

རྒྱན་མཁོ་ཉིང་མྱོད་ཚོ་གཞི་དེར་ལྷོང་ཉིང་གསུམ་པ།

༡༡། །དགེ་སློང་མ་དཔལ་མའི་ཡུགས་ཀྱི་ཞལ་བརྟུ་གཅིག་པའི་

སྐྱབ་ཐབས་སྐྱུང་བར་གནས་པའི་ཚོ་ག་པན་བདེའི་

འབྱུང་གནས་བཟུགས་སོ།།



མཇེད་པ་ལོ། ཚེ་རྗེ་བརྟན་གྲགས་པ་བཤད་སྐྱབ།

༢ གོང་ས་༢ སྐབས་མགོན་ཆུལ་བའི་དབང་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་རྗེ་  
བཀྲིན་འོག་ཕྱན་གྱིས་གཞོན་སྐྱེས་སློབ་གསལ་རྒྱུ་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ། ཀྱི་  
ཤུ་ཉ་གས་ཅན་གྱི་ལག་ཐོག་ཁ་པར་དང་ iPad སློབ་ཁྲིད་སོགས་བརྒྱུད་ནས་  
དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་བོད་ཡིག་ལམ་ནས་གཟིགས་བདེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་བཅོས་  
བ་ཡིན། སླད་ནས་ཀྱང་རིམ་པས་དཔེ་དེབ་དོ་བཤུས་ལག་ཏུ་འབྱོར་ཆེ་དེབ་  
གངས་མང་དུ་གཏོང་རྒྱུ་འོག་སྐབས་འོང་སྲིད་ན་དེར་སྐྱོན་བའི་ལམ་སྟོན་  
བཀའ་སློབ་དགོངས་འཆར་ལྟག་སྟེལ་ཡོང་བར་རེ་བསྐྱེལ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། ཞུ་  
དག་བསྐྱར་མ་སོགས་ལ་རང་རྒྱས་གང་ཡོད་གྱིས་འབད་ཚོལ་གྱིས་ཁུལ་  
བྱས་ཀྱང་ཆུད་ཆེད་ཞན་སྐབས་ནོར་འབྲུལ་གང་ཞོར་རྣམས་བཅོད་གསོལ་  
ཞུ་རྒྱུ་བཅས།

སེར་སླད་དམར་འཇམ་དབྱངས་བསོད་ནམས་གྱིས།

དེབ་བཅོས་ཟིན་བ་རྣམས་སྤུ་ལ་དགོས་ན་བརྒྱུ་རྒྱུད་ནས་རིན་མེད་དུ་ཤུལ་ཆོག།

བརྒྱུ་ཁྲིད་ marjamson618@gmail.com

དགེ་སློང་མ་དཔལ་མེད་ལྷགས་ཀྱི་ཞལ་བཙུ་གཅིག་པེ་སྐྱབ་ཐབས་སྦྱང་བར་གནས་པེ་ཆོ་ག

༡༡། དགེ་སློང་མ་དཔལ་མེད་ལྷགས་ཀྱི་ཞལ་བཙུ་གཅིག་པེ་

སྐྱབ་ཐབས་སྦྱང་བར་གནས་པེ་ཆོ་ག་པན་བདེེ་

འབྱུང་གནས་བཞུགས་སོ།།

༡༡། །རབ་འབྱམས་རྒྱལ་བེ་ཐུགས་རྗེེ་ཆུ་ཤེལ་ཀྱན། །གཅིག་  
བསྐྱུས་སྐྱག་བསྐྱལ་ཆ་གདུང་སེལ་བེ་ལྷ། །འཛིག་རྟེན་གསུམ་མགོན་ཕྱག་  
ན་བརྗོད་ཞབས། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་མི་འབྲལ་གཙུག་གིས་བསྟེན། །གང་དེས་  
རྗེས་བཟུང་བྱུབ་དབང་དཔལ་མོ་ཡི། །བཞེད་སྟོལ་གཅིག་ལྷག་ཕྱོགས་ཀྱི་  
ཞལ་མངའ་བ། །སྐྱབ་ཐབས་སྦྱང་བར་གནས་པེ་ཆོ་གེ་ཚུལ། །དམ་པེ་  
གསུང་བཞིན་པན་འདོད་སེམས་ཀྱིས་གྲི། །

འདི་དགེ་སློང་མ་དཔལ་མེད་ལྷགས་བཞིན་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཞལ་བཙུ་གཅིག་པེ་སྐྱབ་  
ཐབས་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། །སྐྱབ་ཐབས་འདི་ལ་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུས་བ་གསུམ་ཀྱི་  
ཚུལ་སྦྱང་ཡང་། འཇུག་པ་བདེ་བེ་ཕྱིར་འབྲིང་པེ་དབང་དུ་བྱས་ནས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །

དེ་ཡང་ཐོག་མར་བཙུ་གཅིག་ཞལ་ཀྱི་དབང་རྗེས་གནང་གང་རིགས་སོགས་ནོས་པར་བྱས་  
ནས་རབ་ས་ག་རྒྱ་བཤམ། དེ་མིན་ཆོ་འཕྱུལ་རྒྱ་བ་སོགས་དུས་གཞན་དུའང་རུང་ལ། དང་པོར་གནས་  
ཁང་གི་དོར་བྱས་ཏེ། དཀྱིལ་འཁོར་བརྒྱ་འདབ་མ་བརྒྱད་པ་ལྟེ་བ་དམར། ཤར་སྟོ། ལྟོ་སེལ། ལུབ་དཀར།  
བྱང་ལྗང། མཚམས་རྣམས་མརྗེས་ཆོན་དུ་བྱ། དབུས་དང་ཕྱོགས་བཞིར་རང་རང་གི་གྲིས་འབྱུང་གི་

ཅེ་ནི་རྩེ་བཅུན་གྲགས་པ་བཤད་སྒྲུབ།      ། རྒྱན་མཁེ་ཉིར་སྒྲོང་ཆོ་གའི་དེབ་ཐེང་ཉིར་གསུམ་པ།

སྒྲུའམ། ཆོས་བྱ་འགོད། འདིར་རྩེ་དགོ་འདུན་རྒྱ་མཆོའི་གསུང་ལས། རྒྱབ་དམར་ཞེས་འབྱུང་ཡང་  
བརྟག་པར་བྱ་སྟེ། རྒྱ་མཆོན་ནི་འོད་དཔག་མེད་གྱི་རིགས་ཅན་སྒྱུན་རས་གཟིགས་གདན་བཅས་དབྱུས་  
སྒྱ་སོང་བའི་དོད་ལ། རྣམ་སྒྲུང་གདན་བཅས་རྒྱབ་ཏུ་བཞག་པའི་ཕྱིར། དབྱུས་དམར་ཞིང་རྒྱབ་དཀར་བ་  
དོན་གྱིས་ཐོབ་པས། རྒྱལ་སྐས་དབྱལ་ཚུ་ཆོས་རྫོང་བའི་ཆོ་གར་རྒྱབ་དཀར་ཞེས་བཤད་པ་འདི་འོང་  
ངམ་སྟུམ་མོ། །རྒྱ་གཉིས་ཉིར་སྒྲོང་རོལ་མོ་སོགས་མཆོད་པ་རྣམས་གྱིས་མཐའ་བསྐྱོར། བུམ་པ་མགུལ་  
ཆིངས་དང་བཅས་པ་རྒྱ་གཅོང་མས་ཕྱེད་ལྷག་ཅམ་དུ་བཀའ་སྟེ། དེ་ལྟ། སྒྲན་ལྟ། རིན་པོ་ཆེ་ལྟ་རྩོགས་  
པར་དང་གང་འབྱོར་གཞུག་ཤིང་འོ་མ་ཅན་སོགས་གྱིས་ཁ་བརྒྱན་ལ། མཐུལ་གི་མདུན་ངོས་སྒྱ་བཀོད།  
དཀར་གཏོར་གསུམ་བཤམ་མོ། །

ཆོ་གའི་རིམ་པ་ལ་གསུམ། སྒྲོར་བ། དངོས་གཞི། མཐུག་གི་ཆོ་གའོ། །དང་པོ་ལ། སྒྲོ་  
ལངས་མ་ཐག་ཐལ་མོ་བརྒྱ་ཁ་ཕྱེ་བའི་ཚུལ་དུ་བཀའ་ལ་སྟོང་གར་བཞག་སྟེ། མོ་བརྒྱ་ལུང་རྩ་ཕ་ཡེ་སྒྲ་  
ན། ཞེས་བརྒྱའི་རིགས་གྱི་དམ་ཆོག་གི་ཕྱག་རྒྱ་བཅེངས་ཏེ། སྒྲགས་བརྫོད་ཡན་ལག་དང་ཁ་དག་པར་  
ཁུས་བྱའོ། །

གསོ་སྒྲོང་ནི། དང་དང་པོ་སྒྲ་མའི་བྱང་དང་། ཉིན་ཕྱི་མའི་ཞོགས་སྒྲོབ་མ་རང་གིས་ཉིན་གྱི་བྱང་  
དུ་ལེན་ཞིང་། རྩེས་སྒྱ་སྒྲ་མ་ལ་མ་སྟོས་པར་རྒྱང་ཁུགས་གཉིས་ཀའི་སྐབས་སྒྱ་རང་གིས་ཉིན་གྱི་བྱང་དུ་  
སྒྲངས་ཀྱང་སྒྱེ་བར་གསུངས། ཉིན་ཡང་བཅུ་གཅིག་ཞལ་གྱི་སྒྲུའམ། མིན་ཀྱང་ཉིན་དེ་སངས་རྒྱས་  
སོགས་གྱི་འདུ་ཤེས་འཛོག་ཅིང་མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་སྒྲགས་རྩེ་ཆེན་པོ་ལ་རྒྱལ་བ་སྐས་བཅས་  
སོགས་གྱིས་སྒྲོར་བར་དམིགས་ནས་ལེན། དེ་ཡང་སྐབས་འགྲོ་རྒྱས་བསྐྱུས་ཅི་རིགས་བྱས་ཏེ། ཕྱག་  
འཆོལ་མཐུལ་ཀྱང་སྐབས་བསྟན་གྱིས་ཕུལ་ནས།

དགེ་སྤྱོད་མ་དཔལ་མོའི་ལུགས་ཀྱི་ཞལ་བཅུ་གཅིག་པའི་སྐྱབ་ཐབས་སྤྱད་བར་གནས་པའི་ཆོ་ག

སྒྲ་མ་དང་ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། ཞེས་བརྗོད་ནས་སམ། མ་བརྗོད་ཀྱང་རུང་སྟེ།  
རི་ལྷོ་སྤྱོད་ཀྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དབྱ་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་  
རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཏྲ་ཅང་ཤེས་ལྟ་བུ། སྤང་བོ་ཆེན་པོ། བྱ་བ་བྱས་ཤིང་  
བྱེད་པ་བྱས་པ། ཁུར་བོར་བ། རང་གི་དོན་རྗེས་སུ་ཐོབ་པ། སྤིང་པ་ཀུན་ཏུ་  
སྦྱོར་བ་ཡོངས་སུ་བྱེད་པ། ཡང་དག་པའི་བཀའ་ལེགས་པར་རྣམ་པར་གྲོལ་  
བའི་ཐུགས། ལེགས་པར་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ཤེས་རབ་ཅན་དེ་དག་གིས་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་ཀྱི་ཕྱིར་དང་། བན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་།  
གྲོལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། རྟ་མེད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། ལུ་གེ་མེད་པར་  
བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་  
པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
དེས་པར་རྫོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་གསོ་སྦྱོང་ཡང་དག་པར་མཛད་པ་དེ་  
བཞིན་དུ། བདག་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བས་ཀྱང་དུས་འདི་ནས་བཟུང་སྟེ། རི་  
སྤིང་སང་ཉི་མ་མ་ཤར་གྱི་བར་དུ་གསོ་སྦྱོང་དེས་པར་ཡང་དག་པར་སྤང་  
བར་བགྱིའོ། །ལན་གསུམ་དང་།

