





༄༅། །དཔལ་འབྱུག་པ་བཀའ་བརྒྱུད་

ལུགས་ཀྱི་ཆོས་སྤྱོད་ཉེར་མཁོ་ཕན་

བདེའི་འབྱུང་གནས་

བཞུགས་སོ།།

གསོལ་འདེབས་ཀྱི་རིམ་པ་བཞུགས་སོ།།

ངག་གྱིན་རྒྱབས་དང་འགྱུར་སྒྲགས།

རྒྱུན་ཕྱག་ངག་འདོན།

སྒྱབས་འགྲོམ་ནམ་བཞི་སྒྲོར།

དགོན་མཆོག་གསུམ་རྗེས་སུ་དྲན་པའི་མདོ།

སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ལ་མཛད་པ་བཙུ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་

ནས་བསྟོད་པ། <sup>6</sup>

ཐུབ་བསྟོད་མཛད་པ་བཙུ་གཉིས།

གནས་བརྟན་ཕྱག་མཆོད།

སྒྲིབ་དཔོན་ཆེན་པོ་པདྨ་སམ་བྷ་ཤར་བསྟོད་པ།

གུ་རུ་མཆོན་བརྒྱད་ལ་བསྟོད་པ།

ཞོར་དུ་རིག་འཛིན་སྒྲིབ་པོ་ལ་བསྟོད་པ།

མདོ་ལུགས་བརྒྱད་པའི་པཎ་གྲུབ་རྣམས་ལ་བསྟོད་

པ།

བཀའ་གདམས་བརྒྱད་པ་ལ་བསྟོད་པ།

ཆོས་རྒྱུ་གཙང་པ་རྒྱ་རས་ཀྱི་སྒྲིབ་རབས་ལ་བསྟོད་

པ།

བསྟོད་ཆོག་ས་གྱི་རིམ་པ།

དོན་བརྒྱད་བྲ་མ་རྣམས་གྱི་གསོལ་འདེབས་བྱིན་

ཞེས་སྟོན་ཕུང་།

བརྒྱད་པ་ཡོངས་ཐོག་ས་གྱི་རིང་བརྒྱད་གསོལ་

འདེབས།

དཀར་བརྒྱད་ཕྱག་མཆོད་འཕྲོ་མཐུད་དང་བཅས་

པ།

བར་དོ་གསོལ་འདེབས།

ཀུན་འདུས་ནོར་བུའི་ལུགས་གྱི་གསོལ་འདེབས།

ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་དབང་བཞི་ལེན་ཆོག་བསྐྱས་པ།

ཁོ། དག་སྦྱར་ཐུན་གྱི་རིམ་པ་བཞུགས་སོ།།

རྩེ་རྩེ་རྣམ་པར་འཇམས་པའི་གཟུངས།

དགོངས་གཏེར་སྒྲེལ་ཆོག

འཇམ་དཔལ་མཆོན་བརྩོད།

འཇམ་བསྐྱོད་གང་སྒྲོམ།

བསངས་དཔེ་བཀའ་ཤིས་རེ་སྒོང་།

དཔལ་འབྱུག་པའི་བསྟན་སྲུང་སྤྱིའི་གསོལ་

བསྟུས།

ཁྲ་མ་དྲག་པོ་གྱི་ལ་ཡའི་རྒྱུན་འབྱེར།

སྟན་ཁྲའི་རྒྱུན་འབྱེར།

རྩོམ་སེམས་སྒྲོམ་བསྟུས།

བསྟོག་ཆོ་སྒྲུབ་ཀྱི་རིམ་པ་བསྟུག་ཆོག་ཏུ་བཀོད་པ།

བསམ་པ་ལྟན་གྲུབ།

བསམ་པ་སྒྱུར་འགྲུབ་མ།

བར་ཆད་ལམ་སེལ།

ཆོ་སྒྲུབ་རྒྱུ་ཁྱེད།

རྣམ་རྒྱལ་མའི་རྒྱུ་ཁྱེད།

རྩེ་བཙུན་སྒྲོལ་མའི་རྒྱུ་ཁྱེད།

མགོན་པོའི་བཤགས་པ།

ལྷ་མའི་བཤགས་པ།

མགོན་པོའི་བརྒྱུག་བསྒྱུར།



ལྷ་མེའི་བཞེག་བསྐྱར།

ཤེས་རབ་སྒྲིང་པོ།

གདུགས་དཀར་རྒྱུ་ཁྱེར།

སྤྲིལ་ཅན་བརྩ་གསུམ།

ཡུད་མཆོད་རིམ་པ་བཞུགས་སོ།།

ང་མཆོད་རིམ་པ།

ང་མཆོད་རིམ་པ་ཁ་ཐོར།

བས་ཀྱི་ཡུད་མཆོད་རྒྱས་པ།

ཕུད་མཆོད་བསྐྱུས་པ།

ཆོག་ས་མཆོད།

ཆང་མཆོད།

བཞུགས་བྲལ་ཕུན་སུམ་ཆོག་ས་པའི་རིམ་པ།

ལས་ཆོག་ས་ཕུན་བུའི་རིམ་པ་བཞུགས་སོ།།

བཀའ་འབྱུང་འགོ་འཇུག་ངག་འདོན་རྒྱས་པ།

བཀའ་འབྱུང་འགོ་འཇུག་ས་ངག་འདོན་བསྐྱུས་པ།

འབྲུག་ལྷགས་མཆུལ་སྐྱ་གསུང་བྲགས་རྟེན་

འབྲུལ་ཚོག

མཐུལ་སྐྱ་གསུང་བྱུགས་རྟེན་འབྲུལ་ཚོག

ཚོ་རིང་སྐྱ་ཕུད་བྲེགས་ཚོག

མདོ་ལྷུགས་རབ་གནས་བསྐྱུས་པ།

ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེས་གསུང་པའི་རབ་གནས་

བསྐྱུས་པ།

རི་བོ་བསངས་མཆོད།

སྐྱུང་རྟ་ཡར་བསྐྱེད་བསངས་མཆོད།

མགོན་པོའི་གསེར་སྒྲེམ་ས།

སྒྲེ་བརྒྱད་གསེར་སྒྲེམ་ས།

ས་བརྒྱད་བུམ་གཏེར་སྐྱབ་ཐབས་བསྐྱས་པ།

རི་ཁྲུང་བྲུས་གསོལ་བསྐྱས་པ།

ས་བྲངས་ཀྱི་ཆོ་ག་བསྐྱས་པ།

སྒོ་ག་སྐྱ་ཆོ་ཐར་ཀྱི་རིམ་པ།

བག་ཆོག་བཀྲ་ཤིས་དཔལ་སྒྲེད།

བཀྲ་ཤིས་རྩ་ས་བརྒྱད་གཏད་ཆོག

ཕྱི་ལ་སྤྱིད་སྒྲ་བདུན་གཏང་ཆོག་

བཀྲ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱད་གཏང་ཆོག་

སྒྲགས་དྲུག་ཕྱག་དྲུག་

ཆ་གསུམ་གཏོར་མ།

རྩོར་སེམས་བྱབ་བྱས།

གཏོར་ཁ་གསུམ་ཆོགས་ཀྱི་མན་ངག་

སྒྲ་མ་དྲུག་པའི་སྒྲོ་ནས་བཀའ་བསྒྲེ་བྱེད་ཚུ་ལ།

གསོན་གཤེན་ལག་འབྲེལ་གཙོད་པའི་སྒྲོ་བཙོས།



གཤེན་པོར་བས་གཏད་བྱ་ཚུལ།

བསངས་གསུར་བྱན་མོང་གི་མཆོད་པ།

མར་མེ་སྒྲོན་ལམ་ཤེར་རྫོང་པས་མཛོད་པ།

མར་མེ་སྒྲོན་ལམ་དགོ་རིན་པས་མཛོད་པ།

བསྒྲོ་སྒྲོན་གྱི་རིམ་པ་བཞུགས་སོ།།

བྲ་མ་དམ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱན་བསྒྲོ།

བྲ་མ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་རྫོགས་ཀྱི་བསྒྲོ་བ།

འབུལ་བསྒྲོ།

དག་བའི་བཤེས་གཉེན་བར་མའི་བསྟོ་བ།

གསོན་བསྟོ་རྒྱས་པ།

གསོན་བསྟོ་བསྐྱས་པ།

གཤིན་བསྟོ་རྒྱས་པ།

གཤིན་བསྟོ་བསྐྱས་པ།

སྟོན་ལམ་འདོན་རྩལ་བསྐྱབ་ཆོག་ཏུ་བཀོད་པ།

བྱང་རྒྱལ་ལྷུང་བཤགས།

སྒྲ་མ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ།

ཅུ་ལྷུང་བཤགས་པ།

སྤྱི་བཤགས།

འཕགས་པ་བཟང་པོ་སྤྱོད་པའི་སྒོན་ལམ།

རྒྱལ་བ་བྱམས་པའི་སྒོན་ལ།

མངོན་པར་དགའ་བའི་སྒོན་ལམ།

བདེ་བ་ཅན་གྱི་སྒོན་ལམ།

ཏེ་རུ་ཀའི་སྒོན་ལམ།

འཇམ་པའི་དབྱངས་གྱི་སྒོན་ལམ།

ཟངས་མདོག་དཔལ་རིའི་སྟོན་ལམ།

མརྩ་གྲུ།

སྟོན་ལམ་ཉུང་བསྐྱས་བདེ་ཆེན་བརྩུང་ལེན།

ཆེ་རབས་མ་ལུས།

དགོན་མཆོག་གསུམ།

ན་མོ་འཁོར་བ་འཁོར་ཆེ།

སྟོང་འཇུག་སྟོན་ལམ།

ངེས་དོན་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་སྟོན་ལམ།

ཆོས་རྒྱལ་སྟོན་ལམ།

མགོན་པོའི་སྟོན་ལམ།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ལམ་རིམ་གྱི་སྟོན་ལམ་རྩོ་

རྩོམ་སྒྲིག་པ།

ཅུ་གསུམ་བཅའ་པའི་མ།

དགེ་སྦྱོར་བདུན་པའི་སྟོན་ལམ་བསྐྱུས་པ།

དགེ་སྦྱོར་བདུན་པའི་སྟོན་ལམ་རྒྱས་པ།

རྣམ་དག་བཅའ་ཆེན་ཞིང་གི་སྟོན་ལམ།



བསྟན་ཀྱིས་སྟོན་ལམ་དཔག་བསམ་སྟོན་པའི་ངེ་

བསྟང་།

བསྟན་ཀྱིས་སྟོན་ལམ་ལེགས་སྟོན་ཆོས་པའི་ཟླ་བ།

བདེ་གཤེགས་སྟོན་པའི།

འགྲོ་ལ་ཕན་བདེ།

སྟོན་ལམ་གྲུབ་ཀྱིས།

བཀྲ་ཤིས་ཀྱིས་པ།

ཕན་བདེའི་གཞི་རྩར་འབྱུར་སྤྱིར་དཔལ་ཀྱིས་བཞེ་

ཆེན་པའི་ཕྱོམ་སྒྲིག་ལྟན་ཆོག་ས་གྲིས་ལག་བྱེད་  
ཕྱིས་འཕུལ་ཆེད་དུ་བསྐྱུན་པ་དགོ།

# ༼ རྩོམ་མར་ངག་བྱིན་རྒྱ་བས་ནི༼

ལྟོ རང་ཉིད་ཡི་དམ་ལྟར་གསལ་ལྟེ་ཡི་སྟེང་། །ཨ་  
ལས་ཟླ་སྟེང་ཨ་དཀར་འོད་འབར་བའི། །མདུན་ནས་  
གཡས་སྒོར་ཨོ་དང་དབྱངས་ཡིག་དཀར། །དེ་རྒྱབ་  
གསལ་བྱེད་སྒྲ་ལྟ་གཡོན་བསྒོར་དམར། །དེ་རྒྱབ་ཏེན་  
འབྲེལ་སྟེང་པོ་གཡས་བསྒོར་སྟོ། །དེ་ལས་འོད་འཕྲོས་  
ཅུ་གསུམ་མཆོག་གསུམ་གྱི། །བྱིན་རྒྱ་བས་ལྟ་སྟགས་  
འོད་ཟེར་རྣམ་པར་བསྟུས། །སྟར་ཡང་འོད་འཕྲོས་གྲུབ་  
པའི་རིག་འཛིན་དང་། །དྲང་སྟོང་བདེན་གྲུབ་རྣམས་གྱི་  
ངག་རྒྱས་མཐུ། །ཡིག་འབྲུའི་ཚུལ་བསྟུས་ལྟེ་ལ་བེམ་

སྒྲགས་མེད་ཟླ་བ་རིམ་ཞུ་ཙམ་ལ་བེམ།     དེ་ཡང་བདུད་རྩི་  
དཀར་དམར་རྩམ་པར་ཞུ།     །ཕྱེ་ལ་བེམ་པས་རྩམ་པའི་  
སྟོབས་ལྡན་གྱུར།     །བདག་གི་ཕྱེ་ཡི་དབང་པོ་ལ།     །བདེ་

གཤེགས་སྤོབས་པ་ལྡན་པར་ཞོག    ཆིག་གི་གཟི་བརྗེད་  
མཐུ་དེས་ནི།    །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འདུལ་བར་  
ཞོག    །བདག་གིས་ཆིག་ནི་ཅི་སྒྲིམ་པའི།    །དོན་དེ་  
ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པར་ཞོག    །མཁས་གྲུབ་བྱུང་པོའི་གདམས་ངག་  
ལས་སོ།།

༥།    ཐེང་བ་བྱིན་བརྒྱབ་གིསྒྲགས་ནི།    ཨོྃ་རུ་ཅི་ར་མ་ཁི་པ་བརྟན་ཡེ་  
སྒྲུ་རྒྱ།    །ལན་བདུན་གྱིས་ཐེང་བ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པོ།།    ཨོྃ་རྒྱ་རུ་རྒྱ་རུ་རྩ་  
ཡེ་ལྷ་ཁི་སྒྲུ་རྒྱ།    །ཞེས་ལན་བདུན་བརྒྱུས་ན་དགོ་སྦྱོར་བྱེ་བར་འགྱུར་པོ།།  
ཨོྃ་སྒྲུ་ར་སྒྲུ་ར་བི་མ་ན་སྒྲུ་ར་མ་རྩ་རྩ་ལྷ་རྩ།    །ཨོྃ་སྒྲུ་ར་  
སྒྲུ་ར་བི་མ་ན་སྒྲུ་ར་མ་རྩ་རྩ་ལྷ་རྩ།    །ལན་བདུན་བརྗེད་པས་དགོ་སྦྱོར་



གང་བྱས་བྱེ་བར་འགྱུར།

༼ རྒྱུན་ཕྱག་བཞུགས་སོ།༽

༥།      བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་  
བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་ཚྭ་གས་པའི་སངས་རྒྱས་རིག་  
པ་དང་ཞབས་སུ་ལྡན་པ།      བདེ་བར་གཤེགས་པ།  
འཇིག་རྟེན་མཁྱེན་པ།      སྐྱེས་བུ་གདུལ་བྱའི་ཁ་ལོ་  
བསྐྱར་བ།      སྒྲ་ན་མེད་པ།      ལྷ་དང་མི་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་  
པ།      མཉམ་མེད་ལྷ་ཀྱའི་རྒྱལ་པོའི་ཞབས་ཀྱི་རྒྱལ་ཇི་  
མ་མེད་པ་ལ།      མགོ་བོས་རབ་རུ་གཏུགས་ཏེ་གུས་  
པས་ཕྱག་འཆའ་ལོ།      །གང་ཆེ་རྒྱང་གཉིས་གཙོ་བོ་

བྱོད་བལྟམས་ཆོ།      །ས་ཆེན་འདི་ལ་གོམ་པ་བདུན་  
བོར་ནས།      །ང་ནི་འཇིག་རྟེན་འདི་ན་མཆོག་ཅེས་  
གསུངས།      །དེ་ཆོ་མཁས་པ་བྱོད་ལ་ཕྱག་འཆལ་  
ལོ།      །རྣམ་དག་སྐྱ་མངའ་མཆོག་ཏུ་གཟུགས་བབ་  
བ།      །ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཆོ་གསེར་གྱི་ལྷན་པོ་འདྲ།      །  
གྲགས་པ་འཇིག་རྟེན་གསུམ་ན་ལྷང་དེ་བ།      །མགོན་  
པོ་མཆོག་བརྟེས་བྱོད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །མཆོན་  
མཆོག་ལྷན་པ་དྲི་མེད་ལྷ་བའི་ཞལ།      །གསེར་མདོག་  
འདྲ་བ་བྱོད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །རྩལ་བྲལ་བྱོད་འདྲ་  
སྤྱིད་པ་གསུམ་མ་མཆིས།      །མཉམ་མེད་མཁྱེན་ཅན་

བྱོད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      མི་མཆོག་འདུལ་བ་ཁ་ལོ་  
བསྐྱར་མཛད་ཅིང་།      ཀླུ་སྐྱོར་འཆིང་བ་གཅོད་  
མཛད་དེ་བཞིན་གཤེགས།      དབང་པོ་ཞི་ཞིང་ཉེར་ཞི་  
ཞི་ལ་མཁས།      མཉན་ཡོད་བཞུགས་པ་དེ་ལ་ཕྱག་  
འཆལ་ལོ།      མགོན་པོ་ཕྱགས་རྗེ་ཆེ་ལྟོན་པ།      །  
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྟོན་པ་པོ།      བསོད་ནམས་ཡོན་  
ཏན་རྒྱ་མཆོའི་གཞི།      དེ་བཞིན་གཤེགས་ལ་ཕྱག་  
འཆལ་ལོ།      དག་པ་འདོད་ཆགས་བྲལ་བའི་རྒྱ།      །  
དག་བས་ངན་སོང་ལས་གྲོལ་ཞིང་།      བཅིག་ཏུ་དོན་  
དམ་མཆོག་གྱུར་པ།      ཞི་གྱུར་ཆོས་ལ་ཕྱག་འཆལ་

ལོ། །གྲོལ་ནས་གྲོལ་བའི་ལམ་ཡང་སྟོན། །བསྐྱབ་  
པ་དག་ལ་རབ་ཏུ་གྱུས། །ཞིང་གི་དམ་པ་ཡོན་ཏན་  
ཞིང་། །དག་འདུན་ལ་ཡང་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །  
སངས་རྒྱས་གཙོ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །སྐྱོབ་པའི་  
ཆོས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །དག་འདུན་རྗེ་ལ་ཕྱག་  
འཆལ་ལོ། །གསུམ་ལ་རྟག་ཏུ་གྱུས་ཕྱག་འཆལ། །  
ཕྱག་བྱར་འོས་པ་ཐམས་ཅད་ལ། །ཞིང་རྒྱལ་ཀུན་གྱི་  
གངས་ཆེད་གྱི། །ལྷས་བརྟུང་པ་ཡི་རྣམ་ཀུན་ཏུ། །  
མཆོག་ཏུ་དད་པས་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཕྱག་འཆལ་བ་  
དང་མཆོད་ཅིང་བཀགས་པ་དང་། །རྗེས་སུ་ཡི་རང་

བསྐྱེད་པའི་ཆེད་གསལ་བ་ཡི། འདོད་པ་ཅུང་ཟད་བདག་  
གིས་ཅི་བསམ་གསེང་། བསམས་ཅད་བདག་གིས་བྱུང་  
ཆུབ་ཕྱིར་བསྟོའོ། སྒྲིག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་སྟེ། འདོད་  
བ་ཕྱན་སྐྱུལ་ཆོག་པ་པར་སྟུང་། རང་གི་སེམས་ནི་  
ཡོངས་སུ་འདུལ། འདི་ནི་སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་པ་  
ཡིན། སྐར་མ་རབ་རིབ་མར་མེ་དང་། སྐྱེ་མ་བེལ་  
པ་ཆུ་བྱར་འདྲ། ཁྱི་ལམ་གྲོག་དང་སྒྲིན་ལྟ་བུ། །  
འདུས་བྱས་ཆོས་རྣམས་འདི་ལྟར་ལྟ། བསོད་  
ནམས་འདི་ཡིས་བསམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཉིད། ཐོབ་  
ནས་ཉེས་པའི་དབྱ་རྣམས་ཕམ་བྱས་ཏེ། སྐྱེ་གོ་ན་



འཆིའི་བསྐྱོང་འབྲུག་པ་ཡི།      སྤྱིང་པའི་མཆོ་ལས་  
འགྲོ་བ་སྒྲོལ་བར་ཤོག།      ཅེས་སོ།།

༼ སྐྱབས་འགྲོ་མ་ནམ་བཞི་སྟོར་བཞུགས་སོ།༽

༥      མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ཁྱ་མ་སངས་རྒྱས་ཆེས་ཀྱི་སྐུ་ལ་སྐྱབས་སུ་  
མཆིའོ།      ཁྱ་མ་ལོངས་སྤྱོད་ཐུགས་པའི་སྐུ་ལ་  
སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།      ཁྱ་མ་བྱུགས་ཐེ་སྐུ་ལ་པའི་སྐུ་ལ་  
སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།      ཁྱ་མ་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་  
སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།      ལན་གསུམ།      མ་ནམ་བཞི་སྟོར་འདི་འགྲོ་མགོན་  
གཙང་པ་རྒྱ་རས་པའི་གསུང་རྒྱན་གོད་ཆང་པས་ཡི་གེར་བཏབ་པ་བཞིན་ནོ།།      ༥

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒོ་ཆོས་སུ་འགྲོ་བར་བྱིན་  
གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།     ཆོས་ལམ་དུ་ལོངས་པར་  
བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།     ལམ་འབྲུལ་པ་སེལ་  
བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།     འབྲུལ་པ་ཡེ་  
ཤེས་སུ་འཆར་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།     ཅུ་  
བའི་སྒྲ་མ་བརྒྱད་པ་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་  
མཆིའོ།     མཆེད་གྲོགས་ཆོས་མཛོད་དང་བཅས་པ་  
རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།     སྟོད་ཀྱི་འཛིག་ཏེན་  
དཔལ་ལྡན་སྒྲ་མའི་ཆོགས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།     །  
བཙུན་ཀྱི་སེམས་ཅན་ལྟ་དང་ལྟ་མའི་ཆོགས་ལ་

སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།      །སྒྲུང་གླིང་དཔལ་ལྡན་གླ་མའི་  
ཆོག་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།      །ཏྲིག་པས་པས་བདག་  
གྲོལ་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།      །ཕུགས་རྗེས་  
གཞན་གྲོལ་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།      །ཏིན་  
འབྲེལ་ཐབས་ལ་མཁས་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་  
གསོལ།      །འབྲེལ་ཆད་དོན་དང་ལྡན་པར་བྱིན་གྱིས་  
བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།      །ཕུག་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དངོས་  
གུབ་ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་  
གསོལ།      །ཆོས་རྗེ་དྲགས་པོའི་བྱད་ཆོས་སོ།།

# ༼དགོན་མཆོག་ཇེས་དྲན་གྱི་མདོ་ཞུགས་སོ།༽

༥ ར་མོ་བྱུང་རྒྱུ་སྤྱོད་ལ། དགོན་མཆོག་གསུམ་  
ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །འདི་ལྟར་སངས་རྒྱས་བཙུམ་  
ལྟར་འདས་དེ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དབྱ་བཙུམ་པ་  
ཡང་དག་པར་ཇོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རིག་པ་དང་  
ཞབས་སུ་ལྟན་པ། བདེ་བར་གཤེགས་པ། འཇིག་  
རྟེན་མཁྱེན་པ། སྐྱེས་བུ་འདུལ་བའི་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བ།  
སྒྲིལ་མེད་པ། ལྷ་དང་མི་རྣམས་ཀྱི་སྦྱོར་པ། སངས་  
རྒྱས་བཙུམ་ལྟར་འདས་ཏེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དེ་  
ནི་བསོད་ནམས་དག་གི་རྒྱུ་མཐུན་པ། དག་བའི་རྩ་བ་

ནམས་ཕུད་མི་བ་བ།    བཟོད་པས་བརྒྱན་པ།    བསོད་  
ནམས་ཀྱི་གཏེར་ནམས་ཀྱི་གཞི།    དཔེ་བྱད་བཟང་པོ་  
ནམས་ཀྱིས་སྤྲས་པ།    མཚན་ནམས་ཀྱི་མེ་ཏོག་རྒྱས་  
པ།    སྤྱོད་ཡུལ་རན་པར་མཐུན་པ།    མཐོང་ན་མི་  
མཐུན་པ་མེད་པ།    དད་པས་མེས་པ་ནམས་མངོན་  
པར་དགའ་བ།    ཞེས་རབ་བྱེད་ཀྱིས་མི་གཞོན་པ།  
སྟོབས་ནམས་ལ་བརྩི་བ་མེད་པ།    སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོན་པ།    བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
ནམས་ཀྱི་ཡབ།    འཕགས་པའི་གང་བཟུ་ནམས་ཀྱི་  
རྒྱལ་པོ།    ལྷ་ངན་ལས་འདས་པའི་གྲོང་ཁྱེར་དུ་འགྲོ་

བ་རྣམས་གྱི་དེད་དཔོན།      ཡེ་ཤེས་དཔག་ཏུ་མེད་པ།  
སྒྲོབས་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ།      གསུང་རྣམ་པར་  
དག་པ།      དབྱངས་སྒྲན་པ།      སྐྱེ་བྱད་ལྟ་བས་ཆོག་མི་  
ཤེས་པ།      སྐྱེ་མཚུངས་པ་མེད་པ།      འདོད་པ་དག་  
གིས་མ་གོས་པ།      གཟུགས་དག་གིས་ཉེ་བར་མ་  
གོས་པ།      གཟུགས་མེད་པ་དག་དང་མ་འདྲེས་པ།  
སྐྱུག་བསྐྱེལ་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ།      སྤང་པོ་དག་  
ལས་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་གྲོལ་བ།      ཁམས་རྣམས་དང་  
མི་ལྟན་པ།      སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་བསྐྱེལ་པ།      མདུད་  
པ་རྣམས་ཤིན་ཏུ་བཅད་པ།      ཡོངས་སུ་གདུང་བ་དག་

ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ།      སྟེང་པ་ལས་ཡོངས་སུ་  
གྲོལ་བ།   རྩ་བོ་ལས་བརྒྱལ་བ།   ཡེ་ཤེས་ཡོངས་སུ་  
རྫོགས་པ།   འདས་པ་དང་མ་གྱོན་པ་དང་ད་ལྟར་བྱང་  
བའི་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྡན་འདས་རྣམས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་  
ལ་གནས་པ།   སྤྱང་ན་ལས་འདས་པ་ལ་མི་གནས་པ།  
ཡང་དག་པ་ཉིད་ཀྱི་མཐའ་ལ་གནས་པ།   སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ལ་གཟིགས་པའི་ས་ལ་བཞུགས་པ་སྟེ།  
འདི་དག་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་  
ཡང་དག་པ་རྣམས་སོ།   །དམ་པའི་ཆོས་ནི་ཐོག་མར་  
དགོ་བ།   བར་དུ་དགོ་བ།   མཐའ་མར་དགོ་བ།



དོན་བཟང་པོ།      ཆོག་འབྱུ་བཟང་པོ།      མ་འདྲེས་པ།  
ཡོངས་སུ་ཚྲོགས་པ།      ཡོངས་སུ་དག་པ།      ཡོངས་  
སུ་བྱང་བ།      བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཆོས་ལེགས་  
པར་གསུངས་པ།      ཡང་དག་པར་མཐོང་བ།      རང་  
མེད་པ།      རུས་ཆད་པ་མེད་པ།      ཉེ་བར་གཏོད་པ།  
འདི་མཐོང་བ་ལ་དོན་ཡོད་པ།      མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
སོ་སོ་རང་གིས་རིག་པར་བྱ་བ།      བཅོམ་ལྡན་འདས་  
ཀྱིས་གསུངས་པའི་ཆོས་འདུལ་བ་ལེགས་པར་སྟོན་  
པ།      དེས་པར་འབྱུང་བ།      ཚྲོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་  
འགྲོ་བར་བྱེད་པ།      མི་མཐུན་པ་མེད་ཅིང་འདུས་པ་



དང་ལྡན་པ། བརྟེན་པ་ཡོད་པ། རྒྱ་བ་བཅད་པའོ། །  
འཕགས་པའི་དགོ་འདུན་ནི་ལེགས་པར་ཞུགས་པ།  
རིག་པར་ཞུགས་པ། རྒྱ་བའི་ཞུགས་པ། མཐུན་  
པར་ཞུགས་པ། ཐལ་མོ་བྱ་བའི་འོས་སྤྱོད་པ།  
ཕྱག་བྱ་བའི་འོས་སྤྱོད་པ། བསོད་ནམས་ཀྱི་  
དཔལ་གྱི་ཞིང་། ཡོན་ཡོངས་སྤྱོད་བ་ཆེན་པོ།  
སྤྱོད་པའི་གནས་སྤྱོད་པ། ཀུན་ཏུ་ཡང་སྤྱོད་པའི་  
གནས་སྤྱོད་པའོ། །སངས་རྒྱས་ཡོན་ཏན་བསམ་  
མི་བྱེད། ཆོས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བསམ་མི་བྱེད། དགོ་  
འདུན་ཡོན་ཏན་བསམ་མི་བྱེད། བསམ་མི་བྱེད་ལ་

དད་བྱེད་པའི།                      རྣམ་པར་སྒྲིན་པའང་བསམ་མི་

བྱུང། རྣམ་དག་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག། ཅེས་སོ།

༼སྒྲིན་པའི་མཛད་པ་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིན་ས་༽

བསྐྱོད་པ་བཞུགས་སོ།

༥།                      དགའ་ལྡན་གནས་སུ་འདུས་པ་དམ་པའི་

མདུན།                      །ལེགས་བཤད་ཏོག་ཏུ་འཕྱོན་པའི་རབ་

དཀར་ཆེས།                      །ཡུན་རིང་བསྟན་ནས་རྒྱལ་ཚབ་མ་

ཕམ་པར།                      །བསྐྱོས་མཁས་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོར་

གསོལ་བ་འདེབས།                      །མཐོ་རིས་བྱེད་དུ་འདེགས་

པའི་སྤང་ཆེན་དེ།                      །མར་མེ་མཛད་ཀྱི་ལུང་བསྟན་

དུས་བབ་པར།                      །སྐུལ་བྱེད་ལྷགས་རྒྱུ་ལན་མང་  
བཏབ་པའི་མཐུས།                    །སྐུ་འཕྱུལ་ལྷམས་སུ་ཞུགས་  
ལེ།                    །དེ་ལྷམས་དཔ་བྲལ་གཞལ་མེད་ཁང་པའི་  
ནང་།                    །ངོ་མཚར་རི་མོར་བྲིས་པས་མ་ཆེམས་  
ནས།                    །ལྷམ་རྒྱུ་ཆལ་ཕྱིབས་ལེགས་གཡས་བརྟེལ་  
ཏེ།                    །དག་ལེགས་ཕྱོགས་བཅུར་བཤེལ།                    །མཁས་  
རྒྱལ་དགའ་བ་སྐྱེད་པའི་རིལ་མོ་མཁན།                    །རིག་པའི་  
གནས་ཀྱི་ངང་མོའི་ཆོགས་ཐམས་ཅད།                    །སྐྱེ་བར་  
འགྲོགས་པའི་སྐྱེད་པས་ཅིག་ཅར་དུ།                    །གང་ཐུགས་  
པད་མཆོར་འདུས་པར།                    །རིགས་ལས་འོངས་པའི་

ཕུལ་གྱི་སྲིད་མེད་བྱ། །ཁུམ་པར་བྱས་འདིས་སྦྱངས་  
ལྷགས་འགྲན་བཟོད་པ། །འགར་ཡང་མེད་མཉམ་ཅེ་  
དགའི་འབྲི་ཤིང་མ། །ཐུག་བྲི་ལེགས་སོར་ལོན་  
དེར་། །སྒྲི་རྒྱ་ན་འཆིའི་སྒྲོན་གཟིགས་གྱིས་བསྐྱབས་  
པ། །ཁྱིམ་གྱི་ཁུ་གཏེར་ཆེན་པོ་ལས་འཕྲོན་ཏེ། །རབ་  
ཞི་མཁའ་ལ་དལ་གྱིས་རྒྱ་བ་ཅན། །སྒྲ་བའི་རྩེ་ཆོས་  
དེ་ལ་། །ཞི་རྒྱ་ནའི་འགྲམ་དུ་དཀའ་ཐུབ་གྱི། །  
ཆོས་པོས་གང་སྐྱའི་མཛོས་པ་ཕྲོགས་པ་ལ། །མ་  
བཟོད་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཆོགས་འདུས་ནས། །  
བདེ་བར་དབྱགས་འབྲིན་མཛད་དེར་། །ཞིང་པའི་བྱ་

མེའི་འོ་ཐུག་སྒྲུང་ཕྱི་ཅན།      འཐུང་པའི་མེད་ལ་མཆན་  
དཔེའི་དཔལ་རྒྱས་པའི།      མཐུ་སྟོབས་གཞན་གྱིས་  
ཐེག་པར་མ་གྱུར་ཆོ།      རྫོང་གདན་དུ་གཤེགས་  
པར་༥      སྟོང་ལ་ས་འདི་དཔང་པོར་བཞག་ནས་  
སྟོ།      བདུད་སྡེ་མི་བཟད་བྲོས་པའི་དཔུང་བཅོམ་  
པས།      རྒྱལ་བ་རྒྱལ་བ་ཞེས་བྱུང་ལྟ་བཅས་གྱིས།      །  
བསྐྱབས་པའི་མེ་ཏོག་འཕྲེར་ལ༥      དགྲུང་ལ་བསམ་  
གཏན་རྫོངས་བཅས་ཐུན་མཐའ་མར།      འཁོར་བའི་  
རྒྱ་མཆོ་གཏིང་མཐའ་མེད་བརྒྱལ་ཏེ།      ཐམས་ཅད་  
མཁྱེན་པའི་རིན་ཆེན་གླིང་སོན་ལ།      འགྲོ་བའི་དེད་

དཔོན་མཆོག་དེར་། །གསེར་གྱི་ཕྱི་བས་སྟོང་འབྲུལ་  
བའི་གདོང་བཞིའི་ངོར། །ལྷ་རྒྱ་ཆ་སྒྲིར་བདེན་བཞི་  
གཞན་དུ་ཡང་། །ཕར་ཕྱིན་རྡོ་རྗེ་ཐེག་པ་མ་ལུས་  
པའི། །སྟོན་མ་ཅི་དགར་སྤར་བར་། །འགྲོ་ལ་ཕན་  
བདེ་འབྲུང་བའི་བསྟན་པ་ནི། །མ་ཉམས་སྟོབ་མའི་  
ཆོག་ས་གྱིས་བྱིན་དགོངས་ཏེ། །སྤྲུལ་འི་ཆལ་དུ་སྤྱ་  
ངན་འདས་བསྟན་ནས། །སྤྱི་གདུང་རྒྱས་པར་གྱུར་  
དེར་། །སྟོགས་མ་ལྷ་ཞིང་གདུལ་དཀའ་འདི་འདུལ་  
ལ། །སངས་རྒྱས་གཞན་རྣམས་སྟོབ་ཞན་པའི་  
ཆོ། །མགོན་པོ་བྱིང་གི་ཐུགས་རྗེས་བདག་ཅག་

ལ། །ལྟག་པར་གྱུར་སྒྲམ་སྒྲིང་ནས་གསོལ་བ་  
འདེབས། །བཀའ་ངོན་ལན་སྒྲུན་བདག་ལ་མཐུ་མེད་  
གྱུར། །ལྟས་ངག་ཡིད་གསུམ་གང་གི་འབངས་སྐྱུར་  
ནས། །ཚུལ་གནས་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་ལ་འབད་པ་  
ཡིས། །ཁྱིེ་བསྐྱུར་པ་འཛིན་སྐྱོང་སྤེལ་བར་  
ཤོག། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཁྱིེ་སྐྱུ་ཅི་འདྲ་དང་། །  
འཁོར་དང་སྐྱ་ཆེ་ཆད་དང་ཞིང་ཁམས་དང་། །ཁྱིེ་བྱི་  
མཚན་མཆོག་བཟང་པོ་ཅི་འདྲ་བ། །དེ་འདྲ་ཁོ་ན་  
བདག་སོགས་འགྱུར་བར་ཤོག། །པར་དཀར་པོས་སྐྱུར་བའོ།

། ཐུབ་བསྐྱོད་མཛད་པ་བཙུ་གཉིས་བཞུགས་སོ།།



༥།      ཐབས་མཁས་ཐུགས་རྗེས་ཤྲུའི་རིགས་སུ་  
འབྱུངས།      །གཞན་གྱིས་མི་ཐུབ་བདུད་གྱི་དཔུང་  
འཛོམས་པ།      །གསེར་གྱི་ལྷན་པོ་ལྷ་བུར་བརྗེད་པའི་  
སྒྲི།      །ཤྲུའི་རྒྱལ་པོ་བྱོད་ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ།      །གང་  
གིས་དང་པོར་བྱང་ཆུབ་ཐུགས་བསྐྱེད་ནས།      །བསོད་  
ནམས་ཡེ་ཤེས་ཆོགས་གཉིས་རྗེགས་མཛད་ཅིང་།      །  
དུས་འདིར་མཛད་པ་རྒྱ་ཆེན་འགྲོ་བ་ཡི།      །མགོན་  
གྱུར་བྱོད་ལ་བདག་གིས་བསྐྱེད་པར་བགྱི།      །ལྷ་  
ནམས་དོན་མཛད་འདུལ་བའི་དུས་མཁྱེན་ནས།      །ལྷ་  
ལས་བབས་ནས་སྤང་ཆེན་ལྷར་གཤེགས་ཤིང་།      །



རིགས་ལ་གཟིགས་ནས་ལྟ་མོ་སྒྲུ་འཕྲུལ་གྱི།  
ལྟམས་སུ་ཞུགས་པར་མཛད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།  
ཟླ་བ་བརྒྱ་ཉེ་གས་ལྟ་ཀྱི་སྤྲུལ་པོ་ནི།      །བཀྲ་ཤིས་  
ལྷ་སྤྱིའི་ཆལ་དུ་བལྟམས་པའི་ཆེ།      །ཆངས་དང་བརྒྱ་  
བྱེན་གྱིས་བཏུད་མཆོན་མཆོག་ནི།      །བྱང་ཆུབ་རིགས་  
སུ་ངེས་མཛད་ཟེ།      །གཞིན་ཏུ་སྟོབས་ལྡན་མི་ཡི་སེང་  
གོ་ངེས།      །ཨོམ་མ་གཏུར་ནི་སྒྲུ་ཅུལ་བསྟན།      །སྤྱི་  
བོ་དྲིགས་པ་ཅན་རྣམས་ཆར་བཅད་ནས།      །འགྲན་ཟླ་  
མེད་པར་མཛད་ལ་ཟེ།      །འཛིག་རྟེན་ཆོས་དང་མཐུན་  
པར་བྱ་བ་དང་།      །ཁ་མ་ཐོ་སྤང་སྤྱིར་བཏུན་མོ་

ཡི། །འཁོར་དང་ལྡན་མཛད་ཐབས་ལ་མཁས་པ་  
ཡིས། །རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱོད་བར་མཛད་ལ། །འཁོར་  
བའི་བྱ་བ་སྤྱི་པོ་མེད་གཟིགས་ནས། །ཁྱིམ་ནས་  
བྱང་སྟེ་མཁའ་ལ་གཤེགས་ནས་གྱུང་། །མཆོད་རྟེན་  
ནམ་དག་རྒྱུ་དུ་ཉིད་ལ་ཉིད། །རབ་ཏུ་བྱུང་བར་  
མཛད་ལ། །བརྩོན་པས་བྱང་ཆུབ་སྒྲུབ་པར་དགོངས་  
ནས་ནི། །ནི་རྒྱུན་འཁྲུག་ཏུ་ལོ་རྒྱུག་ཏུ། །དཀའ་  
བ་སྤྱད་མཛད་བརྩོན་འགྲུས་མཐར་ཕྱིན་པས། །  
བསམ་གཏན་མཆོག་བརྟེན་མཛད་ལ། །ཐོག་མ་  
མེད་ནས་འབད་པ་དོན་ཡོད་ཕྱིར། །མ་ག་རྣམས་ཡི་བྱང་

ཆུབ་ཤིང་དུང་དུ།      གླིལ་གྱང་མི་གཡོ་མངོན་པར་  
སངས་རྒྱས་ནས།      བྱང་ཆུབ་ཚྲོགས་པར་མཛད་  
ལ།      བྱུགས་རྗེས་འགོ་ལ་སྐྱུར་དུ་གཟིགས་ནས་  
ནི།      ལྷ་ར་རྒྱ་སི་ལ་སོགས་གནས་མཆོག་ཏུ།      །  
ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་ནས་གདུལ་བྱ་རྣམས།      །  
ཐེག་པ་གསུམ་ལ་འགོད་མཛད།      གཞན་གྱི་ཆོལ་བ་  
ངན་པ་ཆར་བཅད་ཕྱིར།      ལུ་སྟེགས་སྟོན་པ་དུག་དང་  
ལྷས་བྱིན་སོགས།      འཁོར་མོ་འཇིག་གི་ཡུལ་དུ་  
བདུད་རྣམས་བདུལ།      བྱབ་པ་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་  
ལ།      སྤྱིད་པ་གསུམ་ན་དཔེ་མེད་ཡོན་ཏན་གྱིས།      །

མཉན་དུ་ཡོད་པར་ཆོ་འཕྲུལ་ཆེན་པོ་བསྟན།      །ལྷ་མི་  
འགྲོ་བ་ཀུན་གྱིས་རབ་མཆོད་པ།      །བསྟན་པ་རྒྱས་  
པར་མཛོད་ལ།      །ལེ་ལོ་ཅན་རྣམས་སྟུར་དུ་བསྐྱུལ་  
བྱའི་ཕྱིར།      །རྩ་མཆོག་གྲོང་གི་ས་གཞི་གཙང་མ་  
རུ།      །འཆི་མེད་རྡོ་རྗེ་ལྷ་བྱའི་སྐུ་གཤེགས་ནས།      །སྟེ་  
ངན་འདའ་བར་མཛོད་ལ།      །ཡང་དག་ཉིད་དུ་འཛིག་  
པ་མེད་ཕྱིར་དང་།      །མ་འོངས་སེམས་ཅན་བསོད་  
ནམས་ཐོབ་བྱའི་ཕྱིར།      །དེ་ཉིད་དུ་ནི་རིང་བསྐྱེལ་མང་  
སྟུལ་ནས།      །སྐུ་གདུང་ཆ་བརྒྱད་མཛོད་ལ་ཕྱག་  
འཆོལ་ལོ།      །༥།      །གང་ཆོ་རྒྱུད་གཉིས་གཙོ་བོ་བྱེད་

བལྟམས་ཆོ།      །ས་ཆེན་འདི་ལ་གོམ་པ་བདུན་པོར་  
ནས།      །ང་ནི་འཇིག་རྟེན་འདི་ན་མཆོག་ཅེས་  
གསུངས།      །དེ་ཆོ་མཁས་པ་བྱོང་ལ་ཕུག་འཆལ་  
ལོ།      །དང་པོར་དགའ་ལྡན་ལྷ་ཡི་ཡུལ་ནས་བྱོན།      །  
རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཏུ་ཡུམ་གྱི་ལྷམས་སུ་ཞུགས།      །ལུས་  
ནི་ཡི་ཆལ་དུ་བྱབ་པ་བལྟམས།      །བཙུམ་ལྡན་ལྷ་ཡི་  
ལྷ་ལ་  
མཆོད།      །ཤྲ་ཀྱའི་གྲོང་དུ་གཞིན་ནུས་རྩལ་ཅེད་  
མཇོད།      །མེར་སྐྱའི་གནས་སུ་ས་འཆོ་ཁབ་ཏུ་  
བཞེས།      །སྤྱིད་གསུམ་མཚུངས་མེད་སྐྱ་ལ་  
གྲོང་

ཁྱེར་སྒོ་བཞིར་སྒོ་བའི་ཚུལ་བསྟན་ནས། མཆོད་  
རྟེན་ནམ་དག་དུང་དུ་དབུ་སྒྲ་གསེལ། བློ་རྩུ་ནའི་  
འགྲམ་དུ་དཀའ་ཐུབ་མཛད། སྒྲིབ་གཉིས་སྒོན་དང་  
བྲལ་ལ། རྒྱལ་པོའི་ཁབ་དུ་སྒྲང་ཆེན་སྒོན་པ་  
བདུལ། ཡངས་པ་ཅན་དུ་སྒྲེ་ལུས་སྒྲང་ཅི་ཡུལ། །  
མ་ག་རྟུ་ཐུབ་པ་མངོན་སངས་རྒྱས། མཁྱེན་པའི་  
ཡེ་ཤེས་འབར་ལ། ལྷ་ར་རྟུ་སིར་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་  
བསྒོར། རྩོམ་འཛུལ་དུ་ཆོའལ་ཆེན་པོ་བསྟན། །  
ཅུ་མཆོག་གྲོང་དུ་དགོངས་པ་ཐུང་ན་འདས། །  
ཐུགས་ནི་ནམ་མཁའ་འདྲ་ལ། འདི་ལྟར་བསྟན་

པའི་བདག་པོ་བཙམ་ལྟན་གྱི།      །མཛད་པའི་ཚུལ་ལ་  
མདོ་ཙམ་བསྟོད་པ་ཡི།      །དགོ་བས་འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་  
སྟོད་པ་ཡང་།      །བདེ་གཤེགས་ཉིད་ཀྱི་མཛད་དང་  
མཚུངས་པར་ཤོག།      །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བྱིད་སྐྱ་ཅི་  
འདྲ་དང་།      །འཁོར་དང་སྐྱ་ཆེ་ཆད་དང་ཞིང་ཁམས་  
དང་།      །བྱིད་ཀྱི་མཆོན་མཆོག་བཟང་པོ་ཅི་འདྲ་བ།      །  
དེ་འདྲའི་ན་བདག་སོགས་འགྱུར་བར་ཤོག།      །བྱིད་ལ་  
བསྟོད་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས།      །བདག་  
སོགས་གང་དུ་གནས་པའི་ས་ཕྱོགས་སུ།      །ནད་  
གདོན་དབུལ་ཕོངས་འཐབ་རྩོད་ཞི་བ་དང་།      །ཆོས་



དང་བཀྲ་ཤིས་འཕེལ་བར་མཛད་དུ་གསོལ། ཁྱོན་  
པ་འཛིག་རྟེན་ཁམས་སུ་བྱོན་པ་དང་། བསྟན་པ་ཉི་  
འོད་བཞིན་དུ་གསལ་བ་དང་། བསྟན་འཛིན་ཕུ་རུ་  
བཞིན་དུ་མཐུན་པ་དང་། བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་  
པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །

༼གནས་བརྟན་ཕུག་མཛོད་བཞུགས་སོ།༽

༥ སངས་རྒྱས་ཆེས་དང་ཆོག་ས་མཛོག་ལ། བྱང་  
ཆུབ་བར་དུ་སྐྱབས་སུ་མཆི། ཁྱོན་སོགས་བགྱིས་  
པའི་བསོད་ནམས་གྱིས། འགྲོ་ཕན་སངས་རྒྱས་  
ལྷུང་ཐོབ་ཤོག། གཞལ་མེད་ཁང་ཆེན་བརྒྱན་བཀོད་



པའི། །དབུས་སུ་པད་ཟླའི་གདན་སྟེངས་སུ། །ཐུབ་  
དབང་རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས། །གནས་བརྟན་  
འཁོར་བཅས་གཤེགས་སུ་གསོལ། །ཚོགས་གཉིས་  
རྒྱ་མཚོ་ལས་འབྱུངས་ཤིང་། །ཐུབ་དབང་གསེར་  
མདོག་མཚན་དཔེས་བརྒྱན། །རྫོང་སྤྱིལ་ཀྱང་ཕྱག་  
གཉིས་པ། །ས་གཞོན་མཉམ་གཞག་མཛད་ཕྱག་  
འཛལ། །སྤྱུ་མའི་སྐྱ་ཚོ་བརྟན་པ་དང་། །བསྟན་པ་  
རྒྱས་པར་བྱིན་བྱིས་སྟོབས། །བྲི་ཡང་ཀུ་ཡི་སྤྱིང་ན་  
ནི། །འཕགས་པའི་གནས་བརྟན་སྐྱ་གཙན་འཛིན། །  
དགྲ་བཙུམ་སྟོང་དང་ཆིག་བརྒྱས་བསྟོར། །རིན་ཆེན་

སྟོག་ཁུ་འཛིན་ཕུག་འཆེལ།    ཁྲི་མའི་སྐུ་ཆེ་བརྟན་པ་  
དང་།    བསྟན་པ་རྒྱས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།    བྱ་  
ཆོད་ཕུང་པོའི་རི་བོ་ན།    འཕགས་པའི་གནས་བརྟན་  
ལམ་ཕྱན་བསྟན།    དབྱ་བཅོམ་སྟོང་དང་དུག་བརྒྱས་  
བསྟོར།    ཕུག་གཉིས་མཉམ་བཞག་མཛད་ཕུག་  
འཆེལ།    ཁྲི་མའི་སྐུ་ཆེ་ཟེ།    བསྟན་པ་རྒྱས་པར་ཟེ།    །  
ཤར་གྱི་ལུས་འཕགས་སྟོང་ན་ནི།    ཁྱེར་རྩ་ཇོ་བསོད་  
སྟོམས་ལེན།    དབྱ་བཅོམ་སྟོང་ཕུག་གཉིས་གི་  
བསྟོར།    གྲེགས་བམ་ལྟུང་བཟེད་འཛིན་ཕུག་  
འཆེལ།    ཁྲི་མའི་སྐུ་ཆེ་ཟེ།    བསྟན་པ་རྒྱས་པར་ཟེ།    །

ལྷ་གནས་སུམ་ཅུ་ཅུ་གསུམ་ན།      །འཕགས་པའི་  
གནས་བརྟན་ལམ་བསྟན་ལ།      །དབྱ་བཅོམ་ཆེན་པོ་  
དགུ་བརྒྱས་བསྟོར།      །སྒྲེགས་བམ་ཆོས་འཆད་  
མཛད་ཕུག་འཆལ།      །སྒྲེ་མའི་སྐྱ་ཆེ་      །བསྟན་པ་  
རྒྱས་པར་      །རི་ཡི་རྒྱལ་པོ་ངེས་ཡངས་ལ།      །  
འཕགས་པའི་གནས་བརྟན་གྲུ་ཡི་སྒྲེ།      །དབྱ་བཅོམ་  
སྟོང་དང་ཉིས་བརྒྱས་བསྟོར།      །བུམ་པ་འཁར་  
གསེལ་འཛིན་ཕུག་འཆལ།      །སྒྲེ་མའི་སྐྱ་ཆེ་      །  
བསྟན་པ་རྒྱས་པར་      །རི་ཡི་རྒྱལ་པོ་བླེན་ལ།      །  
འཕགས་པའི་གནས་བརྟན་སྟེང་བྱེད་པ།      །དབྱ་

བཅོམ་སྟོང་དང་བཞི་བརྒྱམ་བསྟོར། ། ཕྱག་གཉིས་  
སྒྲེགས་བམ་འཛིན་ཕྱག་འཆལ། ། གླུ་མའི་སྐྱ་ཆེ་། །  
བསྟན་པ་རྒྱལ་པར་། ། རི་ཡི་རྒྱལ་པོ་གངས་ཆེན་  
ལ། ། འཕགས་པའི་གནས་བརྟན་མི་ཕྱེད་པ། ། དག་  
བཅོམ་སྟོང་ཕྱག་གཉིས་གིས་བསྟོར། ། བྱང་ཆེན་  
མཆོད་རྟེན་འཛིན་ཕྱག་འཆལ། ། གླུ་མའི་སྐྱ་ཆེ་། །  
བསྟན་པ་རྒྱལ་པར་། ། གངས་རི་ཆེན་པོ་ཏི་སེ་ལ། །  
འཕགས་པའི་གནས་བརྟན་ཡན་ལག་འབྱུང་། ། དག་  
བཅོམ་སྟོང་དང་སུམ་བརྒྱམ་བསྟོར། ། སྟོས་ཕོར་རྩ་  
ཡབ་འཛིན་ཕྱག་འཆལ། ། གླུ་མའི་སྐྱ་ཆེ་། ། བསྟན་

པ་རྒྱས་པར་ཟེ། རྩེད་སྤྱོད་རི་ཡི་ཤེལ་ནགས་ན། །  
འཕགས་པའི་གནས་བརྟན་མ་ཕམ་པ། རྟུག་བཅོམ་  
བརྒྱ་ཕྱག་གཅིག་གིས་བསྐྱོར། ཕྱག་གཉིས་མཉམ་  
བཞག་མཛད་ཕྱག་འཆལ། ཁྲི་མའི་སྐུ་ཆེ་ཟེ། །  
བསྟན་པ་རྒྱས་པར་ཟེ། རྟོ་མ་བདུན་པའི་རི་ཕྱག་  
ན། འཕགས་པའི་གནས་བརྟན་ནགས་ན་  
གནས། རྟུག་བཅོམ་སྤྱོད་དང་བཞི་བརྒྱས་  
བསྐྱོར། སྤྲིགས་མཛུབ་རྩེ་ཡབ་འཛིན་ཕྱག་  
འཆལ། ཁྲི་མའི་སྐུ་ཆེ་ཟེ། བསྟན་པ་རྒྱས་པར་ཟེ། །  
གནས་མཆོག་དམ་པ་བྲངས་སྤྱིང་ན། འཕགས་

པའི་གནས་བརྟན་དུས་ལྟན་ལ།      །དབྱ་བཅོམ་སྟོང་  
དང་ཆེག་བརྒྱས་བསྟོར།      །གསེར་གྱི་ཕྱོག་སྟོར་འཛིན་  
ཕྱག་འཆ་ལ།      །བྲམ་མའི་སྐྱ་ཆེ་༥      །བསྟན་པ་རྒྱས་  
པར་༥      །སིང་ལ་ཡི་གྲིང་ན་ན།      །གནས་བརྟན་དེ་རྩེ་  
མོ་ཡི་བྲ།      །དབྱ་བཅོམ་སྟོང་ཕྱག་གཅིག་གིས་  
བསྟོར།      །སྤྲིགས་མཛུབ་རྩལ་ལ་འཛིན་ཕྱག་  
འཆ་ལ།      །བྲམ་མའི་སྐྱ་ཆེ་༥      །བསྟན་པ་རྒྱས་པར་༥      །  
ཁུ་བོ་ཡ་ལྟ་ནའི་གྲིང་ན།      །འཕགས་པའི་གནས་  
བརྟན་བཟང་པོ་ལ།      །དབྱ་བཅོམ་སྟོང་དང་ཉིས་  
བརྒྱས་བསྟོར།      །ཆོས་འཆད་མཉམ་བཞག་མཛོད་

ཕུག་འཆེལ། ཁྲི་མའི་སྐྱ་ཆེ་༥ བསྟན་པ་རྒྱས་  
པར་༥ གནས་མཆོག་དམ་པ་ཁ་ཆེན། འཕགས་  
པའི་གནས་བརྟན་གསེར་བེའུ། དབྱ་བཅོམ་ཆེན་པོ་  
ལྟ་བརྒྱས་བསྟོར། རིན་ཆེན་ཞགས་པ་འཛིན་ཕུག་  
འཆེལ། ཁྲི་མའི་སྐྱ་ཆེ་༥ བསྟན་པ་རྒྱས་པར་༥ །  
རུབ་ཀྱི་བ་ལང་སྟོང་ན་ནི། ཁྲི་ར་རྩ་ཇ་གསེར་ཅན་  
ལ། དབྱ་བཅོམ་ཆེན་པོ་བདུན་བརྒྱས་བསྟོར། །  
ཕུག་གཉིས་མཉམ་བཞག་མཛད་ཕུག་འཆེལ། ཁྲི་  
མའི་སྐྱ་ཆེ་༥ བསྟན་པ་རྒྱས་པར་༥ བྱང་གི་སྒྲ་མི་  
སྟོན་ན་ནི། འཕགས་པའི་གནས་བརྟན་སྟོག་ཀུ་ལ། །



དག་བཅོམ་ཆེན་པོ་དག་བརྒྱས་བསྐྱོར། །ཕྱག་  
གཉིས་ནེའུ་ལེ་འཛིན་ཕྱག་འཆ་ལ། །སྤྲེལ་པའི་སྤྲེལ་  
ཆོེ། །བསྟན་པ་རྒྱས་པར། །འཕགས་པའི་དག་  
བསྟེན་རྟུ་ཏ། །རལ་པའི་བྲོད་བཅིངས་སྤྲེལ་བམ་  
ཁུར། །སྤྲེལ་མཐའ་མདུན་གྱི་མཁའ་ལ་གཟིགས། །  
ར་ཡབ་བུམ་པ་འཛིན་ཕྱག་འཆ་ལ། །སྤྲེལ་པའི་སྤྲེལ་  
ཆོེ། །བསྟན་པ་རྒྱས་པར། །བཅིངས་རྒྱ་ཆེར་  
གཟིགས་པ་པོ། །ཡུལ་འཁོར་སྤྲེལ་དང་འཕགས་  
སྤྲེལ་པོ། །སྤྲེལ་མི་བཅང་དང་རྣམ་བྲོས་སྤྲེལ། །  
རྒྱལ་ཆེན་བཞི་ལ་ཕྱག་འཆ་ལོ། །འཕགས་པའི་



གང་ཟག་བྱེད་རྣམས་ལ། རྒྱག་འཆལ་མཆོད་ཅིང་  
སྒྲིག་པ་བཤགས། ཡི་རང་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་  
འདེབས། འདག་བ་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་བསྟོ། །  
དབང་བཅུ་མངའ་བ་བྱེད་རྣམས་ཀྱིས། སངས་རྒྱས་  
བསྟན་པ་དར་བ་དང་། བདག་སོགས་བར་ཆད་ཞི་  
བ་དང་། སེམས་ཅན་སྒྲིབ་པ་སྦྱང་དུ་གསོལ། །  
སངས་རྒྱས་སྤྱལ་པ་འཕགས་པའི་ཆོགས། བསྟན་  
པ་སྦྱོང་བའི་ལས་མཛོད་པ། གནས་བརྟན་ཆེན་པོ་  
འཁོར་བཅས་ཀྱིས། བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་པར་  
མཛོད། སྤྱིད་ལས་རྣམ་གྲོལ་ཉོན་མོངས་མེད། །

ཟད་དང་སྐྱེ་བ་མི་ཤེས་པ།      བློ་དང་དྲུག་སྟོང་བཞི་  
བརྒྱ་ཡིས།      །བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་པར་  
མཛོད། །ཕན་བདེ་འབྱུང་བའི་གནས་གཅིག་ལུ། །  
བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་པ་དང་། །བསྟན་པ་འཛིན་  
པའི་སྐྱེས་བུ་རྣམས། །སྐྱེ་ཆེ་རྒྱལ་མཆོན་བཏོན་གྱིར་  
ཅིག །ཆོས་རྩ་ཆེན་པོའི་སྒྲ་ཡིས་ནི། །རྟུག་བསྐྱེལ་  
སེམས་ཅན་མཐར་བཁྱེད་ཤོག །བསྐྱེལ་པ་བྱེ་བ་  
བསམ་ཡས་སུ། །ཆོས་སྟོན་མཛོད་ཅིང་བཞུགས་  
གྱིར་ཅིག །སོགས་ཆོགས་བཅད་གཉིས་དང་། །འགྲོ་བའི་རྟུག་  
བསྐྱེལ་སྟོན་གཅིག་ལུ། །བདེ་བ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་

བའི་གནས། །བསྟན་པ་རྗེད་དང་བཀུར་སྟེ་དང་། །  
བཅས་ཏེ་ཡུན་རིང་གནས་གྱུར་ཅིག །ཅེས་ཁ་ཆེ་པ་ཁ་ཆེན་ལྟ་  
གྲིས་མཛད་པ་གྲགས་སོ།།

༼སྟོབ་དཔོན་པདྨ་སམ་བྷ་ལྷར་བསྟོད་པ༽

༥ ། ཀུན་བཟང་ནམ་མཁའི་སྐྱེད་ཆལ་དུ། རིམ་ཆར་  
སྒྲུང་བ་མཐའ་ཡས་པའི། །ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་གར་  
མཛད་མཁན། །གཏན་གྱི་སྐྱབས་ལ་ཐུག་འཆལ་  
ལོ། །ཁྱེད་ཞབས་པདྨ་ལ་བརྟུང་པ། །གང་ལས་  
བསོད་ནམས་ཀུན་བྱུང་བཞིན། །ཡེ་ཤེས་ཆོག་གས་  
གྱི་འང་གནས་མཐོང་ནས། །རྣམ་པ་ཀུན་གྱིས་ཐུག་

འཆའ་ལོ། །ཡུ་རྒྱུན་མཆོ་སྐྱེས་ཀེ་ས་པའི། །རྫོ་རྫོ་རྫོ་  
གདན་དུ་བྱོན་པ་གང་། །རྩ་མཆོག་གྲོང་ནས་  
གཤེགས་དེ་ཁར། །སོམ་ཉི་མེད་པར་ཕྱག་འཆའ་  
ལོ། །ཨིན་རྩ་ཉི་དབང་ཕྱག་ཆེན། །གོ་སར་དབང་  
བསྐྱར་བྱོད་མདུན་དུ། །ཕུན་ཆོག་ས་ཐམས་ཅད་  
འདུས་པའི་ཆུ་ལ། །བསམ་མི་བྱུང་ལ་། །རྒྱལ་བ་  
ཉིད་ཀྱིས་བགྲང་འོས་པའི། །ཆོས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ཇི་སྟེད་  
པ། །བྱོད་ཀྱི་ཕྱག་ས་སུ་རྒྱུ་གྱུར་པས། །མཁས་  
པའི་མཁས་པར་། །ཁ་ན་མ་ཐོའི་དྲི་བུ་ལ་བའི། །  
ཆུ་ལ་བྲིམས་ཆོག་ས་ལ་མངའ་བསྐྱར་བ། །བཙུན་

པའི་དཔལ་གྱར་བྱོང་ཁོ་ནར། །དད་པ་རྒྱ་མཆོས་ཟེ། །  
མརྒྱ་ར་བའི་རེག་བྱ་ཡིས། །ལྷ་ཡི་ལྷར་བསྐྱབས་  
ཡོན་ཏན་མཐའ། །སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱིས་མི་རྟོགས་  
པས། །བབང་པོའི་མཆོན་གཞིར་ཟེ། །སེམས་ཅན་  
མེས་པ་བཞིན་བསྐྱར་བའི། །སྐྱ་གསུང་བླགས་གྱི་  
གསང་བའི་དཔྱིད། །མི་བབང་རྒྱན་གྱི་འཁོར་ལོ་  
ཡི། །གན་མཛོད་མཆོག་ལ་ཟེ། །གང་གིས་འཕགས་  
པའི་ཡུལ་ལྗོངས་སུ། །ལྷ་སྟེགས་ནག་པོ་ཆར་བཅད་  
པ། །དེ་ལྷར་བོད་གྱི་མ་རུངས་པ། །ཀུན་ལའང་  
མཛོད་ལ་ཟེ། །མཁར་ཆེན་བབས་བསྐྱལ་ཆོས་གྱི་

སྒྲེ། རྣམ་མང་གཏུལ་བྱའི་ཕྱིར་སྤྲས་པས། རྩ་  
བརྒྱ་པ་ལ་ལན་སྟོན་དགའི། རྒྱ་དྲིན་ཅན་ལ་།  
འཆི་བདག་མཆེ་བ་ལྟར་གཏུམ་པའི། མི་བོ་བླ་བྱེད་  
རྣམས་ཀྱི་སྒྲེ། བྲིམས་ཀྱིས་འགོགས་པའི་རྒྱའི་  
རྒྱལ་། འཛིགས་བྱེད་ཆེན་པོར་། རྩེ་གཅིག་བྲིད་  
ལ་སྟོ་གཏད་ནས། གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མདུན་  
ཕྱོན་ཏེ། བསམ་པ་ཐམས་ཅད་ཚྲོགས་མཛད་  
པར། བསྐྱུ་བ་མེད་ལ་། བྲིད་ཀྱི་མཆོན་ཅམ་བཟུང་  
བ་ལའང་། སྒྲེ་བརྒྱད་ཀུན་གྱིས་མི་འཆོའིང་། འ  
བསྟེན་ཞིང་བསྟོམ་བཞེས་ལ་ཞུགས་ནས། བཀའ་

ཉན་བགྱིད་ལ། རིག་འཛིན་ཡོངས་དངོས་བྱིད་ཁོ་  
ན། ཡི་དམ་ལྷ་ཆོག་ལས་ཀུན་ཏུ་ཤར། བར་ཆད་  
སེལ་ལ་མཁའ་འགྲོ་དང་། ཆོས་སྐྱོད་རྣམས་  
དེར། གང་སྐྱོད་གོ་འདུན་གསུང་ཉིད་ཆོས། གང་  
བྱུགས་སངས་རྒྱས་ངོ་བོ་སྟེ། གང་ལ་སྐྱབས་ན་  
འཁོར་བའི་འཛིགས། བམས་ཅད་སེལ་ལ། །  
གཞན་དོན་མི་གཡེལ་བྱིད་ལ་དེང་། བདག་སོགས་  
བདེ་ནས་བདེར་འགོད་པའི། རྒྱས་པའི་དཔུང་ཆེན་  
ཐོངས་རན་ཅེས། ཉམ་ཐག་འོ་དོད་འབོད་ལགས་  
སོ། ཡོན་གནས་སྤྱི་ལུ་བགྱི་བ་ལ། གཞན་གྱིས་



མ་བཟོད་བར་གཙོད་པའི།      བྱིར་སྒྲེག་བྱིད་ལས་  
གཞན་མི་འཆོལ།      ལྷུར་དུ་བགོགས་དང་བྲལ་བར་  
མཛོད།      སྒྲོན་ཆེ་བྱིད་ཀྱིས་གང་སྒྲོན་པ།      དེ་ཀ་  
བདག་གི་འད་སྒྲོན་ལམ་སྟེ།      །གང་ལ་བྱིད་ཀྱིས་  
བསྐྱབས་དེ་ཀྱན།      །བདག་གི་སྦྱོད་པའད་དེ་ལྟར་  
ཤོག།      །བདག་ལ་བཀྲ་ཤིས་ཀྱན་བྱིན་ནས།      བྱིད་  
བསྟན་ནམ་མཁའ་མཉམ་བྱས་པའི།      །དགོ་བའི་  
བཤེས་སུ་བྱུར་ནས་སུ།      །ཀྱན་གྱི་རེ་བ་འགྲུབ་བྱུར་  
ཅིག།      །གཞན་ཡང་ཀ་དག་དབྱིངས་ཉིད་དུ།      །རིག་  
བྱ་རིག་བྱེད་ཀྱན་བསྟེམས་པའི།      །བྲིགས་སྦྱོད་

གཞུང་ལམ་ཆེན་མོ་ནས།                      ཀྱུན་ཡང་བྱོང་སར་  
འགོད་པར་ཤོག།                      བྱོང་གྲུ་ལ་རྩི་རྩི་གསེབ་ལམ་  
ནས། འདོད་པའི་གོ་འཕང་ལ་འགོད་དང་། བར་  
དོ་བཞི་རུ་དབུགས་ཕྱིན་པ། བཀའ་ལ་བཀའ་འདུལ་  
བྱེད་པར་ཤོག། ཅེས་བྱང་ནས་ཆོས་རྒྱལ་བཟླ་ཤིས་སྟོབས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་  
བསྐུལ་ནས། སྟོབ་དཔོན་ཉིད་ཀྱི་བྱིན་རླབས་ལ་རེ་བའི་བཙུན་པ་བཞུ་དཀར་པོས་སྦྱར་  
བ་དགོའོ། །

༼གུ་རུ་མཆོན་བརྒྱད་ལ་བསྟོད་པ༽

༄ རབ་དཀར་ཀྱུན་བཟང་ཐུགས་ཀྱི་བདུད་རྩིའི་

མཆོར། །རྣམ་རེལ་རྒྱལ་རྣམས་ཐུགས་རྗེའི་པད་སྟོང་  
གིས། །བསྐྱེད་པས་བགྲང་ཡས་འགྲོ་བའི་སྐབས་  
གཅིག་ཏུ། །མཆོ་སྐྱེས་རྗེ་རྗེའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་  
འདེབས། །ཁེངས་ལྡན་ཡིད་སྐབས་དཔུང་ལས་རྣམ་  
རྒྱལ་བའི། །མཆོག་གི་ས་ལ་དབང་བསྐྱར་བཞེས་  
གུར་ནས། །ཕན་བདེའི་རྒྱལ་ཐབས་ཅི་ཡང་སྐྱར་བ་  
ཡི། །པདྨ་རྒྱལ་པོའི་ཞབས་ལ། །རྒྱལ་བའི་བསྐྱེད་  
ལ་གང་གི་མཛད་པའི་ཡུལ། །སྟོན་པ་ཉིད་དང་རྣམ་  
པར་མི་ཐུང་པའི། །བྲག་པས་པའི་བ་དན་སྟིད་པའི་  
མཐར་ཆུང་བ། །ཤྲུ་སེང་གའི་ཞབས་ལ། །ཤེས་

བྱའི་ཆོས་རྣམས་ཀུན་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ཆེ།      །རྣམ་དཔྱེད་  
ཁྱོར་བ་གཅིག་གིས་འབྲུངས་པ་སྤྲུམ།      །འགྲོ་བའི་  
ཡིད་བཞིན་འཕེལ་མཁས་དྲང་སྟོང་དབང་།      །སྒོ་  
ལྡན་མཚོ་ག་སྟེད་ཞབས་ལ་།      །བྱུང་དང་རིག་འཛིན་  
ཀུན་གྱི་བྱུར་ཕུད་རིར།      །ཞབས་སེན་ལྷ་ཆོས་གསར་  
པ་ལེགས་བཀོད་ནས།      །སྐྱེད་གྱའི་ནང་གྱི་གདུང་བ་  
འཛུམས་མཛད་པའི།      །པརྒྱ་སྦྱུའི་ཞབས་ལ་།      །  
གང་གི་རྟག་པར་འཛིག་རྟེན་གསུམ་པོ་འདིའི།      །མི་  
བབ་དཔྱེད་པའི་རབ་རིབ་ཀུན་སྟོགས་ནས།      །སྤྲང་  
བ་མཚོ་ག་གི་སྐལ་བ་དགེར་མཛད་པའི།      །ཉི་མ་འོད་

ཟེར་ཞབས་ལ། །ཕས་ཆོལ་བདུད་དང་མུ་སྟེགས་ལ་  
སྟེས་ཀྱི། །སྟོང་བྲག་ཅིག་ཅར་མགྱིན་པར་འབྱིན་བྱེད་  
པ། །ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེའི་ཆོས་སྡེ་ཇི་སྟེད་ཀྱི། །སེང་གོ་  
སྟོ་སྟོག་ཞབས་ལ། །སྟོབས་ལྡན་བགོགས་དང་  
ལོག་འདྲེན་རྣམས་ཀྱི་གཡུལ། །མཆོན་ཙམ་  
བསྐྱགས་པས་ཆེག་མེད་འཇོམས་རུས་པའི། །མཐུ་  
སྟོབས་དབང་ཕུག་ཀུན་གྱི་བདག་པོ་ནི། །རྫོ་རྫོ་ཤོ་  
ལོད་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །བདག་ནི་  
སྟོབས་གཞན་སྤངས་ནས་བྱིད་ཁོ་ནའི། །ཞབས་པད་  
འདི་ནས་བཟུང་སྟེ་གར་སྟེས་སར། །མཆོད་དོ་

མགོན་ཉིད་གང་དུ་གཤེགས་པའི་སར།      ཟུར་བར་  
བྲིད་ཅིག་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ།      །པར་དཀར་པོས།

།རིག་འཛིན་སྤྱིང་པོ་ལ་བསྟོད་པ།།

༥།      ཀུན་བཟང་རྫོང་སེམས་སྣང་མཐའ་སྤྱོད་རས་  
གཟིགས།      །དགའ་རབ་རྫོང་འགྲོ་མགོན་པར་  
འབྱུང་།      །རྒྱལ་བ་དགོངས་པ་བརྟུང་དང་སྒྲོན་བརྒྱུད་  
ཀྱི།      །རིག་འཛིན་ཀུན་འདུས་ཐུགས་ལ་གསོལ་བ་  
འདེབས།      །མི་འགྱུར་གཡུང་དྲུང་ལྟ་བུར་བཞུགས་  
སུ་གསོལ།      །པར་བརྟུང་ཕྱེད་སེགས་དགོངས་འདུས་  
དང་།      །བདེ་འདུས་ཡོངས་རྫོགས་ནི་བྲིའི་དཀྱིལ་

འཁོར་ལྟ།      །སྒྲུང་བརྒྱན་མི་བད་སྟོ་དང་བསྟུ་མཛད་  
པའི།      །སྒྲུག་ས་འཁོར་ཀུན་འདུས་གསུང་ལ་གསོལ་  
བ་འདེབས།      །མི་ཤིག་ས་རྩེ་རྩེ་ལྟ་བུར་བཞུགས་སུ་  
གསོལ།      །རྩེ་རྩེ་ཕག་མོ་མཁའ་འགྲོ་སྟེ་ལྟ་གཙོ།      །  
ཡེ་ཤེས་འཛིག་རྟེན་ལས་གྲུབ་དཔའ་བོ་དང་།      །  
མཁའ་འགྲོ་དང་བཅས་ཅུ་ཁམས་དག་པའི་སར།      །  
བདེ་ཆེན་ཀུན་འདུས་སྐྱེལ་གསོལ་བ་འདེབས།      །མི་  
རྒྱུ་རྒྱུལ་མཆོན་ལྟ་བུར་བཞུགས་སུ་གསོལ།      །རིག་  
འཛིན་སྟོང་པའི་ཕྱིན་ལས་མཁའ་མཉམ་ཞིང་།      །སྐྱེ་  
ཆེ་མཛད་པ་བསྐྱེལ་བརྒྱུར་བརྟན་པ་དང་།      །ཆོས་



འཁོར་བསྐྱོར་ནིང་མུང་ངན་མི་འདེལ་གསོལ།  
བདག་གཞན་དག་ཆོག་སྤྲུང་ཆུབ་ཆེར་བསྡུ་  
མཛོད། ། རྒྱ་ཁྱི་བཙུན་པ་ངག་གི་དབང་པོས་སོ།

༼མདོ་ལུགས་བརྒྱད་པ་རྣམས་ལ་བསྟོད་པ༽

༥ འཇིག་རྟེན་མཆོད་འོས་ཡོངས་ཀྱི་སྒྲ་མ་ནི། །  
 བཀྲ་ཤིས་ཀུན་གྱི་བཀྲ་ཤིས་བྲགས་པའི་བཞི། །ཐེག་  
 བསྐྱུམ་འཁོར་ལོས་སྒྲ་བ་བས་བཅའ་སྒྲས། །  
 བསྐྱུལ་པ་བཟང་པོའི་སྒྲ་མ་བཞི་པར་འདུད། །གང་  
 ཞིག་ཕན་བདེ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་བྱངས། །  
 བསྐྱུན་པ་རིན་ཆེན་ཕྱག་རྟུ་གཏད་པ་དེ། །ཆོས་བཞིན་

གྱི་དོར་མཛད་པའི་དབྱ་བཙམ་པ།      །གནས་བརྟན་  
རྒྱལ་ཚབ་ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་འདུད།      །ཁྱུ་ཁྱེད་སློ་མཆོ་  
ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་འི་ཞིང་།      །ནམ་ཡང་མཐའ་གཉིས་  
གནས་ལ་གནས་བྲལ་བས།      །བདེ་བ་ཅན་ནས་  
མཐར་གྱིས་དང་བའི་འོད།      །འཛང་རྒྱའི་བར་དུ་  
བརྟལ་བ་དེ་ལ་འདུད།      །བྱབ་པར་སློན་ལམ་བཟབ་  
གྲུབ་འཕགས་པའི་ལྷ།      །པརྒྱའི་སྐབས་འབྱུངས་  
མཁས་བསྐྱབས་ན་ལརྟུར།      །མཁོལ་བརྟལ་བའི་སྐྱ་  
སྐད་ད་ལྟའི་བར།      །དབྱར་སྐྱེས་རྩ་བོ་ཆེ་ལྟར་གྲགས་  
ལ་འདུད།      །བྱམས་མགོན་བརྩ་གཉིས་ལོར་བསྟེན་

ནངས་ཀྱི་མཐར།     །དངོས་ཀྱིས་རྗེས་བཟུང་བྱུང་པའི་  
མདོ་ཀུན་ལ།     །ཐོགས་མེད་འདོན་འདྲི་ཚོད་མཁན་  
ཀུན་གྱི་དཔང་།     །འོད་བྱེད་ས་ལ་གནས་པའི་ཞབས་  
ལ་འདུད།     །སྐྱེ་བ་ལྔ་བརྒྱར་པ་རྩེ་ཏར་གྱུར་འདྲིར།     །  
གཅེན་གྱི་དྲིན་ལས་སྤྱིར་མི་ལྟོག་ཐོབ་པ།     །གཞུང་  
ལུགས་འབྱུང་སྡེ་གོ་དགའི་སྒྲེགས་བམ་ཆེ།     །  
དབྱིག་གཉེན་སངས་རྒྱས་གཉིས་པར་བྲགས་ལ་  
འདུད།     །འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་རྗེས་བཟུང་དྲི་  
མེད་སྒོ།     །ཀུན་བཏུས་རལ་གྱི་རེངས་པ་སྒྲུར་བཅངས་  
ནས།     །ཚོད་པའི་མདུན་སར་ལུ་སྒྲེགས་ཁ་བཏགས་

ཞིང་། རྒྱལ་བསྟན་བཏེག་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤང་པོར་  
འདུད། དམ་པའི་ནྭ་བར་ལྟུང་འོས་སྡེ་བདུན་  
གྱིས། རྒྱལ་བ་ཆར་གཙང་ཆོས་ཀྱི་སྤྱ་གྲགས་  
པས། རྒྱ་བ་ནྭ་མས་ཀྱི་གཙུག་ལག་སྡེ་གས་བཙས་  
ཏེ། མཁའ་སྤྱོད་ཆེན་པོར་བསྟོད་པ་དེ་ལ་འདུད། །  
རང་གཞན་གྲུབ་མཐའ་རྒྱ་མཆོ་ཕར་བརྒྱལ་ནས། །  
བསྐྱབ་གསུམ་རིན་ཆེན་གཙེས་པས་མཛོད་བཀའ་  
ཞིང་། ལྷགས་བཞིན་མདོར་ལྟུང་རིས་མེད་སྤྱོད་བ་  
ལ། བགོ་བཤའ་མཛོད་པ་ཡོན་ཏན་འོད་ལ་  
འདུད། རྒྱ་ཁེ་རིང་ལྷགས་ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་

འོད། །འབྱམ་ཕྱག་གང་གི་ཕྱག་པར་ལྡན་པ་ནས། །  
མི་ཤེས་སྤྱན་པའི་འཇུག་པ་རྒྱང་བསྐྱིངས་ནས། །  
ཀུན་གྱིས་ཡང་ཡང་བསྐྱགས་པ་དེ་ལ་འདུད། །  
གཞན་ཡང་རྒྱལ་བའི་བསྐྱོན་ལ་མཛད་པའི་ཕུལ། །  
སྟོན་པ་ཉིད་བཞིན་འཕྱར་བ་རྒྱ་གར་གྱི། །པཱཱླ་ཏ་དང་  
གངས་ཅན་འདིར་བྱོན་པའི། །འཇིག་རྟེན་མིག་གྱུར་  
རྣམས་ལ་གུས་པས་འདུད། །ཇི་ལྟར་བདག་གིས་  
གུས་པས་གསོལ་བ་ཏབ་པས། །དེ་ལྟར་ཡོན་གནས་  
རྣམས་ཀྱིས་མཐུ་བསྐྱེད་ནས། །ཡངས་པའི་ས་  
རྣམས་ཀུན་ཏུ་བྱབ་པའི་བསྐྱོན། །ཞིད་དང་བཀུར་

སྟོར་བཅས་ཏེ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག །པར་དཀར་པོས་སོ།།

༼བཀའ་གདམས་བརྒྱད་པར་བསྟུང་པ༽

༥ སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཇེ་བཙུན་འཇམ་པའི་  
དབྱངས། །ཡོད་མེད་ཕྱོགས་འཛིག་ཀྱང་སྒྲུབ་འཕགས་  
པ་ལྟ། །ཟླ་བ་གྲགས་པ་རིག་པའི་བྱ་བྱ་གསོགས། །  
ཟབ་མོ་ལྟ་བའི་བརྒྱད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །  
བྱམས་པ་ཐོགས་མེད་དབྱིག་གཉིན་རྣམ་གྲོལ་སྟེ། །  
མཆོག་སྟེ་དུལ་བའི་སྟེ་དང་གྲགས་པའི་དཔལ། །  
སེང་བཟང་ཀུ་ས་ལི་གཉིས་གསེར་གླིང་པ། །རྒྱ་ཆེན་  
སྟུང་པའི་བརྒྱད་ལ་༥ །ཐུགས་ཇེ་ཆེན་པོ་བདེ་

གཤེགས་རྩེ་རྩེ་འཆང་།      མཆོག་གཟིགས་ཏིལྱི་པ་  
དང་རྒྱ་རོ་པ།      དཔལ་མཆོག་འྱི་བྱི་བ་དང་མར་མེ་  
མཛད། ཉམས་ལེན་བྱིན་རྒྱ་བས་བརྒྱད་ཟེ། བརྒྱད་  
པ་གསུམ་ལྟན་ལྟ་རིག་པ་རྩེ་ཏ།      རྩེ་པ་ཀུན་གྱི་ཆོད་  
མིའི་སྐྱེས་བུར་བྱོན།      གངས་ཅན་ལྟན་པ་སེལ་བའི་  
སྐྱོན་མེ་སྤར།      དཔལ་ལྟན་ཨ་ཏི་ཤ་ལ་གསེལ་བ་  
འདེབས། བརྒྱ་དཀར་པོས་སོ།

༼གཙང་པ་རྒྱ་རས་གྱི་སྐྱེས་རབས་ལ་བསྟོད་པ༽

ལྟོ། ལྟན་སུམ་ཆོགས་པ་རྒྱ་མཆོའི་རྣམ་རེལ་གྱིས། །  
ཡིད་ཅན་ཀུན་ལ་ཕན་བདེའི་མཆོག་སྐྱོན་མཁན། །ཆོ་



དཔག་མེད་པའི་སྤྲུལ་གྱི་བྱ་བོ་པ། །འཛིག་ཏེན་དབང་  
ཕུག་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །འགྲུ་ལ་ཡི་  
རྒྱལ་ཁབ་སེང་གའི་བྲིར། །དཔལ་ལྡན་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱས་  
འགྲེལ་བྱེད་པ་པོར། །ཟས་གཙང་སྤྲུལ་གྱིས་ལུང་  
བསྟན་པ་ད་དཀར་འཛིན། །རིགས་ལྡན་དབང་པོ་  
གཉིས་པར་། །བོད་འབངས་ཀུན་ལ་བྱུགས་རྗེའི་  
དབང་གྱུར་པས། །བྱབ་པའི་རིང་ལུགས་ལྟ་མིས་  
མཆོད་པའི་སྒོལ། །དང་པོར་བཏོད་པའི་བཀའ་རྒྱུ་  
ཟླ་མེད་པ། །སྤྲུལ་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོར་། །ཟབ་མོ་  
ལྟ་བས་ཞི་བའི་མཆོར་འབྱུངས་ཤིང་། །ཟབ་རྒྱས་

ཆོས་ལུང་གྱེ་བའི་ཚུ་གྲུང་གིས།      །གའོང་དམར་ཅན་  
གྱི་ནང་གི་གདུང་སེལ་མཁན།      །ཤུན་རྒྱུ་ལ་།      །  
ཕྱི་ནང་ཤེས་བྱའི་འཛིན་མ་མ་ལུས་པར།      །མི་བརྗེད་  
གཟུངས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ལེགས་བསྐྱར་བས།      །ཕས་ཀྱི་  
ཆོལ་བའི་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་བའི།      །པཎ་ཆེན་རྒྱ་  
རོ་ཏ་པར་།      །དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཕྱིན་ལས་  
པར།      །ཁྱོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱིས་ལུང་  
བསྟན་པའི།      །ཤུན་རི་བོར་དག་པའི་བསམ་གཏན་  
པ།      །ཁྱེ་བཅུན་ཟླ་འོད་གཞིན་རུར་།      །གངས་རིའི་  
མགུལ་དུ་རྗེ་རྗེའི་གདན་བཀོད་ལ།      །བྱུང་པ་སངས་

ཀྱས་སྟོང་གི་རྣམ་རེལ་བ།    །ལུས་ཅན་དཔྱིད་གི་སྐལ་  
བ་བབང་མཛད་པ།    །འགྲོ་བའི་མགོན་པོ་འབྲུག་  
པར་།    །ཤར་ཕྱོགས་མངོན་པར་དགའ་བའི་ཞིང་  
ཁམས་སུ།    །སྤྱེའུལ་རྡོ་རྗེའི་སྣང་བ་རབ་འབྱམས་  
ཅེར།    །བྱང་ཆུབ་སྟོན་པ་རྒྱ་མཆོ་སྟོན་བྱེད་པའི།    །  
སྣང་བ་རྒྱལ་བུལ་སེམས་དཔར་།    །བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་  
སྟོང་ཆོས་གི་སྒྲོར་སྤྲས་པ།    །ཀུན་དགའ་དཔལ་  
འབྱོར་སྐལ་བབང་གཏུལ་བྱལ།    །ཅི་དགར་འབྱེད་  
པའི་མཚུངས་མེད་ལོ་རྩྭ་བ།    །རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་དབང་  
པོར་།    །སྟོ་ཕྱོགས་ནོར་འཛིན་ཆོས་གིས་སྟོང་བའི་

དབང་། ། །མ་སྒྲུང་གྲགས་པའི་གཏེར་གྱི་སྒྲིགས་  
དུས་འདིར། །ཡང་དག་ལམ་གྱི་ས་མཁན་མཆོག་  
གཅིག་དུ། །གོང་མ་གྲུབ་པའི་མེ་བོར་༥ །འཇམ་  
མགོན་ཞབས་བྱུང་ཉི་མའི་བྱ་བ་ལ། །ལན་བརྒྱར་  
འབྱུངས་པའི་པར་དཀར་པོའི་འཕྲེང་། །དྲིགས་ལྡན་  
ཀུན་གྱི་རལ་པའི་རྒྱ་གྱུར་པའི། །མཚུངས་མེད་སྒྲ་  
མ་མཆོག་དེར་༥ །སྒྲོན་བྱོན་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་སྤྱལ་  
པའི་གཞི། །མ་བྱོན་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་  
བ། །ད་ལྟའི་སྐྱོབ་པ་དག་དང་དབྱེར་མེད་པའི། །  
ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་ཞབས་པད་བརྟན་གྱི་ཅིག །དེ་

ལྟར་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུ་སྟོབས་གིས། །  
བདག་དང་མཐའ་ཡས་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ། །མགོན་  
བྱོང་མཉེས་བྱས་གང་གི་རིང་ལུགས་གིས། །རྫོགས་  
པའི་བྱང་ཆུབ་སྦྱར་དུ་བློབ་བྱུར་ཅིག །༥། གླེ་མ་སྒྲུ་  
ཁམས་བཟང་བར་གསོལ་བ་འདེབས། །མཆོག་ཏུ་  
སྒྲུ་ཆེ་རིང་བར་གསོལ་བ་འདེབས། །ཐིན་ལས་དར་  
ཉིང་རྒྱས་པར་གསོལ་བ་འདེབས། །གླེ་མ་དང་  
འབྲལ་བ་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས། །ཕན་བདེ་  
འབྱུང་བའི་གནས་གཅིག་ལུ། །བསྟན་པ་ཡུན་རིང་  
གནས་པ་དང་། །བསྟན་པ་འཛིན་པའི་སྒྲེས་བུ་

ནམས། །སྐྱ་ཆེ་རྒྱལ་མཆན་བརྟན་གྱུར་ཅིག །ཆོས་  
རྩ་ཆེན་པོའི་སྐྱ་ཡིས་ནི། །སྤྱག་བསྐྱལ་སེམས་ཅན་  
མཐར་བབྱིད་ཤོག། །བསྐྱལ་པ་བྱེ་བ་བསམ་ཡས་  
སྟེ། །ཆོས་སྟོན་མཛད་ཅིང་བཞུགས་གྱུར་ཅིག །  
སྤྱག་འཆལ་བ་དང་མཆོད་ཅིང་བཞགས་པ་དང་། །  
རྗེས་སྟུ་ཡི་རང་བསྐྱལ་ནིང་གསོལ་བ་ཡི། །དགོ་བ་  
ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསམགས་པ། །ཐམས་ཅད་  
བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྐྱེའོ། །པུལ་དཀར་པོས་སོ།།

༼བསྐྱོད་ཆོགས་རིམ་པ་བཞུགས་སོ།༽

༥། བཅོམ་ལྡན་སྟོང་རྗེའི་གཏེར་ཆེན་སྤྱན་རས་

གཟིགས། །འཕགས་པའི་ཡུལ་དུ་དཔལ་ལྷན་ནུ་རོ་  
པ། །ཁ་བ་ཅན་འདིར་འགྲོ་མགོན་འབྲུག་པ་ཞེས། །  
སྤུལ་པས་བསྟན་པ་འཛིན་དེར་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །  
དད་དང་སྣང་རྗེའི་དབང་སོང་ངེས་འབྱུང་གིས། །  
འཕགས་པ་དབྱེས་པའི་ཚུལ་བྲིམས་ལེགས་སྟུང་  
པས། །འདོད་ལ་སྤེད་པའི་སེམས་ནི་རིང་དུ་  
བསྐྱེད། །བརྟུལ་ཞུགས་འགྲན་ཟླ་མེད་དེར་ཕྱག་  
འཆལ་ལོ། །གཙུག་ལག་གཞུང་ལུགས་ཇི་སྟེད་ཁོང་  
དུ་ཚུད། །ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པས་སྦང་དོར་ཀུན་ལ་  
མཁས། །མཉམ་བཞག་དྲི་མེད་སྟོ་ཡིས་མངོན་སུམ་



གཟིགས།      བྲོས་བསམ་སྒྲོམ་པ་མཐར་སོན་དེར་  
ཕྱག་འཆེལ།    བྱུང་བསྟན་ངེ་མ་མེད་པའི་བདུད་རྩིའི་  
ཆུས།    འགྲོ་བའི་སྒྲོངས་པ་མཐར་དག་བཀྱས་བྱས་  
ནས།      ཁྲོ་གྲོས་རིན་ཆེན་རྒྱན་ཆོགས་སྒྲིན་མཛད་  
པའི།    ཁྲི་ཕམ་པརྩ་དཀར་པོ་དེར་ཕྱག་འཆེལ།    །  
བྱོད་གྱིས་སྤྱིད་ཞི་མཉམ་པར་མཁྱེན་པའི་མཐུས།    །  
དད་པས་བསྟེན་ན་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་འབྱུང་།    །  
གཞོད་པ་བགྱིས་ཀྱང་ཕན་བདེའི་རྒྱར་གྱུར་པ།    །  
འབྲེལ་ཆད་དོན་དང་ལྷན་དེར་ཕྱག་འཆེལ་ལོ།    །  
འཆད་ན་ལེགས་བཤད་བྱེ་བའི་སྒྲོ་འབྱེད་ཅིང་།    ཁྲོད་

ན་པས་ཀྱི་ཚོལ་བ་མ་ལུས་འཛམ་ས།      ༼ཚོམ་ན་ཐུབ་  
པའི་དགོངས་པ་ཐོགས་མེད་འགོད།      ༼ཐོགས་ལས་  
ནམ་པར་རྒྱལ་བ་དེར་ཐུག་འཆལ།      ༼འགོ་བའི་རེ་བ་  
སྐོང་མཛད་དཔག་བསམ་ཤིང་།      ༼ཏྲ་ཏུ་ཆོས་སྒྲ་  
སྒྲིག་བྱེད་རྩ་ཆེན་པོ།      ༼བབྲང་ཡས་ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་  
རིན་ཆེན་གཏེར།      ༼དཔལ་ལྷན་ངག་དབང་ལོར་བུ་  
དེར་ཐུག་འཆལ།      ༼དེ་ལྟར་བསྐྱོད་པའི་དགོ་བ་  
བསམ་ཡས་ཀྱིས།      ༼སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་  
པ་ཡི།      ༼བསྐྱུན་ལས་ཐར་པའི་ལམ་ཀུན་ལེགས་  
བབྱོད་དེ།      ༼སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲོལ་བའི་བྱེད་

པོར་ཤོག། ༎ །རྒྱ་ཆེན་ཐུགས་རྗེའི་དབང་ཐུག་གྲུབ་  
པའི་མགོན། །མི་ཕམ་ཆོས་ཀྱི་སྤྱན་ཡངས་ཆོས་ཀྱི་  
རྗེ། །རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཆོའི་རྒྱལ་ཚབ་རིན་པོ་ཆེ། །ཆོས་  
ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །  
འཛིགས་མེད་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ་དབྱངས་མི་བཟད་པས། །  
རྗེགས་ལྡན་གཉིས་འབྱུང་ཕྱོས་པའི་ཁེངས་འཛོམས་  
པ། །མི་ཡི་སེང་གོ་དཔལ་ལྡན་འབྱུག་པ་ཞེས། །  
ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་ཞབས་ལ་། །ཕྱོགས་རྣམས་སྒྲན་  
པའི་དྲི་བཟང་གིས་བཀའ་ནས། །ལས་སུ་སྐུལ་  
བཟང་བུང་བའི་རེ་སྐོང་བའི། །རྣམ་དག་གྲུབ་རིགས་

འདབ་རྒྱས་ལྷུམ་ར་འདིར།      །རྒྱལ་བ་གེ་སར་རྟུལ་  
བཞིན་ཁེངས་པར་ཤོག།      །དྲི་མེད་གུར་ཀུམ་མེ་ཏྲ་ག་  
རྒྱན་པོ་ལྟར།      །བྱོད་ཞབས་མཛེས་པའི་སེན་རིས་  
བག་བ་ཡིས།      །བབྱང་ཡས་སྐྱེས་བུ་ཡོངས་ཀྱི་བྱར་  
ཕུད་ཅེར།      །བརྒྱན་པའི་ཕུན་ཆོག་ས་རྟ་ཏུ་བརྟན་  
བྱེད་ཤོག།      །རྒྱལ་རྣམས་བྱུག་ས་རྩེའི་གེ་སར་ཅེར་  
བབྱང་བས།      །བྱབ་བསྟན་བེལ་མངར་ཞིམ་པོ་དར་  
བྱེད་ཅིང་།      །སྐྱབ་བརྒྱད་ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་དབང་  
ཕུག་གིས།      །སྒྲིག་ས་རུས་ཤར་རི་རྟ་ཏུ་སྐྱོང་གུར་  
ཅིག    ༑།      །དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའི་གདུང་དུ་ལུགས་

གཉིས་ཀྱི།            ཉིན་མོར་བྱེད་ལ་བསམ་ཞིང་མངོན་  
འབྱུངས་པའི།        །བསྟན་པའི་ཉི་མས་རྟག་ཏུ་འཛིག་  
རྟེན་ཀུན།    །མྱོངས་པའི་མུན་ལས་རྒྱལ་བར་བྱེད་གྱུར་  
ཅིག            །བསྟན་པའི་སྒྲུང་བ་རྒྱ་མཆོའི་མཐར་འབྱེད་  
ལ།        །སྒྱུངས་སྟོབས་ཤར་རིའི་རྩེ་ལ་གྲུང་འཕགས་  
པའི།            །ཕན་བདེའི་པརྟོ་ཀུན་དགའ་འབྱེད་པའི་  
གཉིས།            །སྟོབས་པའི་ཉིན་མོར་གྱུར་ལ་གསོལ་བ་  
འདེབས།    །དཔལ་ལྷན་གྱུབ་རིགས་ནམ་མཁའི་རྒྱན་  
ཤར་བཞིན།        །ལེགས་བཤའ་འོད་ཟེར་འབྱུང་ཕྱག་  
འབྱེད་པ་ཡིས།        །སྟེ་དགའི་སྟོང་མུན་འཛོམས་ལ་

འགྲན་བྲལ་བའི།                      ཁི་ཕམ་བསྟན་པའི་ཉི་མར་  
གསོལ་བ་འདེབས།                      རང་བཞིན་གྱི་བ་དང་སྤངས་  
ཤུགས་རྣམ་དཔྱོད་ཀྱིས།                      བསམ་པས་མི་འབྱུང་  
ཐུགས་རྗེའི་རོལ་མོས་ཀྱང་།                      མངའ་བའི་དག་བའི་  
བཤེས་གཉེན་ཆེར་སྒྲིག་པའི།                      ཁི་ཕམ་བསྟན་པའི་  
ཉི་མར་༥                      མཐའ་དག་འགྲོ་རྣམས་འཁོར་བ་ནས་  
འདོན་ལ།                      སྒྲུང་ཡང་སྤྲུལ་པའི་སྤང་བརྟན་བསྟན་  
ནས་ཀྱང་།                      མཛད་པའི་སྤོན་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་  
ཡིས།                      དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བསྟན་པ་རྒྱས་གྱུར་  
ཅིག                      རྒྱལ་ཀུན་ཐུགས་རྗེའི་མཐུ་ལས་ལེགས་

འོངས་ཤིང་། །ངག་གི་དབང་ཕུག་བྱག་ས་པའི་སྐུལ་  
པའི་སྐུ། །མཁུན་བཙེ་ནུས་མཐུས་ས་གསུམ་འགྲོ་བ་  
འདྲེན། །པད་དཀར་དབང་པོའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་  
འདེབས། །སྡོམ་གསུམ་མཛེས་པའི་སྐུ་མངའ་ཉེས་  
བྲལ་ཞིང་། །ཟབ་རྒྱས་ཆོས་ཕུང་གསུང་གིས་འགྲོ་  
ནམས་ཆེམ། །སྒྲིབ་གཉིས་སྒྲིན་བྲལ་བྱག་ས་ཀྱིས་  
ཟབ་དོན་གཟིགས། །ལྷ་དབང་སྒྲོ་བྲོས་ཞབས་ལ་  
གསོལ་བ་འདེབས། །༄། །འཛིག་ཏེན་དབང་ཕུག་  
བྱག་ས་རྗེའི་རྒྱབས་སྤེང་དབུས། །རྒྱལ་ཀུན་མཁུན་  
བཙེའི་འདབ་སྟོང་རྒྱས་པ་ལ། །ཕན་བདེའི་ངོ་བསུང་



ཅི་ཡང་སྟོབ་འི་གཉེན། ། ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་ཞབས་  
 ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ། མཁུན་པས་མ་རིག་སྤྱན་  
 པའི་ཆོག་ས་འཇོམས་ཤིང་། ། བརྩེ་བས་གཞན་དོན་  
 ཡལ་བ་མི་འདོར་བར། ། ལུས་པས་བདུད་དཔུང་  
 འཇོམས་བྱེད་ལྷ་ཡི་ལྷ། ། ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་  
 ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ། ཁམས་གསུམ་  
 སེམས་ཅན་འཁོར་བ་ལས་སྟོལ་ཕྱིར། ། འཆི་མེད་རྩ་  
 རྩའི་སྐུ་མཆོག་རབ་བརྟེས་ནས། ། སྤྱིན་ལས་རྣམ་  
 བཞིས་འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་པའི། ། རི་སྤྱིད་འཆོའིང་  
 གཞེས་པར་གྱུར་ཅིག་གྱ། ། ། རྒྱ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་སྤྱན་

ལྟན་འཛིག་རྟེན་དབང་།      ལྷོག་ས་མའི་དུས་འདིར་  
འགོ་བ་འདུལ་མཛད་དུ།      ལ་དུང་འདིར་སྐྱུལ་པ་གུ་  
རུས་ལུང་བསྟན་པའི།      ལྷིང་པོའི་གསལ་བྱེད་གཉིས་  
པར་གསོལ་བ་འདེབས།      ལིང་འདིའི་ལ་དུལ་བྱ་མ་  
ལུས་མཐར་སོན་ཕྱིར།      ཉི་ཟླའི་བགོད་པའི་འཕོ་བ་  
ཀུན་བཅོམ་ནས།      ཉི་ཁྱིའི་སྟོང་རྒྱ་ཏིའི་དབྱིངས་  
སུ་སང།      རྫོང་རྒྱ་བུའི་སྐྱུ་ལ་།      ལ་དང་ལིག་ཤེས་བྱ་  
མ་ལུས་མཁྱེན་བཅེའི་བདག།      འགོ་མང་ལ་དུལ་  
གཙུག་ལག་གཞུང་ལུགས་ཀུན།      རབ་གསལ་སྒྲིབ་  
བྲལ་ཆོས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་འབྱེད།      ལྷོད་གསུང་

ཚངས་པའི་དབྱངས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།  
མཉམ་ཉིད་གྲོང་ལས་མི་འགལ་དུ་མའི་གར།  
གཅིག་ཏུ་བསྟན་པ་མཛོན་པར་བྱང་ཆུབ་ཏུ། །འཆར་  
མཛད་བྱང་འཇུག་ལམ་གྱི་མགོན་གཅིག་ལུ། །ཁྱིེད་  
བྱགས་སྒྲིབ་གཉིས་བྲལ་ལ། །དེ་ལྟར་གསོལ་བ་  
བཏབ་པའི་བྱིན་རླབས་གྱིས། །ཡོངས་འཛིན་ངག་གི་  
དབང་པོའི་ཞབས་བརྟན་ཞིང་། །བདག་སོགས་  
གདུལ་བྱར་བྱུར་པའི་ཞིང་རྣམས་ལ། །ཐེག་ཆེན་  
ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་དུ་གསོལ། །མཁའ་མཉམ་  
འགྲོལ་ཕན་པ་འབྱུང་བ་དང་། །བྱུབ་པའི་བསྟན་པ་

ཡུན་རིང་གནས་པའི་ཕྱིར།      །མཚུངས་མེད་སྒྲ་མ་  
བསྐལ་བརྒྱར་ཞབས་བརྟན་ཞིང་།      །མཛེད་པ་ཕྱིན་  
ལས་རྟག་རྟུ་རྒྱས་བྱུར་ཅིག    ༑།    །ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་  
དག་ལོར་འཛིན་ཡངས་པའི་གཞིར།      །ག་ཞན་ཕན་  
བྱུགས་ཀྱི་དཔག་བསམ་རབ་རྒྱས་ཞིང་།      །བྱང་  
འཇུག་སྒྲུགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལེགས་གཏམས་པའི།    །  
བསོད་ནམས་འོད་ཟེར་ཞབས་ལ།      །ཤེས་བྱ་ཀུན་  
གཟིགས་དག་ལེགས་དུ་མའི་དཔྱིད།      །ཕས་ཆོལ་  
གཉིས་འབྲུང་ཆོགས་ཀྱི་གྲོད་འགོམས་པའི།      །སྒྲ་  
བའི་སེངྒེ་དཔལ་ལྷན་དག་གི་དབང་།      །བསྟན་འཛིན་

རབ་རྒྱལ་ཞབས་ལ་།      རྒྱལ་ཀུན་ཐུགས་རྗེའི་གར་  
བསྐྱར་དག་གི་དབང་།      །འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་ཀུན་  
དགོའི་གཉེན་གཅིག་ཡུ།      བྲེག་གསུམ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་  
མཆོན་ཕྱེར་སོན་པའི།      །ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཆོན་  
ཞབས་ལ་།      །སྐྱ་གསུམ་ཡེ་ཤེས་ལྷ་ལྷན་རྗེ་རྗེ་  
འཆང་།      །མཆོག་གསུམ་ནི་བློ་རྒྱུ་སྤང་མའི་  
ཆོག་ས།      །གསང་གསུམ་གཉེག་མའི་ངང་དུ་རོ་  
གཅིག་པའི།      །དག་དབང་རྒྱལ་མཆོན་ཞབས་ལ་།      །  
རིགས་བརྒྱའི་བྱབ་བདག་དཀྱིལ་འཁོར་ཡོངས་ཀྱི་  
གཙོ།      །མཆོག་གསུམ་ཀུན་འདུས་མཁྱེན་བརྩེ་ལུས་

པའི་གཏེར།      གྲི་མེད་རྒྱལ་བའི་བསྟན་ལ་རྒྱལ་བ་  
དངོས།      །ཤུག་རིན་ཆེན་ཟེ།      །མ་ལུས་རྒྱལ་བའི་  
ཐུགས་རྗེ་འདུས་པའི་ཞལ།      །ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེ་ཆོས་  
རྣམས་ཀུན་གྱི་མཛོད།      །ཆོག་མཆོག་ཀུན་དང་  
འདྲེན་མཆོག་དག་གི་དབང་།      །ཡོན་ཏན་མཐའ་  
ཡས་ཟེ།      །དཔལ་ལྷན་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཆོའི་རྣམ་རལ་  
མཆོག་      །བདག་སོགས་གདུལ་བྱའི་མོས་དོར་  
ལེགས་ཤར་བ།      །སྒྲིན་གྲོལ་ཐར་པའི་ལམ་མཆོག་  
སྟོན་མཛོད་པའི།      །ཤེས་རབ་སེངྒེ་ཟེ།      །ཐུགས་རྗེ་  
ཆེན་པོའི་སྟུན་རས་འཛིག་རྟེན་ལ།      །གཟིགས་པའི་

ལྷ་ཡི་སྐྱ་གསུང་བྱ་གསའོ་ཇེ།      །སྐྱང་བྱ་གསའི་ག་པ་  
རོ་གཅིག་ལམ་ཁྱེར་མཁན།      །འཇམ་དབྱངས་རྒྱལ་  
མཆོན་ཟེ།      །དཔལ་མགོན་གྲུབ་པ་བྱེ་བའི་གཙུག་གི་  
ནོར།      །བཀྲ་ཤིས་སྐྱང་བ་རབ་འབར་ནུ་རོ་པ།      །  
གདུལ་དཀའི་འགྲོ་ལ་བརྩེ་བས་ཇེས་ཆགས་སྐྱ།      །  
ངག་དབང་འཇིགས་མེད་བྱ་གསའཔར་ཟེ།      །རབ་  
འབྱམས་རྒྱལ་བའི་སྐྱ་འཕྱལ་རིགས་བརྒྱའི་  
མགོན།      །རྣམ་གྲོལ་ཤེས་རབ་ཡོན་ཏན་མཆོག་གི་  
མཛོད།      །མི་ཡི་སེངྒེས་ཇེས་བཟུང་ངག་གི་དབང་།      །  
འཇམ་དཔལ་བྱ་གསའཔའི་ཟེ།      །ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་



ཆེན་པོའི་བདེན་གཉིས་དོན།    །ཀུན་གཟིགས་སྒྲིབ་བའི་  
སེངས་འཇམ་དཔལ་དབྱངས།    །ཐུབ་བསྟན་རྒྱལ་  
མཆོན་འཛིན་པའི་བྱིན་བརྒྱབས་པ།    །ཤེས་རབ་རྒྱལ་  
མཆོན་ཟེ།    །དཔལ་ལྷན་གྲུབ་རིགས་རྒྱུ་མཆོའི་གཙུག་  
གི་རྒྱ།    །རྒྱལ་བའི་ལུང་བསྟན་རྒྱལ་བའི་སྤོན་ལས་  
པ།    །མཉམ་མེད་རྗེ་བཙུན་སྒྲིབ་བའི་གཞོན་ནུ་མཆོག་    །  
ངག་དབང་འཇིགས་མེད་ལོ་ར་བུར་ཟེ།    །ཐབ་རྒྱས་ཆོས་  
ཀྱི་གཏེར་མཛོད་རྣམ་སྤྱོད་ས།    །མཐར་འདོད་རེ་བ་  
བསྐྱོང་བའི་སྐྱབས་གཅིག་པུ།    །མཚུངས་མེད་འདྲེན་  
མཆོག་རྣམས་ཀྱིས་བྱིན་བརྒྱབས་པ།    །ཡོན་ཏན་

ཀྱལ་མཆོན་། རྩོགས་དུས་ཀྱལ་བ་རབ་འབྱམས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི། གསང་གསུམ་ཡེ་ཤེས་རྩི་རྩི་གཅིག་  
བསྐྱུས་པའི། མཁུན་བཙེ་ནུས་པའི་རང་གཟུགས་  
ཆོས་ཀྱི་རྩེ། །ཤུག་ཀྱལ་མཆོན་། འགྱུར་མེད་ཡེ་  
ཤེས་འོད་སྒྲུང་མཐའ་ཡས་པ། མ་ལུས་འགོ་བའི་  
དཔལ་གྱུར་སྒྱུན་རས་གཟིགས། བདེ་ཆེན་ཀྱལ་པོ་  
ཡུ་ཀྱུན་པརྩའི་འཕྱལ། ངག་དབང་འཛིགས་མེད་  
ཆོས་ཀྱལ་། མི་ཕམ་ཀྱལ་བའི་སྒྲུ་འཕྱལ་ཆ་རྩོགས་  
ཟླ། གཞན་ཕན་སླིང་རྩེ་འཛུམ་པའི་འོད་སྒྲུང་  
གིས། བྱ་བ་རིགས་ཀྱི་མཆོ་སྤེལ་མཛད་ཆོས་ཀྱི་

ཐེ། །འཕྲིན་ལས་རྒྱལ་མཆོན་། །གངས་ཅན་གྲུབ་  
པའི་དབང་ཕྱག་མི་ལ་ཐེ། །གསང་སྒྲགས་སྒྲན་རྒྱུད་  
མཛོད་འཛིན་ངམ་ཐོང་སྟོན། །འགྲོ་དོན་སྦྱོང་ཞིང་  
གསང་སྒྲས་རྣལ་འབྱོར་པ། །ལྷ་ཁྱ་ལྷའི་ཞབས་  
ལ་། །དུས་གསུམ་རྒྱལ་ཀུན་ཐུགས་ཐེ་འདུས་པའི་  
ཞལ། །ཕྱག་ན་པརྗེའི་ཐེས་གཟུང་འབྲེལ་ཆད་གྱི། །  
འགྲོ་ཀུན་སྐལ་བཟང་ལམ་ལ་འཛོག་མཛོད་པའི། །  
ངག་དབང་དཔལ་བཟང་ཞབས་ལ་། །ཐུབ་བསྟན་  
བཤད་སྒྲུབ་སྦྱིང་པའི་འོད་བཟར་གྱིས། །རང་རིག་  
གཉུག་མའི་ངོ་བོ་རྣམ་འབྱེད་པའི། །འཕྲིན་ལས་

བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་དབང་བསྟར་བ། །དཔལ་  
ལྷན་སེངྒེ། །མད་བྱང་རྒྱལ་བསྟན་འཛིན་པའི་འཕྲིན་  
ལས་མཆོག་ །ངེས་དོན་བཤད་སྟབས་རྒྱལ་མཆོན་  
ཅེར་སོན་ཏེ། །ངེས་མེད་འགྲོ་བ་ཡོངས་ཀྱི་མགོན་  
གུང་པ། །ཆོས་ཀྱི་དབང་ཕུག་། །དཀར་བརྒྱུད་གྲུབ་  
དབང་ཡོངས་ཀྱི་དགོངས་པའི་བཙུང་། །ངེས་དོན་  
ཕུག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་བདུད་ཅིའི་རྒྱན། །གང་ཕུགས་  
གཉུག་མའི་བུམ་པར་ལེགས་བལྟམས་པའི། །  
བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཆོའི་། །དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་  
ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤིང་ལ། །དབང་བསྟར་འཛིགས་བྲལ་

སྒྲུབ་པའི་སེང་གེ་ཡི།      །རྒྱལ་ཚབ་རིགས་བརྒྱའི་བྱབ་  
བདག་འཁོར་ལོའི་མགོན།      །ཡེ་ཤེས་སེངྒེའི་ཞབས་  
ལ།      །མདོ་སྒྲགས་མང་ཐོས་ལུང་གི་སྒྲིན་འབྲིགས་  
ཤིང་།      །མདོན་རྟོགས་བསྐྱབ་གསུམ་ལུས་ཀྱི་རྩལ་  
རྟོགས་ཏེ།      །ཟབ་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་མཁའ་ལ་སྒྲ་སྒྲོགས་  
པའི་།      །དག་འདུན་རིན་ཆེན་ཞབས་ལ།      །སྒྲས་  
བཅས་རྒྱལ་བའི་བྱགས་རྗེ་གཅིག་བསྐྱུས་པ།      །ཕྱག་  
ན་པརྟེའི་སྒྲིན་ལས་སྒྲེས་གར་ནི།      །རིས་མེད་འགྲོ་  
བའི་རྩལ་ག་ཉིད་གྱུར་པ།      །དམ་ཆོས་རྒྱལ་མཚན་  
ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།      །བྱད་པར་ལྟོ་ལྟོངས་

ཡངས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་འདིར།      ཁོས་སྤྱིད་བྱང་  
གིས་འགྲོ་རྣམས་བདེར་འཛོལ་བའི།      བཀའ་རྒྱུ་  
མཚུངས་མེད་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་རྗེའི།      བརྒྱུད་  
འཛིན་སྒྲུ་མ་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།      སྒྲུ་མ་སྒྲུ་  
ཁམས་བཟང་བར་གསོལ་བ་འདེབས།      མཆོག་ཏུ་  
སྒྲུ་ཆེ་རིང་བར་གསོལ་བ་འདེབས།      བྲིན་ལས་དར་  
ཞིང་རྒྱས་པར་གསོལ་བ་འདེབས།      སྒྲུ་མ་དང་  
འབྲལ་བ་མེད་པར་བྲིན་བྲིས་སྒྲོལས།      སུན་བདེ་  
འབྱུང་བའི་གནས་གཅིག་ལྟ།      བསྟན་པ་ཡུན་རིང་  
གནས་པ་དང་།      བསྟན་པ་འཛིན་པའི་སྒྲུ་མ་བྱ་

ནམས། །སྐྱེ་ཆེ་རྒྱལ་མཆོན་བརྟན་གྱུར་ཅིག །ཆོས་  
རྩ་ཆེན་པོའི་སྐྱེ་ཡིས་ནི། །སྤྱུག་བསྐྱེལ་སེམས་ཅན་  
མཐར་བབྱིད་ཤོག། །བསྐྱེལ་པ་བྱེ་བ་བསམ་ཡས་  
སྤྱ། །ཆོས་སྟོན་མཛད་ཅིང་བཞུགས་གྱུར་ཅིག །  
སྤྱུག་འཆལ་བ་དང་མཆོད་ཅིང་བཞགས་པ་དང་། །  
རྗེས་སྤྱི་ཡི་རང་བསྐྱེལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། །དགོ་བ་  
ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསམགས་པ། །ཐམས་ཅད་  
བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྡོའོ། ། །

།དོན་བརྒྱུད་སྤྱི་མ་ནམས་ཀྱི་གསོལ་འདེབས།།

༥ ། རྗེ་རྗེ་འཆང་ཆེན་མཁྱེན་པའི་མཁའ་དབྱིངས་



ལ། ཏིལྱི་པ་ནི་རྟོགས་པའི་དགྲིལ་འཁོར་རྒྱས། །  
རྒྱ་རོ་པའ་ཆེན་ཐུགས་རྗེའི་འོད་ཟེར་འཕྲོ། །མ་རིག་  
མུན་སེལ་གསུམ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །མར་པ་  
ལོ་ཙྰ་ཆེས་ཀྱི་རྒྱ་མཆོ་ལ། །བཞད་པ་རྩེ་རྩེ་ཡིད་བཞིན་  
ནོར་བུ་བརྟེས། །ཟླ་འོད་གཞིན་རུ་དགོས་འདོད་རེ་བ་  
བསྐྱོད་། །དངོས་གྲུབ་མཆོག་སྟེར་གསུམ་ལ་  
གསོལ་བ་འདེབས། །འགྲོ་མགོན་རིན་ཆེན་བྱང་  
ཆུབ་སྟོན་ཤིང་ལ། །སྤྱིང་ཆེན་རས་པ་ལྷག་བསམ་ལོ་  
འདབ་རྒྱས། །དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ་འཕྲིན་ལས་  
འབྲས་བུ་སྤྲིན། །དགོས་འདོད་ཀུན་འབྱུང་གསུམ་ལ་

གསོལ་བ་འདེབས།      །སངས་རྒྱས་དབོན་རས་ཕུན་  
ཆོགས་གངས་རི་ལ།      །སེངྒེའི་མཆོན་བརྒྱད་སྒོམ་  
པའི་གཡུ་རལ་རྒྱས།      །རིག་གསུམ་རྣམ་འཕྱལ་སྟོང་  
པའི་རྩལ་ཆེན་རྟོགས།      །ཆོས་རྗེ་བྱ་དབོན་རྣམས་ལ་  
གསོལ་བ་འདེབས།      །རྒྱལ་དབང་ཆོས་རྗེ་གདམས་  
པའི་སྤྱོན་ཕུང་ལ།      །ངག་དབང་ཆོས་རྒྱལ་སྟོན་པའི་  
འབྲུག་སྒྲ་སྒྲོག      །ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ་བྱུགས་རྗེའི་ཆར་  
རྒྱན་འབེབས།      །དབྱར་གྱི་དཔལ་སྟེར་གསུམ་ལ་  
གསོལ་བ་འདེབས།      །པརྒྱ་དཀར་པོ་མཁྱེན་གཉིས་  
འདབ་རྒྱ་གྲོལ།      །མི་པམ་ཆོས་རྒྱལ་རྟོགས་པའི་རྩི་

བསྐྱུང་འབྱུལ།	བསྐྱུན་པའི་ཉི་མ་གྲུབ་པའི་བེལ་
དངར་འགྱེད།	བསྐྱུན་པའི་ཉེར་འཆོ་གསུམ་ལ་
གསོལ་བ་འདེབས།	ལྷོ་ལྷོགས་དཔལ་གྱི་དུམ་བུའི་
ནགས་ལྷོངས་འདིར།	ཆོས་སྤྱིད་གདུགས་དཀར་
བྱང་གིས་ད་ལྟའི་བར།	ཕན་བདེའི་གྲིབ་བསིལ་
སྐྱེན་པའི་བཀའ་ངེན་ཅན།	ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་
ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།	བསོད་ནམས་འོད་
ཟེར་མཐུ་སྟོབས་གཟིའོད་ལ།	བསྐྱུན་འཛིན་རབ་
རྒྱས་ཡིད་བཞིན་དབང་གི་རྒྱལ།	ངག་ལ་དབང་
བའི་མདུན་སར་རྒྱལ་མཆོན་སྒྲེང་།	ལྷོ་ཡི་མཛེས་

རྒྱུན་གསུམ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ། རྒྱུ་རིན་ཆེན་  
བདུད་རྩི་ལ་ཏེར་ཆེན་ལ། ། གྲུན་དགའ་རྒྱ་མཚོ་  
མཁུན་རབ་དགའ་དུ་འཕྱར། ། ། ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་  
ནོར་བུ་ལ་མཛོད་ལ་དབང་། ། རྒྱབ་དབང་ཡབ་སྐུ་  
གསུམ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ། ། ཞེས་རབ་སེངྒེ་  
རྟོགས་པའི་ལུས་རྩལ་རྟོགས། ། ། འཇམ་དབྱངས་  
རྒྱལ་མཚན་བརྟན་མཁས་རལ་པས་བརྩིད། ། ། འཇམ་  
དཔལ་གྲགས་པ་ཐེག་མཆོག་ང་རོ་ཅན། ། ། མི་ཡི་སེངྒེ་  
གསུམ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ། ། ཞེས་རབ་རྒྱལ་  
མཚན་བརྟན་པའི་སྟོག་ཤིང་ལ། ། ། ཡོན་ཏན་རྒྱལ་

མཚན་གོས་བཟང་ཤམ་བུ་ཅན།      །ཤྲུ་རྒྱུ་ལ་མཚན་  
ལོར་བུའི་ཏོག་གིས་མཛེས།      །བསྟན་པའི་རྒྱལ་  
མཚན་གསུམ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།      །འཛིགས་  
མེད་ཆོས་རྒྱལ་མཁྱེན་པའི་ལྷ་ལམ་ལ།      །འཕྲིན་ལས་  
རྒྱལ་མཚན་བཙུ་བའི་ཁུ་འཛིན་གཡོ།      །དཔལ་ལྡན་  
སེངྒེ་རུས་པའི་ཆར་ཆེན་འབེབས།      །མཁྱེན་བཙུ་བའི་རུས་  
ལྡན་གསུམ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།      །སྤྲིད་ཞི་རྒྱལ་  
རྒྱལ་སྤྲིབ་བྱེད་སྤྲིན་ལས་གྲོལ།      །ཆོས་ཀྱི་དབང་  
ཕུག་ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་དཔལ།      །ངག་དབང་སྤྲིན་  
ལས་བསྟན་འགྲོ་པ་རྣམས་ཀྱི་གཉེན།      །བསྟན་པའི་ཉིན་

བྱེད་གསུམ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཤུ་གཉི་  
གངས་ཆེན་ཏི་སེ་ལ། །བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཆོ་  
གདེངས་ཅན་མ་དྲོས་པ། །བསོད་ནམས་བབང་པོ་  
གསེར་རྒྱུངས་མཆོག་ཏུ་སྒྲིན། །གྲུབ་དབང་ཡབ་  
སྤུས་གསུམ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །བྱེད་པར་ངེས་  
དོན་གྲུབ་པའི་དགའ་ཆེལ་གྱི། །བསྟན་པའི་རྒྱ་འགོ་  
ཡེ་ཤེས་སེངྒེ་དང་། །འཛིན་སྐྱོང་སྤེལ་མཛད་ཡོན་  
ཏན་འོད་ལ་སོགས། །བསྟན་པའི་གསལ་བྱེད་  
རྣམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །གཞན་ཡང་སོ་ཐར་  
བྱེད་སྤྲོམ་ལུགས་གཉིས་དང་། །བྱ་སྤྱོད་རྣལ་འབྱོར་

ནལ་འབྱོར་སྒྲ་མེད་གྱི།      །དབང་རྒྱུད་མན་ངག་  
གདམས་པས་རྗེས་བབྱང་བའི།      །དྲིན་ཅན་སྒྲ་མ་  
ནམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།      །སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་ཡང་  
དག་སྒྲ་མ་སོགས་དང་།      །སྒྲ་མ་སྐྱེ་བམས་བབྱང་བར་སོགས་  
གྱིས་མཐའ་བརྒྱན་པའོ།      །ཅིས་དོན་བརྒྱུད་སྒྲ་མ་ནམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་བྱིན་  
སྒྲ་བས་སྒྲིན་ཕུང་ཞེས་བྱ་བ་འདིའང་དག་རིན་པས་སོ།།

།བརྒྱུད་པ་ཡོངས་རྫོགས་གྱི་གསོལ་འདེབས།།

༥ །དཔལ་ལྷན་རྩ་བའི་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ།      །བདག་གི་  
སྒྲིང་གར་པརྗེའི་ཟེའུ་འབྱུ་ལ།      །འབྲལ་བ་མེད་པར་  
ཏྲ་ག་པར་བཞུགས་ནས་གྱུང་།      །སྐྱེ་བ་སྐྱུང་བྱུགས་གྱི་



བྱིན་བྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ།      །སྒྱུ་ལྟ་རབ་རྩོགས་སྒྲ་  
མེད་རྩོམ་རྩོམ་འཆང་།      །རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་མཆོག་གསལ་  
བདག་རྩོམ་རྩོམ་འཛིན།      །མཆོག་གི་བྱིན་རྒྱ་བས་ཞུགས་  
པའི་ས་ར་རྟ།      །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་  
བྱིན་བྱིས་རྩོགས།      །སྒྲུང་བ་དབང་དུ་འདུས་པའི་ལྷ་  
ཡི་པ།      །སྦྱོང་ལམ་ལམ་དུ་འོངས་པའི་ཁྲི་གི་པ།      །ས་  
བརྩའི་དབང་ལྷག་སྒྲོ་གྲོས་རིན་ཆེན་ཞབས།      །  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་།      །ལྷུང་བསྟན་ཕྱིར་མི་ལྟོག་  
པའི་ལྷ་སྒྲུབ་ཞབས།      །འོད་གསལ་མཛོན་དུ་གྱུར་  
པའི་མ་ཏྲ་གི།      །ཐུགས་དགོངས་མཁའ་ལྟར་དག་

པའི་སྐུ་མ་ཏི། །གསོལ་བཟེངས། ཏིང་འཛིན་བརྟན་པ་  
ཐོབ་པའི་ཐང་ལོ་པ། །ཟག་བཅས་སྐྱུ་ལྟས་འབྱོངས་  
པའི་ཤིང་ལོ་པ། །ཉི་ཟླ་འོད་ཟེར་འབར་བའི་ཀའ་  
རི། །གསོལ་བཟེངས། ཏིང་འཛིན་ལས་སྐྱུ་རུང་བའི་ཤོ་  
ཐྱི་བ། །བདག་གཞན་དོན་གཉིས་གྲུབ་པའི་བིན་  
ས། །འདོད་ཡོན་ལམ་དུ་ལོངས་པའི་ལྷ་ལྷ་པ། །  
གསོལ་བཟེངས། །སྐྱུ་ལ་པའི་སྐྱེས་མཆོག་ཨིན་ཐུ་ཏིའི་  
ཞབས། །རྣལ་འབྱུང་དབང་ཕུག་ཆེན་པོ་ཏིལྱི་པ། །  
མཁས་པས་གྲུབ་མཆོག་བརྟེན་པའི་རྒྱ་རོ་པ། །  
གསོལ་བཟེངས། །མི་གནས་སྐྱུ་ངན་འདས་པའི་རི་བྱོང་

ཞབས། །བར་དོར་ལུང་བསྟན་ཐོབ་པའི་མི་ཏི་པ། །  
ཕོ་ཉའི་ལམ་མཆོག་མཐར་ཕྱིན་ཏི་བུའི་ཞབས། །  
གསོལ་བཟེངས། །དཀའ་སྤྱད་ཕུལ་དུ་ཕྱིན་པ་མར་པའི་  
ཞབས། །བདག་མེད་འཁོར་ལོའི་ཞལ་གཟིགས་  
རྟོག་སྟོན་ཞབས། །འོད་གསལ་རྒྱུ་ཆད་མེད་པའི་  
རས་ཆེན་ཞབས། །གསོལ་བཟེངས། །སྐྱ་གསུམ་མངོན་  
དུ་གྱུར་པའི་རས་རྒྱུང་ཞབས། །སྤང་བ་ཆོས་སྐྱར་  
ཤར་བའི་རྒྱལ་བ་ལོ། །དངོས་འཛིན་འབྲུལ་པ་ཞིག་  
པའི་དམ་པ་ཇེ། །གསོལ་བཟེངས། །བྱུགས་ཇེས་འགྲོ་  
དོན་མཛད་པའི་སྒྲུལ་ཕོ་པ། །བྱུགས་དགོངས་མཁའ་

ལྟར་དག་པའི་མཐའ་རྩ་པ།      །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་  
ཚུང་མེད་གྲགས་ཆེན་ཞབས།      །གསོལ་བཟུང་། །བདེ་  
གཤེགས་ཀུན་གྱི་དཔལ་ལྡན་རིན་པོ་ཆེ།      །བྱབ་ཐོབ་  
ཀུན་གྱི་ཚུང་མེད་དབུ་མའི་ཞབས།      །གདུལ་དཀའ་  
འདུལ་མཛད་འགྲོ་མགོན་སྐྱེ་མེད་ཞང་།      །གསོལ་  
བཟུང་།      །ཆོས་སྐུ་མཉམ་ཉིད་ཡངས་པའི་རྗེ་བཙུན་  
སྲིད་ཤི།      །སློའདས་ཆོས་སྐུའི་བདག་ཉིད་འབྱུག་པའི་  
ཞབས།      །བྱབ་བདག་ལེངས་སྤྱོད་རྗེ་གསུམ་སྐུ་སངས་  
རྒྱལ་དཔོན།      །གསོལ་བཟུང་།      །ཐམས་གསུམ་ཆོས་  
ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཆོད་ཚང་པ།      །ས་གསུམ་འགྲོ་བའི་དཔལ་

མགོན་དབུ་རི་བ། །དུས་གསུམ་མཁའ་པའི་མངའ་  
བདག་པ་རི་བ། །གསོལ་བེ །འགྲོ་ཀུན་བཅེ་བས་  
རྗེས་འཇོན་གཞོན་ལུ་འཇབས། །སྟོང་ཉིང་སྟོང་རྗེ་  
དབུར་མེད་ཉི་མའི་འཇབས། །ལྷན་གྲུབ་གཉུག་མར་  
ཤར་བའི་རྟོར་སྟོང་པ། །གསོལ་བེ །ལྷན་རས་  
གཟིགས་ཀྱི་ངོ་བོ་སྟོས་སྟུ་པ། །ས་ར་ཏ་ཡི་སྟུལ་པ་  
བཅུ་གསུམ་པ། །མ་རིག་ལྷན་སེལ་འཇམ་དབུངས་  
ཆོས་རྗེའི་འཇབས། །གསོལ་བེ །བསྐྱབ་གསུམ་  
རྒྱན་མཛོས་མཁན་ཆེན་རྟོར་རིན་པ། །རྒྱལ་བའི་  
གསུང་གི་མཛོད་འཇོན་སྟོ་སེང་འཇབས། །ཁྲི་མེད་

མཁུན་བརྩེའི་བདག་ཉིད་ཤེར་སེང་ཞབས། །གསོལ་  
བཟུང་། །མཐའ་ཡས་རྣམ་པ་ཕུལ་ཕྱིན་ཡེ་ཤེས་  
མཆོན། །ཟག་མེད་བདེ་ལ་རྣམ་རྟོག་རྣམ་མཁའི་  
མཆོན། །མཆོག་གི་ལམ་བརྟེན་ཤེས་རབ་བཟང་  
པོའི་ཞབས། །གསོལ་བཟུང་། །མཁུན་བརྩེའི་བདག་  
ཉིད་རྟོགས་ལྡན་རིན་པོ་ཆེ། །ཉམས་རྟོགས་ཕུལ་  
ཕྱིན་གྲུབ་ཆེན་ལྷོ་གྲོས་མཆོག་ །གདམས་པའི་གཏེར་  
མཛོད་འབྲུལ་ཞིག་རིན་པོ་ཆེ། །གསོལ་བཟུང་། །ཟབ་  
ཅིང་རྒྱ་ཆེའི་ཆོས་རྣམས་ཐེག་པའི་མཐའ། །ཡོངས་  
རྟོགས་གྲུབ་པའི་དབང་ཕུག་རིན་པོ་ཆེ། །སྟོགས་

དུས་འགོ་བ་ཀུན་གྱི་སྐབས་གུར་པ།      །རྒྱལ་དབང་  
ཆོས་རྗེའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།      །སྒྲོན་  
བརྒྱད་གདམས་པའི་གཏེར་མཛོད་ལྷ་ཀྱའི་མཆོན།      །  
བསྟན་པའི་མངའ་བདག་ངག་དབང་ཆོས་གྱི་རྒྱལ།      །  
རྒྱལ་བ་ཀུན་དངོས་སྐྱེས་མཆོག་སྤྱལ་པའི་སྐ།      །  
གསོལ་བ།      །བདེ་ཆེན་དགའ་བཞིའི་གར་མཁན་  
ཀུན་སྤངས་རྗེ།      །མཐུ་སྟོབས་དབང་ཕུག་ངག་དབང་  
བྲགས་པ་དང་།      །རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་ཚབ་ངག་གི་དབང་  
ཕུག་ལ།      །གསོལ་བ།      །སྐལ་བཟང་ཡིད་གྱི་ཤིང་རྩ་  
པར་དཀར།      །རྒྱལ་བའི་སྤྱ་གུ་མི་ཕམ་ཆོས་རྒྱལ་



དང་། བཀའ་ངེན་འཁོར་མེད་བསྟན་པའི་ཉི་མ་  
ལ། གསོལ་བཟེངས། སྒྲིགས་དུས་འགྲོ་བའི་སྐབས་  
མགོན་པད་དཀར་དབང་། ཟབ་དོན་གཏེར་འཛིན་ལྷ་  
དབང་སློབ་མེས་དང་། ལུ་ཐུ་ཆེན་བདུད་འདུལ་ངག་  
དབང་རྣམ་རྒྱལ་ལ། གསོལ་བཟེངས། འཕགས་པ་  
དགྲེས་པའི་བྲིམས་ལྷན་པད་དཀར་འབྱུང་། མི་  
སློབ་བྱུང་འདུག་མཛོན་གྱུར་བསོད་ནམས་འོད། །  
འཆིང་བ་ཀུན་གྲོལ་དམ་ཆོས་རྒྱལ་མཆོན་ལ། །  
གསོལ་བཟེངས། པར་ལྷའི་རྒྱལ་ཆབ་བསྟན་འཛིན་རབ་  
རྒྱས་དང་། སྤྱལ་པའི་སྒྲེས་མཆོག་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་

མཚན་ཞབས།                      །བྱམས་བཙུའི་བདག་ཉིད་དག་  
དབང་རྒྱལ་མཚན་ལ།            །གསོལ་བེ            །བསྐྱབ་  
གསུམ་རྣམ་དག་དག་དབང་ཕྱིན་ལས་དང་།            །ཕན་  
བདེའི་རྩ་ལག་ཤྲུག་རིན་ཆེན་ཞབས།            །བསྐྱུན་པའི་  
གསལ་བྱེད་ཡོངས་འཛིན་པའི་ཏར།            །གསོལ་བེ            །  
རྒྱ་ཆེ་མཁྱེན་པའི་སྤྱན་ལྡན་ཀུན་དགའི་མཚན།            །  
ལུང་རྟོགས་ཡོན་ཏན་པ་མཐའ་ཡས་པའི་སྡེ།            །སྒྲིང་  
པའི་དོན་གཟིགས་ཕྱ་རྒྱ་སིང་ཏེ་ལ།            །གསོལ་བེ            །  
མཁྱེན་བཙུའི་དབང་ཕུག་འཇམ་དབྱངས་རྒྱལ་མཚན་  
དང་།                      །ཉམས་རྟོགས་ཕུལ་ཕྱིན་འཇམ་དཔལ་

གྲགས་པའི་ཞབས།      བྱུང་པའི་གཙུག་རྒྱུ་ཤེས་  
རབ་རྒྱལ་མཆོན་ལ།    གསོལ་བེ    བཀའ་སྤྱི་པའི་  
གཏེར་མཛོད་ཡོན་ཏན་རྒྱལ་མཆོན་དང་།      རིམ་  
གཉིས་མཐར་སོན་ཤུག་རྒྱལ་མཆོན་ཞབས།      རྒྱ་  
རོའི་རྣམ་འཕྱུལ་འཛིགས་མེད་ཆོས་རྒྱལ་ལ།      །  
གསོལ་བེ    མི་ཤམ་རྒྱལ་བའི་སྤྱོད་འཕྱུལ་སྤོན་ལས་  
རྒྱལ།    རྟེན་ཀ་དཔལ་ཤུག་གྲོའི་ཞབས།    མཐུ་  
སྟོབས་དབང་ཕུག་དཔལ་ལྷན་མེད་གེ་ལ།    གསོལ་  
བེ    ཆོས་ཀྱི་སྤོན་ལྷན་སྤྱིད་ཞི་རྣམ་པར་རྒྱལ།    །  
རིགས་ཀྱི་བྱུང་བའི་ཆོས་ཀྱི་དབང་ཕུག་

ཞབས།      །འགྲོ་བའི་དཔལ་མགོན་ངག་དབང་ཕྱིན་  
ལས་ལ།      །གསོལ་བ།      །རྗེ་འཆང་དངོས་བསྟན་  
འཛིན་གྱི་མཆོ་དང་།      །སྐབས་ཡུལ་ཀུན་འདུས་ཡེ་  
ཤེས་སེང་གའི་ཞབས།      །བཀའ་བློན་འཁོར་མེད་ཅུ་  
བའི་བླ་མ་ལ།      །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་གྱུད་  
བྱིན་བྱིས་རྫོབས།      །ཆོག་ལ་མ་བརྟེན་སྒྲོ་འདོགས་  
ནང་ནས་ཆོད།      །གནད་ལ་མ་བརྟེན་བྱིང་གོད་རང་  
སར་གྲོལ།      །ཐབས་ལ་མ་བརྟེན་བདེ་ཆེན་གྱུན་ཆད་  
མེད།      །ཉམས་སྤྱོད་མཐར་ཕྱིན་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་  
པའི་ཞབས།      །གུས་པའི་ལུས་ལས་སྟོན་པའི་ངག་

ཕུང་ནས།      །དང་བའི་ཡིད་གིས་གསུང་གསོལ་བ་  
འདེབས།      །ཉམས་སྤྱོད་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་བརྟན་པ་  
དང་།      །ཁྱིམ་པ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་བསྐྱེད་དུ་  
གསོལ།      །ཟུག་ལུས་འདི་དང་མ་འབྲལ་བར་དུ་  
ཡང་།      །འཁོར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཆོགས་གིས་མི་  
འཆེ་ཞིང་།      །མཐུན་རྒྱུན་མ་ལུས་སྐྱུན་སྐྱུམ་ཆོགས་པ་  
དང་།      །འགྲོ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་སེལ་བའི་མཐུ་སྐྱུན་  
ཞོག      །སྤྱི་བ་རྒྱན་ཏུ་ཡང་དག་སྒྲུལ་དང་།      །འབྲལ་  
མེད་ཆོས་གི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་།      །ས་དང་  
ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་ཏུ་གསུང་ནས།      །རྫོག་ཏུ་འཆང་གི་

གོ་འཕང་མུར་ཐོབ་ཤོག།      །ཞེས་པ་འདིའི་ཙུ་བ་རྒྱལ་དབང་རྗེས་མཛད་  
པ་ལ།      བརྒྱད་རིམ་ཕྱི་མ་རྣམས་ལྟ་གྱི་དགོས་སྤོང་ཡོན་ཏན་འོད་གྱིས་ཁ་བསྐྱངས་པ་  
དགོའོ།།

༼དཀར་བརྒྱད་ཕྱག་མཆོད་འཕྲོ་དང་བཅས་༽  
བཞུགས་སོ།།

༥།      ཕྱིགས་བཅུ་དུས་གསུམ་གྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པ་ཐམས་ཅད་གྱིསྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཡེ་ཤེས་རྩི་རྩི་  
གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་པའི་ངོ་བོ།      ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་

ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་གནས། རིག་པ་དང་གྲོལ་  
བར་སྐྱབ་བའི་འཕགས་པ་འི་དགོ་འདུན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
མངའ་བདག །ཆོས་ཀྱི་རྗེ། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ།  
ཆོས་ཀྱི་དབང་ཕྱུག །འགྲོ་བའི་མགོན་པོ་གཙང་པ་རྒྱ་  
རས་པ་འི་ཞབས་ཀྱི་པརྟོ་རྩི་མ་མེད་པ་ལ་གུས་པས་  
ཕྱག་འཆའ་ཞིང་སྐྱབས་སུ་མ་ཆིའོ། །དམིགས་མེད་  
བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་རྗེས་སུ་བཟུང་དུ་གསོལ། སྤྱིད་དང་  
ཞི་བའི་དཔལ་གྱུར་ཅིང་། །སྤྱོད་ཉིད་སྦྱིང་རྗེའི་སྦྱིང་པོ་  
ཅན། །སྐྱབ་ཞི་ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཡི་བདག །རྫོགས་འཆང་  
ཆེན་ལ་ཕྱག་འཆའ། །ཆོས་རྣམས་ཀུན་གྱི་གསང་



བའི་མཛོད། །མ་ལུས་སྟོང་བསྟུ་མཛོད་ཅིང་། །  
རྒྱལ་སྤྲུལ་ཀུན་གྱི་དབང་ཕུག་གཙོ། །གསང་བའི་  
བདག་པོ་ལ། །རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་རྗེས་སུ་  
བབུང་། །སྤྱེའི་ཐེག་པའི་ལམ་མཆོག་སྟོན། །  
བརྟུལ་ཁུགས་སྟོང་པའི་རྣལ་འབྱེར་པ། །ཏིལྱེ་ཤེར་  
བབང་ལ། །གནས་ལྷ་རིག་པའི་པཱེ་ཏ། །བརྟུ་  
གཉིས་དཀར་སྟུང་དངོས་གྲུབ་བརྟེས། །མི་བརྗེད་  
གཟུངས་ཐོབ་རྣལ་འབྱེར་པ། །རྒྱ་རོ་པཎ་ཆེན་ལ། །  
སྐད་གཉིས་སྟུ་བའི་གཙུག་གི་རྒྱན། །ཟབ་དོན་རྒྱུད་  
སྟེ་རྒྱ་མཆོའི་བདག་ །རྗེ་རྗེ་འཛོན་པའི་མཆོག་གྱུར་

པ། མཐུ་པ་ལོ་རྩེ་ལ་། བཟུང་ལ་འཆིང་བ་རྒྱུ་  
བཅད་ནས། གཤམ་མེད་འོད་གསལ་རྒྱ་ཁྱིའི་ངང་། །  
བདེ་ཆེན་ནམ་མཁའི་རྣལ་འབྱོར་པ། མི་ལ་རས་པ་  
ལ་། གང་ཡང་ཟབ་མོའི་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས། སྒྲང་  
དོར་མ་ལྟས་གསལ་བར་མཛད། བཟུང་མཁའས་  
ཐུགས་རྗེ་ཆེ་མངའ་བའི། རྒྱགས་པོ་ལྷ་རྗེ་ལ་། །  
ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི། གདུལ་བྱའི་སྒོ་  
དང་འཆམས་པར་སྟོན། སྒྲིན་གྲོལ་ལམ་ལ་འགོད་  
མཛད་པའི། མཐུ་པ་ལ་། འཁོར་དང་སྤྱང་ན་  
འདས་པའི་ཆོས། ཆོས་དབྱིངས་རྒྱ་མཆོའི་རྣལ་

པར་ཤར།                    ཟུང་འཇུག་རྟོགས་པའི་སྤྱ་དབྱངས་  
མཁན།      བྱ་བ་ཐོབ་སྤྱིང་རས་ལ།      བཀ་གི་སྤྱ་  
གསུང་ཐུགས་ཀྱི་གསང་།                    རྣམ་མཁའ་ལྟ་བུར་  
མཉམ་པ་ཉིད།      འགྲོ་ལ་སྤྱལ་པ་སྤྱ་ཆོགས་སྟོན།      །  
གཙང་པ་རྒྱ་རས་ལ།                    ཟབ་དོན་རྟོགས་པའི་ང་རོ་  
ཡིས།      ཐེག་དམན་རི་དྲགས་བེལ་གྱིས་གཞོན།      །  
ཐེག་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་སྤྱ་ཆེན་སྟོན།      སངས་རྒྱས་དཔོན་  
རས་ལ།      བཀ་གི་སྟོ་གྲོས་ལྷ་མེད་པ།      ལུ་ཆེན་  
གྱིས་ཀྱང་གཞལ་དཀའ་བའི།      ཟབ་དོན་གཏེར་གྱི་  
བུམ་པའི་བདག      བཞོན་ལུ་སེང་གེ་ལ།      འགྲོ་

ཆོག་ས་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱིས་གཟིར་ཞིང་། ཁ་རིག་  
སྤྱན་པས་སྤྲོངས་པ་ལ། བྲེག་མཆོག་འོད་ཟེར་  
འགྱེད་མཛད་པའི། ཉི་མ་སེང་གེ་ལ་ཨ། ཤེས་བྱའི་  
ཆོས་རྣམས་མ་ལྟས་པ། ཇི་སྟེད་མཁྱེན་པས་དོན་  
གཟིགས་ནས། བྱིན་ཅི་ལོག་ལས་རྣམ་རྒྱལ་བ། །  
སེང་གེ་ཤེས་རབ་ལ་ཨ། འཁོར་བའི་གཡུལ་ངོ་ལས་  
རྒྱལ་ཞིང་། བྱ་ངན་འདས་པའི་དེད་དཔོན་  
མཆོག་ དམིགས་མེད་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་མངའ་བའི། །  
སྤྱོས་སྤྱ་པ་ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ། མཆོན་དཔེས་བརྒྱན་  
པའི་སྤྱ་མངའ་ཞིང་། ཟབ་ཡངས་ཆོས་ཀྱི་སྤྱ་ཆེན་

སྒྲོག། །མཁྱེན་བརྩེའི་ཐུགས་མངའ་ཆོས་ཀྱི་རྗེ། །  
བརྩ་གསུམ་པ་ལ་ཕྱག་ཅེས། །སྒྲོགས་དུས་ཐུབ་དབང་  
ཞིང་མཆོག་འདིར། །ལུང་དང་རྟོགས་པའི་ཆོས་  
རྣམས་ལ། །རྒྱལ་བ་ཉིད་དང་དབྱེར་མེད་པ། །ཀུན་  
དགའ་སེང་གེ་ལ་ཅེས། །བསྐྱབ་གསུམ་ཉེས་ལྟར་སྒྲོག་  
མེད་ཅིང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ལ་དབང་འབྱུང་  
པས། །འགྲོ་ཀུན་ཟབ་མའི་ལམ་ལ་སྦྱར། །རྫོ་རྗེ་  
རིན་ཆེན་ལ་ཅེས། །མཁྱེན་པས་འགྲོ་བའི་སྒྲོ་ལྟན་  
སེལ། །བརྩ་བས་ལེགས་པའི་ལམ་ལ་འགོད། །  
རྒྱན་མི་ཆད་པའི་སྒྲིན་ལས་ཅན། །སྒྲོ་གྲོས་སེང་གེ་

ལེ། །རང་དོན་རྟོགས་པ་མཐར་སོན་ཞིང་། །གཞན་  
དོན་བསྐྱབས་པའི་ལམ་གྱིས། །འགྲོ་གུན་བཅེ་  
བས་རྗེས་འཇོག་པའི། །ཤེས་རབ་སེང་གེ་ལེ། །  
ཆོས་གུན་གདོད་ནས་སྤྱོད་པའི་གདངས། །སྒྲ་  
ཆོགས་སྒྲུང་བའི་དངོས་པོ་རྣམས། །རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་  
འབྱུང་ཉིད་དུ་གཟིགས། །ཡེ་ཤེས་རིན་ཆེན་ལེ། །  
འགྲོ་ཆོགས་སྒྲུ་མ་ལྟ་བུ་ལ། །སྒྲུ་མ་ལྟ་བུའི་ཆོས་  
སྟོན་ཞིང་། །སྒྲུ་འཕྲུལ་ཆེན་པོར་རོ་གཅིག་པའི། །  
ནམ་མཁའ་དཔལ་བཟང་ལེ། །ཁྲི་ལྟ་བུ་ཡི་གནས་  
ལུགས་རྟོགས། །ཁྲི་སྟེང་པ་ཡི་ཆོས་རྣམས་

མཁྱེན། །མཐའ་ཡས་ཡོན་ཏན་དུ་མའི་མཛོད། །  
ཤེས་རབ་བཟང་པོ་ལ། །ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་མངའ་  
བསྟེས་ཤིང་། །བྲག་པ་པའི་རྩ་ཆེན་སྟོགས་བཙུར་  
སྟོག། །འཛིགས་མེད་དཔའ་བོ་ཆེན་པོ་པ། །ཀུན་  
དགའ་དཔལ་འབྱུར་ལ། །ལལ་དང་དང་སྒྲུབ་པའི་རིན་  
པོ་ཆེ། །དཀར་བརྒྱད་རྒྱལ་མཆོན་ཕྱེར་འཛིན་  
ཅིང་། །ཟབ་དོན་འདོད་དགའི་ཆར་འབེབས་པ། །  
ངག་དབང་ཆོས་རྒྱལ་ལ། །ཆོགས་གཉིས་རྒྱ་  
མཆོའི་དཔལ་ལས་འབྱུངས། །འཁོར་འདས་རང་  
བྱོལ་རྟོགས་པ་དང་། །དམིགས་མེད་སྤྱིང་རྩེའི་



བདག་ཉིད་ཅན།      ཆོས་ཀྱི་བྲག་ས་པ་ལ་፤      མཐུ་  
སྟོབས་རུས་པ་མྱད་དུ་བྱུང་།      གསང་སྟགས་མཛོད་  
འཛིན་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ།      རྒྱལ་ལ་ལྟན་གསང་བའི་  
བདག་པོ་དངོས།      རྒྱལ་དབང་བྲག་ས་པ་ལ་፤      །  
ཀུན་མཁྱེན་འགྲོ་ལ་ཕན་བཞེད་པ།      ཇི་སྟོན་འཁོར་བ་  
གནས་ཀྱི་བར།      སྟོན་ལས་མཛོད་པ་མི་འཆད་པ།      །  
རྒྱལ་གི་དབང་སྟགས་ལ་፤      ལོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཏེར་  
བྱུང་པ།      འདྲེན་པ་མཆོག་གི་སྤྲུལ་པའི་སྤྱ།      །  
སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དོན་མཛོད་པ།      མི་ཕམ་པད་  
དཀར་ལ་፤      རིགས་རུས་སྟན་ཆོག་ས་ལས་འབྱུངས་

ཤིང་། ཟུང་དོན་གདམས་པའི་གཏེར་གྱི་བདག །  
འགྲོ་ཀུན་ཕན་བདེའི་ས་ལ་འགོད། མི་ཕམ་ཆོས་  
རྒྱལ་ལ་། ཟུང་དོན་གདམས་པའི་གཏེར་གྱིས་  
ཕྱག འགྲོ་ཀུན་བྱང་ཆུབ་ལམ་ལ་འགོད། གསང་  
སྤྲུགས་ཟུང་མའི་རྣལ་འབྱོར་པ། བསྟན་པའི་ཉི་མ་  
ལ་། མཁུན་པས་འགྲོ་བའི་སྒྲོ་མུན་སེལ། བཙུ་  
བས་གཞན་དོན་མི་འདོར་བར། རྒྱུན་མི་འཆད་པའི་  
ཕྱིན་ལས་མངའ། ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་ལ་ཕྱག་  
འཆལ། སྒྲ་ཆོགས་སྒྲ་མའི་རོལ་ཅེད་ཀྱིས། འགྲོ་  
བ་རྒྱ་མཆོའི་དོན་མཛད་ཀྱང་། སྒྲེ་མེད་དབྱིངས་

ལས་གཡེམིན་པའི།                      །བསོད་ནམས་འོད་ཟེར་  
ལ།    །རྒྱལ་བའི་བསྟན་ལ་རྒྱལ་བ་བཞིན།    །བྱ་བ་  
མཛོད་པའི་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ།    །ཟག་མེད་རྣམ་ཐར་རྒྱ་  
མཚོའི་བདག    །བསྟན་འཛིན་རབ་རྒྱས་ལ།    །  
ཕྱོགས་དུས་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་ཀྱི།                      །སྤྱོད་གསུང་  
ཐུགས་ཀྱི་གསང་བའི་མཛོད།                      །མ་ལུས་གཅིག་  
འདུས་ཆོས་ཀྱི་རྗེ།    །ངག་དབང་རྒྱལ་མཚན་ལ།    །  
སྤྱོད་མེད་གཤེས་ལ་བརྟན་ཐོབ་ཅིང་།                      །འགག་མེད་  
གདངས་ལ་རྩལ་འབྱོངས་ཏེ།                      །བྱང་འདུག་གྲོང་  
ཡངས་ཆེར་རྫོགས་པ།    །ཤྲུག་རིན་ཆེན་ལ།    །རིག་

སྟོང་དགོངས་པའི་དབྱིངས་རུམ་ནས། མཁུམ་  
བཙེའི་ཟླ་བ་རྒྱས་པའི་ཆུས། བཀའ་བྱའི་ཀུན་  
འགྲོལ་མཛད་པའི། ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་ལ། ཇི་  
ལྟའི་གནས་ལུགས་མངོན་གྱུར་ཅིང་། ཇི་སྟེང་  
མཁུམ་པའི་ཆོས་རྩའི་སྒྲས། སྐལ་བཟང་གཉིད་  
ལས་སྟོང་མཛད་པ། འཇམ་དབྱངས་རྒྱལ་མཆོན་  
ལ། འགྲོ་ལྷམས་སྟིང་པའི་རྒྱ་མཆོ་དང་། ཁི་  
བདེའི་གཡང་ས་ལས་བསྐྱལ་ཏེ། བྱང་ཆུབ་མཆོག་  
ལ་དབུགས་འབྱེན་མཁན། ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཆོན་  
ལ། སྟོན་གྲོལ་གདམས་པའི་ཆབ་རྒྱན་གྱིས། །

འགྲོ་བའི་ཚ་གདུང་ཀུན་བཅིལ་ནས།      ཁི་བསིལ་  
གཏན་བདེའི་དཔལ་སྟེར་བའི།      ཡོན་ཏན་རྒྱལ་  
མཚན་ལ།      ཁང་ཐོས་ལུང་གི་སྒྲིན་རུམ་ན།      །  
མངོན་རྟོགས་ལུས་ཀྱི་རྩལ་རྟོགས་ཏེ།      ཁྲོག་སྤོང་  
ཆོས་སྒྲ་ཆེར་སྒྲིག་པ།      རྒྱུ་རྒྱལ་མཚན་ལ།      །  
སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད།      དམ་ཆོས་མ་ལུས་  
འབྱུང་བའི་བྱངས།      དག་འདུན་འདུས་པ་ཡོངས་ཀྱི་  
རྗེ།      འཛིགས་མེད་ཆོས་རྒྱལ་ལ།      བྱམས་པའི་ཁུ་  
བ་རབ་བརྟན་ཅིང་།      སྤྱིང་རྗེའི་སྤྱོད་པོ་རྒྱས་པ་ལ།      །  
གཞན་ཕན་འབྲས་བཟང་གཡུར་བ་བ།      སྤྱིན་ལས་

ཕྱུལ་མཚན་ལ། ཁྲོ་འདས་རྟོགས་པ་སྐྱོང་བ་  
དང་། ཁྲོས་བྱས་རྟོན་འབྲེལ་སྒྲིག་པ་གཉིས། །  
འགལ་མེད་མཉམ་ཉིད་ལམ་བྱེར་མཁན། ཆོས་གྱི་  
དབང་ཕུག་ལ། ཁ་སྐྱོར་བདུན་ལྡན་རྡོ་རྗེ་འཆང་། །  
ཁམས་དུག་ལྡན་པའི་རྩྭ་ཞུགས་ནས། སྤྲང་སྤྲིད་  
ཆོས་སྐྱར་སྟོན་མཛད་པའི། བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་  
ལ། རིགས་རྣམས་ཀུན་གྱི་བྱབ་བདག་ཆེ། རབ་  
འབྱམས་དགྱེལ་འཁོར་རྒྱ་མཚོའི་གཙོ། བཀའ་ངོན་  
གསུམ་ལྡན་འཁོར་ལའི་མགོན། ཅུ་བའི་སྤྲ་མ་ལ་  
ཕུག་འཚལ། ཞེས་པ་འདིའི་ཅུ་བ་རྒྱལ་དབང་ཆོས་རྗེས་མཛད་པ་ལ་བརྒྱད་

རིམ་ཕྱི་མ་པལ་ཆེར་སྐྱེ་ཞབས་ཆོས་བཅུ་འི་བྱ་གསལ་འདོད་བཞིན་ལྟ་ཀྱི་དགོ་སྒོར་ཡོན་  
ཏན་འོད་ཀྱིས་ཁ་བསྐྱངས་པ་དགོའོ།།

༼བར་དོ་གསོལ་འདེབས་བཞུགས་སོ།༽

ལྟོ། ར་མོ་མཐུ་མཐུ་ཡ། ཆོས་ཀུན་སྐྱེ་མ་སྐྱེ་བུར་  
བྱ་གསལ་ཆུད་པས། །མ་དག་སྐྱེ་མ་ལས་གྲུལ་དག་པ་  
ཡི། །སྐྱེ་བཞེས་སྐྱེ་མའི་འགྲོ་བ་འདྲེན་མཛད་པའི། །  
འདྲེན་མཛད་སྐྱེ་མའི་སྐྱེ་ལ་སྐྱབས་སུ་མ་ཆི། །སྐྱེ་  
མའི་ལུས་ཅན་མགོན་པོ་བྱིད་ཀྱིས་ནི། །སྐྱེ་མས་  
བསྐྱེས་པའི་བདག་སོགས་སེམས་ཅན་རྣམས། །སྐྱེ་  
མའི་སྐྱང་བས་བསྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་ནིང་། །སྐྱེ་མ་རང་།



ངོ་ཤེས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། ལྟོ ཁྱིའུ་ག་སྒྲུ་མའི་  
ལྟུ་ས་འདི་བོར་བའི་ཆོ། ཆགས་སྒྲུང་ཞེན་པའི་འབྲི་  
བ་ཀྱིན་བཅད་ནས། ཁེམས་ཉིད་མ་བཅོས་རང་སོར་  
བཞག་པ་ཡིས། འཆི་བ་ལམ་དུ་ལོངས་པར་བྱིན་  
གྱིས་སྒྲོབས། འཆི་ཆོ་བྱི་ཡི་སྒྲུང་བ་འགགས་པ་  
ན། ཁྱིག་སོགས་དབང་པོ་ལྟ་ནི་རིམ་པས་  
འགགས། གཟུགས་སོགས་ཡུལ་ལྟ་གཅིག་ལ་  
གཅིག་བེམ་དུས། བེམ་རིམ་རང་ངོ་ཤེས་པར་ཟེ །  
ས་ཁུ་མེ་སྒྲུང་རྣམ་ཤེས་ལ་བེམ་པས། ལྟུ་ས་གྱི་  
བྱུངས་ཤོར་སྒྲོམ་ཞིང་ཁ་སྒྲུ་སྒྲུམ། རྫོང་ཡལ་བྱུང་ལ་

རྩུབ་པའི་དབུགས་སྟོང་ཆོ།      །གནད་གཅོད་ལམ་དུ་  
ལོངས་པར་༥      །རྣམ་ཤེས་འོད་གསལ་ལ་ཐིམ་སྤྱི་

དབུགས་ཆད།      །ནང་དབུགས་གནས་པའི་སྒྲིབ་ཅིག་  
བཞི་ལ་ནི།      །སྒྲིབ་མཆེད་ཐོབ་པ་འོད་གསལ་ཆེན་པོ་  
བཞི།      །རིམ་པར་རང་ངོ་ཤེས་པར་༥      །སྒྲིབ་བའི་ནང་

རྟགས་དུ་བསྤྱི་རྟགས་ནི།      །ཟླ་བ་ཤར་འདྲའི་སྒྲིབ་  
ལས་གྱུར་པའི།      །རྟོག་པ་སྤུམ་ཅུ་ཅུ་གསུམ་

འགགས་པའི་ཆོ།      །གསལ་དང་དྲན་འདྲན་ཐོངས་  
པར་༥      །མཆེད་པའི་ནང་རྟགས་མེ་བྱེར་སྤྱི་ཡི་

རྟགས།      །ཉི་མ་ཤར་འདྲ་འདོད་ཆགས་ལས་གྱུར་

པའི། ཁྱིག་པ་བཞི་བརྒྱ་འགགས་པར་གྱུར་པ་ན། །  
ཤེས་བཞིན་དྲན་པས་བློ་པར་༥ བློ་བ་པའི་ནང་  
རྟགས་མར་མེ་འབར་འདྲ་ལ། བྱི་རྟགས་ནག་ལམ་  
སྒྲ་གཙན་ལྟ་བུ་སྟེ། བཀྲི་ལྷག་ལས་གྱུར་རྟག་པ་  
བདུན་འགགས་ཆོ། ཡང་དག་དྲན་པས་བློ་  
པར་༥ བཞི་པ་འོད་གསལ་ཆེན་པོ་ཤར་བའི་ཆོ། །  
ནང་རྟགས་སྒྲིན་བྲལ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་ལ། བྱི་  
རྟགས་སྒྲ་རེངས་ཤར་བ་ལྟ་བུའི་དུས། འོད་གསལ་  
མ་བུ་འདྲེ་བར་༥ འདྲེ་ལ་མི་གནས་རྣམ་ཤེས་འཕྲོ་བ་  
ན། འཕྲོ་བ་སྒྲིན་མཆོམས་མཆོག་མ་སྒྲ་རྣ་བ། མིག་

དང་བཤང་ལམ་རྒྱ་ལམ་ཁ་དང་དགུ།      བཀག་ནས་  
སྒོ་གཅིག་དབྱེ་བར་༥      འདོད་གཟུགས་གཟུགས་  
མེད་གཞོད་སྒྱུན་མི་འམ་ཅི།      མི་དང་དུད་འགྲོ་  
དཔྱལ་བ་ཡི་དྲགས་སུ།      གྱེ་བའི་གྱེ་སྒོ་བཀག་ནས་  
མཁའ་སྒྱུད་དུ།      དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོས་བསུ་  
བར་༥      གཤམ་ཏེ་རྣམ་ཤེས་བར་དོར་འབྱམས་པ་  
ན།      རང་ཉིད་ཤི་བ་མ་ཤེས་གཉིན་གྲོགས་དང་།      །  
འགྲོགས་པར་སེམས་ཀྱང་ལན་མེད་ཡི་ཆད་ཆེ།      །  
ཆགས་སྤང་འབྲི་བ་ཆོད་པར་༥      དབང་པོ་ཀུན་ཆང་  
ལས་དབང་རྩ་འཕྱལ་ལྟན།      ཆོས་དབྱིངས་རྩི་རྩི་

གདན་དང་མ་ཡི་མངལ།                      མ་གཏོགས་ཀུན་ལ་  
ཐོགས་མེད་བཟོད་པའི་ཆོ།                      ཐམས་ཅད་སྒྲུ་མར་  
ཤེས་པར་།                      ཉི་ཟླ་མི་སྒྲུང་ལུས་ལ་གྲིབ་མ་མེད།                      །  
བསམ་པ་ཙམ་གྲིས་སྟོང་གསུམ་བསྟོར་བར་བུས།                      །  
དབང་མེད་བྱ་སྟོང་ཁྱེད་ཀྱི་ལྟ་བུའི་ཆོ།                      རང་སེམས་  
རང་དབང་ཐོབ་པར་།                      ཟས་སུ་ངེ་བ་ཡད་ཡུད་ལྱུ་མ་  
ལྟོ།                      འབྲུལ་པའི་སྒྲུང་བ་དུ་མར་ཤར་བའི་དུས།                      །  
འཇིགས་ཤིང་བསྟོད་པས་སྟིང་སྒྲུང་ལངས་པའི་ཆོ།                      །  
འབྲུལ་སྒྲུང་རང་ངོ་ཤེས་པར་།                      རེས་འགའ་དྲན་པ་  
ཤིན་ཏུ་གསལ་གྱུར་ལ།                      རྟེན་མ་ཐག་ཏུ་བརྟེན་པར་

གུར་ནས་ནི། །ཞི་གསོན་ཐེ་ཆོམ་སྐྱེས་པར་གུར་པའི་  
ཆོ། །ངེས་པར་ཞི་བར་ཤེས་པར་ཟེ། །ཕྱེད་དང་བཞི་  
ཡི་ཕྱི་མ་ཕན་ཆད་ནས། །རང་ཉིད་ཞི་བ་ཡིན་པར་ངོ་  
ཤེས་ཤིང་། །ཡི་ལུག་ག་ཆད་སྐྱབས་གནས་འཆོལ་  
བའི་ཆོ། །རང་རིག་སྐྱབས་སུ་ཤེས་པར་ཟེ། །། །  
བར་དོར་བར་དོ་ཡིན་པ་ཤེས་པའི་ཆོ། །རང་ལུས་ལྟ་  
བསྟོམ་དེ་ནས་འོད་གསལ་བསྟོམ། །སྒྲར་ཡང་བྱང་  
འཇུག་ཉིད་དུ་བསྟོམས་པ་ཡིས། །དག་པའི་སྐྱེ་ལུས་  
འཆར་བར་ཟེ། །རི་ཉིལ་རྒྱ་མཆོ་འཆོལ་དང་ནགས་  
ཆོལ་བསྟེགས། །དུས་མཐའི་རྒྱང་ཆེན་ལངས་པ་ལྟ་

བུའི་སྒྲ།      །འབྲུག་སྟོང་དུ་ས་གཅིག་ལྗེར་བ་ལས་  
འཛིགས་ཆོ།      །ཆོས་ཉིད་རང་སྒྲུང་ཤེས་པར་ཟེ      །ཁ་  
དོག་ལྷ་ལྷན་འོད་ཟེར་འབྲུག་ཅིང་འབར།      །འོད་དང་  
ཐིག་ལེ་ཐིག་ལྷན་ལྷ་བུ་ལས།      །འཛིགས་པའི་བློ་  
ཆོག་ས་རྒྱུ་བ་གསོད་སྒྲ་སྒྲོག་ཆོ།      །རང་སྒྲུང་ལྷ་རུ་  
ཤེས་པར་ཟེ      །འདོད་ཆགས་ཞེ་སྒྲུང་གཏི་མུག་ལས་  
གྱུར་པའི།      །དཀར་དང་དམར་དང་ནག་པོའི་གཅོང་  
གཡང་ལ།      །རང་ཉིད་ལྷུང་སྒྲུལ་རབ་རུ་འཛིགས་པའི་  
ཆོ།      །རང་སྒྲུང་དག་རུ་ཤེས་པར་ཟེ      །གང་དུ་སྒྲེ་བའི་  
ལུས་ཀྱི་གཟུགས་གྱུ་བ་ཅིང་།      །དཀར་དམར་སེར་



དང་སྟོབ་ནག་པོའི་འོད།    །ལྷ་མི་དུད་འགྲོ་ཡི་དྲགས་  
དཔྱལ་བ་ཡི།    །ལམ་ལྷ་རིམ་བཞིན་ཤེས་པར་ཟེ།    །  
གཞལ་མེད་ཁང་དུ་ལྷ་བུ་འདོད་སྟོད་དང་།    །ངང་པ་  
བྱ་མཆོག་ཏུ་ཡིས་བརྒྱན་པའི་མཆོ།    །ཁང་བཟང་པ་  
མའི་འདུ་འཕྲོད་མཐོང་གུར་ན།    །ཆགས་སྤང་མིག་  
སེར་དག་པར་ཟེ།    །སྤྱང་དམར་ཆར་སྤྲོན་ཆ་གང་གིས་  
བདས་པས།    །ཕྱག་པ་གྲོག་པོ་སྤྲོད་དུ་མ་ལ་སོགས་  
ཅུར།    །སྐྱབས་སྤྱིར་འཇུག་པའི་སྤང་བ་བྱང་གུར་  
ན།    །སྤྲོ་གནས་ངན་པར་ཤེས་པར་ཟེ།    །སྤྲོ་ག་གཅོད་  
མ་དང་ལྷགས་ཀྱི་ཁང་བཟང་མཐོང་།    །དགའ་བའི་

ཡིད་ཀྱིས་གནས་དེར་འཇུག་སེམས་ན།      །རང་ངོ་  
ཤེས་ཤིང་འཇིགས་པ་མེད་པ་ཡིས།      །གནས་ངན་དེ་  
ལས་བསྐྱོད་པར་།      །མངལ་དང་སྒོང་སྒྲེས་མིག་  
སེར་ཕྲག་དོག་དང་།      །བྱོད་གཤེར་ལས་སྒྲེས་ཅི་དང་  
དང་རོལ་ཆགས།      །རྩུས་སྒྲེས་གནས་ལ་ཆགས་པ་  
སྒྲེས་པའི་ཆོ།      །ཆགས་སྤང་སྤྱེད་པ་མེད་པར་།      །ཕ་  
མ་ལ་སོགས་སྒྲེ་གནས་མཐོང་བའི་ཆོ།      །ཆགས་  
སྤང་མེད་ཅིང་སྤྱུ་མར་ཤེས་པ་དང་།      །གནས་ལྷགས་  
རང་ངོ་ཤེས་པའི་དྲན་པ་ཡིས།      །ཞིན་མེད་མངལ་སྒོ་  
ཁེགས་པར་།      །གལ་ཏེ་མཁེགས་སྒྲེ་བ་ལེན་པ་

ན།      །བདེ་བ་ཅན་དང་དགའ་ལྡན་མངོན་དགའ་  
འམ།    །འཁོར་ལོས་སྒྲུང་རྒྱལ་བུམ་ཟེའི་རིགས་དག་  
ཏུ།    །བསམས་ཤིང་སྒྲུབ་ལེན་པར།    །སྒྲེམ་ཐག་  
ནས་སྒྲོན་གྱི་གནས་དྲན་བཞིན།    །ཐེག་ཆེན་ཆོས་ལ་  
སྒྲུང་པའི་སྐལ་བར་ལྡན།      །བརྩེ་བས་གཞན་དོན་  
འབའ་ཞིག་སེམས་བྱེད་ཅིང་།    །བརྩོན་པས་བྱང་ཆུབ་  
སྒྲུང་དུ་འགྲུབ་པར་ཤོག།      །རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་  
པའི་བྱིན་ལྷ་བས་དང་།      །ཆོས་ཉིད་རང་བཞིན་རྣམ་  
པར་དག་པ་དང་།      །བདག་གྲུང་བསམ་པ་རྣམ་པར་  
དག་པའི་མཐུས།      །ཇི་ལྟར་སྒྲོན་པ་དེ་བཞིན་འགྲུབ་

པར་ཤོག། །རྒྱལ་དབང་རྗེས་མཛད་པའོ། །

ཀུན་འདུས་ལོར་བུའི་ལྷགས་ཀྱི་གསོལ་འདེབས་  
བཞུགས་སོ།

ཧྲེ་མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད། སྤྲུལ་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྐྱབས་  
སྤུམ་ཆེ། ཆོས་རྗེ་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྐྱབས་  
སྤུམ་ཆེ། རིན་ཅན་རྩ་བའི་སྤྲུལ་དམ་པ་དང་། །

དངོས་གྲུབ་སྟེར་བའི་ཡི་དམ་ལྷ་ཡི་ཚོགས།  
སྐྱབས་གནས་དམ་པ་དགོན་མཚོག་གསུམ་པོ་ལ།  
གུས་པས་ཐུག་འཚལ་དད་པས་སྐྱབས་སུ་མཆི།  
སྒྲུ་མ་སངས་རྒྱས་ཟེ། ཆོས་རྒྱུ་སངས་རྒྱས་ཟེ། རྩི་རྩི་  
འཆང་སོགས་དཀར་བརྒྱད་སྒྲུ་མ་དང་། སྒྲུ་མ་བྱིད་  
ཐུགས་འོད་གསལ་ལ་མཉམ་ཉིད་དུ། དབྱེར་མེད་ཆོས་  
སྐྱའི་ངང་དུ་རོ་གཅིག་པའི། དཀར་བརྒྱད་ཀུན་  
འདུས་སྒྲུ་མ་རིན་པོ་ཆེ། སྒྲུ་མ་སངས་རྒྱས་ཟེ།  
ཆོས་རྒྱུ་སངས་རྒྱས་ཟེ། ཞི་བྱོ་ཡབ་ཡུམ་དགྲིལ་  
འཁོར་འཁོར་ལའི་ཚོགས། མོས་པ་བཞིན་དུ་ཐ་

དང་དེར་སྒྲུང་ནས།      །མཆོག་དང་ཐུན་མེད་དངོས་  
གྲུབ་སྟེར་མཛད་པའི།      །ཡི་དམ་ཀུན་འདུས་སྒྲུ་མ་  
རིན་པོ་ཆེ།      །སྒྲུ་མ་སངས་རྒྱས་ཟེ།      །ཆོས་རྒྱུ་སངས་  
རྒྱས་ཟེ།      །ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་ངོ་བོ་  
ཉིད།      །ཟབ་ཅིང་མཐའ་ཡས་ཆོས་རྣམས་ཀུན་གྱི་  
མཛོད།      །རྒྱལ་སྤྱི་འཕགས་པའི་ཆོག་སྣམས་  
འདུས་པའི་དཔྱིད།      །དཀོན་མཆོག་གསུམ་འདུས་སྒྲུ་  
མ་རིན་པོ་ཆེ།      །སྒྲུ་མ་སངས་རྒྱས་ཟེ།      །ཆོས་རྒྱུ་  
སངས་རྒྱས་ཟེ།      །དཔལ་ལྷན་སྒྲུ་མ་དྲན་པ་ཙམ་གྱིས་  
ཀྱང་།      །རྒྱུན་དང་བར་ཆད་མི་མཐུན་ཕྱོགས་རྣམས་

[illegible]



ཐུགས་གྱིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ།      ཁྲིམ་  
སངས་རྒྱས་༄    ཁོས་རྗེ་སངས་རྒྱས་༄    ཁོད་བཟུང་  
མེད་པའི་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཡིས།      འབྲེལ་བ་མེད་  
པར་རྟག་པར་རྗེས་བཟུང་ནས།      བྱིད་ཀྱི་བཀའ་རྒྱུ་  
ཆེན་པོས་ལེགས་བསྐྱུངས་ཏེ།      བྱུག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་  
དངོས་གྲུབ་བསྐྱེལ་དུ་གསོལ།      ཁྲིམ་སངས་  
རྒྱས་༄    ཁོས་རྗེ་སངས་རྒྱས་༄    བདག་དང་སྟོབ་མ་  
བརྒྱད་པར་བཅས་པ་ཡི།    གསོལ་བ་འདེབས་པའི་  
བུ་བརྒྱད་ཐམས་ཅད་ཀྱིས།    ཁྲིམ་བྱིད་ཀྱི་རྣམ་ཐར་  
འབྱོངས་པ་དང་།    རྟོན་གཉིས་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་

བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ཁྲིམ་སངས་རྒྱས་ཟེ། ཁོས་རྗེ་  
སངས་རྒྱས་ཟེ། ཁོ་རབས་ཀུན་ཏུ་དཔལ་ལྷན་ཁྲིམ་  
དང་། རྒྱུད་ཅིག་ཙམ་ཡང་འབྲལ་བ་མེད་པ་རུ། །  
གུས་པའི་སྒོ་ནས་ཞབས་གཉིས་སྒྱུ་བོར་ལེན། ཅི་  
གསུང་བསྐྱབས་པས་བྱུགས་དགོངས་རྗེ་གསུང་བྱས་  
ཏེ། ཁ་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྗེ་གསུང་ནས། །  
རྗེ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་ལྟར་ཐོབ་ཤོག ཁྲིམ་  
སངས་རྒྱས་ཟེ། ཁོས་རྗེ་སངས་རྒྱས་ཟེ། དཔལ་ལྷན་  
ཁྲིམ་འི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལ། རྒྱུད་ཅིག་ཙམ་ཡང་  
ལོག་ལྟ་མི་སྒྲུ་ཞིང་། ཅི་མཛད་ལེགས་པར་མཐོང་།

བའི་མོས་གུས་གྱིས།      གྲོ་མའི་བྱིན་རྒྱ་བས་སྒྲིང་ལ་  
འདུག་པར་ཤོག།      གྲོ་མ་སངས་རྒྱས་ཟེ་      ཆོས་རྒྱུ་  
སངས་རྒྱས་ཟེ་      གྲོ་མ་སྐུ་ཁམས་བཟང་བར་གསོལ་  
བ་འདེབས།      མཆོག་ཏུ་སྐུ་ཆེ་རིང་བར་གསོལ་བ་  
འདེབས།      བྱིན་ལས་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་གསོལ་བ་  
འདེབས།      གྲོ་མ་དང་འབྲལ་བ་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་  
སྒྲིབས།      གྲོ་མ་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྐུ་བས་སྐུ་  
མཆོག་      ཆོས་རྒྱུ་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྐུ་བས་སྐུ་  
མཆོག་      ཆོས་རྒྱུ་ཆོད་ཚང་པས་སོ།།

༼ ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་དབང་བཞི་ལེན་ཆོག་ནི། ༽

༥ མཚན་རྣམས་ཡོངས་ཚྲོགས་སྒྲམ་པའི་སྒྱ། །སྤྱི་  
བོར་ལུས་ཀྱི་བྲིག་ལེ་ལ། །ཁྱུགས་ནས་བུམ་དབང་  
དགའ་བའི་ཆུས། །སང་པའི་ངྲི་མ་སྦྱང་དུ་  
གསོལ། །ཡོངས་སྦྱང་ཚྲོགས་པ་ཀུན་གྱི་སྒྱ། །  
མགྲིན་པ་དག་གི་བྲིག་ལེ་ལ། །ཁྱུགས་ནས་གསང་  
དབང་མཆོག་དགའི་མེས། །ཁྱི་ལམ་བག་ཆགས་  
བསྐྱེད་ཏུ་གསོལ། །དཔལ་ལྷན་སྒྲམ་མཆོས་ཀྱི་སྒྱ། །  
སྦྱང་གར་སེམས་ཀྱི་བྲིག་ལེ་ལ། །ཁྱུགས་ནས་ཤེས་  
རབ་ཡེ་ཤེས་ཉིས། །གཉིད་འབྱུག་ལྷན་པ་བསལ་དུ་  
གསོལ། །མགོན་པོ་ལྷན་ཅིག་སྦྱེས་པའི་སྒྱ། །སྤྱི་

བར་ཡེཤེས་ཐེག་ལེལ།      །ཞུགས་ནས་བཞི་པའི་  
དབང་བསྐྱར་བས།      །འཕོ་མེད་ཐོབ་པར་བྱེན་གྱིས་  
ཚོབས། །དེ་ལྟར་བདག་དང་འགྲོ་ལྷམས་གྱི། །ལུས་  
ངག་ཡིད་དང་ཡེཤེས་ཚོགས།      །རྫོང་བཞི་དང་  
མཉམ་སྦྱར་བས།      །སྐྱ་བཞིའི་དབང་ཕུག་ཐོབ་པར་  
ཤོག། །ལྟེ་དག་བའདི་ཡིས་མཁའ་མཉམ་སེམས་  
ཅན་གྱི། །སྒྲིག་དང་སྒྲིབ་པའི་ཚོགས་ཀུན་བྱང་བྱུར་  
ཏེ།      །བསམ་པའི་དོན་ཀུན་ཡིད་བཞིན་གྲུབ་བྱུར་  
ནས། །སྒྲུ་མའི་བྱང་ཆུབ་སྦྱུར་དུ་ཐོབ་པར་ཤོག། །ཅུལ་  
དབང་རྗེས་སོ།།

༥ བསྐྱུམ། སྐྱ་ཡི་བྱིན་རྒྱ་བས་ལུས་ལ་ཞུགས། །སྐྱ་  
འཕུལ་རྩེ་རྩེ་འི་སྐྱ་ཐོབ་ཤོག། །གསུང་གི་བྱིན་རྒྱ་བས་  
ངག་ལ་ཞུགས། །འཇམ་དབྱངས་ཆེན་པོ་འགྲུབ་གྱུར་  
ཅིག། །ཐུགས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱ་བས་ཡིད་ལ་ཞུགས། །འཕོ་  
མེད་བདེ་བ་ཆེ་ཐོབ་ཤོག། །ཁྲི་ལྟར་ཁུ་ལ་ཁུ་བཞག་  
ལྟར། །བདག་དང་དབྱེར་མེད་གཅིག་གྱུར་ནས། །  
ས་བརྩའི་མགོན་པོ་འགྲུབ་པར་ཤོག། ॥

༼རྩེ་རྩེ་རྣམ་པར་འཛོམས་པའི་གཟུངས་བཞུགས༽

༥ དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །མཐུ་

སྟོབས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་པ་ཡི།      རྫོང་ཁྱོ་བའི་སྐར་  
སྟོན་པ།      རྣམ་པར་འཛམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །  
ཀྱ་གར་སྐད་དུ།      བཛྲ་བི་དྲ་ར་ཁ་ན་མ་རྩུ་ར་ཁི།      བོད་  
སྐད་དུ།      རྫོང་ཁྱོ་པར་འཛམས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་  
གཟུངས།      སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །འདི་སྐད་བདག་  
གིས་ཐོས་པ་དུས་གཅིག་ན།      བཙུམ་ལྟན་འདས་རྫོང་  
ལ་བཞུགས་ཏེ།      སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཐུས་ལག་ན་རྫོ་  
རྫོའི་ལུས་ཐམས་ཅད་རྫོར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས།  
རྫོར་བྱིང་ངེ་འཛིན་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་སོ།      །དེ་



ནས་ལག་ན་རྡོ་རྗེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཐུ་དང་།      སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་དང་།      བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཀྱིས།      རྡོ་རྗེ་  
བློ་བོ་ལས་བྱུང་བ།      རྡོ་རྗེ་སྣོང་པོ་རབ་ཏུ་སྤྲུམ་ཏེ།  
མི་ཆོད་པ།      མི་ཉེགས་པ།      བདེན་པ།      སྤྲ་བ།  
བརྟན་པ།      ཐམས་ཅད་དུ་བློགས་པ་མེད་པ།      ཐམས་  
ཅད་དུ་མ་ཕམ་པ།      སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྲུག་པར་  
བྱེད་པ།      སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཛིལ་བར་བྱེད་པ།  
རིག་སྤྲུགས་ཐམས་ཅད་གཅོད་པར་བྱེད་པ།      རིག་  
སྤྲུགས་ཐམས་ཅད་ལས་གཞོན་པར་བྱེད་པ།      ལས་

ཐམས་ཅད་འཛོམས་པར་བྱེད་པ།      གཞན་གྱི་ལས་  
ཐམས་ཅད་འཛིག་པར་བྱེད་པ།      གཏོན་ཐམས་ཅད་  
བརྟག་པར་བྱེད་པ།      གཏོན་ཐམས་ཅད་ལས་ཐར་  
བར་བྱེད་པ།      འབྱུང་པོ་ཐམས་ཅད་འགྲུགས་པར་བྱེད་  
པ།      རིག་སྒྲགས་གྱི་ལས་ཐམས་ཅད་བྱེད་དུ་འཇུག་  
པ།      མ་གྲུབ་པ་རྣམས་གྲུབ་པར་བྱེད་པ།      གྲུབ་པ་  
རྣམས་ཀྱང་མི་བླ་བར་བྱེད་པ།      འདོད་པ་ཐམས་ཅད་  
རབ་དུ་སྦྱོན་པ།      སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤང་བ།      ཞི་  
བ།      རྒྱས་པ།      སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རེངས་པར་  
བྱེད་པ།      ལྷུགས་པར་བྱེད་པའི་གསང་སྒྲགས་གྱི་མཐུ་

ཆེན་པོ་འདི་སངས་རྒྱལ་གྱི་མཐུས་ལག་ན་དེ་མེས་  
རབ་ཏུ་སྤྲུམ་སྟོ། །ན་མོ་རྩྭ་ཏུ་ཡུ་ཡ། ར་མ་ཕྱུར་  
བཏུ་པུ་ཏུ་ཡ། མཐུ་ཡག་སེ་རྩ་པ་ཏུ་ཡ། ཏུ་བྲ།  
ཨོ་ཏུ་ཏུ་ཏུ། ཏུ་ཡ་ཏུ་ཡ། སྤྲུ་ཏུ་ཏུ། སྤྲུ་  
ཡ་སྤྲུ་ཡ། སྤྲུ་ཏུ་ཏུ། སྤྲུ་པ་ཡ་སྤྲུ་པ་ཡ།  
སངས་སུ་ལྟོ། སྤྲུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ། སྤྲུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ་  
ཡ། སྤྲུ་ཏུ་ཏུ། སྤྲུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ། སངས་སྤྲུ་  
ཏུ་ལྟོ། སྤྲུ་ཏུ་ཏུ། སྤྲུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ། སངས་སྤྲུ་  
ཏུ་ལྟོ། སྤྲུ་ཏུ་ཏུ། སྤྲུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ། སངས་  
སྤྲུ་ཏུ་ཏུ། སྤྲུ་ཏུ་ཏུ། སྤྲུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ། སངས་

མ་ཏ་བཛྲ་བཛྲ། མ་ཐ་བཛྲ་བཛྲ། ཡལ་ལྷ་རྒྱ་ས་ནི་ལ་  
བཛྲ་སྤྱ་བཛྲ་ཡ་སྤྱ་རྒྱ། ཏེ་ཐུ་ཐུ། རི་རྒྱ་ཐུ། གྲི་རྒྱ་  
ཀུ་ཐུ། མི་ལི་ཙྲ་ཐུ། ཀུ་རྒྱ་ཀུ་ཐུ། བཛྲ་བི་ཛྲ་ཡ་སྤྱ་རྒྱ།  
གྲི་ལི་གྲི་ལ་ཡ་སྤྱ་རྒྱ། ཀཏ་ཀཏ། མ་ཏ་མ་ཏ། ར་  
ཏ་ཏ། མེ་ཏ་ན་ཐ་མེ་ཏ་རྒྱ་ཡ་སྤྱ་རྒྱ། ཙ་ར་ནི་ཙ་ར།  
ཏ་ར་ཏ་ར། ས་ར་ས་ར། སྤྱ་ར་ཡ། བཛྲ་བི་རྒྱ་ར་ཏ་  
ཡ་སྤྱ་རྒྱ། ཙྲི་ཙྲི་ཙྲི། ཐྲི་ཙྲི་ཐྲི། མ་རྒྱ་གྲི་ལི་གྲི་ལ་  
ཡ་སྤྱ་རྒྱ། ཐུ་ཙྲི་ཐུ་ཙྲི། གྲི་རྒྱ་བཛྲ་གྲི་ལི་གྲི་ལ་སྤྱ་རྒྱ།  
ཙྲི་རྒྱ་ཙྲི་རྒྱ། ཙྲི་ཀྲི་ལི་གྲི་ལ་ཡ་སྤྱ་རྒྱ། ཏ་ས་ཡ་ཏ་ས་  
ཡ། བཛྲ་གྲི་ལི་གྲི་ལ་ཡ་སྤྱ་རྒྱ། ཏ་ར་ཏ་ར། བཛྲ་ཙྲི་

རྒྱལ་སྤྱོད། དྲ་རྩ་རྩ་རྩ་རྩ། བཛྲ་དྲ་བཛྲ་རྒྱལ་  
སྤྱོད། མ་ཏིསྤྱི་རྩ་བཛྲ། རྩ་ཏིསྤྱི་རྩ་བཛྲ། དྲ་ཏིསྤྱི་རྩ་  
བཛྲ། མ་རྒྱ་བཛྲ། ཨ་ཕྲ་ཏི་རྩ་རྩ་བཛྲ། ཨ་མོ་ཕྲ་  
བཛྲ། ཨོ་ཏི་ཨོ་ཏི་བཛྲ། རྩི་ཕྱོ་བཛྲ་རྒྱལ་སྤྱོད།  
རྩ་རྩ་རྩ་རྩ། རྩི་རི་རྩི་རི། རྩི་རྩ་རྩི་རྩ། མ་རྩ་བཛྲ་ཀུ་  
ལ་ཨྱ་ཕྱ་ལ་སྤྱོད། གཞོད་བྱེད་འབྱེད་པོ་མྱ་རྩ་ལ་  
ཕྱེད་ བ་མ་སྤྱ་མ་རྩ་བཛྲ་ཁྱོ། མ་རྩ་བཛྲ་ཀུ་ལྱོ་ཨ་ཕྱ་  
ལ། མ་རྩ་བ་ལོ། ཀ་རྩ་བོ། ཏི་རྩ་ལོ། ཨ་ཙ་ལོ།  
མ་རྩ་ལ་མ་ལོ། ཨ་ཏི་བཛྲ། མ་རྩ་བ་ལོ། བེ་ག་ར་ན་  
ར་ན། ཨ་ཇོ་ཏི། ཇོ་ལ་ཇོ་ལ། ཏི་ཏི་ཏི་ཏི། བི་རྩ་ལོ།

ད་རྟ་ད་རྟ། ཏེ་ཇོ་བ་ཏི། ཏི་ལི་ཏི་ལི། ཐུར་ཐུར།  
མ་རྟ་བ་ལེ་བཇོ་ཨི་ཀུ་ཤ་ཇོ་ལཱ་ཡ་སྟུ། བ་མོ་ར་རྟ་ར་  
ལཱ་ཡ། བ་མ་ཐུར་བཇོ་ལཱ་ཏ་ཡེ། མ་རྟ་ཡ་ཀུ་སེ་རྟ་བ་  
ཏ་ཡེ། ཏེ་ཐུ། ཨི་རྟ་ར་རྟ་ར་བཇོ། མ་བ་མ་བ་  
བཇོ། རྟ་བ་རྟ་བ་བཇོ། ད་རྟ་ད་རྟ་བཇོ། བ་ཅ་བ་ཅ་  
བཇོ། རྟ་ར་རྟ་ར་བཇོ། རྟ་ར་ཡ་རྟ་ར་ཡ་བཇོ། རྟ་ར་  
ཏ་རྟ་རྟ་བཇོ། ཨི་རྟ་ཨི་རྟ་བཇོ། ཐུར་ཐུར་བཇོ་ཏི་  
མཌེ། བ་མ་ཐུར་བཇོ་ཀེ་རྟ་ཡ། རྟ་ལཱ་རྟ་ལཱ། ཏི་ཐུ་  
ཏི་ཐུ། ཐུར་ཐུར། རྟ་བ་རྟ་བ། ཨི་ཐུ་ཏི་ཐུ་མཌེ། ལ་བ་  
གསུམ། རིག་སྟུགས་སྟོང་བསྟུར་ནི། ཏེ་ཐུ། ཨི་ཇོ་ཡེ་ཇོ་ཡེ་

མརྒྱུ་ཇ་ཡེ་ཇ་ཡུ་ཕ་ཉི་ནི་ཇ་ཡེ་ཉྱ་རི་ཀ་ལ་ཀ་ལ་མ་ལ་མ་  
ལ་ཙ་ལ་ཙ་ལ་ཀླ་ཁི་ཀླ་ཁི་སཱ་ཁྱ་ཀྱ་ཡུ་བ་ར་རྒྱ་ནི་མེ་  
སཱ་ཁྱ་དཉ་རྒྱ་ནི་ཨ་རྒྱེ་ཉི་སྒྱུ་། བ་མོ་བྱ་ག་ཕ་ཉི་ས་  
ཉ་སྒྱ་བ་ཉི་སཱ་བྱུ་ཨ་བ་ལེ་གི་ཉི། ཙྱཱེ་ཤོ་ཉྱ་ཁྱ་ཁྱ་  
རི་རྒྱ་ཀུ་ཡ་མ་ནི་བི་རྒྱ་ནི་བི་ཤོ་རྒྱ་ནི་སྒྱུ་། སྒྱ་རྒྱ་སྒྱ་རྒྱ་  
སྒྱ་རྒྱ་སྒྱ་རྒྱ་སྒྱ་སྒྱ་སྒྱ་སྒྱ་སཱ་ཁྱ་བྱུ་ཨ་  
རྒྱེ་ཉི་སྒྱུ་། རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་ག་རྒྱེ་སྒྱུ་། ཨ་བྱ་བ་སྒྱུ་།  
སཱ་ཁྱ་རྒྱུ་ཨ་བ་བོ་རྒྱ་ནི་སྒྱུ་། རྒྱེ་ག་པ་ཐམས་ཙང་  
བྱང་བ་དང་། རྒྱེ་ག་བསྒྱལ་ཐམས་ཙང་མེད་པར་  
བྱེད། རྒྱེད་དོ་ཙྱེ་ག་གི་ཙྱེ་བ་སྒྱེ། རྒྱེད་ལ་ཀུན་གྱིས་



ནི་ལེགས་པར་བརྒྱན། །སེམས་ཅན་དབང་པོ་ཉམས་  
པ་དང་། །ཆོ་བད་པ་དང་ཆོ་ཉམས་དང་། །ཕུན་སུམ་  
ཆོག་གས་མིན་གང་ཆགས་དང་། །ལྷ་རྣམས་རྒྱབ་གྱི་  
ཕྱོགས་པ་དང་། །མཛེའ་སྒྲུག་སྒྱེ་བོ་སྒྲུང་བ་དང་། །  
བྲན་བཟའ་ལ་སོགས་གཙུག་པ་དང་། །ཕན་ཚུན་  
མཐུན་པ་མ་ཡིན་དང་། །ཁོར་འབྱིབ་པས་ནི་གཞོད་པ་  
དང་། །སྤྱུང་ན་ངལ་དང་གཞོད་པ་དང་། །འཛིགས་  
པ་དང་ནི་ཕོངས་པ་དང་། །གཟའ་དང་རྒྱ་སྐར་བྱང་  
སྒྲེམས་དང་། །མི་བཟད་གཞོན་གྱིས་ཉེན་པ་དང་། །  
སྤྱུང་ན་ངལ་ལས་བྱང་བ་ཡི། །མི་ལམ་སྒྲིག་པ་

མཐོང་ན་ཡང་།                      རེས་ནི་རབ་བཀུས་གཙང་མ་  
ཡིན།    མདོ་སྡེ་དམ་པ་ཉན་པར་གྱིས།    གང་དག་  
ཡིད་དག་སེམས་དང་ཞིང་།    གཙང་མའི་གོས་གྱིས་  
རབ་བརྒྱན་ཏེ།                      ཟབ་མོ་སངས་རྒྱས་སྤྱོད་ཡུལ་  
བ།    མདོ་སྡེ་འདི་ནི་ཉན་བྱེད་ན།    མདོ་སྡེ་འདི་ཡི་  
གཟི་བརྗིད་གྱིས།    སློག་ཆགས་དག་ནི་ཐམས་ཅད་  
གྱི།    མི་བཟད་པ་ཡི་ནད་རྣམས་ཀྱང་།    རེ་དག་  
ཐམས་ཅད་ནི་བར་བལྟ།                      ཆོ་དང་བསོད་ནམས་  
འཕེལ་བར་འགྱུར།                      སློག་པ་ཀུན་ལས་རྣམ་པར་  
ཐར།    །། དག་བ་འདི་ཡིས་སྦྱར་དུ་བདག་    རི་རྩེ་

རྣམ་འཛམས་གྲུབ་གྱུར་ནས།      །འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་  
མ་ལུས་པ།      །དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།      །བྱིད་ལ་  
བསྟོད་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས།      །བདག་  
སོགས་གང་དུ་གནས་པའི་ས་ཕྱོགས་སུ།      །ནང་  
གདོན་དབུལ་ཕོངས་འབབ་རྩོད་ཞི་བ་དང་།      །ཆོས་  
དང་བཟུ་གིས་འཕེལ་བར་མཛད་དུ་གསོལ།      །ཁོར་བུ་  
ཡུངས་ཀར་རྩལ་དང་།      །རིན་ཆེན་མ་མེད་ཅན་བཅས།      །ཤེལ་དང་རྩེ་མོ་ཏྲིག་  
དང་། །ཁྱ་ཡི་གསེར་རམ་ཡང་ན་ནི།      །དངུལ་གྱི་བུམ་པ་དག་ཀྱང་རུང་།      །གཙང་མའི་  
གོས་གྱིས་དགྱི་ཞིང་དགང་།      །ལན་གངས་ཉི་ཤུ་ཙུ་གཅིག་གམ།      །ཡང་ན་ལན་གངས་  
བརྒྱ་ཙུ་བརྒྱད།      །རྩི་རྩེ་རྣམ་འཛམས་བཞུས་ནས་ནི།      །ཁྱལ་པོ་ཏྲིག་ཏུ་བྱས་གྱིས་

ཤིག་ རྫོང་རྣམ་པར་འཛོམས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་གཟུངས་རྫོགས་སོ། སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་  
པཌ་འབྱུང་གནས་དང་། བི་མ་ལ་མི་ཏུ་དང་། སངས་རྒྱས་གསང་བ་དང་། ཡེ་ཤེས་རྫོ་  
རྫེ་དང་། སྤྱི་ཏི་རྫོ་ན་ལ་སོགས་པའི་འབྲེལ་པའི་ནང་ནས་བཏོན་ཏེ་གཟུངས་ཤིན་ཏུ་དག་  
པའོ།།

དགོངས་གཏེར་སློལ་མའི་ཟབ་ཏིག་ལས་མཚུལ་ཆེ་  
ག་ཆོགས་གཉིས་སྟེང་པོ་བསྐྱབ་ཆོག་ཏུ་བཀོད་པ་  
བཞུགས་སོ།།

༥། ན་མོ་གུ་རུ་ཨ་རྩ་ཏུ་ར་ཡེ། དུས་གསུམ་འདྲན་པ་  
སྤྲས་བཅས་ལས། བྱུགས་བསྐྱེད་ཐིན་ལས་ཆེད་བྱུང་  
བ། །ཡུམ་གྱུར་སློལ་མ་ལ་བཏུད་ནས། བྱ་སྟེང་དང་

མཐུན་ཉམས་ལེན་བཤད།     །དེའང་ཟབ་ཏིག་འདི་རྣམས་ཡང་ཟབ་སྤོང་  
པོ་བསྐྱུས་པ་ཡིན་པས་སྒྲོས་བཅས་མང་དུ་མི་དགོས་ཀྱང་།     ཅུང་ཟད་སྒྲོས་པའི་དབང་  
དུ་བྱས་ན་བཅས་གཤོམ་དང་ཆོ་གའི་རིམ་པ་གཉིས་ལས།     དང་པོ་བཅས་གཤོམ་གྱི་  
རིམ་པ་ནི།     རྗེ་བཙུན་སྒྲོལ་མའི་སྐུ་བརྒྱན་གྱིས་བྱར་སོགས་དགོན་མཆོག་གི་རྟེན་གང་  
འཛོམས་བཞུགས་སུ་གསོལ།     དེའི་མདུན་དུ་སྟོགས་བུ་གཙང་མར་དཀར་གཏོར་ལྷུ་མ་  
པོ་པད་འདབ་བཞི་ལྡན་དཀར་ཅིས་དང་རྒྱན་གྱིས་མཛེས་པ་ཞིག་བཀོད།     དེའི་མདུན་དུ་  
ཁུ་གཉིས་ཉེར་སྦྱོད་ལ།     བསང་ཁུ།     མཆོད་པའི་མཆུལ་དང་འཕྲོར་ནས་སོགས་འདུ་  
བྱའོ།     །གཉིས་པ་ཆོ་གའི་རིམ་པ་ནི།     འབྲུབ་ན་བྱས་དང་གཙང་སྤྱིའི་ཀུན་སྦྱོད་དང་  
ལྡན་པར་བྱ་ཞིང་།     མི་སྟོགས་ན་ཤ་ཆང་མ་འབྲུང་བའི་སྤྲ་དྲོའི་ཆ་ལྟ་བུར་སྤྱིད་ལས་ངེས་  
འབྲུང་དང་།     བྱང་ཁུབ་སེམས་ཀྱི་ཀུན་སྦྱོང་དང་ལྡན་པས།     ཐོག་མར་ཆོ་ག་སྤྱིའི་

སྐྱབས་འགོ་མ་ནམ་བཞི་སྒོར་ནི།      མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲིམ་སངས་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་སྐུ་ལ་  
སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།    །སྒྲིམ་ཡོངས་སྟོང་ཚྭ་གས་པའི་ཟེ།    །  
སྒྲིམ་ཕུགས་ཇེ་སྤྱུལ་པའི་ཟེ།      །སྒྲིམ་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་  
ཆེ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།      །ཞེས་ལན་གསུམ།      བསྟོང་ཆོགས་ནི།  
འཛིག་རྟེན་མཆོད་འོས་ཡོངས་ཀྱི་སྒྲིམ་ནི།      །བཀྲ་ཤིས་  
ཀུན་གྱི་བཀྲ་ཤིས་གྲགས་པའི་གཞི།      །ཐེག་གསུམ་  
འཁོར་ལོས་སྒྱུར་བ་བས་གཙང་སྤྲུལ།      །བསྐྱལ་པ་བཟང་  
པོའི་སྒྲོན་མ་བཞི་པར་འདུད།      །གང་ཞིག་ཕན་བདེ་  
ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་བྱངས།      །བསྟན་པ་རིན་ཆེན་ཕུག་

ཏུ་གཏང་པ་དེ།      ཁོས་བཞིན་གྱི་དོར་མཛད་པའི་དགྲ་  
བཅོམ་པ།      གནས་བརྟན་རྒྱལ་ཚབ་ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་  
འདུད།      ལྷ་སྐྱབ་སྒོ་མཆོ་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེའི་ཞིང་།      རྣམ་  
ཡང་མཐའ་གཉིས་གནས་ལས་གནས་བྲལ་བས།      བདེ་  
བ་ཅན་ནས་མཐར་གྱིས་དྲང་བའི་འོད།      འཛང་རྒྱའི་བར་  
དུ་བརྟལ་བ་དེ་ལ་འདུད།      ལྷ་བ་པར་སྒྲོན་ལམ་བཏབ་  
གྲུབ་འཕགས་པའི་ལྷ།      པར་རྒྱའི་སྐྱབས་འབྱུངས་མཁས་  
བསྐྱབས་ན་ལ་རྒྱར།      མཁོ་ལ་བརྟལ་བའི་སྒྲ་སྐད་ད་ལྟའི་  
བར།      དབྱར་སྐྱེས་རྩ་བོ་ཆེ་ལྟར་གྲགས་ལ་འདུད།      །  
བྱམས་མགོན་བཙུ་གཉིས་ལོར་བསྐྱེན་ནངས་གྱི་



མཐར་ཏེ།      །དངོས་ཀྱིས་རྗེས་གཟུང་ཐུབ་པའི་མདོ་ཀུན་  
ལ།    །ཐོགས་མེད་དོན་འདི་ཚུང་མཁན་ཀུན་གྱི་དཔང་།    །  
འོད་བྱེད་ས་ལ་གནས་པའི་ཞབས་ལ་འདུད།    །སྐྱེ་བ་ལྔ་  
བརྒྱ་པ་རྗེ་ཏར་གྱུར་འདིར།    །གཙུག་གྱི་དྲིན་ལས་སྤྱིར་མི་  
ལྟོག་ཐོབ་པ།      །གཞུང་ལུགས་འབྲུམ་སྡེ་གོ་དགའི་  
སྤྲེགས་བམ་ཆེ།    །དབྱིག་གཉིན་སངས་རྒྱས་གཉིས་པར་  
གྲགས་ལ་འདུད།      །འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་རྗེས་  
གཟུང་དྲི་མེད་སྒོ།    །ཀུན་བཏུས་རལ་གྱི་རེངས་པར་སྒྲར་  
བཅངས་ནས།      །ཚུང་པའི་འདུན་སར་ལུ་སྤྲེགས་ཁ་  
བཏགས་ཤིང་།    །རྒྱལ་བསྐྱོན་བཏེག་པའི་སྤྲེགས་ཀྱི་སྤང་

པོར་འདུད།                      །དམ་པའི་རྩ་བར་ལྟུང་འོས་སྡེ་བདུན་  
གྱིས།    །ཁོལ་བ་ཚར་གཙང་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ་གྲགས་པས།    །  
སྒྲ་བ་རྣམས་ཀྱི་གཙུག་ལག་སྟེགས་བཙས་ཏེ།    །མཁའ་  
སྤྱོད་ཆེན་པོར་བསྟོད་པ་དེ་ལ་འདུད།    །རང་གཞན་གྲུབ་  
མཐའ་རྒྱ་མཚོ་ཕར་བཀལ་ནས།    །བསྐྱབ་གསུམ་རིན་  
ཆེན་གཙེས་པས་མཛོད་བཀའ་ཞིང་།    །ལྷགས་བཞིན་  
མདོར་སྦྱང་རིས་མེད་སྟོང་བ་ལ།    །བགོ་བཤའ་མཛོད་པ་  
ཡོན་ཏན་འོད་ལ་འདུད།    །ཤྲ་གྱའི་རིང་ལྷགས་ཉིན་མོར་  
བྱེད་པའི་འོད།    །འབུམ་ཕྱག་གང་གི་ཕྱག་པར་ལྟན་པ་  
ནས།    །མི་ཤེས་སྟུན་པའི་འཇུག་པ་རྒྱང་བསྐྱིངས་

ཞེས། །ཀུན་གྱིས་ཡང་ཡང་བསྐྱགས་པ་དེ་ལ་འདུད། །  
འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱག་ཕྱགས་རྗེའི་རྒྱབས་སྤེང་དབུས། །  
རྒྱལ་ཀུན་མཁྱེན་བརྩེའི་འདབ་སྟོང་རྒྱས་པ་ལ། །ཕན་  
བདེའི་བྱི་བསུང་ཅི་ཡང་སྟོབའི་གཉེན། །ངག་དབང་རྣམ་  
རྒྱལ་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །མཁྱེན་པས་མ་  
རིག་ལྟུན་པའི་ཆོགས་འཇོམས་ཤིང་། །བརྩེ་བས་གཞན་  
དོན་ཡལ་བར་མི་འདོར་བར། །རྣམ་པས་འདུད་དཔུང་  
འཇོམས་བྱེད་ལྟ་ཡི་ལྟ། །ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་མཆོག་ལ། །  
ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་འཁོར་བ་ལས་སྦྱོལ་བྱིར། །  
འཆི་མེད་རྗེ་རྗེའི་སྐུ་མཆོག་རབ་བརྟེས་ནས། །ཕྱིན་ལས་

རྣམ་བཞིས་འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་པའི། ཇི་སྲིད་འཆོའིང་  
གཞེས་པར་གྱུར་ཅིག་གྱ། ། དུས་གསུམ་རྒྱལ་ཀུན་  
བྱགས་ཇེ་འདུས་པའི་ཞལ། ། རྒྱག་ན་པརྩོའི་ཇེས་གཟུང་  
འབྲེལ་མཛད་གྱི། ། འགྲོ་ཀུན་སྐལ་བཟང་ལམ་ལ་འཇོག་  
མཛད་པའི། ། དག་དབང་དཔལ་བཟང་ཞབས་ལེ། །  
སྤུས་བཅས་རྒྱལ་བའི་བྱགས་ཇེ་གཅིག་བསྐྱུས་པ། །  
རྒྱག་ན་པརྩོའི་ཕྱིན་ལས་སྒྲེས་གར་ནི། ། ཇིས་མེད་འགྲོ་  
བའི་ཕུ་ལག་ཉིད་གྱུར་པ། ། དམ་ཆོས་རྒྱལ་མཆོན་ཞབས་  
ལེ། ། གཞན་ཡང་རྒྱལ་བའི་བསྐྱུན་ལ་མཛད་པའི་  
ཕུལ། ། སྟོན་པ་ཉིད་བཞིན་འཕྱུར་བ་རྒྱ་གར་གྱི། ། པརྩོ་ཏ་

དང་གངས་ཅན་འདྲ་བོན་པའི།     །འཛིག་ཏེན་མིག་གུར་  
ནྟམས་ལ་གུས་པས་འདུད།     །ཇི་ལྟར་བདག་གིས་གུས་  
པས་གསོལ་བཏབ་པས།     །དེ་ལྟར་ཡོན་གནས་ནྟམས་  
གྱིས་མཐུ་བསྐྱེད་ནས།     །ཡངས་པའི་ས་ནྟམས་ཀུན་ཏུ་  
བྱབ་པའི་བསྟན།     །ཞིང་དང་བཀྱར་སྟེ་བཅས་ཏེ་རྒྱས་  
གུར་ཅིག     །སྒྲུ་མ་སྒྲུ་ཁམས་བཟང་བར་གསོལ་བ་  
འདེབས།     །མཆོག་ཏུ་སྒྲུ་ཆོ་རིང་བར་གསོལ་བ་  
འདེབས།     །འཕྱིན་ལས་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་གསོལ་བ་  
འདེབས།     །སྒྲུ་མ་དང་འབྲལ་བ་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་  
སྒྲོབས།     །ཕན་བདེ་འབྱུང་བའི་གནས་གཅིག་ཡུ།     །

བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་པ་དང་། །བསྟན་པ་འཛིན་  
པའི་སྐྱེས་བུ་རྣམས། །སྐྱ་ཆེ་རྒྱལ་མཆོན་བཏོན་གྱིར་  
ཅིག །ཆོས་རྩ་ཆེན་པོ་སྐྱ་ཡིས་ནི། །སྤྱག་བསྐྱེལ་  
སེམས་ཅན་མཐར་བགྱིད་ཤོག །བསྐྱེལ་པ་བྱེ་བ་བསམ་  
ཡས་སུ། །ཆོས་སྟོན་མཛད་ཅིང་བཀྲུགས་གྱིར་ཅིག །  
ཕྱག་འཆེལ་བ་དང་མཆོད་ཅིང་བཀའ་གསུངས་པ་དང་། །རྗེས་  
སྐྱ་ཡི་རངས་བསྐྱེལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། །དགོ་བ་ཅུང་  
ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསམ་གསུངས་པ། །ཐམས་ཅད་བདག་  
གིས་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྐྱེའོ། །མཐར་ཚུགས་སིལ་བུ། དེ་ནས་བསྐྱོས་  
སྤྱབ་འདི་ཡི་སྤྱབས་སེམས་ནི། །མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་རྗེ་བཙུན་མ་

