

།ཞེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་  
 བ་བཞུགས་སོ།། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ཨ་རྟེ་ས་མ་ཡ་ཨ་ལི་ཀཱ་ར་རྒྱ་མ་བྲ་རྩུ་ལྷ་ར་མི་ཏུ་ཨུ་པ་དེ་ཤ་ཤུས་ཏུ་ཀཱ་  
 རི་ཀཱ། བོད་སྐད་དུ། ཞེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་  
 རྒྱན་ཞེས་བྱ་བའི་ཚིག་ལེའུར་བྱས་པ། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུག་འཚམ་  
 ལོ། །ཉན་ཐོས་ཞི་བ་ཚོལ་རྣམས་ཀུན་ཞེས་ཉིད་གྱིས་ཉེར་ཞེར་འབྲིད་མཛད་གང་ཡིན་དང་། །འགྲོ་ལ་པན་  
 བར་བྱེད་རྣམས་ལམ་ཞེས་ཉིད་གྱིས་འཇིག་རྟེན་དོན་སྐྱབ་མཛད་པ་གང་། །གང་དང་ཡང་དག་ལྡན་པས་  
 ཟུབ་རྣམས་རྣམ་པ་ཀུན་ལྡན་སྣ་ཚོགས་འདི་གསུངས་པ། །ཉན་ཐོས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚོགས་བཅས་  
 སངས་རྒྱས་གྱི་ནི་ཡུམ་དེ་ལ་བྱུག་འཚམ། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཉིད་ལམ། །སྟོན་པས་འདི་ལས་  
 བཤད་པ་གང་། །གཞན་གྱིས་སྲོང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། །ཚོས་སྲོད་བཅུ་ཡི་བདག་ཉིད་གྱི། །མདོ་དོན་བྲན་པ་ལ་  
 བཞག་ནས། །སློ་དང་ལྡན་པས་མཐོང་འགྲུར་སྲིད། །བདེ་སྐྱབ་ཏུ་ནི་རྟོགས་པ་ཞེས། །བྱ་བ་རྩོམ་པའི་  
 དགོས་པ་ཡིན། །ཞེས་རབ་པ་རོལ་བྱིན་པ་ནི། །དངོས་པོ་བརྒྱད་གྱིས་ཡང་དག་བཤད། །རྣམ་ཀུན་མཁྱེན་  
 ཉིད་ལམ་ཞེས་ཉིད། །དེ་ནས་ཐམས་ཅད་ཞེས་པ་ཉིད། །རྣམ་ཀུན་མངོན་རྫོགས་རྟོགས་པ་དང་། །ཅེ་མོར་  
 བྱིན་དང་མཐར་གྱིས་པ། །སྐད་ཅིག་གཅིག་མངོན་རྫོགས་བྱང་ཆུབ། །ཚོས་གྱི་སྐུ་དང་དེ་རྣམ་  
 བརྒྱད། །སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་གདམས་ངག་དང་། །དེས་འབྱེད་ཡན་ལག་རྣམ་བཞི་དང་། །སྐྱབ་པ་ཡི་ནི་  
 རྟེན་གྲུར་པ། །ཚོས་གྱི་དབྱིངས་གྱི་རང་བཞིན་དང་། །དམིགས་པ་དག་དང་ཆེད་དང་ནི། །གོ་ཆ་འཇུག་  
 པའི་བྱ་བ་དང་། །ཚོགས་ནི་དེས་པར་འབྱུང་བཅས་རྣམས། །ཟུབ་པའི་རྣམ་ཀུན་མཁྱེན་པ་ཉིད། །མོག་མོག་  
 པོར་བྱེད་ལ་སོགས་དང་། །སློབ་མ་བསེ་རུའི་ལམ་གང་དང་། །འདི་དང་གཞན་པའི་ཡོན་ཏུན་གྱིས། །པན་  
 ཡོན་ཆེ་བ་མཐོང་བའི་ལམ། །བྱེད་པ་དང་ནི་མོས་པ་དང་། །བསྟོད་དང་བཀུར་དང་བསྐྱབས་པ་  
 དང་། །བསྟོད་དང་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ། །ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྐྱ་མེད་དག། །སྐྱབ་དང་ཤིན་ཏུ་དག་པ་ཞེས། །བྱ་བ་

འདི་ནི་སྒོ་མ་པའི་ལམ།      །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མཁས་རྣམས་ཀྱི།      །ལམ་ཤེས་ཉིད་ནི་དེ་འདྲར་  
 བཤད། །ཤེས་པས་སྲིད་ལ་མི་གནས་ཤིང་། །སྤྱིང་རྗེས་ཞི་ལ་མི་གནས་དང་། །ཐབས་མ་ཡིན་པས་རིང་བ་  
 དང་། །ཐབས་ཀྱིས་རིང་བ་མ་ཡིན་ཉིད། །མི་མཐུན་གཉེན་པོའི་ཕྱོགས་དག་དང་། །སྦྱོར་དང་དེ་ཡི་མཉམ་  
 ཉིད་དང་། །ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་མཐོང་བའི་ལམ། །དེ་འདྲ་ཀུན་ཤེས་ཉིད་དུ་འདོད། །རྣམ་པ་སྦྱོར་བར་  
 བཅས་རྣམས་དང་། །ཡོན་ཏན་སྦྱོན་ནི་མཚན་ཉིད་བཅས། །ཐར་དང་ངེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་དང་། །སྦྱོབ་པ་  
 ཕྱིར་མི་ཕྱོག་པའི་ཚོགས། །སྲིད་དང་ཞི་བ་མཉམ་ཉིད་དང་། །ཞིང་དག་སྐྱ་ན་མེད་པ་ནི། །རྣམ་ཀུན་མངོན་  
 རྗེས་ཉོགས་པ་སྟེ། །འདི་ནི་ཐབས་མཁས་བཅས་པ་ཡིན། །དེ་ཡི་ཉུགས་དང་རྣམ་འཕེལ་དང་། །བརྟན་  
 དང་སེམས་ཀུན་གནས་པ་དང་། །མཐོང་ཞེས་བྱ་དང་སྒོ་མ་པ་ཞེས། །བྱ་བའི་ལམ་ནི་སོ་སོ་ལ། །རྣམ་པར་  
 ཉོག་པ་རྣམ་བཞི་ཡི། །གཉེན་པོ་རྣམ་པ་བཞི་དང་ནི། །བར་ཆད་མེད་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན། །ལོག་པར་སྐྱབ་  
 དང་བཅས་པ་ནི། །རྗེ་མོའི་མངོན་རྟོགས་མཐར་ཕྱིས་པ། །རྣམ་གསུམ་རྣམ་བཅུ་སྐྱད་ཅིག་ལ། །གཅིག་  
 གིས་མངོན་རྗེས་བྱང་ཆུབ་པ། །མཚན་ཉིད་ཀྱིས་ནི་རྣམ་པ་བཞི། །དོ་བོ་ཉིད་ཡོངས་རྗེས་བཅས་  
 དང་། །དེ་བཞིན་གཞན་པ་སྐྱུལ་པ་ནི། །ཚོས་སྐྱ་མཛད་པ་དང་བཅས་པ། །རྣམ་པ་བཞིར་ནི་ཡང་དག་  
 བཟོད། །སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་དོན་ཕྱིར། །ཡང་དག་རྗེས་པའི་བྱང་ཆུབ་འདོད། །དེ་དང་དེ་ནི་མདོ་  
 བཞིན་དུ། །བསྐྱུས་དང་རྒྱས་པའི་སྒོ་ནས་བཟོད། །དེ་ཡང་ས་གསེར་རྩ་བ་མེ། །གཉེར་དང་རིན་ཆེན་འབྱུང་  
 གནས་མཚོ། །དོ་རྗེ་རི་སྐྱོན་བཤེས་གཉེན་དང་། །ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ཉི་མ་སྟེ། །རྒྱལ་པོ་མངོན་དང་ལམ་  
 པོ་ཆེ། །བཞོན་པ་བཞོད་པའི་ཆུ་དང་ནི། །སྐྱ་རྟན་ཆུ་པོ་སྤྲིན་རྣམས་ཀྱིས། །རྣམ་པ་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཉིས་  
 སོ། །སྐྱབ་དང་བདེན་པ་རྣམས་དང་ནི། །སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་དགོན་མཚོག་གསུམ། །མ་ཞེན་ཡོངས་སུ་  
 མི་ངལ་དང་། །ལམ་ནི་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་དང་། །སྐྱོན་ལྡན་དེ་མངོན་ཤེས་ཀྱི། །ཡོན་ཏན་རྣམས་དང་  
 མཐོང་ལམ་དང་། །བསྒོམ་ཞེས་བྱ་ལ་གདམས་ངག་ནི། །བརྟུ་ཡི་བདག་ཉིད་ཤེས་པར་བྱ། །དབང་པོ་རྒྱལ་

