  
 སྤྱིང་པོ་ལས། གཟུགས་སོགས་རྫོང་གྲེད་ཀྱི་སྐྱེའི་ཞེན་ཡུལ་ཡིན་པ་རང་མཚན་གྱིས་  
 གྲུབ་པ་འགོག་པ་ན་ཞེན་ཡུལ་གྱི་གཞི་ལྗོན་གཟུགས་རང་མཚན་གྱིས་གྲུབ་པ་འགོག་  
 བ། གཞན་དབང་རང་མཚན་གྱིས་གྲུབ་པ་བཀག་པར་འགྱུར་ལ་ཞེས་གསུངས་པའི་  
 སྲིད། གཞན་ཡང་། འོད་ཀྱི་ཞེན་དོན་ཡོད་ན། འོད་ཀྱི་ཞེན་པ་ཡོད་པས་འབྲེལ་པར་  
 ཐལ། ཞེན་ཡུལ་ལ་དེའི་སྲིད། འདོད་ན། སྐྱ་མི་རྟོག་པར་དམ་བཅའ་བའི་དམ་བཅའ་  
 ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྲིད། འབྲེལ་པ་ལས། རྟོགས་གྲུབ་སྟེ། རང་གི་ཞེན་དོན་རང་  
 སྐྱ་བ་པོས་ཚད་མས་གྲུབ་པའི་དམ་བཅའ་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། དམ་བཅའ་ཡང་དག་ཡིན་



བའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། སྒྲ་ཚོས་ཅན། བྱོད་མི་རྟག་པར་དམ་བཅའ་བའི་དམ་བཅའ་དེ་  
དམ་བཅའ་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་མི་རྟག་པ་ཡིན་པའི་སྲིད། ཅ་བར་འདོད་མི་  
རུས་སོ། །

ཁོ་ན་དེ། རི་བོང་རུ་ཚོས་ཅན། སྒོས་རིག་པར་བྱ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡུལ་ཡིན་  
བའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། རྟོག་པའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། རང་  
འཛིན་རྟོག་པའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་སྲིད་ཟེར་ན་མ་བྱུབ། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེར་  
ཐལ། བདག་མེད་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་བྱུབ་མཚམས་ལ་རི་བོང་རུ་ཚོས་ཅན། རྟོག་པ་  
ལ་སྣང་བར་ཐལ། རང་འཛིན་རྟོག་པ་ལ་སྣང་བའི་སྲིད། བྱུབ་པ་འགྲིག་འདོད་མི་རུས་  
ཏེ། མེད་ངེས་ཡིན་པའི་སྲིད།

ཡང་ཡུལ་ལ་དབྱེ་བ། རང་མཚན་དང་། སྲི་མཚན་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ། མངོན་  
གྱུར་དང་། རྟོག་གྱུར་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ། བདེན་པ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་དང་གསུམ་ལས།  
དང་པོ་ལ། མངོ་སྡེ་བའི་ལུགས་ཀྱི་རང་སྲི་གཉིས་འཆད་པ་དང་། སེམས་ཅམ་པའི་  
ལུགས་ཀྱི་རང་སྲི་གཉིས་འཆད་པའོ། །དང་པོ་ནི། རྟོག་པས་བཏགས་ཅམ་མ་ཡིན་པར་  
ཡུལ་རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྡོད་ལུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་དེ། རང་མཚན་གྱི་  
མཚན་ཉིད། རང་མཚན་དང་། དངོས་པོ། དོན་དམ་བདེན་པ། མངོན་སུམ་གྱི་སྣང་ཡུལ།  
མངོན་གྱུར་རྣམས་དོན་གཅིག་རྟོག་པས་བཏགས་ཅམ་དུ་གྲུབ་པའི་ཚོས་སུ་དམིགས་པ་  
དེ། སྲི་མཚན་གྱི་མཚན་ཉིད། སྲི་མཚན། རྟག་པ། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ། རྟོག་པའི་སྣང་  
ཡུལ་རྣམས་དོན་གཅིག་གཉིས་པ་སེམས་ཅམ་པའི་ལུགས་ནི། རང་མཚན་དང་། སྲི་

མཚན་སོ་སོའི་མཚན་ཉིད་མདོ་སྡེ་པ་དང་འདྲ། གཞན་དབང་ཡོངས་གྲུབ་གང་རུང་  
 ཡིན་ན། རང་མཚན་ཡིན་པས་ཁྲུབ། སྤྱི་མཚན་དང་། རྣམ་གྲངས་པའི་ཀུན་བཏགས་  
 འོན་གཅིག། དངོས་པོ་ཡིན་ན། རང་མཚན་ཡིན་པས་ཁྲུབ་ཀྱང་། རང་མཚན་ཡིན་ན་  
 དངོས་པོ་ཡིན་པས་མ་ཁྲུབ་སྟེ། ཡོངས་གྲུབ་ཡིན་ན། རང་མཚན་ཡིན་པས་ཁྲུབ་ཀྱང་དེ་  
 ཡིན་ན། དངོས་པོ་མ་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར། གཉིས་པ་མངོན་སྟོན་གཉིས་འཆད་པ་ལ།  
 མངོན་སྟུམ་གྱི་ཚད་མས་དངོས་སུ་ཉོགས་པར་བྱ་བ་དེ། མངོན་གྱུར་གྱི་མཚན་ཉིད། དེ་  
 དང་། དངོས་པོ་འོན་གཅིག། རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཚད་མས་དངོས་སུ་ཉོགས་པར་བྱ་བ་  
 དེ། སྟོན་གྱུར་གྱི་མཚན་ཉིད། རང་འཛིན་ཉོག་པས་སྟོན་ཏུ་གྱུར་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཉོགས་  
 པར་བྱ་བ། རང་ཉིད་སྟོན་གྱུར་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། གཞི་གྲུབ་ན། སྟོན་གྱུར་ཡིན་པས་  
 ཁྲུབ་ཅིང་། སྟོན་གྱུར་ལ་དབྱེ་ན། ཅུང་ཟད་སྟོན་གྱུར། འཕྱི་ཏུ་སྟོན་གྱུར་གཉིས་ལས།  
 དང་པོ་ནི། སྐྱ་མི་ཉག་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། སྤྱིན་པ་བཏང་བ་ལས་ཡོངས་སྤྱོད་འབྱུང་  
 བ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱུངས་པ་ལས་བདེ་འགྲོ་ཐོབ་པ་ལྟ་བུའོ། །

གསུམ་པ་བདེན་པ་གཉིས་བཤད་པ་ལ། རྗེ་བྲག་སྐྱ་བའི་ལུགས་ཀྱི་བདེན་པ་  
 གཉིས་བཤད་པ། མདོ་སྡེ་པའི་ལུགས་ཀྱི་བདེན་པ་གཉིས་བཤད་པ། སེམས་ཅམ་  
 པའི་ལུགས་ཀྱི་བདེན་པ་གཉིས་བཤད་པ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། བཙུན་པའམ་སྟོན་  
 རང་གི་ཆ་ཤས་སོ་སོར་བསལ་བ་ན་རང་འཛིན་གྱི་སྟོ་འོན་མཐུན་འདོར་བའི་ཚོས་  
 སུ་དམིགས་པ་དེ། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད། དེ་ལྟར་མི་འདོར་བའི་ཚོས་སུ་  
 དམིགས་པ་དེ། འོན་དམ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ཏེ། མཛོད་ལས། གང་ལ་བཙུན་

དང་སྒོ་ཡིས་གཞན། །བསལ་ན་དེ་སྒོ་མི་འཇུག་པ། །བུམ་ཚུ་བཞིན་དུ་ཀུན་རྫོབ་  
 ཏུ། །ཡོད་དེ་དོན་དམ་ཡོད་གཞན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྱིད། མཚན་གཞི་ནི། བུམ་  
 པ་དང་། ལྷམ་བུ་ལྟ་བུ་དང་པོ་ཡིན་ཏེ། བུམ་པ་ཐོ་བས་བཙམ་པ་ན་བུམ་པར་འཛིན་  
 པའི་སྒོ་དོན་མཐུན་འདོར་བའི་སྱིད་དང་། ལྷམ་བུའི་སྣལ་མ་སོ་སོར་བསལ་བ་ན་ལྷམ་  
 བུར་འཛིན་པའི་སྒོ་དོན་མཐུན་འདོར་བའི་སྱིད། རུལ་སྤོང་སྤྱོད་ཀྱི་ཆ་མེད་དང་།  
 །ཤེས་པ་དུས་མཐའི་སྐད་ཅིག་ལ། །འདུས་མ་བུས་ཀྱི་ནམ་མཁའ། །སོ་སོར་བརྟགས་  
 །འགོག་སོ་སོར་བརྟག་མིན་གྱི་བགོག་པ་རྣམས་གཉིས་པ་ཡིན།

གཉིས་པ་མངོ་སྤེ་པའི་ལུགས་ནི། དོན་དམ་པར་དོན་བྱེད་མི་རུས་པའི་ཚོས་སུ་  
 དམིགས་པ་དེ། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད། དོན་དམ་པར་དོན་བྱེད་རུས་པའི་  
 ཚོས་སུ་དམིགས་པ་དེ། དོན་དམ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད། དོན་དམ་བདེན་པ་དང་།  
 རང་མཚན་དོན་གཅིག་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་དང་། སྤྱི་མཚན་དོན་གཅིག་སྟེ། རྣམ་འགྲེལ་  
 ལས། དོན་དམ་དོན་བྱེད་རུས་པ་གང་། །དེ་འདྲར་དོན་དམ་ཡོད་པ་ཡིན། །གཞན་ནི་  
 ཀུན་རྫོབ་ཡོད་པ་སྟེ། །དེ་དག་རང་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་བཤམ། །ཅེས་གསུངས་པའི་སྱིད།

གསུམ་པ་སེམས་ཅམ་པའི་ལུགས་ནི། རང་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་མངོན་  
 སུམ་གྱི་ཚད་མས་གཉིས་སྤང་དང་བཅས་པའི་སྒོ་ནས་རྟོགས་པར་བྱ་བ། ཀུན་རྫོབ་  
 བདེན་པའི་མཚན་ཉིད། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་དང་། ཡོངས་གྲུབ་མ་ཡིན་པའི་ཚོས་དོན་  
 གཅིག་རང་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མས་གཉིས་སྤང་བའི་  
 སྒོ་ནས་རྟོགས་པར་བྱ་བ། དོན་དམ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད། དོན་དམ་བདེན་པ་དང་།

ཡོངས་གྲུབ་དོན་གཅིག་མཚན་གཞི་ནི། གཟུགས་སྤྱི་རོལ་དོན་གྱིས་སྟོང་བ། གཟུགས་  
 དང་གཟུགས་འཛིན་པའི་ཚད་མ་རྫས་གཞན་གྱིས་སྟོང་བ། གཟུགས་གཟུགས་ཞེས་  
 པའི་སྐྱ་འདུག་པའི་འདུག་གཞིར་བདེན་པར་མེད་པ། གཟུགས་གཟུགས་འཛིན་རྟོག་  
 པའི་ཞེན་གཞིར་བདེན་པར་མེད་པ་རྣམས་ཡིན་ལ། སྟོང་ཉིད། དེ་བཞིན་ཉིད། ཡང་  
 དག་མཐའ། མཚན་མ་མེད་པའི་དབྱིངས། དོན་དམ་བདེན་པ། ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམས་  
 དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཉེ། དབུས་མཐའ་རྣམ་འབྱེད་ལས། སྟོང་  
 པ་ཉིད་ནི་མདོར་བསྡུས་ན། །དེ་བཞིན་ཉིད་དང་ཡང་དག་མཐའ། །མཚན་མ་མེད་དང་  
 དོན་དམ་བདེན། །ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམས་རྣམ་གྲངས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།

### ཡུལ་ཅན་གྱི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ།

གཉིས་པ་ཡུལ་ཅན་ལ། མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ཡུལ་དང་  
 ཡུལ་ཅན་གཉིས་སུ་སྤྱི་བའི་ནང་ནས་ཡུལ་མ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་རང་ཡུལ་ཅི་རིགས་  
 དང་ལྡན་པ་དེ། ཡུལ་ཅན་གྱི་མཚན་ཉིད་ཏུ་འཛོག་བྱས་པ་ལ། ཁོ་རེ། རྣམ་མཐུན་  
 ཚོས་ཅན། ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གཉིས་སུ་སྤྱི་བའི་ནང་ནས་ཡུལ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། རྣམ་མཐུན་ཚོས་ཅན། དེ་གཉིས་སུ་སྤྱི་བའི་  
 རང་ནས་ཡུལ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡུལ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན། མ་འདྲི་བྱས་པ་ལ། ཁོ་  
 རེ། རྣམ་མཐུན་ཚོས་ཅན། དེ་གཉིས་སུ་སྤྱི་བའི་ནང་ནས་ཡུལ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 གཉིས་སུ་སྤྱི་བའི་ནང་ནས་ཡོད་པ་གང་ཞིག་ཡོད་ན་ཡུལ་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར་ཟེར་

ན་མ་ཁྲབ། དང་པོ་མ་གྲུབ་ན། རྣམ་མཁུན་ཚོས་ཅན། དེ་གཉིས་སུ་སྤྱེ་བའི་ནང་ནས་  
 ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཉེ། ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར། གོང་གི་མ་ཁྲབ་མཚམས་ལ་  
 རང་རིག་ཚོས་ཅན། གཟུང་བ་དང་། འཛིན་པ་གཉིས་སུ་སྤྱེ་བའི་ནང་ནས་གཟུང་བ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་སུ་སྤྱེ་བའི་ནང་ནས་ཡོད་པ་གང་ཞིག་ ཡོད་ན་གཟུང་བ་ཡིན་  
 དགོས་པའི་སྤྱིར། ཁྲབ་པ་འགྲིག་དང་པོ་སྤྱོད། གཉིས་པ་མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། ཡོད་  
 ན་ཡུལ་ཡིན་དགོས་པ་གང་ཞིག་ ཡུལ་དང་། གཟུང་བ་དོན་གཅིག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཅ་  
 བར་འདོད་ན། རང་རིག་ཚོས་ཅན། གཟུང་བ་དང་། འཛིན་པ་གཉིས་སུ་སྤྱེ་བའི་ནང་ནས་  
 གཟུང་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་སུ་སྤྱེ་བའི་ནང་ནས་འཛིན་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

ཁ་ཅིག་གིས་ཡུལ་དང་། ཡུལ་ཅན་གཉིས་སུ་སྤྱེ་བའི་ནང་ནས་ཡུལ་ཅན་ཡིན་  
 ན། ཡུལ་མ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། ཡུལ་དང་། ཡུལ་ཅན་གཉིས་སུ་སྤྱེ་བའི་ནང་ནས་  
 ཡུལ་ཅན་ཡིན་ན། དེ་གཉིས་སུ་སྤྱེ་བའི་ནང་ནས་ཡུལ་མ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་སྤྱིར་ཟེར་  
 ན་མ་ཁྲབ། འདོད་ན། རྣམ་མཁུན་ཚོས་ཅན། ཡུལ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་སུ་སྤྱེ་  
 བའི་ནང་ནས་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། ཡུལ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 གཞི་གྲུབ་པའི་སྤྱིར།

བྱས་པ་ལ། ཁོ་ན་རེ། ཡུལ་ཡིན་ན། ཡུལ་དང་། ཡུལ་ཅན་གཉིས་སུ་སྤྱེ་བའི་  
 ནང་ནས་ཡུལ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། ཡུལ་ཅན་ཡིན་ན། ཡུལ་དང་། ཡུལ་ཅན་གཉིས་  
 སུ་སྤྱེ་བའི་ནང་ནས་ཡུལ་ཅན་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན་མ་ཁྲབ།

ཡང་ཁོ་ན་རེ། རྣམ་མཁུན་ཚོས་ཅན། ཡུལ་དང་། ཡུལ་ཅན་གཉིས་སུ་སྤྱེ་བའི་

ནང་ནས་ཡུལ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡུལ་དང་། ཡུལ་ཅན་གཉིས་སུ་སྲུ་སྲུ་བའི་ནང་ནས་ཚང་  
མའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་སྲིར་ཟེར་ན་མ་ཟུང་།

ཁ་ཅིག་ ཡུལ་དང་། ཡུལ་ཅན་གཉིས་སུ་སྲུ་སྲུ་བའི་ནང་ནས་ཡུལ་ཅན་ཡིན་ན།  
གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྲུ་སྲུ་བའི་ནང་ནས་འཛིན་པ་ཡིན་པས་ཟུང་ཟེར་ན། རྗེས་སྲིད་  
ཀྱི་སྐྱོ་ཚུལ་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྲིར། ཟུང་པ་ཁས། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚུལ་ཅན། ཡུལ་  
དང་། ཡུལ་ཅན་གཉིས་སུ་སྲུ་སྲུ་བའི་ནང་ནས་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པར་ཐལ། ཡུལ་ཅན་ཡིན་  
པའི་སྲིར། ཟུང་སྟེ། འཛིན་པ་ཡིན་ན། གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྲུ་སྲུ་བའི་ནང་ནས་འཛིན་  
པ་ཡིན་དགོས་པའི་སྲིར་ཉེ། གང་ཟག་ཡིན་ན་ཚུལ་དང་། གང་ཟག་གཉིས་སུ་སྲུ་སྲུ་བའི་  
ནང་ནས་གང་ཟག་ཡིན་དགོས་པའི་སྲིར། ཅ་བར་འདོད་ན། རྗེས་སྲིད་ཀྱི་སྐྱོ་ཚུལ་ཅན།  
འཛིན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྲུ་སྲུ་བའི་ནང་ནས་འཛིན་པ་ཡིན་པའི་  
སྲིར། ཉུགས་ཁས། འདོད་ན། དེ་ཚུལ་ཅན། རྗེས་ཡིན་པར་ཐལ། འཛིན་པ་ཡིན་པའི་སྲིར།  
ཟུང་སྟེ། འཛིན་པ་དང་རྗེས་གཉིས་དོན་གཅིག་ཡིན་པའི་སྲིར། རིགས་པ་འདི་ལ་བཞེན་  
ནས་གང་ཟག་ཡིན་ན། ཚུལ་དང་། གང་ཟག་གཉིས་སུ་སྲུ་སྲུ་བའི་ནང་ནས་ཚུལ་མ་ཡིན་  
པས་ཟུང་པ་ཡང་ཞེས་པར་བྱའོ། །དེས་ན་རྗེས་སྲིད་ཀྱི་སྐྱོ་དང་། གང་ཟག་གང་རུང་  
ཡིན་ན། ཡུལ་དང་། ཡུལ་ཅན་གཉིས་སུ་སྲུ་སྲུ་བའི་ནང་ནས་ཡུལ་ཅན་མ་ཡིན་པས་ཟུང་  
པར་འདོད་པའི་ལུགས་འགའ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་རང་ལུགས་དེའི་རྗེས་སུ་མི་འབྲང་ངོ། །

### གང་ཟག་བཤད་པ།

གཉིས་པ་ཡུལ་ཅན་ལ་དབྱེ་ན། གང་ཟག ལྷོ། རྫོང་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་  
 ལ། ཁ་ཅིག རང་གི་གདགས་གཞིར་གྱུར་པའི་སྤང་པོ་ལྷ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་  
 ང་དེ། གང་ཟག་གི་མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། གཟུགས་མེད་ཁམས་པའི་གང་ཟག་ཚོས་ཅན།  
 མཚན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཚན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། རང་གི་གདགས་  
 གཞིར་གྱུར་པའི་སྤང་པོ་ལྷ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན།  
 ཁྱོད་ཀྱི་གདགས་གཞིར་གྱུར་པའི་གཟུགས་ཀྱི་སྤང་པོ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་ན། གཟུགས་མེད་ཁམས་ན་གཟུགས་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
 བུས་སོ། །

