

བཀའ་བསྟན།

བཀའ་འབྱུང་།

བྱུང་འབྱུང་།

། ཀ །



སྟོན་པ་བཅོམ་ལྟན་འདས་ཀྱི་བཀའ།

མེད་ཀྱེས་དིག་མཚན་ཆེན་མོའི་ཚུམ་སྒྲིག་ཁབ་།

བཀའ་བསྟན།

ཨོྭ།བཀའ་འགྲུར་རིན་པོ་ཆེ་
བཞུགས་སོ།

ཐུང་འབྲུམ།

།ཀ།



ལྷོ་ལྷོ་ཨང་།

ཨྱ

ཐེ་ཐག་གི་ཨང་།

མམ

སྟོན་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་བཀའ།

དེབ་ཡན་།

KGHY624077

ཞེ་དགེ་འོ་བཀའ་འགྱུར་ལ་གཞི་བཙུག་པ་ཡིན།

སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་ལྷ་སྤྲིག་བྱས།

སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་སློབ་ཁྲིམ་ལྷ་ས་ཏུ་བཟོས།

སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འབྲེམས་སྤྲིལ་བྱས།

༡༠༡༥ ལོའི་རྒྱ་ ༥ བར་ཚུལ་སྤྲིག་བྱས།

དེབ་ཆད། 15x21

ཡིག་ཆད། 14

ཡིག་གངས། 20,212

ང་ཆོའི་བླ་ཆོག་ས་ཀྱི་ཁ་བྱང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ང་ཆོའི་ཡིག་སྒྲུལ།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

ལར་སྐྱོན་གྱི་བདག་དབང་སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོར་ཡོད།

དེ་མཆོད་མདོར་བསྟུན།

བཀའ་འགྲུར་ནི། སྟོན་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་བཀའ་མདོ་སྟགས་ཀྱི་
སྟོར་བོད་སྐད་དུ་བསྟུར་ཡོད་པ་ནམས་ཡིན། སྟོན་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་དངོས་སུ་བཞུགས་
སྐབས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་གསུང་འགའ་ཞིག་ཡི་གེར་བྲིས་ཏེ། དུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་དང་། བཙན་
མོ། རྫོན་པོ། བྲིས་བདག་སོགས་དད་པ་ཅན་མང་པོས་ལྟ་སྟོག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་། གསུང་རབ་
ནམས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྟུས་པའི་སྟེགས་བཅ་མེད། སྟོན་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་སྤངས་ལས་
འདས་པའི་བྱི་ལོ་དེར་བཀའ་བསྟུ་དང་པོ་མཛད་པ་དང་། ལོ་བརྒྱ་དང་བརྒྱ་སོང་བ་ན་བཀའ་བསྟུ་
གཉིས་པ་མཛད་ཀྱང་། སྤངས་ལས་འདས་ནས་ལོ་བཞི་བརྒྱ་སོང་རྗེས་བཀའ་བསྟུ་གསུམ་པ་
དང་བཞི་པ་མཛད་དེ། སྟོན་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་བཀའ་ནམས་སྟེགས་བཅ་དུ་བཀོད་ན་
ཡང་། ཉང་པ་དགར་འཛིན་པ་ནམས་ཀྱིས་གཏོར་བཞིག་ཐེངས་ཁ་ཤས་བྱུང་སྟེ། མང་པོ་ཞིག་ཅ་
མེད་དུ་སོང་། བོད་ཀྱི་གོང་མ་ཁྱི་སོང་ལྟེ་བཙན་གྱི་སྐབས། ལོ་ལྔ་བ་ནམས་ཀྱིས་སྐབས་དེར་རྒྱ་
གར་ན་བཞུགས་པའི་གསུང་རབ་པལ་ཆེ་བ་སྟུན་བྱངས་ནས་བོད་སྐད་དུ་བསྟུར་བ་དང་རིམ་
བཞིན། རྒྱ་དཀར་ཆག་འཕང་ཐང་མ། རྒྱ་ལྷན་དཀར་མ། རྒྱ་མཆིམས་ཕུ་མ། རྒྱ་བཅས་བཀོད་
པར་མཛད། ༡༣༡༣ ལོར་བཅོམ་ལྡན་རལ་གྱི་དང་། དབུས་པ་སྟོགས་ལ་སོགས་ཀྱིས་བཀའ་
འགྲུར་དང་བསྟན་འགྲུར་གྱི་མ་དཔེ་འཆོལ་བསྟུ་གནང་སྟེ། ལུས་དག་དང་། སྤེ་ཆེན་དབྱེ་བ། གོ་
རིམ་སྟེགས་བཅས་བཀའ་འགྲུར་བསྟན་འགྲུར་ཆ་ཆང་བཞེངས་པ་ནི། བཀའ་བསྟན་འགྲུར་བྲིས་
མ་ཆ་ཆང་བཞེངས་པའི་ཐོག་མ་ཡིན། དེ་ནས་རིམ་བཞིན། ཆལ་པ་བཀའ་འགྲུར། ཞ་ཕུ་བཀའ་
འགྲུར། འཕྱོངས་རྒྱས་བྱིང་དབར་སྟག་ཅེའི་བཀའ་འགྲུར་ལྡགས་ལུས་མ། དུང་ལོའི་བཀའ་
འགྲུར། བཀའ་འགྲུར་རྒྱལ་ཅེ་ཐེམ་སྤང་མ། ཏུ་མིང་དབན་ལའི་བཀའ་འགྲུར། ལི་ཐང་བཀའ་
འགྲུར་མཆོལ་དབར་མ། སྤྱར་ཐང་དང་། སྤེ་དགོ། པེ་ཅིན། ཅོ་ནེ་བཅས་ཀྱི་དབར་མའི་བཀའ་

འགྲུལ་སོག་ཡུལ་ཁུ་རེ་ཆེན་མོའི་བཀའ་འགྲུལ། རྩ་རྒྱ་དང་། ལྷ་ས་ཞོལ། ཆབ་མདོ་བཅས་ཀྱི་
དཔར་མའི་བཀའ་འགྲུར་བཅས་ཤིང་དཔར་གྱི་བཀའ་འགྲུར་ནི་མང་ཤོས་གསལ་ཡིན། དེ་མིན་
འཇར་བན་སོགས་སུ་དཔར་སློབ་བྱས་པའི་བཀའ་འགྲུར་དཔར་མ་འགའ་ཞིག་བཅས་ཡོད།
༼དུང་དཀར་ཆོག་མཛོད་སོགས་ལས་བརྒྱུ་ཉེ་བཅུ་བསྐྱེགས་བྱས།༽

བྱ་སྤྱོད་པའི་གསལ་བཤད།

གངས་རིའི་ཤེལ་གྱི་མཆོད་རྟེན་གྱི་ཐེང་བས་སྤྲུང་བྱས་པའི་རང་རིའི་སྤྲུང་
སྤྲོང་ས་སྤྲུང་ཆོས་རྒྱལ་ལོ་བཅའ་རྒྱུ་རྩམས་དང་ཀུན་རིག་མཁས་པའི་དབང་པོ་དག་གི་བཀའ་བློན་
ལས། གསུང་རབ་གྱི་སྤྱོད་པ་བཅས་རི་རབ་གྱི་གཏོས་དང་མཉམ་བཤེད་ན་ཡང་། དུས་གྱི་འཕེལ་
འཕྱིར་སོགས་ཀྱིས་མང་པོ་ཞིག་འབྱུང་བཞིན་ཟས་སུ་བྱིན་པ་དང་། གང་མང་ཞིག་ས་རྒྱལ་གྱི་
ཁོད་དུ་ཆེས་མཐོང་མཐུག་གི་གཞེས་མལ་བསྟེན་ལ་ཉེ་བ་སོགས་ཀྱིས་དེ་དག་སྤྲུར་སློབ་དང་།
གཅེས་ཉར་བྱེད་རྒྱ་ནི་འབྱེ་མེད་ན་ལྷ་མེད་པའི་དུས་ཡིན་ཞིང་། དེས་རང་རིགས་བསམ་ཡོད་
གང་མང་ཞིག་གིས་དེ་དག་བསྐྱར་དཔར་དང་། དེ་བཟུགས་པར་སྤྲོན་སོགས་ཀྱིས་འབྲེམས་
སྤེལ་དང་། སྤྲུང་སློབ་ལ་རེས་བཞིན་པ་ནི་དགའ་ལོས་པ་དང་། ཡི་རང་གི་ལེགས་སོ་འབྲུལ་བའི་
གནས་ཡིན་ནོ། འཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་བཤད་ན། མི་རིགས་དེའི་ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བརྟན་ནི་
མི་རིགས་དེའི་སྤྲོ་སྤྱོད་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཉིད་དར་སྤེལ་དང་སྤྲུང་སློབ་བྱེད་རྒྱ་ཡང་། མི་རིགས་དེ་
ཉིད་ཀྱི་ལོས་འགན་ཡིན་ན། བསམ་སློབ་རྒྱགས་བྱེ་རྒྱུར་པའི་གསུང་རབ་གྱི་སྤྱོད་པ་བཅས་དེ་
དག་ནི། ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བརྟན་ཡིན་ལ། མི་རིགས་འདིའི་སྤྲོ་སྤྱོད་ཀྱང་ཡིན་ནོ། ལྷོན་པ་
བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་བཀའ་ལས་ཀྱང་། ཤེས་རིག་གྱི་སྤྱོད་པ་བཅས་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད། ཡི་གེར་འདི་
བ་དང་། འདིར་བརྟུག་པ་སོགས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་ནི་སྤོང་གསུམ་ལོར་གྱིས་བཀའ་རྟེན་སངས་རྒྱས་
འབྲུམ་ཐྲག་བརྒྱུ་ལ་མཆོད་པ་སྤུལ་བ་བས་ཀྱང་། བསོད་ནམས་ཆེ་བར་གསུངས་པ་སོགས་

གྲིས་ཀྱང་གསུང་རབ་ཀྱི་སྒྲིགས་བཅ་དག་ཡི་གེར་འབྲི་བ་དང་། འབྲིར་བརྒྱལ་བ་དག་གི་ཕན་
ཡོན་དང་དགེ་མཚན་ཀྱང་མཆོན་ལ། རོན་གནད་ཀྱང་གོ་ཐུབ་པོ།