དང་ཚོན་པོ་དང་། །དད་དང་མཐོང་ཐོབ་རིགས་ནས་རིགས། །བར་ཆད་གཅིག་པར་སྐྱེས་ནས་དང་། །བྱེད་  
 དང་བྱེད་མིན་ལོག་མིན་འགྲོ། །འཕར་གསུམ་སྲིད་ཅེ་འཕར་སྐྱབ་འགྲོ། །གཟུགས་ཀྱི་ཆགས་བཅོམ་མཐོང་  
 བ་ཡི། །ཚོས་ལ་ཞི་ལུས་མངོན་སུམ་བྱེད། །བསེ་རུ་དང་ནི་ཉི་ཤུ་ལོ། །དམིགས་པ་དང་ནི་རྣམ་པ་  
 དང་། །རྒྱ་དང་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་ཡིས། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྐྱོབ་པ་ཡི། །དོད་སོགས་བདག་ཉིད་རི་  
 བཞིན་དུ། །རྣམ་རྟོག་བཞི་པོ་ལྡན་བཞེན་པ། །ཆུང་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོ་རྣམས། །ཉན་ཐོས་བསེ་རུ་ལྟ་བུ་  
 དང་། །བཅས་པ་དག་ལས་བྱུང་བར་འཕགས། །དམིགས་པ་མི་རྟག་ལ་སོགས་པ། །བདེན་པའི་རྟོན་ཅན་  
 དེ་ཡི་ནི། །རྣམ་པ་མངོན་ཞེན་ལ་སོགས་འགོག། །ཐེག་པ་གསུམ་ཆར་འཐོབ་པའི་རྒྱ། །གཟུགས་སོགས་  
 འདུ་འགོད་གནས་བྲལ་དང་། །གནས་དང་བརྟགས་དང་བརྗོད་དུ་མེད། །གཟུགས་སོགས་མི་གནས་དེ་  
 དག་ནི། །དེ་ཡི་ངོ་བོ་རང་བཞིན་མེད། །དེ་དག་གཅིག་གི་རང་བཞིན་གཅིག། །དེ་མི་རྟག་སོགས་པར་མི་  
 གནས། །དེ་རྣམས་དེ་ཡི་ངོ་བོས་སྦྱོང་། །དེ་དག་གཅིག་གི་རང་བཞིན་གཅིག། །ཚོས་རྣམས་མི་འཛིན་གང་  
 ཡིན་དང་། །དེ་དག་མཚན་མར་མི་མཐོང་བྱིར། །ཤེས་རབ་ཀྱིས་ནི་ཡོངས་རྟོགས་པ། །ཐམས་ཅད་  
 དམིགས་སུ་མེད་པར་ངོ། །གཟུགས་སོགས་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་ཉིད། །དེ་མེད་བ་ཉིད་ངོ་བོ་ཉིད། །དེ་དག་སྐྱེ་  
 མེད་ངེས་འབྱུང་མེད། །དག་དང་དེ་དག་མཚན་མ་མེད། །དེ་ཡི་མཚན་མར་མི་བཞེན་པས། །མོས་མིན་འདུ་  
 ཤེས་མེད་པ་ཡིན། །ཉིང་འཛིན་དེ་ཡི་བྱེད་པ་ཉིད། །ལུང་སྟོན་པ་དང་རྣོ་པ་ཟད། །གསུམ་པོ་པན་ཚུན་ངོ་  
 བོ་གཅིག། །ཉིང་འཛིན་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ། །དེ་ལྟར་ངེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་ནི། །ཆུང་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོ་  
 ཡིན། །གཞི་དང་དེ་ཡི་གཉེན་པོ་ཡིས། །གཟུང་བར་རྟོག་པ་རྣམ་པ་གཉིས། །ཚོངས་དང་སྤང་སོགས་བྱེ་  
 བྲག་གིས། །དེ་ནི་སོ་སོར་རྣམ་པར་དགུ། །རྣམ་དང་བརྟགས་པའི་རྟོན་ཅན་གྱིས། །འཛིན་པའང་རྣམ་པ་  
 གཉིས་སུ་འདོད། །རང་དབང་བདག་སོགས་ངོ་བོ་དང་། །སྤང་སོགས་རྟོན་ལས་དེ་བཞིན་ནོ། །སེམས་མི་  
 འགོང་བ་ཉིད་ལ་སོགས། །ངོ་བོ་ཉིད་མེད་སོགས་སྟོན་བྱེད། །དེ་ཡི་མི་མཐུན་སྤྱོད་སོགས་པོར་བ། །རྣམ་པ་ཀུན་

ཏུ་ཡོངས་འཛིན་ཡིན། །རྟོགས་པ་ཡི་ནི་ཚོས་དྲུག་དང་། །གཉེན་པོ་དང་ནི་སྤོང་བ་དང་། །དེ་དག་ཡོངས་སུ་  
 གཏུགས་པ་དང་། །ཤེས་རབ་སྣོང་བཅེར་བཅས་པ་དང་། །སློབ་མ་སྣུན་མོང་མིན་ཉིད་དང་། །གཞན་གྱི་  
 དོན་གྱི་གོ་རིམ་དང་། །ཡེ་ཤེས་རྩོལ་བ་མི་མངའ་བར། །འདུག་པའི་རྟེན་ལ་རིགས་ཤེས་བྱ། །ཚོས་གྱི་  
 དབྱིངས་ལ་དབྱེར་མེད་སྲིད། །རིགས་ནི་ཐ་དད་རུང་མ་ཡིན། །རྟེན་པའི་ཚོས་གྱི་བྱེ་བྲག་གིས། །དེ་ཡི་  
 དབྱེ་བ་ཡོངས་སུ་བརྗོད། །དམིགས་པ་ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དེ། །དེ་ཡང་དགོ་ལ་སོགས་པ་ཡིན།  
 འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་རྟོགས་པ་དང་། །གང་དག་འཇིག་རྟེན་འདས་འདོད་དང་། །ཟག་བཅས་ཟག་པ་མེད་ཚོས་  
 དང་། །གང་དག་འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས། །སློབ་མ་སྣུན་མོང་ཚོས་རྣམས་དང་། །གང་དག་སྐབ་པའི་  
 སྣུན་མོང་མིན། །སེམས་ཅན་ཀུན་མཚོག་ཉིད་སེམས་དང་། །སྤངས་དང་རྟོགས་དང་གསུམ་པོ་ལ། །ཆེན་  
 པོ་གསུམ་གྱི་རང་བྱུང་གི། །ཆེད་དུ་བྱ་བ་འདི་ཤེས་བྱ། །དེ་དག་སོ་སོར་སྦྱིན་ལ་སོགས། །རྣམ་པ་དྲུག་ཏུ་  
 བསྐྱུས་པ་ཡིས། །གོ་ཚའི་སྐྱབ་པ་གང་ཡིན་དེ། །དྲུག་ཚན་དྲུག་གིས་རི་བཞིན་བཤམ། །བསམ་གཏན་  
 གཟུགས་མེད་སྦྱིན་སོགས་དང་། །ལམ་དང་བྱམས་ལ་སོགས་པ་དང་། །དམིགས་པ་མེད་དང་ལྡན་པ་  
 དང་། །འཁོར་གསུམ་རྣམ་པར་དག་པ་དང་། །ཆེད་དུ་བྱ་དང་མངོན་ཤེས་དྲུག་ །རྣམ་ཀུན་མཁྱེན་པའི་ཚུལ་  
 ལ་ནི། །འདུག་པའི་སྐྱབ་པ་ཐེག་ཆེན་ལ། །འཇིགས་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ། །བརྟེ་དང་སྦྱིན་ལ་སོགས་  
 པ་དྲུག་ །ཞི་གནས་ལྷག་མཐོང་བཅས་པ་དང་། །ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་ལམ་གང་དང་། །ཐབས་ལ་མཁས་པ་  
 གང་ཡིན་དང་། །ཡེ་ཤེས་དང་ནི་བསོད་ནམས་དང་། །ལམ་དང་གཟུངས་དང་ས་བཅུ་དང་། །གཉེན་པོ་  
 ཚོགས་གྱི་སྐྱབ་པ་ཡི། །རིམ་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ། །ཡོངས་སུ་སྤོང་བ་རྣམ་བཅུ་ཡིས། །ས་ནི་དང་པོ་  
 འཕྲོ་འགྲུང་ཉེ། །བསམ་དང་པན་པའི་དངོས་ཉིད་དང་། །སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་སེམས་མཉམ་  
 ཉིད། །གཏོང་དང་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པ་དང་། །དམ་ཚོས་དམིགས་པ་ཚོལ་བ་དང་། །རྟག་ཏུ་ངེས་འབྱུང་  
 སེམས་ཉིད་དང་། །སངས་རྒྱས་སྐྱུང་འདོད་དགའ་བ་དང་། །ཚོས་སྦྱོན་པ་དང་བདེན་པ་ཡི། །ཆོག་ནི་བཅུ་

