

བྱུང་མཁོ་འཛིན་ལས་བརྟན་སྐོར་དེར་བྲིས་བཞི་པ།

བརྟུ་བཞི་འཛིན་ཆོ་ག་ལེགས་ཆོ་གས་

ཀྱན་བསྐྱུས།



༡ གོང་ས་༢ སྐབས་མགོན་ཆུལ་བའི་དབང་པོ་མཆོག་གི་བྱ་གསུམ་རྗེ་  
བཟུང་འོག་སྐོར་གྱིས་གཞོན་སྐྱེས་སློ་གསར་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ།  
ཀུ་ཡུ་ཏྲ་གས་ཅན་གྱི་ལག་ཐོག་ཁ་བར་དང་ iPad སློག་སྒྲིག་སོགས་བརྒྱུད་  
ནས་དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་བོད་ཡིག་ལམ་ནས་གཟིགས་བདེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་  
བཅོས་བ་ཡིན། སྒྲིག་ནས་ཀྱང་རིམ་བས་དཔེ་དེབ་དོ་བཤུས་ལག་དུ་འགྱུར་  
ཆེ་དེབ་གྲངས་མང་དུ་གཏོང་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་འོང་སྲིད་ན་དེར་སྐོར་བའི་ལམ་  
སྟོན་བཀའ་སློབ་དགོངས་འཆར་ལྷན་སྟེལ་ཡོང་བར་རེ་བསྐྱེལ་ཞུ་རྒྱུ་དང།  
ཞུ་དག་བསྐྱར་མ་སོགས་ལ་རང་རྒྱས་གང་ཡོད་གྱིས་འབད་ཅོལ་གྱིས་ཁྱེད་  
བྱས་ཀྱང་ཆུད་ཆད་ཞན་སྐབས་ནོར་འཁྲལ་གང་ཞོར་རྣམས་བཅོད་གསོལ་  
ཞུ་རྒྱུ་བཅས།

མེད་སྒྲིད་དམར་འཇམ་དབྱངས་བསོད་ནམས་གྱིས།

དེབ་བཅོས་ཟིན་པ་རྣམས་སུ་ལ་དགོས་ན་པ་རྒྱ་རྒྱུད་ནས་ཕྱི་མེད་དུ་སྤུལ་ཆོག  
པ་རྒྱ་ཁ་བྱེད། marjamson618@gmail.com

# བརྒྱ་བཞི་འཛིན་ཆོ་ག་ལེགས་ཆོག་གས་ཀྱན་བསྐྱུས་གོགས་སེལ་ ཀྱན་པར་ནོར་བྱ།

༡༡། །མི་འཛིགས་བཞི་ལྟན་ཤུའི་རྒྱལ་པོ་དང་། །སྐྱེ་བཞིའི་བདག་  
ཉིད་སྒྲ་མ་ལ་བརྟུང་ནས། །བདུད་བཞི་གཡུལ་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཕྱིར།  
རྒྱ་ཕྱག་བཞི་ཡི་ཆོ་ག་བཤུད་པར་བྱ། །

དེ་ལ་འདིར་བརྒྱ་བཞིའི་ཆོ་ག་གཏོང་བ་ལ་གསུམ། སྒོན་འགྲོ་དངོས་གཞི་རྗེས་དང་གསུམ་  
ལས་དང་པོ་མཐུལ་གྱི་ཞིང་རྫས་ལ་སོགས་པ། ས་ཕྱོགས་གཙང་མར་དཀྱིལ་འཁོར་བརྒྱ་འདབ་མ་  
བརྒྱད་པ། ཕྱོགས་བཞི་དམར་ལ་མེ་རྒྱུང་སེལ། བདེན་བཤམ་ལྷང་ཁུ་དབང་ལྟན་ནག་པོ་ལྟེ་བ་ལྷང་གོ་  
སར་སེར་པོ་ལྟེ་བར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཕྱག་གཡས་མཆོག་སྦྱིན་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་ཕྱག་མཐེལ་དང་  
ཕྱག་སོར་གྱི་ནང་དམར་པོ་དེའི་ཁུ་ཁུད་སེར་པོ་བྱས་པ་རྩལ་ཆོན་གྱི་བྱིས་པའམ་རས་བྱིས་བྱས་པ་  
བཀོད་པའི་སྟེང་དུ་མཛྲ་ཆེན་པོ་བཞག་པའི་སྟེང་དུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐྱེ་འབྲས་བཞུགས་ཤིང་།  
དབྱ་ཐོག་ཏུ་གདུགས་ཕྱབ་པའམ། མདའ་དར་འཇུགས་པ། མཐེལ་ཆུང་ལ་ལྟ་བུད་དཀར་པོ། སྒོན་  
ལག་ལ་ཉོན་མོངས་པའི་བདུད་དམར་པོ། མཐུ་བ་མོ་ལ་ཕྱང་པོའི་བདུད་སེར་པོ། བྱང་མོ་ལ་འཆི་བདག་  
གི་བདུད་ནག་པོ། གཟུགས་བརྟན་བྱིས་པའམ། འཛིམ་པ་ལས་བྱས་པ་མདུན་ཕྱག་མཐེལ་ཕྱོགས་སུ་  
བསྟན་པ་བཀོད། ཕྱག་མཐེལ་དུ་འབྲས་ཟན་ནམ་ངར་ཕྱེ་ལས་བྱས་པའི་སྦྱིན་བདག་གི་སྤྱད་སྦྱིད་མཆེད་  
དོད་པ་ཟེ་མོའི་སྒྲ། བྱང་ཐང་གི་མིག་། ལྷ་ཉིག་གི་སྤྱད་པ། དར་དམར་གྱི་སྟེ། མགོན་བྱའི་སོ། ལག་པ་  
གཡས་པ་གསེར། གཡོན་པ་དཔུལ། རྒྱུ་པ་གཡས་ཟངས་གཡོན་པ་ལྷགས་ལས་བྱས་པ་རྒྱན་  
བཏགས་ཞིང་གོས་དང་བཅས་བཞག། །བད་འདབ་གྱི་མཐར་རས་སྒྲམ་སོགས་གྱི་སྟེང་དུ་ཕྱོགས་རེ་རེ་  
ཉེར་ལྟ་རེ་བྱས་ནས་སྒྲུ་བརྒྱ་བྱ་བཞིར་བཀོད། དེའི་ཕྱིར་མར་མེ་བརྒྱ། དེའི་ཕྱི་ལ་འབྲས་ཟན་གྱི་ངར་

མི་བརྟུ། དེའི་ཕྱི་ལ་འབྲུ་ཟན་གྱི་ལྷ་བཤོས་བརྟུ། དེའི་ཕྱིར་སྤྱོད་གས་བཞིར་བདུད་བཞི་ལ་ཚུ་གཉིས་ཉེར་  
སྤྱོད་ལྷ་ཆང་བ་ཆར་རེ་བཤམས། མདུན་དུ་བདུད་བཞིའི་འབྲུལ་གཏོར་ཟུར་གསུམ་ཤ་ཁྲག་གི་བརྟུན་  
བ་མཐེབ་ཀྱི་བརྟུ་ཅ་བརྟུད་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ། སྤྱད་རྫོང་རིན་པོ་ཆེ་སྣ་ཆོགས་གོས་དར་འབྲུ་ཟན་སོགས་  
སྣ་ཆོགས་ཆང་ཕྱད་གསེར་སྐྱེམས་དང་། གཞན་ཡང་སྒྲ་མ་དགོན་མཆོག་ལ་འབྲུལ་རྒྱའི་དཀར་གཏོར་  
རྟུན་ཅན་གཏོར་ཚུང་གིས་བསྐྱོར་བ་དང་། ཡི་དམ་དང་ཆོས་སྦྱོང་གི་གཏོར་མ་སྤྲུག་ཅི་བྱུག་པ་རྟུན་  
ཅན། གཞི་བདག་གཏོར་མ། དགོན་མཆོག་སྤྱི་ལྷའི་མགོན་སྤྱི་དང་ཡི་དམ་ཆོས་སྦྱོང་རྣམས་ལ་ཚུ་  
གཉིས་ཉེར་སྤྱོད་ལྷ་ཆང་བ་གཅིག །སྤྱུ་རབ་གནས་ལ་དགོས་པའི་ལྷ་ཆང་གཅིག །བགོགས་གཏོར་  
ཉིང་ལོ་ཆང་བྱ་དང་བཅས་པ་ཉུངས་དཀར་མེ་ཉོག་རྣམས་སྟོག་གྲ། གཉིས་པ་དངོས་གཞིའི་ཆོག་ལ་  
འབྲུག་པ་ནི། འཛིགས་བྱེད་སོགས་ཡི་དམ་གང་རུང་བཞུས་བརྫོད་གཏོར་འབྲུལ་ཡན་རྫོགས་པར་  
བྱས། དེ་ནས་སྐབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་སྟོན་དུ་བཏང་ནས། རང་ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་ར་གསལ་བའི་ངང་ནས་  
གནས་དང་ཡོ་བྱད་བྱིན་གྱིས་བཞུགས་པ་ནི།

༩ ར་མོ་ཅ་བ་དང་བརྟུད་པར་བཅས་པའི་དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མ་རྣམས་  
དང་། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཆོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱིན་  
རྒྱབས་གྱི་སྟོབས་དང་། བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་དང་། གསང་  
སྤྲུགས་དང་རིག་སྤྲུགས་དང་ཉིང་རེ་འཛིན་བྱེད་པར་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྟོབས་  
དང་། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམ་པར་དག་ཅིང་། ཆོས་ཅན་རྒྱ་འབྲས་བསྐྱུ་བ་མེད་  
པའི་སྟོབས་དང་རྒྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲ་མ་ཡི་དམ་སངས་རྒྱས་བྱང་  
སེམས་དཔའ་བོ་མཁའ་འགོ་ཆོས་སྦྱོང་སྤྱང་མ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་རྒྱ་  
མཆོའི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་མཆོད་པའི་ཆོགས་རྣམས་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་བགོད་པ་བྱེད་  
པར་དུ་འཕགས་པ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལས་བྱུང་བའི་མཆོད་



