

རྒྱན་མཁོ་ནི་ཉིང་སྟོང་ཆོ་གའི་དེབ་བྲིང་བཙུ་གཅིག་པ།

ཟབ་ལམ་སྒྲ་མ་མཆོད་པ་བདེ་སྟོང་  
དབྱེར་མེད་མ།



མཐུན་པ་ལྟོ། རྒྱལ་ས་རྟེ་པ་ལྟོང་ཁ་པ།

༢ གོང་ས་༢ སྐབས་མགོན་ཆུང་བའི་དབང་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་རྗེ་  
བཀྲིན་འོག་ཕྱན་གྱིས་གཞོན་སྐྱེས་སློབ་གསར་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ། ཀྱི་  
ཤུ་ཉ་གས་ཅན་གྱི་ལག་ཐོག་ཁ་པར་དང་ iPad སློབ་མྱོད་སོགས་བརྒྱུད་  
ནས་དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་བོད་ཡིག་ལམ་ནས་གཟིགས་བདེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་  
བཅོས་པ་ཡིན། སླད་ནས་ཀྱང་རིམ་པས་དཔེ་དེབ་དོ་བཤུས་ལག་ཏུ་འགྱུར་  
ཆེ་དེབ་གྲངས་མང་དུ་གཏོང་རྒྱུ་ལོ་སྐབས་འོང་སྲིད་ན་དེར་སློབ་པའི་ལམ་  
སྟོན་བཀའ་སློབ་དགོངས་འཆར་ལྟར་སྒྲིལ་ཡོང་བར་རེ་བསྐྱེལ་ཞུ་རྒྱུ་དང་།  
ཞུ་དག་བསྐྱར་མ་སོགས་ལ་རང་རྒྱས་གང་ཡོད་གྱིས་འབད་ཚུལ་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་ཐོན་པ་རྣམས་སྤུ་ལ་དགོས་ན་བརྒྱ་རྒྱུད་ནས་རིན་མེད་དུ་ཐུལ་ཆོག་  
བརྒྱུ་ཁ་བྱང་། [marjamson618@gmail.com](mailto:marjamson618@gmail.com)

༡༡། །ཟབ་ལམ་སྒྲུ་མ་མཆོད་པ་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་མ་  
དཔལ་འཁོར་ལོ་སྒྲུ་མ་པ་དང་འབྲེལ་བའི་རྣལ་འབྱོར་  
ཉམས་སྲུ་ལན་ཚུལ་གྱི་ཆོ་ག་ནག་འགྲོས་སྲུ་  
བཀོད་པ་ཞར་བྱང་དང་བཅས་པ་སྟོན་  
བརྒྱད་བདུད་ཅིའི་བེལ་བེགས་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

༡༡། །ན་མོ་གུ་རུ་ཤྱི་ཙ་ཤ་སྟོ་རྩ་ལ། སྒྲུ་མ་སྒོ་བཟང་ཐུབ་དབང་  
རྟོ་རྟེ་འཆང་དམིགས་པ་མེད་པའི་ཐུགས་རྟེ་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པའི་ཞབས་ལ་  
གུས་པ་ཆེན་པོས་ཐུག་འཆལ་ཞིང་སྐྱབས་སྲུ་མཆིའོ། །བཅེ་བ་ཆེན་པོས་  
དུས་དང་གནས་སྐྱབས་ཐམས་ཅད་དུ་རྟེས་སྲུ་གཟུང་དུ་གསོལ། །

རྒྱལ་ཀུན་མཁྱེན་བཅེ་རུས་པའི་སྐྱུ་འཕྲུལ་ཉིད། །རིགས་གསུམ་ཞི་  
དང་ཁྱོ་པོ་གཅིག་བསྐྱུས་གར། །དཀྱིལ་འཁོར་བདག་པོ་ཉིད་གང་ཐ་མལ་  
ཚུལ། །སྒོ་བཟང་རྒྱལ་ཁྱོད་མི་ཞིགས་དཀྱིད་དུ་རོལ། །འཇམ་དབྱངས་ཞལ་  
ལུང་མངར་པོའི་སྐྱབས་ཞིང་ལ། །བཏེན་ནས་སྒོ་བཟང་རྒྱལ་བ་གཉིས་པ་  
ཡི། །མདོ་རྒྱུད་དགོངས་འབྲེལ་ཚུ་གཉིར་བསྐྱབ་པའི་བཙུང། །དགའ་ལྡན་  
སྟོན་བརྒྱད་བདུད་ཅིའི་སྟོང་པོར་བྱོན། །གང་དེར་འཇམ་དབྱངས་མཁྱེན་རབ་

ཡི་གའི་ཐོལ། །སྤྱལ་པའི་སྒྲེགས་བཅ་དང་བཅས་རྒྱས་བཏབ་པའི། །བརྒྱད་  
པ་བྱང་འཇུག་ནོར་བུའི་སྤེང་བ་ཞེས། །དཔལ་ལྷན་དོ་རྩེ་འཆང་གི་གྲལ་རིང་  
སྟར། །དེ་ལྟའི་སྟན་བརྒྱད་རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་ལས། །བསོད་ནམས་ཀྱི་  
ཤའི་ཅེ་མོར་བེལ་བྲིགས་ཅམ། །ཐོབ་པ་འདིས་ཀྱང་བདག་གཞན་ལས་ཉོན་  
ཀྱི། །གདུང་འཕྲོག་བདུད་ཅིའི་གོ་འཕང་སྤྱར་སྟེར་འབྱུར། །དེ་སྤྲད་ཕྱོགས་  
གཅིག་ཅམ་གྱི་ཆོ་གའི་ཁྲིགས། །ནག་འགྲོས་འགོད་ལ་སྒྲ་མ་ལྷ་སྤྱང་  
དང་། །མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་ཀྱིས་གནང་བ་སྦྱལ་ནས་ཀྱང་། །དམ་ལྷན་སྟོབ་  
བརྒྱད་རྩེས་གཟུང་བཅེ་བས་སྤྱོདས། །

དེ་ལ་འདིར་དཔལ་དཔེ་ནས་སྟན་བརྒྱད་ཅེས་ཆོ་གཅིག་ལ་མི་སྟོབ་པའི་བྱང་འཇུག་དོ་རྩེ་  
འཆང་གི་གོ་འཕང་བརྟེས་བ་ནོར་བུའི་སྤེང་བ་བསྒྲིགས་པ་བཞིན་དུ་ཕྱོན་པ་ནམས་ཀྱི་སྤྱགས་དམ་གྱི་  
མཐིལ། །ཅ་བཤད་སྤྱར་བའི་རྒྱད་དོན་མགོན་པོ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱི་ཞལ་ཆབ་དོན་མོ་ལྷ་བུའི་  
མན་ངག་གིས་ལེགས་པར་བྲེ་བའི་གདམས་ཟབ། །སྟན་བརྒྱད་སྤྱལ་པའི་སྒྲེགས་བཅ་ལས་གསུངས་  
པའི་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ཟབ་མོ་སྒྲ་མཆོད་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་མ་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་འདི་ཉིད།  
གསང་བ་དེ་འཛིགས་གསུམ་སོ་སོར་སྤྱར་ཏེ་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་དང་། སྤྱན་མོང་དུ་སྤྱར་ཏེ་ཡ་མ་བུལ་  
བར་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་དང་། །ལམ་རིམ་བྲག་ཆེན་སོགས་དང་སྤྱར་ཏེ་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་སོགས་  
མཐའ་ཡས་བར་བཞུགས་ཤིང་། །འདི་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱར་བ་ལས་ཀྱང་ཆེས་ཆེར་སྤྱར་བ་མི་ལོ་བཅུ་  
གཉིས་ཅམ་མམ། ཆེས་སྤྱར་བ་ལོ་གསུམ་ཕྱོགས་གསུམ་ཅམ་ལ་བྱང་འཇུག་དོ་རྩེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་  
བདེ་སྟོན་དུ་བསྒྲུབ་པར་རུས་པའི་མན་ངག་གི་གཉིད་ཟབ་ཅིང་གསང་བ་མཐའ་ཡས་འབྲམས་ཁྲམ་པ་

རྒྱ་མཆོ་ལྷ་བུ་ཇི་སྟེང་ཅིག་བཞུགས་པ་ནི།      རྒྱུད་དོན་མན་ངག་ཏུ་ཤར་ཞིང་མགོན་པོ་འཇམ་དཔལ་  
དབྱངས་ནས་བར་མ་ཆད་པར་བྱོན་པའི་སྟོན་བརྒྱུད་ཀྱི་བདུད་ཅིས་བྱུགས་རྒྱུད་བྱུག་ཅིང་བྱུབ་པའི་གོ་  
འཕང་མཐོན་པོར་གཤེགས་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཡོངས་སུ་མཉེས་པར་བྱས་པའི་ཞལ་ལས་  
ཤེས་པར་བྱ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ཆིང་།      འདིར་ནི་ཡར་མར་གྱི་ཆེས་བཅུའི་ཆོགས་སྟོན་སོགས་ལ་ཉེ་བར་  
མཁོ་བྱེར་བདེ་མཆོག་རྒྱུད་པ་དང་སྦྱར་བའི་ཆོག་རྒྱས་བསྐྱས་འབྲིང་པོ་ཅམ་ཞིག་གི་འདོན་ཆོག་ཁོན་  
ནག་འགྲོས་སུ་འགོད་ཅིང་།      ཞར་དུ་འཛིགས་གསང་སོགས་དང་འབྲེལ་ཚུལ་གྱི་ཁ་རྒྱུང་ཅམ་ཞིག་  
བཅས་བགོད་པར་བྱ་བ་ལ་ཞུགས་སོ། །དེ་ཡང་ལ་མ་བྱུན་མོང་བས་རྒྱུད་སྦྱངས་ཏེ་དཔལ་འཁོར་ལོ་  
སྟོམ་པའི་དབང་བཞི་རྣམ་པར་དག་པ་ཐོབ་ཅིང་། དམ་ཆོག་ལ་གནས་པའི་སྐྱབ་པ་པོ་དད་པ་དང་ལྡན་པ་  
དག་གིས་མཆོད་གཏོར་ཆོགས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་སོགས་མཐོང་བརྒྱུད་བྱུག་ལེན་མན་ངག་ལྟར་བཤམ་ཤེས་  
འབྱུང་གིས་བསམ་པ་བྱུགས་བྲག་གིས་བསྐྱལ་ཞིང་འདུན་པ་གཉིས་ལྡན་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། སྟོང་  
དང་རྟེན་འབྱུང་གཅིག་ལས་གཅིག་འཆར་བའི་ལྷ་སྟོམ་གྱི་ངེས་ཤེས་བྲག་པོ་དང་བཅས་ཏེ་ཐབ་ཅིང་རྒྱ་  
ཆེ་ཐབས་ཤེས་བྱུང་དུ་འཇུག་པའི་རྣལ་འབྱོར་བརྟན་པོ་དང་ལྡན་པའི་ངང་ནས་འདི་ལྟར་ཉམས་སུ་སྒྲང་  
བར་བྱའོ།

དེ་ལ་བདེ་མཆོག་རྒྱུད་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོག་སྤྲིགས་ནག་འགྲོས་སུ་འགོད་པ་དང་། གསང་  
འཛིགས་སོགས་དང་འབྲེལ་ཚུལ་གྱི་ཁ་རྒྱུང་ཅམ་ཞིག་འགོད་པ་དང་གཉིས་ལས། །དང་པོ་ལ་སྟོན་འགྲོ་  
དང་། དངོས་གཞི། མཇུག་ཏུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཆལ་ལོ། །

དང་པོ་སྟོན་འགྲོ་ལ་གཉིས། བྱུན་མོང་བ་དང་། བྱུན་མོང་མིན་པའོ། །དང་པོ་བྱུན་མོང་བ་  
སྐྱབས་སེམས་བྱ་བ་ནི།      རབ་དཀར་དགེ་སེམས་ཆེན་པོའི་ངང་ཉིད་ནས། །བདག་



[illegible]

[illegible]

[illegible]



རང་བཞིན་སྤྱོད་ཉིད། རྣམ་པ་མཆོད་རྫས་སོ་སོའི་རྣམ་པ་ཅན། བྱེད་ལས་  
དབང་པོ་དྲུག་གི་སྤྱོད་ཡུལ་དུ་བྲག་པ་མེད་པའི་བདེ་བ་བྱེད་པར་ཅན་སྟེར་  
བར་གྱུར། ཨོ་ཨའློ་ཨློ་ཨློ། ཨོ་ལྷུ་ཨློ་ཨློ། ཨོ་ཨློ་ཨློ་ཨློ། ཨོ་ཨློ་ཨློ་  
ཨློ་ཨློ། ཨོ་བཟླ་བྱེད་ཨློ། ཨོ་བཟླ་ལྷུ་ཨློ། ཨོ་བཟླ་དྲི་ཨློ། ཨོ་  
བཟླ་གཞུ་ཨློ། ཨོ་བཟླ་ལྷུ་ཨློ། ཨོ་བཟླ་ལྷུ་ཨློ། ཨོ་བཟླ་ལྷུ་  
ཨློ། ཨོ་ལྷུ་ཨློ། ཨོ་གཞུ་ཨློ། ཨོ་ར་ས་ཨློ། ཨོ་སྒྲུ་ཨློ། ཨློ་  
ན། ཨོ་ཨློ། ལན་གསུམ། རོ་བོ་ཡེ་ཤེས་ལ་རྣམ་པ་ནང་མཆོད་དང་། མཆོད་  
རྫས་སོ་སོའི་རྣམ་པ། བྱེད་ལས་དབང་པོ་དྲུག་གི་སྤྱོད་ཡུལ་དུ་བདེ་སྤྱོད་གི་  
ཡེ་ཤེས་བྱེད་པར་ཅན་བསྐྱེད་པས་ས་དང་བར་སྤྱང་ནམ་མཁའི་ཁྱོན་ཐམས་  
ཅད་ཡོངས་སུ་བྱུང་བའི་ཕྱི་ནང་གསང་བའི་མཆོད་སྤྱོད་དམ་རྫས་སྤྱོད་  
གཟིགས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བས་གང་བར་གྱུར།

གཉིས་བ་དངོས་གཞི་ལ་བཞི། ཆོགས་ཞིང་གསལ་གདབ་བ། དེ་ལ་མཆོད་པ་འབྱུང་བ།  
གསོལ་བ་གདབ་བ། འདོད་བྱའི་དོན་ལ་སྤོང་ཅིང་བྱིན་རྒྱལ་ཁྱེད་ལོ། །དང་པོ་ཆོགས་ཞིང་གསལ་  
གདབ་བ་ནི། བདེ་སྤྱོད་དབྱེར་མེད་ལྷ་ལམ་ཡངས་བར་ཀུན་བཟང་མཆོད་སྤྱོད་  
འཁྲིགས་བའི་དབྱུང། །ལོ་མ་མེ་ཉོག་འབྲས་བྱས་ཡོངས་མཛེས་འདོད་དབྱའི་  
དཔག་བསམ་སྤྱོད་པའི་ཅེར། །གདོང་ལྷ་འབར་བའི་རིན་ཆེན་ཁྱི་སྤྱོད་ཆུ་སྤྱོད་  
ཉི་ཟླ་རྒྱས་བའི་སྤྱོད། །བཀའ་བྱིན་གསུམ་ལྷན་ཅ་བའི་སྒྲུ་མ་སངས་རྒྱས་ཀུན་  
གྱི་རོ་བོ་ཉིད། །རྣམ་པ་དུར་སྤྱོད་འཛིན་བའི་དགོ་སྤྱོད་ཞལ་གཅིག་བྱུང་།

གཉིས་འཇུག་དཀར་འཕྲོ། །ཕྱག་གཡས་ཆོས་འཆད་གཡོན་པ་མཉམ་གཞག་  
 བདུད་ཅིས་གང་བའི་ལྷུང་བཟེད་བསྐྱམས། །གྲུར་ཀྱམ་མདངས་ལྡན་ཆོས་  
 གོས་གསུམ་གསོལ་གསེར་མདོག་པཎ་ཞུས་དབུ་ལ་མཛེས། །ཐུགས་ཀར་  
 ཁྱབ་བདག་ཉི་ཅུ་ཀ་དཔལ་ཞལ་བཞི་ཕྱག་ནི་བཅུ་གཉིས་པ། །རྫོང་བྲིལ་  
 བཟུང་ནས་ཕག་མོར་ལེགས་འབྱུང་ལྡན་སྦྱེས་བདེ་སྦྱོང་རོལ་བས་དབྱེས། །  
 རྣམ་མང་རུས་པའི་རྒྱན་གྱིས་སྤྲས་ཤིང་ཕྱག་རྒྱ་དུག་དང་ཡང་དག་ལྡན། །  
 བད་ཉི་འཛིགས་བྱེད་རུས་མཆན་གདན་ལ་གཡས་བརྒྱངས་གར་དགའི་  
 ཉམས་གྱིས་བཞུགས། །གང་སྦྱུང་ཐུགས་ཀའི་དབྱིད་ཐིག་ལ་སོགས་ཅ་དང་  
 ཁམས་རྣམས་ཡོངས་གྲུར་ལས། །བྱིན་རྒྱབས་ཆེ་ལྷུང་འཁོར་ལོ་སྤྲོམ་པ་  
 ཡབ་ཡུམ་མཁའ་འགྲོ་མ་སོགས་བཞི། །དཔའ་བོ་ཉིར་བཞི་དཔའ་མོ་ཉིར་བཞི་  
 དང་ནི་སྒོ་མཆམས་མ་བརྒྱད་དངོས། །དུག་ཅུ་ཅ་གཉིས་དབྱེལ་འཁོར་  
 ཡོངས་རྫོགས་ཤར་བའི་སྦྱུ་ལས་འོད་སྤང་འབར། །མཐའ་སྒྲོར་རིམ་བཞིན་  
 དངོས་བརྒྱད་སྒྲ་མ་ཡིད་དམ་དབྱེལ་འཁོར་ལྷ་ཆོགས་དང་། །སངས་རྒྱས་  
 བྱང་སེམས་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་བསྟན་སྤང་རྒྱ་མཆོས་བསྒྲོར་ནས་  
 བཞུགས། །དེ་དག་སྒོ་གསུམ་རྫོ་རྫོ་གསུམ་མཆན་རྒྱ་ཡིག་འོད་ཟེར་ལྷགས་  
 རྒྱ་ཡིས། །རང་བཞིན་གནས་ནས་བསྒྲོམས་པ་དང་འབྲེལ་ཡོ་ཤེས་པ་རྣམས་  
 སྦྱོར་བངས་གྲུར། །

ཕྱི། ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་འགྲོ་འོང་དང་བྲལ་ཡང་། །སྤྲོམ་གས་

གདུལ་བྱའི་བསམ་པ་ཇི་བཞིན་དུ། །ཅིར་ཡང་འཆར་བའི་མཁྱེན་བཅེའི་  
འཕྲིན་ལས་ཀྱིས། །སྐྱབས་མགོན་དམ་བུ་འཁོར་བཅས་གཤེགས་སུ་  
གསོལ། །ཕུན་ཚོགས་བདེ་ལེགས་འབྱུང་གནས་དུས་གསུམ་གྱི། །ཅ་བརྒྱད་  
སྒྲ་མ་ཡི་དམ་དགོན་མཆོག་གསུམ། །དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྟོང་སྟང་  
ཆོགས་བཅས། །ཐུགས་རྗེའི་དབང་གིས་འདིར་གཤེགས་བརྟན་པར་  
བཞུགས། །ཞོ་གུ་རུ་བརྒྱ་བོ་རྟེ་སཏྲ་རྟུ་སྤྲ་ལ་ས་པ་རི་སྤྲ་ར་ཨེ་བྱ་རྟེ། རེ་རྩྱ་  
བོ་རྟེ་ དམ་ཆོག་པ་དང་དབྱེར་མེད་བརྟན་པར་གྱུར། སྟོན་མཆོམས་འདིར་ཁྱས་  
གསོལ་བྱ། གཉིས་པ་དེ་ལ་ཡན་ལག་བདུན་པ་མཐུམ་དང་བཅས་པ་འབྱུལ་བ་ལ་གསུམ། ཐུག་འཆའ་  
བ། མཆོད་པ་འབྱུལ་བ། བཤགས་པ་སོགས་ཡན་ལག་ལྷག་མ་རྣམས་བྱ་བའོ། །

