[༡༢ན] །སྨན་ཨ་བ་འདི་ནི་ལུས་ཀྱི་རུས་པ་ཆག་པ་དང་། རྐང་ལག་གི་རུས་པ་ཆག་པ་དང་། འཕྲེས་པ་དང་། ཁ་བྱེ་བ་དང་། ཚིགས་འབུར་བ་དང་། སྨས་ཏེ་རྨ་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་དང་། རླུང་དང་། བད་ཀན་དང་། མཁྲིས་པ་དང་། དྲེག་ནད་དང་། ད་སྒལ་[[1]](#footnote-21)དང་། རོ་སྨད་མན་ཆད་འཇས་པ་དང་། ན་སྟེ་མི་བདེ་ན་ཡང་ནད་ཀྱི་ངོས་མ་ཟིན་ཏེ་ཅི་ན་གཏོལ་མེད་པ་དང་། མིག་ནད་སྣ་ཚོགས་པ་དང་། རྒས་སྲ་བར་བྱ་བ་དང་། རོ་ཙ་བར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་དཔྱད། ལྷ་ཆེན་པོ་གུ་ལང་གིས་གུ་ལང་གི་བཙུན་མོ་ཞེས་བཤད་དེ། ཨ་བ་ཡིན་ནོ། །ཨ་བ་གཏང་བའི་ཚེས་གྲངས་འདམ་པ་ནི། ཚེས་བདུན་དང་། བརྒྱད་དང་། བཅུ་གསུམ་ལ་བཟང་ངོ་། །སྐར་མ་འདམ་པ་ནི། བ་རུ་ཎའི་དུས་ལ་བབ་པའི་ཆུ་ལྷ་སྟེ། བདུད་རྩི་དང་སྦྱོར་བའི་[[2]](#footnote-22)སྐར་མ་ལ་བཟང་སྟེ་སྨན་གཏང་[[3]](#footnote-23)ངོ་། །སྨན་གཏང་བའི་ཐབས་ནི་ནད་ཅི་ན་ཡང་རུང་སྟེ། དང་པོར་སྦྲང་རྩི་ལ་[[4]](#footnote-24)སྦྱར་ཏེ་གཏང་། དེའི་འོག་ཏུ་ཞུན་མར་ལ་སྦྱར་ཏེ་གཏང་། དེའི་འོག་ཏུ་འབྲུ་མར་ལ་སྦྱར་ཏེ་གཏང་ངོ་། །སྦྲང་རྩི་ལ་སོགས་པ་སྣ་རེ་རེ་འདྲ་སྟེ། ཞག་བདུན་བདུན་སྦྱར་ཞིང་ཕུལ་[[5]](#footnote-25)ཏེ་འཚལ་ལོ། །ཕན་པའི་སྣ་གྲངས་ནི། ལུས་ཀྱི་རུས་པ་ཆག་པ་དང་། [༡༢བ]རྐང་ལག་ཆག་གྲུགས་[[6]](#footnote-26)བྱུང་ངོ་ཅོག་དང་། ལུས་ལ་རྨ་བྱུང་ངོ་ཅོག་དང་། སྙིང་ན་བ་དང་། རྩིབ་ལོགས་ན་བ་དང་། རོ་སྟོད་གཟེར་བ་དང་། གློ་ན་བ་དང་། རུས་པ་ཆག་གོ་ཅོག་ལ་ལྷག་པར་ཕན་ནོ། །རླུང་ལས་གྱུར་པའི་ནད་བརྒྱད་ཅུ་སྙེད་ཡོད་པ་དང་། མཁྲིས་པ་ལས་གྱུར་པའི་ནད་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་ཉི་ཤུ་དང་། བད་ཀན་གྱི་ནད་ཉི་ཤུ་རྩ་བཞི་སྟེ། སྤྱིར་ནད་བརྒྱ་ཉི་ཤུ་རྩ་བཞི་ཡོད་པ་རིལ་འབྱང་ངོ་། །[[7]](#footnote-27)ཚ་གྲང་འདྲེས་པ་ལས་གྱུར་པའི་ནད་དང་། མདོར་ན་ནད་ཅི་ཡང་རུང་སྟེ། སྨན་ཨ་བ་བཏང་ན་ནད་དོ་ཅོག་འབྱང་ངོ་ཞེས་ལྷ་ཆེན་པོ་ཚངས་པ་དང་། གུ་ལང་གིས་བཤད་པ་ལས་ཐོས་སོ། །མིག་རབ་རིབ་ཡོད་པ་དང་། ལིང་ཏོག་དང་། སྤྲིས་གཡོགས་པ་དང་། མདོངས་པ་[[8]](#footnote-28)དང་། མིག་གཡའ་བ་དང་། ན་བ་དང་། མིག་ནད་ཡོད་དོ་ཅོག་དང་། མགུལ་པ་མན་ཆད་ན་བ་དང་། སྣ་ནད་དང་། རྣ་ནད་དང་།[[9]](#footnote-29)རྣ་བ་མི་གསང་བ་དང་། ཀླད་པ་མི་བདེ་བ་དང་། མཆིན་ནད་དང་། སྙིང་ནད་དང་། རོ་སྟོད་མི་བདེ་བ་དང་། འདི་རྣམས་ལ་འབྲས་བུ་གསུམ་ལས་སྣ་གཅིག་ཀྱང་ཞོ་རེ་རེ། ལྕགས་ཕྱེ་ཞོ་གསུམ་ལྕགས་དོག་གི་ནང་དུ་ཆབ་ཅན་རྩེ་གསུམ་ལས་བསྐོལ་[[10]](#footnote-30)ཏེ། གང་ལུས་པ་དང་བཙགས་ལ་[[11]](#footnote-31)ཆུ་དྲོན་འཇམ་ཙམ་གྱི་ནང་དུ་སྨན་ཨ་བ་ཞིབ་ཏུ་བཏགས་པ་ཞོ་གསུམ་བཏབ་སྟེ་འཇམ་ཙམ་ལ་ནུབ་མོ་ཉལ་ཀར་[[12]](#footnote-32)འཚལ་ལོ། །དགོངས་མ་[[13]](#footnote-33)མི་འཚལ་ན། དྲོ་འཚལ་བའི་རྗེས་ལ་འཚལ་ལོ། །སྨན་འདི་ཉིན་ཞག་ཉི་ཤུ་ཙམ་བཏང་ན། མདོངས་པ་[[14]](#footnote-34)ཡང་མིག་གིས་མཐོང་བར་འགྱུར