པའི་སྒྲིན་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་འབྱུང་ཞིང་རྒྱས་པར་གྱུར་ཅིག །ཨོ་སར་  
 བེད་རྒྱ་ར་རྒྱ་ར་རྒྱ་ར་རྒྱ་ར། ཨ་མརྟ་ཡ་ཨ་མརྟ་ཡ་ཉོ་བརྩ་སྤྲ་ར་ཏ་པི། ཞེས་པ་  
 ལན་གསུམ་གྱི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས། དེ་ནས་མདུན་བསྐྱེད་གསལ་འདེབས་པ་ནི། བྱིས་པའི་མཇུག་  
 ལ། ཨོ་བརྩ་ཨ་མི་ཏ་ཀུརྟ་ལི་ཏ་ན་ཏ་ན་ཏུ་པའ། ཨོ་སྤ་སྤ་མ་ཤུ་སར་ཉུ་སྤ་སྤ་  
 སྤ་མ་ཤུ་ཉུ་ཏུ། སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། སྟོང་པའི་ངང་ལས་སྐྱད་ཅིག་གིས་རྩོ་  
 རྩོ་ལི་ས་གཞི་རྩ་བ་གྱུར་སྤ་རེ་མེ་རི་དང་བཅས་པའི་དབུས་སུ་སྤ་མོ་གསུམ་བརྒྱ་  
 འདབ་མ་བརྒྱད་པའི་སྟེ་བར་སེལ་ཆེ་ཆེན་པོ་བརྒྱད་གྱིས་བཏེགས་པའི་རིན་པོ་  
 ཆེའི་ཁྲི་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་སྟེང་དུ་སྟོན་པ་མཉམ་མེད་ཤུ་གཉིས་རྒྱ་ལ་པོ་སྤ་  
 མདོག་གསེར་བཙོ་མ་སྤ་བྱ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་པ་གཡས་མཆོག་སྒྲིན་  
 དང་། གཡོན་མཉམ་བཞག་གི་སྟེང་ན་བདུད་ཅིས་གང་བའི་སྤྱང་བཟེད་  
 བསྐྱམས་པ་སྤ་ལ་ཆོས་གོས་དམར་པོ་གསོལ་བ། མཆོན་བཟང་པོ་སུམ་ཅུ་ཙུ་  
 གཉིས་དང་། དཔེ་བྱད་བཟང་པོ་བརྒྱད་ཅུས་བརྒྱན་བ། ཞབས་རྩོ་རྩོལ་  
 གྱུང་གིས་བཞུགས་བ། སྤྱིའི་གཡས་གཡོན་དུ་ཤུ་རིའི་བྱ་དང་མོ་ཏུ་འགལ་གྱི་  
 བྱ་ལ་ཆོངས་པ་དང་། བརྒྱ་བྱིན་ལ་སོགས་པས་གདུགས་དང་རྩ་ཡབ་ཐོགས་  
 ནས་མཆོད་པ་བྱེད་བ། སྟེང་དུ་དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་བཙོ་མ་ལྟན་  
 འདས་རྣམས་དང་། མཐའ་བསྐྱོར་དུ་ས་གནས་གྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 ཉན་རང་འཕགས་པའི་ཆོགས་དང་བཅས་པ་དེ་དག་གི་མཐའ་བསྐྱོར་དུ་ཡི་  
 དམ་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྤ་ཆོགས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དང་། དམ་པའི་ཆོས་སྟོང་  
 བའི་བསྟན་སྤྱང་ཡེ་ཤེས་པའི་ཆོགས་དང་བཅས་པ་སྟེ། མདོར་ན་དགོན་

མཆོག་སྲིད་ལྷའི་མགོན་དང་མགོན་པོ་ཡོན་ཏན་གྱི་མགོན་རྣམས་གནས་ས་  
བར་སྒྲུང་གི་ཁྱོན་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་གང་སྟེ་བཞུགས་པར་གྱུར།

མ་ལུས་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་མགོན་གྱུར་ཅིང་། **ཞེས་པ་ནས།** ཡོངས་  
དག་འཁོར་དང་བཅས་ཏེ་གཤེགས་སུ་གསོལ། **ཕྱོགས་དུས་ཀུན་གནས་**  
**ཞེས་པ་ནས།** མཆོད་སྤྱོན་རྒྱ་མཆོའི་དབུས་སུ་བཞུགས་སུ་གསོལ། **ཁབ་དག་དང་**  
**འགོ་ལ་ཐུགས་བརྩེའི་ཕྱིར།** **ཞེས་པ་ནས།** དེ་སྲིད་བཅོམ་ལྡན་བཞུགས་སུ་  
གསོལ། **ཞོ་བརྒྱ་ཀམ་ལ་ཡེ་སྟོ།** **ཞེས་གདན་ཤུལ།** **དེ་ནས།** རི་སྟེང་སུ་དག་ཕྱོགས་  
བཙུའི་འཛིག་རྟེན་ན། **ཞེས་པ་ནས།** རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་ཐུག་འཆའ་མཆོད་པར་  
བགྱི། **ཞེས་པའི་བར་བརྗོད།** **དེ་ནས།** **མཆོད་པ་རྣམས།** **ཞོ་བརྒྱ་ཨ་མྲི་ཏས་བསངས།** **སྣ་བྲུ་**  
**ཕས་སྒྲུངས།** **སྟོང་པའི་ངང་ལས་ཞོ་ལས་རིན་པོ་ཆའི་སྟོང་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་**  
**བ་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་ཞོ་འོད་དུ་ལྷུ་བ་ལས་བྱུང་བའི་མཆོད་རྫས་རྣམས་དྲངས་**  
**ཤིང་ཐོགས་པ་མེད་པ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པར་གྱུར།** **ཞོ་ཨ་མྲི་ཨ་མྲི་ཨ་མྲི་** **དེ་**  
**བཞིན་དུ།** **སྒྲུ་ཤྱི།** **ཕུའྱེ།** **རྒྱ་པེ།** **ཨ་ལོ་ཀེ།** **གཞེ།** **འི་མི་ཤེ།** **འཤྱ།** **རྒྱ་པ།** **འཤྱ།**  
**གཞེ།** **ར་ས།** **སྒྲུ་ཨ་མྲི་ཨ་མྲི་ཨ་མྲི་** **ཞེས་པའི་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱལ།** **རབ་འབྱམས་རྒྱ་མཆོ་**  
**དཔག་མེད་ན།** **མཆོད་ཡོན་རི་སྟེང་ཡོད་པ་དང་།** **ཁབ་དག་གི་གུས་པས་**  
**བཤམས་པ་འདི།** **རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་དང་བཅས་ལ་འབུལ།** **ཞོ་སྐྱ་ཏ་སྐྱ་ག་ཏ་**  
**ཨ་མྲི་པ་ཏི་རྒྱ་ཏི་སྐྱ་ཏི་སྐྱ་ཏི།** **དེ་བཞིན་དུ་རོལ་མོའི་བར་བརྗོད།** **དེ་ལས་གཞན་ཡང་མཆོད་**  
**པའི་ཆོགས།** **འོལ་མོ་དབྱངས་སྟན་ཡིད་འོང་ལྡན།** **སེམས་ཅན་སྤྲུག་བསྐྱལ་**  
**སེམ་བྱེད་པའི།** **སྤྱོན་རྣམས་སོ་སོར་གནས་གྱུར་ཅིག།** **ཞོ་སྐྱ་ཏ་སྐྱ་ག་ཏ་**

[illegible]

དེ་ནས་སྤྱི་ལོ་འབྲུག་གཞུང་གི། བརྒྱ་ཆ་མི་ཉ་ས་བསངས། སྤྱི་ལོ་འབྲུག་གི། རྒྱ་ཆ་འབྲུག་གི།

ངང་ལས་སྒྱི་ལས་ཞེས་པ་ནས། ལྷ་རྩལ་སུ་གྱུར། ཞོ་ཞུ་ཞུ། ལན་གསུམ་གྱི་བྱིན་གྱིས་  
བརྒྱལ། རང་གི་ཐུགས་ཀའི་ས་བོན་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། རབ་ཏུ་གནས་པ་ལ་  
བར་དུ་གཙོད་པའི་བགེགས་རྣམས་བཀྱག་པར་གྱུར། ཞོ་སར་བེ་སྒྲོན་ན་  
མཉམ་རྩ་བུ་ག་ཏུ་སྒྱེ་བེ་ཤུ་ཁེ་བྱུ་སར་ཏེ་ཕྱུ་ཏེ་སྤྲ་ར་ཏ་ཏེ་མི་ག་ག་ན་  
ཁི་བ་ལི་ཏ་ཡེ་སྤྲུ། ཞོ་སྤྲུ་ནི་སྤྲུ་ཏུ། སྤྲི་ཏ་ཏ་སྤྲི་ཏ་ཏུ། སྤྲི་ཏ་ཏ་པ་ཡ་སྤྲི་  
ཏ་ཏ་པ་ཡ་ཏུ། ཨ་ན་ཡ་ཏེ་སྒྲ་ག་མན་བེ་ཏུ་རྩ་རྩ་ཏུ་པལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
བདེན་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་བདེན་པ་དང་། དགེ་འདུན་གྱི་བདེན་པ་དང་། བདེན་  
པ་ཆེན་པོའི་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་ཀྱི་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་ཆོས་སྤྱིའི་རྟེན་རབ་  
ཏུ་གནས་པ་ལ་བར་དུ་གཙོད་པའི་བགེགས་ཀྱི་རིགས་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་  
ཐམས་ཅད་རང་རང་སོ་སོའི་གནས་སུ་སོང་ཞིག ། ཞོ་སྤྲུ་ནི་ཞེས་སོགས་བརྗོད་  
དེ། རོལ་མོ་བྱམོ། །དེ་ནས་རྟེན་རྣམས། བརྩ་ཨ་མི་ཏས་བསངས། ལྷ་བྱུས་སྤྱངས། སྒྲོང་པའི་  
ངང་ལས་རིན་པོ་ཆའི་ཁྲི་པད་ཟླའི་གདན་ལ་ཞོ་སྒྱི་དང་འཁོར་ལོ་ལས་བྱུང་  
བའི་རྣམ་སྤྱང་འོད་དུ་ཁུ་བ་ལས་མཆོད་རྟེན་མཆོན་ཉིད་ཆང་བའི་བུམ་པའི་  
ནང་དུ་སེལ་སྤྱང་ཆེན་ཏུ་མ་བྱུ་མཁའ་ཕྱིང་རྣམས་ཀྱིས་བཏེགས་པའི་ཁྲི་པད་  
ཟླའི་གདན་ལ་ཞོ་སྒྱི་ཏི་ཏི་སྤྲུ་རྣམས་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་དབུས་སུ་རྣམ་  
སྤྱང་དཀར་པོ་བྱང་ཚུབ་མཆོག་གི་ཐུག་བྱ་ཅན། ཤར་དུ་མི་བསྐྱོད་པ་སྒྲོན་པོ་  
གཡས་ས་གཞོན། གཡོན་མཉམ་བཞག་ཅན། སྒྲོར་རིན་འབྱུང་སེར་པོ་གཡས་  
མཆོག་སྤྱིན། གཡོན་མཉམ་བཞག་ཅན། རུབ་ཏུ་འོད་དཔག་མེད་དམར་པོ་  
ཐུག་གཉིས་མཉམ་བཞག་མཛད་པ། བྱང་དུ་དོན་གྲུབ་ལྗང་ཁུ་གཡས་སྤྱབས་