དང་བོ་ཐུག་འཆའ་བ་ནི། གང་གི་ཐུགས་རྗེས་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་དབྱིངས། །  
སྐྱབས་གསུམ་གོ་འཕང་མཆོག་ཀྱང་སྐྱད་ཅིག་ལ། །སྟོལ་མཛད་སྒྲ་མ་རིན་ཆེན་ལྟ་  
བུའི་སྐྱ། །དོ་རྗེ་ཅན་ཞབས་པརྟོར་ཐུག་འཆའ་ལོ། །རབ་འབྱུམས་རྒྱལ་བ་  
ཀུན་གྱི་ཡེ་ཤེས་ནི། །གང་འདུལ་ཅིར་ཡང་འཆར་བའི་ཐབས་མཁས་མཆོག།  
དུར་སྐྱིག་འཛིན་པའི་གར་གྱི་རྣམ་རེལ་བ། །སྐྱབས་མགོན་དམ་པའི་ཞབས་  
ལ་ཐུག་འཆའ་ལོ། །ཉེས་ཀུན་བག་ཆགས་བཅས་པ་དུངས་སྟང་ཞིང་། །  
དཔག་མེད་ཡོན་ཏན་རིན་ཆེན་ཆོགས་གྱི་གཏེར། །པན་བདེ་མ་ལུས་འབྱུང་  
བའི་སྟོ་གཅིག་ལྷ། །རྗེ་བཙུན་སྒྲ་མའི་ཞབས་ལ་ཐུག་འཆའ་ལོ། །ལྟར་བཅས་  
སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་དངོས། །བརྒྱད་ཁྱི་བཞི་སྟོང་དམ་ཆོས་འབྱུང་

བའི་གནས། །འཕགས་ཆོགས་ཀྱི་དབུས་ན་ལྷ་དེ་བ། །འིན་ཅན་སྒྲ་མ་  
ནམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །

ཕྱག་འཆལ་ཁ་སྐོང་འདོན་པར་སྒྲོ་ན། ཆོགས་སྐྱུར་སྐྱབས་ཡུལ་འདུས་སྐྱུ་མི་  
བསྐྱོད་པ། །བྱད་ཆོས་ལྷ་ལྡན་རྩོམ་འཛིགས་བྱེད་དང་། །དབྱེས་རྩོམ་བྱིན་  
ཆབས་ཆེ་སྐྱུར་ཏེ་རུ་ཀ། །ལུས་དབྱེལ་ལྷ་ཆོགས་ནམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་  
ལོ། །དུས་འཁོར་འཇམ་རྩོམ་དབྱ་ནག་གཤེད་དམར་དང་། །འཁོར་ཆེན་  
མཁའ་སྐྱོད་ཏྲ་མགྱིན་གསང་སྐྱབ་སོགས། །ཆེ་གཅིག་སངས་རྒྱས་སྟོར་བའི་  
ཡི་དམ་ལྷ། །སྒྲ་མེད་རྒྱད་ཀྱི་ལྷ་ཆོགས་ལ་ཕྱག་འཆལ། །ཀྱན་རིག་བདེ་  
གཤེགས་བཞི་དང་ཡུམ་ཆེན་བཞི། །སེམས་དཔའ་བཅུ་དྲུག་མཆོད་བའི་ལྷ་  
མོ་བརྒྱད། །སྒྲོ་བ་ནམ་བཞི་མགྲོན་ཐབས་དྲུག་ཅུ་བཅས། །རྣལ་འབྱོར་རྒྱད་  
ཀྱི་ལྷ་ཆོགས་ལ་ཕྱག་འཆལ། །མདོན་བྱང་དབྱེལ་འཁོར་ཉིས་བཅེགས་  
གཞལ་ཡས་ཁང་། །རིམ་བཤེ་ནང་བར་གསུམ་ལ་བཞུགས་པའི། །རྣམ་སྤང་  
གཙོ་འཁོར་བརྒྱ་དང་བཅུ་བདུན་བཅས། །སྐྱོད་རྒྱད་ལྷ་ཆོགས་ནམས་ལ་  
གུས་ཕྱག་འཆལ། །ཐུབ་པ་མི་འབྱུགས་འཕགས་མཆོག་ཆེ་ལྷ་གསུམ། །  
གདུགས་དཀར་རྣམ་འཛོམས་མི་གཡོ་འོད་ཟེར་ཅན། །སྒྲོལ་སྒྲོན་ལོ་གྲོན་  
སྤེང་བཅེགས་བྲ་ལྷ་སོགས། །བྱ་རྒྱད་རིགས་གསུམ་ལྷ་ཆོགས་ལ་ཕྱག་  
འཆལ། །སྟོགས་མའི་མགོན་པོ་བཙུམ་ལྡན་བདེ་གཤེགས་བདུན། །སངས་  
རྒྱས་སོ་ལྷ་བསྐྱལ་བཟང་རྣམ་འདྲེན་སྟོང་། །སྤྱོད་སྐྱུར་བཞུགས་དང་དུས་



གསུམ་གྱིན་པ་ཡི། །རིགས་ལྡེའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །  
ཀྱན་འབྱུང་མུན་བའི་ས་བོན་མཐར་མཛད་ཅིང་། །སྤྱག་བསྐྱེད་བྱུག་རྩེ་ཙྰ་  
བ་བྱངས་ནས་འབྱིན། །རྒྱལ་ཡུམ་ཤེས་རབ་པ་རོལ་བྱིན་ལ་སོགས། །ཐེག་  
གསུམ་དམ་པའི་ཆོས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །འཇམ་དབྱངས་ཕྱག་ན་རྡོ་རྗེ་སྤྱན་  
རས་གཟིགས། །ས་ཡི་སྤྱོད་པོ་སྤྱོད་པ་རྣམ་པར་སེལ། །རྣམ་མཁའི་སྤྱོད་པོ་  
བྱམས་པ་ཀྱན་ཏུ་བཟང་། །ཉེ་བའི་སྤྱས་ཆེན་བརྒྱད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །སྤྱོན་  
འབྱུག་གཉིས་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་མཐར་བྱིན་པས། །རང་དོན་སྤངས་པས་  
གཞན་དོན་སྤྱན་གྱིས་གྲུབ། །སྤྱོད་ཉིད་སྤྱོད་རྗེས་སྤྱོད་ཞིའི་མཐའ་ལས་གྲོལ། །  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཆོགས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཟབ་མོ་རྟེན་འབྲེལ་བཅུ་  
གཉིས་ལེགས་བསྐྱོམས་པས། །རང་བྱུང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ནི། །  
བརྟེན་པ་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཐུགས་ཚུད་པའི། །འཕགས་པ་རང་རྒྱལ་རྣམས་  
ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །སྤྱལ་པའི་གནས་བརྟན་ཆེན་པོ་བཅུ་དྲུག་དང་། །མཆོག་  
བྱང་རབ་འབྱོར་རབ་བཟང་གཏད་རབས་བདུན། །སྤྱོན་བའི་འཁོར་གྱུར་  
འདུས་པ་རྣམ་གསུམ་གྱི། །ཉན་ཐོས་འཕགས་པའི་ཆོགས་ལ་ཕྱག་འཆའ་  
ལོ། །དུར་ཁྱོད་བརྒྱད་དང་ཉི་ཤུ་ཙྰ་བཞིའི་ཡུལ། །སུམ་ཙྰ་ཙྰ་བདུན་གནས་  
དང་མཁའ་སྤྱོད་སོགས། །བགྲང་ཡས་ངོ་མཆར་ཞིང་ན་ལེགས་བཞུགས་  
བའི། །དཔའ་བོ་མཁའ་འབྱོརི་ཆོགས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཕྱག་དྲུག་མགོན་  
དཀར་ཆོས་རྒྱལ་བྱི་ནང་གསང་། །དམག་ཐོར་གྱུར་ཞལ་ཕྱག་བཞི་རྣམ་ཐོས་

སྒྲུལ། །ལྷུ་མ་སྤིང་ལ་སོགས་ཡེ་ཤེས་སྤྱན་ལྷན་གྱི། །ཆོས་སྦྱོང་སྤང་མའི་  
ཆོགས་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །བསྐྱུན་གོང་གི་འཕྲོང་། དུས་གསུམ་སྤྱོད་ས་བཅུར་  
བཞུགས་པའི་སྤྲ་མ་དང་། །རིན་ཆེན་མཆོག་གསུམ་བྱག་འོས་ཐམས་ཅད་  
ལ། །དད་ཅིང་མོས་པས་བསྟོད་དབྱངས་རྒྱ་མཆོར་བཅས། །ཞིང་རྩལ་མཉམ་  
པའི་ལུས་སྤྱལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །

གཉིས་པ་མཆོད་པ་འབུལ་བའི་ཚུལ་ལ་ལྟ། བྱི་ནང་གསང་བདེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་མཆོད་པ། སྤྲན་  
དང་བདག་ཉིད་འབུལ་བའོ། །དང་པོ་བྱི་བུ་མ་དབང་དང་འདྲེལ་བའི་མཆོད་པ་ལ། རྒྱ་བཞི་འབུལ་བ།  
ཉི་ཤེད་འབུལ་བ། རིག་མ་བཅུ་དྲུག་འབུལ་བ། འདོད་ཡོན་སོགས་འབུལ་བ། རིན་ཆེན་སྣ་བདུན་  
འབུལ་བ། མཐུལ་འབུལ་བ། སྤྱབ་པའི་མཆོད་པ་འབུལ་བ་རྣམས་ལས།

དང་པོ་རྒྱ་བཞི་འབུལ་བ་ནི། རང་གི་བྱགས་ཀ་ནས་སྦྱོས་པའི་མཆོད་པའི་ལྷ་  
མོ་རྣམས་ཀྱིས་མཆོད་པར་གྱུར། དག་ཅིང་ངི་མེད་ཡིད་འོང་བའི། །སྤྲགས་  
ཀྱི་ཡོན་ཆབ་མཆོག་འདི་དང་། །བདག་གིས་དད་པས་འབུལ་ལགས་  
ན། །བཞེས་ནས་བདག་ལ་བཀའ་ངེན་སྟོལ། །ཞོ་ཞུམ་རྩི་ལྷ་སྤྱུ་ར་སད་ཀྱ་རི་  
ཡུ་རྩི་ལྷ་རྩི་རྩི་སྤྱུ་རྩི། དག་ཅིང་ངི་མེད་ཡིད་འོང་བའི། །སྤྲགས་ཀྱི་ཞབས་  
བསིལ་མཆོག་འདི་དག །བདག་གིས་དད་པས་འབུལ་ལགས་ན། །བཞེས་  
ནས་བདག་ལ་བཀའ་ངེན་སྟོལ། །ཞོ་ཞུམ་རྩི་ལྷ་སྤྱུ་ར་སད་ཀྱ་རི་སྤྱི་ལྷ་རྩི་  
རྩི་སྤྱུ་རྩི། དག་ཅིང་ངི་མེད་ཡིད་འོང་བའི། །སྤྲགས་ཀྱི་ཞལ་བསིལ་མཆོག་འདི་  
དག །བདག་གིས་དད་པས་འབུལ་ལགས་ན། །བཞེས་ནས་བདག་ལ་བཀའ་

[illegible]

འབར་སྒྲང་གསལ་འཛིན་མཛད་མ། །འདོད་བའི་བདེ་ལ་ཆགས་པ་མང་སྤྱལ་  
 ཏེ། །དཀྱིལ་འཁོར་པ་རྣམས་དགེས་པ་བསྐྱེད་བའི་བྱིར། །ཉིང་སྤྱོད་ལྟ་མོའི་  
 བདེ་བས་མཆོད་པར་བྱ། །ཞོ་བཟླ་དྲི་པེ་པ་དྲི་རྩ་ཞུ་ཞུ། ཉིང་འཛིན་པིར་གྱིས་  
 གྲིས་བའི་སྒྲིན་ལེགས་གཟུགས། །འཁྲི་ཤིང་གཞོན་རུ་བཞིན་དུ་ལུས་སྤ་  
 ཞིང་། །བཞིན་རས་རྒྱས་པས་སྒྲ་བའི་མཛེས་པ་འཕྲོག། །ཡུལ་སྤོན་པོའི་  
 མིག་ཅན་མཆུ་སྒྲོས་དམར། །སྤོང་གསུམ་ངད་ལྗང་དེ་མཆོག་འཛིན་མཛད་  
 མ། །འདོད་བའི་བདེ་ལ་ཆགས་པ་མང་སྤྱལ་ཏེ། །དཀྱིལ་འཁོར་པ་རྣམས་  
 དགེས་པ་བསྐྱེད་བའི་བྱིར། །ཉིང་སྤྱོད་ལྟ་མོའི་བདེ་བས་མཆོད་པར་བྱ། །ཞོ་  
 བཟླ་གཞེ་པ་དྲི་རྩ་ཞུ་ཞུ། ཉིང་འཛིན་པིར་གྱིས་གྲིས་བའི་སྒྲིན་ལེགས་གཟུགས། །  
 འཁྲི་ཤིང་གཞོན་རུ་བཞིན་དུ་ལུས་སྤ་ཞིང་། །བཞིན་རས་རྒྱས་པས་སྒྲ་བའི་  
 མཛེས་པ་འཕྲོག། །ཡུལ་སྤོན་པོའི་མིག་ཅན་མཆུ་སྒྲོས་དམར། །རོ་བརྒྱ་ལྟ་  
 བའི་ཞལ་བས་འཛིན་མཛད་མ། །འདོད་བའི་བདེ་ལ་ཆགས་པ་མང་སྤྱལ་  
 ཏེ། །དཀྱིལ་འཁོར་པ་རྣམས་དགེས་པ་བསྐྱེད་བའི་བྱིར། །ཉིང་སྤྱོད་ལྟ་མོའི་  
 བདེ་བས་མཆོད་པར་བྱ། །ཞོ་བཟླ་ཞི་མི་དྲུ་པ་དྲི་རྩ་ཞུ་ཞུ། །ཡིད་འོང་རོལ་  
 མོའི་ཆ་བྱད་མཐའ་ཡས་ལས། །བྱུང་བའི་གདངས་སྟན་མི་འདྲ་དུ་མ་ཅན། །  
 རོས་པས་ལུས་སེམས་གདུང་བ་ཞི་བྱེད་པ། །སྒྲ་ཆོགས་རོལ་མོའི་སྤྱ་ཡིས་  
 མཆོད་པར་བྱ། །ཞོ་བཟླ་ཤལ་པ་དྲི་རྩ་ཞུ་ཞུ།

རིག་མ་བཅུ་དྲུག་འབྲུལ་བ་ནི། སྤུལ་བྱུང་གཟུགས་མཛེས་ཡིད་འཕྲོག་རྒྱན་



གྲིས་སྤྱད། །ལང་ཆོ་རབ་རྒྱས་སྤྱད་དང་གར་ལ་མཁས། །དབང་པོ་དྲུག་ལ་མཛད་  
བྱུང་བདེ་བ་སྟེར། །ཀྱུན་གྱི་དགའ་བསྐྱེད་མཆོད་པའི་སྣ་མོ་ནི། །པི་མང་སྒྲིང་  
བྱུང་ལྷུ་མ་རྩ་རྩ་མས། །གདངས་སྟོན་སྤྱོད་ཡིས་ན་བའི་དགའ་སྟོན་འབྱེད། །རབ་  
འབྱམས་མཆོད་པའི་སྤྱོད་གྲིས་བདག་མཆོད་ན། །དབྱེས་བཞེན་བཞེས་ཏེ་  
མཆོག་རྣམས་སྤྱལ་དུ་གསོལ། །ཞོ་བཏྲ་སྤྱོད་ཏི་ཏྱི་ཏྱི་པའ། །ཞོ་བཏྲ་བེ་ལེ་ཏྱི་  
ཏྱི་པའ། །ཞོ་བཏྲ་མི་ཏི་གི་ཏྱི་ཏྱི་པའ། །ཞོ་བཏྲ་ཐུ་ར་རྩེ་ཏྱི་ཏྱི་པའ། །ཕུལ་བྱུང་  
གཟུགས་མཛེས་ཡིད་འཕྲོག་རྒྱན་གྱི་སྤྱད། །ལང་ཆོ་རབ་རྒྱས་སྤྱད་དང་གར་  
ལ་མཁས། །དབང་པོ་དྲུག་ལ་མཛད་བྱུང་བདེ་བ་སྟེར། །ཀྱུན་གྱི་དགའ་བསྐྱེད་  
མཆོད་པའི་སྣ་མོ་ནི། །བཞེན་མཛེས་འཇུ་མ་དང་ལྷེ་མ་པའི་འབྱེད་བག་  
ཅན། །སྟོན་པའི་སྤྱོད་ལེན་མཛེས་པའི་གར་བསྐྱུར་མ། །རབ་འབྱམས་མཆོད་  
པའི་སྤྱོད་གྲིས་བདག་མཆོད་ན། །དབྱེས་བཞེན་བཞེས་ཏེ་མཆོག་རྣམས་  
སྤྱལ་དུ་གསོལ། །ཞོ་བཏྲ་ཏུ་ཐུ་ཏྱི་ཏྱི་པའ། །ཞོ་བཏྲ་ཐུ་ཐུ་ཏྱི་ཏྱི་པའ། །ཞོ་  
བཏྲ་གྲི་ཏི་ཏྱི་ཏྱི་པའ། །ཞོ་བཏྲ་མི་ཏི་ཏྱི་ཏྱི་པའ། །ཕུལ་བྱུང་གཟུགས་མཛེས་  
ཡིད་འཕྲོག་རྒྱན་གྱི་སྤྱད། །ལང་ཆོ་རབ་རྒྱས་སྤྱད་དང་གར་ལ་མཁས། །དབང་  
པོ་དྲུག་ལ་མཛད་བྱུང་བདེ་བ་སྟེར། །ཀྱུན་གྱི་དགའ་བསྐྱེད་མཆོད་པའི་སྣ་མོ་  
ནི། །མེ་ཏོག་ཀོན་བྱེད་ཞེས་བདུག་སྟོས་དང་། །མར་མའི་སྤྱོད་བྱེད་ཡི་དུང་  
ཆོས་འཛིན། །རབ་འབྱམས་མཆོད་པའི་སྤྱོད་གྲིས་བདག་མཆོད་ན། །དབྱེས་  
བཞེན་བཞེས་ཏེ་མཆོག་རྣམས་སྤྱལ་དུ་གསོལ། །ཞོ་བཏྲ་ཐུ་ཐུ་ཏྱི་ཏྱི་པའ།

ཨོ་བཟླ་རྩེ་ལྷོ་ལྷོ་པལ། ཨོ་བཟླ་རྩེ་ལྷོ་ལྷོ་པལ། ཨོ་བཟླ་གཞེ་ལྷོ་ལྷོ་པལ།  
 ལུལ་བྱུང་གཟུགས་མཛེས་ཡིད་འཕྲོག་ཐུན་གྱི་སྤྲད། །ལང་ཆོར་རབ་རྒྱས་  
 ལྷ་དང་གར་ལ་མཁས། །དབང་པོ་བྱུག་ལ་མཛད་བྱུང་བདེ་བ་སྟེ། །ཀུན་གྱི་  
 དགའ་བསྐྱེད་མཆོད་པའི་སྟོན་མོ་ནི། །དེ་མེད་མེ་ལོང་སྤང་ཆང་སྟོད་དང་ནི། །སྟོ་  
 ཆོགས་གོས་དང་ཆོས་གྱི་འབྱུང་གནས་འཛིན། །རབ་འབྱུམས་མཆོད་པའི་  
 སྟོན་གྱིས་བདག་མཆོད་ན། །དགྱེས་བཞིན་བཞེས་ཏེ་མཆོག་རྣམས་སྟུལ་དུ་  
 གསོལ། །ཨོ་རྩེ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་པལ། ཨོ་ར་ས་བཟླ་ལྷོ་ལྷོ་པལ། ཨོ་སྟོན་བཟླ་  
 ལྷོ་ལྷོ་པལ། ཨོ་རྩེ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་པལ།