་རོ། །ཡང་སྦྱོར་པ་རྣམ་གཅིག་ལ། འབྲས་བུ་གསུམ་ལས་སྣ་གཅིག་ཀྱང་ཞོ་རེ་རེ། ལྕགས་ཕྱེ་ཞོ་གསུམ། བ་[[15]](#footnote-35)མར་སྲང་གཉིས། ཆབ་ཅན་རྩེ་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་བསྐོལ་ཏེ། དོ་ནི་དུ། གང་ནི་ལུས་བ་དང་། བཙགས་ཏེ་དྲོ་འཇམ་ཙམ་གྱི་ནང་དུ་ཨ་བ་བཏགས་པ་ཞོ་གསུམ་བཏབ་ལ་ཉལ་ཁར་[[16]](#footnote-36)འཚལ་ལོ། །དགོངས་འཚལ་མི་འཚལ་བ་ལྟ་ཞིག་ན། དྲོ་འཚལ་བའི་རྗེས་ལ་འཚལ་ལོ། །འདི་བཞིན་དུ་ཞག་བཞི་བཅུ་རྩ་ལྔའི་བར་དུ་འཚལ་ན། མིག་ཕྱུང་བ་མ་གཏོགས་པ། དམུས་ལོང་དང་མདོངས་པ་ཡང་མཐོང་བར་འགྱུར་རོ། །ལོ་བཅུ་དྲུག་པ་གཞོན་ནུའི་ཚད་དུ་འགྱུར་རོ། །ཨ་བ་ཕྱེ་མ་མར་ལྡན་པས[[17]](#footnote-37)། །རུས་པ་ཆག་ལ་[[18]](#footnote-38)ནུབ་གསུམ་[༡༣ན]དུ། །འཐུངས་ན་དེ་ཡི་རུས་པ་ནི། །རྡོ་རྗེ་ལྟ་བུར་སྲ་བར་འགྱུར། །ཨ་བ་[[19]](#footnote-39)གསུམ་དེ་བཞིན། །ཚ་ནག་ཉེའུ་[[20]](#footnote-40)ཤིང་རྩ་བ་ཡིས། །དུག་[[21]](#footnote-41)སྐམ་རུས་པ་ན་བ་དང་། །ལུད་པ་དེ་བཞིན་དབུགས་མི་བདེ། །སྙིང་ན་བ་དང་ཤ་ཆོད་ལ། །དེ་རྣམས་ཆ་ནི་མཉམ་བྱས་ཏེ། །ཕྱེ་མར་བྱས་ནས་ནུབ་གསུམ་དུ། །ཆུ་དྲོན་ལྷན་ཅིག་མྱུར་དུ་བཏུང་། །འབྲས་བུ་གསུམ་ནི་འོ་མ་དང་། །མཁས་པས་དེ་བཞིན་བསྐོལ་བྱས་ནས། །མར་ནི་སུམ་ཆ་གཅིག་དང་ལྡན། །དེ་བཞིན་ཨ་བ་བཞི་[[22]](#footnote-42)ཆ་གཅིག །ཟན་[[23]](#footnote-43)ཟོས་འོག་ཏུ་ནུབ་གསུམ་དུ། །འཐུངས་ནས་འུ་ཤ་ཟས་དང་ཟན[[24]](#footnote-44)། །གྱེན་དུ་ཟ་བའི་ནད་ལས་རྒྱལ། །རབ་རིབ་རྫི་བོར་མིག་སེར་དང་། །ཚད་རྙིང་གཡན་པ་ཚོར་[[25]](#footnote-45)བཅས་དང་། །མིག་གི་ནད་ནི་ཐམས་ཅད་དང་། །གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་ཀླད་ནད་དང་། །ལྟོ་ནད་དང་ནི་སྙིང་ནད་དང་། །དེ་བཞིན་ཡན་ལག་ཆག་པ་དང་། །ཞག་གསུམ་དུ་ནི་རབ་སྦྱར་ན། །ལོང་བ་དག་ནི་མཐོང་བར་འགྱུར། །ཨ་བ་སོ་མ་ར་ཛ་དང་། །ར་ཡི་འོ་མར་བསྐོལ་[[26]](#footnote-46)ཏེ་བཏུང་། །འཐུངས་ན་རླུང་ལྟར་མགྱོགས་པར་འགྱུར། །ཨ་བ་ཕྱེ་མ་མར་སར་དང་། །ཁ་ར་དེ་བཞིན་པི་པི་ལིང་། །གཞང་གི་ནད་ནི་ཐམས་ཅད་ལ། །འདི་ལས་དྲག་པ་གང་ཡང་མེད། །གླང་པོ་བ་ལང་ཁྱུ་མཆོག་དང་། །ར་དང་ལུག་དང་མི་རྣམས་ལ། །ཨ་བ་མར་དང་འོ་མ་དང་། །འཐུངས་ན་དེ་དག་ཤིས་འགྱུར་ཏེ། །ཤ་ཆོད་རུས་པ་[[27]](#footnote-47)ཆག་པ་དང་། །སྐོམ་[[28]](#footnote-48)དང་སྙིང་ནད་མགོ་འཁོར་དང་། །ཐམས་ཅད་ནད་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ། །གང་གི་ལུས་ནི་སྐེམ་པ་དང་། །གང་ཞིག་ཤ་བཀྲར་གྱུར་པ་དང་། །གང་གི་ལུས་ནི་འཇིག་པ་དང་། །གལ་ཏེ་རུས་པ་[[29]](#footnote-49)ནར་གྱུར་ཅིང་། །གསོ་དཀའ་བ་ཡི་ནད་ལ་ཕན། །ཨ་བ་དང་ནི་ཉེའུ་[[30]](#footnote-50)ཤིང་དང་། །སོ་མ་ར་ཛ་དེ་བཞིན་ཏེ། །སྦྲང་རྩི་པི་པི་ལིང་བཞིན[[31]](#footnote-51)། །མར་དང་འོ་མར་ལྷན་ཅིག་བཏུང་། །ཞག་བདུན་བར་དུ་སྦྱར་བར་[[32]](#footnote-52)བྱ། །འདོད་ཆགས་རྣམ་པར་སྤང་[[33]](#footnote-53)བྱས་ཏེ། །ཞག་བདུན་བར་དུ་སྦྱར་བ་ཡིས། །དེ་ནི་རླུང་དང་ཁྲག་ལས་རྒྱལ། །དེ་བཞིན་ནད་རྣམས་ཀུན་ལས་རྒྱལ། །སློབ་དཔོན་ཀླུ་སྒྲུབ་ཀྱིས་མཛད་པ་སྨན་ཨ་བའི་ཆོ་ག་རྫོགས་སོ།།

