

# 正理啟蒙集課藏文教材

編集：歐陽無畏教授

講解：歐陽無畏教授

內觀教育基金會

## 正理啟蒙集課藏文教材略序

西藏佛學的辯經是以因明做工具，結合佛教經論來論證義理，故能層層深入。學員開始學習的課程，統稱《正理啟門集課》，內含《攝類學》、《心類學》、《因類學》，其重點訓練學員將因明論式的對答技巧依次運用在基本佛法、心理論題，以及探究因明論證的原理。

此處的《正理啟門集課藏文教材》是歐陽無畏教授（1913-1991）於1977年所編集。當時台灣地區幾乎沒有藏文的因明教材，歐陽教授特從蒙藏委員會尋找相關的因明入門資料，編集而成，接著將此教材對學員們逐句講解，歷時約半年。當時堂上有學員將講解錄音而保留下來。今日將此教材與講解的錄音整理檔分享給有緣者。

願正法久住！

林崇安 2022.03.01  
內觀教育基金會

## 正理啟蒙集課藏文教材目錄

- (1) 攝類學……p1-p50 左
- (2) 心類學……p50 右-p60 左
- (3) 因類學……p60 右-p67

གཞི་གྲུབ་ཀྱི་རྣམ་གཞག་།



ཞི་ཚད་མཐུ་དམིགས་པ་ཡོད་པའི་མཚན་ཉིད་དང་། རིན་  
 ཡིན། ཡོད་པ། ཤེས་བྱ། གཞི་གྲུབ། ཚོམས། ལྷུ་ལ།  
 གཞུལ་བྱ་རྣམས་དོན་གཅིག་ཡིན། ཡོད་པ་ལ་དབྱེ་ན།  
 ཉམས་པ་དང་། མི་ཉམས་པ་གཉིས་ཡོད། རྒྱུ་འབྲེལ་བྱེད་རྒྱ་  
 མེད་པའི་ཚོམས་ཞིག་ལ་ཉམས་པ་ཟེར། ཉམས་པ། འདུལ་མ་  
 ལྷུ་ལ། མ་བྱས་པ་རྣམས་དོན་གཅིག་། མཚན་གཞི་ཉི་ཉམས་  
 མཐུང་ལྷུ་ལ། རྒྱུ་འབྲེལ་རྒྱ་དུ་ལྷོད་ཅིག་གིས་བྱེད་པའི་  
 ཚོམས་ཡིན་པ་མི་ཉམས་པ་ཟེར། དེ་དང་དངོས་པོ། ལྷུ་  
 ལ། འདུལ་བྱས་རྣམས་དོན་གཅིག་། མཚན་གཞི་ཉི་རྒྱ་  
 གྲུབ་དང་། ལྷོག་བྱ་ལྷུ་ལ། མི་ཉམས་པ་ལས་དངོས་པོ་ལ་དབྱེ་  
 གོ་གཞུགས་པ། ཤེས་པ། རྒྱན་མིན་འདུ་བྱེད་པ་ལྷུ་ལ་ཡོད།  
 གཞུགས་པ་ལྷུ་ལ་ཉམས་པ་གཞུགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། གཞུགས་པ་  
 དབྱེ་ན། ཉམས་ཀྱི་གཞུགས་དབང་པོ་ལྷུ་དང་། ལྷོག་གཞུགས་

དོན་ལྷུ་ལྷུ་བཅས་ཡོད། དབང་པོ་ལྷུ་ལྷོག་གི་དབང་པོ།  
 ཚུལ་ཉི་དབང་པོ། ལྷོག་ཉི་དབང་པོ། ལྷོག་ཉི་དབང་པོ། ལྷུ་  
 ལྷོག་ཉི་དབང་པོ་དང་ལྷུ་པོ་དེ་ཡིན། མིག་གི་དབང་པོ་ལྷོག་ཉི་  
 དང་འབྲེལ་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལྷོག་ལོང་མ་ཡིན་པའི་  
 བདག་གྱིན་གཞུགས་ལོང་དབང་ག་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། དེ་  
 བཞིན་ལོག་མ་རྣམས་ལ་ཉམས་པ་ལྷོག་ཉི་ལྷོག་གཞུགས་ཉིན་  
 ལྷོག་གཞུགས་ལྷོག་གི་དོན་ཤེས་བྱ་ལྷུ་ལྷོག་ཉི་  
 ཡིན། གཞུགས་ཞིང་ཉིན་ལ་ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད། ལྷོག་ཉི་  
 ཉིན་ལ། ཤེས་པ་གཞུགས་དོན་གཅིག་། གཞུགས་ཤེས་གང་  
 ལྷུ་ལ་ཡོད་པའི་དངོས་པོ་ལ་རྒྱན་མིན་འདུ་བྱེད་པའི་ཚོམས་ལྷོག་  
 པའོད། མཚན་གཞི་ཉི་ལྷུ་ལ་ལྷུ་ལྷོག་ལྷོག་ལྷོག་ལྷོག་ལྷོག་ལྷོག་



འདི་གཞི་བཞུགས་འོན་ཀྱང་རྣམ་གཞི་ལ།



ཞེ་རྣམ་ལྟ་བུ་ལས། བཞུགས་ཀྱི་སྐྱོ་བ་ཚེད་ལ་དཔེ་ན།  
 དཔྱད་པ་དང་ཁ་རོག་གཞིས་ཡོད། དཔྱད་པ་ལྟ་བུ་ལས་ལྟོ་  
 ཅང་ལ་དཔྱད་པ་ཀྱི་སྐྱོ་བ་ཚེད། དཔྱད་པ་ལ་དཔེ་ན་ལྟོ་  
 ལས། རི་སཐོན་པོ་ལི་ཚེ་སོ་ལྟ་བུ་དང་སམ་དམར་པ་ལ་  
 རྣམ་ཉེ་སཐོ་བའི་བཞུགས་དང་། རི་དམར་པོ་ཚེ་སོ་ལྟ་བུ་  
 མཐོ་བ་ལ་རྣམ་ཉེ་དམར་པོ་བཞུགས། ཡོད་པོ་བཞུགས་  
 ཡོད་པོ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་རི་བཞུགས་རི་བའི་བཞུགས་ལྟ་བུ་  
 ལྟ་བུ་ལ་ཁང་པ་ལོ་བཞུགས་ཚེ་ཀྱི་བཞུགས་ལྟ་བུ་ལྟོ་  
 ཡོད་པོ་བཞུགས། ལྟོ་ལོད་ཀྱི་རྣམ་པར་གྱི་བཞུགས་ལྟ་བུ་ལྟོ་  
 ལོ་བའི་བཞུགས། ལྟོ་ལོད་ལྟོ་ལོད་ལོ་བའི་རྣམ་པར་ལྟོ་  
 ལོ་བའི་བཞུགས་ལྟོ་ལྟོ་ལོད་ལོ་བའི་བཞུགས། ལྟོ་ལོད་ལྟོ་  
 ལོ་བའི་བཞུགས་ལྟོ་ལྟོ་ལོད་ལྟོ་ལོད་ལྟོ་ལོད་ལྟོ་  
 ལྟོ་ལོད་ལྟོ་ལོད་ལྟོ་ལོད་ལྟོ་ལོད་ལྟོ་ལོད་ལྟོ་  
 ལྟོ་ལོད་ལྟོ་ལོད་ལྟོ་ལོད་ལྟོ་ལོད་ལྟོ་ལོད་ལྟོ་



ལྟེན་ལོག་ལོག་དམར་དམར་གྱི་ལྷ་མ་གཞན་ལ། དཔལ་འབྱོར་  
 ལྟེན་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། ལ་ཚིག་ན་མེ། ལ་འོག་ཡིན་ན།  
 ཚ་བའི་ལ་འོག་ཡིན་པས་ཀྱུང་མེད། རྒྱུད་ལྡེང་ཀྱེད་ལ་  
 དོག་ཚེས་ཅན། དེར་ཐོབ། འདྲི་ལྱིས། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚེས་  
 ཅན། དེར་ཐོབ། ཚེས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་སྟེང་། ཚ་བའི་འདྲོད་  
 ན། དེ་ཚེས་ཅན། ཚ་བའི་ལ་འོག་མ་ཡིན་པར་ཐོབ། ཡན་  
 ལག་གི་ལ་འོག་ཡིན་པའི་སྟེང་། དེར་ཐོབ། ལྟོ་སྲེར་གཉེས་  
 གྱི་ཡན་ལག་གི་ལ་འོག་ཡིན་པའི་སྟེང་། དེར་ཐོབ། ལྡེང་ལ་  
 ཡིན་པའི་སྟེང་དེ། ལྟོ་སྲེར་འདྲེས་པའི་ལ་འོག་ཡིན་པའི་  
 ལྱིས། ཀྱུང་གྱི། ལྟོ་སྲེར་འདྲེས་པ་ལས་ལྡེང་ལ། དམར་མེར་  
 དུས་པ་ལས་ཡིན། དམར་ལྟོ་འདྲེས་པ་ལས་ནག་པོར་  
 དུས་པ་ཡི་སྟེང་། ལ་ཚིག་ན་མེ། ཡན་ལག་གི་ལ་འོག་ཡིན་  
 ན། ཡན་ལག་གི་ལ་འོག་བརྒྱད་པོ་དང་ལྷན་ཡིན་པས་ཀྱུང་  
 མེད་ན། ལེ་ཁྲིའི་ལ་འོག་ཚེས་ཅན། ཡན་ལག་གི་ལ་འོག་  
 བརྒྱད་པོ་གང་ཅུང་ཡིན་པར་ཐོབ། ཡན་ལག་གི་ལ་འོག་  
 ཡིན་པའི་སྟེང་། ཀྱུང་པ་ལས། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚེས་ཅན།  
 ལྷན་ལག་གི་ལ་འོག་ཡིན་པར་ཐོབ། དམར་མེར་

ལྟེས་གྱི་ཡན་ལག་གི་ལ་འོག་ཡིན་པའི་སྟེང་། ཚ་བའི་  
 འདྲོད་ན། དེ་ཚེས་ཅན། ཡན་ལག་གི་ལ་འོག་བརྒྱད་པོ་  
 གང་ཅུང་མ་ཡིན་པར་ཐོབ། ལྷན་དང་དྲུག་། ལྷ་མ་  
 དང་ཀྱུང་ལེ་ལ་འོག་ཡིན་པོ་གང་ཅུང་མ་ཡིན་པ་གང་ཞིག།  
 ལྷན་པ་དང་ལྷན་པ། ལྷིབ་མ་དང་ཉི་མའི་འདྲོད་མེར་གྱི་ལ་  
 འོག་ཡིན་པོ་གང་ཅུང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་སྟེང་། རྒྱལ་ས་མེ་  
 མེ་ནས་གྲུབ་གྱི། ལེ་ཁྲིའི་ལ་འོག་དང་གཅིག་ཡིན་པའི་སྟེང་།  
 རང་གི་ཀྱུང་ལས། མ་འོག་དྲུ་བརྒྱན་དྲུ་ཅུང་པ་ལ་འོག་གི་  
 མཚན་ཉིད། དེའང་ཡིན་དེ། དེ་གཉེས་ལ་ཡིན་ཀྱུང་གཉེས།  
 ཡོད་ཀྱུང་གཉེས། མིན་ཀྱུང་གཉེས། མེད་ཀྱུང་གཉེས་དེ་  
 མཚན་མཚན་གྱི་ཀྱུང་པ་ཚོ་བརྒྱད་པེས་ཤིང་། ལ་འོག་ཚོད་  
 མས་པེས་པ་ལ་མ་འོག་དྲུ་བརྒྱན་དྲུ་ཅུང་པ་ཚོད་མས་པེས་པ་  
 ལྟོན་དྲུ་འབྲོད་གོས་པའི་མཚན་མཚན་གྱི་འབྲེལ་བའང་གྲུབ་  
 པའི་སྟེང་། དེ་མཚན་མཚན་མཐའ་དཔལ་ལ་འོག་མེས་འབྲོ།  
 ལ་འོག་ལ་དུའོན་གཉེས་ཡོད་དེ། ཚ་བའི་ལ་འོག་དང་།  
 ཡན་ལག་གི་ལ་འོག་གཉེས་ཡོད་པའི་སྟེང་། ཚ་བའི་ལ་འོག་



ལྷ་ལུ་ལྷ་པོ་གྲང་ལྷ་ལྷིན་པར་གྲུལ། ཡང་པའི་རིག་བྱ་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར། རིང་ཐལ། ཡང་པ་དང་རིག་བྱ་བཏུ་མ་ག་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར་མེད་ན་མ་ལྷུལ། རིང་ལྷིན་ཏུ་རྩ་མེ་ལ་ཡང་རིང་  
 བཟུའོ། །ཁོ་ན་ཏེ། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། རྒྱུ་བས་ཡིན་པར་ཐལ།  
 ལྷ་ལེ་བ་དང་ལྷ་ལེ་བ་ས་ཡིན་པ་གཉིས་པོ་གང་ཏུང་ཡིན་  
 བའི་སྤྱིར་ན་མ་ལྷུལ། མ་ལྷུལ་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། ལྷ་ལེ་  
 བ་དང་ལྷ་ལེ་བ་ས་ཡིན་པ་གཉིས་པོ་གང་ཏུང་ཡིན་པར་ཐལ།  
 ལྷ་ལེ་བ་ས་ཡིན་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་ལྷུལ་ན། ཤེས་བྱ་  
 ཚོས་ཅན། ལྷ་ལེ་བ་ས་ཡིན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ལྷ་ལེ་བ་  
 མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ལྷ་པར་འདོད་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན།  
 རྒྱུ་བས་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱུ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ།