མངོན་སུམ་དུ་བཞུགས་པར་གྱུར།      བདག་དང་འགྲོ་བ་  
ནམ་མཁའི་མཐའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་དུས་འདི་ནས་བཟུང་སྟེ་ཇི་སྟིད་བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པོ་ལ་  
མཆིས་ཀྱི་བར་དུ་སྒྲ་མ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།      །སངས་  
རྒྱལ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།      །ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་  
མཆིའོ།      །དག་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།      །ཇི་བཅུན་  
འཕགས་མ་སྟོལ་མའི་ལྷ་ཆོགས་འཁོར་དང་བཅས་པ་  
ནམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།      །ཞེས་ལན་གསུམ།      །སངས་  
རྒྱལ་ཆོས་དང་ཆོགས་ཀྱི་མཆོག་ནམས་ལ།      །བྱང་ཆུབ་  
བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི།      །བདག་གིས་སྦྱོན་



སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་གྱིས།      །འགྲོ་ལ་ཕན་  
ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་ཤོག།      །ཅེས་ལན་གསུམ།  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་  
པར་གྱུར་ཅིག། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྲུག་བསྐྲུལ་དང་  
སྤྲུག་བསྐྲུལ་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག། །སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་སྤྲུག་བསྐྲུལ་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་བྲལ་བར་  
གྱུར་ཅིག།      །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་སྤྲུག་གི་རྒྱ་  
ཆགས་སྤང་ཉེ་རིང་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྟོམས་ཆེན་པོ་  
ལ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག།      །ཅེས་ལན་གཅིག། །ན་  
མོ།    དགོན་མཆོག་ཀུན་དངོས་ཇེ་བཙུན་མར།    །བདག་

སོགས་འགོ་ཀུན་སྐྱབས་སུ་མཆི།      །བྱང་ཆུབ་སྒོམ་པའི་  
སེམས་བསྐྱེད་ནས།      །ཟབ་མེདི་ལམ་ལ་འཇུག་པར་  
བབྱི།      །ཞེས་ལན་གསུམ།      ཆོགས་བསགས་པའི།      རྗེ་བཙུན་  
འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་དང་།      །ཐོགས་བཙུ་དུས་གསུམ་  
བཞུགས་པ་ཡི།      །རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཐམས་ཅད་ལ།      །  
ཀུན་ནས་དྲང་བས་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །མེ་ཏོག་བདུག་  
སྤྲས་མར་མེ་དྲི།      །ཞལ་བས་རྩལ་མོ་ལ་སོགས་པ།      །  
དངོས་འབྱེར་ཡིད་གྱིས་སྤྱལ་ནས་འབུལ།      །འཕགས་  
མའི་ཆོགས་གྱིས་བཞེས་སུ་གསོལ།      །ཐོག་མ་མེད་ནས་  
ད་ལྟའི་བར།      །མི་དག་བཙུ་དང་མཆམས་མེད་ལྟ།      །

སེམས་ནི་ཉོན་མོངས་དབང་གུར་པའི།    །སྡིག་པ་ཐམས་  
ཅད་བཤགས་པར་བགྱི།    །ཉོན་ཐོས་རང་རྒྱལ་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་།    །སོ་སོ་སྐྱོ་བོ་ལ་སོགས་པས།    །དུས་གསུམ་  
དག་བཅི་བསགས་པའི།    །བསོད་ནམས་ལ་ནི་བདག་ཡི་  
རང་།    །སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པ་དང་།    །སྒྲིལ་བྱེ་  
བྲག་ཇི་ལྟ་བར།    །ཆེ་ཆུང་ཐུན་མོང་ཐེག་པ་ཡི།    །ཆོས་ཀྱི་  
འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་དུ་གསོལ།    །འཁོར་བ་ཇི་སྤྱིད་མ་སྟོང་  
བར་།    །སྤྱང་ན་མི་འདའ་བྱགས་ཇེ་ཡིས།    །སྤྱུག་བསྤུལ་  
རྒྱ་མཆོར་བྱིང་བ་ཡི།    །སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གཟིགས་  
སུ་གསོལ།    །བདག་གིས་བསོད་ནམས་ཅི་བསགས་

པ། །ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་རྒྱུར་གྱུར་ནས། །རིང་པོར་མི་  
ཐོགས་འགོ་བ་ཡི། །འདྲེན་པའི་དཔལ་དུ་བདག་གྱུར་  
ཅིག། །ཅེས་པའི་བར་བཟོད། མཆོད་པ་བྱིན་རླབས་ནི། མཆོད་པར་ཆབ་སྤྱན།  
ཨོྭ་བཟླ་ཨ་མྲི་ཏ་ཀྲ་ལི་ཏ་ན་ཏ་ན་རྩྱ་པཌ། ཨོྭ་སྤ་བྱ་ཕ་  
ཤུ་སའ་རྩམ་སྤ་བྱ་ཕ་ཤུ་ཉི་ཏྱ། སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར།  
སྟོང་པའི་ངང་ལས། གནས་ཡུལ་པརྟོ་བཀོད་པའི་  
ཞིང་། །དབྱིབས་དང་རྒྱན་བཀོད་ཆོད་མེད་པ། །ལྷ་རྒྱས་  
ཏིང་འཛིན་ལས་གྲུབ་པའི། །མཆོད་རྒྱས་བསམ་མི་བྱུང་  
པར་གྱུར། །ཨོྭ་བཟླ་ཨ་རྩྱ་ཨྲུཾ་རྩྱ། དེ་བཞིན་ ཤུ་ཨྲུ་ཨྲུཾ་  
རྩྱ། ཆོགས་སིལ་བྱ། ཨོྭ་བཟླ་སྤ་ར་ཏཾཾ། དེ་ནས་དཀོན་མཆོག་སྤྱི་

ལ་ཕྱག་མཆོད་འབུལ་བ་ནི། ཕྱོགས་བཅུ་དུས་བཞིའི་སྒྲ་མ་རྒྱལ་བ་  
སྤྲུལ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་བཟོ་  
ས་ལྷ་ཇོ། ཆོགས་སིལ་བྱ། མ་ལུས་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་  
མགོན་གྱུར་ཅིང་། །བདུད་སྡེ་དཔུང་བཅས་མི་བཟང་  
འཛེམས་མཛེད་ལྷ། །དངོས་རྣམས་མ་ལུས་ཇི་བཞིན་  
མཁྱེན་གྱུར་པའི། །བཅོམ་ལྡན་འཁོར་བཅས་གནས་  
འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ། །པརྒྱ་ཀ་མ་ལ་ཡེ་སྟླ། །དེ་  
ནས་ཡན་ལག་བདུན་པ་ནི། ཇི་སྟེད་སུ་དག་ཕྱོགས་བཅུའི་འཇིག་  
རྟེན་ན། །དུས་གསུམ་གཤེགས་པ་མི་ཡི་སེཁྱེ་ཀུན། །  
བདག་གིས་མ་ལུས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ། །ལུས་དང་

ངག་ཡིད་དྲང་བས་ཕྱག་བགྱིའོ།      །བཟང་པོ་སྤྱོད་པའི་  
སྒོན་ལམ་སྒོ་བས་དག་གིས།      །རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཡིད་  
གྱིས་མངོན་སུམ་དུ།      །ཞིང་གི་རྩལ་སྟེད་ལུས་རབ་བརྒྱད་  
པ་ཡིས།      །རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་རབ་ཏུ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །  
རྩལ་གཅིག་སྟེང་ན་རྩལ་སྟེད་སངས་རྒྱས་རྣམས།      །  
སངས་རྒྱས་སྤྲས་ཀྱི་དབྱུངས་ན་བཞུགས་པ་དག།      །དེ་ལྟར་  
ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམས་མ་ལུས་པ།      །ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བ་  
དག་གིས་གང་བར་མོས།      །དེ་དག་བསྐྱབས་པ་མི་བྱད་  
རྒྱ་མཆོ་རྣམས།      །དབྱངས་ཀྱི་ཡན་ལག་རྒྱ་མཆོའི་སྒྲ་  
ཀུན་གྱིས།      །རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་བརྗོད་

ཅིང་། བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་  
བསྟོད། མེ་ཏོག་དམ་པ་སྤེང་བ་དམ་པ་དང་། སིལ་  
སྒྲན་རྣམས་དང་བྱུག་པ་གདུགས་མཆོག་དང་། མར་མེ་  
མཆོག་དང་བདུག་སྟོས་དམ་པ་ཡིས། རྒྱལ་བ་དེ་དག་  
ལ་ནི་མཆོད་པར་བསྐྱེ། རྣ་བཟའ་དམ་པ་རྣམས་དང་རྩི་  
མཆོག་དང་། བྱེ་མ་ཕུར་མ་རི་རབ་མཉམ་པ་དང་། །  
བཀོད་པས་བྱུང་པར་འཕགས་པའི་མཆོག་ཀུན་གྱིས། །  
རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཆོད་པར་བསྐྱེ། མཆོད་པ་གང་  
རྣམས་སྤྲེལ་མེད་རྒྱ་ཆེ་བ། དེ་དག་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་  
ཡང་མོས། བཟང་པོ་སྟོད་ལ་དད་པའི་སྟོབས་དག་



གིས། རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་ཕྱག་འཆལ་མཆོད་པར་བགྱི། །  
འདོད་ཆགས་ཞེ་སྒྲུང་གཏི་ཕྱག་དབང་གིས་ནི། རྟུམ་  
དང་དག་དང་དེ་བཞིན་ཡིད་གྱིས་ཀྱང་། སྤྲིག་པ་བདག་  
གིས་བགྱིས་པ་ཅི་མཆིས་པ། རྟེན་ག་ཐམས་ཅད་བདག་  
གིས་སེ་སེར་བཤགས། བྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་ཀུན་  
དང་སངས་རྒྱས་སྤྲུལ། རང་རྒྱལ་རྣམས་དང་སྟོབ་དང་  
མི་སྟོབ་དང་། འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་བསོད་ནམས་གང་ལ་  
ཡང་། རྟེན་ག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་ཡིད་རང་། གང་  
རྣམས་བྱོགས་བཅུའི་འཇིག་རྟེན་སྟོན་མ་རྣམས། བྱུང་  
རྒྱུ་རིམ་པར་སངས་རྒྱས་མ་ཆགས་བརྟེས། ལམ་གོ་ན་

པོ་དེ་དག་བདག་གིས་བྲམས་ཅད་ལ།      །འཁོར་ལོ་སྒྲན་  
མེད་པར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱལ།      །སྤྱངས་འདའ་སྟོན་གང་  
བཞེད་དེ་དག་ལ།      །འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་ཞིང་བདེ་བའི་  
ཕྱིར།      །བསྐྱལ་པ་ཞིང་གི་རྩལ་སྟེད་བཞུགས་པར་  
ཡང་།      །བདག་གིས་བྲལ་མོར་བ་སྦྱར་གསོལ་བར་  
བབྱ།      །ཕྱག་འཆལ་བ་དང་མཆོད་ཅིང་བཤའ་གས་པ་  
དང་།      །རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི།      །  
དགོ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསམ་གས་པ།      །བྲམས་  
ཅད་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྟོའོ།      །མཆོད་པའི་ཡན་ལག་  
མཆུལ་ནི།      ཨོྲེ་བཏྲ་བྱ་མི་ཡུ་རྩུ།      དབང་ཆེན་གསེར་གྱི་ས་

གཞི། ཨོྫ་བཟླ་རེ།ཁེ་ཙུ་རྩྱ། བྱི་ལུགས་རི་འཁོར་ཡུག་  
གིས་བསྐྱོར་བའི་དབུས་སུ་རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ། ཤར་  
ལུས་འཕགས་པོ། ལྷོ་འཛམ་བུ་གླིང་། རུབ་བ་གླང་  
ལྷོད། བྱང་སྒྲ་མི་སྒྲ། ཤར་དུ་ལུས་དང་ལུས་  
འཕགས། ལྷོར་རྩ་ཡབ་དང་རྩ་ཡབ་གཞན། རུབ་དུ་  
གཡོ་ལྷན་དང་ལམ་མཆོག་འགྲོ། བྱང་དུ་སྒྲ་མི་སྒྲ་དང་  
སྒྲ་མི་སྒྲ་གྱི་ཟླ། རིན་པོ་ཆེའི་རི་བོ། དཔག་བསམ་གྱི་  
ཤིང་། འདྲེད་འཛེའི་བ། མ་ཆེས་པའི་ལོ་བྲག་ །འཁོར་  
ལོ་རིན་པོ་ཆེ། རོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ། བཙུན་མོ་རིན་པོ་ཆེ།  
སྒྲོན་པོ་རིན་པོ་ཆེ། གླང་པོ་རིན་པོ་ཆེ། ཏྲ་མཆོག་རིན་

པོ་ཆེ། དམག་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ། གཏེར་ཆེན་པོའི་བུ་མ་  
པ། སྒྲེག་མོ་མ། འཕྲེང་བ་མ། སྤྱུ་མ། གར་མ། མེ་  
ཏོག་མ། བདུག་སྟོས་མ། སྒྲོང་གསལ་མ། གྲི་ཆབ་མ།  
ཉི་མ། ལྷ་བ། རིན་པོ་ཆེའི་གདུགས། ཕྱོགས་ལས་  
ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་མཆོན། དབུས་སུ་ལྷ་དང་མི་ཡི་  
དཔལ་འབྱོར་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ། མ་ཆང་བ་མེད་པ་  
ཆང་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་བཅས་པ་དེ་དག་གིན་ཅན་རྩ་  
བ་དང་བརྒྱད་པར་བཅས་པའི་དཔལ་ལྷན་སྒྲུ་མ་དམ་པ་  
ནམས་དང་། བྱེད་པར་དུ་ཡང་རྗེ་བཙུན་འཕགས་མ་  
སྟོལ་མའི་ལྷ་ཆོགས་འཁོར་དང་བཅས་པ་ནམས་ལ་

འབྲུལ་བར་བགྱི།      ཐུགས་ཇེས་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་བཞེས་  
སྤྱ་གསོལ།      བཞེས་ནས་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་ཏུ་གསོལ།  
ཨོྲཱ་ཱུཾ།      བདག་དང་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་གྱི།  
ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་དག་ཆོགས་ཀྱི།      སྤྱིང་བཞི་རི་  
རབ་ཉི་ཟླར་བཅས།      ལྷ་མིའི་ལོངས་སྤྱོད་བསམ་མི་  
བྱེད།      ཀྱན་བཟང་མཆོད་པའི་སྤྱོད་ཕུང་ཆེ།      རྒྱུན་མི་  
ཆད་པར་སྤྱུལ་བྱས་ཏེ།      དགོན་མཆོག་རིན་ཆེན་རྩ་བ་  
གསུམ།      ཆོས་སྤྱང་ནོར་ལྷ་རྒྱུ་མཆོལ།      གུས་པས་  
ཏྲ་བ་ཏུ་འབྲུལ་བར་བགྱི།      བསོད་ནམས་ཆོགས་ཆེན་  
རབ་ཇོགས་ནས།      ཡེ་ཤེས་སྤྱང་བ་རྒྱས་པར་ཤོག།

ཨོྭ་གུ་རུ་དེ་ལྟ་ཁྲ་གི་རྩི་སཐ་རཏྣ་མཐུལ་ཕུ་ཇ་མེ་གྲ་ཨྲཱུ་  
ཏྱིཾ་ ཞེས་མཐུལ་ཕུལ། ར་མོཾ་སངས་རྒྱས་ཆེས་དང་དག་  
འདུན་དངཾ་ སྒྲ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོ་དངཾ་ ཆེས་  
སྤྱང་ཞོར་ལྷ་གཏེར་གྱི་བདགཾ་ ཡེ་ཤེས་གཅིག་གི་ངོ་བོ་  
ལསཾ་ རང་བཞིན་མ་འགགས་ཅིར་ཡང་སྟོནཾ་  
ཐུགས་རྗེ་ཕྱིན་ལས་སྤྲད་པེ་ཆེཾ་ འགྲོ་ཀུན་རྒྱབས་དང་  
མགོན་གྱུར་པཾ་ མཁྱེན་བརྩེའི་བདག་ཉིད་ཁྱེད་རྣམས་  
ལཾ་ ཐུག་འཆལ་སླིང་ནས་རྒྱབས་སུ་མཆེཾ་ ལུས་  
དང་ལོངས་སྤྱོད་མཆོད་པར་འབུལཾ་ བདག་དང་མཐའ་  
ཡས་སེམས་ཅན་རྣམསཾ་ ཏྲ་ག་ཏུ་ཐུགས་རྗེས་བརྒྱབ་

མཛད་གསོལ། བད་དང་གཞོད་པའི་བ་དང་། ཆོ་དང་  
བསོད་ནམས་འཕེལ་བ་དང་། བསམ་པའི་དོན་རྣམས་  
མ་ལུས་ཀུན་། ཆོས་བཞིན་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་  
ལྷོབས། ཞེས་འདོད་དོན་གསོལ། དེ་ནས་བྱེ་བྲག་རྗེ་བཙུན་མ་ལ་མཆོད་པ་ལན་  
གསུམ་འབུལ་ཞིང་བསྟོད་པའི་རྒྱུད་འདོན་པའི། རང་ཉིད་སྐད་ཅིག་དྲན་  
རྗེ་གས་སུ། རྗེ་བཙུན་འཕགས་མའི་སྐར་གསལ་བའི།  
བྲགས་ཀར་ཟླ་སྟེང་ཏྱི་ལྗང་གུ། དེ་ལས་འོད་ཟེར་དཔག་  
ཡས་འཕྲོས། འཕགས་མ་རྣམ་འཕུལ་ཉེར་གཅིག་  
དང་། དགོན་མཆོག་རྒྱ་མཆོ་སྤྱོན་འཕྲོ་བ། མདུན་གྱི་  
ནམ་མཁར་སྤྱོན་དངས་གུར། རྒྱ་གས་སིལ་བཞིན་གྱ། སྤྱོན་འཕྲོན་



ནི། རྩོེ། སྐྱེ་མེད་འོད་གསལ་ཆོས་སྐྱེའི་དབྱིངས།  
འགགས་མེད་འཕགས་མའི་ཡེ་ཤེས་སྐྱེ། གང་འདུལ་  
སྐྱེ་འཕུལ་བྱ་བར་ཤར། རྩྱུར་གཤེགས་ཙམ་རྩྱུར་རེ་ཇོ།  
ཆོགས་སིལ་བྱ། བཞུགས་སུ་གསོལ་བ་ནི། བདག་དང་འགྲོ་ལ་  
བྱགས་བརྩེའི་ཕྱིར། ཉིད་ཀྱི་རྩྱེ་འཕུལ་མཐུ་ཡིས་ནི།  
ཇི་སྤྱིད་མཆོད་པ་བདག་བབྱིད་པ། དེ་སྤྱིད་བཅོམ་ལྡན་  
བཞུགས་སུ་གསོལ། དམ་ཀ་མ་ལ་ཡེ་སྟོ། མཆོད་པ་ནི།  
ཨོྃ། དངོས་འབྱེར་ཡིད་ལས་བྱུང་བ་ཡི། ཀུན་རྩྱུ་  
བབྱང་པོའི་མཆོད་སྤྱོན་གྱིས། ཆོས་དབྱིངས་རྒྱས་པར་  
བཀའ་བྱས་ཏེ། འཕགས་མ་སྟོལ་མ་འཁོར་བཅས་

མཆོད་ཅེ་ ཨོྲཱི་ཨཱ་ཁྱ་རྩ་རེ་ས་པ་རེ་ལྷ་ར་བཟླ་ཨཱ་ཁྱྱ་པ་ཏི་ཙྱ་  
 ལྷ་རྩ་ དདོས་འབྱོར་ཡིད་ལས་། གྲུན་རྩ་བཟང་  
 པོའི་། ཆོས་དབྱིངས་རྒྱས་པར་། །འཕགས་མ་སྒྲོལ་  
 མ་། ཨོྲཱི་ཨཱ་ཁྱ་རྩ་རེ་ས་པ་རེ་ལྷ་ར་བཟླ་པརྩ་། དདོས་  
 འབྱོར་། གྲུན་རྩ་། ཆོས་དབྱིངས་། །འཕགས་  
 མ་། །ཕྱུའེ་། དདོས་འབྱོར་། གྲུན་རྩ་། ཆོས་  
 དབྱིངས་། །འཕགས་མ་། །རྒྱལ་པོ་། དདོས་འབྱོར་། །  
 གྲུན་རྩ་། ཆོས་དབྱིངས་། །འཕགས་མ་། །ཨཱ་ལོ་  
 ཀེ་། དདོས་འབྱོར་། གྲུན་རྩ་། ཆོས་དབྱིངས་། །  
 འཕགས་མ་། །གཞུའེ་། དདོས་འབྱོར་། གྲུན་རྩ་། །

ཆོས་དབྱིངས་། འཕགས་མ་། རྟིལ་ཏུ་། དངོས་  
འབྱོར་། ཀྱུན་ཏུ་། ཆོས་དབྱིངས་། འཕགས་  
མ་། །ཤེས་པ་ཏེ་རྩ་སྒྲུ་། སེལ་སྒྲན་བདག་བསྐྱེད་མཆོད་པ་བྱ།  
མཆོད་པའི་ཡན་ལག་མཁུལ་ནི། ཨོ་བཟླ་བྱ་མི་ཨྲཱ་ཏུ། དབང་ཆེན་  
གསེར་གྱི་ས་གཞི། ཨོ་བཟླ་རེ་ཁེ་ཨྲཱ་ཏུ། བྱི་ལྷགས་རི་  
འཁོར་ཡུག་གིས་བསྐྱོར་བའི་དབུས་སུ་རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་  
རབ། ཤར་ལུས་འཕགས་པོ། ལྷོ་འཛམ་བུ་སྤྱིང་།  
རུབ་བ་སྤང་སྤྱིང་། བྱང་སྤྱེ་མི་སྒྲན། ཤར་དུ་ལུས་དང་  
ལུས་འཕགས། ལྷོར་རྩ་ཡབ་དང་རྩ་ཡབ་གཞན། རུབ་  
ཏུ་གཡོ་ལྷན་དང་ལམ་མཆོག་འགྲོ། བྱང་དུ་སྤྱེ་མི་སྒྲན་

དང་སྒྲུ་མི་སྒྲུ་ན་གྱི་ཟླ། རིན་པོ་ཆེའི་རི་བོ། དཔག་བསམ་  
གྱི་ཤིང་། འདོད་འཇོའི་བ། མ་ཇོས་པའི་ལོ་བོ། འཁོར་  
ལོ་རིན་པོ་ཆེ། རོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ། བཙུན་མོ་རིན་པོ་ཆེ།  
སྒྲོན་པོ་རིན་པོ་ཆེ། སྤང་པོ་རིན་པོ་ཆེ། ཏྲ་མཆོག་རིན་པོ་  
ཆེ། དམག་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ། གཏེར་ཆེན་པོའི་བུ་མ་པ།  
སྒྲིག་མོ་མ། འཕྲེང་བ་མ། སྤྱུ་མ། གར་མ། མེ་ཏོག་  
མ། བདུག་སྒྲིལ་མ། སྤྲང་གསལ་མ། རྩི་ཆབ་མ། ཉི་  
མ། ཟླ་བ། རིན་པོ་ཆེའི་གདུགས། རྩྱུགས་ལས་རྣམ་  
པར་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་མཆོན། དབུས་སུ་སྤྱོད་དང་མི་ཡི་  
དཔལ་འབྱོར་ཡུན་སྤུམ་ཆོགས་པ་མཆོང་བ་མེད་པ།

ཚང་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་བཅས་པ་དེ་དག་ངིན་ཅན་རྩ་  
བ་དང་རྒྱད་པར་བཅས་པའི་དཔལ་ལྷན་སྒྲུ་མ་དམ་པ་  
རྣམས་དང་། བྱེད་པར་དུ་ཡང་རྗེ་བཙུན་འཕགས་མ་  
སྒྲོལ་མའི་ལྷ་ཆོགས་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་  
འབུལ་བར་བསྒྱེ། ཐུགས་རྗེས་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་བཞེས་  
སྤྲུ་གསོལ། བཞེས་ནས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།  
ཨོྲཱ་ཱུཾ། ཁམས་གསུམ་སྣོད་བཙུང་དཔལ་འབྱོར་  
དང་། བདག་ལུས་འོངས་སྣོད་དག་ཆོགས་ཀུན་།  
ཐུགས་རྗེའི་བདག་ཉིད་རྣམས་ལ་འབུལ་། བཞེས་ནས་  
བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་ཏུ་གསོལ་། ཨོྲཱ་ཱུཾ་ཏ་ཐཱ་ག་ཏ་རཱུ་

མཁུལ་པུ་ཇོ་ཉོ།      ཞེས་ཕུལ།      དེ་ནས་སྒྲིང་ཐག་པ་ནས་ཡིད་ཆེས་དང་པ་  
བརྟན་པོས་གདུང་བའི་སྒྲིང་ག་དང་བཅས་ཏེ་འདོད་དོན་གང་ཡིན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་  
པ་ནི།      བྱི་ནང་བར་ཆད་སོལ་ཞིག་སྐྱབས་གནས་གྱི་དམ་  
པ།      །དགོས་འདོད་རེ་བ་སྒྲོངས་ཤིག་ཡིད་བཞིན་གྱི་མོར་  
བུ།      །བྱི་མའི་ལམ་སྟོན་མཛོད་ཅིག་ཐུགས་རྗེ་ཡི་བདག་  
ཉིད།      །བདག་གི་སྐྱིད་སྐྱུག་རྗེ་བཙུན་མ་བྲིད་རང་མ་བྲིན་  
ནོ།      །ཞེས་ལན་གསུམ་བཟོད།      དེ་ནས་བསྟོད་པའི་རྒྱལ་པོའི་རྒྱུད་ཕྱག་འཆལ་ཉར་  
གཅིག་ནི།      ཨོྲེ་བཙུན་མ་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་  
འཆལ་ལོ།      །ཕྱག་འཆལ་སྒྲོལ་མ་སྐྱུར་མ་དཔའ་མོ།      །  
སྐྱུན་ནི་སྐད་ཅིག་སྒྲོག་དང་འདྲ་མ།      །འཛིག་ཏེན་གསུམ་

མགོན་ཆུ་སྐྱེས་ཞལ་གྱི།      །གེ་སར་བྱེ་བ་ལས་ནི་བྱུང་  
མ། །ཕྱག་འཆལ་སྟོན་ཀའི་ཟླ་བ་ཀུན་ཏུ། །གང་བ་བརྒྱ་  
ནི་བཅུ་གས་པའི་ཞལ་མ། །སྐར་མ་སྟོང་ཕྱག་ཆོག་ས་པ་  
ནམས་གྱིས། །རབ་ཏུ་ཆེ་བའི་འོད་རབ་འབར་མ། །  
ཕྱག་འཆལ་སེར་སྟོ་ཆུ་ནས་སྐྱེས་གྱི། །པརྒྱས་ཕྱག་ནི་  
ནམ་པར་བརྒྱན་མ། །སྦྱོན་པ་བཅོམ་འགྲུས་དཀར་ཐུབ་ནི་  
བ། །བཟོད་པ་བསམ་གཏན་སྦྱོང་ཡུལ་ཉིད་མ། །ཕྱག་  
འཆལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གཙུག་ཏྲར། །མཐའ་  
ཡས་ནམ་པར་རྒྱལ་བ་སྦྱོང་མ། །མ་ལུས་ཕ་རོལ་སྦྱོན་པ་  
ཐོབ་པའི། །རྒྱལ་བའི་སྤྲས་གྱིས་ཤིན་ཏུ་བསྟེན་མ། །



ཕུག་འཆེལ་རྩྱུ་ར་རྩྱུ་ཡི་གོ།      །འདོད་དང་ཕྱོགས་དང་  
ནམ་མཁའ་གང་མ།      །འཛིག་རྟེན་བདུན་པོ་ཞབས་གྱིས་  
མནན་ཏེ།      །ལུས་པ་མེད་པར་འགྲགས་པར་རྒྱས་མ།      །  
ཕུག་འཆེལ་བརྒྱ་སྟེན་མེ་ལྷ་ཆངས་པ།      །སྤྱང་ལྷ་སྤྱ་  
ཆོགས་དབང་ཕུག་མཆོད་མ།      །འབྱུང་པོ་རོ་ལངས་ཇི་བ་  
ནམས་དང་།      །གཞོད་སྟེན་ཆོགས་གྱིས་མདུན་ནས་  
བསྟོད་མ།      །ཕུག་འཆེལ་རྒྱུ་ཅེས་བྱ་དང་ཕྱེས།      །  
ཕ་རོལ་འབྲུལ་འཁོར་རབ་རྩ་འཛུམས་མ།      །གཡས་  
བསྐྱམ་གཡོན་བརྒྱུད་ཞབས་གྱིས་མནན་ཏེ།      །མེ་འབར་  
འབྲུག་མ་ཤིན་རྩ་འབར་མ།      །ཕུག་འཆེལ་རྩ་རེ་འཛིགས་

པ་ཆེན་པོས།      །བདུད་ཀྱི་དཔའ་བོ་རྣམ་པར་འཛམས་  
མ།    །ཁུ་སྐྱེས་ཞལ་ནི་བྲོ་གཉེར་ལྡན་མཛད།    །དབྱ་བོ་  
ཐམས་ཅད་མ་ལུས་གསོད་མ།      །ཕྱག་འཆལ་དགོན་  
མཆོག་གསུམ་མཆོན་ཕྱག་རྒྱའི།      །སོར་མོས་ཐུགས་  
ཀར་རྣམ་པར་བརྒྱན་མ།      །མ་ལུས་ཕྱོགས་ཀྱི་འཁོར་  
ལོས་བརྒྱན་པའི།    །རང་གི་འོད་ཀྱི་ཆོགས་རྣམས་འབྲུག་  
མ།    །ཕྱག་འཆལ་རབ་ཏུ་དགའ་བ་བརྒྱེད་པའི།    །དབུ་  
རྒྱུ་འོད་ཀྱི་ཕྱོད་བ་སྒྲེལ་མ།    །བཞད་པ་རབ་བཞད་ཏུ་རྒྱ་  
ར་ཡིས།    །བདུད་དང་འཛིག་རྟེན་དབང་དུ་མཛད་མ།    །  
ཕྱག་འཆལ་ས་གནི་སྐྱོང་བའི་ཆོགས་རྣམས།    །ཐམས་

ཅད་འགྲུགས་པར་རྒྱས་པ་ཉིད་མ། བློ་གཉེར་གཡོ་བའི་  
ཡི་གེ་རྩྭ་གིས། བོད་ས་པ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་སྒྲོལ་  
མ། རྒྱག་འཆལ་ལྷ་བའི་དུམ་བུའི་དབུ་རྒྱུ། བརྒྱུ་  
པ་ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་འབར་མ། རལ་པའི་བྲོད་ནས་འོད་  
དཔག་མེད་ལས། རྟག་པར་ཤིན་ཏུ་འོད་རབ་མཛད་  
མ། རྒྱག་འཆལ་བསྐྱལ་པ་ཐ་མའི་མེ་ལྟར། འབར་  
བའི་ཕྱེང་བའི་དབུས་ན་གནས་མ། གཡས་བརྒྱད་  
གཡོན་བསྐྱམ་ཀུན་ནས་བསྐྱོར་དགའི། དབྱ་ཡི་དཔུང་  
ནི་རྣམ་པར་འཛམས་མ། རྒྱག་འཆལ་ས་གཞིའི་ངོས་ལ་  
ཕྱག་གི། མཐིལ་གྱིས་བསྐྱུན་ཅིང་ཞབས་གྱིས་བརྟུང་

མ། བྲོ་གཉེར་ཅན་མཛད་ཡི་གོ་རྩུ་གིས། རིམ་པ་  
བདུན་པོ་རྣམས་ནི་འགོམས་མ། རྒྱག་འཆལ་བདེ་མ་  
དགོམ་ཞི་མ། རྒྱ་ངན་འདས་ཞི་སྦྱོང་ཡུལ་ཉིད་མ། །  
སྒྲུ་ཨོ་དང་ཡང་དག་ལྡན་པས། རྩིག་པ་ཆེན་པོ་  
འཛོམས་པ་ཉིད་མ། རྒྱག་འཆལ་ཀུན་ནས་བསྐྱོར་རབ་  
དགའ་བའི། དབྱ་ཡི་ལུས་ནི་རབ་ཏུ་འགོམས་མ། །  
ཡི་གོ་བརྩུ་པའི་དག་ནི་བཀོད་པའི། རིག་པ་རྩུ་ལས་  
སྒྲོལ་མ་ཉིད་མ། རྒྱག་འཆལ་ཏུ་རེའི་ཞབས་ནི་བརྟུགས་  
པས། རྩུ་གི་རྣམ་པའི་ས་བོན་ཉིད་མ། རི་རབ་མཐུ་ར་  
དང་འབྲིགས་བྱེད། འཛིག་ཏེན་གསུམ་རྣམས་གཡོ་བ་

ཉིད་མ། རྒྱལ་འཆལ་ལྷ་ཡི་མཆོ་ཡི་རྣམ་པའི། རི་  
དྲགས་རྟགས་ཅན་རྒྱལ་ན་བསྐྱམས་མ། ཁྲ་རེ་གཉིས་  
བརྗོད་པར་གྱི་ཡི་གེས། རྟག་རྣམས་མ་ལུས་པར་ནི་  
སེལ་མ། རྒྱལ་འཆལ་ལྷ་ཡི་ཆོགས་རྣམས་རྒྱལ་པོ། །  
ལྷ་དང་མི་འམ་ཅི་ཡིས་བསྟེན་མ། ཀླན་ནས་གོ་ཆ་  
དགའ་བའི་བརྗོད་གྱིས། རྩོད་དང་མི་ལམ་ངན་པ་སེལ་  
མ། རྒྱལ་འཆལ་ཉི་མ་ལྷ་བ་རྒྱས་པའི། རྒྱུན་གཉིས་པོ་  
ལ་འོད་རབ་གསལ་མ། རྟ་ར་གཉིས་བརྗོད་ཏུ་ཏུ་ར་  
ཡིས། ཤིན་ཏུ་དྲག་པོའི་རིམས་ནད་སེལ་མ། རྒྱལ་  
འཆལ་དེ་ཉིད་གསུམ་རྣམས་བཀོད་པས། ཁྱི་བའི་མཐུ་

དང་ཡང་དག་ལྡན་མ།      གཏོན་དང་རོ་ལངས་གཞོད་  
སྒྱུན་ཆོག་ས་རྣམས།      འཛོམས་པ་རུ་རེ་རབ་མཆོག་ཉིད་  
མ།      རྩ་བའི་སྒྲགས་གྱི་བསྟོད་པ་འདི་དང་།      ལྷག་  
འཆལ་བ་ནི་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་      ཅེས་པའི་བར་ལན་གཉིས་བརྗོད་པར་  
བྱའོ། ཡང་མཆོད་པ་ནི། ཨོཾ དངོས་འབྱེད་ཡིད་ལས་བྱུང་བ་  
ཡིཾ ཀུན་རུ་བཟང་པོའི་ཾ ཆོས་དབྱིངས་ཾ འཕགས་  
མ་ཾ ཨོཾཨུཥྱ་རུ་རེ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་བཟླ་ཨུཥྱ་པ་ཏི་ཙྙཱ་  
རུཾ སྒྲགས་ཐོག་མཐའ་གོང་བཞིན་ལ་ཨུཥྱ་གྱི་གནས་སུ། པདྱཾ །  
པཱཾཾ རྱུཔཾ ཨུལཾཾ གཞུཾ བཞུཾ རྟེནཾཾ རྟེནཾཾ རྟེནཾཾ  
པ་ཏི་ཙྙཱ་རུཾ      རྣམས་རིམ་པར་སྐྱར་བས་མཆོད།      ཆོག་ས་སིལ་བུ།

མཆོད་པའི་ཡན་ལག་མཆུལ་ནི། ཨོྭ་ཨྲཱ་ཧྲུཿ ཁམས་གསུམ་སྟོང་  
བརྟུང་དཔལ་འབྱོར་དང་ཨོྭ་བདག་ལུས་ལོངས་སྟོང་  
དག་ཆོག་ས་ཀུན་ཨོྭ་ཐུགས་རྗེའི་བདག་ཉིད་རྣམས་ལ་  
འབུལ་ཨོྭ་བཞེས་ནས་བྱིན་བྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ་ཨོྭ་  
སཐ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་ར་ཏཱ་མཆུལ་པུ་ཇ་རྟེ་ཨོྭ་ཞེས་ཐུལ་ནས། ཐུག་  
གཡས་མཆོག་སྟེན་ཐུག་རྒྱ་ཉིད་ཨོྭ་སྐབས་སྟེན་ཐུག་  
རྒྱར་གྱུར་པའི་འོག་ཨོྭ་བདག་དང་བསྐྱུང་བུ་ཀུན་ཚུད་  
ནས་ཨོྭ་འཛིགས་པ་ཀུན་ལས་དབུགས་དབྱུང་གྱུར་ཨོྭ་།  
ཅེས་མོས་ལ། བསྟོད་པའི་རྒྱུད་ཐུག་འཆལ་ཉིར་གཅིག་འདོན་པ་ནི། ཨོྭ་རྗེ་  
བརྟུན་མ་འཕགས་མ་སྟོལ་མ་ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ། །ནས།



ཕུག་འཆལ་བའི་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཅིག་། ཟེས་པའི་བར་ལན་གསུམ་བཅོད།  
ཡང་མཆོད་པ་ནི། ཨོྃ དངོས་འབྱེར་ཟེ། ཀྱུན་རྒྱུ་ཟེ། ཆོས་  
དབྱིངས་ཟེ། འཕགས་མ་ཟེ། ཨོྃ་ཨུཊ་རྒྱ་རེ་ས་པ་རི་ལྷ་  
ར་བཟླ་ཨུཊ་པ་ཏི་རྩོ་སྒྲ་རྒྱུ་ཟེ། སྒྲགས་ཐོག་མཐའ་གོང་བཞིན་ལ་ཨུཊ་  
གྱི་གནས་སུ། པདྱུ་ཟེ། བུཤེ་ཟེ། རྒྱུ་པེ་ཟེ། ཨུ་ལོ་གེ་ཟེ། །  
གཞེ་ཟེ། རིམ་ཅིང་ཟེ། འཇུ་པ་ཏི་རྩོ་སྒྲ་རྒྱ། རྣམས་རིམ་པར་སྒྱུར་  
བས་མཆོད། ཆོགས་སིལ་བྱ། མཆོད་པའི་ཡན་ལག་མཆུལ་ནི། ཨོྃ་ཨྲྱ་རྒྱུ་ཟེ།  
ཁམས་གསུམ་ཟེ། ཁདག་ལུས་ཟེ། ཐུགས་ཇེའི་ཟེ། །  
བཞེས་ནས་ཟེ། ཨོྃ་སཊ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་ར་རྒྱ་མཆུལ་པུ་ཇོ་རྩོ་ཟེ།  
ཞེས་སུལ། སྒྲ་ལས་བདུད་ཅིའི་ཆུ་རྒྱུན་བབས་ཟེ། རང་དང་

བསྐྱུང་བྱའི་སྤྱི་བོ་ནས་ཅུགས་ཏེ་ལུས་ཀུན་གང་བ་  
ཡིས་ཅུན་རྒྱབས་མ་ལུས་ཞུགས་པར་གྱུར་ཅེས་མོས་  
ལ། བསྟོད་པའི་རྒྱུད་ཕྱག་འཆལ་ཉེར་གཅིག་འདོན་པ་ནི། ཡོ་རྒྱུ་བཙུན་མ་  
འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ནས། ཕྱག་  
འཆལ་བ་ནི་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག ཅེས་པའི་བར་ལན་བདུན་བརྗོད། དེ་ནས་  
ཕན་ཡོན་བརྗོད་པ་ནི། ལྷ་མོ་ལ་གུས་ཡང་དག་ལྡན་པའི། ཁྱོ་  
ལྡན་གང་གིས་རབ་དང་བརྗོད་པས། ཁྱོད་དང་ཐོ་རངས་  
ལངས་པར་བྱས་ཏེ། དྲན་པས་མི་འཛིགས་ཐམས་ཅད་  
རབ་སྟེར། ཁྱིག་པ་ཐམས་ཅད་རབ་རྟུན་ཞི་བ། ངན་  
འགྲོ་ཐམས་ཅད་འཛོམས་པ་ཉིད་དོ། །རྒྱལ་བ་བྱེ་བ་ཕྱག་

བདུན་རྒྱལ་ས་གྱིས། ཟླ་ར་དུ་དབང་ནི་བསྐྱར་བར་འགྱུར་  
ལ། འདི་ལས་ཆེ་བ་ཉིད་ནི་ཐོབ་ཅིང་། སངས་རྒྱལ་གོ་  
འཕང་མཐར་ཐུག་དེར་འགོ། དེ་ཡིས་དུག་ནི་དུག་པོ་  
ཆེན་པོ། བསྟེན་གནས་པའམ་གཞན་ཡང་འགོ་བ། །  
ཐོས་པ་དང་ནི་འཐུང་པ་ཉིད་ཀྱང་། དྲན་པས་རབ་ཏུ་  
སེལ་བ་ཉིད་ཐོབ། གཏོན་དང་རིམས་དང་དུག་གིས་  
གཟིར་བའི། ཟུག་བསྐྱལ་ཆོགས་ནི་རྒྱལ་པར་སྤངས་  
ཏེ། སེམས་ཅན་གཞན་པ་རྒྱལ་ས་ལ་ཡང་ངོ་། གཉིས་  
གསུམ་བདུན་དུ་མངོན་པར་བརྗོད་ན། བྱ་འདོད་པས་ནི་  
བྱ་ཐོབ་འགྱུར་ཞིང་། ཁོར་འདོད་པས་ནི་ཁོར་རྒྱལ་ས་ཉིད་

ཐོབ།     །འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཏེ།     །  
བགེགས་རྣམས་མེད་ཅིང་སོ་སོར་འཇོམས་འགྱུར་ཅིག     །  
གཏོར་མ་འབུལ་བཞི།    གཏོར་མར་ཆབ་སྒྲན།    ཨོྲེ་བཟླ་ཨ་མྲི་ཏས་བསངས།  
ཨོྲེ་སྤྲེ་ལས་སྤྲ།    སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར།    སྟོང་པའི་ངང་  
ལས་ཨོྲེ་ཡིག་ལས།    རིན་ཆེན་སྟོད་མཆོག་ཡངས་པའི་  
ནང་།    འབྲུ་གསུམ་ལས་བྱུང་གཏོར་མ་ཞི།    ཟག་མེད་  
ཡེ་ཤེས་བདུད་རྩིར་གྱུར།    ཨོྲེ་ཨྲཱ་རྩྱུ།    ལན་གསུམ།    ཨོྲེ་  
ཨ་ལྷ་རྩ་རེ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨི་དྲི་བ་ལྷི་ཏ་ཁ་ཁ་ལྷ་ཉི་ལྷ་ཉི།  
ལན་གསུམ་གྱིས་གཙོ་མོར་དང་།     ཨོྲེ་ཨ་ཀ་རེ་ལྷ་ཁི་ས་བླ་རྣམ་རྩྱེ་  
ཨ་དུ་རྣམ་རྩྱ་ཏོ་ཏ་ཨོྲེ་ཨྲཱ་རྩྱུ་ཕུར།     ལན་གསུམ་གྱིས་མགོན་ཐམས་

ཅད་ལ་ཕུལ། དེལ་སིལ། ཨོྃ མཆོད་སྦྱོན་གཏོར་མ་དམ་པ་  
འདིེ ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོས་རྗེས་དགོངས་ལེ བདེ་བ་  
ཆེན་པོར་བཞེས་ནས་གུང་ེ དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་སྦྱུལ་  
དུ་གསོལེ ཞེས་འདོད་དོན་གསོལ། ཨོྃ ཨམ་རྒྱ་རྒྱ་རེ་ས་པ་རི་  
ལྷ་ར་བཟླ་ཨམ་རྒྱ་པ་ཏི་ཙྰ་སྦྱ་རྒྱེ རེ་བཞིན་དུ་ཨམ་རྒྱ་གྱི་གནས་སུ།  
པཏྱེ རལྱེ རྒྱལེ ཨམ་ལེ་གེ རགྱེ རི་  
ལྱེ རཤལ་པ་ཏི་ཙྰ་སྦྱ་རྒྱེ ཞེས་སྦྱར། ཆོགས་སིལ་བྱ། དེལ་  
སིལ། རིགས་ལྷའི་ཕུག་རྒྱ་བཅས། ཨོྃ ལྷང་བ་མཐའ་ཡས་  
པརྒྱའི་རིགསེ འཛིག་རྟེན་དབང་ཕུག་ཞལ་ལས་བྱུང་ེ  
སངས་རྒྱས་གུན་གྱི་ཕྱིན་ལས་བདགེ འཕགས་མ་

སྒོལ་མར་ཕྱག་འཆལ་བསྟོད།      བསྟོད་པར་འོས་པ་  
ཐམས་ཅད་ལ།      ཞིང་རྩལ་ཀུན་གྱི་གངས་སྟེང་གི།  
ལུས་བརྟུང་པ་ཡིས་རྣམ་ཀུན་རྟུ།      མཆོག་རྟུ་དད་པས་  
བསྟོད་པར་བགྱིས།      ཞེས་བསྟོད།      ཐལ་མོ་སྦྱར་ལ།      རྗེ་བཙུན་  
འཕགས་མ་འཁོར་དང་བཅས།      །དམིགས་མེད་ཐུགས་  
རྗེས་བཙུར་དགོངས་ལ།      །བདག་གིས་རྗེ་ལྟར་གསོལ་  
བའི་དོན།      །བགོགས་མེད་འགྲུབ་པར་བྱེན་གྱིས་  
སྟོབས།      །སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་དར་ཞིང་རྒྱས།      །བསྟན་  
འཛིན་ཐུགས་མཐུན་ཞབས་པད་བརྟན།      །ཉིར་འཆིའི་བར་  
ཆད་ཀུན་ཞི་ཞིང་།      །འགྲུབ་སྦྱོར་གྱིན་ལས་འཕེལ་བར་

མཛོད། རྒྱལ་འབྲུག་སྐྱོད་ཞི་བ་དང་། ཆོས་ལྡན་  
དཔལ་འབྱོར་གོང་དུ་འཕེལ། ཆོས་སྐྱོད་རྒྱལ་པོའི་  
མངའ་ཐང་རྒྱས། རྒྱལ་ཁམས་མཐའ་དབུས་བདེ་བར་  
མཛོད། འཛིག་པ་བཅུ་དྲུག་དུས་མིན་འཆི། ཁྱི་  
ལམ་མཆོན་ལྟས་ངན་པ་དང་། འཁོར་བ་ངན་སོང་སྐྱག་  
བསྐལ་སོགས། གནས་སྐབས་མཐར་ཐུག་འཛིག་པ་  
ལས་སྐྱབས། ཆེ་བསོད་དབང་ཐང་ཉམས་ཏྲོག་པ་  
འཕེལ། ཁྱི་དགའི་ཏྲོག་པ་མི་འབྱུང་ཞིང་། བྱང་ཆུབ་  
སེམས་གཉིས་སྐྱོལ་མེད་སྐྱེས། བསམ་དོན་ཆོས་  
བཞིན་འགྲུབ་པར་མཛོད། འདི་ནས་བྱང་ཆུབ་སྐྱོད་པོའི་



བར། བྱ་གཅིག་པོ་ལ་མ་བཞིན་དུ། འབྲེལ་མེད་  
ཐུགས་རྗེའི་སྤྱན་གྱིས་གཟིགས། ཉིད་དང་དབྱེར་མེད་  
མཛད་དུ་གསོལ། ཞེས་དང་། རྗེ་བཙུན་བཙེམ་ལྡན་འདས་  
མ་ཐུགས་རྗེ་ཅན། བདག་དང་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི། སྒྲིབ་གཉིས་བྱང་ཞིང་ཆོགས་གཉིས་  
སྤྱར་རྗེ་གསུམ་ནས། རྗེ་གསུམ་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་  
མཛད་དུ་གསོལ། དེ་མ་ཐོབ་ཀྱི་ཆོ་རབ་ཀུན་ཏུ་ཡང་། །  
ལྷ་དང་མི་ཡི་བདེ་བ་མཆོག་ཐོབ་ནས། ཐམས་ཅད་  
མཆིན་པ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་ལ། བར་ཆད་གཏོན་  
བགོགས་རྒྱུ་མས་དང་ནད་ལ་སོགས། ཏུས་མིན་འཆི་

བར་གྱུར་པ་སྒྲ་ཚོགས་དང་།      ཁྱི་ལམ་ངན་དང་མཚན་  
མ་ངན་པ་དང་།      འཇིགས་པ་བརྒྱད་སོགས་ཉེ་བར་འཆོ་  
བ་རྣམས།      ཟླུར་དུ་ཞི་ཞིང་མེད་པར་མཛད་དུ་གསོལ།      །  
འཇིག་རྟེན་འཇིག་རྟེན་ལས་ནི་འདས་པ་ཡི།      བཀྲ་ཤིས་  
བདེ་ལེགས་ཕུན་སྲུང་ཚོགས་པ་དང་།      འཕེལ་ཞིང་  
རྒྱས་པའི་དོན་རྣམས་མ་ལུས་པ།      འབད་མེད་ལྷན་གྱིས་  
གྲུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ།      སྐྱབ་ལ་བརྩོན་ཞིང་དམ་  
ཚེས་འཕེལ་བ་དང་།      རྟག་ཏུ་བྱིད་སྐྱབ་ནལ་མཚོག་  
མཐོང་བ་དང་།      སྟོང་ཉིད་དོན་རྟོགས་བྱང་སེམས་རིན་  
པོ་ཆེ།      ཡམ་ངོའི་ལྷ་ལྟར་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པར་

[illegible]

ནིཤིདེ། །འཇུ་པ་ཏི་རྩོ་སྒྲུ། རྣམས་རིམ་པར་སྒྱུར་བས་མཆོད།  
སིལ་སྒྲན་རྩུགས་སིལ་བཞིན་བྱའོ། །བསྟོད་པ་ནི། རིགས་ལྡེ་ཕྱག་རྒྱ་བཅས།  
ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ཅོད་པན་གྱིས། །ཞབས་གྱི་པད་མོ་ལ་  
བརྟུང་ནས། །འཕོངས་པ་ཀུན་ལས་སྒྲོལ་མཛད་མ། །  
སྒྲོལ་མ་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཆལ་བསྟོད། །ཡིག་བརྒྱ་ནི། ཨོ་  
པརྱ་སཏྲ་ས་མ་ཡ། སོགས་ལན་གཅིག །མ་རྟེན་ཡོངས་སུ་མ་  
ཆང་དང་། །གང་ཡང་རྒྱས་པ་མ་མཆིས་པ། །འདིར་ནི་  
བགྱི་བ་གང་ལོངས་པ། །དེ་ཀུན་ཁྱེད་གྱིས་བཟོད་མཛད་  
རིགས། །ལྷག་པ་དང་ནི་ཆད་པ་དང་། །ཆོ་གའི་ཡན་  
ལག་ཉམས་པ་དང་། །བདག་གིས་བགྱིད་་ངན་ཅི་

བགྱིས་པ། །དེ་ཡང་བཟོད་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །ཞེས་  
བཟོད་ལ་ཞོངས་པ་བཤགས། །ཨོྲི་བྱིད་གྱིས་སེམས་ཅན་དོན་ཀུན་  
མཛད། །རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་དངོས་གྲུབ་སྟོལ། །  
སངས་རྒྱས་ཡུལ་དུ་གཤེགས་ནས་ཀྱང་། །སྒྲུབ་ཡང་  
བྱོན་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །བཟོ་མུ་ །བཟོད་ལ་མགོན་ཐབས་ཀྱི་  
ལྷ་རྣམས་གཤེགས། །ལྷ་དང་རང་སེམས་དབྱེར་མེད་པ་  
ཆོས་དབྱིངས་གཉུག་མའི་ངང་དུ་བཞག་ཅེས་གནས་ལུགས་  
ཀྱི་ལྷ་བ་བསྐྱེད། །དེ་ལས་ལངས་ཏེ་དག་བསྟོལ། །དག་བའདི་ཡིས་སྒྱུར་  
དུ་བདག །འཕགས་མ་སྟོལ་མ་གྲུབ་གྱུར་ནས། །འགྲོ་  
བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། །དེ་ཡིས་ལ་བཀོད་པར་

ཞོག་། སྒོམ་ལམ་ནི། རྒྱལ་བའི་དགྲིལ་འཁོར་བཟང་ཞིང་  
དགའ་བ་དེར། །པརྫོད་མ་པ་ཤིན་ཏུ་མངེས་ལས་  
སྐྱེས། །སྤང་བ་མཐའ་ཡས་རྒྱལ་བའི་མངོན་སུམ་དུ། །  
ལུང་བསྟན་པ་ཡང་བདག་གིས་དེར་ཐོབ་ཞོག་།  
འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་བྱིད་སྐྱ་ཅི་འདྲ་དང་། །འཁོར་དང་  
སྐྱ་ཆེ་ཆད་དང་ཞིང་ཁམས་དང་། །བྱིད་ཀྱི་མཆོན་མཆོག་  
བཟང་པོ་ཅི་འདྲ་བ། །དེ་འདྲའི་ནར་བདག་སོགས་འགྱུར་  
བར་ཞོག་། །བྱིད་ལ་མཆོད་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་  
མཐུས། །བདག་སོགས་གང་དུ་གནས་པའི་ས་ཕྱོགས་  
སུ། །ནད་གདོན་དབུལ་འཕོང་འཐབ་རྩོད་ཞི་བ་དང་། །

ཆོས་དང་བཀའ་ཤིས་འཕེལ་བར་མཛད་དུ་གསོལ། །།  
བསྟན་ཀྱས་སྟོན་ཆོག་ནི། བདེ་གཤེགས་སྟོན་པའི་བསྟན་པ་  
མཆོག་གི་མཆོ། །སྟན་པའི་འབྲུག་སྐྱ་སྐྱོག་པའི་སྟོན་  
འཕྲེང་གིས། །བཤད་སྐྱབ་ཆར་གྱིས་ཉིན་བཞིན་རྣམ་  
སྟེལ་བ། །ཡངས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་ཐམས་ཅད་གང་གྱུར་  
ཅིག །སྟོམ་གསུམ་ཉིན་མའི་འོད་དང་རྟག་འགྲོགས་  
ཤིང་། །ཐོས་བསམ་སྟོམ་པའི་དྲི་བབ་འཛིན་པའི་  
དབྱིད། །བསྟན་འཛིན་པ་སྟོའི་གཙོ་བོ་ཅི་ཡངས་གིས། །  
ཡངས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་ཐམས་ཅད་གང་གྱུར་ཅིག །  
ཆེད་དང་བཀུར་སྟེའི་ཁུ་གླུང་རྣམས་འབབ་ཅིང་། །ཡན་



དང་བདེ་བའི་རིན་ཆེན་སྐྱེ་བའི་གནས།      ཆོས་འཁོར་  
གསར་པ་གསར་པའི་དཔལ་རྒྱ་མཆོས།      ཡངས་པའི་  
རྒྱལ་ཁམས་ཐམས་ཅད་གང་གྱུར་ཅིག      འདུས་པ་  
པརྫོའི་འབྱུང་གནས་འདི་ཉིད་དུ།      མཁས་གྲུབ་ངང་པའི་  
དེད་དཔོན་ཀུན་འདུས་ནས།      ཤང་དཀར་བཞད་པའི་བྲི་  
བསྐྱུང་གིས་སིམ་པའི།      དམ་ཆོས་མགྲིན་རྩ་བརྒྱུད་བས་  
རྟག་འགོངས་ཤོག།      ཤང་དཀར་པོས་སོ།      །ལྟོ་འགྲོ་ལ་ཕན་  
བདེ་འབྱུང་བའི་གཞི་གཅིག་ལུ།      དཔལ་ལྷན་འབྲུག་  
པའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ།      རྩོགས་དུས་ཀུན་རྩ་དར་ཞིང་  
རྒྱས་པ་དང་།      འགྲོ་ཀུན་ཐབས་མཁས་དེ་ཡིས་གྲོ་ལ་

གུར་ཅིག                      །ཡུལ་སྤོངས་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་བལ་ཡུལ་  
འདིར།                      །མི་མཐུན་ཉེར་འཆེའི་མིང་ཡང་མི་གྲགས་  
ཞིང་།    །དཔལ་ལྡན་སྤྱི་མའི་སྐྱ་ཆེ་བརྟན་པ་དང་།    །དག་  
འདུན་སྤེལ་མས་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་ཤོག                      །ས་སྤོང་མི་  
དབང་ཆབ་སྤྱིད་བརྟན་པ་དང་།                      །འབངས་རྣམས་བདེ་  
སྤྱིད་དཔལ་ལ་སྤྱོད་པར་ཤོག    །འདི་ཡི་དག་བས་བསྟན་  
པ་རྒྱས་པའི་གོགས།    །བདུད་རིགས་རྣམས་དང་དེ་ཡིས་  
ཡིད་བསྤྱོད་པས།    །ལོག་པར་བསྐྱབ་པ་མཐའ་དག་ཆར་  
བཅད་ནས།                      །བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་ཕྱོགས་བཅུར་  
བསྤོང་བར་ཤོག                      །གནས་འདིར་དཔལ་འབྱོར་བྱིན་

རྒྱབས་མི་ཉམས་ཤིང་། །བསམ་སྒྱུར་ངན་པའི་གདུག་  
རྩུབ་ནི་བ་དང་། །བསྐྱབ་གསུམ་རྣམ་དག་བསྟན་པ་  
གཅེས་འཛིན་པའི། །དག་འདུན་ཆོགས་གྱིས་གང་བའི་  
བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །གསེར་ཁང་སྒྲུལ་སྒྲུལ་སོ། །༥། སྟོན་ལམ་འབྲུབ་རྒྱལ་ནི།  
བཙེམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྟོན་ལམ་གྲུབ་  
པའི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ལས་དང་སྟོ་བྱར་རྒྱུན་  
ལས་གྱུར་པ་ཡི། །གའོན་དང་ནད་དང་འབྱུང་པའི་འཆོ་  
བ་སོགས། །སེམས་ཅན་ཡིད་མི་བདེ་བའི་ནད་རྣམས་  
ཀུན། །འཛིག་རྟེན་ཁམས་སུ་འབྱུང་བར་མ་གྱུར་ཅིག །  
ཇི་ལྟར་གཤེད་མས་བྲིད་པའི་བསད་བྱ་བཞིན། །སྐད་

ཅིག་གཅིག་ལ་ལྟམ་སེམས་འབྲལ་བྱེད་པའི།      རྟོག་  
འཕྲོག་ནད་ཀྱི་སྒྲུག་བསྐྱལ་ཇི་སྟེད་པ།      །འཛིག་རྟོན་  
ཁམས་སུ་འབྱུང་བར་མ་གྱུར་ཅིག      །འཆི་བདག་གཤེན་  
ཇེའི་ཁ་ནད་ཚུད་པ་ལྟར།      །ནད་ཀྱི་མིང་ཙམ་བློས་པས་  
སྒྲུག་བྱེད་པའི།      །ཉིན་གཅིག་པ་དང་རྟག་པའི་རིམ་  
སོགས་ཀྱིས།      །ལྟམ་ཙན་ཀུན་ལ་གཞོན་པར་མ་གྱུར་  
ཅིག      །གཞོན་པའི་བགལ་ས་རིགས་སྟོང་སྒྲུག་བརྒྱུད་ཅུ་  
དང་།      །སྟོ་བུར་ཡེ་འདྲོགས་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་དང་།      །  
བཞི་བརྒྱ་ཅུ་བཞིའི་ནད་ལ་སོགས་པ་ཡིས།      །ལྟམ་ཙན་  
ཀུན་ལ་འཆོ་བར་མ་གྱུར་ཅིག      །ལྟམ་སེམས་བདེ་བ་མ་

ལུས་འཕྲོག་བྱེད་པའི། །འབྱུང་བའི་འབྲུག་ས་པའི་སྤྱག་  
བསྐལ་ཇི་སྟེད་པ། །མ་ལུས་ཞི་ཞིང་མདངས་སྟོབས་ལྡན་  
གྱུར་ནས། །ཆོ་རིང་ནད་མེད་བདེ་སྦྱིད་ལྡན་པར་ཤོག། །  
སྒྲ་མ་དགོན་མཆོག་རྣམས་ཀྱི་བྱ་གས་རྗེ་དང་། །མཁའ་  
འགྲོ་ཆོས་སྦྱང་སྦྱང་མའི་མཐུ་སྟོབས་དང་། །ལས་  
འབྲས་བསྐྱ་བ་མེད་པའི་བདེན་སྟོབས་ཀྱིས། །སྟོན་ལམ་  
ཇི་ལྟར་བཏབ་པ་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག། །སྒྲ་མེད་སྒྲ་མའི་  
བྱ་གས་རྗེ་དང་། །རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤྲས་རང་རྒྱལ་དང་། །  
དག་བཙུམ་ལྡན་པའི་བྱིན་རྒྱ་བས་ཀྱིས། །སྟོན་ལམ་རྣམ་  
དག་འགྲུབ་པར་ཤོག། །ལྟོ བྲག་ཤིས་ནི། །རྗེ་རྗེ་འཆང་ཆེན་

ཏིམྱེ་རྒྱ་རོ་དང་། །མར་པ་མི་ལ་སྒྲམ་པོ་མཐའ་རྩ་པ། །  
སྒྲུ་ཕྱག་པ་དང་དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པ་སོགས། །དཀར་  
བརྒྱུད་སྒྲེ་མ་རྣམས་གྱིས་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །བདག་གི་ཆོ་  
རབས་ཀུན་ཏུ་བསྐྱབ་པའི་ལྷ། །དུས་གསུམ་སངས་  
རྒྱས་ཀུན་གྱིས་སྤོན་ལས་མ། །སྡོལ་ལྡང་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་  
གཅིས་སྐྱུར་ཞི་མ། །ཡུམ་གྱུར་ཡུལ་བསྐྱམས་པའི་  
བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །སྐྱ་ཡི་སྐྱོན་སྤངས་མཚན་དང་དཔེ་བྱད་  
ལྡན། །གསུང་གི་སྐྱོན་སྤངས་ཀ་ལ་པིརྟའི་དབྱངས། །  
ཕྱགས་གྱི་སྐྱོན་སྤངས་ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་མཁྱེན། །བཀྲ་  
ཤིས་དཔལ་འབར་མ་ཡིས་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །ཡིད་བཞིན་

ནོར་དང་བུམ་པ་བཟང་པོ་ལྟར།      །བསམ་པའི་དོན་ཀུན་  
ཐོགས་མེད་སྒྲིལ་མཛད་པ།      །ཇི་བཅུན་སྒྲིལ་མ་རྒྱལ་བ་  
སྒྲས་བཅས་ཀྱིས།      །མི་འབྲལ་ཐུགས་ཇེས་སྐྱོང་བའི་  
བཀྲ་ཤིས་ཤོག།      །བཙུམ་ལྟན་འདས་ཀྱི་སྤྱན་སྦྲུམ།      །  
སྤྱབ་པ་མཛད་པའི་གང་ཟག་ལ།      །བྱ་བཞིན་སྐྱོང་བར་  
ཞལ་བཞེས་པའི།      །ཆོས་སྐྱོང་སྤྱང་མ་རྣམས་ཀྱི་བཀྲ་  
ཤིས་ཤོག།      །ནོར་གྱི་དབང་ཐུག་རིན་ཆེན་གཏེར་མངའ་  
ཞིང་།      །གཞོད་སྤྱོན་ནོར་འཆང་མང་པོ་ཀུན་གྱི་ཇེ།      །བྱང་  
ཐོགས་སྐྱོང་བའི་མགོན་པོ་ཇཱ་ལྷ།      །དངོས་གྲུབ་མཆོག་  
སྒྲིལ་ནོར་ལྟའི་།      །ལོ་བརྒྱ་ཐུབ་ཅིང་སྤྱོན་བརྒྱ་མཐོང་བ་



དང་། ཆེ་རིང་ནད་མེད་བདེ་སྐྱིད་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ། །  
ཐེག་པ་མཆོག་ལ་དེས་པར་འབྱུང་འབྱུར་པའི། བཀྲ་  
ཤིས་དེས་ཀྱང་དེང་འདིར་བདེ་ལེགས་ཤོག། འབད་དང་  
ཚུལ་བ་མི་དགོས་ཤིང་། ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་དཔག་  
བསམ་ཤིང་། སེམས་ཅན་རེ་བ་སྐྱོང་མཛད་པའི། །  
བསམ་པ་འགྲུབ་པའི་། ཁྲི་འབྱུར་ལྷན་པོ་སྐྱ་ཡི་བཀྲ་  
ཤིས་ཤོག། ཡམན་ལག་རྒྱག་ཅུ་གསུང་གི་བཀྲ་ཤིས་  
ཤོག། མཐའ་བྲལ་འབྲལ་མེད་ཐུགས་ཀྱི་། རྒྱལ་བའི་  
སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། གནས་འདིར་ཉིན་  
མོ་བདེ་ལེགས་མཆོན་བདེ་ལེགས། ཉིན་མའི་དགུང་

ཡང་བདེ་ལེགས་ཤིང་། ཉིན་མཚན་ཀུན་ཏུ་བདེ་ལེགས་  
པའི། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི། །སྟོན་པ་འཛིག་རྟེན་  
ཁམས་སུ་བྱོན་པ་དང་། །བསྟན་པ་ཉི་འོད་བཞིན་དུ་  
གསལ་བ་དང་། །བསྟན་འཛིན་དཔོན་སྟོབ་བཞིན་དུ་  
མཐུན་པ་ཡིས། །བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་པའི་བཀྲ་  
ཤིས་ཤོག། །བསྟན་པའི་དཔལ་འགྱུར་སྒྲ་མའི་ཞབས་  
པད་བརྟན། །བསྟན་འཛིན་སྐྱེས་བུ་ས་སྟེང་ཡོངས་ལ་  
བྱབ། །བསྟན་པའི་སྦྱོན་བདག་མངའ་ཐང་འབྱོར་པ་  
རྒྱས། །བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་པའི་བཀྲ་ཤིས་  
ཤོག། །ཅེས་ཤིས་བརྗོད་ཀྱིས་མཐའ་རྒྱན་པར་བྱའོ། །ཅེས་དགོངས་གཏེར་སྟོན་

མའི་བབ་ཏིག་ལས་མཐུལ་ཆོ་ག་ཆོགས་གཉིས་སྟིང་པོ་འདི་ཉིད་སྟོབ་མིང་ལུང་རིགས་  
པས་སྟོལ་༣༠༠༥ལོར་བཟུག་ཆོག་ཏུ་བསྒྲིགས་པ་དགོེ།

༥ སྟོལ་མ་བསྐྱས་པའི། ཨོ། རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་སྤྱན་སྦྲར་  
བྱགས་བསྐྱེད་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་གྱུར་མ་ལུས་རྒྱལ་བའི་ཕྱིན་  
ལས་ཀུན་སྦྱབ་མ། ཟླུར་མ་དཔའ་མོ་དབྱངས་ཅན་མ་  
དང་བསོད་ནམས་མཆོག་གཏེར་རྣམ་རྒྱལ་རིག་བྱེད་མ་  
དང་འཛིགས་བྱེད་མ། །གཞན་གྱིས་མི་བྱབ་གཞན་ལས་  
རྒྱལ་དང་སེང་ལྡེང་ནགས་གྱི་སྟོལ་མ་འཛིག་ཏེན་གསུམ་  
རྒྱལ་ཞོར་སྟེར་མ། །བཀྲ་ཤིས་དོན་བྱེད་དབྱ་དཔུང་

འཇོམས་མཁའ་ཁོ་གཉེར་ཅན་མཛད་རབ་ཞི་མ་དང་འབར་  
བའི་འོད་ཅན་མ། །དཔག་མེད་གཞོན་མ་མ་བྱ་ཆེན་མོ་མི་  
ཕམ་རྒྱལ་མོ་དེ་བྲོད་མ་དང་འོད་ཟེར་ཅན་མར་འདུད། །  
འགོ་ཀུན་སྤིང་པའི་མཆོ་ལས་སྒྲོལ་ཕྱིར་བྱང་རྒྱལ་ཐོབ་  
འདོད་བདག་ཀྱང་བྲེད་ལ་དེའོ་ཇི་བཙུན་མ། །ཨོྲ་རེ་  
རྒྱ་རེ་རྒྱ་རེ་སྒྲ་རྒྱ། །གངས་སྐབས་བསྐྱེད་བསགས་ཟིན་པའི་མཐར།  
སེའི་སྒྲ་ཆེན་མོ་སྒྲུལ་ཆོམ་རྒྱུན་དང་། །ཕྱགས་སྒྲོགས་  
རྒྱ་མཆོ་ལ་ཟེར་འཇིགས་པ་རྣམས། །ཞི་མཛད་ལྷ་བའི་  
འོད་ལྟར་བསེལ་བའི་སྒྲ། །ཇི་བཙུན་སྒྲོལ་མ་ཡུམ་ལ་  
ཕྱག་འཆལ་བསྟོད། །ཅེས་རྒྱ་གར་གྱི་དཀྱིལ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱགས་དམ་རྒྱུན་

ཁྱེར་གྱི་གསོལ་འདེབས་བྱིན་རྒྱ་བས་ཐུར་མགྱོགས་མ་འདི་ཉིད་བསྟན་འགྱུར་ནས་ཁོལ་  
དུ་ཐུང་དགོའོ།།

༼འཇམ་དཔལ་མཆན་བརྗོད་བཞུགས་སོ།༽

༥། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ཡུ་རྫོ་མཉུ་གྱི་རྒྱ་མ་སྦྱི་ཏི། བོད་  
སྐད་དུ། འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གྱི་མཆན་ཡང་དག་  
པར་བརྗོད་པ། འཇམ་དཔལ་གཞིན་རུར་གྱུར་པ་ལ་ཕྱག་  
འཆལ་ལོ། །དེ་ནས་དཔལ་ལྷན་རྗེ་རྗེ་འཆང་། །གདུལ་  
དཀའ་འདུལ་བ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ །དཔའ་བོ་འཇིག་རྟེན་  
གསུམ་ལས་རྒྱལ། །རྗེ་རྗེ་དབང་ཕྱག་གསང་བའི་

ཀྱུལ་། །པརྩ་དཀར་པོ་ཀྱས་འདྲའི་སྤྱན། །པརྩ་ཀྱས་པའི་  
ཞལ་མངའ་བ། །རང་གི་ལག་གིས་རྫོང་མཆོག་ །ཡང་  
དང་ཡང་དུ་གསོར་བྱེད་པ། །བྲོ་གཉེར་རིམ་པར་ལྡན་ལ་  
སོགས། །ལག་ན་རྫོང་མཐའ་ཡས་པ། །དཔའ་བོ་  
གདུལ་དཀར་འདུལ་བ་པོ། །འཛིགས་སུ་རུང་དང་  
དཔའ་བྱེད་ཅན། །རྫོང་ཕེ་མོ་རབ་འཕྲོ་བ། །རང་གི་  
ལག་གིས་གསོར་བྱེད་པ། །སློང་རྫོང་དང་ཤེས་རབ་  
དང་། །ཐབས་ཀྱིས་འགྲོ་དོན་བྱེད་པའི་མཆོག་ །དགའ་  
མགུ་རངས་པའི་བསམ་པ་ཅན། །བྲོ་བའི་ལུས་ཀྱི་  
གཟུགས་ལྡན་པ། །སངས་རྒྱས་ཕྱིན་ལས་བྱེད་པའི་

མགོན། །ལུས་བདུད་རྣམས་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ། །དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་བཅོམ་ལྷན་འདས། །ཇོགས་སངས་  
རྒྱས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ནས། །ཐལ་མོ་སྦྱར་བར་བྱས་ནས་  
ནི། །སྦྱར་སྦྱར་འདུག་སྟེ་འདི་སྐད་གསོལ། །བྱབ་  
བདག་བདག་ལ་སྦྱར་པ་དང་། །བདག་དོན་བདག་ལ་  
བྱགས་བརྩེའི་ཕྱིར། །སྦྱེ་འཕུལ་བླ་བ་མངོན་ཇོགས་  
པའི། །བྱང་ཆུབ་ཅི་ནས་བདག་ཐོབ་མཛོད། །ཉིན་  
མོངས་པས་ནི་སེམས་དགྲགས་ཤིང་། །མི་ཤེས་འདམ་  
དུ་བྱིང་བ་ཡི། །སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་སྦྱར་པ་དང་། །སྦྱ་  
མེད་འབྲས་བུ་ཐོབ་བྱའི་ཕྱིར། །ཇོགས་པའི་སངས་རྒྱས་



བཅོམ་ལྡན་འདས།    །འགྲོ་བའི་བླ་མ་སྟོན་པ་པོ།    །དམ་  
ཆེན་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་མཁུམ།    །དབང་པོ་བསམ་པ་མཁུམ་  
མཆོག་གི།    །བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་སྒྱ།    །  
གཙུག་ཏོར་ཆེན་པོ་ཆེན་གི་བདག    །ཡེ་ཤེས་སྒྱ་སྟེ་རང་  
བྱུང་བ།    །འཇམ་དཔལ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔལ་ཡི།    །  
མཚན་ནི་ཡང་དག་བརྗོད་པའི་མཆོག    །དོན་ཟབ་དོན་ནི་  
རྒྱ་ཆེ་ཞིང་།    །དོན་ཆེན་མཚུངས་མེད་རབ་ཞི་བ།    །ཐོག་  
མ་བར་དང་མཐར་དགོ་བ།    །འདས་པའི་སངས་རྒྱས་  
རྣམས་ཀྱིས་གསུངས།    །མ་འོངས་རྣམས་ཀྱང་གསུང་  
འགྱུར་ལ།    །ད་ལྟར་བྱུང་བའི་ཚྲོགས་སངས་རྒྱས།    །

ཡང་དང་ཡང་དུ་གསུངས་པ་གང་།      རྒྱུ་ཆེན་སྒྲུ་  
འཕྱུལ་དྲ་བ་ལས།      རྫོང་འཆང་ཆེན་གསང་སྒྲགས་  
འཆང་།      དཔག་མེད་རྣམས་ཀྱིས་བཀའ་བཞིན་དུ།      །  
སྒྲུར་སྒྲངས་གང་ལགས་བཤད་དུ་གསོལ།      མགོན་པོ་  
རྫོགས་སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི།      གསང་འཛིན་ཅི་ནས་  
བདག་འབྱུར་ཕྱིར།      དེས་པར་འབྱུང་གི་བར་དུ་ནི།      །  
བདག་གི་བསམ་པ་བརྟན་པོས་བབྱུང་།      ཉོན་མོངས་མ་  
ལུས་བསལ་བ་དང་།      མི་ཤེས་མ་ལུས་སྤང་བའི་  
ཕྱིར།      བསམ་པའི་བྱུང་པར་ངེ་བཞིན་དུ།      བསམས་ཅན་  
རྣམས་ལ་བཤད་པར་འཆོལ།      གསང་དབང་ལག་ན་རྫོ་

རྩེ་ཡིས། །དེ་བཞིན་གཤེགས་ལ་དེ་སྐད་དུ། །གསོལ་  
ནས་ཐལ་མོ་སྦྱར་བྱས་ཏེ། །ལུས་བརྟུང་ནས་ནི་སྦྱོན་སྦྱར་  
འདུག། །ཞུས་ལེན་དང་པོའོ། །དེ་ནས་བཙམ་ལྡན་ལྟ་  
ཐུབ། །ཐོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱང་གཉིས་མཆོག། །  
ཉིད་ཀྱི་ཞལ་ནས་ལྡགས་བཟང་བ། །རིང་ཞིང་ཡངས་པ་  
བརྒྱུང་མཛད་དེ། །འཛིག་ཏེན་གསུམ་པོ་སྦྱང་བྱེད་  
ཅིང་། །བདུད་བཞིའི་དབྱ་རྣམས་འདུལ་བྱེད་པ། །  
སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ངན་སོང་གསུམ། །སྦྱོང་བར་བྱེད་  
པའི་འཇུག་བསྟན་ནས། །ཆོངས་པའི་གསུང་ནི་སྒྲན་པ་  
ཡིས། །འཛིག་ཏེན་གསུམ་པོ་ཀུན་བཀའ་ནས། །ལག་

ན་རྟོ་རྟོ་སྟོ་བས་པོ་ཆེ།                      །གསང་དབང་ལ་ནི་སྒྲར་  
གསུངས་པ།    །སྒྲིང་རྟོ་ཆེ་དང་ལྡན་གྱུར་པས།    །འགྲོ་ལ་  
ཕན་པའི་དོན་དུ་བྱོང་།    །ཡེ་ཤེས་ལུས་ཅན་འཇམ་དཔལ་  
གྱི།    །མཆོན་བརྟེན་པ་ནི་དོན་ཆེ་བ།    །དག་པར་བྱེད་ཅིང་  
སྒྲིག་སེལ་བ།    །ང་ལས་ཉན་པར་བརྟོན་པ་ནི།    །ལེགས་  
སོ་དཔལ་ལྡན་རྟོ་རྟོ་འཆང་།    །ལག་ན་རྟོ་རྟོ་བྱོང་ལེགས་  
སོ།    །གསང་བའི་བདག་པོ་དེ་ཕྱིར་ངས།    །བྱོང་ལ་  
ལེགས་པར་བསྟན་པར་བྱ།    །བྱོང་ནི་ཕྱི་གཅིག་ཡིད་གྱིས་  
ཉོན།    །བཅོམ་ལྡན་དེ་ནི་ལེགས་ཞེས་གསོལ།    །ལེའུ་གཉིས་  
པའོ།    །དེ་ནས་བཅོམ་ལྡན་གྲུག་བྱུང་།    །གསང་སྒྲགས་

རིགས་ཆེན་ཐམས་ཅད་དང་།      །གསང་སྤྲགས་རིག་  
སྤྲགས་འཆང་བའི་རིགས།      །རིགས་གསུམ་ལ་ནི་རྣམ་  
པར་གཟིགས།      །འཛིག་རྟེན་འཛིག་རྟེན་འདས་པའི་  
རིགས། །འཛིག་རྟེན་སྤང་བྱེད་རིགས་མཆོག་དང་།      །  
ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་རིགས་མཆོག་དང་།      །རིགས་ཆེན་  
གཙུག་རྟེན་ཆེན་གཟིགས་ནས།      །ལེན་གསུམ་པོ།      །ཆོག་  
གི་བདག་པོས་ཆོགས་སུ་བཅད།      །གསང་སྤྲགས་རྒྱལ་  
པོ་དྲུག་ལྟོན་ཞིང་།      །གཉིས་སུ་མེད་པར་འབྱུང་བ་  
དང་། །མི་སྐྱེ་ཆོས་ཅན་འདི་གསུངས་པ།      །ཨ་ཨ།      །ཨི་  
ཨྱ།      །ཨུ་ཨྱ།      །ཨེ་ཨི།      །ཨོ་ཨྱོ།      །ཨོ་ཨེ།      །སྤྱི་རྟེན་དེ།

[illegible]

མོངས་ཀུན་གྱི་དབྱ་ཆེ་བ།      མཆོད་པ་ཆེན་པོ་གཏི་མུག་  
ཆེ།   གཏི་མུག་སྒྲིའི་གཏི་མུག་སེལ།   མཆོད་པ་ཆེན་  
པོ་བྲོ་བ་ཆེ།   བྲོ་བ་ཆེན་པོ་དབྱ་ཆེ་བ།   མཆོད་པ་ཆེན་  
པོ་ཆགས་པ་ཆེ།      ཆགས་པ་ཐམས་ཅད་སེལ་བར་  
བྱེད།   འདོད་པ་ཆེན་པོ་བདེ་བ་ཆེ།   དགའ་བ་ཆེན་པོ་  
མགུ་བ་ཆེ།   གཟུགས་ཆེ་ལུས་ཀྱང་ཆེ་བ་སྟེ།   ཁ་དོག་  
ཆེ་ཞིང་ལུས་བོང་ཆེ།   མིང་ཡང་ཆེ་ཞིང་རྒྱ་ཆེ་བ།   །  
དཀྱིལ་འཁོར་ཆེན་པོ་ཡངས་པ་ཡིན།   ཤེས་རབ་མཆོན་  
ཆེན་འཆང་བ་སྟེ།      ཉོན་མོངས་ལྷགས་ཀྱ་ཆེ་བའི་  
མཆོག   གྲགས་ཆེན་སྒྲན་གྲགས་ཆེན་པོ་སྟེ།   ལྷང་བ་



ཆེན་པོ་གསལ་བ་ཆེ།      མཁས་པ་སྐྱེ་འཕུལ་ཆེན་པོ་  
འཆང་།    སྐྱེ་འཕུལ་ཆེན་པོ་དོན་གྲུབ་པ།    སྐྱེ་འཕུལ་  
ཆེན་པོ་དགའ་བས་དགའ།    སྐྱེ་འཕུལ་ཆེན་པོའི་མིག་  
འཕུལ་ཅན།    སྦྱོར་བདག་ཆེན་པོ་གཙོ་བོ་སྟེ།    རྒྱལ་  
བྲིམས་ཆེན་པོ་འཆང་བའི་མཆོག་    བཟོད་ཆེན་འཆང་བ་  
བརྟན་པ་པོ།    བརྟེན་འགྲུས་ཆེན་པོ་བརྟུལ་བ་ཡིན།    །  
བསམ་གཏན་ཆེན་པོ་ཏིང་འཛིན་གནས།    ཤེས་རབ་  
ཆེན་པོའི་ལུས་འཆང་བ།    སྟོབས་པོ་ཆེ་ལ་ཐབས་ཆེ་  
བ།    སྦྱོར་ལམ་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཆོ་སྟེ།    བྱམས་ཆེན་རང་  
བཞིན་དཔག་ཏུ་མེད།    སྦྱིང་རྗེ་ཆེན་པོ་སྦྱོ་ཡི་མཆོག་    །

ཤེས་རབ་ཆེན་པོ་སྒྲོ་ཆེན་ལྟན། མཁའ་སྒྲོ་པ་ཆེན་པོ་ཐབས་  
ཆེ་བ། རྩུ་འཕྱུལ་ཆེན་པོ་སྒྲོ་བས་ཆེན་ལྟན། རྒྱགས་  
ཆེན་མགྲོགས་པ་ཆེན་པོ་སྟེ། རྩུ་འཕྱུལ་ཆེན་པོ་ཆེར་  
བྱགས་པ། སྒྲོ་བས་ཆེན་པོ་རྩལ་གཞོན་པ་པོ། སྤྱིང་  
པའི་རི་བོ་ཆེན་པོ་འཛམ་ས། མཁའ་གསལ་ཤིང་རྩྭ་ཆེན་པོ་  
འཆང་། རྩག་པོ་ཆེན་པོ་རྩག་ལྷུལ་ཆེ། འཛིགས་ཆེན་  
འཛིགས་པར་བྱེད་པ་པོ། མགོན་པོ་རིགས་མཆོག་ཆེན་  
པོ་སྟེ། སྒྲུ་མ་གསང་སྒྲུགས་ཆེ་བའི་མཆོག ཐེག་པ་  
ཆེན་པོའི་ཚུལ་ལ་གནས། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚུལ་གྱི་  
མཆོག ལེའུ་ལྷ་པོ། ལངས་རྒྱས་རྣམ་པར་སྦྱང་མཛད་

ཆེ། བྱུང་པ་ཆེན་པོ་བྱུང་ཆེན་ལྡན། བགས་སྒྲགས་  
ཚུལ་ཆེན་ལས་བྱུང་བ། བགས་སྒྲགས་ཚུལ་ཆེན་  
བདག་ཉིད་ཅན། ཤེས་ལྡན་བཅུ་གྲོལ་པ་སྟེ། ཤེས་  
ལྡན་པ་བཅུ་ལ་གནས། ཤེས་ལྡན་བཅུ་དག་པ་སྟེ། །  
ཤེས་ལྡན་ལྡན་པ་བཅུ་ཡི་ཚུལ། ལམ་གོ་པོ་ས་བཅུ་འི་དབང་  
ལྡན་སྟེ། ལམ་བཅུ་ལ་ཞི་གནས་པ་པོ། ལེས་བཅུ་རྣམ་  
དག་བདག་ཉིད་ཅན། ལེས་བཅུ་རྣམ་དག་འཆང་བ་  
པོ། རྣམ་པ་བཅུ་པོ་དོན་བཅུ་འི་དོན། བྱུང་དབང་  
སྟོབས་བཅུ་བྱུང་པ་འི་བདག ཀླན་གྱི་དོན་ཞི་མ་ལུས་  
བྱེད། རྣམ་བཅུ་དབང་ལྡན་ཆེ་བ་པོ། ཐོག་མ་མེད་པ་

སྟོས་མེད་བདག                      །དེ་བཞིན་ཉིད་བདག་དག་པའི་  
བདག    །བདེན་པར་སྟེ་ཞིང་ཆོག་མི་འགྱུར།    །ཇི་སྐད་  
སྟེས་པ་དེ་བཞིན་གྱེད།    །གཉིས་མེད་གཉིས་སུ་མེད་པར་  
སྟོན།    །ཡང་དག་མཐའ་ལ་རྣམ་པར་གནས།    །བདག་  
མེད་མེད་གའི་སྒྲ་དང་ལྡན།    །ཁྱ་སྟེགས་རི་དྲགས་ངན་  
འཇིགས་གྱེད།    །ཀུན་ཏུ་འགྲོ་བའི་དོན་ཡོད་སྟོབས།    །དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པའི་ཡིད་ལྟར་མགྱོགས།    །རྒྱལ་བ་རྣམ་  
རྒྱལ་དག་ལས་རྒྱལ།    །འཁོར་ལོས་སྒྲུར་བ་སྟོབས་པོ་  
ཆེ།    །ཆོགས་ཀྱི་སྟོབ་དཔོན་ཆོགས་ཀྱི་མཆོག་    །ཆོགས་  
ཇི་ཆོགས་བདག་དབང་དང་ལྡན།    །མཐུ་ཆེན་གཅེས་པར་

འཛིན་པ་སྟེ། རྒྱལ་ཆེན་གཞན་གྱི་ངོང་མི་འཛིན། ཆོག་  
ཇེ་ཆོག་བདག་སྐྱེ་མཁས་པ། ཆོག་ལ་དབང་བ་ཆོག་  
མཐའ་ཡས། ཆོག་བདེན་བདེན་པར་སྐྱབ་སྟེ། བདེན་  
པ་བཞི་ནི་སྟོན་པ་པོ། བྱིར་མི་ལྟོག་པ་བྱིར་མི་འོང་། །  
འདྲེན་པ་རང་རྒྱལ་བསེ་རུ་འོ་ཚུལ། རེས་འབྱུང་སྐྱ་  
ཆོག་ས་ལས་བྱུང་བ། འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་རྒྱ་གཅིག་ཡུ། །  
དག་སྟོང་དབྱ་བཅོམ་ཟག་པ་ཟད། འདོད་ཆགས་བྲལ་  
བས་དབང་པོ་བྱུལ། བདེ་བ་རྣེད་པས་འཛིག་ས་མེད་  
ཐོབ། བསིལ་བར་གྱུར་པས་རྟོག་པ་མེད། རིག་པ་  
དང་ནི་ཞབས་སུ་ལྡན། བདེ་གཤེགས་འཛིག་རྟོན་རིག་

པའི་མཆོག་      །བདག་གིར་མི་འཛིན་ངར་མི་འཛིན།      །  
བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་གནས།      །འཁོར་བའི་ཕ་རོལ་  
མཐར་ཐོན་པ།      །བྱ་བ་བྱས་པས་སྐུ་མ་སར་གནས།      །  
ཤེས་པ་འབའ་ཞིག་ངེས་གསལ་བ།      །ཤེས་རབ་མཆོན་  
ཆས་རྣམ་འཛུམས་པ།      །དམ་ཆོས་ཆོས་རྒྱལ་གསལ་  
བར་ལྡན།      །འཛིག་རྟེན་སྒྲིང་བར་བྱེད་པའི་མཆོག་      །  
ཆོས་ཀྱི་དབང་ཕུག་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ།      །ལེགས་པའི་ལམ་ནི་  
སྟོན་པ་པོ།      །དྲོན་གྲུབ་བསམ་པ་འགྲུབ་པ་སྟེ།      །ཀུན་ཏུ་  
རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས།      །རྣམ་པར་མི་རྟོག་དབྱིངས་  
མི་བད།      །ཆོས་དབྱིངས་དམ་པ་བད་མི་ཤེས།      །བསོད་

ནམས་ལྡན་པ་བསོད་ནམས་ཚོགས། །ཡེ་ཤེས་ཡེ་ཤེས་  
བྱང་པར་ཆེ། །ཡེ་ཤེས་ལྡན་པ་ཡོད་མེད་ཤེས། །ཚོགས་  
གཉིས་ཚོགས་ནི་བསགས་པ་པོ། །རྟག་པ་ཀུན་རྒྱལ་  
རྣལ་འབྱོར་ཅན། །བསམ་གཏན་བསམ་བྱ་སྒོ་ལྡན་  
མཆོག །སོ་སོ་རང་རིག་མི་གཡོ་བ། །མཆོག་གི་དང་  
པོ་སྐྱ་གསུམ་འཆང་། །སངས་རྒྱས་སྐྱ་ལྡེ་བདག་ཉིད་  
ཅན། །བྱབ་བདག་ཡེ་ཤེས་ལྡེ་ཡི་བདག །སངས་རྒྱས་  
ལྡེ་བདག་ཅོད་པན་ཅན། །སྤྱན་ལྡེ་ཆགས་པ་མེད་པ་  
འཆང་། །སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་སྐྱེད་པ་པོ། །སངས་  
རྒྱས་སྤྲས་པོ་དམ་པའི་མཆོག །ཤེས་པས་སྤྱིད་འབྱུང་



སྐྱེ་གནས་མེད།    ཆོས་ལས་འབྱུང་བ་སྤྱིད་པ་སེལ།    །  
གཅིག་ཕུ་སྤྱ་མཁའི་གསལ་རྩེ་རྩེའི་བདག    སྐྱེས་མ་ཐག་ཏུ་  
འགྲོ་བའི་བདག    རྣམ་མཁའ་ལས་བྱུང་རང་བྱུང་བ།    །  
ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་མེ་བོ་ཆེ།    འོད་ཆེན་རྣམ་པར་སྣང་  
བར་བྱེད། ཡེ་ཤེས་སྣང་བ་ལམ་མེ་བ། འགྲོ་བའི་མར་  
མེ་ཡེ་ཤེས་སྟོན། གཟི་བརྩིད་ཆེན་པོ་འོད་གསལ་བ།    །  
སྤྲུགས་མཆོག་མངའ་བདག་རིག་སྤྲུགས་རྒྱལ།    །  
གསང་སྤྲུགས་རྒྱལ་པོ་དོན་ཆེན་བྱེད། གཙུག་ཏྲར་ཆེན་  
པོ་མཛད་བྱུང་གཙུག    རྣམ་མཁའི་བདག་པོ་སྤྱ་ཆོག་གས་  
སྟོན། སངས་རྒྱས་ཀུན་བདག་དངོས་པོ་མཆོག    འགྲོ་

ཀུན་དགའ་བའི་མིག་དང་ལྡན།      །སྒྲ་ཆོག་ས་གཟུགས་  
ཅན་སྐྱེད་པ་པོ།      །དྲང་སྟོང་ཆེ་དགུ་ས་མཆོད་ཅིང་  
བཟོད།      །རིགས་གསུམ་འཆང་བ་གསང་སྒྲགས་  
ཅན།      །དམ་ཆོག་ཆེན་པོ་གསང་སྒྲགས་འཛིན།      །གཙོ་  
བོ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་འཛིན་པ།      །ཐེག་པ་མཆོག་  
གསུམ་སྟོན་པ་པོ།      །དོན་ཡོད་ཞགས་པ་རྣམ་པར་  
རྒྱལ།      །འཛིན་པ་ཆེན་པོ་རྩེ་རྩེ་ཞགས།      །རྩེ་རྩེ་ལྷགས་རྒྱ་  
ཞགས་པ་ཆེ།      །ལེའུ་རྒྱག་པ་ལོ།      །རྩེ་རྩེ་འཛིགས་བྱེད་  
འཛིགས་པར་བྱེད།      །བྲོ་བའི་རྒྱལ་པོ་གདོང་རྒྱག་  
འཛིགས།      །མིག་རྒྱག་ལག་རྒྱག་སྟོབས་དང་ལྡན།      །

ཀེང་རུས་མཆེ་བ་གཅིག་ས་པ་པོ།      རྟ་ལ་རྟ་ལ་གཤོང་  
བརྒྱུ་པ། རྒྱ་ཤིམ་རྩེ་གཤེད་པོ་བགོག་ས་ཀྱི་རྒྱལ། རྩི་རྩི་  
ཤུག་ས་ཅན་འཛིག་ས་བྱེད་པ།      རྩི་རྩི་དྲག་པོ་རྩི་རྩི་  
སྟིང་། རྩུ་འཕྱུལ་རྩི་རྩི་གསུས་པོ་ཆེ། རྩི་རྩི་ལས་སྐྱེས་  
རྩི་རྩི་བདག་ རྩི་རྩི་སྟིང་པོ་མཁའ་འདྲ་བ། མི་གཡོ་  
རལ་པ་གཅིག་གིས་བསྐྱེད་ས། རྩུང་ཆེན་ཀོ་རྩོན་གོས་  
སུ་བྱོན། རྩུག་ས་ཆེན་རྒྱ་རྒྱ་ཞེས་སྟོག་པ། རྩི་རྩི་ཞེས་  
སྟོག་འཛིག་ས་པར་བྱེད། རྒྱ་དམེ་ཆེན་མོ་གད་རྒྱུང་ས་  
ཅན། རྩི་རྩི་གད་མོ་ཆེར་སྟོག་པ། རྩི་རྩི་སེམས་དཔའ་  
སེམས་དཔའ་ཆེ། རྩི་རྩི་རྒྱལ་པོ་བདེ་བ་ཆེ། རྩི་རྩི་དྲག་

པོ་དགའ་བ་ཆེ། རྫོང་རྩུ་སྟེ་རྩུ་ཞེས་སྒྲོག་ ཁཛོན་དུ་རྫོ་  
རྫོའི་མདའ་ཐོག་ས་པ། རྫོ་རྫོའི་རལ་གྱིས་མ་ལུས་  
གཙོད། རྫོ་རྫོ་ཀུན་འཆང་རྫོ་རྫོ་ཅན། རྫོ་རྫོ་གཙིག་ཕུ་  
གཡུལ་སེལ་བ། རྫོ་རྫོ་འབར་བ་མིག་མི་བབང་། རྫོ་  
ཡང་རྫོ་རྫོ་འབར་བ་སྟེ། རྫོ་རྫོ་འབེབས་པ་འབེབས་པ་  
ཆེ། མིག་བརྒྱ་པ་སྟེ་རྫོ་རྫོའི་མིག་ ལུས་ནི་རྫོ་རྫོའི་བ་སྟེ་  
ཅན། རྫོ་རྫོའི་སྟེ་ནི་གཙིག་ཕུའི་ལུས། སེན་མོ་སྒྲིས་པ་  
རྫོ་རྫོའི་ཕེ། རྫོ་རྫོའི་སྒྲིང་པོ་པགས་པ་མཁུགས། རྫོ་  
རྫོའི་ཕྱོང་ཐོག་ས་དཔལ་དང་ལྡན། རྫོ་རྫོའི་རྒྱན་གྱིས་  
བརྒྱན་པ་སྟེ། ཁག་རྒྱངས་རྒྱ་རྒྱ་དེས་པར་སྒྲོག་ ཡི་གེ་

དུག་པ་རྫོའི་སྒྲ།    །འཇམ་དབྱངས་ཆེན་པོ་སྒྲ་ཆེ་བ།    །  
འཇིག་རྟེན་གསུམ་ན་སྒྲ་གཅིག་པ།    །ནམ་མཁའི་མཐའ་  
གྲས་སྒྲ་སྒྲོག་པ།    །སྒྲ་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་    །  
ལེའུ་བདུན་པ་ལོ།    །ཡང་དག་བདག་མེད་དེ་བཞིན་ཉིད།    །  
ཡང་དག་མཐའ་སྟེ་ཡི་གེ་མེད།    །སྟོང་ཉིད་སྒྲ་བའི་བྱ་  
མཆོག་སྟེ།    །ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེའི་སྒྲ་སྒྲོག་པ།    །ཆོས་ཀྱི་  
དུང་སྟེ་སྒྲ་ཆེན་ལྡན།    །ཆོས་ཀྱི་གཞི་སྒྲ་བོ་ཆེ།    །མི་  
གནས་ལྟ་ངན་འདས་པ་པོ།    །སྤྱོད་ཀྱིས་བཅུའི་ཆོས་ཀྱི་རྩ་བོ་  
ཆེ།    །གཟུགས་མེད་གཟུགས་བབ་དམ་པ་སྟེ།    །སྒྲ་  
ཆོག་གསུམ་ཅན་ཡིད་ལས་སྦྱེས།    །གཟུགས་

རྣམས་ཐམས་ཅད་སྒྲིང་བའི་དཔལ།      །གཟུགས་བརྒྱན་  
མ་ལུས་འཆང་བ་པོ།      །མཚུངས་པ་མེད་ཅིང་ཆེ་བར་  
བྲག་ས།      །ཁམས་གསུམ་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་སྟེ།      །  
འཕགས་ལམ་ཤིན་ཏུ་མཐོ་ལ་གནས།      །དར་བ་ཆེན་པོ་  
ཆོས་ཀྱི་ཏོག      །འཛིག་རྟེན་གསུམ་ན་གཞོན་ལུས་  
གཅིག      །གནས་བརྟན་གྲན་པོ་སྟེ་གྱུ་རི་བདག      །སུམ་རྩ་  
རྩ་གཉིས་མཚན་འཆང་བ།      །རྟུག་གུ་འཛིག་རྟེན་གསུམ་  
ན་མཛེས།      །འཛིག་རྟེན་ཤེས་ལེགས་སྟོབ་དཔོན་ཏེ།      །  
འཛིག་རྟེན་སྟོབ་དཔོན་འཛིགས་པ་མེད།      །མགོན་སྟོབ་  
འཛིག་རྟེན་ཡིད་གཟུགས་པ།      །སྟབས་དང་སྟོབ་པ་གྲན་

མེད། རྣམ་མཁའི་མཐའ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ། བམས་  
ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་མཆོ། མ་རིག་སྒོ་ངའི་སྐབས་  
འབྱེད་པ། སྤྱིད་པའི་བླ་བ་འཛོམས་པ་པོ། ཉོན་མོངས་  
མ་ལུས་ནི་བྱེད་པ། འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོའི་ཕ་རོལ་  
ཕྱིན། ཡེ་ཤེས་དབང་བསྐྱར་ཅོད་པན་ཅན། རྫོགས་  
པའི་སངས་རྒྱས་རྒྱན་དུ་བློགས། སྐྱུག་བསྐྱེལ་གསུམ་  
གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ནི། གསུམ་སེལ་མཐའ་ཡས་གྲོལ་  
གསུམ་བློབ། སྦྱིབ་པ་ཀུན་ལས་ངེས་པར་གྲོལ། །  
མཁའ་ལྟར་མཉམ་པ་ཉིད་ལ་གནས། ཉོན་མོངས་ངི་མ་  
ཀུན་ལས་འདས། འདྲུས་གསུམ་དུས་མེད་རྫོགས་པ་



པོ། །སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་གཙོ་ཆེན་པོ། །ཡོན་ཏན་ཐོང་  
ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཐོང་། །ཉོན་མོངས་ཀུན་ལས་རྣམ་གྲོལ་  
ཞིང་། །ནམ་མཁའི་ལམ་ལ་རབ་གནས་པ། །ཡིད་  
བཞིན་ལོར་བྱ་ཆེན་པོ་འཆང་། །བྱབ་བདག་རིན་ཆེན་ཀུན་  
གྱི་མཆོག་ །དཔག་བསམ་ཤིང་ཆེན་རྒྱས་པ་སྟེ། །བུམ་  
པ་བཟང་པོ་ཆེ་བའི་མཆོག་ །བྱེད་པ་སེམས་ཅན་ཀུན་དོན་  
བྱེད། །ཕན་འདོད་སེམས་ཅན་མཉེས་གཤེན་པ། །  
བཟང་ངན་ཤེས་ཤིང་རྒྱས་ཤེས་ལ། །བྱབ་བདག་དམ་  
ཤེས་དམ་ཆོག་ལྡན། །རྒྱས་ཤེས་སེམས་ཅན་དབང་པོ་  
ཤེས། །རྣམ་གྲོལ་གསུམ་ལ་མཁའས་པ་པོ། །ཡོན་ཏན་

ལྡན་ཞིང་ཡོན་ཏན་ཤེས།      རྟོག་ཤེས་བཟ་ཤེས་བཟ་  
ཤེས་འབྱུང་།      བཟ་ཤེས་ཀུན་གྱི་བཟ་ཤེས་པ།      །  
གྲགས་པའི་བཟ་ཤེས་སྒྲན་གྲགས་དག།      དབྱགས་  
འབྱེན་ཆེན་པོ་དགའ་སྟོན་ཆེ།      དགའ་ཆེན་རྩལ་མོ་ཆེན་  
པོ་སྟེ།      བཟར་སྟེ་རིམ་གྱོ་ཕུན་སུམ་ཆོགས།      མཆོག་  
ཏུ་དགའ་བའི་གྲགས་བདག་དཔལ།      མཆོག་ལྡན་  
མཆོག་སྟེན་གཙོ་བོ་སྟེ།      སྐྱབས་གྱི་དམ་པ་སྐྱབས་སུ་  
རོས།      འཇིགས་ཆེན་དབྱ་སྟེ་རབ་གྱི་མཆོག་      །  
འཇིགས་པ་མ་ལུས་སེལ་བ་པོ།      བཅུག་ཕུད་ཕུད་བུ་  
ལུང་ལོ་ཅན།      རལ་པ་སྤྲུལ་ཅོད་པན་ཐོགས།      བཀོད་ལྡ་

གཙུག་ཕུད་ལྡ་དང་ལྡན། ཟུར་ཕུད་ལྡ་པ་མེ་ཏོག་ཐོད། །  
མགོ་ཟླུམ་བརྟུལ་ཞུགས་ཆེན་པོ་འཆང་། ཆངས་པར་  
སྤྱོད་པ་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་ དཀའ་ཐུབ་མཐར་ཕྱིན་  
དཀའ་ཐུབ་ཆེ། གཙང་གནས་དམ་པ་གོ་བྱ་ཏམ། །  
བྲམ་བེ་ཆངས་པ་ཆངས་པ་ཤེས། ཟྱ་ངན་འདས་པ་  
ཆངས་པ་ཐོབ། གྲོལ་བ་ཐར་པ་རྣམ་གྲོལ་ལུས། རྣམ་  
གྲོལ་ནི་བ་ནི་བ་ཉིད། ཟྱ་ངན་འདས་ནི་ཟྱ་ངན་  
འདས། ཤེགས་པར་ཟྱ་ངན་འདས་དང་ཉེ། བདེ་  
སྤྱག་སེལ་བ་མཐར་གྱུར་པ། ཆགས་བྲལ་ལུས་ལས་  
འདས་པ་པོ། ཐུབ་པ་མེད་པ་དཔེ་མེད་པ། མི་མངོན་

མི་སྒྲུང་གསལ་བྱེད་མིན།      མི་འགྱུར་ཀུན་འགོ་བྱལ་པ་  
པོ།      ལྷ་ཞིང་ཟག་མེད་ས་བོན་བྲལ།      རྩལ་མེད་རྩལ་  
བྲལ་ངེ་མ་མེད།      ཉེས་པ་སྤངས་པ་སྦྱོན་མེད་པ།      འཁོར་  
ཏུ་སང་པ་སང་པའི་བདག      ཀུན་ཤེས་ཀུན་རིག་དམ་པ་  
པོ།      རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོས་ཉིད་འདས།      ཡེ་ཤེས་  
གཉིས་མེད་ཚུལ་འཆང་བ།      རྣམ་པར་མི་རྟོག་ལྟོན་གྱིས་  
གྲུབ།      རྩལ་གསུམ་སངས་རྒྱས་ལས་བྱེད་པ།      སངས་  
རྒྱས་ཐོག་མ་ཐ་མ་མེད།      རང་པོ་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མེད་  
པ།      ཡེ་ཤེས་མིག་གཅིག་ངེ་མ་མེད།      ཡེ་ཤེས་ལུས་  
ཅན་དེ་བཞིན་གཤེགས།      ཆོག་གི་དབང་ཕུག་སྒྲ་བ་

ཆེ། རྒྱ་བའི་སྒྲེས་མཆོག་རྒྱ་བའི་རྒྱལ། རྒྱ་བའི་དམ་  
པ་མཆོག་གི་གནས། རྒྱ་བའི་སེང་གོ་ཚུགས་པ་  
མེད། གྲུ་ཏུ་རྒྱ་བ་མཆོག་ཏུ་དགའ། གཟི་བུ་མེད་སྒྲེང་  
བ་རྒྱ་ན་རྒྱལ། རྩོད་བཟང་འབར་བ་དཔལ་གྱི་བེའུ། །  
ལག་ན་རྩོད་འབར་སྒྲུང་བ་པོ། རྒྱ་ན་པ་ཆེ་མཆོག་གཙོ་བོ་  
སྟེ། ཟུག་རྩུ་འབྱེན་པ་སྒྲེན་མེད། རྒྱ་ན་རྣམས་མ་ལུས་  
སྒྲེན་པའི་ཤིང་། རྩོད་དོ་ཙུག་གི་དབྱ་ཆེ་བ། རྒྱལ་གྱི་  
འཛིག་རྩོད་གསུམ་གྱི་མཆོག་ རྩོད་པལ་རྒྱ་ན་རྒྱ་སྒྲུ་  
དགྱིལ་འཁོར་ཅན། རྩོད་གསུམ་བཟུ་རྣམ་མཁའི་མཐར་ཐུག་  
པར། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་ལེགས་པར་འཛུགས། །

འགྲོན་གདུགས་གཅིག་ཡངས་པ་སྟེ།      །བྱམས་དང་  
སྒྲིང་རྗེའི་དགྱིལ་འཁོར་ཅན།      །དཔལ་ལྷན་པར་གར་གྱི་  
བདག་      །བྱབ་བདག་ཆེན་པོ་རིན་ཆེན་གདུགས།      །  
སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་གཟི་བརྟན་དེ་ཆེ།      །སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་  
སྐུ་འཆང་བ།      །སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་ཆེ།      །  
སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་བསྟན་པ་གཅིག་      །རྫོགས་རིན་ཆེན་  
དབང་བསྟར་དཔལ།      །རིན་ཆེན་ཀུན་བདག་དབང་ཕུག་  
སྟེ།      །འཛིག་རྟེན་དབང་ཕུག་ཀུན་གྱི་བདག་      །རྫོགས་  
འཆང་བ་ཀུན་གྱི་རྗེ།      །སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་ཐུགས་ཆེ་  
བ།      །སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་ཐུགས་ལ་གནས།      །སངས་

ཀྱུས་ཀུན་གྱི་སྐྱ་ཆེ་བ། །སངས་ཀྱུས་ཀུན་གྱི་གསུང་ཡང་  
ཡིན། །རྫོང་ཉི་མ་སྒྲུང་བ་ཆེ། །རྫོང་ཟླ་བ་དྲི་མེད་  
འོད། །ཆགས་བྲལ་ལ་སོགས་ཆགས་པ་ཆེ། །ཁ་དོག་  
སྒྲ་ཆོགས་འབར་བའི་འོད། །རྫོང་སྐྱེལ་ཀྱང་ཚོགས་  
སངས་ཀྱུས། །སངས་ཀྱུས་འགྲོ་བའི་ཆོས་འཛིན་པ། །  
དཔལ་ལྷན་སངས་ཀྱུས་པདྨ་སྐྱེས། །ཀུན་མཁྱེན་ཡེ་  
ཤེས་མཛོད་འཛིན་པ། །རྒྱལ་པོ་སྐྱེ་འཕྱལ་སྒྲ་ཆོགས་  
འཆང་། །ཆེ་བ་སངས་ཀྱུས་རིགས་སྤྲུགས་རྒྱལ། །རྫོ་  
རྫོན་པོ་རལ་གྱི་ཆེ། །ཡི་གེ་མཆོག་སྟེ་རྣམ་པར་དག །  
ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སྤྲུག་བསྐྱལ་གཙོད། །མཆོན་ཆ་ཆེན་པོ་རྫོ་



[illegible]

འཇིན། རྒྱུ་མེད་ཆོས་དེ་སྣ་ཆོག་ས་དོན། ཆོས་ཀུན་ངོ་  
བོ་ཉིད་འཆང་བ། །ཤེས་རབ་ཆེན་པོས་སྐྱད་ཅིག་ལ། །  
ཆོས་ཀུན་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་འཆང་། ཆོས་ཀུན་མ་ངོན་པར་  
རྟོག་ས་པ་སྟེ། རྩུབ་པ་སྟོ་མཆོག་འབྱུང་པའི་མཐའ། །  
མི་གཡོ་རབ་ཏུ་དད་པའི་བདག རྟོག་ས་པའི་སངས་  
རྒྱས་བྱུང་ཆུབ་འཆང་། །སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་མ་ངོན་  
སུམ་པ། །ཡེ་ཤེས་མེ་ལྷུ་འོད་རབ་གསལ། །ལེན་བརྒྱད་  
པའོ། །འདོད་པའི་དོན་གྱུབ་དམ་པ་སྟེ། འཇན་སོང་  
ཐམས་ཅད་རྣམ་སྟོང་བ། །མགོན་པོ་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་  
མཆོག །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རབ་གྲོལ་བྱེད། །ཉོན་

མོངས་གཡུལ་དུ་གཅིག་དཔའ་བ།      མི་ཤེས་དག་ཡི་  
དེགས་པ་འཛོམས།      ཁྲི་ལྡན་སྒྲིག་འཆང་དཔལ་དང་  
ལྡན། བརྟན་པོ་མི་སྤྱག་གཟུགས་འཆང་བ། ལག་པ་  
བརྒྱ་པོ་ཀུན་བརྒྱུད་ཅིང་།      ཁོམ་པའི་སྤྲབས་གྲིས་གར་  
བྱེད་པ། དཔལ་ལྡན་ལག་པ་བརྒྱས་གང་ལ། རྣམ་  
མཁའ་བྱབ་པར་གར་བྱེད་པ། ས་ཡི་དགྲིལ་འཁོར་བཞི་  
ཡི་བྱོན། ཀླང་པ་ཡ་གཅིག་མཐེལ་གྲིས་གཞོན། ཀླང་  
མཐེབ་སེན་མའི་བྱོན་གྲིས་ཀྱང་། ཆངས་པའི་ཡུལ་ས་  
ཅེ་ནས་གཞོན། འོན་གཅིག་གཉིས་མེད་ཆོས་གྱི་དོན། །  
དམ་པའི་དོན་ནི་འཛིག་པ་མེད།      རྣམ་རིག་སྒྲ་ཆོགས་

གཟུགས་དོན་ཅན།      །སེམས་དང་རྣམ་ཤེས་རྒྱུད་དང་  
ལྡན། །དངོས་དོན་མ་ལུས་རྣམས་ལ་དགའ། །སྟོང་པ་  
ཉིད་དགའ་འདོད་ཆགས་སྟོ། །སྟོང་པའི་འདོད་ཆགས་  
སོགས་སྤངས་པ། །སྟོང་གསུམ་དགའ་བ་ཆེན་པོ་སྟེ། །  
སྟོན་དཀར་དག་པ་བཞིན་དུ་དཀར། །འོད་བབང་སྟོན་  
ཀའི་ཟླ་བའི་འོད། །ཉི་མ་འཆར་ཀའི་དགྱེལ་ལྟར་  
མངོས། །སེན་མའི་འོད་ནི་ཤས་ཆེར་དམར། །ཅོད་པན་  
བབང་པོ་མཐོན་ཀའི་ཕེ། །སྒྲ་མཆོག་མཐོན་ཀ་ཆེན་པོ་  
འཆང་། །ཁོར་བུ་ཆེན་པོ་འོད་ཆགས་དཔལ། །སངས་  
རྒྱལ་སྤྱལ་པའི་རྒྱན་དང་ལྡན། །འཛིག་རྟེན་ཁམས་བརྒྱ་

ཀུན་བསྐྱོད་པ། རྩུ་འཕུལ་རྒྱང་པའི་སྟོབས་ཆེན་ལྔ། །  
དེ་ཉིད་དྲན་པ་ཆེན་པོ་འཆང་། དྲན་པ་བཞི་པོ་ཉིང་འཛིན་  
བྱུང་། བྱང་ཆུབ་ཡན་ལག་མེ་ཏོག་སྟོས། དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པའི་ཡོན་ཏན་མཆོ། །ལམ་གྱི་ཡན་ལག་  
བརྒྱད་ཆུལ་རིག །ཡང་དག་སངས་རྒྱས་ལམ་རིག་  
པ། །སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་ཤས་ཆེར་ཆགས། །ནམ་  
མཁའ་ལྟ་བུར་ཆགས་པ་མེད། །སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་  
ཡིད་ལ་འཇུག །སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ཡིད་ལྟར་  
མགྱོགས། །སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དབང་དོན་ཤེས། །  
སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ཡིད་འཕྲོག་པ། །ཕྱང་པོ་ལྟ་དོན་དེ་

ཉིད་ཤེས། རྣམ་དག་ཕུང་པོ་ལྔ་འཆང་བ། རིས་འབྱུང་  
ཀུན་གྱི་མཐའ་ལ་གནས། རིས་པར་འབྱུང་བ་ཀུན་ལ་  
མཁས། རིས་འབྱུང་ཀུན་གྱི་ལམ་ལ་གནས། རིས་  
པར་འབྱུང་བ་ཀུན་སྟོན་པ། ཡན་ལག་བརྩ་གཉིས་སྤྱིད་  
ཅུ་བཏོན། དག་པ་རྣམ་པ་བརྩ་གཉིས་འཆང་། བདེན་  
བཞིའི་ཚུལ་གྱི་རྣམ་པ་ཅན། ཤེས་པ་བརྒྱད་པོ་རྟོགས་པ་  
འཆང་། བདེན་དོན་རྣམ་པ་བརྩ་གཉིས་ལྡན། དེ་ཉིད་  
རྣམ་པ་བརྩ་དྲུག་རིག རྣམ་པ་ཉི་ཤུས་བྱང་ཆུབ་པ། །  
རྣམ་པར་སངས་རྒྱས་ཀུན་རིག་མཆོག སངས་རྒྱས་  
ཀུན་གྱི་སྤྱལ་པའི་སྤྱ། བྱེ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་པོ། །

སྐད་ཅིག་ཐམས་ཅད་མཛོན་པར་རྟོགས།      །སེམས་གྱི་  
སྐད་ཅིག་དོན་ཀུན་རིག་   །ཐེག་པ་སྣ་ཆོགས་ཐབས་ཚུལ་  
གྱིས། །འགྲོ་བའི་དོན་ལ་རྟོགས་པ་པོ། །ཐེག་པ་གསུམ་  
གྱི་ངེས་འབྱུང་ལ།      །ཐེག་པ་གཅིག་གི་འབྲས་བུར་  
གནས། །ཉོན་མོངས་ཁམས་རྣམས་དག་པའི་བདག་   །  
ལས་གྱི་ཁམས་རྣམས་ཟད་བྱེད་པ།   །ཁུ་བོ་རྒྱ་མཆོ་ཀུན་  
ལས་བཟུལ། །སྦྱར་བའི་དགོན་པ་ལས་བྱུང་བ། །ཉོན་  
མོངས་ཉེ་བའི་ཀུན་ཉོན་མོངས།   །བག་ཆགས་བཅས་པ་  
གཏན་སྤངས་པ། །སླིང་རྗེ་ཆེན་པོ་ཤེས་རབ་ཐབས།   །  
དོན་ཡོད་འགྲོ་བའི་དོན་བྱེད་པ།   །འདུ་ཤེས་ཀུན་གྱི་དོན་



སྤངས་ཤིང་། རྣམ་ཤེས་དོན་ནི་འགག་པར་བྱེད། །  
སེམས་ཅན་ཀུན་ཡིད་ཡུལ་དང་ལྡན། སེམས་ཅན་ཀུན་  
གྱི་ཡིད་རིག་པ། སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ཡིད་ལ་  
གནས། དེ་དག་སེམས་དང་མཐུན་པར་འཇུག་ །  
སེམས་ཅན་ཀུན་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད། སེམས་ཅན་ཀུན་  
གྱི་ཡིད་དགའ་བ། བྱུང་པ་མཐར་ཕྱིན་འབྲུལ་པ་  
མེད། ཁོར་བ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་སྤངས། དོན་  
གསུམ་ཐེ་ཆོས་མེད་པའི་སྒོ། ཀུན་དོན་ཡོན་ཏན་གསུམ་  
གྱི་བདག་ སྤང་པོ་ལྟ་དོན་དུས་གསུམ་དུ། སྐྱད་ཅིག་  
ཐམས་ཅད་བྱེ་བྲག་བྱེད། སྐྱད་ཅིག་གཅིག་གིས་ཇོགས་

སངས་རྒྱལ།                      །སངས་རྒྱལ་ཀུན་གྱི་རང་བཞིན་  
འཆང་། །ལུས་མེད་ལུས་ཏེ་ལུས་ཀྱི་མཆོག་ །ལུས་ཀྱི་  
མཐའ་ནི་རྟོགས་པ་པོ། །གཟུགས་རྣམས་སྒྲ་ཆོགས་ཀུན་  
ཏུ་སྟོན། །ཁོར་བུ་ཆེན་པོ་རིན་ཆེན་ཏྲི་ག་ །ལེན་དགུ་པ་ལོ། །  
སངས་རྒྱལ་ཀུན་གྱིས་རྟོགས་བྱ་བ། །སངས་རྒྱལ་བྱང་  
ཆུབ་སྒྲུབ་མེད། །གསང་སྤྲགས་ལས་བྱང་ཡི་གེ་  
མེད། །གསང་སྤྲགས་ཆེན་པོ་རིགས་གསུམ་པ། །  
གསང་སྤྲགས་དོན་ཀུན་སྦྱང་པ་པོ། །ཐིག་ལེ་ཆེན་པོ་ཡི་  
གེ་མེད། །སྟོང་པ་ཆེན་པོ་ཡི་གེ་ལྔ། །ཐིག་ལེ་སྟོང་པ་ཡི་  
གེ་དྲུག་ །རྣམ་པ་ཀུན་ལྟན་རྣམ་པ་མེད། །བཅུ་དྲུག་སྦྱང་

ཕྱེད་ཐེག་ལེ་ཅན།                      །ཡན་ལག་མེད་པའི་རྩེས་ལས་  
འདས།    །བསམ་གཏན་བཞི་པའི་རྩེ་མོ་ཅན།    །བསམ་  
གཏན་ཡན་ལག་ཀུན་ཤེས་ཤིང་།    །ཏིང་འཛིན་རིག་དང་  
རྒྱད་རིག་པ།    །ཏིང་འཛིན་ལུས་ཏེ་ལུས་གྱི་མཆོག་    །  
ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་སྐྱེ་ཀུན་གྱི་རྒྱལ།    །སྤྱལ་པའི་སྐྱེ་སྤྱེ་  
སྐྱེ་ཡི་མཆོག་    །སངས་རྒྱས་སྤྱལ་པའི་རྒྱད་འཆང་བ།    །  
ཕྱོགས་བརྩུར་སྤྱལ་པ་སྐྱེ་ཆོགས་འབྱེད།    །ཁི་བཞིན་འབྱོ་  
བའི་དོན་བྱེད་པ།    །ལྷ་ཡི་དབང་པོ་ལྷ་ཡི་ལྷ།    །ལྷ་མིན་  
དབང་པོ་ལྷ་མིན་བདག་    །འཆི་མེད་དབང་པོ་ལྷ་ཡི་གྲ།    །  
འཛོམས་བྱེད་འཛོམས་བྱེད་དབང་ཕུག་པོ།    །སྤྱིད་པའི་

དགོན་པ་ལས་བརྒྱལ་བ།      ཁྱོན་པ་གཅིག་ཕུ་འགྲོ་བའི་  
ཟླ།   འཇིག་རྟེན་ཕྱོགས་བཅུར་རབ་གྲགས་པ།   ཆོས་  
གྱི་སྦྱོན་བདག་ཆེ་བ་པོ།      བྱམས་པའི་གོ་ཆ་ཆས་པ་  
སྟེ།   སླིང་རྗེ་ཡི་ནི་ཡ་ལད་བགོས།   ཤེས་རབ་རལ་གྱི་  
མདའ་གཞུ་བློགས།      ཉོན་མོངས་མི་ཤེས་གཡུལ་ངོ་  
སེལ།   དཔའ་བོ་བདུད་དག་བདུད་འདུལ་བ།   བདུད་  
བཞིའི་འཇིགས་པ་སེལ་བར་བྱེད།      བདུད་གྱི་དཔུང་  
ནྟམས་ཕྱམ་བྱེད་པ།      རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་འཇིག་  
རྟེན་འདྲེན།   མཆོད་འོས་བསྟོད་འོས་ཕྱག་གི་གནས།   །  
རྟག་ཏུ་རི་མོར་བྱ་བའི་འོས།   བཀའ་འོས་བརྗེད་པར་བྱ་

བའི་མཆོག་ རྒྱག་བྱར་འོས་པ་སྤྲ་མའི་རབ། འཇིག་  
རྟེན་གསུམ་པོ་གོམ་གཅིག་བགྲོད། མཁའ་ལྟར་མཐའ་  
མེད་རྣམ་པར་གཞོན། གསུམ་རིག་གཙང་མ་དག་པ་  
སྟེ། མའོན་ཤེས་དྲུག་ལྡན་རྗེས་དྲན་དྲུག་ བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེ། རྩ་འཕྱུལ་ཆེན་པོ་  
འཇིག་རྟེན་འདས། ཤེས་རབ་པ་པོལ་སྦྱོན་པའི་  
མཐའ་། ཤེས་རབ་ཀྱིས་ནི་དེ་ཉིད་ཐོབ། བདག་རིག་  
གཞན་རིག་ཐམས་ཅད་པ། ཀླན་ལ་པན་པའི་གང་ཟག་  
མཆོག་ དཔེར་བྱ་ཀླན་ལས་འདས་པ་སྟེ། ཤེས་དང་  
ཤེས་བྱའི་བདག་པོ་མཆོག་ གཙོ་བོ་ཆོས་ཀྱི་སྦྱོན་བདག་

སྟེ། རྒྱལ་རྒྱུ་བཞི་པའི་དོན་སྟོན་པ། འགྲོ་བའི་བསྐྱེན་  
བཀུར་གནས་གྱི་མཆོག་ ཁེས་འབྱུང་གསུམ་པོ་བགྲོད་  
ནམས་གྱི། དོན་གྱི་དམ་པ་ནམ་དག་དཔལ། འཛིག་  
ཏེན་གསུམ་ན་སྐལ་བཟང་ཆེ། དཔལ་ལྷན་འབྱོར་པ་  
ཀུན་བྱེད་པ། འཇམ་དཔལ་དཔལ་དང་ལྷན་པའི་  
མཆོག་ ལེའུ་བཅུ་པའོ། མཆོག་སྦྱོན་རྗེ་མཆོག་བྱིད་  
འདུད། ཡང་དག་མཐར་གྱུར་བྱིད་ལ་འདུད། སྟོང་  
ཉིད་ལས་བྱུང་བྱིད་ལ་འདུད། སངས་རྒྱས་བྱུང་ཆུབ་  
བྱིད་ལ་འདུད། སངས་རྒྱས་ཆགས་པ་བྱིད་ལ་  
འདུད། སངས་རྒྱས་འདོད་ལ་ཕྱག་འཆལ་འདུད། །

སངས་རྒྱལ་དགེས་པ་བྱོན་ལ་འདུད།    |སངས་རྒྱལ་རྟོ་ལ་  
ལ་ཕྱག་འཆ་ལ་འདུད།    |སངས་རྒྱལ་འཛུམ་པ་བྱོན་ལ་  
འདུད།    |སངས་རྒྱལ་བཞད་ལ་ཕྱག་འཆ་ལ་འདུད།    |  
སངས་རྒྱལ་གསུང་ཉིད་བྱོན་ལ་འདུད།    |སངས་རྒྱལ་  
ཐུགས་ལ་ཕྱག་འཆ་ལ་འདུད།    |མེད་པ་ལས་བྱུང་བྱོན་ལ་  
འདུད།    |སངས་རྒྱལ་འབྱུང་བ་བྱོན་ལ་འདུད།    |ནམ་  
མཁའ་ལས་བྱུང་བྱོན་ལ་འདུད།    |ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་  
བྱོན་ལ་འདུད།    |སྐྱེ་འཕྱུལ་ནུབ་བྱོན་ལ་འདུད།    |  
སངས་རྒྱལ་རྟོ་ལ་སྟོན་བྱོན་ལ་འདུད།    |ཐམས་ཅད་  
ཐམས་ཅད་བྱོན་ལ་འདུད།    |ཡེ་ཤེས་སྐྱེ་ཉིད་བྱོན་ལ་



འདུད། །ལེའུ་བཅུ་གཅིག་པའོ། །བཅུ་གཉིས་པ། ཡོ་སའ་རྒྱུ་ཡ་  
བྱ་མ་སྤྱ་བྱ་མ་བི་ཤུ་བཟླ། ཡ་ཡུ་ཡེ་ཡེ་ བྲག་ཏི་པ་  
རི་ཤུ་མའ་རྒྱུ་ཡ་དུ་ཏ། སའ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་རྒྱུ་ན་ཀུ་ཡ་  
མཐུ་ཤི་པ་རི་ཤུ་རྒྱུ་ཐུ་པ་ཏུ་ཡ་ཏི། ཡེ་ཡེ་མའ་ཏ་ཐུ་ག་  
ཏ་ཏི་ད་ཡ། ཏ་ར་ཏ་ར། ཡོ་རྒྱུ་རྒྱུ་ ཐུ་ག་ཐུ་ན་རྒྱུ་ན་  
ཐུ་རྒྱུ་ཐུ་གི་ཤུ་ར། མཐུ་ཐུ་ཅ་མའ་རྒྱུ། ག་ག་རྒྱུ་ཡ་མ་  
ལ་ཐུ་པ་རི་ཤུ། རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ན་གཐུ་ཡུ་ ལེའུ་བཅུ་གཐུ་མ་  
པའོ། །དེ་ནས་དཔལ་ཐུ་ན་རྒྱུ་རྒྱུ་འཆང་། །དག་འཁོང་  
མག་ནས་ཐལ་མོ་ཐུར། །མགོ་ན་པོ་བཅོམ་ཐུ་ན་དེ་བཞིན་  
ག་ཤེགས། །རྒྱུ་གས་སངས་རྒྱུ་ལ་ཐུ་ག་འཆང་ལ་ནས། །

དེར་ནི་མགོན་པོ་གསང་བའི་བདག      །ལག་ན་རྫོང་ཐོ་  
བོའི་རྒྱལ།      །སྒྲ་ཆོགས་གཞན་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ།      །  
གསང་བསྟོད་ནས་ནི་ཆོག་འདི་གསོལ།      །མགོན་པོ་  
བདག་ཅག་ཡི་རང་ངོ་།      །ལེགས་སོ་ལེགས་སོ་ལེགས་  
པར་གསུངས།      །རྣམ་གྲོལ་འབྲས་བུ་འཆལ་བ་ཡི།      །  
འགྲོ་བ་མགོན་མེད་རྣམས་དང་ནི།      །བདག་ཅག་ཡང་  
དག་ཇེ་གསལ་པ་ཡི།      །བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པའི་དོན་ཆེན་  
མཛད། །སྒྱུ་འཕྲུལ་དྲ་བའི་ཚུལ་བསྟན་པ། །འདི་ནི་རྣམ་  
དག་ལེགས་པའི་ལམ། །ཟབ་ཅིང་ཡངས་ལ་རྒྱ་ཆེ་སྟེ།      །  
དོན་ཆེན་འགྲོ་བའི་དོན་བྱེད་པ།      །སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་

ཡུལ་འདིན།                      རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱིས་  
བཤད།                      །བཙུམ་ལྷན་འདས་འཇམ་དཔལ་ཡེ་ཤེས་  
སེམས་དཔའི་དོན་དམ་པའི་མཆོན་ཡང་དག་པར་བརྗོད་  
པ།      བཙུམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལྷུ་ཁྱ་ཐུབ་  
པས་གསུངས་པ་རྫོགས་སོ།།                      །

༼འཇམ་བསྟོད་གང་སྟོ་མ་བཞུགས་སོ།༽

༥།      སྒྲུ་མ་དང་མགོན་པོ་རྗེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་  
ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ།      །གང་གི་སྟོ་གྲོས་སྟོབ་གཉིས་སྟོན་  
བྲལ་ཉི་ལྟར་རྣམ་དག་རབ་གསལ་བས།                      རི་སྟེང་དོན་  
ཀུན་རི་བཞིན་གཟིགས་ཕྱིར་ཉིད་ཀྱི་ཐུགས་ཀར་སྟེགས་

བམ་འཛིན།      །གང་དག་སྤིང་པའི་བཙོན་རར་མ་རིག་  
མུན་འབྱམས་སྟུག་བསྐལ་གྱིས་གཟིར་བའི།      །འགྲོ་  
ཆོག་ས་ཀུན་ལ་བུ་གཅིག་ལྟར་བཅེ་ཡན་ལག་དུག་ཅུའི་  
དབྱངས་ལྡན་གསུང་།      །འབྲུག་ལྟར་ཆེར་སྒྲོག་ཉོན་  
མོངས་གཉིད་སྒྲོང་ལས་ཀྱི་ལྷགས་སྒྲོག་འགྲོལ་མཛད་  
ཅིང་།      །མ་རིག་མུན་སེལ་སྟུག་བསྐལ་སྟུ་གུ་ཇི་སྟེད་  
གཙོད་མཛད་རལ་གྱི་བསྐྱམས།      །གདོད་ནས་དག་ཅིང་  
ས་བཅུའི་མཐར་སོན་ཡོན་ཏན་ལུས་ཇོགས་རྒྱལ་སྤྲས་བུ་  
བའི་སྐྱ།      །བཅུ་ཕྱག་བཅུ་དང་བཅུ་གཉིས་རྒྱན་སྤྲས་  
བདག་སྟོའི་མུན་སེལ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་འདུད།      །ཧྲྰ

བཙེ་ལུན་བྱོད་གྱི་མ་བྱེན་ར་བ་འོད་ཟེར་གྱིས།      །བདག་  
 སྒྲིའི་གཏི་ལུག་ལུན་པ་ར་བ་བསལ་ནས།      །བཀའ་དང་  
 བསྟན་བཅོས་གཞུང་ལུགས་རྟོགས་པ་ཡི།      །སྒྲི་གྲོས་  
 སྒྲོབས་པའི་སྒྲུང་བ་བསྐུལ་དུ་གསོལ།      །དཔལ་ཡེ་ཤེས་ཡོན་  
 ཏན་བཟང་པོའི་བསྟོད་པ་རྫོགས་སོ།།      །

༄། བསངས་དཔེ་བཀའ་ཤིས་རེ་སྒྲོང་བསྐྱབ་ཆོག་ཏུ་  
 བཀོད་པ་བཞུགས་སོ།།

༄། སྒྲམ་དམ་པའི་ཞབས་ལ་ལུག་འཆལ་ལོ།      །བཀའ་ཤིས་ལྷ་  
 བ་ཡར་གྱིངོ།      །གཟའ་སྐར་དག་བའི་ནམ་སངས་ལ།      །སྒྲམ་ཡི་དམ་མཁའ་འགོ་  
 དང་།      །ཆོས་སྒྲོང་སྒྲེ་བརྒྱད་ཇི་སྟེད་པའི།      །གཏོར་མ་དང་ནི་གསེར་སྒྲིམས་བཤམ།      །

ཕྱེམར་ཚུ་གཙང་ཉེར་སྤྱོད་ལྟ།    །དཀར་སྒྲ་མངར་སྒྲ་བྲག་སྒྲ་དང་།    །ལིངྒ་མཆོད་པའི་  
ཇུས་སུ་བཀོད།    །སྒོས་སྒྲན་ཤིང་སྒྲའི་བསངས་སྒྲུར་ཞིང་།    །མདའ་དར་འཕན་མཛེས་  
མཁའ་ལ་འཕྱར།    །གནམ་ལ་འཕྱར་དང་ས་ལ་རྒྱའི།    །སྒོག་ཆགས་གཟུགས་དང་རིན་  
ཆེན་བདུན།    །བཀྲ་ཤིས་ཇུས་སོགས་ཅན་ལི།    །གཏོར་མའི་ཐད་གྱི་བར་སྒྲང་  
བསྐྱེངས།    །བདག་ཉིད་བདེ་བའི་སྒྲན་ལ་འདུག    །ཆོ་ག་སྤྱིའི་སྤྱབས་འགྲོ་མ་ནམ་  
བཞི་བསྐྱེར་ལན་གསུམ་དང་།    །བསྟོད་ཆོགས་ནི།    །ཐབས་མཁས་  
ཐུགས་རྗེས་ཤྲུག་འི་རིགས་འབྱུངས་ཤིང་།    །གཞན་གྱི་  
མི་ཐུབ་བདུད་གྱི་དཔུང་འཛེམས་པ།    །གསེར་གྱི་ལྷན་པོ་  
ལྟ་བུར་བརྗེད་པའི་སྒྱ།    །ཤྲུག་འི་རྒྱལ་པོའི་ཞབས་ལ་  
གསོལ་བ་འདེབས།    །འཇམ་དབྱངས་ཐུག་ན་རྗེ་རྗེ་སྒྲན་

རས་གཟིགས།                      །ས་ཡི་སྒྲིང་པོ་སྒྲིབ་པ་རྣམ་པར་  
སེལ།    །རྣམ་མཁའི་སྒྲིང་པོ་བྱམས་པ་ཀུན་ཏུ་བབང་།    །  
ཉེ་བའི་སྤྲས་ཆེན་བརྒྱད་ལེ།    །གང་ཞིག་ཕན་བདེ་ཐམས་  
ཅད་འབྱུང་བའི་བྱངས།                      །བསྟན་པ་རིན་ཆེན་ཕྱག་ཏུ་  
གཏད་པ་དེ།    །ཆོས་བཞིན་གྱི་དོར་མཛད་པའི་དབྲ་བཙམ་  
པ།    །གནས་བཏྲན་རྒྱལ་ཚབ་རྣམས་ལེ།    །རྒྱ་གར་པཥ་  
ཆེན་བོད་ལ་བཀའ་རྒྱུ་ཆེ།                      །པརྒྱ་འབྱུང་གནས་སྐྱུ་ལ་  
འདས་འབྱུངས་མེད།    །ད་ལྟ་ལྟོ་རུབ་སྤོན་པོའི་ཁ་གཏོན་  
མཛད།    །ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ་ལེ།    །ཤེས་བྱའི་མཁའ་ལ་  
མཁྱེན་རབ་དགྱིལ་འཁོར་རྒྱས།                      །མཛད་པའི་འོད་སྟོང་



གདུལ་བྱའི་སྒྲིང་ལ་ཕོག། །རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ཀུན་ནས་  
གསལ་མཛད་པའི། །དཀར་བརྒྱད་རིན་པོ་ཆེ་ལ་། །  
དཔལ་ལྡན་འཛིག་རྟེན་དབང་ཕྱག་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །ཅོད་  
པན་གཅིག་ཕུར་བྱུར་པ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ། །མཐའ་ཡས་  
འགོ་ལ་ཕན་བདེའི་བྱེད་པ་པོ། །དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའི་  
ཞབས་ལ་། །མི་ཕམ་པར་དཀར་པོ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ། །  
བསྟན་པའི་མངའ་བདག་པཎ་ཆེན་འགོ་བའི་མགོན། །  
སྟིགས་དུས་རྒྱལ་བ་གཉིས་པ་ཆོས་ཀྱི་རྗེ། །ངག་དབང་  
ལོར་བྱའི་ཞབས་ལ་། །རྒྱ་ཆེན་ཐུགས་རྗེའི་དབང་ཕྱག་  
གྲུབ་པའི་མགོན། །མི་ཕམ་ཆོས་ཀྱི་སྟུན་ཡངས་ཆོས་ཀྱི་

རྩེ། རྒྱལ་བ་རྒྱལ་མཆོའི་རྒྱལ་ཚབ་རིན་པོ་ཆེ། ཆོས་ཀྱི་  
རྒྱལ་པོའི་ཞབས་ལ་། དཔལ་ལྷན་གྱུ་བ་རིགས་ནམ་  
མཁའི་རྒྱན་ཤར་བཞིན། ལེགས་བཤད་འོད་ཟེར་འབྱུང་  
ཕྱག་འབྱེད་པ་ཡིས། སྐྱེ་དགའི་སྦྱིང་མུན་འཛོམས་ལ་  
འབྱན་བྲལ་བའི། བསྟན་པའི་ཉི་མའི་ཞབས་ལ་། །  
རྒྱལ་ཀུན་ཐུགས་རྩེའི་མཐུ་ལས་ལེགས་འོངས་ཤིང་། །  
དབང་གི་དབང་ཕྱག་གྲགས་པ་སྤྲལ་པའི་སྐྱེ། མཁའ་  
བཙུང་ལྷ་མཐུས་ས་གསུམ་འགྲོ་བ་འདྲེན། པད་དཀར་  
དབང་པོའི་ཞབས་ལ་། རྩོམ་གསུམ་མཛེས་པའི་སྐྱེ།  
མངའ་ཉེས་བྲལ་ཞིང་། ཟབ་རྒྱས་ཆོས་ལུང་གསུང་

གིས་འགྲོ་རྣམས་ཆོམ།      གླིབ་གཉིས་སྒྲིན་བྲལ་བྲགས་  
གྲིས་ཟབ་དོན་གཟིགས།      །ལྷ་དབང་སྒྲོ་གྲོས་ཞབས་  
ལ།      །འཛིག་ཏེན་དབང་ཕྱག་བྲགས་རྗེའི་རྒྱབས་སྤེང་  
དབུས།      །རྒྱལ་ཀུན་མཁྱེན་བཙུང་འདབ་སྤྲོད་རྒྱས་པ་  
ལ།      །ཕན་བདེའི་བྲི་བསྐྱེད་ཅི་ཡང་སྤྲོ་བའི་གཉིན།      །  
ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་ཞབས་ལ།      །མཁྱེན་པས་མ་རིག་  
མུན་པའི་ཆོགས་འཛུམས་ཤིང་།      །བཙུང་བས་གཞན་དོན་  
ཡལ་བར་མི་འདོར་བར།      །རྒྱས་པས་འདུད་དཔུང་  
འཛུམས་བྱེད་ལྷ་ཡི་ལྷ།      །ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ།      །  
ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་འཁོར་བ་ལས་སྒྲོལ་ཕྱིར།      །

འཆི་མེད་རྡོ་རྗེའི་སྐུ་མཆོག་རབ་བརྒྱུས་ནས། བློན་ལས་  
རྣམ་བཞིས་འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་པའི། ཇི་སྲིད་འཆོའིང་  
གཞུང་པར་གྱུར་ཅིག་གུ། །ཤེས་བྱ་ཀུན་གཟིགས་དག་  
ལེགས་དུ་མའི་དབྱིང་། །ཕས་ཚོལ་གཉིས་འབྱུང་ཆོགས་  
ཀྱི་གྲོང་འགོམས་པའི། །སྤྱོད་པའི་སེམས་དཔལ་ལྡན་དག་  
གི་དབང་། །བསྟན་འཛིན་རབ་རྒྱས་ཞབས་ལ་། །རྒྱལ་  
ཀུན་ཐུགས་རྗེ་གར་བསྐྱུར་དག་གི་དབང་། །འགྲོ་བ་  
རྣམས་ལ་ཀུན་དགའི་གཉིན་གཅིག་ལུ། །ཐེག་གསུམ་  
ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་རྩེར་སོན་པའི། །ཀུན་དགའ་རྒྱལ་  
མཆོན་ཞབས་། །གངས་ཅན་གྲུབ་པའི་དབང་ཐུག་མི་ལ་

མེའི།     |གསང་སྤགས་སྒྲན་རྒྱད་མཛོད་འཛིན་རྩམ་མཛོད་  
སྟོན།     |འགྲོ་དོན་སྦྱངས་ཕྱིར་གསང་སྤགས་རྣལ་འབྱོར་  
པ།     |ཤྲུག་གྲིའི་ཞབས་ལ།     |དུས་གསུམ་རྒྱལ་ཀུན་  
ཐུགས་མེ་འདུས་པའི་ཞལ།     |ཕུག་པ་ཕྲོའི་མེས་གཟུང་  
འབྲེལ་ཆད་ཀྱི།     |འགྲོ་ཀུན་སྐལ་བཟང་ལམ་ལ་འཛིག་  
མཛོད་པའི།     |ངག་དབང་དཔལ་བཟང་ཞབས་ལ།     |  
དཀར་བརྒྱུད་གྲུབ་དབང་ཡོངས་ཀྱི་དགོངས་པའི་  
བཅུད།     |ངེས་དོན་ཕུག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་བདུད་ཚིའི་རྒྱུ།     |  
གང་ཐུགས་གཉུག་མའི་བུམ་པར་ལེགས་གཏམས་  
པའི།     |བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཆོའི་ཞབས་ལ།     |དཔལ་ལྷན་

འབྲུག་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤིང་ལ།                      །དབང་བསྐྱར་  
འཛིགས་བྲལ་སྒྲ་བའི་སེང་གེ་ཡི།                      །རྒྱལ་ཚབ་རིགས་  
བརྒྱའི་བྱབ་བདག་འཁོར་ལོའི་མགོན།                      །ཡེ་ཤེས་སེངྒེའི་  
ཞབས་ལ་།                      །མདོ་སྒྲགས་མང་ཐོས་ལུང་གི་སྤྱོན་  
འབྲིགས་ཤིང་།                      །མདོན་རྟོགས་བསྐྱབ་གསུམ་ལུས་ཀྱི་  
རྩལ་རྩོགས་ཏེ།                      །ཟབ་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་མཁའ་ལ་སྒྲ་སྒྲོགས་  
པའི།                      །དག་འདུན་རིན་ཆེན་ཞབས་ལ་།                      །སྤྲུལ་བཅས་  
རྒྱལ་བའི་བྱགས་རྩེ་གཅིག་བསྐྱུས་པ།                      །བྱག་ན་པརྩེའི་  
སྤྱོན་ལས་སྒྲོས་གར་ནི།                      །རིས་མེད་འགྲོ་བའི་རྩ་ལག་ཉིད་  
གུར་པ།                      །དམ་ཆོས་རྒྱལ་མཚན་ཞབས་ལ་།                      །བྱུང་པར་

ལྷོ་ལྷོ་ངས་ཡངས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་འདིར།      ཁོས་སྤྱོད་  
ལུང་གིས་འགྲོ་རྣམས་བདེར་འཆོ་བའི།      བཀའ་རྩོན་  
མཚུངས་མེད་ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་མེའི།      བརྒྱད་འཛིན་  
སྤྲེལ་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།      སྤྲེལ་སྤྲེལ་ཁམས་  
བཟང་བར་གསོལ་བ་འདེབས།      མཆོག་ཏུ་སྤྲེལ་ཆེ་རིང་  
བར་གསོལ་བ་འདེབས།      འཕྲིན་ལས་དར་ཞིང་རྒྱས་  
པར་གསོལ་བ་འདེབས།      སྤྲེལ་དང་འབྲལ་བ་མེད་པར་  
བྱིན་བྱིས་སྒྲོབས།      ཤན་བདེ་འབྱུང་བའི་གནས་གཅིག་  
ལྟ།      བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་པ་དང་།      བསྟན་པ་  
འཛིན་པའི་སྤྲེལ་བུ་རྣམས།      སྤྲེལ་ཆེ་རྒྱལ་མཆོན་བརྟན་



གུར་ཅིག། ཁོས་རྩ་ཆེན་པོ་སྒྲུ་ཡིས་ནི། རྟུག་བསྐྱལ་  
སེམས་ཅན་མཐར་བབྱིད་ཤོག། བསྐྱལ་པ་བྱེ་བ་བསམ་  
ཡས་སུ། ཁོས་སྟོན་མཛད་ཅིང་བཞུགས་གུར་ཅིག། །  
ཕྱག་འཆལ་བ་དང་མཆོད་ཅིང་བཞགས་པ་དང་། རྗེས་  
སུ་ཡི་རངས་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། འདོག་བ་ཅུང་  
ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ། བསམས་ཅད་བདག་  
གིས་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྟོའོ། ཞེས་པའི་ཐར་ཚུགས་རྣམས་ཀྱང་།  
བསྐྱོས་སྒྲུབ་འདིའི་སྒྲུབས་སེམས་ནི། སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་ཆོགས་  
ཀྱི་མཆོག་རྣམས་ལ། བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྒྲུབས་  
སུ་མཆི། བདག་གིས་བསངས་མཆོད་བབྱིས་པའི་

བསོད་ནམས་གྱིས།                      །འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་  
འགྲུབ་པར་ཞོག།      །ལན་གསུམ།      སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག།      །སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་སྟུག་བསྟུལ་དང་སྟུག་བསྟུལ་གྱི་རྒྱ་དང་  
བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།                      །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྟུག་  
བསྟུལ་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།                      །  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་སྟུག་གི་རྒྱ་ཆགས་སྤང་ནི་  
རིང་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྟོམས་ཆེན་པོ་ལ་ཡུན་རིང་དུ་  
གནས་པར་གྱུར་ཅིག།      །ལན་གཅིག།      །མཆོད་རྗེས་ནམས་ལ་ཆབ་སྒྲུབ།  
ནམ་མཁའ་མངོན་གྱི་ཕུག་རྒྱ་བཙས།      །ཨོ་སྐྱ་བིད་ཕུར་ཕུར།      །སུ་

ར་སུ་ར།    ཡ་ཕར་ཡ་ཡ་ཕར་ཡ་ཉོ་བཟླ་སྤ་ར་ཁའི་སྤྲུ།

ལན་གསུམ།    ཞེས་བཟློང་མགོན་ཉམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི།    ཡིད་དགའི་མཆོད་ཐུས་

མཁའ་བྱུང་བསམ།    རྩ་སིལ་གླིང་བུ་དུང་སོགས་དང་།    སྒྲན་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་འདི་

སྐད་གྱེར།    གཉིས་པ་བདག་བསྐྱེད་ནི།    གཤམ་པ་བརྟུང་།    རྒྱུ།    གྱེ།    གྱེ།    གྱེ།

དག་པོས་བཟུང་བུལ་བའི་དབྱིངས།    ལྷན་གྱུང་མ་

འགགས་འཆར་

སྐྱེའི་དབྱིངས།    ར་བར    ལམ་ཉམ་ཉིད་བྱུགས་ཐེའི་སྐྱོང་ལས་

སྤྱོད།    བདག་ཉིད་པར་འབྱུང་གནས་སྤྱོད།    རྟུང་བཟུང་བྱོ་

བའི་ཉམས་ལྷན་པར།    རྟུང་ལ་པད་ལྷན་ལྷན་ལྷན་

གསོལ།    བཟུང་བཟུང་དང་ཆོས་གོས་བཞེས།    རྩ་ཐེ་

བདུད་ཅིའི་བོད་པ་བསྐྱམས།      །ཁ་རྩྭ་གཞི་ཕྱག་གཡོན་  
བཀའ།      །རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་རོལ་པས་བཞུགས།      །  
གཡས་སུ་ལྟ་ལྟམ་མཚུངས།      །སྡོ་སངས་གྲུབ་པའི་རྣལ་  
འབྱོར་མ།      །གཡོན་དུ་མཁར་ཆེན་མཆོ་རྒྱལ་བཟའ།      །  
དཀར་མོ་གཉིས་ཀའང་བདུད་ཅི་འབུལ།      །སྐྱ་གསུང་  
བྱགས་ལ་ཨོྩཱུཾ་ཧྱཱི།      །དེ་ལས་སྦྱན་འདྲན་འོད་བཟར་  
འཕྲོས།      །རོལ་པ་བཞུགས་བྲེལ་ལེན།      །ཀྱི་      །འདི་ནས་ཉི་མ་སྟོ་  
ཏུབ་མཆོམས།      །རྩ་ཡབ་སྤིང་གི་ཡུལ་གྱི་དབུས།  
བྲེལ་      །བྲངས་མདོག་དཔལ་གྱི་རི་བོའི་ཕྱེའི།      །པར་འོད་  
གྱི་གཞལ་ཡས་ནས།      །བྲེལ་བར་      །སྤོན་པོ་བྲིམས་ལ་

འགོད་པའི་རྒྱལ།      །པརྩ་ཐོད་ཐོད་རྩལ་ཡབ་ཡུམ།      །  
འཁོར་དུ་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོས་བསྐྱོར།      །འཇའ་དང་  
འོད་དུ་ཕུ་རུ་རུ།      །དད་པས་སྦྱོན་འདྲེན་ཚུར་གཤེགས་  
ལ།      །གནས་མཆོག་འདི་རུ་བྱིན་ཅིག་ཕོབ།      །སྦྱབ་  
མཆོག་བདག་ལ་དབང་ཞིག་བསྐྱར།      །མཐུན་ལྡན་  
ནམས་ལ་རུས་པ་བསྐྱེད།      །ཡབ་ལ་བརྩུང།      །ཀྱི་      །རིག་  
འཛིན་སྒྲ་མའི་ཆོགས་ཀྱི་ཇེ།      །དྲེལ་འཁོར་འཁོར་ལའི་  
དབུས་ཀྱི་མགོན།      །མ་མོ་མཁའ་འགྲོར་རོལ་པའི་  
ཡབ།      །པརྩ་འབྱུང་གནས་བྱིད་ལ་བསྐྱེད།      །སྦྱིན་  
གསང་བ་དེ་ཁོ་ནའི།      །མཆོད་ལྡན་ཅི་མཆིས་ཀུན་ཏུ་

བཟང་། མཆོད་པའི་སྤྱོན་ལས་གང་སྤྲུལ་པ། དེ་  
བཞིན་བདག་གིས་འབུལ་གྱིས་བཞེས། བློ་གམ་མེད་  
ནས་ད་ལྟའི་བར། བཅས་རང་ཁ་ན་མ་ཐོའི་སྤྲིག་ །  
བགྱིས་དང་བགྱིད་སྤྲུལ་ཡི་རང་བ། བམས་ཅད་ཁྱོད་གྱི་  
སྤྱོན་སྤྲར་བཤགས། དགོ་བ་བྱེད་ལ་རྗེས་ཡི་རང་། །  
ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བར་བསྐྱུལ། ཟླ་ངན་མི་འདའ་  
བཞུགས་སུ་གསོལ། དགོ་བ་བྱུང་ཆུབ་ཐོབ་ཕྱིར་  
བསྡོ། འཁོར་བཅས་བདག་དང་གཉིས་མེད་གྱུར། །  
ཨྀ་ཨྀ་འགྲུགས་བྱེད་ལྷགས་ཀྱི་འཕྲོས། སྐབ་ལ་བརྟུང་།  
ཀྱི། ཀུན་བཟང་ཐུགས་རྗེ་རོལ་པའི་ཆོ། ཀུན་བྱུང་སྒྲ་

མ་རིན་པོ་ཆེ།                      །བརྟན་གཤམ་འཛུལ་མི་བད་  
པས།      །བྱིན་རྒྱ་བས་ཡ་མཚན་འབྱེད་པར་མཛད།      །  
ཁམས་རྒྱ་ག་དག་པའི་སྒྲུང་བརྟན་ལ།      །ཞི་བ་དང་ནི་བློ་  
ཆགས་ཀྱི།      །རྒྱལ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་ཀུན་ཤར་ནས།      །  
མཆོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་སྟོལ།      །འབྱུང་ལྔའི་  
བད་པ་གཞིམ་མེད་སྒྲ།      །གསང་སྒྲ་གས་རིག་སྒྲ་གས་  
གཟུངས་སྒྲ་གས་དང་།      །སྟོང་པོའི་ཆོས་ལུང་སྒྲ་ལ་བ་  
བཞིན།      །རང་རང་སེ་སེའི་སྒྲ་དུ་གྲགས།      །རྒྱ་ཁྱིེ་དབུ་  
མར་རེངས་པའི་གཟུགས།      །ས་གསུམ་རོལ་པའི་  
ཆོགས་ཀྱི་མཆོག      །མཁའ་གྲོ་མ་ཡི་རྩ་བ་སྟོལ།      །ཕྱི་



ནང་གསང་བའི་བར་ཆད་སེལ། རྒྱབས་གྱི་དམ་པ་བྱེད་  
ནམས་ལ། རག་ཉིས་སུ་མེད་པར་སུ་རྒྱབས་པ། དེ་ནི་  
སྟོབས་ཆེན་བདུད་བཞིའི་གཡུ་ལ། མཉམ་ཉིད་རིག་  
པའི་ངང་དུ་འཛོམས། དེ་ཕྱིར་དེང་ནས་བྱེད་ནམས་  
ལ། མི་ཕྱེད་སྟོ་ཡིས་བདག་རྒྱབས་གྱིས། བདེན་མིན་  
རྩུན་མིན་ཐུགས་ལྟོ་འདེམས། མཆོན་པའི་རྩལ་པས་འདིར་  
གཤེགས་ཤིག ལབ་པ་བདུད། གྱི་ དགོན་མཆོག་  
གསུམ་པོ་འདུས་པའི་དབྱིད། རྗེ་རྗེ་སྤོང་པོ་བྱེད་  
ཀྱིས། མཐུ་ཀུ་ལ་ཕྱག་བཞི་པ། རྒྱལ་པའི་ཞིང་སྟོང་  
ཆེན་པོར་སྦྱང་། ལྟོ་རྒྱུ་ བྲག་འཕྱང་ཆེན་པོའི་ཆོགས་གྱི་

ཇེ། །འཛིགས་བྱེད་ཁྱོ་བོ་སྟོ་བའི་གཞི། །སྟོར་བའི་ཡུམ་  
ནི་ཙྰ་ཀ། །སྟུགས་བདག་ཆེན་མོ་རལ་གཅིག་མ། ལྟོང་  
།འདོད་པའི་ཁམས་ལ་དབང་སྟུར་ཆེ། །དཔལ་ལྡན་དུང་  
སོལ་ལྟ་མོར་གྲགས། །དུང་སྟོང་རེ་ཉི་མཆེད་བཞི་  
དང་། །དམག་བྱོར་རང་བྱུང་རྒྱལ་མོ་སོགས། ལྟོང་ལྟོང་  
།དབྱིངས་ཀྱི་མ་མེ་ཅིར་ཡང་ཏུ། །འགྲུགས་བྱེད་གསོད་  
བྱེད་སྟོལ་བྱེད་དང་། །རྫོང་རིན་ཆེན་པདྨ་དང་། །ལས་  
དང་ཕྱ་མེན་སྟོ་སྟོང་བཞི། །སྟོང་པའི་མ་མོ་ཡོངས་ཀྱིས་  
བསྟོར། །འབྲིལ་བའི་ཡུམ་ནི་མཁའ་འགྲོ་དུག །གའོད་  
ཅན་བརྒྱད་པོ་དག་ཀྱང་འཕྱུལ། །ཡིད་ལ་འདོད་པ་རྣམས་

སྟེར་ལ། །བཀྲ་ཤིས་ཆེ་རིང་མཆེད་ལྟར་སྒྲུང་། །དམ་  
ཆེག་ཅན་གྱི་མགོན་སྐྱབས་ལ། །བོད་ཡུལ་ལྟན་ཅིག་  
སྐྱེས་མ་སྟེ། །རྫི་རྫི་གཡུ་སྒྲོན་མར་ཡང་གྲགས། ། །  
བོད་ཁམས་དཀར་པོ་སྒྲོང་བ་ལ། །བརྟན་མ་བཅུ་གཉིས་  
དག་རྩ་ཤར། །དཔལ་གྱི་ལྷ་མོ་རྩ་བ་ལ། །རྫི་རྫི་སྒྲ་ཡོན་  
རབ་བརྟན་མ། །འཛིག་རྟེན་ཁམས་གྱི་མོ་རྒྱུད་ཀུན། །དེ་  
ཡི་བཀའ་སྒྲོང་པོ་ཉ་མོ། །དཔལ་ལྷན་མགོན་པོ་འཛི་སྒྲོན་པོ་  
ནི། །ལེགས་ལྷན་ནག་པོ་ཆེན་པོ་སྟེ། །བྱ་རོག་གའོང་  
ཅན་འཛིགས་པར་སྟོན། །མཆེད་ནི་གསུམ་བཅས་  
གསང་བའི་བྱ། །དེ་ནི་ལྷ་དམག་དབུགས་འབྱིན་ལ། །

གྲི་གྲུག་རྩེ་སྒོན་འབངས་སུ་མཛོད།      །ཕས་གྱི་དམག་  
དཔུང་འཛོམས་པ་ལ།      །བེང་ཆེན་ཐོགས་པར་སྐྱལ་པ་  
ཡིན།      །སྐྱེ་གསུངས་སྐྱེ་གསུངས་བསྐྱེ་གསུངས་ཀྱི་གཤེད།      །  
མ་ཉིང་ནག་པོ་ཆེར་ཡང་སྒྲུང་།      །གཞན་ཡང་གུར་གྱི་  
མགོན་པོ་དང་།      །ཕྱག་རྒྱ་པ་དང་ཨ་གྲོ་ར།      །རྩེ་བཙན་  
སེང་གོ་སྐྱེ་གསུངས་ཀྱི་དང་།      །སྐྱོག་ཏིག་ཏུ་ཡུང་བེར་ནག་  
གྲོན།      །སྐྱེ་དང་གསུང་དང་ཕྱགས་དང་ནི།      །ཡོན་ཏན་  
ཕྱིན་ལས་མགོན་པོ་འཛིན་གསུངས།      །སྐྱེ་མཛོད་ཕྱག་མཛོན་  
མ་ངེས་པ།      །ཅིར་ཡང་རྩེ་འཕྱུལ་སྐྱོབས་ལས་འབྱེད།      །  
ལས་མཛོད་མགོན་པོ་ཞལ་བཞི་པ།      །ཞིང་སྐྱོང་སེང་གོ་འཛིན་

གཤོང་པར་བསྟན།                      མ་རྟེ་བྲོས་པའི་མགོ་ཡང་  
འགར། ཁིན་ར་མ་དང་ནི་རོལ། རུས་མཆན་སྤོན་པོ་  
པོ་ཉར་བསྟུལ། སྡེ་བརྒྱད་དམག་ཆོག་ས་དབྱ་ལ་སྟོ། །  
བྱབ་འཇུག་ཆེན་པོ་རྒྱ་རུ་ལ། འཇིག་ས་བྱེད་དེག་ས་པའི་  
དཔོན་རུ་བསྟོས། ཁྲུ་སྤོན་གཤོང་མོ་གཟའ་ཆེན་  
བརྒྱད། སྐར་མའི་ལྷ་ནི་དེ་ཡི་བྱན། དབྱ་བོའི་སྟོག་ལ་  
རམ་བས་བྱེད། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་རྣམ་བཤམ་སྤྲུལ། བྲོས་  
པ་གཞོན་སྤྱོད་བྲག་རལ་ཅན། ཞོར་རྒྱུན་མ་དང་རྟག་རུ་  
སྟོར། རྟ་བདག་ཡུམ་བཅས་བརྒྱད་ལ་སོགས། བོས་  
སྟོན་ཅན་ནི་ཐམས་ཅད་འཁོར། ཁེར་ཆགས་ཡོངས་གྱི་

དག་ལྟ་སྟེ། རྟོ་ཕྱོགས་དུར་བྱོང་ཙུང་འུའི། གཤེན་  
 རྩེའི་རྒྱལ་པོ་ཡུམ་དང་ནི། གཤེད་བཞི་གཤེན་རྩེའི་པོ་ཉ་  
 རྣམས། དམ་ཉམས་གསོད་པའི་གཤེན་པར་  
 བསྐྱགས། སྐབ་པ་བརྟུང་། གྱེ། རྒྱལ་པོ་སྐྱ་ལྟ་ཡུམ་ཆེན་  
 ལྟ། རྩོན་པོ་ལྟ་དང་སྐྱལ་པ་ལྟ། ལས་མཁན་གསོད་  
 རྩོན་ཙུང་མ་ར། འཁོར་གྱི་རུ་འདྲན་སྟེ་བཞིར་བཅས། ཨྱ  
 རྩོལ་གིང་ཆེན་པོར་བྱིན་གྱིས་བརྟུངས། རྩེགས་པའི་  
 ལྟ་དཔོན་སུམ་ཅུ་དང་། རྩེགས་པ་བཙུང་བརྟུང་བཀའ་ལ་  
 ཉན། རོ་ལངས་བརྟུང་དང་ནག་པོ་སྟོང་། ཨྱ ཤེན་  
 འབུམ་དང་མ་མེའི་སྟེ། ས་ཡ་གསོད་རྩོན་བྱི་དང་ནི། །

གཙང་རིས་མགོན་པོ་བདུན་ཅུ་ལྔ། ཁོ་ཉ་དུག་ཅུ་ཅུ་བཞི་  
དང་། ལྔ་བར །འཛིག་ས་བྱེད་དགུ་དང་སྤིང་མོ་བཞི། །མ་  
མོ་ཆེན་མོ་བདུན་རྒྱམས་དང་། །འབར་མ་བརྒྱད་རྒྱམས་  
བཀའ་སྤྲོད་ལགས། །བསེ་མཁར་གནས་པའི་མ་རུ་  
ཅེ། །བེག་ཅེ་མིང་སྤིང་ག་ཤམ་པས་བསྐྱོར། །ཤུན་ཕུ་  
རིར་གནས་པ་ཡི། །ཆོག་ས་བདག་སྤང་པའི་གདོང་པ་  
ཅན། །སྤྱེས་ཕུ་ཆེན་པོ་རྩེ་རྩེ་ལགས། །མཆེད་འཁོར་  
སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུའི་གཙོ། །དེ་ལྷེ་ཀོ་ཁི་ལ་དགའ་བའི། །  
སྒོན་ཁའི་རྩེ་བཙན་བཙན་གློང་ཆེ། །ཇག་པ་མེ་ལེན་ལ་  
སོགས་པ། །ཕྱི་ནང་གསང་བ་སྤྲས་པ་དང་། །བསྐྱོན་



སྤྱད་དྲག་པོ་སྤྲགས་དང་ནི།      རྟགས་ཤིང་ཆགས་དང་  
ལས་བྱེད་པའི།      །ལྷ་སྤྱིན་སྤྱེ་བརྒྱད་ཐམས་ཅད་འཁོར།      །  
དེ་ལྟའི་ཆོས་སྦྱོང་ཆེན་པོ་བྱོང་།      །སྤྱལ་པ་ཡང་སྤྱལ་ལས་  
མཁན་བཅས།      །རྫོ་རྫོའི་གདན་དུ་རྟག་པར་གནས།      །  
བསིལ་བའི་ཆལ་དུ་ཕོ་བྲང་བཏབ།      །དུར་བྱོང་ཆེན་པོ་  
བརྒྱད་དུ་རོལ།      །ཉི་ཤུ་ཅུ་བཞིའི་ཞིང་ན་དགེས།      །  
འཇིག་རྟེན་ཁམས་རྣམས་མཆོན་མོ་ཉུལ།      །ནང་པ་  
རྣམས་གྱི་དབྲག་ལྷ་སྤྱེ།      །ཁྱིེ་པ་རྣམས་གྱི་གཤེད་མ་  
ཡིན།      །དམ་པའི་གཙུག་ལག་མ་ལུས་སྦྱོང་།      །དམ་  
ཆོག་ཅན་གྱི་སྤྲད་བཞིན་འབྲང་།      །མནའ་བན་ཀུན་གྱི་

སྟོག་དབྱགས་འགམ།      ཁྱིང་བཙུ་ཚང་བའི་སྟིང་བྲག་  
འཛིབ། ཁྱག་པོའི་སྟོགས་རྣམས་རྒྱག་པར་བྱེད། ལས་  
ཀྱི་བཙུམས་པའི་ལས་རྣམས་འཛོམས།      དམ་ཙན་རྒྱ་  
མཚོ་བྱིད་ཐམས་ཅད། དད་པ་དང་ནི་དམ་ཆེག་གིས། །  
མཐུན་པའི་རྗེས་ལ་སྦྱུན་འདྲེན་གྱིས། ལ་ཐོགས་སྦྱར་དུ་  
གཤེགས་སུ་གསོལ། །ལ་བརྟུང་ནས་ཕབ་བཞག་རེལ་བྱའོ། །ཀྱི་  
མཐོ་བ་སྟིང་པའི་ཕྱེ་མོ་ནས།      དམའ་བ་མནར་མེད་  
ལྷགས་ཀྱི་གཞིའི།      ལར་དུ་གནས་པ་འབྱོན་འོས་  
ཤིང་། ཁོམ་པ་མིང་དུ་མ་འཆལ་བ། ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
ནི་འབོད་ལགས་སོ། །བར      ལ་བདག་རྗེ་སྟོན་བཙུ་བཞི་

དང་། འཕྲིན་ལྷན་ཆེས་དུས་དག་ལ། ལམ་གཞི་ད་  
དབང་བྱེད་ཐམས་ཅད་དང་། ཡུལ་རྒྱལ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་  
ཁམས་ཀྱི། སྲིད་པའི་ལྷ་རབས་མཆེད་དགུ་དང་། རྩེ་  
ཡི་མགུར་ལྷ་བརྩ་གསུམ་དང་། འབངས་ཀྱི་སྲོག་ལྷ་  
བརྩ་གཉིས་སོགས། ལྷ་སྲིན་གཉིས་པོ་ཐམས་ཅད་  
དང་། དཔལ་གྱི་ལྷ་ས་བསམ་ཡས་སོགས། ཆེས་  
གཞི་ཇི་སྟེད་སྟེད་རྣམས་དང་། བྱུང་པར་གང་བ་བཟང་  
པོ་དང་། མི་སྡེ་རྒྱ་སྡེ་སྡེ་བདུད་པ། རྩི་བོ་རྩི་བོ་རག་  
མའི་བཙན། དེ་དག་ལ་སོགས་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི། །  
གདན་ས་དབེན་གནས་སྐྱུང་རྣམས་དང་། བྱུང་པར་

ཡུལ་ཁམས་འདི་ཉིད་ཀྱི།    ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་ཐམས་  
ཅད་དང་།    ཤོ་ལྷ་དབྱ་ལྷ་ཞང་ལྷ་དང་།    ཁོར་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་  
ལ་སོགས་པའི།    མགོན་རྒྱལ་ས་སྟོངས་གོགས་བྱེད་  
པའི་ལྷ།    ཐམས་ཅད་མ་ལུས་འདིར་གཤེགས་  
ཤིག    གྱི།    པར་རྒྱ་གཞི་སྒྲུལ་བུའི་སྟེང་།    རིན་ཆེན་  
རྣམ་པ་ལྷ་བརྩིགས་པ།    བྱིན་པ་ཐམས་ཅད་ས་ལེ་བ།    །  
འཛམ་བུ་གསེར་གྱི་བ་གམ་བསྐྱོར།    གཤམ་ཡི་གདུང་  
ནས་མུ་ཏིག་གི།    རྩ་བ་རྩ་བྱེད་མཛེས་པར་སྒྲེལ།    བྱི་  
རོལ་འཕྱང་བའི་མར་གད་ཀྱི།    བྱ་འདབ་དངུལ་གྱི་ཤར་  
བུས་བརྒྱན།    སྟེང་དུ་ཟླ་ཤེལ་ཕུ་ཤུ་ལ།    གདུགས་

དང་རྒྱལ་མཚན་བ་དན་སོགས།      མཛེས་པའི་རྒྱན་ཆ་  
ཀུན་གྱིས་སྤྲས།      རྒྱ་ཕུགས་འཕར་མ་བདུན་བཅེགས་  
ལ།      སྤྲ་མཁོད་སྟོམས་བར་དུ་སྤྱང་།      བྱིན་པ་ལོགས་  
ནི་དབང་པོའི་གཞུས།      ཅི་དགུ་རི་མོའི་གཟུགས་སུ་  
བྲིས།      མཐིལ་ནི་གསེར་གྱི་མིག་མངས་རིས།      བེ་རྩྭ་  
ཡི་མཐིང་ཞལ་ཅན།      ཞོར་བུའི་སྒྲ་བྲེ་ཕུབ་པའི་འོག      །  
རིན་ཆེན་བྲི་གདན་ཡིད་འོང་ལ།      དཀོན་མཆོག་སྤྱི་ཞུའི་  
མགྲོན་རྣམས་དང་།      ཞི་བའི་ལས་ལ་དབྱེས་རྣམས་  
བཞུགས།      གྱི་      གུ་གསུམ་མཐིང་ནག་འབར་བའི་  
གློང་།      མ་ཏྲ་རུ་ཏྲ་བསྒྲལ་བའི་གཞིར།      གནམ་ལྗུགས་

ཉུན་དང་བྲག་ཞག་གིས།      བྲོད་པ་སྐམ་རྩོན་བརྩེགས་  
པའི་མཁར།      སྟེང་དུ་ཞིང་གི་བྲོག་ཕུབ་པ།      ལོགས་སུ་  
རྒྱ་རྩོན་མཁའ་མ་སྟེང་།      རང་བྲོལ་མགོ་བོའི་སྟེང་བས་  
བརྒྱན།      བྲག་ཞག་གྲང་པ་འབྲུག་པའི་མཚོ།      བམ་  
ཆེན་ཀེང་རུས་བརྩེགས་པའི་བྲིར།      མགོན་པོ་ཡོན་ཏན་  
མགོན་ལ་སོགས།      མངོན་སྟོན་ལས་ལ་དབྱེས་རྣམས་  
བཞུགས།      གྲུ་      བྱིན་རྒྱ་བས་རྩ་བ་སྤུམ་དང་།      །  
དངོས་གྲུབ་འབྱུང་བའི་ཡི་དམ་ལྷ།      བྱིན་ལས་མཛད་  
པའི་མཁའ་འགོ་དང་།      བར་ཆད་སྟུང་བའི་དམ་ཅན་  
དང་།      མགོན་རྒྱ་བས་སྟོངས་གོགས་བྱེད་པའི་ལྷ།      །

བསྟོད་འོས་ཀྱི་ལ་ཕྱག་བཞུགས། །བྱམ་གསོལ་ནི། གྱེ།  
འཛིག་རྟེན་པ་དང་མཐུན་འཇུག་ཕྱིར། །བྱིན་གྱིས་  
བརྒྱབས་པ་སྟོས་གྱི་ཆུ། །དཀར་སྒྲོལ་མ་དམར་སྒྲོལ་  
བྱི། །སྒྲོལ་སྒྲོལ་ཕྱག་ས་ལ་བྱམ་སྒྲོལ་འབྱུང་། །བྱམ་སྒྲོལ་ནི།  
བྱམ་པ་སྒྲོལ་གྱི་ཡིག་འབྱུང་གང་བར་འབྱུང་། ཨོ་ཡེ་  
ཏྲུ་སྒྲོལ་སོགས་ལན་བདུན་ལས་མི་ཉུང་བར་བརྒྱས་ལ། ཡིག་འབྱུང་འོད་དུ་ཞུ་  
ནས་བྱམ་པ་འཛི་ཆུར་བྱུང་། རང་གི་སྒྲིང་ག་ནས་འཕྲོས་  
པ་འོད་ཟེར་གྱིས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དང་སྒྲོལ་མོ་  
ནམས་སྒྲོལ་དངས་དེ་ནམས་གྱིས་བྱམ་པ་འཛི་ཆུས་བྱམ་  
མཛད། བཀྲ་ཤིས་གྱི་སྒྲུ་དང་སྒྲོལ་ཆོགས་པ་འཛི་རོལ་མེའི་སྒྲུ་



ལ་སོགས་པས་མཆོད་པར་འགྱུར། ལྟོ བམས་གསུམ་  
ཀུན་གྱིས་ཕྱག་བྱས་པ། བསང་བ་གསུམ་གྱི་གནས་  
ལས་བྱུང་། དབང་བསྐྱར་བ་ནི་རྫོང་ཆེ། མི་ལྟོག་པ་  
ཡི་བྱས་གསོལ་ལོ། ཨོ་སྐྱ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་ཨ་གྱི་ཤི་ཕུ་རྩྱ།  
རི་ལྟར་བལྟམས་པ་ཙམ་གྱིས་ནི། ལྟ་རྒྱམས་གྱིས་ནི་  
བྱས་གསོལ་ལྟར། ལྟ་ཡི་ཁུ་ནི་དག་པ་ཡིས། དེ་  
བཞིན་བདག་གིས་སྐྱབྱབྱས་གསོལ། ཨོ་སྐྱ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་  
ཨ་གྱི་ཤི་ག་ཏ་སམ་ཡ་གྱི་ཡེ་རྩྱ། གཟུགས་གྱི་ཕུང་པོ་  
རྒྱུ་དག་ཅིང་། ཉོན་མོངས་གཏི་མུག་སྦྱོང་བྱེད་པ། །  
ཆོས་གྱི་དབྱིངས་གྱི་ཡེ་ཤེས་གྱི། དཔལ་ལྷན་སྐྱ་ཡིས་

བྱུང་གསོལ་ལོ། །ཨོྲི་སར་ནེ། ཆོར་བའི་ཕུང་པོ་རྒྱམ་  
དག་ཅིང་། ཉོན་མོངས་ང་རྒྱལ་སྦྱོང་བྱེད་པ། ཁམ་ཉམ་  
པ་ཉིད་གྱི་ཡེ་ཤེས་གྱི། དཔལ་ལྷན་ཡོན་ཏན་བྱུང་  
གསོལ་ལོ། ཨོྲི་སར་ནེ། ། འདུ་ཤེས་ཕུང་པོ་རྒྱམ་དག་  
ཅིང་། ཉོན་མོངས་འདྲོད་ཆགས་སྦྱོང་བྱེད་པ། སོ་  
སོར་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱི། དཔལ་ལྷན་གསུང་གི་  
བྱུང་གསོལ་ལོ། ཨོྲི་སར་ནེ། འདུ་བྱེད་ཕུང་པོ་རྒྱམ་  
དག་ཅིང་། ཉོན་མོངས་སྐྱབ་དོག་སྦྱོང་བྱེད་པ། བྱ་བ་  
ནན་ཏན་ཡེ་ཤེས་གྱི། དཔལ་ལྷན་འཕྲིན་ལས་བྱུང་  
གསོལ་ལོ། ཨོྲི་སར་ནེ། རྒྱམ་ཤེས་ཕུང་པོ་རྒྱམ་དག་

ཅིང་། ཉོན་མོངས་ཞེ་སྒྲིང་སྒྲིང་བྱེད་པ། ཁེ་ལོང་ལྟ་  
བུའི་ཡེ་ཞེས་གྱི། དཔལ་ལྷན་ཐུགས་གྱི་བྱས་གསོལ་  
ལོ། ཞེས་སྟེ། སྒྲིན་ཆོ་བཙམ་ལྷན་འདས་གྱི་སྒྲིན་སྒྲི  
རུ། ཆོས་བཞིན་སྒྲུབ་པ་མཛད་པའི་གང་བཟག་ལ། །  
བར་ཆད་སྒྲིང་ཞིང་སྒྲིང་བར་ཞལ་བཞེས་པའི། ཆོས་  
སྒྲིང་སྒྲིང་མ་རྣམས་ལ་བྱས་གསོལ་ལོ། ཞེས་སྟེ་ཏ་ཐུ  
ག་ཏ་། མཐོ་བ་སྤྱིད་པའི་ཅེ་མོ་ནས། དམའ་བ་མནར་  
མེད་ལྟགས་གྱི་གཞིའི། བར་དུ་གནས་པ་ཐམས་ཅད་  
ལ། གྲིབ་གསལ་དམ་པས་བྱས་གསོལ་ལོ། ཞེས་  
སྟེ། གཤེད་ཀ་ཞོར་བུ་འབར་བའི་འོད་བེར་གྱིས། །

སའོག་མུན་པའི་ཆོག་ས་རྣམས་འཛམས་མཛད་ཅིང་། །

བསྟན་ལ་རབ་དགའ་མཐུ་སྟོབས་བསམ་མི་བྱབ། །ལྷ་

ཀྱལ་འཁོར་དང་བཅས་ལ་བྱས་གསོལ་ལོ། །ཨོ་

སཱེ། །ཆོ་རིང་མཆེད་ལྷ་བསྟན་སྟོངས་བཅས། །

གངས་ཅན་གནས་པ་ཐམས་ཅད་དང་། །བྱད་པར་ཡུལ་

ཕྱོགས་འདིར་གནས་པའི། །ལྷ་ལྷ་གཞི་བདག་རྣམས་ལ་

བྱས་གསོལ་ལོ། །ཨོ་སཱེ། །ཇི་ལྟར་དམ་པ་ཏོག་

དཀར་དགའ་ལྷན་ནས། །ལྷ་མཛེས་ལྷམས་ནས་

བལྟམས་ཏེ་བྱས་གསོལ་ལྟར། །སྐྱ་གདུང་རིང་བསྐལ་

ཇི་མ་མེད་པར་བཅས། །སྤུལ་སྤུ་ཡིད་འོང་རྣམས་ལ་

བྱུང་བ་སོལ་ལོ། །ཨོྫ་སྐྱེ་མཆོད་ཆུང་སྐྱེ་ལ་མཆོད་སྐྱེ་  
པ་མེད་པའི་གོས། །གཙང་ལ་དྲི་རབ་བགོས་པས་སྐྱེ་  
ཕྱིར། །ཨོྫ་རྩྱ་རྩྱ་རྩྱ་མཆོད་ཆུང་སྐྱེ་ལ་མཆོད་སྐྱེ་  
ན་ལེ་སྐྱེ། །ཉེས་ལྟུང་དྲི་མས་མ་གོས་ཤིང་། །རྒྱབས་  
ཆེན་སྐྱེད་པ་རྒྱུ་གས་པ་དང་། །ཉི་ལྟ་ལ་དང་མཉམ་པ་  
ཡི། །གོ་འཕང་ཆེ་འདིར་ཐོབ་པར་ཤོག། །ཨོྫ་ལེ་རྩྱ་  
སོགས་ལན་གསུམ། །ཨོྫ་སྐྱེ་ལ་རྩྱ་བཟོ་སྐྱེ། །ལན་གསུམ་གྱིས་མེ་  
ཉིག་འཕྱར། །མི་འགྱུར་ལྟན་པོ་སྐྱེ་ལི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །ཡན་  
ལག་རྩྱ་ལྟ་གསུང་གི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །མཐའ་བྲལ་  
འབྲུལ་མེད་ཐུགས་གྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །རྒྱལ་བའི་སྐྱེ་

གསུང་ཐུགས་ཀྱི་བྲག་ཤིས་ཤོག།      །མཚོད་པ་ནི།      གྱི།  
དབྱིབས་མཛེས་མདངས་མཚར་མཚུང་།      །དབུ་ལ་བཅིང་  
པའི་ཐོད་དུ་བཞུགས།      །ཅོན་དན་སྟོས་དཀར་ཙམ་ག་  
རུ།      །ནག་པོ་བསྐྱེགས་པ་སྟོམ་པར་སྦྱར།      །བརྒྱ་བྱེན་  
ཐོགས་པའི་ཞོར་བུའི་བྱེན།      །ལྷན་སེལ་མར་མེ་གཟིགས་  
མོར་ཆེ།      །བསམ་གཏན་ལྷ་ཡི་དག་བྱེད་ཆབ།      །ཐུགས་  
ལ་སིམ་པ་སྦྱེད་པའི་སྦྱེམས།      །རོ་བརྒྱ་ལྷན་པ་མཐོ་རིས་  
བས།      །ལྷགས་ཀྱིས་སྤང་བའི་དཔལ་དུ་ལྷགས།      །རྩ་  
སིལ་སྤིང་བུ་པི་ལྷང་གི།      །སྒྲི་སྒྲན་སྒྲུ་བཅས་སྒྲན་ལ་  
འཛེབས།      །གཟུགས་སྒྲི་རྩི་རི་རིག་བྱ་མའི།      །ལྷ་མོ་

བཞིན་མངོས་གར་གྱིས་རོལ།    |འཁོར་ལོ་ནོར་བུ་རྩ་སྒྲིང་  
སྒྲོན།    |བཙུན་མོ་དམག་དཔོན་མདུན་དུ་འབྱིང་།    |བཟླ་  
ཤིས་ལྡན་ཐོག་ས་བུ་མོ་བརྒྱད།    |སྒྲེག་ཅིང་སྒྲེམས་པས་  
ལང་ཆོ་ངོམ།                      |རྒྱལ་མཆོན་བ་དན་གདུགས་སྟེབ་  
སྟེབ།    |འཕྱར་དར་སྤྱང་གཡོབ་སྤྱེ་ཕྱར་རྣམས།    |མཆོད་  
པའི་སྤྱོན་དུ་དེ་རིང་འབུལ།                      |བདག་གི་བསམ་དོན་  
འགྲུབ་པར་ཞོག།    |ཕབ་ལ་བརྟུང།    ཁྱང་།    གྱེ།    སྤྱེ་འཕྱུལ་སྤྱེ་  
ཆོགས་གཟུགས་བརྟན་ལ།                      |སྤྱེ་ཡི་རྩོུ་རྩོུ་ཞེས་སྤྱེ་  
བཏགས།    |གཞིམ་མེད་སྐད་ནི་ཐམས་ཅད་པ།    |གསུང་  
གི་རྩོུ་རྩོུ་ཉིད་དུ་གཞག།    |ཕྱོད་སྤྱེས་རྣམ་པ་མ་ལུས་པ།    |



ཐུགས་གྱི་རྩེ་རྩེར་འཆལ་བའི་ཕྱིར།      །དེ་ནི་འགྲོ་བའི་  
ཁམས་རྩེས་འབྲང་།      །ནམ་མཁའི་ཕ་མཐས་མཆོན་པ་  
ཙམ། །གཞན་པས་གསང་བ་བསྟུང་མི་བཟོད། །དེ་ཕྱིར་  
བསམ་མི་བྱབ་པ་ཉིད།      །མི་བད་རྒྱུན་གྱི་འཁོར་ལོའི་  
མཛོད། །ཆོས་རྣམས་ཀུན་གྱི་རང་བཞིན་ཏེ། །རང་གི་  
སེམས་དང་གཉིས་མིན་པར།      །བཞུགས་ཀྱང་དམན་  
པས་མ་རྟོག་པར། །སྤྲེལ་དགོན་མཆོག་ཡི་དམ་དང་། །  
མཁའ་འགྲོ་མ་དང་ཆོས་སྦྱང་ཆེ།      །འཇིག་རྟེན་པའི་ས་  
རིགས་སུ་འབྱེད། །སྒོ་བྲོས་ཆེན་པོ་དེ་དག་ནི། །གཙུག་  
དང་ཐ་དད་གར་མི་འཛིན།      །བསྟོད་བྱ་སྟོད་བྱེད་བསྟོད་པ་

ནམས། ཇི་ལྟར་ཁུ་ལ་ཁུ་བཞག་ལྟར། རང་གི་རིག་  
པའི་ཡེ་ཤེས་ལས། བསྟོད་པའི་དམ་པ་གང་ན་  
མཆིས། འོན་ཀྱང་མ་བརྟགས་ཉམས་དགའ་བའི། །  
ཀུན་ཇོབ་ཙམ་དུ་བདག་གིས་ནི། ཁྲི་མཐུན་རྒྱུན་ནམས་  
འཛམས་པ་དང་། རྒྱུ་མེད་གཞོན་ལྷག་སྒྲིག་པ་ནི། །  
སྒྲིབ་སྦྱང་བྱེད་ལ་མཐུ་སྟོབས་ནི། འཆི་མེད་བདུད་རྩི་  
ཡུང་པོ་འདྲ། གང་གི་ཆོ་དཔལ་བསོད་ནམས་དང་། །  
སྟོབས་དང་མངའ་ཐང་ཇི་སྟེད་པ། ཆེས་ཆེར་རྒྱས་པར་  
མཛད་པ་ལ། ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་རྒྱལ་པོ་ཡིན། སྤྱིད་  
པའི་ཁམས་ཀྱི་དབང་པོ་ཆེ། སྦྱེས་པ་བུད་མེད་ལོངས་

སྤྱོད་དང་། །ཁ་ཟས་ཡིད་འོང་ཐམས་ཅད་ནི། །  
འགྲུགས་པའི་ལྷགས་རྒྱ་བྱེད་པར་མཐོང་། །བསྟན་པ་  
འཛིག་བྱེད་དག་བགོགས་རྣམས། །བསད་དབྱེ་བསྐྱད་  
མནན་བཅིང་དང་རེངས། །མངོན་སྤྱོད་དྲག་པོའི་ལས་  
རྣམས་ལ། །རྫོ་བའི་རལ་གྱི་ལགས་པར་འབྲུམས། །དེ་  
དག་ཆ་ཤས་ཙམ་ཞིག་སྟེ། །གཞན་དུ་ཡོན་ཏན་རྒྱན་  
བརྩེད་ན། །སྤྱིད་པ་ཉིད་དུ་འང་མི་བཅད་པས། །ཟབ་དང་  
ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེའོ། །ཕབ་པ་ལྟར་། །ཀྱི་ །སངས་རྒྱས་རྒྱུ་  
གཉིས་གཙོ་བོ་བདེན་པའི་མཆོག་ །དམ་ཆོས་འདོད་  
ཆགས་བྲལ་བ་བདེན་པའི་མཆོག་ ༩ །དག་འདུན་

ཆོགས་ཀྱི་ཞིང་སྟེ་བདེན་པའི་མཆོག་                      །བདེན་པའི་  
མཆོག་ནི་རྣམ་གསུམ་རྣམས་མཐུ་ཡིས།                      ༩   །དག་བྱེད་  
བསང་དང་གསེར་སྐྱེམས་གཏོར་མ་དང་།                      །དབྱེས་པའི་  
བརྒྱན་ནི་མགོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་ལ།                      །རང་རང་འདོད་  
པ་བཞིན་དུ་འབྱུང་བྱུང་ཅིག                      །༩་རྒྱུ་ནས་༩་རྒྱུ་ལེན།                      གྱི་  
དྲུག་ལ་འཁོར་བཞི་ཡི་ནང་ཞུགས་ནས།                      །གནས་སྐབས་  
བཞི་ཡི་སྒྲིབ་གཏོར་བྱེད།                      །དགའ་བཞིའི་ཡེ་ཤེས་  
བླགས་པ་ལས།                      །ལྷག་པའི་དག་བྱེད་ག་ལ་དགོས།                      །  
འོན་ཀྱང་ནམ་མཁའ་དབྱིངས་ལྷག་མ།                      །ས་ཁམས་  
སངས་རྒྱས་སྤྱན་མ་སྟེ།                      །ཁུ་ཁམས་རྫོང་རྫོང་སྤྱི་མ་གྱི།                      །མེ་

ཁམས་རྫོང་གོས་དཀར་མོ།      རྒྱང་ཁམས་དམ་ཆེག་  
སྒོལ་མ་སྟེ།      །ཡུམ་ལྷ་འདུས་ནས་བྱིན་བརྒྱབས་  
པས། །ཡུལ་ཞིག་ཆགས་པ་སྤྲོན་གྱི་ཡུལ། །ཐོང་ཞིག་  
ཆགས་པ་བལྟ་ན་སྟུག་། འི་ཞིག་ཆགས་པ་སྤྲོན་གྱི་རི། །  
འཆི་མེད་བདུད་རྩི་རི་སྣོད་པོ་འབྲུངས།      །དེ་དག་གི་བ་  
སེལ་བསངས་སུ་བྱས།      །དྲི་ཞིམ་ངད་པས་ནད་གྱི་  
རིགས། །སྟོང་ཕྲག་བརྒྱད་ཅུ་ཅུ་བཞི་སེལ། །མེ་ལྕེ་འོད་  
དུ་འབར་བ་ཡིས།      །ཉོན་མོངས་བརྒྱད་བྲི་བཞི་སྟོང་  
འཛེམས། །དུད་པ་མཁའ་ལ་ཆགས་པ་ཡིས། །ཆོས་  
ཕུང་བརྒྱད་བྲི་བཞི་སྟོང་མཆོན།      །འོ་ལ་ཕབ་བཅད་བཞག་། །ཀྲི་

སྒོམ་གྱི་བསྐྱལ་པའི་དང་པོ་ལ།                      སྤྱིད་པའི་མེས་པོ་  
ཆངས་པ་དེས།      །དག་བྱེད་འབར་བའི་མེ་ལ་བྱས།      །  
འདོད་དགུ་ཐམས་ཅད་དེ་ལས་བྱུང་།      །དེ་ནས་བར་གྱི་  
བསྐྱལ་པ་ལ།      །དཔལ་གྱི་བསམ་ཡས་བཞེངས་པའི་  
ཆེ།      །ལྷ་སྤྱོད་གཉམ་པོ་རྒྱུད་འབྲུགས་ནས།      །ཉིན་མོ་  
བརྩིགས་པ་རྒྱབ་མོ་བཞིག      །དགོ་བའི་ལས་བརྩམས་  
མཐར་མ་ཕྱིན།      །དེ་དུས་གདུག་པ་འདུལ་སྤང་དུ།      །རྩི་  
སྒོམ་འབངས་རྣམས་གྲོས་བྱས་ནས།      །རྒྱལ་སྤྲས་པར་  
སྒྱུན་བྲངས་བྱོན།      །སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཐབས་མཁས་  
པས།      །བསངས་དང་གསེར་སྐྱེམས་གཏོར་མ་དང་།      །

དགྲེས་པའི་བརྒན་ནི་ཅི་ཡང་མཛད། །ཕལ་ཆེར་དེ་ཡིས་  
གཞོད་སེམས་ནི། །ཏ་ཅང་མི་བསྐྱུན་རྣམས་པས་  
བརྟུལ། །ཀྱི། ད་ལྟ་བསྐྱལ་པའི་མཐའ་མ་ལ། །ལྟ་  
འདྲེ་མི་གསུམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །འཁོན་འཛིན་ཕྱག་དོག་  
སེལ་བའི་ཐབས། །གཙང་བཙོག་ངན་པ་སེལ་བའི་  
ཐབས། །རྒྱུན་ངན་བར་ཆད་སེལ་བའི་ཐབས། །སྤྱང་མ་  
ལས་ལ་བསྐྱལ་བའི་ཐབས། །ཁང་བྱིམ་མི་གཙང་སེལ་  
བའི་ཐབས། །ཆོ་སློག་སྤྲིང་བརྟན་པའི་ཐབས། །  
གཟའ་སྐྱར་ངན་པ་སེལ་བའི་ཐབས། །གཞི་དང་གནས་  
ལ་སྤྲོད་པའི་ཆོ། །མཐུན་རྒྱུན་འབྱོར་བ་སྤེལ་བའི་



ཐབས། བྲག་རིང་བྲེས་སུ་འགྲོ་བའི་ཆོ། རོན་རྣམས་  
ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པའི་ཐབས། རྟེན་རིང་བསངས་ཀྱི་  
མཆོད་པ་འབུལ། རོལ་ཐབ་བཞག་རོལ་བྱ། ཀང་། ཀྱི། བདུད་  
ཅི་ཅན་ཤིང་དུད་པས་བསངས། གསེར་ལོ་འབར་བའི་  
སྟག་མས་བསངས། གཡུ་ལོ་འབར་བའི་སྟག་མས་  
བསངས། དུང་ལོ་འབར་བའི་བ་ལུས་བསངས། །  
འཆོང་ལོ་འབར་བའི་སུ་ལུ་བསངས། བར ཡུ་ཤུ་ཤུག་  
པའི་དུད་པས་བསངས། རྩི་བབང་སྟོས་དཀར་དུད་  
པས་བསངས། ཡུ་རུ་ར་ཡི་དུད་པས་བསངས། མ་  
རུ་རུ་རྩི་དུད་པས་བསངས། སྟོས་མེ་རྩི་ཞིམ་དུད་པས་

བསངས། །ནམ་མཁའི་སྒྲིང་པོ་གཡུ་ཡིས་བསངས། །  
རི་རབ་སྒྲིང་པོ་མཆོང་གིས་བསངས། །རྒྱ་མཆོའི་སྒྲིང་  
པོ་དུང་གིས་བསངས། །ས་ཡི་སྒྲིང་པོ་གསེར་གྱིས་  
བསངས། །ཤིང་ཐོག་སྒྲིང་པོ་མངར་གྱིས་བསངས། །  
འབྲུ་ཡི་སྒྲིང་པོ་ཆང་གིས་བསངས། །ཡུར་མོ་སྒྲ་ཅི་ཆོར་  
ཤིང་དང་། །སྤྱུ་མར་འོ་སྒྲོམ་ཁྲི་བཟང་དང་། །སྒྲོམ་དང་  
ཤ་ཆང་ཡུད་གྱིས་བསངས། །ཕབ་ུ་བརྟུང་། ཀང་། གྱི་  
ཁྲིན་ཅན་རྩ་བའི་སྒྲ་མ་ནས། །རྫི་རྫི་འཆང་ལ་བྱུག་གི་  
བར་། །བདེ་གཤེགས་སྐུ་ལ་པ་འབའ་ཞིག་པའི་ །  
བརྒྱུད་པ་བཞི་ལྟན་སྒྲ་མ་བསངས། །ུ་ཀང་ །བདེ་དགྱེས་

དུས་འཁོར་གསང་འདུས་སོགས།    ཁྲི་མེད་རྣལ་འབྱོར་  
སྤྱོད་པ་དང་།    བྱ་བའི་རྒྱུད་ལས་གསུངས་པ་ཡི།    ཡི་  
དམ་ལྷ་ཆོགས་ཐམས་ཅད་བསངས།    རྒྱུ་རྒྱུ་    འཇམ་  
དཔལ་པརྒྱ་ཡང་དག་དང་།    བདུད་ཅི་ཕུར་པ་མ་མོ་  
དང་།    འཇིག་རྟེན་དཔེ་དཔ་དྲག་སྒྲགས་ཏེ།    སྒྲུབ་པ་  
ཆེན་པོ་བཀའ་བརྒྱུད་བསངས།    རྒྱུ་རྒྱུ་    ཁྲི་བ་བཞི་བརྒྱ་  
ཅུ་གཉིས་དང་།    བྱ་བའི་འབྱུང་ལྷ་བརྒྱ་ཅུ་བརྒྱུད་  
སོགས།    ཐེག་པ་འཇིག་དགུར་བཤུད་པ་ཡི།    གསང་  
སྒྲགས་རྩིང་མའི་ལྷ་ཀུན་བསངས།    རྒྱུ་རྒྱུ་    བྱི་རྒྱུང་  
གསང་བ་དེ་ཁོ་ནའི།    གནས་གསུམ་སྤྱོད་པའི་རྒྱ་གི་

མ། །ཆོགས་ཀྱི་མཆོག་རྣམས་ཐམས་ཅད་བསངས། །  
བྱེད་ག་མིང་ཅན་ཡབ་ཡུམ་དང་། །གསང་བའི་བྱ་བཞི་  
ལས་མཛད་གསུམ། །གཏོང་ཅན་བརྒྱད་དང་རོ་ལངས་  
བརྒྱ། །ནག་པོ་སྟོང་དང་ཤ་བ་འབུམ། །མ་མོ་ས་ཡ་  
གཞོད་སྦྱོན་ཁྲི། །རྒྱལ་པོ་བཞི་དང་ཕྱོགས་སྟོང་བཅུ། །  
ལྷ་ཆེན་བརྒྱད་དང་ལྷ་ཆེན་བརྒྱད། །གཞོད་སྦྱོན་བརྒྱད་  
དང་གཟའ་ཆེན་བརྒྱད། །རྒྱ་སྐར་ཉེར་བརྒྱད་འཛིགས་  
བྱེད་དགུ། །མ་བདུན་སྟོང་བཞི་འབར་མ་བརྒྱད། །པོ་ཉ་  
དྲུག་ཅུ་ཅུ་བཞི་བསངས། ། །དཔལ་ལྷན་ལྷ་མོ་དུད་  
སོལ་མ། །འགྲུགས་བྱེད་གསོད་བྱེད་སྒྲོལ་བྱེད་དང་། །

མཁའ་འགྲོ་བཞི་དང་ཕྱ་མེན་བརྒྱད།      མཁའ་འགྲོ་དྲུག་  
སོགས་སྟིང་པ་ཡི།      འཛིགས་བྱེད་མ་མེད་ཆོགས་  
རྣམས་བསངས།      འཕགས་ལྡན་གྱི་གྲུག་ཏུ་ཤྲད་དང་།      །  
བེད་དང་མ་ཉིད་གུར་ཞལ་དང་།      རྒྱག་དྲུག་ཏུ་མེད་རྩེ་  
བཙན་དང་།      སེང་གོ་སྟག་ཞོན་བེར་ནག་གྱེན།      སྟོག་  
ཏིག་མགོན་པོ་རིགས་ལྡུ་བསངས།      ོ      སེང་ག་དོང་  
ཡབ་ཡུམ་བམ་རོ་གཉིས།      སྟེ་བརྒྱད་བདུད་དམག་སྟོང་  
སྟེ་བསངས།      བྱུང་འཇུག་སྟུ་སྟིན་ག་དོང་མོ་བཞི།      བྱི་  
ནང་གསང་བའི་གཟའ་སྐར་བསངས།      དཔལ་ལྡན་  
རྒྱལ་པོ་ངལ་བསོས་བྱ།      ཁོར་རྒྱན་མ་དང་ཏུ་བདག་

བརྒྱད། །ཡུམ་བཅས་གོས་སྒོན་ཅན་རྣམས་བསངས། །  
དམ་ཅན་གཤེན་རྗེའི་རྒྱལ་པོ་དང་། །ཅ་སྒྲིལ་དང་གཤེད་  
པོ་བཞི། །འཆི་བདག་བདུད་ཀྱི་ཕོ་ཉ་བསངས། ། ུ །  
ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སྐུ་ལྔ་དང་། །ཡུམ་སྒོན་སྐུ་ལྔ་ཅེ་མ་  
ར། །རུ་འབྲེན་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་བསངས། །གཞན་  
ཡང་སྒྲེ་དཔོན་སུམ་ཅུ་དང་། །དྲིགས་པ་བཅོ་བརྒྱད་བེག་  
ཅོ་དང་། །ཆོགས་བདག་རྗེ་ལེགས་སྒྲོན་ཁ་དང་། །ཁྱེ་  
པ་མེ་ལེན་ལ་སོགས་པའི། །ཕོ་རྒྱུད་ཆོས་སྐྱོང་སྐྱུང་མ་  
བསངས། ། ུ །རུང་སྐྱོང་རེ་ཉི་མཆེད་བཞི་དང་། ། །  
དམག་བོར་མ་དང་རང་བྱུང་རྒྱལ། །ཁོ་མོ་བཀྲ་ཤིས་ཆོ་

རིང་མཆེད། རྫོང་གཡུ་སྒོན་དཔལ་ལྷ་དང་། འུར་  
བྱོད་བདག་མོ་དཔལ་ལྷན་མ། བོད་སྐྱོད་བརྟན་མ་བཅུ་  
གཉིས་སོགས། ལྷུང་མ་མོ་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་  
བསངས། བྱིན་དགས་ད་སྤུལ་བསྟན་ལྷུང་དང་། །  
དྲག་པོ་སྤྲུགས་ཆགས་ལས་བྱེད་པའི། ལྷ་སྤྱིན་གཉན་  
པོ་ཐམས་ཅད་བསངས། མིང་དུ་མ་འཆལ་མགྲོན་ཀུན་  
དང་། ཤན་གཞོད་དབང་བྱེད་ས་བདག་དང་། སྤྱིད་ལྷ་  
མགུར་ལྷ་སྤྱོད་ལྷ་སོགས། བོད་ཀྱི་གཞི་བདག་ཐམས་  
ཅད་བསངས། ལག་བཟང་མི་སྤྱོན་རྟ་སྤྱོན་དང་། སྐོ་  
བདུད་ཇོ་བོ་རྩེ་བོ་སོགས། ཆོས་གཞི་དབུལ་གནས་ལྷུང་



རྣམས་བསངས། །ཕབ་བཅད་བཞག །ཀྱི་ རྣལ་འབྱོར་  
དཔོན་སྟོབ་འཁོར་བཅས་ལ། །འགོ་ཞིང་སྟོང་གྲོགས་  
བྱེད་པ་ཡི། །དབང་ལྡན་གཉན་པོ་ཐམས་ཅད་བསངས། །  
མི་ལ་འགོ་བའི་དབང་ལྡན་བསངས། །སྤྱིད་པའི་ལྡན་ལུང་  
དཀར་པོ་བསངས། །སྤྱིད་པའི་རྩི་ལུང་འཕྲོ་བ་  
བསངས། །འོད་ཟེར་མེ་སྟག་འཕྲོ་བ་བསངས། །སྤྱིད་  
པ་ཆགས་པའི་དབང་ལྡན་བསངས། །སྟོན་པ་འགྲུབ་པའི་  
དབང་ལྡན་བསངས། །སྟོང་གཞི་འགྲུབ་པའི་དབང་ལྡན་  
བསངས། །དཔའ་སྟོང་ཆེ་བའི་དབང་ལྡན་བསངས། །  
ལྷུང་ཞིང་མགྲོགས་པའི་དབང་ལྡན་བསངས། །འགོ་བའི་

དག་ལྟ་སྟོན་གསུམ་བསངས།      ཁི་བྱབ་དག་ལྟ་སྟོན་  
གསུམ་བསངས།    ལྟ་བ་མིག་ཚེའི་དག་ལྟ་བསངས།    །  
ཉན་པ་ནྟ་གསང་དག་ལྟ་བསངས།      རྣོམ་པ་སྟ་ཡི་དག་  
ལྟ་བསངས།    རྣོ་བ་ལྟ་མགྱོགས་དག་ལྟ་བསངས།    །  
དཔའ་རྩལ་ཆེ་བའི་དག་ལྟ་བསངས།      མགྱོགས་པ་རྟ་  
ཡི་དག་ལྟ་བསངས།      རྟ་བ་བེད་གྱི་དག་ལྟ་  
བསངས།    བཙན་པ་བྱབ་གྱི་དག་ལྟ་བསངས།    རྣོ་བ་  
མཆོན་གྱི་དག་ལྟ་བསངས།      རྟ་ག་གའོང་བྱ་བའི་ནང་  
ཤེད་ན།    རྣོ་སྟ་ག་འཛོམ་པའི་དག་ལྟ་བསངས།    །  
གཟིགས་ཤུབས་བྱེད་ལེའི་ནང་གནས་པའི།      རྟ་ཤེད་

འཛོམ་པའི་དབྱ་ལྟ་བསངས།                      །ཁ་འཛོན་འགས་  
འདེབས་དབྱ་ལྟ་བསངས།    །འགོ་བའི་ལྟ་ལྟ་ཐམས་ཅད་  
བསངས།    །སྐྱོབ་པའི་ལྟ་དགུ་ཐམས་ཅད་བསངས།    །  
བར་ལྟ་རི་བོ་གཉན་པོ་བསངས།    །ཁྱིམ་གྱི་ཁྱིམ་ལྟ་གེལ་  
བྱང་བསངས།                      །ཁོར་བདག་ཇོམ་ལྟ་འཁོར་བཅས་  
བསངས།    །མཁར་གྱི་ཕེ་ལྟ་གཉན་པོ་བསངས།    །ཐབ་  
ལྟ་དེ་ནི་ཡུ་མོ་བསངས།                      །ཐབ་སྒྲན་དེ་ནི་དཀར་མོ་  
བསངས།    །ཞིང་ལྟ་དེ་ནི་གཉན་མཆོད་བསངས།    །  
ཡུགས་གྱི་ཁོར་ལྟ་གཉན་པོ་བསངས།    །སྒྲོ་ཡི་སྒྲོ་ལྟ་སྒྲུག་  
གཡག་བསངས།    །ལམ་ལྟ་དེ་ནི་མགོན་བྱ་བསངས།    །

ལམ་དང་བྱེས་ཀྱི་ལྟ་གཉན་བསངས།      །འགྲོ་ཡང་ཅང་  
ཤེས་གཉན་པོ་བསངས།      །ཆོང་ལྟ་འཕྱལ་དགུ་ཐམས་  
ཅད་བསངས།      །ཁྱི་ར་བས་རྒྱུད་ཀྱི་དབྱ་ལྟ་བསངས།      །  
དུ་ར་བས་རྒྱུད་ཀྱི་སྤང་མ་བསངས།      །གཙུག་ར་བས་  
རྒྱུད་ཀྱི་སྤང་མ་བསངས།      །སྟེང་གི་དབྱ་ལྟ་དུ་བྱི་  
བསངས། །ས་ཡི་དབྱ་ལྟ་མཆོན་རྟགས་བསངས། །ཁ་  
བས་སྟོང་པའི་དབྱ་ལྟ་བསངས།      །ལག་མོར་སྟོང་པའི་  
དབྱ་ལྟ་བསངས།      །ཕ་ཆོན་ཡབ་ལྟ་གདལ་དུག་  
བསངས། །ཕ་ཆོན་རྒྱལ་མེ་བྱིང་གི་བསངས། །གྲི་ཆོན་  
ལྟ་གཙུག་ཆོ་འལ་འོལ་བསངས།      །བསངས་ཀྱིས་མི་

བསངས་གང་ཡང་མེད། །མ་བསངས་པ་རྣམས་ཐམས་  
ཅད་བསངས། །མ་དག་པ་རྣམས་ཐམས་ཅད་དག །  
བསམ་པ་སྐྱབ་ལ་རེ་བ་སྒོངས། །འདོད་དགའི་ལོངས་  
སྤྱོད་རྒྱས་པར་མཛོད། །ཕབ་ཕབ་རྩུང་། ཀང་། གསེར་སྐྱེམས་འབུལ་བ་  
ལྟོ། གྱེ། འབུ་སྒྲ་ཀུན་ལས་གྲུབ་པའི་ཆང་། །ཅ་བརྒྱད་  
སྤྱོད་དང་གསེར་སྐྱེ་སྒྲུར། །ཕྱུང་། །མཐོ་རིས་བདུད་ཅི་  
ལས་ལྷག་པའི། །ཟག་པ་མེད་པའི་སྐྱེམས་སུ་འབུལ།  
ཕབ་བརྩུང་། །སྒྲ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོ་དང་། །དཀོན་  
མཆོག་སྤྱི་ཞུའི་མཐོན་རྣམས་ལ། །རིན་ཆེན་གསེར་  
སྐྱེམས་འདི་འབུལ་ལོ། །བཞེས་ནས་འདོད་པའི་དངོས་

གྲུབ་སྒྲིལ།      ཕ་ཁ་བརྟམས      ཁ་རྒྱ་ཀྲ་ལ་མན་ཆད་ནས།      །  
བདུད་མགོན་ཏུགས་ཡན་ཆད་ཀྱི།      ལ་གཅིག་མགོན་པོ་  
ཐམས་ཅད་ལ།      རིན་ཆེན་གསེར་སྒྱེམས་འདི་འབྲུལ་  
ལོ།      བཞེས་ནས་དངོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས་སྒྲིལ།      ཕ་ཁ་  
བརྟམས      སྤྱིད་གསུམ་བདག་མོ་མན་ཆད་ནས།      རྣམ་གྲུ་  
མ་ནི་ཡན་ཆད་ཀྱི།      ཁ་གཅིག་ལྟ་མོ་ཐམས་ཅད་ལ།      །  
རིན་ཆེན་གསེར་སྒྱེམས་འདི་འབྲུལ་ལོ།      བཞེས་ནས་  
སྤྱིན་ལས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།      ཕ་ཁ་བརྟམས      བྱ་རོག་གཞོང་  
ཅན་མན་ཆད་ནས།      ལས་བྱེད་ལྟ་སྤྱིན་སྤྱེ་བརྒྱད་བར།      །  
དམ་ཅན་ཆོས་སྒྱུང་ཐམས་ཅད་ལ།      རིན་ཆེན་གསེར་