འདོད་ཡོན་སྟོན་འབྱུང་བ་ནི། རབ་འབྱུམས་ཞིང་ན་རི་སྟོད་གཟུགས་མཆིས་  
 པ། །ཡོངས་སུ་བྱུང་བ་ལས་བྱུང་སྟོན་མོ་ནི། །བཞིན་རས་རྒྱས་ཞིང་སྟོན་ཡི་  
 མཛེས་བ་སྟོན། །གཟུགས་གྱི་རྩོ་རྩོ་མ་ཡིས་མཆོད་པ་ཡིས། །གང་ཤར་  
 གཟུགས་གྱི་སྤང་བ་ཐམས་ཅད་ནི། །གཟུགས་གྱི་རྩོ་རྩོ་མར་ནི་ཤར་བའི་  
 མཐུས། །མི་འབྱུང་བདེ་བ་ཆེན་རབ་སྟུལ་ཏེ། །བདེ་སྟོང་མཆོག་གི་ཉིང་  
 འཛིན་རྩོགས་པར་ཤོག། ཨོ་རྩེ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་པལ། །རབ་འབྱུམས་ཞིང་ན་རི་  
 སྟོད་སྟོན་མཆིས་པ། །ཡོངས་སུ་བྱུང་བ་ལས་བྱུང་སྟོན་མོ་ནི། །སྟོན་པའི་མི་སྟོ་  
 བཟུང་ཞིང་སྟོན་མེན་མ། །སྟོན་ཡི་རྩོ་རྩོ་མ་ཡིས་མཆོད་པ་ཡིས། །གང་ཤར་སྟོན་ཡི་  
 སྤང་བ་ཐམས་ཅད་ནི། །སྟོན་ཡི་རྩོ་རྩོ་མར་ནི་ཤར་བའི་མཐུས། །མི་འབྱུང་བདེ་  
 བ་ཆེན་པོར་རབ་སྟུལ་ཏེ། །བདེ་སྟོང་མཆོག་གི་ཉིང་འཛིན་རྩོགས་པར་ཤོག།

ཨོ་ཤུ་བཟླ་བཟླ་ཉི་ཉི་ལྟ། རབ་འབྱམས་ཞིང་ན་ངེ་སྟེང་དེ་མཆིས་པ། ཡོངས་  
 སུ་གྱུར་པ་ལས་བྱུང་ལྟ་མོ་ནི། བཟང་པོའི་དེ་ཡིས་སྤྱོད་པ་ཀུན་རབ་འགོངས་  
 མ། དེ་ཡི་དོ་རྩེ་མ་ཡིས་མཆོད་པ་ཡིས། གང་ཤར་དེ་ཡི་སྒྲུང་བ་ཐམས་ཅད་  
 བེ། དེ་ཡི་དོ་རྩེ་མར་ནི་ཤར་བའི་མཐུས། མི་འགྱུར་བདེ་བ་ཆེན་པོ་རབ་  
 སྟུལ་ཏེ། བདེ་སྟོང་མཆོག་གི་ཉིང་འཛིན་རྩོགས་པར་ཤོག། ཨོ་གཞུ་བཟླ་བཟླ་  
 ཉི་ཉི་ལྟ། རབ་འབྱམས་ཞིང་ན་ངེ་སྟེང་དེ་མཆིས་པ། ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་  
 བྱུང་ལྟ་མོ་ནི། བདུད་ཅིས་གང་བའི་རིན་ཆེན་སྟོང་འཛིན་མ། རོ་ཡི་དོ་རྩེ་མ་  
 ཡིས་མཆོད་པ་ཡིས། གང་ཤར་རོ་ཡི་སྒྲུང་བ་ཐམས་ཅད་ནི། རོ་ཡི་དོ་རྩེ་  
 མར་ནི་ཤར་བའི་མཐུས། མི་འགྱུར་བདེ་བ་ཆེན་པོ་རབ་སྟུལ་ཏེ། བདེ་སྟོང་  
 མཆོག་གི་ཉིང་འཛིན་རྩོགས་པར་ཤོག། ཨོ་རྒྱ་ས་བཟླ་བཟླ་ཉི་ཉི་ལྟ། རབ་  
 འབྱམས་ཞིང་ན་ངེ་སྟེང་དེ་མཆིས་པ། ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་བྱུང་ལྟ་མོ་  
 བེ། འཇམ་མཉེན་རེག་བྱ་མཆོག་གིས་ཡིད་འཕྲོག་མ། རེག་བྱ་དོ་རྩེ་མ་  
 ཡིས་མཆོད་པ་ཡིས། གང་ཤར་རེག་བྱའི་སྒྲུང་བ་ཐམས་ཅད་ནི། རེག་བྱ་དོ་  
 རྩེ་མར་ནི་ཤར་བའི་མཐུས། མི་འགྱུར་བདེ་བ་ཆེན་པོ་རབ་སྟུལ་ཏེ། བདེ་  
 སྟོང་མཆོག་གི་ཉིང་འཛིན་རྩོགས་པར་ཤོག། ཨོ་སྤྲོ་བཟླ་བཟླ་ཉི་ཉི་ལྟ།

གདུགས་སོགས་འབྱུང་བ་ནི། དེ་མེད་གསེར་གྱི་ཅིབས་སྟོང་འོད་འབར་བ། རིན་ཆེན་ཨིན་ཏི་ལའི་ཏོག་གིས་མཛེས། སྤྲོ་ཆོགས་སྤྲ་བའོད་ལུ་ཏིག། ཆུན་  
 འབྱུང་གིས། ཁོར་ལུག་བརྒྱན་པའི་གདུགས་ཀྱིས་མཆོད་པར་བྱ། ཨོ་བཟླ་

[illegible]

རིན་ཆེན་སྣ་བདུན་འབྲུལ་བ་ནི། འཛམ་གྲུ་ཆུ་བོའི་གསེར་ལས་ལེགས་བྱས་  
ཤིང་། །ཅིབས་སྟོང་ལྡན་པའི་དཔག་ཚད་ལྔ་བརྒྱ་བ། །ཉི་མ་གཉིས་པ་ལྟ་བུར་  
མཁར་འཕགས་ཏེ། །དཔག་ཚད་འབྲུམ་ལམ་ཉི་མ་གཅིག་གིས་གཙོད། །དེའི་  
མ་ཐུས་ནམ་མཁའི་ལམ་ནས་དཔུང་ཆོགས་བཞི། །སྦྱིང་བཞི་སྟེ་གནས་དང་  
པོར་བཞོད་བྱེད་པའི། །འཁོར་ལོ་རིན་ཆེན་སྟུལ་བས་འགོ་བ་ཀྱན། །ཆོས་ཀྱི་  
སྤྱིད་ལ་དབང་བསྐྱར་ཐོབ་པར་ཤོག། །ཞོ་བཟླ་ཅ་ག་རྩ་པ་ཏྲེ་རྩ་ཆུ་རྩ་རིན་  
ཆེན་བེ་རྩ་ཡི་བྱར་བརྒྱད་ལས། །སྟོས་པའི་འོད་ཀྱིས་དཔག་ཚད་བརྒྱ་ཡི་  
བར། །མཆན་མོ་འང་ཉིན་མོ་བཞིན་དུ་སྤང་བྱེད་ཅིང་། །ཆ་བས་གདུངས་ཆེ་  
འོད་ཀྱིས་བསིལ་བ་སྟེར། །དེར་ནི་དུས་མིན་འཆི་དང་ནད་རྣམས་སེལ། །



ཡིད་ལ་གང་བསམ་པལ་ཆེར་འབྱུང་འབྱུར་བའི། །འོར་བུ་རིན་ཆེན་ཕུལ་  
 བས་འགོ་བ་ཀྱན། །ཆོས་ལྡན་རེ་བ་ཡིད་བཞིན་འབྱུང་པར་ཤོག། །ཞོ་བཏྲ་མ་  
 རི་རྩ་པ་རྩི་རྩི་རྩི་རྩི། ཡིད་འོང་བལྟ་ན་སྤྱུག་པའི་བྱད་མེད་ནི། །ལུས་དང་ཁ་  
 ཉམ་ངེ་ཞིམ་རབ་ཏུ་འབྱུང་། །གང་གིས་རེག་ན་བདེ་བ་མཆོག་སྟེར་ཞིང་། །  
 སྤྱིང་དེར་བཀའ་སྒྲོམ་སྒྲོམ་སྤྱིང་ན་སེལ་བར་བྱེད། །བྱད་མེད་སྦྱོན་ལྷ་སྤངས་ཤིང་  
 ཡོན་ཏན་ནི། །རྣམ་པ་བརྒྱད་དང་རབ་ཏུ་ལྡན་གྱུར་པའི། །བཙུན་མོ་རིན་ཆེན་  
 ཕུལ་བས་འགོ་བ་ཀྱན། །ཟག་མེད་བདེ་བ་ཆེ་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག། །ཞོ་བཏྲ་སྤྱི་  
 རྩ་པ་རྩི་རྩི་རྩི་རྩི། གཞན་ལ་མི་འཆེ་ཆོས་མ་ཡིན་པ་སྤངས། །ཡང་དག་པ་  
 སྤྱད་ལས་ལ་སྦྱོ་བ་མེད། །ས་ཡི་བདག་པོའི་ཡིད་ལ་བསམས་པ་རྣམས། །མ་  
 སྤངས་པར་ཡང་ཤེས་ནས་སྦྱབ་པར་བྱེད། །དབྱུང་རྣམས་འགོ་དང་གནས་དང་  
 སྒོག་པ་ཡི། །བྱ་བ་ཀྱན་ལ་རབ་ཏུ་མཁས་གྱུར་པའི། །སྦྱོན་པོ་རིན་ཆེན་ཕུལ་  
 བས་འགོ་བ་ཀྱན། །རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་རི་བཞིན་སྦྱོང་པར་ཤོག། །ཞོ་བཏྲ་  
 པ་རི་རྩ་པ་རྩི་རྩི་རྩི་རྩི། ཡན་ལག་བདུན་ལྡན་གངས་ཀྱི་རི་བོ་འདྲ། །  
 རང་བཞིན་སྤང་པོ་སྤྱོད་གི་སྤྱོད་པས་དང་ལྡན། །ཉི་མ་གཅིག་གིས་འཇམ་སྤྱིང་  
 ལན་གསུམ་འཁོར། །ཅང་ཤེས་སྤྱད་པ་ཡིས་ཀྱང་བཀྱི་བར་རུས། །གཞན་ལ་  
 མི་གཞོད་མི་འཁྲུག་དལ་གྱིས་འགོ། །པ་རོལ་སྤེལ་སྤེལ་རྒྱལ་བར་བྱེད་པ་  
 ཡི། །སྤང་པོ་རིན་ཆེན་ཕུལ་བས་འགོ་བ་ཀྱན། །ཐེག་པ་མཆོག་གི་བཞོན་  
 པས་བཞོད་པར་ཤོག། །ཞོ་བཏྲ་ག་ཇ་རྩ་པ་རྩི་རྩི་རྩི་རྩི། མེ་ཏོག་ཀུ་ལུ་ད་

བཞིན་རབ་ཏུ་དཀར། །ལྷ་ཡི་གཙུག་རྒྱལ་ཞོར་བུ་སོགས་གྲིས་བརྒྱན། །  
མདོག་དང་དབྱིབས་དང་བོད་ཆོད་ཕྱན་སྐྱུ་མ་ཆོགས། །བསྐྱོན་ཉིན་གཅིག་  
འཇམ་སྒྲིང་ལན་གསུམ་འཁོར། །ལུས་ལ་ནད་མེད་གཟེ་བཟིང་ཆེན་པོ་  
ཅན། །ཡོངས་སུ་ངལ་བ་མེད་པའི་བཞོན་པ་ནི། །རྟ་མཆོག་རིན་ཆེན་ཕུལ་  
བས་འགོ་བ་ཀུན། །རྩུ་འཕུལ་མཆོག་གི་ཤྱགས་དང་ལྡན་པར་ཤོག། །ཞོ་བཏྲ་  
ཨ་ཤ་རྩུ་པ་ཏི་རྩེ་རྩེ་སྤྲུ། རྩེ་རྩེ་རིན་ཆེན་མཐོན་ག་མར་གད་དང་། །གསེར་  
དང་དབུལ་དང་སྐྱག་ལ་སོགས་པ་ནི། །ཟད་པ་མེད་བས་ས་སྤྱོགས་རབ་  
འགོངས་པ། །དེ་ཡི་འབྱོར་བ་ཤིན་ཏུ་བརྟན་པ་སྟེ། །གཡོ་དང་སྐྱུ་མེད་གཞན་  
ལ་གཞོད་པ་མེད། །སྐྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་དགའ་འགྱུར་བའི། །ཁྲིམ་བདག་  
རིན་ཆེན་ཕུལ་བས་འགོ་བ་ཀུན། །གསུང་རབ་རིན་ཆེན་མཛོད་ཀུན་འཛིན་  
པར་ཤོག། །ཞོ་བཏྲ་གི་ཏ་པ་ཏི་རྩུ་པ་ཏི་རྩེ་རྩེ་སྤྲུ།

མཐུལ་འབྲུལ་བ་ནི། །ཞིང་ཁམས་འབྲུལ་བར་བྱ། །ཞོ་བཏྲ་བྱ་མི་ཞུ་ཞྭ།  
དབང་ཆེན་གསེར་གྲི་ས་གཞི། །ཞེས་སོགས་ནས། །དཔལ་ལྡན་སྒྲ་མ་དམ་པ་རྣམས་  
དང་། །བྱད་པར་དུ་ཡང་སྒྲ་མ་སྒྲོ་བཟང་ཐུབ་དབང་རྩེ་རྩེ་འཆང་གི་ལྷ་ཆོགས་  
འཁོར་དང་བཅས་པ་ནས་དུ་གསོལ།

༥ གྲེ་བ་ཐག་བརྒྱའི་སྒྲིང་བཞི་ལྷན་པོར་བཅས། །རིན་ཆེན་བདུན་དང་  
ཉེ་བའི་རིན་ཆེན་སོགས། །ཀུན་དགའ་བསྐྱེད་པའི་སྒྲོད་བཅུད་ཕྱན་སྐྱུ་  
ཆོགས། །ལྷ་མིའི་ལོངས་སྤྱོད་འདོད་དགའི་གཏེར་ཆེན་པོ། །དྲང་བའི་སེམས་

ཀྱིས་ཕུལ་བྱུང་ཞིང་གི་མཆོག་། སྐྱབས་མགོན་ཐུགས་རྗེའི་གཏེར་ལ་དབུལ་  
བར་བཀྱི། །

ནང་གི་མཐུལ་འབུལ་བར་སྒྲོན། བགས་པ་རབ་མཛེས་གསེར་གྱི་ས་གཞིའི་  
སྤྱིང་། །ཐུག་ཆེན་བདུད་ཅིའི་ཚུ་ཡིས་ཆག་ཆག་བཏབ། །འགྲུག་མེ་ཏྲོག་མང་  
ཕུང་ཆོམ་བྱུར་གྱུར། །ཡན་ལག་རྣམས་ལས་སྤྱིང་ཆེན་བཞི་དང་ནི། །ཉིང་  
ལག་སྤྱིང་ཐུན་བརྒྱད་དུ་གྱུར་བའི་དབུས། །ཁོག་པ་རིན་ཆེན་རྩལ་མང་  
བཅེགས་པའི་ཅིར། །མགོ་པོ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཁང་བཟང་མཛེས། །མིག་  
གཉིས་ཐུན་སེལ་ཉི་མ་རྒྱ་བ་དང་། །སྤྱིང་ནི་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་རིན་པོ་  
ཆེ། །དབང་པོ་ནང་ཁོལ་ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་ལས། །ལྷ་མིའི་འདོད་ཡོན་དཔལ་  
འབྱོར་ཕུན་སུམ་ཆོགས། །འདོད་དགུའི་རྒྱ་མཆོ་མཐུལ་བཟང་པོ་འདི། །རྩ་  
བརྒྱད་སྒྲུ་མ་ཡི་དམ་དགོན་མཆོག་གསུམ། །སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དཔའ་  
པོ་རྣལ་འབྱོར་མ། །བསྟན་སྤྱང་རྒྱ་མཆོར་བཅས་ལ་ལེགས་འབུལ་  
ན། །ཐུགས་རྗེས་ཞེས་ནས་བྱིན་རྒྱལ་ས་དངོས་བྱུང་སྒྲོལ། །ཅེས་འབུལ།

དེ་ནས་སྐྱབ་པའི་མཆོད་པ་འབུལ་བ་ནི། རྣམ་དག་ཁྲིམས་གྱི་ཚུ་གཏེར་ཆེན་པོའི་  
དབུས། །རྒྱ་ཆེན་གཞུང་ལུགས་མང་ཐོས་རྩ་བ་ལས། །དྲི་མེད་རིག་པའི་ཡལ་  
ག་འབུམ་ཐུག་རྒྱས། །གཞན་དྲིང་མི་འཛོག་ངེས་ཤེས་མེ་ཏྲོག་བཟ། །ལམ་  
གཙོ་གསུམ་གྱི་ཟེའུ་འབྱུའི་ཟེལ་མངར་ཆགས། །ས་གསེར་རྒྱ་བ་མེ་སོགས་  
ས་ལམ་གྱི། །འབྲས་བུས་རབ་མཛེས་དཔག་བསམ་དགའ་ཆལ་འདི། །དྲིན་

ཅན་སྒྲ་མ་མཆོག་རྣམས་མཉེས་ཕྱིར་འབྲུལ། །རབ་བསིལ་སྤྱོད་བདུན་མཆོད་  
ཡོན་རྒྱ་མཆོར་འབྲེལ། །དད་པའི་མེ་ཉོག་ཚུལ་ཁྲིམས་དྲི་ཞིམ་སྟོས། །ཐོས་  
པའི་སྟོན་མེ་གཏོང་བའི་དྲི་ཆབ་དང་། །ཤིན་སྤངས་ལྡན་པ་ཉིང་འཛིན་བདུད་  
ཅིའི་བས། །ཤེས་རབ་གསུམ་གྱི་རོལ་མོ་སྣ་ཆོགས་འབྲོལ། །དོ་ཆ་ཁྲིལ་ཡོད་  
འདོད་ཡོན་སྣ་ཆོགས་བཅས། །མ་ཆང་མེད་པའི་མཆོད་སྟོན་རྒྱ་མཆོ་  
འདི། །ཙ་བརྒྱུད་སྒྲ་མའི་ཆོགས་རྣམས་མཉེས་ཕྱིར་འབྲུལ། །

༥ དངོས་བཤམས་ཡིད་སྤྱུལ་ཡིད་བཞིན་རྒྱ་མཆོའི་རོགས། །སྤྱིད་  
ཞིའི་རྣམ་དཀར་ལས་འོང་མཆོད་རྫས་ཀྱི། །འདབ་སྟོང་རྒྱས་བས་ཀྱན་གྱི་  
ཡིད་འཕྲོག་ཅིང་། །འཛིག་ཉེན་འཛིག་ཉེན་ལས་འདས་རང་གཞན་གྱི། །སྟོ་  
གསུམ་དགེ་བའི་མེ་ཉོག་ཅི་ཡང་བཟ། །ཀྱན་བཟང་མཆོད་པའི་དྲི་བསྐྱུང་  
འབྲུམ་འཕྲོ་ཞིང་། །བསྐྱུང་གསུམ་རིམ་གཉིས་ལམ་ལྡེའི་འབྲས་ལྡན་  
པའི། །དགའ་ཆལ་རྩེ་བཅུན་སྒྲ་མ་མཉེས་ཕྱིར་འབྲུལ་ལ། །གཉིས་པ་ནང་གསར་  
དབང་དང་འབྲེལ་བའི་མཆོད་པ་ནི། །ཀྱར་ཀྱམ་མདངས་ལྡན་བཟང་པོའི་དྲི་དད་ཅན། །  
རོ་བརྒྱའི་དཔལ་འཛིན་རྒྱ་མའི་བདུང་བ་དང་། །ལྷག་ཀྱང་ལྡོད་སྟོན་མ་ལྡེ་ལ་  
སོགས། །སྤངས་ཉོགས་སྤར་བའི་བདུད་ཅིའི་རྒྱ་མཆོས་མཆོད། །གསུམ་པ་  
གསར་བཤེར་དབང་དང་འབྲེལ་བའི་མཆོད་པ་ནི། །ཡིད་འོང་ལང་ཆོའི་དཔལ་འཛིན་དྲུག་  
ཅུ་བཞིའི། །འདོད་པའི་སྤྱུ་རྩལ་ལ་མཁས་ལུས་སྤྲ་མ། །ཞིང་སྟེས་སྤྲགས་  
སྟེས་ལྡན་སྟེས་པོ་ཉའི་ཆོགས། །མཛེས་སྤྲུག་སྤྱུ་མའི་ཕྱག་རྒྱ་རྣམས་ཀྱང་



