

༡༡། །གསང་བདེ་འཛིགས་གསུམ་གྱི་བསྟེན་  
ཡིག་བཞུགས་སོ། །

མཛད་པ་སོ།

- ༡༽ རོང་ཐ་ལྷོ་བཟང་ཆོས་འབྱོར་ལྷན་གྲུབ།  
༢༽ རོང་ཐ་ལྷོ་བཟང་དམ་ཆོས་རྒྱ་མཚོ།

# དཀར་ཆག

མང་།

མཆན།

ཞོག་

གངས།

- ༡ གསང་བ་འདུས་པའི་བསྟན་ཡིག །..... ༡
- ༢ དབལ་འཁོར་ལོ་སྟོམ་པའི་བསྟན་ཡིག །..... ༢༩
- ༣ དབལ་རྩོམ་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་བསྟན་ཡིག །..... ༣༧

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལོར་སེར་བྱེས་ལྷན་མ་བྱམས་བ་ཆོས་དབང་གིས་ཀམ་  
བྱ་ལྷན་ནང་པར་ཅ་བཅུག་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་བྱས་ཤིང་། ༢༠༡༤ ལོར་འབྲུལ་  
དེབ་ཏུ་བསྒྲིགས་པའོ། །

༡༡། །རྒྱད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་བསྟེན་  
ཡིག་རབ་གསལ་ཤེལ་དཀར་མེ་ལོང་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

༡༡། །ན་མོ་གྲུ་རུ་ལྷི་གྲུ་ཅུ་ས་མ་རྩ་ཡ། །རྒྱལ་ཀུན་མཁུན་བཅེ་རུས་  
མཐུ་ག་བྱར་རུལ། །གཅིག་ཏུ་སྟོབ་པའི་དགེ་མཆོན་རི་བོང་ཅན། །ཐེག་  
མཆོག་ཆོས་ཀྱི་བདུད་ཅིའི་དཔལ་ལྡན་བ། །སྐྱབ་ཞེའི་དབང་ལྷག་རྩེ་རྩེ་  
འཆང་ལ་འདུད། །དཔལ་སྐྱུག་ཡོངས་ཀྱི་རང་བཞིན་བརྟེན་བྲལ་ལྷས་ཅེན་  
སྐུ་ལམ་ཀྱི་སྐུ་ཁྱུད་ཀྱི། །རྩེས་སྐྱ་སོང་བའི་ཡོན་ཏན་གསང་གསུམ་མི་ཟད་  
རྒྱན་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཆེ། །རྣམ་པ་ཀུན་ཀྱི་མཆོག་དང་རབ་ལྡན་རྣམ་བཅད་  
འཁོར་ལོའི་དབང་ལྷག་ཏུ། །དམིགས་མེད་འཁོར་ལོའི་ལྷ་ཆོགས་སྟོང་  
ནས་འདུད་དོ་བྱང་ཆུབ་དེ་སྤྱིད་སྟོངས། །འདི་ན་མཁས་བྱུང་བའི་  
ལེགས་བཤད་ཀྱི། །སྤང་བ་དམ་པ་འཛིག་རྟེན་གསལ་བཞིན་དུ། །སྟོན་བྱ་  
ཁ་ཡི་སྟོན་མེར་དོན་གཉེར་ཅི། །མི་ཤེས་སྒྲུབ་པོ་ཉལ་བའི་དབང་མེད་  
དམ། །ཟེན་མེད་རྣམ་པར་གཡེང་བའི་ཁ་ཆུ་ཡིས། །ཉེ་བར་བཅིང་བའི་  
སྟོན་བྱ་འཁོར་བའི་འགོས། །ཁོམས་པའི་གནས་སྐྱབས་སྤྲོ་མོས་དབེན་པ་  
འདི། །འགོལ་བའི་རྒྱ་ཐབས་མཁན་པོ་རྟེན་འགྱུར་རམ། །གང་གི་ལོངས་  
སྟོན་འཁོར་ལོའི་པི་མི་ལས། །བསྐྱལ་ཆོག་སྐྱུ་དབྱངས་མང་པོ་སྐྱུ་འཛིན་

དུ། །སོན་གང་ཡིད་ཀྱི་བྱེད་ལས་མ་བཟོད་དེ། །སྒྲོས་མིན་ཆོག་གསུམ་སྒྲེང་  
བ་འདི་ན་བསྟར། །

དེ་ལ་འདིར་རྒྱད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དཔལ་གསང་བ་འདུས་  
པའི་བསྟེན་པ་རི་ལྟར་བྱ་བའི་རིམ་པ་གོ་ལེན་ཏུ་སྒྲ་བ་རང་མཉམ་སྒྲོ་  
དམན་ལ་པན་སྒྲོས་བཞེད་པ་ལ་ལྟ་ལས། གང་གིས་བྱ་བའི་རྟེན། གང་དུ་  
བྱ་བའི་གནས། གང་གི་ཆེ་བྱ་བའི་དུས། རི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ། དེ་ལྟར་  
བྱས་པའི་པན་ཡོན་ནོ། །དང་པོ་གང་གིས་བྱ་བའི་རྟེན་ནི། སངས་རྒྱས་  
བཙུན་ལྟར་འདས་ཀྱི་བསྟན་པའི་སྒྲོར་ལྷགས་ནས། བཤེས་གཉེན་མཆོན་  
ཉིད་དང་ལྟན་པ་བསྟེན་ཏེ། དལ་འབྱོར་སྤྱང་པོར་ལོན་པ་ཞིག་དགོས་ལེད་  
དེ་ལ་ལམ་འདི་ལྟ་བུ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་གང་ནའང་མེད་  
པས་དེ་ལ་ལམ་སྟན་མོང་བས་རྒྱད་སྦྱངས་ཏེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མ་  
མཐའ་བཙུན་མ་ཙམ་རྒྱད་ལ་སྦྱེས་པ། རོ་རྩེ་སྒྲོབ་དཔོན་མཆོན་ཉིད་དང་  
ལྟན་པའི་དྲུང་ནས་སྦྱ་བཞིའི་ས་པོན་ཐེབས་ངེས་ཀྱི་དབང་བཞི་ལེགས་  
པར་ཐོབ་ཅིང་། དབང་དུས་སུ་ཁས་སྒྲངས་པའི་དམ་ཆོག་སྒྲོམ་པ་ཚུལ་  
བཞིན་སྤང་བ། རྒྱལ་ཉོན་མོངས་པ་སོགས་ཀྱི་ཉེས་པ་བྱུང་ན་རྟོར་  
སེམས་སྒྲོམ་བསྐྱས་ཡིག་བརྒྱ་འདུམ་ཐུག་བསགས་པ་སོགས་ཀྱིས་  
ཕྱིར་བཙུན་ཏེ་སྒྲོམ་གྲིམས་དག་པར་བསྐྱབ་པ་ལྷག་པར་བསྐྱེད་རིམ་དག་

འདོན་ཆོ་གའི་ཆིག་དོན་ལེགས་པར་ཤེས་པ། དད་པ་བརྟན་པོ་ཅན་ཞིག་  
དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་གང་དུ་བྱ་བའི་གནས་ནི། ཅ་རྒྱད་ལས།

རྒྱལ་ཉིད་སྤྱི་ཞིང་ཞི་བའི་གནས་ནམས་སུ། །ཞེས་དང་།

དགོན་པ་ཆེན་པོའི་ས་ཕྱོགས་སུ། །

མེ་ཏོག་འབྲས་བུ་སོགས་པས་བརྒྱན། །

དེ་བོ་དབེན་བའི་ས་ཕྱོགས་སུ། །

དངོས་བྱུང་ཐམས་ཅད་སྦྱབ་པར་བྱ། །ཞེས་དང་།

འབན་སེར་ཐེན་བྱིས་ལས། སྐབས་འདི་ནས་བསམ་གཏན་གྱི་ཁང་པ་  
སྦྱབ་དགོས་པ་ཡིན་ལ། ཞེས་པ་ལྟར། དམ་བའི་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་  
བའམ་གནས་བཟང་ངམ། མིན་ཀྱང་། ཅ་ཅོའི་སྤྱད་དང་འདུ་འཛིས་དབེན་  
བའི་དེ་བོ་ཆུ་ཤིང་རྩེད་སྤྱོད་པ་འཛིགས་པ་མེད་པ་དེག་པ་དྲངས་ཤིང་  
སེམས་དང་མཐུན་ལ་སྤྱོད་བའི་བསམ་གཏན་གྱི་ཁང་པ་ནི་རབ། མིན་ཀྱང་  
ཆོས་སྤྱེ་ལྟ་བུའི་རང་གཤག་ཡིད་མཐུན་ནོ། །

གསུམ་པ་གང་གི་ཆེ་བྱ་བའི་དུས་ནི། གསང་བ་སྤྱི་རྒྱད་ལས།

སྟོན་ཆེ་འབྲིང་པོའི་ཉན་ནི། །

དབྱིད་ཆེ་ཐ་ཆུང་ཉ་ཡི་བར། །

ནམས་ལ།

ཞེས་གསུང་བ་ནས་དགྲིལ་འཁོར་གྱི་སྐྱབ་གྱི་དུས་སུ་གསུངས་བ་འདིར་  
མཚུངས་པར་བཞེད་པས་ཁམས་དངས་པའི་དུས་དེ་སྐབས་སམ་ཆོ་  
འབྱུལ་ལྷ་བའི་ཆེས་བརྒྱད་དམ་བཙོ་ལྷ་ལྷ་བྱར་རམ་དུས་སྐབས་ཅི་  
བདེར་ཆོག་ཅིང་། དེ་ལ་གཟུང་སྐར་སྟོར་བ་བྱེད་པ་དག་གཞེད་མ་ཡིན་  
པར་བཟང་པོར་ཡོད་པའི་དུས་བྱ་དགོས་སོ། །

བཞི་བ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ལ་གསུམ། སྟོན་འགྲོ། དངོས་གཞི།  
མཐུག་གོ། །དང་པོ་སྟོན་འགྲོ་ནི་གནས་དེར་འཆོ་བའི་མ་སྟུན་རྒྱན་རྣམས་  
དང་། དཀོན་མཆོག་གི་ཉེན་སོགས་འདུ་བྱ། བསྟེན་པ་ལམ་དུ་འགྲོ་བའི་  
ཕྱིར་སྐྱ་མ་ལ་སྐབས་འཐུག་ཁུ་བའམ། ལྷ་མ་ཡི་དམ་ལ་གསོལ་བ་  
འདེབས་པ། བསངས་དང་དཔང་བསྟོད། གསུང་རབ་སྟོག་པ། སྤྲུ་  
གདབ་པ། དབུལ་པོངས་སྟེན་གཏོང་། བསགས་སྐྱངས་བྱ་བ་སོགས་ཅི་  
ལུས་རང་གི་འགྱུར་འཁོས་དང་བསྟུན་ནས་བྱ། བསྟེན་པ་བྱ་བའི་ཚུལ་ཆོ་  
གའི་ཆོག་དོན་བསྐྱེད་རིམ་དང་བཅས་སྟོ་འདོགས་བཅད་དེ་བཅད་དོན་  
ཁོང་དུ་ཚུད་པ་ཞིག་ཅི་ནས་གལ་ཆེ་སྟེ། སྐྱབ་ཁང་དེར་གཞན་གྱི་ཆས་  
དངོས་དང་འདྲི་ཅན་དང་བྲིར་དགོས་རིགས་མི་བཞག །མཆོམས་གྱི་  
རིང་། གཞན་གྱི་དངོས་པོ་ཕྱིར་བྲིར་བ་དང་། ཕྱི་ནས་ནང་དུ་དངོས་པོ་  
གསར་བ་བྲིར་བ་མི་ལེགས་པས་དེ་རིགས་གྱི་བཀོད་བྲབ་དང་། རང་  
གཞན་གྱི་བྱ་བྱེད་གཞན་གང་ཡང་མི་དགོས་པར་བྱས་ཏེ་ཕྱི་ནང་གི་

གཡེང་བ་ཅི་ཡང་མེད་པར་བྱ་དགོས་སོ། །མཆམས་སྟོད་པའི་ནང་ཞོག་  
 སྒྲ་བར་གནས་ཁང་དེར་ཐལ་རྩལ་སོགས་བྱི་དོར་བྱ། དེ་བཟང་གི་ཆུ་དང་  
 བ་བྱང་བདུད་ཅི་ལྡེ་ཆུས་ཆག་ཆག་གདག། བདུད་ཅི་རིལ་བྱ་མ་རྟེན་  
 བ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་ནང་མཆོད་གཏོར་བས་ཆོག། །མེ་ཏོག་སིལ་  
 མ་བཅལ་དུ་དགམ། གསང་བ་འདུས་པའི་བྱིས་འབྱར་གྱི་སྒྲ་སོགས་རྟེན་  
 ལེགས་པར་དགམ། རྟེན་ན་རྒྱུད་གྱི་སྒྲེགས་བམ་སོགས་ཀྱང་ལེགས་  
 པར་བཞུགས། མཆོད་རྩལ་ཅི་འབྱོར་བཤམ།

བྱི་བ་སོགས་གྱིས་སྟོན་མི་འབྱུང་བའི་གཏོར་ཁང་བརྟན་པོར་  
 བྱས་པའི་ནང་དུ། གཏོར་མ་སྒྲ་མེད་གྱི་གཏོར་རྩལ། བདུད་ཅི་རིལ་བྱ་ཤ་  
 གཙང་མ་ཆང་། འཁུར་བ། ལ་དུ། འབྲས་ཆན། སྒན་མ། བཙོང་། རྟོག་སྒྱ།  
 ཉམ་ཤ། ཆུ་དང་འོ་མ་བཅས་དགོས་ལ། ལ་དུ་ནི། ཟས་མང་པོ་དང་བསྐྱེས་  
 པའི་གྲོ་འམ་འབྲས་གྱི་བྱི་མས་བཙོས་པ་མར་ཁུར་བཙོས་པ་སྟེ་བོད་དུ་ཁ་  
 ཟས་སམ་གྲོ་གྲུས་ཟེར་བ་དེ་དང་། འཁུར་བ་ནི། གྲོ་འམ་ཉིལ་འབྲས་  
 སོགས་སྟོད་དང་སྒྲུར་བ་བཟའ་བ་ཞིམ་པ་ཞིག་སྟེ་བོད་རྒྱུད་དུ། ཨ་སྒྲའམ་  
 བག་ལེབ་བག་ལོང་པལ་རྒྱད་དུ་ཟེར་བ་དང་། འབྲས་ཆན་ནི་འབྲས་  
 བཙོས་པ་ཡིན། གཞན་གོ་སྒྲ། མ་རྟེན་ན་ཆང་བདུད་ཅི་རིལ་བྱ་མར་འོ་མ་  
 ཤ་རྩམས་དགོས་སོ། །དེ་ནས་སྟོད་སོ་སོར་བཤམས་པའམ་བརྟུང་བ་  
 རྩམས་སྟོད་གཅིག་དང་། བཟའ་བ་གཅིག་ཏུ་བཤམས་པའོ། །

གཏོར་མར་བསྐྱེས་ནའང་ལེགས་པར་གང་བདེར་བྱས་པའི་རྒྱུ་  
 གཏོར་ཟན་གྱི་བཅད་ཁམ་མ་བཅག་པའི་ལེབ་མོ་བཞེས་ཁོར་ཡུག་ཏུ་  
 སྤང་ལ་སྦྱར་བའི་པད་འདབ་བཞི་ཅན་དཀར་པོ་རྒྱས་པ་ལྷ་གངས་སོ་  
 ལུངས། བསྐྱེན་གསུམ་དུ་བྱས་ཀྱང་ཆོག །དཀར་རྒྱ་གོང་ལོག་གཉིས་  
 ལྷ་ད་བཅས་བྱ་བ་སྤང་རྒྱུད་པའི་ཕྱག་བཞེས་ལྷར་བཤམས། གཞན་ཡང་  
 ཡི་དམ་ཆོས་སྦྱོང་གཞན་གྱི་གཏོར་མ་སོགས་གང་དགོས་བྱ། སྔོན་འགོ་  
 ཕྱོགས་སྦྱོང་ཡང་གོང་དེས་གོ་ཆོད་མཛད་པ་རྒྱུད་གྱི་ལུགས་སོལ་དུ་སྤང་  
 བས་ཆོག་སྟེ། འབྲུལ་བར་སྦྱོར་རེ་རེ་བཞིན་བཤམས། དེ་དག་གི་  
 མདུན་དུ་མཆོད་པ་བདག་མདུན་ཕྱོགས་སྦྱོང་བཅས་ཆར་གསུམ་མ་  
 མཐར་བཤམས། གདོད་འབྲུལ་རྒྱུ་ཆ་གསུམ་མཁའ་འགོ་སྦྱི་གཏོར་  
 གཞི་བདག་གཏོར་མ་བགོགས་གཏོར་རྒྱས་པ་ཕྱག་ལེན་ལྷར་དང་  
 མཆོམས་ཐོའི་ལྷ་ལ་གཏོར་ཆོག་མཆོད་པ་རྣམས་ལ་ཞལ་ཟས་བཅས་བྱ།  
 རང་གི་མདུན་དུ་ནང་མཆོད་རྟོག་བྱེད་པ་བྱང་སྤེང་སོགས་བཞག །ཇཱ་མ་  
 ཏུ་འདི་ལ་མི་དགོས།

མལ་གྱི་ལོག་ཏུ་ས་དཀར་རམ་འབྲུ་དཀར་གྱིས་སྒྲ་ཆོགས་རྟོ་རྟེ་  
 གིས་པའི་སྤྱིང་དུ་ཁྱི་དྲུ་མིག་ཅན་འཁོལ་བའི་གདན་ལེགས་པར་བཞིང་  
 བའི་མལ་བཟོ་བཅོས་མི་དགོས་པར་བྱ། རང་ཁ་བལྟ་ཕྱོགས་ཤར་དུ་འདི་  
 ལ་དེས་པར་དགོས་ཀྱང་། སྟབས་མ་བདེ་ན་ཕྱོགས་སར་མོས་པས་ཆོག་



གསུངས། མཚམས་གཡོག་དབྱང་བཟང་གི་རྒྱད་ལས་གསུངས་པའི་  
 མཚན་ཉིད་ཐམས་ཅད་ཆང་བ་རབ། མིན་ཀྱང་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ཆ་དང་  
 ལྷན་པར་དགོས་པར་གསུངས་པ་ལྟར་དགོས་ཀྱང་། ཅི་སྟེ་མ་རྟེན་ན་ཡང་  
 སྤྲིག་སྤྲིབ་ཆེ་བའི་མེ་ཅན་སོགས་དང་། ལྷག་པར་དུ་གལ་ཆེ་བ་ནི། ཁྱི་  
 གྲང་ཐང་པཎ་ཆེན་སྒྲ་མས།

