

༼༡༽ སེམས་གྱི་མཚན་ཉིད་གཤམ་པ་མངོན་དུ་སྤྱད་བ་བཞུགས་སོ། །

༼༡༽ ༡༡། བཟོ་རྒྱུ་གྲུ་སྤྱོད་ སེམས་གྱི་མཚན་ཉིད་གཤམ་པ་མངོན་དུ་སྤྱད་བའི་མན་ངག་ ལྷོ་མ་  
ཡིད་བཞིན་ལོར་བུའི་སྐྱེ་ལ་སྤྱུག་འཚལ་ལོ། བཟོ་མཁའའི་མཐའ་ལ་བཟླ་བ་པར་མི་རུས་མོད། སེམས་གྱི་  
མཚན་ཉིད་རིག་པ་མ་ཡིན་ནོ། བཟོ་རིག་བསྐྱེད་པ་རྒྱུ་དང་མི་ལྡན་མོད། དྲེ་སྤྱིར་ཐམས་ཅད་གཤམ་པ་གཤམ་  
མཚེས། དྲེ་སྤྱིར་རྟེན་འབྲེལ་སྒྲོ་བཏགས་མིན་རི་ལེ། དྲེ་ལྟར་རིག་ན་འཚིང་གོལ་བྱེད་རི་ལེ། དང་པོ་ཉིད་  
ནས་སེམས་ལ་ཐོག་མཐའ་མེད། དྲེ་སྤྱིར་སེམས་ཅན་འབྲུལ་པའི་རྒྱུ་མ་མཐོང་། སངས་རྒྱུས་གོལ་བའི་རྒྱུན་  
ཡང་ངས་མ་རིག། སངས་རྒྱུས་སེམས་ཅན་གཉིས་སུ་མ་བྱེད་པས། ཐམས་ཅད་འདོགས་པའི་ལུང་ས་བོར་ནས་  
ཐལ། འཁོར་བ་མཐོང་བ་ཤེས་མཁའ་སྒྲོན་ཅན་ཡིན། ལྷོ་མ་འདས་རྟོགས་པ་དེ་དང་དབྱེར་མ་བྱེད། ལྷོ་ནོན་  
ཡོན་རྟོགས་ན་གང་དེ་མཐའ་ལུང་ཅན། གང་དུ་འང་མི་བྱེད་གང་དུ་འང་མཐའ་མི་མངོན། སངས་རྒྱུས་  
སེམས་ཅན་སྤྱི་མ་མཐོང་བས། བཟོ་རིག་པས་གཅིག་༼༡༽ གྲུང་དེད་གྱིས་མ་རིག་གོ། རྗེ་ལམ་འབྲུངས་གྱི་  
སྒྲོ་བཏགས་ཇི་སྟེད་འདིས། སྐྱེ་མའི་སེམས་ཅན་ཇི་སྟེད་མགོ་འཁོར་ལངས། དང་མཚན་རིག་པ་སྤྱིད་མཐའ་  
མ་བཞུགས་ཅོམ། དང་གིས་རང་བཅིངས་སྤྱིན་གྱི་ཁ་རྒྱ་བཞིན། དང་གིས་རང་གོལ་སྐྱེལ་གྱི་མ་དུད་པ་  
བཞིན། འཚིང་གོལ་མེད་པ་རྗེ་ལམ་སང་པ་འདྲ། ཐོག་མ་མེད་ནས་སེམས་ཅན་བཅིངས་པ་མེད། །  
བསོད་ནམས་ཚོགས་གྱིས་སངས་རྒྱུས་གོལ་མ་མཐོང་། རྒྱུལ་ལུགས་འདི་འདྲ་ནམ་མཁའ་བསྐྱེད་པར་  
ཟད། རྟོགས་མཁའ་ཡོད་ན་དེ་རང་འཚིང་བྱེད་ཡིན། ཞལ་པ་གཉིད་སང་རྗེ་ལམ་གང་དུ་སོང་། འདྲུ་ཤེས་  
བལ་བས་སྤང་རྟོགས་རྒྱལ་ཅོམ་མེད། མཁའ་པར་རྫོམ་པའི་སྐྱེ་བོ་རྫོངས་པ་རྣམས། བཟོ་དུ་བཟླ་བའི་ཡེ་  
ཤེས་སྐྱེན་དང་བལ། སྐྱེ་མའི་གཞུགས་ལ་ལེགས་ཉེས་རྟོག་པ་འབྲུལ། འཁོར་འདས་ཚེས་ལ་འདམ་ཀ་བྱེད་  
