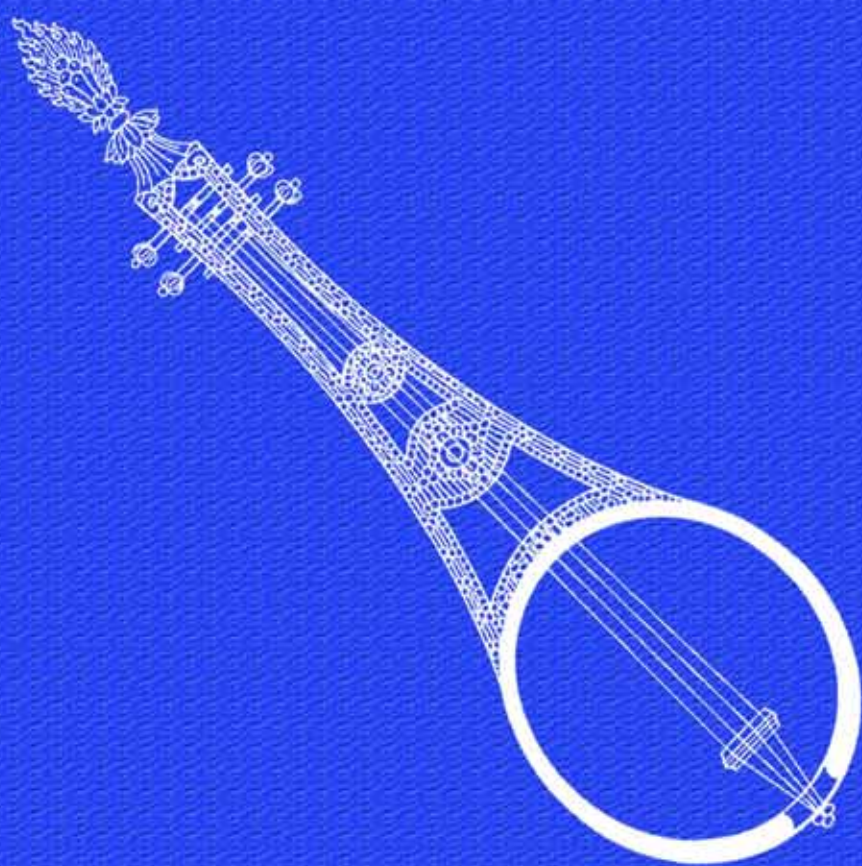


སྒྲོན་ཚེ་མ་དབྱངས་ཅན་རྒྱད་མངས།

བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་གི་སྐོར།



ཕྱི་མ་པ་པོ། བེ་རི་འཛིགས་མེད་དབང་རྒྱལ།



བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་སྒྲེབ་སྦྱོར་གྱི་སྒྲོར་རགས་	
ཙམ་སྒྲེབ་བ།	1
དང་པོ། རིག་གནས་སྦྱིའི་ངོ་སྤྲོད།	2
གཉིས་པ། བོད་ཀྱི་སྒྲེབ་སྦྱོར་བཤད་བ།	4
ཆིག་བཅད་ཀྱི་སྒྲེབ་སྦྱོར།	5
ཆིག་ལྷུག་གི་སྒྲེབ་སྦྱོར་རགས་ཙམ་བཤད་བ།	30
སྒྲེལ་མའི་སྒྲེབ་སྦྱོར།	63
གསུམ་པ། ཚུམ་རིག་གི་ཉམས་སྦྱོར།	69
མཐུག་བསྐྱུས།	79
སྟན་ངག་མེ་ལོང་མའི་སྒྲོམ་ཆིག་མཁས་པའི་སྦྱང་ལོར་སྒྲོ་གསལ་	
མགྲིན་པའི་རྒྱན་གཅིག་ལྷན་ཀྱི་ཀའི་སྒྲེབ་བཞེས་བྱ་བ།	83
ལེ་འུ་དང་པོའི་སྒྲོམ་ཆིག་.....	87
ལེ་འུ་གཉིས་པའི་སྒྲོམ་ཆིག་.....	89
ལེ་འུ་གསུམ་པའི་སྒྲོམ་ཆིག་.....	98

སྒྲུབ་པ་ལེ་ཏུ་དང་པོ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱན་གྱི་རྣམ་གཞག་ལ་	
ཅུང་ཟད་དབྱུང་བ།	105
མཆོད་བརྗོད་དང་སྤྲེང་གཞི།	105
གཉིས་པ། ཡི་གེ་སྤྱི་ཡང་གི་ངོས་འཛིན་དོགས་དཔྱད།	111
གསུམ་པ། ཐུན་མོང་མིན་པའི་རྒྱན་གྱི་དབྱེ་བ།	114
བཞི་པ། རྒྱན་སོ་སོའི་གོ་དོན་དང་དཔེར་བརྗོད་དོགས་གཙོད། ..	115
དང་པོ། སྒྲུབ་པའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ།	115
གཉིས་པ། རབ་དྲངས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ།	120
གསུམ་པ། མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ།	123
བཞི་པ། སྒྲུབ་པའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ།	129
ལྔ་པ། འཕྱོད་ཀྱི་གཞི་པའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ།	137
དྲུག་པ། དོན་གསལ་པའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ།	140
བདུན་པ། རྒྱ་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ།	142
བརྒྱད་པ། བརྗོད་པའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ།	145

དགུ་བ། མཛེས་པའི་ཡོན་ཏན་བཤད་བ།	147
བཅུ་བ། ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་རྒྱན་བཤད་བ།	149
བཅུ་མོང་མིན་པའི་རྒྱན་གྱི་མཐུག་བསྟུ་བ།	153
འདིར་བཤད་སྟན་ངག་གཞུང་གི་སྟོན་འགྲོ་ལ་གསུམ།	155
དང་པོ་སྟན་ངག་ཤེས་པའི་པན་ཡོན་ནི།	155
གཉིས་པ་མ་ཤེས་པའི་ཉེས་དམིགས།	155
གསུམ་པ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་རྒྱ།	156
གབ་ཆིག་གི་གོ་དོན་དང་དཔེར་བརྗོད་རགས་ཙམ་བཀོད་བ། ...	256
ཚུམ་ཡིག་འབྲི་ཐབས།	278
སྟོན་དུ་སྒྲེང་བ།	278
ཚུམ་ཡིག་འབྲི་ཐབས་དངོས།	280
མཐའ་བསྟོམས།	285

༢ གོང་ས་༢ སྐབས་མགོན་ཆུལ་བའི་དབང་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་
རྩི་བཀྱིན་འོག། སྤྱན་གྱིས་གཞིན་སྐྱེས་སྒོ་གསར་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ།
ཀུན་ཀྱང་ཉགས་ཅན་གྱི་ལག་ཐོག་ཁ་བར་དང་ iPad སྒོ་གསྐྱེད་སོགས་བརྒྱུད་
ནས་དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་བོད་ཡིག་ལམ་ནས་གཟིགས་བདེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་
བཅོས་བ་ཡིན། སྤྱད་ནས་ཀྱང་རིམ་བས་དཔེ་དེབ་དོ་བཤུས་ལག་ཏུ་འབྱོར་
ཆེ་དེབ་བྲངས་མང་དུ་གཏོང་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་འོང་སྲིད་ན་དེར་སྤྱན་བའི་ལམ་
སྟོན་བཀའ་སློབ་དགོངས་འཆར་ལྷུག་སྒྲིལ་ཡོང་བར་རེ་བསྐྱེལ་ཞུ་རྒྱུ་དང།
ཞུ་དག་བསྐྱར་མ་སོགས་ལ་རང་བྱས་གང་ཡོད་གྱིས་འབད་ཚུལ་གྱིས་ཁྱེད་
བྱས་ཀྱང་ཆུད་ཆེད་ཞན་སྐབས་ནོར་འཁྱུལ་གང་ཞོར་རྣམས་བཅོད་གསོལ་ཞུ་
རྒྱུ་བཅས།

སེར་སྤྱད་དམར་འཇམ་དབྱངས་བསོད་ནམས་གྱིས།

དེབ་བཅོས་ཟིན་བ་རྣམས་སྤུ་ལ་དགོས་ན་བྲུ་རྒྱུ་དཔེ་དེབ་རིན་མེད་དུ་ཕུལ་ཆོག་
བྲུ་རྒྱུ་ཁ་བྱང་། marjamson618@gmail.com

བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་སྡེ་བ་སྦྱོར་གྱི་སྒྲོར་རགས་ ཙམ་སྐྱེང་བ།

ཐེ་མི་འཛིགས་མེད།

གང་ཞིག་མཐོང་ཐོས་དྲན་བའི་མེད་ལ་ཡང་།
འདོད་ཀྱི་ཆེ་ག་སྦྱོར་ཀྱི་མཆོ་སྤྲོ་བའི་འདབ།
ལྷག་པར་གྲོལ་བའི་ལྷ་མཆོག་མཆོ་ལྡན་མ།
ངག་རིག་ཀྱི་མཆོ་འཛུགས་ཀྱི་ཤེས་པ་སྦྱབས།

ཞེས་མཆོད་པར་བརྗོད་པའི་ཆེ་ག་གིས་ཉེ་བར་བསུས་ཏེ། འདིར་
གཞོན་ཅུ་དོན་གཉིས་ཙན་འགའ་ཞིག་གི་ཆེད་ཁོ་ནར་དམིགས་ནས་བོད་ཀྱི་
ཚུམ་རིག་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་སྡེ་བ་སྦྱོར་གྱི་སྒྲོར་རགས་ཙམ་སྐྱེང་བར་འདོད་
དེ། དེ་ལ་ཐོག་མར་རིག་གནས་སྦྱིའི་ངོ་སྦྱོད་དང་། བར་གསེས་བོད་ཀྱི་སྡེ་བ་
སྦྱོར་རིག་པ་བཤད་པ། ཚུམ་རིག་ལ་སློལ་སྦྱོགས་བའི་ཐབས་སུ་ཚུམ་རིག་
གི་ཉམས་སྦྱོང་རགས་ཙམ་སྐྱེང་བ་དང་གསུམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་འཆད་པར་བྱེད་དེ།

དང་པོ། རིག་གནས་སྤྱི་འོ་སྤྱོད།

སྤྱི་ཚད་གསོ་བཅོ་ནང་དོན་དང་།
སྤྱི་དག་མངོན་བརྗོད་སྤྱི་བ་སྤྱོད་ཅིས།
སྤྱི་ས་གར་བཅས་ཏེ་བཅུ་པོ་དག
ཤེས་ན་མཁས་པའི་གོ་སར་བསྟེན།

ཤེས་བྱ་རིག་པའི་གནས་བཅུ་ནི། སྤྱི་རིག་པ་དང་། ཚད་མ་རིག་པ།
གསོ་བ་རིག་པ། བཅོ་རིག་པ། རང་དོན་རིག་པ་བཅས་རིག་གནས་ཆེ་བ་ལྔ་
དང་། སྤྱི་དག་མངོན་བརྗོད། སྤྱི་བ་སྤྱོད། སྤྱི་ས་གར། སྤྱི་རིག་པ་བཅས་རིག་
གནས་ཆུང་ལྔ་སྟེ། བཅུ་པོ་དེ་དག་ཤེས་ན་ད་བཅོད་རང་ཉིད་མཁས་པའི་ནང་
གོ་མཁས་པའི་གོ་སར་བསྟེན།

འོ་ན་རིག་གནས་བཅུ་པོ་དེ་དག་གི་གོ་དོན་རི་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེ་ན། རིམ་
པ་བཞིན་དུ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ།

སྤྱི་རིག་པ་ནི། ཚིག་གི་འབྲུལ་བ་སེལ་ཞིང་དོན་གྱི་རྣམ་གཞག་རྣམས་
སྤྱི་ཚད་སྤྱོད་ནས་གོ་བར་བྱེད་པའི་རིག་པ་ལ་ཟེར། དཔེར་ན། རྒྱ་གར་གྱི་ཀ་
ཙན་དབྱངས་གསུམ་དང་། བོད་ཀྱི་སུམ་རྟགས་གཉིས་ལྟ་བུ།

ཚད་མ་རིག་པ་ནི། སྤྱི་དག་དང་སུམ་འབྲེན་གྱི་སྤྱོད་ནས་དོན་ལ་
འབྲུལ་བ་གཙོ་བོ་བྱེད་ཀྱི་རིག་པ་ལ་ཟེར། དཔེར་ན། ཚད་མ་རྣམས་འབྲེལ་དང་།

ཚད་མ་རིགས་གཏེར་ལྟ་བུ།

གསོ་བ་རིག་པ་ནི། ལུས་སྟོག་གི་ཁམས་ལ་བརྟག་ཅིང་གསོ་ཐབས་
བསྟན་པའི་སྟན་སྐྱོར་གྱི་རིག་པ་ལ་ཟེར། དཔེར་ན། གསོ་རིག་རྒྱུད་བཞི་
དང་། བེའུ་ཅུ་སྟོན་པོ་ལྟ་བུ།

བཟོ་རིག་པ་ནི། རྩམ་འབྱུར་དང་འབྲུལ་འཁོར་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་
ཉེ་མཁོའི་དངོས་པོ་གསར་སྐྱུན་བྱེད་པའི་རིག་པ་ལ་ཟེར། དཔེར་ན། གསེར་
འབྱུར་ཅིའི་བསྟན་བཅོས་དང་། ལྷའི་ཐེག་ཅ་ལྟ་བུ།

ནང་དོན་རིག་པ་ནི། རྟེན་སྟོན་གསུམ་གྱིས་བསྐྱུས་ཅིང་གཙོ་བོར་ནང་
གི་སེམས་རྒྱུད་འདུལ་བྱེད་ཀྱི་རིག་པ་ལ་ཟེར། དཔེར་ན། བཀའ་བརྒྱུད་སྟོང་
པ་དང་། བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ལྟ་བུ།

སྟན་ངག་ནི། རྣ་བར་སྟན་ཞིང་ཡིད་ལ་འཇེབས་པའི་ཆིག་རྒྱན་གྱི་རིག་
པ་ལ་ཟེར། དཔེར་ན། སྟན་ངག་མེ་ལོང་དང་། དབྱངས་ཅན་དབྱེས་སྒྲ་ལྟ་བུ།

མངོན་བརྗོད་ནི། གདགས་གཞི་དངོས་པོ་གཅིག་ལ་བྱང་ཆོས་སམ་
བྱེད་ལས། རྩམ་འབྱུར་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་མིང་ལ་ཟེར།
དཔེར་ན། མངོན་བརྗོད་མཁས་པའི་རྣ་རྒྱན་དང་། མངོན་བརྗོད་འཆི་མེད་
མངོད་ལྟ་བུ།

སྟེན་སྟོར་ནི། ཡི་གེ་ལྟ་ཡང་ཕན་ཚུན་སྟེན་སྟེ་ཆིག་སྟོར་སྒྲིག་སྤངས་
གྱི་རིག་པ་ལ་ཟེར། དཔེར་ན། སྟེན་སྟོར་རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་ལྟ་བུ།

སྒྲིམ་གར་ནི། སྟོན་བྱང་གི་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་སྤར་ཡང་སྒྲིམ་ཏེ་གར་གྱི་

ནམ་པ་ལྟར་ཁྲབ་གཞུང་གི་རིག་པ་ལ་བེད། དཔེར་ན། སྤྱ་ཀུན་ཏུ་དགའ་བའི་
ཚོས་གར་དང་། སྒང་ས་འོད་འབྱམ་ལྟ་བུ།

སྐར་ཅིས་ནི། གཟའ་སྐར་སྟོད་སྟོར་གྱི་གངས་ཅིས་ལ་བརྟེན་ནས་
འབྱུང་འབྲས་བཟང་ངན་བརྟག་པའི་རིག་པ་ལ་བེད། དཔེར་ན། སྤྱི་དུས་གྱི་
འཁོར་ལོའི་རྒྱ་དང་། བེ་དཀར་ལྟ་བུ། འདི་ནི་རིག་གནས་བཅུའི་ནམ་གཞག་
མདོ་ཅ་མ་ངོ་སྟོད་པ་ཡིན་ལ། རྒྱས་པ་ནི་ས་པཎ་མཁས་འཇུག་དང་། ཀོང་
སྤྱལ་གྱི་ཤེས་བྱ་ཀུན་ཁྲབ་སོགས་ལ་གཞིགས་དགོས།

གཉིས་པ། བོད་ཀྱི་སྤྲེལ་སྟོར་བཤད་པ།

བཅད་ལྷུག་སྤེལ་མའི་ཆོག་གི་སྤེལ།

སྟོར་ཚུལ་དག་ནི་སྤེལ་སྟོར་ཡིན།

དེ་ལ་ཚོམ་གྱི་ལུས་ཡང་བེད།

ལུས་ནི་བརྗོད་དོན་གསལ་བྱེད་པའི།

ཆོགས་གསུམ་སྤེང་བའི་བདག་ཉིད་དོ།

དེ་ལ་བཅད་ལྷུག་སྤེལ་མ་གསུམ།

བཅད་ལྷུག་སྤེལ་མའི་ཆོག་གི་སྤེལ་སྟོར་ཚུལ་གྱི་རིག་པ་ལ་སྤེལ་སྟོར་
གྱི་རིག་པ་བེད། དེ་ལ་སྟོན་བྱོན་འཕགས་བོད་མཁས་པ་ཆོས་ལུས་གྱི་ཐ་

སྟོན་སྟུར་བ་གནང་། དེ་ནི་སྟན་ངག་ཤེས་པའི་སྟོན་འགྲོའི་ཆ་རྒྱུན་མེད་མི་

རུང་བ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། སྒྲོན་ངག་གི་སྒྲོན་འགྲོ་ལུས་ཞེས་པ་དེ་ནི། ཚུམ་པ་
པོས་གང་ཞིག་བརྗོད་འདོད་པའི་དོན་དེ་ཉིད་གསལ་བར་སྒྲོན་པའི་མིང་ཆིག་
ཡི་གེའི་སྤང་བ་ལ་བེར་ཞིང་། དེ་ལ་འཕགས་ལུལ་མཁས་པ་ཆོས་བྱས་པའི་
དབྱེ་བའི་རྣམ་གྲངས་ཤིན་ཏུ་མང་བ་རྣམས་གཞན་དང་གཞན་ནས་ཤེས་པར་
བྱ་ལ། འདིར་བོད་རང་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུགས་ཀྱི་སྒྲེབ་
སྒྲོར་རྣམ་དབྱེ་འགའ་ཞིག་བཤད་ན། དེ་ཡང་རང་རེ་བོད་ཀྱི་སྒྲེབ་སྒྲོར་བྱེད་
སྒྲངས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་ན། ཆིགས་བཅད་དང་། ཆིགས་ལྷུག་ ཆིགས་སྒྲེལ་
མ་གསུམ་ཡོད། དེ་གསུམ་ཀྱི་ནང་ནས་འདིར་ཆིག་བཅད་ཀྱི་སྒྲེབ་སྒྲོར་གཙ་
བོར་བཤད་པར་བྱ་སྟེ།

ཆིག་བཅད་ཀྱི་སྒྲེབ་སྒྲོར།

ཆིགས་བཅད་ཅེས་པ་ཆིག་གི་སྤང་།།

རྒྱང་པས་ངེས་པར་བཅད་པར་འདོད།།

ལེགས་སྒྱུར་སྐད་ཀྱི་ཆིགས་བཅད་ཚུམ་ཡིག་འབྲི་སྒྲངས་ནི་སྒྲེབ་
སྒྲོར་ཀྱི་གཞུང་དུ་གསལ་ཞིང་། དེ་ཡང་རྩ་བའི་བྲི་རྒྱུ་དང་རྩ་ཉི་གཉིས་ལས་
རྣམ་གྲངས་དང་སྒྲོར་ཚུལ་བགྲངས་ལས་འདས་པ་ཡོད་ཀྱང་། རང་ཅག་བོད་
པའི་ཚུམ་ཡིག་འབྲི་སྒྲངས་ལ་དེ་ཙམ་ཉེ་བར་མི་མཁོ་བས་འདིར་འབྲུར་དུ་
བཏོན་ནས་བཤད་པར་མི་བྱའོ།།

ཡང་ཆིགས་བཅད་ཀྱི་སྒྲེབ་སྒྲོར་ལ། གྲོལ་བ་དང་། རིག་མཛོད། འདུས་
བ་སྟེ་བཞི་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་གི་རྣམ་གཞག་ཀྱང་ཆིགས་བཅད་བསྐྱབ་པའི་
ལས་དང་པོ་བ་རྣམས་ལ་ཉེ་བར་མི་མཁོ་བས་རེ་ཞིག་དོར་ནས། འདིར་ལས་
དང་པོ་བ་ཐོག་མར་འཇུག་པའི་ཆིགས་བཅད་ཀྱི་སྒྲེབ་སྒྲོར་ཏེ་ཅང་གོ་སྒྲ་བའི་
ལུགས་སུ་བྱས་ནས་བཞུགས་པར་འདོད་དེ།

དེ་ཡང་། བོད་སྐད་ཆིག་བར་གསུམ་པ་ནས།

སོ་གསུམ་བར་དུ་སྒྲོར་བ་ཡོད།

རང་ཅག་བོད་སྐད་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་སྒྲེབ་སྒྲོར་ཀྱི་འགྲོས་བཞུགས་
ན། ཆིག་བར་གསུམ་པ་ཅན་ནས་ཆིག་བར་སོ་གསུམ་པའི་བར་དུ་སྒྲོར་བའི་
སྒོལ་ཡོད་དོ། །འདིར་ཆིག་བར་དང་། ཆིག་རྒྱུད་། ཆིགས་བཅད་བཅས་ཀྱི་གོ་
དོན་ཅུང་ཟད་བཞུགས།

༡༽ ཆིག་རྒྱུད་། ཆིག་བར་འདྲ་མཉམ་ཅན་ཀྱི་ཆིག་སྒྲོར་ཉིས་ཤང་
ཀྱིས་བཅད་མཆམས་གཅིག་ལ་ཆིག་རྒྱུད་གཅིག་ཟེར། དཔེར་ན། གང་ལ་
ཡོན་ཏན་མཆོག་མངའ་བ། །ལྟ་བུ།

༢༽ ཆིག་བར། ཆིག་(་)གིས་བཅད་པའི་ཡི་གེ་ལ་ཆིག་བྲིས་མམ་
ཆིག་བར་གཅིག་ཟེར། དཔེར་ན། བསྐྱེགས་ལྟ་བུ།

༣༽ ཆིགས་བཅད། ཆིག་རྒྱུད་བཞི་རེ་ལ་ཆིགས་བཅད་རེ་ཟེར་ཅིང་།
ལེགས་སྒྲུར་སྐད་ཀྱི་འོ་ལོ་ག་དང་དོན་འདྲ། དཔེར་བཅོམ་ནི་འོག་ནས་ཤེས་
པར་བྱའོ།

ད་ནི་དངོས་གཞི་ཆོག་ས་བཅད་ཀྱི་སྡེ་བ་སྦྱོར་འབྲི་ཚུལ་ཀྱི་དཔེར་
བརྗོད་རིམ་པ་བཞིན་བཤད་པར་བྱ་སྟེ།

ཆོག་བར་གསུམ་པ་ཅན།

གངས་ཅན་གྱི།

བོད་སྒྲིངས་ན།

བརྗོད་ཆགས་ཀྱི།

གངས་རི་མཐོ། ། ལྟ་བུ།

ཆོག་ས་བར་བཞི་པ་ཅན།

བཙུ་ལྷའི་དུང་ཟླ།

མཁའ་ལ་ཤར་དུས།

དེན་ཅན་ཨ་མའི།

ཞལ་རས་བྱ་བྱང་། ། ལྟ་བུ།

ཆོག་བར་ལྷ་བ་ཅན།

གསུང་སྟན་གྱི་བདུད་ཅི།

ན་བ་ལ་ལྷུང་དུས།

དད་གདུང་གི་མཆི་མ།

ཕིག་མཐའ་ནས་ཤོར་སོང་། ། ལྟ་བུ།

ཆོག་བར་དུག་པ་ཅན།

མཛེས་སྤྱད་སྤྱད་རའི་ནང་དུ།
མེ་ཉོག་དཀར་སེར་དམར་ལྗང་།
གསེར་སྤྲང་སེམས་པ་ཤོར་ས།
མེ་ཉོག་ལྷུང་ལ་དཀར་པོ། ལྷ་བྱ་འཕ།
ཡང་ན། སྤྲང་སྤྱད་སྤྲང་ལ་ཉར་ནས།
སྤྲང་ལ་སྤྲང་ནད་བཟོས་སོང་།
སྤྲང་ལ་སྤྲང་རྩེ་མེད་ན།
སྤྲང་སྤྱད་སྤྲང་པོ་མི་འདུག ལྷ་བྱ།
ཆོག་བར་བདུན་པ་ཅན། འདིའི་མན་ཆད་རིགས་གསུམ་དུ་སྤྱེ་ནས་

བཤད་པར་བྱ་སྟེ།

༡ ་ ཆོག་བར་བདུན་པ་ཅན་གསུམ་པ་ལ་ངལ་གསོ་ཐོབ་པ།
རྒྱ་ལྷང་གི་ལོ་མའི་གསེབ་ནས།
ལྷོ་མོན་གྱི་ཁུ་བྱུག་སྤོན་མོས།
གསུང་སྟན་གྱི་རྒྱང་སྤྱེ་ལེན་དུས།
དབྱིད་དུས་གྱི་དཔལ་ཡོན་རྒྱས་སོང་། ལྷ་བྱ།
༢ ་ ཆོག་བར་བདུན་པ་ཅན་ལྷ་པ་ལ་ངལ་གསོ་ཐོབ་པ།
ལས་དབང་རྒྱང་འཕྲོ་བ་གྱི་གསེབ་ནས།
མེས་པོའི་པ་ས་དང་བྲལ་སོང་།
རྐང་རྩེས་ཁ་བ་ལ་བཞག་ནས།

སྟོ་མཐའི་ཆ་བའི་ནང་སྟེབས་སོང་།།ལྟ་བུ།

༣ ་ ཆེག་བར་བརྟུན་པ་ཅན་ཐ་མ་ལ་ངལ་གསོ་ཐོབ་པ།

ཟླ་ཞལ་ལྷུང་ལ་མིག་ཡངས་མའི།།

མཆུ་སྟོས་གེ་སར་འཇུ་མ་པ་ལས།།

གསང་ཆེག་སྟོང་གི་བརྟུན་ཅིའི་རྒྱན།།

ན་བའི་འདོད་འཇོ་དབྱིད་དུ་སྦྱར།།ལྟ་བུ།

ཆེག་བར་བརྟུན་པ་ཅན། འདི་ལ་ངང་རིགས་གསུམ་ཡོད་དེ།

༡ ་ ཆེག་བར་བརྟུན་པ་ཅན་ཐོག་མར་ལ་ངལ་གསོ་ཐོབ་པ།

གནམ་ཨ་སྟོན་མཐོན་པོའི་གྲར་ཁང་ནས།།

ཆེས་བཙོ་ལྷའི་དུང་ཟླ་ཤར་བའི་ཆེ།།

ངས་དྲིན་ཅན་ཨ་མའི་ཞལ་རས་དེ།།

དན་དགས་ནས་མིག་ཆུ་དབང་མེད་ཤོར།།ལྟ་བུ།

༢ ་ ཆེག་བར་བརྟུན་པ་ཅན་ངལ་གསོ་མི་ཐོབ་པ།

ལུས་འདི་རྒྱ་གར་ཡུལ་དུ་སྡོད་ཀྱང་།།

སེམས་པ་གངས་ཅན་བོད་ལ་ཤོར་སོང་།།

ཉི་མ་ལ་ཡའི་རི་བོ་བཀྲལ་ནས།།

ང་རང་པ་ཡུལ་བོད་ལ་ལོག་འགྲོ།།ལྟ་བུ།

༣ ་ ཆེག་བར་བརྟུན་པ་ཅན་གསུམ་པ་དང་བརྟུན་པ་ལ་ངལ་གསོ་

ཐོབ་པ།

མཐོ་སྒང་གི་གངས་དཀར་ཕྱོད་པོ་ལས།

དུངས་གཙང་གི་ཆུ་བོ་ཆེན་པོ་བཞི།།

འཕགས་བོད་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་འགྲིམས་པའི་མཐར།

ལུ་མེད་ཀྱི་རྒྱ་མཆོའི་ལྷོང་དུ་བེམ། ལྷ་བྱ།

ཆོག་བར་དགུ་པ་ཅན་གྱི་སྒྲིབ་སྒྲོལ། འདི་ལའང་རིགས་གསུམ་ཡོད་

པ་ལས།

༡༽ ཆེག་བར་དགུ་པ་ཅན་ཐ་མ་ལ་ངལ་གསེ་ཐོབ་པ།

ལྷག་བསམ་ག་བྱར་ལྷན་མའི་འོད་ཟགས་ཀྱིས།།

ལང་ཆོ་འེ་འཕེལ་ཁ་དར་བའི་གཞོན་སྐྱེས་ཆོ་འེ།

ཤེས་རིག་མུ་གཏེར་འཕེལ་བའི་སློབ་གཞིར་ཞིག་།

ཕྱོགས་འདིར་ཤར་བས་ཡིད་དབང་མི་འཕྲོག་སྟུ།།ལྟ་བུ།

༡༽ ཆེག་བར་དགྲ་པ་ཅན་བདུན་པ་ལ་ངལ་གསོ་ཐོབ་པ།

ཆར་ལྟན་སྟེན་གྱི་ཕྱིང་ཁང་གི་དབྱིངས་ནས།

དབྱར་སྐྱེས་ར་ཆེན་ལྷ་ལྷ་དུ་ལྷེར་དུས།།

ཅ་རྒྱན་ལྗོན་པ་འི་ནགས་སྤྱང་གི་གསེབ་ནས།

མ་བྱ་དགའ་བའི་སྒྲོལ་གར་ལ་ཆས་སོང་། ། ལྟ་བུ།

༣ ་ ཆེག་བར་དགུ་པ་ཅན་ལྷ་པ་ལ་ངལ་གསོ་ཐོབ་པ།

འཇམ་གླིང་མཁོ་སྒང་གི་རལ་བའི་ཅེ་ན།

གངས་ཅན་བོད་ལྗོངས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་ཆགས་ཡོད།

ཞི་བདེ་བསྐྱེད་གནས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་དེ་ན།

ཆོལ་གསུམ་བོད་རིགས་ཀྱི་མི་དམངས་གནས་ཡོད།།ལྷ་བྱ།

ཆེག་བར་བརྩ་བ་ཅན་གྱི་སྒྲེབ་སྒྲོང་། འདི་ལ་འང་རིགས་གསུམ་ཡོད་

པ་ལས།

༡༩ ཆེག་བར་བརྩུ་བ་ཅན་དང་པོ་དང་བརྩུད་པ་ལ་ངལ་གསེ་ཐོབ་པ།

མཐོང་མ་མྱོང་གྲགས་ཅན་གྱི་གར་གྱི་ལུང་།།

ཞིང་དག་པ་ལྟ་ཡུལ་ཡིན་སྒྲིང་ཞིག་ཤར་ནས།།

ནམ་ཉིན་མཆོད་ལྷོས་མེད་མགྲོག་པ་རུ་སླེབས་གུང་།

དོན་དངོས་ལ་རྐང་གཉིས་མི་ཡུལ་ཞིག་རེད་འདུག ལྷ་བྱ།

༡༽ ཆེག་བར་བརྟུ་པ་ཅན་གསུམ་པ་དང་བརྒྱད་པ་ལ་ངལ་གསོ་ཐོབ་

པ།

སྒོ་ལྟར་གི་གཡུ་ལོའི་གོས་བཟང་གིས་མཛེས་བའི།།

ཡིད་འོང་གི་སྣང་སྤྱིང་གྲུ་བཞི་ཡི་གསེབ་ན།།

དུག་འགྱུར་གྱི་ཐུ་དབང་ས་ལྷང་ལྷང་དུ་སློབ་པའི།

དཔྱིད་དུས་ཀྱི་ཕོ་ཉ་སྐྱ་མཁོན་དུ་ཕེབས་བྱང་། ། ལྷ་བྱ།

༣ ། ཆེག་བར་བརྩ་བ་ཅན་བདུན་པ་དང་བརྩ་བ་ལ་ངལ་གསེ་ཐོབ་པ།

དྲངས་གཙང་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྟ་བུ་གི་རྩིང་བྱེ་འགྲམ།།

འདབ་ལྷན་སྒྲུང་ཅིའི་གྲུལ་མཆན་གྱི་ལྷུ་མ་ར་ན།།

རྒྱལ་སྤྲུང་གི་མཛན་པོ་བཞུགས་པའི་ཆེད་དུ།

རྣམ་བཟ་ཕྱེ་ལེབ་སྒྲིག་མོ་ཆོས་གར་ལ་ཅེན།།ལྟ་བུ།
 ཆེག་བར་བརྟུ་གཅིག་ཅན་གྱི་སྒྲིབ་སྦྱོར། འདི་ལ་རིགས་གསུམ་སྟེ།
 ༡ ་ ཆེག་བར་བརྟུ་གཅིག་པ་ཐ་ལ་ངལ་གསོ་ཐོབ་པ།
 གཞོན་ཀུའི་ཁ་སྦྱོར་ཞབས་བློ་འབྲབ་སའི་གདིངས་ཆའི་སྟེང་།།
 ཁྱོད་ཀྱིས་ང་ལ་ཐེར་བྱག་འཕེན་པའི་མིག་ཞགས་དང་།།
 ང་ཡི་ལག་པའི་སྒྲང་སྒྲ་ཁྱོད་སར་བརྒྱངས་པ་དེ།།
 ཁྱོད་ཀྱི་བླ་འཇིན་ངོས་ལ་རྣམ་ཡང་བརྟེན་མི་སྲིད།།ལྟ་བུ།
 ༢ ་ ཆེག་བར་བརྟུ་གཅིག་པ་དགྲ་པ་ལ་ངལ་གསོ་ཐོབ་པ།
 ཏུ་ལའི་ནགས་མ་འབྲིགས་པའི་སྟོ་སྟོགས་ཀྱི་མཐའ་འདིར།།
 མེ་ལྷེ་དམར་པོ་འབར་འབྲའི་ཆ་བ་འདི་སྒྲིབས་དུས།།
 འདབ་བྱག་ཁ་བའི་མེ་ཏོག་བེལ་བེལ་དུ་འཕྱར་བའི།།
 བྱང་རྒྱད་གངས་ལྟ་སྒྲིག་མོའི་ཕང་དེ་བླ་བྱང་།།ལྟ་བུ།
 ༣ ་ ཆེག་བར་བརྟུ་གཅིག་པ་ལྷ་པ་ལ་ངལ་གསོ་ཐོབ་པ།
 གངས་ལྷན་བསིལ་སྒྲོངས་ཀྱི་མེས་དཔོན་སྒྲོང་བཙན་པོས།།
 སུམ་གཉིས་ས་ཁྱོན་ལ་ཞབས་རྗེས་བཀོད་པའི་དུས་དེར།།
 འཁར་སྟོགས་ཅི་ན་ཡི་བུ་མོ་བོད་དུ་བསུས་ཏེ།།
 ར་ས་འབྲུལ་སྒྲང་གི་ལྟ་ཁང་ཆེན་མོ་བཞེངས་སོ།།ལྟ་བུ།
 ཆེག་བར་བརྟུ་གཉིས་པའི་སྒྲིབ་སྦྱོར། འདི་ལ་རིགས་གསུམ་སྟེ།

༡ ་ ཆེག་བར་བཅུ་གཉིས་པའི་རིགས་དང་པོ་ལྷ་པ་དང་བཅུ་པ་ལ་ངལ་
གསོ་ཐོབ་པ།

གངས་རིའི་དགའ་ཚལ་གྱིས་མངེས་པའི་མཐོ་སྐང་གི་ཞིང་ཁམས།
བསིལ་ལྡན་བོད་ལྗོངས་ཀྱི་སྤྲོད་ཚོར་ཇོ་ཁང་གི་ནང་ན།
ཆེ་རབས་གཏན་མཐུན་གྱི་སྐྱབས་གནས་ཇོ་བོ་ཡི་སྐུ་བརྟན།
མངལ་ཆེ་སྤྲོད་དབུས་ནས་དད་པའི་གསོལ་འདེབས་ཤིག་ལོས་ཟ࿳།
ལྷ་བླ།

༢ ་ ཆེག་བར་བཅུ་གཉིས་པའི་རིགས་གཉིས་པ་ངལ་གསོ་མི་ཐོབ་
པ།

སྟོ་རོང་ནགས་མའི་གསེབ་ནས་ཁུ་བྱུག་གསུང་སྐད་ཐོས་བྱུང་།
འདས་དོན་ཕྱིར་དྲན་ཞིག་གིས་སེམས་པ་རྒྱང་གིས་བཀྲག་སོང་།
བདོས་བཅས་གཟུགས་པོ་འདི་ལ་གཤོག་པ་བྱུང་ཞིག་ཡོད་ན།
སྟོ་མཐའི་ཆ་བ་བཞག་ནས་བསིལ་ལྗོངས་བོད་ལ་འཕྱར་འགྲོ། ལྷ་བླ།

༣ ་ ཆེག་བར་བཅུ་གཉིས་པའི་རིགས་གསུམ་པ་དང་པོ་དང་བཅུ་པ་
ལ་ངལ་གསོ་ཐོབ་པ།

མཐོ་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་སུ་ལྷིང་བའི་སྤྲོན་དཀར་གྱི་འདབ་མ།
རྒྱང་ཟེར་ཞོན་ནས་སུ་མེད་ནམ་མཁའ་ལ་ལྷིང་ཞོར།
བོད་བསིལ་ལྡན་ར་བའི་སྟོད་བཅུད་ཆ་ལག་གི་ཁྲོན་ལ།
ཆར་ཟིལ་མའི་རྒྱན་གྱི་མིག་རྒྱའི་ཞལ་འདེབས་ཤིག་གནང་རོགས།

ལྟ་བུ།

ཆོག་བར་བརྩ་གསུམ་པ་ཅན་གྱི་སྒྲེབ་སྦྱོར། འདི་ལ་རིགས་གསུམ་
ཡོད་པ་ལས།

༡ ་ བ་མ་ལ་ངལ་གསོ་ཐོབ་པ།

བརྩ་ཕྱག་མཁུན་པའི་སྒོ་གྲོས་ཟུ་མེད་རྒྱ་མཆོའི་གཏིང་བཞིན་ཟབ།

བྱམས་དང་བཅེ་བའི་གཞན་པན་སྒོ་བསངས་ནམ་མཁའི་ལམ་ལས་ཡངས།

འཕྱོན་ལས་བཟང་པོའི་མཛད་པ་ཉི་ལྗེའི་འོད་ལྟར་ཀྱན་ཏུ་གསལ།

ཞི་བའི་དེད་དཔོན་མཆོག་སྤོང་འཇམ་སྒྲིང་སྤོང་འདིར་ལྷན་པོ་ཇི་བཞིན་མཐོ།

ལྟ་བུ།

༢ ་ བརྩ་གཅིག་པ་ལ་ངལ་གསོ་ཐོབ་པ།

ལྟ་ན་མིག་གི་བདུད་ཅིར་སྒྲིན་པའི་གཟུགས་མཛེས་གྱི་ལང་ཆོ།

ཉན་ན་ན་བར་སིམ་པ་སྦྱིན་པའི་སྙན་འཛེབས་གྱི་རོལ་དབྱངས།

བསམ་ན་སེམས་ལ་དགའ་བ་འཕེལ་བའི་ཉམས་འགྱུར་གྱི་སྒྱུ་ཅལ།

གསུམ་ག་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་པའི་དུས་རབས་སྒོག་བར་སྙན་འདི་མཛེས་པ།

ལྟ་བུ།

༣ ་ ལྟ་བུ་ལ་ངལ་གསོ་ཐོབ་པ།

རྒྱ་བོད་དབྱེན་གསུམ་གྱི་མི་རིགས་འབྲེལ་མིན་འཆང་ག་བྱེད་ས།

རྒྱལ་ས་ལྡི་ལི་ན་བཅན་གྱོལ་གསར་འབྱོར་སྟོང་ཕྱག་མང་པོ།

པ་ཡུལ་པ་མ་དང་ཉི་འདུ་སྙན་མཆེད་མཐའ་དག་བཞག་ནས།

མི་ཆེ་མདུན་ལམ་གྱི་རྒྱ་པའི་གོམ་ཁ་དལ་གྱིས་བསྐྱར་སོང་།།

ལྟ་བུ།།

ཆེག་བར་བརྩ་བཞི་པ་ཅན་གྱི་སྒྲེབ་སྒྲོར། དང་པོ་དང་བརྒྱད་པ་ལ་
ངལ་གསོ་ཐོབ་པ།

གངས་ཉི་ཤེ་མཐོན་པའི་རི་བརྒྱད་ནས་འབབ་པའི་གཙང་ཆབ་རྣམ་བཞི།།

སྟོ་འཇམ་སྒྲིང་རྒྱུ་པོའི་དབུས་འགྱུར་གྱི་ཞིང་ཁམས་ཁྲོན་ལ་འབྱམས་ནས།།

མཐའ་ཡས་པའི་འགོ་བའི་སྒྲོམ་གདུང་གི་མེ་ལྷེ་བསྐྱེད་པའི་ཞོར་ལ།།

གཉིང་ཟབ་པ་སྟོ་མཐའི་ཚུ་གཉིར་གྱི་ཁོག་པའི་སྒྲོང་དུ་ཐིམ་འགྲོ།།ལྟ་བུ།

ཆེག་བར་བཙོ་ལྟ་པའི་སྒྲེབ་སྒྲོར། ཐ་མ་ལ་ངལ་གསོ་ཐོབ་པ།

ཞོགས་པའི་ཉི་རུལ་མཁའ་མཐའ་འཇུག་དུས་སྒྲོབ་གྲའི་ཅོང་བརྟེན་གྱིས་རྟུང་།།

འཕགས་བོད་རྒྱལ་སྐྱེ་སྟན་པའི་འགྱུར་ཁུག་བསེལ་རྒྱང་འཇམ་པའི་རྒྱབས་དང་འབྲེས།།

འཛིན་ཁང་ནང་དུ་སྒྲོབ་དགོ་མཁས་པས་གནའ་དང་དེང་གི་ཤེས་ཡོན་བསྐྱེད།།

ཨེ་མ་མ་འོངས་བོད་ཀྱི་སོན་ཅན་གཞོན་བོད་ཀྱི་སྒྲོབ་ཕྱག་ཆོ།།

ལྟ་བུ་སྟེ།

འདི་ནས་ཆེག་བར་སོ་གསུམ་བར་གྱི་སྒྲེབ་སྒྲོར་ཡོད་ཀྱང་འབྲི་སྒོལ་
དེ་ཅུ་མ་མི་ཆེ་ཞིང་། ལྟག་པར་སྒྲེབ་སྒྲོར་ལ་བྱང་ཆ་དེ་ཅུ་མ་མེད་པ་རྣམས་
གྱིས་ཆེག་བར་ཉ་ཅང་མང་བའི་སྒྲེབ་སྒྲོར་གྱི་ཚུམ་ཡིག་འབྲི་ན་སྒྲོག་དགའ་

བ་དང་སྙན་ཆ་མེད་པ་སོགས་ཀྱི་ཞན་ཆ་འབྱུང་སྤྱོད་བ་དང་། མྱོག་མཁན་སྤྱོད་བ་
 སྤྱོད་པའི་གསོན་ཉམས་ལྡན་པ་ཞིག་ཡོང་དཀའ་བ་རྒྱན་ལྡན་ཚུལ་ཡིག་འབྲི་
 སྐབས། འདི་ཡན་གྱི་ཆོག་པ་བར་མང་བའི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཚུལ་ཡིག་མ་གྲིན་
 བཟང་བ་སྙམ། སྤྱོད་སྤྱོད་དང་ཚུལ་ཚུལ་གྱི་གདེང་ཐོབ་པའི་ཆད་མཐོའི་ཚུལ་
 པ་པོ་ཞིག་གིས་ཆོག་བར་ཏུ་ཅང་མང་བའི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཚུལ་ཡིག་འབྲི་བར་
 ཚུལ་རིག་དང་སྤྱོད་ཚུལ་གྱི་ཆེ་བ་འབྱུང་དུ་ཐོན་པ་ལས། ཆོག་སྤྱོད་ལ་གསོན་
 ཉམས་དང་གྲོ་བ་བརྒྱག་པའི་ཞན་ཆ་མི་འབྱུང་སྟེ། དཔེར་ན། མཁས་གྲུབ་རྗེའི་
 རིག་ཆེན་གྱི་མཆོད་བཟོད་དང་། བོ་དོང་པའ་ཆེན་འཛིགས་མེད་གྲགས་པའི་
 སྟོད་ཆོག་པ་ཁག་ ཞང་ཁུང་བའི་རྩ་མ་ཁའི་རྟོགས་བཟོད་ལྟ་བུར་གཟིགས་ན་
 ཞེས་བྱ་བ། དེས་ན་སྤྱོད་ལ་བྱུང་བའི་ཆད་ཆོག་བར་སོ་གསུམ་བར་དུ་
 དུས་ཆོད་ཀྱིས་ཁོམ་པ་བྱུང་ན་དཔེར་བཟོད་ཀྱི་ལམ་ནས་སྤྱོད་དགོས།

འདིར་ས་བཅད་མ་སྟོང་ཅུ་དུ་རང་གིས་བྲིས་པའི་དེབ་གཞན་དང་
 གཞན་དུ་བཀོད་ཟིན་པའི་ཆོག་པ་མང་བའི་སྙན་ཆོག་འགའ་ཞིག་དཔེ་མཆོན་
 དུ་འགོད་ན།

ཆོག་བར་བཅུ་དགུ་པ་མཐའ་མ་ལ་ངལ་བསོ་ཐོབ་པ།
 གང་ཡང་བདེ་གཤེགས་ཆོས་ཚུལ་ལྟ་བུ་མེད་པའི་ཆལ་དག་མཁྱེན་
 པའི་རྒྱུ་སོར་བརྟེན་བ་དང་།
 ལྷན་ཅིག་རྒྱུ་གདུབ་སིལ་བའི་གཡེར་ཁའི་ལེགས་བཤའ་དབྱངས་

ལྡན་མི་ཁྱིའི་རྩལ་གྱིས་བགོས་པ་ཅན།།

གསེར་སྤངས་གཙང་མའི་འཛོ་སྒྲིག་དང་འགྲོགས་བདེ་སྟོང་སྤྱན་
ཡངས་ལྷུངས་མཐིང་གའི་བྱར་མིག་ལ།།

རྒྱལ་ནམས་མི་ཕྱེད་དབྱིངས་རིག་སྟོང་ནས་རྗེས་ཆགས་འཇུ་མ་བའི་
མཚམས་སྤྱིན་ལག་པ་བསྐྱིངས་པ་སྟུམ།།

ཆོག་བར་ཉེར་གསུམ་པ།

ཟབ་བརྗིང་མདོ་སྤགས་རྒྱུད་སྡེ་རྒྱ་མཚོའི་དགོངས་དོན་རྒྱབས་གྱི་
འཁྲིའིང་གཡོ་བ་འགོག་མེད་རབ་འབྱམས་ཁམས་སུ་བསྟེགས།།

ངེས་དོན་ངི་བཞིན་སྤྲོ་བའི་རོ་འཛིན་མེ་ན་ཀུའི་འབྱིང་བག་ལ་རེག་
འཕགས་ཡུལ་བཤ་ཆེན་གྱེ་བས་ཀྱང་།།

འབྲན་པར་མི་བཟོད་བསོད་ནམས་འབྲུལ་གྱི་ལུས་སྟོབས་རབ་
རྩོགས་གྲགས་པའི་གད་རྒྱངས་བྱབ་བསྟན་ས་གསུམ་ཁྱོན་ན་སྒྲིག །

ལྷང་རིགས་དཔལ་གྱི་ནམ་དཔྱོད་མཚོག་གྱུར་མཆེ་སྡེར་རྟོན་པོ་ཤར་
ཉ་དེ་བྱབ་བསྟན་གངས་རིའི་མགོན་དུ་མཛེས།།

ཆོག་བར་ཉེར་བདུན་པ།

མཐའ་དག་རྒྱུ་ཤེལ་གངས་རིའི་ཁོར་ཡུག་སྤྲུག་འོད་དང་འགྲོགས་བྱན་
མཚམས་སྤྱིན་གྱི་བྲ་བ་བརྟེགས་པའི་ངོས་ན་འབྱིངས།།

ནམ་དག་ཐུབ་པའི་དགོངས་དོན་ཡོངས་རྫོགས་དབྱངས་ཀྱི་ང་རོས་
ལོག་སྤྲི་མ་སྤྲི་སྤྲི་དང་ལྟན་ཅིག་འདར་བར་བསྟེན།

དཔལ་ལྟན་སྟོབས་བཅུ་མངའ་བ་ཀུན་གྱི་མཛེད་པ་གཅིག་ཏུ་སྤྲངས་
པའི་དཔལ་སྤྲུག་འཕྲིན་ལས་རལ་པའི་ཁུར་འཆང་བ།

ཁ་བའི་སྤྲོངས་འདིའི་སེལ་སྤྲུག་མེད་ཐུབ་བསྟེན་གངས་རི་སྤྲོང་བའི་
དཔལ་ལྟན་འཇམ་མགོན་ས་བཤེལ་སྤྲུག་སྤྲུགས།

ཡང་ན།

གང་ཞིག་གང་གིས་རི་ལྟ་རི་སྟེད་ཤེས་བྱའི་ན་ཚུང་ལང་ཆོའི་དཔལ་
ཀུན་དམར་སེར་མཆན་དཔེའི་འོད་ཞགས་འབྲོག་པོས་ཀུན་ནས་འཆིངས།

སྤྲ་དབྱངས་རྒྱ་མཆོའི་རྒྱབས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་འབྲམ་པའི་ཆང་གི་ཐོལ་དུ་
འཐོར་བཞིན་ལེགས་པར་གསུངས་པའི་འཕྲིན་ལས་སྤྲུམ་པོས་བ་ཀྱ་ལ་ཡི་
འདབ་སྤེང་བརྟས།

མཐའ་གྲས་ཆོས་ཚུལ་གྲུང་བཞི་འབྱུང་བའི་མཁྱེན་རབ་ཚུ་གཏེར་རལ་
པའི་རྒྱབས་ལྟན་བཙེ་ཆེན་རྩ་གཞོན་གནམ་མཐོངས་དབྱིངས་འཕགས་དྲག་
པོའི་མགོ་སྤྲི་སྤྲི་གཙུག་ན་འཛིགས།

ཉེས་པའི་རྩུབ་རེག་མཆོན་གྱིས་མ་བསྐྱད་འཇམ་པའི་དཔལ་གྱི་དྲུག་
ཅུའི་དབྱངས་ལྟན་ངག་རིག་སྤྲ་བའི་མཁྱེན་པའི་གྲུར་ན་འབྱིངས་པ་དེ་ལ་
ཐུག་འཆལ་ལོ།

ཡང་ན།

མེས་པོའི་ཞལ་ཆབ་ཐིག་ལེ་སྐྱབས་སྐྱེས་ཞབས་སེན་ཟླ་བའི་འོད་ཐིག་
ཟླམ་པོས་དྲེགས་ལྡན་རལ་པའི་གདེངས་ཀ་ལ་བསྐྱུན་མགོ་སྐྱེས་ས་ལ་བྱུང་
བཞིན་བསྟེན།

སྐྱ་བའི་འབབ་སྟེགས་ལི་ཁྲིའི་རྩལ་འཆར་སྐྱག་ཅིའི་ཚུ་རིས་མཁའ་
མཐར་དྲིགས་ལས་སྟོམ་བཞིའི་གསུང་གི་སྤྲོན་གྱི་མེ་ཏོག་སིལ་མར་འཛོ།

རྒྱུ་གདུབ་གྱིས་མཛེས་འཁོར་ལོའི་ལག་ལྡན་མདོན་པར་རབ་ཆགས་
རིག་བྱེད་དབྱེད་གྱི་ཚུ་གཏེར་གཡོ་ལྡན་ཁ་ཡི་སྟོན་ས་རྒྱབས་གྱིས་འཕྱོ།

སྤྲོན་འཕྱོག་དཀྱུས་རིང་མཐིང་ཀའི་བྱར་མིག་ལྷུང་ལ་རྟོན་པོས་རྒྱལ་
རྣམས་དབྱེངས་ནས་བསྐྱལ་དང་ལྡན་ཅིག་བདག་ཀྱང་སྤངས་ཤིག་དབྱངས་
ལྡན་མ།

ཆེག་བར་སོ་གཅིག་པ།

འཆར་ཁའི་ཉི་མའི་སྐྱག་འོད་འཐུང་བའི་མཆ་མས་སྤྲོན་ལ་ཆགས་
བརྒྱད་གཉིས་ལང་ཆོའི་ཁེངས་པ་རབ་བཅེགས་མིག་སྤྲོན་མདངས་འཐུང་
ཐོར་ཅོག་རལ་པའི་བྱར་ལུང་འཐུངས།

མཐར་དག་ཤེས་བྱའི་ལྷུང་ལ་མིག་ཅན་གཅིག་ཏུ་དགྲུག་པའི་ཐུགས་
གྱི་མཐུན་རབ་དོན་ཡོད་ཞགས་པའི་འཕྱལ་གྱི་མེ་ལོང་ཉི་མ་བྱེ་བའི་མདངས་
དང་འདྲེས།

བཞི་ལྷག་བྱག་ཅུ་ངོ་བའི་འཛིག་རྟོན་རྫོགས་པའི་དབྱངས་བདུན་རི་མོ་

གསུམ་པའི་དཔལ་གྱི་མགུལ་བར་མངོན་པར་རབ་ཆགས་མ་བྱ་དགའ་བའི་
འབབ་སྟེགས་འཆང་།།

ཐུབ་པ་ཕྱོགས་ཀྱན་རི་དྲགས་མིག་ཅན་དག་གི་སྙིང་ལ་མངོན་པར་
ཆགས་པ་ཡེ་ཤེས་ལུས་ཅན་སྐྱེ་འབྱུང་བ་བ་འང་མ་དཔལ་རྩོམ་རྩོམ་པོས་
སྦྱོངས།།

ཡང་ན།

དཔལ་སྐྱུག་གསུང་གི་རི་སྐྱེས་ལ་ཆགས་དམ་པའི་སྐྱེས་མཆོག་བདེ་
འབྱུང་རལ་པའི་གཙུག་ན་བཀྱར་བས་མཆོན་མོར་རྒྱ་བ་སྐྱེ་ངན་མགྱིན་བཙུ་
དཔུང་དང་བཅས།།

རྣམ་དག་བྲིམས་གྱི་དམ་བཅའ་གསུམ་ལྡན་ཉག་ཕྱན་རྩོམ་པོས་
བཀྱམས་དང་ལྡན་ཅིག་སྦྱོང་ཉིད་སྙིང་རྩེ་སི་ཏའི་ལང་ཆོ་སྙིང་གི་དགའ་མ་ལ་
བསུས་པས།།

མཐའ་དག་ཆོས་ཚུལ་ཤིང་ཏྲ་བཙུ་པའི་ས་ཁྲོན་དག་ལ་མཁྱེན་རབ་
དཔལ་གྱི་འཇུག་པ་བཙུ་བས་ཞབས་སྐྱེས་ཅིབས་སྦྱོང་འཁོར་ལོ་འབར་བའི་
རེ་ཁྲ་བཀོད།།

ལེགས་ལྡན་ཚུལ་འདི་གྲོང་མཁར་གྲན་པོས་རྟོག་བཞེས་བསྐྱུན་པ་
ལྡན་པའི་གྲོང་འཛོམས་རྩ་མ་ན་ཞེས་སྟོན་དུ་གྲགས་པའི་རིག་བྱེད་གཏམ་རྒྱུད་
དེ་མ་ལགས།།

ཡང་ན།

མེས་པོའི་ཞལ་ཆབ་ཐིག་ལེ་སྐྱབས་སྐྱེས་ཞབས་སེན་ལྷ་བའི་འོད་ཐིག་
ལྷུ་པོས་དྲེགས་ལྡན་རལ་པའི་གདེངས་ཀ་ལ་བསྐྱུན་མགོ་སྐྱེས་ས་ལ་བྱུང་
བཞིན་བསྟེན།

སྐྱ་བའི་འབབ་སྟེགས་ལི་ཁྲིའི་རྩལ་འཆང་སྐྱག་ཅིའི་ཚུ་རིས་མཁའ་
མཐར་དྲིགས་ལས་སྟོམ་བཞིའི་གསུང་གི་སྤྱོན་གྱི་མེ་ཏོག་སིལ་མར་འཛོ།

རྒྱང་གདུབ་གྱིས་མཛེས་འཁོར་ལོའི་ལག་ལྡན་མདོན་པར་རབ་ཆགས་
རིག་བྱེད་དབྱེད་གྱི་ཚུ་གཏེར་གཡོ་ལྡན་ཁ་ཡི་སྟོན་སྐྱབས་གྱིས་འཕྱོ།

སྤྱོན་འཕྱོག་དགྲུས་རིང་མཐིང་ཀའི་བྱར་མིག་ལྷུང་ལ་རྟོན་པོས་རྒྱལ་
རྣམས་དབྱེངས་ནས་བསྐྱུལ་དང་ལྡན་ཅིག་བདག་གྱང་སྐྱངས་ཞིག་དབྱངས་
ལྡན་མ།

ཆེག་བར་སོ་ལྷ་བ།

གང་གི་བེ་ཅོན་འཐོར་རྒྱང་རིག་པས་ཁམས་གསུམ་ཚུ་འཛིན་གཅིག་
ཅར་ཐོར་བྱེད་གཞིན་རྗེའི་གདོང་བ་དྲིལ་འཁོར་དབང་པོའི་ཞལ་གྱི་རྗེས་
སྟོབ་མངག་གཞུགས་ལས་ནི་འཛིན་པའི་ཁེངས།

འཛིག་ཉེན་འདི་ན་གཅིག་ཏུ་དྲེགས་ལྡན་སྤིད་སྤེད་མེད་སྐས་པོ་དགྲུ་
ཡི་ཞལ་གྱི་བྲག་པོའི་གད་རྒྱངས་འཛིགས་པ་བརྒྱས་ཉེན་ཞབས་གྱི་ས་འོག་
གདོང་བ་སྟོགས་པས་འདར་ཞིང་ཉལ།

ཐུན་པ་བྱེ་བས་བྱུག་ལྟར་གནག་པའི་སྐྱུ་ཡིས་ཉིན་བྱེད་འབྲམ་གྱི་
མདངས་འཕྲོག་གཟི་བྱིན་བཟོད་དགའ་བྱེད་པའི་སྒྲིང་དང་གདོང་བ་གས་བྱུར་
ཕྱོགས་བཞིར་སྐྱབས་འཆོལ་ཏྟིག་པར་བྱེད།།

རྒྱལ་སྐལ་དག་བཅོམ་སྒྲ་ཆེན་མར་ཡེ་ཤེས་བྲོད་ཐུགས་ཀྱན་གསལ་
པ་མཐའ་གསལ་མིན་འཛིགས་རུང་དྲག་ཤུལ་མཛེས་སྐྱུག་ལ་ཆགས་བྲོད་
སྐྱུའི་ཉིང་འཛིན་གཡོ་བ་མེད་པའི་ཕྱག་བགྱིད་དོ།།

ཡང་ན།

མཐའ་དག་སྲིད་ཞིའི་མཛེས་པ་གཅིག་བསྐྱས་དགྱིལ་འཁོར་ཡོངས་
རྫོགས་མཆོན་དཔའི་མཛེས་སྐྱུ་རི་དྲགས་མཆོན་མས་ལེགས་བརྗོད་མ་དང་
དཔལ་མོའི་ཁེངས་པ་སྟོབས་ལྡན་མནན་པའི་འགྲམ་ན་བཅིངས།།

སྒྲིན་འབྲོག་དགྲུས་རིང་ཟུངས་མཐེང་གའི་བྱར་མིག་དང་འབྲོགས་
བདེ་ཆེན་རྒྱ་འབྱར་དར་བའི་ལང་ཆོས་རྒྱལ་རྣམས་མི་བྱེད་དབྱིངས་རིག་
སྒྲོང་ནས་ཐུགས་གྱི་བརྟན་པ་འཕྲོག་དང་ལྟན།།

ཐབ་དང་རྒྱ་ཆེའི་སྒྲོང་ཐུག་བརྒྱད་ཅུ་ཙ་བཞིའི་ཆོས་ཚུལ་དྲི་བའི་རྒྱད་
མངས་ཁོག་ནས་དངས་པའི་འགྱུར་ཁུག་སྟན་པོ་དབྱར་གྱི་ར་དང་ཁུ་བྱུག་
གཞོན་རྒྱའི་དྲག་འགྱུར་བཞིན།།

གཙུག་ལག་ལི་ཤེའི་དྲི་བསྐྱང་རབ་འབྲུལ་མཆུ་སྒྲོས་ཟུངས་དམར་
པོའི་འཇུ་མ་ལྡན་ཀྱན་དགའི་དཔལ་གྱུར་ངང་པའི་བྱ་མོ་དབྱངས་ཅན་མ་བྲིད་
བདག་མགྱིན་འོ་མའི་མཆོ་ན་ཅེན།།

ཆོག་བར་ཞི་གསུམ་པ།

ཕུན་ཆོག་ས་སྒོ་ཆེན་དེ་མེད་སྒྲུང་བ་ཕྱོགས་ཀྱི་མཐར་སྒྲོ་ཀུན་མེད་ས་
ཕུན་པས་ནམ་ཡང་སྒྲིབ་མེད་སྒྲུང་འདས་ཞི་བའི་འཆི་མེད་ལམ་བཟང་སྒྲེད་
ཆེལ་ཉམས་དགར་ཉིང་འཛིན་མལ་དུ་དངོས་འཛིན་འོག་པག་སྒྲུང་གྱུར་ཅིག །

སྒྲིང་རྗེའི་ལང་ཆོ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་མཛེས་སྒྲུག་ཡབ་ཀྱི་རག་པ་
ལས་འདས་སྒྲུ་ལོང་ནམ་རྒྱས་དཔའ་བོའི་བརྟན་པ་གཅིག་ཆར་འགོག་མཁས་
མ་མཆུའི་སྒྲུང་ཅིའི་ཅི་ཉེར་སྒྲེར་ཆེམ་སྒྲུ་སྐར་བུ་མོའི་དཔལ།

བདེ་ཆེན་བདག་པོའི་རོ་འཛིན་སྒྲོག་གི་གོ་དམར་གོས་གྲོན་པིམ་པའི་
མདངས་བཟང་མཆོན་རིས་བཟླ་བའི་མཆུ་སྒྲོས་བྱུང་དག་འདབ་བརྒྱའི་འདབ་
མ་ཞལ་རས་སྒྲ་བའི་འོད་ཀྱིས་འཇུ་མ་ཞིང་མཐོན་མཐིང་དབུ་སྒྲུའི་འཆིང་བ་
སྒྲོད།

གང་ཡང་རྟོང་ཉིད་ཡོལ་བའི་པག་ཏུ་འདོད་སྒྲོགས་གྲོགས་ནམ་པར་
ཟེད་མཁས་སྒྲུབ་པོ་མཐའ་དག་སྒྲུབས་པ་ལ་རེངས་གར་གྱིས་གོམ་སྒྲུབས་
སྒྱུར་འགོད་ཞབས་གདུབ་རིན་ཆེན་ཚུ་བོའི་རལ་པས་རལ་བའི་སྒྲེང་བ་
མཛེས་གྱུར་ཅིག །

ཆོག་བར་བརྒྱ་དང་སོ་ལྔ་ཅན།

དཔལ་ལྷན་ལྷགས་ཀྱི་ལི་ཁྲིའི་རྩལ་ལས་ལང་ཆོ་ཐོབ་པའི་མཁས་མང་

ལུས་ཅན་མཁའ་ཡི་གོས་བཟང་ཀུན་གསལ་གདོང་ལ་སྒྲག་ཅིའི་ཆུ་རིས་བྱེ་
 བ་བརྒྱ་འགོད་ཀུན་པན་ཁུར་གྱིས་རྣམ་པར་ངལ་བའི་སྤྱང་རྩེའི་སྒྲ་དབྱངས་
 གསང་མཐོར་སྒྲོགས་པའི་སྲིད་པའི་ཅེ་མཔའི་རོལ་མོའི་དཔལ་བཟྱིད་ཆོས་
 སྒོམ་རྣམ་བཞིའི་དབྱངས་ཀྱི་ང་རོ་གད་མོ་ཆེར་སྒྲོགས་ལུས་ཅན་ཀུན་གྱི་འོན་
 པའི་གོ་སྐབས་སྲིད་པའི་སྒོ་དང་ལྟན་ཅིག་འཕྲོག་བྱེད་རྒྱལ་བ་མཐའ་དག་
 དུག་ཅུའི་གསུང་སྟན་གཅིག་ཏུ་གྱུར་གང་སྒྲ་སྟན་འདི་ལ་རོ་གཅིག་ཞུགས་
 པ་སྲིད་པའི་མཐའ་མར་རྒྱན་ཆགས་མེད་འདིས་རྣམ་པར་འབྲེལ་བའི་ཆོག་
 མདའི་བྱ་རྣམས་འདོད་དོན་གར་གྱི་རོལ་ཅེད་བརྗོད་བྱེད་ཨེ་མ་འདི་ལ་སྐྱ་
 ཡིས་འགོངས།།

ཞབས་མཐེལ་ཅིབས་སྟོང་འཁོར་ལོའི་བེར་གྱིས་སྐལ་བཟང་འབྱུང་
 བོའི་ཡུམ་གྱི་སྟོ་པར་དག་མཆོན་རི་མོ་གསར་དུ་འཕོ་བྱེད་བྱུང་འཇུག་ལག་
 པའི་ཕུན་ཆོགས་དཔལ་ནི་རྒྱ་མཆོའི་གོས་བཟང་ལྟན་བྱེད་ས་སྤྱང་བཟོད་
 རྣམས་མཐའ་དག་མཐའ་དག་འཁོར་ལོའི་བདག་པོར་བྱེད་མཁས་མ་རུང་
 ཅོད་པའི་དུས་ལ་སྤང་བ་རྩོགས་ལྟན་བེ་རུ་རྒྱ་དཀར་བོའི་ཆུ་ཁུར་བ་འདི་
 འདོད་དགུའི་ཆུ་ཡི་ཁོངས་བྱེད་རེ་བ་ཆོམ་འདོད་འདྲན་བྱེད་ཡིད་འོང་ཁྲོན་དུ་
 སྒྲོགས་པའི་འདབ་བརྒྱའི་འདབ་མའི་ཅེ་གཅིག་འབྱ་ཚུགས་ངེས་པར་འཛིན་
 བྱེད་གོས་བྲལ་སྤྱང་རྩེ་པད་མའི་གོ་སར་ཅེ་ལ་དང་བ་རྒྱས་པའི་མིག་ཆུའི་
 ཟེལ་བ་རྣམ་པར་ཐོར་བའི་ཟེགས་མ་སྟོང་སྟོ་ཁྲོད་ལ་མཆོད་ཡོན་སྦྱིན་པའི་
 དགའ་བས་འགོ་འདི་བདེ།།

མཆོད་སྦྱིན་བརྒྱ་བའི་མགོ་སྦྱེས་སྤེང་བ་ཏེ་ལ་ཀ་ཡི་སྤྱོད་ཆོག་ས་རབ་
 རྒྱས་ལན་བྱ་དོག་པ་དོ་ཀེར་དང་བྲལ་ཞབས་བྱང་འདབ་གཤོག་སོར་གྱི་སྤྱོད་
 ལྡན་ནམ་པར་རོལ་བའི་རྒྱུ་སྤྱེས་མཆོག་གང་བདེ་སོགས་བདག་པོའི་
 ཕྱག་གི་ཚུ་སྦྱེས་ཁྱོད་ཡོན་སྦྱིང་སྦྱོབས་ཅི་ལེན་གྱིས་འདར་རིན་ཆེན་རྒྱན་
 གྱི་དབྱིད་གྱིས་ངལ་བའི་བོལ་གྱིས་འདེགས་ཤིང་གཡོ་བའི་རྩ་ལ་ནམ་པར་
 བཏེན་བྲས་ཞབས་སེན་ལྷ་བ་གསར་བའི་འོད་གྱི་ལག་སོར་འདབ་མ་ཀྱན་
 དུ་བྱམ་པས་རྒྱས་ལྡན་སྦྱི་བོར་བོར་ཅོག་བགྱིད་འདྲ་མགོ་འཛེན་དམའ་བའི་
 མཆུ་སྤྱོད་འདབ་མ་བྱར་མིག་དང་འགྲོགས་སྦྱན་གོང་ལྷུ་ཏལ་གདེངས་ཀའི་
 རྒྱན་ལ་མཆོད་པའི་དོན་སྦྱང་བསྐྱལ་བ་ལྟུང་ལེན་གཙང་མ་རིགས་གྱི་ལྷ་ལ་
 ཡང་།

དགེ་ལེགས་མཁྱེན་རབ་ཚུ་ཡི་གཏེར་ཆེན་བདུད་དང་ལུ་སྤྱེགས་པས་
 གྱི་རྒྱལ་བའི་ཀ་ལན་རྟ་ཀ་འདབ་གཤོག་བྱང་འདར་ལྷ་བ་ཉམས་བྱེད་ཅི་མེད་
 རིས་ཚུ་ལ་རྩ་རྒྱལ་སྤེང་བ་ནམ་མཁར་འཕྱོ་ཞིང་དཔལ་ལྡན་སྐལ་བཟང་ཅ་
 ཏ་ཀ་ཡི་བྱ་མོའི་ཆོག་ས་ལ་སེམ་པ་ཉེར་སྦྱར་ནམ་དག་ལྷག་བསམ་དབྱ་བའི་
 བ་བས་རྒྱ་ཆེར་གཡོག་པས་སྤྱོད་གྱི་གདོང་བ་ཀྱོ་རུའི་མདོག་གིས་ལྷམ་མེར་
 མཛེས་བགྱིད་ཆ་ཤས་བདག་པོའི་བཞིན་བཟང་ལ་ནི་སྦྱ་ཡང་ནམ་དུའང་
 གྱུས་པ་དམན་གྱུར་མདོ་དང་རྒྱུད་སྤེའི་བབ་དོན་སྦྱིང་གི་ཀྱོ་རུ་དང་མར་གད་
 འབར་བས་ཁྱོད་ཞབས་གྱུ་གཟུངས་གཟིངས་བསྦྱེན་པ་ནམས་ལ་ནམ་ཡང་
 སྦྱང་བའི་གོ་སྐབས་འཕྲོག་མཛད་དེ་ལ་ཕྱག་འཆལ་གྲོལ་བར་བྱེད། ལྷ་བྱ།

ཆོག་བར་ཉིས་བརྒྱ་ཞེ་དགྲ་ཅན།

རབ་གསལ་འོད་ཟེར་སྒྲེང་བས་བའི་འོད་གྱིས་ནང་གི་ཐུན་དང་གདུག་
 བའི་སྒོ་མིག་ཅིག་ཆར་ཉམས་བྱེད་དངོས་ཀྱན་ངང་ཚུལ་མ་ལུས་ཡོངས་
 གསལ་བདེ་ཆེན་ཉོད་ཉོད་འབར་ཡེ་ཤེས་སྒྲོན་མ་གང་གི་གཟུགས་ནི་རྣམ་
 བར་འཛིན་བྱེད་ལྟ་རྣམས་རབ་བཅེན་ཅེན་དོ་རྗེ་རྒྱས་གང་ཅེ་བཙོ་མའི་
 གསེར་སྦྱངས་དག་པའི་འོད་བརྒྱས་མདངས་བཟང་བྱིན་པའི་རྒྱ་མཆོའི་
 གོས་ཅན་ཁོར་ཡུག་རྒྱ་ཆེན་ཚུ་གཏེར་ཟེགས་མའི་མཆོད་ཡོན་ལ་སྤེད་རང་
 རིག་དགྲ་ཡང་འདི་ཡིས་སྦྱང་གིས་གི་མཛའ་བོར་བྱེད་མཁས་དོགས་ཀྱན་
 རབ་རྒྱུ་མ་སྤྱང་ན་མེད་པའི་ནགས་འཆལ་ཆལ་ཆེན་པོར་དགོས་པ་དང་ལྡན་
 འབར་བའི་རྒྱ་ཅན་འབྱུང་བ་ཆེན་པོའི་ཡིད་གཟུགས་གྲོགས་ལ་ཆགས་པས་
 ཐུས་སྤྱོད་སེམས་ཀྱན་ཏུ་འཁོར་ལྡན་དེ་གཞོན་དབྱང་ཅན་ཉིན་བྱེད་འབྱུང་ཐུག་
 རབ་ཏུ་རྒྱས་པས་སྤྱོད་སངས་མཛེས་སྤྱུག་ལང་ཆོ་སར་བས་སྤྱོགས་ཀྱི་འཁོར་
 ལོ་འགོངས་པར་བྱེད་པའི་རྗེས་སུ་དཔག་བྱ་ཡིད་འོང་ཀྱན་འདུས་འདི་དག་
 ལེགས་བྱས་ཐུང་བོའི་ཁུར་གྱིས་ནམ་ཡང་མི་ངལ་ལྟ་ཡི་རི་བོར་རྒྱལ་གྱིས་
 ཁྱུས་སྟེར་དབང་གི་རྒྱལ་བོ་རིན་ཆེན་རབ་བཅེགས་བང་རིམ་འོད་ཟེར་བ་
 བཞད་པས་སྤེད་པའི་འཁྱུལ་བ་ངོ་ཆའི་རྒྱར་ཚུད་གང་དེའི་ཅོད་བཤ་འདབ་
 བརྒྱ་རྩོག་བྲལ་མར་གད་མཆོན་གྱིས་ཉིས་སྟོན་ཁ་དོག་གཉིས་པ་མེད་བྱེད་
 ཀུ་ཐུང་གཉིན་སོགས་དཀྱིལ་འཁོར་བྱང་གཉིས་དེ་མེད་ཡན་ལག་འཛིན་མ་
 ཁྱབ་པར་འགོད་ལ་རིངས་གྱུར་ནོར་བུ་ཡི།།

པོ་བྲང་མཆོད་ཏེན་རྟོ་རྩེའི་རང་བཞེན་མཁའ་ནི་འཁོར་ཡུག་རང་འོད་
 གྱིས་གསལ་རྒྱལ་རྣམས་ལྷགས་ཀྱི་མེད་པ་འཛིན་གྱིད་གསེར་གྱི་བ་གམ་
 འདྲན་གྱིད་བཟོད་དགའ་གཡེར་ཁའི་སྒྲ་ཡིས་འགྲོ་ཀྱན་དབྱགས་འབྲིན་རྒྱལ་
 མཆོན་མཐོན་པོ་མཁའ་ཡི་ཆོད་འཇལ་ཏྲ་བབ་བྲེང་བས་སྤྱོད་པ་ལ་རྒྱན་བཟང་
 ཅི་ཡང་རྒྱན་ཞིང་ཅི་དགར་ནེམ་དང་འབར་བར་གྱིད་ལ་རྒྱང་སེན་རེག་གང་
 དེས་པར་གྲོལ་གྱུར་དེ་ཉིད་སྒྲིང་བོར་དབྱར་སྒྲིས་གོས་ཅན་རབ་གནས་སྒྲིང་
 སྒྲོབས་ཆེ་ཞིང་རྩ་འབྲུལ་ཆེ་ལྡན་ཉི་མ་ལྷ་བ་གདན་དུ་གྱིད་ཅིང་དེ་ལ་འགྲན་
 འདོད་གདོང་ལྷན་ཅན་ཡང་ཀྱན་སྒྲོངས་ལྷན་པ་གདན་དུ་རྒྱངས་བསྐྱིངས་
 ཞབས་རྩལ་འོད་རིས་རེག་པ་དང་འགྲོགས་ཨིན་ཉི་ལ་གྱི་དབང་གྱིད་ལྷང་
 བོར་འཁྲལ་བ་བརྒྱར་བསྐྱེད་ཐུབ་རྣམས་ཟད་པར་སྒྲོན་པོས་བསམ་གདན་
 བདེ་ལ་ཉིར་འགོད་གང་ཡང་ལྷ་བ་རང་འདོད་ལ་གྲུས་ཚུ་ཤེལ་ཁྲི་གདན་གོ་
 སར་གནས་གྱིད་རྒྱང་འབྲུང་ལ་ནི་ཡོངས་འདུ་བཞེན་དུ་གང་ཆེ་ལྷ་བ་གཉིས་
 པ་མེད་ཆེ་ཅོད་པཎ་རྒྱན་ལ་གཅིག་ཏུ་སྤྱིད་ལྡན་མགྱིན་སྒྲོན་སྒྲི་བོ་ཅོད་པཎ་
 རྩེས་འགྲོ་གདོང་གི་མེ་ལོང་ལེགས་བྲས་སྒྲོང་གི་འཁོར་ལོའི་རི་མོས་ཅི་ཡང་
 མཛེས་པའི་ཞབས་མཐེལ་བརྒྱ་འཕྲོས་སྤྱིད་པ་གསུམ་གྱི་མཆོད་ཏེན་ལྷ་མེད་
 གོ་འཕང་ལ་རེག་དེ་ཡི་རྩེས་སྒྲོབ་མདའ་ལང་བ་ཡང་དགའ་མ་དངས་དང་
 བཅས་དགའ་ཐུབ་བརྒྱུག་མའང་དགའ་བ་ཡི།།

དགའ་སྒྲོན་རོལ་བ་རྣམ་པར་ཉམས་པས་མཁུར་ཆོས་བྱང་དག་མཁུར་
 འཇུ་མ་གྱིས་དམན་ཡེ་ཤེས་སྒྲི་གང་བྲག་གི་རི་བོར་འཁྲལ་བའི་སེམས་འཆང་

བདག་པོ་ཁྱར་ཆེན་ངལ་དུ་བ་འགོད་སྤྲད་ཡང་ཡང་བསྐྱེན་བྱས་བཅོད་དགའི་
 འཁུན་བྱ་བློ་ཤེས་པོ་ཉིད་དབྱུང་གི་འགོན་པའི་བྱའི་སྤྲིད་སྤྲིན་བྱའི་ཁ་ཚུ་ལྟ་
 བྱར་རབ་རྒྱ་སོར་སོའི་འདབ་སྤེང་གྲེན་དུ་འདར་ལྡན་ཞབས་མཐེལ་རེག་
 པའི་དགའ་བས་ཐྱོས་པས་རང་གི་ཡི་དམ་ལན་བརྒྱར་བསྐྱུད་བྱུར་གང་འདི་
 ཡིད་བྱེད་མི་དེ་དག་གྲང་ལས་གི་སེར་བྱའི་གདུང་བ་ཀྱན་འཕྲོག་ཨེ་མ་ཁྱོད་
 ཞབས་བསྟེན་ལ་སྤྱུ་ཞིག་རངས་པར་མི་བབྱིད་གྲངས་མེད་བསྐྱལ་བར་སྟོག་
 གི་ཆོགས་ཐོགས་སོགས་བྱེ་བ་བརྒྱ་ཡི་མགོན་པོ་ཁྱོད་མཆོན་དུས་གི་འཁོར་
 མོའི་སྐྱ་ཅམ་རྟེན་དགའ་དེ་ཐོས་སྐྱ་འཛིན་འཛིན་པ་ངེས་པར་སྐལ་བ་བཟང་
 ཞེས་ཡིད་དགའི་བསམ་གཏན་གོམས་པ་མེད་པར་རང་བྱུང་ཉིད་ཐོབ་འདི་
 ཡིས་སྤྲིད་པའི་རྩེ་མོའི་ཉིང་འཛིན་ལན་གྲངས་སྟོང་དུ་མིག་རས་བཅའ་བྱེད་
 འཛིག་རྟེན་འདི་དང་གཞན་དང་མཐོ་རིས་ངེས་པར་ལེགས་པས་ལེགས་བྱས་
 མཐའ་དག་གཟུགས་གཅེག་ཉིད་དུ་བབྱིད་པའི་རྩལ་མཉམ་ཉིན་བྱེད་ཁྱ་བས་
 བྲན་བྱས་ཨིན་ནི་ལའི་རྩལ་རེ་ལའང་རབ་དང་རྩལ་བཅེགས་དབང་ཐོས་
 མཁའ་ཡི་ཁོགས་པ་ཁེངས་པ་འཛིན་པས་ཤེས་བྱ་ཀྱན་འཇལ་དེ་དང་ལྡན་
 ཅིག་སྤྲིད་མཐར་ཟླེ་ལ་མཉམ་པར་འཛོག་ན་མགོན་པོ་ཁྱོད་སྐྱ་ཡི་སྐྱའི་འགྲན་
 རྒྱར་འགྱུར་བར་སེམས།

མི་འགྱུར་བདེ་ཆེན་སྟོང་ཉིད་ཆེ་ལ་སྤྲིད་མཐའི་བར་དུ་ཚུ་ལ་དག་བྱེད་
 ཞུགས་པ་གང་དེའི་སྟོང་གཟུགས་འཇའ་མཆོན་སྐྱ་ཡི་རྣམ་རོལ་དགའ་མའི་
 འཁྱུད་ལྡན་དེ་ལྟའི་མཛེས་པ་ནམ་ཡང་མི་གཏོང་དོན་འདི་མགོན་ཁྱོད་བློན་

ལས་རྣམ་རིག་ཚུལ་འདོས་དག་བཅོམ་འཕགས་པ་བྲིད་རྣམས་ཡན་ལག་
 མཆོག་སྟོས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་གསུང་གི་བང་མཛོད་མགིན་པ་ཁམས་
 གསུམ་མཛེས་བྲེད་ཡིད་འོང་ཞལ་རས་སྤོ་ཆགས་ཏིང་འཛིན་ཞི་བའི་རོལ་
 བས་བསྐྱབས་པ་མེད་པར་སྒྲ་ཆོགས་ལས་བྲེད་ལྟ་མིའི་མིག་ཐོབ་བཅུ་གཉིས་
 ཟུང་ལྟན་ཕྱག་གིས་མཆོན་ཆས་མ་བཏབ་པར་ཡང་དག་བོའི་སྟེ་འཛོམས་
 འབད་པ་མེད་པར་སྐྱབ་པོའི་རེ་སྒྲོང་དོ་རྩེ་རིན་ཆེན་རྒྱན་གྱིས་རབ་སྟེ་གཙུག་
 ཏོར་ཟླ་བ་ནོར་བའི་རུལ་ནི་རྩོགས་པས་ཞབས་ཟུང་གཡས་བརྒྱངས་འཛོ་
 སྟེག་བཅོམ་ལྟན་འདས་བྲིད་རྒྱད་དང་གྲོལ་རིག་རོ་གཅིག་ཞུགས་གང་སྟོང་
 གཟུགས་མཛེས་མ་སྒྲ་ཆོགས་ཡུམ་ནི་གསེར་འོད་སྟོང་འབར་ས་ལེ་སྐྱམ་
 དང་ཚུ་ཤེལ་རིན་རེན་མཏོན་ག་ཡིད་འཛིན་ལི་ཁྲིའི་ཞལ་གྱི་མཛེས་པ་ཀྱན་
 བསྐྱས་ཡབ་གྱི་མཚུ་སྟོས་རིགས་གྱི་སྦྱོར་བའི་ཙུ་ལྷན་དགྱིས་ཟུང་བཞིའི་
 ཕྱག་དང་གཡོན་བརྒྱངས་ཞབས་གཉིས་དཔའ་བོའི་བཏན་པ་འཕྲོག་པས་
 སྦྱོར་མཁས་ཁྲི་མེད་ཐེག་ལེ་མི་འགྱུར་རོས་གང་ཏིང་འཛིན་བདུད་ཅིས་
 བདག་སྟོང་བུམ་བཟང་ཡོངས་གང་ཉིད་གྱིས་གྲོལ་གྱུར་ཅིག །ལྟ་བུ།

ཆིག་ལྷག་གི་སྒྲེབ་སྒྲོར་རགས་ཙམ་བཤད་པ།

ཀར་པའི་གཙོད་མཆམས་ངེས་མེད་པའི། །

ཆིག་སྒྲོར་དེ་ནི་ལྷག་པའི་ལུས། །

ཀར་པས་གཙོད་མཆམས་རིང་བྱང་ངེས་པར་མེད་པའི་ཆིག་སྒྲོར་དེ་
ནི་ཆིག་ལྷག་གི་སྒྲེབ་སྒྲོར་ཡིན། འདི་ལ། ཁ་རྩ་དགོས་གཏུགས་ཀྱིས་
བེད་སྒྲོད་ཡོད་པའི་ལུགས་ཀྱིས་དབྱེ་བ་འགའ་ཞིག་སྒྲེས་ནས་འཆད་ན།
༡ གདོད་མའི་ཆིག་ལྷག ༢ བསྐྱར་ཙམ་ཆིག་ལྷག ༣ རག་སྒྲོས་ཆིག་
ལྷག ༤ གཞུང་བྲིས་ཆིག་ལྷག ༥ སྒོལ་རྒྱན་གྱི་སྒྲུ་རྩལ་ཆིག་ལྷག ༦ དེང་
རབས་ཀྱི་སྒྲུ་རྩལ་ཆིག་ལྷག ༧ སྒྲུང་ཙམ་ཆིག་ལྷག ༨ དབྱེད་ཙམ་ཆིག་ལྷག
དང་བརྒྱད་དོ།

དང་པོ། གདོད་མའི་ཆིག་ལྷག་ནི། གདོད་མའི་བོད་ཀྱི་སྒྲི་ཆོགས་ཁོར་
ལུག་ཁྲིད་དར་སྒོལ་བྱང་བའི་ཆིག་སྒྲོས་ཡིག་ཐོག་ཏུ་པབ་པའི་མགོ་བཙུགས་
པ་ནས་སྐད་གསར་བཙད་ཀྱིས་གཏན་འབེབས་མ་བྱས་བར་ཆིག་ལྷག་ཙམ་
ཡིག་པལ་ཆེ་བ་རྣམས་ཡིན། དཔེར་མཆོན་ཙམ་བཤོད་ན།

ཏུང་ཏྲོང་ཡིག་རྟིང་ལས། ལེ་ཏུ་བྱག་པ།

།། བཙན་པོ་སྒོང་བཙན་སྐམ་པོའི་རིང་ལ། ཡབ་འབངས་ནི་འཁུས།
ཡུམ་འབངས་ནི་ལོག། གཉེན་ཞང་ཞུང་། མཛོ་སུམ་པ།། ཉག་ཉི། དགས་པོ།།

ཀོང་པོ། ཟུང་པོ་ཀུན་གྱི་ལོག་པ། ཡབ་གནས་རི་སྒོན་མཆོད་དུག་བོན་ཏེ་
 བཏོངས་སོ། སྤུང་སྤོང་བཅོན་སྐྱེ་གཞོན་མ་པན་ཏེ། གཞོན་མ་དཀྱུང་བ་
 (245)དང་། དུག་པ་རྣམས་རབས་བཅད་དོ། དེ་འི་རྗེས་ལ། དེ་འི་ཕྱི་ལོག་
 ཀུན་འབངས་སྤྱང་བཀུག་གོ། ལུང་གི་འོག་དུ་ཟུང་མང་པོ་རྗེ་ཞང་སྤང་གིས།
 སྤུང་པ་མཐའ་དག་དམག་སྤྱང་བཅོན་པར། ལུག་རྟུག་(246)གིས་
 སྐྱེ་པ་སྤྱེ། ལྷེ་འི་ཐོར་ཐོ་ལ་བརྗོད་ནས། བྱིས་གྲངས་མ་ཤོར་པར་ཡོངས་ཀྱིས་
 འབངས་རྣལ་མར་(247)བཀུག་གོ། ལུང་གི་འོག་དུ་བཅོན་པོ་ཞབས་ཀྱིས་
 བཅུགས་སྤྱེ། བཟང་(བྱང་)ལམ་དུ་མ་བྱང་མ་བྱངས་པར། རྒྱ་དང་འཁྱུངས་
 དཔྱུང་གཅེས་(གཅེས་)ལོ། ཐོག་མ་འཁྱེད་ནས་འབངས་སྤུང་མང་འོ། ལུང་
 གི་འོག་དུ་བཅོན་པོ་སྤོང་བཅོན་དང་། མང་པོ་རྗེ་ཞང་སྤང་རྗེས་འབངས་ཀྱི་
 བར་དུ། ཟུང་པོ་སྤང་སྤྱང་ཀྱིས་འཕྱུང་མ་བཅུགས་སྤྱེ། བཅོན་པོ་ཞ་སྤྱུང་། ཞང་
 སྤང་སྤོང་བ་ཕྱི་འབྱིང་དུ་ནི་འབྱིང་ཞེས་གསལ་(གསལ་)ཏོ། ཞང་སྤང་ལ་བཅོན་
 པོ་ཕྱི་བཏོན་དུ་བཏོན་ཞེས་བྱས་སོ། ལུང་ནས། ཞང་སྤང་གི་སྤོང་བ་ལ། ཟུང་
 པོ་སྤང་སྤྱང་བདག་དང་ཤག་རག་པོ་(248)སྤྱེ། སྤང་སྤྱང་ཐེར་བ་བདེན་
 སྤུང་ནས། བཅོན་པོ་འི་བཀའ་བྱང་ན་ཡང་། ན་(མ)ཞེས་བྱ་སྤྱེ། མཁར་སྤྱང་བ་
 ཡང་བསྐྱེགས་སོ། ལུང་ནས་ཞང་སྤང་གི་བྱན། པ་ཆ་བ་བྱིས་པོ་འཁྱུང་(249)
 སྤྱེ། ཞང་སྤང་བརྒྱག་གོ། མཁར་སྤྱང་(སྤྱང་)བ་ཡང་བཞེགས་གོ། ལུང་གི་འི་
 འོག་དུ། ཟུང་པོ་སྤང་སྤྱང་བྱུ་ཅེས། ཟུང་ཞང་སྤང་བཅོན་པོ་ལ་སྤོང་བ་རིངས་
 པ། བྱུ་ཅེས་དཀྱུང་བེལ་ཏེ། ཞང་སྤང་བཀུམ་སྤྱེ། བྱུ་ཅེས་སྤོང་བ་ཉེ་འོ། བཅོན་