བ་ཡིན་པར་འདོད། །འདི་དག་རང་བཞིན་མི་དམིགས་པས། །ཡོངས་སུ་སྐྱོད་བར་ཤེས་པར་བྱ། །ཚུལ་  
 གྲིམས་བྱས་པ་གཞོ་དང་བཟོད། །རབ་ཏུ་དགའ་དང་སྡིང་བཅེ་ཚོ། །བཀུར་སྟེ་སྒྲ་མ་ལ་གྲུས་ཉན། །བརྒྱད་པ་  
 སྐྱེན་ལ་སོགས་ལ་བཅོམ། །ཐོས་པས་མི་ངོམས་ཉིད་དང་ནི། །ཟང་ཟིང་མེད་པར་ཚོས་སྐྱེན་དང། །སངས་  
 རྒྱལ་ཞིང་ཀུན་སྐྱོད་བ་དང། །འཁོར་བས་ཡོངས་སུ་མི་སྐྱོད་དང། །དོ་ཚ་ཁྲིལ་ཡོད་ཅེས་བྱ་བ། །རྣོམ་མེད་  
 བདག་ཉིད་དེ་རྣམ་ལྷ། །ནགས་གནས་འདོད་ཚུང་ཚོག་ཤེས་དང། །སྐྱུངས་པ་ཡང་དག་སྒོམ་བརྟེན་  
 དང། །བསྐྱབ་པ་ཡོངས་སུ་མི་གཏོང་དང། །འདོད་པ་རྣམས་ལ་སྐྱོད་པ་དང། །སྐྱུང་ན་འདས་དང་བདོག་  
 ཀུན་གཏོང། །མི་ལྷུམ་པ་དང་ལྟ་བ་མེད། །འདྲིས་དང་གྲིམ་ལ་འཁྲེན་པ་དང། །འདུ་འཇོམ་འགྲུར་པའི་  
 གནས་དང་ནི། །བདག་བསྟོད་གཞན་ལ་བརྟེན་པ་དང། །མི་དགའི་ལས་ཀྱི་ལམ་བཅུ་དང། །རྣོམ་པས་  
 ཁེངས་དང་བྱིན་ཅི་ལོག། །རྣོ་རན་དང་ནི་ཉོན་མོངས་བཟོད། །བཅུ་པོ་འདི་ནི་རྣམ་སྐྱེངས་ན། །ས་ལྷ་པ་ནི་  
 ཡང་དག་འཕྲོག། །སྐྱེན་དང་ཚུལ་གྲིམས་བཟོད་བཅོམ་འགྲུས། །བསམ་གཏུན་ཤེས་རབ་རབ་རྫོགས་  
 པས། །སྐྱོབ་མ་དང་ནི་བསེ་བྱུ་ལ། །དགའ་དང་སྐྱག་པའི་སེམས་སྐྱེངས་པ། །བསྐྱེངས་ན་མི་ལྷུམ་བདོག་པ་  
 ཀུན། །བཏང་ཡང་མི་དགའ་མེད་པ་དང། །དབུལ་ཡང་སྐྱོད་བ་མི་སྐྱོད་བས། །ས་ནི་བྱུག་པ་ཡང་དག་  
 འཕྲོག། །བདག་དང་སེམས་ཅན་འཇོན་པ་དང། །སྐྱོག་དང་གང་ཟག་ཆད་ཉན་དང། །མཚན་མ་རྒྱ་དང་  
 སྐྱུང་པོ་དང། །ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་དག་དང་ནི། །ཁམས་གསུམ་པོ་ལ་གནས་དང་ཆགས། །སེམས་ནི་  
 ཀུན་ཏུ་ལྷུམ་པ་དང། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་ཚུལ་གྲིམས་ལ། །དེར་ལྟ་བ་ཡི་མངོན་ཞེན་དང། །སྐྱོད་པ་  
 ཉིད་ལ་ཚོད་པ་དང། །དེ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་པ་ནི། །ཉི་ཤུ་གང་ལ་རྣམ་ཆད་པ། །དེ་ཡིས་ས་ནི་བདུན་པ་  
 འཕྲོག། །རྣམ་ཐར་སྐྱོ་གསུམ་ཤེས་པ་དང། །འཁོར་གསུམ་རྣམ་པར་དག་ཉིད་དང། །སྐྱིང་རྗེ་དང་ནི་རྣོམ་  
 མེད་དང། །ཚོས་མཉམ་ཉིད་དང་ཚུལ་གཅིག་ཤེས། །མི་སྐྱེ་བ་དང་བཟོད་ཤེས་དང། །ཚོས་རྣམས་རྣམ་པ་  
 གཅིག་ཏུ་སྟོན། །རྟོག་པ་ཀུན་ཏུ་འཇོམས་པ་དང། །འདུ་ཤེས་ལྟ་དང་ཉོན་མོངས་སྐྱོད། །ཞི་གནས་དེས་



དག་མི་དམིགས་པས། །ཅེ་མོར་གྱུར་པ་དག་ཏུ་འདོད། །དེ་ལ་རྟག་ལ་སོགས་ཚུལ་གྱིས། །གནས་པ་  
 བཀག་པས་བཟོད་པ་རྣམས། །ས་བཅུ་དག་ལས་བཅུམས་ནས་ནི། །མི་གནས་རྒྱས་པར་བསྟན་པ་  
 ཡིས། །ཚོས་ཀྱི་མཚོག་ཏུ་འགྱུར་བ་འད་དེ། །ཅི་ཕྱིར་ཞེ་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱིས། །མཁུན་ནས་ཚོས་རྣམས་མ་  
 གཟིགས་ཕྱིར། །རང་བྱུང་བདག་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། །གཞན་གྱིས་བསྟན་ཡང་མི་དགོས་ལ། །བསེ་བུ་  
 ལྟ་བུའི་ཡེ་ཤེས་ནི། །ཟབ་པ་ཉིད་ཏུ་མངོན་པར་བརྗོད། །གང་གང་དོན་ནི་གང་གང་ལ། །རི་ལྷ་རི་ལྷར་ཉན་  
 འདོད་པ། །དེ་དེ་ལ་དོན་དེ་དང་དེ། །སྐྱ་མེད་ཀྱང་དེ་དེ་ལྟར་སྤང། །གཟུང་དོན་རྟོག་པ་སྤོང་ཕྱིར་  
 དང། །འཛིན་པ་མི་སྤོང་ཕྱིར་དང་ནི། །རྟོན་གྱིས་བསེ་བུ་ལྟ་བུའི་ལམ། །ཡང་དག་བསྐྱུས་པར་ཤེས་པར་  
 བྱ། །བཏགས་པའི་ཚོས་ཉིད་མི་འགལ་བར། །སྟོན་པའི་རྣམ་པ་རྟོར་གྱུར་པ། །ཅེ་མོར་གྱུར་པ་གཟུགས་ལ་  
 སོགས། །འགྲིབ་པ་མེད་ལ་སོགས་པས་སྟེ། །ནང་སྤོང་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ཡིས། །གཟུགས་སོགས་མི་  
 འཛིན་ཕྱིར་བཟོད་པ། །གཟུགས་སོགས་སྐྱེ་བ་མེད་སོགས་ཀྱི། །རྣམ་པ་ཅན་ནི་ཚོས་ཀྱི་མཚོག། །བདེན་  
 དང་བདེན་ལ་བཟོད་པ་དང། །ཤེས་པའི་སྐྱད་ཅིག་རྣམ་བཞི་ཡིས། །ལམ་ཤེས་ཉིད་ལ་མཐོང་བའི་  
 ལམ། །ཕན་ཡོན་བཅས་པ་འདི་བཤད་དོ། །དེ་བཞིན་ཉིད་དང་སངས་རྒྱས་དག། །ཕན་ཚུན་བརྟེན་པ་རྟེན་  
 མེད་ཕྱིར། །རྣམ་གྲངས་ཁས་མི་ལེན་པ་དང། །ཚེན་སོ་ཚད་མ་མེད་བཅས་དང། །ཚད་མེད་པ་དང་མཐའ་  
 མེད་དང། །དེར་གནས་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ། །སངས་རྒྱས་ཉིད་ཏུ་ངེས་འཛིན་དང། །སྤང་མེད་དོར་  
 བ་མེད་སོགས་དང། །བྱམས་ལ་སོགས་པ་སྤོང་ཉིད་དང། །སངས་རྒྱས་ཉིད་ནི་འཕྲོག་པ་དང། །རྣམ་པར་  
 བྱང་ཀུན་ཡོངས་བསྐྱུས་དང། །ཉམ་ང་བ་དང་ནད་ཀུན་སེལ། །མྱ་ངན་འདས་འཛིན་ཞི་ཉིད་དང། །སངས་  
 རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱུང་ལ་སོགས། །སློག་མི་གཅོད་པ་ལ་སོགས་པ། །རྣམ་པ་ཀུན་མཁུན་ཚུལ་ལ་  
 ནི། །བདག་ཉིད་གནས་ཏེ་སེམས་ཅན་དག། །འགོད་དང་སྐྱེན་པ་ལ་སོགས་པ། །རྫོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་ཏུ་  
 བསྐྱོ་བ། །ལམ་ཤེས་ཉིད་ཀྱི་སྐྱད་ཅིག་ལ། །ཀུན་ནས་ཞི་དང་ཐམས་ཅད་ལ། །བདུད་དང་ཉོན་མོངས་ལས་