66/12/15



ལྷི་སྤྱུལ་བྱི་ནས་གཞུག་པ་དང་པ་ལ། རྒྱལ་གཞུག་སྤྱིར་  
 མ་ལྷུལ་པས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་ན་ཏེ། ལྷི་སྤྱུལ་ན། རྒྱལ་  
 ཡིན་པས་ལྷུལ་མེད་ན། ལྷུལ་པ་ཚོས་ཅན། རྒྱལ་བ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། ལྷི་སྤྱུལ་བའི་སྤྱིར། ལྷུལ་པ་ཁས། མ་ལྷུལ་ན། རི་ཚོས་  
 ཅན། རིང་ཐལ། ཚད་མས་སྤྱུལ་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ལྷུལ་སྤྱི་  
 ཚད་མས་སྤྱུལ་པ། ལྷི་སྤྱུལ་བྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར།  
 ལྷ་པར་འདོད་ན། ལྷུལ་པ་ཚོས་ཅན། རྒྱལ་བ་ས་ཡིན་པར་  
 ཐལ། མི་རྒྱལ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་ལྷུལ་ན། རི་ཚོས་ཅན།  
 རིང་ཐལ། ལྷ་དུག་ས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ལྷུལ་སྤྱི་ ལྷ་དུག་  
 མ། མི་རྒྱལ་བའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། རིང་ཐལ། རིན་  
 རྒྱུ་ལྷ་ལ། དེས་པོ་ལོ་མཚན་ཉིད། འཇིག་པ་འདུལ་བུས་  
 ལྱི་མཚན་ཉིད། ལྷུལ་པ། ལྷུལ་བའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར།  
 ཁ་ཅིག་ན་ཏེ། ཡིན་པ་ཡིན་ན་དེས་པ་ཡིན་པས་ལྷུལ་ལེར་ན།  
 འདུལ་མ་ལྷུལ་གྱི་ནས་མཁའ་ཚོས་ཅན། རིང་ཐལ། རིའོ་སྤྱིར།  
 ལྷུལ་པ་ཁས། མ་ལྷུལ་ན། རི་ཚོས་ཅན། རིང་ཐལ། ཚད་  
 མས་སྤྱུལ་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་ལྷུལ་ན། རི་ལ་









ཨོཾ

ཨོཾ མཚན་པུ་ཡིན་པར་ཐམ། རོན་ཕྱེད་རྣམ་པའི་  
 བཞུག་པུའི་ཚོས་གསུམ་ཚང་པའི་མཚན་པུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 མ་གྲུབ་ན། རོན་ཕྱེད་རྣམ་པ་ཚོས་ཅན། རྩོད་ཀྱི་མཚན་པུ་  
 རོ། རྩོད་ཀྱི་བཞུག་པུའི་ཚོས་གསུམ་ཚང་པའི་མཚན་པུ་ཡིན་  
 པར་ཐམ། རྩོད་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །། བཞུག་པུ་རང་  
 རྩལ་ལ། བུམ་པའི་ལྷོག་པུ་བཞུག་པུ་ཡིད་དེ། བུམ་པ་  
 དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བུམ་པའི་ལྷོག་པུ་དང་། བུམ་  
 པ་དང་བཞུག་པུ་གཉིས་ཡིན་ཁྱེད་མཉམ་ཡིན། བཞུག་པུ་ན།  
 རྩོད་རྩོད་ཀྱི་ལྷོག་པུ་ཡིན་པས་ཁྱེད་པ་ཡིན་དེ། བཞུག་པུ་  
 ན། རྩོད་རྩོད་དང་བཞུག་པུ་ཡིན་པས་ཁྱེད་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་  
 ན། བཞུག་པུ་ན། རྩོད་རྩོད་དང་བཞུག་པུ་ཡིན་པས་ཁྱེད་པར་  
 ཐམ། བཞུག་པུ་ན། རྩོད་རྩོད་དང་བཞུག་པུ་ཡིན་པས་ཁྱེད་  
 པའི་ཕྱིར། དེ་དེ་ཡི་ལྷོག་པུ་རང་ཡིན་ཁྱེད་མཉམ་པ་བཞུག་  
 ཡིད་དེ། དེ་དེ་ཡི་དང་བཞུག་པུ་དེ་དེ་ཡི་དང་བཞུག་པུ་ཕྱིར།  
 པའི་དེ་དེ་ཡི་ རོན་ཕྱེད་རྣམ་པའི་མཚན་པུ། རོན་ཕྱེད་རྣམ་  
 པའི་བཞུག་པུའི་ཚོས་གསུམ་ཚང་པའི་དང་པའི་ཡིད་པའི་ཕྱིར།

བཞུག་པུ་རྩོད་དང་དུག་པུ་མ་གྲུབ་པའི། དེ་དེ་ཡི་ལྷོག་པུ་  
 མཚན་པུ་ལ་གྲུབ་པའི། མཚན་ཉིད་ལ་གྲུབ་པའི་ཡིད་ན། དེ་དེ་  
 པའི་ལྷོག་པུ་དང་ལྷོག་པུ་མ་གྲུབ་པའི་ལྷོག་པུ། (དེ་དེ་  
 པའི་ལྷོག་པུ་དང་ཡིན་ཁྱེད་མཉམ་པའི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །།  
 བཞུག་པུ་རྩོད་པུ་ལྷོད་པུ། །། བཞུག་པུ་དང་  
 རོན་ཕྱེད་རྣམ་པའི་བཞུག་པུ་ཡིན་པར་ཐམ། དེ་བཞུག་པུ་  
 བཞུག་པུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན་མ་གྲུབ་པུ། དེ་དེ་ཡི་  
 དང་། རོན་ཕྱེད་རྣམ་པའི་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་དེ་དེ་ཡི་ཕྱེད་  
 རྣམ་པའི་ཚད་མས་དེས་ལ། དེ་དེ་ཡི་ཚད་མས་མ་དེས་པ་  
 ཡིད་པའི་ཕྱིར་དེ། དེ་དེ་ཡི་ཚད་མས་དེས་པའི་ལ། རོན་  
 ཕྱེད་རྣམ་པའི་ཚད་མས་དེས་པའི་ཕྱིར་དེ་དེ་ཡི་ཕྱིར་དེ།

67/15



རྒྱ ཡིན་ལོག་མིན་ལོག་གི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ་ལ།  
 རྟག་བརྟག་རྣམ་གཞག་ལས། རྟག་བོ་ལ། ཁ་ཅིག་ན་རེ།  
 རྟག་བ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་ཡིན་  
 པ་ལ་ལོག་པ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་ཡིན་། རྟག་བ་མ་  
 ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་ཡིན་པས་ཀྱང་རྟེན་  
 ལ། ལྟ་བུ་ལོག་པ་ཅོས་ཅན། རེས་པལ། རེས་ཕྱིར། རྟག་བ་  
 ལས། མ་གྲུབ་ན། རེ་ཅོས་ཅན། རེས་པལ། རྟག་བ་ཡིན་པ་ལས་  
 ལོག་པ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་ཡིན་...  
 པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། རེ་ཅོས་ཅན། རེས་པལ། རྟག་བ་ཡིན་  
 པ་ལས་ལོག་པ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་  
 གྲུབ་ན། རེ་ཅོས་ཅན། རེས་པལ། རྟག་བ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་  
 པ་ལས་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་ལས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན།  
 རེས་པལ། རེ་ཅོས་ཅན། རེས་པལ། རྟག་བ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་  
 པ་ལས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། རེ་ཅོས་ཅན། རེས་པལ།  
 རྟག་བ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན།  
 རེ་ཅོས་ཅན། རེས་པལ། རྟག་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུ་

འདོད་ན། ལྟ་བུ་ཡིན་པ་ཅོས་ཅན། རྟག་བ་མ་ཡིན་པ་  
 ལས་ལོག་པ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟག་  
 པ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་ཡིན་.....  
 པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། རེ་ཅོས་ཅན། རེས་པལ། རྟག་བ་མ་  
 ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཡིན་  
 པར་གྱུར་པའི་རྟག་བ་ཡིན་ན། རྟག་བ་ཡིན་པས་ཀྱང་རྟེན་  
 ལ། རྟག་བ་ལོན་ཅོས་ཅན། རྟག་བ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡིན་པས་  
 གྱུར་པའི་རྟག་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། རེ་ཅོས་ཅན། རེས་  
 པལ། ཡིན་པ་དང་རྟག་བ་གཉིས་ལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་  
 ལ། རྟག་བ་ལོན་ཡིན་པ་དང་། རྟག་བ་གཉིས་ལ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 རྟག་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། རྟག་བ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 ཡོད་པ་གང་ཡིན། རྟོགས་པོ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟག་བོ་  
 ལོ། གཉིས་པ་མ་གྲུབ་ན། རྟོགས་པོ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 རྟོགས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རྟོགས་པོ་གྱུ་ཡོད་པར་  
 ཐལ། རྟོགས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རྟོགས་པོ་གྱུ་  
 ལས་ཅི་སྲུང་པར་ཐལ། རྟོགས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན

རྩོད་རྩོད་ཀྱི་རྒྱ་ལེ་ལོ་གསུམ་ལོན་པར་གྲུ་། རྩོད་རྩོད་ཀྱི་རྒྱ་  
 ལས་ལྷོས་ལ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་། འདོད་ན། རྩོད་རྩོད་ཀྱི་རྒྱ་དང་  
 རེ་རྒྱུ་འབྲེལ་བ་ཡིན་པར་གྲུ། འདོད་པའི་སྤྱིར་། འདོད་ན།  
 རྩོད་ཀྱི་རྒྱ་མེད་ན། རྩོད་མེད་དགོས་པར་གྲུ། རྩོད་རྩོད་ཀྱི་  
 རྒྱ་དང་རེ་རྒྱུ་འབྲེལ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་། འདོད་ན། ལྷོས་བྱ་  
 ཅོས་ཅན། རྩོད་མེད་པར་གྲུ། རྩོད་ཀྱི་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར་།  
 ལས་གྲུ་བ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། དེར་གྲུ། རྩོད་དྲག་པ་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་། ཅུ་པར་འདོད་ན། དྲག་པ་ཁོ་ན་ཆོས་ཅན། ཡོད་པར་  
 གྲུ། དྲག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་། འདོད་ན། དྲག་པ་ཁོ་ན་མེད་  
 པར་གྲུ། དེས་པོ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་། ལས་གྲུ་བ་ན། དེས་པོ་  
 ཡོད་པར་གྲུ། བདག་མེད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་། །། ལྷོས་ལ་པར་  
 ལྷགས་ལ། ལ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་དང་། ཡིན་པ་གཉིས་  
 དོན་གཅིག་ ལ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་དང་། ལ་ཡིན་པ་གཉིས་  
 དོན་གཅིག་ ལ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་རི་ཅན་འཕྲིན་ལྷན་གྲུར་།  
 ལ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་གཅིག་ ལྷ་དང་དོན་གཅིག་ ལ་ཡིན་པ་  
 ལས་ལོག་པ་ཅ་དང་། ལ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་དོན་གཅིག་།

ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་ལ་དང་པལས་ན། ཡིན་པ་ལས་ལོག་  
 པ་གཅིག་ལྷ་དང་དོན་གཅིག་ ཡིན་པའི་སྤྱིར་། ལྷོས་ལ་ལྷོད་  
 པ་སྤོང་པ་ལ། ཁོ་ན་རེ། དེས་པོ་ལ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་  
 དྲག་པ་ཡིན་པར་གྲུ། དེས་པོ་ལ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་  
 ཡོད་པ་གང་ཤིག་ ལ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་དྲག་པ་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་། རེ་ན་ལ་ལྷག་ དྲགས་གྲུ་བ་ལྷོ། ཡིན་པ་ལས་ལོག་  
 པ་དང་། ལ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་གཉིས་རེ་རེ་ནས་དྲག་  
 པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་། །













སྒྲི་རྒྱུ་པ་ཚོས་ཅན། རྒྱུ་འབྲས་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱུ་  
 འབྲས་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ལྷུ་ལ།  
 རྒྱུ་པ་ཚོས་ཅན། རྒྱུ་འབྲས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐ་དང་  
 མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ། གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཅིག་དྲག་  
 པ་མ་ཡིན་པའི་རྒྱུ་ཡོད་པར་ཐལ། རྒྱུ་ཡིན་ན་དྲག་པ་མ་  
 ཡིན་པའི་རྒྱུ་ཡིན་པའི་ལྷན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མི་འབྲས་དེ་  
 རྒྱུ་ཡིན་ན་དྲག་པ་མ་ཡིན་པའི་རྒྱུ་མ་ཡིན་པས་ལྷན་པས་.....  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཞི་སྒྲུབ་ན། དྲག་པ་མ་ཡིན་པ་  
 འབྲས་ལུ་མ་ཡིན་པས་ལྷན་པའི་ཕྱིར། ཡང་འོན་ཏེ།  
 དངོས་པོ་འི་རྒྱུ་དང་། དངོས་པོ་འི་འབྲས་ལུ་གཞི་མཐུན་  
 ཡོད་པར་ཐལ། དངོས་པོ་འི་རྒྱུ་རྒྱུར་པའི་དངོས་པོ་འི་  
 འབྲས་ལུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ལྷུ་ལ།