སྒྲིབ། གཡོན་མཉམ་བཞག་མཛད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་  
 པའི་སྒྲིབ་ཆ་ལུགས་ཅན། རྫོང་ཆེའི་སྒྲིབ་ཀྱང་གི་བཞགས་པའི་སྒྲིབ་ཐོར་ཨོ།  
 མགྲིན་པར་ཨུམ་ ཐུགས་ཀར་རྩྱུ་གིས་མཆོན་པར་གྱུར། རང་གི་ཐུགས་ཀའི་  
 རྩྱུ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། རང་བཞིན་གྱི་གནས་ནས་བསྐྱོམ་པ་དང་འབྲེལ་བའི་  
 ཡེ་ཤེས་པ་ལ་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཆོག་གསུང་གིས་བསྐྱོར་  
 བ་སྒྱུན་བྱངས། རྩྱུ་ལྷོ་ལྷོ་གཉིས་སུ་མེད་པར་གྱུར། སྒྲིབ་ཡང་ཐུགས་ཀའི་  
 རྩྱུ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། དབང་གི་ལྷ་རིགས་ལྷ་འཁོར་དང་བཅས་པ་སྒྱུན་  
 བྱངས། བྱིད་རྣམས་གྱིས་འདི་ལ་དབང་བསྐྱུར་དུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་  
 བཏབ་པས། ཨོ་བཟླ་རྣ་མ་ཨ་མ་ཁྱེ་ཤིང་རྩྱུ། ཞེས་དབང་བསྐྱུར། རྫོང་སེམས་  
 དཔའ་དབུ་བརྒྱན་པར་གྱུར། **མཆོད་པ་རྣམས།** ཨ་མྱི་ཏས་**བསངས།** ལྷ་བླས་**སྤྱངས།**  
 སྒྲིབ་པའི་ངང་ལས་རྩྱུ་ལས་རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲིབ་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་རྣམས་གྱི་  
 རང་དུ་ཨོ་འོད་དུ་ཁྱེ་བ་ལས་བྱུང་བའི་མཆོད་པ་རྣམས་དྲངས་ཤིང་ཐོགས་པ་  
 མེད་པ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པར་གྱུར།

**ཨོ་ཨ་རྩྱུ་ནས།** འཕྲུལ་བར་གྱི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ལ། **ཨོ་སྒྲིབ་ཏ་ཐུག་ཏ་ཨ་རྩྱུ་**  
**ནས་འཕྲུལ་བར་གྱིས་མཆོད།** ཆོས་སྒྲིབ་མཁའ་བཞིན་དུ་དབྱེར་མེད་ཀྱང་།  
 གཟུགས་སྒྲིབ་འཇའ་ཆོན་བཞིན་དུ་སོ་སོར་གསལ། །ཐབས་དང་ཤེས་རབ་  
 མཆོག་ལ་མངའ་བརྟེན་པའི། །རིགས་ལྷ་བདེ་བར་གཤེགས་ལ་ཐུག་འཆའ་  
 ལོ། **།ཞེས་པས་བསྐྱོད།** རི་ལྷར་བལྟམས་པ་ཅམ་གྱིས་ནི། །ལྷ་རྣམས་གྱི་ནི་ཁྱེས་  
 གསོལ་ལྷར། །ལྷ་ཡི་ཆུ་ནི་དག་པ་ཡི། །དེ་བཞིན་བདག་གིས་སྒྲིབ་ཁྱེས་གསོལ།

ཨོ་སར་ཏ་ཐ་ག་ཏ་ཨ་ཟླ་ཏི་ཏ་ས་མ་ཡ་ཤྲི་ཡེ་ཨུ་ཙྱཱ། ཞེས་ཁྱུ་གསོལ། ཨོ་ཙྱུ་  
 ཙྱུ་ས་མརྟ་ཙྱུ་བི་ཤ་རྟ་ན་ཡེ་སྤྲུ། ཞེས་སྤྲུན་དགྲེ། ཨོ་ཨུ་ཙྱཱ། ཏིང་ངེ་འཛིན་  
 གྲིས་བསྐྱེད་པ་རྣམས་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས། མཆོད་རྟེན་སོ་སོའི་རྣམ་པར་  
 གྱུར། ཨོ་ཡེ་རྣམས་ཏེ་ཏུ་ཐ་རྟ་ཐ་ཏེ་ཏུ་རྟེ་ཏུ་རྟ་ཐ་ག་ཏི་ཏུ་བ་དཏ། ཏེ་ཏུ་རྟེ་ཡེ་ནི་  
 རོ་རྟ་ཨེ་མི་བུ་དྲི་མརྟ་ཤ་མ་ཏུ་སྤྲུ། ཨོ་སུ་ཐ་ཏི་ཏུ་བརྟེ་ཡེ་སྤྲུ། སྤྱགས་བཙུ་  
 བ་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་བདག་  
 ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། རི་སྤྱིད་རྣམ་མཁའི་མཐའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་མི་གནས་པའི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་ས་ལ་མ་བཞག་གི་  
 བར་དུ་རྒྱལ་བ་རྣམས་བརྟན་པར་བཞུགས་སུ་གསོལ། གྲེ་བྲག་ཏུ་ཡང་རྟེན་  
 འདི་ལ་སྤྲུན་དངས་པའི་ཡེ་ཤེས་པ་རྣམས་རྟེན་འདི་འབྱུང་བ་བཞིའི་གཞོན་  
 པས་མ་ཞིག་གི་བར་དུ་བརྟན་པར་བཞུགས་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དཔག་  
 ཏུ་མེད་པ་མཛད་དུ་གསོལ། ཞེས་ལན་གསུམ་བརྗོད་ཅིང་མེ་ཏོག་འཛོལ། སུན་སུམ་  
 ཆོགས་པ་མངའ་བ་གསེར་གྱི་རི་པོ་འདྲ། །འཛིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་མགོན་པོ་དེ་  
 མ་གསུམ་སྤངས་པ། །སངས་རྒྱས་བརྟུ་འདབ་མ་རྒྱས་འདྲའི་སྤྲུན་མངའ་བ། །  
 འདི་ནི་འཛིག་རྟེན་དགོ་བའི་བཟ་ཤེས་དང་པོ་འོ། །དེ་ཡི་ཉེ་བར་བརྟེན་པའི་  
 མཆོག་རབ་མི་གཡོ་བ། །འཛིག་རྟེན་གསུམ་ན་གྲགས་ཤིང་ལྟ་དང་མིས་  
 མཆོད་པ། །ཆོས་ཀྱི་དམ་པ་སྐྱེ་དགུ་རྣམས་ལ་ཞི་བྱེད་པ། །འདི་ནི་འཛིག་རྟེན་  
 དགོ་བའི་བཟ་ཤེས་གཉིས་པ་འོ། །དགོ་འདུན་དམ་པ་ཆོས་ལྟན་ཐོས་པའི་  
 བཟ་ཤེས་སྤུག་མི་དང་ལྟ་དང་ལྟ་མ་ཡིན་གྱི་མཆོད་པའི་གནས། །ཆོགས་གྱི་

མཆོག་རབ་ཏོ་ཆོ་ཤེས་དང་དཔལ་གྱི་གཞི།     |འདི་ནི་འཛིན་ཏེན་དག་བའི་  
བཀྲ་ཤེས་གསུམ་པ་ལོ། |ཞེས་མེ་ཏོག་གི་ཆར་པབ་བོ། |

དེ་ནས་མཆོམས་འདིར་མགོན་ཆོས་ལྷ་གསུམ་མཐ་གང་རུང་གཅིག་གི་མཆོད་རྗེས་སྦྱོན་  
གཟིགས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཏེ་མདོན་ཏོགས་ནས་གཏོར་རྫོང་གི་བར་བཏང་། དེ་ནས་མར་མེ་རྒྱམས་  
སྤར། མཆོད་པ་རྒྱམས་ཆབ་གྱིས་བྲན། རང་ལྟར་གསལ་བའི་ཐུགས་ཀའི་རྩྱུ་ལས་འོད་  
ཟེར་འཕྲོས། བདུད་བཞི་འཁོར་དང་བཅས་པ་དང་། གཞོད་བྱེད་ཐམས་ཅད་  
སྦྱོན་དངས། མདུན་དུ་ཐེབ་གྱིས་བྱོན་པར་གྱུར། ཞེས་རོལ་མོ་དབྱངས་དང་བཅས་པས་  
སྦྱོན་འབྲེན་པ་ལས། སྒོན་རབ་ནི། གྱེ། སྒོན་ཆེ་ཐུབ་དབང་ཞལ་བཞུགས་དུས། |སྦྱོན་  
ཅུ་ཅ་གསུམ་ལྷ་ཡི་གནས། |རྒྱམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཕོ་བྲང་ན། |རིན་ཆེན་ཁྲི་ལ་  
ལྷའི་དབང་པོ། |དགའ་མགུར་འདོད་ཡོན་ལོངས་སྤྱོད་ཆོ། |སྒོན་ལས་འཕྲལ་  
ཕྱིན་གྱིས་བསྐྱལ་ཏེ། |འཆི་བདག་བདུད་དང་ཕྱང་པོའི་བདུད། |ཉོན་མོངས་  
བདུད་དང་ལྷ་བུའི་བདུད། |བདུད་བཞི་བདུད་གྱི་དམག་དཔུང་ཆོགས། |ལྷ་  
རྒྱལ་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་ལ། |སྒོ་བུར་བདུད་བཞིས་ཐེབས་གྱི་ལོན། |འཆི་  
བདག་ནག་པོ་བདུད་གྱིས་ཐེན། |བདེ་མེད་སྦྱག་བསྐྲལ་དག་གཟེར་བས། |  
བདུད་བཞི་སེལ་བའི་དོན་སྤྲད་དུ། |ཤྱུག་ཏེ་གཙོ་ལ་སྦྱབས་སོང་ནས། |བཙོམ་  
ལྷན་རྒྱལ་བ་ཤྱུག་ཐུབ་གྱིས། |འགྲོ་ལ་པན་པའི་ཏིང་འཛིན་གྱིས། |དགྱེལ་  
འཁོར་ཆེན་པོར་ལེགས་སྦྱུལ་ནས། |མཆོད་སྦྱིན་བརྒྱ་བཞི་འཛིན་རྗེས་བསགས་  
ཏེ། |སྦྱེ་མཆོད་རིགས་བཞིར་གནས་པའི་བདུད། |ཐུགས་རྗེའི་ལྷགས་ཀུས་  
བཀུག་མཛད་ནས། |བརྒྱ་བཞི་སྦྱིན་པར་བཏང་བ་ཡིས། |ལྷ་དབང་བརྒྱ་བྱིན་

བསྐྱུན་ལས་ཐར། །ད་ལྟ་རྒྱ་སྐྱོར་ཡོན་བདག་གི། །མོ་ངན་མི་ལམ་ངན་པ་དང་། །  
འབྱུང་པོ་བདུད་ཀྱིས་སྒྲེས་པ་དང་། །ཅིས་དབྱུད་ངན་པ་བསྒྲེག་སྦྱང་དུ། །  
མཆོད་སྐྱུན་བརྒྱ་བཞིའི་རྩ་བ་བསགས་ཏེ། །འབྱུང་པོ་བདུད་བཞི་སྐྱུན་འཛེན་  
ནོ། །