པོའི་སྒོན་པོའི་ནང་ན།། བྱུང་པོ་སྤྱང་སང་བྱུ་ཅེ་ལས་སྒོ་བ་ཉི་བ་སྒོན་ཆད་མ་
བྱུང་ངོ་།།

ཞེས་གསལ་བ་ལྟར་རོ།།

ཏུན་ཉིང་གཏེར་ཡིག་ཅེས་བ་ནི་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ལོར་ཀན་སུ་བྱ་ཞིང་
ཆེན་གྱི་ཏུན་ཉིང་བྲག་ཕྱག་ནས་བྱུང་བའི་གནའ་བོའི་ཡི་གེ་རྣམས་ལ་ཟེར་
བ་ད། དེའི་ཁྲིད་ན་རྒྱ་ཡིག་ལས་གཞན་ད་དུང་གནའ་རབས་ཀྱི་མི་རིགས་
གཞན་པའི་ཡི་གེའང་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། མང་ཆེ་བ་ནི་སྤྱར་རྒྱལ་བོད་
ཀྱི་ཡིག་ཆ་ཡིན་པས་ཡིག་ཆ་དེ་དག་གི་ནང་དུ་གནའ་རབས་བོད་མི་རིགས་
ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་དང་། རིག་གནས། དམག་དོན་སོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཞིབ་
ཏུ་བཀོད་ཡོད་པས་དེ་དག་གི་ཐད་ལ་རྟོག་དཔྱད་བྱེད་པར་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རིན་
ཐང་ཏ་ཅང་ཆེན་པོ་ལྡན་པ་ཞིག་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་དག་ལས་མང་ཆེ་བ་ཞིག་
སྤྱི་ལོ་༡༩༠༧ནས་༡༩༠༩ལོའི་བར་དེའི་རི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སི་ཐན་དེའི་དང་
མཐ་རན་སི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་པོ་ཞི་ཉི་གཉིས་ཀྱིས་གཡོ་ཐབས་ཀྱིས་བརྒྱས་པས་
ཁྲིད་གྲུན་ཆེན་པོ་བྱུང་། གཤམ་དུ་བཀོད་པ་ནི་སྒོ་བ་དཔོན་ཡུས་ཏའོ་ཆོན་
ཀྱིས་སྤྱི་ལོ་༡༩༤༩ལོར་མཐ་རན་སིའི་རྒྱལ་ས་པ་ལི་ནས་ཡིག་ཆ་དེ་དག་
ལས་ཆ་ཤས་ཞིག་གི་བསྒྱུར་ཡིག་བྲིས་ཡོང་བ་དེ་སྒོ་མ་ཐུན་མང་ཡའོ་ནས་
བསྒྲིགས་པ་ལས་ཆོན་པ་ཞིག་ཡིན།

དོན་ཆེན་གནད་བསྐྱས་ཀྱི་ལོ་ཚིགས་ ལས།

.....བཅན་པོ་(ཐུན་ཆང་)ཀོང་ཅོ། མགར་སྟོང་ཅན་ཡུལ་བྱང་གྲིས་
 ཐུན་བྱང་སྟེ་བོད་ཡུལ་དུ་གཤེགས། བལ་བོ་ཡུ་སྤྲུལ་གྱི་བཀའ་ལྟར་ན་རི་བ་
 བ་རྒྱལ་པོར་བཟུགས། གནག་ནད་ཆན་(ཆེན་)པོ་བྱང་། །།དེ་ནས་ལོ་གསུམ་
 ན། བཅན་པོ་ཁྱི་སྟོང་ཅན་གྱི་རིང་ལལ། ལི་སྤྲུལ་བཟུགས་སྟེ་ཁང་ཁྱུང་ཐམས་
 ཅད་འབངས་སུ་བཀའ་སྟེ་མངའོ།

དེ་ནས་ལོ་བྲག་ནལ། བཅན་པོ་ཁྱི་སྟོང་ཅན་དགྲང་དུ་གཤེགས། །
 བཅན་པོ་ཐུང་ཅང་ཀོང་ཅོ་དང་དགྲང་ལོ་གསུམ་བཤོས་སོ། །1.ཁྱི་ལོ་ལ་
 བབ་སྟེ། བཅན་པོ་ཐུས་ཁྱི་སྟོང་ཅན་གྱི་སྤྲུལ་བྱིང་བའི་རིང་ཁང་(1)ནལ་རིང་
 མཐུད་(2)ཆིང་བཟུགས་སྟེ། བཅན་པོ་སྟོན་(3)ཁྱི་མང་སྟོན་མང་ཅན་མེར་
 ཀེ་ན་བཟུགས་པར་ལོ་གཅིག་ 2.ཕག་ལོ་ལ་བབ་སྟེ། བཅན་པོ་ཉེན་ཀར་ན་
 བཟུགས་ཤིང་། ཐྱིང་བར། བཅན་པོ་ཐུས་ཁྱི་སྟོང་ཅན་གྱི་མདའ་བཏང་བར་
 (4)ལོ་གཅིག་ 3.ཁྱི་བའི་ལོ་ལ་བབ་སྟེ། བཅན་པོ་ཉེན་ཀར་ན་བཟུགས་ཤིང་།
 སྟོན་ཆེ་སྟོང་ཅན་གྱིས་སྟོ་བོ་དང་ཅང་རྒྱུ་བཀའ་པར་ལོ་གཅིག་ 4.སྤང་
 གི་ལོ་ལ་བབ་སྟེ། བཅན་པོ་ཉེན་ཀར་ན་བཟུགས་ཤིང་། སྟོན་ཆེ་སྟོང་
 ཅན་གྱིས། གཡུག་ཏུ་གནག་ལིངས་བཏབ་(5)། ད་རྒྱལ་མང་པོ་རྗེས་ཞིང་
 གྱི་བྱིང་རིལ་(6)བཀྲིས། ར་སང་རྗེའི་སྟོན་རིང་སྟག་རྒྱ་དང་ཞིང་གི་ཆོང་
 ཆེན་དབྱར་ད་(7)། ཁང་ཁྱུང་ཡུལ་གྱི་མངན་(8)དུ་སྤྲུལ་གྱི་མ་ཅན་མ་རྒྱུང་
 བཟུགས་མདོ་སྤྲུལ་ཀམ་ཁྱི་བཟང་གྱི་འདའ་ཐོང་ཐུས་(9)བཀའ་སྟེ་ཤ་གཉིར་ད་
 པར་(10)ལོ་གཅིག་ 5.སྟག་ལོ་ལ་བབ་སྟེ། བཅན་པོ་མེར་ཁེ་ནལ་བཟུགས་

ཤིང་། སྒོན་ཆེ་སྟོང་ཅན་གྱིས། མོང་ཕུ་སྤལ་མཛོད་དུའ་བསྐྱེ། རྟོན་གཡུང་
 (11)དབྱེ་ཤིང་། བཞོ་ཤམ་(12)ཆེན་པོ་བཟྱི་བའི་རྩིས་མགོ་བཟྱི་བར་
 (13)ལོ་གཆིག 6.ཡོས་བྱའི་ལོ་ལ་བབ་སྟེ། བཅན་པོ་མེར་ཁེན་བཞུགས་
 ཤིང་། སྒོན་ཆེ་སྟོང་ཅན་གྱིས། འགོར་ཉིར། བཀའ། གྲིམས་(14)གྱི་ཡི་གེ་
 གྲིས་པར་ལོ་གཆི

དེ་ནས་རྒྱལ་རབས་བྱུང་རིམ་ཏུན་ཉོང་ཡིག་ཆར། P.T. 1256ལྟེ་
 ཉག་ཁྱི་བཅན་པོ་དང་། གནམ་ཕྱག་ཕྱག་བཞེས་པ་འི་སྤྲས། ཕྱ་ཁྱི་བཅན་པོ།
 ཕྱ་ཁྱི་བཅན་པོ་དང་ས་དིང་དིང་དུ་བཞེས་པ་འི་སྤྲས། དིང་ཁྱི་བཅན་པོ། དིང་
 ཁྱི་བཅན་པོ་དང་། སོ་ཐམ་ཐམ་དུ་བཞེས་པ་འི་སྤྲས། སོ་ཁྱི་བཅན་པོ། སོ་ཁྱི་
 བཅན་པོ་འི་སྤྲས། དེ་ཁྱི་བཅན་པོ། དེ་ཁྱི་བཅན་པོ་འི་སྤྲས། ཁྱི་སྟེ་བཅན་པོ།
 འདི་ཡན་ཆད་འདྲའ་སྟེ། སྤྲས་ཆིབས་ཀ་ཐུབ་པ། ཡབ་དབྱུང་དུ་གཤེགས་
 སོ། །ཁྱི་སྟེ་བཅན་པོ་འི་སྤྲས། ཇི་གུམ་བཅན་པོ། ཇི་གུམ་བཅན་པོ་འི་སྤྲས།
 སྤྱ་དེ་གུང་རྒྱལ་གནམ་ལ་དྲི་བདུན། ས་ལེ་ལེགས་དུག་བཞེས་ན། སྤྱ་དེ་གུང་
 རྒྱལ་གྲོངས་ན། གང་མོ་གནམ་གསེར་བརྩིག །གསེར་བརྩིག་གི་སྤྲས། རོ་
 ལེག་བཅན་པོ། རོ་ལེག་བཅན་པོ་འི་སྤྲས། རོ་ལེགས་བཅན་པོ། རོ་ལེགས་
 བཅན་པོ་འི་སྤྲས། རོ་རུ་ལེགས་བཅན་པོ། རོ་རུ་ལེགས་བཅན་པོ་འི་སྤྲས། །
 འབྲོང་ཞི་ལེགས་བཅན་པོ། འབྲོང་ཞི་ལེགས་བཅན་པོ་འི་སྤྲས། ཐེ་ཤོ་ལེགས་
 བཅན་པོ། ཐེ་ཤོ་ལེགས་གི་སྤྲས། ཨི་ཤོ་ལེག་བཅན་པོ། ཨི་ཤོ་ལེག་གི་
 སྤྲས། ཟླ་གནམ་ཟིན་ཏེ། ཟླ་གནམ་ཟིན་ཏེ་འི་སྤྲས། ལྟེ་བྱུལ་བོ་གནམ་གཞུང་

བཅོམ་། གནམ་གཞུང་བཅོམ་གྱི་སྒྲིབ་པ། རྩེ་གོལ་། རྩེ་གོལ་གྱི་སྒྲིབ་པ། གནམ་རྩེ་
 རྩེ་ལ་ནམ། གནམ་རྩེ་རྩེ་ལ་ནམ་གྱི་སྒྲིབ་པ། བསེལ་རྩེ་ལ་པོ། བསེལ་རྩེ་ལ་པོ་འི་སྒྲིབ་པ།
 རྩེ་རྒྱལ་པོ། རྩེ་རྒྱལ་པོ་འི་སྒྲིབ་པ། རྒྱལ་སྤོན་བཅོམ་། རྒྱལ་སྤོན་བཅོམ་གྱི་སྒྲིབ་པ།
 རྒྱལ་ཏོ་རེ་ལོངས་བཅོམ་། རྒྱལ་ཏོ་རེ་ལོངས་བཅོམ་གྱི་སྒྲིབ་པ་ཁྱི་བཅོམ་ནམ། །
 ཁྱི་བཅོམ་ནམ་གྱི་སྒྲིབ་པ། ཁྱི་སྤྱུ་སྤྱུང་བཅོམ་། ཁྱི་སྤྱུ་སྤྱུང་བཅོམ་སྒྲིབ་པ། ཁྱི་ཐོག་
 བཅོམ་། ཁྱི་ཐོག་བཅོམ་དང་། རུ་ཡོང་བ་སྤྱོད་རྒྱལ་མཆོ་མར་བཤོས་པ་འི་སྒྲིབ་པ།
 ལྷ་ཐོ་དོ་སྤྱུ་བཅོམ་། ལྷ་ཐོ་དོ་སྤྱུ་བཅོམ་དང་། གཞོལ་བ་མང་མོ་རྩེ་རི་དགོས་སུ་
 བཤོས་པ་འི་སྒྲིབ་པ། ཁྱི་སྤྱུ་བྱང་བཅོམ་། ཁྱི་སྤྱུ་བྱང་བཅོམ་དང་། འབྲོལ་བ་དུང་
 བྱང་བཞེར་དུ་བཤོས་པ་འི་སྒྲིབ་པ། འབྲོལ་མཉེན་རྩེ་རུ། འབྲོལ་མཉེན་རྩེ་རུ་དང་།
 མཆིམས་བ་སྤྱུ་རྒྱལ་ངན་མོ་མཆོར་བཤོས་པ་འི་སྒྲིབ་པ། ལྷག་བྱ་སྤྱུ་གཟིགས།
 ལྷག་བྱ་སྤྱུ་གཟིགས་ཟླ། འོལ་གོད་བ་སྤྱོད་བཅུན་འབྲོ་གར་བཤོས་པ་འི་སྒྲིབ་པ།
 སྤོན་བཅོམ་རྒྱང་ནམ། སྤོན་བཅོམ་རྒྱང་ནམ་དང་། ཆོས་པོང་བ་འབྲིང་མ་ཐོག་
 དགོས་སུ་བཤོས་པ་འི་སྒྲིབ་པ། སྤོང་རྩེ་བཅོམ་། སྤོང་རྩེ་བཅོམ་དང་། མོང་བ་ཁྱི་
 མོ་མཉེན་སྤོང་རྩེ་དུ་བཤོས་པ་འི་སྒྲིབ་པ། གྲུང་སྤོང་གྲུང་ཅན། གྲུང་སྤོང་གྲུང་
 ཅན་དང་། ཁོན་ཅོ་མང་མོ་རྩེ་ཁྱི་སྤྱུ་དུ་བཤོས་པ་འི་སྒྲིབ་པ། ཁྱང་སྤོན་མང་
 ཅན། མང་སྤོན་མང་ཅན་དང་། འབྲོལ་བ་ཁྱི་མ་ལོད། ཁྱི་སྤྱུ་དུ་བཤོས་པ་འི་
 སྒྲིབ་པ། འདུས་སྤོང་མང་པོ་རྩེ། འདུས་སྤོང་མང་པོ་རྩེ་དང་། མཆིམས་བ་བཅོམ་
 མ་ཐོག་ ཐོག་སྤྱུ་དུ་བཤོས་པ་འི་སྒྲིབ་པ། ཁྱི་རྩེ་གཙུག་བཅོམ་། ཁྱི་རྩེ་གཙུག་
 བཅོམ་དང་། ལྷ་ནམ་བཤུང་མང་མོ་རྩེ་བཞི་སྤྱུ་དུ་བཤོས་པ་འི་སྒྲིབ་པ། ཁྱི་སྤོང་

ལྷེ་བཙན། ཁྱི་སྤོང་ལྷེ་བཙན་དང་། ཆེས་པར་བ་མ་རྒྱལ་ལྷེ་སྤོང་སྐར་དུ་བཤོས་
བའི་སྤྲུལ། ལྷེ་བཙན་དང་། ལྷེ་སྤོང་བཙན། ལྷེ་བཙན་གདུང་ཆད་ནས། ལྷེ་
སྤོང་བཙན་དང་། འབྲོ་བ་ལྷ་རྒྱལ་མང་པོ་རྗེར་བཤོས་བའི་སྤྲུལ། ཁྱི་གཙུག་
ལྷེ་བཙན་དང་། འུ་འི་དུམ་བརྟན། ཞེས་གསལ་ལོ།

དཔོན་ཞང་འདུམ་པའི་བཀའ་གཙུག་གི་རྩོམ་གི་ཡི་གེ་དངོས།

༼ རྩལ་དོས་གཡོན་དུ༽

༡ ལྷ། འབྲོ་བ་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ། ༢ འབྲུལ་གྱི་ལྷ་བཙན་པོ་དང་། །
༣ རྒྱའི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་རྒྱ་རྗེ་རྣམ་ཏེ། ༤ དཔོན་ཞང་གཉིས། ཁྲུ་སྤོང་ ༥
གཙུག་རྩེ་མོལ་ནས། ཁམས་དུམ་ ༦ ཆེན་པོ་མཛད་དེ་གཙུག་བཙན་ ༧
པ། ཁམས་ཞར་ཡང་ལྷ་འབྲུར་པར། ༨ ལྷ་ལྷ་ཀུན་གྱིས་ཤེས་ཤིང་དཔང་བྱས་
༩ ཏེ་ཆེ་ཆེ་རབས་རབས་སུ་གཏམ་བཞེད་ ༡༠ དུ་ཡོད་པའི་བྱིར། ཁམས་
དུམ་གྱི་གཙུག་ ༡༡ གྱི་མདོ་རྩོམ་ལ་བྲིས་པའོ་ ༡༢ ལྷ། འབྲུལ་གྱི་
ལྷ་བཙན་པོ་ཁྱི་གཙུག་ ༡༣ ལྷེ་བཙན་གྱི་ཞུ་སྤྲུལ་རྒྱ་རྗེ་ ༡༤ ལྷ་བྱ་རྩེ་ཏེ་
ཏིག་རྣམ་ཏེ་དང་། དཔོན་ ༡༥ ཞང་གཉིས། སྐམ་དཀྱེལ་ཆེན་པོས་ ༡༦ བྱི། །
འབྲུལ་ཡུན་ཡུལ་གྱི་ལེགས་ ༡༧ ཉེས་ཅི་ཡང་བསྐྱུང་སྟེ། སྤྲུལ་རྗེ་ཆེན་ ༡༨
པོས་མྱི། བཀའ་བྲིན་གྱིས་དགབ་པ་ ༡༩ ལ་ལྷ་རྩེ་མེད་པར། ཁམས་པོ་ཀུན་
བདེ་ ༢༠ སྤྱིད་པར་བྱ་བ་ནི་དགོངས་པ་གཙུག་

༢༡ ཡུན་རིང་པོར་ལེགས་པའི་དོན་ཆེན་པོ་ ༢༢ ལ་ནི་བཀའ་གྲོས་

མཐུན་ཏེ། །གཉིན་ ༡༣ རྒྱུ་པའི་སྤྱི་ལུ་ནི་དང་སྤྱི་ལུ་ཆེས་ ༡༤ དབྱེས་
པའི་ཚུལ་སྒྲུབ་དུ་བཅུགས་པར་ ༡༥ མོལ་ནས། །མཇལ་དུ་མ་ཆེན་པོ་ནི་ ༡༦
མཇེད་དེ། །བོད་ཀྱི་གཉིས། །ད་ལྟར་ ༡༧ དུ་མངའ་བའི་ཡུལ་དང་མཆོམས་
སྤང་ ༡༨ ཞིང་། །དེའི་ཤར་སྤྱོད་གས་ཐམས་ཅད་ནི་ ༡༩ རྒྱ་ཆེན་པོའི་ཡུལ། །
རྒྱབ་སྤྱོད་གས་ཐམས་ ༢༠ ཅད་ནི་ཡང་དག་པར་བོད་ཆེན་པོའི་ ༢༡ ཡུལ་ཏེ།
དེ་ལས་པན་ཚུན་དབྱར་ཕྱི་ ༢༢ འཐབ། །དམག་ཕྱི་དང་། །ཡུལ་ཕྱི་ ༢༣
མཆོམས། །ཡིད་མ་ཆེས་པ་ཞིག་ཡོད་ ༢༤ བ། །ཕྱི་བཟུང་ཞིང་གཏམ་ངོས་ཏེ།
༢༥ བཟངས་ནས་ཕྱིར་གཏང་ངོ་། །

གཞན་ཡང་སྐབས་དེ་དག་ཏུ་གྲིས་པའི་གཡུང་དྲུང་བོན་གྱི་ཆོག་ལྷག་
གསུང་རབ་ཀྱན་སྤེ་ཆོན་འདྲིའི་ནང་དུ་འདུ་བར་སྒྲུབ།

གཉིས་པ། བསྐྱར་ཚུམ་ཆོག་ལྷག་ནི། སྐད་གསར་བཅད་གྲིས་གཏན་
ལ་པབ་ནས་ཐ་སྙད་གཅིག་གྱུར་གྱི་སྒྲིམ་གཞི་ངེས་ཅན་བསྐྱངས་ནས་གསུང་
རབ་བོད་བསྐྱར་དང་དེ་དོན་བོད་འབྲེལ་གྱི་ལྷག་ཚུམ་རྣམས་ཡིན་ཆོག་སྒྲུབ།
དཔེ་མཆོན་འགོད་ན།

འདུལ་བ་ལུང་གཞི་ལས། ཚུར་ཤོག་གིས་བསྐྱེན་པར་རྫོགས་ཚུལ་
བཤད་པའི་སྐབས། དེའི་ཆེ་ཉེ་རྒྱལ་དང་པང་ནས་སྤྱོད་གཉིས་གསུལ་བའི་
དུས་ལ་བབ་ཅིང་། སྟོན་པས་འདུལ་ལམ་ཉན་ཐོས་གྲིས་འདུལ་ན། ཉན་ཐོས་
གྲིས་འདུལ། རྩ་འབྲུལ་གྲིས་འདུལ་ལས། སྤྱོད་ལམ་གྲིས་འདུལ་དགོངས་པ་

ན། སྤྱོད་ལམ་གྱིས་འདུལ་བར་དགོངས། སྤྱོད་ལམ་གྱིས་འདུལ་བ་དེ་ལ་ཆེ་
 དང་ལྡན་པ་ཏྲ་བུལ་གཏོང་བར་མཛད་དེ། དེའི་སྤྱོད་ལམ་གྱིས་ལྟ་དང་མིའི་
 ཡིད་སྤྱད་པར་བྱེད་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ནས་བཙུམ་ལྡན་འདས་གྱིས་བཀའ་
 སྤྱུལ་པ། ཏྲ་བུལ། བྱོད་གྱིས་ཉེ་རྒྱལ་དང་པང་ནས་སྐྱེས་ལ་སོམས་ཤིག ཏྲ་
 བུལ་ནི་བཙུམ་ལྡན་འདས་གྱི་བཀའ་ལ་སྟག་པར་བྱ་བ་བྱེད་པ་ཡིན་པས་
 ཞབས་གཉིས་ལ་བྱག་བཙུམ་ནས་སོང་ངོ། །དེ་ནས་ཏྲ་བུལ་གྱི། སྤྱོད་ལམ་
 ཐབས་བཀོས། སྐམ་སྤྱར་དང་། ཆོས་གོས་དང་། ལྷུང་བཟེད་ཐོགས་པ་མཛེས་
 པས་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཏུ་བསོད་སྟོམས་ལ་བཞུགས་སོ། དེའི་ཆེ་ཉེ་རྒྱལ་གྱིས་
 ཏྲ་བུལ་ཐག་རིང་པོ་ནས་མཐོང་སྟེ། རབ་ཏུ་བྱུང་བ་འདིའི་སྤྱོད་ལམ་ལྟ་བུ་ནི་
 བདག་གིས་སྟོན་ཆད་མ་མཐོང་བས། དེའི་གན་ཏུ་སོང་ནས། བྱོད་གྱི་སྟོན་
 པ་གང་། གང་གི་བྱིར་རབ་ཏུ་བྱུང་། །སྤྱི་ཆོས་ལ་དགའ་ཞེས་བྱེད་སྟུམ་སྟེ་
 དེ་ལྟར་བྱེས་པ་དང་། །ལྷུང་འཛིགས་ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་སངས་རྒྱས་པ་
 དེ་བདག་གི་སྟོན་པ། དེའི་བྱིར་རབ་ཏུ་བྱུང་། དེའི་ཆོས་ལ་དགའ་ལོ། །དགོ་
 སྟོང་། ཆོས་དེ་སྟོན་ཅིག ཁོ་བོ་ན་གཞོན་ཞིང་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་གསར་བས།
 དེའི་བསྟན་པ་རྒྱ་ཆེར་བསྟན་མི་རྒྱས་གྱིས། རོན་བསྟན་པར་བྱལོ། དགོ་སྟོང་།
 ཁོ་བོ་ལ་ནི་རོན་དགོས་གྱིས། རོན་མང་ཡང་རུང་། རུང་ཡང་རུང་སྟོན་ཅིག ཏྲ་
 བུལ་གྱིས་སྐྱས་པ། ཆོས་རྣམས་གང་དག་རྒྱུ་ལས་བྱུང་བ་དང་། །དེ་ཡི་རྒྱ་
 དང་དེ་འགོག་གང་ཡིན་པའང་། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཉིད་གྱིས་བཀའ་སྤྱུལ་
 ཏི། །དེ་སྐད་གསུངས་པའི་ཚུལ་ཅན་དགོ་སྟོང་ཆེ། །ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་འདི་

བཤད་པ་ན། ཉེ་ཀྱུལ་ཆོས་རྣམས་ལ་ཆོས་ཀྱི་མིག་རྒྱལ་མེད་ཅིང་ངི་མ་དང་
 བྲལ་བ་སྐྱེས་སོ། །དེ་ནས་ཉེ་ཀྱུལ་ཆོས་མཐོང་བ་དང་། ཆོས་ཐོས་བ་དང་།
 ཆོས་རིག་བ་དང་། ཆོས་ཀྱི་གཏིང་སླེབ་བ་དང་། སོམ་ཉི་དང་ཐེ་ཆོམ་ལས་
 བཀལ་བ་དང་། གཞན་གྱི་ངིང་མི་འཛིག་བ་དང་། གཞན་གྱིས་མི་བགྱི་བ་
 དང་། སྟོན་པའི་བསྟན་པའི་ཆོས་རྣམས་ལ་མི་འཛིག་ས་པ་ཐོབ་ནས་སྐྱེས་པ།
 སྐྱོབ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་འདི་ཡིན། བསྐྱལ་མང་གྲེ་བ་ཁྲག་ཁྲིག་ཏུ། སྟོན་ཆད་
 མ་མཐོང་མ་ཐོས་པ། འཆི་མེད་སྤངས་མེད་པ་ཡི། གོ་འཕང་འདི་ལ་རྗེས་སུ་
 ཉོག་ས། བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་ད་ལྟ་གང་ན་བཞུགས། ཀྱུལ་པོའི་ཁབ་འོད་མའི་
 ཆེལ་ནའོ། དེ་ཡི་རང་སྟེ། ཏྲ་ཐུལ་ལ་ཕྱག་འཆེལ། སྒྲོར་བ་བྱས་ནས། བང་
 རས་སྐྱེས་ཅན་སོང་བ་དང་། དེས་ཐག་རིང་པོ་ནས་འོང་བ་མཐོང་སྟེ། བྱོད་ཀྱི་
 དབང་པོ་རྣམས་དྲངས། བཞིན་གྱི་མདོག་ཡོངས་སུ་དག བགས་པའི་མདོག་
 ཞིན་ཏུ་དཀར་ན། བྱོད་ཀྱིས་བདུད་ཅི་ཆེད་དམ། ཆེད་དོ། ཆོས་དེ་སྟོན་ཅིག་
 སྤར་གྱི་ཆིགས་བཅད་བཟོད་པས། ད་དུང་ལན་ཅིག་བཟོད་ཅིག་ ཡང་ལན་
 ཅིག་བཟོད་པས། དེས་ཀྱང་བདེན་པ་མཐོང་ནས། སྤར་བཞིན་ཆེད་དུ་བཟོད་
 དེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་ད་ལྟ་གང་ན་བཞུགས། འོད་མའི་ཆེལ་ནའོ། །ཚུར་
 ཞོག དེའི་སྤྱན་སྤར་ཆངས་པར་སྤྱད་པར་བྱའོ། །ཆེ་དང་ལྡན་པ། ཇི་འཁོར་
 ལ་བལྟ་བར་བྱ་སྟེ། བདག་ཅག་ལྟ་བུ་གྲགས་པ་དང་ལྡན་པས་འཁོར་ལ་ལྟ་བ་
 བྱི་ལེགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནས་དེ་གཉིས་ཀྱིས་བམ་ཟེའི་བྲེུ་རྣམས་ལ་སྐྱེས་
 པ། ཁོ་བོ་ཅག་གཉིས་ནི་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་སྤྱན་སྤར་ཆངས་པར་སྤྱོད་ན།

བྱེད་རྣམས་ཅི་བྱེད། མཁན་པོ་གཉིས། བདག་ཅག་ཅི་འཆལ་བ་ཐམས་ཅད་
 བྱེད་གཉིས་ལ་བརྟེན་པ་ལགས་པས། བདག་ཅག་གྲང་བྱེད་གཉིས་ཀྱི་རྗེས་
 སྐྱ་རབ་ཏུ་འབྱུང་བར་བགྱིའོ། །བྱེད་དག ༥ དེའི་དུས་ལ་བབ་པར་ཤེས་པར་
 གྱིས་ཤིག དེ་ནས་དེ་གཉིས་འཁོར་ལྔ་བརྒྱ་དང་བཅས་འོད་མའི་ཆལ་དུ་སོང་
 བ་དང་། ཏྲ་ཐུལ་ཤིང་བྱང་ཞིག་ན་འདུག་པ་མཐོང་ནས། ཉེ་རྒྱལ་གྱིས་པང་
 རྣམ་སྒྲིམ་ལ་སྒྲིམ་པ། དང་པོར་བཙུག་ལྔ་ལྔ་འདས་ལ་ཕྱག་བྱའམ། གང་ལས་
 ཆོས་ཐོས་པ་དེ་ལ་ཕྱག་བྱ། དང་པོ་ཆོས་ཐོས་པ་དེ་ལ་ཕྱག་བྱའོ། དེ་གཉིས་ཏྲ་
 ཐུལ་གྱི་གན་དུ་སོང་སྟེ། ཕྱག་བཙུག་ལ་བ་དང་། བྲམ་བེ་ལྷ་བ་ལ་དགའ་བ་ཞིག་
 གྲང་ལྷ་བ་ལ་ཕྱག་བྱེད་དོ། བཙུག་ལྔ་ལྔ་འདས་ཀྱིས། གན་པ་དང་ནི་གཞོན་
 པའང་རུང་། །གང་ལས་ཆོས་ནི་རྣམ་ཤེས་པ། །དེ་ལ་གྲུས་པར་ཕྱག་བྱ་སྟེ།
 །ལྷ་བ་ཆོས་ལ་རི་བཞིན་ནོ། །དེ་ནས་དེ་གཉིས་བཙུག་ལྔ་ལྔ་འདས་ཀྱི་བྱང་དུ་
 སོང་བ་དང་། བཙུག་ལྔ་ལྔ་འདས་ཀྱིས་རྒྱང་རིང་པོ་ནས་དེ་གཉིས་གཟིགས་
 ཏེ་བཀའ་སྩལ་པ། དག་སྟོང་དག བྱེད་ཀྱིས་དེ་གཉིས་མཐོང་ངམ། བཙུན་པ།
 མཐོང་ངོ། འདི་གཉིས་ནི་ངའི་ཉན་ཐོས་ཤེས་རབ་ཅན་དང་། ཏྲ་འཕྲུལ་ཅན་
 ཀྱི་མཆོག་ཏུ་འབྱུང་ངོ། དེ་ནས་དེ་གཉིས་བཙུག་ལྔ་ལྔ་འདས་ཀྱི་བྱང་དུ་སོང་
 སྟེ་ཞབས་གཉིས་ལ་ཕྱག་བཙུག་ནས། བཙུན་པ། བདག་ཅག་ལེགས་པར་
 གསུངས་པའི་ཆོས་འདུལ་བ་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་དང་། བསྟེན་པར་རྫོགས་པ་
 དག་སྟོང་གི་དངོས་པོ་གནང་ན། བཙུག་ལྔ་ལྔ་འདས་ཀྱི་སྐུན་སྤར་ཆངས་པར་
 སྦྱོད་པ་སྦྱད་པར་བགྱིའོ། །བཙུག་ལྔ་ལྔ་འདས་ཀྱིས་དེ་གཉིས་ལ། དག་སྟོང་།

ཚུར་ཤོག་ཆངས་པར་སྐྱོད་ཅིག་ཅེས་བཀའ་སྩལ་བས། སྐྱོད་ཁ་སྐྱ་བྲེགས་
ནས་ཞག་བདུན་ལོན་པ་ཙམ་དང་། ལག་ན་ལྷུང་བཟེད་དང་བྱ་མ་བྱམ་ཐོགས་
པ་དང་། དགོ་སྒོར་བསྟེན་པར་རྫོགས་ནས་ལོ་བརྒྱ་ལོན་པའི་སྐྱོད་ལམ་ལྟ་
བུར་བྱུར་ཏོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ཚུར་ཤོག་བཀའ་སྩལ་བས། སྐྱོད་
སྐྱམ་སྐྱར་གྱོན་པའི་ལུས་ལྡན་ཞིང་། མོད་ལ་དབང་བོ་རབ་ཞི་གནས་བྱུར་ཏོ།
སངས་རྒྱས་དགོངས་པས་ལུས་གཟུགས་བཀའ་པར་བྱུར། ཅེས་པ་ལྟ་བུས་
མཆོན་རྒྱས་སྟུམ།

གསུམ་པ་དག་སྒྲོས་ཆིག་ལྷུག་ནི། གསུང་རབ་ཀྱི་བརྒྱུད་ལ་བྱངས་
བཅོལ་བའི་ཕྱག་རྩ་དེད་མི་དགོས་པར་གདོད་མའི་ལྟ་འདྲའི་སྐྱོང་དང་བཤའ་
སྒོལ་འབྲེལ་མིན་དམངས་ཁྲོད་དུ་གྲགས་པས་བྱུང་བ་དེ་དག་དམངས་ཀྱི་དག་
སྒྲོས་དང་མཐུན་པར་ཡིག་ཐོག་དུ་བཀོད་པའི་ཆིག་ལྷུག་རྣམས་ཡིན་ཆོག་
སྟུམ།

དཔེ་ན་དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་བྱ་བྲེལའི་སྐྱོང་སོགས་ཀྱིས་མཆོན་རྒྱས་
སྟུམ། ཡང་དག་སྒྲོས་ཀྱི་དཔེ་མཆོན་ཞིག་ལ། སྐྱེ་མ་ལྟ་སར་རྒྱས་ཉེན་ཁ་
འབྱུང་ཉེར་བཏེན་སྒྲེ་བ་གཞུང་གི་དཔོན་རིགས་ཆོས་ལྟན་འཛོམས་ཀྱིས་
བཀའ་བསྐུར་གནང་མཐར་ཆེ་བཙུན་ཀྱན་དགའ་དོན་འབྱུང་ལ་སྐྱབས་འཇུག་
ཞུ་རྒྱ་ཐུགས་ཐག་བཅད་དེ་དེ་ལྟར་ཆེ་བཙུན་ཀྱན་དགའ་དོན་འབྱུང་ལ་དེ་
ལྟར་སྐྱབས་འཇུག་གནང་རོགས། དེན་པོ་ཆེ་ལ་ཐུགས་འདོད་གང་མཆིས་
ན་དེ་ལྟར་བསྐྱབ་རེ་ཡོད། ཅེས་ཞུས་པས་ཆེ་བཙུན་དགའ་དོན་འབྱུང་ནས་ར་

མོའི་གཙུག་ལག་ཁང་དེ་ལ་གནོད་རྒྱུ་ལྡན་ཞེས་གསུང་བར་སྡེ་གཞུང་དཔོན་
 རིགས་ཚོས་ཁས་སྐྱེས་མེད་ཚུལ་གསུང་གི་འདུག་སྐྱོམས་ར་མོའི་གཙུག་
 ལག་ཁང་མ་གཏོགས་གཞན་གང་ཡང་མི་དགོས་གསུངས་ཤིང་། ཚུའི་སྟེང་
 ཏུ་སྐྱེས་པ་སྐྱབས་ཞེས་པའི་ཆོག་མཆོམས་དེར་སྟེབས་ཆེ་ལྷ་སར་ཚུ་ཉེན་
 རྒྱུ་ཆེད་དུག་ཚུ་མ་འབྲུལ་བ་དང་འབྲེལ། སྐྱོམས་ཚུའི་སྟེང་དུ་གདིང་བ་
 བཏིང་ནས་ཁོ་རང་གི་གསོལ་དཔོན་མཉམ་འབྲེལ་གྱི་ཚུའི་ཐོག་མ་བྱིངས་པར་
 སེབས་ཆེ་སྐྱོམས་གསོལ་དཔོན་ལ་ཚུའི་ནང་དུ་མིག་མ་བཟླ་ཞེས་གདམས་
 པར། གསོལ་དཔོན་དྲན་པ་གཡངས་ཏེ་ཚུའི་ནང་དུ་མིག་བཟླས་པས་ཚུའི་
 རང་དུ་ལྷུང་སྟེ་ཚུས་འབྲེལ་བས་སྐྱོམས་སྐྱབས་སུ་གཞི་བདག་གཏོར་མ་མེད་པར་
 རྟོད་གྲ་ཆང་དུ་དུག་ཚུ་མ་འབྲུལ་སྐྱབས་སུ་གཞི་བདག་གཏོར་མ་མེད་པར་
 བཟོས་པ་ལྟར་ད་ལྟའི་ཆར་འབྲུལ་སྟོལ་མེད། ཡང་རྒྱུད་རྟོད་གྲ་ཆང་དུ་རྩ་
 མོ་ཆེད། ཉེན་གཅིག་རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞིའི་ནང་ནས་གཅིག་ཚོས་ཐོག་
 བཅགས་ས་ཏེ་ཚུ་སྐྱེས་སེབས་ཤིང་། ཡང་ཉེན་ཤས་རྗེས་སུ་རྒྱལ་ཆེན་རིགས་
 བཞིའི་ནང་ནས་གཅིག་ཚོས་ཐོག་དུ་སེབས་གྲབས་ཀྱིས་ཞབས་ཡ་གཅིག་
 ཡར་བཀྲག་ནས་བཞུགས་བསྐྱེད་པ་དགོར་གཉེར་ནས་མཐོང་བས། འབྲུལ་
 ཏུ་གོང་རིམ་ལ་སྟོན་གསན་ཞུས་པས་སྡེ་གཞུང་དཔོན་རིགས་ཚོས་སྟོན་
 འཛོམས་ཀྱིས་རྩ་མོའི་གཙུག་ལག་ཁང་འདི་རྗེ་བཙུན་ཀུན་དགའ་དོན་འབྲུབ་
 ལ་སྐྱེས་དུ་འབྲུལ་ན་ལེགས་ཀྱི། རྗེ་བཙུན་ལ་མ་སྤུལ་ན་རྩོ་བོ་རིན་པོ་ཆེ་
 ཡང་ཚུ་སྐྱེས་ཚོས་ཐོག་དུ་བཅགས་ཉེན་ཆེ། བཅས་བཀའ་བཀྲོས་གནང་སྟེ་

རྗེ་བཙུན་ཀུན་དགའ་དོན་འབྲུག་ལ་དབུལ་རྒྱ་ཐུགས་ཐག་བཅད། ལྟ་བུས་
མཆོན་རྒྱས་སྟུང་། འདིའི་དཔེ་མཆོན་གོ་བདེ་གཞན་ཞིག་བཞག་ན་འཆ་མས་
མོད་དུས་ཀྱི་མ་འདང་སྟབས་སྟོག་ཁྲད་ནང་ཡོད་པའི་ཆིག་དུམ་འདི་འདྲུག་
དགོས་བྱུང་།

བཞི་པ། གཞུང་གིས་ཆིག་ལྷུག་ནི། བར་ལམ་རང་གཞུང་དགའ་ལྡན་པོ་
བྲང་པའི་གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་ཆར་ཆིག་སྐྱད་ཏེ་ཅང་མང་བའི་ལྷུག་ཚུལ་འབྲི་
སྟོལ་གསར་བ་ཞིག་དར་བ་དེ་ཉིད་ཡིག་ཆོགས་ཉུང་བར་བརྗོད་དོན་བསྐྱེ་
བ་དང་། ཆིག་སྐྱར་བརྗོད་ཅིང་གོ་བ་ཟབ་པ་སོགས་ཀྱི་བྱད་ཆོས་ལྟ། དེའི་
དཔེ་མཆོན་ཅུ་མ་བཞེད་ན། ༼སྤྱི་དོན་རྒྱལ་རབས་ལྟ་བུ༽

ལྷ་པ་སྟོལ་རྒྱན་གྱི་སྐྱེ་ཅུལ་ཆིག་ལྷུག་ནི། སྐྱེ་ཅུལ་གྱི་ཉམས་འབྲུར་
ལྡན་པའི་སྟོལ་རྒྱན་གྱི་ཆིག་ལྷུག་སྟེ། དཔེར་ན། གཞན་རྒྱ་ལྷ་མེད་ཀྱི་གཏམ་
བརྒྱད་ལས། དེ་ཡང་སྟོན་བྱུང་བ་འདས་པའི་དུས་ན། རྒྱ་གར་འཕགས་
པའི་ཡུལ་ནས་བྲང་སྟོགས་སུ་ས་འཛིན་གྱི་འབྲེང་བ་རིམ་བཤུ་འགའ་ཞིག་
འདས་པའི་ས་ན་ཀུན་དགའི་ཆལ་ཞེས་བྲ་བའི་ཡུལ་ཁམས་སུ། བྲང་བྲེར་
ཆེན་པོ་བདུ་མ་རྒྱས་པ་ཞེས་པ་ཀུན་གསལ་གྱི་ལམ་དུ་རྒྱ་སྐར་འབྲེང་བས་
མཛེས་པར་བྲས་པ་ལྟ་བུ་མཛོན་པར་བཀྲ་བ། རྟོར་དང་སྐྱེ་བོས་ཡོངས་སུ་
གང་བས་ཁོ་ར་ཁོ་ར་ཡུག་ཏུ་དཀྱིགས་པའི་དབུས་སུ་རྒྱ་སྐར་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཆ་
ཤས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་དགེ་མཆོན་དངོས་པ་ལ་དོ་ལྟོང་ཆས་པ། འཆི་
མེད་བདག་པོའི་མདུན་ས་ལྟོར་འཛིན་དཔལ་མོའི་རྒྱན་དུ་བྱིན་པ་དང་ཀུན་

ནས་འདྲ་བའི་ཕོ་བྲང་མཐོ་ཞིང་ཡངས་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་ཆོག་མི་ཤེས་པ་ཡང་དག་
 བར་སྦྱངས་པའི་ས་ལེ་མམ་གྱི་རྒྱ་ཕིབས་དང་། མདའ་ཡབ་དང་། བྱ་འདབ་
 འོད་སྟོང་འབར་བས་སྤྱོགས་གྱི་འཁོར་ལོ་འགོངས་པ། གདུགས་དང་རྒྱལ་
 མཚན་དང་། བ་དན་གྱི་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་གཡོ་བ་ལས་དབྱངས་པའི་གཡེར་རིལ་
 གྱི་སྦྱ་དབྱངས་གྱིས་ན་བ་བདུད་ཅིའི་བང་མཛོད་དུ་བྱེད་པ། དེའི་སྤྱོགས་
 དང་སྤྱོགས་མཚམས་ནམས་སུ་སྦྱེད་མོས་ཆལ་ཡིད་གྱི་བརྟན་པ་འཕྲོག་
 བར་བྱེད་པ་ལ་ནི་སྒྲོན་ཤིང་གི་རིམ་པ་སྤྲུལ་དང་། སྤྲུལ་ལྷ་དང་། སྤྲུལ་
 མེད་མཆོག་ བློ་གྲོ་ཏྲ་དང་། གཞན་ཡང་འབྲས་ལྡན་སྒྲོན་པ་དང་། འཁྲི་ཤིང་
 གི་རྩ་བ་ཆར་དུ་དངར་བ་ཆོས་བཟང་སྟའི་དགལ་ཆལ་ཐོལ་ལ་འགོད་པ། ཉེ་
 བར་གནས་པའི་འདབ་ཆགས་ཀ་ལ་ཕིང་ཀ་ལ་སོགས་པ་གྲེ་འགྱུར་སྟན་
 དབྱངས་གྱི་རོལ་མོ་བར་མེད་དུ་འཁྲོལ་བ། སྒྲོངས་ནམས་ནི་འུ་གསིང་ནམ་
 བར་རྒྱས་པས་ཡོངས་སུ་ཁེབས་པ་ནི་ཅོའི་འདབ་གཤོག་བརྒྱངས་པ་ལྟ་བུ་
 ལ་སྤྱོད་ཆོགས་པའི་ཁ་དོག་གི་བྱེ་བྲག་ནམ་པར་བཟུང་བའི་མེ་ཏོག་གི་ཆོམ་བུ་
 ཆེད་དུ་བཀོད་པ་ལྟ་བུས་མཛེས་པ། གཞན་ཡང་ཁྲུས་གྱི་རྩིང་བུ་དང་། མཆོ་
 དང་མཆོ་འུ་ལ་སོགས་པ་ཡན་ལག་བརྒྱད་གྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་སྤྱོད་པ་དག་གྲང་
 སྤྱོགས་དང་སྤྱོགས་མཚམས་ནམས་སུ་མཆིས་པ་ལ་སྦྱེས་པ་དལ་ལ་བབས་
 པ་དང་། བུ་མོ་གཞོན་ནུ་མ་ནམས་ཁྲུས་དང་ཅེད་འཛོར་རོལ་བ་ལ་སོགས་
 པ་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཅེ་དགའ་ལ་ལོངས་སུ་སྦྱོད་པས་མཛེས་པར་བྱས་
 པ། སྤིད་པའི་རྒྱན་ཞེས་གྲགས་དཀར་གྱི་བ་དན་རིང་ནས་རིང་དུ་སྦྱོང་བ་དེ་

ན། ཆོས་བཞིན་དུ་སྤྱོད་པའི་སའི་འབྱོར་འཛིགས་ཆེན་པོ་རྒྱལ་པོ་ཉི་མའི་སྒོ་
གྲོས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྒྲོང་བ་པོའི་གདུང་བ་འཕྲོག་ཅིང་དགོས་འདོད་ཀྱི་འབྲས་
བུ་འབད་མེད་དུ་སྟེར་བ་དཔག་བསམ་དབང་པོའི་མཆོན་ཉིད་དང་མཚུངས་
པ་གྲགས་པའི་མེ་ཏོག་དང་བསོད་ནམས་ཀྱི་འི་བཟང་རྒྱས་པས་རྣམ་པར་
མངོས་པ་ཞིག་བྱང་བར་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུས་མཆོན་རྒྱས་སྟུམ།

དུག་པ་དེང་རབས་ཆིག་ལྷུག་སྟན་ཆིག་ནི། ཆིག་སྤྱོད་ཀྱི་བཀོད་སྤྱིག་
སྒོལ་རྒྱན་ནམ་གནའ་རྩོམ་དང་ཁོག་འདྲ་བར་བརྗོད་གཞིའི་བཀོད་སྤྱིག་ལ་
དེང་རབས་ཀྱི་གསལ་ཉམས་ལྡན་པའི་ཆིག་ལྷུག་སྟེ། དཔེར་ན་སྟན་གྱིས་བྲིས་
པའི་འཇའ་ཆོན་ཞེས་པའི་ལྷུག་རྩོམ་དུ།

དབྱར་སྤྱེས་ཀྱི་རྩ་བསང་དལ་བུར་ཕྱིང་ཞིང་སྤྱོན་གྱི་མེ་ཏོག་བེལ་
བེལ་དུ་འཛོལ་ལས། རྩ་འཛིན་གྱི་འཕོན་པོ་རྣམས་སྤང་པོའི་འགྲོས་ལྟར་པན་
ཚུན་དལ་བུར་རྒྱ་བའི་གསེབ་ནས་ཉིན་བྲེད་ཀྱི་འོད་མདངས་དང་འཐབ་པ་
ལས། བེ་རྩུབའི་མེ་འོང་གཡའ་དག་པ་ལྟར་དྲངས་ཤིང་གཡའ་བའི་ནམ་མཁའི་
དབྱིངས་སུ། ཁ་དོག་སྒྲ་སྒྲ་འདུས་པའི་རི་མོ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་ཤར་འོང་།
ང་རང་ཚུང་གིས་པའི་སྐབས་སུ་ཡིད་དུ་འོང་བའི་རི་མོའི་འོད་ཞགས་རིང་མོ་
དེ་ལ་འཇུས་ནས། ཨ་མེས་དང་ཡང་མེས་ཆོའི་ཞལ་སྒོ་ནས་ཐོན་པའི་ལྟ་ཡུལ་
དང་། བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་ལ་འགྲོ་བར་འདོད་སྤྱོད་ལ། ཉི་མ་དང་ཟླ་བ།
རྒྱ་གར་དང་རྒྱ་ནག་སོགས། རྣམ་མཁའི་དབྱིངས་ནས་བལྟ་བར་འདོད་ནས།
བྲག་འཕྲང་དང་རྩ་འཕྲང་ལ་མ་འཛོམས་པར་ཐེངས་མང་པོ་བརྒྱགས་སྤྱོད་།

འོན་ཀྱང་ཁ་དོག་སྣ་ལྔ་འདུས་པའི་འོད་ཞགས་གྲག་པོ་དེའི་མདུན་དུ་སླེབས་
མ་སྟོང་ལ། ལག་པས་རེག་ས་ནི་དེ་བས་ཐོབ་མ་སྟོང་།

དུས་ཕྱིས་ང་རང་ཆེན་པོར་གྱུར་དུས། དེ་ནི་ཉི་འོད་དང་ཆར་རྒྱན་
འཐབ་པའི་ཉེན་འབྲེལ་ལས་གྲུབ་ཅིང་མིག་ལམ་དུ་མངེས་པ་མ་གཏོགས།
ལག་ཏུ་རེག་རྒྱ་མེད་པའི་འཇམ་ཚན་ཡིན་པ་ད་གཟོད་ར་འཕྲོད་བྱུང་། ། ཅམ་
པ་༽ དུས་དེབ་ཐོག་བཀོད། འདི་ལྟ་བུར་མཆོན་ན་ཆིག་སྟེར་གྱི་འགྲོས་
གནའ་སྟོལ་དང་ཁད་ཉི་ཡང་། བརྗོད་གཞིའི་ཆ་ནས་དུས་རབས་གྱི་དོན་
བརྗོད་སྟན་ངག་གི་མཆོན་གཞིར་བྱང་བ་ཙམ་དུ་སེམས་ཏེ། འབྲེལ་བ་འད་
ངག་ཐོག་ནས་ཞུ་ཆོག

ཆིག་སྟེར་གྱི་ཐོག་ནས་དུས་རབས་ཆིག་ལྷག་གི་དཔེ་མཆོན་ཙམ་
འགོད་ན། གྲུང་ཐང་རྗེས་དྲན་བྱང་ཚུབ་མཆོས་པའི་མེ་ཏོག་ཐོག་བཀོད་པའི་
ཕྱན་གྱི་ཚོམ་ཡིག

འཤར་མཐའི་རྩོད་རིང་།

གྲུང་ཐང་སྐྱེ་སྤང་དུག་པ་བསྟན་པའི་དབང་ལྷག་ལ་ཕྱལ་བའི་རྗེས་དྲན་

༡ འོ་དེར་ཆེས་ཐོག་མའི་མིག་འོད་དང་དུ་སྐྱས་སྟོང་སངས་གྱི་ནམ་
མཁའ་ཚལ་བར་ག་འགས་ཏེ་ཁྲོད་གྱི་རྣམ་ཤེས་སེར་པོས་གཟུགས་མེད་གྱི་
ཐེམ་པ་བཀྲལ་ནས་མི་ཡུལ་གྱི་ཞིང་ཁམས་ཉུལ།

༢ གསེར་མདོག་གི་ཞིང་ཁམས་དེའི་སེང་ཁྲི་ལ་ཞབས་བྱུང་གི་རི་མོ་

བཀོད་ཅིང་གསེར་མདོག་གི་བཤ་ལྷའི་གཟི་མདངས་ཉི་འོད་དང་འབྲེས་དུས།
ཁྱོད་ཀྱིས་མ་ཁི་ཡིག་དུག་དང་ཁ་བ་འབྲེས་པའི་འཛིག་ཏེན་དེར་བློད་ཁོལ་གྱི་
འོད་སྤང་ལྷམ་མེར་སྤར།

༣ སྤྱོན་ནག་དང་སྤྱུག་སྒྲོང་གིས་ཤར་མཐའ་སྤྱོད་ཅིང་རི་སྤྱང་གི་དུ་
སྤྱས་སྒྲོང་སངས་ཀྱི་ནམ་མཁའ་དབུལ་དུས། ཁྱོད་ཉིད་བྱང་ཐང་གི་འགྲོང་
ཁོད་ཅིག་དང་འབྲ་བར་གངས་རི་དང་རྩ་འབྲང་ལ་མིས་རྗེས་བཀོད་ནས་རྩ་
དབར་གྱིས་ཉི་ཟླ་དགུང་ལ་འདེགས།

༤ མེ་སྒྲོགས་ཀྱི་ཕྱིར་སྤྱད་དང་གངས་ལྷའི་དུ་སྤྱོད་ཁྱོད་ཡར་སྤྱང་གཙང་
པོས་མཆེལ་གྱི་ཁ་དོག་འཛིན་ཅིང་། དགའ་ལྷན་པོ་བྱང་དང་པོ་ཏྲ་ལར་ཐག་
དམར་གྱིས་འཆོས་པའི་རས་ཡུག་གི་ཡོལ་བ་འཐེན་དུས། ཁྱོད་ཀྱིས་རྒྱང་
ལག་ལ་ལྷགས་སྒྲོགས་གོན་ནས་ཉི་འོད་དང་བློད་ཁོལ་མེད་པའི་འཛིག་ཏེན་
ཉུལ།

༥ བྱམ་པ་དང་བཀྱེས་སྒྲོགས་སྤྱས་སུ་བྱས་ཏེ་ལོ་ཟླའི་བྲེང་བ་བགྱང་
སའི་བྱམ་དོང་གི་དཔྱལ་ཁམས་དེ་ནས། ཁྱོད་ཀྱིས་གངས་རི་དང་ཉི་འོད་ལ་
དུང་པའི་སྤྱོད་སེམས་ལྷུ་བོས་ཆེ་སྒོག་གི་རིན་ཐང་ཡོངས་རྫོགས་སོར་ཅེར་
ལྷངས།

༦ གསར་བརྗེ་ངོ་ལོག་དང་ལྷ་འབྲེ་གདོན་བགོགས་ཀྱི་ཤོག་ལྷ་རིང་
པོའི་འོག་སྤྱད་དང་མི་དྲག་གི་ཉེས་མིང་བགྱངས་ནས་ཏྲ་ལྷག་དང་འཐབ་
ཚོད་ཀྱི་རྒྱང་དམར་ཁྱོད། ཁྱོད་ཉིད་བྱམས་ཅེ་དང་བཟོད་སྒྲོམ་བཏུན་པོས་

གཡོ་འགྲུལ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་རྒྱལ་པའི་ཁྲོ་ལྷགས་ཀྱི་རི་པོ་རྒྱུ་པོ་ཞིག

༥ ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་གྱི་ཉི་འོད་མཆོ་བཞི་སྒྲིང་ལྷ་ཡོངས་སུ་བྲབ་
དུས། ཁྲོད་ཀྱིས་འོད་དཔག་མེད་དང་ལག་གདངས་སྒྲེལ་ཏེ་ཞི་གསོན་གྱི་མའི་
ལ་ཁར་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ནས་གདངས་ལྷ་སྒྲིག་མའི་ཆེ་སྟོག་འཆོལ།

༦ རི་སྒྲིང་དམར་པོས་ར་གན་ལ་གསེར་མིང་འདོགས་རྒྱུའི་བཅན་
བཀའ་པབ་དུས། ཁྲོད་ཀྱིས་སྒྲིག་སྒྲིབ་དང་འཇའ་ཆོན་གྱི་དར་ཡུག་ཆེལ་བྱར་
དབྱལ་ཏེ་གདངས་ཅན་མགོན་པོའི་སྒྱུན་སྒྲོང་གི་གཟིགས་པ་ལ་ཐལ་མོ་སྒྱར་
ཞིང་མཆེལ་གྱི་མཆན་བྱང་དམར་པོར་དབྱལ་གཉེར་དང་མིག་ཚུས་བདེན་ཁ་
སྒྲིག།

༧ མས་པོའི་རྒྱུང་རྒྱུས་དང་གདངས་རིའི་ཆེ་སྟོག་ལ་དྲུང་བའི་ཁྲོད་ཀྱིས་
སྒྱུ་ཆེལ་བཞི་ཤད་འཐེན་ནས་མི་ཡུལ་འདིར་གྱེས་མཇུག་ཞུས་དུས། ལ་རྒྱུའི་
རྫོད་ཁོལ་སྒྲིང་ལ་སེམས་པའི་སྒྲེལ་ཆ་འབྱུང་བྲག་མང་པོས་ཁྲོད་ལ་སྒྲིང་བྲག་
དང་མིག་ཚུའི་ཞལ་འདེབས་ལུལ།

༡༠ གྲེ། ཤར་མཐའ་ནས་འཆར་ཞིང་ཤར་མཐའ་ནས་བཞུད་པའི་
གདངས་རིའི་སྒྲོན་མེ། ཁྲོད་ནི་ང་ཆོའི་སྒྲིང་ཁོང་གི་སྒྲོན་མེ་ཡིན་ལ། ཁྲོད་
ནི་ང་ཆོའི་བདེན་དཔང་གི་རྩོམ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་པས། ཁྲོད་ཉིད་དག་
ཞིང་དུ་གཤེགས་ཀྱང་། ཁྲོད་ཀྱིས་བསྐྱངས་པའི་རྩོམ་པ་ལ་དུག་གི་སེམས་
ཁོང་ནས་དུས་ནས་ཡང་འགྲེལ་མི་སྲིད། གྲེ། ཤར་མཐའ་ནས་འཆར་ཞིང་ཤར་
མཐའ་ནས་བཞུད་པའི་གདངས་རིའི་སྒྲོན་མེ་ལགས།

གྲུང་ཐང་རྗེས་སྔ་། བྲུང་ཚུབ་མཆོད་པའི་མེ་ཉོག་། ཐོག་བཀོད།
གངས་ལྷ་སྐྱེག་མོའི་དུ་རྒྱངས་ཀྱི་ཤོག་གྲངས་༡༥ གྲུང་གསལ།
ཆོག་སྒྲོར་འདིའི་ཐོག་ནས་གནའ་དང་དེང་གི་ཆོག་སྒྲུག་སྙན་ཚུལ་
བར་བྱུང་པར་ངེ་ཙམ་ཡོད་པ་གསལ་པོར་མཐོང་ངེས་སྙམ་སྟེ། འབྲེལ་བརྗོད་
ཟུར་དུ་བྱུ་ཆོག།

བདུན་པ། ཆོག་སྒྲུག་གི་སྒྲུང་ཚུལ་ལ། རང་གསེས་དབྱེ་བ་རགས་ཙམ་
ཕྱེས་ན། གནའ་སྒྲུང་། ལྷ་སྒྲུང་། མིང་སྒྲུང་། བྱིས་སྒྲུང་། དེང་སྒྲུང་བཅས། ལྷ་
དུ་འབྱེད་ན་ཅུང་གོ་བདེ་བར་སྙམ།

གནའ་སྒྲུང་ནི། སྒྲུང་ཕྱེ་བོན་གསུམ་གྱི་ནང་གི་མ་སངས་ཀྱི་སྒྲུང་ལྷ་བྱ་
སྟེ། དེང་སང་རོ་ལངས་གསེར་འབྱུར་གྱི་སྒྲུང་པལ་ཆེ་བ་རྣམས་སོ། །

ལྷ་སྒྲུང་ནི། གནའ་བོའི་སྤྱི་ཆོགས་ཁོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་འཆར་སྒྲོ་དང་
བསྒྱུན་ནས་སྐབས་དེའི་སྤྱི་ཆོགས་འཆོ་བའི་དགོས་མཁོ་དང་འཆམས་པའི་
གནས་སྒྲངས་མང་པོ་ཞིག་ལྷ་འདྲེ་ལ་གཞི་བཅོལ་ནས་བཤུད་པའི་སྒྲོལ་རྒྱན་
ཡིག་ཐོག་དུ་བཀོད་པའི་ཆོག་སྒྲུག་ལ་ཟེར་བ་སྙམ། འདི་དང་གནའ་སྒྲུང་
གཉིས་པན་ཚུན་གཅིག་པ་ལྷ་བྱ་ཡང་ཤེས་དུ་མང་།

མི་ལོ་ཁྲི་སྟོང་གི་ལོ་རྒྱུས་ལྷན་པའི་གནའ་བོའི་མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་
ན། མི་རིགས་དེར་ངོ་མཆར་གཟི་འོད་འསྐྱོ་བའི་གནའ་བོའི་ལྷ་སྒྲུང་གི་བྱུང་
ཁོར་ཡང་འབྱུར་དུ་ཐོན་པ་དུ་མ་ཡོད་ལ། བྱུང་ཁོར་དེ་དག་ལས་མེ་ལོང་

དང་གཟུགས་བརྒྱན་བཞིན། མི་རིགས་དེའི་ཆོས་རིགས་གོམས་སྟོལ་
 གྱིས་མཆོན་པའི་བྱང་ཆོས་མངོན་པར་གསལ་བ་དང་། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དབྱེ་
 མཆམས་དང་འཕེལ་འགྲིབ་ཀྱི་དོན་དཔང་ཡང་ཆེས་གསལ་བས། མི་རིགས་
 དེའི་ཚུལ་རིག་གི་ལོ་རྒྱུས་འཕེལ་རིམ་དང་འགྲོགས་ནས། ལྷ་སྐྱུང་དེ་དག་
 གི་རིན་ཐང་ཡང་རྗེ་ཆེར་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། མི་ལོ་བརྒྱ་སྟོང་གི་སྤོང་ནས་བྱུང་
 བའི་ལྷ་སྐྱུང་དེ་དག་གི་ནང་དུ། ཆེས་མནའ་བོའི་ཡབ་མེས་ཆོའི་བསམ་ སྟོའི་
 རྣམ་དཔྱེད་དང་། དཔའ་མཛུངས་བརྒྱལ་ཡོད། རང་བྱུང་འབྱུང་བའི་ཁ་བཏོད་
 འངལ་སྐྱངས་བཅས་ཀྱི་གནས་ལུགས་གསལ་ཉོགས་ཐུབ་པ་ཡིན། བོད་
 ཀྱི་གདོད་མའི་ལྷ་སྐྱུང་ལ་གནའ་དུས་བོད་མིའི་འདུ་ཤེས་འཛིན་སྐྱངས་ཀྱི་
 བྱང་ཆོས་མངོན་པར་གསལ་བ་དང་། ས་མཐོའི་ཉམས་འགྱུར་གྱིས་ཡོངས་
 སུ་བྱུག་ཅིང་། བོད་གདོད་མའི་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་གནས་སྐྱངས་དང་། ཤེས་
 རིག་གི་འཕེལ་ཚུལ། གནའ་མིའི་བསམ་སྟོན་ཀྱི་བྱང་པར། དུལ་གོམས་
 ག་ཤེས་ལུགས་རིན་ཐང་དང་ཀུན་སྟོན། མཛེས་དཔྱེད་ཀྱི་ལྷ་ཚུལ་ཀུན་རི་
 བཞིན་མངོན་ཐུབ་པས། དཔྱེད་ལྡན་ཀུན་གྱི་ཡིད་དབང་ཅིག་ཅར་དུ་འཕྲེན་
 པའི་བྱང་ཡོན་མངལ།

ལྷག་པར་དུ་རང་རེ་བོད་ཀྱི་གདོད་མའི་ལྷ་སྐྱུང་ལ་མི་རིགས་གཞན་
 ཀུན་གྱི་ལྷ་སྐྱུང་ལས་བྱུང་དུ་འཕགས་པའི་བྱང་ཆོས་མངོན་གསལ་ཅན་ཞིག་
 ཡོད་པ་སྟེ། དེ་ནི་ལྷ་སྐྱུང་དེ་དག་ལ་ལྡན་པའི་ཆོན་རིག་གི་རང་བཞིན་ཡིན།
 གངས་སྐྱོངས་གདོད་མའི་ལྷ་སྐྱུང་ལ་ཆོན་རིག་གི་རང་བཞིན་ལྡན་པ་འདི་འདྲ་

འཛམ་གླིང་ལྷ་སྐྱུང་གི་དགའ་ཚལ་གཞན་གང་དུ་འང་མཐོང་བ་ཆེས་དགོན་ནོ།
 དེ་ཡང་རང་རེ་བོད་ཀྱི་ལྷ་སྐྱུང་ལ་བརྗོད་བྱ་དོན་གྱི་སྒོ་ནས་སྤྱིར་
 རིགས་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཆོག་པ་སྟེ། སྤྱིད་པ་སྒོད་ཀྱི་འཛིག་ཏེན་ཆགས་ཚུལ་
 དང་། རང་བཟུང་གྱི་སེམས་ཅན་གྲོལ་ཚུལ་གཉིས་སོ། རང་བཟུང་གྱི་
 སེམས་ཅན་གྱི་ཚུལ་ཐད་《སྤྱུ་དང་བྲག་སྤྱིན་གཉིས་ལས་བོད་མི་གྱུར་
 ཚུལ་》བཀོད་ཡོད་ཅིང་། བྲག་སྤྱིན་གྱི་བ་ཡང་བྲག་འོག་དུ་གནས་བཅའ་
 བའི་སྤྱོད་མོ་ཡིན་ཚུལ་འགྲེལ་བཤད་ཁ་གསལ་གནང་ཡོད། མིའི་རིགས་
 ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཐད་ཀྱི་གསལ་བ་རྣམས་འདི་འདྲ་གནད་ལ་འཁེལ་བའི་ངང་
 བཤད་པ་ནི་འཛམ་གླིང་ལྷ་སྐྱུང་གཞན་གྱི་ཁོད་དུ་ཆེད་དགའ་སྟེ། ལུབ་སྤྱོད་ས་
 པས་འཛིག་ཏེན་གྱི་བྱེད་པོས་འདམ་བག་གིས་ཡུ་ཏང་ཟེར་བའི་སྤྱིས་པ་ཞིག་
 བཟོས་ཆེས་དེའི་རྩིས་མ་ཞིག་བཀོག་ནས་ལྷ་ཕྱ་ཟེར་བའི་བྱུད་མེད་གཅིག་
 བཟོས་པ་ལས་འགོ་བ་མིའི་རིགས་གྱུར་བར་འཆད་ལ། རྒྱ་མི་རིགས་ཀྱི་ལྷ་
 མོ་ཉུས་དབའ་མེ་ཞེས་པ་གཅིག་བྱར་སྒོད་སྐབས་ཁེར་རྒྱུ་གི་སྒོ་སྐྱུང་གྱུར་
 སྟེ་འདམ་བག་གི་མི་འགའ་བཟོས་པར་སྤུ་བཏབ་ནས་མིར་གྱུར་ཞིང་། དེ་
 དག་ལས་འགོ་བ་མི་ཡི་རིགས་མཆེད་པར་སྤྱོད་བས། འོད་རྒྱུན་འདི་དག་
 དང་བསྐྱུར་ན་རང་རེ་བོད་ཀྱི་ལྷ་སྐྱུང་ལ་ཆོན་རིག་གི་རང་བཞིན་ཅི་འདྲ་མངའ་
 བ་གསལ་ཏོགས་སྟབས་སྟེ། སྤྱུ་སྤྱག་དེ་དག་ཡུན་རིང་གི་ངལ་རྩིས་བྱས་པ་
 བརྒྱུད་མཐར་མི་དུ་འགྱུར་ཚུལ་གསལ་བར་བསྟན་ཡོད་པའི་སྤྱིར་དོ།
 བོན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ངག་རྒྱུན་དུ། སྤྱིད་པ་སྒོད་གི་སྒོད་ལས་སྤྱིར་

སྤྱི་དུ་ཐམས་ཅད་གྲོལ་བར་བཤད་དེ་“འབྱུང་བ་སྣ་ལྔ་ལྟེ་སྤྱི་དུ་པོ་ལས་སྒོ་ང་
 ཆེན་པོ་གཅིག་ཡོད་པ། སྤྱི་དུ་སྒོ་ང་ཤུན་ལས་སྣ་བྲག་དཀར་པོ་ཆགས།
 རང་གི་སྒོ་ང་ཚུ་ལས་དུང་མཆོ་དཀར་མོ་འབྲིལ། བར་གྱི་སྒོ་ང་ལི་ངར་ཆ་
 ལས། རིགས་དྲུག་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྲོལ་”ཞེས་གསུངས་ཡོད་པས་
 མཐར་གཏུགས་ན་ཐོག་མར་སྤྱི་སྒོ་དུ་གྱི་འཛིག་ཏེན་འདི་འབྱུང་བ་སྣ་ལྔ་རྒྱ་རུ་
 བྱས་པ་ལས་ཆགས་ཤིང་། དེ་རྗེས་ནང་བཅུད་གྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཟང་
 འབྱུང་བའི་བྱེད་ལས་ལ་བཏེན་ནས་རིམ་བཞིན་བྱུང་བར་བཤད་པ་ནི་བབས་
 ཆགས་པའི་དངོས་གཏོའི་སྟོབས་རྒྱལ་མ་ཞིག་ཡིན།

སྟོབས་ཁུལ་དང་། ར་བ་ཁུལ་དུ་《གཅེན་གཅུང་གཉིས་གཉིས་སྤེལ་
 པ་ལས་མི་བྱུང་ཚུལ་》བཤད་པའི་སྟོབས་རྒྱུ་དེ་མིའི་རིགས་ཀྱི་ཆེས་ཐོག་མའི་
 འབྱུང་ཁུངས་རྩ་དུ་ཞིབ་བྱས་པ་ཞིག་མིན་ནའང་རང་བྱུང་གི་གཞོན་འཆེ་རབ་
 དང་རིམ་པའི་འོག་དུས་ཡུན་ཤིན་ཏུ་རིང་པོའི་ནང་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱིས་
 དཀར་སྤྱུག་དང་འཛིག་ཉེན་གང་འདྲ་ཞིག་བརྒྱུད་ཡོད་མེད་གཟུགས་བརྟན་
 གྱི་ཐོག་ནས་བརྟན་ཡོད་ཅིང་དེ་ནི་ལོ་རྒྱུས་དངོས་ཀྱི་མེ་ལོང་ལ་བརྟན་པ་
 དང་མཚུངས་པའི་རང་བཞིན་མཆིས་པ་ཡིན། 《སྐར་མ་སྤྱན་བདུན་》ཞེས་
 པའི་སྟོབས་རྒྱུ་ལ་ངག་ནས་ངག་ཏུ་བརྒྱུད་པའི་གོ་རིམ་ནང་གཞན་འབྱུང་གྱི་
 རང་བཞིན་ཆེ་ཙམ་བྱུང་ཡོད་ཀྱང་སྟོབས་རྒྱུ་ཉིལ་པོས་ཐོན་སྤྱི་དུ་བྱས་ཤུགས་
 འཕེལ་རྒྱས་སོང་བ་དང་སྤྱུགས། མི་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་རིག་རྗེ་བཟུང་བྱུང་ཏེ་
 གཞོན་མའི་བྲག་ཁུང་དུ་སྤོད་པ་ནས་སྤྱིས་སྤྱུགས་ཕུབ་པ་དང་། རིམ་བཞིན་

འཕེལ་རྒྱས་ཕྱིན་ཏེ་ས་དོའི་ཁང་བཟང་བསྐྱུན་ནས་གཏན་སྡོད་བྱས་པའི་རྣམ་
པ་མཆོན་ཡོད་པས། ལྷ་སྐྱུང་དེ་དག་གིས་སློག་པ་པོར་སྟོང་བསམ་ནས་
སྟོང་དབྱིངས་སུ་རྒྱ་བའི་སྒྲིང་བ་ཡེ་ནས་མི་སྟེར་བར་མིའི་རིགས་འཕེལ་
རྒྱས་འགོ་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་གནད་ལ་འཁེལ་བའི་ངང་མཆོན་ཡོད་པས།
འཆོ་བ་དངོས་ཀྱི་དེ་བསྐྱུང་ལམ་ལམ་དུ་འབྱུང་བར་བྱེད།

གཞན་ཡང་《ནས་སོན་བྱུང་ཚུལ་》ཀྱི་ལྷ་སྐྱུང་དེས་གདོད་མའི་དུས་
ནས་བཟའ་ཆས་ཀྱན་རང་ཆོས་སུ་མངའ་བའམ་འཛིག་ཏེན་གྱི་བྱེད་པོས་
བྱམས་དང་བཅེ་བས་འགོ་བ་མི་ལ་གནད་བ་སོགས་དོན་དངོས་དང་ཡེ་ནས་
མི་མཐུན་པའི་ལྷ་ཚུལ་ཅི་ཡང་བསྟན་མེད་པར། རས་སོན་ནི་མི་རྣམས་ཀྱིས་
རང་བྱུང་ཁམས་ལ་ངོས་འཛིན་དང་འཐབ་ཚུད་བྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་དངོས་
ནང་འཆོ་གནས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ལྟར་ཤེས་ཏོགས་བྱུང་བ་དང་ནས་སོན་གྱི་
ཆེད་དུ་སྐྱུང་བའི་ཁྲག་དེ་སྟོ་བའི་དཀའ་སྤྱད་རྣམས་གཟུགས་བརྟན་གྱི་རང་
བཞིན་ཐོག་ནས་མཆོན་ཡོད་པས་སློག་པ་པོར་ངལ་ཚོལ་ལ་དགའ་ཞེན་དང་
ངལ་ཚོལ་གྱི་འབྲས་བུར་དད་ཞེན་གཅེས་སྒྲིང་སྟེ་བའི་རྒྱས་པ་ཡོད། ཕྱི་
སྟོད་ཀྱི་འཛིག་ཏེན་བྱུང་ཚུལ་ཐད་བོན་ལུགས་ཀྱི་སྲིད་པ་སྟོང་གི་སྟོང་ལས་
བྱུང་བར་སྐྱ་བའི་བོན་ལུགས་ལ་བབས་ཆགས་ཀྱི་དངོས་གཙོའི་རང་བཞིན་
ལྟར་ཞིང་《སྲིད་པ་ཆགས་སྐྱ》ཏུ་གནམ་དང་ས། ཉི་མ། ལྷ་བ། སྐར་མ།
ནགས་ཆལ། རི་བོ། ལམ་བུ་སོགས་དེ་ལྟར་བྱུང་ཚུལ་ལ་ཡོངས་སུ་ཆོན་
རིག་དང་མཐུན་པའི་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་ཐུབ་མེད་ནའང་། དངོས་པོ་དེ་དག་

རྒྱ་མེད་རྒྱུན་མེད་དམ། རང་བཞིན་སྤྱན་གྲུབ་ཏུ་བྱུང་བའི་བབ་ཅོལ་ཅི་ཡང་
 མི་སྤྱོད་བར་འཆར་སྒོ་ཡངས་ལ་སྤྱོད་ཅེས་གྱི་ཐབས་འབྲུལ་མད་ཏུ་བྱུང་བའི་ལམ་
 རྣམ་དངོས་པོ་དེ་དག་འབྱུང་བར་ངེས་པར་ཏུ་རྒྱ་རྒྱུན་ཞིག་ལ་བསྟོས་དགོས་
 པ་ཤེས་ཏོགས་ཐུབ་སྟེ། རྒྱ་རྒྱུན་གང་རུང་ཞིག་ཅད་ཞིབ་གྱིས་བསྟན་པའི་
 སྒོ་རིག་ནི་ངོ་མ་ཉ་ལས་དགོས་པ་ཞིག་རེད། བློ་མཆོ་སྒྲུལ་སར་གྱུར་བ་
 རྒྱ་མེད་རྒྱུན་འདི་ནི་བོད་རིགས་མཁས་སྤྱན་ཀྱན་ལ་རྒྱུང་ལྟར་གྲགས་པའི་
 ལྷ་སྤྱང་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། མཆོ་བོད་ས་མཐོ་འདི་ཉིད་རྒྱ་མཆོ་བསྒྲུལ་ནས་
 ཆགས་པའི་ལོད་རྒྱུན་འདི་ལ་དེང་གི་ས་གཤེས་རིག་པས་ར་སྒྲོད་བདེན་
 དབང་གང་ལེགས་བྱས་ཡོད་པ་ལས་ཀྱང་། བོད་མིའི་ལྷ་སྤྱང་ལ་ཆོན་རིག་
 གི་རང་བཞིན་རི་འབྲུ་ཡོད་མེད་དཔྱད་ལྟར་ཀྱན་གྱིས་མཁུན་ཆོད་ཏུ་གདའ་
 «ཉི་མ་དགུ་»ཞེས་པའི་ལྷ་སྤྱང་ནང་དགུང་བྲིན་ཆེན་ཉི་མ་དང་། ཅི་ཤིང་ལོ་
 ཏོག་དེ་འབྲུ་ནང་བཞིན་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་གཟུགས་བརྟན་
 གྱི་སྒོ་ནས་མཐོང་ཐུབ་ལ། དང་ལྷོག་གཉིས་གྱི་ཐད་ནས་སྒྲོད་བཅུད་ཀྱི་ལ་
 པོའི་ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་གནས་པའི་གནས་ལུགས་ཐབ་མོ་གསལ་ཏོགས་
 ཐུབ་ཅིང་དེ་རྣམས་ངག་ཐོག་ཚུལ་རིག་གི་རྣམ་པའི་ཐད་ནས་སྤྱི་རབས་པར་
 གཅིག་རྗེས་གཉིས་མཐུད་གྱིས་བརྒྱུད་བསྒྲགས་བྱས་ཡོད། མདོར་ན་
 བོད་གདོད་མའི་ལྷ་སྤྱང་ནི་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྒོ་རིག་ནར་མ་སོན་པའི་སྐབས་
 སུ་བྱུང་ནའང་རང་རེའི་མེས་པོ་རྣམས་ཀྱིས་འཆར་ཡན་དང་ཅེད་འཆར་གྱི་
 ལམ་ནས་“ལྷ་སྤྱང་”ཁོ་ན་བཞག་པ་ཅུམ་མ་ཡིན་པར་ལག་ལེན་དངོས་ལས་

བྱུང་བའི་སྤྱིང་བ་གསེར་བཙུ་མ་ལྟ་བུ་རྣམས་པ་གཏམ་བུ་འཇགས་ཀྱི་ཚུལ་
 དུ་གསུངས་ཡོད་པས། འཇམ་སྤྱིང་ཚུམ་རིག་དགའ་ཚལ་ནང་གི་མི་རིགས་
 གཞན་ཀྱི་ལྟ་སྤྱང་རྣམས་དང་བསྐྱར་ན་ཚན་རིག་གི་རང་བཞིན་ཆེས་ཆེར་
 ལྡན་པས། བོད་གདོད་མའི་ལྟ་སྤྱང་ནི་བོད་རིགས་ཀྱི་དམངས་ཁྲིད་ཚུམ་
 རིག་ནང་གི་ངོ་མཆར་བྱུང་དུ་འཕགས་པའི་ཁོར་བུ་གཟི་འོད་འབར་བ་ཞིག་
 ཡིན་ནོ། །

སྤྱིང་སྤྱང་ནི། སྤྱིང་གི་སར་རྒྱལ་པོའི་གཏམ་བརྒྱུད་བཤའ་སྒྲོས་འདྲ་
 མིན་ལ་གཞི་བཙུག་ནས། མདོ་ཁམས་གང་ས་སྤྱི་ཚོགས་ཁོར་ཡུག་གི་འཆོ་
 བའི་རྒྱན་དང་སྒོལ་རྒྱན་གྱི་རིག་གཞུང་སྒོག་ཅར་གཟུང་ནས་བཙུག་སྤྱང་
 འདྲ་མིན་གྲིས་པའི་རིག་ལ་ཟེར་ཆོག་སྟེ།

གྲིས་སྤྱང་ནི། གནའ་ནས་ད་ལྟའི་བར་གྲིས་པ་ཆོས་རང་གི་སེམས་
 ཀྱི་འཆར་སྒྲོ་གཞིར་བཟུང་ནས་ཕྱིའི་ཁོར་ཡུག་སོགས་ལ་འབྲེལ་བཟོད་འདྲ་
 མིན་དང་འབྲེལ་བའི་ངག་སྒྲོས་དང་། རྒྱན་རབས་ཆོས་གྲིས་པའི་སེམས་
 ཁམས་ལ་གཞི་བཙུག་ནས་སྒྲོད་བཟུད་ཀྱི་འབྲེལ་བཟོད་ཅི་རིགས་སུ་བཙུག་
 པའི་ངག་སྒྲོས་ཡིག་ཏུ་ཕབ་པའི་ཆོག་ལྷུག་གི་རིགས་རྣམས་ཡིན་ཆོག་སྟེ།
 དཔེ་ན། ཤིག་དང་ལྷོ་བའི་གྲིས་སྤྱང་ལྟ་བུས་མཆོན་ཀླུ་སྟེ། ལྷན་གྱི་གྲིས་
 པའི་གྲིས་སྤྱང་ཞིག་དཔེ་མཆོན་དུ་བཀོད་ན།

ཉ་ཞོན་གྲིས་སྤྱང་། ཐེངས་གཅིག་ངའི་མི་ལམ་ནང་ང་རང་གིས་ཉ་ཆེན་
 པོ་ཞིག་ལ་ཞོན་ནས་གཙང་པོར་རྒྱལ་རྒྱག་པ་དང་། གང་འཆམ་ཕྱིན་རྗེས་ཉ་

དེ་འཕྱར་ནས་ང་རང་ནམ་མཁའ་ལ་བྱེད་འགྲོ་གི་འདུག། དེ་ནས་བརྒྱུད་ངས་
 ཨ་མ་ལ་བྱུང་རང་གཙང་པོའི་ནང་ཉ་ཞོན་མཁན་འགྲོ་དགོས་བྱུང་ཞེས་
 ཐེངས་མང་པོར་ལབ་ཀྱང་། ཨ་མས་བྱུང་མིས་ཉ་ཞོན་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད། བྱུང་
 ཅེས་གསུང་བྱུང་། ང་རང་ཨ་མའི་སྐད་ཆ་ལ་ཡིད་ཆེས་མ་བྱས་པར་གྲོང་སྡེའི་
 ནང་གི་མི་གཞན་ཞིག་ལ། བྱུངས་ཉ་ཞོན་ཐུབ་ཀྱི་རེད་དམ་བྱུང་ ཞེས་དྲིས་
 པ་ཡིན། མི་དེས་བྱུང་ཐུབ་དང་ཐུབ། ང་ཡང་ཁྱོད་རང་ནང་བཞིན་ཆུང་ཆུང་
 ཡིན་པའི་སྐབས་ཉ་ཞོན་ནས་ཐེངས་མང་པོ་འགྲོ་སྤྱོད་བྱུང་ ཞེས་གསུང་བྱུང་།
 མ་གཞི་ནས་ང་རང་ཉ་ཞོན་ནས་འགྲོ་འདོད་བྱེད་སའི་རྒྱ་ཆུ་གཙང་པོ་ཆུང་
 བེ་པལ་ཆེར་འབྲི་ཆུ་དང་འབྲ་བ་ཡོད། སྐར་ཡང་ངས་ཨ་མ་ལ་ང་རང་གིས་
 ཉ་ཞོན་དགོས་པའི་རྩྭ་གྲ་དེ་ཟུ་ཆུ་ག་གིས་མཐུག་སྐྱེལ་ནས་ཨ་མ་ལགས་
 སུན་པོ་ཞེ་དགས་བཟོ་སྤྱོད།

ཆར་བ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་དབྱར་གཞུང་གི་ཉིན་ཞིག་བསམ་ཡུལ་ལས་
 འདས་པ་ཞིག་ལ་ང་ཚོའི་ནང་གི་བེ་ཏུ་སྤྱོད་རྗེ་བོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་གཙང་པོ་
 ནང་བྱེད་ནས་འགྲོ་གིན་འདུག། པ་ལགས་ཀྱིས་ཆུ་གཞུང་དུ་ཐག་པ་གཡུགས་
 ནས་ཆུར་སྐྱོབ་ཐུབ་ཅུ་བྱུང་སོང་། ང་རང་ཞེད་ཐག་ཆད་ནས་ཨ་མ་ལ།
 བྱུང་ཚོའི་བེ་ཏུ་ག་འབྲ་བྱས་ནས་གཙང་པོ་ནང་ཐག་པ་རེད་བྱུང་ ཅེས་
 དྲིས་པ་ཡིན། ཨ་མ་ལགས་ཀྱིས་ངའི་མགོ་བོ་ལ་ལག་པས་བྱིལ་ཞིག་གནང་
 ཞོར། བྱུང་བེ་ཏུ་འདི་སྤྱོད་ཆུ་གས་མེད་པར་གཙང་པོའི་ནང་ཉ་ཞོན་སར་འགྲོ་
 སུལ་བྱས་ཏེ། ཉ་ཞོན་མ་ཐུབ་པར་ཆུ་ལ་ཐག་པ་རེད། ཁྱོད་རང་ཡང་གཙང་

པོའི་ཁར་ཉ་ཞོན་སར་འགྲོ་ན་ཉན་ཉན་ཆུ་ནང་ལྷུང་ནས་ཤི་གི་རེད། བྱ་བྱ་ ཅེས་
གསུང་བུང་། དེ་ནས་བཟུང་ང་རང་ཉ་ཞོན་རྒྱ་པར་ཞོག། གཙང་པོའི་འགྲམ་
དུའང་འགྲོ་མི་ཕོད་པར་མ་ཟད། ནང་གི་བེ་བྱ་ཡང་གཙང་འགྲམ་ལ་གཏོང་ཕོད་
གི་མེད།

རྗེས་མ་ང་རང་ཆེན་པོར་ཆགས་དུས། ད་ལྟར་མིང་ཙམ་མ་གཏོགས་
འདིག་ཏེན་མི་ཡུལ་དུ་ལུས་མེད་པའི་ངའི་ཨ་མ་ལགས་དེ་རང་གི་བྱ་ལ་
བྱམས་བརྩེ་ཆེ་བ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། བྱམས་སྦྱོང་གི་བསྐྱབ་བྱ་གནང་སྟངས་
ཐབས་ལ་མཁས་པ་འདི་འདྲ་གཞན་སྤྱོད་སྟམ་ནས། བྱང་བེན་པའི་ལོ་
རྒྱུས་དང་ཨ་མ་འདས་པོ་དེའི་ཞལ་རས་བཅས་ངའི་མིག་ལམ་ལ་ཤར་ནས་
མིག་ཆུ་དབང་མེད་དུ་ཤོར་དགོས་པ་ཡོང་གི་འདུག།

༼པ་ཡུལ་༽འདོན་ཐངས་བཅུ་གཉིས་པའི་ཐོག་བཀོད། ཚུམ་བྱང་
འདིའི་ཐོག་ནས་ཀྱིས་སྦྱང་གི་གོ་དོན་རགས་ཙམ་ཤེས་རྒྱས་སྟམ།