དེང་ནས་སློག་གཅོད་མི་བྱ་ཞིང་། །གཞན་གྱི་ཁོར་མི་སྤང་མི་བྱ། །  
འཁྲིག་པའི་ཆོས་ཀྱང་མི་སྦྱད་ཅིང་། །བརྟུན་གྱི་ཆོག་ཀྱང་མི་སྦྱའོ། །སྦྱོར་མི་



མང་པོ་ཉེར་བསྟན་པའི། །ཆང་ནི་ཡོངས་སུ་སྤང་བར་བྱ། །ཁྲི་སྟན་ཆེ་མཐོ་མི་  
བྱ་ཞིང་། །དེ་བཞིན་དུས་མ་ཡིན་པའི་ཟས། །དྲི་དང་ཐེང་བ་དང་ནི་རྒྱན། །གར་  
དང་སྒྲ་སོགས་སྤང་བར་བྱ། །རི་ལྟར་དག་བཅོམ་ཏྲག་ཏུ་ནི། །སློག་གཅོད་ལ་  
སོགས་མི་བྱེད་པ། །དེ་བཞིན་སློག་གཅོད་ལ་སོགས་སྤང་། །སྒྲ་མེད་བྱང་  
ཚུབ་ཐོབ་པར་ཤོག །སྒྲུག་བསྐལ་མང་འབྲུག་འཛི་ཉེན་རྣམས། །སྲིད་པའི་  
མཆོ་ལས་འདོན་པར་ཤོག །ལན་གསུམ་བཟོད།

ཨོ་ཨ་མོ་གྲ་ཤྲི་ལ། སི་རྟ་ར་སི་རྟ་ར། རྟ་ར་རྟ་ར། མ་རྟ་ཤུད་རྟ་ས་རྟ།  
པརྟ་བེ་བྱ་ཏྲི་ཏ་བྱ་ང། རྟ་ར་རྟ་ར། ས་མརྟ་ཨ་ཕ་ལོ་གི་ཏེ་རྩྱི་པཌ་སྒྲ་རྟ། ཚུལ་  
ཁྲིམས་རྣམ་དག་གི་གཟུངས་འདི་བདུན་ནམ་ཉེར་གཅིག་བཞུད། །

དེ་ནས་ཆོགས་ཞིང་དང་བདག་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆོད་པ་སློགས་གཅིག་ཏུ་བྱིན་རྒྱལས་བྱ་བ་ནི།  
འདིར་ལྟའི་ང་རྒྱལ་འཛིན་པ་འདིའི་གཞུང་པལ་ཆེར་ལས་མི་འབྱུང་ཡང་། །གཟུང་ན་ལེགས་པའི་ཚུལ་  
ནི། རང་ཉིད་སྐྱད་ཅིག་གིས་བྱགས་རྗེ་ཆེན་པོར་གསལ་བར་གྱུར་པར་བསམ་ལ།  
སྒྲགས་ལས་འབྲིལ་བའོ། །དེ་རྗེ་གཞོད་སྦྱིན་ཀྱི་སྒྲགས་སོགས་བཟོད་ཀྱང་རུང་མོད། །ཐམས་ཅད་  
མཁྱེན་པ་དག་འདུན་རྒྱ་མཆོའི་བཞེད་པ་ལྟར། ཨོ་པརྟ་རྟ་ཀྱིད་རྩྱི་པཌ། སྒྲ་བྲ་ཕས། སྟོང་  
པར་སྐྱུངས། སྟོང་པའི་ངང་ལས་བྱི་ལས་རིན་པོ་ཆེའི་སྦྱོད་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་  
རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་ཨོ་འོད་དུ་ཁྱུ་བ་ལས་བྱུང་བའི་མཆོད་ཡོན། །ཞབས་བསིལ།  
མེ་ཏོག་བདུག་སློས། སྒྲང་གསལ། དེ། ཞལ་ཟས། རོལ་མོ་རྣམས་རང་བཞིན་

དགེ་སྤྱོད་མ་དཔལ་མེད་ལུགས་ཀྱི་ཞལ་བཅུ་གཅིག་པེ་སྐྱབ་ཐབས་སྤྱད་བར་གནས་པེ་ཆོ་ག

སྤྱོད་པ། རྣམ་པ་མཆོད་རྫས་སོ་སོའི་རྣམ་པ་ཅན། བྱེད་ལས་ཟག་པ་མེད་པེ་  
བདེ་བ་བྱེད་པར་ཅན་སྟེར་བར་གྱུར། ཨོ་ཨྲྀ་ཨྲྀ་ཨྲྀ་ སྤྱི་ཨྲྀ་ཨྲྀ་ སྤྱེ་ཨྲྀ་  
ཨྲྀ་ ཨྲྀ་པེ་ཨྲྀ་ཨྲྀ་ ཨྲྀ་ལོ་གེ་ཨྲྀ་ཨྲྀ་ གཞེ་ཨྲྀ་ཨྲྀ་ བེ་མེ་ཏྲ་ཨྲྀ་ཨྲྀ་ འཁྱེད་ཨྲྀ་ཨྲྀ་  
བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས།

སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་ནི། སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་ཆོགས་གྱིས་ཆོགས་  
རྣམས་ལ། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནས་སྐྱབས་སུ་མཆི། །བདག་གི་སྦྱིན་  
སོགས་བགྱིས་པེ་ཆོགས་རྣམས་གྱིས། །འགོ་ལ་པན་སྦྱིར་སངས་རྒྱས་  
འགྱུབ་པར་ཤོག །ཞེས་སོགས་ལན་གསུམ་དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་  
རྫོགས་པེ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཆེད་དུ་འཕགས་པ་ཐུགས་རྗེ་  
ཆེན་པོའི་སྒོམ་བརྒྱས་ལ་འཇུག་པར་བགྱིདོ། །ཞེས་བརྗོད།

ཆོགས་ཞིང་སྦྱན་འཕེན་པ་ནི། རང་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོར་གསལ་བའི་ཐུགས་  
ཀར་ལྷ་བ་ལ་གནས་པེ་སྒྲིམ་ དཀར་པོ་ལས་འོད་ཟེར་འསྐྱོས། ཅ་བརྒྱད་ལྷ་མ་  
རྣམས་དང་། འཕགས་པ་སྦྱན་རས་གཟིགས་དབང་ཐུག་གི་ལྷ་ཆོགས་ལ་  
སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུ་སེམས་དཔའ་ཆོས་སྤྱོད་སྤྱད་མེད་ཆོགས་དཔག་ཏུ་  
མེད་པས་བསྐྱོར་བ་སྦྱན་ཏངས། མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་སྤོང་པོ་ཡངས་ཤིང་  
རྒྱ་ཆེ་བ་འདབ་མ་སྤོང་དང་ལྗན་པེ་སྤོང་དུ་བཞུགས་པར་གྱུར་བར་བསམ།

ཐུག་འཆལ་བ་ནི། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འདུས་པེ་སྤྱ། །དོ་རྗེ་འཇིན་

པའི་ངོ་བོ་ཉིད། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་ཅ་བ་སྟེ། །སྒྲ་མ་རྣམས་ལ་ཕྱག་  
འཆའ་ལོ། །སྒྲ་འགྱུར་བ་མེད་པ་སྒྲ་མའི་སྒྲ། །ཞེས་སོགས་དང་། དུས་གསུམ་བདེ་  
བར་གཤེགས་པ་ཆོས་གྱི་སྒྲ། །འགྲོ་བྱུག་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་སྒྱུན་རས་  
གཟིགས། །ནམ་མཁའ་ལྟ་བུར་བྱུང་བའི་བཅུ་གཅིག་ཞལ། །གཟི་བརྗིད་འོད་  
དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཕྱག་སྒྲོང་འཁོར་ལོ་བསྐྱུར་བའི་རྒྱལ་པོ་  
སྒྲོང་། །ཞེས་སོགས་དང་། རྒྱ་ཁྲི་གཙོ་མོ་དཔལ་ལྷན་དཔལ་མའི་ཞབས། །མངའ་  
རིག་པ་ཁ་ཆེན་སྒྲ་བ་གཞོན་བྱ་དང་། །ཡེ་ཤེས་བཟང་པོ་སྒྲ་བ་རྒྱལ་མཆོན་  
སོགས། །བརྒྱད་པའི་སྒྲ་མ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཐབས་མཁས་ཐུགས་  
རྩེ་ལྷུག་འཛིན་གསུམ་འབྱུངས། །གཞན་གྱིས་མི་བྱུང་བའུ་དུད་གྱི་དཔུང་འཛོམས་  
པ། །གསེར་གྱི་ལྷན་པོ་ལྟ་བུར་བརྗིད་པའི་སྒྲ། །ལྷུག་པོ་རྒྱུད་ལ་ཕྱག་  
འཆའ་ལོ། །ཞེས་སོགས་དང་། རྒྱུགས་བཅུ་འགྲོ་ལ་མཁྱེན་བཅེས་རབ་དགོངས་  
ནས། །རྒྱུགས་བཅུར་ཆོས་གྱི་འཁོར་ལོ་ལེགས་བསྐྱོར་བས། །རྒྱུགས་བཅུ་འགྲོ་  
ལྷན་ལོངས་སུ་སྒྲོབས་མཛད་པའི། །རྒྱུགས་བཅུ་འཛིན་སངས་རྒྱས་རྣམས་  
ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཞེས་སོགས་དང་། དག་པས་འདོད་ཆགས་བྲལ་བར་གྱུར། །  
དག་བས་ངན་སོང་ལས་གྲོལ་ཞིང་། །གཅིག་ཏུ་དོན་དམ་མཆོག་གྱུར་པ། །ཞི་  
གྱུར་ཆོས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །གྲོལ་ནས་གྲོལ་བའི་ལམ་ཡང་སྟོན། །བསྐྱབ་  
པ་དག་ལ་རབ་ཏུ་གནས། །ཞིང་གི་དམ་པ་ཡོན་ཏན་ལྡན། །དག་འདུན་ལ་ཡང་



དགོ་སྒོང་མ་དཔལ་མོའི་ཕྱག་ས་ཀྱི་ཞལ་བཙུ་གཅིག་པའི་སྐྱབ་ཐབས་སྐྱུང་བར་གནས་པའི་ཆོ་ག

ཕྱག་འཆལ་ལོ། །འཕགས་པ་སང་གའི་སྐྱ་དང་ཡིད་བཞིན་ནོར། །བརྒྱ་གར་  
དབང་ཕྱག་ས་རྩེ་མི་ཞོལ་དང་། །དོན་ཡོད་ཞགས་དང་ཏ་ལ་ཏ་ལ་སྟེ། །སྐྱུན་  
རས་གཟིགས་དབང་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །བརྒྱ་རྒྱན་དང་དོ་རྩེ་ཆོས་  
དབང་ཕྱག་། ཏ་རི་ཏ་རི་ལ་ཞོན་མགྱོན་སྟོན་ཏེ། །སྤྱོད་ས་བཙུར་བཞུགས་པའི་  
འཕགས་པ་ཕྱག་ས་རྩེ་ཅན། །སྐྱུན་རས་གཟིགས་དབང་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་  
ལོ། །ཙ་བརྒྱད་སྐྱ་མ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་སོགས་དང་། སྐྱོས་པ་ལ་དགའ་  
ན་ཕྱག་འཆལ་གཞན་དེ་ལྟར་འོས་པ་སྟོར།