སྐྱེམས་འདི་འབྱུང་ལོ།      །བཞེས་ནས་འགལ་རྒྱུན་བར་  
ཆད་སོལ།      མཁ་བརྒྱུད་      །ཞིང་སྐྱོང་ཕོ་ཉ་མན་ཆད་ནས།      །  
ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ཡི་ལྷ་ཡན་གྱི།      །གནས་བདག་གཞི་  
བདག་ཐམས་ཅད་ལ།      །རིན་ཆེན་གསེར་སྐྱེམས་འདི་  
འབྱུང་ལོ།      །བཞེས་ནས་རུ་ང་མ་མཛད་ཅིག      མཁ་བརྒྱུད་      །  
སྤྱིང་པའི་རྩེ་མོ་མན་ཆད་ནས།      །མནར་མེད་ལྷགས་ཁང་  
ཡན་ཆད་གྱི།      །འགྲོ་བྱུག་སྤྱིང་རྩེའི་མགྲོན་རྣམས་ལ།      །  
རིན་ཆེན་གསེར་སྐྱེམས་འདི་འབྱུང་ལོ།      །བཞེས་ནས་  
གཞོད་སེམས་མ་མཛད་ཅིག      མཁ་བརྒྱུད་      །བགོགས་  
དང་ལོག་འདྲེན་མན་ཆད་ནས།      །སྒྲོ་བྱུར་ཡེ་འདྲོག་ཡན་



ཆད་ཀྱི། །ལན་ཆགས་བདག་པོ་ཐམས་ཅད་ལ། །རིན་  
ཆེན་གསེར་སྐྱེམས་འདི་འབྲུལ་ལོ། །བཞེས་ནས་ཕྱིན་  
ཆད་གཞོད་མ་བྱེད། །༣་བར། གཏོར་མ་འབྲུལ་བ་ནི།  
གཏོར་མར་བདུད་ཅི་སྤྱན། གྱེ། རྣམ་མཁའ་ལས་ནི་  
དཔངས་མཐོའིང་། །ས་གཞིའི་ཁྱོན་ལས་རྒྱ་ཆེ་ལ། །རྒྱ་  
མཆོའི་གྲོང་ལས་གཏིང་ཟབ་སྟེ། །ཉི་ཟླ་གཉིས་ལས་  
ཆེར་གསལ་བ། །གཟུགས་སྒྲིབ་རིམ་གྱི་ཡི། །འདོད་  
པའི་ཡོན་ཏན་ལྡེ་ལྡན་པ། །སོ་སོའི་གཏོར་མ་འདི་འབྲུལ་  
གྱིས། །རང་རང་ཡིད་བཞིན་ཐོབ་གྱུར་ཅིག །༣་ནས་ཕབ་པའི་  
བར་ཨོྭ་ཨྭ་ཀཱཱེ་སོགས་བརྗོད་ནས་ལྔ་བརྒྱད་ལོན། ། ཨོྭ་ཨྭ་ཀཱཱེ་ལྷ་ཁྱི་

[illegible]

༡༡། བྱ་བྱ་ལྟུང་པ་ཐམས་ཅད་ནི། མཆོག་དང་དམན་པ་  
རྣམ་ལྟར་ཤེ། མཆོག་ནི་སྤྱི་ཞུའི་མགོན་རྣམས་ཀྱི། །  
ཞལ་དུ་བསྐྱབས་བོ་ཁ་རྟེན་ཏེ། <sup>༡</sup> བར་མ་ཕོ་བརྒྱད་མོ་  
བརྒྱད་ཀྱི། ཞལ་དུ་བསྐྱབས་བོ་ཁ་རྟེན་ཏེ། དེ་འོག་  
ལས་བྱེད་ཕོ་ཉ་ཆེའི། ཞལ་དུ་བསྐྱབས་བོ་ཁ་རྟེན་ཏེ།  
<sup>༢</sup> ཁ་ཞན་ནི་སྤྱི་རྒྱུ་འཇུག་མགོན་རྣམས་ཀྱི། ཞལ་དུ་  
བསྐྱབས་བོ་ཁ་རྟེན་ཏེ། ལྷག་མ་ལན་ཆགས་མགོན་  
རྣམས་ཀྱི། ཞལ་དུ་བསྐྱབས་བོ་ཁ་རྟེན་ཏེ། <sup>༣</sup>བརྒྱད་ནས་ཕབ་  
<sup>༤</sup>བརྒྱད་ཀྱི། ཀླང་། གདང་འབྲུ་སྒྲ་ཀུན་ལས་གཤ། གྱི། སྒྲ་ཆོད་སྒྲ་ལ་  
བྲགས་ཆོད་གསུང་། དྲན་ཆོད་བྲགས་སུ་རང་རིག་པའི།

མཆོད་

ཁྱུང་གཏལ་མེས་གུས་ཆེན་པོ་འདིས།      །ཙུ་

བརྒྱུད་སྒྲིམ་ཐམས་ཅད་བརྟན།      མཁ་བརྟན་      །ཙུ་ནི་ཡོན་པོ་

སྤྱང་གིས་བསྐྱངས།      །སྤྱང་ནི་ལོག་པ་མལ་དུ་སང།      །

དྲངས་མ་དབུ་མའི་མས་བསྐྱངས་པས།      །དཀོན་མཆོག་

རིན་ཆེན་རྣམ་གསུམ་བརྟན།      མཁ་བརྟན་      །ཚུལ་བྲིམས་

ཤིན་ཏུ་དག་པར་བསྐྱངས།      །དམ་པའི་ཆོས་ལ་བྲོས་

བསམ་བྱས།      །མ་ནོར་ཐར་པའི་ལམ་བསྐྱོམས་པས།      །

ཡེ་ཤེས་མགོན་པོ་ལྷུམ་དྲལ་བརྟན།      །བསྐྱུས་ན་འདིནས་མ་བར།

གཡག་ལྷག་དོམ་དྲེད་སྟག་གཟིག་སྤྱང་།      །དཔའ་བོ་

བསྐྱལ་བའི་ཅི་ཏྱའི་ནང་།      །སྟོག་འཁོར་བལྟེམས་དང་སྒྲི་

རྫོའི་མཁའ་།      །ལས་མཛོད་མགོན་པོ་གསང་བའི་བཟུ།  
རྫོའ་    །འབྲུ་སྒྲ་ནག་པོ་བྲག་ལ་སྒྲུས།    །བྱུར་གསུམ་དཀར་  
དམར་རྒྱུན་གྱིས་སྒྲུས།    །འབྲས་བུ་རིན་ཆེན་རྣམས་གྱིས་  
སྒྲུབས།    །སྒྱུན་ཆགས་གཏོར་མ་ནང་གི་བཟུ།    རྫོའ་    །  
རྫོའི་མིག་པ་རྫོའི་གཟི།                      །ཁ་རྒྱངས་མེ་ཡི་ཚུ་ཚུ་  
འཕྲོ།    །སྒྲུ་གཞོལ་ཆར་སྒྲིན་གཉེར་འདྲ་བའི།    །གཡག་  
ལྷག་ནག་པོ་སྒྲུ་ཡི་བཟུ།    རྫོའ་    །མེད་གོ་སྒྲུག་གཟིག་  
དེམ་བྲེད་དང་།    །ཕག་ཁྲོད་ཅེ་སྒྲུང་འཕར་བ་དང་།    །བྲི་  
ནག་དུག་གི་མཆེ་བ་ཅན།                      །རྫོའ་དུ་བྲིད་པར་བྲེད་པའི་  
བཟུ།                      རྫོའ་                      །གནམ་ལྷགས་འབར་བའི་མཆུ་སྒྲེར་

ལ། །མཆོན་ཆ་ངར་མའི་གཞོག་པ་ཅན། །བྱང་ནག་བྱ་  
རོག་ཀརླ་སོགས། །བྱ་བྱི་ཁྲད་ལ་སྤྱིང་བའི་བརྒན། རྩལ་  
།སྤྱ་ཆོགས་མདངས་ཀྱིས་ཡིད་འོང་བའི། །མ་བྱ་ལོར་  
བུའི་མདོངས་སྒྲོ་ཅན། །འདབ་ཆགས་བྱ་ཡི་གར་མཁན་  
ཀུན། །སྤྱན་གྱི་གཟིགས་མོ་བསྐྱེད་པའི་བརྒན། རྩལ་ །  
གདུང་བའི་མཆི་མས་མིག་གང་ཞིང་། །འབོད་པའི་  
དབྱངས་བརྒྱུད་སྤྱང་སྤྱང་གྲགས། །མཐུན་རྒྱས་མ་ཆང་  
མེད་བདར་བ། །མོ་བརྒྱུད་སྤྱང་མ་རྣམས་ཀྱི་བརྒན། རྩལ་  
།ཤ་སྤྱ་སྤྱིང་སྤྱ་བྲག་སྤྱ་དང་། །ཁྲད་ཞག་གསུར་ཆེན་ཞུན་  
གྱི་སྒྲོན། །ཀར་སྤྱིང་ཐོད་རྩ་རྩུ་རྩུ་སྤྱ། །སྤྱ་སྤྱིན་དག་

པོ་དབྱེས་པའི་བརྒྱན།      རྩལ      །དཀར་གསུམ་མངར་  
གསུམ་སྒྲན་སྒྲ་དང་།      །འབྲུ་ཚོགས་རིན་ཆེན་ཤིང་གི་  
འབྲས།      །དར་ཟབ་མཁོ་དགའི་ཡོ་བྱད་ནི།      །ས་བདག་  
ལྷ་ལྷ་སྒྲན་སོགས་བརྒྱན།      རྩལ      །དཔའ་བོ་ལྷུབ་ཅན་སྟག་  
ཆས་བཏགས།      །རལ་གྱི་འཕྱར་ཞིང་རུ་མཚོན་  
བསྐྱེདས།      །གཏུམ་པའི་ངར་སྐད་སྒྲུ་རུ་ལེན།      །འདི་ནི་  
དག་ལྷའི་རྒྱལ་པོའི་བརྒྱན།      རྩལ      །ཐབས་ཤེས་སྤང་ཆེན་  
མགྱོགས་པའི་རྟ།      །རིའུ་དང་བོང་བྱ་རྩ་མོང་དང་།      །ཁུ་  
སྤང་མ་རྟེ་ལ་སོགས་པའི།      །དག་ལ་རྒྱུག་བྱེད་བཞོན་  
པའི་བརྒྱན།      ར་བར།      གྱུ།      །ཡུལ་གྱི་མིང་ནི་གདོང་དམར་



བོད། །དཀར་པོ་སྐྱོང་བའི་བསྟན་མ་ནི། །རྫི་རྫི་ཀུན་  
བཟང་ཀུན་གྲགས་མ། །ཡ་མ་སྐྱོང་དང་བགེགས་གྱི་  
གཙོ། །སྟན་གཅིག་སྟེ་མོ་དཔལ་གྱི་ཡུམ། །གྲགས་མོ་  
རྒྱལ་དང་བོད་ཁམས་སྐྱོང་། །སྟན་གཅིག་བྱ་ལེ་གཡར་  
མོ་བསིལ། །རེ་རེ་འང་འཁོར་ནི་སྟན་བཙུན་འབུམ། །  
ཡུལ་ལྷ་ཅི་ཡང་མདུན་དུ་བདར། །ཆོང་། །གཏོར་མ་  
གསེར་སྐྱེམས་རིན་ཆེན་ལྷ། །དར་བཟ་མཁོ་དགུ་ཀུན་  
གྱིས་བརྟན། །མ་བར། །གྱེ། །མི་གཙང་བས་སུ་བློས་པ་  
བསངས། །མི་གཙང་གོས་སུ་གྱེན་པ་བསངས། །དམ་  
གྱིབ་བཙོག་གྱིབ་གཤམ་གྱིབ་བསངས། །བག་གྱིབ་

ཡུགས་གྲིབ་མཛེ་གྲིབ་བསངས། །ཐབ་ཤོར་གཞོབ་ཤོར་  
བསྐྱོལ་ཤོར་སོགས། །ཉམས་གྲིབ་སྒྲོན་རྣམས་ཐམས་  
ཅད་བསངས། །ལྟ་དང་མི་ལ་གྲིབ་ཕོག་ཅིང་། །སྒྲོ་  
གསུང་ཐུགས་དང་འགལ་བ་རྣམས། ཆོང་ །བསངས་གྱི་  
མཆོད་པ་དམ་པ་འདིས། །ཐམས་ཅད་བྱང་ཞིང་དག་གྱུར་  
ཅིག །མ་ནས་བྲེལ་ལེན། གྱེ། ད་ནི་འདོད་པའི་དོན་གསོལ་  
བ། །དེང་ནས་བདག་གི་ཁ་འཛིན་མཛོད། །མཐོ་བའི་ས་  
ནས་བྱུར་མཛོད། །དམའ་བའི་ས་ནས་མེལ་ཆོ་  
མཛོད། །ལྷན་པའི་ནང་དུ་སྒྲོན་མེ་སྒྲོར། །དབྱ་དཔུང་  
ཤིགས་ལ་བདུད་དཔུང་ཆོམས། །བསམ་པ་སྒྲུབས་ལ་

རེ་བ་སྒོངས།      ཁོ་དབང་ལོངས་སྤྱོད་རྒྱས་པ་དང་།      །  
བཀྲ་ཤིས་ཡུན་སྐུམ་ཆོགས་པར་མཛོད།      བྲེལ་ནས་༣་བརྟུང་།  
གདང་སྤང་ཚད་སྒྱུ་ལས་གཅུ།      གྲེ།      ཡུན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་  
བསྐྱོད་ན།      ཁྱ་བོ་ཡི་ནི་གངས་བས་དགར།      ༣      ཤམ་  
ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་སྤྲད་ན།      རིང་བོ་ཡི་ནི་རྩ་བས་  
ནག      ༣།བ་བརྟུང་      རི་བས་གཅིག་གིས་གཅིག་བསྐྱོད་  
འཆེལ།      རི་བས་ཆེ་བའི་ཆེ་བཛོད་འཆེལ།      རི་བས་  
གཉན་པའི་བསྐྱེན་བཀྲར་འཆེལ།      བདག་ཅག་རྩལ་  
འབྱོར་འཁོར་བཅས་ལ།      ཀྱ་རེ་ཀྱལ་ཁ་མ་མཛོད་ཅིག་  
༣།བ་བརྟུང་      རུ་ང་ཕྱག་དོག་མ་མཛོད་ཅིག      ཁས་ལ་ངའི་

ཡིན་མ་བེར་ཅིག །ཡུལ་ལ་ངའི་ཡིན་མ་བེར་ཅིག །སྤྱོད་  
གྱི་གཟིར་མིག་མ་ལྟོག་ཅིག །ཤང་གི་དུད་སྒྲུ་མ་བུད་  
ཅིག །ཁི་གྱུར་བུང་སེམས་ལྟན་གྱུར་ཅིག །འོལ་ན་ས་པག་  
བཅད་བཞག །ཨོྲེ་བཟླ་སཏྲ་ས་མ་ཡ་སོགས་ཡི་གེ་བརྒྱ་པས་ལྟག་ཆད་  
བསྐྱང་། མ་འབྱོར་བ་དང་སོགས་དང་། ལྟག་པ་དང་ནི་སོགས་  
ནས། དེ་ཡང་བཟོད་པར་མཛད་དུ་གསོལ། འོལ་བེལ། གྱི་  
གཤེགས་སོ་གཤེགས་སོ་རྟོན་ལ་གཤེགས། །སྤྱི་ལྟའི་  
མགྲོན་རྣམས་སངས་རྒྱས་ཡུལ། །སྤྱི་དང་ཡེ་ཤེས་ངང་  
དུ་གཤེགས། །མགོན་པོ་ཡོན་ཏན་མགྲོན་རྣམས་ནི། །  
མཆོག་གི་སྤྱལ་སྤྱིའི་ཞིང་དུ་གཤེགས། །འགྲོ་དུག་སྦྱིང་།

རྗེའི་མགོན་རྣམས་ནི།      །སྤྱིད་པ་གསུམ་གྱི་གནས་སུ་  
བྱོན།   །ལན་ཆགས་ཤལ་འཁོན་གཉེར་བའི་མགོན།   །རང་  
རང་སོ་སོའི་གནས་སུ་གཤེགས།   །བྲེལ་ནས་ཕབ་བཞག་རྩལ་བྱ།  
རྩལ་ཕབ་པ་དང་རྒྱུ་འབྱུང་།      །གཏོར་མ་དང་རྩྭ་ཕྱི་རྩལ་གཙང་སར་གཤེགས།  
བདུད་ཅི་དང་།   །སྤྱེམ་རྒྱལ་དུ་བྲངས།   །གསུམ་པ་རྗེས་གྱི་རིམ་ནི།   །དགེ་བ་  
འདི་ཡིས་སྦྱར་དུ་བདག   །ཙུ་གསུམ་ལྟ་ཆོགས་འབྱུབ་  
བྱུར་ནས།   །སོགས་དང་།   །གཉིས་པ་སློན་ལམ་ནི།   །སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ནད་མེད་ཅིང་།   །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་  
བྱུར་ཅིག   །གང་གི་ལམ་གནས་གྲོལ་བ་ཡི།   །སངས་  
རྒྱུས་ཉིད་དང་ཕྱད་པར་ཤོག      །མ་བསྐྱལ་བ་རྣམས་

བསྐྱལ་བ་དང་། །མ་གྲོལ་བ་རྣམས་དགྲོལ་བ་དང་། །ད་  
ལྟ་ཉིད་དུ་རྗེས་སྒྲོལ་བའི། །ལམ་དེ་ཉིད་ལ་གནས་པར་  
ཤོག། །བདག་གི་དག་བའི་ལས་རྣམས་འདི་དག་  
གིས། །འཇིག་རྟེན་འདི་ནི་སྐྱུར་དུ་སངས་རྒྱས་ཤོག། །  
འགྲོལ་པ་ཕན་ཕྱིར་ཆོས་རྣམས་སྟོན་བྱེད་ཅིང་། །སེམས་  
ཅན་སྐྱུག་བསྐྱལ་ཆོག་ས་ཀྱིས་གཟིར་ལས་སྒྲོལ། །སྟོན་  
ལམ་གྱུབ་རྒྱལ་ནི། །བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
སྟོན་ལམ་གྱུབ་པའི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ལས་  
དང་སྒོ་བྱར་རྒྱེན་ལས་གྱུར་པ་ཡི། །སོགས་ནས། །སྟོན་ལམ་  
རྣམ་དག་འགྱུབ་པར་ཤོག། །གསུམ་པ་ཤིས་བརྗོད་ནི། །རྗེ་རྗེ་

འཆང་ཆེན་སོགས་དང་།      རྒྱ་གར་པཥ་ཆེན་སོགས་དང་།      ཆོས་  
སྐྱ་གཟུང་འཛིན་སོགས་དང་།      ཡུལ་ཉི་ཤུ་ཅུ་སོགས་དང་།      ཉུམ་  
གསུམ་སངས་རྒྱས་སོགས་དང་།      ས་བརྩ་ཉིད་ལ་སོགས་དང་།  
ཟབ་མོ་རྒྱུད་ཀྱི་སོགས་དང་།      དེ་ཡི་སྐྱ་གསུང་སོགས་དང་།  
བཙེམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་སོགས་དང་།      རོར་གྱི་དབང་ཕུག་སོགས་  
དང་།      ལོ་བརྒྱ་ཐུབ་ཅིང་སོགས་དང་།      བགེགས་རིགས་སྟོང་  
ཕུག་སོགས་དང་།      འབད་དང་རྩེ་ལ་བསོགས་དང་།      མི་འགྱུར་  
ལྟོན་པོ་སོགས་དང་།      གནས་འདིར་ཉིན་མོ་སོགས་དང་།      སྟོན་  
པ་འཛིག་ཏེན་ཁམས་སུ་བྱོན་པ་དང་།      །བསྟན་པ་ཉི་འོད་  
བཞིན་དུ་གསལ་བ་དང་།      །བསྟན་འཛིན་དཔོན་སྟོབ་



བཞིན་དུ་མཐུན་པ་ཡིས།      །བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་  
པའི་བཀའ་ཤིས་ཤོག།      །ཅེས་བསངས་དཔེ་བཀའ་ཤིས་རེ་སྒོང་འདི་འང་སྟོབ་  
མིང་ལུང་རིགས་པས་སྟེ་ལོ་༢༠༠༥་ལོར་བསྐྲག་ཆོག་ཏུ་སྒྲིགས་པ་དགོེ།

དཔལ་འབྱུག་པའི་བསྟན་སྲུང་སྟེའི་གསོལ་ཁ་  
བསྐྱས་པ་ཕྱིན་ལས་འདོད་འཇོའི་བུམ་  
བཟང་བསྐྲག་ཆོག་ཏུ་བཀོད་  
པ་བཞུགས་སོ།།

༥། ར་མོ་གུ་རུ་རྩེ་ཕ་རྒྱ་གྲི་རི་རྩམ་ཕུ་ལ་ཡེ།      དེ་ལ་འདིར་དཔལ་  
འབྱུག་པའི་བསྟན་སྲུང་མགོན་པོ་ལུམ་རྒྱལ་གྱི་གསོལ་ཁ་བསྐྱས་པ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་  
བསྟེན་པ་ལ།      བཅས་གཤོམ་དང་ཆོག་འདི་རིམ་པ་གཉིས་ལས།      དང་པོ་ནི།      སྟེགས་

མཐོ་བར་མགོན་པོ་ལུ་མ་དལ་གྱི་སྐྱེ་ཏེན་གྱིས་འབུར་གང་རུང་བཞུགས་སུ་གསོལ།  
དེའི་མདུན་དུ་སྤངས་གཏོར།   སྒྲན་རྟ།   ཁུ་གཉིས་སྒྲོན་འགྲོའི་ཉེར་སྤྱོད།   གཞན་  
ཡང་ནང་མཆོད་ཀྱི་བདུད་ཅི།   བསངས་ཁུ་ལ་སོགས་བརྒྱད་པའི་ཕུག་བཞེས་ཇི་ལྟ་བར་  
བཞུགས་མོ།   གཉིས་པ་ཆོ་ག་ལ།   ཐོག་མར་སྐྱབས་འགྲོ་མ་ནམ་བཞི་སྐྱོར་ནི།   མ་  
ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲིམ་  
སངས་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།                   ཁྱེ་མ་  
ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་ཨེ།                   ཁྱེ་མ་ཐུགས་རྗེ་སྤྱེ་ལ་  
པའི་ཨེ།                   ཁྱེ་མ་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྐྱབས་སུ་  
མཆིའོ།   བཞི་སྐྱོར་ལན་གསུམ།   བསྐྱོད་ཆོགས་ནི།   རྗེ་རྗེ་འཆང་  
ཆེན་ཏི་ཁྱི་རྒྱ་རོ་དང་།   ཁམར་པ་མི་ལ་སྒྲུམ་པོ་ཐུ་ཅ་པ།   །

སྒྲུག་པ་དང་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ་སོགས།      དཀར་  
བརྒྱད་གྲུ་མ་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།      རྒྱ་གར་པའ་  
ཆེན་བོད་ལ་བཀའ་ངེན་ཆེ།      བརྒྱ་འབྲུང་གནས་སྐྱུ་ལ་  
འདས་འབྲུངས་མེད།      ད་ལྟ་ལྟོ་རུབ་སྤྱིན་པོའི་ཁ་གཏོན་  
མཛད། ཞོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ་ལ་།      མི་ཕམ་པརྒྱ་དཀར་པོ་  
ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ།      བསྟན་པའི་མངའ་བདག་པའ་ཆེན་འགྲོ་  
བའི་མགོན།      སྒྲིགས་དུས་རྒྱལ་བ་གཉིས་པ་ཆོས་ཀྱི་  
རྗེ།      དག་དབང་ལོར་བུའི་།      འཇིག་རྟེན་དབང་ལྷག་  
ལྷགས་རྗེའི་རྒྱབས་འཕྲེང་དབུས།      རྒྱལ་ཀུན་མཁྱེན་  
བརྩེའི་འདབ་སྟོང་རྒྱས་པ་ལ།      ཕན་བདེའི་ངོ་བསྟུང་ཅི་

ཡང་སྟོབ་པའི་གཉེན།                      ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་ཞབས་  
ལེ།                      མཁུན་པའི་མ་རིག་མུན་པའི་ཆོག་ས་འཛམ་ས་  
ཞིང་།                      བཙུང་བས་གཞན་དོན་ཡལ་བར་མི་འདོར་  
བར། རྒྱས་པས་བདུད་དཔུང་འཛམ་ས་བྱེད་ལྷ་ཡི་ལྷ། །  
ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་ཞབས་ལེ།                      ཁམས་གསུམ་  
སེམས་ཅན་འཁོར་བ་ལས་སྟོལ་ཕྱིར། འཆི་མེད་རྩི་རྩི་  
སྐྱ་མཆོག་རབ་བརྟེས་ནས། བྱིན་ལས་རྣམ་བཞིས་འགྲོ་  
བའི་དོན་མཛད་པའི། ཇི་སྟོང་འཆོཞིང་གཞེས་པར་གྱུར་  
ཅིག་གྱ། རྒྱལ་བེམས་རྣམ་དག་ཞོར་འཛིན་ཡངས་པའི་  
གཞིར། གཞན་ཕན་བྱུགས་ཀྱི་དཔག་བསམ་རབ་རྒྱས་

ཤིང་། ཟུང་འཇུག་སྒྲགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལེགས་  
གཏམས་པའི། བསོད་ནམས་འོད་ཟེར་ཞབས་ལ་།  
ཤེས་བྱ་ཀུན་གཟིགས་དག་ལེགས་དུ་མའི་དཔྱིད།  
ཕས་ཚོལ་གཉིས་འབྲངས་ཚོགས་ཀྱི་གྲོད་འགོམས་  
པའི། རྒྱ་བའི་སེངྒེ་དཔལ་ལྡན་དག་གི་དབང་།  
བསྟན་འཛིན་རབ་རྒྱས་ཞབས་ལ་། རྒྱལ་ཀུན་ཐུགས་  
རྗེའི་གར་བསྐྱར་དག་གི་དབང་། འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་ཀུན་  
དགའི་གཉེན་གཟིགས་ལ། ཐེག་གསུམ་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་  
མཆོན་ཕྱེར་སོན་པའི། ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཆོན་ཞབས་  
ལ་། གངས་ཅན་གྲུབ་པའི་དབང་ཐུག་མི་ལ་རྗེ།

གསང་སྤྲུགས་སྒྲིལ་བྱུང་མཛོད་འཛིན་ངམ་ཛོད་སྟོན། །  
འགྲོ་དོན་སྟོང་ཕྱིར་གསང་སྤྲུག་རྣལ་འབྱོར་པ། །ཡུ་གྲ་  
ཤིའི་ཞབས་ལ་། །དུས་གསུམ་རྒྱལ་ཀུན་ཐུགས་རྗེ་  
འདུས་པའི་ཞལ། །ཕྱག་ན་པརྗེའི་རྗེས་གཟུང་འབྲེལ་  
ཆད་ཀྱི། །འགྲོ་ཀུན་སྐལ་བཟང་ལམ་ལ་འཛོག་མཛོད་  
པའི། །ངག་དབང་དཔལ་བཟང་ཞབས་ལ་། །དཀར་  
བརྒྱུད་གྲུབ་དབང་ཡོངས་ཀྱི་དགོངས་པའི་བརྩུང། །ངེས་  
དོན་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་བདུད་རྩིའི་རྒྱན། །གང་ཐུགས་  
གཉུག་མའི་བུམ་པར་ལེགས་གཏམས་པའི། །བསྟན་  
འཛིན་རྒྱ་མཆོའི་ཞབས་ལ་། །དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་

ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤིང་ལ།     །དབང་བསྐྱར་འཛིགས་བྲལ་སྒྲ་  
བའི་སེང་གེ་ཡི།     །རྒྱལ་ཆབ་རིགས་བརྒྱའི་བྱབ་བདག་  
འཁོར་ལོའི་མགོན།     །ཡེ་ཤེས་སེངྒེའི་ཞབས་ལ་፥     །མདོ་  
སྒྲགས་མང་བོས་ལུང་གི་སྤྱོན་འབྲིགས་ཤིང་།     །མདོན་  
རྟོགས་བསྐྱབ་གསུམ་ལུས་ཀྱི་རྩ་ལ་ཇོགས་ཏེ།     །བབ་  
རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་མཁའ་ལ་སྒྲ་སྒྲོགས་པའི།     །དགེ་འདུན་  
རིན་ཆེན་ཞབས་ལ་፥     །སྤྲུམ་བཅས་རྒྱལ་བའི་བྱུགས་རྩེ་  
གཅིག་བསྐྱུས་པ།     །ཕྱག་ན་པརྟེའི་སྤྱོན་ལས་སྒྲོས་གར་  
ནི།     །རིས་མེད་འགྲོ་བའི་རྩ་ལ་གཉིད་གྱུར་པ།     །དམ་  
ཆོས་རྒྱལ་མཆོན་ཞབས་ལ་፥     །བྱུང་པར་ལྟོ་ལྟོངས་



ཡངས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་འདིར།      ཆོས་སྤྱིད་ལུང་གིས་  
འགྲོ་རྣམས་བདེར་འཆོ་བའི།      བཀའ་ངོན་མཚུངས་མེད་  
ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་མེད།      བརྒྱུད་འཛིན་གླེ་མ་རྣམས་ལ་  
གསོལ་བ་འདེབས།      གླེ་མ་སྐྱེ་ཁམས་བཟང་བར་།  
མཆོག་ཏུ་སྐྱེ་ཆེ་རིང་བར་།      འཕྲིན་ལས་དར་ཞིང་རྒྱས་  
པར་།      གླེ་མ་དང་བྲལ་བ་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས།  
ཕན་བདེ་འབྱུང་བའི་གནས་གཅིག་ལ།      བསྟན་པ་ཡུན་  
རིང་གནས་པ་དང་།      བསྟན་པ་འཛིན་པའི་སྐྱེས་བུ་  
རྣམས།      སྐྱེ་ཆེ་རྒྱལ་མཆོན་བརྟན་གྱུར་ཅིག      ཆོས་རྒྱ་  
ཆེན་པོའི་སྐྱེ་ཡིས་ནི།      སྤྱི་བ་བསྐྱེལ་སེམས་ཅན་མཐར་

བགྱིད་ཤོག། །བསྐྱལ་པ་བྱེ་བ་བསམ་ཡས་སུ། །ཆོས་  
སྟོན་མཛད་ཅིང་བཞུགས་བྱུང་ཅིག། །ཕྱག་འཆེལ་བ་དང་  
མཆོད་ཅིང་བཞགས་པ་དང་། །ཐེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱལ་  
ཞིང་གསོལ་བ་ཡིས། །དགོ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་  
བསགས་པ། །ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་  
བསྒྲེའོ། །ཚུགས་རེལ་གྱ། དེ་ནས་སྐྱབས་སེམས་ནི། སངས་རྒྱས་  
ཆོས་དང་དགོ་འདུན་དང་། །ཅུ་བ་གསུམ་དང་གཉུག་  
སེམས་ལ། །དེང་ནས་བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པོའི་བར། །  
བདག་དང་འགྲོ་ཀུན་སྐྱབས་སུ་མཆི། །ལན་གསུམ། རྗེ་  
ལྟར་དུས་གསུམ་མགོན་པོ་རྣམས། །བྱང་ཆུབ་ཏུ་ནི་ངས་

མཛད་ལྟར། ཁྲིམ་འཇུག་གྲ་མེད་བྱང་ཆུབ་སེམས། །  
དམ་པ་བདག་གིས་བསྐྱེད་པར་བགྱི། །ལན་གསུམ། ཆོག་ས་  
བསགས་ནི། རང་གི་སྤྱོ་བོར་ཅ་བརྒྱད་ཀྱི། །གྲ་མ་ཐམས་  
ཅད་ཐོག་ས་བརྩེགས་སུ། །བཞུགས་པའི་ནབས་ལ་གུས་  
བརྟུང་དེ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་དངོས་གྲུབ་སྤྱོལ། །  
སེམས་ཅན་བདེ་དང་ལྡན་གྱུར་ཅིག །སྤྱུག་བསྐྱེལ་ཀུན་  
དང་བྲལ་བར་ཤོག །བདེ་དང་རྟག་ཏུ་མི་འབྲལ་ཞིང་། །  
ཆོས་ཀུན་མཉམ་ཉིད་རྟོགས་པར་ཤོག །ཅེས་ལན་གཅིག །གོང་  
གཞོན་བདག་བསྐྱེད་ནི། ཨོྃ་སྤྱ་བྱ་ཕྱ་ཤྱཱཾ་སཱཱ་རྡྱ་སྤྱ་བྱ་བ་  
ཤྱཱཾ་ཧཱཱྃ། །བདག་དང་དངོས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད། །

མི་དམིགས་སྟོང་པའི་ངང་ཉིད་ལས།                      ཁི་རབ་སྒྲ་  
ཆོགས་པད་ཉིའི་སྟེང་།      རང་ཉིད་སྐད་ཅིག་དྲན་ཇོགས་  
སྟེ།   འཁོར་ལོ་སྒྲིམ་པ་སྒྲ་མདོག་མཐིང་།   དྲང་སྟོང་  
བྲོས་འདྲའི་ཞལ་རས་ལ།   བདུད་བཅོམ་མཆེ་བཞིའི་སྒྲ་  
གུ་དང་།   དུས་གསུམ་མཁྱེན་པའི་སྤྱན་གྱིས་མཆོན།   །  
ཐོད་པའི་དབུ་བརྒྱན་ཐོར་ཚུགས་ཅན།   བདེན་གཉིས་  
བྱང་འཇུག་ཕྱག་རྒྱ་ཡིས།   རྫོང་རྩལ་འཛིན་ཅིང་ཡུམ་ལ་  
འབྱུང་།   བར་གྱི་ཉམས་དགུ་ལྔ་པའི་སྒྲ།   མགོ་ལྗོན་  
ལྔ་བཅུའི་དོ་ཤལ་དང་།   སྒྲག་ཤམ་ཕྱག་རྒྱ་དུག་གིས་  
བརྒྱན་།   ཞབས་གཉིས་གཡས་བརྒྱང་གཡོན་བསྐྱམ་

གྲིས། །འཛིགས་དུས་མནན་ཏེ་བཞེངས་པའི་པང་། །རྫོ་  
རྩེ་རྣལ་འབྱོར་སྐྱེ་མཛོག་དམར་། །ཞལ་གཅིག་ཕྱག་  
གཉིས་སྒྱུན་གསུམ་པ། །སྐྱེ་གྲོལ་བྱོད་པའི་ཅོད་པན་  
ཅན། །ཕྱག་གཡས་རྩེ་རྩེ་མཁའ་ལ་འཕྱར། །བྱོད་བཅས་  
གཡོན་པས་ཡབ་ལ་འབྱུང། །བཅུ་དྲུག་དགའ་སྟེར་ལང་  
ཆོས་སྟེམས། །བྱོད་སྐུམ་ལྟ་བུའི་དོ་ཤལ་འཕྱུང་། །  
གཅེར་མོ་དུས་རྒྱན་རྣམ་ལྟས་སྤྲས། །ཞབས་གཡས་  
ཡབ་ཀྱི་བསྐྱེལ་ལ་འབྱུང། །གཡོན་པ་ལྟན་ཅིག་བརྒྱུང་བས་  
མཆོན། །བདེ་སྟོང་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་སྐྱེ། །ཡེ་ཤེས་མེ་  
དབྱུང་གྲོང་ན་འབྱིང་། །མི་བསྐྱོད་རྒྱལ་བས་དབྱུ་བརྒྱན་

པའི། རྒྱགས་ཀར་ཉི་དཀྱིལ་རྩྱུ་མཐིང་མཐར། བཟླ་  
བྱའི་སྒྲགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་ལས། འོད་འཕྲོས་དོན་  
གཉིས་བྱས་པར་གྱུར། ཨོྱ་རྩེ་རྩེ་རྩེ་རྩེ་པར། ཞེས་བརྒྱ་  
ཅུ་བཟླས་མཐར། སྟོང་འགྱུར་བཅོད། དེ་ནས་བསང་ཆུ་ལ་དམིགས་ཏེ། ཨོྱ་  
སྒྲུ་ནི་སྒྲུ་སོགས་ལན་གསུམ་བཟླས་མཐར། རྒྱགས་ལས་ཁྱོ་  
བའི་ཆོགས་འཕྲོས་ཏེ། སྒྲོས་ཆུར་ཐིམ་པས་ཁྱོ་ཆུའི་  
རྩལ། ཁང་ལ་རེག་པས་ཉེས་སྐྱོན་ཟི། འདག་པའི་རུས་  
མཐུ་ཅན་དུ་གྱུར། ཅེས་ལན་གཅིག ཁང་མཆོད་བདུད་ཅི་ལ་དམིགས་ཏེ།  
ཐོད་སྟོང་རྩེ་རྩེ་རྩེ་ཡིག་ལས། ལྷན་སྐྱེས་དཀར་དམར་  
སྟོར་གྱུར་པའི། རྒྱགས་སྒྲོག་འོད་ཀྱིས་བྱིན་བཅུད་

བསྐྱུས། །ལྷ་བཅས་འོད་ལྷ་བདུད་ཅིར་གྱུར། །ཨོྫཱུཾ  
ཧྱཱྱུྃ། །ཞེས་ལན་གསུམ་བརྗོད་ཅིང་གྲིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་ཆུ་ཆང་མཆོད་གཏོར་ལ་  
བྲན། །བགོགས་གཏོར་ལ་བསང་ཆུ་འཕྱར་ཏེ། ཧྱཱྱུྃ། །ཉོན་ཅིག་བགོགས་  
དང་ལོག་འདྲེན་ཆོགས། །སྒྲགས་རྒྱ་ཉོན་སོགས་མི་  
དབང་བས། །མཆོད་སྦྱོན་གཏོར་མ་འདི་ལོངས་ལ། །  
སྐྱུར་བ་ཉིད་དུ་སྦྱིར་དེངས་ཤིག །ཨོྫཱུཾ་སྐྱུ་ནི་སྐྱུ་སོགས་  
བརྗོད་ཅིང་བསྐྱུད། །སྐྱུ་འཁོར་ནི། །བདག་ཉིད་དཔལ་ཆེན་རབ་  
བྱོས་པའི། །བྲུགས་སྒྲོག་ཧྱཱྱུྃ་ལས་ཡེ་ཤེས་མེ། །སྒྲ་སྒྲ་  
སྒྲོགས་བཅུར་སྒྲོས་པའི་སྒྲིན། །ཚུར་བསྐྱུས་སྐྱུང་བའི་  
གྱུར་དུ་གྱུར། །ཅེས་བརྗོད་ཅིང་བསྒྲོམས་པའི་བར་གོང་གཞོན་གྱི་རིམ་པའོ།



༥ དེ་ནས་བསྟན་སྲུང་མགོན་པོ་ལྷ་མང་གི་གསོལ་ཁ་བསྟུས་པ་ནི། ཨོྲཱ་ཧཱ་  
ཏཱ་ཧྲོན་བཟླ་སྤྱ་བྱ་ལ་ཨྲཱ་ཏྲ་གོུ་ཏྲི། སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར།  
རོལ་པ་བཞུགས་མཆོད་བར། ཀང་། སྟོང་པ་འི་ངང་ལས་འབྱུང་བཞི་  
རི་རབ་དང་། །པར་སྒྲ་ཆོག་གས་རྩེ་རྩེའི་གདན་སྟེང་དུ། །  
ཏྲི་ལས་འོད་འཕྲོས་རྩེ་རྩེའི་ར་གྱུར་དང་། །མཆོན་ཆ་ཡེ་  
ཤེས་མེ་དཔུང་འབར་བས་དགྲིག་གས། །དེ་དབུས་ཨོྲཱ་  
ལས་རྣམ་སྒྲུང་རང་བཞིན་གྱི། །གཞལ་མེད་ཁང་མཆོག་  
དུར་ཁྱོད་བརྒྱད་དང་བཅས་། །སྒྲ་གསུང་བྱ་གས་འཁོར་  
རིམ་བཞིན་རིན་པོ་ཆེ། །ལྷ་དང་དཀར་དམར་སྟོབ་པའི་  
ནོར་བུ་དང་། །ཁྱོད་པ་སྐམ་ཆིང་ཆོན་གསུམ་ལས་གྲུབ་

པའི།    ཁི་དང་དྲག་པོའི་རྒྱུ་ལྡན་གྱ་བཞི་དང་།    ཁྲོ་  
བཞི་མཚན་ཉིད་ཀྱུན་ལྡན་གསལ་ཞག་དང་ཐུག་    ཁྲུང་པའི་  
མཚོ་བཙས་དབུས་སུ་བདེ་ཆེན་འཁོར།    གྲུ་བཞི་གླིང་  
དགུ་ལྷུ་བསྐྱོར་ཨེ་དབྱིབས་དབུས།    འདབ་བརྒྱད་  
པད་ཉི་པོ་ཆེན་གདན་བཙས་དང་།    ལྷ་གནས་རྣམས་སུ་  
རྩུ་མ་གླིང་ཡོངས་གྱུར་ལས།    དབུས་སུ་ཡེ་ཤེས་མགོན་  
པོ་སྐུ་མདོག་ནག་    རྒྱག་བཞི་བེ་འབྲས་ཐོད་ཐུག་རལ་གྱི་  
དང་།    ཟེ་གསུམ་འཛིན་ཅིང་དྲག་པོའི་ཆ་ལྷགས་  
ལྡན་གསལ།    རིལ་སྟབས་པང་དུ་ཡུམ་ཆེན་ཅོཌ་ཀ    གྱི་  
ཐོད་འཛིན་འབྱུང་ཡེ་ཤེས་མེ་དབུས་བཞུགས།    གཤམས་

གཡོན་དབྱིངས་སྒོལ་འདབ་བཞིར་རེ་ཉི་བཞི།      །ཟུར་  
གསུམ་རིགས་གསུམ་ཟླ་གམ་ཡུམ་ཆེན་གསུམ།      །ཤུ་  
བཞིར་ལས་མགོན་སྡེ་བཞི་རང་གཡོན་ཡུམ།      །མྱིང་  
བརྒྱད་མགོན་པོ་བཀའ་བརྒྱད་ཡུམ་དང་བཅས།      །སྒོ་  
མཆམས་བརྒྱད་དུ་གཏོང་ཅན་གསུང་འཁོར་བྱམས།      །  
ནང་མར་འཛིགས་བྱེད་ཆེན་མོ་བརྒྱད་དང་ནི།      །ཕྱིར་རིམ་  
ཞིང་སྐྱོང་ཉེར་བཞི་སྒོ་སྐྱོང་བཞི།      །རང་རང་ཡབ་བཅས་  
སྐུ་ཡི་འཁོར་ལོའི་ནང་།      །སྡེ་བརྒྱད་མགོན་པོ་ཡབ་ཡུམ་  
འཁོར་བཅས་དང་།      །ཕྱི་བྱམས་ཕྱོགས་སྐྱོང་བཅུ་དང་སྒོ་  
བཞི་རུ།      །རྒྱལ་ཆེན་བཞི་རྣམས་རང་རིགས་སྡེ་དཔུང་

གིས། །ཡོངས་བསྐྱོར་དགྱིལ་འཁོར་ཆེན་པོའི་ལྷ་ཆོག་ས་  
གསལ། །གནས་བཞིར་འབྱུང་བཞི་བྱུགས་ཀའི་འོད་ཟེར་  
གྱིས། །ལྷ་མོ་བཞི་བསྐྱལ་སྐྱལ་པའི་ཆོག་ས་སྒྲོས་  
པས། །ཕྱོགས་བཅུའི་ཞིང་ནས་དམ་ཅན་རྒྱ་མཆོའི་  
ཆོག་ས། །མ་ལུས་སྒྲིན་ཕུང་གཏིབས་བཞིན་སྒྱུན་དངས་  
བྱུར། །འཁྱུང་བར། ཀང་། སྒྱུན་འབྲེན་ནི། རྩུ། ཆོས་དབྱེངས་  
འོག་མིན་ཞིང་དང་རྩེ་རྩེའི་གདན། །རྒྱ་ལར་སྒྲ་སོགས་  
གནས་དང་དུར་བྲོད་བརྒྱད། །ཉེར་བཞིའི་ཡུལ་དང་རང་  
རང་གནས་མཆོག་ནས། །འཁོར་བཅས་འབོད་གྱིས་མ་  
གཡེལ་ད་ཚུར་བྱོན། །ཨོྲོ་བཟླ་མརྒྱ་ཀུ་ལ་སུ་ཏི་ཡ་མ་དུ་

ཇོ་ རབ་བའི་གདན་བཞུགས་ཕྱིན་གསང་མཆོད་  
འབུལ། ཇོ་རྩྱུ་བོ་རྟོ་དམ་ཡེ་དབྱེར་མེད་གྱུར། །  
དབང་ལྷ་སྤྱན་དངས་དབང་བསྐྱར་གཙོ་བོ་ལ། བདེ་  
མཆོག་འཁོར་རྣམས་གཙོ་བོས་དབུ་བརྒྱན་གྱུར། །  
འཁོར་བཅས་སྤྱོན་གྱི་དམ་དགོངས་ལས་མ་གཡེལ། །  
སྒྲི་གསུམ་གྱས་པས་འདུད་ཅིང་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ཨོྱ་  
བཟླ་མརྒྱ་ཀུ་ལ་ས་མ་ཡ་རྟན་རྟན་རྩྱུ་པཌ། བ་མེ་ཏེ་རྩྱུ།  
བ་ལྷ་མི་རྩྱུ། བ་མོ་བ་མེ་རྩྱུ། མཆོད་པ་བྱིན་རྒྱབས་ནི། མཆོད་  
རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཨོྱ་གྱིས་རབ་སྤྱངས་ཤིང་། ཨྱེུ་ཡིག་  
གིས་སྤེལ་རྩྱུ་གིས་བདུད་རྩིས་སྤྱར། ལས་བཞི་རབ་

འབྲུམས་དེ་དེའི་ཇུས་འཆར་བའི།      །སྒྲ་མེད་མཆོད་པའི་  
སྒྲིན་ཕུང་ཆེན་པོར་གྱུར།      །མཆོད་བར།      ཀླུང་།      མཆོད་པའི།      རྩེ།  
ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་མཆོད་སྒྲིན་རྒྱ་མཆོའི་འཛིང་།      །ཞུ་  
མཁའི་མཛོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡོངས་གང་ཞིང་།      །ཁམས་  
གསུམ་འགྲུགས་པའི་འོད་སྤང་ག་ཞིན་རྗེའི་ཁབ།      །ཇི་  
བཞིན་བདུད་སྤེའི་སྒྲིང་ལ་འཛིགས་སྤྱེད་འབུལ།      །ཞེ་  
བཟོ་མཐུ་གྲ་ལ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨ་ཁྱུང་པ་ཏི་རྩུ་རྩུ་སྤྲུ།      དེ་  
བཞིན་དུ།      སྤྲུཾ།      །སྤྲུཾ།      །རྩུ་པེ།      །ཨ་ལེ་ཀེ།      །  
གཞུཾ།      །ཀི་ཕྱིཾ།      །ཤུཾ་པ་ཏི་རྩུ་རྩུ་སྤྲུ།      གསལ་ནས་མཆོད་  
བར།      །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་མཆོད།      རྩེ།      དམ་ཇུས་བདུད་ཅི་ར་གྲ་

བདེ་བའི་མཆོག། །ལས་བཞིའི་བཀོད་པ་དང་འཆོམས་བ་  
ལིང་། །འབྲུ་གསུམ་སྦྱངས་ཏོགས་སྤར་བས་མཁའ་  
དབྱིངས་ཀུན། །ཡོངས་གང་དམ་ཅན་རྒྱ་མཚོ་མཉེས་  
སྤར་འབུལ། །ཨོ་བཟླ་མཐུ་གུ་ལ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨ་མྲི་ཏ་  
པུ་ཇ་ཁྲ་ཏི། ཨོ་བཟླ་མཐུ་གུ་ལ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་རྟ་པུ་ཇ་  
ཁྲ་ཏི། ཨོ་མཐུ་སྤུའ་བཟླ་སཏུ་ཇེ་རྩུ་བེ་རྩེ་སྤུ་ར་ཏེ་སྤྲ།  
མ་རྒྱང་ནས་ཕབ་བཅད་བཞག། །ཞེས་པ་རྣམས་རེ་རེས་འབུལ། །གཏོར་བསྟེན།

ཨོ་མཐུ་གུ་ལ་ཡ་ཤུ་ས་ན་ཨུ་པ་རྩུ་རི་ཆེ་ཨེ་ཤེ་ཨ་པཱི་མ་  
གུ་ལོ་ཨ་ཡི། ཨི་དྲི་རྩུ་ཏུ་ཡ་ཡ་ཨ་པ་ག་རི་ཆོ། ཡ་དི་  
པ་རྩུ་རྩུ་སྤུ་ར་སི་ཏ་ཏ། ཨི་དྲི་རྩུ་སྤུ་ར། །ཁ་ཁ་ཁྲ་ཏི་



ཁྲི་རི། མ་ར་མ་ར། གྲི་རྩ་གྲི་རྩ། བརྩ་བརྩ། ཏ་ན་ཏ་ན།  
ད་ཏ་ད་ཏ། པ་ཙ་པ་ཙ། དི་ན་མེ་གེ་ན་རྩྭ་ཕྱེ་རྩྭ། ཞེས་ལན་  
གསུམ་གྱིས་བྲགས་དགྱིལ་བ་རྣམས་ལ་འབུལ། ཨོྃ་ཀ་ཀ་ཀ་རྩྭ་ན། བ་  
བ་བརྩ་ན། ཁ་ཁ་ཁ་ད་ན། སར་རྩྭ་འོ། ཏ་ན་ཏ་ན།  
གྲྲ་ཏ་ཡ་གྲྲ་ཏ་ཡ་གཞོད་བྱེད་དབྱ་བགེགས་ལྷོ་རྩྭ་ཀུ་རྩྭ་  
རྩྭ་རྩྭ་ཕྱེ་ཕྱེ་ཕྱེ་ཇོ་སྒྲ། ཞེས་ལན་གསུམ་གྱིས་གསུང་དགྱིལ་བ་  
རྣམས་ལ་འབུལ། ཨོྃ་ཨ་ཀཱ་རོ་མུ་ཁི་སར་རྩྭ་རྩྭ་ཨོྃ་ཨ་རྩྭ་རྩྭ་  
རྩྭ་ཨོྃ་ཨ་རྩྭ་རྩྭ་ཕྱེ་ཕྱེ། ཅེས་ལན་གསུམ་གྱིས་སྒྲ་དགྱིལ་བ་ལ་འབུལ།  
འདོད་གསོལ་ནི། དཔལ་མགོན་ལྷུ་མ་དྲལ་བཀའ་སྡོད་ཆོགས་  
བཅས་ལ། །མཆོད་གཏོར་འདི་འབུལ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་

གི།            བསྟན་པ་ཆེར་རྒྱས་བདག་ཅག་འགལ་རྒྱུ་  
སོལ།            ཁི་སོགས་ལས་དང་དངོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས་  
སྟོལ།            ཅེས་འདོད་དོན་གསོལ། བསྟོད་པ་ནི། ར་རྒྱུང་བར། ཀང་། རྩུ་  
བདེ་གཤེགས་ཐུགས་རྗེས་སྐྱེསྐྱེལ་པ།            ཤེམས་ཅན་  
རྣམས་ལ་མགོན་སྐྱབས་མཛད།            འོག་མིན་གནས་ན་  
བཞུགས་པ་ལ།            རབ་ཏུ་བཏུང་དེ་ཐུག་འཆལ་ལོ།            །  
བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་སྐུར་བསྟན་པ།            འདྲེན་པ་འཇིག་  
རྟེན་མཁའ་འགྲོའི་གཙོ།            རྒྱག་པོ་མ་རུང་འདུལ་མཛད་  
པ།            མརྒྱ་ཀ་ལིར་ཐུག་འཆལ་བསྟོད།            འཇིག་རྟེན་ལ་  
གནས་གདུག་པ་འདུལ།            རུར་བྲོད་མ་མོ་རྣམས་ཀྱི་

གཙོ། །ལྷ་ཆེན་དྲག་པོའི་སྐུར་སྟོན་པ། །འཛིག་རྟེན་  
མགོན་ལ་ཕྱག་འཆེལ་བསྟོད། །རྒྱུང་ནས་ཐབ་བཅད་བཞག་ །ཅེས་  
པས་བསྟོད་དོ།

༥ ། ལས་མགོན་བྱ་རོག་གདོང་ཅན་གྱི་གསོལ་ཁ་བསྐྱས་པ་བཞུགས་སོ། ། ཨོྲེ་  
སྐྱབྱ་ལྷས་སྐྱད། སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། སྟོང་པའི་ངང་ལས་  
མདུན་དུ་དུར་བྱོད་གྱི། །ས་གཞི་ཀོང་རུས་བའི་རོགས་ར་  
ཆིང་དང་། །སྐུ་ཆེན་ཐོད་པ་བྲག་ཞག་ཞུན་སྐུར་བའི། །  
གཞུང་ལ་ཡས་འཛིགས་རུང་གྱུ་གསུམ་ཡངས་པའི་  
ནང་། །དྲག་པོའི་འབྲུག་སྟོག་གནས་ལྷགས་མེའི་སེར་  
བ། །འབེབས་བྱེད་སྤྱོད་ནག་བསྐྱལ་མེའ་བྲུགས་པའི་

དབུས། །པད་ཉིའི་སྟེང་དུ་རྩྭ་ཡིག་འཕྲོ་འདུ་ལས། །  
དཔལ་ལྡན་ལས་བྱེད་མགོན་པོ་བྱ་རོག་གའོང་། །མཐིང་  
ནག་སྟོམ་ཐུང་གནམ་ལྷགས་མཆུ་སྟེར་ཅན། །རྫོང་ཁྲི་  
གཤོག་གའོང་ཕྱག་གཉིས་གྲི་གྲུག་དང་། །ཐོང་བྲག་  
འཛིན་ཅིང་དུར་ཐོང་ཆས་ཀྱིས་བརྒྱན། །ཞབས་གཉིས་  
བརྒྱང་བསྐྱམ་དོར་སྟབས་དྲག་པོ་ཡིས། །དབྱ་  
བགེགས་བདུད་དཔུང་བརྗེས་པའི་གཡོན་ངོས་ན། །  
དམར་མོ་འབར་གའོང་ཙྰ་ཀ་དང་ནི། །ཕྱོགས་  
མཚམས་རང་འདྲའི་ཆོ་བདག་སྟོག་བདག་དང་། །འཆི་  
བདག་ལ་སོགས་བྱུར་གའོང་སྟོང་ཕྱག་དང་། །ཤ་བ་

འབྲུམ་སྡེ་མ་མེ་བྱེ་བའི་ཚོགས།      ཁམཁའ་འགྲོ་སྡེ་བརྒྱད་  
ཡང་འཁོར་དཔག་མེད་བཅས།      ཀླུ་གྱི་གནས་གསུམ་  
འབྲུ་གསུམ་གྱིས་མཆོན་གྱུར།      རྩུང་བར།      ཀླང་།      སྤྱན་འཛེན་ནི།  
རྩྱུ་།      བྲག་འབྱུང་དབྱིངས་ཀྱི་རོལ་གར་གདུག་པའི་  
གཤེད།      ཁམ་ལུས་དྲེགས་གཙོ་དཔལ་ལྡན་ལས་ཀྱི་  
མགོན།      འཁོར་བཅས་བསིལ་བའི་ཚལ་ནས་སྤྱར་བ་  
ནི།      འབོད་པའི་དབྱངས་བརྒྱས་བསྐྱལ་ལོ་གཤེགས་སུ་  
གསོལ།      རྩུང་ནས་ཕབ་པའི་བར་སྤྲགས་བརྗོད་ནས་རྩུང་ལེན།      ཀླང་།  
ཨོ་མརྟ་ཀྲུ་ལ་སུ་ཏི་ཡ་མ་དུ་ཇོ་ཇོ་རྩྱུ་བོ་རྟོ་ཨོ་ཨ་བྱེ་  
ཏྲུ་ཏྲུ་མི།      མཆོད་པ་ནི།      རྩྱུ་།      རྣམ་དག་ལྟ་བའི་མཆོད་ཡོན་

ཀྱུ་མཆོའི་འཇིང་།      འབྲུལ་མེད་སྒྲོམ་པའི་མེ་ཏྲིག་སྦྱོད་  
པའི་སྒྲོམ།      ཏིང་འཇིན་སྒྲོན་མེ་སྒྲོམ་པའི་དྲི་ཆབ་  
དང་།      འབྲས་བུའི་ཞལ་བས་ཐོགས་པའི་རོལ་མོ་  
འབྲུལ།      །མཆོང་ནས་ཕབ་བཅད་བཞག། གཏོར་བསྔེ་ནི། ཨོྭ་ལས་  
བྱབ་གདལ་ཆོས་དབྱིངས་བྲོད་པའི་གྲོང་།      ཡུལ་ལས་  
འགགས་མེད་རང་གདངས་གཏོར་མའི་ཆོགས།      རྩེ་  
ལས་སྒྲོ་ཆོགས་དཀར་དམར་འཕྲོ་འདུ་ཅན།      རྟ་རྟ་རྩེ་  
ཡིས་ཡེ་ཤེས་བདུད་རྩིར་གྱུར།      ཨོྭ་མརྩ་ཀུ་ལ་ཡ་ཤུ་ས་  
ན་སོགས་ལན་གསུམ།      ཨོྭ་མརྩ་ཀུ་ལ་གུ་ཆ་རྩི་ད་ཨི་དི་བ་ལི་རྩ་  
ཁ་ཁ་ཁུ་རྩི་ཁུ་རྩི།      ལན་གསུམ།      ཨོྭ་ཨ་ཀུ་རྩ་སོགས་ལན་གསུམ།

སྒྲོན་འདོན་གསོལ་རྒྱས་པ་དང་། བསྐྱུ་ན། ལས་མགོན་བྱ་རོག་གའོང་  
ཅན་འཁོར་བཅས་ལ། །བསྐྱུ་ན་དགའི་ཤ་བྲག་རུས་  
གའོར་འདི་འབྱལ་ལོ། །བསྐྱུ་ན་དང་དེ་འཛིན་སྤྱི་བྱེ་  
བདག་ཅག་གི། །སྤྱི་ནང་གསང་བའི་རྒྱུན་ངན་སྤྱུར་ལྗོག་  
མཛོད། །ཅེས་བཛོད། བསྐྱེད་པ་ནི། རྒྱུང་བར། ཀང་། རྩྱུ་། ཐོང་  
པའི་སྤྱོགས་གྱིས་བྲག་འབྱུང་རྩྱུ་རྩྱུ་འཁོར་གདངས། །སྤྱི་ད་  
པའི་གཉེན་དུ་སྤྱུ་མེད་ལྗོག་བའི་ཆ། །མཐིང་ནག་མེའོད་  
འཇའ་ཆོན་འབྲུགས་པའི་རྩ། །སྤྱུ་ཆོགས་རང་དགའི་ངོ་  
ན་ཀུན་ཏུ་སྤྱུང་། །དེ་སྤྱིར་སྤྱི་དམིའི་འཕྱོ་འདུ་རང་རིག་  
ཏུ། །ཤེས་པས་བསྐྱེད་བྲལ་བྱིད་ལ་བསྐྱེད་བབྱིད་ན། ། །



སྒྱེ་འཇིག་སྒྱེ་མའི་གཡུལ་ངོ་བཙམ་པ་དང་། །ཡེ་ཤེས་  
སྒྲུང་བ་ཕྱོགས་བཅུར་རྒྱས་པར་མཛོད། །ཉོན་མོངས་རང་  
རིག་གྲོང་དུ་ཞི་བ་དང་། །ཏིང་འཛིན་རྒྱ་མཆོའི་རྩལ་སྒྲུང་  
དབང་སྒྲུང་ཅིང་། །ཡིད་སྒྲུབ་དྲག་པོའི་འཕྲུལ་འཁོར་  
ཆར་གཙོད་པའི། །སྤོན་ལས་བྱོད་ལ་རེའོ་སྒྲུར་སྒྲུབས་  
མཛོད། །མཆོང་ནས་ཕབ་བཙད་བཞག །ཅེས་བསྟོད་ཅིང་འདོན་དོན་གསོལ་ལོ།  
༥ ། དཔལ་ཡེ་ཤེས་གྱི་ལྷ་མོ་དུད་གསོལ་མའི་གསོལ་ཁ་བསྐྱས་པ་བཞུགས་སོ།

ཨོ་སྤྱ་བྱ་ལྷས་སྒྱུད། །སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། །མཆོང་བར། །ཀར།  
སྟོང་པའི་ངང་ལས་ཨེ་ཡི་ལྷ་རིལ། །སྤྱི་བྱ་ཞུ་བས་ཆོས་  
འབྱུང་འབྱུང་བཞིའི་དལ། །རི་རབ་རྩ་གྱུར་རིན་ཆེན་

གཞལ་མེད་ཁང་།      མཚན་ཉིད་ཚོགས་པའི་ནང་དུ་ཐོད་  
པའི་མཁར།      གྲུ་གསུམ་མེ་རླུང་འབྲུགས་པའི་བྲག་  
མཚོའི་དབུས།      མཐིང་ནག་རྩྱུ་ལས་བཙོམ་ལྡན་དུད་  
གསོལ་མ།      རྒྱ་པོའི་སྤྱོད་འདྲ་བྲོ་གཏུམ་སྟེག་པའི་  
གཟུགས།      མཆེ་གཙོགས་ལྡུགས་འདྲིལ་མི་རོ་རིངས་  
པ་གསོལ།      དམར་བའི་སྤྱོད་གསུམ་བཟློག་གཟིགས་  
ཟུར་ཕུད་ཅན།      ལན་བུ་གཡོན་འབྲིལ་ཐོད་པ་སྤྱལ་གྱིས་  
བརྒྱན།      སྒྲོན་གོང་དར་ནག་ཡུལ་རོ་ཉི་དང་།      སྤྱལ་  
དང་སེངྒེའི་ན་རྒྱུན་སྤང་ལྡགས་གསོལ།      བྲུག་བཞིའི་  
གཡས་གཉིས་རལ་གྱི་ཐོད་བྲག་གཡོན།      འགྲིའི་ཁྱུ་

བཟུང་ཞིང་ཕུག་ཀྱང་ཕུག། །བྲག་ཞག་ལྷ་མིན་མགོ་ཡི་དོ་  
ཤལ་ཅན། །བ་ལང་གོ་རྩོན་རེ་ལྡེས་སྤང་དགྲིས་ནས། །  
སྤྱང་བང་སྐྱར་གས་བཅོན་འབྲིལ་ལྷགས་སྒྲོག་འཆང་། །  
གྲ་དམར་བོང་བུའི་སྤེང་དུ་འབྱིང་ཞིང་སྒྲེག་ །བྱར་  
གསུམ་གཅེར་བུ་རལ་ཅན་སྒྲིང་བྲག་འཛིན། །ཁྱི་སྒྲུམ་  
ནང་སྒྲོགས་དཀར་སེར་དམར་ལྗང་བཞི། །གྲི་བྱོང་འཛིན་  
མ་བདུན་ཡང་བོང་བུར་བཞེན། །སྒྲོགས་བཞིར་སེངྒེ་  
སྤྱག་སྤྱང་ཕག་དང་མཆོམས། །བྱ་ཆོད་སྤྱང་ཀ་དུར་བུ་  
བུར་གཏོང་མ། །དྲེའུ་བཅེབས་ཤིང་གྲི་བྱོང་འཛིན་དང་  
སྒྲོར། །ཀླ་ཀའི་གཏོང་ཅན་མདའ་གཞུ་སྤྱ་གྲི་སྤྱལ། །

ནད་རྒྱལ་གཡོན་པ་ཐོད་ཁྲག་སྟག་སྟང་སྟེ་འུ། ཁྲིལ་ཞོན་  
ཁོར་ཡུག་མ་མོ་འབུམ་གྱི་སྟེ། ཁྲུར་ཁྲོད་ཆས་བརྒྱན་ཨོ་  
ཨྱེུ་རྩུ་གིས་མཆོན། ཁྲ་རྒྱུད་བར། ཁྲ་། སྟུན་འདྲེན་ནི། རྩུ་  
སྟུམ་རུ་རུ་བདུན་གནས་གྱི་ཕོ་ཉ་མོ་འི། ཁོགས་གྱི་དབང་  
ཡུག་རིགས་སྟུན་དུད་སོལ་མ། ཁྲད་དང་གཏུང་བས་  
སྟུན་འདྲེན་འདིར་གཤེགས་ལ། ཁྲག་ཤུལ་ཆེན་པོས་  
དབྱ་བགོགས་འཇོམས་པར་མཛོད། ཁྲ་རྒྱུད་ནས་ཕབ་པའི་བར་  
སྟུགས་བཛོད་ནས་ཁྲ་རྒྱུད་། ཁྲ་། རྩུ་ཇོ་རྩུ་བོ་རྩུ་ཨོ་བཇླ་ས་མ་  
ཡ་རྩ་རྩ་རྩ་རྩུ་ཕྲ། མཆོད་པ་ནི། རྩུ་། སྟུན་བྱེད་དབང་  
གི་རུ་བོ་འི་ཨ་རྩུ་སྟེད། ཁྲམ་ཆོག་མོ་ཏོག་བསྟེད་རིམ་

སྒྲུབ་གྱི་དུད།      རྫོགས་པའི་མར་མེ་སྒྲུབ་པའི་ངི་ཆབ་  
དང་།      །འབྲས་བུའི་ཞལ་བས་མཆོག་གིས་མཆོད་པར་  
བགྱི།      །རྒྱུང་ནས་ཕབ་བཅད་བཞག   །གཏོར་བསྡོམ་།   །ཏྲ་ལས་བྲོད་  
པའི་གཏོར་མ་གསེར་ལྷན་ལྟར།   །རྟོེ་ལས་ངི་བབ་ཀྱན་  
གྱི་འབྲུང་བྲུངས་དང་།   །རྟོེ་ལས་རོ་བཅུད་ལྷ་རྒྱས་ལས་  
འདས་པའི།      །ཡེ་ཤེས་བདུད་རྩིའི་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོར་  
གྱུར།      །ཨོྲཱི་ཨུྱི་ཡ་དེ་ལྷ་ཀྲུ་ལི་ཀྲུ་ལི་མཐུ་ཀྲུ་ལི་ཨུྱི་ཨུྱི་  
ཨི་དྲི་བ་ལི་རྟ་གྲི་རྟ་ས་མ་ཡ་རྩྱ་ཕྱེ།      །ཅེས་ལན་གསུམ་  
གྱིས་འབུལ།   །སྒྲོན་འདོད་གསོལ་རྒྱས་པ་དང་།   བསྐྱུ་ན།   དཔལ་ལྷན་  
དུད་སོལ་ལྷ་མོ་འཁོར་བཅས་ལ།      །འདོད་ཡོན་ལྷ་ལྷན་

གཏོར་མ་འདི་འབྱུང་ལོ།      །བདག་ཅག་དཔོན་སྟོབ་ཡོན་  
མཆོད་འཁོར་བཅས་གྱི།      །འགལ་རྒྱུན་སེལ་ཞིང་མཐུན་  
རྒྱུན་འགྲུབ་པར་མཛོད།      །ཅེས་བཅོད།      བསྟོད་པ་ནི།      རྣ་རྒྱུང་བར།  
རྒྱུང་།      རྒྱུ་ཡིག་གིས་བཅོད་བདག་ཉིད་ཐབས་གྱི་  
ལྷས།      །ཤེས་རབ་ཡུམ་ལ་རྗེས་སུ་ཆགས་བཞིན་  
པས།      །བསྟེན་པའི་རྩལ་ཤེས་ནི་སོགས་གང་འདོད་  
དེར།      །མོད་ལ་བཅོད་འདི་འོལ་ཕྱིར་མི་སྟོབས་མཐུ།      །  
མི་ཡིག་རྒྱ་ཁྲིར་ཉི་མའི་སྟེ་འཆིང་པས།      །ནང་གི་ལྷ་མོ་  
ཁྱོད་མཉེས་ཉམས་བརྒྱའི་གར།      །རྒྱ་དའི་དབྱངས་སྒྱུར་  
ཁམས་གསུམ་དུ་བསྒྱུར་ཆོ།      །ཤུང་ཁམས་འཇའ་ཆོན་



སྟོན་པའང་སྐྱ་མའི་བོལ།      །གྲ་ཡིག་ཉི་ཟླ་སྒྱུར་བ་སྐྱ་  
གཙན་ཁར།      །བོས་དུས་གསང་བའི་མ་མོ་བྱོང་ཞབས་  
ངན།      །སྒོ་གསུམ་རྒྱ་ཏིའི་དབྱིངས་སུ་བེམ་གྱུར་པའི།      །  
མངོན་པར་བྱང་རྒྱབ་ཡུད་ཀྱིས་དེ་ལ་ཤར།      །རི་ཡིག་སྐྱ་  
མའི་ཁམས་བཞིའི་ལྷ་མོའི་གྲུས།      །སྟོང་བཞིའི་མཐའ་  
ལས་སང་པའི་ཡེ་ཤེས་ལུས།      །སྤང་ནས་ཡང་དག་  
མཐའ་དང་ནམ་གཞར་ཡང་།      །མི་སྤྱེད་དད་པས་དངོས་  
གྲུབ་སྟོན་བྱོང་གིས།      །འདུས་པ་པརྟེའི་འབྱུང་གནས་  
འདི་ཉིད་དུ།      །མཁས་གྲུབ་ངང་པའི་དེད་དཔོན་ཀུན་  
འདུས་ནས།      །པད་དཀར་བཞད་པའི་ངྷི་བསུང་གིས་



སིམ་པའི། །དམ་ཆོས་མགྲིན་རྩ་རྩུང་བས་རྟག་འགོངས་  
མཛོད། །ཅེས་བསྟོད་ཅིང་འདོད་དོན་གསོལ་ལོ།།

༥ ཆོ་རིང་མཆེད་ལྔ་འི་སྒྲིན་བཅོལ་བསྐྱས་པ་ནི། ར་རྒྱུང་བར། ཐྱོ། ཆོས་སྐྱ་  
མཁའ་འགྲོ་རྒྱ་གི་མཆེད་ལྔ་པོ། །སྟོན་འདས་རྩམ་བརྩེད་  
དུར་བྲོད་སིང་རྟ་ལར། །གྲུབ་པ་བརྟེས་པའི་ཡེ་ཤེས་  
རྒྱལ་མོ་ཡིས། །ཀ་དག་འོད་གསལ་ཆེན་པོའི་བློལ་འོག་  
མནན། །རང་རང་སྟོག་གི་སྟིང་པོ་ཕྱལ་བའི་དུས། །ཤ་  
བརྒྱ་གི་འཁས་སྤངས་འདི་མིན་ནམ། །སངས་རྒྱས་  
བསྟན་སྟོང་གསང་སྟགས་སྟོགས་མཐར་སྟེལ། །སྐྱབ་  
པོས་ཅི་བཅོལ་ལས་རྣམས་གཡེལ་མེད་སྐྱབ། །དམ་

བཅའ་ཇི་བཞིན་མ་གཡེལ་ཕྱིན་ལས་མཛོད།      །དེ་རྗེས་  
བདེ་གཤེགས་པར་བློ་བྱོད་སྤེད་གིས།      །བལ་ཡུལ་ཡང་ལེ་  
ཤོད་གྱི་བྲག་ཕུག་ཏུ།      །སྤྱ་འདྲེའི་གཙོ་བོ་ཤ་བཟ་སྤྱན་ལྔ་  
པོ།      །དམ་ལ་བཏགས་ནས་རང་རང་གྲོག་སྒྲིང་ཕུལ།      །  
དག་འདུན་སྡེ་སྒྲིང་སྒྲིས་བུའི་སྒྲ་ཆེ་བཏྲ།      །གསང་  
སྤྲུགས་སྤྲུབ་པའི་དམ་ལྔ་ན་རྣལ་འབྱོར་གྱི།      །ལུས་དང་  
མི་འབྲལ་དམ་བཅའ་ཁས་སྦྱངས་བཞིན།      །གང་བཅོལ་  
ཕྱིན་ལས་མ་ལུས་བྱོད་གྱིས་སྤྲུབས།      །བཟའི་དུས་  
འདིར་ལ་ཕྱི་ཁུ་བར་དུ།      །སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་བཞད་པ་  
རྗེ་རྗེ་ཡི།      །གསང་བའི་གྲོགས་མཆོག་ཆེ་རིང་མཆོད་ལྔ་

ཡིས།      །ཚུལ་བཞིན་སྐྱབ་པའི་དམ་ལྡན་རྣལ་འབྱོར་  
བདག    །གསང་སྒྲགས་སྒྲིན་གྲོལ་ལམ་ལ་རབ་ཞུགས་  
ནས།    །ཆེ་གཅིག་སྐྱ་གསུམ་གོ་འཕང་སྐྱབ་པ་ལ།    །  
ཀྱེན་དང་བར་ཆད་མི་མཐུན་སྟོགས་ལས་རྒྱལ།    །རིམ་  
གཉིས་མཐར་ཕྱིན་ཅུ་བྲིག་རྒྱུད་གསུམ་དང་།    །གནས་  
ལུགས་དོན་རྟོགས་འབྲེལ་ཆད་དོན་དང་ལྡན།    །བྱང་  
རྒྱལ་མ་ཐོབ་བར་དུ་ཕྱིན་ལས་དེ།    །བྲིད་ལ་ཤེའོ་ལྟ་སྒྲིན་  
ཆེ་རིང་མ།    །ཞེས་པ་འདི་འང་འོད་གསལ་འབྱུང་མེད་གྱི་གྲོང་ནས་དག་སྒྲུང་  
ཤར་བ་སྒྲིན་པ་ལྟ་བུ་གྲིས་གྲིས་པའོ།།

༥    དག་བསྟེན་ངག་མའི་གསོལ་ཁ་བསྐྱས་པ་ནི།    རྒྱུད་བར།    ཀང་།    རྩུ་

མཐོ་བ་སྤྱིད་པའི་ཡས་སྤྱིད་གི།     རྩུབ་འབྱུར་ཚལ་དུ་རུ་  
མཆོན་ཅན།     དཀར་པོ་ལྷ་ཡི་དབང་ཕྱུག་གི།     དམག་  
དཔོན་ཆེན་པོ་གཤེགས་སུ་གསོལ།     རྩྱུ་ཉི་     དམའ་བ་ས་  
འོག་རིམ་པ་དགའི།     བྱོང་བྱེར་མཆོག་ན་སྤྱོད་བདག་  
དམར་ཉི་     ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་གཤེན་རྗེ་ཡི།     ལས་མཁན་  
ཆེན་པོ་གཤེགས་སུ་གསོལ།     རྩྱུ་ཉི་     བར་གྱི་བདུད་ཡུལ་  
ཁ་རག་སྤྱིད།     གཏོང་དམར་ཡུལ་ན་ཨ་བསེ་རྒྱལ།     །  
ཞང་ཞུང་བོན་གྱི་སྤྱོད་བ་ཆེ།     དབྱ་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་  
གཤེགས་སུ་གསོལ།     རྩྱུ་ཉི་     ལྷག་པར་མོན་ཁམས་ཐིམ་  
ཕུ་ཡི།     བདེ་ཆེན་གནས་ནས་བཙན་ཆོད་བྱང།     རིག་

འཛིན་སྒྲུ་མའི་བཀའ་ཉན་མཆོག་                      རྒྱལ་པ་མེ་ལེན་  
གཤེགས་སུ་གསོལ།    ཁྱོད་    བསད་པའི་དམར་ཆེལ་ལྷ་  
གསར་ཅན།    དབྱ་བོའི་སྤྲིང་ཙུ་ནས་འབབ་དང་།    ལྷ་  
ཆོགས་འབྱུ་ཡི་ཇ་གདན།    གསེར་ཁ་གཡུ་ཁས་བརྒྱན་  
ཏེ་འབུལ།    ཁྱོད་    དབྱ་མགོ་བྲེགས་པའི་སྤྲིང་བས་  
གཏིབས།    རྒྱུ་འཛིན་གསར་པའི་ན་བུན་འབུལ།    རྒྱལ་  
བའི་རུ་མཆོན་སྤང་བ་སྤར།    དཔའ་བོའི་འབྱུག་སྒྲིལ་  
བ་འབུལ།    ཁྱོད་    ཡིད་གར་འོང་བ་སྒྲུབ་པའི་རྒྱན།    །  
སྤང་བའི་དབྱ་བོ་འཛུམས་པའི་ཆས།    ལམ་བས་འོས་  
ཁྲིམ་གྱི་ལམ་ངས་ཆེན་ལོར།    ལྷགས་གྱི་འགྲོ་བ་ཀུན་གྱང་

འབུལ། ཁྱོ། ཏྲ་དམར་སྒང་དམར་ར་དག་གི། །ཤེ་  
ངར་བཅས་བ་ལིང་། །སྒྲིང་དང་ནང་བྲོལ་སྒྲ་ཆོག་ས་  
གིས། །རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོ་བྱས་པ་འབུལ། ཁྱོ། གདུག་  
པ་བྲོད་གི་གཟུགས་གི་བྱིན། །མ་རུང་ཇག་པའི་ཆ་ངད་  
གིས། །བར་ཆད་བགོགས་གི་ཕྱེ་མ་ལེག། །བམས་ཅད་  
གཞོབ་ཀྱང་མེད་པར་སྒྲིག། ཁྱོ། གཟེར་བའི་སྒྲུན་གིས་  
མ་ནོན་བགོགས། །བྲོས་པའི་ཞལ་གི་མཆེ་བའི་ཕྱེར། །  
མི་ལེན་དམ་ཆོག་ཉམས་པའི་སྒྲིག། །འཇིག་རྟེན་ཁམས་  
ན་ཅད་མེད་དོ། ཁྱོ། རྗེ་རྗེའི་ཕྱོག་ལྷ་ཁྲབ་ཆེན་ལུག། །  
མདུང་དམར་ཞགས་བཟུང་མདོ་དྲུག་ཆས། །ལྷུང་ཅན་

རྟེན་ཞེན་དཔའ་སྐྱེན་གདོང་། །སྤུས་གྲང་ཚུགས་པར་མི་  
རུས་སོ། །ཏྲུཎྜི། སྤིན་གྲུབས་འདེབས་པར་བྱིངས། །  
བཙན་དམག་ཅོ་སྐྱས་ཁོལ་བ་རྣམས། །མེ་རུ་འབར་ཞིང་  
ལྷུང་དུང་འཚུབས། །དབྱ་བོའི་སྤྲོག་ལ་དུག་ཏུ་གྱུར། །  
ཏྲུཎྜི། སྤིང་གསུམ་འཇོམས་པའི་ཇག་པ་ནི། །ཞེ་སྤང་མེ་  
ལྟར་འབར་བ་རྣམས། །དབྱ་བོའི་སྤྲོག་རྩ་ལེན་ལ་  
སོང་། །སྤྲོག་ལ་དབྱགས་ལ་རྩམ་བས་གྱིས། །ཏྲུཎྜི། མི་  
སྤྲུག་གཟུགས་དགའི་སྤྱ་འཕྱལ་ཇག །དབྱ་དང་  
བགེགས་གྱི་སྤྲེང་དུ་གྱུར། །མི་ཉན་ངག་གི་དམོང་པའི་  
མེ། །ལེན་མཁན་དབྱ་འདི་ཡིན་པས་སྤྱུར། །ཏྲུཎྜི། ལྷ་



སྤྱིན་རྟེན་གསལ་པའི་ཇག་དཔོན་བྱོང་།      བྱུང་པའི་ལྷ་འདྲེ་  
གར་ཡང་མེད།   མི་བོ་བས་སྐལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།   དག་  
བོ་མི་འདྲ་སྟོག་ལེན་མཛོད།   རྩོམ་ ཇག་དམར་རལ་དགུ་  
བརྒྱབས་ནས་བྱོང་བད་དོ།   དམ་བསྐལ་མེ་དཔུང་སྤར་  
ནས་བྱོང་བད་དོ།   ལེན་རྩའི་རྩ་བ་བཤད་ནས་བྱོང་བད་  
དོ།   དག་བོ་ཆར་གཅོད་ལས་འདི་ལྟར་དུ་སྐྱབས།   ཁ་  
རྒྱུང་བར།   ཀང་།   ཞེས་སྤྱིན་བཙེལ་བྱའོ།   ॥

༥   སྒོ་མོ་ལུང་པའི་གསོལ་ཁ་བསྐྱས་པ་ནི།   རྩོམ་ དེ་རྟེན་པའི་བོམ་  
ཆེན་པོར།   ཁ་བཤུད་ཆེན་པོའི་མཆོན་ཡང་འཛིན།   །  
ཕྱག་བརྟན་ལྷ་མིན་ཆོགས་ཆེན་པོས།   ཁ་སྒྲོར་ནས་

འདིར་གཤེགས་གི་ཀང་བྱོང་། ཁྱོད་ཀྱི་ལྷགས་མཁར་སྒོ་  
མེད་བཅུ་དྲུག་ན། འཆི་བདུད་ནག་པོའི་མཆན་ཡང་  
འཛིན། བཀའ་ཉན་དཔྱལ་སྤང་བ་ཏུ་མ་པོའི་སྡེ། །  
བསྐྱོར་ནས་འདིར་གཤེགས་ལས་གཤིན་བྱོང་། ཁྱོད་  
སྤལ་པའི་ཞིང་གི་སྡོ་སྤྱོགས་སུ། སྒོ་བདུད་ཆེན་པོའི་  
མཆན་ཡང་འཛིན། ལས་མཛད་སྡེ་བརྒྱད་བཤུན་པའི་  
ཆོག་ས། བསྐྱོར་ནས་འདིར་གཤེགས་གནས་སྤང་  
བྱོང་། ཁྱོད་ དཔའ་པོའི་ཆང་ཕུད་རྒྱ་མཆོར་བསྐྱེལ། །  
དམར་ཆོལ་བྲག་སྒྲིའི་ཨ་ཁྱོ་སྤྱོད་། མཐུན་ཇས་བཤོས་  
བུ་རི་དབང་ཕྱེར། དཀར་དམར་ཟླ་ཉིས་མཛེས་པ་

འབུལ། རྩོ། དམིགས་ཡུལ་དབྱ་བོ་དམ་ཉམས་  
གྱི། རྩོག་དང་དབུགས་དང་སྒྲ་དང་ཆོ། །ཤ་བྲག་རུས་  
པའི་བ་ལི་རྟ། །དམར་གྱི་དད་ཏི་ཆེལ་བས་མཆོད། རྩོ།  
ནག་པོའི་ངར་ལ་བདུད་གྱི་མཁར། །དགྱེས་དགུ་ཡས་  
དང་ཐག་ལས་གྲུབ། །མི་བད་ནམ་མཁའི་མཛོད་ངོ་  
མར། བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པས་བྲུགས་དམ་བསྐྱང་། །  
རྩོ། མཐོང་བའི་དུག་རྒྱངས་སྤྱོན་ནག་གིས། རྩུན་པར་  
འཐིབས་གཟུགས་ལྟ་བུའི་སྤྱོད་སྤྱོད་གྱི་སྤྱོད་ལ་བྲག་  
གི་ཆར། ཅི་ཡང་འབེབས་ལ་ཕྱག་འཆལ་བསྟོད། རྩོ།  
བ་བར་བྱེད་པའི་ཁ་བོ་ཆོ། །མཆོན་ཆའི་ངར་ཀུན་འདིལ་

བའི་སོས།     །དབྱ་སྟོག་གཏུབ་པའི་ར་ཀླའི་རྒྱ།     །མ་  
བམ་འབྲམ་པར་འཛག་ལ་བསྟོད།     །རྩྭ་     རྒྱལ་བའི་དམ་  
ཆེག་ཆང་འབྲུང་བས།     །སྟོས་པའི་གད་རྒྱངས་མི་བད་  
པ།     །རྣམ་པར་རྟེན་པ་བརྒྱ་ཕྱག་གིས།     །མ་རུངས་  
འཛམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་བསྟོད།     །རྩ་རྒྱང་བར།     ཅེས་སྟོན་བཅོལ་  
བྱའོ།     །༥     སྒྲེར་གསོལ་རྣམས་ཀྱི་གཏོར་བསྟོ་བསྟུས་པ་ནི།     སྟུངས་གཏོར་ལ་  
དམིགས་ཏེ།     ཨོྃ་སྤྱ་བྷ་ལྷས་སྟུང།     གཏོར་ལྡས་རྣམས་མི་  
དམིགས་ཏེ་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར།     སྟོང་པའི་ངང་ལས།  
ཕྱི་ལྟར་རིན་པོ་ཆེ་ལས་གྲུབ་པའི་གཏོར་སྟོད་སྟིད་པའི་  
ཁྱོན་ལྟར་ཡངས་པའི་ནང་དུ།     གཏོར་ལྡས་རྣམས་ངོ་བོ་

ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་ཚིའི་རྒྱ་མཚོ།      རྣམ་པ་འདོད་  
ཡོན་གྱི་སྤྱིན་པུང་འཕྲོ་བ།      རང་ལྟར་བརྒྱ་འབར་པའི་སྣོད་  
དུ།      ཞིང་བཅུ་ཚང་བའི་དབྱ་བགོགས་ཀྱི་ཤ་བྲག་རུས་པ་  
སྟོག་དབུགས་སྒྲ་ཆེ་ཁར་རྗེ་དབང་ཐང་རྒྱུད་རྟ་ལ་སོགས་  
འདུས་པའི་པུང་པོ།      གསང་བ་ཤེས་རབ་བླ་གའི་སྣོད་དུ།  
ཐབས་མཆོག་ལིང་གས་གཏམས་པའི་བདེ་སྣོད་དགའ་  
བཞི་རོ་བཅུད་འཕེ་མེད་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་རང་བཞིན་དུ་  
གྱུར།      ཨོྫེ་ཨུཾ་ཱུ།      ཞེས་ལན་གསུམ་གྱིས་བྱིན་བརྒྱབས་བྱས་ཏེ།      རང་  
ཉིད་ཏེ་རུ་ཀར་གསལ་བའི་སྣོད་གའི་འོད་གྱིས་བསྐྱུལ་  
བས།      ལྷུང་ལོ་ཅན་སོགས་རང་རང་སོ་སོའི་གནས་ནས་

ཀྱུལ་ཆེན་རྣམ་མང་ཐོས་སྒྲུབ། ལྷ་སྒྲུབ་ཆེ་རིང་མཆེད་ལྷ།  
སྒྲུབ་བཙུན་རྩི་རྩི་གཡུ་སྒྲོན། ལས་གཤེན་ཅིག་ཅར་  
དམར་པོ། གཟའ་ཆོད་དུག་གི་སྤྱ་གྱི། གཏེར་བདག་  
སྒྲོན་ཁའི་སྤྱ་བཙན། དགོར་བདག་ཀྱུལ་ཆེན་སྤྱ་ལྷ།  
གངས་བབང་མི་སྒྲོན་ཏྲ་སྒྲོན། དགོ་བསྒྲེན་ཇག་པ་མེ་  
ལེན། དམ་ཅན་སྒྲོ་མོ་ལུང་པ། རྩི་བེའི་རྩི་ཁའི་  
གནམ་འབྲུག་ཕུ་མདའི་གཞི་བདག་ གདན་ས་འདི་ཉིད་  
དུ་གཉུག་མར་གནས་པ་ལ་སོགས་བསྐྱུན་སྤྱད་དམ་ཅན་  
ཀྱུ་མཆོ་ཐམས་ཅད་སྐྱད་ཅིག་གིས་བྱོན་ནས་དགྱིལ་འཁོར་  
གྱི་འཁོར་ཡུག་ཏུ་བཞུགས་པའི་ལྷ་གསལ་འོད་གྱི་སྤྱ་གུས་

གཏོར་མའི་བཅུད་དང་ས་ཏེ་གསོལ་བར་གྱུར། རྣམ་སྤྲུལ་ལ།

ཨོྲཱི་ཤྲ་བ་རྒྱ་ཡེ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨི་དམ་བ་ལི་རྟ་ཁ་ཁ་ཁུ་ཏི་  
ཁུ་ཏི། ཆོ་རིང་མ་ལ། མི་ལི་ཨི་ཙྰ་ཏི་པ་ལྟ་རྒྱ་ལྷི་ས་པ་

རི། གཡུ་སྒྲོན་མ་ལ། ཨོྲཱི་བཟླ་ལ་ལ་ལི་ལི་ས་པ་རི། ཅིག་

ཅར་ལ། ཡུ་ག་པ་རྟེ་ཏི་ཏ་ས་པ་རི། དྲང་སོང་ལ། རྒྱུ་ཤ་ག་རུ་

རིན་ག་ལི་ཏི། ཤོ་ཏི་ཇོ་ཇོ་ཤ་ག་རྒྱ་ག་ར་རྒྱ་བ་ལི་རྟ་ཁུ་

ཏི། ར་ག་ལི་ཏི། ཤོ་ཏི་ཇོ་ཇོ་བ་ལི་རྟ་ཁུ་ཏི། ར་རྒྱ་ལ་

པ་ལྷི་མེ་ག་རུ་རུ་ཏི་ཇོ་ལ་ཏི་སྤྲུ། བ་ལི་རྟ་ཁུ་ཏི། སྒྲོན་ཁ་ལ།

ཨོྲཱི་ནག་པོ་ཏི་པ་རྒྱ་ཇོ་རྒྱ་ག་རྒྱ་ས་པ་རི། རྒྱལ་པོ་ལ།

རྣམ་པུ་ལ་མ་རྒྱ་རྒྱ་ཇོ་བྱེ་ཏི་ར་ས་པ་རི། གཤམ་ས་པ་ལ།



ཡཀྲ་ཕུར་ཏ་བྱ་བ་ས་པ་རི་༥                      །མ་རྒྱ་ཁྲ་ཤོ་ནི་ལ་ས་པ་  
རི་༥    །དག་བསྟེན་ལ།    ཡོ་སངས་སྤྱི་རི་རི་ན་ན་ཁ་རེ་བྱུ་ཡི་  
དམ་བ་ལི་རྟ་༥    །སྒོ་མོ་ལ།    མུ་ཁྲི་མ་ར་གྱི་རྩ་ས་པ་རི་༥    །  
གནམ་འབྲུག་མུ་མདའ་པར།    ཡུ་རུ་གཤམ་ས་པ་རི་༥    །ལག་མི་  
ནྱ་གྲ་ས་པ་རི་༥    །ཡུ་མུ་ཁི་དེ་ཤས་བ་ས་པ་རི་༥    །གཞི་  
བདག་སྤྱི་འགྲོ་ལ།    ཡོ་ཡུ་གྲ་རེ་མུ་ཁི་༥    །རྣམས་ལན་གསུམ་རེས་  
འབུལ།    འདོད་གསོ་ལ་ནི།    རྒྱལ་བསྟན་སྒྲུབ་བརྒྱུད་སྟོང་པ་  
དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའི་བསྟན་སྒྲུབ་དམ་ཅན་རྒྱམ་ཆོ་  
བཀའ་སྤྱོད་ཕོ་ཉ་དམག་ཆོག་ས་གཞི་བདག་དང་བཅས་པ་  
རྣམས་ལ་མཆོད་སྤྱིན་གྱི་གཏོར་མ་འདི་འབུལ་ལོ།    །

སྒྱུར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤངས།    དགོན་མཆོག་གི་  
དབུ་འཕང་བསྟོད།    དཔལ་ལྷན་གླ་མའི་སྐྱ་ཆེ་སྤངས།  
དག་འདུན་གྱི་སྡེ་སྤྱོདས།    བསྟན་ལ་སྤང་བའི་དབྱ་ཐུལ།  
གཞོད་པར་བྱེད་པའི་བག་གས་ཆོམས།    དམ་སྤྱི་རྒྱལ་  
འགོང་གི་ཆེ་འཕུལ་ལློག    །འཛིག་རྟེན་དུས་ཀྱི་རྒྱད་པ་  
སེལ།    སེམས་ཅན་ཡོངས་ཀྱི་ཕན་བདེ་སྤེལ།    བྱད་པ་  
དུའང་རྣལ་འབྱོར་པ་བདག་ཅག་དཔོན་སྟོབ་འཁོར་དང་  
བཅས་པ་ཐམས་ཅད་གནས་སྐབས་སུ་ནད་གདོན་ཆག་ཆེ་  
ཉམ་ང་ལོ་ཀེག་ལྷག་ཤེད་ལ་སོགས་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་  
མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ངན་པ་མཐའ་དག་ལས་སྤང་ཞིང་།

ཆེ་བསོད་དཔལ་འབྱོར་ཕུ་གཡང་ལོངས་སྟོང་སྒྲོན་  
གྲགས་མངའ་ཐང་སོགས་མཐུན་པའི་ལེགས་ཆོགས་  
ཐམས་ཅད་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པ་དང་། ཆེ་གང་དབེན་པའི་  
རི་སྐལ་དུ་སྐྱབ་པ་སྟོང་པོ་ལེན་པའི་རྒྱ་ཅན་ཉམས་རྟོགས་  
ཀྱི་གཤོག་རྩལ་ནང་ནས་རྫོགས་ཏེ། བམ་ཞིག་རྣམ་སྟོན་  
ལུས་ཀྱི་སྟོང་རྒྱ་རལ་མ་ཐག་ཏུ་མཁའ་སྟོང་བདེ་བ་ཆེན་  
པོའི་ཞིང་དུ་དབུགས་འབྱེན་ཞིང་། མཐར་ཐུག་བྱང་  
འཇུག་རྩེ་རྩེ་འཆང་ཆེན་པོའི་གོ་འཕང་ལ་སྟོར་བའི་སྟོངས་  
གྲོགས་དང་སྟོན་ལས་རྒྱ་ཆེན་པོ་འགྲུབ་པར་མཛད་དུ་  
གསོལ། ཅེས་འདོད་དོན་གསོལ།

༥། སྤྱང་མའི་གསེར་སྐྱེམས་སྤྱོད་གས་བསྐྱས་ནི། ཡོ་བཟླ་ཡུ་མི་ཏས་  
བསངས། ཡོ་སྤྱུ་ལྷས་སྤྱང་། གསེར་སྐྱེམས་མི་དམིགས་  
པ་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། སྟོང་པའི་ངང་ལས་བྱུ་ལས་རིན་  
པོ་ཆེ་སྟོད་ཡངས་ཞིང་། རྒྱ་ཆེ་བའི་ནང་དུ། ཡོ་ཡུལ་རྩྱུ།  
འོད་དུ་ཞུ་བ་ལས་བྱུང་བའི་གསེར་སྐྱེམས་བླག་པ་མེད་  
པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་རྩི་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོར་གྱུར། ཡོ་  
ཡུལ་རྩྱུ། ལན་གསུམ། རྒྱུང་བར། སྒྲ་མ་ཡི་དམ་ཡེ་ཤེས་  
མཁའ་འགྲོ་མ། །ཐུག་འཐུང་རྒྱལ་པོ་རྣམ་ཐར་གསུམ་གྱི་  
ཡུམ། །བདེ་ཆེན་གཅིག་ཏུ་འཆར་བའི་ལྷ་ཆོག་གས་ལ། །  
གསེར་སྐྱེམས་འབུལ་ལོ་བཅོལ་བའི་སྤོན་ལས་མཛོད། །

མརྒྱ་ཀ་ལ་ལྷུམ་དྲལ་ཐམས་ཅད་དང་། །རི་ཉི་མ་ཆེད་བཞི་  
སྒོ་མཆམས་ལྷ་མོ་བརྒྱད། །ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལས་  
འཆར་བའི་བྲག་འབྱུང་ལ། །གསེར་སྐྱེམས་འབྲུལ་ལོ་  
བཙེལ་བའི་ཕྱིན་ལས་མཛོད། །འཛིགས་བྱེད་ཆེན་མོ་  
བརྒྱད་དང་ཉི་ཤུ་བཞི། །སྒོ་བཞི་འཛིན་སྐྱོང་མ་མོ་མཁའ་  
འགྲོའི་ཆོགས། །ཅུ་རྒྱུད་ཁམས་ལས་འཆར་བའི་ལྷ་  
ཆོགས་ལ། །གསེར་སྐྱེམས་འབྲུལ་ལོ་བཙེལ་བའི་ཕྱིན་  
ལས་མཛོད། །བཀའ་སྡོད་སྡེ་བརྒྱད་ཕྱོགས་སྐྱོང་རྒྱལ་པོ་  
བཞི། །བཙུན་མོ་ནང་མི་གཉིས་དང་དམག་གི་ཆོགས། །  
འཛིག་རྟེན་ལས་ལས་གྲུབ་པའི་དྲེགས་པ་ལ། །གསེར་

སྐྱེམས་འབྲུལ་ལོ་བཅོལ་བའི་ཕྱིན་ལས་མཛོད། །ལྷ་མའི་ནི།  
ཟབ་མོ་རྒྱུད་གྱི་སྤྱང་མ་མ་མའི་ནི། །ཞལ་གཅིག་ཕྱག་བཞི་  
འཕྱིན་ལས་རྣམ་བཞི་སྒྲུབ། །ཏུ་འཕྱུལ་མཐུ་ལྡན་དག་  
བག་གས་ཚར་གཅོད་པའི། །བྲག་འཐུང་དུད་གསོལ་ལྷ་  
མོ་འཁོར་བཅས་ལ། །གསེར་སྐྱེམས་འབྲུལ་ལོ་བཅོལ་  
བའི་ཕྱིན་ལས་མཛོད། །རྣམ་སྤྲུལ་གྱི་ནི། །འོད་གྱིས་ཉི་མ་པམ་  
བྱེད་གསེར་གྱི་སྒྲུ། །རྫོང་འོ་བྲབ་གོས་བདུད་གྱི་དཔུང་  
འཛོམས་ཤིང་། །མངས་རྒྱས་བསྐྱེད་པ་ཀུན་ཏུ་སྒྲིང་  
མཛོད་པ། །རྣམ་ཐོས་སྤྲུལ་པོ་འཁོར་དང་བཅས་རྣམས་  
ལ། །གསེར་སྐྱེམས་འབྲུལ་ལོ་བཅོལ་བའི་། །ཆོ་རིང་མའི་

ནི། ཐྱེ་ལྷགས་དང་ཉིང་རེ་འཛིན་དང་ཕྱག་རྒྱ་ཡིས། །  
ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཡི་བདུད་རྩིར་གྱིན་བརྒྱབས་པ། །ཁ་དོག་རྩི་  
རོ་ཕུན་ཆོགས་གསེར་སྐྱེམས་འདི། །ལྷ་སྒྲུབ་རྒྱལ་མོ་  
འཁོར་དང་བཅས་ལ་འབུལ། །བཞེས་ནས་བཙོལ་བའི་  
ཕྱིན་ལས་སྐྱབ་པར་མཛོད། །དུར་བདག་གི་ནི། རབ་འཛིགས་  
དུར་ཁྲོད་ཀུན་གྱི་བདག་མོ་སྟེ། །བྱུང་པར་སྟོས་ས་སྟོང་  
གི་ཞིང་སྟོང་བ། །ཀོང་རུས་ཆེན་པོ་གར་བྱེད་མཆེ་བ་  
གཙོགས། །དུར་བདག་ཡབ་ཡུམ་སྤྲས་ཁོར་བཅས་  
རྣམས་ཀྱིས། །གསེར་སྐྱེམས་འདི་བཞེས་བཙོལ་བའི་  
ཕྱིན་ལས་མཛོད། །གཡུ་སྒྲོན་མའི་ནི། རྩེ་རྩེ་གཡུ་སྒྲོན་ཤིན་ཏུ་



མཛེས་པའི་སྒྲ།      །དཀར་བསལ་གངས་རིའི་ངོས་ལ་ཉི་  
ཤར་འདྲ།      །སྒྲུབ་པ་པོ་ལ་དངོས་གྲུབ་སྒྲེལ་མཛེད་  
པའི།      །མཆེད་ལྡེ་འཁོར་དང་བཅས་པ་མ་ལུས་ལ།      །  
གསེར་སྒྲེམས་འབྲུལ་ལོ་བཅོལ་བའི་ཕྱིན་ལས་མཛེད།      །  
གཟའི་ནི།      །སྒྲ་གསུམ་ལྟུན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གཞལ་ཡས་  
ནས།      །གསང་བདག་དགྱིལ་འཁོར་ལྟ་ཆོགས་བམས་  
ཅད་དང་།      །གཟའ་བདུད་ཡབ་ཡུམ་སྤྲས་འཁོར་བཅས་  
པ་རྣམས།      །མཐུན་ཇུས་ཆོགས་པའི་གསེར་སྒྲེམས་འདི་  
བཞེས་ལ།      །རྣལ་འབྱོར་བཅོལ་བའི་ཕྱིན་ལས་སྒྲུབ་པར་  
མཛོད།      །རྒྱལ་པོའི་ནི།      །ཁམས་གསུམ་དབང་དུ་བསྐྱུ་པའི་

མཐུ་བོ་ཆེ།      །དད་མོས་ཅན་ལ་འདོད་པའི་འབྲས་སྟེར་  
བ། །ཐོག་མེད་ཀུན་ཏུ་བབ་པའི་སྐྱེ་འཕྱུལ་གཟུགས། །  
ཀྱུལ་ཆེན་འཁོར་དང་བཅས་པ་མ་ལུས་ལ།      །གསེར་  
སྐྱེམས་འབྱུལ་ལོ་བཅོལ་བའི་ཕྱིན་ལས་མཛོད།      །དག་  
བསྟེན་གྱི་ནི།      གྱེ།      སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་སྤྱང་བའི་ཕྱིན་  
ལས་པ།      །དམ་ཉམས་དབྱ་བོ་སྐྱོལ་བའི་གཤམ་པ་  
སྟེ། །གང་བཅོལ་ལས་རྣམས་སྐྱབ་བའི་ཕོ་ཉ་བ། །དག་  
བསྟེན་ཆེན་པོ་འཁོར་དང་བཅས་རྣམས་ལ།      །གསེར་  
སྐྱེམས་འབྱུལ་ལོ་བཅོལ་བའི་ཕྱིན་ལས་མཛོད།      །སྒྲིམ་འཛིན།  
མ་རུང་གདུག་པའི་གཤེད་མ་མི་བསྟན་པ།      །ཀྱུལ་བའི་

བསྟན་སྲུང་དབེན་གནས་སྟོ་སྟོང་ཞིང་། །འཆི་བདུད་སྟེ་  
དགའི་སྟོག་ལ་དབང་བསྐྱར་བའི། །ཟ་བྱེད་སྟོ་བདུད་  
ཆེན་པོ་འཁོར་བཅས་ལ། །གསེར་སྐྱེམས་འབྲུལ་ལོ་  
བཅོལ་བའི་ཕྱིན་ལས་མངོན། །སྟར་སྟོ་བཅོན་གྱི་ནི། རྣམ་ཀུན་  
མཆོག་ལྡན་འོད་གསལ་སྟོང་བའི་མདངས། །སྟིང་རྗེའི་  
གཟུགས་ཀྱི་རོལ་མོ་རྒྱལ་སྟེད་དུ། །ཤར་བའི་ལས་བཞི་  
ཕྱིན་ལས་ཐོགས་མེད་ཀྱི། །བདག་ཉིད་སྟར་སྟོའི་ལྷ་  
བཅོན་འཁོར་བཅས་ལ། །གསེར་སྐྱེམས་འབྲུལ་ལོ་  
བཅོལ་བའི་ཕྱིན་ལས་མངོན། །ཇོ་མོ་གཡང་རིའི་ནི། ལྷ་བས་  
མི་ངོམ་རབ་ཏུ་མངོས་པའི་སྐྱ། །གངས་རིའི་མདངས་

འཕྲོ་བརྩེ་བའི་བཞིན་འཇུག་ཅན།      །དམ་ལྷན་རྣལ་འབྱོར་  
བུ་བཞིན་སྐྱོང་མཛད་པའི།      །མ་ཅིག་ཇོ་མོ་གཡང་རི་  
འཁོར་བཅས་ལ།      །གསེར་སྐྱེམས་འབུལ་ལོ་བཅོལ་  
བའི་ཕྱིན་ལས་མཛོད།      །བཙན་དམར་གྱི་ནི།      །སྐྱ་མདོག་དམར་  
ལ་བྲོ་གཉེར་མཆེ་བ་གཅིགས།      །དམ་ཉམས་དབྱ་པོའི་  
སྒོག་ལ་རུམ་མཛད་ཅིང་།      །རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་གཙུག་ཏུ་  
འབྱུང་བ་པོ།      །གནས་བདག་བཙན་ཆེན་དམར་པོ་འཁོར་  
བཅས་ལ།      །གསེར་སྐྱེམས་འབུལ་ལོ་བཅོལ་བའི་ཕྱིན་  
ལས་མཛོད།      །གཞན་ཡང་དབེན་གནས་སྤྱང་མ་དམ་  
ཆོག་ཅན།      །དཀར་པོའི་ཕྱོགས་ལ་མདོན་པར་དགའ་

བའི་ལྷ།      །བཀུག་གནས་གཞི་བདག་སྒོ་བུར་ལྷག་པ་  
སོགས།      །ཡབ་ཡུམ་སྒས་འཁོར་བཅས་པ་མ་ལུས་  
ལ།      །གསེར་སྐྱེམས་འབུལ་ལོ་བཅོལ་བའི་སྤོན་ལས་  
མཛོད།      །རྒྱུད་བར།      སྤེ་བརྒྱད་གསེར་སྐྱེམས་ནི།      རྩོམ་སྤྱི་གསུམ་  
བརྒྱད་གསུམ་སྒྲ་མ་དང་།      །ཡི་དམ་ནི་བྲོ་ལྷ་ཆོགས་  
དང་།      །སྐྱབས་གནས་དགོན་མཆོག་གསུམ་པོ་དང་།      །  
མཁའ་འགྲོ་ཞོར་ལྷ་གཏེར་སྤྱད་ཆོགས།      །མཆོད་ཡུལ་  
གོང་མ་ཐམས་ཅད་ལ།      །མཆོད་པ་དམ་པ་འདི་འབུལ་  
ལོ།      །གསེར་སྐྱེམས་གཙང་མ་འདི་བཞེས་ལ།      །བདག་  
གི་འདོད་དོན་སྐྱབ་ཏུ་གསོལ།      །ལྷ་ཡི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱེན་

དང་། ལྷ་མིན་དབང་པོ་ཐགས་བཟང་དང་། མི་འམ་ཅི་  
ལྷོན་ཏུ་མགོ་དང་། མཁའ་ལྷིང་གསེར་མིག་འབྲིལ་བ་  
དང་། ཆོས་སྐྱོང་མཐུ་གལ་དང་། སྤྱིན་པོ་ལྷ་  
མགོན་བཅུ་དང་། ཇི་ཟ་ཟུར་ཕུད་ལྷ་པ་དང་། བྱི་ཡི་སྡེ་  
བརྒྱད་འཁོར་བཅས་ལ། མཆོད་པ་དམ་པ་། གསེར་  
སྐྱེམས་གཙང་མ་། བདག་གི་འདོད་དོན་། ཡབ་  
གཅིག་བདུད་རྩི་ནག་པོ་དང་། བཙན་རྒྱལ་ཡམ་ཤུད་  
དམར་པོ་དང་། ཡུལ་ལྷ་ཆ་བསངས་ཀྱི་སྤྲུལ་དང་། །  
སྤྲོག་བདག་རྒྱལ་པོ་སྤྱིང་སྤྱིན་དང་། ཆོས་སྐྱོང་གཞོན་  
སྤྱིན་དམར་པོ་དང་། མ་མོ་འཛིག་པའི་སྤྲོག་འབྲིན་

དང་། །དག་བསྐྱེན་རྩེ་རྩེ་ལེགས་པ་དང་། །དཀར་མི་ཉི་  
ཟླའི་ཐོད་འཕྲེང་སོགས། །ནང་གི་སྡེ་བརྒྱད་འཁོར་  
བཅས་ལ། །མཆོད་པ་དམ་པེ། །གསེར་སྐྱེམས་གཙང་  
མེ། །བདག་གི་འདོད་དོན་ེ། །བདུད་པོ་ཁ་མཐུན་ཡག་  
དང་། །གཤེན་རྩེ་གཤེད་པོ་དམར་པོ་དང་། །ཁྲ་བདུད་  
རྒྱ་གར་རྩེ་དང་། །གཞོད་སྐྱེན་གཤེན་པ་གྲི་ཐོགས་  
དང་། །མ་མེ་སྐྱེན་པོའི་བྲམ་འདེབས་དང་། །བཙན་པོ་  
ཡམ་ཤུད་སྐྱོག་ལེན་དང་། །བདུད་པོ་རེ་ཉི་མགོ་གཡག་  
དང་། །སྐྱོག་བདག་དུང་གི་ཐོར་ཚུགས་སོགས། །  
གསང་བའི་སྡེ་བརྒྱད་འཁོར་བཅས་ལ། །མཆོད་པ་དམ་



པེ། །གསེར་སྒྲེམས་གཙང་མ། །བདག་གི་འདོད་  
དོན། །གཟའ་མཆོག་རྒྱལ་པོ་རྒྱ་ལ། །སྐར་མཆོག་  
བྲམ་ཤིང་ཁ་ཐོར་དང་། །བདུད་མཆོག་མ་རྩ་ཡག་  
དང་། །བཙན་མཆོག་གི་བཙན་མཐུ་བོ་དང་། །མ་  
མཆོག་ཕྱེ་སྤང་མདུང་འཛིན་དང་། །ཁྲ་མཆོག་ཁྲ་རྒྱལ་  
དུང་སྦྱང་དང་། །མགོན་མཆོག་ནག་པོ་སྟེར་དཀར་  
དང་། །རྒྱལ་མཆོག་ལི་བྱིན་རྟ་ར་དང་། །མཆོག་གི་སྡེ་  
བརྒྱད་འཁོར་བཅས་ལ། །མཆོད་པ་དམ་པེ། །གསེར་  
སྒྲེམས་གཙང་མ། །བདག་གི་འདོད་དོན། །དཔུང་  
གཡས་དབྱ་ལྟར་སྤྱལ་པ་དང་། །དཔུང་གཡོན་མ་མོར་

སྐྱུལ་པ་དང་། །མཆུ་མོ་བདུད་དུ་སྐྱུལ་པ་དང་། །མགོ་  
བོ་སྒྲིན་པོར་སྐྱུལ་པ་དང་། །མཇུག་མ་མུ་དུ་སྐྱུལ་པ་  
དང་། །ལག་གཡས་གཤིན་རྗེར་སྐྱུལ་པ་དང་། །ལག་  
གཡོན་ཀླ་བཙན་སྐྱུལ་པ་དང་། །མིག་དང་སྒྲིང་དང་  
མཆིན་པ་གསུམ། །གཟའ་བདུད་ཉིད་དུ་སྐྱུལ་པ་  
དང་། །སྐྱུལ་པའི་སྡེ་བརྒྱད་འཁོར་བཙས་ལ། །མཆོད་  
པ་དམ་པ་፤ །གསེར་སྐྱེམས་གཙང་མ་፤ །བདག་གི་  
འདོད་དོན་፤ །ས་བདག་རྩལ་བྱིན་གཤོ་དང་། །ཁྱ་  
བདུད་སྒྲོར་ནག་པོ་དང་། །ས་ཡི་ལྷ་མོ་བརྟན་མ་དང་། །  
ཕྱོགས་སྒྲོང་རྒྱལ་ཆེན་སྡེ་བཞི་དང་། །མགོན་པོ་བདུན་ཅུ་

ཅ་ལྟ་དང་། །ཡུལ་འདིའི་གཞི་བདག་ཐམས་ཅད་  
དང་། །མོ་ལྟ་དག་ལྟ་སྟོག་ལྟ་དང་། །མོ་ལྟ་མོ་སྟོན་ལ་  
སྟོགས་པ། །སྒྲིང་སྟོང་སྟེ་བརྒྱད་འཁོར་བཅས་ལ། །  
མཆོད་པ་དམ་པེ། །གསེར་སྐྱེམས་པེ། །བདག་གི་འདོད་  
དོན་སྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །རྒྱུད་བར། རྒྱལ་ཆེན་སྐྱེའི་གསེར་སྐྱེམས་ནི།  
རྩྱུ་། །གསེར་སྐྱེམས་གཙང་མ་མུད་ཀྱི་མཆོད་པ་འདི། །  
དབུས་ཕྱོགས་བྱགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སྐུ་ལ་པ་ཡུམ། །སྟོན་པོ་  
འཁོར་དང་བཅས་པ་མ་ལུས་པ། །གསོལ་ལོ་མཆོད་དོ་  
བཙེལ་བའི་སྟོན་ལས་མཛོད། །གསེར་སྐྱེམས་གཙང་  
མེ། །ཤར་ཕྱོགས་སྐྱེའི་རྒྱལ་པོེ། །སྟོན་པོ་འཁོར་

དང་། །གསོལ་ལོ་མཆོད་དོ། །གསེར་སྐྱེམས། །ཕྱོ་  
ཕྱོགས་ཡོན་ཏན་རྒྱལ་པོ་སྤྲུལ་པ་ཡུམ། ། །སྒོན་པོ་  
འཁོར་། །གསོལ་ལོ་མཆོད་དོ། །གསེར་སྐྱེམས་  
གཙང་མ། །རྒྱལ་ཕྱོགས་གསུང་གི་རྒྱལ་པོ། །སྒོན་  
པོ། །གསོལ་ལོ། །གསེར་སྐྱེམས། །བྱང་ཕྱོགས་  
འཕྲིན་ལས་རྒྱལ་པོ། །སྒོན་པོ། །གསོལ་ལོ། །  
གསེར་སྐྱེམས། །འབར་བ་སྤྱན་བདུན་གཞོད་སྤྱིན་ཡང་  
ལེ་བེར། །སྐྱེས་མཆོག་གིང་གསུམ་བརྟན་མ་བརྩ་  
གཉིས་སོགས། །བཀའ་སྡོད་དམ་ཅན་རྒྱུ་མཆོའི་ཆོགས་  
རྣམས་ལ། །གསོལ་ལོ་མཆོད་དོ་བཙུལ་བའི་ཕྲིན་ལས་

མཛོད།      །གསེར་སྐྱེམས་གཙང་མ་ཕུད་ཀྱི་མཆོད་པ་  
འདི།   །མཐུ་ལྷན་སྤྱང་མ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱལ་པ་ཡུམ།   །སྒོན་  
པོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་མ་ལུས་པ།   །གསོལ་ལོ་མཆོད་  
དོ་བཅོལ་བའི་སྤོན་ལས་མཛོད།   །གསེར་སྐྱེམས་གཙང་  
མ་ཕུད་ཀྱི་མཆོད་པ་འདི།   །ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་རྣམས་  
ཀྱི་སྤྱལ་པ་ཡུམ།   །སྒོན་པོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་མ་ལུས་  
པ།      །གསོལ་ལོ་མཆོད་དོ་བཅོལ་བའི་སྤོན་ལས་  
མཛོད།      །༥      རྗེ་ཡི་མགུར་ལྷ་འབངས་ཀྱི་སྒོག་ལྷ་  
དང་།   །བརྟན་མ་བཅུ་གཉིས་ལ་སོགས་གངས་ལྗོངས་  
ཀྱི།   །དྲིགས་པ་ལྷ་སྤོན་གཉིན་པོ་མ་ལུས་ལ།   །གསེར་

སྐྱེམས་འབྲུལ་ལོ་བཅོལ་བའི་ཕྱིན་ལས་མཛོད། །  
སྒྲགས་འཆང་བདག་གི་རིགས་ཀྱི་སྤྱང་མ་དང་། །ས་  
ཕྱོགས་འདི་ཡི་ཡུལ་གཞི་གནས་ཀྱི་བདག །ལོ་ཟླ་ནག་  
དུས་ཆེ་ལ་དབང་བའི་ལྷ། །གསེར་སྐྱེམས་འབྲུལ་ལོ་  
བཅོལ་བའི་ཕྱིན་ལས་མཛོད། །གསེར་སྐྱེམས་གཙང་མ་  
ཕུད་ཀྱི་མཆོད་པ་འདི། །ཅ་གསུམ་ལྷ་དང་སྡེ་བརྒྱད་  
འབྱུང་པོ་དང་། །གདོན་བགེགས་ལན་ཆགས་འགྲོ་བའི་  
ཆོགས་རྣམས་ལ། །གསེར་སྐྱེམས་འབྲུལ་ལོ་བཅོལ་  
བའི་ཕྱིན་ལས་མཛོད། །རྩ་བར། གྱི། སངས་རྒྱུས་  
བསྟན་སྤྱང་དགོན་མཆོག་དབྱུང་མང་བསྟོད། །དགོ་

འདུན་སྡེ་སྒྲིངས་ནྟལ་འབྱོར་ཆེ་སྒྲིག་སྒྲིངས།     །སྒྲན་པའི་  
དར་འཕྱར་གྲགས་པའི་དུང་བུས་ལ།     །འཁོར་དང་  
ལོངས་སྤྱོད་རྒྱས་པ་ཉིད་དུ་མཛོད།     །རྒྱས་མེད་ལང་ཆོ་  
ལྡན་པའི་ལྷས་སྟོབས་རྒྱས།     །མིག་ལ་ཡ་མཆོན་ལྟ་  
མོས་དགའ་བ་དང་།     །རྒྱ་བར་རྟག་ཏུ་སྒྲན་པའི་གཏམ་  
ཐོས་ཤིང་།     །དྲི་ཞིམ་ངད་པ་སྒྲ་དང་མི་འབྲལ་མཛོད།     །  
བས་སྒྲོམ་འབྱོར་བ་རོ་ཡིས་ཆོམ་བྱེད་ཅིང་།     །ཡིད་ལ་  
ནམ་པར་བཀྲ་བའི་ཤེས་རབ་རྒྱས།     །ལྷས་ལ་རེག་འཇམ་  
བདེ་བས་ནམ་ཡང་བྱབ།     །བཅའ་མེད་བདེ་བས་ནམ་ཡང་  
ངོམ་པར་མཛོད།     །བྱོད་གསོལ་བྱོད་བསྟེན་བྱོད་



བསྐྱབས་ཁྱོད་བདེན། མཐུ་ཙུལ་མ་ཆུང་བཅེ་གདུང་ཆེ་  
བ་ཡིས། གཞི་ལ་བཀའ་ཞིས་ལོངས་སྟོང་ཕུན་སུམ་  
ཆོགས། བྱེས་སུ་ལམ་འཕྲང་ཆུ་ལས་སྒྲོལ་འདོན་  
མཛོད། འཇིགས་སར་དབྱ་ཇག་ཆོམ་རྒྱན་འཆེ་བ་  
སྒྲོབས། མདོར་ན་བསམ་དོན་མ་ལུས་འགྲུབ་པ་  
དང་། འགྲོ་བའི་དོན་ལ་མཐུ་དང་ལྡན་པ་ཡིས། །  
བཅོལ་བའི་ཕྱིན་ལས་མ་ལུས་འགྲུབ་པར་མཛོད། གང་  
ཞིག་ཡིད་ལ་དྲན་པ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་། འདོད་པའི་དངོས་  
གྲུབ་སྟེར་བར་མཛོད་པ་ཡི། ཆོས་སྟོང་ཡིད་བཞིན་ལོར་  
བུ་ཁྱོད་རྣམས་ཀྱིས། བདག་ཅག་བསམ་དོན་མ་ལུས་

འགྲུབ་པར་མཛོང།    །རྒྱུང་བར།    ཅེས་འདོད་དོན་གསོལ།    མགོན་པོའི་  
བཤམ་པ་ཞི།    གྱེ།    ལྷ་ཆེན་མ་རྒྱ་ཀླ་ལ་གསུམ་ཅིང་  
དགོངས་སུ་གསོལ།    །མ་རྒྱ་ཀླ་ལའི་དགྱེལ་འཁོར་སྒྲོར་  
ཞུགས་ནས།    །བཀའ་ཡི་དམ་ཆོག་གཉན་པོ་བསྐྱུང་བྱུ་  
ལ།    །བཀའ་ལྟར་མ་གྱུར་གཞུང་བཞིན་རྩོམ་ཐོགས།    །  
བསྐྱེན་སྐྱབ་དུས་འདས་སྐྱད་དང་གཏོར་མ་ཆག    །ཅུ་བ་  
ཡན་ལག་དམ་ཆོག་ཉམས་པ་ཀུན།    །རྩི་རྩི་སྤྱོད་པོ་དུར་  
བྱོད་ཆོགས་ལ་བཤམ་པ།    །ལྷག་ནག་གཙན་གཟན་  
བཀའ་ཡི་ལས་མཁན་རྣམས།    །བྱུང་ག་གཏོང་ཅན་  
འཁོར་དང་བཅས་ལ་བཤམ་པ།    །བསྐྱེན་སྐྱུང་མཐུ་ཡི་

དངོས་གྲུབ་སྤྲུལ་དུ་གསོལ།      །དཀོན་མཆོག་གསུམ་  
དང་སྒྲ་མ་སྤྱན་གྲོགས་ལ།      །ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དང་  
པས་མཆོད་བྱེད་པ།      །ནག་པོ་སྤྱི་ཡི་དམ་ཆེག་ཡིན་པ་  
ལ།      །དད་གུས་བརྩེ་སེམས་རྒྱུང་བ་མཐོལ་ལོ་  
བཤགས།      །མགོན་པོའི་སྐུ་འབག་བྱུང་ག་གཡང་  
གཞིས་བརྒྱན།      །གསང་ནས་སྤེལ་ཞིང་མི་འབྲལ་མཆོད་  
པ་ནི།      །ནག་པོ་སྤྱི་ཡི་དམ་ཆེག་ཡིན་པ་ལ།      །ལེ་ལོར་  
གྱུར་ཏེ་མ་སྤེལ་ཟེ།      །ནག་པོའི་སྤྱོད་སྤྱོད་འཆང་ཞིང་མི་  
ཆེག་གིས།      །བར་དུ་མཆོད་རྒྱུན་དུ་བསྒྲེས་པ་ནི།      །ནག་  
པོ་གསུང་གི་དམ་ཆེག་ཡིན་པ་ལ།      །ལོང་གཏམ་བར་

ཆོད་བྱས་པ་።      འིན་ཆེན་རྣམ་ལྔ་ནག་པོའི་སྤྱིང་ནས་  
འཆང་།   རང་ཉིད་ལྟར་གསལ་ནག་པོ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད།   །  
ནག་པོ་བྱུགས་ཀྱི་དམ་ཆེག་ཡིན་པ་ལ།   ཏིང་འཛིན་མ་  
གསལ་ལྟ་བསྐྱེད་።      རྟ་སྒྲ་སྤྱིང་སྒྲ་སྒྲན་སྒྲ་ཞལ་བས་  
སོགས།      འཕངས་པ་མེད་པར་དུས་བཞིར་མཆོད་པ་  
ནི།   ཆོས་སྤྱིང་མཉེས་པའི་དམ་ཆེག་ཡིན་པ་ལ།   །  
མཆོད་གཏོར་ཕུལ་ཆུང་དུས་འདས་።   གཡལ་བ་དར་རྒྱ་  
གསང་སྒྲགས་མི་ཀང་དང་།   རྟ་ཆེན་དུད་པ་ཆེལ་ཆེན་  
མར་མེ་སོགས།   ཆོས་སྤྱིང་འདུ་བའི་དམ་ཆེག་ཡིན་པ་  
ལ།   འབྱོར་སྟོབས་ཆུང་པས་མཆོགས་።   གྲེ་མ་ལ་

སྒྲིང་གསང་སྒྲིགས་སྒྲིན་ལ་འབྲུ། །བསྟན་པ་བཞིག་ཅིང་  
སེམས་ཅན་སྒྲིག་ལ་འདོགས། །ཐོ་ཕྱིར་མི་རྟོན་དམ་ཆོག་  
ཡིན་པ་ལ། །ཞེ་སྒྲིང་མ་སྐྱེས་བྱམས་བྱས་མཐོལ་ལོ་  
བཤགས། །མཛེ་པོ་ཡུགས་ས་མེ་དོང་བཤན་པ་དང་། །  
དམ་ཉམས་བྲིམས་རལ་མི་ནག་སྒྲིག་ལས་བྱེད། །  
ཕྱོགས་སུ་མི་རྟོན་དམ་ཆོག་ཡིན་པ་ལ། །ངོ་མ་ཕྱོགས་  
ཤིང་བརྟོན་པ་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །གཞན་ཡང་དཔལ་  
ཆེན་མཆོད་པ་རྟུང་བཟུང་ནས། །དུས་གཞིར་མཆོད་དང་  
ནང་རྒྱབ་མཆོད་རྒྱུ་ལ། །མཆོད་པའི་འབྱོར་ཆོགས་ཁུང་  
སྟེ་སྐྱེ་མ་མཉེས། །ནག་པོ་འཁོར་དང་བཅས་ལ་མཐོལ་

ལོ་བཤམ་གསུམ།     བཞུགས་བཞེད་སྤྲུགས་ཆེན་ལོང་གཏམ་  
བར་དུ་ཆོད།     རྒྱལ་པོའི་སྤྲོ་གསེང་གཞན་ནས་མ་འབྲུལ་  
ཏེ།     བཞུགས་བཞེད་སྤྲུགས་ཆེན་ཉམས་པ་ཐམས་ཅད་  
ཀུན།     ལྷ་ཆེན་འཁོར་དང་བཅས་ལ།     ཡི་དམ་ཅེ་  
གཅིག་གཞུང་བཞིན་སྒྲུལ་ཀྱུ་ལ།     ཏིང་འཛིན་མ་གསལ་  
ནག་པོ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད།     བྱུགས་ཀྱི་དམ་ཆེན་ཉམས་པ་  
ཐམས་ཅད་ཀུན།     རྒྱལ་པོ་འཁོར་དང་བཅས་ལ་མཐོལ་  
ལོ་བཤམ་གསུམ།     དར་ནག་རྩ་བ་དན་ལ་སོགས་པའི།     །  
ཏེན་ལྡན་མ་ཆོགས་དམ་ཆེན་ཉམས་པ་ཀུན།     རྒྱལ་པོ་  
འཁོར་དང་བཅས་ལ་མཐོལ་ལོ་བཤམ་གསུམ།     བཀོད་པོ་

འགྱུང་དོ་མ་དང་མཁའ་འགྱུརི་ཆོགས།      །མཐོལ་ལོ་  
བཤགས་སོ་བཀའ་ཡི་ལས་མཁན་རྣམས།      །བྱང་ཞིང་  
དག་པར་མཛོད་ཅིག་ཕྱགས་དམ་ཅན།      །དྲི་མེད་ཆངས་  
པའི་དངོས་གྲུབ་སྤྱལ་དུ་གསོལ།      །སྣ་མེདི་བཤགས་པ་ནི།      རྩུ་  
འགྱོ་བའི་དོན་དུ་སྐྱེ་མཆོག་འཇིགས་པ་ལས།      །འཇིག་  
རྟེན་མ་ལུས་བྱུང་པར་གསལ་མཛོད་ཅིང་།      །ང་རྒྱལ་  
དེགས་པ་ཅན་རྣམས་འཇོམས་མཛོད་པའི།      །ཡོན་ཏན་  
ཇོགས་པའི་སྐྱེ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །འདའ་དཀའ་རྗེ་རྗེའི་  
དམ་ཆོག་གཏད་གཉེར་མཛོད།      །བསྐྱུང་བར་དམ་བཅས་  
སྐྱེ་ཡི་དམ་ཆོག་ལ།      །སྐྱེ་ཡི་སྤྱོད་པ་ཚུལ་བཞིན་མ་



རྟོགས་ཏེ། །ཁམས་གསུམ་མ་ལུས་བྱབ་ལ་བཟོད་པར་  
གསོལ། །རྣལ་འབྱོར་གདུང་གསོབ་བདག་ཅག་འདིར་  
འདུས་རྣམས། །སྤྱི་དང་བྱུང་པར་དམ་ཆོག་མི་སྟོང་  
ཡང་། །སྟོང་དུ་གྱུར་པའི་གོམས་ཤས་རྩ་ལ་ཁུང་  
པས། །མ་ཅིག་ལྷ་མོའི་སྐུ་ལ་། །བྱགས་རྗེས་ངེས་པར་  
གཟིགས་པའི་ལྷ་མོ་ལ། །དམ་རྗེས་གཙང་མའི་མཆོད་པ་  
མ་བཤམས་ཏེ། །འཕངས་སེམས་དབང་གིས་མཆོད་པ་  
རྒྱ་རྒྱུང་བ། །རྫོང་མོ་དཀར་ལྗོངས་སྐུ་ལ་། །མ་ཅིག་སྐུ་  
མདོག་ཕྱག་མཆོན་ཕྱག་རྒྱ་ལས། །དོན་དང་མཐུན་པ་  
རྩལ་བཞིན་མ་བྲིས་ཏེ། །འཕགས་མའི་བྱགས་རྗེས་

གཡེལ་བར་གྱུར་བ་རྣམས།      །བདུད་ལས་རྒྱལ་བའི་སྐུ་  
ལ།      །བྱ་ཡི་ཚུལ་གྱིས་རྒྱ་ཡི་དམ་ཆེག་ལ།      །ལེ་ལོ་  
གཉིད་དབང་གཡེང་བྲེལ་གཏམ་ལ་སོགས།      །ཐུགས་  
དང་འགལ་བར་གྱུར་པ་ཅི་མཆིས་པ།      །ཐུགས་རྗེས་  
ཆངས་པར་རབ་ཏུ་གཤེགས་སུ་གསོལ།      །བྱི་ཐོང་པ་  
དགུ་བརྩེགས་སྤིད་པའི་གཞལ་ཡས་ནས།      །དཔལ་ལྷན་  
ལྷ་མོ་གསལ་ན་ཅིང་དགོངས་སུ་གསོལ།      །རང་ལ་རིག་  
པའི་ཡེ་ཤེས་རྒྱན་ལྷན་ཡང་།      །ཕྱལ་བྱང་རྣམ་ཏྲིག་ཤིན་  
ཏུ་དབང་ཆེ་བས།      །ལོག་ཏྲིག་མཆོན་མ་གཉིས་ཀྱི་དབང་  
གྱུར་ནས།      །ཏིང་འཛིན་ཡི་དམ་རྩེ་གཅིག་མི་གསལ་

ཞིང་། །དཔལ་ལྷན་ལྷ་མེད་ཅི་བཀའ་ལས་འདས་གུར་  
པ། །བཟོད་པར་གསོལ་ལོ་ཆངས་པར་སྐལ་དུ་  
གསོལ། །འབད་པ་རྩལ་ཁུང་བཟླས་བཟོད་བསྐྱེན་པ་  
ཆག །མན་ངག་གཞུང་དང་འགལ་བ་བཟོད་པར་  
གསོལ། །འཆལ་ལ་གཡེང་བས་གསང་བའི་ཆོག་མ་  
བྱལ། །ཟབ་མེད་དོན་དང་འགལ་བ། །ཐལ་མེད་སྤྲིང་  
དུས་སྐུ་མ་ཆོགས་ཏེ། །བརྩ་ཡི་མཆོད་པ་ཆག་པ། །  
བདུད་ཡུམ་ཡེ་ནས་གནག་པའི་རྩལ་སྤོན་གྱང་། །སྒོ་  
ཞན་དོན་མ་ཆོགས་པ། །སྦྱོར་བ་ཡེ་ནས་ལྷ་མེད་ཆོས་  
སྦྱོད་གྱང་། །སྦྱོར་བའི་མཆོད་པ་ཆག་པ། །བོད་བུ་ཡེ་

ནས་ལྷ་མེད་ཆེན་པོ་ཡིན་ཀྱང་། མ་བརྟེན་བརྟེན་པར་  
གྱུར་པ་། གཤེན་རྩེ་ཡེ་ནས་ལྷ་མེད་ཁྱོ་ཡིན་ཀྱང་། འ  
ངན་སེམས་སྤངས་སེམས་བསྐྱེད་པ་། ཁྱུང་ནག་ཡེ་  
ནས་ལྷ་མེད་འཕྱུལ་ཡིན་ཀྱང་། ངན་པའི་སེམས་གྱིས་  
སྤང་པ་། ལེ་ལོ་སྟོམས་ལས་གྱུར་པ་། མཆོད་པ་ལོ་  
ཟླར་འགྱུངས་པ་། ཞག་ནས་ཞག་རྩ་ཆག་པ་། ཉ་བཞི་  
དུས་དུག་ཆག་པ་། རྩོན་ནས་རང་གི་བག་ཆགས་མ་  
སྤངས་པས། དམ་ཏྲས་བརྟེན་ཞུགས་ཆུང་པ་། རྩོན་  
ནས་སེར་སྒྲིའི་དབང་དུ་གྱུར་ལགས་པས། ཆོགས་ལ་  
གཡོ་སྒྱུ་བྱས་པ་། རྩོན་ནས་ཤིན་ཏུ་གསང་དབང་མ་

ཐོབ་པས། །འདོད་ཆགས་ཆོས་ལ་སྤྱད་པེ། །བརྟུལ་  
ཞུགས་ལྟ་བ་ཟབ་མོ་མ་རྟོགས་པས། །རྣམ་སྒྲིན་མཐོང་  
ནས་མ་བསྐྱལ་ེ། །ཏིང་འཛིན་ལྟ་བ་གྲོང་དུ་མ་གྱུར་  
པས། །ཤུད་དང་ལྟག་མ་མ་སྤྱེད་ེ། །ཞེ་སྤང་དབང་ལས་  
ང་རྒྱལ་འདྲིས་གྱུར་པས། །རྫོང་རྫོང་དམེ་བྱས་པེ། །ང་  
རྒྱལ་དབང་ལས་སྤྲག་དོག་འདྲིས་གྱུར་པས། །སློབ་  
དཔོན་སྐུ་ལ་བསྐྱོས་པེ། །སློན་ནས་རང་སེམས་ལྟ་བ་  
དཔངས་སྦྲས་པས། །རྣལ་འབྱོར་ཉེས་སྤྱུགས་བྱས་  
པེ། །ལྟ་སྤྱོད་ཟབ་མོའི་མན་ངག་མ་རྟོགས་པས། །སློ་  
ལ་བྱ་འབྲིག་ཞུགས་པེ། །ལྟ་བ་དྲོད་ཀྱི་མན་ངག་མ་

རྟོགས་པས། །ཉམས་ཀྱི་དོད་མ་སྐྱེས་པ་བཟོད་པར་  
གསོལ། །ཨོ། །ཡེ་ཤེས་ལྟ་དང་ལྟ་མོ་མི་ཕམ་བདག །  
དང་པོ་སྐྱབ་དང་བསྐྱབ་པར་བྱས་ནས་ནི། །མཐུན་པའི་  
དམ་ཇས་གཞུང་བཞིན་མ་ཆོགས་པས། །དཔལ་ལྡན་ལྟ་  
མོའི་བྱགས་དང་འགལ་གྱུར་པས། །བཀའ་ཡི་ཆད་པའི་  
གནས་སུ་གྱུར་ལགས་ན། །ཡེ་ཤེས་བྱགས་ཇེ་ཅན་ལ་  
བཟོད་པར་གསོལ། །བྱགས་དང་འགལ་བར་གྱུར་པ་  
མཐོལ་ལོ་བཤགས། །དམ་ཆོག་ཉམས་པར་གྱུར་པ་  
སྐྱོངས་གྱུར་ཅིག །ཨོ་ཤྱི་རྟེ་རུ་ཀ་ས་མ་ཡ། །སྐགས་རྟེ་རུ་  
ཀའི་ཡིག་བརྒྱ་བཅོད། །དམ་ཅན་སྤྱི་འཕགས་པ་ནི། །ཀྱི། །བཀའ་སྤྱང་

ཆེན་པོ་དམ་ཆེན་ཅན།    བྱིད་ཀྱི་ཐུགས་དང་འགལ་བའི་  
ལས།    མ་ཤེས་མ་རིག་མ་ཆོར་དང་།    ཉམས་ཆགས་  
ནོར་འབྱུལ་བྱུར་པ་དང་།    ཁུས་ཀྱི་མཆོད་པ་ཆག་པ་  
དང་།    གཏོར་མ་རྒྱན་གཏོར་ཆག་པ་དང་།    གཉེན་ལ་  
རལ་བཅོས་བྱས་པ་དང་།    དམ་ཆེན་གཉེན་ལ་དོར་བ་  
དང་།    བག་བཅོན་དམ་ཉམས་ཐུད་གཏོར་སོགས།    །  
ཐུགས་དང་འགལ་བའི་བྱུང་ཡང་།    བྱིད་ལ་མཐོལ་  
བཤགས་བཟོད་པར་གསོལ།    བདག་གཞན་ལུས་ཀྱི་  
ལས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ།    དག་གི་རྣམ་པ་བཞི་དང་ནི།    །  
གང་ཡང་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་གསུམ་པོ།    མི་དག་བཙུ་པོ་སོ་



སོར་བཤགས།      མཚམས་མེད་ལྟ་པོ་བདག་གཞན་  
སྒྲིག་པ་རྣམས།      བཀའ་གིས་མི་ཤེས་དབང་གིས་བྱས་པ་  
དག      དེ་ཡི་ལྟ་བུ་བ་བཤགས་པ་འདི་བཟོད་པས།      ལྟུང་  
དུ་མ་ལུས་ཡོངས་སུ་བྱང་བར་ཤོག།      དེ་ནས་ཆོགས་མཆོད་གཞུང་  
བཞིན་གྱུ་བ་རྗེས།      གྱེ།      མཐུ་གྲ་ལ་གསན་ཅིང་དགོངས་སུ་  
གསོལ།      ཞག་པོ་ཆེན་པོའི་དགྱེལ་འཁོར་སྒྲོར་ཞུགས་  
ནས།      བཀའ་ཡི་དམ་ཆོག་གཉན་པོ་བསྟུང་རྒྱུ་ལ།      །  
བཀའ་ལྟར་མ་གྱུར་གཞུང་བཞིན་རྗེ་མ་ཐོགས།      བསྐྱེན་  
སྒྲུབ་དུས་འདས་ཕྱད་དང་གཏོར་མ་ཆག      ཟུ་བ་ཡན་  
ལག་དམ་ཆོག་ཉམས་པ་ཀུན།      རྗེ་རྗེ་སྤོར་པོ་འཁོར་དང་

བཅས་ལ་བཤགས།      ཨོྲེ་རྒྱེ་རྩུ་ཀ་ས་མ་སོགས་ལན་  
གཅིག    བསྐྱང་བ་བསྐྱུས་པ་ནི།    རྩྱ།    ལྷ་མི་འདོད་ཡོན་མ་ལུས་  
ཆོགས་པའི་སྤྱིན།    ཤོ་སོའི་བྱགས་ལ་དབྱེས་དགའི་  
ཆར་འབེབས་པ།    རྣམ་མཁའི་ཁམས་རྣམས་ཀུན་ནས་  
བྱབ་པ་འདིས།    དམ་ཅན་སྤྱང་མ་རྒྱུ་མཆོའི་བྱགས་དམ་  
བསྐྱང་།    གཡལ་གཡུག་རྩྱུ་བྱི་གཅན་གཟན་གཏུམ་པོའི་  
ཆོགས།    བྱུན་གཏེན་གཏོར་གཡང་གཞི་དཔའ་བོའི་  
སྤྱིང་།    སྤྱོག་གི་འཁོར་ལོས་བལྟེམས་སོགས་རང་རང་  
གི་    ཏེན་ཇས་རྒྱ་ཆེར་སྤྲེལ་བས་བྱགས་དམ་བསྐྱང་།    །  
སྐྱ་བརྟན་རྩ་དང་ཅང་ཏེའུ་སིལ་སྟན་དུང་།    བོང་བུ་གྲ་

དམར་ནལ་བུའི་རྒྱལ་མཆོན་སྟེང་། །མདོངས་མཐའ་  
ཅན་གྱི་གར་དང་འདོད་ཡོན་ལྷ། །དམར་གྱི་ཨ་ཁྱོ་སྟེང་  
བས་བྱགས་དམ་བསྟུང་། །རིན་ཆེན་གོ་ཆ་རྩོ་བའི་དབྱ་  
ཆ་དང་། །འཕྱར་བའི་དར་དང་སྤྱ་བའི་ལག་ཆ་དང་། །  
བལྟ་བས་མི་དོམས་སྤྱན་གཟིགས་དཀོར་ཆའི་དབྱིག་ །  
གཞུའི་ལྷ་རྩལ་གངས་ཆས་བྱགས་དམ་བསྟུང་། །འི་  
རོ་བཅུད་མདངས་ལུད་གྱི་བཟའ་བཏུང་ནི། །སྟོང་ན་ཅི་  
མཆིས་དེ་སྟེང་སྤྲངས་པ་གང་། །སྤྲགས་རྒྱས་དམ་ཆེག་  
རྩས་སུ་ལེགས་བསྟེན་པའི། །ཆོགས་དང་གཏོར་མ་རྒྱ་  
མཆོས་བྱགས་དམ་བསྟུང་། །དབྱེས་བཞིན་འཁོར་བས་

འགལ་རྒྱུན་སེལ་བ་དང་། །གནད་དུ་བསྐྱེལ་བས་ཕྱིན་  
ལས་སྐྱབ་པའི་རྒྱ། །མཆོད་དང་ཉེ་བར་སྐྱབ་པའི་བསྐྱོམ་  
བཞེས་སོགས། །མཐུན་པའི་དམ་ཇུས་ཡོངས་ཀྱིས་  
བྱགས་དམ་བསྐྱང་། །ལྷུམ་བྲལ་བྱིད་དང་དམ་ཅན་མ་  
ལུས་པར། །མཆོག་ཏུ་གདུང་ཤྱགས་ལྡན་གྱང་མི་  
མཁས་པས། །ཚུལ་བཞིན་སྐྱབ་པའི་དམ་ཆོག་ལས་  
ཉམས་པ། །དེ་ལྟར་བསྐྱང་ངོ་བཤགས་སོ་བྱགས་དམ་  
ཅན། །དེ་ལྟར་བསྐྱང་ཞིང་བཤགས་ནས་འདོད་པའི་  
དོན། །མ་ལུས་སྐྱབ་ཅིང་ལྷག་པར་བདག་ཅག་ལ། །ཕ་  
རོལ་བསམ་སྒྲོར་ངན་པས་ལས་བརྩམས་པ། །གང་

མཆིས་དབྱ་བག་གས་ཉིད་ལ་བསྐྱེག་པར་མཛོད། །ཅེས་  
བཛོད། དེ་ནས་ལྷག་གཏོར་བསྐྱེས་གྲུབ་པའི་འོག་ཏུ། །ལྷ་ མགོན་པོའི་གསོལ་  
འདེབས་ནི། རྟོམ་ དགོངས་སུ་གསོལ་ལོ། །དཔལ་རྩེ་རྩེ་  
མགོན་པོ་ནག་པོ་འཛིག་བྱེད་ཆེན་པོ་ཉི་རུ་ཀ་དང་རང་  
བཞིན་ཆེས་ཉིད་དུ་གཅིག་པ། རོ་བོ་ཡེ་ཤེས་སུ་མཆུངས་  
པ། མཆོན་ཉིད་འཕྲིན་ལས་ཐོགས་མེད་དུ་མཉམ་པ།  
མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་འཛོམས་པའི་དཔའ་བོ།  
སྒྲུང་སྤྱིད་ལྷ་འདྲེ་ཀུན་གྱི་ཡང་རྩེ། ཞིང་སྐྱོང་དྲག་པོ་ལས་  
གཉེན་གྱི་དེད་དཔོན། མི་ཕམ་རྩེ་རྩེ་གཟི་བརྩིད་ཀྱི་རྒྱལ་  
པོ། རིག་འཛོན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་བུ་བཞིན་དུ་སྐྱོང་བ།

དམ་ཅན་སྐྱབ་པ་པོའི་བསམ་གཏན་གྱི་ངོད་ཉུལ་བ།      ཞི་  
བའི་མདངས་དང་ལྡན་པ།      རྒྱས་པའི་བྱིན་ཆགས་པ།  
དབང་སྤྱད་ལས་ཀྱི་རྩལ་མངའ་བ།      དྲག་པོ་དགྲ་  
བགེགས་སྒྲོལ་བའི་ལས་ལ་སྦྱར་བ་བསྟན་པ་སྤྱང་བ་ལ་  
རྩལ་འབྱིན་པ།      མཐུ་དང་སྟོབས་ཀྱི་དབང་ཕྱག་རྟེ་རྟེ་  
དྲག་རྩལ་ཅན་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ།      བདག་རྟེ་  
རྟེ་འཛིན་པས་བརྩུགས་པའི་བྱིན་པ་གསང་གསུམ་གྱི་རྟེན་  
འདི་ལ་བཞུགས་ལ།      རྩལ་འབྱོར་པ་བདག་སྒྲན་མེད་  
པའི་བྱང་ཆུབ།      བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཞིང་ཁམས་བགྲོད་པའི་  
ལམ་གྱི་བར་ཆད་བདུད་བཞིའི་འཛིགས་པ་ལས་སྒྲོལ་

བའི་སྐུལ་མ་མཛོད་ཅིག    །ཡང་དག་པའི་ལམ་ལ་འབྱིད་  
པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱུན་མ་དང་ཕྱད་པར་མཛོད་  
ཅིག    །དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་གྱི་བར་དུ་ཡང་ལུས་དག་  
ཡིད་གསུམ་ལོག་པའི་ལམ་ལ་མི་འཇུག་ཅིང་།    ཐར་པ་  
བྱང་ཆུབ་གྱི་ཕྱོགས་སུ་སྒྲོ་འགྲོ་བར་མཛོད་དུ་གསོལ།  
འཇིག་རྟེན་འདིར་ཡང་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་  
ལས་རྒྱལ་ཞིང་།                    བཀྲ་ཤིས་དང་བདེ་ལེགས་གྱིས་  
གནས་ནས།            ཅི་བསམ་པ་ལྟུན་གྱིས་འགྲུབ་པར་མཛོད་  
དུ་གསོལ།            མཆོག་ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོགས་པ་  
མེད་པར་ཐོབ་ནས།    འགྲོ་བ་ཡིངས་གྱི་དཔལ་དང་མགོན་



དུ་འགྱུར་བར་མཛད་དུ་གསོལ།                      དུས་དང་གནས་  
སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་འཕྲིན་ལས་གྱི་བྱ་བ་ལ་བདག་གིས་  
གསོལ་བ་ཇི་ལྟར་བཏབ་པ་བཞིན་དུ་འགྱུར་པར་མཛད་དུ་  
གསོལ། ། ལྷ་མེད་གཉེར་གསོལ་ནི།    གྲོེ་ མཁའ་འགྲོ་མ་ནག་  
མོ་དུད་པའི་སོལ་བ་མ།    མ་ལྟར་མཉེས་གཤིན།    གྱུ་  
མཆོ་ལྟར་དགྱེལ་ཆེ།    རི་བོ་ལྟར་ལྟན་ཆགས།    ཉི་ཟླ་  
ལྟར་འོད་གསལ།    རོར་བུ་ལྟར་རེ་བ་སྒོང་བ།    ཅི་བགྱེད་  
དབང་ཕུག་མ་འཁོར་དང་བཅས་པ་ལ་རྣལ་འབྱོར་པ་  
བདག་གིས་གཏད་གཉེར་དུ་བྱ་བའི་འོས།    དངོས་གྲུབ་  
རྣམ་པ་གཉིས།    བཀའ་དང་བསྟན་པ།    ཆོས་དང་དམ་

ཆེག་    |ཆེ་དང་བསོད་ནམས།    ནད་མེད་པ་དང་བདེ་བ་  
དམ་པ།    བསྐྱེལ་ཞིང་བཅོལ་བའི་ལས།    སྟོབ་མ་དང་  
འཁོར་།    སྦྱིན་པོ་དང་འབངས།    དགོར་དང་ལོངས་སྟོང་།  
མངའ་རིས་དང་དབང་ཕུག་    |སྟེ་དང་སྟིང་།    མཆོད་རྟེན་  
དང་གཙུག་ལག་ཁང་།    དགོན་གནས་དང་ཡུལ་འཁོར་  
དུ་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་གཏང་གྱི།    མཐུན་ཞིང་དགྲེས་  
པའི་རྟེན་རྗེས་དམ་ཆེག་གི་གཟུགས་སུ་གྱུར་པ་འདི་  
ནམས་ལ་བརྟན་པར་བཞུགས་ཏེ།    གནས་ལུས་ལོངས་  
སྟོང་མཐུ་སྟོབས་རྒྱ་འཕུལ་བསམ་གྲིས་མི་བྱབ་པར་གྱུར་  
པ།    ལས་བཅོལ་ཞིང་གཏང་པ་འདི་མཐའ་དག་གི་གཉེར་

ཁ་གྲིས་ལ།           མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་མཐའ་དག་ལས་  
སྤངས། མཐུན་རྒྱུན་ཐམས་ཅད་སྤྱབས། གོང་ནས་གོང་  
དུ་སྤེལ།       སྤིང་ལ་གཅེས་པ་དང་བརྒྱག་པ་མ་དོར་བས་  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་བར་དུ་བརྟན་པར་སྦྱངས་ལ་ཡིད་བཞིན་དུ་  
འདོད་པ་འཇོ་བ་བྱོས་ཤིག། ཆོས་སྦྱང་སྦྱིའི་གཉེར་གསོལ་ནི། གྱི་  
དཔལ་རྩེ་རྩེ་ཆོས་སྦྱང་བའི་སྤྱང་མ་ཆོས་ལོར་གཏེར་གྱི་  
བདག་པོ། རྒྱལ་ཆེན་རྣམ་མང་ཐོས་སྤྲུལ། ལྷ་སྤྲན་ཆོ་  
རིང་མཆེད་ལྡ། སྤྲན་བཙུན་རྩེ་རྩེ་གཡུ་སྤྱོན། ཆོས་སྦྱང་  
རྒྱལ་ཆེན་སྤྲུལ།           དམ་ཅན་གཤམ་པ་དམར་ནག་ལ་  
སོགས་པ་དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའི་བཀའ་སྤྱང་།       རྣལ་

འབྱོར་བདག་གི་དཔུང་གཉེན། མངོན་ཤེས་རྩ་འཁྱུལ་གྱི་  
མཐུ་དང་ལྡན་པ་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་  
གསོལ། དེང་འདྲིར་རྣལ་འབྱོར་པ་བདག་ཅག་གི་ཆོས་  
སྒྲིང་བའི་སྤྱང་མ་བྱིད་རྣམས་ལ་གཉེར་དུ་གཏད་པ་ནི་འདི་  
དག་སྟེ། སྦྱིར་ཀུན་མཁྱེན་རྒྱལ་བའི་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་  
བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། བྱད་པར་དཔལ་ལྡན་འབྲུག་  
པའི་བཤའ་སྒྲུབ་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་གཞི་དཔར་རྩོམ་པའི་དབྱ་  
དང་བག་གས་ཀྱི་རིགས་སུ་གཏོགས་པ་ཐམས་ཅད་  
མངོན་སྦྱོང་དྲག་པོའི་ལས་ཀྱིས་ཆར་གཙོད་པ་དང་། དེ་  
འདྲིན་གྱི་སྒྲེས་བུ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲ་ཆེ་དང་འཕྲིན་ལས་

སྒྲེལ། འཇིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་རྩ་ནི་དུ་མུག་འབྲུགས་ཚེ་ད་  
སོགས་མི་མཐུན་པའི་ངན་དགུ་ཐམས་ཅད་དབྱིངས་སུ་  
སྒྲེལ། ལྷག་པར་བདག་ཅག་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་  
ལ་ལུས་དང་གྲིབ་མ་བཞིན་དུ་འགྲོགས་ནས་ཉིན་གྱི་བྱ་ར་  
དང་མཆོན་གྱི་མེལ་ཆེ་གཡེལ་བ་མེད་པར་མཛད་པ་དང་།  
གནས་སྐབས་སུ་འགལ་རྒྱུ་ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་གྱི་  
བར་ཆད་ཐམས་ཅད་ཞི་བ་དང་། མཐུན་རྒྱུན་སྒྲོན་པའི་  
ལེགས་ཆོགས་ཐམས་ཅད་ཡར་ངོའི་སྒྲུ་ལྟར་འཕེལ་ཞིང་  
རྒྱས་པ་དང་། མཐར་ཐུག་བདག་ཅག་བྱང་ཆུབ་སྒྲུབ་  
པའི་ལམ་གྱི་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་ཞི་ཞིང་། སྤངས་དང་

རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྟོགས་སྟེ  
ནམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་མཆོག་ལ་འབྱོར་  
བའི་གྲོགས་དང་དཔུང་གཉིན་དམ་པ་མཛད་དུ་གསོལ།  
ཨོ་ཡེ་རྒྱལ་སྟོགས་དང་།                      ཨོ་སུ་ཕ་ཏིཏྲ་སྟོགས་ལན་གསུམ་བཅོད།  
བག་གས་རིགས་སྟོང་ཕྲག་བརྒྱད་ཅུ་སྟོགས་བཅོད།                      སྒྲན་རག་  
གཏོར་འབུལ་སྟོགས་ཀྱང་བྱའོ།།                      །།ཧྥྱ    དེ་ནས་རྗེས་མཆོད་ནི།    རྩ་རྒྱུད་བར།

ཨོ་བཛྲ་མརྒྱ་ཀུ་ལ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨུ་རྩྱ་ཕ་ཏི་རྩྱ་རྩྱ་སྒྲུ།    དེ་  
བཞིན་དུ།    ཕུངྱེ་    །ཕུའྱེ་    །རྩུ་པེ་    །ཨུ་ལེ་ཀེ་    །  
གཞེུ་    །རྟི་ལྷིངྱེ་    །འཤུ་ཕ་ཏི་རྩྱ་རྩྱ་སྒྲུ།    བབ་ནས་རྩ་རྒྱུད་  
བར་།    བསྟོད་པ་ནི།    ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནས་བདུད་སྟེ་བྲོས་པའི་

གཟུགས། མརྒྱ་ཀུ་ལ་ཡབ་ཡུམ་སྤྲུལ་དང་འཁོར། །  
དམ་ཅན་རྒྱ་མཚོའི་ཚོགས་བཅས་དགྲིལ་འཁོར་གྱི། ལྷ་  
ཚོགས་ཀུན་ལ་དད་པས་ཕྱག་འཆལ་བསྟོད། རྒྱུང་ནས་  
ཕབ་བཞག་རེལ་བྱའོ། ཨོྲེ་ལྷ་ཏེ་རུ་ཀ་ས་མ་ཡ་སོགས་ཡི་གེ་བརྒྱ་པས་  
ལྷག་ཆད་བསྐྱང་། མ་འབྱེད་བ་དང་ཉམས་པ་དང་། གང་  
ཡང་བདག་ཕྱོངས་སློ་ཡིས་ནི། བབྱིས་པ་དང་ནི་བབྱིད་  
སྤུལ་བ། དེ་ཡང་བབྱེད་པར་མཛད་དུ་གསོལ། ལྷག་  
པ་དང་ནི་ཆད་པ་དང་། ཆོ་གའི་ཡན་ལག་ཉམས་པ་  
དང་། བདག་གིས་བབྱིད་ངན་ཅི་བབྱིས་པ། དེ་ཡང་  
བབྱེད་པར་མཛད་དུ་གསོལ། འདིར་ནི་གཟུགས་དང་



ལྷན་ཅིག་ཏུ། །འགྲོ་བའི་དོན་དུ་བཞུགས་ནས་གུང་། །  
ནད་མེད་ཆེ་དང་དབང་ཕྱག་དང་། །མཆོག་རྣམས་སྒྲིན་  
པར་མཛད་དུ་གསོལ། །ཨོ་སུ་ཕྱ་ཏཱི་བཏྲ་ཡེ་སྒྲུ།  
དག་བ་འདི་ཡིས་སྐྱར་དུ་བདག་ །ཉེ་དུ་ཀ་དཔལ་འགྲུབ་  
གྱུར་ནས། །སོགས་དང་། དཔལ་ནག་པོ་ཆེན་པོ་བློད་པ་ནག་པོའི་རྒྱད་ལས་  
མགོན་པོའི་སྒྲིན་ལམ་ནི། སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ། །མཐུ་གྲ་  
ལ་སྒྲིན་པ་དང་། །འཕྲིན་ལས་བཞི་པོ་འགྲུབ་པ་དང་། །  
སངས་རྒྱས་བསྐྱར་པ་བསྐྱང་བར་ཞོག། །ཀུན་དུ་སངས་  
རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །རྫོང་འཆང་ཆེན་གོ་འཕང་  
ལྷན། །བདག་གི་བསྐྱར་པ་དར་བྱེད་ཅིང་། །དག་བ་འདི་

ཡིས་ཐོབ་གུར་ཅིག །འགྲོ་བ་ལྷ་ས་ཀྱང་ཐོབ་པར་ཤོག །  
བྱང་ཆུབ་དོན་ལྷ་གས་པ་ཡིས། རྫོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
སྤྱོད་པ་གང་། །བདག་ཀྱང་དེ་ཉིད་སྤྱོད་པར་ཤོག། །  
བདག་གི་དག་བའི་རྩ་བ་འདིས། སྐྱབ་ལ་བར་ཆད་མེད་  
པ་དང་། འོད་གསལ་ཆེན་པོའི་དོན་རྟོགས་ནས། ཆེ་  
འདི་ཉིད་ལ་སངས་རྒྱས་ཤོག །འབད་པ་མེད་པར་  
སེམས་ཅན་གྱི། འོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་བྱེད་པ་དང་། །  
སྐྱེ་གཞན་འཆི་རྩད་བཅད་ནས། །བདེ་བ་ཆེན་པོའི་སྐྱ་ཐོབ་  
ཤོག །སྒྲོན་ལམ་གྱུབ་རྒྱལ་ནི། བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་སྒྲོན་ལམ་གྱུབ་པའི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕུག་འཆའ་

ལོ། །ལས་དང་སྒོ་བྱར་རྒྱུ་ལས་གྱུར་པ་ཡི། །སོགས་ཀྱི་  
མཐར་། །བཀའ་ཞིས་ནི། །རྫོ་རྫོ་འཆང་ཆེན་ཏི་སྒྲི་རྒྱ་རོ་དང་། །  
མར་པ་མི་ལ་སྒྲུ་མ་པོ་མཐའ་རྩ་པ། །སྒྲུ་ཕུ་པ་དང་དཔལ་  
ལྡན་འབྲུག་པ་སོགས། །དཀར་བརྒྱུད་སྒྲུ་མ་རྣམས་ཀྱི་  
བཀའ་ཞིས་ཤོག། །རྒྱ་གར་པཎ་ཆེན་བོད་ལ་བཀའ་རྩོན་  
ཆེ། །པརྒྱ་འབྲུང་གནས་སྒྲུ་ལ་འདས་འབྲུངས་མེད། །ད་  
ལྟ་སྒྲོ་རུབ་སྒྲིན་པོའི་ཁ་གཞོན་མཛད། །ཨོ་རྒྱུན་རིན་པོ་ཆེ་  
ཡི། །པརྒྱ་ཉི་མ་འཛིགས་བྱེད་དུས་མཆོན་མནན། །སྒྲུ་  
མདོག་མཐེང་ནག་ཞལ་བཞི་བརྩ་གཉིས་ཕུག། །ཕག་  
མོས་མགུལ་འབྲུད་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོས་བསྐྱེད། །

བདེ་མཆོག་ལྷ་ཆོག་ས་རྣམས་གི། །ཡུལ་ནི་ཤུ་རྩ་བཞི་འི་  
མཁའ་འགྲོ་དང་། །བྱུང་པར་ཨུ་རྒྱན་དབེན་གནས་  
སྟེ། །དམ་ཆོག་ཅན་རྣམས་སྤྱང་མཛད་པའི། །མཁའ་  
འགྲོ་མ་རྣམས་གི། །དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཀྱན་གྱི་  
བསྟན་སྤྱང་ཕྱིར། །འཛིགས་བྱེད་མི་བཟད་དྲག་པོའི་  
ལུས་དང་ལྡན། །རྩམས་པའི་སྟོབས་གྱིས་བདུད་བཞི་  
ཚར་གཙོད་པའི། །མགོན་པོ་བྱེད་ག་མཆོན་གྱི། །ས་  
བརྩ་ཉིད་ལ་གནས་པའི་སེམས་དཔའ་ཡང་། །གཟི་  
བརྩེད་མེ་ལྟར་འབར་བའི་བྲོ་ཚུལ་གྱིས། །བསྟན་ལ་སྤྱང་  
བའི་དབྱ་བག་གས་རྩད་ནས་གཙོད། །ཡེ་ཤེས་མགོན་

པའི་ཚོགས་ཀྱི། བཟའ་མོ་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱང་མ་མ་མེ་ནི། །  
ཞལ་གཅིག་ཕྱག་བཞི་ཕྱིན་ལས་རྣམ་བཞི་སྐྱབ། །  
འཕྱུལ་མཐུ་ལྡན་དབྱ་བགེགས་ཚར་གཅོད་པའི། བྲག་  
འཐུང་དུད་སོལ་ལྷ་མེའི། དེ་ཡི་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་སྤྱུལ་  
པོ་ཉ་ནི། འགྲུགས་བྱེད་གསོད་བྱེད་གསུམ་དང་མཁའ་  
འགྲོ་བཞི། གཏོང་ཅན་བརྒྱུད་དང་སྒྲོམ་བཞི་ལ་  
སོགས། ལས་བྱེད་པོ་ཉ་རྣམས་ཀྱི། བཅོམ་ལྡན་  
འདས་ཀྱི་སྤྱན་སྤྲུ། སྐྱབ་པ་མཛོད་པའི་གང་ཟག་  
ལ། བྱ་བཞིན་སྐྱོང་བར་ཞལ་བཞེས་པའི། ཆོས་སྐྱོང་  
སྤྱང་མ་རྣམས་ཀྱིས་བཀྲ་ཤིས་ཤོག ཁོར་གྱི་དབང་ཕྱག་

རིན་ཆེན་གཏེར་མངའ་ཞིང་།      །གཞོན་སྒྲིན་ནོར་འཆང་  
མང་པོ་ཀུན་གྱི་རྩེ།    །བྱང་སྤྱོད་གསལ་སྦྱོང་བའི་མགོན་པོ་ཇ་སྒྲུ་  
ལྷ།    །དངོས་གྲུབ་མཆོག་སྤྱོད་ནོར་ལྷའི་།    །ལོ་བརྒྱ་  
ཐུབ་ཅིང་སྒྲོན་བརྒྱ་མཐོང་བ་དང་།    །ཆོ་རིང་ནད་མེད་བདེ་  
སྦྱིད་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས།      །ཐེག་པ་མཆོག་ལ་དེས་པར་  
འབྱུང་འབྱུར་པའི།    །བཀྲ་ཤིས་དེས་ཀྱང་དེང་འདིར་བདེ་  
ལེགས་ཤོག།    །བགོགས་རིགས་སྦྱོང་སྤྲུག་བརྒྱད་ཅུ་ཞི་བ་  
དང་།    །མི་མཐུན་གཞོན་པའི་རྒྱུན་དང་བྲལ་བ་དང་།    །  
འདོད་པ་འགྲུབ་ཅིང་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་པ་ཡི།    །བཀྲ་ཤིས་  
དེས་ཀྱང་དེང་འདིར་བདེ་ལེགས་ཤོག།    །འབད་དང་རྩོལ་

བ་མི་དགོས་ཤིང་། །ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་དཔག་བསམ་  
ཤིང་། །སེམས་ཅན་རེ་བ་སྒོང་མཛད་པའི། །བསམ་པ་  
འགྲུབ་པའི་། །མི་འགྱུར་ལྟོན་པོ་སྐྱ་ཡི་བགྲ་ཤིས་ཤོག། །  
ཡན་ལག་དྲུག་ཅུ་གསུང་གི་བགྲ་ཤིས་ཤོག། །མཐའ་  
བྲལ་འབྲལ་མེད་བྲུགས་ཀྱི་། །རྒྱལ་བའི་སྐྱ་གསུང་  
བྲུགས་ཀྱི་བགྲ་ཤིས་ཤོག། །གནས་འདིར་ཉིན་མོ་བདེ་  
ལེགས་མཆོན་བདེ་ལེགས། །ཉི་མའི་དགུང་ཡང་བདེ་  
ལེགས་ཤིང་། །ཉིན་མཆོན་རྟག་ཏུ་བདེ་ལེགས་པའི། །  
དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་། །སྟོན་པ་འཛིག་རྟོན་ཁམས་  
སུ་བྱོན་པ་དང་། །བསྟན་པ་ཉི་འོད་བཞིན་དུ་གསལ་བ་



༼ སྒྲ་མ་དྲག་པོ་གྲོ་ལ་ཡའི་རྒྱན་ཁྱེར་བཞུགས༽

༥ བླ་མ་དང་རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་པདྨ་དྲག་པོ་ཅུ་ལ་གཉིས་

སུ་མེད་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །དེ་ལ་འདིར་སྒྲམ་བྲག་པོ་གྱི་ལ་ཡའི་  
རྒྱུན་ཁྱེར་བྱ་བར་འདོད་པས་རང་ཉིད་བདེ་བའི་སྟོན་ལ་འདུག་སྟེ།      བར་ཆད་གཤོན་  
བགོགས་ཀྱི་དབྱ་པོ་ཐམས་ཅད་བསྐྱལ་ཏེ་བྱང་རྒྱལ་ཆེན་པོ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་སྒྲམ་པས།  
འོད་དཔག་མེད་པའི་སྤྲས་ཀྱི་ཐུ་བོ་པ།      །ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་  
དཔལ་ལྷན་འབྱུག་པའི་གདུང་།      །རྒྱལ་བའི་སྤྲས་པོ་ངག་  
དབང་རྣམ་རྒྱལ་ཞབས།      །སྐྱ་ཆེ་བརྟན་ཅིང་ཐོན་ལས་  
རྒྱས་གྱུར་ཅིག      །༑།      སྒྲམ་སྐྱུ་ཁམས་བཟང་བར་གསོལ་  
བ་འདེབས།      །མཆོག་ཏུ་སྐྱ་ཆེ་རིང་བར་གསོལ་བ་  
འདེབས།      །ཐོན་ལས་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་གསོལ་བ་  
འདེབས།      །སྒྲམ་དང་འབྲལ་བ་མེད་པར་བྱེན་གྱིས་

ལྟོབས། །བརྒྱད་པའི་གསོལ་འདེབས་ནི། སྒྲུང་མཐའ་སྟུན་རས་  
གཟིགས་དང་པར་འབྱུང་། །ཆོས་ལོངས་སྤྲུལ་པའི་སྒྲུང་  
བཞེངས་གྲགས་པའི་གཞི། །པར་དཀར་པོ་བསྟན་པའི་  
ཉིམ་དང་། །ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་ཙུ་བའི་བྲམ་  
སོགས། །ཞབས་བྱུང་བྱུང་ཆུབ་སྒྲིང་པོ་དེ་ཆུན་དུ། །  
བདག་གི་སྤྱི་བོའི་ནོར་བུ་ཉིད་གྱུར་ཅིག །ལན་གསུམ།  
བདག་ནི་མགོན་པོ་གཞན་སྤངས་ནས། །རིག་འཛིན་ཆེན་  
པོ་ཁྱེད་ལ་སྤྱབས། །དེ་ཅིའི་སྤྲད་དུ་ཞེ་ན་ཁྱེད། །སངས་  
རྒྱུ་ཆོས་ཆོགས་ཀུན་ལགས་སོ། །དེ་ཕྱིར་ཐུགས་རྗེའི་  
སྟུན་རས་ཀྱིས། །རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་གཟིགས་པ་དང་། །

བྱོང་གི་མཛད་པ་གང་ལགས་པ།      དེ་ལ་བདག་གིས་  
བསྐྱབ་པར་བགྱི།      །ཞེས་སེམས་བསྐྱེད་ལན་གསུམ།      ཨོྲཱ་བྱ་ཕྱ་  
བི་ཤུངྩེ་སའ་རྩ་མྱེ་སྤྱ་བྱ་ཕྱ་བི་ཤུངྩེ་ཉུངྩེ།      ཡེ་དག་ཡེ་  
ཐོགས་ཆེན་པོའི་གྲོང་།      རྩན་རིག་ཡེ་ཤེས་གི་ཆ།      རིག་  
འཛིན་ཆེན་པོ་པརྩ་དག་པོ་རྩལ་བསྐྱལ་པའི་མེའི་བོངས་  
དང་མདངས་དང་གཟི་བརྩིད་འཛིན་པ།      ཞལ་གནམ་ས་  
ཙམ་དུ་གདངས་ཤིང་མཆེ་བ་གངས་རི་ལྟར་གཅིགས་པ།  
མིད་པ་སྟོང་གསུམ་ཙམ་བརྒྱངས་པའི་ཡ་ཀན་ལ་ཉི་མ་ཀླ་  
ལིས་མཆོན་པ།      མ་ཁལ་ལ་ལྷ་བ་ལྷ་ལིས་མཆོན་པ།  
ལྷགས་གི་ཕེ་རྩ་གདོང་གི་མེ་ལྷེ་ལྷ་བུར་བསྐྱེད་པའི་རྩ་བར་

རྩོམ་པ། ཡོ་ཡུང་རྩོམ་པ་ཅི་ཅི་ག་ན་མོ་བླ་ག་མ་ཏེ་བཟོ་གྱི་  
 རི་གྱི་ལ་ཡ། ཞེས་པའི་ཡིག་འབྲུ་དམར་པོ་འབྲུག་སྟོང་  
 དུས་གཅིག་ཏུ་ཕྱིར་བ་ལྟ་བུའི་སྒྲ་གྲགས་བཞིན་པས་  
 བསྐྱོར་བ། དམར་བའི་སྒྲན་གསུམ་པ། ཕྱག་གཡས་  
 གསེར་གྱི་རྩི་རྩི་ཅེ་དགྲུ་པ་ནམ་མཁར་འཕྱར་ཞིང་།  
 གཡོན་སྒྲུལ་པའི་ལྷགས་སྒྲིག་མགོ་དགྲུ་རྩ་བཅོ་བརྒྱད་པ་  
 བསྒྲུམས་པས་གདུག་པ་ཅན་ཐམས་ཅད་གཟིར་བ།  
 དཔལ་གྱི་ཆས་གྱིས་ལེགས་པར་བརྒྱན་པ། སྒྱ་སྒྲིང་ཁུ་  
 སྒྲིན་ཁྲོས་པའི་ཁ་ནས་གནམ་ལྷགས་འབར་བའི་ཕྱར་བུ་  
 དབལ་གསུམ་ཅེ་མོ་གཅིག་ཏུ་རྫོང་། རང་ཁོང་སེང་ཅན།

དདལ་བར་འཇམ་དཔལ་གཤིན་རྗེ་གཤེད་གསེར་མདོག་  
ཅན་གཡས་རལ་གྱི་འཕྱར་བ།      མགྱིན་པར་རྟ་མགྱིན་  
དམར་པོ་གཡས་དབྱུག་ཐོ་འཕྱར་བ།      བྲང་དབྱུས་ཀྱི་ཐང་  
ཀྱི་ནང་དུ་རྗེ་གསལ་པ་ཕྱག་ན་རྗེ་རྗེ་སྟོན་པོ་གཡས་རྗེ་རྗེ་  
འཕྱར་བ།      གསང་གནས་སུ་བྱོ་བོ་ཡག་མེ་སྤལ་སྤྱག་  
ནག་གཡས་ཐོ་བ་འཕྱར་བ།      དེ་ཐམས་ཅད་གཡོན་  
ཐུགས་ཀར་སྤྲིགས་མཛུབ།      ཤིན་རུ་བྱོ་ལ་དཔལ་གྱི་  
ཆས་ཀྱིས་བརྒྱན་ཅིང་།      གཡོན་བརྒྱང་གིས་གནས་པ།  
ལྟེ་བར་རྗེ་རྗེ་ཕག་མོ་དམར་མོ་གཡས་གྱི་གུག་འཕྱར་  
ཞིང་།      གཡོན་ཐུགས་ཀར་ཐོད་བྲག་འཛིན་པ།      གཅེར་

མོ་ཆགས་པ་རྒྱས་པ་ཕྱག་རྒྱ་ལྡན་བརྒྱན་ཅིང་སྒྲིལ་སྒྲིང་  
ཕྱེད་པའི་གར་སྟབས་ཅན། ཐོད་གྱི་མགོ་བོ་རྣམས་གྱི་  
དབུས་མ་ལ་བུར་ཐོད་ཕྱེད་རྩལ། གཡས་སུ་རྩེ་རྩེ་ཐོད་  
ཕྱེད་རྩལ་དང་རཏྭ་ཐོད་ཕྱེད་རྩལ། གཡོན་དུ་པར་ཐོད་  
ཕྱེད་རྩལ་དང་ཀམ་ཐོད་ཕྱེད་རྩལ། དཀར་སྡེ་སེར་དམར་  
ལྗང་བ། ཐམས་ཅད་ནི་མ་བྲོ་བའོག་སྒྲིག་པའི་བེར་ལྟུབ་  
གྱོན་དུ་མཛད་ཅིང་རུས་པ་དང་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲིལ་ཆོགས་གྱིས་  
བརྒྱན་པ། དབུ་ལ་ཤ་བའི་སྟོན་ལྷོ་ཤོད་གྱི་ཕེ་འཕྱུ་དར་གྱི་  
ཅོད་པན་འཕྱར་བ་གསོལ་ནིང་། ཕྱག་གཡས་རྩེ་རྩེ་  
ཕྱགས་ཀར་འཛིན་པ། གཡོན་ཐོད་ཐུག་དཀྱར་བརྟེན་



པས་རང་རིགས་ཀྱི་ཡུམ་གཅེར་མོ་ཕྱག་རྒྱ་ལྡན་བརྒྱན་པ་  
ལ་འབྱུང་དེ་རྗེས་སྐྱེལ་གྱུང་གིས་བཞུགས་པ།     འཁོར་  
མཁའ་འགོ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པས་བསྐྱོར་བ།     མཚོག་  
མར་སྐྱེལ་པའི་བྱུང་མཐིང་ནག་གདུག་པ་ཅན་གྱི་སྐྱ་བཙ་  
སྐྱ་བཙ་བ།     སྐྱ་བོའི་བྱ་གར་གཙུག་ཏྲར་འཁོར་ལོས་སྐྱར་  
བ།     མིག་སྒྲ་ན་བཀལ་ལྟེ་བ་བརྒྱད་དུ།     རྣམ་རྒྱལ།  
གཤེན་རྗེ་གཤེད།     རྟ་མགིན།     བགེགས་མཐར་བྱེད།  
དབྱུག་སྒྲོན་ཅན།     མི་གཡོ་བ།     འདོད་རྒྱལ།     སྟོབས་པོ་  
ཆེ།     ཡུར་པའི་དབལ་གྱི་ནང་ཕྱེར་གཞོད་མཛེས།  
ཐམས་ཅད་ཁྱོ་བོའི་ཆས་ཅན་ལྷགས་གྱུ་དང་ཞགས་པ་

འཛིན་པ། གཡོན་བརྒྱུད་ཐམས་ཅད་མཐིང་ཁ། ཅིན་  
རིན་པོ་ཆེའི་གུར་ཁྱིམ་དུ་ཟླ་བ་ལ་གསེར་གྱི་རྫོང་ཅེ་དགུ་  
པ་འཇའ་འོད་སྒྲ་ལྟེན་དབུས་ན་གནས་པ། དེའི་གནས་སོ་  
སའི་ལྷ་ལས་འོད་འཕྲོས། ར་ཡབ་སྤིང་གི་པར་འོད་གྱི་  
གཞལ་མེད་ཁང་སོགས་ཕྱོགས་བཅུའི་འཛིག་རྟེན་ན།  
སྤོབ་དཔོན་ཆེན་པོའི་སྐུ་གསུང་ཐུགས་གྱི་དཀོན་མཆོག་  
གསུམ་གྱི་རྣམ་པར་རྟེན་པ་ཐམས་ཅད་མདུན་གྱི་རྣམ་  
མཁར་བཟོ་ས་མ་ངོ་ སྤྱན་འཛེན་པ་ནི། རྩོ། འདི་ནས་ཉི་མ་  
ལྷོ་རུབ་ཕྱོགས་ཤེད་ན། །ཡུ་རྒྱུན་སྤྲུལ་སྤྱིའི་ནིང་ཁམས་  
ར་ཡབ་སྤིང་། །རྒྱ་མི་བཟོ་རྣམས་གྱི་རྒྱལ་པོའི་ཁབ། །

དཔལ་རི་པར་འོད་གྱི་པོ་བྲང་དང་།      རྩོགས་བཅུ་འུ་རྒྱལ་  
བའི་ཞིང་ཁམས་ཐམས་ཅད་ནས།      རྩུ་གསུང་ཐུགས་གྱི་  
རྣམ་འགྱུར་མི་བཟང་པའི།      རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་པར་  
འབྱུང་གནས་ལ།      ཁགས་བའི་མཆོན་གསོལ་གུ་རུ་  
བྲག་པོ་རྩལ།      ཁ་རུངས་གདུག་པ་འདུལ་ཕྱིར་  
གཤེགས་སུ་གསོལ།      རྣལ་འབྱོར་བར་ཆད་སེལ་ཕྱིར་  
གཤེགས་སུ་གསོལ།      འད་ལྡན་གྱིན་གྱིས་སློབ་ཕྱིར་  
གཤེགས་སུ་གསོལ།      འདོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས་སྤྲོལ་  
ཕྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ།      ཞེས་སྒྱུན་བྲངས་ནས།      ཞེས་  
གསོལ་བ་བཏབ་པས།      སློབ་དཔོན་ཆེན་པོའི་སྐུ་ནི་ཁྱོའི་

སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་དུ་སྒྲུབ་བ།                      གསུང་གསང་  
སྒྲུགས་རིག་སྒྲུགས་གཟུངས་སྒྲུགས་ཐམས་ཅད་དུ་  
གྲགས་པའི་ཡིག་འབྲུ།                      ཐུགས་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཕུག་རྒྱ་  
ཐམས་ཅད་དུ་འཆར་བ།                      སྟེང་ནས་ཆར་བབས་པ་ལྟ་བུ།  
འོག་ནས་ས་རྒྱངས་ཐོན་པ་ལྟ་བུ།                      བར་ནས་བྱ་ཡུག་  
འཁྱབ་པ་ལྟ་བུ།                      རྣམ་མཁའ་ས་གཞི་བར་སྒྲུང་ཐམས་  
ཅད་མེར་མེར་ཡོམ་ཡོམ་ཞིག་ཞིག་བྱེན་ནས།                      བདག་གི་  
ལུས་ལྟར་གསལ་བ་དང་།                      ངག་སྒྲུགས་སྒྲུགས་ལ་བ་  
དང་།                      ཡིད་ཕུག་རྒྱུར་གསལ་བ་ལ་རིམ་རིམ་ཐིམ་པར་  
བསམ་སྟེ།                      ཨོྫེ་ཨུཾ་ཧཱུྃ་ཨཱ�和ིག་ཞིཕིག་ན་མོ་བྷ་ག་ཨྱ་ཏེ་བཏྲ་

གྲི་ལི་གྲི་ལ་ཡ།    ཀྲ་ཡ་སི་རྩི་ཨོ།    ལྷ་ཀླ་སི་རྩི་ཨུམ་    ཅི་རྩ་  
སི་རྩི་རྩོ།    ཞེས་འཛབ་ཉེར་གཅིག་གམ་བདུན་ཅིས་ཀྱང་བཟློའོ།    །དེ་ནས་དབང་

སྐྱབ་ལྷ་ལྷ་ལ་གདུང་ཤུགས་དྲག་པོས་གསོལ་བ་འདི་ལྟར་གདབ་སྟེ།    གྲེ།

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་རྗེ།    །

འོད་གསལ་ལྷུན་གྲུབ་སྐྱེ་འགྲོ་ཡོངས་ཀྱི་མགོན།    །སྐྱེ་

འཆི་མེད་པ་རྗེ་རྗེ་ལྷ་བུའི་སྐྱ།    །མཉམ་པ་མེད་པ་ཆེ་

མཆོག་ཉེ་རུ་ཀ།    །འགྲོ་མགོན་སྤྲུལ་ཁྱེད་ལ་སྐྱབས་སུ་

མཆི།    །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ།    །

ཐུགས་རྗེས་གཟིགས་ཤིག་ཨུ་རྒྱན་སྤྱལ་པའི་སྐྱ།    །

བདག་ལ་དབང་བསྐྱར་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།    །སྐྱེ་

མཆོག་འགྱུར་མེད་བརྒྱ་ཐོད་ཐོད་ཕུལ། འོད་  
གསལ་། སྐྱེ་འཆི་། མཉམ་པ་མེད་པ་བརྒྱ་ཉེ་རུ་། །  
འགྲོ་མགོན་། གསོལ་བ་། བྱགས་རྗེས་། བདག་  
ལ་། གསུང་མཆོག་འགག་མེད་པརྒྱ་ཐོད་ཐོད་ཕུལ། །  
འོད་གསལ་། སྐྱེ་འཆི་། མཉམ་པ་མེད་པ་བརྒྱ་ཉེ་རུ་  
། འགྲོ་མགོན་། གསོལ་བ་། བྱགས་རྗེས་། །  
བདག་ལ་། བྱགས་མཆོག་དྲི་མེད་བརྒྱ་ཐོད་ཐོད་  
ཕུལ། འོད་གསལ་། སྐྱེ་འཆི་། མཉམ་པ་མེད་པ་  
བརྒྱ་ཉེ་རུ་། འགྲོ་མགོན་། གསོལ་བ་། བྱགས་  
རྗེས་། བདག་ལ་། ཡོན་ཏན་ཀུན་རྗེས་རྒྱ་ཐོད་

ཕྱེད་རྩལ། འོད་གསལ་ལ། སྐྱེ་འཆི། མཉམ་པ་མེད་  
པ་རིན་ཆེན་ཏེ་རུ་ཀ། འབྲོ་མགོན། གསོལ་བ། །  
ཐུགས་རྗེས། བདག་ལ། སྤོན་ལས་ཐོགས་མེད་  
ཀམ་ཐོད་ཕྱེད་རྩལ། འོད་གསལ་ལ། སྐྱེ་འཆི། །  
མཉམ་པ་མེད་པ་ཀམ་ཏེ་རུ་ཀ། འབྲོ་མགོན། གསོལ་  
བ། ཐུགས་རྗེས། བདག་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱིན་གྱིས་  
བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། དེ་ནས། དབང་སྐྱབ་གྱི་ལྟ་ཆོགས་  
སྟོམས་པར་ཞུགས་པས། བདེ་བ་རྒྱས་ཏེ་སྦྱོར་མཆོམས་  
ནས་བྱུང་ཆུབ་གྱི་སེམས་དཀར་དམར་འདྲེས་པ་དཔག་ཏུ་  
མེད་པ་བབས། བདག་གི་སྦྱོ་བོར་བྱེམ་ལ་ཆུ་བཏབ་པ་



ལུ་བུར་ཞུགས། སྤྱི་བོ་གང་། ལུས་ཀྱི་ངེ་མ་དག །  
བུམ་དབང་ཐོབ། མགྱིན་པ་གང་། དག་གི་ངེ་མ་དག །  
གསང་དབང་ཐོབ། སྒྲིང་ག་གང་། ཡིད་ཀྱི་ངེ་མ་  
དག །དབང་གསུམ་པ་ཐོབ། རྟེ་བ་གང་། སྒྲོ་གསུམ་  
ཐ་དད་དུ་འཛིན་པའི་ངེ་མ་དག །དབང་བཞི་པ་ཐོབ།  
ལུས་ཐམས་ཅད་གང་བའི་རྒྱན་སྤྱི་བོར་ལུད་པས། རལ་  
པ་གྱེན་དུ་བཅེས་པའི་དབུས་སུ་སྒྲུང་བ་མཐའ་ཡས་སྤྱལ་  
པ་སྒྲུའི་ཆ་ལུགས་ཅན་དུ་གྱུར། བསྐྱེད་རིམ་ཇི་སྟིང་མ་སྒྲུའི་བར་དུ་  
བསྐྱོམ། སྒྲུའ། ཨོྩ་ཨུཾ་ཧཱུྃ་ཨཱ�和་ཀའི་ཕུག་མོ་བླ་ག་ལ་ཏེ་  
བརྩ་གྲི་ལི་གྲི་ལ་ཡ། ཞེས་སྤྲགས་བཞུས་མཐར་སྟོང་འགྱུར་བརྩོད། དེ་ལ་

སྟོན་སྒྲར་བཞིན་སྐྱབས་གསུང་བྱགས་ཀྱི་ལྷ་ཆོགས་སྐྱོན་བླངས་ཤིང་བསྟོམ་པ་ཡང་ཡང་བྱ།  
 བསྟོམ་བླངས་རེ་རེས་ལུས་ལ་གཟི་བརྟེན། ངག་ལ་རུས་པ། སེམས་ལ་ཉིང་ངེ་འཛིན་  
 གྱི་རྩ་ལ་ཐེ་ཆེར་འགོ་བར་བསམ་མོ། །མཆོད་པ་ནི། གྱེ། ལྷ་ལྷས་མེ་  
 ཉོག་ཀུན་གྱིས་ནམ་མཁའ་བཀའ། འི་ཞིམ་བདུག་སྟོས་  
 བསྟེགས་པས་ས་གཞི་བཀའ། །སྒྲུང་གསལ་འོད་ཟེར་  
 ཕྱོགས་བརྩའི་མཐར་འབྲེལ་བ། འིག་འཛིན་ཆེན་པོ་བྱིད་  
 ལ། །སིམ་སྐྱེད་བདུད་ཅི་བྱགས་པའི་ཁུ་འཛིན་  
 གཡོས། །བདའ་དགྲའི་ཞལ་ཟས་ཐམས་ཅད་ཆར་དུ་  
 བབས། །སྒྲོན་པའི་འབྲུག་སྒྲུ་འུར་འུར་སྟོག་པ་  
 རྣམས། །འིག་འཛིན་། །མཛེས་མ་གྲོ་བདུང་སྒྲོན་པའི་

གྲུ་བྲངས་མཐར།      གྲི་ཞིམ་ངད་འབྱེད་མ་མཆུའི་སྤྱང་  
སྤྱོན་ནས།      རིག་མཐར་བདེ་བ་བྱ་གས་སྤྱོན་པ་  
ནམས། རིག་འཛིན་ཆེན་། བྱོས་བྱེད་དཔའ་བོའི་དམ་  
ཇས་ཕུད་ཆེན་འབྱོར།      ལྷང་སྤྱིད་མ་མེའི་མཆོད་ཇས་  
རྟ་སྤྱོད། བྱུན་མོང་མཉེས་པའི་བ་ལིང་ཆེར་བཞུམས་  
པ། རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་བྱེད་ལ་མཆོད་པར་འབུལ།      །  
བསྟོད་པ་ནི།      ལྷང་བ་མཐའ་ཡས་སྤྱ་ཡི་འཕྲོ་འདུ་ལས།      །  
བདེ་གཤེགས་འདུས་པའི་བྲོ་རྒྱལ་དྲག་པོ་རྩལ།      ལམ་  
རུངས་གདུག་པ་འདུལ་བའི་སྤྱོན་ལས་པ།      བྱེད་ལ་  
བསྟོད་དོ་ལུས་ལ་བྱེན་གྱིས་རྫོབས།      ལྷང་བ་མཐའ་

ཡས་གསུང་གི་འཕྲོ་འདུ་ལས།      །གསང་བ་འདུས་པའི་  
སྤྲུགས་ཆོད་དཔོན་པའི་མཆོན།      །མ་རུངས་ཟེ།    །བྱིད་ལ་  
བསྟོད་དོ་ངག་ལ་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།      །སྤང་བ་མཐའ་  
ཡས་བྲུགས་ཀྱི་འཕྲོ་འདུ་ལས།      །སོར་རྟོག་ཡེ་ཤེས་  
རྟོགས་པ་ཆེན་པོའི་གྲོང་།    །མ་རུངས་ཟེ།    །བྱིད་ལ་བསྟོད་  
དོ་ཡིད་ལ་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།      །ཨོྲཱ་བཟླ་སཏྲ་ས་མ་ཡ་  
སོགས་ཡིག་བརྒྱས་པ་དང་།    མ་འབྱེར་བ་དང་སོགས་དང་།    ལྷག་པ་  
དང་ནི་སོགས་དང་།    དག་བའདི་ཡིས་སྤྱར་དུ་བདག་    །རིག་  
འཛིན་ཆེན་པོ་འགྲུབ་སྤྱར་ནས།      །སོགས་དག་ཅ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་  
བསྟོའོ།    །འདི་ནི་གཞན་མང་པོ་ལ་ཕན་པའི་དོན་དུ་བྲི་འོས་པའི་མཆོན་མ་མཐོང་ནས།

སྟོབ་དཔོན་པདྨ་ཉིད་གྱིས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པའི་སྤྲུགས་པ་ནག་པོ་ངག་དབང་ལོ་རྒྱུས་  
སྤྱུར་བའོ།།

༼སྤྲན་སྒྲའི་རྒྱན་འབྲེར་བཞུགས་སོ།༽

༥། སྤྲུགས་ཇེ་ཀུན་ལ་སྟོམས་པའི་བཙུམ་ལྷན་འདས། །  
མཆན་ཙམ་བྲོས་པས་ངན་འགྲོའི་སྤྲུག་བསྐྱལ་སེལ།  
དུག་གསུམ་ནད་སེལ་སངས་རྒྱས་སྤྲན་གྱི་སྒྲ། །བེད་ཀར་  
ཡ་ཡི་འོད་ལ་ཕྱལ་འཆལ་ལོ། །ཏདྲུ། ཨོྲཱི་པ་རྩྱེ་ལྷོ་  
པ་རྩྱེ། མཐུ་ལྷོ་པ་རྩྱེ། རུ་རྩྱེ་ས་ལྷོ་ཏེ་སྤྲ་རྩྱ། །ཞེས་སྤྲུགས་ཅི་  
རུས་བསྐྱབས་མཐར་བསྟོར་བའི། །དག་བ་འདི་ཡིས་སྤྱུར་དུ་བདག་ །  
སངས་རྒྱས་སྤྲན་སྒྲ་འགྲུབ་གྱུར་སོགས། །སེམས་ཙན་ནད་

པ་ཇི་སྟེང་པ། ཟྱུར་དུ་ནད་ལས་ཐར་གྱུར་ནས། །འགོ་  
བའི་ནད་ནྟམས་མ་ལུས་པ། །ཏིག་ཏུ་འབྱུང་བ་མེད་པར་  
ཞོག། །

༼སྒྲིབ་སྦྱང་རྩོར་སེམས་བསྟོམ་བསྐྱས་བཞུགས༽  
༥ རང་གི་སྦྱི་བོར་པོ་ལས་པར་འདབ་མ་བརྒྱད་པའི་ལྟེ་  
བར་ཙམ་ལས་སྐྱབའི་དགྱིལ་འཁོར་གྱི་སྦྱང་དུ་རྩྭ་ལས་རྩོ་  
རྩོ་དཀར་པོ་ཅེ་ལྟ་པ་ལྟེ་བ་ལ་རྩྭ་གིས་མཆན་པ་ལས་འོད་  
འཕྲོས། འཕགས་པ་མཆོད། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
གྱི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་སྦྱངས། ཚུར་འདུས་རྩྭ་ལ་བེམ། དེ་  
ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་དཔལ་རྩོ་རྩོ་སེམས་དཔལ་སྐྱུ་

མདོག་དཀར་པོ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་པ་རྫོང་དང་  
རྩེལ་བུ་འཛོན་པས་ཡུམ་ལ་འབྱུང་པ། ཡུམ་རྫོང་སླེམས་  
མ་དཀར་མོ་གྲི་གུག་དང་ཐོད་པ་འཛོན་པས་ཡབ་ལ་  
འབྱུང་པ། གཉིས་ཀའང་རུས་པ་དང་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་  
གྲིས་བརྒྱན་པ། ཞབས་རྫོང་སླེལ་མོ་ཀྱང་དུ་བཞུགས་  
པའི་སླེ་བོར་ཨོ། མགྲིན་པར་ཨྲུཾ ཐུགས་ཀར་ཏྲུ། ཏྲུ་  
ལས་འོད་འཕྲོས་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
ཐམས་ཅད་རྫོང་སླེམས་དཔའ་ཡབ་ཡུམ་གྱི་རྣམ་པར་  
སྤྱན་དྲངས། རྩེཾ་ཏྲུ་བོ་ཏྲེཾ བཙེཾ་ལྷན་འདས་བདག་  
དང་མཐའ་ཡས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྲིག་



སྒྲིབ་ཉེས་ལྟུང་བྲི་མའི་ཆོག་ས་ཐམས་ཅད་བྱང་ཞིང་དག་  
 དར་མཛད་དུ་གསོལ། ཨོྲོ་བཟོ་སར་ས་མ་ཡ། མ་རུ་ཕུ་  
 ལ་ཡ། བཟོ་སར་རྡོ་ལོ་ཏིཤ། སྒྲི་མེ་བྱ་ལ། སུ་ཏོ་ཕྱོ་  
 མེ་བྱ་ལ། སུ་པོ་ཕྱོ་མེ་བྱ་ལ། ཨ་རུ་ར་ཏོ་མེ་བྱ་ལ། སུ་  
 སྒྲི་མེ་ཕུ་ཡ་ཙྰ། སུ་ཀ་མ་སུ་ཅ་མེ་ཅོ་ཏོ་ཤེ་ཡེ་ཀུ་རུ་ཏོ།  
 ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏོ་ སུ་ག་ལམ་སུ་ཏ་ཕུ་ག་ཏ་བཟོ་ཕུ་མེ་ཕུ་ཕུ་  
 བཟོ་བྱ་ལ་མ་རུ་ས་མ་ཡ་སར་ཨུ་ མགོན་པོ། བདག་ནི་  
 མི་ཤེས་མྱོངས་པ་ཡིས། །དམ་ཆོག་ལས་ནི་འགལ་ཞིང་  
 ཉམས། །སྒྲི་མ་མགོན་པོས་སྐབས་མཛོད་ཅིག །གཙོ་  
 བོ་རྩེ་འཛོན་པ་སྟེ། །བྱུགས་རྩེ་ཆོན་པོའི་བདག་ཉིད་

ཅན། །འགྲོ་བའི་གཙོ་ལ་བདག་སྐྱབས་མཆི། །སྐྱེ་  
གསུང་ཐུགས་རྩ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་དམ་ཆོག་ཉམས་པ་  
ཐམས་ཅད་མཐོལ་ལོ་བཤགས་སོ། །སྒྲིག་སྒྲིབ་ཉེས་  
ལྟོང་ངོ་མའི་ཆོགས་ཐམས་ཅད་བྱང་ཞིང་དག་པར་མཛད་  
དུ་གསོལ། ། ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས་རྗེ་རྗེ་སེམས་  
དཔའ་ཡབ་ཡུམ་འོད་དུ་ཞུ་ནས་རང་ལ་བྲིམ་པར་  
གྱུར། ། །དགོ་བལྟོ་བྱུ་འོ། །

# ༼ རྒྱལ་ཆེ་སྤྱབ་ཀྱི་རིམ་པ་བསྐྱབ་ཆོག་ཏུ་བཀོད་༽ པ་བཞུགས་སོ།།

༥ མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་སྤྱི་མ་སངས་རྒྱས་ཆེས་ཀྱི་སྤྱུ་ལ་སྤྱབས་སུ་མཆིའོ། །  
སྤྱི་མ་ལོངས་སྤྱོད་༥ །སྤྱི་མ་ཐུགས་རྗེ་སྤྱུ་ལ་པའི་༥ །སྤྱི་  
མ་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྤྱབས་སུ་མཆིའོ། །ལན་  
གསུམ་༥ འཇིག་རྟེན་དབང་ཐུག་ཐུགས་རྗེའི་སྤྱབས་ཐྱིང་  
དབུས་༥ །རྒྱལ་ཀུན་མཁྱེན་བཙུང་འདབ་སྤྱོད་རྒྱས་པ་  
ལ་༥ །ཕན་བདེའི་ངོ་བསྟུང་ཅི་ཡང་སྤྱོ་བའི་གཉེན། །  
ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

མཁུན་པས་མ་རིག་མུན་པའི་ཚོགས་འཛམས་ཤིང་། །  
བཙེ་བས་གཞན་དོན་ཡལ་བ་མི་འདོར་བར། །ལུས་པས་  
བདུད་དཔུང་འཛམས་བྱེད་ལྷ་ཡི་ལྷ། །ངག་དབང་རྣམ་  
རྒྱལ་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཁམས་གསུམ་  
སེམས་ཅན་འཁོར་བ་ལས་སྦྱོལ་ཕྱིར། །འཆི་མེད་རྫོང་རྫོང་  
སྐུ་མཆོག་རབ་བརྟེས་ནས། །སྤོན་ལས་རྣམ་བཞིས་འགྲོ་  
བའི་དོན་མཛད་པའི། །ཇི་སྤིང་འཆོའིང་གཞེས་པར་གྱུར་  
ཅིག་གྱ། །སྒྲ་མ་སྐུ་ཁམས་བཟང་བར་གསོལ་བ་  
འདེབས། །མཆོག་ཏུ་སྐུ་ཆེ་རིང་བར་གསོལ་བ་  
འདེབས། །སྤོན་ལས་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་གསོལ་བ་

འདེབས།                    གླེམ་དང་འབྲལ་བ་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་  
སྒྲོལས།    །།    སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་ཆོག་ས་གྱི་མཆོག་  
ནམས་ལ།                    བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐུ་བས་སུ་  
མཆི།            བདག་གིས་སྐྱོན་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་  
ནམས་གྱིས།    འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་  
ཤོག།    །ལན་གསུམ།    སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་  
བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག།    སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་སྐྱག་བསྐྱེལ་དང་སྐྱག་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་  
གྱུར་ཅིག།            སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱག་བསྐྱེལ་མེད་  
པའི་བདེ་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།            སེམས་ཅན་

ཐམས་ཅད་བདེ་སྐྱབས་གི་རྒྱ་ཆགས་སྤང་ཉེ་རིང་དང་བྲལ་  
བའི་བཏང་སྟོམས་ཆེན་པོ་ལ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པར་  
གྱུར་ཅིག། ༡༥ མ་ལུས་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་མགོན་གྱུར་  
ཅིང་། །བདུད་སྡེ་དཔུང་བཅས་མི་བཟང་འཛོམས་མཛད་  
ལྷ། །དངོས་རྣམས་མ་ལུས་ཇི་བཞིན་མཁྱེན་གྱུར་  
པའི། །བཅོམ་ལྡན་འཁོར་བཅས་གནས་འདིར་  
གཤེགས་སུ་གསོལ། །མགོན་པོ་འདིར་ནི་བྱེན་པ་  
ལེགས། །བདག་ཅག་བསོད་ནམས་སྐལ་བར་ལྡན། །  
བདག་གི་མཆོད་ཡོན་བཞེས་ནས་ཀྱང་། །འདི་ཉིད་དུ་ནི་  
བཞུགས་སུ་གསོལ། །ཨོྫེ་གུ་རུ་སཝྲ་ཏ་ཐཱ་ག་ཏ་ཐཱ་ཨ་ར་

སང་ཀ་ར་མརྒྱ་སང་ཀ་ར་མརྒྱ་ཨ་ཁྱོ་ཕ་རྒྱ་ཚྭ་སྒྲུ། ཇི་  
ལྟར་བལྟམས་པ་ཅམ་གྱིས་ནི། །ལྟ་རྒྱམས་ཀུན་གྱིས་  
བྱས་གསོལ་ལྟར། །དེ་བཞིན་དག་པ་ལྟ་ཡི་ཅུ། །དག་  
པ་ཡིས་ནི་སྐྱབྱ་བྱས་གསོལ། །ཞོ་གུ་རུ་སཐ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་  
མརྒྱ་ཕ་རྒྱ་ཕ་རྒྱ་ཚྭ་སྒྲུ། བདག་དང་འགྲོལ་བྱགས་  
བཅེའི་ཕྱིར། །ཉིད་ཀྱི་རྩ་འཕུལ་མཐུ་ཡིས་ནི། །ཇི་སྙིང་  
མཆོད་པ་བདག་བསྙིང་ན། །དེ་སྙིང་བཅམ་ལྟན་  
བཞུགས་སུ་གསོལ། །ཞོ་གུ་རུ་སཐ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་པཎྜ་ཀུ་  
མ་ལ་ཡེ་སྟླ།



# ༼བསམ་པ་ལྟན་གྱི་བ་བཞུགས་སོ།༽

ལྟོ ཡེ་མ་རྟོ་ རྒྱལ་ཕྱོགས་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་  
ནས་ ལྷ་པོ་བ་མཐའ་ཡས་ཐུགས་རྗེའི་བྱིན་ལྟེན་ས་  
གཡོས་ ལྷ་ལ་ལྷ་པོ་ལྷ་པོ་ལྷ་པོ་གནས་བྱིན་ལྟེན་ས་རྟོ་  
འཛམ་གླིང་བོད་ཀྱི་སེམས་ཅན་དོན་ལ་བྱིན་ འགྲོ་དོན་  
རྒྱུ་ཆད་མེད་པའི་ཐུགས་རྗེ་ཅན་ ལྷ་རྒྱུ་ལྷ་པོ་ལྷ་པོ་  
གནས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་ བསམ་པ་ལྟན་གྱིས་  
འགྱུར་པར་བྱིན་གྱིས་ལྟེན་ས་ རྒྱལ་པོ་བྱིན་སྟོང་ལྷ་པོ་  
བཅོན་མན་ཆད་ནས་ ཆོས་རྒྱལ་གདུང་བརྒྱུད་མཐའ་  
ལ་མ་སྟོངས་པར་ དུས་གསུམ་རྒྱུ་ཆད་མེད་པར་བྱིན་

གྲིས་རྫོབས་ཀྱི་ཆོས་སྤྱོད་རྒྱུ་ལ་པོའི་གཉེན་གཅིག་  
ཡུང་རྒྱུ་ལ་པོའི་ཆོས་སྤྱོད་སྤྱོད་པོའི་ཐུགས་རྗེ་ཅན་ལྟུ་  
རྒྱུ་པར་། །བསམ་པ་ལྟུ་གྲིས་། །སྤྱོད་ལྟུ་རྒྱུ་ལྟུ་  
པོའི་ཁ་གཉེན་མཛད་ཀྱི་ཐུགས་རྗེ་པོའི་ཆོས་སྤྱོད་ཅན་  
དོན་ལ་དགོངས་ཀྱི་མ་རིག་ལོག་པོའི་ཆོས་སྤྱོད་ཅན་འདྲེན་  
པོའི་དཔལ་ཀྱི་ཉེན་མཛད་ཀྱི་དགའ་པོའི་ཆོས་སྤྱོད་ཅན་  
ཐབས་གྲིས་འདྲེན་ཀྱི་བཅུ་གཉེན་ཀྱི་ཆད་མཛད་པོའི་  
ཐུགས་རྗེ་ཅན་ལྟུ་རྒྱུ་ལྟུ་རྒྱུ་ལྟུ་རྒྱུ་ལྟུ་རྒྱུ་  
གྲིས་། །དུས་ངན་སྤྱོད་ཀྱི་ཆོས་སྤྱོད་ཅན་ལྟུ་ཐུགས་པོའི་ཆོས་  
ཀྱི་ཆོས་སྤྱོད་ཅན་ཀྱི་ཆོས་སྤྱོད་ཅན་ཀྱི་ཆོས་སྤྱོད་ཅན་ཀྱི་ཆོས་སྤྱོད་ཅན་

སྐྱད་མདངས་ལ་ཆིབས་ཏེ་བྱོན་མཁེད་ལ་ཆེས་བཅུའི་  
དུས་སྐད་དོས་སྐད་བྱོན་མཁེད་ལ་ཆེས་བཅུའི་  
པའི་ཐུགས་རྒྱུ་ཅན་མཁེད་ལ་ཆེས་བཅུའི་  
བཅུའི་ཐུགས་རྒྱུ་ཅན་མཁེད་ལ་ཆེས་བཅུའི་  
ཅན་མཁེད་ལ་ཆེས་བཅུའི་ཅན་མཁེད་ལ་ཆེས་བཅུའི་  
དུས་སྐད་དོས་སྐད་བྱོན་མཁེད་ལ་ཆེས་བཅུའི་  
ཐུགས་རྒྱུ་ཅན་མཁེད་ལ་ཆེས་བཅུའི་  
ཐུགས་རྒྱུ་ཅན་མཁེད་ལ་ཆེས་བཅུའི་  
ཅན་མཁེད་ལ་ཆེས་བཅུའི་ཅན་མཁེད་ལ་ཆེས་བཅུའི་  
ཅན་མཁེད་ལ་ཆེས་བཅུའི་ཅན་མཁེད་ལ་ཆེས་བཅུའི་  
ཅན་མཁེད་ལ་ཆེས་བཅུའི་ཅན་མཁེད་ལ་ཆེས་བཅུའི་

ཆོམ་མེད་པར་གསོལ་བ་འདེབས།      བད་འབྱུང་ལྟ་སྒྲིན་  
སྡེ་བརྒྱད་འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར།      དམག་དབུང་རྩུར་བུམ་  
བཞེག་པར་ཐེ་ཆོམ་མེད།      ཡུ་རྒྱན་།      །བསམ་པ་།      །  
སེམས་ཅན་སྐྱེ་ལུས་འཛིག་པའི་ནད་བྱུང་ནས།      མི་  
བཟོད་སྐྱུག་བསྐྱུལ་ཆེན་པོས་ལོན་པའི་ཆེ།      ཡིད་གཉིས་  
ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་གསོལ་བ་འདེབས།      བད་འབྱུང་སྐྱོན་  
གྱི་ལྟ་དང་དབྱེར་མེད་པས།      ཆེ་བདམ་ཡིན་བར་ཆད་  
ངས་པར་སེལ།      ཡུ་རྒྱན་།      །བསམ་པ་།      །འབྱུང་བ་  
དགྲར་ལངས་ས་བརྩད་ཉམས་པ་ཡིས།      སེམས་ཅན་ལྟ་  
གའི་ནད་གྱིས་གཟིར་བའི་ཆེ།      ཡིད་གཉིས་ཐེ་ཆོམ་མེད་

པར་གསོལ་བ་འདེབས།      པད་འབྱུང་མཁའ་འགྲོའོར་  
ལྷའི་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱོར།      དབུལ་ཕོངས་བཀའ་སྐྱོམ་  
སེལ་བར་ཐེ་ཚོམ་མེད།      ཡུ་རྒྱན་།      །བསམ་པ་།      །  
ལས་ཅན་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་གཏེར་འདོན་ན།      དམ་ཚིག་  
ཟོལ་ཟོག་མེད་པའི་དཔའ་གདེང་གིས།      ཡིད་གཉིས་ཐེ་  
ཚོམ་མེད་པར་གསོལ་བ་འདེབས།      པད་འབྱུང་ཡི་དམ་  
ལྷ་དང་དབྱེར་མེད་པས།      སེམས་བྱ་ཡིས་ལོན་པར་ཐེ་  
ཚོམ་མེད།      ཡུ་རྒྱན་།      །བསམ་པ་།      །སྤྲུལ་ཡུལ་  
ནགས་རིང་དབེན་ས་སྟོགས་པའི་ཚེ།      །ཁ་ཆར་བྱ་ཡུག་  
འཁྱབས་ཤིང་ལམ་འགགས་ན།      ཡིད་གཉིས་ཐེ་ཚོམ་

མེད་པར་གསོལ་བ་འདེབས།      བད་འབྱུང་གཞི་བདག་  
གཉན་པའི་འཁོར་བཅས་ཀྱིས།      ཆོས་མཛད་ལམ་སྐྱ་  
འདྲན་པར་ཐེ་ཆོམ་མེད།      ཡུ་རྒྱན་།      །བསམ་པ་།      །  
སྐྱ་ག་གཟིག་དོམ་རྩེད་དུག་སྐྱལ་མཆེ་བ་ཅན།      འབྲོག་  
ཆེན་འཛིགས་པའི་འཕྲང་ལ་འགྲིམ་པའི་ཆོ།      ཡིད་  
གཉིས་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་གསོལ་བ་འདེབས།      བད་  
འབྱུང་དཔའ་བོ་གིང་དང་སྐྱང་མར་བཅས།      གདུག་  
པའི་སེམས་ཅན་སྒྲོད་པར་ཐེ་ཆོམ་མེད།      ཡུ་རྒྱན་།      །  
བསམ་པ་།      །ས་རྒྱ་མེ་རྒྱང་འབྱུང་བའི་བར་ཆད་ཀྱིས།  
སྐྱུ་ལུས་འཛིགས་ཤིང་ཉེན་པའི་དུས་བྱུང་ན།      ཡིད་