རྒྱལ་དང་། །གནོད་པས་བརྗེ་བ་མེད་ཉིད་དང་། །བྱང་ཆུབ་དང་ནི་རྟེན་མཚོད་ཉིད། །མོས་པ་རང་གི་དོན་  
 དང་ནི། །རང་གཞན་དོན་དང་གཞན་དོན་དང་། །རྣམ་གསུམ་ཤེས་བྱ་དེ་ཡང་ནི། །ཆུང་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་  
 པོ་སྟེ། །སོ་སོར་རྣམ་པ་གསུམ་ཏུ་འདོད། །ཆུང་ཏུ་འཛིན་ཆུང་སོགས་དབྱེ་བ་ཡིས། །དེ་ཡང་རྣམ་གསུམ་དེ་  
 ལྟར་ན། །རྣམ་པ་ཉི་ཤུ་བདུན་ཏུ་འདོད། །ཤེས་རབ་པ་རོལ་བྱིན་པ་ལ། །མོས་པའི་གནས་སྐབས་རྣམས་ལ་  
 རི། །དགུ་ཚོན་གསུམ་གྱིས་བསྟོད་པ་དང་། །བཀུར་བ་དང་ནི་བསྐྱེད་པར་འདོད། །ཡོངས་སུ་བསྟོད་པ་  
 རྒྱད་པར་ཅན། །དེ་ཡི་བྱེད་པ་མཚོག་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་དམིགས་མེད་རྣམ་པ་ཅན། །སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་མཚོན་  
 ཉིད་དོ། །དབེན་དང་སངས་རྒྱས་བསོད་ནམས་ཚོགས། །རང་བཞིན་བྱུང་བའི་སྟོད་ལུལ་ཅན། །ཐབས་  
 བཅས་མཚོན་མ་མེད་པ་དང་། །སངས་རྒྱས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དང་། །ཁམས་གསུམ་རྟོགས་པ་མ་ཡིན་  
 དང་། །ཆུང་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོ་ཡི། །བསྟོད་པ་གཞན་ནི་རྣམ་གསུམ་པོ། །བསོད་ནམས་ཆེ་འབྱུང་བདག་  
 ཉིད་དོ། །ཐབས་དང་མི་དམིགས་པ་དག་གིས། །དགོ་བའི་རྩ་ལ་ཡི་རང་བ། །རྗེས་སུ་ཡི་རང་ཡིད་བྱེད་  
 པ། །བསྟོལ་བ་ཡིན་པར་འདིར་བརྗོད་དོ། །དེ་ཡི་ངོ་བོ་ཉིད་མཚོག་ཉིད། །ཀུན་ལ་མངོན་པར་འདུ་མི་  
 བྱེད། །ཚོས་རྣམས་དམིགས་སུ་མེད་པར་ནི། །གཏོད་པར་བྱེད་པ་དོན་ཚེན་ཉིད། །སངས་རྒྱས་བསྟེན་དང་  
 སྤྱིན་སོགས་དང་། །ཐབས་ལ་མཁས་པ་གང་ཡིན་པ། །འདི་ལ་མོས་པའི་རྒྱ་དག་ཡིན། །ཚོས་གྱིས་ཕོངས་  
 པའི་རྒྱ་དག་ནི། །བདུད་གྱིས་ཐེབས་གྱིས་འོན་པ་དང་། །ཟབ་མོའི་ཚོས་ལ་མ་མོས་དང་། །ལུང་པོ་ལ་  
 སོགས་མངོན་ཞེན་དང་། །སྤྲིག་པའི་གྲོགས་པོས་ཡོངས་བེན་པའོ། །འབྲས་བུ་དག་པ་གཟུགས་ལ་  
 སོགས། །དག་པ་ཉིད་དེ་གང་གི་སྤྱིར། །དེ་གཉིས་ཐ་དད་མ་ཡིན་ཞིང་། །བཅད་ཏུ་མེད་པས་དག་པར་  
 བརྗོད། །ཉོན་མོངས་ཤེས་བྱ་ལམ་གསུམ་གྱི། །ཉམས་སྤྱིར་སྟོབ་མ་བསེ་ཏུ་དང་། །རྒྱལ་སྐྱས་རྣམས་གྱི་  
 དག་པ་སྟེ། །སངས་རྒྱས་རྣམ་ཀུན་ཤེན་ཏུ་བ། །ས་དགུ་ལ་ནི་ཆེན་པོ་ཡི། །ཆེན་པོ་ལ་སོགས་རྗེ་མ་  
 ཡི། །གཉེན་པོ་ཆུང་ཏུ་འཛིན་ཏུ་ལ། །སོགས་པའི་ལམ་ནི་དག་པ་ཡིན། །དེ་ལ་ལྷན་ཀ་སྤངས་པ་



ཡིས། །ལམ་ནི་མངལ་དང་གཞལ་བྱ་དག །མཉམ་པ་ཉིད་གྱིས་ཁམས་གསུམ་གྱི། །གཉེན་པོ་ཉིད་དུ་འདོད་  
 བ་ཡིན། །ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་དུ་སྤྱོད་པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་མངོན་བར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་ཚོགས་  
 ལེའུར་བྱས་པ་ལས། །སྐབས་གཉིས་པའོ།། ་། །།ཚུ་རོལ་པ་རོལ་མཐའ་ལ་མིན། །དེ་དག་བར་ན་མི་  
 གནས་པ། །དུས་རྒྱུས་མཉམ་པ་ཉིད་ཤེས་སྤྱིར། །ཤེས་རབ་པ་རོལ་སྤྱོད་པར་འདོད། །དེ་ནི་མཚན་མར་  
 དམིགས་སྒོ་ནས། །ཐབས་མ་ཡིན་པས་རིང་བ་སྟེ། །དེ་ནི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་ཡིས། །ཡང་དག་ཉེ་བ་ཉིད་  
 དུ་བཤམ། །གཟུགས་སོགས་སྤང་པོ་སྟོང་ཉིད་དང་། །དུས་གསུམ་རྟོགས་པའི་ཚོས་རྒྱུས་དང་། །སྤྱོད་  
 སོགས་བྱང་རྒྱུ་སྤོགས་རྒྱུས་ལ། །སྤྱོད་པའི་འདུ་ཤེས་མི་མཐུན་སྤོགས། །སྤྱོད་ལ་སོགས་ལ་ངར་འདྲིན་  
 མེད། །གཞན་དག་དེ་ལ་སྤྱོད་བྱེད་པ། །དེ་ནི་ཆགས་པའི་མཐའ་འགོག་པས། །རྒྱལ་ལ་སོགས་ལ་ཆགས་  
 བ་སྟེ། །ཚོས་གྱི་ལམ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས། །དབེན་པའི་སྤྱིར་ན་དེ་ཟབ་ཉིད། །ཚོས་རྒྱུས་རང་བཞིན་  
 གཅིག་པར་ནི། །ཤེས་པས་ཆགས་པ་སྤོང་བ་ཡིན། །མཐོང་བ་ལ་སོགས་བཀག་པ་ཡིས། །དེ་ནི་རྟོགས་  
 བར་དཀའ་བར་བཤམ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པར་མི་ཤེས་སྤྱིར། །དེ་ནི་བསམ་མི་ཁྱབ་པར་འདོད། །དེ་  
 ཉུང་ཀུན་ཤེས་ཉིད་ལུགས་ལ། །མི་མཐུན་གཉེན་པོའི་སྤོགས་དག་གི། །རྣམ་པར་དབྱེ་བ་མ་ལུས་པ། །རི་  
 སྐད་བཤམ་པ་འདྲིང་ཤེས་བྱ། །གཟུགས་སོགས་དེ་མི་རྟོག་སོགས་དང་། །དེ་མ་རྫོགས་དང་རབ་རྫོགས་  
 དང་། །དེ་ལ་ཆགས་པ་མེད་ཉིད་ལ། །སྤྱོད་པ་བཀག་པའི་སྤྱོད་པ་དང་། །མི་འགྱུར་བྱེད་པོ་མེད་ཉིད་  
 དང་། །བྱ་དཀའ་རྣམ་གསུམ་སྤྱོད་པ་དང་། །སྐལ་བ་རི་བཞིན་འབྲས་ཐོབ་པས། །འབྲས་ཡོད་འདོད་པ་དེ་  
 དང་ནི། །གཞན་ལ་རག་ལས་མེད་གང་དང་། །སྤང་བ་རྣམ་བཟུན་ཤེས་བྱེད་དོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་ལ་  
 རྫོམ་མེད་པ། །རྣམ་བཞི་དེ་ཡི་མཉམ་པ་ཉིད། །སྤྱོད་བསྐྱེད་ལ་སོགས་བདེན་པ་ལ། །ཚོས་ཤེས་རྗེས་སུ་  
 ཤེས་པ་དང་། །བཟོད་ཤེས་སྐད་ཅིག་བདག་ཉིད་འདི། །ཀུན་ཤེས་རྩལ་ལ་མཐོང་བའི་ལམ། །གཟུགས་རྟོག་  
 མ་ཡིན་མི་རྟོག་མིན། །མཐའ་ལས་འདས་དང་རྣམ་དག་དང་། །མ་སྤྱེས་མ་འགགས་ལ་སོགས་



