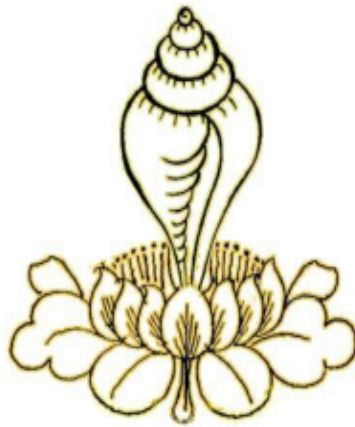


།། གུབ་པའི་མཐའི་རྣམ་པར་བཞག་པ་  
རིན་ཆེན་འཕྲེང་བ་ཞེས་བྱ་བ་  
བཞུགས་སོ།།



མཛད་པ་པོ།

བཙུན་པ་དགོན་མཚོག་འཛིགས་མེད་དབང་པོ།

དཀར་ཆག

མཛད་པ་པོའི་རྣམ་ཐར་མདོར་བསྡུས། ..... 1

མཚོད་པར་བཛོད་ཅིང་སྡོད་ལྟན་བསྡུལ་བ། ..... 1

རང་གཞན་གྱི་གྲུབ་མཐའ་སྦྱིར་བསྟན་བ། ..... 2

སྤྱི་རོལ་བ་དང་ནང་བའི་བྱད་པར། ..... 3

སྤྱི་རོལ་བའི་གྲུབ་མཐའི་རྣམ་གཞག་མདོར་བསྡུས་ཏེ་བཤད་བ། ..... 4

གངས་ཅན་བ། ..... 5

དཔྱོད་པ་བ། ..... 8

གཅེར་བྱ་བ། ..... 8

རྒྱུང་འཕེན་བ། ..... 9

རང་སྤེ་གྲུབ་མཐའི་རྣམ་གཞག་སྦྱིར་བསྟན་བ། ..... 10

བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ལ་བྱེ་བྲག་སྐྱབ་བའི་མཚན་ཉིད་སོགས། ..... 13

ཡུལ་གྱི་འདོད་ཚུལ། ..... 13

ཡུལ་ཅན་གྱི་འདོད་ཚུལ། ..... 16

ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག ..... 17

འབྲས་བུའི་རྣམ་གཞག..... 18

མདོ་སྤེ་བའི་ལུགས་ལ་མཚན་ཉིད་སོགས་བཤད་བ། ..... 21

ཡུལ་གྱི་འདོད་ཚུལ། ..... 22

ཡུལ་ཅན་གྱི་འདོད་ཚུལ། ..... 25

ལམ་གྱི་འདོད་ཚུལ། ..... 26

འབྲས་བུའི་འདོད་ཚུལ། ..... 27

སེམས་ཅམ་པའི་ལུགས་ལ་མཚན་ཉིད་སོགས་བཤམ་པ། .....	27
ཡུལ་གྱི་འདོད་ཚུལ། .....	31
ཡུལ་ཅན་གྱི་འདོད་ཚུལ། .....	32
ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག། .....	34
འབྲས་བུའི་རྣམ་གཞག། .....	35
དབུ་མ་བའི་ལུགས་ལ་མཚན་ཉིད་སོགས་བཤམ་པ། .....	37
རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་ལ་མཚན་ཉིད་སོགས་བཤམ་པ། .....	38
རྣམ་འགྲོར་སྐྱོད་པའི་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པའི་འདོད་ཚུལ། .....	39
ཡུལ་གྱི་འདོད་ཚུལ། .....	39
ཡུལ་ཅན་གྱི་འདོད་ཚུལ། .....	40
ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག། .....	40
འབྲས་བུའི་རྣམ་གཞག། .....	41
མདོ་སྐྱོད་པའི་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་འཆད་པ། .....	44
ཐལ་འགྲུར་བའི་ལུགས་ལ་མཚན་ཉིད་བཤམ་པ། .....	45
གཞིའི་རྣམ་གཞག། .....	45
ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག། .....	48
འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱེད་ཚུལ། .....	49
དཔར་བྱང་སློབ་ཚིག། .....	52

མཛད་པ་པོའི་རྣམ་ཐར་མཛོད་བསྟུན།

༡༡། འཇམ་དབྱངས་བཞད་པ་དགོན་མཚོག་འཛིགས་མེད་དབང་པོ་ཉི་  
མདོ་སྐད་སྟོ་རྒྱུད་སྐད་ར་ལུང་པའི་བྱེ་བྲག་གུམ་པ་ནང་ཞེས་པའི་ཡུལ་དུ།  
ཡབ་ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་དང་ཡུམ་གནམ་སྦྱིད་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ། རབ་  
རྒྱུང་བཅུ་གཉིས་པའི་ས་པོ་སྤྱེལ་ལོ་ ༡༡༥༡༤ ། ལ་འབྲུངས། དབྱང་ལོ་བྱུག་  
པར་ཚོས་རྗེ་དོན་གྲུབ་རྒྱ་མཚོའི་མདུན་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང། དབྱང་ལོ་བདུན་  
པར་སྟོང་འཁོར་རིན་པོ་ཆེས་བདག་པོ་སྤྲད། མཚན་ལ་སྟོ་གླ་ཞེས་གསོལ།  
ཞང་པོ་དགོ་སྟོང་སྟོ་གྲོས་རྒྱ་མཚོའི་བྱང་དུ་འབྲི་སྟོག་སྤྱངས། སུམ་ཉགས་  
དག་ཡིག་སོགས་ལེགས་པར་ཤེས་རྗེས་སྟོང་འཁོར་རིན་པོ་ཆེའི་བྱང་ཡིག་  
མཛད། དབྱང་ལོ་བཅུ་གསུམ་པར་སྟོང་འཁོར་རིན་པོ་ཆེའི་བྱང་ནས་དགོ་  
རྒྱལ་གྱི་སྟོམ་པ་བཞེས། དབྱང་ལོ་བཅུ་བྱུག་པར་གླ་བྲང་བཟའི་ས་འབྲིལ་གྱི་  
གདན་སར་འཁོད། འཇམ་དབྱངས་བཞད་པའི་སྐྱ་སྤེང་དུ་ངོས་འཛིན་གནང།  
དབྱང་ལོ་བཅུ་བདུན་ནས་འབྲིང་ངོས་ངག་དབང་བསྟན་འཛིན་ཡོངས་འཛིན་  
དུ་བསྟེན། གཞུང་པོད་ལྗེ་ལ་གསུན་སྟོང་མཐར་ཕྱིན། དབྱང་ལོ་ཉེར་གཉིས་  
པར་ལྷང་སྐྱ་ངོས་པའི་རྩོ་རྗེའི་བྱང་ནས་བསྟེན་རྩོགས་གྱི་སྟོམ་པ་གྲངས།  
དགོན་མཚོག་འཛིགས་མེད་དབང་པོ་ཡེ་ཤེས་བཙུན་འགྲུས་གྲགས་པའི་སྟེ་  
ཞེས་པའི་མཚན་གསོལ། དབྱང་ལོ་ཉེར་ལྗེ་པར་དབྱས་སུ་ཐེབས། དཔལ་  
ལྷན་འགྲུས་སྤྱངས་བཟའི་ས་སྟོ་མང་གྲ་ཚང་གི་ཚོས་སྟོར་ཞུགས། གཞུང་  
ལུགས་སྐྱ་བའི་མཁས་ཆེན་མང་པོར་བཞུལ་བཞག་མཛད་ཅིང་མཁས་པའི་  
ཡང་ཅེར་སོན། ལོ་ལྔ་དབྱས་སུ་བཞུགས་ཏེ་དབྱང་ལོ་སོ་གཉིས་པར་མདོ་  
སྐད་དུ་བྱིར་ཐེབས། དབྱང་ལོ་སོ་བྱུག་པར་དགོན་ལུང་གི་གདན་ས་དང།

དགྲའ་ལོ་སོ་བརྒྱད་པར་སྐྱེ་འབྲུམ་གྱི་གདན་ས་བཞེངས། དགྲའ་ལོ་ཞེ་  
 གཉིས་པར་ཤེ་ཅིན་དུ་ཕེབས། ལྷང་སྐྱེ་རོལ་པའི་རྩོ་རྗེར་དབང་ལུང་མང་པོ་  
 ལུས། དགྲའ་ལོ་ཞེ་ལྷ་པར་མཛོད་སྐྱེད་དུ་སྦྱིར་ཕེབས། དགྲའ་ལོ་ང་བརྒྱད་པར་  
 སྐྱེད་དབྲུས་སུ་ཕེབས། དགོ་ལྷན་པའི་ཚོས་རྒྱན་རྒྱབ་ལ་ཉེ་བ་ནམས་སྐྱེད་  
 གསོ་མཛོད། སྐྱེད་མ་གསན་པའི་ཚོས་རྒྱན་མང་པོ་གསན་ནས་དགྲའ་ལོ་  
 དུག་ཚུ་པར་མཛོད་སྐྱེད་དུ་སྦྱིར་ཕེབས། དགྲའ་ལོ་དུག་ཚུ་རེ་བཞི་པ་རབ་བྱུང་  
 བཅུ་པའི་ལྷུགས་མོ་པག་གི་ལོར་༡༧༡༡༡ ་ལྷ་བ་བཅུ་པའི་ཚོས་ཉེར་བརྒྱད་  
 ལ་སྐྱེ་གཤེགས་སོ།། སྐྱོབ་མ་སྐྱོང་རྩོལ་གྲུབ་དབང། ཉ་ཚོག་རྗེ་དུང། རྩུ་  
 བཀའ་ཚོས་གྱི་ཉི་མ། གྲུང་ཐང་བསྐྱེད་པའི་སྐྱོན་མེ་ཚང་སོགས་མཁས་ཚེན་  
 མང་ངོ།། ཁོང་གི་གསུང་ནི་སྐྱེ་བྲང་དགོན་པའི་དཔེ་ཆ་སྤྱིའི་དཀར་ཆག་ཏུ་  
 རོད་ཀ་ནས་ནའི་བར་བཅུ་གཉིས་བཞུགས་སོ།།

༡༡། །གྲུབ་པའི་མཐའ་རིན་ཆེན་པར་གཞག་པ་རིན་པོ་  
ཆའི་འབྲེང་བ་ཞེས་བྲུ་བ་  
བཞུགས་སོ། །

མཚོན་པར་བརྗོད་ཅིང་སྣོད་ལྡན་བསྐྱེད་པ།

༡༡། །མད་བྱུང་ཚོགས་གཉིས་གངས་ཀྱི་རི་པོ་སྤྱིང་རྗེའི་དོད་ཀྱིས་བཞུས་  
པའི་རྒྱལ། ། ལྷན་གྲུབ་ཚོས་སྐྱའི་འཛིན་མར་ཡོངས་འབྲེལ་གྲུབ་མཐའ་  
རིན་པོ་ཆའི་ཚུ་སྐྱུང་འབྲེད། ། འཕྲིན་ལས་རྒྱལ་སྤེང་གནས་དུ་རྒྱུང་བས་  
ལྷ་སྟེགས་བྱིས་བ་སྐྱུག་བྱེད་པ། ། རྒྱལ་སྤེས་གདངས་ཅན་གྱི་བའི་འཇུག་  
དོགས་སྐྱབ་དབང་མ་རྗོད་མཚོ་ཆེན་རྒྱལ། ། རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་ཚབ་མི་པམ་  
མགོན་པོ་དང། ། རྒྱལ་བའི་མཁུན་རབ་གཅིག་བསྐྱེད་འཇུག་པའི་དབྱངས། །  
རྒྱལ་བས་ལྷང་བསྐྱེད་སྐྱུ་སྐྱུབ་ཐོགས་མེད་ཞབས། ། རྒྱལ་བ་གཉིས་བ་ཡལ་  
སྤེས་བཅས་ལ་འདུད། ། གང་ཞེག་རྟོགས་ན་སྤྱི་དང་ནང་གི་བསྐྱེད་པའི་ཁྱད་  
པར་ཀུན་མཐོང་ཞིང། ། རབ་འབྲེལ་མཁུན་པའི་མདུན་ས་དག་ཏུ་སྐྱེ་བ་  
མཚོག་གི་བཞུས་ཞུགས་འཛིན། ། རོ་མཚོར་གྲགས་པའི་བ་དན་དཀར་པོ་  
གཞུང་གནས་སྐྱེས་པོས་བསྐྱེད་བྱེད་པ། ། རང་གཞན་གྲུབ་མཐའ་དེ་ཉིད་  
འབྲེད་ལ་མཁུན་བ་སྐྱེ་ཞེག་བཅོམ་བ་འདོད། ། དེ་སྤྱིར་དམ་པའི་ལེགས་  
བཤད་ཀུན་བསྐྱེད་ནས། ། རང་དང་སྐྱེལ་བ་མཉམ་རྒྱལ་སྤེས་བསྐྱེད་སྤྱིར། །  
གྲུབ་མཐའ་རིན་ཆེན་པོ་འདོད་བསྐྱེད་བརྗོད་པར་བྲུ། ། རྣོ་གསལ་དོན་

གཉེར་ལྡན་རྣམས་གྲུས་པས་ཉོན། ། དེ་ཡང་ཆེ་འདིའི་རྗེད་པ་དང་བཀུར་  
བསྟེན་དང་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ལ་མི་བསྟེན་ཞིང་སྟོང་ནས་ཕྱོལ་བ་དོན་དུ་གཉེར་  
བའི་གང་ཟག་གིས། བདག་མེད་པའི་སྟེན་པ་རྣམས་པར་དག་པ་ཁོང་དུ་ཚུད་པའི་  
ཐབས་ལ་འབད་དགོས་ཏེ། ཟབ་མོའི་སྟེན་པ་དང་བུལ་ན། བྱམས་པ་དང་སྟོང་  
རྗེ་དང་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་ལ་རི་ཅོམ་གོམས་པར་བྱས་ཀྱང་སྟུག་བསྟུལ་གྱི་  
ཅ་བ་དུང་ནས་འབྲེན་པར་མི་རྣམས་པའི་སྲིད། དེ་སྐད་དུ་ཡང་རྗེ་བཙུན་ཚོང་ཁ་  
བ་ཆེན་པོས། གནས་ལུགས་ཉོགས་པའི་ཤེས་རབ་མི་ལྡན་ན། ། དེས་འབྱུང་  
བྱང་ཚུབ་སེམས་ལ་གོམས་བྱས་ཀྱང་། ། སྲིད་པའི་ཅ་བ་གཙོད་པར་མི་རྣམས་  
པས། ། དེ་སྲིད་རྟེན་འབྲེལ་ཉོགས་པའི་ཐབས་ལ་འབད། ། ཅས་སོ། ། དེས་  
ན་སྟེན་པའི་གོལ་ས་སྤང་བ་དང་། བདག་མེད་སྤང་རགས་གྱི་རིམ་པ་དེས་པར་  
བྱ་བའི་སྲིད་རང་གཞན་གྱི་བྱུབ་མཐའི་རྣམ་གཞག་མདོར་བསྟུས་ཏེ་བརྗོད་པ་  
ལ་གཉིས།

སྲིད་བསྟན་པ་དང་། རྗེ་བྲག་ཏུ་བཞག་པའོ། །

རང་གཞན་གྱི་བྱུབ་མཐའ་སྲིད་བསྟན་པ།

དང་པོ་ནི། བྱུབ་མཐའ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟོན་རང་བཟོ་མ་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་  
གྱི་ལྷུང་ལས་གསུངས་པའི་སྲིད། རི་སྐད་དུ། ལྟར་གཤེགས་པ་ལས། ར་ཡི་  
ཚོས་ཚུལ་རྣམས་གཉིས་ཏེ། ། བསྟན་པ་དང་ནི་བྱུབ་མཐའ་འོ། ། རྗེས་པ་རྣམས་  
ལ་བསྟན་པ་བཞག། ། རྣམ་འབྲོར་བ་ལ་བྱུབ་མཐའ་འོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་  
རྣམས་འོ། ། དེ་ཡང་གང་ཟག་ལ་དབྱེ་ན། བྱུབ་མཐའ་སྟོལ་བསྟུར་བ་དང་།

གྲུབ་མཐའ་སློབ་བསྐྱུར་བའོ། །དང་པོ་ནི། གཞུང་ལུགས་ལ་མ་སྦྱངས་པར་  
མ་བརྟགས་མ་དབྱེད་པའི་སློབ་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱིས་ཆོ་འདྲིའི་བདེ་བ་ཅམ་དོན་དུ་  
གཉེར་བར་བྱེད་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། གཞུང་ལུགས་ལ་སྦྱངས་ཏེ་གཞི་ལམ་  
འབྲས་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་རང་གི་སློབ་ལོ་གྲུབ་པའི་ཚུལ་ལུང་དང་རིགས་  
པའི་ལམ་ནས་སྦྱ་བར་བྱེད་པ་སྟེ། གྲུབ་མཐའི་སྦྱ་བཤུན་གྱིང་། འགྲེལ་བཤུན་  
ཚིག་གསལ་ལས། གྲུབ་པའི་མཐའ་སྟེ། རིགས་པ་དང་ལུང་གིས་རབ་དུ་  
བསྟན་པར་རང་གི་འདོད་པ་གྲུབ་པ་ནི། དེ་ལས་པར་ཡང་འགྲོ་བ་མེད་པས་  
ན་མཐའ་འོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལུང་རིགས་གང་རུང་ལ་བརྟེན་ནས་  
ཐག་བཅད་ཅིང་གྲུབ་པའི་དམ་བཅས་པའི་དོན་དེ་ཉིད་རང་གི་སློབ་ལོ་ཚུལ་དེ་  
ལས་གཞན་དུ་འདར་མེད་པས་ན། གྲུབ་པའི་མཐའ་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྟེང་དེ་  
ལ་དབྱེན་གཉིས། ལྷི་རོལ་བ་དང་ནང་བའོ། །

སྟེ་རོལ་བ་དང་ནང་བའི་བྱེད་པར།

སྟེ་བ་དང་ནང་བ་ཅམ་གྱི་བྱེད་པར་ཡོད་དེ། སྟོང་ཐག་པ་ནས་དགོན་མཚོག་  
གསུམ་ལ་སྦྱབས་སུ་འགྲོ་བའི་གང་ཐག་དེ་ནང་བ་དང་། དགོན་མཚོག་  
གསུམ་ལ་སློབ་མི་གཏོད་པར་འདིག་རྟེན་པའི་ལྷ་ལ་སྟོང་ཐག་པ་ནས་སྦྱབས་  
སུ་འགྲོ་བའི་གང་ཐག་དེ་སྟེ་རོལ་བ་ཡིན་པའི་སྟེང་། ལྷི་ནང་གི་གྲུབ་མཐའ་སྦྱ་  
བའི་བྱེད་པར་ཡང་ཡོད་དེ། ལྷོན་པ་བསྟན་པ་ལྷ་བ་གསུམ་གྱི་སློབ་ནས་འབྲེད་  
པའི་སྟེང་། དེ་ཡང་ཡིན་ཏེ། རང་སྟེ་རྣམས་ནི་སྟོན་པ་སྟོན་ཀུན་ཐད་ཅིང་ཡོན་  
ཏན་རྗོགས་པ་དང་། བསྟན་པ་སེམས་ཅན་ལ་འཚེ་བ་མེད་པ་དང་། ལྷ་བ་



རྟལ་གཅིག་རང་དབང་ཅན་གྱི་བདག་གིས་སྟོང་བར་འདོད་པའི་བྱད་པར་  
གསུམ་དང་ལྟན་ཞིང་། གཞན་སྡེ་རྣམས་ནི་དེ་ལས་བརྒྱུ་གཉིས་སྟོན་པ་སྟོན་  
དང་བཅས་ཤིང་ཡོན་ཏན་མ་རྫོགས་པ་དང་། བསྟན་པ་སེམས་ཅན་ལ་གཞོན་  
ཅིང་འཆེ་བ་དང་། ལྟ་བུ་རྟལ་གཅིག་རང་དབང་ཅན་གྱི་བདག་ཏུ་གྲུབ་པར་  
ཁས་ལེན་པའི་བྱད་པར་གསུམ་དང་ལྟན་པའི་སྟེང་།

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ལ། སྤྱི་རོལ་བའི་གྲུབ་མཐའི་རྣམ་གཞག་  
མདོར་བསྟུས་ཏེ་བཤད་པ། རང་སྡེའི་གྲུབ་མཐའི་རྣམ་གཞག་ཅུང་ཟད་སྤྱི་སྡེ་  
བཤད་པའོ། །

སྤྱི་རོལ་བའི་གྲུབ་མཐའི་རྣམ་གཞག་མདོར་བསྟུས་ཏེ་བཤད་པ།

དང་པོ་ནི། གྲུབ་མཐའ་སྤྱི་བའི་ནང་ཚན་གང་ཞིག་དཀོན་མཆོག་གསུམ་  
ལ་སྐྱབས་སུ་མི་འགྲོ་ཞིང་དེ་ལས་གཞན་པའི་སྟོན་པ་ཡོད་པར་ཁས་ལེན་  
པའི་གང་ཟག་དེ། སྤྱི་རོལ་བའི་གྲུབ་མཐའ་སྤྱི་བའི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་བ་  
མཐའ་ཡས་ཀྱང་བསྟུན། བྱུང་འཇུག་པ། དབང་སྐྱུག་པ། རྒྱལ་བ་བ། སེར་  
སྐྱུ་བ། སྤྱར་བུ་བ་དང་ལྷ་ལ་རྟོག་གེ་སྡེ་སྤྱར་བྲགས་ཤིང་། ཅ་བའི་སྡེ་ཏུག་ཏུ་  
ཡང་བཤད་དེ། བྱེ་བྲག་པ་དང་། རིག་པ་ཅན་པ་དང་། གངས་ཅན་པ་དང་།  
དམྱོད་པ་བ་དང་། གཅེར་བུ་བ་དང་། རྒྱང་འཕེན་པ་རྣམས་སོ། ། དེ་རྣམས་  
གྱི་དང་བོ་ལྷ་ནི་རྟལ་པར་ལྟ་བ་དང་། སྤྱི་མ་ནི་ཆད་པར་ལྟ་བ་ཡིན་ནོ། ། དེ་  
ཡང་བྱེ་བྲག་པ་དང་རིག་པ་ཅན་པ་གཉིས་ནི་རིམ་བཞིན་དང་སྟོང་གཟེགས་  
ཟན་དང་། བམ་ཟེ་རྐང་མིག་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པ་སྟེ། འདི་གཉིས་ལ་ནང་

གསལ་སྤྱི་འདོད་པའི་བྱེད་པར་མི་མཐུན་པ་རྩེད་ཡོད་ཀྱང་། གྲུབ་པའི་  
མཐའ་སྤྱི་ལ་མི་འདྲ་བ་མེད་དོ། །