མཁའ་རྒྱུན། རྒྱུན་གཞུགས་བརྟན་བདེན་པ་སུ་ཞིག་བཟླ། སྤངས་རྟོགས་སྒྲོ་བཏགས་སུ་༼༡༽ ལ་  
བདེན་པར་མངོན། བདེན་པར་འཛིན་པའི་བྱེད་ཤིང་ཚོགས་བཅོམ་ན། འཁོར་འདས་ཀུན་གྱི་ས་བོན་རུལ་པ་  
ཡིན། རྗེ་ལྟར་སྤང་བའི་ཤེས་པ་གྲུ་མ་ཉམས། ལྷོ་མ་ཚག་པར་གྲུད་ལངས་བྱེད་པ་འདི། སངས་རྒྱུས་  
དངོས་སུ་ཞལ་སྤྱུག་ལམ་མེ་བ། འདི་ལ་རྗེ་སྤྱིན་བཟང་དན་ཡོད་རི་ལེ། ཞེ་འདོད་གཅོང་གིས་སྤྱད་ཅིག་མ་  
བསྐྱེད་པར། བཟོ་རིག་ཉིད་གྱིས་རང་ལ་མ་བསྐྱེས་པར། བཟོ་རིག་འཛིན་རྗེ་མས་སྤྱད་ཅིག་མ་སྤྱུགས་ན། །  
གང་གང་དེ་རང་ཚོས་སྤྱིར་གྲུད་ལོངས་ཡིན། ལམ་ལའི་བཞེད་གྱིས་མཉམ་བཞག་བཟླ་བ་ལས། རྗེས་གྱི་  
བར་མཚམས་མེད་པར་འོང་གསལ་ཉིད། འོར་མོ་ཡུག་ཏུ་སོང་བས་སངས་རྒྱུས་གྱི། དགོངས་པ་མངོན་དུ་  
བྱས་པར་འདོད་པ་མང་། དང་གིས་གོ་རྒྱུལ་འདི་ལྟར་སྤྱུགས་པ་ཡིན། ལམ་ཉམ་རྗེས་བཟོ་རིག་ཀུན་གསལ་ཟད་

བདར་ཟད་དུ། །བག་ཆགས་བཅས་པ་གཏན་དག་ཉིད་བརྒྱག་ནས། །ཐམས་ལེས་པ་རྗེན་པ་ཚོས་སྐྱར་གོ། །  
 །འབྲུལ་པའི་གོང་ན་མ་འབྲུལ་འདི་འབྲུལ་ཞེས། །དེ་མེད་སྤྱིར་ན་འབྲུལ་པའང་དམིགས་སུ་མེད། །དེ་སྤྱིར་སངས་  
 །རྒྱས་སེམས་ཅན་མགོ་མཉམ་ཡིན། །འཁོར་འདས་གཉིས་མེད་ཚོས་སྐྱུ་ཉིད་ལ་མཚུངས། །དྲི་མས་བཀྲུས་  
 །པའི་འབྲུལ་པ་ཁ་གང་མ། །ཇི་བཞིན་དེ་རང་ཡེ་ཤེས་ཉིད་དུ་ལྷུམས། །ཞེ་འདོད་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱད་ཅིག་མ་བསྐྱད་  
 །པ། །ཇི་བཞིན་དེ་རང་སངས་རྒྱས་དགོངས་པར་ལྷུམས། །ཡེངས་པའི་ཚོ་ན་དུན་པ་མི་གཡོ་ཞིང་། །འབྲུལ་  
 །པའི་དུས་སུ་གཉེན་པོ་མ་སྤྲོན་པ། །གང་གང་གཟུགས་དེ་སྐྱད་ཅིག་བཅོས་མི་དགོས། །འདི་འབྲུལ་གང་དེ་བཅིང་  
 །གྲོལ་མེད་པ་ཡིན། །ཡོན་ཏན་འདོད་ཚད་ཞེ་འདོད་གཅོང་གིས་ཟིན། །འབྲས་བུ་འདོད་ཚད་རེ་བའི་སང་གིས་  
 །ཁྱེར། །ཉལ་ས་མཚན་འདོད་ཚད་ །འཇོ་བདུད་ཀྱི་གོ་རར་ཚུད། །འདོད་སྤོ་སྐྱད་ཅིག་མེད་པ་འཚམས་པ་  
 །ལས། །ཀུན་བཏགས་ལྷུ་བའི་གཟུགས་ཀྱིས་བྱིས་པ་བསྐྱུས། །སྤོ་བཏགས་ཡོན་ཏན་འདོད་པས་རང་ཉིད་  