སྤྲིག་གོགས་ཡིན་ཞེས་རྩ་ཅན་མི་འབྱུང་གི།

ཅེ་ཆོད་གཡེང་བའི་གོགས་བྱེད་བག་མེད་གྱི།

ལས་ལ་སྐྱོར་དེ་སྤྲིག་པའི་གོགས་ཡིན་པས། །

འགོ་བའི་ནད་ལྟར་སྐྱོང་བར་གྱིས་ཤིག་ཨང་། །

ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་སྤྲིག་གོགས་མ་ཡིན་པར་གལ་ཆེ། བུམ་པར་བགོགས་  
 མཐར་བྱེད་བསྐྱེད་པའི་བསྐྱབ་ཚུལ་འདྲིར་བྱེད་བའོ། ཡང་ན་བསང་ཚུ་  
 ལས་སྤྲགས་བརྒྱ་ཅས་སྐྱབ། ཀྱན་སྐྱོང་ལེགས་པར་བཅོས་པ་ནང་གི་  
 ཁྱུ་། བུམ་ཚུའམ་ཚུ་གཅང་གི་ཁྱུ་བྱ་བ་བྱུབ་ནས། ཆ་གསུམ་སོགས་  
 བཤམས་ལ་ཆ་གསུམ་གཏོང་།

དེ་ནས་སངས་རྒྱས་ཆོས་ཆོགས་ལན་གསུམ། རང་ཉིད་ཞེ་སྤང་  
 རྟོ་རྟེ་ནས་ཤམས་ཐབས་འབྱར་བར་གྱུར་ཞེས་པས་སྐྱད་ཅིག་དགོང་  
 བསྐྱེད་བྱས་ཏེ་མཁའ་འགོ་སྤྱི་གཏོར་བདེ་མཆོག་ལྟར་དང་། གཞི་བདག་  
 གཏོར་མ་ཆོས་སྐྱོད་རབ་གསལ་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་ལ། བཞེས་ནས་ནལ་

འབྱོར་པ་བདག་གིས་བསྟེན་སྐྱབ་བགྱིད་པ་ལ་གོ་མོང་རུ་ང་ཕྱག་དོག་མ་  
 མཛད་པར་འགལ་རྒྱུ་སོལ། མཐུན་རྒྱུ་སྐྱབ་ རི་ལྟར་བསམ་པའི་དོན་  
 ཞེས་པ་མན་འབྲ་བས་ཆིག་བསྐྱུང་། འདི་ཙམ་ཡིན། གཏོར་མ་ཕྱུལ།  
 བགེགས་གཏོར་སྤྱི་འགོ་ལྟར་ལ། སྒྲགས། བེསྐྱན་ཏ་ཀི་ཏ་གྱིས་བསངས།  
 ང་ཡིས་གནས་འདིར་བསྟེན་སྐྱབ་ཟབ་མོ་བགྱིད། ཞེས་དང་། བྱད་པར་  
 ཏུ་ཡང་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་ལྟ་ཆོགས་ཀྱི་བདེན་པ་དང་། བདེན་  
 པ་ཆེན་པོས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་ལ་བརྟེན་ནས། རྣམ་འབྱོར་པ་བདག་  
 གིས་བསྟེན་སྐྱབ་ཟབ་མོ་འདི་བགྱིད་པ་ལ་བར་ཏུ་གཙུག་པར་བརྩམ་པའི་  
 བགེགས་ཀྱི་ཆོགས་གང་ཡིན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་མཆོད་སྦྱིན་གྱི་གཏོར་  
 མ་རྒྱ་ཆེན་པོ་འདི་བཞེས་ལ་རང་རང་སོ་སོའི་གནས་སུ་སོངས་  
 ཤིག །གལ་ཏེ་མི་འགོ་ན་ཁོ་བོ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྟོ་རྟེ་མེ་སོགས་སྤྱི་ལྟར་  
 རོ། །བགེགས་གཞན་ཏུ་བསྐྱུང་པའི་དམིགས་པ་ལྷགས་བྲག་དང་།  
 བགེགས་མཐར་བྱེད་ཐེངས་སྒྲགས། སུམ་རྩ་ནི་སོགས་བརྟོད། ལྷ་ལྷལ་  
 བདུག །ཡུངས་ཀར་གྱིས་བྲག་ཁོ་ལ་མོའི་སྐྱབ་ཏུ་བྱ། གཏོར་མ་བྱིར་  
 སྤྱེལ། བགེགས་རྣམས་གཞན་ཏུ་སོང་པའི་མོས་པ་བརྟེན་པོར་བྱ།  
 སྒྲགས་དེ་དག་མང་ཏུ་བརྒྱས་ལ་གནས་ཁང་དང་ཡོ་བྱད་དང་བདག་ཉིད་  
 བཅས་སྐྱུང་བར་མོས། རང་ཉིད་འགོ་དགོས་མིན་གྱིས་མཆོམས་  
 མཆོམས་ཐོའི་ནང་གི་ཆོད་ཙམ་ལ། སྐད་ཅིག་གིས་རྟོ་རྟེ་མེ་ས་གཞི་རྩ་བ་

གྲུང་མེ་མེ་རི་དང་བཅས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་གྱུར། ཞེས་སྤྱད་  
 འཁོར་ལེགས་པར་སྒོམ་མཆམས་འོག་ཏུ་འཛོག་དགོས། བད་དུ་ཚུད་  
 བའམ་ཚུད་པའི་མོས་པ་བྲ། མི་མང་པོས་གཡེང་རྒྱུན་འགྱུར་ཡང་། སྤུན་  
 པ་དང་། མྱ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་། རྒྱལ་ས་གཅིག་གཉིས་  
 འཛོག་པར་ཆོག །མཆམས་ཐོ་བགལས་མཐར་ཁྱེད་བསྐྱེད་པ་ཆོག་གམ་  
 སྤུན་ཡང་བསྐྱེན་ཡིག་ནམས་སུ་རྒྱལ་ཆེན་བསྐྱེད་པ་ལྟར་ན། ཐོའི་མདུན་  
 དུ་མཆོད་གཏོར་བཤམས། མཆོད་གཏོར་བྲ་རྒྱུད་ལྟར་བྱིན་ཆབས་བྲ།  
 སྤྱ་སྤྱ་མས་སྤྱད་། ལྟོང་པའི་རང་ལས་སྐྱད་ཅིག་གིས་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་  
 འཕགས་སྤྱེས་པོའི་སྤྱ་བཞེངས་པར་གྱུར། རང་གི་བྲགས་ཀའི་རྩྱུ་ལས་  
 འོད་ཟེར་འཕྲོས་རང་བཞིན་གྱི་གནས་ནས་འཕགས་སྤྱེས་པོ་འཁོར་དང་  
 བཅས་པ་སྤྱན་དངས། རྩྱུ་བོ་རྩྱུ་གཉིས་སུ་མེད་པར་གྱུར། ལྟོ་མ་དུ་རྩྱ་  
 རྩྱ་ས་པ་རི་སྤྱ་ར་ཨ་རྩྱུ་ནས་འཕྲ་བར་གྱིས་མཆོད།

ལྟ་མེ་རྩྱེའི་སྤྱན་སྤྱ་རུ། །བསྐྱེན་དང་བསྐྱེན་འཛོན་སྤྱེས་བྲ་  
 ནམས། །བསྐྱེད་ཞིང་སྤྱོད་བར་ཞལ་བཞེས་པའི། །འཕགས་སྤྱེས་པོ་ལ་  
 བྲག་འཆལ་བསྟོད། །རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོའི་སྤྱ་གས་འོད་ཟེར་གྱི་སྤྱ་གྲུས་  
 གཏོར་མའི་བཅུད་དངས་ཏེ་གསོལ་བར་གྱུར། ལྟོ་བེ་རུ་རྩྱ་ཀ་ཡེ་ས་སྤྱ་རི་  
 སྤྱ་ར་ཨི་དམ་རྩྱ་ལིང་ཏ་ཁ་ཁ་ལྟ་ཏེ་ལྟ་ཏེ། ལན་གསུམ། ཨ་ཀ་རོ་སྤྱ་ཁྱི་སྤྱ་

ནིས་སོགས་གསུམ་གྱིས་འབྲུག། ཨོ་མ་ལུ་རྩ་ཇ་ས་ལུ་རི་ལུ་ར་ཨ་རྒྱུ་སོགས་གྱིས་  
མཆོད། འུ་ཀྱ་སེང་གཏེ་སོགས་གྱིས་བསྟོད།

བདག་གི་དགེ་བའི་བྱ་བ་འདི། །རི་སྤྱོད་ལེགས་པར་འབྲུབ་ཀྱི་  
བར། །སྤྱི་ནང་ལག་ལ་རྒྱེན་ཀུན་ཞི་ཞིང་། །མ་སྤྱོད་རྒྱེན་འབྲུབ་པའི་སྤྱི་  
ལས་མཛོད། །ཅེས་འཕྲིན་ལས་བཅོལ། མཆོམས་ཐོ་དེའི་རིང་བསྐྱུལ་  
བསྟོད་དང་འགོ་མ་ཡུག་སོགས་མི་རུང་། །གཏོར་བསྟོས་མཆོད་བསྟོད་  
སོགས་བྱ་དགོས་གསུངས་སོ། །གཞན་དུ་རྒྱལ་ཆེན་བཞི་བསྐྱེད་པར་  
གསུང་བ་ལ་མོས་ན་ལྷང་སྤྱིའི་ཐོ་བསྐྱེད་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

དེ་ནས་སྟན་ལ་རྩོ་རྩེའི་སྤྱི་ལ་ཀྱང་ངམ་སེམས་དཔའི་སྤྱི་ལ་ཀྱང་  
བྱས་ཏེ་འཁོད་ལ། བདུད་ཅི་རིལ་བྱ་བཏབ་པའི་ནང་མཆོད་དམ་བདུད་ཅི་  
རིལ་བྱ། མ་རྟེན་ན་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་ནང་མཆོད་ལྟེ་ཐོག་ཏུ་བཞག་  
ལ་ངག་དག་པར་བྱ། དེ་ནས་ནང་མཆོད་གྱིས་བདག་དང་གནས་ཁང་ཡོ་  
བྱད་ལ་གཏོར་ལ་བགེགས་མཐར་བྱེད་ཀྱི་སྤོང་སྤགས་བཛོད་ཅིང་སྤྱར་  
ཡང་བགེགས་བསྐྱད་ལ་བསྐྱང་། དེ་ནས་རང་གི་སྤྱི་བོར་ཨོ་ལས་འཁོར་  
ལོ་དཀར་པོའི་ལྟེ་བར་ཨོ་གྱིས་མཆོན་པ། མཁྱིན་པར་ཞུམས་པ་རྒྱ་  
དམར་པོའི་ལྟེ་བར་ཞུམས་མཆོན་པ། སྤྱིང་གར་རྩྱུ་ལས་རྩོ་རྩེ་སྟོན་པོའི་ལྟེ་  
བར་རྩྱུ་གིས་མཆོན་པར་བྱུང་། ཅེས་བཛོད་ལ་ནང་མཆོད་གྱིས་གནས་  
གསུམ་ལ་ཐིག་ལེ་རེ་བྱས་ཏེ་ཨོ་ཞུ་རྩྱུ། ལན་གསུམ་བཛོད་པས་གནས་

གསུམ་གྱིན་གྱིས་རྒྱབས། ལག་པ་གཡོན་པས་གདན་ལ་རེག་ནས། ཚི་  
ཞུ་ཞྱོ་ ཚི་བཟླ་ཨ་ས་ན་ཞྱོ་ ལན་བདུན་བརྗོད་ལ་གདན་དོ་རྗེའི་རང་  
བཞིན་དུ་གྱུར་པར་བསམ་མོ། །

གཉིས་པ་དངོས་གཞི་དེ་ལྟར་བྱ་བ་ལ་གཉིས། ཐུན་གྱི་ངོ་བོ་ལ་  
དེ་ལྟར་བྱ་བ་དང་། ཐུན་མཚམས་སུ་དེ་ལྟར་བྱ་བའོ། །དང་པོ་ཐུན་གྱི་ངོ་  
བོ་ལ་དེ་ལྟར་བྱ་བ་ལ། ཐུན་གསུམ་མཐ། ཐུན་བཞི་གང་བྱས་ཆོག་ཡང་།  
ཕྱི་མ་ཉིད་ཐུན་བཞིའི་ནལ་འབྱོར་ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་དང་འདུལ་  
བའི་ཀུན་སྐྱོད་ཕྱི་རྗེའི་ཁ་བས་སྤང་བ་སྟབས་བདེའི་ཕྱིར་བྱག་བཞེས་  
མཛད་པས་འདི་ལ་གསུམ། ཐུན་དང་པོ་ལ་དེ་ལྟར་བྱ་བ། ཐུན་བར་པ་  
གཉིས་ལ་དེ་ལྟར་བྱ་བ། ཐུན་ཐ་མ་ལ་དེ་ལྟར་བྱ་བའོ། །དང་པོ་ཐུན་དང་  
པོ་ལ་དེ་ལྟར་བྱ་བ་ནི། ཉིན་དང་པོའི་ཐུན་འགོ་འདིར་སྔ་རོ་ལ་བྱ་བར་  
གསུངས་པས་སྒྱུར་བའི་ཆོས་དྲུག་གམ་ལྷ་མ་མཆོད་པ་བཤར་སྒྲོམ་  
ལེགས་པར་བྱའོ། །དེ་ནས་ངེས་འབྱུང་དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གང་  
ཤེས་ལེགས་པར་གསལ་བཟབ་པའི་ཅི་མ་ཡལ་བའི་རང་ནས་ཅ་བའི་ལྷ་  
མ་དོ་རྗེ་འཆང་ལ་བརྒྱད་པའི་ལྷ་མས་བསྒྲོར་བའི་ལྷ་བརྒྱད་ཁྲིམ་ཆོགས་  
ལྟར་བསྒྲོར་བ་གསལ་བཟབ་ལ་ལྷ་བརྒྱད་གསོལ་འདེབས་ནས་བཟུང་  
བདག་བསྐྱེད་ཉིད་བསྐྱུ་འགྲེལ་གཏོར་སྟོན་ཤེས་བཅས་བྱ། ཉིན་གཉིས་པ་  
ནས་བཟུང་ཐོ་རངས་ནམ་གྱི་བརྒྱད་ཆ་ལུས་པ་ཅམ་ནས་ལངས་ཏེ་ཁྱས་

དང་ཕྱག་འཆའ། དགེ་སློང་ཡིན་ན་དུས་ཅན་སོགས་བྱས་ཏེ། འགྱུར་  
 སྐྱགས་སྤེང་སྐྱགས། ངག་བྱིན་བརྒྱབ། དེས་འགྱུར་བྱང་སེམས་གསལ་  
 འདེབས་བ། གླ་བརྒྱད་ནས་བརྒྱང་བརྒྱས་པ་ལ་ཕྱག་གི་བར་ཆོ་ག་དལ་  
 བྱས་འདོན། གཙོ་བོར་དམིགས་ནས་ཡིད་ལ་ཅན་ཏེ་གང་སྟོམ་རྒྱུའི་སྐྱ་མ་  
 མ་ཤར་བར་དུ་བྱི་མ་གསལ་མི་གདབ། བྱི་མ་གསལ་འདེབས་པའི་ཆེ་  
 ཡང་སྐྱ་མ་མི་བརྗེད་པར་སྐྱ་མའི་སྟེང་དུ་བྱི་མ་བསྐྱོན་གྱིན་ང་རྒྱལ་དང་  
 གསལ་སྤང་བྱུང་བར་ལམ་འབྱེད་གསུམ་ཡུན་མི་སྤང་ཅམ་རེ་དེས་བར་  
 བསྟོམས་ནས་ཡིད་འགྱུར་གྱི་སྟོང་བ་ཅི་ཐོན་བྱ་བའི་ཚུལ་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་  
 ཁྱིད་ནམས་ལས་ཅི་ལྟར་གསུངས་པ་ལྟར་སྟོམ་པ་ནི་བསྐྱོན་པའི་གཙོ་  
 བོར་བྱ་བ་གསུངས་པ་ཕྱོད་ཐམས་ཅད་ལ་འབྲལ། །བརྒྱས་པའི་ཐོག་མར་  
 ཡི་གེ་གསུམ་སྟེ་ཨོ་ཨྲཱི་ཨྲཱི་རྒྱང་ལྡང་འཇུག་དང་བསྐྱོན་ནས་ཡིད་བརྒྱས་  
 བྱ་སྟེ་ཕྱགས་ཀའི་ས་བོན་ལས་འོད་ཟེར་གྱིས་རྒྱལ་བ་ནམས་མཆོད་པ་  
 དང་། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱས་ཏེ་ཕྱགས་ཀར་ཐེམ་པའི་མོས་པ་དང་  
 སྐྱགས་ཏེ་བྱའོ། །

དེ་ནས་ངག་བརྒྱས་ནི། ཕྱགས་ཀའི་ས་བོན་མཐར་ཉེ་སྟེང་། དེའི་  
 མཐར་སྟེང་པོ་ཅེ་སྐྱགས་བརྒྱ་བར་སྟོན་དེས་མཐར་སྟོར་བ་དམིགས་ལ་  
 ལག་པ་གཡས་པས་བོ་དེ་ཅེ་ཡི་བགྱང་སྤེང་དོག་གྱངས་བརྒྱ་དང་བཅུ་  
 གཅིག་ཡོད་པ་བྱ་མོ་གཙང་མས་བཀལ་བ་དགུ་སྟེ་གྱི་སྟེང་བར་བརྒྱས་

པ་བརྒྱུད་ནས་མཐེ་བོང་གིས་སྤང་བ་དབབ། སྤང་དོག་རེ་རེའི་ནང་དུ་རྩྱུ་  
ལས་གཙོ་བོ་རེ་རེ་བསྐྱེད་ནས་སྤང་བ་འདྲིན་པའི་མཐེ་བོང་ལྷགས་ཀྱས་  
ལྷ་རང་འབྲུག་ཉིས་པ་རེ་སྐྱེན་བྲངས་ནས་རང་ལ་ཐེམ་པའི་མོས་པ་བྲ།

བརྒྱས་པའི་གངས་འཛིན་ལྷགས་ནི། གེལ་གཡེངས་ཆེར་མེད་ན་  
དམ་པ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱག་བཞེས་སུ། ལྷ་མའི་རྣལ་འབྱོར་དང་རྟོག་  
སེམས་སྒྲོམ་བརྒྱས་གཉིས་ལ། ཉིན་བདུན་ནམ་གསུམ་མམ་གཅིག་ཅུ་  
མཛད་པ་དང་། ཡང་ཞག་བདུན་རེ་ཅུ་ལ་སྐྱེན་གྱི་འགོར་རྟོག་སེམས་  
སྒྲོམ་བརྒྱས་མན་ངག་ལྟར་ནན་ཏན་དུ་སྒྲོམ་བཞེན་ཡིག་བརྒྱ་མང་དུ་བརྒྱ་  
བ་དང་། ཆོ་གའི་ཆོག་རིས་ལྟར་དམིགས་རྣམ་དལ་བྱས་སྦྱོང་བ་གཙོ་  
བོར་བྱས་ནས་བརྒྱས་པ་ཅུང་ཟད་རེ་ལས་མི་བྱ་བར་དམིགས་རྣམ་  
འདྲིས་སུ་འབྱུག་པ་བྱས་ཏེ་སྐྱེན་རེ་རིང་ལ་གཏོང་བའང་མཛད་པས་གྲུབ་  
ན་ལེགས། གངས་འཛིན་ལྷགས་ནི་གཙོ་འཁོར་རྣམས་ཀྱི་བརྒྱས་པ་དུས་  
གཅིག་ལ་རྫོགས་པར་བྱེད་པར། སྐྱེན་རེ་དཔེར་ན་གཙོ་བོའི་སྐྱགས་སྦྱོང་  
ཆོ་རེ་བརྒྱས་ན་འཁོར་སྐྱགས་རེ་རེ་ནས་བརྒྱ་རེ་བརྒྱས་པས་གཙོ་བོར་  
འབྲུམ་སྐྱག་གཅིག་སོང་ན་འཁོར་རྣམས་ཁྱི་ཁྱག་རེ་རེ་འབྲོ་བས་ཐམས་  
ཅད་དུས་གཅིག་ལ་རྫོགས་པ་འོང་། ཡང་ན་ཐོག་མར་གཙོ་བོའི་སྐྱགས་  
ཉིད་སྐྱེན་རེ་ལ་ཅི་ཐོན་བཏོན་ནས། འཁོར་སྐྱགས་བདུན་རེ་ཅུ་བྲ། དེམ་