འབྲུལ། །བཞི་བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཆོག་དབང་དང་འབྲེལ་བའི་མཆོད་པ་ནི། སྒྲིབ་བྲལ་ལྷན་སྒྲིལ་  
བདེ་བའི་ཡེ་ཤེས་ཆེ། །ཆོས་ཀྱན་རང་བཞིན་སྒྲོས་དང་བྲལ་བའི་དབྱེར་ས། །  
དབྱེར་མེད་ལྷན་གྲུབ་སྒྲིབ་སྒྲིལ་བསམ་བཞུགས་ལས་འདས། །དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་མཆོག་ཁྱོད་ལ་འབྲུལ། །ལྷ་པ་སྒྲིབ་དང་བདག་ཉིད་འབྲུལ་བ་ནི། ཉོན་མོངས་  
བཞི་བརྒྱ་ཅ་བཞིའི་ནད་འཛོམས་པའི། །བཟང་པོའི་སྒྲིབ་གྱི་བྱེ་བྲག་སྒྲིབ་  
ཆོག་ས་དང་། །ཁྱོད་མཉེས་བགྱིད་ཕྱིར་བདག་བྲན་འབྲུལ་ལགས་ན། །ནམ་  
མཁའ་ཇི་སྲིད་འབངས་སུ་གཟུང་དུ་གསོལ། །

བྱང་སྒྲིལ་གཟུང་བ་ནི། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་བདག་སྒྲུབས་མཆི། །སྒྲིབ་  
པ་ཐམས་ཅད་སོ་སོར་བཞགས། །འགྲོ་བའི་དགོ་ལ་རྗེས་ཡི་རང་། །སངས་  
རྒྱས་བྱང་ཆུབ་ཡིད་ཀྱིས་གཟུང་། །སྒྲགས་སྒྲིལ་བ་ནི། སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་ཀྱན། །བདག་ལ་དགོངས་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །བདག་མིང་  
འདི་ཞེས་བགྱི་བ་ནི། །དུས་འདི་ནས་ནི་བཟུང་ནས་ནི། །བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པོར་  
མཆིས་ཀྱི་བར། །ཇི་ལྟར་དུས་གསུམ་མགོན་པོ་རྣམས། །བྱང་ཆུབ་ཏུ་ནི་ངེས་  
མཛད་པའི། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་སྒྲན་མེད། །དམ་པ་བདག་གིས་བསྐྱེད་པར་  
བགྱི། །ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ནི་བསྐྱབ་པ་དང་། །དགོ་བའི་ཆོས་ནི་སྤྱད་པ་  
དང་། །སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ། །སོ་སོར་བརྟན་པོར་  
བདག་གིས་བཟུང་། །སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་དགོ་འདུན་ཏེ། །སྒྲན་མེད་པའི་  
དཀོན་མཆོག་གསུམ། །སངས་རྒྱས་རྣལ་འབྱོར་ལས་སྒྲིལ་པའི། །སྒྲིལ་པ་

དེང་ནས་བདག་གིས་གཟུང་། །རྡོ་རྗེ་རིགས་མཆོག་ཆེན་པོ་ཡི། །རྡོ་རྗེ་རིལ་  
བུ་བྱུག་རྒྱ་ཡང་། །ཡང་དག་ཉིད་དུ་གཟུང་བར་བགྱི། །སྒྲོལ་དཔོན་དག་ཀྱང་  
གཟུང་བར་བགྱི། །རིན་ཆེན་རིགས་མཆོག་ཆེན་པོ་ཡི། །དམ་ཆོག་ཡིད་དུ་  
འོང་བ་ལ། །ཉིན་རེ་བཞིན་ནི་དུས་དྲུག་ཏུ། །སྒྲིན་པ་རྣམ་བཞི་རྟག་ཏུ་སྒྲིན། །  
བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་ལས་བྱུང་བའི། །བརྒྱའི་རིགས་ཆེན་དག་པ་ལ། །སྤྱི་དང་  
གསང་བ་ཐོག་པ་གསུམ། །དམ་ཆོས་སོ་སོར་གཟུང་བར་བགྱི། །ལས་གྱི་  
རིགས་མཆོག་ཆེན་པོ་ལ། །སྒྲོལ་པ་ཐམས་ཅད་ལྡན་པར་ནི། །ཡང་དག་ཉིད་  
དུ་སོ་སོར་གཟུང་། །མཆོད་པའི་ལས་ནི་ཅི་རུས་བགྱི། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་  
སྒྲུ་ན་མེད། །དམ་པ་བདག་གིས་བསྐྱེད་པར་བགྱི། །སེམས་ཅན་ཀྱན་གྱི་དོན་  
གྱི་སྤྱིར། །བདག་གིས་སྒྲོལ་པ་མ་ལུས་གཟུང་། །མ་བསྐྱལ་བ་རྣམས་བདག་  
གིས་བསྐྱལ། །མ་གྲོལ་བ་རྣམས་བདག་གིས་དགྲོལ། །དབྱུགས་མ་སྤྱིན་པ་  
དབྱུགས་དབྱུང་ཞིང་། །སེམས་ཅན་སྤྱ་ངན་འདས་ལ་དགོད། །གསུམ་བ་བཤགས་  
པ་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་ལྷག་མ་བྱ་བ་ལ་ལྷ། །བཤགས་པ་བྱ་བ། །རྗེས་སུ་ཡི་རང་བྱ་བ། །ཆོས་འཁོར་  
བསྐྱོར་བར་བསྐྱལ་བ། །སྤྱ་ངན་ལས་མི་འབའ་བར་གསོལ་བ་གདབ་པ། །བསྐྱོར་བྱ་བའོ། །

དང་པོ་བཤགས་པ་བྱ་བ་ནི། །རྒྱང་བཤགས་སྤྱི་བཤགས་སོགས་བཤགས་པའི་རགས་དང་།  
ཐོག་མེད་དུས་ནས་མི་དགེ་སྤྲིག་པའི་ལས། །བགྱིས་དང་བགྱིད་སྦྱལ་ཡི་རང་  
ཅི་མཆིས་པ། །ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྡན་སྤྱན་སྤྱར་འགྲོད་སེམས་གྱིས། །བཤགས་  
ཤིང་སྤྲན་ཆད་མི་བགྱིད་སྒྲོལ་བ་འོད། །རྗེས་སུ་ཡི་རང་བྱ་བ་ནི། །ཆོས་རྣམས་རང་

བཞིན་མཆོན་མ་དང་བྲལ་ཡང་། །མི་ལམ་ཇི་བཞིན་སྐྱེ་འཕགས་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི། །བདེ་དགའ་ཅིར་ཡང་འཆར་བའི་རྣམ་དཀར་ལ། །བདག་ཅག་བསམ་པ་  
དག་པས་ཡི་རང་དོ། །**ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱལ་བ་ནི།** སྤུལ་བྱང་མཁུན་བཙེའི་  
ཚུ་འཛིན་འབྲུམ་དགྱིགས་ཏེ། །མཐའ་ཡས་འགྲོ་འདིའི་ཕན་བདེ་ཀྱན་དའི་  
ཆ་ལ། །བསྐྱེད་དང་ཡུན་དུ་གནས་དང་སྤེལ་བའི་ཕྱིར། །ཟབ་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་  
ཆར་བ་དབབ་ཏུ་གསོལ། །**སྤྱང་ན་ལས་མི་འདའ་བར་གསོལ་བ་འདེབ་པ་ལ།** **ཆོགས་མཆོད་**  
**དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲོན་སྒྲ་མར་བཏྱན་བཞུགས་འབྲུལ་ན་སྐྱབས་འདིར་བྱ།** རྡོ་རྗེའི་སྐུ་ལ་སྐྱེ་འཆི་  
ཡི་མངའ་ཡང་། །བྱང་འཇུག་དབང་གི་རྒྱལ་པོའི་བཅ་ཏོག་། །བདག་ཅག་མོས་  
པ་ཇི་བཞིན་སྤྲིད་མཐའི་བར། །སྤྱང་ན་མི་འདའ་ཏྱག་པར་བཞུགས་སུ་གསོལ། །  
**བསྐྱོ་བའི་ཡན་ལག་ནི།** དེ་ལྟར་བསྐྱུན་པའི་རྣམ་དཀར་དགོ་བའི་ཆོགས། །བཀའ་  
འིན་གསུམ་ལྟན་རྗེ་བཙུན་སྒྲ་མ་ཡིས། །ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་འབྲལ་མེད་རྗེས་  
འཛིན་ཅིང་། །བྱང་འཇུག་རྡོ་རྗེ་འཆང་དབང་ཐོབ་ཕྱིར་བསྐྱོ། །

**སྤྱང་ཡང་རྒྱས་པ་གོང་ལྟར་སྤུལ་ནས།** སྒྲ་མ་དང་དགོན་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་  
པ་གསུམ་ལ་སྤྱག་འཆལ་ཞིང་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །སྤྲིད་རྣམས་ཀྱིས་བདག་  
གི་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། །བདག་དང་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
བཞེས་གཉེན་ལ་མ་གྲུས་པ་ནས་བབྱངས་ཏེ་སྤྱང་མཆོད་ཐོབ་གསུམ་གྱི་  
གཉེས་སྤང་སྤྲ་མོའི་བར་གྱི་བྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒོ་སྤྱ་མཐའ་དག་སྤྱར་དུ་  
འགགས་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། །བཞེས་གཉེན་ལ་གྲུས་པ་ནས་མི་

སྒོ་བ་པའི་ཟུང་འཇུག་གི་བར་གྱི་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་སྒོ་སྒྲ་མཐའ་དག་བདེ་  
ལྷག་ཏུ་སྦྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།      རྒྱུན་བྱིན་གི་བར་གཅོད་  
ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།      ཡི་དྲི་གྲུ་རུ་རྒྱ་  
མཆུལ་གྱི་ནི་ཅུ་ཏ་ཡུ་མི། ཞེས་སྤུལ་ནས་གསོལ་བ་གདབ། གསུམ་པ་ཡོན་ཏན་དང་བཀའ་བློན་  
བློ་པའི་སྒོ་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ལ་ལྟ། མཆོན་སྤྲུགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པ། ཡོན་  
ཏན་བསམ་པའི་སྒོ་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པ། བཀའ་བློན་རྗེས་སུ་བློ་པའི་སྒོ་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་  
པ། བྱིན་གསང་བདེ་ལོན་ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བློ་པའི་སྒོ་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པ། སྤུན་ཚུགས་  
གསོལ་འདེབས་བྱ་བའོ། །

དང་པོ་མཆོན་སྤྲུགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ནི། དངོས་གྲུབ་ཀྱི་འབྱུང་  
བྱུང་དབང་དོན་རྗེ་འཆང་། །དམིགས་མེད་བཅུ་བའི་གཏེར་ཆེན་སྦྱར་རས་  
གཟིགས། །དེ་མེད་མཁྱེན་པའི་དབང་པོ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས། །བདུད་  
དབྱང་མ་ལུས་འཛོམས་མཛད་གསང་བའི་བདག །གངས་ཅན་མཁས་པའི་  
གཙུག་རྒྱུ་སྒོ་བཟང་གྲགས། །སྦྱབས་གསུམ་ཀྱི་འདུས་སྒྲ་མ་སངས་རྒྱས་  
ལ། །སྒོ་གསུམ་གྲུས་པའི་སྒོ་ནས་གསོལ་བ་འདེབས། །རང་གཞན་སྦྱིན་ཅིང་  
གྲོལ་བར་བྱིན་གྱིས་སྒོ་བས། །མཆོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་སྤུལ་དུ་  
གསོལ། །ཞེས་གསོལ་འདེབས་བརྒྱ་སྟོང་སོགས་ཅི་རུས་བརྒྱའོ། །འདིར་བདུད་ཅི་འབེབས་སྤྱང་  
གི་སྒོ་ནས་ལས་བཞིའི་རིམ་བ་སྦྱབ་ཚུལ་སྤྱི་དང་། བྱེད་པར་ཤེས་རབ་སྦྱབ་ཚུལ་གྱི་མན་ངག་ཉམས་  
སུ་ལེན་ཚུལ་སོགས་སྦྱར་བརྒྱད་ལས་བྱུང་བ་ཉུར་བྱའོ། །



དེ་ནས། དུས་གསུམ་སྐྱབས་གནས་ཀྱི་འདུས་ཀྱི་ངོ་བོ་སྒྲུ་མ་རིན་པོ་  
ཆེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །ལན་གསུམ། ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས་སྒྲུ་མ་ལྟ་  
ཆོག་ས་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་ཆེ་ལས་བདུད་ཅི་སྒྲུ་ལྟ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་  
བབས། རང་ག་ཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས།  
ཐོག་མེད་ནས་བསགས་པའི་སྤྲིག་སྤྱིབ་ཐམས་ཅད་དང་བྱད་པར་དུ་དཔལ་  
ལྡན་སྒྲུ་མའི་སྐྱེ་ལ་བསྐྱོས་པ། གསུང་བཅག་པ། ཐུགས་དགྲུགས་པ། མ་དད་  
བརྟན་སྤོང་བགྱིས་པ་ལ་སོགས་པ་མདོར་ན་སྒྲུ་མ་ལ་བརྟེན་པའི་སྤྲིག་སྤྱིབ་  
ཐམས་ཅད་དུད་ཁུ་དང་སོལ་ཁུའི་རྣམ་པར་དབང་པོའི་སྒྲོ་དང་བ་སྤྱིའི་བྱ་ག་  
ཐམས་ཅད་ནས་ཕྱིར་ཐོན་ནས་སངས་ཏེ་དག །ལུས་དྲངས་གསལ་འོད་ཀྱི་  
རང་བཞིན་ཅན་དུ་གྱུར། ཆེ་དང་བསོད་ནམས་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་  
ཐམས་ཅད་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས། བྱད་པར་དཔལ་ལྡན་སྒྲུ་མའི་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་  
ཀྱི་བྱིན་རྒྱབས་ཐམས་ཅད་རང་ག་ཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་  
སེམས་ལ་ཞུགས་པས་རང་ག་ཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དཔལ་ལྡན་སྒྲུ་  
མའི་སྐྱབས་འོག་ཏུ་ཆུད་པར་གྱུར།

གཉིས་པ་ཡོན་ཏན་བསམ་པའི་སྒྲོ་ནས་དད་པ་སྤྱོད་ཞིང་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ནི། ཡོན་  
ཏན་འབྱུང་གནས་ཚུལ་བྲིམས་རྒྱ་མཚོ་ཆེ། །མང་ཐོས་ནོར་བུའི་ཆོགས་ཀྱིས་  
ཡོངས་སུ་གཏམས། །དུར་སྤྲིག་འཛིན་པ་ཐུབ་དབང་གཉིས་པའི་རྩེ། །གནས་  
བརྟན་འདུལ་བ་འཛིན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །གང་དང་ལྡན་ན་བདེ་བར་

གཤེགས་པའི་ལམ། །སྟོན་པར་འོས་པའི་ཡོན་ཏན་བཅུ་ལྔ་པ། །མ་ལུས་  
རྒྱལ་བའི་གདུང་འཆོབ་ཆོས་ཀྱི་རྗེ། །ཐེག་མཆོག་དག་བའི་བཤེས་ལ་  
གསོལ་བ་འདེབས། །སྟོ་གསུམ་ལེགས་བསྐྱམས་སྟོ་ཆེན་བཟོད་ལྔ་པ། །  
གཡོ་དང་རྒྱ་མེད་ལྷགས་དང་རྒྱད་ཤེས་ཤིང་། །དེ་ཉིད་བཅུ་ཟུང་གི་དང་  
འཆད་མཁས་པའི། །རྫོ་རྗེ་འཇིན་པའི་གཙོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

གསུམ་པ་བཀའ་བློན་རྗེས་སུ་བློན་པའི་སྟོ་ནས་བྱས་པ་བསྟོམ་ཞིང་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ནི།

སངས་རྒྱས་གངས་མེད་བྱོན་པས་མ་ཐུལ་བའི། །མ་རུངས་འདུལ་དཀའི་  
སྟོགས་དུས་འགོ་བ་ལ། །བདེ་གཤེགས་ལམ་བཟང་རི་བཞིན་སྟོན་པ་ཡི། །  
རྒྱབས་མགོན་ཐུགས་རྗེ་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཐུབ་པའི་ཉི་མ་དུས་  
ཀྱིས་རུབ་གྱུར་ཏེ། །མགོན་རྒྱབས་མེད་པའི་འགོ་བ་མང་པོ་ལ། །རྒྱལ་བའི་  
མཛད་པ་ཉི་བར་རྒྱབ་མཛད་བའི། །རྒྱབས་མགོན་ཐུགས་རྗེ་ཅན་ལ་གསོལ་  
བ་འདེབས། །དུས་གསུམ་སྟོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལས། །གང་གི་  
བ་སྐྱེའི་བྱ་ག་གཅིག་ཅ་ཡང་། །བདག་ཅག་བསོད་ནམས་ཞིང་དུ་ལེགས་  
བསྐྱུགས་པའི། །རྒྱབས་མགོན་ཐུགས་རྗེ་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །བཞི་པ་

ཕྱི་ནང་གསང་བདེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བཟོད་པའི་སྟོ་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ནི། །བདེ་

གཤེགས་རྒྱ་གསུམ་རྒྱན་གྱི་འཁོར་ལོ་ནི། །ཐབས་མཁས་རྒྱ་འབྱུལ་བའི་  
འཇོ་སྟེག་ལས། །ཐ་མལ་ཚུལ་གྱིས་འགོ་བ་འདྲན་མཛད་པའི། །རྒྱབས་  
མགོན་ཐུགས་རྗེ་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཁྱོད་ཀྱི་ཕུང་ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་

ཡན་ལག་རྣམས། །བདེ་ག་ཞེགས་རིགས་ལྷ་ཡབ་ཡུམ་སེམས་དཔའ་དང་། །  
ཁྱོ་བོའི་དབང་བོའི་རང་བཞིན་མཆོག་གསུམ་གྱི། །བདག་ཉིད་སྒྲ་མ་མཆོག་  
ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཀུན་མཁྱེན་ཡེ་ཞེས་རོལ་བ་ལས་བྱུང་བའི། །དགྱིལ་  
འཁོར་འཁོར་ལོ་བྱེ་བའི་བདག་ཉིད་དེ། །རིགས་བརྒྱའི་བྱུང་བདག་རྩི་རྩི་  
འཛིན་པའི་གཙོ། །བྱུང་འདུག་དང་བོའི་མགོན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །སྒྲིབ་  
མེད་ལྟན་སྒྱེས་དགའ་བའི་རོལ་བ་དང་། །དབྱེར་མེད་བཟོན་གཡོ་ཀུན་བྱུང་  
ཀུན་གྱི་བདག །ཐོག་མ་མཐའ་འབྲལ་ཀུན་བཟང་དོན་དམ་གྱི། །བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དངོས་ཁྱོད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ལྷ་པ་ཕྱར་ཚུགས་སུ་གསོལ་འདེབས་པ་ལ་  
གཉིས། ཕྱར་ཚུགས་སུ་གསོལ་བ་བཏབ་ནས་དབང་བཞི་སྒྲང་བ་དང་། ཕྱགས་རྒྱུད་བསྐྱེད་བའི་བཟས་  
པ་བྱ་བའོ། །

