



འཕགས་པ་བཀྲ་ཤིས་བརྒྱད་པའི་ཚིགས་སུ་བཅད་པ་

ཚེས་སྟོད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྡོན་དུ་འགོ་བ

མཛད་པ་བརྩ་གཉིས་ཀྱི་བསྟོད་པ་

དགའ་བ་བརྒྱ་ལྷན་སོགས་ཐུབ་བསྟོད

ཐབས་མཁས་ཐུགས་རྗེ་སོགས་ཐུབ་བསྟོད

སོ་ཐར་སྡོམ་རྒྱུན་ཀྱི་བརྒྱད་འདེབས་

བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་སྡོམ་པའི་བརྒྱད་འདེབས་

རིག་འཛིན་སྒྲགས་ཀྱི་སྡོམ་པའི་བརྒྱད་འདེབས་

བདུད་འཛོམས་གླིང་པའི་རྣམ་ཐར་གསོལ་འདེབས་

འཇིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྫོང་ཆེའི་རྣམ་ཐར་གསོལ་འདེབས་

སྐྱེས་རབས་གསོལ་འདེབས་

ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེའི་གསོལ་འདེབས་སྤྱིའི་ཏེན་བསྐྱེད་

གསོལ་འདེབས་ལེའུ་བདུན་མ་

ཆོག་བདུན་གསོལ་འདེབས་

གསོལ་འདེབས་བར་ཆད་ལམ་སེལ་

གསོལ་འདེབས་བསམ་པ་སྦྱར་འགྲུབ་མ་

ཆོ་གཅིག་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པའི་གསོལ་འདེབས་

སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ལ་བསྟོད་པ་



མཁའ་ཆེན་བོ་རྟེ་ས་ཏཱ་ལ་བསྟོད་པ

ཆོས་རྒྱལ་བྲི་སྤྲོང་ལྷེ་རུ་བཙན་ལ་བསྟོད་པ

མཁའ་སློབ་ཆོས་གསུམ་གྱི་གསོལ་འདེབས་བསྟུས་པ

ཆོས་བཅུ་འི་རྣམ་ཐར་གསོལ་བ་འདེབས

ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་ཐར་གསོལ་འདེབས

རྗེ་འབངས་ཉིར་ལྷེ་འི་གསོལ་འདེབས

ངག་བྱིན་རྒྱབས

ཕྱོང་བ་བྱིན་རྒྱབས

བླ་མ་རྗེ་རེམས་པའི་བསྟོད་པ

སྒྲུ་མ་རྒྱུ་འབོད་

གཏེར་གསར་སྒྲོན་འགྲོ་

གཏེར་གསར་སྒྲོན་འགྲོའི་དག་འདོན་བསྐྱུས་པ་

གང་སྒྲོ་མ་བཞུགས་སོ་

འཇམ་དཔལ་གྱི་མཚན་ཡང་དག་པར་བཟོད་པ་བསྐྱུས་པ་

འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གྱི་མཚན་ཡང་དག་པར་བཟོད་པ་

ཀེག་བསྐྱོག་བསྐྱུས་པ་ནི།

བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་ལྷང་བ་བཞུགས་པ་བཞུགས་སོ།

སྒྲོ་མ་པ་གསུམ་གྱི་གསོ་སྦྱང་གི་ཆོ་ག་མདོར་བསྐྱུས་

བཛོད་མེད་དོན་གྱི་བཤམ་པ་ནི།

བདེ་གཤེགས་སྤྱི་བཤམ་ནི།

ཙ་ལྷུང་བཙུ་བཞི་ནི།

འི་བོ་བསང་མཆོད་གྱི་ངག་འདོན་བྲིགས་བཀོལ་

སྡེ་བརྒྱད་གསེར་སྐྱེམས་

སྤྱི་པ་རྩའི་ཕྱག་རྒྱའི་རྒྱབ་ཡིག་

དགོན་མཆོག་རྗེས་དྲན་དང་ཟས་གྱི་བྱ་བ་

ཐུབ་ཆོག་བྱིན་རླབས་གཏེར་མཛོད་

གནས་བརྟན་བཙུ་བྱུག་ལ་ཕྱག་མཆོད་གསོལ་བ་གདབ་པ་

གཏོང་མ་ཆ་གསུམ་གྱི་རིམ་པ་བཞུགས་སོ།།

སྟོལ་ཆོག་

སྟོལ་མའི་ཆོགས་མཆོད་

སྟོལ་ཆོག་བསྐྱུས་པ་ནི་

སྟོལ་མའི་བསྟོད་པ་

ཆོག་བདུན་གསལ་འདེབས་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲ་མའི་ནལ་འབྱོར་

མཁའ་འབྱོའི་བསྐྱང་བསྐྱུས་

ཆོགས་སྒྱུའི་རིམ་པ་

ལྷག་མ་གཏོང་བ་ན་

ཚོགས་བསྐྱུས་ན

སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གནས་ལུགས་གཅེར་མཐོང་

ཨོ་རྒྱན་སྒྲ་གི་སྒྲ་མའི་ཚོག་

དེ་རྗེ་སེམས་དཔའི་སྐྱབ་ཐབས་རྒྱན་གི་རྣལ་འབྱོར་

སྒྲི་བཤགས་ནི

སྒྲི་མེད་རོ་སྒྲིག་གི་ཚོག་

གནས་ལུང་གི་ཚོག་ཉེ་བར་བསྐྱུས་པ

གཤེན་པོའི་རུས་ཚོག་

རབ་གནས་བསྐྱུས་པ་ནི།



རྫོང་སེམས་བསྐྱོ་སྒྲོན་རྣམ་གྲོལ་སྒྲོ་འབྱེད

གཙོད་བསྐྱུས་ནི

དཀར་དམར་གསུར་དམར་མཆོད་དོད་དུ་ཤ་བྲག་བསྐྱོ་བ

ཆུ་གཏོར་བསྐྱུས་པ་ནི།

ཏྲ་ཕྱག་བྱུང་གསུམ་རྒྱུན་བྱེད་ནི།

ཆོ་སྒྲུབ་རྒྱུན་བྱེད

ཅུ་གསུམ་རྣལ་འབྱོར་ཐབ་མོ་བཅུད་བསྐྱུས

འཇམ་དཀར་རྒྱུན་བྱེད་མདོར་བསྐྱུས

དབྱུངས་ཅན་མའི་སྒྲོམ་བཟླས་རྒྱུན་བྱེད

ཏ་མགྱིན་རྒྱུ་ཁྲེར་

རྩེ་བཙུན་སྒོལ་མའི་རྒྱུ་ཁྲེར་སླིང་པོར་བྲིལ་བ་

བྱང་གྲོལ་གསེར་གྱི་ལྡེ་མིག་གི་ཉམས་ལེན་

འཇམ་དཔལ་སྒོམ་བཟླས་

ལོར་བདག་ཇོ་མཆོ་ལའི་སྐྱབ་ཐབས་

རྒྱལ་མཆོན་ཅེ་མའི་དཔུང་རྒྱུ་གྱི་རྒྱུ་ཁྲེར་

གྲོ་ལོད་རྒྱུ་ཁྲེར་

ཀུ་རུ་ཀུ་ལྷེའི་རྒྱུ་ཁྲེར་

དོ་རྩེ་ལྷེར་མའི་རྒྱུ་ཁྲེར་

སྒྲེ་བཙེགས་རྒྱུན་ཁྲེར

མཚོ་སྒྲེས་བྲུགས་ཐིག་གི་རྒྱུན་ཁྲེར

དེ་རྩེ་ཡུར་བུའི་རྒྱུན་གྱི་ནལ་འབྱོར་སྒྲིང་པོར་བྲིལ་བ

མཁའ་འགོ་བྲུགས་ཐིག་གི་རྒྱུན་ཁྲེར

དམ་ཅན་སྤྱིའི་གཏོར་འབུལ་རྒྱུན་ཁྲེར

མ་མོ་སྤྲགས་གྱི་སྤང་མའི་གཏོར་འབུལ་

སྒྲ་མ་ཡི་དམ་སྤྱིའི་གཏོར་འབུལ་

དམ་ཅན་སྤྱིའི་གཏོར་མའི་ཆོ་ག་ཉུང་དུར་བསྐྱས་པ

ཞིང་སྤྱོད་དུར་བྲོད་མ་མའི་གསོལ་ཕྱིན་

དེགས་པ་སྡེ་བརྒྱད་ཀྱི་གསེལ་མཆོད་

ཡུར་སྤྱད་དམ་ཅན་བཅུ་དྲུག་གི་གཏོར་མའི་ཆོ་ག་

རྒྱལ་གསེལ་དཔག་བསམ་ཡོངས་འདུ་

གཞོད་སྦྱོར་ཆེན་པོའི་གསེལ་ཀ་

དག་ཤུལ་དབང་པོའི་མཆོད་སྦྱོར་

བསྐྱང་ཇུས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་

མ་གཟའ་རྟོག་གསུམ་གྱི་གསེལ་མཆོད་ཉེར་བསྐྱུས་

གཞོད་སྦྱོར་ཤན་པ་དམར་ནག་གི་གསེལ་མཆོད་

མ་མགོན་སོགས་ཀྱི་གསེལ་བསྐྱུས་

གེ་སར་ལོར་བུའི་གསོལ་མཆོད

དམ་ཅན་སྤྱི་བཤའ་གས

ཕྱིན་བཅོལ་རྒྱལ་བའི་བསྟན་སྲུང

ཤེས་རབ་སྣང་པོ

གཙུག་ཏྲར་གདུགས་དཀར་མའི་རྒྱན་བྱེར

སང་གའོང་མའི་ཐལ་རྟེན་རྒྱན་བྱེར་

མི་ཁ་དབྱ་ལྗོག་མའོར་བསྟུས

ལྷ་ཁྱེའི་རྒྱན་བྱེར

ལའོར་ལོ་འབར་བའི་རྒྱན་བྱེར

ཡང་སྒྲོག་དོ་རྩེ་པ་ལམ་གྱི་རྒྱུན་བྱེར

རྣམ་འཛོམས་ས

ཆོ་ག་བྱུངས་

བྱིན་རྒྱབས་ཅན་གྱི་ག་བྱུངས་སྒྲུགས་

ཤ་བོས་པའི་ཉེས་བསལ་རིག་སྒྲུགས་།

ང་མཆོད་གྱི་རིམ་པ

ཆང་མཆོད་གྱི་རིམ་པ

ཆོ་ཐར་བྱེད་པའི་ཆོ་ག

བབྱང་པོ་སྦྱེད་པའི་སྦྱོན



བྱམས་སྒྲོན་ནི།

‘བདེ་ཆེན་ཞིང་གི་སྒྲོན་ལམ་

སྤྱོད་འདུག་སྒྲོན་ལམ་ནི།

ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་སྒྲོན་ལམ་

འཇམ་དཔལ་རྫོགས་ཆེན་སྒྲོན་ལམ་

གཞི་ལམ་འབྲས་བུའི་སྒྲོན་ལམ་

རྒྱད་བཅུ་བདུན་གྱི་སྒྲོན་ལམ་

བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་བཀོད་སྒྲོན་ལམ་

ཟངས་མདོག་དཔལ་འི་སྒྲོན་ལམ་

མ་རྩ་གྲུ

དཔལ་རིར་བགྱོད་པའི་སྒོན་ལམ་

སྐྱ་གསུམ་ཞིང་ཁམས་སྒྱུང་བའི་གསོལ་འདེབས་སྒོན་ལམ་

སྒོན་ལམ་སྒྲ་མ་ལུ་བཅུ་པའི་བསྐྱུས་དོན་

བསྐྱུ་མེད་གཏན་གྱི་སྐྱབས་གཅིག་

ན་མོ་རྩྭ་ཏུ་ཡ་སོགས་སྒོན་ལམ་ཕྱོགས་བསྐྱུས་

གྲུབ་ཐོབ་ཆེན་པོས་ལྷ་ལྷན་རྩི་བོའི་རྩུང་དུ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་

སྒོན་ལམ་ནད་གྲོལ་མ་

སྒོན་ལམ་རྩི་རྩི་རྩི་མཁུ་

མར་མེ་སྟོན་ལམ་གྱི་རིམ་པ

ཡོན་ཆབ་འབྲུལ་བའི་ཆོག་ཀྱང་

སྐྱེས་མཆོག་རྣམས་འཆོ་གཞེས་སུ་གསོལ་བའི་སྟོན་ཆོག་

ཕྱོགས་བཅུ་དུས་བཞི

བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་སྟོན་ལམ་

ཟབ་གཏེར་བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་སྟོན་ལམ་

མཁྲལ་གྱི་ཆོག་སྒྱུར

སྐྱེ་གསུང་ཕྱགས་རྟེན་འབྲུལ་ཆོག་

བཀྲ་ཞེས་པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ

༡༡། ཁོས་སྤྱོད་ཀྱི་རིམ་པ་རྣམ་མཁུན་བསྐྱོད་པའི་  
རིན་ཆེན་ཐེམ་སྐྱལ་ཞེས་  
བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

༥ ཨོྃ་སྤྲྀ། རྒྱལ་ཀུན་ཡེ་ཤེས་ཐུང་པོའི་དབྱིང་།

འཆི་མེད་རིག་འཛིན་པར་འབྱུང་། །གཉིས་མེད་

འཇིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་སྒྱ། ། རྗེ་རྗེ་སྒྲོབ་དཔོན་ཞབས་ལ་

འདུང་། མཆོག་གི་བྱ་གསུམ་རྗེའི་འོད་སྒྲུང་གིས། ། སྤྱིད་

པའི་སྤྱན་པ་དུང་འབྱེན་ཏེ། ། ཡང་དག་རིག་པའི་ཡེ་

ཤེས་ཉིད། ། གཉིས་མེད་གྲོང་དུ་གསལ་གྱུར་ཅིག།

སྐལ་བཟང་ཆོས་གྱི་སྒྲུང་བ་ཅན། ། བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པའི་

རིམ་པ་ཡིས། ། རྣམ་མཁྱེན་གོ་འཕང་བགྲོད་པའི་

ཐབས། ། ཆོས་སྤྱོད་རིན་ཆེན་ཐེམ་སྐས་སྤྱོ། ། དེ་ལ་

དལ་འབྱོར་གྱི་ལུས་ཏེན་སྤྱིད་པོ་དམ་པའི་ཆོས་ལ་

གཞི་ལ་ཞིང་རྣམ་མཁྱེན་དོན་གཉེར་གྱི་སྐལ་བཟང་ཅན་

རྣམས་ཐོག་མར་སྒྲོ་ལྟོག་རྣམ་པ་བཞིས་རང་རྒྱུད་ལེགས་

པར་སྐྱངས་ཤིང་བྱ་སྒྲ་ལ་ཆོད་ཆེ་བ་ཆོས་སྤྱོད་ཀྱི་བྱ་བས་  
ཉིན་མཚན་བར་མེད་ཆོག་ས་གཉིས་ཀྱི་ཚུ་གཏེར་མངོན་  
པར་འཕེལ་བའི་སྤྱད་དུ་འབད་པར་བྱ་བ་རིག་ས་སོ།།



༥ འཕགས་པ་བཀྲ་ཤིས་བརྒྱད་པའི་ཚོགས་སུ་བཅད་པ་བཞུགས་པ་ནི། །

ལས་གང་ཞིག་རྩོམ་པའི་ཐོག་མར་འདི་ཚར་གཅིག་བརྗོད་ན་གྲུབ་པ་བདེ་བ་ཡིད་  
བཞིན་དུ་བྱེད་པར་འགྱུར་བས་ཅི་ནས་ཡིད་ལ་བྱའོ།། ཨོ། ལྷ་དང་སྤྲིད་  
ནམ་དག་རང་བཞིན་ལྷུན་གྲུབ་པའི། །བཀྲ་ཤིས་ཕྱོགས་  
བཅུའི་ཞིང་ན་བཞུགས་པ་ཡི། །སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་  
དགེ་འདུན་འཕགས་པའི་ཚོགས། །ཀུན་ལ་ཕྱག་  
འཆེལ་བདག་ཅག་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། སྒྲོན་མེའི་རྒྱལ་པོ་  
རྩལ་བརྟན་དོན་གྲུབ་དགོངས། །བྱམས་པའི་རྒྱན་  
དཔལ་དགེ་བྲགས་དཔལ་དམ་པ། །ཀུན་ལ་དགོངས་  
པ་རྒྱ་ཆེར་བྲགས་པ་ཅན། །ལྷུན་པོ་ལྟར་འཕགས་རྩལ་  
བྲགས་དཔལ་དང་ནི། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་  
དགོངས་བྲགས་པའི་དཔལ། །ཡིད་ཆེམ་མཛེད་པ་

ཕུལ་རབ་བྱ་གས་དཔལ་ཏེ།      མཆོན་ཙམ་ཐོས་པའི་

བཀྲ་ཤིས་དཔལ་འཕེལ་བ།      བདེ་བར་གཤེགས་པ་

བརྒྱད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      འཇམ་དཔལ་གཞིན་ལུ་

དཔལ་ལྡན་རྩེ་རྩེ་འཛིན།      ལྷན་རས་གཟིགས་དབང་

མགོན་པོ་བྱམས་པའི་དཔལ།      ས་ཡི་སྦྱིང་པོ་སྦྱིབ་པ་

ནམ་པར་སེལ།      རྣམ་མཁའི་སྦྱིང་པོ་འཕགས་མཆོག་

ཀུན་ཏུ་བབང་།      ལྷུང་ལ་རྩེ་རྩེ་པད་དཀར་གྲུ་ཤིང་

དང་།      རྣོར་བུ་རྩེ་བ་རལ་གྱི་ཉི་མ་ཡི།      ཕྱག་མཆོན་

ལེགས་བསྐྱམས་བཀྲ་ཤིས་དཔལ་གྱི་མཆོག་      བྱང་

རྒྱལ་སེམས་དཔལ་བརྒྱད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      རིན་

ཆེན་གདུགས་མཆོག་བཀྲ་ཤིས་གསེར་གྱི་ཉ།      འདོད་

འབྱུང་བུམ་བབང་ཡིད་འོང་ཀ་མ་ལ།      ལྷན་བྱ་གས་

དུང་དང་ཕུན་ཚོགས་དཔལ་བེའུ། །མི་ལུ་བ་རྒྱལ་མཆོན་  
དབང་བསྐྱར་འཁོར་ལོ་སྟེ། །རིན་ཆེན་རྟགས་མཆོག་  
བརྒྱད་ཀྱི་ཕུག་མཆོན་ཅན། །སྟོགས་དུས་རྒྱལ་བ་  
མཆོད་ཅིང་དབྱེས་བསྐྱེད་མ། །སྒྲེག་སོགས་ངོ་བོ་དྲན་  
པས་དཔལ་སྟེལ་བའི། །བཀྲ་ཤིས་ལྷ་མོ་བརྒྱད་ལ་  
ཕུག་འཆལ་ལོ། །ཆངས་པ་ཆེན་པོ་བདེ་འབྱུང་སྟེང་  
མེད་བུ། །མིག་སྟོང་ལྷན་དང་རྒྱལ་པོ་ཡུལ་འཁོར་  
སྟུང་། །འཕགས་སྐྱེས་པོ་དང་སྟུང་དབང་མིག་མི་  
བཟང་། །རྣམ་ཐོས་སྤྲས་ཏེ་ལྷ་རྒྱས་འཁོར་ལོ་དང་། །  
ཏི་ཤུལ་དང་མདུང་བུང་རྩེ་རྩེ་ཅན། །པི་ལྷོ་རལ་གྱི་  
མཆོད་རྟེན་རྒྱལ་མཆོན་འཛིན། །ས་གསུམ་གནས་སུ་  
དགོ་ལེགས་བཀྲ་ཤིས་སྟེལ། །འཛིག་རྟེན་སྟོང་བ་

བརྒྱུད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །བདག་ཅག་དེང་འདིར་བྱ་  
བ་རྩེམ་པ་ལ།      །གོགས་དང་ཉེ་བར་འཆེ་བ་ཀུན་ནི་  
ནས།      །འདོད་དོན་དཔལ་འཕེལ་བསམ་དོན་ཡིད་  
བཞིན་འགྲུབ།      །བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཕུན་སྲུལ་  
ཆོགས་པར་འོག།      །ལྡང་ཆེ་བརྗོད་ན་དེ་ཉིན་དོན་ཀུན་  
འགྲུབ།      །ཉལ་ཆེ་བརྗོད་ན་མི་ལམ་བབང་པོར་  
མཐོང་།      །གཡུལ་དུ་འཇུག་ཆེ་བརྗོད་ན་ཕྱོགས་ལས་  
རྒྱལ།      །བྱ་བ་བརྩམས་དུས་བརྗོད་ན་འདོད་དོན་  
འཕེལ།      །རྒྱན་དུ་བརྗོད་ན་ཆེ་དཔལ་གྲགས་འབྱོར་  
ཤིས།      །བདེ་ལེགས་ཕུན་ཆོགས་བསམ་དོན་ཡིད་  
བཞིན་འགྲུབ།      །སྒྲིག་སྒྲིབ་ཀུན་བྱང་མཛོན་མཐོངས་  
ལེགས་ཀྱི།      །དོན་ཀུན་འགྲུབ་པ་རྒྱལ་བ་མཆོག་གིས་གསུངས།      །རབ་

ཆོས་མེ་སྒྲེལ་ལོར་རྒྱ་སྐར་རྒྱལ་གྱི་དུས་བབ་དེའི་ཆ་ལ་འཇམ་དཔལ་དགྲེས་  
པའི་རྩེའི་ཡིད་མཆོ་ལས་བྱུང་བའི་ནོར་བུའི་དོལ་ཆེན་པོ་མཛད་པོ། ། །

༥ དེ་ནས་ཆོས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྔོན་དུ་འགྲོ་བ་སྐྱབས་སེམས་ཚད་མེད་བཞི་

བསྒྲུལ་པའི་རིམ་པ་ནི།      བདག་དང་འགྲོ་བ་ནམ་མཁའ་དང་

མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དུས་འདི་ནས་བཟུང་

སྟེ་ཇི་སྟེང་བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པོ་ལ་མཆིས་ཀྱི་བར་དུ་ཕྱོགས་

བཅུ་དུས་གསུམ་གྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་

ཀྱི་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཡོན་ཏན་ཕྱིན་ལས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོ་

བོ།    ཆོས་ཀྱི་ཕུང་པོ་སྟོང་ཕྲག་བརྒྱད་ཅུ་ཙུ་བཞིའི་འབྱུང་

གནས།      འཕགས་པའི་དག་འདུན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་

མངའ་བདག་      རྗེ་བཙུན་ཙུ་བ་དང་བརྒྱད་པར་བཅས་

པའི་དཔལ་ལྡན་སྤྲ་མ་དམ་པ་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་

མཆིའོ།    རྗེ་གས་པའི་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྡན་འདས་

རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།    །དམ་པའི་ཆོས་རྣམས་ལ་



སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །འཕགས་པའི་དགོ་འདུན་རྣམས་  
ལ། ཡི་དམ་དགྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་ཆོགས་རྣམས་ལ།  
མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྒྲིང་སྒྲིང་མ་ཡེ་ཤེས་གྱི་སྦྱན་དང་ལྡན་  
པ་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །ནམ་མཁའི་གནས་སུ་  
ནམ་མཁའ་གང་བ་ཡི། །སྤྲེལ་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོའི་  
ཆོགས་རྣམས་དང་། །སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་འཕགས་  
པའི་དགོ་འདུན་ལ། །བདག་དང་འགྲོ་ཀུན་གུས་པས་  
སྐྱབས་སུ་མཆི། །སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་ཆོགས་གྱི་  
མཆོག་རྣམས་ལ། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་  
སུ་མཆི། །བདག་གིས་སྦྱོར་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་  
ནམས་གྱིས། །འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་  
པར་ཤོག། །ཅིས་ལན་གསུམ་དང་། །བདག་དང་མཐའ་ཡས་

སེམས་ཅན་རྣམས།            །ཡེ་ནས་སངས་རྒྱས་ཡིན་པ་  
ལ། །ཡིན་པར་ཤེས་པའི་བདག་ཉིད་དུ། །བྱང་ཆུབ་  
མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག །སྤྱག་  
བསྐྱེད་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག  
སྤྱག་བསྐྱེད་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་  
ཅིག །ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྟོམས་  
ཆད་མེད་པ་ལ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག །ལན་གསུམ་བཅོམ། ས་  
གཞི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་ནི། དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བདེན་པ་  
དང་། །སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་དང་། ཆོག་ས་གཉིས་ཡོངས་  
སུ་ཇོགས་པའི་མངའ་ཐང་ཆེན་པོ་དང་།            ཆོས་ཀྱི་

དབྱིངས་རྣམ་པར་དག་ཅིང་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་  
སྟོབས་གྱིས།      དེང་འདིར་ཁོར་ཡུག་གི་ས་གནི་འདི་  
དག་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་གི་བཀོད་པ་ལྟ་བུ་ཕུན་སྲུལ་  
ཆོག་ས་པའི་རྒྱན་ཐམས་ཅད་གྱིས་རྣམ་པར་བརྒྱན་པས་  
མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པར་  
གྱུར།      མཆོད་པ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་ནི།      ཕུན་སྲུལ་ཆོག་ས་པའི་  
ཞིང་འདི་དག་ཏུ་ལྟ་དང་མིའི་ཡོ་བྱད་དམ་པ་གཟུགས་  
དང་།      སྒྲོ་དང་།      སྒྲི་དང་།      རོ་དང་།      རེག་བྱ་ལ་  
སོགས་པ་རྣམ་པར་དག་ཅིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་མཆོད་  
པའི་སྒྲིན་རྒྱ་མཆོ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པས་ནམ་མཁའི་  
ཁམས་ཐམས་ཅད་གང་བར་གྱུར།      དེ་ནས་རྒྱལ་བ་འཁོར་བཅས་  
བསོད་ནམས་གྱི་ཞིང་དུ་སྐྱོན་འདྲན་པ་ནི།      འདུན་པ་ཅེ་གཅིག་པས།      རྟོགས་

དུས་ཀུན་ནས་སྐྱབས་གསུམ་བཀའ་སློང་བཅས། །

ཉོན་མོངས་འགྲོ་ལ་མཁྱེན་བརྩེས་རབ་དགོངས་ཏེ། །

དཔག་མེད་ཞིང་ནས་ཐོགས་མེད་རྩ་འཁྱུལ་གྱིས། །

འདིར་གཤེགས་མཆོད་སྤྱོན་རྒྱ་མཆོའི་དབུས་བཀྲུགས་

གསོལ། །མ་ལུས་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་མགོན་གྱུར་

ཅིང་། །བདུད་སྡེ་དཔུང་བཅས་མི་བབ་འཛམས་མཛོད་

སྟོ། །དངོས་རྣམས་མ་ལུས་ཇི་བཞིན་མཁྱེན་གྱུར་

པའི། །བཙམ་ལྡན་འཁོར་བཅས་གནས་འདིར་

གཤེགས་སུ་གསོལ། །བཙམ་ལྡན་བསྐྱལ་པ་བྱངས་

མེད་དུ་མ་རུ། །འགྲོ་ལ་བརྩེ་སྤྱོད་ཐུགས་རྗེ་རྣམ་སྤྱངས་

ཤིང་། །སློན་ལམ་རྒྱ་ཆེན་དགོངས་པ་ཡོངས་རྫོགས་

པའི། །སྤྱོད་བཞིན་འགྲོ་དོན་མཛོད་དུས་འདི་ལགས་

ན། །དེ་ཕྱིར་ཆོས་དབྱིངས་ལོ་བྱང་ལྟོན་གྲུབ་ནས། །ཁྱེ་  
འཕྱུལ་བྱིན་རྒྱབས་སྣ་ཆོགས་སྟོན་མཛད་ཅིང་། །མཐའ་  
ཡས་སེམས་ཅན་ཆོགས་རྣམས་བསྐྱེད་བའི་ཕྱིར། །  
ཡོངས་དག་འཁོར་དང་བཅས་ཏེ་གཤེགས་སུ་  
གསོལ། །ཆོས་རྣམས་ཀྱི་དབང་ཕྱུག་གཙོ། །བཙོ་  
མ་གསེར་གྱི་མདོག་འདྲའིང་། །ཉི་མ་ལས་ལྷག་གཟེ་  
བཟུང་ཆེ། །དད་པས་སྦྱོན་ནི་དྲང་བར་བགྱི། །འི་འིང་  
ཕྱགས་ཇེ་ཆེ་ལྟོན་པ། །དུལ་འིང་བསམ་གཏན་ས་ལ་  
བཞུགས། །ཆོས་དང་ཡེ་ཤེས་ཆགས་བྲལ་བ། །ཀྱི་  
ཏུ་མི་བཟད་ཏུས་པར་ལྟོན། །ཁྱེ་སྟོན་ཁྱེ་སྟོན་འི་དག་  
ལ། །ཐུབ་པ་སྐྱེས་མཆོག་ཐམས་ཅད་མཁྱེན། །ཤིན་ཏུ་  
ལེགས་བྱས་གཟུགས་བརྟན་ནི། །མཆོད་པའི་གནས་

འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ། །བཙུམ་ལྷན་འདིར་ནི་བྱོན་  
པ་ལེགས། །བདག་ཙག་བསོད་ནམས་སྐལ་པར་  
ལྷན། །བདག་གི་མཆོད་ཡོན་བཞེས་ནས་གུང་། །  
ཐུགས་ལ་དགོངས་ཤིང་གནང་བར་མཛོད། །དེ་ནས་བྱུས་  
གསོལ་བའི་ཐོག་མར་བྱས་ཁང་བསྐྱེད་ཅིང་སྒྲན་བརྒྱན་པ་ནི། །བྱས་གྱི་ཁང་  
པ་ཤིན་ཏུ་དྲི་ཞིམ་པ། །ཤེལ་གྱི་ས་གཞི་གསལ་ཞིང་  
འཆོར་བ་བསྟར། །རིན་ཆེན་འབར་བའི་ཀ་བ་ཡིད་འོང་  
ལྷན། །མུ་ཏིག་འོད་ཆགས་སྒྲ་བྲེ་བྲེས་པ་དེར། །དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་དང་དེ་སྤྲུལ་ལ། །རིན་ཆེན་  
བུམ་པ་མང་པོ་སྤྲོས་གྱི་ཆུས། །ཡིད་འོང་ལེགས་པར་  
བཀའ་བ་སྟུང་དང་ནི། །རྩལ་མོར་བཙས་པ་དུ་མས་བྱུས་  
བགྱེད། །བྱས་གསོལ་བ་ནི། །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་བྱས་  
བགྱེའོ། །འདི་ནི་བྱས་མཆོག་དཔལ་དང་ལྡན། །  
ཐུགས་རྗེའི་ཆུ་ནི་སྒྲན་མེད། །བྱིན་རྒྱ་བས་ཡེ་ཤེས་ཆུ་  
ཡིས་ནི། །ཅི་འདྲོད་དངོས་གྲུབ་སྤྱོལ་བར་མཛོད། །  
ཀྱལ་བའི་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་མཆོག་ལ། །ཉོན་མོངས་  
སྒྲིབ་པ་མི་མངའ་ཡང་། །མེམས་ཅན་སྒྲོ་གསུམ་  
སྒྲིབ་སྤྱང་ཕྱིར། །གཙང་མའི་ཆབ་གྱིས་བྱས་བགྱེའོ། །  
སྐྱུ་ཕྱི་བཞི། །དེ་དག་སྐྱ་ལ་མཆུངས་པ་མེད་པའི་གོས། །  
གཙང་ལ་ངྷི་རབ་བགོས་པས་སྐྱུ་ཕྱིའོ། །གོས་འབུལ་བཞི།  
དེ་ནས་དེ་ལ་ཁ་དོག་ལེགས་བསྐྱར་བའི། །ན་བབའ་  
ཤིན་ཏུ་ངྷི་ཞིམ་དམ་པ་འབུལ། །གོས་བབའ་སྤྲབ་ལ་

འཇམ་པ་སྒྲ་ཚོགས་དང་།      རྒྱུན་མཚོག་བརྒྱུ་ཕྱག་དེ་  
དང་དེ་དག་གིས།      འཕགས་པ་ཀུན་ཏུ་བབ་དང་  
འཇམ་དབྱངས་དང་།      འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱག་སོགས་  
ལའང་བརྒྱན་པར་བགྱི།      རྒྲ་ཚོགས་དབང་པོའི་གཞུ་  
ལྟར་རབ་བཀྲའིང་།      གང་ལ་རེག་ན་བདེ་བའི་རྒྱུར་  
འགྱུར་བའི།      གོས་བབ་རིན་ཆེན་བདག་སྒྲོ་སྒྲོང་སྒྲིར་  
འབུལ།      བབ་པ་དམ་པའི་གོས་ཀྱིས་བརྒྱན་པར་  
ཞོག      གྲི་མེད་མཚན་ལ་སྒྲིབ་བསལ་མི་མངའ་  
ཡང་།      དད་པས་རྩར་སྒྲིག་རྒྱལ་མཚན་ཕུལ་བ་  
ཡིས།      རྣམ་མཁའི་མཐའ་གྲས་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་  
རྣམས།      སངས་རྒྱལ་བརྟུལ་ཞུགས་མཚོག་ལ་སྒྲོང་  
པར་ཞོག      བཞུགས་སུ་གསོལ་བ་ནི།      བདག་དང་འགྲོ་ལ་

ཐུགས་བརྩེའི་ཕྱིར། ཉིད་ཀྱི་རྩ་འཁུལ་མཐུ་ཡིས་ནི། །

ཇི་སྟིང་མཆོད་པ་བདག་བགྱིད་པ། །དེ་སྟིང་བཙུམ་ལྡན་

བཞུགས་སུ་གསོལ། །དེ་ནས་ཡན་ལག་བདུན་གྱི་དང་པོ་ཕྱག་འཆལ་

བའི་ཡན་ལག་ནི། ཡིད་འོང་རྩེད་བུའི་ནང་ན་གནས་པ་ཡི། །

འཆར་ཀའི་པར་ཁ་འབུས་བྱེའང་བ། །ལག་གཉིས་

སྒྱེ་བོར་ཐལ་སྒྱུར་བསྟོད་དབྱངས་བཅས། །ལུས་

དཔག་མེད་པར་སྒྲུལ་ནས་གུས་ཕྱག་འཆལ། །སྤྲེལ་

མཉམ་མེད་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ། །དུས་གསུམ་བདེ་

གཤེགས་སྤྲུལ་བཅས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །སྒྲིག་གསུང་

ཐུགས་ཀྱི་རང་བཞིན་བྱིན་བརྒྱབས་པ། །བཀའ་རྩིན་

ཆེན་པོའི་ཞབས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །སྟོན་པ་སྤྲེལ་མེད་

སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ། །སྟོབ་པ་སྤྲེལ་མེད་དམ་ཆོས་རིན་

པོ་ཆེ།      །འདྲེན་པ་སྒྲ་མེད་དག་འདུན་རིན་པོ་ཆེ།      །

སྐྱབས་གནས་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཕྱག་འཆལ་

ལོ།      །བྱབ་བདག་དང་པོའི་སངས་རྒྱས་ཀུན་ཏུ་

བབང་།      །རྫོ་རྫོ་སེམས་དཔའ་རིགས་ལྷ་གངས་ཆེན་

མཆོ།      །ཕྱོགས་བཅུ་འཛིན་བཞུགས་དུས་གསུམ་

གཤེགས་པ་ཡི།      །རྒྱལ་བ་དགོངས་བརྒྱད་རྣམས་ལ་

སྐྱང་བ་དམ་པ་འོད་མི་འབྱུགས་པ་དང་།      །དཔའ་བོ་

འཇིགས་སྐྱོབ་གཞོན་ནུ་རོལ་པ་ཆེ།      །རྫོ་རྫོ་འཆང་དང་

དཔའ་བོ་སྐྱོབས་ལྷན་པ།      །ལྷ་ཡི་ཡུལ་བྱོན་དུག་ལ་

དང་སྤོང་བྲོས་རྒྱལ་གསེར་འོད་དམ་པ་དང་།      །བཙུ་

བའི་རྣམ་རོལ་འོད་སྐྱང་བསྐྱེས་པོའི་ཞབས།      །མདོན་

རྫོགས་རྒྱལ་པོ་ལྷ་ཀྱ་སེང་གེ་སྟེ།      །མི་ཡི་ཡུལ་བྱོན་དུག་

ལེ།      རྣམ་དག་སྐྱེ་མངའ་མཆོག་ཏུ་གཟུགས་བབང་  
བ། །ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཆོག་སེར་གྱི་ལྷན་པོ་འདྲ། །གྲགས་  
པ་འཇིག་རྟེན་གསུམ་ན་ལྷམ་མེ་བ།                      །མགོན་པོ་  
མཆོག་གྱུར་བྱོད་ལེ།      མར་མེ་མཛད་སོགས་རྒྱལ་བ་  
འདས་པ་དང་། །བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་ད་ལྟར་བཞུགས་པ་  
དང་། །བྱམས་པ་ལ་སོགས་སྤང་ནས་འབྱོན་པ་ཡི། །  
དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་རྣམས་ལེ།      སངས་རྒྱས་རྣམ་  
གཟིགས་གཙུག་ཏྲར་ཐམས་ཅད་སྐྱོབ།                      །འཁོར་བ་  
འཇིག་དང་གསེར་ཐུབ་འོད་སྤུང་དང་། །འཁྱུ་ཐུབ་པ་གོ་  
རྟེན་ལྷ་ཡི་ལྷ། །སངས་རྒྱས་དཔའ་བོ་བདུན་ལེ།      མཐུན་  
པའི་དགོ་ཆོགས་སྒྲོན་ལམ་མཛད་བྱུང་ཞིང་།      །སྦྱོད་པ་  
སྤྱད་ཆོན་ཡང་མཆེད་གྱུར་ལ།      །བསྐྱལ་བབང་གཅིག་

ལ་མཛད་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
སྟོང་ལ། མཚན་ལེགས་རིན་ཆེན་གསེར་བབྱང་ལྷ་  
ངན་མེད། ཆོས་བསྐྱབས་མཛོད་མཁྱེན་སྒྲུབ་སྒྲ་ལྷ་  
ཐུབ། རྒྱ་ཆེན་སྒྲུབ་ལམ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཡི། །  
བདེ་བར་གཤེགས་པ་བརྒྱད་ལ། མི་རྟོག་རྩི་ཐབས་  
གྱི་ཡེ་ཤེས་ནི། དམིགས་མེད་ཤེས་རབ་ཡུམ་གྱི་ངང་  
དུ་རྟོགས། བྱུགས་རྩི་བྱེ་བྱག་སྒྲ་ཆོགས་ཅིར་ཡང་  
སྟོན། རྩི་རྩི་སེམས་དཔའ་ཆེ་ལ། ཆོས་སྐྱོན་མ་  
མཁའ་བཞིན་དུ་དབྱེར་མེད་ཀྱང་། བཀུགས་སྐྱོ་འཇའ་  
ཆོན་བཞིན་དུ་སོ་སོར་གསལ། ཐབས་དང་ཤེས་རབ་  
མཆོག་ལ་མངའ་བརྟེན་པའི། རིགས་ལྷ་བདེ་བར་  
གཤེགས་ལ། ཀུན་བབྱང་རིགས་ལྷ་སེམས་དཔའ་



ཡབ་ཡུམ་དང་། བྱུང་བྱུག་སྒོ་བ་བློ་རྒྱལ་ཡབ་ཡུམ་

བཅུ་། ཁགས་ཡུལ་མ་མོ་དབང་ཕྱུག་སྒོ་སྒྲོང་

སོགས་། དམ་པ་རིགས་བརྒྱའི་ཆོགས་ལ་། ཡང་

དག་འཇམ་དཔལ་གཤེན་རྗེ་པདྨ་དབང་། རྗེ་རྗེ་གཞིན་

ལུ་སྒྲ་མེད་ཅེ་རུ་ག ཆེ་མཆོག་རིག་འཇིན་རྒྱལ་

འདུལ་བྱུག་སྒྲགས་སོགས་། བཀའ་བརྒྱད་ལྟ་ཆོགས་

རྣམས་ལ་། འདུས་པ་བདེ་དབྱེས་སྒྲུ་འཕྱུལ་བྱ་བ་

དང་། ཁགས་བཞི་སྒྲུ་ཡ་བློང་པ་གཤེན་རྗེ་འོ་གཤེད་། །

དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ལ་སོགས་སྒྲགས་རྒྱུད་ཀྱི། ཡེ་ཤེས་

ལྟ་ཆོགས་ཀུན་ལ་། གསང་སྒྲགས་རིགས་སྒྲགས་

གཟུངས་སྒྲགས་སྒྲིང་པོ་དང་། བྱུག་རྒྱའི་རིགས་

འབྱུང་ལ་སོགས་སྒྲགས་ཀྱི་སྒྲུ། ཞི་བློའི་ལྟ་ཆོགས་

རྒྱུད་སྡེ་བཞི་པོ་ལས།     །གང་གསུངས་ནམས་ལ་གུས་  
པས་ཟེ།   སྒྲ་བསམ་བརྗོད་མེད་ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན།     །  
མ་སྐྱེས་མི་འགགས་ནམ་མཁའི་ངོ་བོ་ཉིད།   །སོ་སོ་རང་  
རིག་ཡེ་ཤེས་སྤྱོད་ཡུལ་བ།     །དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་  
ཡུམ་ལ་ཟེ།   མདོ་སྡེ་དབྱངས་བསྟན་ལུང་བསྟན་ཆོག་གས་  
སུ་བཅད།   །ཆེད་བརྗོད་གྲེང་གཞི་རྟོགས་བརྗོད་དེ་ལྟར་  
བྱུང་།     །སྐྱེས་རབས་རྒྱས་དང་མེད་བྱུང་གཏན་ལ་  
དབབ།     །གསུང་རབ་ཡན་ལག་བརྩུ་གཉིས་ལ་ཟེ།  
འཇམ་དབྱངས་ཕྱག་ན་དོ་རྩེ་སྤྱན་རས་གཟིགས།   །ས་  
ཡི་སྟོང་པོ་སྒྲིབ་པ་ནམ་པར་སེལ།   །ནམ་མཁའི་སྟོང་པོ་  
བྱམས་པ་ཀུན་ཏུ་བབ་།   །ཉེ་བའི་སྤྲས་ཆེན་བརྒྱུད་ལ་ཟེ།  
སྒྲ་བསམ་ཆེན་སྤྱོད་པའི་ཚུལ་ནི་རབ་བབྱང་ནས།   །བསྐྱུ་



བ་རྣམ་བཞིས་འགྲོ་དོན་མཛད་གྱུར་པ། །རབ་དགའ་ལ་  
སོགས་ས་ལ་བཞུགས་པ་ཡི། །བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་རྣམས་ལ་། །འགྲོ་བའི་མགོན་པོ་ལྷ་གྲུ་སེང་གོ་  
ཡིས། །སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་གང་གི་ཕྱག་རྟུ་བཞག །  
གསུང་རབ་རིན་ཆེན་སྒྲོམ་གྱི་ཁ་འབྱེད་པའི། །དབྱ་  
བཅོམ་གནས་བརྟན་རྣམས་ལ་། །ཤ་རིའི་བྱ་དང་མྱོང་ལ་  
གྱི་བྱ། །ཀྱུན་དགའ་སྒྲ་གཙན་འཛིན་དང་མ་འགགས་  
པ། །གང་པོ་རབ་འབྱུར་འོད་སྟེང་ཉེ་འཁོར་སོགས། །  
ཉན་ཐོས་གངས་ལས་འདས་ལ་། །རྒྱན་ཞུགས་སྦྱིར་  
འོད་སྦྱིར་མི་འོད་ལ་སོགས། །དབྱ་བཅོམ་རིགས་གྱུར་  
སྒྲེས་བྱ་བྱང་བཞི་དང་། །ཆོགས་ན་སྦྱོད་དང་བསེ་རུ་ལྟ་  
བྱ་ཡི། །འཕགས་པ་རང་རྒྱལ་རྣམས་ལ་། །བཀྲ་ཤིས་

འབྱུང་དང་བྱུང་ཆུབ་ཆེན་པོ་དང་།      ཁོས་འཁོར་ཆོ་

འཕྱུལ་ཆེན་པོ་ལྷ་ལས་བབས།      །དབྱེན་བཟླམས་སྐྱུ་

ཆེའི་འདུ་བྱེད་བྱེན་གྱིས་བརྒྱབས།      །མྱུང་འདས་མཆོད་

ཏེན་རྣམས་ལ།      དགའ་རབ་འཇམ་དཔལ་གྱི་སེང་ཡེ་

ཤེས་མདོ།      །མཁས་པ་ཉེར་གཅིག་རིགས་ཅན་རྩ་མ་

ལྷ།      །རྒྱལ་པོ་ཇོ་དང་བདེ་བའི་འཁོར་ལོ་སོགས།      །

རིག་འཇོན་བརྒྱད་རྣམས་ལ།      རྩོམ་ཇོད་འཇམ་

དཔལ་བཤེས་གཉེན་བི་མ་ལ།      །ཕྱ་བྱ་ཉ་སྟེ་རྩ་ན་སྟེ་སྟེ་

ཏ།      །རྒྱ་གཙུག་གུ་བྱ་ཅོ་རྒྱ་དང་།      །ཤྱི་རྩོམ་གཙུག་རྣམས་ལ།

ཨི་རྩ་བྱ་ཏི་བི་རྩ་ས་ར་ཏ།      །ལོ་ཉི་ནག་པོ་པ་དང་ཇི་ལ་བྱ་

པ།      །སངས་རྒྱས་གསང་བ་སྟེ་ག་པ་རྟེ་རྟེ་སོགས།      །

དཔག་ཡས་གྲུབ་ཆེན་རྣམས་ལ།      མགོན་པོ་ལྷ་སྐྱབ་

ཡུལ་དེ་ལ་དང་། བློ་གསལ་མེད་དུ་བྱེད་གསལ་གཉིས་སྟོབས་  
གྲང་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་། ཆོས་སྦྱོང་ཡོན་ལྷན་རྒྱལ་  
གཉིས་དཔའ་བོ་སོགས་། འཇམ་གླིང་རྒྱན་མཆོག་  
རྣམས་ལ་། འཇམ་བུའི་གླིང་དུ་བསྟན་པའི་སྟོབས་ཤིང་  
བཙུག་ ཁ་བ་ཅན་དུ་ཆོས་ཀྱི་སྦྱོན་མེ་སྤར། འུར་སྦྱིག་  
འཛིན་པ་ལྷན་ཀྱི་སྤྲུལ་གཅིག་དུ། ལམ་ཁར་ཆེན་ཞི་བ་  
འཆོ་ལ་། དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཀུན་དངོས་རིགས་  
བརྒྱའི་བདག་ བློན་ལས་རྣམ་བཞིའི་འཁོར་ལོས་  
བསྐྱར་བ་པོ། ལྷང་སྦྱིང་དབང་དུ་སྦྱད་པའི་མཐུ་  
སྟོབས་ཅན། ལུང་འབྱུང་གནས་ཞབས་ལ་། བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆོས་རྒྱལ་ཆུ་ལ་འཛིན་ཅིང་། །  
གངས་ཅན་བྲོད་འདིར་གདུལ་བྱ་མ་ལུས་པ། ལྷ་

ཆོགས་ཐབས་གིས་འདུལ་བར་མཛད་པ་ཡི། བློ་སྤོང་  
ལྡེ་རུ་བཙན་ཞབས་ལ། རྣམ་སྤྱིང་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་  
རྒྱལ་མཆོག་དབྱངས། མཆོ་རྒྱལ་ཡེ་ཤེས་གཞིན་རུ་  
དཔལ་སེང་ག། འབྲོག་མི་དཔལ་ཡེ་བེ་རོ་ལ་སོགས་  
པའི། བྱུ་བ་བརྟེས་རྗེ་འབངས་རྣམས་ལ། རྒྱལ་བའི་  
བཀའ་དང་བསྟན་བཙུངས་ལ་སོགས་པ། འབྲོ་བའི་དོན་  
དུ་རྒྱལ་བཞིན་བསྐྱར་དང་སྤེལ། སངས་རྒྱས་བསྟན་  
ལ་བྱ་བ་ཆེར་མཛད་པའི། འཁོ་པར་སྤྱེས་མཆོག་རྣམས་  
ལ། རབ་འབྱུངས་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་བསྟན་པའི་སྟོག་ །  
ངེས་དོན་ལམ་བཟང་གསལ་མཛད་སོ་དང་གཞུབས། །  
སྤྱ་བའི་དབང་ལྷག་རིང་བོམ་ཆོས་བཟང་སོགས། །  
བཀའ་གཏེར་སྤྲེལ་རྣམས་ལ། བསྟན་པའི་མངའ་

བདག་ལྷ་ཀྱེ་འབྱུང་གནས་དང་།     ཉི་རུ་ཀ་དཔལ་བྱར་  
ཆུང་ཤེས་རབ་གྲགས།     གསང་བདག་དཔལ་བོ་ལྷ་ཀྱེ་  
སེང་གེ་སྟེ།     བྱར་པ་མེས་དཔོན་གསུམ་ལ་།     འཇོམ་  
གླིང་མཛོས་པའི་རྒྱན་དུག་མཆོག་གཉིས་དང་།     །  
བྱགས་རྩེ་ལུང་རྟོགས་མཉམ་པའི་མཐུ་མངའ་ཡང་།     །  
ནགས་བྲོད་དམ་པར་སྤྲས་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་ཀྱིས།     །  
འཁོར་འདས་ཆོས་སྐུར་རྩོགས་པའི་གློང་ཆེན་པ།     ཁྱི་  
མེད་འོད་ཟེར་ཞབས་ལ་།     ཉང་རལ་ཆོས་དབང་གོད་ཀྱི་  
ལྷེམ་འཕྱ་ཅན།     ཁོ་རྒྱན་སངས་རྒྱས་རྩེ་རྩེ་རུ་  
གླིང་།     བརྒྱ་ཀམ་ལས་འཕྲོ་གླིང་པ་སོགས།     ལྷུ་ལ་  
སྐུ་གཏེར་སྟོན་བརྒྱ་ཅ་ལ་།     གཞུང་ལུགས་རྒྱ་མཆོའི་  
གནས་ལ་བྱང་ཆུབ་པ།     གཡུང་སྟོན་མངའ་རིས་པཎ་