པ་དེས་གཙོ་བོའི་སྤྲུགས་གངས་བྱ་བ་རྗེས་འཁོར་རིམ་པས་རྫོགས་པར་  
བྱ་བ་གཉིས་གང་མོས་ཆོག །

ཐུན་གྱི་སྒྲིང་བཟུང་བ་ཐོན་གྱི་ཆེ་གཏམ་སྤྲུག་པ་དང་བཤའ་ལྟ་  
འདོར་བ་བཟུང་བ་དྲུང་དང་སེམས་ཡེངས་ཆེ་བ་ཆོ་ག་གཞན་གྱི་ཆེ་ག་དང་  
སྤྲུག་གཞན་གྱི་སྤྲུགས་བཟུང་བ་བྱུང་ན་དེ་ཕྱིན་བཟུང་གངས་སུ་མི་བགང་  
གསུངས་པས་ཐུན་མཚམས་བྱས་ཏེ་སྒྲིང་ཐུན་ལ་འདུག །

གདོད་བྱུག་གི་རྒྱུད་ལས།

གཞན་དུ་མི་འགྲོའི་སེམས་ཀྱིས་ནི། །

དེ་ལྟའི་ཚུལ་གྱིས་བཟུང་བར་བྱ། །

ཡུལ་གཞན་སློ་ནི་འགྲོ་བ་ཡིས། །

བསྐྱལ་བ་རྒྱུར་འབད་ཀྱང་འབྲས་མི་འབྱིན། །

ཞེས་སོགས་དབྱུང་བཟང་རྒྱུད། སྒྲིང་འདུག་སོགས་མདོ་རྒྱུད་སྐུ་བ་  
ཐབས་མན་ངག་བསྟེན་ཡིག་དམ་པའི་ཞལ་གདམས་གང་ལས་ཀྱང་  
སེམས་མ་ཡེངས་པ་ཁོ་ནར་བསྤྲུགས་པས་འདི་ལ་རང་ཅུས་ཤེས་པ་ཅི་  
ཡོད་སྒྲིམ་དགོས་པའི་གལ་པོ་ཆེ་ཡིན་པས་ཅི་ནས་གནད་དུ་ཆེ། བཟུང་  
བྱའི་སྤྲུགས་ཀྱང་སྒྲིན་བརྒྱུད་དང་བྲལ་བར་བཟུང་དགོས་ཀྱི། ངག་ནས་  
འདོན་ཐུབ་པ་ཁོ་ནས་མི་ཡོང་བས།

དབྱུང་བཟང་གི་རྒྱུད་ལས།



བཟླས་བརྗོད་བྱེད་ཆེ་མི་སྤྱར་མི་དལ་ཞིང་། །

སྤྱ་ཆེར་མ་ཡིན་ཏེ་ཅང་ཚུང་བས་མིན། །

སྤྱ་བཞིན་མ་ཡིན་གཞན་དུ་གཡེངས་བཞིན་མིན། །

གྲུག་བསྐྱེད་སྤྱད་ཀོར་ཆེག་རྣམས་ཉམས་པས་མིན། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཏེ་ཅང་སྤྱར་བའི་སྤྱ་མི་གསལ་བ་དང་རིང་པོ་སྤྱར་  
 དུར་འགྱུར་བ་དང་། དེ་དེ་ནས་འདོན་པའམ་དབྱངས་འཐེན་པའི་སྤྱར་དུ་  
 རིང་པོར་འགྱུར་བའི་དལ་བ། གཞན་གྱི་ཐོས་པའི་སྤྱ་ཆེ་བ། རང་གིས་མི་  
 ཐོས་པའི་སྤྱ་ཚུང་བ། སྤྱ་བཞིན་པ་དང་བསྐྱེད་བ། སེམས་གཡེངས་པ་གོང་  
 དུ་བཤད་པ་དང་། དབྱངས་ཁྱགས་པ་གི་གྲུ་ཞབས་རྒྱ་ན་རུ་འགྲེང་བུ་  
 བཞི་ལ་གྲུག་སྐྱེད་ཟེར་བ་དེ་ཆད་པ་དང་། སྤྱད་ཀོར་དང་ཆེག་དག་ཡོད་  
 བ་ཉམས་པར་འདོན་པ་རྣམས་མི་རུང་བས་ལེགས་པར་གཟབ་དགོས།  
 བཟླས་པའི་གངས་ནི། གཙོ་པོ་ལ་འབྲུམ་སྤྱག་གཅིག །ཡུལ་འཁོར་  
 རྣམས་ཁྱི་རེ། བགེགས་མཐར་བྱེད་གྱི་སྤྱེང་སྤྱགས་ཁྱི། ཡེ་ཤེས་འབེབས་  
 སྤྱགས། ལོ་ལྷ་མཚོ་རྩི་ཀ་རྩྱི་རྩྱི། རྩྱི་ཏུ་མཚོ་རྩི་ཞེས་པའམ་ཡང་ན་དབང་  
 དུས་མེ་ཉོག་པོ་ག་པའི་ལྷ་འི་སྤྱགས་མཐུག་རྩྱི་རྩྱི་ ལྷ་རྩི་མཚོ་གསལ་བ་  
 གང་རུང་འདི་ལ་དམིགས་བསལ་འབྲུམ་སྤྱག་གཅིག་དེས་པར་བཟླ་བ་  
 གསུངས་བགེགས་མཐར་བྱེད་སྤྱེང་སྤྱགས་བུམ་བསྐྱེད་རྒྱས་པར་ཡོད་པ་  
 དེ་ཡིན་ལ། དེའི་ཆབ་དྲུ། བསྐྱེད་པར་མོས་ན། ལོ་མ་རྩྱ་གོ་རྩྱ་རྩྱ་ལྷ་ཀ་

སའ་བྱུང་ག་ཏུ་མུན་ཚུ་ད་ཕྱི་པལ། ཞེས་པར། རྒྱུད་ལས། ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་ཅ་  
 བཞི་མཆོག། སྟོང་ཕྱག་བཅུ་ནི་ཡོངས་སུ་བཟླས། ཞེས་པའི་དགོངས་  
 འོན་ཏེ་ཁྱི་ཆེན་སྟོ་བཟང་རྒྱལ་མཆོན་སེངྒེས་ཞལ་ཤེས་སྦྱལ་བ་འདི་ལྟར་  
 ལྷང་། སྤགས་གཞན་གྱི་བཟླས་དམིགས་ནམས་བསྐྱེད་རིམ་ཏེ་གསལ་  
 བསམ་ཏེ་གིས་ཏེ་བསྐྱེད་རིམ་ཁྲིད་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

བགགས་མཐར་བྱེད་གྱི་ཐེང་སྤགས་གྱི་དམིགས་པ་ནི། སྤྱབ་  
 ཐབས་རྒྱས་པའི་ཆེ་བྱང་སྟོའི་བགགས་མཐར་བྱེད་དང་ལུས་དཀྱིལ་  
 གཉིས་ཀ་དང་། བསྐྱུས་པ་དང་སྟོར་སྐབས་སུ་དོ་རྩེ་བདུད་ཅི་འབྱིལ་བའི་  
 ཐུགས་ཀར་ཉི་དཀྱིལ་རྩྱི་ཡིག་མཐེང་ནག་གི་མཐར་སྟོང་པོའི་ཕྱི་རོལ་ཏུ་  
 ཐེང་སྤགས་གྱིས་བསྐྱོར་བར་དམིགས་ནས། གོང་བུའི་བཟླས་པའམ་  
 ཁྲོས་པའི་བཟླས་པ་བྱ་གསུངས། ཡེ་ཤེས་འབེབས་སྤགས་གྱི་ཆེ་གཙོ་པོ་  
 སྤྱ་མདོག་དམར་པོ་སྤྱ་ལས་འོད་ཟེར་དམར་པོ་ལྷགས་ཀྱུ་ལྟ་བུ་ཕྱོགས་  
 ཐམས་ཅད་ཏུ་འསྟོ་བས་ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྤས་བཅས་ཐམས་ཅད་  
 འདུས་པའི་ལྷ་སོ་གཉིས་ཉེན་དང་བཉེན་པར་བཅས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་  
 རྣམ་པར་སྤྱན་དངས་ཏེ་རང་ལ་བསྟེམས་ནས་རྒྱུད་ཀྱིན་གྱིས་བཟླབས་  
 པའི་མོས་པ་བྱ། གཙོ་པོའི་ཅ་སྤགས་མི་འབྱུགས་པའི་གཟུངས་ཀྱི་ཀ་ནི་  
 ཡིན་པས་བཟླ་བར་སྟོ་ན་ལེགས་ཀྱང་གཏན་ནས་མ་བཏོན་ནའང་ཆད་  
 སྟོན་མེད་པར་གསུངས། དེའི་གངས་ནི་འབྲུམ་ཕྱག་གཅིག་ཡིན་ཏེ་འདི་

དང་སྒྲིང་པོ་གང་རུང་འབྲུམ་གྱིས་ཆོག་གི་གཉིས་ཀ་འབྲུམ་བཟུང་བར་མ་  
གསུངས། སློན་ཀྱི་འབྲུམ་ཐག་རེ་བཟུངས་ཀྱང་སྟག་སློན་མེད་པར་མ་བཟང་  
ཐུན་སུམ་ཆོག་པ་པའི་རྒྱུར་སྐྱབ་ཐབས་རྒྱས་པའི་ཆེ། དཔེར་ན་ནམ་སྤང་  
གི་སྟག་པ་བཟུང་བའི་ཆེ་མདུན་གྱི་ནམ་སྤང་དང་ལུས་དཀྱིལ་གྱི་ནམ་སྤང་  
གཉིས་ཀའི་སྟག་པ་ཀ་ལ་དམིགས་ནས་བཟུང་ལ་དེས་ལྟ་གཞན་ལའང་  
རིགས་འབྲེ། བསྐྱུས་པ་དང་སློར་སྐབས་སུ་འཁོར་གྱི་སྟག་པ་ལུས་  
དཀྱིལ་གྱི་ལྷའི་སྟག་པ་ཀར་དམིགས་ནས་འདོན་པར་གསུངས་སོ། །

ཐུན་རེ་ལ་ཇི་ཅམ་བཟུང་བ་ནི། སྤྱིར་དེས་བཟུང་མི་དགོས་ཀྱང་  
འགོ་འདུག་གཉིས་ཅུང་ཞིང་། གཞུང་དུ་མང་བའི་དགེ་སློར་ནས་ལྟ་བུ་  
མཆམས་གྱི་རིང་བྱ་བར་མན་ངག་ཏུ་གསུངས། ཐུན་རེ་ལ་ནི་སྐབས་དང་  
བསྐྱུན་ནོ། །ཐུན་གྲོལ་རན་པ་ན། ཡིག་བརྒྱ་ནས་བཟུང་ཉེར་བསྐྱུ་ཡོ་ག་  
ལྷོ་ཉེ་ཉེ་བར་གཞུང་བཞེན་བྱ། སློན་ལམ་རྒྱས་པའམ་འགོ་འཁོར་ལོ་ལོ་ཀ་  
གཉིས་བརྗོད་དེ་ཐུན་མཆམས་ལ་འདུག་གོ། །བཟང་སྤང་མལ་དུ་བཞག་  
ལ་མལ་གྱི་བྱོད་མ་ཡལ་བར་བྱ།

གཉིས་པ་ཐུན་བར་པ་གཉིས་ལ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་ནི། བྱ་བ་ཆེན་  
གཞུང་ལས། ཐུན་ཐོག་མཐའ་གཉིས་རྒྱས་ལ་བར་པ་གཉིས་བསྐྱུས་པར་  
བྱ་བ་དང་། ཐུན་དང་པོ་རྒྱས་པ་དང་ཐུན་སྤྱི་མ་གསུམ་ཆོག་བསྐྱུས་པའི་  
ལུགས་གཉིས་གསུངས་པའི་སྤྱི་མར་འདུག་པ་བདེ་བས། དེ་ལ་བདག་

བསྐྱེད་ཀྱི་མཆོད་པ་གསར་དུ་བཤམ་པའམ། ཁ་གསོས་ཏེ་མཆོད་པ་  
 གྱེན་ཆབས་བྲ། ཡིད་ཀྱི་རོལ་བ་དེ་མེད་ཆེ་འདས་བསྐྱེད་པ། ཞེས་བ་ཆར་  
 གཅིག་ རྫོང་སེམས་སྒོམ་བསྐྱེད་པའགག། རང་མི་བསྐྱོད་པའི་དོན་རྒྱུ་གསལ་བའི་  
 ཐུགས་ཀར་སྣ་ཆོགས་བསྐྱེད་ཏེ་མ་ལ་གནས་པའི་རྩྭ་སྒོན་པོའི་འོད་  
 ཟེར་ལུགས་ཀྱི་འཛིན་པ་ཅན་གྱིས་ ཞེས་བ་ནས་ རྒྱུ་མ་ཐེན་གཉིས་སུ་  
 གཞོད་མཛེས་རྒྱལ་པོའི་བར་དང་། དེ་ནས་གཞལ་ཡས་ཁང་གི་ནང་གི་  
 ལྷ་སོ་སོའི་གདན་ནམས་མི་དམིགས་པར་གྱུར། བདག་ཉིད་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་  
 ལྷ་ནས་སྣང་། ལྷན་མ་སོགས་ནས་གཙོ་བོ་ཡང་རིམ་གྱིས་འོད་གསལ་དུ་  
 ཐེན་པར་གྱུར། ཨོྫ་ལྷ་ཏ་སོགས་ཡན་ཆད་སྟོང་བ་ཉིད་ལས་བྱང་ཐུབ་  
 པའི་དོན་རྒྱུ་ གདན་དབུས་མའི་སྟེང་རྩྭ་ལས་ ཞེས་བ་ནས་ དོན་དཀར་  
 པོ་ཅེ་ལུ་བ་ལྷེ་བ་ལ་ཨོྫ་ལྷ་ཏ་གིས་མཆོད་པ་བཟོ་ཞུས་ཀོཅུ་ཉི་བར་ནི་ས་  
 བོན་བསྐྱེད་པའི་དོན་རྒྱུ་ དོན་ཡི་གེ་དང་བཅས་པ་སོགས་ནས་ཁོ་  
 བོའི་ཉམས་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་གྱུར་ཅེས་བ་ཡན་ནི་  
 གཞུགས་རྫོགས་པའི་དོན་རྒྱུ་ རང་གི་སྤྱི་བོར་ཨོྫ་ལས་ ཞེས་བ་ནས་ རང་  
 ཉིད་དོན་གྱུར་དུ་གྱུར་པའ། ཨོྫ་སྤྱི་བོ་ཐ་ག་ཏ་ལུ་རྩ་བཟོ་སྤྱི་ལྷ་ཏ་  
 ཀོཅུ་ཉི་ ཞེས་པའི་བར་ནི་ཡི་གེ་དགོད་པའི་དོན་རྒྱུ་བཞི་བསྐྱེད་དུ་གྲགས་  
 སོ། །

དེ་ནས། བཟླ་བུའི་སྐྱགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བའི་ལུས་དཀྱིལ་གྱི་ལྷ་  
 རྣམས་ཀྱི་སྐྱགས་ཀའི་རང་རང་གི་ས་བོན་ལས་དཀྱིལ་འཁོར་བའི་ལྷ་འི་  
 སོགས་ནས་ མཛོད་པ་ཅན་དུ་གྱུར། བཟླས་པ་རྣམས་བྲ། ཐུན་མཛུགས་ཡིག་བརྒྱ་ལན་  
 གསུམ་བཟླ། མི་བསྐྱོད་དོ་རྩེ་ ཞེས་པ་ནས་ དོ་རྩེ་སེམས་དབའ་ཕྱག་འཆོལ་  
 ལོ། །མཆོད་པ་དང་ནང་མཆོད་འབུལ། མཁའ་གསང་བྱིན་རྒྱལ་བས་ཀྱི། རང་ཉིད་  
 མི་བསྐྱོད་པ་ཞེས་པ། རང་ཉིད་དོ་རྩེ་འཆང་དུ་གྱུར་ཞེས་བསྐྱུར་ནས་སྐྱུ་  
 རོ་བཟོ་སྐྱུ་ཐ་ཨ་ལྷ་ལོ་ཉྟེ། ལུས་དཀྱིལ་གྱི་ལྷ་ཐམས་ཅད་མཆོག་ཏུ་  
 དགའ་བའི་བདེ་བ་ཆེན་པོས་མཉེས་ཤིང་ཆིམ་བར་གྱུར། གཞལ་ཡས་  
 ཁང་གི་ཆ་སོ་སོ་ཡང་རང་རང་གི་ལུས་ཀྱི་ཆ་སོ་སོ་ལ་ཐིམ་བར་གྱུར།  
 ཅེས་པ་ནས། ཨོ་ཡོ་ག་ཤུརྩེ་ སར་ཉྐྱུ་མོ་ག་ཤུརྩེ་ཉྟེ་ བར་བཛོད་དེ་སྐྱོན་ལས་  
 རྒྱས་པའམ་གོང་གསལ་ལྟོ་ལོ་ག་གཉིས་བཏོན་ནས་ཐུན་མཆོམས་ལ་འཛུགས།

དེ་ལས་ཀྱང་བསྐྱུས་པར་བྱེད་ན་ཆོགས་ཞིང་དང་སྤང་འཁོར་  
 སོགས་བཞག་ནས། དངོས་པོ་མེད་པས་སྒྲོམ་པ་མེད་ ཞེས་པ་ནས་ མཛུགས་  
 ལྷ་མ་ལྟར་བྱས་ཀྱང་དོ་རྩེ་བཞི་བསྐྱེད་ཆང་བར་འགྱུར་བས་ཆོག་པར་  
 གསུངས་སོ། །

གསུམ་པ། ཐུན་ཐ་མ་ལ་རི་ལྟར་བྱ་བ་ནི་མཆོད་པ་གསར་དུ་  
 བཤམས་པའམ་ཁ་གསོས་པ་ནས་མཛུགས་གི་གཞལ་ཡས་ཁང་གི་ཆ་སོ་  
 སོ་ཡང་རང་གི་ལུས་ཀྱི་ཆ་སོ་སོ་ལ་ཐིམ་བར་གྱུར་བར་བྱ་བ་ལས་མ་