དེ་ཡང་བྱེ་རིག་གཉིས་ཀྱིས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་རྗེས་དགུར་འདུས་པར་  
འདོད་ལ། ལྷོས་དང་། དབང་བསྐྱར་བ་དང་། ལྷུང་གནས་དང་། མཚོད་སྦྱིན་  
དང་། སྦྱིན་སྲེག་ལ་སོགས་པ་ཐར་ལམ་དུ་ཁས་ལེན་ཞིང་། ཉམ་ཞིག་གྲ་མའི་  
མན་ངག་ལས་རྣམ་འབྱོར་བསྐྱོམས་ཏེ་བདག་དབང་སོགས་རྣམས་ལས་དོན་  
གཞན་དུ་ཤེས་ནས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་ཞིང་ཚིག་གི་དོན་དུག་གི་རང་བཞིན་  
ཁོང་དུ་རྩེད་པ་ན། བདག་ནི་བྱེད་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ཡང་བྱེད་པ་མེད་པར་  
ཤེས་ཏེ། ཚོས་དང་ཚོས་མ་ཡིན་པའི་ལས་གང་ཡང་གསོག་པར་མི་བྱེད།  
ལས་གསར་བ་མ་བསགས་ཤིང་རྙིང་བ་བཟང་བས་སྦྱར་སྦྱངས་པའི་ལུས་དང་།  
དབང་པོ་དང་། ལྷོ་དང་། བདེ་སྐྱེག་འདོད་སྤང་སོགས་བདག་དང་བྲལ་ཞིང་  
གསར་བའི་ལུས་དང་དབང་པོ་མ་སྦྱངས་པས། ལུང་ཤིང་བཟང་པའི་མེ་བཞིན་  
དུ་སྐྱེ་བའི་རྒྱན་ཆད་དེ་བདག་འབའ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་བ་ན་ཐར་བ་ཐོབ་པ་ཡིན་  
ཞེས་ཟེར་དོ། །

གྲངས་ཅན་པ།

གྲངས་ཅན་པ་ནི། དང་སྤོང་སེར་སྐྱའི་རྗེས་སུ་འགྲངས་པ་སྟེ། ཤེས་བྱ་  
ཐམས་ཅད་ཉི་ཤུ་ཅུ་ལྟར་གྲངས་ངེས་པར་འདོད་ལ། དེ་ཡང་བདག་དང་།  
གཙོ་བོ་དང་། ཚེན་བོ་དང་། ར་རྒྱལ་དང་། དེ་ཅམ་ལྟ་དང་། དབང་པོ་བརྩ་  
གཅིག་དང་། འབྲུང་བ་ལྟ་སྟེ་ཉི་ཤུ་ཅུ་ལོ། ། དེ་ཅམ་ལྟ་ནི་གཟུགས་སྐྱ་འི་

རོ་རེག་བྱ་ལྟོ། ། དབང་པོ་བརྟུ་གཅིག་ནི། ལྟོ་འི་དབང་པོ་ལྟོ་དང་། ལས་  
 གྱི་དབང་པོ་ལྟོ་དང་། ཡིད་གྱི་དབང་པོ་ལྟོ། ལྟོ་འི་དབང་པོ་ལྟོ་ནི། མིག་དང་།  
 རྩ་བ་དང་། ལྟོ་དང་། ལྟོ་དང་། བགས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་སོ། ། ལས་གྱི་  
 དབང་པོ་ལྟོ་ནི། དག་དང་། ལག་པ་དང་། ཀར་བ་དང་། རྩུབ་དང་། འདོམས་  
 རྣམས་སོ། ། འབྲུང་བ་ལྟོ་ནི། ས་རྩ་མེ་རྩུང་ནམ་མཁའ་རྣམས་སོ། ། དེ་  
 དག་ལས་སྐྱེས་བྱ་ནི་ཤེས་པ་དང་། ལྷག་མ་ཉེར་བཞི་འདུས་བསགས་ཡིན་  
 བས་ལེམ་པོར་འདོད་ལ། གཙོ་པོ་དང་། ལྷུས་བྱ་ནི་དོན་དམ་བདེན་པ་དང་།  
 གཞན་རྣམས་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པར་འདོད་དོ། ། དེ་ལ་ཡང་རྩུ་ཡིན་ལ་འབྲས་  
 བྱ་མ་ཡིན་པ། རྩུ་འབྲས་གཉིས་ཀ་ཡིན་པ། འབྲས་བྱ་ཡིན་ལ་རྩུ་མ་ཡིན་  
 པ། རྩུ་འབྲས་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་སྲུ་དང་བཞི་ཡོད་དེ། དང་པོ་ནི། ལྷི་  
 གཙོ་པོ་དང་། གཉིས་པ་ནི། ལྟོ་དང་། ད་རྩུལ་དང་། དེ་ཅམ་ལྟོ་སྟེ་བདུན་  
 དང་། གསུམ་པ་ནི། ལྷག་མ་བརྟུ་དྲུག་དང་། བཞི་བ་ནི། ལྷུས་བྱ་ལོ། ། དེ་  
 ཡང་དབང་ལྷག་ནག་པོའི་རྩུད་ལས། ཅ་བའི་རང་བཞིན་རྣམ་པར་འགྱུར་  
 མིན་ལ། ཆེན་པོ་སོགས་བདུན་རང་བཞིན་རྣམ་འགྱུར་ཞིང་། ། བརྟུ་དྲུག་  
 པོ་ནི་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་སྟེ། ། ལྷུས་བྱ་རང་བཞིན་མ་ཡིན་རྣམ་འགྱུར་མིན།  
 ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་འོ། ། དེ་ཡང་ཅ་བའི་རང་བཞིན་དང་། ལྷི་དང་། གཙོ་པོ་  
 རྣམས་དོན་གཅིག་ཡིན་ཞིང་ཁྱད་ཆོས་དྲུག་དང་ལྟན་པའི་ཤེས་བྱ་ཞིག་ལ་  
 འདོད་དོ། ། ལྷུས་བྱ་དང་། བདག་དང་། ཤེས་པ་དང་། རིག་པ་རྣམས་དོན་  
 གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་སོ། ། ལྷག་མ་ཉེར་གསུམ་གྱི་སྐྱེ་རྩུ་ལ་ནི། གང་གི་  
 ཆོ་སྐྱེས་བྱ་དེས་ཡུལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པའི་འདོད་པ་སྐྱེས་པ་ན། ཅ་བའི་རང་  
 བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་འགྱུར་རྣམས་སྐྱེལ་བར་བྱེད་དོ། ། དེ་  
 ཡང་གཙོ་པོ་ལས་ཆེན་པོ་འགྱུར་ལ། ལྟོ་དང་ཆེན་པོ་ནི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་

ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་སྤྱི་ནས་ཡུལ་དང་ནང་ནས་སྐྱེས་བུའི་གཟུགས་བརྟན་འཆར་
 བའི་མེ་ལོང་ངོས་གཉིས་པ་སྣ་བུ་ཞིག་ལ་འདོད་དེ། དེ་ལས་ང་རྒྱལ་སྐྱེ་ཞིང་།
 ང་རྒྱལ་ལ་དབྱེ་ན། རྣམ་པར་འགྲུར་བ་ཅན་གྱི་ང་རྒྱལ་དང་། སྤྱིང་སྟོབས་
 ཅན་གྱི་ང་རྒྱལ་དང་། ལུན་པ་ཅན་གྱི་ང་རྒྱལ་ཏེ་གསུམ་མོ། ། དང་པོ་ལས་དེ་
 ཅུ་སྣ་སྐྱེ་ཞིང་། དེ་ལས་འགྲུར་བ་སྣ་སྐྱེ་ལོ། ། གཉིས་པ་ལས་དབང་པོ་བརྟེ་
 གཅིག་སྐྱེ་ལོ། ། གསུམ་པ་ནི། ང་རྒྱལ་གཞན་གཉིས་ཀ་འདུག་པར་བྱེད་པ་
 ཡིན་ཞེས་ཟེར་ལོ། ། དེ་ཡང་ལོང་བ་རྟེན་ཅན་སྣ་བུའི་རང་བཞིན་དང་། ཞ་
 པོ་མིག་ཅན་སྣ་བུའི་སྐྱེས་བུ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་འཇུག་ཏེ། རྣམ་འགྲུར་རྣམས་
 ཅ་བའི་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱུལ་བའི་རྩལ་མ་ཤེས་པའི་དབང་གིས་འཁོར་བར་
 འཁོར་བར་འདོད་དོ། ། རྣམ་ཞིག་སློ་མས་ཉེ་བར་བསྟན་པའི་མན་ངག་ཐོས་
 པ་ལ་བརྟེན་ནས་རྣམ་འགྲུར་འདི་དག་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱུལ་བ་ཅུ་ཏུ་ཟད་
 དོ་ཞེས་ངེས་ཤེས་སྟེག་པར་སྐྱེས་པ་ན། རིམ་གྱིས་ཡུལ་ལ་ཆགས་པ་དང་
 བུལ་བར་གྲུར་བ་དེའི་ཆེ་བས་མ་གཏན་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་མིག་གི་མངོན་
 ཤེས་བསྐྱེད་དེ། མངོན་ཤེས་གྱིས་གཙོ་བོ་ལ་བསྟན་པ་ན་གཙོ་བོ་དེ་གཞན་
 གྱི་བུད་མེད་སྟར་ངོ་ཆ་བས་སྐྱེངས་ཏེ་རྣམ་འགྲུར་རྣམས་ཉེ་བར་བསྟན་ཏེ།
 རང་བཞིན་ཡན་གར་བར་གནས་ཤིང་། དེའི་ཆེ་རྣལ་འབྱོར་བའི་སློ་ངོར་ཀུན་
 རྫོབ་གྱི་སྤྱང་བ་ཐམས་ཅད་ལོག་སྟེ་སྐྱེས་བུས་ཡུལ་ལ་ལོངས་སྟོན་པ་མེད་
 ཅིང་བྱེད་པ་མེད་པར་གནས་པ་དེའི་ཆེ་ཐར་བ་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་འདོད་
 དོ། །

# དཔྱོད་པ་བ།

དཔྱོད་པ་བ་ནི། རྒྱལ་དཔོག་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པ་སྟེ། དེ་ག་བྱེད་ལ་གང་  
 ལྷང་བ་ནི་རང་བྱུང་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་དེ་ལོ་ན་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲོ་བཏགས་ནས་  
 མཚོན་སྦྱོར་ལ་སོགས་པ་འབའ་ཞིག་གིས་མཐོ་ངེས་ཀྱི་གོ་འབང་ཐོབ་པར་  
 འདོད་ལ། དེ་ནི་ངན་སོང་ལས་གྲོལ་བའི་ཐར་བ་ཅམ་དུ་ཁས་ལེན་ནོ། ། འོན་  
 ། ། གྲང་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཐར་བ་ནི་མེད་དེ། དེ་མ་སེམས་ཀྱི་རང་  
 བཞིན་ལ་ཞུགས་པའི་སྤྱིར་དང་། ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་ཡང་མེད་དེ། ཤེས་  
 བྱ་མཐའ་ཡས་པའི་སྤྱིར་རོ། ། དེ་བས་ན་བདེན་པའི་ངག་གྲང་མེད་དོ་ཞེས་  
 ལྟོལ།

# གཅེར་བྱ་བ།

གཅེར་བྱ་བ་ནི། རྒྱལ་བ་དམ་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པ་སྟེ། ཤེས་བྱ་ཐམས་  
 ཅད་དོན་དགུར་འདུས་པར་འདོད་དེ། སྒྲོག་དང་། ཟག་པ་དང་། སྒྲོམ་པ་དང་།  
 དེས་པར་གྲ་བ་དང་། འཚིང་བ་དང་། ལས་དང་། སྒྲིག་པ་དང་། བསོད་ནམས་  
 དང་། ཐར་བ་རྣམས་སོ། ། དེ་ལ་སྒྲོག་ནི་བདག་ཡིན་ལ། སྒྲེས་བྱ་རྣམས་ཀྱི་  
 ལུས་ཀྱི་ཚད་རི་ལྟ་བ་ བཞིན་དུ་ཡོད་པ་དོ་ལོ་རྟག་ལ་གནས་སྐབས་མི་རྟག་  
 པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་ནོ། ། ཟག་པ་ནི། དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བའི་ལས་  
 རྣམས་ཡིན་ཏེ། དེའི་དབང་གིས་འཁོར་བར་ཟག་པར་བྱེད་པའི་སྤྱིར། སྒྲོམ་པ་

ནི། ཟག་པ་འགོག་པར་བྱེད་པ་སྟེ། ལས་གསར་དུ་མི་གསོག་པའི་ཕྱིར་དོ། །  
 དེས་པར་ཀ་བ་ནི། ལྷོ་མ་མི་འཕྲུང་བ་དང་ལུས་གདུང་བ་ལ་སོགས་པའི་དཀའ་  
 རུབ་ཀྱི་སློབ་ནས་སློབ་བསགས་པའི་ལས་རྣམས་ཟད་པར་བྱེད་པའོ། ། འཆིང་  
 བ་ནི་ལོག་པར་ལྟ་བའོ། ། ལས་ནི་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། སྤྱིས་སྤྱོད་བར་འཕྲུང་བ་  
 དང་། མིང་དང་། རུས་དང་། ཆོའོ། ། སྤྱིག་པ་ནི་ཆོས་མིན་པའོ། ། བསོད་  
 རྣམས་ནི་ཆོས་སོ། ། ཐར་བ་ནི་ལུས་གཅེར་བྱ་དང་། དག་མི་སྦྱ་བ་དང་། མེ་  
 ལྷ་བརྟེན་པ་ལ་སོགས་པའི་དཀའ་རུབ་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤར་བྱས་  
 ཀྱི་ལས་ཐམས་ཅད་ཟད་ཅིང་། ལས་གསར་དུ་མ་བསགས་པས་འཛིག་རྟེན་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱོད་ན་འདུག་པའི་གནས་འཛིག་རྟེན་འདུས་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 གདུགས་དཀའ་པོ་བྱེན་དུ་བསྐྱངས་པ་ལྟ་བུ་ཞོའམ་ཀྱུ་སྟུ་ཉ་ལྟར་དཀའ་བ།  
 ཚད་དཔག་ཚད་འབྲུམ་སྤག་ཞེ་ལྟ་ཡོད་པ། སློག་ཡོད་པས་དངོས་པོ་ཡིན་  
 ཞིང་། འཁོར་བ་ལས་སློབ་བས་དངོས་པོ་མེད་པ་ཡང་ཡིན་པ་དེར་འགྲོ་སྟེ།  
 གནས་དེ་ལ་ནི་ཐར་བ་ཞེས་བྱའོ། ། དེ་སྐད་དུ་རྒྱལ་བ་དམ་པས། ཁ་བ་རྒྱ་  
 སློམ་མེ་ཉོག་དང་། བ་ཞོ་བ་མོ་སྟུ་ཉིག་མདོག ། གདུགས་དཀའ་བརྒྱང་བའི་  
 དབྱིབས་འདྲ་བ། ཐར་བ་ཡིན་པར་རྒྱལ་བས་བཞད། ། ཅེས་འབྲུང་དོ། །

### རྒྱུ་འབྲེན་པ།

རྒྱུ་འབྲེན་པ་ནི། རྒྱེ་བ་སྤྲ་མ་ནས་འདིར་འོང་བ་མེད་དེ། རྒྱེ་བ་སྤྲ་མ་ཞེས་  
 པ་ནི་སྤྲ་མ་གྲང་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར། ལུས་སློབ་བྱར་བ་ལས་སེམས་སློབ་བྱར་དུ་  
 བྱུབ་པ་ཡིན་ཉེ། མར་མེ་སློབ་བྱར་དུ་བྱུབ་པ་ལས་འོད་སློབ་བྱར་དུ་བྱུབ་པ་བཞིན་  
 བོ། ། རྒྱེ་བ་འདི་ནས་ཕྱི་མར་འགྲོ་བ་ཡང་མེད་དེ། ལུས་སེམས་རྣམས་གཅིག་

བས་ལུས་འཛིག་པ་ན། རྫོང་ཡང་འཛིག་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་རྫོང་འཛིག་པ་ན་  
རྫོང་འཛིག་པ་བཞིན་ནོ། ། དེས་ན་འདིས་གཞལ་བྱ་ལ་རང་མཚན་དང་།  
ཚད་མ་ལ་མངོན་སུམ་ཚད་མ་གཅིག་པས་བྲལ་བར་འདོད་དེ། སྤྱི་མཚན་དང་  
རྗེས་དཔག་ཚད་མ་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར། རྒྱུང་འཕེན་གྱི་བྱུང་བར་འགའ་  
ཞིག་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་མེད་པར་ངོ་བོ་ཉིད་ལས་བྱུང་བར་འདོད་དེ། ཉི་  
ཤར་ཚུ་པོ་བྱུང་དུ་འབབ་པ་དང་། ། སྟན་རྒྱུ་ཚེར་མ་གཟེངས་རིང་ཚོ་བ་  
དང་། ། མ་བྱའི་མདོངས་ལ་སོགས་པའི་ཚོས་རྣམས་ཀུན། ། སུས་ཀྱང་མ་  
བྱས་ངོ་བོ་ཉིད་ལས་བྱུང་། ། ཞེས་ཟེར་རོ། །

སྤྱི་བཤེད་ལ། ལྟ་བུ་དཔེ་བའི་སྤྱི་ལ་སྟེགས་འཆའ་བའི། ། ཕྱི་རོལ་གྲུབ་མཐའི་རང་  
བཞིན་མ་ལུས་པ། ། ལེགས་པར་ཤེས་ཏེ་སྤོང་བར་བྱེད་པ་ནི། ། ཐར་བའི་  
ཕྱོང་དུ་འཇུག་པའི་ཐེམ་སྐྱས་སོ། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐབས་གྱི་ཚིགས་སུ་  
བཅད་པའོ། །

གཉིས་པ་རང་སྤེ་གྲུབ་མཐའི་རྣམ་གཞག་ཅུང་ཟད་སྤེ་སྤེ་བཤེད་པ་ལ་  
གཉིས། སྤྱིར་བསྟན་པ་དང་། བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤེད་པའོ། །

རང་སྤེ་གྲུབ་མཐའི་རྣམ་གཞག་སྤྱིར་བསྟན་པ།

དང་པོ་ནི། སྟོན་པ་མཉམ་མེད་ལྡུའི་རྒྱལ་པོ་དེ་ཉིད་གྱིས་དང་པོར་  
བྱང་ཚུབ་མཚོག་ཏུ་བྱགས་བསྐྱེད། བར་དུ་བསྐྱལ་བ་གངས་མེད་གསུམ་དུ་  
ཚོགས་བསགས། མཐར་ཐོག་རྗེ་གདན་གྱི་སྤོ་ལ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་  
རྒྱས་ཏེ་ཡུལ་ལྷ་ར་ཏ་སིར་ལྟ་སྤེ་བཟང་པོ་ལ་བདེན་པ་བཞིའི་ཚོས་གྱི་འཁོར་

ལོ་བསྐྱོད། དེ་ནས་བྱ་རྒྱུ་ལྷན་པོའི་རི་བོར་བཀའ་བར་བ་མཚན་ཉིད་མེད་  
 པའི་ཚོས་འཁོར་བསྐྱོད། དེ་ནས་ཡངས་པ་ཅན་ལ་སོགས་པར་ལོགས་པར་  
 རྣམ་པར་སྤེལ་བའི་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱོར་ཏེ། ལྷ་སྟེགས་ཀྱི་སྟོན་པ་  
 རྒྱག་ལ་སོགས་པའི་སྣ་བ་དན་པ་ཐམས་ཅད་ཟེལ་གྱིས་མནན་ནས་པན་བདེ་  
 འབྲུང་གནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་མཛད་  
 དོ། །དེའི་འོག་ཏུ་འགྲེལ་བྱེད་རྣམས་ཀྱིས་འཁོར་ལོ་གསུམ་ཀྱི་དགོངས་པ་སོ་  
 སོར་བཀའ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་གྲུབ་མཐའ་སྣ་བ་བཞི་བྱུང་སྟེ། དེ་དག་ལས་དོན་  
 སྣ་སྟེ་གཉིས་ཀྱིས་འཁོར་ལོ་དང་བོ་དང་། རོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་སྣ་བས་འཁོར་  
 ལོ་བར་བ་དང་། རྣམ་འབྱོར་སྟོན་པ་བ་རྣམས་ཀྱིས་འཁོར་ལོ་ཐ་མའི་རྗེས་སུ་  
 འབྲངས་ནས་གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དམ་བཅའ་བར་བྱེད་  
 དོ། ། རང་ཅག་གི་སྟོན་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྣ་བ་ལ་བྱེ་མདོ་  
 གཉིས་དང་དབུ་སེམས་གཉིས་ཏེ་བཞེར་བྲངས་ངེས་ཏེ། དེ་དག་ལས་ལོགས་  
 སུ་གྱུར་བའི་གྲུབ་མཐའ་ལྔ་བ་དང་། ཐེག་པ་གསུམ་ལས་ལོགས་སུ་གྱུར་བའི་  
 ཐེག་པ་བཞི་བ་མེད་པར་གསུངས་པའི་སྟེར། རོ་རྗེ་སྟོང་འགྲེལ་ལས། སངས་  
 རྒྱས་པ་ལ་བཞི་བ་དང་། ། ལྔ་བ་སྦྱབ་པའི་དགོངས་པ་མིན། ། ཞེས་པ་སྟུར་  
 རོ། ། རང་རྒྱུད་པ་མན་ཆད་ཀྱི་རང་སྟེ་འདི་དག་ཐམས་འབྲུང་བས་གཞལ་ན་  
 ཉག་ཆད་ཀྱི་ མཐའ་གཉིས་ཀར་སྦྱང་ཡང་། རང་རང་གི་ལུགས་ལ་དབུ་མ་  
 བར་འདོད་དེ། ཉག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་དབུས་ཁས་ལེན་  
 བར་རྫོམ་པའི་སྟེར་རོ། ། དེ་ཡང་གྲུབ་མཐའ་སྣ་བ་བཞི་ལ་ཉག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་  
 སྟོང་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད་དེ། རྟེན་གསུམ་བ་རྣམས་འབྲས་བུ་སྟེ་བའི་ཆེ་རྒྱ་  
 འགག་པས་ཉག་པའི་མཐའ་སྟོང་ལ། རྒྱའི་མཛུགས་སོགས་སུ་འབྲས་བུ་འབྲུང་  
 བས་ཆད་པའི་མཐའ་སྟོང་རོ་ཞེས་ཟེར་རོ། ། མདོ་སྟེ་བ་དག་འདུས་བྱས་