ཆེན་སྒྲོ་གྲོས་བབང་། །ཤེས་རབ་འོད་བེར་བྱང་བདག་

ཡབ་སྐུ་ས་སོགས། །བཀའ་གཏེར་སྒྲོན་མེ་རྣམས་ལ་ེ

བེ་རོ་རྩོན་བསམ་བཞིན་སྤྲོད་པའི་གར། །སྤྲ་འབྱུར་

བསྟན་པའི་མེ་རོ་གཏིང་ནས་བསྐྱངས། །གངས་ཅན་

མཁས་གྲུབ་རྒྱ་མཆོའི་འཁོར་ལོས་བསྐྱར། །རིག་

འཛིན་གཏེར་བདག་སྤྲོད་པ་ལ་ེ ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་

རྩི་རྩེ་ཐོགས་མེད་རྩལ། །འཛིག་རྟེན་མིག་གཅིག་ལོ་

ཆེན་རྣམ་གྲི། །མཁས་གྲུབ་ཆེན་པོ་སྤྲ་ཆོགས་རང་

གྲོལ་སོགས། །གསང་བསྟན་གསལ་ལ་མཛོད་རྣམས་

ལ་ེ བཀའ་བབ་བདུན་སྒྲོན་འཇམ་དབྱངས་མཁྱེན་

བརྩེའི་དབང་། །རྒྱལ་བས་ལུང་བསྟན་སྒྲོ་གྲོས་པ་

མཐའ་ཡས། །སྤྲ་བའི་སེང་གེ་མི་པམ་རྣམ་རྒྱལ་



སོགས། རྡོ་མཚར་ཤིང་རྟ་རྣམས་ལ། ཉན་རང་བྱང་  
སེམས་བྱ་སྤྱོད་རྣལ་འབྱོར་རྒྱུ། རྣལ་འབྱོར་ཆེ་དང་  
ཙམ་རྒྱ་ཙམ་ཏི་སོགས། བྲེག་པ་རིམ་དགུའི་ཆོས་ཚུལ་རྒྱ་  
མཚོ་ཡི། རྩ་བ་རྒྱུད་སྒྲུ་མ་རྣམས་ལ། སོ་ཐར་བྱང་  
སེམས་གསང་སྤྲགས་སྤྲོམ་པ་དང་། འདུལ་བ་མངོན་  
པ་མངོ་སྤྲེ་རིན་པོ་ཆེ། ལེགས་པར་གསུངས་དང་དེ་ཡི་  
དགོངས་འབྲེལ་གྱི། རྩ་བ་རྒྱུད་པའི་སྒྲུ་མ་རྣམས་ལ།  
ཙམ་ཏི་ཤ་སོགས་བཀའ་གདམས་གསར་རྩིང་དང་། །  
གོང་མ་ལྷ་སོགས་ལམ་འབྲས་བརྒྱུད་པ་དང་། མར་མི་  
དྲགས་སོགས་ཕྱག་ཆེན་ཆོས་དྲུག་དང་། རིན་ཆེན་  
བདུན་སོགས་ཤངས་ཆོས་འཛིན་རྣམས་དང་། རྡོ་ཞལ་  
ལ་སོགས་དུས་གྱི་འཁོར་ལོ་དང་། རྡུང་པ་མ་གཅིག་

ལ་སོགས་ནི་གཙོད་སྟོལ།    །གངས་ཅན་རིས་མེད་རྒྱལ་  
བསྟན་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི།    །བརྒྱད་པའི་བླ་མ་རྣམས་ལ་  
འགྲོ་ལ་ཕན་བདེ་མ་ལུས་འབྱུང་བའི་གཞི།    །བདེ་  
གཤེགས་བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་པ་དང་།    །འཛིན་  
དང་སྟེལ་དང་བསྐྱུང་དང་རྒྱས་མཛད་པའི།    །སྦྱེས་བྱ་  
དམ་པ་རྣམས་ལ་  
དམ་པ་ནས།    །མངོན་ཤེས་རྩ་འཁྱུལ་མངའ་བའི་  
བྱུགས་རྩེ་ཡིས།    །སྦྱབ་པ་པོ་ལ་མ་ཡིས་བྱ་བཞིན་  
སྟོང་།    །གནས་གསུམ་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་ལ་བྱུག་  
འཆལ་ལོ།    །གང་གི་འཁྱུལ་དང་མངོན་པར་མཁྱེན་  
པའི་དཔལ།    །ཉེ་བར་དགོངས་ནས་བྱབ་པའི་བཀའ་  
བཞིན་དུ།    །བསྟན་པ་རིན་ཆེན་བང་མཛོད་ལེགས་སྟོང་



བའི། རྫོང་རྫོང་ཆོས་སྐྱོང་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །  
གང་སྤོན་སྤོན་པ་རྒྱ་མཚོའི་དགེ་བསགས་པས། ཆོ་  
དང་ལོར་དང་མཐུ་ཡི་དཔལ་བརྟེས་ཤིང་། སྐྱབ་པ་པོ་  
ལ་དབྱིག་གི་ཆར་འབེབས་པའི། གཞོན་སྤོན་ལོར་སྐྱོང་  
རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ཆངས་པ་བརྒྱ་བྱིན་ལ་  
སོགས་སྤོགས་སྐྱོང་བཅུ། རྒྱལ་ཆེན་བཞི་སོགས་  
གཙང་རིས་མགོན་པོ་སྟེ། བསྟན་པ་བསྐྱེད་བར་ཞལ་  
བཞེས་འཕགས་པའི་ཆོགས། དཀར་སྤོགས་སྐྱོང་བ་  
རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ཞེས་དང་། གཞན་ཡང་། རི་སྟོང་  
སུ་དག་སྤོགས་བཅུའི་འཛིག་རྟེན་ན། ཞེས་སོགས་ནས།  
བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བསྟོད། །  
ཅས་པའི་བར་པོ། གཉིས་པ་མཚོད་པའི་ཡན་ལག་ནི། རིན་ཆེན་

སེམས་དེ་བབྱང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར། །དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པ་རྣམས་དང་དམ་པའི་ཆོས། །དགོན་མཆོག་གི་མ་  
མེད་དང་སངས་རྒྱས་སྤྱུས། །ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་རྣམས་  
ལ་ལེགས་པར་མཆོད། །མེ་ཏྲག་འབྲས་བུ་ཇི་སྟེད་ཡོད་  
པ་དང་། །སྤྲོན་གྱི་རྣམ་པ་གང་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། །  
འཇིག་རྟེན་རིན་ཆེན་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་དང་། །རྒྱ་གཙང་  
ཡོད་དུ་འོང་བ་ཅི་ཡོད་དང་། །རིན་ཆེན་རི་བོ་དང་ནི་དེ་  
བཞིན་དུ། །ནགས་ཚལ་ས་ཕྱོགས་དབེན་ཞིང་ཉམས་  
དགའ་དང་། །སྤྱོན་ཤིང་མེ་ཏྲག་རྒྱན་སྤྱུས་སྤྱུད་པ་  
དང་། །ཤིང་གང་འབྲས་བུ་བབྱང་ཡལ་ག་དུད་པ་དང་། །  
སྤྱ་སོགས་འཇིག་རྟེན་ན་ཡང་གི་དང་ནི། །སྤྱོས་དང་  
དཔག་བསམ་ཤིང་དང་རིན་ཆེན་ཤིང་། །མ་ཕྱོས་

འབྲུངས་པའི་ལོ་ཏྲ་ག་རྣམ་པ་དང་། །གཞན་ཡང་མཆོད་  
པར་འོས་པའི་རྒྱན་རྣམས་ནི། །མཆོ་དང་རྩིང་བུ་པརྩས་  
བརྒྱན་པ་དག །ངང་པ་ཤིན་ཏུ་སྐད་སྒྲན་ཡིད་འོང་  
ལྡན། །རྣམ་མཁའ་རབ་འབྱམས་ཁམས་ཀྱི་མཐས་  
གཏུགས་པ། །ཡོངས་སུ་བབྱང་བ་མེད་པ་དེ་དག་  
ཀུན། །སློ་ཡིས་སྤངས་ནས་བྱུང་པ་སྦྱེས་ཀྱི་མཆོག །  
སྤྲས་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་ལེགས་འབྱལ་ན། །ཡོན་  
གནས་དམ་པ་བྱུགས་རྗེ་ཆེ་རྣམས་ཀྱིས། །བདག་ལ་  
བརྩེར་དགོངས་བདག་གི་འདི་དག་བཞེས། །བདག་ནི་  
བསོད་ནམས་མི་ལྡན་བཤེན་ཆེན་ཏེ། །མཆོད་པའི་ནོར་  
གཞན་བདག་ལ་ཅང་མ་མཆིས། །དེས་ན་གཞན་དོན་  
དགོངས་པའི་མགོན་གྱིས་འདི། །བདག་གི་དོན་སྤྲད་

ཉིད་ཀྱི་མཐུས་བཞེས་ཤིག།      རྒྱལ་དང་དེ་སྤྲུལ་རྣམས་  
ལ་བདག་གིས་ནི།      །བདག་གི་ལུས་ཀུན་གཏན་དུ་  
དབུལ་བར་བགྱི།      །སེམས་དཔའ་མཆོག་རྣམས་  
བདག་ནི་ཡོངས་བཞེས་ཤིག།      །གྲུས་པས་བྱེད་ཀྱི་  
འབངས་སུ་མཆི་བར་བགྱི།      །བདག་ནི་བྱེད་ཀྱིས་  
ཡོངས་སུ་བབྱུང་བས་ན།      །སྤྱིད་ལ་མི་འཛིགས་སེམས་  
ཅན་ཕན་པར་བགྱིད།      །སྤྱོན་གྱི་སྤྲིག་ལས་ཡང་དག་  
འདའ་བགྱིད་ཅིང་།      །སྤྲིག་པ་གཞན་ཡང་སྤྲོན་ཆད་མི་  
བགྱིད་དོ།      །སྤྱོད་གསུམ་ཀུན་ཏུ་བྱི་དང་ལྡང་བ་ཡི།      །བྱི་  
མཆོག་རྣམས་ཀྱིས་བྱུབ་དབང་རྣམས་ཀྱི་སྐྱ།      །གསེར་  
སྐྱངས་བཙོ་མ་བྱི་དོར་བྱས་པ་ལྟར།      །འོད་ཆགས་  
འབར་བ་དེ་དག་བྱུགས་པར་བགྱི།      །བྱུབ་དབང་མཆོད་

གནས་མཆོག་ལ་ཡིད་འོང་བའི། མེ་ཏྲི་ག་མརྒྱ་ར་དང་  
པརྒྱ་དང་། རྒྱུ་ལ་ལ་སོགས་ཏི་ཞིམ་ཐམས་ཅད་  
དང་། རྩེད་བ་སྤེལ་ལེགས་ཡིད་འོང་རྣམས་ཀྱིས་  
མཆོད། སྤྲོས་མཆོག་ཡིད་འཕྲོག་ཏི་དང་བྱུ་བ་པ་  
ཡི། བདུག་པའི་སྤྲོན་ཆོགས་རྣམས་ཀྱང་དེ་ལ་  
དབུལ། ཞལ་བས་བབའ་བརྟུང་སྤྲོ་ཆོགས་བཅས་པ་  
ཡི། རྩ་བའོས་རྣམས་ཀྱང་དེ་ལ་དབུལ་བར་བགྱི། །  
གསེར་གྱི་པརྒྱ་ཆར་དུ་དངར་བ་ཡི། རིན་ཆེན་སྤྲོན་མེ་  
རྣམས་ཀྱང་དབུལ་བར་བགྱི། ལ་གཞི་བསྟར་བ་སྤྲོས་  
ཀྱིས་བྱུགས་པ་དེར། མེ་ཏྲི་ག་ཡིད་འོང་སིལ་མ་དབྱམ་  
པར་བྱ། ལཱལ་མེད་ཕོ་བྲང་བསྟོད་དབྱངས་ཡིད་འོང་  
ལྡན། རྒྱ་ཏྲི་ག་རིན་ཆེན་རྒྱན་འཕྱང་མཛེས་འབར་

བཏོན། །དཔག་ཡས་ནམ་མཁའི་རྒྱ་ཁྱུང་དེ་དག་

ཁྱུང་། །ཐུགས་རྗེའི་རང་བཞིན་ཅན་ལ་དབུལ་བར་

བསྐྱེད། །རིན་ཆེན་གདུགས་མཛེས་གསེར་གྱི་ཡུ་བ་

ཅན། །ཁོར་ཡུག་རྒྱ་གྱི་རྣམ་པ་ཡིད་འོང་ལྡན། །

དབྱིབས་ལེགས་ལྟ་ན་སྐྱུག་པ་སྦྱང་བ་ཡང་། །ཉིག་ཏུ་

ཐུབ་དབང་རྣམས་ལ་དབུལ་བར་བསྐྱེད། །དེ་ལས་

གཞན་ཡང་མཆོད་པའི་ཆོགས། །རིལ་མོ་དབྱངས་

སྒྲན་ཡིད་འོང་ལྡན། །སེམས་ཅན་སྐྱུག་བསྐྱེད་སེམས་

བྱེད་པའི། །སྤྱིན་རྣམས་སོ་སོར་གནས་ཁྱུང་ཅིག །

དམ་ཆོས་དགོན་མཆོག་ཐམས་ཅད་དང་། །མཆོད་རྟེན་

རྣམས་དང་སྐྱུ་གཟུགས་ལ། །རིན་ཆེན་མོ་ཉིག་ལ་

སོགས་ཆར། །རྒྱ་མི་ཆད་པར་འབབས་པར་ཤོག །



དི་ལྟར་འཇམ་དབྱངས་ལ་སོགས་པས།      རྒྱལ་བ་  
རྣམས་ལ་མཆོད་མཛོད་པ།      དེ་བཞིན་བདག་གིས་དེ་  
བཞིན་གཤེགས།      མགོན་པོ་སྤྲུལ་དང་བཅས་རྣམས་  
མཆོད།      ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོ་རྣམས་ལ་བདག་      བསྟོད་  
དབྱངས་ཡན་ལག་རྒྱ་མཆོས་བསྟོད།      བསྟོད་དབྱངས་  
སྒྲིན་སྒྲིན་དེ་དག་ལ།      དེས་པར་ཀུན་ཏུ་འབྱུང་གྱུར་  
ཅིག      དེ་ནས། མེ་ཏོག་དམ་པ་སྤེང་བ་དམ་པ་དང་།      ཞེས་  
པ་ནས།      རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་ཕྱག་འཆའ་མཆོད་པར་བགྱི།      །  
ཞེས་པའི་བར་རོ།      དེ་ནས་མཆུལ་འབུལ་བཞི།      ཨོྃ་བཏྲ་བྱ་མི་ཨྲཱུཾ་ཧྲཱི།  
གཞི་ཡོངས་སུ་དག་པ་དབང་ཆེན་གསེར་གྱི་ས་གཞི།  
ཨོྃ་བཏྲ་རེ་ཁེ་ཨྲཱུཾ་ཧྲཱི།      ཕྱི་ལྷགས་རི་ཁོར་ཡུག་གིས་  
བསྐྱོར་བའི་དབུས་སུ་ཧྲཱི།      རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ།      ཤར་

ལུས་འཕགས་པོ། ལྷོ་ཇམ་བུ་གླིང་། རུབ་བ་ལང་སྤྱོད།  
བྱང་སྒྲུ་མི་སྒྲན། ལུས་དང་ལུས་འཕགས། ར་ཡབ་  
དང་ར་ཡབ་གཞན། གཡོ་ལྡན་དང་ལམ་མཆོག་འགྲོ།  
སྒྲུ་མི་སྒྲན་དང་སྒྲུ་མི་སྒྲན་གྱི་ཟླ། རིན་པོ་ཆེའི་རི་བོ།  
དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་། འདྲོད་འཇོའི་བ། མ་ལྷོས་པའི་  
ལོ་རྟོག འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ། རོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ།  
བཅུན་མོ་རིན་པོ་ཆེ། སྒྲོན་པོ་རིན་པོ་ཆེ། སྤང་པོ་རིན་  
པོ་ཆེ། ཏྲ་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ། དཔག་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ།  
གཏེར་ཆེན་པོའི་བུམ་པ། སྒླེག་པ་མ། སྤོང་བ་མ། སྤྱུ་  
མ། གར་མ། མོ་རྟོག་མ། བདུག་སྤྱོས་མ། སྤྲང་  
གསལ་མ། རྩི་ཆབ་མ། ཉི་མ། ཟླ་བ། རིན་པོ་ཆེའི་  
གདུགས། སྤྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་



མཚན། ལྟ་དང་མིའི་དཔལ་འབྱོར་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་  
མ་ཚང་བ་མེད་པ་འདི་ཉིད་རྩ་བ་དང་བརྒྱད་པར་བཅས་  
པའི་དཔལ་ལྡན་སྤྲ་མ་དམ་པ་རྣམས་དང་ཡི་དམ་དགྲིལ་  
འཁོར་གྱི་ལྟ་ཚོགས་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའི་ཚོགས་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་དབུལ་བར་  
བགྱིའོ། ། བྱུགས་རྗེས་འབྲོ་བའི་དོན་དུ་བཞེས་སུ་  
གསོལ། ། བཞེས་ནས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། །  
ས་གཞི་སྤྲོས་གྱིས་བྱུགས་ཤིང་མེ་ཏོག་བཀྲམ། ། རི་  
རབ་གླིང་བཞི་ཉི་ལྔས་བརྒྱན་པ་འདི། ། སངས་རྒྱས་ཞིང་  
དུ་དམིགས་ཏེ་ཕུལ་བ་ཡིས། ། འབྲོ་ཀུན་རྣམ་དག་ཞིང་  
ལ་སྤྱོད་པར་ཤོག། ། ཨི་དྲི་རྩུ་མཐུ་ལ་ཀའི་རྩུ་ཏ་ཡུ་མི།  
གསུམ་པ་སྒྲིག་པ་ལག་གས་པའི་ཡན་ལག་ནི། ། སྤྲ་མ་རྗེ་རྗེ་འཛིན་པ་

ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་ཕྱོགས་བརྒྱ་ན་བཞུགས་པའི་  
སངས་རྒྱལ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་  
བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ།      །བདག་མིང་འདི་ནིས་  
བགྱི་བས་ཆོ་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མ་མཆིས་པ་ནས། ད་ལྟ་  
ལ་ཐུག་གི་བར་དུ་ཉོན་མོངས་པ་འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་  
སྡང་དང་། གཏི་མུག་གི་དབང་གིས་ལྷས་ངག་ཡིད་  
གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་སྡིག་པ་མི་དགོ་བ་བརྒྱ་བགྱིས་པ་  
དང་། མཆོམས་མེད་པ་ལྟ་བགྱིས་པ་དང་། དེ་དང་ཉེ་  
བ་ལྟ་བགྱིས་པ་དང་།      སོ་སོར་ཐར་པའི་སྡོམ་པ་དང་  
འགལ་བ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པ་དང་  
འགལ་བ་དང་།      གསང་སྤྲགས་གྱི་དམ་ཆོག་དང་  
འགལ་བ་དང་། ས་དང་མ་ལ་མ་གུས་པ་དང་། མཁན་

པོ་དང་སྟོབ་དཔོན་ལ་མ་གུས་པ་དང་། གྲོགས་ཚངས་  
པ་མཚུངས་པར་སྟོད་པ་རྣམས་ལ་མ་གུས་པ་དང་།  
དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་གཞོད་པའི་ལས་བགྱིས་པ་  
དང་། དམ་པའི་ཆོས་སྤངས་པ་དང་། འཕགས་པའི་  
དགོ་འདུན་ལ་སྐྱར་པ་བཏབ་པ་དང་། སེམས་ཅན་ལ་  
གཞོད་པའི་ལས་བགྱིས་པ་ལ་སོགས་པ་སྟོག་པ་མི་དགོ་  
བའི་ཆོགས་བདག་གིས་བགྱིས་པ་དང་། བགྱིད་དུ་  
སྐྱུལ་བ་དང་། གཞན་གྱིས་བགྱིས་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་  
རང་བ་ལ་སོགས་པ་མདོར་ན་མཐོ་རིས་དང་ཐར་པའི་  
གོགས་སུ་གྱུར་ཅིང་། འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་རྒྱར་  
གྱུར་པའི་ཉེས་ལྟར་གི་ཆོགས་ཅི་མཆིས་པ་ཐམས་ཅད་སྒྲ་  
མ་རྩེ་རྩེ་འཛིན་པ་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་སྟོགས་བཅུ་ན་

བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱན་དྲུང་མཐོལ་ལོ་བཤགས་སོ། །མི་  
འཆབ་བོ། མི་སྤེད་དོ། །ཕྱིན་ཆད་སྡོམ་པར་བབྱིད་  
ལགས་སོ། །མཐོལ་ཞིང་བཤགས་ན་བདག་བདེ་བ་ལ་  
རེག་པར་གནས་པར་འགྱུར་གྱི། མ་མཐོལ་མ་  
བཤགས་ན་ནི་མི་འགྱུར་རོ། །འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་  
གཏི་མུག་དབང་གིས་ནི། །ཞེས་སོགས་སོ། །བཞི་པ་དགོ་བ་ལ་  
རྗེས་སྤྱི་ཡི་རང་བལ་སོགས་པ་ཡན་ལག་སྤྱི་མ་བཞི་ནི། རྟོགས་བརྩུའི་  
རྒྱལ་བ་ཀུན་དང་སངས་རྒྱས་སྤྱལ། །ཞེས་པ་ནས། ཐམས་  
ཅད་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་སྤྱིར་བསྡོམ་རོ། །ཞེས་པའི་བར་རོ། །  
དེ་ནས་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཆོ་ག་ནི། སྤྱིར་བ་ཡན་ལག་བདུན་  
པ་རྒྱས་བསྐྱེས་གང་རུང་སྡོན་དུ་སོང་བའི་རྗེས་སྤྱི། དངོས་གཞི་ནི། རྟོགས་

བརྩ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་བཙེམ་ལྡན་འདས་  
ཐམས་ཅད་དང་།      ས་བརྩ་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་དང་།    སྤྲུལ་རྩི་རྩི་འཛིན་པ་  
ཆེན་པོ་རྣམས་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ།    ཞེས་དང་།  
བྱང་ཆུབ་སྣང་པོར་མཆིས་ཀྱི་བར།      །སངས་རྒྱས་  
རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི།    ཆོས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་ཡི།    ཆོགས་ལའང་དེ་བཞིན་སྐྱབས་སུ་མཆི།    །  
ཞེས་ལན་གསུམ་གྱིས་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་སྟོན་དུ་བཏང་ནས།    ཇི་ལྟར་སྟོན་  
གྱི་བདེ་གཤེགས་ཀྱིས།    །བྱང་ཆུབ་ཐུགས་ནི་བསྐྱེད་པ་  
དང་།    །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པ་ལ།    །དེ་དག་  
རིམ་བཞིན་གནས་པ་ལྟར།    །དེ་བཞིན་འགྲོ་ལ་ཕན་དོན་  
དུ།    །བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་བསྐྱེད་བགྱིའིང་།    །དེ་བཞིན་

དུ་ནི་བསྐྱབ་ལའང་།      འིམ་པ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་

བགྱི།    །ཞེས་ལན་གསུམ་གྱིས་སེམས་བསྐྱེད་བླངས་ལ།    མཇུག་ཏུ་དགའ་

བ་བསྐྱེམ་པ་ནི།    དེང་དུས་བདག་ཆེ་འབྲས་བུ་ཡིད།    །མི་ཡི་

སྤིང་པ་ལེགས་པར་ཐོབ།    །དེ་རིང་སངས་རྒྱས་རིགས་

སུ་སྐྱེས།    །སངས་རྒྱས་སྤྲས་སུ་ད་བྱུར་ཏོ།    །དེ་

བདག་གིས་ཅི་ནས་ཀྱང་།    །རིགས་དང་མཐུན་པའི་

ལས་བརྩམས་ཏེ།    །སྐྱོན་མེད་བཙུན་པའི་རིགས་འདི་

ལ།    །ཞོག་པར་མི་འབྱུར་དེ་ལྟར་བྱ།    །ལོང་བས་ཕྱག་

དར་ཕུང་པོ་ལས།    །ཁི་ལྟར་རིན་ཆེན་རྟེན་པ་ལྟར།    །དེ་

བཞིན་ངེ་ཞིག་ལྟར་ལྟས་ན།    །བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་བདག་

ལ་སྐྱེས།    །ཞེས་དང་།    །བདག་གིས་དེ་རིང་སྐྱོབ་པ་ཐམས་

ཅད་ཀྱི།    །སྐྱུན་སྤར་འགྲོ་བ་བདེ་གཤེགས་ཉིད་དང་



ནི། བར་དུ་བདེ་ལ་མགོན་དུ་བོས་བེན་གྱིས། ལྷ་  
དང་ལྷ་མིན་ལ་སོགས་དགའ་བར་གྱིས། བྱང་ཆུབ་  
སེམས་ནི་རིན་པོ་ཆེ། ལ་སྐྱེས་པ་རྣམས་སྐྱེ་གྱུར་  
ཅིག སྐྱེས་པ་རྣམས་པ་མེད་པ་དང་། གོང་ནས་གོང་  
དུ་འཕེལ་བར་ཤོག བྱང་ཆུབ་སེམས་དང་མི་འབྲལ་  
ཞིང་། བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་ལ་གཞིལ་བ་དང་། ལངས་  
རྒྱས་རྣམས་གྱིས་ཡོངས་བབྱང་ཞིང་། བདུད་གྱི་ལས་  
རྣམས་སྤྱོད་བར་ཤོག བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་  
གྱིས་ནི། འགྲོ་དོན་ཐུགས་ལ་དགོངས་འགྲུབ་ཤོག །  
མགོན་པོ་ཡིས་ནི་གང་དགོངས་པ། སེམས་ཅན་  
རྣམས་ལ་དེ་འབྱུང་ཤོག སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་  
དང་ལྷན་གྱུར་ཅིག འཇན་འགྲོ་ཐམས་ཅད་རྟག་ཏུ་

སྟོངས་པར་ཤོག  
སར་བཞུགས་པ།  
པར་ཤོག། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གང་དག་  
དེ་དག་ཀུན་གྱི་སྟོན་ལམ་འགྲུབ་



༥ སྟོན་པ་བྱུང་པའི་དབང་པོའི་མཛད་པ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་ཅུང་བསྟོད་

པ་དང་སྟོན་རྒྱ་མཆོའི་རྒྱབས་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ།      ཨོ་སྤ་སྟེ།      དཔག་

ཡས་རྣམ་ཐར་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་མངའ་བས།      །རྒྱ་ཆེན་

མཛད་པ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོའི་དབྱངས།      །རབ་འབྱུངས་

ཞིང་ཀུན་འགོངས་པར་སྟོན་སྟོགས་པ།      །བྱུང་དབང་

བྱོད་ཞབས་པརྟོར་གྲུ་ཕྱག་འཆལ།      །མཛད་བྱུང་བསྐྱལ་

པ་བྱངས་མེད་གསུམ་གྱི་བར།      །བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་

ཆོག་པ་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་ནས།      །མུ་མེད་རྒྱལ་བ་

གཞན་གྱིས་ཡོངས་སྤངས་པའི།      །གདུལ་དགའི་ཞིང་

འདི་བཟུང་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །དམ་པ་ཏོག་གྱུར་

དགའ་ལྡན་གནས་མཆོག་ཏུ།      །རང་གི་ཅོད་པན་མ་ཕམ་

དབྱར་བཅིངས་ཏེ།      །ངོ་མཚར་གཟིགས་པ་ཆེན་པོ་རྣམ་

པ་ལྟམ།      རང་མ་སྒྲིང་མགོན་དུ་གཤེགས་ལ་ཕྱག་  
འཆལ་ལོ།      རྒྱལ་པོའི་ཁབ་གྱི་ཕོ་བྲང་ཉམས་དགའ་  
བར།      རྒྱུ་འཕུལ་ལྟ་མོ་རྒྱུ་མའི་ཁང་བབང་ཆེར།      །  
ཡིད་འོང་སྤང་ཆེན་ཐལ་དཀར་མཛེས་ལྡན་གྱི།      རྣམ་  
པས་ལྟམས་སུ་ཞུགས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      རྟམ་སྒྲིའི་  
ཆལ་དུ་རྒྱུ་འཕུལ་ལྟས་བབང་བཅས།      བལྟམས་མ་  
ཐག་ཏུ་ཆངས་སོགས་ཆེ་རྒྱས་མཆོད།      མཆུངས་ཐལ་  
མི་ཡི་སེང་གེར་ཞལ་གྱིས་བཞེས།      རྟམ་ཡི་རྟམ་རུ་གྱུར་  
ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      བཞེན་རུའི་རོལ་ཕྱེད་བཟོ་གནས་  
སྒྲུ་རྩལ་སོགས།      ཀླན་ལས་མཆོག་གྱུར་ངོ་མཆར་  
སྟོབས་བྱུང་གྱིས།      རྩེགས་ལྡན་སྒྲུ་བོའི་འབྲན་ལྷ་མ་  
ལུས་པའི།      ཁེངས་པ་ཡུད་གྱིས་བཅོམ་ལ་ཕྱག་འཆལ་

ལོ།    |ཐབས་མཁས་མཛད་པ་འཛིག་རྟེན་ཆོས་མཐུན་  
ཕྱིར།    |བྲག་ས་འཛིན་མ་སོགས་བཙུན་མེའི་འཁོར་དང་  
བཅས།    |ཡུན་ཆོག་ས་འདོད་ཡོན་དཔལ་ལ་རོལ་བཞིན་  
དུ།    |ཤྲ་ཀྱའི་རྒྱལ་སྤིང་བསྐྱངས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།    |  
ངེས་འབྱུང་རྒྱུན་གྱིས་འཁོར་བར་བྱག་ས་བྱུང་སྟེ།    |ཁབ་  
ནས་ཡོངས་གཤེགས་མཆོད་རྟེན་རྣམ་དག་དུང་།    |  
དབུ་སྐྱ་བྲེགས་ཤིང་ལྷས་ཕུལ་དུར་སྐྱིག་གསོལ།    |  
མངོན་པར་རབ་ཏུ་བྱུང་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།    |ཀྱི་རྩུ་  
ནར་མཁའ་བྱབ་ཏིང་འཛིན་ལ།    |ལོ་དྲུག་མཉམ་པར་  
བཞག་པས་བསམ་གཏན་བརྟེས།    |དཀའ་བྱབ་ལས་  
བཞེངས་ལེགས་སྐྱེས་བསྐྱེན་བཀུར་བཞེས།    |བཙོ་  
སྐྱངས་གཟི་བརྗེད་འབར་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།    |བྱང་རྒྱབ་

སྒྲིང་པོར་གཤེགས་བཞེད་རྩ་འཛོང་མཁན།      །བཟ་  
ཤིས་ལྡན་ལས་ཀྱི་ཤེས་བཞེས་ཏེ།      །རྫོང་ཤི་གདན་  
བྱི་ཤིང་དུང་ལེགས་བཟུམ་པར།      །སྒྲིལ་གྱུང་དམ་  
བཅའ་བརྟན་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །དཔའ་བོ་མངོན་བྱང་  
ཆུབ་ལ་བདུད་སྒྲེའི་དཔུང་།      །མ་བཟོད་ཕྱག་དོག་སྦྱར་  
བས་ཐོ་བརྩམས་པར།      །མི་གཡོ་བྱམས་ཆེན་ཏིང་  
འཛིན་དགོངས་པས་བརྟུལ།      །སྒྲིང་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་  
ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །གང་ཆེ་སྤྲེའི་ཡེ་ཤེས་ལེགས་  
བསྐྱུན་པས།      །ཞི་བ་མཆོག་གི་བདུད་རྩི་ཡོངས་བརྩེས་  
ཏེ།      །མངོན་པར་སངས་རྒྱས་ས་ཆེན་རབ་རྟུ་གཡོས།      །  
ཁམས་གསུམ་སྤང་བས་བྱབ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །  
གདུལ་བྱའི་དོན་སྤྲད་ཆངས་དབང་གསོལ་བཏབ་

བཞིན།                      །གནང་བའི་སྐབས་ཕྱིས་ལ་ར་རྒྱ་སྒྲིང་  
གཤེགས།                    །ལྷ་སྒྲེ་གཙོ་གྱུར་བརྒྱད་ཁྲི་ལྟའི་འདུས་  
པར།                    །བདེན་བཞིའི་ཆོས་ཆར་ཕབ་ལ་ཕྱག་འཆལ་  
ལོ།    །ཡུལ་གྱུང་ཕྱིན་ལས་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པས།    །  
སྒྲེ་འགྲོ་ཇི་སྒྲེད་ཞི་བའི་སར་བཞག་ནས།                    །རྩ་མཆོག་  
གྲོང་དུ་གདུལ་གྱའི་མཐའ་གཟིགས་ཏེ།    །སྤྱང་ན་འདའ་  
ཚུལ་བསྟན་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།    །མདོར་ན་སྤྱིད་འདྲིར་  
ཕན་དང་བདེ་བ་ཡི།    །དག་ལེགས་དངོས་པོ་གང་ཞིག་  
མཆིས་པ་ཀུན།    །སྟོན་མཆོག་རིན་ཆེན་བྱོད་ཀྱི་མཐུའོ་  
ནར།    །བཙུངས་མིན་ངེས་པ་རྟོག་པས་ཕྱག་འཆལ་ལོ།    །  
བདག་སྟོང་དང་བས་ཆ་ཙམ་བསྟོད་པ་ལས།                    །ཡོངས་  
སྤྱིན་བསོད་ནམས་གང་ངེས་འགྲོ་བ་ཀུན།                    །སྤྲངས་

རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་དོན་གཉིས་ལྷན་བྲུང་། ། རྒྱུ་  
 སེང་གོ་བློད་དང་མཚུངས་པར་ཤོག། །སངས་རྒྱས་རིན་  
 ཆེན་ཉི་མ་ལས་བྱུང་བའི། །དམ་ཆོས་རིན་ཆེན་སྨྲ་  
 བའི་འཇུག་ཟེར་གྱིས། །ཆོག་ས་མཆོག་རིན་ཆེན་པད་  
 ཚལ་རབ་བཞད་ནས། །ས་གསུམ་བཀྲ་ཤིས་དཔལ་  
 གྱིས་མཛེས་གྱུར་ཅིག། །ཅིས་པའང་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་བླགས་རྩེ་  
 ཅན་གྱི་ངོ་མཚར་བའི་མཛད་པའི་ཚུལ་ལ་རྒྱུ་མཚན་ཤེས་པའི་མོས་པ་བརྟན་པོ་ཐོབ་  
 པ་ལས། དང་ལོ་ཉིར་བརྒྱད་དུ་སོན་པ་ལྷགས་མོ་ལྷག་གི་ལོ་རྒྱུ་སྟོད་ལྗེ་བའི་ཡར་  
 ཆོས་རྒྱལ་བ་ལྷམས་སུ་ཞུགས་པའི་དུས་བབ་དེ་ལ་ལྷ་ལྷན་ར་ས་འཕྲུལ་སྨྲ་གི་  
 གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་པོར་མཐོང་གོལ་ངོ་བོ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་སྒྱུན་སྒྲར་བསོད་  
 ནམས་ཀྱི་ཆོག་ས་ཆེན་ཀུན་ཏུ་བབ་པའི་མཆོད་སྤྱོད་ཏུ་སྤྱོད་ཏེ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་  
 ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་གོ་ཆ་ཡང་དག་པར་བགོས་པའི་ཆོ་མཆོག་ཏུ་བཀའ་ངོན་



དུན་པས་ཡིད་བསྐྱལ་ཏེ་ལྷ་ཀྱའི་དགོ་བསྟེན་བྱིམ་ན་གནས་པ་འཇིགས་བྲལ་ཡེ་  
ཤེས་རྩི་རྩི་དགོ་ལེགས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྡེས་སྟོང་ནས་གུས་པ་ཆེན་པོས་  
གསོལ་བ་བཏབ་པ་སྟེ། འདིས་ཀྱང་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་  
བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་དང་མི་འབྲལ་ཞིང་བསྟན་པའི་སྟོང་པོ་ཡུན་དུ་གནས་པའི་  
རྒྱུར་རྒྱུར་ཅིག །།



༥ དགའ་བ་བརྒྱུ་ལྟན་འཛི་མེད་གོང་ཁྱེར་ནས། བྱང་

ཆུབ་སེམས་ཀྱི་དམ་པ་ཏོག་དཀར་པོ། །ཤྲུའི་རིགས་

ཀྱི་ཐིག་ལེར་འཛིན་པའི་སྣོད། །སྐྱུ་འཕྱུལ་ལྟ་མོ་རི་

དྲགས་མིག་ཅན་ཡིན། །འོད་སྣོད་ཤར་གྱི་རི་ལ་ཆས་པ་

བཞིན། །ལྷུ་མས་ཀྱི་གོ་སར་བཞད་པ་ལྟ་སྤྱིའི་ཆལ། །

ཆངས་དང་དབང་པོས་སྤྱི་ཞུས་མཛེས་བྱས་ཤིང་། །

བྱང་ཆུབ་རིགས་སུ་ལུང་བསྟན་ལ་ཕྱག་འཆལ། །ལང་

ཆོས་དྲེགས་པའི་ཤྲུ་གཞོན་ནུའི་དབུས། །སྐྱུ་རྩ་ལ་

དྲག་རྩ་རྩ་བཞིའི་རིལ་ཅེད་མཐུ། །ཀྱན་གྱིས་བྱོང་ལ་

བཏུད་ཅིང་གྲགས་པ་ཡིས། །སྐྱེད་གྱུའི་རྣམ་ཤེས་མིག་

དང་རྣ་བར་ཚོགས། །འདོད་སྤྱོད་ཞགས་པས་གཞན་

དབང་མ་གྱུར་བཞིན། །ཡལ་གཅིག་དབྱེས་སྤྲད་བཙུན་

མེའི་སྐྱ་མ་ལ།    སྐྱ་མའི་ལྟ་བས་བལྟས་ནས་རྒྱལ་པོའི་  
ཁབ།    བསྐྱངས་པས་དོན་ཀུན་གྲུབ་པ་ལ་ཕྱག་  
འཆ་ལ།    ཤེན་ཏུ་གཡེའི་ང་འཇིགས་པ་རྒྱལ་སྤིང་  
ཀྱི།    ལྷགས་ཀྱི་དབང་དུ་མ་གྱུར་འགའ་མེད་ཀྱང་།  
     ཇིས་པར་འབྱུང་བའི་རྒྱུན་བཞིས་སྤོང་གི་ཐུགས།    །  
འཕྲོགས་ནས་རང་བྱུང་དག་སྤོང་ཉིད་དུ་བསྟན།    །  
བརྩོན་འགྲུས་སྒྲབས་གིས་མི་དལ་ནི་རྩུར།    ཇུག་ཀྱང་  
ཐུབ་གདུང་བ་བཟོད་པའི་སྤྲིང་སྤྲོབས་དང་།    ཀུན་རྟོག་  
འདུལ་བ་འཇོན་པའི་བསམ་གཏན་ལ།    རྒྱུགས་བཅུའི་  
བདེ་གཤེགས་དགྲེས་ལ་ཕྱག་འཆ་ལོ།    བྲངས་མེད་  
གསུམ་གྱི་སྤིང་དུ་རྣམ་རིག་ཀུན།    རྩོགས་གཉིས་ཐ་  
གུས་བཅིངས་པ་དོན་ཡོད་ཕྱིར།    བྱང་རྒྱལ་ཤིང་དུང་

བདུད་རྣམས་སྐྱབ་བྱས་ནས།

མཛེན་པར་ཚྲོགས་

སངས་རྒྱ་བ་རྒྱལ་ཀུན་གཤེས།

འཁོར་བ་གཏིང་

མཐའ་མེད་པའི་གཡང་ས་ལ།

རྒྱག་པའི་འགྲོ་བ་

འཁོར་ལོ་གསུམ་གྱི་གྲུས། །བསྐྱལ་ནས་ཐར་པ་དང་ནི་

རྣམ་མཁྱེན་གྱི། །གོ་འཕང་བགྱི་བ་བྱོད་ལ་ཕྱག་འཆལ་

ལོ། །རྟོག་ཅིང་དཔྱོད་ཀྱང་སྡོམ་པ་མིན་པའི་ཆང་། །

འབྲུངས་པས་ཆེས་གཟེར་མུ་སྟེགས་སྟོན་པའི་ལྗེ། །

མཉན་དུ་ཡོད་པའི་ཆོ་འཕྲུལ་མཐུས་བཅད་པས། །

སྐྱེངས་དང་གཟི་བརྗེད་ཉམས་པའི་ཆོ་ག་ཚྲོགས། །རྩ་

འཕྲུལ་རྒྱུད་པ་བཞི་ལ་མཆོག་ཐོབ་བྱོད། །སྐྱེ་བ་ན་

འཆིའི་ཆོར་བ་མི་སྐྱོང་ཡང་། །ངེས་པར་ཕ་རོལ་འགྲོ་

འདི་མི་སེམས་རྣམས། །སྐྱོ་སྦྱང་མུ་ངན་འདའ་སྟོན་

དེར་ཕྱག་འཆེལ།     |བསོད་ནམས་ཉམ་ཆུང་གྱུར་པའི་  
འགྲོ་བ་རྣམས།     |དཀར་པོའི་ཆོས་རབ་འཕེལ་བའི་ཆོང་  
བོང་ནི།     |འཛད་པ་མེད་པའི་རིང་བསྐལ་ཆ་བརྒྱད་  
དུ།     |བཞག་སྟེ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་གཟིམས་པ་  
ལྟར།     |བདག་གྲུང་ཚྲོགས་སྒྲིན་སྦྱངས་གསུམ་མཐར་  
ཕྱིན་ནས།     |བམས་གསུམ་ལས་འདས་འོག་མིན་ཆེན་  
པོ་རུ།     |མངོན་པར་སངས་རྒྱས་སྤྱལ་པའི་མཛད་པ་  
བརྩས།     |ཀུན་མཁྱེན་ཁྱེད་དང་འགྲོ་དོན་མཉམ་པར་  
ཤོག།     |ཅེས་ཀུན་མཁྱེན་འཛིགས་མེད་སྒྲིང་པའི་གསུང་ངོ་༥ ॥ ॥

༥

ཐབས་མཁས་ཐུགས་རྗེ་ལྟའི་རིགས་སུ་

འབྱུངས།

།གཞན་གྱིས་མི་ཐུབ་བདུད་གྱི་དཔུང་  
འཛོམས་པ། །གསེར་གྱི་ལྷན་པོ་ལྷ་བུར་བརྗེད་པའི་

སྒྱ། །ལྟའི་རྒྱལ་པོ་བྱོད་ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ། །གང་  
གིས་དང་པོར་བྱང་ཆུབ་ཐུགས་བསྐྱེད་ནས། །བསོད་  
ནམས་ཡེ་ཤེས་ཆོགས་གཉིས་རྗེ་གསུམ་མཛད་ཅིང་། །

དུས་འདིར་མཛད་པ་རྒྱ་ཆེན་འགྲོ་བ་ཡི། །མགོན་གྱུར་  
བྱོད་ལ་བདག་གིས་བསྐྱེད་པར་བགྱི། །ལྷ་རྣམས་དོན་

མཛད་འདུལ་བའི་དུས་མཁྱེན་ནས། །ལྷ་ལས་བབས་  
ནས་སྤང་ཆེན་ལྟར་གཤེགས་ཤིང་། །རིགས་ལ་

གཟིགས་ནས་ལྷ་མོ་སྐྱེ་འཕྱུལ་མའི། །ལྷ་མས་སུ་  
ཞུགས་པར་མཛད་ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ། །ཁྲི་བ་བཙུ་

རྫོགས་ལྷ་ཀྱའི་སྤྲུལ་པོ་ནི།     །བཀྲ་ཤིས་ལུ་ཕྱིའི་ཚལ་དུ་  
བལྟམས་པའི་ཚེ།     །ཚངས་དང་བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་བཏུད་  
མཚན་མཚོག་ནི།     །བྱང་ཆུབ་རིགས་སུ་ངེས་མཛད་  
ཕྱག་འཆལ་ལོ།     །གཞིན་ལུ་སྟོབས་ལྡན་མི་ཡི་སེང་གོ་  
ངེས།     །ཨ་གྲུ་མ་ག་རྩེ་ནི་སྐྱུ་རྩལ་བསྟན།     །སྐྱེ་བོ་  
ངེགས་པ་ཅན་རྣམས་ཚར་བཅད་ནས།     །འབྲན་ཟླ་མེད་  
པར་མཛད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།     །འཛིག་རྟེན་ཚོས་དང་  
མཐུན་པར་བྱ་བ་དང་།     །ཁ་ན་མ་ཐོ་སྤང་སྤྱིར་བཙུན་མོ་  
ཡི།     །འཁོར་དང་ལྡན་མཛད་ཐབས་ལ་མཁས་པ་  
ཡིས།     །རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱོད་པར་མཛད་ལ་ཕྱག་འཆལ་  
ལོ།     །འཁོར་བའི་བྱ་བར་སྤྱི་པོ་མེད་གཟིགས་ནས།     །  
བྱིས་ནས་བྱང་སྟེ་མཁའ་ལ་གཤེགས་ནས་ཀྱང་།     །



མཆོད་རྟེན་རྣམ་དག་རྒྱུད་དུ་ཉིད་ལས་ཉིད།      །རབ་ཏུ་  
བྱུང་བར་མཛད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ།      །བརྩོན་པས་བྱུང་  
ཆུབ་སྐྱབ་པར་དགོངས་ནས་ནི།      །ནི་རྩུ་ནའི་འགྲམ་དུ་  
ལོ་དྲུག་ཏུ།      །དཀའ་བ་སྤྱད་མཛད་བརྩོན་འགྲུས་མཐར་  
ཕྱིན་པས།      །བསམ་གཏན་མཆོག་བརྟེས་མཛད་ལ་  
ཕྱག་འཆའ་ལོ།      །ཐོག་མ་མེད་ནས་འབད་པ་དོན་ཡོད་  
ཕྱིར།      །མ་གཏོ་ཡི་བྱུང་ཆུབ་ཤིང་རྒྱུད་དུ།      །སྤྱི་ལ་ཀྱང་  
མི་གཡོ་མཛོད་པར་སངས་རྒྱས་ནས།      །བྱུང་ཆུབ་  
རྩོགས་པར་མཛད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ།      །ཐུགས་རྗེས་  
འགྲོ་ལ་སྤྱུར་དུ་གཟིགས་ནས་ནི།      །ཁ་ར་རྒྱ་སི་ལ་  
སོགས་གནས་མཆོག་ཏུ།      །ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་  
ནས་གདུལ་བྱ་རྣམས།      །ཐེག་པ་གསུམ་ལ་འགོད་



མཛད་ཕུག་འཆལ་ལོ།      །གཞན་གྱིས་སྒོལ་བ་ངན་པ་  
ཆར་བཅད་ཕྱིར།      །མུ་སྟེགས་སྟོན་པ་དུག་དང་ལྟས་  
བྱིན་སོགས།      །འཁོར་མོ་འཛིག་གི་ཡུལ་དུ་བདུད་  
རྣམས་བརྟུལ།      །བྱབ་པ་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་ལ་ཕུག་  
འཆལ་ལོ།      །སྤྱིད་པ་གསུམ་ན་དཔེ་མེད་ཡོན་ཏན་  
གྱི། །མཉན་དུ་ཡོད་པར་ཆོའ་ཕྱུལ་ཆེན་པོ་བསྟན། །སྟོ་  
མི་འགོ་བ་ཀུན་གྱིས་རབ་མཛོད་པ།      །བསྟན་པ་རྒྱས་  
པར་མཛད་ལ་ཕུག་འཆལ་ལོ། །ལེ་ལོ་ཅན་རྣམས་ཆོས་  
ལ་བསྐྱུལ་བྱའི་ཕྱིར།      །རྩ་མཛོག་གྲོང་གི་ས་གཞི་  
གཙང་མ་རུ།      །འཆི་མེད་རྡོ་རྗེ་ལྟ་བུའི་རྒྱ་གཤེགས་  
ནས། །མྱ་ངན་འདའ་བར་མཛད་ལ་ཕུག་འཆལ་ལོ། །  
ཡང་དག་ཉིད་དུ་འཛིག་པ་མེད་ཕྱིར་དང་།      །མ་འོངས་