གསུངས་ཀྱང་། ཡོ་ག་ཤུལ་ཉེ་བར་བཞུགས་ཆོག་གསུམ་ལྟམ་ དེ་ནས་  
 གཏོར་མ་ནང་མཆོད་ལྟར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ། མཆོད་པ་བྱིན་བརྒྱབ་བྲ།  
 རང་གི་སྤྱགས་ཀའི་རྩྱུ་ཕྱོག་པོའི་འོད་ཟེར་ལྷགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ཁོ་  
 བོ་བཅུ་དང་བཅས་པའི་སྤྱང་བའི་འཁོར་ལོ་ཅི་བས་བཅུ་བའི་ལྟེ་བའི་ནང་  
 དུ། འདུས་པའི་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་དགྱིལ་འཁོར་སྤྱན་དངས་པའི་བྱི་  
 རོལ་དུ། སྤྱགས་སྦྱོང་བཅོ་ལྔ་འཁོར་དང་བཅས་པ་དང་། སྤྱ་རྣམས་དང་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བཀུག་པའི་གཞལ་ཡས་ཁང་གི་དབུས་སུ་མི་  
 བསྐྱོད་པ་ཡབ་ཡུམ། ཤར་དུ་རྣམ་པར་སྤྱང་མཛད། ཅེས་བ་ནས། འོག་ཏུ་  
 གཞོད་མཛེས་རྒྱལ་པོ། རང་གི་ཤར་དུ་གཤེན་རྩེ་གཤེད་ནག་པོ་རྣམ་སྤྱང་  
 གི་དབུ་བརྒྱན་ཅན་ནག་དཀར་དམར་བའི། སྤགས་ནས། ཆར་གཙོད་པའི་  
 ཚུལ་གྱིས་བཞུགས་པར་གྱུར། བྱིའི་ཤར་དུ་རྩོ་རྩེ་མཆོན་ཆ་སེར་པོ་མིག་  
 སྦྱོང་པ་ས་སྤྱང་དཀར་པོ་ལ་ཞོན་པ། ཞེས་བ་ནས། སྤྱགས་རྩྱུ་ལས་སྦྱེས་པའི་  
 རྩོ་རྩེ་ཅི་གཅིག་པ་དམར་པོ་འོད་གྱི་སྤྱ་གུ་ཅན་རྣམས་སུ་གྱུར། ཨོྩ་ཞུ་ཞིང་  
 བ་ཕ་ར་སད་ཀ་རམ་ཨཁྱི་ཤར་ཆོ་རྩྱུ་སྤྱ་གྲ། དེ་བཞིན་དུ། སྤྱི། ཨུལ་མ་ཁྱི་  
 པོ་ཁྱ་ཁྱི་སྤྱར་བའི་ཆུ་བཞི་ལྟམ། རྩོ་རྩེ་གསོར་བྱིས་བུ་བཅིལ་བཞིན་དུ། ཨོྩ་ཞུ་མཛེ་ཞིག་  
 རྩྱུ་སྤྱན་བརྩ་ཁྱི་རིན་རིན་ཨོྩ། ཞེས་བ་ནས། སྤྱི་ལྷ་རྩ་རྩྱུ་སམ་དུ་ལྷན་ས་  
 མ་ཡ་སུ་འ་ཤར་ལྷ་ཀ་ཡ་མ་ཤིནྱི་དཔྱ་ཅ་ཀྱ་དུ་སྤྱ་གྲ། ཞེས་བས་དགྱིལ་  
 འཁོར་བའི་ལྷ་ཆོགས་ལ་ལྟམ། ཨོྩ་ཞུ་ དུས་གསུམ་སྦྱེས་པ་ཀུན་དང་



སོགས་ཀྱིས་བསྟོད། མོན་ལམ་རྒྱས་པ་བྱ། ཡིག་བརྒྱ་ལན་གསུམ། གང་ཡང་བདག་སློ་  
 xx མ་རྟེན་ཡོངས་སུ་ xx བདག་ལ་དངོས་བྱུབ་ xx རང་གི་ལུས་ཀྱི་  
 ལྷ་ནམ་སྤང་། སྤུན་མ་སའི་སྤྱིང་པོ་གཟུགས་དོན་མཉམ་གྱུ་མས་སུ། གཤེན་  
 རྩེད་གཤེད། མི་གཡོ་བ་རྣམས་རིམ་གྱིས་འོད་གསལ་དུ་ཐིམ། ཞེས་པ་ནས།  
 གཙུ་པོ་ཡང་རིམ་གྱི་འོད་གསལ་དུ་ཐིམ་པར་གྱུར་ཞེས་བརྗོད་ཅིང་  
 བསམ་ལ་སེམས་གཞན་དུ་མི་གཏོང་བར་འོད་གསལ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་  
 དམིགས་བཞིན་དུ་ཉལ་བའི་གཉིད་ཀྱི་འོད་གསལ་ལ་འཇུག་གོ།

གཉིས་པ་ཐུན་མཆམས་སུ་རི་ལྟར་བྱ་བ་ནི། ཐུན་མཆམས་སུ།  
 ལམ་རིམ་སློ་སྤྱོད་འདིའི་བསྐྱེད་རྫོགས་ཀྱི་དཔེ་ཆ་སོགས་ལ་བལྟ་བ་  
 ལས་དཔེ་ཆ་གཞན་མི་བཟླ། དགོས་ངེས་ཀྱི་གཏམ་མ་གཏོགས་བྲེ་མོའི་  
 གཏམ་སོགས་མཆམས་གཡོག་ལའང་མི་སྟོ། མི་གཞན་རང་གིས་མཐོང་  
 བ་དང་། རང་གཞན་གྱིས་མཐོང་བ་མི་བྱེད། ལྷ་མའི་མཆན་སྤྲུགས་ཡིག་  
 བརྒྱ། འདིའི་སྤྲུགས་རྣམས་བསྟེན་གྲངས་སུ་མི་བགྲང་ཡང་བཟའ་བཏུང་  
 བཤང་ལྟའི་སྐབས་ཚུན་ཆད་བསྐྱེད་པར་གསུངས། ཆག་མེད་ཁ་ཏོན་  
 བསྐྱེད་སྟོམ་ལས་མང་པོ་གཡོངས་སྤྱོད་དུ་འགྱུར་བས་སྐབས་འདིར་མི་  
 བྱ། ཚུམ་ཆོས་དང་། འཕྲིན་ཡིག་བསྐྱུར་བ། ཡི་གེ་འབྲི་བ། ལག་བཅོ་  
 བྱེད་པ་རྣམས་གཡོང་བའི་རྒྱ་ཡིན་པས་མི་བྱེད། རིག་པ་རྒྱ་ཡན་དུ་མི་  
 གཏོང་བར་ཐུན་མཆམས་ཀྱི་ལྟའི་རྒྱལ་དང་མ་བྲལ་བ་དང་། བདེ་སྟོང་



གི་རང་བཞིན་དུ་བལྟ་བ་དང་། ཁུས་དང་ཁ་ཟས་ཉམས་ལྡན་གི་རྣལ་འབྱོར་  
 རྣམས་དང་ལུས་བཏུས་བཤམ་རྒྱས་པར་བྱེད་པའི་རྣལ་འབྱོར་རྣམས་  
 བསྐྱེད་རིམ་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་བྲ། ལྷ་མ་དང་ཡི་དམ་ལ་དད་པས་བསྐྱོམ་  
 བ་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེ་བར་གསུངས། དངོས་ཉམས་མི་ལམ་དུ་བཟང་ངན་གྱི་  
 ལྟས་དང་། ལྟའི་ཞལ་གཟིགས་སོགས་རེ་བ་དང་བར་ཆད་འབྱུང་ངམ་  
 ལྟམ་པའི་དོགས་པ་རྣམས་ལ། དགའ་སྤྱད་དང་རེ་དོགས་གཏམ་མི་བྲ།  
 སྤྱིར་གསང་སྤྱགས་བྱུང་བར་ལྟ་འདྲིའི་ལམ་ཉམས་ལེན་ལ་པན་ཡོན་  
 རྣམས་བྲན་པར་བྱས་ཏེ་ཡིད་ཆེས་མོས་གུས་བྲ། སྤྱན་གྱི་སྦྱང་དང་། སྤྱན་  
 མཆམས་གྱི་བྲ་བ་རྣམས་བཤད་ཆོད་རིམ་ལྟར་བ་བཞིན་ལེགས་པར་བྲ་བ་  
 ལ་སྤྱིམ། སེམས་སྤྱོད་གཤམ་དང་བཅས་བདེ་འཕོལ་བར་བྲའོ། །

སྤྱན་རིང་སྤྱང་གི་ཆོད་ནི་ནམ་གྱི་སྤུམ་ཆའམ་བཞི་ཆའམ་བརྒྱད་  
 ཆ་ལུས་པ་ན། སྤྱན་སོགས་ལྟ་མོ་བཞིས་སྤྱད་བྱངས་གྱིས་བསྐྱེད་པར་  
 མོས་ཏེ་སྤར་བཤད་པ་ལྟར་ཀུན་སྤྱོད་འཆོས་པ་ནས་བཟུང་སྤྱན་ལ་  
 བྱགས་ཏེ་ཉི་མ་ཤར་གོང་གོལ་བ་ཐོར་སྤྱན་དང་། ཉི་མ་རྫོགས་པར་ཤར་  
 ཆར་ནས་སྤྱན་ལ་འཇུག་སྟེ། ཉིན་བྱེད་མ་ཐེན་གོང་སྤྱན་མཆམས་བྲ་བ་  
 སྤྱ་གོའི་སྤྱན་དང་། ཉིན་བྱེད་ཡོལ་ངེས་ནས་སྤྱན་ལ་འཇུག །ཉི་མ་ལ་ཉི་  
 བར་སྤྱན་གོལ་བའི་བྱི་བོའི་སྤྱན། ཉི་མ་ལ་ཆར་ནས་སྤྱན་ལ་བྱགས་ཏེ་རྒྱ་  
 སྐར་མ་ཤར་བར་རམ་དེ་ལས་ཀྱང་རིང་བར་སྤོད་སྤྱན་སྟེ་སྤྱན་བཞིར་བྲ།

དེའང་རིང་མུང་ལུས་ཀྱི་ཁམས་ལ་དབག་ནས་བྱ་གསུངས། ཡང་བསྟེན་  
 བ་དང་ཆོ་ག་འདོན་པ་ལ་འཆར་སྤང་དང་། འགྲོ་འདོད་པ་སོགས་བྱང་ན་  
 བར་གཅོད་ཀྱི་རྒྱར་སྟེན་ཉེ་བས། དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ། རམ་མཆི་ཆ་  
 མེད་སོགས་ལེགས་པར་བསྟོམས་པས་སེལ་བར་གསུངས། སྐབས་ཀྱི་  
 ཏུ་ཆེ་འདིའི་སྤང་ཤས་དབང་དུ་མི་གཏོང་བར། དེས་འབྱུང་། བྱང་སེམས།  
 ལྟ་བུའི་རྩིས་ཟེན་པ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ། ཏ་ཅང་དམ་པོ་བ་དང་ལྟོད་པོ་  
 བའི་མཐའ་གཉིས་སྤངས་ཏེ་དམ་ལྟོད་རན་པར་བྱ་བ་གསུངས་སོ། །

གསུམ་པ་བསྟེན་པའི་མཐུག་ཏུ་རི་ལྟར་བྱ་བ་ལ། དེ་ལྟར་བསྟེན་  
 བ་བྱངས་སོགས་ཚུལ་བཞིན་ལེགས་པར་སོང་བའི་ཆེ་ལྟག་ཆད་སྟོང་  
 ཕྱིར་ཡིག་བརྒྱ་བརྒྱ་བ་དང་གཏང་རག་གི་མཆོད་པ་ཅི་འབྱོར་བཤམས་  
 ལ་མཆོད་འབུལ་ཆོགས་འཁོར་ཤིས་བརྗོད་བྱ། བསྟེན་ཡིག་འདུས་པའི་  
 རྒྱན་ལས་ཁ་སྟོང་གི་སྦྱིན་བསྐྱེད་ལས་གཞན་མ་གསུངས་པས་དེ་གས་  
 ཆོག་པར་མངོན། གཞན་དུ་དབང་དོན་དེ་ཉིད་ཡང་གསལ་དུ། སྦྱོན་  
 གསལ་ལེའུ་བཙོ་ལྟ་བུའི་མཆོད་ཀྱི་ལུང་བྱངས་པའི་རྗེས་སུ་ཡེ་ཤེས་པར་  
 བཤད་ཆོད་བཞིན་འབེབ་པའི་རྒྱས་པ་མ་ཐོབ་ཀྱང་། དབང་བསྐྱར་གྱི་  
 སྐབས་ཡེ་ཤེས་པ་འབེབས་དགོས་པས་ན་དེའི་སྒྲགས་ཀྱི་བྱངས་བསྟེན་  
 དང་རྒྱས་པ་བསྐྱེད་པའི་བརྒྱ་ཆའི་སྦྱིན་སྟེན་ཀྱང་སྦྱོན་དུ་འགྲོ་དགོས་སོ་  
 ཞེས་གསུངས་པས་དབང་བསྐྱར་བ་སོགས་ལ་ཁ་སྟོང་གི་སྦྱིན་སྟེན་ཁོ་

ན་འགྲིགས་མིན་དམ་པའི་ཞལ་ནས་ཐོས་པར་བྱ་དགོས་པར་སྣང་། གང་  
 ལྟར་སྤྱིན་སྲེག་ཀྱང་མཆམས་ནང་དེར་བྱུང་ན་ལེགས། མ་བྱུང་ཀྱང་སྤྱི་  
 མཆམས་གྲོལ་ནས་ཆོག་གསུངས། གཟུང་སྐྱར་བཟང་པའི་ཉིན་རྒྱལ་ཐོའི་  
 མདུན་མཆོད་གཏོར་བཤམས། བྱ་རྒྱུད་ལྟར་བྱིན་རྒྱབས་བྲ། སྤར་བཤད་  
 པ་ལྟར་མཆོད་གཏོར་བསྟོད་པ་བྱས་པའི་མཐུག་ཏུ། རྒྱལ་པོ་འཁོར་དང་  
 བཅས་པ་ཡིས། །བདག་གི་དགེ་བའི་བྱ་བ་ལ། །སྤོངས་གྲོགས་འཕྲིན་  
 ལས་སྐྱབ་པ་ལེགས། །དི་བཞིན་དུས་སུ་ཚུར་སྤྱོན་ཅིག །ཡིག་བརྒྱ་  
 བཟོད་གསོལ་བྲ། །ཁྱོད་ཀྱིས་བདག་གི་བྱ་བ་མཛོད། །རྗེས་སུ་མཐུན་  
 པའི་དངོས་བྱུང་སྟོལ། །རང་གི་གནས་སུ་གཤེགས་ནས་ཀྱང་། །སྤར་  
 ཡང་འབྱོན་པར་མཛོད་དུ་གསོལ། །ཞེས་པས་གཤེགས། ཐོ་མི་འགོ་མ་  
 པར་གཙང་སར་བཞུགས། དམ་གཙང་མི་རྣམས་སོགས་དེམ་པས་  
 འཕྲད་པར་བྲ། ཏར་འདོན་ལྟ་བུར་བྱིར་འགོ་བར་མི་བྱེད་དེམ་པས་འགོ་  
 འཆག་བྲ། དམ་ཆོག་རྗེས་སོགས་སྤྱ། མཆོད་གཏོར་རང་གིས་ལོངས་  
 སྤྱད་པའམ། ས་རྒྱ་གཙང་སར་གཤེགས། ཉིན་རེ་བཞིན་བསྐོམ་བཞུས་  
 ལ་བཙོན་པར་བྱའོ། །གཏང་རག་གི་རྒྱལ་དུ་ཆོས་སྤྱོད་ལ་བསྐྱང་གསོ།  
 ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་ལ་བསངས་སོགས་ཀྱང་བྱ་དགོས་གསུངས་སོ། །

ལྷ་པ་དེ་ལྟར་བསྟེན་པ་བྱས་པའི་པན་ཡོན་ནི། དེ་ལྟར་རྒྱལ་  
 བཞིན་དུ་འབད་པས་ལས་ཀྱི་སྤྱིབ་པ་འདག་པར་འགྱུར་བ་དང་། བར་

ཆད་གང་གིས་ཀྱང་མི་ཚུགས་ཤིང་། ལྷག་པའི་ལྷས་རྒྱད་བྱིན་གྱིས་རྫོབ་  
 ཅིང་ཆོགས་གཉིས་སྒྱུར་དུ་རྫོགས་པ་དང་། རྫོགས་རིམ་ཟབ་མོའི་རྫོགས་  
 པ་སྒྱུར་དུ་སྦྱེ་བ་དང་། ཞི་སོགས་ལས་རབ་འབྱམས་འགྲུབ་པར་འགྱུར་  
 བ་དང་། ལམ་འདིའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ལ་གསང་བདག་ཕྱག་ན་དོ་རྗེ་འཁོར་  
 འབྱམས་ཕྱག་དུ་མས་སྤང་སྦྱོབ་མཛད་ཅིང་། དམ་ཅན་ཆོས་རྒྱལ་རྒྱལ་  
 ཆེན་རྣམ་ཐོས་སྤྲས་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བཞི་སོགས་བཀའ་སློང་སྤང་མ་  
 རྣམས་ཀྱིས་དོ་རྗེ་འཆང་གི་བཀའ་བཞིན་དུ་ཉིན་མཆན་ཀྱན་ཏུ་ལུས་དང་  
 གྲིབ་མ་བཞིན་འགྲོགས་ནས་བསྤང་བ་དང་།

འདུས་པའི་རྒྱད་བྱི་མ་ལས།

གང་ཞིག་རབ་གསང་འདུས་པའི་རྒྱད་འདི་ཉན་པ་དང་། །

འདོན་པར་བྱེད་དང་སྒྲོག་པ་དང་ནི་སེམས་པ་དང་། །

མཆོད་པར་བྱེད་པ་དང་ནི་འབྱོར་འབྱུག་གོ །

བྱང་ཚུབ་དོ་རྗེ་འབར་ལྷར་དེ་ལ་རྟག་ཕྱག་འཆོལ། །

ཞེས་སོགས་བསྒྲགས། དེ་བཞིན་རྒྱ་པོད་མཁས་གྲུབ་དུ་མ་དང་། ཁྱད་  
 པར་རྗེ་སྤྲུལ་ཅོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་རྒྱད་ཀྱི་དོན་སྤྲུལ་མའི་བྱིན་གྱིས་མ་ནོར་  
 བར་རྫོགས་ནས་སྤུན་བཞིའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་བཙོན་ཞིང་སློ་མི་འགྱུར་པའི་  
 སྒྲུབ་པ་པོའི་དབང་པོ་དང་། སྒྲུབ་པ་པོའི་དབང་པོ་དེ་གང་གིས་མཐོང་  
 ཞིང་ཐོས་པ་དང་བྲན་ཅིང་རེག་པ་དང་སྦྱོགས་གཅིག་ཅུ་འཛིན་པ་ཡན་