རྒྱུ་དང་ཕྱི་འབྲས་ཚོས་།  
 རྒྱུ་འབྲས་ལྷན་པས་

རྒྱུ་དང་ཕྱི་འབྲས་ཀྱི་ནམ་བཞག་ལ་ཤར་པ་ལ།  
 དཔག་བཞག་ཚོར་གཏུམ་ལས། དང་པོ་ལ། གཅིག་  
 ཅ་དེ། རྒྱུ་ཡིན་ན་ཕྱི་འབྲས་མ་ཡིན་པས་ལྷན་པེར་ན། དངོས་  
 པོ་ཚོས་ཅན། ཕྱི་འབྲས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱུ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། ལྷན་པ་ལས། མ་སྒྲུབ་ན། དངོས་པོ་ཚོས་  
 ཅན། རྒྱུ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱུ་ཕྱི་ཕྱི་འབྲས་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
 མ་སྒྲུབ་ན། དངོས་པོ་ཚོས་ཅན། རྒྱུ་ཕྱི་ཕྱི་འབྲས་ཡོད་  
 པར་ཐལ། རྒྱུ་པ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་སྒྲུབ་ན།  
 རྒྱུ་པ་ཚོས་ཅན། རྒྱུ་དངོས་པོ་འི་ཕྱི་འབྲས་ཡིན་པར་ཐལ།  
 རྒྱུ་དངོས་པོ་ཡིན། རྒྱུ་དངོས་པོ་དང་པོ་དང་པོ་གཅིག་ཏུ་  
 འབྲེལ། རྒྱུ་མ་ཡིན་ཞེས་དངོས་པོ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་  
 མཐུན་པ་དུ་མ་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར། དྲག་པ་གཉིས་པ་མ་སྒྲུབ་  
 ན། རྒྱུ་པ་ཚོས་ཅན། དངོས་པོ་དང་པོ་དང་གཅིག་འབྲེལ་  
 ཡན་པར་ཐལ། དངོས་པོ་དང་པོ་དང་གཅིག་ཡན་པ་

གང་ཞིག་ རྟོག་པོ་དང་ཐ་དང་ཀྱང་ཡིན། རྟོག་པོ་མེད་  
 ཅུང་མེད་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟོག་པོ་མེད་པ་ལྟར་ན།  
 ལུས་པ་ཚོས་ཅན། རྟོག་པོ་དང་བདག་ཉིད་གཅིག་ཡིན་པར་  
 ཐམས། རྟོག་པོ་དང་རང་བཞིན་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟོག་  
 པ་གཉིས་པ་མ་གྲུབ་ན། ལུས་པ་ཚོས་ཅན། རྟོག་པོ་དང་  
 ཐ་དང་ཡིན་པར་ཐམས། གཞུགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟོག་པོ་  
 གཞུགས་པ་མ་གྲུབ་ན། ལུས་པ་ཚོས་ཅན། རྟོག་པོ་མེད་  
 ཅུང་མེད་དགོས་པར་ཐམས། རྟོག་པོ་མེད་ན་གང་འབྲེལ་  
 ཡན་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཞོང་གི་དྲགས་གཞུགས་པ་མ་  
 གྲུབ་ན། ལུས་པ་ཚོས་ཅན། རྟོག་པོ་ཡིན་ཞིང་རྟོག་པོ་  
 ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དུ་མ་གྲུབ་པར་ཐམས། ཅན་  
 དན་གྱི་ཀ་བ་དེ་ཡང་དེ་ཡིན། ལུག་པའི་ཀ་བ་དེ་ཡང་དེ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཅ་བར་འདོད་ན། རྟོག་པོ་ཚོས་ཅན།  
 ཕྱི་བྲག་ཡིན་པར་ཐམས། ཤིས་བྱའི་ཕྱི་བྲག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 མ་གྲུབ་ན། རྟོག་པོ་ཚོས་ཅན། ཤིས་བྱའི་ཕྱི་བྲག་  
 ཡིན་པར་ཐམས། རྟོག་པོས་བྱ་ཡིན། རྟོག་པོས་བྱ་དང་

བདག་གཅེས་དུ་བཞེས། རྟོག་པོ་ཡིན་ཞིང་ཤིས་བྱ་ཡང་  
 ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཤིས་བྱ་གཞི་  
 མེ། རྟོག་པོ་འདྲི་ཕྱི་ཡིན་ན། རྟོག་པོ་དེ་ལྟར་ལྟར་  
 ཡིན་པས་ཀྱང་མེད་ན། མཚོན་བྱ་ཚོས་ཅན། རྟོག་པོ་  
 ལུས་པའི་ཕྱི་ཡིན་པར་ཐམས། རྟོག་པོ་འདྲི་ཕྱི་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། རྟོག་པོ་ཡང་མ་གྲུབ་ན། མཚོན་བྱ་ཚོས་ཅན།  
 རྟོག་པོས་བྱའི་ཕྱི་ཡིན་པར་ཐམས། རྟོག་པོ་ཚོས་ཕྱི་ཕྱི་  
 ཡག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། རྟོག་པོ་ཚོས་ཅན།  
 མཚོན་བྱའི་ཕྱི་བྲག་ཡིན་པར་ཐམས། རྟོག་པོ་ཚོས་བྱ་ཡིན།  
 རྟོག་པོ་ཚོས་བྱ་དང་བདག་གཅིག་དུ་བཞེས། རྟོག་པོ་ཡིན་  
 ཞིང་མཚོན་བྱ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དུ་མ་གྲུབ་པའི་  
 ཕྱིར། ཅ་བར་འདོད་ན། རྟོག་པོ་དེ་ལྟར་ལྟར་  
 རྟོག་པོ་ཚོས་བྱའི་ཕྱི་བྲག་པ་ཡིན་པར་ཐམས། མཚོན་བྱའི་ཕྱི་  
 ཡག་པའི་ཕྱིར། རྟོག་པོ་ཚོས་ཚོས་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཤི་  
 ཅིག་ན་ཤི། རྟོག་པོ་ཚོས་ཚོས་ཡང་ཡིན། ཕྱི་བྲག་གི་ཕྱི་བྲག་གྱང་  
 ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་མེད་ཐེང་ན། རྟོག་པོ་དང་ཐམས།

དག་པ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དག་པ་ཚོས་  
 ཅན། རྩོད་སྤྱིའི་སྤྱི་ཡང་ཡིན། རྩོད་བྱུང་གི་ཕྱི་བྲག་ཀྱང་  
 ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། རྩོད་སྤྱིའི་སྤྱི་ཡིན་  
 པ་གང་ཞིག རྩོད་བྱུང་གི་ཕྱི་བྲག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དགས་  
 དང་པོ་མ་གྲུབ་ན། དག་པ་ཚོས་ཅན། རྩོད་སྤྱིའི་སྤྱི་  
 ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱི་རྩོད་ཀྱི་ཕྱི་བྲག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དགས་  
 གཉིས་པ་མ་གྲུབ་ན། དག་པ་ཚོས་ཅན། ཕྱི་བྲག་གི་ཕྱི་  
 བྲག་ཡིན་པར་ཐལ། རྩོད་ཕྱི་བྲག་ཡིན། རྩོད་ཕྱི་བྲག་  
 དང་བདག་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ། རྩོད་མ་ཡིན་ཞིང་ཕྱི་བྲག་ཀྱང་  
 ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཏུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། **ཁོ་ཅིག་**  
**དངོས་པོ་ཡིན་ན།** དངོས་པོ་འི་སྤྱི་མ་ཡིན་པས་ཀྱང་རྩོད་  
 ལ། རྩོད་མི་དག་པ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར།  
 དགས་སྐྱེ། དངོས་པོ་རྩོད་མི་དག་པ་དངོས་པོ་འི་སྤྱི་ཡིན་  
 པར་ཐལ། དངོས་པོ་རྩོད་མི་དག་པ་དང་ཕྱི་བྲག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། དངོས་པོ་རྩོད་མི་དག་པ་ཡིན། དངོས་པོ་རྩོད་  
 མི་དག་པ་དང་བདག་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ། དངོས་པོ་མ་ཡིན་

ཞིང་རྩོད་མི་དག་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་ཏུ་མ་གྲུབ་པའི་  
 ཕྱིར། དགས་སྤྱི་མ་དེར་ཐལ། ཤེས་པ་ཡང་དེ་ཡིན།  
 དག་པ་དེ་ཡང་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཡོད་ཚེར་  
 གང་ཚུང་ཡིན་ན། རྩོད་མི་དག་པ་ཡིན་པས་ཀྱང་བའི་ཕྱིར།  
**ཁོ་ཅིག་ན་པེ།** རྩོད་མི་ཕྱི་བྲག་ཡིན་ན། དངོས་པོ་འི་ཕྱི་  
**བྲག་ཡིན་པས་ཀྱང་རྩོད་ལ།** དངོས་པོ་འི་སྤྱི་ཏུ་ཡུལ་པའི་ཚེར་  
 མ་དང་དཔུང་ཤེས་གཉིས་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་  
 ཕྱིར། ཀྱང་བའི་ཐལ། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན།  
 དེར་ཐལ། རྩོད་ཚོ་ཡིན། རྩོད་ཚོ་དང་བདག་གཅིག་ཏུ་  
 འབྲེལ། རྩོད་མ་ཡིན་ཞིང་། རྩོད་མ་ཡིན་པའི་གཞི་  
 མཐུན་པ་ཏུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དང་གཉིས་པ་གྲུ་  
 གསུམ་པ་མ་གྲུབ་ན། དེ་འདྲ་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཏུ་མ་གྲུབ་  
 པར་ཐལ། རྩོད་མ་མཐུན་དེ་ཡང་དེ་ཡིན། ཅོད་མ་དེ་ཡང་  
 དེ་ཡིན། དེ་གཉིས་མན་ཚུན་ཐད་དུ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཅོ་  
 བར་འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དངོས་པོ་འི་ཕྱི་བྲག་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དངོས་པོ་དང་བདག་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ་

བ་མ་ཡིན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་ལ། དེ་ཚོས་ཅན། དེ་  
 མལ། དངོས་པོ་འི་སྲིད་ཡིན་པའི་སྲིད། དགས་སྒྲུ། མཉེས་  
 པ་རང་ལྟར་ལ། **སྲིད་མཚན་ཉིད་ཡོད་དེ།** སང་གི་གསལ་  
 པ་ལ་ཇི་སྲིད་འགྲོ་བའི་ཚོས་དེ་དེ་ཡིན་པའི་སྲིད། སྲིད་ལ་  
 ལྷན་པ་ཚོད་རིགས་ཀྱི་སྲིད་ལྟེན་དཔྱད་གསུམ་ཡོད་དེ། སྲིད་  
 སྲིད། དོན་སྲིད། ཚོགས་སྲིད་པ་གསུམ་ཡོད་པའི་སྲིད།  
**རིགས་སྲིད་མཚན་ཉིད་ཡོད་དེ།** སང་གི་རིགས་ཅན་རྒྱ་མ་  
 ལ་ཇི་སྲིད་འགྲོ་བའི་ཚོས་དེ་དེ་ཡིན་པའི་སྲིད། མཚན་  
 མཉེས་ཡོད་དེ། ལེས་བྱ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་སྲིད། **ལྷན་པའི་**  
**དོན་སྲིད་མཚན་ཉིད་ཡོད་དེ།** ལྷན་པ་ཚོད་རྒྱུ་ལ་ལྷན་པ་  
 བ་མ་ཡིན་པ་ལྟར་བྱུང་བའི་སྲིད་ལྟེན་པ་གསུམ་གྱི་  
 ཅན་དེ་དེ་ཡིན་པའི་སྲིད། མཚན་མཉེས་ཡོད་དེ། ལྷན་  
 འཛིན་དོག་པ་སྐད་ཅིག་གཉེས་པ་ལ་ལྷན་པ་སྐད་ཅིག་གཉེས་  
 པ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པར་སྐད་པ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་སྲིད།  
**ཚོགས་སྲིད་མཚན་ཉིད་ཡོད་དེ།** སང་གི་ཚོགས་རྒྱ་མ་ལྟར་  
 པའི་གཞུགས་རགས་པ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་སྲིད། མཚན་མཉེས་