༥ གོང་ས་༥སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ཀྱང་། ར་རང་སྐྱེ་ཆེན་པོ་དང་འདྲ་ཁང་
རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་རྒྱ་ལ་དེ་ཙམ་དགའ་བོ་མེད། སྐྱེ་ཆེན་པོ་བཞེངས་རྒྱུ་དེས་གསུང་ནི་མི་འཁྱོད། དེ་
ལས་དཔེ་ཆ་མང་པོ་དཔར་བསྐྱུན་གྲིས་འགྲེམས་སྒྲེལ་བྱས་ན་བཟང་། ཞེས་ཆོགས་སུ་བཀའ་
གནང་བ་སོགས་གྲིས། བྲ་ཆང་རིན་པོ་ཆེ་ནས་ཀྱང་ར་རྒྱུ་མི་རིགས་འདིའི་ཡབ་མེས་གོང་མ་
དག་གི་ལྷལ་བཞག་དེ་དག་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་། གནས་པ་བརྒྱུད་འཛིན་སོགས་དང་།
རང་རིགས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཐུན་ཙམ་ཞུ་ཐུབ་ན་དགོངས་ཏེ། སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་
མོའི་དྲ་ཆོགས་སྒྲོ་འབྲེད་དང་། སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཙོམ་སྒྲིག་ཁང་གསར་འཛུགས་
བྱས་པ་ལགས་ན། འདི་ག་ཙོམ་སྒྲིག་ཁང་གིས་ཀྱང་གཙོ་བོ་བཀའ་བསྐྱེད་གཉིས་གྲིས་མཆོན།
གཡུང་རྒྱུད་བོན་དང་བཅས་པའི་ཆོས་བརྒྱུད་རིས་སུ་མ་ཆད་པའི་བོད་ཀྱི་མཁས་དབང་དག་གི་
བཀའ་ཙོམ་གྱི་སྒྲིགས་བཅ་དག །བར་བསྐྱེད་འགྲེམས་སྒྲེལ་དང་། ཞོར་དུ་གཞན་གྱི་ཤེས་རིག་
ནང་འབྲེན། དེར་རབས་ཀྱི་ཙོམ་པ་པོ་ཟན་གཞོན་དབྱེར་མེད་ཀྱི་བཅུམས་ཆོས་ཀྱང་བར་བསྐྱེད་
འགྲེམས་སྒྲེལ་གྱི་ཞབས་ཞུའི་ལས་གཞི་འདི་གཉེར་བ་ཡིན།

སྒྲིར་སྒྲོབ་གཉེར་བ་མང་ཤོས་ཤིག་དེ་བ་གཟུགས་ལ་མོས་བ་ཆེ་བ་དང་། དེ་བ་གཟུགས་
ཀྱང་གང་མང་ཞིག་བར་བསྐྱེད་བྱས་ཏེ་ཐོན་གྱིན་ཡོད་ལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་དཔེ་རིང་ལྷ་སྒྲོག་བྱེད་
མཁན་རྗེ་ཉུང་དང་། བར་ཤིང་གི་སྒྲོན་སྒྲོ་ཡང་རྗེ་ཆུང་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པས། བར་ཤིང་མང་པོ་
ཞིག་མཛོད་ལུགས་སུ་ས་རྒྱལ་གྱི་ཁོད་དུ་གཞིམས་འགོ་ཙོམ་བཞིན་ཡོད།

ལྷག་པར་དུ་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་བརྒྱུད་ཀྱི་དུས་རབས་འདིར་འོད་ཟླ་བས་ཀྱི་
འགྲོས་དང་འགྲོགས་ཏེ། ཆོན་ཆལ་གྱི་ཤེས་རིག་རབ་དུ་དར་བས། མི་ནམས་ཀྱི་སྒྲོ་ངོར་མི་ཤོང་
བའི་དངོས་གཟུགས་གང་མང་ཞིག་འབྱུང་བཞིན་ཡོད་ལ། དེ་དང་བསྐྱེད་ནས་ཐོགས་གཞན་
ཞིག་ལ་ཐོབ་ཤོར་དང་། བཅ་ཉེས་འབྱུང་གིན་ཡོད་པའང་ཆོས་ཉིད་ཡིན། དཔེར་ན། eBook
གམ་སྒྲོག་རྒྱལ་འབྲུལ་དེ་བ་ཀྱི་བཟོ་ཆལ་འདི་དར་བས། གཞིགས་པ་པོ་དག་ལ་སྒྲོག་བདེ་བ་དང་།

སྒྲིབ་བདེ་བ། གཞུང་ཆེན་འཛོལ་སྒྲིབ། འཁྱེར་བདེ་བ་སོགས་ཀྱིས་མི་རྒྱུས་ཀྱི་ཡིད་དབང་
བཀྲལ་གྱི། འབྲུལ་དེབ་ལ་དགའ་མོས་རྩེ་ཆེར་འགྲོ་བཞིན་བཤེས། ཤོག་སྟེང་གི་དཔེ་ཆ་ཉར་བའི་
དཔེ་མཛོད་ཁང་གྲགས་ཆེན་གང་མང་ཞིག་གི་གཏན་བཟུང་པའི་སྒྲིབ་གསུང་། དེ་ཉིད་ཀྱི་
ཆོས་ཉིད་ལས་སྟོན་བརྒྱུག་པའང་གང་འཆོས་བྱུང་ཡོད་ན། ང་ཚོ་ཡང་དུས་རབས་ཀྱི་རྩིས་ཟིན་
པར་བྱས་ཏེ་རང་རེའི་ཤེས་རིག་གི་འོད་སྔར། རྒྱུ་གཟུགས་ཀྱི་གོ་ལ་འདྲིར་ཡུན་རིང་གནས་པ་
དང་། འཕྲིན་ལས་ཀྱི་འཇུག་པ་རྒྱུ་ལྟུང་ཀྱི་འགྲོས་དང་མཉམ་པ་ཡོང་སྟེང་དང་། གཟིགས་པ་
སོ་དག་གི་དགའ་མོས་དང་དུས་བབ་དང་བསྐྱུན་ཏེ། ང་ཚོས་ཀྱང་བཀའ་བསྟན་གཉིས་ཀྱིས་གཙོ་
བྱས་ཏེ་བོད་གངས་ཅན་གྱི་གནའ་དེར་གི་མཁས་པའི་བརྩམས་ཆོས་དག་eBook དང་
PDF སོགས་སྤྱི་ཚུལ་སྒྲིག་བྱས་ཏེ་འབྲེལ་སྟེན་གྱི་ལས་གཞི་འདི་འདེམ་བཤིག་།

སྒྲིབ་ཆ་ནས་བཀའ་བསྟན་གཉིས་ཀྱིས་མཆོན་མཁས་དབང་སྤེལ་དག་གི་གསུང་རབ་
གསར་བསྐྱུན་གྱིས་དེབ་གཟུགས་དཔེ་ཆ་དང་། སྟོན་རྒྱུ་འབྲུལ་དེབ་ཀྱང་གང་མང་ཞིག་འཛོན་
བཞིན་ཡོད་ན་ཡང་། གསར་དུ་པར་བསྐྱུན་བྱས་པའི་དེབ་གཟུགས་དང་སྟོན་རྒྱུ་འབྲུལ་དེབ་
དག་ལའང་ཆད་ལྷག་དང་ཞོར་འབྲུལ། ལུས་ཆེན་བཤེས་གཉིས་རང་འདོད་དང་འོས་ཆོད་སོགས་
ཀྱིས་གང་བྱུང་བཞེས་བཅོས་བརྒྱབ་པ་སོགས། སྟོན་གཏད་ཆོག་པ་དང་ཁུངས་དག་ལ། ལུས་དག་
ཆད་ལྷན་སོང་བའི་གསུང་རབ་ཀྱི་དེབ་གཟུགས་དང་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་ཅང་དཀོན་པའི་ཆོད་དུ་སྤང་
བ་སོགས་དང་། ང་ཚོའི་ལས་གཞི་གཙོ་བོ་དེ་ཡང་བཀའ་བསྟན་གཉིས་དང་མཁས་དབང་སྤེལ་
དག་གི་གསུང་རབ་དག་ཚོས་སྒྲིག་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན་པ་དང་། ཁོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་དམ་པ་སྤེལ་
དག་གི་སྤྲུལ་རྩིས་གསལ་བའི་པར་འོད་དག་གི་འཕྲིན་ལས་མཇུག་སྟེང་ཀྱིན་ཡོད་པ་སོགས་
ཀྱིས། ང་ཚོས་པར་འོད་གི་རྒྱན་ཡུན་གནས་ལ་འབད་བཅོན་དང་། འོད་པར་གྱི་ནང་དུ་པར་
འོད་ཆག་པ་དང་། ཡིག་འབྲུ་མི་གསལ་བ། པར་ཡིག་པས་བྲི་ནོར་དང་བཞོས་ནོར་འོར་བ་
སོགས་ཀྱིས་ཡིག་ནོར་རེ་བྱང་ཡོད་ན་ཡང་། པར་འོད་མང་འོས་འགྲོ་ཆོས་པ་སོ་རང་ཉིད་དམ།
རིག་གནས་ལ་ནང་བྱན་རྒྱུ་པའི་མཁས་དབང་དང་དམ་པའི་སྤྲུལ་བྱ་གང་མང་ཞིག་གིས་ལུས་
དག་བཏང་བ་ཡིན་པས་གང་བྱུང་བཞེས་སོགས་བྱ་རྒྱུ་མེད་པ་དང་། གསུང་རབ་ལས་ཡིག་