དེ་ནས། རང་གི་སྒྲིང་གའི་རྟེན་མས་བྱུང་བའི་མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་རྣམས་  
ཀྱིས་མཆོད་པར་གྱུར། ཞོ་སར་ཏ་སྐྱ་ག་ཏུ་ཞུ་ཨ་བ་ལོ་གེ་ཤྲ་ར་ཡ་ས་བ་རི་  
ལྷ་ར་ཨ་རྟེ་བྲ་ཏྲི་རྩེ་སྐྱ་ལྷ། ཞོ་སར་ཏ་སྐྱ་ག་ཏུ་ཞུ་ཨ་བ་ལོ་གེ་ཤྲ་ར་ཡ་ས་བ་  
རི་ལྷ་ར་སྐྱ་ཏྲི་བྲ་ཏྲི་རྩེ་སྐྱ་ལྷ། ཞོ་སར་ཏ་སྐྱ་ག་ཏུ་ཞུ་ཨ་བ་ལོ་གེ་ཤྲ་ར་ཡ་ས་  
བ་རི་ལྷ་ར་ཕྱུ་ཏྲི་བྲ་ཏྲི་རྩེ་སྐྱ་ལྷ། ཞོ་སར་ཏ་སྐྱ་ག་ཏུ་ཞུ་ཨ་བ་ལོ་གེ་ཤྲ་ར་ཡ་  
ས་བ་རི་ལྷ་ར་རྒྱ་ལོ་གེ་ཏྲི་རྩེ་སྐྱ་ལྷ། ཞོ་སར་ཏ་སྐྱ་ག་ཏུ་ཞུ་ཨ་བ་ལོ་གེ་ཤྲ་ར་  
ཡ་ས་བ་རི་ལྷ་ར་ཏྲི་ལོ་གེ་ཏྲི་རྩེ་སྐྱ་ལྷ། ཞོ་སར་ཏ་སྐྱ་ག་ཏུ་ཞུ་ཨ་བ་ལོ་  
གེ་ཤྲ་ར་ཡ་ས་བ་རི་ལྷ་ར་གཞུ་ཏྲི་རྩེ་སྐྱ་ལྷ། ཞོ་སར་ཏ་སྐྱ་ག་ཏུ་ཞུ་ཨ་བ་ལོ་  
གེ་ཤྲ་ར་ཡ་ས་བ་རི་ལྷ་ར་ནི་ཕྱི་ཏྲི་རྩེ་སྐྱ་ལྷ། ཞོ་སར་ཏ་སྐྱ་ག་ཏུ་ཞུ་ཨ་  
བ་ལོ་གེ་ཤྲ་ར་ཡ་ས་བ་རི་ལྷ་ར་ཤུ་ཏྲི་རྩེ་སྐྱ་ལྷ། ཞོ་སར་ཏ་སྐྱ་ག་ཏུ་ཞུ་

ཨ་བ་ལོ་གེ་ཤྲ་ར་ཡ་ས་བ་དི་ལྷ་ར་རྩུ་བ་བྲ་ཏི་རྩོ་སྤྲ།      ཨོ་སར་ཏ་སྤ་ག་རྲ་  
ཨྲུ་ཨ་བ་ལོ་གེ་ཤྲ་ར་ཡ་ས་བ་དི་ལྷ་ར་ཤྲ་བྲ་ཏི་རྩོ་སྤྲ།      ཨོ་སར་ཏ་སྤ་ག་  
རྲ་ཨྲུ་ཨ་བ་ལོ་གེ་ཤྲ་ར་ཡ་ས་བ་དི་ལྷ་ར་གཞི་བྲ་ཏི་རྩོ་སྤྲ།      ཨོ་སར་ཏ་སྤ་  
ག་རྲ་ཨྲུ་ཨ་བ་ལོ་གེ་ཤྲ་ར་ཡ་ས་བ་དི་ལྷ་ར་ར་ས་བྲ་ཏི་རྩོ་སྤྲ།      ཨོ་སར་ཏ་  
སྤ་ག་རྲ་ཨྲུ་ཨ་བ་ལོ་གེ་ཤྲ་ར་ཡ་ས་བ་དི་ལྷ་ར་སྤྲའི་བྲ་ཏི་རྩོ་སྤྲ། བར་གྱིས་  
མཆོད།

ཅུང་ཟད་སྒྲོ་ན། དི་སྙེད་སྤྲ་དག་ཕྱོགས་བཅུའི་འཛིག་ཉིན་ན། །དུས་གསུམ་  
གཤེགས་པ་མི་ཡི་སེང་གོ་ཀྱན། །བདག་གིས་མ་ལུས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ།  
།ལུས་དང་དག་ཡིད་དང་བས་ཕྱག་བཞིའོ།      །བཟང་པོ་སྒྲིད་པའི་སྒྲོན་ལམ་  
སྒྲོབས་དག་གིས། རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཡིད་ཀྱི་མཛོན་སུམ་དུ། །ཞིང་གི་རྒྱལ་  
སྙེད་ལུས་རབ་བརྟད་པ་ཡིས། །རྒྱལ་བ་ཀྱན་ལ་རབ་ཏུ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །རྒྱལ་  
གཅིག་སྙེང་ན་རྒྱལ་སྙེད་སངས་རྒྱས་རྣམས། །སངས་རྒྱས་སྤྲུལ་གྱི་དབྱུང་  
ན་བཞུགས་པ་དག། །དེ་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམས་མ་ལུས་པ། །ཐམས་  
ཅད་རྒྱལ་བ་དག་གིས་གང་བར་མོས། །དེ་དག་བསྐྱགས་པ་མི་ཟད་རྒྱ་མཆོ་  
རྣམས། །དབྱིངས་ཀྱི་ཡན་ལག་རྒྱ་མཆོའི་སྤྱུ་ཀྱན་གྱིས། །རྒྱལ་བ་ཀྱན་གྱི་  
ཡོན་ཏན་རབ་བརྗོད་ཅིང་། །བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་  
བསྟོད། །མེ་ཏོག་དམ་པ་སྤེང་བ་དམ་པ་དང་། །སིལ་སྙན་རྣམས་དང་བྱུགས་

དགེ་སྤྱོད་མ་དཔལ་མོའི་ལུགས་ཀྱི་ཞལ་བཅུ་གཅིག་པའི་སྐྱུ་བ་ཐབས་སྤྱད་བར་གནས་པའི་ཚོ་ག

བ་གདུགས་མཆོག་དང་། །མར་མེ་མཆོག་དང་བདུག་སྤྱོད་དམ་པ་ཡིས། །  
རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཆོད་པར་བགྱི། །ན་བཟའ་དམ་པ་རྣམས་དང་ངི་  
མཆོག་དང་། །ཕྱེ་མ་ཕུར་མ་རི་རབ་མཉམ་པ་དང་། །བཀོད་པས་བྱུང་པར་  
འཕགས་པའི་མཆོག་ཀུན་གྱིས། །རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཆོད་པར་བགྱི། །  
མཆོད་པ་གང་རྣམས་སྤྲ་མེད་རྒྱ་ཆེ་བ། །དེ་དག་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་  
མོས། །བཟང་པོ་སྤྱོད་ལ་དད་པའི་སྟོབས་དག་གིས། །རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་ཕྱག་  
འཆལ་མཆོད་པར་བགྱི། །འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་ཕྱག་དབང་གིས་ནི། །  
ལུས་དང་ངག་དང་དེ་བཞིན་ཡིད་གྱིས་ཀྱང་། །སྤྲིག་པ་བདག་གིས་བགྱིས་པ་  
ཅི་མཆིས་པ། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སོ་སོར་བཤམས། །སྤྱོད་པས་  
བཅུའི་རྒྱལ་བ་ཀུན་དང་སངས་རྒྱས་སྤྱོད་པ། །རང་རྒྱལ་རྣམས་དང་སྟོབ་དང་  
མི་སྟོབ་དང་། །འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་བསོད་ནམས་གང་ལ་ཡང་། །དེ་དག་ཀུན་གྱི་  
རྗེས་སུ་བདག་ཡི་རང་། །གང་རྣམས་སྤྱོད་པས་བཅུའི་འཛིག་རྟེན་སྟོན་མ་དག །  
བྱང་ཆུབ་རིམ་པར་སངས་རྒྱས་མ་ཆགས་བརྟེས། །མགོན་པོ་དེ་དག་བདག་  
གིས་ཐམས་ཅད་ལ། །འཁོར་ལོ་སྤྲ་ན་མེད་པ་བསྐྱོར་བར་བསྐྱུལ། །ཕྱ་ངན་  
འདའ་སྟོན་གང་བཞེད་དེ་དག་ལ། །འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་ཞིང་བདེ་བའི་བྱིར། །  
བསྐྱུལ་པ་ཞིང་གི་རྒྱལ་སྟོན་བཞུགས་པར་ཡང་། །བདག་གིས་ཐལ་མོ་རབ་  
སྐྱར་གསོལ་བར་བགྱི། །ཕྱག་འཆལ་བ་དང་མཆོད་ཅིང་བཤམས་པ་དང་། །

ཅེན་རྗེ་བཙུན་གྲགས་པ་བཤད་སྟུག། ། རྒྱན་མཁོ་ཉིད་སྟོང་ཆོ་གའི་དེབ་ཐེང་ཉིད་གསུམ་པ།

རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། །དགོ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་  
བསགས་པ། ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྟོའོ། །ཞེས་ལན་ལག་  
བདུན་པ་དང་།

མཆུལ་རྒྱས་བསྟུས་ཅི་རིགས་དབུལ། ན་བཟང་མཆོད་པའི་སྤྱོད་གི་གཟུངས་འདི་ཉིད་ལྷག་  
པར་མན་ཡོན་ཆེ་བར་མདོ་ལས་གསུངས་པས། ཞོ་ན་མོ་ནྟ་ག་ཤ་ཏེ་བཟོ་སྒྲ་ར་བྲ་མད་ན།  
ཏ་སྒྲ་ག་རྒྱ་ཡ། ཨ་རྟ་ཏེ་སྤྱུ་གླི་བྱད་རྒྱ་ཡ། ཏུ་སྒྲ། ཞོ་བཟོ་བཟོ། མདྲ་བཟོ།  
མདྲ་ཏེ་ར་བཟོ། མདྲ་བི་བྲ་བཟོ། མདྲ་བོ་རྟི་ཅི་ཏུ་བཟོ། མདྲ་བོ་རྟི་མཆོ་བ་  
སི་ག་མཆ་བཟོ་སྤྱ་གམ་ཞུ་ཤ་ར་ཆ་བི་ཤོ་རྟ་ཏེ་བཟོ་སྒྲ་སྒྲ། ཞེས་ལན་གསུམ་  
མམ་བདུན་བཟོད།