ཡོད་དེ། ལྷན་པ་དང་ལྟར་བྱུང་བའི་སྲིད་པའི་སྲིད། ཚོས་  
 སྲིད་དེ། རིགས་སྲིད་མཉེས་ཡོད་དེ། ལྷན་པ་དེ་དེ་  
 ཡིན་པའི་སྲིད། ཚོགས་སྲིད་མཉེས་པ་དང་། རིགས་སྲིད་  
 མཉེས་ཡོད་དེ། ལེས་བྱ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་སྲིད། རིགས་  
 སྲིད་མཉེས་པ་དང་། ཚོགས་སྲིད་མཉེས་ཡོད་དེ། ལྟ་  
 ལྷན་མཉེས་དེ་ཡིན་པའི་སྲིད། རིགས་སྲིད་མཉེས་པ་དང་།  
 ཚོས་སྲིད་མཉེས་པའི་གཉེས་ཡོད་དེ། དགས་དངོས་མཉེས་  
 དེ་དེ་ཡིན་པའི་སྲིད། ལྷན་པ་གཉེས་ཉིད་ཡོད་དེ། **ལྷན་**  
**ལྷན་རྒྱུ་ལྷན་པའི་སྲིད་པའི་སྲིད་པ་ཅན་གྱི་ཚོས་དེ།**  
 སང་ཉིད་ལྷན་པའི་སྲིད་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྲིད། **གསུམ་**  
**པ་ཚོད་པ་སྲིད་པ་ལ།** རིན་པའི། ལྷན་པའི་གཉེས་ཚོས་  
 ཅན། **སྲིད་ཡིན་པར་ཐལ།** ཚོགས་སྲིད་ཡིན་པའི་སྲིད་པ་  
 མ་ཁྱེད། དགས་སྲིད་ལྟེ། ལྷན་པའི་སྲིད་ལྟེན་ལྟེན་གྱི་ཚོས་  
 ཡིན་པའི་སྲིད། འདོད་ལ། དེ་ཚོས་ཅན། སྲིད་པ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། ཚོད་ལྷན་ལྷན་པའི་སྲིད། མ་གྲུབ་  
 ལ། དེ་ཚོས་ཅན། དེས་ཐལ། ཚོད་ཡིན་པའི་སྲིད།

བའི་ཤེས་བྱ་ཡིན་པའི་ལྱིར། **ཡང་ཁོ་ན་ལེ། ཤེས་བྱ་**  
**དེ་ལྟོས་ལོན་པར་ཐལ།** དེ་ཤེས་བྱ་ཡིན་པའི་རྒྱུ་མ་ཡིན་  
**པའི་ལྱིར་ན་མ་ཁྲལ།** མ་སྐྱབ་ན། དེ་ཤེས་བྱ་ཡིན་པའི་  
 ལྱི་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཤེས་བྱ་ཡིན་པའི་རྒྱུ་མེད་པའི་ལྱིར།  
 མ་སྐྱབ་ན། དེར་ཐལ། ཤེས་བྱ་ལྱི་མེད་པ་གང་ཞིག  
 ཤེས་བྱ་དང། ཤེས་བྱ་ཡིན་པ་གཉིས་དོན་གཞིག་ཡིན་པའི་  
 ལྱིར། **གོང་དུ་འདོད་ན།** ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། ལྱི་ཡིན་  
 པར་ཐལ། རང་གི་གསལ་པ་ལ་ཆོས་སྤྱི་འགྲོ་བའི་ཚོས་  
 ཡིན་པའི་ལྱིར། མ་སྐྱབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
 རང་གི་རིགས་ཅན་དུ་མ་ལ་ཆོས་སྤྱི་འགྲོ་བའི་ཚོས་ཡིན་པའི་  
 ལྱིར། མ་སྐྱབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། རང་གི་  
 རིགས་ཅན་དུ་མ་ལ་ཆོས་སྤྱི་འགྲོ་བའི་ལྱིར་མ་སྐྱབ་ན། དེ་  
 ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེ་ག་དེ་སྒྲིལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འཇགས་  
 ལྷ་གདོགས་པའི་ལྱིར། **ཡང་ཁོ་ན་ལེ། ཤེས་བྱ་མ་ཡིན་**  
**པའི་རྒྱུ་ཡིན་པར་ཐལ།** མ་ཡིན་པ་ཤེས་བྱའི་ལྱིར་གྱི་  
**པའི་ལྱིར་མེད་ན་མ་ཁྲལ།** འདོད་ན། ཤེས་བྱ་མ་ཡིན་

བའི་རྒྱུ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཤེས་བྱ་མ་ཡིན་པའི་རྒྱུ་ཡིན་  
 ན་གང་ཡན་ཡན་ཡིན་པས་ཁྲལ་པའི་ལྱིར། ཡང་ཁོ་ན་ལེ།  
 ལྱི་ལྱོག་ཡིན་པའི་ལྱི་ལྱོག་འདོད་པར་ཐལ། ལྱི་མ་ཡིན་པའི་  
 ལྱི་མེད་པའི་ལྱིར་ན་མ་ཁྲལ། དམས་སྐྱབ་ནི། ཤེས་བྱ་  
 དེ་ལྟོས་ཡིན་པའི་རྒྱུ་ཡིན་པའི་ལྱིར། མ་སྐྱབ་ན། ཤེས་  
 བྱ་ཚོས་ཅན། ལྱི་མ་ཡིན་པའི་རྒྱུ་ཡིན་པར་ཐལ། ལྱི་མ་  
 ཡིན་པའི་ལྱིར་གྱི་ལྱི་ལྱོག་ཡིན་པའི་ལྱིར། **ཡང་ཁོ་ན་ལེ། ཤེས་**  
**བྱ་ཚོས་ཅན།** ལྱི་མ་ཡིན་པའི་རྒྱུ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ལྱི་  
**ཡིན་པའི་རྒྱུ་ཡིན་པའི་ལྱིར་མེད་ན་མ་ཁྲལ།** དམས་སྐྱབ་  
 ལྱི། ལྱི་ཡིན་པའི་ལྱིར་གྱི་ལྱི་ལྱོག་ཡིན་པའི་ལྱིར། ||





ཡིན་པའི་ཚོམ་ཚོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ། དགས་པས། རྒྱལ་  
 མི། རྒྱལ་མཁོ་ལྷོ་ལ། རྒྱལ་མཁོ་རང་མ་ཡིན། རྒྱལ་མ་  
 ཡིན་པ་རྒྱལ་མ་ཡིན། རྒྱལ་ཕྱི་ཚོམ་པ་རང་མ་ཡིན་པའི་  
 ཚོམ་ཚོས་དང་མི་འགལ་བ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དེ།  
 རྒྱལ་རང་མ་ཡིན་པའི་ཚོམ་ཚོས་ཕྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་ན། ལུས་པ་ལུས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ལུས་པ་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར། དགས་པ་ལུས་པ་མ་ལྷོད་ན། ལུས་པ་ཚོས་  
 ཅན། རྒྱལ་མ་ཡིན་པ་རྒྱལ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱལ་ཚོམ་ཚོས་  
 ལུང་ལུས་ཅམ་པོ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དགས་པས། རྒྱལ་མི།  
 རྒྱལ་མཁོ་ལྷོ་ལ། རྒྱལ་མཁོ་རང་མ་ཡིན། རྒྱལ་མ་ཡིན་  
 པ་རྒྱལ་མ་ཡིན། རྒྱལ་ཕྱི་ཚོམ་པ་ཚོམ་ཚོས་ལུང་ལུས་ཅམ་པོ་  
 པ་དང་མི་འགལ་བ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དེ། རྒྱལ་  
 ཚོམ་ཚོས་ལུང་ལུས་ཅམ་པོ་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་ན། ལུས་པ་མ་ཡིན་པ་ལུས་པ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། ལུས་པ་མ་ཡིན་པ་ལུས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མོང་  
 མི་ཙ་དགས་པ་ལུས་པ་མ་ལྷོད་ན། ལུས་པ་ཚོས་ཅན། རྒྱལ་

མཐུན་པའི་པོ་གང་ཅུང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་ཡིན་པའི་  
 ཚོམ་ཚོས་ཕྱི་ཚོམ་མཐུན་པ་ཡིན། རང་མ་ཡིན་པའི་ཚོམ་  
 ཚོས་ཕྱི་ཚོམ་མཐུན་པ་ཡིན། ཚོམ་ཚོས་ལུང་ལུས་ཅམ་པོ་  
 པའི་ཚོམ་མཐུན་པ་ཡིན། རྒྱལ་ཚོམ་ཕྱི་ཚོམ་མཐུན་པར་  
 མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་མ་ལྷོད་ན། ལུས་པ་ཚོས་ཅན།  
 རྒྱལ་མ་ཡིན་པ་རྒྱལ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱལ་རང་མ་ཡིན་པའི་  
 ཚོམ་ཚོས་ཕྱི་ཚོམ་མཐུན་པའི་ཕྱིར། དགས་པས།  
 རྒྱལ་མི། རྒྱལ་མཁོ་ལྷོ་ལ། རྒྱལ་མཁོ་རང་མ་ཡིན། རྒྱལ་  
 མ་ཡིན་པ་རྒྱལ་མ་ཡིན། རྒྱལ་ཕྱི་ཚོམ་པ་རང་མ་ཡིན་པའི་ཚོམ་  
 ཚོས་ཕྱི་ཚོམ་མཐུན་དང་མི་འགལ་བ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་  
 མཐུན་པ་དེ། རྒྱལ་རང་མ་ཡིན་པའི་ཚོམ་ཚོས་ཕྱི་ཚོམ་མཐུན་  
 ཕྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མོང་ལྷོ་ལགས་  
 རྒྱལ་མཁོ་ལུས་པ་མ་ལྷོད་ན། ལུས་པ་ཚོས་ཅན། རྒྱལ་  
 རྒྱལ་རང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱལ་རང་མ་ཡིན་པའི་ཚོམ་  
 ཚོས་ཕྱི་ཚོམ་མཐུན་པའི་ཕྱིར། དགས་པས། རྒྱལ་  
 མི། རྒྱལ་མཁོ་ལྷོ་ལ། རྒྱལ་མཁོ་རང་མ་ཡིན། རྒྱལ་མ་

ཡིན་པ་ཚོར་མ་ཡིན། ཚོར་ཕྱི་ཚོག་པ་རང་མ་ཡིན་པའི་  
 ཚོག་ཚོས་ཕྱི་ཚོས་མཐུན་དང་མི་འགལ་པ་ཡང་ཡིན་པའི་.....  
 བཞི་མཐུན་པ་དེ། ཚོར་རང་མ་ཡིན་པའི་ཚོག་ཚོས་ཕྱི་ཚོས་  
 མཐུན་ཕྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བོང་  
 གྲུ་བཀག་མེད། བཅུ་མ་པ་མ་ལུ་བ་ན། ལུ་མ་པ་ཚོས་ཅན།  
 ཚོར་ཚོར་རང་མ་ཡིན་པར་ཐམ། ཚོར་ཚོག་ཚོས་ལུང་ལུ་མ་  
 ཅམ་པོ་བའི་ཚོས་མཐུན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྒྱལ་ཤི། ཚོར་  
 བཞི་ལུ་པ། ཚོར་ཚོར་རང་མ་ཡིན། ཚོར་མ་ཡིན་པ་ཚོར་  
 ཡིན། ཚོར་ཕྱི་ཚོག་པ་ཚོག་ཚོས་ལུང་ལུ་མ་ཅམ་པོ་བའི་  
 ཚོས་མཐུན་དང་མི་འགལ་པ་ཡང་ཡིན་པའི་བཞི་མཐུན་པ་དེ།  
 ཚོར་ཚོག་ཚོས་ལུང་ལུ་མ་ཅམ་པོ་བའི་ཚོས་མཐུན་ཕྱི་མཚན་...  
 ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བོང་གྲུ་བཀག་མེད། བཞི་  
 པ་མ་ལུ་བ་ན། ལུ་མ་པ་ཚོས་ཅན། ཚོར་ཕྱི་ཚོག་པ་རང་  
 ཚོས་ཕྱི་ཚོས་མཐུན་དང་མི་འགལ་པ་ཡིན་པར་ཐམ། ཚོར་  
 རང་ཚོས་ཕྱི་ཚོས་མཐུན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དགས་ཁས།  
 རྒྱལ་ཤི། ཚོར་བཞི་ལུ་པ། ཚོར་ཚོར་རང་ཡིན། ཚོར་

མ་ཡིན་པ་ཚོར་མ་ཡིན། ཚོར་ཕྱི་ཚོག་པ་རང་ཚོས་ཕྱི་  
 ཚོས་མཐུན་དང་མི་འགལ་པ་ཡང་ཡིན་པའི་བཞི་མཐུན་པ་...  
 དེ། ཚོར་རང་ཚོས་ཕྱི་ཚོས་མཐུན་ཕྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། བཞིན་ཡང་། ལུ་མ་པ་ཚོས་ཅན། རང་ཚོས་ཕྱི་  
 ཚོས་མཐུན་མ་ཡིན་པར་ཐམ། རང་ཚོས་དངོས་གྲུ་མ་པ་  
 མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་ལུ་བ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དར་ཐམ།  
 རང་ཚོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་ལུ་བ་རྒྱལ། རང་ཚོས་ཚོས་  
 ཅན། ཚོར་ཡིན་ན། ཚོར་དངོས་གྲུ་མ་པ་ཡིན་པས་ལུ་པ་  
 པར་ཐམ། ཚོར་བདག་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་མཚན་དང་  
 ཡིན་པའི་ཚོག་ཚོས་ཡོད་དེ། མཚན་ཉིད། དགས་པ། ལུ་  
 དང་ཕྱི་ཚོག་ཚོགས་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རང་མ་ཡིན་པའི་  
 ཚོག་ཚོས་ཡོད་དེ། མཚན་ཉིད། ཐ་དང་། ལུ་མ་པ།  
 ལུ་མ་པ་དང་བཞིན། ཀ་ལུ་མ་པ་ཉིས་མོགས་ཡིན་པ་མི་ཡིད་  
 པའི་ཚོས་ཅན་མ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཚོག་ཚོས་ལུང་ལུ་མ་  
 ཅམ་པོ་བའོད་དེ། དངོས་པོ་ལྷོ་ལྷོ་ཕྱི་ཚོག་དང་། དངོས་  
 པོ་ལྷོ་མོགས་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རང་ཚོས་ཕྱི་ཚོས་