འབྲུག་གཅིག་ཁོར་ན་ཡང་དོན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་འགྱུར་ན། གསུང་རབ་ལ་བསྟེ་ལྟ་དང་བཅོ་
བཅོས། ཐན་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལས་ཡིག་འབྲུག་གཅིག་ལའང་བཅོས་ལྟ་མེད་པར་སོར་
བཞག་བྱ་རྒྱའི་ཅ་དོན་རྒྱན་འབྲེངས་བྱེད་རྒྱ་གལ་ཆེ་བ་དང་དགེ་མཚན་ཆེ་བར་མཐོང་སྟེ། ང་
ཆོས་དཔེ་རིང་ཆད་ལྡན་ཞིག་མ་དཔེར་བཟུང་སྟེ་དེ་དང་བྱ་ཡིག་གཉིས་གཤིབ་བསྐྱར་བྱས་ཏེ།
མ་ཕྱི་ཇི་མ་ཇི་བཞེན་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བཅོ་རྒྱ་དང་། ཡིག་ཞོར་མངོན་མཚན་ཅན་རྣམས་ཞོར་
བཅོས་བྱས་ཡོད་ན་ཡང་། འབྲུལ་དེབ་བཅུ་ eBook གི་ནང་དུ་ཟུར་མཚན་བཞག་ཆེ་ཅུང་
སྟབས་མི་བདེ་བས། eBook གི་ནང་དུ་ང་ཆོས་ཞོར་བཅོས་བྱས་པ་དེ་ཡིག་མདོག་དམར་
པོར་བསྐྱར་ཡོད་ལ། PDF ཡི་ནང་དུ་ང་ཆོས་གང་ཞོར་བཅོས་བྱས་པའི་མ་ཕྱིའི་ཡི་གེ་འཕྲ།
ཞོར་ལྟག་ཏུ་ཐག་བཅད་པའི་གཞུང་ཡིག་གམ་མ་ཕྱིའི་ཡི་གེ་དེ་མཇུག་དུ་ཟུར་མཚན་གྱི་ངོ་བོར་
བཀོད་ཅིང་། ལྷ་སྤྱིག་པའི་ཞོར་བཅོས་ཀྱི་ཡི་གེ་དེ་གཞུང་ཡིག་དངོས་སམ་གཞུང་དགྲུས་ཀྱི་ཡི་
གེ་དང་མི་ཞོར་བའི་ཆེད་དུ། གོང་དུ་མཚན་སྟགས་དང་། ཡོག་ཏུ་མཚན་གངས་སྐྱར་ཡོད་པས།
གཞུང་དགྲུས་སུ་ཤོར་དོགས་དང་ཞོར་ས་མེད། མདོར་ན་ PDF ཡི་ནང་དུ་ལྷ་སྤྱིག་པས་ཞོར་
བཅོས་བྱས་ཡོད་པ་ཆང་མར་ཟུར་མཚན་ཡོད་ལ། གལ་ཏེ་ང་ཆོས་ཞོར་བཅོས་བྱས་པ་དེ་ཉིད་
ལ་དོགས་གནས་ཡོད་ཆེ། ཟུར་མཚན་དུ་གསལ་བ་ལྟར་གྱི་མ་ཡིག་དེ་ཚུར་བྲངས་ཏེ་འབྲེལ་
བརྒྱབ་ཆོག་ཅིང་། པར་གཞིའི་ནང་གི་ལྷ་སྤྱིག་པའི་ཞོར་བཅོས་ཀྱི་ཡིག་འབྲུ་དག་ཁྲངས་ཤིང་།
ཟུར་མཚན་ལས་ཆད་ཉགས་ཅན་རྣམས་ལུད། ཟུར་མཚན་གཞན་དག་ཚུར་བྲངས་ཏེ་གཞུང་
དགྲུས་དང་སྐྱར་ན། གཞུང་དེ་དང་དེའི་མ་ཕྱིའམ་མ་དཔེའི་དཔེ་རིང་དངོས་ཇི་ལྟ་བུ་བཞེན་
འབྲུང་ངོ་། །འདི་ནི་གསུང་རབ་ལ་བསྟེ་ལྟ་དང་བཅོ་བཅོས། ཐན་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལས་
ཡིག་འབྲུག་གཅིག་ལའང་བཅོས་ལྟ་མེད་པར་སོར་བཞག་བྱ་དགོས་པའི་ཅ་དོན་རྒྱན་འབྲེངས་
བྱས་པའང་ཡིན་ནོ། །

ཞེས་སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྤྱིག་ཁང་གིས་ ༢༠༡༥ ལོའི་ཟླ་ ༠༩ པའི་
ཆེས་ ༠༥ ལ།

དཀར་ཆག

རོ་སྒྲོད་མདོར་བསྟུན།.....	ii
ཁྱེ་གི་པའི་གསལ་བཤད།	iii
འཇམ་དཔལ་མཚན་བརྗོད།.....	1
པར་བྱང་སྟོན་ཆོག་.....	19

འདམ་དཔལ་མཆན་བརྗོད།

༄༅། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ཞུ་བ་མཚུ་སྤྱི་རྒྱ་མ་ས་སྒྲིའི། རོད་སྐད་དུ།
འབགས་པ་འདམ་དཔལ་གྱི་དོན་དམ་པའི་མཆན་ཡང་དག་པར་བརྗོད་པ། འདམ་
དཔལ་གཞོན་བྱུང་གྱུར་པ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། དེ་ནས་དཔལ་ལྡན་དོ་རྩེ་
འཆང་། གཤུལ་དཀའ་འདུལ་བ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་དཔལ་འོ་འཛིག་ཉེན་གསུམ་
ལས་རྒྱལ། དོ་རྩེ་དབང་ཕྱག་གསང་བའི་རྒྱལ། བསྐྱ་དཀར་པོ་རྒྱས་འབྲེ་
སྤྱོད། བསྐྱ་རྒྱས་འབྲེ་ཞལ་མངའ་བ། རང་གི་ལག་གིས་དོ་རྩེ་མཆོག་ཡང་དང་
ཡང་དུ་གསོར་བྱེད་པ། ཁྱོད་ཉེར་རིམ་པར་ལྡན་ལ་སོགས། ལག་ན་དོ་རྩེ་མཐའ་
ཡས་པ། དཔལ་འོ་གཤུལ་དཀའ་འདུལ་བ་པོ། འཛིགས་སྤྱུང་དང་དཔལ་བྱང་
ཅན། དོ་རྩེ་ཅེ་མོ་རབ་འཛོ་བ། རང་གི་ལག་གིས་གསོར་བྱེད་པ། ལྷིང་རྩེ་ཆེ་དང་
ཤེས་རབ་དང་། ཐབས་ཀྱིས་འགྲོ་དོན་བྱེད་པའི་མཆོག་དཔལ་མཁྱུ་རངས་པའི་
བསམ་པ་ཅན། ཁྱོད་འི་ལུས་ཀྱི་གཟུགས་ལྡན་པ། སངས་རྒྱས་འཕྲིན་ལས་བྱེད་
པའི་མགོན། ལུས་བཏུང་རྣམས་དང་སྒྲན་ཅིག་ཏུ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བཙམ་
ལྡན་འདས། རྗོགས་སངས་རྒྱས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ནས། ཐལ་མོ་སྤྱར་བར་བྱས་
ནས་ནི། སྤྱོད་སྤར་འདུག་སྟེ་འདི་སྐད་གསོལ། ཁྱུ་བདག་བདག་ལ་སྤྲོན་པ་
དང་། བདག་དོན་བདག་ལ་སྤྲོགས་བཅེའི་བྱིར། སྤྱི་འབྲུལ་དུ་བས་མཛོན་རྗོགས་
པའི། བྱང་ཆུབ་ཅི་ནས་བདག་ཐོབ་མཛོད། ཉོན་མོངས་པས་ནི་སེམས་དཀྱགས་
ཤིང་། མི་ཤེས་འདམ་དུ་བྱིང་བ་ཡི། སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་སྤྲོན་པ་དང་། སྐྱེ་མེད་

འབྲས་བུ་འཛོལ་བའི་ཕྱིར། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་བཙེམ་ལྡན་འདས། འཕྲོ་
བའི་སྒྲ་མ་སྟོན་པ་པོ། དམ་ཆོག་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་མཁྱེན། དབང་པོ་བསམ་པ་
མཁྱེན་མཆོག་གིས། བཙེམ་ལྡན་གྱི་ཡེ་ཤེས་སྒྲ། གཙུག་ཉིད་ཆེན་པོ་
ཆོག་གི་བདག ཡེ་ཤེས་སྒྲ་སྟེ་རང་བྱུང་བ། འངས་དཔལ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་
ཡི། མིང་ནི་ཡང་དག་བརྗོད་པའི་མཆོག རྟོན་ཟབ་དོན་ནི་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་། རྟོན་ཆེན་
མཚུངས་མེད་རབ་ཞི་བ། རོག་མ་བར་དང་མཐར་དགེ་བ། འདས་པའི་སངས་
རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས། མ་འོངས་རྣམས་ཀྱང་གསུང་འགྱུར་ལ། ད་ལྟར་བྱུང་
བའི་རྫོགས་སངས་རྒྱས། ཡང་དང་ཡང་དུ་གསུང་བ་གང་། རྒྱུད་ཆེན་སྒྲ་འབྲུལ་
དུ་བ་ལས། རྟོ་རྩེ་འཆང་ཆེན་གསང་སྤྲུགས་འཆང་། དཔག་མེད་རྣམས་ཀྱིས་
བཀའ་བཞིན་དུ། སྒྲ་སྒྲུངས་གང་ལགས་བཤད་དུ་གསོལ། མགོན་པོ་རྫོགས་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཀྱི་གྱི། གསང་འཛིན་ཅི་ནས་བདག་འགྱུར་ཕྱིར། རེས་པར་འབྱུང་
གི་བར་དུ་འདི། བདག་གི་བསམ་པ་བརྟན་པོས་བཟུང་། ཉོན་མོངས་མ་ལུས་
བསལ་བ་དང་། མི་ཤེས་མ་ལུས་སྤང་བའི་ཕྱིར། བསམ་པའི་བྱུང་བར་རྩེ་བཞིན་
དུ། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བཤད་པར་འཆོལ། གསང་དབང་ལག་ན་རྟོ་རྩེ་
ཡིས། རེ་བཞིན་གཤེགས་ལ་དེ་སྐད་དུ། གསོལ་ནས་ཐལ་མོ་སྒྱུར་བུས་
ཉེ། ལུས་བཏུད་ནས་ནི་སྒྱུན་སྤར་འདུག ། གསོལ་བ་འདེབས་པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་
བཅུ་དྲུག་གོ།

དེ་ནས་བཙེམ་ལྡན་ཤུག་ཐུབ། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྟེན་གཉིས་
མཆོག ཉིད་ཀྱི་ཞལ་ནས་ལྷགས་བཟང་བ། རིང་ཞིང་ཡངས་པ་བརྒྱུངས་མཛད་

དེ། །འཛིག་རྟེན་གསུམ་པོ་སྤང་བྱེད་ཅིང་། །བདུད་བཞིའི་དག་རྣམས་འདུལ་བྱེད་
 བ། །སེམས་ཅན་རྣམས་གྱི་ངན་སོང་གསུམ། །སྒྲོང་བར་བྱེད་པའི་འཇུ་མ་བསྟན་
 བས། །ཆངས་པའི་གསུང་ནི་སྟན་བ་ཡིས། །འཛིག་རྟེན་གསུམ་པོ་ཀྱན་བཀའ་
 ཟླ། །ལག་ན་དོ་རྩེ་སྟོབས་པོ་ཆེ། །གསང་དབང་ལ་ནི་སྤར་གསུངས་པ། །སྟོང་རྩེ་ཆེ་
 དང་ལྡན་གྱུར་བས། །འགྲོ་ལ་པན་པའི་དོན་དུ་ཁྱོད། །ཡེ་ཤེས་ལུས་ཅན་འཇམ་
 དཔལ་གྱི། །མིང་བརྗོད་པས་ནི་དོན་ཆེ་བ། །དག་པར་བྱེད་ཅིང་ཕྱིག་སེལ་བ། །ང་
 ལས་ཉན་པར་བཅོལ་བ་ནི། །ལེགས་སོ་དཔལ་ལྡན་དོ་རྩེ་འཆང་། །ལག་ན་དོ་རྩེ་
 ཁྱོད་ལེགས་སོ། །གསང་བའི་བདག་པོ་དེ་ཕྱིར་ངས། །ཁྱོད་ལ་ལེགས་པར་བསྟན་
 བར་བྱ། །ཁྱོད་ནི་ཅེ་ཅེ་གཅིག་ཡིད་གྱིས་ཉོན། །བཅོམ་ལྡན་དེ་ནི་ལེགས་ཞེས་
 གསོལ། །དེ་ནས་བཅོམ་ལྡན་ཤུ་ཤུ་བྱུ་བ། །གསང་སྤྲུགས་རིགས་ཆེན་ཐམས་ཅད་
 དང་། །གསང་སྤྲུགས་རིགས་སྤྲུགས་འཆང་བའི་རིགས། །རིགས་གསུམ་ལ་ནི་
 རྣམ་པར་གཟིགས། །འཛིག་རྟེན་འཛིག་རྟེན་འདས་པའི་རིགས། །འཛིག་རྟེན་སྤང་
 བྱེད་རིགས་ཆེན་དང་། །བྲུག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་རིགས་མཆོག་དང་། །རིགས་ཆེན་
 གཙུག་གཏོར་ཆེར་གཟིགས་ནས། །ཆོག་གི་བདག་པོས་ཆོགས་སུ་བཅད། །གསང་
 སྤྲུགས་རྒྱལ་པོ་དུག་ལྡན་ཞིང་། །གཉིས་སུ་མེད་པར་འབྱུང་བ་དང་། །མི་སྤྱེ་ཆོས་
 ཅན་འདི་གསུངས་པ། ། ཨ་ཞླ། ཨི་ཞླ། ཨུ་ཞླ། ཨེ་ཞླ། ཨོ་ཞླ། ཨི་ཨུ་ སྤྱི་ཏི་ཏྲ།
 དེ། །རྒྱ་ན་ལྷ་ཏི་ར་ཏི་བྱོ་བྱུ་ལྷོ། །ཏྲ་རྒྱ་བཞི་ལྷོ། །ཨོ་བཟླ་འྲི་ཏྲ་བུམ་ཆེ་ད། །མརྒྱ་རྒྱ་ན་
 ལྷ་ལེ། །རྒྱ་ན་ཀྲ་ཡ། །སྤྱ་གྲི་ཤ་ད། །ཨ་ར་པ་ཅ་རྒྱ་ལ་ཏི་ན་མམ་ །རྒྱ་འབྲུལ་དཔམ་
 མཛོན་པར་རྩོགས་པར་བྱང་རྩལ་པའི་རིམ་པ་ཆོགས་སུ་བཅད་བ་གསུམ་མོ།