དང་པོ་ནི། ཁྱོད་ནི་སྒྲ་མ་ཁྱོད་ནི་ཡི་དམ་ཁྱོད་ནི་མཁའ་འགོ་ཆོས་རྒྱུང་  
སྟེ། །དེང་ནས་བཟུང་སྟེ་བྱང་ཆུབ་བར་དུ་ཁྱོད་མིན་སྐྱབས་གཞན་མི་འཆོལ་  
བས། །འདི་དང་བར་དོ་བྱེ་མའི་མཐར་ཡང་ཕྱགས་རྩི་ཕྱགས་རྒྱས་བཟུང་  
མཛོད་ལ། །སྤིད་ཞིའི་འཛིགས་སྒྲོལ་དངོས་བྱུང་ཀུན་སྒྲོལ་གཏན་གྱི་གོགས་  
མཛོད་བར་གཙོད་སྤངས། །ལན་གསུམ།

དེ་ལྟར་ལན་གསུམ་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས། །སྒྲ་མའི་སྐྱེ་གསུང་  
ཕྱགས་ཀྱི་གནས་རྣམས་ལ། །བདུད་ཅིའི་འོད་ཟེར་དཀར་དམར་མཐིང་ག་  
གསུམ། །རིམ་དང་ཅིག་ཅར་བྱུང་ནས་བདག་ཉིད་གྱི། །གནས་གསུམ་རིམ་

དང་ཅིག་ཅེ་ཐེ་ཐེ་པ་ལས། །སྒྲིབ་བཞི་དག་ཅིང་རྣམ་དག་དབང་བཞི་ཐོབ། །  
སྒྲིབ་ཐོབ་ཅིང་སྒྲིབ་པ་གཉིས་པ་ཞིག། །དབྱེས་བཞིན་ཐེ་པས་བྱིན་གྱིས་  
བརྒྱབ་པར་གྱུར།

གཉིས་པ་སྤྲུགས་རྒྱུ་བསྐྱལ་བའི་བྱིན་བརྒྱས་པ་བྱ་བ་ནི། ཨོ་ཨྱུ་གུ་རུ་བཟླ་རྩ་ར་  
མི་ཏི་ཤུ་ས་ན་རྩ་ར་ཀམ་ས་ར་སི་རྩི་རྩི་རྩི། ཨོ་ཨྱུ་གུ་རུ་བཟླ་རྩ་ར་སྐ་མ་ཏི་  
ཀི་ཏི་སི་རྩི་རྩི་རྩི། ཨོ་སྐ་ནི་སྐ་ནི་མརྩ་སྐ་ནི་ཡེ་སྐ་རྩ། ཨོ་ཨྱུ་བཟླ་རྩ་ར་རྩི་རྩི།  
སྒྲིབ། བདེ་མཆོག་གི་རིན་ཆེན་རྣམ་བཞི་སོགས་གཙོ་འཁོར་གྱི་སྤྲུགས་རྒྱུ་བསྐྱལ་གང་རུང་འདོན།  
ཨོ་ཨྱུ་ཨྱུ་རྩི། ཞེས་དེ་རྣམས་བརྒྱ་སྟོང་སོགས་ཅི་རུས་སྐ་བརྒྱས་མཐར། དགོ་བ་འདི་ཡིས་  
སྐར་དུ་བདག། །སྒྲིབ་སངས་རྒྱས་འབྱུང་གྱུར་ནས། །འགྲོ་བ་གཅིག་གྱུང་མ་  
ལུས་པ། །དེ་ཡིས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།

དེ་ནས་ཆོགས་གྱི་འཁོར་ལོ་བྱ་བ་ནི། རོ་རྩེ་སྒྲིབ་དཔོན་ལ་གཏང་རག་གི་མཆོད་བ་དང་  
ཆོགས་ལོག་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཡིན་ན་གོང་གི་ནད་གསང་དབང་དང་འབྲེལ་བའི་མཆོད་ཏའི་འོག་དུ་  
འབྲུལ་བ་ཡིན་ཅིང་། དམ་ཆོག་ཉམས་ཆགས་སྟོང་བ་སོགས་བཤགས་ཆོགས་གཙོ་བོར་བྱེད་ན་གོང་  
གི་བཤགས་པའི་མཆོམས་སྐ་འབྲུལ། ཡང་བསྐྱེད་རྩོགས་གྱི་རྩོགས་པའི་སོགས་འདོན་གྱི་ཆེད་དུ་  
འབྲུལ་ན་འོག་གི་བསྐྱེད་རྩོགས་ལ་སྒྲིབ་ཚུལ་གྱི་ཐད་སོ་སོར་འབྲུལ་བ་སོགས་མན་ངག་ལས་བྱུང་བ་  
ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་། འདིར་ནི་རྒྱལ་གྱི་ཆོས་བཅུ་འཛིན་མཆོད་བ་དང་། མདོ་སྤྲུགས་གྱི་ལམ་ཡོངས་  
རྩོགས་གྱི་རྩོགས་བསྐྱེད་པའི་གསོལ་འདེབས་གྱི་རྩོན་དུ་འབྲུལ་བ་གནད་ཆེ་ཞིང་། དེ་ཡང་སྒྲིབ་མཆོད་  
གཞུང་དུ་གསུངས་པའི་ཆོགས་གྱི་ཆོག་བཏོན་གྱུང་འགལ་བ་མེད་མོད། བདེ་མཆོག་རྒྱུང་བ་དང་སྐར་



ཚོགས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་བྱིན་གྱི་བརྒྱབ་པ་ནི།      ཡོ་ཁུ་རོ་དྲི་ས་བསངས།      ལྷ་བླ་མས་  
 སྐྱེས་པ་ལྟར་དང་ལས་ཚོགས་རྣམས་རང་རང་གི་མིང་ཡིག་དང་པོ་  
 ཐོག་ལེས་བརྒྱན་པ་ཞུ་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྒྲ་མ་ཡི་དམ་སངས་རྒྱས་བྱུང་  
 སེམས་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ཚོས་སྐྱེས་སྐྱུང་མ་སྤིང་ཞིའི་མགོན་རྣམས་  
 མཉེས་པར་བྱེད་པའི་ཚོགས་ཀྱི་མཚན་པའི་བྱེ་བྲག་བསམ་གྱིས་མི་བྲབ་པ་  
 ཞིག་སྒྲ་མ་ཡི་དམ་སངས་རྒྱས་བྱུང་སེམས་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ཚོས་སྐྱེས་  
 སྐྱུང་མ་སྤིང་ཞིའི་མགོན་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་ལམ་དུ་འབྱུང་ཞིང་རྒྱས་པར་གྱུར་  
 ཅིག །ཡོ་སར་བེད་སྤྱུ་ར་སྤྱུ་ར། སྤྱུ་ར་སྤྱུ་ར། ཞུ་མར་ཡ་ཞུ་མར་ཡ་རྟོ་བར་  
 སྤྱུ་ར་ཁ་ཁོ། ཡོ་ཨ་རྒྱུ་ཨ་རྒྱུ། ཡོ་བུ་རྩྱུ་ཨ་རྒྱུ། ཡོ་བར་བུ་རྩྱུ་ཨ་རྒྱུ།      ཞེས་བ་ནས།  
 ཡོ་བར་འཕྱ་ཨ་རྒྱུ། ཡོ་རྩྱུ་བ་ཨ་རྒྱུ།      ནས། ཡོ་སྤྱན་ཨ་རྒྱུ་རྩྱུ། བར་དང་། ཡོ་སྤྱན་

ཕ་བེ་བྱུང་ཆུ་མུ་ ཉེ་བར་སི་རྩི་མུ། བམ་མཁ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་ཐུ་བེ་བུ་ཐུ་ཁེ་ཐུ་  
 མཁ་ཐུ་ཁེ་ཐུ་ཏེ་ཐུ་ར་ཏ་ཏེ་མེ་ག་ག་ན་ཁེ་ཐུ། ཨོ་ཨ་ཐུ་ཉེ་མུ་པུ། ཨོ་ཨ་  
 གུ་རེ་ཐུ་ཁེ་མཁ་ཆུ་མུ་ཐུ་ཐུ་ཐུ་ཐུ་ཐུ། བམ་མཁ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་ཐུ་ཐུ་ཐུ་ཐུ་ཐུ་  
 ཨོ་མེ་ཐུ་ར་མེ་ཐུ་ར་ཐུ། ཨོ་ཐུ་ཐུ་ཐུ་ཐུ་ཐུ་ཐུ་ཐུ་ཐུ་ཐུ་ཐུ་ཐུ་ཐུ་ཐུ་  
 ཐུ་ཐུ་ཐུ་ བདག་གི་བསམ་པའི་སྟོབས་དང་ནི། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་  
 སྟོབས་སྟོབས་དང། །ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་སྟོབས་རྣམས་ཀྱིས། །དོན་རྣམས་  
 བཀང་དག་བསམ་པ་ཀྱང། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཅི་རིགས་པར། །ཐོགས་པ་མེད་  
 པར་འབྱུང་བྱུང་ཅིག །ཅེས་སྐད་སྐད་ཐུག་ཐུག་ཐུག་དང་བདེན་སྟོབས་བརྗོད།

[illegible]

སྤྱི་སྤྱོད་པོ་ལས་བྱུང་བའི་དེ་ལྟ་སྤྱི་གིས་མཆོན་པ། མེར་ལི་དཀར་པོ་ལས་  
 བྱུང་བའི་བ་ལང་གི་ཤ་ལི་གྱིས་མཆོན་པ། བདེན་བལ་དུ་སྤྱི་སྤྱོད་པོ་ལས་  
 བྱུང་བའི་བྱིའི་ཤ་སྤྱི་གྱིས་མཆོན་པ། རྒྱུང་དུ་པི་དམར་པོ་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱང་  
 པོ་ཆེའི་ཤ་པི་གྱིས་མཆོན་པ། དབང་ལྡན་དུ་ཁྱི་ལྡང་གྲུ་ལས་བྱུང་བའི་ཉེའི་ཤ་  
 ཁྱི་གྱིས་མཆོན་པ། དབྱས་སུ་བི་དམར་པོ་ལས་བྱུང་བའི་མེའི་ཤ་བི་གྱིས་  
 མཆོན་པ། རྒྱུང་གཡོས་པ་ལས་མེ་འབར་བའི་བྱོད་གྱིས་རྩས་རྩམས་ཡི་གེ་  
 དང་བཅས་པ་ཁྱེན་ས་ཉི་མ་འཆར་ཀའི་མདོག་ལྟར་དམར་མེར་དུ་གྱུར། དེའི་  
 སྤྱོད་དུ་སྤྱི་དཀར་པོ་ལས་བྱུང་བའི་ཁ་ཁྱི་ག་དཀར་པོ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་གྱི་  
 བདུད་ཅིའི་རང་བཞིན་ཅན་མགོ་ཐུར་དུ་བལྟས་པ་ཐོད་པར་ལྡང་སྟེ་ཁྱེ་ཁྱེ་བས་  
 བཅུད་དེ་དག་དདུལ་ཆུའི་མདོག་ཅན་བསིལ་བར་གྱུར། ཨོ་ཨ་ཨྱ། ཨི་ཨྱ།  
 ཨུ་ཨྱ། རི་རྩ། ལི་ལྱ། ཨི་ཨྱ། ཨོ་ཨྱོ། ཨི་ཨུ་ཀ་ཁ་ག་ཟླ་ད། ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་ཉ། ཏ་  
 ཐ་ཏ་ཉ་ཏ། ཏ་ཐ་ད་ཉ་ན། པ་པ་བ་བླ་མ། ཡ་ར་ལ་ལ། ཤ་ཤ་ས་ཏ། རྩ་སྤྱི་སྤྱི་  
 བཅ། ཡི་གེ་དེ་ཉིད་ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོག་པ་བདུད་ཅིའི་སྤྱོད་དུ་གནས་པ་རྩམས་  
 ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་ཨོ་དཀར་པོ། ཨྱ་རྩམར་པོ། སྤྱི་སྤྱོད་པོ་གསུམ་སྤྱོད་  
 བས་སྤྱོད་དུ་གནས་པ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས། ཕྱོགས་བཅུ་ན་བཞུགས་  
 བའི་དཔའ་བོ་དང་དཔའ་མེའི་དབང་ཕྱུག་མ་རྩམས་གྱི་ཐུགས་ཀའི་ས་བོན་  
 ལས་ཡེ་ཤེས་གྱི་བདུད་ཅི་བཀྲག་པ་ཨོ་ཨྱ་སྤྱི་ གསུམ་ལ་ཐིམ་ཞིང་། དེ་  
 གསུམ་ཡང་རིམ་གྱིས་ཁྱེ་བ་ཐོད་པར་ཐིམ་པར་གྱུར། ཨོ་ཨྱ་སྤྱི་ལན་གསུམ།

ཆོགས་མགོན་སྤྱན་འདྲན་པ་ནི། བདེ་ཆེན་ཆོས་སྤྱིའི་ཕོ་བྲང་དམ་པ་ནས། །  
རིགས་བརྒྱའི་བྱུང་བདག་བྱང་འདུག་དབང་གི་རྒྱལ། །དངོས་གྲུབ་རེ་བ་སྒྲོང་  
བའི་བྲིན་ཆེན་རྗེ། །ཅ་བརྒྱད་སྒྲ་མའི་ཆོགས་རྣམས་གཤེགས་སུ་གསོལ། །ཞེ་  
ཡིག་གསང་པ་མཆོག་གི་གཞལ་ཡས་ནས། །བྱུང་བདག་ཉེར་ཀ་དཔལ་མི་  
ཡིག་བདེ། །ཤེས་རབ་པག་མོར་མཉམ་སྦྱོར་དཀྱིལ་འཁོར་གཙོ། །རྣམ་རོལ་  
གཟུགས་ཀྱི་བཀོད་པས་གཤེགས་སུ་གསོལ། །འཇམ་གླིང་ཉི་ཤུ་ཅ་བཞིའི་  
གནས་ཡུལ་ནས། །བདེ་སྟོང་ཡེ་ཤེས་གཅིག་ཕྱི་གར་མཁན་མ། །གངས་  
མེད་དཔའ་ཕོ་དཔའ་མོར་འབྲམས་སྐྱས་པས། །ཞིང་ཁམས་དོག་ཕོར་འགོངས་  
བཞིན་གཤེགས་སུ་གསོལ། །གཞན་མང་དག་དང་མ་དག་ཕྱོགས་བཅུའི་  
ཞིང་། །གང་འདུལ་ཞི་དང་ཁོ་བོའི་རྣམ་འགྱུར་ཅན། །ཡིད་མ་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཆོ་  
བཀའ་སྤྲོད་ཀྱི། །སྤྱང་མ་དམ་ཅན་ཆོགས་རྣམས་གཤེགས་སུ་གསོལ། །མ་  
དག་འཁྱུལ་པའི་ཤེས་རོར་སྦྱ་མ་བཞིན། །གཉིས་སྤྱང་བས་བཅིངས་པའི་  
རིགས་བྱུག་འགྲོ། །སྤྱིང་རྗེའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །ཆོགས་ཀྱི་  
མཆོད་པའི་མགོན་དུ་གཤེགས་སུ་གསོལ། །ཞོ་ཞུམ་ བཟླ་རྟ་ར་ཅ་ག་སི་རྟ་ར་  
སུ་མཇུ་ལི་དེ་བ་སྐྱབ་བུརྟ་བོ་རྟེ་སཏྲ་ས་བ་རི་སྐྱ་ར་ཞེ་ཆེ་ཉི་བཟླ་ས་མ་ཡ་རྩེ་  
རྩེ་བརྟ་ཀ་མ་ལ་ཡེ་སྟླ། །ཞེས་པས་མགོན་སྤྱན་བྲངས་པ།

འབྲུལ་བའི་ཆོག་དངོས་ནི། ཉོམ་ དངོས་མེད་ནམ་མཁའ་ལས་བྱུང་བདེ་བ་  
ཆེའི། །རྣམ་འགྱུར་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་མཆོད་སྤྱོན་འབྲིགས། །ཤེས་དང་ཉི་



བའི་ཆོན་བཞིན་གང་སྒྲུང་གི། །དབང་པོར་བདེ་བ་སྟེར་བྱེད་ཆོག་ས་མཆོད་  
འདི། །བདེ་ཆོན་ཐར་པ་མཆོག་གི་གྲོང་བྱེར་དུ། །འགྲོ་རྣམས་སྤྱགས་རྗེའི་  
སྤྱག་གིས་འབྲིང་མཛད་པའི། །རིགས་ཀྱན་བདག་པོ་དོན་སྟོབ་དཔོན་  
སོགས། །དངོས་བརྒྱད་སྒྲ་མའི་ཆོག་ས་རྣམས་མཉེས་སྤྱིར་འབྱུང། །བཞེས་  
ནས་འདིར་ཆོག་ས་རྣམས་འབྱོར་བདག་ཅག་ལ། །ཞི་སོགས་ལས་དང་གྲུབ་པ་  
ཆོན་པོ་བརྒྱད། །མཆོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་པ། །འབད་མེད་ད་  
ལྟ་ཉིད་དུ་སྦྱུང་དུ་གསོལ། །ཞོ་ཞུམ་གྱུ་རུ་བཟླ་བཟླ་ར་ས་པ་རི་སྒྲུ་ར་ག་ཏ་ཅ་ག་  
ཁྲ་ཉི། བརྒྱ་ཨ་མི་ཏ་ཁྲ་ཉི། ཉོམ་ དངོས་མེད་ནམ་མཁའ་ལས་བྱུང་བདེ་བ་  
ཆེའི། །རྣམ་འགྱུར་ཀྱན་རུ་བཟང་པོའི་མཆོད་སྤྲིན་འབྲིགས། །ཤེལ་དང་ཉི་  
བའི་ཆོན་བཞིན་གང་སྒྲུང་གི། །དབང་པོར་བདེ་བ་སྟེར་བྱེད་ཆོག་ས་མཆོད་  
འདི། །སྟན་ཅིག་སྤྱེས་དངོས་སྤྱུ་འབྱུང་བ་བའི་གར། །འཛིགས་བྱེད་ཉི་རུ་ག་  
དཔལ་མཁར་སྦྱོར་བའི། །རྗེས་ཆགས་ཉི་མ་སྟོང་འབར་པག་མོ་སྟེ། །དགྱེལ་  
འཁོར་གཙོ་པོ་ཡབ་ཡུམ་མཉེས་སྤྱིར་འབྱུང། །བཞེས་ནས་འདིར་ཆོག་ས་  
རྣམས་འབྱོར་བདག་ཅག་ལ། །ཞི་སོགས་ལས་དང་གྲུབ་པ་ཆོན་པོ་བརྒྱད། །  
མཆོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་པ། །འབད་མེད་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་སྦྱུང་  
དུ་གསོལ། །ཞོ་ཞུམ་ སྤྱི་ཉི་རུ་གམ་ བཟླ་བཟླ་ར་ཉི་ས་པ་རི་སྒྲུ་ ར་ག་ཏ་ཅ་ག་ཁྲ་  
ཉི། བརྒྱ་ཨ་མི་ཏ་ཁྲ་ཉི། ཉོམ་ དངོས་མེད་ནམ་མཁའ་ལས་བྱུང་བདེ་བ་  
ཆེའི། །རྣམ་འགྱུར་ཀྱན་རུ་བཟང་པོའི་མཆོད་སྤྲིན་འབྲིགས། །ཤེལ་དང་ཉི་