གཉིས་ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་གསོལ་བ་འདེབས། བད་  
འབྱུང་འབྱུང་བཞིའི་ལྷ་མོར་བཅས་ཡིས། འབྱུང་བ་རང་  
སར་ནི་བར་ཐེ་ཚོམ་མེད། ཟུ་རྒྱན་། །བསམ་པ་། །  
ལམ་སྤང་འཇིགས་པའི་འཕྲང་ལ་འགྲིམ་པའི་ཆེ།  
བསད་བྱེར་ཇག་པ་ཚོམ་པོས་ཉེན་པ་ན། ཡིད་གཉིས་ཐེ་  
ཚོམ་མེད་པར་གསོལ་བ་འདེབས། བད་འབྱུང་ཕྱག་རྒྱ་  
བཞི་ཡི་དགོངས་པར་ལྡན། ཅོ་ར་མི་རྟོད་ཇམ་སེམས་  
བརྒྱག་པར་བྱེད། ཟུ་རྒྱན་། །བསམ་པ་། །གང་ནིག་  
གཤེད་མའི་མདག་གིས་མཐའ་བསྐྱོར་ནས། མཚོན་ཆ་  
རྟོན་པོས་འདེབས་ཤིང་ཉེན་པ་ན། ཡིད་གཉིས་ཐེ་ཚོམ་



མེད་པར་གསོལ་བ་འདེབས།      པད་འབྱུང་རྫོང་ཆེའི་གུར་  
དང་ལྡན་པ་ཡིས།      གཤེད་མ་བྲེད་ཅིང་མཆོན་ཆ་འཐོར་  
བར་འབྱུང་།      ཡུ་རྒྱུན་།      །བསམ་པ་།      །མཁའི་གཞི་  
བྱང་འཆི་བའི་དུས་བྱུང་ནས།      གནད་གཅོད་སྒྲུག་  
བསྐྱེལ་འདུ་འཕྲོད་ཉིན་པ་ན།      ཡིད་གཉིས་ཐེ་ཆོམ་མེད་  
པར་གསོལ་བ་འདེབས།      པད་འབྱུང་སྒྲུང་བ་མཐའ་  
ཡས་སྒྲུལ་པ་སྟེ།      བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དུ་ངེས་པར་སྟེ།  
ཡུ་རྒྱུན་།      །བསམ་པ་།      །སྒྲུ་ལུས་གཡར་པོ་ཞིག་པའི་  
བར་དོ་རུ།      འབྲུལ་སྒྲུང་ཉིང་འབྲུལ་སྒྲུག་བསྐྱེལ་ཉིན་པ་  
ན།      ཡིད་གཉིས་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་གསོལ་བ་འདེབས།

པད་འབྱུང་དུས་གསུམ་མཁུན་པའི་བྱགས་རྩེ་ཡིས།

འབྲུལ་སྒྲུང་རང་གྲོལ་སྟོན་པར་ཐེ་ཆོམ་མེད། ཡུ་

རྒྱུན་། །བསམ་པ་། །གཞན་ཡང་ལས་དང་རྒྱུན་གྱི་

དབང་གྱུར་ཏེ། འབྲུལ་སྒྲུང་དངོས་པོར་ཞེན་པས་སྐྱག་

བསྐྱལ་ན། ཡིད་གཉིས་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་གསོལ་བ་

འདེབས། པད་འབྱུང་བདེ་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་ངོ་བོ་སྟེ།

སྐྱག་བསྐྱལ་འབྲུལ་སྒྲུང་རྩྱུང་ནས་བཞིག་པར་བྱེད།

ཡུ་རྒྱུན་། །བསམ་པ་། །འགྲོ་དུག་སྐྱག་བསྐྱལ་ཆེན་

པོས་ཉེན་པ་དང་། བྱུང་པར་བོད་ཀྱི་རྩེ་འབངས་སྐྱག་

བསྐྱལ་ན། དད་གུས་མོས་པའི་གདུང་བས་གསོལ་

འདེབས་གི།      ཕད་འབྱུང་ཐུགས་རྗེས་འཕོ་འབྱུར་མེད་

ཕར་གཟིགས།      ཡིད་གཉིས་ཐེ་ཆོམ་མེད་ཕར་གསོལ་བ་

འདེབས།      ཟུ་རྒྱན་པར་འབྱུང་གནས་ལ་གསོལ་བ་

འདེབས།      བསམ་པ་ལྟན་གྱིས་འབྱུང་ཕར་བྱིན་གྱིས་

རྟོབས།      ཞེས་གུང་ཐང་རྒྱལ་པོལ་གསུངས་པའི་གསོལ་འདེབས་བསམ་པ་ལྟན་

གྲུབ་མ་ཞེས་བྱ་བའདི་ནི།      ལྷ་སྤྲུལ་ལྷ་བྱི་བཙན་པོས་རུ་ལག་གྲུལ་པ་རྒྱུད་གི་ལྷ་ཁང་དུ་

སྤྲུལ་པ་རྒྱུ་པོ་འབྱུག་གི་ལོར་སྤྲུལ་སྤྲུ་བཟང་པོ་གྲགས་པས་གཏེར་ནས་བཏོན་ཏེ།      རིག་

འཛིན་ཆེན་པོ་སྟོད་ཀྱི་ལྷེམ་ལྷ་ཅན་ལ་བཏད་པ།      རིག་འཛིན་ཆེན་པོས་ཤོག་སེར་ལས་

ཕབ་པའོ།      གཏེར་རྒྱ།      སྤྲུལ་རྒྱ།      ཟབ་རྒྱ།      རྩི།

# ༼བསམ་པ་ལྟར་འགྲུབ་མ་བཞུགས་སོ༼༽

ལྟོ ཨོམ་རྟོ། མཆོད་བྱས་གོ་སར་པརྟའི་སྒོང་པོ་  
ལ། །སྐྱུ་ལྔ་ཡེ་ཤེས་ལྟོན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ལྟ། །རང་བྱུང་  
ཆེན་པོ་པརྟ་ཡབ་ཡུམ་ནི། །མཁའ་འགྲོའི་སྒྲིན་ལྟང་  
འབྲིགས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །བསམ་པ་ལྟར་དུ་  
འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས། །ལས་ངན་སྦྱད་པའི་རྣམ་  
སྒྲིན་མཐུས་བསྐྱེད་པའི། །ནད་གཏོན་བར་ཆད་དམག་  
འབྲུག་ལྟ་གོའི་ཆོགས། །བྱིད་ཞལ་དྲན་པའི་མོད་ལ་བྱད་  
བྱེད་པའི། །ཞལ་བཞེས་སྒྲིང་ནས་བསྐྱུལ་ལོ་ཨུ་རྒྱན་  
རྟོ། །བསམ་པ་ལྟར་དུ་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས། །

དང་དང་ཚུལ་བྲིམས་གཏོང་ལ་གོམས་པ་དང་། བྲོས་  
པས་རྒྱད་གྲོལ་བྲེལ་ཡོད་ངོ་ཚ་ཤེས། ཤེས་རབ་ལུན་  
སུམ་ཚོགས་པའི་ནོར་བདུན་པོ། ཤེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་  
རྒྱུད་ལ་རབ་ཞུགས་ནས། འཇིག་རྟེན་བདེ་སྦྱིད་ལྡན་  
པར་དབུགས་འབྱེན་མཛོད། བསམ་པ་སྦྱར་དུ་འགྲུབ་  
པར་བྱེན་གྱིས་སློབས། གང་ལ་ནད་དང་སྦྱག་བསྐལ་མི་  
འདོད་རྒྱུ། འབྱུང་པའི་གདོན་དང་རྒྱལ་པའི་ཆད་པ་  
དང་། མེ་ཆུ་གཅན་གཟན་ལམ་འཕྲང་འཇིགས་པ་  
དང་། ཆོ་ཡི་ཕ་མཐར་ཐུག་པའི་གནས་སྐབས་ཀུན། །  
སྐབས་དང་རེ་ས་གཞན་ན་མ་མཆིས་པས། ཐུགས་

རྗེས་བྱུངས་ཤིག་གུ་རུ་ཡུ་རྒྱུན་རྗེ།      །བསམ་པ་སྒྱུར་དུ་  
འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། ॥    ॥

༼བར་ཆད་ལམ་སེལ་བཞུགས་སོ།༽

༥།    ཨོྫ་ཨུཾ་ཧཱུྃ་བཏྲ་གུ་རུ་པཏྲ་སིཾ་ཧཱུྃ་    ཆེས་སྐྱ་སྐྱང་བ་  
མཐའ་ཡས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།      རོངས་སྐྱ་བྱགས་  
རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།      སྐྱལ་སྐྱ་པཏྲ་འབྱུང་  
གནས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།      བདག་གི་སྒྲ་མ་ངོ་  
མཚར་སྐྱལ་པའི་སྐྱེ།    རྒྱ་གར་ཡུལ་དུ་སྐྱེ་འབྱུངས་ཐོས་  
བསམ་མཛད།    བོད་ཡུལ་དབུས་སུ་ཞལ་བྱིན་དེགས་པ་  
བཏུལ།    ཡུ་རྒྱུན་ཡུལ་དུ་སྐྱེ་བཞུགས་འགྲོ་དོན་མཛད།

ཕུགས་ཇེས་བདག་ལ་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས་ཅེ་བས་།      བརྩེ་བས་།  
བདག་སོགས་ལམ་སྒྲོངས་ཅེ་བས་།      དགོངས་པས་བདག་ལ་  
དངོས་གྲུབ་སྒྲོལ་ཅེ་བས་།      རུས་པས་བདག་སོགས་བར་ཆད་  
སོལ་ཅེ་བས་།      བྱི་ཡི་བར་ཆད་བྱི་རུ་སོལ་ཅེ་བས་།      རྒྱུ་གི་བར་ཆད་  
རྒྱུ་རུ་སོལ་ཅེ་བས་།      གསང་བའི་བར་ཆད་དབྱིངས་སུ་སོལ་ཅེ་བས་།  
གུས་པས་ཕུག་འཆལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་ཅེ་བས་།      ཡོ་ཡུ་རྩེ་བརྒྱ་  
གུ་རུ་པརྒྱ་སིཾ་རྩེ་རྩེ་ཅེ་བས་།      སྐྱ་ཡི་ངོ་མཚར་མཐོང་བའི་ཆེ་ཅེ་བས་།  
གཡས་པས་རལ་གྱི་འཕྱུག་སྐྱུ་མཛད་ཅེ་བས་།      གཡོན་པས་  
འགྲུགས་པའི་ཕུག་སྐྱུ་མཛད་ཅེ་བས་།      ཞལ་བབྱད་མཆེ་  
གཅིགས་གྱེན་ལ་གཟིགས་ཅེ་བས་།      རྒྱལ་བའི་གདུང་འཛིན་



འགྲོ་བའི་མགོན་། ཐུགས་རྗེ་། བརྩེ་བས་། །  
 དགོངས་པས་། རྒྱས་པས་། བྱི་ཡི་། རྒྱུ་གི་། །  
 གསང་བའི་། གྲུས་པས་། རྩོལ་ལྷོ་ལྷོ་། དམ་ཆོས་  
 རིན་ཆེན་གསུམ་པའི་ཆོ་། སྐུ་གསལ་འོད་ཟེར་མདངས་  
 དང་ལྡན་། ཐུག་གཡས་སྡེ་སྡོད་སྡེ་གསལ་བམ་བསྐྱམས་།  
 གཡོན་པ་ཕུར་པའི་ཕུ་སྡེ་བསྐྱམས་། ཟབ་མེའི་ཆོས་  
 རྣམས་ཐུགས་སུ་ཆུད་། ཡང་ལེ་ཤོད་ཀྱི་པར་། །  
 ཐུགས་རྗེ་། བརྩེ་བས་། དགོངས་པས་། རྒྱས་  
 པས་། བྱི་ཡི་། རྒྱུ་གི་། གསང་བའི་། གྲུས་  
 པས་། རྩོལ་ལྷོ་ལྷོ་། དམ་ཅན་དམ་ལ་བཏགས་པའི་

ཆེ་ གྲི་མེད་གནས་མཆོག་ཉམས་རེ་དགའ་ རྒྱ་གར་  
བོད་ཡུལ་ས་མཆོམས་སྟུ་ བྱེན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས་  
བྱེན་པའི་ཆེ་ གྲི་བསྐྱེད་སྟོས་ངད་ལྡན་པའི་རི་ མེ་  
ཏོག་པར་དགུན་ཡང་སྟེ་ རྒྱ་མིག་བྱང་རྒྱབ་བདུད་ཅིའི་  
རྒྱ་ བདེ་ལྡན་དེ་ཡི་གནས་མཆོག་རྟུ་ སྟེས་མཆོག་  
ཚུལ་བཟང་ཆོས་གོས་གསོལ་ རྒྱག་གཡས་རྩེ་རྩེ་ཅེ་  
དགུ་བསྐྱེམས་ གཡེན་པས་རིན་ཆེན་བཟམ་ཏོག་  
རྩུ་བདུད་ཅིས་ནང་དུ་གཏམས་ མཁའ་འགྲོ་དམ་  
ཅན་དམ་ལ་བཏགས་ ཡི་དམ་ཞལ་གཟིགས་དངོས་  
གྲུབ་བརྟེས་ རྒྱགས་རྩེ་ །བརྩེ་བས་ །དགོངས་

པས་ཟེ་ ཁུས་པས་ཟེ་ བྱི་ཡི་ཟེ་ ཁང་གི་ཟེ་ གསང་  
བའི་ཟེ་ གསང་པས་ཟེ་ ཁོ་ཙུ་ཏུ་ཟེ་ རྒྱལ་བའི་བསྟན་  
པ་བཙུགས་པའི་ཆེ་ཟེ་ གཡའ་རིའི་ནགས་ལ་སྐྱབ་པ་  
མཛད་ཟེ་ བསྟེན་ཕུར་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་སུ་འཕངས་ཟེ་  
དེ་རིའི་ཕུག་རྒྱས་སྤངས་ཤིང་བསྐྱེལ་ཟེ་ བསྐྱེལ་ཤིང་  
ཅན་ནགས་སུ་འཕངས་ཟེ་ མེ་འབར་འབྲུགས་ཤིང་  
མཆོ་ཡང་སྐྱེམ་ཟེ་ སྤྱི་བ་ཀྱི་སྤྱེ་གས་ས་གང་བསྐྱེ་གས་ཟེ་  
ཡལ་ལྷ་ནག་པོ་རྩལ་དུ་བསྐྱེ་གས་ཟེ་ འབྲུན་གྱི་དེ་མེད་བདུད་  
གྱི་གཤེད་ཟེ་ ཐུགས་རྗེ་ཟེ་ བཙུ་བས་ཟེ་ འདོངས་  
པས་ཟེ་ ཁུས་པས་ཟེ་ བྱི་ཡི་ཟེ་ ཁང་གི་ཟེ་ གསང་

བའི་། །གྲས་པས་། །ཨོྲཱུ་ཱུ་། །སྤྲིན་པོའི་ཁ་  
གཞོན་མཛད་པའི་ཆེ་། །ཁྱེའུ་ཁྱུང་སྤྱལ་སྤྱའི་ཆ་ལྷགས་  
ཅན་། །ཡ་མཚན་གཟུགས་བབང་ཁ་དོག་ལེགས་།  
ཆེམས་འགྲིགས་དབུ་སྤྱེ་སེར་ལ་མཛེས་། །དགྲུང་ལོ་  
བཅུ་དྲུག་ལོན་པའི་ཆུ་ལ་། །རིན་ཆེན་རྒྱན་ཆ་སྤྲོ་ཆོགས་  
གསོལ་། །ཕྱག་གཡས་འཁར་བའི་ཕུར་པ་བསྒྲམས་།  
བདུད་དང་སྤྲིན་པོའི་ཁ་གཞོན་མཛད་། །གཡོན་པས་སེང་  
ལྗེང་ཕུར་པ་བསྒྲམས་། །མོས་པའི་བུ་ལ་སྤྱང་སྤྱོབ་  
མཛད་། །མགུལ་ན་ལྷགས་ཀྱི་ཕུར་པ་བསྒྲམས་། །ཡི་  
དམ་ལྷ་དང་གཉིས་སུ་མེད་། །གཉིས་མེད་སྤྱལ་སྤྱེ་

འཇམ་གླིང་རྒྱལ་མཚན་། ཐུགས་རྒྱུ་། བཟུངས་པ་། དགོངས་  
པ་། རྒྱུ་པ་། བྱི་ཡི་། རང་གི་། གསང་  
བའི་། གསང་པ་། རྒྱུ་མཚན་། འདྲེ་ཡི་ཡུལ་དུ་  
དགོངས་པའི་ཆེ་། མེ་དཔུང་འོད་གྱི་ས་གཞི་ལ་།  
མདའ་རྒྱུང་གང་གི་མཚན་རྒྱུ་། བསྐྱེད་སྤྱོད་དུ་བསེལ་  
བསེལ་འདྲེ་། བསྐྱེད་རྒྱུ་དགོངས་པ་མཚན་།  
མཚན་ཡང་བསྐྱེད་སྤྱོད་གསལ་ཞེས་། རྒྱུ་པ་པའི་  
སངས་རྒྱུ་དངོས་སུ་བྱེད་། དེ་འདྲེ་སྤྱུ་སྤྱུ་ཡ་  
མཚན་ཅན་། ཐུགས་རྒྱུ་། བཟུངས་པ་། དགོངས་  
པ་། རྒྱུ་པ་། བྱི་ཡི་། རང་གི་། གསང་

བའི་། །གུས་པས་། །ཨོྭ་ཨྲུཾ་ཧྲུཾ་། །བོད་གྱི་ཉི་མ་  
མཛད་པའི་ཆེ་། །དད་ལྡན་འགྲོ་བ་འདེན་པའི་དཔལ་།  
གང་ལ་གང་འདུལ་སྐྱར་བསྐྱོན་ནས་། །གཙང་ཁ་ལ་ཡི་  
ལ་ཐོག་རྩེ་། །དགྲ་ལྟའི་དགོ་བསྟེན་དམ་ལ་བཏགས་།  
ཡུལ་ནི་ཆ་བའི་ཆ་ཞོད་རྩེ་། །ལྷ་ཡི་དགོ་བསྟེན་དེགས་པ་  
ཅན་། །ཉི་ཤུ་ཅུ་གཅིག་དམ་ལ་བཏགས་། །མང་ཡུལ་དེ་  
ཡི་བྱམས་སྒྲིན་རྩེ་། །དགོ་སྟོང་བཞི་ལ་དངོས་གྲུབ་  
གནང་། །བྱད་པར་འཕགས་པའི་རིག་འཛིན་མཆོག་།  
ཐུགས་རྗེ་། །བརྩེ་བས་། །དགོངས་པས་། །རྣམ་  
པས་། །སྤྱི་ཡི་། །ནང་གི་། །གསང་བའི་། །གུས་

པས་ཟེ་ །ཨོྫེ་ཨུཾ་ཧཱུྃ་ཟེ་ །དཔལ་མོ་ཐང་གི་དཔལ་ཐང་དུཾ་  
བརྟན་མ་བརྟུ་གཉིས་དམ་ལ་བཏགས་ཤིང་ བོད་ཡུལ་ཁ་  
ལའི་ལ་ཐོག་དུཾ་ གངས་དཀར་ཤ་མེད་དམ་ལ་  
བཏགས་ཤིང་ འདམ་ཤོད་ལྷ་བུའི་སྦྱིང་དུང་དུཾ་ ཐང་ལྷ་  
ཡར་བཞུད་དམ་ལ་བཏགས་ཤིང་ ཏམ་པོ་རི་ཡི་ཡང་གོང་  
དུཾ་ ལྷ་སྦྱིན་ཐམས་ཅད་དམ་ལ་བཏགས་ཤིང་ ཆེ་བའི་ལྷ་  
འདྲེ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཤིང་ ལ་ལས་སྦྱོག་གི་སྦྱིང་པོ་ཕུལ་ཤིང་  
ལ་ལས་བསྟན་པ་སྦྱང་བར་བྱས་ཤིང་ ལ་ལས་བྱན་དུ་ཁས་  
སྦྱངས་བྱས་ཤིང་ མཐུ་དང་རྩུ་འཕུལ་སྦྱོབས་པོ་ཆེཾ་  
ཐུགས་རྗེཾ་ །བརྩེ་བས་ཟེ་ །དགོངས་པས་ཟེ་ །རུས་



པས་ཟྱི་ཡི་རྩེ་གི་གསང་བའི་གུས་  
པས་ཨོ་ཨྲུ་ཏུ་དམ་པ་ཆོས་གྱི་བསྟན་པ་ནི་  
རྒྱལ་མཆོན་ལྟ་བུར་བཅུགས་པའི་ཆེ་བས་མ་ཡས་མ་  
བཞེངས་ལྟར་གྱིས་གྲུབ་རྒྱལ་པོའི་དགོངས་པ་མཐར་  
ཕྱིན་མཛད་སྤྱེས་མཆོག་གསུམ་གྱི་མཆོན་ཡང་  
གསོལ་བའི་གཅིག་ནི་པར་འབྱུང་གནས་ནས་གཅིག་  
ནི་པར་སྐྱུ་ལྟ་བུར་གཅིག་ནི་མཆོ་སྤྱེས་རྩེ་རྩེ་ནས་  
གསང་མཆོན་རྩེ་རྩེ་དྲག་པོ་རྩལ་བའི་ཐུགས་རྩེ་བཞེང་  
བས་དགོངས་པས་རྒྱས་པས་ཟྱི་ཡི་རྩེ་གི་  
གསང་གི་གསང་བའི་གུས་པས་ཨོ་ཨྲུ་ཏུ་

བསམ་ཡས་མཆིམས་ཡུར་སྒྲུབ་པ་མཛད་ཅེས་རྟོག་ཅིང་དངོས་གྲུབ་གནང་ཅེས་སྟོན་ཐར་པའི་ལམ་ལ་  
བཀོད་ཅེས་གདོན་གཟུགས་བོན་གྱི་བསྟན་པ་བསྟུབས་ཅེས་སྒྲིམ་མཛད་ཅིན་ཆེན་བསྟན་ཅེས་སྐལ་ལྷན་སངས་རྒྱལ་  
ས་ལ་བཀོད་ཅེས་ཐུགས་རྗེ་། བཅུ་བས་། དགོངས་  
པས་། རྒྱས་པས་། བྱི་ཡི་། རང་གི་། གསང་  
བའི་། གྲུས་པས་། རྩོམ་ལྷན་ལྷན་། དེ་ནས་ལྷན་རྒྱུ་  
ཡུལ་དུ་བྱོན་ཅེས་དཀྱིལ་སྒྲིམ་པའི་ཁ་གཏོན་མཛད་ཅེས་མི་  
ལས་ལྷན་གྱུར་ཡམ་མཆོན་ཆེ་། སྤྱོད་པ་མཛད་གྱུར་དེ་མཆོར་  
ཆེ་། མཐུ་དང་རྩུ་འཕྱུལ་སྤྱོད་པས་དེ་ཆེ་། ཐུགས་རྗེ་། །

བརྩེ་བས་፥ །དགོངས་པས་፥ །རྒྱས་པས་፥ །ཕྱི་ཡི་፥ །  
ནང་གི་፥ །གསང་བའི་፥ །གྲས་པས་፥ །ཨོྲཱ་፥  
ཱུ፥ །སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ལྡན་འགྲོ་བ་འདྲན་པའི་དཔལ་፥  
སྐྱབ་པ་ཀུན་སྤངས་ཁམས་གསུམ་ས་ལེར་མཁྱེན་፥  
དངོས་གྲུབ་མཆོག་བརྟེས་བདེ་ཆེན་མཆོག་གི་སྐྱུ་ བྱང་  
ཆུབ་སྐྱབ་པའི་བར་ཆད་ངེས་པར་སེལ་፥ ཐུགས་རྗེ་  
བདག་ལ་፥ །བརྩེ་བས་བདག་སོགས་፥ །དགོངས་པས་  
བདག་ལ་፥ །རྒྱས་པས་བདག་སོགས་፥ །ཕྱི་ཡི་བར་  
ཆད་፥ །ནང་གི་བར་ཆད་፥ །གསང་བའི་བར་ཆད་፥ །  
གྲས་པས་ཐུག་འཆལ་፥ །ཨོྲཱ་ཱུ་བཟླ་གུར་པར་སྐྱོ་

རྩྱེ་ ཨོྱེ་རྩྱེ་བཟླ་གུར་པར་ཐོད་ཐོད་རྩྱེ་བཟླ་ས་མ་  
ཡཱེ་ སྒྲི་པ་ལ་རྩྱེ་རྩྱེ་ ། རྩྱེ་གསུམ་སངས་  
རྩྱེ་གུར་རིན་པོ་ཆེ་ དེས་གྲུབ་ཀྱིན་བདག་བདེ་བ་  
ཆེན་པོའི་ཞབས་ བར་ཆད་ཀྱིན་སེལ་བདུད་འདུལ་  
དག་པོ་རྩྱེ་ གསོལ་བ་འདེབས་སེ་བྱིན་བྱིས་བརྒྱབ་  
ཏུ་གསོལ་ བྱིན་པ་གསང་བའི་བར་ཆད་ཞི་བ་དང་  
བསམ་པ་ལྟོན་བྱིས་འགྲུབ་པར་བྱིན་བྱིས་སྒྲོབས་ །  
དག་པོ་འདི་ཡིས་ལྟར་དུ་བདག ཨོྱེ་རྩྱེ་པར་འགྲུབ་  
གྱུར་ནས། འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། དེ་ཡིས་  
ལ་འགོད་པར་འོག བྱིན་ལ་བསྟོད་ཅིང་གསོལ་བ་

བཏབ་པའི་མཐུས། །བདག་སོགས་གང་དུ་གནས་པའི་  
ས་ཕྱོགས་སུ། །ནད་གདོན་དབུལ་ཕོངས་འཐབ་ཕྱོད་ནི་  
བ་དང་། །ཆོས་དང་བཀྲ་ཤིས་འཕེལ་བར་མཛད་དུ་  
གསོལ། །གསོལ་འདེབས་བར་ཆད་ལམ་གསོལ་འདི་ཉིད་སྤུལ་པའི་གཏེར་སྟོན་  
ཆེན་པོ་ཨུ་རྒྱུ་རྒྱུ་མཆོག་གྱུར་བདེ་ཆེན་གླིང་པས་ཁ་ལ་རོང་སྒྲིའི་དཔལ་ཆེན་པོའི་ཞབས་  
འོག་གནས་སྤྱོད་བྲངས་པ་དགོའོ།

༼ཆོ་སྤྱབ་རྒྱུ་ཕྱེར་བཞུགས་སོ།༽

༥ ། འཇིག་རྟེན་འདྲན་པའི་གཙོ་བོ་ཆོ་དཔག་མེད། །དུས་  
མིན་འཆི་བ་མ་ལུས་འཇོམས་པའི་དཔལ། །མགོན་མེད་  
སྤྱག་བསྤུལ་གྱུར་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱབས། །མངས་རྒྱས་ཆོ་

དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      ཨོྲཱ་མོ་གླ་ག་ཕ་ཏེ།  
ཨ་པ་རི་མི་ཏ་ཨྲཱ་ཡུ་རྫོ་ན་སྲུ་བི་ནི་ཕྱི་ཏ་ཏེ་རྩ་རྩ་ཡ།    ཏ་  
གླ་ག་ཏ་ཡ།    ཨ་རྩ་ཏེ་སྲུ་མྱོ་བྱ་ཡ།    ཏཏ་གླ།    ཨོྲཱ་ཕྱུ་  
ཕྱུ་ཕྱུ་    མ་རྩ་ཕྱུ་    ཨ་པ་རི་མི་ཏ་ཕྱུ་    ཨ་པ་རི་མི་ཏ་  
ཕྱུ་རྫོ་ན་སྲུ་མོ་པ་ཅི་ཏེ།      ཨོྲཱ་སྲུ་སྲུ་ར་པ་རི་ཤྱུ་  
རྩ་ཏེ་ག་ག་ན་སྲུ་རྩ་ཏེ་སྲུ་གླ་ཕ་བི་ཤྱུ་མ་རྩ་ན་ཨ་པ་རི་  
ཕ་རི་སྲུ་།    ཨོྲཱ་ཨ་མྲཱ་ར་ཁི་རྩི་ཕྱུ་ཡེ་སྲུ་།    ཞེས་གངས་ཅི་  
རྒྱས་བསགས་པའི་མཐར།      འཇིག་རྟེན་འདྲེན་པའི་གཙོ་བོ་ཆེ་  
དཔག་མེད།      །དུས་མིན་འཆི་བ་མ་ལུས་འཇོམས་པའི་  
དཔལ།      །མགོན་མེད་སྐྱག་བསྐྱལ་གྱུར་པ་རྣམས་ཀྱི་

སྐྱབས།      །སངས་རྒྱས་ཆེ་དཔག་མེད་གྱི་བཀའ་ཞིས་  
ཞོག    །ཆེ་ལོ་བརྒྱ་ཐུབ་ཅིང་སྟོན་བརྒྱ་མཐོང་བ་དང་།    །  
ཆེ་རིང་ནད་མེད་བདེ་སྲིད་ཕུན་སུམ་ཆོག་ས།      །ཐེག་པ་  
མཆོག་ལ་ངེས་པར་བྱང་བྱུང་པའི།      །བཀའ་ཞིས་ངེས་  
ཀྱང་དེང་འདིར་བདེ་ལེགས་ཞོག།    །

༼ རྣམ་རྒྱལ་མའི་རྒྱན་ཁྱེར་བཞུགས་སོ།༽

༥།    སྲིད་པའི་འཇིགས་ལས་སྐྱབས་པ་དང་།    །ཕུན་  
ཆོག་ས་དངོས་བྱུབ་ཀུན་སྟེར་བ།    །ཡིད་བཞིན་ནོར་ལྗེར་  
མད་བྱང་བའི།      །བཙུམ་ལྡན་ཆེ་དཔག་མེད་མར་  
འདུད།    །ཨོྫེ་མོ་བླ་གཤམ་ཏེ་སྐྱེ་ཏེ་ལྷ་པོ་ཏེ་བེ་ཞིལ་



[illegible]

ག་ཏ་ཅི་ད་ཡ།    ཡ་རྟེན་ཀྱི་ཡ་རྟེན་ཏེ།    སུ་དེ་སུ་དེ་མ་རྟེ་  
སུ་དེ།    བཛྲ་ཀྱ་ཡ་སྐྱ་ཏ་ཏ་ན་པ་རི་ཤུ་རྟེ།    སུ་བྱ་ཀ་མ་ཡུ་  
བ་ར་ཏ་བི་ཤུ་རྟེ།    དྲ་ཏི་ནི་མཛྲ་ཡ་མ་མ་ཡུ་ཡུར།    བི་  
ཤུ་རྟེ་སུ་བྱ་ཏ་བྱ་ག་ཏ།    ས་མ་ཡ་ཡ་རྟེན་ཀྱི་ཡ་རྟེན་ཏེ།  
ཡ་སུ་ནི་སུ་ནི་མ་རྟེ་སུ་ནི།    བི་སུ་ནི་བི་སུ་ནི་མ་རྟེ་བི་སུ་ནི།  
མ་ཏི་མ་ཏི་མ་རྟེ་མ་ཏི།    མ་མ་ཏི་སུ་མ་ཏི་ཏ་བྱ་རྟེ།    བྱ་ཏ་  
ཀེ་ཏི་པ་རི་ཤུ་རྟེ།    བི་སུ་ཏ་བྱ་རྟེ་ཤུ་རྟེ།    ཏེ་ཏེ་ཇ་ཡ་ཇ་ཡ།  
བི་ཇ་ཡ་བི་ཇ་ཡ།    སྐ་ར་སྐ་ར།    སྐ་ར་སྐ་ར།    སྐ་ར་ཡ་  
སྐ་ར་ཡ།    སུ་བྱ་བྱ་རྟེན་ཀྱི་ཡ་རྟེན་ཏེ།    ཤུ་རྟེ་ཤུ་རྟེ།  
བྱ་རྟེ་བྱ་རྟེ།    བཛྲ་བཛྲ་མ་རྟེ་བཛྲ།    སུ་བཛྲ་བཛྲ་གཛྲ་ཇ་ཡ་

གཞུ། བེ་ཇ་ཡ་གཞུ། བཇྲ་རྡ་ལུ་གཞུ། བཇྲོད་བྱ་བེ།  
བཇྲ་སྐ་བྱ་བེ། བཇྲ་བཇྲོ་ཆི། བཇྲ་མ་བྱ་མཆྲ་མ་མ་ཤ་རྡི་  
རྡི། སམ་སཏྲ་རྡ་རྡ་ཀུ་ཡ་པ་རི་ཤྲི་ཆྲ་མཆྲ། མེ་ས་རྡ་  
སམ་ག་ཏི་པ་རི་ཤྲི་ཆྲ། སམ་ཏ་བྲ་ག་ཏྲ་ཆྲ། སྡྲ་ས་སྡ་  
ཤྲ་ས་ཡ་ཆྲ། བྲ་བྲ་བྲ་བྲ། སི་ཆྲ་སི་ཆྲ། བོ་ཆྲ་ཡ་བོ་ཆྲ་ཡ།  
བི་བོ་ཆྲ་ཡ་བི་བོ་ཆྲ་ཡ། མོ་ཙ་ཡ་མོ་ཙ་ཡ། བི་མོ་ཙ་ཡ་བི་  
མོ་ཙ་ཡ། ཤོ་ཆྲ་ཡ་ཤོ་ཆྲ་ཡ། བི་ཤོ་ཆྲ་ཡ་བི་ཤོ་ཆྲ་ཡ།  
ས་མཆྲ་མོ་ཙ་ཡ་མོ་ཙ་ཡ། ས་མཆྲ་རྡྲི་པ་རི་ཤྲི་ཆྲ།  
སམ་ཏ་བྲ་ག་ཏྲ་ཆྲི་ད་ཡ། ཨ་ཆྲི་རྡ་མ་ཆྲི་ཆྲི་ཏེ། སྡ་རྡ་  
སྡ་རྡ་མཆྲ་པ་རི་ཤྲི་ཆྲ། ཨོ་པ་

སྒྲུ། ཨོྫཱཱླཱླ་ཏྲ་ཨྲཱ་ཡཱཱ་དེ་སྒྲུ། ཨོྫཱཱཱཱླཱླ་ ཨོྫཱཱླཱླ་  
ཨོྫཱཱླཱླ་ ཨོྫཱཱླཱླ་ རྒྱུ་རྒྱུ་ཨོྫཱཱླཱླ་སྒྲུ་སྒྲུ་སྒྲུ། སྒྲུ་རྒྱུ་  
བཟོད། དག་བ་འདི་ཡིས་སྒྲུ་དུ་བདག །ཆེ་དཔག་མེད་  
མ་གྲུབ་གྲུབ་ནས། །འགྲོ་བ་གཅིག་གྲུང་མ་ལུས་པ། །  
དེ་ཡིས་ལ་འགོད་པར་ཞོག །བྱིད་ལ་བསྒྲུད་ཅིང་གསོལ་  
བ་བཏབ་པའི་མཐུས། །བདག་སོགས་གང་དུ་གནས་  
པའི་ས་ཕྱོགས་སུ། །ནད་གདོན་དབུལ་ཕོངས་འཐབ་  
ཕྱོད་ཞི་བ་དང་། །ཆོས་དང་བཀའ་ཞིས་འཕེལ་བར་མཛད་  
དུ་གསོལ། ། །

༼ རྩེ་བཙུན་སྒྲོལ་མའི་རྒྱན་ཁྱེར་བཞུགས་སོ།༽

ལྟོ། རྩེ་བཙུན་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་དང་། བྱོགས་བཙུ་  
དུས་གསུམ་བཞུགས་པ་ཡི། རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཙུ་  
ཐམས་ཅད་ལ། གྲུན་ནས་དང་བས་ཐུག་འཆལ་ལོ། །  
མེ་ཏོག་བདུག་སྤྲོས་མར་མེ་དྲི། ཞལ་བས་རྩལ་མོ་ལ་  
སོགས་པ། དངོས་འབྱེར་ཡིད་ཀྱིས་སྤྲུལ་ནས་  
འབུལ། འཕགས་མའི་ཆོགས་ཀྱིས་བཞེས་སུ་  
གསོལ། བྲོག་མ་མེད་ནས་ད་ལྟའི་བར། མི་དག་བཙུ་  
དང་མཆམས་མེད་ལྟ། སེམས་ནི་ཉོན་མོངས་དབང་  
གྱུར་པའི། བྲིག་པ་ཐམས་ཅད་བཤགས་པར་བགྱི། །

ཉན་ཐོས་རང་རྒྱལ་བྱང་རྒྱལ་སེམས།      །སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་ལ་  
སོགས་པས།      །དུས་གསུམ་དག་བཅི་བསགས་  
པའི།      །བསོད་ནམས་ལ་ནི་བདག་ཡི་རང་།      །སེམས་  
ཅན་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པ་དང་།      །སྒྲིལ་བྱེ་བྲག་ཇི་ལྟ་  
བར།      །ཆེ་རྒྱུང་ཐུན་མོང་ཐེག་པ་ཡི།      །ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་  
བསྐྱོར་དུ་གསོལ།      །འཁོར་བ་ཇི་སྤྱིད་མ་སྟོང་བར།      །སྟེ་  
ངན་མི་འདྲ་ཐུགས་རྗེ་ཡིས།      །སྟུག་བསྟུལ་རྒྱ་མཚོར་  
བྱིང་བ་ཡི།      །སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གཟིགས་སུ་  
གསོལ།      །བདག་གིས་བསོད་ནམས་ཅི་བསགས་པ།      །  
ཐམས་ཅད་བྱང་རྒྱལ་རྒྱུར་བྱུར་ནས།      །རིང་པོ་མི་ཐོགས་

འགོ་བ་ཡི། །འདྲེན་པའི་དཔལ་དུ་བདག་གྱུར་ཅིག། །པོ་  
ཏ་ལ་ཡི་གནས་མཆོག་ནས། །རྩྭ་ཡིག་ལྗང་གུ་ལས་  
འབྱུངས་ཤིང་། །རྩྭ་ཡིག་འོད་གྱིས་འགོ་བ་སྒྲོལ། །  
སྒྲོལ་མ་འཁོར་བཅས་གཤེགས་སུ་གསོལ། །ལྷ་དང་ལྷ་  
མིན་ཅོད་པན་གྱིས། །ཞབས་གྱི་པརྫོལ་བརྟུང་དེ། །  
མོངས་པ་ཀུན་ལས་སྒྲོལ་མཛད་མ། །སྒྲོལ་མ་ཡུམ་ལ་  
ཕྱག་འཆལ་ལོ། །རྒྱ་གར་སྐད་དུ། །ཡུལ་རྩ་ལྟོ་རྩ།  
བོད་སྐད་དུ། །འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་ལ་བསྟོད་པ། །ཨོ་ཧྲེ་  
བཙུན་མ་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཕྱག་  
འཆལ་སྒྲོལ་མ་སྐུར་མ་དཔའ་ལོ། །སྐུན་ནི་སྐད་ཅིག་



སྟོག་དང་འདྲ་མ།      འཛིག་རྟེན་གསུམ་མགོན་ཆུ་སྟེས་  
ཞལ་གྱི།      གེ་སར་བྱེ་བ་ལས་ནི་བྱུང་མ།      རྒྱག་འཆལ་  
སྟོན་ཀའི་ཟླ་བ་ཀུན་ཏུ།      གང་བ་བརྒྱུ་ནི་བརྟེན་གས་པའི་  
ཞལ་མ།      སྐར་མ་སྟོང་ཕྱག་ཆོག་གས་པ་རྣམས་ཀྱིས།      །  
རབ་ཏུ་ཆེ་བའི་འོད་རབ་འབར་མ།      རྒྱག་འཆལ་སེར་སྟོ་  
ཆུ་ནས་སྟེས་ཀྱིས།      བརྒྱས་ཕྱག་ནི་རྣམ་པར་བརྒྱན་  
མ། སྟོན་པ་བརྟེན་འགྲུས་དཀར་ཕུབ་ནི་བ།      བཟོད་པ་  
བསམ་གཏན་སྟོང་ཡུལ་ནི་མ།      རྒྱག་འཆལ་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པའི་གཙུག་ཏྲར།      མཐའ་ཡས་རྣམ་པར་རྒྱལ་  
བ་སྟོང་མ།      མ་ལུས་ཕ་རོལ་སྟོན་པ་བྲོབ་པའི།      རྒྱལ་

བའི་སྤུས་ཀྱིས་ཤིན་ཏུ་བསྟེན་མ།      རྒྱག་འཆལ་ཏུ་རྒྱ་ར་  
རྩྱ་ཡི་གེ    །འདོད་དང་སྟོགས་དང་ནམ་མཁའ་གང་མ།    །  
འཇིག་རྟེན་བདུན་པོ་ཞབས་ཀྱིས་མནན་ཏེ།      །ལུས་པ་  
མེད་པར་འགྲགས་པར་རུས་མ།    རྒྱག་འཆལ་བརྒྱ་སྟེན་  
མེ་ལྷ་ཆངས་པ།    །རྒྱུང་ལྷ་སྣ་ཆོགས་དབང་རྒྱག་མཆོད་  
མ། །འབྱུང་པོ་རོ་ལངས་ཅི་བ་རྣམས་དང་།    །གཞོད་སྟེན་  
ཆོགས་ཀྱིས་མདུན་ནས་བསྟོད་མ།      རྒྱག་འཆལ་ཏུ་  
ཅེས་བྱ་དང་ཕྱེད་ཀྱིས།      །ཕ་རོལ་འབྲུལ་འཁོར་རབ་ཏུ་  
འཇོམས་མ།    །གཡས་བསྐྱམ་གཡོན་བརྒྱུད་ཞབས་ཀྱིས་  
མནན་ཏེ།    །མེ་འབར་འབྲུག་མ་ཤིན་ཏུ་འབར་མ།    རྒྱག་

འཆའ་ཏུ་རེ་འཇིགས་པ་ཆེན་པོས།     |བདུད་ཀྱི་དཔའ་བོ་  
རྣམ་པར་འཛོམས་མ།     |ཁུ་སྐྱེས་ཞལ་ནི་ཁྲོ་གཉེར་ལྡན་  
མཛད། | དབྱ་བོ་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་གསོད་མ། | རྒྱག་  
འཆའ་དགོན་མཆོག་གསུམ་མཆོན་ལྷག་རྒྱུ་ལྟེ།     |སོར་  
མོས་ཐུགས་ཀར་རྣམ་པར་བརྒྱན་མ།     |མ་ལུས་ཕྱོགས་  
ཀྱི་འཁོར་ལོས་བརྒྱན་པའི།     |རང་གི་འོད་ཀྱི་ཆོགས་  
རྣམས་འབྲུག་མ། | རྒྱག་འཆའ་རབ་ཏུ་དགའ་བ་བཟླེད་  
པའི། | དབུ་རྒྱན་འོད་ཀྱི་ཕྱོད་བ་སྒྲེལ་མ། | བཞད་པ་རབ་  
བཞད་ཏུ་ཏུ་ར་ཡིས།     |བདུད་དང་འཇིག་རྟེན་དབང་དུ་  
མཛད་མ།     | རྒྱག་འཆའ་ས་གཞི་སྐྱོང་བའི་ཆོགས་

ནམས། བམས་ཅད་འགྲགས་པར་རྒྱས་པ་ཉིད་མ། བློ་  
གཉེར་གཡོ་བའི་ཡི་གེ་རྩུ་གིས། བློངས་པ་བམས་ཅད་  
ནམ་པར་སྒྲོལ་མ། རྒྱག་འཆལ་ཟླ་བའི་དུམ་བུའི་དབུ་  
རྒྱ། བརྒྱན་པ་བམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་འབར་མ། རལ་  
པའི་བློད་ནས་འོད་དཔག་མེད་ལས། རྟག་པར་ཤིན་ཏུ་  
འོད་རབ་མཛད་མ། རྒྱག་འཆལ་བསྐྱལ་པ་བམ་མའི་མེ་  
ལྟར། འབར་བའི་སྤང་བའི་དབུས་ན་གནས་མ། །  
གཡས་བརྒྱད་གཡོན་བསྐྱམ་ཀུན་ནས་བསྒྲོར་དགའི། །  
དབྱ་ཡི་དབུང་ནི་ནམ་པར་འཛམས་མ། རྒྱག་འཆལ་ས་  
གཞིའི་ངོས་ལ་རྒྱག་གི། མཐིལ་གྱིས་བསྐྱུན་ཅིང་

ཞབས་གྱིས་བརྟུང་མ།      བློ་གཉེར་ཅན་མཛད་ཡི་གོ་རྩུ་  
གིས།   འིམ་པ་བདུན་པོ་རྣམས་ནི་འགོམས་མ།   བྱུག་  
འཆལ་བདེ་མ་དགོམ་ནི་མ།      བྱ་ངན་འདས་ནི་སྤྱོད་  
ཡུལ་ཉིད་མ།   བསྐྱེད་ཨོ་དང་ཡང་དག་ལྡན་པས།   |  
སྤྲིག་པ་ཆེན་པོ་འཛོམས་པ་ཉིད་མ།   བྱུག་འཆལ་ཀུན་  
ནས་བསྐྱོར་རབ་དགའ་བའི།   དབྱ་ཡི་ལུས་ནི་རབ་ཏུ་  
འགོམས་མ།   ཡི་གོ་བརྩུ་པའི་དག་ནི་བཀོད་པའི།   |  
རིག་པ་རྩུ་ལས་སྒྲོལ་མ་ཉིད་མ།   བྱུག་འཆལ་ཏུ་རེའི་  
ཞབས་ནི་བརྟུངས་པས།   རྩུ་གི་རྣམ་པའི་ས་བོན་ཉིད་  
མ།   འི་རབ་མཚུ་ར་དང་འཁོགས་བྱེད།   འཛིག་རྟེན་

གསུམ་རྣམས་གཡོ་བ་ཉིད་མ། རྒྱག་འཆལ་ལྟ་ཡི་མཆོ་  
ཡི་རྣམ་པའི། རི་དྲགས་རྟགས་ཅན་རྒྱག་ན་བསྐྱམས་  
མ། རྟེན་གཉིས་བརྗོད་པར་གྱི་ཡི་གས། རྟག་རྣམས་  
མ་ལུས་པར་ནི་སེལ་མ། རྒྱག་འཆལ་ལྟ་ཡི་ཆོགས་  
རྣམས་རྒྱལ་པོ། ལྟ་དང་མིའམ་ཅི་ཡིས་བསྟེན་མ། །  
ཀུན་ནས་གོ་ཆ་དགའ་བའི་བརྗོད་གྱིས། རྩོད་དང་མི་  
ལམ་ངན་པ་སེལ་མ། རྒྱག་འཆལ་ཉི་མ་ལྷོ་བ་རྒྱས་  
པའི། རྒྱུན་གཉིས་པོ་ལ་འོད་རབ་གསལ་མ། རྟེན་  
གཉིས་བརྗོད་རྟུ་རྟུ་ར་ཡིས། འཁོར་རྟུ་དྲག་པོའི་རིམས་  
ནད་སེལ་མ། རྒྱག་འཆལ་དེ་ཉིད་གསུམ་རྣམས་བཀོད་

པས། ཁི་བའི་མཐུ་དང་ཡང་དག་ལྡན་མ། གའོན་དང་  
རོ་ལངས་གཞོད་སྒྱུན་ཆོག་ས་རྣམས། འཛམས་པ་རྩ་རེ་  
རབ་མཆོག་ཉིད་མ། རྩ་བའི་སྒྲགས་ཀྱི་བསྟོད་པ་འདི་  
དང་། རྒྱག་འཆལ་བའི་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག ལྷ་མོ་ལ་  
གུས་ཡང་དག་ལྡན་པའི། ཁྲི་ལྡན་གང་གིས་རབ་དང་  
བརྗོད་པས། སྟོད་དང་ཐོ་རངས་ལངས་པར་བྱས་ཏེ། །  
དྲན་པས་མི་འཇིགས་ཐམས་ཅད་རབ་སྟེར། སྟོག་པ་  
ཐམས་ཅད་རབ་རྩ་ཁི་བ། འདྲ་འགྲོ་ཐམས་ཅད་འཛམས་  
པ་ཉིད་དོ། རྒྱལ་བ་བྱེ་བ་ཤྲག་བདུན་རྣམས་ཀྱིས། །  
སྐྱར་དུ་དབང་ནི་བསྐྱར་བར་འགྱུར་ལ། འདི་ལས་ཆེ་བ་



ཉིད་ནི་ཐོབ་ཅིང་། །སངས་རྒྱས་གོ་འཕང་མཐར་ཐུག་དེར་  
འགོ། །དེ་ཡིས་དུག་ནི་དྲག་པོ་ཆེན་པོ། །བསྟེན་ལ་  
གནས་པའམ་གཞན་ཡང་འགོ་བ། །བྱོས་པ་དང་ནི་  
འཐུངས་པ་ཉིད་ཀྱང་། །དྲན་པས་རབ་ཏུ་སེལ་བ་ཉིད་  
ཐོབ། །གདོན་དང་རིམས་དང་དུག་གིས་གཟིར་བའི། །  
སྐྱག་བསྐྱལ་ཆོགས་ནི་རྣམ་པར་སྤངས་ཏེ། །སེམས་ཅན་  
གཞན་པ་རྣམས་ལ་ཡང་ངོ་། །གཉིས་གསུམ་བདུན་དུ་  
མངོན་པར་བརྗོད་ན། །བྱ་འདོད་པས་ནི་བྱ་ཐོབ་འགྱུར་  
ཞིང་། །ཞོར་འདོད་པས་ནི་ཞོར་རྣམས་ཉིད་ཐོབ། །འདོད་  
པ་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཏེ། །བགོགས་རྣམས་མེད་

ཅིང་སོ་སོར་འཛོམས་གུར་ཅིག །༥། རྩེ་བཙུན་བཙུམ་  
ལྡན་འདས་མ་ཐུགས་རྩེ་ཅན། །བདག་དང་མཐའ་ཡས་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །སྒྲིབ་གཉིས་བྱང་ཞིང་  
ཆོགས་གཉིས་སྐྱར་རྩོགས་ནས། །རྩོགས་པའི་སངས་  
རྒྱས་ཐོབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །དེ་མ་ཐོབ་ཀྱི་ཆེ་  
རབས་ཀུན་དུ་ཡང་། །ལྷ་དང་མི་ཡི་བདེ་བ་མཆོག་ཐོབ་  
ནས། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ། །བར་  
ཆད་གདོན་བགེགས་རིམས་དང་ནད་ལ་སོགས། །དུས་  
མིན་འཆི་བ་གུར་པ་སྐྱ་ཆོགས་དང་། །མི་ལམ་ངན་དང་  
མཆོན་མ་ངན་པ་དང་། །འཛིགས་པ་བརྒྱད་སོགས་ཉེ་

བར་འཆེ་བ་རྣམས།      ཟུར་དུ་ཞི་ཞིང་མེད་པར་མཛད་དུ་  
གསོལ།      །འཛིག་རྟེན་འཛིག་རྟེན་ལས་ནི་འདས་པ་  
ཡི།      །བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་  
དང་།      །འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་དོན་རྣམས་མ་ལུས་པ།      །  
འབད་མེད་ལྟོན་གྱིས་འགྲུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ།      །  
སྐབ་ལ་བརྩོན་ཞིང་དམ་ཆོས་འཕེལ་བ་དང་།      །རྟག་ཏུ་  
བྱིད་སྐབ་ཞལ་མཆོག་མཐོང་བ་དང་།      །སྟོང་ཉིད་དོན་  
རྟོགས་བྱང་སེམས་རིན་པོ་ཆེ།      །ཡར་ངོའི་ལྷ་ལྟར་འཕེལ་  
ཞིང་རྒྱས་པར་མཛོད།      །རྒྱལ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་བཟང་  
ཞིང་དགའ་བ་དེར།      །པརྫོད་པ་པ་ཤིན་ཏུ་མཛོས་ལས་

སྒྲེས། །སྒྲུང་བ་མཐའ་ཡས་རྒྱལ་བས་མངོན་སུམ་དུ། །  
ལུང་བསྟན་པ་ཡང་བདག་གིས་དེར་ཐོབ་ཤོག །བདག་  
གིས་ཆེ་རབས་ཀུན་ཏུ་བསྐྱབས་པའི་ལྷ། །དུས་གསུམ་  
སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་ཐོན་ལས་མ། །སྡོལ་ལྷལ་གཅིག་  
ཕྱག་གཉིས་སྐྱུར་ནི་མ། །ཡུམ་གྱུར་ཡུལ་བསྐྱམས་  
པའི་བཀའ་ཤིས་ཤོག །སྐྱ་ཡི་སྐྱོན་སྤངས་མཆོན་དང་དཔེ་  
བྱད་ལྔ། །གསུང་གི་སྐྱོན་སྤངས་ཀ་ལ་པིང་ཀའི་  
དབྱངས། །ཐུགས་གྱི་སྐྱོན་སྤངས་ཤིས་བྱ་མཐའ་དག་  
མཐེན། །བཀའ་ཤིས་དཔལ་འབར་མ་ཡི་བཀའ་ཤིས་  
ཤོག །དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱུར་དུ་བདག་ །རྗེ་བཙུན་སྒྲོལ་

མ་གྲུབ་གྲུར་ནས།      ཁོགས་ནས།      ཆོས་དང་བཀྲ་ཤིས་  
འཕེལ་བར་མཛད་དུ་གསོལ།།      །

༼མགོན་པོའི་བཤགས་པ་བཞུགས་སོ།༽

༥      གྱེ།      ལྷ་ཆེན་མརྩ་ཀུ་ལ་གསན་ཅིང་དགོངས་སུ་  
གསོལ།      །མརྩ་ཀུ་ལའི་དགྱེལ་འཁོར་སྒོར་ཞུགས་  
ནས།      །བཀའ་ཡི་དམ་ཆེག་གཉན་པོ་བསྐྱེད་རྒྱུ་ལ།      །  
བཀའ་ལྟར་མ་གྲུར་གཞུང་བཞིན་རྗེ་མ་ཐོགས།      །བསྐྱེན་  
སྐྱབ་དུས་འདས་ཕྱད་དང་གཏོར་མ་ཆག      །ཅུ་བ་ཡན་  
ལག་དམ་ཆེག་ཉམས་པ་ཀུན།      །རྗེ་རྗེ་སྒྲིན་པོ་དུར་བྱོང་  
ཆོགས་ལ་བཤགས།      །ལྷག་ནག་གཅན་གཟན་བཀའ་

ཡི་ལས་མཁན་རྣམས།      བྱ་རོག་གཞོང་ཅན་འཁོར་དང་  
བཅས་ལ་བཤགས།      །བསྟན་སྲུང་མཐུ་ཡི་དངོས་གྲུབ་  
བསྟུལ་དུ་གསོལ།      །དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་སྤྲེལ་  
སྟུན་གྲོགས་ལ།      །ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དད་པས་  
མཆོད་བྱེད་པ།      །ནག་པོ་སྤྱི་ཡི་དམ་ཆོག་ཡིན་པ་ལ།      །  
དད་གུས་བརྩེ་སེམས་རྒྱུང་བ་མཐོལ་ལོ་བཤགས།      །  
མགོན་པོའི་སྐུ་འབག་བྱ་རོག་གཡང་གཞིས་བརྒྱན།      །  
གསངས་ནས་བསྟེལ་ཞིང་མི་འབྲལ་མཆོད་པ་ནི།      །ནག་  
པོ་སྐུ་ཡི་དམ་ཆོག་ཡིན་པ་ལ།      །ལེ་ལོར་གྱུར་ཏེ་མ་  
བསྟེལ་།      །ནག་པོའི་སྤྱོད་སྤྱོད་འཆང་ཞིང་མི་ཆོག་

གིས། བར་དུ་མ་ཆོད་རྒྱན་དུ་སྒྲིམ་པ་ནི། རྒྱལ་པོ་  
གསུང་གི་དམ་ཆོག་ཡིན་པ་ལ། རྒྱུང་གཏམ་བར་ཆོད་  
བྱས་པ་ཟེ། རིན་ཆེན་རྣམ་ལྔ་རྒྱལ་པོའི་སྒྲིང་ནས་  
འཆང་། རང་ཉིད་ལྟར་གསལ་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད། །  
རྒྱལ་པོ་བྱུགས་ཀྱི་དམ་ཆོག་ཡིན་པ་ལ། རྒྱུང་འཛིན་མ་  
གསལ་ལྟ་བསྐྱེད་ཟེ། རྒྱ་སྒྲིང་སྒྲ་སྒྲན་སྒྲ་ཞལ་བས་  
སོགས། སྒྲུང་པ་མེད་པར་དུས་བཞིར་མ་ཆོད་པ་  
ནི། ཆོས་སྒྲིང་མཉེས་པའི་དམ་ཆོག་ཡིན་པ་ལ། །  
མ་ཆོད་གཏོར་ཕུད་རྒྱུང་དུས་འདས་ཟེ། གཡལ་བ་དར་རྒྱ་  
གསང་སྒྲུགས་མི་ཀང་དང་། རྒྱ་ཆེན་དུད་པ་ཆོལ་ཆེན་



མར་མེ་སོགས། །ཆོས་སྐྱོང་འདུ་བའི་དམ་ཆེག་ཡིན་པ་  
ལ། །འབྱོར་སྟོབས་ཆུང་བས་མ་ཆོགས་ཟེ། །སྒྲ་མ་ལ་  
སྒྲིང་གསང་སྒྲགས་སྒྲུན་ལ་འབྱ། །བསྟན་པ་བཤེག་ཅིང་  
སེམས་ཅན་སྒྲིག་ལ་འདོགས། །ཐོ་ཐྱིར་མི་རྟེན་དམ་ཆེག་  
ཡིན་པ་ལ། །ཞེ་སྒྲིང་མ་སྐྱེས་བྱམས་བྱས་ཟེ། །མཛེ་ཕོ་  
ཡུགས་ས་ཆེ་དོང་བཤུན་པ་དང་། །དམ་ཉམས་བྲིམས་  
རལ་མི་ནག་སྒྲིག་ལས་བྱེད། །ཕྱོགས་སུ་མི་རྟེན་དམ་  
ཆེག་ཡིན་པ་ལ། །ངོ་མ་ཕྱོགས་ཤིང་བརྟེན་པ་ཟེ། །གཞན་  
ཡང་དཔལ་ཆེན་མཆོད་པ་རྟེན་བཟུང་ན། །དུས་བཞིར་  
མཆོད་དང་ནངས་རྒྱབ་མཆོད་རྒྱུ་ལ། །མཆོད་པའི་འབྱོར་

ཆོགས་ཆུང་སྟེ་སྐྱུ་མ་མཉེས། །ནག་པོ་འཁོར་དང་བཅས་  
ལ། །བཟླས་བཟོད་སྒྲགས་ཆོག་ལོང་གཏམ་བར་དུ་  
ཆོད། །ནག་པོའི་སྟོག་སྟོང་གནད་ནས་མ་འབྲུལ་ཏེ། །  
བཟླས་བཟོད་སྒྲགས་ཆོག་ཉམས་པ་ཐམས་ཅད་ཀུན། །  
ལྟ་ཆེན་འཁོར་དང་བཅས་ལ། །ཡི་དམ་ཅེ་གཅིག་  
གཞུང་བཞིན་སྟོམ་རྒྱུ་ལ། །ཏིང་འཛིན་མ་གསལ་ནག་པོ་  
ཆེན་པོ་བསྐྱེད། །བྱུགས་ཀྱི་དམ་ཆོག་ཉམས་པ་ཐམས་  
ཅད་ཀུན། །ནག་པོ་འཁོར་དང་བཅས་ལ། །དར་ནག་  
རྩ་བ་དན་ལ་སོགས་པའི། །ཏིན་ལྡས་མ་ཆོགས་དམ་  
ཆོག་ཉམས་པ་ཀུན། །ནག་པོ་འཁོར་དང་བཅས་ལ་

མཐོལ་ལོ་བཤགས།    |གཞིང་ངོ་འགྱུང་ངོ་མ་དང་མཁའ་  
འགྱུའི་ཆོགས།    |མཐོལ་ལོ་བཤགས་སོ་བཀའ་ཡི་ལས་  
མཁན་རྣམས།    |བྱང་ཞིང་དག་པར་མཛོད་ཅིག་ཕྱགས་  
དམ་ཅན།    |ཁྱི་མེད་ཆངས་པའི་དངོས་གྲུབ་བསྐྱེལ་དུ་  
གསོལ།    |པད་མ་དཀར་པོས་སོ།

༼ལྷ་མོའི་བཤགས་པ་བཞུགས་སོ།༽

༼ རྒྱུ་ལྷ་མོ།    འགྲོ་བའི་དོན་དུ་སྐྱེ་མཆོག་འཛིགས་པ་  
ལས།    |འཛིག་རྟེན་མ་ལུས་བྱུང་པར་གསལ་མཛོད་  
ཅིང་།    |རྒྱུ་ལྷ་མོའི་བཤགས་པ་ཅན་རྣམས་འཛོམས་མཛོད་  
པའི།    |ཡོན་ཏན་ལྡན་གསལ་པའི་སྐྱེ་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ།    |

འདྲའ་དགའ་རྫོང་རི་དམ་ཆེག་གཏང་གཉེར་མཛད། །  
བསྐྱང་བར་དམ་བཅས་སྐྱ་ཡི་དམ་ཆེག་ལ། །སྐྱ་ཡི་སྦྱོང་  
པ་རྩེལ་བཞིན་མ་རྟོགས་ཏེ། །ཁམས་གསུམ་མ་ལུས་  
བྱབ་ལ་བཟོད་པར་གསོལ། །རྣལ་འབྱོར་གདུང་གསོབ་  
བདག་ཅག་འདིར་འདུས་རྣམས། །སྦྱིང་བྱེད་པར་དམ་  
ཆེག་མི་སྦྱོང་ཡང་། །སྦྱོང་དུ་གྱུར་པའི་གོམས་ཤས་རྩེལ་  
རྒྱུང་བས། །མ་ཅིག་ལྷ་མོའི་སྐྱ་ལ་། །བྱུགས་རྫེས་ངེས་  
པར་གཟིགས་པའི་ལྷ་མོལ། །དམ་ལྡས་གཙང་མའི་  
མཆོད་པ་མ་བཤམས་ཏེ། །ཤངས་སེམས་དབང་གིས་  
མཆོད་པ་རྒྱ་རྒྱུང་བ། །ཁྱོད་མོ་དགའ་ལྟོག་སྐྱ་ལ་། །མ་

ཅིག་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཆོན་ཕྱག་རྒྱ་ལས།      འོན་དང་  
མཐུན་པ་ཚུལ་བཞིན་མ་བྲིས་ཏེ།      །འཕགས་མའི་ཕྱགས་  
རྗེས་གཡེལ་བར་གྱུར་པ་རྣམས།      །བདུད་ལས་རྒྱལ་བའི་  
སྐྱ་ལ།      །བྱ་ཡི་ཚུལ་གྲིས་རྒྱ་ཡི་དམ་ཆེག་ལ།      །ལེ་ལོ་  
གཉིད་དབང་གཡེང་བྲེལ་གཏམ་ལ་སོགས།      །ཕྱགས་  
དང་འགལ་བར་གྱུར་པ་ཅི་མཆིས་པ།      །ཕྱགས་རྗེས་  
ཆངས་པར་རབ་ཏུ་གཤེགས་སུ་གསོལ།      །བྱོེ་ ཐོད་པ་  
དགུ་བཅེགས་སྤིད་པའི་གཞལ་ཡས་ནས།      །དཔལ་ལྡན་  
ལྷ་མོ་གསལ་ན་ཅིང་དགོངས་སུ་གསོལ།      །རང་ལ་རིག་  
པའི་ཡེ་ཤེས་རྒྱན་ལྡན་ཡང་།      །འཕྲལ་བུང་རྣམ་ཏྲོག་ཤིན་

ཏུ་དབང་ཆེ་བས། །ལོག་རྟོག་མཚན་མ་གཉིད་ཀྱི་དབང་  
གྱུར་ནས། །ཏིང་འཛིན་ཡི་དམ་ཅེ་གཅིག་མི་གསལ་  
ཞིང་། །དཔལ་ལྡན་ལྷ་མོའི་བཀའ་ལས་འདས་གྱུར་  
པ། །བཟོད་པར་གསོལ་ལོ་ཆངས་པར་བསྐྱལ་དུ་  
གསོལ། །འབད་པ་རྩལ་ཁུང་བཟླས་བཟོད་བསྐྱེན་པ་  
ཆག །མན་ངག་གཞུང་དང་འགལ་བ་བཟོད་པར་  
གསོལ། །འཆལ་ལ་གཡེང་བས་གསང་བའི་ཆོག་མ་  
ཐུབ། །ཟབ་མོའི་དོན་དང་འགལ་བ། །ཐལ་མོར་སྤྲིང་  
དུས་སུ་མ་ཆོགས་ཏེ། །བརྟེན་མཆོད་པ་ཆག་པ། །  
བདུད་ཡུམ་ཡེ་ནས་གནག་པའི་རྩལ་སྟོན་གྱང་། །ཁྱོ་

ཞན་དོན་མ་ཉོག་པ་ལ། སྒྲིལ་བ་ཡེ་ནས་ལྷ་མོའི་ཆོས་  
སྒྲིལ་གྱང་། སྒྲིལ་བའི་མཆོད་པ་ཆག་པ་ལ། བོད་བྱ་ཡེ་  
ནས་ལྷ་མོའི་ཆིབས་ཡིན་གྱང་། མ་བརྟེན་བརྟེན་པར་  
གྱུར་པ་ལ། གཤེན་རྩེ་ཡེ་ནས་ལྷ་མོའི་བྱི་ཡིན་གྱང་། །  
ངན་སེམས་སྤང་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ། སྤང་ནག་ཡེ་ནས་  
ལྷ་མོའི་འཕྱལ་ཡིན་གྱང་། ངན་པའི་སེམས་གྱིས་སྤང་  
པ་ལ། ལེ་ལོ་སྒྲིམས་ལས་གྱུར་པ་ལ། མཆོད་པ་ལོ་ལྔར་  
འགྱངས་པ་ལ། ཞག་ནས་ཞག་རྩ་ཆག་པ་ལ། ཉ་བཞི་  
རྩ་རྩ་ཆག་པ་ལ། སྒྲིལ་ནས་རང་གི་བག་ཆགས་མ་  
སྤངས་པས། དམ་ལྡན་བརྟེན་ལུགས་ཆུང་བ་ལ། སྒྲིལ་



ནས་སེར་སྒྲུའི་དབང་དུ་གྱུར་ལགས་པས།      ཆོགས་ལ་  
གཡོ་སྒྱུ་བྱས་པེ།      སྒྲོན་ནས་ཤིན་ཏུ་གསང་དབང་མ་  
ཐོབ་པས།      འདོད་ཆགས་ཆོས་ལ་སྤྱད་པེ།      བརྟུལ་  
ཞུགས་ལྟ་བ་ཟབ་མོ་མ་རྟོགས་པས།      རྣམ་སྒྲིན་མཐོང་  
ནས་མ་བསྐྱལ་ེ།      ཏིང་འཛིན་ལྟ་བ་གྲོང་དུ་མ་གྱུར་  
པས།      སྤྱད་དང་ལྟག་མ་མ་ཕྱེ།      ཞེ་སྤྱང་དབང་ལས་ང་  
ཀྱལ་འདྲིས་གྱུར་པས།      རྫོང་ནང་དམེ་བྱས་པེ།      ང་  
ཀྱལ་དབང་ལས་སྤྲག་དོག་འདྲིས་གྱུར་པས།      སྒྲོབ་  
དཔོན་སྐུ་ལ་བསྐྱོས་པེ།      སྒྲོན་ནས་རང་སེམས་ལྟ་བ་  
དཔངས་སྒྲས་པས།      རྣལ་འབྱོར་ཉེ་སྤྱོགས་བྱས་པེ།      །

ལྟ་སྟོང་ཟབ་མེའི་མན་ངག་མ་རྟོགས་པས།      ཁྲོ་ལ་འཁྱུ་  
འཕྲིག་ཞུགས་པ་༥      །ལྟ་བུ་དྲོད་ཀྱི་མན་ངག་མ་རྟོགས་  
པས།      །ཉམས་ཀྱི་དྲོད་མ་སྐྱེས་པ་བཟོད་པར་གསོལ།      །  
ཨོ།      ཡེ་ཤེས་ལྟ་དང་ལྟ་མེ་མི་ཕམ་བདག      །དང་པོ་སྐྱབ་  
དང་བསྐྱབས་པར་བྱས་ནས་ནི།      །མཐུན་པའི་དམ་ཇས་  
གཞུང་བཞིན་མ་ཆོགས་པས།      །དཔལ་ལྡན་ལྟ་མེའི་  
བྱགས་དང་འགལ་གྱུར་པས།      །བཀའ་ཡི་ཆད་པའི་  
གནས་སུ་གྱུར་ལགས་ན།      །ཡེ་ཤེས་བྱགས་ཇེ་ཅན་ལ་  
བཟོད་པར་གསོལ།      །བྱགས་དང་འགལ་བར་གྱུར་པ་  
མཐོལ་ལོ་བཤགས།      །དམ་ཆོག་ཉམས་པར་གྱུར་པ་

སྒོང་གྱུར་ཅིག    |ཨོ་གྲོ་རྟེ་རུ་ག་ས་མ་ཡ་སོགས་རྟེ་རུ་གའི་ཡིག་  
བརྒྱ་འདོན།    བདག་གཞན་ལུས་ཀྱི་ལས་ནི་སོགས་སོ།།

༼མགོན་པོའི་བསྐྱོད་བསྐྱར་བཞུགས་སོ།༽

༥། རྩྱ། བདེ་གཤེགས་ཐུགས་རྗེ་སྐྱེ་སྐྱེ་ལ་པ།    |སེམས་  
ཅན་རྣམས་ལ་མགོན་སྐྱབས་མཛད།    |འོག་མིན་གནས་  
ན་བཞུགས་པ་ལ།    |རབ་རུ་བརྟུང་དེ་ཐུག་འཆལ་ལོ།    |  
བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་སྐྱར་བསྐྱར་པ།    |འདྲེན་པ་འཇིག་  
རྟེན་མཁའ་འགྲོའི་གཙོ།    |དྲག་པོ་མ་རུངས་འདུལ་  
མཛད་པ།    |མརྒྱ་ཀུ་ལིར་ཐུག་འཆལ་བསྟོད།    |འཇིག་  
རྟེན་ལ་གནས་གདུག་པ་འདུལ།    |དུར་བྲོད་མ་མོ་རྣམས་

གྱི་གཙོ། །ལྷ་ཆེན་དྲག་པོའི་སྐུར་སྟོན་པ། །འཛིག་རྟེན་  
མགོན་ལ་ཕྱག་འཆལ་བསྟོད། །ཐྱིང་། །སྟོན་ཆེ་དཔག་  
བསམ་བྱང་རྒྱབ་ཤིང་གི་དྲུང་། །རྒྱལ་བ་ཐུབ་པ་ཆེན་པོའི་  
སྟོན་སྲུང་། །བསྟོན་པ་སྟོང་པོ་བསྟུང་བར་དམ་བཅས་  
པའི། །བྲག་འཐུང་དུད་སོལ་སྐུ་ལ་ཕྱག་འཆལ་  
བསྟོད། །ཧྲི། །ཧྲི། །སྟོན་གྱི་བསྐྱེད་པའི་དང་པོ་ལ། །  
བདུད་རྒྱལ་ལྷ་ཆེན་འཛིག་སྟེང་དུ། །རིམ་པར་སྐྱེལ་  
ནས་རྒྱལ་བའི་ཞིང་། །དུག་གསུམ་ལས་གྱི་རྒྱུང་དམར་  
གྱིས། །འཛིག་སྟེང་པའི་མུན་པར་ཕྱོགས་བཅུག་ཆེ། །  
རྒྱལ་བ་ཞི་བའི་འོད་གྱིས་སྐྱོན། །བྲག་འཐུང་ཆེན་པོའི་

སྒྲོར་མཆོམས་ནས།                    མགོན་པོ་ཆེན་པོ་བྱོང་འོངས་  
ཏེ།   དྲག་པོ་འཛིགས་བྱེད་བྱོ་ཤུགས་བསང།   ལྷ་ཆེན་  
བཀའ་ཉན་འཁོར་དུ་བསྐྱས།   དྲག་འ་རབ་དབང་ལྷག་  
སྤྱ་ངན་གྱིས།   ཁང་བུའི་ནང་དུ་བཅིངས་ཏེ་བཞག   དེ་  
བཞིན་ལྷ་བརྒྱ་ཐ་མ་འདིར།   བདུད་དང་བདུད་གྱི་ལས་  
ནམས་ལྗོག   དེ་ནས་ལྷ་དབང་བརྒྱ་བྱིན་ལ།   ལྷ་མིན་  
ཤག་དོག་དམག་བསགས་ནས།   རི་རབ་རི་ཡི་ཕྱེ་མོར་  
འཐབས།   དེ་ཆོ་ལྷ་རྒྱལ་གྱིས་སྤྱན་པས།   བྱོང་གྱི་  
སྤྱལ་པའི་དམག་བགྱེནས།   ལྷ་མིན་གཡུལ་དུ་བརྒྱག་  
བྱས་པ།   དེ་བཞིན་དུས་གྱི་སློགས་མ་འདིར།   མཐའ་

མིའི་དམག་ལྷགས་ནང་ཚུད་པའི། །འབྲུག་ས་སྤོང་བྱེད་  
པ་ཐམས་ཅད་ལློག། བཟ་བསྐྱལ་པ་བཟང་པོ་འདིར། །  
ཚུད་པའི་དུས་སུ་ལྷན་ཐུབ། །བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པོའི་ཤིང་  
དུང་དུ། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སྐྱབ་པ་ལ། །གཡོན་  
ཅན་བདུད་རྒྱུས་གཡུལ་བཤམས་ཆོ། །སེམས་དཔའ་  
མཆོག་དེས་བྱིད་སྦྱོན་པས། །བདུད་སྡེ་ཕམ་ནས་སྤྱོད་གས་  
བཅུར་བྱེད། །ཐུབ་པ་མངོན་པར་སངས་རྒྱས་གྱུར། །དེ་  
བཞིན་སྤྱོད་དང་སྤོང་བ་པར། །བར་ཆད་ཚུམ་པ་ཐམས་  
ཅད་ལློག། དེ་ནས་རྒྱ་གར་ཆོས་ཀྱི་སྤྱིང་། །ཁྲ་སྤྱོད་གདུག་  
པའི་འཆོ་བ་བྱུང་། །བྱུང་པར་སུ་སྤྱོད་གས་ནག་པོ་རྒྱས། །

ཆོས་འཁོར་ཐམས་ཅད་འཇིག་ཉེའི་ཆེ། །པཎ་གྲུབ་རྣམས་  
ཀྱིས་ཁྱེད་སྤྱོད་པས། །ཁྲ་གྲོ་ཐམས་ཅད་ཐལ་བར་  
བཏང་། །མུ་སྟེགས་ནག་པོ་ཆོས་ལ་བསྒྱུར། །དེ་བཞིན་  
ཆོས་མིན་ལྟ་ཞུགས་པའི། །བསྟན་ལ་གཞོན་པ་ཐམས་  
ཅད་ཚྭ་ག །དེ་ནས་བོད་ཡུལ་མུན་པའི་སྤྱིང་། །ཐུབ་  
བསྟན་ཉི་མས་ཉིན་བྱེད་ལ། །ནག་པོའི་ལྷ་འདྲེས་མུན་  
པར་བསྒྱབས། །དེ་ཆེ་སྟོབ་དཔོན་པདྨ་ཡིས། །ཁྱེད་  
སྤྱོད་ལྷ་འདྲེ་བཀར་བཏགས་པས། །ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་  
བཞེད་པ་བསྒྱབས། །དེ་བཞིན་དག་བའི་ལས་བརྩམ་  
པར། །གཞན་གྱི་འཆོ་བ་ཐམས་ཅད་ཚྭ་ག །ཁྱོད་



རིགས་ཀྱི་བདག་པོའི་སྐྱ་གསུམ་གྱིས།    །ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཡི་  
བཀའ་ཆད་ཟློག།    །སྤྱལ་པའི་བྱང་ཆེན་འབར་བ་ཡིས།    །  
པོ་རྒྱུད་མོ་རྒྱུད་ས་བདག་གི།    །གཞོན་པའི་དུག་སྤྱལ་ནག་  
པོ་ཟློག།    །དཔལ་ལྷན་ནག་པོ་ཆེན་པོ་ཡིས།    །བདུད་དང་  
བདུད་ཕྱོགས་གཞོན་པ་ཟློག།    །སྤྲས་མཆོག་བཞི་དང་  
ཡུམ་བདུན་གྱིས།    །དབྱ་བག་གས་གདུག་པའི་བསམ་  
སྦྱར་ཟློག།    །བཀའ་སྡོད་མགོན་པོ་ཡབ་ཡུམ་གྱིས།    །  
པས་ཀྱི་བརྩམས་པའི་བྱད་ཁ་ཟློག།    །ཡེ་ཤེས་ལས་ཀྱི་མ་  
མོ་ཡིས།    །བར་ཆད་བདུད་ཀྱི་ཕྱག་བརྟན་ཟློག།    །ཞིང་  
སྡོད་མ་མོ་མཁའ་འགྲོ་ཡིས།    །དམ་ཆོག་ཉམས་པའི་རྒྱ་

ཕྱིན་དང་། ཁོད་པ་ནད་ཡམས་དལ་ཁ་སྒྲོལ། དབང་  
ཕྱུག་ཁྱག་རལ་འཁོར་བཅས་ཀྱིས། ལུ་སྒྲེགས་ནག་  
པོའི་ངན་བྱེད་སྒྲོལ། བདུད་ཀྱི་མགོན་པོ་འཁོར་བཅས་  
ཀྱིས། རིག་སྒྲགས་དཔོན་པོའི་མཆོན་ཆ་སྒྲོལ། ཆོས་  
ཀྱི་རྒྱལ་པོ་འཁོར་བཅས་ཀྱིས། ལཱ་ཤིན་ཇེ་གཤེད་དུ་  
དབབ་པ་སྒྲོལ། ལཱ་ཟའ་བདུད་ཆེན་པོ་འཁོར་བཅས་  
ཀྱིས། ལྷེ་བརྒྱད་ཀི་ཀང་བབ་པ་སྒྲོལ། ལྷ་ག་རྒྱུ་  
འཁོར་བཅས་ཀྱིས། ལཱ་ཏང་ཁྱམ་ནག་པོའི་གཞོན་པ་  
དང་། ལུག་གི་སྦྱོར་བ་གཡོས་པ་སྒྲོལ། ལེག་ཅེ་ཆེན་པོ་  
འཁོར་བཅས་ཀྱིས། ལྷ་འདྲེའི་ཤོ་རྩེ་སྦྱངས་པ་སྒྲོལ། །

གཞོན་སྒྲིན་ནག་པོ་འཁོར་བཅས་ཀྱིས།      །དབུལ་ཕོངས་  
ཉམ་ཐག་ཐམས་ཅད་ལྗོག་      །རྒྱལ་པོ་གིང་ཆེན་འཁོར་  
བཅས་ཀྱིས།      །དམ་སྒྲི་འཕུང་སྒྲི་ལངས་པ་དང་།      །  
འགོང་པོའི་བཀལ་བྱ་པ་ལྗོག་      །ཕྱོགས་སྒྲོང་རྣམས་ཀྱིས་  
འཁོར་གདོན་དང་།      །རྒྱལ་པོ་བཞི་ཡི་བདུད་སྒོན་  
གྱིས།      །འཐབ་སོགས་སྒྱུར་བ་ཐམས་ཅད་ལྗོག་      །ཕྱི་  
སྒྲིང་པའི་བྲམ་ཁ་ཐམས་ཅད་དག་ལ་སྒྱུར།      །ལྷ་འདྲེའི་  
དམག་ཆོགས་ཐམས་ཅད་དག་ལ་དྲོངས།      །ཕ་རོལ་  
བསམ་སྒྱུར་ངན་པའི་ལས་བརྩམས་པ།      །བྱད་ཁ་ཕུར་ཁ་  
ཚོད་གཏོང་དག་པོ་དང་།      །མཆོ་བོར་བྱད་འདྲེ་ཕུང་བོར་

འཕེན་པ་སྒྲུར།      །ས་བདག་གྲུ་ཡིས་བྱད་དུ་བཅུག་པ་  
དང་།    །ཐུ་རང་འབྱུང་པའི་སྤྱི་ཀུན་ཐམས་ཅད་སྒྲུར།    །  
གཤེན་རྩེ་འཁོར་ལོ་བདུད་གྱི་རྟོས་འདེབས་དང་།    །མུ་  
སྟེགས་ངན་པའི་བར་ཆད་བྱེད་པ་སྒྲུར།    །རྒྱལ་བསེན་  
རྣམས་གྱིས་སྒྲུ་འབྲེག་གཏོང་བ་དང་།    །དྲང་སྟོང་གཟུང་  
དང་གྲུ་གཏོན་གཏོང་པ་སྒྲུར།    །ཞང་ཞུང་བཙོ་བོར་སྐྱམ་  
པའི་སྒྲང་བོར་དང་།    །བོན་པོ་རྣམས་གྱིས་ལྟ་བོར་འཕེན་  
པ་སྒྲུར།    །བརྩེའི་སྤྲགས་བོར་སྒྲུས་པའི་མདའ་བོར་  
དང་།    །བྱད་མེད་རྣམས་གྱིས་དམོད་བོར་འཕེན་པ་  
སྒྲུར།    །བདུད་གྱི་གཤེད་ལངས་བརྩེད་བྱེད་འབྱུང་པོ་

དང་། ཁ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་སྟག་བོར་འཕེན་པ་སྒྱུར། ཁོ་  
ཕྱིས་ངན་དང་མི་ལམ་མཆོན་མ་ངན། ཁྱུས་ངན་མི་རུང་  
བརྒྱད་ཅུ་ཅུ་གཅིག་སྒྱུར། བཞི་བརྒྱ་ཅུ་བཞིའི་མི་ནང་  
ཕྱགས་ནང་དང་། གཏོན་རིགས་ཉི་བེ་ཆིག་སྟོང་གཞོད་  
པ་སྒྱུར། སྟོང་ཕྱག་བརྒྱད་ཅུའི་བགོགས་རྣམས་མ་ལུས་  
དང་། ཡེ་འདྲོག་ཆེན་པོ་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་དང་། །  
གཏོན་ཆེན་བཙོ་ལུ་ལོ་ལྷན་ག་དུས་སྒླེག་ ཁི་མཐུན་  
ཆོགས་རྣམས་དག་བགོགས་སྟོང་དུ་སྒྱུར། དུས་མིན་  
འཆི་དང་འཛིགས་པ་བརྒྱད་རྣམས་དང་། ཁྱུས་ངན་ཆོ་  
འཕུལ་དག་བོའི་སྟོང་དུ་སྒྱུར། ॥ ॥

# ༼ལྷ་མེའི་བཞེས་བསྐྱར་བཞུགས་སོ།༽

ལྷ་ དེ་ལྟར་མ་མོ་འཁོར་བཅས་ཀྱི། བྱགས་དམ་བསྐྱར་  
བའི་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱིས། འིག་འཛིན་རྣལ་འབྱོར་བདག་  
ཅག་ལ། མཁའ་འབྱོའི་ཉམས་ཆག་བྱུང་བ་སྐྱོངས། །  
འཛིག་རྟེན་མཁའ་འབྱོའི་གཞོན་པ་ཞེས། མ་མེའི་  
ཡམས་ནད་བྱུང་བ་ཞེས། གཤེན་རྗེའི་བྲམ་ལ་བཏབ་པ་  
ཞེས། བདུད་ཀྱི་ཞགས་པ་ནག་པོ་ཆོད། བརྒྱའི་བྱུང་ཁ་  
སྐྱང་ལ་སྐྱར། སྡེ་བརྒྱད་གཞོན་པ་ཐམས་ཅད་ཞེས། །  
གཞན་ཀྱི་ཐད་འདྲེ་ཕུར་ཁ་ཞེས། ཁྲིས་ལྟས་མཆོན་མ་  
ངན་པ་སྐྱར། འོ་སྐྱེས་ལྷ་སྐྱེས་ཞག་སྐྱེས་སྐྱར། སྐྱང་

བའི་དབྱ་དང་གཞི་དཔའི་བགེགས།    |བདུད་དང་བར་དུ་  
གཞི་དཔའི་ཆོགས།                    |ཐམས་ཅད་ཐལ་བའི་རྩལ་དུ་  
སྒྲིག    |བདག་ཅག་རྩལ་འབྱོར་འཁོར་བཅས་ཀྱི།    |དམ་  
ཆོག་ཉམས་པ་སྒྲོང་གྱུར་ཅིག    |མཆོག་དང་ཐུན་མིང་ལ་  
སོགས་པའི།                    |དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་བསྐྱལ་དུ་  
གསོལ།    |ཆོ་དང་དབང་ཕྱག་སྒྲེལ་དུ་གསོལ།    |དཔལ་  
དང་གྲགས་པ་བསྐྱབ་དུ་གསོལ།    |འཁོར་དང་བསྐྱུན་པ་  
བསྐྱང་དུ་གསོལ།                    |ལེགས་དང་སྒྲོང་ལ་ཉེས་དང་  
བསྐྱོལ།    |བསམ་པ་སྐྱབས་ལ་རེ་བ་སྒྲོངས།    |མཐུ་  
སྐྱབས་སྒྲོང་ལ་དཔུང་གཉིན་མཛོད།    |ལུས་དང་གྲིབ་མ་



བཞིན་དུ་འགྲོགས།    ཉིན་དང་མཚན་མོ་བྱ་ར་མཛོད།    །  
གཞན་ཡང་ཡིད་ལ་གང་འདོད་པ།    །དེ་ནི་བྱོད་གྱིས་  
བསྐྱབ་པར་མཛོད།།    །

༼ཞེས་རབ་སྒྲིང་པོ་བཞུགས་སོ།༽

༥ ། འཕགས་པ་དགོན་གསུམ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །འདི་  
སྐད་བདག་གིས་ཐོས་པའི་དུས་གཅིག་ན།    བཙུན་ལྷན་  
འདས་རྒྱལ་པོའི་ཁབ།    བྱེད་ཕུང་པོའི་རི་ལ།    དག་  
སྒྲིང་གི་དག་འདུན་ཆེན་པོ་དང་།    བུང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའི་དག་འདུན་ཆེན་པོ་དང་ཐབས་ཅིག་ཏུ་བཞུགས་ཏེ།  
དེའི་ཆོ་བཙུན་ལྷན་འདས་ཐབ་མོ་སྐྱང་བཞེས་བྱ་བ་ཆོས་

གྱི་རྣམ་གྲངས་གྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་  
སོ། །ཡང་ངེའི་ཆོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་  
ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་ཕྱག  
ཤེས་རབ་གྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཟབ་མེའི་སྤྱོད་པ་ཉིད་ལ་  
རྣམ་པར་བལྟ་ཞིང་ཕྱང་པོ་ལྔ་པོ་དེ་དག་ལ་ཡང་རང་བཞིན་  
གྱིས་སྟོང་པར་རྣམ་པར་བལྟ་འོ། །དེ་ནས་སངས་རྒྱས་གྱི་  
མཐུས། ཆོ་དང་ལྡན་པ་ཤུ་རིའི་བུས་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་  
གཟིགས་དབང་ཕྱག་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྒྲུས་སོ། །  
རིགས་གྱི་བུ་འམ་རིགས་གྱི་བུ་མོ་གང་ལ་ལ་ཤེས་རབ་གྱི་

ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱོན་པ་ཟབ་མེའི་སྟོང་པ་སྟོང་པར་འདོད་པས་ངེ་  
ལྟར་བསྐྱབ་པར་བྱ། དེ་སྐད་ཅེས་སྒྲུས་པ་དང་། བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་  
སྤྱོན་རས་གཟིགས་དབང་ཕུག་གིས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་ཤྱ་ར་  
དུ་ཏིའི་བྱ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྒྲུས་སོ། །ཤྱ་རིའི་བྱ་རིགས་  
ཀྱི་བྱའམ། རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་གང་ལ་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་  
རོལ་ཏུ་སྤྱོན་པ་ཟབ་མེའི་སྟོང་པ་སྟོང་པར་འདོད་པ་དེས།  
འདི་ལྟར་རྣམ་པར་བལྟ་བར་བྱ་སྟེ། བྱང་པོ་ལྷ་པོ་དེ་དག་  
ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་  
བལྟའོ། །གཟུགས་སྟོང་པའོ། །སྟོང་པ་ཉིད་གཟུགས་

སོ། །གཟུགས་ལས་སྟོང་པ་ཉིད་གཞན་མ་ཡིན། སྟོང་  
པ་ཉིད་ལས་ཀྱང་གཟུགས་གཞན་མ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་  
ཚོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་། འདུ་བྱེད་དང་། རྣམ་  
པར་ཤེས་པ་རྣམས་སྟོང་པ་འོ། ། །ཤུ་རིའི་བྱ་དེ་ལྟར་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་དེ། མཆོན་ཉིད་མེད་པ། མ་  
སྐྱེས་པ། མ་འགགས་པ། གྲི་མ་མེད་པ། གྲི་མ་དང་  
བྲལ་བ། གྲི་བ་མེད་པ། གང་བ་མེད་པ་འོ། ། །ཤུ་རི་བྱ་དེ་  
ལྟ་བུ་ན། སྟོང་པ་ཉིད་ལ་གཟུགས་མེད། ཚོར་བ་མེད།  
འདུ་ཤེས་མེད། འདུ་བྱེད་མེད། རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད།  
མིག་མེད། རྣ་བ་མེད། སྒྲ་མེད། ལྗེ་མེད། ལྟམ་མེད།

ཡིད་མེད། གཟུགས་མེད། སྒྲ་མེད། དྲི་མེད། རོ་  
མེད། རེག་བྱ་མེད། ཆོས་མེད་དོ། ཁྲིག་གི་ཁམས་  
མེད་པ་ནས་ཡིད་གྱི་ཁམས་མེད། ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་  
པའི་ཁམས་གྱི་བར་དུ་ཡང་མེད་དོ། ཁ་རིག་པ་མེད།  
མ་རིག་པ་བྱད་པ་མེད་པ་ནས། སྐ་ཤི་མེད། སྐ་ཤི་བྱད་  
པའི་བར་དུ་ཡང་མེད་དོ། དེ་བཞིན་དུ་སྒྲ་ག་བསྐྱེད་བ་  
དང་། ཀུན་འབྱུང་བ་དང་། འགོག་པ་དང་། ལམ་མེད།  
ཡེ་ཤེས་མེད། ཐོབ་པ་མེད། མ་ཐོབ་པ་ཡང་མེད་དོ། །  
ཤུ་རིའི་བྱ་དེ་ལྟ་བུ་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་  
ལ་ཐོབ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཤེས་རབ་གྱི་ཕ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་

ལ་བརྟེན་ཅིང་གནས་ཏེ།      སེམས་ལ་སྒྲིབ་པ་མེད་པས་  
སྒྲག་པ་མེད་དེ།      ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལས་ཤིན་ཏུ་འདས་ནས།  
སྤྱང་ན་ལས་འདས་པར་ཕྱིན་ཏོ།      །དུས་གསུམ་དུ་ནྟམ་  
པར་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཤེས་རབ་  
ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས།      སྒྲན་མེད་པ་  
ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་མངོན་པར་རྫོགས་  
པར་སངས་རྒྱས་སོ།      །དེ་ལྟ་བུས་ན་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་  
ཏུ་ཕྱིན་པའི་སྤྲགས།      རིག་པ་ཆེན་པོའི་སྤྲགས།      སྒྲན་  
མེད་པའི་སྤྲགས།      མི་མཉམ་པ་དང་མཉམ་པའི་སྤྲགས།  
སྤྲག་བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་སྤྲགས།

མི་རྒྱུན་པས་ན། བདེན་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། ཤེས་རབ་  
གྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་སྒྲགས་སྒྲས་པ། ཏདྲ་ཤྲ། ཨོྲ་ག་  
ཏེ་ག་ཏེ་ཕུ་ར་ག་ཏེ་ཕུ་ར་སྟོ་ག་ཏེ་བོ་རྩི་སྒྲུ། ལུ་རིའི་བྱ་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོས། དེ་  
ལྟར་ཤེས་རབ་གྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཟབ་མོ་ལ་བསྐྱབ་པར་  
བྱའོ། ། དེ་ནས་བཙུམ་ལྡན་འདས་ཏིང་ངེ་འཛིན་དེ་ལས་  
བཞེངས་ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་  
པོ། འཕགས་པ་སྒྱུན་རས་གཟིགས་དབང་ཕུག་ལ་  
ལེགས་སེཞིས་བྱ་བ་བྱིན་ནས་ལེགས་སེལེགས་སེ། །  
རིགས་གྱི་བྱ་དེ་དེ་བཞིན་ལོ། ། རིགས་གྱི་བྱ་དེ་དེ་བཞིན་



ཏེ། ཇི་ལྟར་བྱོད་གྱིས་བསྟན་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་རབ་གྱི་  
ཕ་རོལ་དུ་སྤྱོན་པ་ཟབ་མོ་ལ་སྤྱད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱང་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ་། །བཙམ་  
ལྡན་འདས་གྱིས་དེ་སྐད་ཅེས་བཀའ་བསྩལ་ནས། ཆོ་  
དང་ལྡན་པ་ལྟ་རུ་ཏིའི་བྱ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་སྤྱོན་རས་གཟིགས་དབང་ཕྱག་དང་། བམས་ཅད་  
དང་ལྡན་པའི་འཁོར་དེ་དག་དང་། ལྷ་དང་མི་དང་། ལྷ་  
མ་ཡིན་དང་། ཇི་ཟེར་བཙམ་པའི་འཇིག་རྟེན་ཡི་རང་སྟེ།  
བཙམ་ལྡན་འདས་གྱིས་གསུངས་པ་ལ་མངོན་པར་བསྟོན་  
ངོ། །ཏདྲ་ལྷ། ཨོྲཱ་ཀ་ཏེ་ག་ཏེ་ཧྲཱ་ར་ག་ཏེ་ཧྲཱ་ར་སྐྱ་ག་ཏེ་བོ་

ཉི་ལྟ་རྒྱ། ལན་གསུམ། ཨོྲཱི་ཏི་ཁྱི་བྱོེ། མ་ཁི་ལྟ་ར་ཁི་བྱོེ།  
མ་ར་དུ་ཁི་བྱོེ། ར་མོ་ར་ལྟ་ཁ་ཏི་བྱོེ། ར་ལྟ་བྱོེ། ལྟ་ར་ཡ་  
ཡ་མ་རྒྱ་ཇ་གྱི་ལ་ཡ་བྱོེ། ལན་གསུམ། སངས་རྒྱས་ལ་ཕྱག་  
འཆ་ལ་ལོ། ཁོས་ལ་ཕྱག་འཆ་ལ་ལོ། །དག་འདུན་ལ་  
ཕྱག་འཆ་ལ་ལོ། །ཡུམ་ཆེན་མོ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་  
ཕྱིན་པ་ལ་ཕྱག་འཆ་ལ་ལོ། །བདག་གི་བདེན་པའི་ཆོག་  
འདི་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག ཁྱི་ལྟ་ར་ལྟོན་ལྟོན་དབང་པོ་  
བརྒྱ་ཕྱིན་གྱིས་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་དོན་ཟབ་  
མོ་ཡིད་ལ་བསམས་ཤིང་ཆོག་ཁ་ཏིན་དུ་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་  
ནས། བདུད་སྒྲིག་ཅན་ལ་སོགས་པ་མི་མཐུན་པའི་

ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ཕྱིར་ལོག་པ་དེ་བཞིན་དུ།      བདག་  
གིས་ཀྱང་ཡུམ་ཆེན་མོ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་  
དོན་ཟབ་མོ་ཡིད་ལ་བསམས་ཤིང་ཆོག་ཁ་ཏྲོན་དུ་བྱས་པ་  
ལ་བརྟེན་ནས།      བདག་ཅག་དཔོན་སློབ་ཡོན་མཆོད་  
འཁོར་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནད་གདོན་འགལ་སྐྱེན་  
བར་ཆད་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ཕྱིར་བསྐྱོད་  
པར་གྱུར་ཅིག      མེད་པར་གྱུར་ཅིག      ཞི་བར་གྱུར་  
ཅིག      །ལན་གསུམ།      རབ་ཏུ་ཞི་བར་གྱུར་ཅིག      །གང་གིས་  
ཏྲོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་།      །འགག་པ་མེད་ཅིང་སྐྱེ་  
མེད་པ།      །ཆད་པ་མེད་ཅིང་རྟག་མེད་པ།      །འོང་བ་མེད་

ཅིང་འགྲོ་མེད་པ། །ཐ་དད་དོན་མིན་དོན་གཅིག་མིན། །  
སྒྲོས་པ་ཉེར་ཞི་ཞིར་བསྟན་པ། །ཐོགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
སྒྲུ་རྣམས་ཀྱི། །དམ་པ་དེ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །

༼གདུགས་དཀར་རྒྱན་འཕྲེར་བསྟུས་པ་ནི༽

༥ །བདེ་གཤེགས་ཐུགས་རྗེའི་གཙུག་ཏེར་ལས་འབྱུངས་  
ཤིང་། །བདེ་འབྱུང་བསྟན་ལ་གཞི་དཔ་ཆར་གཅོད་  
པས། །བདེ་ལེགས་འབྲས་བུ་ཉེ་བར་སྒྲུལ་མཛད་  
པའི། །བདེ་མཆོག་གདུགས་དཀར་ཅན་ལ་ཕྱག་འཆལ་  
ལོ། །ཨོ་སྐྱ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་ཨུཾ་ཎ་སིཾ་ཏ་པའི་རྩྱ་ཕུ།  
ཞེས་པ་ཅི་རུས་བཞུས་མཐར། །བཅོམ་ལྷན་གདུགས་དཀར་ལྷ་

ཆོགས་རྣམས།                      མཐུ་སྟོབས་ཐོགས་པ་མི་མངའ་  
ཞིང་།   ཐུགས་རྗེ་སྟོན་ལམ་མཐུ་བཙན་པས།   བདག་  
གིས་གསོལ་བ་བཏབ་པ་བཞིན།   སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་  
དར་བ་དང་།   སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་གྱུར་ཅིག   །  
རྒྱ་སྐྱར་ཡོན་བདག་འཁོར་བཙས་ཀྱི།   ཆག་ཆེ་ཉམ་ང་  
སྟོག་ཏུ་གསོལ།   ཁྱི་ལམ་མཆོན་མ་ངན་པ་སྟོག   །  
ཏགས་དང་རྟེན་འབྲེལ་ངན་པ་སྟོག   དབྱ་འདྲེའི་བསམ་  
སྐྱར་ངན་པ་སྟོག   ལྟམ་ངན་བརྒྱད་ཅུ་ཅ་བཞི་སྟོག   ཡེ་  
འབྲོག་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་སྟོག   ཁྲོ་བྱར་བརྒྱད་ཅུ་ཅ་  
གཅིག་སྟོག   རྒྱ་རིགས་བཞི་བརྒྱ་ཅ་བཞི་སྟོག   །

བགེགས་རིགས་སྟོང་ཕྲག་བརྒྱད་ཅུ་ཚྲིག་      །དུས་མིན་  
འཆི་བ་རྣམ་བརྒྱད་ཚྲིག་      །ཡས་གྱི་བདུད་དུ་གཡོས་པ་  
ཚྲིག་      །མས་གྱི་སྲི་རུ་ལངས་པ་ཚྲིག་      །དཔྱལ་བའི་  
གཤམ་དུ་བཀོས་པ་ཚྲིག་      །ཕ་མེས་དུར་སྲི་ལངས་པ་  
ཚྲིག་      །མི་ལ་ནད་དུ་གཏོང་བ་ཚྲིག་      །ཕྱགས་ལ་གོད་ཁ་  
བྱེད་པ་ཚྲིག་      །གནམ་གྱི་དལ་ཁ་བྲེབས་པ་ཚྲིག་      །ས་ཡི་  
དུག་མདའ་གཡོས་པ་ཚྲིག་      །སྒྲིབ་སྤྱར་ཁ་ངན་པ་  
ཚྲིག་      །སྒྲིབ་དང་ཕུང་སྲི་ལངས་པ་ཚྲིག་ཏུ་གསོལ།      །ལན་  
གསུམ།      བདེ་གཤེགས་ཕྱགས་རྗེའི་གཙུག་ཏོར་ལས་  
འབྱུངས་ཤིང་།      །བདེ་འབྱུང་བསྟན་ལ་གནོད་པ་ཆར་

གཅོད་པས། །བདེ་ལེགས་འབྲས་བུ་ཉེ་བར་སྒྲུལ་མཛད་  
པའི། །བདེ་མཆོག་གདུགས་དཀར་ཅན་གྱི་བྲག་ཤིས་  
ཤོག། །ཞེས་གཙུག་ཏོར་གདུགས་དཀར་ལ་བརྟེན་པའི་སྒྲིག་པ་གྲུབ་ཆེན་ལས་གྱི་རྩོ་  
རྩེས་མཛད་པའོ།

༼སྒྲིག་ཅན་བཙུག་སྐུམ་བཞུགས་སོ།༽

༥། བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དབྱ་བཅོམ་  
པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལྷན་ཐུབ་པ་ལ་  
ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཏུ་ཐུ། ཨོྃ་མུནྣ་མུནྣ་མུནྣ་མུནྣ་ཡེ་  
སྐྱུ་འོ། །བདག་འཁོར་དང་བཅས་པ་ལ་བསྐྱེད་བ་དང་།  
བསྐྱེད་བ་དང་། ཐུ་བ་དང་། བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་དམ་པ་



མཛེད་དུ་གསོལ།      སྤྱི་ངན་པ་ཐམས་ཅད་ལས་ཐར་བར་  
མཛེད་དུ་གསོལ།      དུ་རུ་དུ་རུ་ཅྱ།      བཟླ་ཡ་བཟླ་ཡ་  
ཅྱ།      ཉ་ན་ཉ་ན་ཅྱ།      མ་ར་ཡ་མ་ར་ཡ་ཅྱ།      གླིན་དུ་  
མ་ལེ་ཨེ་ནན་ཅྱ།      རྩ་ལ་རྩ་ལ་ཅྱ།      རྩུ་རྩུ་ཕྱེ་ཕྱེ་  
ཅྱ།      སམ་ཤ་གི་ནི་ཨ་པ་ར་ཏ་ཅྱ།      ལྷ་ལ་ཡ་ལྷ་ལ་ཡ་  
ཅྱ།      ན་ག་ཤ་ཡ་ན་ག་ཤ་ཡ་ཅྱ།      རྩུ་རྩུ་ཕྱེ་ཕྱེ་ཅྱ།  
ལྷ་མ་ལྷ་མ་ཅྱ།      ས་མཆླ་ཀ་ར་ཅ་ཏི་ཏི་གན་ཅྱ།  
བདག་ཅག་འཁོར་དང་བཅས་པ་དང་།      ཆོས་མཛེད་པ་  
དང་།      དཀར་པོའི་ཕྱོགས་མཐའ་ཡས་པ་ལ་གནོད་པའི་  
དབྱ་བགོགས་འབྱུང་པོ་མི་མ་ཡིན་པའི་ཕྱོགས་ཐམས་

ཅད་ལྗོག་ཅིག་    བྱུལ་ཅིག་    རྒྱུན་དང་བར་དུ་གཅོད་པ་  
ཐམས་ཅད་ལྗོག་ཅིག་    བྱེར་ཅིག་    རྒྱུངས་ཤིག་    རྣང་  
སྤྱི་དང་།    འཆི་སྤྱི་དང་།    གོད་སྤྱི་དང་།    ཏྲ་སྤྱི་དང་།  
ཡེར་པའི་སྤྱི་དང་།    ལེའི་སྤྱི་དང་།    ཟླ་བའི་སྤྱི་དང་།  
ཞག་དུས་གྱི་སྤྱི་དང་།    ཁ་སྤྱས་གྱི་སྤྱི་དང་།    སྤྱི་ངན་པ་  
ཐམས་ཅད་ལྗོག་ཅིག་    ཁ་ཞན་ཡང་སྤྱི་ངན་པ་ཐམས་ཅད་  
ལས་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་རྒྱུངས་ཤིག་    ལྗོག་ཅིག་    ཁི་བར་  
གྱུར་ཅིག་    ཁབ་དག་ཅག་འཁོར་དང་བཅས་པ་ལ་ནད་  
རིམས་དང་།    ག་དོན་དང་།    སྤྲུགས་བྱེར་དང་།    སྤྲོད་  
འདྲེ་དང་།    སྤྱོད་བྱེར་གྱི་ནད་དང་།    རྒྱུལ་པའི་ཆད་པ་དང་།

ཕྱོགས་ངན་པ་དང་། གཞོད་པ་དང་། རང་སྤྱི་དང་།  
འཆི་སྤྱི་དང་། དུར་སྤྱི་དང་། སྐན་སྤྱི་དང་། གཞོན་སྤྱི་  
དང་། དར་མའི་སྤྱི་དང་། ལའི་སྤྱི་དང་། ཟླ་བའི་སྤྱི་  
དང་། ཞག་སྤྱི་དང་། ཟ་མའི་སྤྱི་དང་། སྐག་བདུན་བྱར་  
དང་། ཕྱི་རྒྱུན་དང་། གདོན་སྐུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་དང་།  
རྒྱུན་ཉི་ཤི་ཆིག་སྟོང་དང་། ལྷ་ས་ངན་མི་མཐུན་པ་བརྒྱད་  
ཅུ་ཅུ་གཅིག་གི་གཞོད་པ་ཐམས་ཅད་དང་། མ་རུངས་པ་  
དང་། གདུག་པ་ཅན་ཐམས་ཅད་འཛོམས་པར་གྱུར་  
ཅིག །བསྐྱོག་པར་གྱུར་ཅིག །བསྐྱུར་བ་གྱུར་ཅིག །  
བསྐྱུང་བར་གྱུར་ཅིག །བྱབ་པར་གྱུར་ཅིག །དེ་ལྟར་

བརྗོད་པའི་ཡོན་ཏན་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་ཅིང་།      སྤྱིའི་  
གཞོན་པ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ།      །བཙམ་  
ལུན་འདས་གྱིས་འདི་སྐད་ཅེས་བཀའ་སྩལ་པ་དང་།      ཆེ་  
དང་ལུན་པ་ཀུན་དགའ་བོ་ཡི་རང་སྟེ།      བཙམ་ལུན་འདས་  
གྱིས་གསུངས་པ་ལ་མངོན་པར་བསྟོན་དོ།      །ཙྏ་བཙུ་གསུམ་  
པའི་གཟུངས་ཐོགས་སོ།།      བག་གས་རིགས་སྟོང་ཕྱག་བརྒྱད་ཙུ་  
ཞི་བ་དང་།      །མི་མཐུན་གཞོན་པའི་རྒྱུན་དང་བྲལ་བ་  
དང་།      །མཐུན་པ་འགྱུབ་ཅིང་ཕུན་སུམ་ཆོགས་གྱུར་ཏེ།      །  
བཀྲ་ཤིས་དེས་ཀྱང་དེང་འདིར་བདེ་ལེགས་ཤོག      །  
གཞན་ཡང་སྐྱེ་བ་འདི་ཉིད་ལ།      །མི་མཐུན་ཆོགས་རྣམས་

ཞི་བ་དང་། །ཆེ་རིང་ནད་མེད་ཕུན་སུམ་ཆོག་ལ། །ཏྲ་ག་  
ཏུ་བདེ་བ་ཐོབ་པར་ཤོག། །།ཧྲ། བཙུག་ལྷན་འདས་  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྒྲོན་ལམ་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་  
འཆལ་ལོ། །ལས་དང་སྒྲོ་བྱར་རྒྱུན་ལས་གྱུར་པ་ཡི། །  
སོགས་ནས། ཇི་ལྟར་བསྒྲོ་བ་སྒྲོན་ལམ་འགྲུབ་པར་ཤོག། །

༼ཇ་མཆོད་རིམ་པ་བཞུགས་སོ།༽

ཧྲ། ཇ་མཆོད་པ་བཀའ་བརྒྱུད་གླ་མ་མཆོད། །བཀའ་  
བརྒྱུད་ནམ་ཐར་འབྱེངས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོ་བས། །ཇ་  
མཆོད་པ་སྐྱབ་བརྒྱུད་གླ་མ་མཆོད། །སྐྱབ་བརྒྱུད་བསྟན་  
པ་བྱིན་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོ་བས། །ཇ་མཆོད་པ་དོན་བརྒྱུད་

སྒྲུ་མ་མཆོད། འདོན་བརྒྱུད་སེམས་ལ་ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་  
སྒྲོལ་ས། རྩ་མཆོད་པ་རྩ་བའི་སྒྲུ་མ་མཆོད། བྱུགས་  
ཡིད་གཅིག་ཏུ་འདྲེ་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོལ་ས། རྩ་མཆོད་པ་  
ཡི་དམ་ལྷ་ཚོགས་མཆོད། མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་  
པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོལ་ས། རྩ་མཆོད་པ་གནས་གསུམ་  
མཁའ་འགྲོ་མཆོད། བྱིན་ལས་རྣམ་བཞི་འགྲུབ་པར་  
བྱིན་གྱིས་སྒྲོལ་ས། རྩ་མཆོད་པ་ཆོས་སྐྱོང་སྐྱུང་མ་  
མཆོད། འདག་ལ་རྒྱུན་བར་ཆད་ཞི་བར་བྱིན་གྱིས་  
སྒྲོལ་ས། རྩ་མཆོད་པ་རྩི་རྩི་སྤྱན་ཚོ་མཆོད། འདག་སྐྱུང་  
ཕྱོགས་མེད་འབྱོངས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོལ་ས། རྩ་མཆོད་

པ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཆོད།      །འཁོར་འདས་དབྱེར་མེད་  
ཆོག་ས་པར་བྱེན་གྱིས་སློབས།      །རྒྱལ་བ་རྗེས་སོ།།  
༥      །འཇིག་རྟེན་གླུ་དབང་གཙུག་ན་ནོར་བུའི་མཆོག་      །  
བསམ་པའི་རེ་བ་ཐམས་ཅད་སྐྱོང་མཛད་པ།      །མཚུངས་  
མེད་སྤྱི་མ་མཆོག་གསུམ་ཡི་དམ་ལྷ།      །དམ་ཅན་རྒྱ་  
མཆོའི་ཆོག་ས་རྣམས་འདིར་གཤེགས་ཤིག་      །ཕུན་  
ཆོག་ས་བསོད་ནམས་སྟོབས་ལས་གྲུབ་པའི་བཙུང།      །རྒྱ་  
ཇཱི་བཟང་མདོག་མཛེས་རོ་བརྒྱ་པ།      །མིས་སྒྲེས་མཁའ་  
བྱབ་བདུད་རྩིའི་མཆོར་དམིགས་ནས།      །མཆོད་དོ་གྲུབ་  
པ་བརྒྱད་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྟོལ།      །ཅུ་ཆོག་ས་རྒྱ་ཏིར་དག་



པའི་བདེ་སྤྱོད་མར། །རྒྱ་དའི་སྤྲུགས་རྒྱས་ཕུང་ཁམས་སྤྱེ་  
མཆེད་ཆོས། །དྲངས་མའི་ཁམས་བཞུ་བཅུ་མེད་བདུད་  
ཅིར་འབུལ། །མཆོག་གི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་དག་ལེགས་  
སྤྱོད། །སྤྱེ་འབུལ་སྤྲོད་བས་མཛེས་པའི་སྤྱོད་ཉིད་ལ། །  
མི་འགྱུར་སྤྱོད་རྗེ་གང་བ་ཆགས་པའི་རོ། །བྱུང་འཇུག་ཡེ་  
ཤེས་བདུད་ཅིའི་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱིས། །མཆོད་བྱ་མཆོད་  
བྱེད་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་མཆོད། །པར་དཀར་པོས་སོ།

༥ ང་མཆོད་བསྐྱུས་པ་ནི། རྗེ་རྗེ་འཆང་ཆེན་ཏི་ལྷོ་རྒྱ་རོ་དང་། །  
མར་པ་མི་ལ་སྐྱམ་པོ་ཐ་ཙ་པ། །སྤྱེ་ཕུག་པ་དང་དཔལ་  
ལྡན་འབུག་པ་སོགས། །བཀའ་བརྒྱུད་སྤྲེལ་རྣམས་ལ་

མཆོད་པ་འབུལ།                      མི་ཕམ་པར་དཀར་པོ་ཆོས་ཀྱི་  
ཀྱུལ།              །བསྟན་པའི་མངའ་བདག་པཎ་ཆེན་འགྲོ་བའི་  
མགོན།    །སྒྲིགས་དུས་ཀྱུལ་བ་གཉིས་པ་ཆོས་ཀྱི་ཇེ།    །  
ངག་དབང་ལོར་བུའི་ཞལ༥                      །འཇིག་རྟེན་དབང་ཕུག་  
ཕུགས་ཇེའི་རྒྱ་བས་ཐེང་དབུས།                      །ཀྱུལ་ཀུན་མཁྱེན་  
བཙུའི་འདབ་སྟོང་རྒྱས་པ་ལ།                      །ཕན་བདེའི་ངྷི་བསྐྱེད་ཅི་  
ཡང་སྟོབ་པའི་གཉེན།              །ངག་དབང་རྣམ་ཀྱུལ་ཞལ༥                      །  
སྟོན་ཆེ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་སྐུན་སྡེ་རུ།                      །ཆོས་བཞིན་  
སྐུ་བ་པར་མཛད་པའི་གང་བཟག་ལ།                      །བར་ཆད་སྐྱེད་ཞིང་  
སྐྱེད་བར་ཞལ་བཞེས་པའི།                      །ཆོས་སྐྱེད་སྐྱེད་མ་རྣམས་

ལེ།      །གདན་ས་སྤྱང་མཁམ་ཡུལ་འདིའི་གཞི་བདག་གཉན་པོ་  
འཁོར་བཅས་ལ།      །རྒྱ་ཇ་མཉེས་པའི་མཆོད་པ་འདི་  
འབུལ་ལོ།      །བདག་ཅག་དཔོན་སློབ་བསམ་དོན་འགྲུབ་  
པ་དང་།      །སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་ཕྱིན་ལས་  
མཛོད།།      །།

།རྒྱ་མཆོད་ཁ་འཕྱོར་བཞུགས་སོ།།

༥།      །སངས་རྒྱས་རྣམ་པར་གཟིགས་དང་གཙུག་ཏྲར་  
ཅན།      །ཐམས་ཅད་སློབ་དང་ལོག་པ་དད་སེལ་དང་།      །  
འཁོར་བ་འཇིག་དང་སེར་ཐུབ་འོད་སྤྱང་སོགས།      །ཤྲུག་  
ཐུབ་པ་རྣམས་ལ་མཆོད་པ་འབུལ།      །མཐུན་པའི་དགོ་

ཆོགས་སྒོན་ལམ་མཛད་བྱུང་ཞིང་།      ཁྱེད་པ་སྤྱད་ཆོན་  
ཡང་མཆེད་བྱུང་ལ།    །བསྐྱལ་བཟང་གཅིག་ལ་མཛད་པ་  
མཐར་ཕྱིན་པའི།    ཁྱོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སྟོང་ལ་།  
ཐུགས་རྗེ་ཀུན་ལ་སྟོམས་པའི་བཙུམ་ལྡན་འདས།  
མཆོན་ཙམ་བྲོས་པས་ངན་འགྲོའི་སྤྲུག་བསྐྱལ་སེལ།  
དུག་གསུམ་ནད་སེལ་སངས་རྒྱས་སྤོན་གྱི་བྲ།    །བེ་རྩ་  
ཡི་འོད་ལ་།      །ཆོས་ཉིད་མཉམ་པ་ཉིད་ལས་མ་གཡོས་  
ཀྱང་།      །ཐུགས་རྗེས་གཏན་དུ་སྤྱང་ངན་མི་འདའ་  
ཞིང་།      །སྤོན་ལས་རྣམ་བཞིས་འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་  
པའི།    །བཙུམ་ལྡན་མི་འབྲུགས་པ་ལ་།    །དུས་གསུམ་

བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ།      །འགྲོ་བྱུག་སེམས་  
ཅན་རྣམས་ལ་སྦྱན་རས་གཟིགས།      །ནམ་མཁའ་ལྟ་བུར་  
བྱབ་པའི་བཙུ་གཟིགས་ཞལ།      །གཟི་བརྗིད་འོད་དཔག་མེད་  
ལ།      །ཕྱག་སྟོང་འཁོར་ལོས་སྦྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་སྟོང་།      །  
སྦྱན་སྟོང་བསྐལ་པ་བབ་པོའི་སངས་རྒྱས་སྟོང་།      །གང་  
ལ་གང་འདུལ་དེ་ལ་དེར་སྟོན་པའི།      །བཙུན་པ་སྦྱན་རས་  
གཟིགས་ལ།      །བྱམས་ཆེན་མེ་ཡིས་ཞེ་སྒྲ་བུད་ཤིང་  
བསྐྱེགས།      །ཡེ་ཤེས་འོད་ཀྱིས་མ་རིག་ལྷན་པ་སེལ།      །  
ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་ཆབ་འགྲོ་བའི་མགོན་མཛད་པ།      །དགའ་  
ལྡན་བཞུགས་པ་དེ་ལ།      །རྒྱལ་བ་རྣམས་ལ་ཡོངས་

འཛིན་སྒྲུ་མ་དང་། །མཁའ་མཉམ་འགྲོ་ལ་བྱམས་པའི་  
གཉེན་དང་ནི། །ཐར་འདོད་རྣམས་ལ་དག་བའི་བཤེས་  
གཙུག་དུ། །འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱི་ །ལྷུང་ལོ་ཅན་  
གྱི་ཁང་བཟང་དམ་པ་རུ། །གསང་སྤྲགས་རིག་སྤྲགས་  
ཀུན་གྱི་བདག་པོ་སྟེ། །ལོག་འདྲེན་བག་གས་ཀྱི་ཆོགས་  
རྣམས་འཇོམས་མཛད་པའི། །གསང་བའི་བདག་  
པོའི་ །སྤྱོད་བསམ་བརྗོད་མེད་ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན། །  
མ་སྐྱེས་མི་འགག་ནམ་མཁའི་ངོ་བོ་ཉིད། །སོ་སོར་རང་  
རིག་ཡེ་ཤེས་སྟོད་ཡུལ་ག། །དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་  
ཡུམ་ལ་ །འཛིག་ཏེན་འདྲེན་པའི་གཙོ་བོ་ཆོ་དཔག་

མེད། ཁྲུས་མིན་འཆི་བ་མ་ལུས་འཛོམས་པའི་  
དཔལ། མགོན་མེད་སྐུ་ག་བསྐུལ་གྱུར་པ་རྣམས་གྱི་  
སྐུ་བས། སངས་རྒྱས་ཆེ་དཔག་མེད་ལ། དཔལ་ལྷན་  
ལྷ་མོ་སྟོན་ཀའི་ཟླ་བའི་མདོག་ ཞལ་གསུམ་ཕུག་བརྒྱད་  
རབ་མཛེས་ནི་བའི་སྐུ། ཡེ་ཤེས་དཔག་ཡས་ཆེ་ཡི་  
མཆོག་སྟོལ་མ། རྣམ་པར་རྒྱལ་མའི་ཞལ། བདག་  
གིས་ཆེ་རབས་ཀུན་ཏུ་བསྐྱབས་པའི་ལྷ། ཁྲུས་གསུམ་  
སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་ཕྱིན་ལས་མ། རྩོལ་ལྷང་ཞལ་གཅིག་  
ཕུག་གཅིས་སྐྱུར་ནིང་མ། ཡུམ་གྱུར་ལྷ་མོ། བདེ་  
ག་ཤེགས་ཕུགས་རྗེའི་གཙུག་ཏོར་ལས་འབྲུངས་ཤིང་། །



བདེ་འབྱུང་བསྟན་ལ་གཞི་དཔ་ཚར་གཙུང་པས།      །བདེ་  
ལེགས་འབྲས་བུ་ཉེ་བར་སྟོལ་མཛད་པའི།      །བདེ་མཆོག་  
གདུགས་དཀར་ཅན་ལ།      །ལམ་གང་གི་ནི་སངས་རྒྱས་  
འབྱུང་བ་དང་།      །རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཆོས་ཀྱི་སྤྲེལ་མ་ནི།      །  
མཁའ་པའི་རི་མོ་ས་ལ་བཀོད་པ་ཡི།      །ཤེས་རབ་དཀྱིལ་  
འཁོར་མ་ལ་མཆོད་པ་འབུལ༥      །      །

༥      སྟོན་ཆེ་སྒྲུང་བ་མཐའ་ཡས་འོད་དཔག་མེད།      །རི་བོ་  
ཏ་ལ་མགོན་པོ་སྤྱན་རས་གཟིགས།      །རྒྱ་ནག་གོ་ཤར་ཡུ་  
རྒྱལ་པར་འབྱུང་།      །སྐུ་གསུམ་དབྱེར་མེད་ཞལ།      །  
འཛམ་བུའི་གླིང་དུ་བསྟན་པའི་སྟོན་གྱིང་བཙུགས།      །ཁ་

བཅན་དུ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོན་མེ་སྤར།      །དུར་སྒྲིག་འཛིན་པ་  
ཤུག་ཀྱི་སྤྲུལ་གཅིག་དུ།      །མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཛོལ་      །  
ཏྱ་གར་པཎ་ཆེན་བོད་ལ་བཀའ་ངོན་ཆེ།      །པར་འབྱུང་  
གནས་སྤྱུ་ལ་འདས་འབྱུངས་མེད།      །ད་ལྟ་སྟོན་ལ་སྤྱོད་  
པོའི་ཁ་གཏོན་མཛད།      །ཡུ་ཏུ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་      །མཚོ་  
སྤྱུ་རྩེ་རྩེ་པར་ཏུ་པོ་དང་།      །ཤུག་མེད་སྒྲོ་ལྡན་མཚོ་ག་  
སྤྱེད་སྤྱེད་ལ།      །ཉི་འོད་མེད་སྤྱེད་རྩེ་རྩེ་གོ་ལོད་སོགས།      །  
སྤྱུ་ལ་པའི་མཚན་བརྒྱད་རྣམས་ལ་      །བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་ཆོས་ཏུ་ལྟུང་ལྟུང་འཛིན་ཅིང་།      །གངས་ཅན་བྱིད་  
འདྲིར་གདུལ་བྱ་མ་ལུས་པ།      །སྤྱོད་ཆོག་སྤྱོད་ཆོག་གིས་

འདུལ་བར་མཛད་པ་ཡི། །ཁྱི་སྒོང་ལྟེ་འུ་བཙན་ཞལ་། །  
རྒྱལ་ཀུན་སྐྱེས་ཡུམ་ཆོས་དབྱིངས་ཀུན་བཟང་མོ། །ཁོད་  
འབངས་སྐྱོབ་པའི་མ་ཅིག་དྲིན་མོ་ཆེ། །དངོས་གྲུབ་  
མཆོག་སྟོལ་བདེ་ཆེན་མཁའ་འགྲོའི་གཙོ། །ཡེ་ཤེས་  
མཆོ་རྒྱལ་མ་ལ་། །བདུད་དཔུང་འཛོམས་པའི་སྐྱུ་གཤམ་ག་  
ཁྱོ་བའི་སྐྱ། །ལྟ་བའི་བདུད་འདུལ་བརྟུལ་ཞུགས་སྟོད་པ་  
ཅན། །སྤྲུམ་པའི་རྣལ་འབྱེད་འགྲོ་བ་ཡོངས་ཀྱི་  
མགོན། །ཡུ་རྒྱུན་ལུང་བསྟན་སྐྱེས་མཆོག་སྟོལ་པའི་  
སྐྱ། །ཐང་སྟོང་རྒྱལ་པོའི་ཞལ་། །བདག་ཉིད་འདུས་པ་  
པར་བཟོ་ཅུལ། །བདེ་སྟོང་མཉམ་རྩལ་མཐུ་ར་བ་

ཡུམ། །དཔལ་ཆེན་གཙོ་བརྒྱད་ཡབ་ཡུམ་སྤྲུལ་འཁོར་  
བཅས། །དགོངས་འདུས་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ལ། །སྐྱེ་  
མེད་ཆོས་སྐུ་དག་པའི་རང་བཞིན་ལས། །ཐུགས་རྗེ་  
སྤྲུལ་སྐུ་ཡ་མཚན་ཆེན་པོར་སྟོན། །འགྲོ་དོན་རྩལ་གས་  
མཛད་སྐུ་གསུམ་ལྟན་གྱིས་གྲུབ། །རྗེ་རྗེ་གཞིན་ལྷའི་  
ཞལ། །ཡུམ་གྱུར་གཙོ་ལ་ཆགས་པ་མི་མངའ་ཡང་། །  
དགེས་པ་བསྐྱེད་ཕྱིར་གཙོ་བོའི་སྐུ་ལ་འབྲིལ། །ཆགས་  
མེད་དང་བའི་སེམས་ཅན་སྟོན་པར་མཛད། །འཁོར་ལོ་  
རྒྱས་འདེབས་ཡུམ་ལ། །གནམ་ས་གཉིས་ལ་དབང་  
འབྱོར་སྤྲུལ་པ་འགྱེད། །སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་བསྟུང་

བྱེད་ར་རྩུ་ལ། བྱུགས་དམ་བསྐྱལ་བའི་ཡུམ་ཆེན་ལུམ་  
གཅིག་བཅས། བཀའ་བདུན་འཁོར་དང་ལ། སྒྲོན་ཆོ་  
དཔལ་ཆེན་སྒྱུན་སྒྲར་ཁས་སྤངས་ཤིང་། རྒྱ་ན་བདག་  
ཉིད་དཔལ་གྱི་ལྷ་མོ་བཞི། རྫོང་གཏོང་ལས་ལ་བཙོན་  
ཞིང་འཁོར་སྒྲོང་མ། སྐུར་པའི་སྐུང་མ་རྣམས་ལ་མཆོད་  
པ་འབུལ། ། །

༥ བྲགས་མཁས་བྱུགས་རྗེས་ལྟ་འེ་རིགས་འབྱུངས་  
ཤིང་། བཀའ་གྱིས་མི་བྱབ་བདུན་གྱི་དཔུང་འཛམས་  
པ། བཀའ་གྱི་ལྷ་ན་པོ་ལྷ་བུར་བརྗེད་པའི་སྐྱུ། ལྟ་འེ་  
རྒྱལ་པོའི་ཞལ། འཛམ་དབྱངས་བྱུག་ན་རྗེ་རྗེ་སྐུན་རས་

གཟིགས། །ས་ཡི་སྒྲིང་པོ་སྒྲིབ་པ་རྣམ་པར་སེལ། །  
ནམ་མཁའི་སྒྲིང་པོ་བྱམས་པ་ཀུན་ཏུ་བབང་། །ཉེ་བའི་  
སྤྲུལ་ཆེན་བརྒྱུད་ལེ། །གང་ཞིག་ཕན་བདེ་ཐམས་ཅད་  
འབྱུང་བའི་བྱུངས། །བསྟན་པ་རིན་ཆེན་ཕྱག་ཏུ་གཏད་པ་  
དེ། །ཆོས་བཞིན་གྱི་དོར་མཛད་པའི་དབྱ་བཅོམ་པ། །  
གནས་བཏོན་རྒྱལ་ཚབ་རྣམས་ལེ། །མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་  
ཡུལ་དེ་ལྟ་དང་། །ཐོགས་མེད་དབྱིག་གཉིན་ཕྱོགས་  
སྤང་ཆོས་ཀྱི་བྲག་ས། །ཆོས་སྒྲིང་ཡོན་ལྷན་རྣམ་གཉིས་  
དཔའ་བོ་སོགས། །འཛམ་གླིང་རྒྱུན་མཆོག་རྣམས་  
ལེ། །ཆོས་སྐུ་གཟུང་འཛོན་བྲལ་བའི་ངང་ཉིད་ལས། །

ལོངས་སྤྱོད་ཚྲོགས་སྒྲུ་འཇའ་ཚོན་ལྟ་བུ་ལ། །མཚན་དང་  
དཔེ་བྱད་ཕྱག་རྒྱ་ལྟ་ཡིས་བརྒྱན། །ཡི་དམ་ལྟ་ཚྲོགས་  
རྣམས་ལ། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱན་ནས་ལེགས་སྤྱོ་  
བའི། །སྤྱོད་ཉིད་སྦྱོང་རྒྱུ་ལྟ་བུ་ལྟོན་ལ། །  
མཚོག་གི་བདེ་སྤྱོད་བདེན་གཉིས་ཞལ་མངའ་བའི། །རྩོ་  
རྒྱུ་ལྟ་བུ་ལྟོན་ལ། །སྤྱོད་ཚོ་བཅོམ་ལྟོན་འདས་ཀྱི་སྤྱོད་  
སྤྱོད། །ཆོས་བཞིན་སྤྱོད་པར་མཛད་པའི་གང་ཟག་  
ལ། །བྱ་བཞིན་སྤྱོད་པར་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པ་ཡི། །  
ཆོས་སྤྱོད་སྤྱོད་མ་རྣམས་ལ། །གདན་ས་སྤྱོད་མའམ་ཡུལ་  
འདིའི་གཞི་བདག་གཉིས་པོ་འཁོར་བཅས་ལ། །རྒྱུ་མཉེས་



པའི་མཆོད་པ་འདི་འབྱུང་ལོ།     །བདག་ཅག་དཔོན་སྟོབ་  
བསམ་དོན་འགྲུབ་པ་དང་།     །སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་རྒྱས་  
པའི་ཕྱིན་ལས་མཛོད།།     །

༄     བཀའ་བརྒྱད་གོང་མ་ན་རིམ་གྱི་ཇ་མཆོད་ནི།     མཆོག་ཏུ་མི་འགྱུར་  
བདེ་བའི་དངོས་པོ་དང་།     །སྤྱིད་ཞིའི་རྣམ་རྟེན་གཅིག་ཏུ་  
ལེགས་སྟོམ་པ།     །བྱབ་བདག་དང་པོའི་མགོན་པོ་བཙུང་  
ལྡན་འདས།     །རྫོང་འཆང་དབང་ཞལ་༥     །འོག་མིན་  
གནས་སུ་དོན་གྲུབ་འཆང་རྒྱུ་འོ།     །སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་  
གསང་བའི་བདག་བསྟོས་ལ།     །མ་རུངས་སྤྱིད་པར་  
དབང་ཆེན་ཀུན་འདུལ་མཁན།     །ཕྱག་ན་རྫོང་འོ།ཞལ་༥     །

བཅོམ་ལྡན་སྒྲུང་མཛད་སྤྲུལ་གྱི་བྱ་བོ་པ། །ཀུན་ཏུ་བབ་  
པོ་རྒྱལ་བའི་མཐུ་སྟོབས་གྱིས། །རྫོགས་ལག་ན་འཛིན་དེར་  
བྱོ་ག་ལར། །རྫོགས་ཏི་ལྷོ་ཞལ་ཟེ། །ཕྱི་ནང་ཤེས་བྱའི་  
འཛིན་མ་མ་ལུས་པ། །མི་བརྗེད་གཟུངས་གྱི་འཁོར་ལོས་  
ལེགས་བསྐྱར་བས། །ཕས་གྱི་རྒྱལ་བའི་སྟོབས་ལས་  
རྣམ་རྒྱལ་བའི། །པཎ་ཆེན་རྒྱ་ལོའི་ཞལ་ཟེ། །རང་གཞན་  
གྲུབ་མཐའ་རྒྱ་མཆོའི་ཕ་རོལ་སོན། །ལེགས་སྐྱར་བརྗེད་  
སྟོད་གཞུང་ལུགས་རྒྱ་མཆོ་སོགས། །གནས་ལྡན་རིག་པ་  
མཆུངས་མེད་ཆོས་གྱི་རྗེ། །མར་པ་ལོ་ཕྱོའི་ཞལ་ཟེ། །ཡང་  
དག་ཕྱོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་དང་། །ཆོས་

དང་འཕགས་པའི་དག་འདུན་ཇི་སྟེད་པ། བྱིད་དང་རྣམ་  
པར་དབྱེ་བ་མ་མཆིས་པའི། རྗེ་བཙུན་མི་ལའི་ཞལ་༥ །  
དཔལ་ལྷན་རས་པའི་བྱགས་སྤྲུལ་སྐྱར་གྱི། ཁོང་ན་  
བྱིད་ཉིད་ཁོ་ན་བསིལ་བེར་ཅན། ལམ་སྟོར་ངལ་བའི་  
འགྲོ་བར་དབྱགས་འབྱིན་པའི། རྗེ་བཙུན་རས་ཆུང་  
ཞལ་༥ རྟེན་བྱའི་མཁའ་ལ་མཁྱེན་རབ་དགྱེལ་འཁོར་  
རྒྱས། མཛེད་པའི་འོད་སྟོང་གདུལ་བྱའི་སྤྲིང་ལ་ཕྱག་ །  
རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ཀུན་ནས་གསལ་མཛེད་པའི། །  
དཀར་བརྒྱུད་རིན་པོ་ཆེ་ལ་༥ ཆོས་ཀྱི་སེང་གོ་ང་འོ་ལ་  
བྱང་བས། རྒྱ་བའི་མདུན་སར་མཁས་དབང་རི་དྲགས་

ནི། མཐའ་དག་སྒྲིང་ནས་འདར་བྱེད་སྟོབས་པའི་  
ཤུགས། ཤམ་མོ་གྲུ་པའི་ཞལ་། འདྲུལ་གསུམ་རྒྱལ་  
བའི་དཔལ་ལྡན་གཡུ་གྲགས་པ། འབྲེལ་ཚད་དོན་དང་  
ལྡན་པའི་མངའ་བདག་མེ། སྒྲིགས་མའི་དུས་འདིར་  
རྒྱལ་བའི་ལུང་བསྟན་མཛད། འགྲོ་མགོན་ཉང་གི་  
ཞལ་། དཔལ་ལྡན་ཚྭ་གས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་  
ཀྱིས། ལྟུ་བརྒྱུ་པ་ཡི་གཙུག་གི་རྒྱན་དུ་འབྱུང་། གསལ་  
བར་ལུང་བསྟན་ཐོབ་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ། སྤྲིང་ཆེན་རས་  
པའི་ཞལ་། དཔལ་ལྡན་འཛིག་རྟེན་དབང་ལྷུག་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི། ཅོད་པན་གཅིག་ཤུར་གྱུར་པ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ། །

མཐའ་ཡས་འགོ་ལ་ཕན་བདེའི་བྱེད་པ་པོ།     །དཔལ་ལྷན་  
འབྲུག་པའི་ཞལ་དུ་མཆོད་པ་འབུལ། །འགོ་གསུམ་བསོད་  
ནམས་གྱིས་བསྐྱབས་སྐྱེལ་མཆོན་ཅེའི།     །སྤྱན་རས་  
གཟིགས་དབང་པལ་རྩ་རྒྱུ་གའི་དབྱིད།     །ལྷ་བརྒྱུ་པ་ལ་ཆེས་  
སུ་ཆགས་པའི་མདངས།     །ཆོས་ཆེ་བྱེད་བོན་རྣམས་ལ་  
མཆོད་པ་འབུལ།     །བྲག་པ་པའི་འོད་གྱིས་འཛིག་ཏེན་  
བསིལ་མཛོད་ལ།     །མཚུངས་མེད་བྱུང་མཆོག་རྣམས་གྱི་  
ཐིག་ལེའི་དབང་། །བྱུང་བསྐྱེད་སྐྱེལ་མཆོག་ཀུན་ཏུ་ཕྱག་བྱེད་པ།  
།རྒྱལ་བ་ལོ་རས་ཞལ་།     །ས་གསུམ་འགོ་བ་ཀུན་གྱི་  
མགོན་པོ་མཆོག་     །རྫོགས་ཆུང་བ་སྐྱེལ་འབྲུལ་རིགས་

བརྒྱུད་དཔྱད། །དཔལ་ལྷན་གྲུབ་པའི་ཐེག་ལེར་ཤར་བ་  
ནི། །ཁོད་ཚང་ཆོས་རྗེའི་ཞལ་། །རྒྱལ་ཀུན་སྦྱིང་རྗེའི་  
རང་གཟུགས་སྤྱན་རས་གཟིགས། །དྲག་པོའི་སྤྱར་  
བཞེངས་རྟ་མཆོག་རྩལ་པ་རྩལ། །སྦྱིགས་དུས་འགྲོ་  
བའི་དོན་དུ་སྤྱ་སྤྱལ་པ། །འབྲུག་སྒོམ་ཞིག་པོའི་ཞལ་། །  
ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེའི་ཆོས་རྣམས་ཐེག་པའི་མཐའ། །ཡོངས་  
རྗེའི་གསུམ་པའི་དབང་ཕྱུག་རིན་པོ་ཆེ། །སྦྱིགས་དུས་  
འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་སྤྱབས་གྱུར་པ། །རྒྱལ་དབང་ཆོས་རྗེའི་  
ཞལ་། །རང་བཞིན་ཆོས་ཀྱི་སྤྱ་ལས་མ་གཡོས་གྱུར། །  
གཟུགས་སྤྱས་སེམས་ཅན་དོན་དུ་སྤྱལ་མཛད་ནས། །

དཀར་བརྒྱད་བསྟན་པ་ཡོངས་སུ་རྒྱས་མཛད་པ། །ངག་  
དབང་ཆོས་རྒྱལ་ཞལ་། །ཞིང་བཅུ་སྟོག་དབུགས་ལེན་  
ཕྱིར་མདའ་གཞུ་འཛིན། །གཉིས་སྒྲུང་བག་ཆགས་  
བསད་ཕྱིར་ཤ་བྱི་བྱིད། །བྱམས་དང་སྒྲིང་རྩེ་བཟོད་པའི་  
ཕུབ་ཆེན་བྱིར། །ཀུན་དགའ་ལེགས་པའི་ཞལ་། །ཀུན་  
གཟིགས་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་འདྲ་མཁས་པའི་གཙོ། །  
མཆོག་གི་གོ་འཕང་ལ་ཞུགས་གྱུབ་པའི་དབང་། །ཀུན་  
ཏུ་སྟོན་མེད་བཅུན་པའི་དཔལ་དམ་པ། །འཇམ་དབྱངས་  
ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པར་མཆོད་པ་འབུལ། །མཆོད་འོས་ཆེར་  
སྒྲུ་རལ་པའི་རི་བོ་ལ། །ཞབས་སེན་ཟླ་བ་བཀོད་ནས་



ཐར་འདོད་གྱི། །ལམ་སྟོར་ངལ་བ་ཡོངས་ལ་སྟོག་སྟོལ་  
བ། །ཡོན་ཏན་ཡེ་ཤེས་ཞལ་། །ཤེས་དང་ཤེས་བྱ་  
གཉིས་སུ་མེད་པའི་སྒྱ། །རབ་འབྱམས་ཆོས་ཀུན་ཅིག་  
ཅར་འདོམས་པའི་གསུང་། །རྒྱ་ཆེ་བ་མེད་པའི་ཐུགས་  
མངའ་རིན་པོ་ཆེ། །ཤེས་རབ་རྒྱ་མཆོད་ཞལ་། །རྒྱ་ཆེན་  
ཆོས་ཀྱི་དེ་ཉིད་ལེགས་མཐོང་ཞིང་། །ཐར་འདོད་སྟོང་དང་  
འཆོམས་པར་ལམ་སྟོན་པའི། །མཐུ་སྟོབས་མགོན་པོ་  
དཔལ་ལྷན་དཀར་བརྒྱད་ཇེ། །ཆོས་ཀྱི་མགོན་པོའི་  
ཞལ་། །སྤིང་གསུམ་མེས་པོ་འཕྲོག་བྱེད་པད་དཀར་  
མིག་ །དཔལ་མེད་དཔལ་དང་བྱིན་སྦྱེས་དབྱ་བོ་

སོགས། འཇིག་རྟེན་ཕྱག་འོས་ཀྱི་མགོན་གཅིག་  
ཕྱུ་ འདག་གི་དབང་ཕྱག་ཞལ་། མི་ཕམ་པར་དཀར་པོ་  
ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ། བསྟན་པའི་མངའ་བདག་པཏ་ཆེན་འགྲོ་  
བའི་མགོན། སྒྲིགས་དུས་རྒྱལ་བ་གཉིས་པ་ཆོས་ཀྱི་  
རྗེ། འདག་དབང་ལོར་བུའི་ཞལ་དུ་མཆོད་པ་འབུལ། ། །  
གཞན་མི་ཕམ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སོགས་ནི་བསྟོད་ཆོག་ས་རིམ་པར་གཟིགས་པར་ཁུའོ།

༼ཕུད་མཆོད་རྒྱས་པ་བཞུགས་སོ།༽

ལྟོ མ་ནམ་བཞི་སྐོར་ལན་གཅིག་གི་མཐར། འཇིག་རྟེན་དབང་

ཕུག་ཕུགས་མེའི་རྒྱབས་ཕྱེང་དབུས། །སོགས་དང་། སྒྲུ་མ་  
སྒྲུ་ཁམས་བཟང་བར་གསོལ་བ་འདེབས། །མཆོག་ཏུ་སྒྲུ་  
ཆོ་རིང་བར་གསོལ་བ་འདེབས། །སྤྱིན་ལས་དར་ཞིང་  
རྒྱས་པར་གསོལ་བ་འདེབས། །སྒྲུ་མ་དང་འབྲལ་བ་མེད་  
པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱལ་བས། །ཧྲིལ་མགོན་པོ་ཕུགས་མེ་ཆེ་ལྡན་  
པ། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྟོན་པ་པོ། །བསོད་ནམས་  
ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོའི་ཞིང་། །དེ་བཞིན་གཤེགས་ལ་  
གསོལ་བ་འདེབས། །དག་པ་འདོད་ཆགས་བྲལ་བའི་  
རྒྱ། །དག་བས་ངན་སོང་ལས་གྲོལ་ཞིང་། །གཅིག་ཏུ་  
དོན་དམ་མཆོག་གྱུར་པ། །ཞི་གྱུར་ཆོས་ལ་གསོལ་བ་

འདེབས། གྲོལ་ནས་གྲོལ་བའི་ལམ་ཡང་སྟོན། །  
བསྐྱབ་པ་དག་ལ་རབ་ཏུ་གུས། ཞིང་གི་དམ་པ་ཡོན་  
ཏན་ཞིང་། དག་འདུན་ལ་ཡང་གསོལ་བ་འདེབས། །  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བྱེད་སྐྱེ་ཅི་འདྲ་བ། འཁོར་དང་  
སྐྱ་ཆེའི་ཆད་དང་ཞིང་ཁམས་དང་། བྱེད་ཀྱི་མཆོན་  
མཆོག་བཟང་པོ་ཅི་འདྲ་བ། དེ་འདྲའི་ནར་བདག་  
སོགས་སྐྱེ་བར་ཤོག སྟོན་པ་སྤྲུམ་མེད་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་  
ཆེ། སྐྱེ་བ་པ་སྤྲུམ་མེད་དམ་ཆོས་རིན་པོ་ཆེ། འདྲེན་པ་སྤྲུ་  
མེད་དག་འདུན་རིན་པོ་ཆེ། སྤྲུམ་མེད་དཀོན་མཆོག་  
གསུམ་ལ་། སངས་རྒྱས་ཡོན་ཏན་བསམ་མི་བྱེད། །

ཆེས་གྱི་ཡོན་ཏན་བསམ་མི་བྱ་བ།    །དག་འདུན་ཡོན་ཏན་  
བསམ་མི་བྱ་བ།    །བསམ་མི་བྱ་བ་ལ་དད་བྱེད་པའི།    །

རྣམ་པར་སྒྲིན་པའང་བསམ་མི་བྱ་བ།    །རྣམ་དག་ཞིང་དུ་  
སྐྱེ་བར་ཤོག།    །ཡུང་ལྷ་བཙད་དེ།    ཨོྃ་གུ་རུ་བཙྰ་ཞི་ཕྱི་དྲེ་ཨྲུཾ་  
ཏཱི།    གླམ་ལ་ལྷ་ཤོས་གཅིག་ཡུལ།    ཨོྃ་སཏྲ་བཙྰ་བོ་རྟེ་སཏྲ་བྱུཾ་  
བཙྰ་ཞི་ཕྱི་དྲེ་ཨྲུཾ་ཏཱི།    སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཆོག་སེམས་ལ།

ཨོྃ་གུ་མ་དེ་ཤ་མཐུ་ལ་བཙྰ་ཞི་ཕྱི་དྲེ་ཨྲུཾ་ཏཱི།    ཡི་དམ་དགྱིལ་  
འཁོར་གྱི་ལྷ་ཆོག་སེམས་ལ།    ཨོྃ་བྱེ་རྣམ་པུ་ལ་ཡ་བཙྰ་ཞི་ཕྱི་དྲེ་ཨྲུཾ་

ཏཱི།    ཆེས་སྐྱོང་སྐྱང་མའི་ཆོག་སེམས་ལ།    ཨོྃ་བྲི་མེས་པ་རི་ཤ་ར་བྱུཾ་  
བཙྰ་ཞི་ཕྱི་དྲེ་ཨྲུཾ་ཏཱི།    གནས་བདག་ག་ཞི་བདག་གི་ཆོག་སེམས་ལ།    དེ་ནས་

ཕུད་ཀྱི་ཆངས་བུ་གསུམ་བཅད་དེ།      ཡོ་རྟ་རི་ཏེ་པི་རྩ་ཨ་ཁི་སྒྲུ།  
འཕྲོག་མའི་བུ་ལྔ་བརྒྱ་ལ།      ཡོ་རྟ་རི་ཏེ་པི་རྩ་ནི་ཁི་སྒྲུ།      འཕྲོག་མ་  
རྣམས་ལ།      ཡོ་ཨ་བྲ་པི་རྩ་ཨ་ཁི་བྱེ་སྒྲུ།      འཕྲོག་གནས་སོགས་  
ཕུད་ལ་དབང་བའི་འབྱུང་པོ་ལ།      དེ་ནས་བཟའ་བ་སོགས་ཐེག་དམན་པ་ལྟར་ན་ཕུང་པོའི་  
སྒྲིན་འབྲུ་རྣམས་གསོ་བའི་ཕྱིར་དང་།      ཐེག་ཆེན་པ་འདུ་ཤེས་གསུམ་ལྟར་ཏེ།      བདག་  
སྒྲིན་པ་པོ་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཕན་པའི་ཕྱིར་ལོངས་སྤྱོད་གྲུབ་པ་དང་།      ལྷག་མའི་  
ཆངས་བུ་གཅིག་བཞག་ལ།      ཡོ་ཨུ་རྩྭ་པི་རྩ་ཨ་ཁི་བྱེ་སྒྲུ།  
ལྷག་ལ་དབང་བའི་འབྱུང་པོ་ལ།      དེ་ནས་ཡོན་སྦྱང་ནི།      བཅོམ་ལྟན་འདས་  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དབྱ་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་  
ཁྲོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རིན་ཆེན་འོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཀུན་

ནས་མེའོད་རབ་ཏུ་གསལ་བ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ཁ་  
མེས་མཆོ་ཕ་བྱ་རྒྱུ་ཇོ་ཡ། ཏ་བྱ་ག་ཏ་ཡ། ཨ་རྩ་ཏེ་  
ས་ཕྱ་རྒྱ་བྱུ་ཡ། ན་མོ་མཆོ་བྱེ་ཡེ་ཀུ་མུ་ར་བྱ་ཏུ་ཡ། བོ་  
རྩི་ས་ཏུ་ཡ། མ་རྒྱ་ས་ཏུ་ཡ། མ་རྒྱ་ཀུ་རུ་ཆི་ཀུ་ཡ། ཏཱ་  
བྱ། ཨོ་ནི་རྒྱ་ལོ་བྱེ་ནི་རྒྱ་བྱ་སེ། ཇོ་ཡེ་ཇོ་ཡེ། ལ་བྱེ་ལ་  
བྱེ་མ་རྒྱ་མ་ཏེ། དཔྱེ་དཔྱེ་ཆི་པ་རི་ཤོ་རྩ་ཡ་སྒྲུ། ཞེས་  
གཟུངས་འདི་ཆར་གསུམ་བཏོན་ན་དགོར་བས་རི་བོ་ཙམ་བོས་གྱང་འདག་ཅིང་བསོད་  
ནམས་འཕེལ་ལོ། གང་གིས་བདག་ལ་ཁ་བས་སྦྱིན་པ་དང་།  
སྒོམ་བྱུང་པ་དང་། རིམ་གྱོ་བྱས་པ་དེ་དག་ཉེ་བར་ཞི་བའི་  
བདེ་བར་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག །གང་ཡང་བདག་ལ་གཤེ་



བར་བྱེད་པ་དང་། རྟོག་པར་བྱེད་པ་དང་། མཆོན་གྱིས་  
རྟོག་པར་བྱེད་པ་དང་། རྟོག་གི་བར་དུ་གཙོད་པར་བྱེད་  
པ་དེ་དག་ཉི་བར་ཞི་བའི་བདེ་བ་དམ་པ་ཐོབ་པར་གྱུར་  
ཅིག །བཟའ་བ་ཡུལ་བའི་བསོད་ནམས་གྱིས། །ཁ་དོག་  
སྟོབས་དང་ལྡན་གྱུར་ཏེ། །རོ་བརྒྱ་ལྡན་པའི་བས་བརྟེས་  
ནས། །བསམ་གཏན་བས་གྱིས་འཆོ་བར་ཤོག །བཏུང་  
བ་ཡུལ་བའི་བསོད་ནམས་གྱིས། །ཉོན་མེད་ས་ཆ་དཔ་ཞི་  
བ་དང་། །སྦྱོན་སོགས་ཡོན་ཏན་ལྡན་པ་ཡིས། །སྒྲོམ་  
ནད་མེད་པར་སྐྱེ་བར་ཤོག །གང་གི་སྦྱོན་པ་གང་ལ་  
སྦྱོན། །སྦྱོན་པ་ཇི་ལྟར་མི་གཏོང་བ། །སྦྱོན་པ་མཉམ་པ་

དེ་ཉིད་ཀྱིས། །སྦྱོན་བདག་དེ་ལ་ཡོངས་རྫོགས་འོག། །  
རྒྱལ་པོ་སྦྱོན་བདག་ཉིད་དང་ནི། །སེམས་ཅན་སྤང་པོ་  
གཞན་དག་ལ། །ཆེ་རིང་ནད་མེད་སྤྱན་སྤུམ་ཆོགས། །  
རྟག་རྟ་བདེ་བར་ཐོབ་པར་འོག། །སྒྲ་མེད་སྒྲ་མའི་བྱགས་  
རྩེ་ཡིས། །རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤྲས་རང་རྒྱལ་དང་། །དབྱ་  
བཅོམ་བདེན་པའི་བྱོན་རྒྱབས་ཀྱིས། །ཁི་ལྟར་བསྡོལ་  
སྦྱོན་ལམ་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག། །སྦྱོན་པ་རྒྱ་ཆེར་གྱུར་པ་འདི་  
ཡི་མཐུས། །འགྲོ་བའི་ནང་ན་རང་གྱུང་སངས་རྒྱས་  
འོག། །སྦྱོན་གྱི་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་མ་གྲོལ་བའི། །སྦྱོ་  
བའི་ཆོགས་རྣམས་སྦྱོན་པས་གྲོལ་གྱུར་ཅིག། །སངས་

ཀྱུས་སྐྱ་གསུམ་བརྟེས་པའི་བྱིན་རྒྱབས་དང་། ཁོས་ཉིད་  
མི་འགྱུར་བདེན་པའི་བྱིན་རྒྱབས་དང་། དག་འདུན་མི་  
ཕྱེད་འདུས་པའི་བྱིན་རྒྱབས་གྱིས། ཇི་ལྟར་བསྟོ་བ་སྟོན་  
ལམ་འགྲུབ་པར་ཤོག། ཅེས་པ་འདི་ཡང་སངས་རྒྱུས་སེང་གོས་བསྐྱུལ་  
བའི་ངོར་ལྷ་ཀྱ་སྐྱ་སྐྱ་རེ་ལམ་ཏི་བླ་བས་སྐྱར་བ་དགོའོ།

## ༼ཕུད་མཆོད་བསྐྱུས་པ་ནི༽

༥ མ་ནམ་བཞི་སྐྱོར་ལན་གཅིག་གི་མཐར། འཇིག་རྟེན་དབང་  
ཕུག་ཕུགས་རྗེའི་རྒྱབས་ཕྱེད་དབུས། སོགས་དང་། སྒྲ་མ་  
སྐྱ་ཁམས་བཟང་བར་གསོལ་བ་འདེབས། མཆོག་ཏུ་སྐྱ་  
ཆོ་ངོང་བར་གསོལ་བ་འདེབས། བྱིན་ལས་དར་ཞིང་

རྒྱུ་པར་གསོལ་བ་འདེབས། གླེ་མ་དང་འབྲལ་བ་མེད་  
པར་བྱིན་བྱིས་སྒྲོབས། །ཧྲི་ མགོན་པོ་བླ་གསུམ་རྗེ་ཆེ་ལྷན་  
པ། བཤམས་ཅད་མ་བྱེན་པ་སྟོན་པ་པོ། བསོད་ནམས་  
ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོའི་ཞིང་། རྗེ་བཞིན་གཤེགས་ལ་  
གསོལ་བ་འདེབས། རྒྱལ་པ་འདོད་ཆགས་བྲལ་བའི་  
རྒྱ། རྒྱལ་བས་དན་སོང་ལས་གྲོལ་ཞིང་། བཅིག་ཏུ་  
དོན་དམ་མཆོག་གྱུར་པ། ཞི་གྱུར་ཆེས་ལ་གསོལ་བ་  
འདེབས། གྲོལ་ནས་གྲོལ་བའི་ལམ་ཡང་སྟོན། །  
བསྐྱབ་པ་དག་ལ་རབ་ཏུ་གྱུས། ཞིང་གི་དམ་པ་ཡོན་  
ཏན་ཞིང་། རྒྱལ་པ་འདོད་ལ་ཡང་གསོལ་བ་འདེབས། །

དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བྱེད་སྐྱུ་ཅི་འདྲ་བ།      འཁོར་དང་  
སྐྱ་ཆེའི་ཆད་དང་ཞིང་ཁམས་དང་།      བྱེད་གྱི་མཆོན་  
མཆོག་བཟང་པོ་ཅི་འདྲ་བ།      དེ་འདྲའོ་ནར་བདག་  
སོགས་སྐྱེ་བར་ཤོག། སྟོན་པ་སྤྲ་མེད་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་  
ཆེ། སྟོབ་པ་སྤྲ་མེད་དམ་ཆོས་རིན་པོ་ཆེ། འདྲེན་པ་སྤྲ་  
མེད་དག་འདུན་རིན་པོ་ཆེ།      སྤྲ་མེད་དཀོན་མཆོག་  
གསུམ་ལ་།      སངས་རྒྱས་ཡོན་ཏན་བསམ་མི་བྱ་བ།      །  
ཆོས་གྱི་ཡོན་ཏན་བསམ་མི་བྱ་བ།      དག་འདུན་ཡོན་ཏན་  
བསམ་མི་བྱ་བ།      བསམ་མི་བྱ་བ་ལ་དད་བྱེད་པའི།      །  
རྣམ་པར་སྟོན་པའང་བསམ་མི་བྱ་བ།      རྣམ་དག་ཞིང་དུ་

སྐྱེ་བར་ཤོག།      །བདག་སོགས་འཁོར་བཅས་ཆེ་རབས་  
ཐམས་ཅད་དུ།      །དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་ནམ་ཡང་མི་  
བྲལ་ཞིང་།      །དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་རྒྱན་དུ་མཆོད་པ་  
ཡིས།      །དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་གྱིན་རྒྱ་བས་འཇུག་པར་  
ཤོག། ॥

## ༼ཆོགས་མཆོད་བཞུགས་སོ༼༽

༥།      མ་ནམ་བཞི་སྐར་ལན་གཅིག་གི་མཐར།      འོད་དཔག་མེད་པའི་  
སྤྲུལ་གྱི་ཐུ་བོ་པ།      །བྱུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་  
པའི་གདུང་།      །རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་པོ་ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་  
ཞབས།      །སྐྱེ་ཆེ་བརྟན་ཅིང་སྤྱིན་ལས་རྒྱས་གྱུར་ཅིག།      །མྱ་

མ་སྐྱུ་ཁམས་བཟང་བར་གསོལ་བ་འདེབས། །མཆོག་ཏུ་  
སྐྱུ་ཆེ་རིང་བར་གསོལ་བ་འདེབས། །ཐིན་ལས་དར་ཞིང་  
རྒྱས་པར་གསོལ་བ་འདེབས། །སྒྲུ་མ་དང་འབྲལ་བ་མེད་  
པར་བྱིན་བྱིས་སྟོབས། །༥། ཨོ་ཆོས་རྣམས་མི་  
དམིགས་སྟོང་པའི་ངང་། །ཡུལ་ཐོད་དཀར་དཔྲལ་བ་རང་  
ལ་བསྟན། །རྩྱུ་ག་ལྟ་ཡེ་ཤེས་བདུད་ཅི་ལྟ། །རྩྱེ་ཆོགས་  
མཆོད་བདུད་ཅི་འི་རྒྱ་མཆོ་གྱུར། །ཨོ་ཡུལ་རྩྱུ། ལན་གསུམ།  
དཀར་བརྒྱད་སྒྲུ་མ་ཐམས་ཅད་ལ། །ཆོགས་མཆོད་  
བདུད་ཅི་འི་རྒྱ་མཆོ་འབུལ། །ཡི་དམ་དགྱེལ་འཁོར་ལྟ་  
ཆོགས་ལ། །ཆོགས་མཆོད་བདུད་ཅི་འི་རྒྱ་མཆོ་



འབྲུལ། །གནས་གསུམ་དཔའ་བོ་མཁའ་འགོ་ལ། །  
ཆོག་ས་མཆོད་བདུད་ཅིའི་རྒྱ་མཆོ་འབྲུལ། །ཆོས་སྒྲིང་མ་  
མགོན་ལུམ་ཅུལ་ལ། །ཆོག་ས་མཆོད་བདུད་ཅིའི་རྒྱ་མཆོ་  
འབྲུལ། །བཀའ་སྒྲིང་དམ་ཅན་རྒྱ་མཆོ་ལ། །ཆོག་ས་  
མཆོད་བདུད་ཅིའི་རྒྱ་མཆོ་འབྲུལ། །ཆོས་བདག་གནས་  
བདག་ཐམས་ཅད་ལ། །ཆོག་ས་མཆོད་བདུད་ཅིའི་རྒྱ་  
མཆོ་འབྲུལ། །མཆོད་དང་ལུམ་ཅུལ་ཐམས་ཅད་ལ། །  
ཆོག་ས་མཆོད་བདུད་ཅིའི་རྒྱ་མཆོ་འབྲུལ། །བསྐྱང་ངོ་  
བསྐྱལ་པའི་ཐུགས་དམ་བསྐྱང་། །ཉམས་ཆག་ཐམས་  
ཅད་སྒྲིང་གུར་ཅིག །སྒྲིག་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་དག་གུར་

ཅིག །འབྲས་བུ་སྐྱ་གསུམ་ཐོབ་གུར་ཅིག །མངོན་གུར་  
དབང་དང་དངོས་གྲུབ་སྟོལ། །ག་ཏུ་ཅ་ག་ཕུ་ཇ་ཁྲའི། །  
ཏེ་རུ་ག་ཡི་དགྱིལ་འཁོར་དུ། །ཆོག་ས་གྱི་འཁོར་ལོ་  
མཆོད་པ་ཡིས། །སོགས་དང་། ཉེས་ལུང་ངེ་མས་སོགས་དང་།  
པ་མ་སེམས་ཅན་སོགས་སོ།།

## ༼ཆང་མཆོད་བཞུགས་སོ།༽

༥། ཨོྲཱེ་ཧྲཱེ། ལན་གསུམ་གྱི་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབ། མཆོད་དོ་ཕུད་  
ཐམས་ཅད་གྱི་མངའ་བདག །རིགས་ཐམས་ཅད་གྱི་  
དབང་ཕུག །དགྱིལ་འཁོར་ཐམས་ཅད་གྱི་གཙོ་བོ།  
དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་གྱི་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་

གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ངོ་བོ་རྩ་བ་བརྒྱད་ཀྱི་རྗེ་བཙུན་  
དཔལ་ལྷན་སྤྲུལ་མ་དམ་པ་མ་ལུས་ཤིང་ལུས་པ་མེད་པ་  
རྣམས་ཀྱི་ཞལ་དུ་བཅུ་ཙམ་སྤྲི་ཏ་ཡུ་ཇོ་ཁྲ་ཉི། བྱ་བའི་རྒྱད།  
སྤྱོད་པའི་རྒྱད། རྣལ་འབྱོར་རྒྱད། རྣལ་འབྱོར་སྤྲུལ་མེད་  
པའི་རྒྱད་དང་འབྲེལ་བའི་ཡི་དམ་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་  
ཆོག་གསུམ་ལུས་ཤིང་ལུས་པ་མེད་པ་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་  
དུ་། །གནས་གསུམ་གྱི་དཔའ་བོ་དང་མཁའ་འབྲོ་མ་  
རྣམས་དང་། རུར་བྲོད་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ན་གནས་པའི་  
ཕྱོགས་སྤྱོད་དང་ཞིང་སྤྱོད་གི་མཁའ་འབྲོ་མ་མ་ལུས་ཤིང་  
ལུས་པ་མེད་པ་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་དུ་། །དཔལ་མརྒྱ་ཀླ་ལ་

ཁྱེད་ཀྱི་འཕྲུང་གི་རྒྱལ་པོ།    རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ལྷ།    དུག་  
གསུམ་གྱི་སྒྲུབ་པ།    གཙུག་ལག་ཁང་དང་དགྱིལ་འཁོར་  
གྱི་སྤྱང་མ་ཆེན་པོ་བྱ་རོག་མིང་ཅན་འཁོར་བཀའ་སློང་དང་  
བཅས་པ་ལ་སོགས་པ་དམ་པ་ཆོས་སློང་བ་མ་ལུས་ཤིང་  
ལུས་པ་མེད་པ་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་དུ།    །གཞན་ཡང་ཡུལ་  
ཕྱོགས་འདི་ཉིད་ན་གནས་པ་ལ་སོགས་ལྷ་མ་སྤྱིད་སྡེ་  
བརྒྱད།    འགྲོ་བ་རིགས་དུག་སྐྱེ་གནས་རྣམ་པ་བཞིས་  
བསྐྱས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཞལ་དུ་པཱུ་ཨ་མྲི་  
ཏ་པུ་ཨྲི་ཏི།

༼བཞུགས་གྲལ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་རིམ་པ་༽

# བཞུགས་སོ།།

ལྟོ འདིར་བཞུགས་གྲུལ་ཕུན་སུམ་ཆོག་ས་པའི་མཛད་རིམ་མདོ་ཙམ་ནག་འགོས་སུ་  
བཀོད་པ་ལ། དང་པོ་གོལ་མ་ལ། འཛིག་ཏེན་འདྲེན་པའི་གཙོ་བོ་ཆེ་  
དཔག་མེད། །དུས་མིན་འཆི་བ་མ་ལུས་འཛོམས་པའི་  
དཔལ། །མགོན་མེད་སྐུ་ག་བསྐུལ་གྱུར་པ་རྣམས་ཀྱི་  
སྐུ་བས། །སངས་རྒྱས་ཆེ་དཔག་མེད་ལ་མཆོད་པ་  
འབུལ། །དཔལ་ལྡན་ལྷ་མོ་སྟོན་ཀའི་ལྷ་བའི་མདོག་ །  
ཞལ་གསུམ་ཕུག་བརྒྱད་རབ་མཛེས་ནི་བའི་སྐུ། །ཡེ་  
ཤེས་དཔག་ཡས་ཆེ་ཡི་མཆོག་སྤྱོད་མ། །རྣམ་པར་  
རྒྱལ་མའི་ཟུང་། །བདག་གིས་ཆེ་རབས་ཀུན་ཏུ་བསྐྱབ་པའི་

ལྟོ། འདྲུལ་གསུམ་སངས་རྒྱལ་ཀུན་གྱི་འཕྲིན་ལས་  
མ། རྩོལ་ལྔ་ཞལ་གཅིག་ཕུག་གཉིས་སྒྱུར་ནི་མ། །  
ཡུམ་གྱུར་ལྟ་མོ་རྣམས་ལ། ཞལ་བས་རོ་བརྒྱ་ལྟན་པའི་  
ཡིད་འཕྲོག་པ། ལེགས་སྒྱུར་འདི་ནི་དཔལ་ལྟན་གླེ་མ་  
ལ། དད་པས་ཕུལ་བ་འགྲོ་བ་འདི་དག་ཀུན། རྣལ་  
འབྱོར་ཏིང་འཛིན་བས་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག། །ལྟོ། གཉིས་པ་དྲི་  
བཟང་ལ། རྒྱ་གར་པཥ་ཆེན་བོད་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེ། པཥ་  
འབྱུང་གནས་སྐྱུ་ལ་འདས་འབྱུངས་མེད། དེ་ལྟར་སྦྱོར་བ་  
སྤྲིན་པོའི་ཁ་གཏོན་མཛད། ཞེ་རྒྱུན་རིན་པོ་ཆེ་ལ། །  
དཔལ་ལྟན་འཛིག་རྟེན་དབང་ཕུག་ཐམས་ཅད་ཀྱི། ཅོད་

པན་གཅིག་ཕུར་གྱུར་པ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ།      །མཐའ་ཡས་  
འགོ་ལ་པན་བདེའི་བྱེད་པ་པོ།      །དཔལ་ལྷན་འབྱུག་ཅེ།      །  
མི་པམ་པརྩ་དཀར་པོ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ།      །བསྟན་པའི་མངའ་  
བདག་པཏ་ཆེན་འགོ་བའི་མགོན།      །སྒྲིགས་དུས་རྒྱལ་བ་  
གཉིས་པ་ཆོས་མེ།      །དག་དབང་ལོར་བུའི་ཞལ་ཅེ།      །ཆོས་  
སྐྱ་གཟུང་འཛིན་བྲལ་བའི་ངང་ཉིད་ལས།      །ལོངས་སྤྱོད་  
གཟུགས་སྐྱ་འཇའ་ཆོན་ལྟ་བུ་ལ།      །མཆོན་དང་དཔེ་བྱད་  
ཕྱག་རྒྱ་ལྟ་ཡིས་བརྒྱན།      །ཡི་དམ་ལྟ་ཆོགས་རྣམས་ལ་  
མཆོད་པ་འབུལ།      །ལྟོ      །གསུམ་པ་ཇལ།      །འཇིག་རྟེན་དབང་  
ཕྱག་ཕྱགས་རྗེའི་རྒྱ་བས་འཕྲེང་དབུས།      །རྒྱལ་ཀུན་



མཁུན་བཙེའི་འདབ་སྟོང་རྒྱས་པ་ལ།      །ཕན་བདེའི་ངི་  
བསྐྱང་ཅི་ཡང་སྟོ་བའི་གཉེན།      །ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་  
ཞལ་དུ་མཆོད་པ་འབུལ།      །མཆོམས་འདིར་རྩ་བའི་སྒྲ་མའི་ང་མཆོད་  
བཏང་།      སྟོན་ཆེ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་སྦྱན་སྡེ་དུ།      །ཆོས་  
བཞིན་སྦྱབ་པར་མཛད་པའི་གང་ཟག་ལ།      །བར་ཆད་  
སྐྱང་ཞིང་སྟོང་བར་ཞལ་བཞེས་པའི།      །ཆོས་སྟོང་སྐྱང་མ་  
རྣམས་ལ།      །དཔལ་ལྡན་སྒྲ་མ་མཆོད་པའི་བྱིན་རྒྱབས་  
ཀྱིས།      །བདག་སོགས་གང་དུ་གནས་པའི་ས་ཕྱོགས་  
སུ།      །ནད་གདོན་དབུལ་འཕོངས་འཐབ་རྩོད་ཞི་བ་  
དང་།      །ཆོས་དང་བྲག་ཤིས་འཕེལ་བར་མཛད་དུ་

གསོལ། །། དེ་ནས་མཆོད་དཔོན་གྱིས་གལ་མཛུགས་ཆང་ཕུད་འཐོར་ལ།  
ཨོྭ་ཨྭ་ཨྭ་ཨྭ། ལན་གསུམ། མཆོད་དོ་ཕུད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མངའ་  
བདག་རིགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དབང་ཕུག་དཀྱིལ་འཁོར་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཙོ་བོ། དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་གཉིས་སུ་མེད་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ངོ་  
བོ་ཅུ་བརྒྱད་རྗེ་བཙུན་དཔལ་ལྷན་གླ་མ་དམ་པ་མ་ལུས་  
ཤིང་ལུས་པ་མེད་པ་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་དུ་བཞུ་ཨ་མྲི་ཏ་ཕུཾ་  
ཧི། བྱ་བའི་རྒྱད། སྤྱོད་པའི་རྒྱད། རྣལ་འབྱོར་རྒྱད།  
རྣལ་འབྱོར་གླ་ན་མེད་པའི་རྒྱད་དང་འབྲལ་བའི་ཡིད་དམ་  
དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་ཚོ་གས་མ་ལུས་ཤིང་ལུས་པ་མེད་པ་

རྣམས་གྱི་ཞལ་དུ་པཏྱ་ཨ་མི་ཏ་ཡུལ་ནི།   གནས་གསུམ་  
གྱི་དཔའ་བོ་དང་མཁའ་འགོ་མ་རྣམས་དང་།   དུར་ཁྱོང་  
ཆེན་པོ་བརྒྱད་ན་གནས་པའི་ཕྱོགས་སྐྱོང་དང་ཞིང་སྐྱོང་གི་  
མཁའ་འགོ་མ་མ་ལུས་ཤིང་ལུས་པ་མེད་པ་རྣམས་གྱི་  
ཞལ་དུ་པཏྱ་ཨ་མི་ཏ་ཡུལ་ནི།   དཔལ་མརྒྱ་ཀུ་ལ་བྲག་  
འབྱུང་གི་རྒྱལ་པོ།   རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ལྷ།   དུག་གསུམ་  
གྱི་སྒྲན་པ།   གཙུག་ལག་ཁང་དང་དགྱེལ་འཁོར་གྱི་སྐྱུང་  
མ་ཆེན་པོ།   བྱེད་གཟིང་ཅན་འཁོར་བཀའ་སྐྱོང་དང་  
བཅས་པ་ལ་སོགས་པ་དམ་པ་ཆོས་སྐྱོང་བ་མ་ལུས་ཤིང་  
ལུས་པ་མེད་པ་རྣམས་གྱི་ཞལ་དུ་པཏྱ་ཨ་མི་ཏ་ཡུལ་ནི།

གཞན་ཡང་ཡུལ་སྤྱོད་གསལ་འདི་ཉིད་ན་གནས་པ་ལ་སོགས་  
ལྷ་མ་སྤྱོད་སྤྱོད་བརྒྱད།      འགྲོ་བ་རིགས་དྲུག་སྤྱོད་གནས་  
ནམ་པ་བཞིས་བསྐྱུས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཞལ་  
དུ་པར་ཉལ་སྤྱོད་ཏུ་ཕྱེ་བའོ།      ཞེས་སྤྱུལ།      དེ་ནས།      མ་ནམ་མཁའ་  
དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་མ་སངས་རྒྱས་  
ཆོས་ཀྱི་སྐུ་ལ་སྐྱབས་སུ་འཆིའོ།      །སྤྱོད་མ་ལོངས་སྤྱོད་  
རྫོགས་པའི་ཟུང་།      །སྤྱོད་མ་ཐུགས་རྫོགས་སྤྱོད་པའི་ཟུང་།      །སྤྱོད་མ་  
སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྐྱབས་སུ་འཆིའོ།      །མ་ནམ་བཞི་  
བསྐྱོར་ལན་གཅིག      འཛིག་རྟེན་དབང་ཐུག་ཐུགས་རྫོགས་སྤྱོད་པའི་  
འཕྲེང་དབུས།      །རྒྱལ་ཀུན་མཁྱེན་བཙུན་འདབ་སྤྱོད་

རྒྱལ་པ་ལ།                      །ཕན་བདེའི་དྲི་བསྐྱེད་ཅི་ཡང་སྟོབའི་  
གཉེན།                      །ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་  
འདེབས།                      །མཁུན་པས་མ་རིག་སྐྱོན་པའི་ཚོགས་  
འཛུམས་ཤིང་།                      །བཙུང་བས་གཞན་དོན་ཡལ་བར་མི་  
འདོར་བར།                      །རྒྱལ་པས་བདུད་དཔུང་འཛུམས་བྱེད་ལྟ་ཡི་  
ལྟ།                      །ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་  
འདེབས།                      །ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་འཁོར་བ་ལས་  
སྟོལ་ཕྱིར།                      །འཆི་མེད་རྩེ་རྩེའི་སྐུ་མཆོག་རབ་བརྟེན་  
ནས།                      །ཕྱིན་ལས་རྣམ་བཞིས་འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་  
པའི།                      །ཇི་སྲིད་འཆོཞིང་བཞེས་པར་གྱུར་ཅིག་གུ།                      །ཟླ་

མ་སྐྱེ་ཁམས་བཟང་བར་གསོལ་བ་འདེབས། །མཆོག་ཏུ་  
སྐྱེ་ཆེ་རིང་བར་གསོལ་བ་འདེབས། །འཕྱིན་ལས་དར་  
ཞིང་རྒྱས་པར་གསོལ་བ་འདེབས། །སྤྱི་མ་དང་འབྲལ་བ་  
མེད་པར་གྱིན་གྱི་ཆོབས། །སྐྱབས་སེམས་ནི། སངས་རྒྱས་  
ཆེས་དང་ཆོགས་ཀྱི་མཆོག་རྣམས་ལ། །སོགས་ལན་གསུམ་  
བཅོད། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་སོགས་ལན་གཅིག་  
བཅོད། མ་ལྟས་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་མགོན་གྱུར་ཅིང་། །  
བདུད་སྡེ་དཔུང་བཅས་མི་བཟང་འཛོམས་མཛད་ལྷ། །  
དངོས་རྣམས་མ་ལྟས་ཇི་བཞིན་མཁྱེན་གྱུར་པའི། །  
བཙུམ་ལྷན་འཁོར་བཅས་གནས་འདིར་གཤེགས་སུ་

གསལ་། མགོན་པོ་འདིར་ནི་བྱོན་པ་ལེགས། བདག་  
ཅག་བསོད་ནམས་སྐལ་བར་ལྷན། བདག་གིས་མཆོད་  
ཡོན་བཞེས་ནས་གྱང་། འདི་ཉིད་དུ་ནི་བཞུགས་སུ་

གསལ་། ཨོྫ་གུ་རུ་སཱ་ཅ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་པ་ལ་ར་སང་ཀ་ར་མ་  
རུ་སང་ཀ་ར་མ་རུ་ཨ་ཁྱོ་པ་ཏི་ཚྭ་སྐ་རུ། ཇི་ལྟར་བལྟམས་  
པ་ཙམ་གྱིས་ནི། ལྷ་རྣམས་ཀུན་གྱིས་བྱས་གསལ་

ལྟར་། དེ་བཞིན་དག་པ་ལྷ་ཡི་ཐུ། དག་པ་ཡིས་ནི་སྐྱ་  
བྱས་གསལ་། ཨོྫ་གུ་རུ་སཱ་ཅ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་མ་རུ་པུ་ཏྱི་པ་ཏི་  
ཚྭ་སྐ་རུ། བདག་དང་འགྲོ་ལ་བྱུགས་བཅེ་ཕྱིར། ཉིད་  
ཀྱི་ཏུ་འཕུལ་མཐུ་ཡིས་ནི། ཇི་སྟིད་མཆོད་པ་བདག་



གིས་ན།    |དེ་སྤྱིད་བཅོམ་ལྡན་བཞུགས་སུ་གསོལ།    |  
ཨོྫེ་གུ་རུ་སཐ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་པར་ཀུ་མ་ལ་ཡེ་སྟྲ།    |ཕུན་སུམ་  
ཆོགས་པ་མགོ་འཛུགས་པ་དང་།    ཐོག་མར་ཕུག་འགྱེད།    དོམ་པ་ནི།    ཤིང་འབྲས་  
རྣམས་རིམ་པར་བྲངས།    ཤིང་འབྲས་ཀྱི་རིམ་པ་ནི།    ཐོག་མར།    རུམ་པ།    གུན་ཆ།  
ངང་ལག    ཞུན་འབྲས།    ཆལ་ལུ།    ཀུ་ལུ།    བལ་པ་སེའུ།    གོན།    སྒྲི།    ཁམ།    རྒྱན་  
འབུམ།    སྟར་ཁ།    ༥    ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་རྒྱ་མཆོ་རྣམ་རེལ་  
གྲིས།    |ཡིད་ཅན་གུན་ལ་ཕན་བདེའི་མཆོག་སྦྱོན་  
མཁན།    |ཆོ་དཔག་མེད་པའི་སྤྲས་ཀྱི་ཐུ་བོ་པ།    |འཛིག་  
རྟེན་དབང་ཕུག་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།    |ཤམ་ལ་  
ཡི་རྒྱལ་ཁབ་སེའུ་འི་བྲིར།    |དཔལ་ལྡན་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱས་

འགོལ་བྱེད་པ་པོར།      །ཟས་གཙང་སྤུས་ཀྱི་ལུང་བསྟན་  
པད་དཀར་འཛིན།      །རིགས་ལྡན་དབང་པོ་གཉིས་པར་  
གསོལ་བ་འདེབས།      །འབོད་འབངས་ཀུན་ལ་བྱགས་  
མེའི་དབང་གུར་པས།      །བྱབ་པའི་རིང་ལུགས་ལྟ་མིས་  
མཆོད་པའི་སྟོལ།      །དང་པོ་བསྟོད་པའི་བཀའ་ངོན་ཟླ་མེད་  
པ།      །སྤྱལ་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོར་གསོལ་བ་འདེབས།      །  
ཟབ་མེ་ལྟ་བའི་ཞི་བའི་མཆོར་འབྱུངས་ཤིང་།      །ཟབ་རྒྱས་  
ཆོས་ལུང་བྱེ་བའི་རྒྱ་ལྷང་གིས།      །གཏོང་མར་ཅན་གྱི་ནང་  
གི་གདུང་སེལ་མཁན།      །ཤུན་རྒྱུ་ཏ་ལ་གསོལ་བ་  
འདེབས།      །ཕྱི་ནང་ཤེས་བྱའི་འཛིན་མ་མ་ལུས་པར།      །

མི་བརྗེད་གཟུངས་གྱི་འཁོར་ལོར་ལེགས་བསྐྱར་བས། །  
ཕས་གྱིས་ཆོལ་བའི་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་བའི། །པཎ་  
ཆེན་ལྷ་རོ་ཏ་པར་གསོལ་བ་འདེབས། །དུས་གསུམ་  
རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་འཕྲིན་ལས་པ། །ཐོགས་པའི་སངས་  
རྒྱལ་ཉིད་གྱིས་ལུང་བསྟན་པའི། །ཤྭནྟ་རི་བོར་དག་པའི་  
བསམ་གཏན་པ། །ཐེ་བཙུན་ཟླ་འོད་གཞོན་ལྷ་པོར་གསོལ་  
བ་འདེབས། །གངས་རིའི་མགུལ་དུ་དྲོ་ཐེའི་གདན་  
བཀོད་ལ། །བྱབ་པ་སངས་རྒྱལ་སྟོང་གི་རྣམ་རེལ་བ། །  
ལུས་ཅན་དཔྱིད་གྱི་སྐལ་བ་བཟང་མཛད་པ། །འགྲོ་བའི་  
མགོན་པོ་འབྲུག་པར་། །ཤར་ཕྱོགས་མདོན་པར་དགའ་

བའི་ཞིང་ཁམས་སུ།                      ལྷ་འཕྲུལ་རྡོ་རྗེའི་སྐྱང་བ་རབ་  
འབྲམས་ཅེར།                      བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པ་རྒྱ་མཚོ་སྟོན་གྱིང་  
པའི།                      ལྷང་བ་རྡུལ་བྲལ་སེམས་དཔར་གསོལ་བ་  
འདེབས།    བརྒྱད་ཁྱི་བཞི་སྟོང་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོར་སྤྲས་པ།    །  
ཀུན་དགའ་དཔལ་འགྱུར་སྐལ་བཟང་གདུལ་བྱལ།    ཅི་  
དགར་འགྱེད་པའི་མཚུངས་མེད་ལོ་ཙྰ་བ།    རྒྱལ་བ་ཀུན་  
གྱི་དབང་པོར།    ལྷོ་ལྷོ་གསལ་ལོར་འཛིན་ཆོས་ཀྱིས་སྤྱོད་  
བའི་དབང་།    ལམ་སྐྱད་གྲགས་པའི་གཏེར་གྱུར་སྟིགས་  
དུས་འདིར།    ལམ་དག་ལམ་གྱི་ས་མཁན་མཆོག་  
གཅིག་ལྟ།    ལོང་མ་གྲུབ་པའི་རྗེ་པོར།    འཇམ་མགོན་

ཞབས་བྱུང་ཉིན་མེད་ཁྱེད་ལ།      ལམ་བརྒྱུད་འབྱུངས་  
པའི་པར་དཀར་པོའི་འཕྲེང་།      ངེགས་ལྡན་ཀུན་གྱི་རལ་  
པའི་རྒྱ་ཁྱུར་པའི།      མཚུངས་མེད་སྒྲ་མ་མཆོག་  
དེར།      སྒོན་བྱོན་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་སྤྱལ་པའི་གཞི།      མ་  
བྱོན་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་འབྱུང་ཁྱུངས་པ།      ད་ལྟའི་སྐྱོབ་པ་  
དག་དང་དབྱེར་མེད་པའི།      ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་ཞབས་  
པད་བརྟན་གྱུར་ཅིག      འཇིག་རྟེན་དབང་ཕུག་ཕུགས་རྗེའི་  
སྒྲ་ཞབས་འཕྲེང་དབུས།      རྒྱལ་ཀུན་མཁྱེན་བཙུང་འདབ་  
སྟོང་རྒྱས་པ་ལ།      སམ་བདེའི་དྲི་བསྐྱུང་ཅི་ཡང་སྟོབ་པའི་  
གཉེན།      དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་

འདེབས།                      །མཁྱེན་པས་མ་རིག་མུན་པའི་ཆོགས་  
འཛོམས་ཤིང་།                      །བཙེ་བས་གཞན་དོན་ཡལ་བར་མི་  
འདོར་བར།      །རྒྱས་པས་བདུད་དཔུང་འཛོམས་བྱེད་ལྟ་ཡི་  
ལྟ།                      །ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་  
འདེབས།                      །ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་འཁོར་བ་ལས་  
སྒྲིལ་ཕྱིར།                      །འཆི་མེད་རྫོང་ཆེའི་སྐུ་མཆོག་རབ་བརྟེས་  
ནས།                      །ཕྱིན་ལས་རྣམ་བཞིས་འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་  
པའི།      །ཇི་སྤྱིད་འཆོའིང་བཞིས་པར་གྱུར་ཅིག་གུ།                      །  
ལན་གསུམ་བརྗོད་མཐར།                      དེ་ལྟར་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུ་  
སྟོབས་གྱིས།                      །བདག་དང་མཐའ་ཡས་འགྲོ་བ་མ་ལུས་

པ། མགོན་ཁྱེད་མཉེས་བྱས་གང་གི་རིང་ལུགས་  
གིས། རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སྒྱུར་དུ་ཐོབ་གྱུར་ཅིག །  
སྒྲུ་མ་སྒྱུ་ཁམས་བཟང་བར་གསོལ་བ་འདེབས། །  
མཆོག་ཏུ་སྒྱུ་ཆེ་རིང་བར་གསོལ་བ་འདེབས། །འཕྲིན་  
ལས་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་གསོལ་བ་འདེབས། །སྒྲུ་མ་དང་  
འབྲལ་བ་མེད་པར་བྱིན་གྱི་རློབས། །དགོ་བ་འདི་ཡིས་  
མཁའ་མཉམ་སེམས་ཅན་གྱི། །སྤྲིག་དང་སྒྲིབ་པའི་  
ཆོགས་ཀྱི་བྱང་གྱུར་ཏེ། །བསམ་པའི་དོན་ཀྱི་ཡིད་  
བཞིན་འགྲུབ་གྱུར་ནས། །སྒྲུ་མེད་བྱང་ཆུབ་སྒྱུར་དུ་ཐོབ་  
པར་ཤོག །༥། བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་



སྒོན་ལམ་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ།      ལས་  
དང་སྒོ་བུར་རྒྱེན་ལས་གྲུར་པ་ཡི།      །གདོན་དང་ནད་དང་  
འབྱུང་པའི་འཆེ་བ་སོགས།      །སེམས་ཅན་ཡིད་མི་བདེ་  
བའི་ནད་ནྐམས་ཀུན།      །འཇིག་རྟེན་ཁམས་སུ་འབྱུང་བར་  
མ་གྲུར་ཅིག      །ཇི་ལྟར་གཤེད་མས་བྲིད་པའི་བསད་བྱ་  
བཞིན།      །སྐད་ཅིག་གཅིག་ལ་ལུས་སེམས་འབྲལ་བྱེད་  
པའི།      །སྒོ་ག་འཕྲོ་ག་ནད་ཀྱི་སྒྲུག་བསྒྲུལ་ཇི་སྟེད་པ།      །  
འཇིག་རྟེན་ཁམས་སུ་འབྱུང་བར་མ་གྲུར་ཅིག      །འཆི་  
བདག་གཤེན་རྗེའི་ཁ་ནང་ཚུད་པ་ལྟར།      །ནད་ཀྱི་མིང་ཙམ་  
ཐོས་པས་སྒྲུག་བྱེད་པའི།      །ཉིན་གཅིག་པ་དང་རྟག་པའི་

རིམ་སོགས་གིས།      །ལུས་ཅན་ཀུན་ལ་གཞོན་པར་མ་  
གྱུར་ཅིག      །གཞོན་པའི་བགོགས་རིགས་སྟོང་ཕྱག་  
བརྒྱད་ཅུ་དང་།      །སྟོ་བུར་ཡེ་འཕྲོག་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་  
དང་། །བཞི་བརྒྱ་ཅུ་བཞིའི་ནད་ལ་སོགས་པ་ཡིས།      །  
ལུས་ཅན་ཀུན་ལ་འཆེ་བར་མ་གྱུར་ཅིག      །ལུས་སེམས་  
བདེ་བ་མ་ལུས་འཕྲོག་བྱེད་པའི།      །འབྱུང་བཞི་འབྲུག་  
པའི་སྐྱག་བསྐྱལ་ཇི་སྟེད་པ།      །མ་ལུས་ཞི་ཞིང་མདངས་  
སྟོབས་ལྡན་གྱུར་ནས།      །ཆེ་རིང་ནད་མེད་བདེ་སྦྱིད་ལྡན་  
པར་ཤོག      །སྤྲ་མ་དགོན་མཆོག་རྣམས་གི་ཐུགས་རྗེ་  
དང་།      །མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྦྱོང་སྦྱང་མའི་མཐུ་སྟོབས་

དང་། །ལས་འབྲས་བསྐྱབ་མེད་པའི་བདེན་སྟོབས་  
གིས། །སྟོན་ལམ་ངེ་ལྟར་བཏབ་པ་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག །  
བདེ་གཤེགས་སྟོན་པའི་བསྐྱོན་པ་མཆོག་གི་གཙོ། །སྟོན་  
པའི་འབྲུག་སྐྱ་སྐྱོག་པའི་སྟོན་འཕྲུང་གིས། །བཤད་སྐྱབ་  
ཆར་གྱིས་ཉིན་བཞིན་རྣམ་སྤེལ་བ། །ཡངས་པའི་རྒྱལ་  
ཁམས་ཐམས་ཅད་གང་གྱུར་ཅིག །སྟོམ་གསུམ་ཉིན་  
མའི་འོད་དང་རྟག་འགྲོགས་ཤིང་། །ཐོས་བསམ་སྟོམ་  
པའི་ངེ་བཟང་འཛིན་པའི་དབྱིང་། །བསྐྱོན་འཛིན་པ་སྟོའི་  
གཙོ་བོ་ཅི་ཡང་གིས། །ཡངས་པའི་། །རྟོག་དང་བཀྱར་  
སྟེའི་ཁུ་གྲུང་རྣམས་འབབ་ཅིང་། །ཕན་དང་བདེ་བའི་རིན་

ཆེན་སྐྱེ་བའི་གནས།    ཆོས་འཁོར་གསར་པ་གསར་པའི་  
དཔལ་རྒྱ་མཆོས།    ཡངས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་ཐམས་ཅད་  
གང་གྱུར་ཅིག    །༥།    འགྲོ་ལ་ཕན་བདེ་འབྱུང་བའི་གནི་  
གཅིག་ལྟ།    །དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་  
ཆེ།    །ཕྱོགས་དུས་ཀུན་ཏུ་དར་ཞིང་རྒྱས་པ་དང་།    །འགྲོ་  
ཀུན་ཐབས་མཁས་དེ་ཡིས་གྲོལ་གྱུར་ཅིག    །ཡུལ་  
སྤྲོངས་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་འབྲུག་ཡུལ་འདིར།    །མི་མཐུན་  
ཉེར་འཆེའི་མིང་ཡང་མི་གྲགས་ཤིང་།    །དཔལ་ལྷན་སྒྲ་  
མའི་སྐྱ་ཆེ་བརྟན་པ་དང་།    །དག་འདུན་སྡེ་རྣམས་དར་  
ཞིང་རྒྱས་པར་ཤོག    །ས་སྤྲོང་མི་དབང་ཆབ་སྲིད་བརྟན་

པ་དང་། །འབངས་རྣམས་བདེ་སྐྱོད་དཔལ་ལ་སྐྱོད་པར་  
ཞོག །འདི་ཡི་དགོ་བས་བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་གོགས། །  
བདུད་རིགས་རྣམས་དང་དེ་ཡིས་ཡིད་བསྐྱོད་པས། །  
ལོག་པར་བསྐྱབ་པ་མཐའ་དག་ཚར་བཅད་ནས། །  
བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་ཕྱོགས་བཅུར་བསྐྱེད་བར་ཞོག །  
གནས་འདིར་དཔལ་འབྱོར་བྱེན་ལྷ་བས་མི་ཉམས་  
ཞིང་། །བསམ་སྐྱོར་ངན་པའི་གདུག་རྩ་བཞི་བ་དང་། །  
བསྐྱབ་གསུམ་རྣམ་དག་བསྟན་པ་གཅེས་འཛིན་པའི་ །  
དགོ་འདུན་ཆོགས་ཀྱིས་གང་བའི་བཀྲ་ཤིས་ཞོག །ཁྲ་  
མེད་སྒྲ་མའི་བྱ་གས་རྗེ་དང་། །རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤྲུལ་རང་

རྒྱལ་དང་། །དབྱ་བཅོམ་བདེན་པའི་བྱིན་རྒྱབས་གྱིས། །  
སྟོན་ལམ་རྣམ་དག་འགྲུབ་པར་ཤོག། །སྟོན་པ་འཇིག་རྟེན་  
ཁམས་སུ་བྱོན་པ་དང་། །བསྟན་པ་ཉི་འོད་བཞིན་དུ་  
གསལ་བ་དང་། །བསྟན་འཇིག་དཔོན་སྟོབ་བཞིན་དུ་  
མཐུན་པ་ཡིས། །བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་པའི་བཟླ་  
ཤིས་ཤོག། །ཅེས་པ་འདི་འང་སྟོབ་མིང་ལུང་རིགས་པས་སྒྲིགས་པ་དགོའོ།།

༼བཀའ་འགྱུར་འགོ་འཇུགས་དག་འདོན་རྒྱས་༽  
པ་བཞུགས་སོ།།

༥ མ་ནམ་བཞི་སྐོར་ལན་གསུམ། །འཇིག་རྟེན་མཆོད་འོས་

ཡོངས་ཀྱི་སྒྲ་མ་ནི། །བཀྲ་ཤིས་ཀུན་གྱི་བཀྲ་ཤིས་གྲགས་  
པའི་གཞི། །ཐེག་གསུམ་འཁོར་ལོས་སྒྲུང་བ་བས་གཙང་  
སྒྲས། །བསྐལ་པ་བབང་པོའི་སྒྲོན་མ་བཞི་པར་འདུད། །  
གང་ཞིག་ཕན་བདེ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་བྱངས། །  
བསྟན་པ་རིན་ཆེན་ཕྱག་རྟུ་གཏད་པ་དེ། །ཆོས་བཞིན་གྱི་  
དོར་མཛད་པའི་དབྲ་བཙུམ་པ། །གནས་བཏྟན་རྒྱལ་ཆབ་  
ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་འདུད། །ཁྱུ་སྒྲུབ་སྒྲོ་མཆོ་ཤིན་རྟུ་རྒྱ་  
ཆའི་ཞེང་། །ནམ་ཡང་མཐའ་གཉིས་གནས་ལ་གནས་  
བྲལ་བས། །བདེ་བ་ཅན་གནས་མཐར་གྱིས་དང་བའི་  
འོད། །འཆང་རྒྱའི་བར་དུ་བརྟལ་བ་དེ་ལ་འདུད། །ཐུབ་



པར་སྒོན་ལམ་བཏབ་གྲུབ་འཕགས་པའི་ལྷ།      །པརྩའི་  
སྒྲུབས་འབྱུངས་མཁས་བསྒྲུབས་ན་ལྟར།      །མཁོལ་  
བཏལ་བའི་སྒྲ་སྐད་དུ་འཁྱེད་བར།      །དབྱར་སྐྱེས་རྩ་བོ་ཆེ་  
ལྟར་གྲགས་ལ་འདུད།      །བྱམས་མགོན་བཙུ་གཉིས་ལོར་  
བསྟེན་ནངས་ཀྱི་མཐར།      །དངོས་ཀྱིས་རྗེས་བབྱང་བྱབ་  
པའི་མདོ་ཀུན་ལ།      །ཐོགས་མེད་འདོན་འདྲི་རྩོད་མཁན་  
ཀུན་གྱི་དཔང་།      །འོད་བྱེད་ས་ལ་གནས་པའི་ཞབས་ལ་  
འདུད།      །སྐྱེ་བ་ལྷ་བརྒྱར་པ་རྩེ་ཏར་གྱུར་འདིར།      །གཙུག་  
གྱི་དྲིན་ལས་ཐྱིར་མི་ལྷོག་ཐོབ་པ།      །གཞུང་ལུགས་  
འབུམ་སྡེ་གོ་དགའི་སྡེ་གས་བམ་ཆེ།      །དབྱིག་གཉིན་

སངས་རྒྱལ་གཉིས་པར་གྲགས་ལ་འདུད།    །འཇམ་པའི་  
དབྱངས་ཀྱིས་རྗེས་བབྱང་དྲི་མེད་སྒོ།    །ཀུན་བཏུས་རལ་  
གྱི་རེངས་པ་སྒྲར་བཅངས་ནས།    །ཚོད་པའི་མདུན་སར་  
མུ་སྟེགས་ཁ་བཏགས་ཤིང་།    །རྒྱལ་བསྟན་བཏེག་པའི་  
ཕྱོགས་ཀྱི་སྤང་པོར་འདུད།    །དམ་པའི་རྩ་བར་ལྷུང་འོས་  
སྟེ་བདུན་གྱིས།    །སྟོལ་བ་ཆར་གཅད་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ་གྲགས་  
པས།    །སྒྲ་བ་རྣམས་ཀྱི་གཙུག་ལག་སྟེགས་བཅས་ཏེ།    །  
མཁའ་སྤྱོད་ཆེན་པོར་བགྲོད་པ་དེ་ལ་འདུད།    །རང་གཞན་  
གྲུབ་མཐའ་རྒྱ་མཚོ་པར་བརྒྱལ་ནས།    །བསྐྱབ་གསུམ་  
རིན་ཆེན་གཅེས་པས་མཛོད་བཀའ་ཞིང་།    །ལྷགས་

བཞིན་མདོར་ཕུང་རིས་མེད་སྟོང་བ་ལ།      །བགོ་བཤམ་  
མཛད་པ་ཡོན་ཏན་འོད་ལ་འདུད།      །ཤུག་རི་རིང་ལུགས་  
ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་འོད།      །འབྲུམ་ཕྱག་གང་གི་ཕྱག་པར་  
ལྡན་པ་ནས།      །མི་ཤེས་སྤྱན་པའི་འཇུག་པ་རྒྱང་བསྐྱིངས་  
ཞེས། །ཀུན་གྱིས་ཡང་ཡང་བསྐྱགས་པ་དེ་ལ་འདུད། །  
ཤེས་བྱའི་མཁའ་ལ་མཁྱེན་རབ་དགྱེལ་འཁོར་རྒྱས། །  
མཛེས་པའི་འོད་སྟོང་འདུལ་བྱའི་སྤྲིང་ལ་ཕོག།      །རྒྱལ་  
བའི་བསྐྱེད་པ་ཀུན་ནས་གསལ་མཛད་པའི།      །དཀར་  
བརྒྱུད་རིན་པོ་ཆེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།      །དཔལ་ལྡན་  
འཛིག་རྟེན་དབང་ཕུག་ཐམས་ཅད་ཀྱི།      །ཅོད་པན་གཅིག་

ཕུར་གྱུར་པ་ཆོས་ཀྱི་ཇེ།     ཁམ་ཐའ་ཡས་འགོ་ལ་ཕན་བདེ་  
བྱེད་པ་པོ།     །དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ཞབས་ལ་།     ཁྲི་  
ཕམ་པར་དཀར་པོ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ།     །བསྟན་པའི་མངའ་  
བདག་པཏ་ཆེན་འགོ་བའི་མགོན།     །སྒྲིགས་དུས་རྒྱལ་བ་  
གཉིས་པ་ཆོས་ཀྱི་ཇེ།     །ངག་དབང་ལོར་བུའི་།     །རྒྱ་ཆེན་  
ཐུགས་ཇེ་དབང་ཐུག་གྲུབ་པའི་མགོན།     །ཁྲི་ཕམ་ཆོས་  
ཀྱི་སྟུན་ཡངས་ཆོས་ཀྱི་ཇེ།     །རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཆོའི་རྒྱལ་ཆབ་  
རིན་པོ་ཆེ།     །ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་།     །དཔལ་ལྷན་གྲུབ་  
རིགས་ནམ་མཁའི་རྒྱན་ཤར་བཞིན།     །ལེགས་བཤའ་  
འོད་ཟེར་འབྲུམ་ཐུག་འབྱེད་པ་ཡིས།     །སྐྱེ་དགུའི་སྒྲིང་

མུན་འཛོམས་ལ་འགྲན་འབྲལ་པའི།      ཁི་ཕམ་བསྟན་  
པའི་ཉི་མར་༥      རྒྱལ་ཀུན་ཐུགས་རྗེ་མཐུ་ལས་ལེགས་  
འོང་ཞིང་།      འངག་གི་དབང་ཐུག་གྲགས་པའི་སྤྲུལ་པའི་  
སྒྲོ།      མཁའི་བཙུན་ལྟེ་རུས་མཐུ་ས་གསུམ་འགྲོ་བ་འདྲན།      །  
པད་དཀར་དབང་པོའི་༥      རྣོམ་གསུམ་མཛེས་པའི་སྒྲོ་  
མངའ་ཉེས་བྲལ་ཞིང་།      ཟབ་རྒྱས་ཆོས་མུང་གསུང་  
གིས་འགྲོ་རྣམས་ཆོམ།      རྒྱུ་བ་གཉིས་སྒྲིན་བྲལ་ཐུགས་  
ཀྱིས་ཟབ་དོན་གཟིགས།      ལྷ་དབང་སྒྲོ་གྲོས་༥      འཛིག་  
ཏེན་དབང་ཐུག་ཐུགས་རྗེའི་རྒྱ་བས་འཕྲེང་དབུས།      །  
རྒྱལ་ཀུན་མཁའི་བཙུན་ལྟེའི་འདབ་སྟོང་རྒྱས་པ་ལ།      ལམ་

བདེའི་ངྷི་བསྐྱུང་ཅི་ཡང་སྟོ་བའི་གཉེན། །ངག་དབང་རྣམ་  
རྒྱལ་མཆོག་། །མཁའ་ལྷོ་པམ་མ་རིག་མཁའ་པའི་ཆོག་ས་འཛམ་ས་  
ཞིང་། །བཙུང་བས་གཞན་དོན་ཡལ་བར་མི་འདོར་  
བར་། །རྒྱས་པས་བདུད་དཔུང་འཛམ་ས་བྱེད་ལྷ་ཡི་ལྷ། །  
ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །  
ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་འཁོར་བ་ལས་སྟོལ་ཕྱིར། །  
འཆི་མེད་རྫོགས་སྐུ་མཆོག་རབ་བརྟེན་ནས། །ཕྱིན་ལས་  
རྣམ་བཞིས་འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་པའི། །ཁྲི་སྤྱིད་འཆོལ་ཞིང་  
གཞེས་པར་གྱུར་ཅིག་གྱ། །ཤེས་བྱ་ཀུན་གཟིགས་དག་  
ལེགས་དུ་མའི་དཔྱིད། །ཕམ་རྒྱལ་གཉིས་འབྱུངས་

ཆོགས་ཀྱིས་གྲང་འགོམས་པའི།      ལྷ་བའི་སེངྒེ་དཔལ་  
ལྡན་ངག་གི་དབང་།      བསྟན་འཛིན་རབ་རྒྱས་།      རྒྱལ་  
ཀུན་ཐུགས་རྗེའི་གར་བསྐྱར་ངག་གི་དབང་།      འགྲོ་བ་  
རྣམས་ལ་ཀུན་དགའི་གཉོན་གཅིག་ཡུ།      ཐེག་གསུམ་  
ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་ཅེར་སོན་པའི།      ཀུན་དགའ་རྒྱལ་  
མཆོན་།      གངས་ཅན་གྲུབ་པའི་དབང་ཐུག་མི་ལ་  
རྗེའི།      གསང་སྤྲུགས་སྟོན་རྒྱུད་མཛོད་འཛིན་རུམ་རྗེང་  
སྟོན།      འགྲོ་དོན་སྦྱང་ཕྱིར་གསང་སྤྲུག་རྣལ་འབྱོར་  
པ།      རྒྱ་གྲུ་གྲིའི་ཞབས་ལ་།      རུས་གསུམ་རྒྱལ་ཀུན་  
ཐུགས་རྗེ་འདུས་པའི་ཞལ།      ཐུག་པོའི་རྗེས་གཟུང་



འབྲེལ་ཚད་ཀྱི།      །འགྲོ་ཀུན་སྐལ་བཟང་ལམ་ལ་འཛེག་  
མཛད་པའི།      །ངག་དབང་དཔལ་བཟང་ཞབས་ལ་      །  
དཀར་བརྒྱད་གྲུབ་དབང་ཡོངས་ཀྱི་དགོངས་པའི་  
བཅུད།    །ངེས་དོན་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་བདུད་རྩིའི་རྒྱུ།      །  
གང་ཐུགས་གཉུག་མའི་བུམ་པར་ལེགས་གཏམས་  
པའི།    །བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཆོའི་ཞབས་ལ་      །དཔལ་ལྷན་  
འབྲུག་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤིང་ལ།      །དབང་བསྐྱར་  
འཛེགས་བྲལ་སྒྲ་བའི་སང་གེ་ཡི།      །རྒྱལ་ཚབ་རིགས་  
བརྒྱའི་བྲུབ་བདག་འཁོར་ལོའི་མགོན།    །ཡེ་ཤེས་སེངྒེའི་  
ཞབས་ལ་      །མདོ་སྒྲགས་མང་ཐོས་ལུང་གི་སྤྱིན་

འབྲིགས་ཤིང་། མངོན་རྟོགས་བསྐྱབ་གསུམ་ལུས་གྱི་  
རྩ་ལ་རྫོགས་ཏེ། ཟབ་རྒྱས་ཆོས་གྱི་མཁའ་ལ་སྒྲ་སྒྲོགས་  
པའི། དག་འདུན་རིན་ཆེན་ཞབས་ལ་། བྲས་བཙས་  
རྒྱལ་བའི་ཐུགས་རྗེ་གཅིག་བསྐྱས་པ། བྱུག་ན་པརྫོའི་  
ཕྱིན་ལས་སྒྲོས་གར་ནི། རིས་མེད་འགྲོ་བའི་རྩ་ལ་གཉིད་  
གུར་པ། དམ་ཆོས་རྒྱལ་མཚན་ཞབས་ལ་། བྱུང་པར་  
སྒྲོ་སྒྲོངས་ཡངས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་འདིར། ཆོས་སྤྱིད་  
ལུང་གིས་འགྲོ་རྣམས་བདེར་འཆོ་བའི། བཀའ་རྩོན་  
མཚུངས་མེད་ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་རྗེའི། བརྒྱད་འཛིན་  
བླ་མ་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། བླ་མ་སྐུ་ཁམས་

བཟང་བར་གསོལ་བ་འདེབས།      མཆོག་ཏུ་སྐྱེ་ཆེ་རིང་  
བར་གསོལ་བ་འདེབས།      །འཕྱིན་ལས་དར་ཞིང་རྒྱས་  
པར་གསོལ་བ་འདེབས།      །སྤྲུལ་དང་འབྲལ་བ་མེད་པར་  
བྱིན་བྱིས་སྒྲོབས།      །སྐྱབས་སུ་འགོ་བའི།      སངས་རྒྱས་ཆེས་  
དང་ཆོག་ས་ཀྱི་མཆོག་རྣམས་ལ།      །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་  
བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་འཆི།      །བདག་གིས་གསུང་རབ་  
བབྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས།      །འགོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་  
སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་ཞོག།      །ཞེས་ལན་གསུམ།      སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་  
ཅིག།      །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱུ་ག་བསྐྱེལ་དང་སྐྱུ་ག་

བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག། །སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་སྐྱུག་བསྐྱེལ་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་བྲལ་བར་  
གྱུར་ཅིག། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་སྐྱུག་གི་རྒྱ་  
ཆགས་སྤང་ཉེ་རིང་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྟོམས་ཆེན་པོ་  
ལ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག། །ལན་གཅིག་མ་  
ལུས་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་མགོན་གྱུར་ཅིང་། །བདུད་སྡེ་  
དཔུང་བཅས་མི་བཟང་འཛེམས་མཛེད་སྟེ། །དངོས་  
རྣམས་མ་ལུས་ཇི་བཞིན་མཁྱེན་གྱུར་པའི། །བཙེམ་ལྡན་  
འཁོར་བཅས་གནས་འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ། །  
མགོན་པོ་འདིར་ནི་བྱོན་པ་ལེགས། །བདག་ཅག་བསོད་

ནམས་སྐལ་བར་ལྡན།     བདག་གི་མཆོད་ཡོན་གཞེས་  
ནས་གྱང་།     འདི་ཉིད་དུ་ནི་བཞུགས་སུ་གསོལ།     ཡོ་  
གུ་རུ་སའ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་པ་ལ་ར་སད་ཀ་ར་མར་སད་ཀ་ར་  
མར་ཨ་ཁྱོ་པ་ཏིཾ་སྒྲུ།     ཇི་ལྟར་བལྟམས་པ་ཙམ་གྱིས་  
ནི།     ལྷ་རྣམས་ཀུན་གྱིས་བྱས་གསོལ་ལྟར།     དེ་བཞིན་  
དག་པ་ལྟ་ཡི་རྒྱ།     དག་པ་ཡིས་ནི་སྐྱབས་གསོལ།     །  
ཡོ་གུ་རུ་སའ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་མར་ཐུ་པ་ཏིཾ་སྒྲུ།     བདག་  
དང་འགྲོ་ལ་བྱགས་བཙེ་ཆེར།     ཉིད་ཀྱི་རྩ་འཕུལ་མཐུ་  
ཡིས་ནི།     ཇི་སྙིང་མཆོད་པ་བདག་བགྱིས་ནི།     དེ་སྙིང་  
བཙེ་ལྟན་བཞུགས་སུ་གསོལ།     ཡོ་གུ་རུ་སའ་ཏ་ཐུ་