རྣམས་རྒྱན་མ་ཚད་པར་འཇུག་པས་ཚད་པའི་མཐའ་སྤོང་ཞིང་། སྐད་ཅིག་  
 གིས་འཛིག་པས་ཉག་པའི་མཐའ་ལས་གྲོལ་ཞེས་འདོད་དོ། ། སེམས་ཚམ་པ་  
 རྣམས་ཀུན་བཏགས་བདེན་པར་མ་གྲུབ་པས་ཉག་པའི་མཐའ་སྤོང་ལ། གཞན་  
 དབང་བདེན་པར་གྲུབ་པས་ཚད་པའི་མཐའ་སྤོང་ངོ་ཞེས་སྤྲོད། ། དབུ་མ་བ་  
 རྣམས་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པས་ཚད་པས་མཐའ་ལས་གྲོལ་ཞིང་།  
 དོན་དམ་དུ་མེད་པས་ཉག་པའི་མཐའ་ལས་གྲོལ་ཞེས་བཞེད་དོ། ། གྲུབ་མཐའ་  
 བོང་མ་བོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་འོག་མ་འོག་མའི་གྲུབ་མཐའ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་  
 རྣམས་འགོག་པར་བྱེད་ཀྱང་། འོག་མ་འོག་མའི་ལྟ་བ་བོ་བ་དེ། བོང་མ་བོང་  
 མའི་ལྟ་བ་བོ་བའི་ཐབས་དམ་པར་སྤྱང་བས་གྲུབ་མཐའ་བོང་མ་ལ་མཚོག་དུ་  
 བཟུང་ནས་འོག་མ་ལ་སྤང་བར་མི་བྱའོ། ། དེས་ན་ལྟ་བ་བཀར་བཏགས་ཀྱི་  
 རྒྱལ་རྒྱ་བཞི་ཁས་ལེན་པའི་གང་ཟག་དེ། རྣང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་གྲུབ་མཐའ་  
 སྤྱོད་པའི་མཚན་ཉིད་དུ་འཛོག་པུག་རྒྱ་བཞི་ཡོད་དེ། འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་  
 ཉག་ལ། ཟག་བཅས་ཐམས་ཅད་སྤྱུག་བསྐྱེད་པ། ཚོས་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་  
 བཞུ་འཇུག་ལས་འདས་པ་ཞི་བ་རྣམས་སོ། ། གལ་ཏེ་གནས་མ་བྱ་བས་གང་  
 ཟག་གི་བདག་ཁས་སྤངས་པས་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྤྱོད་པ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་  
 འོ་ཞེན་སྤྱོད་མེད་དེ། དེས་ཁས་སྤངས་པའི་བདག་ཅི་རང་རྒྱ་བྱུབ་པའི་རྣམས་  
 ཡོད་ཀྱི་བདག་ཡིན་ལ། རྒྱལ་རྒྱ་བཞིའི་ནང་གི་བདག་མེད་ནི། ཉག་གཅིག་  
 རང་དབང་ཅན་གྱིས་སྤོང་བའི་བདག་མེད་ལ་བྱེད་ཅིང་། དེ་ནི་མང་བཀུར་སྤེ་  
 ལྷས་ཀྱང་ཁས་ལེན་པའི་སྤྱིར་དོ། །

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་དུ་བཤད་པ་ལ། བྱེ་བྲག་སྤྱོད་པ། མདོ་སྤེ་བ། སེམས་ཚམ་  
 བཞུ་ འོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་སྤྱོད་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་བཞི།

# བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ལ་བྱེ་བྲག་སྐྱ་བའི་མཚན་ཉིད་སོགས།

དང་བོ་ལ། མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ། སྐྱ་བཤད། འདོད་ཚུལ་དང་བཞི། དང་  
 བོ་ནི། རང་རིག་མི་འདོད་ཅིང་སྤྱི་དོན་བདེན་གྲུབ་ཏུ་འདོད་པའི་ཐེག་དམན་གྱི་  
 གྲུབ་མཐའ་སྐྱ་བའི་གང་བྲག་དེ། བྱེ་བྲག་སྐྱ་བའི་མཚན་ཉིད། གཉིས་པ་ནི། དེ་  
 ལ་དབྱེ་ན། ཁ་ཆེ་བྱེ་བྲག་སྐྱ་བ། ཉི་འོག་བ། དུལ་དབུས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་སྐྱ་བ་དང་  
 གསུམ་ཡོད། གསུམ་པ་ནི། སློབ་དཔོན་དབྱིག་བཤེས་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་བྱེ་  
 བྲག་སྐྱ་བ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། བྱེ་བྲག་བཤད་མཚོ་ཆེན་མོའི་  
 རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་གྲུབ་མཐའ་སྐྱ་བས་སམ། དུས་གསུམ་རྗེས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་  
 ཏུ་སྐྱ་བས་ན་བྱེ་བྲག་སྐྱ་བ་ཞེས་བརྗོད་པའི་ཕྱིར།

བཞི་བ་འདོད་ཚུལ་ལ། གཞིའི་འདོད་ཚུལ། ལམ་གྱི་འདོད་ཚུལ། འབྲས་  
 བུའི་འདོད་ཚུལ་ལོ། ། དང་བོ་ལ་གཉིས། དུལ་གྱི་འདོད་ཚུལ། དུལ་ཅན་གྱི་  
 འདོད་ཚུལ་ལོ། །

## དུལ་གྱི་འདོད་ཚུལ།

དང་བོ་ནི། ལུགས་འདིས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་གཞི་ལྡར་འདུས་པར་འདོད་  
 དེ། ལྡར་བ་གཟུགས་ཀྱི་གཞི། གཙོ་བོ་སེམས་ཀྱི་གཞི། འཁོར་སེམས་བྱུང་  
 གི་གཞི། ལྡན་པ་མ་ཡིན་པའི་འདུ་བྱེད་ཀྱི་གཞི། འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་གཞི་  
 རྣམས་སོ། ། གཞི་ལྡ་བོ་དེ་དག་ཀྱང་དངོས་པོར་འདོད་དེ། དོན་བྱེད་ལུས་པ་

དངོས་པོའི་མཚན་ཉིད། ཡོད་པ་ཤེས་བྱ་དངོས་པོ་རྣམས་དོན་གཅིག་ འདུས་  
 མ་བྱས་ཀྱི་ཚོས་རྣམས་རྟག་པའི་དངོས་པོ་དང་། གཟུགས་ཤེས་ལྡན་མིན་  
 འདུ་བྱེད་གསུམ་མི་རྟག་པའི་དངོས་པོར་འདོད་དོ། ། དངོས་པོ་ལ་རྣམས་གྲུབ་  
 གྱིས་ཁྲབ་ཀྱང་རྣམས་ཡོད་གྱིས་མ་ཁྲབ་སྟེ། དོན་དམ་བདེན་པ་དང་རྣམས་ཡོད་  
 དོན་གཅིག་ ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་དང་བཏགས་ཡོད་དོན་གཅིག་ཏུ་འདོད་པའི་  
 སྲིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། བདེན་པ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་དང་། ཟག་བཅས་ཟག་མེད་  
 གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་དང་། འཕྲོས་དོན་གཞན་བསྟན་པའོ། ། དང་བོ་ནི། བཅོམ་  
 བའམ་སློབ་ཆ་ཤས་སོ་སོར་བསལ་བ་ན་རང་འཛིན་གྱི་སློ་འདོར་དུ་རྒྱང་  
 བའི་ཚོས་སུ་དམིགས་པ་དེ། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་  
 བོ། རྣམས་དང་སྲིད་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། རྣམས་སོ་བས་བཅོམ་པ་ན་རྣམས་  
 ཏུ་འཛིན་པའི་སློ་འདོར་བའི་སྲིད་དང་། སྲིད་བའི་རྟོག་པོ་སོ་སོར་བསལ་བ་  
 བ་སྲིད་བར་འཛིན་པའི་སློ་འདོར་བའི་སྲིད། བཅོམ་བའམ་སློབ་ཆ་ཤས་སོ་  
 སོར་བསལ་བ་ན་རང་འཛིན་གྱི་སློ་འདོར་དུ་མི་རྒྱང་བའི་ཚོས་སུ་དམིགས་  
 པ་དེ། དོན་དམ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། རྣམས་སྟོགས་ཀྱི་  
 ཆ་མེད་དང་། ཤེས་པ་སྐད་ཅིག་ཆ་མེད། འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་  
 ཡིན་ཏེ། མཛོད་ལས། གང་ལ་བཅོམ་དང་སློ་ཡིས་གཞན། ། བསལ་ན་དེ་སློ་  
 མི་འཇུག་པ། ། བུམ་ཚུ་བཞིན་དུ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ། ། ཡོད་དེ་དོན་དམ་ཡོད་བཞིན་  
 འོ། ། ཞེས་གསུངས་པའི་སྲིད། དེས་ན་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་རྣམས་དོན་དམ་དུ་  
 མ་གྲུབ་ཀྱང་བདེན་གྲུབ་ཏུ་འདོད་དེ། ལུགས་འདིས་དངོས་པོ་ལ་བདེན་གྲུབ་  
 གྱིས་ཁྲབ་པ་ཁས་ལེན་པའི་སྲིད། གཉིས་པ་ནི། དམིགས་པ་དང་མཚུངས་  
 ལྡན་གང་རྒྱང་གི་སློ་ནས་ཟག་པ་རྒྱས་སུ་རྒྱང་བའི་ཚོས་དེ། ཟག་བཅས་ཀྱི་  
 མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། ལྷུང་བོ་ལྟ་བུ་འོ། ། དམིགས་པ་དང་མཚུངས་

ལྷན་གང་རྒྱུ་གི་སྒོ་ནས་ཟག་པ་རྒྱས་སུ་མི་རྒྱུ་བའི་ཚོས་དེ། ཟག་མེད་གྱི་  
 མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། ལམ་བདེན་དང་། འདུས་མ་བྱས་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ།  
 མཐོང་ལས། ལམ་མ་གཏོགས་པའི་འདུས་བྱས་རྣམས། ། ཟག་བཅས། ཞེས་  
 དང་། ཟག་མེད་ལམ་གྱི་བདེན་པ་དང་། ། འདུས་མ་བྱས་རྣམ་གསུམ་ཡང་  
 ལྟོ། ། ཞེས་གསུངས་པའི་སྟེང་། ཟག་བཅས་ལ་སྤང་བྱས་ཁྲུབ་སྟེ། ཚོགས་  
 ལྟོར་གཉིས་སྤང་བུ་ཡིན་པའི་སྟེང་། མཐོང་ལམ་ནི་ཟག་མེད་ཁོ་ན་དང་། ལྟོ་མ་  
 ལམ་དང་མི་སྟོབ་ལམ་གཉིས་པོ་རེ་རེ་ལ་ཟག་བཅས་དང་ཟག་མེད་གྱི་ལམ་  
 གཉིས་གཉིས་ཡོད་དོ། ། འཕགས་ལམ་ཡིན་ན་ཟག་མེད་ཡིན་པས་ཁྲུབ་  
 གུང་། འཕགས་རྒྱུད་གྱི་ལམ་ལ་ཟག་མེད་ཡིན་པས་མ་ཁྲུབ་སྟེ། ལྟོ་མ་ལམ་  
 པའི་རྒྱུད་གྱི་ཞི་རགས་རྣམ་ཅན་དུ་གྱུར་བའི་ལམ་དེ་ཟག་བཅས་ཡིན་པའི་  
 སྟེང་། གསུམ་པ་འཕྲོས་དོན་གཞན་བསྟན་པ་ནི། དུས་གསུམ་རྣམས་སུ་འདོད་  
 དེ། རུམ་པ་རུམ་པའི་འདས་པའི་དུས་སུ་ཡང་ཡོད། རུམ་པ་རུམ་པའི་མ་  
 འོངས་པའི་དུས་སུ་ཡང་ཡོད་པར་འདོད་པའི་སྟེང་། དགག་སྐྱབ་གཉིས་ཁས་  
 ལེན་གུང་མེད་དགག་ནི་ཁས་མི་ལེན་ཏེ། དགག་པ་ཡིན་ན་མ་ཡིན་དགག་  
 ཡིན་པས་ཁྲུབ་པར་འདོད་པའི་སྟེང་། ཁ་ཆེ་བྱེ་བྲག་སྐྱབ་རྣམས་མདོ་སྟེ་བ་  
 དང་མཐུན་པར་ལས་འབྲས་གྱི་འབྲེལ་བའི་རྟེན་དུ་རྣམ་ཤེས་གྱི་རྒྱུ་ཁས་  
 ལེན་ཅིང་། དེ་མ་གཏོགས་པའི་བྱེ་བྲག་སྐྱབ་རྣམས་ལས་འབྲས་གྱི་འབྲེལ་  
 པའི་རྟེན་དུ་ཐོབ་པ་དང་། རྩ་ལོན་གྱི་དཔང་རྒྱ་དང་འབྲ་བའི་རྒྱུད་མི་བ་ཞེས་  
 པ་ལྷན་མིན་འདུ་བྱེད་དུ་གྱུར་བ་ཞིག་ཁས་ལེན་ལ། ཐལ་འགྱུར་བ་དང་འདི་  
 གཉིས་ཀའི་ལུགས་ལ་ལུས་ངག་གི་ལས་གཟུགས་ཅན་དུ་འདོད་དོ། ། འདུས་  
 བྱས་ལ་མི་རྟག་པས་ཁྲུབ་གུང་། སྤང་ཅིག་རེ་རེ་ནས་འཛིག་པས་མ་ཁྲུབ་སྟེ།  
 ལྟོ་མ་ཟིན་པའི་འོག་དུ་གནས་པའི་བྱ་བ་དང་། དེའི་འོག་དུ་འཛིག་པའི་བྱ་བ་

འབྲུག་པར་འདོད་པའི་སྲིད།

ཡུལ་ཅན་གྱི་འདོད་ཚུལ།

གཉེས་པ་ཡུལ་ཅན་གྱི་འདོད་ཚུལ་ལ། གང་ཟག་ཤེས་པ། རྫོང་བྱེད་གྱི་  
 སྐྱོད་དང་གསུམ། དང་བོ་ནི། གདགས་གཞི་སྤང་བོ་སྤེལ་ཚོགས་ཅམ་གང་  
 ཟག་གི་མཚན་གཞི། མང་བོས་བཀྱར་བ་ཁ་ཅིག་གིས། སྤང་བོ་སྤེལ་ཚུལ་གང་  
 ཟག་གི་མཚན་གཞི་དང་། སྤང་བ་བས་སེམས་གཅིག་ཏུ་གང་ཟག་གི་མཚན་  
 གཞིར་འདོད་དོ། ། གཉེས་པ་ལ་ཚད་མ་དང་། ཚན་མིན་གྱི་ཤེས་པ་གཉེས་  
 ལས། དང་བོ་ལ། མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་དང་། རྗེས་སུ་དབག་པའི་ཚད་མ་  
 གཉེས་ཡོད། དང་བོ་ལ། དབང་བོའི་མངོན་སུམ། ཡིད་གྱི་མངོན་སུམ། རྣལ་  
 འབྱོར་མངོན་སུམ་དང་གསུམ་ཡོད་ཀྱང་། རང་རིག་མངོན་སུམ་ཁས་མི་ལེན་  
 འོ། ། དབང་བོའི་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་ལ་ཤེས་པས་མ་ཁྲུབ་སྟེ། མིག་དབང་  
 གཟུགས་ཅན་པ་དེ་བེམ་བོ་སྟོབ་ཚད་མ་གསུམ་ཀའི་གཞི་མཐུན་ཡིན་པའི་  
 སྲིད། དབང་བོའི་ཤེས་པས་ཡུལ་རྣམ་མེད་རྗེས་ཚེར་དུ་གཞུག་ཅིང་། རྟེན་  
 བཅས་ཀྱི་མིག་གི་དབང་བོ་གཟུགས་ཅན་པས་ཀྱང་གཟུགས་མཐོང་བར་  
 འདོད་དེ། གལ་ཏེ་རྣམ་ཤེས་ཁོ་ནས་མཐོང་ན་རྗེས་པ་ལ་སོགས་པས་བར་  
 དུ་ཚོད་པའི་གཟུགས་ཀྱང་མཐོང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཟེར་ཞིང་། སེམས་དང་  
 སེམས་སྤྱང་གཉེས་རྗེས་ཐ་དད་དུ་འདོད་དོ། ། གསུམ་པ་ནི། སྤྱིར་སྐྱོད་ཅམ་ལ་  
 དབྱེ་ན། ཟེན་པའི་སྐྱོད་དང་། མ་ཟེན་པའི་སྐྱོད་གཉེས་ཡོད། དང་བོ་ནི། སྤྱིས་བྱའི་  
 དག་ཏུ་གྱུར་པའི་སྐྱོད་ལྟ་བུ། གཉེས་པ་ནི། ཚུའི་སྐྱོད་ལྟ་བུའོ། ། ཟེན་མ་ཟེན་རེ་རེ་

ལ་ཡང་སེམས་ཅན་དུ་སྟོན་མི་སྟོན་གཉིས་གཉིས་ཡོད། སེམས་ཅན་དུ་སྟོན་  
པའི་སྐྱོད་དང་རྒྱ་གཞི་རྣམས་པར་རིག་བྱེད་གྱི་སྐྱོད་དང་རྫོད་བྱེད་གྱི་སྐྱོད་གསུམ་དོན་  
གཅིག་སེམས་ཅན་དུ་སྟོན་པའི་སྐྱོད་དང་རྒྱ་གཞི་རྣམས་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་  
པའི་སྐྱོད་དང་རྫོད་བྱེད་གྱི་སྐྱོད་མ་ཡིན་པའི་སྐྱོད་གསུམ་དོན་གཅིག་བཀའ་དང་  
བསྟན་བཅོས་གཉིས་ཀྱང་མིང་ཚིག་ཡི་གེ་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་སྐྱོ་སྐྱི་ལྟ་  
མིན་འདུ་བྱེད་དུ་ཁས་ལེན་པས། ལུགས་འདི་ལ་བཅའ་པོ་དང་ལྟན་མིན་འདུ་  
བྱེད་མི་འགལ་ལམ་སྟོན་མོ། །

### ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་

གཉིས་པ་ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ་ལ། ལམ་གྱི་དམིགས་པ། ལམ་  
གྱི་སྤང་བ། ལམ་གྱི་རང་བཞིན་བཤད་པའོ། ། དང་པོ་ནི། བདེན་བཞིའི་བྱེད་  
ཚུལ་མི་རྟོག་སོགས་བཅུ་དྲུག་ཡིན་ལ། བདག་མེད་སྤོང་དང་གང་ཟག་གི་  
བདག་མེད་སྤོང་དོན་གཅིག་དུ་འདོད་ཅིང་། གང་ཟག་རང་རྒྱ་ལྷུ་པའི་རྣམས་  
ཡོད་ཀྱིས་སྟོང་བ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྤོང་མོང་ཁས་ལེན་ནོ། ། སྤེ་བ་བཅོ་  
བརྒྱད་གྱི་ནང་ནས་མང་བཀའ་སྤེ་ལྷུ་རང་རྒྱ་ལྷུ་པའི་རྣམས་ཡོད་ཀྱིས་སྟོང་  
བ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྤོང་མོང་མི་འདོད་དེ། དེས་རང་རྒྱ་ལྷུ་པའི་རྣམས་  
ཡོད་ཀྱི་བདག་ཡོད་པར་ཁས་ལེན་པའི་སྤྱིར། ཚུལ་གྱི་བདག་མེད་སྤོང་རྣམས་  
གྱི་རྣམ་གཞག་ཁས་ལེན་ཏེ། གཞི་གྲུབ་ན་ཚུལ་བདག་ཡིན་པས་བྱུང་བ་  
ཁས་ལེན་པའི་སྤྱིར། གཉིས་པ་ལམ་གྱི་སྤང་བ། ཉོན་མོངས་ཅན་དང་ཉོན་  
མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་མི་ཤེས་པ་གཉིས་ལས། དང་པོས་ནི་གཙོ་བོར་ཐར་

བ་འཕྲོལ་བ་ལ་བར་དུ་གཙོད་བ་སྟེ། མཚན་གཞི་ནི། གང་ཟག་གི་བདག་  
 འཛིན་དང་། དེའི་དབང་གིས་རྣམ་བའི་དུག་གསུམ་ས་པོན་དང་བཅས་པའོ། །  
 གཉིས་པས་ནི་ཐམས་ཅད་མཁུན་བ་འཕྲོལ་བ་ལ་གཙོ་བོར་བར་དུ་གཙོད་བ་  
 སྟེ། མཚན་གཞི་ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཚོས་ཟབ་ཅིང་ལྷ་བ་མི་ཤེས་པའི་  
 ཉོན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་སྐྱིབ་བ་སོགས་མི་ཤེས་པའི་རྒྱ་བཞི་ལྟ་བུའོ། །  
 སྐྱིབ་བ་ལ་དེ་གཉིས་ལས་ཤེས་སྐྱིབ་ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་ཁས་མི་ལེན་ནོ། །  
 གསུམ་བ་ལམ་གྱི་རང་བཞིན་ནི། དེ་ཡང་ཐེག་བ་གསུམ་གྱི་ལམ་ལ། ཚོགས་  
 ལམ། སྐྱོར་ལམ། མཐོང་ལམ། སྐྱོམ་ལམ། མི་སྐྱོབ་ལམ་སྟེ་ལམ་ལྔའི་རྣམ་  
 གཞག་ཁས་ལེན་ཀྱང་ས་བཅུའི་ཡེ་ཤེས་མི་འདོད་དོ། ། ཤེས་བཟོད་སྐྱད་  
 ཅིག་མ་བཅུ་དུག་གི་སྐྱད་ཅིག་མ་དང་བོ་བཙུ་ལྟ་ནི་མཐོང་ལམ་དང་། བཅུ་  
 དུག་བ་ལམ་རྗེས་ཤེས་སྐྱོམ་ལམ་ཡིན་ལ། ར་ཟམ་བར་འགྲོ་བ་ལྟར་རིས་ཅན་  
 ཁོ་ནར་སྐྱེ་བར་འདོད་དོ། ། ལམ་བདེན་ལ་ཤེས་པས་མ་བྱུང་སྟེ། ཟག་མེད་  
 གྱི་སྤང་བོ་ལྟ་ལམ་བདེན་དུ་འདོད་པའི་ཕྱིར།

འབྲས་བུའི་རྣམ་གཞག

གསུམ་བ་འབྲས་བུའི་རྣམ་གཞག་ནི། ཉན་ཐོས་གྱི་རིགས་ཅན་རྣམས་  
 གྱིས་མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དུག་ལ་ཆེ་གསུམ་ལ་སོགས་པའི་བར་དུ་གོམས་  
 བར་བྱས་ནས་མཐར་ཉན་ཐོས་གྱི་སྐྱོམ་ལམ་རྩོམ་ལྟ་བུའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་  
 བརྟེན་ནས་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་སྐྱིབ་བ་སོགས་ལ་ཆད་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྤངས་  
 ཉེ་དག་བཙུ་བའི་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱེད་དོ། ། བསེ་བུ་ལྟ་བུའི་རང་རྒྱལ་