བའི་ཆོན་བཞིན་གང་སྒྲུང་གི། །དབང་པོར་བདེ་བ་སྟེར་བྱེད་ཆོག་ས་མཆོད་  
འདི། །བདེ་ཆེན་འཁོར་ལོའི་ཕྱོགས་ཀྱི་འདབ་མ་བཞིན། །སྐྱོལ་འདོད་  
ཆགས་རྒྱས་པའི་རྣམ་འགྱུར་ཅན། །མཁའ་འགྲོ་ལྷ་མ་དུ་མ་སྦྱེས་གཟུགས་  
ཅན་ཏེ། །བདེ་ཆེན་འཁོར་ལོའི་ལྷ་རྣམས་མཉེས་སྦྱིར་འབུལ། །བཞེས་ནས་  
འདིར་ཆོག་ས་རྣམ་འགྱུར་བདག་ཅག་ལ། །ཞི་སོགས་ལས་དང་གྲུབ་པ་ཆེན་  
པོ་བརྒྱད། །མཆོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་པ། །འབད་མེད་ད་ལྟ་  
ཉིད་དུ་སྦྱལ་དུ་གསོལ། །ཨོ་ཨྲུཾ་སྐུ་ཁ་ཅག་སྐུ་དེ་ལྷཾ་ས་པ་རི་སྐྱ་ར་ག་ཏ་ཅ་  
ག་ཁྲ་ཏི། བཅུ་ཨ་ཐི་ཏ་ཁྲ་ཏི། ཏྭཾ་དངོས་མེད་ནམ་མཁའ་ལས་བྱུང་བདེ་བ་  
ཆེད། །རྣམ་འགྱུར་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་མཆོད་སྦྱིན་འབྲིགས། །འཤེལ་དང་ཉི་  
བའི་ཆོན་བཞིན་གང་སྒྲུང་གི། །དབང་པོར་བདེ་བ་སྟེར་བྱེད་ཆོག་ས་མཆོད་  
འདི། །སྐྱོལ་འདོད་སོགས་སྐྱགས་ཀྱི་གནས་བརྒྱད་ན། །ཐོད་པའི་དུམ་བུ་རབ་  
གཏུམ་མ་ལ་སོགས། །སྐྱགས་ཀྱི་རྗེ་དཔའ་པོ་དཔའ་མོའི་གར། །མཁའ་ལ་  
སྦྱོད་པའི་ཆོག་ས་རྣམ་མཉེས་སྦྱིར་འབུལ། །བཞེས་ནས་འདིར་ཆོག་ས་རྣམ་  
འགྱུར་བདག་ཅག་ལ། །ཞི་སོགས་ལས་དང་གྲུབ་པ་ཆེན་པོ་བརྒྱད། །མཆོག་  
དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་པ། །འབད་མེད་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་སྦྱལ་དུ་གསོལ།  
ཨོ་ཨྲུཾ་ ཅི་ཏྭ་ཅག་སྐུ་བེ་ར་ཏྭ་གི་རྒྱེ་ས་པ་རི་སྐྱ་ར་ག་ཏ་ཅ་ག་ཁྲ་ཏི། བཅུ་ཨ་ཐི་  
ཏ་ཁྲ་ཏི། ཏྭཾ་དངོས་མེད་ནམ་མཁའ་ལས་བྱུང་བདེ་བ་ཆེད། །རྣམ་འགྱུར་ཀུན་  
ཏུ་བཟང་པོའི་མཆོད་སྦྱིན་འབྲིགས། །འཤེལ་དང་ཉི་བའི་ཆོན་བཞིན་གང་སྒྲུང་

གི། །དབང་པོར་བདེ་བ་སྟེར་བྱེད་ཆོགས་མཆོད་འདི། །འདོད་པའི་གཟུགས་  
 སོགས་གསུང་གི་གནས་བརྒྱད་ན། །སྤྱུ་གུ་ཅན་དང་ས་སྤྱང་མ་ལ་སོགས། །  
 གསང་གི་རྫོ་རྩེ་དཔའ་པོ་དཔའ་མོའི་གར། །ས་ལ་སྤྱོད་པའི་ཆོགས་རྣམས་  
 མཉེས་སྤྱིར་འབྱུལ། །བཞེས་ནས་འདིར་ཆོགས་རྣམས་འབྱོར་བདག་ཅག་ལ། །  
 ཞི་སོགས་ལས་དང་གྲུབ་པ་ཆེན་པོ་བརྒྱད། །མཆོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་  
 གྲུབ་མ་ལུས་པ། །འབད་མེད་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་སྦྱལ་དུ་གསོལ། །ཞོ་ཞུམ་ལྷ་ལྷ་ཙམ་  
 སྤྱི་རྒྱ་རྒྱ་གྱི་རྒྱ་ས་པ་རི་སྤྱར་ག་ཏ་ཙམ་ལྷ་ཉི། །བརྒྱ་ཨ་མི་ཏ་ལྷ་ཉི། །རྟོ་  
 དངོས་མེད་རྣམ་མཁའ་ལས་བྱུང་བདེ་བ་ཆེའི། །རྣམ་འགྱུར་ཀུན་ཏུ་བཟང་  
 པོའི་མཆོད་སྤྲོན་འབྲིགས། །ཤེལ་དང་ཉེ་བའི་ཆོན་བཞིན་གང་སྤྱང་གི། །དབང་  
 པོར་བདེ་བ་སྟེར་བྱེད་ཆོགས་མཆོད་འདི། །ཡི་དྲགས་གྲོང་སོགས་སྤྱི་ཡི་  
 གནས་བརྒྱད་ན། །སྟོབས་པོ་ཆེ་དང་འཁོར་ལོའི་ཤུགས་ཅན་སོགས། །སྤྱི་ཡི་  
 རྫོ་རྩེ་དཔའ་པོ་དཔའ་མོའི་གར། །ས་ལོག་སྤྱོད་པའི་ཆོགས་རྣམས་མཉེས་  
 སྤྱིར་འབྱུལ། །བཞེས་ནས་འདིར་ཆོགས་རྣམས་འབྱོར་བདག་ཅག་ལ། །ཞི་  
 སོགས་ལས་དང་གྲུབ་པ་ཆེན་པོ་བརྒྱད། །མཆོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་  
 མ་ལུས་པ། །འབད་མེད་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་སྦྱལ་དུ་གསོལ། །ཞོ་ཞུམ་ལྷ་ལྷ་ཙམ་སྤྱི་  
 སྤྱི་རྒྱ་རྒྱ་གྱི་རྒྱ་ས་པ་རི་སྤྱར་ག་ཏ་ཙམ་ལྷ་ཉི། །བརྒྱ་ཨ་མི་ཏ་ལྷ་ཉི། །རྟོ་  
 མེད་རྣམ་མཁའ་ལས་བྱུང་བདེ་བ་ཆེའི། །རྣམ་འགྱུར་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་  
 མཆོད་སྤྲོན་འབྲིགས། །ཤེལ་དང་ཉེ་བའི་ཆོན་བཞིན་གང་སྤྱང་གི། །དབང་པོར་

བདེ་བ་སྟེར་བྱེད་ཆོ་གས་མཆོད་འདི། །དཀྱིལ་འཁོར་སྒོ་ཡི་ཕྱོགས་དང་  
 མཚམས་ནམས་སྟ། །རབ་ཏུ་གཏུམ་ཞིང་བྱལ་མ་མོ་བརྒྱད། །ཁྱ་གདོང་  
 མ་དང་གཤེན་རྗེ་བརྟན་མ་སོགས། །དམ་ཆོག་འཁོར་ལོའི་སྟ་ནམས་མཉེས་  
 ཕྱིར་འབུལ། །བཞེས་ནས་འདིར་ཆོ་གས་རྣལ་འབྱོར་བདག་ཅག་ལ། །ཞི་  
 སོགས་ལས་དང་གྲུབ་པ་ཆེན་པོ་བརྒྱད། །མཚོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་  
 མ་ལུས་པ། །འབད་མེད་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་སྦྱལ་དུ་གསོལ། །ཞོ་ཞུམ་ས་མ་ཡ་ཅ་ག་  
 སྟ་དེ་བུམ་ས་པ་རི་སྒྲ་ར་ག་ཏ་ཅ་ག་ཁྲ་ཉི། བརྩ་ཨ་མི་ཏ་ཁྲ་ཉི། ཉོམ་དངོས་མེད་  
 རམ་མཁའ་ལས་བྱུང་བདེ་བ་ཆེའི། །རྣམ་འགྱུར་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་མཆོད་  
 གྲིན་འབྲིགས། །ཤེལ་དང་ཉེ་བའི་ཆོན་བཞིན་གང་སྤང་གི། །དབང་པོར་བདེ་བ་  
 སྟེར་བྱེད་ཆོ་གས་མཆོད་འདི། །གཞུང་ཁྲལ་གྲངས་ལས་འདས་ཕྱོགས་བཅུ་  
 ཡི། །ཞིང་བཞུགས་ཡི་དམ་དཀྱིལ་འཁོར་སྟ་ཆོ་གས་དང་། །བདེ་གཤེགས་  
 སྟས་བཅས་བཀའ་སྤྱོད་སྤང་མར་བཅས། །མཆོད་འོས་མགོན་གྱི་ཆོ་གས་  
 རྣམས་མཉེས་ཕྱིར་འབུལ། །ཞོ་ཞུམ་སའ་བུ་རྩ་བོ་རྩི་སའ་རྩ་རྩ་སྟེ་ས་པ་རི་  
 སྒྲ་ར་ག་ཏ་ཅ་ག་ཁྲ་ཉི། བརྩ་ཨ་མི་ཏ་ཁྲ་ཉི། ཉོམ་དངོས་མེད་རམ་མཁའ་ལས་  
 བྱུང་བདེ་བ་ཆེའི། །རྣམ་འགྱུར་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་མཆོད་གྲིན་འབྲིགས། །  
 །ཤེལ་དང་ཉེ་བའི་ཆོན་བཞིན་གང་སྤང་གི། །དབང་པོར་བདེ་བ་སྟེར་བྱེད་ཆོ་གས་  
 མཆོད་འདི། །མ་རིག་འཁྱུལ་པའི་སྤང་བས་འཁོར་བ་ན། །ལས་དང་ཉོན་  
 མོངས་དབང་གྱུར་རིགས་དུག་གི། །ཉམ་ཐག་པ་མར་གྱུར་བའི་འགྲོ་བ་



སོགས། །ལན་ཆགས་སྤྱིང་རྗེའི་མགོན་རྣམས་ཆིམ་སྤྱིར་འབྱུང། །རང་རང་  
འདོད་དགའི་ཆོགས་ལ་ལོངས་སྤྱད་ནས། །འཁྱུལ་སྤྱང་སྤྱག་བསྐྱེལ་མ་ལུས་  
སྤྱར་བྱང་སྟེ། །གནས་སྐབས་བདེ་དགའ་རྒྱ་མཆོར་སྦྱོང་བ་དང་། །ངེས་  
ལེགས་འབྲས་བྱ་སྤྱར་དུ་སྒྲིབ་སྤྱར་ཅིག །ཨོ་ཨུམ་ ༡༠ རྒྱ་ལ་ཨ་རུམ་ ༡༠ ག་ཏ་  
ཅ་ཀྱ་ཁྲ་ཉི། བཅུ་ཨ་མི་ཏ་ཁྲ་ཉི། **དེ་ནས།** ཨོ་ཤྱི་ཉེ་རུ་ག་ས་བ་རི་སྤྱར་ཨ་རྒྱུ་**ནས་**  
**འཁྱུང་བར་གྱི་ཚུ་གཉིས་ཉིས་སྦྱོར་རལ་མོ་བཅས་དང་།**

**རིག་མ་བཅུ་དྲུག་ནི།** ཨོ་བཟླ་མི་རྩི་རྩི་པལ། ཨོ་བཟླ་མི་ཤེ་རྩི་རྩི་པལ།  
ཨོ་བཟླ་མི་ཏི་གེ་རྩི་རྩི་པལ། ཨོ་བཟླ་མུ་ར་རེ་རྩི་རྩི་པལ། ཨོ་བཟླ་མུ་སྤེ་རྩི་  
རྩི་པལ། ཨོ་བཟླ་མུ་སྤེ་རྩི་རྩི་པལ། ཨོ་བཟླ་ཤི་རྩི་རྩི་པལ། ཨོ་བཟླ་ཤི་རྩི་རྩི་  
པལ། ཨོ་བཟླ་བྱེ་རྩི་རྩི་པལ། ཨོ་བཟླ་རྩི་ཤེ་རྩི་རྩི་པལ། ཨོ་བཟླ་རྩི་ཤེ་རྩི་རྩི་  
པལ། ཨོ་བཟླ་གཞེ་རྩི་རྩི་པལ། ཨོ་རྩི་བ་བཟླ་རྩི་རྩི་པལ། ཨོ་ར་ས་བཟླ་རྩི་རྩི་  
པལ། ཨོ་སྤྱན་བཟླ་རྩི་རྩི་པལ། ཨོ་རྩྭ་རྩི་བཟླ་རྩི་རྩི་པལ། ཅེས་འབྱུང། རྒྱལ་  
མིང་སྤྱ་བདུན་ལ་སོགས་པ་ཆོགས་བཅད་དང་བཅས་རྒྱས་པའས། བསྟན། ཨོ་ཤྱི་ཉེ་རུ་ག་ས་  
བ་རི་སྤྱར་མརྩ་སྤྱ་རྩི་རྩི་རྩི་རྩི་སྤྱ་རྩི། **ཞེས་སྤྱགས་ཅམ་གྱིས་སྤུལ་པའི་མཐུན།** ཨོ་  
རྩི་བི་རི་རྩི། ལི་ལྷི། ཀི་ཁི་གི་རྩི་རི། ཅི་ཆི་རི་རྩི་རྩི། འི་འི་འི་འི། ཉི་མི་དི་རྩི་རྩི།  
པི་པི་བི་རྩི། ཡི་རི་ལི་མི། འི་འི་མི་རྩི་རྩི་རྩི་པལ། ཨོ་ཨུམ་ རྩི། **ཞེས་ནང་མཆོད་**  
**དང་།** ཡབ་གྱི་གསང་གནས་མི་དམིགས་པའི་ངང་ལས། རྩི་དཀར་པོ་ལས་  
བྱུང་བའི་དོ་རྗེ་དཀར་པོ་ཅེ་ལྷ་བ། བྱུང་མར་པོ་ལས་བྱུང་བའི་ལོ་རྩི་བྱུང་མར་

མོ་ཅེ་མོར་བྱ་སེར་པོས་མཚན་པ། དུམ་གྱི་གསང་གནས་མི་དམིགས་པའི་  
 ངང་ལས་ཞུ་ལས་བྱང་བའི་བརྒྱ་དམར་པོ་འདབ་མ་གསུམ་པ་བྱ་དཀར་པོ་  
 ལས་བྱང་བའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མཚོན་པའི་ལྟེ་བ་དཀར་པོ་ཅེ་མོར་བྱ་  
 སེར་པོས་མཚན་པ། ཡབ་ཀྱི་ལྟེ་བར་ཟླ་གདན་ལ་ཨོ་བཟླ་བེ་རོ་ཅ་རྒྱུ་ཡེ་རྩྱུ་  
 རྩྱུ་པར་སྤྱ་བྱ། ཐུགས་ཀར་ཟླ་གདན་ལ་ཨོ་སྤྱ་བྱ་རྒྱ་ཀི་རྒྱུ་ཡེ་བཟླ་མཚན་  
 རྒྱུ་ཡེ་རྩྱུ་རྩྱུ་པར་སྤྱ་བྱ། མགྱིན་པར་ཉི་གདན་ལ་ཨོ་ལྷོ་བཟླ་ཏེ་ཏེ་རུ་རུ་ཀི་རྩྱུ་  
 རྩྱུ་པར། རྒྱ་ཀི་རྒྱུ་རྒྱ་ལ་ཤི་རྩྱུ་རྩྱུ་པར། དཔལ་བར་ཉི་གདན་ལ་ཨོ་རྩྱུ་ཏེ་ཏེ་རྩྱུ་  
 རྩྱུ་པར། དུམ་གྱི་ལྟེ་བར་ཉི་གདན་ལ་ཨོ་ལྷོ་བཟླ་xxx། ཐུགས་ཀར་ཉི་གདན་  
 ལ་ཨོ་རྩྱུ་ xxx། མགྱིན་པར་ཟླ་གདན་ལ་ཨོ་བཟླ་བེ་xxx། དཔལ་བར་ཟླ་  
 གདན་ལ་ཨོ་སྤྱ་xxx། ཐུགས་ཐམས་ཅད་ཁ་དོག་དམར་པོ་འོད་ཟེར་འཕྲོ་  
 བ་གཡོན་སྒོར་རུ་གནས་པ། ཐུགས་རྣམས་ཀྱང་པན་ཚུན་ཞལ་སྒྱུར་ཞིང་འོད་  
 ཟེར་འཕྱུང་པའི་རྣམ་པ་ཅན་རུ་གྱུར། ཨོ་ལྷོ་མར་སུ་ཁ་བཟླ་ཏེ་ཏེ་རུ་རུ་ཀི་ཞུ་  
 རྩྱུ་རྩྱུ་པར་སྤྱ་བྱ། སྒྲོམས་པར་ཞུགས་པས་བྱང་སེམས་ཞུ་བ་སྤྱི་བོ་ནས་  
 མགྱིན་པར་སྤེལ་བ་ན་དགའ་བ། མགྱིན་པ་ནས་སྤྱིང་གར་སྤེལ་བ་ན་མཚོག་  
 དགའ། སྤྱིང་གནས་ལྟེ་བར་སྤེལ་བ་ན་ཁྱད་དགའ། ལྟེ་བ་ནས་ནོར་བུའི་ཅེར་  
 སྤེལ་བ་ན་ལྟན་སྤྱིས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་སྤྱིས་པས་ལྟ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་བདེ་བ་  
 ཆེན་པོ་ཉམས་སུ་སྤྱོད། དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྟ་རྣམས་ལྟན་སྤྱིས་ཀྱི་བདེ་བ་དང་  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དབྱེར་མི་བྱེད་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་སྒྲོམས་པར་ཞུགས་པས།

དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་མཆོད་པ་ས་མཉམ་པར་གྱུར།

ཞེས་གསང་བ་དང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་མཆོད་པ་དང་། ཚོ་བཅོམ་ལྷན་ལྷན་དཔའ་པོའི་  
 དབང་ཕྱག་ལ་ཕྱག་འཆལ་རྩྱ་རྩྱ་པའ། ཚོ་བསྐྱལ་པ་ཆེན་པོའི་མེ་དང་མཉམ་  
 པའི་འོད་རྩྱ་རྩྱ་པའ། ཚོ་རལ་པའི་ཅོད་པའ་མི་བཟད་པ་དང་ལྷན་རྩྱ་རྩྱ་པའ།  
 ཚོ་མཆེ་བ་རྣམ་པར་གཅིག་གས་པ་འཛིག་གས་པའི་ཞལ་རྩྱ་རྩྱ་པའ། ཚོ་སྤྱོད་ཕྱག་  
 ཕྱག་ནི་འབར་བའི་འོད་ཟེར་ཅན་རྩྱ་རྩྱ་པའ། ཚོ་དབྱ་སྟ་ཞགས་གདེངས་  
 མདུང་དང་ཁ་རྩྱ་འཛིན་རྩྱ་རྩྱ་པའ། ཚོ་སྟག་གི་པགས་པའི་ན་བཟའ་འཛིན་པ་  
 ཅན་རྩྱ་རྩྱ་པའ། ཚོ་སྐྱ་ཆེན་དུད་ཀ་བག་གས་མཐར་མཛད་ལ་འདུད་རྩྱ་རྩྱ་  
 པའ། ཚོ་བཅོམ་ལྷན་འདས་མ་དོ་ཇེ་པག་མོ་ལ་ཕྱག་འཆལ་རྩྱ་རྩྱ་པའ། ཚོ་  
 འཕགས་མ་རིག་མའི་དབང་ཕྱག་ཁམས་གསུམ་གྱིས་མི་ཐུབ་རྩྱ་རྩྱ་པའ།  
 ཚོ་འབྱུང་པོའི་འཛིག་གས་པ་ཐམས་ཅད་དོ་ཇེ་ཆེན་པོས་འཛོམས་རྩྱ་རྩྱ་པའ།  
 ཚོ་དོ་ཇེ་འི་གདན་བཞུགས་གཞན་གྱིས་མི་ཐུབ་དབང་གེ་སྤྱོད་རྩྱ་རྩྱ་པའ། ཚོ་  
 གཏུམ་མོ་ཁོ་མོའི་གཟུགས་གྱིས་ཆངས་པ་སྐྱེམ་པར་མཛད་རྩྱ་རྩྱ་པའ། ཚོ་  
 བདུད་རྣམས་སྐྱ་གཅིང་སྐྱེམ་པས་གཞན་གྱི་སྤྱོད་ལས་རྒྱལ་རྩྱ་རྩྱ་པའ། ཚོ་  
 ལྷགས་བྱེད་རེངས་བྱེད་མོངས་བྱེད་ཀྱན་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་རྩྱ་རྩྱ་པའ། ཚོ་  
 དོ་ཇེ་པག་མོ་སྤྱོད་ཆེན་འདོད་དབང་མ་ལ་འདུད་རྩྱ་རྩྱ་པའ། ཅེས་བསྟོད་པ་རྣམས་  
 བྱེད། ལས་གྱི་དོ་ཇེས་རྣལ་འབྱོར་ཆོགས་པ་རྣམས་ལ། ཚོ་བཟོ་ཕྱུག་ཞུ་རྩྱ་ ཞེས་སོགས་ཉིད་  
 སྤྱོད་དང་། ཚོ་བཟོ་རྩྱ་པ་ཞུ་རྩྱ་ ཞེས་སོགས་འདོད་ཡོན་ལྷན་ལྷན་བཟོད་པའི་སྐོན་ས་