མཐུན་ཡོད་དེ། རྫོག་ཚེས་ལྷ་ལྷ་པ་པའི་དངོས་པོ་དེ་དེ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། སང་ཡིན་པའི་རྫོག་ཚེས་ཀྱི་རྗེས་མཐུན་ཡོད་དེ།  
 སང་ཡིན་པའི་རྫོག་ཚེས་མ་ཡིན་པ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སང་  
 མ་ཡིན་པའི་རྫོག་ཚེས་ཀྱི་རྗེས་མཐུན་ཡོད་དེ། སང་མ་  
 ཡིན་པའི་རྫོག་ཚེས་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྫོག་ཚེས་  
 ལྷ་ལྷ་མ་མ་པོ་པའི་རྗེས་མཐུན་ཡོད་དེ། རྫོག་ཚེས་ལྷ་  
 ལྷ་མ་མ་པོ་པ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ॥

47-3-2

འགལ་འབྲེལ་གྱི་དེ།

རྫོག་ཚེས་ལྷ་ལྷ་མ་མ་པོ་པའི་དངོས་པོ་དེ་དེ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། སང་ཡིན་པའི་རྫོག་ཚེས་ཀྱི་རྗེས་མཐུན་ཡོད་དེ།  
 སང་ཡིན་པའི་རྫོག་ཚེས་མ་ཡིན་པ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སང་  
 མ་ཡིན་པའི་རྫོག་ཚེས་ཀྱི་རྗེས་མཐུན་ཡོད་དེ། སང་མ་  
 ཡིན་པའི་རྫོག་ཚེས་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྫོག་ཚེས་  
 ལྷ་ལྷ་མ་མ་པོ་པའི་རྗེས་མཐུན་ཡོད་དེ། རྫོག་ཚེས་ལྷ་  
 ལྷ་མ་མ་པོ་པ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ॥

7

དེ་ལྟར་ མ་ལུ་བཟུ་ དེ་ཚོ་ཅན་ དེ་ལྟར་ དེ་ལྟར་  
 བོ་དང་བདག་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ་བ་ཡིན་པར་ཕྱིར། མ་ལུ་བཟུ་  
 ལ། དེ་ལྟར་བོ་ཚོས་ཅན། རྩོད་དང་འབྲེལ་བ་དེ་རྩོད་དང་  
 བདག་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ་བ་ཡིན་པར་ཕྱིར། རྩོད་དང་འབྲེལ་  
 བ་རྩོད་དང་ཐ་དང་གང་ཞིག་རྩོད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། ཅ་པར་འདོད་ན། དེ་ལྟར་བོ་དང་འབྲེལ་བ་ཚོས་  
 ཅན། རྩོད་རྩོད་དང་འབྲེལ་བ་མ་ཡིན་པར་ཕྱིར། རྩོད་  
 གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **ཁ་ཅིག་ན་པོ།**  
**ཀ་ལུ་མ་གཉིས་དང་གཅིག་དང་འགམ་བ་དང་འགམ་བ་ཡང་**  
**ཡིན། ཀ་ལུ་མ་གཉིས་དང་གཅིག་དང་མི་འགམ་བ་ཡང་**  
 ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་མེད་ཅེས་ན། དེ་ཡོད་པར་ཕྱིར། ཤེས་  
 བྱའི་འདོག་ཏུ་ཚོས་གསུམ་ཚང་པ་དེ་དེ་རྩུབ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། **ཁ་ཅིག་ན་པོ། དེ་ལྟར་བོ་དང་འགམ་བ་དང་འགམ་**  
**བ་ཡང་ཡིན། དེ་ལྟར་བོ་དང་མི་འགམ་བ་དང་མི་འགམ་བ་**  
**ཡང་ཡིན། དེ་ལྟར་བོ་དང་འབྲེལ་བ་དང་འབྲེལ་བ་དང་ཡང་**  
**ཡིན། དེ་ལྟར་བོ་དང་མ་འབྲེལ་བ་མ་འབྲེལ་བ་ཡང་ཡིན་**

བའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་ཅེས་ཀྱང་དེ་ལྟར་མི་འགམ་བ་  
 དེ་དེ་འབྲེལ་བའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡིན་པར་ཕྱིར། དེ་ལྟར་བོ་གཞི་  
 མཐུན་པ་ཡོད་པ་གང་ཞིག་ དེ་ལྟར་བོ་དང་མ་འབྲེལ་བ་དེ།  
 དེ་ལྟར་བའི་གཞི་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བཞིས་པ་  
 མ་ལུ་བཟུ་ དེ་ལྟར་བ་དང་མ་འབྲེལ་བ་ཚོས་ཅན། དེ་ལྟར་  
 བོ་དང་འགམ་བ་དང་འགམ་བ་ཡིན་པར་ཕྱིར། དེ་ལྟར་བོ་  
 གཞི་མཐུན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔལ་དེ་ལྟར། འདོད་  
 མི་ལྷན་དེ། དེ་དང་མ་འབྲེལ་བ་ཡང་ཡིན། དེ་དང་འགམ་  
 བ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དེ། དེ་ལྟར་  
 བོ་དེ་ལྟར་ལྟར་བའི་ཚོད་མ་དང་དཔལ་ཤེས་གཉིས་དེ་རྩོད་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་ལུ་བཟུ་ དེ་གཉིས་ཚོས་ཅན། དེ་  
 ཕྱིར། དེ་དང་མ་འབྲེལ་བ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ དེ་དང་  
 འགམ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་བོ་ལྟར་ཕྱི་ བའི་ལྟར་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལྟར་ཕྱི་ ཡིན་པ་མི་རྩོད་  
 བའི་ཤེས་ཏུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **ཁ་ཅིག་ན་པོ། དཔལ་**  
**དང་འགམ་བ་དང་འགམ་བ་ཡང་ཡིན། དཔལ་དང་མི་**

འགམ་བ་དང་མི་འགམ་བ་ཡང་ཡིན། འགམ་བ་དང་འབྲེལ་བ་  
 བ་དང་འབྲེལ་བ་ཡང་ཡིན། འགམ་བ་དང་མ་འབྲེལ་བ་མ་  
 འབྲེལ་བ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་མེད་མེད་ན། རེ་འདྲེ་  
 གཞི་མཐུན་ཡོད་པར་གསུམ། འགམ་བ་དང་མ་འབྲེལ་བ་དེ་  
 འདྲེ་གཞི་མཐུན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞི་མ་བ་དང་ལྷག་པ་  
 བཞག་པ་ལ། འགམ་བ་ལ་མཚན་ཉིད་དང་དུའི་བ་གཞི་མ།  
 དང་པོ་མི་ཁྱེད་ལ་དེ་གྲུབ་ཡིན། ཁྱེད་ལོན་པ་མ་ཞིང་པ་  
 ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་དུ་དམིགས་པ་དེ། སང་ཉིད་  
 འགམ་བ་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། གཞི་མ་བ་འགམ་བ་ལ་  
 དེ་ལྟེན། མན་ལྷན་རྒྱུ་འགམ་བ་དང་། ལྷན་ལོག་མི་གསུམ་  
 འགམ་གཞི་ལ། དང་པོ་མི། ལྷན་མཚན་ཡོད་མ་གཞི་དེ་གྱི་  
 མི་ལྷན་མི་མཐུན་པར་གསུམ་པ། མན་ལྷན་རྒྱུ་འགམ་བ་ལྱི་  
 མཚན་ཉིད། ས་དང་འགམ་བ་གཞི་མ་དོན་གཞི་ལ། སེ་ལ་  
 དེ་ལྟེན། དེ་ལོ་འགམ་བ་དང་བཟུང་འགམ་བ་གཞི་མ། མན་  
 ལྷན་དེ་ལོ་ལྷན་མི་མཐུན་པར་གསུམ་པ། དེ་ལོ་འགམ་བ་ལྱི་  
 མཚན་ཉིད། དེ་ལོ་ལྷན་གཞི་དེ་གྱི་གཞི་དེ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་

གཞི་མི་མཐུན་པར་གསུམ་པ། མཐུན་འགམ་བ་ལྱི་མཚན་ཉིད།  
 དང་པོ་ལོ་མཚན་གཞི་ལོ། དེ་ལོ་ལོ་དང་དེ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་  
 ལོ་ལོ། གཞི་མ་བའི་མཚན་གཞི་ལོ། ལོ་ལྷན་གཞི་མ་དང་།  
 བདག་ལོ་ལོ་དང་བདག་ལོ་དེ་གསུམ་པའི་གཞི་མ་བ་གཞི་མ་ལྷན་  
 ལ། གཞི་མ་བ་ལོ། ལྷན་གཞི་དེ་གྱི་གཞི་དེ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་  
 མཐུན་པར་གསུམ་པ། ལྷན་ལོག་མི་གསུམ་འགམ་བ་ལྱི་མཚན་  
 ཉིད། མཚན་གཞི་ལོ། གཞི་མ་བའི་དང་ལྷན་ལྷན་གཞི་  
 ལོ་ལོ། ལོ་ལོ་དེ་དང་བདག་གཞི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་  
 དེ་ལྟེན། ལོ་ལོ་དེ་དང་བདག་ལོ་དང་གཞི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་  
 ལོ་ལོ་དེ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་  
 ལྷན་ལོ། མཚན་གཞི་ལོ། ལྷན་ལོ་དང་ལྷན་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་  
 ལོ་ལོ། གཞི་མ་ལྷན་ལོ། དེ་ལོ་ལོ་དང་བདག་ལོ་དང་གཞི་  
 ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་  
 དེ་ལོ་ལོ་དང་བདག་གཞི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་  
 གཞི་ལྷན་ལོ་ལོ། དེ་ལྷན་འབྲེལ་ལྱི་མཚན་ཉིད་ལོ་ལོ་ལོ་  
 ལོ་ལོ་དེ་དང་ལྷན་ལོ་དང་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་

རིགས་སྐྱབས་པ་དེ་ཚོས་དེ་དང་དེ་ལྷན་ལྷན་ལྷི་མཚན་  
 ཉེད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མཚན་གཞི་ཡོད་དེ། དངོས་པོ་ལེ་  
 ལྷི་ལོགས་སྐྱབས་པ་ནམས་དངོས་པོ་དང་དེ་ལྷན་ལྷན་ལྷི་  
 པའི་སྤྱིར། ལྷན་པོ་ཚོར་ཕྱོད་པ་ལ། ཁ་ཚིག་ལྷན་  
 ཡོད་པ་དང་མེད་པ་གཉིས་ཚོས་ཅན། ལྷན་ཚོར་གཞི་  
 མཐུན་མི་ཤིན་པ་ཡིན་པར་ཐམ། འགལ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
 ཟེར་ན་དྲགས་མ་ལུ་པོ། [འདོད་ན།] [ཡོད་པ་དང་མེད་  
 པ་གཉིས་ཚོས་ཅན།] (ཡོད་པར་ཐམ།) ལྷན་པོ་ལྷན་པའི་  
 ལྷིར།] ཁ་ཚིག་ན་པོ། དུ་པོ་ཚོས་ཅན། དེ་ལྷན་ལྷན་  
 ཡིན་པར་ཐམ། མེད་དེ་ལྷན་ལྷན་ལྷི་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན་མ་  
 ཅུ། ཁ་ཚིག་ན་པོ། ལྷན་པོ་ཚོས་ཅན། ལྷི་ལྷན་  
 ཡིན། ལྷན་པོ་ལྷན་པའི་ལཱི་མཐུན་པ་ཡོད་པར་ཐམ།  
 ལྷི་ལྷན་པ་དང་མི་འགལ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན་མ་ཅུ།  
 དེ་དོད་ན། ལྷན་པོ་ཚོས་ཅན། ལྷི་ལྷི་ལཱི་  
 མཐུན་པ་ཡོད་པར་ཐམ། ལྷི་ལྷི་ལཱི་ལྷན་པའི་སྤྱིར། ལྷན་  
 པ་ཡོད་པར་ཐམ། ཚོས་དེ་གཉིས་ལྷི་གཞི་མཐུན་པོ་ག་

པ་ལ། ཚོས་དེ་གཉིས་ལྷན་པོ་ལྷན་པའི་སྤྱིར། ཁ་  
 ཚིག་ན་པོ། མཚན་ལྷན་དང་མེས་མ་ཅན་ཚོས་ཅན། མི་  
 མཐུན་པར་མཐུན་པར་ཐམ། ལྷན་ཚོར་ལྷན་པོ་ལྷན་  
 ཉེད་ལྷན་པའི་སྤྱིར། ཟེར་ན་མ་ཅུ། ། །