ཆད་ལའང་རྡོ་རྗེ་འཆང་དང་འབྲ་བར་བལྟས་ནས་བྱུག་འཇམ་ལ། ཞེས་  
 སོགས་གསུངས་པ་ལགས་པས་པན་ཡོན་མཐའ་ཡས་པའི་ལམ་འདིར་  
 བཅོམ་པར་རིགས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་བསྟེན་པ་  
 རི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ལེགས་པར་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

སྤྲུལ་པ། རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དཔལ་ལྡན་འདུས་པའི་མཆོན། །སྤྲ་  
 འཛིན་རྒྱན་དུ་རྟེན་པའང་བསོད་ནམས་ཀྱི། །ཟོང་མཆོག་དམ་པས་  
 འགྲུགས་ལས་གཞན་མིན་བྱིར། །འདི་ལྟར་སྤྲ་བ་ཨེ་མ་སྤྲལ་བ་  
 བཟང་། །འོན་ཀྱང་ལས་ཉོན་བག་ཆགས་གཡོན་མིག་མས། །འཁྱུད་པའི་  
 སྲིད་པས་སྤྲིག་རྒྱར་རྒྱར་སྤང་བ། །རྒྱན་ལྡན་འགམ་པར་བྲིས་པའི་གཉེར་  
 མ་བཞིན། །ཟིན་མེད་རྣམ་པར་གཡེང་བ་རིར་སྦྱེས་དབུས། །སྦྱེ་བར་ཉེར་  
 གོམས་རྟེན་འདིར་ཉེར་བསགས་པའི། །ཚོངས་པ་ཆེན་པོའི་ཐུན་སྦྲུག་  
 ཆེར་འཐེབ་པ། །གསལ་བའི་ཤེས་བྱར་བཅོམ་པའི་ཉིན་བྱེད་  
 ཀྱང་། །བཅོམ་མིན་རྒྱུད་གིས་ཤིང་རྟས་ཆེར་གཡོགས་པས། །ལེགས་  
 བཤད་པརྫོ་རྟོད་པའི་སྤོབས་པ་ཟ། །དཔེན་པར་སྦྱིང་ལས་རྒྱུད་དུར་ཉལ་  
 བར་སྤྱོ། །ལུང་དང་མཛོན་པར་རྟོགས་པའི་དཔལ་བརྟེས་པའི། །སྟོན་བྱོན་  
 དམ་པའི་ལེགས་བཤད་ལོར་གྱི་བུའི། །སྟོན་མ་ཆེན་པོས་རྣམ་པར་སྤང་  
 བཞིན་དུ། །དེ་ཉིད་བྲིས་པའི་གཞུགས་ལ་མཆོད་དུ་ཅི། །འོན་ཏེ་གཞན་  
 པན་འབའ་ཞིག་ལ་དགོངས་པའི། །རྒྱལ་སྤྲུལ་ཐབས་མཁས་སྤྱོད་པ་རྒྱ་

མཆོའི་སྤྲིན། །ཡིད་ཅན་སྒྲ་ན་བེས་དེས་བཀའ་སྦྱལ་དོན། །བསོད་ནམས་  
བཞེན་དུ་བཟུང་སྟེ་དམན་སྟོ་ཅན། །པན་པའི་བསམ་པས་ཆུ་འབབས་གོ་  
སྤྲ་བྱས། །བདག་སྟོ་སྟོངས་དང་ཅི་ཡང་མི་ཤེས་ཤིང་། །མ་རྟོགས་ལོག་  
རྟོགས་ཏེ་ཅང་གསལ་བ་སོགས། །ཉེས་བཤད་ཀྱང་གང་སྟ་དང་མཁས་  
ལ་བཤགས། །ལེགས་བྱས་མཆིས་ན་དགེ་དེས་འགྲོ་བ་ཀྱང་། །རྩི་རྩི་  
འཆང་གི་གོ་འཕང་སྤྱར་འགོད་ཤོག །

ཅེས་དཔལ་གསར་བ་འདུས་པའི་བསྟེན་ཡིག་རབ་གསལ་ཤེས་དཀར་མེ་  
ལོང་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་དགེ་རྒྱལ་བཀྲ་ཤིས་ཐེག་ཆེན་སྤྱིང་ནས་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་  
མངོན་པར་མཐོ་བ། མང་ཐོས་སྤྱབ་ལ་གཞོལ་བའི་སྤྲེས་ཆེན་དམ་པ་སྤྱལ་བའི་སྤྱ་  
ཐབས་མཁས་རྒྱ་མཆོའི་ཞལ་ལྷ་ནས་ལོ་སྤྱིར་བསྤྱལ་མ་ཡང་ཡང་མངོན་པའི་  
བཞེད་པ་སྤྱབ་སྤྲད་དུ། རྒྱ་དང་རྒྱ་བོད་ཀྱི་གཞུང་འགའ་ཞིག་མཐོང་བ་དང་། རྒྱ་  
པར་རྩི་སྤྲ་མ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་རྒྱལ་བ་ཙུང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་སྤྱབ་ཐབས་ནལ་  
འགྱུར་དག་རིམ་དང་། ཀྱན་མཁྱེན་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པའི་བསྟེན་ཡིག་ཟུང་  
འཇུག་ཆར་འབབས། མཁས་བྱུང་ལུང་སྤྱི་རིན་པོ་ཆའི་བསྟེན་ཡིག་བདུན་ཅིའི་བྱས་  
བཟང་། ཡོངས་འཛིན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་བསྟེན་ཡིག་འདུས་པའི་རྒྱན་ནམས་  
ཀྱི་དགོངས་ཟབ་ལ་གཞིར་བཞག །མཁས་བྱུང་སྤྲ་མ་དམ་པའི་གསུངས་སྟོས་དང་  
མན་ངག་གིས་བརྒྱན་ཅིང་། ལུང་འཛིན་སོགས་སྟོ་བྱ་མང་ནའང་སྟོ་དམན་འཛིགས་  
པའི་རྒྱར་བསམ་ནས་སྟོས་བཤད་དོར་སྟེ། རང་བཞོས་མ་སྤྲད་པར། རང་འདྲི་སྟོ་  
དམན་གསར་བྱ་ལ་པན་སྟོས་ནག་འགྲོས་ཆུ་འབབ་ལུགས་སྟུ། རོང་མ་སྤྲ་མིང་པ་  
སྟོངས་བརྒྱལ་འདི་སྤྱང་གི་གཡེང་བའི་དགེ་སྟོང་སྟོ་བཟང་ཆོས་འགྱུར་སྤྱབ་

བས་གདོང་ངན་ལོའི་འབྲས་ལྷན་དུས་ཀྱིས་དབྱིག་བས་ཉ་བའི་དམར་ཕྱོགས་  
 རྫོགས་པ་གཉིས་པའི་གྲང་གི་ཆར་དབེན་གནས་ཆོས་ཀྱི་ཕོ་བྲང་དུ་སྦྱར་བས་  
 འཇིག་རྟེན་ནི་ཆེ་ལྷ་ལྷར་གྱུར་ཅིག་གུ། །སཐ་མཁྱེ་ལོ། །དགེའོ། །

༡༡། །དེལ་བྱ་པའི་ལུགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་སྒྲོམ་པའི་བསྟེན་ཡིག་དམ་  
 པའི་བཞེད་གཞུང་སྒོ་ལྷན་དགའ་བའི་ཉར་འཆོ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

༡༢། །གང་ཐུགས་ལྷན་སྦྱེས་དགའ་ཆེན་རོལ་བ་དང་། །སྒྲོང་ཆེན་  
 གཉིས་མེད་མཛའ་བས་འབྱུང་པའི་ཁམས། །ཉམས་དགའའི་རྣམ་པ་  
 རོལས་པའི་གར་བསྐྱར་བ། །ཆེ་མ་ཉེ་རུ་ཀམས་བདག་སྦྱོངས་  
 ཤིག་འཁོར་བ་སྤྱད་དུ་ཞེན་པའི་འཁྲི་ཤིང་ནི། །འཕོ་བྲལ་དོ་རྩེའི་མཆོན་  
 ཀྱིས་གཙོད་པའི་ཕྱིར། །གང་གི་བསྟེན་ཐབས་དམ་པའི་ལམ་སྟོལ་  
 བཞིན། །བཀོད་ལ་ལྷ་དང་མཁའ་འགྲོས་གནང་བ་སྟོལ། །དཔལ་གྱི་  
 མགུལ་ནས་ལེགས་ཐོན་ལེགས་བཤད་དབྱངས། །རྣལ་འབྱོར་མ་རྒྱུད་  
 གུན་ལས་ཆེར་འཕགས་པའི། །དཔལ་ལྷན་འཁོར་ལོ་སྒྲོམ་པའི་རྣལ་  
 འབྱོར་ཆེ། །བྱུང་བཞེས་དེལ་བྱ་པ་ཡི་ལུགས་འདི་མད། །

དེལ་འདིར། །ལམ་ཐུན་མོང་བས་རྒྱུད་སྦྱངས་པ་སྟེན་དུ་སོང་  
 ཞིང་། འདིའི་དབང་དང་སྦྱབ་ཐབས་ཀྱི་ལུང་སོགས་ལེགས་པར་ཐོབ་པའི་  
 རྣལ་འབྱོར་བས། །ལས་སྦྱབ་པ་ལ་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་བསྟེན་པ་རི་ལྷར་

བྱ་བའི་ཚུལ་ནི། རྒྱུད་ལས་དུར་ཁྲོད་སོགས་གནས་ཀྱི་ཁྱད་པར་མང་དུ་  
 གསུངས་ཀྱང་། ལུས་པ་ཐོབ་པའི་དབང་དུ་མཛད་ཀྱི་ལས་དང་པོ་པས་  
 ཡིད་མཐུན་ཀྱི་གནས། མི་དང་མི་མིན་ཀྱི་འཆེ་བ་མེད་པའི་གནས་  
 བསྟན་པར་བྱ་བ་ལེགས་པས། དེ་ལྟ་བུའི་གནས་སུ། དུས་ཆེ་བ་བཅུ་  
 གཉིས་པ་དང་། ཆེས་གངས་ཡང་མར་ངོའི་ཆེས་བཅུ་སྟེ་ཉི་ཤུ་ལ་  
 བཟང་ཞིང་། གལ་ཏེ་ཆེ་ཆེས་བཟང་པོ་གཞན་ལའང་རུང་བ་ཅུ་མ་མོ། །དེ་  
 ལ་དང་པོ། རིམ་གྲོ་སོགས་ཅི་འགྲུབ་བྱ་ཞིང་། ལྷ་འདིའི་སྐྱུ་བྲིས་ཐང་  
 སོགས་ལེགས་པར་བཀའ་པས་པའི་མདུན་དུ། སྒྲ་མེད་སྤྱིའི་གཏོར་རྒྱས་  
 འབྲས་ཆེན། སྐན་མ། སྒོག་སྐྱུ། བཙུང་རྣམས་དང་། རྒྱུད་པར་སྒྲ་མེད་ཀྱི་  
 བདུད་ཅི་རིལ་བུ་བཏབ་པའི་གཏོར་མ་རྒྱུ་པོ། བཤོས་བུ་བཞིས་སྒོར་བ་  
 དམར་པོ་རྒྱན་སོགས་ཀྱིས་མཛེས་བ་དང་། གཡོན་དུ་མཁའ་འགོ་སྤྱི་  
 གཏོར་བྲག་ལེན་ལྟར་བཤམས། བདག་མདུན་ཀྱི་མཆོད་པ་ཚུ་གཉིས་  
 ཉེར་སྦྱོང་ཆར་གཉིས། རང་གི་མལ་ཡང་ཁ་སྒྲོར་ལྟས་ཀྱི་ཅིས་དང་འོག་  
 དུ་སྒྲ་ཆོགས་དོ་ཇེ་བྲི་བ། གྲུ་ཤ་འགེམ་པ་སོགས་བྱེད། རྒྱ་བྲིལ། བར་  
 མཆོད། མི་རུས་སམ་བོ་དེ་ཅིའི་ཕྱིང་བ་སོགས་དགོས་ལ། ཁ་ཕྱི་མ་  
 ཆངས་སྦྱད་རུས་རྒྱན་སོགས་ཀྱང་རི་མོ་བྲིས་པ་ཚུན་ངེས་པར་དགོས་  
 ལ། གཞན་ཡང་བགེགས་གཏོར། མཆོམས་ཐོ་ལ་འབྲུལ་རྒྱུའི་མཆོད་  
 གཏོར། གུལ་ཡུངས། ལས་བུམ་སོགས་ཡོ་བྱད་མ་ཆང་བ་མེད་པར་བྱ།



རང་ཉིད་སྟན་ལ་འཁོད། སྐབས་སེམས་དང་། སྐད་ཅིག་དགོང་  
 བསྐྱེད་བྱ། ལས་བྱམ་ལ་དམིགས་ཏེ། ཨོ་ཁུ་རོ་ཉིས་བསངས། སྤ་བྱ་  
 ×× སྟོང་བའི་ངང་ལས། བྱམ་བའི་ནང་དུ་ཉི་མའི་དགྱིལ་འཁོར་བེ་བྱིས་  
 མཚན་པ་སྤགས་སྒེང་གིས་བསྐྱོར་བ་ལས་འོད་འཕྲོས། ཕྱོགས་བཅུའི་  
 རྒྱལ་བ་སྤས་བཅས་ཀྱི་བྱིན་མཐུ་ཐམས་ཅད་དུ་མ་སྐྱེས་མའི་ནམ་པ་སྤྱན་  
 དངས། ས་བོན་སྤགས་སྒེང་དང་བཅས་པ་ལ་ཐེམ་པས་བྱིན་བྱིས་  
 བཤྲོས་པར་གྱུར། ཁུ་རོ་ཉི་ཅི་འབྱུབ་བཤྲོས་མཐར། སྤགས་སྒེང་ས་  
 བོན་གདན་དང་བཅས་པ་འོད་དུ་ཁྱུ་ནས་བྱམ་བའི་ཆུ་ལ་ཐེམ་པར་གྱུར།  
 དེ་ནས་བགོགས་གཏོར་སྤྱི་ལྟར་བཏང་ཐེས། རང་གི་སྤགས་ཀའི་རྩྱུ་ལས་  
 འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས་སྐད་ཅིག་གིས་དོ་རྩེའི་ས་གཞི། ར་བ་གྱུར་ལྷ་བྲེ་མེ་  
 རི་དང་བཅས་པར་གྱུར། ཅེས་སྤང་འཁོར་བསྐྱོམས་པའི་ནང་དུ།  
 མཚམས་ཁང་དུ་འབྱུག་དགོས་དུ་ཡོད་ཚུད་པའི་མོས་པར་བྱ།

དེ་ནས་རང་གི་སྟོང་ཁར་ལྷ་བ་ལ་དོ་རྩེ་སེམས་པའི་རོ་བོ་ཨོ་ཏ་  
 དགར་པོ་ ×× ཞེས་བ་ནས་ བའ་བའ་དུད་ཁ་ནམས་ཀྱིས་མཚན་པར་གྱུར།  
 ཅེས་པའི་བར་ཡབ་ཡུམ་ཀྱི་གོ་ཆས་བསྐྱེད་པར་བྱས་ལ། རང་པར་མི་  
 འགོ་ཞིང་། གཞན་ཚུར་མི་འོང་བའི་སྟོང་ལྟ་བུ་ལ་མཚམས་ཐོ་བཞག་  
 ནས། མཚན་གཏོར་འབྱུལ་བ་སོགས་བསྐྱེད་ཆོག་སྤྱི་ལྟར་བྱས་ལ།  
 འཕགས་སྐྱེས་པོ་ལ་འཕྲིན་ལས་བཅོལ།

དེ་ནས་ས་སྔོན་གྱི་དུས་ལ། སུན་གྱི་འགོ་བཟུང་ནས། ཟླ་བ་རྒྱུད་  
 གསོལ་འདེབས་ནས་བཟུང་། ལྷ་ལྷའི་སྐྱབ་ཐབས་གཞུང་ཉམས་སུ་  
 ཟུངས་ལ་བསྟེན་པ་ནམས་རི་ལྟར་མཆོམ་པ་བཞུས་ཇེས། གཏོར་འབུལ།  
 ཉེར་བསྟུ། སློན་ཤེས་བཅས་བྲ། སང་ནང་པར་སྤྲ་བར་ལངས་ནས། ཟླ་  
 མའི་ནལ་འབྱོར་སོགས་སྔོན་དུ་འགྲོ་བས་བདག་བསྐྱེད་རྒྱས་པ་  
 བསྐྱེམས་ནས་བསྟེན་པའི་མཐར་ཡིག་བརྒྱ་བཞུས་ནས་ཉེར་བསྟུ་སློན་  
 ཤེས་བཅས་བྲ། དེ་ལྟར་ཉི་མ་ཤར་བྱ་བ་གཉིས་དང་། ཉིན་བྱེད་ལ་སུན་  
 མཆོམས་ཁེལ་བར་བྱས་ནས། སུན་བཞི་བྲ་ཞིང་། དགོང་སུན་གྱི་མཇུག་  
 ཏུ་གཏོར་བསྔོས་ཡང་དགོས་ལ། དེ་ཡང་བདག་བསྐྱེད་རྒྱས་པ་མ་བྱས་  
 །ཀྱང་ཆོག་ལ། གཏོར་མགོན་བསྟུས་པ་བྲ་ཚུལ་ནི། བསྟེན་པའི་མཇུག་ཏུ་  
 ཡིག་བརྒྱ་བཞུས་ལ། ཨོྭ་ཁུ་རོ་ཉིས་བསངས། སྤྲ་ལྷ་མས་སྤྱངས། སྔོང་པ་  
 ཉིད་དུ་གྱུར། སྔོང་པའི་ངང་ལས་ཀྱི་ལས་བྱུང་བའི་ཐོད་པ་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་  
 ཆེ་བ་ནམས་གྱི་ནང་དུ་རྩྱུ་རྩྱུ་ཞུ་བ་ལས་བྱུང་བའི་མཆོད་ཡོན་ཞབས་  
 བསིལ་ ×× ཞེས་སོགས་མཆོད་པ་བྱིན་རྒྱལས་དང་། ཏ་ཏོ་རྩིམ་ཁ་ཁོ་ག་  
 རི་རོ་བུས་པའི་སློན་སྤྱངས། ཟག་པ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་བདུད་ཅིའི་རྒྱ་མཆོ་  
 ཆེན་པོར་གྱུར། ཨོྭ་ལྷ་རྩྱུ་ལན་གསུམ་གྱིས་གཏོར་མ་བྱིན་བརྒྱབ་བྲ།

མོ། སྤགས་ཀའི་རྩྱུ་གི་འོད་ཟེར་གྱིས་དུར་ཁྱོད་བརྒྱུད་ན་གནས་  
 པའི་ཕྱོགས་སྔོང་དང་ཞིང་སྔོང་སྤུ་ལ་སོགས་པའི་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཉེ་