རང་ལུགས་ནི། རང་གི་གདགས་གཞིར་གྱུར་པའི་སྤང་པོ་ལྷ་པོ་གང་རུང་ལ་  
 བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་ང་དེ། རང་ཉིད་གང་ཟག་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་  
 བ། འདོད་ཁམས་པའི་གང་ཟག གཟུགས་ཁམས་པའི་གང་ཟག གཟུགས་མེད་ཁམས་  
 པའི་གང་ཟག་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། འདོད་པའི་ལྷ་མི་ལྷ་བྱའོ། །གཉིས་པ་  
 ནི། གཟུགས་ཁམས་གནས་རིགས་བརྟུ་བདུན་གྱི་གང་ཟག་ལྷ་བྱའོ། །གསུམ་པ་ནི།  
 གཟུགས་མེད་སྐྱེ་མཆེད་ལྷ་བཞིའི་རྟེན་ཅན་གྱི་གང་ཟག་ལྷ་བྱའོ། །ཡང་གང་ཟག་ལ་  
 དབྱེ་ན། སྐྱེ་འབགས་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི་མཐོང་ལམ་མ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ལྷ་  
 བྱའོ། །གཉིས་པ་ནི། མཐོང་ལམ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ལྷ་བྱའོ། །

### ཚད་མ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་སྒོ་ལ། མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། རིག་པ། སྒོ་ལི་  
 མཚན་ཉིད། གསལ་ཞིང་རིག་པ། ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད། སྒོ། རིག་པ། ཤེས་པ་རྣམས་  
 དོན་གཅིག་གཉིས་པ་དེ་ལ་དབྱེ་ན། ཚད་མ་དང་། ཚད་མིན་གྱི་ཤེས་པ་གཉིས་ལས།  
 དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་མི་བསྐྱུ་བའི་རིག་པ། ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། སྒོ་ལ་འཛིན་  
 དབང་པོའི་མངོན་སུམ་གྱིས་དངས་ནས་སྐྱེས་པའི་སྒོ་ལ་ཤེས་པའི་ཤེས་པའི་ཤེས་པ་ཚོས་  
 ཅན། མཚན་བྱ་དེར་ཐལ། མཚན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། སྒོ་ལ་པོ་ལ་མི་  
 བསྐྱུ་བའི་རིག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། སྒོ་ལ་འཛིན་ཚད་མ་སྒོ་ལ་པོ་ལ་མི་བསྐྱུ་བའི་རིག་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། སྒོ་ལ་པོ་ཚོས་ཅན། འོད་འཛིན་ཚད་མ་འོད་ལ་མི་བསྐྱུ་  
 བའི་རིག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འོད་གཞི་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཅུ་བར་འདོད་མི་རུས་ཉེ། བཅད་  
 ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། རྟོག་པ་བཅད་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རང་ལུགས་ནི། གསར་དུ་མི་བསྐྱུ་བའི་རིག་པ། ཚད་མའི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་  
 དབྱེ་ན། མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་དང་། རྗེས་སུ་དབལ་བའི་ཚད་མ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས།  
 མཚན་ཉིད་ལ། ཁ་ཅིག་རྟོག་པ་དང་བྲལ་ཞིང་མ་འཇུག་པའི་རིག་པ། མངོན་སུམ་ཚད་  
 མའི་མཚན་ཉིད། རང་གི་རྟོན་དུ་གྱུར་པའི་རྟོགས་ཡང་དག་བཞེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 སྐྱེས་ཤིང་རང་གི་གཞལ་བྱ་སྒོ་གྲུར་ལ་གསར་དུ་མི་བསྐྱུ་བའི་ཞེན་རིག་ རྗེས་དབལ་  
 ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། དང་པོ་ལ། རུམ་འཛིན་རྟོག་པ་ཚོས་ཅན། མཚན་ཉིད་



དེར་ཐལ། མཚོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། མངོན་སུམ་  
 ཚད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མངོན་སུམ་ཁྱོད་ལ་ཚད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱོད་ཡོད་པ་གང་  
 ཞིག་མངོན་སུམ་ཡང་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་སྒྲ། གཉིས་པ་གྲུབ་སྟེ། མངོན་སུམ་དང་  
 རྗེས་དཔག་གཉིས་ཀ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཉེ། བདག་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཅ་བར་འདོད་ན།  
 དེ་ཚོས་ཅན། རྟོག་པ་དང་བྲལ་བར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཉེ། རྟོག་པ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། ཞེན་རིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལ། ཀུན་མཁྱེན་ཡེ་ཤེས་ཚོས་ཅན། མཚན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཚོན་བྱ་  
 དེའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། རྗེས་དཔག་ཚད་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 རྗེས་དཔག་རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཚད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་སྟེ། རྗེས་དཔག་རྗེས་སུ་  
 དཔག་པའི་ཚད་མ། རང་དོན་རྗེས་དཔག་རྣམས་དོན་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཅ་བར་  
 འདོད་ན། ཀུན་མཁྱེན་ཡེ་ཤེས་ཚོས་ཅན། རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཚད་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཉེ། མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། རྣམས་  
 མཁྱེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཡང་ཁ་ཅིག་རྟོག་བྲལ་གྱི་རིག་པ། མངོན་སུམ་གྱི་མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། གངས་རི་  
 སྒོན་པོར་སྒྲང་བའི་དབང་ཤེས་ཚོས་ཅན། མཚོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཚན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར།  
 མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། རྟོག་མེད་གྱི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། དབང་ཤེས་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཅ་བར་འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། མ་འཇུག་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། མངོན་  
 སུམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟོགས་ཁས་འདོད་མི་རུས་ཉེ། འཇུག་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ།

ལོག་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རང་ལུགས་ནི། རྟོག་པ་དང་བྲལ་ཞིང་མ་འཇུག་པའི་རིག་པ། མངོན་སུམ་གྱི་  
མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། དབང་མངོན། ཡིད་མངོན། རང་རིག་མངོན་སུམ། རྣམ་  
འགྲུབ་མངོན་སུམ་དང་བཞི་ཡོད་ཀྱང་གཞན་དུ་བཤད་ཟེན། རང་གི་རྟོན་དུ་གྱུར་པའི་  
རྟོགས་ཡང་དག་བཞེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དངོས་སུ་སྐྱེས་པའི་རིག་པ་གང་ཞིག་རང་  
གི་གཞན་གྱ་སྐྱོག་གྱུར་ལ་གསར་དུ་མི་བསྐྱེད་པའི་ཞེན་རིག་དེ། རང་ཉིད་རྗེས་དཔག་  
ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། དངོས་སྟོབས་རྗེས་དཔག་ཡིད་ཆེས་རྗེས་དཔག་  
གསལ་པའི་རྗེས་དཔག་དང་གསུམ་ཡོད་ཀྱང་གཞན་དུ་བཤད་ཟེན།

ཁ་ཅིག་རྟོག་པའི་རང་སྟོག་དང་བྲལ་བ། རྟོག་བྲལ་གྱི་མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། སྐྱ་མི་  
རྟོག་རྟོགས་གྱི་རྗེས་དཔག་ཚོས་ཅན། མཚན་གྱ་དེར་ཐལ། མཚན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། མ་  
གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། རྟོག་པའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྩ་བར་འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན།  
རྟོག་བྲལ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། རྗེས་དཔག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཡང་ཁ་ཅིག་རྟོག་པའི་རྗེས་དང་བྲལ་བ། རྟོག་བྲལ་གྱི་མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། རྟོག་  
པ་ཉམས་སུ་སྐྱོང་བའི་རང་རིག་ཚོས་ཅན། མཚན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཚན་གྱ་དེའི་ཕྱིར།  
འབྲུབ་པ་ཁས། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། རྟོག་བྲལ་ཡིན་པར་ཐལ། མངོན་སུམ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། རྩ་བར་འདོད་མི་རུས་ཉེ། རྟོག་པ་དང་རྗེས་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་  
ན། རྟོག་པ་ཚོས་ཅན། འོད་ཉམས་སུ་སྐྱོང་བའི་རང་རིག་འོད་དང་རྗེས་གཅིག་ཡིན་  
པར་ཐལ། འོད་གཞན་རིག་གི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། རྟོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

བྱས་པ་ལ། ཁོ་ན་རེ། རྟོག་པ་ཉམས་སྲུ་སྤྱོད་བའི་རང་རིག་ཚེས་ཅན། རྟོག་པའི་  
 རྣམ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟོག་པ་དང་རྣམ་གཅིག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེ་ཚེས་ཅན།  
 རྟོག་པའི་རྣམ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟོག་མེད་གྱི་ཤེས་པའི་རྣམ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན་མ་  
 འབྲུག་མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། རྟོག་མེད་གྱི་ཤེས་པ་དང་རྣམ་གཅིག་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཉེ།  
 རྟོག་མེད་གྱི་ཤེས་པའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེས་ན། སྐྱོད་ལྡན་ལྡེས་རྩུང་དུ་འཛིན་  
 པའི་ཞེན་རིག་དང་བྲལ་བ་དེ། རྟོག་བྲལ་གྱི་མཚན་ཉིད། དེ་དང་བྲལ་བའི་རིག་པ།  
 རྟོག་བྲལ་གྱི་ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད་དུ་འཛོག།

### ཚད་མིན་གྱི་ཤེས་པ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་ཚད་མིན་གྱི་ཤེས་པ་ལ་མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི།  
 གསར་དུ་མི་བསྐྱུ་བའི་རིག་པ་མ་ཡིན་པའི་རིག་པ། ཚད་མིན་གྱི་ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད།  
 དེ་ལ་དབྱེ་ན། ཡིད་དཔྱོད། ལྡང་ལ་མ་ངེས་པའི་སྒོ། བཅད་ཤེས། ལོག་ཤེས། ཟེ་ཚོམ་  
 དང་ལྡེ་ཡོད་ཅིང་། སོ་སོའི་མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ་དང་བཅས་པ་གཞན་དུ་བཤད་ཟེན།

ཚུད་པ་སྤོང་པ་ལ། ཁོ་ན་རེ། གསལ་སྣང་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་ཡིན་ན། ཤེས་པ་  
 ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། མཛོན་སུམ་ཡིན་ན། ཤེས་པ་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན།  
 རྣམ་གཅིག་རྣམ་གཉིས་སྲུ་སྣང་བའི་དབང་ཤེས་མ་ཡིན་པ་ཤེས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲ་  
 བའི་དབང་ཤེས་མེད་པ་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་འདྲ་བའི་དབང་ཤེས་  
 མེད་པ་ཚེས་ཅན། ཤེས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། གསལ་སྣང་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་

ཟེར་ན། སྐྱོར་ལུགས་སྐྱོན་ཅན་ཡིན་ཏེ། རྒྱུད་རང་ལ། གསར་སྐྱེས་ཡིན་ན། དངོས་  
 བོ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། གཞན་དབང་ཡིན་ན། དངོས་བོ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་ན། གསར་སྐྱེས་ཡིན་ན། དངོས་བོ་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ། དངོས་བོ་ཡིན་  
 བ། སྲར་མེད་གསར་སྐྱེས་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། བུམ་པ་ཚོས་ཅན།  
 སྲར་མེད་གསར་སྐྱེས་ཡིན་པར་ཐལ། དངོས་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བུམ་པ་མ་  
 ཡིན་པ་དངོས་བོ་ཡིན་པར་ཐལ། བུམ་པ་མེད་པ་དངོས་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན།  
 དེར་ཐལ། བུམ་པ་སྲར་མེད་དངོས་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། བུམ་པ་སྲར་མེད་  
 ཚོས་ཅན། དངོས་བོ་ཡིན་པར་ཐལ། གསར་སྐྱེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འཁོར་གསུམ། རྗེས་  
 དཔག་དང་། རྗེས་དཔག་ཡང་དག་དོན་གཅིག་བྱས་པ་ལ།

ཁོ་ན་རེ། མངོན་སུམ་དང་། མངོན་སུམ་ཡང་དག་དོན་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ།  
 རྗེས་དཔག་ལ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མངོན་སུམ་ལྟར་སྣང་དང་། རྗེས་དཔག་ལྟར་སྣང་  
 གཉིས་མེད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན་མ་ཁྲབ། འདོད་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། རྗེས་  
 གཅིག་རྗེས་གཉིས་སུ་སྣང་བའི་དབང་ཤེས་དེ། མངོན་སུམ་ལྟར་སྣང་དང་། གཞལ་བྱའི་  
 རྟགས་ལས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་འཛིན་པའི་སློ་དེ། རྗེས་དཔག་ལྟར་སྣང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་  
 མ་དེར་ཐལ། རང་གི་རྟེན་དུ་གྱུར་པའི་རྟགས་ལྟར་སྣང་བཞོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་  
 པའི་ཡིད་དཔྱོད་ཡིན་ན། རྗེས་དཔག་ལྟར་སྣང་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཞོང་དུ་འདོད་  
 བ། རྟོག་གའི་ཚིག་དོན་བརྒྱུད་མེད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ།  
 ཚང་མའི་བསྟན་བཅོས་རྣམས་ལས། གཞལ་བྱ་རང་གིས་ངེས་པའི་ཕྱིར་དུ་མངོན་སུམ་

དང་རྗེས་དཔག་ཡང་དག་ལྟར་སྒྲུང་དང་བཅས་པ་སྟེ། རྟོག་གཏེ་ཚིག་དོན་བཞི་དང་།  
 གཞལ་བྱ་རང་གིས་ངེས་ནས་གཞན་ངེས་སུ་འཇུག་པའི་སྤྱིར་དུ་སྐྱབ་ངག་དང་ཐལ་  
 འགྱུར་ཡང་དག་ལྟར་སྒྲུང་དང་བཅས་པ་སྟེ། རྟོག་གཏེ་ཚིག་དོན་བཞི་གསུངས་པའི་  
 སྤྱིར། ཚད་མ་རིགས་སྒོ་ལས། མངོན་སུམ་དང་ནི་རྗེས་སུ་དཔག །ལྟར་སྒྲུང་བཅས་པ་  
 བདག་རིག་སྤྱིར། །སྐྱབ་པ་དང་ནི་སུན་འབྱེན་ངག །ལྟར་སྒྲུང་བཅས་པ་གཞན་རྟོགས་  
 སྤྱིར། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།

### རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྐྱབ་བཤད་པ།

གསུམ་པ་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྐྱབ་ལ། མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། རྗོད་  
 བྱེད་ཀྱི་ཉན་བྱ། རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྐྱའི་མཚན་ཉིད། བཟའི་དབང་གིས་རང་གི་བརྗོད་བྱ་གོ་  
 བར་བྱེད་པའི་ཉན་བྱ་དེ། རང་ཉིད་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། གཉིས་པ་ནི།  
 དེ་ལ་དབྱེ་ན། རོ་བོའི་སྒོ་ནས་མིང་ཚིག་ཡི་གེ་གསུམ་ཡོད་པ་ལས།

### མིང་བཤད་པ།

དང་པོ་ནི། རང་གི་དོན་དེ་གོ་བར་བྱེད་པའི་ཉན་བྱ་དེ། རང་ཉིད་མིང་ཡིན་པའི་མཚན་  
 ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། བཏགས་མིང་དང་། དངོས་མིང་གཉིས་ལས། ཁ་ཅིག་དེ་གཉིས་  
 འགལ་ཟེར་བ་མི་འཐད་དེ། སེངྒེ་ཞེས་པའི་ངག་དེ་དེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་  
 བ། དེར་ཐལ། དང་པོ་གང་ཞིག་སྤྱི་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དང་པོ་གྲུབ་སྟེ། མི་དཔལ་བོ་ལ་  
 བཏགས་པའི་བཏགས་མིང་ཡིན་པའི་སྤྱིར། སྤྱི་མ་གྲུབ་སྟེ། རི་དྲགས་ཀྱི་རྒྱལ་བོ་ལ་

སེངྒེ་ཞེས་པའི་མིང་དངོས་སུ་འཇུག་པའི་སྲིད། བཏགས་མིང་ལ་ཡང་འབྲ་བ་རྒྱ་མཚན་  
 ཏུ་བྱས་པའི་བཏགས་མིང་དང་། འབྲེལ་བ་རྒྱ་མཚན་ཏུ་བྱས་པའི་བཏགས་མིང་གཉིས་  
 ལས། དང་པོ་ནི། བྲམ་ཟེ་བྲིའུ་ཁ་ཆེ་སྣ་ཉག་ལ་སེངྒེ་ཞེས་པའི་ངག་ལྟ་བུ་ལ་བྲེད་བ་  
 ཡིན་ཏེ། ཚད་མ་རྣམ་འབྲེལ་ལས། སེངྒེ་བྲམ་ཟེ་བྲིའུ་ལ། །དེ་ལྟར་བརྗོད་པའང་འཇིག་  
 རྟེན་ཡོད། །ཅེས་གསུངས་པའི་སྲིད། གཉིས་པ་ལ། དེ་བྱུང་འབྲེལ་རྒྱ་མཚན་ཏུ་བྱས་  
 པའི་བཏགས་མིང་དང་། བདག་གཅིག་འབྲེལ་རྒྱ་མཚན་ཏུ་བྱས་པའི་བཏགས་མིང་  
 གཉིས་ཡོད། དང་པོ་ལ། རྒྱ་མིང་འབྲས་ལ་བཏགས་པའི་བཏགས་མིང་དང་། འབྲས་  
 མིང་རྒྱ་ལ་བཏགས་པའི་བཏགས་མིང་གཉིས་ཡོད། དང་པོའི་མཚན་གཞི་ནི། ཉི་མའི་  
 འོད་ཟེར་ལ་ཉི་མ་ཞེས་པའི་ངག་ལྟ་བུ་ལ་བྲེད་བ་ཡིན་ཏེ། ཉི་མ་དེ་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་གྱི་  
 རྒྱ་ཡིན་པའི་སྲིད། གཉིས་པའི་མཚན་གཞི་ནི། སྐྱབ་ངག་ཡང་དག་ལ་རྗེས་དཔག་ཅེས་  
 པའི་ངག་ལྟ་བུ་ལ་བྲེད་བ་ཡིན་ཏེ། རྗེས་དཔག་དེ་སྐྱབ་ངག་ཡང་དག་གི་འབྲས་བུ་ཡིན་  
 པའི་སྲིད། བདག་གཅིག་འབྲེལ་རྒྱ་མཚན་ཏུ་བྱས་པའི་བཏགས་མིང་ནི། རས་ཡུག་གི་  
 གཞོགས་ལ་གཅིག་ཚིག་པ་ལ་རས་ཡུག་ཚིག་ཅེས་པའི་ངག་ལྟ་བུ་ལ་བྲེད་བ་ཡིན་  
 ཏེ། རས་ཡུག་གི་གཞོགས་ལ་གཅིག་ཚིག་པ་དེ་རས་ཡུག་ཚིག་པ་དང་བདག་གཅིག་  
 འབྲེལ་ཡིན་པའི་སྲིད།

ཁོ་ན་དེ། ཉི་མ་དེ་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ལ་  
 ཉི་མ་ཞེས་པའི་མིང་དེ་རྒྱ་མིང་འབྲས་ལ་བཏགས་པའི་བཏགས་མིང་ཡིན་པའི་སྲིད།  
 འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་གཉིས་རྗེས་གཞན་མ་ཡིན་པའི་སྲིད། དེར་ཐལ། དེ་གཉིས་རྗེས་

གཅིག་ཡིན་པའི་སྲིད། དེར་ཐལ། དེ་གཉིས་དངོས་རྒྱ་ཚོགས་པ་ཚར་གཅིག་ལ་རག་  
 ལས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་གྲུབ་པའི་སྲིད། དེར་ཐལ། ཉི་མ་དང་ཉི་མའི་སྟེང་གི་མི་ཉག་པ་གཉིས་  
 དངོས་རྒྱ་ཚོགས་པ་གཅིག་ལ་རག་ལས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་གྲུབ་པའི་སྲིད་ཟེར་ན་མ་ཟུབ། མ་  
 གྲུབ་ན། ཉི་མ་ཚོས་ཅན། བྱོད་དང་བྱོད་ཀྱི་སྟེང་གི་མི་ཉག་པ་གཉིས་དངོས་རྒྱ་ཚོགས་  
 པ་ཚར་གཅིག་ལ་རག་ལས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་གྲུབ་པར་ཐལ། བྱོད་འདུས་བྲས་ཡིན་པའི་  
 སྲིད། གཞན་ཡང་། ཉི་མ་དེ་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། ཉི་མའི་འོད་ཟེར་  
 ཉི་མ་ལས་སྐྱེས་པའི་སྲིད། དེར་ཐལ། ལྷ་བའི་འོད་ཟེར་ལྷ་བ་ལས་སྐྱེས་པའི་སྲིད། མ་  
 གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། རྒྱ་མཚོའི་བླ་བུས་རྒྱ་མཚོ་ལས་སྐྱེས་པའི་སྲིད། དབུ་མ་འཇུག་པ་  
 ལས། ཇི་ལྟར་རྒྱུང་གིས་བསྐྱེད་བས་རྒྱ་མཚོ་ནི། །ཆེ་ལས་ཚུ་བུས་འབྱུང་བ་དེ་བཞིན་  
 དུ། །ཞེས་དང་། མངོན་ཉོགས་རྒྱན་ལས། རྒྱ་མཚོ་ཆེ་ལ་ཚུ་བོ་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་  
 པའི་སྲིད། ཚད་མ་རྣམ་འབྲེལ་ལས་ཀྱང་དེ་ལྟར་གསུངས་པའི་སྲིད།