སེམས་ཅན་བསོད་ནམས་ཐོབ་བྱའི་ཕྱིར། རྟོན་དུ་ནི་  
རིང་བསྐལ་མང་སྤྱལ་ནས། ལྷོ་གདུང་ཆ་བརྒྱད་  
མཛད་ལ་ཕུག་འཆལ་ལོ། ། གང་ཆེ་རྒྱུད་གཉིས་  
གཙོ་བོ་བྱོད་བལྟམས་ཆོ། ལ་ཆེན་འདི་ལ་གོམ་པ་  
བདུན་བོར་ནས། རྟོན་འཛིག་རྟོན་འདི་ན་མཆོག་ཅེས་  
གསུངས། རྟོན་ཆེ་མཁས་པ་བྱོད་ལ་ཕུག་འཆལ་ལོ། །  
དང་པོ་དགའ་ལྡན་ལྷ་ཡི་ཡུལ་ནས་བྱོན། ལྷོ་པོ་  
ཁབ་ཏུ་ཡུམ་གྱི་ལྷམས་སུ་ཞུགས། ལྷོ་ཕྱི་ནི་ཡི་ཆལ་དུ་  
བྱབ་པ་བལྟམས། བཙུམ་ལྡན་ལྷ་ཡི་ལྷ་ལ་ཕུག་འཆལ་  
ལོ། གཞུགས་ལས་ཁབ་དུ་མ་མ་བརྒྱད་བཞེས་  
མཆོད། ལྷོ་ཕྱི་ནི་གྲོང་དུ་གཞོན་ནུས་རྟོན་ཅེད་  
མཛད། ལྷོ་ཕྱི་ནི་གཞོན་སུ་ས་འཆོ་ཁབ་ཏུ་བཞེས། །

སྤྱིད་གསུམ་མཚུངས་མེད་སྐྱེལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །  
གྲོང་ཁྱེར་སློབ་ཞིར་སྐྱེལ་བསྟན་ནས། །མཆོད་  
ཏེན་ནམ་དག་དུང་དུ་དབུ་སྐྱེལ་བསེལ། །ཞི་རྒྱུན་ཞི་  
འགྲམ་དུ་དཀར་ཕུབ་མཛད། །སྒྲིབ་གཉིས་སྐྱོན་དང་  
བྲལ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །རྒྱལ་པོའི་ཁབ་དུ་སྤྲང་ཆེན་  
སྐྱོན་པ་བདུལ། །ཡངས་པ་ཅན་དུ་སྤྲེལ་སྤྲང་ཅི་  
ཕུལ། །མ་ག་རྩ་དུ་ཕུབ་པ་མངོན་སངས་རྒྱས། །  
མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་འབར་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཁ་ར་  
རྒྱ་སིར་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར། །ཇི་ཏེ་ཆལ་དུ་ཆོ་  
འཕུལ་ཆེན་པོ་བསྟན། །རྩ་མཆོག་གྲོང་དུ་དགོངས་པ་  
སྤྲང་ན་འདས། །ཕྱག་ས་ནི་ནམ་མཁའ་འདྲ་ལ་ཕྱག་  
འཆལ་ལོ། །འདི་ལྟར་བསྟན་པའི་བདག་པོ་བཅོམ་ལྷན་

འདས། །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། །ཅེས་  
བདག་ཅག་གི་སྟོན་པའི་མཛད་པ་ལ་བསྟོད་པ་ཆེ་བ་འདི་ཉིད་འབྲི་གུང་སྟོབས་པས་  
མཛད་པར་གྲགས་ལ། རྒྱུང་བ་འདི་སྟོབ་དཔོན་དཔའ་བོས་མཛད་དེ་ཞེས་ཁ་ཅིག་  
ལས་འབྱུང་ངོ་།།

༥ དེ་མི་སྒྲིམ་པ་གསུམ་གྱི་བརྒྱད་པའི་བྱད་པར་སོགས་ཡུལ་དམ་པ་རྣམས་གྱི་

གསོལ་འདེབས་བསྟོད་ཆོགས་གྱི་རིམ་པ་རྣམས་ལས། ཐོག་མར་སོ་བར་སྒྲིམ་

རྒྱུ་གྱི་བརྒྱད་འདེབས་ནི། མཚན་དཔའི་གཟུགས་སྐྱ་མཐོང་

དང་ཚངས་དབྱངས་གསུང་། ལྷན་ཅིག་ཐོས་པའི་མོད་

ལ་སྤྱིད་ཞིའི་གདུང་། །རབ་བསལ་བྱིད་ཐུགས་རྣམ་

མཁྱེན་ལ་སྦྱོར་བ། །ཀུན་མཁྱེན་ཉི་མའི་གཉེན་ལ་

གསོལ་བ་འདེབས། །ཤུ་རིའི་བྱ་དང་རྒྱལ་རིགས་སྒྲ་

གཙན་འཛིན། །བྲམ་ཟེའི་བཙུན་པ་རྒྱ་རྩ་ལ་གུམ། །

འཕགས་མཆོག་ཀྱུ་སྐྱབ་སྒྲོབ་དཔོན་ལེགས་ལྷན་འབྱེད།

དཔལ་སྐྱས་ཡེ་ཤེས་སྒྲིང་པོར་གསོལ་བ་འདེབས།

གངས་ཅན་བསྟན་པའི་ཉི་མ་ཞི་བ་འཛོ། །སྤྱ་རིགས་

རྒྱ་གཙང་པ་རབ་གསལ་ཞབས། །ཤུ་ཀྱུ་སྐྱེ་གཡོར་

པོ་དགོ་བ་འབྱུང་། །དགོངས་པ་རབ་གསལ་ཞབས་  
ལེ། གྲུ་མེས་ཚུ་ལ་ཤེ་རྩེ་རྩེ་ཚུ་ལ་མཆོན་དང་། སྒྲེ་པོ་  
གྲགས་ཚུ་ལ་འབྲེ་ཆེན་ཤེས་རབ་འབར། །བརྩོན་  
འགྲུས་འབར་དང་གཞོན་རུ་སེང་གའི་ཞབས། །ཁྲོ་སྒྲོན་  
བདུད་རྩི་གྲགས་ལེ། །མཆིམས་ཆེན་ནམ་མཁའ་  
གྲགས་དང་གྲགས་ཤེར་བ། །མཆིམས་སྒྲོན་སྒྲོ་བཟང་  
གྲགས་པ་ཀུན་ཚུ་ལ་རྩེ། །བྱུང་པ་ཤེས་རབ་པཎ་ཆེན་  
དགོ་འདུན་གྲུབ། །གནས་སྤྱིང་ཀུན་དགའི་མཆོན་ལེ།  
དགོ་འདུན་རྩེ་མཆོ་དགོ་ལེགས་དཔལ་བཟང་པོ། །  
དཔལ་འབྱུང་རྩེ་མཆོ་དགོན་མཆོག་ཆོས་འཕེལ་  
དང་། །དགོན་མཆོག་བསྐྱུན་འཛིན་དག་དབང་ཆོས་ཀྱི་  
དཔལ། །ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ་རྣམས་ལེ། །འགྱུར་མེད་



ཆོས་ལྟན་ཨོ་རྒྱན་བསྟན་འཛིན་རྗེ། རིག་འཛིན་བཟང་  
པོ་པརྩ་མརྩ་ལ། རྩུབ་བསྟན་ཉིན་བྱེད་གཞན་ཕན་  
མཐའ་ཡས་སྡེ། རྩུབ་བསྟན་རྒྱལ་མཆོན་ཞབས་ལ་  
མཚུངས་མེད་ཀྱན་དགའ་རྩུལ་བྲིམས་རྗེ་རྗེའི་ཞབས། །  
རྗེ་རྗེ་འཛིན་པ་དག་དབང་ལོར་བུའི་དཔལ། བཀའ་རྩོན་  
མཉམ་མེད་ཕན་བདེའི་འོད་ཟེར་ཏེ། མཁའ་བརྒྱད་དམ་  
པ་རྣམས་ལ་  
དག་པོས་མནར། མི་དང་འདོད་ལྷ་འགྱུར་བའི་དུམ་  
ཁས་གཟིར། གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་འདུ་བྱེད་  
འཆིང་བས་བཅིངས། འཁོར་བའི་རང་མཆོང་མདོན་  
སྒུམ་མཐོང་བར་ཞོག། རྩུལ་དེས་བཅོས་མིན་ཡིད་  
འབྱུང་དེས་པ་ལྟ། ཡོངས་བྲལ་ད་ཆོག་སྒྲོནས་



གསོལ་བཞིའི་ལས། །འབྲུལ་མེད་ཆོ་གས་ཆངས་སྤྱོད་  
དཔལ་ཐོབ་སྟེ། །རྩུ་སྒྲིག་འཛིན་པའི་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་  
བར་ཤོག། །མཐའ་གཉིས་སྤངས་བའི་བསོད་སྟོམས་བས་  
གྱིས་འཆོ། །ཤིང་རྩུང་ཅོག་དུ་ཙམ་གྱི་གནས་མལ་  
དང་། །ཆེད་སྒྲུ་ཕྱག་བདར་བྲོད་པའི་རྩུ་སྒྲིག་གོས། །  
གཞན་གྱིས་སྤྱད་ཟེན་སྒྲན་ལ་བསྟེན་པར་ཤོག། །ཕམ་པ་  
བཞི་དང་ལྷག་མ་བཅུ་གསུམ་གྱངས། །སྤྱང་ལྷུང་སྤུམ་  
ཅུ་ལྷུང་བྱེད་བཅུ་ཕྱག་དགུ། །སོར་བཤགས་བཞི་དང་  
ཉིས་བྱས་བརྒྱ་བཅུ་གཉིས། །བག་ཡོད་བརྟན་པོས་  
ཚུལ་བཞིན་བསྐྱང་བར་ཤོག། །གཞན་གྱིས་བྲོ་དང་  
མཆོན་སོགས་ཉེ་བར་བརྟེན། །གཤེ་དང་མཆང་འདྲུལ་  
སོགས་གཞོད་ཀུན་ལ། །རྩན་ཤེས་བརྟན་པོས་གཉེན་པོ་

ལེགས་བསྟེན་ནས།      ཏྲ་བ་ཏུ་བཟོད་པའི་གོ་ཆ་བགོ་  
པར་ཤོག།      མཁའ་སྒྲོབ་དགོ་བའི་བཤེས་ལ་མཆོག་ཏུ་  
དད།      ཆོངས་པ་མཚུངས་པར་སྦྱོད་ལ་གཅིག་ཏུ་  
གྱས།      རྩེ་སྒྲོད་ལུང་ལ་རབ་སྦྱངས་བསྐྱབ་པ་  
གསུམ།      མངོན་བར་ཏྲ་གས་པས་བདག་རྒྱུད་ལྷག་པར་  
ཤོག།      བག་ཡོད་མཐུན་པའི་རྒྱུད་གིས་ཚུལ་བྲིམས་  
གཟིངས།      མངོན་མཐོའི་རིན་ཆེན་སྤྲིང་བཟོད་ཐར་  
པའི་ཞོར།      ལྷག་བསམ་རྒྱལ་མཆོན་ཅེ་མོར་ཡོངས་  
བཀོད་ནས།      འབྲོ་རྣམས་ཕན་བདེའི་འདོད་རྒྱས་ཆོམ་  
བྱེད་ཤོག།      ཅིས་ཀུན་མཁྱེན་ལྷ་པ་ཆེན་པོས་མཛད་པའི་སྤྲོམ་རྒྱུན་གསེལ་  
འདེབས་ལས།      བརྒྱུད་པའི་བྱེད་པར་གྱིས་ནི་འཆོ་ཡབ་སྐུས་གྱི་སྦྱོ་ག་གཅིག་  
དད།      དགོ་འདུན་རྒྱུ་མཆོ་མན་གྱི་སྦྱོ་ག་གཅིག་བཅས་ལོ་ཆེན་རྣམ་གྲིས་བསྐྱུར་

བར་མཛད་པ་དང་དེ་ནས་བརྒྱད་པའི་རིམ་པ་ཁ་བསྐྱང་བའོ།།

འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་ནས་སྐྱབས་ལ་སྐྱལ་བའི་དབུ་མ་ལུགས་ཀྱི་བརྒྱུད་པའི་

གསེལ་འདེབས་ནི། རྣམ་འདྲན་སྟོབས་བརྩའི་མངའ་བདག་

ཟས་གཙང་སྤྲུལ། རྒྱལ་སྤྲུལ་འཇམ་དཔལ་སྐྱབས་ལྷ་

བ་བྲགས། རིག་པའི་བྱུ་བྱུག་ཀུ་སྤྲུལ་ཆེ་ཆུང་། །

གསེལ་བ་འདེབས་སོ་གཞན་ཕན་མཐར་ཕྱིན་ཤོག རྩོ་

བོ་ཐང་པ་ཇ་དང་འཇིགས་མེད་འབྱུང་། རྩི་རྒྱལ་གྱི་

ལུང་པ་དང་བྱང་ཆུབ་འོད། ཁྱ་བྱ་ལྷ་ག་སེང་མཆིམས་

ཆེན་སྒྲོན་ཚུལ་པ། གསེལ་བ་འདེབས་སོ་གཞན་ཕན་

བྱང་ཆུབ་བྱུ་བ་པ་གཞོན་རྟོག་ཀུན་མཁྱེན་རྩེ། བྱུ་བ་

བཟུལ་སྐྱུན་བྱུ་བ་བྲགས་འོད་སངས་རྒྱས་དབོན། རྩི་

བྲགས་ཀུན་བཟང་རྩོ་རྩེ་རྒྱལ་མཆོན་དཔལ། གསེལ་

བ་འདེབས་ཟེ། ལྷ་ཚོགས་རང་གྲོལ་བསྟན་འཛིན་གྲགས་  
པའི་ཞབས། ལམ་དེ་སྤྲུགས་བསྟན་འཛིན་སྤྱིན་ལས་སྟུན་  
གྲུབ་དཔལ། འབྱུང་མེད་དོན་རྒྱུ་དབང་ཚེས་དཔལ་  
སྟེ། ལགསོལ་བ་ཟེ། ཡིད་བཞིན་ལེགས་གྲུབ་རིན་ཆེན་  
རྣམ་པར་རྒྱལ། ཨོཾ་ཧྲི་ཡཱ་ན་གསང་སྤྲུགས་བསྟན་  
འཛིན་རྟེ། ལམ་དེ་དབང་རྒྱལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དགའི་  
ཞབས། ལགསོལ་བ་ཟེ། མཁུན་བཟེའི་དབང་པོ་ཚེ་  
དབང་ལོར་བུའི་དཔལ། རྒྱལ་སྤྲུག་ཨོཾ་རྒྱན་རྣམ་གྲོལ་  
རྒྱ་མཚོའི་སྟེ། རིན་ཆེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་བརྒྱད་སྒྲུ་མ་  
ལ། ལགསོལ་བ་ཟེ། ཡོན་ཏན་གཞིར་གྱུར་བཤེས་  
གཉེན་གྲུས་བརྟེན་ནས། རྟེན་དཀའི་རྟེན་ལས་སྦྱིང་པོ་  
ལེན་སྦྱོའིང་། ལམ་རྟུག་འཆི་བ་རྟེན་དཀར་ནག་

གི།            །ལས་འབྲས་སྤང་སྤང་ཚུལ་བཞིན་སྤྱོད་པར་  
འོག།            །སྤྱོད་བདེ་འབྲུལ་པར་ཤེས་ནས་ཐར་པའི་  
སྒྲོལ།            །བག་ཡོད་བྲིམས་གྱིས་འཇུག་ཅིང་འཁོར་མཆོ་  
ལས།            །འགྲོ་ཀུན་འདྲེན་པའི་ཁུར་ཁྱེར་ཆོད་མེད་གྱི།    །  
བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་འབྱོངས་པར་བྱིན་གྱིས་  
སྒྲོབས།            །སྐྱེ་བར་ཚུལ་གནས་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པར་  
བརྩོན།            །རྒྱལ་བའི་བསྟན་ལ་བྱ་བ་ཆེར་འགྲུབ་ཅིང་།    །  
སྒྲོ་གསུམ་གཞན་པར་སྤྱོད་ལས་མི་གཡེལ་བས།            །  
འགྲོ་ཀུན་བྱང་ཆེན་ལམ་ལ་འགོད་པར་འོག།            །རྒྱལ་ཆབ་མ་  
པམ་པ་ནས་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ལ་སྤྲུལ་བའི་སེམས་ཙམ་ལུགས་གྱི་བརྒྱུད་  
པའི་བྱུང་པར་ནི།            རོན་གཉིས་མཐར་བྱིན་རྣམ་འདྲེན་བས་  
གཙང་སྤྲུལ།            །རྒྱལ་ཆབ་མ་པམ་ཐོགས་མེད་དབྱིག་གི་

གཉེན། །རྣམ་གྲོལ་གྲོལ་སྡེ་མཆོག་སྡེ་དུལ་བའི་སྡེ། །  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །སྒྲུང་མཛད་སེང་བཟང་སངས་  
རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཞབས། །གྲུ་ཁ་མི་ཏུ་རིན་ཆེན་ཟླ་བ་  
དང་། །བསྟན་སྐྱོང་རྩོག་ལོ་འབྲེ་ཆེན་ཤེས་རབ་  
འབར། །གསོལ་བ། །བྱང་རྒྱལ་ཡེ་ཤེས་གཞོན་ཚུལ་  
ཞང་གཡེ་བ། །གཉེན་ཞིག་འཆིང་རུ་རྒྱ་མིག་སེང་གོ་  
དཔལ། །ལྷོ་བྲག་པ་དང་བཙན་དགོན་དབེན་དགོ་  
བ། །གསོལ་བ། །ཆོས་དཔལ་རྒྱལ་མཆོན་ཀླན་  
མཁྱེན་ཆོས་ཀྱི་རྩེ། །བྱབ་བཅུ་ལ་ལྷན་གྲུབ་མན་འབྲ། །འདི་གཉིས་  
རིག་འཛིན་གཏེར་བདག་སྤིང་བས་མཛད་པ་ལ་བརྒྱད་པའི་བྱད་པར་ཁ་བསྐྱང་  
པའོ། ། །



༥ རིག་འཛིན་སྒྲགས་ཀྱི་སྒྲིམ་པའི་བརྒྱད་འདེབས་ལས། རྒྱུད་མཐུ་ཡོ་ག་རྫོང་

སེམས་སྒྱུ་བྱའི་དབང་གི་བརྒྱད་འདེབས་ནི། སྟོན་པ་ཀུན་བཟང་རྒྱལ་

ཚབ་རིགས་ལྟ་དང་། རིགས་གསུམ་བླ་མ་ལྟ་དང་

རྒྱལ་པོ་ཙམ་ ཀུ་ཀུ་རྒྱ་ཙམ་ཨི་རྒྱ་བྱུ་ཏི་དང་། སི་ཏ་རྒྱ་ཙམ་

རྣམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། བླ་པ་རྒྱ་ཙམ་གོ་མ་དེ་སྟོ

དང་། སྒྲེག་རྫོང་སངས་རྒྱས་གསང་བ་བི་མ་ལ། མ་

ལེ་རིན་མཆོག་གཙུག་གྱུར་རྣམ་པ་གཉིས། ཞང་སྟོན་

རྒྱལ་ཡོན་རྣམས་ལ་། གཞུ་བས་ཆེན་སངས་རྒྱས་ཡོན་

ཏན་རྒྱ་མཆོ་དང་། ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཆོ་ཉང་ཆེན་ཤེས་རབ་

མཆོག་ ཡེ་ཤེས་འབྱུང་གནས་བྱུར་ཆེན་ལྡན་

འབྱུང་། བྱུར་རྒྱུང་ཤེས་གྲགས་རྣམས་ལ་། ཐུགས་

སྒྲུལ་ཀ་ཆེན་བཞི་དང་སྒྲོ་ཐུག་པ། ཅན་ཆ་ལྡན་རྫོང་

ལྷ་ཀྱ་འབྱུང་གནས་དཔལ།      ཁྲིང་སྟོན་རྡོ་རྗེ་འོད་དང་  
བསོད་ནམས་རྒྱལ།      ཁོས་སེང་སངས་རྒྱས་དཔལ་  
ལ།      བསོད་ནམས་མགོན་པོ་སྟོལ་ཆེན་བསམ་གྲུབ་  
མཆོན།      སེང་གོ་དཔལ་བཟང་རིགས་རྒྱལ་ལྷན་གྲུབ་  
གྲགས།      སངས་རྒྱས་རྡོ་རྗེ་ཆེ་དབང་མགོན་པོ་  
དང་།      རྡོ་རྗེ་ཆེ་དཔལ་རྣམས་ལ་གསོལ།      ལྷ་ཀྱ་  
དཔལ་འབྱུང་སིཿཱི་པ་ལ་དང་།      འཕགས་པ་རིན་ཆེན་  
ལྷ་ཀྱ་རཏྣའི་ཞབས།      ཟུར་སྟོན་རྒྱལ་སྤྲུལ་པ་རྩ་བ་དུང་  
འདུལ་དང་།      ཁོས་རྒྱལ་རྡོ་རྗེ་རྣམས་ལ།      རྒྱ་སྟོན་  
འོད་གསལ་རང་གྲོལ་གཏེར་བདག་སྤྱིང་།      ཁོས་  
དཔལ་རྒྱ་མཆོ་རིན་ཆེན་རྣམ་པར་རྒྱལ།      བསྟན་འཛིན་  
རྡོ་རྗེ་སྟོན་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ།      སྟོན་ལས་ཁོས་སྟོན་

ནུམས་ལ། སངས་རྒྱས་ཀུན་དགའ་བསྟན་འཛིན་ལོར་  
བུའི་ཕྱེ། རིགས་ཀུན་བྱབ་བདག་པོ་བདེའི་འོད་ཟེར་  
སོགས་། སྒྲིན་གྲོལ་ཡོངས་ཇོགས་གདམས་བའི་ཆུ་  
བོ་ཀུན། འཛིན་མཛད་ཅུ་བརྒྱད་སྟེ་མར་གསོལ་བ་  
འདེབས་། གཞི་རྒྱུད་རང་བཞིན་མ་བཅོས་གནས་  
ལྷགས་དོན། ལམ་རྒྱུད་ཐབས་ཀྱིས་མཆོན་བྱས་སྒྲིན་  
ཅིང་གྲོལ། འབྲས་རྒྱུད་ལྷན་གྱུ་བ་རིག་འཛིན་སྐྱེ་ལྷ་  
ཡི། གོ་འཕང་དགའ་བ་མེད་པར་སྦྱར་འབྲུབ་ཤོག །  
ལུང་ཨ་རུ་ཡོ་ག་འདུས་པ་མདོའི་དབང་གི་བརྒྱུད་འདེབས་ནི། བྱབ་

བདག་གཏོད་མའི་མགོན་པོ་ཀུན་ཏུ་བབང་། རྒྱལ་ཚབ་  
རིགས་ལྷ་རྒྱལ་སྤྲས་རིགས་གསུམ་མགོན། དམ་  
པའི་རིགས་ཅན་ནུམ་ལྷ་རྒྱལ་པོ་ཇོ། ཡུ་པ་རྒྱ་ཇོ་ནུམས་

ལེ། ཡིན་ཐུ་ཏིན་ག་པུ་ཏ་དང་། ག་ཡ་སུ་ཏི་ཀུ་ཀུ་རུ་  
ཐིའི་ཞབས། རིལ་ངས་བདེ་བ་དེ་རྗེ་བཞད་པ་དང་། །

པ་བྱ་ཏ་སྟེ་རྣམས་ལེ། ལྷ་ཀྱ་མེད་གེ་རྣམ་རྒྱུ་ཏ། རི་  
རྗེ་རྩེ་མཛད་སྤྱི་ར་མ་ཏི། བདེ་བ་གསལ་མཛད་རྣམ་བོ་  
རྟེ་དང་། མཁའ་པོ་ཆོས་རྒྱལ་སྤྱི་དེ་ལེ། བལ་པོ་ནོར་

འཛིན་བྱ་ལ་ཆེ་བཅོན་སྤྱེས། གཞུ་བས་ཆེན་ཡབ་སྤྱས་  
ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཆོ་དང་། རྩོམ་སྤྱི་བྱང་རྒྱལ་ཐོ་དཀར་ནམ་  
མཁའ་སྤྱེ། རྩུར་ཆེན་མེས་དཔོན་རྣམས་ལེ། ཡང་

བྱིད་སྤྱོ་ཐུག་པ་དང་འགར་སྟོན་པ། རྩོམ་སྤྱི་དང་སྤྱི་  
སྟོན་རྩེ་འོད་བཅོན་འགྲུས་སེད། བསོད་རྒྱལ་སྤྱི་

འགྲུམ་ཆོས་སེད་སངས་རྒྱས་དཔལ། བསོད་རྣམས་  
མགོན་པོ་རྣམས་ལེ། སྤྱོལ་ཆེན་ཡབ་སྤྱས་ནམ་མཁའ་

དེ་ཐོ་དང་། །ཤེས་ལ་དགུ་པ་དང་སྒྲོ་གྲོས་རྒྱལ། །

གཞན་པར་སྤོན་ལས་ལྷན་གྲུབ་ཡོངས་གྲོལ་མཆོན། །

འགྱུར་མེད་དེ་ཐོ་རྣམས་ལ་། ངག་དབང་ཆོས་དཔལ་

རིན་ཆེན་རྣམ་པར་རྒྱལ། །པར་བསྟན་འཛིན་ཨོཾ་ཡུ་

ནའི་ཞབས། །སྤོན་ལས་རྣམ་རྒྱལ་པར་དབང་གི་

རྒྱལ། །སངས་རྒྱས་ཀུན་དགའ་རྣམས་ལ་། མཚུངས་

མེད་མདོ་སྤྲུགས་བསྟན་འཛིན་ལོར་བུའི་སྤྱེ། །བྱུང་

བདག་འགྱུར་མེད་པར་བདེའི་འོད་ཟེར་སོགས། །

བརྒྱུད་པའི་བྱུང་པར་ཀུན་འདུས་འཁོར་ལོའི་མགོན། །

ཅུ་བའི་སྤྱེ་མ་རྣམས་ལ་གསོལ་། སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་

དབྱིངས་ཡེ་གཉིས་མེད་པར། །ཡེ་ནས་མ་འདྲེས་

ཡོངས་རྫོགས་དཀྱིལ་འཁོར་གསུམ། །ཐིག་པའི་བྱུང་པ་

ཕྱིན་དང་བྱ་བ་ལ་གྱི། རྣལ་འབྱོར་ལམ་བཞིན་མཐའ་རུ་  
ཕྱིན་པར་ཤོག། ཅེས་པ་འདི་གཉིས་རིག་འཛིན་གཏེར་བདག་གླིང་པས་  
མཛད་པ་མ་བརྒྱད་རིམ་ཁ་བསྐྱང་བའོ།།

༥ མན་ངག་ཨ་ཏི་ཡོ་ག་ཚྛོགས་ཆེན་སླིང་ཏིག་ཆེན་མེའི་བརྒྱད་པའི་གསོལ་  
འདེབས་ནི། ཨོྃ་ཨུཾ་ཧྱཱཾ། གདོད་མའི་མགོན་པོ་ཀུན་  
བབང་ཡབ་ཡུམ་དང་། ལྷུན་གྲུབ་རྒྱལ་བཞི་བློ་རབ་  
འབྱམས་དང་། བདེ་ཆེན་རྒྱལ་བ་དྲེ་རྩེ་འཆང་ཆེན་  
ལ། གསོལ་བ་འདེབས་སོ་ཐུགས་རྩེའི་སྤྱན་གྱིས་  
གཟིགས། ཀ་དག་ལྷུན་གྲུབ་བབ་མེའི་གནས་ལུགས་  
མཆོག། ད་ལྟ་ཉིད་དུ་ཏྲོགས་པར་ཕྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །  
ཡེ་ཤེས་སྐྱུ་མ་དྲེ་རྩེ་སེམས་དཔའ་དང་། ད་གྱིལ་འཁོར་  
མངའ་བདག་ཕུག་ན་དྲེ་རྩེ་དང་། རྒྱལ་བའི་རྣམ་འཕྲུལ་



དགའ་རབ་རྫོང་ལ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ། ། ཀ  
དག་ལྷན་གྱུ་བ། ད་ལྟ་ཉིད་དུ། མཁུན་རབ་སྒྲུལ་པ་  
འཇམ་དཔལ་བཤེས་གཉིན་དང་། ཁྲོ་མཆོག་མངའ་  
བ་ལྡོ་སྟོང་དང་། དངོས་གྲུབ་མཆོག་བརྟེན་སྒྲོན་སྒྲུ  
ཏུ་ལ། །གསོལ་བ། ཀ་དག། ད་ལྟ། མཁུན་གྲུབ་  
ཆེན་པོ་བེ་མ་མི་དྲ་དང་། །རང་བྱུང་ཆེན་པོ་པདྨ་འབྱུང་  
གནས་དང་། །ཆོག་ས་ཆེན་གཉིས་རྫོགས་ཆོས་རྒྱལ་  
ཆེན་པོ་ལ། །གསོལ་བ། ཀ་དག། ད་ལྟ། སེམས་  
ཉིད་དབང་ཐོབ་ཏིང་འཛིན་བཟང་པོ་དང་། །ཐར་སྤྲིང་  
སྒྲུང་བྲེད་ལྡང་མ་ལྷན་རྒྱུ་དང་། །འོད་གསལ་ལྟུང་  
གྲུབ་སེལ་དབང་ཕུག་ལ། །གསོལ་བ། ཀ་དག། ད་  
ལྟ། ། ཆོས་ཉིད་མི་གཡོ་རྒྱལ་བཞུང་སྟོན་དང་། །



གསུང་རབ་མཛོད་བརྟེན་མཁས་པ་ཉི་འབུམ་དང་། །

དམ་ཆོས་རྒྱས་མཛོད་གུ་རུ་ཨོ་འབེར་ལ། །གསོལ་བཟུང་།

ཀ་དགེ། ད་ལྟ། གཟུང་འཛིན་འབྲུལ་ཞིག་སེང་གོ་

རྒྱབ་པ་དང་། །དངོས་གྲུབ་མཆོག་བརྟེན་གྲུབ་ཆེན་མོ་

ལོང་དང་། །རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་གུ་ལྷ་རུ་ཨོ་ལ། །

གསོལ་བཟུང་། ཀ་དགེ། ད་ལྟ། འོད་གསལ་སྒྲུ་མ་

གྲོང་ཆེན་རབ་འབྲུམ་ས་དང་། །མཁས་གྲུབ་ཆེན་པོ་

བྱབ་བཅུལ་ལྷན་གྲུབ་དང་། །སྒྲུལ་པའི་སྒྲུ་མཆོག་

གྲགས་པ་འོད་ཟེར་ལ། །གསོལ་བཟུང་། ཀ་དགེ། ད་

ལྟ། འབྲུལ་ཞིག་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱས་དཔོན་པོ་དང་། །

རྒྱལ་པའི་གདུང་འཛོལ་བླ་བ་གྲགས་པ་དང་། །གྲུབ་

པའི་དབང་ཕུག་ཀུན་བཟང་ཨོ་ཨོ་ལ། །གསོལ་བཟུང་། ཀ་

དག་ཟེ་ ད་ལྟ་ཟེ་ སྒྲིང་པོའི་མངའ་བདག་རྒྱལ་མཆོན་  
དཔལ་བཟང་དང་། རྒྱལ་བས་ལུང་བསྟན་སྣ་ཆོག་གས་  
རང་གྲོལ་དང་། འཁོར་འདས་རྒྱ་གྲོལ་བསྟན་འཛིན་  
གྲགས་པ་ལ། རགསོལ་བ་ཟེ་ ཀ་དག་ཟེ་ ད་ལྟ་ཟེ་  
ཤེས་བྱ་ཀུན་གཟིགས་མདོ་སྒྲགས་བསྟན་འཛིན་  
དང་། རགསང་བདག་དཔའ་བོ་ཕྱིན་ལས་ལྟན་གྲུབ་  
དང་། རབ་རྒྱུད་སྒྲོལ་ཀུན་འདུས་གཏེར་བདག་སྒྲིང་པ་  
ལ། རགསོལ་བ་ཟེ་ ཀ་དག་ཟེ་ ད་ལྟ་ཟེ་ བི་མའི་རྣམ་  
འཕྲུལ་རིན་ཆེན་རྣམ་རྒྱལ་དང་། རམ་ཆོ་རྒྱལ་དངོས་  
སྒྲུང་མི་འགྱུར་དཔལ་སྒྲོན་དང་། རམས་ཅད་མཁྱེན་པ་  
ཨོཾ་ཧྲི་ཡཱ་ན་ལ། རགསོལ་བ་ཟེ་ ཀ་དག་ཟེ་ ད་ལྟ་ཟེ་  
རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་ཕྱིན་ལས་རྣམ་རྒྱལ་དང་། རག་དོད་

མའི་མགོན་པོ་ཕྱིན་ལས་ཆོས་སྒྲོན་དང་། །འཇམ་

དཔལ་དབྱངས་དངོས་མཁྱེན་བརྩེའི་དབང་པོ་ལ། །

གསོལ་བཟུངས། ཀ་དགའ། ད་ལྟ། བེ་ར་དངོས་བྱེད་སྒྲོ་

གྲོས་མཐའ་ཡས་དང་། །ལང་གྲོའི་རྣམ་འཕྱུལ་ཕྱིན་

ལས་བྱམས་པའི་གཏེར། །རྫོང་རྫོང་འཆང་དངོས་རྩ་བའི་

སྒྲུ་མ་ལ། །གསོལ་བཟུངས། ཀ་དགའ། ད་ལྟ། རེ་དོགས་

སྒྲོ་བཟུངས་འཁོར་འདས་ཆོས་སྒྲུར་གྲོལ། །ལྷན་གྲུབ་འོད་

གསལ་བཟུངས་ཐལ་རིག་པར་ཤར། །སྒྲུ་གསུམ་རྩལ་

རྫོགས་འཕོ་འགྱུར་མེད་པར་རྟོགས། །བདག་གཞན་

ཡོངས་གྲོལ་ཀུན་བཟུངས་ཐོབ་པར་ཤོག། །ཅིས་ཀུན་མཁྱེན་ཆེན་

པོའི་གསུང་ལས་མདོར་བསྡུས་པ་ལ་བརྒྱད་རིམ་ཁ་བསྐྱང་བའོ། ། ལྟོ འོད་

གསལ་གསང་བ་སྒྲིང་ཐིག་གི་བརྒྱད་པའི་གསོལ་འདེབས་རིན་པོ་ཆེའི་ཕྱིང་བ་

བཅུགས་སོ།

ཆོས་སྐུ་ཀུན་ཏུ་བབང་པོ་ལ་གསོལ་བ་

འདེབས། །སེམས་ཉིད་གནས་ལུགས་རྟོགས་པར་བྱེན་

བྱིས་སྟོབས།

ལོངས་སྐུ་རྩེ་རྩེ་སེམས་དཔའ་ལ་

གསོལ་བ་འདེབས།

སེམས་ཉིད་གནས་ལུགས་

རྟོགས་པར་བྱེན་བྱིས་སྟོབས།

སྤྱུལ་སྐུ་དགའ་རབ་རྩེ་

རྩེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

སེམས་ཉིད་གནས་ལུགས་

རྟོགས་པར་བྱེན་བྱིས་སྟོབས།

སྟོབ་དཔོན་འཇམ་

དཔལ་བཤེས་གཉེན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

སེམས་

ཉིད་གནས་ལུགས་རྟོགས་པར་བྱེན་བྱིས་སྟོབས།

།

རིག་འཛིན་གྲེ་སིངྒ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

སེམས་

ཉིད་གནས་ལུགས་རྟོགས་པར་བྱེན་བྱིས་སྟོབས།

།

མཁས་པ་རྩྭ་ན་སྐུ་ཏུ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

སེམས་

ཉིད་གནས་ལུགས་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

པཎ་ཆེན་གྲེ་མ་མི་ཏུ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །སེམས་

ཉིད་གནས་ལུགས་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །ཨོ་

ཀྱུན་པར་འབྱུང་གནས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

སེམས་ཉིད་གནས་ལུགས་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་

སྒྲོབས། །ཆོས་རྒྱལ་བྲི་སྤྱོད་ལྡེ་ལུ་བཙན་ལ་གསོལ་བ་

འདེབས། །སེམས་ཉིད་གནས་ལུགས་རྟོགས་པར་ཟེ་

མཁའ་འགྲོ་ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་ལ་ཟེ་ སེམས་ཉིད་

གནས་ལུགས་ཟེ་ ལོ་ཆེན་གྲེ་རོ་ཙན་ལ་ཟེ་ སེམས་ཉིད་

གནས་ལུགས་ཟེ་ ཉང་བན་ཉིང་འཛིན་བཟང་པོ་ལ་ཟེ་

སེམས་ཉིད་གནས་ལུགས་ཟེ་ སྤུས་སྟོན་སྟོ་གྲོས་དབང་

ལྷག་ལ་ཟེ་ སེམས་ཉིད་གནས་ལུགས་ཟེ་ འབྲོམ་སྟོན་

རིན་ཆེན་འབར་བ་ལ།      སེམས་ཉིད་གནས་ལུགས་།

གནས་བརྟན་ལྡང་མ་ལྟུན་རྒྱལ་ལ།      སེམས་ཉིད་

གནས་ལུགས་།      ལྟེ་བཙུན་སེང་གོ་དབང་ལུགས་ལ།

སེམས་ཉིད་།      སྤྱལ་སྤྱ་རྒྱལ་བཞང་སྟོན་ལ།      སེམས་

ཉིད་།      སྤྲས་མཆོག་མཁས་པ་ཉི་འབྱམས་ལ།      སེམས་

ཉིད་གནས་ལུགས་།      ཆོས་བདག་གུ་རུ་ཨོ་འབར་ལ།

སེམས་ཉིད་།      འབྲུལ་ཞིག་སེང་གོ་རྒྱབ་པ་ལ།

སེམས་ཉིད་།      གྲུབ་ཆེན་མེ་ལོང་རྩེ་རྩེ་ལ།      སེམས་

ཉིད་།      རིག་འཛིན་ཀུ་མ་ར་ཨོ་ལ།      སེམས་ཉིད་།

ཀུན་མཁྱེན་སྟོང་ཆེན་རབ་འབྱམས་ལ།      སེམས་ཉིད་།

མཁས་གྲུབ་བྱུང་གདལ་ལྟུན་གྲུབ་ལ།      སེམས་ཉིད་།

སྤྱལ་སྤྱ་གྲགས་པ་འོད་བཟེར་ལ།      སེམས་ཉིད་།



འབྲུལ་ཞིག་སངས་རྒྱས་དབོན་པོ་ལ་།      སེམས་ཉིད་།

ཀུན་མཁྱེན་ཟླ་བ་གྲགས་པ་ལ་།      སེམས་ཉིད་།      གྲུབ་

ཆེན་ཀུན་བབང་རྩེ་རྩེ་ལ་།      སེམས་ཉིད་།      མཁས་གྲུབ་

རྒྱལ་མཆོན་དཔལ་བབང་ལ་།      སེམས་ཉིད་།      སྤྱལ་

སྤྱ་སྤྱ་ཆོག་ས་རང་གོལ་ལ་།      སེམས་ཉིད་།      རྒྱལ་

དབང་བསྟན་འཛིན་གྲགས་པ་ལ་།      སེམས་ཉིད་།

མཁས་གྲུབ་མདོ་སྤྲགས་བསྟན་འཛིན་ལ་།      སེམས་

ཉིད་།      གསང་བདག་སྤོན་ལས་སྤྱོན་གྲུབ་ལ་།      སེམས་

ཉིད་།      རིག་འཛིན་གཏེར་བདག་སྤྲིང་པ་ལ་།      སེམས་

ཉིད་།      རྒྱལ་སྤྲས་རིན་ཆེན་རྣམ་རྒྱལ་ལ་།      སེམས་

ཉིད་།      རབ་འབྱམས་ཨོ་རྒྱན་ཆོས་གྲགས་ལ།

སེམས་ཉིད་།      གྲུབ་དབང་གྲོན་ཐ་ལ་།      སེམས་ཉིད་།



རིག་འཛིན་འཛིགས་མེད་སྒྲིང་པ་ལ། སེམས་ཉིད།

འཛིགས་མེད་རྒྱལ་བའི་སྤྱ་གུ་ལ། སེམས་ཉིད། ཨོ་

རྒྱན་ཆོས་ཀྱི་དབང་པོ་ལ། སེམས་ཉིད། ལུང་རྟོགས་

བསྟན་པའི་ཉི་མ་ལ། སེམས་ཉིད། མཁན་ཆེན་ངག་

གི་དབང་པོ་ལ། སེམས་ཉིད། བཤད་སྒྲུབ་བསྟན་

པའི་ཉི་མ་ལ། སེམས་ཉིད་གནས་ལུགས་རྟོགས་པར་

བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། ཁེས་སྒྲིང་ཐིག་ཅུ་བའི་བརྒྱད་པ་

དང་། རིག་འཛིན་བདུད་འཛོམས་རྩི་རྩི་ལ། སེམས་

ཉིད། འཇམ་དབྱངས་མཁྱེན་བཙུང་འོང་བེར་ལ།

སེམས་ཉིད། གྲུབ་དབང་པརྒྱ་མོར་བྱ་ལ། སེམས་

ཉིད། ཡོངས་འཛིན་བཤེས་གཉིན་ཉིར་ལྷ་ལ།

སེམས་ཉིད། སྒྲུབ་བརྒྱད་ཤིང་རྟོའི་བརྒྱད་པ་ལ།

སེམས་ཉིད་፥      རིན་ཅན་རྩ་བའི་སྤྲུལ་ལ་གསོལ་བ་  
འདེབས།    སེམས་ཉིད་གནས་ལུགས་རྟོགས་པར་བྱིན་  
བྱིས་ལྟོབས།    ཁུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
ངོ་བོ་སྐུ་བཞིའི་བདག་ཉིད་དཔལ་ལྡན་སྤྲུལ་དམ་པ་ལ་  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ།    །བདག་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱིན་  
བྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།      ཟབ་ལམ་གྱི་རྟོགས་པ་བྱུང་  
པར་ཅན་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བར་བྱིན་བྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།  
ཀ་དག་གནས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་རྟོགས་པར་བྱིན་བྱིས་  
བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།      ལྟན་གྲུབ་སྒྲུང་བཞིའི་ཡེ་ཤེས་  
མཐར་བྱིན་པར་བྱིན་བྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།    ཅེས་དང་།  
གངས་རི་ཐོད་དཀར་རིན་ཆེན་སྦྱིང་པོའི་མགུལ།    །ཡོན་  
ཏན་ཀུན་འབྱུང་དགའ་བའི་སྐྱེད་ཆལ་དུ།      །སྦྱིང་པོའི་

དོན་གཟིགས་སྤྲས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ། ཁྲོང་ཆེན་རབ་  
འབྱམས་བཟང་པོར་གསོལ་བ་འདེབས། སེམས་ཉིད་  
རང་ངོའོས་པར་བྱིན་བྱིས་སྟོབས། ཞེས་བྲངས་མང་  
མཐར། སེམས་འདས་པའི་རྗེས་སུ་མི་འབྲང་། མ་  
འོངས་པའི་མདུན་མི་བསྐྱ། ད་ལྟའི་རྟོག་པ་བཅས་  
བཅོས་མི་བྱེད་པར་སྤྲ་མ་དང་ཐུགས་ཡིད་དབྱེར་མེད་དུ་  
བསྐྱེས་ཏེ། གནས་ལུགས་མ་བཅོས་པའི་རྒྱན་བསྐྱང་  
བ་ལ་ཅི་རུས་སུ་འབད་པར་བྱའོ། །དཔལ་ལྷན་རྩ་བའི་  
སྤྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །བདག་གི་སྙིང་གར་པརྟའི་གདན་  
བཅུགས་ཏེ། །བཀའ་རྒྱུ་ཆེན་པོའི་སྟོན་སྟེན་རྗེས་བཟུང་  
སྟེ། །སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྦྱལ་དུ་  
གསོལ། །སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་ཡང་དག་སྤྲ་མ་དང་། །འབྲལ་

མེད་ཆོས་ཀྱི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་། །ས་དང་ལམ་  
ཀྱི་ཡོན་ཏན་རབ་ཏྲུག་གསལ་ནས། །རྫོང་འཆང་གི་གོ་  
འཕང་སྐྱར་ཐོབ་ཤོག། །སོགས་ཀྱི་སྒྲོན་ལམ་གདབ་པར་བྱའོ། །ཅེས་  
པ་འདི་ནི་བྱང་ཆུབ་སྒྲོན་པ་ལྷུང་གི་མཁན་མིང་བན་ཀན་འཇམ་དབྱངས་རྫོང་སྤྱོད་  
གསོལ་བ་འདེབས་ཚུལ་གྱི་འབྲུག་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་ཆོས་སྒྲོན་ཆེན་པོ་མི་དབང་  
རྒྱ་གར་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ཐུགས་དམ་ཉམས་ལེན་གྱི་ཆ་རྒྱུན་དུ་ཐུལ་བ་འདིས་སྤྱོད་  
ཀྱི་རྒྱུད་ལ་རང་བཞིན་ཏྲུག་པ་ཆེན་པོ་དོན་བརྒྱུད་དགོངས་པའི་བྱིན་རླབས་  
འཕྱག་པའི་རྒྱུར་བྱུར་ཅིག །ཡི་གེ་པ་ནི་བསོད་ནམས་སྟོབས་རྒྱས་སོ། །

༥ སྤུལ་པའི་གཏེར་ཆེན་བྲག་འབྱུང་བདུད་འཛོམས་སྒྲིང་པའི་རྣམ་ཐར་གསོལ་

འདེབས་མོས་གྲུས་གྱི་ཤིང་རྟ་ཞེས་བྱ་བ།

རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་སྤྱི་

གཟུགས་པར་འབྱུང་། །སྒྲིགས་མའི་དུས་འདིར་འགྲོ་

འདུལ་སྤྱེས་བུའི་ཚུལ། །རིགས་བརྒྱའི་བྲུབ་བདག་

གཏེར་ཆེན་ཆོས་གྱི་རྒྱལ། །བདུད་འཛོམས་སྒྲིང་པའི་

ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །གདོད་ནས་སྤྱོས་

མཚན་སྤེད་ལེན་མཚམས་སྦྱར་ནི། །ཡོངས་སྤངས་ཞི་

བའི་བདུད་ཅི་མཛོན་བརྟེས་ཀྱང་། །རྣམ་མང་འདུལ་

བཞིའི་ཆོ་འཕྲུལ་མཐའ་ཡས་སྤྱོན། །སྤྱི་འཕྲུལ་གར་

བརྒྱས་རོལ་དེར་གསོལ་བ། །བྱད་པར་རྣམ་འདྲན་བཞི་

པའི་བསྟན་པ་འདིར། །སྟོན་པ་གཉིས་པའི་སྤྱོན་ལས་

རྣམ་ཐར་ཅན། །འཕགས་བོད་དབྱ་བཅོམ་རིག་འཛིན་

པཎ་གྲུབ་སོགས།      གྱེས་རབས་ཚར་དུ་དངར་ལ།  
སྟིགས་མའི་དུས་འདིར་པར་འོད་ཞིང་ནས།      སྟོབ་  
དཔོན་དུས་གསུམ་མཁུན་པའི་རྩོུ་རྩོུ་བཀས།      །རང་གི་  
རྒྱལ་ཚབ་མཆོག་ཏུ་མངའ་གསོལ་མཐུས།      །བསམ་  
བཞིན་སྟིད་པ་བཟུང་ལ།      གངས་ཅན་མདོ་སྨད་གསེར་  
ལུང་སྨན་གྱི་ལྗོངས།      འཕགས་པས་བྱིན་བརྒྱབས་དོ་  
མཚར་གནས་གྱི་ཆར།      །མཁས་གྲུབ་དུ་མའི་འབྱུང་  
གནས་གཞུབས་གྱི་གདུང་།      །རྣམ་དག་རིགས་སུ་  
དགོངས་ལ།      དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོས་སྟེལ་མ་བསྟེན་  
བཀུར་བཅས།      །མཚན་ལྡན་བསྟེད་ཡུམ་ལྷུམས་སུ་  
ཉིར་ཞུགས་ཆོ།      །དོ་མཚར་དགོ་མཚན་དུ་མས་ཡབ་  
ཡུམ་གྱི།      །ལུས་སེམས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ལ།



ལུག་ལོ་ཆོ་འཕྲུལ་ཟླ་བའི་ཆོས་བཅུའི་རུབ།      །མངོས་

སྒྲུའི་མཆོན་དཔེའི་པརྟོ་བཞད་པ་ན།      །འཇའ་འོད་གུར་

བྱིས་མེ་ཏོག་སྒྲུང་ཆར་སོགས།      །ལྟས་བབང་དཔག་

མེད་སྒྲུང་ལ།      དེ་ཆོ་མཆོག་གཟིགས་ནམ་འདྲན་དུ་མ་

ཡིས།      །འགྲན་བྲལ་སྒྲུལ་པའི་སྒྲུ་དུ་ཡོངས་བསྒྲགས་

ཞིང་།      །གཞན་དོན་བསམ་ཡས་འགྲུབ་པའི་སྒྲེས་བྲུ་

དུ།      །བསྒྲུ་མེད་ལུང་བསྒྲན་ཐོབ་ལ།      །བབང་བྲུ་གསུམ་

པར་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྒྲུང་ཆོགས།      །སྒྲུ་གར་དང་