ག་ཏ་པར་ཀུ་མ་ལ་ཡེ་སྒྲི། །༥། དཀོན་མཆོག་རྗེས་བྲན་གྱི་མདོ་ནི།  
ན་མོ་བུར་རྒྱ་སྒྲི་སྒྲི་ཡེ་ཡེ་ཡེ་ དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཕྱག་  
འཆལ་ལོ། །འདི་ལྟར་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྟན་འདས་དེ་  
ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དབྱ་བཙུམ་པ་ཡང་དག་པར་  
རྗེས་པའི་སངས་རྒྱས་རིག་པ་དང་ཞབས་སུ་ལྟན་པ།  
བདེ་བར་གཤེགས་པ། འཛིག་རྟེན་མཁྱེན་པ། སྒྲི་བུ་  
འདུལ་བའི་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བ། སྒྲི་མེད་པ། ལྟ་དང་མི་  
རྣམས་ཀྱི་སྒྲི་ལྟན་པ། སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྟན་འདས་ཏེ།  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དེ་ནི་བསོད་ནམས་དག་གི་རྒྱ་  
མཐུན་པ། དག་བའི་རྩ་བ་རྣམས་རྒྱུད་མི་བྱ་བ། བཟོད་

པས་བརྒྱན་པ།      བསོད་ནམས་ཀྱི་གཏེར་རྣམས་ཀྱི་གཞི།  
དཔེ་བྱད་བཟང་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྲས་པ།      མཚན་རྣམས་ཀྱི་  
མེ་ཏོག་རྒྱས་པ།      སྤྱོད་ཡུལ་རན་པར་མཐུན་པ།      མཐོང་  
ན་མི་མཐུན་པ་མེད་པ།      དད་པས་མོས་པ་རྣམས་མངོན་  
པར་དགའ་བ།      ཞེས་རབ་བྱིས་མི་གཞོན་པ།  
སྟོབས་རྣམས་ལ་བརྩི་བ་མེད་པ།      སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་སྟོན་པ།      བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཡབ།  
འཕགས་པའི་གང་ཟག་རྣམས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ།      བྱ་ངན་ལས་  
འདས་པའི་གྲོང་ཁྱེར་དུ་འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་དེད་དཔོན།  
ཡེ་ཞེས་དཔག་ཏུ་མེད་པ།      སྟོབས་པ་བསམ་གྱིས་མི་



བྱུང་པ། གསུང་རྣམ་པར་དག་པ། དབྱངས་སྒྲན་པ།  
སྐྱུ་བྱུང་ལྟ་བུས་ཆོག་མི་ཤེས་པ། སྐྱུ་མཚུངས་པ་མེད་པ།  
འདོད་པ་དག་གིས་མ་གོས་པ། གཟུགས་དག་གིས་ཉེ་  
བར་མ་གོས་པ། གཟུགས་མེད་པ་དག་དང་མ་འདྲེས་པ།  
སྐྱུ་ག་བསྐྱེལ་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ། སྐྱུ་པོ་དག་ལས་  
རབ་ཏུ་རྣམ་པར་གྲོལ་བ། ཁམས་རྣམས་དང་མི་ལྟན་པ།  
སྐྱུ་མཆེད་རྣམས་བསྐྱེལ་པ། མདུད་པ་རྣམས་ཤིན་ཏུ་  
བཅད་པ། ཡོངས་སུ་གདུང་བ་དག་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་  
བ། སྤེད་པ་ལས་ཡོངས་སུ་གྲོལ་བ། རྒྱ་བོ་ལས་  
བརྒྱལ་བ། ཡེ་ཤེས་ཡོངས་སུ་ཕྱོགས་པ། འདས་པ་

དང་མ་བྱོན་པ་དང་ད་ལྟར་བྱུང་བའི་སངས་རྒྱས་བཙུམ་  
ལྟན་འདས་རྣམས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལ་གནས་པ།      སྤྱི་ངན་  
ལས་འདས་པ་ལ་མི་གནས་པ།      ཡང་དག་པ་ཉིད་ཀྱི་  
མཐའ་ལ་གནས་པ།      སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་  
གཟིགས་པའི་ས་ལ་བཞུགས་པ་སྟེ།      འདི་དག་ནི་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པའི་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་ཡང་དག་པ་  
རྣམས་སོ།      །དམ་པའི་ཆོས་ནི་ཐོག་མར་དགོ་བ།      བར་  
དུ་དགོ་བ།      མཐའ་མར་དགོ་བ།      དོན་བཟང་པོ།      ཆོག་  
འབྱུ་བཟང་པོ།      མ་འདྲེས་པ།      ཡོངས་སུ་ལྟོགས་པ།  
ཡོངས་སུ་དག་པ།      ཡོངས་སུ་བྱུང་བ།      བཙུམ་ལྟན་

འདས་གྱིས་ཆོས་ལེགས་པར་གསུངས་པ། ཡང་དག་  
པར་མཐོང་བ། རྟོག་མེད་པ། དུས་ཆད་པ་མེད་པ། ཉེ་  
བར་གཏོང་བ། འདི་མཐོང་བ་ལ་དོན་ཡོད་པ། མཁས་  
པ་རྣམས་གྱིས་སོ་སོ་རང་གིས་རིག་པར་བྱ་བ། བཅོམ་  
ལྡན་འདས་གྱིས་གསུངས་པའི་ཆོས་འདུལ་བ་ལེགས་  
པར་སྟོན་པ། དེས་པར་འབྱུང་བ། རྫོགས་པའི་བྱང་  
ཆུབ་ཏུ་འགྲོ་བར་བྱེད་པ། མི་མཐུན་པ་མེད་ཅིང་འདུས་པ་  
དང་ལྡན་པ། བརྟེན་པ་ཡོད་པ། རྒྱ་བ་བཅད་པའོ། །  
འཕགས་པའི་དག་འདུན་ནི་ལེགས་པར་ཞུགས་པ།  
རིག་པར་ཞུགས་པ། བྲང་པོར་ཞུགས་པ། མཐུན་པར་

ཞུགས་པ།      ཐལ་མོ་བྱ་བའི་འོས་སུ་གྱུར་པ།      ཕྱག་བྱ་  
བའི་འོས་སུ་གྱུར་པ།      བསོད་ནམས་ཀྱི་དཔལ་གྱི་ཞིང་།  
ཡོན་ཡོངས་སུ་བྱང་བ་ཆེན་པོ།      སྦྱོན་པའི་གནས་སུ་གྱུར་  
པ།      ཀྱན་རུ་ཡང་སྦྱོན་པའི་གནས་སུ་གྱུར་པའོ།      སྦྱོན་པ་  
སངས་རྒྱལ་ལ་མཛད་པ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་སྦྱོན་ས་བསྟོད་པ།      དགའ་ལྡན་  
གནས་སུ་འདུས་པ་དམ་པའི་མདུན།      །ལེགས་བཤད་  
ཏིག་རུ་འཕྲོན་པའི་རབ་དཀར་ཆེས།      །ཡུན་རིང་བསྟན་  
ནས་རྒྱལ་ཚབ་མ་ཡམ་པར།      །བསྐྱོས་མཁས་སེམས་  
དཔའ་ཆེན་པོར་གསོལ་བ་འདེབས།      །མཐོ་རིས་གྲེན་རུ་  
འདེགས་པའི་སྤང་ཆེན་དེ།      །མར་མེ་མཛད་ཀྱི་ལུང་

བསྐྱོན་དུས་བབ་པར།    |བསྐྱེལ་བྱེད་ལྷགས་ཀྱི་ལན་མང་  
བཏབ་པའི་མཐུས།    |སྒྲིལ་ལྷུལ་ལྷུམས་སུ་ཞུགས་ལ་  
གསོལ་བ་འདེབས།    |དེ་ལྷུམས་དཔེ་བྲལ་གཞལ་མེད་  
ཁང་པའི་ནང་།    |དོ་མཚར་རི་མོར་གྲིས་པས་མ་ཆེམས་  
ནས།    |ལྷུ་ཕྱི་རྒྱུ་ཆལ་ཕྱིབས་ལོགས་གཡས་བརྟོལ་  
ཏེ།    |དག་ལོགས་སྟོགས་བཅུར་བཤེལ་གསོལ་བ་  
འདེབས།    |མཁས་ཀུན་དགའ་བ་སྐྱེད་པའི་རྩལ་མོ་  
མཁན།    |རིག་པའི་གནས་ཀྱི་ངང་མེའི་ཆོགས་བམས་  
ཅད།    |སྐྱེ་བར་འགྲོགས་པའི་སྐྱེད་པས་ཅིག་ཅར་དུ།    |  
གང་ཐུགས་པད་མཆོར་འདུས་པར་གསོལ་བ་

འདེབས། རིགས་ལས་འོངས་པའི་ཕུལ་གྱི་སྤེད་མེད་  
བུ། ཁྱུ་པར་བྱས་འདིས་སྦྱངས་ཤུགས་འགྲན་བཟོད་  
པ། འགར་ཡང་མེད་མཉམ་ཅེ་དགའི་འབྲི་ཤིང་མ། །  
དུག་བྲི་ལེགས་སོར་ལོན་དེར་གསོལ་བ་འདེབས། གྱི་  
ག་ན་འཆིའི་སྒྲོན་གཟིགས་གྱིས་བསྐྱབས་པ། བྲིམ་གྱི་  
ཁུ་གཏེར་ཆེན་པོ་ལས་ཐོན་ཏེ། རབ་ཞི་མཁའ་ལ་དལ་  
གྱིས་རྒྱ་བ་ཅན། སྒྲ་བའི་ལྷ་ཆོས་དེ་ལ་གསོལ་བ་  
འདེབས། རྒྱུ་རྒྱ་ནའི་འགྲམ་དུ་དཀར་བྱུང་གྱི། ཆོམ་  
པོས་གང་སྒྲུའི་མཛེས་པ་ཕྲོགས་པ་ལ། ཁ་བཟོད་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པའི་ཆོགས་འདུས་ནས། བདེ་བར་

དབུགས་འབྱིན་མཛད་དེར་གསོལ་བ་འདེབས།      བོད་  
པའི་བུ་མོའི་འོ་བྱག་སྤང་ཕྱི་ཅན།      འཕྱང་པའི་མོད་ལ་  
མཚན་དཔའི་དཔལ་རྒྱས་པའི།      མཐུ་སྟོབས་གཞན་  
གྱིས་ཐེག་པར་མ་གྱུར་ཆོ།      རྫོང་གདན་དུ་གཤེགས་  
པར་གསོལ་བ་འདེབས།      སྟོད་ལ་ས་འདི་དཔང་པོར་  
བཞག་ནས་སྟ།      བདུད་སྡེ་མི་བཟད་བྱོས་པའི་དཔུང་  
བཅོམ་པས།      རྒྱལ་བ་རྒྱལ་བ་ཞེས་བྱུར་ལྟ་བཅས་  
གྱིས།      བསྐྱགས་པའི་མེ་ཏྲག་འཕྱར་ལ་གསོལ་བ་  
འདེབས།      དགྲུང་ལ་བསམ་གཏན་རྫིངས་བཅས་བྱུན་  
མཐའ་མར།      འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་གཏིང་མཐའ་མེད་



བཀའ་ཏེ།      །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་རིན་ཆེན་གྲིང་སོན་  
ལ།              །འགྲོ་བའི་དེད་དཔོན་མཆོག་དེར་གསོལ་བ་  
འདེབས།      །གསེར་གྱི་ཕྱི་བས་སྟོང་འབུལ་བའི་གདོང་  
བཞིའི་ངོར།              །སྒྲ་རྒྱ་ཁ་སྒྲར་བདེན་བཞི་གཞན་དུ་  
ཡང་།      །ཕར་ཕྱིན་རྩེ་རྩེ་བཟག་པ་མ་ལུས་པའི།      །སྒྲོན་མ་ཅི་  
དགར་སྦྲར་བར་གསོལ་བ་འདེབས།      །འགྲོ་ལ་ཕན་བདེ་  
འབྱུང་བའི་བསྟན་པ་ནི།      །མ་ཉམས་སྟོབ་མའི་ཆོག་ས་  
ཀྱིས་བེན་དགོངས་ཏེ།      །སྒྲ་ལའི་ཆལ་དུ་བྱ་ངན་འདས་  
བསྟན་ནས།      །སྒྲ་གདུང་རྒྱས་པར་གྱུར་དེར་གསོལ་བ་  
འདེབས།      །སྟིགས་མ་ལྷ་ཞིང་གདུལ་དཀའ་འདི་འདུལ་

ལ། །སངས་རྒྱས་གཞན་རྣམས་སྟོ་བཞན་པའི་ཆོ། །  
མགོན་པོ་བྱིད་གྱི་ཐུགས་རྗེས་བདག་ཅག་ལ། །ལྷག་པར་  
གྱུར་སྒྲུམ་སྒྲིང་ནས་གསོལ་བ་འདེབས། །བཀའ་རྒྱུ་  
ལན་སྒྲུལ་བདག་ལ་མཐུ་མེད་ཀྱང་། །ལྷས་ངག་ཡིད་  
གསུམ་གང་གི་འབངས་སྐྱུར་ནས། །ཚུལ་གནས་ཐོས་  
བསམ་སྒྲོམ་ལ་འབད་པ་ཡིས། །བྱིད་གྱི་བསྐྱེད་པ་འཛིན་  
སྐྱོང་སྤེལ་བར་ཞོག། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བྱིད་སྐྱེ་ཅི་  
འདྲ་བ། །འཁོར་དང་སྐྱེ་ཆེའི་ཆད་དང་ཞིང་ཁམས་སུ། །  
བྱིད་གྱི་མཆོན་མཆོག་བཟང་པོ་ཅི་འདྲ་བ། །དེ་འདྲའི་ཁོ་ནར་  
བདག་སོགས་སྐྱེ་བར་ཞོག། །ཡན་ལག་བདུན་པ་ནི། །ལྷ་ཇི་

སྒྲིབ་སྤྱོད་པ་ཕྱོགས་བཅུ་འཛིན་ཏེ་ན་། །དུས་གསུམ་  
གཤེགས་པ་མི་ཡི་སེངྒེ་ཀུན་། །བདག་གིས་མ་ལུས་དེ་  
དག་ཐམས་ཅད་ལ། །ལུས་དང་དག་ཡིད་དྲུང་བས་སྤྱག་  
བསྟོན་། །བཟང་པོ་སྤྱོད་པའི་སྒྲོན་ལམ་སྟོབས་དག་  
གིས་། །རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཡིད་གྱིས་མངོན་སུམ་དུ། །  
ཞིང་གི་རྒྱལ་སྒྲིབ་ལུས་རབ་བརྒྱད་པ་ཡིས། །རྒྱལ་བ་  
ཀུན་ལ་རབ་རྒྱ་སྤྱག་འཆལ་ལོ། །རྒྱལ་གཅིག་སྟེང་ན་  
རྒྱལ་སྒྲིབ་སངས་རྒྱས་རྣམས། །སངས་རྒྱས་སྤྱས་གྱི་  
དབུས་ན་བཞུགས་པ་དག་། །དེ་ལྟར་ཆོས་གྱི་དབྱིངས་  
རྣམས་མ་ལུས་པ། །ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བ་དག་གིས་གང་

བར་མོས།

།དེ་དག་བསྐྱགས་པ་མི་བད་རྒྱ་མཆོ་

རྣམས།

།དབྱངས་གྱི་ཡན་ལག་རྒྱ་མཆོའི་སྒྲ་ཀུན་

གྱིས།

།རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་བརྗོད་ཅིང་། །

བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བསྟོད། །

མེ་ཏོག་དམ་པ་སྤེང་བ་དམ་པ་དང་། །སིལ་སྒྲན་རྣམས་

དང་བྱུག་པ་གདུགས་མཆོག་དང་། །མར་མེ་མཆོག་དང་

བདུག་སྒྲོས་དམ་པ་ཡིས། །རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཆོད་

པར་བགྱི།

།ན་བཟའ་དམ་པ་རྣམས་དང་ངྷི་མཆོག་

དང་། །སྤྱེམ་ཕུར་མ་རི་རབ་མཉམ་པ་དང་། །བཀོད་

པས་བྱུང་པར་འཕགས་པའི་མཆོག་ཀུན་གྱིས། །རྒྱལ་བ་

དེ་དག་ལ་ནི་མཆོད་པར་བགྱི། །མཆོད་པ་གང་རྣམས་སྒྲ་  
མེད་རྒྱ་ཆེ་བ། །དེ་དག་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་  
མོས། །བབང་པོ་སྤྱོད་ལ་དད་པའི་སྟོབས་དག་གིས། །  
རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་ཕྱག་འཆེལ་མཆོད་པར་བགྱི། །འདོད་  
ཆགས་ཞེ་སྒྲ་གཏི་ཕྱག་དབང་གིས་ནི། །ལྷས་དང་  
དག་དང་དེ་བཞིན་ཡིད་གྱིས་ཀྱང་། །སྤྲིག་པ་བདག་གིས་  
བགྱིས་པ་ཅི་མཆིས་པ། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་  
སོ་སོར་བཤའ་གས། །ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་ཀུན་དང་  
སངས་རྒྱས་སྤྲས། །རང་རྒྱལ་རྣམས་དང་སྟོབ་དང་མི་  
སྟོབ་དང་། །འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་བསོད་ནམས་གང་ལ་

ཡང་། དེ་དག་ཀུན་གྱི་ཐེས་སུ་བདག་ཡིད་རང་། བཀ་  
རྣམས་ཕྱོགས་བཅུ་འི་འཛིག་རྟེན་སྒྲོན་མེ་རྣམས་། བྱང་  
ཆུབ་རིམ་པར་སངས་རྒྱས་མ་ཆགས་བརྟེས་། ལམ་གོ་ན་  
པོ་དེ་དག་བདག་གིས་ཐམས་ཅད་ལ། འཁོར་ལོ་སྒྲན་  
མེད་པར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱུལ། བྱུང་ན་འདའ་སྟོན་གང་  
བཞིན་དེ་དག་ལ། འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་ཞིང་བདེ་བའི་  
ཕྱིར་། བསྐྱུལ་པ་ཞིང་གི་རྩལ་སྟེན་བཞུགས་པར་  
ཡང་། བདག་གིས་ཐལ་མོར་བ་སྦྱར་གསོལ་བར་  
བགྱི། བྱུག་འཆལ་བ་དང་མཆོད་ཅིང་བཤའ་གས་པ་  
དང་། ཐེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱུལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། །

དག་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ།      །ཐམས་  
ཅད་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྟོའོ།      །ཨོ་བཟླ་བྱ་  
མི་ཨྲུ་རྩྱ།      དབང་ཆེན་གསེར་གྱིས་གཞི།      ཨོ་བཟླ་རེ་  
ཁེ་ཨྲུ་རྩྱ།      ཕྱི་ལྷགས་རི་ཁོར་ཡུག་གིས་བསྟོར་དབུས་སུ་  
རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ།      །ཤར་ལུས་འཕགས་པོ།      ལྟོ་  
འཛམ་བུའི་སྤིང་།      རུབ་བ་ལང་སྟོང་།      བྱང་སྒྲ་མི་སྒྲ།  
ཤར་དུ་ལུས་དང་ལུས་འཕགས།      ལྟོར་རྩ་ཡབ་དང་རྩ་  
གཞན།      རུབ་ཏུ་གཡོ་ལྟན་དང་ལམ་མཆོག་འགྲོ།      བྱང་  
དུ་སྒྲ་མི་སྒྲ་དང་སྒྲ་མི་སྒྲ་གྱི་ཟླ།      འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ།  
ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ།      བཙུན་མོ་རིན་པོ་ཆེ།      སྟོན་པོ་རིན་པོ་



ཆེ། སྤང་པོ་རིན་པོ་ཆེ། ཏྲ་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ། དམག་  
དཔོན་རིན་པོ་ཆེ། གཏེར་ཆེན་པོའི་བུམ་པ། ཉི་མ་ཟླ་བ་  
དབུས་སུ་ལྷ་དང་མིའི་དཔལ་འབྱོར་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་  
མ་ཆང་བ་མེད་པ་ཆང་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་བཅས་པ་  
འདི་ཉིད་མཉམ་མེད་ཤུགས་རྒྱལ་པོའི་ལྷ་ཆོག་པ་འཁོར་  
དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་དབུལ་བར་བསྒྱེ། ཐུགས་རྗེས་  
འགྲོ་བའི་དོན་དུ་བཞེས་སུ་གསོལ། བཞེས་ནས་བྱིན་  
གྲིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། གུ་རུ་ཨི་དམ་མཁུལ་ལ་ཀམ་ནི་  
ལྷ་ཡུ་མི། མཉེས་བྱེད་མཁུལ་བཟང་པོ་འདི་ཕུལ་  
བས། །བྱང་ཆུབ་ལམ་ལ་བར་ཆད་མ་བྱུང་ཞིང་། །དུས་

གསུམ་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་ཚྲོགས་པ་དང་། རྩིད་པར་  
མི་འབྲུལ་ནི་བར་མི་གནས་ཤིང་། རྣམ་མཁའ་དང་  
མཉམ་པའི་འགྲོ་རྣམས་སྒྲོལ་བར་ཤོག། ཞེས་མཆུལ་ཐུལ།  
སྒྲུ་བསམ་བཟོད་མེད་ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན། རམ་སྒྲེས་  
མི་འགགས་རྣམ་མཁའི་ངོ་བོ་ཉིད། རོ་སོར་རང་རིག་  
ཡེ་ཤེས་སྒྲིད་ཡུལ་བ། རུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་ལ་  
ཐུག་འཆལ་ལོ། གང་དག་ཕྱོགས་བཅུ་སྟོང་གི་འཇིག་  
རྟེན་ན། བདེ་གཤེགས་སྟོབ་མར་གྱུར་པ་གང་སུ་  
དག། རྟོང་འདྲིར་སྟོན་པས་ཆོས་ཀྱི་ཆར་འབེབས་ཀྱི། །  
ཉན་པར་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་འདྲིར་གཤེགས་ཤིག། ར་

མོ། ལྷའི་སྐད་དང་གྲུ་དང་གཞི་དུ་སྤྱོད་སྐད། བྱུལ་བུམ་  
 དག་དང་མི་ཡི་སྐད་རྣམས་དང་། འཕྲོ་བ་ཀུན་གྱི་སྐད་  
 རྣམས་ཇི་ཙམ་པར། བཟམས་ཅད་སྐད་དུ་བདག་གིས་  
 ཆོས་སྟོན་ཏེ། ཞེས་པའི་མཆོམས་ནས་བསྐྱབ་བྱ་གང་ཡིན་ལ་འཇུག་པར་  
 བྱེད། །།ལྷ་མཇུག་ཏུ། ཨོྃ་ཨཱ་ཨྲ། ཨི་ཨྲི། ཨུ་ཨྲུ། ཨི་  
 ཨྲི། ཨི་ཨྲི། ཨེ་ཨྲི། ཨོྃ་ཨྲི། ཨོྃ་ཨཱ་ཨྲུ། ཀཱཱཱ་བ་ག་གྲུ་  
 ད། ཅ་ཅ་ཇ་ཇྲླ། ཏ་ཐ་ཏ་ཐྲླ། ཏ་ཐ་ད་ཇྲླ། པ་པ་  
 བ་བྲུམ། ཡ་ར་ལ་ཤ་ཤ། ར་ས་རྩ་སྲུམ། ཨོྃ་ཨི་ཇྲླུ་  
 ཅེ་ཅུ་ཐ་ཐྲ་བ་ཅེ་ཅུ་ཇྲེ་ཐྲླ་ཏ་ཐྲུ་ག་ཏེ་ཐུ་བ་ད་ཏ་ཏེ་ཐྲུ་ཕྱེ་ཡི་ནི་  
 རི་ཇྲུ་ཨེ་ཨྲི་བྲུ་དྲི་མ་ཐྲུ་བྲུ་ཤ་ཤུམ་ཏུམྲུ། ཞེས་དབྱངས་གསལ་ཏེན་

སྒྲིང་རྣམས་ལན་གསུམ་རེ་བཞུས་མཐར། ཨོྲེ་བཟླ་སང་ས་མ་ཡ་སོགས་  
ཡིག་བརྒྱས་ལྷག་ཆད་སྐད། མ་འབྱོར་བ་དང་སོགས་དང། ལྷག་པ་  
དང་ནི་ཆད་པ་དང། །གསུང་རབ་ཡན་ལག་ཉམས་པ་  
དང་། །སོགས་དང། དག་བ་འདི་ཡིས་སྦྱར་དུ་བདག །  
གསུང་རབ་བཟོ་མེ་འབྱུང་འབྱུར་ནས། །སོགས་བཟོད།  
གཞན་ཡང་མདོ་ཆོ་སྒྲུབ་དང། བཟང་སྦྱོང་སོགས་ལོང་ཁོམ་སྐབས་བསྟུན་བྱ། དེ་  
ནས། བཙུམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྒྲོན་ལམ་  
གྲུབ་པའི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ལས་དང་སྒྲོ་བྱར་  
རྒྱུན་ལས་གྱུར་པ་ཡི། །གཞོན་དང་ནད་དང་འབྱུང་པའི་  
འཆོ་བ་སོགས། །སེམས་ཅན་ཡིད་མི་བདེ་བའི་ནད་

ནམས་ཀུན། །འཛིག་རྟེན་ཁམས་སུ་འབྱུང་བར་མ་གྱུར་  
ཅིག །ཇི་ལྟར་གཤེད་མས་བྲིད་པའི་བསང་བྱ་བཞིན། །  
སྐད་ཅིག་གཅིག་ལ་ལུས་སེམས་འབྲལ་བྱེད་པའི། །  
སློག་འསློག་ནད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་ཇི་སྟེད་པ། །འཛིག་རྟེན་  
ཁམས་སུ་འབྱུང་བར་མ་གྱུར་ཅིག །འཆི་བདག་གཤེན་  
རྗེའི་ཁ་ནང་ཚུད་པ་ལྟར། །ནད་ཀྱི་མིང་ཙམ་ཐོས་པས་  
སྤྱག་བྱེད་པའི། །ཉིན་གཅིག་པ་དང་རྟག་པའི་རིམས་  
སོགས་ཀྱིས། །ལུས་ཅན་ཀུན་ལ་གཞོན་པར་མ་གྱུར་  
ཅིག །གཞོན་པའི་བགལ་ས་རིགས་སྟོང་སྤྱག་བརྒྱད་ཅུ་  
དང་། །སྟོ་བུར་ཡེ་འདྲོག་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་དང་། །བཞི་

བརྒྱུ་ཅུ་བཞི་འི་ནད་ལ་སོགས་པ་ཡིས།      །ལུས་ཅན་ཀུན་  
ལ་འཆེ་བར་མ་གྱུར་ཅིག      །ལུས་སེམས་བདེ་བ་མ་ལུས་  
འཕྲོག་བྱེད་པའི།      །འབྱུང་བཞི་འབྲུགས་པའི་སྒྲུག་  
བསྐྱལ་ཇི་སྟེད་པ།      །མ་ལུས་ཞི་ཞིང་མདངས་སྟོབས་ལྡན་  
གྱུར་ནས།      །ཆེ་རིང་ནད་མེད་བདེ་སྦྱིད་ལྡན་པར་ཤོག      །  
སྒྲུ་མ་དགོན་མཆོག་རྣམས་ཀྱི་བྲུགས་རྗེ་དང་།      །མཁའ་  
འགྲོ་ཆེས་སྦྱང་སྦྱང་མའི་མཐུ་སྟོབས་དང་།      །ལས་  
འབྲས་བསྐྱུ་བ་མེད་པའི་བདེན་སྟོབས་ཀྱིས།      །སྟོན་ལམ་  
ཇི་ལྟར་བཏབ་པ་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག      །སྒྲུ་མེད་སྒྲུ་མའི་  
བྲུགས་རྗེ་དང་།      །རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤྲས་རང་རྒྱལ་དང་།      །

དག་བཙུམ་བདེན་པའི་བྱིན་རླབས་ཀྱིས།      སྒྲོན་ལམ་  
ནམ་དག་འགྲུབ་པར་ཤོག།      །སངས་རྒྱས་སྐུ་གསུམ་  
བརྟེན་པའི་བྱིན་རླབས་དང་།      །ཆོས་ཉིད་མི་འགྱུར་  
བདེན་པའི་བྱིན་རླབས་དང་།      །དག་འདུན་མི་སྤེད་འདུས་  
པའི་བྱིན་རླབས་ཀྱིས།      །ཇི་ལྟར་བསྔོ་བ་སྒྲོན་ལམ་འགྲུབ་  
པར་ཤོག།      །ཅེས་བསྔོ་སྒྲོན་གྱིས་མཐའ་བརྒྱན་པར་བྱའོ།།

༼བཀའ་འགྱུར་འགོ་འདྲུགས་དག་འདོན་བསྐྱུས་  
པ་བཞུགས་སོ།།

ལྷོ་      མ་ནམ་བཞི་སྐོར་ལན་གསུམ།      འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱུག་  
ཕུགས་རྗེའི་རླབས་འཕྲེང་དབུས།      །རྒྱལ་ཁབ་མཁའ་



བཙུའི་འདབ་སྟོང་རྒྱས་པ་ལ།      །ཕན་བདེའི་བྱི་བསྐྱང་ཅི་  
ཡང་སྟོབའི་གཉེན།      །ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་མཆོད་མཚན་ །མཁའ་  
པས་མ་རིག་སྐྱེད་པའི་ཆོག་ས་འཛུལ་ས་ཤིང་།      །བཙུ་  
བས་གཞན་དོན་ཡལ་བར་མི་འདོར་བར།      །རྒྱས་པས་  
བདུད་དཔུང་འཛུལ་ས་བྱེད་ལྟ་ཡི་ལྟ།      །ངག་དབང་རྣམ་  
རྒྱལ་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།      །ཁམས་གསུམ་  
སེམས་ཅན་འཁོར་བ་ལས་སྟོལ་ཕྱིར།      །འཆི་མེད་རྩི་རྩི་  
སྐྱེ་མཆོག་རབ་བརྟེན་ནས།      །ཕྱིན་ལས་རྣམ་བཞིས་འགྲོ་  
བའི་དོན་མཛད་པའི།      །ཇི་སྟོང་འཆོའི་གཞིས་པར་གྱུར་  
ཅིག་གྱ།      །དུས་གསུམ་རྒྱལ་ཀུན་ཐུགས་རྩེ་འདུས་པའི་

ཞལ། རྒྱལ་ན་པ་རྫོའི་རྩེས་གཟུང་འབྲེལ་ཚད་གྱི། འགྲོ་  
གུན་སྐལ་བཟང་ལམ་ལ་འཛོག་མཛད་པའི། ངག་  
དབང་དཔལ་བཟང་ཞབས་ལ། རྒྱས་བཅས་རྒྱལ་བའི་  
ཐུགས་རྩེ་གཅིག་བསྐྱས་པ། རྒྱལ་ན་པ་རྫོའི་ཕྱིན་ལས་  
ལྷོས་གར་ནི། རིས་མེད་འགྲོ་བའི་རྩ་ལག་ཉིད་གྱུར་  
པ། རྩམ་ཆོས་རྒྱལ་མཆོན་ཞབས་ལ། བྱད་པར་སྟོ་  
སྟོངས་ཡངས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་འདིར། ཆོས་སྤྱིད་ལུང་  
གིས་འགྲོ་རྣམས་བདེར་འཆོ་བའི། བཀའ་རྩོན་  
མཚུངས་མེད་ངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་རྩེའི། བརྒྱད་འཛོན་  
བྲམ་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། བྲམ་སྐུ་ཁམས་

བཟང་བར་གསོལ་བ་འདེབས།      མཆོག་ཏུ་སྐྱ་ཆེ་རིང་  
བར་གསོལ་བ་འདེབས།      །འཕྲིན་ལས་དར་ཞིང་རྒྱས་  
པར་གསོལ་བ་འདེབས།      །སྤྲུལ་དང་འབྲལ་བ་མེད་པར་  
བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།      །སྐྱབས་འགྲོ་ནི།      སངས་རྒྱས་ཆེས་དང་  
ཆོག་ས་གྱི་མཆོག་རྣམས་ལ།      །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་  
སྐྱབས་སུ་འཆི།      །བདག་གིས་གསུང་རབ་བགྱིས་པའི་  
བསོད་ནམས་གྱིས།      །འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་  
འགྲུབ་པར་ཞོག།      །ཞེས་ལན་གསུམ།      སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག།      །སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱག་བསྐྱེལ་དང་སྐྱག་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་དང་

བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག                      །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱུག་  
བསྐྱལ་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག                      །  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་སྐྱུག་གི་རྒྱ་ཆགས་སྤང་ནི་  
རིང་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྒྲེམས་ཆེན་པོ་ལ་ཡུན་རིང་དུ་  
གནས་པར་གྱུར་ཅིག      །ལན་གཅིག      །མ་ལུས་སེམས་ཅན་  
ཀུན་གྱི་མགོན་གྱུར་ཅིང་།                      །བདུད་སྡེ་དཔུང་བཅས་མི་  
བབས་འཛུམས་མཛད་ལྷ།                      །དངོས་རྣམས་མ་ལུས་ཇི་  
བཞིན་མཁྱེན་གྱུར་པའི།                      །བཙུམ་ལྡན་འཁོར་བཅས་  
གནས་འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ།      །མགོན་པོ་འདིར་ནི་  
བྱོན་པ་ལེགས།                      །བདག་ཅག་བསོད་ནམས་སྐྱལ་བར་

ལྷན། བདག་གི་མཆོད་ཡོན་གཞིས་ནས་ཀྱང་། འདི་  
ཉིད་དུ་ནི་བཞུགས་སུ་གསོལ། ཨོྫེ་གུ་རུ་སཐ་ཏ་ཐུ་ག་  
ཏ་ཐུ་ཐ་ར་སད་ཀ་ར་མརྒྱ་སད་ཀ་ར་མརྒྱ་ཨཱྀ་ཐ་ཏིཾ་  
སྒྲུ། ཇི་ལྟར་བལྟམས་པ་ཅམ་གྱིས་ནི། ལྷ་ནམས་  
ཀུན་གྱིས་བྱས་གསོལ་ལྟར། དེ་བཞིན་དག་པ་ལྷ་ཡི་  
ཐུ། དག་པ་ཡིས་ནི་སྐྱབྱས་གསོལ། ཨོྫེ་གུ་རུ་སཐ་  
ཏ་ཐུ་ག་ཏ་མརྒྱ་ཐྀྀུ་ཐ་ཏིཾ་སྒྲུ། བདག་དང་འགྲོ་ལ་  
ཐུགས་བརྩེ་ཆེར། ཉིད་ཀྱི་རྩ་འཕུལ་མཐུ་ཡིས་ནི། ཇི་  
སྟོང་མཆོད་པ་བདག་བགྱིས་ན། དེ་སྟོང་བཅམ་ལྷན་  
བཞུགས་སུ་གསོལ། ཨོྫེ་གུ་རུ་སཐ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་པཏྱ་ཀུ་

མ་ལ་ཡེ་སྟླ། ཡན་ལག་བདུན་པ་ནི། རྒྱལ་བ་ཀུན་དངོས་སྒྲམ་  
ལ། །ལྷུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱས་པའི་སྒྲོས། །སྟོ་བའི་  
སྒྲིམ་པ་དང་བཅས་པས། །རབ་རྩ་བརྩད་དེ་གྱས་ཕྱག་  
འཆ་ལ། །དངོས་སུ་བཤམས་དང་ཡིད་གྱིས་སྒྲུལ། །ཕྱི་  
ནང་གསང་བ་སྒྲུ་མེད་པ། །མཆོད་སྟོན་རྒྱ་མཆོའི་ཆོགས་  
རྣམས་ཀུན། །རྣམ་པ་ཀུན་རྩ་མཆོད་པར་འབུལ། །ཐོག་  
མེད་དུས་ནས་བསགས་པ་ཡི། །བྱུན་མེད་བྱད་པར་དང་  
འགལ་བའི། །མི་དགོ་བརྩ་སོགས་ཉེས་པའི་ཆོགས། །  
མ་ལྷུས་འགྱེད་པའི་སྟོ་ནས་བཤགས། །རྣམ་མཁའི་  
མཐར་ཕྱག་ཕྱོགས་ཀུན་རྩ། །འགྲོ་ལ་ཕན་པར་མཛད་པ་

ཡི། རུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ལ། རྒྱལ་  
བའི་སེམས་གྱིས་རྗེས་ཡི་རང་། ལྷ་ཆོག་གས་རྒྱལ་གྱི་  
གདུལ་བྱ་ལ། རང་རང་བསམ་པ་ཇི་ལྟ་བུར། ཟབ་པ་  
དང་ནི་རྒྱ་ཆེ་བའི། ཐེག་མཆོག་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་དུ་  
གསོལ། ལྷ་གསུང་ཐུགས་གྱི་ཕྱིན་ལས་ནི། གསང་  
བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པས། ཇི་སྤྱིད་འཁོར་བ་དེ་སྤྱིད་  
དུ། རྒྱུང་ངན་མི་འདའ་བཞུགས་སུ་གསོལ། བདག་  
གཞན་ཀུན་གྱིས་བསགས་པ་ཡི། རུས་གསུམ་དག་ག་  
གཅིག་བསྐྱས་ནས། ལམ་གྱུར་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ། །  
བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པོ་ཐོབ་ཕྱིར་བསྐྱོ། ། རྒྱུ་ རྣམ་མཁའི་



དབྱིངས་རྣམས་ཀུན་ནས་གང་པའི་སྤྲོས་གི་ཆུ་གཏེར་  
འདོད་དགའི་དཔལ་འབྱུང་རིན་ཆེན་པོ་རིན་ཆེན་འོད་  
འབྱིན་རྒྱས་པས་བྱུང་པའི་སྤྲིང་པོར་ནོར་བུའི་ཁོར་ཡུག་  
གི། རང་ལེན་ཁོར་ཁམས་རྒྱ་མཚོ་གཞི་རིན་ཆེན་ལས་བྱུང་  
རིམ་གྱིས་གཞིལ་བ་བཀོད་ལེགས་མ་ལུས་བཀོད་པའི་  
ཡུལ་གྱི་འཛིག་རྟེན་ཁམས་རེ་རེར་འདོད་ཡོན་མཛད་བྱུང་  
འཕྱར་བ་གང་། ཁམས་ཡས་སངས་རྒྱས་ཞིང་གིས་  
བསྐྱོར་ཞིང་ཀུན་བཟང་མཚོད་སྤྲིན་མ་ཚང་མེད་པའི་རྒྱན་  
གྱིས་རྣམ་པར་བརྒྱན་པའི་རྟུལ་རེར་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་  
མཛད་པ་ཐམས་ཅད་སྒྲུང་བ་ཅན། གཅིག་ཏུ་འདུ་ཞིང་སོ་

སོར་མ་འདྲེས་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་རྣམ་འཕྱུལ་ཇི་  
བཞིན་དེ་དག་བདག་གིས་དག་བའི་སེམས་གྱིས་སྤྱལ་ཏེ་  
དཔལ་ལྡན་སྤྲེལ་མར་དད་པས་འབྱུལ་བར་བགྱི།      ཞིང་  
ཁམས་རྒྱ་མཆོར་རྩལ་རེར་རྩལ་སྟེད་གྱི།      ཁམས་རྒྱས་  
ཞིང་དང་ཀུན་བཟང་མཆོད་པའི་སྤྱིན།      ཀུན་གྱིས་རྒྱན་  
ལྡན་ཇི་སྟེད་འོད་འཕྲོའི་ཕྱེར།      རྒྱལ་བ་སྤྲེལ་བཅས་རྣམ་  
ཐར་ཀུན་སྤང་ཞིང་།      འཁོར་ཞིའི་འདོད་དགུ་མ་ཆང་མེད་  
འདུས་པ།      ཆོས་དབྱིངས་ཐམས་ཅད་རྒྱས་པར་  
འགོངས་པའི་འཕྱུལ།      རྣམ་མཁའི་ཁམས་བྱུང་སྤྱིད་  
པའི་མཐར་གནས་ནས།      ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་མཆོད་པས་

མཉེས་གྱུར་ཅིག      །གུ་རུ་ཨི་དྲི་མཁུལ་ཀའི་རྒྱ་ཏ་ཡུ་མི།  
མཉེས་བྱེད་མཁུལ་བཟང་པོ་འདི་ཡུལ་བས།      །བྱང་ཆུབ་  
ལམ་ལ་བར་ཆད་མི་འབྱུང་ཞིང་།      །དུས་གསུམ་རྒྱལ་  
བའི་དགོངས་པ་ཕྱོགས་པ་དང་།      །སྤྱིད་པར་མི་འབྲུལ་ཞི་  
བར་མི་གནས་ཤིང་།      །ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་འགྲོ་  
ནམས་སྒྲིལ་བར་ཤོག།      །ཅིས་སྤུལ།      །སྤྱོད་པས་མ་བརྗེད་མེད་  
ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན།      །མ་སྒྲིལ་མི་འགགས་ནམ་  
མཁའི་ངོ་བོ་ཉིད།      །སོ་སོར་རང་རིག་ཡེ་ཤེས་སྤྱོད་ཡུལ་  
བ།      །དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །  
གང་དག་ཕྱོགས་བཅུ་སྟོང་གི་འཛིག་ཏེན་ན།      །བདེ་

གཤེགས་སྟོབ་མར་གྱུར་པ་གང་སུ་དག      ཁྲོང་འདྲིར་  
སྟོན་པས་ཆོས་ཀྱི་ཆར་འབེབས་ཀྱི།      ཁྱོན་པར་འདོད་པ་  
ཐམས་ཅད་འདྲིར་གཤེགས་ཤིག      ཁ་མོ།      ལྷའི་སྐད་  
དང་སྒྲ་དང་གཞིན་སྦྱོར་སྐད།      བྱུལ་བུམ་དག་དང་མི་ཡི་  
སྐད་རྒྱམས་དང་།      འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་སྒྲ་རྒྱམས་ཇི་ཙམ་  
པར།      ཐམས་ཅད་སྐད་དུ་བདག་གིས་ཆོས་སྟོན་ཏོ།      །  
ཞེས་བསྐྱབ་བྱ་གང་ཡིན་ལ་འཇུག་པར་བྱའོ།།      །། མཇུག་ཏུ།      ཨོཾ་ཧཱཱ་ཧྲཱ།  
ཨི་ཨྱི།      ཧཱཱ་ཧྲཱ།      རི་རྱི།      ལི་ལྱི།      ཨེ་ཨྱི།      ཨོ་ཨྱི།  
ཨོཾ་ཧཱཱེ།      ཀཾ་པཾ་གཾ་ལྷཾ་དྭང་།      ཅཱཱྃ་ཇྃ་རྩྃ།      ཎཾ་ཐྎཾ་ལྷཾ་ཎྜྃ།  
ཏྃཾ་ཐྏྃ་རྩྃ།      པཾ་ཕཾ་བཾ་ལྷཾ་མཾ།      ཡཾ་ལཾ་ལྷཾ་ཀཾ་པཾ་སྟཾ་ཀྌཾ།

སྒྲུ། ཨོྫ་ཡེ་རྒྱུ་ཏེ་རུ་ཕ་བྱ་བ་ཏེ་རུ་རྩེ་ལྡན་ཏ་བྱ་ག་ཏོ་བྱ་  
བ་དཏ་ཏེ་ལྡུ་ཡེ་ནི་རོ་རྒྱ་ཨེ་ལྷོ་བྱ་དྲི་མ་རྒྱ་བྲ་མ་ཆེ་སྒྲུ།  
ནེས་དབྱངས་གསལ་ཏེན་སྒྲིང་ནྲམས་ལན་གསུམ་རེ་བཟླས་མཐར། ཨོྫ་བཟླ་

སཏྲ་ས་མ་ཡ་སོགས་ཡིག་བརྒྱས་ལྷག་ཆད་སྐད། མ་འབྱོར་བ་དང་

སོགས་དང་། ལྷག་པ་དང་ནི་ཆད་པ་དང་། །གསུང་རབ་

ཡན་ལག་ཉམས་པ་དང་། །སོགས་དང་། དགོ་བ་འདི་ཡིས་

ལྷུང་དུ་བདག །གསུང་རབ་ཟབ་མོ་འགྲུབ་འགྲུར་

ནས། །སོགས་བཟླ། བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་

གཤེགས་པ་སྒྲོན་ལམ་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཆའ་

ལོ། །སོགས་གྱིས་མཐའ་བརྒྱན་པར་བྱའོ།།

# ༼འབྲུག་ལྷགས་མཚལ་སྐྱ་གསུང་ཐུགས༽ རྟེན་འབྲུལ་ཆོག

ལྟོ ཐོག་མར་ཡན་ལག་བདུན་པ་ནི། རྒྱལ་པ་ཀུན་དངོས་སྤྲུལ་  
ལ། ལྷས་ངག་ཡིད་གསུམ་གུས་པའི་སྒོས། སྤྲོ་བའི་  
སྒྲིམ་པ་དང་བཅས་པས། རབ་རུ་བརྟུང་དེ་གུས་ཕྱག་  
འཆལ། དངོས་སུ་བཤམས་དང་ཡིད་གྱིས་སྤྲུལ། བྱི་  
ནང་གསང་བ་སྤྲུལ་མེད་པ། མཆོད་སྤྱོན་རྒྱ་མཆོའི་ཆོགས་  
རྣམས་ཀུན། རྣམ་པ་ཀུན་རྒྱ་མཆོད་པར་འབྲུལ། ཐོག་  
མེད་རྒྱས་ནས་བསགས་པ་ཡི། ཐུན་མོང་བྱུང་པར་དང་  
འགལ་བའི། མི་དག་བཙུ་སོགས་ཉེས་པའི་ཆོགས། །

མ་ལུས་འགྱེད་པའི་སྒོ་ནས་བཤགས།      །ནམ་མཁའི་  
མཐར་ཐུག་ཕྱོགས་ཀུན་ཏུ།      །འགྲོ་ལ་ཕན་པར་མཛད་པ་  
ཡི།      །དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་ལ།      །དགའ་  
བའི་སེམས་ཀྱིས་རྗེས་ཡི་རང་།      །སྒྲ་ཆོགས་རྩལ་གྱི་  
གདུལ་བྱ་ལ།      །རང་རང་བསམ་པ་ཇི་ལྟ་བར།      །ཟབ་པ་  
དང་ནི་རྒྱ་ཆེ་བའི།      །ཐེག་མཆོག་ཆོས་འཁོར་བསྐྱར་དུ་  
གསོལ།      །སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་ཕྱིན་ལས་ནི།      །གསང་  
བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི།      །ཇི་སྙིང་འཁོར་བ་དེ་སྙིང་  
དུ།      །སྤང་ངན་མི་འདའ་བཞུགས་སུ་གསོལ།      །བདག་  
གཞན་ཀུན་གྱིས་བསགས་པ་ཡི།      །དུས་གསུམ་དགེ་བ་



གཅིག་བསྐྱུས་ནས། ཁམར་གྱུར་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ། །  
བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པོ་བློ་བྱེད་བསྟོ། །༥། ཨོ་བཟླ་བྱ་མི་  
ཡུལ་རྩྱུ་། དབང་ཆེན་གསེར་གྱི་ས་གཞི། ཨོ་བཟླ་རེ་ཁེ་  
ཡུལ་རྩྱུ་། བྱི་ལྷགས་རི་ཁོར་ཡུག་གིས་བསྐྱོར་བའི་དབུས་  
སུ་རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ། ཤར་ལུས་འཕགས་པོ། ལྟོ་  
འཛམ་བུ་གླིང་། རུབ་བ་ལང་སྟེང་། བྱང་སྒྲ་མི་སྒྲ།  
ཤར་དུ་ལུས་དང་ལུས་འཕགས། ལྟོར་རྩ་ཡབ་དང་རྩ་  
ཡབ་གཞན། རུབ་དུ་གཡོ་ལྡན་དང་ལམ་མཆོག་འགྲོ།  
བྱང་དུ་སྒྲ་མི་སྒྲ་དང་སྒྲ་མི་སྒྲ་གྱི་ཟླ། འཁོར་ལོ་རིན་  
པོ་ཆེ། རོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ། བཙུན་མེ་རིན་པོ་ཆེ། སྒོན་པོ་

རིན་པོ་ཆེ།    སྒྲང་པོ་རིན་པོ་ཆེ།    ཏྲ་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ།  
དམག་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ།    གཏེར་ཆེན་པོའི་བུམ་པ།    ཉི་  
མ།    ཟླ་བ།    དབུས་སུ་ལྷ་དང་མིའི་དཔལ་འབྱོར་ཕུན་  
སུམ་ཆོག་ས་པ་མ་ཆང་བ་མེད་པ་འདི་ཉིད་བྱབ་བདག་  
འཁོར་ལོའི་མགོན་པོ་རྣམ་འདྲན་རྩོུ་རྩོུ་འཆང་དབང་  
མཆོག་གི་ཞབས་པད་མི་འཛིག་ས་གཤོང་ལྷས་བཏེགས་  
པའི་བྲི་འཕང་མཆོག་ལ་མངོན་པར་བཀོད་དེ་སྐྱ་ཆོ་རྩོུ་འི་  
ཆོས་བདུན་གྱི་ངོ་བོར་བསྐྱལ་པ་རྒྱ་མཆོར་འཆོ་ཞིང་  
བཞེས་ལ།    ཟབ་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྟག་པ་རྒྱན་དུ་  
བསྐྱོར་བར་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་སྤྲད་དུ་འབུལ་བར་

བགྱིའོ།                      །ཐུགས་རྗེས་འགོ་བའི་དོན་དུ་བཞེས་སུ་  
གསོལ།    བཞེས་ནས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།    །གུ་  
རུ་ཨི་དྲི་མཐུལ་ཀའི་ལྷོ་ཏ་ཡཱ་མི།    ཞེས་སྒྱུར།    དེ་ནས་རྟེན་རྣམས་  
རིམ་པར་འབུལ་བ་ལ།                      ཐོག་མར་སྐྱོ་རྟེན་ཐོགས་ཏེ།                      བསྟན་འགྲོའི་  
གཙུག་རྒྱུན་དཔལ་ལྷན་སྤྲུལ་ལ།                      །ངོ་མཆར་མཆན་  
དཔའི་སྒྲུང་བརྒྱན་འདི་ཡུལ་བས།                      །གང་སྐྱོ་བསྐྱལ་པ་རྒྱ་  
མཆོར་འཆོ་གཞེས་པའི།                      །དག་མཆན་སྒྲུང་བ་རྟག་ཏུ་  
འབར་གྱུར་ཅིག    །གསུང་རྟེན་ཐོགས་ཏེ།                      ཆོས་ཀྱི་དབང་ལྷུག་  
དཔལ་ལྷན་སྤྲུལ་ལ།                      །ཐོག་མཆོག་བདུད་ཅིའི་སྒྲེགས་  
བམ་འདི་ཡུལ་བས།                      །གང་གསུང་ཡན་ལག་རྟག་ཅུའི་

སྒྲིན་ཆེན་ལས།      །ཟབ་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་ཆར་ཆེན་དབབ་ཏུ་  
གསོལ།      །ཐུགས་རྟེན་ཐོགས་ཏེ།      །ཡེ་ཤེས་མཆོག་བརྟེས་  
དཔལ་ལྡན་སྒྲུ་མ་ལ།      །རྒྱལ་བའི་ཆོས་སྐུའི་རྟེན་མཆོག་  
འདི་ཡུལ་བས།      །གང་ཐུགས་སྟོང་དང་སྟིང་རྗེ་བྱང་  
འཇུག་ཏུ།      །གཟིགས་པས་བདག་སོགས་འགྲོལ་རྗེས་  
དགོངས་གསོལ།      །ཡོན་ཏན་གྱི་རྟེན་བུམ་པ་ཐོགས་ཏེ།      །ཡོན་ཏན་  
མདྲ་བྱང་དཔལ་ལྡན་སྒྲུ་མ་ལ།      །འདོད་དགུ་འཇོ་བའི་  
བུམ་བཟང་འདི་ཡུལ་བས།      །བྲལ་སྒྲིན་ལོར་བུའི་དགའ་  
སྟོན་མི་བད་པས།      །ས་གསུམ་འགྲོ་བའི་རེ་བ་སྟོང་མཛོད་  
གསོལ།      །འཕྲིན་ལས་གྱི་རྟེན་སྒྲུ་ཆོག་སྟོང་རྗེ་ཐོགས་ཏེ།      །འཕྲིན་ལས་

མཐའ་ཡས་དཔལ་ལྷན་སྒྲམ་ལ།      །སྒྲ་ཆོག་ས་རྩེ་རྩེ་འི་  
ཕྱག་རྒྱ་འདི་ཕུལ་བས།      །གང་འདུལ་ཕན་དང་བདེ་བའི་  
མཛད་པ་མཆོག།      །རྟག་ཅིང་བྱུང་དང་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་གྱུར་  
ཅིག།      །ཅེས་འབུལ།      དེ་ནས་སོ་སོའི་འབུལ་མཚན་ཡོད་ཤིང་མདུན་དུ་བདར་ནས་  
དབུལ་བར་བྱ།      དེ་ནས་ཞབས་བརྟན་ཡོད་ན་འདོན།      དེ་རྩེས་མཁའ་འགྲོའི་བརྟན་  
བཞུགས་འབུལ་བ་ནི།      །ཤར་རྩེ་རྩེ་འི་རིགས་གྱི་མཁའ་འགྲོ་  
མ།      །སྒྲ་མདོག་དཀར་མའི་མདངས་དང་ལྷན།      །རང་  
འདྲ་རྩེ་རྩེ་དཔའ་བོར་བཅས།      །འཁོར་དུ་མཁའ་འགྲོ་  
འབུམ་གྱིས་བསྐྱོར།      །བྱེད་འཁོར་དང་བཅས་ལ་གསོལ་  
བ་འདེབས།      །ཤར་གྱི་དར་ཐག་དབྱིངས་སུ་བསྐྱུས།      །

ཤར་གྱི་བསུ་མ་བཞེས་ཏུ་གསོལ། སྤྱིར་དམ་ཆེ་ག་ཅན་  
གྱི་སྟོང་གོ་གས་མཛོད། སྒྲོས་མཚན་ལྡན་གླ་མའི་སྐྱ་ཆེ་  
སྤངས། རྫོང་སེམས་ཆེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་གྱིས། བསྐྱལ་  
བརྒྱའི་བར་དུ་ཞབས་བརྟན་ཤོག། ཁྱྱེ་རིན་ཆེན་རིགས་  
གྱི་མཁའ་འགྲོ་མ། སྐྱུ་མདོག་སེར་མའི་མདངས་དང་  
ལྡན། རང་འདྲ་རིན་འབྱུང་དཔའ་བོར་བཅས། འཁོར་  
དུ་མཁའ་འགྲོ་འབུམ་གྱིས་བསྐྱོར། བྱེད་འཁོར་དང་  
བཅས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ཁྱྱེ་ཡི་དར་ཐག་དབྱེངས་  
སུ་བསྐྱུས། ཁྱྱེ་ཡི་བསུ་མ་བཞེས་ཏུ་གསོལ། སྤྱིར་  
དམ་ཆེ་ག་ཅན་གྱི་སྟོང་གོ་གས་མཛོད། སྒྲོས་མཚན་ལྡན་

སྒྲུ་མའི་སྐྱ་ཆེ་སྤྲིངས།      འིན་འབྱུང་ཆེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་  
གྱིས།    །བསྐྱལ་བརྒྱའི་བར་དུ་ཞབས་བརྟན་ཤོག།    རྒྱབ་  
པར་རིགས་གྱི་མཁའ་འགྲོ་མ།      །སྐྱ་མདོག་དམར་མའི་  
མདངས་དང་ལྗན།    །རང་འདྲ་པར་དཔའ་བོར་བཅས།    །  
འཁོར་དུ་མཁའ་འགྲོ་འབྱུང་གྱིས་བསྐྱོར།    །བྱིད་འཁོར་  
དང་བཅས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།      །རྒྱབ་གྱི་དར་ཐག་  
དབྱིངས་སུ་བསྐྱུས།      །རྒྱབ་གྱི་བསུ་མ་བསྒྲིག་ཏུ་  
གསོལ།    །སྤྱིར་དམ་ཆོག་ཅན་གྱི་སྤྲོད་གྲོགས་མཛོད།    །  
སྒྲོས་མཆོན་ལྗན་སྒྲུ་མའི་སྐྱ་ཆེ་སྤྲིངས།      །སྤྲང་མཐའ་ཆེ་  
ཡི་དངོས་གྲུབ་གྱིས།      །བསྐྱལ་བརྒྱའི་བར་དུ་ཞབས་



བརྟན་ཤོག། བྱང་ལས་གྱི་རིགས་གྱི་མཁའ་འགྲོ་མ། །  
སྐྱུ་མདོག་ལྗང་ཁའི་མདངས་དང་ལྟན། །རང་འདྲ་ཀམ་  
དཔའ་བོར་བཅས། །འཁོར་དུ་མཁའ་འགྲོ་འབྱུང་གྱིས་  
བསྐྱོར། །བྱེད་འཁོར་དང་བཅས་ལ་གསོལ་བ་  
འདེབས། །བྱང་གི་དར་ཐག་དབྱིངས་སུ་བསྐྱུས། བྱང་  
གི་བསུ་མ་བཞེག་ཏུ་གསོལ། །སྦྱིར་དམ་ཆེག་ཅན་གྱི་  
སྟོང་གྲོགས་མཛོད། །སྒྲོས་མཆོན་ལྟན་གླ་མའི་སྐྱ་ཆེ་  
སྤྱིངས། །དོན་གྲུབ་ཆེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་གྱིས། །བསྐྱེལ་  
བརྒྱའི་བར་དུ་ཞབས་བརྟན་ཤོག། །དབྱུང་བུརྟུ་རིགས་གྱི་  
མཁའ་འགྲོ་མ། །སྐྱུ་མདོག་དཀར་གསལ་མདངས་དང་

ལྷན། །རང་འདྲ་བུ་རྩ་དཔའ་བོ་བཅས། །འཁོར་དུ་  
མཁའ་འགོ་འབུམ་གྱིས་བསྐྱོར། །ཁྱེད་འཁོར་དང་  
བཅས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །དབུས་གྱི་དར་ཐག་  
དབྱིངས་སུ་བསྐྱུས། །དབུས་གྱི་བསུ་མ་བཞེག་ཏུ་  
གསོལ། །སྤྱིར་དམ་ཆེག་ཅན་གྱི་སྣང་གོགས་མཛོད། །  
སྒྲིམ་མཆན་ལྷན་གྱི་མའི་སྐྱ་ཆེ་སྤྱིངས། །སྣང་མཛོད་ཆེ་  
ཡི་དངོས་གྲུབ་གྱིས། །བསྐྱལ་བ་རྒྱུ་འེབ་དུ་ཞབས་  
བརྟན་ཤོག། །ཞིང་རྣམ་པར་དག་པ་རྒྱལ་བའི་ཞིང་། །  
དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་འབྱུངས་པའི་ཞིང་། །མ་དང་  
མཁའ་འགོ་འདུ་བའི་ཞིང་། །ཞིང་འདི་ལས་ལྷག་པ་

གཞན་ན་མེད།      ཁིང་འདི་ལ་དགོངས་ཏེ་བཞུགས་སུ་  
གསོལ།    ཁྱིའགྱུར་བ་མེད་པ་རྗེས་ཀྱི་ཁྱི།    འཕོ་འགྱུར་  
མེད་པ་ནོར་བུའི་ཁྱི།    འཛིགས་བརྒྱད་བྲལ་བ་སེང་གའི་  
ཁྱི།    ཁྱི་འདི་ལས་ལྷག་པ་གཞན་ན་མེད།    ཁྱི་འདི་ལ་  
དགོངས་ཏེ་བཞུགས་སུ་གསོལ།    གདན་ཅི་མ་མེད་པ་  
པརྟའི་གདན།    མ་རིག་མུན་སེལ་ཉི་མའི་གདན།    །  
གསལ་འགྲིབ་མེད་པ་སྒྲ་བའི་གདན།    གདན་འདི་ལས་  
ལྷག་པ་གཞན་ན་མེད།      གདན་འདི་ལ་དགོངས་ཏེ་  
བཞུགས་སུ་གསོལ།      ཁྱིའགྱུར་གཡུང་རྩུང་ལྟ་བུར་  
བཞུགས་སུ་གསོལ།      ཁྱིའགྱུར་ཆོངས་དབྱངས་ལྟ་

བུར་བཞུགས་སུ་གསོལ།

།གཡེ་མེད་རྫོང་ལྷ་བུར་

བཞུགས་སུ་གསོལ།

།ལྷོན་གྲུབ་ཆེན་པོའི་ངང་དུ་

བཞུགས་སུ་གསོལ།

།སྤྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་མངའ་

བར་བཞུགས་སུ་གསོལ།

།༄༅། སྤྲེལ་སྒྲུབ་ལས་བཟང་

བར་གསོལ་བ་འདེབས།

།མཆོག་ཏུ་སྒྲུ་ཆེ་རིང་བར་

གསོལ་བ་འདེབས།

།ཕྱིན་ལས་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་

གསོལ་བ་འདེབས།

།སྤྲེལ་དང་འབྲལ་བ་མེད་པར་ཕྱིན་

གྲིས་སྒྲོབས། །ཕན་བདེ་འབྱུང་བའི་གནས་གཅིག་ལྟ། །

བསྟོན་པ་ཡུན་རིང་གནས་པ་དང་།

།བསྟོན་པ་འཛིན་

པའི་སྤྱེས་བུ་རྣམས།

།སྒྲུ་ཆེ་རྒྱལ་མཆོན་བཏོན་གྱིར་

ཅིག །ཆོས་རྩ་ཆེན་པོའི་སྒྲ་ཡིས་ནི། །རྟུག་བསྐྱལ་  
སེམས་ཅན་མཐར་བབྱིད་ཤོག །བསྐྱལ་པ་བྱེ་བ་བསམ་  
ཡས་སུ། །ཆོས་སྟོན་མཛད་ཅིང་བཞུགས་གྱུར་ཅིག །  
འགྲོ་བའི་རྟུག་བསྐྱལ་སྤོན་གཅིག་པུ། །བདེ་བ་ཐམས་  
ཅད་འབྱུང་བའི་གནས། །བསྤོན་པ་ཆེད་དང་བཀུར་སྟེ་  
དང་། །བཙས་ཏེ་ཡུན་རིང་གནས་གྱུར་ཅིག། །

།མཚུལ་སྒྲ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་འབུལ་ཆོག།

༥ ། ཇི་སྟེད་སུ་དག་ཕྱོགས་བཅུའི་འཇིག་རྟེན་ན། །དུས་  
གསུམ་གཤེགས་པ་མི་ཡི་སེང་གོ་ཀུན། །བདག་གིས་  
མ་ལུས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ། །ལུས་དང་དག་ཡིད་

དང་བས་ཕྱག་བགྱིའོ།      །བཟང་པོ་སྟོང་པའི་སྟོན་ལམ་  
སྟོབས་དག་གིས།      །རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཡིད་གིས་  
མངོན་སུམ་དུ།      །ཞིང་གི་རྩལ་སྟེང་ལུས་རབ་བརྟུང་པ་  
ཡིས། །རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་རབ་རྟུ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །རྩལ་  
གཅིག་སྟེང་ན་རྩལ་སྟེང་སངས་རྒྱས་རྣམས།      །སངས་  
རྒྱས་སྤྲས་གྱི་དབྱུངས་ན་བཞུགས་པ་དག      །དེ་ལྟར་ཆོས་  
གྱི་དབྱིངས་རྣམས་མ་ལུས་པ།      །ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བ་དག་  
གིས་གང་བར་མོས།      །དེ་དག་བསྐྱགས་པ་མི་བད་རྒྱ་  
མཆོ་རྣམས།      །དབྱངས་གྱི་ཡན་ལག་རྒྱ་མཆོའི་སྒྲ་ཀུན་  
གིས།      །རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་བརྗོད་ཅིང་།      །

བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བསྟོད། །  
མེ་ཏོག་དམ་པ་ཐེང་བ་དམ་པ་དང་། །སིལ་སྒྲན་རྣམས་  
དང་བྱུག་པ་བདུག་མཆོག་དང་། །མར་མེ་མཆོག་དང་  
བདུག་སྟོས་དམ་པ་ཡིས། །རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཆོད་  
པར་བགྱི། །ན་བཟའ་དམ་པ་རྣམས་དང་ཇི་མཆོག་  
དང་། །སྤྱེམ་ཕུར་མ་རི་རབ་མཉམ་པ་དང་། །བཀོད་  
པས་བྱུང་པར་འཕགས་པའི་མཆོག་ཀུན་གྱིས། །རྒྱལ་བ་  
དེ་དག་ལ་ནི་མཆོད་པར་བགྱི། །མཆོད་པ་གང་རྣམས་སྒྲ་  
མེད་རྒྱ་ཆེ་བ། །དེ་དག་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་  
མོས། །བཟང་པོ་སྟོད་ལ་དད་པའི་སྟོབས་དག་གིས། །



ཀྱུལ་བ་ཀུན་ལ་ཕྱག་འཆལ་མཆོད་པར་བགྱི། །འདོད་  
ཆགས་ཞེ་སྒྲུང་གཏི་ཕྱག་དབང་གིས་ནི། །ལྷུས་དང་  
དག་དང་དེ་བཞིན་ཡིད་གྱིས་ཀྱང་། །སྤྲིག་པ་བདག་གིས་  
བགྱིས་པ་ཅི་མཆིས་པ། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་  
སེ་སེར་བཤའགས། །ཕྱོགས་བཅུ་འི་ཀྱུལ་བ་ཀུན་དང་  
སངས་རྒྱས་སྤྲུལ། །རང་ཀྱུལ་རྣམས་དང་སྟོབ་དང་མི་  
སྟོབ་དང་། །འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་བསོད་ནམས་གང་ལ་  
ཡང་། །དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་ཡི་རང་། །གང་  
རྣམས་ཕྱོགས་བཅུ་འི་འཇིག་རྟེན་སྟོན་མ་རྣམས། །བྱང་  
ཆུབ་རིམ་པར་སངས་རྒྱས་མ་ཆགས་བརྟེས། །མགོན་

པོ་དེ་དག་བདག་གིས་བྲམས་ཅད་ལ།      །འཁོར་ལོ་སྒྲན་  
མེད་པར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱལ།      །སྤྱང་ན་འདྲ་སྟོན་གང་  
བཞེད་དེ་དག་ལ།      །འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་ཞིང་བདེ་བའི་  
ཕྱིར།      །བསྐྱལ་པ་ཞིང་གི་རྩལ་སྟེད་བཞུགས་པར་  
ཡང་།      །བདག་གིས་བྲལ་མོར་བ་སྦྱར་གསོལ་བར་  
བབྱ།      །ཕྱག་འཆལ་བ་དང་མཆོད་ཅིང་བཤའ་གས་པ་  
དང་།      །རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི།      །  
དགོ་བ་ཅུང་བྱད་བདག་གིས་ཅི་བསམ་གས་པ།      །བྲམས་  
ཅད་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྟོའོ།      །ཞེས་དང་།      སྟོན་  
མཆོམས་འདིར་འགའ་ཞིག་གིས་མཆུལ་འབུལ་བསྐྱལ་བྱ་སྟོལ་ཡང་སྤྱང་བ་ལྟར་ན།

རིགས་དང་དགྱིལ་འཁོར་རྒྱ་མཆོའི་བྱུང་བདག་བཀའ་  
རིན་མཚུངས་མེད་བསྟན་འགྲོའི་དཔལ་མགོན་དམ་པ་  
དོན་གྱི་སྤང་དུ་མཆོན་ནས་སྒྲིམ་ན་མཆོན་བཟོད་དཔལ་བཟང་  
པོ་མཆོག་བདག་སོགས་བསྟན་དང་འགྲོ་བའི་མགོན་དུ།  
ཞབས་པད་མི་འཛིགས་གཏོང་ལུས་བཏེགས་པའི་བྲི་  
འཕང་མཆོག་ལ་མངོན་པར་བཀོད་དེ་སྐྱ་ཆོ་རྟེ་རྟེའི་ཆོས་  
བདུན་གྱི་ངོ་བོར་བསྐྱལ་པ་རྒྱ་མཆོར་འཆོ་ཞིང་བཞེས་ལ།  
ཟབ་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྟག་པ་རྒྱུན་དུ་བསྐྱོར་བར་  
གསོལ་བ་འདེབས་པའི་སྤང་དུ་ཞིང་ཁམས་འབུལ་བར་  
ཞུ།     རྒྱལ་རྒྱས་པ་ཆོམ་བུ་སོ་བདུན་མ་ནི།     ཨོ་བཟླ་བྱ་མི་ཡུལ་རྩ།

དབང་ཆེན་གསེར་གྱི་ས་གནི།      ཡོ་བཙྰ་རེ་ཁེ་ཡུལ་རྩྱ།  
ཕྱི་ལྷགས་རིའི་ཁོར་ཡུག་གིས་བསྐྱོར་བའི་དབུས་སུ་རིའི་  
རྒྱལ་པོ་རི་རབ།    ཤར་ལུས་འཕགས་པོ།    ལྷོ་འཛམ་གུ་  
མིང་།    རུབ་བ་ལང་སྟོང།    བྱང་སྒྲ་མི་སྒྲ།    ཤར་དུ་  
ལུས་དང་ལུས་འཕགས།      ལྷོར་རྩ་ཡབ་དང་རྩ་ཡབ་  
གཞན།    རུབ་དུ་གཡོ་ལྷན་དང་ལམ་མཆོག་འགོ།    བྱང་  
དུ་སྒྲ་མི་སྒྲ་དང་སྒྲ་མི་སྒྲ་གྱི་ཟླ།      རིན་པོ་ཆེའི་རི་བོ།  
དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་།    འདྲོད་འཛའི་བ།    མ་ཚེས་པའི་  
ལོ་ཏྲ་ག    །འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ།      རོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ།  
བཙུན་མོ་རིན་པོ་ཆེ།    སྟོན་པོ་རིན་པོ་ཆེ།    སྤང་པོ་རིན་པོ་

ཆེ། ཏྲ་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ། དམག་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ།  
གཏེར་ཆེན་པོའི་བུམ་པ། སྒྲེག་མོ་མ། འཕྲེང་བ་མ།  
ཐུ་མ། གར་མ། མེ་ཏོག་མ། བདུག་སྟོས་མ། སྒྲང་  
གསལ་མ། དྲི་ཆབ་མ། ཉི་མ། ཟླ་བ། རིན་པོ་ཆེའི་  
གདུགས། ཕྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་མཆོན།  
དབུས་སུ་ལྷ་དང་མིའི་དཔལ་འབྱོར་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་  
མ་ཆང་བ་མེད་པ་འདི་ཉིད་བྱབ་བདག་འཁོར་ལའི་མགོན་  
པོ་རྣམ་འདྲན་རྩེ་རྩེ་འཆང་དབང་མཆོག་གི་ཞབས་པད་མི་  
འཇིགས་གཏོང་ལུས་བཏེགས་པའི་བྲི་འཕང་མཆོག་ལ་  
མངོན་པར་བཀོད་དེ་སྐྱ་ཆེ་རྩེ་རྩེའི་ཆོས་བདུན་གྱི་ངོ་བོར་

བསྐྱལ་པ་རྒྱ་མཚོར་འཆོའིང་བཞེས་ལ།    ཟབ་རྒྱས་ཆོས་  
ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྟག་པ་རྒྱན་དུ་བསྐྱོར་བར་གསོལ་བ་  
འདེབས་པའི་སྤང་དུ་འབུལ་བར་བགྱིའོ།    །ཐུགས་རྗེས་  
འགོ་བའི་དོན་དུ་བཞེས་སུ་གསོལ།    བཞེས་ནས་བྱིན་  
བྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ།    །༥།    ས་གཞི་སྤྱོས་རྒྱས་བུགས་  
ཤིང་མེ་ཏྲག་བཀྲམ།    །རི་རབ་སྤྱིང་བཞི་ཉི་ཟླས་བརྒྱན་པ་  
འདི།    །སངས་རྒྱས་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་དབུལ་བར་  
བགྱི།    །འགོ་ཀུན་རྣམ་དག་ཞིང་ལ་སྤྱོད་པར་ཤོག།    །ཨི་  
དི་གུ་རུ་རྩྱ་མཁུལ་ཀའི་ཞིང་ཏ་ཡུ་མི།    ཞེས་མཁུལ་སུལ།    དེ་ནས་  
ཏེན་རྣམས་རིམ་པར་འབུལ་བ་ལ།    ཐོག་མར་སྐྱ་ཏེན་ཐོགས་ཏེ།    སྤྲ་མའི་སྐྱ་ནི་

རྫོང་རྫོང་རྫོང་། མཛེས་ཤིང་ལྷ་བས་ཆོག་མི་ཤེས། །  
བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་ཡོན་ཏན་ལྡན། སྤྱི་མའི་སྤྱི་ལ་  
འབྱུང་བར་བཀྱི། ཞེས་ཐུལ། གསུང་རྟེན་ཐོགས་ཏེ། སྤྱི་མའི་  
གསུང་ནི་ཆངས་པའི་དབྱངས། འགག་མེད་སེངྒེའི་སྤྱི་  
དང་ལྡན། ལྷ་སྟེགས་ལོག་ལྷ་འཛམས་མཛད་པའི། །  
སྤྱི་མའི་གསུང་ལ་འབྱུང་བར་བཀྱི། ཞེས་ཐུལ། ཐུགས་རྟེན་  
ཐོགས་ཏེ། སྤྱི་མའི་ཐུགས་ནི་ནམ་མཁའ་འདྲ། བདེ་  
གསལ་མི་རྟོག་སྟོང་པའི་ངང་། རྣམ་ཐར་གསུམ་ལ་  
ལོགས་གནས་པའི། སྤྱི་མའི་ཐུགས་ལ་འབྱུང་བར་  
བཀྱི། ཞེས་ཐུལ་ལ། ཞབས་བརྟན་ཡོད་ན་མཆོམས་འདིར་འདོན། སྤྱི་མ་



སྐྱེལ་མས་བཟང་བར་གསོལ་བ་འདེབས། མཆོག་ཏུ་སྐྱེ  
ཆེ་རིང་བར་གསོལ་བ་འདེབས། བྲིན་ལས་དར་ཞིང་  
རྒྱས་པར་གསོལ་བ་འདེབས། སྒྲུ་མ་དང་འབྲལ་བ་མེད་  
པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོ་བས། ཤམ་བདེ་འབྱུང་བའི་གནས་  
གཅིག་ལྟ། བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་པ་དང་། །  
བསྟན་པ་འཛིན་པའི་སྐྱེས་བུ་རྣམས། སྐྱེ་ཆེ་རྒྱལ་མཆོན་  
བཏོན་གྱུར་ཅིག ཆོས་རྒྱ་ཆེན་པོའི་སྒྲ་ཡིས་ནི། སྤྱི་ག་  
བསྐྱེལ་སེམས་ཅན་མཐར་བབྱིད་ཤོག བསྐྱེལ་པ་བྱེ་བ་  
བསམ་ཡས་སྟ། ཆོས་སྟོན་མཛད་ཅིང་བཞུགས་གྱུར་  
ཅིག ཅེས་བཏོན་བཞུགས་གྱིས་མཐའ་རྒྱན་པར་བྱའོ།

# ༼སྒྲུ་ཕུང་ཕྱེག་ས་ཆོག་བཞུགས་སོ།༽

ལྟོ ཕྱེག་ས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་བྱུང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ།  
ཆོ་དང་ལྷན་པ་འདི་ཉིད་ཀྱི་སྒྲུ་ཕུང་བཞེས་ལ་བྱིན་གྱིས་  
རྒྱབས་པར་མཛད་དུ་གསོལ། ཞེས་སྒྲུ་བཏུབ། གླེ་མ་ལ་  
འབུལ་ལོ། །སངས་རྒྱས་ལ་འབུལ་ལོ། །ཆོས་ལ་  
འབུལ་ལོ། །དག་འདུན་ལ་འབུལ་ལོ། །དཀར་ཕྱེག་ས་  
སྐྱོང་བའི་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་མངོན་པར་བཞེས་སུ་གསོལ།  
ཞེས་ལན་གསུམ་བཅོད་སྐབས་སྒྲུ་འབུ་མཉམ་དུ་འཐོར། ཐར་པའི་རྒྱལ་  
མཆོན་བཏྲན་པར་གྱུར་ཅིག །ཆངས་པར་སྐྱོད་པའི་ཆོ་

མཐར་ཕྱིན་པར་གྱུར་ཅིག      ཁུལ་བྲིམས་གི་ཕུང་པོ་  
ཡོངས་སུ་ཆོག་ས་པར་གྱུར་ཅིག      ཁྲིའི་བ་དང་ཆོ་རབས་  
ཐམས་ཅད་དུ་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་ཁུལ་བྲིམས་ནམ་པར་དག་  
པ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག      ཁྲིའི་ཁྲོ་མོ་གྲ་གྲོ་ལ་སམ་གྱ་  
ར།    གྲ་ར་གྲ་ར།    མཐུ་ཤུ་སུ་པུ་བུ་བུ་ཤི་ཏེ་བུ་ཐོ་ཏེ་  
ར་ཏེ་ར་ས་མུ་ཨ་བ་ལོ་གཏེ་ཏེ་ཕུ་ཕུ་སྒྲུ།      ལན་གསུམ།  
ཁུལ་བ་ཀུན་གྱི་ཆེས་སུ་སོགས་དང་།      བྲིམས་གི་ཁུལ་  
བྲིམས་སོགས་དང་།      གཞན་གཞོད་གཞིར་བཅས་སྤྱོད་ལ་  
གོམ་པའི་མཐུས།      ཁྲིའི་ལམ་ན་ཡང་སྤྲིག་སེམས་མི་  
འབྱུང་ཞིང་།    བྱུང་ཁུབ་སེམས་དང་ནམ་ཡང་མི་འབྲལ་

བའི།      རྒྱལ་བྲིམས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་བཀའ་ཞིས་  
ཞོག      །༥།      འཇིག་རྟེན་འདྲེན་པའི་གཙོ་བོ་ཆོ་དཔག་  
མེད།      སོགས་ཆོ་གཟུངས་གང་མང་བཟོད་མཐར།      ཆོ་མི་རྣམ་པར་  
རྒྱལ་མཆོན་ལྟ་བུར་གྱུར་ཅིག      ཆོ་མི་འགྱུར་བ་གཡུང་  
བྱུང་ལྟ་བུར་གྱུར་ཅིག      ཆོ་མི་བཞིག་པ་རྗེ་རྗེ་ལྟ་བུར་གྱུར་  
ཅིག      ཉི་ཟླ་དང་ཆོ་མཉམ་པའི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་གྱུར་  
ཅིག      ཆོ་ལོ་བརྒྱ་ཐུབ་ཅིང་སོགས་གྲིས་ཞིས་པ་བཟོད་ལ།      མིང་  
འདོགས་པར་བྱའོ།

༼མདོ་ལུགས་རབ་གནས་ཞིན་ཏུ་བསྐྱས་པ་  
བཞུགས་སོ།༽

ལྟོ སངས་རྒྱས་ཆེས་དང་སོགས་སྐབས་སེམས་དང་ཚད་མེད་བཞི་  
ཕྱིན་དུ་བཏང་ནས། ཨོྃ་སྤྱ་བྱ་ལྷས་རང་གི་ཕུང་ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་སྦྱངས།  
སྟོང་པའི་དང་ལས། སྐད་ཅིག་གིས་པད་ཟླའི་སྟེང་དུ།  
བཙམ་ལྡན་འདས་རྒྱལ་བ་ཤུག་ཕུབ་པ་གསེར་བཙོ་  
མའི་མདོག་ལྟ་བུ། ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་པ།  
ཞབས་རྩེ་རྩེ་སྐྱེལ་གྱུང་དུ་བཞུགས་པ། ཕྱག་གཡས་  
པ་ས་གཞོན། གཡོན་མཉམ་བཞག། །དབྱའི་གཙུག་  
གཏོར་མཐོན་མཐིང་སེམས་ཅན་གྱིས་ལྟར་མི་མདོན་  
པ། སྐྱེལ་ན་བཟའ་དུར་སྐྱེག་གི་རྒྱལ་མཆོན་གསོལ་  
བ། སྐྱེལ་པ་སྐྱའི་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པར་གྱུར།

ཨོྭ་མུ་ནེ་མུ་ནེ་མ་རྒྱ་མུ་ན་ཡེ་སྐྱ་རྒྱ།      ཞེས་བརྒྱ་ཙ་བཞེས།      དེ་  
ནས་བུམ་པར་སྒྲགས་ཀྱི་ཡིག་འབྲུས་གང་བར་གྱུར།  
ཨོྭ་རྒྱ་ལན་བདུན་ཙམ་བཞེས་ཏེ།      ཡིག་འབྲུ་འོད་དུ་ཞུ་ནས་  
བུམ་པའི་ཆུར་གྱུར།      ཞེས་བཟོད།      སྐྱ་མུ་ནེ་ལན་བདུན་གྱིས་ཐུན་  
རྫས་ལ་སྒྲགས།      ཡང་ཡེ་རྒྱ་བདུན་གྱིས་འབྲུ་ལ་སྒྲགས།      བགོགས་གཏོར་  
ཨོྭ་ཨྲུཾ་རྩྱུ་གིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས།      འབྲུང་པོ་འདུལ་བྱེད་ཀྱི་ཕྱག་ཆུ་སློང་གར་  
བཙས་ཏེ།      མཆོད་སྦྱོན་གྱི་གཏོར་མ་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་  
ལྷ་དང་ལྷན་པ་འདི་ཉིད།      བགོགས་ཀྱི་ཆུལ་པོ་བྱིན་  
ཡ་ཀ།      །བདུད་ཀྱི་ཆུལ་པོ་དགའ་རབ་དབང་ཕྱག་ལ་  
སོགས་པ་ས་འོག་ས་སྟེང་ས་སྒྲ་གསུམ་ན་གནས་པའི་

གཞོན་ཁྱེད་གཞོན་བག་གས་འབྱུང་པའི་ཚོགས་དང་  
བཅས་པ་ཐམས་ཅད་མཆོད་སྒྲིན་འདིས་ཆེམ་པར་  
གྱིས་ལ་རང་རང་སེ་སེའི་གནས་སུ་དེངས་ཤིག། །ཁུ་  
ཡུངས་དང་བཅས་སུ་སྒྲིན་བཞུགས་ཏེ་རིང་དུ་བསྐྱོད། ཐུགས་ཀ་ནས་  
འཕྲོས་པའི་འོད་གྱིས་འོག་ཐམས་ཅད་རྫོ་རྫོའི་ས་གནི།  
སྟེང་ཐམས་ཅད་རྫོ་རྫོའི་གུར་དང་སྒྲ་བྲ། འོགས་  
ཐམས་ཅད་རྫོ་རྫོའི་རྒྱ་བ་དང་རྒྱ་བ། ཕྱི་རོལ་ཐམས་  
ཅད་མེ་རི་ཁ་དོག་རྣམ་པ་ལྡུས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་བར་  
གྱུར། བཟོ་རྒྱ་རྒྱ། ཞེས་སུང་འཁོར་བསྐྱོམ། རང་གི་  
སྟེང་ག་ནས་འཕྲོས་པའི་འོད་བེར་གྱིས་དེ་བཞིན་



གཤེགས་པ་དང་ལྷ་མོ་རྣམས་སྤྱན་དངས་དེ་རྣམས་  
གྱིས་བུམ་པའི་ཆུས་བྱས་མཛད། བཀ་ཤིས་གྱི་སྤྱ་  
དང་སྤྱ་ཚོགས་པའི་རོལ་མོའི་སྤྱ་ལ་སོགས་པས་  
མཆོད་པར་འགྱུར། རྩུ་ ཁམས་གསུམ་ཀུན་གྱིས་  
ཕྱག་བྱས་པ། གསང་བ་གསུམ་གྱི་གནས་ལས་  
བྱུང་། དབང་བསྐྱར་བའི་དོན་ཆེ། མི་ལྟོག་པ་ཡི་  
བྱས་གསོལ་ལོ། ཞོ་སར་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་ཨ་གྱི་ཁྱི་རྩུ་  
ཇི་ལྟར་བལྟམས་པ་ཙམ་གྱིས་ནི། ལྷ་རྣམས་གྱིས་ནི་  
བྱས་གསོལ་ལྟར། ལྷ་ཡི་ཆུ་ནི་དག་པ་ཡིས། དེ་  
བཞིན་བདག་གིས་སྤྱ་བྱས་གསོལ། ཞོ་སར་ཏ་ཐུ་

ག་ཏ་ཙ་གྱི་ཤེ་ག་ཏ་ས་མ་ཡ་གྱི་ཡེ་རྩྭ།    གཟུགས་གྱི་  
ཕུང་པོ་རྣམ་དག་ཅིང་།    ཉོན་མོངས་གཏི་མུག་སྦྱང་  
བྱེད་པ།    ཁོས་གྱི་དབྱིངས་གྱི་ཡེ་ཤེས་གྱི།    དཔལ་  
ལྷན་སྐྱ་ཡིས་བྱས་གསོལ་ལོ།    ཞེ་སྒྲ་ཏ་བྲ་ག་ཏ་  
ཙ་གྱི་ཤེ་ག་ཏ་ས་མ་ཡ་གྱི་ཡེ་རྩྭ།    ཆོར་བའི་ཕུང་པོ་  
རྣམ་དག་ཅིང་།    ཉོན་མོངས་ང་རྒྱལ་སྦྱང་བྱེད་པ།    །  
མཉམ་པ་ཉིད་གྱི་ཡེ་ཤེས་གྱི།    དཔལ་ལྷན་ཡོན་ཏན་  
བྱས་གསོལ་ལོ།    ཞེ་སྒྲ་ཏ་བྲ་ག་མེད།    འདུ་ཤེས་  
ཕུང་པོ་རྣམ་དག་ཅིང་།    ཉོན་མོངས་འདོད་ཆགས་  
སྦྱང་བྱེད་པ།    ཁོ་སོར་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱི།    །

དདལ་ལྡན་གསུང་གི་བྱས་གསོལ་ལོ།    ཚཱི་སྐྱ་ཏ་  
ཐུ་ག་ཏ་།    འདུ་བྱེད་ལུང་པོ་རྣམ་དག་ཅིང་།    ཉོན་  
མོངས་ཐུག་དོག་སྦྱོང་བྱེད་པ།    བྱ་བ་ནན་ཏན་ཡེ་  
ཤེས་གྱི།    དདལ་ལྡན་འཕྲིན་ལས་བྱས་གསོལ་  
ལོ།    ཚཱི་སྐྱ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་།    རྣམ་ཤེས་ལུང་པོ་རྣམ་  
དག་ཅིང་།    ཉོན་མོངས་ཞེ་སྦྱང་སྦྱོང་བྱེད་པ།    མེ་  
ལོང་ལྟ་བུའི་ཡེ་ཤེས་གྱི།    དདལ་ལྡན་ཐུགས་གྱི་  
བྱས་གསོལ་ལོ།    ཚཱི་སྐྱ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་།    སྦྱོན་ཆེ་  
བཅོམ་ལྡན་འདས་གྱི་སྦྱོན་སྦྱ་རུ།    ཆོས་བཞིན་སྦྱབ་  
པ་མཛད་པའི་གང་བླག་ལ།    བར་ཆད་སྦྱང་ཞིང་སྦྱོང་

བར་ཞལ་བཞེས་པའི། ཆོས་སྐྱོང་སྤྱང་མ་རྣམས་ལ་  
བྱས་གསོལ་ལོ། ཨོྲཱ་མཛ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་། མཐོ་བ་  
སྤྱིད་པའི་ཕྱེ་མོ་ནས། དམའ་བ་མནར་མེད་ལྷགས་  
ཀྱི་གཞིའི། བར་དུ་གནས་པ་ཐམས་ཅད་ལ། གྲིབ་  
གསལ་དམ་པས་བྱས་གསོལ་ལོ། ཨོྲཱ་མཛ་ཏ་ཐུ་  
ག་ཏ་། གཏེང་ཀའོར་བུ་འབར་བའི་འོད་ཟེར་  
གྱིས། ས་འོག་ལྷན་པའི་ཆོགས་རྣམས་འཇོམས་  
མཛད་ཅིང་། བསྟན་ལ་རབ་དགའ་མཐུ་སྟོབས་  
བསམ་མི་བྱལ། ལྷ་རྒྱལ་འཁོར་དང་བཅས་ལ་བྱས་  
གསོལ་ལོ། ཨོྲཱ་མཛ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་། ཆོ་རིང་མཆེད་

ལྷ་བསྟན་སྒྲོངས་བཅས།      །གངས་ཅན་གནས་པ་  
ཐམས་ཅད་དང་།      །བྱང་པར་ཡུལ་ཕྱོགས་འདིར་  
གནས་པའི།      །ལྷ་ལྷ་གཞི་བདག་རྣམས་ལ་བྱས་  
གསོལ་ལོ།      །ཨོ་སྐྱ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་།      །ཇི་ལྟར་དམ་པ་  
ཏོག་དཀར་དགའ་ལྡན་ནས།      །ལྷ་མཛེས་ལྷམས་  
ནས་བལྟམས་ཏེ་བྱས་གསོལ་ལྟར།      །སྒྲི་གདུང་རིང་  
བསྐལ་དྲི་མ་མེད་པར་བཅས།      །སྒྲུལ་སྒྲུ་ཡིད་འོང་  
རྣམས་ལ་བྱས་གསོལ་ལོ།      །ཨོ་སྐྱ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་།      །  
དེ་དག་སྒྲུལ་མཚུངས་པ་མེད་པའི་གོས།      །གཙང་ལ་  
དྲི་རབ་བགོས་པས་སྒྲུ་ཕྱིའོ།      །ཨོ་རྩྭ་རྩྭ་རྩྭ་ཨུམ་ཨོ་

སཐ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་ཀ་ཡ་བེ་ཤོ་རྩོན་ཡེ་སྒྲུ།    ཉེས་ལྟུང་  
ངི་མས་མ་གོས་ཤིང་།    ཁྲིབས་ཆེན་སྟོང་པ་རྩོགས་  
པ་དང་།    ཉི་རུ་ཀ་དང་མཉམ་པ་ཡི།    གོ་འཕང་ཆེ་  
འདིར་ཐོབ་པར་ཤོག།    ཨོ་ཡེ་རྩྭ་སོགས་དང་།    ཨོ་སྤུ་  
པ་ཏཱི་བརྩོ་སྒྲུ།    ལན་གསུམ།    མི་འགྱུར་ལྟོན་པོ་སྤྱ་ཡི་  
བཀྲ་ཤིས་ཤོག།    ཡན་ལག་རྒྱ་ཁུ་གསུང་གི་བཀྲ་  
ཤིས་ཤོག།    མཐའ་བྲལ་འབྲལ་མེད་ཐུགས་ཀྱི་བཀྲ་  
ཤིས་ཤོག།    རྒྱལ་བའི་སྤྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་བཀྲ་  
ཤིས་ཤོག།    ཉེས་བྱས་གསོལ་བ།    དེས་སྤྱ་བྱ་ལྟས་རྩོན་རྣམས་  
སྤྱུང་།    སྟོང་པའི་དང་ལས།    སྐད་ཅིག་གིས་པད་ཟླའི་

སྟེང་དུ། ཏེན་རྣམས་རྒྱལ་བ་ཤུག་ཐུབ་པ་གསེར་བཙོ་  
མའི་མདོག་ལྟ་བུ། ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་པ།  
ཞབས་རྩེ་རྩེ་སྤྱིལ་གྱང་དུ་བཞུགས་པ། ཕྱག་གཡས་  
པ་ས་གཞོན། གཡོན་མཉམ་བཞག །དབུའི་གཙུག་  
གཏོར་མཐོན་མཐིང་སེམས་ཅན་གྱིས་ལྟར་མི་མདོན་  
པ། སྤྱལ་ན་བཟའ་དུར་སྤྲིག་གི་རྒྱལ་མཆོན་གསོལ་  
བ། སྤྱལ་པ་སྤྱིའི་མཆོན་ཉིད་དང་ལྟན་པར་གྱུར་པའི་  
སྤྱི་བོར་ཨོ། མགྱིན་པར་ཨུཾ་ཐུགས་ཀའི་སྟོང་དུ་རྩྱ།  
སྟེང་དུ་ས་བོན་གྱིས་མཆོན་པ་ལས་འོད་འཕྲོས་ཡེ་  
ཤེས་པ་བཟླ་ས་ལྟ་ངོམ། །སྤྲུལ་ནི་ས་ཕྱི་འབང་བསྐྱད། ངོམ་རྩྱ་



བུ་རྟོ་      ཏེན་གྱི་དམ་ཆེག་པ་དང་གཉིས་སུ་མེད་པར་  
གྱུར།      ཞེས་དགུག་བསྟིམ་བྱ།      སྤྲུང་ཡང་ཐུགས་ཀའི་ས་  
བོན་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་དབང་གི་ལྷ་ཆོགས་སྤྱོན་  
བྱངས།      དེ་རྣམས་ཀྱི་བདུད་རྩིའི་བུམ་པས་དབང་  
བསྐྱར།      སྐྱ་གང་།      འི་མ་དག      །ཁུ་ལྷག་མ་ཡར་  
ལུང་པ་ལས་རྣམ་པར་སྤང་མཛད་ཀྱིས་དབུ་བརྒྱན་  
པར་གྱུར།      ཨོྲེ་ཨྲེ་བཟླ་ཨྲེ་སྟོགས་ཀྱིས་མཛོད།      སྤྱིད་  
པའི་འཛིགས་ལས་སྐྱབས་པ་དང་།      །ཕྱོད་ཆོགས་  
དངོས་གྲུབ་ཀུན་སྟེར་བ།      །ཡིད་བཞིན་ལོར་ལྷར་མཛད་  
བྱང་བའི།      །བཅོམ་ལྷན་གྱིད་ལ་ཐུག་འཆལ་

བསྟོད། །ཅེས་བསྟོད། ། ཏེན་གྱི་རྒྱལ་བ་ལྷ་ཀྱུ་ཐུབ་པ་འོད་  
དུ་ཞུ་བ་ལས་ཏེན་རང་རང་གི་རྣམ་པར་གྱུར། ། དེ་ནས།  
སྒྲུ་མ་རྩེ་བཙུན་པ་དང་དགོན་མཆོག་རིན་ཆེན་ཐམས་  
ཅད་དང་། ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྟོད་བའི་སྟུང་  
མ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བཀའ་བདེན་པ་དང་། བདེན་པ་  
ཆེན་པོའི་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་ཀྱིས། བདག་ཏུ་རྩེ་འཛིན་  
པས་རབ་ཏུ་གནས་པར་བྱས་པའི་ཏེན་འདི་རྣམས་  
འགྲོ་བ་སེམས་ཅད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱག་གི་གནས་  
མཆོད་པའི་ཏེན་དུ་གྱུར་ནས་སྒྲུ་ལ་པ་སྒྲུ་འི་མཛོད་པ་  
མཛོད་སྒྲུ་ལ་དུ་མཛོད་པར་གྱུར་ཅིག ། ཞེས་ལན་གསུམ་ཀ་སྒྲུ་

གསུང་ཐུགས་ནེས་བསྐྱུར།      འགྲོ་བའི་དོན་ལ་འཁོར་བ་ཇི་སྤྱིད་  
དུ་གནས་པར་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་གྱིས་བྱིན་གྱིས་  
བརྒྱབ་པར་གྱུར།      དེ་ནས་ཡོན་སྟོབ་གཉིས་ཀས་རྟེན་ནམ་ཁང་བཟང་གི་  
དགྱིལ་ནས་བཏགས་པའི་མེ་རྟོག་གི་ཐོང་བ་གཟུང་སྟེ།      ཇི་སྤྱིད་མེ་དང་ཁུ་  
དང་ནི།      ཁྱུང་གི་བསྐྱེལ་པས་འཇིག་བར་དུ།      བྱིན་  
བདག་བསོད་ནམས་སྟེལ་བ་དང་།      །སེམས་ཅན་  
ཀུན་གྱི་དོན་གྱི་ཕྱིར།      ཇི་ལྟར་རྫོགས་པའི་སངས་  
རྒྱས་རྣམས།      །དག་འཕྲུན་གནས་སུ་རབ་བཞུགས་  
ནས།      །ལྟ་མོ་སྐྱེ་འདྲུལ་ལྟམས་ཞུགས་ལྟར།      །དེ་  
ལྟར་འདི་ནི་རྟག་བཞུགས་གསོལ།      །བདག་སོགས་

སེམས་ཅན་དོན་དུ་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་ཡོངས་  
འཕེལ་ཕྱིར། མེ་ཏོག་ལ་སོགས་འདི་བཞེས་ཏེ། །  
མགོན་པོ་འདིར་ནི་རྟག་བཞུགས་མཛོད། ཨོྭ་ཨྭུཾ  
བིགྟན་ཏ་སོགས་འབྱིལ་སྒྲགས་ལན་གསུམ་བཟོད་ཅིང་གནས་བྱའི་རྟེན་གྱི་འོག་  
བར་སྟེང་གི་ཆར་རྩེ་རྩེ་གསེར་ཞིང་རྒྱ་གྲམ་དུ་བཀོད་པས་བརྟན་པར་བྱ། དེ་ནས་ཡེ་  
རྟམ་ཉིམ་གཅིག་བསྐྱས་ཏེ་འབྲུལ་སྒྲགས་ཞུས་ནས་འབྲུ་བཤེ། ཨོྭ། བདེ་  
ལེགས་རྒྱ་མཚོ་སོགས་བཀའ་ཤིས་གྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་མཐར། ཨོྭ་  
སུ་པ་ཏིཏྲ་ལན་གསུམ་བཟོད་དེ་རོལ་མོའི་བྱེ་བྲག་ཐམས་འབུད་དགྲོལ་བྱེད་ཅིང་  
མེ་ཏོག་གི་ཆར་གྱིས་དག་ལེགས་སུ་བྱས་ལ་དག་བ་བསྟོ་བྱའོ། ཞེས་མཚོན་ཏེ་སྒྲོ་  
དང་རྩོ་དར་སོགས་ལ་འང་ཤེས་པར་བྱའོ། ཞེས་སྒྲུབ་སྟེན་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཡོན་ཏན་

འོད་གྱི་བཀའ་བཞིན་དག་རིན་པས་སོ།།

༼རབ་གནས་བསྐྱུས་པ་བཞུགས་སོ།༽

༥ རྒྱལ་བ་རྣམ་པར་སྣང་མཛད་མི་བསྐྱོད་པ། རིན་  
ཆེན་དབང་པོ་སྣང་བ་མཐའ་ཡས་དཔལ། རྟོན་གྲུབ་  
ལ་སོགས་ཕྱོགས་བརྩའི་སངས་རྒྱས་རྣམས། རྒྱ་  
གཟུགས་འདི་ལ་བརྟན་པར་བཞུགས་སུ་གསོལ། །  
ཟག་མེད་བདེ་བའི་དབང་ཕྱུག་དག་ལེགས་ཡུམ། །  
སྤྱན་མ་མ་སྒྲ་གི་དང་གོས་དཀར་མོ། རྒྱོལ་མ་ལ་  
སོགས་རིགས་གྱི་ལྷ་མོ་རྣམས། རྒྱ་གཟུགས་འདི་  
ལ་བརྟན་པར་བཞུགས་སུ་གསོལ། བྱམས་པ་ས་

སྒྲིང་གཙུག་ཏྲར་ནམ་སྒྲིང་པོ།                      །འཇམ་དབྱངས་  
འཛིག་རྟེན་དབང་ཕྱུག་ཀུན་ཏུ་བཟང་།    །སྒྲིབ་སེལ་ལ་  
སོགས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས།                      །སྐྱུ་  
གཟུགས་འདི་ལ་བརྟན་པར་བཞུགས་སུ་གསོལ།                      །  
མ་ལུས་རྒྱལ་བ་མཆོད་པས་མཉེས་བྱེད་པའི།                      །  
གཟུགས་སྐྱེདྲི་རྟེན་གྱུ་རྟེན་དང་།    །ཆོས་དབྱིངས་  
རྟེན་ལ་སོགས་སེམས་མ་རྣམས།                      །སྐྱུ་གཟུགས་  
འདི་ལ་བརྟན་པར་བཞུགས་སུ་གསོལ།    །ག་ཤིན་རྟེ་  
ག་ཤེད་དང་ཤེས་རབ་བགོགས་མཐར་བྱེད།                      །  
བགོགས་དབྱ་མི་གཡོ་འདོད་རྒྱལ་དབྱུག་སྟོན་

ཅན།            །སྟོབས་ཆེན་གཙུག་ཏྲར་ཅན་དང་གཞོན་  
མཛེས་རྣམས།            །སྐྱ་གཟུགས་འདི་ལ་བརྟན་པར་  
བཞུགས་སུ་གསོལ།            །སྟོབས་བཙུའི་དབང་ཕུག་  
རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་རྣམས།            །དག་ལེགས་ཀུན་གྱི་  
འབྲུང་གནས་རྟེན་འདི་ལ།            །འགྲོ་བའི་དོན་དུ་མི་  
འབྲལ་བརྟན་བཞུགས་ནས།            །སྦྱོར་བདག་དགེས་  
ཞིང་ཞིས་པར་མཛད་དུ་གསོལ།            །ཇི་སྟོན་ས་སོགས་  
འབྲུང་བ་ཆེན་པོ་བཞིས།            །ཀུན་ཏུ་གཞོན་པར་མ་གྱུར་  
དེ་སྟོན་དུ།            །ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྡན་མགོན་པོ་བཅོམ་ལྡན་  
རྣམས།            །བརྟན་པར་བཞུགས་ནས་བཀྲ་ཞིས་མཛད་



དུ་གསེལ།      ཨོྲེ་ཡེ་རྩྭ་སོགས་དང་།      ཨོྲེ་སྤྲ་ཏིཏྲ་  
སོགས་ལན་གསུམ་གྱིས་མེ་ཏོག་དོར་ལ།      འདིར་ནི་གཟུགས་དང་  
ལྟན་ཅིག་ཏུ།      ཨེ་གྲོ་བའི་དོན་དུ་བཞུགས་ནས་  
ཀྱང་། རྒྱུ་མེད་ཆེ་དང་དབང་ཕྱུག་དང་། མཆོག་  
རྣམས་ལེགས་པར་སྤྱལ་དུ་གསེལ། ཡང་ཀ་མ་ཡེ་  
སྟྲོ། མི་འགྱུར་ལྟན་པོ་སོགས་གྱིས་ཤིས་བརྗོད་བྱའོ། ཨོྲེ་རྒྱན་གུ་རུས་  
གསུང་པའོ།

།རི་བོ་བསང་མཆོད་གྱི་ངག་འདོན་བྲིགས་བཀོལ་ནི།

ལྟོ      ཨོྲེ་སྤྲ་སྟྲོ།      ལྟོ་བཅུན་རིག་འཛིན་སྟོག་སྒྲུབ་གྱི་མན་ངག་རི་བོ་བསང་  
མཆོད་ལག་ཏུ་ལེན་པ་ལ།      གཙང་མའི་སྟོད་དམ་ཐབ་ཏུ་བབང་ཤིང་སྟོས་སྒྲན་དཀར་

མངར་བསང་སྒྲུ་ཕྱེ་མར་སོགས་གང་འབྱོར་བཀའ་ཤིས་པའི་མེར་བསྐྱེག་ཅིང་ཁུ་གཙང་

བློ། ཐོག་མར་སྒྲུབས་འགྲོ་ནི། ཨོྃ་ཨུཾ་ཱུཾ་ མཁའ་མཉམ་

སྤྱིད་ཞིའི་སྒྲུབས་ཀུན་སྦྱིང་པའི་བཅུད་། དབང་དྲག་

རིག་འཛིན་པར་བློ་བྱེད་ཕྱེད་ཅུལ་། ཁྱོད་སྒྱུར་སྒྲུང་སྤྱིད་

རྒྱལ་བའི་དགྱེལ་འཁོར་རྫོགས་། འགྲོ་ཀུན་སྤྱིད་

ལས་བསྐྱེལ་ཕྱིར་སྒྲུབས་སུ་མཆི་། ལན་གསུམ། སེམས་

བསྐྱེད་ནི། བསངས་མཆོག་འོད་གསལ་ཡེ་ཤེས་ཐེག་

ལའི་གཞིར་། འགྲོ་ཀུན་སྦྱོབ་གསུམ་དག་ནས་སྒྲུ་

དང་གསུང་། ཐུགས་ཀྱི་ཐེག་ལེ་ལྟན་གྲུབ་སྒྲུང་

བཞིའི་དང་། གཞིན་རྒྱ་བུམ་སྒྱུར་གྲོལ་བར་སེམས་

བསྐྱེད་དོ། ལན་གསུམ། ཡན་ལག་བདུན་པ་ནི། གཤེས་རིག་  
མ་བཅོས་གཉུག་མར་ཕྱག་འཆལ་ནིང་། གཏིང་  
མཐའ་བྲལ་བའི་འོད་གསལ་མཆོད་པ་འབུལ།  
འཁོར་བ་སྤང་འདས་མཉམ་ཉིད་སྒོང་དུ་བཞགས།  
སྒོ་བྲལ་ཆོས་ཟད་ཆེན་པོར་རྗེས་ཡི་རངས། ལྷན་  
གྲུབ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱེད།  
འཁོར་བ་དོང་ནས་སྤྱུགས་པར་གསོལ་བ་འདེབས།  
འཁོར་གསུམ་དམིགས་མཐའ་བྲལ་བའི་ཕ་མཐར་  
བསྐྱེད། བདག་བསྐྱེད་ནི། ཀ་དག་ཆོས་སྐུའི་དབྱིངས་ལས་  
འགགས་མེད་ཅུལ། །པརྩ་ཐོད་ཐོད་དཀར་དམར་

གཞོན་ཚུལ་མཛེས།      མཚན་དཔེའི་གཟི་འབར་རྫོང་།  
 ཐོད་པ་བསྐྱམས།      མཛེས་བརྗེད་རྒྱན་དང་ཆ་བྱད་  
 ཡོངས་སུ་རྫོགས།      དམ་ཡེ་གཉིས་མེད་རྒྱལ་ཀུན་  
 འདུས་པའི་གཟུགས།      འཁོར་འདས་ཀུན་གྱི་སྤྱི་  
 དཔལ་ཆེན་པོར་གྱུར།      ཨོྭ་ཨྭུཾ་ཧྲུྃ་བརྗོད་གྱུར་པརྩ་  
 སཱིེ་ཧྲུྃཾ་      ཞེས་བརྒྱ་ཙམ་བཞུ།      དེ་ནས་བསང་རྩམ་རྣམས་རྩྭ་ཡི་ཁྱི་  
 གིས་བསང་སྤྱད།      སྤྱོད་པའི་ངང་ལས་བསང་རྩམ་བླག་པ་  
 མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་རྩི་འདོད་ཡོན་རྒྱ་མཚོའི་  
 སྤྱོན་སྤྱང་མཁའ་ཁྱབ་ཏུ་འཕྲོ་བར་གྱུར།      འབྲུག་སུམ་དང་ནམ་  
 མཁའ་མཛོད་ཀྱི་སྤྲུགས་ལན་གསུམ་སོགས་ཀྱིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ལ།      ཨོྭ་ཨྭུཾ་

ཕྱི་ལོ།      ར་མེས་མཆོད་པུ་ག་ཏུ་བྱེད་ཅི་ཤུ་ཁེ་བྱེད་མཆོད་  
ཐུ་ཁྱི་ལྷ་ཏུ་སྤྲོད་ཅི་ཡི་མེས་ག་ག་ཁྱི་སྤྲོད་      ཕྱི་ལོ།  
རིན་ཆེན་སྤྲོད་ཆོག་ས་དང་མེས་སྤྲོད་ཡངས་སྤྲོད་  
འཛིག་ཏེན་སྤྲོད་པེ་འདོད་དགུའི་དམ་ཆོག་ལྷ་ས་  
འབྲུག་སྤྲོད་ཡེ་ཤེས་བདུད་ཅིར་བྱེན་བསྐྱབས་པེ།  
སྤྲོད་སྤྲོད་མཆོད་པེ་འདོད་དགུར་འབྲུག་ས་པ་འདི།  
གྲུ་མ་ཡི་དམ་ཏུ་གི་ཆོས་སྤྲོད་དང་།      ཕྱི་གས་བཅུ་  
རྒྱལ་བེ་དགྱེལ་འཁོར་ཅི་སྤྲོད་དང་།      འཛམ་གླིང་  
གཞི་བདག་རིགས་ཏུ་ག་ལན་ཆགས་མཁྱེན་      བྱང་  
པར་བདག་གི་ཆོ་འཕྲོག་སྤྲོག་བརྒྱའིང་།      རྒྱང་

གཏོང་བར་ཆད་ཚུམ་པའི་འབྱུང་པོ་དང་། མི་ལམ་  
ཏྲགས་མཚན་ངན་དང་ལྟས་ངན་རིགས་། སྡེ་བརྒྱད་  
མ་རུངས་ཆོ་འཕྲུལ་བདག་པོ་དང་། ཟས་དང་  
གནས་དང་ཞོར་གྱི་ལན་ཆགས་ཅན་། གྲིབ་བདག་  
སྡེ་འདྲེ་པོ་གཤིན་མོ་གཤིན་དང་། གྲེ་བོ་ཐེན་རང་  
གྲོང་སྤོན་འདྲེ་མོ་རྣམས་། ལན་ཆགས་དམར་པོའི་  
མེ་ལ་འཇལ་ཏེ་བསྐྱེགས་། རང་རང་ཡིད་ལ་གང་  
འདོད་འདོད་དགའི་ཆར་། ཇི་སྤྱིད་ནམ་མཁའ་  
གནས་གྱི་བར་ཉིད་དུ་། འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ཟད་པ་  
མེད་པར་བསྡོམ་། བདག་གི་དུས་གསུམ་བསགས་

པའི་སྒྲིག་སྒྲིག་དང་།      དགོན་མཆོག་དང་གཤེན་  
དགོན་ལ་སྐྱད་པ་རྣམས་།      སྒྲིན་སྒྲིག་མེ་མཆོད་འདི་  
ཡིས་དག་གྱུར་ཅིག་།      མེ་ལྗེ་སྐྱད་སྒྲིད་གང་བའི་རྩལ་  
ཕྱན་རེས་།      ཀུན་བཟང་མཆོད་པའི་སྒྲིན་ཕྱད་མི་བྱད་  
པ་།      རྒྱལ་བའི་ཞིང་ཁམས་ཡོངས་ལ་བྱབ་གྱུར་  
ཅིག་།      མེ་ལྗེ་ཡེ་ཤེས་འོད་ལྔའི་མཆོད་སྒྲིན་བེར་།  
རིགས་རྒྱག་མནར་མེད་གནས་སུ་བྱབ་གྱུར་ནས་།  
ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་འཇའ་ལུས་འོད་སྐྱར་གྲོལ་།  
འགྲོ་ཀུན་བྱད་ཚུབ་སྒྲིང་པོར་སངས་རྒྱས་ཤོག་།      ཨོྃ  
ཨཱཱེ་ཱཱེ་།      ཞེས་འབྱུག་སུམ་བརྒྱ་སྟོང་སོགས་གང་འབྱུག་མཐར་།      སྐུ་



གསུམ་དག་པ་སྒོར་གྱི་གནལ་ཡས་སུ།                      ཆོས་  
འོངས་སྤེལ་གསུམ་སྐྱང་སྦྲིད་གཟུགས་ཕུང་རྣམས།  
བདུད་རྩིར་ཁུ་བའི་འཇའ་འོད་བར་སྐྱང་གང་།  
འཁོར་བ་ཕྱང་འདས་ཟག་མེད་བདུད་རྩིའི་བཙུང་།  
ཐོག་མེད་དུས་ནས་ད་ལྟ་ཡན་ཆད་དུ།                      སྐྱང་སྦྲིད་  
མགོན་དུ་གྱུར་པ་འོངས་ལ་བསྟོ།                      ས་ལམ་འབྲས་  
བུའི་ཡོན་ཏན་མཐར་ཕྱིན་ཅིང་།                      རྟ་སྒོམ་སྦྲིད་པའི་  
བར་ཆད་ཀུན་བསལ་ནས།                      མེད་གྱུར་ཀུན་བབང་  
ཐུགས་གྱི་མཁའ་དབྱིངས་སུ།                      གཞོན་ནུ་བུམ་སྐྱར་  
གཏན་སྦྲིད་ཟེན་པར་ཞོག།                      འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་ཆོན་

པོ་སྟོངས་པའི་མཐར་མཆོད་ལྟེན་པ་རྒྱ་བཟུང་བའི་འཆོད་  
ཀྱི་ལོ་གཤམ་མཆོད་ཀྱི་ལོ་གཤམ་མཆོད་ཀྱི་ལོ་གཤམ་མཆོད་  
གཤམ་མཆོད་ཀྱི་ལོ་གཤམ་མཆོད་ཀྱི་ལོ་གཤམ་མཆོད་  
མཆོད་ཀྱི་ལོ་གཤམ་མཆོད་ཀྱི་ལོ་གཤམ་མཆོད་  
ཆོས་དབྱིངས་གཤམ་ཀྱི་ལོ་གཤམ་མཆོད་ཀྱི་ལོ་གཤམ་མཆོད་  
ལོ་གཤམ་མཆོད་ཀྱི་ལོ་གཤམ་མཆོད་ཀྱི་ལོ་གཤམ་མཆོད་  
སྟོན་གྱི་ལོ་གཤམ་མཆོད་ཀྱི་ལོ་གཤམ་མཆོད་  
ལོ་གཤམ་མཆོད་ཀྱི་ལོ་གཤམ་མཆོད་ཀྱི་ལོ་གཤམ་མཆོད་  
ལོ་གཤམ་མཆོད་ཀྱི་ལོ་གཤམ་མཆོད་ཀྱི་ལོ་གཤམ་མཆོད་  
ལོ་གཤམ་མཆོད་ཀྱི་ལོ་གཤམ་མཆོད་ཀྱི་ལོ་གཤམ་མཆོད་

སྒྲོམ་བཅས་བསྐྱབ་པ་གསང་སྤྲགས་དམ་ཆེག་  
རིགས་ཀྱི་ཆོར་དང་མ་ཆོར་ཉམས་པ་མཐོལ་ལོ་  
བཤམ་གསལ་ཀྱི་ནད་གཏོང་པ་ལྟར་གྱུར་  
ཅིག་ཀྱི་ནད་སྤྲག་མ་ཆོར་གྱི་བསྐྱལ་པ་ནི་གྱུར་ཅིག་ཀྱི་  
མཐོལ་མི་དབྱས་སྤྱོད་བའི་སྤྲན་མ་བཞེས་ཀྱི་ཆོས་  
མཛད་སྤྱེ་མ་གདན་འདྲན་བར་ཆད་བཞེས་ཀྱི་བོད་  
ཡུལ་བཀྲ་མི་ཤིས་པའི་ལྷས་ངན་བཞེས་ཀྱི་གཟའ་ལྷ་  
རྒྱལ་པོས་སྤྲོག་དབྱགས་སྤྱད་པ་བཞེས་ཀྱི་འཛིགས་  
པ་ཆེན་པོ་བརྒྱད་དང་བཅུ་དྲུག་བཞེས་ཀྱི་བདག་ཅག་  
གར་གནས་བཀྲ་མི་ཤིས་པ་བཞེས་ཀྱི་དམ་སྤྱི་འགོང་

པོའི་མཐུ་སྟོབས་ནུས་པ་བརྟེན།      ས་མ་ཡེ།    གངས་གསོག་ཆེ་  
སྒར་ཡང་།    རྩེ།    རིན་ཆེན་སྒྲ་ཆོག་ས་ནས།    འབྲུག་སུམ་གང་མང་  
དང་།    སྒྲ་གསུམ་སོགས་ཅི་རིགས་མཐར།    རྗེས་ནི།    རྒྱལ་བ་མཆོད་  
པས་མཉེས་གྱུར་ཅིག      །དམ་ཅན་ཐུགས་དམ་སྟོང་  
གྱུར་ཅིག      །རིགས་དུག་འདྲོད་པ་ཆེ་མས་གྱུར་  
ཅིག      །ལན་ཆགས་ལ་འཁོར་སྤང་གྱུར་ཅིག      །  
ཆོག་ས་གཉིས་ཡོངས་སུ་རྟོགས་གྱུར་ཅིག      །སྒྲིབ་  
གཉིས་བག་ཆགས་དག་གྱུར་ཅིག      །དམ་པ་སྒྲ་  
གཉིས་ཐོབ་གྱུར་ཅིག      །སྒྲིན་པ་རྒྱ་ཆེན་གྱུར་པ་འདྲི་  
ཡིས་མཐུས།      །འགྲོ་བའི་དོན་དུ་རང་བྱུང་སངས་

ཀྱམ་ཤོག།      །སྒོན་གྱི་ཀྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་མ་གྲོལ་  
བའི།      །སྐྱེ་བོའི་ཆོགས་རྣམས་སྐྱོན་པས་གྲོལ་གྱུར་  
ཅིག།      །འབྱུང་པོ་གང་དག་འདྲིར་ནི་ལྷགས་གྱུར་  
ཏམ།།      །ས་འམ་འོན་ཏེ་བར་སྒྲུང་འཁོད་གྱུང་རུང་།      །  
སྐྱེ་གྱུ་རྣམས་ལ་ཏྲག་ཏུ་བྱམས་བྱེད་ཅིང་།      །ཉིན་དང་  
མཆོན་དུ་ཆོས་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག།      །དག་པ་འདི་ཡིས་  
སྐྱེ་བོ་ཀུན།      །བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཆོགས་ལྡོགས་  
ཤིང་།      །བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་བའི།      །  
དམ་པ་སྐྱུ་གཉིས་ཐོབ་པར་ཤོག།      །འབད་དང་ཚུལ་  
བས་མ་གོས་པ།      །སོགས་ཀྱིས་ཤིས་པ་བརྗོད་པས་དག་ལེགས་སུ་

བྱའོ། །འདི་ལ་ཕྱག་ལེན་རྒྱས་བསྐྱེད་སྒྲུ་ཆོག་སྒྲུ་བ་ལས་འདིར་ནི་རང་གི་སྒྲོ་འདོད་  
ལྟར་སྒྲོས་པ་བསྐྱེད་པའི་ངག་འདོན་རྒྱུ་ཁྱེད་དུ་བྲིས་པ་སྟེ་གོང་སྐྱག་སྐྱེད་པའི་པ་ཇོ་གས་  
གཙོང་རྩྭ་ནས་སོ།།

༼རྒྱུང་རྟ་ཡར་བསྐྱེད་བསངས་མཆོད་བཞུགས་སོ།༽  
༥ ཨོྃ་སྤྱ་བྱ་ལྷས་སྐྱེད་སྤྱེད་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། སྤྱེད་  
པའི་ངང་ལས་བསངས་མཆོད་དུད་སྤྱིན་བསམ་གྱིས་  
མི་བྱུང་པས་ས་དང་བར་སྐྱེད་ནམ་མཁའི་ཁམས་  
ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་གང་ཞིང་འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་  
རྟེན་ལས་འདས་པའི་མགྲོན་འཁོར་དང་བཅས་པའི་

དབང་པོ་ཆེ་མ་པར་གྱུར་ཅིག་ཅུང་། ཨོྲེ་ཨྲེ་ཨྲེ་ཨྲེ་ ལན་  
གསུམ་། གྱེ་། བསངས་མཆོད་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་པ་  
འདི་། སངས་རྒྱས་ཆེས་དང་དག་འདུན་དང་། གྲ་  
མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོ་དང་། ཆོས་སྒྲིབ་ལོར་ལྷ་  
གཏེར་བདག་དང་། བདག་ལ་བསྐྱེད་ཞིང་སྒྲིབ་པ་  
རྣམས་ཅུང་། བསངས་མཆོད་རྒྱ་ཆེན་འདི་བཞེས་ལ་།  
སྒྲིབ་རྟ་དར་བའི་སྒྲིབ་གྲོགས་མཛོད་། གྱེ་། དབུས་  
གྱི་སྒྲིབ་པ་ན་གནས་པའི་ལྷ་། སྒྲིབ་རྟ་དར་བའི་དབྱ་  
ལྷ་ནི་། རྟ་མཆོག་རྒྱལ་པོ་བྱ་ལ་རྟ་། སྐྱར་མགྲོགས་  
ཆེ་བའི་དབྱ་ལྷ་བསངས་ཅུང་། བདག་གི་སྒྲིབ་རྟ་དར་



བར་མཛོད་ཀྱང་པའི་སྤྱང་རྟ་བསྐྱེད་དུ་གསོལ་ཤིང་།  
ཀྱི་ཤར་གྱི་ཕྱོགས་ན་གནས་པའི་སྤྱང་རྟ་  
དར་བའི་དབྱ་ལྟ་ནི་དུང་སེང་གཡུ་ཡི་རལ་པ་ཅན་དེ་  
དཔའ་རྩལ་ཆེ་བའི་དབྱ་ལྟ་བསངས་པའི་བདག་གི་  
སྤྱང་རྟ་དར་བར་མཛོད་ཀྱང་པའི་སྤྱང་རྟ་བསྐྱེད་དུ་  
གསོལ་ཤིང་ཀྱི་སྤྱི་ཡི་ཕྱོགས་ན་གནས་པའི་སྤྱང་རྟ་  
སྤྱང་རྟ་དར་བའི་དབྱ་ལྟ་ནི་གཡུ་འབྲུག་བཅས་ཀྱི་  
ཟེ་བ་ཅན་དེ་རར་སྐྱེད་ཆེ་བའི་དབྱ་ལྟ་བསངས་པའི་  
བདག་གི་སྤྱང་རྟ་དར་བར་མཛོད་ཀྱང་པའི་སྤྱང་རྟ་  
བསྐྱེད་དུ་གསོལ་ཤིང་ཀྱི་རུབ་གྱི་ཕྱོགས་ན་གནས་

པའི་ལྟེ་ ལྷུང་རྟ་དར་བའི་དབྱ་ལྟེ་རིེ་ རྒྱ་སྟག་  
ཆེལ་གྱི་ཐིག་ལེ་ཅན་ དཔའ་རྩམ་ཆེ་བའི་དབྱ་ལྟེ་  
བསངས་ བདག་གི་ལྷུང་རྟ་དར་བར་མཛོད་ རྒྱུ་པའི་ལྷུང་རྟ་བསྐྱེད་དུ་གསེལ་ གྱེ་ བྱང་གི་  
ཕྱོགས་ན་གནས་པའི་ལྟེ་ ལྷུང་རྟ་དར་བའི་དབྱ་ལྟེ་  
རིེ་ བྱང་ཆེན་ལོར་བའི་ཐོར་ཚུགས་ཅན་ སྟོབས་  
ཤུགས་ཅན་གྱི་དབྱ་ལྟེ་བསངས་ བདག་གི་ལྷུང་རྟ་  
དར་བར་མཛོད་ རྒྱུ་པའི་ལྷུང་རྟ་བསྐྱེད་དུ་  
གསེལ་ གྱེ་ ཕྱོགས་བཞི་མཆོམས་ན་གནས་  
པའི་ལྟེ་ འབྱུང་བ་ལྟ་ཡི་ལྟ་རྣམས་བསངས་

གྱུང་པའི་རླུང་རྟ་བསྐྱེད་དུ་གསོལ།      སྤར་ཁ་བརྒྱུད་  
ཀྱི་ལྷ་རྣམས་བསངས།      སྤར་ཁའི་རླུང་རྟ་དར་བར་  
མཛོད།      སྟེ་བ་དགུ་ཡི་ལྷ་རྣམས་བསངས།      སྟེ་  
བའི་རླུང་རྟ་དར་བར་མཛོད།      གྱུང་པའི་རླུང་རྟ་  
བསྐྱེད་དུ་གསོལ།      འོ་ཟླ་ཞག་དུས་ལྷ་རྣམས་  
བསངས།      འོ་ཟླའི་རླུང་རྟ་དར་བར་མཛོད།      གྱུང་  
པའི་རླུང་རྟ་བསྐྱེད་དུ་གསོལ།      འགོ་བའི་ལྷ་དང་  
སྟོགས་པའི་ལྷ།      ཕོ་ལྷ་མོ་ལྷ་ཞང་ལྷ་དང་།      ཕྱག་ལྷ་  
ལས་ལྷ་རྣམས་ཀྱང་བསངས།      བདག་གི་རླུང་རྟ་  
དར་བར་མཛོད།      གྱུང་པའི་རླུང་རྟ་བསྐྱེད་དུ་

གསོལ།                      བསྐྱེད་ཅིག་སྤྲོད་ཏེ་ཡར་ལ་བསྐྱེད།  
ལུས་ལ་གཟི་འོད་དཔའ་རྩ་ལ་བསྐྱེད།                      ངག་ལ་  
བཏེན་པའི་རུས་མཐུ་བསྐྱེད།                      སེམས་ལ་བདེ་བའི་  
ཏིང་འཛིན་བསྐྱེད།                      རང་གཏོན་བར་ཆད་ནི་བར་  
མཛོད།                      ཆོ་བསོད་སྟོབས་འབྱུར་འཕེལ་ནིང་རྒྱས།  
སྤྲོད་སྤྱིད་དབང་བསྐྱེད་དག་བགེགས་སྒྲོལ།  
ཕྱོགས་ལས་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་མཆོན་འཕྱེར།                      འདོད་  
པའི་དོན་ཀུན་འགྲུབ་པ་དང་།                      རྒྱལ་ལོ་རྒྱལ་ལོ་ལྟ་  
རྒྱལ་ལོ།                      བདག་ཅག་ལྟ་དོ་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག།                      རག་  
ཕྱོགས་བདུད་རིགས་འཆམ་ལ་ཕོབས།                      བཙུལ་

བའི་འཕྲིན་ལས་འགྲུབ་པར་མཛོད་ཅེ་ ཡོ་སམ་གྱི་ཇ་  
ཡེ་ ས་མ་ཡ་གྱི་ཇ་ཡ་པ་རྟེ་པི་ཏི་བྱིའུ་སམ་འདུ་འདུ་  
རྟེ་ ཅེས་རྟུང་ཏེ་སྟེ་བཞིའི་སྒྲགས་རིན་པོ་ཆེས་གྲིས་པའམ་རྒྱ་སྒྲག་གིས་གྲིས་ནས་  
ལུས་ལ་འཆང་ན་ལུས་ངག་ཡིད་ཀྱི་ཆོ་དཔལ་བསྐྱེད་ཅེ་ བཙུན་པ་ཡིན་ན་ཡོན་ཏན་རྒྱས་ཅེ་  
སྐྱེ་བོ་ཡིན་ན་བསམ་དོན་འགྲུབ་ཅེ་ ཆོ་དང་དག་ལས་རབ་རྒྱལ་ལོ་ཅེས་པ་འདིའང་  
རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་རེལ་པའི་དྲེ་རྩེའི་གཏེར་ལས་བྱུང་ངོ་ཅེ་ གཏེར་རྒྱེ་

༼མགོན་པོའི་གསེར་སྐྱེམས་ནི༽

༥ སྒྲ་མ་ཡི་དམ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མ། །བྲག་  
འཐུང་རྒྱལ་པོའི་རྣམ་ཐར་གསུམ་གྱི་ཡུམ། །བདེ་  
ཆེན་གཅིག་ཏུ་འཆར་བའི་ལྷ་ཆོག་གསལ། །གསེར་

སྐྱེམས་འབྲུལ་ལོ་བཙེལ་བའི་འཕྲིན་ལས་མཛོད། ། །  
མརྟ་ཀུ་ལ་ལྷུམ་དྲལ་ཐམས་ཅད་དང་། །རེ་ཏི་མཆེད་  
བཞི་སྒོ་མཆམས་ལྷ་མོ་བརྒྱད། །ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་  
ལས་འཆར་བའི་བྲག་འབྲུང་ལ། །གསེར་  
སྐྱེམས་ཟེ། །འཛིགས་བྱེད་ཆེན་མོ་བརྒྱད་དང་ཉི་ཤུ་  
བཞི། །སྒོ་བཞི་འཛིན་སྐྱོང་མ་མོ་མཁའ་འགྲོའི་  
ཆོག་ལ། །ཅུ་རྒྱུད་ཁམས་ལས་འཆར་བའི་ལྷ་ཆོག་ལ།  
ལ། །གསེར་སྐྱེམས་ཟེ། །བཀའ་སྡོད་སྡེ་བརྒྱད་  
ཕྱོགས་སྐྱོང་རྒྱལ་པོ་བཞི། །བཙུན་མོ་ནང་མི་གཉེན་  
དང་དམག་གི་ཆོག་ལ། །འཛིག་རྟེན་ལས་ལ་གྲུབ་

པའི་དྲེགས་པ་ལ། །གསེར་སྐྱེམས་འབྲུལ་ལོ་བཙེལ་  
བའི་འཕྲིན་ལས་མཛོད།། །།

༼སྡེ་བརྒྱད་གསེར་སྐྱེམས་བཞུགས་སོ།༽

ལྟོ གནས་གཙང་མར་ལྷ་བཤོས་རི་རབ། ཆང་མུད། འོ་མུད། མེ་ཏོག་སྒྲ་ཆོགས།  
ཅི་སྒྲ། མངར་གསུམ། ལ་སྒྲ། སྒྲ་སྒྲ། འབྲུ་སྒྲ། དར་སྒྲ། ཟས་སྒྲ། གང་  
འབྱོར་བཤམས། རྒྱས་རྣམས་སྒྲགས་དྲུག་ཕྱག་བྱ་དྲུག་གི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས།  
སྐབས་སེམས་བསྐྱེད་སྒྲོན་དུ་བཏང་ནས། རང་ཡི་དམ་གང་ཡིན་གྱི་ཏིང་འཛིན་ངང་  
ནས་འདི་སྐད་དོ། རྩོ། སྐྱ་གསུམ་བརྒྱད་གསུམ་གྲ་མ་  
དང་། །ཡི་དམ་ནི་བྲོའི་ལྷ་ཆོགས་དང་། །སྐབས་  
གནས་དགོན་མཆོག་གསུམ་པོ་དང་། །མཁའ་འགྲོ་



ནོར་ལྷ་གཏེར་སྤང་ཆོགས།      མཆོད་ཡུལ་གོང་མ་  
ཐམས་ཅད་ལ།      མཆོད་པ་དམ་པ་འདི་འབྲུལ་ལོ།      །  
གསེར་སྐྱེམས་གཙང་མ་འདི་བཞེས་ལ།      བདག་གི་  
འདོད་དོན་བསྐྱབ་དུ་གསོལ།      ལྷ་ཡི་དབང་པོ་བརྒྱ་  
ཁྱེན་དང་།      ལྷ་མིན་དབང་པོ་ཐག་བཟངས་དང་།      །  
མིའམ་ཅི་ལྷོན་རྟ་མགོ་དང་།      གཞོད་སྤྱོན་གང་བ་  
བཟང་པོ་དང་།      མཁའ་ལྷིང་གསེར་མིག་འབྲིལ་བ་  
དང་།      ཆོས་སྤྱོད་མ་རྒྱ་ཀ་ལ་དང་།      སྤྱོན་པོ་ལྷ་  
མགྲིན་བཅུ་དང་།      གྲི་བ་བྱུར་སྤང་ལྷ་ལ་སོགས།      །  
སྤྱི་ཡི་སྤྱེ་བརྒྱད་འཁོར་བཅས་ལ།      མཆོད་པ་དམ་པ་

འདི་འབྲུལ་ལོ།                      །གསེར་སྐྱེམས་གཙང་མ་འདི་  
བཞེས་ལ།                      །བདག་གི་འདོད་དོན་བསྐྱབ་དུ་  
གསོལ།      །ཡབ་གཅིག་བདུད་རྩི་ནག་པོ་དང་།      །  
བཙན་རྒྱལ་ཡམ་ཤུད་དམར་པོ་དང་།      །ཡུལ་ལྷ་ཆ་  
བསངས་སྒྲ་སྒྲས་དང་།      །སློག་བདག་རྒྱལ་པོ་སྦྱིང་  
སྦྱོན་དང་།      །ཆོས་སྦྱོང་གཞོད་སྦྱོན་དམར་པོ་དང་།      །  
མ་མོ་འཛིགས་པའི་སློག་འབྲིན་དང་།      །དག་བསྐྱེན་  
རྩི་རྩི་ལེགས་པ་དང་།      །དཀར་མོ་ཉི་ཟླའི་ཐོད་འཕྲེང་  
སོགས།      །ནང་གི་སྡེ་བརྒྱད་འཁོར་བཅས་ལ།      །  
མཆོད་པ་།      །གསེར་སྐྱེམས་།      །བདག་གི་།      །

བདུད་པོ་ཁ་མཐུན་ཡག་དང་།      བཀྱིན་རྗེ་གཤེད་པོ་  
དམར་པོ་དང་།      ལྷ་བདུད་ན་གར་རྩྭ་དང་།      བཀོད་  
སྒྱུན་བཤུན་པ་གྲི་ཐོག་ས་དང་།      མ་མོ་སྤྱིད་པའི་བྲམ་  
འདེབས་དང་།      བཙན་པོ་ཡམ་ཤུད་སྤྱོད་ལེན་  
དང་།      བདུད་པོ་རི་ཏི་མགོ་གཡག་དང་།      སྤྱོད་  
བདག་དུང་གི་ཐོར་ཚུགས་སོགས།      བསང་བའི་སྤྱེ་  
བརྒྱད་འཁོར་བཙས་ལ།      མཆོད་པ་፤      བསེར་  
སྤྱེམས་፤      བདག་གི་፤      བཟའ་མཆོག་རྒྱལ་པོ་རྒྱ་  
རུ་ལ།      སྐར་མཆོག་བྲམ་ཤིང་ཁ་ཐོར་དང་།      བདུད་  
མཆོག་མ་རུ་ཡག་དང་།      བཙན་མཆོག་གྲི་བཙན་

མཐུ་བོ་དང་། །མ་མཆོག་ལྟེ་སྤྱད་མདུང་འཛིན་  
དང་། །ཁྱུ་མཆོག་ཁྱུ་རྒྱལ་དུང་སྦྱོང་དང་། །མགོན་  
མཆོག་ནག་པོ་སྟེར་དཀར་དང་། །རྒྱལ་མཆོག་ལི་  
ཁྱིན་ཏེ་དང་། །མཆོག་གི་སྡེ་བརྒྱད་འཁོར་བཅས་  
ལ། །མཆོད་པ་། །གསེར་སྦྱེམས་། །བདག་  
གི་། །དཔུང་གཡམས་དབྱ་སྟར་སྤྱལ་པ་དང་། །  
དཔུང་གཡོན་མ་མོར་སྤྱལ་པ་དང་། །མཆུ་སོ་བདུད་  
དུ་སྤྱལ་པ་དང་། །མགོ་བོ་ཁྱིན་པོར་སྤྱལ་པ་དང་། །  
མཚུག་མ་སྤྱུ་དུ་སྤྱལ་པ་དང་། །ལག་གཡམས་གཤིན་  
མེར་སྤྱལ་པ་དང་། །ལག་གཡོན་ཁྱུ་བཙན་སྤྱལ་པ་

དང་། མིག་དང་སྒྲིང་དང་མཆིན་པ་གསུམ། །  
གཟའ་བདུད་ཉིད་དུ་སྤྱལ་པ་སོགས། སྤྱལ་པའི་སྡེ་  
བརྒྱད་འཁོར་བཅས་ལ། མཆོད་པ་༄ གསེར་  
སྒྲིམས་༄ བདག་གི་༄ ས་བདག་ཉལ་བྱིན་ག་པོ་  
དང་། སྤྱུ་བདུད་སྒྲོམ་ར་ནག་པོ་དང་། ས་ཡི་ལྟ་མོ་  
བསྟན་མ་དང་། བྱོགས་སྒྲིང་རྒྱལ་ཆེན་སྡེ་བཞི་  
དང་། མགོན་པོ་བདུན་ཅུ་ཅུ་ལྟ་དང་། ཡུལ་འདིའི་  
གཞི་བདག་ཐམས་ཅད་དང་། ཤོ་ལྟ་དབྱ་ལྟ་སྒོག་ལྟ་  
དང་། མོ་ལྟ་མོ་སྟན་ལ་སོགས་པ། སྒྲིང་སྒྲིང་སྡེ་  
བརྒྱད་འཁོར་བཅས་ལ། མཆོད་པ་དམ་པ་འདི་

འབྲུལ་ལོ།      །གསེར་སྐྱེམས་གཙང་མ་འདི་བཞེས་  
ལ།    །བདག་གི་འདོད་དོན་བསྐྱབ་དུ་གསོལ།    །ཅེས་  
བསྐྱབ་བན་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་མཛད་པའི་གསེར་སྐྱེམས་འདི་ནི། སེར་བ་བསྐྱུང་  
བ་དང་སེའུ་གསོ་བ།    གཏོར་མ་འཕེན་པ།    མདོས་སྒྲུད་གཏོང་བོར་འཕེན་པ་སོགས་  
གང་བྱེད་ཀྱང་སྒྲོན་དུ་འགོ་བའི་སྡེ་བརྒྱད་ཀྱི་མཆོད་པ་འདི་མེད་ན།    གྱིས་པས་མཁར་  
ལས་བྱེད་པ་དང་འདྲ་གསུངས་སོ།།      གྱེ།    སངས་རྒྱས་བསྟན་  
སྐྱུངས་དགོན་མཆོག་དབུ་འཕང་སྟོད།    །དག་འདུན་  
སྡེ་སྐྱོངས་རྣལ་འབྱོར་ཆེ་སྟོག་སྐྱིངས།    །སྟོན་པའི་  
དར་འཕྱར་གྲགས་པའི་དུང་བུས་ལ།    །འཁོར་དང་  
ལོངས་སྟོད་རྒྱས་པ་ཉིད་དུ་མཛོད།    །གས་མེད་ལང་

ཆོ་ལྷན་པའི་ལུས་སྟོབས་རྒྱས།    མིག་ལ་ཡ་མཚན་  
ལྷད་མེས་དགའ་བ་དང་།    རྩ་བར་རྟག་ཏུ་སྒྲན་པའི་  
གཏམ་བོས་ཤིང་།    གྲི་ཞིམ་ངད་པ་སྒྲ་དང་མི་འབྲལ་  
མཛོད།    བས་སྐྱེམ་འབྱོར་པ་རོ་ཡིས་ཆེམ་བྱེད་  
ཅིང་།    ཡིད་ལ་རྣམ་པར་བཀྲ་བའི་ཤེས་རབ་  
རྒྱས།    ལུས་ལ་རེག་འཇམ་བདེ་བས་ནམ་ཡང་  
བྱུང་།    བཅུ་མེད་བདེ་བས་ནམ་ཡང་ངོམས་པར་  
མཛོད།    བྱིད་གསོལ་བྱིད་བསྟེན་བྱིད་བསྐྱབས་བྱིད་  
བད་ན།    ལམ་བུ་རྩལ་མ་རྒྱུད་བརྩེ་གདུང་ཆེ་བ་  
ཡིས།    གཞི་ལ་བཀྲ་ཤིས་ལོངས་སྟོན་ཕུན་སུམ་



ཆོགས།      གྲེས་སུ་ལམ་འཕྲང་ཆུ་ལས་སྒོལ་འདོན་  
མཛོད།      འཇིགས་སར་དབྱ་ཇག་ཆོམ་རྒྱན་འཆེ་བ་  
སྒྱུབས།      མཛོར་ན་བསམ་དོན་མ་ལུས་འགྲུབ་པ་  
དང་།      འགྲོ་བའི་དོན་ལ་མཐུ་དང་ལྡན་པ་ཡིས།      །  
བཅོལ་བའི་སྤོན་ལས་མ་ལུས་འགྲུབ་པར་མཛོད།      །  
གང་ཞིག་ཡིད་ལ་དྲན་པ་ཙམ་གྲིས་ཀྱང་།      འདོད་  
པའི་དངོས་གྲུབ་སྟེར་བར་མཛོད་པ་ཡི།      ཆོས་སྒྱུང་  
ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་བྱིད་རྣམས་ཀྱིས།      བདག་ཅག་  
བསམ་དོན་མ་ལུས་འགྲུབ་པར་མཛོད།      ཅེས་འདོད་དོན་  
གསོལ་བར་བྱའོ།།

# ༼ས་བརྩུད་བུམ་གཏེར་སྐྱབ་ཆོག་ཤིན་ཏུ་བསྐྱས་པ་༽ བཞུགས་སོ།།

ལྟོ། བདག་བསྐྱེད་སྟོན་དུ་སོང་ནས། ཡུ་མྱི་ཏ་ས་བསངས། སྤ་བྱ་ཕྱས་  
གཏེར་བུམ་དམིགས་མེད་པར་སྐྱངས། སྟོང་པའི་ངང་ལས་འབྱུང་  
བ་རིམ་བརྟེན་སྟོང་། ཁྱོད་ལས་རིན་ཆེན་སྒྲ་  
ཆོག་ས་ལས་གྲུབ་པའི། བྱིན་བུམ་པ་ནང་གི་གཞལ་  
ལས་ཁང་། ཤིན་ཏུ་ཉམས་དགའ་ལོངས་སྟོང་དུ་  
མས་གང་། དེ་དབུས་སྒྲ་ཆོག་ས་པར་ཟླ་བའི་  
སྟོང་། ཁྱོད་ལས་སེམས་དཔའ་ས་ཡི་སྟོང་པོ་  
དཀར་། ཁྱུ་གུ་རིལ་བུ་འཛིན་ཅིང་སྟོང་སྟོལ་

བཞུགས།                      མདུན་དུ་ས་ཡི་ལྟ་མོ་གསེར་གྱི་  
མདོག་    ཁོར་བུ་བུམ་འཛིན་སྐྱེསྐྱོད་ས་ནས་ཐོན།    །  
རྒྱབ་དུ་ས་བདག་དབང་ཆེན་སྐྱེ་མདོག་སེར།    ཁལ་  
གཅིག་སྐྱལ་མགོ་བཞི་ཡི་གདེངས་ཀ་ཅན།    །  
གཡས་གཡོན་ལྟ་སྒྲ་གཞི་བདག་ཕོ་མོ་གསལ།    །  
གཙོ་འཁོར་རྣམས་ཀྱི་གནས་གསུམ་འབྲུ་གསུམ་  
དང་།    ས་བོན་འོད་གྱིས་འཁོར་བཅས་སྤྱན་དྲངས་  
བྱུང་། ཨོྲཱི་ཏེ་རྒྱ་ཇ་ཐྱི་ཐྱི་དེ་ཐྱི་སྐྱ་ཐྱ་མི་པ་ཏི་ས་པ་  
རི་ཁྱ་ར་ཨོ་ཏྱེ་ཏི་བཏྲ་ས་ལྷ་ཇོ།    ཇོ་ཏྱེ་བ་ཏོ།    ཏིཏྲ་  
ལྷན།    ས་མ་ཡ་སྒྲ།    ས་མ་ཡ་ཏོ།    སེམས་དཔའ་

ས་ཡི་སྒྲིང་པོ་དང་། །ས་ཡི་ལྷ་མོ་བརྟན་མ་ཆེ། །ས་  
བདག་ལྷ་གཉན་འཁོར་བཅས་ལ། །མཆོད་ཅིང་  
བསྟོད་དེ་ཐུག་ཀྱང་འཆ་ལ། །བུམ་ལྷའི་ཐུགས་སྟོག་  
སྒྲགས་སྤེང་ལས། །འོད་འཕྲོས་བརྟན་གཡེའི་རྒྱད་  
པའི། །ཆེ་བསོད་དཔལ་འབྱེར་ཡེ་ཤེས་རྒྱས། །  
དཔག་ཆད་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་གི། །ས་བརྩ་བརྩས་  
ནས་བུམ་པར་ཐིམ། །དངོས་གྲུབ་ཀུན་གྱི་གཏེར་དུ་  
གྱུར། །ཨོྭྲི་ཏེ་རྩ་ཇ་པྲི་ཐྲི་ཕྱི་དི་བྲི་སྦྲ་རྩ། །ཞེས་བསྟེན་པ་  
དང་། །ཨོྭྲི་ཏེ་རྩ་ཇ་པྲི་ཐྲི་ཕྱི་དི་བྲི་སཱ་ཅ་སི་རྩི་སྦྲ་རྩ།  
ཞེས་སྒྲུབ་པ་དང་། །ཨོ་ཨ་ཀའི་ཀའི་ཨ་ཐྲི་ལ་མཐུ་ལ་མ་ཡེ་

སྒྲུ། ཞེས་ལས་སྒྲུར་རོ། །ས་སྒྲིང་ས་ཡི་ལྷ་མོ་བཅས། །  
གཏེར་བུམ་འདི་ལ་བརྟན་པར་བཞུགས། །ས་བཅུད་  
དཔལ་གཡང་རྒྱས་པར་མཛོད། །ལས་དང་མཆོག་  
གི་དངོས་གྲུབ་སྒྲུལ། །ཨོ་སྒྲུ་པ་ཏིཏྲ་བཟླ་ཡེ་སྒྲུ།  
འབད་དང་ཕྱོལ་བ་སོགས་ཀྱི་བཀའ་ཞེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་པའང་དག་རིན་  
པས་སོ།།

།རི་སྒྲུང་བྱས་གསོལ་བསྐྱས་པ་བཞུགས་སོ།།  
༥ མ་རིག་གཉིད་སངས་ཤེས་བྱུལ། །སྒྲོ་བྲོས་སྒྲུང་  
བ་རབ་རྒྱས་པའི། །ཀུན་མཁྱེན་ཡེ་ཤེས་བདག་ཉིད་  
ཅན། །སྒྲུ་མ་དམ་པའི་ཞབས་ལ་འདུད། །ཅེས་རི་སྒྲུང་

བྱུང་བ་སོལ་བྱ་བ་ལ།      སྡོན་དུ་འགོ་བ་སྟེགས་གཙང་མའི་ཁར་བུམ་ཇུས་ཉེར་ལྷ་དང་  
ལྷན་པའི་ཆུས་བཀའ་བའི་བུམ་པ་བཀོད་ལ།      དེའི་མདུན་མཆོད་པ་ཉེར་སྦྱོད་སོགས་  
བཤམས།      བྱུང་བ་ཞོང་མེ་ལོང་སོགས་སྟོག་ཉེད་ལ།      སྐྱབས་སེམས་ཚད་མེད་  
བཞི་སྦྱི་འགོ་ལྟར་བྱ།      བདག་བསྐྱེད་ནི།      ཨོྩ་སྤྱ་བྱ་ལྷས་སྐྱངས་      སྦྱོང་  
པ་ཉིད་དུ་བྱུང་།      སྦྱོང་པའི་ངང་ལས་རང་ཉིད་སྐྱེད་  
ཅིག་གི      །བཅོམ་ལྷན་རྟེན་རྣམ་པར་འཛུམས་པའི་  
སྐྱེ།      །ཁྱོ་འཛུམ་ལྷང་སྡོན་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་  
ན།      །གཡས་གཡོན་སྒྲ་ཆོགས་རྟེན་རྣམས་བྱ་  
འཛིན།      །དར་དང་རིན་ཆེན་རྒྱན་རྟེན་གསུམ་པད་ཉིའི་  
སྦྱོང་།      །སྦྱིལ་ཀྱང་ཕྱེད་བཅས་སྦྱོད་གཡོགས་སྐྱེད་

ཤམ་ཅན།      །ཡེ་ཤེས་རང་འོད་འབྲིགས་པའི་གྲོང་ན་  
བཞུགས།      །གནས་གསུམ་ཡི་གེ་ཨོྫཱ་ཏུ་གིས་  
མཆོན།      །ཏུ་ལས་འོད་འཕྲོས་དབང་ལྷ་ཡེ་ཤེས་  
པ།      །སྤྱན་དངས་དམ་ཡེ་གཅིག་འདྲེས་དབང་གི་  
ལྷས།      །དབང་བསྐྱར་མི་བསྐྱོད་མགོན་པོས་དབུ་  
བརྒྱན་གྱུར།      །ཐུགས་ཀར་ཉི་སྟེང་ལྔ་དུམ་ཏུ་ཡིག་  
མཐར།      །འོད་ཟེར་འཕྲོ་བའི་སྤྲགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བར་  
གྱུར།      །དེ་བཞིན་བསམ་ལ།      ན་མ་ཕྱུར་བཟླ་གྲོ་རྒྱ་ཡ་རུ་ལུ་རུ་  
ལུ།      ཏི་ཕྱ་ཏི་ཕྱ།      བྱུར་བྱུར།      ཏཱ་ཏཱ།      །ཨ་མྲི་ཏི་  
ཏུ་མཐར།      །ཞེས་སྤྲགས་གང་མང་བཞུགས།      དེ་ནས་བུམ་སྐྱབ་ནི།      བུམ་ཐུ་ཨ་མྲི་



ཏ་ས་བསངས། སྤྱ་བྱ་ལྟས་སྟོང་པར་སྦྱངས། སྟོང་པའི་ངང་ལས་  
བེ་ལས་བུམ་པ་ནི། །དཀར་པོ་ཚད་དང་མཚན་ཉིད་  
ཚད་བའི་ནང་། །བཅོམ་ལྡན་རྟེ་རྟེ་རྣམ་པར་འཛོམས་  
པའི་སྒྱ། །བྲོ་འཛུམ་ལྡང་སྟོན་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་  
གཉིས་ན། །གཡས་གཡོན་སྒྲ་ཚོགས་རྟེ་རྟེ་རྩལ་བུ་  
འཛིན། །དར་དང་རིན་ཆེན་རྒྱན་རྟེ་གས་པད་ཉིའི་  
སྟེང་། །སྦྱིལ་ཀྱང་ཕྱེད་བཅས་སྟོང་གཡོགས་སྦྱང་  
ཤམ་ཅན། །ཡེ་ཤེས་རང་འོད་འབྲིགས་པའི་གྲོང་ན་  
བཞུགས། །གནས་གསུམ་ཡི་གེ་ཨོ་ཨྲ་ཏུ་གིས་  
མཚན། །ཏུ་ལས་འོད་འཕྲོས་དབང་ལྡན་ཡེ་ཤེས་

པ། །སྤྱན་དྲངས་དམ་ཡེ་གཅིག་འདྲེས་དབང་གི་  
ལྷས། །དབང་བསྐྱར་མི་བསྐྱོད་མགོན་པོས་དབྱ་  
བརྒྱན་གྱུར། །མཆོད་པ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་ནི། ཨོྃ་སཱཥ་བིདྱ་ར་  
ལྷ་ར། སྤྱ་ར་སྤྱ་ར། ཨཱ་ཤརྟ་ཡ་ཨཱ་ཤརྟ་ཉོེ་ བརྟ་  
སྤྱ་ར་ཏའི་སྤྱ་ར། ཨོྃ་སཱཥ་ཏ་བྱ་ག་ཏ་ཨཱ་ཁྱྱྱ་ནས་ཤུའི་  
བར་གྱིས་མཆོད། ཆོས་སྤྱའི་ངང་ལས་དམིགས་མེད་  
གྱི། །བྱུགས་རྩེ་གཟུགས་གྱི་སྐྱར་བཞེངས་པ། །  
ཉེས་སྒྲིབ་ཀུན་སེལ་ལྷག་པའི་ལྷ། །རྣམ་པར་  
འཛེམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་བསྐྱོད། །བྱུགས་ཀར་ཉི་  
སྤེང་རྩྱུ་མཐར་སྤྱགས་གྱིས་བསྐྱོར། །སྤྱགས་ལས་

འོད་འཕྲོས་འགོ་བའི་སྒྲིག་སྒྲིབ་སྦྱངས།      བྱོགས་  
བཅུ་འི་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི།      སྒྲི  
ག་སྦྱང་བྱགས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱ་བས་མ་ལུས་པ།      བདུད་  
ཅི་འི་རྣམ་པར་སྦྱོན་ངངས་སྒྲིགས་སྤེང་ལ།      སྒྲིབ་  
སྒྲིབ་ཐེམ་ཞིང་དེ་ལས་བདུད་ཅི་འི་རྒྱན།      བབས་ནས་  
བུམ་པ་ཡོངས་སུ་གང་བར་གྱུར།      ར་མ་ཕྱུར་བཟོ་གོ་  
རྒྱ་ཡ་རྩ་ལུ་རྩ་ལུ།      ཏི་ཕྱ་ཏི་ཕྱ།      བྱུར་བྱུར།      ཏ་ན་ཏ་  
ན།      ཞལ་མྱི་ཏི་རྩྭ་ཕྱེ།      ཞེས་སྒྲིགས་དམིགས་པ་དང་བཅས་མང་དུ་  
བསྒྲས་མཐར་ཡིག་བརྒྱ་བཟོད།      ལྷ་འོད་དུ་ཞུ་ནས་བུམ་པ་འི་ཆུ་འི་  
རྣམ་པར་གྱུར།      ཞེས་བཟོད་དེ་དེ་བཞིན་བསམ་མོ།      རེ་ནས།      རང་གི་

སྒྲིང་ག་ནས་འཕྲོས་པའི་འོད་ཟེར་གྱིས་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་དང་ལྷ་དང་ལྷ་མོ་རྣམས་སྤྱན་དྲངས།  
དེ་རྣམས་གྱིས་བུམ་པས་ཁྱུ་བྱས་མཛད། བཀྲ་ཤིས་  
གྱི་སྤྱ་དང་སྤྱ་ཚོགས་པའི་རོལ་མའི་སྤྱ་ལ་སོགས་པས་  
མཆོད་པར་འབྱུང་། །ཁམས་གསུམ་ཀུན་གྱིས་ཕྱག་  
བྱས་པ། །སོགས་སྒྲམ་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་རྣམས་ལ་བྱས་གསོལ་སྤྱི་འགོ་  
ལྟར་བྱས་ལ། བྱས་ཁྱུ་སྤང་ཡང་བུམ་པར་བྱུག །དེ་ནས་ཡུལ་སྤྱོད་གས་གནས་དགོན་  
རི་ཁྱང་ཐམས་ཅད་ལ་མེ་འོང་བསྟན་ནས་དེ་དག་གི་གཟུགས་བརྙན་མེ་འོང་དུ་ཤར་བ་  
ལ། བྱས་གསོལ་བཞི། རང་གི་ཕྱགས་ཀའི་རྩྭ་ཡིག་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་སྤྱོད་གས་  
བཅུ་ལྔ་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་སེམས་ཐམས་ཅད་རྩི་རྩི་རྣམ་པར་འཛོམས་གྱི་སྤྱ་ཆེ་ཆུང་

དཔག་ཏུ་མེད་པའི་རྣམ་པར་སྤྱན་དྲངས་རི་གྲང་དང་ཡུལ་སྤོགས་ཀྱི་སྤྱིང་ཐམས་ཅད་  
བྱུང་པར་བཞུགས་པའི་སྐུ་ལས་བདུད་ཅི་རྒྱན་བབས་པས་སྒོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་དང་དེ་ལ་  
གནས་པའི་བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་མ་དག་པའི་ངོ་མ་ཐམས་ཅད་དག་པའི་  
དམིགས་པ་དང་བཅས་ཏེ། ཇི་ལྟར་བལྟམས་པ་ཞེས་པ་ནས། བྱུང་  
བཅུ་འོ་ཞེས་པའི་བར་དང་། རྣམ་ལྗོངས་སོགས་སྤྲགས་བཟོད། ཡུལ་  
ཁམས་འདིར་གནས་ལྷ་སྤྱ་གཞི་བདག་དང་། རི་  
བྲག་རྒྱ་གྲང་སྤང་སྤྱོདས་ནགས་ཀྱི་ཆེལ། །ཁང་ཞིང་  
བས་ནོར་སྤྱོད་བའི་ལྷ་སྤྱའི་ཆོགས། །འཁོར་བཅས་  
བྱིན་རྒྱབས་ཆབ་ཀྱི་བྱུང་གསོལ་ལོ། །སྤྲགས་བཟོད།  
མདོར་ན་སྤང་སྤྱོད་སྤྱོད་བཅུད་འབྱུང་པོ་དང་། །ལྷ་སྤྱའི་

ཆོགས་ལ་བྱས་ཆབ་འདི་ཡུལ་བས།      །ཁྱེད་རྣམས་  
ཀུན་གྱི་ལས་ཉོན་སྒྲིག་སྒྲིབ་དང་།      །སྒྲིག་བསྐྱེལ་  
ཉམས་གྲིབ་ལ་སོགས་དག་གྱུར་ཅིག      །སྒྲིགས་བརྗོད།  
ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་གནས་ཀྱི་སྤང་མ་ལྷ་སྤྱ་གཞི་བདག་  
འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་དང་གནས་དགོན་ཡུལ་  
སྤྱངས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དམ་ཆེག་ཉམས་ཆག་འཁོར་  
གྲིབ་བཙོག་གྲིབ་སོགས་དང་།      །དེས་བསྐྱེད་པའི་  
ནད་གདོན་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་  
ཐམས་ཅད་ལྷོ་རྒྱུ་ཀུ་རུ་ཡེ་སྤྱ་རྒྱ།      །ནད་ཐམས་ཅད་  
ལྷོ་རྒྱུ་ཀུ་རུ་ཡེ་སྤྱ་རྒྱ།      །དེམས་ཐམས་ཅད་=      །འཁོར་

ཐམས་ཅད་། གྲིབ་ཐམས་ཅད་། བྱད་ཐམས་  
ཅད་། བྱར་ཐམས་ཅད་། སྐལ་བ་ངན་པ་ཐམས་  
ཅད་། ལྟམ་ངན་པ་ཐམས་ཅད་། བཀ་མི་ཤིས་  
པ་། ཉེ་བར་འཆེ་བ་ཐམས་ཅད་། ཏུས་མ་ཡིན་  
པའི་འཆེ་བ་ཐམས་ཅད་། གཟའ་དང་རྒྱ་སྐར་གྱི་  
གཞོན་པ་ཐམས་ཅད་། རྒྱལ་པོ་དང་ཆོམ་རྒྱན་གྱི་  
འཛིགས་པ་ཐམས་ཅད་། བདུད་གྱི་ཞགས་པ་  
ཐམས་ཅད་། གཤམ་ཞེས་པའི་པོ་ཉ་ཐམས་ཅད་། །  
བག་གས་དང་ལོག་འདྲེན་ཐམས་ཅད་། བར་གཙོད་  
མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ལྟེན་གྱི་རུ་ཡེ་སྒྲུ་།



སྒྲགས་བརྗོད། ལན་གསུམ་གྱིས་བུམ་པ་ནས་ཐུགས་བཞིན་དུ་བཀྱའོ། །དེ་ནས་མ་

བྱའི་སྒྲོའི་སྟེང་དུ་ཉི་མ་ལ་རྩྭ་ཡིག་སྒྲགས་སྟེང་དང་བཅས་པ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།

བཀྱས་པས་མ་དག་པའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་དྲི་མ་ཐམས་ཅད་འོད་ཟེར་གྱིས་བྱུང་ཅིང་

དེད་པར་དམིགས་ལ། ཡུལ་ཕྱོགས་འདིར་གནས་ཀྱི་སྤྱང་མ་

ལྷ་ལྷ་གཞི་བདག་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་དང་། །

གནས་དགོན་ཡུལ་ལྷོངས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དམ་ཆེག་

ཉམས་ཆག་འཁོར་གྱི་བ་བཙོག་གྱི་བ་སོགས་དང་།

དེས་བསྐྱེད་པའི་ནད་གདོན་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་མི་

མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ཨྲཱ་པ་ན་ཡེ་སྤྱ་རྒྱ།

ནད་ཐམས་ཅད་ཨྲཱ་པ་ན་ཡེ་སྤྱ་རྒྱ།

།གདོན་ཐམས་

ཅད་ཟིམས་ཐམས་ཅད་། འཁོན་ཐམས་

ཅད་། གྲིབ་ཐམས་ཅད་། བྱད་ཐམས་ཅད་། །

བྱར་ཐམས་ཅད་། སྐལ་བ་ངན་པ་ཐམས་ཅད་། །

ལྟས་ངན་པ་ཐམས་ཅད་། བག་མི་ཤིས་པ་ཐམས་

ཅད་། ཉེ་བར་འཆེ་བ་ཐམས་ཅད་། ཏུས་མ་ཡིན་

པའི་འཆེ་བ་ཐམས་ཅད་། གཟའ་དང་རྒྱ་སྐར་གྱི་

གཞོད་པ་ཐམས་ཅད་། རྒྱལ་པོ་དང་ཆོམ་རྒྱུན་གྱི་

འཛིགས་པ་ཐམས་ཅད་། བདུད་གྱི་ཞགས་ཐམས་

ཅད་། གཤེན་རྗེའི་ཕོ་ཉ་ཐམས་ཅད་། བག་གས་

དང་ལོག་འདྲན་ཐམས་ཅད་། བར་གཅོད་མི་མཐུན་

པའི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ཨྲ་པ་ན་ཡེ་སྒྲ་རྒྱ། ལན་གསུམ་

གྱིས་མེ་ལོང་ལ་མ་བྱའི་མདོངས་སྒྲོས་གཡབ་བཞིན་བྱབ་བོ། དེ་ནས་སྟེང་གི་ལྷ་

ཆོགས་ནམས་སྟོད་བཅུད་ཡུལ་ཁམས་ཐམས་ཅད་ལ་བེམ་པས། བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་

ཤིང་སྤང་བ་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པར་མོས་ལ། རང་གི་ཐུགས་ཀའི་རྩྭ་

ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། ཡུལ་ཕྱོགས་དེ་དག་གི་སྟེང་

འོག་ཕྱོགས་མཆོམས་ཐམས་ཅད་རྗེ་རྗེ་རུལ་ཕྱ་རབ་གྱི་

རང་བཞིན་དུ་གྱུར་ཏེ། བར་ཆད་གང་གིས་ཀྱང་མི་

ཚུགས་པའི་སྤང་བ་ཆེན་པོར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པར་

གྱུར། སྒྲགས་བརྗོད་དེ། ཡུལ་ཕྱོགས་འདིར་གནས་གྱི་

སྤང་མ་ལྷ་སྤྱ་གཞི་བདག་འཁོར་དང་བཅས་པ་ནམས་

དང་། གནས་དགོན་ཡུལ་ལྗོངས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དམ་  
ཆེན་ཉམས་ཆག་འཁོར་གྱི་བ་བཙོག་གྱི་བ་སོགས་

དང་། དེས་བསྐྱེད་པའི་ནད་གདོན་འགལ་རྒྱུ་བར་  
ཆད་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་རྒྱ།

ནད་ཐམས་ཅད་རྒྱ་རྒྱ། གདོན་ཐམས་ཅད་

རིམས་ཐམས་ཅད་། འཁོར་། གྱི་བ་། བྱུང་། །

བྱུང་། གླུ་ལ་བ་ངན་པ་། ལྟས་ངན་པ་། བཀྲ་མི་

ཞེས་པ་། ཉེ་བར་འཆེ་བ་། ཏུས་མ་ཡིན་པའི་འཆེ་

བ་། གཟུང་དང་རྒྱ་རྒྱར་གྱི་གཞོན་པ་། རྒྱལ་པོ་དང་

ཆོས་རྒྱུན་གྱི་། བདུད་ཀྱི་ཞགས་། གཤེན་རྗེའི་།

ཁང་གཅིང་མི་མཐུན་པའི་

སྒྲགས་བཅས་ལན་གསུམ་མེ་ལོང་།

ཀུཨ་བ་ལྷམ་

འདི་རྒྱུ་པར་

ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་

འདི་ལ་

**|བཛྲ་རྒྱ་རྒྱ|**

ཡིད་ལ་

सोमस

ཐུག་

བསྐྱེད་མཆོད་གཟུགས་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ལོག་ག།      །ཅེས་པའི་བར་དང་།

གཞན་ཡང་སྒྲོན་ལམ་དང་བཀྲ་ཤིས་སོགས་ཅི་རིགས་པ་བརྗོད་པར་བྱའོ།    །ཞེས་པའང་

ལུང་པར་ནད་རིམས་ལྷ་གོ་བཀྲ་ཤིས་པ་སོགས་འབྱུང་བ་དང་ཆར་ཆུ་མི་འབབ་པ་

སོགས་ལ་ཐབས་འདི་ལས་ཟབ་པ་མེད་ཅིང་རང་ལའང་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་

གི་འདོད་དོན་ཡིད་བཞིན་དུ་འབྱུང་པར་འབྱུང་བའི་ཕན་འབྱུང་གིན་ཏུ་ཆེའོ།      །ཤེས་

རབ་ཤི་ཤེས་ལ་སྤྱི་གངས་རྩུ་སྐྱུར་བའོ།།

༼ས་བསྐྱེད་གི་ཆོ་ག་གིན་ཏུ་བསྐྱེད་པ་བཞུགས་སོ།༽

ལྟེ་      །རྣམ་མེད་ཞི་བའི་དབྱིངས་ལས་མ་གཡོས་

ཀྱང་།      །རྣམ་ཀུན་སྐྱེ་འཕྱུལ་དུ་བའི་སྐྱུར་བཞེངས་

ཏེ།      །རྣམ་མཆོད་གཟུགས་བྱའི་འགྲོ་བ་འདྲེན་མཛད་

པ།        རྣམ་པར་འཛུམས་པའི་ལྟ་ལ་ཕྱག་འཆལ་  
ལོ།    ཆོས་རྣམས་བདེན་མེད་སྟོང་པའི་མེ་ལོང་དུ། །  
ཀུན་རྫོབ་རྟེན་འབྲེལ་གཟུགས་བརྟན་མི་བསྐྱབས་པས། །  
རྒྱ་འབྲས་ཡིད་ཆས་ཅན་ལ་ཕན་པའི་ཕྱིར།                    །ས་  
བདག་བརྟག་པའི་ཆོག་བྲིགས་འདི་ན་སྟེལ།            །དེ་ཡང་  
བདག་ཅག་གི་སྟོན་པས་རྒྱུད་སྡེ་རྣམས་སུ།    །དབང་བསྐྱར།    །རབ་གནས།    སྦྱོར་  
སྟེག་ །དཀྱིལ་འཁོར།    ལྷ་ཁང་སོགས་ཀྱི་སྟོན་དུ་ས་བདག་བརྟག་པའི་ཆོག་བྲུ་དགོས་  
པར་གསུངས་ཤིང་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱག་བཞེས་སུ་མཛད་པ་བཞིན་འདིར་འཇུག་བདེ་  
བསྐྱབས་ཆོག་ཏུ་འགོད་པ་ལ།    སྦྱོར་བ་སྟོན་འགོ་བའི་རིམ་པ་དང་།    དངོས་གཞི་ཆོག་འི་  
རིམ་པ་གཉིས་ལས།    དང་པོ་ནི།    ས་གཏན་ནས་མ་བརྟའི་སྟོན་དུ་ཡུལ་ལྷ་བཞི་བདག་



ལ་གཏོར་མ་དང་གསེར་སྒྲིམས་གང་ལེགས་ཕུལ་ཞིང་ས་བསྐྱང་བསྐྱས་པ་ཞིག་བྱ་ཞེས་  
གསུངས་པའི་ཚུལ་སྟོན།      །ལྷ་བསངས་བཀའ་ཤིས་རེ་སྟོང་གི་གཞུང་བསྐྱངས་ཏེ།

རང་རང་སོ་སོའི་གནས་སུ་གཤེགས།      །ཞེས་པའི་བར་མཐར་

ཆགས་སུ་འདོན།      བདག་བསྐྱེད་མི་བསྐྱ་བར་གསལ་བཞིན་པའི་ངང་ནས།      བདུན་གྱི་

གཞི་དེར་བྲིའི་ཐིག་ལའི་སྟེང་མེ་ཏོག་གི་ཆོམ་བུ་འགོད།      དེའི་མདུན་དུ་གཏོར་མ་དང་

མཆོད་པ་བཞགས་ཏེ།      མདུན་དུ་ལེལ་ས་སའི་ལྷ་མོ་སྐྱ་

མདོག་གསེར་བཙོམ་ལྷ་བུ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་

གཡས་ཁས་ལེན་པའི་ཕྱག་རྒྱ་དང་།      གཡེན་གསེར་

གྱི་བུམ་པ་འཛིན་པ།      རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་སྒྲ་ཆོགས་

ཀྱིས་བརྒྱན་པ་ལྷེ་བ་ཡན་ཆད་ས་གསེབ་ནས་འཐོན་

པར་གྱུར།      རང་གི་སྒྲིང་གའི་འོད་ཟེར་གྱིས་ཡེ་ཤེས་  
 གྱི་ལྷ་མོ་མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་བཟང་ས་སྐྱེ་ངོ།      ཞེས་སྒྱུན་  
 རངས་ཏེ།      རྩོ།      ལྷ་མོ་ཆེན་མོ་ས་འཛིན་འཛིག་ཏེན་  
 ཡུམ།      རིན་ཆེན་སྐྱ་ཆོག་ས་ན་བཟའི་བརྒྱན་གྱིས་  
 རྒྱན།      རིེཤལ་རྐང་གདུབ་རྒྱན་ལྡན་སེམས་མ་  
 བྱོང།      མཆོད་པ་འདི་བཞེས་འདི་རུ་བྱིན་ལྷ་བས་  
 མཛོད།      ཁྱེ་ཁྱེ་བྱ་ཏི་ཐྱི་ཐི་ཐི་ཏི་ཐྱི་ཡུ་ཀཱུ་ཡ་ངོ།  
 ཞེས་ནམ་མཁའ་བྱོན་པ་ལ།      ཡེ་ཤེས་ཕྱིར་འབྲང་གི་རྣམས་ཕྱིར་  
 དེངས་ཤིག      ཁྱེ་སྐུམ་གྱི་ནི་སྐོག་ས་གྱིས་ཕྱི་འབྲང་གི་བགོགས་  
 བསྐྱེད།      ངོ་རྩོ་བོ་ཏོ།      ཁྱེ་རྩོ་ཁྱེ་ཐི་ཐཱ་རྩོ།      ཞེས་

དབང་བསྐྱར་བས་རིན་པོ་ཆེས་དབུ་བརྒྱན། ཡོ་ཐི་ཐི་  
ཐི་དེ་ཐི་ཡུ་ཨ་ཁྱོ་པ་ཏི་ཚྭ་སྒྲུ། དེ་བཞིན་པ་དྲུ་ནས། རྒྱ་པ་  
ཏི་ཚྭ་སྒྲུ། བར་ནམ་ལྷ་རོལ་མོ་དང་བཅས་པས་མཆོད། ཡོ་ཡུ་གུ་  
རོས་གཏོར་མ་ཐུལ། བྱོད་ནི་ས་འཛིན་ལྷ་མོ་སྟེ། སྐྱེ་བྱེད་  
འཐོན་པ་གསེར་གྱི་མདོག། རིན་ཆེན་སྒྲ་ཆོག་གས་  
བརྒྱན་གྱིས་རྒྱན། སའོག་གཙོ་མོ་བྱོད་ལ་  
བསྟོད། ཅེས་བསྟོད། ས་གཞོན་གྱི་ཕུག་རྒྱ་དང་བཅས་ཏེ། སྐྱོབ་པ་  
སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་གྱི། སྐྱོད་པའི་ཚུལ་དང་བྱོད་  
པར་གྱིས། སའ་དང་ཕ་རོལ་ཕྱིན་པ་ལ། ལྷ་མོ་བྱོད་  
ནི་དཔང་དུ་གྱུར། ལྷ་ཀྱ་སེཛེ་སྐྱོབ་པ་ཡིས། ཇི་

ལྟར་བདུད་གྱི་སྒྲེ་བཙམ་པ།      །དེ་བཞིན་བདག་གིས་  
བདུད་སྒྲེ་ལས།      །རྒྱལ་བར་བྱས་ཏེ་དགྱིལ་འཁོར་  
བྱི།      །ཞེས་དང་།      ས་ལ་རྒྱ་བའི་ལྷ་ཀུན་དང་།      །གང་  
ཡང་ས་ལ་བཏེན་པ་རྣམས།      །སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་  
དག་དོན་དུ།      །བྱམས་པའི་སེམས་གྱིས་གནང་བར་  
མཛོད།      །ཅེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས་རྗེ་རྗེ་འཛིན་པ་  
ཁྱེད་གྱིས་སའི་ཕྱོགས་འདིར་ཅི་དགའ་བར་སྦྱོད་ཅིག་  
ཅེས་གནང་བར་བྱིན་པར་གྱུར།      ཨོྲཱི་ཐཱི་ཐཱི་དི་ཐཱི་  
ཨཱཱློ་པྱ་ཏི་ཙློ་ཏྱུ་སྣ་རྒྱ།      སོགས་གོང་བཞིན་བཛོད།      ཨོྲཱི་ཐཱི་  
ཐཱི་དི་ཐཱི་བཛོད་ལུང་།      དེ་ཉིད་དུ་བེམ་པར་གྱུར།      ཨྱེ།      དེ་ནས་

བྱེ་བྲག་སའི་བདག་པོའི་གཏོར་མ་དང་མཆོད་པ་བཤམས་ཏེ།      སྒྲིང་གའི་རྩྭ་  
ཡིག་གི་འོད་ཟེར་གྱི་བྱེ་བྲག་སའི་བདག་པོ་འཁོར་  
བཅས་ཙམ་ཀའྲུ་ཡ་ཨྲོ།      ཞེས་པས་བཀུག་ལ།      ཐུ་མི་པ་ཏི་ས་  
པ་རི་ལྷ་རེ་ཨོྲཱི་ཙམ་ཀའྲུ་རོ་སོགས་ལན་གསུམ་གྱིས་བསྐྱོས་ནས།      གང་  
དག་འདིར་གནས་ལྷ་དང་ལྷ།      །གའོད་སྦྱོན་སྦྱོན་  
པོའམ་གཞན་དག་ལ།      །ད་ཀྱིས་འཁོར་དོན་དུ་ས་  
སྦྱོགས་འདི།      །བདག་ལྷ་ཁྱེད་ཀྱི་སྦྱུལ་དུ་གསོལ།      །  
ཞེས་བརྗོད་པས་ཅི་དགའ་བར་བགྱིས་ཤིག་ཅེས་  
གནང་བ་སྦྱོན་པར་གྱུར།      བརྗོད་མུ་      རང་གནས་སུ་  
གཤེགས་པར་བསམ་ལ།      ཆོམ་བུ་དང་མཆོད་རྗེས་བསྐྱུ།      དགོ་ཙྩ་བསྐྱོ་བ་

སོགས་སྒར་གྱི་དགྲ་ལ་འདྲུག་སྟེ་གོ་ལ།      སྐབས་འགར་ས་བསྐྱང་བའི་ཆོ་ག་བསྐྱས་  
པ་བྱ་དགོས་ན་འདི་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་ཆོག་གོ      །ཞེས་པའང་ཤུག་ཏུ་དགོ་སྟོང་འཛིགས་  
བྲགས་པས་སོ།།

ཆོ་སྐྱབ་དྲེ་རྟེ་སྟོང་པོ་འོད་གྱི་བྱ་བ་ལས་སྟོག་སྐྱ་ཆོ་ཐར་གྱི་  
རིམ་པ་བཞུགས་སོ།།

ལྟོ    རྒྱུ་ཅུ་    བཙམ་ལྡན་འཆི་བདག་གི་གཡུ་ལ་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ལ་ཕྱག་  
འཆལ་ལོ།    དལ་འབྱོར་མི་ལུས་རིན་ཆེན་ལ།    འཆོ་བའི་ཐབས་དགོན་འཆི་རྒྱན་  
མང་།    དེ་ཕྱིར་སྟོག་ལུས་ཆོ་ཐར་བྱ།    གྱེ།    དེ་རིང་སྟོང་པའི་ནམ་  
མཁའ་རུ།    ཉི་ཟླ་གཟའ་སྐར་རྟེན་འབྲེལ་བཟང་།

བཀྲ་ཤིས་ལྷ་བཀྱའ་མ་ལུས་ཆོགས་མཁའ་ལ་ཉི་མ་  
ངང་གིས་རྩོེ། བར་སྒྲུང་སྒྲུང་ཆར་མེ་ཏོག་འབེབས་མཁའ་  
དུས་ཆོད་བཀྲ་ཤིས་དཔལ་ཡང་ཤིས་མཁའ་ལྷ་བཀྱའ་  
མཆོད་པའི་དུས་ཆེན་ཏེ། ལྷ་ལ་ཡོན་འབྲུལ་དེ་རིང་  
བཟང་མཁའ་ལ་སྒྲུང་སྒྲུང་དེ་རིང་བཟང་མཁའ་དགོན་  
མཆོག་བཀྱའ་པོ་བདག་གིས་མཆོད། རྒྱལ་པོ་དང་  
མགོན་ཏེན་ཆེ་བར་མཇོད། རྣལ་འབྱོར་བདག་ཙམ་  
དཔོན་སློབ་དང་མཁའ་ལྷ་སྒྲུང་པོ་ཡོན་གྱི་བདག་པོ་ཡི།  
བཀྲ་ཤིས་ཆེ་ཐར་འདི་འབྲུལ་ལོ། སློབ་ཙམ་སློབ་གོ་  
ཆེ་ཐར་འདི་འབྲུལ་ལོ། དབྱུགས་ཙམ་དབྱུགས་གྱི་



ཆེ་ཐར་འདི་འབུལ་ལོ།      བརྒྱན་དང་མཆོད་པ་འདི་  
བཞེས་ལ།      འབག་བཙོག་བྱས་དང་བསངས་གྱིས་  
སྦྱངས།      ཡིད་ལ་སྡོ་བའི་ཆེ་ཐར་འདི།      སྤྲ་མ་  
དགོན་མཆོག་ཅུ་གསུམ་ལྟ།      མགོན་སྐབས་བྱེད་  
པའི་སྦྱང་མ་དང་།      ཡུལ་ལྟ་གཞི་བདག་གནས་གྱི་  
བདག་།      ཕོ་མོ་མ་ཉིད་སྡེར་གཏོགས་པའི།      ལྟ་  
སྦྱང་གཉན་ལ།      མི་འདི་ཆེ་བགོགས་ཐར་བར་  
མཛོད།      གྱི།      སྤྱིད་པ་འཕུལ་གྱི་ཨེ་དབྱིངས་ན།  
དུང་རི་དཀར་ཕོ་རྣམ་ལ་ཅེ།      གངས་རི་དཀར་ཕོའི་  
ཅེ་མོ་ན།      མགུ་བར་བྱེད་པའི་ལྟ་བུ་གསུམ།

ཤེལ་གྱི་ཁང་བབང་ནང་དུ་བཞུགས།      སང་ཕོ་སུ་  
འཆི་འགོ་བ་སྐྱབས།      ལྷ་བྱ་གངས་དཀར་རྩེ་ལ་  
སྡིང་།      བྱ་རྒྱལ་ཤ་ལོག་མ་རྒྱག་ཅིག།      ད་རེས་ཆེ་  
ཐར་འདི་བཞེས་ལ།      བྱ་ཆོད་ཡུལ་གྲོང་འདིར་མ་  
སྡིང་།      གངས་དཀར་རྩེ་ལ་བརྟན་པར་བཞུགས།  
དུང་རི་ལུང་པའི་སྐྱོད་པ་ན།      མེད་གོ་དཀར་མོ་གཡུ་  
རལ་ཅན།      གཅན་གཟན་ཐམས་ཅད་ཟེལ་གྱིས་  
གཞོན།      སྤྱང་གི་འི་དགྲ་ཁ་འདིར་མ་བབྱགས།      ཤ་  
ཟན་ཁ་ལོག་དགྲ་ལ་བསྐྱར།      ཆེ་ཐར་བཞེས་ལ་  
གཞོད་འཆི་སྡིང་།      དུང་རི་དེ་ཡི་རྩ་བ་ན།      དུང་

མཆོ་དཀར་མོ་མེ་རེ་རེ།      དུང་གི་ན་བུན་བུ་ལུ་ལུ།  
གཡུ་ཡི་ཁ་ཞག་བྱི་ལི་ལི།      གཡུ་མཆོ་དེ་ཡི་ནང་ཤེད་  
ན།      མ་གཅིག་དཔལ་ལྡན་དཀར་མོ་བཞུགས།  
སྤྱིད་གསུམ་གསལ་བའི་མོ་ལོང་བལྟ།      སྤྱིད་རྩེའི་  
སྤྱན་གྱིས་དུས་གསུམ་གཟིགས།      དཀར་མོ་དག་  
ལ་འབད་པ་ནི།      དད་ཅན་རྒྱ་རྒྱུར་ཡོན་བདག་གིས།  
ཆོ་སྤྱད་སྤྱོད་གི་སྤྱད་ཆེན་དུ།      གཡམ་ག་དཀར་དར་  
གྱིས་རྩ་བ་རྒྱན་ཅན།      སྤྱུ་མདོག་མཛེས་ལ་རིན་ཐང་  
ཅན།      བྱིད་ལ་འབུལ་ལོ་བཞེས་ནས་ཀྱང་།      ཡོན་  
བདག་ཆོ་དད་སྤྱོད་བསྐྱེའོ།      གྱེ།      དུང་རི་དེ་ཡི་

རྒྱལ་ཤེད་ནུ།      བཙན་པོ་ཆེན་པོ་སྡེ་བཞི་བཞུགས།  
སྤང་སྤྱིད་རྩེགས་པའི་དབྱུང་དང་བཙས།      འགྲོ་བ་  
ཀུན་གྱི་སློག་ལ་འཇབས།      ཆེ་ཐར་འདི་ཡི་སློག་མ་  
གཙོད།      འདི་ཡི་སློག་རྩ་གཙོད་པ་ནུ།      རྩ་གསུམ་  
ལྟ་ཡིས་མགོན་སྐྱབས་མཛད།      ལྟ་རབ་བརྩ་གསུམ་  
རྒྱལ་གཉེར་ཡོད།      སྤྱིད་པའི་མ་མེའི་བཀའ་ཡང་བྲོ།  
ཡོན་བདག་ཆེ་སློག་འདི་ཡིས་བསྐྱེ།      སློག་བསྐྱེ་ཆེ་  
ཐར་བདེ་ལེགས་ཤོག།      གྲུ་      དུང་རི་དེ་ཡི་བྱང་  
སློགས་ནུ།      བྱ་རྒྱལ་བྱང་གི་ཆང་བཙས་སྟེ།      མི་  
དང་མི་མིན་ཀུན་ལ་སྤང་།      སྤོན་ལས་འཕྲལ་རྒྱུན་

བྱད་ཕྱར་སོགས་མཁུ་གཞི་དཔེ་དཔྱད་པོ་གྲུ་ལ་འཆེ་  
ལྷ་གཉན་མ་ལུས་བྱན་དུ་བཀོལ་མཁུ་དེ་རིང་ཆེ་ཐར་  
སྒྲིག་བསྒྲུ་འབུལ་མཁུ་བྱ་བྱན་སྒྲིང་གི་བཀའ་བསྒྲུར་  
ལ་མཁུ་ཕོ་རོག་ཤ་ལོག་མ་རྒྱག་ཅིག་མཁུ་ཀྱེ་དུང་རི་  
ཕྱོགས་བཞི་རི་རྒྱལ་པོ་བཞི་མཁུ་ཆེ་ཐར་འདི་ཡི་རྒྱབ་  
ཏེན་མཛོད་མཁུ་མི་ལས་ཆེ་ཐར་འདི་ལྷ་ག་པས་ལྷ་  
ག་ཡག་བརྒྱན་དང་ལྷན་པ་འདི་བཀུ་པའི་ལག་  
ནས་བསྒྲུ་བ་ཡིན་མཁུ་སྒྲིག་ཅན་ལག་ནས་ཉེས་པ་  
ཡིན་མཁུ་གསེར་དངུལ་རིན་ཐང་འཇལ་བ་ཡིན་མཁུ་  
དཔྱལ་བ་ཉི་ཟླ་ཤར་བ་འདྲ་མཁུ་ཕོ་ཕོ་སུ་ཡི་སྤྱད་ཡིན་

གྲང་མེད་ལྟུང་ལྟུང་འདྲེ་མཉེས་པར་བྱེད་མེད་ རང་  
ཉིད་གནམ་ལྷ་གསལ་ཐོག་དང་འདྲེ་ བ་སྐྱ་སེར་སྒྲིན་  
འཕྲོ་དང་མཚུངས་མེད་ ཁ་རྩངས་ན་བྱུན་ཐིབས་སེ་  
ཐིབ་མེད་ དགྲེས་པར་ད་ལྟ་བཞིས་པར་ཁུ་ མ་བཞིས་  
སྒོག་སྐྱད་རེ་ཁངས་ཡོངས་མེད་ དཔལ་ཆེན་ཡི་དམ་  
སྐྱལ་པ་སྟེ་ གཞོད་བྱེད་རྣམས་ལ་ཞེ་རེ་གནག་མེད་  
ར་རྩྭ་འཁྱུ་ཕྱོག་ཞི་བར་མཛོད་མེད་ གྱེ་ དེ་རིང་ལྟ་  
གཡག་ཁུར་བ་འདི་ ལྟ་ལ་དེ་རིང་ཡོན་དུ་འབྱལ་མེད་  
སྐྱ་དང་གཡང་གི་རྟེན་དུ་འཛུགས་མེད་ དར་ཆོན་སྒྲ་  
ལྟུང་ལྟུང་ལ་བརྒྱན་མེད་ ཡོངས་སྐྱོད་ཞོར་གྱི་རྟེན་དུ་

འཇུགས། སྒྲག་རལ་སྒྲལ་གྱི་པགས་པས་བརྒྱན།  
དབུ་འཕང་མཐོ་བའི་རྟེན་དུ་འཇུགས། སྒྲ་དང་མི་  
ཡིས་དབུ་འཕང་བསྟོད། སྒྲ་ཆ་གཡས་ལ་བཏགས་  
པ་འདི། མོ་སྟོག་བྲག་ལས་སྒྲ་བའི་རྟགས། སྒྲ་ཆ་  
གཡོན་ལ་བཏགས་པ་འདི། མི་བརྒྱད་ཀྱི་ལས་རིང་  
བའི་རྟགས། ཁ་རུ་སྟེ་མར་བྲག་པ་འདི། ཞལ་ཁ་  
མར་ལས་འཇམ་པའི་རྟགས། མི་བྱད་དབང་མཛོད་  
ཁེངས་པའི་རྟགས། མིག་གཉིས་ཉིན་གྱི་བྱ་ར་  
མཛོད། ཁ་ཡིས་མཚན་གྱི་མེལ་ཆོ་མཛོད། རྒྱ་བ་  
སྒྲན་པའི་གཏམ་དང་སྟོད། རུ་ལ་དཔལ་གྱི་ཐོགས་



འཕྲོས་པས་ཀྱི་དག་ཀུན་ཇག་པ་བྱུང་པ་དང་ཀྱི་རིམ་  
ནད་ཡམ་ནད་ནི་བར་མཛོད་ཀྱི་སྤྱུག་བཞི་ས་ལ་  
འབྲབ་པ་ཡིས་ཀྱི་སྤྱུག་ས་ཀྱི་གོང་ཁ་བྱུང་པར་མཛོད་ཀྱི་  
ཁོག་གཟུགས་ལྟ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་ཀྱི་ལོ་སྒྲོར་  
གཅིག་གིས་ཆེ་བར་རྩོམ་ཀྱི་རྒྱུར་སྒྲོར་ཆེ་སྤྱུག་ཁྱེད་ཀྱིས་  
བསྐྱུས་ཀྱི་སྤྱུ་ཅེ་གནམ་དུ་སྤྱོད་པ་ཡིས་ཀྱི་ཡམ་ཀྱི་  
བདུད་དུ་གཡེས་པ་སྒྲོག་ཀྱི་མིག་བཞི་ས་ལ་གྲུས་པ་  
ཡིས་ཀྱི་མས་ཀྱི་སྤྱི་ལངས་བྱུར་དུ་གཞོན་ཀྱི་ཁོག་ཀྱི་  
སྤྱོད་གསེར་ལ་ཁོག་སྤྱོད་གཡུ་ཀྱི་སྤྱོད་པ་དུང་གི་  
འཁོར་ལོ་བསྒྲོར་ཀྱི་སྤྱོད་དཔངས་མཐོ་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་

སྒོ་གཤམ་ རེ་འདྲའི་ཆེ་ཐར་ཡ་མཆོན་ཅན་ ལྷ་མི་  
གཉིས་ཀྱི་ཕྱིན་ལས་མཛོད་ རྒྱ་སྐྱོར་ཡོན་བདག་  
སྒོ་གཤམ་བསྐྱེལ་ རྣལ་འབྱོར་བདག་གི་ཆེ་ཐར་མཛོད་  
འདྲེ་གཏོན་གཉིས་ཀྱི་གཉའ་གཞོན་མཛོད་ ཅེས་  
བཛོད་ལ་ བྱེ་མར་ཐོགས་པ་དང་ མི་རྣམས་  
ཀྱིས་འབྲུ་ཆང་བྲུས་སོགས་ནང་ལ་འཐོར་ཞིང་། ཀྱི་  
ཆེ་ཐར་བྱོད་ཀྱི་དབང་ནི་ སྤྲོད་ལྷ་ཡུལ་དུ་བྲུབ་པར་  
གྱུར་ཅིག་ སྐད་སྒྲོན་མི་ཡིས་ཐོས་ཏེ་ རྒྱ་སྐྱོར་  
བར་ལྷ་འདྲའི་གཞོད་པ་ནི་བར་གྱུར་ཅིག་ རྣམ་ལས་  
གྲོལ་བར་གྱུར་ཅིག་ བྱད་ཁ་ལས་གྲོལ་བར་གྱུར་

ཅིག་ཅེ་གཏང་ལས་གྲོལ་བར་གྱུར་ཅིག་ཅེ་གླ་སྒྱུར་  
གཉན་པོའི་ཁུ་བརློག་ལས་གྲོལ་བར་གྱུར་ཅིག་ཅེ་  
ཕུགས་ཀྱི་གོད་ཁའི་བར་གྱུར་ཅིག་ཅེ་ན་ཐག་དགྲོལ་ཅེ་  
མེ་ཏོག་སྒྲ་ཆོགས་འཐོར་ཅེ་ཐར་རེ་ཐར་རེ་ཆེ་ཐར་རེ་ཅེ་  
འཆི་བདག་གཤེན་རྗེའི་ལག་ནས་ཆེ་ཐར་རེ་ཅེ་གླ་  
ཤིན་པེ་བརྒྱད་དུང་ནས་ཆེ་ཐར་རེ་ཅེ་ཡུལ་ལྷའི་དུང་  
ནས་ཆེ་ཐར་རེ་ཅེ་སྒོག་ལྷའི་དུང་ནས་ཆེ་ཐར་རེ་ཅེ་  
སྐྱེས་ལྷའི་དུང་ནས་ཆེ་ཐར་རེ་ཅེ་ཕོ་ལྷའི་དུང་ནས་ཆེ་  
ཐར་རེ་ཅེ་མོ་ལྷའི་དུང་ནས་ཆེ་ཐར་རེ་ཅེ་བདུད་རྒྱུ་ཁ་  
ནས་ཆེ་ཐར་རེ་ཅེ་མ་མེའི་ལག་ནས་ཆེ་ཐར་རེ་ཅེ་

བཙན་གྱི་ལག་ནས་ཆེ་ཐར་རེ།      ས་བདག་ལྷ་གཉན་  
གྱི་ལག་ནས་ཆེ་ཐར་རེ།      འགོང་པོ་འབྱུང་པོའི་ལག་  
ནས་ཆེ་ཐར་རེ།      ཆེ་ལྷའི་གཉན་པོས་མགོན་སྐྱབས་  
མཛོད་ཅིག།      མི་ཡི་ཤི་གོང་ཆོད་པར་གྱུར་ཅིག།  
ཕྱགས་གྱི་གོང་ཁ་ཆད་པར་གྱིས།      བཀྲ་ཤིས་བདེ་  
ལགས་ལྷན་པར་ཤོག།      སུམ་རྒྱལ་ལྟོ།

༼བག་མ་ལ་དགོ་བའི་ལས་ལྷན་བདུན་གྱི་ཆེ་ག༽

བཀྲ་ཤིས་དཔལ་སྐྱེད་ཅེས་བྱ་བ་

བཞུགས་སོ།

༥      ར་མོ་མཉུ་གྱི་ཡ།      འཇིག་རྟེན་པའི་སྤྱིད་འཇིན་པ་ལ་བག་མ་ལེན་

པའི་ཆོ་གཞིས་འཕགས་ཡུལ་དུ་རིགས་བྱེད་ལྷགས་དང་། རྒྱལ་ཁབ་འབྱུང་ཕྱིས་ལས་ཅི་  
རིགས་པ་འབྱུང་ཡང་། སོ་སོའི་ཡུལ་ལྷགས་འདོད་སྤྱད་ལྷ་བྱས་གཞུང་གཞན་ལྟར་  
བྲིགས་སུ་སྤྱད་བཅེད་སྟབས། ཡིག་སྒྲིང་ཕལ་ཆེར་གྲོང་སྡགས་པ་མི་མཁས་པས་  
བཅོས་པས་རྩལ་དང་མཐུན་པ་མི་སྤྱད་བས། འདིར་བག་མ་ལ་དགོ་བའི་ལས་ཤུན་  
བདུན་ཅེས་བྲགས་བ་དེ་ཉིད་སྐབས་སུ་བབས་ཤིང་འཐད་བའི་ཕྱོགས་སུ་བབུང་ནས་  
བྲིགས་སུ་བཀོད་པ་ལ། ཐོག་མར་སྒྲ་བོན་བསྐྱེད་རིམ་ལྟ་སྡགས་ཀྱི་གདེང་དང་ལྡན་ཅིང་  
རྒྱས་པ་ཐོབ་པ། བག་མའི་བདུན་བྱུང་ལོ་པ་ཞིག་གིས་བྱ་བ་འབྱུང་ཕྱིས་ཀྱི་དགོངས་པ་  
ཡིན་ལ། ཡོ་བྱད་དྲག་སྡགས་ཀྱིས་བཏབ་པའི་བུན་དང་རྣམ་འཛོམས་དང་སྟེ་བཙེགས་  
བསྐྱེད་བཞེས་ཀྱིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་བྲུས་རྩ་མེ་ལོང་། སྒྲ་འདྲེ་སྒྲོད་པའི་རྩམ་  
སྟག་ཡོས་ལོ་པ་ལ་ལྷགས་ཀྱི་རལ་གྱི། ཏྲ་སྒྲུལ་ལ་རྩ་སྒྲོག་ནག་པོ། བྱ་སྟེལ་ལ་མེ་

སྒྲོན། གྱི་ཕག་ལ་ས་སེར། གཤེད་བཞི་ལོ་ཕལ་ཆོར་མ་ཅན་གྱི་ཉིང་གི་ཡལ་སོགས་  
འོག་ཏུ་དགོས་པའི་ཡོ་བྱད་རྣམས་ཕྱིས་གཞུང་དང་། ཡུལ་ལུགས་བསྟུན་ཏེ་འདུ་བྱ།  
དེ་ནས་བག་མས་ཁང་མགོ་མཐོང་སར་སླེབ་མ་ཐག་སྤང་ཆེན་སྒྲུབ་བསྟུར་གྱི་གཏོ་བཅའ་  
སྟུབ་བྱས་པ་པོར། དངོས་གཞི་ལས་སྤོན་བདུན་ནི། སྒྲ་འདྲེ་བསྒྲད་པ། མཉོལ་གྲིབ་  
བརྒྱ་བ། གདན་བཏིང་བ། དཀར་གསུམ་གྱིས་ངོ་གསོ་བ། མིང་འདོགས་པ། ལྷ་ལ་  
འདོགས་པ། གཡང་འགྲུགས་པ་རྣམས་དང་། མཐའ་རྟེན་ཤིས་པ་བརྗོད་པའོ། །དང་  
པོ་བག་སྒྲ་ལ་འདྲེ་ཡོད་པས་དེ་བསྒྲད་པ་ནི། སྒྲོ་ཅར་སླེབ་པ་དང་། སྒྲགས་འཆང་གིས་  
ཐུན་དང་དབྲག་གཤེད་གྱི་རྩ་སྟོགས་ལ། ཡི་དམ་གང་རུང་གིང་རྒྱལ་བཟུང་དགོས་  
ཀྱང་། འདིར་སྒྱི་ཙམ་དུ། ཨོྱ་ཀྱོ་ཏི་ཀ་ཡ་སྒྲུ་ཀ་ཏཱ་ན་མ་ཐ་  
བྱུ་རྩྱ་པཌ། རང་ཉིད་སྒྲད་ཅིག་གིས་འཇམ་དཔལ་

ནག་པོ་རབ་ཏུ་བྱོས་པའི་སྐར་གྱུར། རྩྱུ་རྩྱེ། གླ་མ་  
ནམས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱ་བས་དང་། །ཡི་དམ་ལྷ་ཡི་ཏིང་  
འཛིན་དང་། །མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྐྱོང་མཐུ་སྐྱོབས་  
ཀྱིས། །དངོས་གྲུབ་བར་ཆད་བྱེད་པའི་བག་གས། །  
ལོག་པར་འདྲེན་པ་བདུད་ཀྱི་ཆོག་གས། །འདི་རུ་མ་  
འདུག་གཞན་དུ་དེངས། །ན་མོ། །རིག་འཛིན་རྩ་  
བརྒྱད་ཀྱི་དཔལ་ལྷན་གླ་མ་དམ་པ་ནམས་ཀྱི་བཀའ་  
བདེན་པ་དང་། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་། །ཆོས་  
ཀྱི་། །དག་འདུན་ཀྱི་། །གསང་སྤྲུགས་དང་རིག་  
སྤྲུགས་དང་གཟུངས་སྤྲུགས་དང་སྒྲིང་པོ་དང་ཕྱག་རྒྱ་



དང་ཏིང་ངེ་འཛིན་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་བདེན་པ་དང་།  
ཆོས་ཉིད་གཤོད་ནས་རྣམ་པར་དག་ཅིང་ཆོས་ཅན་རྒྱ་  
འབྲས་བསྐྱ་བ་མེད་པའི་བདེན་པ་དང་། བྱེད་པར་དུ་  
བཅོམ་ལྡན་འདས་འཇམ་དཔལ་གཞིན་རྒྱུར་གྱུར་པའི་  
བ་དང་བྱོ་བའི་ལྷ་ཆོག་ས་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་བདེན་པ་  
དང་། དཔལ་ལྡན་དམ་པ་ཆོས་སྤྱོད་བའི་སྤྱང་མ་ཡེ་  
ཤེས་དང་ལས་དང་འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་  
བདེན་པ་དང་། བདེན་པ་ཆེན་པོའི་བྱིན་གྱིས་  
བརྒྱབས་ཀྱིས། བག་སྒྲུ་ལ་རྒྱ་བའི་འབྱུང་པོ་གཤོད་  
གྱི་རིགས་སྤྱུ་གྱུར་ཅིང་གཞོད་འཆོའི་བསམ་སྤྱོད་དང་

ལྷན་པ་ཐམས་ཅད་འདིར་མ་གནས་པར་གཞན་དུ་  
དེངས་ཤིག། །གལ་ཏེ་བདེན་པའི་བཀའ་བློས་བཞིན་  
ཏུ་འགྲོ་བར་མི་བྱེད་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་  
འབར་བའི་རྫོ་རྫེའི་བྲོ་བོ་དང་མཆོན་ཆའི་ཆར་ཆེན་  
པོས་རྒྱལ་ཕྱན་བཞིན་བརྒྱག་པར་འགྱུར་རོ། ཨྱེ་རིང་

སོགས་དྲག་སྒྲགས་གང་ཤེས་དང་སྐྱམ་གྱི་ནི་བརྗོད་ལ་ཐུན་གཏོར། དེ་ནས་དག་  
གཤེད་ཀྱི་རྫས་ཐོགས་ལ། རྩྱ། ང་ནི་འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་  
ཏེ། །འབྱུང་བ་ལྡེ་ལས་གྱུར་པ་ཡི། །འདྲེ་གཏོན་  
འབྱུང་པོ་ཡིད་གཟུགས་ཅན། །བག་མའི་སྐྱ་ལ་རྒྱ་པ་  
ཀུན། །གཞོད་འཆོའི་བསམ་སྦྱོར་རབ་ཏུ་སྦྲོངས། །

འབྱུང་བ་ལྟ་ཡི་དབྱིངས་སུ་དེངས།      །ཡེ་ཤེས་ལྟ་ཡི་  
རང་ཕྱལ་ལས།      །ཏིན་འབྲེལ་ཇུས་སུ་ཤར་བ་འདི།      །  
འཇམ་དཔལ་དབྱངས་གྱིས་རྗེས་སུ་གནང་།      །  
སངས་རྒྱས་རྣམས་གྱིས་བྱིན་གྱིས་བརྟུབས།      །ཏིང་  
འཛིན་སྟགས་གྱི་རྣམ་མཐུ་བསྐྱེད།      །ཕྱར་བ་ཙམ་  
གྱིས་ཀུན་གྲུང་འདར།      །བྲབས་པ་ཙམ་གྱིས་འདྲེ་  
གཤོན་ཞི།      །སྒྲིང་སྒྲིང་གཤུག་རྩུབ་ཞི་བར་རྣམ།      །  
ཤིང་གི་གཞོད་པ་དར་བ་ན།      །གནམ་ལྷགས་རལ་གྱི་  
འབར་བས་བཅས།      །མེ་ཡི་གཞོད་པ་དར་བ་ན།      །ཁུ་  
རྒྱན་བརྟུབས་འབྲུགས་བས་གསང་།      །ལྷགས་གྱི་

གཞོན་པ་དར་བ་ན།      མེ་དཔུང་རབ་ཏུ་འབར་བས་  
བཞུ། རྒྱ་ཡིག་གཞོན་པ་དར་པ་ན། གཡེ་མེད་ས་  
ཡི་ཕུང་པོས་བསྐྱབ། ས་ཡི་གཞོན་པ་དར་བ་ན། །  
སྒྲོན་ཤིང་ཡལ་ག་རྒྱས་པས་བཞིག འབྱུང་ལྡེའི་སྒྲ་  
འདྲེ་གཞོན་སེམས་ཅན།      ཐམས་ཅད་རང་དགའི་  
རྒྱས་པས་བཅོམ། འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་བདེན་  
པ་དང་། ཁྱིམ་འབྲེལ་ཇུས་ཀྱི་རྒྱས་པ་ཡིས། འབྱུང་  
ལྡེའི་སྒྲ་འདྲེ་ནི་གྱུར་ཅིག ཞེས་སོང། རྒྱ་སོང།  
དུར་མི་སོང། དུར་རྟ་སོང། རྒྱ་ཁ་ལ་མགོ་ལ་སོང།  
གཉམ་མགོ་ལ་ཆོང། ཁ་ལ་ངོ། ཀཾ་ཤི་ཏྲི་བྱང་ཕྱེས་སྒྲ་

སྒྲོ། ཞེས་བརྗོད་ལ་རལ་གྱི་ཡིན་ན་གཡུག། རྒྱ་འཐོར་སོགས་བྱའོ། །༥། གཉིས་

པ་བག་མ་ལ་བྱིས་ལྷ་སོགས་མཐོལ་བའི་གྱིབ་ཡོད་པས་དེ་བཟུ་བའི། སྒྲར་བསྐྱབས་

པའི་བྱས་ཀྱང་དང་མེ་ལོང་ཐོགས་ལ། འདི་ནི་བྱས་མཆོག་དཔལ་

དང་ལྷན། བྱུགས་རྗེའི་ཀུན་སྒྲུབ་མེད། བྱིན་

སྒྲུབས་ཡེ་ཤེས་ཀྱང་ཡིན་ཏེ། ཅི་འདོད་དངོས་གྲུབ་

སྒྲུལ་བར་མཛོད། རྣམ་མཁུ་བཟོ་གོ་རྟོ་ཡ། རུ་ལུ་རུ་

ལུ། ཏཱི་ཏཱི། བྱྱྱ་བྱྱྱ། ཏ་ན་ཏ་ན། ཨ་མི་ཏི་ཏི་

པཎ། ཨེ་ཏོ་ཤྱཱེ། ཡོ་ཏོ་ཤྱཱེ་ཤྱཱེ། རི་ཏོ་ཤྱཱེ་

ཤྱཱེ། ལོ་ཏོ་ཤྱཱེ་ཤྱཱེ། ཨེ་ཡོ་རི་ལོ་ཏོ་ཤྱཱེ་ཤྱཱེ་

སྒྲུ་སྒྲོ། ལན་གསུམ། བྱས་བདུན་རིགས་པ་བཏགས་ལ་བྱས་བྱ་བ་ཕྱིན་ཆད་

འགྲོའོ། །འདི་ནི་སྒྱུན་པའི་རང་བཞིན་ཀུ། །སེར་སྒྲུའི་དྲི་  
མ་སྒྲོང་མཛད་ཅིང་། །གཏོང་བ་དྲི་ཡིས་ལེགས་  
བགོས་ཀུ། །བྱས་ལེགས་མཛད་གྱིས་བྱས་  
བགྱའོ། །འདི་ནི་ཚུལ་བྲིམས་རང་བཞིན་ཀུ། །  
བྲིམས་འཆལ་དྲི་མ་དག་བྱེད་ཅིང་། །ཚུལ་བྲིམས་དྲི་  
ཡིས་། །བྱས་ལེགས་མཛད་། །འདི་ནི་བཟོད་  
པའི་། །ཁོང་བྲོའི་དྲི་མ་། །བཟོད་པ་དྲི་ཡིས་། །  
བྱས་ལེགས་མཛད་། །འདི་ནི་བཙོན་འགྲུས་། །ལེ་  
ལོའི་དྲི་མ་། །བཙོན་འགྲུས་དྲི་ཡིས་། །བྱས་  
ལེགས་མཛད་། །འདི་ནི་བསམ་གཏན་། །རྣམ་

གཡེང་ངེ་མེ། བསམ་གཏན་ངེ་ཡིས། བྱས་  
ལེགས་མཛད། འདི་ནི་ཤེས་རབ། ཤེས་འཆལ་  
ངེ་མེ། ཤེས་རབ་ངེ་ཡིས། བྱས་ལེགས་མཛད་  
ཀྱིས་བྱས་བགྱེའོ། རྩོ། རྣམ་པར་འཛོམས་པའི་  
བྱིན་རྒྱབས་དང་། ལྷོ་བ་བརྩེགས་པའི་རྣམ་མཐུ་  
དང་། གསང་སྤྲགས་རིགས་སྤྲགས་བདེན་པ་  
ཡིས། བཀྱའོ་སྤྲིག་སྤྲིབ་ཐམས་ཅད་བཀྱ། བཀྱའོ་  
ནད་གཏོན་བགོགས་རིགས་བཀྱ། བྱུར་དང་སྐལ་  
པ་ངན་པ་དང་། བཀྱ་མི་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་བཀྱ། །  
ཕྱོགས་ངན་འདྲེ་ལྷ་བདུད་གཙོད་དང་། མི་གཙོད་



མཚོལ་གྱིབ་ཕོགས་པ་བཟུ།    །བས་ངན་ལྟོ་རུ་བོས་པ་  
དང་།    །གོས་ངན་ལུས་ལ་གྱོན་པ་བཟུ།    །ཞིབ་འདྲེ་  
ཡུལ་འདྲི་འབྱམས་པོ་དང་།    །དམ་སྤྱི་དགོར་འདྲེའི་  
གཞོད་པ་བཟུ།    །ཤི་འདྲེ་མོ་དང་གསོན་འདྲེ་མོ།    །  
བསེར་ག་འགོང་པོའི་ཁ་རྒྱངས་བཟུ།    །ཕ་རོལ་བྱུང་  
ཁ་རྒྱུང་གཏོང་དང་།    །བྱོལ་པོ་ཆགས་ཆེའི་གཞོད་པ་  
བཟུ།    །ཕ་ལྟ་མ་ལྟ་ཞང་ལྟ་དང་།    །ཕྱག་ལྟ་ཡུལ་ལྟ་  
མཚོལ་བ་བཟུ།    །ཕ་མཚུན་དབྱ་སྒྲ་གཉན་པོ་དང་།    །  
སྐྱོབ་བྱེད་ལྟ་སྤྱང་མཚོལ་བ་བཟུ།    །མཁོན་དང་  
བཙོག་གིས་མཚོལ་བ་བཟུ།    །དམེ་དང་ཡུག་གིས་

མཐོལ་བ་བགྱ། །འབྱུང་ལྔའི་གདོན་གྱིས་མཐོལ་བ་  
བགྱ། །གངས་རི་བཞིན་དུ་དཀར་གྱུར་ཅིག །ཤེལ་  
དཀར་བཞིན་དུ་གསལ་གྱུར་ཅིག །བགྱ་ཤིས་བདེ་  
ལེགས་རྒྱས་གྱུར་ཅིག །སྒྲགས་བརྗོད། སྟོང་གསུམ་ཀུན་  
ཏུ་ངོ་དང་དང་ལྔ་ལྔ་པའི། །སྟོས་དང་སྟོས་སྟུང་ཁྱེ་  
གཙང་དག་པའི་བྱས། །ཡེ་ཤེས་སྟོན་སྟུང་མཁའ་ལ་  
ཆར་འབེབས་པས། །མི་གཙང་ངོ་མའི་ཆོགས་ཀུན་  
དག་གྱུར་ཅིག །ཨོྃ་ཨ་ཀའི་ཀའི་ཨ་བེལ་མཐུ་ལ་མ་  
ཡེ་སྒྲུ། །ཨོྃ་མ་མ་ཀར་ཀར་ཡེ་སྒྲུ། །ཨོྃ་མ་མ་  
འི་འི་ཡེ་སྒྲུ། །ཨོྃ་མ་མ་རི་རི་ཡེ་སྒྲུ། །ཨོྃ་མ་མ་