རྣམས་ཀྱིས་གང་ཟག་རང་རྒྱ་རྒྱུ་པའི་རྣམས་ཡོད་ཀྱིས་སྣོང་བར་རྟོགས་པའི་  
 ལྟ་བུ་དེ་བསྐྱལ་ཆེན་བརྒྱུ་ལ་སོགས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་དང་སྐྱེལ་  
 ཏེ། ཚོགས་ལམ་ཆེན་པོ་མན་ཆད་དུ་ཉམས་སུ་གྲངས་ནས་སྣོང་ལམ་དོད་  
 རྣམ་མི་སློབ་ལམ་གྱི་བར་སྟོན་ཐོག་གཅིག་ལ་མངོན་དུ་བྱེད་དོ། ། དམན་པའི་  
 དག་བཅོམ་པ་ཡང་རང་གི་སྤངས་རྟོགས་ལས་ཉམས་ནས་རྒྱུན་ལྷགས་སུ་  
 འགྱུར་བ་སྲིད་པས་ཉམས་པའི་ཚོས་ཅན་སོགས་ཁས་ལེན་ནོ། ། ཉན་ཐོས་  
 ལ་དགོ་འདུན་ཉི་ཤུ་དང་། ལྷགས་གནས་བརྒྱད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་བཅི་ཡང་ཅིག་  
 ཆར་བ་ཁས་མི་ལེན་ལ། ལྷགས་གནས་བརྒྱད་པོ་གང་དུང་ལ་འཕགས་པས་  
 གྲུབ་བར་འདོད་དོ། ། བྱང་སེམས་རྣམས་ཀྱིས་ཚོགས་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་  
 སུ་བསྐྱལ་ཆེན་གངས་མེད་གསུམ་གྱི་ཚོགས་རྣོགས་བར་བྱེད་ཅིང་། དེ་ནས་  
 བསྐྱལ་བ་བརྒྱུར་མཚན་བཟང་གི་རྒྱ་བསྐྱབས་ཏེ་སྲིད་པ་ཐ་མའི་ཚེ་བྱང་ཆུབ་  
 ཀྱི་ཤིང་བྱང་དུ་སྡོད་ལ་སྣའི་བྱའི་བདུད་བདུལ། བྱང་ལ་མཉམ་བར་བཞག་  
 པའི་ཚོ། སྣོང་ལམ། མཐོང་ལམ། སློམ་ལམ་གསུམ་མངོན་དུ་བྱས་ནས་ཐོ་  
 རངས་སྐྱུ་རེངས་ཤར་བ་ཅམ་ན་མི་སློབ་ལམ་མངོན་དུ་བྱེད་དོ། ། དེས་ན་  
 སྡོད་ལ་བདུད་བདུལ་བ་ཡན་ཆད་སོ་སྐྱའི་གནས་སྐབས་དང་། བྱང་སེམས་  
 ཀྱི་སྣོང་མཐོང་སློམ་གསུམ་ལ་མཉམ་གཞག་ཁོ་ནས་གྲུབ་བར་འདོད་ཅིང་།  
 མཚན་པ་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་དང་བོ་དགུ་བྱང་སེམས་དང་། བྱི་མ་གསུམ་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་མཚན་པར་ཁས་ལེན་ནོ། ། ཚོས་འཁོར་ལ་མཐོང་ལམ་གྱིས་གྲུབ་པ་  
 དང་། བྱང་གི་ཚོས་འཁོར་ལ་བདེན་བཞིའི་ཚོས་འཁོར་གྱིས་གྲུབ་བར་འདོད་  
 དོ། ། མངོན་པ་སྡེ་བདུན་པོ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་བཀའ་ཁས་ལེན་  
 ཅིང་། བཀའ་ལ་སྐྱ་ངེ་བཞིན་པས་གྲུབ་པོ། ། ཚོས་ཀྱི་བྱང་བོ་བརྒྱད་ཁྲི་ལས།  
 བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྣོང་གི་རྣམ་གཞག་ཁས་མི་ལེན་ཏེ། མཚན་ལས། ཚོས་ཀྱི་བྱང་



བོ་བུ་བྱེད་ཁྱི་དག ། གང་རྣམས་སྐྱབ་པས་གསུངས་དེ་དག ། ཅེས་གསུངས་  
 པའི་སྲིད། བྱང་སེམས་སྲིད་པ་ཐ་མ་བས་བྱང་ཚུབ་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་གནས་  
 ཅི་འདོད་ཁམས་ཁོ་ནར་དེས་པས། འོག་མིན་སྤྱག་པོ་བཀོད་པ་དང་། ལོངས་  
 སྤྱིའི་རྣམ་གཞག་ཁས་མི་ལེན་ལ། དེར་མ་ཟད་རྣམ་མཁུན་ཡང་མི་འདོད་དོ།  
 ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་དགྲ་བཅོམ་ལ་སྤྱག་བཅས་པས་བྱབ་སྟེ། སྤྱག་མེད་དུ་སྲུ་  
 ངན་ལས་འདས་པའི་ཆེ་མར་མེ་ཤི་བ་སྣང་རིག་པ་རྒྱན་འཆད་པར་འདོད་  
 པའི་སྲིད། དེས་ན་མཐར་སྐབས་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་གྲུབ་པར་ཡང་ཁས་ལེན་  
 རོ། ། ཁ་ཅིག་སྟོན་པ་སྲུ་ངན་ལས་འདས་པའི་ཆེ་གདུལ་བྱ་འགའ་ཞིག་གི་ངོར་  
 གཟུགས་སྤྱིའི་བཀོད་པ་བསྐྱུས་པ་ཅོམ་ཡིན་གྱི། དོན་ལ་སྲུ་ངན་ལས་འདས་  
 པ་མེད་ཅེས་སྒྲ་བ་ནི་ཉ་དང་ཉུང་མ་བསྐྱེས་པའོ། ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་  
 སྤྱག་ཀུན་མ་ལུས་པར་སྤངས་ཀྱང་དེའི་རྒྱུ་ལ་སྤྱག་བདེན་ཡོད་པ་མི་འགལ་  
 ཏེ། སྤྱག་བདེན་ལ་དམིགས་པའི་ཉོན་མོངས་མ་ལུས་པ་སྤངས་པས་ན་སྤྱག་  
 བདེན་སྤངས་པར་འཛོག་པའི་སྲིད། གཟུགས་གྱི་སྐྱ་ནི་སྣང་བྱང་སེམས་སྤྱིར་  
 ལམ་པའི་ལུས་ཉེན་དང་ཆེ་གཅིག་གིས་བསྐྱུས་པའི་སྲིད་སངས་རྒྱས་དཀོན་  
 མཆོག་མིན་ཡང་སངས་རྒྱས་སྲུ་ཁས་ལེན་ལ། སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་ནི་  
 དེའི་སྐབས་རྒྱུ་གྱི་ཟད་མི་སྤྱིའི་ཡེ་ཤེས་ལ་འདོད་དོ། ། དེ་བཞིན་དུ་སྤོབ་པ་  
 འཕགས་པ་རྣམས་ཟག་བཅས་ཡིན་པས་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་མིན་ཡང་  
 དགེ་འདུན་ཡིན་ལ། དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་ནི་དེའི་སྐབས་རྒྱུ་གྱི་ལམ་  
 བདེན་ལ་འདོད་དོ། ། ཆོས་དཀོན་མཆོག་གྱང་བཞག་ཏུ་ཡོད་དོ། སངས་  
 རྒྱས་དང་ཉན་རང་གཉིས་ཀའི་རྒྱུ་གྱི་སྲུང་འདས་དང་འགོག་བདེན་དེ་དེ་  
 ཡིན་པའི་སྲིད། སྤྱས་པ། བདག་སྤྱིའི་རྣམ་དཔྱད་གསེར་གྱི་བུམ་པ་ཡིས། །  
 བྱེ་སྤྱིའི་གཞུང་ལུགས་རོལ་མཆོ་ནས་སྤངས་པ། ། ལེགས་བཤད་བདུད་ཅི་

གསར་བའི་དགའ་སྟོན་ལ། ། རྩོད་གསལ་གཞོན་ཅུའི་ཚོགས་རྣམས་རོལ་བར་  
མཛོད། ། ཅེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཚིགས་སུ་བཅད་པའོ། །།

༄ གཉིས་པ་མདོ་སྡེ་བའི་གྲུབ་མཐའི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ་ལ། མཚན་  
ཉིད། དབྱེ་བ། སྐྱབ་བཤད། འདོད་ཚུལ་དང་བཞི།

མདོ་སྡེ་བའི་ལུགས་ལ་མཚན་ཉིད་སོགས་བཤད་པ།

དང་པོ་ནི། རང་རིག་དང་སྤྱོད་ཅོད་གཉིས་ཀ་བདེན་ཞེན་གྱིས་ཁས་ལེན་པའི་  
ཐེག་དམན་གྱི་གྲུབ་མཐའ་སྐྱབ་བའི་གང་ཟག་དེ་མདོ་སྡེ་བའི་མཚན་ཉིད། མདོ་  
སྡེ་བ་དང་དཔེ་སྟོན་པ་གཉིས་དོན་གཅིག་གཉིས་པ་ནི། དེ་ལ་དབྱེ་ན། ལུང་གི་  
རྗེས་འབྲང་གི་མདོ་སྡེ་བ་དང་། རིགས་པའི་རྗེས་འབྲང་གི་མདོ་སྡེ་བ་གཉིས།  
དང་པོ་ནི། མདོན་པ་མཛོད་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་གི་མདོ་སྡེ་བ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི།  
ཚད་མ་སྡེ་བ་དུན་གྱི་རྗེས་འབྲང་གི་མདོ་སྡེ་བ་ལྟ་བུའོ། ། གསུམ་པ་སྐྱབ་བཤད་  
ནི། མདོ་སྡེ་བ་དང་དཔེ་སྟོན་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། རྩེ་བྲག་  
ཏུ་བཤད་པའི་རྗེས་སུ་མི་འབྲང་བར་གཙོ་བོར་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་མདོ་ལ་  
བརྟེན་ནས་གྲུབ་མཐའ་སྐྱབ་བས་ན་མདོ་སྡེ་བ་དང་། ཚོས་ཐམས་ཅད་དཔེའི་སྐོ་  
ནས་སྟོན་པས་ན་དཔེ་སྟོན་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྤྱིར།

བཞི་བ་འདོད་ཚུལ་ལ། གཞིའི་འདོད་ཚུལ། ལམ་གྱི་འདོད་ཚུལ། འབྲས་བུའི་  
འདོད་ཚུལ་དང་གསུམ། དང་པོ་ལ། དུལ་དང་། དུལ་ཅན་གྱི་འདོད་ཚུལ་  
གཉིས།

### ཡུལ་གྱི་འདོད་ཚུལ།

དང་བོ་ནི། ལྗོས་རིག་པར་བྱ་བ་ཡུལ་གྱི་མཚན་ཉིད། ལྗོའི་ཡུལ་དུ་བྱ་བ་དང་  
 བ་ཤེས་བྱའི་མཚན་ཉིད། ཡུལ་དང་། ཡོད་པ། ཤེས་བྱ། གཞི་བྱུང་ནམས་  
 འོན་གཅིག་ དེ་ལ་དབྱེ་ན། བདེན་པ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ། རང་སྤྱི་གཉིས་སུ་  
 དབྱེ་བ། དགག་སྐྱབ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ། མངོན་སྟོན་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ། དུས་  
 གསུམ་དུ་དབྱེ་བ། གཅིག་དང་ཐ་དད་གཉིས་སུ་དབྱེ་བའོ། ། དང་བོ་ནི། སྐྱ་  
 དང་རྟོག་པས་བཏགས་པ་ལ་མ་ལྟོས་པར་རང་གི་སྣོད་ལུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་  
 རིགས་པས་དབྱེད་བཟོད་དུ་བྱུང་བའི་ཚུལ་དེ་དོན་དམ་བདེན་པའི་མཚན་  
 ཉིད། དངོས་པོ་དང་དོན་དམ་བདེན་པ་དང་རང་མཚན་དང་མི་རྟོག་པ་དང་  
 འདུས་བྱས་དང་བདེན་བྱུང་ནམས་དོན་གཅིག་ རྟོག་པས་བཏགས་པ་ཚུལ་  
 དུ་བྱུང་བའི་ཚུལ་དེ་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད། དངོས་མེད་ཀྱི་ཚུལ་  
 དང་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་དང་སྤྱི་མཚན་དང་རྟོག་པ་དང་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ཚུལ་  
 དང་བརྟུན་པར་བྱུང་བ་ནམས་དོན་གཅིག་ བདེན་གཉིས་ཀྱི་སྐྱ་བཤེད་ཡོད་  
 དེ། འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ནམ་མཁའ་ཚུལ་ཅན། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ།  
 ལྗོ་ཀུན་རྫོབ་པའི་ངོར་བདེན་པའི་སྤྱིར་དོ། ། འདིའི་ཀུན་རྫོབ་པ་ནི་རྟོག་པ་  
 ལྟོ། རང་མཚན་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བ་ལ་སྐྱེ་བ་པས་ན་ཀུན་རྫོབ་པ་ཞེས་  
 བྱའོ། ། འདི་ཡང་སྐྱ་བཤེད་ཚུལ་ཡིན་གྱི། ལྗོ་ཀུན་རྫོབ་པ་རྟོག་པའི་ངོར་བདེན་  
 པ་ཡིན་ན་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པ་མེད་དེ། དོན་དམ་བདེན་པའི་  
 མཚན་གཞི་སུམ་པ་ལྟ་བུ་ཡང་ལྗོ་ཀུན་རྫོབ་པ་རྟོག་པའི་ངོར་བདེན་པའི་སྤྱིར།  
 གང་ཟག་གི་བདག་དང་། སྐྱ་རྟོག་པ་ལྟ་བུ་ལྗོ་ཀུན་རྫོབ་པ་རྟོག་པའི་ངོར་  
 བདེན་པ་ཡིན་ཡང་ཐ་སྣོད་དུ་ཡང་མ་བྱུང་བའི་སྤྱིར། སུམ་པ་ཚུལ་ཅན། དོན་

དམ་བཤེན་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། རྫོང་དོན་དམ་པའི་དོར་བཤེན་པའི་སྲིད། འདིའི་རྫོང་  
 དོན་དམ་པ་ནི་སྣང་ཡུལ་ལ་མ་འཁྲུལ་བའི་ཤེས་པ་ལ་བྱུངོ། ། བཤེན་གཉིས་  
 གྱི་འཛོག་ཚུལ་འདི་རིགས་པའི་རྗེས་འབྲང་གི་མདོ་སྡེ་བའི་ལུགས་ཡིན་ལ།  
 ལུང་གི་རྗེས་འབྲང་གི་མདོ་སྡེ་བས། བཤེན་གཉིས་གྱི་རྣམ་གཞག་གྲེ་སྣ་དང་  
 མཐུན་པར་ཁས་ལེན་ནོ། ། གཉིས་པ་ནི། དོན་དམ་པར་དོན་བྱེད་རྣམ་པའི་  
 ཚོས་དེ། རང་མཚན་གྱི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། རུམ་པ་ལྟ་བུ། དོན་དམ་  
 པར་དོན་བྱེད་མི་རྣམ་པའི་ཚོས་དེ། སྤྱི་མཚན་གྱི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་  
 ནི། འདུས་མ་བྱས་གྱི་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ། སྤྱི་དང་གྲེ་བྲག་གཅིག་དང་ཐ་དད།  
 འགལ་བ་དང་འབྲེལ་བ་ལ་སོགས་པ་སྣོ་བཏགས་པའི་ཚོས་རྣམས་སྤྱི་མཚན་  
 ཡིན་མོད་ཀྱང་། དེ་དག་ཡིན་ན་སྤྱི་མཚན་ཡིན་མི་དགོས་པའི་བྱེད་པར་  
 བྱེད་དགོས་སོ། ། གསུམ་པ་ནི། དགག་བྱ་དངོས་སུ་བཅད་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
 རྟོགས་པར་བྱ་བ་དགག་པའི་མཚན་ཉིད། དེ་དང་གཞན་སེལ་དོན་གཅིག་  
 དབྱེ་ན། མེད་དགག་དང་། མ་ཡིན་དགག་གཉིས། རང་དངོས་སུ་རྟོགས་  
 པའི་རྫོས་རང་གི་དགག་བྱ་དེ་བཅད་ཅམ་དུ་རྟོགས་པར་བྱ་བ་མེད་དགག་གི་  
 མཚན་ཉིད། དཔེར་ན། རུམ་ཟེ་ཆང་མི་བཏུང་བ་ལྟ་བུའོ། ། རང་དངོས་སུ་  
 རྟོགས་པའི་རྫོས་རང་གི་དགག་བྱ་བཀག་འཁྲུལ་དུ་ཚོས་གཞན་མ་ཡིན་དགག་  
 དང་སྐྱབ་པ་གང་རུང་འཕེན་པ་དེ། མ་ཡིན་དགག་གི་མཚན་ཉིད། དཔེར་ན།  
 ལྟམ་སྤྱོན་ཚོན་པོ་ཉིན་པར་ཟས་མི་ཟ་བ་ལྟ་བུའོ། ། རང་དངོས་སུ་རྟོགས་  
 པའི་རྫོས་རང་གི་དགག་བྱ་དངོས་སུ་བཅད་ནས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་  
 པའི་ཚོས་དེ་སྐྱབ་པའི་མཚན་ཉིད། དཔེར་ན། རུམ་པ་ལྟ་བུའོ། ། བཞི་བ་ནི།  
 མདོན་སུམ་གྱི་ཆད་མས་དངོས་སུ་རྟོགས་པར་བྱ་བ་མདོན་གྱུར་གྱི་མཚན་  
 ཉིད། དེ་དང་དངོས་པོ་དོན་གཅིག་རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཆད་མས་དངོས་སུ་

རྟོགས་པར་བྱ་བ་སློབ་གྲུར་གྱི་མཚན་ཉིད། དེ་དང་ཤེས་བྱ་དོན་གཅིག་ལྟ་བུ་  
 བོ། དངོས་པོ་གཞན་ཞིག་རང་གྲུབ་དུས་གྱི་སྐད་ཅིག་གཉིས་པར་ཞིག་པའི་  
 ཆ་དེ་འདས་པའི་མཚན་ཉིད། དངོས་པོ་གཞན་ཞིག་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཡོད་ཀྱང་སྐྱེན་  
 མ་ཚང་བའི་དབང་གིས་ཡུལ་དུས་འགའ་ཞིག་ཏུ་མ་སྐྱེ་བའི་ཆ་དེ་མ་འོངས་  
 པའི་མཚན་ཉིད། སྐྱེས་ལ་མ་འགག་བ་ད་ལྟ་བའི་མཚན་ཉིད། འདས་པ་དང་  
 མ་འོངས་པ་གཉིས་རྟག་པ་ཡིན་ལ། ད་ལྟ་བ་དང་དངོས་པོ་དོན་གཅིག་ཏུ་  
 འདོད་དོ། ། དངོས་པོ་དེའི་འདས་པ་དངོས་པོ་དེའི་སྤྱོད་གསུལ་གྱུ་བ་ཅིང་།  
 དངོས་པོ་དེའི་མ་འོངས་པ་དངོས་པོ་དེའི་སྤྱོད་གསུལ་གྱུ་བ་པའི་ཁྱད་པར་  
 རྣམས་ཀྱང་ཤེས་པར་བྱའོ། ། དུག་པ་ནི། སོ་སོ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཚོས་དེ་གཅིག་  
 གི་མཚན་ཉིད། དཔེར་ན། རུམ་པ་ལྟ་བུའོ། ། སོ་སོ་བའི་ཚོས་དེ་ཐ་དད་གྱི་  
 མཚན་ཉིད། དཔེར་ན། ཀ་བུམ་གཉིས་ལྟ་བུའོ། ། རོ་བོ་ཐ་དད་ལ་སྡོག་པ་ཐ་  
 དད་གྱིས་ཁྱབ་ཀྱང་། སྡོག་པ་ཐ་དད་ལ་རོ་བོ་ཐ་དད་གྱིས་མ་ཁྱབ་སྟེ། རུས་  
 པ་དང་མི་རྟག་པ་གཉིས་རོ་བོ་གཅིག་ཡིན་ཀྱང་སྡོག་པ་ཐ་དད་ཡིན་པའི་སྤྱིར།  
 གཞན་ཡང་རྒྱལ་སྐྱོན་སྤོགས་ཀྱི་ཆ་མེད་དང་། ཤེས་པ་སྐད་ཅིག་ཆ་མེད་  
 ཁས་ལེན་པ་སོགས་ཀྱི་བྲག་སྐྱོ་བ་དང་མཐུན་ཀྱང་ཐམས་ཅད་དུ་འབྲེལ་བ་ནི་མ་  
 ཡིན་ཏེ། རྒྱུ་སྐྱེས་ཡོད་པར་འདོད་སྤྱོད་རྣམས་གྲུབ་ཏུ་འདོད་ལ། མདོ་སྡེ་བས་དེ་  
 ལྟར་མི་འདོད་པའི་སྤྱིར། རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་གཟུགས་ཀྱང་ཀྱེ་སྐྱོ་  
 དང་ཐལ་འགྱུར་བ་གཉིས་ཀས་གཟུགས་མཚན་ཉིད་པར་ཁས་ལེན་ལ། མདོ་  
 སེམས་རང་རྒྱུད་པ་གསུམ་གྱིས་གཟུགས་མཚན་ཉིད་པ་མ་ཡིན་པར་འདོད་  
 པའི་སྤྱིར། དེར་མ་ཐད་ཀྱི་བྲག་སྐྱོ་བས་རྒྱུ་འབྲས་དུས་མཉམ་པར་འདོད་ལ།  
 མདོ་སྡེ་བ་ཡན་ཆད་གྱིས་དེ་ལྟར་མི་འདོད་པའི་སྤྱིར།