རུ་ཀ་ལྷ་ལྷའི་དགྲིལ་འཁོར་མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་སྤུན་བྲངས། ལྷ་ནམས་  
 གྱི་ལྷགས་སྤྱི་དཀར་པོ་ལས་སྐྱེས་པའི་རྩོམ་ཅེ་གསུམ་པ་དཀར་པོ་ནས་  
 འབྲུ་ཅམ་འཁོར་པའི་རྩོམ་ཅེ་འོད་ཟེར་གྱི་སྤུ་གུས་བྲངས་ནས་གསོལ་བར་  
 གྱུར། ཨོྫ་བཟླ་ཨ་ར་མི་ཉོ་རྩོ་ཉི་པོ་ཉོ་བཟླ་རྒྱ་ཀི་ནི་ས་མ་ཡ་སྤྱི། ཉི་ཤུ་  
 ཉོ་ལན་གསུམ། ཨོྫ་སར་ཉ་ཐུ་ག་ཉ་ཨ་རྒྱུྱི་ནས་འཁྱེད་པ་ཉི་མཚེས་སྤྱི། ཨོྫ་སྤྱི་ཉ་  
 ཉ་སྤྱི་སྤྱི་པར་ཨོྫ་ཨ་རྒྱུྱི། ཨོྫ་སར་བུ་རྒྱ་ xx ཨོྫ་རྒྱ་ཀི་ནི་ཡེ་ xx ཨོྫ་ལ་མེ་  
 xx ཨོྫ་ཁུ་རོ་ཉི་ xx ཨོྫ་རུ་པི་ནི་ཡེ་སྤྱི་སྤྱི་པར་ཨོྫ་ཨ་རྒྱུྱི། ཨོྫ་བཅེས་  
 ལྷན་དཔའ་བོའི་ སོགས་ཀྱང་བརྒྱད་གྱིས་བསྟོད་ལ། སྤྱིད་པ་དང་མཉམ་ སོགས་  
 གྱིས་གསོལ་བ་གདབ་ལ། འདས་གཏོར་འབྲུལ། དུར་ཁོད་བརྒྱད་ན་གནས་པའི་  
 རྩོགས་སྐྱོང་དང་ཞིང་སྐྱོང་དང་སྤུ་ལ་སོགས་པ་ནམས་སྐྱོང་ཅིག་གིས་  
 འོད་གསལ་དུ་བརྒྱག་པ་ལས་བདེ་མཆོག་གི་ལྷ་ཡབ་ཡུམ་གྱི་སྐུར་  
 བཞེངས་པའི་མགོན་ཆུང་སྤུ་ལྷགས་ལ་སྤྱི་དཀར་པོ། ཞེས་པ་མན་ཆད།  
 མཁའ་འགོ་སྤྱི་གཏོར་ལྷར། ཡིད་ལ་འདོད་པ་ཀུན་འབྲུབ་ཤོག། །ཅེས་པའི་བར་གྱི་  
 འཛིག་རྟེན་པའི་གཏོར་འབྲུལ་བྱས་ལ། ཨོྫ་བཟླ་སྤྱི་མཛད་གཞི་ནས་པ་ནམས་རང་  
 གནས་སྤུ་གཤེགས་པར་གྱུར། ཨོྫ་ཡོ་ག་ཤུ་རྒྱུ་མཚན་ལོ་ག་ཤུ་རྩོམ་ཉི་  
 དགྲིལ་འཁོར་གྱི་འཁོར་ལོ་བདག་ཉིད་ལ་ཐེག་པར་གྱུར། ཅེས་པ་དེ་ལྷར་  
 བྱས་ལ་བདག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཉིང་བསྐྱེད་སྐྱོན་ལམ་ཤིས་བརྗོད་ནམས་བྱའོ། །

ཐུན་དང་པོ་ལ་སྐྱབ་ཐབས་གང་ལ་བརྟེན་པའི་ཆོ་ག་རྒྱས་པ་དང་།  
 བྱི་མ་རྣམས་ལ། ལྷ་མ་བརྒྱད་པའི་གསོལ་འདེབས་དང་། རྟོན་སེམས་  
 སྒོམ་བཞུས། གོ་ཆ་འགོད་པ་རྟེན་བརྒྱད་ཀྱི་བསྟོན་པ་སོགས་མ་བྱས་  
 །ཀྱང་ཆོག་ལ། གཞན་བསྐྱབ་གང་ཐུབ་མི་བྱའོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་ནང་ནས། བཞུས་པའི་གངས། གཙུ་བོ་དང་ཡུམ་གྱི་  
 སྙིང་པོ་འབྲུམ་ཕྱག་རེ། ཉེར་སྙིང་གཉིས་ཅི་འབྲུབ་དང་། འཁོར་མཁའ་  
 འགོ་མ་བཞི་དང་། ཡེ་ཤེས་འབེབས་སྐྱགས་ཁྲི་ཕྱག་རེ་བཞུ་ཞིང་། ཡེ་  
 ཤེས་འབེབས་སྐྱགས་ནི། ཨོྩ་རྩ་རྩ་རྩ་པར་ཨོྩ་ཏེའུ་མ་རྩ་ཤོ་རྩ་ཨྩ་བེ་  
 བུ་ཡ་རྩ། ཞེས་པ་བཞུ་ཆོག་ལ། བཞུས་དཔེགས་ནི། ལྷ་རང་རང་གི་  
 ཐུགས་ཀར་ཉི་གདན་ལ་རྩྱི་གི་མཐར་རང་རང་གི་སྐྱགས་སྟེང་གི་གཡོན་  
 སྒོར་བྱ་བསྒོར། དབྱས་ཀྱི་རྩྱི་ལས་འོད་འཕྲོས་པ་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་  
 ཆོགས་སུ་བྱུང་ནས། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱས། སྐར་རྩྱི་ལ་འདུས་པ་དེ་  
 འདྲ་ཡང་ཡང་བྱེད་པ་གོང་བུའི་བཞུས་པ་དང་། དམ་ཆོག་གི་བཞུས་པ་  
 གཉིས་ཀའི་དོན་ཆང་བར་བཞད་ལ། ཡེ་ཤེས་འབེབས་སྐྱགས་ཀྱི་ཆོ།  
 རང་གི་སྐྱགས་ཀའི་ས་བོན་ལས་འོད་ཟེར་དམར་པོ་ལྷགས་ཀྱུ་ལྟ་བུ་  
 འཕྲོས། རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་ཀྱི་ཆོགས་རྣམས་འཁོར་ལོ་སྒོམ་པའི་ལྟའི་  
 རྣམ་པ་སྐྱུན་བྱངས། རང་གི་ལུས་ལ་ཆར་ཆེན་པོ་བབ་པ་ལྟར་ཐེམ་པ་  
 བསམ་མོ། །སྐྱགས་བཞུ་བའི་ཆོ་སྟེང་བ་ཡང་ལག་པ་གཡོན་པའི་མཐེབ་

སྤྱིན་གྱིས་འདྲེན། ཡིག་བརྒྱ་བརྒྱ་བའི་ཆོ། རིགས་བདག་སོ་སོའི་སྤྱགས་  
 ཀར་རྒྱ་བ་ལ་རྒྱ་དེའི་མཐར་ཡིག་བརྒྱས་གཡོན་སྟོར་དུ་བསྟོར་བ་ལས་  
 བདུད་ཅིའི་རྒྱན་བབས། སྤྱགས་ཀྱི་ལྷག་ཆད་སོགས་ཉེས་བ་སྤངས་པའི་  
 མོས་བ་བྱ་དགོས་པ་ཡིན་ལ། སྤྱིར་བསྟེན་བ་མ་བྱལ་གྱི་བར་དུ། གནས་  
 གཞན་དུ་སྟོ་བ་དང་། མི་གི་བ་ཅན་དང་འཕྲད་པ། རང་གི་ཡོ་བྱད་ཕྱིར་  
 བྱིར་བ། མདའ་གཞུ་འཐེན་པ། ལྷན་སྤྱལ་པ། གཞན་གྱི་ཁ་འཕྲོ་ཟ་བ།  
 མཆོན་ཅེ་ཁར་འཇུག་པ་སོགས་སྤང་། ལྷ་དང་སྤྲ་མ་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་  
 བ་དང་བཅས་པའི་སྤྱགས་ཆད་ལྷག་སོགས་བརྒྱས་པའི་སྟོན་ཅུམས་  
 སྤངས་ཏེ་བརྒྱ་བ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་ཁུས་དང་ཁ་ཟས་སྟོད་ལམ་གྱི་  
 ཅུམ་འཁྱོར་སོགས་བསྐྱེད་རིམ་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་བྱ་ལ། བསྟེན་བ་བྱལ་  
 བས་ཁ་སྟོར་དུ་དམིགས་ནས་ཡིག་བརྒྱ་ཅི་འབྲལ་བརྒྱས། ཁ་སྟོར་སྤྱིན་  
 སྤྱིག་ཀྱང་མཆོམས་ནང་དེར་ཞི་བའི་སྤྱིན་སྤྱིག་ཅི་འབྲལ་བྱ་ཞིང་། སྤ་  
 ཐུན་ཞིག་གི་མཇུག་ཏུ་མཆོམས་ཐོའི་མདུན་དུ་མཆོད་གཏོར་བཤམས་  
 ལ། མཆོད་བསྟོད་གཤེགས་གསོལ་སོགས་སྤྱི་ལྟར་བྱས་ལ། ལྷ་འདིའི་  
 ཆོགས་འཁོར་སོགས་ཀྱང་བྱེད། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་མཆོམས་སྟོད་པ་  
 སོགས་དང་། བསྐྱལ་པའི་ཡོ་བྱད་སོགས་དབང་མ་ཐོབ་པ་ལ་སྤྱས་པ་  
 སོགས་བསྟེན་སྐྱབ་གཞན་ལས་བཤད་པ་ལྟར་བྱ་བ་དེ་ལྟར་ཉམས་སུ་  
 བྲངས་པས། ལྷ་མཆོག་འདི་ཉིད་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྐྱབ། སྤྱིན་སྤྱིག་

དབང་བསྐྱར་སོགས་ལས་བྱ་བ་ལ་དབང་ཞིང་། གྲིན་གྲིས་བརྒྱབས་པ་  
 སོགས་པན་ཡོན་ཆད་ལས་འདས་པ་འབྱུང་ངོ་། །ལས་རྩང་ཙམ་ཡིན་ལ་  
 བསྟེན་ཆེན་སོགས་ནི་དམ་པའི་ཞལ་ལས་ཤེས་དགོས།

སྤྲུལ་པ། གངས་མེད་རྒྱུད་ཀྱི་རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་  
 ལས། །སྟོགས་མའི་བརྒྱུད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་མ་རྒྱུད་ལས། །གྲིན་མཐུ་  
 འདོད་རྒྱུ་འཇོ་བའི་བསམ་འཕེལ་དབང་། །གྲུབ་བརྟེན་བྲིལ་བྱ་བ་ཡི་ལམ་  
 སྒོལ་མཆོག་ །དེ་ཉིད་ཉམས་སྲུ་ལེན་ལ་པན་ཆེ་བའི། །བསྟེན་ཡིག་སྟོན་  
 སྟོན་དམ་པས་བཀའ་བ་ཡི། །གཞུང་བཟང་བདུད་ཅིའི་སྟོན་རྩ་ཆེས་མང་  
 མོད། །ཚོངས་པས་བྱས་པའི་ངན་སྐྱུགས་དགོས་པས་དབེན། །དེ་ལྟ་ན་  
 ཡང་སྐྱལ་ཆོག་ཆེར་མའི་འདས། །ཐོས་འཛིན་ཡང་ཡང་ཕྱག་བ་མ་བཟོད་  
 ནས། །རང་བཟོས་མ་སྤྲད་མཁས་པའི་བཞེད་བ་བཞིན། །ཡི་གེ་ཉུང་དུའི་  
 ལས་འདི་འབད་པས་བསྐྱབས། །གྲིན་རྒྱབས་དབང་གི་བདུད་ཅི་སྟོང་  
 ཁར་སིམ། །མཁས་མང་གསུང་གི་རྣམ་གངས་མཐོང་ཞིང་ཐོས། །སྤྲེལ་  
 རྒྱུད་དོན་སྟོགས་ཙམ་ཉོགས་པས་ན། །རྩང་བད་བྲིས་བའང་རྩང་ཙམ་  
 ཉིད་དུ་སེམས། །འདིར་འབད་དག་བས་ཡིད་ཅན་ཀྱན། །འཁོར་བ་ལྷ་ངན་  
 ལམ་བཀལ་ནས། །གཏན་བདེ་ཐར་པའི་སྤྱིང་མཆོག་ཏུ། །སྤྱར་དུ་བགྲོད་  
 པའི་སྐལ་བཟང་ཤོག། །

ཅེས་བྱ་བ་བརྟེན་ཅིང་བྱ་བ་འདི་ལུགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་སྒོམ་པ་ལྷ་ལྷའི་བསྟེན་  
 པ་དེ་ལྟར་བྱ་བ་འདི་ཚུལ་འདི་ནི། བཟ་གིས་ལྷ་ཕྱག་དགོན་ནས། བསྟེན་པ་འོས་དགེ་  
 སྟོང་དགེ་རྒྱལ་གྱིས་ཡང་ཡང་བསྟེན་པ་བཞིན། རྗེ་དངུལ་ཚུ་བ་ཆེན་པོ་ཡབ་སྐུ་  
 ཀྱི་བཞེད་པ་བཞིན་བྱ། རོང་ཐ་སྐྱ་མིང་འདུ་གསུམ་པ། དགེ་སྟོང་སྟོ་བཟང་དམ་ཚེས་  
 རྒྱ་མཚོས་བྱིས་པས་དགེ་བར་བྱུང་ཅིག །ལྟོན། །

༡༣། །དཔལ་དོ་རྗེ་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་བསྟེན་པ་དེ་ལྟར་བྱ་བ་འདི་ཚུལ་  
 གསལ་བར་བཤད་པ་ཟབ་དོན་བདུན་ཅི་འབྱེད་པའི་སྒྲ་བསྟོ་ལྟར་  
 གྲུན་དགའ་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

༡༣། །ན་མཆོག་བཟོ་རྒྱུ་རྩེ་ར་མ་ཡུལ་དུ་ཁོས་ཀྱང་སྟོང་རྗེས་འགོ་ལ་  
 བཅེ། །སྟོམས་པར་འདུག་ཀྱང་ཚུལ་ཁྲིམས་པ་རོལ་བྱིན། །རབ་དུ་  
 འཛིགས་ཀྱང་སྐྱབ་པའི་གོགས་ཀྱི་མཚོག །སྒྲ་མ་བཅོམ་ལྟར་གཤེན་རྗེའི་  
 གཤེད་ལ་འདུད། །མཚོག་གི་གོ་འཕང་སྐྱབ་ལ་མེད་མི་བྱུང་། །བསྟེན་  
 ཅིང་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་ལ་གཞིལ་བའི་གཏམ། །རྒྱལ་བ་གཉིས་པ་ཡབ་  
 སྐུ་རྗེས་འབྲངས་ཀྱི། །ཕྱག་ལེན་དེ་བཞིན་བསྟེན་ཡིག་མདོར་བསྐྱུས་  
 པ། །གཞན་པན་བསམ་པས་རྩང་ཟད་འགོད་པ་ལ། །ལྷ་དང་མཁའ་འགྲོའི་

གནང་བ་མཛོད་ཅིག་དང་། །དལ་བ་དོན་ལྡན་སྐྱབ་བྱེད་བསྟེན་པའི་  
ཐབས། །གོ་སླའི་ངག་གིས་ཅུང་ཟད་བྲིས་འདིར་གསོན། །

དེ་ལ་འདིར་དཔལ་ལྡོ་རྩེ་འཛིགས་བྱེད་ཆེན་པོའི་བསྟེན་པ་རི་  
ལྟར་ཉམས་སྲུ་སྒྲང་བའི་ཚུལ་གསལ་བར་འགོད་པ་ལ། དབང་ཐོབ་ཅིང་  
དམ་ཆེག་ལ་གནས་པ། དད་པ་དང་སྦྱིང་རྩེའི་བསམ་པ་དང་ལྡན་པའི་  
སྐྱབ་པ་པོ་ནི་བསྟེན་པ་ཉམས་སྲུ་ལེན་པའི་རྟེན་གྱི་གང་ཟག་དང་། གང་དུ་  
ཉམས་སྲུ་ལེན་པའི་གནས་ཀྱང་། རྒྱད་ལས། དུར་ཁྲོད་དང་། མ་མོའི་  
ཁྲིམ། རྒྱ་འབྲམ་ཤིང་གཅིག་དང་། མཆོན་གཅིག་སོགས་གསུངས་པ་ནི།  
རྣལ་འབྱོར་པ་རྒྱས་པ་ཐོབ་པའི་དབང་དུ་མཛད་ཀྱི། ལས་དང་ཐོ་ས་  
རྣམས་ལ། སྦྱིས་བྱ་དམ་པས་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ཤིང་བྱིན་གྱིས་  
བརྒྱབས་པ། བསམ་གཏན་གྱི་ཆེར་མ་མེད་པ་སྟེ། འཐབ་མོ་དང་སྒྲག་  
ཅོར་གྱི་སྒྲ་མེད་པའི་གནས་དབེན་པ། སྦྱེ་བོའི་འདུ་ལོང་འགྲིམ་འབྲུལ་  
སོགས་ཅུང་བའི་ས་ཕྱོགས་ཉམས་དགའ་བ། གཅན་གཟན་དང་དགྲ་རྒྱན་  
གྱིས་འཆེ་བ་མེད་པ། ཡོ་བྱད་རྒྱ་ཤིང་སོགས་རྟེན་སྒྲ་བའི་ས་ཕྱོགས་དེ་  
ལྟ་བུ་ལེགས་ཤིང་། རང་གི་མལ་འོག་རྒྱ་ས་དཀར་གྱི་རྩོ་རྩེ་རྒྱ་གམ་མམ་  
གཡུང་བྱང་བྲི་བ་དང་། རྩ་ཀྱ་ཤ་བཟམ་པ་སོགས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གནད་  
ཆེ་ལ། དེའི་སྟེང་དུ་བྲི་བྱ་མིག་ཅན་ནམ་སྟན་ནང་ཆང་ཅན་སོགས་བཞོད་  
པ་ནི་ཡུན་རིང་པོར་སྟོད་པ་ལ་གལ་ཆེ་ཞིང་།