སུ་སུ་སྟོ་སྟོ་ཡེ་སྤྲུ།      ཡོ་མ་མ་སྟོ་ཏ་སྟོ་ཏ་ཡེ་སྤྲུ།

ཞེས་དང་།    ཡེ་རྟེན་བརྗོད་ལ་བྱས་བྱའོ།    །ཞྌ    གསུམ་པ་བྱིམ་ནང་དུ་བག་མའི་སྟོག་

ལུས་དབང་གྲང་བསྐྱེད་པའི་གདན་ཅིས་གཞུང་དང་མཐུན་པར་བཏིང་བའི་སྟེང་དུ་ཁ་སྟེ་

བ་དཀར་གསུམ་མམ།    ཕྱ་ལོན་སོགས་ཀྱི་སྟོགས་སུ་བསྟན་ཏེ་བཞག་ལ།      གྱེ།

བཀྲ་ཤིས་སྟིད་པ་དང་པོ་ལ།    བོད་ཁམས་ཁ་བ་ཅན་

སྟོངས་སུ།    འཕགས་པ་སྟུན་རས་གཟིགས་དབང་

ཉིད།    མི་ཡི་རྗེ་བོའི་ཚུལ་བསྟན་པ།    ཆོས་རྒྱལ་

སྟོང་བཅན་སྒྲུལ་པོ་དེས།    འཛིག་རྟེན་མཐུན་འཇུག་

མཛད་པ་དང་།    གདུལ་བྱ་སྟོན་ཅིང་གྲོལ་བའི་

ཕྱིར།    འཕྱུལ་སྟོན་ཆེན་པོ་མགར་ལ་སོགས།    །

གཉེན་པོ་རྒྱ་བརྒྱ་བཅས་པ་རྣམས།      རྒྱ་དང་བལ་  
པོའི་ཡུལ་དུ་བཏང་།      བློ་གཉེར་ཅན་མའི་རྣམ་  
འཕུལ་ནི།      བལ་རྩེའི་སྤངས་མོ་བྲི་བཙུན་དང་།      །  
འཕགས་མ་སྒྲོལ་མའི་རྣམ་འཕུལ་ནི།      ལྷ་གཅིག་  
འུན་ཤིང་གོང་ངོ་གཉིས།      འཇམ་བུའི་སྤིང་ན་དགོན་  
པ་ཡི།      བྱུང་པར་འཕགས་པའི་རྟེན་མཆོག་དང་།      །  
རིན་ཐང་མེད་པའི་ནོར་བུའི་རིགས།      དར་ཟབ་གོས་  
ཀྱི་བྱེ་བྲག་སོགས།      བོད་ཁམས་འཆོང་བའི་བཟང་  
བ་བཅས།      བར་ཆད་མེད་པར་སྤྱན་དྲངས་ཏེ།      །  
བོད་ཡུལ་དབུས་སུ་གདན་ཨབ་པས།      རྒྱལ་སྤོན་

ནམས་ཀྱི་བསམ་པ་འགྲུབ།                      ཆོས་དང་སྤྱིད་ཀྱི་  
དཔལ་འབྱོར་དང་།                      བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་སྐྱ་  
གཡང་གིས།                      བོད་ཁམས་མཐའ་དབུས་ཀུན་ཏུ་  
གོང་།                      བདེ་སྤྱིད་དབྱར་མཆོ་བཞིན་ཏུ་རྒྱས།                      །  
དཔལ་འབྱོར་ཡར་ངོའི་ཁླ་ལྟར་འཕེལ།                      སྤྱོན་གྱི་  
སྤྱིད་པ་དེ་བཞིན་དུ།                      ཏེ་རིང་རྒྱ་སྐྱོར་སྐྱོན་བདག་  
གིས།                      དཔལ་འབྱོར་དབང་ཐང་འཕེལ་བའི་  
ཕྱིར།                      རིགས་བཟང་བྲངས་བཅུན་སྐྱོན་དང་བྲལ།                      །  
ཡོན་ཏན་ཆང་བའི་བུ་མོ་བཀུག།                      བཀྲ་ཤིས་ལྷ་ཡི་  
བྱིས་འདི་དུ།                      སྐྱོན་ཆོགས་བརྟན་པའི་གདན་ཅིག་

གཏིང་། ལྷ་མི་གཉིས་ཀ་གདན་ལ་བཞུགས། ཟླ་  
འོག་དར་དཀར་གདན་སྟེང་དུ། དབྱ་ལྷ་རྣམས་གྱི་  
བཞུགས་གནས་མཛོད། ཟླ་འོག་དར་སེར་གདན་  
སྟེང་དུ། ལོ་ལྷ་རྣམས་གྱི་བཞུགས་གནས་མཛོད། །  
ཟླ་འོག་དར་དམར་གདན་སྟེང་དུ། ལོ་ལྷ་རྣམས་གྱི་  
བཞུགས་གནས་མཛོད། ཟླ་འོག་དར་ལྗང་གདན་  
སྟེང་དུ། ཞང་ལྷ་རྣམས་གྱི་བཞུགས་གནས་  
མཛོད། ཟླ་འོག་དར་སྟོན་གདན་སྟེང་དུ། ཡུལ་ལྷ་  
རྣམས་གྱི་བཞུགས་གནས་མཛོད། བཀྲ་ཤིས་ཁ་  
ཏག་ཡུག་རིང་ལ། རྒྱུ་བ་པའི་ལྷ་རྣམས་བཞུགས་

གནས་མཛོད། མི་འགྱུར་རྟེན་རྒྱུ་གས་གདན། །  
སྟོག་ལ་དག་དར་ཉེས་པ་སྐྱབས། ལོ་བརྒྱ་དག་ཏུ་  
འཆོ་བར་ཤོག། དབང་སྒྱུར་འཁོར་ལོ་ཕྱི་བས་བརྒྱད་  
གདན། ལུས་ལ་དག་དར་ཉེས་པ་སྐྱབས། རྒྱུ་  
མེད་ལང་ཆེ་དར་བར་ཤོག། བཀྲ་ཤིས་གཡུང་རྒྱུ་  
འབྲིལ་བའི་གདན། དབང་ཐང་དག་དར་ཉེས་པ་  
སྐྱབས། བུ་མོར་ཆོས་གསུམ་འཛོམ་པར་ཤོག། །  
རབ་མཛེས་པརྒྱ་འདབ་བརྒྱད་གདན། ལྷུང་གཏུལ་  
དག་དར་ཉེས་པ་སྐྱབས། ཕྱི་བས་མ་ཆོས་བཞིན་  
འགྲུབ་པར་ཤོག། དཀོན་མཆོག་ཅུ་བ་གསུམ་པོ་



དང་། ཆོས་སྤྱང་ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་དང་། འགོ་  
བའི་ལྷ་ལྷ་སྐྱོབས་བྱེད་དག། ས་མཚུན་དག་ལྷ་འི་  
ཆོག་ས་རྣམས་ཀྱིས། ཉིན་དང་མཚན་རྒྱ་མི་གཡེལ་  
བར་། ཉིག་ས་རྒྱ་སྐྱོབས་སྤྱོད་གོག་ས་མཛོད། །  
ཆོ་སྤྱོད་བརྟན་ཅིང་དབང་ཐང་འཕེལ། བཀྲ་ཤིས་  
བདེ་ལེགས་རབ་རྒྱས་ཤོག །༥། བཞི་པ་མཐུན་གསུམ་ལོ་མ་  
བཀྲ་ཤིས་པའི་བུ་མོ་ལམ་སྤྱེའུ་ལ་དཀར་གསུམ་གྱི་བཟའ་བཏུང་ཁེམ་དང་བཅས་པ་བཟུང་  
བཅོལ་ཞིང་ལན་གསུམ་སྤྱིས་ལ། གྱེ་ རིན་པོ་ཆེ་ལས་གྲུབ་པའི་  
ཁེམ་། ལམ་ག་རྒྱ་སྤངས་ཏེ་ལན་གསུམ་སྤྱི། ལྷ་མི་  
རྣམས་ཀྱི་ངོ་སོགས་ལ། ཤེལ་ལས་གསལ་ལ་དུང་

ལས་དཀར། མི་གཙང་བར་ཆད་མེད་པ་ཡི། ཏིན་  
འབྲེལ་ལྟན་གྱིས་གྲུབ་པར་འོག། འདྲ་བ་གསུམ་སྐྱེམས་ལྟར་  
མཆོད་ལ། གྱེ། སྐབས་གནས་མགོན་བྱེད་ལྟ་རྣམས་  
མཆོད། ཤ་ལྟ་མ་ལྟ་ཞང་ལྟ་མཆོད། སྟོག་ལྟ་དག་  
ལྟ་བྱིས་ལྟ་མཆོད། ཐབ་ལྟ་བས་ལྟ་ཡུལ་ལྟ་  
མཆོད། བཀྲ་ཤིས་བདེ་སྦྱོང་དངོས་གྲུབ་སྟོལ། །  
དཀར་གསུམ་དང་འོ་ཁོའི་སྐྱེམས་དངས་ལ། གྱེ། ཡོན་ཏན་བརྒྱ་ལྟན་  
བདུད་རྩིའི་བཅུད། ལྟ་རྣམས་ཀུན་གྱི་དངོས་གྲུབ་  
ཡིན། མི་རྣམས་འཆོ་བའི་བས་མཆོག་ཡིན། །  
དགོས་འདོད་ཀུན་འབྱུང་གཡང་གི་བཅུད། ཏིན་

འབྲེལ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་བས།      །བས་མཚོག་  
འདི་ལ་ལོངས་སྤྱོད་བས།      །ལོ་བརྒྱ་འཚོ་ཞིང་སྤོན་  
བརྒྱ་མཐོང་།      །བདེ་སྤྱོད་ལྷ་དང་མཉམ་པར་ཤོག།      །  
མཛད་མེད་ནོར་གྱིས་ཕུགས་པར་ཤོག།      །བས་མེད་  
བས་དང་ལྷན་པར་ཤོག།      །བསོད་ནམས་ལོངས་སྤྱོད་  
ཕུན་སུམ་ཚོགས།      །བསས་ཅད་བརྟེན་པའི་གཞིར་  
གྱུར་ཅིག། །ལྟོ། །ལྷ་བ་གོ་ས་སོགས་དང་མཐུན་ཅིང་བཀྲ་ཤིས་རིགས་བརྒྱད་  
འཕེལ་བའི་མིང་འདོགས་པ་ནི།      །ཀྱི།      དེ་རིང་གནམ་ལ་གཟའ་  
སྐར་བབང་།      །ས་ལ་དུས་ཚོད་དག་གྱུང་བབང་།      །  
བར་ལ་རྟེན་འབྲེལ་ལ་ཉེ་བབང་།      །བབང་གསུམ་

འཇོམ་པའི་གནས་སྐབས་འདིར།      འདྲེ་སྤྱོད་བྱུང་  
གསུམ་མར་ལ་བཀག། མགོན་སྐབས་ལྟ་སྐྱེད་ཡར་  
ལ་བསྟོད།      རྣམ་མཁར་ལྟ་ཡི་འཇའ་སྤྱོད་  
འཐེབས། ཁ་གཞིར་མི་ཡི་མེ་ཏོག་བཀྲ། བར་དུ་  
བཀྲ་ཞེས་ཆར་བ་འབེབས། བདག་ལ་བརྟེན་པའི་  
བསྐྱེད་བྱ་བར། བཀྲ་ཞེས་ཕུན་ཆོག་མེད་མིང་ཞིག་  
བཏགས། མིང་དུ་བཏགས་པར་མཛད་ན།      །  
འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ལྗོངས་པར་བྱུང། དེ་བས་  
ལྗོངས་པ་བསལ་ལ་བའི་ཕྱིར། མགོན་པོས་མིང་དུ་  
བཏགས་པར་མཛད། ལྟེན་དང་སྐབས་ཀྱི་མིང་

བཏགས་པས།      །དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱིས་སྐྱབ་  
པར་ཤོག།      །མགོན་དང་སྐུང་གི་མིང་བཏགས་  
པས། །ལྷ་སྐུང་གཉིས་པོས་མགོན་བྱེད་ཤོག། །འཆོ་  
བའི་མིང་མཐའ་ལྡན་པ་ཡིས།      །ལོ་བརྒྱ་དག་ཀྱང་  
འཆོ་བར་ཤོག།      །ནམ་མཁའི་མིང་ལས་གས་པ་  
ཡིས། །དབྱ་འཕང་དགྲང་བས་མཐོ་བར་ཤོག། །ས་  
བཞིའི་མིང་ལས་གས་པ་ཡིས། །ས་བཞིན་ཡོན་ཏན་  
ཀུན་སྐྱེད་ཤོག། །རི་བོའི་མིང་ལས་གས་པ་ཡིས། །  
དབང་ཐང་རི་ལྟར་བརྟན་པར་ཤོག།      །ཉི་ཟླའི་མིང་  
ལས་གས་པ་ཡི།      །ཉི་ཟླ་བཞིན་ཏུ་ཀུན་སྐྱེད་ཤོག། །

རྟེན་འབྲེལ་ཕུན་ཚོགས་མིང་བཏགས་པས། བྱོལ་  
ཆོས་གསུམ་འཛོམ་པ་དང་། རྒྱུད་དགའ་མཐའ་རུ་  
ཕྱིན་བར་ཤོག། དཔལ་དང་ཡོངས་སྤྱོད་འཕེལ་བ་  
དང་། བཀྲ་ཤིས་དོན་རྣམས་འགྲུབ་པར་ཤོག། །  
གྲགས་པ་བཟང་པོ་བཀྲ་ཤིས་མིང་། འཛོམ་སྤྱོད་  
ཀུན་ཏུ་སྒྲན་པར་གྲགས། ལྷ་མི་ཡོངས་ཀྱིས་སྤྱོན་པ་  
ཡི། བདེ་ལེགས་དཔལ་དུ་འབར་གྱུར་ཅིག། ཅེས་  
ཤིས་བརྗེད་དང་བཅས་ཏེ་རྒྱལ་པོ་སོགས་ཆེན་པོའི་རིགས་ལ། ས་སྤྱོད་དབང་མོ།  
བཀྲ་ཤིས་དང་བདེ་ལེགས་དང་། ཕུན་ཚོགས་དབང་མོ་སོགས་དང་། སལ་པ་ལ་ཆོད་  
དང་མཐུན་པའི་མིང་བཀྲ་ལེགས་པ་གདགས་པར་བྱའོ། །༥། རྒྱག་བ་ལྷ་ལ་འདོགས་པ་

ནི། ལྷ་ཏེན་གྱི་མདའ་དར་རམ་ཆོ་བུམ་སོགས་ཐོགས་ལ། ཏྲེ། སྐྱབས་

གནས་དགོན་མཆོག་གསུམ་དང་ཕྱ་བ་གསུམ། །

ཆོས་སྐྱོང་སྐྱང་མ་བྱུང་པར་སྦྱོན་བདག་འདིས། །ཕ་

མེས་དུས་ནས་བཏེན་སྐྱབ་མཆོད་པའི་ལྷ། །ཐམས་

ཅད་དེ་རིང་གསལ་ན་ཅིང་དགོངས་སུ་གསོལ། །

རིགས་བབས་ཡོན་ཏན་ལྡན་པའི་མོ་བཙུན་འདི། །

དེང་ནས་བབས་སྟེ་ཇི་སྤྱིད་འཆོ་བའི་བར། །ཡེ་ཤེས་

སྦྱོན་ལྡན་སྐྱབས་གནས་བྱེད་རྣམས་ལ། །སྐྱབས་སུ་

གསོལ་ཞིང་སྒློ་གསུམ་འབུལ་ལགས་ན། །ཐུགས་

རྩེ་བཙུ་བས་དགོངས་ཏེ་རྩེས་སུ་བུངས། །སྐྱབས་



འོག་ཆུད་ཅིང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཏུ་གསོལ།    །ཀྱུལ་  
བ་དགོངས་བརྒྱད་རིགས་འཛིན་བརྒྱ་ཡི་བརྒྱད།    །  
གང་ཟག་སྒྲན་བརྒྱད་ལས་འཕྲོག་གཏེར་གྱི་བརྒྱད།    །  
བཤད་བརྒྱད་སྒྲུབ་བརྒྱད་དོན་བརྒྱད་འཛིན་པ་ཡི།    །  
ཅ་བརྒྱད་དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མའི་ཆོགས་རྣམས་གྱིས།    །  
རིགས་གྱི་བུ་མོ་འདི་ཡི་ལུས་ངག་ཡིད།    །སྤྱང་ཞིང་  
སྐྱབས་ལ་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས་པར་མཛོད།    །ཐེག་པ་  
རིམ་པ་དགུ་ཡི་ལྷ་རྣམས་དང་།    །བྱ་རྒྱད་སྤྱོད་བརྒྱད་  
རྣལ་འབྱོར་སྒྲ་ན་མེད།    །ཀྱུད་སྤྱེ་བཞི་དྲུག་ཡི་དམ་ལྷ་  
ཡི་ཆོགས།    །ཀྱུལ་བཞི་བློ་རབ་འབྱམས་ལྷ་ཆོགས་

གྱིས། འིགས་གྱི་བུ་མོ་འདི་ཡི་ལུས་ངག་ཡིད། །  
 སྤང་ཞིང་སྒྲོ་བས་ལ་བྱིན་གྱིས་སྒྲོ་བས་པར་མཛོད། །  
 རྫོ་རྫོ་ཕག་མོ་མཁའ་འགྲོ་སྤྲེ་སྤྲེ་དང་། གསང་བ་ཡེ་  
 ཤེས་སེང་གའི་གདོང་པ་ཅན། སྒྲོལ་མ་དཀར་སྤྲོན་  
 བློ་གཉེར་ཅན་མ་སོགས། འི་རབ་རྒྱལ་མཉམ་  
 དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ཡིས། འིགས་གྱི་བུ་མོ་འདི་  
 ཡི་ལུས་ངག་ཡིད། སྤང་ཞིང་སྒྲོ་བས་ལ་བྱིན་གྱིས་  
 སྒྲོ་བས་པར་མཛོད། ཆོས་གྱི་དབྱིངས་ནས་བློས་ཏེ་  
 འོངས་པའི་ལྷ། རྫོ་རྫོ་སྤྲོན་པོ་མི་བཟང་དྲག་ཤུལ་  
 ཅན། ཡེ་ཤེས་མགོན་པོ་བྱ་རོག་མཆོན་ཅན་ལ། །

འཁོར་དུ་གུར་མགོན་ཕྱག་དུག་གཉན་མགོན་  
ཞལ།      །ལས་མཁན་བྱ་རོག་གཏོང་ཅན་སྡེ་བཞི་  
དང་། །སྟག་ཞོན་ཨ་གྲོ་ར་དང་ལེགས་ལྡན་ཆེ། །གྲི་  
གུག་གཞི་འཆང་དང་བེང་འཛིན་པ།      །མ་ཞིང་ཏུག་  
ཤད་ཕོ་རྒྱད་མགོན་ཕོ་གུན། །སྟགས་སྟུང་ཨེ་ཀ་རྩེ་  
ཅི་ཆེ་ཀ། །འདོད་དབང་དུད་སོལ་རེ་མ་ཏི་བཞི་དང་། །  
འབར་གཏོང་མཁའ་འགྲོ་ཏུག་དང་སྒྲོ་མཆམས་  
མ། །མརྟ་ཀུ་ལི་བརྒྱད་དེ་ཕོ་རྒྱད་གུན། །རྫི་རྫི་ཕོ་ཉ་  
ཆེན་མོར་མངའ་གསོལ་བའི།      །ས་གསུམ་གནས་  
པའི་ཞིང་སྒྲོང་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས།      །གུ་ལང་ཆེན་

པོ་སེང་གཏོང་ལས་གཤིན་དང་། །གཟའ་མཆོག་ལྷ་  
བདུད་བེག་ཅེ་ཞང་འོན་གིང་། །ཕྱོགས་བཅུ་སྟོང་བ་  
རྒྱལ་ཆེན་བཞི་ལ་སོགས། །མཆོད་ཅིང་བསྟོད་འོས་  
སྤང་མའི་ཆོགས་རྣམས་ཀྱིས། །རིགས་ཀྱི་བུ་མོ་འདི་  
ཡི་ལུས་ངག་ཡིད། །སྤང་ཞིང་སྟོབས་ལ་བྱིན་གྱིས་  
སྟོབས་པར་མཛོད། །༑ གྱེ། དབུས་ནས་མགོན་  
ལྷ་དཀར་པོས་སྤངས། །སྟེང་ནས་ནམ་མཁའི་ལྷ་  
མོས་སྤངས། །འོག་ནས་ས་ཡི་ལྷ་མོས་སྤངས། །  
གཡས་ནས་པོ་ལྷ་གཉིས་པོས་སྤངས། །གཡོན་ནས་  
མ་ལྷ་བུ་ཇིས་སྤངས། །རྒྱབ་ནས་དབྱ་ལྷ་དར་མས་

སྤྱངས། །མདུན་ནས་ཞང་ལྷ་སྟོག་ལྷས་སྤྱངས། །  
ཕྱག་ལྷ་གཉེན་པོས་སྤྱངས་སྟོབས་མཛོད། །དེ་རིང་  
མི་ནོར་བརྒྱ་བཏང་ཡང་། །སང་ཉིན་སྟོང་ཕྱག་ཚུར་  
ལ་ཞོག། །ནོར་ལྷ་གཉེན་པོས་སྤྱངས་སྟོབས་  
མཛོད། །དེ་རིང་ཕྱག་ས་བརྒྱ་ཕར་བཏང་ཡང་། །  
སང་ཉིན་ཕྱག་ས་སྟོང་ཚུར་ལ་ཞོག། །ཟས་ལྷ་གཉེན་  
པོས་སྤྱངས་སྟོབས་མཛོད། །དེ་རིང་ཟས་བརྒྱ་ཕར་  
བྱེན་གྱང་། །སང་ཉིན་ཟས་སྟོང་ཚུར་ལ་ཞོག། །ཅུ་བ་  
གསུམ་གྱི་བྱེན་རྒྱ་བས་དང་། །དགོན་མཆོག་བདེན་  
པའི་རུས་མཐུ་ཡིས། །དེ་རིང་ཉི་མ་བྱེན་ཆད་ནས། །

མི་དང་ལྷ་གཉིས་མ་འབྲལ་བར།      ཁྱིམ་ཏུ་སྤྱང་ཞིང་  
སྐྱོབ་བར་ཤོག།      །ལྷ་ས་ལ་ན་ཆ་མེད་པར་ཤོག།      །ཆེ་  
ལ་བར་ཆད་མེད་པར་ཤོག།      །སྒྲོག་ལ་ཤི་ཆད་མེད་  
པར་ཤོག།      །མངའ་ཐང་རིགས་བརྒྱད་འཕེལ་བར་  
ཤོག།      །གནས་ལ་བཀྲ་ཤིས་བརྟན་པར་ཤོག།      །ཡུལ་  
ལ་འཕོ་འཁྱག་མེད་པར་ཤོག།      །ས་ལ་བརྟན་ཕུར་  
ཚུགས་པར་ཤོག།      །མི་འཕེན་རྟ་རྒྱག་འཛོམ་པར་  
ཤོག།      །ཕྱག་གི་གཏེར་ཁ་བརྗོད་པར་ཤོག།      །སྤྱིང་  
དགའ་ཡུན་རིང་གནས་པར་ཤོག།      །དབང་ཐང་  
དགུང་དང་མཉམ་པར་ཤོག།      །ཕྱག་གི་ལྷ་ཡིས་

སྐྱོབས་པར་ཤོག།                      །བར་གྱི་མི་དང་མཐུན་པར་  
ཤོག།    །མི་ཆོ་སྐྱོད་གྱིས་འབྲོལ་བར་ཤོག།    །མཐུན་  
གསུམ་འབྲོགས་ཡུན་རིང་བར་ཤོག།    །སྒྲོན་འཛིང་  
དབང་བྱ་ཆོང་བར་ཤོག།    །སྒྲོན་གྲགས་འབྲུག་ལྟར་  
བྱབ་པར་ཤོག།                      །དག་བའི་ས་བོན་འདེབས་པར་  
ཤོག།    །བུ་ཉེར་ཆོས་གསུམ་འཛོམ་པར་ཤོག།    །བདེ་  
སྐྱོད་ལོངས་སྐྱོད་ལྟར་པར་ཤོག།    །ཅི་བསམ་དོན་ཀུན་  
འགྲུབ་པར་ཤོག།    །༥།    བདུན་གཡང་འགྲུགས་པ་ནི་མདའ་དར་གཡུབ་  
ལ།    །ཀྱི།    དེ་རིང་སྐྱོད་པའི་གནམ་གང་ལ།    །བྲིམ་  
འཛོན་འདི་ལ་རྟེན་བཙུགས་ནས།                      །སྐྱོགས་བཞི་



མཚམས་བརྒྱད་ལྟ་གཤམ་བཀུག    |དཀོན་མཆོག་ཙུ་  
གསུམ་གྱིན་རྒྱ་བས་དང་།            |གསང་སྤྲུགས་རིག་  
སྤྲུགས་རྣམས་མཐུ་དང་།            |བདེན་པ་གྲུབ་པའི་བདེན་  
མཐུ་དང་།            |ཏིན་འབྲེལ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡིས།            |  
སྟེང་སྟོགས་སྟེ་ཡི་ལྟ་གཤམ་བཀུག            |འོག་སྟོགས་སྟེ་  
ཡི་ལྟ་།            |བར་སྟོགས་གཉིན་གྱི་།            |སྟེང་བཞི་མི་  
ཡི་།            |སྟེ་སྟོན་སྟེ་བརྒྱད་ལྟ་།            |ཁྱ་གར་དམ་པའི་  
ཆོས་གཤམ་བཀུག            |ཁྱ་ནག་བཙན་བརྟེན་བྲིམས་  
གཤམ་བཀུག            |སྟེ་ག་གཟིག་ཞོར་གྱི་ལྟ་གཤམ་  
བཀུག            |ཟས་ཞོར་གོས་ཀྱི་བརྒྱད་གཤམ་བཀུག            |བདེ་

སྐྱིད་དཔལ་འབྱོར་ཕུ་གཡང་བྲུག་      །དབུ་ནག་མི་ཡི་  
ཕུ་      །གསེར་དངུལ་ནོར་གྱི་      །དར་བབ་གོས་གྱི་  
ཕུ་      །ཀར་བཞི་ཕུགས་གྱི་ཕུ་      །བབ་བརྟུང་བརྟུང་  
གྱི་ཕུ་      །ཆེ་རིང་ནད་མེད་ཕུ་      །ཅི་བསམ་འགྲུབ་  
པའི་      །ཕུན་ཚོགས་དག་ལེགས་གཡང་བྲུ་  
གཅིག      །ཀྱི་      མི་ཚུར་འོང་རྗེས་ལ་མི་གཡང་  
ཤོག      །ནོར་ཚུར་འོང་རྗེས་ལ་ནོར་གཡང་ཤོག      །  
བས་ཚུར་འོང་རྗེས་ལ་བས་གཡང་ཤོག      །བག་མ་  
ཚུར་འོང་རྗེས་ལ་དཔལ་གཡང་ཤོག      །ཡོ་མ་ཚུར་  
འོང་རྗེས་ལ་རྟ་གཡང་ཤོག      །གནག་ཕུགས་ཚུར་

འོང་ཇེས་ལ་བོག་གཡང་ཤོག      །གཡང་དཀར་ཚུར་  
འོང་ཇེས་ལ་ལུག་གཡང་ཤོག      །ཆེ་ཆེ་ཚུར་འོང་ཇེས་  
ལ་ར་གཡང་ཤོག      །ལྷོ་སྤྲོན་འདྲ་བའི་ནོར་གཡང་  
ཤོག      །ས་བཞི་འདྲ་བའི་འབྲུ་གཡང་ཤོག      །སྤྱང་  
ཆར་འདྲ་བའི་བས་གཡང་ཤོག      །རྒྱ་འཛོལ་འདྲ་བའི་འོ་  
གཡང་ཤོག      །ནགས་ཆལ་འདྲ་བའི་གོས་གཡང་  
ཤོག      །བཙན་པོ་རྣམས་ཀྱི་བཙན་གཡང་ཤོག      །ཕྱག་  
པོ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱག་གཡང་ཤོག      །འཕེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་  
འཕེན་གཡང་ཤོག      །གཡང་ལ་གཡང་འཕེལ་གཏེར་  
གྱི་གཡང་།      །བྱིས་ལ་གཡང་འཕེལ་མི་ཡི་

གཡང་།                    །བང་མཛོད་གཡང་འཕེལ་ནོར་གྱི་  
གཡང་།    །ཞིང་ལ་གཡང་འཕེལ་འབྱུ་ཡི་གཡང་།    །  
ར་བར་གཡང་འཕེལ་ཕུགས་གྱི་གཡང་།    །བས་ལ་  
གཡང་འཕེལ་བརྩུད་གྱི་གཡང་།    །དགོས་ཀྱི་མཆོང་  
མེད་པའི་གཡང་།    །དག་ལེགས་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་  
གཡང་།                    །བཀྲ་ཤིས་ལྷན་སུམ་ཆོགས་པའི་  
གཡང་།                    །འཁོར་འདས་གཉིས་གྱི་ཕུ་གཡང་  
རྣམས་།    །དེ་རིང་ལྷ་བྱིས་འདི་རུ་ལེན།    །གཡང་གི་  
རུ་བ་འདི་ལ་བསྟ།                    །དཔལ་གྱི་མི་མོ་འདི་ལ་  
བསྟེམས་།    །མི་ཉམས་མི་འཐོར་བརྩུད་རུ་འབྱིལ།    །

ཕུ་གཤམ་ཆེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་རྣམས། །ཕྱོ་སྤྱོན་བཞིན་  
དུ་ཐེབས་པར་ཤོག། །སྤང་ཆར་བཞིན་དུ་འབེབས་  
པར་ཤོག། །རྒྱ་མཚོ་བཞིན་དུ་འབྲིལ་བར་ཤོག། །རྒྱ་  
པོའི་རྒྱུན་བཞིན་ཆད་མེད་ཤོག། །ལྷན་པོ་བཞིན་དུ་  
བརྟན་པར་ཤོག། །བཙན་ཕུག་འཕེན་དར་འཇོམ་པ་  
དང་། །བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ལྷན་པར་ཤོག། །སྤོམ་  
མཚམས་འདིར་བཀྲ་ཤིས་རྣམས་བརྒྱད་སོགས་ཀྱང་འབྱེན་པར་བྱའོ།།

༥༥

བརྒྱད་པ་མཐའ་རྟན་བཀྲ་ཤིས་བརྗོད་པ་ནི། མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་སྤྱོད་  
མ་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་དང་བཙན་པ་ལྷ་དང་དྲང་སྤྱོད་བདེན་  
པ་གྲུབ་པ་རྣམས་དང་དཀར་པོའི་ཕྱོགས་སྤྱོད་བ་

རྣམས་དང་བཅས་པས་བཀྱ་ཤིས་པའི་བདེན་ཆོག་  
བརྗོད་ཅིང་མེ་ཏྲིག་ཆར་དུ་བསྐྱེལ་བར་གྱུར། །  
ཡུན་སྐུམ་ཆོགས་པ་མངའ་བ་གསེར་གྱི་རི་བོ་འདྲ། །  
འཛིག་ཏྲིན་གསུམ་གྱི་མགོན་པོ་འཛི་མ་གསུམ་སྤངས་  
པ། །སངས་རྒྱས་པར་འདབ་འདྲ་རྒྱས་པའི་སྐུན་  
མངའ་བ། །འདི་ནི་འཛིག་ཏྲིན་དག་བའི་བཀྱ་ཤིས་  
དང་པོ་ཡིན། །བཀྱ་ཤིས་དམ་པ་དེས་ཀྱང་དེང་འདིར་  
བདེ་ལེགས་ཤོག། །དེ་ཡིས་ཉེ་བར་བསྐྱུན་པའི་  
མཆོག་རབ་མི་གཡོ་བ། །འཛིག་ཏྲིན་གསུམ་ན་  
གྲགས་ཤིང་ལྷ་དང་མིས་མཆོད་པ། །ཆོས་ཀྱི་དམ་པ་

སྐྱེ་དགུ་རྣམས་ལ་ཞི་བྱེད་པ། །འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་དག་  
བའི་བཀྲ་ཤིས་གཉིས་པ་ཡིན། །བཀྲ་ཤིས་དམ་  
པ་༥ །དག་འདུན་དམ་པ་ཆོས་ལྡན་ཐོས་པའི་བཀྲ་  
ཤིས་ལྟུག་ །ལྷ་དང་མི་དང་ལྷ་མ་ཡིན་གྱིས་མཆོད་  
པའི་གནས། །ཆོག་ས་གྱི་མཆོག་རབ་ངོ་ཆ་ཤིས་དང་  
དཔལ་གྱི་གཞི། །འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་དག་བའི་བཀྲ་  
ཤིས་གསུམ་པ་ཡིན། །བཀྲ་ཤིས་དམ་པ་༥ །ཞེ་  
ཡོན་ཏན་རྒྱལ་པོ་སྐྱ་མདོག་གསེར་དང་མཚུངས། །  
ཤིས་རབ་ཆེན་པོའི་རྟགས་སུ་རལ་གྱི་བསྐྱམས། །  
འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་བཀྲ་ཤིས་གང་ཡིན་



[illegible]

རྟ་མགྲིན་ཆེན་པོའི་བཀའ་ཉིས་ཤོག། ཆོས་སྐུ་གཟུང་  
འཛིན་བྲལ་བའི་ངང་ཉིད་ལས། ལོངས་སྤྱོད་ཚོགས་  
སྐུ་འཇའ་ཆོན་ལྟ་བུ་ལ། མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ཕྱག་རྒྱ་  
ལྟ་ཡིས་བརྒྱན། ཡི་དམ་ལྟ་ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་ །  
ཡུལ་ཉི་ཤུ་རྩ་བཞིའི་མཁའ་འགྲོ་དང་། བྱུང་པར་  
ཡུ་རྒྱན་དབེན་གནས་སུ། དམ་ཆེག་ཅན་རྣམས་  
སྤང་མཛད་པའི། མཁའ་འགྲོ་མ་རྣམས་ཀྱི་ །  
བཙུམ་ལྟན་འདས་ཀྱི་སྤྱན་སྤྲུམ། སྐྱབ་པ་མཛད་  
པའི་གང་ཟག་ལ། བྱ་བཞིན་སྤྱོད་བར་ཞལ་བཞེས་  
པའི། ཆོས་སྤྱོད་སྤང་མ་རྣམས་ཀྱི་ ཁོར་གྱི་

དབང་ཕུག་རིན་ཆེན་གཏེར་མངའ་ཞིང་། །གཞོན་  
སྒྲིན་ཞོར་འཆང་མང་པོ་ཀུན་གྱི་མེ། །བྱང་ཕྱོགས་སྒྲོང་  
བའི་མགོན་པོ་ཇཱ་ལ། །དངོས་གྲུབ་མཆོག་སྒྲོལ་  
ནོར་ལྷུང་། །ལོ་བརྒྱ་བྱུང་ཅིང་སྒྲོན་བརྒྱ་མཐོང་བ་  
དང་། །ཆོ་རིང་ནད་མེད་བདེ་སྦྱིད་ཕུན་སུམ་  
ཆོག་ས། །ཐེག་པ་མཆོག་ལ་དེས་པར་འབྱུང་གྱུར་  
པའི། །བཀྲ་ཤིས་དེས་ཀྱང་དེང་འདྲིར་བདེ་ལེགས་  
ལོག་ །བགོགས་རིགས་སྒྲོང་ཕུག་བརྒྱད་ཅུ་ཞི་བ་  
དང་། །མི་མཐུན་གཞོན་པའི་རྒྱུན་དང་བྲལ་བ་  
དང་། །འདྲོད་པ་འབྱུང་ཅིང་ཕུན་སུམ་ཆོག་ས་པ་

ཡི། བཀྲ་ཤིས། བསོད་ནམས་རི་བོ་བཞིན་དུ་  
བརྟན་པ་དང་། སྒྲོན་པ་ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་བྱུང་པ་  
དང་། རྒྱུད་ནི་ཉི་ཟླ་བཞིན་དུ་གསལ་བ་སྟེ། བཀྲ་  
ཤིས་དེས་ཀྱང་དེང་འདྲིར་བདེ་ལེགས་ཤོག། འབད་  
དང་ཚེ་ལ་བ་མི་དགོས་ཤིང་། ཡིད་བཞིན་ལོར་བུ་  
དཔག་བསམ་ཤིང་། སེམས་ཅན་རེ་བ་སྒྲོང་མཛད་  
པའི། བསམ་པ་འགྲུབ་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། མི་  
འགྱུར་ལྟོན་པོ་སྐྱ་ཡི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། ཡམ་ལག་དུག་  
ཅུ་གསུང་གི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། མཐའ་བྲལ་འབྲུལ་  
མེད་ཐུགས་ཀྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། རྒྱལ་བའི་སྐྱ་གསུང་

ཐུགས་ཀྱི་བཀུ་ལེས་ཤོག། སྟོན་མཆོག་དམ་པ་ལྷ་  
མིས་མཆོད་འོས་པ། སངས་རྒྱལ་ལྷ་ལ་འཆལ་དེང་  
འདྲིར་བདེ་ལེགས་ཤོག། སེམས་ཅན་གང་དག་འགྲོ་  
དང་མི་འགྲོ་བ། དེ་དག་ཐམས་ཅད་དེང་འདྲིར་བདེ་  
ལེགས་ཤོག། ཞི་བ་ཆགས་བྲལ་ལྷ་མིས་མཆོད་  
འོས་པ། ཆོས་ལ་ལྷ་ལ་འཆལ་དེང་འདྲིར་བདེ་  
ལེགས་ཤོག། སེམས་ཅན་གང་དག་འགྲོ་དང་མི་  
འགྲོ་བ། དེ་དག་ཐམས་ཅད་དེང་འདྲིར་བདེ་ལེགས་  
ཤོག། ཆོགས་མཆོག་དམ་པ་ལྷ་མིས་མཆོད་འོས་  
པ། དག་འདུན་ལྷ་ལ་འཆལ་དེང་འདྲིར་བདེ་ལེགས་

འོག་། རེམས་ཅན་གང་དག་འགྲོ་དང་མི་འགྲོ་བ། །  
 དེ་དག་ཐམས་ཅད་དེང་འདྲིར་བདེ་ལེགས་འོག་། །  
 གནས་འདྲིར་ཉིན་མོ་བདེ་ལེགས་མཆོན་བདེ་  
 ལེགས། ཉི་མའི་གུང་ཡང་བདེ་ལེགས་ཤིང་། །  
 ཉིན་མཆོན་རྟག་རྟུ་བདེ་ལེགས་པའི། འདྲོན་མཆོག་ག་  
 གསུམ་གྱི་བཀྲ་ཤིས་འོག་། སྟོན་པ་འཇིག་རྟེན་  
 རམས་སུ་བྱེན་པ་དང་། བསྟན་པ་ཉི་འོད་བཞིན་རྟུ་  
 གསལ་བ་དང་། བསྟན་འཛིན་དཔོན་སྟོབ་བཞིན་རྟུ་  
 མཐུན་པ་ཡིས། བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་པའི་  
 བཀྲ་ཤིས་འོག་། ཨོ་ཡེ་རྩྭ་སྟགས་དང་། ཨོ་སུ་བྲ་ཏིཏྲ་

བརྗོད་སྒྲུབ།      ཞེས་བརྗོད་ཅིང་གུར་ཀུམ་ལ་སོགས་པའི་མེ་ཏྲག་འཐོར་བར་མཛད་

པས་བསྟན་འགྲོའི་རྒྱད་པ་ཐམས་ཅད་གསོས་ནས་ཕན་བདེའི་སྒྲུང་བས་ས་གསུམ་བྱབ་

པའི་མོས་པ་བྱའོ།      སྒྲར་ཡང་།      ཉི་མ་ཐམས་ཅད་དག་བ་

ཡིན།      རྒྱ་སྐར་ཐམས་ཅད་བབ་པའི་ཡིན།      སངས་

རྒྱལ་རྣམས་ནི་རྩ་འཕྲུལ་ཆེ།      དབྱ་བཅོམ་རྣམས་ནི་

ཟག་པ་བྱད།      བདེན་པའི་བདེན་ཆོག་འདི་ཡི་

མཐུས།      བདག་ཅག་རྟག་ཏུ་བདེ་ལེགས་ཤིང་།      ཇི་

ལྟར་སྒྲོན་པ་ཀུན་འགྲུབ་ཤོག།      མདྲ་ལོ་སིངྒེ་ཇ་ཡ་ཙམ་

ལ་ལ་རྟོ།      ཞེས་བདེན་པའི་ཆོག་གི་མཐའ་རྒྱས་སུ་བྱའོ།      དེ་ལྟར་ལས་ཐོན་

བདུན་པོ་མཐའ་བརྟེན་དང་བཅས་པ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་རྩལ་ལག་ལེན་འགྲིགས་ཆགས་སུ་



བཀོད་པ་འདིའང་།      ཀམ་ངག་དབང་ཡོན་ཏན་རྒྱལ་ཆོས་ལུང་ར་འཆི་མེད་ལྷ་གྲུའི་  
དགའ་ཆེལ་དུ་བྲིས་པ་དག་ལེགས་ཤེལ།།

༼བཀྲ་ཤིས་ཇམ་བརྒྱད་གཏད་ཆོག་བཞུགས་སོ།༽

ལྟོ    དེ་ནས་ཆོགས་པ་ལ་འབྲུ་བཞེ་ཇམ་བརྒྱད་སྒྲ་མའི་སྒྲ་མདུན་ཡུལ།    ཨོྃ་  
བཟླ་གྱོ་རྒྱས་བསངས།    ཨོྃ་སྤྱ་བྱ་ལྡས་སྤྱང་།    སྟོང་པའི་ངང་  
ལས།    ཨོྃ་ལས་བྱུང་བའི་བཀྲ་ཤིས་པའི་ཇམ་རྣམས་  
མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་སེལ་ཞིང་།    བདེ་  
ལེགས་ཤུན་སུམ་ཆོགས་པར་བྱེད་པའི་རུས་མཐུ་ཅན་  
བྱི་བྱུབ་པའི་ཇམ་སྤྱ་བྱུང་།    ཞེས་བཟློད།    དེ་ནས་སྒྲ་མས་ཇམ་རྣམས་

རིམ་པར་ཐོགས་ཏེ།

སྒྲིན་བཙེམ་ལྟན་འདས་དེ་བཞིན་

གཤེགས་པ་དག་བཙེམ་པ་ཡང་དག་པར་ཐོགས་པའི་

སངས་རྒྱས་ལྟ་བུ་ཐུབ་པ་ལ། གཟུགས་ཀྱི་ལྷ་མོ་འོད་

ཆགས་མས་མེ་ལོང་ཕྱག་རྟུ་ཕུལ་བས་བཀྲ་ཤིས་པའི་

རྒྱས་སུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ལྟར། དེང་འདྲིར་ཡོན་

གྱི་བདག་པོ་འདི་ཞེས་བགྱི་བས་གཙོས་པའི་བདག་

ཅག་ཡོན་མཆོད་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་མི་

མཐུན་པའི་ཕྱོགས་མཐའ་དག་ཞི་ཞིང་། སྤྱིད་ཞིའི་

ལེགས་ཆོགས་མ་སྒྲིད་པས་ཡུན་དུ་འཆོ་ཞིང་གཞེས་

ལ་སྤྱིད་སྤྱིད་རིགས་བརྒྱད་དང་ཆབ་སྤྱིད་མངའ་བའང་

གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་སྤང་དུ་མེ་ལོང་

གི་རྒྱས་ཕུལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས། ཞེས་པའི་མཚམས་སུ་བམས་ཅད་

ནས་མཐུན་འགྱུར་གྱི་ཚུལ་དུ། བཀྲ་ཤིས་པར་གྱུར་ཅིག །ཅེས་

བརྗོད་དེ་མེ་རྟོག་འཐོར། མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་

ཡིས། །ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ཏུ་དག་གྱུར་ཏེ། །

རྣམ་དག་ཆོས་ལ་བློགས་མེད་ལོངས་སྤྱོད་པའི། །

བཀྲ་ཤིས་དེས་ཀྱང་སྒྲིབ་པ་དག་གྱུར་ཅིག །དེས་དང་པོ་

རྟེན་དང་དེ་ནས་ཡོན་བདག་ལ་གཏད། དེས་ཀྱང་སྒྲོན་པས་མཚམས་སྤྱར་ཏེ་བུམ་

མདུན་ནས་རིམ་པར་འཛོག་ལ་དེ་བཞིན་དུ། སྒྲོན་བཙོམ་ལྡན་འདས་

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་བཙོམ་པ་ཡང་དག་པར་

ཚོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་ལྷན་ཐུབ་པ་ལ།      གཉིས་  
འབྲུང་གི་དབང་པོ་ས་སྤྱང་གི་བྱས་འགྱུ་ཕྱང་ཕྱག་དུ་  
ཡུལ་བས་བཀའ་ཉིས་པའི་རྗེས་སུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་  
པ་ལྟར།      དེང་འདིར་ཡོན་གྱི་བདག་པོ་འདི་ཞེས་བགྱི་  
བས་གཙོས་པའི་བདག་ཅག་ཡོན་མཆོད་འཁོར་དང་  
བཅས་པ་རྣམས་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་མཐའ་དག་ནི་  
ཞིང་།      སྤྱིད་ཞིའི་ལེགས་ཆོགས་མ་སྤྱད་པས་ཡུན་དུ་  
འཆོ་ཞིང་ག་ཞེས་ལ་སྤྱིད་སྤྱང་རིགས་བརྒྱད་དང་ཆབ་  
སྤྱིད་མངའ་ཐང་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་  
པའི་སྤྱད་དུ་འགྱུ་ཕྱང་གི་རྗེས་ཡུལ་བ་ལ་བརྟེན་

ནས།                      ཞེས་པའི་མཆོམས་སུ་ཐམས་ཅད་ནས་མཐུན་འགྱུར་གྱི་ཚུལ་དུ།  
བཀྲ་ཤིས་པར་གྱུར་ཅིག                      །ཅེས་བརྗོད་དེ་མེ་ཏོག་འཐོར།  
འགོ་དུ་ཕྱང་དུག་གསུམ་འཛོམས་པ་ནད་གྱི་སྒྲན།                      །  
སྒྲན་མཆོག་ཆོས་ཉིད་རབ་ཏུ་ཏོགས་གྱུར་ནས།                      །  
ཉོན་མོངས་བྱུག་རྩ་མེད་པར་གྱུར་པ་ཡི།                      །བཀྲ་ཤིས་  
དེས་ཀྱང་སྒྲུག་བསྐྱེལ་དག་གྱུར་ཅིག                      །ཞེས་དང་།                      སྒྲོན་  
བཙེམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཙེམ་  
པ་ཡང་དག་པར་ཚོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལྷ་ཀྱ་ཐུབ་  
པ་ལ།                      བྱིམ་བདག་བཟང་སྦྱོང་གིས་ཞོ་ཕྱག་ཏུ་ཕུལ་  
བས་བཀྲ་ཤིས་པའི་རྩས་སུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་

ལྟར།      དེང་འདིར་ཡོན་གྱི་བདག་པོ་འདི་ཞེས་བགྱི་  
བས་གཙོས་པའི་བདག་ཅག་ཡོན་མཆོད་འཁོར་དང་  
བཅས་པ་རྣམས་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་མཐའ་དག་ནི་  
ཞིང་།    སྤྱིད་ཞིའི་ལེགས་ཆོགས་མ་སྤྲད་པས་ཡུན་དུ་  
འཆོ་ཞིང་ག་ཞེས་ལ་སྤྱིད་སྤྱང་རིགས་བརྒྱད་དང་ཆབ་  
སྤྱིད་མངའ་ཐང་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་  
པའི་སྤྲད་དུ་ཞོའི་རྩས་ཕུལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས།      ཐམས་ཅད་  
ནས་མཐུན་འགྱུར་གྱི་ཚུལ་དུ།      བཀྲ་ཤེས་པར་གྱུར་ཅིག      །ཅེས་  
བརྗོད་དེ་མེ་ཏོག་འཐོར།      ཞོ་ནི་ཀུན་གྱི་སྤྱིང་པོར་གྱུར་པ་སྟེ།      །  
སྤྱིང་པོ་རྣམ་དག་ཡེ་ཤེས་མཆོག་ཏོགས་ནས།      །ཡོན་

ཏན་ཀུན་གྱི་དབྱིངས་སུ་གྱུར་པ་ཡི། །བཀྲ་ཤིས་དེས་  
གྱུང་དུག་གསུམ་ནི་གྱུར་ཅིག །ཞེས་དང། རྟོན་བཙུམ་  
ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཙུམ་པ་ཡང་  
དག་པར་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལྷ་ཀྱ་ཐུབ་པ་ལ།  
བམ་བེ་ཀུན་རྟེན་ལིས་རྩ་དུ་བྱ་བ་ཏུ་ཕྱལ་བས་བཀྲ་  
ཤིས་པའི་རྣམས་སུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ལྟར། དེང་  
འདྲིར་ཡོན་གྱི་བདག་པོ་འདི་ཞེས་བགྱི་བས་གཙུག་  
པའི་བདག་ཅག་ཡོན་མཆོད་འཁོར་དང་བཙུམ་པ་  
རྣམས་མི་མཐུན་པའི་རྟོགས་མཐའ་དག་ནི་ཞིང་།  
སྤྲིན་ཞིའི་ལེགས་ཆོགས་མ་རྒྱད་པས་ཡུན་དུ་འཆོ་



ཞིང་གཞིས་ལ་སྤྱིད་སྤྱིད་རིགས་བརྒྱད་དང་ཆབ་སྤྱིད་  
མངའ་ཐང་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་  
སྤྱད་དུ་རྩྱ་དུ་བའི་རྩ་སྤྱལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས།      ཐམས་ཅད་  
ནས་མཐུན་འགྱུར་གྱི་ཚུལ་དུ།      བཀྲ་ཤིས་པར་གྱུར་ཅིག      །ཅེས་  
བརྗོད་དེ་མེ་ཏོག་འཐོར།      དུར་བས་ཆེ་ནི་འཕེལ་བར་བྱེད་པ་  
སྟེ།      རྫོང་སྤྱི་མཐའ་དཔའི་ཆེ་ནི་རབ་བསྐྱབས་  
ནས།      ཉོན་མོངས་སྤྱི་ཤི་རྒྱན་ཆད་གྱུར་པ་ཡིས།      །  
བཀྲ་ཤིས་དེས་ཀྱང་ཆེ་ཡང་འཕེལ་བར་ཤོག      །ཞེས་དང་།  
སྤྱོན་བཙོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་  
བཙོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལྟུ་

ཐུབ་པ་ལ། རྒྱལ་ཆེན་གྱི་ལྷ་མོས་ཤིང་རྟོག་བེལ་བ་  
ཕྱག་རྟུ་ཕུལ་བས་བཀྲ་ཤིས་པའི་རྒྱས་སུ་བྱེན་གྱིས་  
བརྒྱབས་པ་ལྟར། དེང་འདྲིར་ཡོན་གྱི་བདག་པོ་འདི་  
ཞེས་བགྱི་བས་གཙོས་པའི་བདག་ཅག་ཡོན་མཆོད་  
འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་  
མཐའ་དག་ཞི་ཞིང་། སྤྱིད་ཞིའི་ལེགས་ཆོགས་མ་  
སྤྱད་པས་ཡུན་དུ་འཆོ་ཞིང་ག་ཞེས་ལ་སྤྱིད་སྤྱང་  
རིགས་བརྒྱད་དང་ཆབ་སྤྱིད་མངའ་ཐང་གོང་ནས་གོང་  
དུ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་སྤྱད་དུ་བེལ་བའི་རྒྱས་ཕུལ་  
བ་ལ་བརྟེན་ནས། ཐམས་ཅད་ནས་མཐུན་འབྱུང་གི་ཚུལ་དུ། བཀྲ་

ཞིས་པར་གྱུར་ཅིག། ཁྱེས་བརྗོད་དེ་མེ་ཏོག་འཐོར། བེལ་བ་རྒྱ་  
རྒྱུན་འབྲས་བུར་བཅས་པའི་ཆོས། །འཛིག་ཏེན་  
འཛིག་ཏེན་འདས་པའི་སྤྱོད་པ་ཀུན། །བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་  
པོ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡི། །བཀྲ་ཞིས་དེས་གྲང་དོན་  
ཀུན་འབྲུབ་པར་ཞོག། ཞིས་དང་། སྤྱོན་བཅོམ་ལྡན་  
འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དབྱ་བཅོམ་པ་ཡང་དག་  
པར་ཇོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལྷ་ཀྱ་ཐུབ་པ་ལ།  
སྐབས་གསུམ་བདག་པོ་མཆོད་སྤྱོན་བརྒྱ་པས་དུང་  
དཀར་པོ་གཡས་སུ་འབྲིལ་བ་ཕྱག་ཏུ་ཕུལ་བས་བཀྲ་  
ཞིས་པའི་རྗེས་སུ་བྱིན་བྱིས་བརྒྱ་བས་པ་ལྟར། དེང་

འདིར་ཡོན་གྱི་བདག་པོ་འདི་ཞེས་བགྱི་བས་གཙོས་  
པའི་བདག་ཅག་ཡོན་མཆོད་འཁོར་དང་བཅས་པ་  
རྣམས་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་མཐའ་དག་ནི་ཞིང་།  
སྤྱིད་ནིའི་ལེགས་ཆོགས་མ་སྒྲིད་པས་ཡུན་དུ་འཆོ་  
ཞིང་ག་ཞེས་ལ་སྤྱིད་སྒྲིད་རིགས་བརྒྱད་དང་ཆབ་སྤྱིད་  
མངའ་ཐང་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་  
སྒྲིད་དུ་དུང་དཀར་པོ་གཡས་སུ་འབྱེལ་བའི་ལྗས་  
ཡུལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས།                      ཐམས་ཅད་ནས་མཐུན་འགྱུར་གྱི་ཚུལ་དུ།  
བཀྲ་ཤིས་པར་གྱུར་ཅིག              །ཅེས་བརྗོད་དེ་མེ་ཏོག་འཐོར།    དུང་དཀར་  
འབྱུང་།    དུང་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ་རྣམས་སྟོག་པའི་ཚུལ།    །ཡེ་

ཤེས་རྒྱ་མཆོ་ཉིད་དུ་དག་གུར་ཏེ།      ཆོས་རྣམས་མ་  
ནོར་ཡོངས་སུ་སྟོན་པ་ཡི།      བཀྲ་ཤིས་དེས་ཀྱང་  
ཆོག་ལ་དབང་ཐོབ་ཤོག།      ཞེས་དང་།      སྟོན་བཅོམ་ལྡན་  
འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་བཅོམ་པ་ཡང་དག་  
པར་ཇེ་གསལ་པའི་སངས་རྒྱས་ལྷ་ཀྱ་ཐུབ་པ་ལ།      ནོར་  
འཇིན་གྱི་བདག་པོ་བརྟན་མས་ལི་བྲི་ཕྱག་ཏུ་ཕུལ་  
བས་བཀྲ་ཤིས་པའི་རྗེས་སུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་  
ལྟར།      དེང་འདིར་ཡོན་གྱི་བདག་པོ་འདི་ཞེས་བགྱི་  
བས་གཙོས་པའི་བདག་ཅག་ཡོན་མཆོད་འཁོར་དང་  
བཅས་པ་རྣམས་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་མཐའ་དག་ནི་

ཞིང་། སྤྱིད་ཞིའི་ལེགས་ཆོགས་མ་སྦྲད་པས་ཡུན་དུ་  
འཆོ་ཞིང་གཞེས་ལ་སྤྱིད་སྦྱང་རིགས་བརྒྱད་དང་ཆབ་  
སྤྱིད་མངའ་ཐང་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་  
པའི་སྦྲད་དུ་ལི་བྲིའི་རྩས་ཕུལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས།

ཐམས་ཅད་ནས་མཐུན་འགྱུར་གྱི་ཚུལ་དུ། བཀྲ་ཤིས་པར་གྱུར་

ཅིག། །ཅེས་བརྗོད་དེ་མེ་ཏྲིག་འཐོར། །ལི་བྲི་དམར་པོ་དབང་གི་  
རང་བཞིན་ཏེ། །ཆོས་རྣམས་མ་ལུས་དབང་དུ་

བསྐྱས་ནས་གྱུར། །ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱིད་རབ་ཏུ་བརྟེན་  
གྱུར་པའི། །བཀྲ་ཤིས་དེས་གྱུར་བྱེད་སྤྱིད་བརྟེན་གྱུར་

ཅིག། །ཞེས་དང་། སྤྱོན་བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་

གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་ཚྲོགས་པའི་  
སངས་རྒྱས་ལྟ་བུ་ལ། མཐུ་སྟོབས་ཀྱི་བདག་  
པོ་ཕྱག་ན་རྟོ་རྟེས་གྲུབ་པའི་རྗེས་ཡུངས་ཀར་ཕྱག་རུ་  
ཡུལ་བས་བཀའ་ཤིས་པའི་རྗེས་སུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་  
པ་ལྟར། དེང་འདྲིར་ཡོན་གྱི་བདག་པོ་འདི་ཞེས་བགྱི་  
བས་གཙོས་པའི་བདག་ཅག་ཡོན་མཆོད་འཁོར་དང་  
བཅས་པ་རྣམས་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་མཐའ་དག་ཞི་  
ཞིང་། སྤྱིད་ཞིའི་ལེགས་ཆོགས་མ་སྒྲིད་པས་ཡུན་རྒྱ་  
འཆོ་ཞིང་གཞེས་ལ་སྤྱིད་སྒྲིད་རིགས་བརྒྱད་དང་ཆབ་  
སྤྱིད་མངའ་ཐང་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་



པའི་སྤང་དུ་ཡུངས་ཀར་གྱི་ཇུས་ལུལ་བལ་བརྟེན་  
ནས།      ཐམས་ཅད་ནས་མཐུན་འགྱུར་གྱི་ཚུལ་དུ།      བཀྲ་ཤིས་པར་  
གྱུར་ཅིག      །ཅེས་བརྗོད་དེ་མེ་ཏོག་འཐོར།      ཡུངས་ཀར་རྫོ་རྫོའི་  
རིགས་ཏེ་ཐམས་ཅད་དུ།      །བགེགས་རྣམས་མ་ལུས་  
འཛོམས་པར་བྱེད་པ་ཡི།      །མཐུ་སྟོབས་ཡོན་ཏན་ཐུན་  
སུམ་ཆོགས་གྱུར་པའི།      །བཀྲ་ཤིས་དེས་གྲང་  
བགེགས་རྣམས་ཞི་གྱུར་ཅིག།      །

༼རྒྱལ་སྤིང་སྒྲ་བདུན་གཏད་ཆོག་བཞུགས་སོ།༽

ལྟོ      འཁོར་ལོ་ཐོགས་ཏེ།      སྟོན་རྫོགས་ལྟན་གྱི་དུས་སུ་  
འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་ལ།      གསེར་

གྱི་འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ་ཕྱི་བས་སྟོང་ཅན་འདི་ཉིད་གྱི་  
མཐུས་སྟོང་བཞིའི་འཛིག་རྟེན་ལ་མངའ་དབང་སྒྱུར་  
ཞིང་རྒྱལ་སྟོང་གྱི་དཔལ་དང་འབྱོར་པ་ཐམས་ཅད་ཕུན་  
སྟུལ་ཆོག་པ་པ་བྱུང་བ་ལྟར།                      དེང་འདྲིར་ཡོན་གྱི་  
བདག་པོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད།                      མི་  
མཐུན་པའི་ཕྱོགས་མཐའ་དག་ནི་ཞིང་སྟོང་ཞིའི་  
ལེགས་ཆོག་མ་སྤྲད་པས་ཡུན་དུ་འཆོ་ཞིང་གཞེས་  
ལ་སྟོང་སྟུང་རིགས་བརྒྱད་དང་ཆབ་སྟོང་མངའ་བའ་  
གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་སྤྲད་དུ་འཁོར་  
ལོ་རིན་པོ་ཆེ་ཕུལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས།                      ཞེས་པའི་མཆོམས་སུ་

ཐམས་ཅད་ནས་མཐུན་གྱུར་གྱི་ཚུལ་དུ། བཀྲ་ཤིས་པར་གྱུར་ཅིག །  
ཅེས་བརྗོད་དེ་མེ་ཏོག་འཐོར། འཇོམ་བུའི་གསེར་ལས་རང་བྱུང་  
ལྟེ་བ་ཟླུམ། ཕྱི་བས་སྟོང་སྲུ་བྱུང་མཆོག་ཏུ་རྣམ་  
འཕུལ་བ། མཁའ་ལ་རབ་འཕགས་སྟོགས་ལས་  
རྒྱལ་བྱེད་པའི། འཁོར་ལོ་རིན་ཆེན་འབུལ་བས་ཤིས་  
གྱུར་ཅིག ། ཅེས་བརྗོད། སྤང་པོ་ཐོགས་ཏེ། སྟོན་ཇོགས་ལྡན་གྱི་  
དུས་སྲུ་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་ལ།  
སྤང་པོ་རིན་པོ་ཆེ་ཐལ་ཀར་མཆེ་བ་དུག་ལྡན་ཐེག་པའི་  
ཤུགས་སའི་ཡོན་ཏན་ལ་མངའ་དབང་སྐྱར་བ་འདི་  
ཉིད་ཀྱི་མཐུས་རྒྱལ་སྤྱིད་ཀྱི་དཔལ་དང་འབྱོར་པ་

ཐམས་ཅད་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་པ་བྱང་བ་ལྟར།      དེང་  
འདིར་ཡོན་གྱི་བདག་པོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཐམས་  
ཅད།      མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་མཐའ་དག་ནི་ཞིང་སྤྱིད་  
ནིའི་ལེགས་ཆོག་མ་སྤྲད་པས་ཡུན་དུ་འཆོ་ཞིང་  
གཞེས་ལ་སྤྱིད་སྤྱང་རིགས་བརྒྱད་དང་ཆབ་སྤྱིད་  
མངའ་ཐང་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕྱེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་  
སྤྲད་དུ་སྤྲང་པོ་རིན་པོ་ཆེ་ཡུལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས།      ཐམས་  
ཅད་ནས་མཐུན་གྱུར་གྱི་ཚུལ་དུ།      བཀྲ་ཤིས་པར་གྱུར་ཅིག      །ཅེས་  
བརྗོད་དེ་མེ་ཏོག་འཐོར།      ཐལ་ཀར་མཆེ་བ་དུག་པ་ལྷེ་འོད་  
ཅན།      །ཁུ་ཞིང་ཕུན་ཆོག་པ་ཡུད་གྱིས་མཐའ་ལམ་

ནས།            །ས་ཆེན་རྒྱ་མཆོའི་སྐ་རགས་ཅན་བསྐྱོར་  
བའི།            །སྤང་པོ་རིན་ཆེན་འབྱུལ་བས་ཤེས་གྱུར་  
ཅིག    །ཅེས་བཟློད།    ཏྲ་མཆོག་ཐོགས་ཏེ།    སྤོན་ཐོགས་ལྡན་གྱི་  
དུས་སུ་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་ལ།  
ཏྲ་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་ཡིད་སྐྱུར་ཅང་ཤེས་ཅན་མགྱོགས་  
པའི་ཤུགས་སྤྱང་གི་ཡོན་ཏན་ལ་མངའ་དབང་སྐྱུར་བ་  
འདི་ཉིད་ཀྱི་མཐུས་རྒྱལ་སྤྱིད་ཀྱི་དཔལ་དང་འབྱོར་པ་  
ཐམས་ཅད་ལྟན་སུམ་ཆོགས་པ་བྱུང་བ་ལྟར།        དེང་  
འདྲིར་ཡོན་གྱི་བདག་པོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཐམས་  
ཅད།    མི་མཐུན་པའི་ཐོགས་མཐའ་དག་ཞི་ཞིང་སྤྱིད་

ཞིའི་ལེགས་ཆོགས་མ་སྒྲིང་པས་ཡུན་དུ་འཆོ་ཞིང་  
གཞེས་ལ་སྤྱིད་སྒྱུང་རིགས་བརྒྱུད་དང་ཆབ་སྤྱིད་  
མངའ་ཐང་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་  
རྒྱས་པའི་སྒྲིང་དུ་རྟ་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་ཡུལ་བ་ལ་  
བརྟེན་ནས།      ཐམས་ཅད་ནས་མཐུན་གྱུར་གྱི་ཚུལ་དུ།      བཀྲ་ཤིས་  
པར་གྱུར་ཅིག      །ཅེས་བརྗོད་དེ་མེ་རྟོག་འཐོར།      སྤྲ་ཁ་མ་བྱའི་  
མགྱིན་འདྲ་ཡིད་འོང་ཞིང་།      །གསེར་གྱི་རྒྱན་ལྗན་  
མགྱོགས་པ་ཡིད་ལྟ་བུས།      །ཐོ་རངས་ས་རྣམས་  
བསྐོར་ཏེ་སྒྲུར་ལྡོག་པའི།      །རྟ་མཆོག་རིན་ཆེན་  
འབུལ་བས་ཤིས་གྱུར་ཅིག      །ཞོར་བུ་ཐོགས་ཏེ།      སྡོན་

ཚོགས་ལྟན་གྱི་དུས་སུ་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་  
པོ་རྣམས་ལ། ཡིད་བཞིན་དུ་ནོར་བུ་རྩན་པོ་ཆེ་དབང་  
གི་རྒྱལ་པོ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་གང་འདོད་ཡིད་བཞིན་དུ་  
འབྱུང་བའི་མཐུས་རྒྱལ་སྤྱིད་གྱི་དཔལ་དང་འབྱོར་པ་  
ཐམས་ཅད་ལྟན་སུམ་ཚོགས་པ་བྱུང་བ་ལྟར། དེང་  
འདྲིར་ཡོན་གྱི་བདག་པོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཐམས་  
ཅད། མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་མཐའ་དག་ཞི་ཞིང་སྤྱིད་  
ཞིའི་ལོགས་ཚོགས་མ་སྤྲད་པས་ལྟན་དུ་འཛོལ་  
གཞེས་ལ་སྤྱིད་སྤྱུང་རིགས་བརྒྱད་དང་ཆབ་སྤྱིད་  
མངའ་ཐང་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་



སྒྲིབ་དུ་ཞོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ཡུལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས། བམས་  
ཅད་ནས་མཐུན་གྱུར་གྱི་ཚུལ་དུ། བཀྲ་ཤིས་པར་གྱུར་ཅིག ཅེས་  
བརྗོད་དེ་མེ་ཏོག་འཕྲོར། ཀུན་ཏུ་སྡོ་བ་སྒྲུང་བྱེད་བེད་ལྷོ། ཉིན་  
མོར་བྱེད་པ་འོད་གྱིས་རྣམ་གཞོན་ཅིང་། །བསམ་པ་  
ཚོགས་བྱེད་ལེགས་སྒྲུངས་ཆ་བརྒྱད་པ། །ཞོར་བུ་  
རིན་ཆེན་འབྲུལ་བས་ཤིས་གྱུར་ཅིག །བཙུན་མོ་ཐོགས་ཏེ།  
སྡོན་ཚོགས་ལྡན་གྱི་དུས་སུ་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་  
རྒྱལ་པོ་རྣམས་ལ། བཙུན་མོ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོར་སྐྱེག་  
གི་མིག་གི་བདུད་ཚི་ཅན་རེག་བྱས་ལུས་སེམས་ལ་  
བདེ་བ་བྱུང་པར་ཅན་སྐྱེད་བར་བྱེད་ལུས་པ་འདི་ཉིད་གྱི་

མཐུས་རྒྱལ་སྤྱི་དཔལ་དང་འབྱོར་པ་ཐམས་ཅན་  
ཡུན་སྐུམ་ཆོགས་པ་བྱང་བ་ལྟར། དེང་འདིར་ཡོན་གྱི་  
བདག་པོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད། མི་

མཐུན་པའི་ཕྱོགས་མཐའ་དག་ནི་ནིང་སྤྱི་དཔལ་  
ལེགས་ཆོགས་མ་སྤྲད་པས་ཡུན་དུ་འཆོ་ནིང་གཞེས་  
ལ་སྤྱི་དཔལ་རིགས་བརྒྱད་དང་ཆབ་སྤྱི་དཔལ་ཐང་  
གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ནིང་རྒྱས་པའི་སྤྲད་དུ་བཅུན་  
མེ་རིན་པོ་ཆེ་ཡལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས། ཐམས་ཅད་ནས་མཐུན་

གྱུར་གྱི་ཚུལ་དུ། བཀྲ་ཤིས་པར་གྱུར་ཅིག །ཅེས་བརྗོད་དེ་མེ་ཏོག་  
འཐོར་ནས། འཆི་མེད་བུ་མོ་བཞིན་དུ་གཟུགས་མངོས་

ཞིང་། རེག་བྱ་མཆོག་གིས་ལུས་སེམས་བདེ་བྱེད་  
མ། སྒྲུ་རྩ་ལ་ཀུན་ཤེས་སྒྲུ་མཁས་ཏི་བཟང་  
གཏེར། བཙུན་མོ་རིན་ཆེན་འབུལ་བས་ཤེས་གྱུར་  
ཅིག སྒྲོན་པོ་ཐོགས་ཏེ། སྒྲོན་རྩྭ་གས་ལྟན་གྱི་དུས་སུ་  
འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་ལ། སྒྲོན་པོ་  
རིན་པོ་ཆེ་ཡུར་བུའི་སྒྲོ་ལྟན་སྤྱིད་སྤྱོད་གི་ཐབས་ལ་  
མཁས་པ་འདི་ཉིད་གྱི་མཐུས་རྒྱལ་སྤྱིད་གྱི་དཔལ་དང་  
འབྱོར་པ་ཐམས་ཅད་ཡུན་སྐུམ་ཆོག་གས་པ་བྱུང་བ་ལྟར།  
དེང་འདིར་ཡོན་གྱི་བདག་པོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་  
ཐམས་ཅད། མི་མཐུན་པའི་སྒྲོགས་མཐའ་དག་ནི་

ཞིང་སྤྱིད་ཞིའི་ལེགས་ཆོགས་མ་སྤྲད་པས་ཡུན་དུ་  
འཆོ་ཞིང་གཞེས་ལ་སྤྱིད་སྤྱང་རིགས་བརྒྱད་དང་ཆབ་  
སྤྱིད་མངའ་ཐང་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་  
པའི་སྤྲད་དུ་སློན་པོ་རིན་པོ་ཆེ་ཡུལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས།  
ཐམས་ཅད་ནས་མཐུན་གྱུར་གྱི་ཚུལ་དུ།      བཀྲ་ཤིས་པར་གྱུར་ཅིག  
ཅས་བརྗོད་དེ་མེ་ཏྲིག་འཐོར་ནས།      ཡུར་བུའི་སློ་ལྡན་མཛེངས་ཤིང་  
ཡིད་གཞུངས་པ།      །ཁོར་ཡུག་གཏེར་གྱིས་འདོད་  
དགྱུར་འཇུད་བྱེད་ཅིང་།      །དེས་པ་སྒྲན་པའི་ཆོག་  
འབྱེན་ལྷ་མིག་ཅན།      །སློན་པོ་རིན་ཆེན་འབྲུལ་བས་  
ཤིས་གྱུར་ཅིག      །དམག་དཔོན་ཐོགས་ཏེ།      སློན་རྗོགས་ལྡན་

གྱི་དུས་སུ་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་ལ།  
དམག་པོ་རིན་པོ་ཆེ་དཔའ་ཞིང་རྒྱལ་པོ་ད་ཅན་ཕ་རོལ་  
རྣམ་པར་གཞོན་པའི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་འདི་ཉིད་གྱི་  
མཐུས་རྒྱལ་སྤྱིད་གྱི་དཔལ་དང་འབྱོར་པ་ཐམས་ཅད་  
ཡུན་སྐུམ་ཆོགས་པ་བྱུང་བ་ལྟར། དེང་འདྲིམ་ཡོན་གྱི་  
བདག་པོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད། མི་

མཐུན་པའི་ཕྱོགས་མཐའ་དག་ཞི་ཞིང་སྤྱིད་ཞིའི་  
ལེགས་ཆོགས་མ་སྤྲད་པས་ཡུན་དུ་འཆོ་ཞིང་གཞེས་  
ལ་སྤྱིད་སྤྱུང་རིགས་བརྒྱད་དང་ཆབ་སྤྱིད་མངའ་ཐང་  
གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་སྤྲད་དུ་དམག་

དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་ཡུལ་བལ་བརྟེན་ནས།      ཐམས་ཅད་ནས་  
མཐུན་གྱུར་གྱི་ཚུལ་དུ།      བཀའ་ཉིས་པར་གྱུར་ཅིག      ཅེས་བརྗོད་དེ་མེ་  
ཏོག་འཐོར་ནས།      སྤེད་མེད་བྱ་ཡི་སྟོབས་ལྡན་དཔའ་བ་  
དང་།      །རྟུལ་མེད་ཡིད་ལ་རྒྱས་པའི་དོན་རྣམས་  
ཀུན་།      །མེད་ལ་སྒྲུབ་ཅིང་ཕས་སྒྲེལ་མེད་བྱེད་པ།      །  
དམག་དཔོན་རིན་ཆེན་འབུལ་བས་ཉིས་གྱུར་ཅིག      །  
ཉེ་བའི་རིན་ཆེན་ཐོགས་ཏེ།      སྤྲོན་རྫོགས་ལྡན་གྱི་དུས་སུ་འཁོར་  
ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་ལ།      ཉེ་བའི་རིན་པོ་  
ཆེ་སྒྲུབ་དུན་འདི་རྣམས་ཀྱིས་ཉེར་སྤྱོད་གང་ལ་གང་  
འདོད་འབད་མེད་དུ་འབྱུང་བའི་མཐུས་རྒྱལ་སྤྱོད་གྱི་



དཔལ་དང་འགྱུར་པ་ཐམས་ཅད་ཡུན་སྐུམ་ཆོགས་པ་  
བྱུང་བ་ལྟར།      དེང་འདིར་ཡོན་གྱི་བདག་པོ་འཁོར་  
དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད།      མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་  
མཐའ་དག་ནི་ཞིང་སྤྱིད་ནིའི་ལེགས་ཆོགས་མ་སྤྲད་  
པས་ཡུན་དུ་འཆོ་ཞིང་གཞེས་ལ་སྤྱིད་སྤྱང་རིགས་  
བརྒྱད་དང་ཆབ་སྤྱིད་མངའ་ཐང་གོང་ནས་གོང་དུ་  
འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་སྤྲད་དུ་ཉི་བའི་རིན་པོ་ཆེ་ཡུལ་བ་  
ལ་བརྟེན་ནས།      ཐམས་ཅད་ནས་མཐུན་གྱུར་གྱི་ཚུལ་དུ།      བཀྲ་ཤིས་  
པར་གྱུར་ཅིག      ཅེས་བརྗོད་དེ་མེ་ཏོག་འཐོར་ནས།      འོད་བཟར་གྱིས་  
སྒྲོ་རལ་གྱི་པགས་པ་འཇམ།      །དགའ་བའི་ནགས་



ཚལ་གོས་ནི་ཡིད་རྗེས་འགོ།                      ཁམ་ཐུ་ལྷན་མཆིལ་  
ལྷམ་ཁང་བྱིམ་གཞལ་དུ་མེད།                      རེག་འངམ་  
གཟིམས་ཆ་འབུལ་བས་ཤིས་གྱུར་ཅིག།    ॥

༼བཀྲ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱད་གཏད་ཆོག་བཞུགས་སོ།༽

༥།    དེ་ནས་བཀྲ་ཤིས་པའི་རྟགས་བརྒྱད་པོ་རིམ་པར་  
ཕུལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས།                      ཐམས་ཅད་ནས་མཐུན་གྱུར་གྱི་ཚུལ་དུ།

བཀྲ་ཤིས་པར་གྱུར་ཅིག    ཅེས་བརྗོད་དེ་མེ་རྟོག་འཐོར།    དཔལ་བེའུ་  
ཐོགས་ཏེ།                      བད་ཅན་དུང་ལྟར་རབ་དཀར་ཟླ་བཞིན་

མ།    །དཔལ་གྱི་བེའུ་ཐོགས་ནས་སྒྲེམས་པ་ཡིས།    །  
འཕགས་མཆོག་ཐུགས་ལ་དགྱེས་པའི་རྒྱས་བཏབ་

པའི། །བཀྲ་ཤིས་དམ་པས་ཀུན་ཏུ་ཤིས་གྱུར་ཅིག །  
འཁོར་ལོ་ཐོགས་ཏེ། །འཛིགས་བྱེད་ཀླུ་རི་འོད་ཅན་ལུས་སྤ་  
མ། །གསེར་གྱི་འཁོར་ལོ་འཆང་བའི་རྣམ་འགྱུར་  
གྱིས། །འཕགས་མཆོག་ཐུགས་ལ་དབྱེས་པའི་རྒྱས་  
བཏབ་པའི། །བཀྲ་ཤིས་དམ་པས་ཀུན་ཏུ་ཤིས་གྱུར་  
ཅིག །པརྒྱ་ཐོགས་ཏེ། །འོད་ཅན་མཐོན་མཐིང་བཅུ་དྲུག་  
ལང་ཆོ་མ། །རིན་ཆེན་འདབ་བརྒྱ་བཟུང་ནས་རྡོ་ལ་  
ཅེད་གྱིས། །འཕགས་མཆོག་ཐུགས་ལ་དབྱེས་པའི་  
རྒྱས་བཏབ་པའི། །བཀྲ་ཤིས་དམ་པས་ཀུན་ཏུ་ཤིས་  
གྱུར་ཅིག །རྒྱལ་མཆོན་ཐོགས་ཏེ། །རྣམ་རྒྱལ་སྡོ་སྡུ་འདོད་

པའི་དབྱངས་མཁན་མ། རྒྱལ་མཚན་བསྐྱེངས་ཞིང་  
ག་མ་གས་བཅིངས་གྲུས། འཕགས་མཆོག་ཐུགས་  
ལ་དགྱེས་པའི་རྒྱས་བཏབ་པའི། བཀྲ་ཤིས་དམ་  
པས་ཀུན་རྩ་ཤིས་གྱུར་ཅིག གདུགས་ཐོགས་ཏེ། མདངས་  
ལྡན་ལི་བྲིའི་རྩལ་འཆང་མིག་ཡངས་མས། ལྷ་  
ཏིག་གདུགས་དཀར་བསྐྱོར་ཞིང་བྱུར་མིག་མདས། །  
འཕགས་མཆོག་ཐུགས་ལ་དགྱེས་པའི་རྒྱས་བཏབ་  
པའི། བཀྲ་ཤིས་དམ་པས་ཀུན་རྩ་ཤིས་གྱུར་ཅིག །  
བུམ་པ་ཐོགས་ཏེ། དཀར་ཤམ་མཚམས་སྒྲིན་མདོག་ཅན་  
གཟུགས་མཛེས་མ། གཏེར་གྱི་བུམ་པས་ལག་བྲེལ་

ཕེད་འཛོལ་ཡིས། །འཕགས་མཆོག་ཐུགས་ལ་དབྱེས་  
པའི་རྒྱས་བཏབ་པའི། །བཀྲ་ཤིས་དམ་པས་ཀུན་ཏུ་  
ཤིས་གྱུར་ཅིག །རྩེ་ཐོག་ཏེ། གྲི་མེད་མཆོད་མདངས་  
ལྡན་དཔལ་ལྡན་མ། །གཡས་སུ་འབྱེལ་བའི་དུང་  
བསྐྱམས་འཛོལ་གླིང་གིས། །འཕགས་མཆོག་ཐུགས་  
ལ་དབྱེས་པའི་རྒྱས་བཏབ་པའི། །བཀྲ་ཤིས་དམ་  
པས་ཀུན་ཏུ་ཤིས་གྱུར་ཅིག །གསེར་ཉ་ཐོག་ཏེ། ཡིད་  
གཞུངས་མ་བྱའི་མགྱིན་འདྲ་དགའ་སྐྱེད་མ། །  
གསེར་གྱི་ཉ་འཛིན་འབྱེད་གཟུགས་སྒྲོག་འདྲ་  
བས། །འཕགས་མཆོག་ཐུགས་ལ་དབྱེས་པའི་རྒྱས་

བཏབ་པའི།     །བཀྲ་ཤིས་དམ་པས་ཀུན་ཏུ་ཤིས་གུར་  
ཅིག། །

## ༼སྐུགས་རྒྱལ་ཕྱག་རྒྱའི༽

༥།     ཨོ་སྐབྱ་ཕ་བི་ཤུ་སའ་རྒྱུ་སྐབྱ་བི་ཤུ་ཉུ་  
ལན་གསུམ།     མཆོད་རྒྱས་ཤིན་ཏུ་དག་པར་གྱུར།     ར་མེ་  
སའ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་ཐུ་བི་ཤུ་ཐུ་བི་ཐུ་སའ་ཐུ་བི་ཐུ་ཏེ་  
སྐར་ཏ་ཨི་མི་མི་ག་ག་ན་བི་སྐར།     ལན་གསུམ།     འཇིག་  
ཏེན་དང་འཇིག་ཏེན་ལས་འདས་པའི་ལོངས་སྤྱོད་མི་  
ཟད་པ་འབྱུང་བ་ནམ་མཁའི་མཆོད་དུ་གྱུར།     ཨོ་བཟླ་

ཨ་མྲི་ཏ་ཀཱ་ལི་ཏ་ན་ཏ་ན་རྩྱུ་པཌ།      ལན་གསུམ།      ནམ་  
མཁའི་མཛོད་ལས་སེ་སེའི་བྱགས་བཞེད་ཇི་ལྟ་བ་མོད་  
ལ་དབང་པོ་ལྟའི་བདུད་ཅི་དུག་ལྟའི་གསོས་སུ་གྱུར་  
པ་ཅི་ཡང་འབྱུང་བར་གྱུར།      ནམ་མཁའ་ཏ་བྲུ་ག་ཏ་ཨ་  
ལྷ་ལེ་གི་ཏེ།      ཨོྩ་སྐྱུ་ར་སྐྱུ་ར་རྩྱུ།      ལན་གསུམ།  
མགྲོན་རྣམས་རང་རང་གི་མདུན་དུ་མཛོད་རྩལ་ཅི་  
འདོད་པ་ཐམས་ཅད་བདར་བར་གྱུར།      ཨོྩ་རྩྱུ་ན་ཨ་ལྷ་  
ལེ་གི་ཏེ།      ནམ་མཁའ་མཆོ་སྐྱུ་ར་ཏ་ར་སྐྱུ་སྐྱུ་བ་ས་མ་  
ཡ།      མ་རྩུ་མ་ཁི།      དུ་རུ་དུ་རུ།      ཅི་ད་ཡ་རྩུ་ལ་ནི་རྩྱུ།  
ལན་གསུམ།      བདག་གི་ལུས་ཞིང་རྩལ་གྱི་གྲངས་སུ་སོང་།

བས་ཡར་མཆོད་འོས། མར་སྒྲིང་རྗེའི་མགོན་ཐམས་  
ཅད་ལ་ཕམ་རྒྱལ་མེད་པ་སྒྲོ་བ་རྗེ་གས་པ་ཕུལ་བར་  
གྱུར། ར་མེས་མཆོད་བྱེད་ཀྱི་ག་ཏེ་ཤུ་རི་པ་བྱེད་ཏི་མ་  
རྒྱ་ས་མ་ཡ་སྐྱ་རྒྱ། ལན་གསུམ། མགོན་ཐམས་ཅད་  
ཀྱིས་བདག་གི་སྒྲིང་གོ་གས་ཅི་དགོས་པ་བྱེད་པར་  
གྱུར།

༼ཆ་གསུམ་གཏོར་མ་ནི༽

༥ ཨོ་ཨུཾ་ཱུ། ལྷ་དང་ལྷ་མིན་གཞིར་སྒྱེན་སྒྲོའ་བྱེ་  
གྲུལ། རྣམ་མཁའ་སྒྲིང་དང་འདབ་བཟང་ལུས་  
སྐུལ་པོ། ངི་བ་སྒྲིན་པོ་གཏོན་གྱི་རིགས་རྣམས་



དང་། གང་དག་ས་ལ་གནས་པའི་རྩ་འཁྱུལ་ཅན། །  
བདག་ཅག་ཕུས་མོ་ས་ལ་བཙུགས་ནས་ནི། བཤམ་  
སྒྱུར་བྱེད་རྣམས་ལ་ཡང་གསོལ་འདེབས་ན། བྱ་  
སྒྲུང་བཅས་ཤིང་གཡོག་འཁོར་བཅས་པ་རྣམས། །  
གསལ་ན་ནས་ཕན་གདགས་སྒྲུང་དུ་འདྲིར་སྒྱུན་ཅིག །  
འབྱུང་པོ་གང་དག་རི་རབ་སྟེང་གནས་དང་། །  
དགའ་བའི་ཆེལ་དང་ལྷ་ཡུལ་ཀུན་གནས་དང་། །  
ཤར་རྒྱབ་རི་དང་ཉི་ཟླའི་བྱིམ་རྣམས་དང་། བྲོང་བྲེར་  
ཀུན་ན་གང་དག་གནས་པ་དང་། རྒྱ་བོ་ཀུན་དང་རྒྱ་  
ཡི་མདོ་རྣམས་དང་། རིན་ཆེན་གནས་ན་ལྷག་པར་

གང་གནས་དང་། རྗེ་དང་མཆོ་དང་ལུ་མ་ལྟེང་ག་  
དང་། བྱོན་པ་དང་ནི་ངམ་གྲོག་ཆུ་མིག་དང་། །  
གྲོང་དང་ཕུགས་ལྷས་དང་ནི་ནགས་ཚལ་དང་། །  
ཁང་སྟོང་དང་ནི་ལྷ་ཡི་ཁང་པ་དང་། བཀང་དག་  
གཙུག་ལག་ཁང་དང་མཆོད་རྟེན་གནས། བསོད་  
ནམས་བྱིམ་དང་སྤང་པོའི་ཁང་རྣམས་དང་། བཀང་  
དག་ཆུལ་པོའི་དཀོར་ཁང་གནས་པ་དང་། སྤང་དང་  
བྱམས་དང་གྲོང་གི་མདུན་ས་དང་། བཀང་དག་ཤིང་  
གཅིག་དྲུང་དང་ལམ་ཆེན་གནས། དུར་བྱོང་དང་ནི་  
ནགས་ཚལ་ཆེར་གནས་དང་། སེང་གི་སྤང་ཆེན་

དེད་གྱི་གནས་རྣམས་དང་། །གང་དག་འཛིགས་རུང་  
དགོན་པར་ཆེར་གནས་དང་། །ཁུ་སྤྱིང་མཆོག་དག་  
ཏུ་ནི་གནས་བྱས་དང་། །གང་དག་འབྲོག་དགོན་དུར་  
བྱོང་དག་ན་གནས། །དག་འཛིང་མགུ་ནས་ཐྱི་མ་མེ་  
ཏོག་སྤྱང་། །སྤྱོས་དང་མེ་ཏོག་མར་མེ་གུས་ཕུལ་  
བ། །འདི་དག་བསྐྱམས་ཏེ་སོ་སོར་བཞེས་ནས་  
ཀྱང་། །ལས་འདི་དག་གི་འབྲས་བུ་མཆིས་པར་  
མཛོད། །གདོན་ལ་མཆོད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་བྱས་ཏེ། དེ་ནས་ཆ་གཅིག་  
ཕྱོགས་སྤྱོད་རྣམས་མཆོད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་འདི་རྣམས་བཛོད་པར་བྱ་  
སྟེ། རྩྱུ། །ཤར་ཕྱོགས་རྩྱེ་རྩྱེ་ཅན་གྱི་ལྷ་ཆོགས་

བཅས།                    གཏོར་མ་འབུལ་བ་འདི་དག་བཞེས་སུ་  
གསོལ།                    མེ་དང་གཤིན་རྗེ་བདེན་བྲལ་སྤྱིན་པའི་  
བདག                    རྒྱ་བདག་རྒྱ་བདག་ལོར་གྱི་བདག་པོ་  
དང་།                    དབང་ལྡན་ལྡ་སྟེ་འབྱུང་པའི་བདག་པོ་  
དང་།                    སྟེང་གི་ཉི་ཟླ་ཆངས་པ་ཆེན་པོ་དང་།                    ལྷ་  
རྣམས་མ་ལུས་ས་ཡི་ཁྱ་དག་དང་།                    རི་ཡི་ལྷ་དང་  
གསང་བའི་ཆོག་ས་འདུས་ལ།                    སོ་སོར་གཏོར་མ་  
ཕུལ་བ་འདི་བཞེས་ལ།                    རང་རང་གི་ནི་ཕྱོགས་སུ་  
བཞུགས་ནས་ཀྱང་།                    རང་གི་བུ་སྒྲུང་གྲོགས་དང་  
གཡོག་འཁོར་བཅས།                    དཔུང་དང་སྡེར་བཅས་

མཉེས་ནས་བཞེས་སུ་གསོལ།      སྟོམ་དང་མེ་ཏྲག་  
གཏོར་མཁལ་བས་ནི།      འདི་དག་བཞེས་ཤིང་སོ་  
སོར་བསྐྱམས་ནས་ཀྱང་།      བྱ་བ་འདི་ནི་འབྲས་བུ་  
མཆིས་པར་མཛོད།      འདི་ནི་བགོགས་ཉེ་བར་ནི་བར་བྱེད་པའི་དོན་

དུའམ། དགོས་པ་གཞན་འདོད་པའི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། དེ་ནས་  
ཆ་གཅིག་བགོགས་ལ་སྦྱིན་ཏེ། རྩྱུ། གང་དག་མཆོད་མོ་རྒྱ་བ་  
ཡི། འབྱུང་པོ་རྣམས་དང་ཤ་བ་དང་། སྦྱིན་པོ་ཤ་  
རྩེན་བ་དང་། སེམས་ཅན་རྣམ་པ་སྐྱ་ཆོགས་པ། །  
སྦྱོན་ཤིང་གོལ་པ་སོགས་གནས་པ། དེ་དང་དེ་ལ་  
གཏོར་མ་ནི། བཟའ་བ་ཤ་ཆང་ལ་ཕྱག་དང་། །

འབྲས་ཆན་འབྲས་བུ་མང་པོ་བཅས།      མཆོད་སྒྲིན་  
འདི་ཡིས་མགུ་བྱོས་ལ།      གཞོད་པའི་བསམ་པ་ནི་བ་  
དང་།      བདག་ཅག་རྣམས་ལ་ཕན་པའི་ཡིད།      དེ་  
རིང་སྒྲིན་ཆད་བསྐྱེད་པར་གྱིས། ༥ ༥

## ༼ རྩོམ་སེམས་བྱུང་བྱས་བཞུགས་སོ༼༽

༥།      ཐོག་མར་བུམ་སྐྱབ་ནི།      བུམ་པ་རང་བྱུང་གཞལ་ཡས་  
སྟེ།      བད་ཁྱེར་རྩོམ་སེམས་སྐྱ་མདོག་དཀར།      རྩོམ་  
རྒྱུ་ལ་འཛིན་ལོངས་སྐྱའི་ཆས།      བྱུགས་ཀར་ཟླ་སྟེང་  
ཅུ་ཡིག་མཐར།      ཡིག་བརྒྱ་བསྐྱོར་ལས་བདུད་ཅིའི་

རྒྱུན། །བབས་པས་བུམ་པ་གང་བར་བྱུང་། །དེས་ལྷོ་

པ་ཁ་རྒྱུན་ཁ་ཕྱེས་ས་བཞག་ལ།

ཡིག་བརྒྱ་བརྗོད་བརྒྱ་ལས་མི་ཉུང་བར་བཞག་ལ།

བུམ་ལྷོ་འོད་ལྷོ་བདུད་ཅིར་བྱུང་། །ཁ་རྒྱུན་བཙུགས། །བུམ་བྱ་བ་

ནི། །འོག་མིན་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནས་བཙོམ་ལྷོན་

འདས་རྗེ་རྗེ་སེམས་དཔའ་དཔག་ཏུ་མེད་པར་བྱོན་

ནས་དེ་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱེ་ལས་དག་བྱེད་བདུད་ཅིའི་རྒྱུན་

བབས་པས། །བྱེད་རང་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་བོར་ནས་ལྷགས་

ཆོ་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་བསགས་པའི་སྤྱིག་

སྤྱིབ་ཉེས་ལྷུང་རྣམས་དང་། །གནས་སྐྱབས་ཆོ་སྤྱིག་

ལ་བར་དུ་གཙོད་པ་གཏོན་གྱིབ་དང་མི་གཙོད་བ་



ཐམས་ཅད་དབང་པོའི་སྒོ་དང་བ་སྤྱིའི་བུ་ག་ཐམས་  
ཅད་ནས་ནག་ཉིལ་གྱིས་སྤྱིར་བོན། ལུས་གྱི་སྤྱི་ནང་  
ཐམས་ཅད་བཀུས་ཏེ་ཤེལ་དཀར་གྱི་བུམ་པ་དྲི་མ་མེད་  
པ་ལྟར་གྱུར་པ་མོས་ཤིག ཁྱིའི་ལྟར་བལྟམས་པ་ཙམ་གྱི་  
ནི། །ལྟ་རྟུམས་གྱིས་ནི་བྱས་གསོལ་ལྟར། །ལྟ་ཡི་  
ཆུ་ནི་དག་པ་ཡིས། །དེ་བཞིན་བདག་གིས་བྱས་  
བགྱིའོ། །ཨོྲཱ་མཐ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་ཨ་མྱེ་ཁྱེ་ཀུ་ཏ་ས་མ་ཡ་  
ལྟེ་ཡེ་ཏྱ། སྒྲུང་ཞིང་སྤྱིད་པའི་ལྟ་སྒྲུ་འབྱུང་ཆོགས་  
ལ། །དག་བྱེད་ཡེ་ཤེས་བྱས་ཆབ་འདི་འབུལ་  
བས། །ཁྱེད་རྟུམས་ཀུན་གྱི་ལས་ཉོན་སྤྲིག་སྤྲིབ་

དང་། རྒྱལ་བསྐལ་ཉམས་གྲིབ་ལ་སོགས་དག་  
གྱུར་ཅིག ཁྱོད་མཆོད་ཐུག་ཏུ་ཨ་མེ་ཁྱེ་ཀུ་ཏ་ས་མ་  
ཡ་ཤེ་ཡེ་རྩྱ། ། རྒྱལ་བ་ལྷ་ཡི་སྐུ་འཕྱལ་བདུད་  
ཅི་འི་ཆུས། ཁྱོད་མེད་ས་ལྷ་ཡི་བསྐྱེད་པ་སྐྱེད་བའི་  
ཆོགས། འབྱུང་བ་ལྷ་ལས་གྱུར་ཉམས་ལོགས་  
བཀྱས་པས། ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཡི་རོལ་པར་དག་གྱུར་  
ཅིག ཁྱོད་མཆོད་ ཡུལ་ཕྱོགས་འདིར་གནས་ཀྱི་  
སྐྱེད་མ་ལྷ་སྐུ་གཞི་བདག་སྒྲིབ་པོ་ན་འབངས་འཁོར་སྡེ་  
བཅས་དང་། གནས་དགོན་ཡུལ་སྡེ་ངས་ཐམས་ཅད་  
དང་། བྱིད་རང་ཉམས་ལ་དམ་ཆོག་ཉམས་ཆག་

འཁོམ་གྲིབ་བཙེག་གྲིབ་སོགས་དང་། དེས་བསྐྱེད་  
པའི་ནད་རིམས་གཏོན་བགོགས་བཀྲ་མི་ཤེས་པ་  
སོགས་སྒྲིག་པ་དང་སྒྲིབ་པ་བར་ཆད་མི་མཐུན་པའི་  
ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ཤིཾྀྨྀྩྭྭ་ཀུ་རུ་སྒྲུ་། ནད་ཐམས་ཅད་  
ཤིཾྀྨྀྩྭྭ་ཀུ་རུ་སྒྲུ་། གཏོན་ཐམས་ཅད་ཤིཾྀྨྀྩྭྭ་ཀུ་རུ་སྒྲུ་།  
རིམས་ཐམས་ཅད་ཤིཾྀྨྀྩྭྭ་ཀུ་རུ་སྒྲུ་། འཁོམ་ཐམས་  
ཅད་ཤིཾྀྨྀྩྭྭ་ཀུ་རུ་སྒྲུ་། གྲིབ་ཐམས་ཅད་ཟེ། །བྱུང་  
ཐམས་ཅད་ཟེ། །བྱུར་ཐམས་ཅད་ཟེ། །སྐལ་པ་ངན་པ་  
ཐམས་ཅད་ཟེ། །ལྟས་ངན་པ་ཐམས་ཅད་ཟེ། །བཀྲ་མི་  
ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་ཟེ། །ཉེ་བར་འཆོ་བ་ཐམས་

ཅད་། རུས་མ་ཡིན་པར་འཆི་བ་བྲམས་ཅད་། །

གཟུགས་དང་རྒྱ་སྐད་གྱི་གཞི་དཔ་ཐམས་ཅད་።      ཁྱེད་

པོ་དང་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་འཛིགས་པ་ཐམས་ཅད་༥

བདུད་གྱི་ཞག་ས་པ་བྲམ་ས་ཅད་༥ ། ག་ཤིན་རྗེ་འི་ཕོ་ཉ་

ཐམས་ཅད་། །བགོགས་དང་ལོག་འདྲེན་ཐམས་

ཅད་། བར་གཅོད་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་གམས་ཅད་

འཛིན་ཀུན་སྒྲུབ།      རྒྱལ་བ་ལྷ་ཡི་སྒྲུབ་འཕྲུལ་ནས་འདིའི་བར་ལན་གསུམ་

ལྷན་སྐྱེལ་བྱེད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་ན།

བཞུགས་པའི་རྗེ་སེམས་དཔའ་རྣམས་འོད་དུ་ཁྱུ་

ནས་བྱེད་རང་རྣམས་ཀྱི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དང་རྫོ་

རྩེ་སེམས་དཔའི་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་དབྱེར་མི་ཕྱེད་པར་  
གྱུར་པའི་སྤྱི་བོར་ཨོྲ་དཀར་པོ།      མགྱིན་པར་ཨྲུཾ  
དམར་པོ།      ཐུགས་ཀར་རྩྱ་སྤོན་པོས་མཆོན་པར་གྱུར།  
གནས་གསུམ་ལ།      ཨོྲ་ཨྲུཾ་རྩྱ་གིས་བྱིན་བྱིས་བརྒྱབས་ལ།      ཐུགས་  
ཀའི་རྩྱ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས་ཤ་སྤྱི་པགས་  
མཆོམས་ཐམས་ཅད་འོད་ཟེར་ལས་གྲུབ་པའི་རྩྱ་རྩྱའི་  
རྩྱ་ལ་ཕྱ་རབ་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་པས་བྱིན་དག་གི་  
གཞོན་པ་གང་གིས་ཀྱང་མི་ཚུགས་པའི་བསྐྱེད་བ་ཆེན་  
པོར་བྱིན་བྱིས་བརྒྱབས་པར་གྱུར།      སྤྱི་མ་དགོན་  
མཆོག་གསུམ་བྱིས་བྱིན་རྒྱབས་དང་།      །བཙུམ་ལྡན་

དེ་ཇེ་སེམས་དཔའི་མཐུ་སྟོབས་གིས།    |སྟོབ་མ་འདི་  
རྣམས་ལེགས་པར་བསྐྱེད་བྱེད་གིས།    |འདི་ལ་སྐྱེས་  
ཀྱང་གཞོན་པ་མ་བྱེད་ཅིག    |བཟོ་རྒྱ་རྒྱ།    མི་  
འགྱུར་ལྟོན་པོ་སྐྱ་ཡི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག    |ཡན་ལག་རྒྱུག་  
ཅུ་གསུང་གི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག    |མཐའ་བྲལ་འབྲལ་  
མེད་བྱུགས་ཀྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག    |རྒྱལ་བའི་སྐྱ་གསུང་  
བྱུགས་ཀྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག    |སོགས་བཀྲ་ཤིས་བཟོད།

༼གཏེར་ཁ་གསུམ་ཆོགས་ཀྱི་མན་ངག་བཞུགས༽

༥།    སྟོང་པའི་ངང་ལས་སྐྱེད་ཅིག་གིས།    |ལྷུགས་ཀྱི་

ཕག་ཚོད་མགོ་དགུ་པ།    །ངར་ངར་རུར་རུར་འཛིག་ས་  
པའི་སྒྲུ་ས།            །བྱ་གཉེན་ས་བདག་དཔའ་བཀོད་  
ཞིང་།    །བྱ་ག་དགུ་ནས་མེ་ཆེན་གྱིས།    །ནད་དང་ནད་  
བདག་གཞིབ་ཏུ་བསྐྱེག་ས།            །རྫོང་འཛི་སོ་དང་ཕེ་རྫོན་  
པོས།    །སྤྱིད་པ་གསུམ་པོ་ཉལ་ས་སུ་བ།    །མིག་  
བཞིས་རི་དང་རྒྱ་མཚོ་བརྒྱག            །དཔའ་རྒྱལ་ས་ཕག་  
ཚོད་འཛིག་ས་པའི་སྤྱིང་།            །རང་ཉིད་གུ་རུ་བྲག་པོ་  
ནི།    །མཐིང་ནག་སྤངས་བེལ་ཆགས་པའི་མདོག་    །  
སྒྲིག་དཔའ་འཛིག་ས་རུང་བྲོས་པའི་སྒྲ།            །ངར་དང་  
རུས་པའི་རྒྱན་དང་ལྗན།            །གཡས་པས་གནམ་



ལྷགས་རྩེ་རྩེ་གདེངས། །གཡོན་པས་ལྷགས་ཀྱི་ཕུར་  
པ་རྩེལ། །སྒྲི་དབུས་རོ་རྒྱུང་དབུ་མའི་ནང་། །རྒྱལ་  
སྒྲི་རིགས་གསུམ་མགོན་པོ་གསལ། །ཅུ་གསུམ་  
ཁ་ནས་སྤྱལ་པའི་བྱུང་། །དཀར་དམར་མཐེང་གའི་  
ནམ་པར་བསམ། །སྤྱི་གཙུག་བྱུང་ཆེན་འབར་བ་  
སྤྲིང་། །ཡང་སྤྱལ་བྱེ་བ་བྱངས་མེད་པས། །སྤྲིང་པ་  
གསུམ་པོ་བྱབ་པར་འགོངས། །མཆུ་སྤྲེར་རིང་ལ་སྤྲ་  
བ་ཡིས། །གཞོད་བྱེད་སྤྲིང་ལ་བ་བར་བྱེད། །རྩེས་སུ་  
ཕྱེ་སྤྱང་མང་པོ་ཡིས། །སྤྲེ་བརྒྱད་སྤྲོད་ལྷ་ཐལ་བར་  
བརྟུག །ཨོྲོ་པརྟ་ཤ་སྤ་རི་ཕྱེཎ་མཆོད་ ། རྣམ་པར་ཤིག་མཆོད་

༼བཀའ་བསྒྲིབ་ཕྱི་ཚུ་ལ་རྗེ་རབ་བའི་གཟི་༽  
བརྗེད་བཞུགས་སོ།།

༥ སྒྲ་མ་དང་རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་གཉིས་སུ་མེད་པ་ལ་  
 ཕུག་འཆལ་ལོ། ། །དེ་ཡང་བསྐྱེད་བྱ་གདོན་གྱིས་ཉེན་པ་སོགས་ལ་བཀའ་  
 བསྐྱོ་བྱེད་པར་འདོད་ན། ཐོག་མར་སྐྱབས་སེམས་ནི། བདག་ནི་མགོན་

པོ་གཞན་སྤངས་ནས།      རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་བྱིང་ལ་  
སྐྱབས།      རྟེན་ཅིའི་སྤང་དུ་ཞེ་ན་བྱིང་།      ལངས་རྒྱས་  
ཆོས་ཆོགས་ཀུན་ལགས་སོ།      རྟེན་ཕྱིར་བྱུགས་རྗེའི་  
སྤྱན་རས་གྱིས།      རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་གཟིགས་པ་དང་།      །  
བྱིང་གི་མཛད་པ་གང་ལགས་པ།      རྟེན་ལ་བདག་གིས་  
བསྐྱབ་པར་བགྱ།      ཞེས་ལན་གསུམ།      རང་ཉིད་སྣ་སྤྱར་བསྐྱོམ་པ་ནི།  
རང་ཉིད་སྤང་ཅིག་གིས་རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་པར་བྱ་བ་པོ་  
ཅུ་ལ་བསྐྱལ་པའི་མེའི་བོངས་དང་མདངས་དང་གཟི་  
བརྗིད་འཛིན་པ།      ཞལ་གནམ་ས་ཙམ་དུ་གདངས་  
ཤིང་མཆེ་བ་གངས་རི་ལྟར་གཟིགས་པ།      མིད་པ་

སྟོང་གསུམ་ཙམ་བརྒྱངས་པའི་ཡ་རྒན་ལ་ཉི་མ་ཀླ་  
ལིས་མཆོན་པ། མཁའ་ལ་ལྷ་བ་ཨྲ་ལིས་མཆོན་པ།  
ལྷ་གས་ཀྱི་ཅེ་རྟ་གདོང་གི་མེ་ལྷེ་ལྷ་བུར་བསྟོང་པའི་རྩ་  
བར་རྩྱ་ལ། ཨོྲ་ཨྲུཾ་རྩྱ་ཨུཾ་ཅིག་ནི་ཅིག་ན་མོ་བྷ་ག་ཤ་  
ཏེ་བརྒྱ་གྲི་ལི་གྲི་ལ་ཡ། ཞེས་པའི་ཡིག་འབྲུ་དམར་པོ་  
འབྲུག་སྟོང་དུས་གཅིག་ཏུ་ལྷེར་བ་ལྷ་བུའི་སྒྲ་གས་  
བཞིན་པས་བསྟོར་བ། དམར་བའི་སྒྲན་གསུམ་པ།  
ཕྱག་གཡས་གསེར་གྱི་རྩྱ་ཅེ་དགྲ་པ་ནམ་མཁར་  
འཕྱར་ཞིང་། གཡོན་སྒྲུལ་པའི་ལྷ་གས་སྒྲིག་མགོ་  
དགྲ་རྩ་བཙོ་བརྒྱད་པ་བསྐྱམས་པས་གདུག་པ་ཅན་

ཐམས་ཅད་གཟིར་བ།      དཔལ་གྱི་ཆས་གྱིས་ལེགས་  
པར་བརྒྱན་པ།      གླུ་སྒྲུབ་ཀྱི་འཕྲིན་ལྷོ་ལོ་ལོ་ལོ་  
གནས་ལྷུགས་འབར་བའི་ཕུར་བུ་དཔལ་གསུམ་ཅེ་མོ་  
གཅིག་ཏུ་རྫོང་།      རང་ཁོང་སེང་ཅན།      དཔལ་བར་  
འཇམ་དཔལ་གཤེན་རྗེ་གཤེད་གསེར་མདོག་ཅན་  
གཡས་རལ་གྱི་འཕྱར་བ།      མགྱིན་པར་རྟ་མགྱིན་  
དམར་པོ་གཡས་དབྱུག་ཐོ་འཕྱར་བ།      བྲང་དབྱུག་གྱི་  
ཐད་གྱི་རང་དུ་རྗེ་གསལ་པ་ཕྱག་ན་རྗེ་རྗེ་སྒྲོན་པོ་གཡས་རྗེ་  
རྗེ་འཕྱར་བ།      གསང་གནས་སུ་བྱོ་བོ་ཡག་མེ་སྤལ་  
སྤྱུག་ནག་གཡས་ཐོ་བ་འཕྱར་བ།      དེ་ཐམས་ཅད་

གཡོན་ཐུགས་ཀར་སྡིགས་མཛུབ།      ཤིན་ཏུ་བློ་ལ་  
དཔལ་གྱི་ཆས་གྱིས་བརྒྱན་ཅིང་།      གཡོན་བརྒྱང་  
གིས་གནས་པ།      ལྟེ་བར་རྫོ་རྫོ་ཕག་མོ་དམར་མོ་  
གཡས་གྱི་གྲག་འཕྱར་ཞིང་།      གཡོན་ཐུགས་ཀར་  
ཐོད་བྲག་འཛིན་པ།      གཅེར་མོ་ཆགས་པ་རྒྱས་པ་ཐུག་  
རྒྱ་ལྡས་བརྒྱན་ཅིང་སྒྲིལ་གྱང་ཐོད་པའི་གར་སྟབས་  
ཅན།      ཐོད་གྱི་མགོ་བོ་རྣམས་གྱི་དབུས་མ་ལ་བུར་ཐོད་  
ཐོད་ཕྱེད་ཕྱེད།      གཡས་སུ་རྫོ་རྫོ་ཐོད་ཐོད་ཕྱེད་ཕྱེད་དང་རྩྭ་  
ཐོད་ཐོད་ཕྱེད།      གཡོན་དུ་པར་ཐོད་ཐོད་ཕྱེད་ཕྱེད་དང་  
ཀམ་ཐོད་ཐོད་ཕྱེད།      དཀར་སྡོ་སེར་དམར་ལྗང་བ།

ཐམས་ཅད་ནི་མ་ཁྲོ་བ་འོག་སྒྲིག་པོའི་བེར་ལྟུང་གྱོན་དུ་  
མཛད་ཅིང་རུས་པ་དང་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲ་ཆོག་པ་གྱིས་  
བརྒྱན་པ། དབུ་ལ་ཤ་བའི་སྒྲན་ཞུ་བོད་གྱི་ཅེ་འཕྱུ་དར་  
གྱི་ཅོད་པན་འཕྱར་བ་གསོལ་ཞིང་། ཕྱག་གཡམས་རྩོ་  
རྩེ་ཕྱག་པས་ཀར་འཛིན་པ། གཡེན་ཐོད་ཐྲག་དཀྱར་  
བརྟེན་པས་རང་རིག་པ་གྱི་ཡུམ་གཅེར་མོ་ཕྱག་རྒྱ་  
ལྡས་བརྒྱན་པ་ལ་འབྱུང་དེ་རྩོ་རྩེ་སྒྲིལ་གྱུང་གིས་  
བཞུགས་པ། འཁོར་མཁའ་འགྲོ་བསམ་གྱིས་མི་  
བྱུང་པས་བསྐྱོར་བ། མཆོག་མར་སྒྲུལ་པའི་བྱུང་  
མཐིང་ནག་གཏུག་པ་ཅན་གྱི་སྒྲ་བས་སུ་བ་བ། ལྷོ་



བོའི་བུ་གར་གཙུག་ཏྲར་འཁོར་ལོས་སྐྱར་བ། མིག་  
སྒྲུ་ན་བཀའ་ལྟེ་བ་བརྒྱད་དུ། རྣམ་རྒྱལ། གཤེན་རྩེ་  
གཤེད། ཏྲ་མ་གྲིན། བགེགས་མཐར་བྱེད། དབྱུག་  
སྒྲེན་ཅན། མི་གཡོ་བ། འདོད་རྒྱལ། སྒྲོབས་པོ་ཆེ།  
ཡུར་པའི་དབལ་གྱི་ནང་ཅེར་གཞོད་མཛེས། ཐམས་  
ཅད་བྲོ་བོའི་ཆས་ཅན་ལྷགས་ཀྱང་དང་ཞགས་པ་འཛིན་  
པ། གཡོན་བརྒྱད་ཐམས་ཅད་མཐིང་ཁ། ཅིཏྲ་རིན་  
པོ་ཆའི་གུར་བྱིམ་དུ་ཟླ་བ་ལ་གསེར་གྱི་རྩྭ་རྩེ་ཅེ་དགུ་པ་  
འཇའ་འོད་སྒྲུ་ལྡེའི་དབུས་ན་གནས་པ། དེའི་གནས་  
སོ་སོའི་ལྷ་ལས་འོད་འཕྲོས། ར་ཡབ་སྲིད་གི་པར་

འོད་གྱི་གཞལ་མེད་ཁང་སོགས་ཕྱོགས་བཅུ་འཛིག་  
ཏེན་ན། སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོའི་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་གྱི་  
དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་རྣམ་པར་རྟེན་པ་ཐམས་ཅད་  
མདུན་གྱི་རྣམ་མཁར་བཟོ་ས་སྐྱ་ཇོ་      ཞེས་ཡེ་ཞེས་པ་སྟུན་  
བྲངས་པར་བསམ་ཞིང་། རྩྱུ། འདི་ནས་ཉི་མ་སྟོ་རུབ་ཕྱོགས་  
ཤེད་ན། །ཡུ་རྒྱུན་སྐྱལ་སྐྱའི་ཞིང་ཁམས་རྩ་ཡབ་  
སྲིང་། །རྒྱ་མི་བཅོ་རྣམས་གྱི་རྒྱལ་པོའི་ཁབ། །  
དཔལ་རི་པརྩ་འོད་གྱི་ཕོ་བྲང་དང་། །ཕྱོགས་བཅུ་འཛི་  
རྒྱལ་བའི་ཞིང་ཁམས་ཐམས་ཅད་ནས། །སྐྱ་གསུང་  
ཐུགས་གྱི་རྣམ་འགྱུར་མི་བབྲང་པའི། །རིག་འཛིན་

ཆེན་པོ་པརྩ་འབྱུང་གནས་ལ།      །གསང་བའི་མཚན་  
གསོལ་གུ་རུ་དྲག་པོ་རྩལ།      །མ་རུངས་གདུག་པ་  
འདུལ་ཕྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ།      །རྣལ་འབྱོར་བར་  
ཆད་སེལ་ཕྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ།      །དད་ལྡན་གྱིན་  
གྱིས་སློབ་ཕྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ།      །དངོས་གྲུབ་  
རྣམ་གཉིས་སྟོལ་ཕྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ།      །ཞེས་སྒྱུན་  
དངས་ནས།      །ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས།      །སློབ་དཔོན་  
ཆེན་པོའི་སྐུ་ནི་བྱོའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་དུ་སྒྲུང་བ།  
གསུང་གསང་སྒྲགས་རིག་སྒྲགས་གཟུངས་སྒྲགས་  
ཐམས་ཅད་དུ་གྲགས་པའི་ཡིག་འབྲུ།      །ཐུགས་ཏིང་ངེ་

འཛིན་ཕྱག་རྒྱ་ཐམས་ཅད་དུ་འཆར་བ།      སྟེང་ནས་  
ཆར་བབས་པ་ལྟ་བུ།      འོག་ནས་ས་རྒྱངས་ཐོན་པ་ལྟ་  
བུ།      བར་ནས་བུ་ཡུག་འཁུབ་པ་ལྟ་བུ།      རམ་མཁའ་  
ས་གཞི་བར་སྒྲིང་ཐམས་ཅད་མེར་མེར་ཡོམ་ཡོམ་  
ཞིག་ཞིག་བྱོན་ནས།      བདག་གི་ལུས་ལྟར་གསལ་བ་  
དང་།      དག་སྒྲགས་སྒྲགས་ལ་བ་དང་།      ཡིད་ཕྱག་  
རྒྱར་གསལ་བ་ལ་རིམ་རིམ་བེམ་པར་བསམ་སྟེ།      ཨོྃ་  
ཨུཾ་ཱུཾ་ཨ་ཙིག་ནི་ཙིག་ན་མོ་བྷ་ག་ཕྱ་ཏེ་བཙྰ་ཀྱེ་ལི་ཀྱེ་  
ལ་ཡ།      ཀྱེ་ཡ་སིཿཨོྃ།      ཕྱཀྱ་སིཿཨུཾ་      ཙིཿསིཿ  
ཱུཾ།      ཞེས་འཛབ་ཉིར་གཅིག་གམ་བདུན་ཅིས་ཀྱང་བཞུའོ།      །དེ་ནས་དབང་སྒྲུབ་ལྟ་

ལྷ་ལ་གདུང་ལྷགས་དྲག་པོས་གསོལ་བ་འདི་ལྟར་གདབ་སྟེ།      གྱེ།      དུས་  
གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་རྗེ།      །  
འོད་གསལ་ལྷན་གྲུབ་སྟེ་འགྲོ་ཡོངས་ཀྱི་མགོན།      །  
སྟེ་འཆི་མེད་པ་རྗེ་རྗེ་ལྷ་བུའི་སྟུ།      །མཉམ་པ་མེད་པ་ཆེ་  
མཆོག་ཏེ་རུ་ཀ།      །འགྲོ་མགོན་གླ་མ་བྱིད་ལ་སྐྱབས་  
སུ་མཆི།      །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ།      །  
ཐུགས་རྗེས་གཟིགས་ཤིག་ཨུ་རྒྱན་སྟུ་ལ་པའི་སྟུ།      །  
བདག་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་  
གསོལ།      །སྟེ་མཆོག་འགྱུར་མེད་བུ་རྩ་ཐོད་ཐོད་  
ཙུལ།      །འོད་གསལ་ཟེ།      །སྟེ་འཆི་ཟེ།      །མཉམ་པ་མེད་

པ་བརྒྱ་ཉེ་རུ་ཀ    །འགྲོ་མགོན་མཆོད་པ་།    །གསལ་བ་།    །  
བྱུགས་ཆེས་མཆོད་པ་།    །བདག་ལ་།    །གསལ་མཆོད་པ་འགག་  
མཆོད་པ་བརྒྱ་ཉེ་རུ་ཀ།    །འོད་གསལ་།    །སྒྲི་  
འཆི་།    །མཉམ་པ་མཆོད་པ་བརྒྱ་ཉེ་རུ་ཀ    །འགྲོ་  
མགོན་མཆོད་པ་།    །གསལ་བ་།    །བྱུགས་ཆེས་མཆོད་པ་  
ལ་།    །བྱུགས་མཆོད་པ་མཆོད་པ་བརྒྱ་ཉེ་རུ་ཀ།    །  
འོད་གསལ་།    །སྒྲི་འཆི་།    །མཉམ་པ་མཆོད་པ་བརྒྱ་ཉེ་  
རུ་ཀ    །འགྲོ་མགོན་མཆོད་པ་།    །གསལ་བ་།    །བྱུགས་  
ཆེས་མཆོད་པ་།    །བདག་ལ་།    །ཡོན་ཏན་ཀུན་ལྡན་གསལ་རྒྱ་ཉེ་  
མཆོད་པ་།    །འོད་གསལ་།    །སྒྲི་འཆི་།    །མཉམ་པ་

མེད་པ་རིན་ཆེན་ཏེ་རུ་ཀ    །འགྲོ་མགོན་ཟེ་    །གསོལ་  
བ་ཟེ་    །ཐུགས་ཀྱིས་ཟེ་    །བདག་ལ་ཟེ་    །ཐིམ་ལས་  
ཐོགས་མེད་ཀྱི་ཐོད་ཐོད་ཐོད་ཐོད་ཐོད་ལ།    །འོད་གསལ་ཟེ་    །  
སྒྲུ་འཆི་ཟེ་    །མཉམ་པ་མེད་པ་ཀྱི་ཐོད་ཐོད་ཐོད་ཐོད་ཐོད་ལ།    །འགྲོ་  
མགོན་ཟེ་    །གསོལ་བ་ཟེ་    །ཐུགས་ཀྱིས་ཟེ་    །བདག་ལ་  
དབང་བསྐྱར་གྱིན་གྱིས་བསྐྱར་ཏུ་གསོལ།    །དེས་ལ།  
དབང་སྐྱབ་གྱི་ལྷ་ཆོགས་སྒྲིམས་པར་ཞུགས་པས།  
བདེ་བ་ཀྱིས་ཏེ་སྒྲུ་འཆི་མཆོམས་ནས་བྱང་ཆུབ་གྱི་  
སེམས་དཀར་དམར་འདྲེས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་  
བབས།    །བདག་གི་སྒྲུ་འཆི་བྱེད་ཐེ་མ་ལ་ཆུ་བཏབ་པ་ལྷ་



བུར་ཞུགས། སྤྱི་བོ་གང་། ལུས་གྱི་ངི་མ་དག །  
བུམ་དབང་ཐོབ། མགྱིན་པ་གང་། དག་གི་ངི་མ་  
དག །གསང་དབང་ཐོབ། སྒྲིང་ག་གང་། ཡིད་གྱི་  
ངི་མ་དག །དབང་གསུམ་པ་ཐོབ། ལྟེ་བ་གང་། སྒོ་  
གསུམ་ཐ་དད་དུ་འཛིན་པའི་ངི་མ་དག །དབང་བཞི་  
པ་ཐོབ། ལུས་ཐམས་ཅད་གང་བའི་རྒྱུན་སྤྱི་བོར་ལུང་  
པས། རལ་པ་གྱེན་དུ་བཅེས་པའི་དབུས་སུ་སྒྲུང་བ་  
མཐའ་ཡས་སྤྲེལ་པ་སྒྲིའི་ཆ་ལུགས་ཅན་དུ་གྱུར།  
ཨོྫཱུཾ་ཱུྃ་ཨཱཱི་ཀཱི་ཙཱི་ཀཱི་མོ་ལྷ་ག་ལྷ་ཏེ་བཟླ་གྱི་ལི་  
གྱི་ལ་ཡ། ཞེས་པའི་ཙཱི་ཀཱི་ལས་ཅི་རུས་བཟླ་ཞིང་ལྷའི་ང་རྒྱལ་བཏྟན་པོར་བསྐྱོམ་

མོ། །དེ་ནས་བཀའ་བསྒྲོ་བའི་ཕྱིར་ལག་གཉིས་རྩོར་བྲིལ་བཅས་རྩྱུ་མཛད་གྱི་ཕུག་ཀྱང་།

སྒྲིང་གར་བཅས་ཏེ། བ་མེ་རྩེ་བཙུན་རྩ་བ་དང་བརྒྱད་པར་

བཅས་པའི་དཔལ་ལྡན་སྒྲ་མ་དམ་པ་རྣམས་གྱི་བཀའ་

བདེན་པ་དང་། སངས་རྒྱས་གྱི་བཀའ་བདེན་པ་དང་།

ཆོས་གྱི་བཀའ་བདེན་པ་དང་། དག་འདུན་གྱི་བཀའ་

བདེན་པ་དང་། སྒྲ་མ་རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་པརྒྱ་དྲག་པོ་

རྩལ་གྱི་བཀའ་བདེན་པ་དང་། བདེན་པ་ཆེན་པོའི་

མཐུས་བསྐྱུང་བྱ་འདི་ཉིད་གྱི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་

ལ་གཞོད་ཅིང་འཆོ་བར་བྱེད་པའི་སྦྱང་གའོན་གཟའ་

དང་རྒྱ་སྐར། འོག་གའོན་སྒྱ་དང་ས་བདག །བར་

གདོན་རྒྱལ་བཙན་མ་མོལ་སོགས་སྡེ་བརྒྱད་བསྡེངས་  
ཟླ་སྣ་འདྲེན་དང་བཅས་པ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་  
འདིར་མ་གནས་པར་གཞན་དུ་དེངས་ཤིག། །གང་  
དག་མི་འགོ་བ་དེ་དག་བདག་ཉིད་སྒྲ་མ་དྲག་པོ་གྱི་ལ་  
ཡའི་བྲགས་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རོལ་པ་  
ལས་བྱུང་བའི་སྤྱལ་པའི་བྲོ་བའི་ཚོགས་དང་རྩོམ་རྩེའི་  
མེ་ཆར་གྱིས་གདོན་ཐམས་ཅད་རྩལ་ཤུན་བཞིན་དུ་  
བརྒྱག་པར་འགྱུར་ཏེ། ཨོྫེ་ཨྲུཾ་ཱུྃ་ཨཾ་ཕིག་འི་ཕིག་  
ན་མོ་བྲག་ལྷ་ཏེ་བརྩོ་གྱི་ལི་གྱི་ལ་ཡ། ཨོྫེ་སྤྱལ་འི་  
སྤྱལ་སོགས་དྲག་སྤྲགས་གྲུལ་ཡུངས་དང་བཅས་པས་བསྐྱད། དེ་ནས། བྱིད་

རང་གི་སྤྱི་བོར་རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་པརྩ་དྲག་པོ་རྩུལ་  
བསྐྱུལ་པའི་མེའི་བོངས་དང་མདངས་དང་གཟི་བརྗིད་  
འཛིན་པ། ཞལ་གནམ་ས་ཙམ་དུ་གདངས་ཤིང་མཆེ་  
བ་གདངས་རི་ལྟར་གཅིགས་པ། མིད་པ་སྟོང་གསུམ་  
ཙམ་བརྒྱངས་པའི་ཡ་ཀན་ལ་ཉི་མ་གྲུ་ལིས་མཆོན་པ།  
མཁའ་ལ་ལྷ་བ་ལྟ་ལིས་མཆོན་པ། ལྷགས་ཀྱི་ཕྱི་རྩ་  
གདོང་གི་མེ་ལྷེ་ལྟ་བུར་བསྟོད་པའི་རྩ་བར་རྩྱུལ་། ཨོ་  
ལྟོ་རྩྱུ་ལྟེ་གཞི་ལྟེ་གན་མོ་བྱ་གཙུ་ཏེ་བརྩྱ་གྲུ་ལི་གྲུ་  
ལ་ཡ། ཞེས་པའི་ཡིག་འབྲུ་དམར་པོ་འབྲུག་སྟོང་  
དུས་གཅིག་རྩ་ལྟར་བ་ལྟ་བུའི་སྒྲ་བྲགས་བཞིན་པས་

བསྐྱོར་བ།      དམར་བའི་སྤྱན་གསུམ་པ།      ཕྱག་  
གཡས་གསེར་གྱི་རྩེ་རྩེ་ཅེ་དགྲ་པ་ནམ་མཁར་འཕྱར་  
ཞིང་།      གཡོན་སྤྲེལ་པའི་ལྷགས་སྒྲིག་མགོ་དགྲ་རྩ་  
བཙེ་བརྒྱད་པ་བསྐྱམས་པས་གདུག་པ་ཅན་ཐམས་  
ཅད་གཟིར་བ།      དཔལ་གྱི་ཆས་ཀྱིས་ལེགས་པར་  
བརྒྱན་པ།      སྐྱ་སྐྱད་ཆུ་སྒྲིན་བྲོས་པའི་ཁ་ནས་གནམ་  
ལྷགས་འབར་བའི་ཕྱར་བྱ་དཔལ་གསུམ་ཅེ་མོ་  
གཟིག་ཏུ་རྫོ་བ།      རང་ཁོང་སེང་ཅན།      དཔྲལ་བར་  
འཇམ་དཔལ་གཤེན་རྩེ་གཤེད་གསེར་མདོག་ཅན་  
གཡས་རལ་གྱི་འཕྱར་བ།      མགྱིན་པར་རྟ་མགྱིན་

དམར་པོ་གཡས་དབྱག་ཐོ་འཕྱར་བ།      བྱང་དབྱས་གྱི་  
ཐང་གྱི་ནང་དུ་རྩེགས་པ་ཕྱག་ན་རྩོམ་པོ་གཡས་རྩོ་  
རྩོམ་པོ་འཕྱར་བ།      གསང་གནས་སྤྱོད་པོ་ཡག་མེ་སྤལ་  
སྤྱག་ནག་གཡས་ཐོ་བ་འཕྱར་བ།      དེ་ཐམས་ཅད་  
གཡོན་ཐུགས་ཀར་སྤྲིགས་མཛུབ།      འིན་ཏུ་བྱོལ་  
དཔལ་གྱི་ཆས་གྱིས་བརྒྱན་ཅིང་གཡོན་བརྒྱང་གིས་  
གནས་པ།      ལྟེ་བར་རྩོམ་པོ་དམར་མོ་གཡས་གྱི་  
གྲག་འཕྱར་ཞིང་གཡོན་ཐུགས་ཀར་ཐོང་བྲག་འཛིན་  
པ།      གཅེར་མོ་ཆགས་པ་རྒྱས་པ་ཕྱག་རྒྱ་ལྡས་བརྒྱན་  
ཅིང་སྤྱིལ་གྱང་སྤྱེད་པའི་གར་སྤྲུབས་ཅན།      ཐོང་གྱི་

མགོ་བོ་རྣམས་ཀྱི་དབུས་མ་ལ་བརྒྱ་ཐོད་ཐོད་ཕྱེད་ཕྱེད་ལ།  
གཡས་སུ་རྫོ་རྫོ་ཐོད་ཐོད་ཕྱེད་ཕྱེད་དང་རྒྱ་ཐོད་ཐོད་ཕྱེད་ཕྱེད་ལ།  
གཡོན་དུ་པརྒྱ་ཐོད་ཐོད་ཕྱེད་ཕྱེད་དང་ཀམ་ཐོད་ཐོད་ཕྱེད་ཕྱེད་ལ།  
དཀར་སྡེ་སེར་དམར་ལྗང་བ། ཐམས་ཅད་ནི་མ་བྲོ་བ་  
འོག་སྐྱ་གཤེེ་བེར་ལྟ་བུ་གྱོན་དུ་མཛད་ཅིང་རུས་པ་  
དང་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་པ། དབུ་ལ་ཤ་  
བའི་སྒྲན་ཉུ་གོད་ཀྱི་ཅེ་འཕྱ་དར་གྱི་ཅོད་པན་འཕྱར་བ་  
གསོལ་ཞིང་། ཕུག་གཡས་རྫོ་རྫོ་ཕུགས་ཀར་འཛོན་  
པ། གཡོན་ཐོད་ཁྲག་དཀྱར་བརྟེན་པས་རང་རིགས་  
ཀྱི་ཡུམ་གཅེར་མོ་ཕུག་ཁྱ་ལྟས་བརྒྱན་པ་ལ་འབྱུང་དེ་



དེ་ཐེ་སྒྲིལ་གྱི་དགོས་བཅུ་གསུམ་པ།      འཁོར་མཁའ་  
འགོ་བསམ་གྱིས་མི་བྱ་བ་པས་བསྐྱོར་བ།      མཆོག་  
མར་སྤྲུལ་པའི་བྱུང་མཐིང་ན་ག་ག་དུ་ག་པ་ཅན་གྱི་སྤྱུ་  
བས་སྤྱུ་བ་བ།      སྤྱི་བོའི་བུ་གར་ག་ཅུ་ག་ཏྲར་འཁོར་  
ལོས་སྤྱར་བ།      མིག་སྒྲ་ན་བཀའ་ལྟེ་བ་བརྒྱད་དུ།      ནམ་  
རྒྱལ།      ག་ཤིན་ཐེ་ག་ཤེད།      ཏྲ་མ་གྱིན།      བགེགས་  
མཐར་བྱེད།      དབྱུག་སྒྲོན་ཅན།      མི་གཡོ་བ།      འདོད་  
རྒྱལ།      སྒྲོབས་པོ་ཆེ།      སྤྱར་པའི་དབལ་གྱི་ནང་ཅེར་  
ག་ཤོད་མཛེས།      ཐམས་ཅད་བྱོ་བོའི་ཆས་ཅན་ལྷུགས་  
གྱུ་དང་ཞགས་པ་འཛིན་པ།      གཡོན་བརྒྱད་ཐམས་

ཅད་མཐིང་ཁ། ཅོད་རིན་པོ་ཆེའི་གུར་བྱིམ་དུ་ཟླ་བ་ལ་  
གསེར་གྱི་རྩི་རྩི་ཅེ་དགུ་པ་འཇའ་འོད་སྒྲ་ལྟའི་དབུས་ན་  
གནས་པ། དེའི་གནས་སོ་སོའི་ལྷ་ལས་འོད་འཕྲོས།  
རྩ་ཡབ་སྲིང་གི་པར་འོད་གྱི་གཞལ་མེད་ཁང་སོགས་  
ཕྱོགས་བཅུའི་འཇིག་རྟེན་ན། སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་པོའི་  
སྒྲ་གསུང་ཐུགས་གྱི་དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་རྣམ་  
པར་རྟེན་པ་ཐམས་ཅད་མདུན་གྱི་རྣམ་མཁར་བརྩེ་ས་  
སྒྲ་རྩི་ རྩི། འདི་ནས་ཉི་མ་སྟོ་རྒྱབ་ཕྱོགས་ཤེད་  
ན། །ཡུ་རྒྱུན་སྒྲ་ལ་སྒྲའི་ཞིང་ཁམས་རྩ་ཡབ་སྲིང་། །  
རྒྱ་མི་བཅས་རྣམས་གྱི་རྒྱལ་པོའི་ཁབ། །དཔལ་རི་

པརྩ་འོད་ཀྱི་པོ་བྲང་དང་། རྩོགས་བཅུ་རྒྱལ་བའི་ཞིང་  
ཁམས་ཐམས་ཅད་ནས། རྒྱ་གསུང་བྱགས་ཀྱི་རྣམ་  
འགྱུར་མི་བྲང་པ། འིག་འཛོན་ཆེན་པོ་པརྩ་འགྱུང་  
གནས་ལ། གསང་བའི་མཆོན་གསོལ་གྱ་རུ་དྲག་  
པོ་རྩལ། ཁ་རུངས་གདུག་པ་འདུལ་ཕྱིར་གཤེགས་  
སུ་གསོལ། རྣལ་འབྱེར་བར་ཆད་སེལ་ཕྱིར་  
གཤེགས་སུ་གསོལ། དད་ལྡན་བྱིན་གྱིས་སློབ་ཕྱིར་  
གཤེགས་སུ་གསོལ། དངོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས་  
སྤུལ་ཕྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་  
བཏབ་པས། སློབ་དཔོན་ཆེན་པོའི་སྐུ་ནི་བྲོའི་སངས་

ཀྱུས་ཐམས་ཅད་དུ་སྒྲུང་བ།      གསུང་གསང་སྒྲགས་  
རིག་སྒྲགས་གཟུངས་སྒྲགས་ཐམས་ཅད་དུ་གྲགས་  
པའི་ཡིག་འབྲུ།      ཐུགས་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཕུག་ཀྱུ་ཐམས་  
ཅད་དུ་འཆར་བ།      སྟེང་ནས་ཆར་བབས་པ་ལྟ་བུ།  
འོག་ནས་ས་རྒྱངས་ཐོན་པ་ལྟ་བུ།      བར་ནས་བྱ་ཡུག་  
འཆུབ་པ་ལྟ་བུ།      རྣམ་མཁའ་ས་གཞི་བར་སྒྲུང་  
ཐམས་ཅད་མེར་མེར་ཡོམ་ཡོམ་ཞིག་ཞིག་བྱེན་ནས།  
བདག་གི་ལུས་ལྟར་གསལ་བ་དང་།      ངག་སྒྲགས་སྒྲ་  
གསལ་བ་དང་།      ཡིད་ཕུག་རྒྱར་གསལ་བ་ལ་རིམ་  
རིམ་ཐིམ་པར་གྱུར།      ཅེས་བཟློད།      ཨོྫེ་ཨུཾ་ཧཱུྃ་ཨཱ�和ིག་

ནི་ཅི་ག་ན་མོ་བླ་ག་ཕ་ཏེ་བཟླ་གྱི་ལི་གྱི་ལ་ཡ།      ཀྲ་ཡ་  
སི་རྩི་ཨོ།      ལྷ་ཀླ་སི་རྩི་ཨུམ་      ཅི་ཏྲ་སི་རྩི་ཨུ།      ཞེས་འཛབ་ཉེར་  
གཅིག་གམ་བདུན་ཅིས་ཀྱང་བཟླ།      སྟོན།      གྱེ།      ལྷ་ཟླ་ས་མོ་ཏོག་  
ཀྱན་གྱིས་ནམ་མཁའ་བཀའ།      ངི་ཞིས་བདུག་སྟོས་  
བསྐྱེད་གས་པས་ས་གཞི་བཀའ།      །སྒྲུང་གསལ་འོད་  
ཟེར་སྟོགས་བཅུ་འི་མཐར་སྟོལ་བ།      །རིག་འཛིན་ཆེན་  
པོ་བྱེད་ལ་མཆོད་པར་འབུལ།      །སིམ་སྟེད་བདུད་ཅི་  
བྱུགས་པའི་ཁུ་འཛིན་གཡོས།      །བདའ་དགུ་འི་ཞལ་  
བས་ཐམས་ཅད་ཆར་དུ་བབས།      །སྒློན་པའི་འབྲུག་  
སྒྲུ་འུར་འུར་སྟོག་པ་རྣམས།      །རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་བྱེད་

ལེ། །མཛེས་མས་གྲོ་བརྟུང་སྒྲོན་པའི་གྲུ་གྲངས་  
མཐར་། །དྲི་ཞིམ་ངད་འགྱེད་མ་མཆུའི་སྒྲང་སྒྲིན་  
ནས། །རིག་མཐར་བདེ་བ་བྱ་གས་སྒྲོན་པ་རྣམས། །  
རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་བྱིད་ལ། །ཁྱོས་བྱེད་དཔའ་བོའི་  
དམ་ཇུས་ཕུད་ཆེན་འཐོར། །སྒྲང་སྒྲིད་མ་མའི་མཆོད་  
ཇུས་རྟུ་སྒྲིད། །བྱུན་མོང་མཉེས་པའི་བ་ལིང་ཆེར་  
བཞུམས་པ། །རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་བྱིད་ལ་མཆོད་པར་  
འབུལ། །བསྐྱུན་མ་བྱས་ཀྱང་ཆོག །གང་ལྟར་ཡང་། །སྒྲང་བ་  
མཐར་ཡས་སྒྲུ་ཡི་འཕྲོ་འདུ་ལས། །བདེ་གཤེགས་  
འདུས་པའི་བྲོ་རྒྱལ་དྲག་པོ་རྩལ། །མ་རུངས་གདུག་

བ་འདུལ་བའི་ཕྱིན་ལས་པ། བྱིད་ལ་བསྟོད་དོ་ལུས་  
 ལ་བྱིན་གྱིས་སྟོབས། ལྷོང་བ་མཐའ་ཡས་གསུང་གི་  
 འཕྲོ་འདུལ་ས། གསང་བ་འདུས་པའི་སྤྲུགས་སྟོང་  
 དམེད་པའི་མཆོན། ལམ་རུངས་། བྱིད་ལ་བསྟོད་དོ་  
 ངག་ལ་བྱིན་གྱིས་སྟོབས། ལྷོང་བ་མཐའ་ཡས་  
 ཐུགས་གྱི་འཕྲོ་འདུལ་ས། ལམ་རུངས་། བྱིད་ལ་  
 སྟོབས་པ་ཆེན་པོའི་གྲོང་། ལམ་རུངས་། བྱིད་ལ་  
 བསྟོད་དོ་ཡིད་ལ་བྱིན་གྱིས་སྟོབས། ལམ་རུངས་། བྱིད་ལ་  
 ལོ་ལྷོ་རྩེ་ལ་བྱིན་གྱིས་སྟོབས། ལམ་རུངས་། བྱིད་ལ་  
 ལོ་ལྷོ་རྩེ་ལ་བྱིན་གྱིས་སྟོབས། ལམ་རུངས་། བྱིད་ལ་  
 ལོ་ལྷོ་རྩེ་ལ་བྱིན་གྱིས་སྟོབས། ལམ་རུངས་། བྱིད་ལ་



བཏགས་པ་ཅི་ལུས་བཟློའོ། །དེ་ནས་སྐྱེ་རྒྱུ་ཉེན་ནམ་མཁུར་བྱུང་མ་གྱེད་བ་སོགས་བསྐྱུང་བྱའི་  
སྒྲི་བོར་བཞག་སྟེ།                      ར་མེ་ཕྱོགས་བཅུ་དུས་གསུམ་དུ་  
གཤེགས་ཤིང་བཞུགས་པའི་སྤྱི་མ་ཡི་དམ་སངས་  
རྒྱས་བྱུང་སེམས་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྐྱེད་སྐྱུང་  
མའི་ཆོགས་ཐམས་ཅད་དང་། བྱུང་པར་དུའང་རིག་  
འཛིན་ཆེན་པོ་པརྩ་དྲག་པོ་རྩལ་གྱི་ལྟ་ཆོགས་ཁྱེད་  
རྣམས་ལ། མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས། བརྩེ་བའི་ཐུགས་  
རྩེ། མཛེད་པའི་འཕྲིན་ལས། སྐྱོབ་པའི་ལུས་མཐུ་  
བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་མངའ་བའི་མཐུས། བསྐྱུང་  
བྱུང་འདི་ཉིད་གྱི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ལ་གཞོན་ཅིང་

འཆེ་བར་བྱེད་པའི་སྟེང་གའོན་གཟའ་དང་རྒྱ་སྐར།  
འོག་གའོན་སྒྱ་དང་ས་བདག                      །བར་གའོན་རྒྱ་ལ་  
བཙན་མ་མོ་ལ་སོགས                      སྡེ་བརྒྱད་བསྡེངས་ཟླ་སྒྲ་  
འདྲེན་དང་བཙས་པའི་གའོད་པ་ཐམས་ཅད་ལས་  
བསྐྱུང་བར་མཛོད་ཅིག   །སྤྱ་བར་མཛོད་ཅིག   །ལུས་  
ལ་སྒྲ་ཡི་སྒྲོན་ས་བྱིན་བྱིས་སྒྲོབས་ཤིག   །ངག་ལ་  
གསྐྱུང་གི་སྒྲོན་ས་ཟེ།   །ཡིད་ལ་བྱུགས་བྱི་སྒྲོན་ས་ཟེ།   །  
ཡོན་ཏན་མི་བད་པ་རྒྱན་བྱི་འཁོར་ལོའི་སྒྲོན་ས་ཟེ།   །  
སྒྲིན་ལས་རྣམ་པ་བཞིའི་སྒྲོན་ས་ཟེ།   །གསང་བ་བསམ་  
བྱིས་མི་བྱབ་པའི་སྒྲོན་ས་ཟེ།   །ད་སྟེ་ཉིད་དུ་ཟེ།   །ལྟར་བ་

ཉིད་དུ། །སྟོན་ཐོག་འདི་ཉིད་དུ། །ཨོྲཱེ་ཨུཾ་ཧཱུྃ།  
ཨ་ཙི་ག་ནི་ཙི་ག་ན་མོ་བླ་ག་ཤ་ཏེ་བཙྰ་གྲོ་ལི་གྲོ་ལ་ཡ།  
ཨོྲཱེ་ཧཱུྃ་བོ་ཏོྃ། རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་པདྨ་དྲག་པོ་རྩལ་  
འོད་དུ་ཞུ་ནས་ཧཱུྃ་དུ་གྱུར་པ་བྱེད་རང་རྣམས་ཀྱི་སྒྲི་བོ་  
ནས་ཞུགས་ཏེ་སྒྲིང་གར་ཐེམ། ཧཱུྃ་ལས་འཕྲོས་པའི་  
འོད་ཟེར་རྩྭ་རྩྭ་མའི་ཚྭ་ཚྭས་ལུས་ཀྱི་སྒྲིང་སྒྲིང་བར་  
གསུམ་ཐམས་ཅད་གང་ཞིང་བ་སྒྲུའི་བུ་ག་ཐམས་ཅད་  
བྱེད་པས་རྩྭ་རྩྭའི་གོ་བྱེད་ཀྱིས་ཞུ་ལུགས་སུ་གཡོགས་  
ཏེ། གའོན་པོ་གསུམ་བར་ཆད་གང་གིས་གྱུར་སྒྲུགས་  
མི་རྒྱུད་པའི་རྩྭ་རྩྭའི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་པའི་མོས་པ་

མཛོད། ལན་གསུམ། རྩོ། ཕྱོགས་བཅུ་དུས་བཞིའི་  
བདེ་གཤེགས་སྤྲུལ་བཅས་དང་། རིག་འཛིན་པར་  
དག་པོའི་བྱིན་མཐུ་ཡིས། འགྲོ་བ་འདི་དག་བདག་  
གིས་བསྐྱེད་སྤྲུལ་བྱིན་པས། བྱིན་ཆད་སྤྲུལ་གྱུར་གཞོན་  
པ་མ་བྱེད་ཅིག །ཞྩ། འཛིག་རྟེན་འདྲེན་པའི་གཙོ་བོ་  
ཆོ་དཔག་མེད། རྩལ་མིན་འཆི་བ་མ་ལུས་འཛོམས་  
པའི་དཔལ། མགོན་མེད་སྤྲུག་བསྐྱེད་གྱུར་པ་  
ནམས་ཀྱི་སྐྱབས། སངས་རྒྱལ་ཆོ་དཔག་མེད་ཀྱི་  
དབང་བསྐྱེད་རོ། ཞེ་ན་མོ་བླ་གཤམ་ཏེ། ཡུལ་རི་མི་  
ཏ་ཡུ་ཡུ་རྩོན་སུ་བི་ནི་བྱི་ཏ་ཏེ་རྩོ་རྩོ་ཡ། ཏ་བླ་གཤམ་ཏ་

ཡ། ཡཱ་རྟེ་སུམ་བྱུང་ཡ། རྟེ་ལ། ཡོ་ཕྱེ་ཕ་  
ཏྱ། མཐུ་ཕྱེ། ཡ་པ་རི་མི་རྟེ་ཕྱེ། ཡ་པ་རི་མི་རྟེ་  
ཕྱེ་རྟེ་ར་སྟེ་ཕྱེ་ར་ཕྱེ་རྟེ། ཡོ་སུ་ར་སྟེ་ར་ཕྱེ་  
ཕྱེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་  
ཡ་པ་རི་ཕྱེ་རྟེ་རྟེ། ཡོ་ཡ་ཕྱེ་རྟེ་རྟེ་ཕྱེ་ཕྱེ་ཕྱེ་  
ཆེ་མི་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་  
རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་  
མཐུ་ཕྱེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་  
རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་  
རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་  
རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་

རྩེའི་རྒྱལ་མཐུ་སོགས་ཀྱིས་ཤིས་པ་བརྗོད་པར་བྱའོ།།

༼གསོན་གཤིན་ལག་འབྲལ་གཙོད་པའི་སྟོ༽  
བཙོས་བཞུགས་སོ།།

༥། སྐབས་སེམས་སྤྱི་མཐུན་བྱ། མི་བསྐྱོད་པའི་རྒྱུ་ཁྱེད་ནི། གཞན་པར་  
སེམས་བསྐྱེད་མངོན་པར་དགའ་བའི་ཞིང་། ཐེག་  
ཆེན་སྟོབས་ལྡན་རྒྱལ་སྤྲུལ་སྤྲུང་པའི་བྱིར། །ཅུ་བའི་  
སྤྱི་མ་རྩེ་རྩེ་མི་འབྲུགས་པ། །སངས་རྒྱས་བྱུང་  
སེམས་རྒྱ་མཆོའི་ཆོགས་ལ་འབྲུལ། །སྤྱི་མའི་  
ཐུགས་རྩེའི་འོད་ཀྱི་ཕོག་པ་ལས། །བདག་གྱུང་མི་

འབྲུག་པ་མགོན་པོའི་སྐར་གྱུར་ཏེ།      །གནས་གསུམ་  
ཡི་གེ་གསུམ་གྱི་རྒྱས་བཏབ་ཅིང་།      །སེམས་དཔའ་  
གསུམ་བརྩེགས་བྱུགས་ཀའི་འོད་ཟེར་གྱིས།      །  
ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་མ་ལུས་  
དང་།      །བྱད་པར་སྤྱིད་པ་བ་དོའི་འགྲོ་བ་རྣམས།      །  
ངན་སོང་གསུམ་ནས་ཡིད་ཅན་མ་ལུས་པ།      །མདོན་  
པར་དགའ་བའི་ཞིང་དུ་འདྲེན་པ་ཡིས།      །བྱུགས་རྗེ་  
འཕྱིན་ལས་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་གྱུར།      །ཆོས་ཉིད་  
མཉམ་པ་ཉིད་ལས་མ་གཡོས་ཀྱང་།      །བྱུགས་རྗེས་  
གཏན་དུ་སྤྱད་ངན་མི་འདའ་ཞིང་།      །ཕྱིན་ལས་རྣམ་



བཞིས་འགོ་བའི་དོན་མཛད་པའི།      །བཅོམ་ལྡན་མི་  
འབྲུག་ས་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །ན་མོ་རྩ་ཏུ་ཡུ་ཡ།  
ཨོྲི་ཀོ་ཀའི་ཀོ་ཀའི།      སོགས་དང་།      ཨ་ཁྱོ་བྱ་སོགས་ཇི་ཙམ་  
བཟུམ་མཐར་སྟོང་འགྱུར་བཅོང་།      ན་མོ།      སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་  
བདེན་པ་དང་།      ཆོས་ཀྱི་བཀའ་ཟེ།      །དག་འདུན་གྱི་  
བཀའ་ཟེ།      །ལས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་རྒྱན་གཅོད་  
པའི་བཅོམ་ལྡན་འདས་མི་འབྲུག་ས་པའི་དགྱིལ་  
འཁོར་ཆེན་པོའི་ལྷ་ཆོག་ས་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་ཟེ།      །  
གསང་སྤྲགས་དང་།      རིག་སྤྲགས་དང་།      གཟུངས་  
སྤྲགས་དང་།      སྟོང་པོ་དང་།      ཕྱག་རྒྱ་དང་།      ཉིང་རེ་

འཇིན་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་བདེན་པ་དང་། བདེན་པ་ཡང་  
དག་པ་དང་བདེན་པ་ཆེན་པོ་འདིའི་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་  
གྱིས། འཇིག་རྟེན་འདི་ནས་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་རྒྱ་  
སོང་བ་ཆེ་གེ་མོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཁམས་གསུམ།  
རིགས་ཐུག སྤྱིད་པ་བར་མ་དོར་གར་གནས་ཀྱང་  
སྐད་ཅིག་ཡུད་ཙམ་ཅིག་ལ་འདིར་བྱག་ཅིག ཅིས་ལན་  
གསུམ་གྱིས་སྒྲ་འགྲགས། གཤིན་པོའི་སྤྲུལ་པའི་ཚུལ་བྱས་འདི་སྐད་དོ། གྱི  
ཆེ་སྒྲོན་ལས་ཀྱི་བྱོད་དང་ང་། སྒྲོན་ལམ་འབྲེལ་བའི་  
བཏབ་གཅིག་འཇོམས། སྒྲོ་བྲོས་འདུན་པ་དོན་  
གཅིག་བྱས། བས་ནོར་ལོངས་སྤྱོད་ལྷན་གཅིག་

སྤྱོད། །འབྲལ་བར་མི་མོད་བཟོད་སྒྲག་མེད། །ད་  
རུང་འགྲོ་འདུག་གང་བྱས་ཀྱང་། །བྱོད་དང་སྟོན་  
གཅིག་མ་གཏོགས་པ། །སོ་སོར་བྲལ་བ་ག་ལ་  
རུས། །དེ་ནས་གསོན་པོའི་རྗེས་དོན་ནི། །སྟོན་ཆད་དེ་ལྟར་ཡིན་  
མོད་ཀྱང་། །ཕྲལ་རྒྱུན་ངན་པའི་དཀྱིལ་བྱོད། །སྟོག་  
ལུས་དབང་ཐང་སྤྱང་རྟ་ཉམས། །འཆི་བདག་གཤེན་  
རྗེ་ལག་རྟ་ཚུད། །བདག་ནི་དགོན་མཆོག་གསུམ་  
གྱིས་སྐྱབས། །ཆོ་སྟོག་ཀ་བ་མ་གཡེ་ཞིང་། །དབང་  
ཐང་མདུང་ལ་གས་ཆག་མེད། །སྤྱང་རྟའི་གྲལ་ལྷམ་  
མཞིག་པས། །ལུས་གྱི་མཁར་ནི་ལོ་བརྒྱའི་བར། །

ཞིག་རལ་མེད་པར་ཐག་ཆོད་པས། བྱིད་དང་

གྲོགས་པའི་རང་དབང་མེད། །དེ་ནས་རང་གི་དཔང་པའི་ཚུལ་དུ་

བྱེད་དེ་རྫོང་འདེབས་དང་མཚམས་གཅོད་ནི། ཟན་ཆང་ཟས་རྣམས་ཨོྩ་ཨྩུཾ་རྩུཾ་

ལན་གསུམ་གྱི་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས། བདེ་གཤེགས་བཞིའི་མཚན་དང་ཁ་འབར་མའི་

སྒྲགས། ཨོྩ་ཨྩུ་ཀ་རོ་ལན་གསུམ་གྱིས་འབྱུང་པོ་སློག་གཅོད་པའི་བགོགས་

རྣམས་ལ་བསྟོ། མཆོད་སྦྱོན་གྱི་གཏོར་མ་འདོད་པའི་ཡོན་

ཏན་ལྟ་དང་ལྟན་པ་འདི་ཉིད། འཇིག་རྟེན་འདི་ནས་

འཇིག་རྟེན་ཕ་རོལ་ཏུ་སོང་བ་ཆེ་གོ་མའི་འདི་ཉིད་གྱི་ཆོ་

སློག་ལ་ལན་ཆགས་པའི་ལྟ་འདྲའི་འཁོར་དང་བཅས་

པ་རྣམས་ལ་འབྱུལ་ལོ། ཆོམ་ཞིང་དགེས་པར་མཛོད་

ལ། དཔྱིན་ཆད་ལྟ་འདྲའི་འདྲ་ཆོགས་པ་བྱེད་  
ནམས་ཞེ་སྒྲ་དང་གདུག་རྩུབ་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་ངན་པ་  
ཐམས་ཅད་ཞི་ནས་ཆོ་ལས་འདས་པ་ཆེ་གོམོ་འདི་ཉིད་  
ཀྱིས་གཙོས་པའི་སྐྱེ་འབྱེ་སེམས་ཅན་དུ་གྱུར་པ་  
ནམས་ལ་གཞོན་ཅིང་འཆོ་བ་ལས་བསྒྲེག་སྟེ་བྲག་པ་  
མེད་པའི་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་རྒྱད་ཡོངས་སུ་གང་ཞིང་ཕན་  
འདོགས་པའི་བྱང་རྩུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་གནས་ནས་ནམ་  
པར་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་འཇུག་པར་  
གྱུར་ཅིག །སྦྱིན་པ་རྒྱ་ཆེན་སོགས་བརྗོད། བསྐྱར་བཏང་། ཆོ་འདས་  
བས་བསྒྲུབ་ཆབ་སྒྲུན་ལ། ཨོྃ་སྤྱ་བྱ་ཕ་བི་ཤུཾ་མཐ་རྒྱམ་སྤྱ་

བྱ་ཕ་བི་ཤུངྩེ་ཉུངྩེ། ལན་གསུམ། བ་མསྐལ་བ་ཏ་བྱ་ག་ཏ་བྱེ་  
བི་ཤུ་ཤུ་བི་བྱེ་སའ་བྱ་བི་ཡུ་རྒྱ་ཏེ་སྤ་ར་ཏ་ཨི་མམ་ག་  
ག་ན་བི་སྤྱུ་རྒྱ། ལན་གསུམ། ཨོྩ་བཏྩ་ཨ་མི་ཏ་ཀུ་ལི་ཏ་  
བ་ཏ་བ་ཏྩ་ཕུ། ལན་གསུམ། བ་མསྐལ་བ་ཏ་བྱ་ག་ཏ་ཨ་  
ཕ་ལེ་གི་ཏ། ཨོྩ་སམྱ་ར་སམྱ་ར་ཏྩ། ལན་གསུམ། ཨོྩ་  
རྩོ་བ་ཨ་ཕ་ལེ་གི་ཏ། བ་མསྐལ་མཆྱ་སྤ་ར་བ་ར་སྤི་སམྱ་  
བ་ས་མ་ཡ། མརྒྱ་མ་ཁི། དུ་དུ་དུ་དུ། ཅི་ད་ཡ་ནི་རྩ་  
ལ་ནི་ཏྩ། ལན་གསུམ། བ་མསྐལ་མཆྱ་བཏྩ་ཏྩ། ག་ཏེ་ཤུ་  
རི་ཤུ་བཏྩ་ཏེ་མརྒྱ་ས་མ་ཡ་སྤྱུ། ལན་གསུམ། རྩོ་ལན་  
གསུམ་ག་ཨོ་བ་ནི་ད་དྲི་ལ་སི་ལ་བཅས། ཉོ་བ་ཅི་ག་ཆེ་འདས་རི་གས་

གྱི་བུ། །གུར་ཁང་འདི་ནི་སྐྱབས་གྱི་མཁར། །དར་  
བབ་འདི་ནི་གྲང་བའི་སྐྱབས། །ག་དུག་ས་ཁུང་འདི་ནི་  
ཚད་པའི་བསེལ། །སློག་ཤིང་འདི་ནི་སྐྱའི་རྟེན། །  
མཚན་བྱང་འདི་ནི་གསུང་གི་རྟེན། །མེ་ལོང་འདི་ནི་  
སེམས་གྱི་རྟེན། །རྣམ་ཤེས་རྟེན་དུ་འཕན་དར་  
བརྒྱད། །དྲི་མ་འདི་ནི་གོས་གྱི་རྟེན། །ཉི་དུ་འདི་ནི་  
སྤར་གྱི་བཤེས། །མར་མེ་འདི་ནི་གསལ་ལ་བའི་  
ལོད། །པརྒྱ་འདི་ནི་སྤྲོད་པའི་སྟུན། །བཟའ་བཅའ་  
བལྟ་ག་གཞིབ་བས་གྱི་དོན། །འཇོན་པ་མེད་པ་ལོངས་  
སྤྲོད་ཅིག །ཅེས་བསྟོལ། །ཉོན་ཅིག་ཆོ་འདས་རིགས་གྱི་



བུ། ཁྱོད་སེམས་དུག་ལྔའི་དབང་སྔོང་བས། །  
དུག་ལྔའི་ལས་གྱིས་ཁྱོད་རེ་བསྐྱས། ཁྱོད་ལྔའི་  
ལས་གྱིས་ཁྱོད་རེ་བཀོལ། ཁྱོད་ལྔ་སྔོངས་ཞིག་  
རིགས་གྱི་བུ། ཁྱོད་ལྔའི་ལས་གྱི་རྣམ་སྒྲིལ་གྱིས། །  
འཁོར་བའི་གནས་སུ་སྐྱེ་བ་ཡིན། འཁོར་བའི་  
གནས་ནི་ཉོན་རེ་མོངས། ཉོན་མོངས་འཁོར་བའི་  
གནས་ཤེད་ན། ཁྱོད་གྱི་ཕ་མ་ང་ཡིན་ཟེར། ཁྱོད་གྱི་  
ཉེ་དུ་ང་ཡིན་ཟེར། ཁྱོད་གྱི་གཉོན་བཤེས་ང་ཡིན་  
ཟེར། ཁྱོད་གྱི་ཟླ་བྲོགས་ང་ཡིན་ཟེར། འོ་དོད་ལྔ་  
ལྔ་འབོད་པ་འོང། དེ་ལ་སྐྱད་ལན་མ་གྱིན་ཅིག །

དེ་ལ་ཕྱི་མི་ག་མ་བལྟ་ཞིག། །གཉེན་བཤེས་ནོར་ལ་མ་  
ཆགས་པར། །མི་བསྐྱོད་འཁོར་དང་བཅས་པ་ལ། །  
དད་པའི་སེམས་གྱིས་ཕྱག་འཆོལ་ལ། །མགོན་པོ་  
ནུམས་ལ་སྐྱབས་གསོལ་ཞིག། །ཞེས་པའི་བར་བཛོད། །ཀྱི་  
ཆེ་འདས་རིགས་ཀྱི་བྱ་བྱེད་ཉོན། །དང་པོ་གསོན་  
པོའི་དུས་ཅན། །སྡོན་གྱི་སྡོན་ལམ་དབང་བཅན་  
པས། །བབང་པོ་རིགས་རྒྱུད་ལྡན་པའི་བྱ། །དབང་  
པོ་ལྡ་ཆང་བསོད་ནམས་ལྡན། །དཔེ་བྱེད་ལྟར་མཛེས་  
ཕུན་སྦྲུལ་ཆོགས། །ཞིམ་དགའི་བས་དང་ལྷོ་དགའི་  
གོས། །བྱམས་དགའི་གཉེན་དང་ཡང་དག་ལྡན། །

བདེ་སྐྱིད་སྐྱིད་དགུ་སྒྲིན་པར་བྱེད། །དེ་ཆེ་འདས་  
གཤེན་པོའི་བྱ། །ཞིམ་པ་དགུའི་བས་དང་བྲལ། །ངོ་  
བ་དགུ་ཡི་གོས་དང་བྲལ། །བྱམས་པ་དགུ་ཡི་གཉེན་  
དང་བྲལ། །དབང་པོ་ལྟ་འགགས་བསོད་ནམས་  
ཉམས། །བདེ་ཞིང་སྐྱིད་པའི་ལ་ཡང་བརྒྱལ། །ཁྱ་  
ངན་སྒྲུས་ངག་མཆོ་ཡང་རྫོལ། །མི་རྟག་སྐྱུ་མའི་  
དབང་དུ་སོང་། །ཡུང་པོ་རང་ལུས་བོར་ནས་  
བཞག །སྒྲིའི་གཤེད་པའི་འདྲེ་ཡི་བྱེད། །ཡིད་ནི་  
ཡུང་པོའི་ཡུལ་ལ་ཆགས། །སེམས་ནི་འཛིག་རྟེན་  
འཁོར་བར་འབྱམས། །ད་ལྟ་གཤེན་ཡུལ་གནས་པ་

དེ། །ཤུལ་མེད་དུར་ག་ཤེད་བྱེད་པ་ལ། །དབྱུང་  
མཁན་བདག་གིས་སྤྱད་བས་རྣམས། །ཁྱོད་ལ་རྫོང་  
དང་སྐལ་འདི་འདེབས། །ཀྱི དབྱུང་མཁན་སྤྱིད་  
པའི་རྒྱལ་པོ་ཡིས། །མཐུན་པའི་རྫས་དང་ཡས་  
བསགས་ནས། །སྤྱིད་པ་ལས་ཀྱི་རྫོང་འདེབས་ན། །  
བྱ་དང་ཆ་ལ་མ་གཞོད་ཅིག །ཞོར་དང་གཡང་ལ་མ་  
གཞོད་ཅིག །ཡོན་བདག་རྣམས་ལ་ཕན་པར་ཞོག །  
ཁ་སྤང་ཁ་ཅི་ཉི་མ་ལ། །མོ་བཙུན་དེ་ཅི་ཉི་མ་བྱེར། །  
ཉི་མ་དེ་ཅི་རྒྱུང་ལ་ཞི། །ཟླ་བ་དེ་ཅི་བེར་ལ་ཞི། །  
གཟའ་དང་སྐར་མ་ངན་པ་ཞི། །བདུད་ཀྱི་དེ་ཅི་ཞོག་

ལ་འགྲམ།      །བལྟ་བའི་དེ་ནི་མིག་གུང་ལོང་།      །  
གདུང་བའི་དེ་ནི་རྒྱ་ཡང་ཆག      །མིང་པོ་བྱིད་ནི་ཤི་བ་  
ཡིན། །ད་ནི་ཤི་འགབ་བཅད་པ་ལ། །ཤི་བའི་གཤེན་  
འདྲེ་མནན་པའི་ཕྱིར། །སྤྱིད་པའི་དཔྱད་མཁན་རྒྱལ་  
པོ་ངས། །གཏོར་གླུད་འདི་ཡིས་ལྟ་འདྲེ་ཆོད།      །  
དཔྱད་མཁན་བདག་ལ་དམ་བཅས་ཤིང་། །གཤེན་  
པོ་བྱིད་ལ་རྫོང་འདེབས་གྱིས། །ཤི་མིག་གསོན་ལ་  
མ་ལྟ་ཅིག །གཤེན་ལག་གསོན་ལ་མ་འབྲལ་ཅིག །  
ཤི་སེམས་གསོན་ལ་མ་ཆགས་ཅིག །དཔྱད་མཁན་  
བདག་གི་བཀའ་ཉོན། །རྫོང་འདེབས་འདི་བྱིར་ཆོམ་

པར་མཛོད། བྱིན་ཆད་གཞོད་པ་མ་བྱེད་ཅིག །ལན་  
ཆགས་ཤེས་ཞི་བ་དང་། བྱིད་ཀྱི་བསམ་པ་ཚྲོགས་  
པར་ཞོག །ཀྱི གསོན་ཤི་གཉིས་ཀ་ང་ལ་ཉོན། །  
སྤྱོན་ཆད་མཐུན་པར་གྲོགས་ན་ཡང་། །དེ་ལྟར་བྱེད་  
འགྲོ་སྤྱོད་ཀྱི། །ཞེན་ཆགས་བྱས་ཀྱང་ཕན་མི་བྲོག །  
གཤེན་ཡང་གསོན་ལ་མ་ཆགས་ཅིག །གསོན་ཡང་  
གཤེན་ལ་མ་ཞེན་ཅིག །གཅིག་མིག་གཅིག་ལ་མ་  
བལྟ་ཅིག །གཅིག་སེམས་གཅིག་ལ་མ་ཆགས་  
པར། །དེ་ལྟར་ལ་ཐག་བྱས་ཆོད། །ཨོྲཱ་ཀ་  
ནི་ཁྱི་ཀ་ནི་ཨྲཱ་བྱ་ལ་མཐུ་ལ་མཐུ་ལ་ཡེ་སྤྱུ་རྒྱ། ཅེས་ལན་

གསུམ་བཟོད་ལ་སྐྱད་པ་དཀར་ནག་མཚམས་ནས་མཚོན་ནམ་མེས་བཅད།      འདི་  
ནས་ཤར་གྱི་ཕྱོགས་རྩལ་ན།      །མདོན་པར་དགའ་  
བའི་ཞིང་ཁམས་ན།      །རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་མི་  
འབྲུགས་པ།      །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་འཁོར་དང་  
བཅས།      །སྤྱིད་པའི་སྐྱག་བསྐྱལ་ཀུན་ལས་གྲོལ།      །  
ཞིང་གི་ཡོན་ཏན་བསམ་མི་བྱབ།      །སུ་ཞིག་དེ་ཡི་  
མཚན་འཛིན་ཅིང་།      །དམིགས་པ་མེད་པའི་སེམས་  
ཀྱིས་སྟ།      །བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ན།      །  
ཞིང་མཆོག་དེ་རུ་སྐྱེ་བར་གསུངས།      །ཆོ་འདས་  
རིགས་ཀྱི་བུ་བྱོད་ཀྱང་།      །མི་འབྲུགས་པ་ཡི་མཚན་



བཟུང་ཞིང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་  
 ཀྱིས། ཞིང་མཆོག་དེ་རུ་འགྲོ་བར་གྱིས། དཀོན་  
 མཆོག་རིན་ཆེན་ལས་བྱུང་བ། དཀོན་མཆོག་རིན་  
 ཆེན་དཔལ་ཞིང་དུ། རིན་ཆེན་སྤེང་བ་རྣམ་དག་  
 པ། ཆོག་ས་ཀྱི་ལམ་དང་སྦྱོར་བའི་ལམ། མཐོང་  
 བའི་ལམ་དང་སྒྲེམ་པའི་ལམ། རྣམ་པར་དག་པའི་  
 ལམ་དག་ལ། བརྟེན་ནས་སྒྲིབ་པ་ཀུན་སྦྱངས་  
 ཏེ། འཕགས་པའི་ལམ་དེར་བསྐྱོད་པར་ཤོག། །  
 སྐྱོ་ཆེ་བསྟོན་པ་བསྐྱེད་ཆེན་འབྱུང་ཕྱག་བརྩ། །  
 མངོན་དགའི་ཞིང་དུ་རྫོངས་ཤིག་མི་འབྲུགས་

མགོན། །ཞེས་པའི་མཐར་བསྡེ་སྒྲོན་གྱིས་མཐར་ཁྱེན་པར་བྱའོ།།

གཤེན་པོར་ཟས་གཏང་བྱ་ཚུལ་ནག་འགྲོས་སུ་བཀོད་པ་  
བཞུགས་སོ།།

༥ མ་ནམ་བཞི་སྐོར་ལན་གསུམ་གྱི་རྗེས་སུ། འཇིག་རྟེན་དབང་  
ཕུག་ཕུགས་རྗེའི་རྒྱབས་འཕྲེང་དབུས། རྒྱལ་ཀུན་  
མཁྱེན་བཙུངའི་འདབ་སྟོང་རྒྱས་པ་ལ། །ཕན་བདེའི་ངོ་  
བསྐྱེད་ཅི་ཡང་སྟོབའི་གཉེན། །ངག་དབང་རྣམ་  
རྒྱལ་༥ །མཁྱེན་པས་མ་རིག་སྤུན་པའི་ཆོགས་  
འཇོམས་ཤིང་། །བཙུང་བས་གཞན་དོན་ཡལ་བར་མི་

འདོར་བར།      ཁྱུ་ས་པས་བདུད་དཔུང་འཛམ་ས་བྱེད་  
ལྷ་ཡི་ལྷ།      འངག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་ཞབས་ལ་གསོལ་  
བ་འདེབས།      ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་འཁོར་བ་  
ལས་སྒོལ་ཕྱིར།      འཆི་མེད་རྫོང་རི་སྐུ་མཆོག་རབ་  
བརྟེས་ནས།      བློན་ལས་རྣམ་བཞིས་འགྲོ་བའི་དོན་  
མཛད་པའི།      ཇི་སྲིད་འཆོ་ཞིང་གཞེས་པར་གྱུར་ཅིག་  
གུ།      ཁྲི་མ་སྐུ་ཁམས་བཟང་བར་གསོལ་བ་  
འདེབས།      མཆོག་ཏུ་སྐུ་ཆོ་རིང་བར་གསོལ་བ་  
འདེབས།      འབྲིན་ལས་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་གསོལ་  
བ་འདེབས།      ཁྲི་མ་དང་འབྲལ་བ་མེད་པར་བྱིན་

གྲིས་རྫོབས།    གྲི་འགོ་སྐྱབས་སེམས་ནི།    སངས་རྒྱས་ཆོས་  
དང་ཆོགས་གྲི་མཆོག་རྣམས་ལ།    །སོགས་ལན་གསུམ།  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་  
ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག    །སོགས་ལན་གཅིག    །ལྟོ    མ་ལུས་  
སེམས་ཅན་ཀུན་གྲི་མགོན་གྱུར་ཅིང་།    །བདུད་སྡེ་  
དཔུང་བཅས་མི་བབ་འཛུལ་མཛད་ལྟ།    །དངོས་  
རྣམས་མ་ལུས་ཇི་བཞིན་མཁྱེན་གྱུར་པའི།    །བཅོམ་  
ལྡན་འཁོར་བཅས་གནས་འདིར་གཤེགས་སུ་  
གསོལ།    །མགོན་པོ་འདིར་ནི་བྱོན་པ་ལེགས།    །  
བདག་ཅག་བསོད་ནམས་སྐལ་བར་ལྡན།    །བདག་

གི་མཆོད་ཡོན་བཞེས་ནས་གུང་། །འདི་ཉིད་དུ་ནི་  
བཞུགས་སུ་གསོལ། །ཨོྫེ་གུ་རུ་སའ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་པ་  
ཕ་ར་སང་ཀ་ར་མརྒྱ་སང་ཀ་ར་མརྒྱ་ཨ་ཁྱོ་པ་རྩོཾ་  
སྒྲཱ། ཇི་ལྟར་བལྟམས་པ་ཅོམ་གྱིས་ནི། །ལྷ་རྣམས་  
ཀུན་གྱིས་བྱས་གསོལ་ལྟར། །དེ་བཞིན་དག་པ་ལྷ་  
ཡི་ཁྱ། །དག་པ་ཡིས་ནི་སྐྱབས་གསོལ། །ཨོྫེ་གུ་རུ་  
སའ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་མརྒྱ་པ་རྩོཾ་པ་རྩོཾ་སྒྲཱ། བདག་དང་  
འགོ་ལ་ཐུགས་བརྩེ་འཕྱུང་། །ཉིད་ཀྱི་རྩ་འཕྱུལ་མཐུ་  
ཡིས་ནི། །ཇི་སྤྱད་མཆོད་པ་བདག་བཞུད་ན། །དེ་  
སྤྱད་བཅོམ་ལྡན་བཞུགས་སུ་གསོལ། །ཨོྫེ་གུ་རུ་

སཐ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་པ་རྩ་ཀུ་མ་ལ་ཡེ་སྟྲ། ། ཆོས་ཉིད་  
མཉམ་པ་ཉིད་ལས་མ་གཤེས་གུང་། ། རྒྱགས་རྗེས་  
ག་ཏ་ན་དུ་ཐུ་ངན་མི་འདའ་ཞིང་། ། བྲིན་ལས་རྣམ་  
བཞིས་འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་པའི། ། བཙུམ་ལྡན་མི་  
འབྲུགས་པ་ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ། ། བཟོ་རྩུ་ཏུ་ཡུ་ཡ།  
ཨོྲཱི་ཀཱི་ཀཱི་ཀཱི་ཀཱི། རེ་ཅན་རེ་ཅན། ཏུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ།  
ཏུ་ས་ནི་ཏུ་ས་ནི། བྲ་ཏི་ཏུ་ན་བྲ་ཏི་ཏུ་ན། སཐ་ཀམ་པ་  
རྩེ་པ་རྩེ་མི་མེ་སཐ་སཏུ་ན་ཉུ་སྟུ་རྩེ། ། ཞེས་པ་ཉིད་གཅིག་ལས་མི་  
ཉུང་བར་བཞུས་མཐར། སྟོང་འགྱུར་བཟོང་། རོར་བྲིལ་འཛིན་ཏེ། བཟོ་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་བདེན་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་

བཀའ་། །དག་འདུན་གྱི་བཀའ་། །ལས་གྱི་སྒྲིབ་པ་  
ཐམས་ཅད་རྒྱུན་གཙོད་པའི་བཙེམ་ལྡན་འདས་མི་  
འབྲུགས་པའི་དགྱིལ་འཁོར་ཆེན་པོའི་ལྟ་ཆོགས་  
རྣམས་གྱི་བཀའ་། །གསང་སྤྲགས་དང་། རིག་  
སྤྲགས་དང་། གཟུངས་སྤྲགས་དང་། སྦྱིང་པོ་དང་།  
ཕྱག་རྒྱ་དང་། ཏིང་ངེ་འཛིན་རྣམས་གྱི་བཀའ་བདེན་  
པ་དང་། བདེན་པ་ཡང་དག་པ་དང་བདེན་པ་ཆེན་པོ་  
འདིའི་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་གྱིས། འཇིག་རྟེན་འདི་ནས་  
འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ཏུ་སོང་བ་ཆེ་གེ་མོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
ཁམས་གསུམ། རིགས་རྒྱུག །སྦྱིང་པ་བར་མ་དོར་



གར་གནས་ཀྱང་སྐད་ཅིག་ཡུད་ཙམ་ཅིག་ལ་འདིར་

བྲུག་ཅིག      །ཅེས་བདེན་བརྗོད་དགུག་གཞུག་ལན་གསུམ་བུའོ།      །བར་དོའི་

སེམས་ཅན་གྱི་བར་གསུང་པས་བས་སྒྲིའི་གསུང་དུད་སྒྲུང་།      ཉེ་དུ་སོགས་གྲིས་

གཤེན་པོ་དེ་ཉིད་སྒྲོན་དགའ་བའི་བས་སྒྲོམ་གྲིས་གཙོས་པའི་བཟའ་བཅའ་བལྟག་གཞིབ་

གྱི་རིགས་སྒྲ་གང་འདྲོམས་བཤམས་ལ་ཆབ་སྒྲན་ཏེ།      ཨོྲེ་སྤྱ་བྱ་ཕྱ་བི་

ཤུཾ་སའ་རྒྱམ་སྤྱ་བྱ་ཕྱ་བི་ཤུཾ་ཉུཾ།      ལན་གསུམ།      བ་

མསྒྲའ་ཏ་བྱ་ག་ཏ་བྱུ་བི་ཤུཾ་ཤུཾ་བྱུཾ་སའ་བྱུཾ་ཤུཾ་ཏེ།

སྤྱ་ར་ཏ་ཨོྲེ་མམ་ག་ག་ན་ཤི་སྤྱུ།      ལན་གསུམ།      ཨོྲེ་

བརྗོད་ཨོྲེ་ཏ་ཀྱུཾ་ལི་ཏ་ན་ཏ་ན་ཏུ་ཕྱེ།      ལན་གསུམ།      བ་

མསྒྲའ་ཏ་བྱ་ག་ཏ་ཨོྲེ་ཕྱ་ལི་གི་ཏེ།      ཨོྲེ་སྤྱ་ར་སྤྱ་ར་

རྩྱུ་ ལན་གསུམ། ཨོྫོན་ཨ་ཕ་ལོ་གི་ཏེ། བ་མསྐམརྩྱུ་  
སྐུ་ར་ན་ར་སྐུ་སྐུ་བ་ས་མ་ཡ། མརྩྱུ་མ་ཁི། དུ་རུ་དུ་  
རུ། ཅི་ད་ཡ་ནི་རྩྱུ་ལ་ནི་རྩྱུ། ལན་གསུམ། བ་མསྐམརྩྱུ་  
བརྩྱུ་རྩྱུ། ག་ཏེ་ཤ་རི་ཕ་བརྩྱུ་རྩྱུ་ཏེ་མརྩྱུ་ས་མ་ཡ་སྐུ་རྩྱུ།  
ལན་གསུམ། རོ་རྩྱུ་ལན་གསུམ་གཡོ་བ་ཞིང་རིལ་སིལ་བཅས། ཉོན་ཅིག་ཆོ་  
འདས་རིགས་ཀྱི་བྱ། །གུར་ཁང་འདི་ནི་སྐུ་བས་ཀྱི་  
མཁར། །དར་ཟབ་འདི་ནི་གང་བའི་སྐུ་བས། །  
གདུགས་ཆུང་འདི་ནི་ཆད་པའི་བསིལ། །སྒོ་ག་ཤིང་  
འདི་ནི་སྐུ་འི་རྩྱུ་། །མཆོན་བྱང་འདི་ནི་གསུང་གི་  
རྩྱུ་། །མེ་ལོང་འདི་ནི་སེམས་ཀྱི་རྩྱུ་། །རྣམ་ཤེས་

ཉེན་དུ་འཕམ་དར་བརྒྱད།      གྲི་མ་འདི་ནི་གོས་གྱི་  
ཉེན། ཉེ་དུ་འདི་ནི་སྒར་གྱི་བཤེས། ཁར་མེ་འདི་ནི་  
གསལ་བའི་འོད། ཡུལ་འདི་ནི་སྤྲོད་པའི་སྟོན། །  
བཟའ་བཅའ་བལྟ་ག་གཞིབ་བས་གྱི་དོན། འཇོན་པ་  
མེད་པ་འོངས་སྤྲོད་ཅིག ཅེས་བསྟོའོ། ཉེན་ཅིག་ཆེ་  
འདས་རིགས་གྱི་བུ། བྱིད་སེམས་དུག་ལྔའི་དབང་  
སོང་བས། དུག་ལྔའི་ལས་གྱིས་བྱིད་རེ་བསྐྱུས། །  
དུག་ལྔའི་ལས་གྱིས་བྱིད་རེ་བཀོལ། སྤྱུག་ལྔ་  
སྤྲོངས་ཤིག་རིགས་གྱི་བུ། སྤྱུག་ལྔའི་ལས་གྱི་རྣམ་  
སྟོན་གྱིས། འཁོར་བའི་གནས་སུ་སྐྱེ་བ་ཡིན། །

འཁོར་བའི་གནས་ནི་ཉོན་རེ་མོངས།      ཉོན་མོངས་  
འཁོར་བའི་གནས་ཤེད་ན།      བྱིད་ཀྱི་ཕ་མ་ང་ཡིན་  
ཟེར། བྱིད་ཀྱི་ཉེ་དུ་ང་ཡིན་ཟེར། བྱིད་ཀྱི་གཉེན་  
བཤེས་ང་ཡིན་ཟེར། བྱིད་ཀྱི་ཟླ་བྲོ་གས་ང་ཡིན་  
ཟེར། འོ་དོད་ལྷང་ལྷང་འབོད་པ་འོང་། རྟེན་ལ་སྐྱད་  
ལན་མ་བྱིན་ཅིག རྟེན་ལ་བྱི་མིག་མ་བལྟ་ཞིག །  
གཉེན་བཤེས་ལོར་ལ་མ་ཆགས་པར། མི་བསྐྱོད་  
འཁོར་དང་བཅས་པ་ལ། རྟེན་པའི་སེམས་ཀྱིས་  
ཕྱག་འཆོལ་ལ། མགོན་པོ་རྣམས་ལ་སྐྱབས་  
གསོལ་ཞིག ཅེས་དང་། ཆོས་བཤད་པ་ནི། ན་མོ་མཐུ་མུ་ང་

ཡམ། ཆོས་ཀུན་སྐྱེ་མ་ལྟ་བུར་བྱགས་ཆུང་པས། །མ་  
དག་སྐྱེ་མ་ལས་གྲོལ་དག་པ་ཡི། །སྐྱེ་བཞེས་སྐྱེ་  
མའི་འགོ་བ་འདྲན་མཛད་པའི། །འདྲན་མཛད་སྐྱེ་  
མའི་སྐྱེ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི། །སྐྱེ་མའི་ལུས་ཅན་  
མགོན་པོ་བྱིད་གྱིས་ནི། །སྐྱེ་མས་བསྐྱེས་པའི་བདག་  
སོགས་སེམས་ཅན་རྣམས། །སྐྱེ་མའི་སྦྱང་བས་བསྐྱེ་  
བར་མི་འགྱུར་ནིང་། །སྐྱེ་མ་རང་དོ་ཤེས་པར་བྱིན་  
གྱིས་སྒྲོ་བས། །ཞ། བར་དོར་བར་དོ་ཡིན་པ་ཤེས་  
པའི་ཆོ། །རང་ལུས་སྐྱེ་བསྐྱོམ་དེ་ནས་འོད་གསལ་  
བསྐྱོམ། །སྒྲུར་ཡང་བྱང་འཇུག་ཉིད་དུ་བསྐྱོམས་པ་

ཡིས། །དག་པའི་སྒྲུ་ལུས་འཆར་བར་ཟེ། །རི་ཉིལ་གྱི་  
མཚོ་འཚོལ་དང་ནགས་ཚལ་བསྐྱེགས། །དུས་  
མཐའི་སྤྱང་ཆེན་ལངས་པ་ལྟ་བུའི་སྒྲ། །འབྲུག་སྟོང་  
དུས་གཅིག་ལྡིར་བ་ལས་འཛིགས་ཆོ། །ཆོས་ཉིད་  
རང་སྒྲར་ཤེས་པར་ཟེ། །ཁ་དོག་ལྟ་ལྟན་འོད་ཟེར་  
འབྲུག་ཅིང་འབར། །འོད་དང་ཐིག་ལེ་ཐིག་སྒྲན་ལྟ་བུ་  
ལས། །འཛིགས་པའི་བྲོ་ཆོགས་རྒྱུ་བ་གསོད་སྒྲ།  
སྟོག་ཆོ། །རང་སྤྱང་ལྟ་བུ་ཤེས་པར་ཟེ། །འདོད་  
ཆགས་ཞེ་སྤྱང་གཏི་མུག་ལས་གྱུར་པའི། །དཀར་  
དང་དམར་དང་ནག་པོའི་གཅིང་གཡང་ལ། །རང་

ཉིད་ལྟུང་སྒྲུམ་རབ་ཏུ་འཛིགས་པའི་ཆོ། །རང་སྒྲུང་  
དག་ཏུ་ཤེས་པར་ཟེ། །གང་དུ་སྐྱེ་བའི་ལུས་གྱི་  
གཟུགས་གྲུབ་ཅིང་། །དཀར་དམར་སེར་དང་སྟོ་བ་  
ནག་པོའི་འོད། །ལྷ་མི་དུད་འགྲོ་ཡི་དྲགས་དཔྱུལ་བ་  
ཡི། །ལམ་ལྡེ་རིམ་བཞིན་ཤེས་པར་ཟེ། །གཞལ་མེད་  
ཁང་དུ་ལྷ་བུ་འདོད་སྟོད་དང་། །ངང་པ་བྱུ་མཆོག་ཏྲ་  
ཡིས་བརྒྱན་པའི་མཆོ། །ཁང་བབང་པ་མའི་འདུ་  
འཕྲོད་མཐོང་གྱུར་ན། །ཆགས་སྒྲུང་མིག་སེར་དག་  
པར་ཟེ། །སྒྲིང་དམར་ཆར་སྒྲིན་ཆ་གང་གིས་བདས་  
པས། །ཡུག་པ་གྲོག་པོ་སྟོང་དུ་ལ་སོགས་ཅུར། ། །



སྐྱབས་ཕྱིར་འཇུག་པའི་སྒྲུང་བ་བྱུང་བྱུར་ན།      ཁྱེ་  
གནས་ངན་པར་ཤེས་པར་ཟེ།      ཁྱོད་གཙོ་ཅོད་མ་དང་  
ལྷགས་ཀྱི་ཁང་བབྱང་མཐོང་།      །དགའ་བའི་ཡིད་  
ཀྱིས་གནས་དེར་འཇུག་སེམས་ན།      །རང་ངོ་ཤེས་  
ཤིང་འཇིགས་པ་མེད་པ་ཡིས།      །གནས་ངན་དེ་ལས་  
བསྐྱོད་པར་ཟེ།      །མངལ་དང་སྒྲོང་སྒྲེས་མིག་སེར་ཕྱག་  
དོག་དང་།      །བྱོད་གཤེར་ལས་སྒྲེས་བྱི་དང་དང་རོ་ལ་  
ཆགས།      །ཁུས་སྒྲེས་གནས་ལ་ཆགས་པ་སྒྲེས་པའི་  
ཆོ།      །ཆགས་སྒྲུང་སྒྲེད་པ་མེད་པར་ཟེ།      །ཕ་མ་ལ་  
སོགས་སྒྲེ་གནས་མཐོང་བའི་ཆོ།      །ཆགས་སྒྲུང་མེད་

ཅིང་སྒྲུ་མར་ཤེས་པ་དང་།      །གནས་ལུགས་རང་ངོ་  
ཤེས་པའི་དྲན་པ་ཡིས།      །ཞིན་མེད་མངལ་སྒྲིའིགས་  
པར་།      །གལ་ཏེ་མ་ཁེགས་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་ན།      །བདེ་བ་  
ཅན་དང་དགའ་ལྡན་མངོན་དགའ་འམ།      །འཁོར་  
ལོས་སྒྲུར་རྒྱལ་བུམ་ཟེའི་རིགས་དག་ཏུ།      །  
བསམ་མས་བཞིན་སྐྱེ་བ་ལེན་པར་།      །སྐྱེ་མ་ཐག་ནས་  
སྒྲིན་གྱི་གནས་དྲན་ཞིང་།      །ཐེག་ཆེན་ཆོས་ལ་སྦྱོང་  
པའི་སྐལ་བར་ལྡན།      །བརྩེ་བས་གཞན་དོན་འབའ་  
ཞིག་སེམས་བྱེད་ཅིང་།      །བརྩོན་པས་བྱང་ཆུབ་སྦྱར་  
དུ་འགྲུབ་པར་ཤོག།      །རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་པའི་

བྱིན་རྒྱ་བས་དང་།      །ཆོས་ཉིད་རང་བཞིན་རྣམ་པར་  
དག་པ་དང་།      །བདག་ཀྱང་བསམ་པ་རྣམ་པར་དག་  
པའི་མཐུས།      །ཇི་ལྟར་སྟོན་པ་དེ་བཞིན་འགྲུབ་པར་  
འོག།      །རྒྱལ་དབང་རྗེས་མཛད་པའོ། །མཆོམས་འདིར་བསྟོ་བ་བྱའོ། །གསུམ་པ་  
ལམ་སྤྱང་བ་ནི།      །འདི་ནས་ཤར་གྱི་ཕྱོགས་རེལ་ན།      །  
མངོན་པར་དགའ་བའི་ཞིང་ཁམས་ན།      །རྫོགས་པའི་  
སངས་རྒྱས་མི་འབྲུགས་པ།      །བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའི་འཁོར་དང་བཅས།      །སྤྱིད་པའི་སྤྱག་བསྐྱལ་  
ཀུན་ལས་གྲོལ།      །ཞིང་གི་ཡོན་ཏན་བསམ་མི་  
བྱབ།      །སྤྱིག་དེ་ཡི་མཆོན་འཛིན་ཅིང་།      །དམིགས་

པ་མེད་པའི་སེམས་གྱིས་སྟུ། བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་  
སེམས་བསྐྱེད་ན། ཞིང་མཆོག་དེ་རུ་སྐྱེ་བར་  
གསུངས། ཆོ་འདས་རིགས་གྱི་བུ་ཁྱོད་ཀྱང་། མི་  
འབྲུགས་པ་ཡི་མཆོན་བཟུང་ཞིང་། བྱང་ཆུབ་  
སེམས་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་གྱིས། ཞིང་མཆོག་དེ་རུ་  
འགྲོ་བར་གྱིས། ཞེས་དང་། བཞི་པ་ལམ་བསྟན་པ་ནི། དགོན་  
མཆོག་རིན་ཆེན་ལས་བྱུང་བ། དགོན་མཆོག་རིན་  
ཆེན་དཔལ་ཞིང་དུ། རིན་ཆེན་ཐོང་བ་རྣམ་དག་  
པ། ཆོགས་གྱི་ལམ་དང་སྦྱོར་བའི་ལམ། ལམ་ཐོང་  
བའི་ལམ་དང་སྦྱོམ་པའི་ལམ། རྣམ་པར་དག་པའི་

ལམ་དག་ལ།                      །བརྟེན་ནས་སྒྲིབ་པ་ཀུན་སྦྱངས་  
ཏེ།    །འཕགས་པའི་ལམ་དེར་བགྱོད་པར་ཞོག།    །  
སྐྱོ་ཆོ་བསྟོན་པ་བསྐྱེད་ཆེན་འབྱུང་ཕྱག་བཅུ།    །ཞིང་  
གི་ཁྱོན་དང་ཉན་ཐོས་བྱང་སེམས་ཀྱི།    །འདུས་པ་རྒྱ་  
མཆོའི་གཏིང་མཐའ་མི་མངོན་པའི།                      །འདྲེན་པ་  
མཉམ་མེད་ཕྱགས་རྗེའི་སྟུན་གྱིས་གཟིགས།    །སྐྱེ་བོ་  
ཉོན་མོངས་དུག་གིས་མགོ་ཕྱོངས་ནས།    །འགྲོ་དུག་  
བར་མ་དོ་རུ་འབྱུངས་པ་རྣམས།                      །དེ་རིང་ཉིད་དུ་  
ཕན་མཛོད་ཕྱག་རྒྱུངས་ལ།                      །མངོན་དགའི་ཞིང་དུ་  
རྫོངས་ཞིག་མི་འབྱུགས་མགོན།                      །དེ་ནས་ཆོ་རབས་མ་ལུས་

འདོན་པར་བྱའོ།

༼བསངས་གསུར་མཐུན་མོང་གི་མཆོད་པ་བཞུགས༽

ལྟོ སྐབས་སེམས་སྒོན་དུ་འགོ་ནས། སྤྱ་བྱ་ལྟ་བུ་དང་། སྒྲོང་པའི་  
ངང་ལས་སྐད་ཅིག་དྲན་ཇོགས་སུ། །རང་ཉིད་ཇོ་བོ་ཁ་  
སར་པ་ནིའི་སྐྱ། །བཞེངས་སྐབས་ཕྱག་གཡས་  
མཆོག་སྒྱུན་ཅན་གསལ་བའི། །མདུན་དུ་རྣམ་པར་  
སྒྲོང་མཛོད་གངས་ཆེན་མཆོ། །སྐྱ་ལ་ཞིང་ཁམས་  
ཇོགས་པའི་གཙུག་གཏོར་ནས། །མཁྱོན་པ་ཡན་ཆད་  
དགོན་མཆོག་སྤྱི་ཞུའི་མཁྱོན། །དེ་ཡི་ཕྱགས་ཀར་ལྟེ་

བའི་བར་དག་ལ།      །མགོན་པོ་ཡོན་ཏན་སྐྱེས་སྤངས་སྤོང་  
ཇེ་འཇིག་ལྗོན།      །པད་གདན་བགོགས་རིགས་ལན་  
ཆགས་གསལ་བ་ལས།      །བྱགས་ཀར་ཡི་གོ་དྲག་  
མའི་འོད་ཟེར་གྱིས།      །མཆོད་ཡུལ་མཉེས་བྱས་སྦྱོན་  
ཡུལ་སྒྲིག་སྒྲིབ་སྤངས།      །ཁམས་གསུམ་མ་ལུས་  
དག་པའི་ཞིང་དུ་གྱུར།      །ཨོྫ་ཏ་པ་རྩེ་རྩྭ་རྩྭ།      བརྒྱུ་ཙ་  
བཟོད།      རང་ལུས་འཕགས་པར་གསལ་བའི་བྱགས་ཀ་  
ནས།      །གཉིས་འཛིན་འབྲུལ་པའི་སྤང་བ་ཀུན་  
བསྐྱེགས་པའི།      །རང་རིག་ཡེ་ཤེས་གསལ་བའི་མེ་  
དཔུང་འབར།      །འི་བཟང་སྒྲན་སྒྲོས་སམ་དཀར་གསུམ་མངར་



[illegible]

མཆོད་པ་དམ་པ་འདི།      །དགོངས་བར་སྒྲོན་བརྒྱད་  
བཀའ་གཏེར་བཤམ་སྒྲུབ་གྱི།      །ཅུ་བརྒྱད་ཐུ་མ་  
མཆོག་གསུམ་རྣམས་ལ་འབུལ།      །མི་འབུལ་ཆོས་  
སྐུའི་ངང་དུ་རོ་གཅིག་པའི།      །སྒྲོ་གསུམ་སྒྲིན་གྲོལ་  
བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།      །ཐེག་པ་རིམ་དགུ་  
གསང་སྤྲུགས་གསལ་རྩིང་གི།      །ཡི་དམ་ཞི་བོ་རབ་  
འབུམས་རྣམས་ལ་འབུལ།      །ཁམས་གསུམ་རྣམ་  
དག་རྒྱལ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་ཆེ།      །ཆོ་འདིར་བསྐྱབ་  
པའི་དངོས་གྲུབ་བསྐྱུལ་དུ་གསོལ།      །ཆོས་བཞིན་  
སྤྱོད་པའི་སྒྲིན་ལས་གྲོགས་མཛད་མ།      །ཡེ་ཤེས་རྒྱ་

དམ་ཅན་རྒྱ་མཚོར་འབུལ།      །ས་དང་ལམ་གྱི་བར་  
ཆད་ཀུན་སེལ་ནས།      །བསྟན་འགྱོར་ཕན་བདེའི་ཕྱིན་  
ལས་སྐྱབས་པར་མཛོད།      །བྱུང་པར་བྲག་འཕྱང་མཚུ་  
ཀུ་ལ་ཆ།      །དུད་སེལ་ལྟ་མོ་ལེགས་ལྟན་བྱེ་རྒྱ་  
གཏོང་།      །བྲགས་གསུང་སྐྱ་ཡི་ལྟ་ཆོགས་རྣམས་ལ་  
འབུལ།      །རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་བསྐྱུང་ཞིང་སྦྱོང་བ་  
དང་།      །དེ་འཛིན་སྐྱེས་བུའི་ཕྱིན་ལས་སྤེལ་བར་  
མཛོད།      །ཆོས་བཞིན་སྐྱབ་པའི་རྣལ་འབྱོར་བདག་  
ཅག་ལ།      །བུ་བཞིན་བརྩེ་བའི་མགོན་སྐྱབས་མི་  
གཡེལ་བར།      །སྒྲོན་གྱི་ལས་དང་འཕྲལ་གྱི་རྒྱེན་ངན་

པ། །རྩ་ཆ་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་ནི་བར་མཛོད། །  
ཡིད་ལ་བསམ་པའི་དོན་རྣམས་འགྲུབ་པ་དང་། །ཆོ་  
དང་ལོངས་སྤྱོད་དཔལ་འབྱོར་རྒྱས་པར་མཛོད། །ཤ་  
རོལ་བསམ་སྤྱོད་ངན་པའི་གཞོན་པ་དང་། །དམ་སྒྲི་  
ཕུང་སྒྲི་རྒྱལ་པོའི་ཆོ་འཕྲུལ་དང་། །ལྷ་སྒྲིན་གདུག་  
པའི་བཀའ་བྱུག་པ་སོགས། །མི་མཐུན་ཆོགས་རྣམས་  
དག་པོའི་སྤྱིང་དུ་བསྐྱར། །གཞན་ཡང་སྤྱོད་འོག་  
སྤྱོགས་མཆོམས་གཞོས་པ་ཡི། །འཛིག་རྟེན་སྤྱོད་བ་  
ལྷ་སྒྲིན་སྤྱོད་བརྒྱད་སོགས། །གནས་དང་ཡུལ་གྱི་  
བདག་པོ་རྣམས་ལ་འབུལ། །འཛིག་རྟེན་ཁམས་ཀུན་

བདེནིང་སྒྲིང་པ་དང་།      །ཆར་ཆུ་དུས་འབེབས་སང་  
དང་སེར་བཞི།      །ལོ་ལེགས་ཆོས་འཕེལ་རྒྱལ་པོ་  
ཆོས་བཞིན་སྤྱོད།      །ནད་མུག་འབྲུགས་ཕྱོད་ཐམས་  
ཅད་ནི་བར་མཛོད།      །རིགས་དྲུག་པ་མ་བར་དོའི་  
སེམས་ཅན་དང་།      །ཡི་དྲགས་རིགས་སྤྱུ་གྱུར་པ་  
ནམས་ལ་བསྟོ།      །འབྲུལ་སྤྱང་འཛིགས་སྒྲག་སྤྱག་  
བསྐྱལ་ཀུན་ནི་ཞིང་།      །རང་སེམས་དབང་ཐོབ་འཁོར་  
བར་ངེས་འབྱུང་སྟེ།      །བྱང་ཆུབ་ས་ལ་སྤྱར་དུ་འཁོད་  
པར་ཞོག      །དྲི་བ་ལ་སོགས་གཏོན་གྱི་ཆོགས་ནམས་  
དང་།      །སློག་གཏོད་དབྲུགས་ལེན་མདངས་འཕྲོག་

འབྱུང་པའི་ཆོག་ས།      །ཐམས་ཅད་བསངས་སམ་གསུར་  
མཆོད་བདུད་ཕྱིའི་མཆོད་པ་འདིས།      །རང་རང་འདོད་  
པའི་རེ་བ་ཡོངས་གང་ནས།      །ཞེ་སྒྲུང་གདུག་པའི་  
བསམ་སྒྱུར་ཉེར་ཞི་ཞིང་།      །གཞན་ཕན་བྱུང་སེམས་  
རྒྱུད་ལ་སྒྲེ་བར་ཤོག།      །བཅོམ་ལྡན་འདས་ཟེ།      །  
གཟུགས་མཛེས་ཟེ།      །སྒྱུ་འབྱུམས་ཟེ།      །འཛིགས་  
པ་ཟེ།      །ན་མུ་སྒྲ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་སོགས་ཀྱི་མཐར།      །ཨ་ཀར་རོ་  
སོགས་བཛོད།      །ཏོེ།      །སྒྲ་མ་རྣམས་ལ་བསངས་སམ་གསུར་  
མཆོད་ཕུལ་བའི་མཐུས།      །རང་བཞིན་གདོད་མའི་  
གནས་ལུགས་རྟོགས་པར་ཤོག།      །ཡི་དམ་རྣམས་ལ་

བསངས་སམ་གསུར་མཆོད་ཕུལ་བའི་མཐུས།      །དངོས་  
གྲུབ་རྣམ་གཉིས་སྐྱུར་དུ་བློབ་པར་ཤོག། །མཁའ་འགྲོ་  
རྣམས་ལ་།      །འཕྱོན་ལས་རྣམ་བཞི་རྩོལ་མེད་འགྲུབ་  
པར་ཤོག། །ཆོས་སྦྱང་རྣམས་ལ་།      །བྱང་ཆུབ་ལམ་  
ལ་བར་ཆད་མེད་པར་ཤོག། །ཡོན་ཏན་མགྲོན་ལ་།      །  
བསྟན་པ་བསྐྱེད་ཞིང་སྦྱངས་གྲོགས་བྱེད་པར་ཤོག།      །  
དམ་ཅན་རྣམས་ལ་།      །བསྟན་དགྲ་དམ་ཉམས་སྐྱུར་  
དུ་བསྒྲུལ་བར་ཤོག།      །གཞི་བདག་མགྲོན་ལ་།      །  
བདག་ཅག་དཔོན་སྟོབ་འཁོན་འདྲིས་མེད་པར་  
ཤོག།      །སྦྱིང་རྗེའི་མགྲོན་ལ་།      །རྟུག་བསྐྱེད་ཀུན་



བྲལ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་ཤོག། །ལན་ཆགས་  
མགོན་ལ། །ཆེ་རབས་བྲངས་མེད་ལན་ཆགས་བྱང་  
བར་ཤོག། །བསངས་སམ་གསུར་མཆོད་ཡུལ་བའི་མཐུ་  
དང་བྱིན་རྒྱབས་གྱིས། །ཆོགས་གཉིས་ཡོངས་  
ཇོགས་དོན་གཉིས་ལྟོན་གྲུབ་ཤོག། །མཆོད་ཡུལ་  
གོང་མ་ཡེ་ཤེས་པ་ཡི་མགོན། །བདག་ལ་ཐེམ་པས་  
འོད་གསལ་ངང་དུ་བཞག། །དམིགས་ཡུལ་འོག་མ་  
འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་མགོན། །ཞི་བའི་སེམས་གྱིས་རང་  
རང་གནས་སུ་གཤེགས། །མཆོད་སྦྱོན་གནས་  
འདིར་གང་ལྟགས་པ། །འབྱུང་པོ་སའོག་རྒྱ་བ་

དང་། གང་ཡང་ས་འདིར་འཁོད་པ་དང་། ས་སྒར་  
རྒྱ་བ་གང་ཡིན་པ། མགུ་བར་གྱིས་ལ་རང་གནས་  
སུ། ཐམས་ཅད་ཐ་དད་འགྲོ་བར་གྱིས། སུ་བྱ་ཏ་  
གཙོ། སྤྱོན་པ་རྒྱ་ཆེར་སོགས་བསྡེ་སྡོན་གྱིས་རྒྱས་གདབ། ཞེས་པ་རང་  
དགོ་རིན་པས་གོང་མའི་གསུང་རྒྱུན་ལས་བསྒྲིགས་པ་འོ།

## ༼མར་མེ་སྡོན་ལམ་བཞུགས་སོ།༽

ལྟོ སྐབས་སེམས་སྤྱི་འགྲོ་ལྟར་སྡོན་དུ་སོང་ནས། མཆོད་པ་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་ནི།  
ཨོ་སུ་བྱ་བྱ། ཐུ་ར་ཐུ་ར། སུ་ར་སུ་ར། ཨ་ཕར་  
ཡ། ཨ་ཕར་ཡ། ཨ་ཕར་ཡ་རྟོ་བརྒྱ་ར་ཆ་ཁི་སྤྱ་  
རྒྱ། མར་མེ་ལ་སོགས་པའི་མཆོད་རྒྱས་འདི་དག་

ཀྱལ་སྤུས་ཀུན་ཏུ་བབ་པའི་མཆོད་སྤྱོན་ལྟ་བུ་རྒྱ་ཆེ་  
ཞིང་བད་པ་མེད་པ་མཆོད་པའི་བྱེ་བྲག་བསམ་གྱིས་མི་  
བྱབ་པས་ནམ་མཁའི་ཁམས་གང་བར་གྱུར། སྤྱོན་འབྲེན་  
ལྟོ། བདག་སོགས་རྣམ་དཀར་དད་པས་ཡིད་བརྟན་  
ཏེ། བྱོགས་བཅུའི་ཞིང་ནས་རྩ་གསུམ་རྒྱལ་བའི་  
ཆོག་ས། དེང་འདྲིམ་མཆོད་པའི་སྤྲེད་ཏུ་སྤྱོན་འབྲེན་  
ན། བྱོགས་རྩེ་སྤྱོན་ལམ་དབང་གིས་གཤེགས་སུ་  
གསོལ། མར་མེ་འབྲུལ་བཞི། ཨོྭ་ཨུཾ་ཧཱྀ། སྤྲེད་གསལ་  
མར་མེ་མཆོད་སྤྱོན་རྒྱ་མཆོའདི། དབུས་བྱོགས་རྩ་  
གསུམ་རྒྱལ་བའི་ཆོག་སལ་འབྲུལ། ཁེམས་ཅན་

གཏི་མུག་ལས་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲིབ་སྦྱངས། ཁོག་མིན་  
བདེ་ཆེན་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག ཨོྫེ་ཨུཾ་ཱཾ། ལྷ་  
གསལ་མར་མེ་མཆོད་སྒྲིན་རྒྱ་མཆོ་འདི། །ཤར་  
ཕྱོགས་རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་ལ་འབུལ། །སེམས་  
ཅན་ཞེ་སྒྲིང་ལས་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲིབ་སྦྱངས། །མདོན་པར་  
དགའ་བའི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག ཨོྫེ་ཨུཾ་ཱཾ། ལྷ་  
གསལ་མར་མེ་མཆོད་སྒྲིན་རྒྱ་མཆོ་འདི། །ཕྱོ་  
ཕྱོགས་རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་ལ་འབུལ། །སེམས་  
ཅན་ང་རྒྱལ་ལས་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲིབ་སྦྱངས། །དཔལ་དང་  
ལྷན་པའི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག ཨོྫེ་ཨུཾ་ཱཾ། ལྷ་

གསལ་མར་མེ་མཆོད་སྒྲིན་རྒྱ་མཆོ་འདི། ཁུབ་  
ཕྱོགས་རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་ལ་འབུལ། །སེམས་  
ཅན་འདོད་ཆགས་ལས་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲིབ་སྦྱོངས། །བདེ་  
བ་ཅན་ཀྱི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག། །ཨོྲཱཿཱཿཱཿ། སྒྲུང་  
གསལ་མར་མེ་མཆོད་སྒྲིན་རྒྱ་མཆོ་འདི། །བྱང་  
ཕྱོགས་རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་ལ་འབུལ། །སེམས་  
ཅན་སྤྲག་དོག་ལས་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲིབ་སྦྱོངས། །ལས་  
རབ་ཕྱོགས་པའི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག། །མར་མེ་  
གཅིག་ལས་དུ་མའི་མཆོད་པར་སྒྲོ། །རྒྱལ་སྤྱིད་སྒྲུ་  
བདུན་བཀྲ་ཤིས་མཆོད་པའི་རྩམ། །ཕུན་ཆོགས་ལྷ་

ལྡན་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་སོགས།      བྱིན་པ་གསང་  
བའི་སྤྱ་མེད་མཆོད་པའི་ཆོགས།      །འཕགས་པ་ཀུན་  
ཏུ་བཟང་པོའི་མཆོད་སྤྱོན་ལྟར།      །ནམ་མཁའ་གང་  
བར་དམིགས་ཏེ་འབུལ་ལགས་ན།      །བྱགས་རྗེ་བརྩེ་  
བ་ཆེན་པོས་བཞེས་ནས་ཀྱང་།      །བདག་སོགས་  
ཆོགས་གཉིས་རྗེ་གསུམ་ཤིང་སྤྱོད་གཉིས་སྤྱངས།      །མ་  
དེག་གཉིད་སངས་ཤེས་བྱར་སྤྱོད་གྲོས་རྒྱས།      །ནམ་  
མཁའ་ཡོད་ཤེས་ཆེན་པོར་མངའ་བརྟེས་ནས།      །དག་  
པ་གཉིས་ལྡན་གཞིན་རྒྱ་བུམ་པའི་སྐྱར།      །མདོན་པར་  
སངས་རྒྱས་འགྲོ་བའི་དཔལ་འབྱུར་ཤོག།      །དེ་ནས་བཟང་