### ཡུལ་ཅན་གྱི་འདོད་ཚུལ།

གཉེས་པ་ཡུལ་ཅན་གྱི་འདོད་ཚུལ་ལ། གང་ཟག ཤེས་པ། རྗེས་སྲུང་གི་  
 རྒྱ་དང་གསུམ། དང་བོ་ནི། ལུང་གི་རྗེས་འབྲངས་ལུང་བོའི་རྒྱུན་གང་ཟག་གི་  
 མཚན་གཞི་དང་། དེགས་པའི་རྗེས་འབྲངས་རྣམས་ཡིད་གྱི་རྣམ་ཤེས་གང་  
 ཟག་གི་མཚན་གཞིར་འདོད་དོ། ། གཉེས་པ་ལ། ཚད་མ་དང་། ཚད་མིན་  
 གྱི་སློ་གཉེས། ཚད་མ་ལ་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་དང་། རྗེས་སྲུང་དཔག་པའི་  
 ཚད་མ་གཉེས། མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་ལ། དབང་བོའི་མངོན་སུམ། ཡིད་གྱི་  
 མངོན་སུམ། རང་དེག་མངོན་སུམ། རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་དང་  
 བཞི་ཡོད་དོ། ། དབང་བོ་གཟུགས་ཅན་པ་ཚད་མར་མི་རུང་སྟེ། གསལ་དེག་  
 གིས་སློང་ཞིང་རང་གི་ཡུལ་གཞལ་མི་སྲུབ་པའི་སྲིད། ཚད་མིན་གྱི་སློ་ལ།  
 བཅད་ཤེས། ལོག་ཤེས། ཐེ་ཚོམ། ཡིད་དཔྱོད། ལྡང་ལ་མ་ངེས་པའི་སློ་དང་  
 ལྡོམ། ། དེ་དག་ལས་མངོན་སུམ་དང་། ལྡང་ལ་མ་ངེས་པའི་སློ་གཉེས་ལ་ཉོག་  
 བལ་མ་འཁྲུལ་བས་ཁྲུབ་ཅིང་། རྗེས་དཔག་ཡིད་དཔྱོད། ཐེ་ཚོམ་གསུམ་ནི་  
 ཉོག་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། ། ཤེས་པས་ཡུལ་འཇལ་བའི་ཆེ་རྣམ་བཅས་སུ་ཉོགས་  
 ཤིང་། སེམས་སེམས་བྱུང་རྗེས་གཅིག་ཏུ་འདོད་དོ། ། གསུམ་པ་ནི། རང་གི་  
 བརྗོད་བྱའི་དོན་གོ་བར་བྱེད་པའི་མཉམ་བུ་དེ། རྗེས་སྲུང་གི་སློའི་མཚན་ཉིད།  
 དེ་ལ་བརྗོད་བྱའི་སློ་རྣམ་དབྱེ་ན། དེགས་བརྗོད་ཀྱི་སློ་དང་ཚོགས་བརྗོད་ཀྱི་  
 སློ་གཉེས། དང་བོ་ནི། གཟུགས་ཞེས་བརྗོད་པའི་སློ་ལྟ་བུའོ། ། གཉེས་པ་ནི།  
 ལུས་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་སློ་ལྟ་བུའོ། ། ཡང་དེ་ལ་བརྗོད་ཚུལ་གྱི་སློ་རྣམ་དབྱེ་  
 བ། ཚོས་བརྗོད་ཀྱི་སློ་དང་ཚོས་ཅན་བརྗོད་པའི་སློ་གཉེས། དང་བོ་ནི། ལྡོམ་  
 མི་ཉོག་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་སློ་ལྟ་བུའོ། ། གཉེས་པ་ནི། སློ་མི་ཉོག་པ་ཞེས་

བརྗོད་པའི་སྐྱེ་ལྷ་བུ་ལོ། །

### ལམ་གྱི་འདོད་ཚུལ།

གཉིས་པ་ལམ་གྱི་འདོད་ཚུལ་ལ་གསུམ་ལས། ལམ་གྱི་དམིགས་པ་ནི་  
 བདེན་བཞིའི་རྣམ་པ་མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་པོ་འདི་ཉིད་ཡིན་ལ། བདག་  
 མེད་སྤྱི་མོ་དང་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྤྱི་མོ་དོན་གཅིག་ཏུ་འདོད་ཅིང་། གང་  
 ཟག་རྟག་གཅིག་རང་དབང་ཅན་གྱི་བདག་གིས་སྣོང་བ་གང་ཟག་གི་བདག་  
 མེད་རགས་པ་དང་། གང་ཟག་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྣམ་ཡོད་གྱིས་སྣོང་བ་གང་  
 ཟག་གི་བདག་མེད་སྤྱི་མོར་འདོད་དོ། ། ལམ་གྱི་སྤང་བྱ་ལ། གང་ཟག་གི་  
 བདག་འཛིན་དང་། ཉོན་མོངས་ཅན་དང་། ཉོན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་མི་  
 ་ཤེས་པ་སོགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་ཅུ་ཅུ་ཞིག་མ་གཏོགས། ཚོས་གྱི་བདག་འཛིན་དང་།  
 ་ཤེས་སྐྱིབ་སོགས་ཁས་མི་ལེན་པ་བྱེ་སྤྱང་དང་འབྲེལ། ། ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་ལམ་  
 ལ་ལམ་གྲའི་རྣམ་གཞག་གྱེད་ཅིང་། ་ཤེས་བཟོད་སྤྱད་ཅིག་མ་བཅུ་དྲུག་པོ་  
 མཐོང་ལམ་དུ་འདོད་ལ། མདོན་སུམ་གྱི་སྤང་ཡུལ་ལ་རང་མཚན་ཞིག་དགོས་  
 པས། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྤྱི་མོ་ཉོན་ཐོས་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་  
 གྱི་འཛིན་སྤངས་གྱི་ཡུལ་དུ་མི་འདོད་དེ། དེས་གང་ཟག་གི་བདག་གིས་དབེན་  
 པའི་འདུ་བྱེད་དངོས་སུ་གཞལ་བའི་ཤུགས་ལ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྤྱི་  
 ཏོགས་པར་འདོད་པའི་སྤྱིར།

### འབྲས་བུའི་འདོད་ཚུལ།

གསུམ་པ་འབྲས་བུའི་འདོད་ཚུལ་ནི། དགྲ་བཅོམ་པ་སྤངས་ཉོགས་ལས་  
 ཉམས་པ་མི་སྲིད་པ་དང་། སངས་རྒྱལ་གྱི་གཟུགས་སྤང་སངས་རྒྱལ་སྲུ་  
 ཁས་ལེན་པ་མ་གཏོགས། ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་འབྲས་བུ་མདོན་དུ་བྱེད་ཚུལ་  
 སོགས་བྱེ་སྤྲོད་མཚུངས་སོ། ། བྱེ་མདོན་གཉིས་ཀྱིས་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྡེ་སྡོད་  
 བཀའ་ཁས་མི་ལེན་ཀྱང་སྤྱི་རབས་པ་རྣམས་ལ་བཀའ་ཁས་ལེན་པ་ཡོད་  
 བར་བཤད་དོ། ། ལྷན་པ། རིགས་པའི་གཞུང་ལ་ལེགས་བར་སྤྲངས་པའི་  
 མཐུས། རིགས་པའི་རྗེས་འབྲང་དཔེ་སྟོན་སྡེ་བ་ཡི། ། རིགས་པའི་གསང་  
 ཚིག་རི་བཞིན་བརྗོད་པ་འདི། ། རིགས་པ་སྤྲོ་བ་རྣམས་ཀྱིས་དགའ་སྟོན་  
 མཛོད། ། ཅེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཚིགས་སྲུ་བཅད་པའོ། །

༄ གསུམ་པ་སེམས་ཅམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་རིན་ཆེན་གཞུག་བཤད་པ་ལ། མཚན་  
 ཉིད། དབྱེ་བ། ལྷ་བཤད། འདོད་ཚུལ་དང་བཞི།

### སེམས་ཅམ་པའི་ལུགས་ལ་མཚན་ཉིད་སོགས་བཤད་པ།

དང་པོ་ནི། བྱེ་དོན་ཁས་མི་ལེན་ཞིང་གཞན་དབང་བདེན་གྲུབ་ཏུ་འདོད་  
 པའི་ནང་བའི་གྲུབ་མཐའ་སྤྲོ་བའི་གང་ཟག་དེ་སེམས་ཅམ་པའི་མཚན་ཉིད་  
 དོ། ། གཉིས་པ་ནི། དེ་ལ་དབྱེ་བ། སེམས་ཅམ་རྣམ་བདེན་པ་དང་། རྣམ་བརྟན་  
 པ་གཉིས། འདི་གཉིས་ཀྱི་བྱང་པར་ཡོད་དེ། སྡོན་འཛིན་མིག་ཤེས་ལ་སྡོན་པོ་  
 སྡོན་པོར་སྤང་བ་དེ་རྣམ་བདེན་བརྟན་གྱིས་ཚོད་གཞིའི་རྣམ་པ་ཡིན་ལ། རྣམ་



བདེན་པས་སྲོན་འཛིན་མིག་ཤེས་ལ་སྲོན་པོ་སྲོན་པོར་སྒྲུང་བ་སྒྲུང་གྲུབ་པར་  
 ཁས་ལེན། རྣམ་བརྟུན་པས་སྲོན་འཛིན་མིག་ཤེས་ལ་སྲོན་པོ་སྲོན་པོར་སྒྲུང་  
 བ་སྒྲུང་མ་གྲུབ་པར་ཁས་ལེན་པའི་སྲིད། དེར་ཐལ། རྣམ་བདེན་བརྟུན་གཉིས་  
 ཀམས་སྲོན་འཛིན་མིག་ཤེས་ལ་སྲོན་པོ་སྲོན་པོར་སྒྲུང་བ་དང་། སྲོན་པོ་རགས་  
 པར་སྒྲུང་བ་དང་། སྲོན་པོ་སྲི་རོལ་དོན་དུ་སྒྲུང་བར་འདོད་པར་འདྲ་ཡང་། རྣམ་  
 བདེན་པས་སྲོན་འཛིན་མིག་ཤེས་ལ་སྲོན་པོ་སྲི་རོལ་དོན་དུ་སྒྲུང་བ་ལ་མ་  
 རིག་པས་བསྐྱད་པ་ཞུགས་ལ། སྲོན་པོ་སྲོན་པོར་སྒྲུང་བ་དང་། སྲོན་པོ་རགས་  
 པར་སྒྲུང་བ་ལ་མ་རིག་པས་བསྐྱད་པ་མ་ཞུགས་པར་འདོད། རྣམ་བརྟུན་པས་  
 སྲོན་པོ་སྲི་རོལ་དོན་དུ་སྒྲུང་བ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་སྲོན་པོ་སྲོན་པོར་སྒྲུང་བ་དང་།  
 སྲོན་པོ་རགས་པར་སྒྲུང་བ་ལ་ཡང་མ་རིག་པས་བསྐྱད་པ་ཞུགས་པར་འདོད་  
 པའི་སྲིད། དེས་ན་སེམས་ཙམ་པ་གང་ཞིག་དབང་ཤེས་ལ་རགས་པར་སྒྲུང་བ་  
 སྒྲུང་བ་སྒྲུང་དུ་གྲུབ་པར་འདོད་པ་དེ་སེམས་ཙམ་རྣམ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད།  
 སེམས་ཙམ་པ་གང་ཞིག་དབང་ཤེས་ལ་རགས་པར་སྒྲུང་བ་སྒྲུང་བ་སྒྲུང་དུ་  
 མ་གྲུབ་པར་འདོད་པ་དེ་སེམས་ཙམ་རྣམ་བརྟུན་པའི་མཚན་ཉིད། རྣམ་བདེན་  
 པ་ལ་དབྱེ་ན། གཟུང་འཛིན་གངས་མཉམ་པ། སློང་སྲེད་ཚལ་བ། ལྷ་ཚོགས་  
 གཉིས་མེད་པ་དང་གསུམ་ཡོད། འདི་གསུམ་གྱི་ཁྱད་པར་ལ་མཁས་པ་  
 རྣམས་བཞེད་པ་མི་མཐུན་ཏེ། གྲུང་དུ་རྒྱལ་མཚན་བཟང་པོའི་དབྱ་མའི་སློང་  
 ཐུན་ལས། སྲེ་མ་ལེབ་གྱི་གཤོག་སློང་གི་ཁ་བོ་འཛིན་པའི་མིག་ཤེས་གྱིས་ཁ་  
 བོ་འཛིན་པའི་ཆེ་ཡུལ་གྱི་རོལ་ནས་སྲོ་སེར་སོགས་མི་འདྲ་བ་རེ་རེའི་རྣམ་པ་  
 གཏད་ཅིང་། ཡུལ་ཙམ་གྱི་རོལ་ནས་གྲུང་སྲོ་སེར་སོགས་མི་འདྲ་བ་རེ་རེའི་  
 རྣམ་པ་རྣམ་བདེན་དུ་སྲེ་བར་འདོད་པས་ན་གཟུང་འཛིན་གངས་མཉམ་པ་  
 དང་། དེ་སྒྲུང་འཛིན་པའི་ཆེ་ཡུལ་གྱི་རོལ་ནས་སྲོ་སེར་སོགས་མི་འདྲ་བ་རེ་

དེའི་རྣམ་པ་གཏད་ཅིང་། ཡུལ་ཅན་གྱི་ངོས་ནས་སྡོ་སེར་སོགས་མི་འདྲ་བ་  
 དེ་དེའི་རྣམ་པ་རྣམ་མེད་དུ་སྐྱེ་བར་འདོད་པས་ན་སྡོ་ར་སྐྱེད་ཚལ་བ་དང་། དེ་  
 ལྟར་འཛིན་བའི་ཚེ་ཡུལ་གྱི་ངོས་ནས་སྡོ་སེར་སོགས་མི་འདྲ་བ་དེ་དེའི་རྣམ་  
 པ་མ་གཏད་ཅིང་ཁ་ཅོམ་གྱི་རྣམ་པ་གཏད། ཡུལ་ཅན་གྱི་ངོས་ནས་སྡོ་སེར་  
 སོགས་མི་འདྲ་བ་དེ་དེའི་རྣམ་པ་རྣམ་མེད་དུ་མ་སྐྱེས་པར་ཁ་ཅོམ་གྱི་རྣམ་  
 པ་རྣམ་མེད་དུ་སྐྱེ་བར་འདོད་པས་ན་སྣ་ཚོ་གས་གཉིས་མེད་པ་ཞེས་བཤད།  
 རྒྱུ་ཆེན་ལེགས་པ་བཟང་བོ་དང་། བཏུ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་སོགས་  
 གྱིས་ཁ་འཛིན་དབང་ཤེས་ལ་སྤྲང་བའི་སྡོ་སེར་གཉིས་རྣམས་ཐ་དད་ཡིན་ བ་  
 བཞིན་དུ་ཁ་འཛིན་མིག་ཤེས་གྱི་སྡོ་ར་ན་མིག་ཤེས་རྣམས་ཐ་དད་པ་དུ་མ་ཡོད་  
 བར་ཁས་ལེན་པས་ན་གཟུང་འཛིན་གངས་མཉམ་པ་དང་། སྡོ་སེར་ཐོ་དང་སྡོ་ར་  
 འཛིན་མིག་ཤེས་གཉིས་སྐྱིད་ཤེས་བའི་བདག་ཉིད་ཡིན་གྱང་དེ་གཉིས་རྣམས་  
 ཐ་དད་དུ་ཁས་ལེན་པས་ན་སྡོ་ར་སྐྱེད་ཚལ་བ་དང་། ཁ་འཛིན་སྡོ་སེར་  
 གཉིས་རྣམས་གཅིག་ཡིན་པ་བཞིན་དུ་ཁ་འཛིན་མིག་ཤེས་གྱི་སྡོ་སེར་  
 འཛིན་བའི་དབང་ཤེས་གཉིས་རྣམས་གཅིག་དུ་འདོད་པས་ན་སྣ་ཚོ་གས་གཉིས་  
 མེད་པ་ཞེས་བཤད། གྲུབ་མཐའ་ཆེན་མོ་ལས། ཁ་འཛིན་མིག་ཤེས་གྱིས་ཁ་  
 བོ་ལ་བསྟུས་བའི་ཚེ་ཁ་འཛིན་སྡོ་སེར་སོགས་གྱི་གངས་དང་མཉམ་  
 བའི་རྣམ་ཤེས་རིགས་མཐུན་ཅིག་ཆར་དུ་སྐྱེ་བར་འདོད་པས་ན་གཟུང་འཛིན་  
 གངས་མཉམ་པ་དང་། སྡོ་སེར་ཐོ་དང་སྡོ་ར་འཛིན་མིག་ཤེས་གཉིས་གྲུབ་དུས་ལ་  
 ལྟོས་ནས་སྡོ་སེར་ཡིན་གྱང་དམིགས་དུས་ལ་ལྟོས་ནས་རྣམས་གཅིག་དུ་ཁས་  
 ལེན་པས་ན་སྡོ་ར་སྐྱེད་ཚལ་བ་དང་། ཁ་འཛིན་མིག་ཤེས་གྱིས་རང་ཡུལ་ལ་  
 བསྟུས་བའི་ཚེ་ཡུལ་གྱི་སྡོ་སེར་གྱི་སྡོ་སེར་སོགས་གྱི་གངས་དང་མཉམ་བའི་  
 རྣམ་ཤེས་རིགས་མཐུན་ཅིག་ཆར་དུ་མི་སྐྱེས་པར་ཁ་འཛིན་མིག་ཤེས་གཅིག་

དུ་དེ་ཁྱ་བོའི་སྣང་གི་སྡོ་སེར་སོགས་འཛིན་པའི་དབང་ཤེས་ཡིན་པར་ཁས་  
 ལེན་པས་ན་སྣ་ཚོ་གས་གཉིས་མེད་པ་ཞེས་བཤད་པས་ལུགས་དེ་གསུམ་  
 གྱི་ནང་ནས་གང་བདེ་བ་གཟུང་བར་བྱའོ། ། གཟུང་འཛིན་གངས་མཉམ་པ་  
 ལ་རྣམ་ཤེས་ཚོ་གས་བརྒྱད་འདོད་པ་དང་། རྣམ་ཤེས་ཚོ་གས་དུག་འདོད་པ་  
 གཉིས། རྣ་ཚོ་གས་གཉིས་མེད་པ་ལ་རྣམ་ཤེས་ཚོ་གས་དུག་སྣ་བ་དང་། རྣམ་  
 ཤེས་གཅིག་ཤུར་སྣ་བ་གཉིས་ཡོད་པར་བཤད་དོ། ། རྣམ་བརྟུན་པ་ལ་དབྱེ་  
 བཤུ་ ཇི་བཅས་པ་དང་། ཇི་མེད་རྣམ་བརྟུན་པ་གཉིས་ཡོད། སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་  
 མ་རིག་པའི་བག་ཆགས་ཀྱི་ངོ་མས་བསྐྱད་པར་འདོད་པས་ན་ཇི་བཅས་པ་  
 དང་། སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་མ་རིག་པའི་བག་ཆགས་ཀྱི་ངོ་མས་རྩལ་ཟད་ཀྱང་མ་  
 བསྐྱད་པར་འདོད་པས་ན་ཇི་མེད་པ་ཞེས་ཟེར། ཡང་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་  
 མ་རིག་པ་མེད་ཀྱང་འབྲུལ་བའི་སྣང་བ་ཡོད་པར་འདོད་པས་ན་ཇི་བཅས་པ་  
 དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་མ་རིག་པ་མེད་པས་འབྲུལ་སྣང་ཡང་མེད་པར་  
 འདོད་པས་ན་ཇི་མེད་པ་ཞེས་ཟེར། ཡང་སེམས་ཅམ་པ་ལ་དབྱེ་ན། ལུང་གི་  
 རྗེས་འབྲང་དང་རིགས་པའི་རྗེས་འབྲང་གཉིས། དང་བོ་ནི། ས་སྡེ་ལྗེའི་རྗེས་  
 འབྲང་དང་། གཉིས་པ་ནི། ཚང་མ་སྡེ་བདུན་གྱི་རྗེས་འབྲང་རྣམས་སོ། །  
 གསུམ་པ་སྣ་བཤད་ནི། ཅིའི་སྤྱིར་སེམས་ཅམ་པ་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། ཚོས་ཐམས་  
 ཅད་སེམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅམ་དུ་སྣ་བས་ན་སེམས་ཅམ་པ་འམ་རྣམ་རིག་པ་  
 དང་། རྣལ་འབྱོར་བའི་གཞིའི་སྡོ་ནས་ལམ་གྱི་སྡོད་པ་ཉམས་ལེན་གཏན་ལ་  
 འབབས་པས་རྣལ་འབྱོར་སྡོད་པ་བ་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། །

བཞི་བ་འདོད་ཚུལ་ལ། གཞི་ལམ་འབྲས་བུ་གསུམ་ལས། དང་བོ་ལ་ཡུལ་  
 དང་ཡུལ་ཅན་གཉིས།

# ཡུལ་གྱི་འདོད་ཚུལ།

དང་བོ་ནི། ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་མཚན་ཉིད་གསུམ་ཏུ་འདུས་པར་འདོད་དེ།  
 འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་གཞན་དབང་། ཚོས་ཉིད་ཐམས་ཅད་ཡོངས་གྲུབ། དེ་  
 ལས་གཞན་པ་རྣམས་ཀྱི་བཏགས་སུ་འདོད་པའི་སྲིད། དེ་གསུམ་པོ་རང་  
 རོས་ནས་གྲུབ་པ་དང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་འདོད་ཀྱང་། བདེན་པར་གྲུབ་  
 མ་གྲུབ་གྱི་ཁྱད་པར་ཡོད་དེ། ཀྱན་བཏགས་བདེན་མེད་དང་། གཞན་དབང་  
 ཡོངས་གྲུབ་གཉིས་བདེན་གྲུབ་ཏུ་འདོད་པའི་སྲིད། རྟོན་དམ་པར་མ་གྲུབ་ཀྱང་  
 རྟོག་པའི་ངོ་བོར་གྲུབ་པ་དེ། ཀྱན་བཏགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། རྣམ་  
 གངས་པའི་ཀྱན་བཏགས་དང་མཚན་ཉིད་ཡོངས་སུ་ཆད་པའི་ཀྱན་བཏགས་  
 གཉིས། དང་བོ་ནི། ཤེས་བྱ་ལྟ་བུའོ། ། གཉིས་པ་ནི། བདག་གཉིས་ལྟ་བུའོ། །  
 རྒྱ་རྒྱུན་གཞན་གྱི་དབང་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་ཞིང་ཡོངས་གྲུབ་གྱི་རྟེན་ཏུ་གྱུར་  
 བ་དེ། གཞན་དབང་གི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། དག་པའི་གཞན་དབང་  
 དང་། མ་དག་པའི་གཞན་དབང་གཉིས། དང་བོ་ནི། འཕགས་པའི་རྗེས་ཐོབ་  
 ཡེ་ཤེས་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཚན་དཔེ་ལྟ་བུའོ། ། གཉིས་པ་ནི། ཟག་  
 བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་བོ་ལྟ་བུའོ། ། བདག་གཉིས་གང་རུང་གིས་སྤོང་བའི་  
 དེ་བཞིན་ཉིད་དེ། ཡོངས་གྲུབ་ཀྱི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། ཕྱི་ཅི་མ་ལོག་  
 པའི་ཡོངས་གྲུབ་དང་འགྱུར་མེད་ཡོངས་གྲུབ་གཉིས། དང་བོ་ནི། འཕགས་  
 པའི་མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས་ལྟ་བུའོ། ། གཉིས་པ་ནི། ཚོས་ཉིད་ལྟ་བུའོ། ། ཕྱི་  
 ཅི་མ་ལོག་པའི་ཡོངས་གྲུབ་ཡོངས་གྲུབ་ཀྱི་དབྱེ་བར་བཞོད་ཀྱང་ཡོངས་གྲུབ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། གང་ལ་དམིགས་ན་སྐྱིབ་པ་ཟད་པར་འགྱུར་བའི་རྣམ་དག་ལམ་  
 ཀྱི་དམིགས་པ་མཐར་ཐུག་མ་ཡིན་པའི་སྲིད། ཡང་ཤེས་བྱ་ལ་དབྱེ་ན། ཀྱན་