དུས་རབས་སྦྱང་ཚུམ་ནི། བསམ་སྒྲུབ་ལྟ་བུ་དུས་རབས་ཀྱི་རྗེས་
བསྐྱེགས་པ་དང་། བརྗོད་གཞིའི་སྤྱི་དོན་ཆོར་བ་དང་ཆེས་འབྲེལ་བ། ཚུམ་
ཀྱི་སྒྲོམ་གཞི་དང་རབས་ཀྱི་ཆིག་སྦྱོར་དང་མཐུན་པ། བྱེད་ལས་སྦྱི་ཆོགས་
ཁོད་ཀྱི་སྦྱོན་ཡོན་ཡོ་སྦོང་དང་དང་ངན་སྦོལ་ཐེར་འདོན། གོ་སྦྱོན་ར་སྦྱོང་ཀྱི་
རྒྱས་པ་ལྟན་པ། ཆིག་གི་སྒྲོམ་སྒྲོག་ན་སྟན་ཞིང་གསོན་ཉམས་ལྟན་པ། དོན་
ཀྱི་རོ་སྦོང་ན་སྦྱི་ཆོགས་ཆོར་བའི་གནས་བབས་གསལ་བ་ཞིག་ལ་ངོས་

འཛིན་བྱས་ན་ཆོག་སྟེ། དཔེར་ན་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་གྱི་སངས་ཀྱིས་བཅོམ་པའི་
མེ་ཉོག་དང་། བཟ་ཤེས་དཔལ་ལྷན་གྱི་བྱིས་པལ་བའི་གཏམ་བརྒྱུད་ལྟ་བུས་
མཆོན་བྱས་སྟེ།

སྤྱིར་སྤྱད་ཚུམ་འབྲི་བར་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་ཆ་རྒྱུན་ཁག་གཅིག་དོ་
སྤྱོད་ཁྱེན། དང་པོ། བསམ་སྒྲུབ་ཐོག་ནས་བརྗོད་གཞི་བཀོད་སྤྱིག་བཟོ་སྤངས་
དེ་ཡིན། ཚུམ་པ་པོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱི་ཆོགས་ཁོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཡོན་གང་ཞིག་ཐེར་
འདོན་བྱེད་འདོད་པ་དེ་ཉིད་སྤྱད་གི་མི་སྣ་གང་འདྲ་ཞིག་དང་སྤེལ་ན་འཆམས་
མིན་ཐག་གཅོད་བརྟན་པོ་བྱེད་དགོས།

གཉིས་པ། མི་སྣ་གང་ཞིག་བཀོད་སྤྱིག་བྱས་པ་དེ་དང་འཆམས་པའི་
ཀྱན་སྤྱོད་བཟོ་དབྱིབས་དོ་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་མི་སྣ་དེའི་བསམ་སྒྲུབ་རྒྱུན་རིམ་
ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་ཤེས་བྱས་པ་དགོས།

གསུམ་པ། མི་སྣ་དེ་དང་དེ་དག་པན་ཚུན་འགོ་འདུག་གི་བྱ་སྤྱོད་སྤེལ་
སའི་ཁོར་ཡུག་གི་མཛེས་བཀོད་སོགས་ཀྱང་སྤྱད་གི་མི་སྣའི་བསམ་སྒྲུབ་དང་
བརྟན་ནས་བཀོད་སྤྱིག་ཞིབ་ཆགས་བྱེད་དགོས།

བཞི་པ། སྤྱད་གི་གྲུབ་ཆ་གཙོ་བོ་ནི་སྐད་ཆ་ཡིན། དེར་བརྟེན་སྐད་ཆའི་
རིམ་རྒྱུན་ལ་ཚུམ་པ་པོའི་ཞེ་འདོད་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་གང་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་མ་
བརྟགས་པའི་ཐོག་ནས་སྤྱོད་པ་པོའི་བསམ་སྒྲུབ་དག་འཁྱོམ་ཆགས་ཀྱི་རྣམ་
པར་བསྐྱར་བྱུང་བའི་སྤྱི་ཚུལ་གྱི་ཉམས་ཐོན་ཐབས་བྱེད་དགོས།

ལྔ་པ། བཅོམས་སྤྱད་གང་ཞིག་གིས་པ་དེའི་ཉོག་འཛིང་གི་རྒྱུད་རིམ་

ཁོད་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་གི་ངན་པ་ཐེར་འདོན་དང་བཟང་པོ་དོ་སོ་ཐོན་པ་
སོགས། མདོར་ན་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཁ་སྤྱོད་ལ་པན་ཐོགས་པའི་སྤང་བྱ་གང་
ཞིག་སྤྱོད་པ་པོའི་བསམ་སྒྲུབ་ནང་མི་མདོན་པའི་སྒོ་ནས་ཚུ་སྤྱི་ལ་རྒྱ་
ཆགས་བཞིན་འཇུ་ལ་བྱུང་བ་ཞིག་དགོས། འདིར་སྤྱང་བྱུང་ཞིག་དཔེ་མཆོན་
དུ་འགོད་ན།

རྒྱ་མའི་བྱུང་ཆགས།

ཁྱི་གདུགས་ཉི་མས་རང་གི་འོད་ཟེར་གྱི་ལྷག་མ་ཡོད་ཆད་ཆ་མི་
མཉམ་པའི་འཇིག་རྟེན་འདིར་པངས་མེད་དུ་སྟོར་ཏེ་རྒྱ་བ་རིའི་མཁའ་མཐའ་
ནས་དལ་གྱིས་བཞུད། ཨ་ཅག་ཆོས་སྒྲོན་གྱིས་དགྲུང་བས་སྟབས་བདེ་ཞིག་
གཡོས་ཏེ་རང་ཉིད་གཅིག་ལུས་བཟའ་སྒྲུབ་དཔལ་ལྷན་ལ་དམད་མོ་བགྲང་
བཞིན་དགྲུང་བས་ལ་རོལ། ཚུ་ཆོད་དགྲུ་པ་བེན་པ་དང་ཨ་ལྷག་ཆོས་སྒྲོན་
གྱིས་སྤྱི་སྤྱད་འཁོར་ལོ་དང་གཟུགས་མཐོང་སྒོག་འཕྲིན་གྱི་ཁ་བཀག་ལོང་
མེད་པར་སྒོག་སྒོ་ཐག་སེར་རྒྱག་སྟེ་ཁང་ཆུང་དེའི་ཕྱི་ལ་ཐོན། དམ་ཞིང་
མཁའ་གསལ་པའི་སྒོ་ལྷགས་དེའི་བར་སྟབས་ན་བྱུ་ལྟེ་མིག་སྒྲོའི་ཡར་ཐེམ་ཐོག་
ཏུ་བཞག་ཡོད་བྱུ་ཅེས་པའི་ཡིག་འབྲུ་དགྲུ་ཤོག་འཇར་ཞིག་གི་ཐོག་ཏུ་བྲིས་
ཏེ་བཟངས་ནས། རྟེན་ག་སོར་བཅུ་ཡོད་པའི་འཇུ་རྟེན་ཁུ་སིམ་མེར་གནས་
པའི་རང་བྱུང་གི་ཁོར་ལུག་གཉིད་ལས་དཀྱོགས་པའི་སྒྲག་སྤྱི་ཐིག་ཐིག་གིས་
གཞོན་ནུའི་ཁ་སྒྲོར་བཅེ་བོ་ཁང་དུ་བསྒྲུད།

གང་ནས་སྒྲེབས་པ་མི་ཤེས་པའི་ནག་ཡོམ་མེར་བ་ཞིག་གིས་སྐྱོན་
ནག་ཁོད་དུ་སྒྲོ་ལྷགས་དེ་ལ་རེག་ཅམ་བྱས་རྗེས་གསལ་ལ་མ་གསལ་གྱི་
སྒྲོག་ཁྱུང་ཁྱུང་ཞིག་སྤར་བའི་དཀར་ཆའི་འོག་ཤོག་འཇར་ཞིག་གི་ངོས་
ལ་བལྟས་ནས་མགོ་གཡུགས་གཡུགས་འགའ་ཞིག་བྱས་ཏེ། སྒྲོའི་ཡར་ཐེམ་
དེ་ནས་དངོས་པོ་ཞིག་སྤངས་སོང་།

ཆུ་ཆོད་འཁོར་ལོའི་མདའ་མོ་རྩོན་པོ་དེ་ཨང་གི་བཙུ་གཉིས་ཐོག་
མཇུ་བ་མོ་བཙུགས་པ་ལྟར་སྒྲེབས་བྱུང་། ད་བཟོད་དཔལ་ལྷན་གྱིས་སྤྲུག་ཁག་
དེའི་ནང་ས་པག་ཅིག་པའི་ཁང་ལས་གྱི་མཇུག་བསྐྱུས་ཏེ་སྒྲོར་རྒྱུ་གཅིག་
ཀྱང་མེད་པའི་གོ་བའི་དདུལ་ཁྱུག་དེ་ཉིད་དམ་དུ་བཟུང་ཞིང་ཁ་ནང་ནས་ཆང་
བྱི་དང་སྐྱུགས་བྱི་འཐེལ་བཞིན་ནམ་མཁར་ལྷ་བ་མེད་པའི་མར་ངོའི་མཆན་
སྒྲོངས་དེར་འབྲུར་འབྲུར་གྱི་རྒྱུ་སྤྲེ་རང་གི་གནས་ཁང་ཕྱོགས་སུ་སྒྲོས།

ཆང་གི་བ་གྱིས་སྒྲིབ་པའི་རབ་རིབ་གྱི་མིག་ལམ་དུ་བདག་མེད་དུ་
ལུས་པའི་ཁང་ཁྱུང་དེའི་སྒྲོ་སྒྲེགས་ཏྲར་གྱིས་སྤྲེས་ཏེ་ཡོད་པར་མཐོང་།
དཔལ་ལྷན་གྱིས་ཅི་ཞིག་ཆོར་སྤང་བྱུང་བ་དང་འདྲ་བར་སྐྱུར་བར་ནང་དུ་
འཇུ་ལ་ནས་སྒྲོག་སྒྲོན་སྤར་ནས་བལྟས་པས། ཆེས་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་
པ་ཞིག་ལ་སྐྱ་སྐྱད་འཁོར་ལོ་དང་གཟུགས་མཐོང་སྒྲོག་འཕྲིན་སོགས་སྐྱོན་
ལྷན་གྱི་ཅ་ལག་མང་པོ་ཞིག་གི་སྐྱ་འཇར་ལུས་ལ་བྱུབ་བྱེད།

ད་ཐེངས་སྐྱོན་མས་བྱུབ་ཏྲགས་བསྐྱོན་པ་དེས་ཁོང་བཟའ་མི་གཉིས་
ལ་མི་ཆེ་རྒྱུ་འཆོ་སྤངས་ཐོག་དམར་བྲིད་རྗེན་པ་ཞིག་གནང་ཡོད་པས།

གཅིག་བྱས་ན་ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱན་མ་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་ཞུ་མི་སྲིད་པ་
མིན།

༡༩༩༥།༩།༡༠།ཉིན་གྱིས། བྱོ་ཁོར་ལྷོ་༽འདོན་ཐེངས་དགུ་པའི་ཐོག་
བཀོད།

ཡང་ན། དགོངས་འཁྲོལ།

ཞོགས་རྒྱུ་ཕྱར་ཕྱར་དུ་ལྷང་བའི་སྤྱོད་ཞིག་ལ་ང་རང་ཉོད་ཁོག་ན་
ནས་ཕྱ་ཐུག་སོང་། ལས་ཁུངས་དགུ་འཛིན་སྐྱོད་དབང་ཆེན་ལགས་སར་ཨ་
ར་དང་ཨ་ཆའི་སྐུ་སྐྱོད་ཞོར་གིན་ལག་པ་སྟོང་པ་བྱུང་གཅིག་གིས་ཉོད་ཁོག་
སྐྱོར་བཞིན་སྟོ་ལ་དཔུང་གདོང་གིས་བུད་ཐུགས་རྒྱག་ཐེངས་གཅིག་གིས་
ནང་ལ་འཇུ་ལ་དེ་ནད་དགོངས་ཞུས། སྐྱོད་དབང་ཆེན་ལགས་ཀྱིས་ཨིག་
ཀ་སྒྲ་ཆ་བ་ཞིག་དང་ཨ་སྟོང་ཡིད་ཆེ་མ་བ་ཞིག་བྱེད་ཞོར། སར་འཁྲོར་ཚུན་
འཁྲོར་གྱིས་ཡར་ལངས་ནས་འཐུང་འཕྲོ་ཅུང་ཟད་ལུས་པའི་ཨ་རག་དམ་བུ་
དེ་ཐད་ཀར་ངའི་ཐོག་ཏུ་གཡུགས། ཁ་ནས་ཆང་བྱི་དང་སྐྱུར་བྱི་འཐེལ་བཞིན།
བྱུང་དགོངས་པ་ཡོད་མ་རེད་བྱུང་། ཟེར་ནས་ཉལ་ཁྲིའི་ཐོག་ཕྱིར་རེངས་སོང་།

ཕྱི་ནང་གི་མི་རྣམས་སྟོན་ཀའི་སྒྲིན་ལྟར་འདྲ་ལོང་ཆེ་བའི་དབྱར་
གཞུང་གི་ནམ་ལྗོངས་ཉིན་ཞིག་ལ་ང་རྒྱ་བ་ཆེ་བའི་ནག་ཆོང་ཞིག་གི་དོན་དུ་དུས་
ཆོད་ཀྱིས་མ་འདང་ནས་སྐར་ཡང་སྐྱོད་དགུ་འཛིན་སར་བཅད། ལས་ཤག་
གི་སྟོ་དལ་དལ་བུར་བརྟུངས་རྗེས་ག་ལེར་ནང་ལ་འཇུ་ལ་ཏེ། ཐ་མག་དང་།
སྒྲིག་རག་ སྒྲི་སི་ཀོ་ཏི་ཀྱི་འབྲུལ་ཆོན་རྣམས་མདུན་ཅོག་སྟེང་དུ་བཞག་ནས།

ལྷེ་ནུ། མགོ་འཕུར། རྒྱལ་འཕུག་གིན་བྱ་བྱང་གཟའ་འཁོར་གཅིག་གི་རིང་
དགོངས་པ་གནང་རོགས། ལས་ལས་ཀ་ཞིག་ཡོད། བྱ་བྱ

སྐྱེ་འཕགས་ཀྱིས་མདུན་ཅོག་ཐོག་ཏུ་མིག་ཞགས་ཤིག་འཕངས་ཤིང་
ངའི་ལས་ངག་གི་རྣམ་འགྱུར་ལ་གཅིག་བལྟས་ནས། བྱཞུ་། ཡིན་དང་ཡིན།
ཁག་མེད། རྩ་བའི་ལས་ཀ་ཡིན་ན་གཟའ་འཁོར་གཅིག་གིས་ཆར་མི་འོང་།
ཟླ་བ་གཅིག་ཏུ་གཏག་དགོངས་པ་སྤྲོད་ཆོག་དུང་། བྱ

བྱ་་་་་བྱ

བྱ་་་་་བྱ

༼རྣོ་ལྷེ་༽འདོན་ཐེངས་བདུན་པའི་ཐོག་བཀོད། གོ་དོན་ངག་ཐོག་
ནས་ཁྱེ་རྒྱ་ཡིན།

བདུན་པ་དབྱེད་ཚློ་ཆོས་ཆོག་ལྟུག་ དབྱེད་ཚློ་མ་ནི་དབྱེད་གཞི་གང་ཞིག་
གཟུང་བ་དེའི་གནས་ལུགས་ངོ་མའི་གཞིན་རས་གསལ་པོར་བསྟན་ཆེད་དུ་
ལུང་དང་རིགས་པ་དུ་མས་བཏགས་ཤིང་དཔྱོད་དེ་གང་ཞིག་གཏན་ལ་ཕབ་
པའི་ཚློ་ཡིག་རྣམས་ཡིན་ཆོག་སྟུམ། དེ་ལའང་སྤྲོན་གྱི་སྤོལ་རྒྱུན་འཛིན་
པའི་དབྱེད་ཚློ་འབྲེ་སྤོལ་ཐོག་ རང་ལུགས་གང་ཞིག་བཞག་པ་དེ་ཉིད་སྤང་
སྤོབ་བྱེད་པའི་ཆེད་གཞན་སྤྱོད་ལ་ལ་དགག་པ་གང་ཐུབ་ཐུབ་བྱེད་པ་དང་།
རང་སྤྱོད་ཀྱི་དམ་བཅའ་ལ་མི་འཐད་པའི་ལུང་རིགས་གང་ཞིག་མཐོང་ཐོས་
བྱུང་བ་རྣམས་ཟུར་འཛོག་དང་སྤྲོད་གསང་བྱེད་པའི་ལུགས་སྤོལ་ཡང་དད་པ་

དང་དམ་ཚིག་ལ་ཁ་གཡར་ནས་བྱས་པའི་ལོ་རྒྱུས་མཐོང་ཐོས་མང་བ་རྣམས་
བསྐྱོགས་གཤེར་དགོས་དོན་མི་འདུག་ཀྱང་། དུས་རབས་ལྷན་སྟེགས་པའི་
ལུགས་ཀྱི་དབྱུང་ཚུམ་འབྲི་སྟོལ་ལ་གཞི་བཙུག་ན། དབྱུང་གཞི་གང་ཞིག་
གཟུང་བ་དེའི་མ་ཐུན་སྟེགས་དང་མི་མ་ཐུན་སྟེགས་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་གཉིས་ཀ་གང་
རག་ཅི་རག་གིས་གསོག་ཉར་དང་། དེའི་ཆེད་དུ་དབྱུང་གཞི་དེ་དང་འབྲེལ་
བ་ཡོད་པའི་ས་གནས་ལ་དངོས་སུ་འགྲོ་ནས་ཁོར་ཡུག་དེ་ནས་དགོས་ངེས་
པའི་རྒྱ་ཆ་འཛོལ་བ། དབྱུང་གཞི་དེ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་མི་སྣ་སུ་ཐུག་ལ་
དབྱུང་གཞི་དེ་འབྲེལ་གྱི་སྐད་ཆ་འབྲི་གཏུགས་བྱེད་པ། དོན་རྒྱུན་གང་ཞིག་
བྱུང་བ་དེའི་རྒྱ་རྒྱུན་འཛོལ་བ། དབྱུང་གཞི་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཉི་རིང་སྟེགས་
ལྷན་གི་རྗེས་ལ་མི་འགྲོ་བར་གནས་ལུགས་ངོ་མ་ལ་ཉོག་ཞིབ་བྱེད་པསོགས་
ནི་དུས་རབས་ཀྱི་དབྱུང་ཚུམ་འབྲི་མཁན་ཚོར་མེད་ཐབས་མེད་པའི་ཆ་རྒྱུན་
གལ་ཆེ་ཞིག་ཡིན།

སྟེལ་མའི་སྟེབ་སྟོར།

བཅད་ལྷུག་པན་ཚུན་བསྐྱེད་ཤིང་སྟེལ།

དེ་ནི་སྟེལ་མའི་སྟེབ་སྟོར་རོ།

ཚིགས་བཅད་དང་ཚིགས་ལྷུག་པན་ཚུན་བསྐྱེད་ཤིང་སྟེལ་བའི་ཚིག་
སྟོར་ལ་བཅད་ལྷུག་སྟེལ་མའི་སྟེབ་སྟོར་བེད། ལྷན་དགའ་གི་གཞུང་དུ་འདི་ཉིད་

བཤད་པའི་སྐབས། སྐད་རིགས་ཆེན་པོ་བཞིའི་སྐོར་དོ་སྟོད་གནང་འདུག་པ་
རྒྱ་མཚན་ཆེ་ཡང་། འདིར་མངས་སུ་དོགས་ནས་མ་བྲིས་ཤིང་། སྒེལ་མའི་
སྒྲིབ་སྟོར་གྱི་དཔེ་མཆོན་ཅུ་མ་ནི།

གཞོན་ནུ་ཟླ་མེད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་ལས། དེ་ལྟར་རྒྱལ་པོ་ཉི་མའི་སྟོ་
གྲོས་ལ་བཅུན་མོ་ནི་རྒྱལ་རིགས་ལས་བྱུང་བ་རྣ་ཆ་འཛིན་ཞེས་མཛེས་པ་ལྟ་
ན་སྟུག་པ། གཡེར་བ། རྒྱལ་ཆུང་མེ་འོག་རྒྱས་པའི་ནང་གི་ལྟ་དང་མཚུངས་
པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་དུས་རིང་པོ་ཞིག་གི་བར་དུ་རིགས་ཀྱི་སྐྱ་གུ་དང་ལྷན་
པར་མ་གྱུར་པས་རྒྱལ་སྟོན་རྣམས་སྔོངས་ཤིང་། ཡིད་ཆད་པའི་རྣམ་འགྱུར་
ཅི་དང་ཅི་ཡང་བྱུང་བར་གྱུར་ཏོ། །རྣམ་ཞིག་ན་རྒྱལ་པོ་ཉི་མའི་སྟོ་གྲོས་དེ་ཉིད་
ཀྱི་མདུན་སར་མཆོག་གི་སྟོན་པོ་རྣམས་འཁོར་དུ་བཅུག་སྟེ་རྒྱལ་ཐབས་ཀྱི་
བགྲོས་ལ་བསྐྱལ་བ་འདི་སྐད་ཅེས་སོ།།

ཞོར་འཛིན་དཔལ་མོ་མཛེས་བྱེད་རྒྱན་གྱི་མཆོག་།
སྤྱིད་པའི་རྒྱན་ཞེས་གྲགས་འདིའི་རྒྱལ་ཐབས་དཔལ། །
ལེགས་པར་བསྐྱུངས་ནས་ཆགས་རོལ་བདེ་དགའ་ལ། །
འགོད་ཕྱིར་གདུང་རབས་སྤེང་བར་མི་ལྷན་ན། །
ཅིན་ཏ་མ་ཉི་དོན་གཉིར་དོན་མ་ཐུན་གྱིས། །
ཆུ་གཉིར་ཆེན་པོའི་འཛིང་དུ་འཇུག་པ་ལ། །
གྲུ་གཟིངས་འཕྱལ་འཁོར་བྲལ་བའི་ངང་ཚུལ་དང་། །
རྣམ་དབྱེ་མ་མཆིས་དེ་ཕྱིར་ལེགས་བགྲོས་ནས། །

སྒྲེ་བཞིའི་དཔལ་ལྡན་མཆོག་གི་རྒྱལ་ཁབ་འདིར།
རིགས་རྒྱུད་ལྷན་ཉིག་སྤེལ་མཛེས་སྤེལ་ཐབས་སྒྲེས།
ཞེས་སྒྲེས་པ་ན། སྒྲོ་གྲོས་ཅན་གྱི་སྒྲོན་པོ་རྣམས་ནི། རིགས་སྤྲས་
འབྱུང་བ་ལ་གནས་སྤྱད་མཛེན་དུ་གྱུར་པ་ཞིག་དགོས་ཏེ། བ་མས་བྱ་ཆེད་
པའི་ལས་བྱས་ཤིང་བསགས་པ་དང་། བྱས་ཀྱང་པ་ཆེད་པའི་ལས་བྱས་ཤིང་
བསགས་པ་དང་། མ་རུང་ཞིང་སྒྲེ་མཆོན་དང་ལྡན་པ་དང་། བ་མ་ཆགས་
པར་གྱུར་ཅིང་འདུས་པ་དང་། སྤི་བུ་ཉེ་བར་གནས་པ་དང་། སྤི་བས་ཀྱང་རྗེས་
སྤྱ་ཆགས་པའམ། ཁོང་ཁོ་བའི་སེམས་ཐོབ་པ་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་གཏན་
པ་མེད་པའི་མཆོད་སྦྱིན་ལ་བརྩོན་པར་འོས་སོ་ཞེས་སྤྲོད་། དཔལ་རྒྱལ་ལྡན་
པ་རྣམས་ནི་རྒྱལ་རིགས་གཞན་དག་གི་བཙུན་མོའམ་བྱ་མོ་མཆར་སྤྱད་
དང་ལྡན་པ་ལུགས་བཞིན་གྱིས་འགྲུགས་པའམ། དབྱང་ཤེད་གྱིས་སྒྲོགས་
ཏེ་བཙུན་མོ་གཉིས་པར་དབང་བསྐྱར་ན་རིགས་སྤྲས་གྱི་རེ་བ་འབྲས་བྱ་དང་
ལྡན་པར་འགྱུར་རོ། ཞེས་སྤྲོད་རོ། །སྤྲེལ་དེར་སྒྲོ་གྲོས་མཆོག་ཏུ་གསལ་
བ་དེ་ལག་པ་གཡས་པ་དལ་བྱས་བསྐྱེད་བས་བྱ་ཁུ་བྱུག་ཡར་ལྗོངས་པའི་བརྟ་
དང་ལྡན་པས་འདི་སྐད་ཅེས་སོ།

ཉི་མའི་སྒྲོ་གྲོས་ཐོས་པ་འཛིན་དབང་དུ།
སྒྲོ་དང་སྒྲིང་སྒྲོ་བས་གྱིས་བསྐྱེམས་སྒྲོན་རིགས་རྣམས།
བསྐྱོས་པའི་ཆོག་རྗེས་ཞུགས་ཀྱང་རེ་བའི་འབྲས།
དོན་ལྡན་སྤིད་མོད་འོན་ཀྱང་གྲ་ཆོམ་དུ།

གཞན་འབྱོར་ཕུན་ཆོགས་མི་བཟོད་གཞན་དབང་གི། །

དགའ་མར་ལོངས་སུ་སྐྱོད་པའི་མཐུ་ཐོབ་གྲང་། །

རིང་ནས་མཛེའ་བས་བཅིངས་པའི་རྣ་ཆ་འཛིན། །

ཡིད་ཆད་གདུང་བའི་ཁུར་གྱིས་མི་མནར་རམ། །

དེ་སྐྱོད་དང་པོར་མཆོད་དང་སྐྱིན་པའི་ལས། །

རྣམ་དཀར་དགོ་བའི་ཐབས་བཟང་ལྟར་སྒྲངས་ཏེ། །

ཅེ་གཅིག་སྒྲོན་འདུན་དག་པོས་མཆོམས་སྐྱར་ནས། །

རི་བཞིན་འདོད་པའི་རེ་བ་རྫོགས་པར་ངེས། །

གལ་ཏེ་ལས་རྒྱང་མི་བད་ལྟར་བའི་ཤུགས། །

འགོག་ཏུ་མེད་པའི་བཞེད་དགོངས་མཁའི་སྒྲང་པོ། །

འཐོར་བར་གྱུར་ན་དཔལ་ལྡན་སྒྲོན་པོ་རྣམས། །

གཅིག་ཏུ་བགྲོས་པའི་དོན་དེ་ཉམས་སུ་ལོངས། །

ཞེས་སྒྲུས་པས། རྒྱལ་སྒྲོན་མཐའ་དག་བཞེད་པ་སྤྱོད་གས་གཅིག་ཏུ་

མཐུན་པར་གྱུར་ཏེ། དགོ་སྐྱོང་དང་། བམ་ཟེ་དང་། རབ་ཏུ་བྱུང་བ་དང་།

དཔེན་པར་བསམ་གཏན་ལ་སྐྱོད་པའི་བྲང་སྐྱོང་དང་། སྐྱོང་བ་པ་ལ་སོགས་པ་

བཀྱར་སྟེ་རིམ་གྲོས་བསྟེན་ཅིང་། ཡུལ་གྱི་ལྟ་དང་། ཁྱོང་ཁྱེར་སྐྱེད་ཆལ་གྱི་

ལྟ་དང་། རྣམས་ཆལ་དང་། རི་བོའི་ལྟ་དང་། གཞི་མདོའི་ལྟ་དང་། ལྷ་སྐྱང་གི་

ལྟ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་གསོལ་ཞིང་མཆོད་པ་དང་། སྐྱོང་བ་རྣམས་བས་

དང་། རོར་གྱི་མཁོ་དགུའི་ཡོ་བྱད་ཅི་དང་ཅི་འདོད་པའི་སྐྱིན་པས་ཆོམ་པར་

བྱེད་པ་སོགས་གཏན་པ་མེད་པའི་མཆོད་སྦྱིན་ཟད་མི་ཤེས་པ་ལ་འོངས་སུ་
 སྦྱོད་པར་འགྱུར་བའི་སྟ་གོན་ལ་བཙོན་པར་བྱས་ཏེ། རྒྱལ་པོ་ཉི་མའི་སློ་གྲོས་
 འདི་སྟམ་དུ་བསམས་པ། གང་དག་སྦྱབས་འོས་རྣམས་ལ་སྦྱབས་སུ་སོང་
 བའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ནི་བགྱང་བར་དཀའ་ཞིང་། རེ་བ་རྫོགས་པའང་
 དེ་དག་གི་ཐུགས་རྗེ་བསྐྱལ་བ་ལ་ལྟོས་པར་ཤེས་ནས་སྟམ་པ་འཆར་ཀའི་
 བད་འདབ་འཇུ་མ་པ་སྟ་བུར་སྦྱི་བོར་བཀོད་དེ་སྐད་གསང་མཐོན་པོས་འདི་
 སྐད་ཅེས་སོ།།

སྦྱབས་འོས་མགོན་རྣམས་ཐུགས་རྗེའི་ཉིན་མོར་བྱེད་པ་གང་། །
 བདག་གི་བསོད་ནམས་ཟབ་མོའི་མཁའ་ལམ་ཡངས་པོ་ལ། །
 ལེགས་པར་ཤར་བའི་བགྱའི་སྦྱང་བ་དཀར་པོ་ཡིས། །
 རྒྱ་ཆ་འཇིན་དེའི་མངལ་གྱི་བད་མོ་རྒྱས་པའི་དབུས། །
 རིག་འཇིན་གདུང་རབ་མེད་བྱུང་གཞོན་བྱུང་གི་ས་ར། །
 རོ་མཆར་རྒྱ་ཆེའི་བལྟས་དང་བཅས་ཏེ་འཇུག་གྱུར་ཅིག །
 དེ་ཆེ་མཁའ་ལ་སྦྱོད་པའི་སྟ་མོའི་ཆོགས་རྣམས་ཀྱིས། །
 བགྱའི་སྦྱ་ལེན་མེ་ཏོག་ཆར་ཆེན་འབེབས་པ་དང་།།
 རྗེ་རྗེ་ཁྱོ་བོའི་ཆོགས་ཀྱིས་འགོགས་རྣམས་མཐར་སྐྱོད་པའི། །
 ལས་ཀྱན་སྦྱབ་ལ་གཡེལ་བ་མེད་པའི་མཐུ་དབུང་བསྐྱེད།།

ཅེས་བརྗོད་དེ་མཆོད་སྦྱིན་གྱི་འཁོར་ལོ་རྒྱ་ཆེན་པོ་བསྐྱོར་བས་མི་

རིང་བ་ཉིད་དུ་ན་ཆ་འཛིན་ལུས་ལུས་པར་གྱུར་ཏེ་མངལ་གྱི་གནས་སྐབས་
ལྷ་རྫོགས་ནས་ལྷ་བ་བཅུར་ཉེ་བ་ན་རིགས་ཀྱི་མེ་ཏོག་ལྷན་སྤྱི་ཇི་ཙམ་ག་དང་
པོ་ཤར་བ་དང་མཚུངས་པ་ཞིག་ལེགས་བྱས་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་དང་བཅས་ཏེ་
བསྐྱམས་པར་གྱུར་ཏོ། །

དེ་ནི་སྐྱེས་མ་ཐག་ནས་དཔལ་ཞིང་བརྟལ་པོད་པའི་བླ་བ་བརྟེན་
པ། མཆོན་བཟང་པོའི་སྐྱེ་མཆེད་ཆང་བ། རིགས་ལྷན་གཟུགས་བཟང་བ་ལ་
སོགས་པ་མཐོ་རིས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བདུན་གྱི་དགེ་མཆོན་གསལ་བ། མཐོང་ན་
མི་མཐུན་པ་མེད་པ། བསོད་ནམས་ཀྱི་དཔལ་མངོན་པར་མཐོ་བ་ཞིག་བྱང་
ངོ། །དེར་རྒྱལ་སྒྲོན་མ་ལུས་རེ་བ་རྫོགས་ཤིང་ཆར་བེམ་བྱས་མན་པའི་བད་
མ་བཞིན་དུ་སྒྲོ་བས་བཏེགས་པར་གྱུར་ནས་བཅས་སྟོན་ཀྱང་ཉིན་ཞག་བདུན་
གྱི་ཐེང་བར་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་བར་བྱས་ཤིང་། མཆོན་མཁན་བྲམ་བེ་ལ་བསྟན་
པས་ངོ་མཆར་དུ་གྱུར་ནས་གཞོན་ནུ་འདི་ནི་འཛིག་ཏེན་ན་ལྷ་མེད་པ་ཞིག་
གོ་ཞེས་བསྐྱགས་པ་བརྗོད་པས། གཞོན་ནུ་ལྷ་མེད་ཅེས་བྱ་བའི་མིང་གི་དེལ་
བསྐྱགས་སོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུས་མཆོན་ནུས་སོ། །

གཞན་ཡང་གཞོན་ནུ་དུག་གི་གཏམ་རྒྱུད་དང་། ཏྲག་ཏུ་དུའི་རྫོགས་
བརྗོད་ལྟ་བུ་སྟེ། གོང་གི་བཅད་ལྷག་གཉིས་ཤེས་ཆར་བའི་རྗེས་སྟེལ་བ་མི་
ཤེས་པ་གང་ཡང་མེད་པས། འདིར་རྒྱས་པར་སྒྲོ་བ་མ་བྱས་སོ། །

གསུམ་པ། ཚུམ་རིག་གི་ཉམས་སྤྱོད།

འདིར་ཚུམ་རིག་གི་ཉམས་སྤྱོད་ཅུང་ཟད་སྤྱོད་ན། ཚུམ་པ་པོ་ནི་
མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་གི་བསམ་སྒྲུབ་ཁྲིམས་དཔོན་ཡིན། ཚུམ་པ་པོ་ལ་སྤྱོད་
འགྲོའི་ཆ་རྒྱུན་གསུམ་ཆང་དགོས།

དང་པོ། བརྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་སུམ་ཉག་ས་དག་གསུམ་དང་
མངོན་བརྗོད་སྤེབ་སྤྱོད་ཚིག་རྒྱུན་ནམ་སྤྱོད་པ་བཅས་ཤེས་དགོས།

གཉིས་པ། བརྗོད་བྱེད་ཆ་རྒྱུན་ཚོས་སྤྱོད་གཉིས་དང་རང་བྱུང་
ཁོར་ལུག་སྤྱོད་ཆགས། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གནས་ཞབས་སོགས་ཤེས་དགོས།

གསུམ་པ། བསམ་སྒྲུབ་ཆ་རྒྱུན། མང་ཚོགས་ཀྱིས་བསམ་སྒྲུབ་སྤྱོད་
ཆ་དང་། ངན་སྤྱོད་ཐེར་འདོན་དང་སྤྱོད་ཡོན་ཡོ་སྤྱོད་གི་ཆེད་རང་གི་ཁེ་
ལན་སྤྱོད་བཏང་བྱུང་པའི་ལྟ་བུ་བྱེད་དགོས། ཚུམ་ཡིག་འབྲི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཚུམ་
ཡིག་འབྲི་སྤྱོད་ཀྱི་ཐད་ལུས་དུས་ལ་བརྟེན་ནས་ཚུམ་ཡིག་གི་འགྱུར་འགྲོས་
ཀྱང་འདྲ་མིན་གྱུར་ཏེ།

དང་པོ། གནའ་ཚུམ་ནི་བསམ་སྤྱོད་དང་ཚིག་སྤྱོད་བརྗོད་གཞི་གསུམ་
ཀ་སྤྱོད་རྒྱུན་དང་འབྲེལ་བའི་ཚུམ་ཡིག་ལ་ཟེར།

གཉིས་པ། དེར་ཚུམ་ནི་དུས་རབས་ཀྱི་བསམ་སྤྱོད་ཆ་རིག་ལྟ་
བྱུང་ལྟར་པའི་ཚུམ་ཡིག་ལ་ཟེར།

གསུམ་པ། ཚུམ་ཡིག་གི་སྤྱོད་གཞི། ཚུམ་ཡིག་འབྲི་བའི་སྐབས་

བརྗོད་གཞི་གང་ཞིག་གཏན་འབེབས་བྱས་པ་དེ་ཉིད་ཅ་འཛིན་བྱས་ཏེ།
བརྗོད་དོན་ཁ་གསལ་ཞིང་གོ་བདེ་བ། བརྗོད་ཆིག་ཉུང་ཞིང་དོག་སྒྲིལ་བ།
སྒྲ་ཕྱི་གོ་རིམ་ཡོད་པ། བརྗོད་གཞི་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ཆིག་རྣམས་མེད་པ།
བརྗོད་ཆིག་ཡོངས་རྫོགས་བརྗོད་གཞིའི་ཐོག་ཏུ་བཞུགས་པ། བརྗོད་དོན་
ཀྱི་གནས་ལུགས་གཏིང་ཟབ་ཏུ་གཏོང་བ་བཅས་དགོས།

བཞི་པ། ཚུམ་ཡིག་གི་བརྗོད་གཞི་གཏན་འབེབས་བཟོ་སྐྱབས།
ཚུམ་ཡིག་མ་གྲིས་པའི་སྒྲ་དུ་ཚུམ་པ་པོས་གང་ཞིག་འབྲི་འདོད་པ་དེའི་ངོ་
ཐོ་དང་བྲད་ཆོས་རྒྱས་ལུགས་སོགས་གཏན་འབེབས་བྱེད་དགོས། དཔེར་
ན། བོད་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་ལ་བསྟོད་པའི་ཚུམ་ཡིག་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་མཆོན་ན་
ཡུལ་སྒྲོངས་ཀྱི་གངས་རི་དང་། རྩ་རི། སྤང་རི། དེ་བཞིན་རྩ་ཤིང་ནགས་
ཆེལ། མཆོ་དང་གཙང་པོ། ཡུལ་སྒྲོངས་ཀྱི་བཟོ་དབྱིབས། དུས་ཆིགས་
དང་གནམ་གཤིས་ཀྱི་འགྱུར་དོག་། ཤིང་འབྲས་དང་ལོ་རྟོག་། མེ་རྟོག་དང་
འབྲས་བུ། གཙན་གཟན་དང་རི་དྲགས། བྱ་དང་བྱེ་ལྷ། གསེར་དངུལ་
ཟངས་ལུགས། རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་ཐོན་ཁུངས་རྟ་མཛོ་ར་ལུག་སོགས་སྒོ་
ལུགས་བཅས་ཀྱི་གནས་བཞུགས་ཞིབ་འཇུག་གིས་གཏན་ལ་ཕབ་རྗེས་གཞི་
ནས་ཚུམ་ཡིག་འབྲི་དགོས།

ལྷ་པ། ཚུམ་པ་པོའི་བསམ་སྒྲུའི་འཆར་སྒོ་གཏིང་ཟབ་ཏུ་གཏོང་ཐབས།
ཚུམ་པ་པོས་བརྗོད་གཞི་གང་ཞིག་བཟུང་བ་དེའི་ཐོག་བསམ་སྒྲུའི་འཆར་སྒོ་
གཏིང་ཟབ་ཏུ་གཏོང་བའི་ཆེད། བརྗོད་གཞི་འམ་དོན་རྒྱུན་དེའི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་

གང་དུ་ག་དུས་ཇི་ལྟར་ཅི་ཞིག་། དེའི་མཁུག་འབྲས་སོགས་དང་འབྲེལ་བའི་
ཚུམ་ཡིག་འབྲི་དགོས།

བྱུག་པ། ཚུམ་ཡིག་གི་རྣམ་གྲངས། བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་ལ་བརྗོད་
གཞི་དང་དུས་མཚམས་གང་ཅིའི་ཐོག་ནས་ཞིབ་འཁུག་བྱས་ན་རྣམ་གྲངས་
མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དག་ལས་འགའ་ཞིག་འབྱར་དུ་བཏོན་ནས་
བཤད་ན།

སྟན་ཚུམ། སྟན་ཚུམ་ཞེས་པ་ནི་ཆོག་སྒྲོར་གྱི་སྒྲུ་ཅལ་ཕུན་སུམ་
ཆོགས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཚུམ་པ་པོས་གང་ཞིག་བརྗོད་འདོད་པ་དེ་ཉིད་འབྱར་
དུ་བཏོན་ནས་སྒྲོག་མཁན་གྱི་སེམས་ཁམས་ལ་དགའ་སྤྱད་གི་ཆོར་སྒྲུང་
སྒྲོད་པའི་ཆོག་རྒྱན་གྱི་ཚུམ་ཡིག་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། འདི་ཉིད་འགོ་བ་མིའི་སྒྲི་
ཆོགས་ཐོག་མར་བྱུང་བ་དང་དབྱུང་གཏོང་མཉམ་དུ་གཤེབ་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་
ཡིན། འདི་ལ་ནང་བསྐྱེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བྲེན་གཏོད་མའི་སྟན་ཚུམ་དང་། སྒོལ་
རྒྱན་སྟན་ངག་རང་མོས་སྟན་ངག་གམ་སྟན་ངག་གསར་བ་བཅས་ཡོད།

དང་པོ། གཏོད་མའི་སྟན་ངག་ནི། བོད་མི་རིགས་འདིའི་གཏོད་མའི་སྒྲི་
ཆོགས་ཀྱི་སྐབས་ནས་བྱུང་ཞིང་། ད་ལྟའི་བར་དམངས་ཁྲོད་དུ་མང་ཆོགས་
ཀྱི་འཆོ་བ་དང་ཁ་བྲལ་ཐབས་མད་པའི་བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིགས་སྒྲུ་ཅལ་མེད་
ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཡིན། དེའི་དཔེ་མཆོན་ཞིག་བཀོད་ན།

ས་ཡར་ཡར་འགོ་ཞིང་ཡར་ཡར་འགོ། །

ས་ཡར་ཡར་ཉི་མ་སྟ་ས་རེད། །

ནངས་ཤར་མཐའ་བཀྲག་དུས་སྤིང་སྒོར་འགོ། །
གསལ་ཉི་ཅེ་པོག་དུས་རྫོ་མངལ་འགོ། །ལྟ་བུ་ཡིན།
གཉིས་པ། སྒོལ་རྒྱན་སྒྲན་ངག་ནི། མེ་ལོང་མ་བོད་བསྐྱར་བྱས་རྗེས་
ཀྱི་ཤུགས་ཆེར་དར་བའི་ཚྭ་ལུགས་ཤིག་ཡིན་ཚུལ་གཞན་དུ་བྲིས་བྲིན་པ་
ལྟར་ལགས། དཔེ་མཆོན་ཙམ་བཀོད་ན། གཞོན་ཀུ་ལྷ་མེད་ཀྱི་ཉོགས་བརྗོད་
ལས།

ཟབ་གསལ་ཡེ་ཤེས་མཆོག་གི་མེ་ལོང་ཆེར། །
ཤེས་བྱར་སྤིང་རྣམས་གཟུགས་བརྟན་ཡོངས་རྫོགས་པ། །
རབ་འབྱམས་རྒྱལ་ཀྱན་ཡབ་གཅིག་བཅུ་དྲུག་གི།
ལང་ཆོའི་དཔལ་འབར་སྤྲ་བའི་རྒྱལ་པོས་སྦྱོངས། །
མཐོང་ཐོས་དྲན་དང་རེག་པའི་ཆ་ཙམ་གྱིས། །
ངག་ལ་མི་ཟད་བདུད་ཅིའི་འདོད་འཇོའི་གཏེར། །
རྟོ་རྗེ་དབྱངས་ཀྱི་རྒྱལ་མོ་མཆོ་ལྡན་མ། །
ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་བད་མོར་དབྱེས་པར་རོལ། །
མི་སྤེད་དད་པའི་ཕྱག་རྒྱས་རབ་བཅིངས་ནས། །
མོས་གདུང་དབྱངས་ཀྱིས་ང་རོས་གསོལ་འདེབས་བྱར། །
སྒོ་དང་སྒོ་བས་པའི་མཆོག་སྦྱིན་འབད་མེད་དུ། །
སྒོལ་བར་མཇུག་པའི་ཐུགས་རྗེ་མེད་དུ་བྱང་། །
ཤེས་རབ་ལྟ་རྣམས་ཐུགས་རྗེའི་བྱིན་ཆེན་པོས། །

ཡོངས་སུ་བསྐྱུངས་ན་མོངས་རྩལ་ངག་ལས་ཀྱང་། །
སྙན་འཇེབས་ལེགས་པར་བཤད་པའི་རོལ་མོ་ནི། །
འགྲོལ་བའི་མཐུ་དང་ལྡན་པར་ངེས་རབ་ཞུགས།། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་
བུས་མཆོན་ནོ།།

གསུམ་པ། རང་མོས་སྙན་ངག་ནི། སྒྲེབ་སྒྲོར་བཅད་ལྷུག་གང་མོས་
རང་དབང་ཅན་གྱི་སྙན་ངག་རྣམས་ཡིན། འདི་ལ་སྙན་ངག་གསར་བ་ཡང་
ཟེར། དཔེ་མཆོན་འགའ་ཞིག་བཀོད་ན།

༼ ཏྲ་ཁོད། ༽

ཁྲི་ལ་བསྐྱུར་བ།

མིག་པས་སྤང་ཁོད་གཏུབས།

འཆར་སྐད་གྱིས་སྤྱང་འཇགས་དགྲོགས།

གོམ་སྟབས་གྱིས་སྤྱང་ཆེན་བགོམ།

སྒྲ་སྒྲུབ་མེད་པའི་ཏྲ་ཁོད་ཡ།

ལས་དབང་གིས་རྒྱབ་ནས་དེད།

སྤྱེས་དབང་གིས་མདུན་ནས་བསྐྱུས།

འཆོ་འདོད་མེད་པའི་ཨ་པོ།

ཅང་ཤེས་རྟ་ཡི་བདག་པོར་གྱུར།

སྒྲ་སྒྲུབ་གྱིས་རྒྱན་སྒྲས་མེད་པར།
རི་ཐང་སྒྲུང་གསུམ་ལས་བརྒྱལ་ནས།
མི་ལམ་གཏོང་ཐེངས་གཅིག་ལ།
ལྷ་ཡུལ་གྱི་ཞིང་ཁམས་བསྐྱུལ།
ལྷ་ཡུལ་གྱི་མེ་ཏོག་རྒྱང་རེ་རེ་བཞིན།
མི་ཡུལ་གྱི་འཇའ་འོད་ལ་ཐིམ་དུས།
ད་བཟོད་མི་ལམ་ལས་འཕོས་ནས།
ཕྱིར་སྒྲ་ཡི་བོ་བ་སྤྱོད།

རི་སྐྱེས་ཏུ་གློད་ཡ།
ངས་ཁྱོད་ལ་སྒྲུབ་མ་ཐུར་མི་བསྐྱོན་ལ།
ངས་ཁྱོད་ལ་སྒྲ་ཆས་མི་སྒྲས།
རི་སྐྱེས་ཏུ་གློད་སྒྲོ་བོག་མི་ཡོང་བ།
ངས་སྒྲ་ས་ནས་ཤེས་གྱི་ཡོད།

༢༠༠༣།༩།༡༦ ཉིན་སློབ་གྲུང་བྲིས། ༢༠༠༥ལོར་༼གཉན་ཆེན་ཐང་
ལྷ་༽གསར་ཤོག་ཐོག་བཞག་དོ།

ཡང་ན།

༼གསོན་ལྷགས་མེད་པའི་སྙིང་༽

ཉི་འོད་ལ་དྲུང་ནས་མཁའ་དབྱིངས་ལ་རྒྱང་བལྟས་བྱས།

ཉི་འོད་།

སྒྲིན་གསེབ་ནས་ཤར་ཞིང་སྒྲིན་གསེབ་ནས་ཡིག།

སྙིང་ཁོང་གི་ཆ་རྒྱབས་དང་རེ་སྐྱུག་གི་མེ་ལྷེ་འདྲེས།

རང་བྱུང་གི་འཕོ་འབྱུར་འདི་སྐྱེ་དངོས་མིན་པའི་བྱད་ཤིང་ཞིག།

སྙིང་ཁམས་ཀྱི་གསོན་ལྷགས་ཡོད་ཚད་མེ་ལ་བྲིམ།

ཟླ་འོད་ལ་དྲུང་ནས་མཆན་མོ་ལ་རེ་སྐྱུག་བྱས།

ཟླ་འོད་།

ཡར་ངོའི་འཕེལ་ཁ་དང་མར་ངོའི་གྲིབ་ཁའི་བར་ནས་རྒྱབ་སྤྱོད་གས་སུ་

སྐྱུང་།

སྙིང་ཁོང་གི་གང་རྒྱབས་དང་འཆར་ཡན་གྱི་ཚུ་འབྲུག་འདྲེས།

རང་བྱུང་གི་ཆོ་འབྲུལ་འདི་འབྱུང་བ་མིན་པའི་འབྲུག་རོམ་ཞིག།

སྙིང་ཁམས་ཀྱི་གསོན་ལྷགས་ཡོད་ཚད་ཚུ་ལ་བྲིམ།

ཁྲིད་རང་ལ་དྲུང་ནས་ཁྲོམ་གསེབ་ལ་རྒྱང་བལྟས་བྱས།

ཁྱོད་རང་།

མི་ཚོགས་གསེབ་ནས་ཡིབས་ཏེ་མི་ཚོགས་གསེབ་ཏུ་བརྒྱགས།

སྤྱིང་ཁོང་གི་བཙེ་མདངས་དང་རེ་ཞགས་ཀྱི་སྤྱིང་མདང་འདྲེས།

སེམས་ངོགས་ནས་འཕྱར་བའི་འཚུ་བ་མ་འདི་རང་བྱུང་མིན་པའི་རྒྱུང་

ཡན་ཞིག

སྤྱིང་ཁམས་ཀྱི་གསོན་ལྷགས་ཡོད་ཚད་རྒྱུང་ལ་ཐིམ། ལྷ་བྱ།

ཡང་ན།

༼ཆང་དང་ལས་དབང་༽༽

ཆང་ཁང་དུ་འགྲིམས་འདོད་མེད་ཀྱང་།

ཆང་མའི་བྱར་མིག་དེ་བཙན་བྱགས་སོང་།

ཆང་གིས་བཟེ་འདོད་མེད་ཀྱང་།

ཆང་པབ་ཀྱི་རྒྱས་ལྷགས་དེ་ཆེ་བྱགས་སོང་།

སྤྱི་བྱིད་ལ་དགའ་མཁན་སྤྱི་ཡང་མེད་ཀྱང་།

སྤྱི་བྱིད་དང་མི་འགྲོགས་མཁན་སྤྱི་ཡང་མེད།

ང་སྤྱིགས་བྱགས་པ་དེ་སྤྱི་བྱིད་ཡིན་ལ།

ཁྱོད་སྤྱི་བྱགས་པ་དེ་འང་སྤྱི་བྱིད་ཡིན།

ཁ་བ་དང་ཆ་བ་ལ་བྱད་པར་ཡོད་ན།
རང་ཡུལ་དང་མི་ཡུལ་ལ་བྱད་པར་ལོས་ཡོད།
ང་ཆོ་འེ་བེམ་ག་བྱུགས་འདི་སྤྱི་བྱིད་འོག་ཡོད་ཀྱང་།
ཁ་བ་དང་ཆ་བའི་རིག་བྱ་ཤེས་དགོས།

ཀྱེ་གྲོགས་པོ་ལགས།
ཁྱོད་ཀྱིས་ལས་དབང་དང་སྤྱི་བྱིད་ཀྱི་སྒྲོམ་ཆོག་ཨེ་ཤེས།
རང་ཡུལ་དང་མི་ཡུལ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཨེ་མཁྱེན།
སྤྱང་བྲགས་ནས་རྒྱ་དང་ཆིངས་ཡིག་བཞག
སྤྱགས་བྲགས་ནས་མི་ཆེ་མི་ཡུལ་སྤྱེལ།

ཀྱེ་གྲོགས་པོ་ལགས།
ད་དྲུང་འཐུངས་ཤིག
ར་བཟེ་བའི་མིག་ལམ་ན་མཛེས་མའི་ཞིང་ཁམས་ཡོད།
ར་བཟེ་བའི་སེམས་ཁམས་ན་དག་ཞིང་གི་འཛིག་ཉིན་ཡོད།
ར་བཟེ་བ་འདི་ཁྱོད་དང་ང་ཡི་ལས་དབང་ཡིན།
ར་བཟེ་བ་ནི་མི་ཡུལ་གྱི་འཛིག་ཉིན་ཉུལ་བའི་རམ་འདེགས་ཀྱང་ཡིན།
ཕྱི་ལི་པོ་ཏཱ་ལའི་མགོན་ཁང་དུ། སྤྱི་ལོ་༢༠༠༡ ལྷ་ ༥ ཆེས་ ༢༩ ལ་

གྲིས། ལྷ་བྲ།

ཡང་ན།

༼ ང་བཟེ་མེད། ༽

འཇིག་རྟེན་གྱི་གྲུ་ག་ཡོངས་རྫོགས་ཆང་གིས་གང་འདུག
ངའི་རྒྱང་འོག་གི་ལམ་སྤེ་དེ་ཡང་ཆང་ཁང་ལ་བྱུག་འདུག
མ་གཞི་ང་རང་ཆང་གི་ཞིང་ཁམས་ལ་སྤྲེགས་པ་འདྲ།
ཆང་རྒྱག་རྒྱད་པོ་ཆོས་ང་ལ་མིག་བརྟ་འཕེན།
ཁོང་ཆོས། ཆང་རག་ནི་སྤྲེས་པ་པོ་ཡི་ཆེ་སྤྲོག་ཡིན་ཟེར།
ཆང་མ་ཆོས་ང་ལ་བྱུར་མིག་བལྟས།
ཁོ་མོ་ཆོས། ཆང་རག་ནི་མཛེས་མ་འགྲུགས་པའི་ལྷགས་རྒྱ་ཡིན་ཟེར།
ཆེ་སྤྲོག་དང་ལྷགས་རྒྱ་ལ་རེག་མ་སྤྲོང་བའི་ང་།
ང་ཡང་སྤྲོང་འཇིག་རྟེན་འདིར་འཆོ་དགོས་དོན་གང་ཡིན་ནམ།
ཆེ་སྤྲོག་ལ་རིན་ཐང་མེད་ན།
འཇིག་རྟེན་འདིར་འཆོ་དགོས་དོན་གང་།
མཛེས་མ་ལ་རིན་ཐང་མེད་ན།
ལྷགས་རྒྱ་ལ་ཞེན་ཆགས་དགོས་དོན་གང་།
ཆང་རྒྱགས་ཆོས་ང་ལ་ཁྲེལ་དགོད་བྱས་བྱུང་།

ཆང་མ་ཚོས། ང་ལ་སྐྱེས་པ་པོ་ཡི་རིན་ཐང་མི་འདུག་ཟེར།

གང་ལྟར། རིན་ཐང་མེད་པ་དེ་ངའི་རིན་ཐང་ཡིན།

ཆང་མ་ཚོ།

ང་ད་དུང་བཟེ་མེད།

ང་ད་དུང་ཆང་གིས་བཟེ་མེད།

༡༠༠༡། ༥༡༣༩ པོ་རྩ་ལའི་མགོན་ཁང་དུ་བྱིས། ལྷ་བྱས་མཆོན་རྒྱས་
སྙམ་སྟེ་འགྲེལ་བ་ཤད་ངག་ཐོག་ནས་ཁྱེ་ཆོག།

མཐུག་བསྐྱུས།

མདོར་ན་བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་སྟེན་སྦྱར་གྱི་སྒོར་
དང་། སྟེན་སྦྱར་གྱི་སྒོམ་གཞི་ནང་ཚུད་པའི་བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་ནི། རྣམ་མཁའ་
ལས་མཐོངས་ཡངས་ཤིང་། རྒྱ་མཚོ་ལས་གཏིང་ཟབ། རི་བོ་ལས་དཔངས་
མཐོ་ཤིང་། རྩ་བོ་ལས་རྒྱ་ན་རིང་བས། དེ་དག་གི་སྒོར་ཟབ་ཅིང་རྒྱས་པ་ནི།
དབྱངས་ཅན་མའི་པང་འགོ་དང་། སྟོན་པའི་སྒྲུག་ཅེ་གང་ནས་ཀྱང་འཐོན་
ཐབས་མེད་པས། ཁོ་བོ་ལྷ་བྱས་སྐྱ་བའི་རྩོག་ལ་ཐོགས། བོད་སྤྱི་དཔ་ཆགས་
ནས་ཚོས་རྒྱལ་མེས་དཔོན་རྣམ་པའི་བར་གདོད་མའི་ངག་ཚུམ་དང་། བེ་རོ་
དང་སྐྱ་ཚོག་ཞང་གསུམ་ནས་བཟུང་བསྟན་པ་ཕྱི་དར་བར་གྱི་བསྐྱུར་ཚུམ་
དང་། འཇམ་མགོན་ས་པཎ་ནས་དགེ་ཚོས་བར་གྱི་སྟོན་རྒྱན་ཚུམ་ཡིག་གི་

འཕེལ་རིམ་དབྱར་གཞུང་གི་མཆོ་མོ་དང་། སྟོན་སྡེ་དཔལ་གྱི་ཟླ་བ་ལྟར་གོང་
ནས་གོང་དུ་བརྟམས་པའི་ལོ་རྒྱུས་འགོང་ཆེ་ལ། ཕྱི་སྤྱིང་པའི་མཁས་པ་ཆོས།
བོད་ནི་སྟན་ངག་གི་ཞིང་ཁམས་རེད། བོད་སྡེ་དཔལ་ནི་སྤྱུ་གར་གྱི་རྒྱ་མཆོ་རེད།
ཅེས་པའང་དོན་ལ་གནས་པའི་བཤའ་པ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་ངེས།

ས་པག་དུས་འགྱུར་བྱུང་བའི་རྗེས་ནས་ཀྱང་། དོན་གྲུབ་རྒྱལ་སོགས་
གཞིན་སྐྱེས་མཁས་པ་དུ་མས་ཕྱི་སྤྱིང་ནས་དར་བའི་ཚོམ་སྒོལ་གསར་པའི་
དུ་མ་ནང་འཛིན་བྱས་བྱས་ཏེ། བོད་ཀྱི་སྒོལ་རྒྱན་ཚོམ་ལུས་ཐོག་ཁ་བསབ་
གནང་བ་ནས། སྟན་ངག་གསར་པ་ཞེས་གྲགས་པ་འདི་བྱུང་བས་མཆོན། ད་
ལྟར་ནི་བོད་ཕྱི་ནང་གང་དུ་འང་སྐྱ་སེར་རེས་མེད་ཀྱི་གཞིན་སྐྱེས་མི་ཅུང་བ་
ཞིག་ཚོམ་རིག་ལ་ཏེ་ལངས་པའི་སྐབས་ཡིན་ལ། ཚོམ་རིག་ལ་ཐོག་མར་
འཇུག་པའི་སྒོ་ལྟ་བུ་ནི་སྤེལ་སྦྱོར་རང་ལ་རགས་ལས་པར་བསམས་ནས།
བོད་ཀྱི་སྤེལ་སྦྱོར་རིག་པ་འབྱར་དུ་བཏོན་པའི་ཞར་ལ་ཚོམ་རིག་གི་རྣམ་
གངས་དང་ཉམས་སྦྱོང་གི་སྒོར་ཡང་སྐབས་སྐབས་ཀྱིས་པན་པ་ཡོང་རེས་
ཅུང་ཟད་བཀོད་པ་ལགས་སོ།།

སྤེལ་སྦྱར་རིག་པའི་གྲ་རྒྱུངས་མ་བརྟེན་པར།

ཚོམ་རིག་རྒྱ་མཆོར་འཇུག་པ་ལུགས་མིན་པས།

འཇུག་མཁས་པའི་དེད་དཔོན་བཙལ་བྱས་ནས།

ཐོག་མར་སྤེལ་སྦྱོར་སྤྱིག་པའི་ལས་ལ་འབྱུངས།

མདོ་སྒྲགས་གསུང་རབ་དགོངས་འབྲེལ་མན་ཆད་ནས།
གྲོང་གསེབ་རྒན་མོའི་གནའ་སྦྱང་ཡན་ཆན་ཀྱན།
ཆིག་གི་སྒྲིབ་སྦྱོར་འདི་ལ་མ་སྦྱོས་པར།
མ་བྱང་མི་འབྱང་བྱིས་ཀྱང་འབྱང་མི་འབྱུང།

བརྗོད་བྱ་ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེར་ཁས་འཆེ་ཞིང་།
རྗོད་བྱེད་སྙན་ངག་རྒྱན་གྱིས་སྤྲས་སྙམ་ཡང་།
སྒྲིབ་ལེགས་ཆིག་གི་སྦྱོར་བ་མི་ལྡན་ན།
ལེགས་བཤད་གཏམ་དུ་མཁས་པ་སུ་ཡིས་བཅི།

དེ་བྱིར་ཁྱོད་ཉིད་འཆད་ཚོད་ཚུམ་གསུམ་ལ།
བརྟན་ནས་མཁས་པའི་གོ་ས་སྒྲིགས་འདོད་ན།
སྒྲིབ་སྦྱོར་རིག་པའི་ཆིག་གི་སྦྱོར་བ་ལ།
ངས་པར་སྙན་ཅིག་རིག་པའི་གྲོགས་པོ་ཀྱེ།

ཞེས་བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་སྒྲིབ་སྦྱོར་དང་ཚུམ་རིག་གི་ཉམས་སྦྱོང་སྒྲོར་འདི། དེ་སྔོན་པར་ཆལ་སྒྲོབ་གྲའི་ནག་པང་ཐོག་ཐོལ་བྱང་དུ་བྲིས་ཞོར་སྒྲོབ་འབྲིད་བྱས་ཤིང་། ཆ་ཆང་བ་སྒྲོབ་འབྲིད་བྱེད་ལོང་མ་བྱང་བས་འབྲི་འབྲོར་ལུས། དེ་རྗེས་འབྲས་སྦྱངས་སྒོ་གསལ་གྱིང་སྒྲོབ་གྲར་སྙན་ངག་གི་སྔོན་འགྲོ་སྒྲིབ་སྦྱོར་འབྲིད་སྐབས། དམིགས་བསལ་སྒྲོབ་དེབ་མེད་

སྐབས་སྒྲེབ་སྦྱོར་སྦྱོར་འབྲིང་ལ་ཉེ་བ་མཁོ་བར་བསམས་ནས་མདོ་བསྐྱུས་
ཅམ་ཞིག་གངས་སུལ་གྱི་རོལ་དབྱངས་དུས་དེབ་ཐོག་བཀོད། སྐར་སྦྱི་ལོ་
༡༠༠༥ ཟླ་བ་དང་པོ་ནས་གཉིས་པའི་བར་སྐར་ར་ཏ་སི་བོད་གྱི་ཆེས་མཐོའི་
གཙུག་ལག་སྦྱོར་གཉེར་ཁང་གིས་གདན་ཞུས་ཐོག་ཇི་སྐར་རེ་བ་གནང་དོན་
བཞིན་ཟླ་བ་གཅིག་གི་རིང་ལ་ཚུམ་རིག་གི་བབ་སྦྱོར་སྦྱོར་ཁུལ་བྱས་སྐབས།
གནས་མཆོག་བླ་སྦྱོར་སྦྱོར་པའི་ནགས་འདབས་སྐར་ཏའི་མཐོ་སྦྱོར་གྱི་བསྟེ་
གནས་ནི་ཉེ་རོའི་མཐོན་ཁང་དུ་འདི་ཉིད་ཟིན་གྱིས་བཏབ་སྟེ་མཇུ་བ་འབྲིང་
བྱས་ཤིང་། སྐར་ནས་སྦྱོན་འཕྲི་དང་བསྐྱར་བཅོས་ཅུང་བད་བྱས་ཏེ་བོད་
གཞུང་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་གྱི་ཤེས་ཡོན་དུས་དེབ་ཏུ་ཕུལ་བ་དག་ལེགས་
འཕེལ།

སྒྲུབ་དག་མེ་ལོང་མའི་སྒྲོམ་ཆིག་མཁས་པའི་སྒྲིང་ལོར་སྒྲོ་གསལ་
མགྱེན་པའི་རྒྱན་གཅིག་ལྷུགྱེ་ཀའི་སྒྲིང་བ་ཞེས་བྱ་བ།

༩ རྒྱལ་ཀྱན་མཁྱེན་རབ་དམར་སེར་ལི་ཁྲིའི་ཁམས། །གཅིག་བསྐྱུས་
འོད་ཞགས་རྗེན་པོས་ཤེས་བྱའི་ཁྲོན། །གསལ་མཛད་ནང་གི་ཉི་མ་སྒྲོ་བའི་
སྒྲུ། །འཇམ་དཔལ་རྗེན་པོས་དག་གི་ཤེས་པ་སྒྲུབས། །རབ་དཀར་འོ་མའི་ཚུ་
གཏེར་གཡོ་བའི་འཇིངས། །རབ་སྒྲུབ་དྲི་བའི་འཕང་འགོ་འཁྲོལ་བའི་ཉམས། །
རབ་མཛེས་ཆངས་སྒྲས་དབྱངས་ཅན་དག་གི་སྒྲུ། །རབ་དང་སྐལ་བྱུང་སྒྲོ་
བའི་ཤེས་པ་སྒྲུབས། །སྐལ་བྱུང་མཁས་རྒྱའི་སྒྲིང་ལོར་ཆིག་གི་སྒྲོམ། །དེ་རྒྱའི་
དགོངས་པའི་ལྷུགྱེ་ཀ་ཡི་སྒྲིང་། །རྣམ་གྲངས་དར་གྱི་སྒྲིང་བྱ་ལ་བརྒྱས་
ཏེ། །བཀོད་ལེགས་སྒྲོ་གསལ་མགྱེན་པའི་སྒྲེས་སྐྱེ་འདེགས། །དུས་ཀྱི་ཐུན་
མཚམས་ཐ་མ་འདིར། །བཅུ་སྟག་ཤེས་བྱ་རིག་པའི་གཞུང་། །སྒྲོ་བའི་ཉི་
མ་པལ་ཆེར་རྒྱབ། །འགའ་ཞིག་སྒྲོ་གཅན་ཁ་ན་བེམ། །ཐུན་སྐྱུག་སྐྱུག་རུམ་
འཐུག་པོའི་ནང་། །འབྱུང་པོའི་བྱ་ཆོགས་འབྱུང་སྟག་གིས། །འདི་གོ་མཁོ་
མེད་གཞུང་ཡིན་ཞེས། །མགྱེན་པ་བསྐྱེབས་ནས་མཉམ་དུ་སྒྲིང་། །རྒྱ་ཆོགས་
ཤེས་པ་མཁོ་མེད་ན། །འབྲས་བྱ་ཀྱན་མཁྱེན་མཁོ་མེད་སྒྲོས། །རྒྱ་མ་ཆོགས་
པའི་འབྲས་བྱ་དག་ ཀྱན་མཁྱེན་ཡིན་ཀྱང་རྟེན་རུས་མིན། །མ་བསྐྱེབས་ཀྱན་
མཁྱེན་འགྱུར་སྒྲིང་ན། །ལས་འབྲས་རྒྱན་ཞེས་སྒྲོ་བར་གྱིས། །ཤེས་བྱ་སྒྲོགས་
རེ་ཅམ་བསྐྱེབས་པས། །ཀྱན་མཁྱེན་ཐོབ་པར་རུས་སོ་ལོ། །ཤེས་བྱ་ཀྱན་ལ་

མ་བསྐྱབས་ན། །ཀུན་མཁྱེན་ནམ་མཁའི་མཐའ་ལྟར་རིང་། །དེ་སྤང་རྒྱལ་བ་
 མ་པམ་པས། །དེ་ལ་དེ་བཙོན་བྱ་ཞེས་གསུངས། །སྤྱོད་གསོ་བཟོ་ནང་དོན་
 དང་། །སྙན་ངག་མངོན་བརྗོད་སྤྱོད་སྤྱོད་རྩིས། །སྤྱོད་གར་བཅས་ཏེ་བཅུ་ཕྱག་
 གནས། །མཁྱེན་ནམ་མཁའ་པའི་གོ་ས་སྟེགས། །རང་གིས་སྤྱངས་པའི་ཤེས་
 བྱ་དེ། །ཆེ་མཐོ་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་བཏེགས་ནས། །རང་ཉིད་མོངས་པའི་
 རིག་གཞུང་ལ། །སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པོའི་རང་མཆང་ཡིན། །ཕྱོགས་ཀྱི་འཕགས་ཡུལ་
 སྙན་ངག་མཁན། །རམ་ལ་མ་དང་ལྟ་ར་ཏ། །སོགས་ཀྱི་གཞུང་ལས་བསྙན་པ་
 རྣམས། །དཀྲིས་མེ་ལོང་ནང་དུ་བསྐྱུས། །འདི་ལ་ལེ་ལུ་གསུམ་ཡོད་དེ། །དང་
 པོར་བརྒྱ་དང་བཙོན་ལྟ་དང་། །གཉིས་པར་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་ལ། །གསུམ་
 པར་བརྒྱ་དང་བྱ་དྲུག་སྟེ། །བསྐྱེད་པས་པས་ཤོ་ལོ་ག་ཡི་བྱངས། །དྲུག་བརྒྱ་
 དྲུག་ཅུ་ཅ་དྲུག་གོ། །ཕྱི་གང་ཞིག་བརྗོད་བྱའི་དངོས་པོ་དག །ཕུན་ཚོགས་རྫོང་
 བྱེད་ཆིག་གི་ཉམས། །རྣ་བར་སྙན་ཞིང་ཡིད་ལ་ནི། །འཇེབས་པ་སྙན་ངག་
 མཆོད་ཉིད་ཡིན། །ཕྱི་འདི་བཤད་གཞུང་གི་སྤྱོད་འགྲོ་གསུམ། །སྙན་ངག་ཤེས་
 པའི་པན་ཡོན་དང་། །མ་ཤེས་པ་ཡི་ཉེས་དམིགས་དང་། །སྙན་ངག་ཕུན་སུམ་
 ཚོགས་པའི་རྒྱུའོ། །ཕྱི་འཆད་དང་རྩོད་དང་རྩོམ་པ་དང་། །འགགས་འབྱེད་ཟུར་
 ཟ་སྤྱོད་མོ་སོགས། །རྫོང་ཆིག་སྤྱི་ཕྱི་མི་འགལ་ཞིང་། །དོན་གྱི་ཆ་ལ་སྤྱོད་མེད་
 པ། །སྤྱོད་ལྟར་ཀུན་གྱིས་གོ་སྤྱོད་པ། །སྙན་ངག་ཤེས་པའི་པན་ཡོན་ཡིན། །ཕྱི་བརྗོད་
 དོན་ལོག་པར་བཀྲལ་བ་དང་། །ཆིག་དོན་སྤྱི་ཕྱི་འབྲེལ་མེད་དང་། །གྲོང་ཆིག་
 པལ་སྤྱོད་འཇེབས་པ་སོགས། །སྙན་ངག་མི་ཤེས་པ་ཡི་སྤྱོད། །ཕྱི་སྤྱོད་སྤྱངས་

ཞེས་རབ་ལྷུང་བ་ལས། །རང་བཞིན་སྤྱོད་བཅུ་བ་དང་། །བརྒྱ་སྤྱོད་མཛོན་
བཅུ་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་། །ཕྱི་དང་ནང་གི་བཅུ་གཞི་ཀྱན། །མང་ཐོས་བཅོན་
པས་ལྷུང་བ་ནི། །སྤྱོད་དག་ལྷུང་སྤྱོད་ཆོག་པའི་རྒྱུ་ལོ། །རྒྱུ་ཆོག་པས་བ་ལས་
འབྲས་སྤྱོད་བ། །ཏེན་འབྲུང་རྒྱལ་མོའི་ཅ་བྱིས་པ་ཏེ། །མ་ཆང་མེད་རྒྱུ་དེ་ལས་
ནི། །འབྲས་བྱ་གང་གིས་སྒྲོག་བྱས་མིན། །

༥ དེ་ལྷུང་སྤྱོད་འགྲོ་གསུམ་ཞེས་ནས། །ལུས་དང་རྒྱན་དང་སྤྱོད་སེལ་
གསུམ། །སྤྱོད་དག་གཞུང་འདིའི་བཅུ་བྱ་ཡིན། །

༥ ལུས་ནི་བཅུ་དོན་གོ་བྱེད་ཀྱི། །ཆོག་པས་གསུམ་བྲེང་བའི་བདག་ཉིད་
དོ། །དེ་ལ་བཅད་ལྷུང་སྤྱོད་མ་གསུམ། །ཆོག་པས་བཅད་ཅེས་བ་ཆོག་གི་བྲེང་། །
རྒྱང་པས་དེས་བར་གཅོད་པར་འདོད། །༥ སྤྱོད་སྤྱོད་དབང་གིས་རྒྱ་སྤྱོད་ཐོག་
ཕྱི་རྒྱ་ཏེ་གཉིས་སྤྱོད་དེས། །འབྲེའི་ཚུལ་སྤྱོད་སྤྱོད་གཞུང་བྱ་གསལ། །འོད་
སྤྱོད་རྒྱང་པ་རེ་རེའི་ནང་། །ཆོག་བྱིས་གསུམ་ནས་སོ་སྤྱོད་བར། །ཡོད་ཅིང་རྒྱང་
བ་བཞི་རེ་ལ། །ཆོག་བཅད་ཅེས་པའི་ཐ་སྤྱོད་འདོགས། །སྤྱོད་ཚུལ་སྤྱོད་ནས་
བཞིར་འབྲུང་ཏེ། །གྲོལ་བ་དང་ནི་རིགས་དང་མཛོད། །འདུས་པ་རྣམས་སྤྱོད་
མཁས་པས་བཤམ། །གྲོལ་བ་བཅུ་དོན་གང་ཡིན་ཏེ། །ཆོག་བཅད་གཅིག་ཏུ་
རྒྱུ་གས་པར་འདོད། །རིགས་ནི་བཅུ་དོན་གཅིག་ཉིད་པོ། །ཆོག་བཅད་དུ་མ་
འདས་པའི་མཐམ། །བྱ་ཆོག་གཅིག་གིས་སྤྱོད་པར་འདོད། །མཛོད་ནི་བཅུ་
བྱ་སྤྱོད་ཆོག་པས་པ། །རྒྱུ་བྱེད་གཅོད་མཆམས་ཤོ་ལོ་ག། །བྱ་ཆོག་མང་ཉུང་ཅི་
རིགས་སོ། །འདུས་པ་ཆོག་པས་བཅད་བྱ་ཆོག་བཅས། །དུ་མས་དོན་གཅིག་

སྟོན་པར་འདོད། །དེ་དག་ས་ཀྱའམ་ལེ་ཁྲ་ཡིས། །བཅིངས་པ་སྟོན་དག་ཆེན་
 པོར་བཤམ། །ཕྱི་དེ་ལ་འཇུག་པའི་སྟོན་གསུམ་སྟེ། །སྟོན་དང་སྟོན་དང་ཚུལ་
 ལོ། །ཤེས་བརྗོད་བྱུག་བྱ་ངེས་བསྟོན་གསུམ། །སྟོན་དག་ཆེན་པོར་འཇུག་
 པའི་སྟོན། །ཕྱི་གང་ཞིག་བརྗོད་དོན་སྟོང་པོའི་ཆ། །སྟོན་དག་གི་ནི་སྟོན་ཡིན་
 རོ། །དབྱེ་ན་ཆོས་དང་ཐར་པ་ནོར། །འདོད་པ་བཅས་ཏེ་སྟེ་བཞི་དང་། །དེ་ལས་
 འཕྲོས་པའི་ལོ་རྒྱུས་སོགས། །སྟོན་བྱང་འདས་དང་ད་ལྟ་ཡི། །གྲོང་ཁྱེར་རྒྱ་
 མཆོ་རི་དང་དུས། །ཉི་ཟླ་འཆར་བྱུང་སྟེད་ཆེལ་དང་། །ཆུ་ཡི་རོལ་ཅིང་ཆང་
 འཐུང་བ། །དག་འསྟོན་དང་ནི་དུས་མ་ཆོགས། །གཉིན་བསུ་གཞོན་བྱུ་སྟེས་
 འཕེལ་དང་། །གྲོས་དང་ཕོ་ཉ་འགྲོ་འོངས་དང་། །གཡུལ་འཐབ་མངའ་ཐང་དར་
 བ་སོགས། །བརྗོད་བྱའི་བྱིར་ན་སྟོན་ཡིན་རོ། །ཕྱི་ཚུལ་ཆུལ་བསྟོད་པའི་ཡུལ་
 དེ་ཡི། །དག་སྟེ་སྟོན་ལ་ཆེས་བསྟུགས་ནས། །དེ་ལས་བསྟོད་ཡུལ་རྒྱལ་
 བའི་ཉམས། །བསྟོད་ཆུལ་མངེས་པའི་མཆོག་ཅེས་བཤམ། །ཕྱི་རྒྱུང་པས་མ་
 བཅད་ཆོག་སྟོར་དག་གཅོད་མཆམས་ངེས་མེད་སྟོན་ཆོགས་རྒྱན། །ལྷག་པའི་
 ལུས་ཏེ་དབྱེ་བ་གཉིས། །བརྗོད་པ་དང་ནི་གཏམ་ཉིད་དེ། །དཔྱེས་འདི་གཉིས་
 གཅིག་ཏུ་འདོད། །ཕྱི་རྒྱུང་པས་བཅད་དང་མ་བཅད་པ། །པན་ཆུན་བསྟེས་པ་
 སྟེལ་མར་འདོད། །ཕྱི་དག་གི་རང་བཞིན་དེ་དག་གྲང་། །ལེགས་སྟུར་དང་ནི་
 རང་བཞིན་སྟེ། །ཟུར་ཆགས་སྟེད་དང་ལ་ཟུར་སྟེ། །སྟེད་རིགས་བཞི་ལས་
 བཅུམས་པར་བཤམ། །འདི་བཞི་བོད་སྟེད་ལ་མེད་གྲང་། །རྗེས་མཐུན་རེ་རེ་
 ཞ་ལུས་གསུངས། །

ལེ་ཏུ་དང་པོའི་སྒྲིབ་ཆིག་

༩ སྒྲིབ་དག་མཛེས་པར་བྱེད་པ་ཡི། །ཆོས་རྣམས་རྒྱན་ཞེས་རབ་ཏུ་
 བཟོད། །དེ་ལ་ཐུན་མོང་མེན་པ་དང་། །ཐུན་མོང་རྒྱན་ཏེ་རྣམ་པ་གཉིས། །
 འཕགས་ཡུལ་སྟོན་ཤར་གཉིས་པོ་ཡི། །སོ་སོ་ཁོ་ནའི་ལམ་སྟོན་རྒྱ། །ཐུན་
 མོང་མེན་པའི་རྒྱན་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་སྟོན་སྟོན་པ་བཤམ་ཏེ་དང་། །ཤར་སྟོན་པ་
 གོ་རྒྱུ་བའི་ལུགས་གཉིས། །སྟོན་སྟོན་ཡི་གེ་འཇམ་ཞིང་ཡང་། །ཤར་པས་
 རྒྱུ་བའི་ཕྱི་བས་བྱེད། །ཡི་གེ་འཇམ་དང་བཟོད་པ་སྟོན། །ཡངས་དང་སྟོན་
 རྒྱུ་བའི་གཉིས་པོ་ཡི། །དེ་བཞིན་རྒྱུ་བའི་ཕྱི་བའི་དང་། །དམ་དང་སྟོན་ཆེན་
 རྣམས་ཀྱང་གཉིས་པོ་ཡི། །ཤར་པས་ཤར་པ་ཡི་གེ་འཇམ་ཞིང་ཡང་། །སྟོན་ཡི་གེ་ཕྱི་དང་
 མོ་ཡི་གེ་ཕྱི། །ཤར་ཏུ་མོ་ཕྱི་མཐའ་གནས་བཞི། །འཇམ་པའི་ཡི་གེ་བཟུང་བྱ་
 ཡིན། །མ་ཞིང་ཕྱི་དང་འཕྱག་པོ་ཕྱི། །སྟོན་བའི་ཕྱི་དང་མཐའ་ཟད་གཉིས། །རྒྱུ་བའི་
 ཡི་གེ་བཟོད་པ་འདོད། །སྟོན་ཡི་གེ་གསལ་བྱེད་སྟུང་བཟུང་ལས། །སྟོན་བའི་
 ཕྱི་བའི་ཡི་གེ་ཆད་ཀྱི། །གཉིས་པ་བཟོད་པས་བཟུང་གཉིས་དང་། །འཇམ་ར་ལ་ཨ་
 ཡི་གེ་བཟུང་། །འཇམ་པའི་ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་ཡིན། །མ་ཞིང་ཕྱི་དང་ཞ་ཟེའ། །ས་དང་
 ཏེ་བཟུང་བཟུང་པོ་འདི། །རྒྱུ་བའི་ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་ཡིན་ཞེས། །སྟོན་སྟོན་བོད་ཀྱི་
 མཐའ་པས་བཟུང་། །༩ སྒྲིབ་བའི་རབ་དྲུང་མཉམ་ཉིད་དང་། །སྒྲིབ་དང་ཤར་
 ཏུ་གཞོན་པ་དང་། །དོན་གསལ་བ་དང་རྒྱ་ཆེ་བ། །བཟོད་དང་མཛེས་དང་
 ཉིང་རེ་འཛིན། །ཡོན་ཏན་འདི་བཟུང་བཤམ་པའི། །ལམ་གྱི་སྟོན་ཏུ་བཟུང་པ་

ཡིན། །འདི་དག་པལ་ཆེར་སྒྲོག་པ་ཡིས། །གོ་རྒྱ་པ་ཡི་ལམ་སྒོལ་མཆོན། །
 །འཇམ་པ་ཤས་ཆེ་རྩལ་པ་ཡང་། །རུང་ཟད་བསྐྱེས་པ་སྒྲོ་ལྷགས་དང་། །འཇམ་
 པ་ཁོ་ན་དེ་ལ་ཡང་། །ཡི་གེ་གཅིག་གིས་རྗེས་འབྲིང་ཅན། །འཁར་བའི་ལྷགས་
 གྱི་སྐྱར་བའོ། །མཇོང་བྱ་ཇོང་བྱེད་གཉིས་ཀའི་ཆ། །འཛིག་རྟེན་གྲགས་
 པ་གཙོ་རྩལ་སྒྲེ། །སྐྱར་བས་གོ་སྒྲོ་ལྷགས་དང་། །སྒྲོན་དུས་གྲགས་པ་
 མི་ལྟན་ཡང་། །ངེས་ཆིག་ཅམ་གྱིས་ངག་སྒྲུར་དེ། །བཤད་དུ་རུང་བའི་དོན་
 ཅན་ནི། །འཁར་བས་འདོད་པའི་རབ་དངས་ཡིན། །མཇམ་རྩལ་ཡི་གེ་དོ་
 མཉམ་ཞིང་། །སྒྲོགས་སུ་མ་སྐྱུང་སྒྲོ་ལྷགས་དང་། །བྱེད་སྒྲུ་འཇམ་ཞིང་བྱི་
 རྩལ་པའམ། །གཅིག་རྩལ་གཞན་འཇམ་མི་མཉམ་ཅན། །འཁར་བའི་ལྷགས་གྱི་
 མཉམ་ཉིད་ཡིན། །ཡི་གེ་སྒྲེ་གནས་བརྟེན་པ་སོགས། །སྒྲུ་མཚུངས་ཉི་
 བའི་ཉམས་ལྟན་པ། །སྒྲོ་བའི་ལྷགས་གྱི་སྒྲོན་པ་དང་། །སྒྲེ་གནས་ལ་སོགས་
 གང་ཡིན་ཡང་། །སྒྲུ་མཚུངས་ཅམ་གྱིས་ཆོག་མིན་པར། །རྗེས་འབྲིང་ཁོ་ན་
 འཁར་བའི་ལྷགས། །མཇམ་ཡིག་ལྷགས་ཆེ་རང་ལྷགས་གྱིས། །ངག་ནས་
 བཇོང་བའི་སྒྲོད་བ་དང་། །རྩལ་ཡིག་མང་པོ་ཆོགས་ཆེན་པོས། །བཇོང་པར་
 བྱ་བའི་རང་བཞིན་ཅན། །འཁར་བའི་ལྷགས་ཉི་ཤིན་ཏུ་གཞོན། །བཇོང་དོན་
 ཆིག་གང་ཐོས་མ་ཐག །སྒྲུ་དོན་ལ་བརྟེན་རྟོགས་སྒྲུ་བས་ །སྐྱར་ཡང་ཁྱད་པར་
 མ་སྒྲོད་པར། །དོན་གསལ་བ་དེ་གཉིས་ཀའི་ལྷགས། །མཇམ་གསལ་པའི་ཆིག་
 སྒྲུར་འགའ་ཞིག་ལས། །ཁྱད་འཕགས་ཡོན་ཏན་རྟོགས་རུས་པ། །དེ་ནི་རྒྱ་ཆེ་
 རྒྱན་ཡིན་ཞེས། །སྒྲོ་འཁར་གཉིས་ཀའི་འདོད་པར་མཐུན། །མཇམ་རྩལ་ཆ་

མཉམ་ཆིག་སྤྱད་མང་། །སྟོ་བའི་ལུགས་ཀྱི་བཟོད་པ་སྟེ། །འཇམ་རྩ་བ་དེ་མི་
 མཉམ་པ་དང་། །ཆིག་སྤྱད་མང་བ་ཤར་བའི་ལུགས། །འཇིག་རྟེན་གྲགས་ཆ་ད་
 དང་བསྟུན་ཏེ། །རན་པའི་སྟན་ཆིག་སྟོ་བའི་ལུགས། །གྲགས་ཆ་དེ་ལས་བརྒྱལ་
 ཟུང་བ་ཤད་ཀྱིས། །སྟོ་བའི་ལུགས་ཤར་པས་མཛེས་པར་མདོད། །ཧྲིལ་ལྷོ་ལྷོ་
 ལུགས་ཀྱི་རྩེས་འབྲང་ནས། །ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་པན་ཚུན་དུ། །རྒྱུན་ཞེས་
 སྟོ་ཤར་གཉིས་ཀས་འདོད། །དབྱས་འབྱར་འཕགས་པའི་སྟོ་ཤར་གྱི། །ཐུན་
 མོང་མིན་པའི་རྒྱུན་འདི་དག་ །ལམ་དང་ལུགས་སྟོ་ལ་ཅམ་མ་གཏོགས། །བོད་
 ལ་དེ་ཅམ་རྒྱུག་མི་ཆེ། །འོན་ཀྱང་རིག་པ་འཕེལ་བའི་སྤྱད། །སྟོ་བའི་སྟོ་བོད་
 ཀྱི་མཁས་པ་ཆོས། །བོད་ཡིག་འཇམ་རྩ་བ་དང་བསྟུན་ནས། །ལད་མོའི་ཚུལ་
 དུ་སྟེལ་བ་ཡིན། །སྟན་ཆིག་མཁས་པའི་སྟོང་གི་འོད། །སྟོ་གསལ་མཁུན་པ་
 མཛེས་པའི་རྒྱུ། །ཐུག་ཀྱི་ཀ་ཡི་སྟེང་བ་ལས། །ལེ་ཟུང་དང་པོའི་སྟོ་མ་ཆིག་གོ།

ལེ་ཟུང་གཉིས་པའི་སྟོ་མ་ཆིག་

ཧྲིལ་ལྷོ་ལྷོ་གཉིས་ཀས་ཐུན་མོང་དུ། །འདོད་པ་ཐུན་མོང་རྒྱུན་ཡིན་
 འོ། །དེ་ལ་དོན་རྒྱུན་སྤྱད་རྒྱུན་དང་། །གསལ་ཆིག་རྒྱུན་ཏེ་རྣམ་པར་གསུམ། །ཧྲིལ་
 གང་ཞེས་བཟོད་བྱའི་དོན་གྱི་ཉམས། །གཙུག་པོར་འདོན་པ་དོན་རྒྱུན་ཡིན། །
 འདི་དོན་ཉེ་བར་སྟོན་པའི་སྟེང་། །སྟན་དག་ལེ་ཟུང་བར་པ་གསུངས། །ཧྲིལ་
 བཞིན་བཟོད་དང་དཔེ་དང་ནི། །གཟུགས་ཅན་གསལ་བྱེད་སྟོར་བ་དང་། །