བྲས་པ་ལ། ཁོ་ན་རེ། རྣམ་མཁའའི་འཇའ་ཚོན་རྣམ་མཁའ་ལས་བྱུང་བར་ཐལ།  
 རྒྱ་མཚོའི་བླ་བུས་རྒྱ་མཚོ་ལས་བྱུང་བའི་སྲིད་ཟེར་ན་མ་ཟུབ། འདོད་མི་རུས་ཉེ།  
 རྣམ་མཁའ་ལས་བྱུང་བ་མེད་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། རྣམ་མཁའ་ཚོས་ཅན། བྱོད་ལས་  
 བྱུང་བ་མེད་པར་ཐལ། བྱོད་ཉག་པ་ཡིན་པའི་སྲིད། ཁ་ཅིག་སྐྱབ་ངག་ཡང་དག་དེ་རྗེས་  
 དཔག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལ་རྗེས་དཔག་ཅེས་པའི་མིང་དེ་བཏགས་མིང་ཡིན་པའི་  
 སྲིད། འདོད་ན། དེ་རྗེས་དཔག་ཡིན་པར་ཐལ། བྲས་ན་མི་ཉག་པས་ཟུབ། དཔེར་ན་  
 བུམ་པ་བཞིན། སྐྱ་ཡང་བྲས་སོ། །ཞེས་པའི་སྐྱབ་ངག་དེ་རྗེས་དཔག་ཡིན་པའི་སྲིད།

མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། རྗེས་དཔག་ཡིན་པར་ཐལ། གཞན་དོན་རྗེས་དཔག་ཡིན་པའི་  
སྲིར་ཟེར་ན་འགལ་ཁྲུབ་ལ་འབྱུང་དོ། །

ཁ་ཅིག ཉི་མ་དང་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་གཉིས་རྒྱ་འབྲས་སུ་འཛོག་མི་རིགས་པའི་  
སྲིར་ཉ། ཉི་མའི་དུས་སུ་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ཡོད་པའི་སྲིར་ཉ། རྩ་བའི་དུས་སུ་རྩ་བའི་  
འོད་ཟེར་ཡོད་པའི་སྲིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། རྩ་བའི་དུས་སུ་རྩ་བ་དེ་བསེལ་ཟེར་  
ཅན་ཡིན་པའི་སྲིར་ཟེར་ན་མ་ཁྲུབ། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། རྩ་བའི་དུས་སུ་རྩ་བ་དེ་ཀུ་  
སུ་ཉའི་གཉེན་ཡིན་པའི་སྲིར། མ་ཁྲུབ་མཚམས་ལ། ཉི་མའི་དུས་སུ་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་  
ཡོད་པར་ཐལ། ཉི་མའི་དུས་སུ་ཉི་མ་དེ་ཚོ་ཟེར་ཅན་ཡིན་པའི་སྲིར། ཁྲུབ་བ་ཁས། མ་  
གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། ཉི་མའི་དུས་སུ་ཉི་མ་དེ་བརྗོད་གཉེན་ཡིན་པའི་སྲིར།

ཁོ་ན་རེ། ཉི་མ་དང་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་གཉིས་རྗེས་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། མེ་ཉོག་  
དང་། མེ་ཉོག་གི་ངེ་གཉིས་རྗེས་གཅིག་ཡིན་པའི་སྲིར་ཟེར་ན་མ་ཁྲུབ། མ་གྲུབ་ན། དེ་  
ཚོས་ཅན། ཁྱོད་དང་ཁྱོད་ཀྱི་ངེ་གཉིས་རྗེས་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་ངེ་ལྗན་ཀྱི་  
དངོས་པོ་ཡིན་པའི་སྲིར།

### ཚིག་བཤད་བ།

གཉིས་པ་ཚིག་ལ། མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ཁྱད་གཞི་ཁྱད་  
ཚོས་སྐྱུར་ནས་སྟོན་པའི་ཉན་བྱ་དེ། ཚིག་གི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི། ཀྱེ་མ་འདུས་  
བྲས་རྣམས་མི་ཉག་ སྐྱེ་ཞིང་འཛིག་པའི་ཚོས་ཅན་ཡིན། །སྐྱེས་ནས་འཛིག་པར་



འགྲུར་བ་སྟེ། །དེ་བས་ཉེ་བར་ཞི་བ་བདེ། །ཞེས་བ་ལྟ་བུའོ། །

### ཡི་གེ་བཤད་པ།

གསུམ་བ་ཡི་གེ་ལ། མཚན་ཉིད་དང་། མཚན་གཞི་གཉིས་ལས། མིང་ཚིག་གཉིས་ཀྱི་  
ཚུལ་གཞིར་གྱུར་པའི་སྐད་ཀྱི་གདངས་དེ། ཡི་གེའི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། དབྱངས་  
ཡིག་དང་། གསལ་བྱེད་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ་དབྱངས་ཡིག་བརྒྱ་དྲུག་ཡོད་ཅིང་། དེ་  
དག་ནི། ཨ་ཨྱ་ལ་སོགས་པའོ། །གཉིས་བ་གསལ་བྱེད་སུམ་ཅུ་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་ནི།  
ཀ་ཁ་ལ་སོགས་པའོ། །

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཡི་གེ་ཡིན་ན། བྱོད་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་མེད་པས་བྱུང་བར་ཐལ། རྣམ་  
འགྲེལ་ལས། ཡི་གེ་དོན་མེད་ཅན་དུ་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྲིར་ཟེར་ན་མ་བྱུང་  
སྟེ། དེའི་དོན་ནི། ཡི་གེ་རང་སྟོག་དོན་མེད་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པའི་སྲིར། ཅ་བར་  
འདོད་ན། དབྱངས་ཡིག་ཚོས་ཅན། བྱོད་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་མེད་པར་ཐལ། བྱོད་ཡི་གེ་ཡིན་  
པའི་སྲིར། བྱུང་བ་ཁས། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཡི་གེའི་བརྗོད་བྱ་ཡོད་པའི་སྲིར་ཏེ། བ་ཞེས་  
པའི་སྐྱའི་བརྗོད་བྱ་ཡོད་པའི་སྲིར་ཏེ། བ་འཛིན་ཏོག་པའི་ཞེན་ཡུལ་ཡོད་པའི་སྲིར།

ལང་ཁ་ཅིག་ མིང་ཚིག་ཡི་གེ་གསུམ་དངོས་མེད་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་འགྲེལ་  
ལས། ཚིག་སོགས་ཀུན་བཏགས་དངོས་མེད་ལ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྲིར་ཟེར་ན་མ་  
བྱུང་སྟེ། དེའི་དོན་ནི། མིང་ཚིག་ཡི་གེ་གསུམ་གྱི་བརྗོད་བྱ་དངོས་མེད་ཡིན་ཞེས་པའི་  
དོན་ཡིན་པའི་སྲིར། ཅ་བར་འདོད་ན། ཡི་གེ་དངོས་མེད་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གསུམ་ག་

དངོས་མེད་ཡིན་སྲིད། ཉགས་ཁས། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དངོས་མེད་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དངོས་པོ་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། རང་གི་རྒྱུར་རྒྱུར་པའི་སྐྱེས་བུའི་  
 ཀུན་སྒོར་གི་བསམ་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་སྲིད། རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཡི་གེ་ཀུན་སྒོར་ཤེས་  
 པ་ལས། །སྐྱེ་ལ་ཤེས་པའི་སྦྲར་སྦྲེའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྲིད། གཞན་ཡང་། དེ་  
 གསུམ་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། དངོས་མེད་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དེ་གསུམ་དངོས་མེད་  
 པའི་སྲིད། ཉགས་ཁས། འདོད་ན། རྩལ་ཚིག་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྲིད། འདོད་  
 མི་རུས་ཏེ། དངོས་པོ་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། རང་འབྲས་རྣམ་སྤྲིན་ཡིད་མི་འོང་འབྲིན་བྱེད་  
 ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། རྩལ་ཚིག་སྦྲང་བྱ་ཡིན་པའི་སྲིད། རྩལ། ས་མ།  
 ཚིག་རྩལ། ངག་འབྲལ་བཞི་ག་སྦྲང་བྱ་ཡིན་པའི་སྲིད། དེར་ཐལ། མི་དགོ་བཅུ་སྦྲང་བྱ་  
 ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། དགོ་བ་བཅུ་ཐོབ་བྱ་ཡིན་པའི་སྲིད།

བྱས་པ་ལ། ཁོ་ན་རེ། རྩལ་ཚིག་སྦྲང་བྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་  
 པས་རྩལ་གསུངས་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། རྩལ་ཚིག་སངས་རྒྱས་འཕགས་  
 པས་གསུངས་པའི་སྲིད་ཟེར་ན། མ་ཁྲལ། མ་གྲུབ་ན། རྩལ་ཚིག་ཚོས་ཅན། སངས་  
 རྒྱས་འཕགས་པས་གསུངས་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་གསུང་གི་བརྗོད་  
 བྱ་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། གཞི་གྲུབ་པའི་སྲིད། ལོང་དུ་འདོད་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་  
 པས་མི་བདེན་པའི་ཚིག་གསུངས་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་རྩལ་ཚིག་  
 གསུངས་པའི་སྲིད། ཉགས་ཁས། འདོད་མི་རུས་ཏེ། མདོ་ཉིང་ངེ་འཛིན་རྒྱལ་པོ་  
 ལས། རྩལ་སྦྲང་མ་བཅས་པ་གནས་སྒོར་ཞིང་། །རི་དང་གོང་དུ་བཅས་པའི་ས་ཞིག་

ལ། །རྣམ་མཁའ་འཇིགས་མེད་ལྷན་པར་གཞན་གྱུར་ཀྱང་། །སྤོང་ཅི་མི་བདེན་པ་ཡི་ཚིག་  
མི་གསུངས། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།

**རིགས་ཚོང་གི་སྐྱོད་པོ་ཚོགས་ཚོང་གི་སྐྱོད་པོ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར།**

ཚོང་བྱེད་གི་སྐྱོད་པོ་བཟོད་བྱའི་སྐོ་ནས་དབྱེ་ན། རིགས་ཚོང་གི་སྐྱོད་པོ། ཚོགས་ཚོང་གི་སྐྱོད་པོ་གཉིས་ཡོད་དེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། དེས་ན་འདི་ནི་རིགས་དང་ནི། །ཚོགས་པ་ཚོང་པའི་ཁྱད་པར་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། དེ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ལ། །ཁ་ཅིག་རིགས་ཚོང་གི་སྐྱོད་པོ་ཡིན་ན། རང་གི་བཟོད་བྱའི་བྱེ་བྲག་གི་རིགས་ཐམས་ཅད་བཟོད་པས་ཁྱབ། ཚོགས་ཚོང་གི་སྐྱོད་པོ་ཡིན་ན། རང་གི་བཟོད་བྱའི་ཚོགས་པ་བཟོད་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། །ཤེས་བྱ་ཞེས་པའི་སྐྱོ་ཚོས་ཅན། དང་པོ་དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། །ཤེས་བྱ་རིགས་སྤྱི་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཉེ། དེ་སྤྱི་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཅུ་བར་འདོད་ན། །ཤེས་བྱ་ཞེས་པའི་སྐྱོས་གསེར་བུམ་བཟོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེ་ཤེས་བྱ་ལ་སེལ་འཇུག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེས་གསེར་བུམ་ཡང་བཟོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། །ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། སྤོང་ཅེས་པའི་སྐྱོ་སྤོང་ལ་སེལ་འཇུག་ཡིན་པར་ཐལ། སྤོང་གཞི་གྲུབ་པའི་སྤྱིར།

གཞན་ཡང་། །ཤེས་བྱ་ཞེས་པའི་སྐྱོ་དེ་ཤེས་བྱ་ལ་སྐྱབ་འཇུག་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཤེས་བྱ་ལ་འཇུག་པ་གང་ཞིག་དེ་ཤེས་བྱ་ལ་སེལ་འཇུག་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། སྤྱི་མ་ཁས། དང་པོ་མ་གྲུབ་ཟེར་ན། དེར་ཐལ། དེ་ཤེས་བྱ་ལ་དངོས་སུ་འཇུག་པའི་སྤྱིར་ཉེ།

དེ་ཤེས་བྱའི་དངོས་མིང་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། རྫོང་ཅེས་  
 པའི་སྐྱ་དེ་རྫོང་གི་དངོས་མིང་ཡིན་པར་ཐལ། རྫོང་གཞི་གྲུབ་པའི་སྤྱིར། གོང་དུ་འདོད་  
 བ། ཤེས་བྱ་ལ་དངོས་དབང་གི་སློ་ནས་འཇུག་པར་ཐལ། དེ་ཤེས་བྱ་ལ་སྐྱབ་འཇུག་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། ཤེས་བྱ་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་དེ་ཡང་ཤེས་བྱ་ལ་དངོས་དབང་  
 གི་སློ་ནས་འཇུག་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། ལྷབ་སྟེ། རྫོང་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་དང་། རྟོག་  
 པ་གཉིས་རང་ཡུལ་ལ་འཇུག་ཚུལ་མཚུངས་པའི་སྤྱིར། རྣམ་འགྲེལ་ལས། སྤྱི་བརྗོད་  
 དང་ཚུལ་ཅན་སྐྱ་དང་། །རྟོག་པའང་དེ་དང་དོན་གཅིག་ན། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།  
 འདོད་ན། ཤེས་བྱ་དང་། ཤེས་བྱའི་དོན་སྤྱི་གཉིས་གཅིག་ཏུ་འབྲེས་པར་ཐལ། ཤེས་བྱ་  
 འཛིན་པའི་རྟོག་པ་དེ། ཤེས་བྱ་ལ་དངོས་དབང་གི་སློ་ནས་འཇུག་པ་གང་ཞིག ཤེས་  
 བྱ་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་ལ་ཤེས་བྱ་དང་། ཤེས་བྱའི་དོན་སྤྱི་གཉིས་འབྲེས་པར་སྐྱང་བའི་  
 སྤྱིར། དང་པོ་དངོས། སྤྱི་མ་དེར་ཐལ། ཤེས་བྱ་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་དེ་རང་གི་སྐྱང་ཡུལ་  
 ལ་འཇུག་པའི་རིག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཚ་བར་འདོད་ན། དངོས་པོ་དང་། དངོས་པོའི་  
 དོན་སྤྱི་གཉིས་འབྲེས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། རང་མཚན་དང་། སྤྱི་  
 མཚན་གཉིས་འབྲེས་པར་ཐལ་ལོ། །འདོད་མི་རུས་ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། རང་རང་ངོ་  
 བོ་ལ་གནས་སྤྱིར། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།

ཁ་ཅིག་ཚོགས་རྫོང་གི་སྐྱ་དང་། རིགས་རྫོང་གི་སྐྱ་གཉིས་འགལ་བེར་ན། ལུ་མ་  
 པ་ཞེས་པའི་སྐྱ་ཚོས་ཅན། ཚོགས་རྫོང་གི་སྐྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རིགས་རྫོང་གི་སྐྱ་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། གསེར་བུ་ལ་ལྟོས་ཏེ་རིགས་རྫོང་གི་སྐྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ།

བྱམ་པ་གསེར་བྱམ་གྱི་རིགས་སྤྱི་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དེ་དེའི་སྤྱི་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཅུ་བར་  
 འདོད་ན། བྱམ་པ་ཞེས་པའི་སྐྱ་ཚོས་ཅན། ཚོགས་རྫོང་གི་སྐྱ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱམ་པའི་  
 གཟུགས་ལ་ལྟོས་ཏེ་ཚོགས་རྫོང་གི་སྐྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། བྱམ་པ་རྩལ་རྩས་  
 བརྒྱད་འདུས་གྱི་གོང་བྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། བྱས་པ་ལ།

ཁོ་ན་རེ། བྱམ་པ་ཞེས་པའི་སྐྱ་ཚོས་ཅན། གསེར་བྱམ་ལ་འཇུག་པར་ཐལ། དེ་  
 གསེར་བྱམ་ལ་ལྟོས་ཏེ་རིགས་རྫོང་གི་སྐྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེ་གསེར་བྱམ་ལ་  
 དངོས་སུ་འཇུག་པར་ཐལ། དེ་གསེར་བྱམ་ལ་འཇུག་པ་གང་ཞིག དེ་དེ་ལ་འབྲུགས་ལ་མི་  
 འཇུག་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེས་གསེར་བྱམ་དངོས་སུ་བརྫོང་པར་ཐལ། དེ་དེ་ལ་དངོས་  
 སུ་འཇུག་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན་མ་ཟུབ། འདོད་ན། བྱམ་པ་ཞེས་པའི་སྐྱ་དེས་བྱམ་པའི་བྱེ་  
 བྲག་གི་རིགས་ཐམས་ཅད་དངོས་སུ་བརྫོང་པར་ཐལ། དེས་གསེར་བྱམ་དངོས་སུ་བརྫོང་  
 པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། བྱམ་པ་ཞེས་པའི་སྐྱ་དེ་སེལ་འཇུག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 སྤྱིར། མ་ཟུབ་མཚམས་སུ་ཤེས་བྱ་ཞེས་པའི་སྐྱ་དེས་བྱམ་པ་དངོས་སུ་བརྫོང་པར་ཐལ།  
 དེ་བྱམ་པ་ལ་དངོས་སུ་འཇུག་པའི་སྤྱིར། ཟུབ་པ་འགྲིག ཉགས་གྲུབ་སྟེ། བྱམ་པ་དེ་ཤེས་  
 བྱ་ཞེས་པའི་སྐྱ་དངོས་སུ་འཇུག་པའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། བྱམ་པ་ཚོས་ཅན།  
 དེར་ཐལ། ཤེས་བྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། གོང་དུ་འདོད་ན། ཤེས་བྱ་ཞེས་པའི་སྐྱ་དེས་བྱམ་པ་  
 ཞེན་ཡུལ་དུ་བྱེད་པར་ཐལ། ཤེས་བྱ་ཞེས་པའི་སྐྱ་དེས་བྱམ་པ་དངོས་སུ་བརྫོང་པའི་སྤྱིར།  
 ཉགས་ཁས། འདོད་ན། བྱམ་པ་དེ་ཤེས་བྱ་འཛིན་པའི་རྟོག་པའི་ཞེན་ཡུལ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 ཤེས་བྱ་འཛིན་པའི་རྟོག་པས་བྱམ་པ་ཞེན་ཡུལ་དུ་བྱེད་པའི་སྤྱིར། ཉགས་ཁས། འདོད་