འདི་ལྟར་སངས་རྒྱལ་བཙུག་པོ་ལྟར་། རྒྱལ་པོའི་སངས་རྒྱལ་ཨ་
ལས་བྱུང་། ཨ་ནི་ཡིག་འབྲུ་ཀུན་གྱི་མཆོག་། རྟོན་ཆེན་ཡི་གེ་དཔ་བ་ཡིན། རྟོང་
ནས་འབྱུང་བ་སྐྱེ་བ་མེད། ཆོག་ཏུ་བརྟེན་བ་སྤངས་བ་སྟེ། བརྟེན་བ་ཀུན་གྱི་རྒྱ་ཡི་
མཆོག་། ཆོག་ཀུན་རབ་ཏུ་གསལ་བར་བྱེད། མཆོད་བ་ཆེན་པོ་འདོད་ཆགས་
ཆེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དགའ་བར་བྱེད། མཆོད་བ་ཆེན་པོ་ཞེ་སྤང་ཆེ། ཉོན་
མོངས་ཀུན་གྱི་དབང་ཆེ་བ། མཆོད་ཆེན་པོ་གཏི་ཐུག་ཆེ། གཏི་ཐུག་ཆོ་སྟེ་གཏི་
ཐུག་སེལ། མཆོད་བ་ཆེན་པོ་ཁྲོ་བ་ཆེ། ཁྲོ་བ་ཆེན་པོ་དབང་ཆེ་བ། མཆོད་བ་ཆེན་
པོ་ཆགས་བ་ཆེ། ཆགས་བ་ཐམས་ཅད་སེལ་བར་བྱེད། འདོད་བ་ཆེན་པོ་བདེ་བ་
ཆེ། དགའ་བ་ཆེན་པོ་མཁུ་བ་ཆེ། གཟུགས་ཆེ་ལུས་ཀྱང་ཆེ་བ་སྟེ། ཁ་དོག་ཆེ་
ཞིང་ལུས་པོང་ཆེ། མིང་ཡང་ཆེ་ཞིང་རྒྱ་ཆེ་བ། དཀྱིལ་འཁོར་ཆེན་པོ་ཡངས་བ་
ཡིན། ཤེས་རབ་མཆོན་ཆེན་འཆང་བ་སྟེ། ཉོན་མོངས་ལྷགས་ཀྱང་ཆེ་བའི་
མཆོག་། གྲགས་ཆེན་སྟོན་གྲགས་ཆེན་པོ་སྟེ། སྤྱང་བ་ཆེན་པོ་གསལ་བ་
ཆེ། མཁས་བ་སྐྱེ་འབྱུང་ཆེན་པོ་འཆང་། སྐྱེ་འབྱུང་ཆེན་པོ་དོན་སྐྱབ་བ། སྐྱེ་
འབྱུང་ཆེན་པོའི་དགའ་བའི་དགལ། སྐྱེ་འབྱུང་ཆེན་པོའི་མིག་འབྱུང་ཅན། སྤྱིན་
བདག་ཆེན་པོ་གཙོ་པོ་སྟེ། རྒྱལ་ཁོངས་ཆེན་པོ་འཆང་བའི་མཆོག་། བརྟེན་ཆེན་
འཆང་བ་བརྟན་བ་པོ། བརྟེན་འབྱུང་ཆེན་པོ་བརྟུན་བ་ཡིན། བསམ་གཏན་ཆེན་
པོ་ཏིང་འཛིན་གནས། ཤེས་རབ་ཆེན་པོའི་ལུས་འཆང་བ། སྟོབས་པོ་ཆེ་ལ་
ཐབས་ཆེ་བ། སྟོན་ལམ་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཆོ་སྟེ། བྱམས་ཆེན་རང་བཞིན་དཔག་ཏུ་
མེད། སྦྱང་རྩེ་ཆེན་པོ་སྟོ་ཡི་མཆོག་། ཤེས་རབ་ཆེན་པོ་སྟོ་ཆེན་ལྷན། མཁས་བ་

ཆེན་པོ་ཐབས་ཆེ་བ། །རྩ་འཁྲུལ་ཆེན་པོ་སྟོབས་དང་ལྡན། །ཤུགས་ཆེན་མགྲོགས་
 བ་ཆེན་པོ་སྟེ། །རྩ་འཁྲུལ་ཆེན་པོ་ཆེར་གྲགས་བ། །སྟོབས་ཆེན་པ་རོལ་གཞོན་པ་
 པོ། །སྲིད་པའི་རི་པོ་ཆེན་པོ་འཛོམས། །མཁེགས་ཤིང་རྩོུ་ཆེན་པོ་འཆང་། །དྲག་
 པོ་ཆེན་པོ་དྲག་ཤུལ་ཆེ། །འཛིགས་ཆེན་འཛིགས་པར་བྱེད་པ་པོ། །མགོན་པོ་
 རིགས་མཆོག་ཆེན་པོ་སྟེ། །ཁྲི་མ་གསང་སྤྲུགས་ཆེ་བའི་མཆོག། རེག་པ་ཆེན་པོའི་
 རྩལ་ལ་གནས། །རེག་པ་ཆེན་པོའི་རྩལ་གྱི་མཆོག། །རྩོུ་དབྱིངས་གྱི་དབྱིལ་འཁོར་
 ཆེན་པོའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་བཅུ་བཞིའོ།

སངས་རྒྱས་རྣམ་པར་སྤྲང་མཛད་ཆེ། །སྤུབ་པ་ཆེན་པོ་སྤུབ་ཆེན་
 ལྡན། །གསང་སྤྲུགས་རྩལ་ཆེན་ལས་བྱུང་བ། །གསང་སྤྲུགས་རྩལ་ཆེན་བདག་
 ཉིད་ཅན། །པ་རོལ་བྱིན་བཅུ་ཐོབ་པ་སྟེ། །པ་རོལ་བྱིན་པ་བཅུ་ལ་གནས། །པ་རོལ་
 བྱིན་བཅུ་དག་པ་སྟེ། །པ་རོལ་བྱིན་པ་བཅུ་ཡི་རྩལ། །མགོན་པོ་ས་བཅུའི་དབང་
 ལྡན་སྟེ། །ས་བཅུ་ལ་ནི་གནས་པ་པོ། །ཤེས་བཅུ་རྣམ་དག་བདག་ཉིད་ཅན། །ཤེས་
 བཅུ་རྣམ་དག་འཆང་བ་པོ། །རྣམ་པ་བཅུ་པོ་དོན་བཅུའི་དོན། །སྤུབ་དབང་སྟོབས་
 བཅུ་བྱུང་པའི་བདག། །ཀུན་གྱི་དོན་ནི་མ་ལུས་བྱེད། །རྣམ་པ་བཅུ་དབང་ལྡན་ཆེ་བ་
 པོ། །ཐོག་མ་མེད་པ་སྟོས་མེད་བདག། །དེ་བཞིན་ཉིད་བདག་དག་པའི་བདག། །བདེན་
 པར་སྤྲ་ཞིང་ཆོག་མི་འཕྱུར། །རི་སྐད་སྤྲས་པ་དེ་བཞིན་བྱེད། །གཉིས་སུ་མེད་དང་
 གཉིས་མེད་སྟོན། །ཡང་དག་མཐའ་ལ་རྣམ་པར་གནས། །བདག་མེད་སེང་གའི་སྤྲ་
 དང་ལྡན། །སྤྲ་སྟེགས་རི་དྲགས་ངན་འཛིགས་བྱེད། །ཀུན་ཏུ་འགྲོ་བའི་དོན་ཡོད་
 སྟོབས། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཡིད་ལྟར་མགྲོགས། །རྒྱལ་བ་དག་རྒྱལ་རྣམ་