 །བཅིངས། །འབྲས་བུ་འཆི་དུས་བཏབ་པས་ཁོང་གཅོང་རྒྱས། །རང་གིས་རང་ལ་བརྟུན་གྱི་མགོ་བསྐྱོར་  
 །བྱས། །སྤང་དོར་སྤོགས་ཀྱི་གྲོལ་བ་སྤོགས་རེ་ཐོང་། །སྤང་དོར་ཅི་ཡང་མ་བྱས་ལམ་མ་བཅོལ། །འབྲས་བུ་  
 །ཅི་ཡང་མ་མཐོང་རེ་དོགས་ཞི། །སྤོ་བཏགས་རིགས་པས་བརྟུན་གྱི་མགོ་སྐྱོར་སངས། །དེ་ཡང་ནང་དུ་  
 །གཟིགས་ལ་སེམས་མ་ཐོང་། །དེ་མེད་སངས་རྒྱས་སེམས་ཅན་སུས་བསྐྱེད་པ། །ཐམས་ཅད་མཉམ་ཉིད་  
 །ཡིན་ཏེ་དེ་ཡང་མིང་། །མིང་ཅོམ་བཏགས་པ་ཅོམ་ལ་མ་ཞེན་མཛོད། །རྒྱུ་ཡིས་ཅི་བསྐྱེད་འབྲས་བུ་དེ་འབྲ་  
 །ན། །བྱས་པའི་ཚོས་ཀྱི་འབྲས་བུ་འདུས་བྱས་ཡིན། །མ་བྱས་ཚོས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཅི་ཞིག་འཚོལ། །བརྟུན་  
 །གྱིས་བརྟུན་བྱས་ནམ་ཞིག་བཅིང་འགྱུར་ན། །སྤོ་གྲོས་ཅན་དག་བྱེད་མཁན་ལྷུངས་ཚོད་དང་། །ལམ་ལ་མི་  
 །སྤོས་རང་གིས་ཐག་ཚོད་ཀྱིས། །ནམ་མཁའི་མཚན་ཉིད་འདི་ནི་མཚར་བར་འདུག། །བྱིས་པའི་ཚེད་མོ་རྒྱན་ལ་  
 །ཅང་བདེན་ནམ། །ཀུན་རྗེ་བ་བདེན་པར་མཁའས་པས་ཅང་འཛིན་ནམ། །ཚོས་དང་ཚོས་མིན་ཡེ་ནས་གཉིས་  
 །མཚིས་སམ། །མེད་ན་མཐོང་མཁན་དེ་རང་འབྲུལ་པར་ཟད། །ཡེངས་པའི་ཚོ་ན་འབྲུལ་པ་རང་མཚན་པ། །  
 །དེ་ཚོ་དོ་བོ་གུད་ནས་ཐོབ་པ་ཞིག། །དེ་འབྲུལ་གང་དེ་གཉིས་ཚོས་མ་རིག་པས། །སྤོ་ལ་ཐོབ་ཤོར་དེ་ནི་ངས་མ་  
 །རྟོགས། །གཉིས་ཚོས་ཡོད་ན་སྤང་དོར་རིག་པ་ལ། །མེད་པར་བྱེད་པ་དེ་རང་སྤྱོན་ཅན་ཡིན། །ཡོན་ས་  
 །འབྲུལ་ན་གྲོལ་བ་གུད་ན་མེད། །ཡོ་གྲོལ་སྤོ་བུར་དྲི་མ་གལ་མཚིས། །ཉལ་ །འཇོ་བདུད་པར་གྱུར་ན་ཐེར་རླུག་  
 །སྐྱུར་དུ་མེད། །ཚད་པར་གྱུར་ན་གང་ནས་བཅོལ་དུ་མེད། །ཡེ་ཤེས་དེ་ནི་གང་ནའང་མ་མཚིས་ན། །ཐོབ་བྱ་  
 །ཞེན་པ་དེ་རང་འབྲུལ་མཁན་ཡིན། །ཚོ་འབྲུལ་ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའི་རྣམ་འབྲུལ་ཡིན། །ནམ་མཁའས་ཅི་ཡང་  