ན། ལུམ་པ་ཚོས་ཅན། ཉག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཤེས་བྱ་འཛིན་པའི་རྟོག་པའི་ཞེན་ཡུལ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་ཁྲབ་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་འཛིན་རྟོག་པའི་ཞེན་ཡུལ་ཡིན་ན།  
 ཉག་པ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཉག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རང་ལུགས་ནི། རིགས་རྫོང་གི་ཉན་བྱ། རིགས་རྫོང་གི་སྐྱའི་མཚན་ཉིད།  
 ཚོགས་རྫོང་གི་ཉན་བྱ། ཚོགས་རྫོང་གི་སྐྱའི་མཚན་ཉིད། དེ་གཉིས་ལ་ལྷ་བཞི་ཡོད་དེ།  
 དང་པོ་ཡིན་ལ་གཉིས་པ་མ་ཡིན་པའི་ལྷ། གཉིས་པ་ཡིན་ལ་དང་པོ་མ་ཡིན་པའི་ལྷ།  
 གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ལྷ། གཉིས་པོ་གང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ལྷ་དང་བཞི་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
 དང་པོ་གྲུབ་སྟེ། བདེ་བ་ཞེས་པའི་སྐྱ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་རིགས་རྫོང་གི་  
 སྐྱ་ཡིན་པ་གང་ཞེག ཚོགས་རྫོང་གི་སྐྱ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་མ་གྲུབ་ན། བདེ་བ་  
 ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཅེས་པའི་སྐྱ་དེ་རིགས་རྫོང་གི་སྐྱ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་རིགས་སྐྱ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་ཉེ། ཁྱོད་སྐྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་སྟེ། སྐྱ་དང་། རིགས་སྐྱ་དོན་གཅིག་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། གོང་གི་ཉགས་གཉིས་པ་མ་གྲུབ་ན། བདེ་བ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཅེས་པའི་སྐྱ་  
 ཚོགས་རྫོང་གི་སྐྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཚོགས་སྐྱ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་  
 ཚོས་ཅན། ཚོགས་སྐྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཟུགས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། ཤེས་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ཡིན་ལ་དང་པོ་མ་ཡིན་པའི་ལྷ་ནི། ཀ་བུམ་གཉིས་ཞེས་པའི་སྐྱ་  
 ལྷ་བུ་ཡིན་ཉེ། ཀ་བུམ་གཉིས་ཚོགས་སྐྱ་ཡིན་ཀྱང་རིགས་སྐྱ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། དེ་  
 སྐྱ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ལྷ་ནི། ལུམ་པ་ཞེས་པའི་སྐྱ་ལྷ་བུ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལུམ་པ་རིགས་སྐྱ་དང་། ཚོགས་སྐྱ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གང་

ཡང་མ་ཡིན་པའི་སྤྱི་ལོ། ཉག་དངོས་གཉིས་ཞེས་པའི་སྐྱ་ལྷ་བྱ་ཡིན་ཏེ། ཉག་དངོས་གཉིས་རིགས་སྤྱི་དང་། ཚོགས་སྤྱི་གང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

**ཚས་ཅན་ཚོད་པའི་སྐྱ་དང་ཚས་ཚོད་པའི་སྐྱ་གཉིས་ཀྱི་བྱང་པར།**

ཚོད་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ལ་བཚོད་ཚུལ་གྱི་སྐྱོ་ནས་དབྱེ་ན། ཚས་ཅན་ཚོད་པའི་སྐྱ་དང་། ཚས་ཚོད་པའི་སྐྱ་གཉིས་ལས། ཚས་ཅན་ཚོད་པའི་ཉན་བྱ། དང་པོའི་མཚན་ཉིད། ཚས་ཚོད་པའི་ཉན་བྱ། གཉིས་པའི་མཚན་ཉིད། དང་པོ་དང་། བྱང་པར་གཞན་མི་སྤོང་བའི་སྐྱ་དོན་གཅིག་གཉིས་པ་དང་། བྱང་པར་གཞན་སྤོང་བའི་སྐྱ་དོན་གཅིག། དོན་དེ་བྱང་གཞི་ལྷ་བྱ་སྐྱོན་པའི་ཉན་བྱ། དོན་དེ་ལ་ལྷོས་ཏེ་ཚས་ཅན་ཚོད་པའི་སྐྱའི་མཚན་ཉིད། དོན་དེ་བྱང་ཚས་ལྷ་བྱ་སྐྱོན་པའི་ཉན་བྱ། དོན་དེ་ལ་ལྷོས་ཏེ་ཚས་ཚོད་པའི་སྐྱའི་མཚན་ཉིད། གཞི་གཅིག་ལ་ལྷོས་ཏེ་དེ་གཉིས་པལ་ཆར་འགལ་ཏེ། བུམ་པ་ལ་ལྷོས་ཏེ་ཚས་ཅན་ཚོད་པའི་སྐྱ་ཡིན་ན། དེ་ལ་ལྷོས་ཏེ་ཚས་ཚོད་པའི་སྐྱ་མ་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར། སྤྱིར་དེ་གཉིས་མི་འགལ་ཏེ། སྐྱ་མི་ཉག་ཅེས་པའི་སྐྱ་དེ། སྐྱ་ལ་ལྷོས་ཏེ་ཚས་ཅན་ཚོད་པའི་སྐྱ་དང་། མི་ཉག་པ་ལ་ལྷོས་ཏེ་ཚས་ཚོད་པའི་སྐྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དེས་སྐྱ་བྱང་གཞི་དང་། མི་ཉག་པ་བྱང་ཚས་སྤྱོན་པའི་སྤྱིར། དཔེར་ན། བ་ལང་དཀར་པོ་ཞེས་པའི་དག་དེས་བ་ལང་བྱང་གཞི་དང་། དཀར་པོ་བྱང་ཚས་སྤྱོན་པས་ན། དེ་འདྲ་བའི་དག་དེ་བ་ལང་ལ་ལྷོས་ཏེ་ཚས་ཅན་ཚོད་པའི་སྐྱ་དང་། དཀར་པོ་ལ་ལྷོས་ཏེ་ཚས་ཚོད་པའི་སྐྱ་ཡིན་པ་བཞིན་ལོ། །དེ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་སྐྱའི་མི་ཉག་ཞེས་པའི་དག་དེས། མི་ཉག་པ་

ཁྲད་གཞི་དང་། སྐྱ་ཁྲད་ཚོས་སུ་སྟོན་བས་ན་གང་ལ་སྟོས་ཏེ་ཚོས་ཅན་རྫོང་པའི་སྐྱ་  
ཡིན་པ་ཡང་གོ་སྐྱ་ཞིང་། བ་ལང་གི་དཀར་པོ་ཞེས་པའི་སྐྱ་ལ་ཡང་ཞེས་པར་བྱའོ། །

ཁ་ཅིག་བུམ་པའི་ཁྲད་ཚོས་ཡིན་ན། བུམ་པ་ཞེས་པའི་སྐྱས་བརྗོད་པས་ཁྲབ་  
ཟེར་ན། བུམ་པ་མི་རྟག་པ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། ཁྲབ་པ་ཁས། མ་གྲུབ་  
ན། བུམ་པ་ཚོས་ཅན། ཁྲོད་ཀྱི་མི་རྟག་པ་ཁྲོད་ཀྱི་ཁྲད་ཚོས་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྲོད་  
འདུས་བྱས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཅ་བར་འདོད་ན། བུམ་པ་འཛིན་པའི་རྟོག་པས་བུམ་པ་  
མི་རྟག་པ་རྟོགས་པར་ཐལ། འདོད་པ་གང་ཞིག་རྫོང་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་དང། རྟོག་པ་གཉིས་  
རང་ཡུལ་ལ་འདུག་ཚུལ་མཚུངས་པའི་སྤྱིར། རྣམ་འགྲེལ་ལས། སྤྱི་བརྗོད་དང་ཚུལ་  
ཅན་སྐྱ་དང་། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། བུམ་པ་མི་རྟག་  
པར་སྐྱབ་པའི་རྟོགས་ཡང་དག་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། བུམ་པ་དངོས་པོར་སྐྱབ་པའི་རྟོགས་  
ཡང་དག་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལྟར་སྐྱབ་པའི་རྟོགས་སྐྱོར་རྣམ་དག་ཡོད་པའི་  
སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། བུམ་པ་དངོས་པོར་སྐྱབ་པའི་མཚོན་སྐྱོར་རྣམ་དག་ཡོད་  
པའི་སྤྱིར་ཏེ། བུམ་པ་མཚོན་གཞི། དངོས་པོ་ཡིན་པར་མཚོན། རོན་བྱེད་རུས་པ་ཡིན་  
པའོ། །ཞེས་པའི་མཚོན་སྐྱོར་འདི་བུམ་པ་དངོས་པོར་མཚོན་པའི་མཚོན་སྐྱོར་རྣམ་  
དག་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། བུམ་པ་དངོས་པོའི་མཚོན་གཞི་ཡིན་པའི་སྤྱིར། རྟོགས་སྐྱབ་སྟེ།  
རུན་མོང་བསྐྱས་གྲའི་སྟོན་ཚིག་ལས། བུམ་པ་མཚོན་གཞི་དངོས་པོར་མཚོན། །རོན་  
བྱེད་རུས་པ་ཡིན་པ་འོ། །ཞེས་པ་མཚོན་མཚོན་སྐྱོར་བར་འཐད། །མཚོན་གཞི་མཚོན་  
བྱའི་སྟེང་དུ་ནི། །མཚོན་ཉིད་ཀྱིས་ནི་ངེས་པར་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།



བྱས་པ་ལ། ཁོ་ན་རེ། གསེར་བྱམ་བྱམ་པའི་མཚན་གཞི་ཡིན་པར་ཐལ། གསེར་  
 བྱམ་ཡོད་པ་གང་ཞིག བྱམ་པ་དངོས་པོའི་མཚན་གཞི་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན་མ་བྲལ།  
 འདོད་ན། གསེར་བྱམ་བྱམ་པར་མཚན་པའི་མཚན་སྒྲིར་རྣམ་དག་ཡོད་པར་ཐལ།  
 འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། གསེར་བྱམ་མཚན་གཞི། བྱམ་པ་ཡིན་པར་མཚན། ལྷོ་  
 ལྷིང་ཞབས་ལུ་ཆུ་སྒྲིར་གྱི་དོན་བྱེད་རུས་པ་ཡིན་པའོ། །ཞེས་པའི་མཚན་སྒྲིར་འདི་  
 གསེར་བྱམ་བྱམ་པར་མཚན་པའི་མཚན་སྒྲིར་རྣམ་དག་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། རྟགས་ཁས། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། སྤོང་འགོད་དགོས་གྱི་གང་ཟག་ཡོད་པར་  
 ཐལ། སྤོང་མཚན་སྒྲིར་རྣམ་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྤྱབ་སྟེ། སྤོང་རྟགས་སྒྲིར་རྣམ་དག་  
 ཡིན་ན། སྤོང་འགོད་དགོས་གྱི་གང་ཟག་ཡོད་དགོས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། གསེར་བྱམ་  
 ལྷོ་ལྷིང་ཞབས་ལུ་ཆུ་སྒྲིར་གྱི་དོན་བྱེད་རུས་པར་ཚད་མས་ངེས་ནས་གསེར་བྱམ་  
 བྱམ་པར་ཚད་མས་མ་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
 རུས་ཏེ། གསེར་བྱམ་ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། གསེར་བྱམ་བྱམ་པར་  
 ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། གསེར་  
 བྱམ་ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། གསེར་བྱམ་གསེར་བྱམ་དུ་ཚད་མས་  
 ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། གསེར་བྱམ་ཚོས་ཅན། སྤོང་  
 ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། སྤོང་སྤོང་དུ་ཚད་མས་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་  
 དགོས་པར་ཐལ། སྤོང་སྤོང་རང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་དུ་ཅན་དན་གྱི་ཀ་བ་ཀ་བའི་  
 མཚན་གཞི་མ་ཡིན་པ་ཡང་ཤེས་པར་བྱའོ། །

འོ་ན། གསེར་བྱམ་བྱམ་པའི་མཚན་གཞི་མ་ཡིན་ན། ཟངས་བྱམ་ཡང་བྱམ་པའི་  
 མཚན་གཞི་མ་ཡིན་དགོས་པས་བྱམ་པའི་མཚན་གཞི་མེད་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ཡོད་  
 དེ། གསེར་གྱི་སྟོ་སྟོར་ཞབས་ལུས་ཆུ་སྐྱོར་གྱི་དོན་བྱེད་ལུས་པ་དེ། བྱམ་པའི་མཚན་  
 གཞི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྫོང་བྱེད་གྱི་སྐྱ་ལ་རྣམ་གཅོད་གྱི་སྐོ་ནས་དབྱེ་ན། མི་ལྡན་རྣམ་  
 གཅོད་གྱི་སྐྱ། གཞན་ལྡན་རྣམ་གཅོད་གྱི་སྐྱ། མི་སྲིད་རྣམ་གཅོད་གྱི་སྐྱ་དང་གསུམ་  
 ཡོད་དེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཚོས་གྱི་ཚིག་སྤང་བ་དད་པའི། །དབྱེ་བས་མི་ལྡན་གཞན་  
 ལྡན་དང་། །ཤིན་ཏུ་མི་སྲིད་རྣམ་གཅོད་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། མཚན་གཞི་  
 རིམ་པ་ལྟར་སྐྱ་མི་ཉག་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཞེས་པའི་དག་དེ་དང་པོ་ཡིན་ཏེ། དེ་འདྲའི་དག་  
 དེས་སྐྱ་མི་ཉག་པ་དང་མི་ལྡན་པ་རྣམ་པར་བཅད་ནས་དེ་དང་ལྡན་པ་གོ་བར་བྱེད་པའི་  
 ཕྱིར། ཤེས་བྱ་ལ་ཉག་པ་ཁོ་ན་ཡོད་ཅེས་པའི་དག་དེ་གཉིས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་འདྲའི་  
 དག་དེས་ཤེས་བྱ་ལ་ཉག་པ་ལས་གཞན་ལྡན་པ་རྣམ་པར་བཅད་ནས་དེ་དང་མི་ལྡན་  
 པ་གོ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། མཚོ་སྐྱེས་སྟོན་པོ་སྲིད་ཅེས་པའི་དག་དེ་གསུམ་པ་ཡིན་  
 ཏེ། དེ་འདྲའི་དག་དེས་མཚོ་སྐྱེས་སྟོན་པོ་མི་སྲིད་པ་རྣམ་པར་བཅད་ནས་དེ་སྲིད་  
 པ་གོ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། མཚོ་སྐྱེས་དང། མཚོ་ལས་སྐྱེས་པ་ལ་བྱེད་པར་ཅི་  
 ཡོད་ཅེ་ན། མཚོ་སྐྱེས་ཡིན་ན། མཚོ་ལས་སྐྱེས་པས་མ་བྱེད་སྟེ། ལྷན་ལས་སྐྱེས་པའི་  
 པར་དེ་མཚོ་སྐྱེས་ཡིན་ཀྱང་མཚོ་ལས་སྐྱེས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་མཚོ་སྐྱེས་  
 གྱི་སྐྱ་འཇུག་ཏུ་ཡོད་ཀྱང་བཤད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མཚོ་ལས་སྐྱེས་ན་ཡང་མཚོ་སྐྱེས་  
 ཡིན་པས་མ་བྱེད་སྟེ། རྒྱ་མཚོའི་རྩ་རྒྱལ་དེ་མཚོ་སྐྱེས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། མཚོ་

སྐྱེས་དང་། བརྒྱ་དོན་གཅིག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། རྒྱ་མཚོའི་བླ་སྐྱབས་དེ་མཚོ་སྐྱེས་ཀྱིས་སྤྱོད་  
བཤད་དུ་ཡོད་ཀྱང་འདྲུག་ཏུ་མེད་པའི་སྤྱིར་ཉེ། དེ་མཚོ་ལས་སྐྱེས་ཀྱང་མཚོ་སྐྱེས་མ་  
ཡིན་པའི་སྤྱིར།

### ཚོད་བ་སྤོང་བ།

ཚོད་བ་སྤོང་བ་ལ་ཁོ་ན་རེ། གཞི་གྲུབ་ན། རྫོང་བྱེད་ཀྱི་སྤྱིའི་ཡུལ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་  
ཐལ། གཞི་གྲུབ་ན། རྫོག་པའི་ཡུལ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། གཞི་གྲུབ་  
ན། རྫོང་བྱེད་ཀྱི་སྤྱིའི་ཡུལ་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ། ཤེས་བྲལ་རྫོང་བྱེད་ཀྱི་སྤྱིའི་  
ཡུལ་ཡིན་མིན་གཉིས་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཉེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། སྤྱི་ཡི་ཡུལ་དང་ཡུལ་མིན་  
སྤྱིར། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། དེའི་དོན་ནི། ཤེས་བྲལ་རྫོག་པའི་  
སྤྱང་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་སྤོ་ནས་རྫོང་བྱེད་ཀྱི་སྤྱིའི་ཡུལ་ཡིན་མིན་གཉིས་ཡོད་ཅེས་པའི་  
དོན་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེ་ཡང་ཡིན་ཉེ། རྫོག་པ་ཡིན་ན། རྫོག་པའི་སྤྱང་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་  
སྤོ་ནས་རྫོང་བྱེད་ཀྱི་སྤྱིའི་ཡུལ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པ་གང་ཞིག་དངོས་པོ་ཡིན་ན། རྫོག་པའི་  
སྤྱང་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་སྤོ་ནས་རྫོང་བྱེད་ཀྱི་སྤྱིའི་ཡུལ་མ་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར། དང་པོ་  
གྲུབ་སྟེ། རྫོག་པ་ཡིན་ན། རྫོག་པའི་སྤྱང་ཡུལ་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར། གཉིས་པ་གྲུབ་སྟེ།  
དངོས་པོ་ཡིན་ན། རྫོག་པའི་སྤྱང་ཡུལ་མ་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར། །

སྤྱིས་ལ། བསྟན་བཅོས་ཚོམ་པའི་རྒྱ་གསུམ་མ་ཚང་བས། །འདིར་འབད་ནོངས་  
བ་མཁས་པ་རྣམས་ལ་བཤགས། །ལེགས་ཆ་ཇི་སྟེད་མཆིས་པས་བདག་གཞན་

གྲིས། །གཞལ་བྱའི་གནས་གསུམ་དོན་རྣམས་རྟོགས་པར་ཤོག། །ཅེས་པ་འདི་ནི་སྣོ་  
 ཕྱོགས་རྒྱས་སྒྲན་པ། །ཕྱིན་བྱུག་དང་པོའི་མིང་ཅན་གྱི་ན་བས། །རང་བཟོ་སྤངས་ཏེ་  
 མཁས་པའི་གསུང་བཞིན་དུ། །དགའ་ལྡན་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྤིང་དུ་བཀོད། ། །

དགོ་ལེགས་འཕེལ།

༡༡། །མཁས་གྲུབ་སྦྱོར་བ་དང་རྒྱུ་ལྷན་གྱིས་མཛད་པའི་  
རྒྱ་འབྲས་འཁོར་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

ན་ལོ་གྲུ་བྱ་མཚུ་ལྷོ་ལ། ལྷ་མ་དང་མགོན་པོ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་བྱག་འཚལ་  
སོ། །

རྒྱ་བཤད་པ།

འདིར་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ་ལ། རྒྱ་བཤད་པ། རྒྱུ་བཤད་པ། འབྲས་  
བྱ་བཤད་པ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ། འདས་མ་འོངས་ཡོད་  
མེད་བཤད་པ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། རྐྱེད་བྱེད། རྒྱའི་མཚན་ཉིད། གཉིས་པ་རྒྱ་ལ་  
དབྱེ་ན། དངོས་རྒྱ་དང། བརྒྱད་རྒྱ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་དང། ཉེར་ལེན་དང། ལྷན་ཅིག་  
བྱེད་རྒྱུ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ། བྱེད་རྒྱ་སོགས་བྱག་ཏུ་དབྱེ་བ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་  
ནི། དངོས་སུ་རྐྱེད་བྱེད། དངོས་རྒྱའི་མཚན་ཉིད། བརྒྱད་ནས་རྐྱེད་བྱེད། བརྒྱད་རྒྱའི་  
མཚན་ཉིད། དངོས་པོ་ཡིན་ན། དེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པས་ཁྲབ། གཞི་ལ་སྦྱར་ན། ལྷན་པའི་  
དངོས་སུ་རྐྱེད་བྱེད། ལྷན་པའི་དངོས་རྒྱའི་མཚན་ཉིད། ལྷན་པའི་བརྒྱད་ནས་རྐྱེད་བྱེད།  
ལྷན་པའི་བརྒྱད་རྒྱའི་མཚན་ཉིད། དེས་གཞན་རྣམས་ལ་འང་རིགས་འགྲོའོ། །གཉིས་པ་  
ནི། དངོས་པོ་ཡིན་ན། ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཀྱང། ཉེར་ལེན་ཡིན་པས་མ་  
ཁྲབ་སྟེ། མར་མེ་སྐད་ཅིག་ཐ་མ་དེ། ཉེར་ལེན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། དེའི་རིགས་འབྲས་

སྤྱི་མ་མེད་པའི་སྤྱིར། དེས་ན་རྒྱུན་དུ་གྲུར་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་ན། ཉེར་ལེན་དང་། ལྷན་  
ཅིག་བྱེད་རྒྱུན་གཉིས་ཀ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པོ། །