འགོག་དང་དོན་གཞན་བཀོད་པ་དང་། །མྱོག་པ་ཅན་དང་སྲིད་པ་ཅན། །བསྐྱུས་
 དང་ཕྱལ་བྱང་རབ་བཏགས་དང་། །རྒྱ་དང་ཕྱ་མོ་ཆ་དང་རིམ། །དགའ་དང་
 ཉམས་ལྡན་གཟི་བརླིང་ཅན། །རྣམ་གྲངས་བརྗོད་དང་ཀུན་ཏུ་པན། །རྒྱ་ཆེར་
 བསྐྱོན་འདོར་སྐྱར་བ་དང་། །བྱང་པར་མཚུངས་པར་སྐྱོར་བ་དང་། །འགལ་
 དང་སྐབས་མིན་བརྗོད་པ་དང་། །ཐོལ་བསྟོད་ངེས་པར་སྟོན་པ་དང་། །སྟན་
 ཅིག་བརྗོད་དང་ཡོངས་བརྗོད་ཤིས། །རབ་སྐྱེལ་དེ་ནས་དགོངས་པ་ཅན། །
 དོན་རྒྱན་སོ་ལྷ་འདི་དག་ནི། །ལེ་བྱ་བར་པའི་བརྗོད་གཞི་ཡིན། །ཧྲི་དངོས་
 རྣམས་རང་བཞིན་སྟོ་སྐྱར་དང་། །འབྲུགས་སྟོན་ཅམ་མིན་བྱང་པོ་བརྗོད། །རང་
 བཞིན་བརྗོད་པའི་རྒྱན་ཏེ་བཞི། །རིགས་དང་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་རྣམས། །ཧྲི་མཆོན་
 བྱེད་དཔེ་དང་མཆོན་བྱ་དོན། །མཚུངས་པར་སྟོན་པ་དཔེ་རྒྱན་ཡིན། །ཆོས་
 དཔེ་དངོས་དཔེ་བསྐྱོག་པའི་དཔེ། །པན་ཚུན་དཔེ་དང་ངེས་ངེས་མེད། །བསྐྱུས་
 དང་ཕྱལ་བྱང་རབ་བཏགས་མད། །ཚོངས་དང་ཐེ་ཆོམ་གཏན་འབེབས་དཔེ། །
 སྐྱར་དང་མཉམ་ཉིད་མད་དང་བསྐྱུགས་ངོ་བསྟོད་དེ་ཉིད་བུན་མོང་ནིན། །བྱང་
 མིན་སྲིད་མན་མང་བའི་དཔེ། །བརྗོད་འདོད་འགལ་དང་དགག་པའི་དཔེ། །
 རྣམ་འགྱུར་སྐྱེད་བ་དག་དོན་དང་། །ལྷ་བོ་དངོས་དང་མཚུངས་སྐྱོར་དཔེ། །རྒྱ་
 ཡི་དཔེ་སྟེ་སྐྱམ་ཏུ་གཉིས། །དཔེ་ཡི་རྒྱན་གྱི་དབྱེ་བ་ཡིན། །ཧྲི་རྒྱས་ཐ་དད་
 དང་ཆིག་ཐ་དད། །དཔེ་དོན་མཆོག་དམན་ཆེ་བ་རྣམས། །སྟན་དག་མཁན་གྱི་
 སྟོན་ཅི་ཡང་། །སྐྱོར་ཚུལ་ཤིས་ན་རྒྱན་ཏུ་འགྱུར། །ཧྲི་དཔེ་དོན་མཚུངས་པར་
 གསལ་བྱེད་སྒྲ། །འོང་དབང་ལོ་རྒྱུས་རེ་གསུམ་བསྐྱུར། །དུས་ཕྱིས་སྐྱར་ཐང་

བཤ་ཆེན་གྱིས། །རྫོགས་པར་བསྐྱར་ཏེ་རེ་ལྟར་འགྱུར། །དེ་ལ་སྡེ་ཆོན་བཞིར་
 བྱས་ཏེ། །དཔེ་དོན་གསལ་བྱེད་ཉི་གཉིས་དང་། །འདྲ་དོན་གསལ་བྱེད་ཉི་ཤུ་
 དང་། །དཔེ་རྒྱན་གསལ་བྱེད་བཙེ་ལྟ་དང་། །དེ་ལྟ་བུ་སོགས་བརྒྱད་རྣམས་
 སོ། །ཧྲི་བཞིན་ལྟར་ལྟ་བུ་རི་ལྟར་མཐུན། །མཚུངས་དང་ཡང་དག་མཚུངས་
 དང་མཉམ། །ཡང་དག་གསལ་དང་ངེས་པར་གསལ། །རབ་གསལ་གཟུགས་
 གྱི་ཟླ་བོ་དང་། །མཉེན་པོ་དང་ནི་དག་ཟླ་བྱེད། །སོ་སོར་རྫོགས་དང་འགྲན་དང་
 འདྲ། །ལྟ་བཅས་བསྐྱར་བ་རིགས་མཐུན་དང་། །རྗེས་སུ་སྐྱོ་ཉིར་གཉིས་ནི། །
 སྡེ་ཆོན་དང་པོའི་དབྱེ་སྒོ་ཡིན། །ཧྲི་གཟུགས་བརྒྱན་ཅན་དང་སོ་སོར་སྡེ་བ། །
 གཟུགས་མཚུངས་གཟུགས་མཉམ་གཟུགས་གཞལ་དང་། །མཆོན་ཉིད་
 མཐུན་དང་མཆོན་ཉིད་འདྲ། །མཆོན་ཉིད་མཚུངས་དང་མཐུན་སྒྲིགས་དང་། །
 དཔེར་བྱས་དཔེ་དང་རྫོགས་དང་དམན། །ཅུང་ཟད་དམན་དང་རབ་ཏུ་སྒྲ། །སོ་
 སོར་རྫོགས་དང་རིགས་མཐུན་མཉམ། །ཆོས་མཐུན་དང་ནི་ཆོས་ཐུན་མོང་། །
 འདྲ་དོན་གསལ་བྱེད་ཉི་ཤུ་ཡིན། །ཧྲི་འབྲུ་མང་པོ་ཡི་ཆོག་སྤྱད་དང་། །འགྲན་
 དང་རྒྱལ་དང་སྤང་དང་འཁྱ། །མི་མཐུན་སྒྲིག་དང་འཐབ་དང་འཕྱ། །སྐྱ་
 འབེབས་སྤྱད་པ་ཙེ་འདྲི་འགོག་ རྫོད་དང་ཕྱག་དོག་མི་བཟོད་བྱེད། །དཔེ་རྒྱན་
 གསལ་བྱེད་བཙེ་ལྟ་ཡིན། །དེ་ཡི་སྐྱལ་བཟང་འཕྲོག་བྱེད་དང་། །དེ་ཡི་མཛེས་
 པ་བྱམ་པར་བྱེད། །དེ་དང་འགྲན་ལས་ཆར་གཙོད་དང་། །དེ་ཡི་རྗེས་སུ་རྒྱང་
 པ་འཛོག་ དེ་ཡི་རྒྱས་པ་འཇུག་པ་དང་། །དེ་ཡི་ངང་ཚུལ་དེ་འགོག་པ། །དེ་ཡི་
 རྗེས་སུ་བྱེད་པ་སྟེ། །དེ་ལྟ་བུ་སོགས་བརྒྱད་ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་དབྱངས་ཅན་

དགེས་སྤྱི་ལྟོ་ལ། །ཡིན་གྱི་མཚུངས་གསལ་འདྲེན་ཚུལ་ལ། །འོད་མཁས་
 སི་ཏུའི་རྗེས་འབྲངས་བཅས། །བཞེད་ཚུལ་སོ་སོའི་གཞུང་དུ་གཟིགས། །
 ཅ་བས་དངོས་སུ་མ་བྱིན་པ། །ཆ་གྲོགས་སྤྱན་རླུང་མཐོང་ཐོས་དྲན། །རིག་པམ་
 སྟེག་འཛིགས་སེམས་པ་སྟེ། །དབྱེ་བའི་རྣམ་གྲངས་བཅུ་གཅིག་འདི། །རིན་
 སྤངས་སྟེ་བས་བཞེད་པ་སྟར། །དབྲངས་ཅན་དགེས་སྤྱི་གཞུང་དུ་བཀོད། །
 དཔེ་ཡི་རྒྱན་གྱི་ཆིག་སྒྲུབ་ལ། །མཚུངས་གསལ་འདི་དག་ཤིན་ཏུ་གཤམ། །
 བཟོད་བྱའི་དོན་དེ་དཔེ་ཡི་གཟུགས། །བཀོད་པའི་རྒྱན་དེ་གཟུགས་རྒྱན་
 ཡིན། །བསྐྱས་དང་མ་བསྐྱས་བསྐྱས་མ་བསྐྱས། །མཐའ་དག་ཆ་ཤས་ཆ་ཤས་
 ཅན། །ཡན་ལག་གཅིག་སོགས་ལྡན་མི་ལྡན། །མི་མཉམ་བྱུང་པར་འགལ་དང་
 རྒྱ། །སྒྲུབ་དང་དཔེ་སྟོན་འགོག་པ་དང་། །མཉམ་འཛིག་གཟུགས་ཅན་གྱི་
 གཟུགས་ཅན། །བསྟོན་དོར་བཅས་ཉི་ཉི་ཤུ་འདི། །གཟུགས་རྒྱན་དབྱེ་བའི་
 རྣམ་གྲངས་ཡིན། །ཧྲི་རིགས་དང་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་རྗེས། །ཆིག་གཅིག་ལ་ནི་
 གནས་པ་ཡིས། །གལ་ཉི་དག་ཀུན་ལ་པན་ན། །དེ་ནི་གསལ་བྱེད་རྒྱན་དུ་
 འདོད། །རིགས་དང་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་རྗེས། །ཐོག་མར་བཟོད་པའི་གསལ་བྱེད་
 དང་། །རིགས་དང་བྱ་བ་བར་མཐའ་གསལ། །སྤང་བ་འགལ་དོན་དོན་གཅིག་
 རྒྱུ། །དངོས་བསྟན་དབྱེ་བ་བཅུ་གཉིས་དང་། །ཤུགས་བསྟན་བཞི་དང་བཅུ་
 སྟག་གོ་ །ཆིག་སྒྲུབ་གང་གི་ཐོག་མཐའ་བར། །བཟོད་དོན་གསལ་བྱེད་ཆིག་
 དང་དོན། །ཅི་རིགས་སྟོས་པ་བསྟོར་པའི་རྒྱན། །དབྱེ་ན་དོན་བསྟོར་ཆིག་
 བསྟོར་དང་། །གཉིས་ཀ་བསྟོར་པའི་རྒྱན་དང་གསུམ། །ཧྲི་དགག་བྱ་གང་ཞིག་

གཟུང་བ་དེ། །འགོག་བྱེད་དགག་ཆིག་དངོས་སམ་དོད། །ཅི་རིགས་ཀྱིས་ནི་
 འགོག་བྱེད་པ། །དེ་ནི་འགོག་པའི་རྒྱུ་ཡིན་ནོ། །བྱུང་བ་མངོན་གྱུར་འབྱུང་
 འབྱུར་ཆོས། །ཆོས་ཅན་རྒྱ་འབྲས་རྗེས་གནང་དབང་། །མ་གྲུས་ཤིས་བརྗོད་
 རྩལ་མོ་གྲོགས། །འབད་དང་གཞན་དབང་ཐབས་དང་ཁོ། །མྱ་ངན་འགྱུར་དང་
 ཐེ་ཆོམ་སྦྱར། །དོན་གཞན་རྒྱས་འགོག་ཉི་ཤུ་གསུམ། །ཧྲི་བསྐྱབ་བྱའི་དངོས་
 འགའ་སྟོན་བཀོད་ནས། །དེ་ཡི་སྦྱབ་བྱེད་རྒྱས་པ་ཅན། །དངོས་པོ་གཞན་ཞིག་
 འགོད་པ་དེ། །དོན་གཞན་བཀོད་པའི་རྒྱུ་ཞེས་བྲ། །ཀུན་ཁྲབ་ཁྲད་པར་སྦྱར་
 དང་འགལ། །འོས་པ་དང་ནི་མི་འོས་པ། །འོས་ཤིང་མི་འོས་དེ་བརྗོད་
 བརྒྱ། །ཧྲི་སྐྱས་བེན་པའམ་ཤུགས་ལ་ནི། །དཔེ་དོན་མཚུངས་པར་བསྟན་
 རས་བྱིས། །ལྡོག་ཆོས་གང་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས། །ཁྲད་པར་འབྱེད་པ་ལྡོག་
 པའི་རྒྱུ། །གཅིག་ལྡོག་གཉིས་ལྡོག་སྦྱར་དང་འགོག་ །གཏན་ཆིགས་ལྡོག་པ་
 ཅན་དང་ལྟ། །ཧྲི་རྟེན་གྱི་དབྱེ་དང་དཔེ་ཅན་ལྟ། །མཚུངས་ཆོས་སྐྱས་བེན་
 འབྱེད་ཆོས་ལྡོག་རིགས་མཐུན་ལྡོག་པ་ཅན་དང་བཅུ། །ཧྲི་རབ་ཏུ་གྲགས་པའི་
 རྒྱ་རྗོད་ནས། །གང་ཞིག་རྒྱ་གཞན་ཅུང་ཟད་ཅུང་། །གང་དུ་རང་གི་ངོ་བོ་
 ཉིད། །སྟོན་པ་དེ་ནི་སྤྲིད་པ་ཅན། །ཕྱི་ནང་ཤེས་བྱེད་རྒྱ་གཉིས་དང་། །འབྲས་
 རུ་རང་གི་ངོ་བོ་ཅུང་། །སྟོན་པའི་སྤྲིད་པ་ཅན་དང་གསུམ། །ཧྲི་དངོས་པོ་གཞན་
 ཞིག་བརྗོད་འདོད་ནས། །དེ་དང་མཚུངས་པའི་དངོས་པོ་གཞན། །བསྐྱས་པའི་
 རྩལ་གྱིས་བརྗོད་པ་གང་། །དེ་ནི་བསྐྱས་བརྗོད་རྒྱུ་ཡིན་ནོ། །སྦྱི་དང་ཁྲད་
 གཞི་ཐ་དད་དང་། །ཁྲད་པར་ཐ་དད་ཐ་དད་མིན། །སྟོན་མེད་བསྐྱས་བརྗོད་

རྒྱུ་དང་བཞི། །ཕྱེ་བཟོད་འདོད་དེ་ཉིད་འཛིག་ཏེན་གྱི། །མཆོམས་ལས་བཀྲལ་
 བའི་ཁྱད་ཡོད་གྱིས། །ཟོད་པ་ཕུལ་བྱུང་རྒྱུ་ཡིན་ཏེ། །ཁྱད་འཕགས་ཐེ་ཆོམ་
 དེས་པ་དང་། །གྲགས་པ་བཟོད་པའི་ཕུལ་བྱུང་བཞི། །ཕྱེ་སེམས་དང་ལྡན་མིན་
 རི་ལྟར་ཡང་། །བཟོད་བྱའི་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་ལ། །རྣམ་པར་གཞན་ཞིག་སྒྲོ་
 བཏགས་ནས། །བཟོད་པ་རབ་བཏགས་རྒྱུ་དུ་འདོད། །སེམས་ལྡན་སེམས་
 མེད་རབ་ཏྟིག་གཉིས། །ཏིང་འཛིན་རབ་ཏྟིག་བཞིན་སྒྲུ་ཅན། །སྒྲུ་དང་དྲོགས་
 དང་དེས་དང་འབྲ། །མིན་ནམ་ཞེས་སོགས་རབ་ཏྟིག་གི་གསལ་བྱེད་འདིར་
 སྟོན་བྱུག་ཉིད་དོ། །ཕྱེ་བྱེད་པོ་ཤེས་བྱེད་དངོས་མེད་སོགས། །རྒྱ་ཡི་ཁྱད་པར་
 འགའ་ཞིག་ལ། །བཏེན་ནས་དེ་མཐུན་འབྲས་བྱ་དག་གོ་བར་བྱེད་པ་རྒྱ་རྒྱུ་
 ཡིན། །དངོས་དང་དངོས་མེད་མཆོར་རྒྱ་སྟེ། །ཙ་བའི་དབྱེ་བ་གསུམ་ཡོད་
 དེ། །དང་པོ་དངོས་པོའི་རྒྱ་ལ་གཉིས། །བྱེད་པོའི་རྒྱ་དང་ཤེས་བྱེད་རྒྱ། །བྱེད་
 པོ་ལ་ཡང་རྣམ་གཉིས་ཏེ། །སྒྲུབ་བྱེད་རྒྱ་དང་ལས་ཀྱི་རྒྱ། །སྒྲུབ་བྱེད་རྒྱ་ལ་
 རྣམ་གཉིས་ཏེ། །སྒྲེད་བྱེད་རྒྱ་དང་ཉམས་བྱེད་རྒྱ། །ལས་རྒྱ་ལའང་གཉིས་
 ཡོད་དེ། །རྣམ་འགྱུར་རྒྱ་དང་ཐོབ་བྱེད་རྒྱ་ཤེས་བྱེད་རྒྱ་ལ་རྣམ་གཉིས་ཏེ་ བྱི་
 དང་ནང་གི་ཤེས་བྱེད་རྒྱ། །དེ་དག་དངོས་པོའི་རྒྱ་བྱུག་ཡིན། །གཉིས་པ་
 དངོས་མེད་རྒྱ་ལ་གཉིས། །སྒྲུར་ནས་མེད་དང་ཞིག་ནས་མེད། །པན་ཚུན་
 མེད་དང་སྤངས་ནས་མེད། །མེད་དགག་རྒྱ་ནི་རྣམ་བཞི་དང་། །བསྐྱོག་པའི་
 རྒྱ་གཅིག་མ་ཡིན་དགག། །དངོས་མེད་རྒྱ་རྒྱུ་བསྐྱོམས་པས་ལྷ། །གསུམ་པ་
 མཆོར་བའི་རྒྱ་ལ་ལྷ། །རིང་འབྲས་རྒྱ་འབྲས་ལྟན་ཅིག་པ། །འབྲས་བྱ་སྟོན་

དང་རིགས་མིན་རྒྱ། །རིགས་པའི་རྒྱ་དང་མཆར་རྒྱ་སྟེ། །བསྐྱེམས་པས་དབྱེ་
 བ་བཅུ་དྲུག་གོ། ༥ བསམ་དོན་སྐྱས་ཟིན་མ་བཟོད་པར། །ལུས་དང་དག་གི་
 བརྟ་ཐབས་ལས། །གོ་བར་རུས་པ་སྤྲ་མོའི་རྒྱན། །ཟུར་དང་རྣམ་པ་སྤྲ་མོ་
 གཉིས། །ཤིན་ཏེ་སྐྱོན་མཆར་འགོ་བས་པའི་སྤྲ། །སྐྱབ་བྱེད་ཆོས་མཐུན་
 མཛེས་པ་ཞིག་ རྫོང་པའི་ཐོལ་གྱིས་སྐྱབ་པ་དེ། །ཆ་ཡི་རྒྱན་གྱི་མཆོན་ཉིད་
 ཡིན། །འོས་པ་དང་ནི་མི་འོས་དང་། །བསྟོད་པའི་ཆ་ལས་སྤྲ་པ་དང་། །སྤྲ་
 པའི་ཆ་ལས་བསྟོད་པ་བཞི། །ཤིན་ཏེ་ཅན་འགའ་ཞིག་གོ་རིམ་བཞིན། །སྟོན་དུ་
 བཀོད་ནས་དེ་དག་གི་ འཇལ་བྱེད་དཔེ་རྣམས་རིམ་གྱིས་བཀོད། །དེ་ནི་རིམ་
 པ་ཅན་གྱི་རྒྱན། །ཤིན་ཏེ་རྒྱ་རྒྱུན་འགའ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས། །ནང་སེམས་དགའ་
 བ་བྱེད་པར་ཅན། །སྐྱེས་བར་རྫོང་པའི་ཆོག་སྤྱོད་དེ། །དགའ་བའི་རྒྱན་གྱི་
 མཆོན་ཉིད་ཡིན། །དངོས་ཐོབ་གཟུགས་བརྟན་ལས་བྱུང་གཉིས། །ཤིན་ཏེ་གི་
 བསམ་པའི་འགྱུར་བ་ལ། །བརྟེན་ནས་སྤྱི་ཡི་ལུས་དག་ཏུ། །ཐོན་པའི་ཉམས་
 དག་སྟོན་པའི་དག་དེ་ནི་ཉམས་ལྡན་རྒྱན་ཞེས་བྲ། །སྐྱེག་དང་དག་ལྷུ་དཔལ་
 བ་དང་། །སྐྱེད་རྩི་མི་སྤྱུག་གཞན་གང་དང་། །མཛེས་བྱུང་འཛིགས་བྱུང་ཉམས་ཏེ་
 བརྒྱད། །ཤིན་ཏེ་བྱེད་ཆོག་བརྩིད་དེགས་པའི་ཉམས། །གཟེངས་སུ་མཐོ་བ་
 སྟོན་པའི་དག་ གཟེ་བརྩིད་ཅན་གྱི་རྒྱན་ཏེ་གཅིག་ །འདོད་དོན་དངོས་སུ་མ་
 བཟོད་པར། །དེ་ཉིད་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་སྤྲ། །རྣམ་པ་གཞན་ཞིག་བཟོད་པ་
 གང་། །དེ་ནི་རྣམ་འཁུངས་རྒྱན་ཏེ་གཅིག་ །བྱ་བ་འགའ་ཞིག་ཚུལ་པ་ལ། །སྤྱུ་
 བ་ཡི་ནི་སྟོབས་ལས་བྱུང་། །དེ་ཡི་སྐྱབ་བྱེད་ལུན་ཆོགས་གང་། ། །ཀུན་པན་

རྒྱུ་ཏེ་གཅིག་ཉིད་དོ། །ཕྱི་བརྗོད་དོན་དེ་ཉིད་བསམ་པ་དང་། །འབྱོར་པ་གང་
 ཡང་རུང་སྒོ་ནས། །ཁྱད་པར་འཕགས་པ་སྟོན་པའི་ངག་ རྒྱ་ཆེན་རྒྱུ་གྱི་ངོ་
 བོར་འདོད། །དབྱེ་ན་བསམ་འབྱོར་རྒྱ་ཆེ་གཉིས། །ཕྱི་བརྗོད་དོན་དངོས་པོའི་
 གནས་ལུགས་ལ། །བསྟོན་ནས་དོན་གཞན་རུང་བད་ཅེས། །བསྟན་པ་དེ་ནི་
 བསྟོན་དོར་རྒྱུ། །ཆོས་ལ་བསྟོན་དང་ཡུལ་ལ་བསྟོན། །རང་བཞིན་བསྟོན་
 པའི་རྒྱུ་དང་གསུམ། །ཕྱི་དོན་གང་རུང་གི་སྒོ་ནས། །རྗོད་བྱེད་གཅིག་ཏུ་
 སྐྱར་བ་ལས། །བརྗོད་དོན་དུ་མ་གོ་བྱས་པ། །དེ་ནི་སྐྱར་བའི་རྒྱུ་དུ་འདོད། །
 ཆིག་གི་གཅོད་མཆམས་ཐ་དད་མིན། །ཐ་དད་ཆིག་འདྲའི་སྐྱར་བ་དང་། །བྱ་
 བ་གཅིག་དང་འགལ་མིན་པ། །བྱ་བའི་ཡུལ་ཅན་སྐྱར་བ་དང་། །དེས་པར་
 ཅན་དང་དེས་པར་འགོག་ འགལ་མིན་འགལ་བ་ཅན་དང་དགུ་ ། ཕྱི་བརྗོད་བྱའི་
 དངོས་དེར་རྒྱ་རྒྱུ་སོགས། །ཁྱད་ཆོས་འགའ་ཞིག་མ་ཆང་ཡང་། །ཁྱད་པར་
 ཆང་པ་ལས་ལྷག་པ། །སྟོན་པ་ཁྱད་པར་བརྗོད་པའི་རྒྱུ། །ཡོན་ཏན་རིགས་
 དང་བྱ་བ་རྩམས། །རྒྱ་ཡི་ཁྱད་པར་བརྗོད་པ་ལ། །ཕྱི་བརྗོད་འདོད་སྟོན་ཡོན་གང་
 རུང་ཞིག་ མཚུངས་དོན་མེད་པའི་དཔེ་ཞིག་དང་། །བསྟོན་སྦྱང་ཅི་རིགས་གྱི་
 སྒོ་ནས། །མཚུངས་པར་སྦྱོར་བ་མཚུངས་སྦྱོར་རྒྱུ། །དབྱེ་ན་བསྟོན་སྦྱང་
 མཚུངས་སྦྱོར་གཉིས། །ཕྱི་འགལ་ལྷ་སྐྱབ་བྱེད་སྦྱང་དུ་ནི། །འགལ་བའི་ཆོས་
 དང་ཆོས་ཅན་འགལ། །གཞི་གཅིག་སྦྱང་དུ་མཉམ་དུ་སྒྲེབ། །དེ་ནི་འགལ་བའི་
 རྒྱུ་དུ་འདོད། །གཞི་ཐ་དད་དང་བྱ་བ་འགལ། །གཞི་གཅིག་ཡོན་ཏན་གཉིས་
 འགལ་དང་། །རྩམས་འགལ་རྩམས་དང་ལས་འགལ་བ། །བྱ་བ་འགལ་དང་སྐྱར་

འགལ་བྱུག་ རྩ་རང་ལས་དམན་པའི་ཡུལ་ཞིག་ལ། བསྟོད་པ་བྱེད་པ་སྐབས་
མིན་ཀྱང་། རྒྱུ་བྱེད་བར་གིས་བསྟོད་འདོད་པ། སྐབས་མིན་བསྟོད་པའི་
རྒྱུ་ཏེ་གཅིག་ རྩ་གང་ཞིག་བརྗོད་གཞི་གཟུང་བ་དེས། རྗོད་ཚུལ་སྟོན་ལྟར་
སྤང་ན་ཡང་། རྟོན་ལ་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་ཉིད། ཉེ་བར་སྟོན་པ་བོལ་བསྟོད་དེ། རྩ་
མཐུ་དཔའ་སྟོབས་བྱེད་བོལ་བསྟོད་གསུམ། རྩ་སྟོན་བྱེད་དཔེ་སྟོན་བཀོད་པ་
དེས། རྩ་དང་མཚུངས་པའི་བསྟོན་བྱེད་དོན། མཆོག་དམན་རང་བཞིན་
གསལ་བྱེད་པ། རྩ་ནི་དེས་སྟོན་རྒྱུ་ཏེ་གཉིས། མཆོག་དང་མཆོག་མིན་
དེས་བསྟོན་ནོ། རྩ་བརྗོད་དོན་དེ་དང་འབྲེལ་བ་ཡི། ཡོན་ཏན་བྱ་བ་གང་ཡང་
རུང་། སྟོན་ཅིག་ཆོགས་པ་སྟོན་པའི་དག་དེ་ནི་སྟོན་ཅིག་བརྗོད་པའི་རྒྱུ། རྩ་
ཡོན་ཏན་སྟོན་ཅིག་བརྗོད་པ་དང་། བྱ་བ་ཐ་དད་བྱ་བ་གཅིག་སྟོན་ཅིག་བརྗོད་
པའི་རྒྱུ་ཏེ་གསུམ། རྩ་བརྗོད་བྱེད་དོན་རྣམས་ཕན་ཚུན་དུ། བརྗོད་དེས་བྱེད་
པ་ཡོངས་བརྗོད་རྒྱུ། རྩ་འདོད་བྱེད་དོན་དེ་འབྲེལ་བའི་སྤྱད། སྟོན་ཆོག་
སྟོར་བ་ཤེས་བརྗོད་ཡིན། རྩ་ཐ་དད་རྒྱུ་གསུམ་བསྐྱེད་ཤིང་སྤྱེལ། རྩ་ནི་
རབ་སྤྱེལ་རྒྱུ་ཡིན་ཏེ། ཕན་ཚུན་སྟོན་པའི་རབ་སྤྱེལ་དང་། སྟོབས་མཚུངས་
རབ་སྤྱེལ་རྒྱུ་དང་གཉིས། རྩ་ཚུལ་མཁན་རང་གི་བསམ་དོན་ལྟར། སྟོན་
དག་ཚུལ་པའི་དགོས་དོན་དེ། གསལ་བར་མཆོན་པ་དགོངས་རྒྱུ་ཡིན། རྩ་
དེ་ཡི་ཆོས་བཞི་རྒྱས་བཤད་ན། རྩ་དོས་པོ་ཡི་ནི་ཆོག་རྣམས་ཀྱང་། ཕན་
ཚུན་ཕན་པར་བྱེད་པ་ཉིད། རྟོན་དང་བྱལ་བའི་བྱེད་པར་རྣམས། མ་བྱས་
གནས་སུ་བསྐྱུགས་པ་དང་། རྩ་དེ་རིམ་སྟོབས་ལས་དངོས་པོ་ནི། ཟབ་མོ་

དག་གྲང་གསལ་བ་སྟེ། །དེ་ཀུན་དགོངས་པའི་དབང་གྲུང་བྱིར། །དེ་དག་
 དགོངས་པ་ཅན་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ལེ་ཏུ་བར་བ་ཡི། །དོན་རྒྱན་སོ་ལྗེའི་མཆན་
 ཉིད་དང་། །ནང་ཆན་དཔེར་བརྗོད་དངོས་བསྟན་གྲངས། །དེའི་བས་ཉིས་བརྒྱ་
 ཅ་གསུམ་ཡོད། །དེ་ཉིད་མང་གཞིར་བྱས་པའི་སྟེང་། །ད་དུང་རྒྱ་བོད་མཁས་
 བ་ཆོའི། །མཁུན་ཅེ་ལ་ལུ་མཐའ་མེད་པ་ལས། །བྱུང་བའི་སྟན་ཆིག་རྣམས་
 ལའང་གཟིགས། །སྟན་ཆིག་མཁས་པའི་སྟེང་གི་ནོར། །སྟོགས་ལ་མཁུན་པའི་
 མངོས་རྒྱན་གཅིག །ལུ་ཉིག་ཡི་སྟེང་བ་ལས། །ལེ་ཏུ་གཉིས་པའི་སྟོམ་ཆིག་
 གོ།

ལེ་ཏུ་གསུམ་པའི་སྟོམ་ཆིག་

༥ སྟོན་རྒྱན་གཅིག་སྟོན་སེལ་རྣམས། །བསྟན་བྱིར་ལེ་ཏུ་ཐ་མ་
 གསུངས། །༥ སྟོན་དོན་གཉིས་ལས་གཙོ་བོ་སྟེ། །རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་བརྗོད་
 དོན་དག །གསལ་ཞིང་རྗོད་ཆིག་སྟན་པ་ཡི། །ཆིག་སྟོར་དེ་ནི་སྟོན་རྒྱན་
 ཡིན། །དེ་ལ་བྱུང་ལྡན་རྣམ་བཞག་དང་། །བྱ་དཀའ་བྱུང་པར་གཞན་བརྗོད་
 བ། །དབྱུངས་སོགས་ངེས་པའི་བྱ་དཀའ་གསུམ། །༥ བར་མ་ཆོད་དང་བར་
 ཆོད་དག །ཡི་གེ་ཆོགས་པ་བསྟོར་བ་ནི། །བྱུང་ལྡན་རྒྱན་ཏེ་དབྱེ་བའི་སྟོ། །བྱ་
 སྟེའི་རྟེན་བ་དང་པོ་ལ། །ཡོད་པའི་བྱུང་ལྡན་བྱ་དཀའ་བ། །གནས་གཞན་ཡོད་
 པའི་བྱུང་ལྡན་དང་། །ཀུན་ཏུ་བྱུང་ལྡན་བསྐྱེས་པ་དང་། །སྟོགས་པའི་བྱུང་ལྡན་
 དང་རྣམ་བུ། །༥ བྱ་སྟོན་རྟེན་བ་དང་པོ་ལ། །ཡོད་པའི་བྱུང་ལྡན་ནང་བསྐྱེས་

གངས། །བར་མ་ཆོད་པའི་བྱང་ལྡན་དང་། །བར་དུ་ཆོད་པའི་བྱང་ལྡན་དང་། །
 ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་བྱང་ལྡན་གསུམ། །ཧྲི་བར་མ་ཆོད་པའི་བྱང་ལྡན་ལ། །ཀླང་པ་
 གཅིག་གཉིས་གསུམ་བཞི་རུ། །རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་གསུམ་གསུམ་བཞིར། །
 དབྱེ་བས་རྣམ་གངས་བཅོ་ལྔ་ཡོད། །ཧྲི་བར་དུ་ཆོད་པའི་བྱང་ལྡན་ལ། །གཉིས་
 རེ་ཡོད་པའི་དབྱེ་བ་དུག །གསུམ་རེ་ཡོད་པའི་དབྱེ་བ་གསུམ། །བཞི་ཡོད་
 གཅིག་སྟེ་བཅུ་བཅུ་ཡི་ཐོག་ཁྱེད་གཉིས་ཡོད་པའི་དབྱེ་བ་གསུམ། །བསྐྱེད་པས་
 དབྱེ་དོ་བཅུ་གསུམ་ཡོད། །ཧྲི་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་བྱང་ལྡན་ལ། །སྒྲུ་མ་གཉིས་
 འདྲ་བྱེ་མ་གཉིས། །ཐོག་མཐའ་གཉིས་འདྲ་བར་བ་གཉིས། །ཀླང་པ་བཞི་ཡི་ཐ་
 མ་ལ། །ཡོད་པའི་བྱང་ལྡན་རྒྱན་དང་གསུམ། །ཧྲི་ཆོག་ས་སྤྱ་བཅད་པའི་ཀླང་
 བ་ཡི། །ཐོག་མར་ཁོ་ནར་མ་ཡིན་པར། །གནས་གཞན་ལ་ཡང་ཡོད་པ་དེ། །བྱ་
 དཀའི་གནས་གཞན་ལ་ཡོད་པའི། །བྱང་ལྡན་རྒྱན་ཏེ་དབྱེ་བའི་གངས། །བཞི་
 ཀའི་དབྱུས་ན་ཡོད་པ་དང་། །མཐར་ཡོད་བར་མཐའ་གཉིས་ཀ་དང་། །ཐོག་
 མ་གཉིས་དང་ཐ་མ་གཉིས། །གནས་གསུམ་ལ་ཡོད་དུག་པོ་ཉིད། །བར་ཆོད་
 ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པ། །གཉིས་ཏེ་སྤྱར་བས་བཅུ་གཉིས་འགྱུར། །ཧྲི་ཆོག་ས་
 ཀླང་སྤྱ་མའི་མཐའ་མ་དང་། །བྱེ་མའི་ཐོག་མ་སྤྱ་མཆུངས་སྤྱོད། །མཐའ་ཐོག་
 སྤྱོད་པའི་བྱང་ལྡན་ཡིན། །ཧྲི་ཏོན་གྱི་གོ་བ་ཐ་དད་གྱི། །ཀླང་པ་འགའ་འམ་
 མཐའ་དག་ནི། །རྫོང་བྱེད་གཟུགས་མཆུངས་ཉིད་སྤྱོད་པ། །དེ་ནི་ཀུན་ཏུ་བྱང་
 ལྡན་ཟེར། །ཀླང་པ་བསྐྱེད་དང་ཆོག་ས་བཅད་བསྐྱེད། །བྱང་ལྡན་ཆེན་པོའི་
 རྒྱན་དང་གསུམ། །ཧྲི་ཀླང་པ་ལན་གཅིག་བསྐྱེད་པ་དུག །ལན་གཉིས་བསྐྱེད་

བའི་དབྱེ་བ་གསུམ། །ལན་གསུམ་བཞུས་པ་གཅིག་གི་ཐོག་ །ཆིག་བཅད་
 བཞུས་དང་ཟུང་ལྡན་ཆེ། །རེ་རེ་བསྐྱེད་པས་བཅོ་ལྔ་འོ། །ཧྲི་ཆིགས་བཅད་
 གཅིག་གི་ནང་ཆོན་དུ། །ཟུང་ལྡན་སྣ་ཆོགས་པན་ཚུན་དུ། །བསྐྱེད་པའི་སྣ་
 ཡི་རྒྱན་ཞིག་ལ། །བསྐྱེད་པའི་ཟུང་ལྡན་རྒྱན་ཞེས་བེད། །ཧྲི་ཆིགས་བཅད་
 ལུགས་འབྱུང་ལས་བསྐྱོད་ནས། །སྐྱོད་རུང་བསྐྱོད་པའི་ཟུང་ལྡན་ཡིན། །
 རྒྱང་བསྐྱོད་ཆིགས་བཅད་ཕྱེད་བསྐྱོད་དང་། །རངས་པོ་བསྐྱོད་པའི་ཟུང་ལྡན་
 གསུམ། །ཧྲི་བྱ་དཀའི་བྱ་དང་པར་གཞན་གནས་པར། །བ་ལང་གཅིན་གྱི་བྱ་
 དཀའ་དང་། །འཁོར་པའི་བྱ་དཀའ་རྣམ་པ་གཉིས། །ཧྲི་ཆིགས་བཅད་གོང་འོག་
 ཕྱེད་སྣ་ཕྱེད། །བ་ལང་གཅིན་ལྷར་འཕོག་པོ་དུ། །སྐྱོད་རུང་རུང་བའི་ཆིག་སྐྱོར་
 དེ། །བ་ལང་གཅིན་གྱི་བྱ་དཀའ་ཡིན། །ཧྲི་ཆིགས་བཅད་གོང་འོག་ཕྱེད་འཁོར་
 བ། །ཕྱེད་དུ་འཁོར་བའི་བྱ་དཀའི་རྒྱན། །ཧྲི་ཆིགས་སུ་བཅད་པའི་སྐྱེད་འོག་
 དང་། །བྱ་བཞི་མཐའ་དབུས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱན་ནས། །ལུགས་འབྱུང་ལུགས་སྤྱོད་
 ཅི་རིགས་སུ། །སྐྱེད་མཚུངས་པ་འཕྲ་སྐྱོད་རུང་བ། །དེ་ནི་ཀྱན་བཟང་འཁོར་
 འོའི་རྒྱན། །ཞུམ་པོ་དང་ནི་བྱ་བཞི་གཉིས། །གཞན་ཡང་རིན་སྐྱེད་སྐྱེད་པའི་
 སྐྱེད་དང་། །རྒྱལ་དབང་གཉིས་པ་ལྔ་པ་དང་། །འོད་མཁས་པ་ཉ་ཆོན་བདུན་
 པ་དང་། །དེང་གི་ཆེ་ཉན་ཞབས་དྲུང་སོགས། །མཁས་པ་སོ་སོའི་རྣམ་དཔྱོད་
 ལས། །བཟོ་དབྱེ་བས་སྤེལ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྣ་ཆོགས་ཡོད། །དེ་དག་སོ་སོའི་གསུང་
 ལ་གཟིགས། །ཧྲི་དབྱེད་སྐྱེད་དང་གནས་དང་ཡི་གེ་རྣམས། །དེས་པར་གང་དུ་
 བྱ་དཀའ་བ། །བཞི་ལ་སོགས་ལ་རབ་བསྐྱེད་འདི། །དབྱེད་སྐྱེད་སོགས་དེས་

པའི་བྱ་དཀའི་རྒྱ། །དེ་ལ་དབྱངས་དང་གནས་དང་ནི། །གསལ་བྱེད་ངེས་པ་
རྣམ་གསུམ་སྟེ། །དེ་དག་ནང་གསེས་རེ་རེ་ལའང་། །རྐང་པ་བཟེ་ལ་བཞི་དང་
གསུམ། །གཉིས་དང་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་སྟེ། །བསྐྱེམས་པས་རྣམ་གྲངས་བཅུ་
གཉིས་སོ། །

༥ གཤམ་བྱའི་བརྗོད་དོན་གང་ཡིན་དེ། །གཤམ་བྱེད་ཆིག་གི་སྒྲོར་བ་
ཡིས། །མདོན་པར་སྐྱབ་ཏེ་སྐབས་མིན་གྱིས། །གོ་མི་རུས་པ་གཤམ་ཆིག་རྒྱ། །
ཀྱན་ཆོགས་སྐྱ་བྱེད་ངེས་པ་བྲལ། །རབ་བཙུག་མཐུག་གཟུགས་རྩལ་མོ་
གྲངས། །རབ་བཏགས་མིང་འདུས་བསྐྱབས་མཐུག་སྐྱ། །ཚོངས་དང་ཡོངས་
འཕྲོག་གཅིག་གཉིས་སྐྱབ། །ཡོངས་འདྲེས་རྒྱ་ཏེ་བཅུ་དྲུག་ཡོད། །༥ཆིག་
མཆམས་སྐྱར་བས་དོན་སྤྲས་པ། །ཀྱན་ཏུ་ཆོགས་པའི་གཤམ་ཆིག་ཡིན། །
༥ གཤམ་བྱེད་ཡོངས་གྲགས་སྤྲས་བྱེད་ནས། །གཤམ་བྱ་སྐྱ་བ་སྐྱ་བྱེད་རྒྱ། །༥
ཆིག་སྒྲོར་ཤིན་ཏུ་འཐུགས་པ་ཡིས། །དོན་ལ་ཚོངས་བྱེད་ངེས་པ་བྲལ། །༥སྐྱ་
དོན་གང་རུང་སྒྲོར་བས་དོན། །རྟོགས་དཀའི་ཆིག་ཐོང་རབ་བཙུག་རྒྱ། །༥
བཏགས་པའི་དོན་བཀོད་ཆིག་སྐྱབ་གྱིས། །བརྗོད་དོན་སྐྱབ་པ་མཐུག་པའི་
གཟུགས། །༥ མཆན་ཉིད་ཡོད་ཅམ་ངེས་ཆིག་དང་། །ལྟན་པའི་ཆིག་རྒྱ་
རྩལ་མོ་འོ། །༥ གྲངས་ཀྱི་མིང་གིས་གཤམ་བྱ་དེ། །ཚོངས་བྱེད་གྲངས་ཀྱི་གཤམ་
ཆིག་ཡིན། །༥ བརྗོད་དོན་གཞན་དུ་སྐྱོ་བཏགས་ཏེ། །སྐྱབ་པ་རབ་བཏགས་
གཤམ་ཆིག་ཡིན། །༥ དོན་མང་ལ་འཐུག་མིང་གཅིག་ཉིད། །གཤམ་བྱར་བཏགས་
པ་འདུས་པའི་རྒྱ། །༥ ཆིག་གི་ཆོས་མཚུངས་ལ་རིག་པས། །དོན་གཞན་

སྐྱིབ་པ་བསྐྱིབས་པས་སོ། །ཕྱི་དངོས་མིང་མི་གསལ་རྣམ་གྲངས་སྒྲ། །བཀོད་
པ་དོན་སྐྱིབ་མ་ཐུན་པའི་སྒྲ། །ཕྱི་བརྗོད་དོན་དངོས་སུ་བསྟན་ན་ཡང་། །ཆོག་
གིས་སྒྲིངས་བྱེད་སྒྲིངས་པ་ཡིན། །ཕྱི་ཆོག་སྒྱུར་སྒྲ་མའི་བརྗོད་དོན་རྣམས་།
སྐྱི་མས་འཕྲོག་པ་ཡོངས་འཕྲོག་ཡིན། །ཕྱི་རྟོན་སྤྲུལ་བརྟོན་པ་གཅིག་ཕུ་
གསལ། །ཆོག་སྒྱུར་དེ་ནི་གཅིག་བསྐྱིབས་སོ། །ཕྱི་རྟོན་དང་བརྟོན་པ་གཉིས་
ཀ་སྤྲུལ། །ཆོག་སྒྱུར་དེ་ནི་གཉིས་ཀ་བསྐྱིབས། །ཕྱི་གཞུང་ཆོག་མཆོན་ཉིད་སྒྲ་
ཆོགས་པ། །འདྲེས་པ་དེ་ནི་ཡོངས་འདྲེས་རྒྱུ། །

༥ སྟན་ངག་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་གཞི། །ལུས་སྒྲོག་རྒྱུ་གྱི་ཉམས་
འགྱུར་ལས། །སྒྲོག་པའི་སྒྲ་དོན་སྒྱུ་ཅན་ནི། །སྟན་ངག་མཁན་པོས་སྒྱུ་དུ་
བགྲངས། །དོན་ཉམས་དོན་འགལ་དོན་གཅིག་པ། །ཐེ་ཆོམ་ཅན་དང་རིམ་པ་
ཉམས། །སྒྲ་ཉམས་གཅོད་མཆོམས་ཉམས་པ་དང་། །སྒྲེབ་སྒྱུར་ཉམས་དང་
མཆོམས་སྒྱུར་བྲལ། །ཡུན་དུས་སྒྲ་རྩ་ལ་འཛིག་རྟོན་དང་། །ལུང་རིགས་དག་
དང་འགལ་བ་སྟེ། །བཅུ་པོ་འདི་དག་སྟན་ངག་སྒྱུ་། །ཆོག་སྤྲོང་མང་པོ་ཆོགས་
ན་ཡང་། །དོན་གྱིས་སྒྲིང་པ་དོན་ཉམས་སྒྱུ་། །ཕྱི་བརྗོད་དོན་སྒྲ་མས་སྐྱི་མ་
འཛོམས། །འགལ་བའི་དོན་ཅན་ཉིད་གྱི་སྒྱུ་། །ཕྱི་དགོས་མེད་དོན་གཅིག་
ཡང་ཡང་བཞུས། །དོན་གཅིག་པ་ཡི་སྒྱུ་ཉིད་དོ། །ཕྱི་བརྗོད་དོན་ངེས་བཟུང་
བྲལ་བ་ལས། །སོམ་ཉི་སྒྱེད་བྱེད་ཐེ་ཆོམ་སྒྱུ་། །མདོར་བསྟན་རྗེས་བཤད་
གོ་རིམ་དག་ །འབྲུམས་ན་རིམ་པ་ཉམས་པའི་སྒྱུ་། །ཕྱི་སྒྲ་དོན་མཆོན་ཚུལ་
མ་འབྲེལ་བ། །སྒྲ་ཉམས་པ་ཡི་སྒྱུ་ཡིན་ནོ། །ཕྱི་ཆོག་རྒྱུ་གཅོད་མཆོམས་

ངལ་གསོ་བྲལ། །གཙོང་མཆོམས་ཉམས་པའི་སྒྲོན་དུ་བབྲང་། །ཕྱི་ཡི་གོ་ལྷག་
 ཆད་ལྷེ་ཡང་དག། རི་བཞིན་མི་གནས་སྒྲེབ་སྒྲོར་ཉམས། །ཕྱི་ཆོག་དོན་སྒྲེབ་
 མཆོམས་སྒྲོར་བྲལ། །དེ་ནི་མཆོམས་སྒྲོར་བྲལ་བའི་སྒྲོན། །ཕྱི་ཡི་སོགས་
 འགལ་བ་ཞེས་པ་ནི། །ཡུལ་ནི་རི་ནགས་ཡུལ་འཁོར་དང་། །དུས་ནི་ཉིན་
 མཆོན་དབྱར་དགུན་སོགས། །སྒྲུ་ཅལ་སྒྲུ་དང་གར་སོགས་མཆོན། །འཛིག་
 ཉིན་ཞེས་པ་སྒྲོད་དང་བཅུད། །རིགས་པ་གཏན་ཆོགས་ཉིད་ལ་སྟེ། །ལུང་ནི་
 ཕྱི་ནང་གཞུང་ལུགས་སོགས། །བྲལ་པོ་དག་དང་འགལ་བ་ནི། །ཡུལ་སོགས་
 ཉམས་པའི་སྒྲོན་ཞེས་བབྲངས། །ཕྱི་སྒྲོར་ཚུལ་མཁས་པའི་བྲུང་བ་ལས། །དེ་
 དག་ལས་སྒྲོག་དམིགས་བསལ་ཉིད། །དེ་ལྟར་སྒྲོན་ཡོན་བྲུང་བར་དག། །ཤེས་
 རས་སྒྲོན་བྲལ་ཆངས་པའི་དབྱངས། །དཔལ་ལྷན་བྲན་དབང་མགྱ་བའི་སྒྲེས། །
 སྒྲོ་གསལ་མགྱོན་པའི་རྒྱན་དུ་སྟོན། །སྒྲན་ཆོག་མཁས་པའི་སྒྲིང་གི་འོར། །སྒྲོ་
 གསལ་མགྱོན་པ་མཛེས་རྒྱན་གཅིག། །ལྷན་ལ་ཡི་བྲེང་བ་ལས། །ལེ་བྲུ་གསུམ་
 པའི་སྒྲོམ་ཆོག་གོ། །

༥ དུས་རབས་ཉི་ཤུའི་འདུ་འཛིན་སྒྲིན་བཞིན་གཡོ། །སྒྲོན་བྲོན་མཁས་
 པའི་སྒྲན་གཞུང་མཆོ་ལྟར་བབ། །དེ་སྒྲད་པལ་ཆར་རིག་པའི་བྲུང་འོར་གྱི། །
 བྲོང་བྲེང་འདི་ལ་སྒྲོགས་སྒྲེབས་མགྱོན་པོ་བཞིན། །ལུལ་བྲུང་མཁས་རྒྱ་རལ་
 པའི་ཅོན་པན་ལ། །དབང་བསྐྱར་སྒྲན་ཆོག་གསེར་གྱི་འཁོར་ལོའི་འཕྲུལ། །
 འཆད་ཚོད་ཚོམ་པས་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བ་ལས། །རྒྱོགས་ལྷན་གསར་པས་འགྲོ་
 འདི་སྒྲར་ཡང་འཆོ། །གངས་ཅན་གཙུག་ལག་རིག་པའི་དབྱིག་འཛིན་མ། །

དུས་ཀྱི་སློང་དུ་བྱིང་པར་མ་བཟོད་དེ། །ལྷག་བསམ་འཇུག་པ་བཅུ་པའི་དབྱང་
ཤུགས་ཀྱིས། །ཁྱེན་དུ་འདེགས་པའི་ངལ་བ་འདི་བྱས་དགོས། །འཆད་པ་
ཆོག་དོན་མ་འབྲེགས་ཆངས་པའི་ཐིག་ ཚུང་པ་མི་ཤིགས་དོ་རྗེའི་ཐོག་གི་
འདལ། །ཚོམ་པ་སྙན་འཛེབས་ཅི་བའི་ན་ཚུང་སྟུ། །ནམ་གསུམ་མཁས་པས་
འཇམ་སླིང་མཛེས་གྱུར་ཅིག །

ཞེས་སྙན་ངག་མེ་ལོང་གི་སྒྲོམ་ཆོག་མཁས་པའི་སླིང་ཞོར་སློབ་གསལ་
མགིན་པའི་རྒྱན་གཅིག་ཟུགྱི་ཀའི་སྤང་བ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་གངས་ཅན་བོད་
ཀྱི་མདོ་ཁམས་ར་བ་སྐང་གི་ཉེ་འགམ་ཏེ་ཤོད་ཡུལ་སྐྱེས་སྤང་འབྲམས་གཙུག་
ལག་སྤྱོད་བེ་རི་འཇིགས་མེད་དབང་རྒྱལ་བས་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་
ཉག་མ་གསུམ་པ་དཀར་པོ་ཞེས་པ་ས་སྤྱུལ་ ༡༩༡༩ ལོར་བརྩམས་ཤིང་།
སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༥ ན་ཆོད་ལྷན་ལོར་ཁྱེས་དག་གིས་སྒྲོན་འཕྲི་ཚུང་བཟོ་
བྱས་ཏེ་ སློབ་སླིང་གཙུག་ལག་སློབ་གྲར་སྙན་ངག་མེ་ལོང་མའི་འཇུག་འཁྲིད་
བྱེད་སྐབས་ཆོས་སྒྲེ་ཆེན་པོ་དཔལ་ལྷན་འབྲས་དཀར་སྤངས་པའི་སླིང་གི་
རང་ཤག་རྩ་མའི་སྤྱི་ལ་བྱ་ལྟ་རིག་ཞོར་བྱའི་སྤྱིང་ཁང་དུ་སྤྱིར་བ་དགོ་ལེགས་
འཕེལ། །

སྙན་ངག་ལེ་ཏུ་དང་པོ་སྙན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱན་གྱི་ནམ་གཞག་
ལ་ཅུང་ཟད་དབྱུང་བ།

ཐེ་རི་འཛིགས་མེད་དབང་རྒྱལ།

མཆོད་བརྗོད་དང་སྐྱེང་གཞི།

ཆ་རྗོགས་སྒྲ་བའི་དགྱེལ་འཁོར་གསར་བ་ཡིས།
མཆོན་རྒྱས་མ་ཡིན་ངག་དབང་དབྱུངས་ལྡན་ལྟ།
རྗེས་བཙེ་སྙན་གྱི་ཀྲོ་བས་བྱར་མིག་བཅས།
རིག་པའི་ཁྱེལ་དགའ་བའི་མགོན་དུ་བཞུགས།

འདི་ན་དན་ཁི་འུགས་མཆོ་འཕྱར་བ་ཡི།
སྙན་ཆིག་རྒྱབས་ཀྱི་འཇུག་པའི་གྲ་གཅིག་ནས།
སྒོ་གསལ་ངང་མའི་སྙིང་གི་དགའ་སྟོན་ཕྱིར།
ཆལ་ཆེལ་སྙན་པའི་རོལ་ཅེད་ཅུང་ཟད་གཡོ།

ཐ་སྙད་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་མ་མཐོང་ངམ།
མཐོང་ཡང་འདུན་པའི་སྐལ་བཟང་མི་ལྡན་བ།

དེ་གོ་བོང་བྱའི་རྣ་བར་གསེར་རྟོག་བཞིན།
 བན་ལོ་སྒྲུལ་པ་སེམས་ཀྱི་བྱར་ཅམ་མེད།
 ཆོག་ས་བཅད་དམ་དུམ་དེང་རྩོམ་ཐར་ཐོར་རེ།
 འབྲི་བ་ཅམ་གྱིས་སྒྲན་ངག་ཤེས་རྩོམ་མཁན།
 དེ་དག་ཁེངས་པའི་གཞན་དབང་མ་ལྟར་བར།
 རིག་པའི་བྱང་ལོར་འདི་ལ་འཇུག་པར་རིགས།

ཞེས་མཆོད་པར་བརྗོད་པའི་ངག་གིས་ལམ་རྣམ་པར་སྤྱེ་ནས་འདིར་
 སྒྲན་ངག་མེ་ལོང་གི་ལེ་བྱ་དང་པོ་ལས་བྱུང་བའི་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱན་
 ཀྱི་རྣམ་གཞག་ལ་སྒྲོས་བཤད་འགའ་ཞིག་ཞུ་བར་འདོད་དེ། སྤྱིར་གཞུང་
 འདིར་བསྒྲན་པའི་ལུས་རྒྱན་སྒོག་(སྒྲོན་སེལ་ནི་དེ་གསུམ་གྱི་སྒོག་སྒོགས་
 རོས་འཛིན་ཅམ་ཡིན།)གསུམ་གྱི་ནང་ནས། ལུས་ནི། རྩོམ་པ་པོས་གང་ཞིག་
 བརྗོད་པར་འདོད་པའི་དོན་དེ་སྒྲན་པའི་མིང་ཆོག་ཡི་གེའི་སྤང་བ་ཞིག་ལ་
 ཟེར། དབྱེ་ན་བཅད་ལྷུག་སྤེལ་མ་གསུམ། རྒྱན་ནི། བརྗོད་བྱ་སྤེལ་ཞི་ལས་
 གང་ཞིག་བཟུང་བ་དེར་རྗོད་བྱེད་བཅད་ལྷུག་སྤེལ་མ་གང་གིས་སྤྲས་པར་
 སྤྲ་དོན་གཅིག་གང་རུང་གིས་མཛེས་པ་ལ་ཟེར་ཞིང་། དབྱེ་ན་བྱན་མོང་
 མིན་པ་དང་བྱན་མོང་གི་རྒྱན་གཉིས། སྒོག་ནི། རྩོམ་པ་པོས་གང་ཞིག་བརྗོད་
 གཞིར་བཟུང་བ་དེ་ཉིད་ལ་ཟེར་ཞིང་། དབྱེ་ན་སྤེལ་ཞི་འཕྲོས་དོན་དང་བཅས་
 པ་རྣམས་སོ།

འདིར་སྒྲུབ་ནས་ད་བར་མཁས་སྤྱོད་རིས་སུ་མ་ཆད་པས་སྤྱོད་ངག་ལ་
སློབ་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཁ་ཚོད་སྤྱོད་ཚོད་འདྲ་མིན་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་པ་ལགས་
ཀྱང་། སྤྱོད་ངག་པ་ཏྱིར་གཙང་འཛིགས་མེད་ཀྱི་མཆོ་བྱུང་དགེས་པའི་
འཇུག་ཟེར་དུ་སྤྱོད་ངག་ལ་སློབ་ཡོད་པའི་སྤྱོད་བྱེད་བཞིན་པ་རྣམས་རིན་
ཐང་གཞལ་དུ་མེད་པའི་ལེགས་བཤའ་དུ་གོ་ཞིང་། ད་དུང་དེ་དང་མཐུན་པའི་
སྤྱོད་བྱེད་མཆིས་ཀྱང་སྤྱོད་པ་དོན་བསྒྲགས་པར་དོགས་ཏེ་རེ་ཞིག་བཞག་ནས་
དགུས་ལ་འཇུག་གོ།

བཙན་འོག་ཏུ་གནས་པའི་གཞིས་ལུས་སྤྱི་ཚོགས་ཁོང་མ་བསྐྱལ་
དང་སྒྲངས་ཀྱིས་གཞུང་འདིའི་བྲིད་རྒྱུན་སྤེལ་མཁན་རྗེ་སྟེང་ཅིག་གིས་མདོ་
དབུས་ཁྲིན་ཀྱན་ཏུ་ལམ་རྣམ་པར་སྤྱེ་བ་ནས་སྤྱོད་སེལ་བར་ཀྱི་བྲིད་རྒྱུན་
ལེགས་པར་སྤྱོད་བ་དང་། ཡང་ལ་རྒྱ་དང་སློ་ཁོག་ཤེས་ཆད་གསུམ་ག་
འཇོམས་པའི་བོད་རིགས་རྫོང་དཔོན་འགའ་ཞིག་གི་མངའ་ཁུལ་དུ་ལེའུ་བར་
བའི་སློབ་བྲིད་ཀྱི་སློབ་ཙམ་གནས་པ་ལས་ལེའུ་ཐོག་མཐའ་གཉིས་འབྲིད་
མཁན་ཤིན་ཏུ་ཉུང་། དམངས་གཙོ་དང་རང་དབང་གི་རྒྱ་ཐང་ལ་འགྲིམས་
པའི་རང་རེའི་བཙན་བྱོལ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཁོང་ད་ལྟའི་ཆར་ཆོས་སྡེ་ཁག་
འགའ་ཞིག་མ་གཏོགས་ཏེ་ལམ་འབྲིད་རྒྱུན་མེད་པ་དང་འདྲ་ལ། དེ་ཡང་ལེའུ་
བར་ཙམ་ལས་གཞན་གཉིས་འབྲིད་སློབ་ཤིན་ཏུ་ཉུང་། མ་འོངས་བོད་རྒྱལ་
ཁབ་ཆེན་པོའི་སོན་ཅ་སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་སློབ་ཕྱག་རྣམ་པས་གཞུང་ལུགས་
འདིའི་བྲིད་རྒྱུན་ལྟ་ཅི། ཐ་ན་ < <མེ་ལོང་མ་> > ཞེས་པའི་མིང་ཙམ་ཡང་མི་

ཞེས་མཁན་ཉུང་ཉུང་མིན། དེས་ན་སྒྲིབ་སྒྲན་ངག་ལ་དགའ་མོས་བྱེད་མཁན་
 ཏ་ཅང་ཉུང་བ་དེའི་ནང་དུའང་སྒྲོན་ཐོན་དུ་སྒྲོམ་ནས་མེ་ཡོང་མའི་ཉི་འོད་ལ་
 ངན་སྒྲིབ་བྱེད་ཅི་ཐུབ་བྱེད་མཁན་གཞིན་སྒྲིབ་རྒྱལ་སྒྲོང་ཡང་ཉུང་ཉུང་མིན།
 དེར་བརྟེན་དེང་སང་སྒྲན་ངག་གི་ཚྭ་ཡིག་གང་འཆམ་ཡོད་ནའང་ལེ་འུ་དང་
 སོའི་རྒྱན་གྱི་སྒྲོར་ཚུལ་རྣམས་བཏང་སྒྲོམས་ལྟ་བུར་ལུས་ཡོད། ད་དུང་ཆོད་
 ལྡན་སྒྲན་ངག་པ་འགའ་ཞིག་གིས་ཀྱང་ལེ་འུ་འདི་བོད་ལ་དགོས་མཁོ་དེ་ཅམ་
 མེད་ཅེས་གསུངས་པའང་ཡོད་མོད། བོད་ལ་དེ་ཅམ་རྒྱུག་མི་ཆེ་བ་བདེན་
 པ་ཡིན་དུ་ཚུགས་ཀྱང་། ལེ་ཆོན་འདིས་ང་ཆོ་ལ་ཡི་གེ་སྒྲིབ་ཡང་དང་ཆོག་སྒྲུབ་
 གྱི་འགོས། སྒྲེབ་སྒྲོར་གྱི་བྱང་ཆ་བཅས་ཚྭ་རིག་གི་སྒྲུབ་ཅུལ་ཐོག་མའུན་
 བསྒྲོད་བྱེད་པའི་ཆ་རྒྱན་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཡོད་པ་མཁས་པ་མང་ཆེ་བ་ཞུས་
 མཐུན་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གནའ་དེང་གི་མཁས་པ་མང་པོས་ཆོག་
 འགྲེལ་དང་མཆན་འགྲེལ། དགའ་འགྲེལ་སོགས་དགོངས་པ་འགྲེལ་བའི་
 ལེགས་བཤའ་ཀྱང་དུ་མ་བརྩམས་ཡོད། དེས་ན་སྤྲན་གྱིས་ཀྱང་མཁས་པ་དེ་
 དག་གི་དགོངས་བཞེད་རྩ་འཛིན་བྲས་ཏེ་ལེ་འུ་དང་པོ་སྤྲན་མོང་མ་ཡིན་པའི་
 རྒྱན་གྱི་བཤའ་པ་མིག་སྒྲར་མཐོང་ཆོད་དཔྱད་ཞིབ་གྱིས་གཙོ་བོ་རང་གི་བྲིད་
 རྒྱན་གང་ལས་བྱུང་བའི་མཆན་འགྲེལ་དབྱངས་ཅན་དགྲེས་སྒྲུག་གཞིར་བཅས།
 འགྲེལ་བ་གཞན་གྱི་འགྲེལ་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་རྣམས་ཀྱི་བྱུར་བརྒྱན་བྲས་ཏེ་ང་
 རང་གིས་རྒྱས་ཆོད་གྱིས་དཔྱད་སྒྲོ་ཅུང་ཟད་དང་འགྲེལ་ནས་རྒྱན་རེ་རེའི་
 མཆན་ཉིད་དང་དཔེར་བརྗོད་ཆོག་འགྲེལ་བཅས་འགོད་པར་འདོད་དོ།

གཅིག་ཟུན་མོང་མེན་པའི་རྒྱན་གྱི་ངོས་འཛིན།

འཕགས་ཡུལ་སྟོན་ཤར་གཉིས་པོ་ཡི།།

སོ་སོའི་ཁོ་ནས་ལམ་སྟོན་རྒྱ།།

ཟུན་མོང་མེན་པའི་རྒྱན་ཡིན་ནོ།།

རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་གྱི་སྟོན་ཕྱགས་བེད་རྒྱ་དང་ཤར་ཕྱགས་གོ་རྒྱ་
པ་གཉིས་པོའི་སོ་སོ་ཁོ་ན་མ་གཏོགས་ལམ་སྟོན་གཞན་དང་མ་འདྲེས་པའི་
རྒྱན་ལ་ཟུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱན་ཟེར། སྐབས་འདིའི་སྟོན་ཤར་གཉིས་ཞེས་
པའི་དོན་གསལ་བོར་བཤད་ན། བེད་རྒྱ་ཞེས་པའི་བེད་རྒྱ་ཞེས་པ་ནི་དཔའ་བོ་
དང་རྩ་ནི་བདག་པོའི་སྒྲུབ་ཡིན་པས་དེ་ན་དཔའ་བོ་ལམ་སྟོན་དཔོན་རྟ་དབང་ས་
གྱི་འབྲུངས་ཡུལ་སྟོན་ཕྱགས་ཡིན་པ་དང་ཁོང་གིས་ཚུམ་སྟོན་གསར་གཏོད་
བྱས་པའི་ནང་ནས་ཕྱགས་དེ་ཁོ་ནར་དར་སྟོན་ཆེ་བའི་རྒྱན་ལ་སྟོན་ཕྱགས་
དང་། གོ་རྒྱ་པ་ཞེས་པ་ནི་སྟོན་དཔོན་ནག་མོ་ཁོས་གྱི་འབྲུངས་ཡུལ་ཤར་
ཕྱགས་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་བཏགས་པ་ཡིན་ལ། ཁོང་གིས་ཚུམ་སྟོན་གསར་
གཏོད་གནང་བའི་ནང་ནས་ཤར་ཕྱགས་ཁོ་ནར་དར་སྟོན་ཆེ་བའི་རྒྱན་ལ་
ཤར་ཕྱགས་ཞེས་བཏགས་པ་ཡིན་ནོ།།

གོང་གསལ་ཡུལ་གྱི་དེ་གཉིས་ཀར་རྒྱན་བཅུ་པོ་དེ་དག་རེ་རེ་བཞིན་
འབྲི་སྟོན་ཡོད་ནའང་གོ་དོན་དང་འབྲི་ཕྱགས་ནི་པལ་ཆེ་བ་འགལ་བ་ལྟག་

སྒྲིབ་ལྟ་བུར་གྱུར་ཡོད་དེ། སྒྲིབ་དཔོན་ཏྲ་དབངས་ཀྱིས་བརྩམས་པའི་
 < < སྒྲིས་རབས་སོ་བཞི་བ > > ལྟ་བུ་གཙོ་བོ་སྟོ་བའི་ཉམས་འདོན་ཚུལ་
 འབྱར་དུ་ཐོན་ཡོད་པ་དང་། རྒྱ་མོ་ཁོལ་གྱིས་བརྩམས་པའི་ < < སྒྲིན་
 གྱི་པོ་ཉ་ > > དང་། ཆོས་རྒྱལ་དགེ་དབང་གིས་བརྩམས་པའི་ < < དཔག་
 བསམ་འཁྲི་ཤིང་ > > ལྟ་བུ་ནི་ཤར་པའི་ལུགས་ཀྱི་ཉམས་འདོན་ཚུལ་གཙོ་
 བོར་བརྩམས་ཡོད་པ་ལས་ཤེས་ཐུག། སྒྲོན་བྱོན་འཕགས་ཡུལ་གྱི་སྟན་པ་
 མཁན་ཆོའི་ཚུམ་འགྲོས་མི་འདྲ་བའི་ལུགས་སྟོལ་དེ་ཉིད་བོད་དུ་འདྲ་བྱུང་ཡོད་
 དེ། དཔེར་ན། ཆོས་རྗེ་ས་པཌ་དང་འཇམ་མགོན་ཙོང་ཁ་བ། རྗེ་གྲུང་ཐང་། རྗེ་
 དཔལ་སྦྱལ། འདྲུ་མི་པམ་སོགས་ཀྱི་བརྩམས་ཆོས་རྣམས་གཙོ་བོ་སྟོ་བའི་
 ཉམས་འདོན་ཐབས་བྱས་ཏེ། བརྗོད་དོན་ཁ་གསལ་ཞིང་རྗོད་བྱེད་ཆོག་འཇམ་
 ཞིང་སྟན་པས་སྟོག་པ་པོའི་ཡིད་དབང་འགྲུགས་ཐུབ་པ་དང་། ཡང་མཁས་
 གྲུབ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དང་། ཞང་ཁུང་ཆོས་དབང་གྲགས་པ། ཡགོང་ས་ལྷ་
 བ་ཆེན་པོ། བོད་མཁས། ཀུན་མཁྱེན་སྐྱེ་བྱེད་དང་པོ། དགེ་བཤེས་ཤེས་རབ་
 རྒྱ་མཚོ། བྲག་དཀར་བསྟན་འཛིན་སྟན་གྲགས་སོགས་ཀྱི་བརྩམས་ཆོས་
 རྣམས་གཙོ་བོ་རྒྱ་གར་ཤར་ལུགས་དང་བསྟན་ཏེ་བརྗོད་བྱ་བྱུང་བཅད་ཁ་དམ་
 ཞིང་སྒྲིབ་པ་དང་། རྗོད་བྱེད་ཆོག་སྤུད་ཏེ་ཅང་མང་བ་དང་། ཆོག་སྦྱོར་བརྗོད་
 པའི་ཉམས་ཀྱིས་སྟོག་པ་པོའི་སེམས་ལ་གསོན་ཉམས་ལྡན་པའི་སྟོ་བ་འཕེལ་
 ཐབས་བྱས་ཡོད་པ་རྣམས་ཞིབ་ཏུ་གཟིགས་ན་ཤེས་ཐུག།

གཉིས་པ། ཡི་གེ་ལྷུ་ཡང་གི་ངོས་འཛིན་དོགས་དཔྱད།

སྟོ་སྟོགས་ཡི་གེ་འཇམ་ཞིང་ཡང་།
ཤར་བས་རྩ་བ་ཅིང་སྟོ་བའི་བྱད།
ཡི་གེ་འཇམ་དང་བརྗོད་པ་སྟོད།
ཡངས་དང་སྟོག་ཆུང་དོན་གཅིག་ཅིང་།
དེ་བཞིན་རྩ་བ་དང་སྟོ་བ་དང་།
དམ་དང་སྟོག་ཆེན་རྣམས་ཀྱང་གཅིག
འཕགས་ཡུལ་གསལ་བྱེད་སོ་བཞི་ལས།
སོ་ཡིག་ལྷ་དང་སོ་ཡིག་ལྷ།
ཤིན་ཏུ་སོ་ལྷ་མཐའ་གནས་བཞི།
འཇམ་པའི་ཡི་གེ་བཙུ་དགུ་ཡིན།
མ་ནིང་ལྷ་དང་མ་ཐུག་སོ་ལྷ།
རྩོ་བ་བཞི་དང་མཐའ་ཟད་གཅིག
རྩ་བ་པའི་ཡི་གེ་བཙུ་ལྷ་འདོད།
བོད་ཡིག་གསལ་བྱེད་སྟུང་རྩ་ལས།
སྟོ་བ་ལྷ་བ་ཡན་ཆད་ཀྱི།
གཉིས་པ་བཏོན་པས་བཙུ་ལྷ་དང་།
འ་ཡ་ར་ལ་ཨ་ཡིག་བཅས།

འཇམ་པའི་ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་ཡིན།
མ་ནིང་ལྷ་དང་ཞ་ཅ་ཤ།
ས་དང་ཏ་བཅས་བརྩ་བོ་འདི།
རྩ་བ་པའི་ཡི་གེ་འདི་ཉིད་ཅེས།
སྟོན་སྟོན་བོད་ཀྱི་མཁས་པས་བཤད།

ཐུན་མོང་མིན་པའི་རྒྱན་གྱི་རྣམ་གཞག་ལེགས་པར་ཤེས་པ་ལ་ཐོག་
མར་ཡི་གེ་འཇམ་རྩ་བ་ཀྱི་མཆན་གཞི་དང་རྣམ་གྲངས་ཤེས་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་
དགོས་ཏེ། དེ་ཡང་སྤྱི་སྟོན་ནས་བཤད་ན་སྟོ་བའི་ཡི་གེ་འཇམ་ནིང་ཡང་བའི་
སྤྱི་ཉམས་ལ་ཡོན་ཏན་དུ་བཅི་ཞིང་། ཤར་བས་དེ་ལས་སྟོན་སྟེ་རྩ་བ་ཅིང་
སྟེ་བའི་སྤྱི་ཉམས་ལ་ཡོན་ཏན་དུ་འཛོག་པ་ཡིན་ལ། འཇམ་པ་ཞེས་པ་འདོན་
པའི་ཆེ་བཟོན་པ་རྒྱུད་ཤུགས་དང་སྤྱི་གདངས་སྟོན་པའི་ཡི་གེ་རྣམས་ལ་ཟེར་
ཞིང་། འཇམ་པ་དང་། སྟོན་པ། ཡང་བ། སྟོན་རྒྱུད་། ཡི་གེ་མཆོག་རྣམས་
དོན་གཅིག་ཡིན། དེ་བཞིན་རྩ་བ་པའི་ཡི་གེ་རྣམས་འདོན་པའི་ཆེ་སྤྱི་གདངས་
དམ་པའམ་གྱིམ་པའི་ཡི་གེ་རྣམས་ལ་ཟེར་ཞིང་། རྩ་བ་པ་དང་། སྟེ་བ། དམ་
པ། སྟོན་ཆེན། ཡི་གེ་དམན་པ་རྣམས་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན། འོ་ན་ཡི་གེ་
འཇམ་རྩ་བ་ཀྱི་ངོས་འཛིན་གནང་སྟངས་ཇི་སྟར་ཡིན་ཞེ་ན། ལེགས་སྦྱར་གྱི་
ཡི་གེ་ལ། མོ་ཡིག་ཀ་ཅ་ཌ་ཏ་ཅ་ལྷ་དང་། མོ་ཡིག་ག་ཇ་ཉ་ད་བ་ལྷ། ཤིན་
ཏུ་མོང་ཉ་ཉ་ན་མ་ལྷ། མཐའ་གནས་ཡ་ར་ལ་ཤ་བཞི་སྟེ་བརྩ་དགུ་ལ་འཇམ་

པའི་ཡི་གེ་དང་། མ་ནིང་ཁ་ཆ་ཐ་ཐ་པ་ལྟ་དང་། འཕུག་པོ་ཟླ་རྩ་ཉི་ལྔ་ལྟ་དང་།
 རྩོ་བ་ཤ་ཤ་ས་ཏ་བཞི། མཐའ་བད་ཀླ་སྟེ་བཙེ་ལྟ་ལ་རྩལ་པའི་ཡི་གེ་ར་འདོད་
 དོ། ། རང་རེའི་སྟོན་བྱོན་མཁས་པ་ཚོས་ཚུམ་འགོས་ཀྱི་ཉམས་དང་སྟེབ་སྟོར་
 ཀྱི་འགོས་ལ་བྱང་བའི་ཆེད་དུ་རྒྱ་གར་གྱི་ཡི་གེ་འཇམ་རྩལ་གྱི་རྣམ་གཞག་
 ལ་དཔེར་བྱས་ཏེ། གསལ་བྱེད་སྐུམ་རུ་ལ་འཇམ་རྩལ་གཉིས་སུ་བྱས་ཡོད་
 དེ། སྟེ་བ་ལྟ་བུ་ཡན་ཆད་ཀྱི་མ་ནིང་ལྟ་བུ་པོན་པའི་ལྷག་མ་ག་ག་ང་ཅ་ང་ཉ་ཏ་
 ད་ན་བ་བ་མ་ཅ་ང་ལྟ་སྟེ་བཙེ་ལྟ་དང་འ་ཡ་ར་ལ་ཨ་ལྟ་བཙས་ཉི་ཤུ་བོ་འཇམ་
 པའི་ཡི་གེ་དང་། མ་ནིང་ཁ་ཆ་ཐ་ཐ་པ་ལྟ་དང་ཞ་བཤ་ཤ་ས་ཏ་བཙས་བརྩ་བོ་
 རྩལ་པའི་ཡི་གེ་ཉིད་དུ་འཛོག་ཅིང་། ཡང་གོང་གསལ་འཇམ་པའི་ཡི་གེ་དེ་
 དག་ལ་མགོ་འདོགས་བཙེགས་མ་བྱང་ན་རྩལ་ཡིག་ཏུ་འགྱུར་འགོ་བ་ཡིན་
 ཞེས་སྟོན་བྱོན་བོད་ཀྱི་སྟོན་ངག་མཁན་མང་ཆེ་བས་བཤད་ཡོད། ཁམས་
 འགྲེལ་རྗེས་འབྲངས་དང་བཙས་པས་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་འཇམ་པ་ཡིན་བྱོན་
 ཆད་མགོ་འདོགས་བཙེགས་གསུམ་གྱི་བྱང་པར་ཡོད་མེད་ལ་མ་སྟོས་པར་
 འཇམ་པའི་ཡི་གེ་སོར་བཞག་མཛད་པ་དང་། ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་འཇམ་
 ཡིག་སྐུམ་བཙེགས་ཅན་རྣམས་རྩལ་མོ་བཞག་པ་མ་གཏོགས་ཉིས་བཙེགས་
 ཅན་མོ་ཡིག་རང་སོར་བཞག་པའི་ཚུལ་རྣམས་ཀྱང་རང་རང་གི་དཔེར་བཞིན་
 ལ་བརྟེན་ནས་ཤེས་དགོས།

འདིར་ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་ལ་ཡི་གེ་འཇམ་རྩལ་གྱི་ངོས་འཛིན་སྐྱངས་
 བྱི་འཕགས་ཡུལ་གྱི་ཡི་གེའི་སྟོར་བ་དང་སྟོ་བསྟོན་པའམ་དེའི་ལད་སྒྲོས་ཅམ་

ཡིན་གྱི། རང་རེའི་སྐུ་རྟགས་ཀྱི་གཞུང་ནས་བཤད་པའི་ཕོ་མོ་མ་ནིང་གི་
 བཟོད་པ་དྲག་ཞན་དང་འབྲེལ་བའི་ཡི་གེ་དོས་འཛིན་སྐྱངས་གཉིས་གཏན་
 ནས་མི་འདྲ་བའི་ཚུལ་འདི་རེས་པར་དུ་ཤེས་དགོས་པ་ཡིན། སྐབས་འདིར་
 ཡི་གེ་འཇམ་རྩལ་གྱི་དོས་འཛིན་དང་སྐུ་རྟགས་གཞུང་ནས་བཤད་པའི་ཕོ་
 མོ་མ་ནིང་གི་བཤད་སྐྱངས་གཉིས་མི་འདྲ་བ་ལ་བརྟེན་ནས། ཡགོང་ས་ལྷ་བ་
 ཆེན་པོ་དང་སི་རུའི་དངོས་སློབ་ཁམས་སྤྱལ་རིན་པོ་ཆེ་གཉིས་ཀས་མགྱོན་
 གཅིག་དབྱངས་གཅིག་གིས། སྙན་ངག་གི་སྐབས་སུ་ཡི་གེ་འཇམ་རྩལ་གྱི་
 དོས་འཛིན་རྣམས་སྐུ་རྟགས་ཀྱི་གཞུང་ནས་བཤད་པ་ལྟར་བྱས་ན་ལེགས་
 ཚུལ་གསུངས་པ་ནི། རང་རེ་བོད་ལ་མཆོན་ན་རིན་ཐང་གཞལ་དུ་མེད་པའི་
 ལེགས་བཤད་ཅ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་མོད། དེ་ལྟར་འདྲ་བྱས་ཐོན་མཁས་པ་
 རྣམས་ལྟ་ཅི་ཡགོང་ས་ལྷ་བ་ཆེན་པོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་དབྱངས་ཅན་དབྱེས་
 སྤྱར་སློན་ཐོན་མཁས་པའི་བཞེད་སློལ་སོར་བཞག་གནང་བ་ལས། རང་
 གི་དགོངས་པའི་མཐེལ་ན་ཡོད་པའི་བཞེད་སློལ་དེ་དངོས་སུ་ལག་བསྟར་
 གནང་མི་འདུག

གསུམ་པ། ཐུན་མོང་མིན་པའི་རྒྱན་གྱི་དབྱེ་བ།

སྤྱར་བ་རབ་དྲངས་མཉམ་ཉིད་དང་། །

སྙན་དང་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པ་དང་། །

དོན་གསལ་བ་དང་རྒྱ་ཆེ་བ། །

བརྗེད་དང་མཛེས་དང་ཉིང་ངེ་འཛིན། །
ཡོན་ཏན་འདི་བཅུ་བཅུ་བཅུ་ལྟེ། །
ལམ་གྱི་སློག་ཏུ་བཞག་པ་ཡིན། །
འདི་དག་པལ་ཆེར་བསྒྲིག་པ་ནི། །
གོ་ཁྲེ་ལམ་དག་མཆོན་པར་བྱེད། །

ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱན་ལ་ནང་གསེས་དབྱེ་བ་བཅུ་ཡོད་དེ། སྐྱར་
བའི་ཡོན་ཏན། རབ་དྲངས་ཀྱི་ཡོན་ཏན། མཉམ་ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན། སྒྲན་པའི་
ཡོན་ཏན། འིན་ཏུ་གཞོན་པའི་ཡོན་ཏན། རོན་གསལ་བའི་ཡོན་ཏན། རྒྱ་ཆེ་
བའི་ཡོན་ཏན། བརྗེད་པའི་ཡོན་ཏན། མཛེས་པའི་ཡོན་ཏན། ཉིང་ངེ་འཛིན་
ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཏེ། ཡོན་ཏན་འདི་བཅུ་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་སྒྲིག་པ་ཆོས་
ལམ་གྱི་སློག་ཏུ་བཞག་པ་ཡིན་ལ། འདི་དག་པལ་ཆེ་བའི་སྒྲིག་པ་ཆོས་
འཁར་བའི་ལུགས་ཀྱི་ཚུམ་སྒྲངས་མཆོན་པ་ཡིན་ནོ།

བཞི་བ། རྒྱན་སོ་སོའི་གོ་དོན་དང་དཔེར་བརྗེད་དོགས་གཙུག་

དང་པོ། སྐྱར་བའི་ཡོན་ཏན་བཞག་པ།

༡༽ སྒྲིག་པའི་ལུགས་ཀྱི་སྐྱར་བའི་ཡོན་ཏན་ནི།

རྩལ་པ་ཤས་ཆེ་འཇམ་པ་ཡང་།།

ཅུང་ཟད་བསྐྱེས་པ་སྟོ་བའི་ལྷགས།།

རྩལ་པའི་ཡི་གེ་ཤས་ཆེ་བར་འཇམ་པའི་ཡི་གེ་ཅུང་ཟད་བསྐྱེས་པའི་
རྒྱན་ཏེ་སྟོ་བའི་ལྷགས་ཀྱི་སྦྱར་བའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་ཏེ།
དཔེར་ན།

བརྩ་ཏ་སས་ཤ་བ་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས།།

འཁོར་དུ་བསྐྱེས་ཏེ་ཆོགས་འཁོར་བསྐྱོར་དང་ལྷན།།

ཁ་སྦྱོར་དགྲེས་རྒྱར་རོལ་བཞིན་བྱར་མིག་བཅས།།

ཞབས་གྲོ་འབྲབ་ཆེ་ཆགས་ལྷན་སེམས་པ་ཤོར།།

རྒྱུད་སྡེ་ནས་བཤའ་པའི་ཡི་དམ་དོ་རྩེ་བཞད་པས་ཤ་བ་མཁའ་འགྲོའི་
ཆོགས་རྣམས་འཁོར་དུ་བསྐྱེས་ཏེ་ཆོགས་འཁོར་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱོར་བ་དང་ལྷན་
ཅིག་ཏུ་ཁ་སྦྱོར་བ་སོགས་ཀྱིས་བྱང་འཇུག་བདེ་བ་ཆེན་པོར་དགྲེས་དགྲུར་
རོལ་བཞིན་བྱར་མིག་དང་བཅས་དོ་རྩེའི་གར་སྟབས་ཀྱི་ཞབས་གྲོ་འབྲབ་ཆེ་
རྒྱུད་སྡེ་ལ་ཉམས་སྤྱོད་མེད་པའི་ཆགས་ལྷན་པལ་བ་རྣམས་སེམས་པ་ཤོར་
རོ།། ཞེས་པར་རྩལ་པའི་ཡི་གེ་ཉེར་བརྒྱད་དང་འཇམ་པའི་ཡི་གེ་བརྒྱད་ཅུ་
མ་གཏོགས་མེད་པ་ལྟ་བུ།

འདིར་འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེ་བས། ཤོང་ལོའི་འགྱུར་དུ། སྦྱར་བ་སོག་
ཅུང་ཡི་གེ་མཆོག་སྟོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་མ་རེག་པའོ།། ཞེས་པར་བརྟེན་ནས་སྟོ་
ལྷགས་ཀྱི་སྦྱར་བའི་ཡོན་ཏན་ལ་འཇམ་ཡིག་གིས་མ་བསྐྱེད་པར་རྩལ་པའམ་

སྟོག་ཆེན་གྱི་ཡི་གེ་ཁོ་ནར་ངེས་པ་འདོད་མོད། དེ་ནི་རྩ་བའི་དཔེར་བརྗོད་
 དང་བསྐྱར་ན་འཐད་དཀའ་བར་སྒྲུང་ཞིང་། བཞེད་པ་འདིར་རྗེ་བོད་མཁས་
 གྱིས་ཀྱང་མི་འཐད་པར་བཞེད་དེ། དེ་ལྟེན་དགོངས་རྒྱན་ལས། དེ་ནི་གསུངས་
 དུས་ཤོག་རལ་ཙམ་མ་གཏོགས་ལག་ཐོག་འདེན་རྒྱུ་འདི་སྟོག་ཆེན་ནི་ལྟ་དང་
 ལྟ་ལས་སུས་ཀྱང་མ་རྟོག་ཅིང་སྟོག་ཚུང་ཡི་གེ་ཡང་དངོས་སུ་འབྱུང་བ་འདི་
 སྟོག་ཆེན་ཤས་ཆེ་བ་ཅི་ལ་འབྱུང་ཞེས་གསུངས་ནས། རང་ལུགས་བཞག་
 པའི་སྐབས་སྒྲུང་ཐང་བཞུ་ཆེན་སུ་ཤེས་འབྱུང་མནན་མཛད་པ་ཉིད་རྒྱ་དཔེ་
 དང་མཐུན་པར་བཞེད་ནས་སྟོ་ལུགས་ཀྱི་སྒྱུར་བའི་གོ་དོན་ལ་སྟོག་ཚུང་མང་
 ཞིང་སྟོག་ཆེན་ཡང་ཉུང་ཤས་འདེས་པ་ཞིག་ཏུ་འཛོག་གོ།

དུས་ཤིས་སུ་སི་ཏུ་བཞུ་ཆེན་གྱི་དངོས་སྟོབ་འབྱུག་ཁམས་སྐྱུལ་རིན་
 བོ་ཆེན་སྟན་འགྲེལ་དུ་བཀོད་པ་ལྟར་ན། རྩ་བར། ལྟ་ལ་ཏྲེ་དུ་མ། ལམ་གྱི་
 ཏམ་གྱི་མེ་རྒྱ། ཞེས་པར་རྩ་བ་པའི་ཡི་གེ་གྱི་དང་གྱི་གཉིས་མ་གཏོགས་མི་
 འབྱུང་བས་རྒྱན་འདི་འཇམ་པའི་ཡི་གེ་ཤས་ཆེ་བར་རྩ་བ་པའི་ཡི་གེ་ཉུང་
 ཤས་བསྐྱེས་པའི་རྒྱན་ཞིག་ཏུ་འདོད་དགོས་པར་བཤམ་ཅིང་། དེ་ལྟར་འང་
 བོད་མཁས་ཀྱི་བཞེད་པ་ལྟར་བྱས་ན་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱན་ལྟ་བུ་ཤིན་
 ཏུ་གཞོན་པ་དང་འདེས་པའི་སྟོན་དུ་འབྱུང་བས། གཞུང་དང་རྒྱ་འགྲེལ་གྱི་
 དགོངས་པ་འཆོལ་བར་འདོད་ན་འདི་འདྲི་སྐབས་ཀྱི་ཡི་གེ་སྟོ་ཡང་དང་སྟོབ་
 སྟོར་གྱི་ཡི་གེ་སྟོ་ཡང་གི་སྟོ་སྟོ་ར་འགོད་ཚུལ་དང་མི་གཅིག་པས་བསྐྱེ་
 མི་རུང་བ་དེ་ཤེས་དགོས་པར་བཤམ། འགོང་ས་ལྟ་བུ་ཆེན་པོའི་བཞེད་པ་