པོ་སྤྱོད་སོགས་སྒྲོན་ལམ་ཅི་རིགས་གདབ་པར་བྱའོ། །ཤེར་རྫོང་པས་སོ།

༼མར་མེ་སྒྲོན་ལམ་བཞུགས་སོ།༽

༥ ཨོྫེ་ཨུཾ་ཧཱྀ། རིན་ཆེན་གོང་བྱ་སྤྱོད་གསུམ་འཇིག་  
ཏེན་གྱི། །ཁོར་ཡུག་ཆེན་པོའི་ཆད་དང་མཉམ་པའི་  
ནང་། །ཁྱེན་མར་མཐའ་ཡི་རྒྱ་མཆོའའབྱིལ་བའི་  
སྤྱོད་། །སྤྱོད་བྱ་རི་རྒྱལ་ལྷན་དུ་ཆགས་པའི་རྩེར། །  
ཡེ་ཤེས་རང་མདངས་གསུམ་པའི་སྒྲོན་མེ་སྤར། །  
འོད་གྱིས་ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
གྱི། །མ་རིག་ལྷན་པ་བསལ་ཞིང་ཤེས་རབ་གྱི། །  
སྤྱོད་བས་སེམས་གྱི་དེ་ཉིད་མཐོང་བར་ཤོག། །གྲངས་



རི་རྩལ་སྒྲེད་སངས་རྒྱས་རེ་རེའི་མདུན། །མར་མེ་  
 ཐོགས་པའི་ལྷ་མོ་དེ་སྒྲེད་དུ། །སྒྲོས་པས་ལྷ་མོ་དེ་  
 ཐོགས་པ་བཅུའི་ཞིང་ཐམས་ཅད། །རྒྱས་པར་བཀའ་སྟེ་  
 ཆོགས་གཉིས་ཐོགས་པར་ཤོག། །སྒྲུང་གསལ་མར་  
 མེ་འདི་ཡི་བསོད་ནམས་གྱིས། །བདག་སོགས་  
 འཁོར་བའི་ལྷན་པར་སྒྲུང་བ་རྣམས། །སྒྲུང་ནས་སྒྲུང་  
 བའི་མཐར་ཐུག་ལྷུང་བ་གྲོད་དེ། །ཀུན་མཁྱེན་ཡེ་  
 ཤེས་སྒྲུང་བ་ཐོབ་པར་ཤོག། །ཅེས་པའང་ཁྱ་བོ་དགུ་མཛད་གྱི་ངོར་  
 དག་རིན་པས་སོ།།

༼བསྐྱོབའི་རིམ་པ་བཞུགས་སོ།༽

༥ སྒྲུ་མ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུན་བསྟོན། ཕྱོགས་བརྩུན་བཞུགས་  
པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་  
ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། བསོད་ནམས་  
ཀྱི་གཞི་ལྟ་བུ་བགྱིས་པ་དང་། འདས་པ་དང་ད་ལྟར་  
ཅི་ཡང་བསགས་པ་དང་། མ་འོངས་པར་བགྱིད་པར་  
འགྱུར་བའི་དགེ་བའི་ཕྱང་པོ་ཐམས་ཅད་གཞན་གྱིས་  
བྱིས་གྱིས་མི་གཞོན་པར་སྒྲན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
བར་དུ་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་ཡངས་ལ་རྒྱས་  
པས་ནམ་མཁའི་ཁམས་བྱུང་པར་གྱུར་ཅིག །དེ་ལྟར་  
དགེ་ལེགས་ཀྱི་མཐུས་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟེ་

གཟུགས་མེ་བཙུན་སྒྲ་མ་འདི་ལ་སོགས་པ་སངས་  
རྒྱུ་གི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་བྱ་བ་མཛད་པ་ཐམས་  
ཅད་སྐྱ་ཆེ་དཔག་མེད་དང་མཉམ་ཞིང་སྐྱ་གསུང་  
བྱགས་གི་ཐོན་ལས་ཆེན་པོས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་  
ཐམས་ཅད་བྱ་བ་པར་གྱུར་ཅིག །བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་  
འཇིན་སྐྱོང་སྤེལ་བའི་ཕྱིར་ཕས་གི་རྒྱལ་བའི་ཕྱོགས་  
ཐམས་ཅད་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བར་གྱུར་ཅིག །ཚུལ་  
ཁྲིམས་དག་ཅིང་ཉན་བཤད་སྒྲེམ་པ་ལ་བཙུན་པའི་སྒྲོ་  
ནས། སངས་རྒྱུ་གི་བསྟན་པ་ཕན་བདེ་ཐམས་ཅད་  
གི་འབྱུང་ཁུངས་ཕྱོགས་དུས་གནས་སྐབས་ཐམས་

ཅད་དུ་དར་ཞིང་རྒྱས་ལ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པར་གྱུར་  
ཅིག །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆེད་དུ་བདག་ཅག་  
ཆངས་པ་མཆུངས་པར་སྟོང་པ་རྣམས་དམ་པའི་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་འཛིན་པ་དང་སྒྲན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སྒྲུབ་པ་དམ་པ་ལ་གཅིག་ཏུ་བརྩོན་པས་ཆོ་འདི་ཀར་  
ཇོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཆེན་པོ་ཐོབ་པར་  
གྱུར་ཅིག །སྒྲུ་མ་སྒྱུ་ཁམས་བཟང་བར་སོགས་དང་།  
འགྲོ་བའི་སྐྱུ་ག་བསྐྱེལ་སོགས་དང་། བསོད་ནམས་འདི་  
ཡིས་སོགས་བརྗོད་དོ། །པརྒྱ་དཀར་པོས་སྒྱུར་བའོ།

༥ སྒྲུ་མ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་ཇོགས་ཀྱི་བསྟོན་པ་ནི། རྟོགས་བརྩུ་ན་

བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་ཐམས་ཅད་བདག་ཅག་རྣམས་ལ་དགོངས་སུ་  
གསོལ། རུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོ་བོ་  
དཔལ་ལྡན་གླེ་མ་དམ་པ་འདི་ཞེས་བབྱི་བའི་རྣམ་  
དཀར་དགོངས་པའི་བང་མཛོད་ཡོངས་སུ་དག་བར་  
བབྱི་བའི་སྤང་དུ། བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱིས་འདི་ལྟར་  
བསྐྱབས་པའི་དག་བའི་ཕ་བ་འདིས་ཐོག་བྱངས།  
རང་ག་ཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རུས་གསུམ་དུ་བསགས་  
པའི་དག་ཆོགས་ཐམས་ཅད། དཔལ་ལྡན་གླེ་མ་དམ་  
པ་འདི་ཞེས་མཆོན་དུ་སྒྲིམ་པ་གང་གི་སྐྱ་གསུང་

ཐུགས་ཀྱི་མཛད་པ་བད་པ་མེད་པའི་ནིང་ཁམས་རབ་  
འབྱམས་ཡོངས་སུ་གང་བ་རྣམས་སུ་འབྱུང་བར་  
བགྱིའོ། ། །དམིགས་པ་མེད་པའི་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་  
བདག་སོགས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཉེ་བར་  
དགོངས་ཏེ་བཞེས་སུ་གསོལ། ། །བཞེས་ནས་ཀྱང་  
དཔལ་ལྷན་སྒྲུ་མ་དམ་པ་དེ་དག་གི་ཐུགས་ཀྱི་  
དགོངས་པ་བྱུང་པར་ཅན་གོང་ནས་གོང་དུ་ཡོངས་སུ་  
རྗེ་གས་པར་གྱུར་ཅིག ། །དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་ཐུགས་རྗེ་མཛད་པ་ཕྱིན་ལས་ཐ་དད་མེད་པའི་  
གང་འདུལ་གྱི་གཟུགས་སྐུས་བདག་སོགས་སེམས་

ཅན་ཐམས་ཅད་རྗེས་སུ་འཛིན་པ་དང་དུས་ནམ་དུ་  
ཡང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག། །བདག་སོགས་  
གདུལ་གྱུར་གྱུར་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། དཔལ་ལྷན་སྒྲ་  
མ་དེ་དག་ལ་ཞབས་ཏོག་རྣམ་པ་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་  
མཉེས་པ་གསུམ་མཐར་ཕྱིན་པ་བསྐྱབས་ཏེ་བྱགས་གྱི་  
དགོངས་པ་མཐར་དག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་གྱུར་  
ཅིག། །མི་མཉེས་པའི་ཆ་ཤས་ཉེས་པ་འབྱུང་བའི་སྒོ་  
སྐད་ཅིག་ཙམ་ཡང་མི་བྱེད་པར་གྱུར་ཅིག། །དཔལ་  
ལྷན་སྒྲ་མ་དམ་པའི་བཀའ་བཞིན་དུ་ཆོས་སྤྱོད་བརྩའི་  
སྐྱབ་པ་ཐམས་ཅད་ཉམས་སུ་ལེན་རྒྱས་པར་གྱུར་



ཅིག །དཔལ་ལྡན་སྒྲུ་མ་དམ་པའི་སྒྲུའི་རྒྱལ་མཚན་  
བལྟ་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག །དེ་བལྟས་ནས་  
གུང་། སྒྲུ་གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་མཛད་  
པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་རྗེས་སུ་  
འཛིན་ཀླས་པར་གྱུར་ཅིག །དཔལ་ལྡན་སྒྲུ་མ་དམ་  
པའི་གསུང་གི་བདུད་རྩི་འབྲུང་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་  
གྱུར་ཅིག །དེ་འབྲུངས་ནས་གུང་། དཔལ་ལྡན་སྒྲུ་  
མ་དམ་པའི་གསུང་གསང་བ་བསམ་གྱིས་བྱབ་པ་དང་  
རྗེས་སུ་མཐུན་པར། ལེགས་པར་བཤད་པ་བླབ་པ་  
དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་དགའ་སྟོན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འབྱེད་

རྒྱལ་པར་གྱུར་ཅིག      །དཔལ་ལྡན་སྤྲེལ་དམ་པའི་  
ཐུགས་གྱིས་རྗེས་སུ་འཛིན་པ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་  
ཅིག      །དེ་ལྟར་རྗེས་སུ་བབྱང་ནས་གུང་།      ཐུགས་  
གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྲབ་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་  
པར།      ཆོས་ཉིད་ཇི་ལྟ་བའི་གནས་ལུགས་མངོན་དུ་  
བྱས་ཏེ།      ཆོས་ཅན་ཇི་སྟེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྩལ་པས།  
ཕྱི་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བྱང་འཇུག་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་  
པོ་ལ་འགོད་རྒྱལ་པའི་མཐུ་དཔལ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་  
ཅིག      །འདི་དག་གི་དགོ་བའི་རྩ་བ།      རྒྱལ་མཁའ་  
དང་མཉམ་པར་གྱུར་ཅིག      །ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་དང་

མཉམ་པར་གྱུར་ཅིག                      །དུས་གསུམ་ཤེས་བྱའི་  
དགྱིལ་འཁོར་དང་མཉམ་པར་གྱུར་ཅིག                      །རྒྱུན་  
འཁོར་བ་མ་སྟོང་གི་བར་དུ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག                      །  
དཔལ་ལྡན་སྤྲུལ་དམ་པ་དང་།                      །བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ནི། །འགྲོ་དོན་ཐུགས་ལ་དགོངས་  
འགྲུབ་ཅིང་། །མགོན་པོ་ཡིས་ནི་གང་དགོངས་པ། །  
སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བདེ་འབྱུང་ཤོག                      །བདག་  
སོགས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ།                      །སྤྱོད་སྒྲུའི་རྒྱལ་  
མཆོན་བལྟ་བ་དང་།                      །སྤྱོད་གསུང་བདུད་རྩིས་ཉེར་  
འཆོ་ཞིང་།                      །སྤྱོད་ཐུགས་བརྩེ་བས་རྗེས་འཇོན་

ཤོག། གྲིབ་ཀུན་ཏུ་ཡང་དག་སྒྲམ་སོགས་དང་། སྒྲམ་  
མེད་སྒྲམ་པའི་ཐུགས་རྗེ་དང་། ཞེས་སོགས་བརྗོད་པར་བྱའོ།

༥ འབྲུལ་བསྔོ་ནི། ཕྱོགས་བརྩུན་བཞུགས་པའི་སངས་  
རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་བདག་  
ཅག་རྣམས་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། དུས་གསུམ་  
རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོ་བོ་དཔལ་ལྷན་སྒྲམ་དམ་པ་  
འདི་ཞེས་བབྱི་བའི་རྣམ་དཀར་དགོངས་པའི་བང་  
མཛོད་ཡོངས་སུ་དག་པར་བབྱི་བའི་སྨྲ་དུ།  
བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱིས་འདི་ལྟར་བསྐྱབས་པ་དང་  
དུས་གསུམ་པའི་དགོ་བའི་ཕྱང་པོ་ཐམས་ཅད་ཀུན་ཏུ་

བཟང་པོའི་མཆོད་པའི་སྤྱོན་ཆེན་པོ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་  
པར་གྱུར་ནས་དཔལ་ལྷན་སྤྲུལ་དམ་པ་རིགས་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་བྱུང་བ་དག་ཆེན་པོ་འདི་ཞེས་པའི་སྤྱོན་སྤྱར་  
འབྲུལ་བར་བསྒྱེའོ། །དེ་ལྟར་ཕུལ་བའི་སྤྱོད་ས་ཀྱིས་  
མཉེས་པ་རབ་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་ནས་སངས་རྒྱས་  
རྣམ་པར་རྟེན་པ་རྒྱ་མཆོས་བདག་སོགས་སེམས་ཅན་  
རེ་རེའི་མདུན་དུ་ངོ་མཆར་བའི་སྤྲོད་བ་སྤྱོན་པས་རྗེས་  
སྤྱོད་པ་དང་མི་འབྲུལ་བར་གྱུར་ཅིག །ཟབ་པ་  
དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྣམ་པ་  
ཐམས་ཅད་བསྐྱོར་བའི་གསུང་གི་དབྱུངས་ཡན་ལག་

དུག་ཅུ་པ་ཐོས་པ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག། ཏིང་  
ངེ་འཇིན་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲོ་པ་མ་ཐའ་ཡས་པའི་རྣམ་པ་  
ཐམས་ཅད་མ་བྱེན་པའི་བྱ་གས་ཀྱི་གཞལ་མེད་ཁང་  
ཆེན་པོའི་དགའ་བ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་དང་མི་འབྲལ་  
བར་གྱུར་ཅིག། གྲུ་བ་འདི་ནས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་  
དུ་སྒྲུ་མ་དམ་པ་འདིའི་ཞབས་ཀྱི་པརྩོལ་བསྟེན་བཀུར་  
བས་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོག་མཁན་ཐམས་ཅད་  
ཆོག་མཁན་རྗེ་བཙུན་དམ་པ་དེ་ཉིད་འགྲུབ་པར་གྱུར་  
ཅིག། །དཔལ་ལྷན་སྒྲུ་མའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལ་སོགས་  
བརྗོད་དོ།

བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་ཐམས་ཅད་བདག་ཅག་རྣམས་ལ་དགོངས་སུ་  
གསོལ། དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོ་བོ་  
དཔལ་ལྡན་སྤྲེལ་དམ་པ་འདི་ཞེས་བགྱི་བའི་རྣམ་  
དཀར་དགོངས་པའི་བང་མཛོད་ཡོངས་སུ་དག་བར་  
བགྱི་བའི་སྤྲད་དུ། བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱིས་འདི་ལྟར་  
བསྐྱབས་པའི་དགོ་ལེགས་ཀྱི་མཐུ་ཆེན་པོས་བཤེས་  
གཉེན་ཆེན་པོ་འདི་ཏྲག་ཏུ་འབྱུངས་ཏེ་ཐོས་བསམ་  
སྒོམ་པ་མཐར་ཕྱིན་པས་སྟོན་པ་གཉིས་པ་ལྟ་བུར་བྱུར་



ཅིག །དེའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་དེའི་སྤྱོད་པ་སྤྱད་  
པའི་གོགས་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བར་གྱུར་ཅིག །ས་  
ནས་སར་འཕར་བའི་རྒྱའི་ཆོགས་ཐམས་ཅད་རང་གི་  
རང་གིས་རྟེན་དེ་ངལ་བ་དང་སྤྱོད་པ་མེད་པར་མཐར་  
ཕྱིན་པར་གྱུར་ཅིག །ཟུར་བ་ཉིད་དུ་སྒྲན་མེད་པའི་  
བྱང་ཆུབ་བརྟེས་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་  
མཐའ་ཡས་པ་མཛད་པར་གྱུར་ཅིག །གང་གི་སྒྲོབ་  
མའི་ཆོགས་འདི་དག་ཀྱང་དེ་ཉིད་དགོ་བའི་བཤེས་སུ་  
འཛིན་པས་རྟག་དུ་དམ་པའི་ཆོས་སྤྱོད་པ་ཁོ་ནར་གྱུར་  
ཅིག །བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ། །སོགས་

བཟོད། བསྐྱེད་ཀྱི་པོས་སྒྱུར་བའོ།

༥ གསོན་བསྐྱེད་ཀྱིས་པ་ནི། ཕྱོགས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་

སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་  
སྦྱོན་པའི་བདག་པོས་ཐོག་དངས་བདག་གཞན་ནམ་  
མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་  
དགོངས་སུ་གསོལ། སྦྱོན་པའི་བདག་པོ་ཉིད་ཀྱིས་  
འདི་ལྟར། བསྐྱེད་པའི་ཡོན་ལྷན་སྐྱབས་དང་སྒྱུར་ལ། འདི་ལྟར་

བསྐྱབས་པའི་དགོ་བའི་ཚུ་བ་ལ་བརྟེན་ནས། སྦྱོར་  
གི་ཕྱིན་བདེའི་འབྱུང་གནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་  
རིན་པོ་ཆེ་ཕྱོགས་དུས་གནས་སྐྱབས་ཐམས་ཅད་དུ་

ཆེད་པ་དང་བཀུར་སྟེ་བཅས་ཏེ་དར་ཞིང་རྒྱས་ལ་ཡུན་  
རིང་དུ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག། །བསྟན་པའི་རྩ་ལག་  
དཔལ་ལྡན་སྒྲིམ་དམ་པ་ཞི་བར་གཤེགས་པ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་བྱུང་པར་ཅན་གོང་ནས་  
གོང་དུ་ཡོངས་སུ་ཆོགས་པར་གྱུར་ཅིག། །ད་ལྟ་ནལ་  
བཞུགས་པའི་བསྟན་འཛིན་གྱི་སྒྲིམ་བུ་དམ་པ་རྣམས་  
ཀྱི་སྐྱ་ཆེ་མཛད་པ་ཕྱིན་ལས་ཀྱི་བར་དུ་གཙོད་པ་ཐམས་  
ཅད་ཉ་བར་ཞི་བར་གྱུར་ཅིག། །དེ་ལྟར་སྐྱེ་བམས་  
བབང་ལ་སྐྱ་ཆེ་རིང་ཞིང་འགྲོ་དོན་རྒྱ་ནམ་མཁའ་དང་  
མཉམ་པར་གྱུར་ཅིག། །དེ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་རྗེ་བྱིན་

རྒྱབས་ལ་བརྟེན།      བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱི་ལྷག་པའི་  
བསམ་པ་རྣམ་པར་དག་པའི་མཐུས།      རྒྱུན་པའི་  
བདག་པོ་འདི་དག་གི་ཆོ་འདིར་ནད་གཏོན་འགལ་རྒྱུན་  
བར་གཙོད་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་སུ་གྱུར་པ་ཐམས་  
ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བར་གྱུར་ཅིག      །མཐུན་རྒྱུན་འདོད་པའི་  
དོན་ཐམས་ཅད་ཆོས་ལྡན་ཡིད་བཞིན་དུ་འགྲུབ་པར་  
གྱུར་ཅིག      །ཆོ་དང་བསོད་ནམས་དཔལ་འབྱོར་ཡེ་  
ཤེས་ཐམས་ཅད་ཡར་ངོའི་ལྷ་ལྟར་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་  
པར་གྱུར་ཅིག      །འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་  
འདས་པའི་རྒྱད་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བར་གྱུར་

ཅིག །འཛིག་རྟེན་དང་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་  
ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་ཡང་དག་པར་  
ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག །འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་  
ཅད་དུ་འདྲ་། ལོ་ཕྱགས་རྟག་རྟ་ལེགས་ཤིང་། ཆར་  
ཁུ་དུས་སུ་འབབ་པ། མི་ནད་ཕྱགས་ནད་ལ་སོགས་  
པ་རྒྱུན་ཆད་དེ། བདེ་བ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག །  
མདོར་ན་སྦྱོན་པའི་བདག་པོས་ཐོག་དྲངས། བདག་  
གཞན་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་ལྡན་སྒྲིག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་ཏེ།  
སྦྱར་དུ་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་

འཕང་རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག། །བསོད་ནམས་  
འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཉིད། །ཐོབ་ནས་  
ཉེས་པའི་དབྱ་རྣམས་ཕམ་བྱས་ཏེ། །སྐྱེ་གན་འཆིའི་  
བརྒྱུང་འབྱུག་པ་ཡི། །སྤྱིད་པའི་མཆོ་ལས་འགྲོ་བ་  
སྐྱེ་ལ་བར་ཤོག། །འགྲོ་ཀུན་དག་ཅུ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་  
དང་། །བྱས་དང་བྱེད་འགྱུར་དེ་བཞིན་བྱེད་པ་དང་། །  
བབང་པོ་སྤྱོད་ཅིང་དེ་འདྲའི་ས་དག་ལ། །ཀུན་ནས་  
ཀུན་གྱང་བབང་པོར་རེག་གྱུར་ཅིག། །ངག་གི་དབང་པོས་སོ།།  
༥ ། གསོན་བསྔོ་བསྐྱས་པ་ནི། ཕྱོགས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་  
སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་

སྒྱུན་པའི་བདག་པོས་ཐོག་དངས་བདག་གཞན་ནམ་  
མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་  
དགོངས་སུ་གསོལ། སྒྱུན་པའི་བདག་པོ་འདིས་འདི་  
ལྟར་དུ་བསོད་ནམས་ཀྱི་གཞི་བགྱིས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་  
དུས་གསུམ་པའི་དག་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྒྱུན་པ་པོ་  
འདི་ཆོ་འདིར་ནད་དང་གཞོད་པ་དང་བཀྲ་མི་ཞེས་པ་  
མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བར་གྱུར་  
ཅིག །མཐུན་པའི་རྒྱུན་ཆོ་རིད་བ་དང་། གཟུགས་  
བབང་བ་དང་དཔལ་དང་འབྱོར་པ་རྣམ་ཐོས་ཀྱི་བྱ་ལྟ་  
བྱར་ལྟག་པར་གྱུར་ཅིག །ཏྲ་ཏུ་དག་བ་ལ་སྟོབས་



དམ་པའི་ཆོས་ལ་འདུག་པ་དང་སྐྱབ་པ་ཚྲོགས་པའི་  
སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག །འཛིག་རྟེན་གྱི་  
ཁམས་སུ་ལོ་ཕུགས་ལེགས་ཤིང་ཆར་ཁུ་དུས་སུ་  
འབབ་པ་དང་། བཀྲ་ཤིས་དང་བདེ་ལེགས་གྱི་དཔལ་  
ཐམས་ཅད་འབྱུང་བར་གྱུར་ཅིག །ལྷག་པར་བདག་  
ཅག་གང་དུ་གནས་པའི་ཕྱོགས་འདིར་གདུག་པ་ཅན་  
གྱི་བསམ་སྒྲུབ་ནི་ཞིང་ཕན་པ་སྐྱབ་པ་དང་ཕུན་སུམ་  
ཆོགས་པའི་གནས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བར་གྱུར་  
ཅིག །གང་གི་སྦྱོན་པ་གང་ལ་སྦྱོན། །སོགས་བརྗོད། བཞུ་  
དཀར་པོས་བབྱང་བདེར་སྒྱུར་བའོ།།

༥

གཤམ་བསྐྱེད་ཀྱིས་པའི།

ཕྱོགས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་

སངས་རྒྱལ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད།

འཛིག་རྟེན་འདི་ནས་འཛིག་རྟེན་ཕ་རོལ་ཏུ་སོང་བ་མིང་

འདི་ཞེས་བསྐྱེད་པའི་ཤེས་རྒྱུད་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ།

འཛིག་རྟེན་འདི་ནས་འཛིག་རྟེན་ཕ་རོལ་ཏུ་སོང་བ་མིང་

འདི་ཞེས་བསྐྱེད་པ་གང་གིས་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་

ནས་ཐ་མ་ད་ལྟ་ལ་བྱུག་གི་བར་དུ། ཕྱིན་པ་དང་ཚུལ་

བྲིམས་ལ་སོགས་པ་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དུག །ལྷས་

དང་ངག་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ། ཐོས་པ་བསམ་པ་

སྒོམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་དགེ་བའི་ཚུ་བ་ཇི་སྟེད་ཅིག་

བསགས་པ་དང་།      གཞན་ཡང་འབྲེལ་པ་ཤུལ་ན་  
མཆིས་པ་རྣམས་ཀྱིས།      ཏུས་འདས་འདི་དག་གི་  
དོན་ཏུ་བསྐྱབས་པ་ལ་སོགས་པ་ཚོགས་གཉིས་ཀྱིས་  
བསྐྱས་པའི་ཏུས་གསུམ་གྱི་དགོ་ཚོགས་མ་ལུས་པ་  
ཐམས་ཅད།      འདི་ཞེས་བགྱི་བའི་ཤེས་རྒྱུད་ལ་ཕྱི་  
བཞིན་ཏུ་འབྲང་ཞིང་ཕྱི་བཞིན་ཏུ་རྗེས་སུ་འཇུག་པར་  
གྱུར་ཅིག      རྗེས་སུ་ཞུགས་ནས་ཀྱང་ཏུས་ལས་  
འདས་པ་དེ་ཉིད་བར་དོ་དང་རིགས་ཏུག་ལ་སོགས་  
པའི་སྐྱག་བསྐྱལ་ཅི་ཡོད་པ་ལས་གྲོལ་ཏེ།      སྐྱུར་ཏུ་  
རྣམ་མཁྱེན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ་

པར་གྱུར་ཅིག། །དེ་ལྟ་བུའི་སངས་རྒྱས་མ་ཐོབ་པའི་  
སྐྱེ་བ་དང་ཆོ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་། རྒྱལ་བའི་  
བསྟན་པ་ལུང་དང་རྟོགས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ལ་ཐོས་  
བསམ་སྒོམ་གསུམ་སྐྱབ་པའི་རྟོན་རྣམ་པར་དག་པ་ལྟ་  
དང་མིའི་ལུས་ལྟན་སུམ་ཆོགས་པ་ཐོབ་པར་གྱུར་  
ཅིག། །དེ་ཡང་དམ་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པའི་མཐུན་རྒྱུན་  
དམ་པར་གྱུར་པ་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་རྗེས་  
སྐྱེ་འཛིན་ཞིང་ཆོས་ལྟན་གྱི་གྲོགས་དང་འཕྲད་པར་  
གྱུར་ཅིག། །འགལ་རྒྱུན་སྒྲིག་པའི་གྲོགས་པོ་སོགས་  
དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག། །བསམ་པ་སྒྲན་མེད་པའི་

བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་སེམས་བསྐྱེད་དེ་ཡང་དག་པའི་  
ལམ་དང་འཕྲད་པར་གྱུར་ཅིག། ཁྱོད་བ་པ་རོལ་དུ་  
སྤྱོན་པ་དུག་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་སློབ་པར་བྱེད་དེ། ལན་  
དང་རྣམ་པར་སྤྱོན་པ་ལ་མི་རེ་བའི་སྤྱོན་པ་རྒྱ་བས་པོ་ཆེ་  
གཏོང་རུས་པར་གྱུར་ཅིག། ཁྱིད་པར་སྐྱེ་བ་ལ་འདུན་  
པ་དང་བྲལ་བའི་ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་བསྐྱུང་  
རུས་པར་གྱུར་ཅིག། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཞེ་  
འགྲས་པ་མེད་པའི་བཟོད་པ་སྒྲིམ་རུས་པར་གྱུར་  
ཅིག། དག་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྐྱུར་དུ་བསྐྱས་པའི་  
བརྩོན་འགྲུས་རྩོམ་རུས་པར་གྱུར་ཅིག། གཟུགས་

མེད་པའི་ཁམས་རྣམ་པར་སྤངས་པའི་བསམ་གཏན་  
ཡུལ་དུ་བྱང་བ་ལ་མཉམ་པར་འཛེག་ཏུས་པར་གྱུར་  
ཅིག། །ཐབས་སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་བྱང་དུ་འཇུག་པ་  
གནས་ལུགས་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་བྱང་པར་ཅན་  
རྒྱད་ལ་སྐྱེ་བར་གྱུར་ཅིག། །དེ་ལྟར་ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱོན་པ་  
དུག་གི་རང་བཞིན་གྱིས་ལམ་ལུ་ས་བཅུ་རིམ་གྱིས་  
བསྐྱོད་ནས། །སྟོབས་དང་མི་འཛེགས་པ་བཞི་དང་།  
མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་གཞལ་  
དུ་མེད་པ་རྣམས་གྱིས་ལེགས་པར་རབ་ཏུ་བརྒྱན་པའི་  
བདག་ཉིད་ཅན་གཏན་བདེ་ཉམས་པ་མེད་པ་ཐར་པ་

ཆེན་པོ་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་གོ་འཕང་  
ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག། དེ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་ཡང་། །  
ངན་སོང་སྒྲུག་བསྐྱེད་མ་སློང་ཞིང་། དཀའ་བ་སྤྱད་  
པ་མེད་པར་ཡང་། ལྷ་བས་ལྷག་པའི་ལུས་བརྩོད་  
ནས། དེ་ཉིད་སངས་རྒྱས་སྐུར་ཐོབ་ཤོག། མཆིས་  
པ་ལ་ཡང་། བགེགས་རིགས་སློང་སྒྲུག་བརྒྱད་ཅུ་ཞི་  
བ་དང་། སོགས་བརྩོད་པར་བྱའོ།

༥ གཤེན་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པ་ནི། ཕྱོགས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་  
སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད།  
འཛིག་རྟེན་འདི་ནས་འཛིག་རྟེན་ཕ་རོལ་དུ་སོང་བ་མིང་།



འདི་ཞེས་བགྱི་བའི་ཤེས་རྒྱུད་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ།  
འཇིག་རྟེན་འདི་ནས་འཇིག་རྟེན་ཕ་རོལ་ཏུ་སོང་བ་མིང་  
འདི་ཞེས་བགྱི་བ་གང་གི་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་  
ཐ་མ་ད་ལྟ་ལ་བྱུག་གི་བར་དུ། སྒོ་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་  
དགོ་བའི་རྩ་བ་ཅི་བསགས་པ་རྣམས་དང་། འབྲེལ་  
པ་ཤུལ་ན་མཆིས་པས་དུས་འདས་དེ་དག་གི་དོན་དུ་  
བསྐྱབས་པ་ལ་སོགས་པ། ཆོགས་གཉིས་ཀྱིས་  
བསྐྱས་པའི་དུས་གསུམ་གྱི་དགོ་ཆོགས་མ་ལུས་པ་  
ཆོ་ལས་འདས་པ་འདི་ཞེས་བགྱི་བའི་ཤེས་རྒྱུད་ལ་ཕྱི་  
བཞིན་དུ་འབྲང་ཞིང་ཕྱི་བཞིན་དུ་རྗེས་སུ་འཇུག་པར་

གུར་ཅིག                      རྗེས་སུ་ཞུགས་ནས་གུང་དུ་ས་ལས་  
འདས་པ་འདི་དག་ངན་འགྲོ་ནས་ངན་འགྲོ་ལོག་པར་  
ལྟུང་བའི་སྐྱེ་གནས་རྣམས་སུ་མི་སྐྱེ་བར་གུར་ཅིག    |  
མཐོའི་ས་བདེ་འགྲོ་མངོན་མཐོའི་གོ་འཕང་མངོན་དུ་  
བྱས་ཏེ།                      སྐྱེ་བ་དང་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ།  
སངས་རྒྱས་མཐོང་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་གུར་ཅིག    |  
དམ་པའི་ཆོས་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ་དང་མི་འབྲལ་བར་  
གུར་ཅིག                      །འཕགས་པའི་དགོ་འདུན་ལ་བསྐྱེན་  
བཀུར་བྱེད་པ་དང་མི་འབྲལ་བར་གུར་ཅིག    །སྦྱར་དུ་  
རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་

རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག།      །དེ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་  
ཡང་།      །ངན་སྲོང་སྒྲུག་བསྐྱེད་མ་སྲོང་ཞིང་།      །  
དགའ་བ་སྒྱུད་པ་མེད་པར་ཡང་།      །ལྟ་བུ་སྒྲུག་པའི་  
ལུས་བརྟེན་ནས།      །དེ་ཉིད་སངས་རྒྱུ་སྒྱུར་ཐོབ་  
ལོག།      །མཆིས་པ་ལ་ཡང་།      །བགེགས་རིགས་སྟོང་  
སྒྲུག་བརྒྱད་ཅུ་ཞི་བ་དང་།      །སོགས་བརྟེན་པར་བྱའོ།      །འདི་དག་  
རྣམས་ཀྱང་དོན་གཉེར་གྱིས།      །བསྐྱེད་སྒྱུར་གཞན་ལ་ཕན་པའི་དོན།      །ཉེར་མཁོ་ཙམ་  
ཞིག་གིས་པ་འདི།      །ངག་གི་དབང་པོས་ཉེ་བར་སྒྱུར།      །དགོའོ།།

༼སྒྲོན་ལམ་འདོན་ཚུལ་བསྐྱབ་ཆོག་ཏུ་བཀོད་པ་༽

བཞུགས་སོ།།

༥ མ་ནམ་བཞི་སྐོར་ལན་གསུམ། འཛིག་ཏེན་དབང་ཕྱུག་  
ཕུགས་རྗེའི་རྒྱབས་འཕྲེང་དབུས། །སོགས་དང་། དུས་  
གསུམ་རྒྱལ་ཀུན་ཕུགས་རྗེ་འདུས་པའི་ནལ། །ཕུག་  
ན་པརྗེའི་རྗེས་གཟུང་འབྲེལ་ཆད་ཀྱི། །འགྲོ་ཀུན་  
སྐལ་བཟང་ལམ་ལ་འཛིག་མཛད་པའི། །ངག་དབང་  
དཔལ་བཟང་ཞབས་ལ་༥ །སྒྲས་བཅས་རྒྱལ་བའི་  
ཕུགས་རྗེ་གཅིག་བསྐྱས་པ། །ཕུག་ན་པརྗེའི་ཕྱིན་  
ལས་ལྗོས་གར་ནི། །རིས་མེད་འགྲོ་བའི་རྩ་ལག་ཉིད་

གུར་པ། །དམ་ཆོས་རྒྱལ་མཚན་ཞབས་ལ། །བྱང་  
པར་ལྷོ་ལྷོངས་ཡངས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་འདིར། །  
ཆོས་སྤྱིད་ལུང་གིས་འགྲོ་རྣམས་བདེར་འཆོ་བའི། །  
བཀའ་བྲིན་མཚུངས་མེད་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་  
རྒྱུ་ལྟ། །བརྒྱུད་འཛིན་གླེ་མ་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་  
འདེབས། །གླེ་མ་སྐུ་ཁམས་བཟང་བར་གསོལ་བ་  
འདེབས། །མཆོག་ཏུ་སྐུ་ཆོ་རིང་བར་གསོལ་བ་  
འདེབས། །འཕྲིན་ལས་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་གསོལ་  
བ་འདེབས། །གླེ་མ་དང་འབྲལ་བ་མེད་པར་བྱིན་  
བྱིས་ལྷོ་བས། །སྤྱི་འགྲོ་སྐབས་སེམས་ནི། །སངས་རྒྱས་ཆོས་

དང་ཆོགས་གྱི་མཆོག་རྣམས་ལ།                      །སོགས་ལན་གསུམ།  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་  
ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག      །སོགས་ལན་གཅིག      །ལྟོ      མ་ལུས་  
སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་མགོན་གྱུར་ཅིང་།                      །བདུད་སྡེ་  
དཔུང་བཅས་མི་བཟད་འཛེམས་མཛད་ལྟ།                      །དངོས་  
རྣམས་མ་ལུས་ཇི་བཞིན་མཁྱེན་གྱུར་པའི།                      །བཅོམ་  
ལྡན་འཁོར་བཅས་གནས་འདིར་གཤེགས་སུ་  
གསོལ།      །མགོན་པོ་འདིར་ནི་བྱོན་པ་ལེགས།                      །  
བདག་ཅག་བསོད་ནམས་སྐལ་བར་ལྡན།                      །བདག་  
གི་མཆོད་ཡོན་བཞེས་ནས་གུང་།                      །འདི་ཉིད་དུ་ནི་

བཞུགས་སུ་གསོལ།      ཨོྫ་གུ་རུ་སའ་ཅ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་པ་  
ཕ་ར་སང་ཀ་ར་མརྒྱ་སང་ཀ་ར་མརྒྱ་ཨ་ཁྱོ་པ་རྩོམ་  
སྒྲུ། ཇི་ལྟར་བལྟམས་པ་ཅམ་གྱིས་ནི། ལྟ་ནམས་  
ཀུན་གྱིས་བྱས་གསོལ་ལྟར། ཇི་བཞིན་དག་པ་ལྟ་  
ཡི་ཆུ། དག་པ་ཡིས་ནི་སྐྱབྱས་གསོལ། ཨོྫ་གུ་རུ་  
སའ་ཅ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་མརྒྱ་པ་རྩོམ་སྒྲུ། བདག་དང་  
འགོ་ལ་ཐུགས་བརྩེ་འཕྱུར། ཉིད་ཀྱི་ལྟ་འཕྱུལ་མཐུ་  
ཡིས་ནི། ཇི་སྤྱིད་མཆོད་པ་བདག་བཞིད་ན། ཇི་  
སྤྱིད་བཅོམ་ལྟན་བཞུགས་སུ་གསོལ། ཨོྫ་གུ་རུ་  
སའ་ཅ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་པ་རྒྱ་ཀུ་མ་ལ་ཡེ་སྟླ། །། བར་དོ་གསོལ་



འདེབས་ནི།      ན་མོ་མརྩ་མུ་རྩ་ཡ།      ཆོས་ཀུན་སྐྱེ་མ་སྐྱེ་  
བུར་ཐུགས་ཆུང་པས།      །མ་དག་སྐྱེ་མ་ལས་གོལ་  
དག་པ་ཡི།      །སྐྱེ་བཞེས་སྐྱེ་མའི་འགྲོ་བ་འདྲེན་མཛད་  
པའི།      །འདྲེན་མཛད་སྐྱེ་མའི་སྐྱེ་ལ་སྐྱེ་བས་སྐྱེ་  
མཆེ།      །སྐྱེ་མའི་ལུས་ཅན་མགོན་པོ་བྱིད་གྱིས་ནི།      །  
སྐྱེ་མས་བསྐྱས་པའི་བདག་སོགས་སེམས་ཅན་  
ནམས།      །སྐྱེ་མའི་སྒྲུང་བས་བསྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་  
ཞིང་།      །སྐྱེ་མ་རང་དོཤེས་པར་བྱིན་གྱིས་  
ལྷོ་བས།      །ལྷོ་བར་དོ་ཡིན་པ་ཤེས་པའི་  
ཆོ།      །རང་ལུས་སྐྱེ་བསྐྱོམ་དེ་ནས་འོད་གསལ་

བསྒོམ།      སྒྲུང་ཡང་བྱང་འཇུག་ཉིད་དུ་བསྒོམས་པ་  
ཡིས།      འདག་པའི་སྒྲུ་ལུས་འཆར་བར་ཟེ་      འི་ཉིལ་གྱི་  
མཆོ་འཆོལ་དང་ནགས་ཆལ་བསྐྱེགས།      འུས་  
མཐའི་སྒྲུང་ཆེན་ལངས་པ་ལྟ་བུའི་སྒྲུ།      འབྲུག་སྒྲོང་  
དུས་གཅིག་ལྡིར་བ་ལས་འཇིགས་ཆོ།      ཆོས་ཉིད་  
རང་སྒྲུར་ཤེས་པར་ཟེ་      ཁ་དོག་ལྟ་ལྟན་འོད་ཟེར་  
འབྲུག་ཅིང་འབར།      འོད་དང་ཐིག་ལེ་ཐིག་སྒྲན་ལྟ་བུ་  
ལས།      འཇིགས་པའི་བྲོ་ཆོགས་རྒྱུབ་གསོད་སྒྲུ་  
སྒྲོག་ཆོ།      རང་སྒྲུང་ལྟ་བུ་ཤེས་པར་ཟེ་      འདོད་  
ཆགས་ཞེ་སྒྲུང་གཏི་མུག་ལས་གྱུར་པའི།      འདྏར་

དང་དམར་དང་ནག་པོའི་གཙོང་གཡང་ལ།      །རང་  
ཉིད་ལྟར་སྒྲུལ་རབ་ཏུ་འཛིགས་པའི་ཆོ།      །རང་སྒྲུང་  
དག་ཏུ་ཤེས་པར་༥      །གང་དུ་སྐྱེ་བའི་ལུས་ཀྱི་  
གཟུགས་གྲུབ་ཅིང་།      །དཀར་དམར་སེར་དང་སྟོ་བ་  
ནག་པོའི་འོད།      །ལྷ་མི་དུད་འགྲོ་ཡི་དྲགས་དཔྱལ་བ་  
ཡི།      །ལམ་ལྡན་རིམ་བཞིན་ཤེས་པར་༥      །གཞལ་མེད་  
ཁང་དུ་ལྷ་བུ་འདོད་སྟོད་དང་།      །ངང་པ་བྱུ་མཆོག་ཏྲ་  
ཡིས་བརྒྱན་པའི་མཆོ།      །ཁང་བབང་ཕ་མའི་འདུ་  
འཕྲོད་མཐོང་གྱུར་ན།      །ཆགས་སྒྲུང་མིག་སེར་དག་  
པར་༥      །སྒྲུང་དམར་ཆར་སྒྲིན་ཆ་གང་གིས་བདས་

པས། །ཕྱག་པ་གྲོག་པོ་སྒྲོང་དུ་མ་ལ་སོགས་ཕྱར། །  
སྐྱབས་སྤྱོད་འཇུག་པའི་སྒྲོང་བ་བྱུང་བྱུར་ན། །སྐྱེ་  
གནས་ངན་པར་ཤེས་པར་ཟེ། །སྒོག་གཙོང་མ་དང་  
ལྷགས་ཀྱི་ཁང་བཟང་མཐོང་། །དགའ་བའི་ཡིད་  
ཀྱིས་གནས་དེར་འཇུག་སེམས་ན། །རང་ངོ་ཤེས་  
ཤིང་འཇིགས་པ་མེད་པ་ཡིས། །གནས་ངན་དེ་ལས་  
བསྐྱོག་པར་ཟེ། །མངལ་དང་སྒྲོང་སྐྱེས་མིག་སེར་ཕྱག་  
དོག་དང་། །བྲོད་གཤེར་ལས་སྐྱེས་བྲི་དང་དང་རོ་ལ་  
ཆགས། །ཁྱེས་སྐྱེས་གནས་ལ་ཆགས་པ་སྐྱེས་པའི་  
ཆོ། །ཆགས་སྒྲོང་སྐྱེད་པ་མེད་པར་ཟེ། །ཕ་མ་ལ་

སོགས་སྐྱེ་གནས་མཐོང་བའི་ཆེ།    ཆགས་སྤང་མེད་  
ཅིང་སྐྱེ་མར་ཤེས་པ་དང་།    གནས་ལུགས་རང་དོ་  
ཤེས་པའི་དྲན་པ་ཡིས།    ཞེན་མེད་མངལ་སྒྲིཐིགས་  
པར་།    གལ་ཏེ་མ་ཞིགས་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་ན།    བདེ་བ་  
ཅན་དང་དགའ་ལྡན་མངོན་དགའ་འམ།    འཁོར་  
ལོས་སྤྱར་རྒྱལ་བུམ་ཟེའི་རིགས་དག་ཏུ།    །  
བསམས་བཞིན་སྐྱེ་བ་ལེན་པར་།    སྐྱེ་མ་ཐག་ནས་  
སྤྲོན་གྱི་གནས་དྲན་ཞིང་།    ཐེག་ཆེན་ཆོས་ལ་སྤྱོད་  
པའི་སྐལ་བར་ལྡན།    བརྩེ་བས་གཞན་དོན་འབའ་  
ཞིག་སེམས་བྱེད་ཅིང་།    བརྩོན་པས་བྱུང་རྒྱུ་སྤྱར་

དུ་འགྲུབ་པར་ཤོག།      །རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་དང་བཅས་པའི་  
བྱིན་རྒྱབས་དང་།      །ཆོས་ཉིད་རང་བཞིན་རྣམ་པར་  
དག་པ་དང་།      །བདག་གུང་བསམ་པ་རྣམ་པར་དག་  
པའི་མཐུས།      །ཇི་ལྟར་སྒྲོན་པ་དེ་བཞིན་འགྲུབ་པར་  
ཤོག། །༥།      ཆོས་ཉིད་མཉམ་པ་ཉིད་ལས་མ་གཡེས་  
གུང་།      །ཐུགས་རྗེས་གཏན་དུ་བྱ་ངན་མི་འདའ་  
ཞིང་།      །སྤོན་ལས་རྣམ་བཞིས་འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་  
པའི་།      །བཙུམ་ལྡན་མི་འབྲུགས་པ་ལ་ཐུག་འཆལ་  
ལོ། །ན་མོ་རྩྱ་ཏྲ་ཡུ་ཡ།      །ཨོྭ་ཀྱི་ཀྱི་ཀྱི་ཀྱི།      རོ་  
ཅོ་ཅོ་ཅོ་ཅོ།      ཏྲོ་ཅོ་ཏྲོ་ཅོ།      ཏྲོ་ས་ཅོ་ཏྲོ་ས་ཅོ།      བྲ་

ཏི་རྟ་ན་པ། ཏི་རྟ་ན།      སཱ་ཅྱ་ཀཱ་པ་རི་པ་རྒྱ་ཆི་མེ་སཱ་ཅྱ་  
སཱ་ཏྱ་ན་ཉུ་སྒྲུ།      ཞེས་པ་ཉེར་གཅིག་ལས་མི་ཉུང་བར་བཞུས་མཐར།  
སྒྲུ་ཆེ་བསྟན་པ་བསྒྲུ་ལ་ཆེན་འབུམ་ཕྱག་བཅུ།      ཞིང་  
གོ་བྱོན་དང་ཉན་ཐོས་བྱང་སེམས་གྱི།      །འདུས་པ་རྒྱ་  
མཆོའི་གཏིང་མཐའ་མི་མངོན་པའི།      །འདྲེན་པ་  
མཉམ་མེད་ཕྱགས་རྗེའི་སྟུན་གྱིས་གཟིགས།      །སྒྲེ་བོ་  
ཉན་མོངས་དུག་གིས་མགོ་ཕྱོངས་ནས།      །འགྲོ་དུག་  
བར་མ་དོ་རུ་འབྱམས་པ་རྣམས།      །དེ་རིང་ཉིད་དུ་  
ཕན་མཛོད་ཕྱག་རྒྱུངས་ལ།      །མངོན་དགའི་ཞིང་དུ་  
རྗོངས་ཤིག་མི་འབྱུགས་མགོན།      །༥།      སྒྲེན་གྱིས་མ་



གོས་སྐྱ་མདོག་དཀར།      རྫོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་  
དབུ་ལ་བརྒྱན།      བླགས་རྗེའི་སྤྱན་གྱིས་འགོ་ལ་  
གཟིགས།      སྤྱན་རས་གཟིགས་ལ་ཕྱག་འཆལ་  
ལོ།      ཁྱེ་མཆི་པ་རྗེ་ཏུ།      བརྒྱུ་བློས་མཐར་སྟོང་འགྱུར་བརྗེད།  
དག་བའདི་ཡིས་སྤྱར་དུ་བདག      སྤྱན་རས་  
གཟིགས་དབང་འགྲུབ་གྱུར་ནས།      སོགས་སོ།

༼བྱང་ཆུབ་ལྷུང་བཤགས་བཞུགས་སོ།༽

ལྷ།      བདག་གཞན་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དུས་རྟག་པར་གླེ་མ་ལ་སྐྱབས་  
སུ་མཆིའོ།      སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།      །

ཆེས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་  
སུ་མཆིའོ། །བཙེམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པ་དག་བཙེམ་པ་ཡང་དག་པར་ཚེགས་པའི་སངས་  
ཀྱས་དཔལ་ཀྱལ་བ་ཤུག་བྱུ་བྱུ་བ་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་  
ལོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྗེ་རྗེའི་སྒྲིང་པོ་རབ་ཏུ་  
འཛམས་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པ་རིན་ཆེན་འོད་འཕྲོ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་སྐྱ་དབང་གི་ཀྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཆལ་  
ལོ། །དེ་བཞིན་དཔའ་བོའི་སྡེ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དཔལ་དབྱེས་ལ་ཕྱག་འཆལ་

ལོ། ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རིན་ཆེན་མེ་ལ་ཕྱག་  
འཆལ་ལོ། ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རིན་ཆེན་ཟླ་འོད་  
ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་མཐོང་བ་  
དོན་ཡོད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
རིན་ཆེན་ཟླ་བ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པ་དྲི་མ་མེད་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ། །དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་དཔལ་བྱིན་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ། །དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་ཆངས་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ། །དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་ཆངས་པའི་བྱིན་ལ་ཕྱག་འཆལ་  
ལོ། ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྒྱ་ལྡན་ལ་ཕྱག་འཆལ་

ལོ། ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཆུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
འཆལ་ལོ། ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དཔལ་བཟང་ལ་  
ལྟ་བུ་འཆལ་ལོ། ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཙན་དན་  
དཔལ་ལ་ལྟ་བུ་འཆལ་ལོ། ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
གཟི་བརླིང་མཐའ་ཡས་ལ་ལྟ་བུ་འཆལ་ལོ། ། །དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་འོད་དཔལ་ལ་ལྟ་བུ་འཆལ་ལོ། ། །  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཟུང་ན་མེད་པའི་དཔལ་ལ་ལྟ་བུ་  
འཆལ་ལོ། ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྤེད་མེད་ཀྱི་བྱ་ལ་  
ལྟ་བུ་འཆལ་ལོ། ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་མེ་ཏྲ་ག་  
དཔལ་ལ་ལྟ་བུ་འཆལ་ལོ། ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་

ཆངས་པའི་འོད་ཟེར་རྣམ་པར་རྟེན་པ་མངོན་པར་  
མཁྱེན་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
པརྟེན་པའི་འོད་ཟེར་རྣམ་པར་རྟེན་པ་མངོན་པར་མཁྱེན་པ་  
ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནོར་  
དཔལ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
བླན་པའི་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་མཆོན་དཔལ་ཤིན་ཏུ་ཡོངས་བསྐྱབས་  
ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དབང་པོ་  
ཏྲུག་གི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་གཏོན་པའི་

དཔལ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
གཡུ་ལ་ལས་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ལ་ཕྱག་འཆལ་  
ལོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམ་པར་གཞོན་པས་  
གཤེགས་པའི་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་ཀུན་ནས་སྒྲུང་བ་བཀོད་པའི་དཔལ་ལ་  
ཕྱག་འཆལ་ལོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རིན་ཆེན་  
པརྩས་རྣམ་པར་གཞོན་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་དབྱ་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་  
ཇོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེའི་པརྩ་ལ་རབ་ཏུ་  
བཞུགས་པ་རི་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཆལ་

ལོ། །དེ་དག་ལ་སོགས་པ་ཕྱོགས་བཅུ་འི་འཛིག་རྟེན་  
གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་  
བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་ཕྱོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཇི་  
སྟེད་ཅིག་བཞུགས་ཏེ་འཆོ་ཞིང་གཞེས་པའི་སངས་  
རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་  
དགོངས་སུ་གསོལ། བདག་གི་སྐྱེ་བ་འདི་དང་། སྐྱེ་  
བ་ཐོག་མ་མ་མཆིས་པ་ནས། འཁོར་བ་ན་འཁོར་  
བའི་སྐྱེ་གནས་གཞན་དག་ཏུ། སྤྲིག་པའི་ལས་  
བགྱིས་པ་དང་། བགྱིད་དུ་སྤྱུལ་བ་དང་། བགྱིད་པ་  
ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའོ། ། མཆོད་རྟེན་གྱི་དགོར་



རམ། དག་འདུན་གྱི་དཀོར་རམ། ཕྱོགས་བཅུ་འི་  
དག་འདུན་གྱི་དཀོར་འཕྲོག་པ་དང་། འཕྲོག་ཏུ་སྐྱུལ་  
བ་དང་། འཕྲོག་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའམ།  
མཆོམས་མ་མཆིས་པ་ལྟ་འི་ལས་བགྱིས་པ་དང་།  
བགྱིད་ཏུ་སྐྱུལ་བ་དང་། བགྱིད་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་  
བའམ། མི་དག་བ་བཅུ་འི་ལས་ཀྱི་ལམ་ཡང་དག་  
པར་སྦྱང་བ་ལ་ཞུགས་པ་དང་། འཇུག་ཏུ་སྐྱུལ་བ་  
དང་། འཇུག་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའམ། ལས་ཀྱི་  
སྒྲིབ་པ་གང་གིས་བསྒྲིབས་ནས། བདག་སེམས་  
ཅན་དཔྱུལ་བར་མཆི་བའམ། དུད་འགྲོའི་སྒྲིབ་གནས་

སུ་མཆི་བའམ། ཡི་དྲགས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་མཆི་བའམ།  
ཡུལ་མཐའ་འཁོབ་དུ་སྐྱེ་བའམ། གྲ་གྲོར་སྐྱེ་བའམ།  
ལྷ་ཆེ་རིང་པོ་རྣམས་སུ་སྐྱེ་བའམ། དབང་པོ་མ་ཆང་  
བར་འགྱུར་བའམ། ལྷ་བ་ལོག་པར་འཛིན་པར་  
འགྱུར་བའམ། སངས་རྒྱས་འགྱུར་བ་ལ་མཉེས་པར་  
མི་བགྱིད་པར་འགྱུར་བའི་ལས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་པ་གང་  
ལགས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་བཙེམ་ལྡན་  
འདས་ཡེ་ཤེས་སུ་གྱུར་པ། སྤྱན་དུ་གྱུར་པ། དཔང་  
དུ་གྱུར་པ། ཆོད་མར་གྱུར་པ། མཁྱེན་ཅིང་གཟིགས་  
པ། དེ་དག་གི་སྤྱན་སྤར་མཐོལ་ལོ། །འཆགས་

སོ། །མི་འཆབ་བོ། །མི་སྤེད་དོ། །སྒྲུན་ཆད་གུང་  
སྒྲོམ་པར་བགྱིད་ལགས་སོ། ། །སངས་རྒྱས་བཙུམ་  
ལྟན་འདས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་  
གསོལ། ། །བདག་གི་སྐྱེ་བ་འདི་དང་། །སྐྱེ་བ་ཐོག་མ་  
དང་མཐའ་མ་མ་མ་མཆིས་པ་ནས་འཁོར་བ་ན་འཁོར་  
བའི་སྐྱེ་གནས་གཞན་དག་ཏུ་སྐྱེན་པ་ཐ་ན་དུད་འགྲོའི་  
སྐྱེ་གནས་སུ་གྱུར་པ་ལ་ཟས་ཁམ་གཅིག་ཙམ་སྤུལ་  
བའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་། ། །བདག་  
གིས་ཚུལ་བྲིམས་བསྐྱེདས་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་  
ལགས་པ་དང་། ། །བདག་གིས་ཚངས་པར་སྤྱོད་པ་ལ་

གནས་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་།  
བདག་གིས་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་བགྱིས་  
པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་།      བདག་  
གིས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་དགོ་  
བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་།      བདག་གིས་སྒྲན་  
མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དེ་  
དག་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་ཤིང་བཟླམས་ཏེ།  
བསྐྱོམས་ནས།      སྒྲན་མཆིས་པ་དང་།      གོང་ན་མ་  
མཆིས་པ་དང་།      གོང་མའི་ཡང་གོང་མར་ཡོངས་སུ་  
བསྐྱོ་བས།      སྒྲན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་

བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཡོངས་སུ་བསྡོམས་བར་བབྱེའོ། ཇི་ལྟར་  
འདས་པའི་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྟེན་འདས་རྣམས་  
ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྡོམས་པ་དང་། ཇི་ལྟར་མ་བྱོན་པའི་  
སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྟེན་འདས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་  
བསྡོམས་བར་འགྱུར་བ་དང་། ཇི་ལྟར་ད་ལྟར་བཞུགས་  
པའི་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྟེན་འདས་རྣམས་ཀྱིས་  
ཡོངས་སུ་བསྡོམས་བར་མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ། བདག་  
གིས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་བསྡོམས་བར་བབྱེའོ། །སྟོན་པ་  
ཐམས་ཅད་ནི་སོ་སོར་བཞགས་སོ། །བསོད་ནམས་  
ཐམས་ཅད་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དོ། །སངས་རྒྱས་

ཐམས་ཅད་ལ་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །  
བདག་གིས་སྒྲན་མཛད་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཆོག་ཐོབ་པར་  
གྱུར་ཅིག །མི་མཆོག་རྒྱལ་བ་གང་དག་ད་ལྟར་  
བཞུགས་པ་དང་། །གང་དག་འདས་པ་དག་དང་དེ་  
བཞིན་གང་མ་བྱོན། །ཡོན་ཏན་བསྐྱབས་པ་མཐའ་  
ཡས་རྒྱ་མཆོའང་ཀུན་ལ། །ཐལ་མོ་སྦྱར་བ་བགྱིས་  
ཏེ་སྐྱབས་སུ་ཉེ་བར་མཆིའོ། །ཡུང་པོ་གསུམ་པའི་མདོ་རྫོགས་སོ། །  
༥ ། **སྒྲ་མཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་རྩེ་རིན་པོ་ཆེས་ཐོག་མ་**  
**མཛད་པའི་སྒྲ་མ་ཡང་དག་པ་ཡོངས་ཀྱི་དག་བའི་**  
**བཤེས་གཉེན། ཆོས་མཛད་སྐྱབ་པ་པོ་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་**

ཁམས་བབ་ཞིང་། སྐྱ་ཆེ་ཕྱིན་ལས་རྒྱ་ནམ་མཁའ་  
དང་མཉམ་པར་གྱུར་ཅིག ། གླེ་མ་སངས་རྒྱས་སུ་  
འདུག་པ་མི་རུ་བབྱང་། ། བརྒྱད་པ་ཉེ་རིང་དུ་  
བབྱངས་པ་མཐོལ་ལོ་བཤགས། ། བཟླ་བ་བཏགས་  
པ་རུ་འདུག་པ་དོན་དུ་བབྱང་། ། ཆིག་སྒྲིལ་ད་རྒྱལ་དུ་  
ཕྱོད་པ་༥ ། བར་ཆད་རང་སེམས་སུ་འདུག་པ་འདྲེ་རུ་  
བབྱང་། ། སྤྱང་བ་དྲག་སྤྲགས་སུ་བབྱངས་པ་༥ །  
འཁོར་བ་སྤྱང་འདས་སུ་འདུག་པ་དངོས་པོར་  
བབྱང་། ། སྤྲུག་བསྤྲུལ་བཅོན་ར་རུ་བསྒྲེལས་པ་༥ །  
ནམ་ཏྲིག་ཡེ་ཤས་སུ་འདུག་པ་སྒྲིལ་དུ་བབྱང་། ། སྤྱང་



བྱ་ངེ་མར་བལྟས་པ་፤      ཁོས་སྐུ་རོ་གཅིག་ཏུ་འདུག་  
པ་སོ་སོར་བབྱང་།      ཁོས་ལ་ཕྱི་བཞོལ་བྱས་པ་  
མཐོལ་ལོ་བཤགས།      ཞེས་པ་གྲུབ་ཆེན་གླིང་གིས་མཛད།      དུས་  
གསུམ་བདེ་གཤེགས་རྣམས་ཀྱི་སྦྱོན་ལམ་དུ།      །  
བཀའ་བཞིན་གཞུང་མ་སྦྱོང་བ་མཐོལ་ལོ་  
བཤགས།      རྗེ་བཙུན་གླེ་མ་རྣམས་ཀྱི་སྦྱོན་ལམ་  
དུ།      ཁོགས་གསོག་ལོ་བྱད་ཆུང་བ་፤      ཡི་དམ་ལྷ་  
ཁོགས་རྣམས་ཀྱི་སྦྱོན་ལམ་དུ།      མ་རྟོགས་སྦྱོང་ལེན་  
བྱས་པ་፤      དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་རྣམས་ཀྱི་སྦྱོན་ལམ་  
དུ།      ཁས་གླངས་དམ་བཅའ་ཉམས་པ་፤      ཁོས་

སྒོང་སྤང་མ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་ལམ་དུ། །གཏོར་མ་ལོ་  
ཟླར་འབྱངས་པེ། །མཆེད་དང་ལྷུ་མ་དྲལ་རྣམས་ཀྱི་  
སྤྱན་ལམ་དུ། །དམ་ཆེག་བརྩེ་གདུང་རྒྱུང་བེ། །  
དྲིན་ཅན་པ་མ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་ལམ་དུ། །དྲིན་ལན་  
ལན་གྱིས་མ་ལོན་། །འགྲོ་དུག་སེམས་ཅན་རྣམས་  
ཀྱི་སྤྱན་ལམ་དུ། །ཐུགས་རྗེའི་དཔྱངས་ཐག་ཆད་པ་  
མཐོལ་ལོ་བཤགས། །ཞེས་པ་འགྲོ་མགོན་ཉང་གིས་མཛད་དོ།

༼ཅུ་ལྟུང་བཤགས་པ་བཞུགས་སོ།༽

༥ ཀྱ་གར་སྐད་དུ། བརྗེ་ཡུ་ན་ལྷུ་ལྷུ་པ་ཏི། བོད་  
སྐད་དུ། དེ་རྗེ་ཐེག་པའི་ཅུ་བའི་ལྟུང་བ། འཕགས་

པ་འཇམ་དཔལ་གཞིན་རྒྱུར་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་  
ལོ། །ཀུན་ནས་དང་བས་སྒྲམ་ཡི། །ཞབས་ཀྱི་པརྫོ་  
ལ་བརྟུང་དེ། །ཅུ་བའི་ལྟུང་བ་བརྟུ་བཞི་ནི། །ཆུང་  
ལས་གསུངས་པ་བཤད་པར་བྱ། །གང་ཕྱིར་དྲོ་རྩེ་  
འཛིན་པ་ཡི། །དངོས་གྲུབ་སྟོབ་དཔོན་རྩེས་འབྲང་  
གསུངས། །དེ་བས་དེ་ལ་བརྟུས་པ་ནི། །ཅུ་བའི་  
ལྟུང་བ་དང་པོར་བཤད། །དང་པོ་ཕྱག་པ་མཐོལ་ལོ་  
བཤགས། །བདེ་གཤེགས་བཀའ་ལས་འདས་པ་  
ནི། །ལྟུང་བ་གཉིས་པ་ཡིན་པར་བཤད། །གཉིས་པ་  
ཕྱག་པ་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །རྩོ་རྩེ་སྤྱན་ལ་བྲོས་པ་

ཡིས། །ཉེས་པ་བརྗོད་པ་གསུམ་པ་ཡིན། །གསུམ་  
པ་ཕོག་པ་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །སེམས་ཅན་རྣམས་  
ལ་བྱམས་པ་སྤོང་། །བཞི་པ་ཡིན་པར་རྒྱལ་བས་  
གསུངས། །བཞི་པ་ཕོག་པ་། །ཆོས་ཀྱི་ཕ་བ་བྱང་  
ཆུབ་སེམས། །དེ་སྤོང་བ་ནི་ལྟ་པ་ཡིན། །ལྟ་པ་ཕོག་  
པ་། །རང་ངམ་གཞན་གྱི་གྲུབ་པ་འི་མཐའ། །ཆོས་  
ལ་སྤོང་པ་དྲུག་པ་ཡིན། །དྲུག་པ་ཕོག་པ་། །ཡོངས་  
སུམ་སྒྲིན་སེམས་ཅན་ལ། །གསང་བ་སྒྲོག་པ་བདུན་  
པ་ཡིན། །བདུན་པ་ཕོག་པ་། །ཕུང་པོ་སངས་རྒྱས་  
ལྟའི་བདག་ཉིད། །དེ་ལ་བརྟམས་བྱེད་བརྒྱད་པ་

ཡིན། །བརྒྱད་པ་ཕྱོག་པེ། །རང་བཞིན་དག་པའི་  
ཆོས་རྣམས་ལ། །སེམ་ཉི་བ་བ་དགུ་པ་ཡིན། །དགུ་  
པ་ཕྱོག་པེ། །ག་དུག་ལ་རྟག་རྟ་བྱམས་ལྡན་པ། །  
བྱེད་པ་དེ་ནི་བརྟུ་པར་འདོད། །བརྟུ་པ་ཕྱོག་པེ། །  
མིང་སོགས་བྲལ་བའི་ཆོས་རྣམས་ལ། །དེར་རྟོག་པ་  
ནི་བརྟུ་གཅིག་པ། །བརྟུ་གཅིག་ཕྱོག་པེ། །སེམས་  
ཅན་དད་དང་ལྡན་པ་ཡི། །སེམས་སྟུན་འབྱེན་པ་བརྟུ་  
གཉིས་པ། །བརྟུ་གཉིས་ཕྱོག་པེ། །དམ་ཆོག་ལས་  
ནི་ཇི་བཞིན་ཆེད། །མི་བསྟེན་པ་དེ་བརྟུ་གསུམ་པ། །  
བརྟུ་གསུམ་ཕྱོག་པེ། །བྱེད་མེད་ཤེས་རབ་རང་

བཞིན་ལ། རྫོང་པར་བྱེད་པ་བཅུ་བཞི་པ། བཅུ་  
བཞི་ཕྱག་པ་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །ལྟོ་རབ་རྩ་  
བདེ་བ་འཕྲོག་པར་བྱེད། གཤམ་ཆོག་དད་དང་མི་ལྡན་  
པའི། རིག་མ་བསྟེན་པར་དགའ་བ་ནི། ཡན་ལག་  
ཉེས་པ་དང་ཕོ་ཡིན། གདང་ཕོ་ཕྱག་པ་མཐོལ་ལོ་  
བཤགས། ཆོག་ས་གྱི་འཁོར་ལོར་རྩྱེད་པ་ནི། །  
ཡན་ལག་ཉེས་པ་གཉིས་པ་ཡིན། གཉིས་པ་ཕྱག་  
པེ། མ་གསུངས་པ་ཡི་རིག་མ་ལ། རྒྱགས་པས་  
བདུད་རྩི་ཐོབ་བྱེད་པ། ཡན་ལག་ཉེས་པ་གསུམ་པ་  
ཡིན། གསུམ་པ་ཕྱག་པེ། གསང་ཆོས་ཡན་ལག་

ཤེས་གུར་གུར།                      གཞན་ལ་མི་སྟོན་ཤེས་རབ་  
ངན།    ཡན་ལག་ཉེས་པ་བཞི་པ་ཡིན།    བཞི་པ་  
ཕོག་པ་፤    དད་པས་སེམས་ཅན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ།    །  
གཞན་གྱི་གཏམ་བྱེད་བྱང་ཆུབ་སེམས།    ཡན་ལག་  
ཉེས་པ་ལྔ་པ་ཡིན།    ལྔ་པ་ཕོག་པ་፤    ཉན་ཐོས་ནང་  
དུ་ཞག་བདུན་འདས།    ཡན་ལག་ཉེས་པ་དྲུག་པ་  
ཡིན།    དྲུག་པ་ཕོག་པ་፤    རྣལ་འབྱོར་ཡེ་ཤེས་མི་  
ཤེས་པ།    དེ་ནི་སྒྲགས་པ་ཡིན་ཟེར་བ།    ཡན་ལག་  
ཉེས་པ་བདུན་པ་ཡིན།    བདུན་པ་ཕོག་པ་፤    སྟོང་  
མིན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ།    བྱི་ཡི་ཆོས་བཤད་



སྨྱོ་བཤགས་བརྒྱགས་སོ།།

༥ སྒྲུ་མ་རྩེ་རྩེ་འཛིན་པ་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་ཏེ།  
ཕྱོགས་བརྩུན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་བདག་གཞན་ལ་  
དགོངས་སུ་གསོལ། བདག་གཞན་གྱི་ཆེ་འཁོར་བ་  
ཐོག་མ་མེད་པ་ནས། ཐམ་དུ་ལྟ་ལ་ཐུག་གི་བར་དུ།  
ཉོན་མོངས་པ་འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་སྤང་དང་།  
གཏི་མུག་གི་དབང་གིས། ལྷས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་  
སྒོ་ནས་སྒྲིག་པ་མི་དག་བ་བརྩུ་བ་བྱིས་པ་དང་།  
མཚམས་མེད་པ་ལྟ་བ་བྱིས་པ་དང་། དེ་དང་ཉེ་བ་ལྟ་  
བ་བྱིས་པ་དང་། སོ་སོར་ཐར་པའི་སྒྲིམ་པ་དང་།

འགལ་བ།      བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་  
འགལ་བ།      གསང་སྤྲགས་ཀྱི་དམ་ཆེག་དང་འགལ་  
བ།      དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་མ་དད་ཅིང་མ་གུས་པ་  
བགྱིས་པ།      མཁན་པོ་དང་སློབ་དཔོན་ལ་མ་དད་ཅིང་  
མ་གུས་པ་བགྱིས་པ།      དམ་པའི་ཆོས་སྤངས་པ།  
གསུང་རབ་ཀྱི་བླ་མ་བློས་པ།      འཕགས་པའི་དགོ་  
འདུན་ལ་སྐྱར་པ་བཏབ་པ།      ས་དང་མ་ལ་མ་དད་ཅིང་  
མ་གུས་པ་བགྱིས་པ།      གྲོགས་ཚངས་པ་མཚུངས་  
པར་སྤྱོད་པ་རྣམས་ལ་མ་དད་ཅིང་མ་གུས་པ་བགྱིས་  
པ།      མདོར་ན་མཐོ་རིས་དང་ཐར་པའི་གོགས་སུ་

འགྱུར་ཞིང་།      འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་རྒྱུར་གྱུར་  
པའི་ཉེས་ལྟར་གི་ཆོག་ས་ཅི་བགྱིས་པ་ཐམས་ཅད་སྒྲ་  
མ་རྩེ་རྩེ་འཛིན་པ་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་ཏེ་སྤྱོད་གས་བརྩུ་ན་  
བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱུང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའི་ཆོག་ས་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་སྦྲར་  
མཐོལ་ལོ་བཤགས་སོ། །གཞོང་ངོ། །འགྱུང་ངོ། །  
མི་འཆབ་བོ། །མི་སྦྲང་ངོ། །སྤྱན་ཆད་ཀྱང་གཅོད་  
ཅིང་སྤྲོམ་པར་བགྱིད་ལགས་སོ། །བདག་གཞན་  
ལུས་ཀྱི་ལས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ། །ངག་གི་རྣམ་པ་  
བཞི་དང་ནི། །གང་ཡང་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་གསུམ་པོ། །

མི་དག་བཅུ་པོ་སོ་སོར་བཤགས།	ཁའམས་མེད་
ལྷ་པོ་བདག་གཞན་སྤྲིག་པ་རྣམས།	ཁང་གིས་མི་
ཤེས་དབང་གིས་བྱས་པ་དག	དེ་ཡི་ལྟང་བ་
བཤགས་པ་འདི་བརྗོད་པས།	ཁྱུ་འདྲ་ལ་ལྟས་
ཡོངས་སུ་བྱང་བར་ཤོག། །དགོས།	

༼བཟང་པོ་སྤྲོད་པའི་སྤོན་ལམ་གྱི་རྒྱལ་པོ༽  
བཞུགས་སོ།།

༥། རྒྱ་གར་སྐད་དུ།	ཡུལ་གྱི་ཅུང་པ་ཁོ་རྒྱ་ན་རྒྱ་ལ།
བོད་སྐད་དུ།	འཕགས་པ་བཟང་པོ་སྤྲོད་པའི་སྤོན་
ལམ་གྱི་རྒྱལ་པོ།	འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གཞོན་

རུར་གྱུར་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      ཇི་སྟེད་སྲུང་ག་  
ཕྱོགས་བཅུ་འི་འཛིག་རྟེན་ན།      །དུས་གསུམ་  
གཤེགས་པ་མི་ཡི་སེང་གོ་ཀུན།      །བདག་གིས་མ་  
ལུས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ།      །ལུས་དང་དག་ཡིད་  
དང་བས་ཕྱག་བགྱིའོ།      །བཟང་པོ་སྟོད་པའི་སྟོན་ལམ་  
སྟོབས་དག་གིས།      །རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཡིད་གྱིས་  
མངོན་སུམ་དུ།      །ཞིང་གི་རྒྱལ་སྟེད་ལུས་རབ་བརྟུང་  
པ་ཡིས།      །རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་རབ་རྒྱུ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །  
རྒྱལ་གཅིག་སྟེང་ན་རྒྱལ་སྟེད་སངས་རྒྱས་རྣམས།      །  
སངས་རྒྱས་སྤྲུལ་གྱི་དབུས་ན་བཞུགས་པ་དག      །དེ་

ལྟར་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམས་མ་ལུས་པ།      །ཐམས་  
ཅད་རྒྱལ་བ་དག་གིས་གང་བར་མོས།      །དེ་དག་  
བསྐྱགས་པ་མི་བད་རྒྱུ་མཆོ་རྣམས།      །དབྱིངས་ཀྱི་  
ཡན་ལག་རྒྱུ་མཆོའི་སྒྲ་ཀུན་གྱིས།      །རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་  
ཡོན་ཏན་རབ་བརྗོད་ཅིང་།      །བདེ་བར་གཤེགས་པ་  
ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བསྟོད།      །མེ་ཏོག་དམ་པ་  
སྤེང་བ་དམ་པ་དང་།      །སིལ་སྒྲན་རྣམས་དང་བྱུག་པ་  
བདུག་མཆོག་དང་།      །མར་མེ་མཆོག་དང་བདུག་  
སྟོས་དམ་པ་ཡིས།      །རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཆོད་  
པར་བགྱི།      །ན་བཟའ་དམ་པ་རྣམས་དང་ངྷི་མཆོག་



དང་། བྱེ་མ་ཕུར་མ་རི་རབ་མཉམ་པ་དང་། །  
བཀོད་པས་བྱུང་པར་འཕགས་པའི་མཆོག་ཀུན་  
གྱིས། རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཆོད་པར་བགྱི། །  
མཆོད་པ་གང་རྣམས་སྤྲུམ་མེད་རྒྱ་ཆེ་བ། རྟེན་དག་རྒྱལ་  
བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་མོས། བཟང་པོ་སྤྱོད་ལ་དང་  
པའི་སྟོབས་དག་གིས། རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་ཕྱག་  
འཆལ་མཆོད་པར་བགྱི། འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་  
ལྷག་དབང་གིས་ནི། ལྷུས་དང་དག་དང་དེ་བཞིན་  
ཡིད་གྱིས་ཀྱང་། སྤྲིག་པ་བདག་གིས་བགྱིས་པ་ཅི་  
མཆིས་པ། རྟེན་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སོ་སོར་

བཤགས། རྩོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་ཀུན་དང་སངས་  
རྒྱལ་སྤྲུལ། རང་རྒྱལ་རྣམས་དང་སྟོབ་དང་མི་སྟོབ་  
དང་། འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་བསོད་ནམས་གང་ལ་  
ཡང་། དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་ཡི་རང་། །  
གང་རྣམས་རྩོགས་བཅུའི་འཛིག་རྟེན་སྟོན་མ་  
རྣམས། བྱང་ཆུབ་རིམ་པར་སངས་རྒྱལ་མ་ཆགས་  
བརྟེས། མགོན་པོ་དེ་དག་བདག་གིས་ཐམས་ཅད་  
ལ། འཁོར་ལོ་སྤྲོན་མེད་པར་བསྐྱོར་བར་  
བསྐྱུལ། ཟླ་ངན་འདའ་སྟོན་གང་བཞེད་དེ་དག་  
ལ། འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་ཞིང་བདེ་བའི་ཕྱིར། །

བསྐྱལ་པ་ཞིང་གི་རྩལ་སྟེང་བཞུགས་པར་ཡང་། །  
བདག་གིས་ཐལ་མོར་བ་སྦྱར་གསོལ་བར་བགྱི། །  
ཕྱག་འཆལ་བ་དང་མཆོད་ཅིང་བཞགས་པ་དང་། །  
རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། ། ། དགོ་བ་  
ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ། ། ། བསྐྱལ་ཅད་  
བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྟོལ། ། ། ། འདས་པའི་  
སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་ཕྱོགས་བརྩུ་ཡི། ། ། ། འཛིག་རྟེན་  
དག་ན་གང་བཞུགས་མཆོད་པར་བྱུར། ། ། ། གང་ཡང་  
མ་བྱོན་དེ་དག་རབ་སྦྱར་བར། ། ། ། བསམ་རྗེས་བྱང་  
ཆུབ་རིམ་པར་སངས་རྒྱས་སྟོན། ། ། ། ཕྱོགས་བརྩུ་ག་

ལའི་ཞིང་རྣམས་ཇི་སྟེང་པ།      ཁྲི་དག་རྒྱ་ཆེར་ཡོངས་  
སྤྱད་ག་པར་གྱུར།      བྱང་ཆུབ་ཤིང་དབང་རྒྱུང་  
གཤེགས་རྒྱལ་བ་དང་།      །སངས་རྒྱས་སྤྲས་གྱིས་  
རབ་ཏུ་གང་བར་ཤོག།      བྱོ་གས་བཙུའི་སེམས་ཅན་  
གང་རྣམས་ཇི་སྟེང་པ།      ཁྲི་དག་ཏྲག་ཏུ་ནད་མེད་བདེ་  
བར་གྱུར།      །འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་ཆོས་གྱི་དོན་རྣམས་ནི།      །  
མཐུན་པར་གྱུར་ཅིག་རེ་བའང་འགྲུབ་པར་ཤོག།      །  
བྱང་ཆུབ་སྟོང་པ་དག་ནི་བདག་སྟོང་ཅིང་།      །འགྲོ་བ་  
ཀུན་ཏུ་སྐྱེ་བ་དྲན་པར་གྱུར།      །ཆོ་རབས་ཀུན་ཏུ་འཆི་  
འཕོ་སྐྱེ་བ་ན།      །ཏྲག་ཏུ་བདག་ནི་རབ་ཏུ་འབྱུང་བར་

ཤོག། རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་སློབ་གུར་ཏེ། །  
བཟང་པོ་སྤྱད་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་གཏེ་ཅིང་། རྒྱལ་  
བྲིམས་སྤྱད་པ་དྲི་མེད་ཡོངས་དག་པ། རྟག་རྩ་མ་  
ཉམས་སྤྱོན་མེད་སྤྱད་པར་ཤོག། ལྷ་ཡི་སྐད་དང་གྲུ་  
དང་གཞོན་སྤྱོན་སྐད། བྱལ་བུ་མ་དག་དང་མི་ཡི་  
སྐད་རྣམས་དང་། འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་སྒྲ་རྣམས་རི་ཙམ་  
པར། བམས་ཅད་སྐད་དུ་བདག་གིས་ཆོས་སྤྱོན་  
ཏོ། དེས་ཤིང་ཕ་རོལ་སྤྱོན་ལ་རབ་བརྩོན་ཏེ། བྱང་  
ཆུབ་སེམས་ནི་ནམ་ཡང་བརྟེན་མ་གུར། སྤྲིག་པ་  
གང་རྣམས་སྤྱོབ་པར་གུར་པ་དག། དེ་དག་མ་ལུས་

ཡོངས་སུ་བྱུང་བར་ཞོག།      །ལས་དང་ཉོན་མོངས་  
བདུད་ཀྱི་ལས་རྣམས་ལས།      །གྲོལ་ཞིང་འཛིག་ཏེན་  
འགྲོ་བ་རྣམས་སུ་ཡང་།      །ཇི་ལྟར་པརྫོ་ཆུས་མི་  
ཆགས་པ་བཞིན།      །ཉི་ཟླ་ནམ་མཁའ་ཐོགས་པ་མེད་  
ལྟར་སྤྱད།      །ཞིང་གི་ཁྱོན་དང་ཕྱོགས་རྣམས་ཇི་ཙམ་  
པར།      །ངན་སོང་སྐྱག་བསྐལ་རབ་ཏུ་ཞི་བར་བྱེད།      །  
བདེ་བ་དག་ལ་འགྲོ་བ་ཀུན་འགོད་ཅིང་།      །འགྲོ་བ་  
ཐམས་ཅད་ལ་ནི་ཕན་པར་སྤྱད།      །བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པ་  
ཡོངས་སུ་ཐོགས་བྱེད་ཅིང་།      །སེམས་ཅན་བདག་གི་  
སྤྱོད་དང་མཐུན་པར་འཇུག།      །བབང་པོ་སྤྱོད་པ་དག་ནི་

རབ་སྟོན་ཅིང་།      །མ་འོངས་བསྐལ་པ་ཀུན་ཏུ་སྟོང་  
པར་བྱུང་།      །བདག་གི་སྟོང་དང་མཚུངས་པར་གང་  
སྟོང་པ།      །དེ་དག་དང་ནི་རྟག་ཏུ་འགྲོགས་པར་  
ཞོག      །ལུས་དང་དག་རྣམས་དང་ནི་སེམས་ཀྱིས་  
ཀྱང་།      །སྟོང་པ་དག་དང་སྟོན་ལམ་གཅིག་ཏུ་  
སྟུང་།      །བདག་ལ་ཕན་པར་འདོད་པའི་གྲོགས་པོ་  
དག      །བཟང་པོ་སྟོང་པ་རབ་ཏུ་སྟོན་པ་རྣམས།      །དེ་  
དག་དང་ཡང་རྟག་ཏུ་འཕྲད་པར་ཞོག      །དེ་དག་  
བདག་གིས་ནམ་ཡང་ཡིད་མི་དབྱུང་།      །སངས་རྒྱས་  
སྤྲུལ་གྱིས་བསྐྱེད་བའི་མགོན་པོ་རྣམས།      །མ་དོན་



སུམ་རྟག་ཏུ་བདག་གིས་རྒྱལ་བར་བལྟ། ཁ་འོངས་  
བསྐལ་པ་ཀུན་ཏུ་མི་སྐྱོ་བར། དེ་དག་ལ་ཡང་མཆོད་  
པ་རྒྱ་ཆེར་བགྱི། རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་དམ་པའི་ཆོས་  
འཛིན་ཅིང་། བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པ་ཀུན་ཏུ་སྤང་བར་  
བྱེད། བབབ་པོ་སྤྱོད་པ་རྣམ་པར་སྤྱོད་བ་ཡང་། ཁ་  
འོངས་བསྐལ་པ་ཀུན་ཏུ་སྤྱད་པར་བགྱི། སྤྱིད་པ་  
ཐམས་ཅད་ཏུ་ཡང་འཁོར་བ་ན། བསོད་ནམས་ཡེ་  
ཤེས་དག་ནི་མི་བད་བརྟེས། ཐབས་དང་ཤེས་རབ་  
ཏིང་འཛིན་རྣམ་ཐར་དང་། ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་མི་བད་  
མཛོད་གྱུར་ཅིག རྟུལ་གཅིག་སྤྱེད་ན་རྟུལ་སྤྱེད་ནིང་།

རྣམས་ཏེ།      ཞིང་དེར་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་སངས་  
རྒྱས་རྣམས།      །སངས་རྒྱས་སྤྲུལ་གྱི་དབུས་ན་  
བཞུགས་པ་ལ།      །བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པ་སྤྱད་ཅིང་བལྟ་  
བར་བཞི།      །དེ་ལྟར་མ་ལུས་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་གས་སུ་  
ཡང་།      །སྤྱི་ཙམ་ཁྱོེ་ལ་དུས་གསུམ་ཆད་སྒྲེད་གྱི།      །  
སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཆོ་ཞིང་རྣམས་རྒྱ་མཆོ་དང་།      །  
བསྐྱེད་པ་རྒྱ་མཆོར་སྤྱོད་ཅིང་རབ་ཏུ་འཇུག།      །གསུང་  
གཅིག་ཡན་ལག་རྒྱ་མཆོའི་སྒྲ་སྒྲད་གྱིས།      །རྒྱལ་བ་  
ཀུན་དབྱངས་ཡན་ལག་རྣམ་དག་པ།      །འགྲོ་བ་ཀུན་  
གྱི་བསམ་པ་ཇི་བཞིན་དབྱངས།      །སངས་རྒྱས་

གསུང་ལ་རྟག་ཏུ་འཇུག་པར་བགྱི།      །དུས་གསུམ་  
གཤེགས་པའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་དག།      །འཁོར་ལེའི་  
ཚུལ་རྣམས་རབ་ཏུ་བསྐྱོར་བ་ཡི།      །དེ་དག་གི་ཡང་  
གསུང་དབྱངས་མི་བྟོན་ལ།      །སྒྲིལ་སྒྲོབས་ཀྱིས་  
བདག་ཀྱང་རབ་ཏུ་འཇུག།      །མ་འོངས་བསྐྱལ་པ་  
ཐམས་ཅད་འཇུག་པར་ཡང་།      །སྐྱད་ཅིག་གཅིག་  
གིས་བདག་ཀྱང་འཇུག་པར་བགྱི།      །གང་ཡང་  
བསྐྱལ་པ་དུས་གསུམ་ཚད་དེ་དག།      །སྐྱད་ཅིག་ཆ་  
ཤས་ཀྱིས་ནི་བཞུགས་པར་སྤྱད།      །དུས་གསུམ་  
གཤེགས་པ་མི་ཡི་སེང་གོ་གང་།      །དེ་དག་སྐྱད་ཅིག་

གཅིག་ལ་བདག་གིས་བསྟ།      ཁྱིམ་ཏུ་དེ་དག་གི་ནི་  
སྒྲིང་ཡུལ་ལ།      ཁྱེ་མར་གྱུར་བའི་རྣམ་ཐར་སྒྲིབས་  
ཀྱིས་འཇུག།      ཁ་ང་ཡང་དུས་གསུམ་དག་གི་ཞིང་  
བཀོད་པ།      ཁྱིམ་ཏུ་ལ་གཅིག་སྒྲིང་དུ་མཛོན་པར་  
བསྟ།      ཁྱིམ་ཏུ་ལ་ལུས་སྒྲིབས་རྣམས་ཐམས་ཅད་  
དུ།      ཁྱེ་ལ་བ་དག་གི་ཞིང་རྣམས་བཀོད་ལ་འཇུག།      ཁ་  
ང་ཡང་མ་སྒྲིབ་འཇིག་རྒྱུ་མ་རྣམས།      ཁྱིམ་  
དག་རིམ་པར་འཛང་རྒྱ་འཁོར་ལོ་བསྟ།      ཁྱེ་རྒྱ་  
འདས་པ་རབ་ཏུ་ཞི་མཐའ་སྒྲིབ།      ཁ་གོན་པོ་ཀུན་གྱི་  
དུང་དུ་བདག་མཆིའོ།      ཀུན་ཏུ་སྒྱུར་བའི་རྒྱ་འཇུག་

སྟོབས་རྣམས་དང་།

། གུན་ནས་སྟོ་ཡི་ཐེག་པའི་

སྟོབས་དག་དང་།

། གུན་ཏུ་ཡོན་ཏན་སྟོད་པའི་

སྟོབས་རྣམས་དང་།

། གུན་ཏུ་བྱབ་པ་བྱམས་པ་དག་

གི་སྟོབས།

། གུན་ནས་དག་པའི་བསོད་ནམས་

སྟོབས་དག་དང་།

། ཆགས་པ་མེད་པར་གྱུར་པའི་ཡེ་

ཤེས་སྟོབས།

། ཤེས་རབ་ཐབས་དང་ཏིང་འཛིན་

སྟོབས་དག་གིས།

། བྱང་ཆུབ་སྟོབས་རྣམས་ཡང་

དག་སྐྱབ་པར་བྱེད།

། ལས་ཀྱི་སྟོབས་རྣམས་ཡོངས་

སུ་དག་བྱེད་ཅིང་།

། ཉོན་མོངས་སྟོབས་རྣམས་གུན་

ཏུ་འཛུམས་པར་བྱེད།

། བདུད་ཀྱི་སྟོབས་རྣམས་

སྟོབས་མེད་རབ་བྱེད་ཅིང་།      །བབ་པོ་སྟོད་པའི་  
སྟོབས་ནི་ཚྲོགས་པར་བབྱ།      །ཞིང་ཁམས་རྒྱ་མཐོ་  
རྣམ་པར་དག་བྱེད་ཅིང་།      །སེམས་ཅན་རྒྱ་མཐོ་དག་  
ནི་རྣམ་པར་གྲོལ།      །ཆོས་རྣམས་རྒྱ་མཐོ་རབ་ཏུ་  
མཐོང་བྱེད་ཅིང་།      །ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཐོ་རབ་ཏུ་རྟོགས་  
པར་བྱེད།      །སྟོད་པ་རྒྱ་མཐོ་རྣམ་པར་དག་བྱེད་  
ཅིང་།      །སྟོན་ལམ་རྒྱ་མཐོ་ཡོངས་སུ་ཚྲོགས་པར་  
བྱེད།      །སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཐོ་རབ་ཏུ་མཆོད་བྱེད་  
ཅིང་།      །བསྐྱལ་པ་རྒྱ་མཐོར་མི་སྟོ་སྟོད་པར་བབྱ།      །  
གང་ཡང་དུས་གསུམ་གཤེགས་པའི་རྒྱལ་བ་ཡི།      །

བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པའི་སྒོམ་ལམ་གྱེ་བྲག་རྣམས།      །བཟང་  
པོ་སྤྱོད་པས་བྱང་ཆུབ་སངས་རྒྱས་ནས།      །དེ་ཀུན་  
བདག་གིས་མ་ལུས་ཇོགས་པར་བགྱི།      །རྒྱལ་བ་  
ཀུན་གྱི་སྤྲས་གྱི་ཐུ་བོ་པ།      །གང་གི་མིང་ནི་ཀུན་ཏུ་  
བཟང་ཞེས་བྱ།      །མཁས་པ་དེ་དང་མཚུངས་པར་སྤྱད་  
པའི་ཕྱིར།      །དགེ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་  
བསྡོ།      །ལུས་དང་དག་དང་ཡིད་ཀྱང་རྣམ་དག་  
ཅིང་།      །སྤྱོད་པ་རྣམ་དག་ཞིང་རྣམས་ཡོངས་དག་  
པར།      །བསྡོ་བ་བཟང་པོ་མཁས་པ་ཅི་འདྲ་བ།      །དེ་  
འདྲར་བདག་ཀྱང་དེ་དང་མཚུངས་པར་ཞོག།      །ཀུན་



ནས་དག་བ་བབ་པོ་སྤྱད་པའི་ཕྱིར། །འཇམ་དཔལ་  
གྱི་ནི་སྒོན་ལམ་སྤྱད་པར་བགྱི། །མ་འོངས་བསྐྱལ་པ་  
ཀུན་ཏུ་མི་སྒྲིབར། །དེ་ཡི་བྱ་བ་མ་ལུས་ཇོགས་པར་  
བགྱི། །སྤྱོད་པ་དག་ནི་ཆད་ཡོད་མ་གྱུར་ཅིག །ཡོན་  
ཏན་རྣམས་ཀྱང་ཆད་བབྱང་མེད་པར་ཞོག །སྤྱོད་པ་  
ཆད་མེད་པ་ལ་གནས་ནས་ཀྱང་། །དེ་དག་འཕྱལ་པ་  
ཐམས་ཅད་འཆལ་བར་བགྱི། །ནམ་མཁའི་མཐར་  
ཐུག་གྱུར་པ་ཇི་ཙམ་པར། །སེམས་ཅན་མ་ལུས་  
མཐའ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། །ཇི་ཙམ་ལས་དང་ཉོན་  
མོངས་མཐར་གྱུར་པ། །བདག་གི་སྒོན་ལམ་མཐའ་

ཡང་དེ་ཙམ་མོ།      །གང་ཡང་ཕྱོགས་བཅུ་འཛིན་  
ནམས་མཐའ་ཡས་པ།      །རིན་ཆེན་བརྒྱན་ཏེ་རྒྱལ་བ་  
ནམས་ལ་ཕུལ།      །ལྷ་དང་མི་ཡི་བདེ་བའི་མཆོག་  
ནམས་ཀྱང་།      །ཞིང་གི་རྒྱལ་སྡེད་བསྐྱལ་པར་ཕུལ་བ་  
བས།      །གང་གིས་བསྟོ་བའི་རྒྱལ་པོ་འདི་ཐོས་  
ནས།      །བྱང་ཆུབ་མཆོག་གི་རྗེས་སུ་རབ་མོས་  
ཤིང་།      །ལན་གཅིག་ཙམ་ཡང་དད་པ་བསྐྱེད་པ་ནི།      །  
བསོད་ནམས་དམ་པའི་མཆོག་ཏུ་འདི་འགྱུར་རོ།      །  
གང་གིས་བཟང་སྟོད་སྟོན་ལམ་འདི་བཏབ་པས།      །  
དེས་ནི་ངན་སོང་ཐམས་ཅད་སྟོང་བར་འགྱུར།      །དེས་

ནི་ཐོགས་པོ་ངན་པ་སྤངས་པ་ཡིན། །སྒྲིང་བ་མཐའ་  
ཡས་དེ་ཡང་དེས་སྒྱུར་མཐོང་། །དེ་དག་ཆེད་པ་རབ་  
ཆེད་བདེ་བར་འཆོ། །མི་ཆེ་འདིར་ཡང་དེ་དག་  
ལེགས་པར་འོང་། །ཀུན་ཏུ་བབ་པོ་དེ་ཡང་ཅི་འདྲ་  
བར། །དེ་དག་རིང་པོར་མི་ཐོགས་དེ་བཞིན་  
འགྱུར། །མཆོམས་མེད་ལྟ་པོ་དག་གི་སྒྲིག་པ་  
རྣམས། །གང་གིས་མི་ཤེས་དབང་གིས་བྱས་པ་  
དག །དེ་ཡིས་བབ་པོ་སྤྱོད་པ་འདི་བརྗོད་ན། །སྒྱུར་  
དུ་མ་ལུས་ཡོངས་སུ་བྱང་བར་འགྱུར། །ཡེ་ཤེས་དང་  
ནི་གཟུགས་དང་མཆོན་རྣམས་དང་། །རིགས་དང་ཁ་

དེ་ག་རྣམས་དང་ལྡན་པར་འགྱུར།      །བདུད་དང་སྤྱི་  
སྤྱེ་གསལ་མང་པོས་དེ་མི་བྱུང།      །འཛིག་རྟེན་གསུམ་པོ་  
ཀུན་ནའང་མཆོད་པར་འགྱུར།      །བྱང་ཆུབ་ཤིང་དབང་  
བྱུང་བྱུ་དེ་སྤྱུར་འགྲོ།      །སོང་ནས་སེམས་ཅན་ཕན་  
སྤྱིར་དེར་འདུག་སྟེ།      །བྱང་ཆུབ་སངས་རྒྱས་འཁོར་  
ལོ་རབ་ཏུ་བསྐྱོར།      །བདུད་རྣམས་སྡེ་དང་བཅས་པ་  
ཐམས་ཅད་བརྟུལ།      །གང་ཡང་བཟང་པོ་སྤྱོད་པའི་  
སྡོན་ལམ་འདི།      །འཆང་བ་དང་ནི་སྡོན་ཏམ་གྲོག་ན་  
ཡང་།      །དེ་ཡི་རྣམ་པར་སྡོན་པའང་སངས་རྒྱས་  
མཁྱེན།      །བྱང་ཆུབ་མཆོག་ལ་སེམ་ཉི་མ་བྱེད་ཅིག      །

འཇམ་དཔལ་དཔའ་བོས་ཇི་ལྟར་མཁྱེན་པ་དང་། །  
ཀུན་ཏུ་བབང་པོས་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། །དེ་དག་ཀུན་  
གྱི་ཇེས་སུ་བདག་སྟོབ་ཅིང་། །དག་བ་འདི་དག་  
ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྟོ། །དུས་གསུམ་གཤེགས་  
པའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །བསྟོབ་གང་ལ་  
མཆོག་ཏུ་བསྐྱབས་པ་དེས། །བདག་གི་དག་བའི་རྩ་  
བ་འདི་ཀུན་གྱང་། །བབང་པོ་སྟོད་ཕྱིར་རབ་ཏུ་བསྟོ་  
བར་བཅུ། །བདག་ནི་འཆི་བའི་དུས་བྱེད་གྱུར་པ་  
ན། །སྟོབ་པ་ཐམས་ཅད་དག་ནི་ཕྱིར་བསལ་ཏེ། །  
མངོན་སུམ་སྒྲུང་བ་མཐའ་ཡས་དེ་མཐོང་ནས། །

བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དེར་རབ་དུ་འགྲོ། །དེར་སྲིང་ནས་  
ནི་སྒྲོན་ལམ་འདི་དག་གྱུང་། །ཐམས་ཅད་མ་ལུས་  
མངོན་དུ་འགྱུར་བར་ཤོག། །དེ་དག་མ་ལུས་བདག་  
གིས་ཡོངས་སུ་བཀའ་། །འཇིག་རྟེན་ཇི་སྤྱིད་སེམས་  
ཅན་ཕན་པར་བགྱི། །རྒྱལ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་བཟང་  
ཞིང་དགའ་བ་དེར། །པརྫོད་མ་པ་ཤིན་དུ་མངེས་  
ལས་སྐྱེས། །སྤང་བ་མཐའ་ཡས་རྒྱལ་བའི་མངོན་  
སུམ་དུ། །ལུང་བསྟན་པ་ཡང་བདག་གིས་དེར་ཐོབ་  
ཤོག། །དེར་ནི་བདག་གིས་ལུང་བསྟན་རབ་ཐོབ་  
ནས། །སྤྱལ་པ་མང་པོ་བྱེ་བ་ཕྲག་བརྒྱ་ཡིས། །ཁྲོ་

ཡི་སྟོབས་གྱིས་སྟོགས་བཅུ་རྣམས་སུ་ཡང་། །  
སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཕན་པ་མང་པོ་བགྱི། །བཟང་  
པོ་སྟོད་པའི་སྟོན་ལམ་ཏོན་པ་ཡི། །དག་བ་ཅུང་བད་  
བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ། །དེས་ནི་འགྲོ་བའི་སྟོན་  
ལམ་དག་བ་རྣམས། །སྐད་ཅིག་གཅིག་གིས་བམས་  
ཅད་འབྱུར་བར་ཤོག། །གང་ཡང་བཟང་པོ་སྟོད་པ་  
འདི་བསྟོས་པས། །བསོད་ནམས་མཐའ་ཡས་དམ་  
པ་གང་ཐོབ་དེས། །འགྲོ་བ་སྐྱུག་བསྐྱུལ་ཆུ་བོར་བྱིང་  
བ་རྣམས། །འོད་དཔག་མེད་པའི་གནས་རབ་ཐོབ་  
པར་ཤོག། །སྟོན་ལམ་རྒྱལ་པོ་འདི་དག་མཆོག་གི་



གཙོ། །མཐའ་ཡས་འགོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་བྱེད་ཅིང་། །  
ཀུན་ཏུ་བབང་པོས་བརྒྱན་པའི་གཞུང་གྲུབ་སྟེ། །ངན་  
སོང་གནས་རྣམས་མ་ལུས་སྟོང་པར་འོག། །འགོ་  
ཀུན་དག་ཅ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་དང་། །བྱས་དང་བྱེད་  
འགྱུར་དེ་བཞིན་བྱེད་པ་དང་། །བབང་པོ་སྟོང་ཅིང་དེ་  
འདྲའི་ས་དག་ལ། །ཀུན་ནས་ཀུན་གྱང་བབང་པོར་  
རེག་གྱུར་ཅིག། །འཕགས་པ་བབང་པོ་སྟོང་པའི་སྟོན་ལམ་གྱི་རྒྱལ་པོ་རྫོགས་་  
སོ།།

༼རྒྱལ་བ་བྱམས་པའི་སྟོན་ལམ་བཞུགས་སོ།༽

༥ སངས་རྒྱལ་ཀུན་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། རྩང་སྤྱོད་  
ལྷ་མིག་ལྡན་པ་ཡི། རྩང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་  
དང་ཡང་། ཉན་ཐོས་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །  
ངན་འགོ་ལམ་ནི་བསྐྱོག་བགྱིད་ཅིང་། མཐོ་རིས་  
ལམ་ནི་རབ་སྟོན་ལ། རྒྱ་ཉི་མེད་པར་འདྲན་བགྱིད་  
པའི། རྩང་རྒྱལ་སེམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །  
སེམས་ཀྱི་དབང་དུ་གྱུར་པས་ན། བདག་གིས་སྤྲིག་  
པ་ཅི་བགྱིས་པ། སངས་རྒྱལ་སྤྱན་སྤར་མཆིས་ནས་  
སྟེ། བདག་གིས་དེ་དག་བཤའ་གསུངས་པར་བགྱི། །  
བདག་ལ་རྣམ་པ་གསུམ་གང་གིས། བསོད་ནམས་

ཆོག་ས་ནི་བསྐྱེད་པ་དེ།      །བདག་གི་ཀུན་མཁྱེན་ས་  
བོན་ཏེ།      །བདག་གི་བྱང་ཆུབ་མི་བད་ཤོག།      །སྤྱིག་ས་  
བརྩ་དག་གི་ཞིང་ཁམས་སུ།      །སངས་རྒྱས་མཆོད་པ་  
གང་བྱུང་བ།      །སངས་རྒྱས་མཁྱེན་པས་ཡི་རང་  
བ།      །དེ་ལ་བདག་ནི་ཡི་རང་ངོ་།      །སྤྱིག་པ་ཐམས་  
ཅད་བཤགས་པར་བསྒྱེ།      །བསོད་ནམས་ཀུན་ལ་ཡི་  
རང་ངོ་།      །སངས་རྒྱས་ཀུན་ལ་ཕྱག་འཆེལ་ལོ།      །  
བདག་ནི་ཡེ་ཤེས་མཆོག་ཐོབ་ཤོག།      །སྤྱིག་ས་བརྩ་  
དག་གི་སྤྱིག་ས་རྣམས་ན།      །ས་བརྩ་དག་ལ་གནས་པ་  
ཡི།      །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བྱང་ཆུབ་མཆོག།      །

འཆང་རྒྱ་བབྱིད་པར་བསྐྱལ་མ་འདེབས། བྱང་ཆུབ་  
དམ་པར་སངས་རྒྱས་ཤིང་། སྡེ་དང་བཅས་པའི་  
བདུད་བདུལ་ནས། སྟོག་ཆགས་ཀུན་ལ་སྦྲན་སྦྲད་  
དུ། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་གྱུར་ཅིག ཆོས་རྩ་  
ཆེན་པོའི་སྒྲ་ཡིས་ནི། སྨྱུག་བསྐྱལ་སེམས་ཅན་  
མཐར་བབྱིད་ཤོག །བསྐྱལ་པ་བྱེ་བ་བསམ་ཡས་  
སྟུ། ཆོས་སྟོན་མཛད་ཅིང་བཞུགས་གྱུར་ཅིག །  
འདོད་པའི་འདམ་དུ་བྱིད་གྱུར་ཅིང་། སྟོད་པའི་སྤང་  
བྱས་དམ་བཅིངས་པ། འཆིང་བ་ཀུན་གྱིས་བཅིངས་  
བདག་ལ། ཀླང་གཉིས་མཆོག་རྣམས་གཟིགས་སུ་

གསོལ།    |སེམས་གྱི་དྲི་མར་གྱུར་པ་ལ།    |སངས་  
རྒྱས་རྣམས་ནི་སྟོང་མི་མཛད།    |སེམས་ཅན་རྣམས་  
ལ་བྱམས་བྱུགས་ལྡན།    |སྟོང་པའི་མཆོ་ལས་སྟོལ་  
བར་ཤོག།    |རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་གང་བཞུགས་  
དང་།    |གང་དག་འདས་དང་མ་བྱོན་པ།    |དེ་དག་  
རྗེས་སུ་བདག་སྟོབ་ཅིང་།    |བྱང་ཆུབ་སྤྱད་པ་སྟོན་  
གྱུར་ཅིག།    |ཕ་རོལ་ཕྱིན་དུག་རྫོགས་བགྱིས་ནས།    |  
འགོ་དུག་སེམས་ཅན་ཐར་བགྱིད་ཤོག།    |མངོན་ཤེས་  
དུག་པོ་མངོན་བགྱིས་ནས།    |སྤྲེལ་བྱང་ཆུབ་རེག་  
གྱུར་ཅིག།    |མ་སྟེས་པ་དང་མི་འབྱུང་དང་།    |རང་

བཞིན་མ་མཆིས་གནས་མ་མཆིས།      རྣམ་རིག་མ་  
མཆིས་དངོས་མ་མཆིས།      རྟོང་པའི་ཆོས་ནི་རྟོགས་  
པར་ཤོག།      རངས་རྒྱས་དང་སྟོང་ཆེན་པོ་ལྟར།      །  
སེམས་ཅན་མ་མཆིས་སྟོག་མ་མཆིས།      གང་ཟག་  
མ་མཆིས་གསོ་མ་མཆིས།      བདག་མ་མཆིས་པའི་  
ཆོས་རྟོགས་ཤོག།      བདག་འཛིན་བདག་གིར་འཛིན་  
པ་ཡི།      དངོས་པོ་ཀུན་ལ་མི་གནས་པར།      སེམས་  
ཅན་ཀུན་ལ་ཕན་སྐྱད་དུ།      སེར་སྒྲུ་མ་མཆིས་སྒྱུན་  
གཏོང་ཤོག།      དངོས་པོ་དངོས་པོར་མ་མཆིས་  
པས།      བདག་གི་ལོངས་སྟོང་ལྟན་གྲུབ་ཤོག།      །

དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རྣམ་འཛིག་པའི། རྒྱུན་པའི་ཕ་  
རོལ་ཕྱིན་ཚྭ་གསལོག། བྲིམས་ཀྱི་ཚུལ་བྲིམས་སྒྲོན་  
མེད་ཅིང་། ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་དང་ལྡན། །  
སྒྲོམ་སེམས་མེད་པའི་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱིས། ཚུལ་  
བྲིམས་ཕ་རོལ་ཕྱིན་ཚྭ་གསལོག། སའམ་ཡང་ན་  
ཆུའམ་མེ། རྒྱུང་གི་ཁམས་ལྟར་མི་གནས་ཤིང་། །  
བབློང་པའམ་བྲོ་བ་མ་མཆིས་པར། བབློང་པའི་ཕ་  
རོལ་ཕྱིན་ཚྭ་གསལོག། བཙུན་འགྲུས་བརྩམས་པའི་  
བཙུན་འགྲུས་ཀྱིས། བརྟན་སྒྲོ་ལེ་ལོ་མ་མཆིས་  
ཤིང་། རྟོབས་དང་ལྡན་པའི་ལུས་སེམས་ཀྱིས། །



བཙོན་འགྲུས་ཕ་རོལ་ཕྱིན་ཚྭ་གསལ་ཤོག། །སྒྲུ་མ་ལྟ་  
བུའི་ཏིང་འཛིན་དང་། །དཔའ་བར་འགྲོ་བའི་ཏིང་  
འཛིན་དང་། །རྫི་ཚྭ་ལྟ་བུའི་ཏིང་འཛིན་གྱིས། །  
བསམ་གཏན་ཕ་རོལ་ཕྱིན་ཚྭ་གསལ་ཤོག། །རྣམ་པར་  
ཐར་པའི་སྒྲོ་གསུམ་དང་། །དུས་གསུམ་མཉམ་པ་  
ཉིད་དང་ཡང་། །རིགས་གསུམ་མངོན་སུམ་བགྱིས་  
པ་ཡིས། །ཤེས་རབ་ཕ་རོལ་ཕྱིན་ཚྭ་གསལ་ཤོག། །  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གྱིས་བསྐྱུ་གསལ་པ་དང་། །འོད་དང་  
གཟི་བརླིང་འབར་བ་དང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་  
བཙོན་འགྲུས་གྱིས། །བདག་གི་བསམ་པ་ཚྭ་གསལ་

གུར་ཅིག། དེ་ལྟར་སྤྱད་པ་སྤྱོད་བྱེད་ཅིང་། བྱམས་  
པ་གྲགས་དང་ལྡན་པ་ཡིས། ལ་རོལ་ཕྱིན་དུག་  
ཚོགས་བགྱིས་ནས། ལ་བརྩུ་པོ་ལ་རབ་རྩ་  
གནས། ། ། དེ་ལྟར་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་  
དཔག་མེད་གྱིས། དཔྱལ་བ་ཡི་དྲགས་དུད་འགོ་ལྷ་  
མ་ཡིན། ལ་གནས་ངན་ལེན་པར་རྟག་རྩ་སྤངས་བྱས་  
ནས། རྒྱལ་བ་བྱམས་པའི་ཞབས་དུང་སྐྱེ་བར་  
ཞོག། དགའ་ལྡན་ཆོས་ཀྱི་པོ་བླང་ན། རྒྱལ་ཆ་བ་  
བྱམས་པ་མགོན་པོ་བཞུགས། ལ་བརྩུ་གནས་པའི་  
འབྲུངས་ས་ཡིན། ཞིང་མཆོག་དེ་རུ་སྐྱེ་བར་ཞོག། །

ཆེ་འདི་འི་ཉིན་བྱེད་འཆི་བདག་ཕྱུན་ནག་གིས།      །རྣམ་  
པར་བློས་ཆེ་རང་སྒྲོའི་རྣམ་མཁའ་ལ།      །བྱམས་  
མགོན་ཐུགས་རྗེའི་བླ་བ་དེ་ཤར་ནས།      །དགའ་ལྡན་  
བསྐྱོད་པའི་ལམ་ཆེན་མཐོང་བར་ཤོག།      །དེ་རྣམ་རྗེ་  
བཙུན་ཞབས་ལ་དད་པ་དང་།      །མི་ཕྱེད་སྒྲོའི་ལམ་  
བབང་པོས་མཆོམས་སྐྱར་ནས།      །ཐེག་མཆོག་ཆོས་  
ཀྱི་དགའ་བས་ཆོམ་བཞིན་དུ།      །ཤིན་སྐྱབས་འདབ་  
སྐྱོང་རྒྱས་པའི་དཔལ་ཐོབ་ཤོག།      །མགོན་ཕྱོད་རྗེ་རྗེ་  
གདན་དུ་སངས་རྒྱས་ནས།      །ཐེག་གསུམ་ཆོས་ཀྱི་  
འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བའི་ཆོ།      །འདུས་པ་དང་པོའི་འཁོར་

དུ་བདག་གྱུར་ཏེ།      །བྱང་ཆུབ་དམ་པར་ལྷུང་བསྟན་  
ཐོབ་གྱུར་ཅིག།      །འཕྲོ་མཐུད་དེ་སྒྲིང་པོ་དོན་གསུམ་ལས་གྲུབ་ཆེན་མི་ཏུ་ངོ་  
ཀིས་མཛད་ཅེས་བྱུང་། འཕགས་པ་བྱམས་པའི་སྟོན་ལམ་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཚྲོགས་སོ།།

༼མངོན་པར་དགའ་བའི་སྟོན་ལམ་བཞུགས་སོ།༽

༥།      བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་  
བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་ཚྲོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རིག་  
པ་དང་ཞབས་སུ་ལྡན་པ།      བདེ་བར་གཤེགས་པ།  
འཇིག་རྟེན་མཁྱེན་པ།      སྐྱེས་བུ་གདུལ་བའི་ཁ་ལོ་  
སྦྱར་བ།      གླུ་མེད་པ།      ལྷ་དང་མི་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་པ།  
སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་འཆོ་ཞིང་གཞེས་པ་མི་

འབྲུག་ས་པའི་ཞབས་ཀྱི་པརྩོ་ངེ་མ་མེད་པ་ལ་དུས་དང་  
ནམ་པ་ཀུན་ཏུ་ཕྱག་འཆལ་ཞིང་སྐྱབས་སུ་མ་ཆེའོ། །  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དེ་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
དང་། སངས་རྒྱས་དང་། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་  
ཀྱི་གངས་སུ་འགྲོ་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་སྟོས་ཀྱི་སྤང་པོ་ཆེ་དང་། བ་  
ལང་སྟོས་ཀྱི་སྤང་པོ་ཆེ་ལ་སོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་དང་། ཉན་ཐོས་དབྱ་བཅོམ་པའི་དགོ་  
སྟོང་གི་དགོ་འདུན་ཆེན་པོ་ཚད་མེད་གངས་མེད་  
བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་ཅིང་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་ཡང་

བརྗོད་དུ་མེད་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱག་འཆའ་  
ལོ། ། །དེ་ལྟར་ཕྱོགས་བཅུ་འི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ན་  
བཞུགས་པའི་བཙུམ་ལྡན་འདས་སྤྲུལ་དང་སྟོབ་མའི་  
ཆོག་གས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །  
ཉན་ཐོས་དག་འདུན་ཆེན་པོས་ཀུན་ནས་བསྐྱོར། །  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཆོག་གས་ཀྱིས་མདུན་དུ་  
བདར། ། །བབྱང་ཡས་ལྷ་མིའི་དབྱུས་ན་ཆོས་སྟོན་  
པའི། ། །སངས་རྒྱས་མི་འབྲུགས་པ་ལ་ཕྱག་འཆའ་  
ལོ། ། །གང་གི་སྟོན་ལམ་དག་པའི་གཟི་བརྗོད་དང་། །  
དྲི་མེད་མཆོན་དང་སྟོན་གྱི་སྟོན་པའི་མཐའ། ། །ཡོངས་

སུ་བསྐྱབས་པ་ཙམ་གྱིས་སྤྱོད་པའི་ཕྱོངས། །མ་  
ལུས་འཕྲོག་པ་དེ་ལ་ཕུག་འཆལ་ལོ། །སེམས་གྱི་  
སྒྲུང་པོ་ཡེ་ཤེས་ལུགས་ཀྱས་བརྟལ། །སྒྲིབ་གཉིས་  
བྱད་ཤིང་ཉེར་ཞིའི་མེ་ལ་བསྐྱེགས། །བདུད་གྱི་ལས་  
ནམས་བྱམས་པའི་མཆོན་གྱིས་གཏུབས། །འདབ་  
བརྒྱ་ལྟར་རྒྱས་དེ་ལ་ཕུག་འཆལ་ལོ། །དམ་པའི་གྲིབ་  
བསིལ་གྲགས་སྒླན་མེ་ཏྲ་དཀར། །མ་སྒྲུང་སྒྲིང་  
སྟོབས་ཕུན་ཆོགས་འབྲས་བུས་དུད། །བསོད་  
ནམས་སྐྱེད་མོས་ཆལ་གྱི་དཔལ་གཉིག་ཕུ། །སངས་  
རྒྱུ་ཕྱོན་པའི་མཆོག་ལ་ཕུག་འཆལ་ལོ། །འཆི་མེད་



གྲུབ་པའི་བྱར་ཕུད་མཁའ་ལ་རྒྱ།      །ཡོན་ཏན་མི་བད་  
སྟོག་འགྱའི་དཔལ་ཡོན་ཅན།      །སྟོབས་བརྩ་ལྡན་  
པའི་ཞབས་རྒྱལ་སྟོན་སྤེང་ནི།      །སྤྱིད་པའི་ཆ་གདུང་  
སྟོབ་དེར་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །སྤུམ་ཅུ་གཉིས་མཆོན་  
དཔེ་བྱད་བརྒྱ་ཕྱག་བརྩས།      །རབ་མཛེས་བལྟ་བས་  
མི་ངོམས་བདུད་རྩིའི་གཟུགས།      །མཁའ་སྤྱིད་  
གནས་པའི་རིན་ཆེན་མཆོད་སྤྱིང་ནི།      །བེ་ཁར་མཐོན་  
མཐིང་དང་འདྲར་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །སྐྱ་ཆེ་བསྟན་པ་  
བསྐྱལ་ཆེན་འབུམ་ཕྱག་བརྩ།      །ཞིང་གི་ཁྱོན་དང་ཉན་  
ཐོས་བྱང་སེམས་ཀྱི།      །འདུས་པ་རྒྱ་མཆོའི་གཏིང་

མཐའ་མི་མངོན་པའི། །འདྲན་པ་མཉམ་མེད་ཐུགས་  
རྗེའི་སྤྱན་གྱིས་གཟིགས། །སྐྱེ་བོ་ཉོན་མོངས་དུག་  
གིས་མགོ་ཕྱོངས་ནས། །འགྲོ་དུག་བར་མ་དོ་རུ་  
འབྱམས་པ་རྣམས། །དེ་རིང་ཉིད་དུ་ཕན་མཛོད་ཐུག་  
ཕྱོངས་ལ། །མངོན་དགའི་ཞིང་དུ་ཕྱོངས་ཤིག་མི་  
འབྱུགས་པ། །བདག་གི་སྤྱོད་དང་ཚུལ་བྲིམས་  
བཟོད་བརྟོན་འགྱུས། །བསམ་གཏན་ཤེས་རབ་དགོ་  
བ་བསྐྱབས་པ་རྣམས། །འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་ཐུན་མོང་ཉིད་  
གྱུར་དས། །ཐམས་ཅད་མངོན་དགའི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་  
ཤིག། །གང་དུང་མགོན་དེ་སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་

ཞིང་། འིན་ཆེན་བདུན་གྲུབ་དཔག་ཚད་འབུམ་ལྔ་  
པ། ལྔ་པ་པོ་དབང་པོའི་ཆོན་གྱིས་མཛོས་འདྲ་  
བའི། མཛོན་པར་དགའ་བའི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་  
ལོག་ ལ་རོལ་སྤྱོད་དང་མཛོན་ཤེས་དབང་པོ་  
སྟོབས། བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་བརྗོད་པའི་  
སྒྲ། ལྔ་པ་པོ་སྟོག་པའི་ཞིང་དབང་དེ་བལྟ་སྤྱོད། །  
མཛོན་པར་། གསེག་མ་རི་དང་ལྷ་སྟེགས་ཅན་གྱི་  
གནས། ལྔ་པ་པོ་སྟེགས་མ་ལྷ་དང་ཡིད་མི་འོང་གུན་  
དང་། རན་སོང་གསུམ་དང་ལོག་པར་ལྷུང་མེད་  
པ། མཛོན་པར་། ལ་གཞི་ཐམས་ཅད་མཉམ་པ་

གསེར་མདངས་ཅན།      རེག་ན་བདེ་བ་ཀ་ཙ་ལི་རྩེ་  
བཞིན།      ཁན་ན་ན་ནེམ་འགྱུར་བཏེག་ན་འཕར་བྱེད་  
པ།      མངོན་པར་≡      མརྩ་ར་སོགས་མེ་ཏོག་མཆོག་  
གིས་བརྒྱན།      ལྷ་གནས་ནོར་བུའི་ཆོགས་ནི་ཕྱོགས་  
བཅུར་བཀྲམ།      གསེར་གྱི་པརྩེའི་ཕྱེད་བ་འབྲིགས་  
པའི་གཞི།      མངོན་པར་≡      མེ་ཏོག་འབྲས་བུས་  
ཏོག་པར་དུད་གྱུར་པའི།      གྲི་མེད་རིན་ཆེན་ལྗེན་པའི་  
གྲིབ་བསིལ་དང་།      དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་གཞོན་  
ལུའི་ལྗེད་ཁང་ཅན།      མངོན་པར་≡      གསེར་གྱི་ཏ་  
ལའི་ལྗེན་ཤིང་ཕྱེད་བ་རྣམས།      ལྷུང་གིས་བསྐྱེད་

པས་སྒྲོན་དང་འཛེབས་པ་དང་། ཡིད་འོང་ཆགས་  
པར་འབྱུར་བའི་སྒྲུ་དབྱངས་ཅན། མཛེན་པར་ཟེ །  
ནམ་ལྡེའི་མདངས་གསལ་དྲི་ཞིམ་གོས་དང་རྒྱན། །  
ཡིད་འོང་དཔག་བསམ་ཤིང་ལས་ད་ལྟ་འབྱུངས། །  
བསམས་པས་ལྟ་ཡི་བསམ་མཆོག་མདུན་འབྱུང་བ། །  
མཛེན་པར་ཟེ རིན་ཆེན་སྒྲུ་བདུན་གཞལ་མེད་ཁང་  
བརྩེགས་ནང་། རིན་ཆེན་བདུན་བྲི་འབོལ་བའི་སྒྲོན་  
ཅན་རྣམས། འཆི་མེད་གྲོང་བྱེར་ས་ལ་བཀོད་འདྲ་  
བའི། མཛེན་པར་ཟེ འབྱུང་འབྱུང་མི་སྣང་འདོད་  
པ་ལྟར་བྱེད་པའི། གསེར་གྱི་བྱེ་མ་བརྒྱལ་བའི་མྱིང་

བུའི་འགྲམ།      །ལྷ་ཞིང་མྱ་ངན་མེད་པའི་སྤེང་བས་  
མཛེས།    །མངོན་པར་≡    །ཏ་ཅང་ངོ་མིན་གྲང་མིན་  
འཇམ་དང་བདེ།      །དྲི་ཞིམ་སྟོས་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་  
སྤྱང་།    །འདོད་ན་ལྡང་ཞིང་མི་འདོད་ནི་འགྱུར་བའི།    །  
མངོན་པར་≡      །འགས་གྲང་ལྷ་དང་མི་སྤྱེད་སྟོས་པ་  
དང་།    །བྱང་མེད་སྟོན་བྲལ་དབྱངས་ཅན་བྱ་མེ་ཡི།    །  
མཆར་སྟུག་ཡོན་ཏན་གྱན་འཛིན་ཤ་སྟུག་པ།    །མངོན་  
པར་≡    །ཆགས་ན་བལྟ་བའི་བརྩེ་དགས་འདོད་བྲལ་  
ཞིང་།    །ཞག་བདུན་མངལ་དུ་གནས་ནང་འཛིན་བྱེད་  
མ།    །བསམ་གཏན་གཉིས་པར་སྟོམས་ཞུགས་བདེ་

སྟོང་འདྲའི། མཛེན་པར་ཟེ། ཞབས་བཀོད་གསེར་  
གྱི་པ་རྩོལ་ཏུ་བསྐྱུན་པའི། མི་འབྲུག་ས་ཆོས་རྒྱལ་  
མཆོད་སྤྱིར་སྒྲུ་དང་མིའི། འང་པ་ཏུ་པར་འདུ་བ་  
པ་རྩོལ་མཆོ། མཛེན་པར་ཟེ། ཉི་ཟླ་སྒྲུང་བྱེད་ཐམས་  
ཅད་བེལ་མཉན་ནས། རངས་རྒྱས་འོད་གྱིས་ཏུ་  
པར་སྟོང་གསུམ་ཀུན། གྲུར་གྲུམ་གཞིན་ནུའི་  
མཛེས་པ་སྟོན་བྱེད་པ། མཛེན་པར་ཟེ། ར་གཞི་སྒྲུ་  
ཡི་ཕུན་ཆོག་ས་ཡོངས་གྱིས་བསྐྱར། མཁའ་ནི་མཐོ་  
རིས་གྲོང་གིས་བརྒྱན་པའི་བར། གསེར་དངུལ་བེ་  
ཁར་ཐེམ་སྐྱས་སྒྲེལ་བ་ཅན། མཛེན་པར་ཟེ། །



མགོན་དེའི་ཆོས་གྱི་མདུན་སར་ལན་རེ་རེས། །  
སེམས་ཅན་དཔག་མེད་དགྲ་བཅོམ་ཉིད་ཐོབ་ཅིང་། །  
དེ་དག་ཆོ་འཕྲུལ་གསུམ་གྱིས་འདའ་བ་བྱིད་པ། །  
མངོན་པར་། །དེ་ལྟར་ཐོགས་པ་འང་སྟོན་ཅིག་ཆོས་  
དང་ཕོས། །རྒྱན་ཞུགས་གཉིས་པས་སྤྱིར་འོང་  
གསུམ་པ་ཡིས། །སྤྱིར་མི་འོང་དང་བཞི་པར་དགྲ་  
བཅོམ་པ། །མངོན་པར་། །སོ་སོར་རིག་དང་རྩ་  
འཕྲུལ་རྒྱུད་པ་བཞི། །མངོན་ཤེས་དུག་ལྡན་ཐོས་པ་  
ཀུན་འཛིན་ཅིང་། །རྣམ་ཐར་བརྒྱད་ལ་བསམ་གཏན་  
པས་གཏམས་པ། །མངོན་པར་། །གང་དུ་སྐྱེས་

པས་བདེ་གཤེགས་ལ་བརྟེན་ཅིང་། །བདུད་གྲིས་མི་  
བརྩི་ཉན་རང་སར་མི་ལྟུང་། །ཁྲོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
ལྟུང་བསྟན་ཐོབ་འགྱུར་བ། །མདོན་པར་ཟེ །མི་  
འབྲུགས་མགོན་དེའི་དམ་ཆོས་ཀྱན་འཛིན་ཅིང་། །  
འཆང་དང་གློག་ཅིང་ཀྱན་ཆུབ་སྟོན་བྱེད་པ། །ཆོ་  
འཕོས་ནས་ཀྱང་བརྩེད་པར་མི་འགྱུར་བ། །མདོན་  
པར་ཟེ །ཁྲོགས་བཙུའི་ཞིང་ཀྱན་སྟོན་ནས་རྒྱལ་རྣམས་  
ཀྱི། །དམ་པའི་ཆོས་བཟུང་སྤྲུང་ཡང་ལྷོག་བྱེད་པ། །  
མཁས་པ་རྒྱ་མཆོའི་དེད་དཔོན་ཁོ་ནའི་སྤྱིང་། །མདོན་  
པར་ཟེ །བྱང་ཆུབ་དམ་པར་སངས་རྒྱས་མ་གྱུར་

པར། །སངས་རྒྱས་ཞིང་ནས་སངས་རྒྱས་ཞིང་འགོ་  
ཞིང་། །ཐུབ་པའི་བྱ་མཆོག་ཐམས་ཅད་མཉེས་བསྐྱེད་  
པ། །མངོན་པར་ཟེ། །ཁྱིམ་དུ་གནས་སམ་རབ་ཏུ་  
བྱང་བའི་སྤྲུལ། །གལ་ཏེ་ཆོས་ཀྱི་མདུན་སར་མི་སྒྲུང་  
ནའང་། །སངས་རྒྱས་མཐུ་ཡིས་བློས་ནས་འཛིན་བྱེད་  
པ། །མངོན་པར་ཟེ། །འཆི་འཕོན་ཡང་སྐྱེ་འགྱུར་ཞིང་  
གང་དང་། །ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའི་སྤྱོད། །མངོན་སུམ་སྒྲུང་བ་ཉིད་དང་  
མི་འབྲལ་བ། །མངོན་པར་ཟེ། །ཆོད་མེད་སྤྲུལ་པས་  
མཐའ་གྲས་སེམས་ཅན་གྱི། །ཉེས་པའི་དུག་སྤྱོད་

ཅུད་ནས་འབྱེན་མཛད་པའི།      བྱིར་མི་སྡོག་པའི་  
སེམས་དཔའ་རྒྱ་མཚོའི་གནས།      མངོན་པར་དགའ་  
བའི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཞོག།      མངོན་པར་དགའ་བའི་  
ཞིང་དུ་སྐྱེས་ནས་ཀྱང་།      མི་འབྲུགས་པ་ཡི་སྡོན་གྱི་  
སྡོན་ལམ་དང་།      བྱང་ཆུབ་སྦྱོང་པའི་རྗེས་སུ་སྡོབ་  
བྱེད་ཅིང་།      བྱང་ཆུབ་དམ་པར་ལུང་བསྟན་ཐོབ་པར་  
ཞོག།      མི་འབྲུགས་པ་ཡི་སྦྱོང་ལ་གནས་ནས་ནི།      །  
སངས་རྒྱས་བྱེ་བ་འབྲག་ཁྲིག་མཉེས་བབྱེད་ཅིང་།      །  
དགེ་བའི་རྩ་བ་ཐམས་ཅད་རྫོགས་བྱས་ནས།      མི་  
འབྲུགས་རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་ཐོབ་གྱུར་ཅིག།      །དང་།

པས་ཡིད་རྒྱན་ལག་གཉིས་ཐལ་སྐྱར་ནས།      སྒྲོན་  
ལམ་མཆོག་འདི་ལན་མང་འདོན་བགྱིད་ན།      །ཤར་  
སྒྲོགས་མཛོན་པར་དགའ་བའི་སྒྲོན་པ་དེའི།      བྱགས་  
རྗེའི་སྐྱག་གིས་སྐྱར་དུ་འཛིན་པར་འགྱུར།      །ེ།    པར་  
འདམ་གྱིས་མ་གོས་ལྟར།      སྤྱིད་གསུམ་ངི་མས་མ་  
གོས་ཤིང་།      སྤྱིད་པའི་པར་ལས་གྲོལ་ཏེ།      མཛོན་  
པར་དགའ་བར་སྐྱེ་བར་ཤོག།      །དེ་ལྟར་སངས་རྒྱས་མི་འབྱུགས་  
པའི་ཞིང་བཀོད་པའི་སྒྲོན་ལམ་འདི་ནི་མང་དུ་བློས་པའི་དགོ་སྤོང་པར་དཀར་པོས་  
འཕགས་པ་དགོན་མཆོག་བརྟེན་པ་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་སྤོང་སྐྱག་བརྒྱ་པ་ནས་སྐྱར་སྒྲེ།  
མ་དང་མཁའ་འགོ་ཀུན་ཏུ་སྤྱོད་པའི་འདུན་ས་ཆེན་པོ་ཙ་ཏི་ཏུ་ཉམས་རྟོགས་གཅིག་ཏུ་

འཆར་བའི་ནགས་ཚང་ཚིང་འབྲིགས་པའི་བསྟེ་གནས་ཤིང་གི་ལོ་མ་མཐོན་ཀའི་  
མདངས་གྱིས་མཛེས་པའི་བསམ་གཏན་ཁང་བུར་སྒྱུར་བའོ།།

༼བདེ་བ་ཅན་གྱི་སྟོན་ལམ་བཟུགས་སོ།༽

༥།      བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་  
བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་ཚེགས་པའི་སངས་རྒྱས་འོད་  
དཔག་མེད་རྒྱལ་མེད་ཅིང་རྣམ་པར་དག་པ་བཟུགས་  
ཤིང་འཆོ་ལ་གཞེས་ཤིང་ཆོས་ཀྱང་སྟོན་པའི་མཆོག་  
ལ་ཕྱག་འཆེལ་ལོ།      འོད་ཟེར་མཐའ་ཡས་མངའ་  
བས་འོད་དཔའ་མེད།      །དེས་ཀྱན་སྒྲུང་བ་མཆོག་  
འབྱོར་སྒྲུང་མཐའ་ཡས།      །འབྱམས་གྲས་སྒྱ་ཆོས་ཆོ་

དཔག་མེད་དང་བརྩེས།      །སྤྱན་རས་གཟིགས་  
གསོལ་སྟོན་པར་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །ཁྱིལ་གང་མཉེས་  
པ་ཀུན་ཏུ་བདག་འབུལ་ཞིང་།      །སྤྲིག་པ་ཐམས་ཅད་  
བཤའ་གས་བསྐྱེད་དང་ནས་བཟུང་།      །མགོན་པོའི་མཛེད་  
པ་ཀུན་ལ་ཡི་རང་བས།      །དགོ་བ་ཅི་བྱས་དེ་འགྲུབ་  
ཕྱིར་བསྟོལོ།      །ཁྱིལ་སྟོན་འཛིག་རྟེན་དབང་ཕྱག་རྒྱལ་  
པོའི་དུང་།      །ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཞེས་གྱུར་དགོ་  
སྟོང་དེས།      །རང་གི་སངས་རྒྱས་ཞིང་བཟུང་ཇི་བཞིན་  
དུ།      །བདག་ཀྱང་སྟོན་ལམ་འདེབས་ཀྱི་འགྲུབ་གྱུར་  
ཅིག      །ཁྱིལ་གྱིས་སེམས་ཅན་ང་ཡི་མིང་ཐོས་ཀུན།      །



ང་ཡི་ནིང་དུ་སྐྱེ་བར་གྱུར་ཅིག་བཏབ།      །དེ་གྲུབ་  
མཚན་ཐོས་དད་པའི་ཤས་ཐོབ་པས།      །གང་དུང་དེས་  
ཀྱང་སྐྱུར་བའི་སྐབས་དབྱེར་གསོལ།      །ཁྱོད་ནི་  
གཞན་གྱི་དོན་མཛད་མི་གཡེལ་དང་།      །རྒྱ་མཚོ་དུས་  
སྒྲབས་མི་ཡོལ་མཚུངས་པས་ན།      །བྱུགས་རྗེའི་  
ལྷགས་ཀྱི་རིང་པོར་བརྒྱངས་ནས་སུ།      །བདེ་བ་ཅན་  
དུ་ཡུད་ཀྱིས་དྲང་བར་མཛོད།      །ཁྱོད་ནིང་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་གྱུར།      །རེ་རེས་མ་ལྗོས་  
བསྐལ་པ་བྱེ་སྒྲེད་དུ།      །བསྐྲུགས་ཀྱང་བད་པར་མི་  
འགྱུར་ཡོན་ཏན་ཅན།      །བདེ་བ་ཅན་གྱི་ནིང་དུ་སྐྱེ་བར་

འོག་            བྱིད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་ཁམས་ནི་མཐའ་མེད་  
ལ།            ལྟུན་པོ་ཁོར་ཡུག་མཆམས་ཡོད་མ་མཆིས་  
པ།            ཀྱུན་རྒྱུ་མཉམ་པ་ལག་པའི་མཐའ་ལྟ་བུ་རེ།    །  
བདེ་བ།            བྱིད་བཞུགས་རིན་ཆེན་སྣ་ཆོགས་གཞི་  
མའི་སྟེང་།            ཞལ་བ་བྱས་འདྲ་ངན་སོང་ལྟ་མིན་  
མེད།            བདེ་ནས་བདེ་འགྲོ་གང་ལ་མིང་ཆགས་པ།    །  
བདེ་བ།            བྱིད་གནས་སར་མི་གནམ་ལྟ་མིང་ཙམ་  
བྱད།            ལྟ་མོ་བདུན་སྟོང་བདུན་དང་ཅེ་བ་ཡི།    རིན་  
ཆེན་གཞལ་མེད་ལྟ་ཇུས་མལ་སྟུན་ཙན།            བདེ་  
བ།            བྱིད་དབྱེས་སྟེང་ཆལ་ནོར་བུ་རི་ནགས་སྟོངས་

[illegible]

སྟོས་བས་དང་།                      །གོས་རྒྱན་བསམ་ཀུན་མེད་ལ་  
འབྱུང་བ་ཅན།    །བདེ་བེ།    །ཁྱོད་སྟོན་གྱིས་སྟོས་སྟུན་  
སྟུམ་ཆོགས་པའི་སྟེ།                      །ཁིང་ཁམས་རྒྱ་མཆོར་རྟེན་  
དཀའ་མ་ལུས་པས།                      །རྣམ་པར་བརྒྱན་སྟེར་བལྟ་  
བས་མི་དོམས་པ།    །བདེ་བེ།    །ཁྱོད་འཁོར་ལྟ་བརྒྱ་  
པརྟའི་མངལ་གནས་དང་།                      །དེ་ལས་སྐྱེལ་མེ་ཀྱང་  
བཅས་མེད་སྐྱེ་གཉིས།                      །གསེར་མདོག་མཆོན་  
དཔེས་སྟུས་པ་ཉ་སྟག་པ།    །བདེ་བེ།    །ཁྱོད་བསྟུན་  
ཉན་ཐོས་དག་འདུན་དཔག་མེད་ཅིང་།                      །སེམས་  
དཔའ་དཔག་མེད་སྟོན་ལམ་དབང་མིན་པ།    །ཐམས་

ཅད་ཆེ་ཡང་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཅན། །བདེ་བཟེངས་ཁྱེད་  
མཆོད་པ་ལ་བརྩོན་ཞིང་སྐད་ཅིག་རེར། །བརྒྱ་སྟོང་  
སངས་རྒྱས་ཞིང་སྤྱལ་ཆོས་ཉན་པ། །ཀུན་གྲུང་  
མངོན་ཤེས་རྩུ་འཕྱལ་ཆེན་པོས་བསྐྱུང་། །བདེ་  
བཟེངས་ །འཛིག་རྟེན་དབང་དང་མཐུ་ཆེན་ཐོབ་སོགས་  
སྤྲས། །འོད་ཟེར་དཔག་མེད་དེ་བཞིན་གཤེགས་ཉིད་  
བཞིན། །འགྲོ་བའི་ཕན་བདེ་སྦྱོར་ལ་སྟོབས་འགྲན་  
པ། །བདེ་བཟེངས་ །ཁྱེད་ཀྱིས་སྐད་ཅིག་རེར་བསྟན་ཆོས་  
ཀྱི་གྲངས། །སྤྱུས་གྲུང་བགྲང་བར་མི་རུས་དེ་འདྲ་  
ལ། །རྟག་པར་ཉན་འཛིན་སྟོབས་ཆེན་ཆོགས་པའི་གྲ། །

བདེ་བ་። ཁྱོད་མཐུས་སྐད་ཅིག་རེར་ཡང་ཏིང་འཛིན་  
སྒོ། །བརྒྱ་སྟོང་བྱེ་བ་སྟེང་འགྲུབ་དེ་ལྟ་བུས། །  
དཔག་མེད་སྤྱིད་པར་བསམ་གཏན་སྒོམ་པའི་སྤྱིད་། །  
བདེ་བ་። ཁྱོད་བྱིན་སྒྲིབ་པའི་གནས་སྐབས་ཀུན་  
འགག་ཅིང་། ཁོང་དུ་སྤྱེལ་ལ་མཆུངས་པར་མི་  
སྒོམ་པས། ཡོན་ཏན་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་བདག་  
བཞིན་དུ། བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག །  
རྒྱལ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་བཟང་ཞིང་དགའ་བ་དེར། །  
པརྟོ་དམ་པ་ཤིན་ཏུ་མཛེས་ལས་སྐྱེས། ལྷ་བ་  
མཐའ་ཡས་རྒྱལ་བའི་མངོན་སུམ་དུ། ལྷ་བ་སྟོན་

པ་ཡང་བདག་གིས་དེར་ཐོབ་ཤོག      །དེར་ནི་བདག་  
གིས་ལུང་བསྟན་རབ་ཐོབ་ནས།      །སྤལ་པ་མང་པོ་བྱེ་  
བ་ཤྲག་བརྒྱ་ཡིས།      །སློ་ཡི་སྟོབས་ཀྱིས་སྟོགས་བརྒྱ་  
རྣམས་སུ་ཡང་།      །སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཕན་པ་མང་  
བགྱིས་ཤོག      །འདི་ཉིད་དགོན་མཆོག་བཅེགས་པའི་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་ཞིང་  
བཀོད་ལས་ཕྱང་སྟེ་པར་དཀར་པོས་བྲིས་པས་དོན་གཉེར་བ་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་ཅན་དུ་  
སྐྱེ་བར་གྱུར་ཅིག།

ཏེ་རུ་ཀའི་ཞིང་དུ་འདྲེན་པའི་སྟོན་ལམ་ཡིད་ཀྱི་ཤིང་རྩ་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།



༥ བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་མཐུ་སྟོབས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་པའི་ངོ་བོ། ཟབ་  
པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྲུང་གནས།  
མ་ལུས་འགོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱི་ངས་པའི་ལྷན་པ་  
དགག་པར་བྱེད་ཅིང་། མ་རུངས་པ་ཐམས་ཅད་  
འཇོམས་པའི་དཔའ་བོ་དཔལ་འཁོར་ལོ་སྟོམ་པའི་  
ཞབས་ཀྱི་པརྟེ་ཏི་མ་མེད་པ་ལ་བརྟུང་དེ་གུས་པས་  
ཕྱག་འཆལ་ཞིང་སྐྱབས་སུ་མ་ཆིའོ། ། ། དང་སྟོང་ཁྲོས་  
པའི་གཟུགས་འཆང་ལྷན་པའི་མདོག་ལ་བསྐྱལ་པའི་  
མེ་འཕྲོ་འཇིག་རྟེན་གསུམ་གཞོན་ཞིང་། ། ། རིགས་

ལྟའི་བཀོད་པ་ཆེན་པོས་མདུན་བསྐྱས་དྲག་པོའི་  
གཙུག་ན་གཡས་བརྒྱུང་ཞབས་ཀྱིས་གར་མཛོད་  
པ། །དབང་ཕྱག་ཆེན་པོའི་འབྱོར་པས་ཕྱག་པའི་བཙུ་  
གཉིས་ཕྱག་བརྒྱུངས་ཏ་ཏ་གོད་པའི་གདོང་བཞིའི་  
སྒྲུན། །དག་པའི་ཆོས་ཀྱི་བུ་མོར་ཆགས་ནས་གསང་  
བ་ཀྱིན་བཤའ་ཏེ་རུ་ཀ་དེར་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །བཟླ་རྩེ་  
ལ་ཀ་ཡི་མདངས་འཕྲོག་མ་ལུས་སྒྲིང་ལ་ཕྱོངས་པའི་  
སྒྲུན་པ་དགག་བྱེད་པ། །ཟག་མེད་བདེ་བའི་ངང་དུ་  
རོལ་མཛོད་འགྲོ་ལ་བཙུ་ལྟན་ཐུགས་རྗེ་མངའ་བའི་  
སྒྲུན་ཡངས་སྒྱ། །ཐེ་ཆོམ་བྱག་དུའི་དྲ་བ་གཙོད་ཕྱིར་

ཕུག་གཡས་གྱི་གུག་འབར་བ་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་  
ལ་རེལ། །གཡོན་པ་ཐོད་པ་ཨིནྱས་གང་འཛིན་རྒྱལ་  
བ་སྐྱེད་བྱེད་ཡུམ་མཆོག་དེ་ལ་ཕུག་འཆལ་ལོ། །  
དགྱིལ་འཁོར་འཁོར་ལོ་ལ་འཁོད་གཡས་བརྒྱད་  
ཞབས་ཀྱིས་གར་མཛད་པ་ད་ཉི་རོ་གདན་ལ་བཞུགས་  
ནས། །དྲག་མེའི་གཟུགས་འཆང་ཞལ་གཅིག་ཕུག་  
བཞི་ཐོད་པ་རྫོ་རྫོའི་སྤང་བས་དབུ་ལ་བརྒྱན་བྱས་  
ཞིང་། །སྤྱོད་ཉིད་བདེ་བའི་ངང་དུ་རེལ་སྤྱིར་གཅེར་མོ་  
ཕུག་རྒྱ་ལྷ་ཡིས་རབ་ཏུ་སྤྲས་གྱུར་པ། །སྤྲ་ཆོགས་  
གཟུགས་འཛིན་མ་རུངས་འཛོམས་མཛད་དགྱིལ་

འཁོར་ལྟ་ཆོགས་རྣམས་ལ་རྟག་ཏུ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །  
མཆོད་ཡོན་ཞབས་བསིལ་མེ་རྟག་བདུག་སྟོས་  
སྟོན། གྲི་ཆབ་ཞལ་བས་རོལ་མོ་འདོད་ཡོན་ལྟ། །  
ཕྱིན་ངགསང་བའི་མཆོད་པའི་བྱེ་བྲག་རྣམས། །  
དངོས་འབྱུར་ཡིད་སྤྲལ་དགྱེལ་འཁོར་ལྟ་ཆོགས་  
མཆོད། གྲེ་ལྟར་བསྟོད་ཅིང་མཆོད་པའི་མཐུར་  
བརྟེན་ནས། བདག་སོགས་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་མ་  
ལུས་ཀུན། འདི་ནས་བཟུང་སྟེ་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་  
བར། རྟེ་རུ་ག་ཡིད་མཆོས་འཛིན་གྱུར་ཅིག །  
གཞན་ཡང་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བའི་སྤྱག་བསྤུལ་

གྱི། །ཚ་བས་ཉམ་ཐག་བསིལ་ཞིང་བདེ་བ་དང་། །  
གང་བས་ཉམ་ཐག་དྲོད་ཐོབ་ཆེ་འཕོས་ཏེ། །ཐག་  
འཐུང་ཆེན་པོའི་གོ་འཕང་བགྲོད་པར་ཤོག། །ལོ་མ་  
རལ་གྱི་འི་ནགས་ཚལ་དེ་དག་གྱུང་། །ཅོན་དན་  
ནགས་སོགས་མཛེས་པའི་ཤིང་གྱུར་ཏེ། །མི་སྒྲན་སྒྲ་  
རྒྱལ་སྒྲན་པར་ཐོས་བྱས་ནས། །འཁོར་ལོ་སྒྲུམ་  
པའི་ས་ལ་འཁོད་གྱུར་ཅིག། །གཙན་གཟན་འཛིགས་  
དང་ཐིག་ནག་བསྐྱས་འཛེམས་དང་། །ས་བསྐྱེགས་  
ལ་སོགས་དཔྱུལ་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་ཀུན། །སྐྱུར་དུ་  
གྲོལ་ཏེ་བདེ་དང་སྒྲན་གྱུར་ནས། །དཔའ་བོ་ཆེན་པོའི་

གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ཤོག།      །ཡི་དྲགས་བགེས་སྒྲིམ་  
སྒྲུག་བསྐལ་ཇི་སྟེད་གྲང་།      །བགེས་པ་ཆེ་མཁིང་སྒྲིམ་  
པ་ལས་གོ་ལ་ཏེ།      །མེར་སྒྲ་མེད་ཅིང་འབྱོར་པ་དང་  
ལྡན་ནས།      །རི་བྱོད་ཆེན་པོའི་གོ་འཕང་ཐོབ་གྱུར་  
ཅིག།      །དུད་འབྲོ་རྣམས་ནི་གཅིག་ལ་གཅིག་བ་  
དང་།      །སྒྲིམ་སྒྲུགས་བཀོལ་སྟེད་སྒྲུག་བསྐལ་ལ་  
སོགས་པ།      །མ་ལུས་གོ་ལ་ཏེ་བདེ་དང་ལྡན་གྱུར་  
ནས།      །འཁོར་ལོའི་མགོན་པོའི་ས་ལ་འཁོད་གྱུར་  
ཅིག།      །ལྷ་ལ་འཆི་འཕོ་ལྟར་བྱེད་སྒྲུག་བསྐལ་དང་།      །  
ལྷ་མིན་འཐབ་ཚུང་མཆོན་ཆ་འཕངས་རེ་རྣམས།      །མེ་

རྟོག་ཆར་གྱུར་ཕྱག་དྲོག་ནི་བྱས་ནས།      ཁྲི་བའི་ཐོང་  
ཅན་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ཤོག། གཤམ་ཡང་འཛིག་རྟོན་  
འདི་ན་སྐྱག་བསྐྱེལ་དག།      ཁྲི་ག་ན་འཆི་དབུལ་  
ཐོངས་ལ་སོགས་པ། ལྷུར་དུ་གྲོལ་ཞིང་བདེ་བ་དང་  
ལྡན་ཏེ། རྟོ་རུ་ཀ་ཡི་ས་ལ་འཁོད་གྱུར་ཅིག། རྟོ་  
ལྷུར་སྒྲོན་པ་འདི་ཉིད་བཏབ་པའི་མཐུས།      བདག་  
སོགས་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་ཇི་སྟེད་པ། མི་ཁོམ་  
གནས་སྤངས་དལ་འབྱོར་སྟེད་བྱས་ཏེ། རྟོ་རུ་ཀ་ཡི་  
དམ་ཆེས་སྟོད་པར་ཤོག། དམ་ཆེས་སྟོད་པའི་ལུས་  
སུ་སྟེས་ནས་གྱུང་།      དང་བཙོན་ཤེས་རབ་སྟེང་རྩེ་



ལྟན་པ་དང་།                      ཁྲོའ་མའི་མཆན་ཆང་རྩེ་རྩེ་ཐེག་  
ཞུགས་ནས།                      ཁྲོའ་བྱེད་དབང་ཐོབ་རིམ་གཉིས་ལྟན་  
གྱུར་ཅིག                      ཁག་ཞན་ཡང་མ་རུངས་མྱོངས་པའི་  
སེམས་ཅན་རྣམས།                      བློན་ལས་བཞི་ཡིས་གང་  
འདུལ་སྐྱར་བསྟན་ཏེ།                      རྩེ་འཕུལ་མངའ་བའི་  
ཐུགས་རྩེ་རྩེ་སྟན་ཡངས་གྱིས།                      འགྲོ་རྣམས་རྩེ་རྩེ་  
ས་ལ་འཁོད་པར་ཤོག                      རྩེ་རུ་ཀ་མཆོག་དུས་སུ་  
མཆོད་པའི་མཐུས།                      བདག་གྱུང་བྲག་འཕྱང་ཆེན་  
པོའི་གན་བགྲོད་ནས།                      སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་མགོན་  
སྐུབས་དཔུང་གཉིན་དང་།                      ཐར་པར་བྲིད་པའི་

གྲོགས་དན་བྱེད་གྱུར་ཅིག །གཞན་ཡང་འཁོར་བའི་  
སེམས་ཅན་ཇི་སྟེད་པ། །མ་བསྐྱལ་བ་རྣམས་སྐྱུར་དུ་  
བསྐྱལ་བ་དང་། །དབྱགས་མ་ཕྱུང་རྣམས་དབྱགས་  
དྲུང་བགྱིས་བྱས་ཏེ། །འགྲོ་རྣམས་འཁོར་ལོ་སྡེམ་  
པའི་ས་ཐོབ་ཤོག །༥། ཉེས་ལྟུང་བྱི་མས་མ་གོས་  
ཤིང་། །ཁྲིབས་ཆེན་སྦྱོད་པ་ཇོགས་པ་དང་། །ཉི་རུ་  
ཀ་དང་མཉམ་པ་ཡི། །གོ་འཕང་ཆོ་འདིར་ཐོབ་པར་  
ཤོག །ཅེས་པ་འདི་ཡང་འཁོར་ལོ་སྡེམ་པའི་རྣམས་འགྱུར་པ་ངག་གི་དབང་པོ་རྣམ་  
པར་རྒྱལ་བས་བཀྲ་ཤིས་མོན་མོ་ཇཱའི་རི་བློད་དུ་སྐྱུར་བ་དགོའོ།།

༼འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་སྒྲོན་ལམ་བཞུགས་སོ།༽

༥ ར་མོ་མཉུ་ཤི་ཡེ། ཤེས་བྱའི་མཁའ་དབྱིངས་  
ཟབ་ཅིང་ཡངས་པ་ལ། ཁྲོ་བྱོས་དགྱིལ་འཁོར་རྒྱས་  
པའི་འོད་ཟེར་གྱིས། སྐྱེ་དགུའི་མི་ཤེས་ལྷན་པའི་  
ཆོག་ས་རྣམས་ཀུན། ཤེས་བྱེད་དབང་པོ་འཇམ་པའི་  
དབྱངས་ལ་འདུད། དེང་ནས་བཟུང་སྟེ་བྱང་ཆུབ་  
སྒྲིང་པོའི་བར། བྱིད་མིན་བདག་ལ་སྐྱབས་གཞན་  
མ་མཆིས་པས། ལས་ཀྱི་དབང་གིས་རིགས་དྲུག་  
གར་སྐྱེས་ཀྱང་། འཁོར་བའི་འཇིགས་ལས་སྐྱབས་  
ཤིག་འཇམ་པའི་དབྱངས། བདག་ནི་ཆོ་འདིའི་འདུ་  
བྱེད་གཏོང་བ་ན། བཙུ་ཞིང་བུམས་པའི་གཉེན་

བཤེས་ཀུན་དང་བྲལ།                      །རྩམ་ཞིང་འཇིགས་པའི་  
གཤེན་རྩེས་བེན་པའི་ཆོ།                      །གཤེན་རྩེའི་འཇིགས་  
ལས་སྐྱབས་ཤིང་འཇམ་པའི་དབྱངས།                      །བློག་མེད་  
དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས།                      །སྤྲིད་པ་  
བར་དོར་ཉོན་མོངས་རྒྱང་ཤུགས་གྱིས།                      །བཟོད་  
དགའི་ངན་འགྲོའི་གཡང་སར་འབྱར་སྤྲིད་པས།                      །  
ཉོན་མོངས་རྒྱང་སྒྲོ་ཆོད་ཅིག་འཇམ་པའི་དབྱངས།                      །  
བར་དོའི་རྣམ་ཤེས་ཉིང་མཆམས་སྦྱར་བའི་ཆོ།                      །མི་  
ཁོམ་བརྒྱད་པོ་དག་ལས་རབ་འདས་ཤིང་།                      །ཐུབ་  
བསྟན་རྒྱལ་མཆོན་འཛོན་པའི་རིགས་དག་ཏུ།                      །སྤྲེ་

བའི་རྟེན་འབྲེལ་སྒྲིགས་ཤིག་འཇམ་པའི་དབྱངས། །  
སྐྱེ་བ་སྐྱེ་མར་མཐོ་རིས་ཡོན་ཏན་མཆོག་ །བདུན་  
གྱིས་མཛེས་པའི་དལ་འབྱོར་ལུས་ཐོབ་ནས། །  
བསྟན་པ་ཚུལ་བཞིན་འཛིན་པའི་བཤེས་གཉེན་  
དང་། །མཇལ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་སྒྲིགས་ཤིག་  
ཐབས་མཁས་བྱ་གས་ཇེ་ལྡན་པའི་བཤེས་གཉེན་  
དེས། །ལེགས་པར་གསུངས་པའི་གསུང་རབ་རྒྱ་  
མཆོའི་ཆོགས། །ཚུལ་བཞིན་རྟོགས་ནས་གཞན་ལ་  
སྟོན་ནུས་པའི། །རྣམ་དཔྱད་སྒྲོ་བྱོས་སྦྱུལ་ཞིག་  
ཆེ་རབས་ཀུན་ཏུ་གཞན་དོན་ཁོ་ནའི་ཕྱིར། །མེད་སྡེ་

མེད་པར་བདོག་པ་ཀུན་གཏོང་ཞིང་། །རྣམ་གཤམ་  
སྤངས་པའི་བསམ་གཏན་སྒྲོམ་པ་སོགས། །ཡར་  
ཕྱིན་དུག་ལྡན་སྒྲོལ་ཞིག་ཟེ། །འཁོར་བའི་ཚ་གདུང་  
སེལ་བའི་བསེལ་བྱེད་མཆོག་ །གསུང་རབ་གང་  
འི་འོས་ལ་བལྟ་འདོད་ཀྱང་། །རྣམ་གཤམ་ལེ་ལོའི་  
འདམ་དུ་བྱིང་ལགས་པས། །ཁྱུར་མགྱོགས་ཐུགས་  
རྗེས་བྱངས་ཞིག་ཟེ། །ཟབ་ལམ་ལྟ་བའི་ལམ་དུ་རབ་  
ཞུགས་ནས། །རྣམ་གྲོལ་ཐར་པའི་གྲིང་དུ་འགྲོ་  
འདོད་ཀྱང་། །སྐལ་དམན་བདག་ནི་འཁོར་བའི་  
ཞགས་པས་བཅིངས། །འཁོར་བའི་ཞེན་ཐག་ཆོད་

ཅིག་ཅེ་། །རང་དོན་ཉེར་ཞིའི་གྲུ་རྒྱའི་ཚལ་སྤངས་  
ནས། །སྤྲོབས་ཆེན་རྒྱལ་བའི་པད་ཚལ་བལྟ་འདོད་  
ཀྱང་། །བདག་གི་སྒོ་འདི་མ་རིག་མུན་པས་  
བསྐྱེབས། །མ་རིག་འཐེབས་པོ་སེལ་ཞིག་ཅེ་།  
མ་དོར་ན་བདག་སོགས་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ།  
གསུང་རབ་རྒྱུ་མཆོའི་ཆོགས་ལ་བརྟེན་བྱེད་ཅིང་།  
འགྲོ་ལ་འདོད་དགུ་མ་ལུས་འབྱུང་བའི་གནས།  
ཡིད་བཞིན་ནོར་བུར་གྱུར་ཅིག་ཅེ་། །འཇམ་དབྱངས་  
སྤྱོད་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས། །ཆོགས་  
གཉིས་རྣམ་པར་དག་པའི་གྲུ་ཆེན་གྱིས། །འགྲོ་



ནམས་འཁོར་བའི་མཆོ་ལས་སྒོལ་བ་ལ།      །བདག་  
ཀྱང་བྱོང་བཞིན་གྱུར་ཅིག་འཇམ་པའི་དབྱངས།      །  
དུས་འདི་ནས་ནི་བབྱང་ནས་སུ།      །སྤྱི་མ་བྱང་ཆུབ་མ་  
ཐོབ་པར།      །རྗེ་བཙུན་འཇམ་དབྱངས་བྱོང་གིས་ནི།      །  
བདག་གི་སྤྲུལ་མ་མཛད་དུ་གསོལ།      །གང་ཆེ་བལྟ་བར་  
འདོད་པའམ།      །ཅུང་ཟད་ངྷི་བར་འདོད་ན་ཡང་།      །  
མགོན་པོ་འཇམ་དབྱངས་བྱོང་ཉིད་ནི།      །གོགས་མེད་  
པར་ཡང་མཐོང་བར་ཞོག།      །བཙེ་ལྷན་བྱོང་གི་མཁྱེན་  
རབ་འོད་ཟེར་གྱིས།      །བདག་སྒྲོའི་གཏི་མུག་མུན་པ་  
རབ་བསལ་ནས།      །བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་གཞུང་

ལུགས་རྟོགས་པ་ཡི།      ཁྲོ་གྲོས་སློབས་པའི་སྒྲུང་བ་  
བསྐྱུལ་དུ་གསོལ།      །ཤེས་པས་སྤྱིད་ལ་མི་གནས་  
ཤིང་།      །སྤྱིང་རྗེས་ནི་ལ་མི་གནས་པར།      །སྤྱིང་ན་  
འདས་དང་འཁོར་མི་གནས།      །འཇམ་དབྱངས་  
བྱགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྤྱོལ།      །སྤྱོགས་བཅུའི་ནམ་  
མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི།      །སེམས་ཅན་ཀུན་དོན་  
བསྐྱབ་བྱའི་ཕྱིར།      །ཇི་ལྟར་འཇམ་དབྱངས་སྤྱོད་  
མཛད་པ།      །བདག་སོགས་སྤྱོད་པའང་དེ་འདྲར་  
ཤོག།      །བདག་ཀྱང་འཇམ་དབྱངས་བཀའ་རྒྱུན་  
གྱིས།      །ས་རབ་དགའ་བ་ཐོབ་བར་དུ།      །རྟོག་ཏུ་ཆོ་

རབས་དྲན་པ་དང་།

།རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཐོབ་པར་

ཞོག། །

།ཟངས་མདོག་དཔལ་རིའི་སྒྲོན་ལམ་བཞུགས་སོ།།

༥ །མཁའ་གྲོང་རྣམ་དག་འོག་མིན་རྡོ་རྗེའི་

དབྱིངས། །རྒྱལ་བའི་ཞིང་མཆོག་རབ་འབྱམས་རྒྱ་

མཆོའི་གར། །ངོ་མཆར་འཕྱལ་གྱི་དབང་པོ་

བརྩེགས་པའི་ཏྲ་ག །ཟངས་མདོག་དཔལ་གྱི་རི་བོར་

སྐྱེ་བར་ཞོག །སངས་རྒྱས་འོད་སྣང་མཐའ་ཡས་ཡེ་

ཞེས་གྱིས། །སྐྱེ་འཕྱལ་རྡོ་རྗེའི་བླ་བས་མདོན་སུམ་

དུ། །མངོས་དགུར་བརྒྱན་པ་པརྒྱའི་གཞལ་ཡས་

ཁང་། ཟངས་མདོག་། རྒྱལ་བའི་སྤྱི་གཟུགས་རྩོ་  
རྩོ་ཐོང་ཐོང་རྩུལ། ཁང་འདུལ་སྤྱིན་ལས་འཁོར་ལོའི་  
གཟི་སྤྱིན་གྱིས། ཀྱུན་དགར་བརྒྱན་པའི་ཕོ་བྲང་པར་  
འོད། ཟངས་མདོག་། ཁོར་བུའི་བ་གམ་བརྩེགས་  
པའི་རི་དབང་རྩེར། པར་རྒྱ་རྒྱ་གའི་ཁང་བརྩེགས་ཁོར་  
བུའི་ཏོག མཁའ་འགྲོའི་སྤྱིན་ཕུང་ཕྱོགས་ཀྱི་སྒར་  
བྲེས་པ། ཟངས་མདོག་། ཡ་ཀའྱི་ཕྱིར་དང་  
སྒྲུའི། རྒྱགས་ཚལ་སྤྱག་པོར་འབྲིགས་པའི་བྱ་  
མིག་ནས། དབང་པོའི་ཤིང་བལ་གཡོ་བའི་ལང་ཆོ་  
ཅན། ཟངས་མདོག་། ཁམས་གསུམ་དུག་

གསུམ་སྒྲ་ཚོགས་འདུས་པའི་སྟོག་    སྟོང་ལ་དབྱེས་  
མཛད་རྗེ་རྗེའི་མཆོ་ལར།    མཁའ་སྟོང་ལོངས་སྟོང་  
འདུས་པའི་འཁོར་ལོ་ཅན།    ཟངས་མདོག་།  
དཔའ་བོ་རིག་འཛིན་ཚོགས་པའི་གྲལ་དབུས་ན།  
པར་རྒྱལ་པོ་སང་གའི་སྒྲ་སྟོག་པས།    སྟོགས་ལས་  
ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་དཔའ་བཟྃ་ཅན།    ཟངས་  
མདོག་།    ཅན་དན་དྲི་ཞིམ་གྱིས་བགོས་འཆི་མེད་  
ལྟའི།    མེ་ཏོག་ཆར་བེམ་འབབ་པའི་དོ་ར་ན།  
རྒྱའི་གར་མཁན་ཅེ་བའི་རྒྱུ་ལྟ་ཅན།    ཟངས་  
མདོག་།    མཚུངས་མེད་སྟོ་ལྟ་ལྟགས་རྗེའི་རང་

བཞིན་དང་། །ལྟན་ཅིག་མངོན་པར་མཐོ་བ་ལྟན་པོའི་  
དཔལ། །ཉི་མའི་རྒྱ་ཁྱུར་ཉིད་འོད་གྱིས་མངོས་  
པ། །བངས་མདོག་དཔལ་གྱི་རི་བོར་སྐྱེ་བར་ཤོག །  
འདི་ནས་བབྱང་སྟེ་བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པོའི་བར། །རྒྱལ་བ་  
ཀུན་འདུས་པརྒྱས་རྗེས་འཛིན་ཅིང་། །མཁའ་སྤྱོད་  
དག་པའི་ཞིང་མཆོག་པརྒྱ་འོད། །བངས་མདོག་  
དཔལ་གྱི་རི་བོར་སྐྱེ་བར་ཤོག །དགོ།

༥ ། མཁུ་གུ་རུའི་བྱིན་རྒྱབས་གྱིས། །བདག་ཅག་ཆོ་  
རབས་ཐམས་ཅད་དུ། །ཞིང་ཁམས་དག་པའི་ཕོ་བྲང་

དུ། ཁྲིམ་འབྲེལ་མེད་བསྟེན་པར་ཤོག། མེས་  
གུས་ལྟེམ་རྒྱུད་མེད་པ་ཡི། མཉེས་པའི་ཞབས་ཏོག་  
སྐྱབ་པ་དང་། དགོངས་པ་བྱབ་མེ་བྱུགས་ཀྱི་  
བཅུད། ཁྱིམ་རྒྱབས་བདུད་རྩིའི་ལུང་ཐོབ་ཤོག། སྐྱུ་  
གསུང་བྱུགས་ཀྱི་ཁྱིམ་རྒྱབས་ཀྱིས། ལུས་ངག་ཡིད་  
གསུམ་སྦྲིན་པ་དང་། ཟབ་མེའི་བསྐྱེད་རྫོགས་རྣམ་  
གཉིས་ལ། དབང་གི་སྐྱབ་པ་ཐོབ་པར་ཤོག། ལོག་  
ལྟ་བདུད་ཀྱི་ཆོགས་རྣམས་དང་། རྒྱུ་གཏོན་རྣམ་  
ཏོག་ཞི་བ་དང་། འཁོར་དང་ལོང་སྦྱེད་རྒྱས་པ་  
ཡིས། བསམ་པ་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་པར་ཤོག། །



དུར་བྲོད་རི་བྲོད་གངས་བྲོད་སོགས།      །ཕུན་སུམ་  
ཆོགས་པའི་གནས་ཉིད་དུ།      །ཏིང་འཛིན་ཟབ་མའི་  
དགོངས་སྡོད་ལ།      །ཏིག་ཏུ་སྒྲུབ་པ་བྱེད་པར་ཤོག།  
སྒྲུབ་པ་བྱེད་པའི་འབྲས་བུ་ཡིས།      །ཐིན་ལས་རྣམ་  
བཞི་འབྲུབ་པ་དང་།      །ལྷ་སྡིད་བྲན་དུ་ཁོལ་ནས་  
ཀྱང་།      །སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་བསྟུང་བར་ཤོག།  
སྟོན་པས་གསུངས་པའི་དམ་ཆོས་རྣམས།      །ཚུལ་  
མེད་རྒྱུད་ལ་འཆར་བ་དང་།      །མཁྱེན་པ་མཆོག་ལ་  
མངའ་བརྟེན་ཤིང་།      །ཏིགས་པ་མཆོག་དང་ལྡན་  
པར་ཤོག། །བྱང་རྒྱུ་སེམས་ཀྱི་རྟོན་འབྲེལ་གྱིས།      །

སྐྱེ་འགྲོ་ཐམས་ཅད་དབང་འདུས་ནས། ཐོགས་མེད་  
ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་གཏེར། འབྲེལ་ཚད་དོན་དང་  
ལྡན་པར་ཞོག ཁངས་རྒྱས་བསྟན་པ་དར་བའི་  
མཐུས། བརྒྱད་འཛིན་ཆོས་དོན་རྒྱས་པ་དང་། །  
འགྲོ་ཀུན་བདེ་ལ་འཁོད་ནས་ཀྱང་། ཞིང་ཁམས་  
ཐམས་ཅད་དག་པར་ཞོག བདག་གི་ལུས་ངག་  
ཡིད་གསུམ་གྱིས། གདུལ་བྱ་སེ་སེའི་སྒོ་ཡུལ་  
དུ། གང་ལ་གང་འདུལ་སྒྲུལ་པའི་སྒྲ། དཔག་ཏུ་  
མེད་པར་འབྱུང་བར་ཞོག མདོར་ན་འཁོར་འདས་  
མ་ལུས་ཀུན། གུ་རུ་ཉིད་དང་དབྱེར་མེད་ཅིང་། རྒྱ་

གསུམ་འདུ་འབྲལ་མེད་པ་ཡིས།                      །རྣམ་མཁུན་  
སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་ཤོག།      །སེམས་ཅན་གསོལ་བ་  
འདེབས་པར་ཤོག།              །སྒྲ་མས་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབ་པར་  
ཤོག།    །ཡི་དམ་དངོས་གྲུབ་སྟེར་བར་ཤོག།    །མཁའ་  
འགོས་ལུང་བསྟན་བྱེད་པར་ཤོག།              །ཆོས་སྒྲིང་བར་  
ཆད་སེལ་བར་ཤོག།    །སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་དར་ཞིང་  
རྒྱས་པར་ཤོག།              །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་ཞིང་  
སྐྱིད་པར་ཤོག།    །ཉིན་དང་མཚན་དུ་ཆོས་ལ་སྐྱིད་པར་  
ཤོག།    །རང་གཞན་དོན་གཉིས་སྟུན་གྱིས་འགྲུབ་པར་  
ཤོག།              །རང་བཞིན་དག་པའི་དགོ་བ་འདིས།              །

འཁོར་བ་ངན་སོང་དོང་སྒྲུགས་ནས།      ཁྲིད་མཆོར་  
སྒྲུར་ཡང་མི་གནས་ཤིང་།      རྩུམ་གཅིག་སངས་རྒྱས་  
སྒྲུར་ཐོབ་ཤོག།      རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་གསང་ཆེན་  
མཛོད།      གླེ་མེད་མཆོག་གི་ཐེག་པ་འདི།      ཇི་ལྟར་  
མཁའ་ལ་ཉི་ཤར་ལྟར།      རྒྱལ་ཁམས་ཡོངས་ལ་དར་  
རྒྱས་ཤོག།      བདག་གི་དག་བའི་རྩ་བ་འདི་དག་དག་  
བའི་རྩ་བ་མཐའ་དག་དུ་གྱུར་ནས་གླེ་མ་དམ་པའི་  
ཐུགས་དགོངས་ཡོངས་སུ་ཚྭ་གས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་  
ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག།      སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་དར་ཞིང་  
རྒྱས་པ་ཡི།      སྐྱེས་བུ་སྟོབས་ལྡན་དུ་གྱུར་ཅིག།      །

མཁྱེན་བཙེ་ནུས་གསུམ་མཐར་ཁྱེན་ནས་ཚྲོགས་པའི་  
སངས་རྒྱས་སུ་གྱུར་ཅིག། འདིགས་དུག་གི་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་སྒྲུག་  
བསྐྱལ་ཆེན་པོ་ལས་སྒྲོལ་ནུས་པའི་དེད་དཔོན་ཆེན་  
པོར་སྐྱེ་བར་གྱུར་ཅིག། དེའོ་ན་བཞིན་དུ་འགྲུབ་པར་  
གྱུར་ཅིག། །གུང་ཐང་ལ་ཐོག་ཏུ་མཁའ་འགྲོ་མཆོ་རྒྱལ་གྱིས་གུ་རུའི་ནབས་སྐྱེ་  
བོར་སྤངས་ཏེ་སྒྲོན་ལམ་བཏབ་པ་བདག་པཏྱ་གྲིང་པས་སྒྲོ་བྲག་སྒྲོན་མདོའི་བྲག་སེང་  
གའི་གཞོང་པ་ཅན་ནས་གདན་དྲངས་པའོ།། རྗེ་བཙུན་ཁྱེད་དང་ཐུགས་  
རྗེ་མཉམ་པར་ཞོག། །རྒྱལ་སྤྲས་ཁྱེད་དང་གདུལ་བྱ་  
མཉམ་པར་། ཁྱོད་སྤེང་རྩལ་དང་སྤྱིན་ལས་། ཁོ་

དཔག་མེད་དང་སྐྱ་ཆོེ། །འཇམ་དཔལ་དབྱངས་དང་  
མཁྱེན་རབ། །སྐྱུན་རས་གཟིགས་དང་འགྲོ་དོན། །  
གསང་བའི་བདག་དང་མཐུ་སྟོབས། །ལོངས་སྟོང་  
ཚྲོགས་དང་མཆོན་དཔེ་མཉམ་པར་ཤོག །ཀུན་ཏུ་  
བབ་དང་ཞིང་ཁམས་མཉམ་པར་ཤོག །ནམ་ཞིག་  
ཆོེ་ཡི་འདུ་བྱེད་གཏོང་བའི་ཆོེ། །མི་གཙང་ལུས་  
འདིའི་སྐྱ་མ་བོར་མ་ཐག །བདེ་བ་ཅན་དུ་བརྟུས་ཏེ་  
སྐྱེ་བར་ཤོག །སྐྱེས་མ་ཐག་ཏུ་ས་བཙུ་རབ་ཚྲོགས་  
ཏེ། །སྤྱལ་པ་རེ་རེ་བདག་གིས་བཏུ་ནས་གྱུང་། །  
ཐམས་ཅད་འདྲེན་པའི་དེད་དཔོན་བདག་གྱུར་ཅིག །

བདག་གཞན་གཉིས་མེད་ཆོས་སྐྱེ་མཐར་ཕྱིན་ནས། །  
ཀ་དག་གཏོང་མའི་དབྱིངས་སུ་གྲོལ་བར་ཤོག། །  
བསྟོ་བ་དང་སྟོན་ལམ་ཡོངས་སུ་འགྲུབ་པའི་རྒྱལ་པོ་  
ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཨོྫ་རེ་རྫ་རེ་བྱན་རྫ་རེ་བྱན་རྫ་  
རེ་སྒྲུ། དག་བསྟོ་བས་ཆེ་བར་གྱུར་ཅིག །སྒྲིག་པ་  
འདག་སྟོན་པར་གྱུར་ཅིག །སྟོན་ལམ་མཐུ་བཙན་  
པར་གྱུར་ཅིག །ཇ་ཡ་ཇ་ཡ་སི་རྩྱ་སི་རྩྱ་ཕ་ལ་ཕ་ལ་བཀྲ་  
ཤིས་པར་གྱུར་ཅིག །དེ་ལྟར་འགྲུབ་པ་ཡང་དགོན་  
མཆོག་གསུམ་གྱི་བདེན་པ་དང་། སངས་རྒྱས་དང་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་



སྒྲུབས་དང་།      ཆོགས་གཉིས་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པའི་  
མཐུ་དང་།      ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམ་པར་དག་ཅིང་  
བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ངེ་ལྟར་སྟོན་པ་  
དེ་དེ་བཞིན་དུ་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག      །ཨོ་རྒྱུན་པར་  
བྱེད་སྐྱེ་ཅི་འདྲ་དང་།      །འཁོར་དང་སྐྱེ་ཆེའི་ཆད་དང་  
ཞིང་ཁམས་སོགས་།      །བྱེད་ཀྱི་མཆོན་མཆོག་བཟང་  
པོ་ཅི་འདྲ་དང་།      །དེ་འདྲ་ཁོ་ནར་བདག་སོགས་སྐྱེ་  
བར་ཞོག      །དགོའོ།

སྟོན་ལམ་ཉུང་བསྐྱུས་བདེ་ཆེན་བརྒྱུད་ལེན་བཞུགས་

༥      ན་མོ་བཟོ་གོ་རྒྱ་ཡེ།      དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་

དང་བཅས་རྣམས་ཀྱི།      །ཡེ་ཤེས་རྩལ་གར་དཔལ་  
ཆེན་ཏེ་རུ་ཀ།      །ཁྱིལ་རྟ་མཆོག་རྩལ་པའི་ཞབས་  
པད་ལ།      །བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པོའི་བར་དུ་གུས་ཕྱག་  
འཆལ།      །གདོད་ནས་ལྷུན་གྲུབ་རང་རིག་ཡེ་ཤེས་  
ཆེའི།      །རང་བཞིན་མགོན་པོ་བྱིད་དང་གཉིས་མེད་  
པའི།      །དག་གསལ་རྣལ་འབྱོར་ལྷ་ཡི་དགྱེལ་འཁོར་  
དུ།      །བསྟེན་ཅིང་སྒྲུབ་པས་བྱིད་སྒྱུ་ལྷུར་འགྲུབ་  
ཤོག།      །དེ་མ་ཐོབ་ཀྱི་ཆོ་རབས་ཀུན་རྩལ་ལ།      །མི་  
ཁོམ་བརྒྱད་སྤངས་དལ་བའི་ཏེན་རྩིད་ཅིང་།      །བཤེས་  
གཉེན་དམ་པའི་མགོན་གྱིས་རྗེས་བབྱང་ནས།      །ཐེག་

ཆེན་ཆོས་ཀྱི་བདུད་ཚིས་འཛོ་བར་ཤོག། །འདོད་ལས་  
ཕྱིར་ཕྱོགས་ངེས་འབྱུང་ཚུལ་བྲིམས་དང་། །བྲམས་  
བཙུངས་ཀུན་བསྐྱངས་བྱུང་ཆུབ་སེམས་མཛོག་  
ལྟན། །ཕྱིན་དུག་བསྐྱ་བཞིས་རྒྱལ་སྤྲས་སེམས་  
དཔའ་ཆེད། །རྣམ་ཐར་རྒྱ་མཛོད་པ་རོལ་ཕྱིན་པར་  
ཤོག། །བསྐྱབ་གསུམ་རྒྱུད་མཛེས་ཐོས་པའི་པ་རོལ་  
སོན། །བསམ་པས་ལེགས་སྐྱངས་སྒྲོམ་བྱུང་ཕུལ་དུ་  
ཕྱིན། །ཤེས་རབ་གསུམ་གྱི་སྒྲུང་བས་སྒྲོངས་པའི་  
སྐྱོན། །མཐའ་དག་དུང་ནས་འབྱེན་པའི་དཔལ་ཐོབ་  
ཤོག། །སྒྲིན་བྱེད་དབང་བཞིས་སྒྲོ་གསུམ་དྲི་མ་

བཀུས།      །གནས་སྐབས་བཞི་སྒྲུངས་སྐྱབ་བཞིའི་ས་  
བོན་ཐེབས།      །བསྐྱེད་རིམ་མཐར་ཕྱིན་སྐྱེད་བཅུད་ལྷ་  
སྒྲུར་རྟོགས།      །རྟོགས་རིམ་ཟབ་གསལ་གཉིས་མེད་  
མཐར་ཕྱིན་ཞོག      །གཏུམ་མེའི་མེས་སྒྲུངས་སྒྲུང་  
ཁམས་རྒྱ་ཏིར་དག      །ཉི་ཟླའི་ལམ་བཅོམ་སྒྲག་ཅན་  
ངང་དུ་འབབ།      །འཇག་བདེའི་རྒྱན་ཆད་འཕེ་མེད་  
དབྱིངས་སུ་ཐིམ།      །བྱང་འཇུག་ཆེན་པོའི་གོ་འཕང་  
མཐར་ཕྱིན་ཞོག      །ལྷན་སྐྱེས་བདེ་ཆེན་རྟེན་པ་བསམ་  
ཡས་པས།      །མ་དག་ལྟར་སྒྲུང་འགྲོ་བའི་ཁམས་ཀུན་  
ཏུ།      །ནམ་མཁའ་ཇི་སྟིད་བྱུང་ཏེ་ལྷན་གྲུབ་པས།      །

རྣམ་གྲོལ་རྩེ་རྩེའི་ས་ལམ་གསལ་བྱེད་ཤོག། ཁེས་པ་འདི་

ཡང་ལྷག་རིན་པས་སོ།།

༥ ཆེ་རབས་མ་ལུས་ཐམས་ཅད་དུ། ཁྲིམ་དམ་པ་  
མཉེས་བྱེད་ཅིང་། ཁོས་གུས་ལྷེས་རྒྱུད་མེད་པ་  
ཡིས། ཁོར་བཟང་བྱ་བཞིན་བསྟེན་པར་ཤོག། །  
སྐབས་ཆེ་བྱིན་ཆགས་དགོན་མཆོག་གསུམ། །  
མཆོད་པའི་ཆོགས་རྣམས་མ་ལུས་པས། ཁྲིམ་པ་  
མེད་པར་མཆོད་ནས་རྒྱུད་། ཁྲིག་ཏུ་བསྟེན་ཅིང་  
བརྟུར་བར་ཤོག། བར་ཆད་ཐམས་ཅད་སེལ་འགྱུར་  
ཞིང་། ཁ་བཞིན་སེམས་པའི་ཡི་དམ་ལྷ། ཐུན་

བཞི་ཡིས་ནི་མཉེས་གུར་ནས།      ཡི་དམ་ལྟ་དང་མི་  
འབྲལ་ཞོག      ཁྱུ་དང་ཕཌ་གི་འབྲུག་སྒྲ་ཡིས།      །  
དེགས་པ་ཅན་རྣམས་ཆར་གཅོད་ཅིང་།      བསྟན་པ་མ་  
ལུས་སྤང་བ་ཡི།      ཆོས་སྤྱོད་རྣམས་གིས་བསྤང་  
བར་ཞོག      བདག་ཅག་ལྟན་ཅིག་ཆོགས་པ་  
རྣམས།      ཁྱོའི་འབྲུག་ཐམས་ཅད་རབ་ཞི་ནས།      ཟབ་  
མེའི་གཏམ་ནི་སྒྲ་ཆོགས་གིས།      སེམས་ལ་ཕན་པ་  
ཉིད་དུ་ཞོག      བཀའ་དུ་འདུག་པའི་གནས་རྣམས་  
སུ།      འཇིགས་དང་ཉམ་ང་བྲལ་བ་དང་།      བྱིན་  
འཆོ་བ་མེད་པ་ཡི།      དགོན་གནས་རྣམས་དང་མི་

འབྲུལ་ཤོག། རྡོ་སྤྱང་རྩོལ་བ་མི་དགོས་ཤིང་། རྡོ་  
བོ་ཉིད་གྱི་ཆོས་ལ་དཀར། ཤམ་ཚུན་འཆེ་བ་མེད་པ་  
ཡི། སྐྱེ་བོ་རྣམས་གྱིས་བཀུར་བར་ཤོག། བདག་  
ཅག་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ། བྱམས་པ་རྒྱུན་ཆད་  
མེད་པ་དང་། ཁྱིམ་པ་གསེར་གྱི་རི་བོ་ལྟར། །  
གཉིས་མེད་འགྱུར་བ་མེད་པར་ཤོག། ཉོན་མེད་ས་་  
གསུམ་པོ་སྐྱེས་པའི་ཆོ། རྒྱུ་ལ་རལ་གྱི་བཏབ་པ་  
ལྟར། སེམས་གྱི་མདུད་པ་གྲོལ་ནས་ཀྱང་། འོད་  
གསལ་ངང་ལ་གནས་པར་ཤོག། རྡོ་མེད་སྤྲེང་མོ་  
བྱེད་པའི་ཆོ། འཁོར་བ་ཐོག་མཐའ་མེད་པ་རུ། །



གཏམ་གྱི་སྦྱར་བ་འདི་དག་ཀྱང་། ཆོས་གྱི་གཏམ་དུ་  
འགྱུར་བར་ཤོག། སྤང་བའི་ཡུལ་རྣམས་མཐོང་བའི་  
ཆེ། རང་དབང་མེད་པའི་བྱམས་པ་ཡིས། རང་  
བའི་སེམས་ནི་སྦྱེ་བ་དང་། སྦྱིང་ནས་མ་བཞིན་གོ་  
བར་ཤོག། མཛེས་ཤིང་བཀྲག་ལྡན་མཐོང་བའི་  
ཆེ། མི་གཙང་བྱམ་པར་གོ་བ་ཡིས། ཞེན་པའི་  
མཚན་མ་རབ་ལོག་ནས། ཆགས་པ་མེད་ལ་གནས་  
པར་ཤོག། རང་རྒྱལ་ཁེངས་ཤིང་དྲེགས་པ་ཡི། སྦྱེ་  
བོ་རྣམས་དང་འགྲོགས་པའི་ཆེ། རམན་པའི་མཚན་  
མ་རབ་སྤངས་ནས། བསྐྱེན་བཀྱར་བྱེད་ལ་གནས་

པར་ཤོག། །ཤེས་བྱའི་ཆོས་རྣམས་མ་ལུས་པས། །  
ལྷེས་རྒྱང་མེད་པར་ཆོས་ཀུན་ལ། །མོས་གུས་རྒྱ་ཆེན་  
བྱེད་པ་དང་། །གཉེན་པོ་བརྟེན་ལ་གནས་པར་  
ཤོག། །སྦྱབ་པ་བྱེད་པའི་འབྲས་བུ་དེས། །བདག་  
གཞན་གཉིས་ཀྱི་འདོད་པ་གྲུབ། །འཁོར་བ་མུ་མཐའ་  
མེད་པ་རུ། །སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་སྤྲིན་པར་ཤོག། །  
ཇེ་ཕག་བྱའི་གསུང་ཡིན་པར་གྲགས་སོ།།

༥ ། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཕུག་འཆལ་ལོ། །  
ཕུགས་ཇེ་འི་བདག་ཉིད་སྤྲེལ་པ་དང་། །དཀོན་མཆོག་

གསུམ་དང་ཡི་དམ་ལྟ།    །ལྟ་ཡི་དང་སྟོང་སྟོན་ལམ་  
ནམས།    །ལྟ་ག་པའི་སྟོན་ལམ་འགྲུབ་པར་ཤོག།    །  
མིར་གྱུར་ཡུལ་དབུས་སྐྱེ་བ་དང་།    །དབང་པོ་ཆོང་  
ཞིང་གནས་ལ་དད།    །དེ་བཞིན་ལས་མཐའ་མ་ལོག་  
པ།    །རང་འབྱོར་ལྟ་དང་ལྟན་པར་ཤོག།    །སངས་  
རྒྱལ་བྱོན་དང་དེས་ཆོས་གསུངས།    །བསྟན་གནས་  
བསྟན་ཕྱིར་འཇུག་པ་དང་།    །གཞན་ཕྱིར་ཏྲ་བ་ཏུ་སྦྱོང་  
ཅེ་བའི།    །གཞན་འབྱོར་ལྟ་དང་ལྟན་པར་ཤོག།    །  
དཔྱལ་བ་ཡི་དྲགས་དུད་འགོ་དང་།    །ཆོ་རིང་གྲ་གྲོ་  
ལོག་ལྟ་དང་།    །སངས་རྒྱལ་གྱིས་སྟོང་ལྟ་ག་པ་

སྟེ། མི་ཁོམ་བརྒྱད་ལས་ཐར་བར་ཤོག། དང་པ་  
དང་ནི་གཏོང་བ་དང་། བྲོས་དང་ཚུལ་བྲིམས་ཤེས་  
རབ་དང་། བྲེལ་ཡོད་ངོ་ཚ་ཤེས་པ་སྟེ། འཕགས་  
ནོར་བདུན་དང་ལྡན་པར་ཤོག། སྟེ་སྟོང་གསུམ་དང་  
རྒྱད་སྟེ་བཞི། འཆད་ཚུང་འདྲེས་པར་མི་མངའ་  
བའི་། བྲུགས་རྩེ་རྒྱན་ཆད་མེད་པ་ཡི། གླུ་མ་  
ནྟམས་དང་མཇལ་བར་ཤོག། དེས་གསུངས་སོ་ཐར་  
བྱང་སེམས་དང་། རིག་འཛིན་སྒྲགས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་  
ནྟམས། ཇི་ལྟར་ནོས་ཤིང་སྐྱུང་བ་དེ། གོང་ནས་  
གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག། གསལ་ལ་སྟོང་དབྱེར་མེད་

རྟོགས་པ་དང་། །སྒྲོང་སྒྲོང་བྱུང་དུ་འཇུག་པ་དང་། །  
བདེ་སྒྲོང་གྲུན་མེད་པ་ཡིས། །སྒྲིབ་གཉིས་བག་  
ཆགས་དག་པར་ཤོག། །འདོད་པ་ཁུང་ཞིང་ཆོག་ཤེས་  
དང་། །བྱུང་ཁུབ་སེམས་དང་ལྡན་པ་ཡིས། །ལོག་  
པའི་འཆོ་བ་ཀུན་སྤངས་ནས། །ཆོས་ཀྱི་འཆོ་བས་  
འཆོ་བར་ཤོག། །གང་ཞིག་དགྲ་བཙེམ་པ་མ་  
གསོད། །མཐུན་པའི་དག་འདུན་དབྱེན་བྱེད་ཅིང་། །  
དེ་བཞིན་གཤེགས་ལ་སྐྱུ་བྲག་འབྱེན། །མཆོམས་  
མེད་ལྡེ་ལས་ཐར་བར་ཤོག། །མཆོད་རྟོན་བཤེགས་དང་  
བྱུང་སེམས་གསོད། །དགྲ་བཙེམ་མ་ལ་སུན་འབྱེན་

པ། སྒྲོབ་པ་གསོད་དང་མཆོད་ལོར་རྒྱ། ཉེ་བ་ལྷ་  
ལས་ཐར་བར་ལོག། གསོད་རྒྱ་རྩུན་དང་འདོད་ལོག་  
སྒྲོད། ལྷ་མ་ཆེག་རྩུབ་དག་འབྱུང་སྒྲ། བརྟུ་  
སེམས་གཞོད་སེམས་ལོག་པར་ལྷ། མི་དག་བརྩ་  
ལས་ཐར་བར་ལོག། མཉམ་མེད་ཆ་བ་ར་བ་ཆ་  
དང་། རྩུ་འབོད་ཅན་དང་རྩུ་འབོད་ཆེ། བརྩུས་  
འཇོམས་ཐེག་ནག་ཡང་སེས་ཏེ། ཆ་དཔྱུལ་བརྒྱད་  
ལས་ཐར་བར་ལོག། རྩུ་བྱར་ཅན་དང་རྩུ་བྱར་  
རྩེལ། སོ་ཐམ་ཙ་རྩུ་གྱི་རྩུད་དང་། ལྷུང་ལ་པར་  
ལྷར་གས་ཤིང་། གྲང་དཔྱུལ་བརྒྱད་ལས་ཐར་བར་

ཤོག། ཉི་ཚེ་ཉེ་འཁོར་རོ་སྤྲུགས་འདམ། མི་གཙང་  
འདམ་དང་མེ་མ་སྤྱར། ཁྱུ་བོ་རབ་མེད་ཤལ་མ་  
རི། དེ་དག་གནས་ལས་ཐར་བར་ཤོག། བྱི་སྒྲིབ་  
ཅན་དང་ནང་སྒྲིབ་ཅན། ཟུང་སྒྲིབ་གཉིས་ཀའི་སྒྲིབ་  
པ་ཅན། མེ་ལྕེ་འཁོར་ལོ་ཅན་ལ་སོགས། ཡི་  
དྲགས་གནས་ལས་ཐར་བར་ཤོག། བྱིང་ལ་གནས་  
དང་ཁ་འཐོར་གནས། གྲེན་སྤྲུག་གཅིག་ལ་གཅིག་  
བ་དང་། གསོད་གཅོད་བཀོལ་བརྟུང་བྱེད་ལ་  
སོགས། དུད་འགྲོའི་གནས་ལས་ཐར་བར་ཤོག། །  
སྤྱུ་ལ་འཕོ་དང་སྤྱུང་བ་དང་། སྤྱུ་མ་ཡིན་ལ་འཐབ་



ཚེད་དང་། མི་ལ་སྐྱེ་གན་འཆི་སོགས། རྟུག་  
བསྐྱལ་གནས་ལས་ཐར་བར་ཤོག། འཇམ་དཔལ་  
དབྱངས་ཀྱི་མཁྱེན་རབ་དང་། རྟུན་རས་གཟིགས་  
ཀྱི་སྒྲིང་རྩེ་དང་། རྟུག་ན་རྩེ་རི་མཐུ་སྟོབས་  
ཀྱིས། བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག། ལྷ་རི་བུ་ཡི་  
ཤེས་རབ་དང་། མོ་ལུ་འགལ་གྱི་རྩ་འཕྱལ་དང་། །  
ཀུན་དགའ་བོ་ཡི་ཐོས་པ་ཡིས། བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེ་  
བར་ཤོག། ས་ར་རྟ་ཡི་རྟོགས་པ་དང་། རྟུ་རྟུ་བ་  
སྒྲིང་པོ་རི་མཁྱེན་པ་དང་། བོར་ལྷ་པ་ཡི་བྱིན་རྒྱ་བས་  
ཀྱིས། བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག། དཀོན་མཆོག་

གསུམ་གྱི་བདེན་པ་དང་། །སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་  
ཕྱིན་རྒྱབས་དང་། །ཆོག་གས་གཉིས་ཡོངས་ཇོག་གས་  
མངའ་ཐང་སྟེ། །ཆོས་ཉིད་བདེན་པས་འགྲུབ་པར་  
ཤོག། །སྤངས་རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་སངས་རྒྱས་  
དང་། །ལྷུང་དང་རྟོགས་པ་དམ་པའི་ཆོས། །ས་  
བརྩའི་བྱང་སེམས་དག་འདུན་ཏེ། །དཀོན་མཆོག་  
གསུམ་གྱི་བཀའ་ཤིས་ཤོག། །སྒོ་བ་དཔོན་གྱ་སྒྱུ་བ་གྱིས་མཛད་པའོ།།

༥ རྟོ རྟོ། །འཁོར་བ་འཁོར་ཆེ་སྐྱེ་གནས་ཐམས་ཅད་  
དུ། །ཆོས་ལ་བཟོད་པ་མ་ཐོབ་བར་དུ་ནི། །དན་སོང་

གསུམ་དུ་ནམ་ཡང་མི་སྐྱེ་ཞིང་། །མཐོ་རི་ས་མི་ཡི་  
ལུས་སུ་སྐྱེ་བར་ཤོག། །མཐོ་རི་ས་མི་ཡི་ལུས་སུ་  
སྐྱེས་ནས་ཀྱང་། །རྩིག་སྤྱོད་རྒྱལ་པོར་མ་སྐྱེ་དེ་ཡི་  
སྒོན་པོ་དང་། །དམག་དཔོན་ཞལ་ཆེ་གཙོད་པའི་  
ལུས་སུ་མ་སྐྱེ་ཤོག། །ཁེ་བྱེད་ཏིལ་བརྟུང་ཆང་འཆོང་  
ཀུན་པོ་དང་། །བྱན་དང་མོ་ཡི་ལུས་སུ་མ་སྐྱེ་ཤོག། །  
དག་སྤོང་རྣམས་ལ་དབང་བྱེད་བདག་པོ་དང་། །  
གནས་བརྟན་ལས་བྱེད་པ་དང་ནང་བྲིམས་པ། །དག་  
བསྐྱོས་གཙོད་སྤྱོད་བ་དང་དམ་བཞག་པ། །གང་  
ཟག་ལས་བྱེད་རྣམས་སུ་མ་སྐྱེ་ཤོག། །མཐའ་འཁོབ་

གྲུ་གྲུ་སྒྲུ་བོའི་ཡུལ་རྣམས་དང་། སྒྲེན་སྒྲུ་གའོན་ལོང་  
 སྒྲུ་གའོན་གའོན་ལོན་རྣམས་དང་། སྒྲུ་སྒྲེ་གསལ་ལོག་སྒྲུ་ཅན་  
 གྲུ་རིགས་རྣམས་དང་། རིགས་ངན་བཤམ་པའི་  
 ལུས་སྒྲུ་མ་སྒྲུ་ཤོག། སྒྲུ་ཆུ་བ་མ་ཐོབ་བར་དུ་རྒྱ་  
 བར་བདག། ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་རྒྱས་ཤིང་སྒྲུ་ན་མེད་  
 པ། རྒྱ་བར་པོ་ཆོང་ཞིང་རིགས་མཐོ་བཀྱར་བའི་  
 གནས། རྒྱ་ཆོས་སྒྲུ་དཔའི་ལུས་སྒྲུ་སྒྲུ་བར་  
 ཤོག། རྒྱ་ཆོས་སྒྲུ་དཔའི་ལུས་སྒྲུ་སྒྲུ་སྒྲུ་སྒྲུ་  
 གྲུ་དཔའི་། རྒྱ་ཆོས་སྒྲུ་དཔའི་ལུས་སྒྲུ་སྒྲུ་སྒྲུ་སྒྲུ་  
 གྲུ་དཔའི་། རྒྱ་ཆོས་སྒྲུ་དཔའི་ལུས་སྒྲུ་སྒྲུ་སྒྲུ་སྒྲུ་

མ་ཐག་ཏུ་ཆོས་དང་འཕྲད་པར་ཞོག།      གླེས་མ་ཐག་  
ཏུ་ཆོས་དང་ཕྲད་ནས་ཀྱང་།      བྲོས་བསམ་སྒྲོམ་  
གསུམ་རིག་པས་རྒྱད་སྦྱངས་ནས།      རྣམ་ཞེས་དུག་  
པོ་ཡུལ་ལ་མ་ཡེངས་པར།      ཏིང་འཛིན་ཅེ་གཅིག་  
སེམས་ལ་དབང་ཐོབ་ནས།      །ཁམས་གསུམ་སེམས་  
ཅན་མ་ལུས་ཐམས་ཅད་ཀྱི།      འོན་རྣམས་དཔག་མེད་  
བདག་གིས་འགྱུབ་པར་ཞོག།      །སྒོབ་དཔོན་གྱ་སྒྱུབ་ཀྱིས་མཛད་  
པའོ།      །འདི་བཟུང་ཆོ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ།      །མི་  
ལུས་རིན་ཆེན་ཐོབ་པ་དང་།      །གསང་སྤྲགས་རྩི་རྩི་  
ཐེག་པ་ཡི།      །སྒྲུ་མ་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་མཇུག་

བར་ཤོག། ཁོས་ཇེ་རྒྱ་རས་པའི་གསུང་ངོ་།།

༼སྦྱོད་འཇུག་སྦྱོན་ལམ་བཞུགས་སོ།༽

༥། བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་སྦྱོད་པ་ལ། འཇུག་པ་  
ནམ་པར་བརྩམས་པ་ཡི། དགོ་བ་གང་དེས་འགྲོ་བ་  
ཀུན། བྱང་ཆུབ་སྦྱོད་ལ་འཇུག་པར་ཤོག། བྱོགས་  
ནམས་ཀུན་ན་ལུས་དང་སེམས། རྒྱུག་བསྐྱེལ་ནད་  
པ་ཇི་སྟེད་པ། དེ་དག་བདག་གི་བསོད་ནམས་  
ཀྱིས། བདེ་དགའ་རྒྱ་མཆོ་ཐོབ་པར་ཤོག། དེ་དག་  
འཁོར་བ་ཇི་སྟེད་དུ། ནམ་ཡང་བདེ་ལས་ཉམས་མ་  
བྱུང་། འགྲོ་བས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡི། །

བདེ་བ་རྒྱུན་མི་འཆད་ཐོབ་ཤོག། འཛིག་རྟེན་ཁམས་  
ན་དཔྱུལ་བ་དག། བཀའ་དག་ཇི་སྟེང་ཡོད་པ་  
རྣམས། དེ་དག་ཏུ་ནི་ལུས་ཅན་རྣམས། བདེ་ཅན་  
བདེ་བས་དགའ་བར་ཤོག། བྲང་བས་ཉམ་ཐག་ཏྲོ་  
ཐོབ་ཤོག། བྲང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་སྤྱོན་ཆེན་  
ལས། བྲང་བའི་རྒྱ་བོ་མཐའ་ཡས་ཀྱིས། ཆ་བས་  
ཉམ་ཐག་བསིལ་བར་ཤོག། རལ་གྱི་ལོ་མའི་ནགས་  
ཆལ་ཡང་། དེ་ལ་དགའ་ཆལ་སྟུག་གུར་ཤོག། །  
ཤལ་མ་ལི་ཡི་སྡོང་པོ་ཡང་། དཔག་བསམ་ཤིང་དུ་  
འབྱུངས་པར་ཤོག། མཐིང་རིལ་དུར་པ་དག་དང་།



ངང་པ་དང་། །བཞད་སོགས་སྐད་སྒྲན་འབྱིན་པས་  
མཛེས་གྱུར་ཅིག །པརྒྱ་རྩི་བསྐྱུང་ཆེ་ལྡན་མཆོ་དག་  
གིས། །དབྱུལ་བའི་ས་ཕྱོགས་དག་ནི་ཉམས་དགར་  
ཤོག །སོལ་ཕུང་དེ་ཡང་རིན་ཆེན་ཕུང་པོར་གྱུར། །  
ས་བསྐྱེགས་ཤེལ་གྱི་ས་གཞི་བསྐྱར་བར་ཤོག །  
བསྐྱུས་འཛེམས་རི་བོ་རྣམས་ཀྱང་མཆོད་པ་ཡི། །  
གཞལ་མེད་ཁང་གྱུར་བདེ་གཤེགས་གང་བར་  
ཤོག །མདག་མཛེས་ཤིག་མཆོན་གྱི་ཆར་པ་དག །  
དེང་ནས་བཟུང་སྟེ་མེ་ཏྲིག་ཆར་པར་གྱུར། །ཕན་ཚུན་  
མཆོན་གྱིས་འདེབས་པ་དེ་ཡང་ནི། །དེང་ནས་ཅེ་

ཕྱིར་མེ་ཏྲིག་འཕེན་པར་ཤོག། ཁྱུ་བོར་བ་མེད་མེ་དོང་  
འང་ནང་བྱིང་བ་དག། །ཤ་ཀུན་ཞིག་གྱུར་རུས་གོང་མེ་  
ཏྲིག་ཀུན་དཔེ་མ་དོག། བདག་གི་དག་བའི་སྟོབས་  
གྱིས་ལྟ་ཡི་ལུས་ཐོབ་ནས། ལྟ་མོ་རྣམས་དང་ལྟན་  
ཅིག་དལ་གྱིས་འབབ་གནས་ཤོག། ཅི་ཕྱིར་འདིར་ནི་  
ག་ཤིན་རྗེའི་མི་དང་ཁྱ་དང་བྱ་རྒྱུད་མི་བབ་རྣམས་  
སྐྱུ་ག་བྱིང་། ཀུན་ནས་ལྟན་བསལ་བདེ་དགའ་སྐྱེད་  
པའི་མཐུ་བབ་འདི་གོ་སྟེ་ཡི་མཐུ་སྒྲུལ་སྟེ། བྱེན་དུ་  
བལྟས་ན་ནམ་མཁའི་དགྱིལ་ན་ཕྱག་ན་རྗེ་རྗེའབར་བ་  
བཞུགས་མཐོང་ནས། རབ་དུ་དགའ་བའི་ཤུགས་

གྱིས་སྒྲིག་དང་བྲལ་ནས་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་འགྲོགས་  
པར་ཤོག། མེ་ཏོག་ཆར་པ་སྒྲིམ་ཆུ་དང་འདྲེས་  
བབས་པ་ཡིས། དཔྱལ་བའི་མེ་མདག་ཆེལ་ཆེལ་  
གསོད་པ་མཐོང་གུར་ནས། ཁྲོ་བུར་བདེ་བས་ཆོམ་  
པ་འདི་ཅི་བསམ་པ་དང་། སེམས་དཔྱལ་རྣམས་  
གྱིས་སྒྲིག་ན་པརྫོ་མཐོང་བར་ཤོག། བྲོགས་དག་  
འཛིགས་པ་བོར་ལ་རིངས་པར་ཆུར་ཤོག་འུ་བུའི་ཐད་  
དུ་ནི། གང་གི་མཐུ་ཡིས་སྒྲིག་བསྐྱལ་ཐམས་ཅད་  
དང་བྲལ་དགའ་བའི་ཤུགས་སྒྲིན་ལ། འགྲོ་བ་ཀུན་  
ནས་ཡོངས་སྒྲོབ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དང་བཅུ་བ་སྒྲིམ་

གུར་པ། །གཞིན་ལུ་བུར་ཡུད་ཅན་འབར་འཇིགས་པ་  
མེད་པར་བྱེད་པ་སུ་ཞིག་ཕྱིན། །ཁྱོད་ཀྱིས་ལྷ་བརྒྱའི་  
ཅོད་པན་དག་གིས་ཞབས་ཀྱི་པརྫོ་ལ་མཆོད་ཅིང་། །  
བྱགས་རྗེས་བརྒྱན་སྦྱོན་དབུ་ལ་མེ་ཏྲ་ག་དུ་མའི་  
ཆོགས་ཀྱི་ཆར་བབས་པ། །ཁང་བརྩེགས་ཡིད་འོང་  
ལྷ་མོ་སྟོང་ཕྱག་བསྟོང་དབྱངས་སྒྲོགས་ལྡན་འདི་སྟོས་  
ཞེས། །འཇམ་དབྱངས་དེ་འདྲ་མཐོང་ནས་དཀི་  
སེམས་དཔྱུལ་ཅ་ཅོ་འདོན་པར་ཞོག །དེ་ལྟར་བདག་  
གི་དགོ་རྩས་ཀུན་ཏུ་བབང་ལ་སོགས། །བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་སྒྲིབ་པ་མེད་སྒྲིན་བདེ་བ་དང་། །

བསེལ་ཞིང་དྲི་ཞིམ་ངད་ལྡན་ཆར་པ་འབེབས་མཐོང་  
ནས། ། །སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་དེ་དག་མངོན་པར་  
དགའ་གྱུར་ཅིག ། །དུད་འགྲོ་རྣམས་ནི་གཅིག་ལ་  
གཅིག ། །བའི་འཇིགས་དང་བྲལ་བར་ཤོག ། །སྒྲི་  
མི་སྟན་པའི་མི་བཞིན་དུ། ། །ཡི་དྲགས་རྣམས་ནི་བདེ་  
བར་གྱུར། ། །འཕགས་པ་སྟུན་རས་གཟིགས་དབང་  
གི། ། །ཕྱག་ནས་འབབ་པའི་འོ་རྒྱན་གྱིས། ། །ཡི་དྲགས་  
རྣམས་ནི་ཆོམ་བྱས་ཤིང་། ། །བྱས་བྱས་རྟག་ཏུ་བསེལ་  
བར་ཤོག ། །འོང་བ་རྣམས་ཀྱིས་གཟུགས་མཐོང་  
ཞིང་། ། །འོན་པས་རྟག་ཏུ་སྒྲི་བྲོས་ཤོག ། །སྟོ་མོ་སྟོ་

འཕུལ་ཇི་བཞིན་དུ། སྒྲུམ་མའང་གཞོད་མེད་བཙའ་  
བར་ཤོག། གཤམ་བུ་རྣམས་ཀྱིས་གོས་དག་དང་། །  
བགྲས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བས་དང་ནི། སྒྲོམ་པ་རྣམས་  
ཀྱིས་ཆུ་དག་དང་། བཏུང་བཞིམ་པོ་ཐོབ་པར་  
ཤོག། བགྲས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཞོར་ཐོབ་ཤོག། བྱ་  
ངན་ཉམ་ཐག་དག་འཕྲོབ་ཤོག། ཡི་ཆད་རྣམས་ཀྱང་  
ཡིད་སེས་ཤིང་། བརྟན་པ་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་པར་  
ཤོག། སེམས་ཅན་ནད་པ་ཇི་སྟེད་པ། བྱུར་དུ་ནད་  
ལས་ཐར་བྱུར་ཅིག། འགྲོ་བའི་ནད་ནི་མ་ལུས་པ། །  
རྟག་ཏུ་འབྱུང་བ་མེད་པར་ཤོག། གླག་པ་རྣམས་ནི་

འཇིགས་མེད་ཤོག། བཅིངས་པ་རྣམས་ནི་གོལ་བར་  
གྱུར། མཐུ་མེད་རྣམས་ནི་མཐུ་ལྡན་ཞིང་། སེམས་  
ནི་ཕན་ཚུན་མཉེན་གྱུར་ཅིག། མཐོན་པོ་དག་ནི་  
ཐམས་ཅད་ལ། རྟོགས་རྣམས་ཐམས་ཅད་བདེ་བར་  
ཤོག། གང་གི་དོན་དུ་འགྲོ་བྱེད་པ། དེ་འབད་མི་  
དགོས་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག། གྲུ་དང་གྲུ་ཆེན་ཞུགས་པ་  
རྣམས། ཡིད་ལ་བསམ་པ་འགྲུབ་གྱུར་ཏེ། ཁུ་ཡི་  
དོགས་སུ་བདེར་སྤྱོན་ནས། གཉེན་དང་ལྷན་ཅིག་  
དགའ་བར་ཤོག། ཟུ་ངན་ལམ་གོལ་འབྲུམས་པ་  
རྣམས། མཐོན་པོ་དག་དང་ཕྲད་གྱུར་ནས། ཆོམ་



ཀུན་སྟུག་སོགས་འཛིགས་མེད་པར། མི་ངལ་བདེ་  
སྒྲག་འདོང་བར་ཤོག། དགོན་སོགས་ལམ་མེད་ཉམ་  
ང་བར། བྱིས་པ་རྒན་པོ་མགོན་མེད་པ། ཁགྱིད་  
ལོག་སྟོས་ཤིང་རབ་སྟོས་རྣམས། ལྷ་དག་སྤྱང་བ་  
བྱེད་པར་ཤོག། མི་ངལ་ཀུན་ལས་ཐར་བ་དང་། །  
དད་དང་ཤེས་རབ་བརྩེར་ལྡན་ཞིང་། ཟས་དང་སྦྱོད་  
པ་ཕུན་ཆོགས་ནས། ཏྲག་ཏུ་ཆེ་རབས་དྲན་གྱུར་  
ཅིག། ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའ་མཛོད་བཞིན་དུ། །  
ལོངས་སྦྱོད་ཆད་པ་མེད་པར་ཤོག། རྩོད་པ་མེད་ཅིང་  
འཆེ་མེད་པར། རང་དབང་དུ་ནི་སྦྱོད་པར་ཤོག། །