གསུམ་པ་ནི། རྒྱ་ལ་དབྱེ་ན། རྒྱ་ལོད་དེ། བྱེད་རྒྱ། ལྷན་ཅིག་འབྲུང་བའི་རྒྱ།  
སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ། མཚུངས་ལྡན་གྱི་རྒྱ། གུན་འགོའི་རྒྱ། རྣམ་སྤོན་གྱི་རྒྱ་དང་རྒྱ་  
ལོད་པའི་སྤྱིར། མངོན་པ་མངོད་ལས། བྱེད་རྒྱ་ལྷན་ཅིག་འབྲུང་བ་དང་། །སྐལ་མཉམ་  
མཚུངས་པར་ལྡན་པ་དང་། །གུན་ཏུ་འགོ་དང་རྣམ་སྤོན་ཏེ། །རྒྱ་ནི་རྣམ་པ་རྒྱ་ཏུ་  
འདོད། །ཅེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།

### བྱེད་རྒྱ་བཤད་པ།

སྤྱིར་བྱེད་རྒྱའི་མཚན་ཉིད་མེད་ཀྱང་། གཞི་ལ་སྦྱར་ན། རྣམ་པ་དང་རྣམ་པ་དང་ཀྱང་  
ཡིན། རྣམ་པ་སྐྱེ་བ་ལ་གོགས་མི་བྱེད་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དེ། རྣམ་པའི་  
བྱེད་རྒྱའི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། ཀ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། མངོན་པ་མངོད་ལས། རང་  
ལས་གཞན་པ་བྱེད་རྒྱའི་རྒྱ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། བྱེད་རྒྱ་ལ་སྐྱས་བཅོལ་རིགས་  
གྱི་སྒོ་ནས་དབྱེ་ན། བྱེད་རྒྱ་བྱས་ལྡན་དང་། བྱེད་རྒྱ་བྱས་མེད་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི།  
བྱས་པ་དང་ཀ་བ་སོགས་འདུས་བྱས་མཐའ་དག་ལ་བྱེད། གཉིས་པ་ནི། ཏྲག་པ་དང་།  
སྤྱི་མཚན་སོགས་འདུས་མ་བྱས་གྱི་ཚོས་མཐའ་དག་ལ་བྱེད། སྐྱས་བཅོལ་རིགས་ཞེས་  
སྒོས་པ་ལ་དགོས་པ་ལོད་དེ། བྱེད་རྒྱ་བྱས་མེད་ཡིན་ན། བྱེད་རྒྱ་མ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་  
པར་ཤེས་པའི་ཆེད་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

བུམ་པ་ལ་ཁོ་ན་རེ། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། བྱེད་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། བུམ་པའི་བྱེད་  
 རྒྱ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཏེ། བུམ་པའི་བྱེད་རྒྱ་རུས་མེད་ཡིན་པའི་བྱིར་ཟེར་ན་འགལ་ཁྱབ་  
 ལ་འབྱུང་རིགས་པ་ཡིན་ཏེ། བུམ་པའི་བྱེད་རྒྱ་རུས་མེད་ཡིན་ན། བུམ་པའི་བྱེད་རྒྱ་  
 མ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པའི་བྱིར། ཁོ་ན་རེ། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། བུམ་པའི་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། བུམ་པ་ལས་གཞན་པའི་ཚོས་ཡིན་པའི་བྱིར་ཟེར་ན་མ་ཁྱབ།

བུམ་པ་ལ་ཁོ་ན་རེ། དེ་ལ་ཁྱབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། མངོད་ལས། རང་ལས་གཞན་  
 པ་བྱེད་རྒྱའི་རྒྱ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་ཟེར་ན་མ་ཁྱབ་སྟེ། རང་ལས་གཞན་པ་ཞེས་  
 པའི་དོན་ནི། བུམ་པ་སོགས་ལས་རྗེས་གཞན་པའི་དོན་ཡིན་ལ། ཤེས་བྱ་བུམ་པ་ལས་  
 རྗེས་གཞན་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཤེས་བྱ་བུམ་པ་དང་རྗེས་ཐ་དད་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་  
 ཐལ། ཤེས་བྱ་རྗེས་སུ་མ་གྲུབ་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ན། བུམ་པ་འཛོམས་བྱེད་ཀྱི་  
 རོ་བ་ཚོས་ཅན། བུམ་པའི་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། བུམ་པ་ལས་གཞན་པའི་ཚོས་ཡིན་  
 པའི་བྱིར། ཁྱབ་པ་ཁས། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཁྱོད་ཀྱིས་བུམ་པ་སྐྱེ་བ་ལ་གོགས་བྱེད་  
 པའི་བྱིར། དེས་ན། བུམ་པའི་རྒྱ་ཡིན་ན། བུམ་པའི་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཀྱང་། བུམ་  
 པའི་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ན། བུམ་པའི་རྒྱ་ཡིན་པས་མ་ཁྱབ་སྟེ། ཀ་དེ་བུམ་པའི་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་  
 ཀྱང་། བུམ་པའི་རྒྱ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཡང་ཁ་ཅིག་གིས། བུམ་པའི་སྟན་ཅིག་འབྱུང་  
 པའི་རྒྱ་ཡིན་ན། སྟན་ཅིག་འབྱུང་པའི་རྒྱ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། ཀ་བ་ཚོས་ཅན། དེར་  
 ཐལ། དེའི་བྱིར། ཁྱབ་པ་ཁས། ཉགས་གྲུབ་སྟེ། བུམ་པ་དང་པན་ཚུན་དུས་མཉམ་ཞིང་  
 རྗེས་སུ་གྲུབ་པ་གང་ཞིག་ཁྱོད་ཀྱིས་བུམ་པ་སྐྱེ་བ་ལ་གོགས་མི་བྱེད་པའི་བྱིར། ཅ་བར་

འདོད་ན། ཀ་བ་ཚོས་ཅན། བན་ཚུན་དུས་མཉམ་ཞིང་རྫས་སུ་གྱུབ་བ་ཡང་ཡིན། བན་  
 ཚུན་སྐྱེ་བ་ལ་གོགས་མི་བྱེད་བ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་བ་ཡིན་པར་ཐལ། ལྷན་  
 ཅིག་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྲིད། ཉགས་ཁས། འབྲེ་སྟེ། དེ་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བའི་  
 རྒྱའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྲིད། མངོན་བ་མངོད་ལས། ལྷན་ཅིག་འབྱུང་གང་པན་ཚུན་  
 འབྲས། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྲིད། བོང་དུ་འདོད་ན། ཀ་བ་ཚོས་ཅན། བན་ཚུན་དུས་  
 མཉམ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྲིད། འདོད་མི་རུས་ཏེ། བན་ཚུན་དུ་མེད་པའི་སྲིད།  
 མ་གྱུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། བན་ཚུན་དུ་ཡོད་པར་ཐལ། མ་གྱུབ་བ་དེའི་སྲིད། ཉགས་  
 ཁས། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། སོ་སོ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྲིད། འདོད་ན། དེ་  
 ཚོས་ཅན། ཐ་དད་ཡིན་པར་ཐལ། སོ་སོ་བ་ཡིན་པའི་སྲིད། འབྲེ་སྟེ། སོ་སོ་བ་ཐ་དད་  
 གྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྲིད་དང་། སོ་སོ་བ་མ་ཡིན་པ་ཐ་མི་དད་གྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་  
 པའི་སྲིད་ཏེ། དེ་ལྷན་སྟེ་བདུན་ཡིད་གྱི་ལུན་སེལ་ལས་གསུངས་པའི་སྲིད། འདོད་ན།  
 ཀ་བ་ཚོས་ཅན། ཐ་དད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐ་མི་དད་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། གཅིག་ཡིན་  
 པའི་སྲིད།

**ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བའི་རྒྱ་བཤད་པ།**

ཁ་ཅིག་ ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཡིན་ན། རྫས་ཐ་དད་ཡིན་པས་འབྲེ་ཟེར་ན། མིག་གི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་བ་དང་། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་ཚོར་བ་གཉིས་  
 ཀ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྲིད། འབྲེ་སྟེ། འབྲེ་སྟེ། འབྲེ་སྟེ། འབྲེ་སྟེ། འབྲེ་སྟེ།



བན་ཚུན་དུས་མཉམ་ཞིང་རྗེས་སུ་གྲུབ་པ་ཡང་ཡིན། བན་ཚུན་སྐྱེ་བ་ལ་གོགས་མི་  
 གྲེད་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡིན་པའི་སྲིད། འབྲས་སྟེ། དེ་ལྟར་ཅིག་འབྲུང་བའི་  
 རྒྱུའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྲིད། མངོན་པ་མངོད་ལས། ལྟན་ཅིག་འབྲུང་གང་པན་ཚུན་  
 འབྲས། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྲིད། ཡང་དེ་གཉིས་ཚོས་ཅན། ལྟན་ཅིག་འབྲུང་བའི་  
 རྒྱུ་ཡིན་པར་ཐལ། མཚུངས་ལྟན་གྱི་རྒྱུ་ཡིན་པའི་སྲིད། འབྲས་སྟེ། མངོན་པ་མངོད་གྱི་  
 འགྲེལ་བ་རྒྱལ་སྲས་མ་ལས། མཚུངས་པར་ལྟན་པའི་རྒྱུ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། ལྟན་ཅིག་  
 འབྲུང་བའི་རྒྱུ་ཡང་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྲིད། ལོང་དུ་མ་གྲུབ་ན། དེ་གཉིས་  
 ཚོས་ཅན། མཚུངས་ལྟན་གྱི་རྒྱུ་ཡིན་པར་ཐལ། བན་ཚུན་མཚུངས་ལྟན་རྣམ་པ་ལྔ་  
 མཚུངས་ཀྱང་ཡིན། བན་ཚུན་སྐྱེ་བ་ལ་གོགས་མི་གྲེད་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་  
 བར་གྲུང་བའི་རིག་པ་ཡིན་པའི་སྲིད། འབྲས་སྟེ། དེ་འབྲས་བའི་རིག་པ་དེ། མཚུངས་ལྟན་  
 གྱི་རྒྱུའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྲིད། ཅ་བར་འདོད་ན། དེ་གཉིས་ཚོས་ཅན། རྗེས་ཐ་དང་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྗེས་གཅིག་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་ཚོས་ཅན། འོད་དང་འོད་གྱི་འཁོར་དུ་གྲུང་བའི་ཚོར་བ་གཉིས་རྗེས་གཅིག་ཡིན་  
 པར་ཐལ། འོད་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་སྲིད། དེ་བཞིན་དུ་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པའི་མཚུངས་ལྟན་གྱི་རྒྱུ་ཡིན་ན། མཚུངས་ལྟན་གྱི་རྒྱུ་ཡིན་པས་མ་འབྲས་སྟེ། གལ་ཏེ་  
 འབྲས་ན། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་འཁོར་དུ་གྲུང་བའི་ཚོར་བ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
 དེའི་སྲིད། འབྲས་པ་ཁས། ཉགས་གྲུབ་སྟེ། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། བན་ཚུན་  
 མཚུངས་ལྟན་རྣམ་པ་ལྔ་མཚུངས་ཀྱང་ཡིན། བན་ཚུན་སྐྱེ་བ་ལ་གོགས་མི་གྲེད་པ་ཡང་

ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡིན་པའི་སྲིད། ཅ་བར་འདོད་མི་བྱས་ཏེ། བན་ཚུན་མཚུངས་  
 ལྡན་ནམ་པ་ལྔ་མཚུངས་མ་ཡིན་པའི་སྲིད། བན་ཚུན་དུ་མེད་པ་ཡིན་པའི་སྲིད། ཉགས་  
 སྒྲ། གཞན་ཡང་མིག་གི་ནམ་པར་ཤེས་པ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་ཚོར་  
 བ་དེ། ཁྱོད་ཀྱི་མཚུངས་ལྡན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཁྱོད་ཀྱི་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་  
 ཚོར་བའི་མཚུངས་ལྡན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། མིག་གི་ནམ་པར་ཤེས་པ་  
 ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཁྱོད་ཀྱི་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་ཚོར་བའི་མཚུངས་ལྡན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། ཁྱོད་གཙོ་སེམས་ཡིན་པའི་སྲིད།

བྱས་པ་ལ་ཁོ་ན་དེ། བྱམ་པའི་ལྡན་ཅིག་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཡིན་ན། ལྡན་ཅིག་འབྱུང་  
 བའི་རྒྱ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། བྱམ་པའི་སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ན། སྐལ་  
 མཉམ་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པ་ཡོད་པའི་སྲིད་ཟེར་ན་མ་ཁྲབ། ཉགས་གྲུབ་སྟེ། བྱམ་  
 པའི་ཉེར་ལེན་ཡིན་ན། ཉེར་ལེན་ཡིན་པས་ཁྲབ་པ་ཡོད་པའི་སྲིད། ཁྲབ་སྟེ། བྱམ་པའི་  
 སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ན། བྱམ་པའི་ཉེར་ལེན་ཡིན་པས་ཁྲབ་པ་ཡོད་པའི་སྲིད། ལོང་  
 གི་མ་ཁྲབ་མཚམས་ལ། མིག་གི་ནམ་པར་ཤེས་པའི་མཚུངས་ལྡན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ན།  
 མཚུངས་ལྡན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། མིག་གི་ནམ་པར་ཤེས་པའི་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་  
 བ། བྱེད་རྒྱ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་སྲིད། ཁྲབ་པ་འགྲིག།

རང་ལུགས་ནི། བན་ཚུན་དུས་མཉམ་ཞིང་། ཇས་སུ་གྲུབ་པ་ཡང་ཡིན། བན་  
 ཚུན་སྐྱེ་བ་ལ་གོགས་མི་བྱེད་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དེ། ལྡན་ཅིག་འབྱུང་བའི་  
 རྒྱའི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། ལྡན་ཅིག་ཏུ་སྐྱེས་པའི་འབྱུང་བ་བཞི་དང་། དངོས་

རྒྱུ་ཚོགས་པ་གཅིག་པའི་མིག་སོགས་དབང་པོ་ལྟ་དང་། དངོས་རྒྱུ་ཚོགས་པ་  
 གཅིག་པའི་བུ་རམ་གྱི་རོ་གཟུགས་གཉིས་ལྟ་བུ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཚད་མ་རྣམ་  
 འགྲེལ་ལས། རྒྱ་གཅིག་ཕྱིར་ན་ལྟན་ཅིག་གནས། །དབང་བཞིན་གཟུགས་དང་རོ་  
 བཞིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

**སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་བཤད་པ།**

ཕྱིར་སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱུ་ཚོགས་མཚན་ཉིད་མེད་ཀྱང་རང་གི་རིགས་འདྲ་ཕྱི་མ་རང་དང་  
 རིགས་འདྲ་བར་སྐྱེད་བྱེད་དེ། རང་ཉིད་སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། མཚན་  
 གཞི་ནི། བུ་པ་ལྟ་བུ་དེ་ཡིན་ཏེ། མཛོད་ལས། སྐལ་མཉམ་རྒྱ་ནི་འདྲ་བའོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར།

**མཚུངས་ལྡན་གྱི་རྒྱ་བཤད་པ།**

པན་ཚུན་མཚུངས་ལྡན་རྣམ་པ་ལྟ་མཚུངས་ཀྱང་ཡིན། པན་ཚུན་སྐྱེ་བ་ལ་གོགས་མི་  
 བྱེད་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པར་གྱུར་པའི་རིག་པ་དེ། མཚུངས་ལྡན་གྱི་རྒྱུ་  
 མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། མིག་གི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པའི་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་ཚོར་བ་ལྟ་བུ་དེ་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཡིན་ན་ཁྲོད་དང་ཁྲོད་  
 གྱི་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་ཚོར་བ་གཉིས་མཚུངས་ལྡན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་བྱབ་པའི་ཕྱིར།  
 མཛོད་ལས། མཚུངས་ལྡན་རྒྱ་ནི་སེམས་དག་དང་། །སེམས་བྱང་ཉེན་མཚུངས་ཅན་

རྣམས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།

མཚུངས་ལྡན་ལྟ་བུ། ཉེན་མཚུངས་པ། དམིགས་པ་མཚུངས་པ། རྣམ་པ་  
 མཚུངས་པ། ཏུས་མཚུངས་པ། རྣམ་མཚུངས་པ་དང་ལྟའོ། །མཚུངས་ལྡན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་  
 བ། སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གང་རུང་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་སྟེ། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་དང་། དེའི་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་ཚོར་བ་གཉིས། སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གང་རུང་མ་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར། མཚུངས་ལྡན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ན། སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གང་རུང་མ་ཡིན་  
 པས་མ་ཁྲབ་སྟེ། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མ་ཡིན་པ་  
 ལས་ལོག་པ་གཉིས་ཀ་མཚུངས་ལྡན་གྱི་རྒྱ་དང་། སེམས་གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་གང་ཞིག  
 མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་ཚོར་བ་དང་། དེ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་  
 པ་གཉིས་མཚུངས་ལྡན་གྱི་རྒྱ་དང་། སེམས་བྱུང་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། རྟགས་  
 རྣམས་གྲུབ་ཚུལ་རིགས་པས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

### ཀུན་འགྲོའི་རྒྱ་བཤད་པ།

སྤྱིར་ཀུན་འགྲོའི་རྒྱའི་མཚན་ཉིད་མེད་ཀྱང་རང་གི་འབྲས་བུར་གྱུར་པའི་རང་དང་ས་  
 གཅིག་པའི་ཉོན་མོངས་སྤྱི་མ་སྤྱེད་བྱེད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་ཅན་དེ། རང་ཉིད་ཀུན་འགྲོའི་  
 རྒྱ་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། འདོད་ཆགས་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། མཛོད་ལས།  
 ཀུན་འགྲོ་ཞེས་བྱ་ཉོན་མོངས་ཅན། །རྣམས་ཀྱི་རང་ས་ཀུན་འགྲོ་ལྟ། །ཞེས་གསུངས་  
 པའི་སྤྱིར། འདིའི་སྐབས་སུ་ཀུན་འགྲོ་ལྟ་བུ་སྤྱི་བསྐྱེད་མཚན་སྤང་ཉོན་མོངས། ཀུན་

འབྲུང་མཐོང་སྤང་ཉོན་མོངས། འགོག་བ་མཐོང་སྤང་ཉོན་མོངས། ལམ་མཐོང་སྤང་ཉོན་  
མོངས། སློམ་སྤང་ཉོན་མོངས་རྣམས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། སེམས་བྱུང་ཀུན་འགོ་ལྡང་  
མི་འདྲའོ། །

རང་དང་ས་གཅིག་བ་ཞེས་སློམ་བ་ལ་དགོས་བ་ཡོད་དེ། འདོད་པའི་འདོད་  
ཆགས་དེ། འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་འབྲས་བུར་གྱུར་པའི་འདོད་ཆགས། ཞེ་སྤང་།  
གཏི་མུག་སོགས་ཀྱི་ཀུན་འགོའི་རྒྱ་ཡིན་ཀྱང་། འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་འབྲས་  
བུར་གྱུར་པའི་གཟུགས་གཟུགས་མེད་ཀྱི་འདོད་ཆགས། ཞེ་སྤང་སོགས་ཀྱི་ཀུན་འགོའི་  
རྒྱ་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དེ་ལྟར་སློམ་པའི་སྤྱིར།

### རྣམ་སློན་གྱི་རྒྱ་བཤད་པ།

མི་དགོ་བ་དང་དགོ་བ་ཟག་བཅས་གང་རུང་གིས་བསྐྱུས་བ་དེ། རྣམ་སློན་གྱི་རྒྱའི་  
མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། སོག་གཅོད་ཀྱི་ལས་ལྟ་བུ་དེ་དེ་ཡིན་ཏེ། མཛོད་ལས།  
རྣམ་སློན་རྒྱ་ནི་མི་དགོ་དང་། །དགོ་བ་ཟག་བཅས་རྣམས་ཁོ་ན། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
སྤྱིར། ལུང་མ་བསྟན་ཡིན་ན། རྣམ་སློན་གྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར། དེས་རྣམ་སློན་  
གྱི་འབྲས་བུ་འབྲིན་མི་ལུས་པའི་སྤྱིར། དཔེར་ན། ས་བོན་རུལ་བ་ལས་ལྷུ་གུ་མི་སྐྱེ་བ་  
ལྟ་བུ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དགོ་བ་ཟག་མེད་ཀྱིས་རྣམ་སློན་གྱི་འབྲས་བུ་མི་འབྲིན་ཏེ། ཉོན་  
མོངས་ཀྱི་རྣམ་དང་བལ་བའི་སྤྱིར། དཔེར་ན། རྣམ་དང་བལ་བའི་ནས་དོག་སྐམ་ཅིལ་  
བས་ལྷུ་གུ་མི་སྐྱེད་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