ནི་གོང་གི་དཔེར་བརྗོད་པ་དེ་དང་མཐུན་པ་ཡིན་ལ་དེའི་ཁྱད་ས་ནི།
 དཔང་ལོའི་འགྱུར་བཅོས་སུ། སྐྱར་བས་སྟོད་པས་མ་རེག་པའོ།། ཞེས་དང་།
 ཞོང་འགྱུར་དུ། སྐྱར་པ་སྟོག་ཆུང་ཡི་གེ་མཆོག་སྟོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་མ་རེག་
 པའོ། །ཞེས་པ་འདི་གཉིས་ཡིན་ཞིང་དེའི་དོན་ནི་སྟོ་ལྷགས་ཀྱི་སྐྱར་བའི་ཡོན་
 ཏན་ལ་སྟོག་ཆུང་ངམ་སྟོད་པའི་ཡི་གེ་མང་པོས་མ་རེག་པ་ཞིག་དགོས་པ་དེ་
 ཡིན་ནོ། །འོན་སྟན་གཞུང་ཅ་ཆོག་ཏུ་རྒྱུ་བའི་ཡི་གེ་གྱི་དང་གྱི་གཉིས་ལས་
 མི་འབྱུང་བས་སྟོག་ཆེན་མང་བ་དང་སྟོག་ཆུང་ཉུང་བ་ཇི་ལྟར་འཐད་ཅེ་ན་
 སྟོན་མེད་དེ། རྒྱ་སྐད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་མིང་གཞི་གསལ་བྱེད་དེ་དག་སྐྱར་
 གཏང་འཇམ་པ་ཡིན་ཡང་དབྱངས་རིང་སྟོག་ཏུ་ཞུགས་པའི་ང་རོ་ཅན་སྟེ་
 སོགས་དང་རྣམ་བཅད་ཀྱི་ཡི་གེ་ རེེ་ རྣམས་སྟོག་ཆེན་ཀྱི་ཡི་གེ་དང་འབྲ་
 བས་འདིར་སྟོག་ཆེན་ཀྱི་ཁོངས་སུ་བྱངས་པ་ཡིན་ལ། སྟོན་བྱོན་མཁས་པ་
 མང་པོས་བཞེད་པའང་འདི་ཉིད་ཁོ་ནའོ།།

༡ ཞུགས་པའི་སྐྱར་བའི་ཡོན་ཏན་ནི།

འཇམ་པ་ཞུགས་ཆེན་ཡི་གེ་གཅིག་

ཡང་ཡང་བསྐྱོར་བ་ཞུགས་པའི་ལྷགས་།

འཇམ་པའམ་སྟོག་ཆུང་གི་ཡི་གེ་ཤེད་ཆེ་ཞིང་གསལ་བྱེད་ཡི་གེ་
 གཅིག་ཉིད་ལ་ཡང་ཡང་བསྐྱོར་བའི་རྗེས་འབྲིད་ཀྱི་རྒྱན་ལ་ཞུགས་པའི་ལྷགས་
 ཀྱི་སྐྱར་བའི་ཡོན་ཏན་ཟེར། དཔེར་ན།

གངས་ཅན་དབྱིག་འཛིན་དགའ་མའི་སྟོ་བ་ན།
གང་རེག་གིས་འབྱུང་གངས་ཀྱི་རི་བོ་དག
རོ་སྐྱིད་ཉི་འོད་གོས་དང་འགྲོགས་པ་ལས།
ནམ་ཡང་གུད་མེད་ཤིས་པའི་དགོ་མཆན་འབར།

གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་ན་གང་རེག་གིས་འབྱུང་པའི་གངས་
རི་རྣམས་ཉི་འོད་དང་འགྲོགས་པ་ལས་གངས་ཀྱི་གཟི་མདངས་ཀྱི་མཛེས་
པ་དང་གངས་རྒྱན་གྱིས་ས་གཞི་བརྒྱན་པའི་བོད་གངས་ཅན་པ་རྣམས་ནམ་
ཡང་གུད་དུ་མེད་པའི་དགོ་མཆན་བསྐྱར་བར་བྱས་སོ།། ཞེས་པར་འཇམ་
པའམ་སྟོག་ཆུང་གི་ཡི་གེ་ཉིར་ལྷ་དང་སྟོག་ཆེན་བཙུ་གཉིས་མ་གཏོགས་
མེད་ཅིང་གསལ་བྱེད་མིང་གཞི་ག་ཡིག་ལ་ཡང་ཡང་བསྐྱོར་ནས་རྗེས་སུ་
འབྲིད་པ་ལྟ་བུ། འདིར་སི་ཏུ་པཎ་ཆེན་དང་ཁམས་སྤྱལ་རྗེས་འབྲངས་དང་
བཅས་པས་བཞེད་པ་ལྟར་ན། འཇམ་པ་ཁོ་ནས་ཡི་གེ་གཅིག་ལ་ཡང་ཡང་
བསྐྱོར་བའི་རྗེས་འབྲིད་ཅན་ཞིག་ལ་ཤར་ལུགས་ཀྱི་སྐྱར་བའི་ཡོན་ཏན་དུ་
འདོད་དེ། ཅ་བར། ལྟོད་པ་ལྷ་ཏྲེ་ལྷ་ལ། ལོ་ལྷ་ལི་ཀ་ལི་ལྷ་འདོད། གོ་རྒྱ་པ་
ཡིས་རྗེས་འབྲིད་སྟོས། དེ་འདོད་ཀྱི་ཅས་འབྲུང་བ་རྣམས་ཡིག་འབྲུ་རེ་
རེ་བཞིན་སྟོག་ཆུང་ཁོ་ན་ཡིན་པས་སོ།། ཞེས་གསུངས་ཏེ། ཅ་བའི་ཡི་གེ་
རྣམས་སྐྱར་སྟོག་ཆུང་ཁོ་ན་ཡིན་པ་ཤིན་ཏུ་བདེན་པས། འོན་ཀྱང་གོང་ས་ལྷ་བ་
ཆེན་པོ་རྗེས་འབྲངས་དང་བཅས་པས་འཇམ་པ་ཁོ་ན་མི་དགོས་པར་འཇམ་

བཤམ་ཆེ་ཙམ་གྱིས་འཕུས་པར་གསུངས་པ་ཙ་བ་དང་མི་མཐུན་ནམ་ཞེ་
 བ། གོང་དུ་སྟོ་སྟོགས་ཀྱི་སྦྱར་བའི་ཡོན་ཏན་སྐབས་སུ་བཤད་ཅིན་པ་ལྟར།
 ངག་ཙ་བའི་དཔེར་བརྗོད་ཀྱི་ཡིག་འབྲུ་ནམས་སྦྱིར་བཏང་སྟོག་ཆུང་ཡིན་
 ཡང་། དབྱངས་རིང་སྟོག་ཏུ་ཁྱེགས་པ་སྦྱ་དང་རྒྱ་ལ་སྟོགས་པ་སྦྱང་བ་གངན་
 ཞེག་ང་རོའི་དབང་གིས་སྟོག་ཆེན་དང་འདྲ་བས་འདིར་སྟོག་ཆེན་དུ་བགྱངས་
 བས། ཙ་བའི་དཔེར་བརྗོད་དང་མི་མཐུན་པའི་སྟོན་མེད་པར་མ་ཟད། དཔང་
 ལོ་ཆེན་པོའི་འགྱུར་བཅས་སུ། སྟོག་ཆུང་ཡི་གེ་ཤམ་ཆེ་བ། ཞེས་གསུངས་
 བ་འདི་ཉིད་དང་མཐུན་པ་ཡིན་ཏེ། འགྱུར་བཅས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དེའི་དོན་ནི་
 ཤམ་སྟོགས་པའི་ལྷགས་ཀྱི་སྦྱར་བའི་ཡོན་ཏན་ལ་སྟོག་ཆུང་ཡི་གེ་ཤམ་ཆེ་
 བ་ཙམ་ལ་སྟོག་ཆེན་ཡང་ཆུང་བད་འདྲེས་ཆོག་པ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ།།

གཉིས་པ། རབ་རྒྱུས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ།

༡ ་ལྷོ་པའི་ལྷགས་ཀྱི་རབ་དངས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནི།

བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་གཉིས་ཀའི་ཆ།

འཛིག་རྟེན་གྲགས་པ་གཙོར་བྱས་ཏེ།

དོན་གསལ་གོ་སླ་ལྟོ་བའི་ལུགས།།

ཞེས་བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་གཉིས་ཀའི་ཆར་འཛིག་རྟེན་གྲགས་ཆད་གཙོ་

བོར་བྱས་ཏེ་སྐྱར་བས་དོན་གསལ་ཞིང་གོ་སླ་བའི་རྒྱན་ལ་སྟོ་སྟོགས་བས་

རབ་དྲངས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དུ་འདོད་དེ།

དཔེར་ན།

དྲི་བྲལ་མཐོན་མཐིང་གནམ་གྱི་མཐོངས་ཡངས་པོར།

ཏྲ་བདུན་ལྷགས་ཀྱིས་འདྲན་པའི་ཉི་གཞོན་གང་།

འཆར་བས་མོད་ལ་ཐུན་པའི་མཆང་བརྟེན་ཞིང་།

སྒྲ་ཆོགས་འདབ་སྟོང་སྒྲ་ཅིའི་ཕོན་པོ་ཆོད།

ནམ་མཁའ་གཡའ་དག་པའི་ངོས་ནས་ཉི་གཞོན་ཤར་མ་ཐག་ཏུ་ཐུན་
པ་གསལ་བ་དང་པར་འདབ་མ་གྲོལ། ཞེས་བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་གཉིས་ཀའི་
ཆར་འཇིག་རྟེན་གྲགས་ཆད་གཙོ་བོར་བྲས་ནས་བརྗོད་དོན་གསལ་ཞིང་
གོ་སྒྲ་བ་ལྟ་བུ། འདིར་རབ་དྲངས་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཆན་ནི་དཔེར་ན།
ཁྱ་རྒྱུ་ཏྲ་ཅང་ཆེ་བའི་ནང་བལྟས་པ་ཙམ་གྱིས་གཉིང་གི་རྟེན་དཀར་ནག་
རྣམས་གསལ་ལེར་མཐོང་བྱས་པ་ལྟར། འདིར་ཡང་ཆིག་དོན་གཉིས་ཀ་
འཇིག་རྟེན་ཡོངས་གྲགས་དང་སྒྱར་བས་སྒྲར་གཏན་ཆིགས་སོགས་ཀྱིས་
སྒྱབ་མི་དགོས་པར་ཆིག་དེ་ཐོས་པ་དང་དེའི་དོན་བདེ་སྒྲག་ཏུ་གོ་བྱས་པས་
རབ་དྲངས་ཞེས་བཏགས་པ་ཡིན་ནོ།

༡ ཤར་པའི་ལྷགས་ཀྱི་རབ་དྲངས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནི།

སྟོན་དུས་གྲགས་པ་མི་ལྡན་ཡང་།
ངེས་ཆིག་ཙམ་གྱིས་ངག་སྟོར་དེ།
བཤམ་དུ་རུང་བའི་དོན་ཅན་ནི།
ཤར་བས་འདོད་པའི་རབ་དྲངས་ཡིན།

ཞེས་བརྗོད་དོན་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ཞིག་ལ་རྗོད་ཆིག་སྟོན་དུ་འཛིག་
ཏེན་གྲགས་པ་དེ་ཙམ་མི་ལྡན་ཡང་ངེས་ཆིག་ཙམ་བཤམ་དུ་རུང་བའི་ཆིག་
སྟོར་ཞིག་ལ་འདོད་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན།

མི་གཉིད་སང་བའི་འཇུག་དོགས་ཡངས་པོ་ནས།
རྒྱང་འགྲོས་དོར་བའི་གསེར་རིའི་གྲངས་ལྡན་ཏྲས།
ཉེར་འབྲེན་སྐྱ་གཅན་ཟས་ཀྱི་འཇུ་མ་སྤེང་ནི།
དཀར་མིན་འདབ་མ་སྤེ་བའི་དབྱིད་དུ་གསལ།

འདིའི་བརྗོད་གཞི་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་ནས་ཉི་འོད་འཕྲོས་ན་བརྒྱ་
རྒྱས་ཁ་འབྱེད་པ་དེ་ཡིན་མོད། འཛིག་ཏེན་ན་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་དང་མི་
ལྡན་པར་ཆིག་ཤིན་ཏུ་སྒྲིབ་པས་གོ་དཀའ་ཡང་། ངེས་ཆིག་ཙམ་བཤམ་དུ་
རུང་བ་ལ་བརྟེན་པ་ལྟ་བུ། འདིར་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཆིག་དེ་ཙམ་གྲགས་པ་མི་ལྡན་
པས་ཤིན་ཏུ་མི་གསལ་ན་ཅིའི་ཕྱིར་རབ་དྲངས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དུ་འཛོག་ཅེ་ན།

རྫོད་བྱེད་ངེས་ཚིག་ཙམ་ལ་ལྟོས་དགོས་པས་མི་གསལ་ན་ཡང་། བརྫོད་དོན་
བརྟག་ཅིང་ཞིབ་ཏུ་བཅུ་བ་ན་བརྫོད་བྱ་ཤིན་ཏུ་གསལ་བའམ་རྗེ་དྲངས་སུ་
འགྲོ་བས་དེ་སྐད་དུ་འདོགས་པ་ཡིན་ནོ།།

གསུམ་པ། མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ།

༡ ལྟོ་ལུགས་ཀྱི་མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན་ནི།
འཇམ་རྩལ་ཡི་གེ་དོ་མཉམ་པ།།
སྤྱོད་པས་སུ་མ་ལྟོ་བའི་ལུགས།།
ཚིགས་བཅད་གཅིག་གི་ཡི་གེ་འཇམ་རྩལ་མང་ཉུང་དོ་མཉམ་པའི་
རྒྱན་དེ་ལྟོ་བའི་ལུགས་ཀྱི་མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན་དུ་འདོད་དེ། དཔེར་ན།

འདི་ནས་བྱང་སྤྱོད་པས་ལེ་དབར་དུ་མའི་མཐར།།
རབ་དཀར་གངས་ཀྱི་ས་འཛིན་སྤང་བ་ཡིས།།
ཡོངས་བསྐྱོར་བསིལ་ལྡན་ཞིང་གི་མཛེས་སྤྲོངས་དེ།།
ཁམས་སྤྱག་འབྲམས་པའི་པ་སའི་ཞིང་ཁམས་ཡིན།།

འདི་ནས་བྱང་སྤྱོད་པས་ལེ་དབར་དུ་མ་བཀྲལ་བའི་མཐར་གངས་རིས་
བསྐྱོར་བའི་བོད་ཀྱི་ས་གནས་དེ་ཁམས་སྤྱག་འབྲམས་པའི་པ་ཡུལ་ཡིན་

ནོ།། ཞེས་པར་འཇམ་པའི་ཡི་གེ་བཙུང་དང་རྩ་བ་པའི་ཡི་གེ་ཡང་བཙུང་དེ་འཇམ་རྩ་བ་དོ་མཉམ་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། འདི་རྒྱུ་པ་སྟེད་སྒྲ་མ་འཇམ་པ་དང་སྟེད་སྟེ་མ་རྩ་བ་པ་ལྟ་བུ་ཡང་སྟེད་ཆོག་པ་ཡིན་ནོ།། རྩ་བའི་རྒྱ་འགྲེལ་དུ། འཇམ་པ་ལ་འཇམ་པའི་འཇམ་པ་དང་། འཇམ་པའི་བར་བ། འཇམ་པའི་རྩ་བ་པ་གསུམ་དུ་སྟེས་ཤིང་དེ་དག་རེ་རེ་ལ་གསུམ་གསུམ་དུ་སྟེ་བས་དགུ་བོ་ལ་མཆོན་གཞི་དཔེར་བརྗོད་དང་བཅས་པ་བཀོད་ཡོད་ཀྱང་བོད་ཆོག་ཡི་གེ་ལྟེ་ཡང་གི་རྣམ་གཞག་དེ་ཙམ་གྱི་ཡངས་མ་ཡིན་པ་དང་བོད་ལ་དེ་ཙམ་ཉི་བར་མི་མཁོ་བ་བཅས་ལ་དགོངས་ནས་སྟོན་བྱོན་མཁས་པ་ཆོས་གསལ་བཤད་བྱས་མེད། དུས་སྟེས་སྟོགས་འདིར་ཚོད་མེད་མཁས་པའི་བྱ་མཆོག་སི་རུ་ཡབ་སྐུ་གིས་ཀྱང་འཕགས་བལ་གྱི་མཁས་པའི་གསུང་རྒྱན་དང་རྒྱ་འགྲེལ་རྣམས་སུ་དེ་ལྟར་ཡོད་པའི་མཚུ་བ་སྟོན་ཙམ་མ་གཏོགས་བོད་སྐད་ཐོག་གསར་སྟེལ་གནང་མེད།

༡ འཇམ་པའི་མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན་ནི།
 འཇམ་རྩ་བ་གངས་ཀ་མི་མཉམ་ཡང་།།
 ཆོག་དོན་ལ་སྟོས་མཉམ་པ་ནི།།
 འཇམ་པའི་ལྷགས་གྱི་མཉམ་པ་ཡིན།།

ཡི་གེ་འཇམ་རྩ་བ་གྱི་གངས་ཀ་མང་ཅུང་དོ་མི་མཉམ་ཡང་བརྗོད་བྱའི་

དོན་དང་རྫོད་བྱེད་ཀྱི་ཚིག་སྒྲོར་ལ་བལྟས་ནས་མཉམ་པ་ཞིག་ལ་ཟེར། དཔེར་
ན།

རབ་དཀར་བཀོད་ལེགས་གངས་རི་དུ་མའི་དབུས།
ལྷགས་ཟུང་གསེར་འཁོར་མཁའ་ལ་འཕགས་དང་ལྟན།
བསིལ་ལྟན་སྒྲོངས་ཀྱི་སྟན་གྲགས་ལྟ་ཡི་ང།
སྒྲོགས་བྲལ་སྒྲོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་སྒྲོན་ཀྱན་བཟུལ།

ཆོས་རྒྱལ་མེས་དཔོན་རྣམ་པའི་སྐུ་རིང་ལ་གདོང་དམར་བོད་ཀྱིས་
འཇམ་སྒྲིང་སུམ་གཉིས་ས་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱས་ཏེ་ལྷགས་ཟུང་གསེར་ཀྱི་
འཁོར་ལོ་དགྲུང་ལ་འཕགས་པ་དང་མཉམ་དུ་བོད་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་པོའི་སྟན་
གྲགས་འཇམ་སྒྲིང་སྒྲོགས་མཐའ་ཡོངས་སུ་གྲགས་སོ། ། ཞེས་པར་འཇམ་
པའི་ཡི་གེ་ཉུང་ཞིང་རྩ་བ་པ་མང་བས་འཇམ་རྩ་བ་དོ་མི་མཉམ་ཡང་བརྫོད་
བྱའི་དོན་ཀྱི་སྒྲོར་ཚུལ་ལ་བལྟས་ནས་མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན་དུ་བཞེད་པ་སྟ་
བྱ། སྒྲོན་འགྲོ་ལོ་རྩ་བ་ཡབ་སྐུ་ཀྱི་གསུང་རྒྱན་འདིར་ཁམས་སྐུལ་རིན་
པོ་ཆའི་སྟན་འགྲེལ་ངག་གི་རོལ་མཆོ་ལས། གཞུང་ཚིག་དངོས་བསྟན་ཁོ་
ན་ལས་བཅའ་བའི་གོ་ཆོད་ཅམ་ཆད་མར་མཛད་ནས་དཔེར་བརྫོད་སྤྲ་མ་
དངོས་སྟོབ་དང་། བྱི་མ་ཤར་བའི་ལྷགས་སུ་མཛད་ཅིང་། མཉམ་པའི་གོ་བ་
ཡང་དཔེར་བརྫོད་གཅིག་ལ་ཡི་གེ་འཇམ་རྩ་བ་ཆ་མཉམ་པ་ཅམ་ལ་བཞེད།
དེ་ནས་བཟུང་འགྲེལ་བྱི་མ་ཀྱན་དེའི་རྗེས་སུ་འབྲང་ནས་དགག་བཞག་མང་

པོ་མཛད་པ་ནི། རྟོགས་སྤེའི་ནམ་མ་ལངས་པར་དགག་བཞག་གི་ཉི་མ་ཤར་
 བས་མོན་སྤྱོད་ཅུ་དག་དང་འབྲི་གྲང་གི་དམག་ཅིས་ཀྱིས་དཔེས་ཕྱིན་ཅི་
 ལོག་ཏུ་སོང་བ་དང་། འབྲུག་སྤྱལ་རང་གི་ལྷགས་ལ། སློབ་དཔོན་རྩ་བའི་
 རྒྱ་འབྲེལ་དུ། མཉམ་པ་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ། ཅོ་མ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་
 གང་ཞིག་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་རྒྱུ་ལ་བཞེ་ག་ལའང་མི་མཉམ་པ་མེད་པར་
 རིགས་མ་ཐུན་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་སྦྱར་བ་དེ་ནི་མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན་དུ་བཤད་
 རོ། །ཞེས་དང་། གུན་མཁྱེན་པ་རྣམས་དཀར་པོས། འདིར་སྤྱོད་མས་རྒྱུ་ལ་རེར་ཆུང་
 བ་ཆུང་མཉམ། བར་ན་བར་མཉམ། ཆེ་ན་ཆེ་མཉམ་པའི་དོན་དུ་བྱས། ཕྱི་མ་
 རྒྱུ་ལ་རེར་ཆེ་ཆུང་བར་མ་ཐམས་ཅད་མཉམ་པའི་དོན་དུ་གཞུང་གིས་ཐོན་
 ལ། རིག་བྱེད་གཞན་དུ་འཆད་པ་འཐད་པར་མི་སྤང་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་
 འདི་དག་ཁྱུངས་སུ་བྱས་ཏེ། སྦྱིར་སྦྱོར་བ་འཇམ་ན་འཇམ་མཉམ་དང་། རྩ་བ་
 བ་རྩ་བ་མཉམ། བསྐྱེད་པ་མཉམ་པའི་རྒྱུ་ལ་སྟོ་ལྷགས་ཀྱི་མཉམ་
 པའི་ཡོན་ཏན་དང་། མ་བརྟགས་པར་སྦྱོར་བའི་རྣམ་པས་ཆོགས་བཅད་བྱེད་
 མི་མཉམ་པ་ལ་དེའི་སྟོག་རྒྱ་ཤར་བའི་ལྷགས་ཀྱི་མི་མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན་དུ་
 འདོད་དོ། ། རིན་སྤངས་པ་དང་ལྷ་བ་ཆེན་པོ་སོགས་ཀྱིས་ཤར་བའི་ལྷགས་
 ཀྱི་མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན་ཞེས་སྦྱར་དགོས་ཏེ། འདི་རྣམས་ཐུན་མོང་མིན་པའི་
 རྒྱུ་ཀྱི་མིང་ཅམ་མཐུན་པ་ཡོད་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་མིན་ན་རྒྱུ་འདི་
 དག་དབྱེ་བ་བཅུ་ཉི་ལྔ་དུ་མི་འདུ་བས་གཞུང་དོན་ལས་ཕྱི་རོལ་དུ་གྱུར་བར་
 འགྱུར་རོ། ། འདི་ཉིད་ཆོག་སྦྱོར་སྟེ་ཡང་མི་མཉམ་ཡང་། དོན་མཉམ་པ་ཡིན་

པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྒྱ་དཔེར།

ཅ་རྩན་གྱིས་བགོས་དྲི་ལྡང་ཞིང་།།

འངས་པ་མ་ལ་ཡ་ཡི་རྒྱུང་།།

བདག་གི་བརྟན་འགོག་དགའ་མ་ནི།།

མཆོག་གི་ཁ་ཡི་རྒྱུང་དང་འགྲན།།

ཞེས་པ་འདིར་རྒྱུང་དང་དགའ་མའི་དབྱུགས་གཉིས་ཡོན་ཏན་མཉམ་

པ་དང་། ལུ་བྱུག་དང་རྒྱུང་གཉིས་དུས་མཉམ་དུ་ཆོགས་པ་ངོས་འཛིན་ཆོག་

པས་སོ།། ཞེས་པར་འདོད་པར་ཡང་། འབྲུག་འགྲེལ་དུ། ཡང་ཁ་ཅིག་ཤར་

བ་རྣམས་གྱིས་ཀྱང་སྒྲ་མི་མཉམ་ནའང་དོན་མཉམ་པ་ཞིག་དགོས། དེ་མེད་ན་

མཉམ་པའི་མིང་ཡང་མི་ཐོབ། ཅེས་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་དོན་མཉམ་པ་ངོས་འཛིན་

པའི་ཆོ། རྒྱུང་དང་དགའ་མའི་དབྱུགས་གཉིས་ཡོན་ཏན་མཉམ་པ་དང་། ལུ་

བྱུག་དང་རྒྱུང་གཉིས་དུས་མཉམ་དུ་ཆོགས་པ་ངོས་འཛིན་མཛད་པའང་རང་

ཉིད་ཀྱི་མཐུན་རབ་ལས་གང་བྱུང་ཁོ་ན་མ་གཏོགས་གཞུང་དང་རྒྱ་འགྲེལ་

གཉིས་ཀའི་ཁྱདས་དང་མི་མཐུན་ཞེས་བྱུར་བ་དང་བཅས་བཀག་སྟེ། རང་

ལུགས་ལ་རྒྱ་འགྲེལ་གྱི་ཆོག་བསྐྱར་བའི་ནང་དུ། དེའི་མི་མཉམ་པའི་སྟན་

ངག་ཏུ་འགྱུར་རོ།། ཞེས་པ་འདི་ཁྱདས་སམ་ལུང་དུ་བྱས་ཏེ། དཔེར་བརྗོད་

ཕྱི་མ་འདི་ཉིད་མི་མཉམ་པའི་དོན་དུ་རྒྱ་འགྲེལ་དགོངས་པས་འཆད་ཀྱི་མཉམ་

པའི་དོན་དུ་མི་འཛོག་པ་ནི་བྱད་པར་རོ།། ཞེས་གསུངས་པ་ནི་ལུང་རིགས་

ཀྱི་སྒྲུབ་བྱེད་ལྡན་པའི་ལེགས་བཤམ་ཁོ་ནར་གོ་མོད། དེ་ལྟ་ནའང་ལྷ་བ་ཆེན་

པོ་སོགས་ཀྱིས་ཐུགས་དོགས་གནང་ས། འཤར་ལུགས་ཀྱི་རྒྱན་འདི་ཐུན་
 མོང་མིན་པའི་རྒྱན་བཅུ་ཉེ་ནང་མིང་གང་གི་ཁོངས་སུ་སྦྱད་པ་དེ་དང་འབྲེལ་
 མེད་དུ་འགྱུར་བའི་འགལ་སྤང་ཆོག་འབྱུག་གཅིག་ཀྱང་བཀོད་མི་འདུག་པ་
 བོ། འབྱུག་སྤྱལ་རང་ཉིད་འདིའི་སྐྱབ་ཕྱོགས་ནས་མ་གཏོགས་དགག་ཕྱོགས་
 ནས་ཐུགས་ཏོགས་མ་བྱུང་བ་ཡིན་མཆི་ཡང་ཁོང་གིས་དགག་ཕྱོགས་ཀྱི་
 སྒྲོན་སྤང་མི་མཐེན་པ་ག་ལ་ཡིན། གཞན་ཡང་སྟོ་ཕྱོགས་མཉམ་པའི་ཡོན་
 ཏན་བཤམ་པའི་སྐྱབས་བྱུང་མཁར་པ་སོགས་ཀྱི་འཇམ་ན་འཇམ་མཉམ་དང་།
 རྩ་བ་ན་རྩ་བ་མཉམ་བཤེས་ན་བར་མཉམ་དུ་འཆད་པར། ལྷ་བ་ཆེན་པོས་རྒྱ་
 གཞུང་དུ་ཐ་སྙད་མེད་པས་མི་འབྲེལ་ལོ།།ཞེས་བཀག་སྟེ། བྱུང་མཁར་པ་སྟོ་
 གོས་རྒྱལ་བོ་དང་། དཔལ་ཁང་ག། འབྱུག་པ་པར་དཀར་པོ་གསུམ་ལ་བྱུང་
 བ་གནང་བའི་སྐྱབས། ཐ་སྙད་ལ་སྤང་བ་ཅུ་ལས་དགག་བཞག་རྒྱས་པ་མ་
 མཇེད་པ་འདིས་སྐྱབ་བྱེད་གཞན་མེད་པ་མཆོན་བྱེད་དུ་གོ་བ་མི་བྱ་སྟེ། དེ་
 ལྟ་ན་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱན་ཀྱན་ཀྱང་མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན་དུ་འདུ་བར་
 འགྱུར་བའི་བྱིར། གང་ལྟར་ཕྱོགས་གཉིས་ཀའི་དགོངས་ཚུལ་ངེས་པར་བྱས་
 ན་མཁས་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་འགྱུར་གྱི་རང་གི་འབྲིད་རྒྱན་ཅུ་ལ་ལྷ་ཚུགས་
 གཅེས་འཛིན་གྱིས་གཞན་ཕྱོགས་ལ་སྤང་བ་ནི་མཁས་པའི་ལུགས་མིན་ནོ།།

སྟན་ངག་ལེ་བྱ་དང་པོ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱན་གྱི་རྣམ་གཞག་ལ་
 རུང་བད་དབྱེད་པ། (འདོན་ཐེངས་སྟོན་མའི་འཕྲོས། ༽ བེ་རི་འཛིགས་མེད་
 དབང་རྒྱལ།

བཞི་པ། སྒྲན་པའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ།

༡ ་ སྒྲན་པའི་ཡོན་ཏན་ངེས་བཟུང་བ་ནི།
བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་གཉིས་ཀ་ལ། །
སྐྱ་དོན་ཉམས་ལྡན་གྲོང་ཆོག་མིན། །

བརྗོད་བྱའི་དོན་དང་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་གཉིས་ཀ་ལ་སྐྱ་དང་དོན་གྱི་
ཉམས་ལྡན་པའི་རྒྱན་ལ་ལྟོ་ཤར་གཉིས་ཀས་སྒྲན་པའི་ཡོན་ཏན་དུ་འདོད་དེ།
དེ་དང་མི་ལྡན་པའི་གྲོང་ཆོག་པལ་བ་རྣམས་སྒྲན་པའི་ཉམས་མེད་བས་ངེས་
པར་དུ་སྒྲོང་དགོས་སོ། །

༢ ་ ལྟོ་པའི་ལུགས་ཀྱི་སྐྱའི་ཉམས་འདོན་ཚུ་ལ།

ཡི་གེ་སྐྱེ་གནས་བརྟེན་པ་སོགས། །

སྐྱ་མཚུངས་ཉེ་བ་རྗེས་འབྲིད་པ། །

ལྟོ་པའི་ལུགས་ཀྱི་སྒྲན་པ་ཡིན། །

ཡི་གེ་སྐྱེ་གནས་དང་བརྟེན་པ་མགོ་འདོགས་མིང་གཞི་སོགས་སྐྱ་
མཚུངས་བའམ་ཆོག་དོན་གཉིས་ཀར་ཉེ་བར་གནས་པ། རྗེས་སུ་འབྲིད་པ་
དང་བཅས་པའི་སྐྱའི་ཉམས་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ལ་ལྟོ་པའི་ལུགས་ཀྱི་སྒྲན་པའི་
ཡོན་ཏན་དུ་འདོད་དོ། ། དཔེར་ན།

དབང་དང་ཉི་དབང་དཔལ་ལྡན་དཔལ་པོ་སོགས། །
ལེགས་ལྡན་ལ་སོགས་ལེགས་སྤང་སྤང་མ་ལ། །
ཇ་ཆང་མཆོད་ཡོན་རྒྱ་ཆེ་ཉིར་འབྱལ་ན། །
ཏ་ཐ་ག་ཏའི་བསྟན་དང་བསྟན་འཛིན་སྦྱོངས། །

བརྒྱ་བྱིན་དང་ཁྱབ་འཇུག་གྲུར་མགོན་ལེགས་ལྡན་ནག་པོ་ལ་སོགས་
པའི་སྤང་མའི་ཆོགས་ལ་ཇ་ཆང་མཆོད་ཡོན་རྒྱ་ཆེ་རྒྱན་དུ་འབྱལ་ན་སངས་
རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་དེ་འདིན་དག་འདུན་ཀྱི་སྤེ་དང་བཅས་པ་སྦྱོངས་ཤིག་
ཅས་པ་འདིར། ཀྱང་པ་དང་པོ་པ་སྤེའི་སྦྱེ་གནས་མཚུངས་པ་དང་། གཉིས་པ་
ལ་ཡི་གེ་མིང་གཞི་མཚུངས་པ། གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་སྦྱེ་གནས་མཚུངས་
པའི་སྦྱོན་ས་རྗེས་སུ་འབྲིད་པའི་སྤྱི་ཉམས་དང་ལྡན་པ་ལྟ་བུ།
༣ ་ ཤར་པའི་ལྷགས་ཀྱི་སྤྱི་ཉམས་འདོན་ཚུལ།

སྦྱེ་གནས་ལ་སོགས་གང་ཡིན་ཡང་། །
སྤྱི་མཚུངས་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར། །
རྗེས་འབྲིད་ཁོ་ན་ཤར་པའི་ལྷགས། །
ཡི་གེ་སྦྱེ་གནས་དང་སྤྱི་མཚུངས་པའི་རྗེས་བྲིད་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་
པར་མིང་གཞི་གཅིག་པའི་རྗེས་འབྲིད་ཀྱི་བྲེད་སྤྱི་མ་རྩལ་པ་དང་། སྤྱི་མ་
འཇམ་པའི་ཆོག་སྦྱོར་ཞིག་ལ་ཤར་པའི་ལྷགས་ཀྱི་སྟན་པའི་ཡོན་ཏན་དུ་

འདོད་དེ། །དཔེར་ན།

ཁ་སྒྲོངས་ཁ་བའི་འདབ་མ་འཁེབས་པའི་ཞིང་། །

མཆོན་སྒྲུག་ལང་ཆོ་མཆོན་བྱེད་མ་པམ་མཆོ། །

ཡིད་འོང་གཡུ་ཡི་མེ་འོང་གཡོ་འབྲ་དེ། །

བྲན་ཆེ་དྲུང་དྲུང་དང་བའི་དད་པ་འབྲེན། །

ཁ་བས་ཡོངས་སུ་ཁེངས་པའི་བོད་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་སུ་མཆོར་སྒྲུག་
ལང་ཆོ་མཆོན་པར་བྱེད་པའི་མ་པམ་གཡུ་མཆོ་གཡུ་ཡི་མེ་འོང་དང་འབྲ་བ་
དེ་ཉིད་བྲན་ཆེ་དང་བའི་དད་པ་སྒྲུག་པར་འབྲེན་ནོ། །ཞེས་པར་ཆིག་སྒྲུར་བྱེད་
སྒྲུ་མ་རྩལ་ཅིང་བྱི་མ་འཇམ་པ་དང་། རྒྱང་པ་དང་པོ་མིང་གཞི་ཁ་ཁོ་ནས་རྗེས་
སུ་འབྲིད་པ་དང་། གཉིས་པ་ཆ་དང་། བཞི་པ་ད་ཡིག་ཁོ་ནས་རྗེས་སུ་བྲིད་པ་
ལྟ་བུ་ཤེས་སྒྲུའོ། །

༤༽ ཤར་པས་འདོད་པའི་རྒྱང་པ་ལ་སྒྲོར་བའི་རྗེས་འབྲིད།

ཆིག་རྒྱང་སོ་སོའི་མགོ་ཉིད་དུ། །

མིང་གཞི་འབྲ་བ་ཡང་ཡང་སྒྲོར། །

ཆིག་རྒྱང་སོ་སོའི་མགོར་མིང་གཞི་འབྲ་བ་རེ་ཡང་ཡང་སྒྲོར་བའི་རྗེས་
འབྲིད་ཀྱི་རྒྱན་ཉིད་ཤར་པས་འདོད་པའི་རྒྱང་པ་སྒྲོར་བའི་རྗེས་འབྲིད་ཡིན་
ནོ། །དཔེར་ན།

རབ་དཀར་གངས་རིས་བསྒྲོར་བའི་དབང་ཕྱོགས་ཀྱི། །

རི་བོ་སྒྲང་དུག་བསྒྲིགས་པའི་ཞིང་ཁམས་ན། །

རབ་དང་ཕུལ་བྱང་རྒྱབས་ཆེན་མཛད་པ་ཅན། །

དྲ་ལོའི་རྣམ་འབྱུལ་ཉོར་སྤྲུལ་ཆོས་ཀྱི་རྩེ། །

གངས་རིས་བསྐྱོར་བའི་བོད་ཀྱི་ཤར་ཕྱོགས་མདོ་ཁམས་སྐང་དུག་
གི་ཞིང་ན་རབ་དང་ཕུལ་བྱང་བའི་མཛད་འཕྲིན་ཅན། དྲ་ལོ་ཆེན་པོའི་
རྣམ་འབྱུལ་ཉོར་རིང་གིར་རྒྱལ་པོའི་རིགས་ལས་འབྱུངས་པ་ཉོར་ཅོས་རྩེ་
ལྷ་དབང་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ། ཞེས་པའི་ཆོག་སྦྱོར་འདིའི་རྟེན་པ་
བཞི་གའི་མགོར་ར་ཡིག་ཡང་ཡང་བསྐྱོར་བའི་རྩེས་སུ་འབྲིད་པ་ལྷ་བྱ།

༥༽ ཆོག་ལ་སྐྱོར་བའི་རྩེས་འབྲིད།

རྟེན་པ་སོ་སོར་མིང་གཞི་ནི། །

འདྲ་བ་སྐྱོར་བའི་རྩེས་འབྲིད་ཡིན། །

ཆོགས་བཅད་ཀྱི་ཆོག་རྟེན་རང་རང་ལ་མིང་གཞི་ཡི་གོ་འདྲ་བ་རེ་
སྦྱར་བས་ཡང་ཡང་བསྐྱོར་བའི་རྒྱན་ལ་ཆོག་ལ་སྐྱོར་བའི་རྩེས་འབྲིད་ཟེར་ཏེ།
དཔེར་ན།

གངས་རིའི་སྤང་བས་བསྐྱོར་བའི་གངས་སྤྲོངས་ན། །

དབྱངས་ཅན་དབྱངས་དང་བསྐྲུབས་པའི་སྤྲ་དབྱངས་ཀྱིས། །

སྟན་ཆོག་སྟན་རྒྱ་སྤྲ་བའི་པརྩེ་ཏ། །

འཇམ་མགོན་མི་པམ་འཇམ་དབྱངས་དངོས་དང་འདྲ། །

གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་ཞིང་ན་དབྱངས་ཅན་མའི་དབྱངས་དང་མཉམ་པའི་
སྟ་ཆོག་འདོད་རྒྱ་སྤྲ་བ་པོ་མཁས་པ་ཆེན་པོ་སྤེ་དགོ་མི་པམ་རྣམ་རྒྱལ་ཉིད་

འཇམ་དབྱངས་དངོས་དང་འབྲུག་ཀྱི་སྐུ་ལ་འདྲི་ཞུ་བ་དང་པོར་མིང་གཞི་
ག་ཡིག་དང་། གཉིས་པ་བ་ཡིག་དང་། གསུམ་པ་ཉ་ཡིག་ བཞི་བར་ཇ་ཡིག་
བཅས་ཀྱིས་ཀྱང་པ་སོ་སོར་སྦྱར་བས་ཡང་ཡང་སྒྲོར་བའི་རྗེས་སུ་འབྲིད་པ་
ལྟ་བུ།

༩༽ རིང་བ་ཐོས་པའི་རྗེས་འབྲིད།

སྤྱི་ཤིན་ཏུ་མི་རིང་བ། །

ཐོས་པ་དག་ནི་རྗེས་འབྲིད་འདོད། །

ཆིག་སྒྲོར་སྤྱི་ཤིན་ཏུ་མི་རིང་བའམ་ཅུང་ཟད་རིང་བའི་མཆོམས་
སུ་མིང་གཞི་འབྲུག་པ་རེ་སྦྱར་བས་ཡང་ཡང་སྒྲོར་བའི་རྗེས་འབྲིད་ལ། རིང་བ་
ཐོས་པའི་རྗེས་འབྲིད་ཟེར་ཏེ། དཔེར་ན།

ལེགས་ལྷན་དབྱིད་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་གསར་བ་ཡིས། །

མཆོན་རྒྱས་མ་ཡིན་སྙན་ཆིག་རིག་པའི་དབྱིད། །

སྤྱི་ཤིན་དབྱིད་གྲུར་སྤྲེག་མོའི་པང་བ་ལས། །

ན་བའི་དབྱིད་དུ་འཛོལ་བ་སུ་མི་དགལ། །

ཡིད་འོངས་བའི་དབྱིད་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་གྱིས་གྲུར་ཇི་བཞིན་མཆོན་
པར་མི་རྒྱས་པའི་སྙན་ཆིག་གི་རིག་བྱེད་རྣམས་དབྱངས་ཅན་མའི་ཕི་ཕང་
ལས་ན་བའི་དབྱིད་དུ་འཛོལ་བ་འདྲིར་མི་དགའ་བ་སུ་ཡོད། ཞེས་པའི་ཆིག་
སྒྲོར་འདྲིའི་དབྱིད་ཅེས་པའི་ཆིག་འབྲུག་འདྲི་ཉིད་ཀྱང་པ་སྤྱི་ཤིན་ཏུ་མི་རིང་བ་ཅུང་ཟད་

རིང་བར་སྐྱར་བས་ཡང་ཡང་བསྐྱོར་བ་ལྟ་བུ།

༥༽ ཟུང་ལྡན་གྱི་སྐྱོར་ནི།

དབྱངས་གསལ་སོགས་གྱི་ཡི་གེའི་ཚོགས། །

ཡང་ཡང་སྐྱོར་བ་ཟུང་ལྡན་རྒྱུ། །

དབྱངས་དང་གསལ་བྱེད་སོགས་གྱི་ཡི་གེའི་ཚོགས་པ་ཡང་ཡང་སྐྱོར་བའི་རྒྱ་ལ་ཟུང་ལྡན་གྱི་རྒྱ་བེར་ཞིང་། དེ་དག་གྲང་མཐའ་གཅིག་ཏུ་སྒྲན་བའི་ཉམས་དང་ལྡན་པ་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པས། རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར་མེ་ལོང་མའི་རྩ་བར། ལེ་ལུ་གསུམ་པའི་སྐབས་སུ་འཆད་པར་བྱ་བས། འདྲི་ཡིག་ཚོགས་ཉུང་བའི་ཆེད་དུ་འང་མ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

༦༽ འཁར་པ་ཁོ་ནས་འདོད་པའི་རྗེས་འཁྲིད།

སྐྱ་རྒྱུ་ཕྱི་མ་འཇམ་རྒྱུ་བ་བསྐྱེས། །

སྐྱ་ཕྱིར་ཡི་གེ་རེ་རེར་སྐྱོར། །

འཁར་པའི་ལུགས་གྱི་རྗེས་འཁྲིད་ཉིད། །

རྒྱ་པ་བྱེད་སྐྱ་མ་རྒྱུ་བ་དང་བྱེད་སྐྱ་མ་འཇམ་རྒྱུ་བ་བསྐྱེས་ཏེ། སྐྱ་ཕྱི་ཡི་གེ་རེ་རེ་ལ་ཡང་ཡང་སྐྱོར་བའི་རྗེས་འཁྲིད་ཉིད། འཁར་ལུགས་གྱི་རྗེས་འཁྲིད་དོ། །དཔེར་ན།

གསང་གསུམ་གསང་བ་བསམ་མི་བྱུང་བའི་ཚུལ། །

ཚུལ་གསུམ་སྤང་གིས་གསལ་བ་གཞལ་བྱས་སུ། །

དེ་སྤང་དང་བའི་དད་འདུན་དག་པོ་ཡིས། །

དེ་རིང་ཅམ་མིན་ད་ནས་དྲུང་བར་མངོད། །

གདུལ་བྱའི་སྒྲོ་ཡུལ་ལས་འགོངས་པའི་གསང་བ་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་
བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བའི་ཚུལ་རྣམས་རྟོག་གི་རིགས་པས་རི་ལྟ་བ་བཞིན་
དཔོག་མི་བྱས་པས། དེས་ན་ད་ནས་དང་བའི་དད་པ་དག་པོས་འདུད་པར་
མངོད་ཅིག ཅེས་པར་བྱེད་སྒྲུ་མ་འཇམ་པ་དང་བྱི་མ་འཇམ་རྩལ་བསྐྱེད་ཏེ།
རྒྱུ་མ་གཉིས་ད་ལ་ཡང་ཡང་བསྐྱོར་བའི་རྗེས་
སུ་འབྲིད་པ་ལྟ་བུ།

སྐབས་འདིར་མེ་ལོང་མའི་རྩ་གཞུང་དུ། གྲོང་ཆོག་འདྲེས་མ་འདྲེས་
དང་། ཆོགས་སུ་དབྱུང་བུང་མི་བུང་གི་རྣམ་དབྱེ་བཅོག་གཏམ་དང་འདྲེས་
པ་འགའ་ཞིག་བཀོད་ཡོད་པ་རྣམས། འཇིག་རྟེན་གྲིམ་པ་ཡ་རབས་ཞིག་གི་
ངག་སྒྲོ་ནས་ཐོན་དཀའ་ན་གདན་ས་ཆེན་པོའི་རིགས་པ་སྤྱི་བའི་གྲ་བ་ཞིག་གི་
སྤྱུག་ཅེ་ནས་འདོན་ཐབས་མི་འདུག་པས། དེ་ཞིག་བསྐྱར་ནས་གཤམ་འོག་
གི་དོན་རྣམས་འབྲི་རྒྱ་ཡིན་མོད། འདོད་བཅེ་དང་བཅོག་གཏམ་མ་གཏོགས་
ཁ་ནས་འདོན་རྒྱ་མེད་པའི་དུས་རབས་ཀྱི་ཚུམ་འཆལ་བ་འགའ་ཞིག་དང་།
བྱི་ལུགས་ཀྱི་འབྲིག་སྒྲོར་ལ་དགའ་བའི་གཞོན་སྤྱེས་ཆོས་བཅོག་གཏམ་
བཏེགས་ལ་གཞིགས་ཆེ་འདོད་ན། མེ་ལོང་མ་འདིའི་ཐད་ཀྱི་རྩ་བ་དང་། བོད་

མཁས་དཔྱེད་དགོངས་རྒྱན་གྱི་དཔེར་བརྗོད་འགའ་ཞིག ད་དུང་དགེ་ཆོས་
 དང་མི་པམ་པའི་དགའ་བཞིའི་སྟོང་གཟིགས་དང་འདོད་བཅེའི་འབྲུལ་སྒྲུང་
 འདྲེས་པའི་བཅུ་མས་ཆོས་རྣམས་ཐུན་དུག་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་བཞིན་ཉིན་
 ལན་གསུམ་དང་མཆོན་ལན་གསུམ་མ་འཆགས་པར་སྒྲོགས་དང་། བྱིད་
 ཅག་ལ་མཆོག་དང་ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་སྒྲ་བསམ་བརྗོད་ལས་འདས་པ་
 ཞིག་ཐོབ་ངེས། མེ་ལོང་མར་ཆོགས་སུ་དབྱུང་མི་རུང་བའི་བཙོག་གཏམ་
 སྒྲིབ་པའི་ཐོལ་གྱིས་དེ་ལས་དམར་རྗེན་དུ་བཏོན་ནས་བཤའ་བ་རྣམས་ནི།
 རྟེན་ཅོས་སྒྲོག་གཙོད་སྒྲུངས་པ་ཡིན་ཟེར་ཞོར་འབྲུ་སྒྲིན་བསད་པའི་དཔེ་ལྟར་
 འབྱུར་འདུག་མིན་སྒྲེས་སྒྲུངས་ཀྱི་མིག་ཡོད་ན་མེ་ལོང་མའི་རྩ་གཞུང་ལ་
 གཟིགས་ན་ཤེས། ཡང་སྒྲོ་པམ་པ་ཞིག་ལ་སྒྲོལ་རྒྱན་སྒྲིན་དག་ལ་སྒྲུངས་པ་
 རུང་བཤད་ཅུ་མ་ཡང་མེད་པར་ཆོགས་བཅད་དམ་དུ་མ་རེ་དང་། དེར་རྩོམ་ཐར་
 འཐོར་རེ་འབྲི་མཁན་གཞོན་སྒྲེས་ཁ་རྒྱགས་པ་རེ་བྱུང་གིས་གོང་གི་སྒྲིན་
 ཆ་འགའ་ཞིག་བབྲང་ནས། མེ་ལོང་མ་པ་གསོད་མཁན་གྱི་དབྲུ་པོ་སྟེ་རིག་
 གསར་སྒྲུབས་ཀྱི་རྟུར་བཙོན་པ་ནང་བཞིན་འཐབ་འཛིང་གཏོང་བ་ནི་རང་ཉིད་
 ལ་སྒྲེས་སྒྲུངས་ཀྱི་རྣམ་དཔྱོད་མེད་པའི་རང་མཆང་བསྟན་པ་མ་གཏོགས།
 མེ་ལོང་མ་ནི། སྒྲོག་གི་ཁྲག་པ་བཙོ་བརྒྱད་དང་ལྡན་པའི་རྩོམ་སྒྲོམ་གྱི་གཉེར་
 པ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པས། བྱིད་ཆོས་དུས་ནམ་ཡང་མེད་པ་བཟོ་མི་ཐུབ།
 གཟུར་གནས་སྒྲོ་ལྡན་དོན་གཉེར་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན་མེ་ལོང་མའི་ཤ་གཟུགས་
 གསོན་པོ་བརྒྱུད་མི་རུང་ཡང་། མཆིལ་མ་དང་ཐུ་ལུས་བསྐྲེས་ནས་གད་

སྒྲིག་སྒྲིག་གསལ་བ་ཏུ་འཕེན་རུང་བ་ཞིག་མིན་པ་དེ་ཤེས་དགོས། ཡང་འགའ་ཞིག་
གིས་མེ་ལོང་མར་བཙོག་གཏམ་གྱི་གཡའ་འདུག་ཅེས་དགག་སྐྱབ་འབྲུག་
སྐད་ལྟར་སྒྲིག་བཞིན་དུ་རང་ཉིད་སྒྲིག་པ་མིན་ན་སྒྲིག་མི་ཡོད་པའི་ཆད་གྱི་
བཙོག་གཏམ་སྐྱབ་རིགས་ངན་ཆད་རྩོམ་པར་མ་བཟད་དཔེ་ཏྱིག་བཀོད་ནས་
བྱུང་སྒྲེལ་བྱེད་པ། གཞན་ངོ་ན་ཤིག་འགྲོ་བ་མཐོང་ཡང་རང་ངོ་ན་གཡག་འགྲོ་
བ་མི་མཉོང་བའི་སྒྲན་ངག་པ་དཔེ་གསར་དེ་ཆོས་ཆིག་གི་སྐྱུ་རྩལ་ཅ་མ་ལ་
སྒྲིང་པོ་མི་འཇོན་པར་དོན་གྱི་དོག་སྒྲེ་གང་དུ་སྒྲོ་གིན་ཡོད་པ་དེ་ཤེས་དགོས།
དེར་མ་བཟད་དགོད་གྲོ་བ་ཞིག་ལ། དུས་དང་གི་སྐྱབ་ཐོག་པར་རྒྱུ་མ་པ་འགའ་
ཞིག་གིས། རང་ཉིད་མེ་ལོང་མའི་རྩོམ་སྒྲིབ་སྤོང་ཏུ་འཇུག་ནས། མ་འགྲིག་
པ་དང་། མ་འདང་བ་ཡོད་ཆད་མེ་ལོང་མའི་ཐོག་ཏུ་གཡུགས་རྒྱུང་བྱེད་པ་ནི།
རྩེ་ས་པཎ་གྱིས། ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་གཞན་བཟུང་ནས། །བདག་ཉིད་ཆེན་
པོའི་རིགས་པ་འགོག་ །ནགས་ན་གནས་པའི་སྒྲེལ་རྒྱུ་རྒྱུ་སྒྲིབ་པའི་སིང་ལ་
མི་གཙང་འདོད། །གསུངས་པ་འདི་དང་ཤིན་ཏུ་འགྲིགས་པ་མ་ཡིན་ནམ།

ལྷ་པ། ཤིན་ཏུ་གཞོན་པའི་ཡོན་ཏན་བཞུགས་པ།

༡༥ ལྷ་པའི་ལུགས་ཀྱི་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པའི་ཡོན་ཏན།
འཇམ་མའ་རྩལ་ཏུང་རང་བཞིན་རྒྱུ། །
བརྗོད་དོན་བྱུང་རྒྱས་མིན་པ་དེ། །

སྟོ་པའི་ལུགས་ཀྱི་ཞིན་ཏུ་གཞོན། །

རྫོང་བྱེད་འཇམ་པའི་ཆོག་མང་པ་དང་རྩ་བ་པའི་ཡི་གེ་ཉུང་ཞིང་། རང་
བཞིན་བརྫོང་པའི་རྒྱན་ལས་གཞན་པའི་ཉམས་མེད་པ་དང་བརྫོང་དོན་ཟབ་
རྒྱས་སམ་དམ་པ་མིན་པའི་རྒྱན་ལ་སྟོ་པའི་ལུགས་ཀྱི་ཞིན་ཏུ་གཞོན་པའི་
ཡོན་ཏན་འདོད་དོ། །དཔེར་ན།

དཀར་གཙང་ཞོག་གཱའི་འདབ་མ་ཡངས་པོ་ལ། །

གནག་སྒྱུ་སྒྱག་ཆས་བྲིས་པའི་ཡི་གེ་རིས། །

སྙན་འཇེབས་ན་བའི་བཅུད་ལེན་བདུད་ཅིའི་གཏེར། །

སྒྱན་མཁས་ངག་རིག་སྒྲ་བ་དེ་དག་བསྒྲགས། །

ཞོག་བྱ་དཀར་པོའི་ངོས་ལ་སྒྱག་ཆས་བྲིས་པའི་སྒྱག་ངག་གི་ཡི་གེ་
སྙན་འཇེབས་ན་བའི་བཅུད་ལེན་སྒྱན་མཁན་གྱི་སྙན་ངག་པ་འདི་ཆོ། ཞེས་པ་
འདིར་འཇམ་པའི་ཡི་གེ་ཉེར་གསུམ་ཡོད་ཅིང་རྩ་བ་པའི་རིགས་ཀྱི་རང་བཞིན་
བྲང་པོར་བརྫོང་པ་དང་བརྫོང་དོན་གཏིང་ཟབ་པའམ་ཁ་དམ་པ་མ་ཡིན་པར་
གོ་བདེ་བ་ལྟ་བུ། གོང་གི་སྟོ་ལུགས་ཀྱི་སྒྱར་བའི་ཡོན་ཏན་དང་འདི་གཉིས།
འཇམ་མང་རྩ་བ་ཉུང་གི་སྒྱོར་ཚུལ་ཕྱོགས་ཙམ་མཚུངས་ཀྱང་འདྲེས་པའི་
སྒྱོན་མེད་དེ། འདིར་རང་བཞིན་བརྫོང་པའི་རྒྱན་ལས་གཞན་གྱི་ཉམས་འདོན་
དུ་མི་རུང་ཞིང་བརྫོང་དོན་ཡང་ཁ་གསལ་ཞིང་གོ་བདེ་བ་ཞིག་དགོས་པས་
སོ། །

༡༩ རྒྱ་མཚོ་ལྷོ་ཕྱོད་ཀྱི་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པའི་ཡོན་ཏན།
འཇམ་ཉུང་རྩལ་མང་བཟོད་པ་དགའ། །
རྒྱ་མཚོ་ལྷོ་ཕྱོད་ཀྱི་སྐྱུ་ར་བ་ཡིན། །
བཟོད་བྱེད་ཡི་གེ་འཇམ་པ་ཉུང་ཞིང་རྩལ་པ་མང་བ་དང་། བཟོད་དོན་
ཁ་དམ་ཞིང་གོ་དགའ་བ་ཞིག་ལ་རྒྱ་མཚོ་ལྷོ་ཕྱོད་ཀྱི་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པའི་ཡོན་ཏན་
ཟེར། དཔེར་ན།

སའ་སེའ་ཟང་ཟིང་རྒྱུ་ས་མིན་འབྲས་བུ་མཆོག།
བཞི་བུང་འཕགས་པའི་ཆོས་ཀྱི་མཐོང་ས་བསྟེགས་པ། །
ཚུར་མཐོང་གྱིས་སློའི་གཞལ་བྱ་ལས་འགོངས་པའི། །
གསང་གསུམ་གསང་བ་བསམ་མི་བྱུང་བའི་མཛོད། །

བཅོས་མ་ཅ་མ་མིན་པའི་རྒྱ་མཚོ་ལྷོ་ཕྱོད་ཀྱི་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པའི་ཡོན་ཏན་
ལྷོ་ཕྱོད་ཀྱི་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པའི་ཡོན་ཏན་ལྷོ་ཕྱོད་ཀྱི་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པའི་ཡོན་ཏན་
རྒྱུ་ས་མིན་འབྲས་བུ་མཆོག་གི་གོ་འཕང་ལ་སྟེགས་པའི་འཕགས་ཆེན་དམ་པ་
རྒྱུ་ས་མིན་འབྲས་བུ་མཆོག་གི་གོ་འཕང་ལ་སྟེགས་པའི་འཕགས་ཆེན་དམ་པ་
ཚུར་མཐོང་སོར་སྐྱེས་རང་ག་བ་ཆོའི་སློའི་ཡུལ་དུ་རི་ལྷ་བ་བཞིན་འཆར་མི་
རྒྱུས། ཞེས་སྐྱེས་པའི་དབང་གིས་བཟོད་དོན་ཁ་དམ་ཞིང་གོ་དགའ་བ་ལྷ་བྱ།
འདྲིའི་ཐད་ཀྱི་ཚ་བ་དབང་འབྱུང་དུ། །རྒྱུ་ས་རྒྱལ་རིགས་རྒྱུ་ས་མིན་འབྲས་བུ་
ཞེས་པར་སི་རྒྱས། རྒྱལ་རིགས་རྒྱུ་ས་མིན་འབྲས་བུ་ཞེས་པར་སི་རྒྱས།
སྐྱེས་པའི་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པའི་ཡོན་ཏན་ལྷོ་ཕྱོད་ཀྱི་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པའི་ཡོན་ཏན་
སྐྱེས་པའི་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པའི་ཡོན་ཏན་ལྷོ་ཕྱོད་ཀྱི་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པའི་ཡོན་ཏན་

བྱུག་པ། རོན་གསལ་བའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ།

༡༽ ཤར་སྟོ་ཐུན་མོང་དུ་འདོད་པའི་རོན་གསལ་བའི་ཡོན་ཏན།
བརྗོད་རོན་བརྟག་པ་མི་དགོས་པར། །
ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་རོན་གསལ་བ། །
སྟོ་ཤར་གཉིས་ཀས་རོན་གསལ་འདོད། །
བརྗོད་རོན་བརྟག་པ་མི་དགོས་པར་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་ཉོས་པ་ཙམ་
གྱིས་བརྗོད་རོན་གསལ་བར་གོ་བྱས་པའི་རྒྱན་ལ་ཤར་སྟོ་ཐུན་མོང་གི་རོན་
གསལ་བའི་ཡོན་ཏན་ནོ། །དཔེར་ན།
སྐལ་ལྷན་ཤིང་རྟའི་ལས་སྐྱབ་སྦྱངས་སྦྱང་དུ། །
དབང་ཕྱུག་རལ་བའི་སྟོང་ནས་ཉི་མེ་ལ། །
སྦྱང་ནས་ཁ་འབབ་རྣམ་བཞི་བྱང་བའི་ཚུལ། །
གཏུ་མཛའ་མོའི་རྟོགས་བརྗོད་ན་བར་སྟོ། །

འཇིག་རྟེན་ན་ཁ་འབབ་རྣམ་བཞི་བྱང་བའི་ཚུལ་སྐལ་ལྷན་ཤིང་རྟའི་
ལས་སྐྱབ་སྦྱངས་པའི་ཆེད་དུ་དབང་ཕྱུག་རལ་བའི་སྟོང་ནས་ཉི་མེ་གངས་
རི་ལ་སྦྱང་བ་ཡིན་ཞེས་གཏུ་མཛའི་གཏན་རྒྱུད་དུ་འཁོད་ཡོད། ཅེས་པའི་ཆོག་
སྟོར་འདི་ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་ཁ་འབབ་རྣམ་བཞིའི་འབྱུང་ཁུངས་དང་བྱང་ཚུལ་
རྣམས་སྦྱར་མ་བརྟག་ཀྱང་གོ་བྱས་པ་ལྟ་བུ།

༡༽ འཤར་ཕྱོགས་པ་འགའ་ཞིག་གིས་འདོད་པའི་དོན་གསལ་བའི་
ཡོན་ཏན།

བརྗོད་དོན་སྐར་ཡང་མ་བརྟག་པར། །

ཇི་བཞིན་གོ་བ་མི་རུས་པ། །

འཤར་པ་འགའ་ཡི་དོན་གསལ་འདོད། །

བརྗོད་དོན་དེ་ཉིད་སྐར་ཡང་བརྟགས་ཤིང་མ་དབྱེད་པར་ཇི་ལྟ་བཞིན་
གོ་མི་རུས་པའི་ཆིག་སྒྲུབ་ལ་འཤར་ཕྱོགས་པ་འགའ་ཞིག་གིས་འདོད་པའི་
དོན་གསལ་བའི་ཡོན་ཏན་ཟེར། དཔེར་ན།

ཉི་མའི་བྲིམ་གྱི་གངས་ལྗན་འདྲན་བྱེད་དག །

བྱང་བའི་འཇིག་རྟེན་མེས་པོ་ཆངས་ཆེན་གྱི། །

སྟང་གཞོང་དཔལ་མགྱེན་ཁོ་བའི་སོར་མོ་ཡིས། །

དུམ་བྱར་གཏུབས་འདི་དགོ་བ་ཡིན་ནམ་ཅི། །

མིག་བརྩ་གཉིས་ཡོད་པའི་ལྟ་ཆངས་པའི་སྟང་གཞོང་དབང་ཕྱག་གི་
སོར་མོས་གཏུབས་སོ། །ཞེས་པའི་ཆིག་སྒྲུབ་འདི་ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་བརྗོད་
དོན་ཇི་ལྟ་བཞིན་རྟོགས་པར་མི་རུས་པར། །ད་དུང་ཆངས་པ་ལ་མིག་བརྩ་
གཉིས་བྱང་ཚུལ་དང་། དབང་ཕྱག་ཁྲིམ་ནས་ཆངས་པའི་སྟང་གཞོང་བཅད་
པའི་རྒྱ་མཆན་རྣམ་བརྟགས་ཤིང་དབྱེད་ན་མ་གཏོགས་ཇི་ལྟ་བཞིན་གོ་མི་

རྒྱས་པ་ལྟ་བུ།

བདུན་པ། རྒྱ་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ།

༡༽ ལྟོ་ལུགས་ཀྱི་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན།

གང་ཞིག་བརྗོད་པའི་ལུགས་ཉིད་ལས། །

བརྗོད་དོན་གཞན་ལས་བྱུང་འཕགས་བསྟན། །

ལྟོ་ལུགས་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་ནོ། །

གང་ཞིག་དངོས་སུ་བརྗོད་པའི་ལུགས་ལ་བརྗོད་འདོད་དོན་གྱི་དངོས་
པོ་གང་ཞིག་བཟུང་བ་དེ་ཉིད་གཞན་ལས་བྱུང་དུ་འཕགས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་
ལྟན་པར་གོ་རྒྱས་པའི་རྒྱན། ལྟོ་པའི་ལུགས་ཀྱི་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་ནོ། །

དཔེར་ན།

ནོར་གླིང་ཞིབ་འཇུག་ཡངས་པའི་གླིང་ཁང་ནས། །

ཆོས་རིག་ལོ་རྒྱུས་སྤྱང་དང་སྟན་ཆིག་གི། །

ཚུམ་རིག་སྤྱི་འབྱུང་དགའ་སྟོན་འདི་མཐོང་ཆོ། །

བསྟེ་གནས་གཞན་ལ་སྟོན་པའི་རེ་བ་སྟོད། །

ནོར་གླིང་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཞིབ་འཇུག་སྟེ་གནས་དེ་ལས་ཆོས་དང་
རིག་གཞུང་། སྤྱང་དང་སྟན་ཆིག་སོགས་ཀྱིས་མཆོན་པའི་ཚུམ་རིག་གི་དཔེ་
དེབ་ཆོད་ལྟན་དུ་མ་གསར་དུ་སྟན་པ་འདི་དག་མཐོང་པའི་ཆོ། ཞིབ་འཇུག་
དང་ཚུམ་རིག་ཁང་གཞན་ལ་སྟོན་པའི་རེ་བ་སྟོད་སོང་། ཞེས་པ་འདིས་བསྟེ་

གནས་གཞན་ལ་རེ་བའི་གོ་སྐབས་སྟོང་བའི་བྱུགས་ལས་རྒྱ་མཚན་ལ་
བསྟོས་ནས་བརྗོད་གཞི་ནོར་སྤྱིང་ཞིབ་འཇུག་ཁང་འདི་ཉིད་གཞན་ལས་བྱུང་
བར་དུ་འཕགས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་གོ་བྱས་པ་ལྟ་བུ།

༡༥ ཞུ་བས་འདོད་པའི་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན།

བྱུང་ཆོས་འགའ་ཞིག་བརྗོད་པ་ལས། །

བྱུང་གཞི་བསྟོད་པ་གོ་བྱས་པ། །

ཞུ་བས་རྒྱ་ཆེའི་ཡོན་ཏན་འདོད། །

བརྗོད་གཞི་དེའི་བྱུང་བར་གྱི་ཆོས་འགའ་ཞིག་དངོས་སུ་བརྗོད་པའི་
བྱུགས་ལས་བྱུང་བར་གྱི་གཞི་དེའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་གོ་བྱས་པ་ལ་ཞུ་བས་
རྒྱ་ཆེ་ཡོན་ཏན་དུ་འདོད།

དཔེར་ན།

བསམ་བཞིན་སྟེ་བྲག་ཅོང་ཁའི་ཡུལ་དུ་འཕོས། །

དབུས་འགྱུར་ཞིང་ནས་མཁས་པའི་པ་མཐར་སོན། །

མི་ཁྲིའི་མཚོན་གྱིས་ས་ཆེན་བརྒྱན་བྱས་ཏེ། །

མི་མངོན་དགའ་ལྡན་དག་པའི་ཞིང་སར་བསྟེན། །

སྟོན་གྱི་བྱུགས་བསྟེན་རྒྱ་བས་པོ་ཆེའི་མཁུ་ལས་བསམ་བཞིན་དུ་

མདོ་སྐད་ཅོང་ཁའི་ཡུལ་དུ་འབྱུངས་ཤིང་། དབུས་འབྱུར་ཆོས་ཀྱི་ཞིང་སར་
 སློབ་གཉེར་ལ་ཕེབས་ཏེ་མཁས་པ་ཀུན་གྱི་ཡང་ཅེར་སོན་པ་དང་། གདུལ་
 བྱིའི་སློང་པ་ཚུལ་བཞིན་སློང་བའི་མཉམ་མེད་དགོ་ལྡན་ལུགས་བཟང་འཛིན་
 པ། རུར་སྤྲིག་གི་རྒྱལ་མཆན་འཆང་བའི་རབ་བྱུང་གི་འདུས་སྡེ་ས་ཆེན་
 ཡོངས་སུ་བྱུང་བར་བྱས་ཏེ། དགའ་ལྡན་དག་པའི་ཞིང་དུ་ཞིབ་བར་གཤེགས་
 སོ། །ཞེས་རྗེ་ཅོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་བྱད་ཆོས་འགའ་ཞིག་བརྗོད་པའི་ཤུགས་
 ལས་བྱད་གཞི་རྗེ་སྤྲུལ་མཉིད་ལ་རྒྱ་ཆེ་བར་བསྟོད་པ་གོ་རུས་པ་ལྟ་བུ། འདིའི་
 ཐང་གི་མེ་ལོང་མའི་རྩ་བར། རོལ་བའི་ཚུ་སྤྲེས་ཅེ་དགའི་མཆོ། །གསེར་གྱི་
 རྒྱན་ལ་སོགས་པ་བཞིན། ། ཞེས་པ་དབང་ཤིག་སོགས་བོད་འབྲེལ་རྣམས་
 སུ་རྒྱན་འདིའི་དཔེར་བརྗོད་དུ་བཀྲལ་བ་ལ། འབྲུག་སྤྱལ་གྱིས་དེ་ནི་དཔེར་
 བརྗོད་བསྟན་པ་མིན་པ། རྒྱན་འདིར་རོལ་བའི་ཚུ་སྤྲེས་དང་། །ཅེ་དགའ་མཆོ།
 གསེར་གྱི་རྒྱན། སོགས་ཁྱད་སྤྲོད་པའི། རོར་བྱའི་སྐྱར་གས། མེ་ཏོག་
 གི་ལྡན་ཤིང་། བིན་མཐུན། ལེ་ཁ་ཨ་རྒྱ་ན་སྟེ་སེན་མོའི་ཆོན་ཅིའམ་ཤ་མདངས་
 མཛེས་ཆོས་སུ་བསྐྱུར་བའི་ཅི་རྣམས་བརྗོད་གཞིར་བཀོལ་ཆོག་པ་ཅུ་མ་
 བསྟན་པར་རྩ་བུའི་རྒྱ་འབྲེལ་ལ་ཁོངས་གཏུགས་ནས་བཤའ་ཅིང་། གལ་ཏེ་
 དཔེར་བརྗོད་བྱེད་ན་གོང་གསལ་བརྗོད་གཞི་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་གི་བྱད་
 ཆོས་བརྗོད་པའི་ཤུགས་ལས་ཆོས་ཅན་དེ་བྱད་འཕགས་སུ་རུས་པས་དེས་
 ཆོག་པར་འདོད་དེ། ཤིན་ཏུ་འང་ཐུགས་མད་དོ། །གྲང་ཐང་བདེ་སློལ། རྒྱན་
 འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་རྒྱ་ཆེའི་རྒྱན་དང་། ལྟོ་པས་འདོད་པའི་རྒྱ་ཆེ་

བའི་ལྷགས་ཀྱིས་གོ་བའི་རྒྱ་ཆེ་བ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟད་སྦྱར་བ་ནི་དོན་ལ་བསམ་
ན་ཏེ་ཅང་འདྲ་ཆགས་པར་སྒྲུང་མོད། འོན་ཏེ་ཐ་སྟད་འདིའི་རྒྱན་སྒོལ་འཛིན་
མཁན་ནི་ད་ལྟའི་བར་སྤྱི་ཡར་བྱུང་བ་མ་མཐོང་ངོ་། །

བརྒྱད་པ། བརྗེད་པའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ།

༤༽ ལྟོ་པའི་ལྷགས་ཀྱི་བརྗེད་པའི་ཡོན་ཏན།
ཡི་གེ་འཇམ་རྩ་བ་དོ་མཉམ་ཞིང་། །
ཆིག་སྦྱད་མང་བ་ལྟོ་པའི་ལྷགས། །
ཆིགས་བཅད་གཅིག་གི་ནང་ཡི་གེ་འཇམ་རྩ་བ་དོ་མཉམ་ཞིང་བྱེད་
འབྲེལ་སོགས་ཆིག་སྦྱད་མང་པའི་རྒྱན་ལ་ལྟོ་ལྷགས་ཀྱི་བརྗེད་པའི་ཡོན་ཏན་
ཟེར།

དཔེར་ན།

ཤར་ལྟོ་བསིལ་བ་ཆལ་གནས་དུར་ཁྲོད་ན། །

ཁྲག་སྒྲག་ཕྱག་བྱུང་དམ་ཉམས་ཐོད་ཆོན་རོལ། །

བསྟན་བསྐྱང་དཔལ་མགོན་ནག་པོ་ཞལ་བཞི་པ། །

རྣམ་བཞི་འཕྲིན་ལས་གཡེངས་མེད་དུས་ཀྱན་སྦྱབས། །

ཤར་ལྟོ་བསིལ་བའི་ཆལ་གྱི་དུར་ཁྲོད་ན་གནས་པའི་བསྟན་སྐྱང་

དཔལ་མགོན་ཞལ་བཞི་བས་ནི་རྒྱས་དབང་དག་གི་འཕྲིན་ལས་རྣམ་བཞི་
གཡེལ་བ་མེད་པར་སྐྱབས། ཞེས་པའི་ཆིག་སྟོར་འདིར་ཡི་གེ་འཇམ་རྩབ་
མང་ཉུང་དོ་མཉམ་པ་དང་། ཆིགས་བཅད་འདིའི་ནང་འབྲུ་མང་པོའི་སྟུང་པ་
དང་བ་གཉིས་པའི་སྟུང་པ། ལས་འཇིན་གྱི་སྟུང་པ་སོགས་ཆིག་སྟུང་མང་བ་
ལྟ་བུ།

༡ ་ཤར་པའི་ལྷགས་ཀྱི་བརྗེད་པའི་ཡོན་ཏན།

འཇམ་རྩབ་དོ་མི་མཉམ་པ་དང་། །

ཆིག་སྟུང་མང་བ་ཤར་པའི་ལྷགས། །

ཆིགས་བཅད་གཅིག་གི་ནང་འཇམ་རྩབ་ཡི་གེའི་གྲངས་ཀ་དོ་མི་
མཉམ་པ་དང་། རྣམ་དབྱེ་སོགས་ཀྱི་ཆིག་སྟུང་མང་བ་ཤར་པའི་ལྷགས་ཀྱི་
བརྗེད་པའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་ཏེ།

དཔེར་ན།

ཐུབ་བསྟན་བཤའ་སྐྱབ་རྒྱལ་མཆོན་དགྲུང་སྟོན་སྐྱེངས། །

མཐའ་དག་འགོ་ཀུན་གདུང་སེལ་ཆོས་ཆར་འབེབས། །

ས་པཎ་བྱ་སྟོན་འཇམ་མགོན་ཙོང་ཁ་བ། །

འགོ་མགོན་བསྟན་འཇིན་གྲགས་པ་དོན་དང་ལྡན། །

སངས་རྒྱས་བསྟན་པའི་དབྱུ་འཕངས་དགྲུང་ལ་བཏེགས་ཏེ་འགོ་བ་

ཀུན་ལ་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཆར་བ་རྒྱན་མར་འཛོལ་བར་མཛད་མཁན་ས་པཎ་
དང་། བྱ་སྟོན། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་རྣམ་པ་གསུམ་ནི། འགྲོ་བའི་མགོན་པོ་དང་བསྟན་
འཛིན་གྱི་སྐྱེས་བུ་ཞེས་པའི་གྲགས་པ་སྤྱོད་ཀྱིས་ཀུན་ཁྱབ་པ་དོན་དང་ལྡན་ནོ།།
ཞེས་པ་འདིར་ཡི་གེ་འཇམ་རྩ་བ་ཀྱི་གྲངས་ཀ་དོ་མི་མཉམ་པ་དང་རྣམ་དབྱེ་
དང་ཆིག་པར་སོགས་ཀྱི་ཆིག་སྟུང་ཏུ་ཅང་མང་བ་ལྟ་བུ།

དགུ་པ། མཛེས་པའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ།

༡) ལྟོ་པའི་ལྷགས་ཀྱི་མཛེས་པའི་ཡོན་ཏན།
འཛིག་རྟེན་གྲགས་ཆོད་དང་བསྟན་ཏེ། །
རན་པའི་སྟན་ཆིག་ལྟོ་པའི་ལྷགས། །

བཛོད་དོན་གང་ཞིག་བཟུང་བ་དེ་ཉིད་འཛིག་རྟེན་གྲགས་ཆོད་དང་
བསྟན་ནས་འོས་ཤིང་འཆམ་པར་བཛོད་པའི་ཆིག་རྒྱན་ལ་ལྟོ་པའི་ལྷགས་ཀྱི་
མཛེས་པའི་ཡོན་ཏན་དུ་བཤད་དེ། དཔེར་ན། ཞབས་སོར་འཁོར་ལོའི་རེ་ཁྲ་
འཕགས་ཡུལ་གྱིས། །དབྱངས་གསལ་སོ་བཞིའི་ལྷ་མིག་བོད་དུ་བསྐྱུན། །
བཀའ་བསྟན་གསེར་གྱི་སྒྲེགས་བུའི་སྒྲོ་འཕར་བྱས། །ཐོན་མིའི་མཛད་རྗེས་
ནམ་ཡང་བསུབ་ཏུ་མེད། །འཕགས་པའི་ཡུལ་དུ་ཕེབས་ནས་མདོ་སྤྲུགས་
རིག་གནས་དང་བཅས་པར་མཁས་པར་བསྐྱབས། སྤར་བོད་དུ་ཕེབས་ནས་

དབྱངས་གསལ་སོ་བཞི་ཡི་གོ་གསར་བཅོ་གནང་། བཀའ་དང་བསྟན་
བཅས་ཀྱི་སྒྲུགས་བཅ་དུ་མ་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་བའི་སྒྲོ་ཐོག་མར་བྲེས་བ་
སོགས་ཐོན་མིའི་མཛད་རྗེས་རྣམས་དུས་ནམ་ཡང་བསྐྱབ་ཏུ་མེད། ཅེས་བའི་
ཆིག་སྒྱུར་འདིར་བཙོན་དོན་ཐོན་མིའི་མཛད་རྗེས་རྣམས་འཛིག་ཏུ་གྲགས་
ཆད་དང་བསྟན་ནས་འོས་ཤིང་འཆམ་བར་བཙོན་བ་ལྟ་བུ། ༡) འཁར་བའི་
ལུགས་ཀྱི་མཛེས་བའི་ཡོན་ཏན་གྲགས་ཆད་ལས་བཀའ་བྱུང་ཤོད་ཀྱིས། །
སྒྲོ་བཏགས་འཁར་བའི་མཛེས་བར་འདོད། །བཙོན་དོན་གང་ཞིག་བཟུང་བ་དེ་
ཉིད་འཛིག་ཏུ་གྲགས་ཆད་ལས་བཀའ་ཉི་སྒྲོ་དོར་མི་ཤོང་བའི་བྱུང་ཤོད་དང་
སྒྲོ་བཏགས་བའི་རྒྱན་ལ་འཁར་བས་མཛེས་བའི་ཡོན་ཏན་དུ་བགྱང་སྟེ།

དཔེར་ན།

སྒོང་བཅན་ཁྲིས་བས་རྒྱང་མཐིལ་ཡ་གཅིག་གིས། །

སུམ་ཉིས་འཛམ་གླིང་ས་ཁྲོན་གཞོན་བའི་ཆོ། །

ཉི་མེ་གངས་ཀྱི་རི་བོ་དགའ་བྲགས་ནས། །

གནམ་མཐོངས་ཆལ་བར་དབྱལ་ནས་དབྱང་ལ་འཕགས། །

མེས་དཔོན་སྒོང་བཅན་སྐམ་པོ་བྲགས་ཁྲིས་བའི་རྒྱང་མཐིལ་ཡ་
གཅིག་གིས་འཛམ་གླིང་སུམ་གཉིས་གཞོན་ནས་དབང་བསྒྱུར་བྲས་བ་དེའི་
ཆོ་གངས་དཀར་ཉི་མེ་དགའ་བྲགས་ནས་ནམ་མཁའ་དབྱལ་ཉི་གྲེན་ལ་
འཕགས་སོ། །ཞེས་བའི་ཆིག་སྒྱུར་འདིར་བཙོན་གཞི་མེས་དཔོན་སྒོང་བཅན་

སྐབས་ཀྱི་བོད་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དབུ་ཁྲིད་དང་དམག་དོན། སྟོབས་འབྱོར་བཅས་
ལ་བསྟོད་པ་ཡིན་ལ། བསྟོད་ཡུལ་དེ་རྣམ་འཛིག་ཏེན་གྲགས་པའི་མཆོམས་
ལས་བརྒྱལ་ནས་སློང་རེ་ཞོར་ཐབས་མེད་པའི་འུད་ཞོད་ཀྱིས་སློབ་ཏུགས་
ནས་བསྟོད་ར་བཏང་བ་ལྟ་བུ། རྒྱན་འདི་དང་ལེ་འུ་བར་བའི་སྐབས་ཀྱི་རབ་
རྟོག་གི་རྒྱན་གཉིས་མི་འབྲསྟེ། རབ་རྟོག་གི་རྒྱན་ལ་རབ་རྟོག་གསལ་བྱེད་ཀྱི་
སྒྲ་ངེས་པར་དུ་སྒྱུར་དགོས་པས་སོ། །

བཙུང་། ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་རྒྱན་བཤད་པ།

འཛིག་ཏེན་ལུགས་ཀྱི་རྗེས་འབྲངས་ནས། །

ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་པན་ཚུན་དུ། །

ཡང་དག་སྒྱོར་བ་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི། །

རྒྱན་ཞེས་སྟོན་པ་གཉིས་ཀས་འདོད། །

འཛིག་ཏེན་མིང་དོན་ངེ་ལྟར་གྲགས་པའི་ལུགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་
ནས་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གཉིས་པན་ཚུན་སྒྱོར་བའི་རྒྱན་ལ་ཏིང་ངེ་འཛིན་
གྱི་རྒྱན་ཞེས་སྟོན་པ་གཉིས་ཀས་འདོད་དོ། །དབྱེ་ན། ཆོས་ཀྱི་ཅམ་བཞོད་
པ་དང་། ཆོས་གཅིག་ཅམ་བཞོད་པ། ཆོས་དུ་མ་བཞོད་པ་དང་གསུམ་ཡོད་
ཅིང་། གསུམ་པོ་འདི་དག་ནི་སྟོན་དག་གི་རྒྱན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་ཉམས་

འདོན་ཚུལ་ཆོག་རྒྱན་གཞན་ལས་བྱུང་དུ་འཕགས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །དེ་
དག་གི་གོ་དོན་དང་དཔེར་བཅོམ་རིམ་པ་བཞིན་འགོད་ན།

༡) ཆོས་སྤྱི་ཙམ་བཀོད་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན། གོང་དུ་བཤུགས་པའི་ཉིང་རེ་
འཛིན་གྱི་རྒྱན་གྱི་གོ་བ་ལས་ལོགས་སུ་མེད།

དཔེར་ན། ཉིན་མོར་བྱེད་པས་སྤྱིང་བཞི་གསལ་དུས་གྱི། །

སྤང་བ་གཞིབ་པས་ཀྱན་མུ་ཏ་ཡི་ཁ། །

འཇུ་མ་ཞིང་སྤང་ཅིའི་རྒྱལ་མཆོན་དག་གི་ཞལ། །

རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་སོ་བྲེང་བྲེང་བའི་དབྱིད། །

ཉི་མས་སྤྱིང་བཞི་གསལ་དུ་གྱི་སྤང་བ་འཛིན་མཁན་ཀྱན་མུ་ཏའི་ཁ་
བེམ་ཞིང་པད་མ་ཁ་འབྱེད་པའི་སོ་བྲེང་བྲེང་བའི་དབྱིད་དུ་སྤྱིན། ཞེས་སེམས་
མེད་གྱི་བྱུང་གཞི་ཀྱན་མུ་ཏ་དང་པར་བརྒྱ་གཉིས་ལ་སེམས་ལྡན་གྱི་བྲོད་ཆོས་
ཁ་འབྱེད་པ་དང་འཇུ་མ་པའི་བྱ་བ་གཉིས་བཀོད་པ་ལས། ཁའི་བྱ་བ་འབྱེད་
འཇུ་མ་གཉིས་པོ་དེའི་རྫོང་བྱེད་གྱི་སྤྱ་དེ་དག་ཁ་དངོས་ལས་གཞན་མེ་ཏོག་
དེ་གཉིས་ལའང་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ཉི་མ་ཤར་དུས་གྱི་སྤང་བ་ནི་ཆོས་ཅན་
དང་། པར་ཁ་འབྱེད་པ་དང་ཀྱ་མུ་ཏ་ཁ་འཇུ་མ་པ་གཉིས་ནི་ཆོས་ཡིན་ལ། དེ་
དག་འཛིག་ཉིན་ན་མིང་དོན་རི་ལྟར་གྲགས་པའི་ལྷགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་
ནས་པན་ཚུན་སྤྱོད་པ་ཡིན་ནོ། །

༢) ཆོས་གཅིག་ཙམ་བཀོད་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན། དངོས་བཏགས་གྱི་
བྱུང་གཞི་ཐ་དད་པ་དུ་མ་བྱུང་ཆོས་གཅིག་ཉིད་སྤྱར་ནས་བཏགས་པའི་རྒྱན་

ལ་ཚེས་གཅིག་ཙམ་བཀོད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་རྒྱན་ཟེར།

དཔེར་ན།

དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ལྷུ་མ་པོའི་འགྱུར་འགྲོས་ལས། །

ཆ་ཚོགས་ཉ་རྒྱས་ལྷ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི། །

འདོད་འཛོལ་སྒྲུང་བ་དཀར་པོ་རྒྱས་པའི་གཟིས། །

མཐའ་བཞི་ཚུ་གཏེར་རྒྱས་པའི་ཤེས་པ་བསྐྱུན། །

དུས་ཀྱི་འགྱུར་འགྲོས་ལས་བྱུང་བའི་ལྷ་བ་ཉ་གང་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་འོད་ཟེར་དཀར་པོ་རྒྱས་པ་དེས་མཐའ་བཞིའི་རྒྱ་མཚོ་རྒྱས་པའི་དགོ་མཚན་དུ་བསྐྱུན་ནོ། ། ཤེས་རྒྱས་ཤེས་པའི་བྱུང་ཚེས་གཅིག་པོ་དེ་ཉིད་བྱུང་གཞི་དངོས་པོ་གཞན་ལྷ་བའི་ཉ་དང་། འོད་ཟེར། རྒྱ་མཚོ་བཅས་ལ་བཏགས་ནས་སྐྱར་ཆོག་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དུགས་ཀྱི་གོ་དོན་དངོས་ནི། དུས་ཀྱི་འགྱུར་འགྲོས་ལས་ན་ཆོད་དར་ལ་བབས་པའི་ལང་ཆོས་སྤྱོད་པ་མཐའི་ཆགས་ལྡན་གཞོན་སྐྱེས་ཀྱན་ལ་དགའ་བ་འཕེལ་བའི་དགོ་མཚན་བསྐྱུན་པ་དེ་ཡིན་ནོ། །

༣) ཚེས་དུ་མ་བཀོད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན། ། དོན་དངོས་ལ་ཡོད་པའི་བྱུང་ཚེས་དུ་མ་ཞིག་ཚེས་གཞན་ལ་བཏགས་ནས་བཀོད་པའི་རྒྱན་ཞིག་ལ་ཚེས་དུ་མ་བཀོད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་རྒྱན་ཟེར།

དཔེར་ན།

གཡང་སའི་འགག་འཕྲང་དོག་པ་སྐྱབ་ཀའི་ཁྲོད། །

ཀྱག་ཀྱོག་འཇུག་པ་རྩལ་པའི་གཙང་རོང་ནས། །

ཕན་ཚུན་འཇིངས་པའི་རྩ་རྒྱལ་རལ་ཆིགས་ཀྱིས། །

ཀྱ་ཙེ་བསྐྱགས་པས་གནམ་མཐོངས་དབུལ་བར་བྱེད། །

འགག་འཕྲང་དོག་ཅིང་འབར་འབྱར་མང་པའི་ལུང་ཀྱོག་ནས་འབབ་
པའི་ཚུ་ཕྱན་གྱི་རྩ་རྒྱལ་རྩམས་ཕན་ཚུན་འཇིངས་པའི་ཀྱ་ཙེ་བསྐྱགས་པས་
གནམ་ཡང་དབུལ་བར་བྱེད་དོ། ། ཞེས་ཆོས་གཞན་ཚུ་ཕྱན་ལ་ཡོད་པའི་བྱང་
ཆོས་དེ་དག་བཀོད་ནས་དོན་ལ་བྱང་གཞི་ལུང་ཀྱོག་ནང་དུ་སྒྲོད་པའི་སྒྲུན་
པོ་ཆོ། བྱང་ཆོས་ཐོས་པ་ཉུང་བ་དང་། ཀྱ་དོག་པ། ང་རྒྱལ་ཆེ་བ། ཀྱ་ཙེ་ཆེ་
བ་བཅས་ལ་བཏགས་ནས་བརྒྱན་པ་ཡིན་ནོ། ། འདིར་ཉིང་ངེ་འཇིན་གྱི་ཡོན་
ཏན་དང་། ལེ་ལུ་བར་བའི་སྐབས་ཀྱི་རབ་རྟོག་གི་རྒྱན་དང་། བསྐྱུས་བརྗོད་
ཀྱི་རྒྱན་རྩམས་ཕན་ཚུན་ཁད་ཉེ་བས་དེ་དག་གི་བྱང་པར་ཞིབ་ཏུ་བཤའ་ན།
དུང་དཀར་རིན་པོ་ཆེས། འདི་(ཉིང་ངེ་འཇིན་གྱི་ཡོན་ཏན་)ནི་འཛིག་རྟོན་ན་
གྲགས་པ་དང་། ཆོས་གཞན་གྱི་བྱང་ཆོས་དེ་དག་བྱང་ཆོས་གཞན་ལ་བཀོད་
པ་ཡིན་ལ། རབ་རྟོག་གི་རྒྱན་ནི། རབ་རྟོག་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་ངེས་པར་ཆང་
པའི་སྒྲོ་ནས་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་གཞན་དུ་སྒྲོ་བཏགས་པ་ཅམ་ཞིག་དང་།
བསྐྱུས་བརྗོད་ནི། ཆོས་འགོད་དགོས་པར་མ་ངེས་ཤིང་མཚུངས་པའི་དངོས་
པོ་ཅམ་སྒྱུར་བ་ཅམ་ཡིན་པས་གཞི་གང་ལ་སྒྱུར་ཀྱང་ཆོག་པ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་འབྱེད་དགོས་པར་སེམས་ཏེ། འདི་ཉིད་ནི་རིན་ཐང་གཞལ་
དུ་མེད་པའི་ལེགས་བཤའ་ཁོ་ནར་འཁུམས་སོ། །