1. རྒན། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-21)
2. འབྱོར་བའི། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-22)
3. བཏང། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-23)
4. ལས། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-24)
5. འཕུལ། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-25)
6. གྲུམས། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-26)
7. གྲང་ནད་དང། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-27)
8. ལྡོངས་པ། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-28)
9. རྣ་ནད་དང། ཞེས་པར་མ་གཞན་ནང་མེད། [↑](#footnote-ref-29)
10. བསྒྲལ། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-30)
11. བཙགས་པ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-31)
12. གར། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-32)
13. མ། ཞེས་པར་མ་གཞན་ནང་མེད། [↑](#footnote-ref-33)
14. ལྡོངས་པ། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-34)
15. བར། པེ་ཅིན། བུ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-35)
16. གར། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-36)
17. ལྡན་པ། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-37)
18. ཆག་པས། པེ་ཅིན། ཆགས་པས། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-38)
19. ཨ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-39)
20. ཉེ། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-40)
21. དྲུག། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-41)
22. བཞིན། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-42)
23. ཟས། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-43)
24. གསུམ་དང་བཟའ། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-44)
25. མཚོར། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-45)
26. སྐོལ། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-46)
27. རུལ་པ། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-47)
28. སྐེམ། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-48)
29. སུ་པ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-49)
30. ཉེ། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-50)
31. བཞིན་ཏེ། སྣར་ཐང་། [↑](#footnote-ref-51)
32. སྦྱང་བར། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-52)
33. སྤངས། སྣར་ཐང་། པེ་ཅིན། [↑](#footnote-ref-53)