 །སྐྱད་ཅིག་བྱས་པ་མེད། །དེ་མཚང་རིག་ན་བཅིང་གྲོལ་གོས་པ་མེད། །གོས་པ་ཀུན་གྱིས་གོས་པར་མི་འགྱུར་  
 །སྤྱིར། །སེམས་ཅན་དུས་ནས་འབྲུལ་པ་རང་མཚན་པ། །སྐྱད་ཅིག་ཡོད་ན་གྲོལ་བ་དེར་འགྱུར་ཏེ། །སེམས་  
 །ཅན་འབྲུལ་པའི་དོ་བོ་མ་མཚིས་པས། །སངས་རྒྱས་གྲོལ་བའི་ཡེ་ཤེས་སུ་ལ་མངོན། །ནམ་མཁའི་མདུད་པས་

སུ་ཡང་བཅིང་དུ་མེད། །ནམ་མཁའ་གྲོལ་བས་སུ་ཡང་སློང་དུ་མེད། །དང་པོ་སེམས་ཅན་དམིགས་པར་མ་  
 གྱུར་བས། །སྤྱི་ནས་སངས་རྒྱས་ཡོད་པ་སུ་ཡི་ལུགས། །དང་པོ་སེམས་ཉིད་ཡོད་པར་མ་གྱུར་བས། །  
 གནས་འགྲུ་ཡེ་ཤེས་དེ་ནི་སུ་ལ་རིག། །དེས་ན་བྱས་དང་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་ཀུན། །ནམ་མཁའི་སོ་ནམ་དཀའ་  
 ལས་ཉིད་དུ་ཟེད། །དེ་ལྟར་རིག་ན་མ་བྱས་ལམ་ཀུན་འགྲུབ། །བར་སྣང་ངོས་ལ་རྩལ་བྲོད་རྟེན་མེད་  
 བཞིན། །འདུས་མ་བྱས་ལ་བག་ཆགས་རྟེན་མི་འབྱུང། །གཉིས་སྣང་རབ་རིབ་དབང་པོའི་སྐྱོན་ཡིན་  
 ལྟར། །དག་སྤྱི་བྱེད་པ་སེམས་ཀྱི་རང་སྐྱོན་ཡིན། །གང་དུ་འང་མི་བྱེད་སྐྱོན་ཡོན་གོས་མི་འགྱུར། །ཅིར་  
 ཡང་མི་འཛིན་གོལ་སར་སུ་ཞིག་ལྟུང། །ཞེ་འདོད་མེད་པར་རེ་དོགས་ཅི་ལས་བྱུང། །ལྟ་བུ་མེད་པར་མཐོ་  
 དམའ་སུ་ཡིས་འདོགས། །འདུ་ཤེས་ཉིད་ཀྱིས་དེ་རང་མ་བཅིངས་ན། །དེ་རང་སློང་སྤྱིར་གཞན་ཞིག་ཅི་ཡང་  
 མེད། །མེད་བཞིན་སྣང་བ་ནམ་མཁའི་ཚོ་འཕྲལ་ཡིན། །ཤེས་པས་གྲོལ་བ་མི་ལམ་སད་པ་ཡིན། །སྣ་  
 ཚོགས་སྣང་བ་སློང་པའི་རི་མོ་ཡིན། །དོན་དུ་འཛིན་པ་བྱིས་ །། རྟོག་པའི་རང་རྩལ་ཡིན། །སྐྱོན་ཡོན་མེད་པ་  
 སྐྱུ་མའི་རང་གཟུགས་ཡིན། །ནམ་མཁའི་ལྟང་མོ་འདི་ཀ་མཚར་བར་གདལ། །བལྟ་ཤེས་ཅན་ལ་ནམ་མཁའི་  
 ལྟང་མོ་ཆེ། །སྐྱོམ་ཉམས་ཅན་ལ་སྣ་ཚོགས་ལམ་དུ་ཆེ། །གདམས་ངག་ཅན་ལ་འགལ་ལྷན་གྲོགས་སུ་  
 ཆེ། །འདི་འདྲའི་རྩལ་ལུགས་བྱིས་པའི་རང་བཞིན་ཡིན། །གཏང་ས་མེད་པར་སྤུལ་པར་བཏང་བ་ཡིན། །  
 གཟུང་བ་མེད་པར་དྲན་འཛིན་བོར་བ་ཡིན། །བསྐྱོམ་མེད་ངང་ལ་ཐ་མལ་ལུས་པ་ཡིན། །བདག་པོ་མེད་པས་ཅི་  