མྱེང་མི་སྡོག་ཉིད་དང་། །དེས་འབྱུང་བར་ཚད་མེད་བཅས་དང་། །བྱང་ཚུབ་ཉི་དང་སྤྱར་བ་དང་། །གཞན་  
 འོན་འཕེལ་མེད་འགྲིབ་མེད་སྤྱིར། །ཚོས་དང་ཚོས་མིན་སོགས་མི་མཐོང་། །གཟུགས་སོགས་བསམ་མི་  
 གྲུབ་མི་མཐོང་། །གཟུགས་སོགས་དེ་ཡི་མཚན་མ་དང་། །དེ་ཡི་ངོ་བོར་རྣམ་མི་རྟོག། །འབྲས་བུ་རིན་ཚེན་  
 སྦྱིན་བྱེད་དང་། །དེ་ནི་དག་པ་མཚམས་དང་བཅས། །བདུད་ཀྱི་མཐུ་བཙུག་ལ་སོགས་པ། །ཡོན་ཏན་རྣམ་  
 པ་བཅུ་བཞི་ལོ། །སྦྱོན་ནི་བཅུ་ཚོན་བཞིར་བཅས་པ། །བྱུག་ཏུ་དེས་པར་རྟོགས་པར་བྱ། །གང་གི་མཚོན་ཏེ་  
 མཚན་ཉིད་དུ། །འཤེས་བྱ་དེ་ཡང་རྣམ་པ་གསུམ། །འཤེས་པ་བྱུང་པར་བྱེད་པ་སྟེ། །ངོ་བོ་ཉིད་གང་མཚོན་བྱ་  
 ཡང་། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འབྱུང་བ་དང་། །འཇིག་རྟེན་འཇིག་མེད་བདག་ཉིད་དང་། །སེམས་ཅན་  
 སེམས་ཀྱི་སྦྱོང་བ་དང་། །དེ་བསྐྱུས་པ་དང་སྤྱིར་བཏྱས་དང་། །མི་བཟང་པ་ཡི་རྣམ་པ་དང་། །ཆགས་  
 བཅས་སོགས་དང་རྒྱ་ཚེན་དང་། །ཚེན་པོར་གྱུར་དང་ཚད་མེད་དང་། །རྣམ་འཤེས་བསྟན་དུ་མེད་པ་  
 དང་། །སེམས་བཏྱར་མེད་དང་འཤེས་པ་དེ། །གཡོ་བ་ལ་སོགས་འཤེས་བྱ་དང་། །དེ་ལས་གཞན་ཡང་དེ་དག་  
 བེ། །དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པར་འཤེས། །སྤྱབ་པས་དེ་བཞིན་ཉིད་རྟོགས་ཏེ། །གཞན་ལ་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་  
 འདི། །ཐམས་ཅད་འཤེས་པ་ཉིད་སྐབས་ཀྱི། །འཤེས་པའི་མཚན་ཉིད་བསྐྱུས་པ་ཡིན། །སྦྱོང་ཉིད་མཚན་མེད་  
 བཅས་པ་དང་། །སྦྱོན་པ་རྣམ་པར་སྤངས་པ་དང་། །སྦྱེ་མེད་འགག་པ་མེད་སོགས་དང་། །ཚོས་ཉིད་རྣམ་  
 པར་འབྲུག་མེད་དང་། །འདུ་མི་བྱེད་དང་རྣམ་མི་རྟོག། །རབ་དབྱེ་མཚན་ཉིད་མེད་ཉིད་ལ། །ལམ་འཤེས་ཉིད་  
 ཀྱི་སྐབས་ཀྱིས་ནི། །འཤེས་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པར་བཞིན། །དེ་ནི་ཉིད་ཀྱི་ཚོས་བསྟེན་ནས། །གནས་དང་  
 བྱས་པར་བྱ་བ་དང་། །སླེ་མ་ཉིད་དང་མཉེས་པ་དང་། །དེ་ལ་མཚོད་དང་བྱེད་མེད་དང་། །ཀུན་ཏུ་འཇུག་  
 མཁྱེན་གང་ཡིན་དང་། །མ་མཐོང་སྦྱོན་པར་མཇུག་པ་དང་། །འཇིག་རྟེན་སྦྱོང་ཉིད་རྣམ་པ་དང་། །བརྗོད་དང་  
 འཤེས་མཇུག་མངོན་སུམ་མཇུག། །བསམ་མི་གྲུབ་དང་ཞི་ཉིད་སྟོན། །འཇིག་རྟེན་འདུ་འཤེས་འགོག་པ་  
 ལ། །རྣམ་པ་ཀུན་མཁྱེན་ཚུལ་ལ་ནི། །འཤེས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅེས་བཤད་དོ། །བསམ་མི་གྲུབ་སོགས་བྱུང་

---

འཤེས་པ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྦྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཙུན་བཙུགས་

བར་གྱིས། །ཁྱད་ལྷགས་བདེན་པའི་སྐྱོད་ལུལ་ཅན། །སྐད་ཅིག་མ་ནི་བཅུ་དྲུག་གིས། །ཁྱད་པར་མཚན་  
 ཉིད་བཤད་པ་ཡིན། །བསམ་མི་བྱུང་དང་མི་མཉམ་དང་། །གཞུང་དང་བགྲང་ལས་ཡང་དག་  
 འདས། །འཕགས་པ་ཀུན་བསྐྱུས་མཁས་པ་ཡིས། །རིག་བྱ་ཐུན་མོང་མིན་ཤེས་ཉིད། །ཤེས་སྐྱུར་གྱི་དང་  
 གང་མེད་དང་། །སྐྱབ་དང་ཡང་དག་འགྲུབ་པ་དང་། །དམིགས་པ་བརྟན་དང་བཅས་པ་དང་། །མཐའ་དག་པ་  
 དང་ཡོངས་འཇོན་དང་། །རོ་སྐྱང་མེད་དང་ཁྱད་པར་ནི། །བཅུ་དྲུག་བདག་ཉིད་ཅེས་བྱ་སྟེ། །གང་གིས་ལམ་  
 ནི་གཞན་དག་ལས། །ཁྱད་དུ་འཕགས་པས་ཁྱད་པར་ལམ། །ཕན་དང་བདེ་དང་སྐྱོབ་པ་དང་། །མི་རྣམས་  
 གྱི་ནི་སྐྱབས་དག་དང་། །གནས་དང་དཔུང་གཉེན་སྲིད་དང་ནི། །ཡོངས་འཇོན་པ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། །སྐྱུན་  
 གྱིས་བྱུབ་དང་ཐེག་གསུམ་གྱིས། །འབྲས་བུ་མངོན་སུམ་མི་བྱེད་དག། །ཐ་མ་རྟེན་གྱི་མངོན་པ་སྟེ། །འདི་ནི་  
 བྱེད་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན། །ཉོན་མོངས་རྟགས་དང་མཚན་པ་དང་། །མི་མཐུན་སྤྱོད་དང་གཉེན་པོ་  
 དག། །དཔེན་དང་དཀའ་དང་ངེས་པ་དང་། །ཆེད་དུ་བྱ་དང་མི་དམིགས་དང་། །མངོན་པར་ཞེན་པ་བཀག་པ་  
 དང་། །དམིགས་པ་ཞེས་བྱ་གང་ཡིན་དང་། །མི་མཐུན་སྤྱོད་པ་མེད་དང་དེ། །གཞི་མེད་འགོ་མེད་སྐྱེ་མེད་  
 དང་། །དེ་བཞིན་ཉིད་ནི་མི་དམིགས་དང་། །རོ་བོ་ཉིད་བཅུ་དྲུག་བདག་ཉིད། །མཚན་བྱ་ལྟ་བུར་མཚན་པས་  
 བ། །མཚན་ཉིད་བཞི་པར་བཞེད་པ་ཡིན། །མཚན་མེད་རབ་ཏུ་སྐྱེན་ལ་སོགས། །ཡང་དག་སྐྱབ་ལ་མཁས་  
 པ་ནི། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་རྟོགས་འདི་ལ། །ཐར་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པར་འདོད། །སངས་རྒྱུས་སོགས་  
 དམིགས་དད་པ་དང་། །སྐྱེན་སོགས་སྐྱོད་ལུལ་བཅོམ་འགྲུས་དང་། །བསམ་པ་སྐྱུན་ཚོགས་བྱན་པ་  
 དང་། །རྣམ་པར་མི་རྟོག་ཉིང་འཇོན་དང་། །ཚོས་རྣམས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ། །ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་དང་  
 རྣམ་ལྗ། །རྫོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་རྣོན་པོ་ཡིས། །རྟོགས་སྐྱ་རྒྱལ་པོས་རྟོགས་དཀར་བཞེད། །རོ་བ་རྣམས་གྱི་  
 དམིགས་པ་འདིར། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཡིན་པར་བསྐྱབས། །དེ་དག་ཉིད་ལ་སེམས་མཉམ་  
 སོགས། །རྣམ་པ་དག་ནི་བཅུར་བཤད་དོ། །བདག་ཉིད་སྤིག་པ་ལས་སྐྱོག་ཅིང་། །སྐྱེན་ལ་སོགས་ལ་