བཅས་མེལ་ཆོར་འགྲོགས་པ་དང་།      །རེས་འགར་དམ་

སྒྲིས་སྒྲགས་འཆོལ་གཡུལ་འགྲེད་སོགས།      །ཉམས་

སྒྲུང་སྒྲུ་ཆོགས་གཟིགས་ལ།      །སྐབས་ཞིག་བྲུང་སྒྲོགས་

བེ་ཁར་སྒྲུང་ཞིང་སྒྲིན།      །བཅོམ་ལྡན་གདོན་མི་བ་བའི་



ཀྱལ་པོ་ཡིས།                      ཀྱལ་ཚབ་ཉིད་དུ་དབྱགས་དབྱང་  
གཟེང་བསྟོད་མཐུས།            སྟོན་གནས་རྗེས་སུ་བློན་ལ་  
མཁའ་སྟོད་ཞིང་དུ་དབྱིངས་ཡུམ་རྣལ་འབྱོར་མས།            །  
འབུམ་ཕྱག་རྒྱ་གི་འོ་སྟོག་སྟོང་ཡིག་འབྱུང་ཚུལ།            །  
སྟོས་བསྟེམས་བྱིན་རྒྱབས་འཕོ་བའི་དབང་ཆེན་ཐོབ།            །  
འགལ་རྒྱུན་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་ལ་  
སྟེས་ཐོབ་རྩལ་རྗེ་གས་པས།            །ཕལ་པའི་ཚུལ་འདས་  
དམ་པའི་རིགས་མཆོག་སང།            །མངོན་པར་ཤེས་དང་  
རྩལ་ཡུལ་དཔག་མེད་པས།            །གཟུར་གནས་དང་པ་སྟོང་  
ལ་  
བབྱང་བྱ་དགུ་པར་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་གི་རྒྱུས།            །བདེ་  
སྟོང་བདུད་རྩི་འོ་སྟེས་བཅས་ལུང་བསྟོན་བཞིན།            །  
བཤེས་གཉེན་མཆོག་བསྟེན་ཐོས་བསམ་ཡོན་ཏན་

སྒོ། །བརྒྱུ་ཕྱག་གཅིག་ཅར་ཕྱེས་ལ། །བཙེ་ཆེན་ལྷ་  
གཅིག་དཀར་མཛེས་གཞོན་ལྷའི་ཚུལ། །གྲོགས་གྱི་  
རྣམ་པས་འབྲལ་མེད་ལེགས་བསྐྱེད་པའི་ཤིང་། །སྤྱོད་པའི་  
མེད་གོས་དངོས་སྤྱུ་རྒྱུ་བཟུང་བས། །ཤེས་རབ་རྩལ་  
ཁ་འབར་ལ། །རིགས་གསུམ་སེམས་དཔའ་རྒྱལ་ཡུམ་  
རྩ་རེ་མ། །མདའ་བསྐྱེད་ཞབས་དང་གྲུབ་པའི་རིག་  
འཛིན་བརྒྱད། །སྤྱོད་ཆེན་སོགས་གྱི་ཡེ་ཤེས་སྤྱོད་མའི་  
སྤྱོད་སྤྱོད་ཤེས་བཟུང་གྱིན་སྤྱོད་པའི་ཐོབ་ལ། །བྱུང་པར་རྩ་  
ཡབ་དཔལ་རིར་མཛོན་གཤེགས་ནས། །ཞག་གཅིག་  
བཟུང་བྱ་བཙུ་གཉིས་ཡུན་བསྐྱེད་ཏེ། །གུ་རུ་རྒྱུ་ལས་  
སྤྱིན་གྲོལ་བདུད་རྩི་ལོས། །གུ་རུ་འཛོལ་དམ་པར་གྱུར་  
ལ། །ཆེས་ཕྱི་གོ་སར་གྲངས་མེད་ཞིང་དང་སྤྱི་རི། །

ནམ་ཐར་བཀོད་པ་བསམ་མི་བྱབ་པ་གཟིགས། དེ་སྟེང་  
ནམས་སུ་ནམ་འཕྱལ་མཐའ་ཡས་པས། ཆོས་སྒོ་  
དཔག་ཡས་གསན་ལ། མདོར་ན་ཆེ་འདིའི་སྦྱངས་  
པར་ལྟོས་མིན་པར། སྟོན་ནས་གོམས་པའི་ལས་ཀྱི་  
འཕྲོ་སང་དེ། མཁས་དང་གྲུབ་པར་གྲགས་ཀུན་བེལ་  
གཞོན་པའི། མཁའོ་རྟོགས་ཕུལ་དུ་བྱུང་ལ། མཆོ་  
རྒྱལ་ལ་སོགས་ཁྲ་གིའི་ཆོགས་ནམས་ཀྱིས། བྱ་བཞིན་  
རྗེས་བསྐྱངས་སྟོག་གྱུར་ལུང་དུ་བསྒྲུབ། དམ་ཅན་  
གཏེར་སྦྱང་ལུས་དང་གྲིབ་མའི་ཚུལ། ཅི་བགྱིའི་ཕོ་  
ཉར་བཏུང་ལ། འཇག་བདེ་དམན་པའི་རོ་ལ་མི་ཞེན་  
པར། འཇག་མེད་ཆངས་སྟོང་མཆོག་ལ་རབ་གནས་  
ཏེ། ཆགས་པའི་ལམ་གྱིས་ཆགས་སོགས་ཉེས་ཀུན་

སྤྱོད་། དོན་གྱི་དགོ་སྤྱོད་གང་དེར་། བསྐྱལ་པར་

གོམས་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་བས་ཆེས་བརྟན་པ། །ཤུགས་དྲག་

བྱམས་དང་སྤྱོད་རྗེས་རབ་བསྤྱོད་དེ། །འབྲེལ་ཚད་དོན་

ལྡན་རྒྱལ་སྤྱས་བརྟུལ་ཞུགས་སྤྱོད། །འགྲོ་འདུལ་

སེམས་དཔའ་ཆེན་པོར་། ཐབས་ཆེན་གསང་བ་

མཆོག་གི་སྤྱར་ལམ་གྱི། །རིམ་པ་དང་པོའི་མངོན་

རྟོགས་མཐར་མོན་པས། །སྤྱང་གྲགས་དག་པ་ཡེ་ཤེས་

འཁོར་ལོར་གཟིགས། །རྣལ་འབྱོར་དབང་ལྷག་མཆོག་

ལ། །འབར་བ་གསུམ་གྱི་ཡེ་ཤེས་མངོན་གྱུར་ཅིང་། །

རྣམ་གསུམ་ཕོ་ཉའི་འདུ་བ་སྤྱོད་ལྟར་འདུས། །ལས་

བཞི་གྲུབ་པ་བརྒྱད་ལ་དབང་འབྱོར་པས། །སྤྱོད་ལས་

འདོད་རྒྱུར་སྤྱར་ལ། །རོ་རྒྱུད་ཉི་ཟླའི་བཟོད་པ་རྣམས་ཉའི་

དབྱིངས། རི་མཚར་བཙན་ཐབས་སྒྱུར་བས་ཡོངས་  
བཅིངས་ནས། ཁ་དག་ལས་སྒྱུར་བཅའ་པའི་གྲོང་ཁྱེར་  
གྱི། འབྲུལ་འཁོར་བཙོམ་པར་མཛད་ལ། མཆོག་གི་  
ཙུ་ལྷ་ཡི་གཟི་བརླིང་སྟོབས། འབྱུར་མེད་བཅུ་དྲུག་  
དགའ་བའི་རོས་སྒྲིམ་ཏེ། སྒྲུང་སྤྱིད་བེལ་གཞོན་  
བརྟུལ་ཞུགས་གར་བརྒྱ་ཡིས། སྐལ་ལྷན་བདེ་ཆེན་  
སྐྱེད་ལ། བྱད་པར་གསང་བ་ལས་ཀྱང་ཆེས་གསང་  
བ། གསང་ཆེན་རྩི་རྩི་རྩི་མའི་ལྷ་བའི་གསང་། ཁ་  
བཙོམ་ཀ་དག་རིག་སྒྱུར་རྩིན་པའི་གཤེས། ཀྱུན་  
བབང་དགོངས་པ་བརྟེན་དེར། ཆོས་ཉིད་བྱ་རྩི་བྲལ་  
བའི་རང་བབས་སུ། སྒྲོ་འདས་གཉུག་མ་བང་ཐལ་བྱ་  
ཡན་གྲོང་། རྣམ་མཁའི་རྣལ་འབྱེད་སྒྲིམ་མེད་ཡོངས་

མེད་ངང་། ཁྱོད་གས་གྲོལ་དུས་མཉམ་གྱུར་ལ་། རང་  
གསལ་ལྟུན་གྱུབ་རིག་རྩལ་དག་པའི་མདངས། །ལམ་  
སྒྲུང་གཟུགས་སྒྲུར་ཤར་བའི་ངོ་མཚར་ཆོས། །འོད་  
གསལ་ཐོད་རྒྱལ་ཡོན་ཏན་ཆད་ཕེབས་སར། །མིག་  
འཕྱལ་བཞིན་དུ་གཤེགས་ལ་། །ཤེས་རབ་བདེ་སྟེར་  
དབྱིངས་ལྷག་ག་ག་རྒྱས། །ཨ་ཏིའི་གནད་བགྲོལ་  
མཁའ་འགྲོའི་གསང་མཛོད་གཏད། །དོན་མཆོག་རྒྱ་  
ཆེའི་ཕྱིར་དུ་བབ་གཏེར་གྱི། །སྒྲོའམར་དབྱེ་བར་  
བསྐྱལ་ལ་། །ཡེ་ཤེས་གཟིགས་པས་དག་སྒྲུང་འབྲུམས་  
སྲུགས། །འཛད་མེད་ཐུགས་གཏེར་དགོངས་པའི་གྲོང་  
ནས་བཏོན། །མཁའ་འགྲོས་གཏད་རྒྱ་ས་ཡི་བབ་  
གཏེར་ཕྱུང་། །གཏེར་འབྱེན་འཁོར་ལོས་སྒྲུར་ལ་། །སྒྲ་



རྫོགས་ཐུགས་གསུམ་བསྐྱེད་རྫོགས་རྫོགས་པ་ཆེ། །ཙ་  
བ་ཡན་ལག་ཕྱིན་ལས་ཁ་ཚར་བཅས། །རྡོ་མཚར་ཆོས་  
གཏེར་མོར་བུའི་བང་མཛོད་ཀྱིས། །སྐལ་བཟང་དགའ་  
སྟོན་སྒྲེལ་ལེ། རྩོལ་བཅས་ཐེག་པས་གདུལ་དགའ་ཕྱི་  
དུས་འདིར། །རྫོགས་ལུང་གིས་བསྐྱགས་པའི་བདེན་  
དོན་བཞིན། །ངེས་གསང་སྒྲིང་པོ་ཙམ་ཏི་རྫོགས་པ་  
ཆེའི། །བསྟན་པའི་སྟོན་མེ་སྤར་ལེ། །སྒྲེག་པའི་སྐྱུ་  
མཆོག་གོས་དགའ་ལུང་ལོས་བརྫིད། །རྡོ་རྩའི་གད་  
རྒྱུང་དཔལ་གྱི་མགུར་ནས་ལེན། །དགོངས་པའི་བྱོང་  
ཀྱིས་ལས་ཅན་ཤེས་རྒྱུད་དགོལ། །སྤྲེལ་ཏེ་རུ་ག་ལེ།  
ཆོས་ཀུན་བདེན་མེད་སྐྱུ་མ་སྤར་རྫོགས་ཤིང་། །ཟང་  
ཐལ་རིག་པའི་དེ་ཉིད་གཟིགས་པའི་མཐུས། །ཐོག་



རེག་དངོས་པོ་ཀུན་ལས་ཐལ་བྱུང་བའོད།     རྩུ་འབྲུལ་  
མཐུ་ལྡན་བྱོད་ལ་།     སྟིགས་དུས་བསྟན་དང་འགོ་ལ་  
རབ་འཆེ་བའི།     མི་དང་མི་མིན་འདྲེ་ཆོད་འབྱུང་པོའི་  
དབྱུང་།     དྲག་ཤུལ་རུས་སྟོབས་འབར་བས་ཆར་བཅད་  
ནས།     བྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་སྟོད་ལ་།     དབང་བསྐྱར་  
སྐབ་མཆོད་ཆོགས་འཁོར་སོགས་ཀྱི་སྐབས།     འཇའ་  
འོད་མེ་ཏྲག་ཆར་འབབས་དྲི་བཟང་འབྲུལ།     མཁའ་  
འགོའི་བརྒྱ་སྒྲུ་དང་བཅས་སྐལ་ལྡན་རྣམས།     ཡེ་ཤེས་  
སད་པར་མཛད་ལ་།     མཐོང་ཐོས་དྲན་དང་ཆ་ཤས་རེག་  
པ་ཡང་།     བཀྲན་གྱི་བདེ་བར་དབྱགས་འབྱིན་ངེས་པར་  
སྐལ།     ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་སྒྲན་པའི་གྲགས་པ་ཡིས།     །  
ནོར་འཛིན་བྱོན་ཀུན་བྱུང་ལ་།     ཡེ་ཤེས་རྒྱ་གི་ལྡུ་དང་

སྤྲུལ་ཚུལ་གྱི། །དམ་ཆེན་མཁའ་འགྲོ་མཁའ་མདའི་  
གངས་མོགས་ཀྱི། །ཆགས་ཆེན་ལམ་ལས་འབྲེལ་  
གུར་ཉེ་རུ་ཀའི། །སྐལ་པ་མཉམ་པར་སྦྱར་ལ། །བྱང་  
སེམས་རིགས་ཀྱི་གདུང་འཛིན་ཉེ་སྤྲུལ་བརྒྱད། །འོད་  
ལུས་གྲུབ་པ་མཆོག་གི་བུ་བརྩ་གསུམ། །རིག་འཛིན་  
ས་བརྟེས་བརྩ་ཕྱག་བརྒྱ་ལ་སོགས། །གྲུབ་པའི་རྒྱལ་  
རབས་བསྐྱུན་ལ། །ཐུགས་བསྐྱེད་སྟོབས་སྦྲིན་གདུལ་  
བྱ་དུས་བབས་མཐུས། །མངའ་རིས་དབུས་གཙང་སྟོ་  
མོན་སྤྲུལ་པའི་ཡུལ། །སྤྱོད་ཀྱི་གས་ཀོང་མདོ་ཁམས་  
རྒྱ་བལ་ཚུན། །ཟབ་གཏེར་སྦྲིན་ལས་བརྒྱལ་ལ། །གང་  
ཆེ་དངོས་ཀྱི་མཛད་པ་མཐར་ཕྱིན་ཅིང་། །དོན་ཆེན་  
གཞན་ལ་ཉེ་བར་དགོངས་ནས་སུ། །སྤྱོད་ལ་སོགས་

ངོ་མཚར་ལྟས་དང་བཅས།                      །རྩ་ཡབ་དཔལ་རིར་  
གཤེགས་ལ།                      བརྒྱ་བཀོད་མཛེས་ལ་སོགས་ནིང་  
ནམས་སུ།    །པརྒྱའི་ཕྱིན་ལས་ཕྱོགས་བརྒྱར་སྒྲེལ་བའི་  
ཕྱིར།    །པརྒྱའི་རིགས་ཀྱི་སྐུ་གུ་ཅུ་ཟླའི་གར།    །བསམ་  
མི་བྱབ་པར་སྟོན་ལ།    མགོན་ཁྱེད་ནམ་ཐར་ཡོན་ཏན་གྱི་  
མཚོའི་ཚུལ།    །གུས་པས་དྲན་ཏེ་གདུང་བས་གསོལ་  
འདེབས་ན།    །བྱུགས་རྩེ་རྒྱན་ཆད་མལ་ད་པའི་བཀའ་  
དྲིན་གྱིས།    །ནམ་ཡང་འབྲལ་མེད་རྩེས་སུ་བབྱང་མཛད་  
གསོལ།    །བརྒྱུད་འཛིན་སླིང་ནས་མོས་པའི་བྱ་ནམས་  
ལ།    །བརྩེ་བའི་ཞལ་སྟོན་དགྱེས་པའི་ལུང་མཚོ་ག་  
སྟོལ།    །རྩི་རྩེའི་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་དབང་སྐུར་ལ།    །  
ཉིད་དང་དགྱེ་བ་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོ་བས།    །གསང་

བའི་ལམ་ལས་གདོད་མའི་རྒྱལ་ས་སྟོགས།    |བབ་མའི་  
རིང་ལུགས་འཛམ་གླིང་ཀུན་ཏུ་སྟེལ།    |མི་བད་རྒྱན་གྱི་  
འཁོར་ལོའི་རྣམ་ཐར་སྟེན།    |ཆོས་དབྱིངས་ཀུན་བྱབ་  
བྱོད་དང་མཚུངས་པར་འོག།    |ཅེས་པའང་མོས་གུས་གྱི་ཞོར་དང་  
ལྡན་པའི་དོན་གཉེར་ཅན་དུ་མས་བསྐྱལ་བ་ལས།    འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྩེ་རྩེས་  
བརྩོད་བདེའི་ངག་གིས་རྩེས་སུ་འདོམས་པ་བཞིན་སྟོགས་ལ་སྟེན་ལས་འགྱུར་མེད་  
གྱིས་ཡི་གའི་ལམ་དུ་སྟེལ་བར་བྱས་པ་སྟོར་སྟུ། ॥    ॥

༥ སྐུལ་པའི་གཏེར་ཆེན་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྟོ་རྟེན་འགོ་འདུལ་སྒྲིང་པ་རྩལ་གྱི་

རྣམ་ཐར་གསོལ་འདེབས་དང་གསུམ་ས་བོན་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།། རྣམ་

ཀུན་མཆོག་ལྡན་བདེ་ཆེན་རྟོ་རྟེན་གར། །ཆངས་པ་རྩ་

སྒྲུ་འོད་གསལ་སྒྲིང་པའི་ཞིང་། །རབ་འབྱམས་སྐྱ་

མཆོར་སྟོ་བསྐྱའི་བྱེད་པོ་ནི། །བྱབ་བདག་དཔལ་ལྡན་

སྒྲུ་མར་གསོལ་བ་འདེབས། །ལྷ་ཀྱའི་བསྐྱུན་ལ་སྐུལ་

པའི་དབྱ་བཅོམ་དང་། །པཎ་གྲུབ་རིག་འཛིན་ཐ་མལ་

སྐྱས་ཚུལ་སོགས། །མ་ངེས་འཕྲུལ་གྱི་རོལ་མོ་རིམ་

གཅིག་ཅར། །དུས་གསུམ་ཀུན་ཏུ་སྟོན་ལ་གསོལ་བ་

འདེབས། །བྱད་པར་པད་འབྱུང་རྟོ་རྟེན་དང་བདུད་འཛོམས་

པའི། །འབྲུལ་མེད་འབྱུང་འབྱུར་ལུང་བསྐྱུན་དོན་

མདོན་གྱུར། །སྐྱས་ཡུལ་རྒྱལ་པོ་པར་བཀོད་ཞིང་དུ། །

བཅོད་པོའི་རིགས་སུ་བལྟམས་པ་ལ་།      གཞིན་ལུ་ཉིད་

ནས་བཟང་པོའི་བག་ཆགས་སང་།      །གུ་རུས་ཞལ་

གཟིགས་འགྲོ་འདུལ་སྤྱིང་པ་ཞེས།      །མཆོན་གྱིས་

དབང་བསྐྱར་ཟབ་གཏེར་བདག་པོ་རུ།      །ལུང་བསྐྱར་

དབྱགས་དབྱང་ཐོབ་ལ་།      གྲུབ་མཆོག་འགྱུར་མེད་དེས་

དོན་དབང་པོ་སོགས།      །བཤེས་གཉེན་མང་བསྟེན་སྒྲིན་

གྲོལ་རྒྱབ་བཏེན་བཅས།      །བུམ་པ་གང་གྱེར་གསལ་

བསམ་སྒྲོམ་པ་ཡིས།      །ཐུགས་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་ཐུག་ལ་།

རྒྱ་འབྲས་ཐེག་པའི་ལྟ་སྒྲོམ་གྲུབ་མཐའི་གནད།      །མ་

འདྲེས་དབྱེས་ལ་གཞན་དྲིང་མི་འཛོག་པའི།      །སྤྱིས་

ཐོབ་ཤེས་རབ་གྲོང་བཛོལ་ལྷ་བྲལ་གྱི།      །མཁས་པའི་

དབང་པོར་བསྐྱགས་ལ་།      །ཞི་བདེ་དམན་པའི་མཐའ་ལ་



མིཞེན་པར། བྱིན་རྒྱལ་བསྐྱུ་དངོས་བཞི་ཡིས་ཚད་མེད་  
འགྲོ། མཛོན་མཐོངས་ལེགས་བྱང་ཆུབ་གོ་འཕང་  
ལ། དགྲི་བའི་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོར། བྱང་དོན་  
དཀའ་བྱུང་ངལ་བས་དུབ་མིན་པར། བདེ་སྐྱུར་ཨ་ཏི་  
སྒྲ་མེད་གསེང་ལམ་ནས། བྱུང་པའི་ས་མཐོར་  
གཤེགས་པའི་མཛོན་རྟོགས་ཀྱི། ཡོན་ཏན་གཅིག་ཅུ་  
འབར་ལ། ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོས་ཁ་བྱང་དངོས་སུ་  
སྤྲད། ཆོས་སྦྱང་སྐྱུང་མས་བྱ་བཞིན་མེལ་ཆེ་  
མཛད། འབར་བ་གསུམ་དང་འདྲ་བ་རྣམ་གསུམ་  
དབང་། ཀྱུན་གྱིས་གཙུག་ཏུ་བཀྱར་ལ། དུས་ཀྱི་  
མཐར་ཡང་སྤྲ་འགྱུར་བཤད་སྒྲུབ་བསྟན། མི་རྣམ་  
ཕྱོགས་བརྒྱར་སྤེལ་བའི་བྱུགས་བསྐྱེད་ཀྱིས། སྤྲས་

སྒྲོངས་ཨེ་ལྟོ་བདེ་ཆེན་ཆོས་འཁོར་སོགས། །དགོ་  
འདུན་འདུས་སྡེ་བཏབ་ལ། །དོན་ཆེན་ལ་དགོངས་རང་  
སྐལ་ས་ཡི་གཏེར། །འདོན་པའི་རྩལ་བཏང་བཀའ་རྩིང་  
བསྟན་སྦྱང་ཕྱིར། །མཛོད་ཆེན་ལང་སོགས་བརྒྱད་སྟོལ་  
ཀུན་འདུས་ཀྱི། །བསྟན་པའི་རྩལ་མཆོན་བསྒྲོངས་ལ།  
ཚོད་དུས་སྒྲིགས་མའི་སྡེ་འགྲོའི་མཆོད་སྦྱང་དུ། །རྩ་  
ཡབ་དཔལ་རིའི་ཕོ་བྲང་རྟེན་བརྟེན་པ། །སྒྲུབ་པའི་སྡེ་  
བཅས་སྡོན་མེད་རབ་བསྟན་པས། །བསྟན་འགྲོའི་རྒྱད་  
སེལ་མཛོད་ལ། །གཞན་ཡང་སྡེ་གསུམ་བཅས་ཕྱི་མོའི་  
ལེགས་མཆོན་པའི། །རྟེན་གསུམ་རྣམ་མང་བསྟན་པའི་  
བཅས་སུ་བཞེངས། །ཁོད་ཁམས་ཕན་བདེའི་རྩ་ལག་  
གཉེན་གཅིག་ཕྱུར། །པད་མས་མངགས་པའི་ཕོ་ཉར་།

སྟོ་འབྲུག་བལ་བོད་མདོ་ཁམས་རྒྱ་དཀར་ནག །མ་

ལུས་ཞབས་བཅགས་ཆོས་དང་དམ་ལྡན་སོགས། །

ཞལ་མཇལ་གསུང་ཐོས་གཏམ་གྱིས་འབྲེལ་པ་ཚུན། །

པར་འོད་དུ་འབྲིད་ལེ། སྐྱེས་ཆེན་རྒྱལ་སྟོན་བླ་མའི་

ཆོགས་རྣམས་གྱིས། །ཞབས་ལ་བརྟུང་ཁྱད་ཁེངས་

དེགས་མི་མངའ་ཞིང་། །ཆོས་བརྒྱད་རོ་སྟོམས་ཐ་མལ་

སྤུས་ཚུལ་གྱི། །བརྟུལ་ཞུགས་ཁོ་ན་སྦྱིང་ལེ། །ཞིང་

ཁམས་བགྲོད་དང་སྒྲ་མ་ལྟས་རྗེས་བཟུང་། །མཁའ་

འགྲོས་ལུང་བསྟན་དག་སྒྲིང་འབྲུམས་གྲུས་

གཟིགས། །དེ་ལྟར་ཡང་གསང་བ་བསྟུང་ལ་

དགྱེས། །བདག་བསྟོད་མཆོག་འཛིན་སྤངས་ལེ།

དུས་བབས་དགོངས་གཏེར་མཁའ་འགྲོའི་སྦྱིང་བྲག་

བཅུད། །འདུས་གསལ་སྒྲིང་པོ་གང་འབྲེལ་འཆོང་བའི་

ཆོས། །གཏན་ལ་ཕབ་ཅིང་ལས་ཅན་བུ་ལ་སྐྱལ། །

གཏེར་འབྲིན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོར་༥ སྒྲོ་ཚོགས་བྱུགས་

གསུམ་བཀའ་དགོངས་ཕུར་པ་སོགས། །གཏེར་རྫིང་

དུ་མ་འབྲུགས་སྒྲེབས་གབ་ཕུངས་ནས། །ཀུན་གྱིས་

འདུག་བདེའི་ཆོག་བྲིགས་མན་ངག་གིས། །གསང་

བསྟན་གསལ་བར་མཛད་ལ་༥ མའོངས་གྲགས་ཀྱི་དཔུང་

འཛོམས་རིགས་ལྡན་སྐྱར། །བཞེངས་ནས་འབྲས་བུའི་

བསྟན་པ་སྒྲེལ་བའི་མཐར། །རྣམ་འདྲན་སྟོང་ཅུའི་ཕྱིན་

ལས་དང་མཉམ་པའི། །སངས་རྒྱས་མོས་པར་གྱུར་

ལ་༥ མདོར་ན་མཁྱེན་བཙུ་བྱས་པའི་རྩལ་འབར་

བས། །སྤྱིད་ན་རྩོད་མེད་འགྲན་བྲལ་སྐྱལ་པའི་སྐྱ། །

ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་དོན་ལྡན་མགོན་ཁྱེད་ཀྱི། །གསང་  
གསུམ་ཡོན་ཏན་རྒྱན་པས་གསོལ་བ་འདེབས། །  
མཚུངས་མེད་རྗེ་བཙུན་སྒྲ་མའི་རྣམ་པར་ཐར། །རྗེས་སུ་  
རྒྱན་པས་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས། །སྐྱེ་ནས་སྐྱེ་  
བར་ཁྱེད་ཞབས་འབྲལ་མེད་བསྟེན། །དོན་བརྒྱད་  
དགོངས་པ་སྟོང་ལ་འཕོ་བར་ཤོག། །མཐའ་བྲལ་རིག་  
སྟོང་གཉུག་མའི་ལྟ་བུ་ཉོགས། །འོད་གསལ་ཁོར་ཡུག་  
སྟོམ་པ་ཆད་དུ་འབྱོལ། །སྐྱེས་གྲོལ་སྦྱོད་པས་བོགས་  
དབྱུང་གཏིང་འཆོས་ནས། །ཆོ་གཅིག་ཡེ་ཤེས་སྒྲ་མར་  
སངས་རྒྱས་ཤོག། །ཅིས་པའང་མཆེད་གྲོགས་རྣལ་འབྱོར་དམ་པ་རིག་  
བབ་དེ་རྗེས་ནན་བསྐྱལ་མ་ལྟོག་པར་གར་སྦྱིད་ཀྱི་སྤྱང་འབྲམས་སྟོམས་ལས་པ་  
སངས་རྒྱས་དེ་རྗེས་སྒྲ་མ་མཆོག་གི་གསང་བ་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རང་ཉིད་ཀྱིས་

མཐོང་ཆོད་དང་གཏེར་ལུང་སྒྲིལ་ཁྱེད་སྐྱེས་ནས་སྒྲོ་སྒྲུར་བྲལ་བར་དཔལ་  
ལྷགས་པོ་རིའི་ཆོས་གྲུར་སྒྲུར་བ་འདི་དགོ་ལེགས་འཕེལ།།



བདེ་སྟོང་འགྱུར་མེད་ཀུན་བཟང་ཆོས་དབྱིངས་  
 མཁའ་དུ། །ཆོད་མེད་མཁྱེན་བཅུའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲིན་བཀོད་  
 དེ། །དག་ལེགས་བྱ་གས་རྗེའི་གྲུ་ཆར་འབེབས་མཁའ་  
 དུ། །བྱུང་བདག་སྤྲེལ་མ་མཆོག་ལ་གསོལ་བ་  
 འདེབས། །བསྐྱེད་བཟང་ཞེས་བྱ་གས་སྒྲིན་མེའི་ཞིང་  
 ཁམས་འདིར། །རྣམ་འདྲེན་སྟོང་རྩའི་རིགས་ཀྱི་ཅོད་  
 དན་དུ། །རྣལ་འབྱོར་དབང་ཕུག་མཆོག་གི་སྐྱུར་སྟོན་  
 དུ། །རྒྱས་ལྡན་རྗེ་རྗེ་འཆང་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །  
 རྒྱལ་བ་གཞན་གྱིས་སྤངས་པའི་ཅོད་ལྡན་འགྲོ། །ཉི་  
 མའི་གཉེན་གྱིས་བདག་གིར་བཞེས་པ་ན། །ཉིང་དང་  
 དབྱེར་མེད་ཤེས་རབ་ཅན་མཆོག་ཚུལ། །འཕགས་པ་

ལྷ་རིའི་བུ་ལ་།           མི་ཤིགས་ཟག་མེད་ལང་ཆོས་རབ་  
སྒྲིམ་པའི།           ཅིར་སྒྲུང་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཉག་སྤོར་  
གྲིས།           ཁམས་གསུམ་བརྟན་གཡོའི་སྒྲིག་ལ་རྒྱས་  
འདེབས་པ།           བྲམ་བེས་ར་ཏ་ལ་།           ལས་ཅན་སྟ་  
གཅིག་ཨིན་བྱ་ཏི་ཡི།           བཀའ་ལུང་དོ་ཤལ་གྲིས་སྒྲུང་  
རྒྱལ་པོའི་བྲིམས།           ཤན་དང་བདེ་བར་སྤོང་བའི་མདུན་  
ན་འདོན།           ཆོས་སྒྲོན་གྱི་ཕྱོ་འཛིན་ལ་།           ཏེ་རུ་ཀ་དཔལ་  
བདེ་ཆེན་སྐྱུ་མའི་གར།           མི་འགྱུར་མཆོག་གི་ཡེ་ཤེས་  
མདོན་དུ་གྱུར།           ཡང་དག་གྲུབ་པ་བྱགས་གྱི་རིག་པ་  
འཛིན།           སྒྲོབ་དཔོན་རྩྱ་ཀ་ར་ལ་།           སངས་རྒྱས་གཉིས་  
པ་པར་ཀ་རའི་དུང་།           ཉིད་དང་དགོངས་མཉམ་སྤྲུགས་  
གྱི་གྲུབ་བརྟེས་ཚུལ།           ཁྱེ་སྤངས་ཙམ་གྲིས་ནམ་མཁའི་

བྱ་རྣམས་འགྲུགས།      །འབྲོག་བན་ཁྱེའུ་ཆུང་ལོ་རྩྱུར་ཅེ་  
སྒྲ་བའི་སེང་གེས་དངོས་སུ་རྒྱུ་བཟུང་བས།      །ཇི་སྟེང་  
ཆོས་རྣམས་ཇི་བཞིན་ཡོངས་གཟིགས་ནས།      །ཐབས་  
མཁས་མཛད་པས་འགྲོ་སྒྲོལ་སེམས་དཔའ་ཆེ།      །ཇི་བོ་  
སྒྲི་ཏི་རྩྱ་ནར་ཅེ་      བཅུ་ཕྱག་རིག་པའི་གནས་ཀྱན་མཐར་  
སོན་པས།      །རྒྱལ་བསྟན་ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་དཔལ་  
འབར་བ།      །སྤྲུལ་འཛིན་སྤྲུངས་ཀྱི་པ་རྩེ་ཏ་ཆེན་པོ།      །འོང་  
བོམ་ཆོས་ཀྱི་བཟང་པོར་ཅེ་      །རྒྱལ་དབང་པད་འབྱུང་  
ཐུགས་རྒྱུ་ཆུ་གཏེར་ལས།      །ཡོངས་ཐོན་སྤུལ་བྱུང་  
ཐོན་ལས་འོད་སྤྲུང་ཅན།      །སྤྲུལ་འབྱུར་བསྟན་པའི་ཉི་མ་  
ཀུན་ཐོག་པ།      །དམ་པ་བདེ་གཤེགས་ཞབས་ལ་ཅེ་      བདེ་  
གཤེགས་ཕག་མོ་གྲུ་པའི་ཐུགས་ཀྱི་སྤྲུལ།      །ནང་གི་

ལམ་ནས་རྟོགས་པ་སྒོང་དུ་གྱུར།      །གངས་ཅན་གྱུབ་  
པའི་བྱ་མཆོག་ཏེ་རུ་ཀ།    །དཔལ་ལྷན་སྤྱིང་རྩེ་རས་པར་།  
མད་བྱང་མཁྱེན་བརྩེའི་སྒྲིང་བ་སྒྲིང་འབར་བས།      །  
བསིལ་སྒྲིངས་ཕན་བདེའི་པད་ཆལ་གཅིག་ཅར་  
འབྱེད།    །འཇམ་དབྱངས་མི་ཡི་རྩེ་བོའི་ལྷར་གྱུར་པ།    །  
འགྲོ་མགོན་ཆོས་རྒྱལ་འཕགས་པར་།    སྒྲོས་བྲལ་ཆོས་  
ཉིད་དོན་དམ་བདེན་པ་མཆོག་      །ཇི་བཞིན་གཟིགས་  
ལས་སྤྱིད་པའི་འཆིང་བ་གྲོལ།      །གཡོ་མེད་ཆོས་སྒྲུའི་  
རྒྱལ་ཐབས་མངའ་བརྟེས་པ།    །བྱམ་གྱི་མཁའ་ནག་པ་  
ལ་།    རྒྱ་ཆེན་བརྟུལ་ཞུགས་སྒྲོན་ལམ་གྱུབ་པ་ལས།    །  
མ་རུངས་གདུལ་དཀའི་གྲོད་པ་འགོམས་པ་ལ།    །མཐུ་  
སྒྲོབས་ཞོ་འབྱུང་རྩེ་རྩེའི་མཆོན་འཆང་བ།      །ཏེ་པ་ཆོས་

འབྱུང་ཞབས་ལ། སྤྲུལ་ཡུལ་ཆོས་ནོར་དམ་ཇུས་ལ་  
སོགས་པ། རི་མཆར་གནས་གཏེར་བརྒྱ་ཅུའི་མངའ་  
བདག་ཆེ། །ས་བཅུའི་དབང་ཕྱུག་གྲུབ་པའི་འཁོར་  
ལོས་སྐྱུར། །ཁྱལ་འབྱུང་བདུད་འདུལ་དེ་ཇེར། བརྒྱ་  
དག་པོ་དངོས་སྒྲུང་གྲོང་གསལ་སྟེང་། །གང་གི་ཆོས་  
དང་རིགས་ཀྱི་གདུང་བཟུང་ནས། །ངེས་དོན་སྟེང་པོའི་  
རིང་ལུགས་གསལ་མཛད་པ། །རྒྱལ་སྤྲུལ་བསོད་  
ནམས་ལྡེ་རུ་བཙོན་ལ། །ལྷག་པའི་ལྷ་ཡིས་ཇེས་བཟུང་  
བྱིན་བརྒྱབས་ཤིང་། །ལས་འགྲོའི་དབང་གིས་མཁའ་  
འགྲོའི་གསང་མཛོད་འཛིན། །འབྲེལ་ཚད་པརྒྱ་འོད་དུ་  
འབྲིད་མཛད་པ། །བདུད་འདུལ་རོལ་པ་རྩལ་ལ། མི་  
མིན་རང་སྒྲུང་སྟོན་པའི་ཕ་ཕོག་ཐོབ། །ཀུན་བཟང་

ཐུགས་གྱི་གཏེར་ཁ་གྲོང་ནས་བཏོལ།      རྣམ་མཁའི་  
ནལ་འབྱུར་འཆོལ་བའི་བྲོ་རྒྱལ་དངོས།      གར་དབང་  
བདུད་འཛུམས་དཔའ་བོ་ལ།      ར་ཡབ་སྤིང་ནས་གུ་རུ་  
ཡབ་ཡུམ་གྱིས།      དགོངས་པའི་ཐོད་གཏད་དབུགས་  
དབྱུང་ཐོབ་པ་ལས།      གསང་ཆེན་བསྟན་པའི་རྒྱལ་  
མཆོན་ཀུན་ཏུ་བསྒྲེང་།      འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྗེ་རྗེར།  
གཞན་ཡང་གདུལ་བྱའི་ཁམས་དབང་བསམ་པ་  
དང་།      རྒྱལ་པའི་བྱད་པར་དག་དང་རྗེས་མཐུན་  
པར།      གང་ལ་གང་འདུལ་དེ་དང་དེར་སྒྲུང་བའི།      །  
ནམ་འབྱུར་པ་མཐའ་ཡས་ལ།      རྣམ་ཞིག་བྱུང་བསྟན་  
སྤྱོད་སྒྲུབས་བཅོལ་ཆེ།      རྒྱལ་རུ་རྗེ་རྗེ་ཆོན་པོ་  
ཞེས།      རིགས་ལྡན་རྒྱལ་པོའི་སྤྱིད་པ་ཉེར་བབྱུང་སྟེ།      །



མཐའ་དམག་གཞིམ་པར་མཛད་དེར་༥ མ་འོངས་

བསྐལ་བཟང་འདྲན་པ་ཡོངས་ཀྱི་མཐར། །བདེ་

གཤེགས་མེས་པ་འོད་མཐའ་ཡས་པའི་སྐར། །

བཞེངས་ནས་ཚད་མེད་འདུལ་བ་རྣམ་པ་བཞིས། །འགྲོ་

ཁམས་དོང་ནས་སྐྱགས་ལ་༥ མི་ཕྱེད་སྟེང་ནས་གུས་

པས་གསོལ་བཏབ་མཐུས། །ཆེ་རབས་ཀུན་ཏུ་འཁོར་

ལའི་མགོན་ཁྱེད་ཉིད། །མི་འབྲལ་གཙུག་གི་ཁོར་བུར་

ཏྲག་བསྟེན་ནས། །གསུང་གི་བདུད་ཅིར་སྟོང་པའི་

སྐལ་ལྡན་ཤོག །ཚད་མེད་བཙེ་ཆེན་ཐུགས་རྗེའི་གཞན་

དབང་གིས། །རྗེས་བཟུང་ཐུགས་ཀྱི་སྤྲུལ་སྤྱུང་ནས་

ཀྱང་། །གང་གི་ཕྱིན་ལས་ཕྱོགས་བརྒྱར་སྟེལ་རུས་

པའི་། །སྟེང་སྟོབས་དག་བའི་རིགས་སུ་སང་པར་

ཞོག་ཤིང་འཛིན་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་དུ། རྟོན་འཁོར་  
དགོངས་པ་དབྱེར་མེད་པོ་གཅིག་པར། མངོན་སའདུས་  
རྒྱལ་ལོ་མཁའ་ཁྱུང་ཡིད་ཅན་འགྲོ། འདྲེན་པའི་དེད་  
དཔོན་ཆེན་པོར་བདག་གྱུར་ཅིག། ཅེས་པའང་མོས་ལྷན་དོན་དུ་  
གཉེར་བ་ཅན་འགའ་ཞིག་གིས་བདག་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེས་རབས་གསོལ་འདེབས་སུ་  
བྱས་པ་ཞིག་དགོས་ཞེས་སྒྲུབ་ནས་ཏན་ཆེན་པོས་བསྐྱེད་པའི་གཡུང་རྩ་མཁའ་ལྷོག་  
ཙམ་དུ། གཏེར་ལུང་རྣམས་དང་རིག་འཛིན་གོང་མའི་གསུང་ལ་བྱུངས་སུ་བྱས་  
ཏེ་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྗེ་རྗེས་བྲིས་པ་དགོ་ལེགས་སུ་གྱུར་ཅིག། །

བརྟན་མཁའ་ཡོན་ཏན་ཀུན་རྗེ་གསུངས་སྡེ་སྡོད་འཆང་། །  
འཇམ་དབྱངས་སྒྲ་མའི་བྱིན་ཐོབ་རིག་པ་འཛིན། ཇེས་  
གསལ་རྗེ་རྗེ་ཐེག་པའི་ཤིང་རྟ་མཆོག་ ཇེད་ལ་ལྷན་སྒྲ་  
མའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ཇེ་དང་སྒྲུབ་པ་

མཐའ་རུ་བྱིན་པ་དང་།      །སེམས་ཉིད་གནས་ལུགས་  
རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།།    །

༥ ར་མོ་གུརུཾ ཨོཾརྩཱུ་རིན་པོ་ཆེའི་གསོལ་འདེབས་སྒྲིའི་རྟེན་བསྐྱེད་

ལ། ཐོག་མར་སྐྱབས་སུ་འགོ་བའི། ར་མོཾ གྲླ་མ་བདེ་གཤེགས་

འདུས་པའི་སྐྱཾ དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་

ལཾ བདག་དང་འགོ་དྲུག་སེམས་ཅན་རྣམསཾ བྱང་

ཆུབ་བར་དུ་སྐྱབས་སུ་མཆིཾ སེམས་བསྐྱེད་ནི། སེམས་

བསྐྱེད་འགོ་བ་ཀུན་དོན་དུཾ གྲླ་མ་སངས་རྒྱས་

བསྐྱབས་ནས་ནིཾ གང་ལ་གང་འདུལ་ཕྱིན་ལས་

ཀྱིསཾ འགོ་བ་བསྐྱལ་བར་དམ་བཅའ་འོཾ ཡན་ལག་

བདུན་པ་ནི། གྲླ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགོ་གཤེགསཾ ཉི་ཟླ་

པརྟའི་གདན་ལ་བཞུགསཾ ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་

གས་ཕྱག་འཆེལཾ ཕྱི་ནང་གསང་བའི་མཆོད་པ་

འབུལཾ ཉམས་ཆག་སྒྲིག་སྒྲིབ་མཐོལ་ཞིང་

བཤགས་ལྟུང་། གསལ་སྒྲགས་བསྒྲགས་ལ་རྩེས་ཡི་རང་།  
སྒྲིན་གྲོལ་གསལ་སྒྲགས་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་། ལྷ་རྩ་  
མི་འདའ་བཞུགས་སུ་གསོལ་། སྒྲིང་པོ་སེམས་ཅན་  
དོན་དུ་བསྐྱོར་། ཡང་དག་རྩེ་རྩེ་དོན་རྩེ་གསལ་ཤོག རྩེ་  
བསྐྱོར་དངོས་ནི། མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་འོད་ལྔ་འོད་སྐྱོང་།  
སེང་བྱི་པར་ཉི་ཟླ་འོད་སྐྱོང་། ལྷ་གསུམ་རྒྱལ་བ་འདུས་  
པའི་དངོས་། ཅུ་བའི་སྒྲུ་མ་པར་འབྱུང་། དཀར་  
དམར་མདངས་ལྔ་མེ་འོད་ཉམས་། པད་ལྷ་གསལ་  
ཕོད་ཆོས་གོས་དང་། ཟེའོག་བེར་སྒྲུག་བརྩེད་པར་  
གསོལ་། ལྷ་གསུམ་རྩེ་རྩེ་རྩེ་ལྷ་དང་། གཡོན་པས་  
བྱུ་ཆོ་བུམ་བསྐྱུམས་། ལྷ་མོ་གཡོན་ན་ཁ་རྩེ་འཆང་།  
རྩེ་རྩེ་སྒྲིལ་ཀྱང་དང་བཅས་ཏེ། ལྷ་གསུང་ལྷ་གསུང་གྱི་

དགྱིལ་འཁོར་ལས།                      ཙ་གསུམ་ཆོས་སྤང་རབ་

འབྲམས་ཀུན།                      འཕྲོ་འདྲེའི་གཟི་བྱིན་ལམ་མེ་བ།

མངོན་སུམ་བཞིན་དུ་བཞུགས་པར་གྱུར།                      ཅེས་གསལ་

བཏབ་ལ།                      གསོལ་འདེབས་ལེན་བདུན་མ་དང་བསམ་པ་ལྟན་འགྲུབ་མ།

གཞན་ཡང་ཆོག་བདུན་གསོལ་འདེབས་དང་།                      བར་ཆད་ལམ་སེལ་སོགས་

གཏེར་ཁ་སྤྱི་ལས་བྱང་བ་དང་།                      དམ་པ་གོང་མའི་དྲོ་མའི་གསུང་ཆོགས་བྱིན་

རྒྱབས་ཅན་གྱི་གསོལ་འདེབས་གང་རིགས་མོས་གྲུས་གདུང་ཤུགས་དྲག་པོས་

བྱས། དེ་ཙམ་མི་རྣམས་ན་སྤྱོད་སྤྱོད་གསུམ་དང་།                      བསམ་པ་ལྟན་གྲུབ་ཁོ་ནས་ཀྱང་

ཆོག                      གང་ལྟར་ཡང་མཐུག་ཏུ་བྱགས་རྒྱུད་བསྐྱལ་བའི་ཕྱིར་བཟོ་གྲུ་རུའི་

བཞུས་པ་ཅི་རྣམས་བྱས་མཐར།                      སྤྱོད་མའི་གནས་གསུམ་འབྲུ་

གསུམ་ལས།                      འོད་ཟེར་རིམ་དང་གཅིག་ཆར་འཕྲོས།

བདག་གི་གནས་གསུམ་གྱིས་པ་ཡིས།                      དབང་བཞི་



ཐོབ་ཅིང་སྒྲིབ་བཞི་དག།      ལམ་བཞི་བསྐོམ་པའི་སྡོད་  
དུ་གུར།      མཐར་ནི་རང་གི་མ་དགེར་མེད་ངང་།      སྒོ་  
འདས་ཆོས་སྒྲུའི་རང་ཞལ་བལྟ།      དག་བ་འདི་ཡིས་  
སྒྱུར་དུ་བདག་      །ཨོ་རྒྱུ་སྒྲ་མ་འགྲུབ་གུར་ནས།      །འགྲོ་  
བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ།      །དེ་ཡིས་ལ་འགོད་པར་  
ཤོག།      །ཅེས་སོགས་བསྒྲོ་སྒྲོན་གྱིས་རྒྱས་གདབ་བོ།      །ཞེས་པའང་སྤྱལ་པའི་  
གཏེར་ཆེན་མཆོག་གུར་བདེ་ཆེན་གླིང་པའི་བྱུགས་དམ་ཞལ་འདོན་དུ་འདི་ལྟར་  
གྲིས་ཞེས་བཀའ་སྤྱལ་པ་ལྟར།      མཆོ་སྒྲིས་སྒྲ་མ་དགེས་པའི་འབངས་མཁུན་  
བཙུངའི་དབང་པོ་པདྨ་འོད་གསལ་མདོ་སྒྲགས་གླིང་པའི་སྒྲེས་གྲིས་པ་དག་ལེགས་་  
སུ་གུར་ཅིག།  ༥

བདུན་མ་ཀམ་ཐུང་། གུ་རུ་ན་མོ། མེ་པོ་ཏྲི་ལོ་རྒྱལ་གྱི་རྒྱ་བ་ལ། དཔལ་  
 བསམ་ཡས་སུ་ཆོག་པ་གྱི་མཆོད་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་བཏང་བའི་དུས་སུ། སྟོབ་དཔོན་  
 ཆེན་པོ་པརྟ་འབྱུང་གནས་ལ། དགོ་སྟོང་ནམ་མཁའི་སྒྲིང་པོ་དང་། རྒྱལ་པོ་ཁྱི་  
 སྟོང་ལྡེ་རུ་བཅོན་དང་། མཁའ་འགྲོ་ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་དང་། ལྷ་ནམ་རྩེ་རྩེ་  
 བདུད་འཛོམས་དང་། ལྷ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་གྱི་བཅོན་པོ་དང་ལྷ་ས་ཕུག་དང་བསྐྱོར་བ་  
 བྱས་། རིན་པོ་ཆེའི་མཁྲལ་ཕུལ་ནས་ཁུས་པ། གྱེ་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ལགས་།  
 གསང་སྤྲགས་གྱི་ཆོས་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་ནང་ནས་དམ་ཆོག་བསྐྱུང་བ་  
 གལ་ཆེ། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་རྒྱ་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་གཙོ་ཆེ་བར་  
 གསུངས་གདའ་བས། བདག་ཅག་རྣམས་ལ་དང་བ་འདྲེན་པ། ཕྱིན་རྒྱ་བས་ཆེ་  
 བ། གང་ཟག་ཐམས་པ་སྟོ་སྟོངས་པས་ཆོག་གི་ར་མདར་སྤྲན་པས་གསང་  
 སྤྲགས་གྱི་ལྷ་རྣམས་གྱི་ཕུགས་དམ་བསྐྱུལ་བ། གུ་རུ་ཉིད་གྱི་ཕྱིན་རྒྱ་བས་འཇུག་