**སྐྱུན་འཛེན་ནི།** གྱི། རྣམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་གནས་མཆོག་ནས། །ཕྱང་  
འདས་ཐོབ་ལ་གོགས་བྱེད་པའི། །ཕྱང་པོའི་བདུད་ཆོགས་འཁོར་བཅས་  
རྣམས། །གནས་འདིར་སྐྱུན་འཛེན་གཤེགས་སུ་གསོལ། །རྣམ་ཤེས་མཐའ་  
ཡས་གནས་མཆོག་ནས། །གནས་ལུགས་རྟོགས་ལ་གོགས་བྱེད་པའི། །ཉོན་  
མོངས་བདུད་ཆོགས་འཁོར་བཅས་རྣམས། །གནས་འདིར་སྐྱུན་འཛེན་  
གཤེགས་སུ་གསོལ། །ཅི་ཡང་མེད་པའི་གནས་མཆོག་ནས། །འདོད་ཡོན་  
སྐྱོད་ལ་གོགས་བྱེད་པའི། །ལྟ་བུའི་བདུད་ཆོགས་འཁོར་བཅས་རྣམས། །  
གནས་འདིར་སྐྱུན་འཛེན་གཤེགས་སུ་གསོལ། །འདུ་ཤེས་མེད་མེན་གནས་  
མཆོག་ནས། །ཆེ་མཐར་བྱེན་ལ་གོགས་བྱེད་པའི། །འཆི་བདག་བདུད་  
ཆོགས་འཁོར་བཅས་རྣམས། །གནས་འདིར་སྐྱུན་འཛེན་གཤེགས་སུ་  
གསོལ། །

**བཞུགས་སུ་གསོལ་བ་ནི།** གྱི། ལྟ་བུད་དཀར་པོ་འཁོར་ལོ་འཛིན། །ཕྱང་  
པོའི་བདུད་སེར་ནོར་བུ་འཛིན། །ཉོན་མོངས་བདུད་དམར་པར་འཛིན། །འཆི་  
བདག་བདུད་ནག་རལ་གྱི་འཛིན། །བདུད་དམག་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས།  
ཡུད་ཅུ་གྱིས་ནི་འདིར་གཤེགས་ལ། །བྱུག་སོར་བཞི་ཡི་ཅེ་ལ་བཞུགས། །



རང་རང་གཟུགས་དང་དབྱེར་མེད་གྱུར། །ཞེས་བརྗོད་དེ་ནས་མཆོད་པ་ཚུ་གཉིས་ཉིས་  
སྤྱོད་འདོད་ཡོན་ལྷ་རིན་ཆེན་སྣ་བདུན་བཅས་དང་། བརྒྱ་བཞི་འཛིན་པ་དང་གཉིས་ལས། དང་པོ་  
གོང་དུ་བྲིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་རྣམས་འབྲུལ་བ་ནི།

ཀྱི། རྒྱ་མཆོ་ལྷ་བྱུང་འབྲིལ་བའི་མཆོད་ཡོན་དང་། །གང་གྲུའི་རྒྱན་  
ལྷར་འབབས་པའི་ཞབས་བསིལ་དང་། །ཁ་དོག་སྣ་ཆོག་གསུང་བཟླ་བའི་མེ་ཉོག་  
དང་། །དུད་སྤྱོན་ནམ་མཁའ་གང་བའི་བདུད་སྤོས་དང་། །རབ་འབར་ཆར་དུ་  
དངར་བའི་མར་མེ་དང་། །གཅིག་ཅར་དྲི་བཟང་འབྱེད་པའི་དྲི་ཆབ་དང་། །རོ་  
རྒྱས་སྤུན་སྤུམ་ཆོག་གསུང་བའི་ཞལ་བས་དང་། །རྣམ་སྣོན་རོལ་མའི་བྲེ་བྲག་སྣ་  
ཆོག་གསུང་། །བདུད་བཞི་འཁོར་དང་བཅས་པའི་ཆོག་གསུང་ལ་འབྲུལ། །མིག་གི་  
དགའ་སྟོན་སྤངས་པའི་གཟུགས་མཆོག་དང་། །བརྗོད་བྲལ་རྣ་བར་སྣོན་པའི་  
སྣ་སྣོན་དང་། །དྲི་བསྐྱེད་སྤོགས་བཅུར་འཕྲོས་པའི་དྲི་ཆབ་དང་། །ཁ་དོག་རོ་  
རྒྱས་སྤུན་པའི་ཞལ་བས་དང་། །རེག་ན་བདེ་བ་བསྐྱེད་པའི་གོས་མཆོག་གྱུང་། །  
བདུད་བཞི་འཁོར་དང་བཅས་པའི་ཆོག་གསུང་ལ་འབྲུལ། །འཁོར་ལོ་ནོར་བུ་  
བཅུན་མོ་སྟོན་པོ་དང་། །སྤང་པོ་ཉ་མཆོག་དཔག་དཔོན་རིན་ཆེན་བདུན། །  
བཟླ་ཤེས་གཟུགས་དང་རྒྱལ་མཆོན་གཡས་འབྲིལ་དང་། །གསེར་ཉ་དཔལ་  
ཐེའུ་བུམ་པ་བརྒྱ་དཀར། །ནམ་མཁའ་གང་བའི་བཟླ་ཤེས་ཉག་གསུང་རྣམས། །  
བདུད་བཞི་འཁོར་དང་བཅས་པའི་ཆོག་གསུང་ལ་འབྲུལ། །ཞེས་པ་གཞན་རྣམས་སྤུལ།

དེ་ནས་བརྒྱ་བཞི་འཛིན་རྣམས་བྲིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་ནི། ཞོ་སྤྱ་བྱ་མ་བི་ཤུད་རྟེ་  
ཉིས་ཤིང་བརྗོད་པ་ཉི་ཤུ་ནི། ར་མཆོག་ཏ་སྤྱ་ག་ཏ་སྤྱེ་བི་ཤུ་ཁེ་བྱ་མཆོག་ཏ་སྤྱེ་ཉི་ཤུ་

ཏེ་སྤྲ་ར་ཏ་ཏི་མ་ག་ག་ན་ཁི་སྤྲ། ཨོ་ཨ་མི་ཏེ་ཏྱི་པལ། ཨོ་ཨ་ཀཱ་རོ་ཐུ་ཁི་སར་  
 རྩྭ་ཏྱི་ཨ་ཏྱ་བུ་ཐྱ་ཏྱ། བ་མཆས་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་ཨ་ཕ་ལོ་གི་ཏེ་ཨོ་སི་རྩ་ར་སི་  
 རྩ་ར་ཏྱི། ཨོ་ཏྱ་ཏྱ་སྤྲ་ཏྱ་རྩ་ལ་ཏི་ཏྱ་སི་རྩི་ལོ་ཅ་ན་སར་ཨ་ཐ་སྤྲ་རྩ་ཏི་སྤྲ།  
 བདག་གི་བསམ་པའི་སྟོབས་དང་ནི། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བྱིན་སྟོབས་  
 དང་། །ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་སྟོབས་རྣམས་ཀྱིས། །དོན་རྣམས་གང་དག་  
 བསམས་པ་ཀུན། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཅི་རིགས་པར། །ཐོགས་པ་མེད་པར་  
 འབྱུང་བྱུང་ཅིག །**ཞེས་སྤགས་དང་ཕྱག་རྒྱ་དུག་གིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱལ། བྱུང་པར་སྤྲ་བཤོས་**  
**བརྒྱ་པོ་དེ།** བ་མཆས་ཏ་ཐུ་བྱུང་རྩ་ཏྱི། བ་མཆས་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་ཨ་ཕ་ལོ་གི་ཏེ་ཨོ་སི་  
 རྩ་ར་སི་རྩ་ར་ཏྱི། **ཞེས་པའི་སྤགས་ལན་ཉེར་གཅིག་གིས་འདོད་དགུའི་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོར་བྱིན་**  
**གྱིས་བརྒྱབས་ལ།** སྤྲ་བདུད་ལ་བྱིན་ནས། བཤེགས་རིགས་སྟོང་ཕྱག་བརྒྱད་ཟུ། གདོན་རིགས་སུམ་  
 བརྒྱ་དུག་ཟུ། སྟོ་བྱུང་ལེ་འཕྲོག་བདུན་བརྒྱ་ཉི་ལུ། བད་རིགས་བཞི་བརྒྱ་ཅ་བཞིར་བསྟོས་ནས།  
 ཨ་རྒྱུ་ **སོགས་ཀྱིས་མཆོད་ནས་འཕྲིན་ལས་བཅོལ་བ་ནི།**

ཀྱི། སྤྲ་བདུད་དཀར་པོ་བྱ་བ་བྱོད། །ཤེས་བྱའི་སྤྲིབ་པ་དག་ལས་  
 བྱུང་། །བདུད་བཞིའི་གཞོད་པ་སེལ་བའི་ཐབས། །བདག་ཅག་རྒྱ་སྦྱོར་ཡོན་  
 བདག་གི། །རོ་བརྒྱ་ཐུན་པའི་འབྲུ་ཟན་གྱི། །ཞལ་ཟས་སྤྲ་བཤོས་བརྒྱ་ཅ་  
 སོགས། །བརྒྱ་བཞི་མཆོད་ཆོགས་འདིས་མཆོན་པའི། །དངོས་བཤམས་  
 ཡིད་གྱིས་སྤྲུལ་པ་ཡི། །མཐུན་རྩས་རེ་བ་སྟོང་བྱེད་འདི། །སྤགས་རྒྱས་མང་  
 པོར་རབ་སྟེལ་ཏེ། །སྤྲ་བདུད་དཀར་པོ་འཁོར་བཅས་ལ། །འབྲུལ་ལོ་མཆོད་  
 དོ་བཞེས་སུ་གསོལ། །ཐུབ་དབང་རྒྱལ་བའི་བྱིན་རྒྱབས་དང་། །བདེན་པ་