ཚོད་མ་ཡོད་པས་ཀྱུ་ལ། དེ་ལ་པོ་མ་ཡིན་ན། དེ་ལ་  
 པོ་མ་ཡིན་པར་རྟོགས་པའི་ཚད་མ་ཡོད་པས་ཀྱུ་ལ་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། དུག་པ་ཡིན་ན། དུག་པར་རྟོགས་པའི་ཚད་མ་  
 ཡོད་པས་ཀྱུ་ལ། དུག་པ་མ་ཡིན་ན། དུག་པ་མ་ཡིན་པར་  
 རྟོགས་པའི་ཚད་མ་ཡོད་པས་ཀྱུ་ལ་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 བཞི་དེ་ཚོས་དེ་ཡིན་ན། བཞི་དེ་ཚོས་དེ་ཡིན་པར་རྟོགས་  
 པའི་ཚད་མ་ཡོད་པས་ཀྱུ་ལ། བཞི་དེ་ཚོས་དེ་མ་ཡིན་ན།  
 བཞི་དེ་ཚོས་དེ་མ་ཡིན་པར་རྟོགས་པའི་ཚད་མ་ཡོད་པས་ཀྱུ་ལ་  
 པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ཀྱུ་ལ་པར་ཐལ། དཔེར་ན། བཞི་  
 ལུས་པ་དངོས་པོ་ཡིན་པའི་སྐུ་མཚན་གྱིས། ལུས་པ་དངོས་  
 པོར་རྟོགས་པའི་ཚད་མ་ཡོད། བཞི་ལུས་པ་དུག་པ་མ་  
 ཡིན་པའི་སྐུ་མཚན་གྱིས། ལུས་པ་དུག་པ་མ་ཡིན་པར་རྟོགས་  
 པའི་ཚད་མ་ཡོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཚོད་ཀྱི་ལ། ཁ་  
 ཚོག་ན་དེ། ཚོད་མ་མེད་པར་ཐལ། ཡིན་པར་རྟོགས་  
 པའི་ཚད་མ་དང། མ་ཡིན་པར་རྟོགས་པའི་ཚད་མ་གང་  
 རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མ་སྐུ་ལ་ན། ཡིན་པར་རྟོགས་པའི་

རྣམ་མཁུན་དང་མ་ཡིན་པར་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁུན་གང་རྒྱུ་  
 ཡོད་པར་ཐལ་ལོ། འདོད་མི་རྣམས་ཏེ། རྣམ་མཁུན་ཡིན་  
 ན། དེ་གང་རྒྱུ་མ་ཡིན་པས་ཀྱུ་ལ་པའི་ཕྱིར་ན་འདོད་མ་  
 ཀྱུ་ལ། མ་སྐུ་ལ་ན། རྣམ་མཁུན་ཚོས་ཅན། ཡིན་པར་  
 རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁུན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་ན། རྣམ་མཁུན་ཚོས་ཅན། ཡིན་པར་རྟོགས་པའི་  
 རྣམ་མཁུན་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན།  
 རྣམ་མཁུན་ཚོས་ཅན། ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། འདོད་ན།  
 རྣམ་མཁུན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དུག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡང་  
 རྣམ་མཁུན་མ་ཡིན་པར་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁུན་ཡིན་པར་  
 ཐལ་ལོ། འདོད་ན། རྣམ་མཁུན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་མི་རྣམས་ཏེ། དུག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལུས་  
 པ་ལ་ཁོ་ན་དེ། བཞི་སྐུ་ལ་ན། རྣམ་མཁུན་ཡིན་པར་ཚད་  
 མས་མ་སྐུ་ལ་པས་ཀྱུ་ལ་པར་ཐལ། རྣམ་མཁུན་ཡིན་པར་  
 ཚད་མས་མ་སྐུ་ལ་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན་མ་ཀྱུ་ལ་ན། རྣམ་  
 མཁུན་རྣམ་མཁུན་ཡིན་པར་ཚད་མས་སྐུ་ལ་པར་ཕྱིར། ॥







རྟོ་ཚེས་ཙམ། རྟོ་མཉམ། རྟོ་ཕྱིར་རྒྱས་པའི་གཞག་  
 ཕྱི་ཚེས་གསུམ་ཚང་པའི་འཛོལ་ཕྱིར་ཚེས་གསུམ་ཚང་...  
 པའི་མཚན་ཕྱི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་ལྷུབ་ན། རྟོ་ཕྱིར་  
 རྒྱས་པའི་གཞག་ཕྱི་ཚེས་གསུམ་ཚང་པ་ཚེས་ཙམ། རྟོ་  
 ཕྱི་མཚན་ཕྱིར། རྟོ་ཕྱི་གཞག་ཕྱི་ཚེས་གསུམ་ཚང་པའི་  
 མཚན་ཕྱི་ཡིན་པར་གཤམ། རྟོ་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 མ་ལྷུབ་ན། རྟོ་ཚེས་ཙམ། རྟོ་མཉམ། རྟོ་ཕྱིར་རྒྱས་  
 པའི་མཚན་ཕྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་ལྷུབ་ན།  
 རྟོ་ཕྱིར་རྒྱས་པ་ཚེས་ཙམ། རྟོ་ཕྱི་གཞག་ཕྱི་ཚེས་  
 གསུམ་ཚང་པར། རྟོ་ཕྱི་མཚན་ཕྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་  
 ཡིན་པར་གཤམ། རྟོ་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟོ་ཙམ།  
 རྟོ་མཉམ། རྟོ་ཕྱིར་རྒྱས་པའི་གཞག་ཕྱི་ཚེས་གསུམ་  
 ཚང་པའི་གཞག་ཕྱི་ཚེས་གསུམ་ཚང་པའི་ལྷོ་མ་པ་དང་...  
 ཡིན་ཀྱང་མཉམ་ཡིན་ན། མཚན་ཕྱི་ཡིན་པས་ཀྱང་ཟེར་ན།  
 རྟོ་ཕྱིར་རྒྱས་པའི་གཞག་ཕྱི་ཚེས་གསུམ་ཚང་པའི་...  
 མཚན་ཕྱི་འཛོལ་ཕྱིར་ཚེས་གསུམ་ཚང་པ་ཚེས་ཙམ།

རྟོ་མཉམ། རྟོ་ཕྱིར། ཡང་ཁོ་ན་པའི་མཚན་ཉིད་མཚན་ཉིད་  
 ཡིན་པར་གཤམ། མཚན་ཕྱི་མཚན་ཕྱི་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་  
 བས་ཀྱང། རྟོ་མཉམ་ན་པའི་ རྟོ་ཕྱིར་རྒྱས་པའི་གཞག་  
 ཕྱི་ཚེས་གསུམ་ཚང་པའི་གཞག་ཕྱི་ཚེས་གསུམ་ཚང་...  
 པའི་ལྷོ་མ་པ་དང་ཡིན་ཀྱང་མཉམ་ཡིན་ན། མཚན་ཉིད་ཡིན་  
 པས་ཀྱང་ཟེར་ན། རྟོ་ཕྱིར་རྒྱས་པའི་གཞག་ཕྱི་ཚེས་  
 གསུམ་ཚང་པའི་མཚན་ཕྱི་མཚན་ཉིད་ཚེས་ཙམ།  
 རྟོ་མཉམ། རྟོ་ཕྱིར། མ་ལྷུབ་ན། རྟོ་ཚེས་ཙམ།  
 རྟོ་མཉམ། རྟོ་ཕྱིར་རྒྱས་པའི་གཞག་ཕྱི་ཚེས་གསུམ་  
 ཚང་པའི་གཞག་ཕྱི་ཚེས་གསུམ་ཚང་པའི་ལྷོ་མ་པ་དང་...  
 པ་དང་གང་ཞེས། རྟོ་ཡིན་ན། རྟོ་ལྷོ་མ་པ་ཡིན་པས་  
 ཀྱང། རྟོ་ལྷོ་མ་པ་ཡིན་ན་ལྟར་ཡིན་པས་ཀྱང་པའི་ཕྱིར།  
 རྟོ་ལྷོ་མ་པ་མ་ལྷུབ་ན། རྟོ་ཕྱིར་རྒྱས་པའི་  
 གཞག་ཕྱི་ཚེས་གསུམ་ཚང་པའི་མཚན་ཕྱི་ཚེས་ཙམ།  
 རྟོ་ཕྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ན། རྟོ་ཕྱིར་རྒྱས་པའི་གཞག་  
 ཕྱི་ཚེས་གསུམ་ཚང་པའི་གཞག་ཕྱི་ཚེས་གསུམ་ཚང་...











ཨང་།	དཀར་ཆགས།	ཤོག་གྲངས།
༡	ཐལ་འབྲུག་ཚེ་བའི་སྐོར།	༡
༢	ཐོ་སྤྱོད་གསུམ་སེམས་སེམས་ལྷུང་གི་སྐོར།	༡༧
༣	ཚལ་གསུམ་གྱི་སྐོར།	༢༧
༤	ཤག་ཤར་མས་པའི་ལྷུང་ཚལ་ མདོར་བསྟུན།	༣༡
༥	ས་སྐྱའི་ཚོས་འབྲུང་མདོར་བསྟུན།	༣༣
༦	དཤག་ཆགས་པའི་ཚོས་འབྲུང་མདོར་བསྟུན།	༣༤
༧	དེན་འབྲུག་པུ་མཉམ་གྱི་རྣམ་གཞག་ མདོར་བསྟུན།	༤༦



ཤོག་གྲངས།

ཐལ་འབྲུག་ཚེ་བའི་སྐོར་གསུམ་པའི་ལྷུང་པའི་ལྷུང་།

ཐོ་སྤྱོད་གསུམ་སེམས་སེམས་ལྷུང་གི་སྐོར།

ཚལ་གསུམ་གྱི་སྐོར།

ཤག་ཤར་མས་པའི་ལྷུང་ཚལ་མདོར་བསྟུན།

ས་སྐྱའི་ཚོས་འབྲུང་མདོར་བསྟུན།

དཤག་ཆགས་པའི་ཚོས་འབྲུང་མདོར་བསྟུན།

དེན་འབྲུག་པུ་མཉམ་གྱི་རྣམ་གཞག་མདོར་བསྟུན།

ཐལ་འབྲུག་ཚེ་བའི་སྐོར།

ཐོ་སྤྱོད་གསུམ་སེམས་སེམས་ལྷུང་གི་སྐོར།

ཚལ་གསུམ་གྱི་སྐོར།

ཤག་ཤར་མས་པའི་ལྷུང་ཚལ་མདོར་བསྟུན།

ས་སྐྱའི་ཚོས་འབྲུང་མདོར་བསྟུན།

དཤག་ཆགས་པའི་ཚོས་འབྲུང་མདོར་བསྟུན།

དེན་འབྲུག་པུ་མཉམ་གྱི་རྣམ་གཞག་མདོར་བསྟུན།

ཐལ་འབྲུག་ཚེ་བའི་སྐོར།

ཐོ་སྤྱོད་གསུམ་སེམས་སེམས་ལྷུང་གི་སྐོར།

ཚལ་གསུམ་གྱི་སྐོར།

ཤག་ཤར་མས་པའི་ལྷུང་ཚལ་མདོར་བསྟུན།

ས་སྐྱའི་ཚོས་འབྲུང་མདོར་བསྟུན།

དཤག་ཆགས་པའི་ཚོས་འབྲུང་མདོར་བསྟུན།

དེན་འབྲུག་པུ་མཉམ་གྱི་རྣམ་གཞག་མདོར་བསྟུན།

སྲིད་ལྟུང་གཤམ་ཡིན་པའི་ལྟུང་། རྟོག་མཉམ། རྟོག་པའི་མཉམ་  
 རྟུན་གྱི་རྟུགས་ལ་རྟུགས་མ་ལྟུང་གྱི་ལན་རྟོག་མཉམ་ལྟུང་གི་མཉམ་  
 ལྟུང་། རྟོག་མཉམ། རྟོག་པའི་མཉམ་རྟུན་གྱི་རྟུགས་ལ་རྟུགས་  
 མ་ལྟུང་གྱི་ལན་པདཔ་པའི་ཚེ་རྟུན་རྟུགས་ལ་ཡིན་པ་རྟུགས་མ་ལྟུང་།  
 ཚེས་པདཔ་པའི་མཉམ་མི་གསལ་པ་གང་ཞིག་ ལྟུན་རྟུགས་ལ་ཡིན་ལྟུང་།  
གཞིས་པ་དང་ལྟུགས་ལ། མཉམ་རྟུན་ལ་མཚན་ཉིད། རྟུགས་  
 རྟུགས་ཚེས་རྟོག་གསལ་རྟོག་པར་དང་། ལན་གང་པ་པའི་ཚེ་ལ་  
 པ་གང་པ་དང་པའི། རྟོག་པའི་མཉམ་རྟུན་གྱི་མཚན་ཉིད་ཡོད་ཀྱི་  
 མཉམ་རྟུན་དུ་གཤོག་པ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ལྟུང་། རྟོག་པའི་རྟུན་  
 མཉམ་རྟུན་ཡོད་ཀྱི་ མཉམ་རྟུན་ཡང་རྟུགས་དང་རྟུན་གྱི་མཉམ་  
 ལྟུང་གི་ལ། གཤོག་ཚེ་གྱི་རྟོགས་པ་ཞིན་རྟུགས་ལ་མཉམ་ལྟུང་ཡོད་  
 པའི་ལྟུང་། མཉམ་རྟུན་ཡང་རྟུགས་ལ་མཚན་ཉིད་ཡོད་ཀྱི་ རང་  
 ཉིད་མཉམ་རྟུན་ཡང་རྟུགས་དུ་སོང་པའི་སྐོལ་པ་ཡོད་པ་ཡང་ཡིན།  
 རང་ཉིད་མཉམ་རྟུན་ཡང་རྟུགས་དུ་སོང་པའི་སྐོལ་པས། རང་ཉིད་  
 པ་ལན་རྟོག་མཉམ་གྱི་ཐོབ་སེལ་པའི་ཡིན་པའི་གཞི་མཉམ་པར་.....  
 ལྟུང་པའི་མཉམ་རྟུགས་རྟུགས་དུ་རྟུགས་པ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ལྟུང་།