པར་རྒྱལ། །འཁོར་ལོས་སྐྱར་བ་སྟོབས་པོ་ཆེ། །ཆོགས་ཀྱི་སྟོབ་དཔོན་ཆོགས་ཀྱི་
མཆོག །ཆོགས་རྗེ་ཆོགས་བདག་དབང་དང་ལྷན། །མཐུ་ཆེན་གཅེས་པར་འཛིན་
བ་སྟེ། །ཚུལ་ཆེན་གཞན་ཀྱི་བྲང་མི་འདོག །ཆོག་རྗེ་ཆོག་བདག་སྤྲུ་མཁས་
པ། །ཆོག་ལ་དབང་བ་ཆོག་མཐའ་ཡས། །ཆོག་བདེན་པ་དང་བདེན་པར་
སྤྲ། །བདེན་པ་བཞི་ནི་སྟོན་པ་པོ། །ཕྱིར་མི་སྟོག་པ་ཕྱིར་མི་འོང། །འབྲེན་པ་རང་
རྒྱལ་བསེ་རུའི་རྒྱལ། །དེས་འབྱུང་སྤྲུ་ཆོགས་ལས་བྱུང་བ། །འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་རྒྱ་
གཅིག་ལ། །དགེ་སྟོང་དབྱ་བཅོམ་ཟག་པ་ཟད། །འདོད་ཆགས་བྲལ་བས་དབང་པོ་
ཐུལ། །བདེ་བ་རྟེན་པས་འཛིགས་མེད་ཐོབ། །བསེལ་བར་གྱུར་པས་རྟོག་པ་
མེད། །རིག་པ་དང་ནི་རྐང་པར་ལྷན། །བདེ་གཤེགས་འཛིག་རྟེན་རིག་པའི་
མཆོག །བདག་གིར་མི་འཛིན་རང་མི་འཛིན། །བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་
གནས། །འཁོར་བའི་པ་རོལ་མཐར་སོན་པ། །བྱ་བ་བྱས་པ་སྤྲུལ་སར་
གནས། །ཤེས་པ་འབའ་ཞིག་དེས་གསལ་བ། །ཤེས་རབ་མཆོན་ཆས་རྣམ་
འདོམས་པ། །དམ་ཆོས་ཆོས་རྒྱལ་གསལ་བར་ལྷན། །འཛིག་རྟེན་སྤྲང་བར་བྱེད་
པའི་མཆོག །ཆོས་ཀྱི་དབང་ལྷག་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ། །ལེགས་པའི་ལམ་ནི་སྟོན་པ་
པོ། །དོན་འབྲུབ་བསམ་པ་བྱུབ་པ་སྟེ། །ཀུན་ཏུ་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས། །རྣམ་
པར་མི་རྟོག་དབྱིངས་མི་ཟད། །ཆོས་དབྱིངས་དམ་པ་ཟད་མི་ཤེས། །བསོད་ནམས་
ལྷན་པ་བསོད་ནམས་ཆོགས། །ཡེ་ཤེས་ཡེ་ཤེས་འབྱུང་གནས་ཆེ། །ཡེ་ཤེས་ལྷན་
པ་ཡོད་མེད་ཤེས། །ཆོགས་གཉིས་ཆོགས་ནི་བསགས་པ་པོ། །རྟག་པ་ཀུན་རྒྱལ་
རྣལ་འབྱོར་ཅན། །བསམ་གཏན་བསམ་བྱ་སྟོ་ལྷན་མཆོག །སོ་སོ་རང་རིག་མི་

གཡོ་བ། །མཆོག་གི་དང་པོ་སྐྱ་གསུམ་འཆང་། །སངས་རྒྱས་སྐུ་ལྡེ་བདག་ཉིད་
 ཅན། །བྱུང་བདག་ཡེ་ཤེས་ལྡེ་ཡི་བདག །སངས་རྒྱས་ལྡེ་བདག་ཅོད་བན་
 ཅན། །སྐུན་ལྡེ་ཆགས་པ་མེད་པ་འཆང་། །སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་སྦྱིད་པ་
 པོ། །སངས་རྒྱས་སྐས་པོ་དམ་པའི་མཆོག །ཤེས་པའི་སྦྱིད་འབྱུང་སྦྱེ་གནས་
 མེད། །ཆོས་ལས་འབྱུང་བ་སྦྱིད་པ་མེད། །གཅིག་ཕུ་སྤྲ་མཐེགས་རྩོམ་ཆེའི་
 བདག །སྦྱེས་མ་ཐག་ཏུ་འགྲོ་བའི་བདག །ནམ་མཁའ་ལས་བྱུང་རང་བྱུང་བ། །ཤེས་
 རབ་ཡེ་ཤེས་མེ་བོ་ཆེ། །འོད་ཆེན་རྣམ་པར་སྣང་བར་བྱེད། །ཡེ་ཤེས་སྣང་བ་ལམ་
 མེ་བ། །འགྲོ་བའི་མར་མེ་ཡེ་ཤེས་སྦྱོན། །གཟེ་བེད་ཆེན་པོ་འོད་གསལ་
 བ། །སྤྲགས་མཆོག་མངའ་བདག་རིགས་སྤྲགས་རྒྱལ། །གསང་སྤྲགས་རྒྱལ་པོ་
 རོན་ཆེན་བྱེད། །གཙུག་ཏྲར་ཆེན་པོ་མད་བྱུང་གཙུག །ནམ་མཁའི་བདག་པོ་སྤྲ་
 ཆོགས་སྦྱོན། །སངས་རྒྱས་ཀུན་བདག་དངོས་པོ་མཆོག །འགྲོ་ཀུན་དགའ་བའི་
 མིག་དང་ལྷན། །སྤྲ་ཆོགས་གཟུགས་ཅན་སྦྱིད་པ་པོ། །མཆོད་ཅིང་བཞེད་པ་བྱང་
 སྤོང་ཆེ། །རིགས་གསུམ་འཆང་བ་གསང་སྤྲགས་འཆང་། །དམ་ཆོག་ཆེན་པོ་
 གསང་སྤྲགས་འཛིན། །གཙུ་བོ་དགོན་མཆོག་གསུམ་འཛིན་བ། །ཐེག་པ་མཆོག་
 གསུམ་སྦྱོན་པ་པོ། །དོན་ཡོད་ཞགས་པ་རྣམ་པར་རྒྱལ། །འཛིན་པ་ཆེན་པོ་རྩོམ་
 ཞགས། །རྩོམ་ལུགས་ཀྱུ་ཞགས་པ་ཆེ། །ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་
 ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་རྒྱང་པས་དམན་པ་ཉི་ཤུ་རྩ་ལྟོ།

རྩོམ་འཛིགས་བྱེད་འཛིགས་པར་བྱེད། །ཁྲོ་བོའི་རྒྱལ་པོ་གདོང་བྱག་
 འཛིགས། །མིག་བྱག་ལག་བྱག་སྟོབས་དང་ལྷན། །ཀེང་རུས་མཆེ་བ་གཅིགས་པ་

པོ། ཉ་ལ་ཉ་ལ་གདོང་བརྒྱ་ལ། གཤེན་རྩེ་གཤེད་པོ་བཞེགས་ཀྱི་རྒྱལ། རྩོམ་
ལྷགས་ཆེན་འཛིགས་ཀྱིད་ལ། རྩོམ་ལྷགས་པོ་རྩོམ་པོ་སྤྱོད་། ལྷུ་འཕྲུལ་རྩོམ་
གསུམ་པོ་ཆེ། རྩོམ་ལས་སྤྱེས་རྩོམ་པོ་བདག་རྩོམ་སྤྱོད་པོ་མཁའ་འཕྲུལ་། མི་
གཡོ་རལ་བ་གཅིག་གིས་བསྐྱེད་སྤྱོད། ལྷང་ཆེན་ཀོ་ཆོན་པོས་སྤྱོད་ཀྱི། ལྷགས་
ཆེན་རྒྱ་རྒྱ་ཞེས་སྤྱོད་སྤྱོད་ལྷགས་འཛིགས་པར་ཀྱིད། གད་མོ་ཆེན་
མོ་གད་རྒྱངས་ཅན། རྩོམ་གད་མོ་ཆེན་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ། རྩོམ་སེམས་དཔལ་སེམས་
དཔལ་འཆེ། རྩོམ་རྒྱལ་པོ་བདེ་བ་ཆེ། རྩོམ་འགྲེལ་པོ་དགའ་བ་ཆེ། རྩོམ་ཉི་ཉེ་ཉི་
ཞེས་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ། མཆོན་དུ་རྩོམ་པོ་མདའ་མོགས་ལ། རྩོམ་རལ་གྱིས་མ་ལུས་
གཅོད། རྩོམ་ཀྱན་འཆང་རྩོམ་ཅན། རྩོམ་གཅིག་ལུ་གཤུལ་སེལ་ལ། རྩོམ་
འབར་བ་མིག་མི་བཟང་། ལྷ་ཡང་རྩོམ་འབར་བ་སྤྱོད། རྩོམ་འབར་བས་ལ་འབར་བས་ལ་
ཆེ། མིག་བརྒྱ་བ་སྤྱོད་རྩོམ་པོ་མིག་ལུས་མི་རྩོམ་པོ་བ་སྤྱོད་ཅན། རྩོམ་པོ་སྤྱོད་པོ་གཅིག་
ལུ་ལུས། སེན་མོ་སྤྱོད་པོ་རྩོམ་པོ་ཆེ། རྩོམ་པོ་སྤྱོད་པོ་བགས་པ་མཆོག་ལ། རྩོ་
རྩོམ་པོ་མཆོག་དཔལ་དང་ལྷན། རྩོམ་པོ་རྒྱལ་གྱིས་བརྒྱལ་བ་སྤྱོད། གད་རྒྱངས་རྒྱ་རྒྱ་
ལས་པར་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ། ཡི་གེ་དུག་པོ་རྩོམ་པོ་སྤྱོད། འཇམ་དཔལ་ཆེན་པོ་སྤྱོད་
ལ། འཛིག་ཉེན་གསུམ་ལ་སྤྱོད་གཅིག་ལ། ལམ་མཁའ་མཁའ་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ། ལྷ་
དང་ལྷན་པ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག། མེ་མོང་རྒྱ་ལུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་སྤྱོད་པ་རྣང་པ་དང་
བཅས་པ་བརྒྱུད།

ཡང་དག་བདག་མེད་དེ་བཞེན་ཉིད། ཡང་དག་མཁའ་སྤྱོད་ཡི་གེ་མེད། ལྷོང་
ཉིད་སྤྱོད་པོ་ལྷ་མཆོག་སྤྱོད། ཟུང་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ། ཆོས་ཀྱི་དུང་སྤྱོད་ཆེན་