ཆེན་པོའི་མཐུ་སྟོབས་ཀྱིས། འདི་རིང་རྒྱ་སྐྱོར་ཡོན་བདག་གི། མཆོད་སྦྱོར་  
 བརྒྱ་བཞིའི་སྐྱུང་འདི་ལོངས། སྐྱུང་འདི་ལོངས་ལ་ནད་འདི་སྟོལ། རད་འདི་  
 སྟོལ་ལ་གདོན་འདི་བསྒྲོག། གདོན་འདི་བསྒྲོག་ལ་ཆེ་འདི་བསྐྱེད། ཆེ་འདི་  
 བསྐྱེད་ལ་སྐྱུང་འདི་ལོངས། རད་སྟོལ་གདོན་བསྒྲོག་ཆེ་སྐྱེད་པ་ལེགས། །ཧྥི། གྱེ་  
 རབ་ཡངས་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་སྟོན་རྣམས་སྟུ། འཆི་མེད་བདུད་ཅིའི་བརྟུང་  
 བ་མཆོ་ལྟར་བསྐྱེད། བཟའ་དང་བཅའ་བ་རི་རབ་ལྟ་བུར་སྦྱངས། བཀོད་  
 མཛེས་ཤིང་ཐུག་བརྒྱན་པའི་གཏོར་མ་བརྒྱ། ལྟ་བུའི་བདུད་ཆོགས་འཁོར་  
 དང་བཅས་ལ་འབྱུལ། སོར་རྟོགས་ཡེ་ཤེས་རྣམ་དག་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ། བཅོམ་  
 ལྟོན་འོད་དཔག་མེད་པའི་སྐྱེ་ཐོབ་ནས། འཕྱོ་ཀྱན་ལྟ་བུའི་བདུད་ལས་ཐར་  
 གྱུར་ཅིག ཁྱེ་བཟོད། དེ་ནས་མར་མེ་བརྒྱ་པོ་དེ་དག་གོང་གི་སྒྲགས་ཉེར་གཅིག་གིས་མཆོད་  
 པའི་ལྟ་མོར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་བདུད་འཁོར་དང་བཅས་ལ་བྱིན་ཏེ་མ་རིག་པའི་  
 ལྷན་པ་སེལ་ཞིང་ཉོན་མོངས་པའི་གདུག་རྩུབ་ཞི་བར་བསྐྱོས་ན ཨཱཿ་སོགས་ཀྱིས་མཆོད་ལ་འཕྲིན་  
 ལས་བཅོལ་བ་ནི།

གྱེ་ ཉོན་མོངས་བདུད་ནི་དམར་པོ་ཁྱོད། དུག་ལྗེའི་སྦྱིབ་པ་དག་ལས་  
 བྱུང་། བདུད་བཞིའི་གཞོད་པ་སེལ་བའི་ཐབས། བདག་ཅག་རྒྱ་སྐྱོར་ཡོན་  
 བདག་གི། འབྲུ་མར་དང་ནི་ཅི་མར་གྱི། སྤྲང་གསལ་སྦྱོན་མེ་བརྒྱ་ཙ་  
 སོགས། བརྒྱ་བཞིའི་མཆོད་ཆོགས་འདིས་མཆོན་པའི། དངོས་བཤམས་  
 ཡིད་ཀྱིས་སྦྱུལ་བ་ཡིས། མཐུན་རྒྱས་རེ་བ་སྐྱོང་བྱེད་པའི། སྒྲགས་རྒྱས་  
 མང་པོར་རབ་སྟེལ་ཏེ། ཉོན་མོངས་བདུད་ཆེན་འཁོར་བཅས་ལ། འབྲུལ་ལོ་

མཆོད་དོ་བཞེས་སུ་གསོལ། །ཐུབ་དབང་རྒྱལ་བའི་བྱིན་རྒྱལ་ས་དང་། །བདེན་  
པ་ཆེན་པོའི་མཐུ་སྟོབས་ཀྱིས། །དེ་རིང་རྒྱ་སྐྱོར་ཡོན་བདག་གི། །མཆོད་སྐྱིན་  
བརྒྱ་བཞིའི་སྤྱད་འདི་ལོངས། །སྤྱད་འདི་ལོངས་ལ་ནད་འདི་སྟོལ། །ནད་འདི་  
སྟོལ་ལ་གདོན་འདི་བསྐྱོག། །གདོན་འདི་བསྐྱོག་ལ་ཆེ་འདི་སྤིངས། །ཆེ་འདི་  
བསྤིང་ལ་སྤྱད་འདི་ལོངས། །ནད་སྟོལ་གདོན་བསྐྱོག་ཆེ་སྤིངས་ཤིག །

ཀྱི། སྟོང་གསུམ་ཆར་དུ་དངར་བའི་སྟོད་ནམས་སུ། །འབྲུ་མར་ཅི་མར་  
རྒྱ་མཆོར་འབྲེལ་བའི་དབུས། །རི་རབ་ལྷ་བྱའི་མར་མའི་སྟོང་བུ་ལ། །ཉི་ཟླ་ལྷ་  
བྱའི་འོད་འབར་སྤང་གསལ་བརྒྱ། །ཉོན་མོངས་བདུད་ཆོགས་འཁོར་དང་  
བཅས་ལ་འབུལ། །མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་ནམ་དག་ཆོས་ཀྱི་སྒྱ། །བཅོམ་ལྷན་  
རིན་ཆེན་འབྲུང་ལྷན་སྒྱ་ཐོབ་ནས། །འགྲོ་ཀྱན་ཉོན་མོངས་བདུད་ལས་ཐར་  
གྱུར་ཅིག ། ཅེས་བརྗོད་དེ། ནས་ངར་སྤྱད་བརྒྱ་པོ་དེ་གོང་གི་སྤྲུགས་ཉེར་གཅིག་གིས་སྤང་ཁམས་  
སྐྱེ་མཆོད་ཅན་དུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཏེ། །འཆི་བདག་གི་བདུད་ལ་བྱིན་ནས་ནད་པ་དང་སྤྱད་བརྗོད་པར་  
བསམས་ལ། །ཨྲྀ་སོགས་ཀྱིས་མཆོད་ལ་འབྲིན་ལས་བཅོལ་བ་ནི།

ཀྱི། །འཆི་བདག་བདུད་ནི་ནག་པོ་ཁྱོད། །ལས་ཀྱི་སྐྱིབ་པ་དག་ལས་  
བྱུང་། །བདུད་བཞིའི་གཞོད་པ་སེལ་བའི་ཐབས། །བདག་ཅག་རྒྱ་སྐྱོར་ཡོན་  
བདག་གི། །འབྲུ་ཟན་རིན་ཆེན་སྣ་ལྷ་ཡི། །སྤྲུག་སྤྱད་ངར་མི་བརྒྱ་ཅ་སོགས། །  
བརྒྱ་བཞིའི་མཆོད་ཆོགས་འདིས་མཆོན་པའི། །དངོས་བཤམས་ཡིད་ཀྱི་  
སྒྲུལ་པ་ཡིས། །མཐུན་རྒྱས་རེ་བ་སྟོང་བྱེད་འདི། །སྤྲུགས་རྒྱས་མང་པོར་རབ་  
སྟོལ་ཏེ། །འཆི་བདག་བདུད་ཆེན་འཁོར་བཅས་ལ། །འབུལ་ལོ་མཆོད་དོ་



བཞེས་སུ་གསོལ། །ཐུབ་དབང་རྒྱལ་བའི་བྱིན་རྒྱལ་པ་དང་། །བདེན་པ་ཆེན་  
པོའི་མཐུ་སྟོབས་ཀྱིས། །དེ་རིང་རྒྱ་སྐྱོར་ཡོན་བདག་གི། །མཆོད་སྦྱོར་བརྒྱ་  
བཞི་འཛིན་ལྷ་འདི་ལོངས། །ལྷ་འདི་ལོངས་ལ་ནད་འདི་སྟོལ། །ནད་འདི་སྟོལ་  
ལ་གདོན་འདི་བསྐྱོད། །གདོན་འདི་བསྐྱོད་ལ་ཆེ་འདི་སྦྱིངས། །ཆེ་འདི་བསྦྱིངས་  
ལ་ལྷ་འདི་ལོངས། །ནད་སྟོལ་གདོན་བསྐྱོད་ཆེ་སྦྱིངས་ཤིག། །ཀྱི་ འབྲུ་ཟན་  
རིན་ཆེན་རྣམ་པ་ལྷ་ལས་བྱུང་། །གཟུགས་མཛེས་དབྱངས་སྟོན་ཡིད་དང་  
དབང་ལ་སོགས། །མཛེས་པ་གཅིག་ཏུ་བསྟུས་པ་ནོར་མང་ལྡན། །ཡོན་ཏན་  
བརྒྱ་ཕྱག་ལྡན་པའི་ངར་ལྷ་འདི་བརྒྱ། །འཆི་བདག་བདུད་ཆོགས་འཁོར་དང་  
བཅས་ལ་འབྲུལ། །བྱ་བྱུང་ཡེ་ཤེས་རྣམ་དག་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ། །བཙུམ་ལྡན་དོན་  
ཡོད་བྱུང་པའི་སྒྲ་ཐོབ་ནས། །འགྲོ་ཀུན་འཆི་བདག་བདུད་ལས་ཐར་གྱུར་  
ཅིག། །ཅེས་བརྗོད།

དེ་ནས་སྐྱོད་བརྒྱ་པོ་དེ་སྟགས་ཉེར་གཅིག་གིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱལ་ཏེ། སྒོ་བྱར་དུ་འཆི་བའི་  
བར་ཆད་ནི་བར་བསྟོས་ནས། །ཨ་མྱོ་སོགས་ཀྱིས་མཆོད་ལ་འཕྲིན་ལས་བཙུམ་བཞི།

ཀྱི་ བྱུང་པོའི་བདུད་ནི་སེར་པོ་ཁྱོད། །བག་ཆགས་སྦྱིབ་པ་དག་ལས་  
བྱུང་། །བདུད་བཞི་འཛིན་གཞོན་པ་སེལ་བའི་ཐབས། །བདག་ཅག་རྒྱ་སྐྱོར་ཡོན་  
བདག་གི། །རིན་ཆེན་རྒྱལ་མང་ལས་བྱུང་པའི། །མཆོད་ཉེན་སྐྱོད་བརྒྱ་ཕྱག་  
སོགས། །བརྒྱ་བཞི་འཛིན་པ་འདིས་མཆོན་པའི། །དངོས་བཤམས་ཡིད་  
ཀྱི་སྒྲུལ་པ་ཡི། །མཐུན་རྣམས་རེ་བ་སྒྲོང་བྱེད་འདི། །སྟགས་རྒྱས་མང་པོར་རབ་  
སྟེ། །བྱུང་པོའི་བདུད་ཆོགས་འཁོར་བཅས་ལ། །འབྲུལ་ལོ་མཆོད་དོ་

བཞེས་སུ་གསོལ། །ཐུབ་དབང་རྒྱལ་བའི་བྱིན་རྒྱབས་དང་། །བདེན་པ་ཆེན་  
པོའི་མཐུ་སྟོབས་ཀྱིས། །དེ་རིང་རྒྱ་སྒྲོར་ཡོན་བདག་གི། །མཆོད་སྦྱིན་བརྒྱ་  
བཞིའི་སྤྱད་འདི་ལོངས། །སྤྱད་འདི་ལོངས་ལ་ནད་འདི་སྟོལ། །ནད་འདི་སྟོལ་  
ལ་གདོན་འདི་བརྒྱུག། །གདོན་འདི་བརྒྱུག་ལ་ཆེ་འདི་སྤྲིངས། །ཆེ་འདི་བསྤྲིང་  
ལ་སྤྱད་འདི་ལོངས། །ནད་སྟོལ་གདོན་བརྒྱུག་ཆེ་སྤྲིངས་ཤིག།