རྟུགས་གཞིས་ཡོད་ཀྱི་། ལྟུང་ལྟུང་ཡོད་པའི་མཉམ་རྟུན་ཡང་  
 རྟུགས་དང་། ལྟུང་ལྟུང་གི་ཡོད་པའི་མཉམ་རྟུན་ཡང་རྟུགས་གཞིས་  
 ཡོད་པའི་ལྟུང་། ལྟུང་ལྟུང་ཡོད་པའི་མཉམ་རྟུན་ཡང་རྟུགས་གྱི་  
མཚན་ཉིད་ཡོད་ཀྱི་། མཉམ་རྟུན་ཡང་རྟུགས་གང་ཞིག་ པར་གྱི་  
 རྟོག་པའི་གསལ་མཉམ་ལ་པ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ལྟུང་། ལྟུང་ལྟུང་ཡོད་  
 པའི་མཉམ་རྟུན་ཡང་རྟུགས་ཡིན་ན། རང་ཉིད་གྱི་སོང་པའི་གྱི་  
 རྟུགས་པར་ཡོད་པ་རྟུགས་ལྟུང་པ་པའི་ལྟུང་གི་ཡང་རྟུགས་  
 རྟུགས་ལྟུང་གི་ལ། རྟོག་མཉམ་མ་ལྟུང་པ་དང་། ལྟུང་པ་ཚན་  
 མཉམ་ལྟུང་ལོ། རྟོག་པའི་མཉམ་པས་པས་པ་ལྟུགས་པ་  
 ལྟུང་པའི་ལོ། ལྟུང་ལྟུང་ཡོད་པའི་མཉམ་རྟུན་ཡང་རྟུགས་གང་  
 རང་གང་གྱི་སོང་པའི་གྱི་རྟུགས་ཚན་མཉམ་ལྟུང་། རྟོག་པའི་མཉམ་  
 པའི་ལྟུང་པ་ཡང་རྟུགས་གྱི་རྟུགས་ཚན་མཉམ་པས་པས་པ་པའི་ལྟུང་  
 ལོ། ལྟུང་པ་ཚན་མཉམ་མ་ལྟུང་ག། རྟོག་པའི་མཉམ་པའི་ལྟུང་  
 པ་ཡང་རྟུགས་གྱི་རྟུགས་ལ་ལྟུང་པའི་ལྟུང་ལ། རྟོག་པའི་མཉམ་  
 པས་པས་པ་མ་ལྟུང་། རྟོག་པའི་མཉམ་པའི་ལྟུང་པའི་ལྟུང་ཚེས་ལོ།  
 ལྟུང་པའི་ལྟུང་། ལྟུང་ལྟུང་ཡོད་པའི་མཉམ་རྟུན་ཡང་རྟུགས་པའི་





རྩོམ་ལྟུང་པར་ཞེན་པ་མ་ཡིན་པར་བཤད། ཡང་འགྲུལ་སྤྲོ་ལོང་  
 རྩོད་སྤྱོད་ཆལས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པའི་གལ་འགྲུབ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 པའི་ཕྱིར། གཞིས་པའི་མཚན་གཞི་ཡོད་དེ། མེ་སྤྲོབས་  
 ཆེན་པོས་ཁྲབ་པར་ཞེན་པའི་གཞིར་ཆོས་ཅན། མེ་སྤྲོབས་ཆེན་  
 པོས་ཞེན་པ་མ་ཡིན་པར་བཤད། ཁ་བའི་རེག་པ་རྒྱུན་ཆལས་པ་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པའི་གལ་འགྲུབ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གསུམ་  
པའི་མཚན་གཞི་ཡོད་དེ། ཏུ་བ་དྲག་སྤྱུར་པས་ཁྲབ་པར་ཞེན་  
 པའི་གཞིར་ཆོས་ཅན། ཏུ་བ་དྲག་སྤྱུར་པས་ཁྲབ་པར་ཞེན་པ་  
 མ་ཡིན་པར་བཤད། ཡང་རེག་སྤྲུང་ཆལས་སྤྲུ་གནས་པ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར་ཞེས་པའི་གལ་འགྲུབ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བཞི་པའི་མཚན་  
གཞི་ཡོད་དེ། ཏུ་བ་དྲག་སྤྱུར་པས་ཁྲབ་པར་ཞེན་པའི་གཞིར་  
 ཆོས་ཅན། ཏུ་བ་དྲག་སྤྱུར་པས་ཁྲབ་པར་ཞེན་པ་མ་ཡིན་པར་  
 བཤད། ཁ་བའི་རེག་པ་རྒྱུན་ཆལས་སྤྲུ་གནས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་  
 ཞེས་པའི་གལ་འགྲུབ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལྔ་པའི་མཚན་གཞི་  
ཡོད་དེ། ཅན་དན་གྱི་མེ་སྤྲོབས་ཆེན་པོས་ཁྲབ་པར་ཞེན་པའི་  
 གཞིར་ཆོས་ཅན། ཅན་དན་གྱི་མེ་སྤྲོབས་ཆེན་པོས་ཁྲབ་པར་

ཞེན་པར་མ་ཡིན་པར་བཤད། ཡང་རེག་སྤྲུང་ཆལས་སྤྲུ་གནས་པ་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པའི་གལ་འགྲུབ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཏུ་བ་  
པའི་མཚན་གཞི་ཡོད་དེ། ཅན་དན་གྱི་མེ་སྤྲོབས་ཆེན་པོས་ཁྲབ་  
 པར་ཞེན་པའི་གཞིར་ཆོས་ཅན། ཅན་དན་གྱི་མེ་སྤྲོབས་ཆེན་པོས་  
 ཁྲབ་པར་ཞེན་པ་མ་ཡིན་པར་བཤད། ཡང་འགྲུལ་སྤྲོ་ལོང་དེ་དེ་  
 རྒྱུན་ཆལས་སྤྲུ་གནས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པའི་གལ་འགྲུབ་དེ་དེ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཏུ་བ་པའི་མཚན་གཞི་ཡོད་དེ། མེ་སྤྲོབས་ཆེན་  
 མེ་སྤྲོབས་ཆེན་པོས་ཆོས་ཅན། མེ་སྤྲོབས་ཆེན་པོས་ཁྲབ་པར་ཞེན་  
 པའི་ཕྱིར་ཞེས་པའི་གལ་འགྲུབ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དྲུག་  
པའི་མཚན་གཞི་ཡོད་དེ། ལྷོ་གྱི་ལྷོ་བར་པའི་གཞི་རྩོམ་  
 ཆོས་ཅན། ལྷོ་ཡོད་པར་བཤད། ག་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་  
 པའི་གལ་འགྲུབ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ་དག་པས་ལོག་པའི་གལ་  
 འགྲུབ་བརྒྱུད་ལོ་དེའི་མཚན་གཞི་ཡང་རིམ་པ་བཞིན་ཏུ་བཞག་ཏུ་  
ཡོད་དེ། སྤྲོབས་ཆེན་པོས་ཁྲབ་པར་ཞེན་པའི་གཞིར་ཆོས་ཅན།  
 མེ་སྤྲོབས་ཆེན་པོས་ཁྲབ་པར་ཞེན་པ་མ་ཡིན་པར་བཤད། མེ་  
 ཡང་རེག་གི་དཔོན་སྤྱི་ལྷོ་བར་པ་མཚན་ཅན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པའི་



རྣམས་མ་ལུག་པའི་ཐལ་འལྱར། རྣམ་པ་མ་ལུག་པའི་ཐལ་  
 འལྱར། རྣམས་ལྲུབ་གཉིས་ཀ་ལུག་པའི་ཐལ་འལྱར་དང་བཞི་  
 ཡོད་པའི་ལྟེང་། དེ་བཞི་སོ་སོ་འི་མཚན་གཞི་ནམས་ཀྱིས་པ་  
 བཞི་དུ་བཞག་དུ་ཡོད་དེ། ལྷ་ཚོས་ཅན། མཉམ་བུ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། རྣམ་པ་ཡིན་པའི་ལྟེང་ཞེས་པའི་ཐལ་འལྱར་ལྷ་ལ་  
 པར་ཡོད་དང་། ལྷ་ཚོས་ཅན་མ་ལུག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་  
 པ་ཡིན་པའི་ལྟེང་ཞེས་པའི་ཐལ་འལྱར་ལྷ་ལུ་གཉིས་པ་དང་། ལྷ་  
 ཚོས་ཅན། རྣམ་པ་ཡིན་པར་ཐལ། མཉམ་བུ་ཡིན་པའི་ལྟེང་ཞེས་  
 པའི་ཐལ་འལྱར་ལྷ་ལུ་གཉིས་པའི་མཚན་གཞི་ཡིན་ཅིང་། རྣམས་  
 རྣམ་གཉིས་ཀ་ལུག་པའི་ཐལ་འལྱར་ལ། རྣམས་ལྲུབ་གཉིས་ཀ་  
 རྟོན་མས་ལུག་པ། རྣམ་པ་ལྲུབ་གཉིས་ཀ་ལས་ལྷན་ལྱིས་ལུག་  
 པ། རྣམས་ལྲུབ་མས་ལུག་ཅིང་ལྲུབ་པ་ལས་ལྷན་ལྱིས་ལུག་པ།  
 རྣམ་པ་ལྲུབ་མས་ལུག་ཅིང་ལྲུབ་པ་ལས་ལྷན་ལྱིས་ལུག་པའི་ཐལ་  
 འལྱར་དང་བཞི་ཡོད་པའི་ལྟེང་། དང་པོ་འི་མཚན་གཞི་ཡོད་དེ་  
 ལྷ་ཚོས་ཅན། མི་རྣམ་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ལུས་པ་ཡིན་པའི་  
 ལྟེང་ཞེས་པའི་ཐལ་འལྱར་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ལྟེང་། མཉིས་པ་མཚན་

མཉིས་ཡོད་དེ། ལྷ་ཚོས་ཅན་གྱི་ཡུལ་པ་དང་། མི་ལ་ལེས་  
 ལྱིས་ཡུལ་ལུ་ཡིན་ན་རྣམ་པ་ཡིན་པས་ལྲུབ་པ་ལས་ལེན་པའི་གང་  
 ཟག་གི་ངོར་ལྷ་ཚོས་ཅན། རྣམ་པ་ཡིན་པར་ཐལ། མི་ལ་ལེས་  
 ལྱིས་ཡུལ་ལུ་ཡིན་པའི་ལྟེང་ཞེས་པའི་ཐལ་འལྱར་དེ་དེ་ཡིན་པའི་  
 ལྟེང་། མཉིས་པའི་མཚན་གཞི་ཡོད་དེ། ལྷ་ལས་པ་དང་། ལུས་  
 བ་རྣམ་པས་ལྲུབ་པ་ལས་ལེན་པའི་གང་ཟག་གི་ངོར་། ལྷ་  
 ཚོས་ཅན། རྣམ་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ལུས་པ་ཡིན་པའི་ལྟེང་ཞེས་  
 པའི་ཐལ་འལྱར་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ལྟེང་། བཞི་པའི་མཚན་གཞི་ཡོད་  
དེ། ལྷ་རྣམ་པ་དང་། རྣམ་པ་ཡིན་ན་མ་ལུག་པ་ཡིན་པས་ལྷ་  
ལ་ལས་ལེན་པའི་གང་ཟག་གི་ངོར་། ལྷ་ཚོས་ཅན། མ་ལུག་  
པ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་པ་ཡིན་པའི་ལྟེང་ཞེས་པའི་ཐལ་འལྱར་  
དེ་དེ་ཡིན་པའི་ལྟེང་། ཐལ་འལྱར་པ་ཡོད་ཅིང་ལྱི་ལྷོ་ནམ་དུ་  
ན་ཡུལ་བཞི་ཡོད་དེ། རྣམ་པ་ལྲུབ་གཉིས་ཀ་མ་ལུག་པ་དང་། རྣ་  
མ་ལུག་པ་དང་། རྣམ་པ་མ་ལུག་པ་དང་། རྣམ་པ་ལྲུབ་གཉིས་  
ཀ་ལྲུབ་མས་ལུག་པ། དམ་ཡུལ་ལ་ལེན་པ་དང་། རྣ་  
 རྣམ་པ་ལྲུབ་གཉིས་ཀ་ལས་ལྷན་ལྱིས་ལུག་པ་དམ་ཡུལ་ལ་ལེན་པ་དང་།

