གནས་པས་གཞན། །དེ་དག་ལ་ནི་འགོད་པ་དང་། །བསྐྱུགས་པ་བརྗོད་དང་མཐུན་པ་ཉིད། །ཅེར་གྱུར་དེ་  
 བཞིན་བཟོད་པ་ནི། །རང་གཞན་རྟེན་ཅན་བདེན་ཤེས་པ། །ཚོས་མཚོག་དེ་བཞིན་སེམས་ཅན་  
 རྣམས། །སློན་བྱེད་སོགས་གྱིས་ཤེས་པར་བྱ། །དེས་འབྱེད་ཡན་ལག་ནས་བཟུང་སྟེ། །མཐོང་དང་སློམ་  
 པའི་ལམ་དག་ལ། །བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔལ་གང་དག་གནས། །དེ་འདྲིར་མི་ལྷོག་པ་ཡི་ཚོགས། །གཟུགས་  
 ལ་སོགས་ལས་ལྷོག་སོགས་ཉམས། །རྣམ་པ་ཉི་ཤུར་བརྗོད་པ་ཡིས། །དེས་འབྱེད་ཡན་ལག་ལ་གནས་  
 པའི། །བྱིར་མི་ལྷོག་པའི་མཚན་ཉིད་འདི། །གཟུགས་ལ་སོགས་ལས་ལྷོག་པ་དང་། །མེ་ཚོམ་མི་དལ་བྱད་  
 པ་དང་། །བདག་ཉིད་དགོ་བ་ལ་གནས་ཤིང་། །གཞན་དག་དེ་ལ་འགོད་པ་དང་། །གཞན་གྱི་རྟེན་ཅན་སློན་  
 སོགས་དང་། །ཟབ་མོའི་དོན་ལའང་སོམ་ཉི་མེད། །བྱམས་ལུས་སོགས་དང་སློབ་པ་ནི། །རྣམ་པ་ལྡ་དང་མི་  
 འགྲོགས་དང་། །བག་ལ་ཉལ་ཀུན་འཛོམས་པ་དང་། །དྲན་པ་དང་ནི་ཤེས་བཞིན་དང་། །གོས་ལ་སོགས་པ་  
 གཙམ་བ་དང་། །ལུས་ལ་སློན་བྱ་རྣམས་མི་འབྱུང་། །བྱ་གྱུ་མེད་སེམས་སྦྱངས་པ་ནི། །ལེན་དང་སེར་སྣ་  
 མེད་སོགས་དང་། །ཚོས་ཉིད་ལྡན་པར་འགྲོ་ཉིད་དང་། །སེམས་ཅན་དོན་དུ་དཔྱལ་ཚོལ་དང་། །གཞན་  
 གྱིས་བགྱི་བར་མི་བརྟུབ་དང་། །ལམ་གཞན་ཉེ་བར་སློན་བདུད་ལ། །བདུད་ཅེས་བྱ་བར་རྟོགས་པ་  
 དང་། །སངས་རྒྱས་དགེས་པའི་སྦྱོད་པ་སྟེ། །ཉམས་ནི་ཉི་ཤུ་དེ་དག་གིས། །དོད་དང་ཅེ་མོ་བཟོད་བཅས་  
 དང་། །ཚོས་མཚོག་རྣམས་ལ་གནས་པ་ནི། །རྫོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་ལས་མི་ལྷོག། །མཐོང་བའི་ལམ་ལ་  
 བཟོད་པ་དང་། །ཤེས་པའི་སྐད་ཅིག་བཏུ་བྱུག་ནི། །བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔལ་མི་ལྷོག་པའི། །མཚན་ཉིད་ཡིན་  
 པར་ཤེས་པར་བྱ། །གཟུགས་སོགས་འདུ་ཤེས་ལྷོག་པ་དང་། །སེམས་བརྟེན་ཐེག་པ་དམན་དག་  
 ལས། །རྣམ་ལྷོག་བསམ་གཏན་ལ་སོགས་པའི། །ཡན་ལག་ཡོངས་སུ་བྱད་པ་དང་། །ལུས་སེམས་ཡང་བ་  
 ཉིད་དང་ནི། །འདོད་ལ་སྦྱོད་ལ་ཐབས་མཁས་དང་། །རྟོག་ཏུ་ཚངས་པར་སྦྱོད་ཉིད་དང་། །འཚོ་བ་རྣམ་པར་  
 དག་ཉིད་དང་། །བྱང་སོགས་བར་ཚད་བྱེད་རྣམས་དང་། །ཚོགས་དང་དབང་སོགས་བཅས་པ་

---

ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་སློན་པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས

ཡི། །གཡུལ་འབྱེད་སེར་སྣ་ལ་སོགས་ལ། །སྦྱོར་དང་རྗེས་སུ་སྦྱོར་བ་ཡི། །གནས་བ་སོ་སོར་བཀག་བ་  
 དང། །ཚོས་ནི་རྩལ་ཅམ་མི་དམིགས་ཉིད། །རང་གི་ས་ལ་ངེས་བ་ཉིད། །ས་གསུམ་ལ་ནི་གནས་བ་  
 དང། །ཚོས་ཀྱི་དོན་དུ་སློབ་གཏོང་བ། །དེ་འདྲི་སྐད་ཅིག་བཅུ་དུག་ནི། །སློབ་ལྡན་མཐོང་བའི་ལམ་གནས་  
 བའི། །སྦྱིར་མི་སློབ་བའི་རྟགས་དག་ཡིན། །སློབ་བའི་ལམ་ནི་ཟབ་བ་སྟེ། །ཟབ་སོ་སྦྱོར་བ་ཉིད་ལ་  
 སོགས། །ཟབ་བ་དེ་ནི་སློབ་འདོགས་དང། །སྦྱར་བའི་མཐའ་ལས་སློབ་བ་ཉིད། །ངེས་འབྱེད་ཡན་ལག་དང་  
 མཐོང་བའི། །ལམ་དང་སློབ་བའི་ལམ་ཉིད་ལ། །ཡང་དང་ཡང་དུ་སེམས་བ་དང། །འཇལ་དང་ངེས་ཉོག་  
 སློབ་བའི་ལམ། །དེ་ནི་རྒྱན་ཆགས་ཡིན་བའི་སྦྱིར། །རྒྱུང་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོ་རྣམས། །རྒྱུང་དུའི་རྒྱུང་  
 སོགས་དབྱེ་བ་ཡིས། །རྣམ་བས་རྣམ་བ་དགུར་བཞེད་དོ། །གྲངས་མེད་ལ་སོགས་བསྟན་བ་རྣམས། །དམ་  
 བའི་དོན་དུ་བཟོད་མ་ཡིན། །ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ནི་སྤྱགས་བཅེ་བས། །རྒྱ་མཐུན་དེ་དག་སྦྱབ་བ་བཞེད། །དངོས་པོ་  
 བརྗོད་དུ་མེད་བ་ལ། །ཉམས་བ་དང་ནི་འཕེལ་མི་རུང། །སློབ་ཞེས་བྱ་བའི་ལམ་གྱིས་ནི། །ཅི་ཞིག་ཉམས་  
 ཤིང་ཅི་ཞིག་འཕོབ། །བྱང་རྒྱལ་རི་ལྟ་དེ་བཞིན་དུ། །འདི་ནི་འདོད་བའི་དོན་སྦྱབ་བྱེད། །བྱང་རྒྱལ་དེ་བཞིན་  
 ཉིད་མཚན་ཉིད། །དེ་ཡང་དེ་ཡི་མཚན་ཉིད་བཞེད། །སེམས་ནི་སྣ་མས་བྱང་རྒྱལ་བར། །དིགས་མིན་སྦྱི་  
 མས་གྲང་ནི་མིན། །མར་མེའི་དཔེ་ཡི་རྩལ་གྱིས་ནི། །ཟབ་སོའི་ཚོས་ཉིད་རྣམ་བ་བརྒྱད། །སྦྱི་བ་དང་ནི་  
 འགག་བ་དང། །དེ་བཞིན་ཉིད་དང་ཤེས་བྱ་དང། །ཤེས་དང་སྦྱོད་དང་གཉིས་མེད་དང། །ཐབས་མཁས་བ་  
 ལ་ཟབ་བ་ཉིད། །ཚོས་རྣམས་མི་ལམ་འདྲ་བའི་སྦྱིར། །སྦྱིད་དང་ཞི་བར་མི་རྟོག་ལ། །ལས་མེད་ལ་སོགས་  
 རྟོག་ཀ་ཡི། །ལན་ནི་རི་སྐད་བཤད་པར་ཟད། །སེམས་ཅན་འདིག་ཉེན་དེ་བཞིན་དུ། །སྦོད་ཀྱི་འདིག་ཉེན་  
 མ་དག་ལ། །དེ་ལ་དག་པར་སྦྱབ་བ་ཡིས། །སངས་རྒྱས་ཞིང་ནི་དག་བ་ཉིད། །ཡུལ་དང་སྦྱོར་བ་ཅན་འདི་  
 ནི། །དབྱ་རྣམས་ལས་ནི་འདས་བ་དང། །མི་ཤེས་རི་བཞིན་ཤུགས་དང་ནི། །སྤུན་མོང་མ་ཡིན་མཚན་ཉིད་  
 དང། །མ་ཆགས་བ་དང་མི་དམིགས་དང། །མཚན་མ་སློན་ལམ་ཟད་བ་དང། །དེ་ཡི་རྟགས་དང་ཚད་མེད་