མཆོད། དེ་ནས་དམ་ཆོག་ལྷ་པ་ལས། སྒོ་དེ་རི་རི་ཀུན་ལ་སྒྲིབ། ། ལྷ་མ་ལ་ནི་སྒོ་དེ་གཉིས་དབུ་ལ། ། ཞེས་  
དེ་རི་སྒོ་བ་དཔོན་ལ་ཆོག་ས་ཀྱི་འདུས་པ་གཞན་ལས་བཟའ་བཏུང་ཉིས་འབྲུར་སྒོ་དེ་དུ་བཞུགས་པ་ལས་  
ཀྱི་དེ་རི་དུར་ཁོང་ཀྱི་རྒྱན་དང་ལྷན་པས་ལག་པ་གཡོན་དུ་བཟུང་། ། གཡས་པས་ཅེ་གསུམ་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་  
ཞེས་བྱ་བ་མཐེ་བོང་དང་མཐེ་ཏུ་ཆུང་ཅེ་སྤྲད། ། སོར་མོ་གཞན་གསུམ་བསྐྱེད་བ་བསྟན་ཏེ། ། གཟིགས་  
ཤིག་མཛེས་པ་དམ་པའི་ཆོས། ། འདི་ལ་ཐེ་ཆོམ་བྱ་མི་དགོས། ། ། བྲམ་བེ་བྱི་  
དང་གདོལ་པ་རྣམས། ། རང་བཞིན་གཅིག་དུ་ཉོགས་ལ་བོ། ། ། ཞོ་ཨྱེུ་ རྩྱུ་ཨ་ལ་  
ལ་རྟོེ་ སྤྲུ། ། ཞེས་སྒྲིང་པོ་རྒྱན་ལས་འབྲུང་བ་བཞིན་བཞེད་དེ་ཕུལ། ། ལེན་པ་པོས་ཀྱང་བད་ཀོར་  
སྒོན་དུ་འགོ་བས་སྤར་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱས་སྦངས་ཏེ། ། འདོད་ཆགས་དྲི་མ་བྲལ་བ་ཡི། ། རིན་ཐང་  
མེད་པ་ལེགས་འོང་ཆོས། ། གཟུང་དང་འཛིན་པ་རྣམས་སྦངས་པ། ། དེ་ཁོ་ན་ལ་  
ཕྱག་འཆལ་ལོ། ། ། ཞོ་ཨྱེུ་ རྩྱུ། ། ཞེས་བཞེད།

དེ་རིས་སྐྱབ་ཐབས་ལས་འབྲུང་བ་ལྟར་ནང་གི་སྒྲིན་སྒྲིག་གི་ཚུལ་དུ་ལོངས་སྤྱོད། ། བདེ་བ་  
བསྐྱལ་བའི་ཕྱིར་དཔྱིད་ཀྱི་རྒྱལ་མོའི་སྐྱ་སྟན་པའི་དབྱངས་དང་བཅས་པའི་སྒོ་ནས་བཞེད་པ་ནི། ། རྩྱེུ་  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་། ། དཔའ་བོ་དང་ནི་རྣལ་འབྱོར་  
མ། ། མཁའ་འགོ་དང་ནི་མཁའ་འགོ་མ། ། ཀུན་ལ་བདག་ནི་གསོལ་བ་འདེབས།  
བདེ་བ་མཆོག་ལ་དབྱེས་པའི་རྟེ་རུ་ཀ། ། བདེ་བས་རབ་ཕྱོས་མ་ལ་བསྟེན་  
བྱས་ནས། ། ཆོ་ག་བཞིན་དུ་ལོངས་སྤྱོད་པ་ཡིས་ནི། ། ། ལྷན་སྐྱེས་བདེ་བའི་  
སྦྱོར་བ་ལ་ཞུགས་སོ། ། ཨ་ལ་ལ། ལ་ལ་རྟོ། ཨ་ཨི་ཨྱེུ ཨ་ར་ལི་རྟོ། ། དྲི་མེད་  
མཁའ་འགོའི་ཆོག་ས་རྣམས་ཀྱིས། ། བཅེ་བས་གཟིགས་ལ་ལས་ཀུན་མཛོད།



སྒྱིེ་ དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་། །དཔའ་བོ་དང་ནི་རྣལ་འབྱོར་  
 མ། །མཁའ་འགྲོ་དང་ནི་མཁའ་འགྲོ་མ། །ཀུན་ལ་བདག་ནི་གསོལ་བ་  
 འདེབས། །བདེ་བ་ཆེན་པོས་ཡིད་ནི་རབ་བསྐྱོད་པས། །ལུས་ནི་ཀུན་ཏུ་གཡོ་  
 བའི་གར་གྱིས་ནི། །ཕྱག་རྒྱའི་བད་མར་རོལ་བའི་བདེ་བ་ཆེ། །རྣལ་འབྱོར་མ་  
 ཆོགས་རྣམས་ལ་མཆོད་པར་མཛོད། །ཨ་ལ་ལ། ལ་ལ་རྟོ། ཨ་ཨི་ཨྲཱཿ ཨ་ར་  
 ལི་རྟོ། གྲི་མེད་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་རྣམས་གྱིས། །བརྟེ་བས་གཟིགས་ལ་  
 ལས་ཀུན་མཛོད། །སྒྱིེ་ དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་། །དཔའ་བོ་  
 དང་ནི་རྣལ་འབྱོར་མ། །མཁའ་འགྲོ་དང་ནི་མཁའ་འགྲོ་མ། །ཀུན་ལ་བདག་ནི་  
 གསོལ་བ་འདེབས། །ཡིད་འོང་ཞི་བའི་ཉམས་གྱིས་གར་མཛོད་མ། །རབ་  
 དབྱེས་མགོན་པོ་ཁྱོད་དང་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས། །བདག་གི་མདུན་དུ་  
 བཞུགས་ཏེ་བྱིན་རྒྱུ་བས་ལ། །ལྷན་སྐྱེས་བདེ་ཆེན་བདག་ལ་སྦྱོལ་དུ་  
 གསོལ། །ཨ་ལ་ལ། ལ་ལ་རྟོ། ཨ་ཨི་ཨྲཱཿ ཨ་ར་ལི་རྟོ། གྲི་མེད་མཁའ་འགྲོ་  
 ཆོགས་རྣམས་གྱིས། །བརྟེ་བས་གཟིགས་ལ་ལས་ཀུན་མཛོད། །དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་། །དཔའ་བོ་དང་ནི་རྣལ་འབྱོར་མ། །མཁའ་འགྲོ་  
 དང་ནི་མཁའ་འགྲོ་མ། །ཀུན་ལ་བདག་ནི་གསོལ་བ་འདེབས། །བདེ་ཆེན་ཐར་  
 བའི་མཆོན་ཉིད་ལྷན་པ་ཁྱོད། །བདེ་ཆེན་སྤངས་པའི་དཀའ་ཐུབ་དུ་མ་ཡིས། །  
 ཆེ་གཅིག་གྲོལ་བར་མི་བཞེད་བདེ་ཆེན་ཡང་། །ཁྱེ་སྐྱེས་མཆོག་གི་དབུས་ན་  
 གནས་པ་ཡིན། །ཨ་ལ་ལ། ལ་ལ་རྟོ། ཨ་ཨི་ཨྲཱཿ ཨ་ར་ལི་རྟོ། གྲི་མེད་མཁའ་



འགྲོའི་ཆོགས་རྣམས་ཀྱིས། །བཅེ་བས་གཟིགས་ལ་ལས་ཀྱན་མཛོད། །རྩྭ་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་། །དཔའ་བོ་དང་ནི་རྣལ་འབྱོར་མ། །  
མཁའ་འགྲོ་དང་ནི་མཁའ་འགྲོ་མ། །ཀྱན་ལ་བདག་ནི་གསོལ་བ་  
འདེབས། །འདམ་གྱི་དབྱས་སྤྱེས་པའི་བད་མ་བཞིན། །ཆགས་ལས་སྤྱེས་  
ཀྱང་ཆགས་པའི་སྤྱོན་མ་གོས། །རྣལ་འབྱོར་མ་མཆོག་བད་མའི་བདེ་བ་  
ཡིས། །སྲིད་པའི་འཆིང་བ་ལྷུང་དུ་གྲོལ་བར་མཛོད། །ཨ་ལ་ལ། ལ་ལ་རྟོ། ཨ་  
ཨི་ཨྲུག ཨ་ར་ལི་རྟོ། ཇི་མེད་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་རྣམས་ཀྱིས། །བཅེ་བས་  
གཟིགས་ལ་ལས་ཀྱན་མཛོད། །རྩྭ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་། །  
དཔའ་བོ་དང་ནི་རྣལ་འབྱོར་མ། །མཁའ་འགྲོ་དང་ནི་མཁའ་འགྲོ་མ། །ཀྱན་ལ་  
བདག་ནི་གསོལ་བ་འདེབས། །སྤྱང་ཅིའི་འབྱུང་གནས་རྣམས་ཀྱི་སྤྱང་ཅིའི་  
བཅུད། །བྱང་བའི་ཆོགས་ཀྱིས་ཀྱན་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར། །མཚན་ཉིད་དུག་  
ལྟར་མཆོ་སྤྱེས་རྒྱས་པ་ཡིས། །བཅུད་བཅིངས་པ་ཡི་རོ་ཡིས་ཆིམས་བར་  
མཛོད། །ཨ་ལ་ལ། ལ་ལ་རྟོ། ཨ་ཨི་ཨྲུག ཨ་ར་ལི་རྟོ། ཇི་མེད་མཁའ་འགྲོའི་  
ཆོགས་རྣམས་ཀྱིས། །བཅེ་བས་གཟིགས་ལ་ལས་ཀྱན་མཛོད། །

མཆམས་འདིར་གཏོར་མ་འབྲུལ་བར་སྤྱོན་ལྷུ་ནག་དེལ་གསུམ་ལུས་དཀྱིལ་སོགས་རང་རང་  
གི་ཆོ་ག་ལྟར་འབྲུལ་ཡོད།

དེ་ནས་ཆོགས་ལྷག་འབྲུལ་བ་ནི། རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལོངས་སྤྱད་པའི་ལྷག་མ་བསྐྱས་  
པ་ལྷུང་དང་བསྐྱེས། སྤོབ་དཔོན་གྱི་ཁའི་ཐད་ཀར་འབར་བའི་ལྷག་རྒྱ་བཅས་ནས་ཆང་གི་ཁ་ཀྱུ་གདབ།

ཧྲིཿ གི་སྒྲ་ཐག་པོ་དང་རྩྱུ་རྩྱེ་ཞེས་བརྗོད། ཨོ་ཨྱུཿ ཧྲིཿ གིས་བྱིན་བྱིས་བརྒྱལ། ཧྲིཿ དངོས་མེད་  
ནམ་མཁའ་ལས་བྱུང་བདེ་བ་ཆེད། །ནམ་འགྱུར་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་མཆོད་  
སྒྲིན་འབྲིགས། །ཤེལ་དང་ཉེ་བའི་ཆོན་བཞིན་གང་སྤང་གི། །དབང་པོར་བདེ་བ་  
སྟེར་བྱེད་ཆོགས་སྟག་འདི། །དཀྱིལ་འཁོར་ཆེན་པོའི་སྤྱི་རོལ་དུར་ཁྲིད་  
ན། །གཏུམ་ཐག་གཅིག་ཏུ་མ་ངེས་ནམ་འགྱུར་ཅན། །སྟོགས་སྦྱོང་ཞིང་སྦྱོང་  
ཐོགས་པ་སྟེ་བརྒྱད་སོགས། །སྟག་མའི་མགོན་གྱི་ཆོགས་ནམས་མཉེས་སྤྱིར་  
འབུལ། །བཞེས་ནས་འདིར་ཆོགས་ནལ་འབྱོར་བདག་ཅག་ལ། །ནད་གདོན་  
སྤྱི་ནང་བར་གཅོད་ཞིབ་དང་། །མཐུན་རྒྱུན་ཆེ་དཔལ་དབང་ལྷག་གྲགས་པ་  
སོགས། །མཆོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་འགྲུབ་པའི་སྦྱོང་གྲོགས་མཛོད། །ཨོ་ད་ཤ་  
དེ་རྩ་ཁྱེ་ཏ་སྤ་ལ་ས་པ་རི་སྤྱར་ཨ་རྩྱུ། སོགས་གྱི་མཆོད། ཨོ་ཨྱུ་ད་ཤ་དེ་རྩ་ཁྱེ་ཏ་སྤ་  
ལ་ས་པ་རི་སྤྱར་ག་ཏ་ཅ་ག་ཁྲ་ཉི། བརྩ་ཨ་མི་ཏ་ཁྲ་ཉི། ཨོ་སར་ཁ་ཁ་ཁྲ་ཉི་ཁྲ་  
ཉི། ཨྱུ་རྩེ་ཏ་རྩེ་ཁྱེ་བྱ་སྤྱུ། །ནལ་འབྱོར་བདག་ཅག་འཁོར་བཅས་ལ། །ནད་  
མེད་ཆེ་དང་དབང་ལྷག་དང་། །དཔལ་དང་གྲགས་དང་སྐལ་བ་བཟང་། །  
ལོངས་སྦྱོང་རྒྱ་ཆེན་ཀུན་ཐོབ་ཅིང་། །ཞི་དང་རྒྱས་ལ་སོགས་པ་ཡི། །ལས་  
གྱི་དངོས་གྲུབ་བདག་ལ་སྦྱེལ། །དམ་ཆོག་ཅན་གྱིས་བདག་ལ་སྤུངས། །དངོས་  
གྲུབ་ཀུན་གྱི་སྦྱོང་གྲོགས་མཛོད། །དུས་མིན་འཆི་དང་ནད་ནམས་དང་། །  
གདོན་དང་བགོགས་ནམས་མེད་པར་མཛོད། །མི་ལམ་ངན་དང་མཆོན་མ་  
ངན། །བྱ་བྱེད་ངན་པ་མེད་པར་མཛོད། །འཇིག་རྟེན་བདེ་ཞིང་ལོ་ལེགས་

དང་། །འབྲུ་རྣམས་འཕེལ་ཞིང་ཆོས་འཕེལ་དང་། །བདེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་  
འབྲུང་བ་དང་། །ཡིད་ལ་འདོད་པ་ཀྱན་འབྲུབ་ཤོག། །སྦྱིན་པ་རྒྱ་ཆེན་གྱུར་པ་  
འདི་ཡི་མཐུས། །འགྲོ་བའི་དོན་དུ་རང་བྱུང་སངས་རྒྱས་ཤོག། །སྦྱོར་ཆེ་རྒྱལ་  
བ་རྣམས་ཀྱི་མ་བསྐྱལ་བའི། །སྦྱེ་བོའི་ཆོག་ས་རྣམས་སྦྱིན་པས་གྲོལ་གྱུར་  
ཅིག། །ཅེས་ལྷག་གཏོར་བྱི་རོལ་ཏུ་གཏོང་དོ། །དེ་དག་ནི་ཆོག་ས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་རིམ་  
པའོ། །

བཞི་བ་འདོད་བྱའི་དོན་ལ་སྦྱོར་ཅིང་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་ལ་བྱིན་རྒྱབས་ཁུ་བ་ལ། །ལམ་གྱི་རྩ་  
བ་བཞེས་གཉེན་བསྟན་ཚུལ་ལ་སྦྱོབ་པ་ནི། །ཞིང་མཆོག་དམ་པ་རྗེ་བཙུན་སྤྲུལ་པ་ལ། །  
མཆོད་ཅིང་གྲུས་པས་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས། །བདེ་ལེགས་རྩ་བ་མགོན་  
པོ་ཁྱོད་ཉིད་ཀྱིས། །དགྲེས་བཞིན་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །  
བསྟན་ནས་རྫོ་སྤྱོད་པ་ལ། །བསྐྱེད་ཆེན་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་ལ་སྦྱོབ་ཚུལ་གྱི་སྦྱོར་འགྲོ་སྦྱེས་བྱ་ཆུང་  
འབྲིང་ལ་སྦྱོབ་པ་ནི། །ལན་ཅིག་ཙམ་ཞིག་རྟོད་པའི་དལ་འབྱོར་འདི། །རྟོད་དཀའ་  
སྤྱུར་དུ་འཇིག་པའི་ཚུལ་རྟོགས་ནས། །དོན་མེད་ཆེ་འདིའི་བྱ་བས་མི་གཡེང་  
བར། །དོན་ལྡན་སྦྱིང་པོ་ལེན་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །ངན་སོང་སྤྱུག་བསྐྱལ་  
བར་བའི་མེས་འཇིགས་ནས། །སྦྱིང་ནས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྦྱབས་  
འགྲོ་ཞིང་། །སྤྱིག་སྤྱོད་དགེ་ཆོག་ས་མཐའ་དག་བསྐྱབ་པ་ལ། །བཙོན་པ་སྤྱུར་  
ལེན་བྱེད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །ལས་དང་ཉོན་མོངས་རྩ་སྤྱོད་དག་ཏུ་འཁྱུག།  
སྤྱུག་བསྐྱལ་གསུམ་གྱི་ཆུ་སྤོར་མང་པོས་གཙས། །མཐའ་མེད་འཇིགས་རུང་