དེ་ནས་སྐྱབ་ཁང་གི་དོར་ལེགས་པར་བྱས་ལ། རང་ཁ་ལྟོར་  
 རྩོགས་པར་སྐབས་བདེན་བྱ་ཞིང་། རང་དང་མདུན་སྡོད་ཀྱི་སྒྲ་མ་ཡི་དམ་  
 གྱི་བྱིས་འབྱར་གང་རིགས་ཀྱི་སྐྱ་རབ་གནས་ཅན་བཞུགས། དེའི་མདུན་  
 དུ་གཏོར་ཁང་ལྟ་བུའི་སྤེང་དུ། གཏོར་མའི་རྒྱ་དམ་སེལ་ཅན་དང་མི་གིས་  
 ཅན་གྱི་ལག་ནས་བྱང་བ་དང་། སྤྱད་ཉམས་པ། མི་གཙང་བས་སྐྱགས་པ་  
 སོགས་མ་ཡིན་པའི་བྱེ་གཙང་མ་ལ་བདུད་རྩི་རིལ་བྱ་དང་། སྒྲ་མེད་ཀྱི་  
 གཏོར་རྩིས་བཏབ་པ། མར་ཁུས་སྐྱས་པའི་ཡི་དམ་གྱི་གཏོར་མ་སྤྱང་  
 ག་ཟུགས་གཤོག་པ་ཅན་དང་། ལྟ་བུ་གསུམ་ལ་ཞལ་བས་བཏུ་གསུམ་  
 གྱིས་བསྐྱོར་བ་དང་། གཡས་སུ་རྩོགས་སྦྱོང་། གཡོན་དུ་ལས་གཤིན།  
 གཞན་ཡང་མཁའ་འགྲོ་སྤྱི་གཏོར། གཞི་བདག་གཏོར་མ་སོགས་ཕྱག་  
 ཡིན་ལྟར་ལེགས་པར་བཤམས། གཞན་ཡང་ཡི་དམ་ཆོས་སྤྱང་སོགས་  
 རང་གི་ཉམས་ལེན་མ་ཆག་པ་དགོས་རིགས་ཀྱི་གཏོར་མ་ཡང་བཤམས།  
 དེའི་མདུན་དུ་ཆུ་གསུམ་ཉེར་སྦྱོད་ཀྱི་མཆོད་པ་ཆར་གསུམ་མ་མཐར་  
 བྱས་ཏེ་གང་འགྱོར་བཤམས་པ་དང་། རང་གི་མདུན་དུ་རྩ་མ་རུ་ནང་  
 མཆོད་རྫོང་བྱིས་སོགས་དང་། མཆོམས་ལ་འཇུག་པའི་སྡོན་འགྲོ་དགོས་  
 པའི་ཆ་གསུམ། བགལས་གཏོར་གཞི་བདག་གཏོར་མ། མཁའ་འགྲོ་སྤྱི་  
 གཏོར། མཆོམས་ཐོ་ལ་འབྲུལ་རྒྱུའི་མཆོད་གཏོར། ལུལ་ཡུངས་སོགས།  
 བགྲང་སྤེང་ཡང་མི་རུས་ལྟ་བུ་ལས་མཐུན་གྱི་སྤེང་བཤམ། ཡང་ན་བོ་དེ་

ཅེ་སོགས་ལ་ལས་ཐམས་ཅད་རུང་བར་བཤད་པས། དེ་གཉིས་གང་ཡང་  
 རུང་བ་ལ་གངས་བརྒྱ་དང་བཅུ་གཅིག་རེ་དང་། སྤང་ཐག་ཀྱང་བྱ་མོ་  
 གཙང་མས་བཀལ་བའི་སྐྱད་པ་སུམ་སྒྲིལ་བྱ་བ་སོགས་བྱག་ལེན་ཡིན་  
 བོ། །

དེ་ནས་བསྟེན་པའི་སྤྱོད་ལ་དུ། རབ་སྐྱབས་འགོ་འབྱམ་བཞི་  
 སོགས་བྱ་ཞིང་། དེ་མིན་ཀྱང་སྒྲོར་བ་ཆོགས་བསགས་ཀྱི་རིམ་པ་ཅི་  
 འབྱུབ་བྱ་བ་དང་། མཚམས་ཀྱི་རིང་བར་ཆད་མི་འདུག་པའི་ཕྱིར།  
 བསངས་དང་བདན་ཆབ་གཏོར་བཏང་བ། སྤྲུལ་འདེབས་པ། གསུང་རབ་  
 སྤྲུལ་ཆོགས་སྒྲོགས་པ། གསེར་སྐྱེམས་འབྱུལ་བ་སོགས་ངེས་པར་བྱ་ཞིང་།  
 དེ་ནས་དུས་གང་ལ་བསྟེན་པའི་མགོ་བཅམས་པ་ནི། གཟུང་སྐར་བྱེད་  
 སྒྲོར་བཟང་ཞིང་བྱེད་པར་བསྟེན་སྐྱབ་ལ་བཟང་བའི་གཟུང་ཆེས་སོགས་  
 དང་བསྐྱུན། ཆེས་མར་ངོའི་ཉེར་དགུ་སོགས་ལ་བྱ་བར་བཤད་པ་བཞིན་  
 བྱ་ལ། ཐོག་མར་སྐྱབས་སེམས་སྒྲོན་དུ་འགོ་བས། སྐད་ཅིག་དགྲོང་  
 བསྐྱེད་དང་། བསང་ཆུ་བསྐྱབ། བགེགས་གཏོར་བཏང་། གྲུལ་ལུངས་  
 བདུག་པ་དང་བྲབ་པ་སོགས་བྱས། མཁའ་འགོ་སྤྱི་གཏོར་དང་གཞི་  
 བདག་གཏོར་མ་འབྱུལ། ཆ་གསུམ་བཏང་ལ། རང་པར་མི་འགོ་ཞིང་ཚུར་  
 མི་འོང་བའི་སྒོ་བྱང་ལྟ་བུར་མཚམས་ཐོ་བཞི་ལ་རྒྱལ་ཆེན་བཞི་བསྐྱེད་  
 པའམ། མ་བྱུང་ན་ཐོ་གཅིག་ལ་འཕགས་སྐྱེས་པོ་འམ། ལས་གཤིན་དང་

ཐུག་དོག་གཤིན་རྗེའི་གཤེད་བསྐྱེད་པ་གང་འདོད་བྱ་ལ་གཏོར་མ་འབྲུལ།  
 དེ་ནས་མཆམས་འོག་ཏུ་བཅུག་དགོས་རྣམས་མཆམས་ཁང་དེར་ཚུད་པ་  
 མོས་བཞིན་དུ་སྤང་འཁོར་བསྐྱོམ་པ་ནི། རང་གི་སྤྱགས་ཀའི་རྩྭ་ལས་འོད་  
 ཟེར་འོག་ཏུ་འཕྲོས་པས་རྩོམ་རྩོམ་གཞི། ཞེས་བ་ནས། མེ་དབྱུང་སྤྱགས་  
 བཅུར་འཕྲོ་བར་གྱུར། ཅེས་པའི་བར་བཞིན། དེ་ནས་གདན་ལ་འཁོད། ཁ་སྟོར་  
 སྤྱགས་པར་མོས་ཏེ། སྤྱི་རྩ་ནི་ཆར་ཁ་ཤས་བཞིན། རང་གི་སྤྱི་བོར་ཨོ་  
 ལས་འཁོར་ལོ་དཀར་པོའི་ལྟེ་བར་ཨོ་གྲིས་མཆན་པ། མགྲིན་པར་  
 ཞུམས་བསྐྱེད་པར་པོའི་ལྟེ་བར་ཞུམས་མཆན་པ། སྤྱིང་ཁར་རྩྭ་ལས་རྩོ་  
 རྩོ་སྟོན་པོའི་ལྟེ་བར་རྩྭ་གིས་མཆན་པར་གྱུར། བཞིན་ལ་ལག་གཡོན་  
 པས་གནས་གསུམ་དུ་རེག་ཅིང་ཨོ་ཞུ་སྟོན་ལན་གསུམ་བཞིན། གདན་ལ་  
 རེག་ནས། ཨོ་བཟླ་པ་ཁྱི་རྩྭ།

དེ་ནས་དགོང་མོ་སྤྱན་གཅིག་དབུ་བཅུག་པ་ལ། རག་ཁྱིན་  
 རྒྱབས། རྒྱབས་འགོ། རྒྱ་མ་མཆོད་པའམ། ལམ་རིམ་གྱི་ཉམས་ལེན་  
 སོགས་སྟོན་དུ་འགྲོ་བས། རྒྱ་བརྒྱུད་གསོལ་འདེབས་ནས་བཟུང་  
 འཛིགས་བྱེད་སྐྱབ་ཐབས་རྒྱས་པ་བཏོན་ལ། གཙོ་འཁོར་ཐམས་ཅད་ལ་  
 བསྟེན་པ་བརྒྱ་རེ་ཅམ་བཏོན། གཏོར་བསྟོས་དང་། ཆོས་སྦྱོང་གི་གཏོར་  
 བསྟོས་སོགས་བྱས་ལ། ཉེར་བསྐྱེད་ཆེ་སྤང་འཁོར་མི་བསྐྱེད་པར། དུར་  
 ཁྲོད་གཞལ་ཡས་ཁང་ལ་ཐིམ་ཞེས་སོགས་བཞིན་ལ་བཀྲ་ཤིས་

བྱའོ། །སང་ཞོག་ནས་གི་སྤྲུམ་ཆ་ཙམ་ནས་ལྡང་བའི་རྣལ་འབྱོར་གིས་  
 ལྡང་ལ་ཁྱུས་གི་རྣལ་འབྱོར་ལ་སོགས་བྱས། དགེ་སློང་ཡིན་ན་དུས་བླ་  
 སོགས་ལེགས་པར་བྱས། ལྟན་ལ་འཁོད། ཀུན་སློང་ལེགས་པར་བཅོས་  
 བྱས། ངག་བྱིན་རྒྱབས་ནས་བཟུང་སྟེ་བསྟེན་པའི་བར་ལྷགས་ལྟར་ལ།  
 བསྟེན་པ་ཡང་འཇམ་དཔལ་གི་ཞི་བཟླས་སྟོན་དུ་གསོག་དགོས་ལ།  
 གཞན་རྣམས་གང་འོས་རེ་བཟླ། འདི་དག་གི་སྐབས་སུ་བསྐྱེད་རིམ་གི་  
 དམིགས་པ་དང་། སྐབས་འདིར་ཡང་ཞི་ཁྱོ་སྐྱག་སྐྱབ་གི་མན་ངག་ཐོབ་ན།  
 དེ་དག་གི་ཉམས་ལེན་ལ་ནན་ཏན་བྱ་དགོས་ཤིང་སྤུན་མཐར་ཡིག་བརྒྱ།  
 མཆོད་བསྟོད་བྱས་ལ། རང་གི་སྤྱགས་ཀའི་རྩྭ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།  
 དུས་ཁྱོད་གཞུལ་ཡས་ཁང་ལ་ཐིམ་ཞེས་སོགས་ཉེར་བསྟུ་བྱས་མཐར།  
 རྣམ་དག་བསམ་པས་སོགས་སྟོན་ལམ་མདོར་བསྟུས་བྱའོ། །

དེ་ནས་སྤུན་མཆོམས་གི་རྣལ་འབྱོར་ལ་འཇུག །སྤུན་རྗེས་མ་  
 རྣམས་ལ་མཆོད་པ་བརྗེ་བའམ། མ་གྲུབ་ན་ཁ་བསོས་ལ། སྐབས་སེམས།  
 སྐད་ཅིག་དགྲོང་བསྐྱེད། བདག་བསྐྱེད་མཆོད་པ་འདོད་ཡོན་བཅས་བྱིན་  
 རྒྱབས་བྱས་ལ། རང་ཉིད་འཇིགས་བྱེད་ནས་བཟུང་། སྤུན་གྲོལ་བའི་བར་  
 ལྷར་ལྟར་བྱ། སྤུན་མཐར་མའམ་དགོང་སྤུན་ལ། བསྟེན་པའི་མཇུག་ཏུ་  
 ཡིག་བརྒྱ་མཆོད་བསྟོད་སོང་ནས། གཏོར་མ་ནང་མཆོད་ལྟར་བྱིན་  
 རྒྱབས་བྱས་ལ། མདུན་དུ་སྐད་ཅིག་གིས་དཔལ་རྟོ་རྟེ་འཇིགས་བྱེད་སྟེ་

བཅུ་གསུམ་པའི་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་བཅས་པའི་དགྲིལ་འཁོར་གསལ་ལ་  
 ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་གྱུར། རང་གི་སྤྱགས་ཀའི་རྩྱུ་ལས་འོད་ཟེར་  
 འཕྲོས་པས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་སྤྱོད་བྱངས། རྩྱུ་བེ་རྩོེ་ རང་གི་  
 སྤྱགས་ཀའི་རྩྱུ་སྟོན་པོ་འོད་ཟེར་ལྷགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཕྱོགས་སྐྱོང་  
 བཅོ་ལྷ་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་བཀྲ་གསྟེ་ཕྱོགས་མཆོམས་རྣམས་སུ་  
 འཁོད་པ་སྐྱད་ཅིག་གིས་འོད་གསལ་དུ་བཅུག་པ་ལས་དཔལ་རྟོ་རྟེ་  
 འཛིགས་བྱེད་ཞལ་གཅིག་བྲག་གཉིས་པ་གི་གྲུག་དང་ཐོད་པ་འཛིན་པ་  
 ཡུམ་དང་བཅས་པའི་སྐྱུར་བཞེངས་པར་གྱུར། རྩྱུ། འཛིག་རྟེན་ལས་  
 འདས་པའི་མགྲོན་རྣམས་ཀྱི་ལྷགས་ སོགས་ནས། ཕྱོགས་སྐྱོང་གཏོར་  
 བསྐྱོས་དང་བཅས་པ་དུས་རྒྱུན་ལྟར་བྱས་ལ། ཆོས་རྒྱལ་ལས་གཤེན་གྱི་  
 གཏོར་འབྲུལ་ཡང་བྲ། དེ་ནས་ཆོས་སྐྱོང་གི་གཏོར་བསྐྱོས་སོགས་དགོན་  
 རྟེ་སོ་སོའི་བྲག་ལེན་ལྟར་བྱས་ལ། ཡི་དམ་གྱི་གཏང་རག་མཆོད་བསྟོད།  
 སྟོན་ལམ་རྒྱས་ལ། ཡིག་བརྒྱ་བཟོད་གསོལ་སོགས་བྱས་ཏེ།

ལོ་ལྷ་མཚན་སྟེ། འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་མགྲོན་གྱི་ཡེ་ཤེས་  
 པ་གཤེགས། དམ་ཆོག་པ་རང་ལ་ཐེམ། འཛིག་རྟེན་པའི་མགྲོན་གཞན་  
 རྣམས་རང་རང་གི་གནས་སུ་གཤེགས་པར་གྱུར། དུར་ཁྱོད་གཞལ་ལས་  
 ཁང་ལ་ཐེམ་ཞེས་སོགས་ཉེར་བསྟུ་གོང་ལྟར་དང་། ཤེས་བརྗོད་རྒྱས་

བར་བྱའོ། །རྟེན་ཡོད་ན་གཏོར་མཐོན་གྱི་ཆོག་ས་བརྟན་ཞུགས་བྱ། དེ་  
ནས་ཉལ་བའི་ནལ་འཕྲོར་སྐྱེད་བར་བྱའོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱེད་བཞི་པོ་དེ་ཡང་། ནམ་གྱི་སྐྱེད་ཆ་ནས་སྐྱེད་དང་  
པོ་བརྒྱུད་། ནམ་ལང་དུས་གོ་ལ། སྐྱར་སྐྱེད་ལ་འབྲུག་པ་ཉིན་བྱེད་དུས་  
གོ་ལ། སྐྱར་སྐྱེད་ལ་འབྲུག་པ་ཉི་ལྔ་བོད་ཅེས་དུ་གོ་ལ། སྐྱར་སྐྱེད་ལ་  
འབྲུག་པ་སྟོད་ཡོལ་དུས་གོ་ལ། དེ་ལྟར་བྱེད་པ་ནི་ཉིན་མཆོན་གྱི་གྲུང་  
གཉིས་དང་། ཉི་མ་འཆར་ལྔ་བ་གྱི་ཟེར་གཉིས་སོགས་ལ་ཉིང་དེ་འཛིན་  
འཛིག་པའི་དུས་ཡིན་པས་སྐྱེད་མཆོམས་ལ་ཁེལ་བ་དང་། བཅས་ལྟན་  
དགེ་སྦྲོང་གི་གྲུང་ཆོག་ས་དུས་སྐྱེད་ཁེལ་བ་སོགས་ཀྱི་དགོས་པ་ཡོད་དོ། །

བསྟེན་མཆོམས་ཀྱི་སྐབས་སྐྱེད་སྐྱེད་བྱ་བའི་རིམ་པ་ལ།  
བསྐྱེད་པའི་སྐྱེད་མ་གསལ། བསྐྱེད་པའི་སྐྱེད་མ་མ་དག །བསྐྱེད་པའི་ཉིང་  
འཛིན་གཡེལ་བ་གསུམ་ལ་ཉམས་པ་གསུམ་ཞེས་བྱ་བས་མ་ཉམས་པ་ལ་  
བསྐྱེད་དགོས། གཞན་ཡང་ལུས་བཅུད་ཐིག་ལེ་ཉམས་པ། དག་བཅུད་  
མཆིལ་མ་འདོར་བ། ཡིད་བཅུད་ནམ་ཉིན་གྱི་རྒྱུན་མ་བཅད་པ་སོགས་  
ཡིན་པས་སྐྱེད་དགོས། བསྐྱེད་པ་མ་ཐོན་གྱི་བར་དུ་གཞན་དུ་གནས་མི་  
སྟོ། །གདན་མི་སྐྱེད། །གཞན་དང་ཁ་འཕྲོ་མི་བསྟེ། གཏོར་མ་དུས་ལས་མ་  
ཡོལ་བར་འབྱུང་། འཐབ་མོ་མི་བྱ་བ། དམ་སེལ་ཅན་ལས་བཟའ་བུ་དང་  
དང་ཡོ་བྱད་དང་བྱད་པར་མཆོད་གཏོར་གྱི་རྩས་མི་ལེན། སྐྱེད་སྐྱེད་

ཅང་ཆེ་བས་གཞན་གྱིས་ཐོས་པ། སྐྱ་ཏ་ཅང་ཆུང་བས་རང་གིས་ཀྱང་མི་  
 ཐོས་པ། ཏ་ཅང་ལྷུང་ཆེས་པ། ཏ་ཅང་དལ་ཆེས་པ་སོགས་སྤང་། མེ་ལ་  
 ལུ་བྱ་བ། ཐེང་བ་མི་ལག་ཏུ་འགྲིམ་པ་སོགས་ཀྱང་མི་བྱ། གཞན་དང་  
 འཕྲད་པ་སོགས་བྱང་ན་ལྟ་དེའི་བསྐྱང་བཤགས་བྱ། དག་ཤོར་ན་ཡིག་  
 བརྒྱ་དང་འབྲུག་སུམ་བཟླ། ཉོན་མོངས་སྤྱི་ན་སྟོང་ཉིད་བསྐྱོམ་པ་སོགས་  
 བཤད་པས་སྒྲུང་དོར་བྱ་ལ། སྐྱ་དང་ཁ་སྐྱ་མི་བྲེག། མཆོན་ཅེ་ཁར་མི་  
 བཟུང་། ལྷས་ཡང་རྒྱུད་སྤྱེ་གོང་མ་ལ་ཏ་ཅང་གལ་མི་ཆེ་ཞིང་། སྐྱབ་ཇས་  
 གཏོར་མ་དང་། སྐྱ་ཉེན་མི་བསྐྱུལ། གནས་ཁང་ཡང་བྱི་དོར་དང་། གད་  
 སྟོག་ཕྱིར་འཕོ་བ་སོགས་མི་བྱེད་པ་ཡང་བཤད་པས། དེ་ལྷགས་དང་།  
 ལྷད་པར་ཉོན་མོངས་པ་ལ་མི་འཛེམ་པ་དང་། གཡེང་བ་སྤྱོད་ཆོགས་པས་  
 མགོ་བསྐྱོར་བ་སོགས་དུག་བཞིན་དུ་སྤང་དགོས་སོ། །ལྟ་དང་སྒྲ་མ་ལ་སྒྲོ་  
 སྟོང་བྲང་གསུམ་གཏད། དམ་ཆོག་སྟོམ་པ་ལ་གཅེས་སྤྱས་སུ་བྱེད་པ་  
 དག་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་ཞིང་། མཆོམས་ཀྱི་མགོ་འཇུག་གཉིས་ཅུང་སྟོད་  
 ལ། མཆོམས་ཀྱི་གཞུང་ལ་ཤིན་ཏུ་དམ་པ་ནས་ཀྱི་དབྱིབས་ལྟ་བུ་བྱ་  
 དགོས་ཤིང་། གནས་གཅིག་ཏུ་སྤྲགས་གངས་མ་རྩོགས་པར། གནས་ཐ་  
 དད་གཉིས་སུ་གངས་ཆང་ཅམ་རེ་བྱས་པས་བསྟེན་པའི་གོ་མི་ཆོད་དོ། །