ལྷོད་པར་བྱེད་པའི་སེམས་ལྷུང་ལོས་རབ་བྱེད་པོ་དང་། རང་  
 ལོ་བས་བྱིས་རང་ལྷུང་འདོད་པའི་དོས་པོ་དོན་དུ་གཉེས་པའི་  
 ལྷོད་པས་ཅན་གྱི་སེམས་ལྷུང་འདུག་པ་དང་། རང་ལོ་བས་བྱིས་  
 རང་གི་དམིགས་པ་ལ་ཅེ་གཅིག་དུ་འཇུག་པའི་བྱེད་པས་ཅན་གྱི་  
 སེམས་ལྷུང་རྟོག་པོ་འཛོལ་དང་། འདྲིས་པའི་དོས་པོ་ལ་རང་  
 ལོ་བས་བྱིས་མི་བཞེད་པའི་བྱེད་པས་ཅན་གྱི་སེམས་ལྷུང་འདུག་པ་  
 དང་། རང་གི་དམིགས་པ་ལ་རང་ལོ་བས་བྱིས་གཅིག་སྐྱེ་བྱེད་  
 པའི་བྱེད་པས་ཅན་གྱི་སེམས་ལྷུང་ལོས་པའི་ངོ་བོ་སོགས་སོ་  
 སོ་འདི་འཛོལ་བྱེད་དུ་བྱུང་། །དགོ་བ་བཅུ་གཅིག་ལས། དད་  
 པ་ནི་རང་ལོ་བས་བྱིས་རང་གི་དམིགས་པ་ལ་ལ་ལ་དད་པའི་ལྷོ་གས་  
 པ་དང་ལུས་པའི་བྱེད་པས་ཅན་གྱི་སེམས་ལྷུང་། རོ་ཅ་ལོས་པ་ནི།  
 རང་གྱེ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་ཁ་ཅས་སོ་བ་ལ་འཛོལ་ས་པས་རབ་དུ་  
 ལྷོ་བའི་རིག་པ། ལྷོ་བ་ལོ་ཉི་གཞན་གྱི་མཚན་དུ་བྱས་ནས་ཉེས་  
 ལྷོད་པ་འཛོལ་ས་པས་རབ་དུ་ལྷོ་བའི་རིག་པ། མ་ཚགས་པ་ནི།  
 རགས་པའི་གཉེན་པོ་བྱེད་ཀྱི་རང་གི་ངོ་བོ་འདི་ཅ་ནས་ཅན་ལྷུང་པ་  
 རང་དུ་མི་ལེན་པའི་སེམས་ལྷུང་། ཉེ་སྐང་མེད་པ་ནི། ཚོས་

བསྐྱེད་པར་བྱེད་པ་དམིགས་པས་ཉེ་སྐང་གི་གཉེན་པོ་བྱེད་ཀྱི་རང་  
 མི་ངོ་བོ་འདི་ཅ་ནས་བྱེད་པས་ཅན་སེམས་ལས་རབ་དུ་ལྷོ་བའི་  
 རིག་པ། བཏི་ལྷུང་གཉེད་པ་ནི། རང་གི་ངོ་བོ་འདི་ཅ་ནས་བཏི་ལྷུང་  
 མི་གཉེན་པོ་བྱེད་ཀྱིས་སོ་སོ་དོགས་པའི་ལོས་རབ་བཞེད་པ་དང་  
 བཅས་པའི་རབ་དུ་ལྷོ་བའི་རིག་པ། བཅོམ་འཇུག་ནི། རང་  
 ལོ་བས་བྱིས་དགོ་བ་ལ་ལྷོ་བའི་བྱེད་པས་ཅན་གྱི་སེམས་ལྷུང་། ལོ་  
 ལྷུང་པ་ནི། སེམས་དགོ་པའི་དམིགས་པ་ལ་ལ་ལ་རྣམ་འདྲོད་འདྲོད་  
 དུ་བསྐྱེད་དུ་བྱེད་པའི་བྱེད་པས་ཅན་གྱི་སེམས་ལྷུང་། བག་ལོར་  
 བ། རང་གྱེད་ཀྱི་དགོ་པའི་ཚོས་པ་གཅིག་སྐྱེས་སྐྱེ་བྱེད་པའི་རབ་  
 དུ་ལྷོ་བའི་རིག་པ། འདྲུང་ལོ་ལོ་ནི། རང་དང་མཉམ་པས་  
 ལྷན་གྱི་སེམས་སེམས་ལྷུང་ནམས་དམིགས་པ་ལ་ལྷོ་བའི་བྱིས་  
 ལྷོ་ལོས་པ་མེད་པའི་རབ་དུ་ལྷོ་བའི་རིག་པ། ལྷན་རང་མི་  
 འཛོལ་པ་ནི། ཉེ་སྐང་མེད་པའི་ཅ་གས་ལང་ཞིག་རང་གི་སེམས་  
 ལྷུང་དུ་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་ལྷོ་བའི་ལྷུང་ལྷུང་ལ་མི་འཛོལ་ས་  
 རབ་དུ་ལྷོ་བའི་སེམས་ལྷུང་ཞིག་ལྷོ། དགོ་བ་བཅུ་གཅིག་གོ། །མི་  
 དགོ་བའི་སེམས་ལྷུང་ཅ་ཉེན་དུ་གྱུར་ཉེ་བའི་བྱེད་པས་རང་པོ་ཅ་



58

དག་གྲོལ་མ་ཡིན་པའི་ལྷན་སྐྱེས་པ་དང་བརྟེན་ལྷན་གྱི་ལྷན་དང་དེ་ལྟར་...  
 ལས་སྐྱོད་པོ་ལྷན་པ་དག་གྲོལ་བའི་སྐྱོད་པོ་ལྷན་པ་ལྟེ། ལས་པ་  
 འབྲས་བུ་མེད་པར་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ལོ། །ཉེ་ཉེན་ཉི་ལྷན་ལས།  
 ཁྲོ་བའི་ཁོང་ཁྲོ་འཕེལ་དེ་བཞིན་གསུངས་པ་སོགས་གནོད་པ་དོན་...  
 ལྷན་གྲོལ་པར་བྱེད་པའོ། །འཕྲོད་དུ་འཛིན་པའི་ཁོང་ཁྲོ་བའི་  
 ཅན་གཏོགས་པ་གནོད་པའི་བསམ་པ་བྱུང་ནི་སྤོང་ཞིང་གི་བཟང་...  
 པར་བྱེད་པའོ། །འཛིན་པའི་ཁྲོ་བ་དང་ཁོང་འཛིན་གྱི་ལྷན་ལས་  
 མི་བཟོད་པར་ཚིག་ལྷན་པར་བྱེད་པའོ། །ནམ་པར་འཛིན་པའི་  
 ཁོང་ཁྲོ་ལྷན་པོ་ཅན་གཏོགས་པ། ལྷན་པའི་པ་མེད་པར་ནམ་པར་མོ་  
 བཟུང་པའི་ལས་ཅན་ལོ། །སྤྲུལ་དོག་གི་ཁོང་ཁྲོ་ལྷན་པོ་ཅན་གཏོགས་  
 པ། རང་ཉེད་བཀུར་སོགས་པ་ཅགས་ནས་གཞན་གྱི་སྤྲུལ་ཚོགས་  
 པ་མི་བཟོད་པར་སོམས་ཁོང་ནས་འབྲུག་པ། ཡིད་མི་པའི་ཞིང་  
 སོམས་ནམ་དུ་མི་གནས་པ་ཉེས་པའི་ཉེན་བྱེད་པའོ། །གཡོ་ཉི་  
 ཉེད་བཀུར་སོགས་པ་ཅགས་པས་རང་གི་ཉེས་པ་སྤྲུལ་དེ་ཉེས་སྤྲུལ་  
 སྤོང་པའི་སོམས་གྲུ་གྲུ་པ་ཅགས་སྤང་གཏོགས་གི་ཅན་གཏོགས་...  
 པ་ལྟེ་ཡང་དག་པའི་གནས་སྤང་ལྷན་པའི་བར་དུ་གཏོད་པའོ། །

ལྷན་པོ་ཉེད་བཀུར་སོགས་གྱི་སྤྲུལ་པར་ལ་མེད་པའི་ཉེན་ཉེན་ཡོད་...  
 པར་འཛིན་ནས་བདེན་པ་མེད་པའི་གཞན་བསྐྱོད་ལྷན་པོ་ཅན་ཅགས་  
 གྱི་ཅན་གཏོགས་པ་ཉེན་མོངས་དང་ཉེ་ཉེན་གྱི་སྤོང་བྱེད་ཅིང་ཡོད་...  
 འཛིན་ལྷན་པའི་ཉེན་བྱེད་པའོ། །ཁོང་མེད་པའི་པར་གྲུ་གྲུ་མེད་  
 དུ་བྱས་དེ་སྤྲུལ་པ་པ་མི་འཛིན་པར་དུ་གྲུ་གྲུ་གྱི་ཅན་གཏོགས་  
 པ་ཉེན་མོངས་དང་ཉེ་ཉེན་གྱི་སྤོངས་བྱེད་པའོ། །ཁྲོལ་མེད་པའི་  
 གཞན་གྱི་མེད་དུ་བྱས་དེ་མི་དག་པའི་སྤོངས་པ་འཛིན་པ་མེད་  
 པར་འཛིན་པར་དུ་གྲུ་གྲུ་གྱི་ཅན་གཏོགས་པ། ཉེན་མོངས་གྲུ་  
 གྱི་སྤོངས་བྱེད་པའོ། །འཕལ་པའི་གཏོགས་དང་ཅགས་པའི་  
 ཅན་གཏོགས་པ་ལོགས་པར་འབྲུག་པ་པ་མི་འཛིན་པའི་རང་གི་...  
 ཉེས་པ་སྤྲུལ་པར་འདོད་པ་ལྟེ། འཕྲོད་པ་དང་རིག་པར་མི་གནས་  
 པའི་ཉེན་བྱེད་པའོ། །མེད་སྤྲུལ་ཉེད་ཅགས་གྱི་སྤྲུལ་པོ་  
 བྱེད་སོགས་པོ་གྱི་པའི་དོན་པོ་ལ་ནམ་དུ་འཛིན་པ་ལྟེ་པོ་བྱེད་...  
 མི་བསྐྱོད་པར་བྱེད་པའོ། །བྱུགས་པའི་ནད་མེད་པ་དང་པར་ཚོ་  
 སོགས་རང་སྤྲུལ་པ་ཡོད་པའི་ཟུག་པའི་གྱི་སྤྲུལ་ཚོར་གང་ཡང་...  
 ལྷན་པ་པ་དག་ཞིང་ཅགས་པའི་སོམས་འབྲིངས་པ་ཉེན་མོངས་





ཚེ་བ་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག



རྩོམ་འགྲེལ་ལས། རྩོམ་མོས་དེ་ལས་ཁྲུབ་པ་ལོ། །  
 བཅུན་ཚོགས། ཞེས་པའི་དོན་བཤད་པ་ལ་གསུམ། རྩོམ་  
 གྱི་མཚན་ཉིད། རྩོམ་པ་ རྩོམ་དོན་བཤད་པ་རྩོམ་གསུམ།  
 རྩོམ་པའི་རྩོམ་སྐྱེ་བའོད་པ་རྩོམ་གྱི་མཚན་ཉིད། རྩོམ་པ་དང་།  
 རྩོམ་པ། བཅུན་ཚོགས་གསུམ་དོན་གཅིག དེ་རྩོམ་གྱི་རྩོམ་  
 སྐྱེ་བའོད་པ། དེ་རྩོམ་གྱི་རྩོམ་གྱི་མཚན་ཉིད། ཡོད་མེད་  
 བཤད་པ་ལོན་པ་དེ་རྩོམ་གྱི་རྩོམ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་དེ། དེ་ཡིན་པ།  
 དེ་རྩོམ་གྱི་རྩོམ་སྐྱེ་བའོད་པས་ཁྲུབ་པའི་ལྷན་དེ། ཞེས་པའི་ཚོས་  
 ཅན། མི་རྩོམ་ལོ། རྩོམ་པ་ལོན་པའི་ལྷན་ཞེས་བཤོད་པའི་  
 ཚོས་ལོན་པ་རྩོམ་སྐྱེ་བའོད་པ་ལྷན་ལ། (རྩོམ་ཞེས་པ་ནི། དེ་ལོན་  
 ཅན་ལོན་ལྷན་ཡོད་ཅེས་པ་རྩོད་པ་དེ་ལྷན་མཚན་ནས་རྩོམ་སྐྱེ་བའོད་  
 མཚན་མ་ལྷན་ལྷན་ལ་བཤོད་ཤོས། རྩོམ་སྐྱེ་བའོད་ཅེས་པ་ནི།  
 དོན་དེ་རྩོམ་མཚན་ཡིན་པ་ལྷན་དེ་རྩོམ་པ་དུ་བརྒྱུད་པ་ལ་བྱེད། དེ་ལོན་  
 ཅན། ཚོད་གཞོན་ལོན་ལྷན་དེ། ལྷན་མཚན་ཚད་མས་དམིགས་















## 西藏佛學教材系列

書名：《正理啟蒙集課藏文教材》

編集：歐陽無畏教授

講解：歐陽無畏教授

出版：桃園市內觀教育基金會

網址：<http://www.insights.org.tw>

出版日期：2022年3月

免費結緣