ཡང་། དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བདེན་པ་དང་། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་དང་། ཆོགས་གཉིས་  
ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་མངའ་ཐང་ཆེན་པོ་དང་། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམ་པར་  
དག་ཅིང་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་གྱུར་ཅིག །  
ལན་གསུམ་བཟླས།

གཞན་ཡང་། བྱང་ཆུབ་ལྷུང་བཤགས། ལྷ་མ་རྟོར་འཛིན་མ། གསེར་འོད་ནས་འབྱུང་བའི་  
བཤགས་པ། སྟོང་འཇུག་གི་མཆོད་ལེ། བཤགས་ལེ། བསྟོ་ལེ་སོགས་འདོད་ན་སྐབས་སྒྲུབ་གྱིས་བྱས་  
ཆོག་ལ། མི་སྟོན། སྒྲུབ་གྱི་མཆུལ་ལན་ཅམ་དང་། མཆོད་པ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་འབྱུབ་པ་གཞུང་གཞན་དང་  
འབྱུང་བའི་ཆོགས་ཞིང་གི་སྐབས་ཀྱི་རིགས་པས་ཤེས་པས་ཆད་ལྷག་གི་སྟོན་དུ་མི་འབྱུར་ཤིང་། མི་





འདབ་མ་སྟོང་དང་ལྡན་པའི་ལྷོ་བ་ལ་ཨོ་མ་ཏི་བརྟེ་རྩྱ་རྩི་ཞེས་པས་མཆན་  
 པར་གྱུར། ལྷོ་བ་བརྟེ་སྒྲགས་དང་བཅས་པ་ལས་འོད་ཟེར་སྒྲ་ཆོགས་འཕྲོས་  
 པའི་རྩེ་མོ་ལས་འཕགས་པའི་སྒྲ་དབག་ཏུ་མེད་པ་སྟོས། ནམ་མཁའི་དབྱིངས་  
 ཐམས་ཅད་བྱུང་པར་བྱས། རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་ཐམས་ཅད་ལ་མཆོད་པའི་  
 སྤྱིན་ཆེན་པོས་མཆོད། གཞན་ཡང་སྤྱིན་ཆེན་པོ་སྤྲུལ་པ་ལས་བདུད་རྩིའི་  
 ཆར་རྒྱན་བབ་པས་རིགས་རྒྱུག་གི་རྒྱུག་བསྐྱེད་མ་ལུས་པ་ཞི་བར་བྱས།  
 འཕགས་པའི་གོ་འཕང་ལ་བཀོད། ཚུར་འདུས་ལྷོ་བ་བརྟེ་སྒྲགས་དང་བཅས་  
 པ་ལ་བེམ། དེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་སྒྲ་ཆོགས་བརྟེ་དང་ལྷོ་བའི་གདན་ལ་  
 རང་ཉིད་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་སྤྲུག་སྒྲ་མདོག་དཀར་པོ་ལང་  
 ཆོ་དར་ལ་བབ་ཅིང་ཞབས་གཉིས་མཉམ་པར་བཞེངས་པ། མཆན་དཔེས་  
 སྤྲུལ་པའི་སྒྲ་ལས་འོད་ཟེར་གྱི་ཆོགས་འཕྲོ་བ། ཞལ་བཅུ་གཅིག་དང་ལྡན་  
 པའི་རྩེ་མོ་ཞལ་དཀར། གཡས་ལྗང་། གཡོན་དམར། དེའི་སྟེང་མ་དབུས་ལྗང་།  
 གཡས་དམར། གཡོན་དཀར་བ། དེའི་སྟེང་མ་དབུས་དམར། གཡས་དཀར།  
 གཡོན་ལྗང་། དེ་རྣམས་འཇུག་ཞིང་ཞི་བའི་ཉམས་ཅན། དེའི་སྟེང་དུ་ཁོ་ཞལ་  
 ནག་པོ་མཆེ་བ་གཅིགས་ཤིང་ཁོ་གཉིར་དང་ལྡན་པ་སྤྱན་གསུམ་པ། རལ་བ་  
 དམར་མེར་གྱེན་དུ་བསྐྱེང་བ། དེའི་སྤྱི་བོར་ཞི་ཞལ་དམར་པོ་གཙུག་ཏོར་དང་  
 བཅས་པའི་ཆངས་པར་སྒྲོད་པའི་ཆ་ལུགས་ཅན་རྒྱན་སྤངས་ཤིང་མགྲུལ་བ་

དགེ་སྤྱོད་མ་དཔལ་མེད་ལུགས་ཀྱི་ཞལ་བཅུ་གཅིག་པའི་སྐྱབ་ཐབས་སྤྱད་བར་གནས་པའི་ཆོ་ག

དང་བཅས་པ། ཕྱག་དང་པོ་གཉིས་ཐུགས་ཀར་ཐལ་མོ་སྦྱར་བ། གཡས་ཀྱི་  
གཉིས་པ་ན་བགྱང་ཐེང་། གསུམ་པ་ན་མཆོག་སྦྱིན་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་ལས་བདུད་  
ཅིའི་རྒྱན་བབ་པས་ཡི་དྲགས་ཀྱི་བགྲེས་སྒྲོམ་སེལ་བ། བཞི་པ་ན་འཁོར་ལོ་  
འཛིན་པ། གཡོན་གྱི་གཉིས་པ་ན་གསེར་གྱི་བརྒྱ་ཡུ་བ་དང་བཅས་པ། གསུམ་  
པ་ས་རིལ་པ་སྦྱི་སྒྲུག་བཞི་པ་ན་གདའ་གཞུ་འཛིན་པ། ཕྱག་ལྷག་མ་དགུ་བརྒྱ་  
དང་དགུ་བཅུ་ཅ་གཉིས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བརྒྱའི་འདབ་མ་ལྟར་འཇམ་ཞིང་  
མཆོག་སྦྱིན་མཛད་པ། ཕྱག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཐེལ་ན་སྦྱར་རེ་རེ་ཡོད་པ། ཕྱག་  
རྒྱམས་ཡར་དབྱའི་གཙུག་ཏོར་དང་མར་བུས་མེད་ལྷ་ང་ལས་མི་འདའ་བ། རི་  
དྲགས་ཀྱི་ཕྱགས་པས་རུ་མ་གཡོན་པ་བཀའ་ཅིང་རས་བཟང་པའི་ཤམ་  
ཐབས་དང་། འོར་བུས་སྦྱས་པའི་གསེར་གྱི་སྒྲི་རགས་དང་ལྷན་ཞིང་། རལ་པ་  
དམར་སེར་གྱིས་མཛེས་པ། རིན་པོ་ཆེའི་དབུ་རྒྱན་ལ་སོགས་པའི་རིན་པོ་  
ཆེའི་རྒྱན་དང་དར་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱི་ན་བཟས་སྒྲུབས་པ། འོད་ཟེར་གྱི་སྤེང་བས་  
བསྐྱོར་བ་ནི་གཟུགས་ཀྱི་ལྷོ། །

དེའི་སྦྱི་པོར་ཨོ་དཀར་པོ། མགོན་པར་ཨུ་རྒྱལ་པོ། ཐུགས་ཀར་རྩྱ་  
སྡོན་པོས་མཆོན་པར་གྱུར། ཐུགས་ཀར་རྒྱ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྤྲིང་དུ་  
རྩྱེལ་ག་དཀར་པོ་རིང་ཆ་ཆོག་དྲག་དང་བཅས་པ། དེ་ནས་བརྒྱའི་ཕྱག་རྒྱ་བུས་ཏེ།  
ཨོ་བརྒྱ་ཡུ་རྟ་མ་ཡེ་སྐྱ་རྒྱ། ཞེས་བཛྲེད་ཅིང་སྤྲིང་ག་སྦྱིན་མཆོམས་མཛིན་པ་དབྱང་པ་མགོ་

ནམས་ལ་རེག་ཅིང་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་ནི་ཕྱག་རྒྱའི་ལྟོ། །

རང་གི་ཕྱགས་ཀའི་རྒྱལ་ས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། འཕགས་པ་སྦྱན་རས་  
གཟིགས་དབང་ཕྱག་ལ་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཆོགས་  
གྱིས་བསྐྱོར་བ་སྦྱན་བྲངས། ཞོ་ལྷ་རྩེ་ལོ་གེ་ལྷ་ར་ས་བ་རི་ལྷ་ཨ་རྒྱུ་ནས་འགྲུའི་  
བར་གྱིས་མཆོད། ཕྱག་སྦྱོང་འཁོར་ལོ་སྐྱེས་གྱིས་བསྐྱོད་ལ། ང་ཚྭ་བོ་ཏོཾ་གཉིས་སུ་  
མེད་པར་གྱུར་སྐར་ཡང་ཕྱགས་ཀའི་རྒྱལ་ས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། དབང་གི་ལྷ་  
ནམས་སྦྱན་བྲངས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་གྱིས་མངོན་པར་དབང་  
བསྐྱར་དུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། དེ་ནམས་ཀྱི་ཕྱགས་ཀ་ནས་  
སྦྱོས་པའི་ལྷ་མོ་ནམས་ཀྱིས་བདུད་ཅིས་གང་བའི་བུམ་བ་ཐོགས་ནས། ཞོ་  
སྐར་ཏ་ཐུག་ཏུ་ཨ་རྒྱེ་ཏེ་ཀ་ཏ་ས་མ་ཡེ་བྱེ་ཡེ་རྩྱ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་དབང་  
བསྐྱར། ལུས་གང་། སྤེམ་དག་ཆུ་ལྷག་མ་སྦྱི་གཙུག་ཏུ་གནས་པ་ཡོངས་སུ་  
གྱུར་པ་ལས་སྦྱི་བོར་འོད་དཔག་མེད། དཔལ་བར་མི་བསྐྱོད་པ། རྩ་ལྷག་  
གཡས་སུ་རིན་འབྱུང་། ལྷག་པར་ནམ་སྒྲང་། རྩ་ལྷག་གཡོན་པར་དོན་གྲུབ་  
གྱིས་དབུ་བརྒྱན་པར་གྱུར། འདིར་སྐར་ཡང་མཆོད་བསྐྱོད་བྱེད་དམ་མིན་གྱང་བུང་ཞིང་།

དེ་ནས་རང་གི་ཕྱགས་ཀའི་རྒྱ་གདན་ལ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་དཀར་  
པོ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་པའི་ཕྱགས་ཀར་རྒྱ་བའི་སྤྲེང་དུ་ཉིང་རེ་འཛིན་  
སེམས་དཔའ་རྒྱུ་ཡིག་དཀར་པོ་བསམས་ཤིང་ཅེ་གཅིག་ཏུ་སྒྲོམ་པ་ནི་མཆོན་མའི་ལྟོ། །  
དེ་ནས་ཉིང་རེ་འཛིན་སེམས་དཔའི་མཐར་ཐུགས་སྤེང་གིས་བསྐྱོར་བ། དེ་

ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། འཕགས་པ་མཆོད། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲིག་  
སྒྲིབ་སྦྱངས། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་གོ་འཕང་ལ་བཀོད། ཚུར་འདུས་སྒྲིམ་གཤམ་  
ཐེམ་པར་གྱུར་བར་བསམས་ལ། བ་མོ་རྒྱ་ཏུ་ཡུ་ཡ། བ་མཉམ་ཏུ་རྒྱ་ནས་ག་ར་བེ་  
རོ་ཅ་ན་བྱ་ཏུ་རྒྱ་རྒྱ་ཡ། ཏ་སྤ་ག་ཏུ་ཡ། བ་མཉམ་ཏུ་ཏ་སྤ་ག་ཏེ་བྱེ་ ཡར་བྱ།  
སྤྲུལ་བྱ་བྱ་བྱ་བྱ། བ་མེ་ ཡུ་ཏུ་ཡ་ཕ་ལོ་གེ་ཏེ་ཤ་ར་ཡ། བོ་རྒྱེ་ས་ཏུ་ཡ། མ་ཏུ་  
ས་ཏུ་ཡ། མ་ཏུ་ག་རུ་ཅི་གུ་ཡ། ཏུ་སྤ། ཡོ་རྒྱ་ར་རྒྱ་ར། རྒྱེ་རི་རྒྱེ་རི། རྒྱུ་རུ་རྒྱུ་  
རུ། ཡི་རྒྱེ་མི་རྒྱེ། ཅ་ལེ་ཅ་ལེ། སྤ་ཅ་ལེ་སྤ་ཅ་ལེ། ཀྱ་སྤ་མ་ཀྱ་སྤ་མ་ཕ་རེ། ཡི་ལི་  
མི་ལེ། ཅི་ཏེ་རྒྱེ་ལ་མ་སྤ་ན་ཡེ་སྤ་སྤ། ཞེས་པ་ཆར་གཅིག་དང་། ཏུ་སྤ། མན་ཆད་བརྒྱ་  
དང་བདུན་ཏེ་བརྒྱ་ཅ་བརྒྱད་དམ་ཅི་བྱས་བརྒྱ་བ་དང་། ཡང་ན་ཡིག་བྲག་བརྒྱ། མཐུག་ཏུ་ཡིག་བརྒྱ་  
དང་། མཆོད་བསྟོད་མདོར་བསྡུས་བྲ། མི་སྟོན་མ་བྲས་ཀྱང་བྱང་རོ། །

15

གིས་མཆན་པ། དེ་ལས་འོད་འཕྲོས། རོན་གཉིས་བྱས། འདུས་ཡོངས་སུ་  
 གྱུར་པ་ལས་འཕགས་པ་སྒྱུན་རས་གཟིགས་དབང་ཕྱག་སྒྲུ་མདོག་དཀར་པོ་  
 ལང་ཆོ་དར་ལ་བབ་ཅིང་ཞབས་གཉིས་མཉམ་པར་བཞེངས་པ། མཆན་  
 དཔེས་སྒྲས་པའི་སྒྲུ་ལས་འོད་ཟེར་གྱི་ཆོགས་འཕྲོ་བ། ཞལ་བཅུ་གཅིག་དང་  
 ལྡན་པའི་རྩ་ཞལ་དཀར། གཡས་ལྗང་། གཡོན་དམར། དེའི་སྟེང་མ་དབུས་  
 ལྗང་། གཡས་དམར། གཡོན་དཀར་བ། དེའི་སྟེང་མ་དབུས་དམར། གཡས་  
 དཀར། གཡོན་ལྗང་། དེ་རྣམས་འཇུག་ཞིང་ཞི་བའི་ཉམས་ཅན། དེའི་སྟེང་དུ་  
 ཁོ་ཞལ་ནག་པོ་མཆེ་བ་གཅིགས་ཤིང་ཁོ་གཉིར་དང་ལྡན་པ་སྒྱུན་གསུམ་པ།  
 རལ་པ་དམར་སེར་གྱེན་དུ་བསྐྱེང་བ། དེའི་སྒྲི་བོར་ཞི་ཞལ་དམར་པོ་གཙུག་  
 ཉོར་དང་བཅས་པའི་ཆངས་པར་སྒྲོལ་པའི་ཆ་ལུགས་ཅན་རྒྱན་སྤངས་ཤིང་  
 མགྲུལ་བ་དང་བཅས་པ། དུག་དང་པོ་གཉིས་ཐུགས་ཀར་ཐལ་མོ་སྒྱུར་བ།  
 གཡས་གྱི་གཉིས་པ་ན་བགྱང་སྤང་། གསུམ་པ་ན་མཆོག་སྒྲིན་གྱི་དུག་རྒྱ་  
 ལས་བདུད་ཅིའི་རྒྱན་བབ་པས་ཡི་དྲགས་གྱི་བཤེས་སྒྲོམ་སེལ་བ། བཞི་པ་ན་  
 འཁོར་ལོ་འཛིན་པ། གཡོན་གྱི་གཉིས་པ་ན་གསེར་གྱི་བརྒྱ་ཡུ་བ་དང་བཅས་  
 པ། གསུམ་པ་ས་རིལ་པ་སྒྲི་ལྷག་བཞི་པ་ན་གདའ་གཞུ་འཛིན་པ། དུག་ལྷག་  
 མ་དགུ་བརྒྱ་དང་དགུ་བཅུ་རྩ་གཉིས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བརྒྱའི་འདབ་མ་ལྟར་  
 འཇམ་ཞིང་མཆོག་སྒྲིན་མཛད་པ། དུག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཐིལ་ན་སྒྱུན་རེ་རེ་

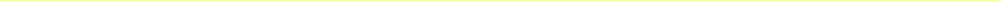


དགེ་སྤྱོད་མ་དཔལ་མེད་ལུགས་ཀྱི་ཞལ་བཅུ་གཅིག་པེ་སྐྱབ་ཐབས་སྤྱད་བར་གནས་པེ་ཆོ་ག

ཡོད་པ། ཕྱག་རྒྱམས་ཡར་དབྱེ་གཙུག་ཏྱིར་དང་མར་བུས་མེད་ལྷ་ང་ལས་  
མི་འདའ་བ། རི་དྲགས་ཀྱི་ལྷགས་པས་རྒྱ་མ་གཡོན་པ་བཀའ་ཅིང་རས་བཟང་  
པེ་ཤམ་ཐབས་དང་། རྟོར་བུས་སྤྱས་པེ་གསེར་གྱི་སྒྲི་རགས་དང་ལྷན་  
ཞིང་། རལ་པ་དམར་སེར་གྱིས་མཛེས་པ། རིན་པོ་ཆེད་དབྱ་རྒྱན་ལ་སོགས་  
པེ་རིན་པོ་ཆེད་རྒྱན་དང་དར་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱི་ན་བཟས་སྐྱབས་པ། འོད་ཟེར་  
གྱི་སྤེང་བས་བསྐྱོར་བ། ཤར་གྱི་འདབ་མ་ལ་རྩྭ་ལས་མི་བསྐྱོད་པ་སྟོན་པོ་  
གཡས་ས་གཡོན་དང་གཡོན་མཉམ་གཞག་སྟོར་ཏྱི་ལས་རིན་འབྱུང་སེར་པོ་  
གཡས་མཆོག་སྟོན་དང་གཡོན་མཉམ་གཞག་རྒྱབ་ཏུ་ཨོ་ལས་རྒྱམ་སྤང་  
དཀར་པོ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་གི་ཕྱག་རྒྱ་ཅན། བྱང་དུ་ཡུལ་ས་དོན་གྲུབ་ལྷང་ཁུ་  
གཡས་སྐྱབས་སྟོན་དང་གཡོན་མཉམ་གཞག་གི་ཕྱག་རྒྱ་ཅན། བཞི་ཀའང་  
དར་དང་རིན་པོ་ཆེད་རྒྱན་གྱིས་སྤྱས་ཤིང་ཞབས་རྩི་རྩི་ལ་གྱུང་གིས་  
བཞུགས་པ། ལྷ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱི་བོར་ཨོ་དཀར་པོ། མགྱོན་པར་ཡུལ་མར་  
པོ། ཕྱགས་ཀར་རྩྭ་སྟོན་པོ། རང་གི་ཕྱགས་ཀའི་རྩི་མིག་དཀར་པོ་ལས་འོད་  
འཕྲོས། པོ་ཏ་ལ་ནས་ཕྱགས་རྩི་ཆེན་པོ་སྟོན་རས་གཟིགས་དབང་ཕྱག་ལ་  
སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔེ་ཆོགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་སྟོན་བངས་  
མ་ལུས་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་མགོན་གྱུར་ཅིང་། །བདུད་སྒྲེ་དབྱང་  
བཅས་མི་བཟད་འཛོམས་མཛད་ལྷ། །དངོས་རྒྱམས་མ་ལུས་ཡང་དག་མཁྱེན་

གྱུར་པ་ལྟེ། །བཅོམ་ལྷན་འཁོར་བཅས་གནས་འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ། །  
 ཞེས་ཆོག་བཅད་གཅིག་གི་མཛུག་ཏུ། ཞོ་སར་ཏ་ལྷ་ག་ཏ་ལོ་གི་ལྷ་ར་ས་པ་རི་ལྷ་ར་  
 བཟླ་ས་སྤྱ་ཡ་ཇ་རྩེ་རྩེ་བོ་རྩེ་རྩེ་དམ་ཆོག་པ་དང་གཉིས་སུ་མེད་པར་གྱུར།  
 སྤར་ཡང་ཐུགས་ཀའི་རྩིས་ས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། དབང་གི་ལྷ་རྣམས་སྒྱུར་  
 བྱངས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མངོན་པར་དབང་བསྐྱར་དུ་  
 གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། དེ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་ཀ་ནས་སྒྲོས་པའི་  
 ལྷ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་བདུད་རྩིས་གང་བའི་བྱམ་པ་ཐོགས་ནས། ཞོ་སར་ཏ་ལྷ་ག་  
 ཏུ་ཨ་རྩི་ཤི་ཀ་ཏ་ས་མ་ཡེ་ལྷེ་ཡེ་རྩི། ཞེས་གསུངས་ཤིང་དབང་བསྐྱར། ལུས་  
 གང་། རི་མ་དག་ རྩ་ལྷག་མ་སྒྲི་གཙུག་ཏུ་གནས་པ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་  
 སྒྲི་བོར་འོད་དཔག་མེད། དཔལ་བར་མི་བསྐྱོད་པ། རྩ་ལྷག་གཡས་སུ་རིན་  
 འབྱུང་། ལྷག་པར་རྣམ་སྤང་། རྩ་ལྷག་གཡོན་པར་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་དབུ་བརྒྱན་  
 བར་གྱུར། ཞེས་བཤམ་ཡང་ན། སྒྲི་གཙུག་འོད་དཔག་མེད་ཀྱིས་དབུ་བརྒྱན་པར་  
 གྱུར། ཅེས་བཟློ།

དེ་ནས་མཆོད་པ་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས། ཞོ་བརྒྱུ་ཉིད་རྩི་པུ། ལྷ་ལྷ་ལྷ་སྒྲོང་  
 བར་སྐྱུངས། སྒྲོང་པའི་ངང་ལས་སྒྲི་ལས་རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲོད་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་  
 རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་ཞོ་འོད་དུ་ཁྱེ་བ་ལས་བྱུང་བའི་མཆོད་ཡོན། ཞབས་བསིལ།  
 མེ་ཏོག་བདུག་སྒྲོས། སྤང་གསལ། རྩ། ཞལ་ཟས། རོལ་མོ་རྣམས་རང་བཞིན་