པུ། ཉང་ཉུབ་ཏུ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ལ་ཆོག་ཉུང་ལ་དོན་འདུས་པ་ཞིག་བདག་  
ཅག་དང་མ་འོངས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱིས་གསུང་བར་  
ཞུ་ཞེས་ཞུས་པས། སློབ་དཔོན་ཆེན་པོས་བཀའ་སྩལ་པ། ཉོན་ཅིག་བོད་ཀྱི་  
སྐལ་ལྷན་རྣམས། གསང་སྤགས་ཀྱི་ཐེག་པ་འདི་འབྱུང་བ་ནི་དགོན་ཏེ། སྡོན་  
སངས་རྒྱས་འོད་སྤང་ཆེན་པོས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བའི་དུས་སུ་ཡང་གསང་  
སྤགས་དྲེའི་ཐེག་པ་འདི་མ་གསུངས། སངས་རྒྱས་བྱེ་བ་ཤྲག་བརྒྱད་ཅུ་ཙ་  
བཞིས་ཀྱང་མ་གསུངས། མ་འོངས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་གསུང་  
བར་མི་འབྱུང་རོ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། འགྲོ་བ་རྣམས་སྤོད་དུ་མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར་རོ།  
སྡོན་བསྐལ་པ་ཐོག་མ་ལ་བསྐལ་པ་ཀུན་བཀོད་ཅེས་བྱ་བ་བྱུང་བའི་ཆེ། སངས་  
རྒྱས་སྡོན་བྱུང་གི་རྒྱལ་པོ་ཞིས་བྱ་བའི་བསྟན་པ་ལ་གསང་སྤགས་རྒྱ་ཆེར་  
བསྒྲགས་སོ། ད་ལྟར་གྱི་སངས་རྒྱས་ལྟ་བུ་བྱུང་བའི་བསྟན་པ་འདི་ལ་གསང་  
སྤགས་བྱོན་པའོ། ད་སྟེ་བསྐལ་པ་བྱེ་བ་འདས་པའི་འོག་ཏུ་བསྐལ་པ་མེ་ཏོག་

བཀོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་འབྱུང་བའི་ཆེ་      སངས་རྒྱལ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཞེས་བྱ་  
བ་ད་ལྟའི་ང་དང་ཚུལ་མཐུན་པ་ཞིག་འབྱུང་སྟེ་      དེས་གསང་སྒྲགས་རྒྱ་ཆེར་སྟོན་  
པར་འབྱུང་རྟེ་      བསྐྱལ་པ་དེ་གསུམ་ནི་འགྲོ་བ་རྣམས་སྟོད་དུ་རུང་བའི་ཕྱིར་རྟེ་  
བསྐྱལ་པ་དེ་གསུམ་མ་ཡིན་པ་དུས་ནམ་ཡང་གསང་སྒྲགས་མི་འབྱུང་རྟེ་      དེ་  
བས་ན་བསྟན་པ་འདི་ལ་དལ་འབྱོར་གྱི་མི་ལུས་ཐོབ་      གསང་སྒྲགས་གྱི་སྒྲོར་  
ཞུགས་པ་རྣམས་ནི་ལེ་ལོ་དང་བཏང་སྟོམས་གྱི་དབང་དུ་མ་སོང་བ་གལ་ཆེ་      ད་  
གསང་སྒྲགས་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་དགོས་པའི་ཆོས་བཞི་བྱ་བ་ཆང་དགོས་      དེ་  
མ་ཆང་ན་དམ་ཆོག་ཉམས་ཏེ་འཁོར་བར་འབྱུངས་ངེས་      ངན་སོང་དུ་ལྷུང་  
ངེས་      དེ་ཅི་འདྲི་ཕྱིར་ཞེ་ན་      དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱལ་རྣམས་གྱིས་ཀྱང་ཉོན་  
མོངས་པ་རང་རྒྱུད་དུ་སྤྱད་པས་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་མ་གསུངས་སོ་      དགོས་པའི་  
ཆོས་བཞི་ནི་      སྒྲོ་གསུམ་ཐམལ་དུ་འཆོར་བ་ལ་འབྲི་བ་བཙན་ཐབས་སུ་གཅོད་  
པའི་གདམས་ངག་དགོས་      ཉོན་མོངས་པ་དུག་ལྲ་སྟོབས་ཆེན་དུག་ལྲ་རང་

གྲོལ་དུ་ཤེས་པའི་གདམས་ངག་དགོས། འདུ་འཛིན་གཡེང་བའི་དབང་དུ་སོང་ན་  
རེ་དོགས་བར་ཆད་དུ་ཤེས་པའི་གདམས་ངག་དགོས། དམ་ཆོག་གཙང་མ་  
བསྐྱུང་བ་ལ་སྐྱེས་བུས་གཞུ་འགངས་པ་ལྟ་བུའི་གདམས་ངག་དགོས། དེ་ཡང་  
གསང་སྤྲགས་ཀྱི་ཐེག་པ་ནི་ཨུ་དུས་རའི་མེ་ཏོག་ལྟ་བུ་སྟེ། འབྱུང་བར་མི་  
འབྱུང་། གལ་ཏེ་འབྱུང་ཡང་ཡུན་དུ་མི་གནས་སོ། དེ་ནི་འགྲོ་བ་རྣམས་སྣོད་དུ་  
མ་གྱུར་པའི་སྤྱིར་རོ། ད།ཁྱེད་རྒྱལ་པོས་དབུ་མཛད་པ་རྣམས་ཉོན་ཅིག། བསྟན་  
པ་འདི་ལ་དལ་འབྱོར་གྱི་མི་ལུས་ཐོབ། གསང་སྤྲགས་ཀྱི་སྒྲོར་ལུགས། ཆེ་  
འདི་ལ་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི། ཅུ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་དམ་ཆོག་  
གཙང་མ་བསྐྱུང་བ་གལ་ཆེ། དེ་མ་བསྐྱུང་ན་འཆོ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲོན་བཙལ་བས་རེག་  
ཕུང་གི་དུག་དང་འཕྲད་པ་ལྟ་བུའོ། དམ་ཆོག་སྐྱུང་བ་ལ་དད་པ་དང་བརྩོན་  
འགྲུས་ཤེས་རབ་གསུམ་ཚད་དགོས། དད་པ་མེད་ན་གསང་སྤྲགས་ཀྱི་སྣོད་དུ་  
མི་རུང་། བརྩོན་འགྲུས་མེད་ན་ལེ་ལོ་ཅན་ཐམས་ལ་དུ་འཆོར། ཤེས་རབ་མེད་ན་

གསང་སྒྲགས་ཀྱི་ལྟ་སྟོང་ཟབ་མོ་དབྱེ་མི་ཤེས་པ་      གསང་སྒྲགས་ནི་འགྲོ་བ་དང་

གྲས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་བྱོན་པ་ཡིན་པ་      དེ་ཡང་རང་ལ་གསང་སྒྲགས་སྟོན་པའི་སྒྲ་མ་

དེ་སངས་རྒྱུ་དངོས་སུ་ཤེས་པས་གསོལ་བ་འདི་ལྟར་ཐོབ་ཅིག་གསུངས་སོ་

ཨོ་མ་རྟོ་      སྟོས་བྲལ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་ནིང་ཁམས་

སུ་      ཆོས་ཉིད་དུས་གསུམ་སྟེ་འགག་མེད་པའི་ངང་

བྱ་བྲལ་ལྟུན་ཚོགས་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་སྐྱེ་      རྣམ་མཁའ་

བཞིན་དུ་ཐུགས་རྗེ་སྟོགས་རིས་མེད་      སྒྲ་མ་ཆོས་ཀྱི་

སྐྱེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་      ཨོ་རྒྱན་པར་འབྱུང་གནས་

ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་      བདེ་ཆེན་ལྟུན་གྱིས་གྲུབ་པའི་

ནིང་ཁམས་སུ་      སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་དང་ཡོན་ཏན་ཕྱིན་

ལས་ཀྱི་      ཡེ་ཤེས་ལྟ་ལྟུན་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྐྱེ་

ཐུགས་རྗེའི་བྱེ་བྲག་སྐྱ་ཆོགས་སོ་སོར་སྟོན་      སྒྲ་མ་



ལོངས་སྤྱོད་ཚོགས་སྐྱེལ་གསོལ་བ་འདེབས། ཨོ

ཀྱན་མེད་འཇིག་རྟེན་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ།

ཐུགས་ཅེ་ཆེན་པོས་འགྲོ་བའི་དོན་ལ་བྱོན། གང་ལ་

གང་འདུལ་ཐབས་ཀྱིས་འགྲོ་དོན་མཛད། འདས་དང་

མ་བྱོན་ད་ལྟ་དུས་གསུམ་གྱི། གྲམ་སྤྱེལ་པའི་སྐྱེལ་

གསོལ་བ་འདེབས། ཨོ་ཀྱན་པར་འབྱུང་གནས་ལ་

གསོལ་བ་འདེབས། ཁ་སྐོང་བརྒྱད་འདེབས་ནི།

ཆོས་སྐྱུ་ཀུན་ཏུ་བབང་པོལ་གསོལ་བ་འདེབས།

ལོངས་སྐྱུ་རྒྱལ་བ་རིགས་ལྡེལ་གསོལ། སྤྱེལ་སྐྱུ་

རིགས་གསུམ་མགོན་པོལ། ཡང་སྤྱེལ་དགའ་རབ་རྩ་

ཅེལ། སྟོབ་དཔོན་འཇམ་དཔལ་བཤེས་གཉེན་ལ།

རིག་འཛིན་གྲོ་སིངྒ་ལ་གསོལ། དཀ་ཆེན་བི་མ་ལ་མི་

ཏ་ལ་ཟྱུལ་སྤྲུལ་པ་རྒྱ་འབྱུང་གནས་ལ་ཆོས་རྒྱལ་

ཁྱི་སྤོང་ལྡེ་རུ་བཅོན་ལ་མཁའ་འགྲོ་ཡེ་ཤེས་མཆོ་

རྒྱལ་ལ་དག་སྤོང་ནམ་མཁའི་སྤོང་པོ་ལ་སྒྲ་ནམ་

དོ་རྩེ་བདུད་འཛུམས་ལ་སྒྲ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ཁྱི་བཅོན་པོ་ལ་

སྤྲུལ་སྤྲུལ་བཟང་པོ་གྲགས་པ་ལ་རིག་འཛིན་དངོས་

གྲུབ་རྒྱལ་མཆོན་ལ་ཀུན་སྤངས་དོན་ཡོད་རྒྱལ་

མཆོན་ལ་བརྒྱུད་འཛིན་བསོད་ནམས་མཆོག་བཟང་

ལ་གྲུབ་ཆེན་ཐང་སྤོང་རྒྱལ་པོ་ལ་མཚུངས་མེད་

དངོས་གྲུབ་དཔལ་ལྷན་ལ་རིན་ཅན་ཀུན་དགའ་

བཟང་པོ་ལ་མི་འགྱུར་ལས་འཕྲོ་སྤོང་པ་ལ་རྒྱལ་

དབང་རིན་ཆེན་སྤྲུལ་ཆོག་ལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ནམ་མཁའ་

བརྒྱ་བྱིན་ལ་མཁས་གྲུབ་མདོ་སྤྲུགས་བསྤྲུན་འཛིན་

ལེ། རིག་འཛིན་ཐིན་ལས་ལྟོན་གྲུབ་ལེ། ཆོས་རྒྱལ་  
གཏེར་བདག་སྒྲིང་པ་ལེ། ལོ་ཆེན་ཆོས་དཔལ་རྒྱ་མཆོ་  
ལེ། རྒྱལ་སྤྲུལ་རིན་ཆེན་རྣམ་རྒྱལ་ལེ། གྲུབ་མཆོག་  
པར་བསྟན་འཛིན་ལེ། འགྱུར་མེད་ཐིན་ལས་རྣམ་རྒྱལ་  
ལེ། ལྟོན་གྲུབ་བདེ་ཆེན་རྟོ་རྟོ་ལེ། ཀུན་བཟང་རིག་  
འཛིན་རྟོ་རྟོ་ལེ། དེས་དོན་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མ་ལེ། ཨོ་རྒྱན་  
རྣམ་གྲོལ་རྒྱ་མཆོ་ལེ། དྲིན་ཅན་རྩ་བའི་སྤྲུལ་ལེ། ཡི་  
དམ་སྤྲུལ་ཆེན་བཀའ་བརྒྱུད་ལེ། མ་མོ་མཁའ་འགྲོའི་  
ལྷ་ཆོག་ལེ། ཆོས་སྒྲིང་མ་མགོན་ལྷུ་མ་དྲལ་ལེ།  
འདི་ཕྱི་བར་དོ་གསུམ་དུ་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །འཁོར་བ་  
སྤྱུག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་མཆོ་ལས་བསྐྱལ་དུ་གསོལ། །སྒྲེ་  
མེད་སྒྲིང་པོ་ལོན་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །མཆོག་དང་

ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་སྒྲུལ་དུ་གསོལ། ། དེ་ལྟར་རྒྱན་ཆད་མེད་  
པར་གསོལ་བ་ཐོབ་ཤིང་། ཅེས་གསུངས་སོ་། དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་བྲི་སྤོང་ལྟེ་འུ་བཙན་  
གྲིས་ཁུས་པ་། གྲེ་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ལགས་། བདག་དང་མ་འོངས་པའི་དད་  
པ་ཙན་རྣམས་གྱི་དོན་དུ་། དུས་གསུམ་གྱི་བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་  
གྲིས་བྱིན་གྱིས་སློབ་པ་། ཆོ་འདིའི་བར་ཆད་སེལ་བ་། སྤེམ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་  
མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པ་། རང་ལྟུང་ཏུ་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་ཆོས་ཤིག་  
ལྟ། ཞེས་ཁུས་སོ་། གྲུ་རུའི་ཞལ་ནས་། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ལགས་པར་གསོན་  
ཅིག་ཅེས་གསུངས་སོ་། ཨོམ་རྟོ་། སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་  
མཛད་བྱུང་བསམ་ཡས་ལ་། བྱུང་པར་འཕགས་པའི་  
བསྟན་པ་རྣམ་གསུམ་བྱོན་ཤིང་། སངས་རྒྱས་ལྟ་བུ་བྱུང་  
པའི་ཞིང་ཁམས་འདིར་། གསང་སྤྲུགས་རྩི་རྩི་ཐེག་པའི་  
བསྟན་པ་བྱོན་ཤིང་། བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་གསོལ་བ་

འདེབས། ཨོ་རྒྱལ་པར་འབྱུང་གནས་ལ་གསོལ་བ་

འདེབས། འོག་མིན་ལྟོན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཕོ་བྲང་དུ།

དུས་གསུམ་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་དགོངས་པ་ཡིས།

མ་ཏྲི་རུ་བཀའ་སྒྲོལ་ག་པ་ལས། འགྲོ་བྱ་གསེམས་

ཅན་སྟུག་བསྐལ་ཉམ་ཐག་གཟིགས། ཐུགས་རྗེ་དོ་

མཚར་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ཨོ་རྒྱལ། ལྟང་

ལོ་ཅན་གྱི་ཕོ་བྲང་དམ་པ་རུ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་

ཐམས་ཅད་བཀའ་བགྲོས་མཛད། ཞི་རྒྱས་དབང་བྲག་

ཕྱིན་ལས་རྣམ་བཞི་ཡིས། ལོག་པ་བདུད་གྱི་བསྟན་པ་

འདུལ་བར་མཛད། དུས་གསུམ་བདེ་གཤེགས་

རྣམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ཨོ་རྒྱལ། རི་བོ་མ་ལ་

ཡ་གནམ་ལྷགས་འབར་བའི་རྩེར། བདུད་ཕོ་མ་ཏྲི་རུ་

ད་དག་པོས་བསྒྲུལ་།      སྤྱིན་མོ་མ་ཆོག་ས་རྣམས་ལ་

སྤྱོད་བ་མཛད་།      གསང་སྤྲུག་ས་བསྐྱོན་པ་དང་པོ་དེ་

ནས་བྱོན་།      གདུལ་བྱ་བྱུང་པར་ཅན་ལ་།      ཨོ་རྒྱུན་།

འོག་མིན་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་ཕོ་བྲང་དུ་།      དུས་གསུམ་

སྤྱེ་འགག་མེད་པ་ཆོས་ཀྱི་སྐུ་།      ཆོས་རྣམས་རྣམ་དག་

ཡེ་ནས་ལྷུན་གྱིས་གྲུབ་།      སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་

ཐུགས་ལས་བསྐྱེད་པའི་ཡབ་།      ཆོས་སྐུ་ཀུན་ཏུ་བཟང་

པོ་ལ་།      ཨོ་རྒྱུན་།      བདེ་ཆེན་ལྷུན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཞིང་

ཁམས་སུ་།      གཏི་མུག་རྣམ་དག་ཆོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་

ངང་།      རྣམ་པར་སྒྲུང་མཛད་ལོངས་སྤྱོད་ཚྲོགས་པའི་

སྐུ་།      སྐུ་ཡི་རིགས་མཆོག་རིགས་ཀྱི་འཁོར་གྱིས་

བསྐྱོར་།      བུར་རིགས་ཀྱི་ལྷ་ཆོག་ས་ལ་།      ཨོ་རྒྱུན་།



ཤར་ཕྱོགས་མངོན་པར་དགའ་བའི་ཞིང་ཁམས་སུ།  
ཞེ་སྒང་རྣམ་དག་མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་ངང་། རྗེ་རྗེ་སེམས་  
དཔའ་ལོངས་སྤྱོད་རྗེ་གས་པའི་སྐུ། ཐུགས་གྱི་རིགས་  
མཆོག་རིགས་གྱི་འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར་། རྗེ་རྗེ་རིགས་གྱི་  
ལྷ་ཆོགས་ལ། ཨོ་ཁྱེན། ལྷོ་ཕྱོགས་དཔལ་ལྷན་  
མངོས་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ། ང་ཁྱེད་རྣམ་དག་མཉམ་  
ཉིད་ཡེ་ཤེས་ངང་། རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་ལོངས་  
སྤྱོད་རྗེ་གས་པའི་སྐུ། ཡོན་ཏན་རིགས་མཆོག་རིགས་  
གྱི་འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར་། རིན་ཆེན་རིགས་གྱི་ལྷ་ཆོགས་  
ལ། ཨོ་ཁྱེན། རུབ་ཕྱོགས་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་  
སུ། འདོད་ཆགས་རྣམ་དག་སོར་ཁྱོག་ཡེ་ཤེས་ངང་།  
སྒྲིང་བ་མཐའ་ཡས་ལོངས་སྤྱོད་རྗེ་གས་པའི་སྐུ།

གསུང་གི་རིགས་མཆོག་རིགས་ཀྱི་འཁོར་གྱིས་

བསྐྱེད།      དངུ་རིགས་ཀྱི་ལྷ་ཚོགས་ལ།      ལོ་རྒྱུན།

བྱང་ཕྱོགས་ལས་རབ་ཕྱོགས་པའི་ནིང་ཁམས་སུ།

ཕྱག་དོག་རྣམ་དག་བྱ་བྱ་བ་ཡེ་ཤེས་ངང་། དོན་ཡོད་

གུབ་པ་ལོངས་སྟོན་ཆོག་པ་པའི་སྐུ། སྤོན་ལས་རིགས་

མཆོག་རིགས་གྱི་འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར།      ཀམ་རིགས་

གྱི་ལྟ་ཆོག་ས་ལ།    ཨོ་རྒྱན།    ཆོས་དབྱིངས་རྣམ་པའི་

གཞུང་ཡུལ་ཆེན་པོ་ནུ།      ཉོན་མོངས་དུག་ལྔ་བརྩིས་

པའི་གདན་སྟེང་དུ།      བློ་བའི་རྒྱལ་པོ་ཆེ་མཆོག་ཏེ་དུ་

༡༥ རིགས་ལྔ་བདེ་གཤེགས་འདུས་པའི་འཁོར་གྱིས་

བསྐྱོར། གུན་བཟང་ཏེ་རུ་ཀའི་ལྷ་ཚོ་གསལ་ལ། ཨོ

**གྱུན་** ཐུགས་རྗེ་རིལ་པའི་གཞལ་ཡས་ཆེན་པོ་ནུ།

མ་བདུད་དྲེགས་པ་བཟླས་པའི་གདན་སྟེང་དུ། མངོན་  
རྟོགས་རྒྱལ་པོ་ཆེ་མཆོག་ཉི་རུ་ཀ། ཡེ་ཤེས་ལས་གྲུབ་  
མ་མའི་འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར། ཆེ་མཆོག་མ་མའི་ལྷ་  
ཆོགས་ལ། ཨོ་རྒྱན། མཐིང་ནག་གྲུ་གསུམ་འབར་  
བའི་གཞལ་ཡས་ན། མ་ཏྲི་རུ་བྲ་བཟླས་པའི་གདན་  
སྟེང་དུ། ཐུགས་གྱི་བདག་ཉིད་བཟླ་ཉི་རུ་ཀ། བྲག་  
འཐུང་བྲོ་བོ་འབར་བའི་འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར། དཔལ་  
ཆེན་ཉི་རུ་ཀའི་ལྷ་ཆོགས་ལ། ཨོ་རྒྱན། མཐིང་ནག་  
ཨོ་ལས་བྲག་པོའི་གཞལ་ཡས་ན། གཤེན་རྩེ་ཆུ་སྒྲང་  
བཟླས་པའི་གདན་སྟེང་དུ། འཇམ་དཔལ་ཡ་མྲུག་ཀ་  
གཤེན་རྩེའི་གཤེད། གཤེད་པོ་བྲོ་བོ་དྲེགས་པའི་  
འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར། གཤེན་རྩེ་གཤེད་པོའི་ལྷ་ཆོགས་

ལ་གསོལ་བ། ཨོ་ཁྱེན། དམར་ནག་གྲུ་གསུམ་  
དབང་གི་གཞལ་ཡས་ན། བདུད་ནག་ཕོ་མོ་བཟླས་  
པའི་གདན་སྟེང་དུ། དབང་གི་རྒྱལ་པོ་པརྩ་ཉེ་རུ་ཀ།  
པརྩ་རིགས་ཀྱི་ཁྱོ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱོར། ཏྲ་མ་གྱིན་  
དབང་གི་ལྷ་ཆོག་གསལ་ལ། ཨོ་ཁྱེན། བསྐྱལ་པ་མེ་ལྟར་  
འབར་བའི་གཞལ་ཡས་ན། ཕོ་བདུད་དྲེགས་པ་  
བཟླས་པའི་གདན་སྟེང་དུ། དཔལ་ཆེན་རྩོམ་གཞོན་རུ་  
དཔའ་བོའི་སྐུ། བདུད་འདུལ་ཁྱོ་བརྩུ་བྱ་བ་བས་འཁོར་  
གྱིས་བསྐྱོར། རྩོམ་ལྟར་པའི་ལྷ་ཆོག་གསལ་ལ། ཨོ་  
ཁྱེན། པརྩ་དབང་གི་གཞལ་ཡས་ཆེན་པོ་ན། མ་  
ཆགས་པརྩ་འབར་བའི་གདན་སྟེང་དུ། བཙུམ་ལྟར་  
མགོན་པོ་ཡེ་ཤེས་ཆོ་དཔག་མེད། འཆི་མེད་ཆོ་ཡི་ལྷ་

ཚོགས་རྣམས་གྱིས་བསྐྱོར་ཅེ་རྒྱུ་ཚོགས་ལ་  
ཨོ་ཁྱོད་ཅེ་རྒྱུ་ དུར་བྱོད་རྣམས་བཟུང་རྒྱུ་པའི་གཞུང་ལས་  
ན་ཅེ་རྒྱུ་ ཏི་ར་གན་རྒྱལ་བཟུང་པའི་གདན་སྟེང་དུ་ ཡུམ་  
ཆེན་བྱོལ་མེ་རྒྱུ་པའི་སྐུ་ མ་མོ་མཁའ་འགྲོ་སྐུ་  
ཚོགས་འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར་ཅེ་རྒྱུ་ རྒྱུ་རྣམས་འགྲོར་མའི་སྐུ་  
ཚོགས་ལ་ ཨོ་ཁྱོད་ཅེ་རྒྱུ་ རྒྱ་གར་རྒྱུ་པའི་གདན་གྱི་ཕོ་བྲང་  
དུ་ རྒྱུ་འབྲས་བདེན་པས་འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་ཅིང་  
སྐུ་སྟོང་གསུམ་གྱི་བསྐྱོར་པའི་རྒྱལ་མཆོན་བཅུ་གསུམ་  
ཉན་ཐོས་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར་ཅེ་རྒྱུ་  
སྐུ་སྐུ་ལྷ་ལྷ་བྱང་པ་ལ་ ཨོ་ཁྱོད་ཅེ་རྒྱུ་ རྒྱ་ནག་ལྷ་ལྷ་ལྷ་  
ཕོ་བྲང་དུ་ ཐུགས་རྒྱུ་པའི་སྐུ་བས་གྱིས་འགྲོ་བའི་དོན་ལ་  
བྱོན་ རྒྱལ་བའི་དགོངས་པས་འགྲོ་བྱུག་རང་གྲོལ་



མཛད་ཅེ།                      མཁའ་འགྲོ་སྒྲུ་མ་མེདི་འཁོར་གྱིས་

བསྐྱོར་ཅེ།                      སྐལ་སྐྱོད་གའ་རབ་རྩེ་ལ།                      ཨོ་རྒྱན་ཅེ།

རྒྱན་ག་རི་བོ་ཅེ་སྒྲུ་འི་ཕོ་བྲང་དུ།                      སངས་རྒྱས་སྐལ་ཡི་

སྐལ་པ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས།                      སྒྲུ་འོག་ཕྱོགས་

བཞིར་སྐལ་ཡིས་འགྲོ་དོན་མཛད་ཅེ།                      སྐལ་ཡི་བྱང་ཆུབ་

སེམས་དཔའི་འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར་ཅེ།                      འཕགས་པ་འཇམ་

དཔལ་གྱི་སྐྱོ་ཆོགས་ལ།                      ཨོ་རྒྱན་ཅེ།                      གནས་ཆེན་རི་བོ་

ཏ་ལའི་ཕོ་བྲང་དུ།                      སངས་རྒྱས་གསུང་གི་སྐལ་པ་

སྐྱོར་རས་གཟིགས།                      སྒྲུ་འོག་ཕྱོགས་བཞིར་གསུང་

གིས་འགྲོ་དོན་མཛད་ཅེ།                      གསུང་གི་བྱང་ཆུབ་སེམས་

དཔའི་འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར་ཅེ།                      སྐྱོར་རས་གཟིགས་གྱི་སྐྱོ་

ཆོགས་ལ།                      ཨོ་རྒྱན་ཅེ།                      གནས་མཆོག་ལྷུང་ལོ་ཅན་གྱི་



ཕོ་བྲང་དུ།                      སངས་རྒྱལ་ཐུགས་ཀྱི་སྤྲུལ་པ་དེ་མེ་  
འཛིན།      སྟེང་འོག་ཕྱོགས་བཞིར་ཐུགས་ཀྱིས་འགྲོ་དོན་  
མཛད།                      ཐུགས་ཀྱི་བྲང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་འཁོར་  
གྱིས་བསྐྱོར།      ཐུག་ན་དེ་མེའི་ལྷ་ཆོགས་ལ།      ཨོ་  
རྒྱུན།      སྟེང་ཕྱོགས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཁང་བབྲང་དུ།  
འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིས།  
ལྷ་དབང་བརྒྱ་བྱེན་གནས་སུ་གསང་སྤྲགས་བྱེན།  
ཆོམ་བུ་འབུམ་དང་བཅས་ཏེ་མཛོན་སངས་རྒྱལ།      ལྷ་  
ཡི་རིག་འཛིན་རྣམས་ལ།      ཨོ་རྒྱུན།      འོག་ཕྱོགས་རྒྱ་  
མཚོ་ཆེན་པོའི་གཏིང་རུམ་དུ།                      སྤྱན་རས་གཟིགས་  
དབང་ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིས།                      སྤྱ་རྒྱལ་འཛིག་  
པོའི་གནས་སུ་གསང་སྤྲགས་བྱེན།                      ཆོམ་བུ་འབུམ་

དང་བཅས་ཏེ་མངོན་སངས་རྒྱལ་། ལྷ་ཡི་རིག་འཛིན་  
 རྣམས་ལ་། ཨོ་རྒྱལ་། རི་རྒྱལ་མེ་རི་འབར་བའི་རྩེ་མོ་  
 རུམ་། རྒྱལ་ན་རྩེ་རྩེ་འཕགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིས་།  
 རྒྱལ་པོ་ཇོ་ཡི་གནས་སྤྱ་གསང་སྤྱ་གས་བྱོན་། གང་  
 ཟག་ལས་ཅན་མ་ལུས་བྱང་རྒྱལ་བོ་བ་། མི་ཡི་རིག་  
 འཛིན་རྣམས་ལ་། ཨོ་རྒྱལ་། རུབ་ཕྱོགས་ཨོ་རྒྱལ་  
 དབང་གི་པོ་བྱང་རུམ་། བདེ་གཤེགས་སྤྱ་གསང་ཕྱགས་  
 ཀྱི་སྤྱལ་པ་སྟེ་། འཛམ་བུ་གླིང་དུ་འགོ་བའི་དོན་ལ་  
 བྱོན་། རིག་འཛིན་མཁའ་འགོ་མང་པོའི་འཁོར་གྱིས་  
 བསྐྱོར་། པར་འབྱུང་གནས་ཀྱི་ལྷ་ཆོགས་ལ་། ཨོ་  
 རྒྱལ་། ཆོས་སྤྱ་ལོངས་སྤྱ་སྤྱལ་སྤྱ་ཡང་སྤྱལ་དང་།  
 འདས་དང་མ་བྱོན་ད་ལྟ་དུས་གསུམ་གྱི་། ཕྱོགས་

བཅུ་འི་སངས་རྒྱས་རིག་འཛིན་བྱང་སེམས་ལུང་། བདག་  
ཅག་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྲས་པ་ཡིས་། ཡིད་  
གཉིས་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་གསོལ་བ་འདེབས་། ཨོ་རྒྱན་  
པརྩ་འབྱུང་གནས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་། ཞེས་གསུངས་  
སོ། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཆོ་འདིའི་ཁེ་གྲགས་དང་འདྲུ་འཛིན་དབང་དུ་མ་བཟང་བར་  
དུས་རྒྱུན་དུ་གསོལ་བ་ཐོབ་། གསང་སྤྲུགས་གྱི་རྩ་བ་དམ་ཆོག་ཡིན་། དམ་  
ཆོག་གི་རྩ་བ་མོ་གྲས་དང་བརྩོན་འགྲུས་ཡིན་། དེ་གཉིས་གྱི་རྩ་བ་སྤྲུལ་དང་ཡི་  
དམ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ཡིན་པས་། བརྩོན་འགྲུས་ཅན་གྱིས་ཉམས་སུ་  
སྤངས་ན་། ཆོ་འདིར་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་འགྱུར་།  
ཞེས་གསུངས་སོ། དེ་ནས་མཁའ་འགྲོ་ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་གྱིས་ཁྱས་པ་། གྱེ་  
སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ལགས་། སྤྱིར་སངས་རྒྱས་ལྷ་ཀྱུ་ཐུབ་པའི་ཞིང་ཁམས་  
འདིར་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གསང་སྤྲུགས་བྱོན་པ་འགྲོ་བ་ཡོངས་ལ་བཀའ་ངོན་ཆེ་

ལགས།      གསང་སྒྲགས་ཀྱི་ལྷ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐུའི་ངོ་བོ་དྲེ་ཐོད་ཐོང་ཕྱལ།

གསུང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མན་ངག་གིས་འགྲོ་བ་འདྲེན།      ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་

ནམ་མཁའ་ལ་ཉི་མ་ཤར་བ་ལྟ་བུའི་དགོངས་པ་ཟབ་མོ་མངའ་བ།      བདེ་

གཤེགས་ཀྱན་འདུས་པ་རྩ་འབྱུང་གནས་ཉིད་ལས་ལྷག་པའི་སངས་རྒྱས་ནི་

བདག་འདྲ་ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་གྱིས་གཞན་ནས་བཙལ་དུ་མི་རྟོག་པར་འབྱམས་

ལགས་པས།      བདག་ལ་ཆོག་ཉུང་ལ་དོན་འདུས་པ།      དོན་ཟབ་ལ་བྱིན་རྒྱབས་

ཆེ་བ།      གུ་རུ་ཉིད་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ཙམ་གྱིས་བྱིན་རྒྱབས་ནམ་མཁའི་སྤྱོན་

ལྟར་གཡོ་བུས་པ།      བདག་ཐམས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བོད་ཡུལ་དུ་གསོལ་བ་བཏབ་

པས།      གུ་རུ་ཉིད་སྤར་ཨོ་རྒྱན་དུ་གཤེགས་པའི་དུས་སུ་མཁའ་འགྲོའི་སྤྱིང་ནས་

ཐུགས་རྗེས་བོད་ཀྱི་དད་པ་ཅན་རྣམས་ཀྱི་གནས་སུ་བྱོན་ཏེ་བྱིན་གྱིས་སློབ་བུས་པ་

ཞིག་ལྷ་ཞེས་ལུས་པས།      བཀའ་སྤྱུལ་པ།      ཉོན་ཅིག་ངོ་མོ་མཆོ་རྒྱལ།      ཁམས་

གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་གིས་རྟོག་པ་ཁ་འབྱམས་

ཤིང་གཉིས་སྒྲིང་གི་རྟོག་པ་བདག་ཏུ་བབུང་བས་འབྲུལ་བ་ཡིན་མོད། ང་ཉིད་ཆོས་

སྐྱའི་སངས་རྒྱུ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་སེམས་ལོངས་སྤྱོད་ཚོགས་པའི་

སངས་རྒྱུ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དབང་བསྐྱུར་མཁུ་སྐྱའི་སངས་རྒྱུ་དང་བྱང་

ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བཀའ་བགྲོས་ཏེ། ལྷོ་འཛམ་གུའི་སྤྱིང་དུ་

བྱོན་མོད། བྱང་པར་བོད་ཡུལ་ལུན་པའི་སྤྱིང་དུ་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་བར་བྱ་

བ་དང་མོད། གསང་སྤྱུགས་འབྲས་གུའི་ཆོས་ཀྱིས་འགྲོ་བ་འདྲན་པའི་ཕྱིར་མོད། རིན་

ཆེན་མཆོ་སྤྱིང་པརྱའི་སྤྱོད་པོ་ལ་མོད། རང་བྱུང་སྤྱུལ་པའི་སྐྱུ་རུ་བརྒྱ་ཡིས་འཛམ་མོད།

གང་ཞིག་ལས་ཅན་སྤྱུས་བྱ་དད་པ་ཅན་མོད། བདག་ལ་གཏུང་བའི་སེམས་ཀྱིས་

གསོལ་འདེབས་ན་མོད། རྒྱ་འབྲས་རྟོན་འབྲེལ་སྤོན་ལམ་བྱང་པར་ཀྱིས་མོད། སངས་

རྒྱུ་གཞན་བས་བདག་ཉིད་བྱུགས་རྗེ་སྤྱུར་མོད། མཆོ་རྒྱལ་མོས་པས་རྒྱུན་དུ་

གསོལ་བ་བྲོབ་མོད། ཅེས་གསུངས་སོ་མོད། དེའི་དུས་སྤྱུགས་ལྷོ་རུབ་ཏུ་གཟིགས་ཏེ་

རིན་པོ་ཆེ་དང་རུས་པའི་རྒྱུ་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་མོད། ཡུག་གཡས་པས་བྲོད་པའི་



རྒྱལ་རྒྱུ་འབྲོལ་། ཡུག་གཡོན་པ་རྩོམ་མཚོ་རྒྱལ་གྱི་སྤྱི་བོར་བཞག་སྟེ། འདི་

སྐད་ཅེས་གསུངས་སོ། ཨེ་མ་རྟོ། འདི་ནས་ཉི་མ་ལྟོ་རུབ་

མཚམས་ཤེད་ན། གནས་ཆེན་རྩོམ་གསུང་གི་རུབ་བྱང་

མཚམས་། ར་ཡབ་སྤྱིང་ཕྱན་བ་བྱེད་སྤྱིན་པོའི་ཡུལ་།

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་བྱིན་བརྒྱབས་

པའི་། སྤྱིང་མཚོ་གཞུང་པར་ཅན་ལ་གསོལ་བ་

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

འདེབས་། རྩོ། སྤྱིན་གྱི་བསྐྱལ་པ་དང་པོ་འདས་

པའི་དུས་། མ་ཏྲི་རུ་བྱ་བསྐྱལ་བའི་ལྷས་བརྒྱད་ལ།

གསང་སྤྱགས་འབྱོན་པའི་གནས་བརྒྱད་བྱིན་གྱིས་

བརྒྱབས་། ཅིཏྲ་ཨོ་རྒྱན་གནས་སུ་བབས་པ་ལས་།

ཉིན་འབྲེལ་བྱང་པར་ཅན་ལ་གསོལ་། ཨོ་རྒྱན་། རྩོམ་



ཕག་མོས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་གནས་མོ་

མཁའ་འགྲོ་ཐམས་ཅད་འདྲ་བའི་སྤྱིང་གསང་

སྒྲགས་བརྒྱུ་ཡི་རང་སྒྲ་དེ་རི་རི་གནས་དེར་བྱིན་པ་

ཙམ་གྱིས་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་གནས་མཆོག་ཁྱད་པར་ཅན་

ལ་གསོལ་། ཨོ་ཁྱེན་། ཟངས་མདོག་དཔལ་གྱི་རི་བོ་

ཙྰའི་དབྱིབས་ཕ་བ་ལྷ་ཡི་རྒྱལ་པོའི་གནས་སུ་

བྱུག་སྐྱོད་པ་ལྷན་ཆགས་མཁའ་འགྲོའི་གནས་ན་

བརྒྱུད་ཅེ་མོ་ཆངས་པའི་འཛིག་རྟེན་སྒྲིགས་པ་འདྲ་

རི་རྒྱལ་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་གསོལ་། ཨོ་ཁྱེན་། དཔལ་

གྱི་རི་བོ་འབར་བའི་ཅེ་མོ་ན་འཕྲོ་གསལ་ཤེལ་ལ་སྒྲོ་

སྒྲོགས་བེ་རྒྱུ་རུབ་སྒྲོགས་རྒྱ་ག་བྱང་སྒྲོགས་ཨི་རྒྱའི་

མདོག་སྤྱིན་མེད་པར་གསལ་བའི་གཞལ་ཡས་

ཁང་མེད་ལྟོ་བྱང་བྱང་པར་ཅན་ལ་གསོལ་། ཡོ་རྒྱུན་།

གཞུང་ལ་ཡས་ཆེན་པོའི་ཕྱོགས་བཞི་མཆོམས་བརྒྱུད་

དང་། སྤྱིང་འོག་ཐམས་ཅད་རིན་པོ་ཆེ་ལས་གྲུབ་མེད་

བྱམས་དང་གྲུ་ཆད་སྒོ་འབྱུར་རིགས་བཞི་ཡང་། སྤྱིན་

ལས་བཞི་ཡི་ཁ་དོག་སོ་སོར་གསལ་། ལྷན་གྲུབ་

གཞུང་ལ་ཡས་ཁང་ལ་གསོལ་། ཡོ་རྒྱུན་། ཕྱི་གཤམ་

འདོད་སྒྲུམ་པ་གྲུ་བྱ་བ་དང་། རྒྱ་སྤྱིང་མདའ་ཡབ་རིན་

ཆེན་སྒྲུ་ལྷ་གསལ་། སྒོ་བཞི་རྟ་བབས་ཆོས་འཁོར་རྒྱུན་

རྣམས་ཀྱུན་། སྒྲུ་ཆོགས་རིན་པོ་ཆེ་ཡིས་མཛེས་པར་

བརྒྱུན་། རིན་ཆེན་གཞུང་ལ་ཡས་ཁང་ལ་། ཡོ་རྒྱུན་།

དཔག་བསམ་ཤིང་དང་བདུད་རྩིའི་ཁུ་མིག་དང་།

འཇའ་ཆོན་སྒྲུ་ལྷས་སྤྱི་ནང་སྤྱིན་ལྷར་གཏོབས་། མེ་

ཏོག་པརྩའི་འོད་གྱིས་བར་སྒྲུང་ཁེངས། གནས་དེ་བློ་  
པ་ཙམ་གྱིས་བདེ་ཆེན་ཐོབ། པརྩའོད་གྱི་གཞལ་ཡས་  
ལ། ཨོ་རྒྱུན། གཞལ་ཡས་ཆེན་པོ་དེ་ཡི་ནང་ཤེད་  
ན། རིན་ཆེན་ཟུར་བརྒྱད་ཉི་མ་ལྷ་བའི་གདན། མ་  
ཆགས་པརྩ་འབར་བའི་སྒྲོང་པོ་ལ། པརྩ་འབྱུང་གནས་  
བདེ་གཤེགས་འདུས་པའི་སྐུ། རང་བྱུང་སྐུ་ལ་པའི་སྐུ་  
ལ། ཨོ་རྒྱུན། ཞི་རྒྱས་དབང་དྲག་དོན་ལ་དགོངས་  
པའི་ཕྱིར། སྐུ་མདོག་ཕྱག་མཆོན་རྒྱུན་རྣམས་མ་ངེས་  
ཀྱང་། ཉི་མ་སྒྲོང་གི་འོད་ལས་གཟི་མདངས་ཆེ། རི་  
རྒྱལ་ལྷན་པོ་བས་ཀྱང་བརྗེད་རེ་ཆེ། ཡ་མཆོན་སྐུ་ལ་  
པའི་སྐུ་ལ་གསོལ། ཨོ་རྒྱུན། ཐུགས་གྱི་སྐུ་ལ་པས་  
འཇིག་རྟེན་བྱབ་པར་འགྱེད། སྐུ་རྩ་ཉི་ལྷ་ལྟ་བུར་

འབྲིལ་ཞིང་ག་བེགས་ཀྱི།      རྣམ་མཁའི་སྒོ་ག་ལས་བྱུགས་  
རྩེའི་ཕྱིན་ལས་སྒྱུར་ཀྱི།      དགོངས་པ་ཟབ་མོ་རྣམ་མཁའི་  
སྒོང་དང་མཉམ་ཀྱི།      བྱུགས་རྩེ་བྱུང་པར་ཅན་ལ།      ཡོ་  
རྒྱུན་ཀྱི།      འགྲོ་ལ་བརྩེ་བའི་ཐབས་ཀྱིས་འགྲོ་དོན་མཛད་ཀྱི།  
ཞལ་འཇུག་མཛེས་པའི་མདངས་ལྡན་ཡ་ལ་ལ།  
འབྲུག་སྒོང་སྒྲིང་བས་གསུང་གི་གདངས་སྒྲུ་ཆེ།  
གསང་སྒྲུགས་ཟབ་མོའི་ཆོས་སྒྲུ་དེ་དེ་དེ།      ཆངས་པའི་  
གསུང་དབྱངས་སྒྲོགས་ལ།      ཡོ་རྒྱུན་ཀྱི།      སྒྲུ་ལ་སྒྲུ་ཆེན་  
པོའི་སྒྲོགས་བཞི་མཆོམས་བརྒྱད་ན།      ལོག་པའི་དབྱ་  
བག་གས་བརྩེས་པའི་གདན་སྒྲིང་དུ།      སྒྲུ་གསུང་  
བྱུགས་དང་ཡོན་ཏན་ཕྱིན་ལས་ཀྱི།      དེགས་སྒྲུ་བདེ་  
གཤེགས་བདུད་འདུལ་བྲོ་བའི་ཆོགས་ཀྱི།      སྒྲུ་བ་ཆེན་

བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་ལྷ་ཚོགས་ལ། ཨོ་རྒྱུན། ཕྱོགས་

བཞི་རྒྱུན་པར་འདབ་བཞིའི་གདན་སྟེང་དུ། རིགས་

བཞིའི་གིང་དང་མཁའ་འགྲོ་སྡེ་བཞིའི་ཚོགས་།

ཐམས་ཅད་མ་ལུས་དུར་བྲོད་ཆས་དང་ལྡན། མཛེས་

པའི་རྒྱུན་ལྡན་རོལ་པའི་སྟབས་སུ་བཞུགས་། ཡེ་ཤེས་

མཁའ་འགྲོ་ཡབ་ཡུམ་ལ། ཨོ་རྒྱུན། གཞུལ་ཡས་

ཆེན་པོའི་ཕྱོགས་བཞིའི་བར་བྱམས་དང་། བྱ་ཆད་སྟོ་

འབྱར་རིག་འཛིན་མཁའ་འགྲོས་ཁེངས་། ལྷ་དང་ལྷ་མོ་

མང་པོ་སྤྱོན་ལྟར་གཏིབས་། ཕྱིན་གསང་བའི་མཆོད་

པ་སྣ་ཚོགས་འབུལ་། མ་མོ་མཁའ་འགྲོའི་ལྷ་ཚོགས་

ལ། ཨོ་རྒྱུན། རིན་ཆེན་གཞུལ་ཡས་ཁང་གི་འདོད་

སྒྲུལ་ལ། མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་ཆར་སྤྱོན་ལྟ་བུར་

གཏིབས། འདོད་ཡོན་རྒྱ་གཞི་མཆོད་པས་འཛིན་ཏེན་

ཁེངས། ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་མཆོད་པས་བདེ་གཤེགས་

མཆོད། ཡོན་ཏན་ཀུན་འབྱུང་གི་ལྷ་ཆོགས་ལ། ཨོ་

ཀྱུན། གཞུལ་ཡས་ཆེན་པོའི་ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲོ་བཞི་ན།

ཀྱུལ་ཆེན་སྒྲེ་བཞི་བསྒྲོ་བའི་བཀའ་ཉན་མཛད། ལྷ་

སྒྲིན་སྒྲེ་བཀྱུད་བྱན་དང་པོ་ཉར་འབྱེད། བདུད་དང་ལྷ་

སྒྲེགས་རྒྱལ་ཕྱན་བཞིན་དུ་འདུལ། ཆོས་སྐྱོད་སྐྱུང་

མའི་ལྷ་ཆོགས་ལ། ཨོ་ཀྱུན། རྩྱེ། བཞེངས་ཤིག་

པར་འབྱུང་གནས་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས། དགོངས་

ཤིག་ཕྱོགས་བཅུ་དུས་གསུམ་བདེ་གཤེགས་རྣམས།

རྗེ་བཙུན་ཆེན་པོ་པར་བློད་སྒྲེད་རྩལ། རིག་འཛིན་

མཁའ་འགྲོའི་གནས་ནས་གཤེགས་སུ་གསོལ། དབུ་



སྒྲུ་མཛེས་པའི་ཐོར་ཚུགས་ཤིགས་སེ་ཤིག་། རིན་ཆེན་  
རྒྱན་ཆ་མང་པོ་སི་ལི་ལི་། དུར་བྲོད་རུས་པའི་རྒྱན་ཆ་  
བྲོ་ལོ་ལོ་། སྒྲུ་དང་རོལ་མོ་མང་པོ་ལུ་རུ་རུ་། ཡིད་  
དམ་ལྷ་ཆོགས་རྩྱ་སྒྲུ་དི་རི་རི་། མཁའ་འགྲོ་སྒྲེ་ལྷས་  
གར་བྲེད་ཤིགས་སེ་ཤིག་། གིང་ཆེན་དཔའ་བོས་བྲོ་  
བརྟུང་བྲབས་སེ་བྲབ་། མ་མོ་མཁའ་འགྲོ་སྒྲེན་ལྷར་  
ཐིབས་སེ་ཐིབ་། ཆོས་སྦྱོང་སྒྲེ་བརྒྱད་ལས་བྲེད་བྲུགས་  
སེ་བྲུག་། ལུབ་ཆེན་སྦྱོང་གི་སྒྲུ་སྒྲུད་སི་ལི་ལི་།  
གཡས་ན་ཕོ་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་ཤར་རུ་། གཡོན་ན་མོ་  
རྒྱུད་ཐམས་ཅད་ཤར་རུ་། བར་སྒྲུང་ཐམས་ཅད་དར་  
གདུགས་ལྷབས་སེ་ལྷབ་། དི་ཞིམ་སྦྱོས་གྱི་ངད་ལྷང་བྱ་  
ལུ་ལུ་། མཁའ་འགྲོ་གསང་བའི་བརྟུང་སྒྲུད་དི་རི་རི་།

གིང་ཆེན་དཔའ་བོའི་བཤུག་སྒྱུ་རྒྱ་རུ་རུ།      རྩོམ་གྱི་སྒྲིང་  
སྒྱུ་མང་པོ་དེ་རི་རི།      སུལ་གྱི་བར་སྒྲིང་དྲག་པོ་སངས་སེ་  
སང་།      བདག་དང་འགྲོ་དྲག་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
ལ།      ཐུགས་རྗེས་གཟིགས་ལ་གནས་འདིར་གཤེགས་  
སྒྱུ་གསོལ།      གནས་འདིར་ཐུགས་རྗེས་དགོངས་ཏེ་  
གཤེགས་ནས་ཀྱང་།      བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པོ་མ་  
ཐོབ་བར་།      བགོགས་དང་ལོག་འདྲན་བར་ཆད་འདུལ་  
བ་དང་།      མཆོག་དང་ཐུན་མིང་དངོས་གྲུབ་སྤུལ་དུ་  
གསོལ།      འཁོར་བ་སྤྲུག་བསྤུལ་གྱི་རྒྱ་མཆོ་ལས་  
བསྤུལ་དུ་གསོལ།      མཆོ་རྒྱལ་དེ་ལྟར་མོས་པས་གསོལ་བ་ཐོབ།  
པད་འབྱུང་བདག་ལ་འགྲོ་བའི་དོན་ལས་མེད།      དམ་ཆོག་དབང་གིས་བོད་ཀྱི་  
ཡུལ་དུ་འོང།      དད་པ་ཅན་ལ་དངོས་སྤུལ་སྟོན་འབྱུང་།      ཞེས་གསུངས་སོ།