 དགའ་ལྷུ་དགའ་ཡིན། །ཉེ་ཉེ་ནམ་མཁའ་ཅི་ཡང་བྱས་པ་མེད། །འོན་ཀྱང་ཚོ་འཕྲལ་ནམ་མཁའི་རྣམ་འགྱུར་  
 ཡིན། །གཟུགས་ནས་རྣམ་མཁུན་ནམ་མཁའི་རི་མོ་ཡིན། །ནམ་མཁའ་འདི་ལས་མཐུ་སྟོབས་ཆེ་མ་  
 མཐོང་། །སློང་པའི་རྣམ་འགྱུར་འདི་ཙམ་གང་ཤོད་ན། །སེམས་ཀྱི་འཆར་སློའདི་ཙམ་ཅི་ལ་སྐྱེས། །ཏྲིག་  
 པའི་རྣམ་གངས་འདི་ཙམ་གང་ནས་ཤར། །སྐྱོམ་ཆེན་པ་དེ་འདོད་པའི་གལ་དུ་རྒྱུང། །འདི་འདྲ་མཐོང་བས་སྐྱུ་  
 མའི་སྐྱེས་བུ་རྒྱུད། །ཅི་ཡང་ཐོབ་པ་མེད་པའི་བདེ་སྐྱིད་དང་། །ཐམས་ལེགས་པས་ཚོག་པའི་ཉམས་ལེན་  
 འདི། །སངས་རྒྱས་མི་གཟུགས་ཅན་གྱི་རིན་ལས་རྟེན། །དེ་གང་བྱུང་ཚོག་པ་འདི་རང་མཚར། །འབྲས་  
 བུ་རེ་དོགས་མེད་པའི་ཁོང་གཅོང་ཞི། །གནས་འགྲུ་འདམ་ཁ་མེད་པས་གང་བྱུང་ཚོག་ །དྲན་པའི་འཚོ་སྐྱོང་  
 མེད་པས་ཡོངས་དོགས་མེད། །མཉམ་རྗེས་རེས་མོར་མེད་པས་བྱུན་མཚམས་བྲལ། །གང་བྱུང་ཚོས་ཀྱི་  
 དབྱིངས་ལ་སྤང་དོར་མེད། །ཐམས་ཅད་སློབ་བཏབས་ཡིན་པའི་རྩལ་སྤུགས་རིག་ །སློབ་དོགས་སེམས་ལ་ཚོད་  
 དང་སྐྱོམ་ཆེན་ཀུན། །སེམས་ལས་ཚོས་གཞན་མེད་པར་ཤེས་ནས་མཆིས། །སེམས་ །། བོ་ཉིད་གཞི་རྩ་  
 མེད་པར་རྟོགས་པར་ངེས། །སྐྱོམ་མེད་ཡོངས་མེད་གནད་ཅིག་འཆར་བར་མཆིས། །སྤངས་ཐོབ་མེད་པའི་  
 དོན་གཅིག་རྟོགས་པར་མཆིས། །སྤྱོད་སྤྱོད་ཅིག་འཁོར་བར་འབྱུངས་མ་མཐོང་། །ད་ལྟ་སྤྱི་རྒྱུ་ཆད་སྤྱོད་ཅིག་  
 གྲོལ་མ་རིག། །གཉིད་ལས་སད་པའི་མི་ལམ་རང་ཡལ་ལྟར། །རྩལ་སྤུགས་རིག་པས་འབྲལ་གྲོལ་མི་ལམ་

སངས་། སྒྲོམ་ཚེན་རྣམས་ལ་མགོ་འབྲུམས་ཅི་བྱུང་ན། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་འབྲུལ་པ་སྲུང་བསྐྱབས་  
 ལ། འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གྲོལ་བ་གང་ནས་བཅའ། བདེ་ཚེན་རང་ངོ་ཤེས་པའི་དམ་པ་རྣམས། །  
 བཅིངས་གྲོལ་གོལ་ས་མེད་པའི་ངང་རྒྱལ་ཡིན། བཀའ་དེ་རིག་ཀུན་ལ་དེ་ལྟར་གསལ། བར་དུ་སྒྲོམ་  