བསྟོད་ཅིང་གསོལ་བ་གདབ་པ་ནི། ཡོ་འཇིག་རྟེན་མགོན་པོ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །  
 འཇིག་རྟེན་སྒྲ་མ་སྤིང་བ་གསུམ་གྱིས་བསྟོད་པ་པོ། །ལྷ་ཡི་གཙོ་བོ་བདུད་དང་  
 ཆངས་པའི་བསྟོད་པ་པོ། །བྱབ་པའི་རྒྱལ་མཆོག་བསྟོད་པས་བྱབ་པར་མཛད་  
 པ་པོ། །འཇིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་མགོན་པོ་མཆོག་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །བདེ་  
 ག་ཞེགས་དཔག་མེད་སྐྱ་ཉྱ་སྐྱ་བཟང་འཇིན་པ་པོ། །བདེ་ག་ཞེགས་སྒྲུང་བ་  
 མཐའ་ཡས་དབུ་རྒྱན་འཇིན་པ་པོ། །ཕྱག་གཡས་མཆོག་སྦྱིན་ཡི་དྲགས་  
 བཤེས་སྒྲོམ་སེལ་བ་པོ། །ཕྱག་གཡོན་གསེར་གྱི་བརྒྱས་ནམ་པར་བརྒྱན་པ་  
 པོ། །དྲི་ཞིམ་རལ་བའི་ཐེང་བ་དམར་སེར་འབྲུག་པ་པོ། །ཞལ་རས་རྒྱས་པ་  
 ཟླ་བ་ལྷ་བྱར་མཛེས་པ་པོ། །སྦྱར་ནི་བརྒྱ་མཆོག་ཏུ་བཟང་ཞིང་ཡངས་པ་པོ།  
 ཁ་བ་དུང་ལྷར་ནམ་དག་དྲི་ངད་ལྡན་པ་པོ། །དྲི་མེད་འོད་ཆགས་ལྷ་ཏིག་ཆོམ་  
 བུ་འཇིན་པ་པོ། །མཛེས་པའི་འོད་ཟེར་སྐྱ་རེངས་དམར་པོས་བརྒྱན་པ་པོ། །  
 བརྒྱའི་མཆོ་ལྷར་ཕྱག་ནི་མངར་བར་བྱས་པ་པོ། །སྟོན་ཀའི་སྦྱིན་གྱི་མདོག་  
 དང་ལྡན་ཞིང་གཞོན་པ་པོ། །རིན་ཆེན་མང་པོས་དབུང་བ་གཉིས་ནི་བརྒྱན་པ་  
 པོ། །ལོ་མའི་མཆོག་ལྷར་ཕྱག་མཐེལ་གཞོན་ཞིང་འཇམ་པ་པོ། །རི་དྲགས་  
 ལྷགས་པས་རྒྱ་མ་གཡོན་པ་བཀའ་བ་པོ། །སྟོན་ཆ་གདུ་བྱས་སྒྲེག་ཅིང་རྒྱན་  
 ནམས་འཆང་བ་པོ། །དྲི་མ་མེད་པ་བརྒྱའི་མཆོག་ལ་གནས་པ་པོ། །ལྷེ་བའི་  
 རོས་ནི་བརྒྱའི་འདབ་ལྷར་འཇམ་པ་པོ། །གསེར་གྱི་སྒྲེ་རགས་མཆོག་ལ་ནོར་

དགེ་སྤྱོད་མ་དཔལ་མོའི་ལུགས་ཀྱི་ཞལ་བཅུ་གཅིག་པའི་སྐྱབ་ཐབས་སྤྱད་བར་གནས་པའི་ཆོ་ག

བྱས་སྤྱས་པ་པོ། །སྟ་བུར་དགེས་པའི་རས་བཟང་ཤམ་ཐབས་འཛིན་པ་པོ། །  
སྐྱབ་པའི་མཁུན་མཆོག་མཆོ་ཆེན་པ་རོལ་ཕྱིན་པ་པོ། །མཆོག་བརྟེས་བསོད་  
ནམས་མང་པོ་ཉི་བར་བསགས་པ་པོ། །ཏྲག་ཏུ་བདེ་བའི་འབྱུང་གནས་ཀྱི་ནད་  
སེལ་བ་པོ། །གསུམ་མཐར་མཛད་ཅིང་མཁའ་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་སྟོན་པ་པོ། །ལུས་  
ཅན་མཆོག་སྟེ་བདུད་དཔུང་འབྲུགས་ལས་རྒྱལ་བ་པོ། །གསེར་གྱི་རྒྱང་  
གདུབ་སྤྱི་ཡིས་ཞབས་ཡིད་འོང་བ་པོ། །ཆངས་པའི་གནས་པ་བཞི་ཡིས་  
དཔེན་པར་མཛད་པ་པོ། །ངང་པའི་འགྲོས་འདྲ་སྒྲང་ཆེན་དེགས་ལྟར་གཤེགས་  
པ་པོ། །ཡོངས་རྫོགས་ཉི་བར་བསགས་ཤིང་བསྟན་པ་གཉེར་བ་པོ། །འོ་མའི་  
མཆོ་དང་ཆུ་ཡི་མཆོ་ལས་སྤྱོད་པ་པོ། །གང་ཞིག་ཏྲག་ཏུ་ཐོ་རངས་ལངས་  
ནས་གྲུས་པ་ཡིས། །སྦྱོར་རས་གཟིགས་ཀྱི་དབང་པོ་ཡིད་ལ་སེམས་བྱེད་  
ཅིང་། །བསྟོད་པ་མཆོག་འདིས་དག་ཅིང་གསལ་བར་བསྟོད་བྱེད་ན། །དེ་ནི་  
སྤྱིས་པའམ་ནི་བྱད་མེད་ཡིན་ཡང་རུང་། །སྤྱི་བ་འདིའམ་མ་འོངས་སྤྱི་བ་  
ཐམས་ཅད་དུ། །འཛིག་རྟེན་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་དགོས་པ་ཀུན་འབྱུང་  
འབྱུང་། །ཞེས་པོ་བསྟོད་ཉི་བར་གཅིག་བཟོད་ཅིང་། དེའི་ཆེ་ལངས་ཏེ་བྱག་འཆའ་བའམ། མཇུས་ན་  
འདུག་བཞིན་པར་བཟོད་ཀྱང་རུང་ལ། འདི་ཉི་བར་གཅིག་བཟོད་པ་མ་ལྟོགས་ན། རྒྱལ་སྤྱིས་ཐོགས་མེད་  
བཟང་པོས་ཆར་བདུན་བྱ་བར་བཤད་པ་བཞིན་བྱའོ། །

བསྟོད་པ་འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་རྣམ་པར་ཐམས་ཅད་དུ་མེད་མི་



ཅེ་ནི་རྩེ་བཙུན་གྲགས་པ་བཤད་སྒྲུབ།      ༼ རྒྱན་མཁོ་ཉིར་སྒྲོད་ཆོ་གའི་དེབ་ཐེང་ཉིར་གསུམ་པ།

རུང་བའི་ཡན་ལག་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་སྒྲོ་བཟང་རྒྱ་མཚོས་མཛད་པའི། རྒྱུང་གནས་ཀྱི་  
ཆོགས་མདོར་བསྐྱས་པ་ལས་འདིས་བསྟོད་པར་མ་བཤད་པས་སོ། །

གསུམ་པ་མཐུག་ཆོག་ལ། གསོལ་འདེབས་ནི། འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་  
དབང་ཐུགས་རྩེའི་གཏེར། ༼འཁོར་དང་བཅས་པ་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ།།  
བདག་དང་པ་མ་རིགས་དུག་སེམས་ཅན་རྣམས། ༼སྐྱར་དུ་འཁོར་བའི་མཚོ་  
ལས་བསྐྱལ་དུ་གསོལ། ༼ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེའི་སྒྲ་མེད་བྱང་ཚུབ་སེམས། ༼སྐྱར་དུ་  
རྒྱད་ལ་སྒྲེ་བར་མཛད་དུ་གསོལ། ༼ཐོག་མེད་ནས་བསགས་ལས་དང་ཉོན་  
མོངས་རྣམས། ༼ཐུགས་རྩེའི་ཆབ་ཀྱིས་སྐྱར་དུ་དག་མཛད་ནས། ༼ཐུགས་  
རྩེའི་ཐུག་བརྒྱངས་བདག་དང་འགོ་བ་རྣམས། ༼བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དུ་བྱང་  
བར་གསོལ། ༼འོད་དཔག་མེད་དང་མགོན་པོ་ཁྱེད་ཉིད་ཀྱིས། ༼ཆེ་རབས་ཀྱན་  
ཏུ་དགོ་བའི་བཤེས་མཛད་ནས། ༼མ་ནོར་ལམ་བཟང་ལེགས་པར་བསྐྱན་ནས་  
ཀྱང་། ༼སྐྱར་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། ༼ཞེས་གསོལ་བ་དག་ཏུ་  
གདག།

གཏོར་མ་འབུལ་བ་ནི། བཤེན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཆོ་གར། གཏོར་མ་འབུལ་བར་འདོད་  
ན། ༼ཞེས་གསུངས་པ་སྐྱར་སྒྲིར་ངེས་པར་དགོས་པ་མིན་ཀྱང་། གླུ་མ་འདིར་ཡོད་ན་ལེགས་པས། ཆབ་  
ཐོན་ཏེ། ཨོ་བརྒྱུད་ཀྱིད་གྱིས་བསངས། ལྷ་བླ་མས་སྐྱངས། སྒྲོང་བའི་ངང་ལས་རིན་པོ་  
ཆེའི་སྒྲོད་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་གཏོར་མ་ཟག་པ་མེད་པའི་  
ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་ཅིང་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་གྱུར་བར་བསམ། ཨོ་ཨྲཱཱྃ་ལན་གསུམ་

དགེ་སློང་མ་དཔལ་མེད་ལུགས་ཀྱི་ཞལ་བཅུ་གཅིག་པེ་སྐྱབ་ཐབས་སྐྱུང་བར་གནས་པེ་ཆོ་ག

གྱིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱལ།

དང་པོ་ནི། ཨོ་རྩ་ར་རྩ་ར། རྩི་རི་རྩི་རི། རྩུ་རུ་རྩུ་རུ། ཨི་འྱི་ཨི་འྱི། ཅ་ལེ་ཅ་  
ལེ། བྲ་ཅ་ལེ་བྲ་ཅ་ལེ། ཀྲ་སུ་མ་ཀྲ་སུ་མ་ཕྱ་རེ། ཨི་ཡི་མི་ཡི། ཅི་ཉི་རྩེ་ལ་མ་སྤ་  
ན་ཡེ་ས་བ་རི་ལྷ་ར་ཨི་དམ་བ་ལི་རྩ་ཁ་ཁ་ཁྲ་ཉི་ཁྲ་ཉི་སྤ་རྩ། ཞེས་བཏགས་པ་ལན་  
གསུམ་གྱིས་འབྲུལ་བ་འཇག་ཡང་ན། ཨོ་ཨྲུ་ལོ་གི་ཤྲ་ར་ས་བ་རི་ལྷ་ར་ཨི་དྲི་བ་ལྷི་ཉ་  
བྲུ་རྩེ་ལེ་སྤ་རྩ། ཞེས་གསུམ་གྱིས་འཕགས་པ་འཁོར་བཅས་ལ་འབྲུལ་ཞིང་། ཨོ་ཨྲུ་ལོ་  
གི་ཤྲ་ར་ས་བ་རི་ལྷ་ར་ཨྲུ་ལྷོ་སོགས་གྱིས་མཆོད། སྐྱོན་གྱིས་མ་གོས་གྱིས་བསྟོད་ལ།