སེམས་ཅན་གཟི་བརླིང་རྒྱུ་ཡང་། རིང་ལ་གཟི་  
བརླིང་ཆེན་པོར་ཤོག། དཀའ་ཕྱབ་ཅན་གང་གཟུགས་  
ངན་པ། གཟུགས་བབ་ཕུན་སྲུང་ཆོག་གས་གྱུར་  
ཅིག། འཛིག་རྟོན་བྱད་མེད་ཇི་སྟེད་པ། རིང་ལ་  
སྟེས་པ་ཉིད་གྱུར་ཅིག། ཁ་རབས་རྣམས་ནི་མཐོ་ཐོབ་  
ཅིང་། ད་རྒྱལ་དག་ཀྱང་བཅོམ་པར་ཤོག། བདག་  
གི་བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་མ་ལུས་པ། སྟོག་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ནས་  
ནི། རྟོག་ཏུ་དག་བ་བྱེད་པར་ཤོག། བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དང་མི་འབྲལ་ཞིང་། བྱང་ཆུབ་སྟོན་ལ་

གཞིལ་བ་དང་། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་  
བབུང་ཞིང་། །བདུད་ཀྱི་ལས་རྣམས་སྤོང་བར་  
ཤོག། །སེམས་ཅན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི། །ཆོ་ཡང་  
དཔག་མེད་རིང་བར་ཤོག། །ཏྲ་ཏུ་བདེ་བར་འཆོ་  
འགྱུར་ཞིང་། །འཆི་བའི་སྒྲ་ཡང་གྲགས་མ་གྱུར། །  
དཔག་བསམ་ཤིང་གི་སྤྱེད་མོས་ཆེལ། །སངས་རྒྱས་  
དང་ནི་སངས་རྒྱས་སྤྲུལ། །ཆོས་སྟོན་སྤྱོད་པ་པས་  
གང་བ་ཡིས། །སྤྱོད་པ་རྣམས་ཐམས་ཅད་གང་བར་  
ཤོག། །ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་ས་གཞི་དག། །གསེག་མ་  
ལ་སོགས་མེད་པ་དང་། །ལག་མཐེལ་ལྟར་མཉམ་

བེད་རྒྱའི།                    རང་བཞིན་འཇམ་པོར་གནས་གུར་  
ཅིག   འཁོར་གྱི་དགྱིལ་འཁོར་ཡོད་དགུར་ཡང་།   །  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མང་པོ་དག                    རང་གི་  
ལེགས་པས་ས་སྤེད་དག   བརྒྱན་པར་མཛོད་པས་  
བཞུགས་གུར་ཅིག   ལུས་ཅན་ཀུན་གྱིས་བྱ་དང་  
ནི།   འཁོར་དང་འོད་ཟེར་ཐམས་ཅད་དང་།   རྣམ་  
མཁའ་ལས་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ།   རྒྱུན་མི་འཆད་པར་  
ཐོས་པར་ཞོག   རྟེན་གཉིས་ཏུ་སངས་རྒྱས་དང་།   །  
སངས་རྒྱས་སྤྲས་དང་སྤྲད་གུར་ཅིག   མཆོད་པའི་  
སྤྲིན་ནི་མཐའ་ཡས་པས།   འགྲོ་བའི་སྤྲ་མ་མཆོད་

པར་ཤོག། །ལྷ་ཡང་དུས་སུ་ཆར་འབེབས་ཤིང་། །  
ལོ་རྟོག་ཕུན་སུམ་ཆོག་ས་པར་ཤོག། །རྒྱལ་པོ་ཆོས་  
བཞིན་བྱེད་གྱུར་ཅིག། །འཛིག་རྟོན་དག་གྲང་དར་བར་  
ཤོག། །སྤོང་རྣམས་མཐུ་དང་ལྡན་པ་དང་། །གསང་  
སྤྲུག་ས་བཟུང་བཟོད་འགྲུབ་པར་ཤོག། །མཁའ་འགྲོ་  
སྤོང་པོ་ལ་སོགས་པ། །སྤྲིང་རྗེའི་སེམས་དང་ལྡན་  
གྱུར་ཅིག། །སེམས་ཅན་འགའ་ཡང་སྤྲུག་མ་གྱུར། །  
སྤྲིག་པར་མ་གྱུར་ན་མ་གྱུར། །འཛིག་ས་དང་བརྟན་  
པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། །འགའ་ཡང་ཡིད་མི་བདེ་མ་  
གྱུར། །གཙུག་ལག་ཁང་རྣམས་གྲོག་པ་དང་། །ཁ་

ཏོན་གྱིས་རྒྱས་ལེགས་གནས་ཤོག། ཁྱིམ་ཏུ་དགོ་  
འདུན་མཐུན་པ་དང་། དགོ་འདུན་དོན་ཡང་འགྲུབ་  
པར་ཤོག། བསྐྱབ་པ་འདོད་པའི་དགོ་སྤྲོད་དག།  
དཔེན་པ་དག་ཀྱང་ཐོབ་པར་ཤོག། གཡེང་བ་ཐམས་  
ཅད་སྤངས་ནས་ནི། སེམས་ནི་ལས་རུང་སྒོམ་གྱིར་  
ཅིག། དགོ་སྤྲོད་མ་རྣམས་རྗེད་ལྡན་ཞིང་། འཐབ་  
དང་གཞོད་པ་སྤྲོད་བར་ཤོག། དེ་བཞིན་རབ་ཏུ་བྱུང་  
བ་ཀྱི། རྩེ་ལ་བྲིམས་ཉམས་པ་མེད་གྱིར་ཅིག།  
རྩེ་ལ་བྲིམས་འཆལ་བས་ཡིད་བྱུང་ནས། ཁྱིམ་ཏུ་  
སྤྲིག་པ་བྱེད་ཤོག། བདེ་འགོ་དག་ཀྱང་ཐོབ་གྱིར་

ནས། རྟེན་ཡང་བརྟུལ་ཞུགས་མི་ཉམས་ཤོག །  
མཁས་པ་རྣམས་ནི་བཀུར་བ་དང་། བསོད་སྦྱོམས་  
དག་ཀྱང་རྟེན་པར་ཤོག རྒྱུད་ནི་ཡོངས་སུ་དག་པ་  
དང་། རྟོགས་རྣམས་ཀུན་ཏུ་གྲགས་པར་ཤོག །  
ངན་སོང་སྐྱག་བསྐྱལ་མི་སྦྱོང་ཞིང་། དཀའ་བ་སྦྱོང་  
པ་མེད་པར་ཡང་། ལྷ་བས་ལྷག་པའི་ལུས་ཀྱིས་  
ནི། རྟེན་དག་སངས་རྒྱས་སྐུར་འགྲུབ་ཤོག །  
སེམས་ཅན་ཀུན་གྱིས་ལན་མང་དུ། སངས་རྒྱས་  
ཐམས་ཅད་མཆོད་བྱེད་ཅིང་། སངས་རྒྱས་བདེ་བ་  
བསམ་ཡས་གྱིས། རྟོག་ཏུ་བདེ་དང་ལྷན་གྱུར་



ཅིག །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་གྱིས་ནི། །  
འགྲོ་དོན་ཐུགས་ལ་དགོངས་འགྲུབ་ཤོག །མགོན་པོ་  
ཡིས་ནི་གང་དགོངས་པ། །སེམས་ཅན་རྣམས་  
ལའང་དེ་འབྱོར་ཤོག །དེ་བཞིན་རང་སངས་རྒྱས་  
རྣམས་དང་། །ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱང་བདེ་གྱུར་ཅིག །  
བདག་ཀྱང་འཇམ་དབྱངས་བཀའ་ངིན་གྱིས། །ས་  
རབ་དགའ་བ་ཐོབ་བར་དུ། །ཏྲི་ཏུ་ཆེ་རབས་དྲན་  
པ་དང་། །རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཐོབ་པར་ཤོག །བདག་ནི་  
ཁ་བཟས་གྱི་ནས་ཀྱང་། །ཉམས་དང་ལྷན་ཞིང་འཆོ་  
བར་ཤོག །ཆེ་རབས་ཀུན་ཏུ་དབེན་གནས་པ། །

ཕུན་སུམ་ལྡན་པ་ཐོབ་པར་ཤོག། །གང་ཆེ་བ་ལྟ་བུར་  
འདོད་པའམ། །ཅུང་ཟད་ངྷི་བར་འདོད་ན་ཡང་། །  
མགོན་པོ་འཇམ་དབྱངས་དེ་ཉིད་ནི། །གོགས་མེད་  
པར་ཡང་མཐོང་བར་ཤོག། །ཕྱོགས་བརྒྱ་ནམ་མཁའི་  
མཐས་གཏུགས་པར། །སེམས་ཅན་ཀུན་དོན་བསྐྱབ་  
བྱའི་ཕྱིར། །ཇི་ལྟར་འཇམ་དབྱངས་སྟོད་མཛད་པ། །  
བདག་གི་སྟོད་པའང་དེ་འདྲར་ཤོག། །ཇི་སྟོད་ནམ་  
མཁའ་གནས་པ་དང་། །འགྲོ་བ་ཇི་སྟོད་གནས་གྱུར་  
པ། །དེ་སྟོད་བདག་ནི་གནས་གྱུར་ནས། །འགྲོ་བའི་  
སྐྱག་བསྐྱལ་སེལ་བར་ཤོག། །འགྲོ་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་

གང་ཅིའང་རུང་།                      །དེ་ཀུན་བདག་ལ་སྒྲིན་གྱུར་  
ཅིག    །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དགོ་འདུན་གྱིས།    །  
འགོ་བ་བདེ་ལ་སྤྱོད་པར་ཤོག                      །འགོ་བའི་སྤྱག་  
བསྐལ་སྒྲིན་གཅིག་ལྟ།                      །བདེ་བ་བམས་ཅད་འབྱུང་  
བའི་གནས།    །བསྐྱོན་པ་རྩེད་དང་བཀྱར་སྤྱི་དང་།    །  
བཅས་ཏེ་ཡུན་རིང་གནས་གྱུར་ཅིག                      །གང་གི་དྲིན་  
གྱིས་དགོ་སྤྱོད་འབྱུང་།                      །འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་སྤྱག་  
འཆ་ལ་ལོ།                      །གང་གི་དྲིན་གྱིས་བདག་དར་བ།    །  
དགོ་བའི་བཤེས་ལའང་བདག་སྤྱག་འཆ་ལ།                      །ཧྲི  
བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ།                      །མ་སྤྱེས་པ་

ནམས་སྐྱེ་བྱུང་ཅིག      སྐྱེས་པ་ཉམས་པ་མེད་པ་  
ཡང་།    གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག    ཅིས་བྱང་  
རྩལ་སེམས་དཔའི་སྦྱོང་པ་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲོན་ལམ་སྒྲོབ་དཔོན་ལྷན་གྱི་དེ་བས་མཛད་པ་

༼ངེས་དོན་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་སྒྲོན་ལམ་བཞུགས༽

༥ ར་མོ་གུ་རུ། སྒྲ་མ་རྣམ་དང་ཡི་དམ་དགྱིལ་  
འཁོར་ལྟ། རྩོགས་བརྩུ་དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་  
དང་བཅས། །བདག་ལ་བརྩེར་དགོངས་བདག་གི་  
སྒྲོན་ལམ་རྣམས། ཇི་བཞིན་འགྲུབ་པའི་མཐུན་  
འགྲུར་བྱིན་རྩོབས་མཛོད། །བདག་དང་མཐའ་ཡས་

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི།      །བསམ་སྒྲུབ་རྣམ་དག་  
གངས་རི་ལས་སྐྱེས་པའི།      །འཁོར་གསུམ་ཆོག་མེད་  
དག་ཆོགས་ཀྱ་རྒྱུན་རྣམས།      །ཁྱེལ་བ་སྐྱ་བཞིའི་ཁྱ་  
མཆོར་འདུག་གྱུར་ཅིག།      །ཇི་སྲིད་དེ་མ་ཐོབ་པ་དེ་སྲིད་  
དུ།      །སྐྱེ་དང་སྐྱེ་བ་ཆེ་རབས་ཀུན་ཏུ་ཡང་།      །སྲིག་  
དང་སྐྱ་ག་བསྐྱེལ་སྐྱ་ཡང་མི་གྲགས་ཤིང་།      །བདེ་  
དག་ཁྱ་མཆོའི་དཔལ་ལ་སྐྱེད་པར་ཤོག།      །དལ་  
འབྱོར་མཆོག་ཐོབ་དད་བརྩོན་ཤེས་རབ་ལྡན།      །  
བཤེས་གཉེན་བཟང་བསྟེན་གངས་ས་པའི་བརྒྱུད་ཐོབ་  
ནས།      །ཁྱེལ་བཞིན་སྐྱབ་ལ་བར་ཆད་མ་མཆིས་

པར། །ཆེ་རབས་ཀུན་ཏུ་དམ་ཆེས་སྤྱོད་པར་ཤོག། །  
ལུང་རིག་ཐོས་པས་མི་ཤེས་སྤྱིན་ལས་གྲོལ། །མན་  
ངག་བསམ་པས་ཐེ་ཆོམ་སྤྱན་ནག་བཙོམ། །སྒོམ་  
བྱང་འོད་གྱིས་གནས་ལུགས་ཇི་བཞིན་གསལ། །  
ཤེས་རབ་གསུམ་གྱི་སྒྲུང་བ་རྒྱས་པར་ཤོག། །ཏྲག་  
ཆད་མཐའ་བྲལ་བདེན་གཉིས་གཞི་ཡི་དོན། །སྒྲོ་  
སྒྲུང་མཐའ་བྲལ་ཆོགས་གཉིས་ལམ་མཆོག་གིས། །  
སྤྱོད་ཞིའི་མཐའ་བྲལ་དོན་གཉིས་འབྲས་ཐོབ་པའི། །  
གོལ་འཁུགས་མེད་པའི་ཆེས་དང་འཕྲད་པར་ཤོག། །  
སྤྱང་གཞི་སེམས་ཉིད་གསལ་སྤྱོད་བྱང་འཇུག་ལ། །

སྒྲོང་བྲེད་ཕྱག་ཆེན་རྡོ་རྗེ་རྣལ་འབྱོར་ཆེས།      །སྒྲོང་བྲེ་  
གྲོ་བུར་འབྲུལ་པའི་དྲི་མ་རྣམས།      །སྒྲོངས་འབྲས་དྲི་  
བྲལ་ཆེས་སྐྱ་མངོན་གྱུར་ཤོག།      །གཞི་ལ་སྒྲོ་འདྲེགས་  
ཆོད་པ་ལྟ་བའི་གདེང་།      །དེ་ལ་མ་ཡངས་སྒྲོང་བ་  
སྒྲོམ་པའི་གནད།      །སྒྲོམ་དོན་ཀུན་ལ་རྩལ་སྒྲོང་སྒྲོང་  
པའི་མཆོག།      །ལྟ་སྒྲོམ་སྒྲོང་པའི་གདེང་དང་ལྡན་པར་  
ཤོག།      །ཆེས་རྣམས་ཐམས་ཅད་སེམས་ཀྱི་རྣམ་  
འཕྲུལ་ཏེ།      །སེམས་ནི་སེམས་མེད་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་  
སྒྲོང་།      །སྒྲོང་ཞིང་མ་འགགས་ཅིར་ཡང་སྒྲོང་བ་  
སྒྲོ།      །འེགས་པར་བརྟགས་ནས་གཞི་རྩ་ཆོད་པར་



འོག་                    །ཡོད་མ་སྟོང་བའི་རང་སྒྲུང་ཡུལ་དུ་  
འབྱུལ་།                །མ་རིག་དབང་གིས་རང་རིག་བདག་ཏུ་  
འབྱུལ་།                །གཉིས་འཛིན་དབང་གིས་སྤྱིད་པའི་སྟོང་དུ་  
འབྱུལ་ས།            །མ་རིག་འབྱུལ་པའི་རྩད་བདར་ཆོད་པར་  
འོག་                    །ཡོད་པ་མ་ཡིན་རྒྱལ་བས་ཀྱང་མ་  
གཟིགས།                །མེད་པ་མ་ཡིན་འཁོར་འདས་ཀྱན་གྱི་  
གཞི།                    །འགལ་འདུ་མ་ཡིན་བྱང་འཇུག་དབུ་མའི་  
ལམ།                    །མཐའ་བྲལ་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་རྟོགས་པར་  
འོག་                    །འདི་ཡིན་ཞེས་པ་གང་གིས་མཆོན་པ་མེད།    །  
འདི་མིན་ཞེས་བྱ་གང་གིས་བཀག་པ་མེད།    །སྟོལ་ས་

འདས་པའི་ཆོས་ཉིད་འདུས་མ་བྱས།      །ཡང་དག་  
དོན་གྱི་མཐའ་ནི་ངེས་པར་ཤོག།      །འདི་ཉིད་མ་རྟོགས་  
འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོར་འཁོར།      །འདི་ཉིད་རྟོགས་ན་  
སངས་རྒྱས་གཞན་ན་མེད།      །ཐམས་ཅད་འདི་ཡིན་  
འདི་མིན་གང་ཡང་མེད།      །ཆོས་ཉིད་ཀུན་གཞིའི་  
མཚང་ནི་རིག་པར་ཤོག།      །སྒྲུང་ཡང་སེམས་ལ་སྒྲུང་  
ཡང་སེམས་ཡིན་ཏེ།      །རྟོགས་ཀྱང་སེམས་ལ་  
འབྲུལ་ཡང་རང་གི་སེམས།      །སྒྲེས་ཀྱང་སེམས་ལ་  
འགགས་ཀྱང་སེམས་ཡིན་པས།      །སྒྲོ་འདོགས་  
ཐམས་ཅད་སེམས་ལ་ཆོད་པར་ཤོག།      །སྒྲོས་བྱས་

ཕྱོལ་བའི་སྒོམ་གྱིས་མ་བསྒྲུབ་ཅིང་། །ཐ་མལ་འདྲ་  
འཛིན་རྒྱུད་གིས་མ་བསྐྱེད་པར། །མ་བཅོས་གཉུག་  
མ་རང་བབ་འཛོག་ཤེས་པའི། །སེམས་དོན་ཉམས་  
ལེན་མཁས་ཤིང་སྐྱེད་བར་ཤོག །ཕྱ་རགས་རྟོག་  
པའི་བླ་བས་རང་སར་ཞི། །གཡེ་མེད་སེམས་ཀྱི་ཁུ་  
བོ་ངང་གིས་གནས། །བྱིངས་སྤྲུགས་རྟོག་པའི་བྲི་མ་  
དང་བྲལ་བའི། །ཞི་གནས་རྒྱུ་མཆོ་མི་གཡེ་བརྟན་  
པར་ཤོག །བཏྲུར་མེད་སེམས་ལ་ཡང་ཡང་བཏྲུས་  
པའི་ཆོ། །མཐོང་མེད་དོན་ནི་ཇི་བཞིན་ལྷག་གེར་  
མཐོང་། །ཡིན་མིན་དོན་ལ་ཐེ་ཆོམ་ཆོད་པ་ཉིད། །

འབྲུལ་མེད་རང་ངོ་རང་གིས་ཤེས་པར་ཤོག། །ཡུལ་  
ལ་བལྟས་པས་ཡུལ་མེད་སེམས་སུ་མཐོང་། །  
སེམས་ལ་བལྟས་པས་སེམས་མེད་ངོ་བོ་སྟོང་། །  
གཉིས་ལ་བལྟས་པས་གཉིས་འཛིན་རང་སར་  
གྲོལ། ། །འོད་གསལ་སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་  
ཏོགས་པར་ཤོག། །ཡིད་བྱེད་བྲལ་བ་འདི་ནི་ཕྱག་རྒྱ་  
ཆེ། །མཐའ་དང་བྲལ་བ་དབྱུ་མ་ཆེན་པོ་ཡིན། །འདི་  
ནི་ཀུན་འདུས་ཚྲོགས་ཆེན་ཞེས་གྲང་བྱ། །གཟིག་  
ཤེས་ཀུན་དོན་ཏོགས་པའི་གདེང་ཐོབ་ཤོག། །ཞེན་པ་  
མེད་པའི་བདེ་ཆེན་རྒྱུན་ཆད་མེད། ། །མཚན་འཛིན་

མེད་པའི་འོད་གསལ་སྒྲིབ་གཡོགས་བྲལ། ཁྲོ་  
ལས་འདས་པའི་མི་རྟོག་ལྷན་གྱིས་གྲུབ། ཁྲོ་ལ་མེད་  
ཉམས་སྤོང་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་ཤོག། བབང་ཞེན་  
ཉམས་གྱི་འཛིན་པ་རང་སར་གྲོལ། ངན་རྟོག་འབྲུལ་  
པ་རང་བཞིན་དབྱིངས་སུ་དག། བཟལ་ལ་ཤེས་པ་སྤང་  
སྤང་བྲལ་ཐོབ་མེད། ཁྲོས་བྲལ་ཆོས་ཉིད་བདེན་པ་  
རྟོགས་པར་ཤོག། འགྲོ་བའི་རང་བཞིན་རྟོག་ཏུ་  
སངས་རྒྱས་ཀྱང་། མ་རྟོགས་དབང་གིས་མཐའ་  
མེད་འཁོར་བར་འབྲུམས། སྤྲུག་བསྐྲུལ་སུ་མཐའ་  
མེད་པའི་སེམས་ཅན་ལ། བབང་མེད་སྤྲིང་རྗེ་རྒྱད་ལ་

སྐྱེ་བར་ཤོག།      །བཟོད་མེད་སྒྲིང་རྗེའི་རྩལ་ཡང་མ་  
འགགས་པའི།      །བཙེ་དུས་ངོ་བོ་སྒྲོང་དོན་རྗེན་པར་  
ཤར།      །བྱང་འཇུག་གོལ་ས་བྲལ་བའི་ལམ་མཆོག་  
འདི།      །འབྲལ་མེད་ཉིན་མཆོན་ཀུན་ཏུ་བསྐྱེམ་པར་  
ཤོག།      །སྐྱོམ་སྒྲོབས་ལས་བྱུང་སྤྱོད་དང་མངོན་ཤེས་  
དང་།      །སེམས་ཅན་སྒྲིན་བྱས་སངས་རྒྱས་ཞིང་རབ་  
སྤངས།      །སངས་རྒྱས་ཆོས་རྣམས་འགྲུབ་པའི་སྒྲིན་  
ལམ་རྩོགས།      །རྩོགས་སྒྲིན་སྤངས་གསུམ་མཐར་  
སྤྱོན་སངས་རྒྱས་ཤོག།      །སྤྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྤྲུམ་  
བཅས་བྱུགས་རྗེ་དང་།      །རྣམ་དཀར་དགོ་བའི་སྒྲིང་

ཡོད་པའི་མཐུས།      །དེ་ལྟར་བདག་དང་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི།      །སྒོན་ལམ་རྣམ་དག་ཇི་བཞིན་འགྲུབ་  
གྱུར་ཅིག།      །ཇི་ཀླུ་པ་རང་བྱུང་ནི་ཇིས་མཛད་པའོ།།

༼རྒྱ་རྩེ་ཆོས་རྒྱལ་གི་སྒོན་ལམ་བཞུགས་སོ།༽

༥།      འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་ཤེས་ནས་ཐར་འདོད་  
ཀྱིས།      །བྱང་ཆུབ་རྒྱ་ལ་འབད་པས་བརྩོན་པ་ལ།      །  
རྟག་ཏུ་བར་ཆད་མེད་ཅིང་འགྲུས་པ་ཡིས།      །བསམ་  
པའི་དོན་ཀུན་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག་ག།      །རྩལ་ཆོན་  
ལུས་དང་སྤྱོད་ག་བྱང་སེམས་ཀྱི།      །དཀྱིལ་འཁོར་  
བཞིན་བཞུགས་ལུས་དག་ཡིད་རྣམ་ཤེས།      །བུམ་



གསང་ཤེས་རབ་བཞི་པས་ལེགས་བསྐྱབས་ནས། །  
སྐྱབ་བཞི་མངོན་གྱུར་དམ་ཆེག་སྦྱོང་བར་ཤོག། །རང་  
ལུས་རྩེ་རྩེ་ཕག་མེའི་ལུས་དབུས་ན། །ཅུ་གསུམ་  
འཁོར་ལོ་བཞིའི་ནང་ལས་ཀྱི་སྤྱང་། །འཕྲོ་མེད་  
བཅིངས་པས་འབར་འཛག་ཉམས་ལེན་གྱིས། །  
མཆོག་གི་གཏུམ་མོ་འབར་བར་གྱུར་ཅིག་གྱ། །སྤྱང་  
སྤྱིད་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་མཐོང་བའི་མཐུས། །འཛིག་རྩེན་  
ཆེས་བརྒྱད་མགོ་བོ་སྟོམས་གྱུར་ཏེ། །ཕུང་ཁམས་སྦྱེ་  
མཆེད་དག་པའི་ལྟར་གསལ་བས། །ཉིན་མཆོན་  
བར་དོར་ལམ་དུ་ལོང་བར་ཤོག། །ཆེས་རྣམས་ཀུན་

གྱི་གནས་ལུགས་འོད་གསལ་མ།      །ཕྱག་རྒྱ་ཆེ་ལ་  
སྟོམས་ཞུགས་གོམས་ལུགས་བུས།      །མངོན་གྱུར་  
བྱང་འཇུག་ཉིད་ལ་རྩེ་རྩེ་འཆང་།      །ཁ་སྦྱོར་བདུན་ལྔ་  
གོ་འཕང་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག      །ཆོ་འདིའི་སྒྲུང་བ་རྒྱབ་  
པར་ཉེ་བའི་ཆོ།      །དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་  
ཀྱིས་མདུན་བསྐྱས་ཏེ།      །མཁའ་སྦྱོང་ཆེན་པོའི་ས་ལ་  
འཕོས་ནས་ནི།      །གཞན་དོན་ཐམས་ཅད་རྟག་ཏུ་བྱེད་  
པར་འོག།      །པརྒྱ་དཀར་པོས་སོ།།

༼མགོན་པོའི་སྦྱོན་ལམ་བཞུགས་སོ།༽

༥། སྐུ་ཞིང་སྐུ་བ་ཐམས་ཅད་དུ།      །མདྲ་ཀུ་ལ་སྦྱོན་པ་

དང་། བློན་ལས་བཞི་པོ་འགྲུབ་པ་དང་། སངས་  
རྒྱུ་བསྟན་པ་བསྟུང་བར་ཤོག། ཀྱུན་ཏུ་སངས་  
རྒྱུ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། རྫོང་འཆང་ཆེན་གོ་འཕང་  
ལྡན་། བདག་གིས་བསྟན་པ་དར་བྱེད་ཅིང་། དག་  
བ་འདི་ཡིས་ཐོབ་གྱུར་ཅིག། འགྲོ་བ་ལྔས་ཀྱང་ཐོབ་  
པར་ཤོག། བྱང་ཆུབ་རྫོང་ལྔ་གས་པ་ཡི། རྫོགས་  
སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སྤྱོད་པ་གང་། བདག་ཀྱང་དེ་ཉིད་  
སྤྱོད་པར་ཤོག། བདག་གི་དག་བའི་རྩ་བ་འདིས། །  
སྒྲུབ་ལ་བར་ཆད་མེད་པ་དང་། འོད་གསལ་ཆེན་  
པོའི་དོན་རྫོགས་ནས། ཆོ་འདི་ཉིད་ལ་སངས་རྒྱུ་

ཤོག། འབད་པ་མེད་པར་སེམས་ཅན་གྱི། འོན་  
ནམས་ཐམས་ཅད་བྱེད་པ་དང་། གླེན་ན་འཆི་ཅུང་  
བཅད་ནས། བདེ་བ་ཆེན་པོའི་སྐྱེ་བོ་ཤོག། དཔལ་  
ནག་པོ་ཆེན་པོའི་རྒྱུ་ལས་སྒྲོན་ལམ་གྱི་ལེའུ་སྟེ་ཉེར་གཅིག་པའོ།།

དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་ལམ་རིམ་གྱི་སྒྲོན་ལམ་རྩོ་  
རྩེའི་རྒྱུ་མདུད་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

༥། དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོ་བོ་དཔལ་  
མགོན་སྒྲོ་མ་དམ་པའི་ཞབས་ལ་ཕྱག་འཆེལ་ཞིང་གསོལ་  
བ་འདེབས་སོ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། མི་ངའི་སྐྱེ་བ་  
ནས་སྐྱེ་བ་ཆོ་རབས་ནས་ཆོ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་དལ་

འབྱོར་གྱི་ཆོས་བཅོ་བརྒྱད་ཚང་བའི་མི་ལུས་རིན་པོ་ཆེ་  
ཐོབ་ཅིང་ཤེས་བྱའི་གནས་མཐའ་དག་བདེ་སྒྲགས་ཏུ་རྟོགས་  
ནུས་པའི་སྒོ་གྲོས་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག །སྐྱེས་མ་ཐག་  
ཏུ་དད་པས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་དགོན་མཆོག་གསུམ་  
གྱི་སྐབས་འོག་ཏུ་འཇུག་ཅིང་སྒོ་ཆོས་སུ་འགྲོ་བ་སྐྱེས་བུ་  
ཆུང་ངུའི་ལམ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་དེ་ཐར་པའི་སྣོད་རུང་ངུ་  
འགྱུར་བར་ཤོག་ཅིག །གཞིན་ནུའི་དུས་ནས་ལྷ་ལྷགས་  
ཉེར་གཅིག་གི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་མཁན་སྟོབ་དགོ་  
འདུན་གྱི་སྤྱན་སྒྲུབ་ངེས་པར་འབྱུང་བས་ཀུན་ནས་  
བསྐྱངས་ཏེ་ཆོགས་གསུམ་རིམ་པར་ནོད་ཅིང་ལྟུང་བ་

འབྱུང་བའི་སྒོ་བཞི་བསྐྱམས་ནས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་  
ཡོངས་སུ་སྦྱོང་བའི་ཆོ་གས་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་གི་ལམ་ལ་  
འགྱུས་པར་བྱེད་དེ་ཐར་པའི་རྒྱལ་མཆོན་བརྟན་པར་གྱུར་  
ཅིག ཁྲི་རིང་བར་བུམས་སྟིང་ཇེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་གྱིས་  
ཐུགས་རྒྱད་འབྲོངས་པའི་དག་བའི་བཞེས་དང་མཇལ་ཏེ་  
ཐོས་བསམ་གྱི་སྒོ་འདོགས་ཆོད་ནས་བསམ་པ་བྱང་ཆུབ་  
མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དེ་བདག་གཞན་མཉམ་བཇེ་  
བསྐྱེམས་ནས། སྦྱོར་བ་ཕྱིན་ཐུག་བསྐྱབ་བཞི་དང་ཞི་ལྷག་  
བྱང་འབྲེལ་གྱི་སྒོ་ནས་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་སྦྱོབ་པར་  
བྱས་ཏེ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་

གུར་ཅིག     རྫོང་སྒོ་བ་དཔོན་མཆོན་ལྡན་གྱི་གདུལ་གུར་  
གུར་ནས་དབང་གིས་སྒྲིན་ཅིང་དམ་ཆོག་ལས་མི་འདའ་  
བར་བསྐྱེད་རྫོགས་བྱུང་འདུག་གི་སྒོ་ནས་སྐྱེས་བུ་ཆེན་  
པོའི་མཆོག་གི་ལམ་བཟང་ཉམས་འོག་ཏུ་ཆུད་པར་བྱས་ཏེ་  
གྲུབ་གཉིས་ལ་ཅི་དགར་སྦྱོད་པའི་སྐལ་བ་དང་ལྡན་པར་  
གུར་ཅིག     །བྱུང་པར་དུ་ཡང་སྒྲུ་མ་ལ་སངས་རྒྱས་དངོས་  
སུ་མཐོང་བའི་མོས་གུས་ཀྱིས་ཕྱག་ཆེན་ལྟ་བུའི་ནམ་  
འཕང་ཅིག་ཅར་དུ་ཆོད་དེ་རྫོང་འཆང་གི་རྒྱལ་ཐབས་ལ་  
མངའ་དབང་བསྐྱར་བ་གྲུབ་ཆེན་ཏེ་སྒྲི་པ་དང་པཎ་ཆེན་རྒྱ་  
རོ་པ་ལྟ་བུར་འགྱུར་བར་ཞོག་ཅིག     རྫོང་འའི་ལུས་ལ་སྦྱང་



སེམས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་གནད་དུ་བསྐྱོན་ནས་ཐབས་ལམ་ནུ་  
རོའི་ཆོས་དུག་སྒྲོམ་པའི་རྒྱལ་ས་བེན་ཏེ་བྱང་འདུག་ཆེན་  
པོའི་འབྱུར་པས་ཕྱག་པ་སྐྱེས་མཆོག་མར་མི་དྲགས་  
གསུམ་དང་བདེ་གཤེགས་ཕག་མོ་གྲུ་པ་ལྟ་བུར་འགྱུར་  
བར་ཤོག་ཅིག །རྟེན་བབྱང་ངན་ཐམས་ཅད་ལམ་དུ་སྐྱེར་  
ནས་རོ་སྒྲོམས་ཀྱི་སྦྱོང་པ་ཆོད་དུ་སྤྱོན་ཏེ་སྤྱོགས་ལས་རྣམ་  
རྒྱལ་གྱི་བརྟུལ་ཞུགས་བརྟེས་པ་གྲུབ་ཆེན་སྤྱིང་རས་དང་  
འགྲོ་མགོན་རྒྱ་རས་ལྟ་བུར་འགྱུར་བར་ཤོག་ཅིག །དམ་  
པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱིང་པོ་རྟེན་འབྲེལ་རབ་བདུན་  
མའི་ཉམས་ལེན་མཐར་སྤྱོན་ནས་ཇི་ལྟ་བུའི་གནས་

ལུགས་མདོན་དུ་གུར་ཅིང་ཇི་སྟེད་པའི་རྟོན་འབྲེལ་འཆར་  
ནས་འབྲས་བུ་རང་ལས་སྟེད་པ་རྒྱལ་བ་ལོ་རས་པ་དང་  
ཆོས་རྗེ་གོད་ཚང་པ་ལྟ་བུར་འགྱུར་བར་ཤོག་ཅིག  
མཉམ་ཉིད་བྱབ་གདལ་ཆེན་པོའི་མོས་གུས་ཀྱིས་ལམ་  
བབ་པ་བམས་ཅད་ཀྱི་མཐར་ཐུག་སྒྲ་མའི་སྒྲུབ་པ་མཐར་  
ཕྱིན་ནས་རང་དོན་དུ་ཁ་སྐྱོར་ཡན་ལག་བདུན་དང་ལྡན་  
པའི་རྗེ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོའི་གོ་འཕང་ཆོ་འདིར་ཐོབ་ཅིང་།  
གཞན་དོན་དུ་གཟུགས་སྐྱ་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་  
བསྟན་འགྲོའི་དོན་རྒྱ་རྣམ་མཁའ་དང་མཉམ་པ་དུས་  
འཁོར་བ་མ་སྟོངས་ཀྱི་བར་དུ་བྱེད་རུས་པར་ཤོག་ཅིག །

དེ་ལྟར་དགོན་མཆོག་ཙ་གསུམ་བདེན་པའི་མཐུ་དང་ཆོས་  
ཉིད་འགྱུར་བ་མེད་ཅིང་ཆོས་ཙན་རྒྱ་འབྲས་བསྐྱེ་མེད་  
བདེན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་བདག་གི་སྟོན་བྱོན་གོང་མ་རྣམས་  
ཀྱི་རྗེས་སུ་ཇི་ལྟར་སྟོན་པ་དེ་དེ་བཞིན་དུ་འགྱུབ་པར་གྱུར་  
ཅིག །ཅེས་པ་འདིའང་ཡོན་ཏན་འོད་ཀྱིས་སྟོན་པའོ།།

༥ ། ཙ་གསུམ་བདེན་པའི་བྱུགས་རྗེས་སུ་དུ་བདག །  
ཆོ་འདིའི་དཔལ་འབྱོར་འཇིག་རེས་ཡུད་ཙམ་ལ། །  
ཆགས་པའི་ཆོས་བརྒྱད་སྒྲུང་ཞེན་དམ་པའི་སྟོག །བཅད་  
དེ་དབེན་པའི་དགའ་བདེར་འཆོ་བར་འོག །ཕྱིར་བལྟས་  
ཤེས་རྒྱ་བཅད་པའི་རིང་ལམ་ལའང་། །མ་ཆགས་ཁ་

ནང་ཁོ་ནར་ཕྱོགས་པ་ཡིས།      །གང་ནིག་ཤེས་ན་ཆོས་  
ཀུན་མངོན་གྱུར་པའི།      །སེམས་གྱི་གནས་ལྷགས་ཉག་  
གཅིག་བསྐྱོམ་པར་ཤོག།      །ལམ་རྣམས་ཀུན་གྱི་ནང་ན་  
མཐར་ཐུག་པ།      །ཏྲིགས་ལྡན་སྒྲ་མ་དམ་པའི་བྱིན་རྒྱ་བས་  
དབང་།      །རང་གི་སེམས་ལ་ཐོབ་སྟེ་ཆོ་འདི་ཀར།      །  
འཁོར་འདས་ཀུན་གྱི་དཔལ་དུ་འགྱུར་བར་ཤོག།      །ཅིས་པ་  
འདི་རྗེ་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་གྱིས་མཛད་པའོ།      །ལྟོ      བདག་གི་དུས་  
གསུམ་བསགས་པའི་དག་བ་ཡིས།      །མཁའ་མཉམ་  
འགྲོ་བའི་སྒྲོ་གསུམ་ངི་མའི་ཆོགས།      །མ་ལུས་ལུས་པ་  
མེད་པར་བྱང་གྱུར་ཏེ།      །ཟུར་དུ་རྣམ་མཁྱེན་སངས་རྒྱས་

[illegible]

བར་ཤོག། བྲེག་ཆེན་སྒྲིང་པོའི་མཐར་ཐུག་རྫོང་ཆེ་བྲེག། །  
ཟབ་ལམ་གདམས་པའི་གནད་རྣམས་མ་ལུས་པ། ཁོང་  
དུ་ཆུད་ནས་རང་གཞན་སྤྲོས་གྲོལ་ཏེ། བཅུ་གསུམ་རྫོང་ཆེ་  
འཛིན་པའི་ས་བྲོབ་ཤོག། རྒྱ་གི་དབང་པོས་སོ། །༥། བདག་  
སོགས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ། རྣམ་པ་བྱིད་དང་མི་  
འབྲལ་ཞིང་། བྱིད་གསུང་དམ་ཆོས་བདུད་རྩིའི་  
རོས། རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་འཆོ་བར་ཤོག། རྒྱལ་བས་  
བསྐྱགས་པའི་གནས་རྣམས་སུ། ཆེ་འདིའི་བྱ་བ་སྒོས་  
བཏང་ནས། རྫོན་དམ་ཆོས་སྐུའི་སྒྲ་མ་དང་། རྣམ་  
ཡང་འབྲལ་བ་མེད་པར་ཤོག། རང་དོན་ཞི་བདེའི་སྒོ་

སྤངས་ནས། །མཁའ་དང་མཉམ་པའི་འགྲོ་བ་རྣམས། །  
བདག་གིས་བརྩེ་བས་རྗེས་བབྱང་ནས། །ཐར་པའི་ལམ་  
ལ་འགོད་པར་ཤོག། །རྒྱལ་དབང་རྗེའི་གསུང་ངོ། །ཧྲིལ་བུ་  
ལྷས་འདི་དང་མ་བྲལ་བར་དུ་ཡང་། །འཁོར་བའི་སྐྱབ་  
བསྐྱལ་ཆོག་ས་གྱིས་མི་འཆེ་ཞིང་། །མཐུན་ཆེན་མ་ལྷས་  
ཐུན་སྐྱམ་ཆོག་ས་པ་དང་། །འགྲོ་བའི་སྐྱབ་བསྐྱལ་སེལ་  
བའི་མཐུ་ཐུན་ཤོག། །སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་ཡང་དག་སྒྲུ་མ་  
དང་། །འབྲལ་མེད་ཆོས་ཀྱི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་  
ཅིང་། །ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྗེས་ནས། །རྗོ་  
རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་སྐྱུར་ཐོབ་ཤོག། །



དགོ་སྒྲོར་བདུན་པའི་སྒྲོན་ལམ་དོན་བསྐྱུས་བཞུགས་

༥ ར་མོ་མཐུ་མུང་ཡེ། རྒྱགས་བཅུ་དུས་གསུམ་བདེ་  
གཤེགས་སེམས་དཔའ་ཉན་ཐོས་འཕགས་པ་སྤྲས་  
བཅས་དང་། རྩ་བ་བརྒྱད་པའི་རྗེ་བཙུན་དམ་པ་རྒྱད་སྟེ་  
བཞིའི་ལྷ་རྒྱ་གྱེའི་ཆོགས། ཆོས་སྤྱད་དཀར་རྒྱགས་  
ལྷར་བཅས་བདག་ལ་བརྩེ་བས་དགོངས་ཤིང་གཟིགས་  
ནས་ཀྱང་། བདག་གི་སྒྲོན་ལམ་འདི་ལ་བྱགས་གཏོང་  
བྱིན་ཞབས་རུས་པ་སྒྲོན་པར་མཛོད། བདག་ཅག་དུས་  
འདི་ནས་བཟུང་ཆེ་རབས་ཀུན་ཏུ་དད་མེས་བརྩོན་འགྲུས་  
དང་། ཤེས་རབ་སྟོབས་པ་ཡོན་ཏན་ཆེ་ཞིང་གཟུགས་

བབང་ཆེ་རིང་ནད་མེད་ཅིང་། །རིགས་མཐོ་ལོངས་སྤྱོད་  
གཏོང་མོད་སྒྲིང་རྩེ་སྒྲིང་རུས་གཉེན་པོའི་གོ་ཆ་ཆེ། །  
དབྱངས་སྒྲན་ཡིད་འོང་བབང་པོའི་སྤྱོད་ཡུལ་ཉིད་ལ་རྟག་  
རྟ་གནས་པར་ཞོག། །ཆེ་རབས་ཀུན་རྟ་མཆོན་དཔེས་  
བརྒྱན་པའི་རྩེ་རྩེའི་སྒྲ་ཐོབ་རྟག་ཅུའི་གསུང་། །ཤེས་བྱ་  
ལ་མཁས་ཡེ་ཤེས་བྱགས་ལྡན་བཤེས་གཉེན་མཇལ་ཞིང་  
མཉེས་པ་བསྐྱབ། །མི་མཉེས་སྤྱོད་ཞིང་བཤེས་གཉེན་  
ཡོན་ཏན་བདག་ལ་འརྟག་ཅིང་རྩོགས་པ་དང་། །གཞིན་  
རུར་རབ་བྱུང་ཚུལ་བྲིམས་དམ་ཆོག་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་  
གཞི་འཛིན་ཞོག། །ཐེག་ཆེན་ཆོས་ལ་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་

སྒྲུབ་བར་ཆད་མེད་ཅིང་ཡོན་ཏན་རྩོགས།      །བརྒྱད་པའི་  
སྒོལ་འཛིན་པ་རྗེས་བྱས་གསོབ་སྟོང་ཉིད་སྟོང་རྗེའི་རྩལ་  
འབྱོངས་པའི།      །རང་གཞན་དོན་གྲུབ་རྩོགས་པ་འཆར་  
ཞིང་རྒྱུན་ངན་ལམ་དུ་ལོངས་པ་དང་།      །རྩོགས་པ་ཐུགས་  
རྗེས་བདག་གཞན་གྲོལ་ཞིང་གདུལ་བྱ་དུས་ལ་བབ་པར་  
ཤོག།      །ཤེས་རབ་ཆེན་པོས་བདེན་པའི་དོན་རྩོགས་སྟོང་  
རྗེས་གཞན་སྒྲུག་མི་བཟོད་དང་།      །བྱིན་རྒྱབས་ཆེན་པོས་  
གཞན་སྦྱང་བསྐྱར་རྒྱས་གདམས་པས་གཞན་རྒྱུད་ཡོན་  
ཏན་འཁོད།      །ཉམས་སྟོང་ཆེན་པོས་ལམ་སྒྲིབ་རྒྱས་  
རྟེན་འབྲེལ་ཐབས་མཁས་གཟུང་འཛིན་དག།      །ལས་

འབྲས་ཤེས་ཤིང་རང་འདོད་ཅུ་ཆོད་རིགས་དྲུག་ལ་ནི་  
སྒོམ་ཐེབས་ཤོག། ཆོ་རབས་ཀུན་ཏུ་སྒྲ་མར་སངས་རྒྱས་  
འདུ་ཤེས་སྐྱེ་ཞིང་མོས་གུས་ལྡན། བྱིན་རྒྱབས་འདུག་  
ཅིང་སྐྱོན་དག་ཡོན་ཏན་རབ་ཏུ་གསུང་གོས་མེད་རྒྱུད་ལ་  
སྐྱེ། ཆོགས་གཉིས་རབ་ཏུ་གསུང་དོན་གཉིས་ལྡན་  
ཆོགས་ཏེན་འབྲེལ་ཆིག་ཆོག་གནད་རྒྱུད་ནས། ལམ་ཉམ་  
བཞག་བཏུན་ཐོབ་ཞི་གནས་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་ཏིང་  
འཛིན་འབྱུངས་པར་ཤོག། ལམ་དོན་ཤེས་རྒྱ་འཕྲུལ་ཐུན་  
མོང་ཡོན་ཏན་དཔག་མེད་རིག་པའི་ཅུ་ཆོད་ཅིང་། རྣམ་  
རྟོག་ཆོས་སྐྱེ་འཁོར་འདས་སུ་རྟོགས་སྐྱོན་ཡོན་འབྲུལ་

གོལ་ལམ་སྒྲིང་ནས།      །སྤྱག་བསྐལ་བདེར་འཆར་བར་  
ཆད་དེས་གྲུབ་ཏུ་ཤེས་ཕྱག་རྒྱ་ཆེ་ལ་གནས།      །སྒྲིང་བ་  
དབང་འདུས་ལས་འབྲེལ་འཇོག་ཅིང་འབྲེལ་ཆད་དོན་དང་  
ལྡན་པར་ཤོག།      །བདག་གཞན་ཀུན་གྱི་ཕན་གཞོད་ལས་  
བྱས་ལོག་དང་བཏང་སྟོམས་མི་འགྲོ་ཞིང་།      །རྒྱ་རྒྱུ་  
མཆམས་སྦྱར་དུས་གསུམ་ལས་ངན་རྒྱ་འབྲས་བམས་  
ཅད་བྱང་བ་དང་།      །དུག་ལྡེ་ཆོས་བརྒྱད་མི་དགའི་བསམ་  
སྦྱར་སྐད་ཅིག་མེད་ཅིང་ཆོགས་གཉིས་གསོག།      །སྤྱགས་  
གྱི་སྒྲོད་རུང་དབང་བཞི་ཐོབ་ཅིང་ཡེ་ཤེས་དོས་བེན་འབྲས་  
ཐོབ་ཤོག།      །དམ་ཆོག་སྟོམ་ལྡན་བསྐྱེད་ཇོགས་བརྟན་ཐོབ་

ཕྱིན་ལས་བཞི་འགྲུབ་རྒྱུ་འབྲས་ཤེས། རིག་པའི་འགྲོ་  
ལྟོག་དག་སྒྲིག་དོན་ལེན་ཤེས་རབ་སྒྲུང་བར་བྱན་ཚུད་  
ཅིང་། ཕྱིན་པ་སང་བའི་རྟེན་འབྲེལ་ལ་མཁས་གཞན་  
སྒྲུང་དབང་འདུས་སྒྲིན་ལམ་གྱི། ཁམས་དང་འབྲས་བུ་ཆེ་  
འདི་ཉིད་ལ་སྒྲིན་ཅིང་བདག་གཞན་དོན་འགྲུབ་ཤོག ཆེ་  
རབས་ཀུན་ཏུ་འགྲོ་དོན་འགྲུབ་ཅིང་ཕ་རོལ་ཕྱིན་དུག་བསྐྱེ་  
བ་བཞི། ཆོད་མེད་བཞི་དང་ལས་བཞི་བསྐྱབ་གསུམ་  
གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་དེ་སྒྲིབ་དུག་གིས། འབད་ཚུལ་མེད་པར་  
འགྲོ་བའི་དོན་འགྲུབ་སྐྱེ་དུ་བ་མེད་ཅིང་སྒྲིག་མི་བཟླ། །  
བདག་ལ་དུས་གསུམ་དད་དང་སྐྱེ་འདེབས་ཐམས་ཅད་



ཕན་བདེ་སངས་རྒྱས་ཤོག། །བདག་གོགས་ཚངས་སྤྱོད་  
སངས་རྒྱས་ཡོན་ཏན་ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་རབ་ཇོགས་ནས། །  
སྤྲེལ་བྱང་རྒྱལ་ལ་རེག་བདག་གི་ཆེ་རབས་ལ་བརྟེན་  
དམ་པ་རྣམས། །སྐྱེ་གསུང་བླགས་དང་ཡོན་ཏན་སྤྱོད་  
ལས་སྐྱེ་ཆེ་ཞིང་ཁམས་མཛེད་པ་དང་། །རྣམ་འཕྱུལ་ཡེ་  
ཤེས་མཁའ་མཉམ་འཕེལ་ནས་བླགས་ཀྱི་དགོངས་པ་  
རབ་ཇོགས་ཤོག། །དུས་གསུམ་སེམས་ཅན་བདེ་ལྡན་  
ལམ་ཞུགས་འཇུག་པ་སྤྱོད་དང་བྲལ་བྱུང་ཅིག། །བདག་  
གི་སྒྲོ་གསུམ་དམ་པའི་ཡོན་ཏན་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་ཇོགས་པ་  
དང་། །བ་སྤྱིའི་བྱང་ནས་སངས་རྒྱས་སྤྱུལ་པས་མཁའ་



མཉམ་སེམས་ཅན་ལ་རེ་རེ།      །སྒྲུང་མ་ཐག་ཏུ་དད་མེས་  
དྲུང་བས་བདག་གི་དབང་དུ་འགྱུར་བར་ཤོག།      །དུས་  
གསུམ་དག་ཏུ་བདག་ཅག་མཐོང་ཐོས་དྲན་རེག་སྐད་ཅིག་  
མ་རེ་ལ།      །འཁོར་འདས་རྒྱུད་ལ་ཟག་མེད་བདེ་ཆེན་གྱིས་  
ཆོམ་ཉེས་བྲལ་ཡོན་ཏན་རྫོགས།      །དམ་པ་བདག་དང་  
བྱུགས་ཡིད་འདྲེས་ཤིང་ཡིད་ཆེས་རྒྱན་ཆད་མེད་པ་  
དང་།      །མདོར་ན་དམ་པའི་སྤོན་ལས་བདག་གིས་རྩོལ་  
མེད་དུ་འགྱུར་འགྲོ་འདུལ་ཤོག།      །བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པས་  
སེམས་ཅན་སྒྲོ་གསུམ་བདེ་གཤེགས་ཉིད་དུ་ངོ་འཕྲོད་  
ཅིང་།      །དགོས་མེད་ཞེན་ལོག་འབྲི་བ་རྩད་ཆོད་བསྐྱེད་

སྒྲོམ་གནད་ཚུད་གཉེན་པོར་དབང་། །འདོད་ཡོན་བྱ་བ་  
འཁོར་བ་གཞན་སྦྱོད་དག་ལ་བདག་སྒྲོམི་འདུག་ཅིང་། །  
ཆོས་བརྒྱད་མགོ་སྒྲོམས་རེ་སྒྲོམས་གདེང་ཚུད་ཁྱེན་ངན་  
གྲོགས་སུ་འཆར་བར་ཤོག། །རྣམ་རྟོག་སྤོང་ལས་སུ་  
འཆར་རེ་དོགས་གཡང་ཆོད་དགག་སྒྲུབ་སྤང་སྤང་  
བྲལ། །ཁྱེན་སྤང་ཆོས་ཉིད་ཞིང་ཁམས་དག་སྤང་སྤྱོད་གས་  
མེད་འཆར་ཞིང་རྟོགས་པ་དང་། །སྤང་བ་སྤྲོམ་ཡི་དམ་  
ཆོས་སྒྲུ་སྒྲུ་གསུམ་བདེ་བ་སྒྲུ་མ་དང་། །རྟོན་འབྲེལ་ལོར་  
བྱ་འཆར་ཞིང་བཟང་ངན་འབྲོང་གསུམ་སྦྱི་བོར་འཁྱུར་  
བར་ཤོག། །བྱམས་དང་སྒྲིང་རྩེ་བྱང་ཁུབ་སེམས་

འབྱོངས་བདག་གཞན་མཉམ་ཉིད་དུ་རྟོགས་ཤིང་། །  
བདག་གཞན་བདེ་སྤྱད་སྤྱོད་དང་བཅས་བཟུང་བྱས་ཀྱིས་ལ་  
སྒྲིན་བྱུང་ཅིང་། །སྤྱད་བསྐྱེད་རང་བཞིན་ཟག་མེད་  
བདེར་འཆར་སྤྱོད་ཉིད་དོན་ལ་རོ་སྒྲིམས་ནས། །སྤྱོད་  
དག་ཡོན་ཏན་རྟོགས་པ་ཏིང་འཛིན་ཉམས་སྤྱོད་རྒྱུན་ཆད་  
མེད་སྤྱོད་ཤོག། །ཆོ་འདིར་མཆོག་ཐོབ་བྱུང་ཆུབ་སེམས་  
འབྱོངས་རང་འདོད་སྐྱེད་ཅིག་མི་འབྱུང་ཞིང་། །གཞན་  
དོན་ཆེད་དུ་གྲུབ་ཆེན་བརྒྱུད་ཐོབ་ནད་གདོན་རྒྱུན་ངན་ཞི་བ་  
དང་། །ཆོ་དང་བསོད་ནམས་ལོངས་སྤྱོད་ཕུན་ཆོགས་  
འཁོར་རྒྱས་ཁམས་གསུམ་དབང་འདུས་ཤིང་། །ཞིང་།

བཅུ་ཚང་བའི་གདུག་པ་ཅན་རྣམས་དྲག་པོས་ཚར་གཅོད་  
བྱེད་པར་ཞོག། །བདག་གི་སྒོ་གསུམ་གཞན་དོན་འབའ་  
ཞིག་ལ་སྦྱོད་བདག་འཛིན་སྒྲོས་བྱེད་ཞིང་། །རྣམ་ཏྲུག་  
ཉོན་མོངས་ལྟ་འདྲེ་སྦྱག་བསྐྱེལ་ན་ཆ་འཆི་བ་ལམ་སྦྱོད་  
ནས། །སྦྱག་བསྐྱེལ་དང་ལེན་སྦྱོད་འདོད་སྤངས་ཤིང་ལྟ་  
འདྲེ་དབང་འདུས་བར་ཆད་ཞི། །ལེམས་སྤང་གཟུང་  
འཛིན་ལས་དང་བྱ་བ་ཡེ་ཤེས་ཀྱན་ལ་དབང་བློབ་ཞོག། །  
བདག་འཆིའི་དུས་སུ་གཤེས་ངན་གནད་གཅོད་སྦྱག་  
བསྐྱེལ་རྣམ་ཏྲུག་མི་འབྱུང་ཞིང་། །ཐུན་ཤེས་ལྡན་པས་  
དགའ་སྦྱོ་དང་བཅས་འཆི་བའི་འོག་རྩལ་དག་ཏུ་ཡང་། །

ཤར་རྩམ་བྲག་བྱ་སྤྱུ་པགས་སེན་མོ་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་རྩལ་  
རེས་གྱང་། །འགྲོ་བའི་དོན་འགྲུབ་གཞན་ལ་ཕན་པའི་  
འབྲས་བུ་ཉིད་དུ་ཚྭ་གས་པར་ཤོག། །བར་དོ་དང་པོ་ཆོས་  
སྐྱོང་འཕྲོད་མ་བེན་གཉིས་པ་ལོངས་སྤྱར་དག། །མངལ་  
སྒོ་མ་ཁེགས་བསམ་བཞིན་སྐྱེ་སྤངས་མངོན་ཤེས་ལྷ་མིག་  
སྒྲོན་གནས་དྲན། །ལམ་ལྷག་རྩལ་འབྱོངས་སྤྱན་ལྷ་ལྷན་  
ཞིང་རྩུ་འཕྱལ་ཡེ་ཤེས་མཆོག་འགྲུབ་ཅིང་། །གཞན་དོན་  
སྤྲུལ་ཆེན་མ་རིག་འབྱུང་འཁོར་མ་སྤྱོད་བར་དུ་བྱེད་  
པར་ཤོག། །དག་བའི་རྩ་འདིས་བདག་གཞན་སེམས་ཅན་  
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྒྲོར་འཇུག་ཅིང་། །དབང་ཐོབ་དམ་ལྷན་

བསྐྱེད་རིམ་བརྟན་ཐོབ་གཏུམ་མོ་ལ་སོགས་ལམ་བརྒྱད་  
འགྲོངས།      བློན་ལས་བཞི་ཡི་ཏིང་འཛིན་འགྲུབ་ཅིང་  
མཁའ་འགྲོ་དབང་འདུས་མཆོག་ཐུན་འགྲུབ།      ཆོ་འདི་  
ཉིད་ལ་དགོ་ཅུའི་འབྲས་བུ་སྟོན་ལམ་ཐམས་ཅད་ཚྲོགས་  
པར་ཤོག།      རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་དར་ཞིང་རྒྱས་ལ་སེམས་  
ཅན་བསོད་ནམས་བདེ་སྐྱེད་འཕེལ།      བསྟན་པ་མི་  
ཉམས་གཞོན་པ་དང་བྲལ་བསྐྱབ་པ་དག་ལ་ནན་ཏན་  
སྤྱོད།      དགོ་འདུན་ཆོགས་འཕེལ་མཐུན་པ་དང་བཅས་  
ཆེད་དང་བཀུར་སྟེ་འཕེལ་བ་དང་།      རྒྱལ་བསྟན་དེ་  
འཛིན་སྐྱེས་བུའི་སྟོན་བྲལ་ཡོན་ཏན་ཡུན་རིང་གནས་པར་

ཤོག། །བསྐྱལ་པ་གྲངས་མེད་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
སྤྱིད་མཐའི་བར་དུ་འགོ་དོན་སྤྱོད། །ཕ་རོལ་ཕྱིན་དུག་  
བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པ་རྒྱ་བས་ཆེན་ཟད་མེད་སྤྱོད་པ་དང་། །  
འཁོར་གྱི་གདུལ་བྱ་ཆེ་དང་ཞིང་ཁམས་གོ་ཆ་དག་ཅ་སྟོན་  
ལམ་མཐའ། །ཆོད་བབྱང་མེད་ཅིང་མཁའ་དབྱིངས་ཤེས་  
བྱིའི་དགྱེལ་འཁོར་དག་དང་མཉམ་པར་ཤོག། །མདོར་ན་  
ཅ་བ་བརྒྱད་པའི་སྒྲ་མ་ཡི་དམ་རྒྱུ་ཆོས་སྤྱང་དང་། །  
ཆོས་མཛད་གྲུབ་ཐོབ་དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་མ་  
ལུས་ཐམས་ཅད་དང་། །ད་ལྟ་ཉིད་དུ་སྐྱ་གསུང་བྱགས་  
དང་ཡོན་ཏན་ཕྱིན་ལས་སྐྱ་ཆེ་ཞིང་། །མཛད་པ་རྣམ་ཐར་



རུས་མཐུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་འགྲོ་དོན་མཉམ་གྱུར་

ཅིག། ཁེས་ཆོས་རྗེས་མཛད་པའི་དགོ་སྦྱར་བདུན་པའི་སྟོན་ལམ་གྱི་དོན་བསྐྱུས་

ནས། སྤང་བ་འཛིན་པའི་ཆོག་ས་བཅད་དུ་བསྡེབས་པ་འདི། ཨ་ལྷེ་དུང་པས་སྟོན་ལམ་

དགོས་ཞེས་བསྐྱེལ་བའི་དོར། རྒྱའི་རུས་ཅན་ལྷ་གྲའི་དགོ་སྦྱར་དག་གི་དབང་པོ་རྣམ་

པར་རྒྱལ་བས་སྤྱངས་ཐང་བདེ་ཆེན་པོ་བྲང་དུ་སྦྱར་བ་འདིས་ཀྱང་བསྟན་པ་ཡུན་རིང་དུ་

གནས་པའི་ཆ་རྒྱུན་དུ་གྱུར་ཅིག།

**ཆོས་རྗེ་གཙང་པ་རྒྱ་རས་གྱིས་མཛད་པའི་དགོ་སྦྱར་  
བདུན་པའི་སྟོན་ལམ་བཞུགས་སོ།།**

ལྟ། སྟོན་ལམ་རིང་མོ་འདི་ནི་རང་འདོད་ཀྱི་འབྲི་བ་མེད་པར་ལྷག་བསམ་རྣམ་པར་དག་

པས། གླུ་མ་དགོན་མཆོག་རྣམས་ཀྱང་སྟོན་ལམ་ལ་བུགས་གཏོང་ཅིང་བྱིན་གྱིས་སྟོབ་

པར་བསམ་ལ་སྒྲོན་ལམ་གདབ་པ་ནི།      བདག་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
དུས་གསུམ་གྱི་དགོ་བའི་རྩ་བ་འདིས་ནམ་མཁའ་དང་  
མཉམ་པའི་འཁོར་འདས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་བདག་ཆེ་  
རབས་ཐམས་ཅད་དུ་དལ་འབྱོར་གྱི་མི་ལུས་རིན་པོ་ཆེ་  
རྒྱན་ཆད་མེད་པ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག      ཆེ་རབས་ཐམས་  
ཅད་དུ་དད་པ་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་ཅིག      མེས་  
གུས་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་ཅིག      བརྩོན་འགྲུས་  
ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་ཅིག      རྟེན་རབ་ཆེ་བ་  
རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་ཅིག      རྟོགས་པ་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་  
མཆོག་ཏུ་གྱུར་ཅིག      རྟོན་ཏན་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་

གུར་ཅིག    |ཆེ་རིང་བ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གུར་ཅིག    |  
ནད་མེད་པ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གུར་ཅིག    |གཟི་བརྗེད་ཆེ་  
བ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གུར་ཅིག    |གཟུགས་བཟང་བ་  
རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གུར་ཅིག    |རིགས་མཐོ་བ་རྣམས་ཀྱི་  
མཆོག་ཏུ་གུར་ཅིག    |ལོངས་སྤྱོད་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་  
ཏུ་གུར་ཅིག    |གཏོང་ཤིང་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གུར་  
ཅིག    |སློང་རྗེ་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གུར་ཅིག    |གོ་  
ཆ་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གུར་ཅིག    |སློང་རུས་ཆེ་བ་  
རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གུར་ཅིག    |གཉེན་པོ་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་  
མཆོག་ཏུ་གུར་ཅིག    |དབང་སྒྲོན་པ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་

ཏུ་གུར་ཅིག     |བཙོན་ཞིང་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གུར་  
ཅིག     |ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་ཏུ་མཆོན་དང་དཔེ་བྱད་ཀྱིས་  
བརྒྱན་པ་རྩེ་རི་སྐྱོ་ཐོབ་པར་གུར་ཅིག     |ཡན་ལག་དུག་  
ཏུ་དང་ལྡན་པ་ཆོངས་པའི་དབྱངས་ཐོབ་པར་གུར་ཅིག     |  
ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་མཁས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཐུགས་དང་ལྡན་  
པར་གུར་ཅིག     |སྐྱེས་མ་ཐག་ཏུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགོ་  
བའི་བཤེས་གཉེན་རྣམས་དང་མཇལ་བར་གུར་ཅིག     |  
མཇལ་ནས་མཉེས་པ་གསུམ་མཐར་ཕྱིན་པ་འགྲུབ་པར་  
གུར་ཅིག     |མི་མཉེས་པ་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་མི་འབྱུང་བར་  
གུར་ཅིག     |དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་དེ་དག་གི་སྐྱ་གསུང་

ཐུགས་ཀྱི་ཕྱིན་རྒྱལ་ས་དང་ཡོན་ཏན་མ་ལུས་པ་བདག་གི་  
ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་ལ་འདུག་ཅིང་ཡོངས་སུ་ཐོགས་  
པར་གྱུར་ཅིག      །ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་སྒྲུ་མ་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་ཞབས་དུང་དུ་གཞིན་ནུ་ལ་རབ་ཏུ་འབྱུང་བར་གྱུར་  
ཅིག      །ཚུ་ལ་བྲིམས་དང་དམ་ཆེ་ག་མཐར་ཕྱིན་པར་སྤྱང་  
ནུས་པར་གྱུར་ཅིག      །བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་གཞི་བཟུང་  
ནས་དམ་པའི་ཆོས་མཐའ་དག་ལ་ཚུ་ལ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་  
པར་གྱུར་ཅིག      །ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་  
ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་མཐར་ཕྱིན་པ་འགྲུབ་པར་གྱུར་  
ཅིག      །དམ་པའི་ཆོས་སྒྲུབ་ཅིང་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་ཕྱི་

ནང་གི་བར་ཆད་སྐད་ཅིག་ཀྱང་མི་འབྱུང་བར་གྱུར་ཅིག །  
ཡོན་ཏན་གྱི་རྩལ་ཁ་ཇོགས་པར་གྱུར་ཅིག །བརྒྱད་པའི་  
སྟོལ་ཁ་བེན་པར་གྱུར་ཅིག །ཕ་རྩེས་བུས་གསོབ་པར་  
གྱུར་ཅིག །སྟོང་ཉིད་དང་སྟོང་རྩེ་འབྱོངས་པར་གྱུར་  
ཅིག །རང་གཞན་གྱི་དོན་གཉིས་འབྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག །  
རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་འཆར་བར་གྱུར་ཅིག །མ་རིག་པའི་  
ལྷན་པ་སངས་པར་གྱུར་ཅིག །རྒྱེན་བཟང་ངན་ཐམས་  
ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་དུ་སྟོང་བར་གྱུར་ཅིག །དག་  
བའི་རྩ་བ་འདིས་ཆོ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་ཤེས་རབ་ཆེན་  
པོས་ཆོས་ཉིད་བདེན་པའི་དོན་རྟོགས་པར་གྱུར་ཅིག །



སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོས་གཞན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ལ་མི་བཟོད་པར་  
གྱུར་ཅིག      ཁྱིམ་རྒྱ་བས་ཆེན་པོས་གཞན་གྱི་སྤྱད་བ་  
བསྐྱེད་རྒྱས་པར་གྱུར་ཅིག      ཁག་མས་ངག་ཆེན་པོས་  
གཞན་གྱི་སྤྱད་ལ་ཡོན་ཏན་འབྲིང་རྒྱས་པར་གྱུར་ཅིག      །  
ཉམས་སྤོང་ཆེན་པོས་གཞན་གྱི་ལམ་སྤྱོད་འབྲིང་རྒྱས་པར་  
གྱུར་ཅིག      ཁྱིམ་པས་བདག་གྲོལ་བར་གྱུར་ཅིག      །  
ཐུགས་རྩེས་གཞན་གྲོལ་བར་གྱུར་ཅིག      ཁག་ལ་བྱ་དུས་  
ལ་བབ་པར་གྱུར་ཅིག      ཁྱིམ་འབྲེལ་ཐབས་ལ་མཁས་  
པར་གྱུར་ཅིག      ཁག་བྱང་འཛིན་མཁའ་ལྟར་དག་པར་གྱུར་  
ཅིག      ཁབྱོད་མེད་ཀྱི་སྒྲིང་རྩེ་འབྲོངས་པར་གྱུར་ཅིག      །



ལས་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་འཆར་བར་གྱུར་ཅིག      །རང་  
འདོད་ཀྱི་ཅུ་བ་ཆོད་པར་གྱུར་ཅིག      །རིགས་ཐུག་ལ་སྒྲོམ་  
ཕྱོགས་མེད་དུ་ཐེབས་པར་གྱུར་ཅིག      །ཁམས་གསུམ་  
སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དུས་གསུམ་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་སུ་སྐྱེད་ཅིག་མ་ཉིད་ལ་ངོ་  
འཕྲོད་པར་གྱུར་ཅིག      །དགེ་བའི་ཅུ་བ་འདིས་ཆོ་རབས་  
ཐམས་ཅད་དུ་སྒྲུ་མ་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་སྐྱེ་བར་  
གྱུར་ཅིག      །མོས་གུས་ལ་ལྟེན་རྒྱུ་མི་འབྱུང་བར་གྱུར་  
ཅིག      །དད་གུས་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག      །ཡིད་  
ཆེས་ལ་རྒྱན་ཆད་མི་འབྱུང་བར་གྱུར་ཅིག      །ཐུགས་ཡིད་

གཅིག་ཏུ་འདྲེ་བར་གྱུར་ཅིག      །སྒྲ་མ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱིན་  
རྒྱལ་ས་དང་ཡོན་ཏན་མ་ལུས་པ་འཇུག་པར་གྱུར་ཅིག      །  
སྒྲོན་དག་ཡོན་ཏན་རྫོགས་པར་གྱུར་ཅིག      །ཆེ་འདི་སྒོ་  
ཡིས་བྲོང་བར་གྱུར་ཅིག      །དགོས་མེད་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བར་  
གྱུར་ཅིག      །ཞེན་པ་གཏིང་ནས་སྡོག་པར་གྱུར་ཅིག      །  
འབྲི་བ་རྩད་ནས་ཆོད་པར་གྱུར་ཅིག      །འདོད་ཡོན་ལ་སྒོ་  
མི་འཇུག་པར་གྱུར་ཅིག      །བྱ་བ་ལ་ལག་མི་འཇུག་པར་  
གྱུར་ཅིག      །འཁོར་བ་ལ་ཡིད་མི་འཇུག་པར་གྱུར་ཅིག      །  
གཞན་སྤྱོད་ལ་སེམས་མི་འཇུག་པར་གྱུར་ཅིག      །བསྐྱེད་  
སྒོམ་གནད་དུ་རྩྱུད་པར་གྱུར་ཅིག      །གཉེན་པོ་ལ་དབང་

ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག      རོ་སྟོམས་གདེང་དུ་ཚུད་པར་གྱུར་  
ཅིག      ཆོས་བརྒྱད་མགོ་བོ་སྟོམས་པར་གྱུར་ཅིག      བདེ་  
སྤྱག་རོ་སྟོམས་པར་གྱུར་ཅིག      ཁྱེན་ངན་ཕྱོགས་སུ་  
འཆར་བར་གྱུར་ཅིག      རྣམ་རྟོག་ཕྱིན་ལས་སུ་འཆར་བར་  
གྱུར་ཅིག      རེ་དོགས་ཀྱི་གཡང་ས་ཆེད་པར་གྱུར་ཅིག      །  
དགག་སྒྲུབ་སྤང་སྤང་དང་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག      ཁྱེན་  
སྤང་བབྱང་ངན་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཉིད་དུ་རོ་སྟོམས་པར་  
གྱུར་ཅིག      ཞིང་ཁམས་ཕྱོགས་མེད་དུ་འབྱོངས་པར་  
གྱུར་ཅིག      །དག་སྤང་ཕྱོགས་མེད་དུ་སྐྱེ་བར་གྱུར་ཅིག      །  
སྤང་བ་བྲལ་མར་འཆར་བར་གྱུར་ཅིག      །སྤང་བ་ཡི་དམ་དུ་

འཆར་བར་གྱུར་ཅིག      །སྒྲིང་བ་ཆོས་སྒྱུར་འཆར་བར་  
གྱུར་ཅིག   །སྒྲིང་བ་སྒྱུ་གསུམ་དུ་འཆར་བར་གྱུར་ཅིག   །  
སྒྲིང་བ་བདེ་བར་འཆར་བར་གྱུར་ཅིག   །སྒྲིང་བ་སྒྱུ་མར་  
འཆར་བར་གྱུར་ཅིག   །སྒྲིང་བ་རྟེན་འབྲེལ་དུ་འཆར་བར་  
གྱུར་ཅིག   །སྒྲིང་བ་ལོར་བུར་འཆར་བར་གྱུར་ཅིག   །  
བཟང་ངན་འབྲིང་གསུམ་སྒྱི་བོར་འབྱུར་རུས་པར་གྱུར་  
ཅིག   །རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་  
འབྱོངས་པར་གྱུར་ཅིག   །ཚད་མེད་ཀྱི་སྣང་རྗེ་འབྱོངས་  
པར་གྱུར་ཅིག   །ལྷག་པའི་བསམ་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
འབྱོངས་པར་གྱུར་ཅིག   །བདག་གཞན་ཐམས་ཅད་

མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པར་གྱུར་ཅིག      །བདེ་སྤྱད་བརྗེ་  
རུས་པར་གྱུར་ཅིག      །གཞན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་  
དགའ་བཞིན་སྤྱོད་བཞིན་དུ་འབྱུང་རུས་པར་གྱུར་ཅིག      །  
ཁྱེད་ནས་སྤྱོད་རུས་པའི་སྤྱིང་རྗེ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག      །  
སྤྱིང་རྗེའི་སྤྱོད་ནས་ལམ་དུ་སྤྱོད་བར་གྱུར་ཅིག      །སྤྱོད་ཉིད་  
གྱི་དོན་ལ་རོ་སྟོམས་པར་གྱུར་ཅིག      །སྤྱད་བསྐྱེད་གྱི་  
རང་བཞིན་ཟག་པ་མེད་པའི་བདེ་བ་ཆེན་པོར་འཆར་བར་  
གྱུར་ཅིག      །བདག་གི་བདེ་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་གཞན་ལ་  
དགའ་སྤྱོད་དང་བཅས་ཏེ་སྤྱོད་རུས་པར་གྱུར་ཅིག      །བྱིན་  
ནས་ཀྱང་འཁོར་འདས་ཐམས་ཅད་ལ་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་སྤྱིན་

ཅིང་བྱུང་པར་གྱུར་ཅིག། །དེས་སྒྲོན་ཐམས་ཅད་དག་ཅིང་།  
ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་ནས་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་  
དོན་གཉིས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་རྩོལ་མེད་དུ་འགྱུང་པར་  
གྱུར་ཅིག། །ཆིག་ཆོག་གནད་དུ་ཚུད་པར་གྱུར་ཅིག། །  
མཉམ་བཞག་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག། །ཞི་གནས་  
མཐར་ཕྱིན་པར་གྱུར་ཅིག། །བདེ་གསལ་མི་རྟོག་པའི་ཏིང་  
ངེ་འཛིན་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་འབྱེངས་པར་གྱུར་ཅིག། །  
མངོན་ཤེས་དང་རྩུ་འཕྲུལ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་  
དཔག་ཏུ་མེད་པ་སྐྱེ་བར་གྱུར་ཅིག། །རིག་པའི་རྩ་བ་ཆོད་  
པར་གྱུར་ཅིག། །རྣམ་རྟོག་ཆོས་སྐུར་འཆར་བར་གྱུར་



ཅིག །སྒྲོན་ཡོན་ཏན་དུ་སྒྲོང་བར་གྱུར་ཅིག །འབྲུལ་པ་  
ཡེ་ཤེས་སུ་འཆར་བར་གྱུར་ཅིག །འཁོར་བ་སྤང་འདས་  
སུ་རྟོགས་པར་གྱུར་ཅིག །སྤྱག་བསྐྲུལ་བདེ་བར་འཆར་  
བར་གྱུར་ཅིག །བར་ཆད་དངོས་གྲུབ་ཏུ་འདུས་པར་གྱུར་  
ཅིག །ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་  
གྱུར་ཅིག །སྤང་བ་དབང་དུ་འདུས་པར་གྱུར་ཅིག །  
ལས་འབྲེལ་སྤྱོད་མེད་དུ་ཞོག་པར་གྱུར་ཅིག །འབྲེལ་  
ཆད་དོན་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག །བདག་གིས་གཞན་ལ་  
དུས་གསུམ་དུ་ཕན་གཞོན་གྱི་ལས་ཅི་བྱས་པ་དང་།  
གཞན་གྱིས་བདག་ལ་དུས་གསུམ་དུ་ཕན་གཞོན་གྱི་ལས་



ཅི་བྱས་པ་དེ་རྣམས་ཐམས་ཅད་ལམ་ལོག་པ་དང་བཏང་  
སྟོམས་སུ་སྐྱད་ཅིག་ཙམ་ཡང་མི་འགོ་བར་གྱུར་ཅིག །  
ནང་གི་རྒྱ་ཕྱི་རྒྱུ་བར་གྱི་མཆོམས་སྦྱོར་ལ་སོགས་པའི་  
དུས་གསུམ་གྱི་ལས་ངན་རྒྱ་འབྲས་ས་བོན་དང་བཅས་པ་  
ཐམས་ཅད་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་བྱང་ཞིང་དག་པར་གྱུར་ཅིག །  
སྤྲོན་ཆད་འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་སྤང་དང་། གཏི་ཕྱག་  
དང་། ང་རྒྱལ་དང་། ཕྱག་དོག་དང་། རྟེན་པ་དང་  
བཀུར་སྟེ། གྲགས་འདོད་དང་རྩོམ་སེམས་ལ་སོགས་པ་  
མི་དགོ་བའི་བསམ་སྦྱོར་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་མི་འབྱུང་བར་  
གྱུར་ཅིག ། ཁོགས་གཉིས་རྒྱབས་པོ་ཆེ་རྩོལ་མེད་དུ་

གཤམ་པར་གྱུར་ཅིག      །གསང་སྤྲུགས་གྱི་སྒོད་དུ་རུང་  
བར་གྱུར་ཅིག      །དབང་རྣམ་པ་བཞི་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག      །  
ཡེ་ཤེས་ངོས་ཟེན་པར་གྱུར་ཅིག      །དམ་ཆོག་གཙང་མ་  
སྤང་རྒྱས་པར་གྱུར་ཅིག      །བསྐྱེད་ཐོགས་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་  
པར་གྱུར་ཅིག      །ཕྱིན་ལས་བཞི་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག      །  
རྒྱ་འབྲས་གྱི་སྤྲིའི་པ་ཤེས་པར་གྱུར་ཅིག      །རིག་པའི་འགྲོ་  
ཐོག་གོ་བར་གྱུར་ཅིག      །དགོ་སྒྲིག་གི་དོར་ལེན་ཤེས་  
པར་གྱུར་ཅིག      །སྤང་བ་ལ་བྱན་ཚུད་པར་གྱུར་ཅིག      །ཕྱི་  
ནང་གསང་གསུམ་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ལ་མཁའས་པར་གྱུར་  
ཅིག      །གཞན་སྤང་དབང་དུ་འདུས་པར་གྱུར་ཅིག      །སྒྲིལ་

ལམ་རྒྱ་ཆེན་པོ་འདེབས་ནུས་པར་གྱུར་ཅིག །གང་བཏབ་  
གི་འབྲས་བུ་ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་སྒྲིན་པར་གྱུར་ཅིག །དགོ་  
བའི་རྩ་བ་འདིས་ཆེ་འདི་དང་སྐྱེ་བ་གཞན་དག་ཐམས་ཅད་  
དུ་འགོ་དོན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཚུ་ལ་མེད་དུ་འགྲུབ་པར་  
གྱུར་ཅིག །ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱོད་པ་དུག་གི་སྒྲོན་ས་འགྲུབ་པར་  
གྱུར་ཅིག །བསྐྱེད་བ་བཞིའི་སྒྲོན་ས་འགྲུབ་པར་གྱུར་  
ཅིག །སྤྱོད་ལས་བཞིའི་སྒྲོན་ས་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག །  
ཆོད་མེད་པ་བཞིའི་སྒྲོན་ས་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག །བསྐྱེད་  
པ་གསུམ་གྱི་སྒྲོན་ས་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག །གྲུབ་ཆེན་  
བརྒྱུད་གྱི་སྒྲོན་ས་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག །འབད་པ་དང་

ཕྱོལ་བ་མེད་པའི་འགྲོ་དོན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འགྲུབ་པར་  
གྱུར་ཅིག ། ལུས་དང་སྲོག་ལ་མི་བལྟ་བར་གྱུར་ཅིག །  
ངལ་བ་དང་སྒྲི་དུ་བ་མེད་པར་འགྲོ་དོན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་  
འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག ། བདག་གི་བའི་འོག་ཏུ་ཡང་མགོ་  
དང་། ཀླུ་ལག་དང་། ཞ་དང་། རུས་པ་དང་། ཡན་  
ལག་དང་། ཉིང་ལག་དང་། རྒྱ་དང་བ་སྒྲུ། སེ་དང་  
སེན་མོ། བྲག་དང་ཆུ་སེར། ཞག་དང་ཆེལ་བྲ། དབང་  
པོ་ལྟ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཀྱང་འགྲོ་དོན་དཔག་ཏུ་མེད་  
པ་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག ། བདག་ལ་དུས་གསུམ་དུ་  
དག་འཁོར་མགུ་བར་བྱེད་ཅིང་དད་གུས་གྱིས་གསོལ་བ་

འདེབས་པ་དང་། བདག་གི་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་རྣམས་ཀྱི་  
རྒྱུ་ལ་རྟོགས་པ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཆོག་མེད་དུ་སྐྱེ་བར་  
གྱུར་ཅིག ། ཉམས་སྤོང་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་བརྟན་པར་  
གྱུར་ཅིག ། ཏིང་འཛིན་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་སྐྱེ་བར་གྱུར་  
ཅིག ། མཆོག་ཐུན་མེད་གི་དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་པ་ཚུལ་  
མེད་དུ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག ། སྒྲིང་བ་རྟོན་འབྲེལ་དུ་ཤར་  
ནས་ཆོ་ག་ཅིག་ལུས་ག་ཅིག་ལ་སངས་རྒྱ་བར་གྱུར་ཅིག །  
བདག་ལ་དུས་གསུམ་དུ་མ་དད་ཅིང་སྐྱུར་པ་འདེབས་པ་  
དང་། སྤོང་ཅིང་ཕྱག་དོག་པ་དང་། བརྟན་ཤིང་བསམ་  
སྦྱོར་ངན་པ་བྱེད་པ་དང་། ངན་སྦྱས་དང་གྲུལ་ཁ་གཏོང་

བ་དེ་དག་གིས་བདག་གི་དུས་གསུམ་གྱི་ལས་ངན་མི་  
དགོ་བའི་རྒྱ་འབྲས་ས་བོན་བག་ལ་ཉལ་བ་དང་བཅས་པ་  
ཐམས་ཅད་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་བྱང་ཞིང་དག་པར་གྱུར་ཅིག །དེ་  
དག་གི་རྒྱུད་ལ་ནམ་མཁའ་གྱི་འབྲས་བུ་མི་འབྱུང་ཞིང་  
སངས་རྒྱ་བའི་གོགས་སུ་མི་འགྲོ་བར་གྱུར་ཅིག །དེ་དག་  
བདག་གི་གདུལ་བྱར་གྱུར་ནས་ཆེ་གཅིག་ལུས་གཅིག་ལ་  
སངས་རྒྱ་བར་གྱུར་ཅིག །ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་  
བདག་གི་གྲོགས་ཆངས་པ་མཚུངས་པར་སྦྱོད་པ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མ་ལུས་པ་ཆེ་འདི་ཉིད་  
ལ་ཇོགས་ནས་སྒྲན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སངས་རྒྱ་བར་

གྱུར་ཅིག     །བདག་གི་སྤྲེལ་མ་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་ཆེ་  
ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པར་འཕེལ་ནས་འཁོར་བ་མ་  
སྟོངས་ཀྱི་བར་དུ་སྐྱེ་བྱ་ངན་ལས་མི་འདའ་བར་བཞུགས་  
པར་གྱུར་ཅིག     །སྤོན་ལས་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པར་  
འཕེལ་ནས་འཁོར་བ་དོང་སྒྲུགས་པར་མཛད་པར་གྱུར་  
ཅིག     །དགོ་བའི་རྩ་བ་འདྲིས་སྤྲེལ་དུས་གསུམ་སངས་  
རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་གསུང་བྱགས་ཡོན་ཏན་སྤོན་ལས་སྐྱེ་ཆེ་  
ཞིང་ཁམས་མཛད་པ་རྣམ་འཕྲུལ་ཡེ་ཤེས་མ་ལུས་པ་ནམ་  
མཁའ་དང་མཉམ་པར་འཕེལ་ནས་བྱགས་ཀྱི་དགོངས་པ་  
མཐའ་དག་ཡོངས་སུ་ཚྲོགས་པར་གྱུར་ཅིག                     །དུས་



གསུམ་གྱི་ལམ་དུ་ཞུགས་པ་དང་འཇུག་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་  
སྒོམ་ཐམས་ཅད་དག་ཅིང་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཚྲོགས་  
པར་གྱུར་ཅིག །དུས་གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
བདེ་བ་དང་ལྷན། སྡུག་བསྔལ་དང་བྲལ་ནས་ཚྲོགས་  
པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཆོ་ག་ཅིག་ལ་སངས་རྒྱ་བར་གྱུར་ཅིག །  
བདག་གི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ལ་སྒྲམ་སངས་རྒྱས་  
ཐམས་ཅད་གྱི་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་མ་ལུས་པ་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་  
འཇུག་ཅིང་ཡོངས་སུ་ཚྲོགས་པར་གྱུར་ཅིག །བདག་གི་  
བ་སྒྲུའི་ཁྱད་བྱ་རེ་རེ་ནས་ཀྱང་སྒྲམ་སངས་རྒྱས་རྣམས་གྱི་  
རྣམ་པར་སྤྱལ་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་པ་དུས་སྐད་ཅིག་

མ་རེ་རེ་ལ་འབྱེད་ནུས་པར་གྱུར་ཅིག      །ནམ་མཁའ་དང་  
མཉམ་པའི་འཁོར་འདས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མདུན་དུ་བདག་  
གི་ཕན་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུལ་པ་རེ་རེ་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་སྒྲུང་བར་གྱུར་  
ཅིག      །སྒྲུང་མ་ཐག་ཏུ་དགའ་ཞིང་མགྲུ་ལ་དད་ཅིང་མོས་  
པ་སྐྱེས་ནས་དང་ཞིང་སྒྲོ་བའི་སྒྲོ་ནས་རང་དབང་མེད་པར་  
བདག་གི་དབང་དུ་འདུས་པར་གྱུར་ཅིག      །དུས་གསུམ་  
དུ་བདག་མཐོང་བ་དང་།      ཐོས་པ་དང་།      དེན་པ་དང་།  
རེག་པའི་སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་ལ་འཁོར་འདས་མ་ལྟས་པའི་  
རྒྱད་ལ་བཟག་པ་མེད་པའི་བདེ་བ་ཆེན་པོས་ཆོམས་ནས་  
ཉེས་པའི་སྒྲོན་ཐམས་ཅད་དག་ཅིང་ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་

ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་གྱུར་ཅིག      །མདོར་ན་  
སྒྲ་མ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐོན་ལས་མ་ལུས་པ་བདག་གིས་  
ཚོལ་མེད་དུ་འགྱུར་པར་གྱུར་ཅིག      །འགྲོ་བའི་དོན་  
སྒྲ་བས་པོ་ཆེ་ཚོལ་མེད་དུ་འགྱུར་པར་གྱུར་ཅིག      །བྱང་  
ཆུབ་ཀྱི་སྤྱོད་པ་སྒྲ་བས་པོ་ཆེ་སྤྱོད་རུས་པར་གྱུར་ཅིག      །  
གཞན་ཡང་དག་པའི་རྩ་བ་འདིས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་  
དུ་རྫོགས་པ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་སྐྱེ་བར་གྱུར་ཅིག      །ཏིང་ངེ་  
འཇིན་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་སྐྱེ་བར་གྱུར་ཅིག      །ཉམས་སྤྱོད་  
རྒྱན་ཆད་མེད་པར་གྱུར་ཅིག      །མཆོག་ཐུན་མོང་གི་དངོས་  
གྲུབ་མ་ལུས་པ་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག      །བྱམས་

སྒྲིང་རྩེ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་འབྱོངས་པར་གྱུར་ཅིག །རང་  
འདོད་ཆེ་འདིའི་བསམ་པ་སྐད་ཅིག་ཀྱང་མི་འབྱུང་བར་  
གྱུར་ཅིག །འགྲོ་བའི་དོན་བྱེད་པ་ལ་མིག་སྒྲན་དང་རིལ་  
བུ་ལ་སོགས་པ་གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་ལ་མངའ་རྟེན་པར་གྱུར་  
ཅིག །ནད་དང་། གདོན་དང་། ཉོན་མོངས་པ་དང་།  
གཞན་གྱི་བསམ་སྒྲུབ་ངན་པ་ཐམས་ཅད་ནི་བར་གྱུར་  
ཅིག །ཆེ་དང་། དབང་ཐང་དང་། ལོངས་སྦྱོད་དང་།  
འཁོར་རྒྱས་པར་གྱུར་ཅིག །རྒྱལ་པོ་དང་། སྒྲོན་པོ་དང་།  
བཙུན་མོ་དང་། དམངས་ཕལ་པ་ལ་སོགས་པ་འགྲོ་བ་  
རིགས་དྲུག་གི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དབང་དུ་འདུས་

པར་གྱུར་ཅིག      །སྒྲ་མའི་སྐུ་དགའ་གྱུར་པ།      དགོན་  
མཆོག་གི་དབུ་འཕང་སྒྲོད་པ།      སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་  
བཞིག་པ།      རྣལ་འབྱོར་གྱི་སྐུ་ལ་སྒྲོ་བ་ལ་སོགས་པ་  
སེམས་ཅན་ཡོངས་ལ་གཞོད་པའི་གདུག་པ་ཅན་ཐམས་  
ཅད་ཆར་ཆོད་པར་གྱུར་ཅིག      །མདོར་ན་ལུས་ངག་ཡིད་  
གསུམ་གྱི་བྱ་བ་དང་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་  
འབའའཞིག་ཏུ་འགྱུར་བར་གྱུར་ཅིག      །དག་བའི་ཚུ་བ་འདི་  
ལ་བཏེན་ནས་ཆོ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་རྣམ་པར་ཏྲིག་པ་  
ལམ་དུ་སྒྲོང་བར་གྱུར་ཅིག      །ཉོན་མོངས་པ་ལམ་དུ་སྒྲོང་  
བར་གྱུར་ཅིག      །ལྷ་འདྲེ་ལམ་དུ་སྒྲོང་བར་གྱུར་ཅིག      །

འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐལ་ལམ་དུ་སློང་བར་གྱུར་ཅིག །ཀ་  
ཆ་ལམ་དུ་སློང་བར་གྱུར་ཅིག །འཆི་བ་ལམ་དུ་སློང་  
བར་གྱུར་ཅིག །བདག་འཛིན་སྒོས་ཐོང་བར་གྱུར་ཅིག །  
སྐྱག་བསྐལ་ལ་སློན་དུ་མི་བཏུ་བར་གྱུར་ཅིག །སྒྲིང་པ་  
ཆོས་བརྒྱད་ཆེད་དུ་མི་བསྐྱབ་པར་གྱུར་ཅིག །ལྷ་འདྲེ་  
དབང་དུ་འདུས་པར་གྱུར་ཅིག །བར་ཆད་ལམ་དུ་སློང་  
བར་གྱུར་ཅིག །སེམས་ལ་དབང་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག །  
སྒྲིང་བ་ལ་དབང་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག །འབྱུང་བ་ལ་དབང་  
ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག །ལས་ལ་དབང་ཐོབ་པར་གྱུར་  
ཅིག །ཉོན་མོངས་པ་ལ་དབང་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག །

གཉེན་པོ་ལ་དབང་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག     །བསྐྱ་བ་བཞི་ལ་  
དབང་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག     །ཕྱིན་ལས་བཞི་ལ་དབང་ཐོབ་  
པར་གྱུར་ཅིག     །སྤྱོད་པ་བཞི་ལ་དབང་ཐོབ་པར་གྱུར་  
ཅིག     །ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ལ་དབང་ཐོབ་པར་གྱུར་  
ཅིག     །ཆེ་ལ་དབང་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག     །ལོངས་སྤྱོད་ལ་  
དབང་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག     །གཟི་བརླིང་ལ་དབང་ཐོབ་  
པར་གྱུར་ཅིག     །བྱུགས་རྩེ་ལ་དབང་ཐོབ་པར་གྱུར་  
ཅིག     །སྤྱོད་པ་ལ་དབང་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག     །མོས་པ་ལ་  
དབང་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག     །སྤྱོན་ལམ་ལ་དབང་ཐོབ་པར་  
གྱུར་ཅིག     །རྩ་ལྷུ་ལ་ལ་དབང་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག     །ཡེ་



ཤེས་ལ་དབང་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག      ཆོས་ལ་དབང་ཐོབ་  
པར་གྱུར་ཅིག      ཁྱེད་སེམས་ལ་དབང་ཐོབ་པར་གྱུར་  
ཅིག      ཏིན་འབྲེལ་ལ་དབང་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག      གླེ་  
འགྲོ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དབང་ཐོབ་པར་གྱུར་  
ཅིག      འཆི་བ་ལ་དབང་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག      དག་བའི་  
ཅུ་བ་འདིས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་བདག་འཆི་བའི་  
དུས་སུ་གཤེས་ངན་དུ་མི་འཆི་བར་གྱུར་ཅིག      གཤམ་  
གཙོང་གི་སྐྱུ་ག་བསྐྱེལ་མི་འབྱུང་བར་གྱུར་ཅིག      ཁྲན་པ་  
དང་ཤེས་བཞིན་དང་ལྡན་ཏེ་རང་ལ་དབང་ཡོད་པར་  
བསམ་བཞིན་དུ་སེམས་དགའ་སྟོོ་དང་བཅས་ཏེ་འཆི་བར་

གུར་ཅིག། །བར་དོ་དང་པོ་ལ་འོད་གསལ་ངོས་ཟེན་ནས་  
རང་དོན་ཆོས་ཀྱི་སྐར་སངས་རྒྱས་པར་གུར་ཅིག། །ཟག་  
མེད་ཀྱི་སྒྲིང་རྩེ་འབྲོངས་ནས་གཞན་སྤང་ལ་སྐྱེ་རྣམ་པ་  
གཉིས་ཀྱིས་འཁོར་བ་དོད་སྒྲུགས་ཐོང་བར་གུར་ཅིག། །  
གལ་ཏེ་བདག་ལ་སྤྱིད་པ་བར་མ་དེའི་སྤང་བ་ཤར་ན་བར་  
དོ་ལ་བར་དོར་ངོ་ཤེས་པར་གུར་ཅིག། །དག་པ་ཡེ་ཤེས་  
ཀྱི་སྐྱེ་ལུས་སྐྱེ་ལྟ་རྒྱས་པར་གུར་ཅིག། །ཞིང་ཁམས་  
ཐམས་ཅད་ལྟར་འབྲོངས་པར་གུར་ཅིག། །འོད་གསལ་གྱི་  
མེས་དངོས་པོའི་བག་ཆགས་ཐམས་ཅད་བསྐྱེག་པར་  
གུར་ཅིག། །མངལ་གྱི་སྒྲོ་ཁིགས་པར་གུར་ཅིག། །རིག་

པ་ལ་རང་དབང་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག      །བསམ་བཞིན་དུ་  
སྐྱེ་བ་སྦངས་ཏེ་གཞན་དོན་སྦྱབས་པོ་ཆེ་འགྲུབ་པར་གྱུར་  
ཅིག      །མངོན་པར་ཤེས་པ་དུག་དང་ལྡན་པར་གྱུར་  
ཅིག      །ལྟའི་མིག་གི་མངོན་པར་ཤེས་པ་ཐོབ་པར་གྱུར་  
ཅིག      །ལྟའི་རྣ་བའི་མངོན་པར་ཤེས་པ་ཐོབ་པར་གྱུར་  
ཅིག      །སྟོན་གྱི་གནས་རྗེས་སུ་དྲན་པའི་མངོན་པར་ཤེས་  
པ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག      །གཞན་གྱི་སེམས་ཤེས་པའི་  
མངོན་པར་ཤེས་པ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག      །ཁྱེད་ལྟུང་གྱི་  
མངོན་པར་ཤེས་པ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག      །ཟག་པ་བད་པའི་  
མངོན་པར་ཤེས་པ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག      །སྟུན་ལྟ་ཐོབ་པར་

གུར་ཅིག    །ཤའི་སྤྱན་དང་ལྡན་པར་གུར་ཅིག    །ལྟའི་  
སྤྱན་དང་ལྡན་པར་གུར་ཅིག    །ཆོས་ཀྱི་སྤྱན་དང་ལྡན་པར་  
གུར་ཅིག    །མངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱན་དང་ལྡན་པར་གུར་  
ཅིག    །ཤེས་རབ་ཀྱི་སྤྱན་དང་ལྡན་པར་གུར་ཅིག    །སྤང་  
བ་ལམ་དུ་སྤྲོད་བར་གུར་ཅིག    །ཏིང་ངེ་འཛིན་ལམ་དུ་  
སྤྲོད་བར་གུར་ཅིག    །གཏུམ་མོ་འབྱོངས་པར་གུར་  
ཅིག    །བདེ་བ་སྐྱེ་བར་གུར་ཅིག    །བྱིད་སྐྱེ་བར་གུར་  
ཅིག    །མི་རྟོག་པ་སྐྱེ་བར་གུར་ཅིག    །ཅུ་བདེ་བར་གུར་  
ཅིག    །སྤང་འཇམ་པར་གུར་ཅིག    །བདེ་སྤྲོད་གི་ཏིང་ངེ་  
འཛིན་སྐྱེ་བར་གུར་ཅིག    །ཉིན་པར་སྐྱེ་ལུས་འབྱོངས་པར་

གུར་ཅིག །མཚན་མོ་མི་ལམ་འབྱོངས་པར་གུར་ཅིག །  
འོད་གསལ་འབྱོངས་པར་གུར་ཅིག །འཕོ་བ་འབྱོངས་  
པར་གུར་ཅིག །གྲོང་འཇུག་འབྱོངས་པར་གུར་ཅིག །  
བར་དོ་འབྱོངས་པར་གུར་ཅིག །རིག་པའི་རྩ་བ་ཆོད་པར་  
གུར་ཅིག །ཞི་བའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་མཐའ་དང་བྲལ་  
བའི་རྟོགས་པ་འཆར་བར་གུར་ཅིག །ཐོ་བའི་ཏིང་ངེ་  
འཛིན་གྱིས་དྲག་པོའི་ཕྱིན་ལས་འགྲུབ་པར་གུར་ཅིག །  
རྒྱས་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་དགོས་འདོད་ཆར་བཞིན་  
འབབ་པར་གུར་ཅིག །དོན་དམ་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་  
སྒྲིབ་བ་དབང་དུ་འདུས་པར་གུར་ཅིག །བརྩོན་འགྲུས་

དྲག་པོའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་ཅི་བསམ་འགྲུབ་པར་གྱུར་  
ཅིག      །མཆོག་ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་གྱུར་  
ཅིག      །མཁའ་འགྲོ་དབང་དུ་འདུས་པར་གྱུར་ཅིག      །  
སྤྱིང་རྩེ་འབྱོངས་པར་གྱུར་ཅིག      །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་  
མཁྱེན་པའི་སྐྱེ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག      །གདུག་པ་ཅན་ཐམས་  
ཅད་ཆར་ཆོད་པར་གྱུར་ཅིག      །ཁམས་གསུམ་དབང་དུ་  
འདུས་པར་གྱུར་ཅིག      །མཛད་པ་མཐར་འདོན་པར་གྱུར་  
ཅིག      །འཛིག་ཏེན་གྱི་ཏེན་འབྲེལ་ཐབས་ལ་མཁས་པར་  
གྱུར་ཅིག      །དྲག་པོའི་ལས་ལ་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་གྱུར་  
ཅིག      །སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་གྱུར་

ཅིག མི་ཉམས་པར་གྱུར་ཅིག བསྟན་པ་ལ་གཞོན་  
པའི་འདུག་པ་ཅན་ཐམས་ཅད་ཆར་ཆོད་པར་གྱུར་ཅིག །  
འགྲོ་བའི་དགོས་འདོད་ཀྱི་གཏེར་ཁ་འབྱེད་པར་གྱུར་  
ཅིག ཉོན་མེད་ས་དང་རྣམ་ཏྲུག་ཞི་བར་གྱུར་ཅིག ཁོར་  
ལོངས་སྟོང་ཆར་བཞིན་འབབ་པར་གྱུར་ཅིག ལྷ་ལྷ་མི་  
ལྷ་ཐམས་ཅད་དབང་དུ་འདུས་པར་གྱུར་ཅིག ལོག་  
འདྲེན་ཐམས་ཅད་ཆར་ཆོད་པར་གྱུར་ཅིག མི་རྟག་པ་  
རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བར་གྱུར་ཅིག འཆི་བ་རྗེས་སུ་བྲན་པར་གྱུར་  
ཅིག ཆོ་འདི་སྒོ་ཡིས་ཐོང་བར་གྱུར་ཅིག ཆོས་བརྒྱད་  
མགོ་བོ་སྟོམས་པར་གྱུར་ཅིག འཛིན་པ་མཐའ་དག་



ལས་གོལ་བར་གྱུར་ཅིག      ཁྲོ་ལས་སུ་རུང་བར་གྱུར་  
ཅིག   །སེམས་བཀོལ་དུ་བརྟུབ་པར་གྱུར་ཅིག   ཁྲོ་ཆོས་  
སུ་འགོ་བ་གྱུར་ཅིག      ཅི་བྱས་ཆོས་སུ་འགོ་བར་གྱུར་  
ཅིག   །གང་བསམ་ཆོས་བཞིན་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག   །  
ཆོས་མིན་གྱི་བསམ་པ་སྐད་ཅིག་ཀྱང་མི་འབྱུང་བར་གྱུར་  
ཅིག      །བྱམས་པ་དང་སྒྲིང་རྗེ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་  
འབྱུངས་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་  
པ་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག      །དག་བའི་ཕ་བ་འདིས་ཆོ་  
རབས་ཐམས་ཅད་དུ་ཞེན་པ་ཕྱོགས་མེད་དུ་སྡོག་པར་གྱུར་  
ཅིག   །རི་བྱོད་ཕྱོགས་མེད་དུ་འགྲིམ་པར་གྱུར་ཅིག   །

ཡོན་ཏན་ཕྱོགས་མེད་དུ་སྐྱེ་བར་གྱུར་ཅིག      །སྒྲིང་རྩེ་  
ཕྱོགས་མེད་དུ་འགྲོངས་པར་གྱུར་ཅིག      །འགྲོ་དོན་  
ཕྱོགས་མེད་དུ་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག      །རྟེན་འབྲེལ་  
ཕྱོགས་མེད་དུ་འཆར་བར་གྱུར་ཅིག      །ཞབས་ཏྲིག་  
ཕྱོགས་མེད་དུ་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག      །སྒྲུང་སེམས་  
དབྱེར་མེད་དུ་རྟོགས་པར་གྱུར་ཅིག      །སྒྲུང་བ་ལ་བདེན་  
འཛིན་ལྟོག་པར་གྱུར་ཅིག      །བསམ་པ་དང་དགོས་འདོད་  
ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག      །བཀྲ་ཤིས་དང་བདེ་  
ལེགས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བར་གྱུར་ཅིག      །སྤྱི་ནང་གི་བར་  
ཆད་ཐམས་ཅད་ཞི་བར་གྱུར་ཅིག      །ཁོར་དང་ལོངས་སྤྱོད་

ཕུན་སུམ་ཚེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག །མ་  
ཆགས་མཁེན་པའི་སྒོ་ནས་གཏོང་བ་གསུམ་མཐར་ཕྱིན་  
པ་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག །འཁོར་གྱི་ཚད་ནམ་མཁའ་དང་  
མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་འདུལ་  
བར་གྱུར་ཅིག །ཆེའི་ཚད་འཁོར་བ་མ་སྟོངས་གྱི་བར་དུ་  
སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པར་གྱུར་ཅིག །གདུལ་བྱའི་ཚད་  
དག་པ་དང་མ་དག་པ་ཐམས་ཅད་སྒྲིན་གྲོལ་ལ་འཁོད་  
པར་གྱུར་ཅིག །ཞིང་ཁམས་གྱི་ཚད་ཁམས་གསུམ་  
ཐམས་ཅད་དབང་དུ་འདུས་པར་གྱུར་ཅིག །གོ་ཆའི་ཚད་  
གོང་འོག་གཉིས་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ལ་འཁོར་བ་དོང་མ་

སྐྱབས་གྱི་བར་དུ་ངལ་བ་དང་། རྒྱུ་བ་དང་། དུབ་པ་  
དག་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་མི་འབྱུང་བར་སྒོ་དགའི་བསམ་པ་རྒྱན་  
ཆད་མེད་པ་འབྱུང་བར་གྱུར་ཅིག །དགོ་བའི་རྩ་བ་འདིས་  
བདག་གི་དུས་གསུམ་གྱི་དགོ་བའི་རྩ་བ་ཐམས་ཅད་ཆེ་  
འདི་ཉིད་ལ་སྒྲིན་པར་གྱུར་ཅིག །སྒྲིན་ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་  
ཐམས་ཅད་ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་སྒྲིན་ཅིང་འབྲུབ་པར་གྱུར་  
ཅིག །དེ་དག་ཀྱང་རྒྱན་མ་མཁའ་དང་མཉམ་པར་གྱུར་  
ཅིག །ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་དང་མཉམ་པར་གྱུར་ཅིག །  
དུས་གསུམ་ཤེས་བྱའི་དགྱིལ་འཁོར་དང་མཉམ་པར་  
གྱུར་ཅིག །ཡུན་འཁོར་བ་མ་སྟོངས་ཀྱི་བར་དུ་གནས་

པར་གྱུར་ཅིག      །ལས་གོང་འོག་གཉིས་གྱི་དོན་ཆེན་པོ་  
འབའ་ཞིག་ཏུ་འགྲོ་བར་གྱུར་ཅིག      །མདོར་ན་དག་བའི་ཚུ་  
བ་འདིས་བདག་སྤྲུལ་བརྒྱུད་པ་དང་བཅས་པ་ཡི་དམ་གྱི་  
ལྷ་ཆོག་ས་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྐྱོང་ཆོས་མཛད་གྲུབ་ཐོབ་  
རྟོགས་ལྡན་ལ་སོགས་པ་དུས་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་  
དང་བཅས་པ་མ་ལུས་པ་ཐམས་ཅད་དང་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་སྐྱེ་  
མཉམ་པར་གྱུར་ཅིག      །གསུང་མཉམ་པར་གྱུར་ཅིག      །  
ཐུགས་མཉམ་པར་གྱུར་ཅིག      །ཡོན་ཏན་མཉམ་པར་གྱུར་  
ཅིག      །ཐིན་ལས་མཉམ་པར་གྱུར་ཅིག      །སྐྱ་ཆེ་ཞིང་  
ཁམས་མཉམ་པར་གྱུར་ཅིག      །མཛད་པ་མཉམ་པར་གྱུར་

ཅིག རྣམ་འཕྱལ་མཉམ་པར་གྱུར་ཅིག །ཤེས་རབ་  
མཉམ་པར་གྱུར་ཅིག །སྟོབས་པ་མཉམ་པར་གྱུར་  
ཅིག །རྣམ་མཐུ་མཉམ་པར་གྱུར་ཅིག །ཡེ་ཤེས་མཉམ་  
པར་གྱུར་ཅིག །བྱུགས་རྗེ་མཉམ་པར་གྱུར་ཅིག །རྩ་  
འཕྱལ་མཉམ་པར་གྱུར་ཅིག །མངོན་ཤེས་མཉམ་པར་  
གྱུར་ཅིག །འགྲོ་དོན་མཉམ་པར་གྱུར་ཅིག །ཅེས་པ་ལ་  
སོགས་པའི་སྟོན་ལམ་དོས་དྲག་ལ་སྟུགས་རིང་བར་བཏབ་བོ།།

**རྣམ་དག་བདེ་ཆེན་ཞིང་གི་སྟོན་ལམ་བཞུགས་**

ལྟ། ཨོ་ཨ་མི་རྟེ་ཕ་རྟེ། འདི་ཉིད་ཆག་མེད་བྱུགས་དམ་མཛོད། །ལག་པ་  
ན་ཡང་འབད་ནས་བྲིས། །མང་པོ་འགའ་ལ་ཨོ་ཕན་བསམས། །དཔེ་གཙོད་འདོད་མི་

གདའན་གཡོར།    འདི་ལས་ཕན་ཡོན་ཆེ་བ་མེད།    འདི་བས་ཟབ་པའི་གདམས་ངག་  
མེད།    འཇི་ཆོས་ཀྱི་རྩ་བ་ཡིན།    རང་གར་མ་བསྐྱར་ཉམས་ལེན་འབྱངས།    འདི་ནི་  
མདོ་ལུགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།    ལུང་མ་ཐོབ་ཀྱང་འདོན་ནི་རུང་།    ཨོ་མ་རྟོ།  
འདི་ནས་ཉི་མ་རྒྱབ་ཀྱི་ཕྱོགས་རོལ་ན།    གྲངས་མེད་  
འཇིག་རྟེན་མང་པོའི་ཕ་རོལ་ན།    རྩུང་ཟད་སྟེང་དུ་  
འཕགས་པའི་ཡུལ་ས་ན།    རྣམ་པར་དག་པའི་ཞིང་  
ཁམས་བདེ་བ་ཅན།    བདག་གི་རྒྱ་བུར་མིག་གིས་མ་  
མཐོང་ཡང་།    རང་སེམས་གསལ་བའི་ཡིད་ལ་ལམ་  
མེར་གསལ།    དེ་ན་བཙོམ་ལྡན་རྒྱལ་བའོད་དཔག་  
མེད།    བསྐྱར་རྒྱ་གའི་མདོག་ཅན་གཟི་བརྗེད་འབར།    །



དབུ་ལ་གཙུག་ཏྲར་ཞབས་ལ་འཁོར་ལོ་སོགས། །མཚན་  
བཟང་སོ་གཉིས་དཔེ་བྱད་བརྒྱད་ཅུས་སྤྲས། །ཞལ་  
གཅིག་ཕྱག་གཉིས་མཉམ་བཞག་ལྟར་བཟེད་འཛིན། །  
ཆོས་གོས་རྣམ་གསུམ་གསོལ་ཞིང་སྒྲིལ་གྱུང་གིས། །  
པརྩ་སྟོང་ལྡན་ཟླ་བའི་གདན་སྟེང་དུ། །བྱང་ཆུབ་ཤིང་ལ་  
སྒྲུ་རྒྱབ་བཏེན་མཛད་དེ། །བྱུགས་རྗེའི་སྤྱན་གྱིས་རྒྱང་  
ནས་བདག་ལ་གཟིགས། །གཡས་སུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་སྤྱན་རས་གཟིགས། །སྒྲུ་མདོག་དཀར་པོ་ཕྱག་  
གཡོན་པད་དཀར་འཛིན། །གཡོན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་མཐུ་ཆེན་ཐོབ། །སྟོན་པོ་རྫོ་རྫོས་མཚན་པའི་པརྩ་

གཤམ་མཁོན། །གཡས་གཉིས་སྐྱབས་སྦྱོར་ཕྱག་རྒྱ་བདག་ལ་  
བསྟན། །གཙོ་བོ་གསུམ་པོ་རི་རྒྱལ་ལྟོན་པོ་བཞིན། །  
ལྟང་རེ་ལྟོན་ནེ་ལྟམ་མེར་བཞུགས་པའི་འཁོར། །བྱང་  
རྒྱལ་སེམས་དཔའི་དག་སྦྱོང་བྱེ་བ་འབུམ། །ཀྱུན་གྱང་  
གསེར་མདོག་མཚན་དང་དཔེ་བྱད་བརྒྱན། །ཆོས་གོས་  
རྣམ་གསུམ་གསོལ་ཞིང་སེར་ལྟམ་མེ། །མོས་གུས་ཕྱག་  
ལ་ཉེ་རིང་བྱད་མེད་ཕྱིར། །བདག་གི་སྒྲོ་གསུམ་གུས་  
པས་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཆོས་སྐྱ་སྐྱང་བ་མཐའ་ཡས་  
རིགས་ཀྱི་བདག་ །ཕྱག་གཡས་འོད་ཟེར་ལས་སྐྱལ་སྐྱོན་  
རས་གཟིགས། །ཡང་སྐྱལ་སྐྱོན་རས་གཟིགས་དབང་བྱེ་

བ་བརྒྱ།      །ཕྱག་གཡོན་འོད་ཟེར་ལས་སྐྱལ་སྒྲོལ་མ་  
སྟེ།      །ཡང་སྐྱལ་སྒྲོལ་མ་གྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་འགྱེད།      །  
ཕྱགས་ཀྱི་འོད་ཟེར་ལས་སྐྱལ་པརྒྱ་འགྱེད།      །ཡང་སྐྱལ་  
ཨུ་རྒྱན་གྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་འགྱེད།      །ཆོས་སྐུ་འོད་དཔག་  
མེད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །སངས་རྒྱས་སྐུན་གྱིས་ཉིན་  
མཚན་དུས་དྲུག་ཏུ།      །སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་བརྟེ་བས་རྟག་  
ཏུ་གཟིགས།      །སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ཡིད་ལ་གང་དྲན་  
པའི།      །རྣམ་རྟོག་གང་འབྱུང་རྟག་ཏུ་ཕྱགས་ཀྱིས་  
མཁྱེན།      །སེམས་ཅན་ཀུན་གྱིས་ངག་ཏུ་གང་སྒྲུས་  
ཆོག      །རྟག་ཏུ་མ་འདྲེས་སོ་སོར་སྒྲན་ལ་གསུམ།      །ཀུན་

མཁེན་འོད་དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ཆོས་སྤངས་  
མཆམས་མེད་བྱས་པ་མ་གཏོགས་པ། བྱིད་ལ་དད་ཅིང་  
སྒྲོན་ལམ་བཏབ་ཆོད་ཀྱན། བདེ་བ་ཅན་དེར་སྐྱེ་བའི་  
སྒྲོན་ལམ་གྱུ་བ། བར་དོར་བྱོན་ནས་ཞིང་དེར་འདྲེན་པར་  
གསུངས། འདྲེན་པ་འོད་དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཆལ་  
ལོ། བྱིད་ཀྱི་སྐྱ་ཆེ་བསྐྱལ་པ་གངས་མེད་དུ། བྱ་ངན་  
མི་འདའ་ད་ལྟ་མཛོན་སུམ་བཞུགས། བྱིད་ལ་ཅེ་གཅིག་  
གྲས་པས་གསོལ་བཏབ་ན། ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་  
མ་གཏོགས་པའི། ཆེ་བད་པ་ཡང་ལོ་བརྒྱ་ཐུབ་པ་  
དང་། རུས་མིན་འཆི་བ་མ་ལུས་བསྐྱོག་པར་

གསུངས། མགོན་པོ་ཆེ་དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཆལ་  
ལོ། སྟོང་གསུམ་འཛིག་རྟེན་རབ་འབྱམས་གྲངས་མེད་  
པ། རིན་ཆེན་གྱིས་བཀའ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་བས། རོད་  
དཔག་མེད་པའི་མཆོན་དང་བདེ་བ་ཅན། རྩོས་ནས་དད་  
པས་ཐལ་མོ་སྤྱར་བྱས་ན། དེ་ནི་དེ་བས་བསོད་ནམས་  
ཆེ་བར་གསུངས། དེ་སྤྱིར་རོད་དཔག་མེད་ལ་གུས་ཕྱག་  
འཆལ། གང་ཞིག་རོད་དཔག་མེད་པའི་མཆོན་རྩོས་  
ནས། ཁ་ཞེ་མེད་པར་སྒྲིང་ཁོང་རུས་པའི་གཏིང་། །  
ལན་གཅིག་ཙམ་ཞིག་དད་པ་སྐྱེས་པ་ན། དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་  
ལམ་ལས་སྤྱིར་མི་ལྡོག་ མགོན་པོ་ཆེ་དཔག་མེད་ལ་

ཕུག་འཆལ་ལོ།                      །སངས་རྒྱས་འོད་དཔག་མེད་པའི་  
མཆོན་ཐོས་ནས།                      །དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པོ་མ་ཐོབ་  
བར།    །བྱང་མེད་མི་སྐྱེ་རིགས་ནི་བཟང་པོར་སྐྱེ།    །ཆེ་  
རབས་ཀུན་ཏུ་ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་དག་འབྱུང་།                      །བདེ་  
གཤེགས་འོད་དཔག་མེད་ལ་ཕུག་འཆལ་ལོ།                      །བདག་  
གི་ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་དག་ཅུར་བཅས།                      །དངོས་སུ་  
འབྱུང་བའི་མཆོད་པ་ཅི་མཆིས་པ།                      །ཡིད་སྤྲུལ་བཟླ་  
ཤིས་ལྡས་རྟགས་རིན་ཆེན་བདུན།                      །གའོད་ནས་གྲུབ་པ་  
སྤྱོད་གསུམ་འཛིག་རྟེན་གྱི།    །སྤྱིང་བཞི་རི་རབ་ཉི་ལྔ་བྱེ་བ་  
བརྒྱ།    །ལྷ་ལྷ་མི་ཡི་ལོངས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་ཀུན།                      །སྤྱོ་

ཡིས་སྒྲངས་ཏེ་འོད་དཔག་མེད་ལ་འབྱུང་།      །བདག་ལ་  
ཕན་ཕྱིར་བྱུགས་རྗེའི་སྟོབས་གྱིས་བཞེས།      །ཕ་མས་ཐོག་  
དངས་བདག་སོགས་འགྲོ་ཀུན་གྱིས།      །ཐོག་མ་མེད་པའི་  
དུས་ནས་ད་ལྟའི་བར།      །སྟོག་གཙོང་མ་བྱིན་སྒྲངས་དང་  
མི་ཆངས་སྟེང་།      །ལུས་གྱི་མི་དག་གསུམ་པོ་མཐོལ་ལོ་  
བཞགས།      །རྩྭ་དང་ཕྱ་མ་ཆོག་རྩྭ་བ་དག་འབྱུང་བ།      །  
དག་གི་མི་དག་བཞི་པོ་མཐོལ་ལོ་བཞགས།      །བརྒྱབ་  
སེམས་གཞོད་སེམས་ལོག་པར་ལྟ་བ་སྟེ།      །ཡིད་གྱི་མི་  
དག་གསུམ་པོ་མཐོལ་ལོ་བཞགས།      །ཕ་མ་སྟོབ་དཔོན་  
དག་བཙོམ་བསད་པ་དང་།      །རྒྱལ་བའི་སྐུ་ལ་ངན་



སེམས་སྐྱེས་པ་དང་།                      མཚམས་མེད་ལྟ་ཡི་ལས་  
བསགས་མཐོལ་ལོ་བཤགས།                      །དག་སྟོང་དག་ཚུལ་  
བསད་དང་བཅུན་མ་ཕབ།                      །སྐྱ་གཟུགས་མཆོད་རྟེན་ལྟ་  
ཁང་བཞིག་ལ་སོགས།                      །ཉེ་བའི་མཚམས་མེད་སྡིག་  
བྱས་མཐོལ་ལོ་བཤགས།                      །དཀོན་མཆོག་ལྟ་ཁང་  
གསུང་རབ་རྟེན་གསུམ་སོགས།                      །དཔང་ཞེས་ཆོད་  
བཅུགས་མནའ་བོས་ལ་སོགས་པ།                      །ཆོས་སྤངས་ལས་  
ངན་བསགས་པ་མཐོལ་ལོ་བཤགས།                      །ཁམས་གསུམ་  
སེམས་ཅན་བསད་ལས་སྡིག་ཆེ་བ།                      །བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་རྣམས་ལ་སྐྱར་བ་བཏབ།                      །དོན་མེད་སྡིག་ཆེན་

བསགས་པ་མཐོལ་ལོ་བཤགས།      །དག་བའི་ཕན་ཡོན་  
སྒྲིག་པའི་ཉེས་དམིགས་དང་།      །དུལ་བའི་སྒྲིག་  
བསྐྱལ་ཆེ་ཆད་ལ་སོགས་པ།      །ཐོས་ཀྱང་མི་བདེན་བཤད་  
ཆོད་ཡིན་བསམ་པ།      །མཆོམས་མེད་ལྟ་བས་བྱ་བའི་  
ལས་ངན་པ།      །ཐར་མེད་ལས་ངན་བསགས་པ་མཐོལ་  
ལོ་བཤགས།      །ཤམ་པ་བཞི་དང་ལྟག་མ་བརྟུ་གསུམ་  
དང་།      །སྤང་ལྟང་སོར་བཤགས་ཉེས་བྱས་སྡེ་ཆོན་ལྟ།      །  
སོ་ཐར་ཚུལ་བྲིམས་འཆལ་བ་མཐོལ་ལོ་བཤགས།      །  
ནག་པོའི་ཆོས་བཞི་ལྟང་བ་ལྟ་ལྟ་བརྟུ།      །བྱང་སེམས་  
བསྐྱབ་པ་ཉམས་པ་མཐོལ་ལོ་བཤགས།      །ཚུ་ལྟང་བརྟུ་

བཞི་ཡན་ལག་སྟོམ་པོ་བརྒྱད།      །གསང་སྒྲགས་དམ་  
ཆེ་ག་ཉམས་པ་མཐོལ་ལོ་བཤགས།      །སྟོམ་པ་མ་ཞུས་མི་  
དགའི་ལས་བྱས་པ།      །མི་ཆངས་སྟོད་དང་ཆང་འབྲུང་ལ་  
སོགས་པ།      །རང་བཞིན་ཁ་ན་མ་ཐོའི་སྟྲིག་པ་སྟེ།      །སྟྲིག་  
པ་སྟྲིག་ཏུ་མ་ཤེས་མཐོལ་ལོ་བཤགས།      །སྐྱབས་སྟོམ་  
དབང་བསྐྱར་ལ་སོགས་ཐོབ་ན་ཡང་།      །དེ་ཡི་སྟོམ་པ་  
དམ་ཆེ་ག་བསྐྱང་མ་ཤེས།      །བཅས་པའི་ལྟངས་བཤོག་པ་  
མཐོལ་ལོ་བཤགས།      །འགྱུད་པ་མེད་ན་བཤགས་པས་  
མི་འདག་པས།      །སྒྲར་བྱས་སྟྲིག་པ་ཁོང་དུ་དུག་སོང་  
ལྟར།      །ངོ་ཆར་འཛིགས་སྐྱག་འགྱུད་པ་ཆེན་པོས་

བཤགས།      བྱིན་ཆད་སྒོམ་སེམས་མེད་ན་མི་འདག་  
པས། བྱིན་ཆད་སྒོག་ལ་བབ་ཀྱང་མི་དགའི་ལས། །ད་  
ནས་མི་བབྱེད་སེམས་ལ་དམ་བཅའ་བབྱུང་།      །བདེ་  
གཤེགས་འོད་དཔག་མེད་པ་སྤྲས་བཅས་གྱིས། །བདག་  
ཁྱད་ཡོངས་སུ་དག་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །གཞན་གྱིས་  
དག་བ་བྱེད་པ་ཐོས་པའི་ཆོ། །དེ་ལ་ཕྱག་དོག་མི་དགའི་  
སེམས་སྤངས་ནས། །སྦྱིང་ནས་དགའ་བས་རྗེས་སུ་ཡི་  
རང་ན།      །དེ་ཡི་བསོད་ནམས་མཉམ་དུ་ཐོབ་པར་  
གསུངས།      །དེ་ཕྱིར་འཕགས་པ་རྣམས་དང་སོ་སྐྱེ་  
ཡིས། །དག་བ་གང་བསྐྱབས་ཀུན་ལ་ཡི་རང་དོ། །ཁྲི་

མེད་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས། །འགྲོ་དོན་  
ཀྱ་ཆེར་མཛད་ལ་ཡི་རང་དོ། །མི་དག་བཅུ་པོ་སྤངས་པ་  
དག་བ་བཅུ། །གཞན་གྱི་སྟོག་བསྐྱབ་སྦྱོན་པ་གཏོང་བ་  
དང་། །སྟོམ་པ་སྤྱང་ཞིང་བདེན་པར་སྒྲ་བ་དང་། །འཁོན་  
པ་སྤུམ་དང་ཞི་དལ་དྲང་པོར་སྒྲ། །དོན་དང་ལྡན་པའི་  
གཏམ་བཟློད་འདོད་པ་ཆུང་། །བྱམས་དང་སྦྱིང་ཆེ་སྟོམ་  
ཞིང་ཆོས་ལ་སྦྱོད། །དག་བ་དེ་རྣམས་ཀུན་ལ་ཡི་རང་  
དོ། །སྟོགས་བཅུ་འི་འཛིག་རྟེན་རབ་འབྱམས་ཐམས་ཅད་  
ན། །ཁྲིགས་སངས་ཀྱས་ནས་རིང་པོར་མ་ལོན་པ། །དེ་  
དག་རྣམས་ལ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ནི། །ཀྱ་ཆེན་སྦྱར་དུ་

བསྐྱོར་བར་བདག་གིས་བསྐྱུལ།      མངོན་ཤེས་བྱུགས་  
གྱིས་དེ་དོན་མཁྱེན་པར་གསོལ།      སངས་རྒྱས་བུང་  
སེམས་བསྟན་འཛིན་དག་བའི་བཤེས།      ཟུང་ན་འདའ་  
བར་བཞེད་ཀུན་དེ་དག་ལ།      ཟུང་ན་མི་འདའ་བཞུགས་  
པར་གསོལ་བ་འདེབས།      འདིས་མཆོན་བདག་གི་དུས་  
གསུམ་དག་བརྒྱམས།      འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དོན་  
དུ་བསྟོ།      ཀུན་གྱང་སྒྲ་མེད་བྱང་ཆུབ་སྦྱར་ཐོབ་ནས།      །  
ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་དོང་ནས་སྦྱགས་གྱུར་ཅིག      འདི་  
ཡི་དག་བ་བདག་ལ་སྦྱར་སྒྲིན་ནས།      ཆོ་འདིར་དུས་  
མིན་འཆི་བ་བཙོ་བརྒྱད་ཞི།      རྒྱུ་མེད་ལང་ཆོ་རྒྱས་པའི་

ལུས་སྟོབས་ལྡན།      །དཔལ་འབྱོར་འཛད་མེད་དབྱར་གྱི་  
གར་ལྟར།      །བདུད་དབྱའི་འཆོ་བ་མེད་ཅིང་དམ་ཆོས་  
སྟོང་།      །བསམ་པའི་དོན་ཀུན་ཆོས་ལྡན་ཡིད་བཞིན་  
འབྱུང་།      །བསྟན་དང་འགྲོ་ལ་ཕན་ཐོགས་རྒྱ་ཆེན་  
འབྱུང་།      །མི་ལུས་དོན་དང་ལྡན་པ་འབྱུང་པར་ཤོག།      །  
བདག་དང་བདག་ལ་འབྲེལ་ཐོགས་ཀུན།      །འདི་ནས་ཆོ་  
འཕེས་གྱུར་མ་ཐག།      །སྤྱལ་པའི་སངས་རྒྱས་འོད་དཔག་  
མེད།      །དག་སྟོང་དག་འདུན་འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར།      །  
མདུན་དུ་མདོན་སུམ་འབྱོན་པར་ཤོག།      །དེ་མཐོང་ཡིད་  
དགའ་སྦྲང་བ་སྦྱིད།      །ཞི་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་མེད་པར་



ཞོག་ བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མཆེད་བརྒྱད་ནི། རྩ་  
འཕུལ་སྟོབས་གྱིས་ནམ་མཁར་བྱོན། བདེ་བ་ཅན་དུ་  
འགོ་བ་ཡི། ལམ་སྟོན་ལམ་སྒྲ་འདྲན་པར་ཞོག་ ངན་  
སོང་སྒྲག་བསྐལ་བཟོད་སྒྲག་མེད། ལྷ་མིའི་བདེ་སྦྱིད་  
མི་རྟག་འགྱུར། དེ་ལ་སྒྲག་སེམས་སྦྱེ་བར་ཞོག་ ཐོག་  
མ་མེད་ནས་ད་ལྟའི་བར། འཁོར་བ་འདི་ན་ཡུན་རེ་  
རིང་། དེ་ལ་སྦྱོ་བ་སྦྱེ་བར་ཞོག་ མི་ནས་མི་རུ་སྦྱེ་ཆོག་  
གྱུར་། སྦྱེ་གན་འཆི་གངས་མེད་སྦྱིང་། འུས་ངན་  
སྦྱིགས་མར་བར་ཆད་མང་། མི་དང་ལྷ་ཡི་བདེ་སྦྱིད་  
འདི། འུག་དང་འདྲེས་པའི་བས་བཞིན་དུ། འདོད་པ་

སྤྱུ་ཙམ་མེད་པར་ཤོག།      ཉེ་དུ་བས་ཤོར་མཐུན་གྲོགས་  
ནམས། མི་རྟག་སྤྱུ་མ་མི་ལམ་བཞིན། ཆགས་ཞེན་  
སྤྱུ་ཙམ་མེད་པར་ཤོག།      ལ་ཆ་ཡུལ་རིས་ཁང་བྱིམ་  
ནམས། མི་ལམ་ཡུལ་གྱི་ཁང་བྱིམ་ལྟར། བདེན་པར་  
མ་གྲུབ་ཤེས་པར་ཤོག།      ཐར་མེད་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོ་  
ནས། ཉེས་ཆེན་བཙོན་ནས་ཐར་པ་བཞིན། བདེ་བ་  
ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་སུ། བྱི་ལྟས་མེད་པར་འབྲོས་པར་  
ཤོག། ཆགས་ཞེན་འབྲི་བ་ཀུན་བཅད་ནས། བྱ་ཚོད་རྩི་  
ནས་ཐར་བ་བཞིན། འཁྱུ་གྱི་ཕྱོགས་གྱི་ནམ་མཁའ་  
ལ། འཇིག་རྟེན་ཁམས་ནི་གྲངས་མེད་པ། རྒྱུད་ཅིག་

ཡུང་ལ་བགྲོད་བྱས་ནས།      །བདེ་བ་ཅན་དུ་སྦྱིན་པར་  
ཞོག། །དེ་རུ་སངས་རྒྱས་འོད་དཔག་མེད། །མངོན་སུམ་  
བཞུགས་པའི་ཞལ་མཐོང་ནས།      །སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་  
དག་པར་ཞོག། །སྐྱེ་གནས་བཞི་ཡི་མཆོག་གྱུར་པ། །མེ་  
ཏོག་པརྩའི་སྦྱིང་པོ་ལ།      །བརྩམས་ཏེ་སྐྱེ་བ་ལེན་པར་  
ཞོག། །སྐྱེད་ཅིག་ཉིད་ལ་ལུས་རྫོགས་ནས། །མཆོན་  
དཔེ་ལྡན་པའི་ལུས་ཐོབ་ཞོག། །མི་སྐྱེ་དྲགས་པའི་ཐེ་ཆོམ་  
གྱིས། །ལོ་གངས་ལྡ་བརྒྱའི་བར་དག་ཏུ། །ནང་དེར་  
བདེ་སྦྱིད་ལོངས་སྦྱོང་ལྡན། །སངས་རྒྱས་གསུང་ནི་ཐོས་  
ན་ཡང་། །མེ་ཏོག་ཁ་ནི་མི་བྱེ་བས། །སངས་རྒྱས་ཞལ་

མངལ་ཕྱི་བའི་སྒྲོན། །དེ་འདྲ་བདག་ལ་མི་འབྱུང་ཤོག། །  
སྒྲེས་མ་ཐག་ཏུ་མེ་ཏོག་གྲེ། །འོད་དཔག་མེད་པའི་ཞལ་  
མཐོང་ཤོག། །བསོད་ནམས་སྟོབས་དང་རྩུ་འཕུལ་  
གྲིས། །ལག་པའི་མཐིལ་ནས་མཆོད་པའི་སྒྲོན། །  
བསམ་མི་བྱབ་པར་སྒྲོས་བྱས་ནས། །སངས་རྒྱས་  
འཁོར་བཅས་མཆོད་པར་ཤོག། །དེ་ཆེ་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་དེས། །ཕྱག་གཡས་བརྒྱངས་ནས་མགོ་ལ་  
བཞག། །བྱང་རྒྱུ་ལུང་བསྟན་ཐོབ་པར་ཤོག། །ཟབ་དང་  
རྒྱ་ཆེའི་ཆོས་ཐོས་ནས། །རང་རྒྱུད་སྒྲིན་ཅིང་གྲོལ་བར་  
ཤོག། །སྒྱུན་རས་གཟིགས་དང་མཐུ་ཆེན་ཐོབ། །རྒྱལ་

སྤྲུལ་བྱ་བོ་རྣམ་གཉིས་གྱིས།      བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཤིང་  
རྗེས་བབྱང་ཤོག།      ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་ཕྱོགས་བཅུ་ཡི།      །  
སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དཔག་མེད་པ།      འོད་དཔག་  
མེད་པ་མཆོད་པ་དང་།      ཞིང་དེར་བལྟ་སྤྱིར་འབྱོན་པའི་  
ཆེ།      དེ་དག་ཀུན་ལ་བསྟེན་བཀུར་ཞིང་།      ཆོས་གྱི་  
བདུད་རྩི་ཐོབ་པར་ཤོག།      ཁྱུ་འཕྱུལ་ཐོགས་པ་མེད་པ་  
ཡིས།      ཁའོན་དགའི་ཞིང་དང་དཔལ་ལྡན་ཞིང་།      །  
ལས་རབ་རྫོགས་དང་སྦྱག་པོ་བཀོད།      ལྷ་དྲེ་དེ་དག་  
རྣམས་སུ་འགྲོ།      མི་བསྐྱོད་རིན་འབྱུང་དོན་ཡོད་གྲུབ།      །  
རྣམ་སྒྲུང་ལ་སོགས་སངས་རྒྱས་ལ།      དབང་དང་བྱིན་

སྒྲུབས་སྒྲོམ་པ་ལྟ།                      མཆོད་པ་དུ་མས་མཆོད་བྱས་  
ནས།    དགོང་མོ་བདེ་བ་ཅན་ཉིད་དུ།    དཀའ་ཆོག་ས་  
མེད་པར་སྒྲེབ་པར་ཞོག།    རོ་ར་ལ་དང་ལྷུང་ལོ་ཅན།    ར་  
ཡབ་སྒྲིང་དང་ཨུ་རྒྱན་ཡུལ།    སྤྱུལ་སྤྱུའི་ཞིང་ཁམས་བྱེ་  
བ་བརྒྱ།    སྤྱུན་རས་གཟིགས་དང་སྒྲོལ་མ་དང་།    །  
ཕྱག་རྡོར་པད་འབྱུང་བྱེ་བ་བརྒྱ།    མཇལ་ཞིང་མཆོད་པ་  
རྒྱ་མཆོས་མཆོད།    དབང་དང་གདམས་ངག་ཟབ་མོ་  
ལྟ།    སྤྱུར་དུ་རང་གནས་བདེ་ཆེན་ཞིང་།    ཐོགས་པ་  
མེད་པར་སྤྱིན་པར་ཞོག།                      རྒྱལ་གྱི་ཉེ་དུ་གྲ་སྒྲོབ་  
སོགས།    ལྷ་ཡི་མིག་གིས་གསལ་བར་མཐོང་།    སྤྱུང་

སྟོབ་བྱིན་གྱིས་སྟོབ་བྱེད་ཅིང་། །འཆི་དུས་ཞིང་དེར་བྱིད་  
པར་ཤོག། །བསྐྱལ་བཟང་འདི་ཡི་བསྐྱལ་པའི་ཡུན། །  
བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞག་གའི་སྟེ། །བསྐྱལ་པ་གྲངས་མེད་  
འཆི་བ་མེད། །རྟག་རྟུ་ཞིང་དེར་འཛིན་པར་ཤོག། །  
བྱམས་པ་ནས་བཟུང་མེས་པའི་བར། །བསྐྱལ་བཟང་  
འདི་ཡི་སངས་རྒྱས་རྣམས། །འཛིག་རྟེན་འདི་ན་ནམ་  
འབྱོར་ཆོ། །རྩ་འཕྱལ་སྟོབས་གྱིས་འདིར་འོངས་ནས། །  
སངས་རྒྱས་མཆོད་ཅིང་དམ་ཆོས་ཉན། །སྒྲུང་ཡང་བདེ་  
ཆེན་ཞིང་ཁམས་སུ། །ཐོགས་པ་མེད་པར་འབྱོ་བར་  
ཤོག། །སངས་རྒྱས་བྱེ་བ་ཁྲག་བྲིག་བརྒྱ་སྟོང་ཕྱག་ །



བརྒྱད་ཅུ་ཙུ་གཅིག་སངས་རྒྱས་ཞིང་ཀུན་གྱི། ཡོན་ཏན་  
བཀོད་པ་ཐམས་ཅད་གཅིག་བསྟོམས་པ། ཞིང་ཁམས་  
ཀུན་ལས་བྱུང་འཕགས་སྤྱོད་མེད། བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་  
དེར་སྐྱེ་བར་ཤོག། རིན་ཆེན་ས་གནི་ཁོད་སྟོམས་ལག་  
མཐིལ་ལྟར། ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་གསལ་ཞིང་འོད་ཟེར་  
འབར། ཁམས་ན་ཞེས་ཞིང་བཏེག་ན་སྤྲར་བྱེད་པ། བདེ་  
འཇམ་ཡངས་པའི་ཞིང་དེར་སྐྱེ་བར་ཤོག། རིན་ཆེན་དུ་  
མ་ལས་གྲུབ་དཔག་བསམ་ཤིང་། འཁོམ་དར་བབ་  
འབྲས་བུ་རིན་ཆེན་བརྒྱན། དེ་སྟོང་སྤྲུལ་པའི་བྱ་ཆོགས་  
སྐད་སྒྲོན་སྒྲུལ། བབ་དང་རྒྱ་ཆེའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲུ་རྣམས་

སྒྲོགས། རི་མཚར་ཆེན་པོའི་ཞིང་དེར་སྐྱེ་བར་ཤོག།  
སྒྲོས་ཀྱི་ཁུ་གླང་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྡན་མང་། རི་  
བཞིན་བདུད་རྩིའི་བྲུས་ཀྱི་མིང་བུ་རྣམས། རིན་ཆེན་སྒྲ་  
བདུན་ཐེམ་སྐས་པ་གྲུས་བསྐྱོར། མེ་ཏོག་པར་དྲི་ཞིམ་  
འབྲས་བུར་ལྡན། པར་རྒྱའི་འོད་ཟེར་དཔག་ཏུ་མེད་པ་  
འཕྲོ། འོད་ཟེར་རྩེ་ལ་སྒྲུལ་པའི་སངས་རྒྱས་བརྒྱན། ཡ་  
མཚན་ཆེན་པོའི་ཞིང་དེར་སྐྱེ་བར་ཤོག། མི་ཁོམ་  
བརྒྱད་དང་དན་སོང་སྒྲ་མི་གྲགས། ཉོན་མོངས་དུག་ལྡེ་  
དུག་གསུམ་ནད་དང་གའོན། དབྱ་དང་དབུལ་མོངས་  
འཐབ་རྩེད་ལ་སོགས་པ། ལྷུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ཞིང་

དེར་ཐོས་མ་སྟོང་།      བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ནིང་དེར་སྐྱེ་བར་  
ཞོག། བྱུང་མེད་མེད་ཅིང་མངལ་ནས་སྐྱེ་བ་མེད། ཀྱུན་  
ཀྱང་མེ་ཏྲག་པརྩའི་སྐྱབས་ནས་འབྱུངས།      ཐམས་ཅད་  
སྐྱེ་ལུས་བྱུང་མེད་གསེར་གྱི་མདོག། དབུ་ལ་གཙུག་ཏྲར་  
ལ་སོགས་མཆོན་དཔེས་བརྒྱན།      མཛོན་ཤེས་ལྡན་དང་  
སྦྱན་ལྡན་ཀྱུན་ལ་མངའ།      ཡོན་ཏན་དཔག་མེད་ནིང་དེར་  
སྐྱེ་བར་ཞོག། རང་བྱུང་རིན་ཆེན་སྒྲ་ཆོགས་གཞལ་ཡས་  
ཁང་།      ཅི་འདོད་ལོངས་སྟོང་ཡིད་ལ་བླན་པས་  
འབྱུང་།      ཚིལ་སྐྱབ་མི་དགོས་དགོས་འདོད་ལྟོན་གྱིས་  
བྱུང་།      ར་བྱོད་མེད་ཅིང་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་མེད།      བཀང་

འདོད་མཆོད་སྤྲོན་ལག་པའི་མཐིལ་ནས་འབྱུང་། །  
ཐམས་ཅད་སྒྲ་མེད་ཐེག་ཆེན་ཆོས་ལ་སྤྱོད། །བདེ་སྤྱོད་  
ཀུན་འབྱུང་ཞིང་དེར་སྐྱེ་བར་ཤོག། འི་ཞིམ་སྤྱང་གིས་མེ་  
ཏོག་ཆར་ཆེན་འབེབས། །ཤིང་དང་ཁུ་སྤྱང་པར་སྒྲོ་ཐམས་  
ཅད་ལས། །ཡིད་དུ་འོང་བའི་གཟུགས་སྒྲ་དྲི་རིམ་གསལ་།  
ལོངས་སྤྱོད་མཆོད་པའི་སྤྲོན་ཕུང་རྟག་ཏུ་འབྱུང་། །འབྱུང་  
མེད་མེད་ཀྱང་སྤྱུལ་པའི་ལྷ་མོའི་ཆོག་ས། །མཆོད་པའི་  
ལྷ་མོ་དུ་མས་རྟག་ཏུ་མཆོད། །འདུག་པར་འདོད་ཆེ་རིན་  
ཆེན་གཞལ་ཡས་ཁང་། །ཉལ་བར་འདོད་ཆེ་རིན་ཆེན་ཁྱི་  
བཟང་སྤྱོད། །དར་བཟ་དུ་མའི་མལ་སྟོན་སྤྲས་དང་།

བཅས། །བྱ་དང་ཕྱོན་ཤིང་ཆུ་ཁྲུང་རོལ་མོ་སོགས། །  
ཐོས་པར་འདོད་ཆེ་སྟོན་པའི་ཆོས་སྒྲ་སྒྲོགས། །མི་འདོད་  
ཆེ་ན་ན་བར་སྒྲ་མི་བྲགས། །བདུད་ཚིའི་ཇིང་བུ་ཆུ་ཁྲུང་དེ་  
ནམས་ཀྱང་། །དྲོ་བྲང་གང་འདོད་དེ་ལ་དེ་ལྟར་  
འབྱུང་། །ཡིད་བཞིན་འབྲུབ་པའི་ཞིང་དེར་སྐྱེ་བར་  
ཤོག །ཞིང་དེར་ཇོགས་པའི་སངས་རྒྱས་འོད་དཔག་  
མེད། །བསྐྱལ་པ་བྲངས་མེད་ཐུང་ན་མི་འདའ་  
བཞུགས། །དེ་སྤྱིད་དེ་ཡི་ཞབས་འབྲིང་བྱེད་པར་ཤོག །  
ནམ་ཞིག་འོད་དཔག་མེད་དེ་ཞི་བར་ག་ཤོགས། །བསྐྱལ་  
པ་གསྒྲའི་ཁྲུང་གི་བྱེ་མ་སྟེད། །གཉིས་གྱི་བར་དུ་བསྟུན་

པ་གནས་པའི་ཆོ།      རྒྱལ་ཚབ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དང་  
མི་འབྲལ་ཞིང་།      དེ་ཡི་ཡུན་ལ་དམ་ཆོས་འཛིན་པར་  
ཞོག།      རྟོན་ལ་དམ་ཆོས་རྒྱབ་པའི་ཐོ་རངས་ལ།      རྟུན་  
རས་གཟིགས་དེ་མཛོན་པར་སངས་རྒྱས་ནས།      སངས་  
རྒྱས་འོད་ཟེར་ཀུན་ནས་འཕགས་པ་ཡི།      དཔལ་  
བཅུགས་རྒྱལ་པོ་ཞིས་བྱར་བྱར་པའི་ཆོ།      ཞལ་ཏ་མཆོད་  
ཅིང་དམ་ཆོས་ཉན་པར་ཞོག།      སྐྱ་ཆོ་བསྐྱལ་པ་བྱེ་བ་བྲག་  
བྲིག་ནི།      འབུམ་ཕྲག་དྲུག་ཅུ་ཙ་དྲུག་བཞུགས་པའི་  
ཆོ།      ཏྲག་ཏུ་ཞབས་འབྲིང་བསྟེན་བཀུར་བྱེད་པ་དང་།      །  
མི་བརྗེད་གཟུངས་ཀྱིས་དམ་ཆོས་འཛིན་པར་ཞོག།      ལྷ་

ངན་འདས་ནས་དེ་ཡི་བསྟན་པ་ནི།    །བསྐལ་པ་དུང་ཕྱུར་  
དུག་དང་བྱེ་བ་ཕྱག་    །འབྱམ་ཕྱག་གསུམ་ནས་དེ་ཆེ་ཆོས་  
འཛིན་ཅིང་།    །མཐུ་ཆེན་ཐོབ་དང་རྟག་ཏུ་མི་འབྲལ་  
ཞོག་    །དེ་ནས་མཐུ་ཆེན་ཐོབ་དེ་སངས་རྒྱས་ནས།    །དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་རབ་ཏུ་བརྟན་པ་ནི།    །ཡོན་ཏན་ལོར་  
བུ་བཙེགས་པའི་རྒྱལ་པོར་གྱུར།    །སྐྱ་ཆེ་བསྟན་པ་སྟུན་  
རས་གཟིགས་དང་མཉམ།    །སངས་རྒྱས་དེ་ཡི་རྟག་ཏུ་  
ཞབས་འབྲིང་བྱེད།    །མཆོད་པས་མཆོད་ཅིང་དམ་ཆོས་  
ཀུན་འཛིན་ཞོག་    །དེ་ནས་བདག་གི་ཆེ་དེ་རྗེས་མ་ཐག་    །  
ཞིང་ཁམས་དེ་འང་དག་པའི་ཞིང་ག་ཞན་དུ།    །སྒྲ་མེད་



རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་ཞོག། རྫོགས་སངས་  
རྒྱས་ནས་ཆེ་དཔག་མེད་པ་ལྟར། མཆོན་ཐོས་ཙམ་གྱིས་  
འགོ་ཀུན་སྒྲིན་ཅིང་གོལ། ལྷུལ་པ་གངས་མེད་འགོ་བ་  
འདྲེན་པ་སོགས། འབད་མེད་ལྷུན་གྲུབ་འགོ་དོན་  
དཔག་མེད་ཞོག། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཆེ་དང་བསོད་  
ནམས་དང་། ཡོན་ཏན་ཡེ་ཤེས་གཟི་བརླིང་ཆད་མེད་  
པ། ཆོས་སྐྱ་སྐྱང་བ་མཐའ་ཡས་འོད་དཔག་མེད། ཆེ་  
དང་ཡེ་ཤེས་དཔག་མེད་བཙུག་འདས། གང་ཞིག་  
བྱིད་གྱི་མཆོན་ནི་སྤུས་འདྲིན་པ། སྒྲོན་གྱི་ལས་གྱི་རྣམ་  
སྒྲིན་མ་གཏོགས་པ། མེ་ཁུ་དུག་མཆོན་གཏོད་སྒྲོན་

སྒྲིན་པོ་སོགས།      །འཛིགས་པ་ཀུན་ལས་སྐྱོབ་པར་བྱབ་  
པས་གསུངས།      །བདག་ནི་སྤྱི་ཤིང་གི་མཆོན་འཛིན་ཕྱག་  
འཆོལ་བས།      །འཛིགས་དང་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཀུན་ལས་  
བསྐྱབ་མཛོད་གསོལ།      །བཀྲ་ཤིས་ཕུན་སྲུལ་ཆོགས་པར་  
བྱིན་གྱིས་སྐྱོབས།      །སངས་རྒྱས་སྐྱ་གསུམ་བརྟེས་པའི་  
བྱིན་རྒྱབས་དང་།      །ཆོས་ཉིད་མི་འགྱུར་བདེན་པའི་བྱིན་  
རྒྱབས་དང་།      །དག་འདུན་མི་སྤྱི་ཤིང་འདུན་པའི་བྱིན་རྒྱབས་  
གྱིས།      །ཇི་ལྟར་སྒྲོན་ལམ་བཟབ་བཞིན་འགྱུབ་པར་  
ཤོག།      །དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ།      །ཏུ་  
བློ།      །པཱུ་ཏི་ཡ་ཙམ་ཕ་བོ་རྩ་ནི་སྒྲུ།      །སྒྲོན་ལམ་འགྱུབ་པའི་གཟུངས་

སྟོ། །དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ན་མོ་  
མཉུ་གྲི་ཡེ། ན་མེ་སུ་གྲི་ཡེ། ན་མོ་ཡུལ་མ་གྲི་ཡེ་སྒྲུ།  
ཞེས་བརྗོད་ནས་ཕྱག་གསུམ་འཆལ་ན་འབུམ་ཐེར་དུ་འགྱུར་བར་གསུངས། དེ་ནས་

རབ་བརྒྱུ་ཕྱག་ །འབྲིང་ཅི་རུས། ཐམ་ཡང་ཕྱག་བདུན་ཡན་འཆལ། རབ་འདི་མ་ཆག་  
པ། །འབྲིང་ལོ་ཁྲ་ཙམ་མ་ཆག་པ། ཐམ་ནམ་སྐབས་སུ་ཁ་རུབ་ཏུ་གྱུ་ནས་བདེ་བ་ཅན་གྱི་

ཞིང་ཁམས་ཡིད་ལ་དྲན་ཅིང་འོད་དཔག་མེད་ལ་ཐལ་མོ་སྒྱུར་ཏེ་དད་པ་བརྩེ་གཅིག་གིས་  
བཏོན་ན། ཆོ་འདིར་ཆེའི་བར་ཆད་སེལ། སྤྱི་མ་བདེ་བ་ཅན་དུ་སྒྱེ་བར་ཐེ་ཆོམ་མེད་དེ།

འོད་མདོ་ཞིང་བཀོད་མདོ་དང་། པརྒྱ་དཀར་པོ་འཆི་མེད་རྩ་སྒྲ་སོགས་གྱི་དགོངས་པ་

ཡིན། ཞེས་དགོས་སྤོང་རྒྱ་ག་ཡ་སྒྲུས་སྒྱུར་བས་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་མང་པོ་བདེ་བ་ཅན་  
དུ་སྒྱེ་བའི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིག། །། ། བདེ་སློན་བསྐྱུས་པ་བཞུགས་སོ། ། ཡེ་མ་རྟོ།

དོ་མཆར་སངས་རྒྱས་སྒྲུང་བ་མཐའ་ཡས་དང་།

གཡས་སུ་ཐོ་བོ་བྱུགས་ཐེ་ཆེན་པོ་དང་། གཡོན་དུ་

སེམས་དཔའ་མཐུ་ཆེན་ཐོབ་རྣམས་ལ། །སངས་རྒྱས་

བྱང་སེམས་དཔག་མེད་འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར་། བདེ་སྐྱིད་

དོ་མཆར་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡི། བདེ་བ་ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་

ཞིང་ཁམས་དེར། བདག་ནི་འདི་ནས་ཆོ་འཕྲོས་གྱུར་མ་

ཐག། སྐྱེ་བ་གཞན་གྱིས་བར་མ་ཆོད་པ་རུ། དེ་རུ་

སྐྱེས་ནས་སྒྲུང་མཐའི་ཞལ་མཐོང་འོག། དེ་སྐྱེད་བདག་

གིས་སྒྲོན་ལམ་བཟུང་པ་འདི། ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་

རྒྱས་བྱང་སེམས་ཐམས་ཅད་གྱིས། གོགས་མེད་འགྲུབ་

པར་བྱིན་བྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ཏུ་ཐུ། པལྱའི་ཡ་  
ཙམ་པོ་རྟེན་སྒྲུ། ། ཕྱོགས་དུས་རྒྱལ་བ་སྤྲུམ་  
བཅས་དགོངས། ཆོགས་གཉིས་ཚྲོགས་ལ་རྗེས་ཡི་  
རང་། བདག་གིས་དུས་གསུམ་དགོ་བསགས་པ།  
དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་མཆོད་པ་འབུལ། རྒྱལ་བའི་  
བསྟན་པ་འཕེལ་གྱུར་ཅིག། དགོ་བ་སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་  
བསྟོ། འགྲོ་ཀུན་སངས་རྒྱས་ཐོབ་གྱུར་ཅིག། དགོ་ཚུ་  
ཐམས་ཅད་གཅིག་བསྟུས་ཏེ། བདག་གི་རྒྱུད་ལ་སྒྲིན་  
གྱུར་ཅིག། སྒྲིབ་གཉིས་དག་ནས་ཆོགས་ཚྲོགས་ཏེ།  
ཆེ་རིང་ནད་མེད་ཉམས་ཏྟོགས་འཕེལ། ཆེ་འདིར་ས་

བཅུ་ལྔ་ལྟར་ཅིག་།      རྣམ་ཞིག་ཆོ་འཕྲོས་ལྟར་མ་ཐག་།  
བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེ་ལྟར་ཅིག་།      སྐྱེས་ནས་པརྩའི་ཁ་བྱེ་སྟེ་།  
ལུས་ཏེན་དེ་ལ་སངས་རྒྱས་ཤོག་།      བྱང་ཆུབ་ཐོབ་ནས་ངེ་  
སྤྱིད་དུ་།      སྤྱུལ་པས་འགྲོ་བ་འདྲེན་པར་ཤོག་།      ས་མ་ཡ་རྒྱ་  
རྒྱ་རྒྱ་།      ཅེས་པ་འདི་ནི་སྤྱུལ་སྤྱི་མི་འགྱུར་རྟོ་རྟེན་གཏེར་མའོ།      །རྒྱལ་བའི་  
དགྱེལ་འཁོར་བཟང་ཞིང་དགའ་བ་དེར།      །པརྩོད་མ་པ་  
ཤིན་ཏུ་མཛེས་ལས་སྐྱེས།      །སྤང་བ་མཐའ་ཡས་རྒྱལ་  
བའི་མངོན་སུམ་དུ།      །ལྷུང་བསྟན་པ་ཡང་བདག་གིས་  
དེར་ཐོབ་ཤོག།      །དེར་ནི་བདག་གཞན་ལྷུང་བསྟན་རབ་  
ཐོབ་ནས།      །སྤྱུལ་པ་མང་པོ་བྱེ་བ་ཕྲག་བརྒྱ་ཡིས།      །ཁྲོ་

ཡི་སྟོབས་གྱིས་སྟོགས་བཅུ་རྒྱུ་ཡང་།      །སེམས་  
ཅན་རྒྱུ་ལ་ཕན་པ་མང་བཅི་ཤོག།    ॥

དཔལ་འབྱུག་པ་རིན་པོ་ཆའི་བསྟན་པ་རྒྱ་ཆེར་རྒྱས་  
པར་སྟོན་པ་དཔག་བསམ་སྟོན་པའི་ངོ་བསྟུང་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

༥ ར་མོ་གུ་རུ་རྒྱ་ཏུ་ཡ་ཡུ།    ཆོས་ཉིད་གཤོད་ནས་ཉེར་  
ཞི་སྟོས་དང་བྲལ།      །ཆོས་ཅན་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་



བསྐྱུ་བ་མེད།      རྩོགས་ཆེན་གཉིས་ཚྲོགས་ཡང་དག་  
བདེ་བར་གཤེགས།      རྟོག་དང་ཞི་བ་ལམ་བདེན་དམ་  
པའི་ཆོས།      རིག་གྲོལ་རྩོགས་མཆོག་འཕགས་པ་དག་  
ལ་འདུན།      རིགས་ཀུན་བྱུང་བདག་ཅུ་བརྒྱད་སྟེ་མ་  
དང་།      རང་སྐྱུ་བ་མཆོག་སྟེར་ཡི་དམ་དགྲིལ་འཁོར་  
ལྟ།      བར་ཆད་ཀུན་སེལ་མཁའ་འགྲོ་དམ་ཅན་དང་།      །  
དཀར་ཕྱོགས་སྒྲིང་བ་ཀུན་གྱི་བདེན་པའི་མཐུས།      བྱུང་  
བསྐྱུ་ཡང་སྒྲིང་ངེས་གསང་ངེ་མ་མེད།      རྟེན་ལ་ལྟན་  
འབྱུག་པའི་བསྐྱུ་པ་རྒྱས་རྒྱུར་ཅིག      རྩོལ་བྲིམས་  
དཔག་བསམ་སྒྲོན་པའི་ཅུ་བ་བརྟན།      རྟིང་ངེ་འཛིན་གྱི་

ཡལ་འདབ་རབ་རྒྱས་ནིང་། །ཤེས་རབ་སོར་རྟོག་  
འབྲས་བུ་གཡུར་བ་བའི། །དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་།  
ལེགས་བཤད་བྱེ་བའི་ཆོས་རྣམས་མ་འདྲེས་འཆད། །  
ཕས་ཆོལ་མཐར་བྱེད་ཚུད་དག་སེལ་བའི་སྒྲ། །ཆོག་དོན་  
རྒྱན་འབྲེལ་ཚུམ་པའི་མགྲིན་རྩ་འབྲོལ། །དཔལ་ལྷན་  
འབྲུག་པའི་། །ལུང་རྟོགས་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་  
མང་དུ་བློས། །བརྟག་དཔྱད་མཁའ་རྒྱ་བསམ་པའི་སྒྲིན་  
ལུང་གཏིབས། །ནང་དུ་ཡང་དག་འཛིག་སྟེ་སྒྲོམ་མཛད་  
པའི། །དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་། །ཀུན་འབྱུང་བག་  
ཆགས་འདུལ་བྱེད་བདེན་པ་བཞི། །ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེ་མཛོ་

སྒྲེའི་ཆུ་གྲུང་འབུམ།      ཁོས་མངོན་ཀེ་ཏ་ཀ་ཡིས་གྲང་  
བྱེད་པའི།    དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་།    སོ་སོ་ཐར་པའི་  
ས་གཞི་གཙང་མ་རུ།    བྱང་ཆུབ་སེམས་གྱི་ལྷ་གུ་མཆར་  
དུ་དངར།    ཡིད་སྦྱོབ་ལམ་གྱི་ས་བོན་ཆེར་སྒྲིན་པའི།    །  
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་།      གནས་དང་ཉེ་བའི་གནས་  
མཆོག་ལ་སོགས་པར།    ཀླན་ཏུ་བཟང་པོ་རིག་པ་བརྟུལ་  
ཞུགས་དང་།    བྱིགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་སྦྱོད་པ་མཐར་ཕྱིན་  
པའི།    དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་།    སྐྱེ་ཡི་ངོ་མཆར་འཆི་  
མེད་ལྡོན་པ་བཞིན།      རྫོང་གསུང་གསང་ཆངས་པའི་  
དབྱངས་ལྟར་འཛེབས།      སྒྲིབ་བྲལ་བྲུགས་གྱི་ཕ་མཐར་

མཁའ་ཇི་ལྟར། དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་། མཁའ་ཕྱོན་པའི་  
ཡེ་ཤེས་ལྷ་ལམ་ཡངས་པ་ལ། བཙུང་བའི་བྱ་གས་རྗེའི་ཆུ་  
འཛིན་རྣམ་པར་གཡོ། རྒྱུ་བས་པ་རུས་མཐུའི་ཆར་གྱིས་  
འགྲོ་ཀུན་ཆོམ། དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་། མཁའ་ས་  
པའི་ངང་པས་གྲོག་པའི་རྩ་རྩ་བརྟུང་། བྱུ་བ་པའི་སེང་  
གོས་སྤྱང་བའི་གངས་རིར་འབྱིང་། བྱ་བའི་ཤིང་རྟས་  
བསྟན་པའི་བྱར་ཆེན་འདེགས། དཔལ་ལྷན་འབྲུག་  
པའི་། འབྲུལ་དང་གྲོལ་བ་གཉིས་སུ་མེད་གཟིགས་  
ནས། ཆོ་གཅིག་རྗེ་རྗེའི་གོ་འཕང་མཆོག་བརྟེས་  
པས། འོག་མིན་གནས་མཆོག་དོག་པོར་འགོངས་

མཛད་པའི། དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི། སྤང་དང་ཡེ་  
ཤེས་ལྷན་ཆོག་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱང་། དམིག་པ་མེད་  
སྤྲིང་རྗེས་འགོ་ལ་རྗེས་ཆགས་པས། རྣམ་མཁའ་ཇི་  
སྤྲིང་འབད་མེད་དོན་མཛད་པའི། དཔལ་ལྷན་འབྲུག་  
པའི། ཡང་དག་ལམ་གྱི་དངོས་གྲུབ་མཆོག་བརྟེས་  
ཏེ། གངས་རིའི་བྱོད་དུ་ཐེག་མཆོག་ཆོས་སྒྲུབ་གྲུག་ །  
སྒྲུབ་བརྒྱད་སྤྲིང་པའི་རིང་ལུགས་གསལ་མཛད་པའི། །  
དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་བསྟན་པ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག་ །ཀུན་  
མཁྱེན་རྗེའི་གསུང་། ལེགས་བཤམ་གྱི་འདིར་སྒྲོ་གསལ་རྒྱ་  
མཆོའི་ཆོག་པ། གཉིས་འབྲུང་ཆེ་ལ་བྱུང་བ་ལྟར་འདུས་

ནས། །རྒྱལ་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀུན་ལ་མཁས་སྤངས་  
པས། །དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་༥ །༥ །བསྟན་རྒྱལ་སྟོན་ཆོག་ནི།  
བདེ་གཤེགས་སྟོན་པའི་བསྟན་པ་མཆོག་གི་མཆོ། །  
སྟན་པའི་འབྲུག་སྒྲ་སྒྲོག་པའི་སྟོན་འཕྲེང་ཤིང་། །བཤད་  
སྒྲུབ་ཆར་གྱིས་ཉིན་བཞིན་རྣམ་སྤེལ་བ། །ཡངས་པའི་  
རྒྱལ་ཁམས་ཐམས་ཅད་གང་གྱུར་ཅིག །སྟོམ་གསུམ་  
ཉིན་མའི་འོད་དང་རྟག་འགྲོགས་ཤིང་། །ཐོས་བསམ་  
སྟོམ་པའི་བྲི་བཟང་འཛིན་པའི་དབྱིང་། །བསྟན་འཛིན་  
པ་རྩེའི་གཙོ་བོ་ཅི་ཡང་གིས། །ཡངས་པའི་རྒྱལ་  
ཁམས་༥ །ཆེད་དང་བཀུར་སྟེའི་ཆུ་ཁྲུང་རྣམས་འབབ་

ཅིང་། །ཕན་དང་བདེ་བའི་རིན་ཆེན་སྐྱེ་བའི་གནས། །  
ཆོས་འཁོར་གསར་པ་གསར་པའི་དཔལ་རྒྱ་མཆོས། །  
ཡངས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་ཐམས་ཅད་གང་གྱུར་ཅིག །ཅེས་  
པ་ཀུན་མཁྱེན་ཆེན་པོས་སོ། །འདུས་པ་པརྗེའི་འབྱུང་གནས་འདི་  
ཉིད་དུ། །མཁས་གྲུབ་དང་པའི་དེད་དཔོན་ཀུན་འདུས་  
ནས། །པད་དཀར་བཞད་པའི་བློ་བསྐྱེད་གིས་སིམ་  
པའི་། །དམ་ཆོས་མགྲིན་རྩ་བརྒྱུད་བས་རྟག་འགོངས་  
ལོག། །ལྷ་མཆོག་གསུང་།ལྟོ །འོག་མིན་སྟོན་པའི་གཅེས་ལྷག་  
མཆོག་གཟིགས་གཉིས། །རབ་དཀར་བརྒྱུད་པའི་ཁུ་  
འགོ་གོང་མ་གསུམ། །དབྱུང་མཆོར་སྤེལ་མཛད་ཁམས་



སྟོན་ཡབ་སྐུ་གི།      བྱུགས་བསྐྱེད་བསྟན་པ་དར་ཞིང་  
ཀྱས་གྱུར་ཅིག      །ལྟ་བའི་ནམ་འཕང་སྟོད་པ་སྤིང་ཆེན་  
རས།      །སྒྲོམ་པའི་རྒྱལ་ས་བེན་མཛད་གཙང་པ་རྒྱ།      །  
སྟོད་པའི་རྩལ་ཆེན་ཇོགས་པ་ལོ་རྒྱུད་གཉིས།      བྱུགས་  
བསྐྱེད་བསྟན་པ་མེད་      །སྟོད་འབྲུག་སྐར་ཆོགས་ནམ་མཁའ་  
བྱབ་པར་བརྟེན།      །སྟོད་འབྲུག་གྲུབ་ཐོབ་གང་གྲུའི་རྩལ་  
གངས་མཉམ།      །བར་འབྲུག་བྱ་ཆེན་དབྱུར་གྱི་རྩ་ལྟར་  
རྒྱས།      བྱུགས་བསྐྱེད་བསྟན་པ་མེད་      །གདན་ས་ཡ་བཞིའི་  
ཀློང་ལ་འཁོར་འཁོར་འཁོར་གས།      །སེང་ཆེན་དགུ་ཆར་བྱུགས་ཇེའི་  
གཡུ་རལ་རྒྱས།      །རིགས་གསུམ་རྣམ་འཕྲུལ་སྟོན་ལམ་

ཕྱུ་ལ་ཆེན་ཇོ་གསལ། བྱུ་གསལ་བསྐྱེད་བསྐྱེན་པ་ཟེ། རྒྱུ་ལ་  
དབང་ཆེས་ཇེ་གདམས་པའི་སྒྲིན་གསལ་བ་ནས། དབྱུར་  
གྱི་རྩ་ཆེན་ཉིད་རྩུང་ར་ལུང་པ། ཆེས་གྱི་ཆར་ཆེན་  
གྲགས་པ་དོན་ལྡན་གྱི། བྱུ་གསལ་བསྐྱེད་བསྐྱེན་པ་ཟེ། །  
དོན་བརྒྱུད་ཀྱི་དགའི་སྐྱེད་ཆལ་ཡངས་པ་རུ། རྒྱུ་ལ་  
ཀྱི་སྒྲིན་ལྷ་བས་ཉི་འོད་གྱིས་བསྐྱེད་པའི། ལམ་བྱེན་  
གཉིས་འདབ་རྒྱ་གྲོལ་བའི་པར་དཀར། བྱུ་གསལ་བསྐྱེད་  
བསྐྱེན་པ་ཟེ། ལམ་ཆོག་གི་སར་གཤེགས་མི་ཕམ་ཆེས་  
རྒྱུ་ལ་དང་། ལམས་གསུམ་འགྲོ་བའི་དཔལ་མགོན་  
བསྐྱེན་པའི་ཉི། བཅུ་ཕྱག་ཀྱི་ལམ་བྱེན་ཡོངས་འཛིན་ལྷ་

དབང་སྒྲེའི། བྱགས་བསྐྱེད་བསྟན་པ། ལྷོ་ཕྱགས་  
དཔལ་གྱི་དུམ་བུའི་ནགས་ལྗོངས་འདི། འོག་མིན་ཞིང་  
ལྟར་སྐལ་བ་དགེར་མཛད་པའི། རྒྱབས་མགོན་ངག་  
དབང་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྒྲེའི། བྱགས་བསྐྱེད་། །  
འཕགས་པ་དབྱེས་པའི་བྲིམས་ལྟན་པད་དཀར་  
འབྱུང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་མངའ་བདག་བསོད་  
ནམས་འོད། བྱུང་གཉིས་དབང་སྐྱར་བསྟན་འཛིན་རབ་  
རྒྱས་ཀྱི། བྱགས་བསྐྱེད་། བྲམས་མགོན་དངོས་སྣང་  
ངག་དབང་རྒྱལ་མཆོན་དང་། བྱུང་དབང་གཉིས་པ་  
ལྷ་ཀྱ་རིན་ཆེན་དཔལ། ལྷ་རིག་པཎ་ཆེན་བསྟན་འཛིན་

ཆོས་རྒྱལ་གྱི། བྱུགས་བསྐྱེད་ཟེ། འཇམ་དབྱངས་སྒོ་  
མངའ་ཀུན་དགའ་རྒྱ་མཚོ་ཆེ། གསང་བདག་ཡོན་ཏན་  
པ་མཐའ་ཡས་པའི་སྒྲེ། རི་སྒོམས་སྤྱོད་འཆང་ཤེས་  
རབ་སེང་གེ་ཡི། བྱུགས་བསྐྱེད་ཟེ། མཛད་སྤྲུགས་  
ལེགས་བཤའ་འབྱུང་བྱངས་འཇམ་དབྱངས་མཚན། །  
བརྟན་མཁས་ཡོན་ཏན་རྫོགས་པའི་ཤེས་རབ་རྒྱལ། །  
སྒྲིན་གྲོལ་མཛོད་འཛིན་ཡོན་ཏན་རྒྱལ་མཚན་གྱི། །  
བྱུགས་བསྐྱེད་ཟེ། བསྟན་འགྲོའི་གཙུག་རྒྱུན་འཛིགས་  
མེད་ཆོས་རྒྱལ་དང་། ཁྱེ་རུ་ཀ་དཔལ་ལྷ་ཀྱ་གྲོའི་  
ཞབས། བརྒྱུད་སྒྲོལ་ཀུན་འདུས་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་

ཡི། རྒྱགས་བསྐྱེད་། རྒྱུད་པར་སྐྱབ་སྡེ་ངེས་དོན་  
དགའ་བའི་ཚལ། རྡེལ་བའི་རྒྱགས་བསྐྱེད་ཉིན་བྱེད་  
འཇུམ་འོད་ཅན། བཀའ་ངོན་གསུམ་ལྡན་འཇམ་  
དབྱངས་སྒྲ་མ་ཡི། རྒྱགས་བསྐྱེད་བསྟན་པ་དར་ཞིང་  
རྒྱས་བྱུར་ཅིག མཆོག་གསང་ཐེག་ཅེ་ངེས་དོན་ལམ་  
བཟང་ལུལ། བསྐྱེད་ཇོགས་བྱང་འཇུག་དྲེ་རྩེ་ལྗོས་གར་  
གྲིས། བྱུ་བ་པའི་རྒྱལ་ཐབས་རང་དབང་བསྐྱུར་པའི་  
སྒྲིང་། ཡན་བདེའི་དགའ་ཚལ་དར་རྒྱས་ཡུན་གནས་  
ཤོག རྡེ་ལྟར་དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པ་རིན་པོ་ཆེའི་བསྟན་པ་རྒྱ་ཆེར་རྒྱས་པར་སྒྲོན་པ་  
དཔག་བསམ་སྒྲོན་པའི་ངོ་བསུང་ཞེས་བྱ་བ་ནང་ཆེན་ཟག་མེད་སྐྱུལ་སྐྱུ་ངག་དབང་

བསྟན་འཛིན་སློབ་གྲིས་མཛད་པ་གཞིར་བཞག་ལ།      བསྐྱེད་ཁ་སྟོན་བུ་ལྷ་གྲུ་འི་དགོ་

སློང་ཡོན་ཏན་འོད་གྲིས་བགྱིད་པ་དགོ་ལེགས་སུ་གྱུར་ཅིག།

**བསྟན་རྒྱས་སློན་ལམ་ལེགས་སློན་ཆོས་པའི་སྒྲ་བ་  
བཞུགས་སོ།།**

༥།    བསྐྱེད་མེད་དགོན་མཆོག་རིན་ཆེན་རྩ་བ་གསུམ།      །  
བྱུང་པར་བསྟན་བསྐྱེད་མཐུ་གྲ་ལའི་ཆོགས།      །བདག་ལ་  
བརྩེར་དགོངས་བདག་གིས་སློན་པ་འདི།      །གོགས་མེད་  
ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་པའི་མཐུན་འགྱུར་མཛོད།      །ཕན་  
བདེའི་ལེགས་ཆོགས་མ་ལུས་འགྱུར་བའི་གཞི།      །བྱུབ་  
བསྟན་ནོར་འཛིན་སྤྱི་དང་བྱུང་པར་དུ།      །སློན་སྤྱོདས་ས་

ཡི་བྲིག་ལེར་བྱབ་པ་ཡི།    །དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའི་བསྟན་  
པ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག    །རྒྱལ་བས་ལུང་བསྟན་དྲགས་པོ་  
བཀའ་བརྒྱད་ཀྱི།    །བསྟན་པ་ཡོངས་ཕྱོགས་རིང་ལུགས་  
སློང་པོའི་བཅུད།    །སྐྱབ་བརྒྱད་བསྟན་པའི་བཀའ་བབ་  
ཉིད་གྱུར་པ།    །དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པའི་༥    །སྟན་རས་  
གཟིགས་དབང་བརྒྱད་ཅུ་ཅུ་བཞི་ཡིས།    །སློང་པོའི་  
བསྟན་པ་གསལ་བར་ཞལ་འཆེ་བཞིན།    །སྟེལ་པའི་  
གདུང་འཛིན་ནོར་བུའི་ཕྱེང་ཆོགས་ཀྱིས།    །དཔལ་  
ལྡན་༥    །མཁས་གྲུབ་རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་རྒྱ་མཚོ་  
ཆེར།    །མདོ་སྟགས་ཆོས་ཀྱི་ཆུ་སྐྱང་ཀུན་འདུས་ཤིང་།    །



བཤད་སྐབ་འཛིན་སྐྱོང་སྤེལ་བའི་རྒྱབ་ས་ཆེན་གྱིས། །  
དཔལ་ལྷན་། །སྤེ་སྐྱོང་སྤྱོད་ཤིང་རྒྱུད་སྤེ་ལོར་བུའི་  
ཏོག །སྐྱེ་ཆོད་རིག་པའི་གོས་བབ་ཤམ་བུ་ཅན། །  
ཡོངས་སྤྱོད་གས་བསྐྱོད་པའི་རྒྱལ་མཆོན་མཁའ་ལ་  
བསྐྱོང་། །དཔལ་ལྷན་། །ཐོས་བསམ་རྒྱུ་མཆོའི་སྐྱེ་  
རགས་ཅན་བསྐྱོར་ཞིང་། །འཆད་ཚུངས་ཚུམ་པའི་སྐྱེ་  
ཞགས་རིང་དུ་བསྐྱོང་། །མཁའ་བསྐྱོར་བསྐྱོར་པའི་ཁོག་ལག་  
ཡོངས་སྤྱོད་གས། །དཔལ་ལྷན་། །མཁའ་སྐྱོར་བསྐྱོར་བའི་  
རལ་སྐྱོང་ནས་དྲངས་པའི། །རྩོམ་འཆད་གི་དགོངས་  
དོན་བདུད་ཚིའི་རྒྱུ། །ཏོག་གའི་དུག་རྒྱུ་རང་བཟོས་མ་

ཚོག་པར། །དཔལ་ལྡན་མཆོག་རྒྱ་བས་འཕོ་བའི་དབང་  
གིས་རྒྱུད་སྦྱངས་ཤིང་། །ཆིག་ཆོག་གནས་ལུགས་ཕྱག་  
རྒྱ་ཆེན་པོའི་དོན། །ཉམས་བཞེས་བསྟར་ལ་གཞན་ངོང་  
མི་འཇོག་པར། །དཔལ་ལྡན་མཆོག་རྒྱ་བས་པ་དོན་གྱི་མན་  
ངག་ལ་བརྟེན་ནས། །ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་སྐྱེར་བཟ་མའི་  
ཉམས་ལེན་གྱིས། །རྣལ་འབྱོར་བཞི་ཡི་ཚོགས་པ་ཆད་དུ་  
ཕྱིན། །དཔལ་ལྡན་མཆོག་རྒྱ་བས་པ་དོན་གྱི་མན་  
འདིལ་ཁང་བཟང་དུ། །མེས་ཀྱི་རྟོག་རྟེན་ཕྱིན་པའི་སྒྲ་  
བཞིན་མས། །གཞན་སྤྱིའི་བསྟར་པ་འཕྲོག་པའི་རྣམ་  
འགྱུར་གྱིས། །དཔལ་ལྡན་མཆོག་རྒྱ་བས་པ་དོན་གྱི་མན་

རྟོགས་པས་མཁས།      རྟོམ་པས་ཉོན་མོངས་རང་ཞིར་  
སོང་བས་བཙུན།      རྟུང་པས་རང་དོན་ཡིད་བྱེད་བད་པས་  
བབང་།      དཔལ་ལྷན་ཟེ།      བྱི་ལྟར་བསྐྱབ་གསུམ་གཙང་  
མའི་རྒྱུ་གྱིས་མངོས།      རྟང་ལྟར་རིམ་གཉིས་བབ་མོས་  
བྱགས་རྒྱུ་སྒྲིན།      གསང་བ་རང་བཞིན་ཤེས་པའི་  
གནད་གྱིས་གྲོལ།      དཔལ་ལྷན་ཟེ།      མཐུ་ཆེན་སྒྲ་མའི་  
བཀའ་བྲིམས་ལུགས་གཉིས་གྱི།      གཤེག་རྒྱབས་  
འབར་བས་ཚུལ་མིན་མཐར་བྱེད་པའི།      བསྟན་བསྟུང་  
མཁའ་ལྗེ་རྟག་པོའི་དྲག་ཤུལ་གྱིས།      དཔལ་ལྷན་ཟེ།      །  
བསྟགས་འོས་ཡོན་ཏན་གཡས་སུ་འབྱེལ་བའི་དུང་།      །

སྒྲུབ་གྲགས་སྒྲེ་བ་ལྟ་པའི་སྒྲ་དབྱངས་ཀྱིས།      ཁྲོགས་  
ལྟོན་གསར་པའི་ལང་ཆོ་མགོན་ཁྲག་སྒྲེ།      དཔལ་  
ལྟོན་།      ཁྲགས་མཁུན་བྲིམས་གཙང་འདུས་སྒྲེ་རྒྱ་མཆོའི་  
འཛིང་།      ཁགསུམ་ལྟོན་མོར་བུར་སྒྲུང་དབང་ཇི་སྒྲེད་  
ཀྱིས།      ཁསྒྲེན་བཀྱར་གདེངས་ཀའི་ཕྱེ་མོར་རྟག་མཆོད་  
ནས།      དཔལ་ལྟོན་།      ཁྲླག་བསམ་ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་  
སྒྲུང་བ་ཡིས།      ཁབསྟན་པའི་པད་ཆེལ་བཞད་པའི་ངོ་  
བསྒྲུང་གིས།      ཁྲོགས་ལ་སྒྲུང་ཕྱིར་སྒྲློལ་པའི་ཆོགས་  
འདུས་ནས།      དཔལ་ལྟོན་།      ཁྲོགས་སྒྲོང་འདབ་བྱུང་  
རྒྱས་པའི་རོལ་ཕྱེད་ཀྱིས།      ཁཁས་དང་གྲུབ་པའི་སྒྲ་ན་

ལྷིང་བཞིན་དུ། །བསྟན་འཛིན་བྱང་བས་ས་ཆེན་ཀུན་བྱབ་  
སྟེ། །དཔལ་ལྡན་། །བསྟན་པ་རིན་ཆེན་མཆོག་ལྟར་  
སྒྲུང་བའི་མཐུས། །ནད་སྤྱག་འབྲུག་ས་ཚོད་སྤྱག་རུམ་  
ཀུན་ཞི་ནས། །ཆར་ཁུ་དུས་འབེབས་ལོ་ཤུག་ས་རྟག་ཏུ་  
ལེགས། །དཔལ་ལྡན་། །ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱི་དཀོས་  
བཞིན་སྐྱོང་བ་ཡི། །མི་དབང་ཆབ་སྤྱི་དམངས་ཐང་  
དགྲང་དུ་འཕྱར། །འབངས་རྣམས་བདེ་སྐྱོད་དཔལ་ལ་  
ལོངས་སྤྱོད་ནས། །དཔལ་ལྡན་། །དཀོན་མཆོག་ཙ་  
གསུམ་རྒྱ་མཆོའི་ཤུག་ས་རྩེ་དང་། །ཆོས་ཙན་ཆོས་ཉིད་  
ཟབ་མའི་བདེན་སྟོབས་དང་། །བདག་ཙག་ལྷག་བསམ་

ནམ་པར་དག་པའི་མཐུས།      །དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་  
བསྟན་པ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག །༥། །བྱང་པར་སྟོ་སྟོངས་ས་ཡི་  
སྟེ་བ་འདིར།      །འགྲང་དང་སྐྱབ་པའི་ཆགས་སྟོལ་མི་  
ཉམས་པར།      །དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ་དག་དབང་ནམ་  
རྒྱལ་གྱི།      །ཐུགས་བསྐྱེད་བསྟན་པ་དར་ཞིང་རྒྱས་གྱུར་  
ཅིག །ཅེས་པའང་དག་རིན་པས་མཛད་པའོ།

༥། །མཐུག་བསྐྱུས་སྟོན་ལམ་པར་དཀར་པོས།      བདེ་གཤེགས་སྟོན་པའི་  
བསྟན་པ་མཆོག་གི་མཆོ།      །སྟན་པའི་འབྲུག་སྐྱ་སྐྱོག་  
པའི་སྟོན་སྟེང་གིས།      །འགྲང་སྐྱབ་ཆར་གྱིས་ཉིན་བཞིན་  
ནམ་སྟེལ་བས།      །ཡངས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་ཐམས་ཅད་

གང་གྱུར་ཅིག      །སྒོམ་གསུམ་ཉིན་མེའི་འོད་དང་རྟག་  
འགྲོགས་ཤིང་།      །ཐོས་བསམ་སྒོམ་པའི་ངི་བཟང་འཛིན་  
པའི་དབྱིད།      །བསྟན་འཛིན་པརྟེའི་གཙོ་བོ་ཅི་ཡང་  
གིས།      །ཡངས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་ཐམས་ཅད་གང་གྱུར་  
ཅིག      །ཆེད་དང་བཀུར་སྟེའི་རྒྱ་ཁྱད་རྣམས་འབབ་  
ཅིང་།      །ཕན་དང་བདེ་བའི་རིན་ཆེན་སྐྱེ་བའི་གནས།      །  
ཆོས་འཁོར་གསར་པ་གསར་པའི་དཔལ་རྒྱ་མཆོས།      །  
ཡངས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་ཐམས་ཅད་གང་གྱུར་ཅིག།      །  
༥      །འགྲོ་ལ་ཕན་བདེ་འབྱུང་བའི་གཞི་གཅིག་ལྟ།      །  
དཔལ་ལྷན་འབྱུག་པའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ།      །སྤྱོད་གས་



དུས་ཀུན་ཏུ་དར་ཞིང་རྒྱས་པ་དང་།      །འགྲོ་ཀུན་ཐབས་  
མཁས་དེ་ཡིས་གོལ་གྱུར་ཅིག      །ཡུལ་སྡོངས་སྤྱི་དང་བྱེ་  
བྲག་འབྲུག་ཡུལ་འདིར།      །མི་མཐུན་ཉེར་འཆའི་མིང་  
ཡང་མི་གྲགས་ཤིང་།      །དཔལ་ལྷན་སྤྲེའི་སྐྱ་ཆེ་བརྟན་  
པ་དང་།      །དག་འདུན་སྤྲེའི་རྣམས་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་  
ཤོག      །ས་སྡོང་མི་དབང་ཆབ་སྤྱིད་བརྟན་པ་དང་།      །  
འབངས་རྣམས་བདེ་སྤྱིད་དཔལ་ལ་སྤྱིད་པར་ཤོག      །འདི་  
ཡི་དག་བས་བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་གོགས།      །བདུད་  
རིགས་རྣམས་དང་དེ་ཡིས་ཡིད་བསྤྱིད་པས།      །ལོག་པ་  
སྤྱབ་པ་མཐའ་དག་ཆར་བཅད་ནས།      །བསྟན་པའི་རྒྱལ་

མཚན་ཕྱོགས་བཅུར་བསྐྱེད་བར་ཤོག།      །གནས་འདིར་  
དཔལ་འབྱོར་བྱིན་རྒྱ་བས་མི་ཉམས་ཤིང་།      །བསམ་སྦྱོར་  
ངན་པའི་གདུག་རྩ་བཞི་བ་དང་།      །བསྐྱབ་གསུམ་རྣམ་  
དག་བསྟན་པ་གཅེས་འཛིན་པའི།      །དགོ་འདུན་ཆོགས་  
ཀྱིས་གང་བའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།      །གསེར་ཁང་སྒྲུལ་སྒྲུལ་སོ།།

༥      སྒྲོན་ལམ་འགྲུབ་རྒྱལ་ནི།      བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་སྒྲོན་ལམ་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཆལ་  
ལོ།      །ལས་དང་སྒྲོ་བྱར་རྒྱུན་ལས་གྱུར་པ་ཡི།      །གཏོན་  
དང་ནད་དང་འབྱུང་པའི་འཆོ་བ་སོགས།      །སེམས་ཅན་  
ཡིད་མི་བདེ་བའི་ནད་རྣམས་ཀུན།      །འཛིག་རྟེན་ཁམས་

སུ་འབྱུང་བར་མ་གུར་ཅིག      ཇི་ལྟར་གཤེད་མས་བྲིད་  
པའི་བསང་བྱ་བཞིན།      རྒྱུད་ཅིག་གཅིག་ལ་ལུས་སེམས་  
འབྲལ་བྱེད་པའི།      རྟོག་འཕྲོག་ནད་ཀྱི་སྐྱུ་ག་བསྐྲལ་ཇི་  
སྟེད་པ།      །འཇིག་རྟེན་ཁམས་སུ་འབྱུང་བར་མ་གུར་  
ཅིག      །འཆི་བདག་གཤིན་ཇེའི་ཁ་ནང་ཚུད་པ་ལྟར།      །  
ནད་ཀྱི་མིང་ཙམ་བྲེས་པས་སྐྱུ་ག་བྱེད་པའི།      ཉིན་གཅིག་  
པ་དང་རྟག་པའི་རིམས་སོགས་ཀྱིས།      །ལུས་ཙན་ཀུན་  
ལ་གཞོད་པར་མ་གུར་ཅིག      །གཞོད་པའི་བགལ་ས་  
རིགས་སྟོང་སྐྱུ་ག་བརྒྱད་ཅུ་དང་།      །སྟོ་བུར་ཡེ་འཇོག་  
སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་དང་།      །བཞི་བརྒྱ་ཅུ་བཞིའི་ནད་ལ་

སོགས་པ་ཡིས། །ལུས་ཅན་ཀུན་ལ་འཆེ་བར་མ་གུར་  
ཅིག །ལུས་སེམས་བདེ་བ་མ་ལུས་འཕྲོག་བྱེད་པའི། །  
འབྱུང་བའི་འབྲུགས་པའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་ཇི་སྟེད་པ། །མ་  
ལུས་ཞི་ཞིང་མདངས་སྟོབས་ལྡན་གུར་ནས། །ཆེ་རིང་  
ནད་མེད་བདེ་སྐྱིད་ལྡན་པར་ཤོག །སྒྲ་མ་དགོན་མཆོག་  
ནམས་ཀྱི་བྱགས་ཇེ་དང་། །མཁའ་འགྲོ་ཆེས་སྐྱོང་སྐྱུང་  
མའི་མཐུ་སྟོབས་དང་། །ལས་འབྲས་བསྐྱུ་བ་མེད་པའི་  
བདེན་སྟོབས་ཀྱིས། །སྟོན་ལམ་ཇི་ལྟར་བཏབ་པ་འགྲུབ་  
གུར་ཅིག །༥ །སྒྲ་མེད་སྒྲ་མའི་བྱགས་ཇེ་དང་། །རྒྱལ་  
དང་རྒྱལ་སྐས་རང་རྒྱལ་དང་། །དབྱ་བཙུམ་བདེན་པའི་

བྱིན་ལྟུང་ས་གྱིས།                      སྒྲོན་ལམ་ནམ་དག་འགྲུབ་པར་  
ཤོག།    ཅེས་པ་འདི་ནི་གདན་ས་ཆེན་པོ་དཔལ་ལྷན་ས་སྐྱར་ནད་རིམས་མི་གཅིག་པ་  
སྐྱ་ཆོགས་བྱུང་དུས།                      སྒྲགས་བོན་ནམས་གྱིས་མདོས་གཏོར་སྒྲན་སྒྲགས་སྐྱུང་བ་  
སོགས་གང་བསྐྱབས་གྱུང་མ་པན་པར་གདན་ས་སྟོང་ལ་ཐུག་པའི་སྐབས།    རྗེ་གྲུབ་ཐོབ་  
ཆེན་པོས་མ་ནམ་མཁའ་མའི་སྐབས་འགྲོ་གྱིས།    མ་ཁི་སྒྲོངས།    སྒྲོན་ལམ་འདི་ཐོབ་  
ཅེས་བཀའ་སྩལ་བ་བཞིན་བགྱིས་པར་བརྟེན་ནད་ཡམས་ཐམས་ཅད་འཕྲལ་དུ་ཆད་པས་  
ས་སྐྱར་ནད་གོལ་མའི་སྒྲོན་ལམ་ཞེས་ངོ་རྗེའི་གསུང་བྱིན་ལྟུང་ས་གྱི་སྒྲིན་ཕུང་འཕྲོ་བར་  
གྲགས་སོ།།       ལྟོ       སངས་རྒྱས་སྐྱ་གསུམ་བརྟེས་པའི་བྱིན་  
ལྟུང་ས་དང་།                      ཁོས་ཉིད་མི་འགྱུར་བདེན་པའི་བྱིན་  
ལྟུང་ས་དང་།                      །དག་འདུན་མི་ཕྱེད་འདུས་པའི་བྱིན་

སྒྲུབས་གྱིས།      རི་ལྟར་བསྡོ་བ་སྡོན་ལམ་འགྲུབ་པར་  
འོག། ༥

༼བཀྲ་ཤིས་རྒྱལ་པ་བཞུགས་སོ།༽

༥      ཨོ་བདེ་ལེགས་རྒྱུ་མཆོ་དགོན་མཆོག་རིན་ཆེན་  
ལ། །དད་པ་རྒྱུ་མཆོ་འདུན་པས་ཕྱག་བྱས་ཏེ། །སྐྱེ་དགུ་  
རྒྱུ་མཆོའི་དཔལ་དུ་གྱུར་པ་ཡིས། །བཀྲ་ཤིས་རྒྱུ་མཆོའི་  
ཤིས་པ་བརྗོད་པར་བགྱི། །རྒྱལ་མཆོན་ཅེ་མོ་དབང་གི་  
རྒྱལ་པོ་ལྟར། །ལྷག་པའི་ལྷ་ཡི་གཙུག་གི་རྒྱན་གྱུར་  
པ། །སྐྱེ་བ་པ་པོ་ལ་དངོས་གྲུབ་མཆོག་སྦྱུང་བའི། །  
མཉམ་མེད་སྒྲུ་མ་མཆོག་གི་བཀྲ་ཤིས་འོག། རྫོང་འཆང་

ཆེན་ཏི་མྱེ་ནུ་རོ་དང་།      །མར་པ་མི་ལ་སྒྲམ་པོ་མཐའ་ཚུ་  
པ།      །སྒྲུ་ཕུ་པ་དང་དཔལ་ལྡན་འབྲུག་པ་སོགས།      །  
དཀར་བརྒྱུད་སྒྲུ་མ་རྣམས་ཀྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག      །སངས་  
རྒྱལ་ཀུན་བདག་འཁོར་ལོ་བདེ་བའི་མཆོག      །དེ་ཡིས་  
རྗེས་བཟུང་གྲུབ་ཆེན་ལྷ་བ་རི།      །གནས་ལྡེ་རིག་པའི་  
གྲུབ་མཆོག་ནགས་ཀྱི་མཆོན།      །དཔལ་ལྡན་སྒྲུ་མ་རྒྱལ་  
དབང་ཆོས་ཀྱི་རྗེ།      །བསྟན་པའི་མངའ་བདག་ངག་དབང་  
རིན་པོ་ཆེ།      །ཉི་བརྒྱུད་སྒྲུ་མ་རྣམས་ཀྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག      །  
རྒྱ་གར་པཎ་ཆེན་བོད་ལ་བཀའ་རྗེ་ཆེ།      །པརྒྱ་འབྲུང་  
གནས་སྐུ་ལ་འདས་འབྱུངས་མེད།      །ད་ལྟ་ལྟོ་ཟུབ་སྤོན་



པོའི་ཁ་གཞོན་མཛད།     ཟུ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ་ཡི་བཀའ་ཞིས་  
ཞོག     ཟུན་སྐྱམ་ཆོགས་པ་མངའ་བ་གསེར་གྱི་རི་བོ་  
འདྲ།     འཛིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་མགོན་པོ་འཛི་མ་གསུམ་  
སྤངས་པ།     སངས་རྒྱས་པརྩ་འདབ་འདྲ་རྒྱས་པའི་སྤྱན་  
མངའ་བ།     འདི་ནི་འཛིག་རྟེན་དག་བའི་བཀའ་ཞིས་དང་པོ་  
ཡིན།     བཀའ་ཞིས་དམ་པ་དེས་ཀྱང་དེང་འདིར་བདེ་  
ལེགས་ཞོག     དེ་ཡིས་ཉེ་བར་བསྟན་པའི་མཆོག་རབ་  
མི་གཡོ་བ།     འཛིག་རྟེན་གསུམ་ན་གྲགས་ཤིང་ལྷ་དང་  
མིས་མཆོད་པ།     ཆོས་ཀྱི་དམ་པ་སྐྱེ་དགུ་རྣམས་ལ་ཞི་  
བྱེད་པ།     འདི་ནི་འཛིག་རྟེན་དག་བའི་བཀའ་ཞིས་གཉིས་

པ་ཡིན། བག་ཤིས་དམ་པ་ཟེ། དག་འདུན་དམ་པ་ཆོས་  
ལྡན་ཐོས་པའི་བག་ཤིས་ལྟུག་ ལྟ་དང་མི་དང་ལྟ་མ་ཡིན་  
གྱིས་མཆོད་པའི་གནས། ཆོག་ས་གྱི་མཆོག་རབ་ངོ་ཆ་  
ཤེས་དང་དཔལ་གྱི་གཞི། འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་དག་བའི་  
བག་ཤིས་གསུམ་པ་ཡིན། བག་ཤིས་དམ་པ་ཟེ། པར་  
ཉི་མ་འཇིགས་བྱེད་དུས་མཆོན་མནན། སྐྱེ་མཛོག་  
མཐིང་ནག་ཞལ་བཞི་བརྩ་གཉིས་ལྟུག་ ཤག་མོས་  
མགུལ་འབྱུང་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོས་བསྐྱོར། བདེ་  
མཆོག་ལྟ་ཆོག་ས་རྣམས་གྱི་བག་ཤིས་ཤོག་ འཇིག་རྟེན་  
འདྲན་པའི་གཙོ་བོ་ཆོ་དཔག་མེད། དུས་མིན་འཆི་བ་མ་

ལུས་འཛམས་པའི་དཔལ།      མགོན་མེད་སྐུ་ག་བསྐུལ་  
གུར་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐུ་བས།      སངས་རྒྱལ་ཆེ་དཔག་མེད་  
ཀྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། དབུས་ཀྱི་ཕྱོགས་ནས་བཀྲ་ཤིས་དོན་  
གྱི་ལྷ།      རྣམ་པར་སྤང་མཛད་བཀྲ་ཤིས་དོན་གྱི་ལྷ།      །  
རྣམ་པར་སྤང་མཛད་བཀྲ་ཤིས་གང་ལགས་པའི།      བཀྲ་  
ཤིས་དམ་པས་དེང་འདྲིར་བདེ་ལེགས་ཤོག།      རྟེན་གྱི་  
ཕྱོགས་ནས་བཀྲ་ཤིས་དོན་གྱི་ལྷ།      རྫོང་མེམས་དཔལ་  
བཀྲ་ཤིས་དོན་གྱི་ལྷ།      རྫོང་མེམས་དཔའི་བཀྲ་ཤིས་  
གང་ལགས་པའི།      བཀྲ་ཤིས་དམ་པས་ཟུང་ལྷོ་ཡི་  
ཕྱོགས་ནས་བཀྲ་ཤིས་དོན་གྱི་ལྷ།      རིན་ཆེན་འབྱུང་ལྷན་

བག་ཤིས་དོན་གྱི་ལྟ།      འིན་ཆེན་འབྱུང་ལྡན་བག་ཤིས་  
གང་ལགས་པའི།      བག་ཤིས་དམ་པས་ཟེ      རུབ་གྱི་  
ཕྱོགས་ནས་བག་ཤིས་དོན་གྱི་ལྟ།      ལྡང་བ་མཐའ་ཡས་  
བག་ཤིས་དོན་གྱི་ལྟ།      ལྡང་བ་མཐའ་ཡས་བག་ཤིས་  
གང་ལགས་པའི།      བག་ཤིས་དམ་པས་ཟེ      བྱང་གི་  
ཕྱོགས་ནས་བག་ཤིས་དོན་གྱི་ལྟ།      འིན་ཡོད་གྲུབ་པའི་  
བག་ཤིས་དོན་གྱི་ལྟ།      འིན་ཡོད་གྲུབ་པའི་བག་ཤིས་  
གང་ལགས་པའི།      བག་ཤིས་དམ་པས་ཟེ      ཞེ་ཡོན་  
ཏན་རྒྱལ་པོ་སྐྱ་མདོག་གསེར་དང་མཚུངས།      ཤེས་རབ་  
ཆེན་པོའི་ཏྲགས་སུ་རལ་གྱི་བསྐྱམས།      འཕགས་པ་

འཇམ་དཔལ་བཀྲ་ཤིས་གང་ཡིན་པའི། །བཀྲ་ཤིས་དམ་  
པས། །ཡུལ་ཐུགས་རྗེས་བསིལ་མཛད་སྐྱེ་མདོག་ཟླ་ཉ་  
འདྲ། །སྒྲོན་གྱི་མ་གོས་ཕྱག་ན་པར་བསྐྱམས། །སྒྲོན་  
རས་གཟིགས་ཀྱི་བཀྲ་ཤིས་གང་ཡིན་པའི། །བཀྲ་ཤིས་  
དམ་པས། །རྩྭ་འགྱུར་བ་མེད་པ་སྐྱེ་མདོག་མཐིང་ནག་  
སྟེ། །མཐུ་སྟོབས་ཆེར་སྒྲོན་ཕྱག་ན་རྩྭ་རྩྭ་བསྐྱམས། །  
གསང་བའི་བདག་པོའི་བཀྲ་ཤིས་གང་ཡིན་པའི། །བཀྲ་  
ཤིས་དམ་པས། །རྩྭ་ལས་སྐྱེས་པའི་རྩྭ་མཆོག་སྐྱེ། །  
ཉི་མའི་འོད་མཚུངས་ཉིན་མོངས་བསྐྱེགས། །བདུད་བཞི་  
རྣམ་པར་འཇོམས་མཛད་པའི། །དཔའ་བོ་རྩྭ་མགྱིན་ཆེན་

པའི་བཀའ་ཤིས་ཤོག།      ཆོས་སྐུ་གཟུང་འཛིན་བྲལ་བའི་  
ངང་ཉིད་ལས།      འཛིངས་སྟོང་ཚོགས་སྐུ་འཇའ་ཆོན་ལྟ་བུ་  
ལ།      མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ཕྱག་རྒྱ་ལྟ་ཡིས་བརྒྱན།      ཡི་  
དམ་ལྟ་ཆོགས་རྣམས་ཀྱི།      དུལ་ཉི་ཤུ་ཅུ་བཞིའི་མཁའ་  
འགོ་དང་།      བྱད་པར་ཡུ་རྒྱན་དབེན་གནས་སུ།      དམ་  
ཆོག་ཅན་རྣམས་སྤང་མཛད་པའི།      མཁའ་འགོ་མ་  
རྣམས་ཀྱི།      རྟེན་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་  
སྤང་བྱིར།      འཛིགས་བྱེད་མི་བཟད་དྲག་པའི་ལུས་དང་  
ལྗན།      རྩམ་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་བདུད་བཞི་ཚར་གཙོད་  
པའི།      མགོན་པོ་བྱ་རོག་མཚན་གྱི།      ས་བཙུ་ཉིད་ལ་

གནས་པའི་སེམས་དཔའ་ཡང་།      །གཟི་བརླིང་མེ་ལྟར་  
འབར་བའི་བྲོ་ཚུལ་གྱིས།      །བསྟན་ལ་སྤང་བའི་དབྱ་  
བགེགས་ཅུང་ནས་གཅོང་།      །ཡེ་ཤེས་མགོན་པོའི་ཚོགས་  
ཀྱི་      །ཟབ་མོ་རྒྱུད་ཀྱི་སྤང་མ་མ་མོའི།      །ཞལ་གཅིག་  
ཕྱག་བཞི་ཕྱིན་ལས་རྣམ་བཞི་སྐྱབ།      །རྩ་འཕུལ་མཐུ་ལྡན་  
དབྱ་བགེགས་ཚར་གཅོང་པའི།      །བྲག་འབྱུང་དུང་སེལ་  
ལྟ་མོའི་      །དེ་ཡི་སྐྱ་གསུང་ཕྱགས་སྐྱལ་ཕོ་ཉ་ནི།      །  
འགྲུགས་བྱེད་གསོད་བྱེད་གསུམ་དང་མཁའ་འགྲོ་  
བཞི།      །གཏོང་ཅན་བརྒྱུད་དང་སྒྲོམ་བཞི་ལ་སོགས།      །  
ལས་བྱེད་ཕོ་ཉ་རྣམས་ཀྱི་      །བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་སྤྱན་



སྒྲུ། །སྒྲུབ་པ་མཛད་པའི་གང་ཟག་ལ། །བྱ་བཞིན་  
སྒྲོང་བར་ཞལ་བཞེས་པའི། །ཆོས་སྒྲོང་སྒྲུང་མ་རྣམས་  
ཀྱི། །ཞོར་གྱི་དབང་ཕྱག་རིན་ཆེན་གཏོར་མངའ་  
ཞིང་། །གཞོད་སྒྲུན་ཞོར་འཆང་མང་པོ་ཀུན་གྱི་མེ། །བྱང་  
ཕྱགས་སྒྲོང་བའི་མགོན་པོ་ཚམ་གྱ་ལ། །དངོས་གྲུབ་  
མཆོག་སྒྲུལ་ཞོར་ལྟའི། །ལོ་བརྒྱ་ཐུབ་ཅིང་སྒྲོན་བརྒྱ་  
མཐོང་བ་དང་། །ཆོ་རིང་ནད་མེད་བདེ་སྒྲིད་ཕུན་སུམ་  
ཆོགས་། །ཐེག་པ་མཆོག་ལ་དེས་པར་འབྱུང་གྱུར་  
པའི། །བཀྲ་ཤིས་དེས་ཀྱང་དེང་འདྲིར་བདེ་ལེགས་་  
ཤོག །སྒྲུན་པ་གཏོང་ཞིང་ཚུལ་བྲིམས་སྒྲུང་བ་དང་། ། །

བཟོད་པ་བསྐྱེམ་ནིང་བཙོན་འགྲུས་ཚུམ་པ་དང་། །  
མཉམ་པར་འཛོག་ཅིང་གནས་ལུགས་རྟོགས་པ་ཡིས། །  
བཀྲ་ཤིས་། །བགེགས་རིགས་སྟོང་ཕྲག་བརྒྱད་ཅུ་ནི་བ་  
དང་། །མི་མཐུན་གཞོད་པའི་རྒྱུན་དང་བྲལ་བ་དང་། །  
འདོད་པ་འགྲུབ་ཅིང་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཡི། །བཀྲ་  
ཤིས་། །བསོད་ནམས་རི་བོ་བཞིན་དུ་བརྟན་པ་དང་། །  
སྒྲན་པ་ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་བྱུང་པ་དང་། །རྒྱུད་ནི་ཉི་ཟླ་  
བཞིན་དུ་གསལ་བ་སྟེ། །བཀྲ་ཤིས་དེས་ཀྱང་དེང་འདིར་  
བདེ་ལེགས་ཤོག། །འབད་དང་ཚུལ་བ་མི་དགོས་  
ཤིང་། །ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་དཔག་བསམ་ཤིང་། །

སེམས་ཅན་རེ་བ་སྐྱོང་མཛད་པའི།      །བསམ་པ་འགྲུབ་  
པའི་བཀའ་ཉིས་ཤོག།      །གཞི་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ་འགྱུར་བ་  
མེད།      །འགྱུར་མེད་སྐྱ་ཡི་བཀའ་ཉིས་ཤོག།      །སྤྱིར་འགྲོ་  
དུག་ཡོངས་ལ་བཀའ་ཉིས་ཤོག།      །སྒྲོས་འདིར་ཆོགས་  
རྣམས་ལ་བཀའ་ཉིས་ཤོག།      །ལམ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ་  
འགགས་པ་མེད།      །འགགས་མེད་གསུང་གི་བཀའ་ཉིས་  
ཤོག།      །སྤྱིར་འགྲོ་དུག་ཡོངས་ལ་བཀའ་ཉིས་ཤོག།      །སྒྲོས་  
འདིར་ཆོགས་རྣམས་ལ་བཀའ་ཉིས་ཤོག།      །འབྲས་བུ་ཕྱག་  
རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ་འབྲུལ་པ་མེད།      །འབྲུལ་མེད་ཐུགས་གྱི་  
བཀའ་ཉིས་ཤོག།      །སྤྱིར་འགྲོ་དུག་ཡོངས་ལ་བཀའ་ཉིས་

ཤོག། རྒྱལ་འདིར་ཆོག་ས་རྣམས་ལ་བཀྲ་ཤིས་  
ཤོག། །ལྟོ་མི་འགྱུར་ལྟུན་པོ་སྐྱ་ཡི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །  
ཡན་ལག་དྲུག་ཅུ་གསུང་གི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །མཐའ་  
བྲལ་འབྲུལ་མེད་བྱུག་ས་གྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །རྒྱལ་བའི་  
སྐྱ་གསུང་བྱུག་ས་གྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །ལྟོ་སྟོན་མཆོག་  
དམ་པ་ལྟ་མིས་མཆོད་འོས་པ། །སངས་རྒྱས་ལྷུག་  
འཆལ་དེང་འདིར་བདེ་ལེགས་ཤོག། །སེམས་ཅན་གང་  
དག་འགྲོ་དང་མི་འགྲོ་བ། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་དེང་  
འདིར་བདེ་ལེགས་ཤོག། །ཞི་བ་ཆགས་བྲལ་ལྟ་མིས་  
མཆོད་འོས་པ། །ཆོས་ལ་ལྷུག་འཆལ་དེང་འདིར་བདེ་

ལེགས་ཤོག།      །སེམས་ཅན་གང་དག་འགྲོ་དང་མི་འགྲོ་  
བ།། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་དེང་འདྲིར་བདེ་ལེགས་ཤོག།      །  
ཆོགས་མཆོག་དམ་པ་ལྷ་མིས་མཆོད་འོས་པ།      །དགོ་  
འདུན་ཕྱག་འཆལ་དེང་འདྲིར་བདེ་ལེགས་ཤོག།      །  
སེམས་ཅན་གང་དག་འགྲོ་དང་མི་འགྲོ་བ།      །དེ་དག་  
ཐམས་ཅད་དེང་འདྲིར་བདེ་ལེགས་ཤོག།      །༥།      གནས་  
འདྲིར་ཉིན་མོ་བདེ་ལེགས་མཆོན་བདེ་ལེགས།      །ཉི་མའི་  
གུང་ཡང་བདེ་ལེགས་ཤིང་།      །ཉིན་མཆོན་རྟག་ཏུ་བདེ་  
ལེགས་པའི།      །དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བྲག་ཤིས་  
ཤོག།      །༥།      སྟོན་པ་འཇིག་རྟེན་ཁམས་སུ་བྱོན་པ་དང་།      །

བསྟན་པ་ཉི་འོད་བཞིན་དུ་གསལ་བ་དང་། །བསྟན་འཛིན་  
དཔོན་སློབ་བཞིན་དུ་མཐུན་པ་ཡིས། །བསྟན་པ་ཡུན་  
རིང་གནས་པའི་བཀའ་ཤིས་ཤོག །ཨོ་ཡེ་རྒྱ་རྩེ་རུ་བྱ་བྱ་  
ཕ་རྩེ་རུ་རྩེ་རྩེ་བྱ་བ་ཏེ་རྩེ་དང་རྩེ་རྩེ་ཡེ་ནི་རོ་རྩེ་ཨེ་ཨོ་  
བྱ་རྩེ་མ་རྩེ་བྱ་མ་ཆེ་སྟེ། །ཨོ་སྟེ་བྱ་རྩེ་བཟོ་

སྟེ། །

འགྲོ་བའི་སྟེ་བྱ་བསྟེ་སྟེ་བྱ་བཞིན་གཅིག་ཡུ། །བདེ་བ་བམས་  
ཅད་འབྱུང་བའི་གནས། །བསྟན་པ་བཞིན་དང་བཀའ་སྟེ་  
དང་། །བཅས་རྩེ་ཡུན་རིང་གནས་འབྱུང་ཅིག །