འབྲེལ་དང་། །གནས་དང་མངོན་པར་ཞེན་པ་དང་། །ཚོས་གྱི་དངོས་པོ་བརྟགས་པ་དང་། །ཆགས་པ་དང་།  
 བྱི་གཉེན་པོ་དང་། །རི་ལྟར་འདོད་བཞེན་འགྲོ་ཉམས་ལ། །འཛིན་པ་དང་པོར་ཤེས་པར་བྱ། །ཆེད་བཞེན་  
 དེས་པར་མི་འབྱུང་དང་། །ལམ་ལ་ལམ་མིན་དེས་འཛིན་དང་། །འགག་དང་བཅས་པའི་སྐྱེ་བ་  
 དང་། །དངོས་པོ་ལྡན་དང་མི་ལྡན་དང་། །གནས་དང་རིགས་ནི་འཛིན་པ་དང་། །དོན་དུ་གཉེར་དང་རྒྱ་མེད་  
 དང་། །སྤྱིར་རྒྱལ་བ་ནི་དམིགས་པ་ལ། །འཛིན་པའི་རྣམ་རྟོག་གཞན་ཡིན་ནོ། །བྱང་རྒྱལ་ལ་གཞན་སྟོན་པ་  
 དང་། །དེ་ཡི་རྒྱ་ནི་ཡོངས་གཏོང་དང་། །དེ་ཐོབ་བར་ཆད་མེད་པའི་རྒྱ། །བསོད་ནམས་མང་པོའི་མཚན་ཉིད་  
 རོ། །རྗེ་མ་བཟང་དང་མི་སྐྱེ་བའི། །ཡེ་ཤེས་བྱང་རྒྱལ་ཅེས་བརྗོད་དོ། །བཟང་མེད་སྐྱེ་མེད་སྤྱིར་དེ་དག་གོ་རིམ་  
 བཞེན་དུ་ཤེས་པར་བྱ། །འགོག་པ་མེད་པའི་རང་བཞེན་ལ། །མཐོང་ཞེས་བྱ་བའི་ལམ་གྱིས་ནི། །རྣམ་པར་  
 རྟོག་རིགས་ཅི་ཞིག་བཟང་། །སྐྱེ་མེད་རྣམ་པ་ཅི་ཞིག་འཐོབ། །གཞན་གྱིས་ཚོས་རྣམས་ཀྱང་ཡོད་ལ། །ཤེས་  
 བྱ་ལ་ཡང་སྟོན་པ་ཡི། །སྤྱི་བ་པ་བཟང་པར་བརྗོད་པ་གང་། །དེ་ལ་ཁོ་བོས་མཚར་དུ་བརྗེས། །འདི་ལ་བསལ་  
 བྱ་ཅི་ཡང་མེད། །གཞན་པར་བྱ་བ་རྩེད་བཟང་མེད། །ཡང་དག་ཉིད་ལ་ཡང་དག་ལྟ། །ཡང་དག་མཐོང་ན་རྣམ་  
 པར་གྲོལ། །སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་དེ་དེར་ནི། །དེ་དག་པན་རྒྱན་བསྐྱུས་པ་གང་། །སྐྱད་ཅིག་གཅིག་པའི་བཟོད་  
 པ་ཡིས། །བསྐྱུས་པ་དེ་འདིར་མཐོང་བའི་ལམ། །དེ་ནས་སེང་གོ་རྣམ་བསྐྱིདས་པའི། །ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་  
 སྟོམས་ཞུགས་ནས། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་ལུགས་མཐུན་དང་། །ལུགས་མི་མཐུན་ལ་རྟོག་པར་  
 བྱེད། །འགོག་དང་བཅས་པའི་སྟོམས་འཇུག་དགུར། །རྣམ་པ་གཉིས་སུ་སོང་འོངས་ནས། །འདོད་པར་  
 གཏོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས། །མཉམ་གཞན་མིན་པའི་མཚམས་བཟུང་སྟེ། །ཐོད་གལ་དུ་ནི་སྟོམས་འཇུག་  
 པ། །གཅིག་དང་གཉིས་གསུམ་བཞི་དང་ལྔ། །དྲུག་དང་བདུན་དང་བརྒྱད་ཀལ་ནས། །འགོག་པའི་བར་དུ་  
 མི་འདྲར་འགྲོ། །མདོར་བསྐྱུས་རྒྱས་དང་སངས་རྒྱས་གྱིས། །བསྐྱང་བས་ཡོངས་སུ་མ་བཟུང་དང་། །དུས་  
 གསུམ་ཡོན་ཏན་མེད་པ་དང་། །ལེགས་པའི་ལམ་ནི་རྣམ་གསུམ་ལ། །གཟུང་བའི་རྣམ་རྟོག་འདི་གཅིག་



སྟེ། །སྦྱོར་བའི་རྣམ་པའི་སྦྱོད་ཡུལ་ཅན། །གཉིས་པ་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་རྣམས། །འདུག་པའི་ཡུལ་  
ཅན་ཡིན་བཞེད་དེ། །སེམས་མི་སྦྱེད་དང་བྱུང་ཚུབ་ཀྱི། །སྦྱོང་པོ་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་དང་། །ཐེག་པ་དམན་པ་  
ཡིད་བྱེད་དང་། །རྫོགས་པའི་བྱུང་ཚུབ་ཡིད་མི་བྱེད། །སྦྱོམ་དང་སྦྱོམ་པ་མེད་པ་དང་། །དེ་དག་ལས་ནི་  
བསྐྱོག་ཉིད་དང་། །རི་བཞིན་དོན་མིན་རྣམ་ཏོག་པ། །སྦྱོམ་པའི་ལམ་ལ་ཤེས་པར་བྱ། །སེམས་ཅན་  
བཏགས་པའི་སྦྱོད་ཡུལ་དང་། །ཚོས་བཏགས་པ་དང་སྦྱོང་མིན་ཉིད། །ཆགས་དང་རབ་འབྱེད་བདག་ཉིད་  
དང་། །དངོས་པོར་བྱེད་དང་ཐེག་གསུམ་དང་། །ཡོན་ཏེ་དག་པ་མ་ཡིན་དང་། །སྦྱོད་པ་རྣམ་པར་འབྲུག་པ་  
ལ། །འདྲིན་པར་བྱེད་པ་དང་པོར་ཉེ། །ཤེས་པར་བྱ་བ་བསྐྱབས་པ་ཡིན། །སེམས་ཅན་བཏགས་དང་དེའི་  
རྒྱ་ཡི། །ཡུལ་ཅན་དེ་ཡིས་རྣམ་འདྲེས་པས། །སྦྱོམ་པའི་ལམ་དང་འབྲེལ་བ་ཡི། །མི་མཐུན་སྦྱོགས་  
གཞན་རྣམ་པ་དགུ། །བདག་ཉིད་རི་བཞིན་ཀུན་མཁྱེན་ནི། །གསུམ་གྱི་སྦྱིབ་པ་རྣམ་གསུམ་དང་། །ཞི་ལམ་  
དེ་བཞིན་ཉིད་སོགས་དང་། །མཚུངས་པར་ལྡན་དང་མི་ལྡན་དང་། །མི་མཉམ་སྦྱུག་བསྐྱེད་ལ་སོགས་  
དང་། །ཉོན་མོངས་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་། །གཉིས་སུ་མེད་དང་ཀུན་མོངས་ལ། །རྣམ་པར་ཏོག་པ་ཐ་  
མར་བཞེད། །ཡམས་ནད་འདི་རྣམས་ཟད་ནས་ནི། །ཡུན་རིང་ལོན་ནས་དབྱུགས་སྦྱིན་ལྟར། །རྣམ་པ་ཀུན་  
ཏུ་འགོ་བ་ཡི། །བདེ་སྐྱབ་ཡོན་ཏན་སུན་ཚོགས་ཀུན། །རྒྱ་མཚོ་ཆེ་ལ་རྒྱ་བོ་བཞིན། །འབྲས་བུ་མཚོག་གིས་  
སྤྲ་བ་ཡིས། །སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་དེ་ལ་ནི། །རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་བརྟེན་པར་བྱེད། །སྦྱོང་གསུམ་སྦྱེ་བོ་ཉན་ཐོས་  
དང་། །བསེ་རུའི་ཏོགས་པ་སུན་ཚོགས་དང་། །བྱུང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོན་མེད་ལ། །བཀོད་པའི་དགོ་བ་  
དཔེར་མཛད་ནས། །བསོད་ནམས་མང་པོ་ཉིད་ཀྱིས་ནི། །སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱི་བར་མེད་དེ། །བར་ཆད་མེད་  
པའི་ཉིང་དེ་འདྲིན། །དེ་ནི་རྣམ་པ་ཀུན་མཁྱེན་ཉིད། །འདི་ཡི་དམིགས་པ་དངོས་མེད་དེ། །བདག་པོ་བྱུན་པ་  
ཡིན་པར་བཞེད། །རྣམ་པ་ཞི་ཉིད་འདི་ལ་ནི། །རབ་ཏུ་སྦྱ་རྣམས་བརྒྱུད་མར་རྒྱོལ། །དམིགས་པ་འཐད་དང་  
དེ་ཡི་ནི། །ངོ་བོ་ཉིད་དེས་བཟུང་བ་དང་། །རྣམ་ཀུན་མཁྱེན་ཉིད་ཡེ་ཤེས་དང་། །དམ་པའི་དོན་དང་ཀུན་

ཤེས་པར་བྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྦྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་