སྤྱིད་མཆོ་ཆེན་པོ་ལས། །ཐར་འདོད་ཤྲུགས་དྲག་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་  
ཆོ་བས། །བཅོད་དགའ་བཅོན་ར་འབྲ་བའི་འཁོར་བ་འདི། །དགའ་བའི་ཆལ་  
ལྷར་མཐོང་བའི་སྒོ་སྤངས་ནས། །བསྐྱབ་གསུམ་འཕགས་པའི་ཁོར་གྱི་མཛོད་  
བཟུང་སྟེ། །ཐར་པའི་རྒྱལ་མཆན་འཛིན་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས། །**དངོས་གཞི་**  
**བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་དང་རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱོད་པ་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་ནི།** ཉམ་ཐག་འགོ་བ་འདི་ཀྱན་  
བདག་གི་མ། །ཡང་ཡང་དྲིན་གྱིས་བ་སྐྱངས་པའི་ཚུལ་བསམས་ནས། །སྤྱག་  
པའི་བྱལ་བཅེ་བའི་མ་བཞིན་དུ། །བཅོས་མིན་སྤྱང་ཆེ་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་  
ཆོ་བས། །སྤྱག་བསྐྱལ་སྤྱ་མོ་ཅམ་ཡང་མི་འདོད་ཅིང་། །བདེ་ལ་ནམ་ཡང་ཆོག་  
ཤེས་མེད་པར་ནི། །བདག་དང་གཞན་ལ་བྱུང་པར་ཡོད་མིན་ཞེས། །གཞན་  
བདེ་དགའ་བ་བསྐྱེད་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས། །རང་ཉིད་གཅེས་པར་འཛིན་  
པའི་གཅོང་ནད་འདི། །མི་འདོད་སྤྱག་བསྐྱལ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱར་མཐོང་ནས། །  
ལེ་ལན་བདས་ལ་འཁོན་དུ་བཟུང་བས་ཏེ། །བདག་འཛིན་གདོན་ཆེན་  
འཛོམས་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས། །མ་ནམས་གཅེས་བཟུང་བདེ་ལ་འགོད་པའི་  
སྒོ། །མཐའ་ཡས་ཡོན་ཏན་འབྱུང་བའི་སྒྲོར་མཐོང་ནས། །འགོ་བ་འདི་དག་  
བདག་གི་དབྱར་ལངས་ཀྱང་། །སྒོག་ལས་གཅེས་པར་འཛིན་པར་བྱིན་གྱིས་  
ཆོ་བས། །མདོར་ན་གྱིས་པ་རང་དོན་ཁོ་ན་དང་། །ཐུབ་དབང་གཞན་དོན་  
འབའ་ཞིག་མཛོད་པ་ཡི། །སྐྱོན་དང་ཡོན་ཏན་དབྱེ་བ་རྟོགས་པའི་སྒོས། །  
བདག་གཞན་མཉམ་བཞེ་རུས་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས། །རང་ཉིད་གཅེས་

འཛིན་རྒྱུད་པ་ཀུན་གྱི་སྒོ། །མ་རྣམས་གཅེས་འཛིན་ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞི། །  
 དེ་བྱིར་བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་རྣལ་འབྱོར་ལ། །ཉམས་ལེན་སྙིང་པོར་བྱེད་  
 པར་བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས། །དེས་ན་རྗེ་བཙུན་སྒྲ་མ་ཐུགས་རྗེ་ཅན། །མགྱུར་འགྲོ་  
 བའི་སྒྲིག་སྒྲིབ་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀུན། །མ་ལུས་ད་ལྟ་བདག་ལ་སྒྲིན་པ་དང་། །  
 བདག་གི་བདེ་དགོ་གཞན་ལ་བཏང་བ་ཡིས། །འགྲོ་ཀུན་བདེ་དང་ལྡན་པར་  
 བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས། །**འདི་ལན་གསུམ་དུ་འདོན་པ་ཐུག་ལེན་དུ་མཛད།** སྙིང་བཙུན་སྒྲིག་  
 བའི་འབྲས་བུས་ཡོངས་གང་སྟེ། །མི་འདོད་སྤྱད་བསྐྱེད་ཆར་ལྟར་བབས་  
 གྱུར་གྱང་། །ལས་ངན་འབྲས་བུ་བདེ་པའི་རྒྱར་མཐོང་ནས། །རྒྱུན་ངན་ལམ་དུ་  
 ཡོངས་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས། །མདོར་ན་བཟང་ངན་སྒྲུང་བ་ཅི་ཤར་ཡང་། །  
 ཆོས་ཀུན་སྙིང་པོ་སྟོབས་ལྡེའི་ཉམས་ལེན་གྱིས། །བྱང་ཆུབ་སེམས་གཉིས་  
 འཕེལ་བའི་ལམ་བསྐྱར་ཏེ། །ཡིད་བདེ་འབའ་ཞིག་བསྐྱོམ་པར་བྱིན་གྱིས་  
 ཆོ་བས། །སྦྱོར་བ་བཞི་དང་ལྡན་པའི་ཐབས་མཁས་གྱིས། །འབྲལ་ལ་གང་  
 ཐུབ་སྐྱོམ་ལ་སྦྱོར་བ་དང་། །སྦྱོར་དམ་ཆོ་ག་བསྐྱེད་བྱའི་ཉམས་ལེན་  
 གྱིས། །དལ་འབྱོར་དོན་ཆེན་བྱེད་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས། །གཏོར་ལེན་རྒྱང་  
 ལ་བསྐྱོན་བའི་འབྲལ་བདེགས་ཅན། །བྱམས་དང་སྙིང་རྗེ་སྤྱད་པའི་བསམ་བ་  
 ཡིས། །འགྲོ་རྣམས་སྤིང་མཆོ་ཆེ་ལས་སྦྱོལ་བའི་བྱིར། །བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 ཉིད་འབྱོངས་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས། །དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་བཟོད་  
 གཅིག་ལམ། །རྣམ་དག་རྒྱལ་སྤྱོད་སྤོམ་པས་རྒྱུད་བསྐྱེད་ཤིང་། །ཐེག་



མཆོག་ཚུལ་བྲིམས་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་ལ། །བཙོན་པ་ལྷུང་ལེན་བྱེད་པར་  
བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས། །ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་དུས་གསུམ་དགེ་ཆོག་གས་  
བཅས། །སེམས་ཅན་རང་རང་འདོད་པའི་དངོས་བསྐྱར་ཏེ། །ཆགས་མེད་  
གཏོང་སེམས་སྤེལ་བའི་མན་ངག་གིས། །སྤྱིན་པའི་པར་བྱིན་རྫོགས་པར་  
བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས། །སོ་ཐར་བྱང་སེམས་གསང་སྤྲགས་སྤོམ་པ་ཡི། །བཅས་  
མཆམས་སློག་གི་བྱིར་ཡང་མི་གཏོང་ཞིང་། །དགེ་ཆོས་སྤྱད་དང་སེམས་ཅན་  
དོན་བསྐྱབ་པའི། །ཚུལ་བྲིམས་པར་བྱིན་རྫོགས་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས། །  
ཁམས་གསུམ་སྤྱི་དགུ་མ་ལུས་ཁྲིས་གྱུར་ཏེ། །གཤེ་ཞིང་མཆང་འབྱ་  
བསྤྲེགས་ཤིང་སློག་གཙོད་ཀྱང་། །མི་འབྲུགས་གཞོད་ལན་པན་པ་སྐྱབ་བྱེད་  
པའི། །བཙོན་པའི་པར་བྱིན་རྫོགས་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས། །སེམས་ཅན་རེ་  
རེའི་བྱིར་ཡང་མནར་མེད་པའི། །མི་ནང་བསྐྱལ་པ་རྒྱ་མཆོར་གནས་དགོས་  
ཀྱང་། །སྤྱོད་རྗེས་མི་སྤྱོད་བྱང་ཚུབ་མཆོག་བཙོན་པའི། །བཙོན་འབྲུས་པར་  
བྱིན་རྫོགས་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས། །བྱིང་གོད་ནམ་པ་གཡེང་བའི་སྤྱོད་  
སྤངས་ནས། །ཆོས་ཀྱན་བདེན་པས་སྤྱོད་པའི་གནས་ལུགས་ལ། །ཅི་གཅིག་  
མཉམ་པར་འཛོག་པའི་ཏིང་འཛིན་གྱིས། །བསམ་གཏན་པར་བྱིན་རྫོགས་  
པར་བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས། །དེ་ཉིད་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས། །དངས་  
པའི་ཤེན་སྤྱངས་བདེ་ཆེན་དང་འབྲེལ་བ། །དོན་དམ་མཉམ་གཞན་ནམ་  
མཁའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས། །ཤེས་རབ་པར་བྱིན་རྫོགས་པར་བྱིན་གྱིས་

ཚྭ་བས། །སྤྱི་ནང་ཆོས་ནམས་སྐྱུ་མ་མི་ལམ་དང་། །དྲངས་པའི་མཆོ་ནང་ཟླ་  
གཟུགས་ཇི་བཞིན་དུ། །སྤང་ཡང་བདེན་པར་མེད་པའི་ཚུལ་ཉོགས་ནས། །སྐྱུ་  
མའི་ཉིང་འཇིན་ཇོགས་པར་བྱིན་གྱིས་ཚྭ་བས། །འཁོར་འདས་རང་བཞིན་  
རྒྱལ་ཅམ་མེད་པ་དང་། །རྒྱ་འབྲས་ཉེན་འབྲེལ་བསྐྱུ་བ་མེད་པ་གཉིས། །པན་  
ཚུལ་འགལ་མེད་གྲོགས་སུ་འཆར་བ་ཡིན། །སྐྱུ་སྐྱུ་བ་དགོངས་དོན་ཉོགས་  
པར་བྱིན་གྱིས་ཚྭ་བས། །**ཐུན་མོངས་མ་ཡིན་པ་དོ་རྩེ་ཐེག་པ་ལ་སློབ་ཚུལ་ནི།** དེ་ནས་དོ་  
རྩེ་འཇིན་པའི་དེད་དཔོན་གྱི། །འིན་ལས་རྒྱུད་སྡེ་རྒྱ་མཆོའི་འཇིངས་བཀྲལ་  
ཏེ། །དངོས་གྲུབ་ཅ་བ་དམ་ཆོག་སྡོམ་པ་ནམས། །སློག་ལས་གཅེས་པར་  
འཇིན་པར་བྱིན་གྱིས་ཚྭ་བས། །སྐྱེ་ཞི་བར་དོ་རྒྱལ་བའི་སྐྱུ་གསུམ་དུ། །བསྐྱུར་  
པའི་རིམ་པ་དང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས། །ཐ་མལ་སྤང་ཞེན་བྱི་མ་ཀུན་སྐྱུངས་  
ཏེ། །གང་སྤང་སྤྱ་སྐྱུར་འཆར་བར་བྱིན་གྱིས་ཚྭ་བས། །སྤྱིང་གའི་འདབ་བརྒྱུད་  
རྒྱ་ཁྲིའི་དབུས་དག་ཏུ། །མགོན་ཁྱོད་ཞབས་སེན་བཀོད་པ་ལས་བྱུང་བ། །འོད་  
གསལ་སྐྱུ་ལུས་བྱུང་དུ་འབྱུག་པའི་ལམ། །ཆེ་འདིར་མདོན་དུ་འབྱུར་བར་  
བྱིན་གྱིས་ཚྭ་བས། །**བཅན་ས་མ་བེན་ན་འཕོ་བའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་སློབ་ཚུལ་ནི།** ལམ་སྐྱ་མ་  
བེན་འཆི་བའི་དུས་བྱེད་ན། །བཅན་ཐབས་འཆར་རྒྱ་སྒྲ་མའི་འཕོ་བ་  
ནི། །སློབས་ལྷ་ཡང་དག་སྐྱུར་བའི་གདམས་ངག་གིས། །དག་པའི་ཞིང་དུ་  
བཀོད་པར་བྱིན་གྱིས་ཚྭ་བས། །**ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་སྒྲ་མས་འཇིན་གྱི་སློན་ལམ་བྱ་**  
**ཚུལ་ནི།** མདོན་སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ། །མགོན་པོ་ཁྱོད་གྱིས་འབྲལ་མེད་

རྗེས་བཟུང་ནས། །སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་གསང་བ་ཀྱན་འཛིན་པའི། །སྤྲུལ་གྱི་  
ཐུ་བོར་འགྱུར་བར་བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་བས། །མགོར་ཁྱོད་གང་དུ་མཛོན་པར་སངས་  
རྒྱས་པའི། །འཁོར་གྱི་ཐོག་མ་ཉིད་དུ་བདག་གྱུར་ཏེ། །གནས་སྐབས་མཐར་  
ཐུག་དགོས་འདོད་མ་ལུས་པ། །འབང་མེད་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་བཀྲ་ཤིས་  
སྟོལ། །

དེ་ནས་ཐུན་མཐར་ཆོགས་ཞིང་བསྐྱུ་ཚུལ་ནི། དེ་ལྟར་གསོལ་བ་བཏབ་པས་ལྷ་མ་  
མཆོག །བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་བ་བྱིར་དབྱེས་བཞིན་སྐྱི་བོར་བྱོན། །སྤྲུལ་ཡང་སྟོང་  
གའི་བསྐྱེད་ཟེའུ་འབྱུལ། །ཞབས་སེན་འོད་ཆགས་བརྟན་པར་བཞུགས་སུ་  
གསོལ། །འདི་དག་གི་མན་ངག་གི་གནད་རྣམས་ཞལ་ལས་ཤིས་པར་བྱ་བ་ལས་འདིར་བྱུར་ཅམ་  
ཡང་འགོད་པར་མ་རུས་སོ། །

གསུམ་པ་མཐུག་ཏུ་རི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནི། དགོ་བ་རྣམས་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་  
སྟོན་གནས་རྣམས་སུ་འདུན་པ་དྲག་པོས་བསྟོ་སྟོན་བྱ་ཞིང་། ཟུང་བར། འདི་ལྟར་བྱིས་པའི་  
རྣམ་དཀར་དགོ་བ་ཡང་། །དུས་གསུམ་བདེ་ག་ཤེགས་སྤྲུལ་བཅས་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི། །མཛད་པ་སྟོན་ལམ་མ་ལུས་བསྐྱུ་བ་པ་དང་། །ལུང་རྟོགས་དམ་ཆོས་  
འཛིན་པའི་རྒྱ་རུ་བསྟོ། །དེ་ཡི་མཐུ་ལས་ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་བདག །ཐེག་  
མཆོག་འཁོར་ལོ་བཞི་དང་མི་འབྲལ་ཞིང་། །དེས་འབྱུང་བྱང་སེམས་ཡང་  
དག་ལྟ་བ་དང་། །རིམ་གཉིས་ལམ་གྱི་བསྟོད་པ་མཐར་ཐིན་ཤོག །ཅེས་སྟོན་ལམ་

དང་།

ཞེས་བརྗོད་ནི། སྤེལ་ཞིའི་རྣམ་དཀར་ངེ་སྟེང་དགོ་མཆོན་གྱིས། །དེང་  
འདིར་མི་ཞེས་རྒྱུད་པ་ཀྱུན་བལ་ཏེ། །གནས་སྐབས་མཐར་ཐུག་དགོ་ལེགས་  
རྣམ་མཁའི་མཛོད། །ཡུན་ཆོགས་དཔལ་ལ་རོལ་པའི་བཀྲ་ཞེས་ཤོག། །ཀྱུན་  
མཐེན་སྟོ་བཟང་གྲགས་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲེད། །བསྐྱབ་གསུམ་རྣམ་དག་ཅེ་  
གཅིག་སྐྱབ་ལ་བཙོན། །རྣལ་འབྱོར་རབ་བྱུང་ཆོགས་ཀྱི་ཡོངས་གང་བས། །  
ཐུབ་བསྟན་ཡུན་དུ་གནས་པའི་བཀྲ་ཞེས་ཤོག། །གཞོན་ནུའི་དུས་ནས་སྟོ་མ་  
སྟོ་ཆོགས་ལ། །གསོལ་བ་བཏབ་པས་སྟོ་བཟང་གྲགས་པ་ཡི། ། བྱིན་རྒྱབས་  
ཞུགས་ནས་གཞན་དོན་སྟུན་གྱིས་བྱུག། །སྟོ་བཟང་དོ་རྗེ་འཆང་གི་བཀྲ་ཞེས་  
ཤོག། །འདོད་དགུའི་འབྱོར་པ་དབྱར་གྱི་མཆོ་ལྷར་འཕེལ། །སྟོན་མེད་རིགས་  
ཀྱི་དལ་འགོ་རྒྱུན་ཆད་མེད། །ཉིན་མཆོན་སྟོ་བཟང་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱིས་  
འདལ། །ཡུན་ཆོགས་དཔལ་ལ་རོལ་པའི་བཀྲ་ཞེས་ཤོག། །བདག་སོགས་  
རྣམས་ཀྱི་དེང་ནས་བྱང་ཆུབ་གར། །བགྱིས་དང་བགྱིད་འགྱུར་དགོ་བ་ཅི་  
བསགས་ལ། །ཞིང་འདིར་རྗེ་བཙུན་དམ་པའི་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱ། །འགྱུར་མེད་དོ་  
རྗེ་ལྷར་བརྟན་བཀྲ་ཞེས་ཤོག།

ཅས་བཀྲ་ཞེས་དང་བསྟོ་བ་སྟོན་ལམ་སོགས་ཅི་རིགས་པའི་མཐའ་བརྒྱན་པར་བྱའོ། །དེ་དག་  
གིས་སྟོ་མཆོད་བདེ་མཆོག་རྒྱུད་པ་དང་འབྲེལ་བར་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་གྱི་ཆོ་ག་ནག་འགྲོས་སུ་བཀོད་  
པའོ། །

སྒྲུ་མ་པ།      སྒྲུ་བརྒྱད་གཉིད་མཐའ་དཔག་དཀའི་ཚུ་གཉིར་ལས། །  
བདག་གི་བསོད་ནམས་སྐལ་བའི་ཟིལ་ཐིག་ཅུ། །ཐོབ་པ་འདི་ཡང་བཟོད་  
མེད་སྤྱོད་རྗེ་ཡིས། །མཐའ་ཡས་འགོ་བ་ངལ་གསའི་དཔལ་དུ་སྒྱུ། །རྫོ་རྗེའི་  
རྒྱ་ཡི་རྒྱས་བཏབ་དགོལ་དཀའ་བས། །རི་བཞིན་མ་དཔོག་ཏུ་ཅང་གསལ་བ་  
སོགས། །བདག་ཉིད་སྤོངས་དང་འབྲུལ་བའི་ནོངས་པ་ཀུན། །ཆོས་བདག་  
མཁའ་འགོ་སྤྱང་མར་བཟོད་པར་གསོལ། །རབ་དཀར་ལེགས་བྱས་ཅུང་ཟད་  
ཐོབ་པ་དེས། །སྒྲོ་བཟང་སྒྲུ་བརྒྱད་སྤྱོད་པོའི་ལུང་རྟོགས་བསྟན། །མཁའ་  
མཉམ་འགོ་བའི་སྤྱོད་ལ་སྒྲ་མེད་ཀྱི། །ཞི་བསེལ་དགའ་སྒྲོན་སྤྱོད་པོར་བྱིར་  
སྒྲིན་ཤོག །བདག་ཀྱང་སྒྲོ་བཟང་སྒྲུ་བརྒྱད་སྤྱོད་པོ་འདི། །ཅེ་གཅིག་སྐྱབ་པ་  
སྤྱོད་པོའི་མཐར་སོན་ནས། །སྤྱིད་པའི་བྱི་མཐའ་དེ་སྤྱིད་ལམ་བཟང་འདི། །  
སྤེལ་ལ་འཇམ་དབྱངས་སྒྲ་མ་ཉིད་བཞིན་ཤོག། ॥

ཅེས་ཐབ་ལམ་སྒྲ་མ་མཆོད་པ་བདེ་སྤྱོད་དབྱེར་མེད་མ་དཔལ་འཁོར་ལོ་སྒྲོམ་པ་དང་འབྲེལ་  
བའི་ནལ་འགྱོར་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་གྱི་ཆོ་ག་ནག་འགོས་སུ་བཀོད་པ་ཞར་བྱུང་དང་བཅས་པ་སྒྲུ་  
བརྒྱད་བདུད་ཅིའི་ཟིལ་ཐིགས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་དད་ལྡན་བཙུན་མ་འཕྲིན་ལས་བདེ་སྤྱོད་ལགས་  
ནས་རབ་དཀར་ལྟ་རེག་ མཐུལ་རྟོན་གསུམ་བཅས་རི་ལྟར་བསྐྱལ་མ་མཛད་པ་བཞིན་ཡ་པ་བོང་ཁ་སྐྱལ་  
མིང་པ་བྱམས་པ་བསྟན་འཛིན་འཕྲིན་ལས་རྒྱ་མཆོས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྒྲིགས་པའི་ཡི་གེ་པ་ནི་དགོ་  
ལྡན་དཔོན་ལྟ་བུ་བསྟན་གསུང་རབ་ཀྱིས་བཀྱིས་པ་འགོ་དོན་འཕེལ་བར་གྱུར་ཅིག། ॥

དགོ་ལེགས་འཕེལ། ॥