རྫོག་བདེན་པ་དང་། དོན་དམ་བདེན་པ་གཉིས། བ་སྣད་དཔྱོད་བྱེད་ཀྱི་རིགས་  
 ཤེས་ཀྱི་ཚད་མས་རྙེད་པའི་དོན་དེ་ཀུན་རྫོག་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད། བརྟུན་  
 པ་དང་། ཀུན་རྫོག་བདེན་པ། བ་སྣད་བདེན་པ་རྣམས་དོན་གཅིག་དོན་དམ་  
 དཔྱོད་བྱེད་ཀྱི་རིགས་ཤེས་ཀྱི་ཚད་མས་རྙེད་པའི་དོན་དེ་དོན་དམ་བདེན་པའི་  
 མཚན་ཉིད། ལྷོང་ཉིད་ཚོས་དབྱིངས་ཡོངས་གྲུབ་དོན་དམ་བདེན་པ། ཡང་  
 དག་མཐའ་དེ་བཞིན་ཉིད་རྣམས་དོན་གཅིག་ཏུ་འདོད་དོ། ། དོན་དམ་བདེན་  
 པ་ཡིན་ན་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པས་ཁྲུབ་ཀྱང་། ཀུན་རྫོག་བདེན་པ་  
 ཡིན་ན་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པས་མ་ཁྲུབ་སྟེ། གཞན་དབང་རང་གི་  
 མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་ཀྱང་། ཀུན་བཏགས་ཀྱི་ཚོས་རྣམས་རང་གི་མཚན་  
 ཉིད་ཀྱིས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། བརྟུན་པ་ཡིན་ན་བརྟུན་པར་གྲུབ་མི་དགོས་ཏེ།  
 གཞན་དབང་དེ་བརྟུན་པ་ཡིན་ཀྱང་བརྟུན་པར་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། དུས་གསུམ་  
 དང་། མེད་དགག་གི་འཛོག་ཚུལ་མདོ་སེམས་རང་རྒྱུད་པ་གསུམ་མཐུན་ནོ།།  
 གཟུགས་སོགས་དོན་ལྡན་པོ་དེ་ཕྱི་རོལ་དོན་དུ་མ་གྲུབ་སྟེ། ཀུན་གཞིའི་རྣམ་  
 ཤེས་ཀྱི་སྟེང་དུ་སྟུན་མོང་དང་སྟུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལས་ཀྱིས་བག་ཆགས་  
 བཞག་པའི་མཐུས་ནང་ཤེས་པའི་རྣམས་ཀྱི་སྟེང་ནས་སྐྱེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 རྣམ་བདེན་པ་ལྟར་ན། གཟུགས་སོགས་དོན་ལྡན་པོ་དེ་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་མ་ཡིན་  
 ཀྱང་རགས་པར་གྲུབ་པར་ཁས་ལེན། རྣམ་བརྟུན་པས་དེ་ལྟར་ན་ཕྱི་རོལ་དོན་  
 དུ་གྲུབ་དགོས་པས་རགས་པར་མ་གྲུབ་པར་ཁས་ལེན་ནོ། །

ཡུལ་ཅན་གྱི་འདོད་ཚུལ།

གཉིས་པ་ཡུལ་ཅན་གྱི་འདོད་ཚུལ་ནི། ལུང་གི་རྗེས་འབྲང་རྣམས་ཀྱིས་

རྣམ་ཤེས་ཚོགས་བརྒྱད་འདོད་པས་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། གྲུབ་  
 གཞིའི་རྣམ་ཤེས་གང་ཟག་ཏུ་ཁས་ལེན་ཞིང་། རིགས་པའི་རྗེས་འབྲང་གིས་  
 ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཟག་གི་མཚན་གཞིར་འདོད་དོ། ། དེ་ལ་གྲུབ་  
 གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ནི་ནང་གི་བག་ཆགས་ལ་དམིགས་ཤིང་། རྣམ་པ་རིས་སྲུ་  
 མ་ཆད་པ། རོ་བོ་མ་བསྐྱབས་ལུང་མ་བསྟན། གོགས་སེམས་བྱུང་གྲུབ་འགོ་  
 ལྷ་ཁོ་ན་དང་མཚུངས་པར་ལྟན་པའི་གཙོ་བོ་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་རིག་པ་བརྟན་  
 བས་རབ་ཏུ་སྲེ་བ་ཞིག་ལ་འདོད་དོ། ། དེ་ཡང་བསྐྱབས་མ་བསྐྱབས་གཉིས་  
 ལས་བསྐྱབས་ལུང་མ་བསྟན་མ་ཡིན། དགེ་ཅ་ཆད་པའི་རྒྱུད་ལ་ཡང་ཡོད་  
 བས་དགེ་བ་མ་ཡིན། ཁམས་གོང་མ་ན་ཡོད་པས་མི་དགེ་བའང་མ་ཡིན་ནོ།།  
 ཉོན་ཡིད་ནི། དམིགས་པ་གྲུབ་གཞི་ལ་དམིགས་ནས་རྣམ་པ་རར་སེམས་  
 པའི་རྣམ་པ་ཅན། རོ་བོ་བསྐྱབས་ལུང་མ་བསྟན་ཞིག་ལ་འདོད་དེ། འདུག་  
 ཤེས་དུག་གི་འདོག་ཚུལ་སྤྱི་དང་མཐུན་ནོ། ། ཚད་མ་ལ་མདོན་རྗེས་གཉིས་  
 དང་། མདོན་སྲུམ་བཞིའི་རྣམ་གཞག་ཁས་ལེན་ཞིང་། རང་རིག་མདོན་སྲུམ་  
 དང་རྣལ་འབྱོར་མདོན་སྲུམ་གཉིས་ལ་མ་འབྲུལ་བའི་ཤེས་པས་བྲལ། རྣམ་  
 བདེན་པས་ཚུར་མཐོང་གི་རྒྱུད་གྱི་སྡོ་འདྲིན་མིག་ཤེས་དེ་མ་འབྲུལ་བའི་ཤེས་  
 པར་འདོད་ལ། རྣམ་བརྟན་པ་ལྟར་ན་ཚུར་མཐོང་གི་རྒྱུད་གྱི་དབང་བོའི་མདོན་  
 སྲུམ་ལ་འབྲུལ་ཤེས་གྱིས་བྲལ། དེའི་རྒྱུད་གྱི་ཡིད་གྱི་མདོན་སྲུམ་ལ་འབྲུལ་  
 མ་འབྲུལ་གྱི་ཆ་གཉིས་ཡོད་པར་འདོད་དོ། །

### ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག

གཉེས་པ་ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལམ་གྱི་དམིགས་  
 བ་ནི་བདེན་བཞིའི་བྱང་ཚུལ་མི་ཉལ་སོགས་བཅུ་དྲུག་དང་། གང་ཟག་ཉལ་  
 གཅིག་རང་དབང་ཅན་གྱིས་གྲུབ་པས་སྣོང་བ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རགས་  
 བ་དང་། གང་ཟག་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྣམ་ཡོད་གྱིས་སྣོང་བ་གང་ཟག་གི་བདག་  
 མེད་སྤྱི་མོ་ཡིན་ལ། གཞུགས་དང་གཞུགས་འཛིན་ཚད་མ་རྣམས་གཞན་གྱིས་  
 སྣོང་བ་དང་། གཞུགས་གཞུགས་འཛིན་ཉེན་པའི་ཞེན་གཞིར་རང་གི་མཚན་  
 ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པས་སྣོང་བ་གཉེས་ཚུལ་གྱི་བདག་མེད་སྤྱི་མོར་འདོད་དོ། །  
 བདག་མེད་སྤྱི་མོ་གཉེས་ཀ་སྣོང་ཉིད་དུ་འདོད་ཅིང་། སྣོང་ཉིད་ལ་དེ་གང་རུང་  
 མི་དགོས་ཏེ། འགོག་བདེན་དང་སྤང་འདས་གཉེས་ཀྱང་སྣོང་ཉིད་དུ་འདོད་  
 པའི་སྤྱིར། འདུས་བྱས་གྱི་ཚུལ་རྣམས་རང་འཛིན་ཚད་མ་དང་རྣམས་གཅིག་ཏུ་  
 འདོད་ལ། འདུས་མ་བྱས་གྱི་ཚུལ་རྣམས་རང་འཛིན་ཚད་མ་དང་དོ་བོ་གཅིག་  
 ཏུ་འདོད་དོ། །

གཉེས་པ་ལམ་གྱི་སྤང་བྱ་ལ་ཉོན་སྦྱིབ་དང་། ཤེས་སྦྱིབ་གཉེས། དང་པོ་ནི།  
 གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་སྤང་རགས་གཉེས་ས་བོན་དང་བཅས་བ་དང་། ཚ་  
 ཉོན་དུག་ཉེ་ཉོན་ཉི་ཤུ་ལྟ་བུའོ། ། གཉེས་པ་ནི། ཚུལ་གྱི་བདག་འཛིན་བག་  
 ཚགས་དང་བཅས་བ་ལྟ་བུའོ། ། དེ་ཡང་བྱང་སེམས་རྣམས་གྱིས་ཤེས་སྦྱིབ་  
 སྤང་བུའི་གཙོ་བོར་བྱེད་ཀྱང་། ཉོན་སྦྱིབ་སྤང་བུའི་གཙོ་བོར་མི་བྱེད། ཐེག་  
 དམན་སྦྱོབ་པ་རྣམས་གྱིས་ཉོན་སྦྱིབ་སྤང་བུའི་གཙོ་བོར་བྱེད་ཀྱང་། ཤེས་  
 སྦྱིབ་སྤང་བུའི་གཙོ་བོར་མི་བྱེད་དོ། །

གསུམ་པ་ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་ནི། ཐེག་པ་གསུམ་པོ་དེ་དེ་ལའང་ཚོགས་  
སྐྱོར་གཉིས། མཐོང་སྐོམ་གཉིས། མི་སྟོབ་ལམ་དང་ལྟའི་རྣམ་གཞག་གྲེད་ལ།  
ཐོག་ཆེན་ལ་དེའི་སྟེང་དུ་ས་བརྩའི་རྣམ་གཞག་གྲུང་ཁས་ལེན་ནོ། །

### འབྲས་བུའི་རྣམ་བཞག

གསུམ་པ་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་གྲེད་ཚུལ་ནི། ཐེག་དམན་རིགས་ངེས་རྣམས་  
གྱིས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཡོངས་གྲུབ་བསྐོམ་བུའི་  
གཙོ་བོར་བྱས་ཏེ། གོམས་པ་མཐར་ཕྱིན་པ་ན་ཐེག་དམན་གྱི་སྐོམ་ལམ་རྩོམ་  
སྟེ་བུའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་བརྟེན་ནས་ཉོན་སྲིབ་ལ་ལྷུས་པར་སྤངས་པ་དང་དུས་  
མཉམ་དུ་ཐེག་དམན་དག་བཙོམ་པའི་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་གྲེད་དོ། ། ཉན་རང་  
གཉིས་གྱི་བསྐོམ་བུའི་བདག་མེད་དང་། སྤང་བུའི་ཉོན་མོངས་ལ་བྱུང་བར་  
ཅུང་ཟད་གྲུང་མེད་པས་ཉན་རང་གཉིས་ཀ་ལ་ཞུགས་གནས་བརྐྱེད་གྱི་རྣམ་  
གཞག་འཐད་གྲུང་། རང་རྒྱལ་ནི་འདོད་པའི་རྟེན་ཅན་དུ་ངེས་པས་དགོ་འདུན་  
ཉི་ཤུའི་རྣམ་གཞག་བྱར་མེད་དོ། ། འོན་ཀྱང་ཉན་རང་གཉིས་ལ་བྱུང་བར་  
མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱེད་པ་བརྐྱེད་བསོད་ནམས་གྱི་ཚོགས་གྱི་གོམས་པ་  
བསྐྱེད་མི་བསྐྱེད་པ་དང་། དེའི་དབང་གིས་འབྲས་བུ་ལའང་མཚོག་དམན་  
ཡོད་པར་འདོད་དོ། ། ལྷུང་གི་རྗེས་འབྲང་རྣམས་གྱིས་ཐེག་དམན་དག་བཙོམ་  
པ་ཞི་བ་བསྐྱོད་པ་གཅིག་ལྟར་བ་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་འཇུག་པར་མི་འདོད་ཅིང་།  
བྱུང་ཚུབ་ཡོངས་འགྱུར་བའི་དག་བཙོམ་པ་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་འཇུག་པར་  
འདོད་དེ། དེ་ཡང་ལྷག་བཅས་ནས་ཡིན་གྱི་ལྷག་མེད་ནས་འཇུག་པ་མ་ཡིན་



ཉེ། མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་གྲུབ་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར། རིགས་པའི་  
 རྗེས་འབྲང་རྣམས་ཀྱིས་ཐེག་དམན་དག་བཅོམ་པ་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་འཇུག་  
 པར་འདོད་དེ། མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གཅིག་དུ་གྲུབ་པར་ཁས་ལེན་པའི་ཕྱིར།  
 ཐེག་ཆེན་རིགས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་  
 ཡོངས་གྲུབ་བསྐྱོན་གྱི་གཙོ་བོར་བྱས་ཏེ། བྲངས་མེད་གསུམ་གྱི་ཚོགས་  
 དང་འགྲེལ་བར་ཉམས་སྲུ་སྐྱངས་ནས་ས་བརྩུ་ལམ་ལྟ་རིམ་གྱིས་བསྐྱོད་དེ་  
 རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱིས་སྐྱིབ་གཉིས་ཟད་པར་སྤངས་ཏེ། འོག་  
 མོན་དུ་རང་དོན་སྤངས་ཉོགས་སུན་ཚོགས་ཚོས་ཀྱི་སྐྱུ་དང་། གཞན་དོན་  
 འཕྲིན་ལས་སུན་ཚོགས་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱུ་གཉིས་མངོན་དུ་བྱེད་དོ། ། ཀུན་  
 བརྩས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་འགའ་ཞིག་ལྟར་ན་མིའི་རྟེན་ལ་འཆང་རྒྱ་བའང་ཡོད་  
 པར་མངོན་ནོ། ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ལ་དྲང་ངེས་ཀྱི་བྱེད་པར་ཡང་ཁས་  
 ལེན་ཏེ། དགོངས་འགྲེལ་ལས་བཤད་པའི་འཁོར་ལོ་དང་བོ་གཉིས་དྲང་དོན་  
 ཀྱི་མདོ་དང་། འཁོར་ལོ་ཐ་མ་ངེས་དོན་གྱི་མདོར་བཞེད་པའི་ཕྱིར། དྲང་ངེས་  
 ཀྱི་དོན་ཡང་ཡོད་དེ། དངོས་བསྟན་སྐྱ་ཇི་བཞིན་དུ་ཁས་ལེན་དུ་མི་རུང་བའི་  
 མདོ་དེ་དྲང་དོན་གྱི་མདོ་དང་། དངོས་བསྟན་སྐྱ་ཇི་བཞིན་དུ་ཁས་ལེན་དུ་རུང་  
 བའི་མདོ་དེ་ངེས་དོན་གྱི་མདོར་འཛོག་པའི་ཕྱིར། ལྷུང་འདས་ལ་སྟུག་བཅས་  
 སྟུག་མེད་མི་གནས་པའི་ལྷུང་འདས་གསུམ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱུ་ལ་  
 ཚོས་ཡོངས་སྐྱུ་ལ་གསུམ་དང་། ཚོས་སྐྱུ་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱུ་དང་ཡེ་ཤེས་ཚོས་སྐྱུ་  
 གཉིས་དང་། ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱུ་ལ་རང་བཞིན་རྣམ་དག་དང་། ལྷོ་བྱུང་བྱི་བམ་གྱི་ངོ་  
 བོ་ཉིད་སྐྱུ་གཉིས་དང་བཅས་ཁས་ལེན་པས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གྲུབ་མཐའ་སྐྱ་  
 བ་ཞེས་བྱའོ། །

སྐྱས་པ། རྣམ་འདྲེན་གྲུབ་པའི་གསུང་གི་རྗེས་འབྲངས་ཏེ། རྣམ་རིག་ཅམ་

དུ་སྐྱོད་བའི་གྲུབ་པའི་མཐའ། ། རྣམ་མང་མཁས་པའི་གསུང་བཞིན་བཞོད་པ་  
འདྲིར། ། རྣམ་དཔྱོད་ལྡན་རྣམས་དགའ་བས་འཇུག་པར་རིགས། ། ཞེས་བྱ་  
བ་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཚིགས་སུ་བཅད་པའོ།། །།

༄ བཞི་བ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་སྐྱབ་དབུ་མ་བའི་གྲུབ་མཐའ་རྣམ་གཞག་  
བཤུང་བ་ལ།

### དབུ་མ་བའི་ལུགས་ལ་མཚན་ཉིད་སོགས་བཤུང་བ།

མཚན་ཉིད། སྐྱབ་བཤུང་། དབྱེ་བ། བྱེ་བ་སོ་སོའི་དོན་བཤུང་བ་དང་བཞི།  
དང་བོ་ནི། བདེན་གྲུབ་ཀྱི་ཚོས་རྣམ་ཅམ་ཡང་མེད་པར་ཁས་ལེན་པའི་ནང་  
བའི་གྲུབ་མཐའ་སྐྱབ་པའི་གང་ཟག་དེ་དབུ་མ་བའི་མཚན་ཉིད། གཉིས་པ་སྐྱབ་  
བཤུང་ནི། ཅིའི་སྤྱིར་དབུ་མ་བ་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། ཏྲག་ཚད་ཀྱི་མཐའ་གཉིས་དང་  
བྲལ་བའི་དབུ་མ་ཁས་ལེན་པས་ན་དབུ་མ་བ་དང་། ཚོས་རྣམས་ལ་བདེན་  
གྲུབ་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་སྐྱབ་པས་ན་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་སྐྱབ་པ་ཞེས་བརྗོད་  
པའི་སྤྱིར། གསུམ་པ་ནི། དེ་ལ་དབྱེ་ན། དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་དང་ཐལ་འགྲུར་  
བ་གཉིས་ཡོད།

བཞི་བ་བྱེ་བ་སོ་སོའི་དོན་ལ། རང་རྒྱུད་པ་དང་། ཐལ་འགྲུར་བའི་ལུགས་  
བཤུང་བ་གཉིས།

རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་ལ་མཚན་ཉིད་སོགས་བཤམ་པ།

དང་བོ་ལ། མཚན་ཉིད། སྐྱ་ བཤམ། དབྱེ་བ། གྲུབ་མཐའི་འདོད་ཚུལ་དང་  
 བཞི། དང་བོ་ནི། རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པ་ཐ་སྙད་དུ་ཁས་ལེན་པའི་  
 རོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་སྐྱ་བ་དེ། རང་རྒྱུད་པའི་མཚན་ཉིད། གཉིས་པ་ནི། ཅིའི་  
 ཕྱིར་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་ཞེས་བྲ་ཞེ་ན། ཚུལ་གསུམ་རང་ངོས་ནས་གྲུབ་པའི་  
 ཉགས་ཡང་དག་ལ་བཏེན་ནས་བདེན་དངོས་འགོག་པར་བྱེད་པས་ན་དེ་ལྟར་  
 བརྗོད་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། དེ་ལ་དབྱེ་ན། རྣམ་འབྱོར་སྐྱོད་པའི་དབུ་  
 མ་རང་རྒྱུད་པ་དང་། མདོ་སྡེ་སྐྱོད་པའི་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་གཉིས། ཕྱི་དོན་  
 ཁས་མི་ལེན་ཞིང་རང་རིག་ཁས་ལེན་པའི་དབུ་མ་བ་དེ་དང་བོའི་མཚན་ཉིད།  
 མཚན་གཞི་ནི། སློབ་དཔོན་ཞི་བ་འཚོ་ལྟ་བུའོ། ། རང་རིག་ཁས་མི་ལེན་ཞིང་  
 ཕྱི་དོན་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པ་ཁས་ལེན་པའི་དབུ་མ་བ་དེ་གཉིས་  
 པའི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། སློབ་དཔོན་ལེགས་ལྡན་འབྱེད་ལྟ་བུའོ། །  
 སྐྱ་བཤམ་ཀྱང་ཡོད་དེ། གཞིའི་རྣམ་གཞག་ སེམས་ཅམ་པ་དང་མཐུན་པར་  
 ཁས་ལེན་པས་ན་རྣམ་འབྱོར་སྐྱོད་པའི་དབུ་མ་བ་དང་། མདོ་སྡེ་བ་ལྟར་རྒྱལ་  
 སྐྱ་རབ་བསགས་པའི་ཕྱི་དོན་གྱི་དོན་ཁས་ལེན་པས་ན་མདོ་སྡེ་སྐྱོད་པའི་  
 དབུ་མ་བ་ཞེས་བརྗོད་དོ། ། རྣམ་འབྱོར་སྐྱོད་པའི་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་ལ་ཡང་  
 རྣམ་བདེན་པ་དང་མཐུན་པའི་དབུ་མ་བ་དང་། རྣམ་བརྟན་པ་དང་མཐུན་པའི་  
 དབུ་མ་བ་གཉིས་ཡོད། དང་བོ་ནི། ཞི་བ་འཚོ་དང་། ཀ་མ་ལ་སྤྱི་ལ་དང་།  
 འཕགས་པ་གོ་ལ་སྡེ་ལྟ་བུའོ། ། གཉིས་པ་ནི། སློབ་དཔོན་སང་གོ་བཟང་བོ་  
 དང་། རྗེ་རྒྱ་རི་དང་། ལྷ་བ་བ་ལྟ་བུ་སྡེ། རྗེ་རྒྱ་རི་ནི་རྣམ་བརྟན་གྱི་བཅས་པ་  
 དང་མཐུན་ལ། ལྷ་བ་བ་ནི་རྣམ་བརྟན་གྱི་མེད་པ་དང་མཐུན་པར་བཤམ་དོ། །

བཞི་བ་གྲུབ་མཐའི་འདོད་ཚུལ་ལ། རྣམ་འབྱོར་སྡོད་པའི་དབྱེ་མ་རང་རྒྱུད་  
པའི་ལུགས་དང་། མདོ་སྡེ་སྡོད་པའི་དབྱེ་མ་རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་བཤའ་བ་  
གཉིས།

རྣམ་འབྱོར་སྡོད་པའི་དབྱེ་མ་རང་རྒྱུད་པའི་འདོད་ཚུལ།  
དང་བོ་ལ། གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་ལས། དང་བོ་གཞིའི་རྣམ་གཞག་ལ་  
ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གཉིས་ལས།