ཁ་ཅིག་གིས། རྒྱ་དྲུག་པོ་འགལ་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། མི་དགོ་བའི་  
 སེམས་དང་། དེའི་འཁོར་དུ་གྱུར་བའི་ཚོར་བ་གཉིས་རྒྱ་དྲུག་ཀ་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་  
 གྲུབ་ན། དེ་གཉིས་ཚོས་ཅན། རྒྱ་དྲུག་ཀ་ཡིན་པར་ཐལ། རྗེད་རྒྱ་ཡིན་པ་གང་ཞིག།  
 ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཡང་ཡིན། སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་ཡང་ཡིན། མཚུངས་ལྷན་གྱི་རྒྱ་  
 ཡང་ཡིན། ཀུན་འགྲོའི་རྒྱ་ཡང་ཡིན། རྣམ་སྤྲིན་གྱི་རྒྱ་ཡང་ཡིན་པའི་སྲིད། དང་པོ་གྲུབ་  
 རྟེ། དངོས་པོ་ཡིན་པའི་སྲིད། གཉིས་པ་མ་གྲུབ་ན། དེ་གཉིས་ཚོས་ཅན། ལྷན་ཅིག་  
 འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། མཚུངས་ལྷན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། མི་དགོ་  
 བའི་སེམས་ཚོས་ཅན། རྗེད་དང་རྗེད་གྱི་འཁོར་དུ་གྱུར་བའི་ཚོར་བ་གཉིས། མཚུངས་  
 ལྷན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། རྗེད་སེམས་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་  
 སྲིད། རྩལ་སྟེ། སེམས་དང་། ཡིད་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་གསུམ་དོན་གཅིག་ཡིན་  
 པའི་སྲིད། མཚོན་ལས། སེམས་དང་ཡིད་དང་རྣམ་ཤེས་རྣམས། །དོན་གཅིག་ཅེས་  
 གསུངས་པའི་སྲིད། གསུམ་པ་མ་གྲུབ་ན། དེ་གཉིས་ཚོས་ཅན། སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། རང་གི་རིགས་འདྲའི་རྒྱན་དང་བཅས་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་པའི་སྲིད་ཏེ།  
 རྗེད་གྱི་རིགས་འདྲ་སྲ་སྲི་གཉིས་ཀ་ཡོད་པའི་སྲིད། དེར་ཐལ། མི་དགོ་བའི་སེམས་གྱི་  
 རིགས་འདྲ་སྲ་སྲི་གཉིས་ཀ་ཡོད་པ་གང་ཞིག དགོ་བའི་སེམས་གྱི་དེ་གཉིས་ཀ་ཡོད་  
 པའི་སྲིད། དེར་ཐལ། སེམས་གྱི་དེ་གཉིས་ཀ་ཡོད་པའི་སྲིད་ཏེ། ཤེས་པའི་དེ་གཉིས་  
 ཀ་ཡོད་པའི་སྲིད། དེ་ལྟར་ཡིན་ཡང་རྒྱན་དང་བཅས་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་ན། རིགས་  
 འདྲའི་རྒྱན་དང་བཅས་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་པས་མ་འབྲལ་སྟེ། རྗེད་ལྗེད་གྱི་སྐྱའི་རྣམ་རྒྱན་

ཡོད་ཀྱང་དེའི་རིགས་འདྲའི་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེ་མེད་པར་སྡེ་མདུན་ཡིད་ཀྱི་ཕྱུན་  
 སེལ་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། རྫོང་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ཚོས་ཅན། རྫོང་ཀྱི་རྒྱུ་ཡོད་དེ། རྫོང་  
 ཀྱི་རྗེས་རྒྱུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྫོང་ཉེར་ལེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་  
 ཅན། ཉེར་ལེན་ཡིན་པར་ཐལ། རྫོང་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པའི་ཉེར་ལེན་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། རྫོང་རྫོང་ཀྱི་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པའི་ཉེར་ལེན་ཡིན་  
 པར་ཐལ། རྒྱུ་བཅས་ཀྱི་དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཞན་ཡང་། རྫོང་བྱེད་ཀྱི་སྐྱའི་རྒྱུ་ཡོད་པར་ཐལ། སྐྱའི་རྒྱུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ།  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་གི་རྒྱུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྫོན་ཀྱི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 གསུང་རྒྱུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གོང་གི་ཉུགས་བཞི་བ་བསྐྱབས་ཟེན། ལྷ་པ་མ་གྲུབ་ན། དེ་  
 གཉིས་ཚོས་ཅན། གུན་འགྲོའི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་གི་རིགས་འདྲ་ཕྱི་མ་དང་བཅས་  
 པའི་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྫོང་ཀྱི་རིགས་འདྲ་ཕྱི་མ་ཡོད་པ་གང་  
 ཞིག་ རྫོང་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉུགས་དང་འབྲེལ་བ་སྤྲ། ཉོན་  
 མོངས་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་ཡིན་ན། མི་དགེ་བའི་ཤེས་པ་ཡིན་པས་མ་འབྲེལ་སྟེ། ཉོན་མོངས་  
 ཅན་ཡིན་ན། མི་དགེ་བ་ཡིན་པས་མ་འབྲེལ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། གཞུགས་ཁམས་  
 དང་། གཞུགས་མེད་ཁམས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འབྲེལ་བ་  
 ཁས། ཉུགས་སྤྲ། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ལུང་མ་བསྟན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁམས་གོང་མའི་  
 སས་བསྐྱུས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འབྲེལ་སྟེ། མཚོན་ལས། གོང་མ་ཐམས་ཅད་  
 ལུང་མ་བསྟན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

### འདས་མ་འོངས་ཡོད་མེད་བཤད་པ།

གསུམ་པ། འདས་མ་འོངས་ཡོད་མེད་བཤད་པ་ནི། སྤྱིར་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པའི་  
 མཚན་ཉིད་མེད་དེ། འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་གཉིས་མེད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། གཞི་གྲུབ་  
 ར། ད་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པའི་སྤྱིར། གཞི་ལ་ལྟོས་ཏེ་འདོག་ན། རྩམ་པའི་དུས་སུ་  
 སྤྱིས་ཟེན་པ་ཡང་ཡིན། རྩམ་པའི་དུས་སུ་འགག་ཟེན་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་  
 དེ། རྩམ་པའི་དུས་སུ་འདས་པའི་མཚན་ཉིད། དེ་དང་རྩམ་པའི་སྤྱི་ལོགས་སུ་བྱུང་བ་  
 དོན་གཅིག་ རྩམ་པའི་དུས་སུ་གྲུབ་ཟེན་པ་ཡང་ཡིན། རྩམ་པ་དང་དུས་མཉམ་པ་ཡང་  
 ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དེ། རྩམ་པའི་དུས་སུ་ད་ལྟ་བུའི་མཚན་ཉིད། རྩམ་པའི་དུས་  
 སུ་སྤྱི་བཞིན་པ་ཡང་ཡིན། རྩམ་པའི་དུས་སུ་མི་སྤྱི་བ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པར་  
 དམིགས་པ་དེ། རྩམ་པའི་དུས་སུ་མ་འོངས་པའི་མཚན་ཉིད། རྩམ་པའི་མ་འོངས་པ།  
 རྩམ་པའི་རྒྱ། རྩམ་པའི་དུས་སུ་འདས་པ། རྩམ་པ་ལ་ལྟོས་ཏེ་འདས་པ་རྣམས་དོན་  
 གཅིག་ རྩམ་པའི་འདས་པ། རྩམ་པའི་འབྲས་བུ། རྩམ་པའི་དུས་སུ་མ་འོངས་པ། རྩམ་  
 པ་ལ་ལྟོས་ཏེ་མ་འོངས་པ་རྣམས་དོན་གཅིག་ སྤྱིར་འགགས་པ་མེད། ཞིག་པ་མེད། སྤྱི་  
 ཁ་མ་མེད། སྤྱི་བཞིན་པ་མེད། སྤྱི་བུ་ལ་མངོན་དུ་སྤྱོད་པ་མེད་ཀྱང་དུ་བཤད་པ་  
 ཡོད། དུ་བཤད་པ་ཡོད། དུ་བཤད་མ་འོངས་པ་ཡོད། དུ་བཤད་སྤྱི་བཞིན་པ་ཡོད། དུ་བཤད་  
 ཁ་མ་ཡོད། དུ་བཤད་སྤྱི་བུ་ལ་མངོན་དུ་སྤྱོད་པ་ཡོད་ཀྱང་སྤྱི་བུ་ལ་མངོན་དུ་སྤྱོད་པའི་  
 དུ་བཤད། སྤྱི་བཞིན་པའི་དུ་བཤད། སྤྱི་ཁ་མའི་དུ་བཤད། འགགས་པའི་དུ་བཤད།



ཞིག་པའི་དུ་བ་མེད། འདས་པའི་དུ་བ་མེད། མ་འོངས་པའི་དུ་བ་མེད། དངོས་པོ། མི་  
ཉལ་བ། རླེང་ཅིག་མ། འཛིག་པ། འཛིག་བཞིན་པ། འདས་པ་ལ་མངོན་དུ་སྐྱོགས་པ།  
ཞིག་པ་ལ་མངོན་དུ་སྐྱོགས་པ་རྣམས་དོན་གཅིག་མདོ་སྡེ་པའི་དབང་དུ་བྱས་སོ།།

### དེ་དག་གི་ཚོད་པ་སྤང་བ།

དེ་དག་གི་ཚོད་པ་སྤང་བ་ལ། ཁོ་ན་རེ། འདས་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདས་པའི་སངས་  
རྒྱས་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཉེ། དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཡོད་པའི་སྤྱིར། ཟེར་ན་མ་ཁྲལ། ཁོ་  
ན་རེ། འདས་པའི་སངས་རྒྱས་ཡོད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འདས་པ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཉེ།  
སངས་རྒྱས་འགགས་པ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན་མ་ཁྲལ།

ཡང་ཁ་ཅིག་ན་རེ། འདས་པའི་གང་ཟག་ཡོད་པར་ཐལ། གང་ཟག་འདས་པ་  
ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན་མ་ཁྲལ། ཞི་བའི་གང་ཟག་ཡོད་པར་ཐལ། གང་ཟག་ཞི་བ་ཡོད་  
པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན་མ་ཁྲལ།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཞི་བའི་གང་ཟག་ཡོད་པར་ཐལ། བསད་པའི་གང་ཟག་ཡོད་པའི་  
སྤྱིར་ཉེ། རྒྱལ་པོ་སྤང་དར་མ་དེ་བསད་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེ་  
བསད་པའི་སྤྱིར། ལྷ་ལུང་དཔལ་གྱི་རྩོུ་རྩེས་དེ་བསད་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན་མ་ཁྲལ་སྟེ། མ་  
གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། དེས་དེ་ཆོུ་འདྲིའི་སློག་དབང་དང་བྲལ་བར་བྱས་པའི་སྤྱིར། གཞན་  
ཡང་ལྷ་ལུང་དཔལ་གྱི་རྩོུ་རྩེས་རྒྱལ་པོ་སྤང་དར་མ་བསད་པའི་སྤྱིར་ཉེ། དེས་དེ་ཆོུ་ས་  
འཁོར་དཔལ་གྱི་ལྷ་སར་བསད་པའི་སྤྱིར། བསྟན་པ་སྤྱིའི་རྣམ་གཞག་ལས། ལྷ་ལུང་

དབལ་གྱི་རྩོ་རྩེ་དེས། །རྒྱལ་པོ་སྤང་དར་དེ་ཉིད་ནི། །ལྷགས་མདའ་ལྷགས་གཞུ་ལག་  
བཀའ་སྟེ། །ཚོས་འཁོར་དབལ་གྱི་ལྷ་སར་བཀུམས། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།

ཁ་ཅིག་གིས། རྒྱལ་པོ་སྤང་དར་མ་དེ། །ཉི་བའི་གང་ཟག་ཡིན་ཟེར་ན། རྒྱལ་པོ་  
སྤང་དར་མ་ཚོས་ཅན། །ཉི་བར་ཐལ། །འདོད་པའི་སྤྱིར། །འདོད་མི་རུས་ཏེ། །སློག་དབང་  
དང་མ་བྲལ་བའི་སྤྱིར། །མ་གྲུབ་ན། །དེ་ཚོས་ཅན། །སློག་དབང་དང་བཅས་པའི་སྤྱིར་ཏེ།  
གང་ཟག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། །གཞན་ཡང་། །དེ་ཚོས་ཅན། །སློག་དབང་དང་བཅས་པའི་གང་  
ཟག་ཡིན་པར་ཐལ། །དབང་པོ་ཀུན་ཚང་བའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

ཁོ་ན་དེ། །ཉི་བའི་གང་ཟག་ཡོད་པར་ཐལ། །ཉི་འཕོས་མ་ཐག་པའི་གང་ཟག་  
ཡོད་པའི་སྤྱིར། །དེར་ཐལ། །འདོད་བ་ནས་ཉི་འཕོས་མ་ཐག་པའི་གང་ཟག་ཡོད་པའི་  
སྤྱིར་ན་མ་བྲལ་སྟེ། །འདོད་བ་ནས་ཉི་འཕོས་མ་ཐག་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། །ཉི་འཕོས་  
མ་ཐག་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་མ་བྲལ་པའི་སྤྱིར། །མ་གྲུབ་ན། །འདོད་བ་ནས་ཉི་འཕོས་  
ཏེ་གཞུགས་གྱི་བར་སྤིད་དུ་སྐྱེས་མ་ཐག་པའི་གང་ཟག་ཚོས་ཅན། །དེར་ཐལ། །དེའི་སྤྱིར།  
འདོད་མི་རུས་ཏེ། །དབང་པོ་ཀུན་ཚང་བའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། །བར་དོ་བ་ཡིན་  
པའི་སྤྱིར། །བྲལ་སྟེ། །མཛོད་ལས། །དབང་པོ་ཀུན་ཚང་ཐོགས་མེད་ལྡན། །ཞེས་གསུངས་  
པའི་སྤྱིར།

ཡང་ཁོ་ན་དེ། །འདས་པ་ཡོད་པར་ཐལ། །འདས་པའི་དུས་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། །དུས་  
གསུམ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན་མ་བྲལ། །ཉགས་གྲུབ་སྟེ། །སློན་གྱི་དུས་དང་། །སྤྱི་མའི་དུས་  
དང་། །ད་ལྟ་བའི་དུས་གསུམ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། །གཞན་ཡང་། །དུས་གསུམ་ཡོད་པར་ཐལ།

དུས་གངས་མེད་པ་ཡོད་པའི་སྲིར་ཉེ། ལྷ་རྫོང་དུས་ལའང་གངས་མེད། དེ་བཞིན་དུ་སྲི་  
རྫོང་དུས་དང་། གྲུང་གི་དུས་དང་། ཉིན་མོའི་དུས་དང་། མཚན་མོའི་དུས་རེ་རེ་ལའང་  
དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡོད་དེ། ཞག་དང་ལོ་རེ་རེ་ལའང་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡོད་པའི་སྲིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། མ་འོངས་པ་ཡོད་པར་ཐལ། རི་བོང་རུ་མ་འོངས་པ་ཡིན་པའི་  
སྲིར་ཉེ། དེ་མ་འོངས་པའི་སྲིར་ཟེར་ན་མ་ཁྲུབ། རི་བོང་རུ་ཚོས་ཅན། མ་རིག་པ་ཡིན་  
པར་ཐལ། མ་རིག་པའི་སྲིར། ཁྲུབ་པ་འགྲིག། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། མི་ཤེས་པ་ཡིན་  
པར་ཐལ། མ་རིག་པ་ཡིན་པའི་སྲིར། ཁྲུབ་སྟེ། མི་ཤེས་པ་དང་། མ་རིག་པ་ཚོངས་པ་  
རྣམས་དོན་གཅིག་ཡིན་པའི་སྲིར། ཅུ་བར་འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། ཡོད་པར་ཐལ། མ་  
རིག་པ་ཡིན་པའི་སྲིར། ཁྲུབ་སྟེ། མ་རིག་པ་ཡིན་ན། རིག་པ་ཡིན་དགོས་པའི་སྲིར།

ཁ་ཅིག་གིས། གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་དུ་གྱུར་པའི་སེམས་བྱུང་ཚོས་ཅན། མི་  
ཤེས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། མ་རིག་པ་ཡིན་པའི་སྲིར། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། མི་ཤེས་  
པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཤེས་པ་ཡིན་པའི་སྲིར་ཟེར་ན་མ་ཁྲུབ། དེས་ན་རི་བོང་གི་རུ་མ་  
འོངས་ཉེ། མ་འོངས་པ་མ་ཡིན། དེ་མ་རིག་སྟེ། མ་རིག་པ་མ་ཡིན། དེ་མི་ཤེས་ཉེ། མི་  
ཤེས་པ་མ་ཡིན། བདག་མེད་ཡིན་ན། འོངས་མ་འོངས་གང་རུང་ཡིན་པས་ཁྲུབ། དེ་  
ཡིན་ན། རིག་མ་རིག་གང་རུང་ཡིན་པས་ཁྲུབ། དེ་ཡིན་ན། ཤེས་མི་ཤེས་གང་རུང་  
ཡིན་པས་ཁྲུབ་ཅེས་ཁས་ལེན་ནོ། །

ཁ་ཅིག་གིས། རྒྱེ་བའི་རྒྱ་ཡོད་དམ་ཟེར་ན། རང་རེས་ཡོད་བྱས་པ་ལ་ཁོ་ན་རེ།  
རྒྱེ་བའི་རྒྱ་མེད་པར་ཐལ། རྒྱེ་བ་མེད་པའི་སྲིར། དངོས་པོ་ཡིན་ན། རྒྱེས་ཟེན་པས་ཁྲུབ་

བ་གང་ཞིག་སྐྱེས་ཟེན་པའི་དངོས་པོ་སྐྱེས་ཡང་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན་མ་ཟུབ།

ཡང་ཁོ་ན་རེ། སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཐལ། སྐྱེ་འགྱུར་དང་། སྐྱེ་དགོས་དང་། སྐྱེ་བཞིན་  
བ་རྣམས་རེ་རེ་ནས་མེད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན་མ་ཟུབ། སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་ཐལ། སྐྱེ་བ་སྲ་ཕྱི་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། སྐྱེ་བ་དུ་མར་ཚོགས་གཉིས་གོམས་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་  
གོམས་བ་ལས་ཚད་མའི་སྐྱེས་བྱུར་གྱུར་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ལྷོན་བ་སངས་རྒྱས་དེ་  
དེ་ལྟར་གྱུར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཚད་མ་ཀུན་བཏུས་ལས། ཚད་མར་གྱུར་བ་འགྲོ་ལ་མན་  
བཞེད་པ། །སྣོན་བ་བདེ་གཤེགས་སྐྱོབ་ལ་བྱག་འཚལ་ཏེ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