 ཤིག་རང་ལ་ཡང་དང་ཡང་། ལྷ་མཁའ་བལྟས་པས་རང་མཚང་རང་གིས་རིག། རྒྱུ་མཚན་ཤེས་པས་  
 བཅིངས་གྲོལ་འདག་པ་ཡིན། བར་པས་ཐོབ་དང་ཡངས་པས་འབྲུལ་པ་རྣམས། སྒྲོ་ཡིས་བབྱུང་མོད་དོན་ལ་  
 ཐོབ་ཤོར་མེད། འཁོར་འདས་གཉིས་སུ་སྒྲོ་ཡིས་ནན་གྱིས་བབྱུང་། འདག་སྒྲིག་གཉིས་ཀྱི་བདེ་སྲུག་གཉིས་སུ་  
 མྱོང་། བདེ་སྲུག་སྐྱེད་དུས་དོན་ལ་ཅི་ཡང་མེད། མངར་བ་ཞིམ་མོད་སྐྱུར་བའང་ཞིམ་པར་འཛིན། སྒྲོ་  
 ཡིས་བབྱུང་བ་ཉིད་ལས་དོན་ལ་མེད། ཅི་ཡང་མ་བབྱུང་ཅི་ཡང་དགོས་པ་མེད། ཅིར་ཡང་ཤར་བ་ཅིར་ཡང་  
 མི་འཛིན་པ། འཕམ་མཚོག་འདི་ལས་གོང་དུ་འཕུལ་ས་མེད། བག་ཆགས་འཐས་པའི་མི་སྐྱེད་དགུ་སྐྱེད་  
 འདི། འཛིན་མེད་གོམས་བྱས་མ་སྤངས་གནས་དག་ཡིན། སྒྲོ་ཡིས་བབྱུང་ཚད་མཚན་མའི་ས་བོན་  
 ཡིན། ཅིར་ཡང་མི་འཛིན་སྐྱེས་གྲོལ་དུས་མཉམ་ཡིན། དེ་རྣམས་ཐམས་ཅད་སྒྲོ་ཡི་སྒྲོ་བཏགས་ཡིན། །  
 སྒྲོས་ཤིག་སྒྲོས་ཤིག་ཅི་ཡང་མ་། སྒྲོ་མས་ཤིག་སྒྲོ་མས་ཤིག་ཅི་ཡང་མ་སྒྲོམ་ཞིག། མི་ལམ་  
 འདི་ལ་ཅིར་ཡང་མ་འཛིན་ཅིག། ཇི་ལྟར་བབྱུང་ཡང་དེ་རང་མཚང་རིག་ན། བཀའ་ལྟར་བྱས་ཀྱང་སྒྲོན་ཡོན་  
 གོས་པ་མེད། གོས་པ་ཀུན་གྱིས་གོས་ཀྱང་འགལ་བ་མེད། དེ་འབྲེལ་གྲོལ་ཚད་གང་ཟག་ཡས་མེད་དུ། །  
 སོང་ནས་མཚན་པར་འཛིན་པ་ཞིག་པ་ཡིན། ལམ་ན་ནང་དུ་འབྲུ་འཕྲིག་མ་ཚད་ན། ཇིས་ལ་རང་སྐྱོད་བསྟན་  
 པ་ཚོས་ཉིད་ཡིན། ཐེ་ཚོམ་ནང་དུ་ཞི་བའི་རྣམ་འཇུག་ལ། སྒྲོ་གསུམ་སྐྱོང་སྐྱོང་གཞན་གྱིས་སྒྲོས་པ་  
 གཅོད། དེས་མེད་སྐྱོང་དུ་མཚན་མའི་སྒྲོ་ཞིན་ས། སྐྱེད་དང་སྐྱོང་པས་ཕན་གཞོད་བྱས་པ་མེད། བདར་ཤ་  
 སེམས་ལ་ཚོད་ལ་གཅོད་མཁའ་སྒྲོས། འདི་ཡིས་གདམས་ངག་ཐམས་ཅད་སྒྲོན་པ་ཡིན། འདི་ཡིས་ཡོད་  
 མེད་ཐམས་ཅད་འབྲུད་པ་ཡིན། ཡིན་ལུགས་ཐམས་ཅད་འདི་ཡིས་སྒྲོན་པ་ཡིན། སྒྲོམ་མཁའ་གཏན་ལ་  
 ཐེབས་པའི་སྒྲ་མ་འདི། འདུ་འབྲུལ་མེད་པར་རང་ལ་བཞུགས་པ་ཡིན། སྒྲི་གང་མེད་པར་གཏན་དུ་འགྲོགས་  
 པ་ཡིན། སྒྲ་མ་དེ་ཡི་གསུང་ལ་ཉན་པ་ཉུང་། སྦྱིར་བལྟས་ཁ་ཡིས་ཟབ་མོའི་མཚང་མི་རིག། ཉམས་སྐྱོང་  