ཀྱི། རིན་ཆེན་སྒྲ་ལྷའི་རྩལ་ཆོན་ལས་གྲུབ་པའི། །རྒྱལ་བའི་སྐྱ་གསུང་  
ཐུགས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད། །བསོད་ནམས་ཞིང་གི་མཆོག་གྱུར་ཆོས་སྐྱའི་རྟེན། །  
རི་རབ་ཆར་དུ་དངར་བའི་མཆོད་རྟེན་བརྒྱ། །སྤང་པོའི་བདུད་ཆོགས་འཁོར་  
དང་བཅས་ལ་འབྱུལ། །མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་རྣམ་དག་ཆོས་ཀྱི་སྐྱ། །བཙམ་ལྡན་  
རྣམ་པར་སྦྱང་མཛད་སྐྱ་ཐོབ་ནས། །འགྲོ་ཀུན་སྤང་པོའི་བདུད་ལས་ཐར་གྱུར་  
ཅིག། །རང་བཞིན་རྣམ་དག་ངང་དུ་རོ་གཅིག་ཀྱང་། །སྐྱ་མ་ལྷ་བྱའི་བདུད་  
བཞིའི་དམག་ཆོགས་ལ། །མིག་འཕྲུལ་ལྷ་བྱའི་བརྒྱ་བཞིའི་མཆོད་པ་འདི། །  
བྲག་ཆ་ལྷ་བྱའི་དབྱངས་ཀྱིས་མཆོད་པར་བགྱི། །སྐྱལ་པ་ལྷ་བྱའི་མཆོད་པ་  
འདི་བཞེས་ལ། །ཆོས་དབྱིངས་རྣམ་པར་དག་པ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱ། །བཙམ་ལྡན་མི་  
བསྐྱོད་ངོ་རྗེའི་སྐྱ་ཐོབ་ནས། །འགྲོ་ཀུན་བདུད་བཞིའི་དབྲུག་ལས་རྒྱལ་གྱུར་  
ཅིག།

དེ་ནས་འཕྲིན་ལས་བཙམ་བཞི། ཀྱི། འཆི་བདག་བདུད་དང་སྤང་པོའི་བདུད། །  
ཉོན་མོངས་བདུད་དང་ལྷ་བྱའི་བདུད། །སྐྱིབ་པ་རྣམ་བཞི་ལས་བྱུང་བའི། །  
བདུད་བཞི་བདུད་ཀྱི་དམག་དབྱང་ཆོགས། །ད་ལྟ་རྒྱ་སྒྲོར་ཡོན་བདག་གི།

སྒྲིབ་པ་རྣམ་བཞི་སྦྱངས་པའི་བྱེད། །ཆོས་དང་སྦྱིན་པའི་ལས་བགྱིས་ནས།  
མཆོད་པ་བཞི་ནི་དགོན་མཆོག་གསུམ། །མཆོད་ཡོན་མར་མེ་ཞལ་བས་  
སོགས། །བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཆོག་ས་བསགས་ཏེ། །ཉོན་མོངས་སྒྲིབ་དང་  
ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ། །སྒྲིབ་པ་རྣམ་གཉིས་སྦྱངས་པ་ཡིས། །ལྟ་བུད་ཉོན་མོངས་  
བུད་ལས་ཐར། །ལན་ཆགས་སྟོག་སྦྱང་འདི་བསྟོས་པས། །ལན་ཆགས་རྣམ་  
སྦྱིན་བུད་ལས་ཐར། །སྟོན་ཆེ་རྒྱལ་བའི་བྱིན་རྒྱབས་དང་། །མཆོད་སྦྱིན་  
སྦྱང་གཏོར་འདི་བསྟོས་པས། །ད་ལྟ་ཡོན་བདག་འཁོར་བཅས་ཀྱི། །བར་ཆད་  
མི་མཐུན་རྒྱུན་རྣམས་བསྟོན། །གྲིབ་དང་མི་གཙང་བྱི་མའི་ཆོགས། །ཆོགས་  
གཉིས་བསགས་པས་དག་པར་བྱེད། །བུད་ཀྱི་གཙོ་བོ་བུད་ཆེན་བཞི་འཛིན།  
བར་ཆད་སེལ་བྱེད་བརྒྱ་བཞི་སྟེ། །མཆོད་སྦྱིན་གཏོར་མ་འདི་སྦྱིན་པས། །  
བུད་ཆེན་བཞི་པོ་རབ་ཏུ་སེལ། །ནད་ཀྱི་གཙོ་བོ་འདུས་པ་བཞི། །འབྱུང་བ་  
རྣམ་བཞི་འཁྲུག་པ་ཡིས། །གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ་འཛིན་པར་བྱེད། །དང་པོ་  
ཆངས་པའི་གནས་ཀྱིས་སོ། །བགོགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་བུད་ཆེན་བཞི། །བར་  
ཆད་རྒྱུན་རྣམས་སྟོ་བྱར་བྱེད། །དེ་དག་མཆོད་སྦྱིན་བརྒྱ་བཞི་ཡི། །ཆོགས་  
གཞོན་བྱེད་སེལ་བར་བྱེད། །འགྲོ་བ་རབ་འབྱིང་ཐ་མའི་སྟོས། །གཏོར་མའི་  
གཟུགས་ཅན་ཏིང་འཛིན་ཀྱིས། །བསངས་ཤིང་བྱིན་ཀྱིས་བརྒྱབས་ནས་སུ།  
བུད་ཆེན་བཞི་ལ་བསྟོས་ནས་ནི། །མགུ་བའི་ཚུལ་ཀྱིས་དགྲེས་མཛོད་ལ།  
གཞོན་འཆོའི་བསམ་སྟོར་རྒྱུན་བཅད་ནས། །འདོད་དོན་ལྟན་ཀྱིས་འབྲུབ་  
པར་མཛོད། །

དེ་ནས་ཤུག་གིས་བརྒྱན་པའི་གཏོར་མ། ཨ་མྲི་ཏས་བསངས། ལྷ་ལྷ་མས་སྦྱངས།  
སྒོར་པའི་ངང་ལས་སྒྱི་ལས་ཞེས་པ་ནས། ལྷ་རྩས་སུ་གྱུར། ཨོ་ཨྲུཾྱ། ལན་གསུམ་  
བརྗོད་པ་སོགས་གོང་ལྷན་གྱིས་བརྒྱབ། ཁ་འབར་མའི་ལྷགས་ནི། ར་མཆས་མརྟ་བྱད་རྒྱ་རྒྱ།  
ར་མཆས་ར་ཏ་སྤ་ག་ཏ་ཨ་མ་ལོ་གི་ཏེ་ཨོ་སི་རྩ་ར་སི་རྩ་ར་རྩ། ཞེས་བརྒྱ་ཙ་བརྒྱད་  
གྱིས་བདུད་བཞི་གཞོད་བྱེད་འཁོར་དང་བཅས་པ་ལ་བསྐྱོས་ནས།

ཀྱི། བཀོད་མཛེས་རི་རབ་ལྷ་བུའི་གཏོར་མ་འདི། །ཤུག་ཐེང་ཐེང་གིས་  
བརྒྱན་ཅིང་གྱིན་རྒྱབས་ཏེ། །བདུད་བཞི་གཞོད་བྱེད་འཁོར་དང་བཅས་ལ་  
འབུལ། །བཞེས་ལ་བྱི་ནང་འགལ་རྒྱུན་ཞི་བར་མཛོད། །གཟུགས་སྦྱ་བྱི་རོ་  
རེག་བྱ་ལྷན་པའི་རྩས། །དབང་པོ་བྱག་ལ་མད་བྱུང་བདེ་ཆེན་སྦྱེད། །རོ་བརྒྱ་  
ལྷན་པའི་ཆོགས་ཀྱི་མཆོད་པ་འདི། །བདུད་བཞི་བདུད་ཀྱི་དམག་ཆོགས་  
རྣམས་ལ་འབུལ། །ལུས་སེམས་ཏིང་འཛིན་ཟས་ཀྱི་ཆིམ་གྱུར་ནས། །ཟག་  
མེད་ཏིང་འཛིན་ཟས་ལ་སྦྱོད་གྱུར་ཅིག །

ཀྱི། བཅོམ་ལྷན་ཤུག་ཐུབ་པའི་གྱིན་རྒྱབས་དང་། །རྟེན་འབྲེལ་བསྐྱེད་  
མེད་པའི་བདེན་པ་དང་། །མཆོད་སྦྱིན་རྣམ་པར་དག་པའི་མཐུ་སྟོབས་ཀྱིས། །  
འགྲོ་ལ་བདུད་བཞིའི་བར་ཆད་སེལ་གྱུར་ཅིག །བདུད་བཞིའི་དམག་ཆོགས་  
འཁོར་བཅས་རྣམས། །མཆོད་སྦྱིན་གཏོར་མ་འདི་བཞེས་ལ། །བདག་ཅག་  
འཁོར་དང་བཅས་རྣམས་ལ། །བདུད་ཀྱི་བར་ཆད་མེད་པ་དང་། །ནད་མེད་ཆེ་  
དང་དབང་ལྷག་དང་། །དཔལ་དང་གྲགས་དང་སྐྱལ་བ་བཟང་། །འོངས་སྦྱོད་  
རྒྱ་ཆེན་ཀུན་ཐོབ་མཛོད། །ཞི་དང་རྒྱས་ལ་སོགས་པ་ཡི། །ལས་ཀྱི་དངོས་



གྲུབ་བདག་ལ་སྟོལ། །མི་ལམ་ངན་དང་མཆོན་མ་ངན། །ལོ་སྐྱུ་ཟླ་སྐྱུ་ཞག་  
སྐྱུ་དང་། །བདུད་བཞི་འཛིན་ཆོག་སྐུ་དག་ལ་བསྐྱེད། །