ཐུན་མོང་མིན་པའི་རྒྱན་གྱི་མཐུག་བསྟུ་བ།

སྙན་ངག་མེ་ལོང་ལས། བྱར་ཤིང་འོ་མ་ལ་སོགས་ཀྱི། །

མངར་བ་ཉིད་ཀྱི་བྱུང་པར་ཆེ། །

དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་དེ་བཟོད་པར། །

དབྱངས་ཅན་མས་ཀྱང་རུས་མ་ཡིན། །

ཞེས་གོང་དུ་བཤད་པའི་རྒྱན་བཅུ་པོ་དེ་དག་ནི། ལྟོ་ཤར་གཉིས་ཀྱི་
ཐུན་མོང་མིན་པའི་རྒྱན་གྱི་གནད་རྣམས་ཅུང་ཟད་བཤད་པ་ཡིན་གྱི། རྣམ་
གསལ་གྱི་དབྱེ་བ་སྤྲོ་མོ་རྣམས་ནི་ཞིབ་པར་བཟོད་པར་མི་རུས་ཏེ། དཔེར་ན།
བྱར་ཤིང་དང་། འོ་མ། ཀ་ར། སྤང་ཅི། བྱ་རམ་ལ་སོགས་པ་སྟེ་བྱུང་ནས་མངར་
བའི་རོ་ཡིན་པར་མཚུངས་ཀྱང་། རང་གསལ་མངར་ལུགས་མངར་སྟངས་
ཀྱི་བྱུང་པར་མི་འདྲ་བ་ལྟར། འདིར་ཡང་སྙན་ངག་མཁན་སོ་སོའི་རྣམ་དཔྱད་
དང་སྟོ་གྲོས་ཀྱི་ཅུལ་ལས་རྣམ་ཏྲིག་གི་རྒྱ་བ་མཐའ་ཡས་པ་འབྱུང་ཞིང་། དེས་
ཀྱན་ནས་སྟོང་པའི་སྙན་ཆིག་གི་དབྱེ་བ་ཡང་རུ་མཐའ་མེད་པས། དེ་དག་གི་
ཅུལ་ལུགས་མ་འདྲེས་པ་དང་མཐའ་དག་པ་ནི་གཞན་ལྟ་ཅི། དབྱངས་ཅན་
མས་ཀྱང་བཟོད་པར་མི་རུས་སོ། །ཞེས་སྟེས་བྱའི་སྟོ་གྲོས་ཅུལ་དང་རྣམ་
ཏྲིག་གི་འཆར་སྟོ། དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ཉམས་དང་འབྱུང་གྱི་བྱུང་པར་དང་རྣམ་
གྲངས་མཐའ་ཡས་པས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྟོ་གྲོས་དང་བཙུན་པས་འདང་ན་མེ་ལོང་

མའི་རྩོམ་འགྲོས་གྲིས་མི་འདང་བ་མེད་པ་ཡང་འདིས་གསལ་བར་བསྟན་
བས། དེས་ན། རང་ཉིད་སྟོགས་འདི་ལ་སྦྱང་བ་ཉན་གཅིག་བྱེད་མ་སྟོང་བ་
དང་། བྱས་ཀྱང་དུས་ཡུན་ཐུང་བའམ་རྣམ་དཔྱོད་དང་བཙོན་འགྲུས་མེད་པ་
སོགས་གྲིས་མེ་ལོང་མའི་སྒྱ་སྒྲུལ་གྱི་བོ་བ་མ་སྟོང་བར། ཨ་གསར་གྲིས་
གཡམ་རྒྱལ་བྱེད་མཁན་གཞིན་སྦྱེས་ཆོ་མེད་འགའ་ཞིག་ལ་མེ་ལོང་མའི་རང་
ལུས་གྱི་གཞུང་ཆོག་འདིས་གསལ་འདེབས་བྱེད་པའང་ཡིན་ནོ། །

སྒྲིས་པ།

རིགས་ཞེན་སྦྱང་ལ་ཉར་བའི་སྦྱང་ནད་གྲིས། །

སྦྱང་གི་ཁྲག་མཆོ་བྱེན་དུ་འབྱར་ན་ཡང་། །

ཁོ་ལོས་སྦྱན་བཙོས་བྱས་པ་མི་པན་བས། །

རང་གི་རྒྱས་པའི་སྦྱན་བཙོས་འདི་ཅམ་ཟད། །

ཀྱེ་མ་སྟོན་བྱོན་ས་ཐོབ་ལོ་བཤ་རྣམས། །

བསམ་བཞིན་སྦྱེ་བ་ལེན་པའི་མཐུ་ཡོད་ན། །

གངས་ལྗོངས་རིག་པའི་ཐུན་པ་སེལ་བའི་སྦྱད། །

གཟིགས་པ་དུས་ལས་གཡོལ་བ་མེད་པར་མཁྱེན། །

འདིར་བཤད་སྟན་ངག་གཞུང་གི་སྟོན་འགྲོ་ལ་གསུམ།

༡ ་ སྟན་ངག་ཤེས་པའི་པན་ཡོན། ༢ ་ མ་ཤེས་པའི་ཉེས་དམིགས།
༣ ་ སྟན་ངག་སྟན་སུམ་ཆོག་པས་པའི་རྒྱ་བཅས་སོ།

དང་པོ་སྟན་ངག་ཤེས་པའི་པན་ཡོན་ནི།

འཆད་དང་ཚེད་དང་ཚུམ་བ་དང་།
ཤགས་འབྱེད་བྱར་བ་སྐྱེད་མོལ་སོགས།
རྫོད་ཆོག་སྒྲ་སྒྲི་མི་འགལ་ཞིང་།
དོན་གྱི་ཆ་ལ་སྟོན་མེད་བ།
སྟོ་ལྟན་ཀྱན་གྱི་གོ་སྒྲ་བ།
སྟན་ངག་ཤེས་པའི་པན་ཡོན་ཡིན།

གཉིས་པ་མ་ཤེས་པའི་ཉེས་དམིགས།

རྫོད་དོན་ལོག་པར་བཟུང་དང་།
ཆོག་དོན་སྒྲ་སྒྲི་འབྲེལ་མེད་ཅིང་།
གྲོང་ཆོག་པལ་སྐད་འདྲེས་པ་ཅན།

སྙན་ངག་མི་ཤེས་པ་ཡི་སྒྲིན།

གསུམ་པ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་རྒྱ།

རང་བཞིན་སྤྲ་བཟོད་བདེ་བ་དང་།
བདེ་སྒྲོད་མངོན་བཟོད་སྒྲེབ་སྒྲོར་སོགས།
ཕྱི་དང་ནང་གི་བཟོད་གཞི་ཀྱན།
མང་ཐོས་བཙོན་པས་ཕྱག་པ་ནི།
སྙན་ངག་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་རྒྱ།

དོན་རྒྱན།
གང་ཞིག་བཟོད་བྱ་དོན་གྱི་ཉམས།
གཙོ་ཐོར་འདོན་པ་དོན་རྒྱན་ཡིན།
འདི་དོན་ཉི་བར་སྒྲོན་པའི་ཕྱིར།
སྙན་ངག་ལེ་འུ་བར་པ་གསུངས།
དེ་ལ་དབྱེ་ན་སོ་ལྔ་འོ།

དང་པོ་རང་བཞིན་བཟོད་པའི་རྒྱན། བཟོད་བྱའི་དངོས་པོ་དེའི་རང་
བཞིན་དང་པོར་བཟོད་པའི་ཆོག་སྒྲོར་ཞིག་ལ་ཟེར། དབྱེ་ན་བཞི་ལས།

༡ ་། རིགས་རང་བཞིན་བརྗོད་པ། གཙུག་པོ་རིགས་ཀྱི་ཆ་ལ་རང་བཞིན་
བྱང་པོ་བརྗོད་པའི་རྒྱུ།

དཔེར་ན།

འཕྱར་བྱེད་འདབ་མ་བྱུང་དང་རྐང་པ་རིང་།།

སྟོན་དུས་ཤར་ནས་སྟོ་ཡི་ཕྱོགས་སུ་འཕྱར།།

ལུས་དཀར་མུག་མ་ནག་པོའི་འདབ་ཆགས་བྲ།།

ཁྱུང་ཁྱུང་འདི་དག་མཐོང་ན་ཡིད་ག་འོང་།།

༢ ་། བྱ་བ་རང་བཞིན། གཙུག་པོ་བྱ་བའི་ཆ་ལ་རང་བཞིན་བྱང་པོ་བརྗོད་
པའི་རྒྱུ།

དཔེར་ན།

རེབ་སྒོང་རིགས་པ་འབྱུང་བའི་གྲོང་ན་བལྟམས།།

འཕགས་བོད་རྒྱལ་ཁམས་རིག་པའི་ལམ་ནས་བསྒྲོར།།

གངས་ཅན་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་འཕེལ་བའི་སྒྲིང་།།

དགེ་ཚེས་མཁས་པས་ལེགས་བཤམ་སྤྲོ་མང་བྲིས།།

༣ ་། ཡོན་ཏན་རང་བཞིན། གཙུག་པོ་ཡོན་ཏན་ཀྱི་ཆ་ལ་རང་བཞིན་བྱང་
པོ་བརྗོད་པའི་རྒྱུ།

དཔེར་ན།

བཟང་བླག་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་པའི་སྒྲན་སྒྲོར་གྱིས།

གཞོན་བཅས་ལུས་ཀྱི་བླག་རྩ་འཛོམས་པ་དང་།

ཆ་གང་འབྱུང་ཁམས་མཉམ་པའི་སྟོབས་བསྐྱེད་ཅིང་།

དུས་མིན་འཆི་བའི་རྒྱན་ལས་སྒྲོབ་པར་བྱེད།

༥༽ རྩས་རང་བཞིན། གཙུ་བོ་རྩས་ཀྱི་ཆ་ལ་རང་བཞིན་དང་ཕོ་
བཞོད་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

གཡས་གཡོན་ཕྱག་ན་བེ་ཅོན་ཐོད་ཁྲག་གཡོ།

ལྷེ་བ་ཉི་ཤར་གཙུག་ན་ལྷ་བ་ཆེས།

རས་ལྷེ་སྟོད་གཡོགས་སྐྱལ་གྱི་ཤམ་བུ་ཅན།

འདོད་ཁམས་བདག་མོ་བསྟན་སྐྱང་ཡོངས་ཀྱི་མགོན།

གཉིས་པ་དཔེ་རྒྱན།

མཆོན་བྱེད་དཔེ་དང་མཆོན་བྱའི་དོན།

མཚུངས་པར་སྟོན་པ་དཔེ་རྒྱན་ཡིན།

དབྱེ་ན་སོ་གཉིས་ཐམ་པ་འོ།

༡ ་ ཚོས་དཔེ། དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་གཉིས་ཀྱི་ཚོས་གཉིས་པན་ཚུན་
མཚུངས་པ་དངོས་སུ་སྟོན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

གཙུག་ལག་ཁང་རྣམས་འཆི་མེད་མཁར་བཞིན་མངོས།

དྲི་ཞིམ་བདུག་སྟོས་ནམ་མཁའི་སྟོན་ལྟར་འཐིབ།

མ་ཞིའི་དབྱངས་ཏྲ་ཁུ་བྱུག་གསུང་བཞིན་སྟན།

ལྷ་ས་འདི་ནི་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་བུར་སྦྱིད།

༢ ་ དངོས་དཔེ། དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་གཉིས་ཀྱི་བྲང་གཞི་མཚུངས་པ་
དངོས་སུ་སྟོན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

ཞལ་རས་མངོས་པའི་དགྱེལ་འཁོར་ནི།

སྟོན་ཀའི་ལྷ་བ་དང་འབྲ་ཞིང་།

དམར་སྐྱམ་འཇུ་མ་པའི་མཚུ་སྟོས་ཀྱང་།

ལྷ་དུམ་ཤ་རའི་འདབ་མ་བཞིན།

༣ ་ རྫོག་པའི་དཔེ། དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་གཉིས་འཛིག་རྟེན་ཀྱི་གྲགས་
ཚོད་ལས་གོ་རྫོག་ནས་སྟོན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

ཡིད་འོང་མཛེས་པའི་ཞལ་བྱིས་བཞིན།
ཉ་རྒྱས་སྒྲ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་མཛེས།
རྒྱས་རིང་བཟླ་བའི་འདྲེན་བྱེད་ལྟར།
རི་དྲགས་མིག་འདི་ཡིད་ག་འོང་།

༤༽ བན་ཚུན་གྱི་དཔེ། དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་གཉིས་པན་ཚུན་འཇལ་
རེས་བྱེད་ནས་སྟོན་པའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།
ཉ་རྒྱས་སྒྲ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་འཇུ་མ་པ་ལྟར།
ལང་ཆོ་དབྱེད་གྱུར་སྒྲེག་མའི་བཞིན་རས་མཛེས།
བརྒྱད་གཉིས་ན་ཆོད་སྒྲིན་པའི་ལུས་ཁ་ལྟར།
སྟོན་ཀའི་སྒྲ་བ་འདི་ནི་ཡིད་དུ་འོང་།

༥༽ དེས་པའི་དཔེ། དཔེ་ཅན་མཆོན་བྱེད་གྱི་དཔེ་དེ་གཅིག་ལུ་ཉིད་དུ་
དེས་པ་ལྟར་སྟོན་པའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།
འཇམ་མགོན་སྒྲ་མ་ཅོང་ཁ་པའི།
མཁྱེན་རབ་སྒོ་གྲོས་འཇམ་དབྱངས་དང་།
མཚུངས་གྱི་དཔེ་གཞན་སྤིད་པ་འདིར།

རི་ཚམ་བཙལ་ཡང་རྟེན་རྒྱས་མིན།།

༤༽ དེས་མེད་ཀྱི་དཔེ། དཔེ་ཅན་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་དཔེ་དེ་གཅིག་པོར་
མ་དེས་པ་བྱུང་ཆོས་དེ་ལྟན་ཀྱི་དངོས་པོ་གཞན་ཞིག་ཡོད་ན་འང་དེའི་དཔེར་
བྱེད་ཆོག་པ་སྟོན་པའི་སྒྲིབ་པ།

དཔེར་ན།

བཀོད་ལེགས་ལྟ་ན་སྤྱད་པའི་ལྟ་སའི་གྲོང་།།

འཆི་མེད་སྐབས་གསུམ་ཡུལ་གྱི་མངའ་ས་སྤྱོད་ས་དང་།།

མཚུངས་མོད་ད་དུང་དེ་འདྲའི་མངའ་ས་པའི་ཞིང་།།

གལ་ཏེ་ཡོད་ན་དེ་ཡི་དཔེ་ལྷན་རིགས་།།

༥༽ བསྐྱས་པའི་དཔེ། དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་གཉིས་ཀྱི་འདྲ་ཆོས་གཅིག་
ཅུ་མ་བྱུང་འདྲ་ཆོས་གཞན་ཞིག་གྲུང་བསྐྱས་ནས་སྟོན་པའི་སྒྲིབ་པ།

དཔེར་ན།

འཕགས་ཡུལ་གར་མཁན་བྱ་མཆོག་གིར་ཤི་མ།།

ལྟ་ཡི་བྱ་མོ་ཐིག་ལེ་མཆོག་མ་དང་།།

མངའ་ས་པའི་རྣམ་འགྱུར་ཅུ་མ་གྱི་མཚུངས་མིན་ཏེ།།

འདོད་པའི་སྤྱི་ཚུལ་མཁས་པ་འདིས་གྲུང་ངོ་།།

༦༽ ཕུལ་བྱུང་གི་དཔེ། དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་གཉིས་བྱུང་པར་འབྱེད་

ཆོས་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་དེ་གཉིས་འབྱེད་ཆོས་གཅིག་ཅུ་མ་མ་གཏོགས་མེད་པ་
ལྟར་འཛིག་ཏེན་གྲགས་ཆོད་ལས་ཁྱད་བཤད་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

དབུས་འགྱུར་ལྟ་ས་གོང་ཁྱེར་མི་ཡུལ་དུ།

མཐོང་ཞིང་ཡིད་དགའ་ཆོས་འཛིན་ལྟ་ཡུལ་ཏེ།

དེ་ཉིད་ལས་གཞན་འབྱེད་ཆོས་ཞིབ་མཐོང་སྒྲོས།

རི་ཅུ་བརྟགས་ཀྱང་དམིགས་སུ་ཡོད་མ་ཡིན།

༩༽ རབ་བརྟགས་ཀྱི་དཔེ། མཆོན་བྱེད་ཀྱི་དཔེ་ལ་དཔེ་ཅན་དེ་
མཆོན་པའི་ང་རྒྱལ་མེད་ཀྱང་ཡོད་པ་ལྟར་སྒྲོ་བརྟགས་ནས་དེ་མི་རིགས་པའི་
རྒྱ་མཆོན་དུ་དཔེ་གཞན་ཞིག་བཀོད་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

སྒྲ་ལྗེ་ཆོན་བཟུང་གི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས།

གར་མཁན་མཛེས་མའི་སྤྲུལ་འཇམ་དར་གོས་ལ།

འགྲན་པར་བྱས་སྒྲུལ་སྒྲུལ་ས་པར་མི་འཆལ་ཏེ།

མ་བྱའི་སྒྲོ་ཡང་དེ་ཡི་དབྱ་ཆེར་རིགས།

༡༠༽ མད་བྱུང་གི་དཔེ། དཔེ་ལ་བརྟགས་པ་མཐའ་གཟུང་གིས་ཡོན་
ཏན་དེ་ལྟར་ལྟན་ན་དཔེ་ཅན་ལ་འགྲན་བྱས་པར་སྟོན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

འཇམ་སྒྲིང་རུབ་ཕྱོགས་རྒྱལ་ས་མ་ཤིན་འོན།

ངོ་མཆར་ངོ་ཁང་ནམ་གཉིས་ལྷན་གྱུར་ན།

བྱང་རྒྱུད་གངས་ལྷ་སྒྲིག་མོའི་མངལ་རུམ་གྱི།

གྲོང་བྱེར་ལྷ་སའི་དཔལ་དང་ཅིས་མི་མཚུངས།

༡༡ ་ མྱོངས་པའི་དཔེ། དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་གཉིས་པན་ཚུན་འབྲ་ཆེས་
བྲགས་ནས་པན་ཚུན་འབྲལ་སོང་བ་ལྟར་སྟོན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

ཡིད་འོང་དྲངས་གཙང་ཁུས་ཀྱི་རྩིང་བྱ་ན།

པད་དཀར་གཞོན་རུ་རྒྱང་གིས་བདས་པ་དེ།

བྱིད་ལུས་ཁུས་ལ་ཞུགས་སྐམ་འབྲལ་གྱུར་ཏེ།

མཆོད་ཀྱི་འཇིང་དུ་རྒྱང་བས་འདེགས་འཛོག་བྱེད།

༡༢ ་ ཐེ་ཚོམ་གྱི་དཔེ། དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་གཉིས་འབྲ་ཆེས་བྲགས་
ནས་གང་ཡིན་ཐག་མ་ཆོད་པར་ཐེ་ཚོམ་བ་བ་སྟོན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

རབ་སྐྱན་ན་བའི་དབྱེད་དུ་འཛོལ་འདི།

ཁུ་བྱག་ཕྱོས་པའི་མགྱིན་རྩ་རྒྱང་བ་འཕ།

ཡང་ན་སྙིང་གི་སྤྱག་གུ་མ་དེ་ཡིས།

སྙན་པའི་མགྱིན་དབྱངས་ལེན་ནམ་འབྱང་མོ་ཉུག།

༡༣ ་། གཏན་འབེབས་ཀྱི་དཔེ། ཤིན་ཏུ་འབྲ་བའི་དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་
གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་རྒྱ་མཚན་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་དཔེ་ཅན་དེ་ཉིད་གཏན་ལ་
འབེབས་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

རབ་མངེས་མིག་གི་དབྱིད་དུ་སྟེན་པ་འདི།

སྟོན་ཁའི་ཟླ་བ་གཞོན་ནུའི་དབྱིལ་འཁོར་དང་།

འབྲ་ཡང་དམར་པོའི་མཆུ་སྟོས་དང་ལྗན་ཕྱིར།

སྙིང་སྤྱག་དགའ་མའི་བཞིན་རས་ཉིད་དུ་ངེས།

༡༤ ་། སྤྱར་བའི་དཔེ། དོན་གྱི་སྤྱར་ཆོས་གཉིས་ལས་མི་ཉུང་བའི་སྟོ་
ནས་དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་མཆུངས་པ་དངོས་སུ་སྟོན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

སྙན་འབྲེན་བྱེད་ཡུལ་དུ་རབ་དགར་ཞིང་།

རིག་ན་ལུས་ལ་འཇམ་པའི་རིག་བྱ་སྟེར།

རྣམ་གསུམ་རི་མོ་བཟ་བས་བྲིད་ཀྱི་མགུལ།

བཟ་ཤིས་གཡས་སུ་འབྲིལ་བའི་དུང་དགར་བཞིན།

༡༥ ་། མཉམ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ། སྒྲ་གཅིག་ཆིག་གིས་བཅད་མཆམས་མི་
འདྲ་བའི་དབང་གིས་དོན་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ལ་འཇུག་པའམ། མིང་གཅིག་དོན་
མི་འདྲ་བ་གཉིས་ལ་སྒྲ་དོན་ཅི་རིགས་ཀྱི་སྒྲོན་ས་མཚུངས་ཆོས་གཅིག་ཁོ་
ནར་སྒྱར་བའི་དཔེ་ཞིག་ལ་ཟེར།

དཔེར་ན།

མེ་ལོང་མའི་རྩ་བ་དང་མ་ཐུན་པ།

རབ་འབྱམས་སྒྲ་བ་བསྟན་འཛིན་སྟན་གྲགས་དཔལ།

རིག་པའི་དབང་ཕྱག་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ་བཞིན།

གང་ཞིག་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་གནས་ལུགས་ཚུལ།

ལེགས་པར་བརྟགས་ནས་ནང་དུ་འཇུག་པས་སོ།

དགྲེས་སྒྲ་དང་མ་ཐུན་པ།

ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་དང་འཆད་ཚིད་ཚིམ་པ་ལ།

མཚུངས་མེད་མཁས་པའི་བྱ་མཆོག་དགེ་བའི་བཤེས།

རྒྱ་མཚོ་སྤིང་དུ་བགོད་པའི་དེད་དཔོན་བཞིན།

ཀུན་གྱི་རེ་བ་ཡིད་བཞིན་སྒྲོང་བར་བྱེད།

༡༦ ་། སྒྲ་པའི་དཔེ། དཔེ་ལ་སྒྲ་ར་གཏོང་ནས་དེའི་ལེགས་ཆ་དང་
དཔེ་ཅན་གཉིས་མཚུངས་པ་སྟོན་པའི་རྒྱ།

དཔེར་ན།

རྣམ་སང་འཇུག་ངོགས་གསལ་རིག་སྒོ་དང་བྲལ།

ན་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་བ་ཚྭ་འཇིགས་མས་ཁེངས།

དེ་དག་ཉིད་དང་བཞེས་གཉེན་དམ་པའི་སྤྱགས།

མཚུངས་པར་མ་ཟད་བྱུང་པར་མང་དུ་མཆིས།

༡༥༽ བསྐྱགས་པའི་དཔེ། དཔེ་ལ་བསྟོད་བསྐྱགས་བརྗོད་ནས་དེ་
དང་དཔེ་ཅན་མཚུངས་པ་སྟོན་པའི་རྒྱུ།

དཔེར་ན།

ཐེག་ལེ་མཆོག་མས་མེས་པོ་དགའ་བ་བསྐྱེད།

ཉེ་མ་མ་ལེས་ཀུན་གྱི་ཡིད་དབང་འཕྲོག

དེ་དག་ཉིད་དང་སྦྲེན་ལེགས་དགའ་མ་བྱེད།

རྣམ་པར་ཀུན་ཏུ་མཚུངས་སོ་སྤྱག་གུ་མ།

༡༦༽ བརྗོད་འདོད་ཀྱི་དཔེ། མཚུངས་ཆོས་ཡོད་པའི་དཔེ་དང་དཔེ་
ཅན་གཉིས་ལ་ཚུམ་བ་པོའི་བརྗོད་འདོད་ཀྱི་སྒོ་ནས་མཚུངས་པ་སྟོན་པའི་
རྒྱུ།

དཔེར་ན།

མི་བཟོད་སྤེད་པས་བདག་ཡིད་སྤྲོས་པའམ།

ཡང་ན་དོན་ལྡན་ངག་གི་བརྗོད་པ་སྟེ།

ཁྱོད་ཞལ་ལྷ་བ་གཞོན་རྒྱུ་དེ་དཀྱིལ་འཁོར་དང་།

མཚུངས་པར་བརྗོད་འདོད་བདག་གི་ཡིད་ལ་གནས།

༡༩༽ འགལ་བའི་དཔེ། དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་གཉིས་རྣམ་པ་ཅམ་འགལ་
ཞིང་དོན་ལ་མཚུངས་པ་སྟོན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

ཁྱབ་འཇུག་སྟོང་གི་ཐིག་ལེ་དཔལ་མོ་དང་།

མེས་པོའི་སེམས་འཕྲོག་ཐིག་ལེ་དབྱིད་གྱུར་མ།

དེང་གི་གར་མཁན་ཤི་དེ་ཕྱེ་གསུམ།

རྣམ་པ་འགལ་ཡང་དོན་དུ་ཅི་མི་མཚུངས།

༢༠༽ དགག་པའི་དཔེ། དཔེ་ལ་སྟོན་འདོགས་བྱས་ཏེ་དེས་དཔེ་ཅན་
ལ་འགྲན་རྒྱས་པ་དགག་བྱར་བྱེད་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

གདུག་ཅན་ལག་འགྲོས་འབྱུང་ཅིང་རེག་པ་རྩྭ།

འདུ་ཤེས་དཔེན་པའི་མ་ལ་ཡར་སྐྱེས་ཀྱིས།

མཁས་དགྲའི་གཙུག་རྒྱན་བཤེས་གཉིན་དམ་པའི་སྐྱར།

འགྲན་པའི་སྒྲོབས་པ་རྩལ་ཕྲན་ཅམ་ཡང་མེད།

༡༡ ་ རོ་བསྟོད་ཀྱི་དཔེ། མཆོག་དམན་ཡོད་པའི་དཔེ་ཅན་ལ་རོ་
བསྟོད་ཀྱིས་སྒོ་ནས་པན་ཚུན་མཚུངས་པ་སྟོན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

དབྱངས་ཅན་ཕྱག་ན་བེ་རྩའི་རྒྱད་མངས་འཛིན།

མཁས་བྱེད་ཕྱག་ན་སྟགས་སྟག་གོག་ཏེ་ཅམ།

དེ་ལྟ་ནའང་དབྱངས་ཏྲ་དགུ་སྒྲིལ་གྱི།

སྟན་ཆོག་སྒྲ་བར་བྱེད་པར་ཅང་སྤིང་དམ།

༡༢ ་ དེ་ཉིད་བརྗོད་པའི་དཔེ། དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་
དཔེ་ཅན་དེ་ཁོ་ན་ངོས་གཟུང་བའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

ལྟ་ན་སྟག་པ་འདི་ཉིད་ཟླ་བ་དང་།

འབྲ་ཡང་མ་ཡིན་བྱེད་ཀྱི་ཞལ་རས་ཏེ།

མ་འདྲེས་རྣམ་པ་བཟྱ་བ་འདི་ཀོ་ཡང་།

འཇའ་ཆོན་མ་ཡིན་བྱེད་ཀྱི་འདྲེན་བྱེད་ཉིད།

༡༣ ་ ཐུན་མིན་ཀྱི་དཔེ། དཔེར་བཞོད་པ་དེས་དཔེ་ཅན་མཆོན་མི་
རྒྱས་པས་དཔེ་ཅན་རང་ཉིང་རང་གི་དཔེར་བྱེད་པ་སྟོན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

དཔལ་མོ་ལེགས་བརྗོད་མ་དང་རི་སྐྱེས་སོགས།
ཡིད་འོང་འཆི་མེད་བྱ་མོ་སྟོང་དག་གིས།
ཆེམས་ཅམ་ཡང་འགྲན་པར་མི་རྒྱས་པས།
རང་ཉིད་རང་གི་དཔེར་བྱས་ཏུ་རེ་མ།

༡༤ ་། འབྱུང་མིན་གྱི་དཔེ། སྤར་མ་བྱུང་ཞིང་སྤར་ཡང་མི་འབྱུང་བའི་
དཔེ་བྱུང་པར་བ་ཞིག་བཀོད་ནས་དེ་དང་དཔེ་ཅན་གཉིས་མཚུངས་པ་སྟོན་
པའི་གྲུ།

དཔེར་ན།
མཆོ་བཞི་སྤིང་ལྗེ་འཇིག་རྟེན་ལྷུ་པའི་བྱོན།
རམས་བརྗོད་དཔངས་མཐོའི་ཉམས་ཀྱི་གཟེ་བྱིན་ཀྱུ།
གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་འདྲའི་ཉི་མེ་གངས་ཀྱི་རི།
འཇོམ་སྤིང་མཐོ་སྤང་རལ་པའི་གཙུག་ན་མཛེས།

༡༥ ་། སྤིང་མིན་གྱི་དཔེ། བྱུང་གཞི་དེ་ལས་བྱུང་ཆོས་དེ་འདྲ་འབྱུང་
མི་སྤིང་བ་ཞིག་དཔེར་བཀོད་ནས་དེ་དང་དཔེ་ཅན་མཚུངས་པ་སྟོན་པའི་
གྲུ།

དཔེར་ན།
གྲི་ལ་ཤ་རི་ལས་བྱུང་ཆ་རེག་དང་།

རྒྱ་མཚོའི་སྒོང་ནས་བྱང་བའི་མེ་ལྷེ་བཞིན།

གང་ཁྱེད་ཞལ་གྱི་བྱམ་པ་བཟང་པོ་ལས།

མི་བདེན་རྩུན་གྱི་ཕུང་པོ་འབྱུང་སྲིད་དམ།

༡༩༽ མང་བའི་དཔེ། མཚུངས་ཆོས་ཡོད་པའི་དཔེ་མང་པོ་ཞིག་
བཀོད་ནས་དེ་དང་དཔེ་ཅན་མཚུངས་པ་སྟོན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

ཉ་རི་ཅན་དན་ངི་ལྡན་མེ་ཉོག་དང་།

མི་ཞི་གྱར་ཀྱམ་ལྷ་ཞིང་ཤྱག་པ་ལྷར།

བྱབ་པའི་རྒྱལ་ཆ་བ་འདུལ་བ་འཛིན་པ་དེའི།

རྣམ་དག་ཚུལ་ཁྲིམས་གཙང་མའི་ངི་བསྐྱུང་ཞིམ།

༢༠༽ རྣམ་འབྱུར་གྱི་དཔེ། དཔེ་གང་ཞིག་བཀོད་པ་དེ་ལ་དཔེ་དེ་ཉིད་
སྒྲངས་པའམ་བཏོན་པ་ལྷར་སྟོན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

ཁྱེད་སྐྱེ་ལྷན་སྐྱུག་པའི་ལང་ཆོ་འདི།

འདབ་ལྡན་པ་རྒྱའི་ཆལ་ནས་སྒྲངས་པ་བཞིན།

སྟན་པའི་གསུང་འདི་འང་ཁུ་བྱུག་མགྱིན་པ་ནས།

བཏོན་པ་རི་བཞིན་རྣ་བའི་དབྱིད་དུ་འཛེབས།

༡༩ ་། བྲེང་བའི་དཔེ། དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་སྒྲ་བྲིར་འབྱུར་འགྲོས་བྲེང་བ་
ལྟར་བསྒྲིགས་པའི་དཔེ་རྒྱན།

དཔེར་ན།

མཆོ་བཞིའི་རྒྱངས་པ་འབྱུར་བས་ཚུ་འཛིན་དང་།

སྒྲིན་གྱི་མེ་ཉོག་འཐོར་བས་སྒྲིན་གྱི་འབྲས།

དེས་ཀྱང་ཞིང་པ་རྒན་པོའི་སེམས་ལ་བཞིན།

ལེགས་བཤད་གཏམ་གྱིས་སྒྲོ་གསལ་དགའ་བ་འཕེལ།

༢༠ ་། དག་དོན་གྱི་དཔེ། བྲེད་ཆོས་བྲུག་པོ་གང་རུང་ཆང་བའི་སྒྲོ་
ནས་དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་གྱི་བྲུང་གཞི་བྲུང་ཆོས་པན་ཚུན་གོ་རིམ་བཞིན་སྒྱར་
རྒྱ་ཡོད་པའི་རྒྱན། དེར་བཞིན་སྒྲ་གཅིག་པ་དང་དུ་མ་ཅན་གཉིས་སོ། བཞིན་
སྒྲ་གཅིག་པ་ཅན་

དཔེར་ན།

དབྱངས་ཅན་བྲུག་སོར་ཅེ་ན་བེ་རྒྱ་རའི།

རྒྱད་མངས་ལྷག་པར་འཁྲོལ་བའི་སྒྲ་དབྱངས་འདི།

ཅན་དན་སྒྲིན་པའི་ཡལ་འདབ་གཡོ་བའི་ཅེར།

ཁུ་བྲུག་མགྱིན་པའི་རྒྱང་སྒྲ་ཇི་བཞིན་སྟན།

བཞིན་སྒྲ་དུ་མ་ཅན།

མཛོན་དགའ་སྒྲིད་ཆལ་ཇི་བཞིན་བྲེད་གྱི་སྒྱུར།

ལྷན་སྒྲུག་པའི་ཞལ་བྱིས་པ་ད་མོ་བཞིན།
མ་འདྲེས་ནམ་པར་བཟ་བའི་འདྲན་བྱེད་ཀྱང་།
འཕྱར་སྤྱང་ཅེན་པའི་བྱང་བ་རི་བཞིན་གཡོ།

༣༠༽ ཟླ་པོ་དངོས་དཔེ། དཔེ་ཅན་སྒྲོན་དུ་བཀོད་པ་དེས་དེ་ཉིད་
མཆོན་པའི་དཔེ་རྗེས་སུ་ཆོག་ཟླའི་ཚུལ་དུ་མཚུངས་པ་ཤུགས་ལ་བསྟན་
ནས་བཀོད་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།
སྤྱིང་འདྲིར་སྟོབས་འབྱོར་དབང་ལྷག་ལྷན་པའི་བྱ།
མང་ཡང་ཡགོང་ས་ཆེན་པོའི་དོ་ཟླ་མེད།
སྟོབས་ངས་མཁའ་དབྱིངས་རྒྱ་སྐར་མང་ན་ཡང་།
ཆུ་ཤེལ་དབང་པོའི་དབྱིལ་འཁོར་གཅིག་ཏུ་ངེས།

༣༡༽ མཚུངས་སྦྱོར་གྱི་དཔེ། མཆོག་དམན་ཆེ་བའི་དཔེ་དོན་གཉིས་
བྱེད་ལས་ཅམ་མཚུངས་པ་སྦྱོར་བའི་དཔེ་རྒྱན།

དཔེར་ན།
ཐེག་ལེ་མཆོག་མས་མེས་པོའི་སེམས་ཁམས་འབྲུག།
ཨ་ཅེ་འབྲུག་མོས་རྗེ་སྤྱིང་བདག་པོར་བསྟེན།
ཐེག་ལེ་དབྱིད་གྱུར་མ་དེ་ལྷ་ཡུལ་དང་།
སང་ལྷམ་འབྲུག་མོའི་སྟན་གྲགས་མི་ཡུལ་སྟན།

༣༩ ་ རྒྱུ་ལྡིང་དཔེ། རྒྱུ་མཆོན་ནམ་གཏན་ཆིགས་ཤིག་ལ་བརྟེན་ནས་
དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་མཚུངས་པ་སྟོན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

ཁྱེད་སྐྱེ་མཛེས་པས་གསེར་གྱི་ལྗན་པོ་བཞིན།

ཁྱེད་གསུང་སྟན་པའི་ཀ་ལ་ཕིང་ཀའི་ཟླ།

ཁྱེད་ཐུགས་ཟབ་པས་ཟླ་བའི་མ་མ་སྟེ།

ཀྱན་ཡིད་སྐྱོང་བྱིར་ཡིད་བཞིན་ནོར་དང་འབྲ།

དཔེའི་སྟོན་ཡོན་བཤད་པ་ལ་རྟགས་དང་ཆིག་ཐ་དད་ཀྱང་སྟོན་མེད་
པ་དང་དཔེ་དོན་མཆོག་དམན་ཆེ་ཡང་སྟོན་མེད་པ་བཤད་པ།

༡ ་ རྟགས་དང་ཆིག་ཐ་དད་ཀྱང་སྟོན་མེད་པ།

དཔེར་ན།

མཛེས་ལྗན་དགའ་མའི་སྟངས་སྟོབས་དཔའ་པོ་བཞིན།

ས་སྐྱོང་འབངས་ལ་མ་མ་ཇི་བཞིན་བྱམས།

གསང་གསུམ་གསེར་གྱི་རི་པོ་ལྟར་བརྟན་ཅིང་།

མཛད་རྗེས་ནམ་མཁའི་སྐར་མའི་ཆོགས་ལྟར་བཀྲ།

༡༽ མཆོག་དམན་ཆེ་ཡང་སྒྲིན་མེད་པ།
དཔེར་ན།
མཁའ་ལྗིང་དབང་པོ་མཁའ་ལ་ལྗིང་པ་བཞིན།
སྤང་ཆུང་བྱང་བ་སྤང་གཞོག་བྱང་གིས་ལྗིང་།
ཉམ་ཆུང་མ་ཡིས་ཉམ་ཆུང་བྱ་ལ་བཞིན།
འགོ་མགོན་དམ་པས་འགོ་བ་ཡོངས་ལ་བཅེ།
དཔེའི་སྒྲིན་བཤད་པ།
དཔེར་ན།
འདོད་འཇོ་བ་འདི་ཏྲ་མཆོག་བཞིན་དུ་མགྲོགས།
ནམ་མཁའི་སྐར་ཆོགས་ཇི་བཞིན་བྲིད་སྐྱ་བཏྲ།
བྲི་ལུད་ཇི་བཞིན་ཅན་དན་ཇི་བསྐྱང་མང་།
རིན་ཆེན་གསེར་བཞིན་བྱང་བ་རིན་ཐང་ཆེ།

གསུམ་པ་གཟུགས་རྒྱན་བཤད་པ། དཔེ་ཅན་དཔེའི་གཟུགས་སུ་ནི།
བཀོད་པའི་རྒྱན་དེ་གཟུགས་རྒྱན་ཡིན།
དབྱེ་ན་ཉི་ཤུ་ཐམ་པ་འོ།

༡༽ བསྐྱས་པའི་གཟུགས་རྒྱན། དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་གཉིས་བར་དུ་
ནམ་དབྱེ་དུག་སྐྱ་བསྐྱས་པའི་གཟུགས་རྒྱན་ལ་ཟེར།

དཔེར་ན།

མད་བྱང་ཐུགས་བསྐྱེད་མ་རྩོས་རོལ་མཆོ་ཡངས།།

ཆོགས་གཉིས་རིན་ཆེན་རྩལ་མང་དགྲང་ལ་བཅེགས།།

མཁྱེན་བཅེ་ཉི་ཟླ་མང་ད་བཟང་འོད་སྤང་གསལ།།

དམ་ཆོས་བདུད་ཅི་རྒྱན་མར་འབེབས་དེར་འདུད།།

༡༽ མ་བསྐྱས་པའི་གཟུགས་རྒྱན། དཔེ་དཔེ་ཅན་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་
རྣམ་དབྱེ་བྱུག་སྤྱོད་མ་བསྐྱས་པའི་གཟུགས་རྒྱན།

དཔེར་ན།

ཁྱེད་ཞལ་ཉ་རྒྱས་ཟླ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ།།

འཛེན་བྱེད་རི་དྲགས་མཆོན་མ་ཟུར་གྱིས་གཡོ།།

སྟོད་མེད་དུང་བའི་འོད་སྤང་བསིལ་པོ་དེ།།

ཁོ་བོའི་ཡིད་ཀྱི་ཀྱན་ཉའི་དགའ་བ་འཛོ།།

༢༽ བསྐྱས་ཤིང་མ་བསྐྱས་པ། དཔེ་དཔེ་ཅན་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་རྣམ་
དབྱེ་བྱུག་སྤྱོད་འགའ་ཞིག་བསྐྱས་ལ་འགའ་ཞིག་མ་བསྐྱས་པའི་གཟུགས་རྒྱན།

དཔེར་ན།

མཆོན་དཔེ་སྤྱོད་ཡི་བད་དཀར་སྟོང་པོ་བྱ་ལྗེམ།།

སྟན་འཛེབས་གསུང་གི་བྱང་བའི་སྤྱོད་དབྱངས་སྟན།།

ཟབ་ཡངས་ཐུགས་རྗེ་སྤང་ཅི་འི་བྱི་བསྐྱུང་མངར།
འདྲེན་པ་མཆོག་གི་ལེགས་བྲིས་དགའ་ཚལ་སྦྱིད།

༤༽ མཐའ་དག་གཟུགས་རྒྱན། དཔེ་ཅན་གྱི་བྱང་གཞི་བྱང་ཆོས་
མཐའ་དག་དཔེ་འི་གཟུགས་སུ་བཀོད་པའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།
བྱིང་སྦྱོ་ཉི་མ་འབར་བའི་འོད་ཞགས་རྣོ།
བྱིང་གསུང་ཀ་ལ་ཕིང་ཀའི་འབྱུར་ཁུག་སྙན།
བྱིང་ཐུགས་མ་དྲོས་རོལ་བའི་གཉིང་མཐའ་བབ།
བཤེས་གཉེན་གསེར་གྱི་རི་བོ་བྱིང་འབྲ་དགོན།

༥༽ ཆམཤས་གཟུགས་རྒྱན། དཔེ་ཅན་དེའི་ཆམཤས་རྣམས་དཔེ་འི་
གཟུགས་སུ་བཀོད་ཅིང་ཆམཤས་ཅན་གཟུགས་སུ་མ་བཀོད་པའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།
ལང་ཆོ་འཕེལ་ཁ་དར་བའི་མཛའ་ན་མོ།
གང་སྦྱོ་ཐ་ལྷེམ་ཏ་རི་ལྷོན་པ་ལ།
སྙན་འཛེབས་གསུང་གི་འཛོལ་མོའི་མགྱིན་དབྱངས་སྙན།
དུང་བའི་སེམས་ཀྱི་བྱ་བསྐྱུང་ཅི་ཡང་འབྱེད།

༤༽ ཆ་ཤས་ཅན་གྱི་གཟུགས་རྒྱུ། དཔེ་ཅན་གྱི་བྱང་གཞི་དེ་
གཟུགས་སུ་བཀོད་ཅིང་བྱང་ཆོས་རྣམས་གཟུགས་སུ་མ་བཀོད་པའི་རྒྱུ།

དཔེར་ན།

བྱིང་ཞལ་ལྷ་བ་གཞོན་ཀུའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ།

གནག་སྒྱུ་མ་སྒྲིན་འབྲེག་དཀྱུས་རིང་འཛེན་བྱེད་གསལ།

ཡིད་འོང་ཞལ་བྱིམ་འཇུ་མ་པའི་མཆུ་སྒྲོས་ལས།

བཀོད་ལེགས་རབ་དཀར་ཆེ་མས་ཀྱི་ཕྱིང་བ་མཛེས།

༥༽ ཡན་ལག་གཟུགས་རྒྱུ། དཔེ་ཅན་གྱི་ཡན་ལག་རྣམས་དཔེའི་
གཟུགས་སུ་བཀོད་ཅིང་། ཡན་ལག་ཅན་གཟུགས་སུ་མ་བཀོད་པའི་རྒྱུ།
དབྱེ་ན་ཡན་ལག་གཅིག་ནས་གསུམ་བར་གཟུགས་སུ་བཀོད་པ་གསུམ་མོ།
ཡན་ལག་གཅིག་གཟུགས་ཅན།

དཔེར་ན།

མཁས་པའི་རྣམ་དཔྱོད་ཏྲ་ལྡང་འོད་རྣོན་འབར།

བཙུན་པའི་སྒྲོད་པ་གཞན་གཞོད་གཞི་ལས་ལྗོགས།

བཟང་པོའི་འཕྲིན་ལས་ཡངས་པའི་རྣམ་ཐར་གཙང་།

འཛེན་མཆོག་བཞེས་གཉེན་དམ་པའི་ཞབས་ལ་འདུད།

ཡན་ལག་གཉིས་གཟུགས་ཅན།

དཔེར་ན།

མི་སྤྱལ་བཞིན་རས་གཉེར་མའི་ས་ཁ་འཛིན།།

མགོ་སྐྱེས་ཅམ་བ་ཀ་ཡི་འཕོན་པོ་སྤྱིན།།

དབང་པོ་མི་གསལ་ཡན་ལག་འཁྱུག་པའི་ཉམས།།

ཀན་པའི་རྟེན་འབྲེལ་འདི་གོ་ཅི་ཡང་སྤྱོ།།

ཡན་ལག་གསུམ་གཟུགས་ཅན།

དཔེར་ན།

འཇམ་མཉེན་གཞོན་ཤ་ཆགས་པའི་ཚུ་སྐྱེས་ལྡོན།།

ཡན་ལག་ལྷུག་སྤྱན་གཞོན་བྱའི་འདབ་མ་གཡོ།།

དག་སྙན་བྱང་བའི་སྤྱ་དབྱངས་སྒྲོག་པ་ཅན།།

ཉམ་ཆུང་གྲིས་པ་འདི་དག་བྱམས་བཅེའི་ཡུལ།།

༡༽ ལྡན་པའི་གཟུགས་རྒྱན། དཔེའི་བྱང་གཞི་དང་བྱང་ཆོས་ཕན་
ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་ལྡན་གྱི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

བྱོད་ལུས་མངོན་པར་དགའ་བའི་སྐྱེད་ཆལ་ངོགས།།

བཞིན་མཛེས་འདབ་སྟོང་གོལ་བའི་བརྗོད་ལ།།

འཕྲོད་བྱང་བའི་འཕྱར་ལྡོང་ཅེན་པ་དེས།།

ཀྱན་གྱི་ཡོད་དབང་འགྲུག་པར་བྱེད་མིན་ནས།།

༩༽ མི་ལྡན་པའི་གཟུགས་རྒྱན། དཔེ་དངོས་པོ་རྣམས་པན་ཚུན་
གཅིག་ལ་གཅིག་མི་ལྡན་པའམ་མི་འགྲོགས་པའི་གཟུགས་རྒྱན།
དཔེར་ན།
མཁྱེན་རབ་ཉི་མ་བརྒྱ་ཡི་འོད་རྣོན་འབར།
རྗེས་བཞེ་གདུང་སེལ་ག་བྱར་བེགས་མ་འཛོ།
ལེགས་བཤད་ལྷ་ཡི་རྩ་ཆེན་རྒྱན་མར་རྟུང་།
མཚུངས་མེད་བཤེས་གཉེན་དཔག་བསམས་ལྷོན་པ་མཆོག།

༡༠༽ མི་མཉམ་པའི་གཟུགས་རྒྱན། དཔེ་ཅན་གྱི་ཡན་ལག་དང་ཡན་
ལག་ཅན་རྣམས་དཔེ་དེ་གཟུགས་གཅིག་གམ་འཕར་མར་བཀོད་ཅིང་། འགའ་
ཞིག་གང་གི་འང་གཟུགས་སུ་མ་བཀོད་པའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།
ཐབ་རྒྱས་ལེགས་བཤད་གདམས་པའི་གསུང་དབྱངས་སྙན།
འཕྲིན་ལས་ཉི་ཟླའི་འོད་གྱི་ཁོར་ལག་ཡངས།
མཆོན་དཔེ་དེ་སྐྱ་ཡི་གསེར་རི་འཁྲི་ཤིང་ལ།
དད་པའི་ལག་པད་མི་བྱམ་རང་དབང་ཅི།

༡༡ ་ བྱད་པར་དང་བཅས་པའི་གཟུགས་རྒྱན། དཔེ་ཅན་གྱི་ཆ་ཤིས་
དམན་པ་ཞིག་དཔེ་བྱད་པར་བ་ཞིག་གི་གཟུགས་སུ་བཀོད་ནས་དེ་ལས་བྱེད་
ལས་བྱད་པར་བ་ཞིག་བྱང་བ་སྟོན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

གྲུབ་པའི་གོ་འཕངས་མཐོན་པོ་ལ་གཤེགས་པའི།

རྟོགས་ལྡན་དམ་པའི་གྲིབ་ཚུའི་བདུད་ཅི་ནི།

བརྟུང་བས་གདོན་བགོགས་འབྱུང་པོའི་ནད་ཞི་སྟེ།

འབྱུང་འདུས་ལུས་ཀྱི་བདེ་བ་བརྟུས་པར་གྱུར།

༡༢ ་ འགལ་བའི་གཟུགས་རྒྱན། དཔེ་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་གང་ཞིག་
གཟུགས་སུ་བཀོད་པའི་དཔེ་དེའི་རང་གི་བྱད་ཆོས་དང་བྱེད་ལས་རྣམས་
འགལ་བ་ཅན་དུ་སྟོན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

གསེར་ལྡན་སྒྲིག་མོའི་སྟོ་བར་མ་འབྲིལ་ཞིང་།

དབང་སྟོན་མདངས་ཀྱི་མཛེས་པ་མ་འཆང་བའི།

གསུངས་རབ་རྒྱ་མཚོ་ངང་གིས་བརྟུང་བ་ལས།

མི་ཤེས་ཚོངས་པའི་བྱད་ཤིང་ལྷག་མེད་བསྐྱེགས།

༡༣ ་ རྒྱུ་འཕྲུལ་གྱི་ལྷན་ཁྲིམས་ལྟར་ རྒྱ་མཁོན་ནམ་གཏན་ཆོག་གས་གང་ཞིག་
ལ་བརྟེན་ནས་དཔེ་ཅན་དེ་ཉིད་དཔེ་འཕྲུལ་གྱི་ལྷན་ཁྲིམས་ལྟར་བཀོད་པའི་རྒྱུ་

དཔེར་ན།

ཁྱེད་སྐུ་མཛེས་པས་ཟླ་བའི་དགྲིལ་འཁོར་ཏེ།

ཁྱེད་གསུངས་སྟོན་པས་གལ་པོར་གཤེད་བྱངས།

ཁྱེད་ཕྱགས་ཟབ་པས་མ་དྲོས་རྒྱུ་པའི་མཆོ།།

ཀུན་ཡིད་སྐོང་ཕྱིར་འདོད་འཛོལ་ཞེས་ཡང་ཡིན།།

༡༤༽ སྐྱུར་བའི་གཟུགས་རྒྱན། བྱུང་གཞི་དཔེ་དཔེ་ཅན་གཉིས་ཀྱི་
བྱུང་ཚེས་རྣམས་སྐྱོད་ཅི་རིགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་སྐྱུར་བའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

ས་པཎ་ཞལ་གྱི་ལྷ་བ་གཞོན་ཀྱའི་འཇུ་མ།།

འཕྲོག་བྱེད་རལ་པའི་གཙུག་ཏུ་ཉེར་བཞོད་ཅིང་།

ལེགས་ལྷན་སྒྲུང་བ་དཀར་པོའི་འཛིག་རྟེན་སྤྱིར།

ཡོངས་སུ་ཞེས་པའི་སྐལ་བཟང་དགའ་སྟོན་བསྐྱབ།།

༡༥ ་ དཔེའི་གཟུགས་རྒྱན། བལ་བ་གཟུགས་སུ་བཀོད་པའི་དཔེ་
གཙོ་བོ་དཔེའི་དངོས་པོ་གཉིས་མཚུངས་བ་སྟོན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

སྙན་འཛེབས་ན་བའི་བདུད་ཅིར་སླེན་པ་ཡི།།

གང་བྱེད་གསུང་གི་ཁུ་བྱུག་གཞོན་ཀྱའི་དབྱངས།།

ལྷུང་ལྷུག་ནགས་སྤང་ཤེས་པ་སྦྱབ་བྱེད་པའི།།

དབྱིད་ཀྱི་ཕོ་ཉའི་རྒྱང་སྤྱང་དངོས་འབྱུང་།།

༡༩༽ ལྷོག་པའི་གཟུགས་རྒྱན། དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་གང་གི་གཟུགས་
སུ་བཀོད་པ་གཉིས་མཚུངས་པར་བརྗོད་ནས་སྤར་ཡང་ལྷོག་ཆོས་ཤིག་ལ་
བརྟེན་ནས་དེ་གཉིས་སོ་སོར་འབྱེད་པའི་གཟུགས་རྒྱན།

དཔེར་ན།

ཆང་རྒྱག་ཀླན་པོས་རྒྱན་ཆང་མངར་མོ་བཏུང་།།

བདག་གི་བྱོད་ཀྱི་འགྲམ་པའི་ཆང་ལ་རོལ།།

འདི་ཀོ་སྤྱར་ཀྱི་པབ་ཅི་མི་ལྷན་ཡང་།།

ཕྱོས་པའི་རྒྱས་པ་རྒྱན་ཆང་དངོས་ལས་བྱ།།

༡༩༽ འགོག་པའི་གཟུགས་རྒྱན། དཔེ་ཅན་དེ་ཉིད་དཔེ་གང་གི་
གཟུགས་སུ་བཀོད་པ་དེ་དགག་བྱར་བྱས་ནས་དེ་ཉིད་འགོག་པའི་གཟུགས་
རྒྱན།

དཔེར་ན།

འཇམ་མགོན་སྒྲ་མའི་གསུང་གི་བདུད་ཅི་ཡི།།

སྐལ་དམན་ཚོལ་བ་ངན་པའི་སྒྲིང་ཁོང་ན།།

ཕྱག་དོག་ནད་ཀྱི་བྱང་དུ་འཕར་བའི་ཕྱིར།།

འཆི་མེད་སྟ་ཡི་བཏུང་བ་ཅི་ཕྱིར་ལགས།།

༡༩༽ མཉམ་འཛོག་གཟུགས་རྒྱུ། དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་གཉིས་ཀར་
སྒྲོན་མཉམ་པའམ་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གཉིས་ཀར་སྒྲོན་མཉམ་པར་སྒྲོན་པའི་
རྒྱུ།

དཔེར་ན།

ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་རིགས་འབྲུལ་སྒྲན་སྒྲོར་གྱིས།།

ཕྱ་སྟེགས་ཚོལ་བའི་སྒྲིང་ལ་མི་བཟོད་པའི།།

བྱག་དུ་སྟེར་འདི་སྐལ་དམན་དེ་དག་གིས།།

ལོག་པའི་ལམ་ལ་གོམས་པ་དེས་ཀྱང་སྒྲོན།།

༡༩༽ གཟུགས་ཅན་གྱི་གཟུགས་རྒྱུ། དཔེ་ཅན་དེ་ཉིད་དཔེའི་
གཟུགས་ཉིས་བཅེགས་སུ་བྱེད་པའི་རྒྱུ།

དཔེར་ན།

བྱེད་སྒྲུ་འཆི་མེད་ལམ་གྱི་ཁང་བཟང་ན།།

མཛེས་ཞལ་ལྷ་བ་གཞོན་ཅུའི་མེ་ལོང་ངོས།
འཛེན་བྱེད་རི་དྲགས་མཚན་མའི་གཟུགས་བརྟན་ནི།
རྣམ་པར་གཡོ་འདིས་ཀུན་ཡིད་མི་འཕྲོག་སྟུ།

༡༠ ་། བསྟོན་དོར་གཟུགས་རྒྱན། དཔེ་ཅན་དངོས་དེ་ལ་བསྟོན་དོར་
ནས་ཡིན་པ་ལ་མིན་པ་སོགས་བསྟོན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

སྟན་དང་བ་འཛེན་འདི་བྱེད་ཀྱི་སྟུ།
མ་ཡིན་སྟུན་སྟུག་གསེར་གྱི་རི་བོ་སྟེ།
སྟན་འཛེབས་རྣ་བའི་བརྟུང་ལེན་འདི་ཀོ་ཡང་།
བྱེད་གསུང་མ་ལགས་ཁུ་བྱུག་ཕྱོས་པའི་སྟུ།

བཞི་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱན།
རིགས་དང་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་རྩས།
ཆིག་གཅིག་ལ་ནི་གནས་པ་ཡིས།
གལ་ཏེ་ངག་ཀུན་ལ་པན་ན།
དེ་ནི་གསལ་བྱེད་རྒྱན་དུ་འདོད།
དབྱེན་བརྟུག་ཉིས་ཐམ་པ་འོ།

༡ ་། རིགས་ཐོག་གསལ། རིགས་བརྗོད་པའི་ཆིག་འབྲུ་ཞིག་ཐོག་མར་
བཀོད་པ་དེས་ཆིགས་བཅད་དེའི་བརྗོད་གཞི་ཀུན་ལ་ཕན་ཞིང་གསལ་བར་
བྱེད་པའི་རྒྱ།

དཔེར་ན།

མཆོ་བྱང་མ་དེས་ངང་མོ་ལ་ཞོན་ནས།

བེདྲའི་ཕི་ཁང་འཁྲོལ་བཞིན་སྐྱོད་བྱངས་ལེན།

མཁས་སྐྱའི་མཁྱིན་པར་ངག་གི་འདོད་པ་འཇོ།

བྱུར་མིག་གྱོ་བ་བས་འངས་དཔལ་རྗེན་པོ་བཀུག

༢ ་། བྱ་བ་ཐོག་གསལ། གསལ་བྱེད་བྱ་ཆིག་གཅིག་སྒྲིབ་དུ་བཀོད་པ་
དེས་གསལ་བྱ་ཆིགས་བཅད་དེའི་བརྗོད་གཞི་ཀུན་ལ་ཕན་ཞིང་གསལ་བར་
བྱེད་པའི་རྒྱ།

དཔེར་ན།

དགའ་བར་བྱེད་དོ་ངང་མོ་བད་མཆོ་ལ།

ར་ཡིག་གཉིས་པ་མེ་ཉོག་བཞད་པའི་ཆ་ལ།

མ་བྱ་དག་ནི་དབྱར་གྱི་རྩ་བསངས་སྒྲ།

བོད་པའི་སྐྱོད་པ་འོ་བསྟོད་གཏམ་ལའོ།

༣ ་། ཡོན་ཏན་ཐོག་གསལ། ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་ཆིག་འབྲུ་ཞིག་སྒྲིབ་

དུ་བཀོད་པ་དེས་ཆིགས་བཅད་དེའི་བཟོད་གཞི་ཀུན་ལ་ཕན་ཞིང་གསལ་
བར་བྱེད་པའི་རྒྱལ།

དཔེར་ན།

མངོས་སོ་སྐྱེད་ཆལ་ཁྲིད་ན་ཟུངས།

མཆན་མེད་སྐར་ཆིགས་དབུས་ན་རི་བོང་ཅན།

གསེར་རི་དབུས་ན་རིན་ཆེན་ལྷན་པོ་སྟེ།

རྣམ་མང་ཆིགས་དབུས་སྟོང་གི་སྒྲུག་གུ་མ།

༤༽ རྩས་ཐོག་གསལ། གསལ་བྱེད་རྩས་བཟོད་པའི་ཆིག་འབྲུ་ཞིག་
ཐོག་མར་བཀོད་པ་དེས་གསལ་བྱ་ཆིག་སྟོར་དེའི་བཟོད་གཞི་ཀུན་གསལ་
བར་བྱེད་པའི་རྒྱལ།

དཔེར་ན།

ལུས་མེད་ལག་པའི་མེ་ཉླ་ཉླ་ཕྱན་གྱིས།

ལྷ་ཆེན་དག་པོའི་དཀར་ཐུབ་རྒྱང་ལ་བསྐྱར།

དགོ་སྟོང་པལ་པའི་སེམས་ཀྱི་ཁང་བཟང་དཀྱུགས།

ན་གཞོན་པལ་ཆེར་འདོད་པས་སྟོས་བར་བྱེད།

༥༽ རིགས་བར་གསལ། གསལ་བྱེད་རིགས་བཟོད་པའི་ཆིག་འབྲུ་
ཞིག་ཆིགས་བཅད་དེའི་བར་དུ་བཀོད་ནས་དེས་ཆིག་སྟོར་དེའི་བཟོད་གཞི་

ཀུན་གསལ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

མཚན་དཔེ་མེ་ཉོག་སྟག་འཆར་ཞིང་དུ་བཞད།།

ཞབས་སེན་རེ་ཁྲ་དབུས་འགྱུར་ཞིང་དུ་བཀོད།།

ལྷགས་བྱང་མཁས་པའི་སྒྱུན་ལྡན་ཡགོང་ས་མཆོག་ འཇམ་གླིང་ལྷུ་མ་
པོའི་ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་བསྐྲགས།།

༩༽ བྱ་བ་བར་གསལ། གསལ་བྱེད་བྱ་ཆིག་གཅིག་ཆིགས་བཅད་
དེའི་བར་དུ་བཀོད་ནས་དེས་ཆིགས་བཅད་དེའི་སྒྲོར་བ་ཀུན་གསལ་བར་
བྱེད་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

སྒྱུ་དག་མཐོན་པོས་རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་དང་།།

ཆོང་བ་རྒྱགས་བས་སྒྱུ་ཉེན་རྫིང་པའི་རིགས།།

བཅོངས་པར་བྱས་སོ་ལྷ་སྤྱལ་རྣམ་བས་ཆོས།།

ན་གཞོན་དར་མས་རང་གི་ལྷས་ཀྱང་ངོ་།།

ལ༽ རིགས་མཐའ་གསལ། ཆིག་སྒྲོར་གྱི་མཐར་བཀོད་པའི་རིགས་
བརྗོད་གྱི་ཆིག་དེས་ཆིགས་བཅད་དེའི་ངག་གི་སྒྲོར་བ་ཀུན་གསལ་བར་བྱེད་

པའི་རྒྱལ།

དཔེར་ན།

སྟེ་མཆོལ་དམར་པོ་ཙོང་ཁའི་ཡུལ་དུ་གཙོད།

བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་དབྱུས་གཙང་ཁམས་སུ་འཇུགས།

འཕྲིན་ལས་བཟང་པོ་འཇམ་སྒྲིང་ཡོངས་ལ་བྲག།

འཇམ་དབྱངས་རྣམ་འབྲུལ་ཀུན་མཁྱེན་ཙོང་ཁ་པ།

༡༽ བྱ་བ་མཐའ་གསལ། ཆོགས་བཅད་དེའི་མཐར་བཞོད་པའི་བྱ་
ཆོག་དེས་ཆོགས་བཅད་དེའི་སྒྲོར་བ་ཀུན་ལ་པན་ཞིང་གསལ་བར་བྱེད་པའི་
རྒྱལ།

དཔེར་ན།

སྒྲིན་གྱི་སྒྲ་དབྱངས་སྟན་པོས་མ་བྱ་དང་།

དྲངས་གཙང་རྒྱུ་བྱས་འཁོར་ལོའི་ལག་ལྗན་བྱ།

ཆར་རྒྱུན་ཟེལ་མས་དབྱར་སྒྲེས་མགྲོན་པོའི་ཡིད།

ལེགས་བཤད་གཏམ་གྱིས་མཁས་རྒྱ་དགའ་བར་བྱེད།

༢༽ བྲེང་བའི་གསལ་བྱེད། གསལ་བྱེད་ཆོག་འབྲུ་གཅིག་གིས་སྒྲ་
བྱི་སྟོས་བྱུབ་བྲེང་བ་ལྟར་བསྒྲིགས་པའི་ཆོག་སྒྲོར་གང་ཞིག་གིས་བརྗོད་དོན་
གསལ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱལ།

དཔེར་ན།
དབྱར་སྐྱེས་སྐྱོན་གྱིས་སྤང་ཆར་བེལ་མའི་རྒྱུ།
སྐྱོན་གྱི་མེ་ཉོག་འཐོར་བས་ལྗང་གཞོན་དག །
དེས་ཀྱང་སྟོན་འབྲས་སྐྱོན་པའི་སྣ་ལྔའི་འབྲུ།
ལོ་ལེགས་སྟོན་གྱིས་ཞིང་པ་དགའ་བ་འཕེལ།

༡༠༽ འགལ་བའི་གསལ་བྱེད། གསལ་བྱེད་ཆིག་འབྲུ་གཅིག་གིས་
གསལ་བྱ་འགལ་བ་ཅན་གྱི་ཆོས་གཉིས་གསལ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱུ།

དཔེར་ན།
ལང་ཆོའི་འཕེལ་ཁ་དར་བའི་ན་གཞོན་མའི།
སྐྱེག་པའི་ཉམས་གྱིས་སྤོང་ལྗན་འདོད་པ་འཕེལ།
སྤོང་གསུམ་དུག་མཆོར་སྟ་བའི་ཉམས་ལེན་བ།
ཐར་འདོད་སྐྱེ་བོ་དག་གི་ཡིད་ག་ལོག

༡༡༽ དོན་གཅིག་གསལ་བྱེད། གསལ་བྱེད་ཆིག་འབྲུ་གང་ཞིག་
བཀོད་པ་དེས་གསལ་བྱ་ཆིག་སྒྲུར་དེའི་བརྗོད་དོན་གཅིག་ཁོ་ན་གསལ་བར་
བྱེད་པའི་རྒྱུ།

དཔེར་ན།
གསོ་རིག་མཁས་པས་བཟང་དུག་སྐྱོན་སྐྱེལ་དང་།
གཤམ་གྱི་རེས་མོས་ལག་ཏུ་ཐོགས་བྱེད་ཅིང་།

ཅ་ཚུ་བེ་བ་གསུམ་གྱི་བརྟག་པ་ཀྱན།

ཟུངས་བད་ནད་པའི་གདུང་བ་སེལ་བའི་ཆེད།

༡༩ ་ སྐྱར་བའི་གསལ་བྱེད། གསལ་བྱེད་ཆིག་འབྲུ་དེས་སྐྱར་ཆོས་
སྐྱ་དོན་ཅི་རིགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་སྐྱར་དུ་རུང་བའི་སྐྱར་གཞི་གཉིས་གསལ་བར་
བྱེད་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

འགྲོ་བའི་མུན་པ་འཛོམས་པའི་འོད་སྤང་ཅན།

འཇིག་རྟེན་མིག་གཅིག་སྒྲ་ན་འཕགས་པ་ཡི།

ཐུབ་པ་ཆེན་པོ་དབྱུང་འབྱུར་འཕགས་ཡུལ་དང་།

རྟ་ལྔ་བདག་པོ་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་ན་རྒྱ།

ལྷ་པ་བསྐྱོར་བའི་རྒྱན།

ཆིག་སྐྱོར་གང་ཞིག་ཐོག་མཐར་བར།

བརྗོད་དོན་གསལ་བྱེད་ཆིག་དོན།

ཅི་རིགས་བཞུས་པ་བསྐྱོར་བའི་རྒྱན།

དབྱེ་ན་ཆིག་སྐྱོར་དོན་སྐྱོར་དང་།

གཉིས་ཀ་སྐྱོར་བའི་རྒྱན་དང་གསུམ།

༡ ་ རོན་བསྐྱོར་བ། རྫོང་ཆིག་མི་འབྲ་ཡང་བརྫོང་གཞིའི་རོན་གཅིག་
ཡང་ཡང་བསྐྱོར་བའམ་བཞུས་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

དུག་རྒྱུ་བྱུང་བ་སྦྱེད་མོའི་ཆལ་ལ་ཆགས།

འཁོར་ལོའི་ལག་ལྡན་པ་རྒྱའི་མཆོ་ལ་ཞེན།

འདོད་ལྡན་པ་ལ་ཆེར་མཛེས་མའི་ལུས་ལ་སྦྱེད།

བོད་པའི་སྐྱེད་ལ་འོ་བསྐྱོད་གཏམ་ལ་དགའ།

༢ ་ ཆིག་བསྐྱོར་བ། བརྫོང་རོན་མི་འབྲ་བ་འགའ་ཞིག་ལ་རྫོང་ཆིག་
གཅིག་ཡང་ཡང་བསྐྱོར་བའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

གསེར་རིའི་དབུས་ན་ས་འཛིན་དབང་པོ་མཛེས།

རྒྱ་སྐར་ཁོད་ན་ཉ་རྒྱས་ལྷ་བ་མཛེས།

རྒྱུ་འབྱུང་གསེབ་ཏུ་དཔག་བསམ་སྒྲོན་པ་མཛེས།

ཆོག་ས་ཀྱི་ནང་དུ་མཁས་པའི་དབང་པོ་མཛེས།

༣ ་ ཆིག་རོན་གཉིས་ཀ་བསྐྱོར་བ། ཆིག་སྦྱོར་འབྲ་བ་ཞིག་ཡང་ཡང་
བསྐྱོར་བ་མ་ཟད་བརྫོང་རོན་ཡང་གཅིག་ཁོ་ནར་ཡང་ཡང་བསྐྱོར་བའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

གངས་མེད་ཆོགས་གཉིས་རྒྱ་མཚོའི་མཐར་སོན་ནས།

རྒྱད་ལྗེའི་འགོ་བའི་གཙུག་གི་རྒྱན་དུ་གྱུར།

སྒ་རགས་བདུད་བཞིའི་དབྱང་ཆོགས་ཀྱན་བཙམ་སྟེ།

སྟོབས་བཙུ་མི་འཛིགས་བཞི་ལྡན་དཔལ་དུ་གྱུར།

བྱུག་པ་འགོག་པའི་རྒྱན།

དགག་བྱ་གང་ཞིག་བཟུང་བ་དེ།

འགོག་བྱེད་དགག་ཆིག་དངོས་སམ་དོད།

ཅིག་རིགས་ཀྱིས་ནི་འགོག་བྱེད་པ།

དེ་ནི་འགོག་པའི་རྒྱན་དུ་འདོད།

དབྱེ་བ་ཉེར་གསུམ་ཐམ་པ་འོ།

༡༽ བྱུང་བ་འགོག་པ། སྟོན་བྱུང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་ལ་དོགས་འཆར་
བྱུང་བ་དེ་ཉིད་དགག་བྱར་བྱས་ནས་དེ་ཉིད་འགོག་པར་བྱེད་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

དཔལ་གྱི་དོ་རྗེས་ཉག་སྒན་གཅིག་ཙམ་གྱིས།

སྒར་རྒྱལ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁམས་ཆེན་མོའི་མཐར།

རྫོགས་ཆིག་བཏབ་པའི་གཏམ་རྒྱན་དེ་ལྟར་འདྲ།

དངོས་པོའི་རྒྱས་པ་བཟ་ཕྱིར་བདེན་ཡང་སྤིད།།

༡༽ མངོན་འགྱུར་འགོག་པ། མངོན་འགྱུར་རམ་ད་ལྟ་མཐོང་ཐོས་
སྤྱོད་པའི་དངོས་པོ་དེར་དགག་བྱ་བྱས་ནས་དེ་ཉིད་འགོག་པར་བྱེད་པའི་
ཀྱུན།

དཔེར་ན།

སྒྲ་ལྟ་ཆངས་སྒྲས་ལྟ་མོ་གང་བྱེད་ཀྱིས།།
བྱག་སོར་བེའུའི་མི་ཕྱང་བསྐྱབས་འདིས་ཅི།།
བཞི་ལྟག་བྱག་ཅུའི་དབྱངས་ཀྱི་འགྱུར་ཁྱག་ཀྱུན།།
སྒྲ་འཇམ་རོ་འཇིན་གཡོ་བས་སྒྲོག་མིན་ནམ།།

༢༽ འབྱུང་འགྱུར་འགོག་པ། འབྱུང་འགྱུར་གྱི་དོན་རྒྱུ་ཞིག་ལ་
དགག་བྱར་བྱས་ནས་དེ་ཉིད་འགོག་པར་བྱེད་པའི་ཀྱུན།

དཔེར་ན།

གངས་ཅན་གཙུག་ལག་རིག་པའི་རྒྱ་མཚོ་ལ།།
འཇུག་པའི་ཟབ་འབྲིད་སྐབས་སུ་ལེ་ལོ་ཡིས།།
བག་མེད་སྡོད་ན་དུས་ཕྱིས་མཁས་པའི་ཁྲིད།།
ར་ལྟན་སྤང་གི་གོ་སར་འཇོགས་པར་ངེས།།

༤༽ ཆོས་འགོག་པ། ཆོས་ཅན་ཞིག་གི་ཆོས་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་
དགག་བྱར་བ་བྱུང་ནས་དེ་ཉིད་འགོག་པར་བྱེད་པའི་རྒྱན།
ཐུབ་པ་ཆེན་པོའི་གསུང་གིས་འགྲོ་བ་ཀུན།
བཟོད་དགའ་གདུང་བ་སེལ་བའི་གཏམ་དེ་རྩུན།
བདེན་ན་མུ་སྟེགས་སྟོན་པ་སྟེ་བྱུག་པོ།
གང་གྲུའི་ཆུ་ལ་མཆོངས་འདི་ཅི་ཞིག་ལགས།

༥༽ ཆོས་ཅན་འགོག་པ། ཆོས་མཐོང་ཐོས་སུ་ཡོད་པ་ཅ་མ་ལས་ཆོས་
ཅན་མཐོང་ཐོས་བྱུང་བ་འགོག་པར་བྱེད་པའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།
ལང་ཆོའི་འཕེལ་ཁ་དར་བའི་ན་ཆུང་དེའི།
བཞིན་རས་མཛེས་མིན་རྣམ་པ་འབྱེད་མིན་ཏེ།
སྒབ་འཇམ་དར་གྱི་གདོང་རས་དམར་པོ་ནི།
གཡོ་བ་ཅ་མ་ལས་མཛེས་ཞལ་མཐོང་རུས་མིན།

༦༽ རྒྱ་འགོག་པ། རོན་རྒྱུན་གང་ཞིག་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཉིད་ཤུགས་
བསྟན་གྱི་དགག་བྱར་བ་བྱུང་ནས་དེ་ཉིད་འགོག་པར་བྱེད་པའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།
ཆོགས་ཆེན་ཞལ་ངོ་ཁྲོས་པའི་ཕྱག་བྱུང་གིས།

སྤྲུལ་མཁའ་གསལ་ལྷགས་རྒྱལ་གྱི་དུ་འབྱུང་ན་ཡང་།
དགེ་འདུན་འདུས་པའི་བྲིམས་དང་འགལ་མེད་ཕྱིར།
ཉམ་ཚུང་གྲ་རྒྱུང་འཛིགས་སྒྲག་སྒྲེ་དོན་མེད།

༥༽ འབྲས་བུ་འགོག་པ། འབྲས་བུ་འབྲུབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་ཆང་གྲུབ་
ནའང་ད་དུང་འབྲས་བུ་དེ་ཉིད་འབྲུབ་པར་འགོག་པའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།

ཆང་དང་ཨ་རག་ཚུ་ལས་འབེལ་བ་དང་།
ན་གཞིན་མཛེས་མས་ཆགས་གཞས་འབྲབ་པའི་གནས།
ཞབས་བྲོ་ཁང་དུ་ཐེངས་མང་སོང་ན་ཡང་།
བསྐྱབ་པའི་སྤྱང་སྒྲོམ་མ་ཤོར་འདི་ཅི་ཞིག་

༦༽ རྗེས་གནང་གི་འགོག་པ། དགག་བྱ་དེ་ཉིད་རྗེས་སུ་གནང་བའི་
ཐོལ་གྱིས་དོན་ལ་འགོག་པར་བྱེད་པའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།

བསྟན་པའི་སྒོག་ཤིང་མཆོག་ཉིད་དག་ཞིང་དུ།
ཕེབས་པར་འདོད་ན་དེ་བཞིན་མཛེད་འཆལ་ལོ།
མ་དག་འཁོར་བས་བསྐྱས་པའི་ཞིང་ཁམས་འདིར།
ཐུབ་བསྟན་འོད་སྤྱང་སྤྱར་བ་རྒྱབ་པར་འགྱུར།

༩༽ དབང་གིས་འགོག་པ། རྒྱགས་བསྟན་གྱི་དགག་བྱ་གང་ཞིག་
བཟུང་བ་དེ་ཉིད་དབང་ཡོད་ཀྱི་འགོག་པར་བསྟན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

གང་བྱེད་ཨ་རིའི་ཞིང་ཁམས་ལ་ཕེབས་ན།

སྒོགས་དེར་ཆོས་ཆོགས་རྒྱ་ཆེར་བཙུགས་ནུས་ཤིང་།

རིན་ཆེན་ཁོ་ལར་སྤྱག་པོ་ཆགས་ངེས་ཀྱང་།

དབུས་འགྱུར་འཕགས་པའི་ཞིང་དུ་བཞུགས་པར་མཛོད།

༡༠༽ མ་གྲུས་པའི་འགོག་པ། དགག་བྱ་གང་ཞིག་བཟུང་བ་དེ་ཉིད་
འགོག་བྱེད་མ་གྲུས་པའམ་མ་རངས་པའི་ཐོལ་གྱིས་འགོག་པར་བྱེད་པའི་
རྒྱན།

དཔེར་ན།

གྲོགས་ཁྱོད་སློབ་གྲྭ་འགྲིམས་ནས་ལྷགས་བྱང་གནས།

མཁས་པར་འདོད་ཀྱི་སྤྱགས་ཐོག་འཆོ་སྦྱོང་གིས།

སྤྱག་པོ་ཆགས་པའི་རེ་བ་བདག་ལ་མེད།

དེ་ལྟ་ནའང་ཁྱོད་ཉིད་ཅི་དགེས་མཛོད།

༡༡༽ ཤེས་བཛོད་ཀྱི་འགོག་པ། རྒྱགས་བསྟན་གྱི་དགག་བྱ་དེ་ཉིད་
འགྱུར་པར་སློན་ལམ་བཏབ་པའི་ཐོལ་གྱིས་དོན་ལ་འགོག་པར་བྱེད་པའི་

རྒྱུ།

དཔེར་ན།

ཕོ་གཞིན་མཐོང་ཆོད་བྱར་མིག་ཞགས་པ་ཡིས།།

བཀུག་པས་འདོད་པ་ཡིད་བཞིན་འབྱུང་བྱུར་ཅིག

ཕྱིས་ནས་པ་མེད་སྤྱ་གུའི་མར་བྱུར་ཏེ།།

མི་ཆེ་མོ་རྩལ་བྱུར་དུས་འགྱོད་མེད་ཤོག

༡༢ ་ རྩལ་མོས་འགོག་པ། དགག་བྱ་དེ་ཉིད་རྩལ་མོའི་ཆིག་ལ་བརྟེན་
ནས་འགོག་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུ།

དཔེར་ན།

ཁྱོད་རང་རྒྱན་དུ་རྩལ་མི་ལ་འབྲམས་ཏེ།།

བག་མེད་སློག་བརྟན་འདྲ་མིན་ལྟ་འདོད་ན།།

ཁོ་བོས་ཁྱོད་ཀྱི་ཁག་ཁུར་མི་རུས་པས།།

ཁག་ཤག་དགོ་རྒྱན་གསར་པ་གཞན་ཞིག་འཆོལ།།

༡༣ ་ གྲོགས་ཀྱིས་འགོག་པ། རྒྱགས་བརྟན་གྱི་དགག་བྱ་དེ་ཉིད་ལ་
གྲོགས་བྱེད་པའི་ཐོལ་གྱིས་དོན་དུ་འགོག་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུ།

དཔེར་ན།

གྲོགས་ཁྱོད་ཐེ་ཕན་ཡུལ་དུ་ཕེབས་འདོད་ན།།

ལག་འབྱར་ཁྱས་ནས་སྤྱར་དུ་ཕེབས་པར་མཛོད།།

ཕྱིས་ན་བོད་སོག་ལས་ཁུངས་སྒོ་བརྒྱབས་དུས།
ཁྱོད་ཉིད་སྐྱབས་གྱི་རེ་ས་བྲལ་བར་འགྱུར།

༡༩ ་ འབད་པས་འགོག་པ། དགག་བྱ་དེ་ཉིད་འགྱུབ་ཆེད་འབད་པར་
བྱེད་པའི་བོལ་གྱིས་དོན་དུ་འགོག་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུ།
ཕྱི་སྤྱིང་མངེས་མའི་ལང་ཆོའི་རིན་ཐང་ལ།
སྐྱོད་ཅེས་ཁྱོད་ཉིད་དགེས་པ་སྐྱོད་འདོད་ཀྱང་།
ཨེ་ཁི་ན་ཆས་ཕྱི་མའི་སྐྱ་མགོན་ལ།
སྐྱེལ་ཞེས་ཉེན་བརྟེན་ཆོག་འདི་ཁ་ནས་ཤོར།

༡༥ ་ གཞན་དབང་གིས་འགོག་པ། དགག་བྱ་དེ་ཉིད་འགོག་བྱེད་
གཞན་དབང་གིས་འགོག་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུ།
དཔེར་ན།
རྣམ་གསུམ་དུར་སྤྲིག་བགོས་པའི་ཆོགས་ར་ནས།
ཁོ་བོ་སྤྲིན་ལེགས་ཁྱོད་དང་འགོགས་བཞེད་ན།
དམ་ཆོས་འདུལ་བའི་གཞུང་གི་བཅས་མཆམས་ལ།
བཀའ་མོལ་མཛོད་དང་དེ་གསུང་བདག་གིས་བགྱི།

༡༦ ་ ཐབས་གྱིས་འགོག་པ། དགག་བྱ་དེ་ཉིད་འགོག་བྱེད་སྐྱབ་

ཐབས་མེད་པའམ་སྐྱབ་པར་དཀའ་བ་ཞིག་ཐབས་སུ་བཀོད་ནས་འགོག་པར་
བྱེད་པའི་ཀྱན།

དཔེར་ན།

དབྱངས་ཅན་མགྱོན་མཚོར་ཞུགས་པའི་སྒྲན་ངག་པ།

གང་བྱེད་གཞན་དུ་ཐེབས་ལ་བཟོད་པར་བགྱིས།

གངས་ཅན་གཙུག་ལག་རྒྱ་མཚོ་སྤྲ་བའི་འདབ།

དེ་རིང་ཉིད་དུ་བདག་ཅག་རྣམས་ལ་སྒྲུལ།

༡༥༽ ཁྱོ་བས་འགོག་པ། དགག་བྱ་དེ་ཉིད་འགོག་བྱེད་ཁྱོ་བའི་ཐོལ་
གྱིས་འགོག་པར་བྱེད་པའི་ཀྱན།

དཔེར་ན།

དུ་ཡོན་དཀར་པོའི་བསྐྱུ་བྱིད་ལ་ཆགས་ཏེ།

རྒྱལ་ཁབ་དབྱལ་བཅོངས་པའི་སྤྱོད་ཆོས།

མང་ཆོགས་ཁྱོད་དུ་དག་སེལ་བྱས་ན་ཡང་།

རྒྱལ་ཆོང་བུ་ལ་ཡིད་ཆེས་སུ་ཡིས་བྱེད།

༡༦༽ བྱ་ངན་གྱིས་འགོག་པ། དགག་བྱ་དེ་ཉིད་སྒྲིང་རྩེ་བའམ་བྱ་ངན་
གྱི་ཐོལ་གྱིས་འགོག་པར་བྱེད་པའི་ཀྱན།

དཔེར་ན།

གཙུག་ལག་བསྐྱབ་པའི་སྟོབ་གྲ་མ་འགྲིམས་ཤིང་།

བྲིམས་ལྡན་འདུས་པའི་ཆོགས་གྲ་མ་ཞུགས་པར།

ར་ལུག་པག་གསུམ་འཆོ་ནས་རི་སྐང་ལ།

ལང་ཆོའི་རིན་ཐང་བའི་གཞོན་ཅུ་སྟོ།

༡༩༽ འགྲོད་པས་འགོག་པ། སྐྱབ་འོས་པའི་བྱ་བ་ཞིག་སྐྱབ་རྒྱ་བྱང་
བ་དགག་བྱར་བྱས་ནས་དེ་ཉིད་འགྲོད་པའི་ཐོལ་གྱིས་འགོག་པར་བྱེད་པའི་
རྒྱ།

དཔེར་ན།

སྒང་དག་འཛོམས་པའི་མཆོན་ཆ་མ་བསྐྱམས་ཤིང་།

བྲམས་བཅེ་ཆུང་མའི་འོ་འཇིན་མ་རེག་པར།

བདོས་བཅས་ཡལ་འདབ་ལྷ་པའི་ལག་བ་འདི།

འཁྲོག་པོའི་སྒྲོང་སྐམ་འབྲ་བར་གྱུར་འདི་པོངས།

༢༠༽ ཐེ་ཆོམ་གྱིས་འགོག་པ། དགག་བྱར་ཐེ་ཆོམ་པའི་གཞི་བཟུང་
སྟེ་དེ་ལ་རྒྱ་མཆན་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་ཅིག་ཤོས་དེ་འགོག་པར་བྱེད་པའི་
རྒྱ།

དཔེར་ན།

ཅི་འདི་སྒྱུན་སྒྱུག་གསེར་གྱི་རི་བོ་ལ།།

སྒྲ་ལྲས་འང་འཁྲིལ་མཛེས་པར་བསྐྱབས་པའམ།།

ཡང་ན་བཤེས་གཉེན་དམ་པའི་མཛེས་སྒྲ་སྟེ།།

ཟབ་རྒྱས་ལེགས་བཤད་སྒྲོག་ཕྱིར་གསེར་རི་མིན།།

༡༡ ་ སྒྱར་བས་འགོག་པ། འོན་དངོས་དང་པལ་བའི་དངོས་པོ་བརྗོད་
གཞི་གཉིས་སུ་སྒྲ་དོན་གང་རུང་གི་སྒྲོ་ནས་མཚུངས་པར་སྒྱར་ནས་དོན་
དངོས་དེ་ཉིད་འགོག་པར་བྱེད་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

དྲི་མེད་དག་པའི་ཁམས་ནས་ལེགས་བྱུང་ཅིང་།།

སྒྲིང་ན་ལུས་སེམས་གདུང་བ་སེལ་རུས་པའི།།

གསུང་རབ་བདུད་ཅིའི་དགའ་སྟོན་འདི་ཡོད་བཞིན།།

འཆི་མེད་བརྟུང་བ་འཚོལ་འདིས་ཅི་ཞིག་བྲ།།

༡༢ ་ དོན་གཞན་གྱིས་འགོག་པ། དགག་བྱ་དེ་ཉིད་རང་དང་སྒྲོགས་
མཚུངས་པའི་དོན་གཞན་གྱི་དངོས་པོ་ཞིག་འགོག་བྱེད་དུ་བཀོད་ནས་
འགོག་པར་བྱེད་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

ལྷ་རིག་མགྲིན་མཆོར་འབྱེལ་བའི་མཁས་དབང་དེས།

ད་དུང་སྣ་མང་དཔེ་དེབ་གཟིགས་འདི་ཅི།

འོན་ཀྱང་གཏིང་མཐའ་མི་མངོན་རྒྱ་མཆོ་ཡིས།

གཙང་ཆུ་འཐུང་བར་ངོམས་པ་མེད་ལ་སྟོས།

༡༣ ་ རྒྱས་འགོག་པ། དགག་བྱ་དེ་ཉིད་རྒྱ་མཆོན་གང་ཞིག་ལ་
བརྟེན་ནས་འགོག་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུ།