དང་། །ཉོན་མོངས་མེད་དང་སྟོན་མཁུན་དང་། །མངོན་ཤེས་སོ་སོ་ཡང་དག་རིག །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དག་  
 བཞི་དང་། །དབང་བཅུ་དང་ནི་སྟོབས་བཅུ་དང་། །མི་འཇིགས་པ་ནི་བཞི་དག་དང་། །བསྐྱེད་བ་མེད་པ་རྣམ་  
 གསུམ་དང་། །བྱ་བ་ཉེར་གཞག་རྣམ་གསུམ་དང་། །བསྐྱེད་བ་མི་མངའ་ཚོས་ཉིད་དང་། །བག་ཆགས་  
 ཡང་དག་བཅོམ་པ་དང་། །སྐྱེ་ལ་ཕྱགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་། །ཐུབ་པ་ཁོ་ནའི་མ་འདྲེས་ཚོས། །བཙུན་བརྒྱད་  
 བཤད་པ་གང་ཡིན་དང་། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁུན་ཉིད་དང་། །ཚོས་ཀྱི་སྐྱེ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། །མི་ཡི་  
 ཉོན་མོངས་མེད་པའི་ལྷ། །ཉན་ཐོས་ཉོན་མོངས་ཡོངས་སྟོང་ཉིད། །ཁྲོད་སོགས་སུ་དེའི་ཉོན་མོངས་  
 རྣམས། །རྒྱུན་གཙོང་རྒྱལ་བའི་ཉོན་མོངས་མེད། །སངས་རྒྱས་སྟོན་ནས་མཁུན་པ་ནི། །སྐྱེད་ཀྱིས་བྱུང་དང་  
 ཆགས་སྐྱེད་དང་། །ཐོགས་པ་མེད་དང་རྟག་གནས་དང་། །དྲི་བ་ཀུན་ལན་འདེབས་པར་བཞེད། །རྒྱ་ནི་  
 ཡོངས་སུ་སྦྱིན་གྱུར་ནས། །གང་དང་གང་ལ་གང་དང་ནི། །གང་ཆེ་བྱ་བ་པན་གྱུར་པ། །དེ་དང་དེ་ལ་དེ་སྐྱེད་  
 རོ། །ལྷ་ཡི་རྒྱལ་པོས་ཆར་པབ་ཀྱང་། །ས་བོན་མི་རུང་མི་འཁྲུངས་ལྟར། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་བྱུང་གྱུར་  
 ཀྱང་། །སྐྱེད་བ་མེད་པས་བཟང་མི་སྟོང་། །དེ་སྐྱེད་མཛད་པ་རྒྱ་ཆེའི་ཕྱིར། །སངས་རྒྱས་ཁྱབ་པར་དེས་  
 པར་བརྗོད། །དེ་ཉིད་ཟད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། །རྟག་པ་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་པ་ཡིན། །མཚན་ནི་སུམ་ཅུ་ཅ་གཉིས་  
 དང་། །དཔེ་བྱེད་བརྒྱད་ཅུའི་བདག་ཉིད་འདི། །ཐེག་ཆེན་ཉེ་བར་ལོངས་སྟོང་ཕྱིར། །ཐུབ་པའི་ལོངས་སྟོང་  
 རྗོགས་སྐྱུར་བཞེད། །ཕྱག་ཞབས་འཁོར་ལོའི་མཚན་དང་རུས་སྐལ་ཞབས། །ཕྱག་དང་ཞབས་སོར་བྱ་བས་  
 འབྲེལ་བ་དང་། །ཕྱག་ནི་ཞབས་བཅས་འཇམ་ཞིང་གཞོན་ཤེས་ཆགས། །འདི་ཡི་སྐྱེ་ནི་བདུན་དག་མཐོ་བ་  
 དང་། །སོར་མོ་རིང་དང་རྟིང་ཡངས་སྐྱེ་ཆེ་བྱང་། །ཞབས་འབྱུར་མི་མངོན་སྐྱེ་ནི་གྲེན་དུ་སྟོགས། །བྱིན་པ་ཨེ་  
 བ་ཡའི་འདྲ་ཕྱག་རིང་མཛེས། །མདོམས་ཀྱི་སྐྱ་བ་སྐྱབས་སུ་རྒྱབ་པའི་མཚོག། །བགས་པ་གསེར་མདོག་  
 པགས་པ་སྐབ་པ་དང་། །སྐྱེ་ནི་རེ་རེ་ནས་གཡས་ལེགས་འཁྲུངས་དང་། །ཞལ་མཛོད་སྐྱས་བརྒྱན་རོ་སྟོང་  
 སེང་གོ་འདྲ། །འདི་ཡི་དབྱུང་པའི་མགོ་རྒྱལ་ཐལ་གོང་རྒྱས། །འདི་ལ་རོ་མི་ཞིམ་པ་རོ་མཚོག་སྐྱང་། །སྐྱེ་ནི་

---

ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྦྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་



དག་དང་ནི། །སྐྱུན་ཡངས་པ་དང་རྩི་མ་སྐྱུག། །བརྒྱའི་འདབ་མ་འབྲ་བ་དང་། །སློན་ཚུགས་རིང་དང་འཇམ་པ་  
 དང་། །སྐྱུམ་དང་སྐྱ་ནི་མཉམ་པ་དང་། །བྱུག་རིང་རྒྱས་དང་སྐྱུན་མཉམ་དང་། །ཉམས་པ་རྣམ་པར་སྦངས་  
 པ་དང་། །དབྱལ་བ་ལེགས་པར་འབྲེས་པ་དང་། །དབྲེས་ཆེ་བ་དང་དབྱ་རྒྱས་དང་། །དབྱ་སྐྱ་བྱང་བ་ལྟར་  
 གནག་དང་། །སྐྱུག་དང་འཇམ་དང་མ་འཇིངས་དང་། །མི་བཞོང་གི་ཞིམ་སྐྱེས་བྱ་ཡི། །ཡིད་ནི་འཕྲོག་པར་  
 བྱེད་པ་དང་། །དཔལ་གྱི་བེུ་དང་བཟུ་ཤིས་ནི། །གཡུང་བྱང་འབྲིལ་བས་བརྒྱན་པ་སྟེ། །སངས་རྒྱས་དཔེ་  
 བྱད་བཟང་པོར་བཞེད། །གང་གི་སྲིད་པ་རི་སྲིད་པར། །འགྲོ་ལ་ཕན་པ་སྣ་ཚོགས་དག། །མཉམ་དུ་མཛད་  
 པའི་སྐྱ་དེ་ནི། །ཐུབ་པའི་སྐྱལ་སྐྱ་རྒྱུན་མི་འཆད། །དེ་བཞིན་འཁོར་བ་རི་སྲིད་འདིའི། །ལས་ནི་རྒྱུན་མི་  
 འཆད་པར་འདོད། །འགྲོ་རྣམས་ཞི་བའི་ལས་དང་ནི། །བསྐྱ་རྣམ་བཞི་ལ་འགོད་པ་དང་། །ཀུན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་བཅས་པ་ཡི། །རྣམ་པར་བྱང་བ་རྟོགས་པ་དང་། །སེམས་ཅན་རྣམས་དོན་རི་བཞིན་གྱི། །དོན་དང་  
 པ་རོལ་བྱེན་བྱུག་དང་། །སངས་རྒྱས་ལམ་དང་རང་བཞིན་གྱིས། །སྟོང་བ་ཉིད་དང་གཉིས་བཟང་དང་། །བརྟ་  
 དང་དམིགས་པ་མེད་པ་དང་། །ལུས་ཅན་རྣམས་ནི་ཡོངས་སློན་དང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལམ་དང་  
 ནི། །མངོན་པར་ཞེན་པ་སྒྲོག་པ་དང་། །བྱང་ཆུབ་ཐོབ་དང་སངས་རྒྱས་ཞིང་། །རྣམ་པར་དག་དང་དེས་པ་  
 དང་། །སེམས་ཅན་དོན་ནི་ཚད་མེད་དང་། །སངས་རྒྱས་རྟོན་སོགས་ཡོན་ཏན་དང་། །བྱང་ཆུབ་ཡན་ལག་  
 ལས་རྣམས་ནི། །རྒྱུད་མི་བྱ་དང་བདེན་མཐོང་དང་། །སྤྱིན་ཅི་ལོག་ནི་སྦངས་པ་དང་། །དེ་གཞི་མེད་པའི་  
 ཚུལ་དང་ནི། །རྣམ་པར་བྱང་དང་ཚོགས་དང་ནི། །འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་པ་ལ། །ཐ་དད་ཡོངས་སྐྱ་མི་  
 ཤེས་དང་། །སྐྱ་ངན་འདས་ལ་འགོད་པ་སྟེ། །ཚོས་གྱི་སྐྱ་ཡི་སྤོན་ལས་ནི། །རྣམ་པ་ཉི་ཤུ་བདུན་དུ་  
 བཞེད། །ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་དུ་སྤྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བསྐྱུན་བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱུན་གྱི་ཚིག་  
 ལེུར་བྱས་པ་ལས། །སྐབས་བརྒྱད་པའོ། ། ། ། །མཚན་ཉིད་དེ་ཡི་སྦྱོར་བ་དང་། །དེ་རབ་དེ་ཡི་གོ་རིམ་  
 དང་། །དེ་མཐའ་དེ་ཡི་རྣམ་སློན་ནི། །དོན་བསྐྱུས་གཞན་དེ་རྣམ་པ་བྱུག། །ལུལ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་པོ་

ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་དུ་སྤྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བསྐྱུན་བཅོས་

ལྷ། །སྒྲོལ་བ་བཞི་ཡི་བདག་ཉིད་དང་། །ཚོས་སྐྱེ་མིན་ལས་འབྲས་བུ་ནི། །དོན་བསྐྱུས་གཞན་ཉེ་ནམ་པ་  
གསུམ། །འཕགས་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྲིན་པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་  
ལྷན་ཞེས་བུ་བའི་ཚིག་ལེའུར་བུས་པ་རྫོགས་སོ།། །།བརྗེ་ཏ་གོ་མི་འཆི་མེད་དང་། ལོ་རྒྱ་བ་སློ་ལྷན་ཤེས་  
རབ་ཀྱི་འགྲུང་། །།