ཁོ་ན་རེ། སྐྱེ་བཞིན་པའི་དངོས་པོ་ཡོད་པར་ཐལ། མའི་མངལ་ནས་སྐྱེ་བཞིན་  
པའི་དངོས་པོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན་མ་ཟུབ། མ་སྐྱེས་པའི་དངོས་པོ་ཡོད་པར་ཐལ།  
མའི་མངལ་ནས་མ་སྐྱེས་པའི་དངོས་པོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟུབ་བ་འགྲིག་ ཉགས་གྲུབ་  
སྟེ། རྣམས་སྐྱེས་ཀྱི་དངོས་པོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ལོང་དུ་འདོད་མི་བྱས་ཏེ། དངོས་པོ་ཡིན་  
ན། འགག་བཞིན་པ། འཇིག་བཞིན་པ། འགག་བ་ལ་མངོན་དུ་སྤྱོད་གས་པ། འཇིག་བ་ལ་  
མངོན་དུ་སྤྱོད་གས་བ་རྣམས་རེ་རེ་ནས་ཡིན་པས་ཟུབ་ཅིང་། སྐྱེ་བཞིན་པ། སྐྱེ་བ་ལ་མངོན་  
དུ་སྤྱོད་གས་བ་སོགས་མེད་པའི་ཕྱིར། དབུ་མ་འཇུག་བ་ལས། གལ་ཏེ་སྐྱེ་བཞིན་བ་ནི་སྐྱེ་  
ལ་སྤྱོད་གས་བར་ཡོད་མིན་ཞིང་། །འགག་བཞིན་བ་ནི་ཡོད་ཀྱང་འཇིག་ལ་སྤྱོད་གས་བར་  
འདོད་གྱུར་པ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

ཁོ་ན་རེ། འབྱུང་བ་མེད་པར་ཐལ། དངོས་པོ་ཡིན་ན། འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པས་  
ཟུབ་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དངོས་པོ་ཡིན་ན། བྱང་ཟེན་པས་ཟུབ་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན་མ་ཟུབ།

ཉགས་གྲུབ་སྟེ། དངོས་པོ་ཡིན་ན། རང་གི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བའི་ཐུག་པས་ཁྲུབ་པའི་སྲིད། ཅ་  
 བར་འདོད་ན། འབྱུང་བ་ཡོད་པར་ཐལ། འབྱུང་བའི་ཡོད་པའི་སྲིད་ཏེ། ས་རྒྱ་མེ་རྒྱུང་  
 བའི་ཡོད་པའི་སྲིད། ཁྲུབ་སྟེ། དེ་བའི་ལ་འབྱུང་བའི་ཞེས་མཁས་མཚོག་དབྱིག་གཉིན་  
 གྲིས་གསུངས་པའི་སྲིད། མངོན་པ་མངོད་ལས། འབྱུང་བ་དག་ནི་ས་ཁམས་དང་། །རྒྱ་  
 དང་མེ་དང་རྒྱུང་ཁམས་རྣམས། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྲིད། གཞན་ཡང་། འབྱུང་བ་  
 ཡོད་པར་ཐལ། འབྱུང་འབྱུང་ཡོད་པའི་སྲིད་ཏེ། འཇམ་རྒྱལ་གཉིས། ལྷི་ཡང་གཉིས།  
 ཚ་གྲང་གཉིས། བགྲེས་སྐྱོམ་གཉིས་རྣམས་འབྱུང་འབྱུང་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན།  
 དེར་ཐལ། འབྱུང་འབྱུང་གི་རེག་བྱ་ཡོད་པའི་སྲིད། རེག་བྱ་ལ། འབྱུང་བ་དང་། འབྱུང་  
 འབྱུང་རྣམ་པ་གཉིས་ཡོད་པའི་སྲིད་ཏེ། མངོད་ལས། རེག་བྱ་རྣམ་པ་གཉིས་ཡིན་ཏེ།  
 ཞེས་གསུངས་པའི་སྲིད།

ཡང་ཁོ་ན་རེ། རང་གི་རྒྱ་ཡོད་པར་ཐལ། རང་གི་རྒྱ་ལས་སྐྱེས་པ་ཡོད་པའི་  
 སྲིད། དངོས་པོ་ཡིན་ན། རང་གི་རྒྱ་ལས་སྐྱེས་པས་ཁྲུབ་པའི་སྲིད་ན་མ་ཁྲུབ། འདོད་  
 བྱས་པ་ལ་ཁོ་ན་རེ། རང་གི་རྒྱ་མེད་པར་ཐལ། རང་ཉག་པ་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན།  
 རང་ཚོས་ཅན། ཉག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་དང་ཉག་པའི་གཞི་མཐུན་ཡོད་པའི་སྲིད་  
 ཏེ། མི་འཇིག་པ་དེ། ཁྱོད་དང་ཉག་པའི་གཞི་མཐུན་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ན། རང་  
 ཚོས་ཅན། མི་འཇིག་པ་དེ་ཁྱོད་དང་ཉག་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཡོད་  
 པ་གང་ཞིག་མི་འཇིག་པ་དེ་ཁྱོད་ཡིན་པའི་སྲིད། དང་པོ་སྟེ། གཉིས་པ་མ་གྲུབ་ན། མི་  
 འཇིག་པ་ཚོས་ཅན། རང་ཡིན་པར་ཐལ། རང་ཡིན་པའི་ཉག་དངོས་གང་རུང་ཡིན་པའི་

སྤྱིར་ཉེ། རང་ཡིན་པའི་རྗེས་སྤྱོད་གང་རུང་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན་མ་ཟུབ། ཉགས་གྲུབ་  
སྟེ། རང་ཡིན་པའི་སྤྱོད་ཚོས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཉགས་སྤྱོད་ཀྱི་དེས་ན། བདག་མེད་ཡིན་ན།  
རང་དངོས་པོ་ཡིན་པས་ཟུབ།

བྱས་པ་ལ་ཁོ་ན་རེ། །ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། རང་དངོས་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། བདག་  
མེད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན། །འདོད་བྱས་པ་ལ་ཁོ་ན་རེ། །ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། རང་གི་རྒྱ་  
ཡོད་པར་ཐལ། རང་དངོས་པོ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན་མ་ཟུབ།

བྱས་པ་ལ་ཁོ་ན་རེ། རང་ཚོས་ཅན། རྒྱུད་དངོས་པོ་ཡིན་ན། རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱ་ཡོད་  
པས་ཟུབ་པར་ཐལ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན། སྤྱོད་ཅན་གྱི་ལན་  
འདེབས་སོ། །དེས་ན་དངོས་པོ་ཡིན་ན། རང་གི་འབྲས་བུའི་ཕན་འདོགས་བྱེད་ཡིན་  
པས་ཟུབ། བྱས་པ་ལ་ཡང་ཁོ་ན་རེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཚོས་ཅན། སེམས་ཅན་  
ལ་ཕན་འདོགས་བྱེད་ཡིན་པར་ཐལ། སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན། ཉགས་  
མ་གྲུབ་སྟེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དེས་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་འདོགས་པར་བྱེད་ཀྱང་།  
དེ་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་འདོགས་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དེས་  
སེམས་ཅན་ལ་ཕན་འདོགས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཉེ། དེ་སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་  
སེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། དེ་དེ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་  
འཛོམས་པའི་ཅི་སྟོན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཉེ། སྤྱོད་འཇུག་ལས། འགྲོ་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་སྟོན་  
གཅིག་སྟེ། །བདེ་བ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་གནས། །བསྟན་པ་རྙེད་དང་བཀྱར་སྟེ་  
དང་། །བཅས་ཉེ་ཡུན་རིང་གནས་གྱུར་ཅིག །ཅེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། ཁོ་ན་རེ། སྤྱོད་

བ་སངས་རྒྱས་ཚོས་ཅན། སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། སེམས་ཅན་གྱི་སྐྱེད་བྱེད་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། སེམས་ཅན་གྱི་ཕན་འདོགས་བྱེད་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ལྷན་སྟེ། ཚད་མ་རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཕན་འདོགས་གང་ཡིན་སྐྱེད་པ་ཡིན། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། གོང་གི་ཉལ་གྱི་མ་མ་གྲུབ།

བྱས་པ་ལ་ཁོ་ན་རེ། ལྟོན་བ་སངས་རྒྱས་ཚོས་ཅན། སེམས་ཅན་གྱི་ཕན་  
 འདོགས་བྱེད་ཡིན་པར་ཐལ། སེམས་ཅན་ལ་ཕན་འདོགས་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལྷན་  
 སྟེ། དེར་ཐལ། རྒྱུད་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་འདོགས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན་མ་  
 ལྷན་གྱིས་ལྟམ་གྲུབ་སྟེ། རྒྱུད་ཀྱིས་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་འདོགས་པར་བྱེད་  
 པའི་ཕྱིར། རྒྱུད་ཀྱིས་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་འཁོར་བའི་འདམ་ལས་སྐྱལ་བ་  
 རི་ལྟ་བ་བཞིན་བྱངས་པའི་ཕྱིར། མཛོད་ལས། འཁོར་བའི་འདམ་ལས་འགོ་བ་བྱངས་  
 མཛོད་པ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གོང་དུ་འདོད་ན། ལྟོན་བ་སངས་རྒྱས་ཚོས་ཅན།  
 སེམས་ཅན་གྱི་སྐྱེད་བྱེད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སེམས་ཅན་ལྟོན་གྱི་སྐྱེད་བྱེད་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་ཅན་ལྟོན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། སེམས་ཅན་དེ།  
 ལྟོན་བ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་དེ། ལྟོན་བ་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། ལྟོན་བ་སངས་རྒྱས་དེ། བྱང་རྒྱལ་  
 སེམས་དཔའ་ལས་འཁྲུངས་པའི་ཕྱིར། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་  
 དཔའ་ལས་འཁྲུངས་པའི་ཕྱིར། དབུ་མ་འཇུག་པ་ལས། སངས་རྒྱས་བྱང་རྒྱལ་སེམས་  
 དཔའ་ལས་འཁྲུངས་ཤིང་། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

ཡང་ཁོ་ན་དེ། རྒྱུད་ཤིང་དེ་མེའི་ཕན་འདོགས་བྱེད་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱུད་ཤིང་  
 མེའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མེ་དེ་རྒྱུད་ཤིང་གི་ཕན་གདགས་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མེ་དང་རྒྱུད་ཤིང་གཉིས་ཕན་གདགས་བྱ་འདོགས་བྱེད་  
 ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། འདོད་བྱས་པ་ལ་ཁོ་ན་དེ། དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་གཉིས་གཞོན་བྱ་གཞོན་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན་མ་ཐུབ། ཉགས་གྲུབ་སྟེ།  
 མེ་རྒྱུད་ཤིང་གི་གཞོན་བྱེད་དང་། རྒྱུད་ཤིང་མེའི་གཞོན་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། མེ་རྒྱུད་  
 ཤིང་གི་སླེག་བྱེད་དང་། རྒྱུད་ཤིང་མེའི་བསླེག་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། མངོན་པ་མངོན་  
 ལས། དེ་བཞིན་བསླེག་བྱ་འཇལ་བྱེད་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་གིས། རྩམ་པ་འཛོམས་བྱེད་ཐོ་བ་དེ། རྩམ་པ་འཇིག་པ་སྐྱེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་  
 ཟེར་ན། རྩམ་པ་འཇིག་པ་དེ། རྩམ་པ་འཛོམས་བྱེད་ཀྱི་ཐོ་བ་ལ་ལྟོས་པར་ཐལ། རྩམ་  
 པ་འཇིག་པ་དེ། དེ་ལ་ལྟོས་པའི་ཕྱིར་ཉེ། དེ་དེ་ལ་བཞེན་ནས་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར། དེ་དེའི་  
 འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། རྩམ་པ་འཇིག་པ་དེ། རྩམ་པ་འཛོམས་བྱེད་ཀྱི་ཐོ་  
 བའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པ་ཐལ། རྩམ་པ་འཛོམས་བྱེད་ཀྱི་ཐོ་བ་དེ། རྩམ་པ་འཇིག་པ་སྐྱེད་  
 པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་ཁས། གོང་དུ་འདོད་ན། རྩམ་པ་ཚོས་ཅན། རང་གྲུབ་  
 ཅམ་ནས་འཇིག་དེས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་ཉིད་འཇིག་པ་རང་ལས་ཕྱིས་འབྱུང་གི་རྒྱ་  
 ལ་ལྟོས་པའི་ཕྱིར། མ་ཐུབ་ན། ལྟོས་པས་དེས་པ་འགོག་པའི་ཉགས་ཡང་དག་མི་སྲིད་  
 པར་འབྱུང་རོ། །མ་གྲུབ་ན། རྩམ་པ་ཚོས་ཅན། རང་ཉིད་འཇིག་པ་རང་ལས་ཕྱིས་འབྱུང་  
 གི་རྒྱ་ལ་ལྟོས་པར་ཐལ། ཁྱོད་འཇིག་པ་ཁྱོད་འཛོམས་བྱེད་ཀྱི་ཐོ་བ་ལ་ལྟོས་པ་གང་ཞིག



ཁྱོད་འཛོམས་བྱེད་ཀྱི་ཐོ་བ་དེ། ཁྱོད་ཀྱི་སྤྱི་ལོགས་སུ་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དང་པོ་  
 ཁས། སྤྱི་མ་མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། བུམ་པ་འཛོམས་བྱེད་ཀྱི་ཐོ་བ་ཡོད་པ་གང་ཞིག་སྡོམ་  
 ཞིང་གཙོད་བྱེད་ཀྱི་སྟ་རེ་དེ། སྡོམ་ཞིང་གི་སྤྱི་ལོགས་སུ་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། གཉིས་  
 པ་གྲུབ་སྟེ། སྡོམ་ཞིང་གཙོད་བྱེད་ཀྱི་སྟ་རེ་དེ། སྡོམ་ཞིང་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་སྤྱིར།  
 དེ་སྡོམ་ཞིང་གི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། སྡོམ་ཞིང་སྟེང་གི་བྱ་རོག་སྡོམ་ཞིང་  
 གི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། མཁར་གཞོང་ནང་གི་རྒྱ་ལྟོན་མཁར་  
 གཞོང་གི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མཁར་གཞོང་དེ་རང་ནང་གི་རྒྱ་ལྟོན་སོགས་ཀྱི་སྐྱེད་  
 བྱེད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། ཚད་མ་རྣམ་འབྲེལ་ལས། རྒྱ་ལྟོན་སོགས་ལའང་དེ་ཡི་  
 དུལ། །སྐྱེད་པ་མཁར་གཞོང་སོགས་པས་བྱས། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།

བྱས་པ་ལ་ཁོ་ན་རེ། སྡོམ་ཞིང་གཙོད་བྱེད་སྟ་རེ་དེ། སྡོམ་ཞིང་གི་དུས་སུ་མ་  
 གྲུབ་པར་ཐལ། དེ་སྡོམ་ཞིང་གི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཉགས་ཁས། འདོད་ན། དེའི་  
 དུས་སུ་སྡོམ་ཞིང་འགགས་ཟེན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན། འདོད་བྱས་པ་  
 ལ་ཁོ་ན་རེ། དེས་སྡོམ་ཞིང་གཙོད་མི་བྱས་པར་ཐལ། གཙོད་བྱ་སྡོམ་ཞིང་གི་དུས་སུ་  
 གཙོད་བྱེད་སྟ་རེ་མ་གྲུབ། གཙོད་བྱེད་སྟ་རེའི་དུས་སུ་གཙོད་བྱ་སྡོམ་ཞིང་འགགས་  
 ཟེན་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན་མ་ཁྱབ་སྟེ། བུམ་པས་བུམ་ནང་གི་རྒྱ་སྐྱོར་མི་བྱས་པར་ཐལ།  
 སྐྱོར་བྱེད་བུམ་པའི་དུས་སུ་སྐྱོར་བྱ་བུམ་ནང་གི་རྒྱ་མ་གྲུབ། སྐྱོར་བྱ་བུམ་ནང་གི་རྒྱའི་  
 དུས་སུ་སྐྱོར་བྱེད་བུམ་པ་འགགས་ཟེན་པའི་སྤྱིར། ཁྱབ་པ་འགྲིག་ འདོད་མི་བྱས་ཏེ།  
 བུམ་པས་བུམ་ནང་གི་རྒྱ་སྤྱི་རོལ་ཏུ་མི་གཏོང་བར་ནང་དུ་སྐྱོར་བར་བྱེད་པའི་སྤྱིར།

དེར་ཐལ། བུམ་བས་བུམ་ནང་གི་རྒྱ་སྒྲིབ་འོང་བའི་གོགས་བྱེད་བའི་སྒྲིབ། ཚང་མ་རྣམ་  
 འགྲེལ་ལས། འོང་བ་ཡི་ནི་གོགས་བྱེད་སྒྲིབ། །ཞེས་གསུངས་བའི་སྒྲིབ། གཞན་ཡང་།  
 བུམ་བས་བུམ་ནང་གི་རྒྱ་སྒྲིབ་བར་ཐལ། བུམ་བ་དེ་བུམ་ནང་གི་རྒྱའི་རྒྱ་ཡིན་བའི་  
 སྒྲིབ། དེར་ཐལ། དེ་དེའི་རྟེན་ཡིན་བའི་སྒྲིབ། ཚང་མ་རྣམ་འགྲེལ་ལས། རྒྱ་སྒྲིགས་གྱི་  
 བེ་རྟེན་གྱུར་གྱི། །ཞེས་གསུངས་བའི་སྒྲིབ།

གཉིས་བ་རྒྱུན་བཤད་བ་ལ་མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི།  
 རྒྱ་གས་བྱེད་བ། རྒྱུན་གྱི་མཚན་ཉིད།

### རྒྱ་རྒྱུན་བཤད་བ།

གཉིས་བ་ནི། རྒྱུན་ལ་དབྱེ་ན། རྒྱ་རྒྱུན། དམིགས་རྒྱུན། དེ་མ་ཐག་རྒྱུན། བདག་རྒྱུན་  
 དང་བཞི་ཡོད་ཅིང་། བཞི་པོ་གང་རུང་ལས་གཞན་བའི་རྒྱུན་ལྔ་བ་ནི་མེད་དེ། དལུ་མ་  
 ཅ་ཤེས་ལས། རྒྱུན་རྣམས་བཞི་སྟེ་རྒྱ་དང་ནི། །དམིགས་བ་དང་ནི་དེ་མ་ཐག། བདག་  
 པོ་ཡང་ནི་དེ་བཞིན་ཉེ། །རྒྱུན་ལྔ་བ་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་བའི་སྒྲིབ། དེ་ཡང་  
 རྒྱ་རྒྱུན་དང་། རྒྱུན་དོན་གཅིག་ཅིང་། དངོས་པོ་ཡིན་ན། དེ་གཉིས་ཡིན་བས་བྱེད།

### དམིགས་རྒྱུན་བཤད་བ།

གཉིས་བ་ནི། སྒྲིབ་འཛིན་མངོན་སུམ་སྒྲིབ་པོའི་རྣམ་ལྡན་དུ་གཙོ་བོར་དངོས་སུ་སྒྲིབ་  
 བྱེད་དེ། སྒྲིབ་འཛིན་མངོན་སུམ་གྱི་དམིགས་རྒྱུན་གྱི་མཚན་ཉིད། སྒྲིབ་པོ་དང་ཡུལ་

དུས་རང་བཞིན་གང་ལ་ལྷེས་ཏེ་གྲུབ་བདེ་རྣམས་གཅིག་ཡིན་ན། སྔོན་འཛིན་མངོན་སུམ་གྱི་དམིགས་རྒྱུན་ཡིན་པས་ཁྱབ།

### དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་བཤད་པ།

གསུམ་པ་ནི། སྔོན་འཛིན་མངོན་སུམ་སྤོང་བ་གསལ་རིག་ཅམ་དུ་གཙོ་བོར་དངོས་སུ་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་རིག་པ་དེ། སྔོན་འཛིན་མངོན་སུམ་གྱི་དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་གྱི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། སྔོན་འཛིན་མངོན་སུམ་གྱི་སྤྲོ་ལོགས་དེ་མ་ཐག་དུ་གྲུབ་བའི་སྔོན་པོ་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་ཤེས་པ་ལྟ་བུའོ།།

### བདག་རྒྱུན་བཤད་པ།

བཞི་པ་ནི། སྔོན་འཛིན་མངོན་སུམ་རང་དབང་དུ་གཙོ་བོར་དངོས་སུ་སྐྱེད་བྱེད་དེ། སྔོན་འཛིན་མངོན་སུམ་གྱི་བདག་རྒྱུན་གྱི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། སྔོན་འཛིན་མངོན་སུམ་གྱི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྒྱུན་དུ་གྲུབ་པའི་མིག་དབང་གཟུགས་ཅན་པ་དང་། སྔོན་འཛིན་མངོན་སུམ་གྱི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྒྱུན་དུ་གྲུབ་པའི་ཡིད་དབང་ལྟ་བུའོ། །མདོར་ན་དབང་ཤེས་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུན་བཞི་ག་ཡོད་པས་ཁྱབ། ཤེས་པ་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཀྱི་བདག་རྒྱུན་དང་། དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་གཉིས་ཀ་ཡོད་པས་ཁྱབ། དབང་ཤེས་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཀྱི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྒྱུན་དུ་གྲུབ་པའི་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་པ་ཡོད་པས་ཁྱབ་ཅིང་། ཡིད་ཤེས་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཀྱི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྒྱུན་དུ་གྲུབ་པའི་ཡིད་དབང་ཡོད་པས་ཁྱབ་སྟེ། མདོ་ལས་གཟུགས་ཤེས་