ལྷན། ཆོས་ཀྱི་གཞི་སྤྱོད་པོ་ཆེ། མི་གནས་མུ་ངན་འདས་པ་པོ། རྒྱུགས་བཅུ་ཆོས་
 ཀྱི་རྩ་བོ་ཆེ། གཤམ་གསུམ་མེད་གཤམ་གསུམ་བཟང་དམ་པ་སྟེ། སྤྱོད་ཆོས་གཤམ་གསུམ་ཅན་
 ཡིད་ལས་སྦྱེས། གཤམ་གསུམ་རྣམས་ཐམས་ཅད་སྤང་བའི་དཔལ། གཤམ་གསུམ་བརྟན་
 མ་ལུས་འཆང་བ་པོ། ཆུ་གསུམ་པ་མེད་ཅིང་ཆེ་བར་གྲགས། ཁམས་གསུམ་དབང་
 ལྷན་ཆེན་པོ་སྟེ། འཕགས་ལམ་ལེན་ཏུ་མཐོ་ལ་གནས། འདར་བ་ཆེན་པོ་ཆོས་ཀྱི་
 ཏོག། འཛིག་ཏེན་གསུམ་ན་གཞོན་ལུས་གཅིག། གནས་བརྟན་ཆེན་པོ་སྦྱེ་དགའི་
 བདག། སྤྱུག་ཏུ་ཅ་གཉིས་མཆོན་འཆང་བ། སྤྱུག་གུ་འཛིག་ཏེན་གསུམ་ན་
 མཛེས། འཛིག་ཏེན་ཤེས་ལེགས་སྟོབ་དཔོན་ཏེ། འཛིག་ཏེན་སྟོབ་དཔོན་
 འཛིགས་པ་མེད། མཐོན་སྦྱབས་འཛིག་ཏེན་ཡིད་གཤམ་གསུམ་པ། སྦྱབས་དང་སྦྱོབ་
 པ་སྦྱོབ་མེད། རྣམ་མཁའ་མཐའ་སྦྱས་ལོངས་སྟོང་བ། ཐམས་ཅད་མཐའ་བའི་ཡེ་
 ཤེས་མཆོ། མ་རིག་སྟོང་འཛིག་སྦྱབས་འབྱེད་པ། སྦྱིད་པའི་བྲ་བ་འཛོམས་པ་
 པོ། ཉོན་མོངས་མ་ལུས་ཞི་བྱེད་པ། འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོའི་པ་རོལ་བྱིན། ཡེ་
 ཤེས་དབང་བསྐྱར་ཅོད་པན་ཅན། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྒྱན་ཏུ་ཐོགས། སྤྱུག་
 བསྐྱལ་གསུམ་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱལ་ཞི། གསུམ་སེལ་མཐའ་ལས་གྲོལ་གསུམ་
 ཐོབ། སྦྱོབ་པ་ཀུན་ལས་ངེས་པར་གྲོལ། མཁའ་ལྟར་མཉམ་པ་ཉིད་ལ་
 གནས། ཉོན་མོངས་ཅི་མ་ཀུན་ལས་འདས། འུས་གསུམ་འུས་མེད་རྫོགས་པ་
 པོ། སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་སྦྱ་ཆེན་པོ། ཡོན་ཏན་ཐོད་ཅན་རྣམས་གྱི་ཐོད། ཉོན་
 མོངས་ཀུན་ལས་རྣམ་གྲོལ་བ། རྣམ་མཁའ་ལས་ལ་རབ་གནས་པ། ཡིད་བཞིན་
 རོར་བུ་ཆེན་པོ་འཆང། སྦྱབ་བདག་རིན་ཆེན་ཀུན་གྱི་བདག། དཔག་བསམ་ཤིང་

ཆེན་རྒྱས་པ་སྟེ། །བྱམ་པ་བཟང་པོ་ཆེ་བའི་མཆོག་། །བྱེད་པ་སེམས་ཅན་ཀུན་དོན་
བྱེད། །པན་འདོད་སེམས་ཅན་མཉེས་གཤེན་པ། །བཟང་ངན་ཤེས་ཤིང་དུས་ཤེས་
ལ། །བྱབ་བདག་དམ་ཤེས་དམ་ཆོག་ལྡན། །དུས་ཤེས་སེམས་ཅན་དབང་པོ་
ཤེས། །རྣམ་གྲོལ་གསུམ་ལ་མཁས་པ་པོ། །ཡོན་ཏན་ལྡན་ཞིང་ཡོན་ཏན་
ཤེས། །ཆོས་ཤེས་བག་ཤེས་བག་ཤེས་འབྱུང་། །བག་ཤེས་ཀུན་གྱི་བག་ཤེས་
པ། །གྲགས་པའི་བག་ཤེས་སྒྲན་གྲགས་དགེ། །དབྱགས་འཁྱེད་ཆེན་པོ་དགའ་སྟོན་
ཆེ། །དགའ་ཆེན་རོལ་མོ་ཆེན་པོ་སྟེ། །བཀྲར་སྟེ་རིམ་གྲོ་བྱུང་སུམ་ཆོག་ས། །མཆོག་
ཏུ་དགའ་བའི་གྲགས་བདག་དཔལ། །མཆོག་ལྡན་མཆོག་སྦྱིན་གཙོ་བོ་སྟེ། །སྐྱབས་
གྱི་དམ་པ་སྐྱབས་སུ་འོས། །འཛིག་རྟེན་དག་སྟེ་རབ་གྱི་མཆོག་ །འཛིགས་པ་མ་
ལུས་སེལ་བ་པོ། །གཙོག་ཕུད་ཕུད་བྱ་ལྟངས་ཅན། །རལ་བ་སུན་ང་ཙོད་པན་
ཐོག་ །གདོང་ལྡན་གཙོག་ཕུད་ལྡན་ལྡན། །ཟུར་ཕུད་ལྡན་པ་མེ་ཉོག་ཐོད། །མགོ་རྒྱུ་
བརྒྱལ་ཞུགས་ཆེན་པོ་པ། །ཆངས་པར་སྦྱོད་པ་བརྒྱལ་ཞུགས་མཆོག་ །དགའ་ལྷབ་
མཐར་ཕྱིན་དགའ་ལྷབ་ཆེ། །གཙང་གནས་དམ་པ་གོ་བྱ་ཏ་མ། །བྲམ་ཐེ་ཆངས་པ་
ཆངས་པ་ཤེས། །མྱ་ངན་འདས་པ་ཆངས་པ་ཐོབ། །གྲོལ་བ་ཐར་བ་རྣམ་གྲོལ་
ལུས། །རྣམ་གྲོལ་ཞི་བ་ཞི་བ་ཉིད། །མྱ་ངན་འདས་ཞིང་མྱ་ངན་འདས། །ལེགས་པར་
མྱ་ངན་འདས་དང་ཉི། །བདེ་སྤྱག་སེལ་བར་མཐར་སྐྱར་པ། །ཆགས་བྲལ་ལུས་
ལས་འདས་པ་པོ། །ཐུབ་པ་མེད་པ་དཔེ་མེད་པ། །མི་མཛོན་མི་སྤངས་གསལ་བྱེད་
མིན། །མི་འཇུར་ཀུན་འགྲོ་བྱབ་པ་པོ། །ཕྱ་ཞིང་ཟག་མེད་ས་བོན་བྲལ། །རྩལ་མེད་
རྩལ་བྲལ་བྱི་མ་མེད། །ཉེས་པ་སྤངས་པ་སྦྱོན་མེད་པ། །ཤིན་ཏུ་སད་པ་སད་པའི་

བདག་ཀྱི་ཤེས་ཀྱི་རིག་དཔེ་བ་པོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོས་ཉིད་འདས། །ཡེ་
ཤེས་གཉིས་མེད་ཚུལ་འཆང་བ། །རྣམ་པར་རྟོག་མེད་ལྷན་གྱིས་བྱུང་། །དུས་
གསུམ་སངས་རྒྱལ་ལས་བྱེད་པ། །སངས་རྒྱལ་ཐོག་མ་ཐ་མ་མེད། །དང་པོའི་
སངས་རྒྱལ་རྒྱ་མེད་པ། །ཡེ་ཤེས་མིག་གཅིག་ཅི་མ་མེད། །ཡེ་ཤེས་ལུས་ཅན་དེ་
བཞེན་གཤེགས། །ཆོག་གི་དབང་ལྷན་སྤྲོ་བ་ཆེ། །སྤྲོ་བའི་སྤྲོས་མཆོག་སྤྲོ་བའི་
རྒྱལ། །སྤྲོ་བའི་དཔེ་བ་མཆོག་གི་གནས། །སྤྲོ་བའི་སེང་གེ་ཚུགས་པ་མེད། །ཀྱུ་ཏུ་
ལྷ་བ་མཆོག་ཏུ་དགལ། །གཟི་བཞིན་བྱེད་པ་ལྷ་ན་སྤྲུག་ཏེ་དབང་འབར་བ་དཔལ་
གྱི་བེའུ། །ལག་ན་འོད་འབར་སྤང་བ་པོ། །སྤྲོ་བ་ཆེ་མཆོག་གཙོ་བོ་སྤྲོ། །ཟུག་ཏུ་
འབྱེན་པ་སྤྲོ་བ་མེད། །སྤྲོ་བ་རྣམས་མ་ལུས་ལྷོན་པའི་ཤིང་། །ནད་དེ་ཅོག་གི་དཔེ་ཆེ་
བ། །སྤྲུག་གྲུ་འཛིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་མཆོག་ །དཔལ་ལྷན་རྒྱ་སྤྲུག་དཀྱིལ་འཁོར་
ཅན། །ཕྱོགས་བཅུ་ནམ་མཁའི་མཐར་ཐུག་པར། །ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་ལེགས་
པར་འཇུགས། །

འཕྲོ་ན་གདུགས་གཅིག་ཡངས་པ་སྤྲོ། །བྱམས་དང་སྤྲིང་རྩེའི་དཀྱིལ་
འཁོར་ཅན། །དཔལ་ལྷན་བསྐྱེད་གར་གྱི་བདག ། །ཐུབ་བདག་ཆེན་པོ་རིན་ཆེན་
གདུགས། །སངས་རྒྱལ་ཀྱི་གཟི་བཞིན་ཆེ། །སངས་རྒྱལ་ཀྱི་སྤྲོ་འཆང་
བ། །སངས་རྒྱལ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་ཆེ། །སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་གཅིག་ །དྲོ་རྩེ་
རིན་ཆེན་དབང་བསྐྱེད་དཔལ། །རིན་ཆེན་ཀྱི་བདག་དབང་ལྷན་སྤྲུག་སྤྲོ། །འཛིག་རྟེན་
དབང་ལྷན་ཀྱི་བདག །དྲོ་རྩེ་འཆང་བ་ཀྱི་གྱི་རྩེ། །སངས་རྒྱལ་ཀྱི་
ཐུགས་ཆེ་བ། །སངས་རྒྱལ་ཀྱི་ཐུགས་ལ་གནས། །སངས་རྒྱལ་ཀྱི་སྤྲོ་