 མེད་པར་གནད་ཀྱི་དོན་མི་གོ། བཀའ་ལྟར་ཤོས་མི་ལ་ཚོས་མི་སྒྲོན། རྒྱུ་འབྲས་བུ་གསོད་མི་ལ་གནད་མི་  
 གསུང་། སྐྱུབ་པས་དབེན་པ་དེ་ལ་བཤའ་མི་རུང་། དེས་ན་ཚོས་ཀྱི་མདོ་དོན་ཉམས་ལེན་ཡིན། ཉམས་  
 སུབས་པའི་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཡིན། སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་ཚོས་ཀྱི་སྐྱུ་ཅན་ཡིན། ཚོས་སྐྱུ་དེ་ནི་མཚན་  
 མའི་དྲི་མ་བྲལ། ཇི་ལྟར་སྒྲོ་ཡིས་བབྱུང་བ་མཚན་མ་ཡིན། སྒྲོ་ཡིས་ཅིར་ཡང་མ་བབྱུང་ཅིར་ཡང་སྐྱེད། །  
 སྒྲོས་པའི་དྲི་མས་རྒྱུད་ལ་གོས་པ་མེད། ཐོག་མའི་འབྲུལ་པ་འདི་ནས་བྱུང་། སྒྲོ་བེད་པ་མེད། ཐམས་ཅད་གྲོལ་བ་  
 འདི་ནས་ཐོབ་པ་མེད། བར་གྱི་འབྲུལ་པ་ངོ་བོ་འདི་ཡིན་མེད། དེ་ལྟར་རིག་ན་བཅིང་གྲོལ་གོས་པ་མེད། །

སེམས་མེད་ཉོག་ལ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཡིན། རྩིས་གདབ་མེད་ན་རྣམ་ཉོག་སྒྲིབ་གྲོལ་ཡིན། ཞི་འདོད་མེད་  
 ལ་ཐམས་ཅད་མཉམ་ཉིད་ཡིན། ཉེ་ལྟར་ཉོག་ལ་སྒྲིབ་ལ་སྒྲིབ་ཆད་མེད། སྒྲིབ་འཛིན་མེད་པས་འཕོ་བའི་རྒྱལ་པོ་  
 ཡིན། མཚན་འཛིན་མེད་པས་འོད་གསལ་ཁོར་མོ་ཡུག། ཇི་སྲིད་འཛིན་པའི་རྟོག་མ་སྲིན་པར། ཉེ་  
 སྲིད་རྣམ་ཉོག་ཡོད་པས་ལས་གསོག་པས། མ་ཡིངས་བྲན་པའི་བྱ་ར་བརྟེན་པ་ལེགས། ཅི་ཞིག་གོམས་པ་  
 རྟོང་དུ་གྱུར་པའི་ཚེ། བྲན་དང་མ་བྲན་ལས་གྲོལ་འཁྲུ་འཕྲིག་སངས། རྣལ་འབྱོར་པ་ལ་རེ་དུ་གསལ་རྒྱལ་ཚམ་  
 མེད། ཉེ་ཚེ་འཁོར་འདས་ཐམས་ཅད་རྟོང་དུ་ཞིག། བསྐྱོམ་དུ་མེད་མོད་མ་ཡིངས་བསྐྱོམ་པ་དང་། ཞི་  
 གདེང་མ་ཐོབ་བར་དུ་གོམས་པ་འཚལ། ཡིན་ལུགས་སྟོན་པའི་གྲུ་མ་རང་ལྟར་ནས། མཉམ་ཇེས་མེད་པའི་  
 རྟོང་དུ་ཡན་པའི་ཚེ། ཉོན་གཉིས་གཏེར་ལ་སྒྲིབ་པ་ཚེས་ཉིད་ཡིན། ཉེས་ན་དད་དང་བརྟེན་པས་ཉམས་ལེན་  
 ལ། ཉེས་ལམ་སྒྲིབ་པར་མ་བྱས་ན། སྲིས་ནས་ཐར་བར་དཀའ་ཡོ་སྐལ་ལྷན་ཀུན། ཉེས་འབྲུངས་  