བ་ནི་རྣམ་གཉིས་ཉེ། །མིག་དང་ཡིད་ལ་བརྟེན་པའོ། །ཞེས་དང་། ཚད་མ་ཀུན་བཏུས་  
 ལས། ལུག་མོང་མ་ཡིན་རྒྱུ་ཡི་ཕྱིར། །དེ་ཡི་ཐ་སྙད་དབང་པོས་བྱས། །ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། དབང་ཤེས་ཡིན་ན་ཚོད་ཀྱི་དམིགས་རྒྱུ་ཡོད་པས་ཁྲབ་ཀྱང་། དེ་ཡིན་ན།  
 ཚོད་ཀྱི་དམིགས་པ་ཡོད་པས་མ་ཁྲབ་སྟེ། ལོག་ཤེས་སུ་གྱུར་པའི་དབང་ཤེས་ཡིན་ན།  
 ཚོད་ཀྱི་དམིགས་པ་མེད་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། ལོག་ཤེས་ཡིན་ན། ཚོད་ཀྱི་དམིགས་པ་  
 མེད་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར།

ཚོད་པ་སྤོང་བ་ལ། ཁོ་ན་རེ། རྫོགས་བྱེད་པ། རྒྱུ་ཀྱི་མཚན་ཉིད་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འགལ་རྒྱུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན་མ་ཁྲབ། ཉགས་གྲབ་སྟེ། གཞོད་བྱེད་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། མི་མཐུན་པའི་རྒྱུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་མཚམས་ལ། འགལ་  
 རྒྱུ་དང་རྫོགས་བྱེད་པ་འགལ་བར་ཐལ། ཚོད་ཀྱི་སྐྱབ་བྱེད་དེ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
 བ། འགལ་རྒྱུ་དང་མཐུན་རྒྱུ་འགལ་བར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་བྱས་ཉེ།  
 འགལ་རྒྱུ་ཡིན་ན། མཐུན་རྒྱུ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། འགལ་རྒྱུ་ཡིན་ན། རྒྱུ་ཡིན་  
 པས་ཁྲབ་པ་གང་ཞིག་རྒྱུ་ཡིན་ན། མཐུན་རྒྱུ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 རྒྱུ་ཡིན་ན། བན་འདོགས་བྱེད་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། དངོས་པོ་ཡིན་ན། བན་  
 འདོགས་བྱེད་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དངོས་པོ་ཡིན་ན། རང་གི་འབྲས་  
 བུའི་བན་འདོགས་བྱེད་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར།

### འབྲས་བུ་བཤད་པ།

གསུམ་པ་འབྲས་བུ་བཤད་པ་ལ། མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ། སྐྱུ་བཟོད་རིགས་ཀྱི་སྐོ་ནས་  
 དབྱེ་བ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། བསྐྱེད་བྱ། འབྲས་བུའི་མཚན་ཉིད། གཉིས་པ་དེ་ལ་  
 དབྱེ་བ། དངོས་འབྲས་དང་། བརྒྱད་འབྲས་གཉིས་ལས། དངོས་སུ་བསྐྱེད་བྱ། དངོས་  
 འབྲས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། བརྒྱད་ནས་བསྐྱེད་བྱ། བརྒྱད་འབྲས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། གཞི་ལ་  
 སྐྱུར་བ། རུམ་པའི་དངོས་སུ་བསྐྱེད་བྱ། རུམ་པའི་དངོས་འབྲས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། རུམ་  
 པའི་བརྒྱད་ནས་བསྐྱེད་བྱ། རུམ་པའི་བརྒྱད་འབྲས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། འདི་དངོས་པོ་ཡིན་  
 བ། དངོས་འབྲས་དང་། བརྒྱད་འབྲས་གཉིས་ཀ་ཡིན་པས་ཁྲུབ། རུམ་པའི་དངོས་རྒྱ་  
 དང་། རུམ་པའི་བརྒྱད་རྒྱ་འགལ་བ་བཞིན་དུ། རུམ་པའི་དངོས་འབྲས་དང་། རུམ་པའི་  
 བརྒྱད་འབྲས་འགལ་ཞིང་། དེ་དངོས་པོ་མཐའ་དག་ལ་རིགས་འབྲེལ། །

གསུམ་པ་ནི། འབྲས་བུ་ལ་སྐྱུ་བཟོད་རིགས་ཀྱི་སྐོ་ནས་དབྱེ་བ། རྣམ་སྐྱེན་ཀྱི་  
 འབྲས་བུ། བདག་པོའི་འབྲས་བུ། རྒྱ་མཐུན་ཀྱི་འབྲས་བུ། སྐྱེས་བུ་བྱེད་པའི་འབྲས་བུ།  
 བྲལ་བའི་འབྲས་བུ་དང་ལྔ་ལས།

### འབྲས་བུ་ལྔ་བཤད་པ།

དང་པོ་ནི། ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་ཀྱི་སྐྱུར་པོ་ལྔ་ལྟ་བུའོ། །རྣམ་སྐྱེན་དང་། རྣམ་སྐྱེན་ཀྱི་  
 འབྲས་བུ་དོན་གཅིག། གཉིས་པ་བདག་པོའི་འབྲས་བུ་ཡོད་དེ། མ་དག་པའི་སྐྱོད་ཀྱི་  
 འདིག་ཉེན་ལྟ་བུ་དེ་ཡིན་པའི་སྐྱིད། གསུམ་པ་རྒྱ་མཐུན་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལ་དབྱེ་བ། ལྔ་ལྟ་

བ་རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་དང་། བྱེད་བ་རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་གཉིས་ལས། དང་པོ་  
 རི། བདེ་འགྲོར་སྐྱེས་ཀྱང་ཆེ་མུང་བ་ལྟ་བུ། གཉིས་བ་རི། བདེ་འགྲོར་སྐྱེས་ཀྱང་སློག་  
 གཙོད་བ་ལ་དགའ་བ་ལྟ་བུའོ། །བཞི་བ་སྐྱེས་བུ་བྱེད་བའི་འབྲས་བུ་ཡོད་དེ། ཞིང་  
 བའི་རྩོལ་བས་བསྐྱབས་བའི་ལོ་ཉོག་ལྟ་བུ་ལ་བྱེད་བའི་ཕྱིར་ཏེ། མངོན་བ་ཀྱན་བཏུས་  
 གྱི་འགྲེལ་བ་རྒྱལ་སྤུས་མ་ལས། སྐྱེས་བུ་བྱེད་བའི་འབྲས་བུ་རི། འདི་ལྟ་སྟེ། ལོ་ཉོག་  
 ལ་སོགས་བའོ། །ཞེས་གསུངས་བའི་ཕྱིར། ལྷ་བ་བྲལ་བའི་འབྲས་བུ་དང་། སོ་སོར་  
 བཏྱགས་འགོགས་དང་། འགོག་བདེན་རྣམས་དོན་གཅིག་གོ། །

**རྒྱ་འབྲས་གཉིས་ཀའི་རྩོད་བ་སྤོང་བ།**

རྒྱ་འབྲས་གཉིས་ཀའི་རྩོད་བ་སྤོང་བ་ལ། ཁོ་ན་རེ། ཤེས་བྱ་ཚེས་ཅན། དངོས་པོ་ཡིན་  
 བར་ཐལ། འབྲས་བུ་ཡིན་བའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚེས་ཅན། འབྲས་བུ་ཡིན་བར་  
 ཐལ། བྱུང་བ་ཡིན་བའི་ཕྱིར་ཏེ། ལྷ་ལོགས་སུ་བྱུང་བ་ཡིན་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་  
 བར་འཛོག་བྱེད་གྱི་ལྷ་ལོགས་སུ་བྱུང་བ་ཡིན་བའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། ཤེས་བྱ་རྣམ་བར་  
 འཛོག་བྱེད་གྱི་ལྷ་ལོགས་སུ་བྱུང་བ་ཡིན་བར་ཐལ། རྣམ་བར་འཛོག་བྱེད་གྱི་རྒྱ་ཡིན་  
 བའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། འགལ་ཁྲབ་ལ་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་བར་འཛོག་བྱེད་གྱི་ལྷ་ལོགས་  
 སུ་བྱུང་བ་མེད་ཀྱང་དེའི་རྒྱ་ཡོད་བའི་ཕྱིར། མཚན་ཉིད་ཡིན་ན། རྣམ་བར་འཛོག་  
 བྱེད་གྱི་རྒྱ་ཡིན་བས་ཁྲབ་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མཚན་ཉིད་དང་། རྣམ་བར་འཛོག་  
 བྱེད་དང་། རྣམ་བར་འཛོག་བྱེད་གྱི་རྒྱ་གསུམ་དོན་གཅིག་མཚན་བྱ་དང་། རྣམ་བར་

གཞག་བྱ་དང་། རྣམ་པར་གཞག་བྱའི་འབྲས་བུ་གསུམ་དོན་གཅིག་པའི་སྱིར། ཚད་  
 མ་རིགས་གཉེར་ལས། དེས་ན་རྣམ་པར་གཞག་འཛོག་གི །རྒྱ་འབྲས་གཉིས་ལ་ཚད་  
 འབྲས་འདོད། །ཅེས་གསུངས་པའི་སྱིར། གོང་དུ་མ་གྲུབ་ན། སློའི་ཡུལ་དུ་བྱ་རུང་བ་  
 ཚོས་ཅན། རྣམ་པར་འཛོག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། ཤེས་བྱའི་རྣམ་པར་འཛོག་བྱེད་  
 ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྱིར་ཉེ། ཤེས་བྱའི་རྣམ་པར་འཛོག་བྱེད་ཡིན་པའི་སྱིར། དེར་ཐལ།  
 ཤེས་བྱའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྱིར། འབྲས་སྟེ། ཤེས་བྱའི་རྣམ་པར་འཛོག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་  
 དང་། ཤེས་བྱའི་རྣམ་པར་འཛོག་བྱེད་དང་། ཤེས་བྱའི་མཚན་ཉིད་རྣམས་དོན་གཅིག  
 སློའི་ཡུལ་དུ་བྱ་རུང་གི་རྣམ་པར་གཞག་བྱའི་འབྲས་བུ་དང་། སློའི་ཡུལ་དུ་བྱ་རུང་གི་  
 རྣམ་པར་གཞག་བྱ། སློའི་ཡུལ་དུ་བྱ་རུང་གི་མཚན་བྱ་རྣམས་དོན་གཅིག་པ་བཞིན་དུ།  
 མཚན་མཚན་མཐའ་དག་ལ་རིགས་འདྲ་བ་ཡིན་པའི་སྱིར།

ཡང་ཁོ་ན་རེ། རྣམ་སྟོན་གྱི་སྤྱི་ལོགས་སུ་བྱུང་བའི་མི་དགོ་བ་ཚོས་ཅན། རྣམ་  
 སྟོན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། མི་དགོ་བ་ཡིན་པའི་སྱིར་ཟེར་ན། འདོད་བྱས་པ་ལ་ཁོ་ན་རེ།  
 དེ་ཚོས་ཅན། རྣམ་སྟོན་གྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་སྟོན་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་སྱིར།  
 མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། རྣམ་སྟོན་གྱི་སྤྱི་ལོགས་སུ་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་སྱིར།  
 བྱས་པ་ལ་ཁོ་ན་རེ། རྣམ་སྟོན་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་སྤྱི་ལོགས་སུ་བྱུང་བ་ཡིན་ན།  
 ཁྱོད་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་པས་འབྲས་བུ་པར་ཐལ། ཁྱོད་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཡིན་པའི་  
 སྱིར་ཟེར་ན། ཚོས་ཅན་སྟོན་ཅན་ནོ། །

ཡང་ཁ་ཅིག རྣམ་སྟོན་གྱི་སྤྱི་ལོགས་སུ་བྱུང་བའི་སྟོག་དབང་ཚོས་ཅན། རྣམ་

སྒྲིན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་སྒྲིན་གྱི་སྤྲ་ལོགས་སུ་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན་མ་  
 གྲུ། བྱས་པ་ལ། རྣམ་སྒྲིན་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་གྱི་སྤྲ་ལོགས་སུ་བྱུང་བ་ཡིན་ན། ཁྱོད་  
 གྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་ཁྲུ་པར་ཐལ། ཁྱོད་བདག་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན་ཡང་སྒྲིན་ཅན་  
 ཡིན། གོང་དུ་འདོད་ན། རྣམ་སྒྲིན་གྱི་སྤྲ་ལོགས་སུ་བྱུང་བའི་སློབ་དབང་ཚོས་ཅན།  
 རྣམ་སྒྲིན་གྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་སྒྲིན་གྱི་འབྲས་སུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྣམ་སྒྲིན་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སློབ་དབང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲུ་སྟེ། མངོན་པ་མངོད་ལས།  
 སློབ་ཞི་རྣམ་སྒྲིན་བཙུ་གཉིས་གཉིས། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁྲུ་སྟེ། དེས་སློབ་  
 དབང་ཡིན་ན། རྣམ་སྒྲིན་ཡིན་པས་ཁྲུ་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར། བཙུ་གཉིས་གཉིས་  
 ཞེས་པའི་དོན་ཡོད་དེ། དབང་པོ་གཞན་བཙུ་གཉིས་ལ་རྣམ་སྒྲིན་ཡིན་མིན་གཉིས་  
 གཉིས་ཡོད་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དབང་པོ་བཙུ་གཉིས་ལ་རྣམ་སྒྲིན་ཡིན་  
 མིན་གཉིས་གཉིས་ཡོད་དེ། མིག་གི་དབང་པོ། རྣ་བའི་དབང་པོ། ལྷའི་དབང་པོ། ལྷའི་  
 དབང་པོ། ལྷས་གྱི་དབང་པོ། ཡིད་གྱི་དབང་པོ། བདེ་བའི་དབང་པོ། ཡིད་བདེའི་དབང་  
 པོ། ལྷག་བསྐྱེད་གྱི་དབང་པོ། བཏང་སྒྲོམས་གྱི་དབང་པོ། མའི་དབང་པོ། མའི་དབང་  
 པོ་དང་བཙུ་གཉིས་ལ་དེ་ལྟར་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཡང་རྣམ་སྒྲིན་ཚོས་ཅན། རྣམ་སྒྲིན་གྱི་  
 འབྲས་སུ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་སྒྲིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཁྱོད་  
 གྱི་འབྲས་སུ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བདག་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན་སྒྲིན་ཅན་ལོ། །དེས་  
 བ། རྣམ་སྒྲིན་གྱི་འབྲས་སུ་བྱུང་བའི་མི་དགོ་བ་དང་། དེར་བྱུང་བའི་དགོ་བ་གང་རུང་  
 མེད་དེ། རྣམ་སྒྲིན་གྱི་འབྲས་སུ་ཡིན་ན། ལུང་མ་བསྟན་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། མངོད་



ལས། རྣམ་སྒྲིབ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་ཚོས། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྱིད། དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་  
སྒྲིབ་གྱི་རྒྱར་གྱུར་པའི་ལུང་མ་བསྟན་མེད་ཀྱང་རྣམ་སྒྲིབ་གྱི་སྲ་ལོགས་སུ་བྱུང་བའི་  
ལུང་མ་བསྟན་ཡོད་པ་ཡང་ཞེས་བར་བྱའོ། །

གཞན་ཡང་། རྒྱ་འབྲས་འདི་ལ་སྒྲིབ་ཅན་གྱི་ལན་འདེབས་དགོས་བ་ཤིན་ཏུ་  
མང་སྟེ། བྲལ་བ་ཚོས་ཅན། རྫོང་གི་འབྲས་བུ་མེད་པར་ཐལ། རྫོང་རྟག་པ་ཡིན་པའི་  
སྱིད། ཞེས་བ་དང་། དེ་ཚོས་ཅན། རྫོང་གི་རྒྱ་ཡོད་པར་ཐལ། རྫོང་གི་འབྲས་བུ་ཡོད་  
པའི་སྱིད། ཞེས་བ་དང་། དེ་ཚོས་ཅན། རྫོང་གི་སྲ་ལོགས་སུ་བྱུང་བ་ཡོད་པར་ཐལ།  
རྫོང་གི་འབྲས་བུ་ཡོད་པའི་སྱིད། ཞེས་བ་རྣམས་ལའང་སྒྲིབ་ཅན་གྱི་ལན་འདེབས་  
ཤིང་། གཞན་ཡང་དེ་འབྲས་བུ་མང་དུ་ཡོད་པའི་སྱིད། དེ་ཡང་ཡིན་ཏེ། བྲལ་བ་རྟག་པ་  
ཡིན་པའི་སྱིད། བྲལ་བ་དང་། བྲལ་བའི་འབྲས་བུ། འགོག་བདེན་རྣམས་དོན་གཅིག  
དེ་རྣམས་གང་རུང་ཡིན་ན། རྟག་པ་ཡིན་དགོས་པའི་སྱིད།

སྐྱུ་ལ། ཚུལ་འདིར་སྲ་ཞིབ་བྱང་བོར་སྦྱངས་ན་ཡང་། །རང་བཟོ་སྦངས་ཏེ་  
མཁས་པའི་གཞུང་བཞིན་དུ། །སྐལ་ལྷན་སློ་དམན་རྣམས་ལ་ཕན་སྱིར་དུ། །སྱིན་དུག་  
དང་པོའི་མིང་ཅན་བདག་གིས་བཀོད། །འདི་ཡང་འགྲོ་ཀུན་འབྲལ་དང་ཡུན་ཏུ་བདེ་  
ཞིང་སྒྲ་མེད་རྫོགས་བྱང་སྦྱར་དུ་ཐོབ་པའི་རྒྱར་གྱུར་ཅིག། །།

### དཔར་བྱང་སློན་ཚིག།

ནམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ། །གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཚོས་ཚུལ་དལ་  
 འབབ་སྤང་། །ཚིག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི། །དྲི་མ་ཡོངས་འཁྲུང་  
 ལེགས་བཤད་བདུད་ཅི་འདི། །དཔར་དུ་བསྐྱུན་པའི་ནམ་དཀར་ཕྱང་པོའི་མཐུས། །ཡང་  
 དག་ཚོས་ཀྱི་སློ་མོ་སྣོང་སྤག་བརྒྱ། །གདངས་ཉེ་རྒྱུད་ལྗེའི་འགོ་བ་མ་ལུས་པ། །རེས་  
 ལེགས་ནོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འགྱུར་ཤོག། །།

ཅེས་འཇམ་སྒྲིང་ཡངས་པའི་ཚོན་ལ་འཚེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སློན་ནམ་འབྲེན་ཡ་ཤུ་སེལླེའི་རིང་ལུགས་སློ་ཀུན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་  
 འབྲལ་ཡུན་ལེགས་ཚོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། ཉན་བསྟན་བྱུབ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དཔར་དུ་བསྐྱུན་དང་བསྐྱུན་འགྱུར་གང་  
 ལའང་སྤྱང་ཚོག་པའི་དགེ་བཤེའི་སློན་ཚིག་ཏུ་ཡ་ཤུ་ཀྱའི་དགེ་སློང་ཚོས་སྤྱོད་བཤག་དབང་སློ་བཟང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྤྱར་བའོ། །།

### ༡། །ནམ་མཐུན་སྤྱོད་ལུ་ཨུའི་ལྷ་སྤྱོད་ལུ་ལྷ་སྤྱོད་ལུ་ལྷ་སྤྱོད་ལུ།

ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་ཅུ་རྒྱལ་པོ་འདི་སྤྱལ་དཔེའི་ནང་དུ་བཞུགས་ན་དཔེ་ཆ་དེ་བཞོམས་ཀྱང་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་  
 འཇམ་དཔལ་ཅུ་རྒྱུད་ལས་གསུངས་སོ།།