ཆེ་བ། །སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་ཡང་ཡིན། །རྟོག་ཉི་མ་སྤང་བ་ཆེ། །རྟོག་སྒྲ་བ་
བྱི་མེད་འོད། །ཆགས་བྲལ་ལ་སོགས་ཆགས་བ་ཆེ། །ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོགས་འབར་བའི་
འོད། །རྟོག་སྒྱུ་ལ་གྱུང་རྟོགས་སངས་རྒྱལ། །སངས་རྒྱལ་འགྲོ་བའི་ཆོས་འཛིན་
པ། །དཔལ་ལྷན་སངས་རྒྱལ་བསྐྱེས། །ཀུན་མཁྱེན་ཡེ་ཤེས་མཛོད་འཛིན་
པ། །རྒྱལ་པོ་སྐུ་འཕྲུལ་སྒྲ་ཆོགས་འཆང་། །ཆེ་བ་སངས་རྒྱལ་རིགས་ལྷགས་
རྒྱལ། །རྟོག་ཆོན་པོ་རལ་གྱི་ཆེ། །ཡི་གེ་མཆོག་སྟེ་རྣམ་པར་དག་ཐེག་བ་ཆེན་པོའི་
སྐྱུ་ག་བལྟལ་གཅོད། །མཆོན་ཆ་ཆེན་པོ་རྟོག་ཆོས། །རྟོག་ཐབ་མོ་རྟོག་རྟོག་རྟོག་རྟོག་
ཆོས་ཐོས་དོན་བཞིན་རིག་པ་རོལ་བྱིན་བ་ཀུན་རྟོགས་པ། །ས་རྣམས་ཀུན་གྱི་རྒྱལ་
དང་ལྷན། །རྣམ་པར་དག་པ་བདག་མེད་ཆོས། །ཡང་དག་ཡེ་ཤེས་སྒྲ་འོད་
བཟང་། །བཙོན་ཆེན་སྐུ་འཕྲུལ་བ་བ་སྟེ། །རྒྱུད་ཀུན་གྱི་ནི་བདག་པོ་མཆོག་རྟོག་
གདན་ནི་མ་ལུས་ལྷན། །ཡེ་ཤེས་སྐུ་རྣམས་མ་ལུས་འཆང་། །ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་སྒྲ་
ཐོས་བཟང་། །ས་ཡི་སྒྲིང་པོ་འགྲོ་བ་འཛིན། །སངས་རྒྱལ་ཀུན་གྱི་སྒྲིང་པོ་ཆེ། །སྐུ་ལ་
བའི་འཁོར་ལོ་སྒྲ་ཆོགས་འཆང། །དངོས་པོ་ཀུན་གྱི་རང་བཞིན་མཆོག་དངོས་པོ་
ཀུན་གྱི་རང་བཞིན་འཛིན། །སྟེ་མེད་ཆོས་དེ་སྒྲ་ཆོགས་དོན། །ཆོས་ཀུན་དོ་པོ་ཉིད་
འཆང་བ། །ཤེས་རབ་ཆེན་པོས་སྐྱད་ཅིག་ལ། །ཆོས་ཀུན་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་
འཆང་། །ཆོས་ཀུན་མཛོན་པར་རྟོགས་པ་སྟེ། །ཐུབ་པ་སྒྲོ་མཆོག་འབྱུང་བའི་
མཐའ། །མི་གཡོ་རབ་ཏུ་དང་པའི་བདག་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་བྱང་ཆུབ་
འཆང། །སངས་རྒྱལ་ཀུན་གྱིས་མཛོན་སུམ་པ། །ཡེ་ཤེས་མེ་སྟེ་འོད་རབ་གསལ། །

སོ་སོར་གཞིགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་བཞི་བཅུ་ཅག་ཉིས་སོ།

འདོད་པའི་དོན་གྱུ་བ་དམ་པ་སྟེ། །དན་སོང་ཐམས་ཅད་ནམ་སྟོང་
 བའི། །མགོན་པོ་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་མཆོག་ །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རབ་ཐོལ་
 བྱེད། །ཉོན་མོངས་གཡུལ་དུ་གཅིག་དབའ་བ། །མི་ཤེས་དབང་ཡི་བླེགས་པ་
 འཛོམས། །ཆོ་ལྷན་སྒྲིག་འཆང་དབའ་དང་ལྷན། །བརྟན་པོ་མི་སྤྱུག་གཟུགས་འཆང་
 བ། །ལག་པ་བརྒྱ་པོ་ཀུན་བསྟོད་ཅིང་། །གོམ་པའི་སྟབས་གིས་གར་བྱེད་
 བ། །དབའ་ལྷན་ལག་པ་བརྒྱས་གང་ལ། །ནམ་མཁའ་ཁྱབ་བར་གར་བྱེད་བ། །ས་
 ཡི་དགྲིལ་འཁོར་བཞི་ཡི་ཁྲོན། །རྒྱ་པ་ཡ་གཅིག་མཐེལ་གིས་གཞོན། །རྒྱ་
 མཐེལ་སེན་མོའི་ཁྲོན་གིས་ཀྱང་། །ཆངས་པའི་ཡུལ་ས་ཅེ་ནས་གཞོན། །དོན་
 གཅིག་གཉིས་མེད་ཆོས་གྱི་དོན། །དམ་པའི་དོན་ནི་འཛིགས་པ་མེད། །ནམ་རིག་སྣ་
 ཆོགས་གཟུགས་དོན་ཅན། །སེམས་དང་ནམ་ཤེས་རྒྱུད་དང་ལྷན། །དངོས་དོན་མ་
 ལུས་ནམས་ལ་དགའ། །སྟོང་པ་ཉིད་དགའ་འདོད་ཆགས་སྟོ། །སྲིད་པའི་འདོད་
 ཆགས་སོགས་སྤངས་པ། །སྲིད་གསུམ་དགའ་བ་ཆེན་པོ་སྟེ། །སློན་དཀར་དག་པ་
 བཞིན་དུ་དཀར། །འོད་བཟང་སྟོན་ཀའི་རྩ་བའི་འོད། །ཉི་མ་འཆར་ཀའི་དགྲིལ་ལྟར་
 མཛེས། །སེན་མོའི་འོད་ནི་ཤས་ཆེར་དམར། །ཅོད་པན་བཟང་པོ་མཐོན་ཀའི་
 ཅེ། །སྤྲེལ་ཆོག་མཐོན་ཀ་ཆེན་པོ་ཅན། །ནོར་བུ་ཆེན་པོ་འོད་ཆགས་དབའ། །སངས་
 རྒྱས་སྤྱུལ་པའི་རྒྱན་དང་ལྷན། །འཛིག་རྟེན་ཁམས་བརྒྱ་ཀུན་བསྟོད་པ། །རྩ་འབྲུལ་
 རྒྱ་པའི་སྟོབས་ཆེན་ལྷན། །དེ་ཉིད་བློན་པ་ཆེན་པོ་འཆང་། །བློན་པ་བཞི་པོ་ཉིད་
 འཛིན་རྒྱལ། །བྱང་རྒྱལ་ཡན་ལག་མེ་ཉིག་སྟོས། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཡོན་
 ཉན་མཆོ། །ལམ་གྱི་ཡན་ལག་བརྒྱད་རྩལ་རིག །ཡང་དག་སངས་རྒྱས་ལམ་རིག་

པ། །སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་ཤས་ཆེར་ཆགས། །ནམ་མཁའ་ལྟ་བུར་ཆགས་པ་
མེད། །སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ཡིད་ལ་འབྱུག །སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ཡིད་ལྟར་
མགྱོགས། །སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དབང་དོན་ཤེས། །སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ཡིད་
འཕྲོག་པ། །ཕྱང་པོ་ལྟ་དོན་དེ་ཉིད་ཤེས། །ནམ་དག་ཕྱང་པོ་ལྟ་འཆང་བ། །དེས་
འབྱུང་ཀུན་གྱི་མཐའ་ལ་གནས། །དེས་པར་འབྱུང་བ་ཀུན་ལ་མཁས། །དེས་འབྱུང་
ཀུན་གྱི་ལམ་ལ་གནས། །དེས་པར་འབྱུང་བ་ཀུན་ལྟོན་པ། །ཡན་ལག་བརྩ་གཉིས་
སྤྱི་ཅ་བཏོན། །དག་པ་ནམ་པ་བརྩ་གཉིས་འཆང་། །བདེན་བཞིའི་ཚུལ་གྱི་ནམ་པ་
ཅན། །ཤེས་པ་བརྒྱད་པོ་རྟོགས་པ་འཆང་། །བདེན་དོན་ནམ་པ་བརྩ་གཉིས་
ལྟ། །དེ་ཉིད་ནམ་པ་བརྩ་བྱུག་རིག །ནམ་པ་ཉི་ཤུས་བྱང་ཆུབ་པ། །ནམ་པ་སངས་
རྒྱས་ཀུན་རིག་མཆོག །སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་སྤྱུལ་པའི་སྒྲ། །བྲེ་བ་དཔག་མེད་
འབྱེད་པ་པོ། །སྐྱད་ཅིག་ཐམས་ཅད་མཛོན་པར་རྟོགས། །སེམས་ཀྱི་སྐྱད་ཅིག་དོན་
ཀུན་རིག །ཐེག་པ་སྣ་ཆོགས་ཐབས་ཚུལ་གྱིས། །འཕྲོ་བའི་དོན་ལ་རྟོགས་པ་
པོ། །ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་དེས་འབྱུང་ལ། །ཐེག་པ་གཅིག་གི་འབྲས་བུར་གནས། །ཉོན་
མོངས་ཁམས་ནམས་དག་པའི་བདག །ལས་ཀྱི་ཁམས་ནམས་ཟད་བྱེད་པ། །རྒྱ་པོ་
རྒྱ་མཆོ་ཀུན་ལས་བཞུལ། །སྦྱོར་བའི་དགོན་པ་ལས་བྱུང་བ། །ཉོན་མོངས་ཉི་བ་
ཀུན་མོངས། །བགས་ཆགས་བཅས་པ་གཏན་སྤངས་པ། །སྦྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ཤེས་
རབ་ཐབས། །དོན་ཡོད་འཕྲོ་བའི་དོན་བྱེད་པ། །འདུ་ཤེས་ཀུན་གྱི་དོན་སྤངས་
ཤིང་། །ནམ་ཤེས་དོན་ནི་འགག་པར་བྱེད། །སེམས་ཅན་ཀུན་ཡིད་ལྟལ་དང་
ལྟ། །སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ཡིད་རིག་པ། །སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ཡིད་ལ་གནས། །དེ་

དག་སེམས་དང་མཐུན་པར་འབྲུག། །སེམས་ཅན་ཀུན་ཡིད་ཆིམ་པར་
 བྱེད། །སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ཡིད་དགའ་བ། །བྱུང་བ་མཐར་ཕྱིན་འཁྲལ་བ་
 མེད། །ཁོར་བ་ཐམས་ཅད་ནམ་པར་སྤངས། །དོན་གསུམ་ཐེ་ཆོམ་མེད་པའི་
 མོ། །ཀུན་དོན་ཡོན་ཏན་གསུམ་གྱི་བདག །ཕྱང་པོ་ལྷ་དོན་དུས་གསུམ་དུ། །སྐད་
 ཅིག་ཐམས་ཅད་བྱེ་བྲག་བྱེད། །སྐད་ཅིག་ག་ཅིག་གིས་རྫོགས་སངས་
 རྒྱས། །སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་རང་བཞིན་འཆང། །ལུས་མེད་ལུས་ཏེ་ལུས་གྱི་
 མཆོག །ལུས་གྱི་མཐའ་ནི་རྟོགས་པ་པོ། །གཟུགས་ནམས་སྣ་ཆོགས་ཀུན་ཏུ་
 སྟོན། །ཁོར་བུ་ཆེན་པོ་རིན་ཆེན་ཏོག། །མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་
 ཉི་ཤུ་ཙམ་ཞིའོ།

སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱིས་རྟོགས་བྱ་བ། །སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་སྒྲོན་མེད།
 །གསང་སྤགས་ལས་བྱུང་ཡི་གེ་མེད། །གསང་སྤགས་ཆེན་པོ་རིགས་གསུམ་
 བ། །གསང་སྤགས་དོན་ཀུན་སྦྱེད་པ་པོ། །ཐིག་ལེ་ཆེན་པོ་ཡི་གེ་མེད། །སྟོང་བ་
 ཆེན་པོ་ཡི་གེ་ལྷ། །ཐིག་ལེ་སྟོང་བ་ཡི་གེ་དུག །ནམ་པ་ཀུན་ལྡན་ནམ་པ་མེད། །བཙུ་
 དུག་བྱེད་བྱེད་ཐིག་ལེ་འཆང། །ཡན་ལག་མེད་པའི་ཅེས་ལས་འདས། །བསམ་
 གཏན་བཞི་པའི་ཅེ་མོ་འཆང། །བསམ་གཏན་ཡན་ལག་ཀུན་ཤེས་ཤིང། །ཉིང་
 འཛིན་རིག་དང་རྒྱུད་རིག་པ། །ཉིང་འཛིན་ལུས་ཅན་ལུས་ཀྱི་མཆོག །ལོངས་སྟོང་
 རྫོགས་སྐྱེ་ཀུན་གྱི་རྒྱལ། །སྤྱལ་པའི་སྐྱེ་སྐྱེ་ཡི་མཆོག །སངས་རྒྱས་སྤྱལ་པའི་
 རྒྱུད་འཆང་བ། །བྲོགས་བཙུང་སྤྱལ་བ་སྤྲེལ་ཆོགས་འབྱེད། །རི་བཞིན་འགྲོ་བའི་དོན་
 བྱེད་པ། །སྣ་དང་སྣ་དབང་སྣ་ཡི་ཟླ། །སྣ་ཡི་བདག་པོ་སྣ་མེན་བདག །འཆི་མེད་

དབང་པོ་ལྷ་ཡི་ཟླ། །འཛོམས་བྱེད་འཛོམས་བྱེད་དབང་ལྷག་པོ། །མིད་པའི་དགོན་
པ་ལས་བཀལ་བ། །སྟོན་པ་གཅིག་ལུ་འགྲོ་བའི་ཟླ། །འཛིག་རྟེན་སྤྱགས་བརྩུར་རབ་
གྲགས་པ། །ཆོས་ཀྱི་སྦྱོན་བདག་ཆེ་བ་པོ། །བྱམས་པའི་གོ་ཆ་ཆས་པ་སྟེ། །སྟོང་རྩེ་
ཡི་ནི་ཡ་ལད་བགོས། །ཤེས་རབ་རལ་གྱི་མདའ་གཞུ་ཐོགས། །ཉོན་མོངས་མི་
ཤེས་གཡུལ་ངོ་སེལ། །དབང་པོ་བདུད་དག་བདུད་འདུལ་བ། །བདུད་བཞིའི་
འཛིགས་པ་སེལ་བར་བྱེད། །བདུད་ཀྱི་དབྱང་རྣམས་པམ་བྱེད་པ། །རྫོགས་པའི་
སངས་རྒྱས་འཛིག་རྟེན་འཛེན། །མཆོད་འོས་བསྟོད་འོས་བྱུག་གི་གནས། །རྟག་ཏུ་
རི་མོར་བྱ་བའི་འོས། །བཀྲར་འོས་བརྗོད་པར་བྱ་བའི་མཆོག་བྱུག་བྱར་འོས་པ་ཟླ་
མའི་རབ། །འཛིག་རྟེན་གསུམ་པོ་གོམ་གཅིག་བཟོད། །མཁའ་ལྟར་མཐའ་མེད་རྣམ་
པར་གཞོན། །གསུམ་རིག་གཙང་མ་དག་པ་སྟེ། །མངོན་ཤེས་དྲུག་ལྡན་རྩེས་བྲན་
དྲུག་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེ། །རྩུ་འབྲུལ་ཆེན་པོ་འཛིག་རྟེན་
འདས། །ཤེས་རབ་པ་ལོ་ལྷན་པའི་མཐའ། །ཤེས་རབ་ཀྱི་ནི་དེ་ཉིད་ཐོབ། །བདག་
རིག་གཞན་རིག་ཐམས་ཅད་པ། །ཀྱན་ལ་པན་པའི་གང་ཟག་མཆོག་དཔེར་བྱ་
ཀྱན་ལས་འདས་པ་སྟེ། །ཤེས་དང་ཤེས་བྱའི་བདག་པོ་མཆོག་གཙོ་བོ་ཆོས་ཀྱི་
སྦྱོན་བདག་སྟེ། །བྱུག་རྒྱ་བཞི་པོའི་དོན་སྟོན་པ། །འགྲོ་བའི་བསྟོན་བཀྲར་གནས་
ཀྱི་མཆོག་དེས་འབྱུང་གསུམ་པོ་བཟོད་རྣམས་ཀྱི། །དོན་ཀྱི་དམ་པ་རྣམ་དག་
དཔལ། །འཛིག་རྟེན་གསུམ་ན་སྐལ་བཟང་ཆེ། །དཔལ་ལྡན་འབྲོར་བ་ཀྱན་བྱེད་
པ། །འཇམ་དཔལ་དཔལ་དང་ལྡན་པའི་མཆོག་། །བྱ་བ་སྦྱབ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་
སུ་བཅད་པ་བཙོ་ལྷོ།

མཆོག་སྤྱིན་དོ་ཟེ་མཆོག་ཁྱོད་འདུད། །ཡང་དག་མཐར་ཐུང་ཁྱོད་ལ་
འདུད། །སྟོང་ཉིད་ལས་བྱུང་ཁྱོད་ལ་འདུད། །སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་ཁྱོད་ལ་
འདུད། །སངས་རྒྱས་ཆགས་པ་ཁྱོད་ལ་འདུད། །སངས་རྒྱས་འདོད་ལ་བྲག་འཆལ་
འདུད། །སངས་རྒྱས་དགེས་པ་ཁྱོད་ལ་འདུད། །སངས་རྒྱས་རོལ་ལ་བྲག་འཆལ་
འདུད། །སངས་རྒྱས་འཇུག་པ་ཁྱོད་ལ་འདུད། །སངས་རྒྱས་བཞད་ལ་བྲག་འཆལ་
འདུད། །སངས་རྒྱས་གསུང་ཉིད་ཁྱོད་ལ་འདུད། །སངས་རྒྱས་སྤྲུགས་ལ་བྲག་
འཆལ་འདུད། །མེད་པ་ལས་བྱུང་ཁྱོད་ལ་འདུད། །སངས་རྒྱས་འབྱུང་བ་ཁྱོད་ལ་
འདུད། །ནམ་མཁའ་ལས་བྱུང་ཁྱོད་ལ་འདུད། །ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་ཁྱོད་ལ་
འདུད། །རྒྱ་འབྲུལ་བ་བ་ཁྱོད་ལ་འདུད། །སངས་རྒྱས་རོལ་སྟོན་ཁྱོད་ལ་
འདུད། །ཐམས་ཅད་ཐམས་ཅད་ཁྱོད་ལ་འདུད། །ཡེ་ཤེས་སྒྲིལ་ཉིད་ཁྱོད་ལ་འདུད། །
ཞེས་པ་དེ་བཞིན་གཤམས་པ་ལྟེན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བསྟོན་པ་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ལྟོ།།

[illegible]

དེ་ནས་དཔལ་ལྷན་རྗེ་རྗེ་འཆང་། །དགའ་ཞིང་མགུ་ནས་ཐལ་མོ་
ལྷུང་། །མགོན་པོ་བཙུག་དེ་བཞིན་གཤེགས། །རྗོགས་སངས་ལྷན་པ་ལྷུག་
འཆང་ནས། །དེ་ནས་མགོན་པོ་གསང་བའི་བདག་ལག་ན་རྗེ་རྗེ་ཁོ་འཇུག་ །ལྷ་

ཆོགས་གཞན་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ། །གསང་བསྟོད་ནས་ནི་ཆོག་འདི་གསོལ། །མགོན་
པོ་བདག་ཅག་ཡི་རང་ངོ་། །ལེགས་སོ་ལེགས་སོ་ལེགས་པར་གསུངས། །རྣམ་
གྲོལ་འབྲས་བྱ་འཆའ་བ་ཡི། །འགྲོ་བ་མགོན་མེད་རྣམས་དང་ནི། །བདག་ཅག་ཡང་
དག་ཇོགས་པ་ཡི། །བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པའི་དོན་ཆེན་མཛད། །སྐྱུ་འཕྲུལ་བྱ་བའི་ཚུལ་
བསྟན་པ། །འདི་ནི་རྣམ་དག་ལེགས་པའི་ལམ། །ཟབ་ཅིང་ཡངས་ལ་རྒྱ་ཆེ་སྟེ། །དོན་
ཆེན་འགྲོ་བའི་དོན་བྱེད་པ། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་འདི་ནི། །ཇོགས་པའི་
སངས་རྒྱས་ཀྱན་གྱིས་བཤད། །བཙུང་ལྷན་འདས་འཇམ་དཔལ་ཡེ་ཤེས་སེམས་
དཔའི་དོན་དམ་པའི་མཆོན་ཡང་དག་པར་བརྗོད་པ། །བཙུང་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་
གཤེགས་པ་ཤུག་ཐུབ་པས་གསུངས་པ་ཇོགས་སོ།།

རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ཤད་རྟ་ཀུ་ར་ལྷམ་དང་། །ཀ་མ་ལ་གྲུབ་དང་། །ཁྱ་ཆེན་གྱི་ལོ་རྩ་བ་
འིན་ཆེན་བཟང་པོས་བསྐྱར་ཅིང་ཁྱས་ཏེ་གཏན་ལ་པབ་བཞོ། །། དགེའོ།།

པར་བྱང་སྒྲིན་ཆིག

ནམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ།
གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཚོས་རྒྱལ་དལ་འབབ་སྤང་།
ཆིག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི།
དེ་མ་ཡོངས་འབྱུང་ལེགས་བཤད་བདུན་ཅི་འདི།
དཔར་དུ་བསྐྱེན་བའི་ནམ་དཀར་ཕྱང་པོའི་མཐུས།
ཡང་དག་ཚོས་ཀྱི་སྒྲོ་མོ་སྤོང་ཐག་བརྒ།
གདངས་ཏེ་རྒྱུད་ལྗེའི་འགོ་བ་མ་ལུས་པ།
ངེས་ལེགས་ནོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།

ཅེས་འཛུལ་སྤྱིང་ཡངས་བའི་ཁྱོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྒྲིན་ནམ་
འབྲེན་ཤུག་སེལ་ཏེ་རིང་ལུགས་སྒྲོ་ཀུན་ནས་རྒྱས་བ་སོགས་འཕམ་ལུན་ལེགས་
ཚོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། ཉན་བསྐྱེན་གྲུབ་མཐའ་ངེས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་
དག་དཔར་དུ་བསྐྱེན་དང་བསྐྱེན་འགྱུར་གང་ལའང་སྤྱར་ཆོག་བའི་དགེ་བསྡེའི་སྒྲིན་
ཆིག་ཏུ་ཤུག་ཏེ་དགེ་སྤོང་ཚོས་སྤྱོད་བཀའ་དབང་སྤོང་བཟང་བསྐྱེན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་
སྤྱར་བཤོ།

བར་བྱང་སྒོམ་ཆོག