དཔེར་ན།

ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་མཆོག་དེས་བྱང་རྒྱུད་ཀྱི།

ས་ཡ་དྲུག་གི་མགོན་སྐྱབས་མཛད་པ་ལ།

བསྐྱབས་པའི་རོལ་མོ་འབྲོལ་བ་མི་འོས་ཏེ།

བྱེད་ནི་གངས་རིའི་ལྷ་སྐལ་ཡིན་པས་སོ།

བདུན་པ་དོན་གཞན་བཀོད་པ།

བསྐྱབ་བྱའི་དངོས་འགའ་སྟོན་བཀོད་ནས།

དེ་ཡི་སྐྱབ་བྱེད་རུས་པ་ཅན།

དངོས་པོ་གཞན་ཞིག་འགོད་པ་དེ།

དོན་གཞན་བཀོད་པའི་རྒྱུ་ཞེས་བྱ།

དབྱེན་བརྒྱད་ཀྱི་བདག་ཉིད་དོ།

༡༽ གུན་ཁྱབ་དོན་གཞན་བཞོད་པ། བསྐྱབ་བྱ་གང་ཞིག་སྡོན་དུ་
བཞོད་པ་དེ་ཉིད་སྐྱབ་བྱེད་ཁྱབ་ཆེ་བའི་དངོས་པོ་གཞན་ཞིག་བཞོད་པའི་
རྒྱུ།

དཔེར་ན།

མི་ཚོ་གས་འབྱམ་ལྡན་གྱི་རི་ར་ཉིའི་གྲོང་།

སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་ཞི་བོའི་དུར་ཁྲོད་གྱུར།

སྐྱེས་པའི་མཐའ་མ་མི་བརྟན་འཇིགས་པ་ནི།

འདུས་བྱས་མི་རྟག་སྐྱེ་མའི་རང་མཆང་ཉིད།

༢༽ ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་དོན་གཞན་བཞོད་པ། བསྐྱབ་བྱ་གང་ཞིག་སྡོན་
དུ་བཞོད་པ་དེ་ཉིད་སྐྱབ་བྱེད་ཁྱད་པར་བའི་དངོས་པོ་བྱེ་བྲག་པ་གཞན་ཞིག་
བཞོད་པའི་རྒྱུ།

དཔེར་ན།

རྣམ་དག་རྒྱལ་སྐས་སེམས་དཔས་འགོ་རྣམས་ཀྱི།

གདུང་སེལ་གཞན་པན་ལྟག་བསམ་ནམ་ཡང་གཡོ།

མ་ལ་ཡ་ཡི་རྒྱང་དང་འགོགས་པ་ཡི།

ཏ་རི་ལྡོན་པའི་དྲི་བཟང་ཕྱོགས་གུན་འཐིབ།

༣༽ སྐྱར་བའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ། སྒོན་དུ་བཀོད་པའི་བསྐྱབ་བྱ་
དེ་ཉིད་སྐྱབ་བྱེད་སྐྱ་དོན་གང་རུང་གི་སྒོ་ནས་དོན་གཉིས་ལ་སྐྱར་རུང་བ་ཞིག་
བཀོད་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

སྐྱ་མང་ཤེས་བྱའི་གནས་ལ་མཁས་པའི་མདུན།

སྒོ་གསལ་དོན་གཉིར་ཅན་རྣམས་ངང་གིས་འདུ།

པར་ཅན་གྱི་མདུན་སར་སྐྱང་ཅིའི་བྱ།

འཁོར་བ་འདི་ཀོ་དངོས་པོའི་ཆོས་ཉིད་ལགས།

༤༽ འགལ་བའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ། བྱེད་པ་པོ་དང་བྱ་བ་གཉིས་
མི་མ་ཐུན་པའམ་འགལ་བ་ཅན་ཞིག་བསྐྱབ་བྱར་བཀོད་ནས་སྐྱབ་བྱེད་རུས་
པ་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་གཞན་ཞིག་བཀོད་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

ལྷ་ཆེན་བདག་ལྷའི་སྒྲོན་གྱི་སྐྱགས་ན་ཡང་།

གཉིས་སྐྱེས་ཆོགས་རྣམས་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་རུས།

རྒྱལ་བཅས་སེམས་མེད་སྐྱང་ཅིའི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས།

ར་ཡིག་གཉིས་པ་དགའ་བ་སྐྱེད་ལ་ལྷོས།

༥༽ མི་འོས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ། བསྐྱབ་བྱ་མི་འོས་པ་ཞིག་

ནས་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱང་དེ་དང་མ་ཐུན་པའི་དངོས་པོ་གཞན་ཞིག་བཀོད་པའི་རྒྱུ།
དཔེར་ན།

པན་པའི་གཏམ་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱས་ན་ཡང་།།

སྙིང་ལ་དུག་གི་ཆེར་མ་གྱུར་འདི་ཅི།།

ཀྱེ་མ་ལེགས་ཉེས་རྣམ་དབྱེ་མི་བྱེད་པའི།།

སྒྲིངས་གན་སྐྱབ་པོའི་གཤེས་ཀ་འདི་རེ་སྒྲི།།

༥༽ འོས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ། གཞི་དེ་ལ་སྒྲིས་ནས་བསྐྱབ་བྱ་
འོས་པ་ཞིག་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱང་འོས་པ་ཞིག་བཀོད་པའི་རྒྱུ།
དཔེར་ན།

གཟུར་གནས་མཁས་པའི་བསྐྱབ་བྱའི་ལེགས་བཤད་གྱིས།།

སྙིང་ན་གནས་པའི་སྒྲོན་མཆང་འབྱེན་པར་བྱེད།།

བཟང་དུག་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་པའི་སྐྱབ་སྒྲོར་གྱིས།།

ཆ་གང་ནད་ཀྱི་ཟུག་དུ་འཛོམས་མིན་ནམ།།

༦༽ འོས་པ་དང་མི་འོས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ། བསྐྱབ་བྱ་འོས་
ཞིང་མི་འོས་པ་ཞིག་ལ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱང་དེ་དང་མ་ཐུན་པར་བཀོད་པའི་རྒྱུ།
དཔེར་ན།

བདེན་པའི་གཏམ་གྱིས་མཁས་དགྲའི་སྙིང་ཁམས་ན།།

དགའ་བ་སྐྱེད་ཀྱི་རྩོན་དང་གཡོ་སྐྱས་མིན།
ཨ་རུ་གསེར་མདོག་འབར་བས་འབྱུང་འབྱུགས་ནད།
སེལ་བ་རྩས་ཀྱི་ནག་པོ་བཙེགས་པས་མིན།

༡༥ མི་འོས་ཤིང་འོས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ། བསྐྱབ་བྱ་མི་འོས་
ཤིང་འོས་པ་ཞིག་བཀོད་ནས་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱང་དེ་དང་མཐུན་པའི་དོན་གཞན་
ཞིག་བཀོད་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།
རབ་བྱུང་བཙུན་མའི་ལྟོ་བ་འབྱར་ཆོག་ན།
ཨ་ཅེ་མངོས་མས་ཁྱོད་གྲུ་ཅིས་མི་འགྲིམས།
བསྟན་འཛིན་སྐྱེས་བྱ་མག་པར་ཕེབས་ཆོག་ན།
གྲ་རྒྱུང་དཀྱུས་མས་ཨ་རག་ལོས་འབྱུང་ལགས།

བརྒྱད་པ་ལྗོག་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན། སྐས་ཟེན་པའམ་ཤུགས་ལ་ནི།
དཔེ་དོན་མཚུངས་པར་བསྟན་ནས་བྲིས།
ལྗོག་ཆོས་གང་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས།
ཁྱད་པར་བྱེད་པ་ལྗོག་པའི་རྒྱན།
དབྱེ་བ་བཙུ་ཡི་བདག་ཉིད་དོ།

༡ ་ གཅིག་གི་ལྷོག་པ་ཅན། དཔེ་དོན་མཚུངས་ཆོས་དངོས་སུ་བཟོད་
ནས་མཚུངས་པར་སྒྱར་རྗེས་སྤྲར་འབྱེད་ཆོས་གཅིག་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་
དཔེ་དོན་སོ་སོར་འབྱེད་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

སྟན་འཛེབས་དབྱངས་ཀྱི་འབྱུར་ཁུག་སྒྲོག་པ་ཡིས།།

ཐོས་འཛིན་ན་བའི་དགའ་སྟོན་སྒྲུན་བྱེད་པའི།།

བཤེས་གཉེན་དམ་པའི་གསུང་དང་ཁུ་བྱུག་སྒྲུ།།

ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེའི་བཟོད་བྱ་ལྡན་པས་དབྱེ།།

༢ ་ གཉིས་ཀྱི་ལྷོག་པ་ཅན། དཔེ་དོན་མཚུངས་ཆོས་དངོས་སུ་སྒྱར་
ནས་མཚུངས་པ་བསྟན་རྗེས་སྤྲར་ཡང་འབྱེད་ཆོས་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ལ་
བརྟེན་ནས་དཔེ་དོན་སོ་སོར་འབྱེད་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

རབ་མཛེས་དཀར་གསལ་མིག་གི་དབྱིད་གྱུར་པའི།།

སྒྲིན་ལེགས་དགའ་མའི་ཞལ་དང་ལྷ་བ་གཉིས།།

མཚུངས་ཀྱང་ལྷ་གཞོན་སྐར་ཆོགས་དབུས་ན་རྒྱ།།

གང་བྱེད་འཛིག་རྟེན་མི་ཡུལ་མཛེས་པའི་རྒྱན།།

༣ ་ སྒྱར་བའི་ལྷོག་པ་ཅན། དཔེ་དོན་གཉིས་སྒྲའི་མཚུངས་ཆོས་

སྐྱར་ནས་སྐྱར་ཡང་ལྷོག་ཆོས་གང་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་སོ་སོར་འབྱེད་པའི་
རྒྱ།

དཔེར་ན།

པད་མ་ཅན་ལ་རྒྱན་དུ་འཁོར་བྱེད་ཅིང་།།

སྒྲང་ཅིའི་བྱ་ཡི་མིང་གིས་བསྟན་པ་ཡིས།།

ཉ་ཡི་ཏྲོག་ཅན་རྒྱུག་དང་མཚུངས་ཀྱང་།།

མཁའ་འགྲོའི་དབང་ལྷག་བཞོན་པས་རྣམ་པར་དབྱེ།།

༤༽ འགོག་པའི་ལྷོག་པ་ཅན། དཔེ་དོན་མཚུངས་ཆོས་དངོས་སུ་
སྐྱར་ནས་སྐྱར་ཡང་འགོག་བྱེད་གང་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་དཔེ་དོན་སོ་སོར་
ལྷོག་པའི་རྒྱ།

དཔེར་ན།

ལྷ་ན་སྐྱུག་ཅིང་སྣོམ་ན་དེ་བསྐྱུང་མངར།།

འཇམ་པའི་རེག་བྱའི་ཡོན་ཏན་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱང་།།

བཅེ་དུང་སེམས་ཀྱི་རིན་ཐང་མི་ལྡན་པས།།

ཅུ་སྐྱེས་གཞོན་རུས་བྱོད་ཇི་ལྟར་འགྲན།།

༥༽ གཏན་ཆིགས་ལྷོག་པ་ཅན། དཔེ་དོན་མཚུངས་ཆོས་དངོས་སུ་
སྐྱོར་ནས་སྐྱར་ཡང་རྒྱ་མཚན་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་དཔེ་དོན་སོ་སོར་ལྷོག་

པའི་རྒྱུ།

དཔེར་ན།

དུག་འགྱུར་སྟན་མོས་ན་བའི་བཅུད་ལེན་ཀྱང་།།

འདོད་པའི་གཏམ་གྱིས་དགའ་སྟོན་མི་འབྱེད་པས།།

མི་བྱེད་མཛེས་བས་བྱུག་པའི་སྟོན་ལེགས་ལས།།

སྟོ་མོན་ཡུལ་ནས་འཕྱར་བའི་ཁུ་བྱུག་དམན།།

༩༽ ཉེན་གྱི་ལྷོག་པ་ཅན། དཔེ་དོན་མཚུངས་པ་ཤུགས་ལ་བསྟན་
ནས་ཉེན་གྱི་སྟོན་ས་སོ་སོར་འབྱེད་པའི་རྒྱུ།

དཔེར་ན།

གངས་ཅན་མིག་གཅིག་ཐོན་མི་སྟོབ་དཔོན་དང་།།

ལྷ་ཡི་སྒྲ་མ་དང་སྟོང་ཕྱར་བྱ་གཉིས།།

བྱི་མ་འཆི་མེད་ལྷ་ཡི་ཡུལ་དུ་བསྐྱམས།།

གཅིག་ཤོས་བསིལ་ལྷན་ར་བའི་ཞིང་དུ་འཁྱུངས།།

༡༽ དཔེ་ཅན་ལྷག་པའི་ལྷོག་པ་ཅན། དཔེ་དོན་མཚུངས་ཆོས་ཤུགས་
ལ་བསྟན་ནས་དེ་གཉིས་ལས་དཔེ་ཅན་ལྷག་པའི་སྟོན་ས་སོ་སོར་འབྱེད་པའི་
རྒྱུ།

དཔེར་ན།

རི་བོང་ཅན་ལ་འཇུ་མ་པའི་མཆུ་སྒྲོལ་དང་།
མ་འབྲེས་རྣམ་པར་བཀྲ་བའི་སྤྱན་དར་ཁྲུ་ས་མེད།
སྤྱིང་གི་སྤྱུག་གུ་མ་བྲེད་འཇུ་མ་པའི་ཞལ།
མཛེས་པའི་བྲད་ལོར་དེ་དག་ཉིད་ཀྱི་རྒྱལ།

༡༽ མཆུངས་ཆོས་དང་འབྲེད་ཆོས་གཉིས་ཀ་དངོས་སུ་མཆུངས་
པའི་ལྷོག་པ་ཅན།
དཔེར་ན།
གང་གྲའི་ཆུ་དང་འབྲི་ཆུ་གཙང་པོ་གཉིས།
དྲངས་གཙང་ཡན་ལག་བརྒྱད་དང་ལྗན་པ་སྟེ།
ལམ་གསུམ་འབབ་པ་འཕགས་པའི་ཡུལ་དུ་རྒྱ།
འབྲི་ཆུ་གཙང་པོ་ཅི་ནའི་ཡུལ་དུ་འབབ།

༢༽ མཆུངས་ཆོས་ཤུགས་དང་དང་འབྲེད་ཆོས་དངོས་སུ་བསྟན་
པའི་ལྷོག་པ་ཅན་གྱི་རྒྱལ།
དཔེར་ན།
དི་ཟའི་ན་ཆུང་ཡིད་འཕྲོག་སྟ་མོ་དང་།
སྤྱིང་དཀར་སྟོད་ཀྱི་ཨ་ཅེ་འབྲུག་མོ་གཉིས།
སྤྱི་མ་ལོར་བཟང་རྒྱལ་པོའི་སྤྱིང་སྤྱུག་སྟེ།

གཅིག་ཤོས་སེང་ཆེན་ནོར་བུའི་ཇ་མ་ལགས།།

༡༠༽ རིགས་མཐུན་ལྷོག་པ་ཅན། དཔེ་དོན་བྱད་གཞི་རིགས་མཐུན་
པའི་སྒྲོན་ས་མཚུངས་ཀྱང་བྱད་ཆོས་སོ་སོར་ལྷོག་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

གང་མོའི་ཚུ་ཡིས་བཅིལ་བར་མི་རུས་ཤིང་།།

སྐམ་པོའི་བྱད་ཤིང་སྒྲོན་མ་མི་དགོས་པར།།

ཁོག་ནས་འབར་བའི་འདྲོད་རུས་མེ་ལྷེ་འདིས།།

སྒྲིངས་འཇགས་བསིལ་བའི་གོ་སྐབས་ཅིས་མི་གཞོམ།།

དགུ་པ་སྲིད་པ་ཅན་གྱི་དོན་རྒྱན།

རབ་ཏུ་གྲགས་པའི་རྒྱ་བརྒྱུག་ནས།།

གང་ཞིག་རྒྱ་གཞན་ཅུང་ཟད་དམ།།

གང་དུ་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད།།

སྒྲོན་པ་དེ་ནི་སྲིད་པ་ཅན།།

དབྱེ་བ་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་དོ།།

༡༡༽ བྱི་དུས་ལ་སྦྱར་བའི་སྲིད་པ་ཅན། འཇིག་རྟེན་གྲགས་ཆ་དེ་གྱི་རྒྱ་
བརྒྱུག་ནས་རྒྱ་གཞན་ཅུང་ཟད་ཅམ་བསྟན་ནས་འབྲས་བུ་བྱི་དུས་གྱི་ངོ་བོ་

ཅ་མ་སྟོན་པའི་རྒྱལ།

དཔེར་ན།

མ་བཀའ་ཐུན་པ་སྤྱད་པོས་ཡོངས་སུ་འགོ་བས།

མ་བཀའ་རྒྱ་སྐྱར་ཆོག་ས་རྣམས་མཁའ་ལ་གྲམ།

མ་བོས་བྱ་རོག་དག་རྣམས་འདུས་པ་ཡི།

ཐུན་གསུམ་མཆན་མོར་མི་ལམ་ཞིང་དུ་ཉུལ།

༡༽ རང་ལང་ཆོར་སྤྱར་བའི་སྲིད་པ་ཅན་གྱི་རྒྱལ། འཛིག་རྟེན་ན་
གྲགས་པའི་རྒྱ་བསྐྱོད་ནས་རྒྱ་གཞན་ཅུང་ཟད་ཅ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་
ནང་གི་ལང་ཆོའི་རང་བཞིན་བསྟན་པའི་རྒྱལ།

དཔེར་ན།

མ་བྱད་སྒྲ་ལོ་དུང་གི་ཁ་དོག་འཛིན།

མ་སྤྱད་སོ་ཡི་སྤང་བ་ངང་གིས་བྱད།

མ་བཀྱག་གཟུགས་པོ་དཔའ་བོའི་གཞུ་ལྟར་འགྲུག

མ་འབོད་བཞི་པའི་སྒྲ་མགོན་ཀན་པོ་ཆོ།

༢༽ དངོས་པོའི་རང་བཞིན་ངོ་བོ་ཅ་མ་སྟོན་པའི་སྲིད་པ་ཅན། འཛིག་
རྟེན་ན་གྲགས་མ་གྲགས་གཉིས་ཀྱི་རྒྱ་གཉིས་ཀ་བསྐྱོད་ནས་འབྲས་བུ་དངོས་
པོ་རང་གི་ངོ་བོ་ཅ་མ་བསྟན་པའི་རྒྱལ།

དཔེར་ན།

སྤྱི་བྱེད་མེད་པར་སྤྱིར་བཏི་སྤྱི་དབྱངས་སྒྲིག་

ཕན་ཐེམས་མེད་པར་ཆར་གྱི་རྒྱན་བཟང་འདྲོ།

གཤེགས་པ་མེད་པར་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་སུ་འཕྱར།

མ་དྲས་གནམ་གྱི་གོས་བཟང་ཚུ་ཁྱར་འདྲིན།

བཙུ་པ་བསྐྱས་བཟོད་ཀྱི་རྒྱན།

དངོས་པོ་གཞན་ཞིག་བཟོད་འདོད་ནས།

དེ་དང་མཚུངས་པའི་དངོས་པོ་གཞན།

བསྐྱས་པའི་ཚུལ་གྱི་བཟོད་པ་གང་།

དེ་ནི་བསྐྱས་བཟོད་རྒྱན་ཡིན་ནོ།

དབྱེ་བ་བཞི་ཡི་བདག་ཉིད་དོ།

༡༽ སྤྱིའི་བསྐྱས་བཟོད་ཀྱི་རྒྱན། བསྐྱས་བཟོད་ཀྱི་རྒྱན་དང་དོན་
གཅིག་གོ

དཔེར་ན།

ནང་དུ་མི་གཙང་ཐལ་བས་བརྒྱངས་པ་ཡི།

དབྱིབས་མཛེས་གོས་ཆེན་སེར་པོའི་རྩམ་ཁྱུག་ཅིག་

གསོལ་ཅོག་མཐོན་པོའི་སྟང་དུ་བཞགས་པ་དེ།

མཐོང་ཆེ་གད་མོ་མི་འཆོར་རང་དབང་ཅི།།

༡༽ བྱད་གཞི་ཐ་དད་ཅིང་བྱད་ཆོས་ཐ་དད་མིན་པའི་བསྐྱུས་བརྗོད།
བསྐྱུ་བྱ་དང་སྐྱད་བྱེད་ཀྱི་དཔེ་དོན་གཉིས་བྱད་ཆོས་སྐྱན་མོང་དུ་ཡོད་པའི་
བསྐྱུས་བརྗོད་ཀྱི་རྒྱུ།

དཔེར་ན།

པལ་བའི་ནོར་གྱིས་གཞལ་བ་མི་རྒྱས་པར།།

གང་ཞིག་འདོད་པ་ངང་གིས་འབྱུང་རྒྱས་པའི།།

ཤིན་ཏུ་རྙེད་དཀའ་བསམ་འཕེལ་ནོར་བྱ་འདི།།

ལན་གཅིག་ཐོབ་འདི་སྐལ་བ་མི་བཟང་ངམ།།

༢༽ བྱད་ཆོས་འགའ་ཞིག་ཐ་དད་ཅིང་འགའ་ཞིག་ཐ་དད་མིན་པའི་
བསྐྱུས་བརྗོད། བསྐྱུ་བྱའི་དོན་དང་སྐྱད་བྱེད་དཔེ་གཉིས་ཀྱི་བྱད་ཆོས་འགའ་
ཞིག་མཚུངས་ཤིང་འགའ་ཞིག་མི་མཚུངས་པའི་བསྐྱུས་བརྗོད་ཀྱི་རྒྱུ།

དཔེར་ན།

སྤྲི་བྱི་གཉིས་སྟོང་ལྗེད་དང་རིན་ཐང་མེད།།

ཆོན་ཅི་བཟ་བའི་སྤང་གོ་ལས་བྱུང་པའི།།

ཅང་མེད་ཨ་ཁུ་བསྐྱན་པའི་རྟ་སྟོ་འདི།།

རྒྱས་མེད་གཞན་མགོ་སྟོར་བའི་ལག་ཆ་ཡིན།།

༤༽ སྒྲོན་མེད་བསྐྱུས་བཟོད། སྐྱུད་བྱེད་དཔེའི་བྲུང་ཆོས་སྒྲར་མེད་
པ་ཅན་འགའ་ཞིག་བཀོད་པ་དེ་བཟོད་དོན་དངོས་དེས་སྐྱུད་པའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།

གཤུག་ཅན་ལག་འགྲོས་འབྱུང་པར་མ་བྱས་ཤིང་།།

རྩལ་བྱལ་འངས་པའི་རིག་བྱ་དང་ལྡན་ལ།།

དགུན་འབྲག་ལྷགས་པའི་རུམ་ལས་འབྱུངས་པ་ཡི།།

ཅན་དན་སྒྲོན་པའི་ཤིང་འདི་ཁོ་བོས་ཆེད།།

བཙུ་གཅིག་པ་ཕུལ་བྱང་གི་རྒྱན།

བཟོད་འདོད་དེ་ཉིད་འཇིག་རྟེན་གྱི།།

མཆོམས་ལས་བཀྲལ་བའི་ཁྱུང་ཤོད་གྱིས།།

ཟོད་པ་ཕུལ་བྱང་རྒྱན་ཡིན་ཏེ།།

བྲུང་པར་ཐེ་ཆོམ་ངས་པ་དང་།།

ངོ་མཆོར་ཕུལ་བྱང་བཅས་ཏེ་བཞི།།

༡༽ བྲུང་འཕགས་ཕུལ་བྱང་ཞ དཔེ་ཅན་གྱི་བྲུང་ཆོས་དེ་དཔེའི་བྲུང་
ཆོས་ལས་བཀྲལ་བའི་བྲུང་པར་འཕགས་པ་ལྟར་གྲགས་ཆོད་ལས་བཀྲལ་
ནས་ཁྱུང་བཤད་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

མོ་བརྒྱའི་ཡིད་དབང་འབྲུག་པའི་སྒྲངས་སྒྲབས་དང་།

མོ་བརྒྱ་སྒྲིང་རྒྱང་འབྲུགས་པའི་ལྗེས་འབྲུག་ཅན།

སྒྲིང་དཀར་སྟོང་གི་ཨ་ཅེ་འབྲུག་མོའི་འབྲུལ།

དཔལ་མོའི་སྐྱ་རྩལ་གྱིས་ཀྱང་མཆོན་རྒྱས་མིན།

༡༽ ཐེ་ཆོམ་ཕུལ་བྱང་། བརྗོད་གཞི་དེའི་བྱད་ཆོས་དངོས་སུ་རྟོགས་
ནའང་དེའི་ཆེ་བ་འདོན་པའི་ཕྱིར་ཐེ་ཆོམ་ཟ་བ་ལྟར་བརྗོད་ནས་ཁྱད་བཤའ་
པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

འཇམ་མཉེན་ཁ་ལྗེས་དཀར་མངོས་ལང་ཆོའི་དཔལ།

ཡོངས་སུ་སྒྲིན་བ་འཆི་མེད་བྱ་མོ་ཡང་།

བྲན་གྱི་ཡང་མཐར་བསྐྱར་བའི་བྱ་མོ་འདིས།

མི་ཟས་རགས་བ་སྟོང་མིན་འབྲང་མོ་ཉུག

༢༽ དེས་བ་ཕུལ་བྱང་། མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་རྒྱས་བ་ཞིག་ཞ་བསྟོང་
པར་འདོད་ནས་རྟོགས་ལ་བརྟེན་ནས་ད་གཞོད་དེས་བ་ལྟར་ཁྱད་བཤའ་པའི་
རྒྱན།

དཔེར་ན།

སྐྱེས་སྟོབས་ཤེས་རབ་འབར་བའི་འོད་འཕྲོས་ཤིང་།

སྐྱེས་སྤྱོད་ལོན་ཏན་སྒྲན་བཏུས་པ་ཡང་།
མཁས་ཁྱོད་རྒྱན་དུ་ཆོས་ར་འགྲིམས་པ་འདིས།
ད་དུང་གཅད་རྒྱའི་སྒྲོ་འདོགས་ཡོད་པར་ངེས།

༤༽ རོ་མཆར་ཕུལ་བྱང་། རོ་མི་མཉམ་པ་གཉིས་པན་ཚུན་བརྟེན་དང་
རྟེན་པར་གྱུར་པ་ལ་ཡ་མཆན་པ་ལྟར་བྱད་བཤད་པའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།
བགྲང་དུ་མེད་པའི་རྣམ་མང་ཁ་དོག་དང་།
གཞལ་དུ་མེད་པའི་གཟུགས་དབྱིབས་བཀོད་པ་ཀུན།
སྤ་ཚུང་མིག་གི་བྱ་ག་ཚུང་དུའི་ནང་།
ཞོང་བའི་ཚུལ་འདི་རོ་མཆར་མི་ཆེའམ།

བཙུ་གཉིས་པ་རབ་ཁྱོག་གི་རྒྱན།
སེམས་དང་ལྟན་མིན་ངེ་ལྟར་ཡང་།
བརྗོད་བྱའི་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་ལ།
རྣམ་པ་གཞན་ཞིག་སྒྲོ་བཏགས་ནས།
བརྗོད་པ་དེ་ནི་རབ་ཁྱོག་རྒྱན།
དབྱེ་བ་བྱུག་གི་བདག་ཉིད་ཡིན།

༡༽ སེམས་ལྷན་རབ་རྟོག་ སེམས་ལྷན་གྱི་བརྗོད་གཞི་དེ་ཉིད་གྱི་
གནས་ལུགས་དངོས་དེ་རྣམ་པར་གཞན་ཞིག་སྟོ་བཏགས་ནས་བརྗོད་པའི་
རྒྱུ།

དཔེར་ན།

ཐོག་བཅེགས་བརྒྱ་ལྷག་བཀལ་བའི་ཁང་བཟང་གང་།།

སེམས་མེད་གནས་བྱུ་འཕྱར་བས་གཏོར་བ་ན།།

ཁྱུང་ཁྱུང་བྱ་རྒྱུ་ལ་སོགས་འདབ་ཆགས་དག

ཨ་རིའི་དམག་ལ་འཛིགས་ནས་བྱོས་སམ་སྟམ།།

༢༽ སེམས་མེད་རབ་རྟོག་ སེམས་མེད་གྱི་བརྗོད་གཞི་དེ་ཉིད་གྱི་
གནས་ལུགས་དངོས་དེ་རྣམ་པར་གཞན་ཞིག་སྟོ་བཏགས་པའི་རྒྱུ།

དཔེར་ན།

མ་རུང་ཇག་པའི་དབྱང་ཆོགས་འདུས་པ་ལས།།

མི་བསད་ཁྲག་སྟོར་ལས་ལ་བཅོན་པ་ན།།

རང་བྱུང་འབྱུང་བ་སྟོ་ནས་དུ་བའི་སྟ།།

འབྲུག་གི་ཐོལ་དུ་གྲགས་པ་མ་ཡིན་ནམ།།

༣༽ ཉིང་འཛིན་རབ་རྟོག་བཞིན་སྟུ་ཅན། སེམས་མེད་རབ་རྟོག་ལ་
གསལ་བྱེད་གྱི་སྟུ་བཞིན་སྟུ་སྟུར་བའི་རྒྱུ།

དཔེར་ན།

མཚན་མོར་སློབ་སྒྲུབ་བྱ་བ་ས་ས་གཞིའི་བྱོན།
ཡོངས་སུ་བྱ་བ་བའི་ཚུལ་དེ་མཐོང་བ་ན།
མཁའ་ཡི་མཛེས་རྒྱན་རྒྱ་སྐར་སྒྲུབ་བའི་ཚོགས།
གནམ་མཐོངས་ཀྱན་གསལ་དབྱིངས་སུ་བཀྲམ་བ་བཞིན།

རབ་རྟོག་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱུ་སྒྲུབ་དང་རྟོགས་དང་ངེས་དང་འབྲས།
མིན་ནམ་ཞེས་སོགས་དུ་མ་ཡོད།

༡ ་ སྒྲུབ་སྤྱུ་ཅན།
དཔེར་ན།
མི་ཡུལ་འཛིག་རྟོན་རྒྱུ་པོ་འབྲུགས་ཆ་ལ།
ནམ་མཁའ་མིག་ཟུང་བཟང་ནས་ལྷ་བ་སྒྲུབ།

༢ ་ རྟོགས་སྤྱུ་ཅན།
དཔེར་ན།
ཡགོང་ས་ཆེན་པོའི་འཕྲིན་ལས་འདི་ལྟར་ན།
རྒྱལ་བ་གཉིས་པས་ཕྱག་དོག་བྱེད་ཀྱིས་རྟོགས།

༣ ་ ངེས་སྤྱུ་ཅན། བྲིས་དེབ་ཏུ་བཀོད་མི་འདུག

བརྩ་གསུམ་པ་རྒྱུ་རྒྱུ། བྱེད་པོ་ཤེས་བྱེད་དངོས་མེད་སོགས། རྒྱུ་
ཡི་བྱེད་པར་འགའ་ཞིག་ལ།

བརྟེན་ནས་དེ་མ་ཐུན་འབྲས་བྱ་དག །

གོ་བར་བྱེད་པ་རྒྱ་རྒྱ་ཡིན།

དབྱེན་བརྩ་བྱ་ཐམ་པ་ཡོད།

༡༽ སྐྱེད་བྱེད་འབྲུག་པའི་རྒྱ། སྐྱེད་བྱེད་དངོས་པོ་གང་ཞིག་ལས་
བསྐྱེད་བྱ་རང་དང་མ་ཐུན་པའི་འབྲས་བྱ་ཞིག་བྱང་བ་བསྟན་པའི་རྒྱ།
དཔེར་ན།

ལྷུང་ཆགས་སྤྱིད་པའི་གངས་རྒྱན་གྱི་ལ་ཤ །

ལང་ཚོའི་འཕེལ་ཁ་འབྱིབ་པའི་རྩལ་ཁུ་དག

དལ་གྱིས་འབབ་པའི་རྩམ་བཞིའི་རྩ་བོ་འདིས།

གཤུང་སེལ་བདུད་ཅིའི་དཔལ་སྟེར་ཅི་ཡང་འཛོ།

༢༽ ཉམས་བྱེད་སྐྱབ་པའི་རྒྱ། སྐྱེད་བྱེད་དངོས་པོ་དེས་བསྐྱེད་བྱ་
འབྲས་བྱ་དེ་ཉིད་གོ་ལྟོག་ནས་སྐྱེད་པའི་རྒྱ།
དཔེར་ན།

རྒྱད་པའི་ཉེས་སྐྱོབ་པན་པའི་སྐྱན་སྐྱོར་མཆོག །

སྟོད་མེད་སྟག་བསམ་གངས་རི་ལས་འཕོས་པའི།

ལེགས་བཤད་གཏམ་གྱིས་ཤེས་མེད་ཅེས་ཆུང་ཆོའི།
སེམས་ལ་གདུང་བ་ཅི་ཡང་འཕེལ་བར་བྱེད།

༣༽ རྣམ་འགྱུར་གྱི་རྒྱ། རྣམ་པར་འགྱུར་བའི་དངོས་པོ་ཞིག་འགྱུར་
བྱེད་གྱི་རྒྱས་རྣམ་པར་གཞན་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བ་བྱས་པ་སྟར་བསྟན་པའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།

མི་སྤྱད་ན་གཞོག་དྲི་མས་ཡོངས་འབྱུང་པའི།
གདོང་རིས་དེ་ཉིད་ཆུ་ཡིས་བཀྲས་བྱས་ཏེ།
དཀར་དམར་ཆོན་གྱི་མཛེས་ཆས་བྱུག་པ་ལས།
ཡིད་འོང་མིག་གི་བདུད་ཅིའི་དགའ་སྟོན་གྱུར།

༤༽ ཐོབ་བྱེད་གྱི་རྒྱ། ཐོབ་བྱེད་བྱ་བའི་བྱེད་པར་གྱི་རྒྱ་ཞིག་ལས་
འཐོབ་བྱ་གང་ཞིག་ཐོབ་པར་བསྟན་པའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།

གནམ་མཐོངས་དབྱིངས་ནས་རྒྱབ་ཕྱོགས་ལ་བསྐྱོད་དེ།
ཨ་རིའི་བཟང་ལས་ཀ་ལ་ཞུགས་པས།
ཉི་མའི་ཞུག་གི་སྤོང་བ་རིང་པོའི་ནང་།
བྱ་སྐྱེ་སྟོང་ཕྱག་གཙོད་པའི་དགེ་ཅུ་ཐོབ།

༥༽ ཕྱི་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ། ཤེས་བྱེད་དུས་ཀྱི་བྱེད་ཆོས་འགའ་ཞིག་
བཀོད་ནས་དེས་ཤེས་བྱ་དུས་ཀྱི་བྱེད་པར་ཞིག་གོ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱ།

དཔེར་ན།

ལྷོན་ཤིང་ལོ་འདབ་གང་ལྷགས་བསིལ་པོས་འབྱེད།

ཁ་བའི་གོས་ཀྱིས་རི་རྒྱང་ཡོངས་སུ་བསྐྱེམས།

ཉལ་འགོའི་བྱ་ལོ་འབྱགས་པས་བཙོན་དུ་བཅིངས།

དུས་ཀྱི་བྱ་མཆོམས་པལ་ཆར་མཆོན་ལོས་བྱེད།

༦༽ རང་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ། ཤེས་བྱེད་ལུས་ངག་གི་བྱེད་པར་འགའ་
ཞིག་བཀོད་པ་དེས་ཤེས་བྱ་རང་བསམ་སྒྲེའི་གནས་ཆད་གོ་བར་བྱེད་པའི་
རྒྱ།

དཔེར་ན།

ཉིན་མོ་ཉི་མའི་འོད་ཀྱི་མི་སེལ་ཞིང་།

མཆོན་མོར་སྒྲོག་དང་རྒྱ་བས་མི་གསལ་བས།

སྐྱེས་སྐྱེས་གོམས་པའི་བག་ཆགས་མེད་པ་ཡི།

སྒྲོ་གྲོས་སྐལ་བ་ངན་པའི་ཚུལ་དེ་དཔོག།

༧༽ སྒར་ནས་མེད་པའི་བྱེད་རྒྱ། སྒར་ནས་མེད་པ་ཞིག་ལ་རྒྱ་ཞིག་
བཏགས་ནས་དེ་ལས་འབྲས་བྱ་གང་ཞིག་བྱུང་བ་ལྟར་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ།

དཔེར་ན།

མགོ་ལ་གཡུ་དང་བྱི་རུའི་རྒྱན་ཆ་མེད།
ལུས་ལ་སྤྱག་དང་ཚྭ་རུའི་གོས་བབས་མེད།
རྒྱབ་ལ་པ་མའི་བྲིམ་མིང་མེད་པ་ལས།
མི་ཆེ་པ་བྲིམ་ལུས་པའི་བྱ་མོ་སྟོ།

༡༽ ཞིག་ནས་མེད་པའི་བྱེད་རྒྱ། སྒར་ཡོད་དངོས་པོ་ཞིག་ཞིག་ནས་
མེད་པ་དེར་རྒྱར་བཏགས་ནས་དེ་ལས་འབྲས་བྱ་གང་བྱུང་བ་བསྟན་པའི་
རྒྱ།

དཔེར་ན།
འབྲེད་དང་སྒྱ་ཡོན་ཆང་ཁང་ནང་དུ་སྟོད།
གཟན་དང་ཤམ་ཐབ་རྩལ་དོང་ནང་དུ་འཕངས།
དམ་ཆིག་སྒྲོམ་པ་འཆལ་མོའི་མངལ་ལ་སྟེལ།
ད་ནི་འདི་བྱི་གཉིས་མེད་སྤང་པོ་དངོས།

༢༽ བན་ཚུན་མེད་པའི་བྱེད་རྒྱ། བན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་མེད་པའི་
དངོས་མེད་ཀྱི་བཏགས་པ་བ་ཞིག་ལས་འབྲས་བྱ་གཞན་ཞིག་ཐོབ་པ་བསྟན་
པའི་རྒྱ།

དཔེར་ན།
ཆ་རྒྱབས་འབར་བའི་ཞིང་འདི་བསེལ་སྒྲོངས་མིན།

ཤ་སྐམ་ལུས་རིད་འདི་ཀོ་བོད་པ་མིན།
ཅ་ཅ་ལུར་བེད་འཁྱུགས་འདི་བོད་སྐད་མིན།
དེ་སྐད་ད་ནི་པ་ཡུལ་གངས་ལྗོངས་ཤིན།

༡༠༽ སྐངས་ནས་མེད་པའི་བྱེད་རྒྱ། སྐར་ཡོད་དངོས་པོ་ཞིག་སྐངས་
ནས་མེད་པར་རྒྱ་ཞེས་བཏགས་ནས་དེ་ལས་འབྲས་བུ་གཞན་ཞིག་ཐོབ་པ་
བསྟན་པའི་རྒྱ།

དཔེར་ན།

ཀླབ་སྒྲིང་ཞིང་ཁམས་འགྲིམས་པའི་ལག་བྱེད་དང་།

ན་ཚུང་བུ་མོའི་བསྐྱ་བྱིད་ཞགས་པའི་སྒྲེ།

རིང་དུ་སྐངས་ནས་གདན་སའི་གཞུང་ཆེན་ལ།

བཙོན་པས་རབ་འབྲམས་སྐྱ་བའི་ལག་བྱེད་སྐངས།

༡༡༽ རྒྱ་མེད་པ་ལས་འབྲས་བུ་མེད་པ་སྐྱེད་པའི་རྒྱ། དགག་ཆིག་
གཉིས་དང་འབྲེལ་བའི་བརྟག་པ་མཐའ་བཟུང་གི་རྒྱ་དངོས་མེད་ཅིག་ལས་
འབྲས་བུ་མེད་པ་ཞིག་སྐྱེད་པ་བསྟན་པའི་རྒྱ།

དཔེར་ན།

གསང་ཡུམ་བསྟན་པས་རྒྱལ་སྐས་སྒྲ་སྐྱལ་ནམས།

དམ་ཆིག་སྒྲོམ་པ་མ་བོར་པ་མིན་ན།

རིག་གྲོལ་འདུས་པ་རྒྱ་མཚོའི་གྲལ་མགོ་ལ།

ནམ་གསུམ་དུར་སྤྲིག་བསྐྱབས་ནས་བཞུགས་པར་ངེས།

༡༩ ་། རིང་འབྲས་རྒྱ། རྒྱ་དེས་ཆེད་དུ་གཉེར་བའི་འབྲས་བུ་དེ་མ་ཟད་
དེ་ལས་རིང་བའི་འབྲས་བུ་ཞིག་ཀྱང་སྤྲེད་པ་བསྟན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

ཨ་རི་དྲག་པོའི་དམག་གིས་སྤོང་ལ་ཉན།

དཔུང་ཚོགས་རྩ་ཕྱང་རི་བཞིན་གཏོར་བ་ན།

འཆེ་བ་ཚས་སུ་འདོད་པའི་ཕྱོགས་གཏོགས་ཀྱན།

སྒྲག་ནས་མཚན་མོ་གཉིད་ཀྱི་གོ་སྐབས་བརྒྱགས།

༡༩ ་། རྒྱ་འབྲས་ལྟན་ཅིག་ལ། རྒྱ་འབྲས་གཉིས་དུས་མཉམ་དུ་བྱལ་
བ་ལྟར་བསྟན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

ཟབ་རྒྱས་མདོ་སྒྲགས་གཞུང་ལུགས་བརྒྱ་ཐུག་གི།

དཀའ་གནད་ཐ་ཞིབ་རིགས་པས་དཔྱད་པའི་གསུངས།

ཐོས་པའི་མོད་ལ་གཟུ་གནས་མཁས་པ་ཀྱན།

ཡིད་སྟོང་གཤམ་པའི་འཇུ་མ་མདངས་ཅི་ཡང་སྟོན།

༡༤ ་ འབྲས་བུ་སྒྲ་བའི་རྒྱ། རྒྱ་ལས་འབྲས་བུ་སྒྲོན་དུ་བྱུང་བ་སྟར་
སྟན་ངག་མཁན་གྱིས་སྒྲོ་བཏགས་ནས་བསྟན་པའི་རྒྱ།

དཔེར་ན།

ལུང་རིགས་རྒྱབས་ཀྱི་ཅེད་འཛོ་རོལ་བ་ཡི།།

མཁས་པའི་མདུན་སར་གྲུས་བྱུག་ཕུལ་བའི་རྗེས།།

ཟབ་རྒྱས་ཆོས་ཚུལ་རྒྱ་ཆེར་གསུང་བ་ན།།

མི་བྱེད་དད་གསུམ་སྟོང་གི་རི་མོ་འཇུ་མ།།

༡༥ ་ མི་རིགས་པའི་རྒྱ། རྒྱ་དེ་ལས་འབྲས་བུ་སྒྲེ་བ་མི་རིགས་པ་
ཞིག་སྒྲེས་པ་བསྟན་པའི་རྒྱ།

དཔེར་ན།

གཞན་པན་བྱམས་དང་བཅེ་བའི་གཞིགས་པ་ཡངས།།

འཆེ་མེད་ཞི་བའི་འཕྲིན་ལས་བཟང་པོ་ཡིས།།

ཕྱོགས་མེད་འཇུ་སྒྲིང་ཕྱོགས་ཀྱན་བྱུང་བ་དེས།།

དམར་ཕྱོགས་དཔོན་རིགས་མང་པོའི་སྟོང་ལ་གཞེར།།

༡༦ ་ རིགས་པའི་རྒྱ། རྒྱ་དེ་ལས་རང་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་ཞིག་
སྒྲེས་རིགས་པ་བསྟན་པའི་རྒྱ།

དཔེར་ན།

སྒྲ་ཆད་སྒྲུབ་ཆིག་སྒྲེབ་སྒྲོར་རིགས་པ་སོགས།
གངས་ཅན་གཙུག་ལག་རིག་པའི་རྒྱ་མཆོ་ལ།
རིང་ནས་གྲུས་ཏྲག་སྒྲོར་བས་བཙོན་བྲུས་པས།
ཁུམ་མེད་སྒྲ་བའི་སྒྲོབས་པ་ཐོབ་འདི་སྒྲོ།

བརྩ་བཞི་པ་སྤྱི་མཐོང་གྲགས།
བསམ་དོན་སྤྱི་མཐོང་བརྗོད་པར།
ལུས་དང་ངག་གི་བརྒྱུ་ཐབས་ལས།
གོ་བར་ལུས་པ་སྤྱི་མཐོང་གྲགས།
དབྱེ་ན་ཟུར་དང་རྣམ་པ་གཉིས།

༡༽ ཟུར་གྱི་ཕྱ་མོ། གུན་སྒྲོང་སྒྲོན་དུ་བཏང་ནས་བརྗོད་དོན་དེ་ཉིད་
ལུས་ངག་གི་བརྒྱ་ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་གོ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།
ཡབ་མེས་བཅན་པོའི་ཚེས་དང་རིག་གཞུང་གུན།
གུང་ཁན་ཏང་གི་ཐུན་ནག་རྗེས་ལུས་ཞེས།
གཤེ་ཆེ་རང་རིགས་ན་གཞོན་མཁས་པ་འགས།
དཀར་གཙང་ཁ་བའི་རྫོག་པོ་སྤྱིང་ལ་སྦྱར།

༡༽ རྣམ་པ་སྤྲ་མོ། གྲུན་སྒྲོང་སྒྲོན་དུ་མ་བཏང་ཡང་སྒྲོ་བུར་བའི་ལུས་
ངག་གི་རྣམ་འགྱུར་ལས་ནང་གི་བསམ་དོན་དེ་ཉིད་གོ་བུས་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

དྲག་པོའི་གི་སྐྱས་ས་གཞི་འདར་བྱེད་ཅིང་།།

རྟོན་པོའི་མཆོན་ཆའི་སྒྲོག་འོད་འབྱུག་པའི་གསེབ།།

སྐྱེས་པ་པོ་ལུས་ལེན་པའི་པོ་གསར་འགའ།།

གཅིན་སྐྱག་གོས་ཐུང་ནང་དུ་ཤོར་ནས་གོག་

བཙོ་ལྔ་པ་ཆའི་རྒྱན། དོན་དེའི་སྒྲོན་མཆང་འགོབས་པའི་སྦྲང་།།

སྐྱབ་བྱེད་ཆོས་མཐུན་མངེས་པ་ཞིག་

བརྗོད་པའི་ཐོལ་གྱིས་སྐྱབ་པ་དེ།།

ཆ་ཡི་རྒྱན་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཡིན།།

དབྱེ་བ་བཞི་ཡི་བདག་ཉིད་དོ།།

༡༽ འོས་པའི་ཆ་རྒྱན། བསྐྱབ་བྱ་སྒྲོན་མཆང་འོས་པ་ཞིག་སྐྱབ་བྱེད་
ཀྱང་ཆོས་མཐུན་ཞིང་འོས་པ་ཞིག་བཀོད་ནས་སྒྲོན་མཆང་དེ་ཉིད་སྐྱབ་པའི་
རྒྱན།

དཔེར་ན།

སྒྲིབ་ཀྱི་གདོན་གྱིས་སེམས་རྒྱུད་འཕྲོག་པ་ལས།
ངེས་མེད་སྒྲིབ་གཞས་འདྲ་མིན་གཏོང་བ་དེ།
སྒྱུར་བ་རང་བཅན་ཐོབ་པའི་ཆོད་དཔོག་ནས།
སེམས་པ་དགའ་བས་སྒྲིབ་པའི་ཏྲགས་སུ་བཤད།

༡༽ མི་འོས་པའི་ཆ་རྒྱ། བསྐྱབ་བྱའི་སྒྲིབ་མཆང་མི་འོས་པ་ཞིག་
བཀོད་ནས་དེ་ཉིད་སྐྱབ་བྱེད་ཆོས་མཐུན་པ་ཞིག་བཟོད་པའི་ཐོལ་གྱིས་སྒྲིབ་
མཆང་དེ་ཉིད་འགོ་བས་པའི་རྒྱ།
དཔེར་ན།
དུ་ཡོན་དཀར་པོའི་ཆར་པ་འབབ་པའི་ཆེ།
རང་བཅན་དབྱ་ལག་ཤོར་ཡང་དགོད་པ་འདི།
འབྱུང་འབྱུགས་ཆ་བའི་ནད་གཞི་བྱ་པོ་ཞིག་
སྤྱིང་ལ་ཕོག་པའི་བྱ་དུ་ཡོན་ཞེས་བཟོད།

༢༽ བསྐྱོད་པའི་ཆ་ལས་སྤྲད་པ། བཟོད་གཞི་དེར་བསྐྱོད་ར་གཏོང་
བའི་ཐོལ་གྱིས་དོན་ལ་སྤྲད་པ་གོ་བུས་པའི་རྒྱ།
དཔེར་ན།
ཞལ་བས་བྱི་ཡིས་ཐོས་ཀྱང་འཇུ་མ་དཔུལ་དཔུལ།
མར་མེ་རླུང་གིས་བདས་ཀྱང་འཇུ་མ་དཔུལ་དཔུལ།

ཨེ་མ་རྒྱལ་སྤྲུལ་དམ་པའི་སྦྱོང་ཚུལ་འདིས།
དད་ལྡན་སྦྱོབ་མའི་ཡིད་དབང་མི་འཕྲོག་གམ།

༄༅ སྦྱང་པའི་ཆ་ལ་བསྟོད་པ། བསྟོད་ར་གཏོང་འདོད་པའི་བརྗོད་
གཞི་དེར་སྦྱང་པའི་ཐོལ་གྱིས་དོན་ལ་བསྟོད་པ་གོ་རུས་པའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།

དགའ་ལྡན་གསེར་ཁྲི་མིག་གི་ཐོལ་དུ་བཏང་།
འབྱོར་པའི་དངོས་འབྱུང་རྟོག་པའི་འོག་དུ་བཟུངས།
སྒྲིན་དུག་རྩ་རིའི་གསེབ་དུ་ཡིབ་པའི་བྲ།
ཏེ་ཏོར་སྦྱོར་དཔོན་བྱེད་ནི་ཨ་རེ་སྒྲུན།

བཙུ་དུག་པ་རིམ་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན།
དཔེ་ཅན་འགའ་ཞིག་གོ་རིམ་བཞིན།
སྦྱོན་དུ་བཀོད་ནས་དེ་དག་གི།
འཇལ་བྱེད་དཔེ་རྣམས་རིམ་བཞིན་བཀོད།
དེ་ནི་རིམ་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན།

དཔེར་ན།
མུ་མེད་སྤྱིད་པའི་འདམ་དུ་བྱིངས་པ་ཡི།

ལུས་ཅན་འདི་ཚོའི་ཆགས་སྒྲུང་སྒྲོངས་གསུམ་པོ།
འདབ་ཆགས་བྱ་དང་གདུག་པའི་སྒྲུལ་ནག་དང་།
རྒྱལ་ཀླན་པག་པའི་ངང་ཚུལ་འཕྲོག་པ་བཞིན།

བཙུ་བདུན་པ་དགའ་བའི་རྒྱན།
རྒྱ་རྒྱེན་འགའ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས།
ནང་སེམས་དགའ་བ་བྱད་པར་ཅན།
སྐྱེས་པ་བརྗོད་པའི་ཆོག་སྒྲོར་དེ།
དགའ་བའི་རྒྱན་གྱི་མཆན་ཉིད་ཡིན།
དངོས་ཐོབ་གཟུགས་བརྟན་ལས་བྱུང་གཉིས།

༡༥ དངོས་ཐོབ་ཀྱི་དགའ་བ། འདོད་པའི་ཡུལ་དེ་དངོས་སུ་མཐོང་
ཐོས་བྱུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ནང་སེམས་ལ་དགའ་བ་ཆེས་ཆེར་འཕེལ་བ་
བསྟན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

རྒྱལ་ཀུན་བཅེ་ཆེན་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་པའི་ཁམས།
གངས་ཅན་སྟ་གཅིག་ཕྱག་ན་བརྗོད་པའི་སྒྲེ།
མཆན་དཔེའི་དགྱེལ་འཁོར་དངོས་སུ་མཇུག་པ་ཡི།
དགའ་བ་འདི་འདྲ་ཕྱིན་ཆད་འབྱུང་བ་དགའ།

༡༽ གཟུགས་བརྟན་གྱི་དགའ་བ། འདོད་པའི་ཡུལ་དེའི་གཟུགས་
བརྟན་ཅམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡུལ་ཅན་སེམས་ལ་དགའ་བ་ཆེས་ཆེར་འཕེལ་བ་
བསྟན་པའི་རྒྱ།

དཔེར་ན།

ལེ་དབར་སྟོང་གི་ས་ཆོད་པའི་མཛའ་ན་མོ།

གང་ཁྱོད་དངོས་སུ་མཛའ་བའི་སྐབས་ཕྱ་ཡང་།

ཟླ་ཞལ་ལྷུང་ལ་མིག་ལྡན་འདྲ་པར་འདི།

ལག་ཏུ་འགྱུར་བས་དགའ་བ་ཅི་ཡང་བརྟན།

བཙེ་བརྒྱད་པ་ཉམས་ལྡན་གྱི་རྒྱ། རང་གི་བསམ་སྒྲུའི་འགྱུར་བ་ལ།

བརྟེན་ནས་ཕྱི་ཡི་ལུས་ངག་ཏུ།

ཐོན་པའི་ཉམས་དག་བསྟན་པའི་ངག་

དེ་ནི་ཉམས་ལྡན་རྒྱ་ཞེས་བྲ།

དབྱེ་བ་བརྒྱད་ཀྱི་བདག་ཉིད་དོ།

༡༽ སྐྱེག་པའི་ཉམས་ལྡན། ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་གང་ཞིག་དང་འབྲུང་
པའི་ཡུལ་ཅན་ནང་སེམས་སུ་དགའ་བ་ཆེས་ཆེར་འཕེལ་བའི་རྣམ་པ་དེ་ཉིད་
ཕྱིར་ལུས་ངག་ཏུ་ཐོན་པའི་ཉམས།

དཔེར་ན།

ཡུན་རིང་དཀའ་སྤྱད་འབད་པ་ལ་བརྟེན་ནས།
དགེ་ལྷན་གཙུག་ལག་རྒྱལ་ས་སྤྱོད་ཆེན་མོའི་སྐབས།
ཅེད་སྤྱད་རྒྱལ་ས་འབྲས་ཐོབ་པའི་གཏམ་གོ་བས།
དཀའ་བའི་སྤྱ་དང་རྐང་གོ་ལྷན་ཅིག་ཅེན།

༡༽ དག་ཤུལ་གྱི་ཉམས། ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་གང་ཞིག་ལ་བརྟེན་
ནས་ནང་སེམས་སུ་ཁྱོ་བ་ཆེས་ཆེར་འཕེལ་བའི་རྣམ་པ་བྱི་རོལ་དུ་ཐོན་པའི་
ཉམས།

དཔེར་ན།
དག་པོའི་མཆོན་གྱི་ཆར་པ་པབ་བྱས་ཏེ།
པ་ཡུལ་བཅན་སྒོགས་བྱེད་པའི་རྒྱ་གན་ཆོ།
ཆུ་སྐང་དཔའ་བོའི་ལག་ཏུ་ཚུད་པ་ན།
སྤྱིང་ཆུང་གི་བཅག་མི་བྱེད་བཞག་སྤིད་དམ།

༢༽ དཔའ་བའི་ཉམས། སྐྱབ་དཀའ་བ་ཞིག་ཆོགས་ཆུང་དུས་འབྲུབ་
པ་ལ་བརྟེན་ནས་ནང་སེམས་སུ་སྒྲོ་བ་དང་དེགས་པ་འཕེལ་བའི་རྣམ་པ་བྱི་
རོལ་དུ་ཐོན་པའི་ཉམས།

དཔེར་ན།
ཆོགས་དང་ཆོས་གྲའི་སྤྱིག་འཇུགས་མ་ཁུར་ཞིང་།

དགྲུན་ཆོས་ཆེན་པོའི་དམ་བཅའ་མ་བཞག་པར།
སློ་གསལ་མཁས་མང་ཆོགས་པའི་མདུན་ས་ནས།
ཅེད་ལྷུང་ལག་སྟེར་ཐོབ་འདི་ཅི་ཞིག་ཡིན།

༤༽ སྙིང་རྩེ་པའི་ཉམས། དུལ་ཉམ་ང་བ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་ནང་
སེམས་སུ་སྙིང་རྩེ་འཕེལ་བའི་རྣམ་པ་སྤྱི་རོལ་ལུས་ངག་ཏུ་ཐོན་པའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།

བསང་བརྒྱ་རྩུན་དང་གཡོ་སྤྱོད་ཁམ་པ་ཡི།
ཉེས་མེད་ལྷས་ར་ནང་གི་ལྷག་ཐུག་དེ།
རྒྱ་འབྲས་མེད་པའི་བཤའ་པ་ལག་དམར་དེས།
སྤྱི་གྲིས་སྙིང་ཁ་བཤགས་པ་འདི་རེ་སྟོ།

༥༽ མི་སྤྱུག་པའི་ཉམས། དུལ་ཞེན་མེར་བ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་ནང་
སེམས་སུ་སྤྱུགས་ཐོ་བའི་ཉམས་སམ་རྣམ་པ་ཞིག་སྤྱི་རོལ་ཏུ་ཐོན་པའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།

སློ་ནད་འབྲུག་པའི་བརྟག་ཁག་ཁ་ལུང་གསུམ།
མི་གཙང་གཅིག་ཏུ་འབྲེས་པའི་སྤྱུགས་སྟོད་ལས།
བསམ་མེད་གྲིས་བས་ཏུབ་གྲིས་བརྟུང་བ་འདི།
མཐོང་ཆེ་སྤྱུགས་མེར་མི་ལངས་རང་དབང་མེད།

༤༽ བཞད་གད་ཀྱི་ཉམས། བཞད་གད་སྒྲོང་བྱེད་ཀྱི་ཡུལ་གང་ཞིག་
ལ་བརྟེན་ནས་ནང་སེམས་སུ་དགོད་བྱོ་བའི་རྣམ་པ་ཕྱི་རོལ་ལུས་ངག་ཏུ་ཐོན་
པའི་ཉམས།

དཔེར་ན།

སྤྱིད་འབྱོར་མི་གཙང་དུག་སྐྱུལ་ཆང་འབྲ་ཞེས།

སྤྱིང་པོ་མེད་པར་སྟ་བའི་དགོ་བཤེས་ལགས།

ཨ་རིའི་རྒྱལ་ཁམས་འགྲིམས་པའི་ཕྱི་སར་དེ།

དམར་སེར་ཁུག་མའི་ནང་དུ་སྤྱིད་པར་མཛོད།

༥༽ མད་བྱང་གི་ཉམས། རྫོ་ཡུལ་ལས་འགོངས་པའི་ཡུལ་གང་ཞིག་
ལ་བརྟེན་ནས་ནང་སེམས་སུ་ཡ་མཆན་པའམ་ཏ་ལེགས་པའི་རྣམ་པ་དེ་ཉིད་
ཕྱི་རོལ་ལུས་ངག་ཏུ་ཐོན་པའི་ཉམས།

དཔེར་ན།

བསྐྱུ་མེད་ལས་ཀྱིས་དགྲ་གཤེད་བསྐྱོས་པ་ཡི།

ཤ་བྱི་ཤ་བ་གཉིས་ཀ་མི་ལའི་མདུན།

མ་དང་བྱ་བཞིན་མཉམ་དུ་ཉལ་བ་འདིས།

བྱི་ར་རས་པ་ཡ་མཆན་མི་སྤྱིད་དམ།

༦༽ འཛིགས་རུང་གི་ཉམས། འཛིགས་སུ་རུང་བའི་རྒྱུན་གང་ཞིག་ལ་

བརྟེན་ནས་ནང་སེམས་སྤྱད་ངངས་སྒྲག་ཆེས་ཆེར་འཕེལ་བའི་རྣམ་པ་དེ་ཉིད་
སྤྱིར་ལུས་ངག་ཏུ་ཐོན་པའི་ཉམས།

དཔེར་ན།

འཇིགས་རུང་མགོ་བོ་མེད་པའི་གདོན་འདྲེ་ཞེས།
ཡོད་པའི་གཞི་མེད་འཆལ་གཏམ་ཙམ་ཐོས་པས།
ན་གཞོན་སྤང་རྒྱ་ཆུང་བའི་གྲ་སྤྱག་ཆོའི།
གཅིན་དང་སྤྱག་པ་སྤང་གཡོག་ནང་དུ་ཤོར།

བརྟེན་གྱི་པ་གཟི་བརྗེད་ཅན་གྱི་རྒྱན།
རྫོང་བྱེད་ཆིག་བརྗེད་དེགས་པའི་ཉམས།
གཟེངས་སྤྱ་མཐོ་བ་སྟོན་པའི་ངག་
གཟི་བརྗེད་ཅན་གྱི་རྒྱན་ཏེ་གཅིག་
དཔེར་ན།

སྒྲིག་ཏུ་ངན་སྒྲས་གོམས་པའི་ཅོལ་ཆུང་ཆོ།
ཁོ་བོའི་མདུན་སར་ཞུམ་པ་མ་བྱེད་ཅིག་
ཆོ་མེད་སྤྱེ་བོ་པལ་པའི་རང་མཆང་ལ།
འཁོན་འཇིན་བྱེད་པ་ང་ཡི་རང་ལུགས་མིན།

ཉི་ཤུ་པ་རྣམ་གྲངས་བརྗོད་པའི་རྒྱན།

བརྗོད་དོན་དངོས་སུ་མ་བརྗོད་པར།
དེ་ཉིད་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར།
རྣམ་པ་གཞན་ཞིག་བརྗོད་པ་གང་།
དེ་ནི་རྣམ་གངས་བརྗོད་པའི་རྒྱུ།
དཔེར་ན།
མི་བྱེད་མཛའ་བས་འབྱུང་བའི་སྤྱིང་སྤྱུག་མ།
ཁྱེད་ཉིད་ནང་ལས་ཅིག་ཅིག་ལ་གཞོལ་ནས།
བཞུགས་པར་མཛོད་དང་ཁོ་བོ་ལས་ཁུངས་ལ།
རྒྱུན་ལྡན་ལས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་གྲ་ལ་འཇུག།

ཉེར་གཅིག་པ་ཀུན་པན་གྱི་རྒྱུ།
བྱ་བ་འགའ་ཞིག་ཚུམ་པ་ལ།
སྐལ་བ་ཡི་ནི་སྟོབས་ལས་ཀྱང་།
དེ་ཡི་སྐྱབ་བྱེད་ཕུན་ཆོགས་གང་།
ཀུན་པན་རྒྱུན་ཏེ་གཅིག་ཉིད་དོ།
དཔེར་ན།
སྟོབས་དང་འབྱོར་བའི་ཕུན་ཆོགས་ལ་སྤྱེད་ནས།
ཡུན་རིང་འབད་པས་བསྐྱབས་ཀྱང་མ་འབྱུབ་པར།
སྟོ་བྱར་ཁྲོམ་གྱི་སྤང་ལམ་རྒྱ་བའི་སྐབས།

གསེར་ཀྲམ་སྟོང་ཕྱག་སྒྲགས་པའི་ཁྱག་མ་ཉིད།

ཉེར་གཉིས་པ་རྒྱ་ཆེ་བའི་རྒྱན།
བརྗོད་དོན་དེ་ཉིད་བསམ་པ་དང་།
འབྱོར་པ་གང་རུང་གི་སྒྲོན་ས།
ཁྱད་པར་འཕགས་པ་བསྟན་པའི་ངག་
རྒྱ་ཆེ་རྒྱན་གྱི་ངོ་བོར་འདོད།
དབྱེ་ན་བསམ་དང་འབྱོར་པ་གཉིས།

༡༽ བསམ་པ་རྒྱ་ཆེ་བ། བསམ་སྒྲོའི་གནས་ཆད་གཞན་ལས་རྒྱ་ཆེ་
བ་བསྟན་པའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།
གངས་མེད་དཔུང་ཚོགས་སྒྲག་པོས་མཐར་བསྐྱོར་ཞིང་།
སྒྲ་ཚོགས་མཚོན་ཆའི་ཆར་པ་འབབ་ན་ཡང་།
དཔའ་སྒྲ་རིང་པོ་དལ་གྱི་འཐེན་པ་འདི།
སྒྲིང་དཀར་སྟོད་གྱི་དཔའ་ཐུལ་ལྷགས་སྟོལ་ཉིད།

༢༽ འབྱོར་པ་རྒྱ་ཆེ་བ། ཉོབས་དང་འབྱོར་པ་གཞན་ལས་རྒྱ་ཆེ་བ་
བསྟན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

ཀ་མ་རུ་པ་བཅེགས་པའི་ཁང་བཟང་ལ།

བ་སོའི་སྒོ་སྒྲེགས་དངུལ་འཆག་ཕྱད་པས་ཤིང་།

གསེར་གྱི་རྒྱ་ཕིབས་སེར་པོའི་འོད་སྤང་འཕྲོ།

མའེ་སོར་རྒྱལ་པོའི་སྟོབས་འབྱོར་ལྟ་དང་མཉམ།

ཉེར་གསུམ་བསྟོན་དོར་གྱི་རྒྱ།

བརྗོད་དོན་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་ལ།

བསྟོན་ནས་དོན་གཞན་ཅུང་ཟད་ཅ་མ།

བསྟན་པ་དེ་ནི་བསྟོན་དོར་རྒྱ།

ཆོས་དང་ཡུལ་དང་རང་བཞིན་གསུམ།

༡༽ ཆོས་ལ་བསྟོན་པ། བརྗོད་དོན་དངོས་པོ་དེའི་ཁྱད་ཆོས་དངོས་ལ་
བསྟོན་ནས་དོན་གཞན་ཅུང་ཟད་ཅ་མ་བསྟན་པའི་རྒྱ།

དཔེར་ན།

མཆོ་ལྡན་སྒྲེག་མོའི་མཉེན་ལྷུག་ཕྱག་སོར་ཅེར།

བཱེའི་རྒྱད་མངས་གཅིག་ཉིད་མ་ལགས་ཏེ།

སྟོང་ཕྱག་བརྒྱད་ཅུ་ཅ་བཞིའི་ཆོས་ཚུལ་ཀུན།

དུས་གཅིག་ཉིད་དུ་འཇིག་རྟེན་ཁྱོན་ཀུན་སྒྲིག་

༡༽ ཡུལ་ལ་བསྟོན་པ། བྱི་རོལ་ཡུལ་གྱི་གནས་ལུགས་དངོས་ལ་
བསྟོན་ནས་དེ་ལས་དོན་གཞན་རྩལ་ཟད་ཅམ་བསྟོན་པའི་རྒྱལ།

དཔེར་ན།

ཁ་ཆེ་པ་ལུའི་བསྐྱབ་བྱ་ཞེས་པ་འདི།

མཆོང་འབྲུ་ཆོག་རྩལ་གཏམ་གྱི་སྒྲོར་བ་ཡི།

སྒྲིང་དང་རྩ་བ་འཁོགས་པའི་མཆོན་ཆ་སྟེ།

གཞན་དུ་ལུགས་རྩལ་གསོ་བའི་སྒྲན་དུ་གྲགས།

༢༽ རང་ལ་བསྟོན་པ། བརྗོད་དོན་དངོས་པོ་དེའི་རང་བཞིན་དངོས་
ལ་བསྟོན་ནས་དོན་གཞན་རྩལ་ཟད་ཅམ་ཞིག་བསྟོན་པའི་རྒྱལ།

དཔེར་ན།

བྱ་འཛིན་ཞིང་གི་འཕགས་མཆོག་འཛིག་རྟེན་མགོན།

རང་བཞིན་སྒྲིང་རྗེའི་གཏེར་དུ་བྱབ་མིན་ཏེ།

གངས་མེད་བསྐྱལ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མ་རུ།

འབད་པ་བྲག་པོས་གོམས་པའི་མཐུ་ཅམ་ཟད།

ཉེར་བཞི་པ་སྐྱར་བའི་རྒྱལ།

སྒྲ་དོན་གང་རུང་གི་སྒྲོན་ས།

རྗོད་བྱེད་གཅིག་ཏུ་སྐྱར་བ་ལས།

བརྗོད་དོན་དུ་མ་གོ་རུས་པ།

དེ་ནི་སྐྱུར་བའི་རྒྱན་དུ་འདོད།
དབྱེ་བ་དགུ་ཡི་བདག་ཉིད་དོ།

༡༽ ཆིག་གི་བཅད་མཆམས་ཐ་དད་མིན་པའི་སྐྱོར་བ། ཆིག་སྐྱོར་
གཅིག་གི་ནང་སྐྱུར་གཞི་ཐ་དད་དུ་མ་སྐྱེ་དོན་གང་རུང་གི་སྐྱུར་ཆོས་ཐུན་
མོང་དུ་ཡོད་པ་རྣམས་ཆིག་གི་བཅད་མཆམས་ཐ་དད་མིན་པའི་ཐོག་ནས་
སྐྱོར་བའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

ལྷན་སྐྱུག་རལ་པའི་གཙུག་ན་ཟླ་བ་མངོས།
གང་འདུལ་ནི་དག་སྐྱུལ་པ་ཅི་ཡང་རོལ།
སྐྱབ་པ་པོ་ལ་འདོད་རྒྱའི་དངོས་གྲུབ་དག
སྐྱེལ་མཛད་ལྷ་ཁྱེད་གཙུག་ཏུ་བསྟེན་པ་མང་།

སྐྱུར་གཞི་ཐ་དད་པ་དབང་ལྷག་དང་དབྱངས་ཅན་མ། བདེ་མཆོག་
དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ་བཅས་ལ་གང་གི་སྐྱུར་ཆོས་རྣམས་བཅད་མཆམས་གཅིག་
གི་སྒྲོ་ནས་ཐུན་མོང་དུ་འཇུག་གོ།

༢༽ ཐ་དད་ཆིག་འབྲའི་སྐྱུར་བ། ཆིག་སྐྱོར་གཅིག་ཉིད་བཅད་
མཆམས་ཐ་དད་པའི་དབང་གིས་དོན་མི་འབྲ་བ་དུ་མ་ལ་སྐྱུར་བའི་ཆིག་སྐྱོར་
ཞིག་ལ་ཟེར།

དཔེར་ན། ཅ་བ་མ་ཐུན་པ།
རིང་ནས་དྲུང་བའི་བོལ་གྱིས་འབྱུང་བ་ཡི།
སྙིང་བཅེ་མ་འདི་བདག་གི་མ་མ་ལགས།
དེ་སྦྱང་ཉེས་བྲལ་བདེ་དགའ་གསར་བའི་རོ།
སྟོལ་བ་མཛད་པ་འདི་ནི་འོས་ཤིང་རིགས།

དགྱེས་སྒྲུ་དང་མ་ཐུན་པ།
སྐྱེ་བོ་ཀུན་ལ་མ་ཐུན་ཞིང་འཇུག་པ་མཁས།
རྒྱན་དུ་སྒྲ་ཆོགས་གཏམ་གྱིས་གཞན་ཡིད་འགྲུག
རིགས་མ་ཐུན་འགྲོ་ལ་འདོད་པའི་དགའ་སྟོན་ཏེ།
སྟོལ་བྱེད་འདི་ཀོ་མཛེས་མ་ལགས་སམ་ཅི།

༣༽ བྱ་བ་ཐ་དད་པའི་སྦྱོར་བ། རོ་བོ་ཐ་དད་པའི་སྦྱར་གཞི་གཉིས་
ཀྱི་བྱ་བ་ཐ་དད་མིན་པ་ཞིག་ལ་སྦྱ་དོན་ཅི་རིགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཐུན་མོང་དུ་སྦྱར་
བའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།
དཔལ་ལྷན་འཕྲོག་བྱེད་ཀུན་གྱི་རབ་དང་ཕུལ།
དགྱེས་ཞལ་འཇུ་མ་དཀར་གཡོ་བའི་མཆུ་སྒྲོས་ཅན།
སྒྲོ་གསལ་མཁས་པའི་གཏམ་དང་གར་མཁན་མའི།

སྟན་པའི་སྒྲུ་ཡིས་ཀུན་ཡིད་འཕྲོག་པར་བྱེད།།

༤༽ བྱ་བ་འགལ་མིན། སྒྲ་དོན་གང་རུང་གི་སྒྱར་ཆོས་ཐུན་མོང་དུ་
ཡོད་པའི་སྒྱར་གཞི་གཉིས་ཀྱི་བྱ་བ་ཐ་དད་ཀྱང་མི་འགལ་བར་བསྟན་པའི་
ཀྱིན།

དཔེར་ན།

འདིའི་དཔེར་བརྗོད་བཤུས་ཐུབ་མི་འདུག

༥༽ འགལ་བའི་ལས་ཅན་སྒྱར་བ། སྒྲ་དོན་གང་རུང་གི་སྒྱར་ཆོས་
ཐུན་མོང་དུ་ཡོད་པའི་སྒྱར་གཞི་དངོས་པོ་གཉིས་ཀྱི་བྱ་ལས་འགལ་བར་
བསྟན་པའི་ཀྱིན།

དཔེར་ན།

རབ་རྗོན་འབར་བའི་མཆོན་ཆ་ཕྱག་ན་བསྐྱམས།།

མི་སྒྱན་གྲོལ་ངན་བྱེ་བའི་འཛོམས་པའི་དབུས།།

ཁྱུ་མཆོག་དཔའ་བོ་ཁོང་ཁྱོ་འཕེལ་བྱེད་ཅིང་།།

བརྟན་པའི་འཁོར་ལོས་ཉེས་ཆོགས་ཡོངས་སུ་སྦྱངས།།

༦༽ དེས་པ་ཅན་གྱི་སྒྱར་བ། སྒྱར་ཆོས་དེ་དག་འཇུག་ཡུལ་དུ་མ་
ཡོད་པ་ལས་ཡུལ་གཞན་རྣམས་བཀག་སྟེ་གཅིག་ལོས་ཁོ་ནར་དེས་པར་
འཇུག་པའི་སྒྱར་ཀྱིན།

བཅན་པོའི་བྲིམས་སྟོལ་འདི་ཀོ་རྒྱལ་ཁབ་དོན།།

ཡིན་གྱི་རང་སྐྱེར་ཁེ་པན་ཆེད་དུ་མིན།
མི་བཟད་མནར་གཅོད་དཔག་པོ་སྤྲིག་སྦྱོང་ཆེད།
ཡིན་གྱི་འཁོན་འཇིགས་མ་ཡིན་སྦྱོང་བཅན་རྗེ།

༥༽ དེས་པར་འགོག་པའི་སྦྱར་བ། སྦྱར་ཆོས་ཐུན་མོང་བ་ཞིག་
སྦྱར་གཞི་གཅིག་ཏུ་དེས་པ་སྦྱར་བརྗོད་ནས་སྦྱར་དེར་མ་དེས་པར་སྦྱར་གཞི་
གཞན་ལ་དེ་ཉིད་སྦྱོར་དུ་ཡོད་པར་བསྟན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

ཡིད་འཕྲོག་དཔལ་དང་ལྡན་པའི་མཆོ་བྱང་ནི།
གཙུག་ཏུ་བསྟེན་པ་དཔལ་གྱི་མགྱིན་པ་ཅན་ཅམ།
འོན་ཀྱང་མ་དེས་གངས་ཅན་མཁས་པའི་གཙོ།
འཇམ་མགོན་ལྷ་མ་ཡིས་ཀྱང་གཙུག་ན་བཀུར།

༦༽ འགལ་མེད་སྦྱར་བ། དོན་གྱི་སྦྱར་གཞི་གཅིག་ལ་དཔེའི་སྦྱར་
གཞི་སྦྱར་ཆོས་དུ་མ་མི་འགལ་བའི་སྒྲོན་ས་སྦྱར་བའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

འགྲོ་བའི་ཉོག་གྱུར་མི་མཐུན་ཕྱོགས་རྣམས་འཇོམས།
འཇིག་རྟེན་འབྲེན་བྱེད་ཐུན་ཆོགས་རྣམ་པར་གསལ།

གསུང་གི་དབང་ཕྱག་བདུད་ཅི་འཛོལ་བའི་གཏེར།
འཛིན་ཏེན་མགོན་དེའི་གཟི་བརླིང་སྒྲ་ན་འབར།

༩༽ འགལ་བ་ཅན་གྱི་སྦྱར་བ། སྦྱར་ཆོས་གང་ཞིག་བཀོད་པ་དེ་དག་
དོན་གྱི་སྦྱར་གཞི་ལ་མི་འགལ་ཡང་དཔེའི་སྦྱར་གཞི་ལ་འགལ་བའི་སྦྱར་
ཐུན།

དཔེར་ན།

གཟི་བརླིང་ལྡན་ཡང་ཉིན་མོ་བྱེད་པ་མིན།

གཞན་པན་བསེལ་བ་འཛོལ་ལང་སྒྲ་བ་མིན།

སྦྱུལ་བའི་དྲི་བསྐྱུང་མངར་ཡང་ལག་འགྲོ་དཔེན།

ཀུན་ཡིད་འཕྲོག་ཀྱང་ལང་ཆོ་ཡོལ་བ་གང་།

ཉེར་ལྡ་པ་བྱུང་པར་གྱི་ཐུན། བརྗོད་བྱའི་དངོས་དེར་རྒྱ་རྒྱུན་སོགས།

བྱུང་ཆོས་འགའ་ཞིག་མ་ཆང་ཡང་།

བྱུང་པར་ཆང་བ་ལས་ལྷག་པ།

བསྟན་པས་བྱུང་པར་བརྗོད་པའི་ཐུན།

དབྱེ་ན་ལྡ་ཡི་བདག་ཉིད་དོ།

༡༽ ཡོན་ཏན་མ་ཆང་བའི་བྱུང་པར་བརྗོད་པ། བརྗོད་གཞི་དེའི་ཡོན་

ཏན་གྱི་བྱད་པར་འགའ་ཞིག་མ་ཆང་ནའང་འབྲས་བུ་དེ་དག་ཆང་བ་འདྲ་བ་
ཞིག་བྱང་བ་བསྟན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

ལྷ་ཅེ་སོ་ལ་བརྟེན་པའི་ཆོག་ཚོད་འདི།

རྩ་བ་པ་མ་ཡིན་ནོ་བའང་མ་ལགས་ཏེ།

པ་རོལ་དམར་ཆུང་སྟེང་གི་ཁང་བཟང་ནི།

དུམ་བུར་གཏུབ་བྱེད་མཆོན་ཆ་དངོས་ལས་བྱ།

༡༽ རིགས་མ་ཆང་བའི་བྱད་པར་བརྗོད་པ། རིགས་གྱི་བྱད་པར་
འགའ་ཞིག་མ་ཆང་ཡང་འབྲས་བུ་དེ་དག་ཆང་བ་དང་འདྲ་བ་བསྟན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

སྐྱེད་ག་མཐོན་པོའི་རིགས་སུ་མ་སྐྱེས་ཤིང་།

སླ་ཆེན་སྐྱུ་ལ་སྐྱེའི་སྐྱེས་སྤང་མ་འཆང་བར།

དགོ་ཆོས་སྟོན་པས་བཟེ་གཏམ་སྟོག་བཞིན་དུ།

གངས་ཅན་རང་དབང་གཙང་མའི་དཔང་རྟགས་སྤྲིང་།

༢༽ བྱ་བ་མ་ཆང་བའི་བྱད་པར་བརྗོད་པ། བྱ་བའི་བྱད་པར་འགའ་
ཞིག་མ་ཆང་ཡང་འབྲས་བུ་དེ་དག་ཆང་བ་དང་འདྲ་བ་བསྟན་པའི་བསྟན་པའི་

རྒྱན།

དཔེར་ན།

གངས་མེད་བསྐྱལ་པར་ཚོགས་གཉིས་མ་བསགས་ཞིང་།
དགེ་ཚུལ་སྒྲོང་གི་བསྐྱབ་སྒྲོམ་མ་བཞེས་པར།
བཞད་པའི་དོ་རྩེ་གསང་སྒྲགས་ལ་ཞུགས་ཏེ།
ཟུང་འཇུག་གྲུབ་པའི་གོ་འཕངས་མངོན་དུ་བྱས།

༤༽ རྩམ་མ་ཚང་བའི་བྱད་པར་བཟོད་པ། རྩམ་གྱི་བྱད་པར་འགའ་
ཞིག་མ་ཚང་ཡང་འབྲས་བུ་དེ་དག་ཚང་བ་དང་འདྲ་བ་བསྟན་པའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།
ཞི་དུལ་སྐྱུ་ལ་སྤྲ་བའི་གོ་འཁྲབ་དང་།
འཇམ་མཉེན་ཕྱག་རུ་མཚོན་ཆ་མི་ལྟན་པར།
ཉོར་སོག་གཏུམ་པོའི་ལག་ནས་ཚོལ་ཁ་གསུམ།
འགོ་མགོན་འཕགས་པའི་ཞི་བདེའི་དཔལ་ལ་སྒྲོལ།

༥༽ རྒྱུ་མ་ཚང་བའི་བྱད་པར་བཟོད་པ། རྒྱུ་ཡི་བྱད་པར་འགའ་ཞིག་
མ་ཚང་ཡང་འབྲས་བུ་དེ་དག་ཚང་བ་དང་འདྲ་བ་བསྟན་པའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།
དཀར་འཇམ་ལུས་ཀྱི་རིག་པ་མི་ལྟན་ཞིང་།
ལྷེམ་ཞིང་འབྲུགས་པའི་རྒྱུ་རྩལ་མེད་ནའང་།
སྟོད་མེད་བཙེ་བ་ལྟན་པའི་སྙིང་སྤྱག་འདིས།

ནམ་ཡང་མི་སྲེད་མཛའ་བའི་དཔལ་ལ་སྒྲུབ།

ཉེར་དྲུག་པ་མཚུངས་སྒྲུབ་གྱི་རྒྱན།

བརྗོད་འདོད་དངོས་དེའི་དཔེ་དང་དོན།

མིང་ངམ་རྣམ་གངས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས།

བསྟོད་སྦྲད་གང་ཞིག་མཚུངས་སྒྲུབ་བ།

དེ་ནི་མཚུངས་སྒྲུབ་རྒྱན་དུ་འདོད།

བསྟོད་དང་སྦྲད་པའི་མཚུངས་སྒྲུབ་གཉིས།

༡༽ བསྟོད་པའི་དཔེ་དོན་མཚུངས་སྒྲུབ། དཔེ་དོན་གཉིས་མིང་ངམ་
རྣམ་གངས་གང་རུང་གི་སྒྲོ་ནས་བསྟོད་འོས་སུ་མཚུངས་པར་སྒྲུབ་བའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།

རྒྱ་སྐར་ཕྱེང་བ་འཛིན་པའི་ཟླ་གཞོན་དང་།

ཅུ་གཉེར་ཤིས་པར་སྐྱབ་པའི་འཁོར་ལོའི་ལག།

སྟོབས་བརྒྱ་དཔལ་མངའ་རྣམ་འདྲེན་ཟས་གཙང་སྤས།

འདི་ཀོ་ར་རྒྱའི་སྙན་པ་གཅིག་དུ་འཛིན།

༢༽ སྦྲད་པའི་མཚུངས་སྒྲུབ། མིང་དོན་ཅི་རིགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དཔེ་
དོན་པན་ཚུན་སྦྲད་པའི་སྒྲོ་ནས་མཚུངས་པར་སྒྲུབ་བའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།

རུས་གོག་ཟས་སུ་རྫོམ་པའི་བྲི་ཀན་དང་།

རྩ་སྟོག་དག་ཞིང་སྒྲང་བའི་ཕག་པ་གཉིས།
རང་སྒྲང་དག་པའི་མགོ་སྟོང་སྟེན་པ་གསུམ།
གཏི་ཐུག་ཐུན་པའི་འཕྲང་ལམ་མཉམ་དུ་འབྲིམས།

ཉེར་བདུན་པ་འགལ་བའི་རྒྱན།
འགལ་ཟླ་སྐྱབ་བྱེད་སྦྲད་དུ་ནི།
འགལ་བའི་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་འགལ།
ཕན་ཚུན་མཉམ་དུ་འགྲོགས་བྱེད་པ།
དེ་ནི་འགལ་བའི་རྒྱན་ཡིན་ནོ།
དབྱེན་དུག་གི་བདག་ཉིད་དོ།

༡༽ གཞི་ཐ་དད་པའི་བྱ་བ་འགལ་བ། བྱེད་གཞི་ཐ་དད་པ་གཉིས་ཀྱི་
བྱ་བ་འགལ་བ་ཅན་གཉིས་མཉམ་དུ་འགྲོགས་པར་བསྟན་པའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།
ཅེ་གཅིག་ཆོས་ལ་བརྩོན་པའི་ཆོས་པ་ཆོས།
གནམ་ལོ་གསར་པའི་ཉིན་མོར་མི་རྟག་པ།
བྲན་བཞིན་སྐྱོ་བ་འཕེལ་ཞིང་ཕལ་བ་དག
རྟེན་འབྲེལ་མཛད་སྒྲོར་འབྲིམས་ནས་དགའ་སྟོན་བྱེད།

༡༽ གཞི་གཅིག་གི་བྱེད་པ་འགལ་བ་ཅན། བྱེད་གཞི་གཅིག་གི་སྟེང་
དུ་འགལ་བ་ཅན་གྱི་བྱེད་པ་གཉིས་མཉམ་དུ་འགྲོགས་པར་བསྟན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

རྩི་བྲལ་མཁའ་དབྱིངས་མངོས་པའི་ལྷ་གཞིན་གྱིས།

དཀར་གཙང་ཀུན་ཏའི་འདབ་མ་གྲོལ་བྱེད་ཅིང་།

སྐྱེད་ཆེན་ཤིས་པར་སྐྱབ་པའི་ཚུ་སྐྱེས་སྤེང་།

ཡིད་འོང་འདབ་མའི་ཕོན་པོ་འཇུ་མ་པར་བྱེད།

༢༽ གཞི་གཅིག་གི་ཆོས་དུ་མ་འགལ་བ། བྱེད་གཞི་གཅིག་གི་སྟེང་
དུ་འགལ་བ་ཅན་གྱི་བྱེད་ཆོས་དུ་མ་མཉམ་དུ་འགྲོགས་པར་བསྟན་པའི་རྒྱན།

ཞལ་རས་ནག་ཀྱང་མགོ་སྐྱེས་སྐྱ་ལོ་དཀར།

ལང་ཆོ་འགྲུག་ཀྱང་སེམས་རྒྱད་མདའ་ལྟར་བྱང་།

འཛིག་ཏེན་སྤིང་བ་ཀན་པོ་འདི་གོ་ལ།

ལུས་སྟོབས་མེད་ཀྱང་ཉམས་སྤོང་འབྲུམ་གྱིས་སྤྲུག

༣༽ རྩས་འགལ་བ། བརྗོད་འདོད་དངོས་དེའི་བྱེད་གཞི་དང་འགལ་
བའི་རྩས་ཀྱི་བྱེད་ཆོས་དེ་དང་མཉམ་དུ་འགྲོགས་པར་བསྟན་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

ལྷ་བའི་བཞིན་རས་བྱང་བའི་སྐྱ་ལོ་འབྱང་།

བྱ་བུའི་མཆུ་སྐྱོས་སྤྲི་ག་ཆེ་མས་འཕྲེང་འཛིན།

མཐོ་རིངས་སྐར་ཆེན་གསལ་བའི་འདྲེན་བྱེད་ཅན།།
སྐྱེ་བའི་སྤྱིང་ལ་བརྒྱག་པའི་བསྐྱེད་ཁྲིད་མ།།

༥༽ གཞི་གཅིག་གི་ལས་འགལ་བ། གཞི་གཅིག་གི་སྤྱིང་དུ་བྱས་མ་
བྱས་ཀྱི་ལས་འགལ་བ་ཅན་འགའ་ཞིག་མཉམ་དུ་འགྲོགས་པའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།

ལྷན་སྐྱེས་ནགས་སྐྱང་བསྐྱེད་པའི་མེ་ལྷེ་དང་།།
རྟ་ལྷང་འོད་རྣོན་འབར་བས་རེག་མིན་པར།།
བདོས་བཅས་ཟག་པའི་ཡུང་པོ་རགས་པ་འདིར།།
རྩལ་ནག་ཐིགས་པའི་ལུ་གུ་རྒྱ་མར་འདྲོ།།

༦༽ སྐྱར་བའི་འགལ་བ། སྐྱ་དོན་གང་རུང་གི་སྒོ་ནས་སྐྱར་ཆོས་
འགལ་བ་ཅན་འགའ་ཞིག་སྐྱར་གཞི་གཉིས་ལ་སྐྱར་རུང་བའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།

རྒྱང་རིང་ལམ་ནས་ངལ་བ་ཁྱད་བསད་དེ།།
འདོད་རྒྱའི་སྤྱིང་དུ་ཡུན་རིང་བསྐྱེད་བྱས་ཤིང་།།
སྐྱར་ཡང་ཅང་མེད་འ་རུ་འདྲའི་བརྒྱལ་ཁྲུགས།།
བཟུང་ནས་རྒྱ་ཁམས་རྣམས་སུ་བྲི་བཞིན་ཉུལ།།