མཆོད་སྐྱོན་གི་གཏོར་མ་འདི་ནི། འཕགས་པ་འཁོར་དང་བཅས་པ་  
རྣམས་ལ་འབྲུལ་ལོ། །བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་མཆོག་ཐུན་གྱི་  
དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་པ་སྦྱལ་དུ་གསོལ། གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་ནི། ཨ་ཀྲ་རོ་ལན་  
གསུམ་གསུམ་གྱིས་ཆོས་སྐྱོང་དང་གཞི་བདག་ལ་འབྲུལ་ཞིང་།

དང་པོ་མཇུག་ཏུ། བཟླ་ཨྲུ་ནས་ཤྲ་བྲུ་ལྷོ་སྤ་རྩ། མཆོད་སྐྱོན་གྱི་  
གཏོར་མ་འདི་ནི། དཔལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མགོན་པོ་ལ་སོགས་པ་ཆོས་སྐྱོང་སྐྱུང་  
མ་རྣམས་ལ་འབྲུལ་ལོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྐྱུང་བ་དང་། བདག་གིས་  
ཆོས་སྐྱབ་པེ་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་ཞིང་མ་ཐུན་ཐུན་ཡིད་བཞིན་  
དུ་འབྲུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། ཞེས་དང་། གཉིས་པེ་མཇུག་ཏུ། མཆོད་སྐྱོན་གྱི་  
གཏོར་མ་འདི་ནི། གཞི་བདག་གཉེན་མར་གནས་པ་རྣམས་ལ་སྐྱོན་ནོ། །  
བདག་ཅག་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་གོ་ལོང་དང་སྤག་དོག་མི་བྱེད་

པར་ཆོས་མ་བྱུན་གྱི་སྟོང་གྲོགས་བཟང་པོ་མཛད་དུ་གསོལ། ཞེས་བཟྍད།

དེ་ནས་ཁྱས་བྱ་བ་ནི། མེ་ལོང་ལ་སྟེའི་གཟུགས་བརྟན་ཤར་བ་ལ། ལུས་པའི་ཚུས། འགྲོ་བའི་སྟོན་མེ་སྒྱུན་རས་གཟིགས་མགོན་ལ། །དྲི་ཞེས་བདུད་ཅིའི་རྒྱུད་ཀྱིས་ཁྱས་གསོལ་བས། །འགྲོ་བའི་སྒྲིབ་གཉིས་ལུན་པ་ཀུན་བསལ་ནས། །དྲི་བལ་སྒྲུ་གསུམ་བརྟེས་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབས། །ཅེས་བཟྍད་ལ་ཁྱས་གསོལ།

སྟོན། དི་ལྟར་བལྟམས་པ་སོགས་ཁྱས་གསོལ་སྒྲི་ལྟར་བྱ། དགོ་བ་འདི་ཡིས་སོགས་བཟྍ་སྟོན་ཅི་རིགས་སྐབས་དང་སྒྱུར། ཡིག་བརྒྱ་ལན་གསུམ་བརྒྱས་ལ། བཅོམ་ལྟན་འདས་བྱགས་རྩེ་ཆེན་པོ་དང་ལྟན་པ་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། བདག་ཅག་ལས་དང་པོ་པ་སེམས་བྱིང་རྒྱུད་ཀྱི་དབང་གིས་ཉིང་དེ་འཛིན་མི་གསལ་བ་དང་། སྒྲགས་མ་དག་པ་དང་། ཆོ་ག་ལྟག་ཆད་དུ་གྱུར་པ་དང་། གཙང་སྒྲུ་མ་བྱས་པ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་མགོན་པོ་བྱགས་རྩེ་ཆེན་པོ་དང་ལྟན་པ་བྱིང་རྒྱུ་མས་ལ་བཟོད་པར་གསོལ་གྱི། བདག་ཅག་ལ་སྒྲིབ་པར་མི་འགྱུར་བར་མཛད་དུ་གསོལ། ཞེས་བཟྍད་དེ་བཟོད་པར་གསོལ།

དེ་ནས། ཨོ་མ་ཁི་བརྟེ་ཏྲུ། ཞེས་བཟྍད་པས། བྱགས་རྩེ་ཆེན་པོ་གཉིས་པ་ཞེས་མཐུན་གྱི་ནམ་མཁར་བྱོན་ནས་རང་ལ་ཁྱས་མཛད་པས་སྒྲིག་སྒྲིབ་དག་པར་གྱུར་པར་བསམས་ལ། ལུས་ཚུ་བརྟུང་ངོ། །

དེ་ལྟར་སྤྱོད་དངོས་གཉིས་ལ་ཆོ་ག་ཆར་གསུམ་གདུལ་དགོས་པའི་ཆོ་ག་དང་པོ་གཉིས་སོ་

དགེ་སྤྱོད་མ་དཔལ་མེད་ལུགས་ཀྱི་ཞལ་བཅུ་གཅིག་པེ་སྐྱབ་ཐབས་སྤྱད་བར་གནས་པེ་ཆོ་ག

སོ་ལ་ཁྱས་བྱས་ཏེ་གསོ་སྤྱོད་ནས་བཟུང་ཆད་དེ་དང་། ཕྱི་མ་གཉིས་ལ་གསོ་སྤྱོད་ལ་གཏོགས་པེ་  
དང་པོའི་ཁྱས་ནས་མཐུག་གི་ཁྱས་ཀྱི་བར་ཆར་གཉིས་བྱའོ། །འོན་ཀྱང་ཕྱི་མ་གཉིས་ལ་དང་པོའི་ཁྱས་  
མ་བྱས་ནའང་མི་འགལ་བར་མངོན་ནོ། །

སྤྱོད་བའི་ཉིན་དཀར་གསུམ་ལ་བརྟེན་པེ་ཟས་གཙང་མ་བྱ་ཞིང་། ལ་ཆང་སྒོག་གཙོང་  
སོགས་ཀྱི་རིགས་དང་། ལྷག་ལ། ཏིལ་ལ་ཐུག་སོགས་སྤོང་བ་བྱ་རྒྱུ་ཀྱི་སྐབས་ནས་བཤའ་པེ་དམ་  
ཆོག་ལ་གནས་དགོས། ཕྱི་ཚེ་བྱ་རམ་དང་སྤྱང་སོགས་བསྟེན་དུ་བྱང་བར་བཤའ། ཁ་ཅིག་སྤྱོད་བའི་  
ཉིན་སྤྱོད་བ་གཞན་བཅད་དགོས་པར་འདོད་ཀྱང་དེ་མི་དགོས་ལ། དངོས་གཞིའི་དུས་སུ་སྤྱོད་བ་གཞན་  
བཅད་ནས་འབྱུ་ཉག་གཅིག་གམ་ཚུ་ཐེགས་གཅིག་གིས་བཟུང་བུང་ཡང་མི་བྱའོ། །རྒྱལ་དབང་ལྷ་པེ་  
གསུང་འབྲུམ་ལས་དངོས་གཞིའི་དུས་སུ་མཆིལ་མ་ཅམ་ཡང་མི་མིད་ཞེས་འབྲུང་ཡང་། ཆོ་ག་གཞན་  
དུ་དེ་བཞིན་གསལ་བར་བཤའ་བ་མ་མཐོང་ཞིང་། བཤུ་ཆེན་གོང་མའི་གསུང་དངོས་སུ་ཐོས་པ་ཁ་ཅིག་  
དང་། དག་རྒྱན་དུའང་མཆིལ་མ་ལུས་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་པས་མི་འགལ་བར་བྲགས་པ་ལྟར། ལ་ལའི་  
ཕྱག་ལེན་དུའང་སྤྱང་བས་ཁོ་བོ་ནི་འདི་འཐད་པེ་ཕྱོགས་ལྟ་བུར་སེམས་ཀྱང་དབྱེད་པར་བྱའོ། །རྒྱལ་  
སྤྱོད་དུལ་ཚུ་ཆོས་རྫོང་བའི་ཆོ་གའི་ཆོག་ཟེན་ལྟར་ན། དངོས་གཞིའི་དུས་སུ་ཆོ་ག་ཡང་དག་ཏུ་མི་  
བརྗོད་པར་ཡིད་བཤའ་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་གསུངས་འདུག་ཀྱང་། ཆོ་ག་གཞན་དུ་སྤྱོད་བཅད་བྱ་བ་ཅམ་  
ལས་ཚུལ་དེ་བཤའ་བ་མ་མཐོང་ལ། ཡིད་བརྒྱས་ཀྱང་མ་བཤའ་ཅིང་ཆོ་ག་འདོད་པ་དང་སྤྱགས་བརྒྱ་  
དགོས་པ་འདིའི་ཆོ་ག་ཐམས་ཅད་ནས་འབྲུང་བས་དག་དུ་མ་བརྗོད་པར་ཡིད་ལ་བཤའ་བ་ཅམ་གྱིས་  
ཏོན་པའི་གོ་ཆོད་པར་བཞག་དཀའ་བའི་ཕྱིར། སྤྱོད་ཀྱི་དེ་འཐད་དམ་མི་འཐད་དང་དགོངས་པ་གང་ཡིན་  
བརྟག་པར་བྱའོ། །

དེས་ན་སྤྱི་བཅད་བྱ་དགོས་པར་གསུངས་པ་ནི་སྐབས་དེར་ཆོ་ག་ལ་མ་གཏོགས་པའི་གཏམ་  
གཞན་མི་བརྗོད་པའི་དོན་ཡིན་པར་སེམས་སོ། །སངས་རྒྱ་ལེངས་ཤར་ནས་ཐོར་ཐུག་གསོལ་བ་ཐུག་  
ལེན་ལ་ཡོད་ཅིང་། རྩེས་ཆོག་ལ་གསོ་སྤྱོད་མ་གཏོགས་པའི་ཆོ་ག་ཆར་གཅིག་བྱའོ། །རྟེན་ཡོད་ན།  
བདག་དང་འགྲོ་ལ་ཐུགས་བརྩེའི་ཕྱིར། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བརྟན་བཞགས་དང་། མེད་ན།  
བརྩོ་ལྷུང་ ཡེ་ཤེས་པ་དང་མགྲོན་གཞན་རང་བཞིན་གི་གནས་སུ་གཤེགས།  
དམ་ཆོག་པ་རང་ཉིད་ལ་ཐེམ་པར་གྱུར་པར་བསམས་ཤིང་། གཙུག་པོའི་རྟེན་ཡོད་  
ཅིང་གཞན་ལ་མེད་ནའང་དེའི་ཁྱད་པར་ཕྱེད་པར་བྱའོ། །

རང་ཉིད་སྤྱད་ཅིག་གིས་རྒྱན་རས་གཟིགས་ཞལ་གཅིག་ཐུག་གཉིས་  
པའི་སྒྱུར་བཞེངས་པའི་སྤྱི་བོར་ཨོ། །མགྲོན་པར་ལྷུང་ ཐུགས་ཀར་རྩྱུ་གིས་  
མཆོན་པར་གྱུར། ཅེས་བརྗོད་དེ་བཟུང་ཤིས་སོགས་བྱའོ། །