བསྟེན་པའི་ཆོད་ལ། རབ་ལྟའི་སྐྱ་གཟུགས་མཐོང་བ་དང་།  
 སྤྲགས་ཀྱི་སྐྱ་གྲགས་པ། ཡིད་ལ་ཉོན་མོངས་ཞི་བ་སྤང་མེད་པའི་དགའ་

བདེ་སྤྱི་ས་པ་སོགས། ལྷའི་བྱིན་རྒྱལ་ས་ཀྱི་མཆན་མ་བརྟན་པོ་བྱུང་ན་  
 རབ། ཉམས་དང་མི་ལམ་བཟང་བ་བྱུང་ན་ཡང་ལེགས་ལ། དེ་མིན་  
 སྤྲུགས་གངས་འགོ་དགོས་ཤིང་། སྤྲུགས་ཀྱི་གངས་ལ་ཡང་། རྩེ་ལྷ་མས།  
 ལས་རབ་འབྱུངས་བསྐྱབ་པའི་བསྟེན་ཆེན་ལ། ཅ་སྤྲུགས་ཀྱི་བཟླས་པ་  
 གྱེ་བ་འགོ་དགོས་ཤིང་། འབྲུམ་ཐུག་བརྟུ་ལ་སོགས་པས་མི་འབྱུབ་པར་  
 གསུངས་པས། འདི་ཡི་གྱེ་བ་ནི་གྱེ་ཆེན་ས་ཡ་ལ་གསུངས་པའོ། །

དེས་ན་བསྟེན་ཆེན་ལ་ཡང་ལུགས་གཉིས་ལས། རབ་ཏུ་ཅ་  
 སྤྲུགས་ས་ཡ་གཅིག་དང་། གཞན་ཐམས་ཅད་ལ་འབྲུ་འབྲུམ་བཟླས་བ་དང་།  
 ཡང་ན་རྩི་མྱི་ས་ཡ་གཅིག །གཞན་ནམས་འབྲུ་འབྲུམ་བཟླས་ན་ཆོག་པར་  
 བཤད་ལ། ལས་རྩུང་རྒྱས་པ་ལ། ཨ་ར་པ་ཅ་འབྲུམ། ཡ་མཉུ་ཀ་འབྲུམ་  
 བདུན། རྩི་མྱི་འབྲུམ་གསུམ། ཅ་སྤྲུགས་འབྲུམ་གཅིག །འཁོར་ནམས་ཁྱི་  
 རེ། ཡེ་ཤེས་འབེབས་སྤྲུགས་བྱུང་བ་འབྲུམ་བཟླ་དགོས་ཤིང་། ལས་རྩུང་  
 འབྲིང་པོ་ལ། ཞི་བསྟེན་དང་། གཙོ་བོའི་སྤྲུགས་གསུམ་ཀ་ལ་འབྲུམ་རེ།  
 འཁོར་དང་ཡེ་ཤེས་འབེབས་སྤྲུགས་བྱུང་བ་བཅས་ལ་ཁྱི་རེ་བཟླ་ཞིང་།  
 རབ་གནས་སྤྱི་ན་སྤྲུག་གཏོར་མ་འཕེན་པ་སོགས་ཀྱི་ལས་རྩུང་ཅམ་ཤིན་  
 ཏུ་བསྐྱས་པ་ལ། རྩི་མྱི་འབྲུམ། གཞན་ཐམས་ཅད་ཁྱི་རེ་བཟླས་ན་ཡང་  
 ཆོག་ཅམ་དུ་བཤད་ལ། བསྟེན་ཆེན་ལ་ནི། ཞོར་དུ་ཡིག་བརྒྱ་འབྲུམ་དང་།  
 བདག་འཇུག་བརྒྱ་ཅ་དུག་ཅུ་བརྒྱ་ཅ་བཅས་འགོ་བ་དང་། མེ་ལྷ་དབང་དུ་



བྱ་བའི་བསྟེན་པ་དང་། མེ་ལྷ་ཐབ་ཏུ་འགྲུགས་པའི་ཕྱིར་མེ་ཏོག་དམར་པོ་  
 སོགས་ཀྱི་དབང་གི་སྟེན་སྲིག་དང་། ཁ་སྐོང་ལ་བསྟེན་པའི་བཙུ་ཆ་འགྲོ་  
 དེས། བསྐྱབ་ཇས་ལེན་པ་བཅས་བསྟེན་ཡིག་གཞན་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་  
 གྲུབ་ན་ལེགས་ཤིང་། གལ་ཏེ་མ་གྲུབ་ན། ལས་རུང་སོགས་ལ་ཁ་སྐོང་གི་  
 ཞི་བའི་སྟེན་སྲིག་གང་འབྲུབ་རེ་མཆམས་ནང་དེར་འབྲུབ་པ་ཞིག་དགོས་  
 སོ། །

བསྟེན་པ་བགྲང་ཚུལ་ལ་ཡང་། གཙུག་ལེན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 བསྟེན་པ་སྟེན་གཅིག་ལ་འགོ་འཇུག་ཅིང་། མཐར་སྟེན་གཅིག་ལ་གྲུབ་  
 མཉམ་བྱ་བའི་ཕྱིར། ཆ་བགོས་ནས་སྟགས་རྣམས་བསྐྱབ་བ་དང་། ཡང་  
 ལུགས་གཅིག་། གཙུག་ལེན་སྟགས་རྣམས་སོང་བའི་རྗེས་སུ་འཁོར་རྣམས་  
 ཀྱི་སྟགས་རིམ་བཞིན་གྲངས་གསོག་པའི་ཚུལ་ཡང་ཡོད། གང་ལྟར་གྲང་  
 ཞི་བསྟེན་སོང་བའི་རྗེས་སུ་ཚུབ་ཆ་ཚུང་བའི་ཕྱིར། ཉེ་སྟོང་དང་། དེ་ནས་  
 སྟོང་པོ། དེ་ནས་རྩ་སྟགས་བསྐྱབ་བར་ཡང་གསུངས་སོ། །

ཡེ་ཤེས་འབེབས་སྟགས་ནི། བསྟེན་ཆེན་གྱི་སྐབས་ལ་འབེབས་  
 སྟགས་རིང་བ་བསྐྱབ་པ་ལེགས་ཤིང་། དེ་ཡང་ཡིག་འབྲུ་མང་བས་འབྲུམ་  
 གསོག་པར་དཀའ་ན་སྟངས་ཀྱང་ཆོག་གོ། ཡེ་ཤེས་འབེབས་སྟགས་  
 བསྐྱབ་པའི་ཆེ་དམིགས་པ་ནི། རང་གི་སྟགས་ཀའི་རྒྱུ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་  
 བས་ཕྱོགས་བཙུའི་རྒྱལ་བ་སྐྱས་བཅས་ཐམས་ཅད་དོན་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་

གྱི་སྐྱ་ཆེ་ཆུང་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་རྣམ་པར་སྤྱན་དྲངས་ཏེ་རང་ལ་ཐིམ་པར་  
བསམ་དགོས། བཟུངས་པ་གཞན་ལ་ཡང་བཟུངས་དམིགས། དམ་ཆོག་གི་  
བཟུངས་པ་འོད་ཟེར་སྒོ་བསྐྱ་བྱ་བའི་ཚུལ་བཅས་ཞིབ་པར་དདུལ་ཚུ་རྩོ་རྩོ་  
འཆང་གི་བསྐྱེད་རིམ་དང་སྒོར་སྒྲ་མའི་ཞལ་ལུང་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་  
མཛད་པ་ལེགས་སོ། །

གཞན་ཡང་གོང་བུའི་བཟུངས་པ་དང་། འབྲེགས་སམ་འདོ་ལའི་  
བཟུངས་པ། ཁྱོ་བོའི་བཟུངས་པ། ཁྱོས་པའི་བཟུངས་པ་སོགས་བཟུ་ཚུལ་མང་  
དུ་གསུངས་པ་རྣམས་ལུང་སྐྱ་རྩོ་རྩོ་འཆང་ངག་དབང་ཆོས་ལྡན་གྱིས་  
མཛད་པའི་བསྟན་ཡིག་དངོས་བྱུ་བྱ་མཆོ་སོགས་ལས་མཁྱེན་པར་  
མཛོད་ཅིག །འཚུབ་སྒོར་གི་རྣམ་པ་ཆེ་ན། ཆོས་སྤྱང་གི་བསྐྱང་བཤགས་  
༼སྤྱི་དང་། ཁྱད་པར་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་བསྐྱང་བཤགས་༽ བཟོག་གསུམ་  
ཡང་ཡང་བྱ་ཞིང་། དེས་ཀྱང་མ་ཞི་ན། ཁྱོ་བུའི་སྤྱང་བཟོག་གི་དམིགས་  
པ་དང་བཟུངས་པ་སོགས་མན་ངག་ཐོབ་ན་དེ་རྣམས་བྱ་ཞིང་། དེ་ལས་ཀྱང་  
སྤྱང་བ་ཡིད་བཞིན་འོར་བུ་དང་། བཟོག་པ་གནམ་ལྷགས་འཁོར་ལོ་  
སོགས་གྱི་སྤྱན་དམིགས་ནན་ཏན་མཛད་པ་གལ་ཆེའོ། །ཐུན་རྩིས་མ་ལ་  
སྤྱང་འཁོར་ཀྱང་བསྐྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་བསྟན་པ་ལེགས་པར་བྱུ་བ་ནས། གཏང་ངག་གི་ཚུལ་དུ་  
ཆོགས་འབུལ་བ་དང་། ཆོས་སྤྱང་གི་བསྐྱང་གསོ། གཞི་བདག་ལ་ཡང་

བསང་གཏོར་འབྲུལ་བ་སོགས་བྱ་ཞིང་། ཡི་དམ་གྱི་གཏོར་མ་དངོས་  
 གྲུབ་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཡོངས་སྟོན། མཆོད་གཏོར་གཞན་རྣམས་བསྟུ། དམ་  
 ཚིག་གི་རྣམས་སྟུ་ཐང་། རྒྱུ་མ་རུ། བགྲང་ཐེང་སོགས་དབང་མ་ཐོབ་པ་དང་།  
 དམ་ཚིག་མི་གཙང་བ་རྣམས་ཀྱིས་མི་མཐོང་བར་སྟེ། མཆོམས་ཐོའི་དུང་  
 དུ་མཆོད་གཏོར་བཤམས་ལ། གཏོར་མ་འབྲུལ། བསྟོད་པའི་མཐུག་ཏུ།  
 རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་འཁོར་རྣམས་ཀྱིས། །བདག་གི་དགོ་བའི་བྱ་བ་  
 ལ། །སྟོངས་གོགས་འཕྲིན་ལས་བསྐྱབས་པ་ལེགས། །རི་བཞིན་དུས་སུ་  
 ཚུར་སྟོན་ཅིག །ཅེས་བརྗོད་ལ། བཟོད་གསོལ་དང་གཤེགས་གསོལ་  
 གྲུའོ། །ཐོ་རྣམས་ཀྱང་བསྟུ། སྒར་མཆོམས་འོག་ཏུ་བཅུག་ཀྱང་མ་སྤང་བ་  
 དང་འསྤང་བ་དང་། དམ་ཚིག་གཙང་བ་གཞན་སོགས་དང་འསྤང་བར་བྱ་  
 ལ། དེ་ནས་ཕྱི་མཆོམས་གོལ། དེ་ནས་ཀྱང་ཡི་དམ་རྒྱུད་བསྟུད་དུ་མི་བྱ་  
 བ། སྟུ་ཐང་ཐབས་དང་བཞུས་བསྟོམ་ལ་རྒྱན་དུ་མ་ཆག་པ་ཉམས་སུ་ལེན་  
 པ་ཆེས་གལ་ཆེ་བས། དེ་ཡང་དམ་ཚིག་རྣམ་དག་བསྐྱུང་བ་གཞིར་  
 བཞག་སྟེ། ལྷ་མཆོག་འདྲིའི་རིམ་གཉིས་ཀྱི་ལམ་ལ་འབད་བ་ཆུ་བོའི་རྒྱན་  
 ལྟར་ཉམས་སུ་སྤངས་ན་རབ་ཆེ་འདྲིར་འཆང་རྒྱ་བ་དང་། འབྲིང་བར་དོ།  
 ཐ་མ་ཡང་ཆེ་འཕོས་པའི་ཆེ་དཔའ་བོ་དཔའ་མོས་མདུན་བསུས་ནས།  
 འོག་མིན་ནམ་མཁའ་སྟོན་དུ་འཁྲིད་པ་དང་། དེ་ནས་ཀྱང་སྟེ་བ་བཅུ་དྲུག་  
 ཕྱིན་ཆད་དུ་གོལ་བར་འགྱུར་བར་ངེས་པར་ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་འབྲས་བུ་

འབྱུང་བ་དང་། འབྲས་བུ་ཡང་ཉེ་རིང་གི་ཁྱད་པར་སོགས་ནི། སྐྱབ་པ་པོ་  
རང་རང་གིས་དམ་ཆིག་དང་སྒོམ་པ་ལ་གཅིས་སྤྲས་ཆེ་ཆུང་དང་། ལམ་  
རིམ་པ་གཉིས་ལ་གྲུས་པའི་བཙུན་འབྲས་དང་། ཏྲག་ཏུ་སྦྱོར་བའི་ཉམས་  
ལེན་གྱི་འཁྲུགས་བསྐྱེད་པ་སྟེ། གྲུས་ཏྲག་གི་བཙུན་པ་ལ་རག་ལས་པས་  
ཉམས་བཞེས་ལ་བཙུན་པ་འཆའ་ལོ། །

ཞར་བྱུང་དཔའ་པོ་གཅིག་པའི་བསྟེན་པ་ལ། སྦྱོར་དངོས་རྗེས་  
གསུམ་གང་ལ་ཡང་། སྐྱབ་ཐབས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཅམ་ལས་གོང་དང་ཁྱད་  
པར་མེད་ལ། བཟླས་པའི་གངས་ཡང་། གོང་དུ་རབ་འབྱིང་ཐ་གསུམ་  
བཞུད་པའི་གཙོ་བོའི་བསྟེན་པའི་གངས་དང་ཡེ་ཤེས་འབེབས་སྤྲགས་  
ཅམ་ལས། འཁོར་སྤྲགས་བཟླ་མི་དགོས་པའི་ཁྱད་ཅམ་ལས་གོང་དང་  
རིགས་འགྲེ་སྦྱར་བས་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །བསྟེན་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད། བསྐྱབ་  
པ་དང་། བསྟེན་སྐྱབ་སྤྲགས་མ་སོགས་བྱེད་པར་སྦྱོར། མྱིང་སྐྱལ་རྟེ་རྟེ་  
འཆང་གིས་མཇུག་པའི་ཐེམ་སྤྲས་དང་། རྒྱད་སྦྱད་ཁང་གསར་རྟེ་རྟེ་འཆང་  
གིས་མཇུག་པའི་བསྟེན་སྐྱབ་ཀྱི་ཡི་གེ་སོགས་ལས་མཁྱེན་པར་ཡོད་དོ། །

སྤྲས་པ། སྒོ་བཟང་རྒྱལ་བ་ཡབ་སྤྲས་རྗེས་འབྲང་གི། །བྲག་  
བཞེས་ངི་མེད་ཡི་གེ་བཀོད་པ་འདི། །ཁྲུབ་བདག་ཆེན་པོ་རྗེ་བཙུན་ཕུར་  
སྦྱོག་དག །སྐྱབ་པའི་འཁོར་ལོའི་བསྐྱར་བ་ཐ་གི་ན། །ལ་སོགས་དམ་པའི་  
ངིན་ལས་ལྷ་མཆོག་འདིའི། །གདམས་པ་མང་དུ་སྟོས་པའི་སྐལ་ལྷན་

ཡང་། །དལ་བའི་རྟེན་བཟང་ཆུད་ཐོས་གནས་གྱུར་པའི། །མགོ་རུལ་སྒྲ་  
 ཡིས་མ་ཆོར་ཁ་བཤད་ཅན། །དགེ་སློང་སློ་བཟང་དམ་ཆོས་རྒྱ་མཆོས་  
 སྦྱར། །འདི་བྱི་སྒྲ་མའི་བྱིན་ལས་བྱུང་བས་ན། །དེ་དགེ་བྱི་མེད་པད་ཅའི་  
 རེས་བྱེད་དེས། །སྒྲ་མ་མཉེས་བྱེད་སྦྱབ་པའི་མཆོད་སྦྱིན་ནི། །ཆོ་རབས་  
 གུན་ཏུ་སྦྱབ་པའི་རྒྱར་སྦྱིན་ནས། །སྦྱེད་དང་སྦྱེ་བར་དམ་པའི་མགོན་པོ་  
 དང་། །མི་འབྲལ་གསང་སྤྲུལ་སྟེ་རྩེ་ཐེག་པ་ཡི། །གདམས་པའི་བདུན་  
 ཅིས་རང་གཞན་སྦྱར་གྲོལ་ཤོག །

ཅེས་དཔལ་རྟེ་རྩེ་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་བསྟེན་བ་རྒྱས་འབྱེད་བསྐྱུས་གསུམ་རི་  
 ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་གསལ་བར་བཀོད་པ། ཟབ་དོན་བདུན་ཅི་འཕོར་བའི་སྒྲ་བ་སློ་སྤྲན་  
 གྱུན་དགའ་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི། ཚུལ་ཁྲིམས་ནས་ཡང་ཡང་བསྐྱུས་བ་ལྟར། དགེ་  
 སློང་དམ་ཆོས་རྒྱ་མཆོར་འཕོད་པའི་སྟོམ་ལས་བ་དེས་དབེན་གནས་ཆོས་ཀྱི་པོ་  
 བང་དུ་བྱིས་པས། །རང་གཞན་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་འཇམ་དཔལ་ཁྲོས་པས་སྦྱར་དུ་  
 རེས་སུ་བཟུང་བའི་རྒྱར་གྱུར་ཅིག །དགེའོ། །ཤུགྱི། །