### ཡུལ་གྱི་འདོད་ཚུལ།

དང་བོ་ནི། གཞི་གྲུབ་ན་རང་གི་མཚན་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པས་ཁྲབ་པར་  
བཞེད་དེ། ཚོས་གང་ཡིན་ཀྱང་བཏགས་དོན་བཅས་ན་རྟེན་པར་འདོད་པའི་  
ཕྱིར། དེས་ན་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ། རང་གི་མཚན་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པ།  
རང་གི་སྡོད་ལུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་གྲུབ་པ། རང་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་རྣམས་དོན་  
གཅིག་ཏུ་འདོད། ཤེས་བྱ་ལ་དབྱེ་ན། དོན་དམ་བདེན་པ་དང་། ཀུན་རྫོབ་  
བདེན་པ་གཉིས་ལས། རང་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་  
མས་རང་ཉིད་གཉིས་སྣང་བྱུང་བའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་དེ་དང་བོའི་  
མཚན་ཉིད། རང་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མས་གཉིས་  
སྣང་དང་བཅས་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་དེ་གཉིས་པའི་མཚན་ཉིད།  
བུམ་པ་བདེན་སྟོང་ལྟ་བུ་དང་བོའི་མཚན་གཞི་དང་། བུམ་པ་ལྟ་བུ་གཉིས་  
པའི་མཚན་གཞི་ཡིན་ནོ། ། དོན་དམ་བདེན་པ་ལ་རྒྱས་པར་དབྱེ་ན། སྟོང་ཉིད་  
བཅུ་དྲུག་དང་། བསྐྱེད་སྟོང་ཉིད་བཞི་འཕྲོད། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ལ་དབྱེ་ན།

ཡང་དག་ཀུན་རྫོབ་དང་། ལོག་པའི་ཀུན་རྫོབ་གཉིས་ལས། དང་བོ་ནི། ཚུ་ལྟ་  
བྱ་དང་། གཉིས་པ་ནི། སླིག་རྒྱའི་ཚུ་ལྟ་བུའོ། ། ལུགས་འདིས་ཤེས་པ་ཡིན་  
ན་ཡང་དག་ཀུན་རྫོབ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་འདོད་དོ། །

### ཡུལ་ཅན་གྱི་འདོད་ཚུལ།

གཉིས་པ་ཡུལ་ཅན་ལ། ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཟག་གི་མཚན་  
གཞི་དང་། ཀུན་གཞི་དང་ཉོན་ཡིད་ཁས་མི་ལེན་ཞིང་རྣམ་ཤེས་ཚོགས་ཏུག་  
ཏུ་འདོད་པ་རང་རྒྱུད་པ་གཉིས་ཀ་མཐུན་ནོ། ། ལྷོ་ལ་ཚད་མ་དང་། ཚད་མིན་  
གྱི་ལྷོ་གཉིས། ཚད་མ་ལ་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་དང་། རྗེས་སུ་དབག་པའི་  
ཚད་མ་གཉིས། མངོན་སུམ་ལ་དབང་བོའི་མངོན་སུམ། ཡིད་གྱི་མངོན་སུམ།  
རང་རིག་མངོན་སུམ། རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་དང་བཞི་ཡོད་ལ། མངོན་སུམ་  
ཕྱི་མ་གཉིས་ལ་མ་འཁྲུལ་བའི་ཤེས་པས་ཁྲབ་པར་ཁས་ལེན་ནོ། ། ཕྱི་རོལ་  
དོན་ཏུ་གྲུབ་པ་ཁས་མི་ལེན་པས་སྲོན་པོ་དང་སྲོན་འཛིན་མངོན་སུམ་གཉིས་  
རྗེས་གཅིག་ཏུ་འདོད་དོ། །

### ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག

གཉིས་པ་ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་ལ་གསུམ་ལས། དང་བོ་ལམ་གྱི་དམིགས་  
པ་ནི། གང་ཟག་ཉུག་གཅིག་རང་དབང་ཅན་གྱིས་སྟོང་བ་གང་ཟག་གི་བདག་

མེད་རགས་པ་དང་། གང་ཟག་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྣམ་ཡོད་ཀྱིས་སྟོང་བ་གང་  
 ཟག་གི་བདག་མེད་སྤོང་དང་། གཞུགས་དང་གཞུགས་འཛིན་ཚད་མ་རྣམས་  
 གཞན་གྱིས་སྟོང་བ་ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་རགས་པ་དང་། ཚོས་ཐམས་ཅད་  
 བདེན་ཐུབ་ཀྱིས་སྟོང་བ་ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་སྤོང་བ་ཞེད་དོ། ། གཉིས་པ་  
 ལམ་གྱི་སྤང་བུ་ནི། གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ཉོན་སྦྱིབ་དང་། ཚོས་ཀྱི་བདག་  
 འཛིན་ཤེས་སྦྱིབ་ཏུ་འདོད་ཅིང་། ཤེས་སྦྱིབ་ལ་ཡང་གཞུང་འཛིན་རྣམས་གཞན་  
 ཏུ་འཛིན་པ་ལྟ་བུ་ཤེས་སྦྱིབ་རགས་པ་དང་། སྤང་སོགས་ཀྱི་ཚོས་བདེན་ཐུབ་  
 ཏུ་འཛིན་པ་ལྟ་བུ་ཤེས་སྦྱིབ་སྤོང་གཉིས་སུ་འདོད་དོ། ། གསུམ་པ་ལམ་གྱི་  
 རང་བཞིན་ནི། ལམ་ལྟ་གསུམ་བཅོ་ལྔ་ཁས་ལེན་པར་འདྲ་ལ། རྒྱད་པར་ནི་  
 རང་རྒྱལ་གྱི་བར་ཚད་མེད་ལམ་དང་། རྣམ་གྲོལ་ལམ་ལ་གཉིས་སྟོང་གི་རྣམ་  
 པ་ཅན་དགོས་པར་ཁས་ལེན་ནོ། །

### འབྲས་བུའི་རྣམ་གཞག

གསུམ་པ་འབྲས་བུའི་རྣམ་གཞག་ལ། རང་རྒྱལ་ནི་ཤེས་སྦྱིབ་རགས་པ་  
 སྤང་བུའི་གཙོ་བོར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། ལྷགས་གནས་བརྒྱད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་མི་  
 བཅི་ཡང་། ཉན་ཐོས་ལ་གང་ཟག་ལ་བརྒྱད་ཡོད་པར་བཞེད་ལ། ཉན་ཐོས་  
 རིགས་ངེས་རྣམས་ཀྱིས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་སྣ་བ་བསྐྱོམ་  
 བུའི་གཙོ་བོར་བྱས་ཏེ། མཐའ་སྐྱོམ་ལམ་དོ་རྗེ་སྣ་བུའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་བརྟེན་  
 བས་ཉོན་སྦྱིབ་མ་ལུས་པར་སྤངས་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་དབྱ་བཅོམ་པའི་  
 འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱེད་དོ། ། རང་རྒྱལ་རིགས་ངེས་རྣམས་ཀྱིས་གཞུང་འཛིན་

གཉིས་སྟོང་གི་ལྷ་བ་བསྟོམ་བུའི་གཙོ་བོར་བྱས་ཏེ། མཐར་སྟོམ་ལམ་རྒྱུ་ལྷ་  
 བུའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་བརྟེན་ནས་ཉོན་སྐྱིབ་དང་། ཤེས་སྐྱིབ་རགས་པ་མ་ལུས་  
 བར་སྤངས་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་རང་རྒྱལ་དག་བཅོམ་པའི་འབྲས་བུ་མངོན་  
 དུ་བྱེད་དོ། ། ཐེག་དམན་གྱི་སྤྱང་འདས་ལ་སྣལ་བཅས་སྤྱང་འདས་དང་སྣལ་  
 མེད་སྤྱང་འདས་གཉིས་ལས། དང་བོ་ནི། སྤྱ་མའི་ལས་ཉོན་གྱིས་འཕངས་པའི་  
 སྣལ་བསྟོམ་གྱི་སྤྱང་བོའི་སྣལ་མ་དང་བཅས་པའི་སྤྱང་འདས་དང་། གཉིས་པ་  
 བོ། སྣལ་བསྟོམ་གྱི་སྤྱང་བོ་དང་བྲལ་བའི་གནས་སྐབས་ལ་འདོད་དོ། ། ཉན་  
 རང་དག་བཅོམ་པ་ཡིན་ན་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་འདུག་པས་ཁྱབ་སྟེ། མཐར་སྟོམ་  
 ཐེག་པ་གཅིག་ཏུ་བྱུང་བར་འདོད་པའི་སྤྱིར། དེས་ན་ལུགས་འདི་ལ་ཉན་རང་  
 གཉིས་སྤང་བྱ་དང་། རྟོགས་རིགས་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་ཐོབ་བུའི་འབྲས་  
 བུ་ལའང་མཚོག་དམན་ཡོད་དོ། ། ཐེག་ཆེན་རིགས་དེས་རྣམས་གྱིས་བྱང་  
 རྒྱལ་མཚོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དེ། རྟོགས་ལམ་ཆེན་པོའི་གནས་སྐབས་སུ་  
 ཚོས་རྒྱན་གྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་བརྟེན་ནས་མཚོག་གི་སྤྱལ་སྤྱལ་སྤྱལ་གདམས་  
 རག་དངོས་སུ་ཉན་ཅིང་། དེའི་དོན་ཉམས་སུ་སྤངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྟོང་  
 བ་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་སྟོམ་བུའི་ཤེས་རབ་ཐོག་མར་སྐྱེས་པའི་ཚེ་སྤྱིར་  
 ལམ་དུ་འཕོས་པ་ཡིན་ཞིང་། འོད་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་མཐོང་སྤང་ཀུན་ནས་  
 ཉོན་མོངས་གཟུང་རྟོག་མངོན་གྱུར་བ་ཉམས་སྟོན་པར་བྱེད་ཅིང་། ཚེ་མོ་ཐོབ་  
 པའི་ཚེ་མཐོང་སྤང་རྣམ་བུར་གཟུང་རྟོག་མངོན་གྱུར་བ་དང་། བཟོད་པ་ཐོབ་  
 པའི་ཚེ་མཐོང་སྤང་རྣམ་འཛིན་རྟོག་པ་མངོན་གྱུར་བ་དང་། ཚོས་མཚོག་ཐོབ་  
 པའི་ཚེ་མཐོང་སྤང་བཏགས་འཛིན་རྟོག་པ་མངོན་གྱུར་བ་ཉམས་སྟོན་པར་  
 བྱེད་དོ། ། འོད་ཚེ་བཟོད་མཚོག་བཞི་ལ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་སྤྱང་བ་ཐོབ་པའི་  
 ཉིང་རེ་འཛིན་དང་། སྤང་བ་མཆེད་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གྱི་

ལྷོགས་གཅིག་ལ་ལྷོགས་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་དང་། བར་ཆད་མེད་པའི་ཉིང་  
 དེ་འཛིན་ཞེས་ཟེར་རོ། ། དེའི་མཇུག་ཐོགས་སྲུ་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་  
 ལམ་གྱིས་ཉོན་སློབ་ཀྱིན་བཏགས་དང་། ཤེས་སློབ་ཀྱིན་བཏགས་ས་ཐོན་དང་  
 བཅས་པ་སྤངས་ནས་རྣམ་ཐོབ་ལམ་དང་འགོག་པའི་བདེན་པ་གཉིས་མངོན་  
 ཏུ་བྱེད་དོ། ། ལྷོ་མ་ལམ་སྐྱོར་དགུས་སྐྱོ་མ་སྤང་ཉོན་མོངས་བརྟུ་བྱུག་གི་ས་  
 ཐོན་དང་། ལྷོ་མ་སྤང་ཤེས་སློབ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་གྱི་ས་ཐོན་རིམ་ཅན་ཏུ་སྐྱོང་  
 བར་གསུངས་སོ། ། མཐར་ཐུན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་སློབ་པ་སྣུན་སྤྲེས་གཉིས་ཅིག་ཅར་ཏུ་སྤངས་ནས་  
 སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་ལ་གྲུ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཏེ། རིགས་  
 དེས་གྱིས་འབྲས་བུ་མངོན་ཏུ་བྱེད་ཚུལ་སོ། ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྤང་འདས་དང་  
 མི་གནས་པའི་སྤང་འདས་དོན་གཅིག་ཏུ་འདོད་ཅིང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་ལ་  
 བཞིར་གྲངས་དེས་པར་འདོད་ལ། འཕགས་སེང་གཉིས་ཀྱང་སྐྱའི་བསྟན་ཚུལ་  
 ལ་ཚོད་གྱི་གྲངས་དེས་ལ་མི་ཚོད་དོ། ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ལ་བྱང་དོན་  
 གྱི་མདོ་དང་། དེས་དོན་གྱི་མདོའི་རྣམ་གཞག་བྱེད་དེ། ཀྱིན་རྫོབ་བདེན་པ་  
 དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་སྟོན་པའི་མདོ་བྱང་དོན་གྱི་མདོ་  
 དང་། དོན་དམ་བདེན་པ་དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་སྟོན་  
 པའི་མདོ་དེས་དོན་གྱི་མདོ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དགོངས་འགྲེལ་ལས་བཤད་པའི་  
 འཁོར་ལོ་དང་ཐོ་བྱང་དོན་དང་། བར་བ་དང་ཐ་མ་གཉིས་ལ་བྱང་དེས་གཉིས་  
 གཉིས་ཡོད་པར་འདོད་དོ། །



མདོ་སྡེ་སྡོད་པའི་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་འཆད་པ།

གཉིས་པ་མདོ་སྡེ་སྡོད་པའི་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་ལ། གཞི་ལམ་  
འབྲས་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། ལུགས་འདིས་སྤྱི་དོན་འདོད་ཅིང་རང་རིག་  
ཁས་མི་ལེན་པ་ཅམ་མ་གཏོགས་གཞིའི་རྣམ་གཞག་པལ་ཆེར་སྲ་མ་དང་  
འབྲོ། །

གཉིས་པ་ལམ་གྱི་བྱུང་བར་ལ། ཉན་རང་རིགས་ངེས་ལ་ཆོས་གྱི་བདག་མེད་  
རྟོགས་པ་མེད་པར་བཞེད་ཅིང་། གཟུང་འཛིན་རྣམས་གཞན་གྱིས་སྟོང་བར་  
རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཁས་མི་ལེན་ལ། སྤྱི་དོན་དོན་འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་ཡང་  
ཤེས་སྐྱིབ་ཏུ་མི་འདོད་དོ། །

གསུམ་པ་འབྲས་བུའི་རྣམ་གཞག་ལ། ཉན་རང་གཉིས་སྤང་བུའི་སྐྱིབ་པ་  
དང་། རྟོགས་བུའི་བདག་མེད་ལ་སྲ་རགས་མེད་པས་རྟོགས་རིགས་མི་འབྲ་  
བ་མེད་ཅིང་། ལུགས་གནས་བརྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་གཉིས་ཀ་ལ་བྱེད་དོ། །  
ཐེག་ཆེན་རིགས་ངེས་རྣམས་གྱིས་སྐྱིབ་གཉིས་རིམ་ཅན་ཏུ་སྟོང་བར་བཞེད་  
དེ། ས་བརྒྱུད་པ་ཐོབ་པའི་ཆེ་ཉོན་མོངས་པའི་སྐྱིབ་པ་བྱད་བར་སྤངས་པ་རྟོག་  
གེ་འབར་བ་ལས་བཞད་པའི་སྤྱིར། འོན་ཀྱང་ཐལ་འགྲུང་བ་ལྟར་ཉོན་སྐྱིབ་མ་  
བྱད་བར་ཏུ་ཤེས་སྐྱིབ་སྟོང་བའི་མགོ་མི་ཅོམ་པར་བཞེད་པའང་མིན་ནོ། ། མི་  
འབྲ་བའི་བྱུང་བར་དེ་ཅམ་ཞིག་མ་གཏོགས་གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་གྱི་རྣམ་  
གཞག་པལ་ཆེ་བ་རྣལ་འབྱོར་སྡོད་པའི་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་དང་མཐུན་ནོ། །  
སྤྱིས་པ། རང་མཚན་ཡོད་ཀྱང་བདེན་པར་མི་བཞེད་པའི། ། རང་རྒྱུད་སྤྱོད་པའི་  
བྱུབ་མཐའི་རྣམ་དབྱེ་ཀུན། ། རང་བཟོ་སྤངས་ཏེ་ལེགས་པར་བརྗོད་པ་འདི། །

རང་ཉིད་མཁས་འདོད་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱུངས་ཤིག་གྱེ། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་བར་  
སྐབས་ཀྱི་ཚིགས་སུ་བཅད་པའོ།། །།

༄ གཉིས་པ་ཐལ་འགྱུར་བའི་གྲུབ་མཐའ་རིན་ཆེན་གཞག་བཤའ་བ་ལ། མཚན་  
ཉིད། ལྷ་བཤའ། འདོད་ཚུལ་དང་གསུམ།

ཐལ་འགྱུར་བའི་ལུགས་ལ་མཚན་ཉིད་བཤའ་བ།

དང་པོ་ནི། རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པ་ཐ་སྙད་ཅམ་དུ་ཡང་མི་བཞེད་  
པའི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་སྐྱབ་དེ་ཐལ་འགྱུར་བའི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི།  
སངས་རྒྱུས་བསྐྱེད་སྤྱོད། ལྷ་བ་གྲགས་པ། ཞེ་བ་ལྷ་ལྷ་བྱུང་། ། གཉིས་པ་ནི།  
ཅའི་ཕྱིར་ཐལ་འགྱུར་བ་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། ཐལ་འགྱུར་ཅམ་གྱིས་ཕྱི་རྒྱུ་གྱི་རྒྱུད་  
ལ་བསྐྱབ་བྱ་ཉོགས་པའི་རྗེས་དཔག་སྐྱེ་བར་འདོད་པས་ན་དེ་ལྟར་བརྗོད་པའི་  
ཕྱིར། གསུམ་པ་གྲུབ་མཐའ་འདོད་ཚུལ་ལ། གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་ལས།

གཞིའི་རྣམ་བཞག

དང་པོ་ནི། གཞི་གྲུབ་ན་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མ་གྲུབ་པས་ཁྲབ་པར་  
ཁས་ལེན་ཏེ། གཞི་གྲུབ་ཚད་ལ་ཉོག་པས་བཏགས་ཅམ་གྱིས་ཁྲབ་པ་ཁས་  
ལེན་པ་གང་ཞིག དེའི་ཚིག་རྒྱུར་གྱི་ཅམ་སྐྱེས་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་  
པ་གཙོད་པར་བཞེད་པའི་ཕྱིར། གཞི་གྲུབ་དང་ཡུལ་དང་ཤེས་བྱ་རྣམས་དོན་  
གཅིག དེ་ལ་དབྱེ་ན། མངོན་སྐྱོག་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་དང་། བདེན་པ་གཉིས་

སྲུ་དབྱེ་བའོ། ། དང་བོ་ནི། རྟགས་ལ་མ་བརྟེན་པར་སྲོང་སྟོབས་ཀྱིས་རྟོགས་  
 རུས་པའི་ཚོས་དེ་མངོན་གྱུར་གྱི་མཚན་ཉིད། མངོན་སུམ་དང་མངོན་གྱུར་  
 དང་དབང་བོའི་ཡུལ་དང་སློབ་ཏུ་མ་གྱུར་བའི་ཚོས་བཞི་དོན་གཅིག་མིང་གི་  
 རྣམ་གྲངས་སོ། ། མཚན་གཞི་ནི། གཟུགས་སྐྱ་བྱི་རོ་རེག་བྱ་ལྟ་བུའོ། ། རྒྱ་  
 མཚན་ནམ་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་རྟོགས་དགོས་པའི་ཚོས་དེ་སློབ་གྱུར་གྱི་  
 མཚན་ཉིད། སློབ་གྱུར་དང་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་པའི་ཚོས་དང་རྗེས་དཔག་གི་  
 གཞལ་བྱ་རྣམས་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་སོ། ། མཚན་གཞི་ནི། སྐྱ་མི་  
 རྟག་པ་དང་། སྐྱ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ལྟ་བུ་ལ་བྱེད། དེས་ན་སྲུགས་འདི་  
 ལ་མངོན་སློབ་གཉིས་དང་། གཞལ་བྱའི་གནས་གསུམ་འགལ་བར་བཞེད་  
 དོ། ། གཉིས་པ་ནི། ཐ་སྙད་དཔྱོད་བྱེད་གྱི་ཚད་མས་རྟེན་དོན་གང་ཞིག་ཐ་སྙད་  
 དཔྱོད་བྱེད་གྱི་ཚད་མ་རང་ཉིད་ལ་ཐ་སྙད་དཔྱོད་བྱེད་གྱི་ཚད་མར་སོང་བ་དེ་  
 རང་ཉིད་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། རུམ་པ་ལྟ་  
 བུའོ། ། དེ་ལ་དབྱེ་ན། ཡང་དག་ཀུན་རྫོབ་དང་། ལོག་པའི་ཀུན་རྫོབ་གཉིས་  
 མི་འབྱེད་དེ། ཡང་དག་ཀུན་རྫོབ་མེད་པའི་སྲིད། ཀུན་རྫོབ་ཡིན་ན་ཡང་དག་  
 མ་ཡིན་དགོས་པའི་སྲིད། དེ་ཡིན་ན་ལོག་པ་ཡིན་དགོས་པའི་སྲིད། འོན་  
 གུང་ཀུན་རྫོབ་ལ་འཛིག་རྟེན་རང་ག་བའི་ཤེས་ངོ་ལ་སྟོས་ཏེ་ཡང་ལོག་གཉིས་  
 སྲུ་འབྱེད་དེ། གཟུགས་དེ་འཛིག་རྟེན་ཤེས་ངོ་ལ་སྟོས་ཏེ་ཡང་དག་དང་། མེ་  
 ལོང་ནང་གི་བྱེད་བཞིན་གྱི་གཟུགས་བརྒྱན་དེ་འཛིག་རྟེན་ཤེས་ངོ་ལ་སྟོས་  
 ཏེ་ལོག་པ་ཡིན་པའི་སྲིད། འཛིག་རྟེན་ཤེས་ངོ་ལ་སྟོས་ཏེ་ཡང་དག་ཡིན་ན་  
 ཡོད་པས་མ་ཁྲབ་སྟེ། གཟུགས་བདེན་གྲུབ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་སྲིད། མཐར་ཐུག་  
 དཔྱོད་བྱེད་གྱི་ཚད་མས་རྟེན་དོན་གང་ཞིག་ མཐར་ཐུག་དཔྱོད་བྱེད་གྱི་ཚད་  
 མ་རང་ཉིད་ལ་མཐར་ཐུག་དཔྱོད་བྱེད་གྱི་ཚད་མར་སོང་བ་དེ་རང་ཉིད་དོན་