**བསྟོན་པ་ནི།** གྲི། རྣམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྟེ་མཆོད་ལ་གནས་ཤིང་། །  
འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་གཟུགས་ཀྱི་སྤང་པོ་ལ། །དབང་བསྐྱུར་སྟོབས་ལྡན་སྤང་པོ་འི་  
བདུད་ཆོག་སྐུ་ལ། །ཕྱག་འཆའ་མཆོད་ཅིང་བདག་གིས་བསྟོན་པར་བགྱི།  
རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་སྟེ་མཆོད་ལ་གནས་ཤིང་། །འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་ཆོར་བའི་  
སྤང་པོ་ལ། །དབང་བསྐྱུར་སྟོབས་ལྡན་ཉོན་མོངས་བདུད་ཆོག་སྐུ་ལ། །ཕྱག་  
འཆའ་མཆོད་ཅིང་བདག་གིས་བསྟོན་པར་བགྱི། །ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྟེ་མཆོད་  
ལ་གནས་ཤིང་། །འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་འདུ་ཤེས་སྤང་པོ་ལ། །དབང་བསྐྱུར་སྟོབས་  
ལྡན་སྤང་པོ་འི་བདུད་ཆོག་སྐུ་ལ། །ཕྱག་འཆའ་མཆོད་ཅིང་བདག་གིས་བསྟོན་  
པར་བགྱི། །ཡོད་མེད་མེད་མེད་སྟེ་མཆོད་ལ་གནས་ཤིང་། །འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་  
འདུ་བྱེད་སྤང་པོ་ལ། །དབང་བསྐྱུར་སྟོབས་ལྡན་འཆི་བདག་བདུད་ཆོག་སྐུ་  
ལ། །ཕྱག་འཆའ་མཆོད་ཅིང་བདག་གིས་བསྟོན་པར་བགྱི། །བདུད་བཞི་འཛིན་  
འཁོར་དུ་གཏོགས་པའི་ཆོག་སྐུ་རྣམས་ལ། །མཆོད་སྦྱོར་གཏོར་མ་རྒྱ་ཆེན་  
འདི་སྤུལ་བས། །གཞོན་དང་གདུག་པའི་འཆོ་བ་ཀུན་ཞི་ནས། །བདུད་བཞི་འཛིན་  
དག་ལས་ཉག་ཏུ་རྒྱལ་གྱི་ཅིག །གོང་དུ་ཆོས་སྦྱོང་གི་བསྟོན་པ་མ་སོང་ན་འདིར་གཏོང་  
ཞིང་། བསྐྱེད་འཛིན་སྐབས་འདིར་གཞི་བདག་གཏོར་མ་སྤུལ།

དེ་ནས་མུད་གཏོང་བ་ནི། མུད་རྫོང་རིན་པོ་ཆེ་དང་། འབྲུ་སྒྲུ་བས་སྒྲུ་གོས་སྒྲུ་གསེར་སྒྲེམས་  
སོགས་ཆབ་ཀྱིས་བྲན་ལ། །ཨ་མྲི་ཏས་བསངས། །སྤྱ་སྤྱ་མས་སྤྱངས། །སྟོང་པའི་ངང་ལས་

སྒྱིན་པའི་བདག་པོའི་སྤྱད་དུ་གྱུར་པའི་ཕུང་པོ་ཁམས་སྒྱེ་མཆེད་དབང་པོ་  
ཡུལ་དང་ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་ཤིང་གསལ་བར་གྱུར། ཅ  
མཆོག་སྐྱོ་གྲ་གྲ་ཨ་ཤ་ལོ་གི་ཏེ། ཨོ་སྐྱ་ར་སྐྱ་ར་སྐྱ། ཞེས་པ་བདུན་ནམ་  
གསུམ་གྱིས་བསྟོན།

སྐྱོ། ང་ནི་དཔལ་ཆེན་ཏེ་རུ་ཀ། ང་ནི་ཁོ་བོའི་རྒྱལ་པོ་སྟེ། ང་ནི་ལོག་  
འདྲེན་བགེགས་ཆོགས་འབྱུང་། ང་ནི་གསང་ཆེན་ཀུན་གྱི་བདག། ལྷ་སྐྱ་  
ག་ཤིན་རྗེ་མ་མོ་དང་། གཟའ་དང་རྒྱ་སྐར་གཞོན་སྒྱིན་དང་། སྒྱིན་པོ་ཤ་བ་ལ་  
སོགས་པ། གང་དག་བགེགས་བྱེད་སུ་ཡང་རུང་། ཁྱུང་པར་བདུད་བཞིའི་  
ཆོགས་རྣམས་ལ། ཁིན་ཆེན་མཛེས་པའི་ངར་སྤྱད་འདི། འབྲུ་བན་རིན་ཆེན་  
སྟོང་པོ་ཅན། སྒྱེ་མཆེད་ཁམས་དང་དབང་པོ་ལྷ། ལྷ་ཆོགས་རྒྱན་གྱིས་སྦྲས་  
པ་འདི། སྒྲགས་དང་ཏིང་འཛིན་ཕྱག་རྒྱ་ཡིས། རྣམ་མཁའི་ཁམས་གང་གིན་  
རྒྱབས་ནས། བདག་ཅག་རྒྱ་སྐྱོར་ཡོན་བདག་གི། སྤྱད་དུ་བདུད་བཞིའི་  
ཆོགས་ལ་འབྱུང་། གྱེ། མཛེས་པའི་ངར་སྤྱད་རྒྱན་ལྡན་འདི། རྣམ་ཐོས་བྱར་  
འགྲན་ཞོར་མང་ལྡན། སྐྱབས་སུ་སྤྱན་ཆོགས་ལ་འཁུ་ཞིང་། རྣག་པོའི་སྟེ་  
ལས་རྒྱལ་བྱེད་པ། ཁིག་འཛིན་སྒྲགས་འཆང་བདག་ཅག་དང་། རྒྱ་སྐྱོར་  
ཡོན་བདག་སྤྱད་དུ་འབྱུང་། ཁིན་ཆེན་མཛེས་པའི་ངར་སྤྱད་འདི། ཡོན་ཏན་  
བརྒྱ་ཕྱག་དང་ལྡན་ཞིང་། སྤྱད་འདི་ཡོན་ཏན་བསམ་མི་བྱུང་། ཡོན་ཏན་འབྲུ་  
སྟེ་སྟོང་པོ་ཅན། མགོ་ལ་བེ་མོ་འཕན་བཟང་སྒྲ། བྱ་ཏིག་དག་ལས་སྤྱད་པ་  
བྱས། ལུང་ཐང་མིག་ལ་མར་གྱི་མདངས། འགྲོན་བྱའི་སོ་ལ་དར་དམར་

ལྷགས། །བཟླ་མདངས་དྲུང་སོ་ཡ་ལ་ལ། །གསུང་སྐད་དག་སྟོན་ཅེ་རེ་རེ། །  
 ལག་པ་གཡས་པ་གསེར་ལས་བྱས། །གཡོན་པ་དག་ནི་དདུལ་ལས་བྱས། །  
 ཀླང་པ་ཟངས་དང་ལྷགས་ལས་བྱས། །གོས་བཟང་ན་བཟང་ལྷུབས་སེ་  
 ལྷུབས། །རིན་ཆེན་མཛེས་པའི་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན། །འགྲོ་མཁས་དེ་ནི་ཁྱུང་གི་  
 འགྲོས། །ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་ཡན་ལག་ལྡན། །ཕུང་པོ་ལྷ་ཡང་འདི་ལ་  
 ཡོད། །ཆེ་སློག་དབྱགས་གསུམ་འདི་ལ་ཡོད། །དབང་པོ་སྣ་ལྷ་འདི་ལ་ཡོད། །  
 ཁམས་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད་འདི་ལ་ཡོད། །སྦྱེ་མཆེད་བཅུ་གཉིས་འདི་ལ་ཆང་། །  
 སྤྲ་བ་མཁས་དང་འཇུ་མ་མདངས་ཅན། །འཁོར་གཡོག་ངར་མི་བརྒྱ་སྟག་  
 རྣམས། །བདག་ཅག་རྒྱ་རྒྱུ་ལོན་བདག་གི་སྤྱད་དུ་བདུད་བཞིའི་ཆོག་ལ་  
 འབུལ། །འོར་ལྷན་མཛེས་པའི་ངར་སྤྱད་བཞེས། །མཆར་སྤྱག་ལྷན་པའི་ངར་  
 སྤྱད་བཞེས། །ལྷ་ན་སྤྱག་པའི་ངར་སྤྱད་བཞེས། །བརྒྱ་སྟག་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་  
 པའི། །མི་ལས་མཆོག་གྱུར་ངར་སྤྱད་འདི། །རིགས་སྟགས་འཆང་བ་བདག་  
 ཅག་དང་། །རྒྱ་རྒྱུ་ལོན་བདག་སྤྱད་དུ་འབུལ། །མི་ལས་སྤྱད་དགའ་སྤྱད་  
 བཞེས་ལ། །བདུད་བཞིའི་གཞོན་པ་ཞི་བར་མཛོད། །བཟུང་བ་ཐོང་ལ་བཅིང་  
 པ་ཁོལ། །ཁམ་ལ་བཏབ་ན་ཁམ་དེ་ཕྱིས། །འོ་ལ་བབས་ན་འོ་དེ་ལྷ་སྤྱད། །བྱད་  
 དུ་ཚུད་ན་བྱད་ཁ་གཅིད། །བདུད་བཞིའི་དམག་ཆོག་ས་དག་ལ་བསྒྱུར། །  
 བདུད་ཀྱི་ཁམ་ཁ་དག་ལ་བསྒྱུར། །རྒྱལ་པོའི་སྤྱོ་འབོགས་དག་ལ་བསྒྱུར། །  
 ཐེན་རང་སྤྱི་རྒྱ་དག་ལ་བསྒྱུར། །སྤྱོ་བྱར་བརྒྱད་ཅུ་ཅ་གཅིག་བསྒྲོག། །ཡེ་  
 འགྲོག་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་བསྒྲོག། །བཞི་བརྒྱ་ཅ་བཞིའི་ནད་རྣམས་བསྒྲོག། །སྟོང་

ཕྱག་བརྒྱད་ཅུའི་བགེགས་རྣམས་བརྒྱུག། །སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུའི་གདོན་རྣམས་  
བརྒྱུག། །ཡས་བདུད་གཡོས་དང་མས་སྤྱི་ལངས། །པ་ཚན་རྒྱ་འདྲེ་ཐམས་ཅད་  
བརྒྱུག། །མ་སྤྱི་བྱུང་འདྲེ་ཐམས་ཅད་བརྒྱུག། །ལོ་ཟླའི་སྐག་རྣམས་དག་ལ་  
བསྐྱུར། །ཞག་དང་གཟའ་སྐར་དག་ལ་བསྐྱུར། །མི་ལམ་མཚན་མ་ངན་པ་  
དང་། །འབྱུང་པོའི་དལ་ཡམས་དག་ལ་བསྐྱུར། །

དེ་ནས་བསྐྱང་གསོ་དང་མ་འབྲེལ་ན། དཀྱུས་ལྟར་བཏང་ལ། འབྲེལ་ན་བསྐྱལ་རྣམས་བཏང་བ་  
ནི། རྒྱུ་ཁྱོད་ལ་ཁུ་ཞིང་གསོལ་བ་ནི། །ཞེས་སོགས་དང་། འཆི་བདག་ནག་པོ་སོགས་  
དང་། རི་རབ་ལྷན་པོ་སོགས་བསྐྱལ་གཞན་རྣམས་འདྲིར་བཏང་། དེ་ནས་མགྲོན་རྣམས་རང་གནས་  
སུ་བྱོན་པར་གསོལ་བ་ནི།