གུ་རུའི་ནལ་ནས་།      གསོལ་བ་འདེབས་པ་ལ་དང་པོ་ལོ་རྒྱུས་བརྗོད་པས་དང་བ་

འབྲེན་།      ཡོན་ཏན་མཐོང་བས་དད་པ་སྐྱེ་།      ཡིད་བྱེད་ཤེས་ཀྱི་དད་པས་བྱིན་

སྒྲུབས་འདུག་།      སེམས་ཐེ་ཚོམ་དང་བྲལ་བས་བསམ་པ་འགྲུབ་།      ཅེས་

གསུངས་སོ་།      དེ་ནས་དགོ་སྒྲོང་ནམ་མཁའི་སྒྲིང་པོས་ལུས་པ་།      ཀྱེ་སྒྲོབ་དཔོན་

ཆེན་པོ་ལགས་།      བདག་ལ་བརྒྱད་པའི་སྒྲ་མ་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་།

སྒྲིང་བ་ལྷ་དང་ལྷ་མོར་གསལ་བ་།      སྒྲ་བྲགས་ཚད་ཡི་དམ་ལྷའི་གསུངས་དུ་གོ་

བ་།      རྟོག་པ་ཅི་ཤར་ཆོས་ཉིད་དུ་གྲོལ་བའི་གསོལ་འདེབས་ཤིག་ལུ་ཞེས་ལུས་

པས་།      བཀའ་སྩལ་བ་།      ཨེ་མ་རྟོ་།      སྒྲོས་བྲལ་བདེ་ཆེན་

རྒྱལ་བ་ཀུན་ཏུ་བཟང་།      རིགས་ལྷའི་སངས་རྒྱས་དུག་

པ་རྩེ་རྩེ་འཆང་།      འགྲོ་དུག་དོན་མཛད་བྱང་རྒྱབ་སེམས་

དཔའི་སྐྱེ་།      ཆོས་སྐུ་ལོངས་སྐུ་སྐུ་ལ་སྐུ་རྣམ་པ་

གསུམ་།      རྒྱལ་བ་དགོངས་པའི་བརྒྱད་པ་ལ་གསོལ་བ་

འདེབས། ཨོ་ཁྱེ། གྲགས་ལྟོ་མཆོག་སྐྱོང་གཞི་  
སྐྱོང་སྐྱོང་མཆོག་གཞི་། སྐྱོང་གཞི་ཐུགས་ལྟོ་  
འདེབས་པོ་དང་། སྐྱོང་གྲགས་པ་ལས་ཅན་ལྟོ་པོ་  
ཨོ། སྐྱོང་འདེབས་ལྟོ་དབང་བཟུང་གྱི་ལ་སྐྱོང་ཨོ།  
སྐྱོང་འདེབས་སྐྱོང་པའི་བཟུང་པ་ལ་གསོལ། ཨོ་ཁྱེ།  
ཆོས་སྐྱོང་ལྟོ་བཟུང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིས། ཨོ་ཨོ་  
སྐྱོང་ཨོ་དབང་དགའ་རབ་ཨོ་ཨོ་དང་། སྐྱོང་སྐྱོང་བར་  
དུ་གྱིན་བཟུང་ཨོ། འདས་དང་མ་གྱིན་དུ་སྐྱོང་  
གསུམ་གྱི། ཨོ་གསུམ་ཆོས་བཟུང་པའི་སྐྱོང་ཨོ། ཨོ་  
ཁྱེ། ལྟོ་བ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱོང་ཡི་དགོངས་པ་ཡིས། བདེ་  
གཞི་གསུམ་སྐྱོང་གསུམ་གསུམ་མགོན་པོ་དང་།  
སངས་རྒྱུ་གསུམ་གསུམ་བའི་བར་དུ་གྱིན་བཟུང་ཨོ།

འདས་དང་མ་བྱོན་ད་ལྟ་དུས་གསུམ་གྱི། སྐྱེ་འཕྱུལ་

བརྒྱད་པའི་སྤྲེལ་མ་ལ། ཨོ་རྒྱན། འཇམ་དཔལ་ཡ་

སྒྲ་ཀའི་དགོངས་པ་ཡིས། སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་འཇམ་

དཔལ་བཤེས་གཉེན་དང་། རོ་ལངས་བདེ་བའི་བར་དུ་

བྱིན་བརྒྱབས་ཏེ། འདས་དང་མ་བྱོན་ད་ལྟ་དུས་

གསུམ་གྱི། སྐྱེ་ཡི་བརྒྱད་པའི་སྤྲེལ་མ་ལ། ཨོ་རྒྱན།

པརྒྱ་ཏེ་རུ་ཀ་ཡི་དགོངས་པ་ཡིས། དབང་གི་ལྷ་མོ་རྒྱ་

གཙུ་ན་དང་། པརྒྱ་འབྱུང་གནས་བར་དུ་བྱིན་བརྒྱབས་

ཏེ། འདས་དང་མ་བྱོན་ད་ལྟ་དུས་གསུམ་གྱི།

གསུང་གི་བརྒྱད་པའི་སྤྲེལ་མ་ལ། ཨོ་རྒྱན། པརྒྱ་ཏེ་རུ་

ཀ་ཡི་དགོངས་པ་ཡིས། དགའ་རབ་རྩི་རྩི་འཇམ་

དཔལ་བཤེས་གཉེན་དང་། རྩི་ཆེན་ཀ་རའི་བར་དུ་བྱིན་

བརྒྱབས་ཏེ། འདས་དང་མ་བྱོན་ད་ལྟ་དུས་གསུམ་  
གི། ཐུགས་གི་བརྒྱད་པའི་སྒྲ་མ་ལ། ཨོ་རྒྱན་། ཆེ་  
མཆོག་ཏེ་རུ་ཀ་ཡི་དགོངས་པ་ཡིས། སྤྲུལ་པའི་  
མཁའ་འགྲོ་རིག་འཛིན་མང་པོ་དང་། མི་འབྱུང་ནམ་  
མཁའི་བར་དུ་བྱིན་བརྒྱབས་ཏེ། འདས་དང་མ་བྱོན་ད་  
ལྟ་དུས་གསུམ་གི། ཡོན་ཏན་བརྒྱད་པའི་སྒྲ་མ་ལ།  
ཨོ་རྒྱན་། དཔལ་ཆེན་རྩོམ་གཞིན་ལུང་དགོངས་པ་  
ཡིས། ལྷན་གྲུབ་ཐུག་ཆུ་ཆེན་པོའི་རིག་འཛིན་དང་།  
རྩོམ་ཐོད་ཐོད་ཅུ་ལ་ལ་བྱིན་བརྒྱབས་ཏེ། འདས་དང་མ་  
བྱོན་ད་ལྟ་དུས་གསུམ་གི། ཐོན་ལས་བརྒྱད་པའི་སྒྲ་མ་  
ལ། ཨོ་རྒྱན་། མངོན་རྩོགས་རྒྱལ་པོ་ཆེ་མཆོག་ཏེ་རུ་  
ཀ། མ་རྒྱད་ལྟ་མོ་ཡོངས་འབྱུང་བདེ་མ་དང་། ལྷན་



སྨྲ་བའི་བར་དུ་བྱིན་བརྒྱབས་ཏེ། འདས་དང་མ་བྱོན་  
ད་ལྟ་དུས་གསུམ་གྱི། སྤྱིད་པ་མ་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲ་མ་ལ།  
ཨོ་རྒྱན་། བཙུག་ལྷན་དེགས་པ་ཀུན་འདུལ་དགོངས་  
པ་ཡིས། རི་བུ་གྲུ་བྱ་ཙུང་ལྷོ་ལྷོ་བྱགས་རྒྱུད་ནས། ལྷ་ཀྱ  
མེད་གཏེ་བར་དུ་བྱིན་བརྒྱབས་ཏེ། འདས་དང་མ་བྱོན་  
ད་ལྟ་དུས་གསུམ་གྱི། མཆོད་བསྟོད་བརྒྱད་པའི་སྒྲ་མ་  
ལ། ཨོ་རྒྱན་། དཔལ་ཆེན་སྟོབས་ལྷན་ནག་པོའི་  
དགོངས་པ་ཡིས། སྟོབ་དཔོན་ལྷོ་ལྷོ་བྱགས་  
བརྒྱད་ནས། དེ་མེ་བྱོ་ལོད་རྩ་ལ་ལ་བྱིན་བརྒྱབས་ཏེ།  
འདས་དང་མ་བྱོན་ད་ལྟ་དུས་གསུམ་གྱི། དྲག་སྒྲགས་  
བརྒྱད་པའི་སྒྲ་མ་ལ། ཨོ་རྒྱན་། མགོན་པོ་ཆེ་དཔག་  
མེད་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིས། ལྷ་མོ་ཙུང་ལོ་ལ་བྱགས་

བརྒྱུད་ནས་། འཆི་མེད་པར་འབྱུང་གནས་བྱིན་

བརྒྱབས་ཏེ། འདས་དང་མ་བྱོན་ད་ལྟ་དུས་གསུམ་

གི། ཆོ་ཡི་རིག་འཛིན་རྣམས་ལ། ཨོ་ཁྱུན་། དོ་ཏྲེ་

ཕག་མེའི་བྱ་གས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིས། མཁའ་འགྲོ་

མེད་གེའི་གདོང་ཅན་བྱ་གས་བརྒྱུད་ནས། དོ་ཏྲེ་བྲག་པོ་

རྩལ་ལ་བྱིན་བརྒྱབས་ཏེ། འདས་དང་མ་བྱོན་ད་ལྟ་

དུས་གསུམ་གི། གསང་སྤྲུགས་མ་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲ་མ་ལ།

ཨོ་ཁྱུན་། དོ་ཏྲེ་བྲག་འབྱུང་བྱ་གས་ཀྱི་དགོངས་པ་

ཡིས། སྤྲུལ་སྤྲུལ་པར་འབྱུང་གནས་བྱ་གས་བརྒྱུད་ནས།

འཛམ་གླིང་བོད་ཀྱི་ལས་ཅན་བྱིན་བརྒྱབས་ཏེ། འདས་

དང་མ་བྱོན་ད་ལྟ་དུས་གསུམ་གི། གསང་སྤྲུགས་

འདུས་བརྒྱུད་ཀྱི་སྒྲ་མ་ལ། ཨོ་ཁྱུན་། འདས་པའི་

སངས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིས།    སངས་རྒྱལ་  
ལྟ་བུ་ཐུབ་པའི་ཐུགས་བརྒྱད་ནས།    བོ་རྟེ་སྟའི་བར་དུ་  
བྱིན་བརྒྱབས་ཏེ།                      འདས་དང་མ་བྱོན་ད་ལྟ་དུས་  
གསུམ་གྱི།    རྒྱལ་བླ་ས་དོན་སྟོན་གྱི་སྒྲ་མ་ལ།    ཨོ་  
རྒྱན།    རིག་འཛིན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དགོངས་པ་  
ཡིས།    གང་ཟག་ལས་ཅན་རྣམས་ལ་བྱིན་བརྒྱབས་ཏེ།  
དུས་ཆོད་འདི་ནས་ལྟ་བརྒྱའི་ཐ་མའི་བར།                      གསང་  
སྒྲ་གསུམ་བཀའ་བཞིན་བསྐྱབ་པའི་དམ་ཆེ་ག་ཅན།    གང་  
ཟག་སྟོན་ཁུངས་བརྒྱད་པ་ལ།    ཨོ་རྒྱན།    འདི་ལྟར་  
མིག་གི་ཡུལ་དུ་སྒྲུང་བ་ཡི།    བྱིན་ད་སྟོན་བཅུད་དངོས་  
པོ་ཐམས་ཅད་ཀུན།    སྒྲུང་ཡང་བདག་འཛིན་མེད་པའི་  
ངང་ལ་ཞོག།    གཟུང་འཛིན་དག་པ་གསལ་སྟོང་ལྟ་ཡི་

སྐྱེ། འདོད་ཆགས་རང་གྲོལ་གྱི་སྒྲ་མ་ལ། ཨོ་རྒྱན།  
འདིར་ལྟར་ན་བའི་ཡུལ་དུ་བྲག་པ་པ་ཡི། སྒྲ་དང་མི་  
སྒྲ་འཛིན་པའི་སྒྲ་རྣམས་ཀྱི། བྲག་སྒྲ་སྒྲ་བསམ་  
མོ་བྲལ་བའི་དང་ལའོ་བ། བྲག་སྒྲ་སྒྲ་སྒྲ་འགག་  
མེད་པ་རྒྱལ་བའི་གསུང་། བྲག་སྒྲ་སྒྲ་རྒྱལ་བའི་  
གསུང་ལ། ཨོ་རྒྱན། འདི་ལྟར་ཡིད་གྱི་ཡུལ་དུ་འབྱུ་  
བ་ཡི། ཉོན་མེད་སྒྲ་དུག་ལྟའི་རྒྱ་པ་ཅི་ཤར་ཡང་།  
སྒྲ་བསུ་རྒྱུ་དེས་དཔྱེད་སྒྲ་ཡིས་བཅས་མི་གཞུག་། འབྱུ་  
བ་རང་སར་བཞག་པས་ཆོས་སྐྱར་གྲོལ་། རིག་པ་རང་  
གྲོལ་གྱི་སྒྲ་མ་ལ། ཨོ་རྒྱན། བྱི་ལྟར་གཟུང་བའི་  
ཡུལ་སྒྲ་དག་པ་དང་། རང་ལྟར་འཛིན་པའི་སེམས་  
ཉིད་གྲོལ་བ་དང་། བར་དུ་འོད་གསལ་ལ་རང་ངོ་ཤེས་པ་

རུམ་ རུས་གསུམ་བདེ་གཤེགས་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་རྗེ་  
ཡིས་ བདག་འདྲི་རང་རྒྱུད་གྲོལ་བར་བྱིན་གྱིས་  
རྫོབས་ དེ་ལྟར་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་གསོལ་བ་བྲོབ་ རྣམ་མཁའི་སྤྲིང་པོ་  
རིག་པའི་བཙན་ས་བྱངས་ བདག་དང་འབྲལ་བ་མེད་པར་བདེ་ཆེན་གནས་སུ་  
སྤྱོན་ ཞེས་གསུངས་སོ་ དེ་ནས་སྣ་རྣམ་རྗེ་རྗེ་བདུད་འཛམས་ཀྱིས་ཞུས་པ་  
སྤྱོད་པ་དཔོན་ཆེན་པོ་ལགས་ ཉིད་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་སྐྱེ་  
སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་གསུང་ སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འདུས་  
པའི་ཐུགས་ བདེ་གཤེགས་འདུས་པའི་ཐུགས་རྗེ་ཅན་ པར་འབྱུང་གནས་  
རྒྱལ་བའི་སྐྱེ་ བྱིད་ལས་ལྷག་པ་གཞན་ན་མེད་ བདག་དང་མ་འོངས་དོན་  
ཆེད་དུ་ ཉིད་ཀྱི་བྱིན་ཚུལ་མཛད་ཚུལ་ལ་ བརྟེན་ནས་དང་བ་འདྲེན་པ་དང་  
ཡིད་ཆེས་མོས་གུས་སྐྱེ་བ་ཡི་ གསོལ་འདེབས་བྱིན་གྱིས་རྫོབས་པའི་གསུང་  
བདག་ལ་ཐུགས་རྗེས་གནང་བར་ཞུ་ ཞེས་ཞུས་སོ་ བཀའ་སྤྲུལ་པ་ ཉོན་



ཅིག་སྒྲགས་གྱི་ཕྱི་ལ་འབྱོར་པུ། ང་ཡི་རྣམ་ཐར་མཛད་ཚུ་ལ་ནི། བསམ་གྱིས་མི་  
བྱུང་བརྗོད་མི་ལང་། འོན་ཀྱང་འཛམ་གླིང་བོད་ཡུལ་དུ། སྤྱུལ་པས་འབྲོ་དོན་  
བྱས་པའི་ཚུ་ལ། ཅུང་ཞིག་བཤད་གྱིས་གྲུས་པས་ཉོན། རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་  
གསོལ་བ་བློབ། ཅེས་གསུངས་སོ།

ཨོ་མ་ཏེ། ལྷོ་རུབ་རྩ་ཡབ་གླིང་ཕྱན་སྤོན་པོའི་ཡུལ།  
སི་རྒྱ་རྒྱ་མཆོ་རོལ་པའི་མཆོ་གླིང་དུ། ལྷ་རྒྱལ་འཛེག་པོ་  
གནས་པའི་ཁང་སྟེང་དུ། པར་འབར་བའི་སྟོང་པོའི་རྩེ་  
ལས་འབྱུངས། རང་བྱུང་ངོ་མཆར་ཅན་ལ་གསོལ་བ་  
འདེབས། ཨོ་རྒྱན་། ས་དང་མ་མེད་བྱེད་སྤྱུལ་པའི་  
སྤྱུ། རྒྱ་མེད་རྒྱུན་མེད་རྒྱ་མཆོའི་སྟོང་ལས་བྱེད། མ་  
རིག་ལོག་པའི་སེམས་ཅན་འདྲན་པའི་དཔལ། བདེ་  
གཤེགས་སྤྱ་གསུང་ཐུགས་གྱི་སྤྱུལ་པ་སྟེ། སྤྱུལ་སྤྱ་



མཚོ་སྐུས་དེ་ཏེ་ལ་གསོལ་། ཨོ་རྒྱུན་། ལས་ཅན་རྒྱལ་  
པོ་ཨིན་ལྷ་ཏི་ཡིས་། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་སྤིང་ནས་ཆེད་དེ་  
བྱོན་། དད་པས་སྐྱུན་དངས་རྒྱལ་པོར་མངའ་གསོལ་  
མཛད་། རྒྱལ་སྤིང་ཆོས་ཀྱི་བྲིམས་ཀྱིས་བདེ་ལ་  
བཀོད་། རྒྱལ་པོ་ཐོར་ཅོག་ཅན་ལ་། ཨོ་རྒྱུན་། ལྷོ་  
ཕྱོགས་བསིལ་བ་ཆེལ་གྱི་དུར་བྲོད་དུ་། རྒྱལ་སྤིང་  
སྤངས་ནས་བརྟུལ་ཞུགས་སྤྱོད་པ་མཛད་། ཏ་ན་ག་ནའི་  
སྤྱོར་སྤྱོལ་དགོངས་པ་ཡིས་། མ་མོ་མཁའ་འགྲོ་  
ཐམས་ཅད་དབང་དུ་བསྐྱུས་། ལྷན་རྒྱི་ཏ་ལ་། ཨོ་  
རྒྱུན་། ཕྱོགས་བཞིའི་དུར་བྲོད་ཀུན་ཏུ་སྤྱོད་པ་མཛད་།  
ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་རྣམས་ཀྱིས་བྱིན་བྱིས་བརྒྱབས་།  
དེ་ཏེ་ཕག་མའི་ཞལ་མཐོང་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་། རྣམ་

མཁའ་འཁོར་གཟུང་ཆེན་ཐམས་ཅད་བྱམ་དུ་བཀོལ་ཤིང་། རྩོམ་  
ཐོག་པོ་རྩལ་ལ་གསོལ་། ཨོ་ཏྲུ་ཏྲུ་། ཐུག་དམར་གྱི་  
ཁྱེད་ཆེད་ཀྱི་ཀུན་ཆེད་དུ་། སྒྲོལ་དཔོན་པ་ལྷ་ཉལྷེའི་  
སྒྱུ་སྒྲུ་པོ་ཏྲུ་། རྩལ་འབྱོར་ཡོ་གའི་ཆོས་ལ་སྒྱུངས་པ་  
མཛད་ཤིང་། ཡོ་གའི་ལྷ་ཆོག་མཁའ་ཁྱེད་ཀྱིས་ཞལ་གཟིགས་  
པའི་ཤིང་། ལྷ་ཀྱེད་ཀྱི་ཀུན་ཆེད་སྒྱུ་ལ་། ཨོ་ཏྲུ་ཏྲུ་། ཏྲུ་གར་  
ཡུལ་གྱི་ཕྱོགས་བཞིའི་གནས་ཆེན་དུ་། རིག་འཛིན་  
གྲུབ་ཐོབ་མང་པོའི་སྒྱུ་སྒྲུ་པོ་ཏྲུ་། ཡོ་ག་རྩལ་གསུམ་  
ཆོས་ལ་སྒྱུངས་པ་མཛད་ཤིང་། མཆོན་ཉིད་ཏྲུ་ཡི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་  
འདོགས་བཅད་ཤིང་། མཁའ་ལ་ལྷོ་ལྷུན་མཆོག་སྒྲུང་ལ་།  
ཨོ་ཏྲུ་ཏྲུ་། ཐུག་ཐུག་སྒྲུ་རྩལ་ཀུན་གྱི་ཀུན་ཆེད་དུ་། འཆི་  
མེད་ཆོ་ཡི་རིག་འཛིན་བསྒྲུབས་པའི་ཆོ་། མགོན་པོ་ཆོ་

དཔག་མེད་གྱིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་། སྐྱེ་འཆི་མེད་པ་  
རྫོང་འུམ་སྐྱེ་བུ་ལྟར་། འཆི་མེད་པ་རྒྱ་འབྱུང་གནས་ལ་།  
ཨོ་རྒྱུན་། ཟ་ཏྲ་རྒྱལ་ཁམས་འདུལ་དུ་གཤེགས་པའི་  
ཆོེ་། མ་རིག་འབྱུལ་པའི་སེམས་ཅན་ཆོས་ལ་བཅུད་།  
ཡ་མཆན་མེད་དུ་བྱུང་བའི་རྩ་འཁྱུལ་བསྟན་། རྒྱལ་  
ཁམས་ཐམས་ཅད་ཆོས་གྱིས་གང་བར་མཛད་། པ་རྒྱ་  
སྐྱེའི་སྐུ་ལ་། ཨོ་རྒྱུན་། ཨོ་རྒྱུན་རྒྱལ་ཁམས་འདུལ་  
དུ་གཤེགས་པའི་ཆོེ་། གཤེད་མས་མེ་ཡི་དབྱས་སྐུ་  
བསྐྱེགས་པ་ན་། མེ་དབྱུང་མཆོ་རུ་བསྒྱུར་ཏེ་རྩ་འཁྱུལ་  
བསྟན་། ཨོ་རྒྱུ་བྱ་ཏི་བྱང་རྒྱལ་ལམ་ལ་བཀོད་། སྐུ་  
མཆོག་པ་རྒྱ་རྒྱལ་པ་ལ་། ཨོ་རྒྱུན་། འོག་མིན་གནས་  
དང་བདེ་ཆེན་དུ་འབྱོར་དང་། ལྷན་གྲུབ་བཅའ་གས་དང་།

པར་བཅུག་པ་ལ་སོགས་པ་། རང་བྱུང་མཆོད་རྟེན་བྱུང་བུ་  
བཞུགས་པའི་ཆེ་། མ་མོ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྐྱོང་འཁོར་  
གྲིས་བསྐྱོར་། གུ་རུ་ཉི་མ་འོད་ཟེར་ལ་། ཨོ་ཁྱེན་།  
ལྷོ་ལྷོགས་ཁྱུ་གར་ཡུལ་དུ་གཤེགས་པའི་ཆེ་། མཁའ་  
འགྲོ་བདུད་འདུལ་མ་ཡིས་བྱིན་གྲིས་བརྒྱབས་། ལྷ་  
སྟེགས་སྟོན་པ་ལྷ་བརྒྱའི་རྩོད་པ་བསྐྱོབ་། རན་སྟེགས་  
བདག་པོ་ལྷ་སྟེགས་ཐོག་གིས་བསྐྱེལ་། འཕགས་པ་  
སེང་གོ་སྒྲ་སྒྲོགས་ལ་། ཨོ་ཁྱེན་། བལ་ཡུལ་ཡང་ལེ་  
ཤོད་ཀྱི་བྲག་ལྷག་རུ་། ཡང་དག་བདེ་ཆེན་སྒྲིང་པོ་  
བསྐྱེལ་པའི་ཆེ་། བར་ཆད་བགོགས་རྣམས་རྩི་རྩི་ལྷུང་  
པས་བསྐྱེལ་། ལྷག་ཁྱུ་ཆེན་པོའི་དངོས་གྲུབ་གནས་  
དེར་ཐོབ་། རྩི་རྩི་ཐོད་ཐོད་རྩལ་ལ་། ཨོ་ཁྱེན་། བྱུང་

ཕྱོགས་རྒྱལ་པོའི་དོན་ལ་བྱོན་པའི་ཆེ་བོད་ཀྱི་གཞི་དོན་

སྒྲིན་ཐམས་ཅད་དམ་ལ་བཏགས་པ་བསམ་ཡས་

མངའ་གསོལ་རྒྱལ་པོའི་དགོངས་པ་བསྐྱབས་པ་བོད་

ཡུལ་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཀྱིས་གང་བར་མཛད་པ་སྤྱུ་སྤྱུ་

པར་འབྱུང་གནས་ལ་། ཨོ་རྒྱན་། བསམ་ཡས་

མཆིམས་ཕྱི་བྲག་དམར་གེུ་ཚང་དུ་སྤྱུ་བ་ཆེན་

བཀའ་བརྒྱུད་གསང་སྤྱུ་གསང་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་ལས་

ཅན་རྒྱལ་པོ་ཇི་འབངས་སྒྲིན་པར་མཛད་པ་གསང་

སྤྱུ་གསང་འབྱུང་བྱའི་ཐེག་པ་རྒྱས་པར་མཛད་པ་བཀའ་

དྲིན་བསམ་ལས་འདས་ལ་། ཨོ་རྒྱན་། སྤྱུ་བ་ཚང་

སང་གི་བསམ་འབྱུང་གེུ་ཚང་དུ་གཏུག་པའི་མུ་

སྤྱུ་གསང་བཏུད་དང་དམ་སྤྱི་བཏུལ་པ་གནས་ཆེན་གངས་



བྲག་རྣམས་ལ་གཏེར་ཆེན་སྤྲུལ་།      མ་འོངས་སྒྲིགས་  
མའི་སེམས་ཅན་ཐུགས་རྗེས་གཟིགས་།      རྗེ་རྗེ་གྲོ་ལོང་  
རྩལ་ལ་།      ཨོ་རྒྱུན་།      བོད་ཀྱི་གངས་ཆེན་བཞི་ལ་སྐྱབ་  
ཁང་མཛད་།      བྲག་ཐུག་ཆེན་པོ་བརྒྱུད་ལ་ཡང་དབོན་  
མཛད་།      ཐུགས་བཞིའི་བྲག་ལ་སྐྱལ་སྐྱའི་ཞབས་རྗེས་  
བཞག་།      བྲགས་པའི་མཆོ་ཆེན་བཞི་ལ་ཐུག་རྗེས་  
བཞག་།      འགྲོ་བྱ་སྐྱབ་སྐྱོང་མཛད་ལ་།      ཨོ་རྒྱུན་།  
སྐྱོ་ཐུགས་མོན་ཁའི་བྲག་ལ་སྐྱེ་རྗེས་བཞག་།      སྐྱེ་ཆབ་  
གཏེར་ལྡེ་བོད་ཀྱི་དོན་ལ་བཞག་།      སངས་རྒྱས་བསྟན་  
པ་མཐའ་རུ་རྒྱས་པར་མཛད་།      བོད་ཀྱི་ལྷ་གཅིག་འགྲོ་  
བ་ཡོངས་ཀྱི་དཔལ་།      ཐུགས་རྗེ་བྱུང་པར་ཅན་ལ་  
གསོལ་།      ཨོ་རྒྱུན་།      ལྷོ་རུབ་རྩ་ཡབ་སྐྱེད་ཕྱན་དཔལ་



རིའི་ཕེར་།      རིག་འཛིན་མཁའ་འགྲོ་མང་པོའི་རྒྱལ་པོ་  
མཛད་།      ཤ་བ་སྤྱིན་པོ་ཐམས་ཅད་དམ་ལ་བདག་པས་།  
བོད་ལ་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་བྱག་ས་རྗེས་གཟིག་ས་།      རྣོན་  
ཆེན་སྤྲུལ་པའི་སྤྲུལ་།      ཨོ་རྒྱན་།      ལྷ་བརྒྱའི་ཐ་མར་  
བོད་ཀྱི་སེམས་ཅན་ལ་།      ལས་ངན་དབང་གིས་སྤྲུག་  
བསྐྲུལ་རྒྱན་ཆད་མེད་།      བྱེད་ཀྱི་རྣམ་ཐར་དྲན་ཅིང་  
གསོལ་འདེབས་ན་།      བདག་དང་འགྲོ་བྱུག་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ལ་།      བྱག་ས་རྗེས་གཟིག་ས་ལ་བྱིན་གྱིས་  
བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ་།      རོ་རྗེ་བདུད་འཛོམས་གུས་པས་ལེགས་པར་ཉོན་།  
ང་ཡི་རྣམ་ཐར་དྲན་ཅིང་གསོལ་བ་ཐོབ་།      ཆོ་འདིར་བརྒྱ་ང་ཡི་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས་།  
སྤྱི་མ་བྱང་རྒྱལ་ལམ་ལ་འགོད་པར་ངེས་།      ཞེས་གསུངས་སོ་།      དེ་ནས་ལྷ་སྤྲུལ་  
སྤྱི་བཙན་པོས་ཞུས་པ་།      ཀྱེ་སྦྱོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ལགས་།      དུས་མ་འོངས་པ་

ལྷ་བརྒྱ་སྟིགས་མ་ལ་བྱག་པའི་ཆོེ།      སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལས་ངན་གྱི་དབང་

གིས་སྡུག་བསྔལ་ལ་སྡུག་ལ་སྡུང་དགོས་པར་གསུངས་གངལ།      དེ་ནམས་ལ་

བྱགས་རྗེས་གཟིགས་ནས་སྡུག་བསྔལ་ལས་སྦྱོབ་ཀྱས་པའི་གསོལ་འདེབས་

ཤིག་ཅུ།    ཞེས་ཅུས་སོ།    བཀའ་སྩལ་བ།    ཉོན་ཅིག་ཟུམྱི་བཙན་པོ།    ཆ་

བའི་ཡུལ་མེད་ན་རྒྱ་སྟིགས་ཀྱི་ཀྱས་པ་མི་འགོ།      དད་པའི་ཞིང་ས་མེད་ན་བྱང་

ཁུབ་ཀྱི་ཟུ་གུ་མི་སྟེ།      ཡིད་བྱེད་ཤེས་ཀྱི་སྟོ་མ་ཁེལ་ན་དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་

བྱིན་རྒྱབས་རྒྱང་རིང་།    ཉོན་ཅིག་ལྷ་སྤྲས།    སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཁུབ་སེམས་

དཔའ་ནམས་འགོ་བའི་དོན་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་མཛད་དེ།    འགོ་དྲུག་དྲུག་ལྔའི་

བདག་འཛིན་སྟོབས་ཆེ་བས།    འཁོར་བ་དོང་ནས་སྡུག་ས་པར་མ་གྱུར།    ལྷ་

སྤྲས་རང་ཡང་བོད་འབངས་ཕྱི་མ་ནམས་སྡུག་བསྔལ་ལས་སྦྱོབ་པར་འདོད་ན།

ཡིད་བྱེད་ཤེས་ཀྱི་དད་པ་བརྟན་པར་གྱིས།      སྟོ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་གཏོད་

ཅིག་ཅེས་ཞལ་ཆེམས་བྱ་འབངས་ལ་ཞོག།      དུས་རྒྱན་དུ་མོས་པས་འདི་ལྟར་དུ་

གསོལ་བ་ཐོབ་ཅེས་གསུངས་སོ། ཡོ་མ་རྟོ། རུབ་ཕྱོགས་བདེ་  
བ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་སུ། མགོན་པོ་ཆེ་དཔག་མེད་གྱི་  
ཐུགས་རྗེ་ཡིས། འཇམ་བུའི་སྤྱིང་དུ་འགྲོ་བའི་དོན་ལ་  
དགོངས། ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་ཀྱན་གྱིས་བྱིན་  
བརྒྱབས་པའི། དུས་གསུམ་བདེ་གཤེགས་རྣམས་ལ་  
གསོལ་བ་འདེབས། ཡོ་རྒྱན་། སི་རྒྱ་རྒྱ་མཆོ་རེལ་  
པའི་མཆོ་སྤྱིང་དུ། མེ་ཏྲག་པད་མ་འབར་བའི་སྤྱིང་པོ་  
ལ། ས་དང་མ་མེད་རང་བྱུང་ཤུགས་ལས་བྱུང་། རྒྱ་  
མེད་རྒྱུན་མེད་འགྲོ་བའི་དོན་ལ་བྱིན། རང་བྱུང་དོ་  
མཚར་ཅན་ལ་གསོལ། ཡོ་རྒྱན་། སངས་རྒྱས་ཀྱན་  
གྱི་སྐུ་ཡི་སྐུལ་པ་སྟེ། རང་བྱུང་མཚན་དང་དཔེ་བྱད་  
ལྡན་པར་བྱིན། ཉི་མ་སྤྱིང་གི་འོད་ལས་གཟི་མདངས་

ཆེ་མཆོག་གི་སྐུ་ལ་པས་འཛིན་ཏེན་བྱུང་པར་འབྱེད་ཅེས་  
ཡམ་ཆོན་སྐུ་ལ་པའི་སྐུ་ལ་གསོལ་། ཨོ་ཁྱེན་།  
སངས་རྒྱལ་གྱུན་གྱི་གསུང་གི་སྐུ་ལ་པ་སྟེ་། མ་ཆགས་  
པརྟའི་སྟོང་པོའི་རྩེ་ལས་འབྱུངས་། འབྲུག་ཆེན་སྟོང་  
གི་སྐྱ་བས་གསུང་གདངས་ཆེ་། འགྲོ་བའི་དོན་དུ་ཐེག་  
ཆེན་ཆོས་སྐྱ་སྐྱོགས་། འབྲུག་ལྟར་སྐྱོགས་པའི་  
གསུང་ལ་གསོལ་། ཨོ་ཁྱེན་། སངས་རྒྱལ་གྱུན་གྱི་  
ཐུགས་གྱི་སྐུ་ལ་པ་སྟེ་། རྒྱ་མཚོ་གཏིང་མཐའ་མེད་པའི་  
སྟོང་ལས་སྐྱས་། རྣམ་མཁའི་སྐྱོག་ལས་ཐུགས་རྗེའི་  
ཐོན་ལས་སྐྱར་། དགོངས་པ་ཐབ་མོ་རྣམ་མཁའི་  
མཐའ་དང་མཉམ་། ཅིར་ཡང་ས་ལའི་ཐུགས་ལ་  
གསོལ་། ཨོ་ཁྱེན་། འགྲོ་བའི་དོན་དུ་ཡིད་བཞིན་ནོར་

བུའི་སྐུ།      བྱིད་ཀྱི་མཆན་ཐོས་ཙམ་གྱིས་སྐྱབ་བསྐྱལ་  
སེལ།      འཇའ་ཆོན་བཞིན་དུ་ཡོན་ཏན་སོ་སོར་གསལ།  
སྐད་ཅིག་ངན་པས་བྱང་རྒྱལ་ལམ་སྒྲ་འདྲེན།      ཡོན་ཏན་  
ཀུན་འབྱུང་བྱིད་ལ་གསོལ།      ཨོ་རྒྱན།      ཐུགས་རྗེའི་  
ཐིན་ལས་དབང་གིས་དོན་མཛད་པའི།      ཞི་རྒྱས་དབང་  
དག་ཐིན་ལས་རྣམ་བཞི་ཡིས།      ཉོན་མོངས་གདུལ་  
དཀའི་སེམས་ཅན་ཐབས་ཀྱིས་འདུལ།      རྣམ་མཁའི་  
སྐར་ལྟར་ཐིན་ལས་བསམ་མི་བྱལ།      ཐིན་ལས་རྒྱ་  
མཆོའི་རྒྱབས་ལ་གསོལ།      ཨོ་རྒྱན།      སྟེང་འོག་  
ཐུགས་བཞིར་འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་ཀྱང་།      བོད་ཡུལ་ཁ་  
བ་ཅན་དུ་ཐུགས་རྗེས་གཟིགས།      བོད་ཀྱི་མངའ་བདག་  
རྗེ་འབངས་ཐམས་ཅད་ལ།      དུས་གསུམ་རྒྱན་ཆད་མེད་



པར་བྱིན་བྱིས་རྫོབས།      འཁོར་བ་སྐྱུག་བསྐྱུལ་བྱི་བྱ་

མཆོ་ལས་བསྐྱེད་དུ་གསོལ།      ཞེས་གསུངས་སོ།      དེ་ནས་

འཁོར་གྱི་ལྷ་བ་པོ་རྣམ་པ་ལྔ་ས་ཆོག་ས་གྱི་མཆོད་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡུལ་། ཡུལ་དང་

བསྐྱེད་བ་བྱས་ཏེ་ལུས་པུ། གྱེ་སྒྲོ་བ་དཔོན་ཆེན་པོ་ལགས། འདི་ལྟ་བུའི་གསེལ་

འདེབས་བྱུང་པར་ཅན་གསུངས་པ་བཀའ་ངོན་ཆེ་ལགས།      གསོལ་བ་འདེབས་

པ་ལ་གང་ཟག་ཐ་མལ་པའི་ཅ་ཅའི་སྒྲ་མི་གདགས་ཤིང་། ཏུས་མ་འོངས་པའི་

གང་ཟག་རྣམས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱིས་ཉོན་པས་༥      སློབ་དཔོན་ཉིད་རྗེས་སྤྱང་ན་ནས་

གསོལ་བ་འདེབས་ན། ངག་གི་གདངས་ཇི་ལྟར་དུ་གདགས་ལགས་ཞེས་བྱས་

སོ། བཀའ་སྤྱུལ་པ། ང་ཡི་རྗེས་འཇུག་འཁོར་བ་སྤྱོད་འདོད་

**རྣམས་།      དད་གུས་མེས་པས་རྒྱན་དུ་གསོལ་བ་བྲེབ་།**

ཅེ་གཅིག་གཏུང་བའི་དབྱངས་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ།      བྱེད་པ་

མར་འབོད་འདྲའི་གདུང་དབྱངས་ལ། དེ་ཕྱང་གིང་།



བུའི་གདངས་ལྟར་སྒྲན་པ་ཡིས།

ཉིན་མཚན་དུས་

དུག་རྣམས་སུ་གསོལ་བ་བྲེབ།

འདི་མན་སྟོ་ཀ་བཞི་དང་ཀང་པ་

གཉིས་པོ་འདི་བྲི་སྟོང་རྣམ་འཕུལ་དཔལ་བཟུ་ཤིས་སྟོབས་རྒྱལ་གྱིས་ཁ་སྟོང་དུ་

མཛད། གུས་ཤིང་གདུང་ཤུགས་དྲག་པོས་གསོལ་

འདེབས་བྱར། གྲེམ་བྱགས་རྗེས་གཟིགས་ཤིག་མ་རྒྱ་

གུར། བྲིན་གྱིས་སྟོབས་ཤིག་རྗེ་བཙུན་བོད་སྐྱེང་

རྩལ། བར་ཆད་ཀུན་སེལ་བདུད་འདུལ་དྲག་པོ་

རྩལ། དངོས་གྲུབ་མཆོག་སྟོལ་ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ། །

ད་ལྟ་ཚེ་དུས་ལྟ་བུ་རྒྱུ་རྒྱུ་སྒྲིགས་དུས་འདིར། འབྱུང་

པོས་རྒྱུད་དཀྱགས་སྟེ་བོས་ལོག་པར་འཆོ། མཐའ་ཡི་

དམག་དཔུང་ནད་མཆོན་སུ་གོ་སོགས། བྱུར་དང་

ལྟས་ངན་གཞོད་པ་ཀུན་ཞི་ཞིང་། རྒྱལ་བའི་བསྟན་དང་

བྱུང་པར་ཐེག་དགའི་སྟོལ།      དེ་འཛིན་ཆོག་ས་རྣམས་  
དར་སྒྲིན་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག      །ཕུན་ཆོག་ས་བསམ་ཡས་  
ཕུན་གྱུབ་པོ་བྱང་ནས།      །པར་འབྱུང་གནས་ལམ་བབ་  
ཆོས་སྟོན་པ།      །ཐེག་ཆེན་རྒྱལ་སྤྱིད་རིན་ཆེན་བདུན་  
ཕུན་ཆོས།      །སྐལ་ཕུན་ལས་ཅན་དག་པ་རྣམ་ཕྱེད་  
འཁོར།      །འོད་དཀར་རྒྱལ་གྱིས་གང་བའི་བཀྲ་ཤིས་  
དུས།      །དེང་འདྲིར་བསམ་པ་ཕུན་གྱུབ་བཀྲ་ཤིས་  
ཤོག།      །མ་འོངས་ཐ་མའི་དུས་སུ་རྒྱབ་སྟོགས་སུ་      ང་ཡི་རྗེས་འཇུག་སྐས་  
པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་      འགྲོ་དོན་ཆེར་སྦྱོད་ལྷག་པར་ང་ལ་མོས་      ཐེ་ཆོས་ཁུང་  
ཞིང་ཆོས་རྒྱལ་གདུང་རྒྱུད་སྦྱོབ་      དེ་འབྲུའི་ལས་ཅན་སྒྲིག་ས་མའི་དུས་སུ་  
འབྱུང་      ཞེས་པའི་ལས་ཅན་དོན་དུ་གཏེར་དུ་སྐས་      སུ་སུ་ག་ཐ་      ན་མོ་གུ་  
རུ་      སྟོབ་དཔོན་པར་འབྱུང་གནས་སྟོ་རྒྱབ་སྤྱིན་པོའི་ཡུལ་དུ་གཤེགས་པའི་

དུས་སུ།      གུང་ཐང་ལ་ཐོག་ཏུ་ལྷ་སྒྲུབ་སྤྱི་བཙན་པོས་ཕྱག་དང་བསྐྱོར་བ་

བྱས།      ཞབས་སྤྱི་བོས་གཏུགས།      ན་བཟའི་སླེབ་མོ་ལ་འཇུས་ཏེ།      སྤྱོད་ཆབ་

ཕུངས་ནས་བལྟམ་ཞིང་སླེ་སྤྲགས་ཀྱི་ཞུ་བ་ཕུལ་བ།      གྱེམ་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ།      ལྷ་

བརྒྱ་དུས་ཀྱི་མཐའ་མ་ལ།      མང་ཡུལ་གུང་ཐང་གངས་འབྲུམ་འདིར།      བདག་

གི་བུ་བརྒྱད་གནས་བྱས་ཏེ།      དམངས་སུ་འབེབས་ཤིང་སྤྱག་བསྐུལ་ན།      བོད་

ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སླིང་རེ་རྗེ།      བདག་གི་བུ་བརྒྱད་སུ་ལ་རེ།      ལས་སུ་དམག་དང་

འབྲུག་པ་བྱེད།      དབེན་གནས་གཉིན་པོ་འབྲལ་བ་དང་།      རི་ལུང་ཇག་པའི་རྒྱག་

ས་བྱེད།      ཆོས་ལ་སྐྱབ་ལོང་མེད་པས་ན།      སྤྲ་མཆོད་རྣམ་གཉིས་འོ་རེ་བརྒྱལ།

ཕྱིས་འབྱུང་དད་ལྡན་སླིང་རེ་རྗེ།      གཙུག་ལག་ཁང་དུ་འབྲུགས་ཁང་བྱེད།      སྐྱུ་

གསུང་ཕྱགས་ཀྱི་ཏེན་རྣམས་བཤེགས།      དམ་ཇུས་མི་ནག་སྤྱི་བོས་སྤྱོད།      དབེན་

སར་བོན་གྱིས་བསྐྱ་སྤྱོད་གས།      ཆོས་འཁོར་འཇིག་ལ་ཕྱག་པ་ན།      དམ་པའི་

ཏེན་རྣམས་འོ་རེ་བརྒྱལ།      ཆོས་འཁོར་བཀའ་སྤྱང་སུ་ལ་རེ།      ཆེ་བཙུན་བས་

ངན་དུག་གིས་གསོད་ཅི་ཆེན་སྒོ་གཤམ་ལྟར་བྱམ་བྱེད་ཅི་རབས་གསོད་པོས་  
དམངས་སྤྱོད་འབེབས་ཅི་སྒྲིང་བཟེའི་གྲོགས་ཀྱིས་སྒྲོ་བརྟུན་ཅི་བོད་ཀྱི་ཁང་སྒྲོན་  
སྒྲིང་རེ་རྗེ་ཅི་རྒྱལ་པོའི་བྱུགས་གཅེས་སྤྱོད་ཅི་ཅི་མཆོན་སྤྱོད་ཅི་བསྐྱལ་པ་  
དར་ཅི་མཐའ་ཡི་མི་བཞི་དབུས་སྤྱོད་ཅི་འདྲེ་བགོགས་འབྱུང་པོས་ཆ་རག་  
གཏོང་ཅི་ཅི་མི་འདོད་པ་འབྱུང་བ་ཅི་ཅི་འབངས་སྤྱོད་ཅི་བསྐྱལ་སྒྲིང་རེ་རྗེ་  
སྐྱབས་མེད་སེམས་ཅན་སྤྱོད་ཅི་ཐྱི་སྒྲོང་ལྷེ་ལྷེ་བཙན་དགུང་ལ་གཤེགས་ཅི་  
གུ་རུ་ཨོ་རྒྱན་གནས་ལ་གཤེགས་ཅི་སྤྱོད་ཅི་བཙན་པོ་བོད་དུ་བོར་ཅི་ཡབ་རྒྱལ་པོ་  
སྤྱོད་ཅི་ཐུང་ལགས་སོ་ཅི་གུ་རུ་བྱུགས་རྗེ་རྒྱུང་ལགས་སོ་ཅི་བདག་གི་བསོད་  
ནམས་རྒྱུང་ལགས་སོ་ཅི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱེད་པ་ཉམས་ལགས་སོ་ཅི་བོད་  
འབངས་སྤྱོད་པ་བཟང་ལགས་སོ་ཅི་ཡབ་དང་གུ་རུ་བཞུགས་དུས་སྤྱོད་ཅི་སྤྱོད་  
བཙན་པོ་མི་འགྱུར་པ་ཅི་བདག་གི་སྒྲོ་གཏོང་སྤྱོད་ཅི་འཆར་ཅི་སྒྲིང་བཟེའི་གྲོགས་ནི་  
སྤྱོད་ཅི་ཡིས་འདེབས་ཅི་དམ་པའི་ཆོས་ནི་སྤྱོད་ཅི་འཆི་དུས་འཕོ་བ་སྤྱོད་ཅི་

འདེབས། བར་དོའི་སྒྲུག་བསྐྱེད་སྒྲུ་ཡིས་སེལ། སྒྲིབ་སྒྲོང་ཕྱིན་ལས་སྒྲུ་ཡིས་

མཛད་ཀྱི་མ་ཀྱི་རྟུང་ཐུགས་རྩེ་རྒྱུང་། ཞེས་སྟེ་ཐུགས་འདོན་ཅིང་སྟེ་སྟེས་དྲན་

མེད་དུ་བརྒྱལ་ལོ། དེ་ནས་སློབ་དཔོན་པལ་ལྷ་འབྱུང་གནས་གྱིས་རྒྱལ་པོའི་སྐྱོན་

ཁྱད་རྒྱལ་གྱི་ཆབ་བཞུར་ནས་དོན་པ་གསེས།      རྩ་མཉམ་གྱི་དབུ་སྐྱ་པང་དུ་

ཐཱ་ཨ་ཤཱ་ཏེ།      འདི་སྐད་གསུངས་སོ།      ཉོན་ཅིག་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དང་པ་ཅན།

ལས་ཅན་མེས་གུས་ལྡན་པ་དཔེ་བུ།      བྱི་ཕོང་ཕྱེད་པཅན་སྐྱ་ཆེ་མཐའ་རུ་

འབྲེལ། ཐུགས་ངལ་མ་མཛད་ལྷ་སྤྲུལ་བོད་ཀྱི་རྗེ། བདག་ནི་ད་དུང་བོད་ཀྱི་

དོན་ལ་མ་ཆེ། དད་པ་ཅན་ལ་དངོས་སུ་དམ་ཆོས་སྟོན། ཐུགས་ངལ་མ་མཛད་

ལྷ་སྐུ་བོད་ཀྱི་རྗེ།      ཁྱིད་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་པ།      ང་ཡི་ཞལ་