དམ་བཤེན་པ་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། རྣམ་པ་རང་བཞིན་གྱིས་  
 མེད་པ་ལྟ་བུའོ། དབྱེ་བ་སྤྲོད་དང་འདྲ། གཞན་ཡང་འདས་མ་འོངས་ཞིག་པ་  
 རྣམས་དངོས་པོར་འདོད་ཅིང་། སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་ཡང་ཁས་ལེན་ཏེ། གཟུང་  
 འཛིན་ངོ་བོ་ཐ་དད་དུ་གྲུབ་པར་བཞེད་པའི་སྤྱིར། ཡུལ་ཅན་གྱི་འདོད་ཚུལ་  
 བོ། རང་གི་གདགས་གཞི་སྤྱང་བོ་ལྟའམ་བཞི་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་  
 ང་ཅམ་དེ་གང་ཟག་གི་མཚན་གཞིར་འདོད་ཅིང་། གང་ཟག་ལ་ལྟན་མིན་འདྲ་  
 གེད་གྱིས་བྲུབ། རྫོང་ལ་ཚད་མ་དང་། ཚད་མིན་གྱི་རྫོང་གཉིས་ཡོད། ཚད་མ་  
 ལ་མངོན་སྲུང་གྱི་ཚད་མ་དང་། རྗེས་སུ་དབག་པའི་ཚད་མ་གཉིས། མངོན་  
 སྲུང་གྱི་ཚད་མ་ལ་དབང་བོའི་མངོན་སྲུང་གྱི་ཚད་མ། ཡིད་གྱི་མངོན་སྲུང་  
 གྱི་ཚད་མ། རྣལ་འབྱོར་མངོན་སྲུང་གྱི་ཚད་མ་དང་གསུམ་ཡོད། རང་རིག་  
 མངོན་སྲུང་མི་འདོད་ཅིང་། སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་གྱི་དབང་ཤེས་ལ་འབྲུལ་  
 ཤེས་གྱིས་བྲུབ། རྣལ་འབྱོར་མངོན་སྲུང་ལ་འབྲུལ་མ་འབྲུལ་གཉིས་ཡོད་  
 དེ། མཉམ་བཞག་ཟག་མེད་གྱི་ངོ་བོར་གྱུར་བའི་རྣལ་འབྱོར་མངོན་སྲུང་དེ་  
 མ་འབྲུལ་བ་དང་། ཚུར་མཐོང་གི་རྒྱུད་གྱི་སྤྱི་བའི་མི་རྟག་པ་མངོན་སྲུང་དུ་  
 རྟོགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་མངོན་སྲུང་དེ་འབྲུལ་ཤེས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། སྤྱི་མ་དེར་  
 ཐམ། སོ་སྤྱིའི་རྒྱུད་གྱི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། བཅད་ཤེས་ཡིན་ན་མངོན་  
 སྲུང་གྱི་ཚད་མ་ཡིན་པའི་བྲུབ་སྟེ། སྤྱི་མི་རྟག་པར་རྟོགས་པའི་རྗེས་དབག་  
 སྤྲོད་ཅིག་གཉིས་པ་དེ་རྟོག་པར་གྱུར་བའི་མངོན་སྲུང་ཚད་མ་དང་། གཟུགས་  
 འཛིན་དབང་བོའི་མངོན་སྲུང་སྤྲོད་ཅིག་གཉིས་པ་དེ་རྟོག་མེད་དུ་གྱུར་བའི་  
 མངོན་སྲུང་ཚད་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། རྗེས་དབག་ལ་དབྱེ་ན། དངོས་སྟོབས་  
 རྗེས་དབག་ གྲགས་པའི་རྗེས་དབག་ དཔེ་ཉེར་འཇལ་གྱི་རྗེས་དབག་ ཡིད་  
 ཆེས་རྗེས་དབག་དང་བཞི་ཡོད། ཡུལ་དེ་ལ་འབྲུལ་ཡང་ཡུལ་དེ་རྟོགས་པ་མི་

འགལ་ཏེ། སྐྱ་མི་རྟག་རྟོགས་ཀྱི་རྗེས་དབག་དེ་སྐྱ་མི་རྟག་བ་ལ་འབྲུལ་ཡང་དེ་  
རྟོགས་བར་ཁས་ལེན་པའི་སྲིད། གཉིས་སྤང་ཅན་གྱི་ཤེས་བ་ཡིན་ན་རང་གི་  
སྤང་བ་ལ་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་ཡིན་པས་ཁྱབ་སྟེ། སྐྱ་རྟག་འཛིན་རྟོག་བ་དེ་  
རང་གི་སྤང་བ་ལ་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་ཡིན་པའི་སྲིད། ཤེས་བ་ཡིན་ན་རང་  
གི་གཞལ་བྱ་རྟོགས་པས་ཁྱབ་སྟེ། རི་བོང་རྒྱུ་རོན་སྲིད་ལྟ་བུ་འཛིན་རྟོག་  
པའི་གཞལ་བྱ་དང་། སྐྱ་རྟག་པའི་རོན་སྲིད་སྐྱ་རྟག་འཛིན་རྟོག་པའི་གཞལ་བྱ་  
ཡིན་པའི་སྲིད།

### ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག

གཉིས་བ་ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལམ་གྱི་དམིགས་  
བ་ཀྱི། གང་ཟག་རང་རྒྱ་སྐྱབ་པའི་རྗེས་ཡོད་ཀྱིས་སྤྲོང་བ་གང་ཟག་གི་བདག་  
མེད་རགས་བ་དང་། གང་ཟག་བདེན་པས་སྤྲོང་བ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་  
སྤྲོང་བ་དང་། གཞུགས་སོགས་བདེན་པས་སྤྲོང་བ་ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་སྤྲོང་  
འདོད་དོ། ། བདག་མེད་སྤྲོང་བ་གཉིས་སྤྲོང་གཞིའི་སྤྲོ་ནས་འབྱེད་བ་ཡིན་གྱི་  
དགག་བྱའི་སྤྲོ་ནས་མི་འབྱེད་དེ། གཞི་གང་ཟག་གི་སྤྲོང་བྱ་དགག་བྱ་བདེན་  
སྐྱབ་བཀག་བ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྤྲོང་བ་དང་། གཞི་སྤང་སོགས་ཀྱི་སྤྲོང་  
བྱ་དགག་བྱ་བདེན་སྐྱབ་བཀག་བ་ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་སྤྲོང་བ་ཡིན་པའི་སྲིད།  
གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྤྲོང་བ་དང་། ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་སྤྲོང་བ་གཉིས་ལ་སྤྲོ་  
རགས་མེད་ ཅིང་གནས་ལུགས་མཐར་སྐྱབ་ཏུ་འདོད་དོ། །  
གཉིས་བ་ལམ་གྱི་སྤང་བྱ་ཀྱི། བདག་འཛིན་སྤྲོ་རགས་ས་བོན་དང་བཅས་བ་

དང་། དེའི་དབང་གིས་བྱུང་བའི་དུག་གསུམ་ས་བོན་དང་བཅས་པ་ཉོན་མྱི་བ་  
 ཏུ་འདོད་དེ། བདེན་འཛིན་ཉོན་མྱི་བ་ཏུ་འདོད་པའི་སྲིད། བདེན་འཛིན་གྱི་  
 བག་ཆགས་དང་། དེའི་དབང་གིས་བྱུང་བའི་གཉིས་སྐྱུང་འབྲུལ་བའི་ཆ་དང་།  
 བདེན་གཉིས་ངོ་བོ་ཐ་དད་དུ་འཛིན་པའི་བྱི་མ་རྣམས་ཤེས་སྲིད་ཏུ་འདོད་དོ། །  
 གསུམ་པ་ལམ་གྱི་རང་བཞིན་ནི། ཐེག་པ་གསུམ་པོ་རེ་རེ་ལའང་ལམ་ལྷ་ལྷའི་  
 རྣམ་གཞག་དང་། ཐེག་ཆེན་ལ་ས་བཅུའི་རྣམ་གཞག་གྲང་མདོ་སྡེ་ས་བཅུ་  
 བ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱེད་དོ། ། ཐེག་པ་གསུམ་ལ་ཤེས་རབ་གྱི་རྟོགས་རིགས་  
 མི་འདྲ་བ་མེད་དེ། འཕགས་པ་ལ་ཚོས་གྱི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་  
 པས་ཁྲབ་པ་ཁས་ལེན་པའི་སྲིད།

འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱེད་ཚུལ།

གསུམ་པ་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱེད་ཚུལ་ནི། ཐེག་དམན་རིགས་ངེས་  
 རྣམས་གྱིས་བདག་མེད་པའི་ལྷ་བ་རིགས་པ་མདོར་བསྐྱུས་ཙམ་གྱིས་སྟོམ་  
 བ་ལ་བརྟེན་ནས། མཐར་ཐེག་དམན་གྱི་སྟོམ་ལམ་རྩོམ་རྟེན་ལྷ་བུའི་ཉིང་རེ་འཛིན་  
 གྱིས་བདེན་འཛིན་ས་བོན་དང་བཅས་པ་སྤངས་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་རང་གི་  
 བྱང་ཚུབ་མངོན་དུ་བྱེད་དོ། ། དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་མན་ཆད་གྱིས་ལྷག་མེད་  
 བྱང་འདས་ཐོབ་པ་ལ་དེའི་སྟོན་དུ་ལྷག་བཅས་བྱང་འདས་འཐོབ་དགོས་པར་  
 འདོད་གྲང་། ལྷགས་འདི་ལ་ལྷག་བཅས་གྱི་སྟོན་དུ་ལྷག་མེད་བྱང་འདས་  
 འཐོབ་དགོས་པར་འདོད་དོ། ། ཉན་རང་གཉིས་ལ་ལྷགས་གནས་གྱི་རྣམ་  
 གཞག་ཁས་ལེན་ཞིང་། ལྷགས་གནས་བརྒྱུད་པོ་གང་དུང་ལ་འཕགས་པས་

གྲུབ་པར་ཁས་ལེན་ནོ། ། ཐེག་ཆེན་གྱི་བྱང་ཚུབ་མངོན་དུ་བྱེད་ཚུལ་ནི། བྱང་  
 སེམས་རྣམས་ཀྱིས་བདག་མེད་པའི་ལྷ་བ་རིགས་པའི་རྣམ་གྲངས་མཐའ་  
 ཡས་པའི་སྐོ་ནས་རྒྱས་པར་བསྐོམས་ཏེ་སྐྱིབ་བ་སྐོང་བར་བྱེད་ལ། དེ་ཡང་  
 ཉོན་སྐྱིབ་ཟད་པར་མ་སྤངས་པར་ཤེས་སྐྱིབ་སྐོང་བའི་མགོ་མི་ཚོམ་ལ། ཤེས་  
 སྐྱིབ་སྐོང་བའི་མགོ་ས་བརྒྱད་པ་ནས་ཚོམ་པ་ཡིན་ཞིང་། དམན་ལམ་སྐོན་  
 ཏུ་མ་སྐོང་བའི་བྱང་སེམས་རྣམས་ཀྱིས་ས་བརྒྱད་པ་ཐོབ་པ་ན་ཉོན་སྐྱིབ་ཟད་  
 བར་སྤངས་ཏེ། མཐར་རྒྱུན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཤེས་  
 སྐྱིབ་མ་ལུས་པར་སྤངས་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་སྐྱབ་ཞིའི་གོ་འཕང་མངོན་དུ་  
 བྱེད་དོ། ། སྤང་འདས་དང་འགོག་བདེན་ལ་དོན་དམ་བདེན་པས་གྲུབ་པར་  
 འདོད་དོ། ། དགོངས་འགྲེལ་ལས་བཤད་པའི་འཁོར་ལོ་གསུམ་གྱི་དང་བོ་  
 དང་། ཐ་མ་ལ་དང་དོན་གྱི་མདོས་གྲུབ་སྟེ། དེ་ལ་སྐོང་ཉིད་དངོས་སུ་སྐོན་པའི་  
 མདོ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེའི་བར་བ་ལ་དེས་དོན་གྱི་མདོས་གྲུབ་པར་བཞེད་དེ།  
 ཤེས་རབ་སྐྱིང་བོ་དེས་དོན་གྱི་མདོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཐལ་འགྱུར་བ་རྣམས་ཀྱི་  
 གྲུང་ཚོས་གྱི་གཙོ་བོ་ནི། བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་གཏན་ཚིགས་ལ་བརྟེན་  
 བས་སྐྱི་ནང་གི་ཚོས་རྣམས་ལ་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པ་མ་ལུས་པར་  
 ཞེགས་གྲང་། ཐ་སྙད་དུ་མིང་རྒྱང་བཏགས་ཡོད་ཅུམ་ལ་བཅིང་གོལ་དང་། རྒྱ་  
 འབྲས་དང་། གཞལ་བྱ་འཇལ་བྱེད་ལ་སོགས་པ་གཞན་དོར་སྐྱེལ་མི་དགོས་  
 བར་རང་ལུགས་ལ་བསྐོན་མེད་དུ་འཛོག་ཤེས་པ་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། ། དེར་སང་  
 འགའ་ཞིག་ལྷ་བ་མཐོན་པར་རྗེས་སྟེ་སྤང་སྐྱོགས་ཀྱི་ཚོས་རྣམས་འབྲུལ་སྤང་  
 ཅུམ་ཡིན་ཞེས་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་སྤྱར་གཏན་མེད་དུ་བརྒྱང་ནས་ཅི་ཡང་ཡིད་  
 ལ་མི་བྱེད་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་མཚོག་དུ་འཛིན་པ་རྣམས་ལ་ཐལ་འགྱུར་བའི་བྱི་  
 ཅུམ་ཡང་མི་བྱོའོ། ། དེས་ན་སྤྱིད་པའི་སྐྱོན་ཚོགས་མཐའ་དག་མེ་འབར་བའི་

རྒྱལ་ས་ལྟར་མཐོང་ནས་གྲོལ་བ་དོན་དུ་གཉེར་བ་དག་གིས་ཚོས་ལྟར་བཅོས་  
བའི་ལྟ་བུ་དེ་ལ་མ་ལུས་པ་སྤངས་ཏེ་གྲུབ་མཐའ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡང་ཅེ་དབུ་  
མ་ཐལ་འགྲུང་བའི་རང་ལུགས་ལ་མཚོག་ཏུ་གྲུས་པར་བྱའོ། །།

སྤྲུལ་བ། གཞུང་ལུགས་གསེར་གྱི་འཛིན་མར་ཡོངས་འབྲིལ་ཚིག་ དོན་  
གཉེར་མཐའ་དཔོག་པར་དཀའ། ། ལྟོ་དམན་གྱིས་བའི་སྡིང་ལ་འཛིགས་སྡེར་  
སྤྲ་ཚོགས་རིགས་བའི་རྒྱལ་ས་སྤང་གཡོ། ། རྣམ་མང་ལྟ་བའི་ཚུ་སྤྱང་སྡོང་  
འགྲུད་ལྟོ་གསལ་གཉིས་སྤྲེས་རོལ་བའི་གནས། ། ཕྱི་ནང་གཞུང་ལུགས་  
ཚུ་གཉེར་ཆེན་པོའི་དེ་ཉིད་མ་ལུས་སུ་ཡིས་དཔོག། ། འོན་ཀྱང་སྤྱེ་བས་ཐོབ་  
བའི་གྲུ་རྗེས་ནི། ། སྤྱོད་བྱང་མཐུན་བའི་རྒྱང་ གིས་ཉེར་བསྐྱལ་ཏེ། ། གྲུབ་  
མཐའ་རྒྱ་མཚོའི་དབུས་སུ་སོན་པ་ལས། ། ལེགས་བཤད་ནོར་བུའི་འབྲིང་བ་  
དེར་འདིར་རྟེན། ། གང་དག་མཁས་མཚོག་གྲེ་བའི་མདུན་ས་རྒྱ། ། ལེགས་  
བཤད་གཏམ་གྱི་དགའ་སྟོན་སྤེལ་འདོད་ན། ། རང་གཞན་གྲུབ་མཐའ་སྡིང་བོ་  
མདོར་བསྐྱུས་འདི། ། ལྟོ་གསལ་གཞོན་ཅུའི་ཚོགས་ཀྱིས་བསྟེན་བྱ་ཡིན། །  
དེར་དུས་མཁས་རྣོལ་སྤྱེ་བོ་སྤྱི་བརྟོལ་ཅན། ། རྒྱ་ཆེན་གཞུང་ལ་ཡུན་རིང་མ་  
སྤངས་པར། ། རྟེན་བཀུར་བསྐྱེད་ཕྱིར་ཚོམ་བའི་རྣོལ་གར་གྱིས། ། རལ་བ་  
སྤྱོད་ལེན་གང་དེ་ཨེ་མ་མཚར། ། རྣམ་དཔྱོད་མཁའ་ལས་ལེགས་བཤད་འོད་  
སྡོང་ཅན། ། འཕར་བས་ཉེས་བཤད་ཀུན་ད་བུམ་བྱེད་ཅིང་། ། རྣམ་དག་གཞུང་  
ལུགས་འདབ་བརྒྱའི་ཚལ་ཆེན་པོ། ། རོ་མཚར་དོན་གྱི་འཇུག་དཀར་ཅི་ཡང་  
མོད། ། རྒྱ་བོད་མཁས་པའི་གཞུང་གི་བཅུད་བསྐྱུས་ནས། ། རབ་འབྲུམས་  
གྲུབ་མཐའ་གསལ་བྱེད་བཞོད་འདི་ཡང་། ། འགྲན་སེམས་སྤྲུག་དོག་དབང་  
གིས་མ་ལགས་ཏེ། ། རང་དང་སྐལ་མཉམ་སྟོ་གྲོས་འཕེལ་བྱིར་ཡིན། ། ཚུལ་  
འདིར་འབད་བ་ལས་བྱང་ལེགས་སྤྱད་ནི། ། ལྷ་བའི་འོད་ཀྱང་གིས་གྱིས་



གཞོན་པ་དེས། ། འགྲོ་གུན་ལྟ་ངན་གཙོང་རོང་ལས་བསྐྱལ་ཏེ། ། ཡང་དག་  
ལམ་གྱིས་རྟལ་ཏུ་དབུགས་འབྲིན་ཤོག།

ཅེས་ཕྱི་ནང་གི་གྲུབ་མཐའི་རྣམ་གཞག་མདོར་བསྐྱུས་པ་རིན་པོ་ཆེའི་འཕྲེང་  
བ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་དང་བཙུན་རྣམ་དཔྱོད་དང་ལྡན་པ་གྱུ་ཕྱི་དག་དབང་  
སྐལ་བཟང་དང་། དགོ་སྤོང་དག་དབང་བཟང་བོ་གཉིས་གྱིས་བསྐྱུས་དོར།  
བཙུན་པ་དགོན་མཚོག་འདིགས་མེད་དབང་བོས་ཚུ་སྐྱུལ་ཚུ་སྤོང་ལྷ་བའི་  
ཡང་ཆེས་ལ་སྐྱུར་བའི་ཡི་གེ་བ་ནི་རྟ་མགྲིན་ཆེ་རིང་རོ། །

ཞི་སྲ་ཉི། རང་གཞན་གྲུབ་མཐའི་རྣམ་གཞག་མདོར་བསྐྱུས་འདི། ། ཞོ་ཐོག་  
ཕྱོགས་གྱི་དང་བཙུན་ལྡན་པ་ཡི། ། དགོ་སྤོང་སྤོ་བཟང་སྤོ་ཕྱོགས་ཞེས་བཤི་  
བས། ། མཐུན་རྐྱེན་སྐྱུར་ཏེ་སྐྱུ་འབྲུམ་བུམས་སྤིང་དུ། ། དཔར་དུ་བསྐྱུབས་  
བའི་རྣམ་དཀར་དགོ་བའི་མཐུས། ། ཐུབ་བའི་བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་པ་  
དང་། ། ཡོན་བདག་འདིས་མཚོན་མཁའ་མཉམ་འགྲོ་བ་གུལ། ། གྲུབ་མཐའ་རྒྱ་  
མཚོའི་པ་རོལ་ཕྱིན་གྱུར་ཅིག ། ། མདྲ་མོ། ། །

དཔར་བྱང་སྤོན་ཆོག

༄ རྣམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ།  
གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཆོས་ཚུལ་དལ་འབབ་གྲུང་།  
ཆོག་གི་གཟེགས་མ་རེས་གྱང་དུག་གསུམ་གྱི།

འི་མ་ཡོངས་འཁྲུང་ལེགས་བཤད་བདུད་ཅི་འདི།།

དབང་དུ་བསྐྱུན་པའི་རྣམ་དཀར་ཡུང་བོའི་མཐུས།།

ཡང་དག་ཚེས་ཀྱི་སྐོ་མོ་སྐོར་ཕྱག་བསྐྱ།།

གདངས་ཉེ་རྒྱུད་ལྷའི་འགོ་བ་མ་ལུས་པ།།

ངེས་ལེགས་ལོར་ཡུའི་མཚོན་ལ་དབང་འགྲུང་འོག

ཅེས་བ་འདི་ཡང་དེང་དུས་ཡིད་སྐྱབ་ཀྱི་རྒྱུད་བརྒྱུམས་པའི་སྐྱོ་སྐྱོའི་སྤྲིག་སྐྱོད་  
མི་ཟད་བས་གངས་སྐྱོངས་ཚེས་ལྷན་ཀྱི་ཞིང་དུ་ཐུབ་པའི་བསྐྱུན་པ་རིན་པོ་  
ཆེ་ཉིན་མོའི་སྐྱང་བ་ལྟར་འབར་བ་དེ་ནི་མིང་གི་ལྷག་མ་ཅམ་དུ་ཉམ་ཉེས་  
བར་བྱས། རྩོགས་དང་རྩོགས་ན་རྒྱལ་ཕྱག་ཀྱི་མཚོན་ཆ་སོགས་གདུག་པའི་  
གོད་ཆེ་བྱ་བྱའི་སྐྱོར་བ་ནི་ཉིན་རེ་བཞེན་དུ་དར་བ་སོགས་སྐོ་ཀུན་ནས་ལྷ་  
བདོའི་རྒྱུད་ཚོགས་མཚོ་ལྟར་བདོམ་བ་འདི་དག་ལྷག་མེད་དུ་ཞི་ཞིང་། ལྱང་  
རྩོགས་བོད་ཁ་བ་ཅན་དུ་བསྐྱུན་པའི་མེ་རོ་སྐྱར་ཡང་སྐྱར་བཞེན་གསོས་ཉེ་  
རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་སྐྱོངས་འདིར་ཡང་ཐུབ་པའི་བཞེད་དགོངས་ཀྱི་མ་མེད་  
བ་དར་རྒྱས་སུ་འཕེལ་སྐྱད་དང་། འཛམ་གླིང་ཡངས་པའི་ཁྲིན་ན་འཆེ་མེད་  
ཞི་བའི་ལམ་སྐོན་རྣམ་འདྲོན་ལྷ་ཀྱི་སྐྱོའི་རིང་ལུགས་སྐོ་ཀུན་ནས་རྒྱས་བ་  
སོགས་འཕལ་ལུན་ལེགས་ཚོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། བང་བསྐྱུན་ལྱབ་  
མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དབང་དུ་བསྐྱུན་དང་བསྐྱུན་འགྲུང་གང་ལའང་  
སྐྱར་ཚོག་པའི་དགོ་བསྐྱོའི་སྐྱོན་ཚོག་ཏུ། ལྷ་ཀྱི་དགོ་སྐྱོང་ཚོས་སྐྱ་བ་དག་  
དབང་སྐོ་བཟང་བསྐྱུན་འདྲིན་རྒྱ་མཚོས་སྐྱར་བའོ། །།