ཡང་ཉལ་བའི་ཆོ། རང་དམ་ཆོག་སེམས་དཔའ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་ལ་ཐེམ། དེ་ཉིད་རེ་  
འཛིན་སེམས་དཔའ་ལ་ཐེམ། དེ་མི་དམིགས་པར་གྱུར་པར་བསམས་ལ་ལྷ་ཐོག་ཏུ་འཛོག་པ་གསུངས་  
པ་བཞིན་བྱས་ཀྱང་རུང་། །ཕན་ཡོན་ནི། སྤྱང་གནས་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱུངས་ན། བསྐྱལ་བ་བཞི་ཁྲིའི་  
འཁོར་བ་ཡང་ཕྱིར་བསྐྱེལ་ཞིང་། ངན་འགྲོའི་སྤྱི་སྤྱོད་གཅོད་པ་དང་། འཆ་མས་མེད་དང་། ཅུ་བའི་ལྷུང་བ་  
ནམས་དང་། མི་དགེ་བ་བརྩུ་དང་། དཀོར་སྤྱོད་ལ་སོགས་པ་མང་པོ་ཞིག་འབྱུང་བར་འགྱུར་ཞིང་། རྒྱན་  
རས་གཟིགས་ཀྱི་རྩེས་སུ་འཛིན་པ་དང་། ཕྱི་མ་བདེ་བ་ཅན་དུ་སྤྱི་བ་དང་། བྱང་ཆུབ་ལས་ཕྱིར་མི་ལྷོག་  
པ་དང་། ཞེ་སོགས་ཀྱི་ལས་འབྲུབ་སྤྱོད་བ་དང་། བྱད་མེད་ཡིན་ནའང་རྟག་དུ་སྤྱིས་པའི་ལུས་ཐོབ་པ་དང་།  
གཟུངས་མང་དུ་བསྐྱུས་པའི་ཆུ་གཞན་ལ་སྤྱད་ན་དེའི་སྤྱིག་སྤྱོད་ཀྱང་འདག་ཅུས་པ་དང་། དུད་འགྲོ་འཆི་



དག་སྒྲོང་མ་དཔལ་མོའི་ལུགས་ཀྱི་ཞལ་བཅུ་གཅིག་པའི་སྐྱབ་ཐབས་སྦྱང་བར་གནས་པའི་ཆོ་ག

བའི་ཆོ་ག་བྱངས་བསྐྱས་ཏེ་དེའི་ལུས་ལ་སྒྲགས་བཏབ་ན་ནི་དེ་གནས་དེ་ལས་ཐར་ནས་བདེ་འགོར་སྦྱེ་  
བ་སོགས། མདོར་ན་ཆོ་གས་གཉིས་རྫོགས་ནས་སྦྱར་དུ་འཆང་ཏུ་བའི་ཕན་ཡོན་གྱང་ཡོད་ཅེས་  
གསུངས་ཤིང་། དེར་མ་ཟད་སྦྱང་གནས་བྱས་ཟིན་མ་ཐག་པའི་ནང་པར་གང་ཟག་དེ་ལ་གཞན་གྱིས་  
བཞོས་བྱངས་ནའང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་དག་བཅོམ་པ་ལ་ལུལ་བ་དང་མཉམ་བ་སོགས་ཀྱི་  
ཕན་ཡོན་འབྱུང་བར་ཡང་བཤད་དོ། །འདི་ཚུལ་མཐུན་ལྟ་ཞོག །རྗེས་མཐུན་ཅམ་ཡིན་ཡང་ཆོ་གས་  
གསོག་སྒྲིབ་སྦྱོང་གི་ཐབས་སུ་འགྱུར་བས་འགོག་མི་རུང་བ་སེམས་སོ། །

ཞར་བྱང་ལོ་རྒྱས་ཅུང་ཟད་ཅམ་བརྗོད་ན། འདིའི་ཐོག་མའི་སྐྱབ་ཐབས་གང་གིས་མཛད་པ་ནི།  
འཕགས་པས་དངོས་སུ་རྗེས་སུ་བབྱང་བའི་དག་སྒྲོང་མ་དཔལ་མོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཡིན་ལ། དེས་རྒྱུད་  
གང་ལ་བརྟེན་པ་ལ་ཡང་ཞལ་བཅུ་གཅིག་པའི་སྐྱབ་ཐབས་དང་། དུག་སྒྲོང་སྦྱན་སྦྱོང་གི་རྒྱུད་ལ་བརྟེན་  
ནས་མཛད་དོ། །དེ་ལྟ་བུའི་དག་སྒྲོང་མ་དེ་ནི་འཕགས་ལུལ་དུ་འབྱུངས་ཤིང་། དེག་པའི་གནས་ལྷ་ལ་  
མཁས་པ་ཞིག་ཡིན་ནའང་། སྒོན་ལས་གྱིས་སྦྱ་ལ་མཛེན་དུ་གྱིས་བཏབ་པས་ཕྱག་གཡས་པའི་མཁྲིག་  
མ་ཆད་ཅིང་། མ་བྱང་བའི་སྦྱག་བསྐྱལ་གྱི་བྱག་རྩ་ཆེན་པོས་གཟིར་བར་གྱུར་ཏེ། བས་མཐའི་གནས་སུ་  
སྦྱིལ་པོར་བྱམ་ཞིང་བཞུགས་པ་ན། མི་ལས་དུ་རང་གི་ཡབ་རྒྱལ་པོ་ཞི་ལྟ་བུ་ཏེ་ཡིན་ཟེར་བ་ཞིག་གིས།  
ཤེས་ཀྱི་བྱམ་པ་བདུད་ཅིས་གང་བ་བབྱང་སྟེ། འདི་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་ཁྱེད་ལྟ་ཡིན་ཟེར་ནས་སྦྱི་པོ་  
ནས་ཁྱེད་གསོལ་བས་ལུས་ཅུང་བདེ་འཕོལ་གྱིས་སོང་། ཁྱོད་ནད་འདིས་རྒྱན་བྱས་ཏེ་མཆོག་གི་  
དངོས་བྱུང་གྱང་འཕྲོག་པར་འདུག་པས་ཞལ་བཅུ་གཅིག་པ་ལ་ཡི་དམ་གྱིས་ཤིག་གསུངས་ནས་  
གཤེགས། དེའི་སང་ནས་བབྱང་ཉིན་མོ་ཡིག་རྒྱག་དང་། མཆོན་མོ་ཞལ་བཅུ་གཅིག་པའི་གསུངས་ལ་  
ཐུགས་དམ་མཛད་དེ་རྒྱ་བ་རྒྱག་སོང་བའི་ཆོ་ཐུགས་ལ་དངོས་སུ་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་ལྟ་ཞིག་ནི་མི་

ཅོ་ནི་ཇི་བཙུན་གྲགས་པ་བཤད་སྒྲུབ།      ། རྒྱན་མཁོ་ཉི་ཤེས་སྤྱོད་ཆོ་གའི་དེ་བ་ཐེང་ཉི་ཤེས་གསུམ་པ།

འདུག་པས་སྒྲུག་བསྐྱེད་འདི་ལྟ་བུ་སྤྱོད་བཤས་ཤི་ནས་དགའ་སྦྲུལ་པའི་འཕྲོ་ལ་མནལ་དུ་སོང་བ་ན།  
སྤྱི་ལ་པོའི་ནང་ཐམས་ཅད་འོད་གྱིས་ཁེངས་པའི་སྤང་བ་བྱང་བ་དང་། བྱེད་མེད་གོ་ལ་ཞོན་པ་ཞིག་བྱང་  
སྟེ།      བྱོད་དེར་མ་སྤྱོད་པར་མི་ཁར་ཤིང་འཕེལ་དུ་བྱུགས་ཇི་ཆེན་པོ་ཕྱག་སྤྱོད་སྒྲུན་སྤྱོད་དང་ལྡན་པ་  
བཞུགས་པའི་དུང་དུ་སོང་ལ་གསོལ་བ་ཐོབ་ཅེས་གསུངས་ནས་ལྷེ་ལ་བདུད་ཅི་རིལ་བུ་གཅིག་བཞག  
།དེ་ལ་བྱོད་སྤྱི་ཡིན་བྱས་པས་ང་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཡིན་གསུང་། འོ་ན་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཞུ་བྱས་  
པས་ད་ལྟའི་དེ་ཀ་ཡིན་གསུངས་ནས་མི་སྤང་བར་གྱུར་རྟོ།      །དེ་ནས་ཤར་ཕྱོགས་ལི་ཁ་རར་བྱིན་པས་  
ཞག་བདུན་སོང་བའི་ཆེ་ལམ་དུ་མཁའ་འགོ་མ་འགའ་ཞིག་གཟིགས་ཤིང་།      དེ་ནས་ཀྱི་རྩ་འབྲུལ་ལ་  
བརྟེན་ནས་ལི་ཁང་རང་གྱུར་དུ་སླེབ། དེར་ཞལ་བཅུ་གཅིག་པའི་དུང་དུ་བཞུགས་ནས་ཉིན་མཆོན་ཁོར་  
ཕྱག་ཏུ་སྤྱོད་གནས་ཀྱི་བྱུགས་དམ་མཛད་པས་ལོ་གཅིག་སོང་བ་དང་ནད་ཐམས་ཅད་སོས་ཏེ།      ཕྱག་  
གཡས་པའི་མཁྱིག་མ་ཡང་སྡོན་བཞིན་སོར་ཆུད།      ཉིང་རེ་འཛིན་བསམ་གྱིས་མི་བྲུབ་པ་བྱུགས་རྒྱུད་  
ལ་འབྱུངས་ཤིང་། བདུད་ཀྱི་བར་ཆད་ཀྱང་བྱིར་སྒྲོག་ །ས་ག་རྩ་བའི་ཆེས་གཅིག་གི་ཐོ་རངས་སྒྲོལ་མའི་  
ཞལ་གཟིགས་ཤིང་།      དེའི་ཆེས་བརྒྱད་ལ་དོན་ཡོད་ཞགས་པ་ལྟ་ལྟ་སོགས་མང་པོའི་ཞལ་གཟིགས།  
བཙོ་ལྟའི་ཉིན་བྱུགས་ཇི་ཆེན་པོ་ཕྱག་སྤྱོད་སྒྲུན་སྤྱོད་གི་ཞལ་གཟིགས་ནས་དེས་ཆོས་གསུངས་པས་ས་  
བརྒྱད་པ་ཐོབ་སྟེ་དག་བཙོམ་མར་གྱུར། རང་ཕྱུལ་དུ་བྱོན་ནས་འགའ་ཞིག་གི་ཐེ་ཆོམ་གཙོད་པའི་བྱིར་  
དུ་རང་གི་དབུ་བཅད་ནས་འཁར་གསེལ་གྱི་ཅིར་བསྐྱོན་པའི་སྤྱུལ་པ་ཡང་བསྟན་ཅིང་།      ཇི་བཙུན་སྒྲོལ་  
མ་དང་རྟོགས་པ་མཉམ་པར་གྱུར་རྟོ།      །དེ་འབྲའི་དགོ་སྤོང་མ་དེས་ས་ག་རྩ་བའི་ཆེས་བཙོ་ལྟའི་ཉིན་  
མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པའི་དུས་ཡིན་པས།      འདིའི་སྤྱུབ་པ་པོ་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཐོག་མའི་སྤྱུབ་པའི་  
དུས་ནི་རྩ་བ་དེ་ལ་བྱས་ན་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་འཐོབ་པའི་ཉིན་འབྲེལ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །འཁྱིའི་ལྟོ་