མཐོང་ཙམ་ལ་འདག་པར་ངེས། ཐུགས་ངལ་མ་མཛད་ལྟ་སྒྲས་བོད་ཀྱི་རྗེ།

འདི་ནི་ཕྱི་མ་བར་དོའི་གནས་གསུམ་དུ།      ང་དང་ཡང་ཡང་མཇལ་ཞིང་སྐྱབ་

བསྐྱེད་པེལ་། ཐུགས་ངལ་མ་མཛོད་ལྷ་སྤྲུལ་བོད་ཀྱི་རྗེ་། འདི་ནས་སྐྱེ་བ་བཅུ་

བྱུག་འགྲོ་དོན་མཛོད་ཅེ་ དེ་ནས་ཨོ་རྒྱུན་མཁའ་འགྲོའི་སྒྲིང་དུ་སྦྱོན་ཅེ་ ཐུགས་  
ངལ་མ་མཛོད་ལྷ་སྤྲུལ་བོད་ཀྱི་རྗེ་ཅེ་ མང་ཡུལ་གྲུང་ཐང་གངས་རིའི་འདབས་འདི་  
རུ་ ཉིད་ཀྱི་གདུང་བརྒྱད་ཕྱི་མ་འབྱོན་པ་རྣམས་ཅེ་ གདུང་བརྒྱད་མ་ཞོར་ཆོས་ཀྱི་  
རྒྱལ་སྤྱིད་སྦྱོངས་ཅེ་ ང་ཡི་ཐུགས་རྗེས་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་གཟིགས་ཅེ་ ཐུགས་  
ངལ་མ་མཛོད་ལྷ་སྤྲུལ་བོད་ཀྱི་རྗེ་ཅེ་ དབེན་གནས་ཆོས་མཛོད་དད་གུས་ལྡན་པ་  
ཡིས་ཅེ་ རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་ཐུགས་རྗེའི་གདུལ་བྱ་རྣམས་ཅེ་ ང་ཡི་བྱིན་  
བརྒྱབས་ཐུགས་རྗེས་སྦྱོབ་ལགས་ཀྱི་ཅེ་ ཐུགས་ངལ་མ་མཛོད་ལྷ་སྤྲུལ་བོད་ཀྱི་  
རྗེ་ཅེ་ སྐལ་མེད་སྤྲིག་སྦྱོད་ལོག་ལྷ་བདུད་ཀྱི་རིགས་ཅེ་ ཁྱོག་དཔྱོད་འགྲན་སེམས་  
ནག་པོའི་སེམས་ཅན་ནི་ཅེ་ བདག་གིས་མི་སྦྱོབས་ལས་ངན་དག་ལ་སྦྱོད་ཅེ་ ད་  
ལྟའི་ནང་སྦྱོན་ནག་པོ་འདི་རྣམས་ཀྱང་ཅེ་ རྗེ་ཡི་ཐུགས་དཀྱུགས་བདག་གི་དམ་  
ལས་ཉམས་ཅེ་ ད་དུང་ངན་སོང་གསུམ་དུ་ངེས་པར་འགྲོ་ཅེ་ འོན་ཀྱང་ང་ཡི་ཞལ་  
མཐོང་གསུང་ཐོས་པས་ཅེ་ ཐམ་ལས་ངན་དག་ནས་བདག་གི་གདུལ་བྱར་སྦྱེ་



ཐུགས་ངལ་མ་མཛད་ལྷ་སྤྲུལ་བོད་ཀྱི་རྗེ། དུས་ངན་ཐ་མ་མཐར་ཐུག་སླེབ་ཀ་རུ།  
རི་བོ་བཀྲ་བཟང་ཞེས་བྱའི་ཤར་འདབས་སུ། སྤྲུལ་པའི་རྣལ་འབྱོར་གཅིག་གི་  
སྒྲོན་ལམ་གྱིས། ང་ཡི་གཏེར་འདོན་ལྷ་སྤྲུལ་གདུང་རྒྱུད་སྦྱོབ། ཐུགས་ངལ་  
མ་མཛད་ལྷ་སྤྲུལ་བོད་ཀྱི་རྗེ། དུས་ངན་ཐ་མའི་སེམས་ཅན་ཐོག་པོས་འདུལ།  
དེ་ཡི་སྒྲོན་གྱིས་ལོག་ལྟའི་འདམ་ལ་ཚུད། ཆོས་དང་ཆོས་འདྲ་མི་བྱེད་ཐེ་ཆོམ་  
ཆེ། རི་བོ་བཀྲ་བཟང་འདབས་སུ་འབྱུང་བ་དེ། གསང་སྤྲུགས་ཐེག་པ་ཆེན་  
པོའི་བཀའ་དང་མཚུངས། དགོ་བའི་ཚུལ་སྦྱོད་སྤྲུལ་པའི་རྣལ་འབྱོར་པས།  
གུང་ཐང་རྒྱལ་པོ་རྗེ་འབངས་སྦྱོབས་པར་ངེས། ཐུགས་ངལ་མ་མཛད་ལྷ་སྤྲུལ་  
བོད་ཀྱི་རྗེ། ཞེས་གསུངས་སོ། དེའི་དུས་སུ་རྒྱལ་པོའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་སེལ་བྱེད་  
ཉོན་མོངས་རང་གྲོལ་ཞེས་བྱ་བ་གསུངས་སོ། གུ་རུའི་ཞལ་ནས། ལྷ་སྤྲུལ་ཉིད་  
བྱུ་འབངས་ཀྱི་དོན་དུ་ཐུགས་ཤིན་ཏུ་བརྩེ་བས། ངས་རྒྱལ་པོའི་གདུང་བརྒྱུད་  
རྣམས་ལ་དུས་སྟོགས་མའི་མཐར་ཐུག་པའི་བར་དུ་བྱིན་རྒྱབས་ཐུགས་རྗེས་སྦྱོབ་

གྱི་ ལྷ་སྤྲུལ་རང་བྱུང་བངས་ལ་ཞལ་ཆེམས་འདི་ལྟར་དུ་ཞོག་ཅེས་གསུངས་

སོ་ རིགས་བཟང་ཁྲུངས་བཙུན་འོད་གསལ་ལྷ་ཡི་བརྒྱད་ ལུ་བྲི་བཙན་པོ་

མན་ཆད་གདུང་བརྒྱད་མ་ཆད་བར་ བདག་གི་ཐུགས་རྗེས་རྒྱུན་དུ་བཟུང་

ལགས་གྱི་ སྤྲིག་སྤྱོད་གྲོགས་དང་སློན་པོའི་ཁར་མ་བཏང་ རྒྱལ་བྲིམས་

ཆོས་ཀྱི་བྲིམས་ཀྱིས་འཆོ་བར་མཛོད་ ཆོས་མེད་དེད་པོ་ཐོལ་ཐོག་གཡོ་སྐྱུ་ཅན་

སྤྲིགས་དུས་འབྱུང་བས་ཆར་ཆོད་ཆོས་བྲིམས་རྩྭ་གས་ ཆོས་བཞིན་སྤྱོད་པས་

རྒྱལ་ཁམས་བདེ་བར་འབྱུང་ ལྷ་སྤྲུལ་ཉེན་ཞིང་མངའ་ཐང་འཕྲོག་པ་དང་

རྒྱལ་པོ་དམངས་སུ་འབེབས་པའི་གལ་བྱུང་ན་ ལྷ་སྤྲུལ་དཔང་དུ་རྩྭ་གས་ལ་

བསྐྱོག་པ་མཛོད་ སྤྲིགས་དུས་གྲུང་ཐང་རྒྱལ་པོར་སྤྲིང་བཅེའི་ཕྱིར་ བྲག་རི་

དུག་སྐྱུལ་སྤྲུངས་འདྲའི་སྤྲོད་པ་ལ་ ལྷ་སྤྲུལ་གདུང་བརྒྱད་སྤྱོད་པའི་མན་ངག་

འདོག་ དེ་དུས་སྤྱོད་འགྲོ་མི་རྣམས་ཐེ་ཆོམ་ཆེ་ ལོག་ལྷ་མ་བྱེད་ང་ཡི་བཀའ་

བཞིན་སྐྱབས་ གྲུང་ཐང་རྒྱལ་པོའི་བསམ་པ་དེ་ཡིས་འབྱུང་ སྤྲིག་སྤྱོད་རྒྱལ་

པོ་བདག་གིས་སྐྱོབ་མི་འབྱུང་། ཞེས་གསུངས་སོ། གུ་རུ་འི་ཞལ་ནས་། ལྷ་  
སྤུས་ཉིད་ཀྱི་གདུང་རབས་མཐའ་མ་མང་ཡུལ་གུང་ཐང་དུ་ང་ཡི་གཏེར་གྱིས་སྐྱོབ་  
པའི་དུས་སུ། བོད་སྤྱུག་པའི་དུས་ལ་བབས་པ་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཅན་ལ་ཅི་མི་  
འདོད་པ་འབྱུང་། སྟེང་ལྷ་སྤྱིན་འབྲུག་ས། འོག་ལྷ་གཉན་འབྲུག་ས། བར་  
གཞི་བདག་འབྲུག་ས། སྤྱི་གཞི་སྤྱད་རྒྱལ་པོ་འབྲུག་ས། དམངས་པལ་པ་  
འབྲུག་ས། ས་སྤྱན་ནང་འབྲུག་ས། དེའི་དུས་སུ་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་མཐའ་  
ལ་བྱུག་། ཡི་དམ་ལྷ་འི་དངོས་གྲུབ་ཡལ། མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྐྱོང་རི་རབ་ལ་  
ཞལ་གཟིགས། སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱིད་པ་བདེ་པ་ཡིན་། གུང་ཐང་རྒྱལ་པོ་ཡོན་  
མཆོད་རྗེ་འབངས་རྣམས་། ང་ཡི་བཀའ་བཞིན་སྐྱབས་ལ་གཏེར་གྱི་ཆོས་ལ་  
སྤྱོད་། པདྨ་བདག་གི་བྱུགས་རྗེ་སྐུར་ལ་སྐྱོབས་ཆེ་བ་དེའི་དུས་སུ་འབྱུང་ངོ་།  
དུས་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་ང་ལ་གསོལ་བ་ཐོབ་ཅེས་གསུངས་སོ། ཨོམ་རྟོ།  
འུ་བ་ཕྱོགས་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་སུ། སྤྱང་བ་

མཐའ་ཡས་ཐུགས་རྗེའི་བྱིན་རྒྱལ་གཡོས་། སྤྲུལ་སྤྲུལ་  
པར་འབྱུང་གནས་བྱིན་རྒྱལ་ཏེ། འཛམ་གུའི་གླིང་  
དུ་འགྲོ་བའི་དོན་ལ་བྱོན་། འགྲོ་དོན་རྒྱུན་ཆད་མེད་པའི་  
ཐུགས་རྗེ་ཅན་། ཨོ་རྒྱུན་པར་འབྱུང་གནས་ལ་  
གསོལ་བ་འདེབས་། བསམ་པ་ལྟན་གྲིས་འགྲུབ་  
པར་བྱིན་གྲིས་རྫོབས་། རྒྱལ་པོ་བྲི་སྤྱོད་ལྡེ་རུ་བཙན་  
མན་ཆད་ནས་། ཆོས་རྒྱལ་གདུང་བརྒྱད་མཐའ་ལ་མ་  
སྟོངས་པར་། དུས་གསུམ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་བྱིན་  
གྲིས་རྫོབས་། བོད་ཀྱི་ཆོས་སྤྱོད་རྒྱལ་པོའི་གཉེན་  
གཅིག་དུ། རྒྱལ་པོ་ཆོས་སྤྱོད་སྤྱོད་བའི་ཐུགས་རྗེ་  
ཅན་། ཨོ་རྒྱུན་། བསམ་པ་། སྤྲི་ལྟོ་རུབ་སྤྱིན་པོའི་  
ཁ་གཏོན་མཛད་། ཐུགས་རྗེས་བོད་ཀྱི་སེམས་ཅན་

ཡོངས་ལ་གཟིགས།      མ་རིག་ལོག་པའི་སེམས་ཅན་  
འདྲན་པའི་དཔལ།      ཉོན་མོངས་གདུལ་དཀའི་སེམས་  
ཅན་ཐབས་གྱིས་འདུལ།      བཙེ་གདུང་རྒྱན་ཆད་མེད་  
པའི་ཐུགས་རྗེ་ཅན།      ཨོ་རྒྱན་།      བསམ་པ་།      དུས་  
ངན་སྐྱེགས་མའི་མཐའ་ལ་ཐུག་པའི་ཆོ།      རངས་རེ་  
དགོངས་རེ་བོད་ཀྱི་དོན་ལ་བྱོན།      ཉི་ཟེར་འཆར་སྟུང་  
མདངས་ལ་བཅིབས་ཏེ་བྱོན།      ཡར་ངོ་ཆོས་བརྩའི་དུས་  
སྟུང་ངོས་སྟུང་བྱོན།      འགྲོ་དོན་སྟོབས་ཆེན་མཛད་པའི་  
ཐུགས་རྗེ་ཅན།      ཨོ་རྒྱན་།      བསམ་པ་།      ལྟ་བརྒྱའི་ཐ་  
མ་རྩོད་དུས་སྐྱེགས་མ་ལ།      སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
ཉོན་མོངས་དུག་ལྟ་རགས།      ཉོན་མོངས་འབྱེལ་ཉོག་  
དུག་ལྟ་རང་རྒྱུད་སྟེང་།      དེ་འདྲའི་དུས་ན་ཁྱེད་འདྲའི་



ཐུགས་རྗེས་སྐྱབས་ཀྱི་བསམ་པ་།      དང་ལྡན་མཐོ་རིས་འདྲན་པའི་  
ཐུགས་རྗེ་ཅན་ཀྱི་ཚུན་།      བསམ་པ་།      ཉེར་སོགས་  
འཛིགས་པའི་དམག་གིས་མཐའ་བསྐྱོར་ནས་།      ཆོས་  
འཁོར་གཉན་པོ་འཛིག་ལ་ཐུག་པའི་ཆེ་།      ཡིད་གཉིས་  
ཐེ་ཆོམ་མེད་།      ཚུན་ལྟ་སྟོན་སྟེ་བརྒྱུད་འཁོར་དང་  
བཅས་།      ཉེར་སོགས་དམག་དཔུང་བསྐྱོག་པར་ཐེ་ཆོམ་  
མེད་།      ཚུན་ཀྱི་ཚུན་།      བསམ་པ་།      སེམས་ཅན་སྐྱུ་ལུས་  
འཛིག་པའི་ནད་བྱུང་ཆེ་།      མི་བཟོད་སྐྱུ་ག་བསྐྱུ་ལ་ནད་  
ཀྱིས་ཉེན་པ་ན་།      ཡིད་གཉིས་ཐེ་ཆོམ་མེད་།      ཚུན་  
སྐྱུ་གི་སྐྱུ་དང་དབྱེར་མེད་པས་།      ཆེ་བདམ་ཡིན་པར་  
ཆད་ངེས་པར་སེལ་།      ཚུན་ཀྱི་ཚུན་།      བསམ་པ་།      འབྱུང་  
བ་དབྱུང་ལངས་ས་བརྒྱུད་ཉམས་པའི་ཆེ་།      སེམས་ཅན་



ལྷ་གའི་ནད་གྱིས་ཉེན་པ་ནུ།      ཡིད་གཉིས་།      ཨོ་རྒྱན་

མཁའ་འགྲོལ་ལྟེན་ཆེན་མོ་གསལ་དང་བཅས། དབུལ་

ཕོངས་བགྲེས་སྒྲིམས་སེལ་བར་བྲེ་ཚོམ་མེད། ཨོ

རྒྱུན་ཟེ་ བསམ་པ་ཟེ་ ལས་ཅན་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་གཏེར་

འདོན་ནུ། དམ་ཆེག་བྱེད་བྱེད་མེད་པའི་དཔའ་གཏིང་།

གིས། ཡིད་གཉིས་། ཨོ་རྒྱན་ཡི་དམ་ལྷ་དང་དབྱེར་

མེད་པས། སྐོར་བྱ་ཡིས་ལོན་པར་བྲེ་ཆོམ་མེད།

ཨོ་རྒྱུན་།      བསམ་པ་།      སྒྲུབ་ཡུལ་ནགས་བྲོད་དབེན་

ས་སྟོན་གསལ་པའི་ཆེ།      ཁ་ཆར་བྱ་ཡུག་འཁྱབས་ཤིང་

ལམ་འགགས་ན།      ཡིད་གཉིས་།      ཨོ་རྒྱན་གཞི་

བདག་གཉན་པོའི་འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར།      ཆོས་མཛད་

ལམ་སྒྲུབ་འདྲན་པར་ཐེ་ཆོམ་མེད། ཡོ་རྒྱུན་། བསམ་

པེ། སྒྲུག་གཟིག་དོམ་དྲེད་དུག་སྒྲུལ་མཆེ་བ་ཅན་ཅེ།  
འབྲོག་ཆེན་འཛིག་ས་པའི་འཕྲང་ལ་འགྲིམ་ས་པའི་ཆེ་ཅེ།

ཡིད་གཉིས་ཅེ། ཨོ་རྒྱན་དཔའ་བོ་གིང་དང་སྤྱང་མར་

བཅས་ཅེ། གཤུག་པའི་སེམས་ཅན་སྒྲོད་པར་ཐེ་ཆོམ་

མེད་ཅེ། ཨོ་རྒྱན་ཅེ། བསམ་པ་ཅེ། ས་རྒྱ་མེ་རྒྱུང་འབྱུང་

བའི་བར་ཆད་ཀྱིས་ཅེ། སྒྲུ་ལུས་ཉེན་ཅིང་འཛིག་པའི་དུས་

བྱུང་ཆེ་ཅེ། ཡིད་གཉིས་ཅེ། ཨོ་རྒྱན་འབྱུང་བ་བཞི་ཡི་སྒྲུ་

མོར་བཅས་ཅེ། འབྱུང་བ་རང་སར་ཞི་བར་ཐེ་ཆོམ་མེད་ཅེ།

ཨོ་རྒྱན་ཅེ། བསམ་པ་ཅེ། ལམ་སྤང་འཛིག་ས་པའི་འཕྲང་

ལ་འགྲིམ་ས་པའི་ཆེ་ཅེ། བསའ་བྱེར་རྒྱག་པ་ཆོམ་པོས་

ཉེན་པ་ན་ཅེ། ཡིད་གཉིས་ཅེ། ཨོ་རྒྱན་སྒྲུག་རྒྱ་བཞི་ཡི་

དགོངས་པར་ལྡན་ཅེ། ཅོ་ར་མི་གོད་རམ་སེམས་བརྒྱག་

པར་བྱེད་ཅེ་ ཨོ་རྒྱུན་ཟེ་ བསམ་པ་ཟེ་ གང་ཞིག་གསལ་  
མའི་དམག་གིས་མཐའ་བསྐྱོར་ནས་ཅེ་ མཆོན་ཆེན་  
པོས་འདེབས་ཤིང་ཉེན་པ་ནེ་ ཡིད་གཉིས་ཟེ་ ཨོ་རྒྱུན་  
རྩེ་རྩེ་གུར་དང་ལྡན་པ་ཡིས་ཅེ་ གསལ་མ་བྱེད་ཅིང་  
མཆོན་ཆེན་འཕྲོར་བར་འགྱུར་ཅེ་ ཨོ་རྒྱུན་ཟེ་ བསམ་པ་ཟེ་  
ནམ་ཞིག་ཆེ་བའི་འཆི་བའི་དུས་བྱུང་ཆེ་ཅེ་ གནད་གཅིང་  
སྒྲིག་བསྐྱེད་དུག་པོས་ཉེན་པ་ནེ་ ཡིད་གཉིས་ཟེ་ ཨོ་  
རྒྱུན་སྒྲིང་བ་མཐའ་ཡས་སྒྲིལ་པ་སྟེ་ བདེ་བ་ཅན་གྱི་  
ཞིང་དུ་ངེས་པར་སྟེ་ ཨོ་རྒྱུན་ཟེ་ བསམ་པ་ཟེ་ སྒྲི་  
ལུས་གཡར་པོ་ཞིག་པའི་བར་དོ་དུ་ཅེ་ འབྲུལ་སྒྲིང་ཉིང་  
འབྲུལ་སྒྲིག་བསྐྱེད་ཉེན་པ་ནེ་ ཡིད་གཉིས་ཟེ་ ཨོ་  
རྒྱུན་དུས་གསུམ་མཁྱེན་པའི་བྱུགས་རྩེ་ཡིས་ཅེ་ འབྲུལ་

སྒྲུང་རང་སར་གྲོལ་བར་ཐེ་ཚོམ་མེད་། ཚེ་རྒྱུན་།

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

ཏི་། འབྲུལ་སྒྲུང་དངོས་པོར་ཞེན་ཅིང་སྤྱག་བསྐྱུལ་ན་།

ཡིད་གཉིས་། ཚེ་རྒྱུན་བདེ་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་ངོ་བོ་སྟེ་།

སྤྱག་བསྐྱུལ་འབྲུལ་པ་རྩྭ་དྲུག་གཞིག་པར་བྱེད་། ཚེ་

རྒྱུན་། བསམ་པ་། འགྲོ་དྲུག་སྤྱག་བསྐྱུལ་ཆེན་པོས་

ཉེན་པ་དང་། བྱུང་པར་བོད་ཀྱི་རྗེ་འབངས་སྤྱག་བསྐྱུལ་

ན་། དད་གྲུས་མོས་པའི་གདུང་ཤུགས་དྲག་པོ་ཡིས་།

ཡིད་གཉིས་ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་གསོལ་བ་འདེབས་། ཚེ་

རྒྱུན་ཐུགས་རྗེས་འཕོ་འགྱུར་མེད་པར་གཟིགས་། ཚེ་

རྒྱུན་པར་འབྱུང་གནས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་།

བསམ་པ་ལྟོན་གྱིས་འགྲུབ་པར་བྱེན་གྱིས་རྫོབས་། ཞེས་

གསུངས་ནས་ལྷ་སྤྲུལ་ལ་ཕྱགས་བརྩེ་བས་དགོངས་ཏེ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ལྷ་བུའི་  
མན་ངག་བརྩམ་གསུམ་གནང་ངོ། དེ་ནས་ལྷ་སྤྲུལ་གྱིས་གྲུས་པས་ཕྱག་དང་  
བསྐྱོར་བ་བྱས། གུ་རུ་ཨོ་རྒྱན་གྱི་ཡུལ་དུ་ཞལ་གཟིགས་ནས་ཉི་ཟེར་ལ་བཅིབས་  
ནས་བཞུད་དོ། ལྷ་སྤྲུལ་མུ་བྲི་བཙན་པོས་ཉོན་མོངས་རང་གོལ་གྱི་མན་ངག་  
དང་། ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ལྷ་བུའི་མན་ངག་ཞལ་ཆེམས་དང་བཙས་པ་མང་ཡུལ་  
གྱི་བྲག་རིན་ཆེན་སྤངས་པ་འདྲ་བ་ལ་གཏེར་དུ་སྤྲུལ། གཏེར་བདག་བསའི་ལྷ་  
མོ་མཆེད་བཞི་ལ་བཙལ་ལོ། ནམ་ཞིག་དུས་གྱི་ཐ་མ་ལ། ང་ཡི་གདུང་བརྒྱད་  
སྤྱག་པའི་དུས། རི་བོ་བཟང་བཟང་ཤར་འདབ་ནས། ལས་ཅན་སྐྱེས་བུ་འབྱུང་  
བའི་ཆེ། དེ་ཆེ་དེ་ཡི་ཆེད་གྱུར་ནས། བདག་གི་གདུང་རྒྱད་སྐྱོབས་པར་ཤོག།  
ཅེས་གསུངས་སོ། སྤྲ་སྤྲ། ལྷ་སྤྲུལ་མུ་བྲི་བཙན་པོའི་ཞལ་ནས། ང་ཡི་བུ་  
འབངས་དད་གྲུས་ལྡན་པ་ནམས། སྤྲ་སྤྲ་གསུམ་གྱི་གསོལ་འདེབས་དེ།  
སྐྱབས་སྤྲ་མ་ནམ་དཔན་དུས་ན་གསོལ་བ་བྲོབ། ཡབ་རྒྱལ་པོལ་གསུངས་པ་དེ།

སྟོང་དྲག་པོའི་དུས་སུ་གསོལ་བ་ཐོབ་ཅེས་། རྩོམ་མཚོ་རྒྱལ་ལ་གསུངས་པ་དེ་། ཐོ་  
རངས་རྒྱས་པའི་དུས་སུ་གསོལ་བ་ཐོབ་ཅེས་། དགོ་སྟོང་ནམ་མཁའི་སྟིང་པོལ་  
གསུངས་པ་དེ་། ནམ་ལངས་ནི་བའི་དུས་སུ་གསོལ་བ་ཐོབ་ཅེས་། ལྷ་ནམ་རྩེ་རྩེ་  
བདུད་འཛོམས་ལ་གསུངས་པ་དེ་། དགོངས་མོ་དབང་གི་དུས་སུ་གསོལ་བ་  
ཐོབ་ཅེས་། ལྷ་སྤངས་སུ་བྱི་བཙན་པོལ་གསུངས་པ་དེ་། ནམ་གྲུང་ལྷན་པའི་སྤྲུག་ལ་  
གསོལ་བ་ཐོབ་ཅེས་། བྱ་གྲུང་ཐང་རྒྱལ་པོལ་གསུངས་པ་དེ་། ཉིན་གྲུང་བྲེལ་བ་  
སྟོངས་ལ་གསོལ་བ་ཐོབ་ཅེས་། སྟྱར་སྤྲུག་བསྐྱེད་གྱིས་ཉིན་དུས་གསོལ་བ་ཐོབ་ཅེས་།  
བདག་རྒྱལ་པོའི་གདུང་བརྒྱུད་མ་ཞོར་ཞིང་། ཆོས་རྒྱལ་བཞིན་སྟོང་པའི་ལས་  
ཅན་ལ་། སྟྱར་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་བཀའ་དྲིན་ཆེ་། སྒོས་གྲུ་རུའི་བཀའ་  
དྲིན་བསམ་མི་བྱུང་། བདག་ཆོས་སྟོང་རྒྱལ་པོའི་ངག་ལ་ཉིན་། དུས་རྒྱུན་དུ་  
མོས་པས་གསོལ་བ་ཐོབ་ཅེས་། ཅེས་གསུངས་སོ་། གྲུང་ཐང་རྒྱལ་པོལ་གསུངས་  
པའི་གསོལ་འདེབས་བསམ་པ་ལྷན་འགྲུབ་མཁའུ་བྱ་བ་འདི་ནི་། ལྷ་སྤངས་སུ་བྱི་



བཙན་པོས་རུ་ལག་གྲམ་པ་རྒྱང་གི་ལྷ་ཁང་དུ་སྤྲས་སོ། གཏེར་བདག་ལྷ་མོ་དེ་རུ་

ཞོན་མ་ལ་བཙུང་ལོ། སྤྲ་སྤྲ་རྒྱུ། སྤྲ་བྲུ། ས་མ་ཡ། རྒྱ་རྒྱ་རྒྱུ། རུ་མོ་

འབྲུག་གི་ལོར་ལག་རྒྱང་གི་ལྷ་ཁང་ནས་སྤྲུལ་སྤྲུ་བཟང་པོ་གྲགས་པས་གཏེར་

ནས་བཏོན་ཏེ་རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་རྒྱེད་ཀྱི་ལྷེ་མ་འཕྲུ་ཙན་ལ་གཏད། རིག་འཛིན་

ཆེན་པོས་ཤོག་སེར་ལས་བསྐྱར་བའོ། གཏེར་རྒྱུ། སྤྲས་རྒྱུ། ཟབ་རྒྱུ།

ཨོཾ།

༥ གླ་མ་གསང་འདུས་ལས་གསུངས་པའི་བྱང་པར་གླ་སྒྲུབ་ཆོག་བདུན་གསོལ་

འདེབས་ནི། ཐུགས་དམ་ལྷ་ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ། བྱི་རབས་སྐལ་ལྷན་རིགས་

ཀྱི་བུ། ཨོ་རྒྱན་བདག་ལ་སྐྱབས་ཆོལ་ན། དབེན་པའི་གནས་སུ་རང་འདུག་

ནས། མི་རྟག་སྐྱོ་བ་སྐྱོ་བ་དང་། འཁོར་བས་སུན་པ་རབ་རྟུ་གཅིས། གློ་སློང་

བྱང་གསུམ་ང་ལ་གཏོད། གཞན་ཡང་སྐྱབས་གྱུར་རེ་ས་རྣམས། ཨོ་རྒྱན་

བདག་ལ་ཇོགས་པར་སོམས། སྐྱིད་སྒྲུག་རེ་ལྟོས་བྱེད་ཤེས་ཀྱིས། མཆོད་

བསྟོད་མི་འཆལ་རྒྱ་གསོག་སྤོངས། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྲས་པ་ཡིས།

ཆོག་བདུན་འདི་ཡིས་གསོལ་བ་བློབ། རྩོ། ཨོ་རྒྱན་ཡུལ་གྱི་རུབ་

བྱང་མཆོམས། པར་གཤམ་སྤྲོད་པོ་ལ། ཡ་མཆོན་

མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་བརྟེས། པར་འབྱུང་གནས་

ཞེས་སུ་གྲགས། འཁོར་དུ་མཁའ་འགྲོ་མང་པོས་

བསྐྱོར། བྱེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་བདག་བསྐྱབ་ཀྱི། བྱིན་

གྲིས་རྩོབས་ཕྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ། གུ་རུ་པཊྌ་

སྒྲིལ་རྩོ། ཞེས་པས་ཡང་ཡང་གསོལ་བ་ཐོབ། གདུང་བ་དྲག་བསྐྱེད་

མཆིམ་ཕྱང་། དད་པས་ཁམས་འདུས་འབྱུང་སྤྱིད་ན། ཏྲག་གིས་ཐོབ་ལ་ས་

ལེར་ཞོག། སང་ངེ་ཡེ་རེ་མ་ཡེངས་ལྟ། འདི་ལྟར་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་

བྱར། ང་ཡིས་སྐྱོབ་པ་སྐྱོས་ཅི་དགོས། དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་སུ་

འབྱུང་། དབང་ཆེན་རང་རིག་སེམས་ལ་ཐོབ། ཏིང་འཛིན་མཐུ་བརྟན་ཡེ་ཤེས་

རྒྱས། བྱིན་རྩོབས་རང་བྱུང་ཆེན་པོ་ཡིས། རང་སྒྲིན་གཞན་སྤྱོད་སྤྱུག་བསྐྱེད་

སེལ། རང་ཉིད་འབྱུང་ཆེ་གཞན་སྤྲོད་རྣམས། དུས་མཉམ་འབྱུང་ཞིང་ཕྱིན་

ལས་འབྱུང་། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་རང་ལ་རྩོགས། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ཆོས་

ཀྱི་སྐྱར། སྒྲིན་ཅིང་གོལ་བའི་ཐབས་ཆེན་འདི། ཐུགས་ཀྱི་སྤྲུལ་དང་འཕྲད་པར་

ཤོག། བྱུང་པར་བྱིན་རྩོབས་ཀྱི་སྐྱབ་པ་ཆོག་བདུན་མའི་གསོལ་འདེབས་ཤིན་ཏུ་

ཐབ་ཕྱིར་ཐུགས་ཀྱི་ཡང་གཏེར་གསང་བར་གདམས་པ། ཤེས་རབ་སྒྲོ་ལྟན་སྤྱིང་

ཐེ་ཆེ་། ཆོས་གྱི་དབང་ཕྱུག་དེ་དང་འཕྲད་པར་ཤོག་། ཅེས་སོ། །

༥ ། གསོལ་འདེབས་བར་ཆད་ལམ་སེལ་ནི།། ཨོྭ་ཨྲུཾ་ཧྲུྃ་བཏྲ་གུ་རུ་

པཏྲ་སིཾ་ཧྲུྃ་ ཆེས་སྐྱ་སྐྱང་བ་མཐའ་ཡས་ལ་གསོལ་

བ་འདེབས་མེད་སྐྱ་ཐུགས་མེ་ཆེན་པོ་ལ་གསོལ་བ་

འདེབས་མེད་ སྐྱ་ལ་སྐྱ་པཏྲ་འབྱང་གནས་ལ་གསོལ་བ་

འདེབས་མེད་ བདག་གི་སྒྲ་མ་ངོ་མཆར་སྐྱ་ལ་པའི་སྐྱུཾ་

ཀྱ་གར་ཡུལ་དུ་སྐྱ་འབྱུངས་ཐོས་བསམ་མཛེད་མེད་ བོད་

ཡུལ་དབྱས་སུ་ཞལ་བྱོན་དེགས་པ་བརྟལ་མེད་ ཨོྭ་ཀྱན་

ཡུལ་དུ་སྐྱ་བཞུགས་འགྲོ་དོན་མཛེད་མེད་ ཐུགས་མེས་

བདག་ལ་བྱོན་གྱིས་སྒྲོབས་མེད་ བཙུ་བས་བདག་སོགས་

ལམ་སྐྱ་དྲོངས་མེད་ དགོངས་པས་བདག་ལ་དངོས་གྲུབ་

སྐྱེལ་མེད་ ལུས་པས་བདག་སོགས་བར་ཆད་སེལ་མེད་ བྱི་

ཡི་བར་ཆད་བྱི་རུ་སེལ་མེད་ རང་གི་བར་ཆད་རང་དུ་

སོལ་མེད་གསལ་བའི་བར་ཆད་དབྱིངས་སུ་སོལ་མེད་  
གུས་པས་ཕྱག་འཆལ་སྐྱབས་སུ་མཆིེ། ཨོྩ་ཨྩ་ཨྩ་  
བཟླ་གུ་རུ་པཎྜ་སིཾ་ཨྩ་ཨྩ་ཨྩ་ སྐྱ་ཡི་དོ་མཆར་མཐོང་བའི་  
ཆེེ། གཡས་པས་རལ་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་མཛད་མེད་ གཡོན་  
པས་འགྲུགས་པའི་ཕྱག་རྒྱ་མཛད་མེད་ ཞལ་བབྲང་མཆེ་  
གཅིགས་གྲེན་ལ་གཟིགས་མེད་ རྒྱལ་བའི་གདུང་འཛིན་  
འགྲོ་བའི་མགོན་མེད་ ཐུགས་རྗེས་བདག་ལ་བཙུག་ བཙུག་  
བས་ལ་དགོངས་པས་ལུས་པས་ལུས་ལུས་ལུས་ལུས་ ལྷ་ལུ་ ལྷ་  
ལུ་ ལྷ་ལུ་ ལྷ་ལུ་ ལྷ་ལུ་ ལྷ་ལུ་ ལྷ་ལུ་ ལྷ་ལུ་ ལྷ་ལུ་ ལྷ་ལུ་  
དམ་ཆེས་རིན་ཆེན་གསལ་བའི་ཆེེ། སྐྱ་གསལ་ལ་འོད་  
ཟེར་མདངས་དང་ལྷན་མེད་ ཕྱག་གཡས་སྐྱེ་སྐྱོད་སྐྱེ་གསལ་  
བས་བསྐྱེམས་མེད་ གཡོན་པས་ཐུར་པའི་ཐུསྟེ་བསྐྱེམས་མེད་



ཟབ་མེད་ཆོས་རྣམས་ཐུགས་སུ་རྒྱུ་ཆུང་།    ཡང་ལེ་ཤོད་གྱི་  
 དམི་ཏུ།    ཐུགས་རྗེས་།    བརྟེ་བས་།    དགོངས་པས་།  
 རུས་པས་།    བྱི་ཡི་།    རང་གི་།    གསང་བའི་།    གུས་  
 པས་།    ཨོྲེ་ཨྲེ་ཨྲེ་།    དམ་ཅན་དམ་ལ་བཏགས་པའི་  
 ཆོ།    གྲི་མེད་གནས་མཆོག་ཉམས་རེ་དགའ་།    རྒྱ་  
 གར་བོད་ཡུལ་ས་མཆོམས་སུ།    བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་  
 རས་བྱིན་པའི་ཆོ།    གྲི་བསྐྱེད་སྤྲོས་ངད་ལྡན་པའི་རི།  
 མེ་ཏོག་པར་དགུན་ཡང་སྐྱེ།    རྒྱ་མིག་བྱེད་རྒྱབ་བདུད་  
 ཅིའི་རྒྱ།    བདེ་ལྡན་དེ་ཡི་གནས་མཆོག་ཏུ།    སྐྱེས་  
 མཆོག་ཚུལ་བཟང་ཆོས་གོས་གསོལ།    ཐུག་གཡམས་  
 རྗེ་རྗེ་རྗེ་དགུ་བསྐྱེམས་།    གཡོན་པས་རིན་ཆེན་བཟ་  
 ཏོག།    རྒྱ་བདུད་ཅིས་རང་དུ་གཏམས་།    མཁའ་

འགྲོ་དམ་ཅན་དམ་ལ་བཏགས་མེད་ལྟོགས་ལྟོགས་། ཡི་དམ་ཞལ་

གཟིགས་དངོས་གྲུབ་བརྟེན་མེད་། ཐུགས་རྟེན་མེད་། བརྟེན་

བས་མེད་། དགོངས་པས་མེད་། ལུས་པས་མེད་། རྩི་ཡི་མེད་། རང་

གི་མེད་། གསང་བའི་མེད་། གུས་པས་མེད་། རྩི་ལྡན་མེད་། རྩི་ལྡན་

བའི་བསྟན་པ་བཅུགས་པའི་ཆེ་། གཡའ་རིའི་ནགས་

ལ་སྒྲུབ་པ་མཛད་། བསྟན་པུར་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་སུ་

འཕང་། རྩི་ལྡན་ཐུག་ཐུག་སྒྲུབ་པའི་ཆེ་། རྩི་ལྡན་

བསྟན་པའི་ཆེ་ཅན་ནགས་སུ་འཕང་། མེ་འབར་

འབྲུགས་པའི་ཆེ་མཛོ་ཡང་སྒྲུབ་། སྒྲིབ་ཀྱི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་

གང་བསྟན་གས་། ཡུལ་ནག་པོ་རྩི་ལྡན་བསྟན་གས་།

འགྲན་གྱི་དོ་མེད་བདུད་གྱི་གཤེད་། ཐུགས་རྟེན་མེད་།

བརྟེན་བས་མེད་། དགོངས་པས་མེད་། ལུས་པས་མེད་། རྩི་ཡི་མེད་།

ནང་གི་། གསང་བའི་། གས་པས་། ཨོྲཱུ་ཧྲུཿ།  
སྤྱིན་པོའི་ཁ་གཞོན་མཛད་པའི་ཆེ་། བྱེད་ཆུང་སྤྱུལ་  
སྤྱིའི་ཆ་ལྷགས་ཅན་། ཡ་མཆོན་གཟུགས་བབང་ཁ་  
དོག་ལེགས་། ཆོམས་འགྲིགས་དབུ་སྤྱི་སེར་ལ་  
མཛེས་། དགྲང་ལོ་བཅུ་དྲུག་ལོན་པའི་ཆུ་ལ་། རིན་  
ཆེན་རྒྱན་ཆ་སྤྱི་ཆོགས་གསོལ་། རྒྱག་གཡས་འཁར་  
བའི་ཕུར་པ་བསྒྲམས་། བདུད་དང་སྤྱིན་པོའི་ཁ་གཞོན་  
མཛད་། གཡོན་པས་སེང་ལྡེང་ཕུར་པ་བསྒྲམས་།  
མོས་པའི་བུ་ལ་སྤྱི་སྤྱི་བཛེས་། མགྲུལ་ན་ལྷགས་  
ཀྱི་ཕུར་པ་བསྒྲམས་། ཡི་དམ་ལྷ་དང་གཉིས་སྤྱི་མེད་།  
གཉིས་མེད་སྤྱུལ་སྤྱི་འཛམ་གླིང་རྒྱན་། རྒྱགས་རྗེས་།  
བརྟེ་བས་། དགོངས་པས་། རུས་པས་། རྩི་ཡི་།

ནང་གི་། གསང་བའི་། གུས་པས་། ཨོྭ་ཨྲཱུ་རྩེ་།  
འདྲེ་ཡི་ཡུལ་དུ་དགོངས་པའི་ཆེ་། མེ་དབུང་འོད་གྱི་མ་  
གཞི་ལ་། མདའ་རྒྱང་གང་གི་མཆོ་ནང་དུ་། པརྒྱའི་  
སྟེང་དུ་བསིལ་བསིལ་འདྲ་། པརྒྱའི་ནང་ན་དགོངས་པ་  
མཛད་། མཆོན་ཡང་པརྒྱ་འབྱུང་གནས་ཞེས་།  
ཚོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་བྱོན་། དེ་འདྲའི་  
སྤྱལ་སྤྱ་ཡ་མཆོན་ཅན་། ཐུགས་རྗེས་། བརྩེ་བས་།  
དགོངས་པས་། རུས་པས་། བྱི་ཡི་། ནང་གི་།  
གསང་བའི་། གུས་པས་། ཨོྭ་ཨྲཱུ་རྩེ་། བོད་གྱི་ཉི་མ་  
མཛད་པའི་ཆེ་། དད་ལྡན་འགྲོ་བ་འདྲན་པའི་དཔལ་།  
གང་ལ་གང་འདུལ་སྒྱུར་བསྟན་ནས་། གཙང་ཁ་ལ་ཡི་  
ལ་ཐོག་ཏུ་། དབྱ་ལྟའི་དགོ་བསྟེན་དམ་ལ་བཏགས་།

ཡུལ་ནི་ཚ་བའི་ཚ་ཞོད་དུ། ལྷ་ཡི་དག་བསྐྱེན་དེགས་  
པ་ཅན། ཉི་ཤུ་ཚུ་གཅིག་དམ་ལ་བཏགས། མང་  
ཡུལ་དེ་ཡི་བྱམས་སྒྲིན་དུ། དག་སྒྲོང་བཞི་ལ་དངོས་  
གྲུབ་གནང་། བྱད་པར་འཕགས་པའི་རིག་འཛིན་  
མཆོག་། ཐུགས་རྗེས་། བརྩེ་བས་། དགོངས་པས་།  
རུས་པས་། བྱི་ཡི་། རང་གི་། གསང་བའི་། གུས་  
པས་། ཨོྲེ་ཨྲེ་རྩྱུ་རྩྱུ་། དཔལ་མོ་ཐང་གི་དཔལ་ཐང་དུ།  
བཏན་མ་བརྩུ་གཉིས་དམ་ལ་བཏགས། བོད་ཡུལ་ཁ་  
ལའི་ལ་ཐོག་དུ། གངས་དཀར་ཤ་མེད་དམ་ལ་  
བཏགས། འདམ་ཞོད་ལྷ་བུའི་སྒྲིང་རྒྱང་དུ། ཐང་ལྷ་  
ཡར་བཞུད་དམ་ལ་བཏགས། ཏམ་པོ་རི་ཡི་ཡང་གོང་  
དུ། ལྷ་སྒྲིན་ཐམས་ཅད་དམ་ལ་བཏགས། ཆེ་བའི་

ལྷ་འདྲེ་ཐམས་ཅད་གྱིས།      ལ་ལས་སྟོག་གི་སྒྲིང་པོ་

ཡུལ།   ལ་ལས་བསྟན་པ་བསྟུང་བར་བྱས།   ལ་ལས་

བྱན་དུ་ཁས་བྲལ་བྱས།   མཐུ་དང་རྩ་འཕྱེལ་སྟོབས་

པོ་ཆེ།   ཐུགས་རྗེས།   བརྩེ་བས།   དགོངས་པས།

རུས་པས།   བྱི་ཡི།   རང་གི།   གསང་བའི།   གུས་

པས།   ཨོྲེ་རྩུ་རྩུ།   དམ་པ་ཆོས་ཀྱི་བསྟན་པ་ནི།

རྒྱལ་མཆོན་ལྟ་བུར་བཅུགས་པའི་ཆེ།   བསམ་ཡས་མ་

བཞེངས་ལྟོན་གྱིས་གྲུབ།   རྒྱལ་པོའི་དགོངས་པ་

མཐར་ཕྱིན་མཛད།   སྐྱེས་མཆོག་གསུམ་གྱི་མཆོན་

ཡང་གསོལ།   གཅིག་ནི་པར་འབྱུང་གནས་ཞེས།

གཅིག་ནི་པར་སྐྱུ་ཕྱེ།   གཅིག་ནི་མཆོ་སྐྱེས་རྗེ་རྗེ་

ཞེས།   གསང་མཆོན་རྗེ་རྗེ་དྲག་པོ་རྩལ།   ཐུགས་



[illegible]

ཆེེ་ ཐུགས་རྩེས་ཟེ་ བརྩེ་བས་ཟེ་ དགོངས་པས་ཟེ་  
རུས་པས་ཟེ་ བྱི་ཡི་ཟེ་ རང་གི་ཟེ་ གསང་བའི་ཟེ་ གུས་  
པས་ཟེ་ ཨོྩ་ཨྲེུ་རྩྱེ་ཟེ་ སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ལྡན་འགྲོ་བ་  
འདྲན་པའི་དཔལ་ཟེ་ སྐྱིབ་པ་ཀུན་སྤངས་ཁམས་  
གསུམ་ས་ལེར་མཁྱེན་ཟེ་ དངོས་གྲུབ་མཆོག་བརྟེས་  
བདེ་ཆེན་མཆོག་གི་སྐྱེ་ཟེ་ བྱང་རྒྱལ་སྐྱབ་པའི་བར་ཆད་  
ངེས་པར་སེལ་ཟེ་ ཐུགས་རྩེས་ཟེ་ བརྩེ་བས་ཟེ་  
དགོངས་པས་ཟེ་ རུས་པས་ཟེ་ བྱི་ཡི་ཟེ་ རང་གི་ཟེ་  
གསང་བའི་ཟེ་ གུས་པས་ཐུག་འཆལ་སྐྱབས་སུ་མཆིེ་  
ཨོྩ་ཨྲེུ་རྩྱེ་བརྩོ་གུ་རུ་པརྩ་སིརྩྱེ་རྩྱེ་ཟེ་ ཨོྩ་ཨྲེུ་རྩྱེ་བརྩོ་གུ་  
རུ་པརྩ་ཐོད་ཐོད་རྩལ་བརྩོ་ས་མ་ཡ་ངོ་སིརྩྱེ་པ་ལ་རྩྱེ་ཨྲེུ་  
ཞེས་པའང་རྩོད་བྱལ་དུས་བབས་ཀྱི་སྐྱལ་པའི་གཏེར་སྟོན་ཆེན་པོ་ཨོ་རྒྱན་མཆོག་

གྱུར་བདེ་ཆེན་གླིང་པས་ཟླ་ཉིན་ཁ་ལ་རོང་སྒྲིའི་དཔལ་ཆེན་པོའི་ཞབས་འོག་ནས་  
སྤྱན་དྲངས་པའི་སྤྲ་མའི་བྲག་ས་སྤྱབ་བར་ཆད་ཀྱན་སེལ་གྱི་ཞལ་གདམས་སྟོང་  
བྱང་ཡིད་བཞིན་ལོར་བྱ་ལས།      ཕྱི་གསོལ་འདེབས་གྱི་སྤྱབ་པ་ཁོལ་ཏུ་ཕྱུངས་པ་  
སྟེ།      འདིས་ཀྱང་བསྟན་འགྲོའི་བར་ཆད་དང་རྒྱད་པ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་ཞིང་  
དག་ལེགས་གྱི་དོན་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིག། ॥

༥ ། དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་གྲུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ཆེ་      དངོས་  
གྲུབ་ཀྱན་བདག་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཞབས་ཆེ་      བར་ཆད་  
ཀྱན་སེལ་བདུད་འདུལ་དྲག་པོ་རྩལ་ཆེ་      གསོལ་བ་  
འདེབས་སེ་བྱིན་བྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ་ཆེ་      ཕྱི་ནང་  
གསང་བའི་བར་ཆད་ཞི་བ་དང་ཆེ་      བསམ་པ་ལྟན་བྱིས་  
འགྲུབ་པར་བྱིན་བྱིས་རྫོབས་ཆེ་      གཏེར་ཆེན་མཆོག་གྱུར་བདེ་ཆེན་  
གླིང་པས་སང་ཆེན་གནམ་བྲག་གི་གཡས་བྱུར་བྲག་རི་རིན་ཆེན་བརྟེན་པ་ནས་

སྤྱན་བྲངས་པ་དུས་བབས་གྱི་གསོལ་འདེབས་འདི་ཉིད་བྱིན་རྒྱབས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་  
ཀུན་གྱིས་ཁ་ཏོན་དུ་གཅེས་པར་བྱངས་ཤིག།

༥། གསོལ་འདེབས་བསམ་པ་ལྟར་འགྲུབ་མ་ནི། ཨོམ་རྟོ། མཚོ་

དབུས་གོ་སར་པརྩའི་སྤྲོད་པོ་ལ། །སྐྱུ་ལྔ་ཡེ་ཤེས་ལྟུན་

གྲིས་གྲུབ་པའི་ལྟ། །རང་བྱུང་ཆེན་པོ་པརྩ་ཡབ་ཡུམ་

ནི། །མཁའ་འགྲོའི་སྤྱིན་པུང་འབྲིགས་ལ་གསོལ་བ་

འདེབས། །བསམ་པ་ལྟར་དུ་འགྲུབ་པར་བྱེན་གྲིས་

སྤྲོབས། །ལས་ངན་སྦྱང་པའི་རྣམ་སྤྲིན་མཐུས་བསྐྱེད་

པའི། །ནད་གཏོན་བར་གཅོད་དམག་འབྲུག་ལྟ་གཏོ་

ཚོགས། །བྱིད་ཞལ་དྲན་པའི་མོད་ལ་བཟད་བྱེད་པའི། །

ཞལ་བཞེས་སྤྲིང་ནས་བསྐྱལ་ལོ་ཨོ་རྒྱན་རྗེ། །བསམ་

པ་ལྟར་དུ་འགྲུབ་པར་། །དད་དད་རྩྱལ་བྲིམས་གཏོང་

ལ་གོམས་པ་དང་། །ཐོས་པས་རྒྱུད་གྲོལ་བྲེལ་ཡོད་ངོ་

ཚ་ཤེས། །ཤེས་རབ་ལྟན་སྲུང་ཚོགས་པའི་ནོར་བདུན་

པོ། །སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་རྒྱུད་ལ་རང་ལྷགས་ནས། །