ཀྱི། སྒོན་ཆེ་རྒྱལ་ལྷག་ཐུབ་ཀྱི། །མཆོག་སྐྱེན་ཕྱག་རྒྱ་གཡས་པ་རུ། །  
མཆོད་སྐྱེན་བརྒྱ་བཞིའི་རྗེས་བསགས་ཏེ། །ཕྱག་སོར་ཅེ་མོར་མགྲོན་བཀུག་  
ནས། །བདུད་བཞི་མཆོད་དེ་མདངས་དང་ལྷན། །སྒོན་ཆེ་རྒྱལ་བའི་བྱེན་  
རྒྱབས་དང་། །ད་ལྟ་བདག་དང་ཡོན་བདག་གི། །མཆོད་སྐྱེན་གླུང་གཏོར་འདི་  
བྱེར་ལ། །རང་རང་འདུག་པའི་གནས་སུ་དེངས། །ལྟ་བདུད་དཀར་པོ་བྱ་བ་  
བྱོང་། །ཅི་ཡང་མེད་པའི་གནས་སུ་དེངས། །འཆི་བདག་བདུད་ནི་ནག་པོ་  
བྱོང་། །ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་གནས་སུ་དེངས། །ཉོན་མོངས་བདུད་ནི་དམར་  
པོ་བྱོང་། །རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་གནས་སུ་དེངས། །ཕྱང་པོའི་བདུད་ནི་སེར་  
པོ་བྱོང་། །ཡོད་མིན་མེད་མིན་གནས་སུ་དེངས། །ཉོན་མོངས་སྤྱིབ་དང་བག་  
ཆགས་སྤྱིབ། །ལས་ཀྱི་སྤྱིབ་དང་ཤེས་བྱའི་སྤྱིབ། །སྤྱིབ་པ་རྣམ་བཞི་ལས་བྱུང་



བའི། །ལྷ་བུའི་བདུད་དང་ཉོན་མོངས་བདུད། །འཆི་བདག་བདུད་དང་ཕྱང་  
པོའི་བདུད། །བདུད་བཞི་བདུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་བཞི། །སྦྱེ་མཆེད་རིགས་བཞིའི་  
གནས་སུ་དེངས། །ཞེས་བརྗོད་ཅིང་ག་ལེགས་སུ་གསོལ་ནས། །ལྷ་བདུད་དཀར་པོ་ངར་མྱུད་ཉི་  
ཤུ། །ལྷ་བཞོས་ཉི་ཤུ་དང་བཅས་པ་ཤར་དུ་གཏོང། །ཕྱང་བདུད་སེར་པོ་ངར་མྱུད་ཉི་ཤུ་ལྷ་བཞོས་ཉི་ཤུ་  
དང་བཅས་པ་སྟོར་གཏོང། །འཆི་བདུད་ནག་པོ་ངར་མྱུད་ཉི་ཤུ་ལྷ་བཞོས་ཉི་ཤུ་དང་བཅས་པ་རྒྱབ་དུ་  
གཏོང། །ཉོན་མོངས་བདུད་དམར་པོ་ངར་མྱུད་ཉི་ཤུ་ལྷ་བཞོས་ཉི་ཤུ་དང་བཅས་པ་བྱང་དུ་གཏོང། །ཡོན་  
བདག་གི་མྱུད་ངར་མྱུད་ཉི་ཤུ་ལྷ་བཞོས་ཉི་ཤུ་དང་བཅས་པ་གདོན་གཞོད་པའི་སའམ་ཐེ་ཆོམ་ཟ་བའི་  
ཕྱོགས་སུ་བཏང་ནས་རང་ཉིད་ཁོ་བོའི་ང་རྒྱལ་གདུང་ཤུགས་བྲག་པོས་བདུད་བཞི་ལ་སོགས་པའི་  
གཞོད་བྱེད་རྣམས་ལ་དངོས་སུ་བསྟོན་བཞི། །འདི་ལྟར་རོལ་མའི་ཆོམས་རྣམས་དང་བཅས་ཏེ།

ཀྱི། སྤིད་གསུམ་འདི་ན་ཅི་ཡང་རུང། །འདི་ལ་གནས་པའི་ལྷ་འདྲེ་  
རྣམས། །ཚུར་ཤོག་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལ་ཉོན། །བྱང་ཚུབ་སེམས་དང་ལྡན་པར་  
མཛོད། །ནམ་མཁའ་གང་བའི་ལྷ་འདྲེ་ལ། །ས་གཞི་གང་བའི་མྱུད་འབྱུལ་ལོ། །  
དེད་ཀྱི་འབྱུལ་བ་མ་ནོར་རོ། །སྤིད་ཀྱིས་བཞེས་པ་མ་ནོར་ཅིག །བདུད་བཞི་  
འཁོར་དང་བཅས་པ་དང་། །གཞོད་པར་བྱེད་པའི་གདོན་བགེགས་རྣམས། །  
རང་རང་སོ་སོའི་གནས་སོང་སྟེ། །བྱམས་པའི་སེམས་དང་ལྡན་པར་མཛོད། །  
ཅས་མྱུད་གཏོར་བྱེད། །ཆོས་སྐུ་ཡངས་པའི་ཞེས་སོགས་བསྟོན་པ་གང་མང་དང་བཅས་མྱུད་  
གཏོར་རྣམས་ཕྱོགས་བཞིར་བསྐྱུལ་ལོ། །རྩྱུ་མ་ཐུན་པའི་དངོས་གྲུབ་ཞེས་སོགས་བཏང།

དེ་ལྟར་འདི་ག་ཉོན་པའི་མགོན་རྣམས་ག་ལེགས་ནས་གཏང་རག་གི་མཆོད་པ་རྣམས་བྱིན་  
ཀྱིས་བརྒྱབས་ལ། །དང་པོ་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་སྦྱར་བྲངས་པ་རྣམས་ལ། །ཨོ་གུ་རུ་སཝ་བུད་ནྟ་པོ་

ཉི་མཉུ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨ་མྱོ་པ་ཏྲི་ཚོ་ཏྲུ་སྒྲུ། ཞེས་པ་ནས། འཤྲུའི་བར་གྱི་ཚུ་གཉིས་ཉེར་  
སྟོང་རྣམས་ཤུལ། ཡ་ལྷན་ཀ་སོགས་ཚུ་གཉིས་ཉེར་སྟོང་རྣམས་ཡི་དམ་གང་བྱས་པ་དེའི་འབྲུལ་  
ལྷགས་ཀྱིས་ཤུལ་བ་དང་། དེ་ནས་བསྐྱང་གསོ་དང་འབྲེལ་ན་སོ་སོའི་ལྷགས་སམ་ཡང་ན། ཨོ་ཤྱི་  
རྩ་ལྷ་པ་ལ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་སོགས་ཀྱིས་འབྲུལ། ཡི་དམ་ཆོས་སྐྱོང་ལ་ནང་མཆོད་ཤུལ། མགོན་  
པོ་ལྷགས་རྗེ་ཆེ་ལྷན་པ། །ཞེས་སོགས་སྟོ་ཀ་གསུམ། གཟུགས་མཆོག་ ཞེས་སོགས་  
དང་། བཙུམ་ལྷན་འདས་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟོད། སྟོན་ལམ་བྱ། ཡིག་བརྒྱས་ལྷག་ཆད་བསྐྱང་།  
གང་ཡང་བདག་སྟོ་ཞེས་སོགས་དང་། མ་རྟེན་ཡོངས་སུ་ཞེས་སོགས་དང་། ལྷག་པ་  
དང་ནི་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བཙོད་པར་གསོལ། སྟོན་པ་མཉམ་མེད་འབྲུའི་རྒྱལ་པོ་ལ་  
སོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཉན་རང་འཕགས་པའི་  
ཆོགས་དང་བཅས་པ་དང་། བྱང་པར་འཇམ་དཔལ་གཤེན་རྗེ་གཤེད་ཀྱི་ལྷ་  
ཆོགས་དཔའ་པོ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྐྱོང་སྤང་མའི་ཆོགས་རྣམས་བདག་ལ་  
དགོངས་སུ་གསོལ། བྱེད་རྣམས་ལ་མཁེན་པའི་ཡེ་ཤེས་བཙུང་བའི་ལྷགས་རྗེ་  
སྐྱོབས་པའི་རྒྱས་མཐུ་བསམ་གྱི་མི་བྱབ་པ་མངའ་བ་ལགས་པས་བདག་  
སོགས་ནམ་མཁའི་མཐའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྐྱིབ་  
གཉིས་བྱང་ཆོགས་གཉིས་རྫོགས། ལྷ་ར་དུ་འཇམ་དཔའ་གཤེན་རྗེ་གཤེད་ཀྱི་  
གོ་འཕང་ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་ཐོབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། དགེ་བ་འདི་ཡི་སོགས་དང་།  
རྣམ་དག་བསམ་པས་སོགས་དང་། ལྷ་མ་མགོན་པོ་སོགས་དང་། དགེ་བ་འདི་ཡི་ཆེ་  
རབས་ཐམས་ཅད་དུ། །སོགས་དང་། ལྷག་འཆོལ་བ་དང་སོགས་དང་། ལྷག་བསམ་  
རྣམ་པར་སོགས་དང་། བསྟན་པའི་དཔལ་གྱུར་སོགས་དང་། འགྲོ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་

སྒྲན་གཅིག་ལ། །ཞེས་བ་ནས། ཡུན་རིང་གནས་གྱུར་ཅིག །

སྒྱུན་བྲངས་པའི་ཡེ་ཤེས་བ་རྣམས་རང་གནས་སུ་གཤེགས་པར་ཅེས་  
གཤེགས་སུ་གསོལ། དམ་ཆོག་བ་རྣམས་རང་ལ་བྲིམ་པར་གྱུར། ཚོ་སུ་བྲ་  
ཏིལ་བཟོ་ཡེ་སྒྲུ། དུར་ཁོད་བསྐྱུང་འཁོར་དང་བཅས་བ་ཞེས་བ་ནས། མཆན་  
པར་གྱུར། འདི་ནི་འཇིགས་བྱེད་ཡི་དམ་དུ་བྱས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱི། གཞན་དུ་སྐབས་སོ་སོར་  
ཤེས་དགོས་སོ། །

དེ་ནས་དཀྱིལ་འཁོར་བསྐྱུས་ཤིང་ཤེས་བཟློག་བྱའོ། རྟེན་ཡོད་ན་བརྟན་བཞུགས་བྱའོ། ཅེས་  
བརྒྱ་བཞི་འཛིན་གྱི་ཚུལ་ལེགས་ཆོག་གུན་བསྐྱུས་བགེགས་སེལ་གྱུན་པན་ནོར་བུ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་  
ནི་ཤུག་ཏེ་བཙུན་བ་བསོད་ནམས་རྒྱ་མཆོས་སྐུར་བའོ། །པར་འདི་དབུས་གཙང་གྱུན་བདེ་སྦྱིང་དུ་  
བཞུགས། །

དགེ་ལེགས་འཕེལ། ། བཟྱ་ཤེས། །