ཉེར་བརྒྱད་པ་སྐབས་མིན་བསྟོད་པའི་རྒྱན།
རང་ལས་དམན་པའི་ཡུལ་ཞིག་ལ།
རྒྱུན་གྱི་དབང་གིས་བསྟོད་འདོད་པ།
སྐབས་མིན་བསྟོད་པའི་རྒྱན་ཏེ་གཅིག

དཔེར་ན།
བཅན་འཇུ་ལ་དམར་པོའི་དབྱང་གིས་རྩང་རྟེན་འོག
ཁྲག་དང་མཆི་མས་མི་ཆེ་སྐྱེལ་བ་ལས།
རྒྱས་མེད་སྟོ་མཐའི་ཆ་བ་འབར་བའི་ནང་།
གཏང་སོ་མེད་པའི་བྲི་ཞིག་ཡིན་ན་སྐྱིད།

ཉེར་དགུ་ཟོལ་བསྟོད་གྱི་རྒྱན།
རྫོང་ཚུལ་སྐྱོན་ལྟར་སྤང་ན་ཡང་།
དོན་ལ་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་ཉིད།
ཉེ་བར་སྟོན་པ་ཟོལ་བསྟོད་ཡིན།
མཐུ་དཔའ་སྟོབས་གྱི་ཟོལ་བསྟོད་གསུམ།

༡༽ མཐུ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ། བརྫོང་གཞི་དེར་སྤང་པའི་ཟོལ་གྱིས་
དོན་ལ་མཐུ་བྱུང་པར་ཅན་དང་ལྡན་པ་གོ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱན།

དཔེར་ན།

རྩ་ལོ་ཆེན་པོས་ལྟ་སྟངས་ཅམ་གྱིས་གྲང་།།

གྲོལ་བའི་བྱ་ཆོག་གས་བྱ་སྟོ་བཞིན་བསྐྱེད་ནས་ན།།

སྟོན་ལམ་དཔལ་བས་གཏོར་ཆེན་གསུམ་འཕངས་ནས་།།

ཞིང་བཙུའི་གཡུ་ལ་ངོ་འཛོམས་ལ་ངོ་མཆར་ཅི།།

༡ ་ དཔལ་བ་ཕུན་ཆོག་གས། བརྗོད་འདོད་ཀྱི་དངོས་པོ་དེར་སྦྲད་པའི་
ཐོལ་གྱིས་དེའི་ཁྱམ་པ་མེད་པར་དཔལ་བོའི་ཡོན་ཏན་དོན་གྱི་གོ་ཐུབ་པའི་
རྒྱལ།

དཔེར་ན།

མཐའ་བཞིའི་རྒྱལ་ཕྱན་ཞི་དག་དབྱང་ལྷགས་གྱིས་།།

དབང་བསྐྱར་བྱིམས་བཅད་དོག་པས་མནར་བ་དག

ལྟ་ཆོས་དགོ་བཙུ་སྟེལ་བའི་སྟོང་རྗེའི་གཏེར།།

མི་དབང་སྟོང་བཅན་བྱེད་གྱིས་རིགས་སམ་ཅི།།

༢ ་ ལྟོབས་ཕུན་ཆོག་གས། བརྗོད་འདོད་ཀྱི་དངོས་པོ་དེར་སྦྲད་པའི་
ཐོལ་གྱིས་དོན་ལ་ལྟོབས་འབྱོར་སྟོན་ས་བསྐྱེད་པ་ལྟར་གོ་བྱས་པའི་རྒྱལ།

དཔེར་ན།

གཙུག་ན་ལྷ་བས་མཛེས་པ་གང་བྱེད་ལ།།

གཉིས་སྐྱེས་དག་གི་ཉེ་བར་བསྟན་གྱུར་མོད།
ཅི་སྐད་བྱེད་ཞལ་ཚུལ་བཞིན་བསྟན་ནོ་ཞེས།
ཆེ་སྒྲོལ་ཁེངས་པ་འཛིན་འདིས་ཅི་ཞིག་ལགས།

སུམ་ཅུ་པ་ངེས་བསྟན་གྱི་རྒྱ།
སྟོན་བྱེད་དཔེ་སྟོན་བཀོད་པ་ངེས།
དེ་དང་མཚུངས་པའི་བསྟན་བྱའི་དོན།
མཆོག་དམན་གང་རུང་གསལ་བྱེད་པ།
དེ་ནི་ངེས་བསྟན་རྒྱ་ཉེ་གཉིས།

༡༽ མཆོག་གི་ངེས་བསྟན། ངེས་པར་སྟོན་བྱེད་གྱི་དཔེ་སྟོན་དུ་བཀོད་
པ་ངེས་ངེས་པར་བསྟན་བྱ་དེ་ཉིད་བསྟོད་པའི་སྟོན་ས་གསལ་བར་བྱེད་པའི་
རྒྱ།

དཀར་མཛེས་སྟོན་ཀའི་ཡར་གྱི་ཟླ་བ་ནི།
གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་གདུང་བའི་ལུས་ཅན་ཀྱང་།
ཞི་བསིལ་བདེ་བའི་མཆོག་སྟོན་སྟོལ་བ་ཡིས།
རྒྱལ་སྐས་རྣམས་ཀྱི་གཞན་པན་སེམས་བསྐྱེད་མཆོན།

༢༽ མཆོག་མིན་གྱི་ངེས་བསྟན། མཆོག་མིན་གྱི་དཔེ་ཞིག་གིས་

མཆོག་མིན་གྱི་དོན་ཞིག་མཆོན་ནས་སྟོན་པའི་རྒྱན།
དཔེར་ན།

དུད་འགོ་བོང་བྱ་གན་པོའི་རྒྱ་བ་ལ།
གསེར་དང་བྱེ་མ་ཇི་བཞིན་སྒྲུག་ན་ཡང་།
ཕན་གཞོད་མེད་པའི་ངང་ཚུལ་འཇིན་པ་འདི།
བཟང་ངན་མེད་པའི་སྐྱེ་བོའི་རྒྱུ་ཐར་མཆོན།

སོ་གཅིག་པ་ལྟན་ཅིག་བཟོད་པའི་རྒྱན།
བཟོད་དོན་དེ་དང་འབྲེལ་བ་ཡི།
ཡོན་ཏན་བྱ་བ་གང་ཡང་རུང་།
ལྟན་ཅིག་ཆོག་ས་པ་སྟོན་པའི་ངག་
དེ་ནི་ལྟན་ཅིག་བཟོད་པའི་རྒྱན།

འདི་ནས་མན་ངའི་བྱིས་དེབ་ཐོག་ཏུ་བཤུས་མི་འདུག་པས་དོན་
དགོངས་མངའ་འཇུག།

གཤམ་ཆིག་གི་གོ་དོན་དང་དཔེར་བརྗོད་རགས་ཙམ་བཀོད་པ།

བེ་རི་འཛིགས་མེད།

མཆོ་བྱང་མགིན་པའི་གདེངས་ཀ་ལས།

འབབ་པའི་རིག་བྱེད་འོ་མའི་རྒྱན།

ངོམས་པར་བརྟུང་པའི་རྒྱ་མཆོ་ནས།

ཐེགས་པའི་ཆིག་འགའ་འདི་ན་འཕྱོར།

དེ་ལ་ཐོག་མ་གཤམ་ཆིག་གི་རྒྱན་གྱི་གོ་དོན་ནི།

གཤམ་བྱའི་བརྗོད་དོན་གང་ཡིན་དེ། །

གཤམ་བྱེད་ཆིག་གི་སྒྲོར་བ་ཡིས། །

མངོན་པར་སྐྱབ་ཏེ་སྐབས་མིན་གྱིས། །

གོ་མི་རྒྱས་པ་གཤམ་ཆིག་རྒྱན། །

གཤམ་བྱའི་བརྗོད་དོན་དེ་ཉིད་གཤམ་བྱེད་ཆིག་གི་སྒྲོར་བས་སྐྱབ་སྟེ་
སྐབས་སུ་མ་བབ་པའི་སྐྱེ་བོ་གཞན་གྱིས་གོ་བ་མི་རྒྱས་པའི་ཆིག་རྒྱན་ལ་
གཤམ་ཆིག་གི་རྒྱན་ཟེད།

དེ་ལ་དབྱེ་ན།

ཀྱན་ཆོགས་སྐྱ་བྱེད་རིམ་པ་བྲལ། །

རབ་བཅོམ་མ་ཐུན་གཟུགས་རྩལ་མོ་གྲངས།

རབ་བཏགས་མིང་འདུས་བསྐྱིབས་མ་ཐུན་སྒྲ། །

མྱོངས་དང་ཡོངས་འཕྲོག་གཅིག་གཉིས་སྐྱིབ། །

ཡོངས་འདྲེས་རྒྱ་ཏེ་བཙུ་བྱ་ཡོད། །

གཤམ་ཆིག་གི་རྒྱ་ལ་དབྱེ་ན། གྱུ་ཆོགས་གཤམ་ཆིག་དང་། སྒྱ་བྱེད་
གཤམ་ཆིག་རིམ་པ་བྲལ་བའི་གཤམ་ཆིག་རབ་བཅོམ་གཤམ་ཆིག་མ་ཐུན་གཟུགས་
གཤམ་ཆིག་རྩལ་མོ་གཤམ་ཆིག་གྲངས་ཀྱི་གཤམ་ཆིག་རབ་བཏགས་གཤམ་ཆིག་
མིང་འདུས་གཤམ་ཆིག་བསྐྱིབས་པའི་གཤམ་ཆིག་མ་ཐུན་སྐྱིབ་གཤམ་ཆིག་མྱོངས་
པའི་གཤམ་ཆིག་ཡོངས་འཕྲོག་གི་གཤམ་ཆིག་གཅིག་སྐྱིབ་གཤམ་ཆིག་གཉིས་
སྐྱིབ་གཤམ་ཆིག་ཡོངས་འདྲེས་གཤམ་ཆིག་གི་རྒྱ་ཏེ་བཙུ་བྱ་ཡོད།

༡ གྱུ་ཆོགས་གཤམ་ཆིག་ནི།

ཆིག་མཆམས་སྒྱར་བས་དོན་སྤྲས་པ། །

གྱུ་ཏུ་ཆོགས་པའི་གཤམ་ཆིག་ཡིན། །

གཤམ་བྱའི་བརྗོད་དོན་དེ་ཉིད་གཤམ་བྱེད་བཅད་མཆམས་འདྲེས་པའི་
ཆིག་སྤད་དུ་མ་ཆོགས་པ་ཅན་གྱི་རྒྱ་ལ་གྱུ་ཆོགས་གཤམ་ཆིག་ཟེར།

དཔེར་ན།

དཔལ་གྱིས་མཛེས་མ་ལགས་པའི་ལོ་ན་ཅན།

ལང་ཆོ་རྒྱད་མིན་རྒྱད་པའི་གནས་གྱུར་པ།

བཞིན་བཟང་མ་འདི་བདག་གི་མ་མ་ལགས།

ཅི་ཕྱིར་བརྟེ་བའི་དྲངས་མ་སྦྱིན་མི་བྱེད།

འདིའི་གཤམ་བྱ་དགའ་མ་དང་། གཤམ་བྱེད་ཨ་མ་ཡིན་ལ། གཤམ་བྱ་དགའ་
མའི་སྐྱབས་སུ་གཟུགས་དང་རྣམ་པས་དཔལ་གྱིས་མངོས་མ་དངོས་གནས་
ལགས་པའི་ལོ་ན་གཞོན་པ་ཅན། ལང་ཆོ་རྒྱད་པ་མིན་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ལས་
དང་ཉོན་མོངས་པས་རྒྱད་པའི་གནས་སུ་གྱུར་པ། བཞིན་མངོས་མ་སྟེ་བཞིན་
རས་མངོས་ཤིང་ལྟ་ན་སྤྱད་པ་འདི་ནི་བདག་གི་ཨ་མ་མ་ཡིན་པས། བདག་
ལ་འདོད་ཅིའི་དྲངས་མ་ཅི་ཕྱིར་སྟེར་པ་མི་བྱེད་དེ་སྟེར་པར་བྱེད་རིགས་པས་
སོ།། ཞེས་པར་འགྱུར་ལ། གཤམ་བྱེད་ཨ་མའི་སྐྱབས་སུ་གཟུགས་དང་རྣམ་
པའི་དཔལ་གྱིས་མངོས་པ་མ་ལགས་པའི་ལོ་ན་གཞོན་པ་ཅན། ལང་ཆོ་རྒྱད་པ་
མིན་པའི་དར་མ་ནས་རིམ་པར་བཞིན་རྒྱད་པའི་གནས་སུ་གྱུར་པ། རང་བཞིན་
བཟང་པོའི་མ་འདི་བདག་གི་མ་མ་དངོས་གནས་ལགས་པས། ཅིའི་བདག་ལ་
བརྟེ་བའི་དྲངས་མ་སྟེ་བརྟེ་བ་ཆེན་པོ་སྟེར་པར་མི་བྱེད་དེ་སྟེར་པར་འོས་སོ།།
ཞེས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི། གོང་གི་དཔལ་གྱིས་
མངོས་མ་ལགས་ཞེས་པ་དང་། མ་མ་ལགས་ཞེས་པ་འདི་གཉིས་ཀྱི་བཅད་
མཚམས་སུ་ཡབདག་སྟོང་པའི་མ་ཡིག་དགག་སྟེའི་བྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གོ་
བ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་སུ་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ།།

༡ བསྐྱེད་བྱེད་གཤམ་ཆིག

གཤམ་བྱེད་ཡོངས་གྲགས་སྤྱོད་སྟེར་ནས། །

གཤམ་བྱ་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་བྱེད་རྒྱུ། །

གཤམ་བྱ་ལ་འཇུག་པ་གྲགས་ཆུང་ཞིང་གཤམ་བྱེད་ལ་འཇུག་པ་གྲགས་
ཆེ་བའི་རྒྱས་པས་བྲིས་ནས་གཤམ་བྱ་དེ་ཉིད་གོ་བ་གཞན་དུ་འབྱུང་ནས་བསྐྱེད་
བར་བྱེད་པའི་གཤམ་ཆོག་ལ་སྐྱེད་བྱེད་གཤམ་ཆོག་ཟེར།

དཔེར་ན།

ཟླ་འོད་ཟུན་པས་ཟས་པའི་མཆན་མོར་ན།།

སྤྲུལ་མཁའ་གསལ་རྒྱལ་པ་སྤྲོམ་པོས་བྲི་རྒྱུ་ཡིད་པ།།

ཟུན་པ་གོས་སུ་བྱོན་པའི་རྒྱན་པོ་དག

བྱ་བ་འདི་ལ་འཇུག་པ་ཅིས་ཀྱང་རུང་།།

འདིའི་གཤམ་བྱ་འབྲོག་ཁུལ་དུ་མཆན་མོར་བྱ་མོ་བསྟེན་པ་དང་གཤམ་
བྱེད་བྲི་རྒྱུ་ཡིད་པ་ཅ་མ་ཡིན། དེ་ཡང་རྒྱལ་པ་སྤྲོམ་པོས་བྲི་རྒྱུ་ཞེས་པ་འདི་
བོད་ཁམས་སྤྱི་ལ་རྒྱལ་པས་བྲི་རྒྱུ་པ་ལ་གོ་བས་བྲུབ་ཆེ་བ་དང་། འབྲོག་
ཁུལ་འགའ་ཞིག་ཏུ་པོ་གསར་འཆལ་པོ་འགའ་ཞིག་མཆན་མོར་གཞན་གྱི་
ཆུང་མར་སྒྲོག་གཡེན་བྱེད་མཁན་འཇུག་ནས་འབྲོ་སྤོམ་ཡོད་པ་དེར་བྲི་རྒྱུ་
ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་འདི་གྲགས་ཆུང་བའི་སྒྲོ་ནས་འཇུག་པས། དེས་ན། གཤམ་
བྱེད་བྲི་དངོས་རྒྱུ་པའི་སྐབས་སུ། ཟླ་འོད་ཟུན་པས་ཟས་པའི་མཆན་མོར་
ཟུན་པ་གོས་སུ་བྱོན་པའི་རྒྱན་པོ་ཆོ་ནི་རྒྱན་པོ་རང་ཡིན་པས་གཞན་ནོར་རྒྱ་
འབྲོག་བྱེད་པའི་ཆེད། རང་ལག་ཏུ་ཡོད་པའི་སྤྲུལ་མཁའ་གསལ་པའི་རྒྱལ་པ་
སྤྲོམ་པོས་འབྲོག་བྲི་རྒྱུ་པའི་བྱ་འདི་ལ་འཇུག་པ་རུང་ངོ་། །ཞེས་པར་འགྱུར་
ལ། གཤམ་བྱའི་སྐབས། ཟླ་འོད་ཟུན་པས་ཟས་པའི་མཆན་མོར་ཟུན་པ་གོས་

སྤྱ་གྲོན་ནས་གཞན་གྱིས་བདག་ཏུ་བཟུང་བའི་འགྲོག་མོ་རྣམས་ལ་མཆལ་
གཡེམ་བྱེད་མཁན་རྒྱན་པོ་དག རྒྱ་པོ་རང་ཡིན་པས་རང་ཉིད་ལ་ཡོད་པའི་
སྤྱ་ཞིང་མཁའགས་པའི་གསང་བའི་ལག་ཆ་སྤྲོམ་པོས་མིའི་ཚུང་མ་ལ་སྒྲོག་
ནས་ཅི་དགར་སྒྲོད་པའི་བྱ་བ་འདི་ལ་འཇུག་པ་ཅིས་ཀྱང་རུང་ངོ་། །ཞེས་པར་
འགྱུར་ངོ་། །

༣ རིམ་པ་བྲལ་བའི་གཤམ་ཆིག

ཆིག་སྒྲོར་ཤིན་ཏུ་འཁྲགས་པ་ཡིས། །

དོན་ལ་ཚྲོངས་བྱེད་རིམ་པ་བྲལ། །

ཆིག་སྒྲོར་གོང་འོག་གི་གོ་རིམ་བརྟགས་པས་གཤམ་བྱའི་དོན་ལ་
ཚྲོངས་པར་བྱེད་པའི་གཤམ་ཆིག་ལ་རིམ་པ་བྲལ་བའི་གཤམ་ཆིག་ཟེར།

དཔེར་ན།

མི་བསྟན་ཚྲོངས་པའི་རྒྱལ་བ་དག་གི་ཁྱུ།

ཆོས་མཁས་བརྒྱད་ལྡན་འཛིག་རྟེན་ལ་ཅེན་ནས།

འཕགས་ཅོར་འཁྲལ་བ་སྒྲོང་འདས་ཡང་དག་ལས།

ལྟ་བའི་སྒྲོད་ལྡན་དམ་པ་མིན་ནམ་ཅི།

འདིའི་གཤམ་བྱ་མཁས་པ་དང་གཤམ་བྱེད་ཟོག་པོ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་གཤམ་
བྱ་མཁས་པ་ལ་སྒྱུར་བའི་སྐབས་འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྡན་གྱི་
ཆོས་ཚུལ་ལ་མཁས་ཤིང་། ཚྲོངས་པའི་རྒྱལ་བ་ངན་པ་ལ་སྒྲོ་མི་བསྟན་པ།
འཛིག་རྟེན་པལ་བའི་ལས་ལ་ཅེན་ནས་འཕགས་པའི་ཅོར་བདུན་ལ་ལོག་རྟོག་

འབྲུལ་བའི་སྒྲོང་ལས་འདས་པའི་ལམ་ཡང་དག་པ། ཏྲག་ཆད་མཐའ་དང་བྲལ་
བའི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བའི་གནས་ལ་སྒྲོ་ཡིས་ཡོངས་སུ་སྒྲོད་པའི་སྒྲེ་བོ་དེ་
དག་དམ་པ་མིན་ན་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཞེས་པ་ཡིན་ལ། གཤམ་བྱེད་བློ་ཤོའི་སྐབས་
སུ་འཇིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱད་ལ་ཅེན་ནས་འཕགས་པའི་ལམ་ལ་འབྲུལ་ཞིང་།
ཀུན་རྫོབ་འཆིང་བའི་སྒྲོང་ལས་འདས་པའི་ཡང་དག་པའི་ལམ་ལ་མི་བསྟེན་
པར་ཏྲག་ཆད་ཀྱི་ལྟ་བའི་གནས་ལ་བག་མེད་དུ་སྒྲོད་པ་འི་ཆོས་བ་ངན་པ་དེ་
ཆོ་སྒྲེ་བོ་དམ་པ་མིན་ནམ་ཏེ་ཅི་ལ་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་དུ་འགྱུར་ཞིང་། དེ་
ལྟར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་ཆིག་སྒྲུར་འདིའི་གོང་འོག་གི་སྒྲེབ་སྒྲུར་གོ་
རིམ་བཀྲགས་ཞིང་འབྲུགས་པའི་དབང་གིས་ཡིན་ནོ། །

༤ རབ་བཅོམ་གྱི་གཤམ་ཆིག་ནི།

སྒྲུ་དོན་གང་རུང་སྒྲུར་བས་དོན། །

རྟོགས་དཀའི་ཆིག་ཕྱེང་རབ་བཅོམ་རྒྱན། །

གཤམ་བྱེད་ཉིད་ཡོངས་སུ་མ་བྲགས་པར་ལེགས་པར་བཏྲག་ན་ཆོས་
དེར་འབྲུག་པ་ཅུམ་ལས་གཤམ་བྱེད་བརྫོད་དོན་གཞན་གྱིས་བཅོམ་པའི་ཆིག་
རྒྱན་ལ་རབ་བཅོམ་གྱི་གཤམ་ཆིག་ཟེར།

དཔེར་ན།

ཕྱག་གི་ཁེ་ཕན་མི་ཡི་ལག་ཏུ་བཏོད།

རིགས་མ་ཐུན་གྱོང་དང་མགོ་རྒྱུང་གཏོང་ལ་མཁས།

རྒྱུང་རིང་ལེ་དབར་སྒྲོང་གི་བས་མཐའ་ནས།

ཡོངས་རྫོགས་མི་ལ་བཅོང་བའི་ཆོང་དཔོན་གང་།

གཤམ་བྱང་པོད་དང་གཤམ་བྱེད་ཆོང་དཔོན། གཤམ་བྱའི་སྐབས་སུ་བོད་
རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཕུག་གི་ཁེ་ཕན་རྒྱ་མི་དམར་པོའི་ལག་ཏུ་བཏོད་ཅིང་། རིགས་
མ་ཐུན་བོད་རིགས་མི་དམངས་ཉམ་ཆུང་ཆོར་ཁལ་དང་ཁུ་ལག་དེད་ནས་
སྤྱུག་གྱོང་སྒྲ་ཆོགས་དགོས་བཅོས་པ་དང་། ཞེས་ཡོན་དང་འཛོན་ཐང་ཡོད་
བའི་རིགས་ཁག་གཅིག་རྒྱ་མཆན་དང་གནས་ལུགས་བཤའ་ས་མེད་པར་
མགོ་རྩུང་གཏོང་རྒྱུ་བྱེད་པ་ལ་མཁས་པ། བོད་ནས་ལེ་དབར་སྟོང་ཕྱག་དུ་
མས་བསྐྱལ་བའི་ས་མཐའ་རྒྱ་ནག་གི་རྒྱ་ས་ལྟེ་བ་བེ་ཅིན་དུ་འབྲུ་མཉམ་མིན་
བའི་ཆིངས་ཡིག་དོན་ཆན་བཅུ་བདུན་བཞག་ནས་བོད་ཀྱི་བསྟན་པ་ཆབ་
སྲིད་དང་ཁ་ཞེན་དབང་ཐང་ཡོངས་རྫོགས་རྒྱ་མི་དམར་པོ་ལ་བཅོང་བའི་
ཆོང་དཔོན་དེ་གང་ཡིན་ནམ། ཞེས་པར་འགྱུར་ཏེ། གཤམ་བྱེད་ཀྱི་སྐབས་སུ་
ནག་འཆོང་བརྒྱབ་ནས་ཕུག་གི་ཁེ་ཕན་མི་ཡི་ལག་ཏུ་བཏོད་དེ། རང་དང་
རིགས་མ་ཐུན་བའི་ཆོང་གྲོགས་ཆོར་གྱོང་དང་མགོ་རྩུང་གཏོང་བ་ལ་མཁས་
པ། རྒྱ་དཀར་ནག་སོགས་རྒྱུང་རིང་ལེ་དབར་སྟོང་ཕྱག་གིས་ཆོད་བའི་བས་
མཐའ་ནས་ཆོང་རྒྱས་མ་རྩ་ཡོངས་རྫོགས་མི་ལ་བཅོང་བའི་ཆོང་དཔོན་དེ་
གང་། ཞེས་པར་འགྱུར་བས། འདིར་ཁེ་བཟང་ཕན་ཚུན་བཏང་པ་དང་། ཆོང་
གྲོགས་གྱོང་དང་མགོ་རྩུང་གཏོང་པ། ས་མཐའ་ཕན་ཚུན་འགོ་བསྐྱོད་བྱེད་པ་
བཅས་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོང་བའི་མིང་གིས་བསྟན་པ་གྲགས་ཆེ་ཡང་། བོད་ཀྱི་
རྒྱལ་འཆོང་པ་ཆོར་མིང་དེ་ལྟར་མ་གྲགས་ཀྱང་བརྟགས་ཤིང་དཔྱོད་ན་ཁྱད་

ཚོས་དེ་དག་རེ་རེ་ནས་ཆང་པས་གཤམ་བྱ་དེ་ཉིད་གོ་བྱས་མོད། གཤམ་བྱེད་ལ་
མིང་དང་བྱེད་ཚོས་དེ་དག་གྲགས་ཆེ་བ་འཇུག་པས་གཤམ་བྱའི་བརྗོད་དོན་
དངོས་དེ་གཤམ་བྱེད་ཀྱིས་བཅོམ་ནས་སྐྱབ་པ་ཡིན་ནོ། །

༥ མཐུན་གཟུགས་གཤམ་ཆིག་ནི།

བཏགས་པའི་དོན་བཀོད་ཆིག་སྐྱབ་ཀྱིས།

བརྗོད་དོན་སྐྱབ་པ་མཐུན་པའི་གཟུགས།

གཤམ་བྱའི་དོན་དེ་དངོས་སུ་མ་སྐྱས་པར་དེ་དང་སྟོགས་མཐུན་པའི་
དངོས་པོ་པལ་བ་ཞིག་བཀོད་པའི་ཆིག་སྐྱོར་ཀྱིས་གཤམ་བྱ་དེ་ཉིད་སྐྱབ་པར་
བྱེད་པའི་རྒྱན་ལ་མཐུན་གཟུགས་གཤམ་ཆིག་ཟེར།

དཔེར་ན།

སྟོང་གསལ་དབྱིངས་སུ་ཅི་དགའ་ཅེན་བྱེད་ཅིང་།

མི་ཁྲིའི་མདངས་ཀྱིས་ཐུན་པ་གསལ་དང་ལྟན།

འགྲོ་སྐྱའི་གདུང་བ་བཅིལ་བའི་དཔལ་ལྟན་པ།

འཆར་ཀའི་ལྷ་བ་འདི་ནི་ཡིད་དུ་འོངས།

འདིའི་གཤམ་བྱའི་དོན་དངོས་ནི་ལྷ་མ་ཡིན་ཡང་དེ་དངོས་སུ་མ་སྐྱོས་
པར་དེ་དང་སྟོགས་མཐུན་པའི་དངོས་པོ་པལ་བ་འཆར་ཀའི་ལྷ་བ་བཀོད་
ནས་དེ་ཉིད་ཡིད་དུ་འོང་སོ། ཞེས་གཤམ་བྱའི་ལྷ་མ་ཉིད་གཤམ་བྱེད་ལྷ་བ་དངོས་
སུ་བསྟན་པ་ཆིག་གིས་སྐྱབ་ནས་མི་གསལ་པར་བྱས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། གཤམ་བྱ་ལྷ་
མ་དང་གཤམ་བྱེད་ལྷ་བ་གཉིས་ཀྱི་བྱེད་ཚོས་སྟོགས་མཐུན་ལུགས་ནི། གཤམ་

བྱེད་ཆེ་བའི་སྐབས་སུ་མཐོང་རེག་བྲལ་བའི་སྟོང་གསལ་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་
 སུ་ཅི་དགར་ཅེན་པར་བྱེད་ཅིང་། ལི་ཁྲིའི་མདངས་ཀྱིས་མཛེས་པའི་འོད་
 སྒྲུང་གིས་མཆོན་སྟོངས་སུན་པ་གསལ་བ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འགྲོ་བ་རྣམས་
 ཀྱི་སྒྲོའི་གདུང་བ་འཛོམས་པའི་དཔལ་དང་ལྷན་པའི་འཆར་ཀའི་སྒྲུང་བ་འདི་ནི་
 ཡིད་དུ་འོང་ཞེས་པར་འགྱུར་ཞིང་གཤམ་བྱའི་དོན་གྱི་སྐབས། དོན་དམ་ཟུང་
 འཇུག་སྟོང་གསལ་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་དབྱིངས་སུ་ཅི་དགར་ཅེན་ཞིང་། ཀྱན་
 རྫོབ་གཞན་ངོར་ལི་ཁྲིའི་མདངས་ཀྱི་ཆོས་གོས་དུར་སྒྲིག་འཛིན་པའི་བསྐྱབ་
 གསུམ་གྱི་འོད་སྒྲུང་གིས་ཆོས་མེད་སུན་པའི་གནས་གསལ་བར་བྱེད་པ་
 དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་སྐལ་བ་མཉམ་པའི་འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་མི་ཤེས་སྟོངས་པའི་
 གདུང་བ་ནི་བའི་དཔལ་དང་ལྷན་ཞེས་པ་ཅམ་ལས། དེ་དག་གི་བྱེད་གཞི་སྒྲ་
 མ་དངོས་སུ་མ་སྐྱས་པས་པལ་བ་གཤམ་བྱེད་དངོས་པོ་ལས་གཙོ་བོ་གཤམ་བྱའི་
 དོན་དངོས་སྐྱབ་ནས་མི་གསལ་བ་ཡིན་ནོ།

༩ ལྷན་པའི་ཆིག་ཆིག་ཆིག་ནི།

མཆོན་ཉིད་ཡོད་ཅམ་ངེས་ཆིག་དང་། །

ལྷན་པའི་ཆིག་རྒྱན་ལྷན་པའི་ལོ།

བརྟུ་སྟོང་པའི་ཆིག་སྟང་དང་རྣམ་དབྱེའི་ངེས་ཆིག་ཡོད་ཅམ་གྱི་ཆིག་
 སྟོང་དང་འགྲོགས་ནས་ལྷན་པའི་ཆིག་གིས་གཤམ་བྱེད་ཉིད་སྐྱབ་པའི་གཤམ་
 རྒྱལ།

དཔེར་ན།

ས་བརྟེས་ས་གཞི་དག་ལ་བརྟེན་ཅིང་སྐྱེས།།

སྒོ་ལྗང་ཡལ་འདབ་ལོ་མའི་ཁུར་རབ་འཆང་།།

ཀུན་གྱི་དབྱིད་གྱུར་དེ་བསྐྱུང་མངར་ན་ཡང་།།

ནམ་ཞིག་མེ་དང་འབྲུད་ན་སོལ་བར་འགྱུར།།

འདིའི་གཤམ་བྱ་ཅན་དན་དང་གཤམ་བྱེད་དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་ཡིན་
ཞིང་། དེ་གཉིས་ཀ་ས་བརྟེས་ནས་སྐྱེས་པ་དང་། ས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་
པ། སྒོ་ལྗང་ཡལ་འདབ་ལོ་མའི་ཁུར་འཆང་བ། ཀུན་གྱི་དབྱིད་དུ་གྱུར་པ། དེ་
བསྐྱུང་མངར་བ་བཅས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དམ་ངེས་ཆིག་གི་སྐྱ་བཤའ་ཡོད་ཅེས་
ལ་བརྟེན་པའི་ཆིག་སྒྱུར་དང་འགྲོགས་ནས་མཐར། ནམ་ཞིག་མེ་དང་འབྲུད་
ན་སོལ་བར་འགྱུར་ཞེས་རྩ་བ་མའི་ཆིག་གཅིག་གིས་གཤམ་བྱེད་དཔག་བསམ་
གྱི་ཤིང་ནམ་ཞིག་བསྐྱེད་པ་འཇིགས་དུས་ཀྱི་མེ་དང་འབྲུད་ན་སོལ་བར་
འགྱུར་བ་གསལ་བར་བསྟན་ཅིང་། གཤམ་བྱ་དོན་དངོས་ཅན་དན་མེ་དང་འབྲུད་
ན་སོལ་བར་འགྱུར་ཚུལ་རྩ་བ་མའི་ཆིག་དང་བཅས་པས་སྐྱེ་བ་ནས་དངོས་སུ་
མི་གསལ་བས་རྩ་བ་མའི་གཤམ་ཆིག་ཡིན་ནོ།།

༥ གྲངས་ཀྱི་གཤམ་ཆིག་

གྲངས་ཀྱི་མིང་གིས་གཤམ་བྱ་དེ། །

མོངས་བྱེད་གྲངས་ཀྱི་གཤམ་ཆིག་ཡིན། །

གཤམ་བྱ་དེ་ཉིད་ཡི་གེའི་གྲངས་ཀྱི་མངོན་བརྗོད་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་པའི་གཤམ་

ཀྱུ་ལ། །

དཔེར་ན།

དྲུག་པའི་བཞི་པར་དགོན་མཆོག་གངས་ལྗན་དབྱངས།

སྤྱི་པོའི་ཟས་ལ་མེ་ཁྱུགས་བརྩ་པའི་མཐའ།

ཨ་ཟུའི་སྐད་ཀྱི་དོད་ལྗན་གང་དེ་ཉིད།

གནས་མཆོག་ཡི་གོ་བཞི་པའི་གནས་ནས་མཇུག།

འདིའི་གཤམ་བྱ་ཡེ་ཤེས་འཇིགས་མེད་སྐད་ནི་དང་གཤམ་བྱེད་གངས་
སོགས་མངོན་བརྗོད་ཀྱི་ཆོག་སྦྱོར་ཅ་མ་ཡིན། དེ་ཡང་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲེ་
པ་དྲུག་པ་ཞ་སྒྲེ་ཡི་བཞི་པ་ཡ་ལ་དབྱངས་དགོན་མཆོག་གི་གངས་ལྗན་ཞེ་
ཁྱུགས་པའི་ཡེ་དང་། སྤྱི་པོའི་ཟས་ནི་ཤ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་དབྱངས་མེའི་གངས་
ལྗན་ཞེ་ཁྱུགས་པའི་མཐའ་རྗེས་འཇུག་བརྩ་པ་ས་ཡིག་ཁྱུགས་པས་ཤེས་
དང་། ཨ་ཟུའི་སྐད་དོད་དང་ལྗན་པ་ནི། བོད་སྐད་དུ་འཇིགས་མེད་འགྱུར་བས།
ཡེ་ཤེས་འཇིགས་མེད་ཅེས་ཐོབ་པ་གང་དེ་ཉིད་གནས་མཆོག་ཡི་གོ་བཞི་
པ་སྐྱར་ཏ་སྤྱན་ནས་མཇུག་བྱུང་། ཞེས་གཤམ་བྱེད་གངས་སོགས་མངོན་པའི་
མངོན་བརྗོད་ཀྱི་ཆོག་སྦྱོར་དུ་མས་གཤམ་བྱ་དེ་ཉིད་དངོས་སུ་བསྟན་ཀྱང་ཆོག་
སྦྱོར་ཀྱི་དབང་གིས་གསལ་བར་གོ་མི་རུས་པ་ཡིན་ནོ། །དྲུག་པའི་བཞི་པ་ནི་
ཡ་ཡིན། དགོན་མཆོག་དང་མེ་ནི་གསུམ་མཆོན་པའི་གངས་ཀྱི་མངོན་བརྗོད།
བརྩ་པའི་མཐའ་ནི་རྗེས་འཇུག་ས། ཨ་ཟུའི་སྐད་མེད། གནས་མཆོག་ཡི་
གོ་བཞི་པ་ནི་སྐྱར་ཏ་སི་ཡིན་ནོ། །

༩ རབ་གཏགས་ཀྱི་གབ་ཚིག་
བརྗོད་དོན་གཞན་དུ་སྒྲིབ་གཏགས་ཏེ། །
སྒྲིབ་པ་རབ་གཏགས་གབ་ཚིག་ཡིན། །
གབ་བྱའི་དོན་དེ་གབ་བྱེད་ཀྱི་དཔེ་གཞན་དུ་སྒྲིབ་གཏགས་ཏེ་གབ་བྱ་དེ་
ཉིད་སྒྲིབ་པར་བྱེད་པའི་རྒྱན་ལ་རབ་གཏགས་ཀྱི་གབ་ཚིག་བཟུང་།
དཔེར་ན།
གངས་རའི་པང་པ་འཆོ་བའི་འབབ་སྟེགས་བྱས།
དཀར་ཐུབ་སྐྱེད་པས་ལུས་ངག་དུལ་པ་ལ།
མི་སྐྱོན་གཞོད་པའི་མདའ་ཡིས་བཅོས་བྱུར་ན།
འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱུག་ལས་གཞན་སུ་ཡིས་སྐྱབས།
འདིའི་གབ་བྱ་སྐྱོན་རས་གཟིགས་དང་གབ་བྱེད་དབང་ཕྱུག་ཡིན། དེ་
ཡང་གབ་བྱའི་དོན་དངོས་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་གངས་རའི་སྒྲོངས་སུ་འཆོ་བའི་ཐར་
འདོད་ཀྱི་སྐྱེ་བོ་སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་ལ་དཀར་སྐྱེད་འབད་བཅོན་བྱེད་མཁན་
ལ་ནག་ཕྱོགས་མི་དང་མི་མིན་ཀྱི་གཞོད་པས་བཅོས་ན། གངས་རའི་སྐྱ་སྐལ་
འཕགས་མཆོག་སྐྱོན་རས་གཟིགས་ལས་སྐྱབས་བཅོལ་ས་གཞན་སུ་ཡང་
མེད་ཅེས་པ་ཡིན་ཡང་། གབ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱབས་སུ། དབང་ཕྱུག་གངས་དཀར་
ཏི་མེ་ལ་དཀར་སྐྱེད་ནས་ཞུགས་པར་ལུས་མེད་བདག་པོས་མདའ་ཡིས་
བརྒྱབས་ན་རང་ཉིད་ཀྱིས་རང་ཉིད་སྐྱབས་པ་ལས་གཞན་སྐྱབས་སུ་འཆོལ་
བ་སུ་ཡང་མེད་དོ་ཞེས། གབ་བྱེད་དཔེ་གཞན་དབང་ཕྱུག་ཁོ་ནའི་ངག་དོན་

དང་འབྲེལ་བར་སྒྲོ་བཏགས་ཏེ། གཤམ་བྱ་དངོས་དེ་སྒྲིབ་པར་བྱས་པས་རབ་
བཏགས་གཤམ་ཆིག་ཅེས་བྱའོ། །

༥ འདུས་པའི་གཤམ་ཆིག་

དོན་མང་ལ་འཇུག་མིང་གཅིག་ཉིད། །

གཤམ་བྱར་བཏགས་པ་འདུས་པའི་རྒྱན། །

མིང་གཅིག་ལ་དོན་དུ་མ་འདུས་པའི་ཆིག་སྒྲོར་ལ་བརྟེན་ནས་གཤམ་བྱ་
དེ་ཉིད་མི་གསལ་བའི་གཤམ་ཆིག་ལ་འདུས་པའི་གཤམ་ཆིག་བེད།

རྟག་ཏུ་ཞི་བ་གཉིས་སྒྲིམ་དབང་ལྷག་མཆོག་ །

བདུད་ཅིའི་དཔལ་གྱུར་འགྲོ་བའི་སྒྲན་འཕགས། །

མི་མཐུན་ཀུན་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་མགོན། །

དྲག་པོ་མ་ལགས་འཇུག་པ་བརྩ་བ་མིན། །

འདིའི་གཤམ་བྱ་སངས་རྒྱས་དང་གཤམ་བྱེད་དབང་ལྷག་དང་ཁྱབ་འཇུག་
ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་། རྟག་ཏུ་ཞི་བ་དང་། གཉིས་སྒྲིམ་དབང་ལྷག་ བདུད་ཅིའི་
དཔལ་གྱུར། ཀུན་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་མིང་རྣམས་རེ་རེ་ནས་དབང་

ལྷག་དང་། ཁྱབ་འཇུག་ སངས་རྒྱས་གསུམ་ཀར་འཇུག་ཀྱང་། གཤམ་བྱེད་སྒྲ་
མ་གཉིས་མིན་ནོ་ཞེས་རྣམ་བཅད་ལ་བཀག་ནས་ཡང་བཅད་ལ་སངས་རྒྱས་
ཉིད་དུ་ངེས་པར་མ་བསྟན་པས་གཤམ་བྱ་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཡིན་པ་མི་གསལ་
ཞིང་། གཤམ་བྱ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལ་འཇུག་པའི་མིང་རེ་རེ་ལ་དོན་དུ་མ་འདུས་
པའི་ཆིག་གི་སྒྲོར་བས་སྒྲིབ་སྟེ་གཤམ་བྱ་གསལ་བར་མ་བསྟན་པས་མིང་དུ་

འདུས་པའི་གཤམ་ཆེན་ཡིན་ནོ། །

༡༠ བསྐྱེད་སྒྲུབ་པའི་གཤམ་ཆེན་

ཆེན་གྱི་ཆོས་མཚུངས་ལ་རིག་པས། །

དོན་གཞན་སྐྱེད་པ་བསྐྱེད་སྒྲུབ་པས་སོ། །

ཆེན་གྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་དེ་དག་གཤམ་བྱ་གཤམ་བྱེད་གཉིས་ཀར་འཇུག་ནའང་གཙོ་
བོ་གཤམ་བྱེད་ལ་འཇུག་པ་ཆེས་གསལ་བས་གཤམ་བྱའི་དོན་དེ་སྐྱེད་པར་བྱས་
པའི་རྒྱུ་ལ་བསྐྱེད་སྒྲུབ་པའི་གཤམ་ཆེན་ཟེར།

འདི་སྒྲུབ་འཆོ་བའི་བདེ་བ་སྐྱེད་པའི་སྒྲུབ་པ།

ཆེ་སློག་གཞན་པའི་གད་ཆགས་ལྡན་པ་ཡི།

གཞན་ལུས་དུམ་བྱར་གཏུབ་པའི་ཆོ་ག་མཁན།

ཉམ་ཐག་འགྲོ་བའི་སློག་གི་གཤེད་མ་ལགས།

འདིའི་གཤམ་བྱ་སྐྱེད་པ་དང་གཤམ་བྱེད་བཤམ་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་གཤམ་
བྱའི་སྐྱེད་སྒྲུབ་འདི་སྒྲུབ་གི་འཆོ་བའི་བདེ་བ་སྐྱེད་སྒྲུབ་དུ་ཆེ་སློག་རིང་དུ་གཞན་
པའི་གད་ཆགས་ལྡན་པའི་ནད་པ་ཆབ་ཆེ་དེ་དག་གི་ནད་གཞི་གང་དུ་ཡོད་
པའི་ནད་ཁོལ་དུམ་བྱར་གཏུབ་པའི་བཤམ་བཅོས་ཀྱི་ཆེད་ལས་མཁན་ཀྱི་
སྐྱེད་པ་དེ་ནི་ཉམ་ཐག་ནད་པའི་སློག་སྐྱེད་བྱིན་ཅན་ཡིན་པས་སློག་གི་གཤེད་
མ་གཤམ་ཡིན་ཏེ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ཡང་། གཤམ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེད་སྒྲུབ་
ཉིད་འདི་སྒྲུབ་འཆོ་བའི་བདེ་བ་སྐྱེད་པའི་སྒྲུབ་པ་སྐྱེད་སྒྲུབ་སྐྱེད་སྒྲུབ་ལ་ཆགས་
ཏེ། ར་ལུག་གཤམ་པས་སློག་ཆགས་དེ་དག་གི་ཆེ་སློག་གཞན་པའི་

གད་ཆགས་དང་ལྡན་པའི་སྤྱི་གི་རྣོན་པས་སློག་ཆགས་དེ་དག་གི་ལུས་དུམ་
བུར་གཏུབ་མཁན་བཞག་པ་འདི་ནི་ཉམ་ཐག་སློག་ཆགས་རྣམས་ཀྱི་སློག་གི་
གཤེད་མ་དངོས་གནས་དེ་རེད་འདུག་ཅེས་པར་འགྱུར་ཞིང་། ཆིག་སྒྲོར་དེ་
ཉིད་ནི་གཤེད་བྱ་གཤེད་བྱེད་གཉིས་ཀར་འཇུག་ཏུ་རུང་ཡང་གཙོ་བོ་གཤེད་
ལ་འཇུག་པ་ཆེས་གསལ་བས་གཤེད་བྱའི་དོན་དེ་ཉིད་སྤྱི་བ་པར་བྱས་པས་
བསྤྱི་བས་པའི་གཤེད་ཆིག་ཡིན་ནོ། །

༡༡ མཐུན་པའི་སྤྱི་གཤེད་ཆིག་

དངོས་མིང་མི་གསལ་རྣམ་གྲངས་སྤྱི། །

བཀོད་པ་དོན་སྤྱི་བ་མཐུན་པའི་སྤྱི། །

གཤེད་བྱ་གཤེད་བྱེད་གཉིས་ཀར་ཐུན་མོང་དུ་འཇུག་པའི་སྤྱི་མཐུན་པ་དུ་
མས་གཤེད་བྱ་དེ་ཉིད་སྤྱི་བ་ཅིང་མི་གསལ་བའི་གཤེད་ཆིག་ལ་མཐུན་པའི་སྤྱི་
གཤེད་ཆིག་ཟེར།

རབ་རྒྱས་རྣམ་བཟླ་ཀུན་གྱི་ཡིད་འོངས་པ།

སྤྱང་ཅིའི་བྱ་ལ་ཅེད་དགའི་དཔལ་སྟེར་མཆོག་

མཆོ་སྤྱེས་དཔལ་གྱིས་མངོན་པར་མངེས་པ་ཡི།

པད་མ་ཅན་འདིས་མཐོ་རིས་ཤེས་པ་སྤྱོད།

འདི་གཤེད་བྱ་དཔལ་མོ་དང་གཤེད་བྱེད་པསྤྱི་ཡུ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་རབ་

དུ་རྒྱས་པ་དང་། རྣམ་པར་བཟླ་བ། ཡིད་དུ་འོང་བ། སྤྱང་ཅིའི་བྱ་ལ་བཅེད་དགའ་

སྟེར་བ། མཆོ་ལས་སྤྱེས་པ། དཔལ་གྱིས་མངོན་པར་མངེས་པ་རྣམས་གཤེད་

བྱ་གཤམ་བྱེད་གཉི་ཀའི་བྱུང་ཚུལ་ལ་སྐྱེ་མ་ཐུན་པར་འཇུག་པ་དང་། དེ་དག་གི་
བྱུང་གཞི་པར་ཅན་ཡང་གཤམ་བྱ་གཤམ་བྱེད་གཉིས་ཀར་སྐྱེ་འཇུག་པ་མཚུངས་
ཞིང་། རྫོང་བྱེད་སྐྱེ་ནམ་གངས་དེ་དག་དཔལ་ལོ་དང་པར་ལྷན་ལྷུ་ག་གཉིས་
ཀའི་བྱུང་ཚུལ་འཇུག་པས། བརྫོང་དོན་དེའི་མིང་དང་མ་ཐུན་ཡང་། བརྫོང་
ལུགས་བརྫོང་སྐྱེ་བྱེད་སྐྱེ་ནམ་གངས་མང་པོ་གཤམ་བྱེད་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་
བསྐྱེབས་ནས་མི་གསལ་བར་བྱས་པས་མ་ཐུན་པའི་སྐྱེ་གཤམ་ཆིག་ཡིན་ནོ། །

༡༩ རྫོངས་པའི་གཤམ་ཆིག་

བརྫོང་དོན་དངོས་སུ་བསྐྱེན་ན་ཡང་།

ཆིག་གིས་རྫོངས་བྱེད་རྫོངས་པ་ཡིན། །

གཤམ་བྱེད་དོན་དེ་དངོས་སུ་བསྐྱེན་ཀྱང་བརྫོང་བྱེད་ཆིག་སྐྱོར་གྱི་
དབང་གིས་བརྫོང་དོན་དངོས་དེར་རྫོངས་ནས་གོ་མི་ཐུབ་པའི་གཤམ་ཆིག་ལ་
རྫོངས་པའི་གཤམ་ཆིག་ཟེར།

སྟོབས་ལྡན་དཔལ་ལོ་རང་སའི་བཅན་འགག་ན།

ཁོ་བོས་རྒྱབ་གྱིས་སྐྱོགས་ཏེ་བསྐྱེདས་པ་དང་།

ཆགས་པའི་མིག་དག་དམར་བས་གཞན་སྡེ་ལ།

སྲིད་སྐྱབ་དགའ་བའི་ཕྱག་མཆན་སྐྱོན་པར་བྱེད།

འདིའི་གཤམ་བྱ་དཔལ་ལོ་གཡུལ་སར་མཆོང་བ་དང་། གཤམ་བྱེད་དག་
ལ་མགོ་འདོགས་བྱས་པ་དེ་ཡིན། དེ་ཡང་གཤམ་བྱེད་གྱི་སྐྱབས་སུ་སྟོབས་
ལྡན་དཔལ་ལོ་རང་སྐྱོགས་ཁོས་ལ་སྐྱག་ར་ལས་ལངས་ཏེ་དག་བོ་ལ་རེ་བའི་

ཆགས་པ་དང་བཅས་མདའ་མཆོན་གོ་ཆ་རྩིས་འབྲུལ་གྱིས་གོ་འདོགས་ཞུས་
 པ་དེ་ཡིན། གཤམ་བྱའི་སྐབས་སྟོབ་ལྡན་དཔའ་པོ་ཁྱོས་ནས་བཅན་ས་ནས་
 ལངས་ཏེ་རང་ས་སྤང་བར་ཆགས་པའི་དབང་གིས་ཆམ་འཆམ་མེད་པར་
 དབྱ་སྒྲེའི་ཕྱོགས་ལ་རྒྱག་བཞིན་མདན་མཆོན་འཕེན་པ་དེ་ཡིན་ཞིང་། གཤམ་
 བྱའི་བརྗོད་དོན་དེ་ཉིད་དངོས་སུ་བསྟན་ཀྱང་བརྗོད་བྱེད་ཆིག་སྒྲོར་གྱིས་
 དབང་གིས་བརྗོད་དངོས་དེ་མྱོངས་ནས་གོ་མི་ཐུབ་པས་མྱོངས་པའི་གཤམ་
 ཆིག་ཡིན་ནོ། །

༡༣ ཡོངས་འཕྲོག་གི་གཤམ་ཆིག་

ཆིག་སྒྲོར་སྒྲ་མའི་བརྗོད་དོན་རྣམས།

ཕྱི་མས་འཕྲོག་པ་ཡོངས་འཕྲོག་ཡིན། །

ཆིག་སྒྲོར་སྒྲ་མའི་བརྗོད་དོན་རྣམས་རིམ་པར་བཞིན་ཆིག་སྒྲོར་ཕྱི་
 མས་ཡོངས་སུ་འཕྲོག་ནས་གཤམ་བྱའི་དོན་དེ་མི་གསལ་བར་བྱས་པའི་གཤམ་
 ཆིག་ལ་ཡོངས་འཕྲོག་གི་གཤམ་ཆིག་ཟེར།

ཤིང་རྩ་བཅུ་པའི་བྱ་དབྱའི་སྒྲ་ཡི་གཙོ།

བཀའ་ཐུབ་བརྒྱུག་མའི་ཡབ་གྱིས་བསྐྱུན་པའི་ལུས།

དྲག་པོས་མེ་ལ་བསྐྱེགས་པའི་དབྱང་ཆོགས་བྱ།

འབྲུམ་སྤག་གཡུལ་ངོར་འཛོམས་པའི་དཔའ་པོ་ཁྱོད།

འདིའི་གཤམ་བྱ་སངས་རྒྱས་དང་གཤམ་བྱེད་སྒྲ་ཕྱི་ཡོངས་འཕྲོག་གི་ཆིག་
 སྒྲོར་ཅམ་ཡིན། དེ་ཡང་རྒྱལ་པོ་ཤིང་རྩ་བཅུ་པའི་བྱ་ར་མ་ན་དང་། དེའི་དབྱ་

ར་མ་ཁ། དེའི་ལྷ་དབང་ཕྱུག་ དེའི་དཀར་ཐུབ་སྒྲོག་མཁན་ལྷ་མ། དེའི་ཡབ་
 ཁུབ་འཇུག་ དེས་སྐྱོན་པའི་ལུས་དྲག་པོས་མེ་ལ་བསྐྱེད་པས་པའི་དཔུང་ལུས་
 མེད་བདག་པོ་ཡིན་པས། དེ་དག་སྤྲ་མ་སྤྲ་མ་བྱི་མ་བྱི་མའི་ཆིག་གིས་གོ་དོན་
 ཡོངས་སུ་འཕྲོག་པས་ཡོངས་འཕྲོག་ཅེས་བྲ་ལ། ཡོངས་སུ་འཕྲོག་པའི་ཆིག་
 སྒྲོར་དེ་དག་གི་གཤམ་བྱའི་བརྗོད་དོན་དངོས་དེ་མི་གསལ་བར་བྲས་པས་
 ཡོངས་འཕྲོག་གཤམ་ཆིག་ཡིན་ནོ། །

༡༥ གཅིག་གིས་སྐྱབ་པའི་གཤམ་ཆིག་

རྟེན་སྤྲས་བརྟེན་པ་གཅིག་ཕྱུ་གསལ། །

ཆིག་སྒྲོར་དེ་ནི་གཅིག་བསྐྱབས་སོ། །

གཤམ་བྱའི་རྟེན་སྤྲས་ཤིང་བརྟེན་པ་གཅིག་ཕྱུ་གསལ་བས་བརྗོད་དོན་
 སྐྱབ་པར་བྲས་པའི་ཆིག་སྒྲོར་ལ་གཅིག་སྐྱབ་གཤམ་ཆིག་ཟེད།

ནོར་བུའི་སྤྲ་ལྷན་ལུ་ཉིག་འབྲངས་འབྲུལ་དང་།

སིལ་སིལ་གཡེར་ཁ་མཆོན་པའི་གདུ་བུ་ཡིས།

འགྲུགས་ཤིང་འབྲོག་པའི་གནམ་རུའི་ལུས་ཉིད་ལ།

རྒྱན་དུ་སྤྲས་པ་བཞད་གད་ལས་གཞན་ཅི།

འདིའི་གཤམ་བྱའི་རྟེན་ཀན་མོ་རྒྱན་ཆ་བཏགས་ན་མི་མཛེས་པ་དེ་ཞིང་།

གཤམ་བྱེད་གཞི་ཤིང་ལ་སྐྱེ་རྒྱན་དང་གདུབ་བུ་སོགས་བཏགས་ན་བཞད་གད་

ཀྱི་གནས་ཡིན་པ་དེ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་ནོར་བུ་འདྲ་མིན་གྱི་སྤྲ་ཆོམ་ལྷན་པའི་

ལུ་ཉིག་གི་སྐྱེ་རྒྱན་དང་། གཡེལ་ཁས་མཆོན་པའི་རྒྱང་ལག་གི་གདུ་བུ་དག་

འགྲུགས་ཤིང་འཁྱོགས་པའི་གཞུ་ཤིང་གི་རྒྱན་ཆར་སྤྲས་ན་གད་མོ་ཤོར་བའི་
རྒྱ་ཙམ་ལས་མཛེས་པའི་ཆེ་བ་གང་ཡང་མཛོན་མི་བྱུང། ཅེས་ཏེན་པ་གཞི་
ཤིང་ལ་རྒྱན་ཆ་བཏགས་པ་མི་མཛེས་པ་དངོས་སུ་བསྟན་ནས་གཤམ་བྱའི་
དོན་ཀླན་མོ་ལ་རྒྱན་ཆ་དེ་དག་སྤྲས་ཀྱང་པན་ཐོགས་མེད་པ་དེ་ཡིན་ཡང་
གཤམ་བྱའི་ཏེན་ཀླན་མོ་སྤྲས་ནས་གཤམ་བྱེད་གཞུ་ཤིང་གི་ལུས་ཙམ་བསྟན་པས་
གཅིག་སྐྱབ་ཀྱི་གཤམ་ཆིག་ཡིན་ནོ། །

༥ ཏེན་དང་བཏེན་པ་གཉིས་ཀ་སྤྲས། །

ཆིག་སྐྱོར་དེ་ནི་གཉིས་ཀ་བསྐྱབས། །

བརྗོད་དོན་གཤམ་བྱ་དེའི་ཏེན་དང་བཏེན་པ་གཉིས་ཀ་སྤྲས་ནས་མི་
གསལ་བར་བྱས་པའི་ཆིག་སྐྱོར་ལ་གཉིས་ཀ་བསྐྱབས་པའི་གཤམ་ཆིག་ཟེར།

གང་ཞིག་སྤིང་འདིར་སྒྲ་ན་འཕགས་པ་དེས།

མད་བྱང་ལེགས་པའི་ཆ་ཤས་གང་སྟེར་བ།

སུ་དང་གང་གིས་བགོ་སྐལ་ཐོབ་བྱུར་ན།

དེ་དང་དེ་དག་ལེགས་པའི་སྒོ་བརྒྱར་འཇུག

འདིའི་གཤམ་བྱེད་སྒྲ་བ་དང་གཤམ་བྱ་སངས་རྒྱས་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་གཤམ་
བྱའི་ཏེན་སངས་དང་བཏེན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་གཉིས་ཀ་ཆིག་
གིས་དངོས་སུ་མ་སྤྲས་པར་ཏེན་ཀྱི་སྐབས་སུ་གང་ཞིག་སྤིང་འདིར་སྒྲ་ན་
འཕགས་པ་དེས་ཞེས་དང་། བཏེན་པའི་སྐབས་སུ་མད་བྱང་ལེགས་པའི་ཆ་
ཤས་གང་སྟེར་པ་དེ་བཞིན་སུ་དང་གང་གིས་བགོ་སྐལ་ཐོབ་པར་བྱུར་ན་དེ་

དང་དེ་དག་ལེགས་པའི་སྒོ་བརྒྱུར་འཇུག་ཚུལ་བསྟན་པ་ཙམ་ལས་བརྟེན་
པ་ཆོག་གིས་གསལ་བར་མི་བསྟན་ཅིང་། གཤམ་བྱེད་ཀྱི་རྟེན་ཟླ་བ་དང་དེའི་
བརྟེན་པ་ཟླ་འོད་ལའང་གོ་རུང་མོད། གཤམ་བྱེད་ཀྱི་རྟེན་བརྟེན་པ་གཉིས་ཀྱང་
དངོས་སུ་མི་བསྟན་པས་ཆོག་སྒྱུར་འདི་འདྲ་ནི་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་གཉིས་ཀ་
བསྐྱེབས་པའི་གཤམ་ཆོག་ཡིན་ནོ།།

༡༩ ཡོངས་འདྲེས་གཤམ་ཆོག་

གཤམ་ཆོག་མཆན་ཉིད་སྣ་ཆོག་གསལ་བ། །

འདྲེས་པ་དེ་ནི་ཡོངས་འདྲེས་རྒྱུ། །

གོང་གི་གཤམ་ཆོག་མཆན་ཉིད་སྣ་ཆོག་གསལ་བ་དེ་དག་པན་ཚུན་འདྲེས་
ཤིང་བསྐྱེས་པས་གཤམ་བྱེད་ཉིད་མི་གསལ་བ་བྱས་པའི་གཤམ་ཆོག་ལ་ཡོངས་
འདྲེས་ཀྱི་གཤམ་ཆོག་རྒྱུ་ཟེར།

མེ་ཡི་གྲངས་ཁྲགས་ནག་པོ་བརྟེན་པའི་གཟེས།།

མངོན་པར་བཅེས་པས་ལོ་མའི་མཛེས་སྤྱད་ཉམས།།

རྒྱས་ཤིང་འབྲེགས་པའི་ཡལ་འདབས་ལྷ་པོ་ལ།།

རྣམ་བཟའི་འབྲས་བྱས་དུབ་པ་ལྟས་ངན་ཡིན།།

འདིའི་གཤམ་བྱ་རྒྱ་ཁོག་དང་གཤམ་བྱེད་ཤིང་སྤྲོད་ཡིན། གཤམ་བྱ་རྒྱ་
ཁོག་གི་སྐབས་སུ་ན་བའི་དུག་གིས་བཅེས་ཤིང་སྐྱ་ལོའི་མཛེས་སྤྱད་ཉམས་
ནས་དཀར་པོར་གྱུར་པའི་རྒྱས་ཁོག་གིས་ལག་པའི་མཇུག་མོ་ལྷ་ལ་རིན་
པོ་ཆེའི་ཆོག་སྐྱོད་འདྲ་མིན་གོན་པ་ནི་སེམས་རྒྱུད་མ་དུལ་པས་ལྟས་

ངན་ཡིན་ཞེས་པ་ཡིན་ལ། གཤམ་བྱེད་ཤིང་སྤྲོད་གི་སྐབས་སུ། སྟོན་མཁུག་གི་དུས་དབྱུང་ས་བཅོས་པས་ཤིང་ལོ་རི་མཛེས་སྐྱབས་ཉམས་པའི་ཤིང་སྤྲོད་འབྲེགས་པོ་རི་ཡལ་འདབས་ལ་ཤིང་འབྲས་ཀྱིས་དུབ་པ་ལྟས་ངན་ཡིན་ཞེས་པའོ། །ཆེ་ག་རྒྱུ་དང་པོ་མེ་ཡི་བྱངས་ཁྱུགས་ནི་བྱངས་ཀ་གསུམ་མཆོན་པའི་བྱངས་ཀྱི་མདོན་བརྗོད་ཡིན་ཏེ་འདིར་རྒྱ་བའི་དུས་དང་སྟོན་ཀྱི་དུས་ལ་གོ་དགོས་པས་བྱངས་ཀྱི་གཤམ་ཆེ་ག་ཡིན་ལ། དུས་ཀྱིས་བཅོས་པས་ལོ་མའི་མདོག་ཉམས་པ་དང་། རྒྱས་ཤིང་འབྲེགས་པའི་ཡལ་འདབས། རྣམ་བཟའི་འབྲས་བུས་དུབ་པ་སོགས་གཤམ་བྱ་ལ་འཁུག་པ་བྱགས་ཚུང་ཞིང་གཤམ་བྱེད་ཤིང་སྤྲོད་ལ་འཁུག་པ་བྱགས་ཆེ་བའི་རྒྱས་པས་བྱེད་ཏེ། གཤམ་བྱ་དེ་ཉིད་གོ་བ་གཞན་དུ་འབྱུང་ནས་བསྐྱུ་བར་བྱེད་པས་བསྐྱུ་བྱེད་གཤམ་ཆེ་ག་དང་། དུས་ཀྱིས་མདོན་པར་བཅོས་ནས་ཉམས་པ་དང་། རྒྱས་ཤིང་འབྲེགས་པའི་མཐུ་བ་མོ་ལྷ་པོ་ལ་རྣམ་བཟའི་འབྲས་བུས་དུབ་པ་ལྟས་ངན་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པའི་ཆེ་ག་ཕྱད་དང་རྣམ་དབྱེད་དེས་ཆེ་ག་ཡོད་ཅེས་ཀྱི་ཆེ་ག་སྦྱོར་དང་འབྲེགས་ནས་རྒྱབ་མོ་རི་ཆེ་ག་གིས་གཤམ་བྱ་དེ་ཉིད་སྐྱེ་བ་པས་རྒྱབ་མོ་རི་གཤམ་ཆེ་ག་སྟེ། གཤམ་ཆེ་ག་གི་རྒྱན་གསུམ་འདྲེས་པས་ཡོངས་འདྲེས་ཀྱི་གཤམ་ཆེ་ག་ཡིན་ནོ། །

བརྒྱད་གཉིས་ལང་ཆོས་མཛེས་པ་ཡི། །

འཕགས་ཡུལ་གཤམ་ཆེ་ག་བཞེན་བཟང་མའི། །

དུངས་སེམས་སྤྲས་པའི་གཤམ་བྱའི་དོན། །

གསལ་བྱེད་མེ་ལོང་འདིར་གཟིགས་དང་། །

རང་གི་རྒྱུ་རྒྱུ་སྒྲུབ་པ་ལ་བར། །
 གཞན་ལ་གདན་འདྲེ་འཛིན་པ་ཡི། །
 བ་དོར་འབྲུམ་ས་པའི་ཕོ་གཞོན་འགར། །
 སྒྲིང་རྒྱུང་འཕྲུལ་ས་པའི་བརྟན་རིས་མཐོང་། །
 གསར་གཏོད་ཆིག་གི་ལྷ་བའི་གསེབ། །
 འབྲུལ་སྒྲིང་མི་ལམ་ལ་ཅེན་པའི། །
 རྒྱལ་སྒྲོང་དེ་ཆོའི་སྒྲིབ་བྱེད་ལ། །
 འདི་གོ་བྲམ་གྱི་རི་མོ་ཡིན། །

ཞེས་པ་འདི་ནི་སྒྲིབ་རྒྱུ་མཐོ་སྒྲོབ་ཀྱི་ལོ་བྱེད་རྒྱལ་སྒྲོང་གྲ་སྒྲིབ་ཆེད་
 སྒྲིང་མེ་ཡེ་ཤེས་འཛིགས་མེད་ཀྱིས་སྒྲིབ་བ་ལྟར། སྒྲིང་ཡོད་སྒྲོམ་ཆིག་གི་
 ཐོག་གོ་དོན་དང་དཔེར་བཞིན་ཀྱིས་ཁ་སྒྲོང་ནས་ཐེན་གྱིས་སྒྲིབ་བྱེད་སྒྲིབ་
 བྱེད་བྱས། སྒྲིང་ཡང་དགོ་འོས་སྒྲོབ་མ་སྒྲིབ་ཁའོར་སྒྲོབ་བྱེད་སྒྲིབ་སྒྲིབ་འཕྲུལ་
 རྒྱུང་བྱེད་བྱས་ཐོག་ བྱེས་འབྲོད་བྱེད་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་གི་ལོ་རྒྱུས་བརྟན་རྒྱུ་
 མེད་པར་གསར་གཏོད་པ་ཡིན་སྒྲིང་ཤར་མཁན་ཕོ་གསར་རྒྱལ་སྒྲོང་འགའ་
 ཞིག་ལ་རང་དོ་འབྲོད་པའི་མཁུག་ཚུམ་ཆིག་རྒྱུང་བཞེས་མཐོང་སྒྲོམ་དང་
 བཅས། བེ་རི་འཛིགས་མེད་ཀྱིས་གནས་མཆོག་སྒྲིབ་རྒྱུ་དེ་དང་སྒྲོང་སྒྲིབ་བ་
 རི་དྲགས་ཀྱི་ནགས་འདབས་བོད་ཀྱི་གཙུག་ལག་སྒྲོབ་གཉེར་ཁང་ཆེན་པོའི་
 བེ་རྒྱུ་མཐོན་ཁང་དུ་སྒྲིབ་བ་དགོ་ལེགས། འཕེལ། །

ཚུམ་ཡིག་འབྲི་ཐབས།

དབྱ་མ་འོག་མ་ལོ་རིམ་དང་པོའི་དབྱར་ཆོས།
འཆོས་ཀྱན་ས་ལྔ་བར།

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༠ལྷ་བ་

ཐེ་རི་དགེ་བཤེས་འཛིགས་མེད་དབང་རྒྱལ།

ཕྱོན་དུ་སྒྲེང་བ།

མཁས་པའི་མདུན་སར་ངོམས་པའི་རྒྱན་གྱི་མཆོག་གི་ལག་ལེན་གསེར་གྱི་ཐིག་མཚན་པའི་ཉིང་ཁུ་གང་།
རིག་པ་དཔེ་ཐོག་འགོད་པའི་ལག་ལེན་གྱི།
ཚུམ་ཡིག་འབྲི་ཐབས་མདོར་བསྡུས་བརྗོད་ལ་སྟོ།

དེ་ལ་ཚུམ་རིག་ནི་དག་གི་རིག་བྱེད་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲུ་ཅེས་གྱི་རྣམ་
གྲངས་ཤིག་ཡིན་ལ། རྣམ་གྲངས་འདི་ཉིད་མཁས་པའི་དབང་ཉག་ས་དང་།
མཛེས་པའི་ལག་རྗེས་ཤིག་ཀྱང་ཡིན། མཁས་པའི་བྱ་བ་ལ་འཆད་ཚུད་
ཚུམ་གསུམ་ཉིད་དུ་བགྱང་ཞིང་། དེ་དག་གི་ནང་ནས་ཀྱང་ཚུམ་པ་ནི། མཁས་
པའི་བྱ་བ་ཀྱན་གྱི་ནང་ནས་ཆེས་གཤམ་ཆེའི་རང་བཞིན་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན།

རིག་པའི་རྣམ་གྲངས་འདི་ཉིད་རྒྱལ་པོ་གསུམ་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་། དང་
པོ་རི་ལྷོ་རྒྱལ་བྱང་བ་དང་། བར་དུ་རི་ལྷོ་རྒྱལ་དར་བ། ད་ལྷོ་རི་ཅམ་འཕེལ་བའི་
བྱང་རིམ་ནི་ཤིན་ཏུ་རིང་ལ། དེ་བཞིན་ཤར་ཕྱོགས་པའི་ནང་དུའང་ཚུམ་རིག་
གི་བྱང་དར་འཕེལ་གསུམ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ནི་ཤིན་ཏུ་རིང་པོ་ཡིན། གྲེ་བྲག་
བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་གི་བྱང་རིམ་ནི། བོད་ཀྱི་འགྲོ་བ་མིའི་འཕེལ་རིམ་མགོ་
བཙུགས་པ་ནས་ད་ལྟའི་བར་རི་ལྷོ་རྒྱལ་བྱང་ཞིང་དར་བ་དང་། འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་
པའི་ལོ་རྒྱུས་གྱི་རྒྱད་རིམ་བྱང་བྱང་མིན་ལ། ཉུང་ཉུང་ཡང་མིན། བྱང་རིམ་
དེ་རིགས་ཕྱོགས་བསྐྱེམས་བརྒྱབ་ནས་ཁྱེན། བོད་ཀྱི་གདོད་མའི་ཚུམ་རིག་
དང་། སྒོལ་རྒྱན་ཚུམ་རིག་རང་མོས་ཚུམ་རིག་གསུམ་དུ་འདུ་བ་ཡིན།

ཚུམ་རིག་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་དེའི་གཞི་བཙུགས་ས་རིག་པའི་གཞུང་
ལུགས་ཤིག་དགོས་པ་ནི། བཤད་མ་དགོས་པར་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་
ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན། རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་སྒྲིམ་གཞི་ལྡན་པའི་ཚུམ་རིག་
ལ་ནང་གསལ་གྱི་དགྲེ་བ་ནི་རྩ་མོག་གི་སྤྱུ་ལྷོ་མང་ལ། དེ་དག་རེ་རེ་ལའང་
བྱུང་མོང་མིན་པའི་བྱང་ཆོས་ལྡན་པའི་སྤྱུ་རྒྱལ་གྱི་ཉམས་འགྱུར་དང་། སྒོ་
བའི་བྱང་པར་མི་འདྲ་བ་རེ་རེ་ལྡན་པའང་བཤད་མ་དགོས་པ་རེད། ང་ཆོས་
རང་རང་ལ་ལྡན་སྤྱེས་སུ་ལྡན་པའི་སེམས་ཁམས་ཀྱི་ཁ་ཕྱོགས་དང་། དབང་
པོའི་མཐོང་སྒྲུང་མི་འདྲ་རེ་ཡོད་པའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྒྲེལ་བྱུང་དེ་དག་ནས། རང་
ཡུལ་གང་དང་གང་ཞིག་ལ་འཇུག་པའི་སྐབས། མཐོང་སྒྲུང་དང་བསམ་སྒྲུང་
མི་འདྲ་རེ་ཡོང་གི་ཡོད་ལ། མཐོང་སྒྲུང་དང་བསམ་སྒྲུང་མི་འདྲ་བའི་བརྗོད་པ་

རེ་རེ་ཡང་ངག་ལམ་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་བརྗོད་འོང་བ་དེ་ནི། སྒྲེབ་བསྐྱེགས་
མ་བྱས་པའི་རྩོམ་རིག་གི་ཆ་ལག་ཡིན་ལ། དེ་ནི་གཡོས་སྒྲོར་མ་བྱས་པའི་
ཁ་བས་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་དང་ཡང་མཚུངས་པ་ཡིན། དེ་ཉིད་ཡིག་ཐོག་ཏུ་བསྐྱེགས་
པའི་རྩོམ་རིག་གི་རྒྱད་རིམ་ནི། རྩོམ་རིག་གི་གཞི་རྒྱ་དང་པོ་འཇུགས་ས་དེ་
ཡིན། རྒྱ་དང་པོ་འཇུགས་ས་འདི་ནས་འགོ་ཐུབ་པ་དང་། འགོ་བ་ནས་རྒྱུག་པ།
རྒྱུག་པ་ནས་མཆོང་བའི་རྒྱད་རིམ་གྱི་མགོ་འཇུགས་བྱེད་ས་སྟེ་བ་དེ་ཡང་
འདི་ཉིད་ཡིན། དེར་བརྟེན་ང་ཚོས་རྩོམ་རིག་གི་ལམ་བུ་ལ་སྦྱ་རྒྱུ་ཅུ་ཀྱི་གོམ་
པ་རྒྱུག་དགོས་ན། མགོ་འཇུགས་བྱེད་ས་དང་དབུ་བྱུང་འབྲེ་ས་དེ་འདི་ནས་
ཡིན།

རྩོམ་ཡིག་འབྲེ་ཐབས་དངོས།

མཁས་པའི་བྱ་བ་ལ་ཐུ་མཐའ་མེད་ཅིང་བཟང་པོའི་བྱ་བ་ཞག་ལ་ས་
མཆོམས་མེད། བྱ་བ་ཞག་དང་མཇུག་རྗེས་ཇི་འདྲ་ཞིག་གིས་ཀྱང་བསྒྲུན་དུ་
མེད་པ་ནི་རྩོམ་རིག་ཁོ་ན་ཡིན། འོ་ན་རྩོམ་ཡིག་འབྲེ་བར་མགོ་གང་ནས་
འཇུགས་དགོས་སམ། མཇུག་རྗེས་ལ་བསྒྲུལ་དགོས་སམ། ཞེས་པའི་འདྲི་
བ་འདི་གཉིས་ཆེད་དུ་མངགས་ནས་འདྲི་མི་དགོས་པར་རང་བཞིན་གྱིས་
སྒྲེབས་འོང་བའི་རང་བྱུང་གི་འདྲི་བ་རྗོད་རྗོད་གཉིས་ཡིན།

ཁྱོད་ཀྱིས་རྩོམ་ཡིག་འབྲེ་བའི་མགོ་རྗེས་ལ་འཇུགས་དགོས་སམ།

ཁྱོད་ཉིད་ཚུམ་རིག་གི་འཛིག་རྟེན་ཉལ་བའི་ཐོག་མར་དབྱངས་གསལ་སོ་
བཞིའི་འགྱུར་ཁྱུག་ལ་བྱང་ཆུབ་པ་ནས། སུམ་རྟགས་དག་གསུམ་གྱི་པ་བྲིམ་
ལའང་ནང་བྱན་ཆུབ་པའི་ཆ་རྒྱན་ལྡན་པ་ནི་བཤད་མ་དགོས་པའི་ཐོག ཁྱོད་
རང་ཚུམ་རིག་གི་འཛིག་རྟེན་ལ་ལྟ་འདོད་ཀྱི་མིག་དང་འགྲོ་འདོད་ཀྱི་རྒྱུ་པ་
ལྡན་དགོས།

གལ་ཏེ་ཁྱོད་རང་ཚུམ་རིག་ལ་དྲངས་ན། ལྟོད་མེད་པའི་སྟོབས་དྲངས་
སེམས་དེ་ནམ་ཡང་མི་འདོར་བར་སྒྱུ་རྩལ་གྱི་མཛེས་བཞོན་ལ་ཆོར་སྒྲུང་གི་
གསོན་ལྷགས་སྤར་དགོས། ཁྱོད་ཀྱིས་གསོན་ལྷགས་འཕར་བའི་ཆོར་བའི་
སྟོང་བྱང་ཐོག་མར་དགོད་ས་དེ། ཁྱོད་རང་ཚུམ་རིག་གི་འཛིག་རྟེན་འགྲིམས་
པའི་ཐག་ཟམ་སྤྲ་མོ་དེ་ཡིན། ཐག་ཟམ་དེའི་ཐོག་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་གོམ་པ་དང་
པོ་སྟོ་ཐབས་ཉག་གཅིག་ནི། འོག་ཐོག་ཏུ་པབ་པའི་ཆོར་བའི་ནག་རིས་དེ་
ཡིན། ཆོར་བའི་ནག་རིས་ཀྱི་སྒྲུང་བརྟན་འདི་བསྒྲུན་པར་ཐོག་མར་གྱིས་པ་
གོག་ནས་ལངས་པ་དང་། གྱེུ་ཆང་ནས་འཕྱར་བའི་གདེང་ཆ་ནི། ཁྱོད་ཀྱི་
ཉིན་རེའི་ཆོར་བ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཚུམ་རིག་ཐུང་ཐུང་དང་། ཆུང་ཆུང་།
ཉུང་ཉུང་འབྲི་བའི་ངལ་བ་དང་དུ་ལེན་རྒྱ་དེ་ཡིན།

ཁྱོད་ཀྱིས་ཚུམ་རིག་གི་ཞིང་ཁམས་ཉལ་བར་འདོད་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་
ཉིན་རེའི་འཆོ་བ་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྱུ་རྩལ་གྱི་མཆན་མདངས་བཟྱ་བའི་ཉིན་ཐོ་
བྲིས་དང་། ལྟོག་འགྱུར་དང་རྟོག་བཞེས་ཉམས་འགྱུར་གྱི་འབྲ་འབག་གཡོག་

པའི་ཉིན་ཐོ་བྲིས་དང་། ད་བཟོད་སྒྲག་ཤོག་གི་བར་དུ་འཆང་བའི་བྲོད་ཀྱི་གྲིབ་
གཟུགས་ལ་གསོན་ཤུགས་ཀྱི་གཡོ་འགྲུལ་ལྡན་པའི་རྣམ་ཤེས་གསར་པ་
ཞིག་ཞུགས་པ་ཡིན།

བྲོད་ཀྱིས་རྩོམ་རིག་གི་འཛིག་ཉིན་ལ་གཟིགས་མོ་སྟོན། མཐོང་ཐོས་
དངོས་བྱུང་གི་སྒྲུབ་ཆིག་བྲིས་དང་། རྟོག་འཆར་དང་ཆོར་སྒྲུང་འབྲེས་པའི་སྒྲུ་
རྩལ་གྱི་མཛེས་བཞོན་བྲོས་དང་། ད་བཟོད་བྲོད་ཉིད་འབྲུལ་སྒྲུང་དང་དངོས་
བདེན་བར་གྱི་སྒྲུ་རྩལ་མཁན་པོའི་གོ་ས་ལ་རེག་པ་ཡིན་ལ། སྒྲུག་རྩེ་དང་
ཤོག་ངོས་བར་ནས་ཉམས་དང་འགྱུར་གྱི་གསོན་ཤུགས་གསར་པ་ཞིག་གྱུར་
འཕར་ངེས་ཡིན།

བྲོད་རང་རྩོམ་རིག་གི་རོལ་དབྱངས་ཉན་པར་འདོད་ན། འཆོ་བ་དངོས་
ཀྱི་སྟོག་འཛིང་ལ་ཞིབ་འདང་ཐེབས་ངེས་ཀྱི་སྒྲུང་བྱུང་བྲིས་དང་། འཆལ་ཡན་
དང་འབྲུལ་རྟོག་གི་འབག་གོས་བསྐྱབས་པའི་སྒྲུང་རྩོམ་བྲིས་དང་། ད་བཟོད་
བྲོད་ཉིད་ཆོར་བ་དངོས་ལ་རེག་པའི་སྟོང་བྱུང་དང་། རྟོག་འཆལ་སྟོང་ན་རྩེན་
པའི་མི་ལམ་འགྲུག་མཁན་གྱི་མིག་འཕྲུལ་བ་དང་སྒྲུ་མ་མཁན་ཞིག་འགྱུར་
ངེས་ལ། དེ་ནི་བྲོད་ཉིད་རྩོམ་རིག་གི་རོལ་དབྱངས་ཉན་པའི་གདེང་ཆ་དང་ཁོ་
ལག་ཡག་ཤོས་དེ་ཡིན།

གལ་ཏེ་བྲོད་རང་རྩོམ་རིག་ལ་ཐོས་པའི་བག་ཆགས་འཕྲུག་པ་དང་
བསམ་པའི་རིག་ཚུལ་ཐབ་པའི་ཆོར་རྟོག་རྟོན་པོ་ཞིག་དགོས་ན། བྲོད་ཀྱི་
གོམ་པའི་རྟོག་སྒྲེ་གཙུག་ལག་གཏེར་དུ་འབྲེལ་པའི་དཔེ་མཛོད་ལ་གཏོད་

དང་། ཁྱོད་ཀྱི་མིག་ཟུང་གནའ་དེང་གི་མཁས་པས་བསྐྱུན་པའི་དཔེ་ཚོགས་
ཀྱི་ཁོག་པའི་ནང་འཇུག་དང་། ད་བཟོད་ཁྱོད་ལ་སྒར་ན་མེད་པའི་མཐོང་ཐོས་
ཀྱི་བག་ཆགས་གསར་པ་ཞིག་བསག་འོང་ལ། སྤྱིན་ཆད་པན་པའི་ཚོར་བའི་
སྤྱོད་བྱང་གི་ཁ་བྱང་གསར་པ་ཞིག་ཉིད་འོང་།

གལ་ཏེ་ཁྱོད་རང་འཇིག་རྟེན་དངོས་དང་རྟོག་འཆར་ཀྱི་སྒོད་བཅུད་
མཐའ་དག་མངོས་བཀོད་ཀྱི་སྒྲུང་བརྟན་དུ་བསྐྱུས་ནས། རྩོམ་རིག་གི་བྱ་
བཞག་ཅིག་བསྐྱུན་འདོད་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་སྤྱི་བར་གསུམ་དང་། ཉིན་མཆན་
དུས་དྲུག་འགྲོ་འདུག་སྤྱོད་གསུམ། ཐ་ན་དུས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ཕྱ་མོ་ཚུན་ཆད་དུ་འང་
མཐོས་ཐོས་སྤྱོད་གསུམ་ཀྱི་དངོས་པོ་རེ་རེ་བ་ཚུན་ཆད་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་དང་
བྱེད་ལས། རོ་བོ་དང་རྒྱས་པ། རྒྱ་རྒྱེན་དང་མཇུག་འབྲས་བཅས་ལ་དོན་
དངོས་དང་རྟོག་བཟོ་བྱང་དུ་འབྲེལ་བའི་རྟོག་ཞིབ་ཀྱི་མིག་ཟུང་བྱེད་གོས་ལ།
དབྱེ་ཞིབ་ཀྱི་དཔྱད་སྒྲོ་འབྱེད་དགོས། རྩོམ་རིག་གི་ཞིང་ཁམས་འགྲིམས་
པའི་སྒོ་ཆེན་འདི་ནས། རྩོམ་རིག་གི་འཇིག་རྟེན་ཉུལ་པའི་ལམ་བྱེད་འདི་ནས།
ཁྱོད་རང་གོམ་པ་དལ་ཀྱིས་སྒྲོས་ན། ད་བཟོད་ཁྱོད་ཉིད་རྩོམ་རིག་གི་ཞིང་
ཁམས་ལ་སླེབས་ངེས་ཡིན་ལ། སྤྱི་ཅུལ་ཀྱི་ལྷན་མོ་དངོས་གནས་དེ་མཐོང་
ངེས་ཡིན།

རྩོམ་རིག་གི་འཇིག་རྟེན་ཉུལ་བའི་བཅན་ས་ཟིན་པའི་ཉིན་མོ་དེར་
ཁྱོད་ཀྱིས་ཅི་ཞིག་བྱེད་དགོས་སམ། འདི་ནི་ཁྱོད་ཀྱིས་དཀའ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་
སྤྱོད་པའི་རྒྱལ་ཁའི་མཐའ་མཇུག་གི་དྲི་བ་དེ་ཡིན། དྲི་བ་འདི་སླེབས་དུས་

ཁྱོད་ཉིད་ཚུམ་རིག་གི་འཛིག་ཏེན་དུ་སྐྱུ་ཅལ་གྱི་སྐྱུ་དབྱངས་ལེན་མཁན་སྐྱུ་
པ་གྲགས་ཅན་དེ་ཆགས་བེན་པ་ཡིན་ལ། ཏོག་བཟོའི་འཛིག་ཏེན་བསྐྱུན་པའི་
འཆལ་ཡན་གྱི་མིག་འཕྲུལ་མཁན་པོའི་གོ་ས་ཡང་ཐོབ་བེན་པ་ཡིན། སྐབས་
དེར་ཁྱོད་ཉིད་ཤིང་སྡོང་བཞིན་ཚོག་གོར་སྡོད་པའི་དུས་མིན་ལ། འབག་སྐྱུ་
བཞིན་གསོན་ལྷགས་མི་དགོས་པའི་དུས་དེ་བས་མིན། སྐབས་དེར་ཁྱོད་རང་
མང་ཆོགས་གྱི་སྡོངས་པ་སེལ་བའི་ཆེད་ཁྱུན་མར་བཞིན་འབར་དགོས་ལ།
སྐབས་དེར་ཁྱོད་རྗེས་ལྷས་གྱི་བཀག་དོ་གཏོར་བའི་ཆེད་འབར་རྗེས་བཞིན་
འགད་དགོས། སྐབས་དེར་ཁྱོད་རིག་གཞུང་གི་སྐྱེད་ཆལ་ཆེད་མེ་ཏོག་བཞིན་
བཞེད་དགོས་ལ། སྐབས་དེར་ཁྱོད་མང་ཆོགས་གྱི་བསམ་སྒྲུབ་ཀྱི་ཆེད་
ཆར་པ་བཞིན་འབབ་དགོས།

མཐའ་བསྐྱེམས།

ཚུམ་རིག་ལ་དགའ་བའི་ན་གཞོན་ཆོ། བྱོད་ཅག་ཚུམ་རིག་ལ་འཇུག་
པའི་གྲུ་ག་ཚུང་ཚུང་ཞིག་འདི་ནས་བསྐྱེན་ཡོད་པའི་རེ་བ་ཁྱུ་རྒྱ་ཡིན་ལ། གྲུ་
ག་ཚུང་ཚུང་འདི་ནས་གོམ་པའི་དོག་སྒྲེ་དང་པོ་དེ། ཉི་མ་དེ་རིང་ནས་འཛོག་
སྟེ་ཚུམ་རིག་གི་དབུ་བྱུང་གསར་བ་ཞིག་འབྱི་རྒྱུ་རེ་བ་ཁྱུ་རྒྱ་ཡིན།

མཆམས་དང་ཆད་ལས་འགངས་པའི་སྐྱུ་ཅལ་གྱི།

སྤང་བརྟན་འབྱམ་སྤག་འཆར་བའི་མེ་ལོང་ནི།

གནའ་དང་དེང་གི་ཚུམ་རིག་འཕྱར་བའི་རྒྱབས།

གཙུག་ལག་རྒྱ་མཚོ་མཛེས་པའི་རྒྱན་གྱུར་ཅིག

ཤེས་སྒྲོན་བཅས་དགེ་མིང་བྱུར་ཅམ་འདྲེན་བ་བེ་རི་འཛིགས་མེད་
གྱིས་ལྷ་ཁྲི་ཆེས་མཐོའི་གཙུག་ལག་སྒྲོབ་གྱུ་འདི་ཆེན་མོའི་མགྲོན་ཁང་མགོན་
མེད་བས་སྦྱིན་གྱི་ཡང་ཐོག་རང་ཤག་ཏུ་༢༠༡༠།༡༡།༡ཉིན་ཤར་མར་སྟེལ་བ་
དགེ་ལེགས་འཕེལ། །