 གསུམ་ཚེས་ལ་མ་བཏོན་ཀ། ཤའི་དུས་འགྲོད་པ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཚེན་ཀུན། ཚིག་རྒྱུན་དེ་ལ་སེམས་ལ་ལུ་  
 གཏུགས་མཛོད། འཚི་དུས་ཐག་ཚོད་མེད་ན་རང་ལ་གཞོད། སྲིད་པར་འདོད་ན་ད་ལྟ་སྐྱུག་བསྐྱེན་  
 བསྐྱེད། སངས་རྒྱས་འདོད་ན་རང་སེམས་ཉོག་ལ་མཛོད། སེམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་གཤམ་པ་མཛོད་དུ་སྐྱུང་  
 བའི་མན་ངག། འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་གྱིས་སྤིང་ལ་ཨོ་ཨུ་ཨུ། རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་རྒྱུག་ཚེས་རྒྱལ་ལྷོ་འོད་  
 གཞོན་ལུས། རྣལ་འབྱོར་ཚེས་གཡུང་ལ་༼༤༩༽གསུངས་པའོ། །།འཕྱུག། །། མཉམ་མེད་རིན་པོ་ཆེའི་  
 གསུང་འབྲུམ་མཐོང་ཐོས་བྲན་རེག་འདིའི། ཀ་པ་ནས་པ་པའི་བར་གྱི་ལུ་དག་པ་ནི། བྱང་བ་རབ་འབྲུམས་མཉི་  
 ཀྱི་རྟེན་དང་། དུགས་པའི་རྒྱུ་རྫོ་ནི་ལྟར་གཉིས་ཀྱིས་བགྲིས་སོ། འདི་ལ་སྲི་བ་དང་བསྐྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་ཉེས་པ་  
 མེད་མོད་ཀྱིས། འོན་ཀྱང་བཅའ་གསལ་རྟེན་དང་དག་ཡིག་སོ་སོའི་བཞེད་པའི་དབང་གིས། མ་གོ་བ་དང་མ་  
 རིག་པ་སོགས་ཀྱིས་ཉེས་པ་འདུག་ན། གྲུ་མ་ཡི་དམ་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས། མཁའ་འགྲོ་ཚེས་སྤོང་སོགས་  
 དང་། གཞན་ཡང་དབྱུས་གཅོང་ཁམས་གསུམ་གྱི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཟོད་པར་གསོལ། ཡི་གེ་པ་ནི་ཨེ་  
 རྩོགས་མཁས་པ་ཡི། ཀུན་དགའ་རིན་ཆེན་དཔོན་སློབ་གསུམ་གྱིས་བྲིས། ཤེས་བྱ་འདི་ལ་འགྲན་རྒྱ་ཅུང་བད་  
 མེད། ཉེ་གོ་བ་འདི་ཡིས་ཚེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ། ཉེས་འབྱོར་ལུས་ཐོབ་བསྐྱེད་ལ་རབ་བྱུང་ནས། །  
 འཆད་ཚོད་ཚོམ་པས་གཞན་རྒྱུད་སྲིན་པ་དང་། ཐོས་བསམ་སྒྲིབ་པས་རང་རྒྱུད་སྲིན་པར་ཤོག། བཀྲ་ཤེས་  
 དཔལ་འབར་འཛམ་གླིང་རྒྱུན་དུ་ཤོག། །