འཇིག་རྟེན་བདེ་སྦྱིད་ལྡན་པར་དབུགས་འབྱིན་མཛོད། །

བསམ་པ་ལྟར་དུ་འགྲུབ་པར་། ། གང་ལ་ནད་དང་སྦྱག་

བསྐྱལ་མི་འདོད་རྒྱུན། ། འབྱུང་པོའི་གདོན་དང་རྒྱལ་

པོའི་ཆད་པ་དང་། ། མེ་ཁུ་གཅན་གཟན་ལམ་འཕྲང་

འཇིགས་པ་ཆེ། ། ཆེ་ཡི་ཕ་མ་ཐར་གཏུགས་པའི་གནས་

སྐབས་ཀུན། ། རྒྱབས་དང་རེ་ས་གཞན་དུ་མ་མཆིས་

པས། ། ཐུགས་རྗེས་བྱུང་ཞིག་གུ་རུ་ཨོ་རྒྱན་རྗེ། །

བསམ་པ་ལྟར་དུ་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས། ། ཞེས་

བོད་ཁམས་ནད་ལུག་མཐའ་དམག་ཞི་ཞིང་བསྟན་འགྲོའི་བདེ་སྦྱིད་གསོ་བར་ཕན་

ན་སྟམ་པ་དད་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་ཐུགས་ལ་གཞུགས། ། ཅེས་པ་འདིའི་སྟོ་ག་དང་པོ་

ཀུན་མཁྱེན་གྲོང་ཆེན་པའི་མཁའ་འགྲོ་ཡང་ཏིག་གི་རྒྱབ་ཆོས་ཟབ་དོན་རྒྱུ་མཆོའི་



སྒྲིན་སྤྱང་གི་མཆོད་བརྗོད་ལས་བྱུང་ནིང་།      དེ་སྒྲིན་ཀུན་མཁྱེན་གཉིས་པ་རིག་  
འཛིན་འཛིགས་མེད་སྒྲིང་པའི་དོ་རྗེའི་གསུང་བྱིན་རྒྱ་བས་ཅན་ནོ།།    ॥

༥

ཆོ་གཅིག་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པའི་གསོལ་འདེབས་ནི།

ཨོམ་རྟོ།

ཆོས་སྐུ་ཀུན་བཟང་དུག་པ་རྩེ་རྩེ་འཆང་། སྟོན་པ་རྩེར་

སེམས་བཅོམ་ལྡན་ལྷ་ཀྱའི་རྒྱལ་། མགོན་པོ་ཆོ་དཔག་

མེད་དང་སྐུན་རས་གཟིགས་། དབྱེར་མེད་པར་དེ་ལ་

གསོལ་བ་འདེབས་། སྐུ་ཡི་བདག་ཉིད་འཇམ་དཔལ་

གཤེན་རྩེའི་གཤེད་། གསུང་གི་བདག་ཉིད་དབང་ཆེན་

ཏྲ་སྐད་མཆོར་། ཐུགས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཡང་དག་ཏེ་རུ་

ཀ། གུ་རུ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་།

ཡོན་ཏན་ཟེལ་གཞོན་ཆེ་མཆོག་ཏེ་རུ་ཀ། ཐོན་ལས་

བདག་ཉིད་རྩེ་རྩེ་གཞོན་རུའི་སྐུ་། མ་མོ་མཁའ་འགྲུའི་

གཙོ་བོ་མངོན་རྩེ་གས་རྒྱལ་། དཔལ་ཆེན་ཐོད་ཐོད་

རྩལ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་། སྐུ་ཡི་དབྱིངས་སུ་སྐུ་

འཕུལ་ནི་བྲོ་ངང་།      གསུང་གི་གདངས་སྐད་ཡན་ལག་

བཅུ་གཉིས་ལྟན་།      ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཟང་ཐལ་

ཡོངས་ལ་བྱབ་།      མཁའ་འགྲོ་གཙོ་བོ་རྩེ་ལ་གསོལ་བ་

འདེབས་།      སྐྱ་ཚབ་ལུང་བསྟན་གསུང་ཚབ་གཏེར་དུ་

སྤུས་།      ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ལས་ཅན་བྱུ་ལ་གཏད་།

བརྩེ་བའི་ཞལ་ཆེམས་བོད་འབངས་ཡོངས་ལ་བཞག་།

དྲིན་ཆེན་སྤྱལ་པའི་སྐྱ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་།      བཀའ་

དྲིན་དྲན་ལྟོ་གྱུ་དུ་རིན་པོ་ཆེ་།      ཐུགས་དམ་ཞལ་བཞེས་

དགོངས་པས་བབྱང་དུ་གསོལ་།      དུས་ངན་འདི་ལ་རེ་

སྟོས་གཞན་མ་མཆིས་།      ཐུགས་རྩེས་གཟིགས་ཤིག་

ཨོ་རྒྱན་སྤྱལ་པའི་སྐྱ་།      མཐུ་ཙུལ་རྣམས་པས་དུས་ངན་

གཡོ་འབྲུགས་སྒྲོག་།      བྱིན་སྒྲབས་ཡེ་ཤེས་དབང་ཆེན་

བསྐྱར་དུ་གསོལ།

ཤུགས་རྒྱས་པ་དང་།

རྩལ་རབ་ལྡན་ཅིང་།

པར་མཛད་དུ་གསོལ།

ཐར་དཔག་བསམ་སྒྲེན་ཤིང་ལས་ཁོལ་དུ་ཕུངས་པའོ། ། །

ཉམས་དང་རྟོགས་པའི་རྩལ་

བསྟན་འགྲོར་ཕན་པའི་མཐུ་

ཆོ་གཅིག་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་

ཞེས་མཆོག་གླིང་གཏེར་བྱོན་གྱི་ཚུལ་

༥ སྒོ་བ་དཔོན་ཆེན་པོ་ལ་བསྟོན་པ། སྐྱེ་བ་གསུམ་རྒྱུ་ལ་བ་ཡོངས་ཀྱི་  
ཐུགས་རྗེའི་ཤུགས། །གཅིག་བསྐྱུས་རིག་འཛིན་རྒྱུ་ལ་  
པོའི་ཚུལ་འཆང་བ། །བདེ་ཆེན་མཁའ་འགྲོའི་དབང་  
ཐུག་རྗེ་རྗེའི་སྐྱེ། །པར་ཐོད་ཐོད་ཚུལ་ལ་ཐུག་འཆལ་  
ལོ། །སྒྲུང་བ་མཐའ་ཡས་མགོན་པོ་སྤྱན་རས་  
གཟིགས། །དབྱེར་མེད་སིཿཏའི་དྲངས་མཆོར་སྤྱུལ་པའི་  
སྐྱེ། །འཛིག་རྟེན་གསུམ་ན་ཆེ་བའི་རིག་སྤྲུགས་  
འཆང་། །མཉམ་མེད་སྒྲ་མ་བྱིད་ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ། །  
པར་ལས་འབྱུངས་པར་བཞད་པའི་ཞལ། །མཆོན་  
དཔེའི་གཟི་འབར་རྒྱུ་ཀུན་ཞལ་སྤྱན་མཆོག་ །འཛིག་  
རྟེན་མངའ་བསྐྱུར་མཚུངས་མེད་རྒྱུ་བའི་སྤྲུག་ །བདེ་  
མཆོག་པར་རྒྱུ་པོར་ཐུག་འཆལ་ལོ། །གནས་ཡུལ་

རྣམས་སུ་བརྟུལ་ཞུགས་སྟོང་པ་བསྐྱེདས། །མ་ཚོགས་  
དེགས་པ་དབང་བསྐྱེད་ལས་ལ་བཀོལ། །མ་སྟེང་ཀུན་  
ཏུ་གསང་སྟགས་བསྟན་པ་སྟེལ། །ཉི་མ་འོད་ཟེར་  
ཞབས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཤེས་བྱའི་གནས་རྣམས་  
གཟིགས་པ་ཙམ་གྱིས་རྟོགས། །ལྡེ་རིག་ཀུན་མཁྱེན་  
མཁས་པའི་ཕུལ་དུ་ཕྱིན། །འཇམ་པའི་དབྱངས་དང་  
དབྱེར་མེད་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ། །སྟོང་ཕྱན་མཆོག་སྟེང་ཁྱེད་  
ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །སྟེ་སྟོང་གསུམ་དང་རྒྱུད་སྟེ་རྣམ་  
དྲུག་གི །དགོངས་སྟོང་མཐར་ཕྱིན་རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤྲུལ་  
ཀྱི། །རྣམ་ཐར་རྒྱུ་མཆོའི་རྩལ་ལ་མངའ་དབང་  
བརྟེས། །པརྟ་སྤྲུལ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །རྒྱལ་བ་  
མཆོག་ཉིད་སྤྲུལ་ཡང་བྱོན་པ་བཞིན། །རྣམ་དག་ཕུང་པོ་



ལྷ་འཆང་མཆོག་སྤྲུལ་ཚུལ།      ཁོས་མཆོག་སེང་གའི་  
སྒྲ་དབྱངས་ས་གསུམ་བསྒྲགས།      །འགྲུ་སེང་གའི་བྱིད་  
ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །འཆི་མེད་རྫོང་ཆེའི་ཆོ་དང་རིག་  
འཛིན་ས།      །དངོས་གྲུབ་ཀུན་ལ་མངའ་དབང་དམ་པ་  
བརྟེན།      །དཀྱིལ་འཁོར་ཀུན་གྱི་གཙོ་དང་གཉིས་སུ་  
མེད།      །པརྒྱ་འབྱུང་གནས་བྱིད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །  
བདུད་དང་མུ་སྟེགས་པས་གྱི་ཆོལ་བ་རྣམས།      །རྩ་  
འཕྲུལ་ཆེན་པོས་མིང་གི་ལྷག་མར་བྱས།      །ཆེ་བཙན་  
འགྲན་མེད་རྫོང་ཆེའི་མཐུ་སྟོབས་བདག      །སེང་གའི་སྒྲ་  
སྟོགས་བྱིད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །གངས་ཅན་སྟོངས་སུ་  
རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་སྟེལ།      །ནག་པོའི་རྩ་ལག་རྫོང་ཆེའི་  
མཐུ་ཡིས་བདུལ།      །ས་སྟེང་ཐམས་ཅད་བབ་མའི་

གཏེར་གྱིས་བཀང་།                      རྫོང་གོ་ལོད་རྩལ་ལ་ཕྱག་

འཆལ་ལོ།      །སྐྱ་གཅིག་མཆོན་བརྒྱད་འཕྱལ་མཆོན་ཉི་

ཤུ་དང་།      །མི་མཛད་འཛིག་ཏེན་སོ་རྩལ་ལ་སོགས་

པར།      །མཐའ་ཡས་སྤལ་པའི་ཞིང་ཁམས་ཀུན་ཏུ་

བྱབ།      །སྐྱ་འཕྱལ་རྒྱལ་པོ་བྱོད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །

རྒྱལ་སྤལ་སེམས་དཔའ་བརྒྱད་དང་སྐྱབ་སྡེ་བརྒྱད།      །

ལ་སོགས་རྒྱལ་བ་རྒྱལ་སྤལ་རྒྱ་མཆོ་དང་།      །དབྱེར་

མེད་སྤྱེ་མ་དགྱེལ་འཁོར་ཀུན་གྱི་བདག་      །མཚུངས་མེད་

འཛེན་པ་བྱོད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་

ཕྱག་ས་རྫོང་གཅིག་བསྐྱུས་ནས།      །སྒྲིགས་མའི་འགྲོ་བ་

བསྐྱབ་པར་མཛད་པའི་ཕྱིར།      །བྱིན་རྒྱལ་ཕྱག་ས་རྫོང་

ཕྱག་པར་སྤྱར་བ་ཡིས།      །ལས་ཅན་རྫོང་སྤུ་འཛིན་ལ་

ཕུག་འཆལ་ལོ། །དཔལ་ལྷན་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
པདྨ་སྒྲེས། །རྣམ་པ་ཀུན་མཁྱེན་ཡེ་ཤེས་མཛོད་འཛིན་  
པ། །རིག་འཛིན་རྒྱལ་པོ་སྐུ་འཕུལ་སྐྱ་ཆོགས་སྟོན། །  
ཀུན་ལས་ཆེ་བ་སངས་རྒྱས་རིག་སྒྲགས་འཆང་། །རང་  
བྱུང་ཀུན་ཏུ་བབང་པོ་བྱིད་ཉིད་ལ། །མི་སྤྱེད་དད་པས་  
ལེགས་པར་བསྟོད་པ་ཡི། །བསོད་ནམས་ཉིན་མོར་བྱེད་  
པའི་འོད་ཟེར་གྱིས། །མཆོ་སྒྲེས་བསྟན་པའི་པད་ཆལ་  
རྒྱས་བྱུར་ཅིག །སྟོད་བརྟུད་རྟུད་པ་མཐའ་དག་རབ་ཏུ་  
ཞི། །དཔལ་དང་གྲགས་པ་བཟུ་ཤིས་བདེ་ལེགས་  
འཕེལ། །འགྲོ་ཀུན་མཚུངས་མེད་གྱུ་རུས་རྗེས་བབྱང་  
ནས། །རང་བྱུང་པདྨའི་གོ་འཕང་མཆོག་ཐོབ་ཤོག །  
ཅེས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དགའ་བ་བརྟུ་རྟུག་གི་གངས་ལྷན་འདི་ནི་བེལ་གཞོན་མེ་

ཏྲ་ལྷ་བ་བརྒྱད་པའི་ཆོས་ཉིད་བདུན་ལ་མི་ཕམ་འཇམ་དཔལ་དགྱེས་པས་སྒྲེལ་བ་  
དག་ལེགས་འཕེལ།། །།

༥ མཁའ་ཆེན་བོ་རྩི་ས་ཏཱ་ལ་བསྟོད་པ། འཇམ་དཔལ་དཔའ་བོའི་

ཞབས་པད་ཇི་མེད་ཉིད། །ཡན་ལག་མཆོག་གི་པར་

རབ་བཀོད་ནས། །ཟབ་རྒྱས་ཆོས་རྒྱལ་དངོས་སུ་

ལེགས་ཤོད་པ། །མཁའ་ཆེན་ཞི་བ་འཆོལ་ཕྱག་འཆལ་

ལོ། །བསྟན་པའི་རྩ་བ་སོ་སོར་བར་པ་ཡི། །རྒྱལ་

བྲིམས་རྣམ་དག་རྩུར་སྒྲིག་རྒྱལ་མཆོན་འཆང་། །སྒྲོམ་

བརྩོན་སྡེ་སྟོད་འཛིན་པའི་རྒྱལ་པོར་བསྐྱགས། །འཕྲུལ་

སྤྲུམ་གཅིག་བྱོད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཟབ་ཡངས་རིག་

གནས་རྒྱུ་མཆོ་ཆེན་པོའི་གྲོང་། །མདོར་ཤེས་ལ་སོགས་

ཡོན་ཏན་ལོར་བུའི་གཏེར། །རྒྱལ་སྤྲུམ་སྟོད་པའི་རྒྱབས་

སྤེང་ཆེར་གཡོ་བ། །བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་མཆོག་ལ་

ཕྱག་འཆལ་ལོ། །གཞལ་བྱ་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་ཆོས་

ཚུལ་ཀུན།      །ཡང་དག་རིག་པའི་ལམ་ནས་གསལ་  
མཛད་པའི།      །ཤེས་རབ་ཉི་ཟླའི་འོད་གྱིས་ས་སྤྲོད་  
བྱལ།      །མཁས་པའི་དབང་པོ་བྱོད་ལ་ཕྱག་འཆལ་  
ལོ།    །རང་གཞན་གྲུབ་མཐའ་རྒྱ་མཆོའི་ཕ་རོལ་ཕྱིན།    །  
དབུ་སེམས་བྱང་འཇུག་ཤིང་རྟའི་ལམ་སྟོལ་ཕྱེས།    །  
འཕགས་པའི་ཡུལ་ན་ཉི་ཟླ་ལྟ་བུར་གྲགས།    །བསྟན་  
པའི་རྒྱན་གཅིག་བྱོད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།    །གངས་ཅན་  
སྟན་པའི་བྱོད་དུ་རྒྱལ་བསྟན་མཆོག་།    །སྤང་བའི་སྟོ་ཆེན་  
ཐོག་མར་བྱོད་གྱིས་ཕྱེས།    །ཡང་དག་ལྷུང་དང་རིག་  
པའི་རྒྱལ་རྩ་བསྒྲགས།    །མཁན་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོར་  
ཕྱག་འཆལ་ལོ།    །བབྱང་བྱ་བརྒྱ་ཕྱག་དགུ་ཡི་བྱངས་  
བཞུགས་ཏེ།    །འཕགས་ཡུལ་རྒྱན་ག་གངས་ཅན་ལ་



སོགས་པར། །བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་ཕྱོགས་བཅུར་  
རབ་ཏུ་བསྐྱེདས། །བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་བྱེད་ལ་  
ཕུག་འཆལ་ལོ། །མད་བྱུང་ཕུགས་བསྐྱེད་སྟོན་ལམ་རྒྱ་  
མཆོ་དང་། །ཐབས་ལ་མཁས་པའི་རྣམ་རེལ་སྣ་ཆོགས་  
ཀྱིས། །བཟང་པོའི་ཕྱོད་ལས་ས་སྟེང་ཀུན་ཏུ་བྱུང་། །  
བཀའ་ངོན་འགྲན་མེད་བྱེད་ལ་ཕུག་འཆལ་ལོ། །མཐུ་  
སྟོབས་བདག་པོར་གྱུར་ཀྱང་བུམས་བཅུའི་དང་། །  
ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོས་འབྱོར་ཀྱང་སྟེམས་མེད་ནི། །  
གསང་སྟུགས་ས་ལམ་རྫོགས་ཀྱང་དགོ་སྟོང་ཚུལ། །  
དམན་རྣམས་རྗེས་སུ་འཛོལ་ལ་ཕུག་འཆལ་ལོ། །ཁོད་  
འདིར་རྒྱལ་བསྟན་ཇི་སྟིད་གནས་ཀྱི་བར། །སྟུལ་པའི་  
བསྟན་འཛོལ་ཡང་ཡང་འབྱོན་པ་དང་། །བསྟན་ལ་བྱ་བ་

བྱེད་པར་ཞལ་གྱིས་བཞེས། །གངས་ཅན་མགོན་པོ་ཁྱིལ་  
ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །གང་སྐྱབས་ལྗོངས་པས་བསྟན་པའི་  
མངའ་ཐང་འཕེལ། །ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་དག་ཏིང་འཛིན་  
ཤེས་རབ་རྒྱས། །མཐར་གྱིས་རྡོ་རྡེ་འཛིན་རྒྱལ་འགྱུར་  
ཞེས་གསུངས། །དཔག་མེད་ཕུགས་རྡོ་རྡེ་གཏེར་ལ་  
ཕྱག་འཆལ་ལོ། །དུས་མཐར་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་  
ཉམས་དམའ་ཞིང་། །བསྟན་རྡོ་རྡེས་འཇུག་རྣམས་ཤིན་ཏུ་  
ཉམ་ཐག་ཆོ། །ཁྱེད་ཉིད་དྲན་པས་སྐྱོབ་པར་འགྱུར་རོ་  
ཞེས། །ཞལ་བཞེས་རྡོ་རྡེས་སུ་དྲན་ལོ་ཕུགས་རྡོ་རྡེ་ཅན། །  
དེང་དུས་སློག་པས་མ་ལུས་གཙུག་འགྲོ་བ་རྣམས། །ཡང་  
དག་ལྟ་བའི་དམིགས་རྣམ་རྟེན་དག་འཁོར་། །ཚུལ་  
བྲིམས་ཏིང་འཛིན་བདུད་རྩི་སྐལ་བ་དབེན། །བསྟན་

ལ་འཆེ་བའི་ཕྱོགས་རྣམས་ཆེས་ཆེར་བདོ།      |ཆར་ལྡན་  
དུས་ཀྱང་ཁྱོགས་པའི་ནམ་གཞུག་བཞིན།      |ཅི་ལ་  
བསམ་ཀྱང་སྐྱོ་བའི་དུས་འདི་ན།      |རྒྱལ་ཀུན་མཐུ་  
སྟོབས་དབང་ཕུག་དེ་ཁྱེ་འཛིན།      |མགོན་པོ་ཁྱིད་གྱི་དམ་  
བཅའ་མ་བསྟེལ་ཅིག      |སྡེ་སྡོད་རྒྱུད་སྡེའི་འཆད་ཉན་  
དར་བ་དང་།      |བསྐྱབ་གསུམ་རིམ་གཉིས་རྣལ་འབྱོར་  
གོང་དུ་འཕེལ།      |ལུང་རྟོགས་བསྟན་པའི་མངའ་ཐང་  
རབ་རྒྱས་པའི།      |ཁྱོགས་ལྡན་དུས་ཀྱང་གསར་དུ་  
ངོམས་པར་མཛོད།      |སྐྱོ་བ་ཀུན་ཏུ་ཁྱིད་གྱིས་རྗེས་བབྱང་  
ནས།      |རྒྱལ་བ་དབྱེས་པའི་ལམ་ལས་མི་གཡོ་ཞིང་།      |  
མཐའ་ཡས་འགོ་བ་ཀུན་ཀྱང་རྒྱལ་ཀུན་གྱི།      |གསང་  
འཛིན་གསང་བའི་བདག་པོ་ཉིད་གྱུར་ཅིག      |ཅེས་ཆོགས་སུ་

བཅད་པ་དེ་ཉིད་རྣམ་པ་བརྩུ་བྱུག་གི་གྲངས་ལྡན་འདི་ནི་མེ་ཏྲ་ལྷ་བ་དགུ་པའི་ཆོས་  
ལྡེ་ལ་མི་པམ་འཇམ་དཔལ་དབྱེས་པས་བཀོད་པ་དག་ལེགས་འཕེལ།། །།

༥ ཚེས་རྒྱལ་བྱི་སྤོང་ལྡེ་ལུ་བཙན་ལ་བསྟོན་པ། བཀའ་སྤྱོད་འགྲོ་བ་  
ཐབས་ཀྱིས་གདུལ་བའི་ཕྱིར། རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱོད་ཐོ་རྒྱུ་  
བཙན་འཇམ་པའི་དབྱངས། བོད་ཡུལ་རྒྱལ་པོའི་ཚུལ་  
དུ་ལེགས་སྤྱོད་པ། བྱི་སྤོང་ལྡེ་ལུ་བཙན་ཞབས་ལ་ཕྱག་  
འཆལ་ལོ། ཉི་ཟླ་བྱུང་འདྲིའི་མཁན་སྟོན་རྣམ་གཉིས་  
སོགས། རྒྱ་གར་པའ་གྲུབ་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ། བཀའ་  
ཙན་ཙན་བདེའི་བྱེད་པོ་སྤྱུལ་པའི་སྤྱོད། རྣམ་མང་བསྟོན་  
བར་མཛད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། རིག་པའི་གནས་དང་  
མདོ་རྒྱུད་བསྟོན་བཙན་གཞུང་། མཐོན་བསྟོན་ཞུས་  
གཏན་ལ་ཕབ་མཛད་ཅིང་། བཀའ་སྤྱོད་བསྟོན་པའི་  
རྒྱལ་མཚན་རབ་ཏུ་བསྟོན་པ། མངའ་བདག་ཆེན་པོ་  
བོད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། མཐའ་བཞིའི་རྒྱལ་ཁམས་

སྟོབས་གྱིས་དབང་དུ་བསྐྱུས།    བཅུ་ལ་ལག་ཁང་དང་  
སྐྱ་གསུང་ཐུགས་གྱི་རྟེན།    མདོ་སྒྲགས་འཛིན་པའི་སྡེ་  
གཉིས་བོད་དུ་བཀོད།    བོད་ཡུལ་སྦྱང་མཛད་ཁྱིམ་ལ་  
ཐུག་འཆལ་ལོ།    སྒྲ་ཆོགས་ཐབས་གྱིས་ཆོས་སྤྱིད་བྱང་  
དུ་སྦྱང་།    བཀའ་བཅོན་སྟོལ་བསྐྱུང་རྒྱལ་ཁམས་བདེ་  
ལ་བཀོད།    མངའ་བདག་ཆངས་པ་ལྷ་ཡི་མེ་ཏྲག་  
ཅེས།    སྒླེན་པས་ས་སྟེང་བྱབ་ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ།    ཆེ་  
མཆོག་བདུད་རྩིའི་གྲུབ་པ་མདོན་དུ་གྱུར།    ཏིང་འཛིན་  
གཡོ་མེད་དགོངས་པའི་རྩལ་ཆེན་ཚྭ་གས།    ཆེད་མ་ལ་  
སོགས་ལེགས་བཤམ་བཤམ་བསྟན་བཅོས་སྟེལ།    ཆོས་གྱི་  
རྒྱལ་པོ་ཁྱིམ་ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ།    སངས་རྒྱས་ལས་  
ཀྱང་ཆེས་དགོན་གསང་སྒྲགས་གྱི།    བཀའ་ལྷན་གསུང་



ནམས་དང་དེ་ཡི་གདམས་ངག་གིས། རྩོམ་འཛིན་ཡུལ་  
འདི་ཨོཾ་ཧཱུྃ་ཧཱུྃ་དང་། མཚུངས་པར་མཛད་པ་བྱོད་ལ་  
ཕུག་འཆལ་ལོ། དབྱིངས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོས་རྒྱས་  
བཏབ་ཟབ་གསང་ཆོས། སྤྲུལ་གྱང་རྟེན་པར་དཀའ་བ་  
ནང་རྒྱུད་གསུམ། གྲུབ་མཆོག་ནམས་ཀྱིས་ཡོངས་  
སྤངས་ནོར་བུའི་གཏེར། ས་འདིར་འགོད་མཛད་བྱོད་  
ལ་ཕུག་འཆལ་ལོ། བསིལ་ལྡན་ར་བ་དཀར་པོའི་  
སྤྲོངས་འདི་ན། རྒྱལ་བའི་བསྟན་དང་དེ་འཛིན་འདུས་  
པའི་སྡེ། ཇི་སྟེད་བྱུང་བ་མགོན་པོ་བྱོད་ཀྱི་དྲིན། །  
བཀའ་དྲིན་འགྲན་བྲལ་བྱོད་ལ་ཕུག་འཆལ་ལོ། ཏ་  
དུང་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་གནས་ཀྱི་བར། སྣ་ཆོག་ས་  
སྤྲུལ་པས་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་དང་། གངས་ཅན་ཕན་

བདེ་སྤེལ་པར་མཛད་པ་ཡི།      བྱུགས་བསྐྱེད་མཉམ་  
མེད་བྱོད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      བདག་ཅག་གངས་རིའི་  
བྱོད་གནས་མི་རྣམས་ཀྱིས།      རྒྱལ་བསྟན་རིན་ཆེན་  
ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ཙམ་ཡང་།      རྣ་བར་ཐོས་པ་བྱོད་ཀྱི་དྲིན་ཡིན་  
ན།      ཁྲོ་ལྟན་སུཞིག་བྱོད་ལ་ཅིས་མི་གུས།      དེ་ཕྱིར་  
བདག་ནི་དད་མོས་ཅེ་གཅིག་པས།      མགོན་པོ་བྱོད་ལ་  
བསྐྱེད་ཅིང་ཕྱག་འཆལ་ན།      སྤྱོན་གྱི་བྱུགས་བསྐྱེད་དམ་  
བཅའ་ཆེན་པོ་ཡིས།      བདག་ཅག་རྗེས་བབྱང་གྱིན་གྱིས་  
བརྒྱབ་པར་མཛོད།      བྱུགས་བཅུ་འུ་རྒྱལ་བས་དབང་  
བསྐྱར་ལུང་བསྟན་ཅིང་།      སྤྱོན་རས་གཟིགས་ཀྱི་  
བྱུགས་བསྐྱེད་མཐུ་བཙན་པས།      འཇམ་དཔལ་སྤྱལ་  
པའི་རྒྱལ་པོའི་བྱུགས་བཞེད་བཞིན།      རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་

དུ་གནས་པ་ཉིད་གྱུར་ཅིག      །མཐའ་ཡས་འགྲོ་གྱུར་  
ཐུགས་བརྩེས་ཡོངས་སུ་བབྱུང་།      །རྣམ་མཁའ་ཇི་སྟིང་  
གཞན་པར་སྟོན་ལས་སྟོང་།      །རྒྱལ་སྤྲུལ་དཔའ་བོ་  
རྣམས་ཀྱི་གཙུག་གི་རྒྱུ།      །མགོན་པོ་བྱིད་དང་མཚུངས་  
པར་བདག་གྱུར་ཅིག      །ཆོག་ས་བཅད་འདི་ཆོས་རྒྱལ་ཆེན་པོ་ཉིད་ཀྱི་  
གསུང་ཡིན་པར་གྲགས།      །བྱིད་ལ་བསྟོད་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་  
པའི་མཐུས།      །བདག་སོགས་གང་དུ་གནས་པའི་ས་  
སྟོགས་དེར།      །ནད་དང་དབུལ་ཕོངས་འཐབ་རྩོད་ནི་བ་  
དང་།      །ཆོས་དང་བཀྲ་ཤིས་འཕེལ་བར་མཛད་དུ་  
གསོལ།      །རྒྱལ་དང་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་གྱི་སྟོན་ལས་  
དང་།      །བདག་ཅག་མོས་དག་རྣམ་པར་དཀར་བའི་  
མཐུས།      །མངའ་བདག་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་བྱི་སྟོང་

ཐེའི།      །ཐུགས་བསྐྱེད་བསྟན་པ་མཐར་ཀྱས་བཟུ་ཤིས་  
ཤོག།      །ཅེས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་མཆོད་པའི་སྒྲིམ་བཅུ་དུག་གི་གངས་ལྗན་  
འདི་ནི་མེ་ཏུ་ཟླ་བ་བརྒྱད་པའི་ཆོས་ཉིད་བདུན་ལ་མི་ཕམ་འཇམ་དཔལ་དབྱེས་  
པས་བཀོད་པ་དག་ལེགས་འཕེལ།      གོང་གི་བསྟོད་ཆོག་ནམས་ཐུག་འཆལ་དུ་  
ཁ་སྐྱར་པ་པོ་ནི་རྩོམ་པོ། །

༥ རྒྱལ་ཀུན་རིག་ས་གྱི་ཅོད་པན་གསུང་རྡོ་རྗེ། །རང་

བྱང་སྤུལ་སྤྱུ་སྤྱུ་གས་གྱི་སྒྲོབ་དཔོན་ཚུལ། །བོད་ཁམས་

སྒྲོབ་པའི་གཉེན་གཅིག་བཀའ་ངེན་ཅན། །ཨོ་རྒྱུན་

སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །རྒྱལ་

ཀུན་གསང་བ་འཛིན་པའི་དབང་ཕྱུག་གང་། །སྟོན་པའི་

རྒྱལ་ཚབ་སྒྲོམ་བརྩོན་བཤེས་གཉེན་ཚུལ། །བསིལ་

ལྡན་ཐོག་མའི་མཆོད་གནས་བཀའ་ངེན་ཅན། །མཁན་

ཆེན་བོ་རྟེ་སངས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །རྒྱལ་ཀུན་

མཁྱེན་རབ་ཡེ་ཤེས་འཇམ་དཔལ་དབྱངས། །ཞིང་

འདིར་བསམ་བཞིན་ཆོས་སྦྱང་རྒྱལ་པོའི་ཚུལ། །

གངས་ཅན་བསྟན་པའི་ཤིང་རྟ་བཀའ་ངེན་ཅན། །མངའ་

བདག་ཁྱི་སྦྱང་ལྡེའུ་བཙན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཅི་

གཅིག་སྒྲིང་ནས་རྗེས་དྲན་བདག་སོགས་རྣམས།                   །  
ཆོག་ས་གཉིས་ཡོན་ཏན་མཛོད་ལ་དབང་འབྱུང་ཞིང་།                   །  
རྣམ་གསུམ་རིང་ལུགས་དྲི་མེད་སྒྲ་འགྱུར་སྟོལ།   ཁྲིང་  
བཞིའི་ཁྱོན་ཀུན་ཏྲག་བྱབ་འཕེལ་རྒྱས་ཤོག       ཅེས་པའང་  
རིགས་ཀྱི་བྱ་ཕྱིན་ལས་ནོར་བུས་དོན་དུ་གཉེར་བའི་ངོར།   འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་  
དོ་རྗེས་དཔལ་བསམ་ཡས་མི་འགྱུར་སྒྱུན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་  
བྲིས་པ་ཡོངས་སུ་དགོའོ།།



༥

གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་ཆོས་བརྩུ་འི་ནྟམ་ཐར་གསོལ་བ་འདེབས་བྱིན་རྒྱ་བས་ཐིག་

ལེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི།

ཨོྲཱོ་ཨུཾ་ཧཱོ་བཛྲ་གུ་རུ་པཌྌ་སི�和ྌ་ཧཱོ།

སངས་རྒྱལ་སྒྲུང་བ་མཐའ་ཡས་སྒྲུ་ལས་སྒྲུ་ལ། །འགྲོ་

འདུལ་སྒྲུན་རས་གཟིགས་དབང་གསུང་གི་འོད། །

རྒྱལ་སྒྲུ་ལ་གུན་གྱི་བྱ་གས་གྱི་གསང་བ་འཛིན། །གུ་རུ་

རིན་པོ་ཆེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །གཏོང་ནས་རང་

བྱང་མགོན་པོ་བདེ་བ་ཆེ། །སྤྱིད་ཞིའི་བྱ་བ་བདག་གུན་

བཟང་གསང་བ་འདུས། །བྱོད་སྤྱོད་རྩལ་འཆང་ལོངས་

སྤྱོད་ལོངས་ཐོགས་སྒྲུ། །སྒྲུ་ལ་བསྒྲུར་བསམ་ཡས་

འགྱེད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །དུས་ཆོན་བརྩུ་གཉིས་

ཡར་ངོའི་ཆོས་བརྩུ་ལ། །ཁྱིམ་འགྲེལ་བརྩུ་གཉིས་

གནས་སྒྲུ་དག་པའི་སྒྲུ་ལ། །ཡན་ལག་བརྩུ་གཉིས་

གསུང་རབ་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར།      །བདེན་དོན་བཅུ་  
གཉིས་བྱུགས་རྗེའི་ཡེ་ཤེས་རྒྱས།      །མཚན་གྱི་རྣམ་  
གྲངས་དོ་མཚར་བཅུ་གཉིས་བྱུགས།      །མྱ་བྱང་མཛད་  
པ་ཆེན་པོ་བཅུ་གཉིས་བསྟན།      །དངོས་གྲུབ་བཅུ་གཉིས་  
བསྐྱེད་པ་བཞིན་དུ་སྟོན།      །རྣམ་ཐར་རྗེས་སུ་བྲན་པས་  
གསོལ་བ་འདེབས།      །སྟེལ་སྒྲུའི་ཆོས་བཅུར་རྟ་ན་གོ་  
ཤའི་མཚར།      །དོ་མཚར་རང་བྱུང་པ་རྣམས་སྟོང་པོར་  
འབྱུངས།      །མཚོ་སྟོང་མཁའ་འགྲོ་རྣམས་ལ་ཆོས་  
འཁོར་བསྐྱོར།      །གྲུ་རུ་མཚོ་སྟེལ་རྗེ་རྗེས་གསོལ་བ་  
འདེབས།      །ནད་གཏོན་བགོགས་དང་འགལ་རྒྱུན་བར་  
ཆད་ནི།      །ཆོ་བསོད་དཔལ་རྒྱས་ཉམས་རྟོགས་མཛོན་  
ཤེས་འཆར།      །གྲུ་རུའི་ཞལ་མཐོང་ཆོས་ཐོས་དཔལ་གྱི་

རིར།            |སྐྱེས་ནས་ཐུགས་གྱི་སྤྲུལ་འབྱུང་བྱིན་གྱིས་

སློབས།            |སྟག་ཟླའི་ཆོས་བཅུར་ཡོ་རྒྱུ་རྒྱལ་སར་

ཕེབས།            |ཡིན་ཐུ་ཏིའི་སྤྲུལ་གྱི་སྤྲུལ་བར་མཛད།            |

འོད་འཆང་ཁབ་བཞེས་འཁོར་ལོས་སྤྲུལ་རྒྱལ་གྱུར།            |

གུ་རུ་པར་རྒྱལ་པོར་གསོལ་བ་འདེབས།            |གཟི་བརླིང་

སློབས་རྒྱས་ནད་རིགས་འབྱུང་འབྱུག་ཞི།            |དབང་ལྡན་

ལས་རུང་ཡིད་བདེ་སློབས་པ་ལྟར།            |མི་དང་མི་མིན་

སྤྲུང་སེམས་དབང་དུ་འདུས།            |བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་

འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས།            |ཡོས་ཟླའི་ཆོས་བཅུར་

རྒྱུ་དང་བཟུངས་བསྐྱུལ་ཏེ།            |རྒྱལ་སྤྱིད་སྤྲུངས་ནས་

བསེལ་བའི་ཆོས་དུ་ཕེབས།            |འབྲེལ་ཆད་དོན་ལྡན་

སྤྲུལ་སྤྲུལ་བརྒྱལ་ཞུགས་གྲུབ།            |འཕྲུག་རྒྱུ་ཏེ་ལ་

གསོལ་བ་འདེབས།      མངའ་ཐང་ཡོངས་སྤྱོད་འཕེལ་  
ཞིང་རྐང་འགྲོས་འདུ།      འགྲོ་ཀུན་དབང་འདུས་གཞི་  
བདག་བྱན་བཞིན་ཉན།      ཁྱི་ལམ་རྟགས་མཆོན་བཟང་  
པོར་མཐོང་བ་དང་།      གྲུབ་གཉིས་གཏེར་ཁ་བརྗོལ་བར་  
བྱིན་བྱིས་སློབས།      འབྲུག་ལྗེའི་ཆོས་བཙུར་ཀུན་དགར་  
རབ་ཏུ་བྱུང་།      །ཤེས་བྱ་མཐར་བྱིན་མཁས་གྲུབ་དུ་མ་  
ལས།      མདོ་སྡུག་ས་ཀུན་རྒྱབ་ལྡན་མེད་གེར་  
གྲགས།      ཁྱོད་ལྟར་མཆོག་སྤེད་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་  
འདེབས།      འཆི་བདག་གཟའ་བདུད་སྡེ་བརྒྱད་གཞོད་  
འཆོའི།      རྩེལ་བྲིམས་རྣམ་དག་བསྐྱབ་གསུམ་ཡོངས་  
སྤྱོད་གས།      རིག་པའི་གནས་དང་མདོ་རྒྱད་ཐམས་ཅད་  
ལ།      མཁྱེན་རབ་སྤྱོག་ས་མེད་རྒྱས་པར་བྱིན་བྱིས་

སྒོ་བས།                      ལྷུ་ལ་ཟླའི་ཆེས་བཅུར་བ་ཉོར་རྒྱལ་པོ་  
ཡིས།    མེར་བསྐྱེགས་མཆོར་སྒྱར་པད་སྒྲོང་དབུས་སུ་  
བཞུགས།    ལྷ་ལྷམ་ཡུམ་བསྐྱོན་རྩེ་རྩེའི་སྒྱུ་རུ་གྱུར།    །  
འཆི་མེད་པར་འབྱུང་གནས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།    །  
གཟའ་སྒྱར་སྐྱོགས་ངན་དབྱ་རྒྱན་གཞོད་འཆེན།    གཞི་  
བྱེས་རྒྱན་རུ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་འཕེལ།            དཀར་  
སྐྱོགས་སྒྱུང་མས་རྟག་རུ་སྒྲོང་སྐྱོགས་མཛད།    བསམ་  
རྒྱ་ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྒོ་བས།            རྟ་ཟླའི་  
ཆེས་བཅུར་ཨོ་རྒྱན་བདུད་སྒྲོན་གྱིས།            བསྐྱེགས་ཀྱང་  
མ་ཆོག་ངོ་མཆོར་རྩུ་འཕྱལ་བསྐྱོན།            བཀའ་འདུས་  
ཆེས་བསྐྱོན་འཁོར་བཅས་བྱང་རྒྱབ་བཀོད།    པར་བཟོ་  
རྒྱལ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།    བདུད་སྐྱེ་ལྷ་མིན་གདུག་

པའི་ས་བདག་གྲུ་འི། །གཞོན་པ་ཀུན་ནི་བགོ་བའི་བཀའ་  
ལ་ཉན། །ཆོས་སྐྱོང་སྐྱོང་མས་ཅི་བཅོལ་ལས་སྐྱབ་  
ཅིང་། །འགོ་བའི་ལྷ་ཡིས་སྐྱོབ་པར་བྱིན་གྱིས་  
སྐྱོབས། །ལུག་ཟླའི་ཆོས་བཅུར་རྒྱ་གར་སྟོ་སྟོགས་  
སྟུ། །མུ་སྟེགས་ལྷ་སྐྱོང་དང་བཅས་ཐལ་བར་བསྐྱབ། །  
སངས་རྒྱས་བསྐྱོན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་དགུང་དུ་ཕྱར། །  
སེང་གོ་སྐྱ་སྐྱོགས་རྩལ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །བར་  
ཆད་ཀུན་ནི་ཆོ་དཔལ་ཡོན་ཏན་རྒྱས། །སྐྱོང་བ་དབང་  
འདུས་པས་སྐོལ་རྩད་ནས་ཆོམས། །བདུད་བཞི་ལས་  
རྒྱལ་ཁམས་གསུམ་འགྲོ་ཀུན་ལ། །སྦྱིན་བཏང་པན་  
ཡོན་ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབས། །བྱ་ཟླའི་ཆོས་བཅུར་  
ཐངས་སྦྱིང་མུ་སྟེགས་གྱིས། །གཞུ་འི་རྩུར་བསྐྱུར་གར་



མཛད་ཆུ་བཞེག་པས།      །གནས་ཡུལ་ཉེ་ཆོ་སྐབས་  
གསོལ་བསྟན་ལ་བཀོད།      །གུ་རུ་མཁའ་ལྗིང་རྩལ་ལ་  
གསོལ་བ་འདེབས།      །གཙོང་ནད་ཀུན་བྱང་འཁོར་མང་  
བསམ་དོན་འགྲུབ།      །བང་མཛོད་འབྱུང་ང་མཁོ་སྐྱེ་ཡོ་  
བྱང་འཕེལ།      །སེམས་བདེ་ངག་ལ་རུས་པ་འབར་བ་  
དང་།      །ཏིང་འཛིན་མཆོག་གྱུར་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་  
སྒྲོབས།      །བྱི་སྒྲུའི་ཆོས་བཅུར་མུ་སྟེགས་དུག་སྦྱོར་  
གྱིས།      །མ་ཚུགས་བདུད་རྩིར་བསྐྱར་ནས་གཟི་མདངས་  
འབར།      །འཁོར་བཅས་དད་ཐོབ་ནང་གི་བསྟན་ལ་  
བཅུག      །བདེ་ཆེན་ཉི་མ་འོད་བཟེང་ལ་གསོལ་བ་  
འདེབས།      །ལོ་ལྷ་ཞག་དུས་ཀེག་དང་ལྷས་ངན་ནི།      །  
ཆོས་དང་ཐར་པའི་བར་དུ་གཙོང་པ་སེལ།      །དབང་ཐང་

སྤྱད་ཏྲ་གྱུད་སོགས་སོར་ཚུད་ཅིང་།      བྱོ་གས་ལས་རྣམ་  
པར་རྒྱལ་བར་བྱིན་གྱིས་སློབས།      །ཕག་ཟླའི་ཆོས་  
བརྩུར་བལ་ཡུལ་ལྷ་འདྲེ་རྣམས།      །ཡུར་བུས་བརྩལ་  
ནས་ཡང་དག་སྐྱབ་པ་མཛད།      །ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཆོག་  
གི་རིག་འཛིན་གྱུ་བ།      །རྫོ་རྫོ་བོད་ཐོང་རྩལ་ལ་གསོལ་བ་  
འདེབས།      །ག་ཤིན་རྫོ་མ་མོ་འབྱུང་པོའི་ནད་དང་  
གདོན།      །སློ་བུར་ཡེ་འདྲོག་དུས་མིན་འཆི་བཞི།      །  
གཏད་སེལ་ལས་གྲོལ་ལྷ་འདྲེས་ཅི་བཙོལ་ཉན།      །རང་  
ལུས་རྫོ་རྫོར་འབྱུར་བར་བྱིན་གྱིས་སློབས།      །བྱི་ཟླའི་  
ཆོས་བརྩུར་བོད་ཡུལ་ལྷ་འདྲེ་བརྩལ།      །བསམ་ཡས་  
ལེགས་བཞེངས་དམ་ཆོས་སྒྲོན་མེ་སྤར།      །སྐལ་ལྷན་རྫོ་  
འབངས་སྒྲིན་ཅིང་གྲོལ་བར་མཛད།      །པར་སྤྱ་སྤྱ་བ་ལ་

གསོལ་བ་འདེབས། །ངག་འབྲེལ་ཆོག་ཕུབ་ཕུན་སྦྲུལ་

སྐྱར་པ་བཏབ། །ཉན་ཐོས་འདུལ་བྲིམས་བྱང་སེམས་

བསྐྱབ་པ་ཉམས། །གསང་སྒྲགས་དམ་ཆོག་འགལ་

སོགས་ཉེས་ལྟོང་ནམས། །བྱང་ཞིང་བདག་རྒྱུད་དག་

པར་བྱིན་བྱིས་སྟོབས། །སྤང་སྒྲེའི་ཆོས་བཅུར་མཆོད་

ཡོན་བཀའ་བགྲོས་ཏེ། །གངས་ཅན་མཐའ་དབུས་

གཏེར་ཁ་བྱེ་སྟེད་སྦས། །བསྟན་ཞབས་གཏེར་སྦྱིང་

བཀའ་ངོན་རྒྱུན་ཆད་མེད། །རྫོགས་པོ་ལོད་ཅུལ་ལ་

གསོལ་བ་འདེབས། །དུས་མིན་འཆི་སོགས་འཕྲལ་

རྒྱུན་མི་འབྱུང་ཞིང་། །འཕྲོས་མ་ཐག་ཏུ་བདེ་ཆེན་ཞིང་

ཁམས་དང་། །པར་འོད་དུ་གྱུར་ཏེ་དུང་སྦྱེས་ནས། །

འགྲོ་དོན་དཔག་མེད་འབྱུང་བར་བྱིན་བྱིས་སྟོབས། །

ཆེས་བཅུ་ཀུན་ལ་ངོ་མཚར་མཛད་པ་རེས།      བྱིན་གྱིས་  
སློབས་ཕྱིར་མཆོད་ཅིང་གསོལ་འདེབས་ན།      ཁྲི་འདོད་  
ཀུན་ནི་འཕྲལ་ཡུན་ལེགས་ཆོགས་རྣམས།      །འགྲུབ་  
པའི་རྡོ་རྗེའི་གསུང་ཉིད་བསྐྱེ་མེད་མཛོད།      །ཆེས་བཅུ་  
བྱང་རེས་བོད་དུ་ཐེབས་པ་ཡི།      །ཞལ་བཞེས་རྗེས་བློ་  
ཅེ་གཅིག་གྲུས་པ་ཡི།      །གདུང་ཤུགས་བླ་པོས་སྦྱིང་  
ནས་གསོལ་བ་འདེབས།      །གདུལ་བྱ་ཡལ་བར་མ་  
འདོར་བྱགས་རྗེ་ཅན།      །སྦྱིགས་མའི་རྒྱུད་པས་གཅོས་  
པའི་བོད་འབངས་རྣམས།      །མགོན་པོ་བྱོད་ལས་རེས་  
གཞན་མེད་པས།      །སྤྱོན་གྱི་བྱགས་དམ་དུས་ལ་བབ་  
ལགས་ན།      །ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་གཟིགས་པ་མ་གཡེལ་  
བར།      །འཛིག་རྟེན་བདེ་ཞིང་དག་བའི་ཆེས་ལ་སྤྱོད།      །

བསམ་པའི་དོན་ཀུན་ཆོས་ལྡན་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ། །  
དཀའ་བ་མེད་པ་རྗེ་རྗེའི་གསེང་ལམ་བགྲོད། ། རྒྱལ་ས་  
གཅིག་གའོད་མའི་གྲོང་དུ་གྲོལ་མཛད་གསོལ། ། ཅེས་  
གངས་ཅན་པ་རྣམས་ཀྱིས་མི་བྱར་མི་རུང་བ་གྲུ་རིན་པོ་ཆེའི་དུས་ཆེན་ཆོས་  
བརྩའི་མཆོད་པ་དང་བྱང་དུ་འབྲེལ་བའི་གསོལ་འདེབས་འདིའང་། ། རྗེ་སྤྲུལ་  
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་པརྒྱ་འོད་གསལ་མདོ་སྒྲགས་གླིང་པའི་ཞལ་སྤྲན་ས་ཚུལ་  
འདི་དགོས་པ་དང་གནད་གལ་ཆེ་བའི་རྒྱུ་མཚན་བཅས་བཀའ་ཡི་རྗེས་སུ་གནང་  
བ་ལྟར། རྗེ་ཉིད་ཀྱི་ཟབ་གཏེར་སྤྲུལ་སྐྱབ་བཞིའི་ལོ་རྒྱུས་དང་། ལྷོ་བྲག་མགོན་པོ་  
རིན་ཆེན་གྱི་གཏེར་བྱོན་ཆོས་བརྩའི་ཕན་ཡོན་དག་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ། པརྒྱའི་རིག་  
འཛིན་འཆི་མེད་བསྟན་གཉིས་གཡུང་དྲུང་གླིང་པས་གྲུས་པ་ཆེན་པོས་བགྲིས་པ་  
དག་ལེགས་འཕེལ། ། །

༥

མཁའ་འགྲོའི་གཙོ་མོ་ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་ཐར་མདོར་བསྟུས་སྟོན་ས་

གསོལ་བ་འདེབས་པ་མོས་གུས་གདུང་བའི་ཏཱ་ལྷ་པཌེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། ར་

མོ་གུ་རུ་རྩྱ་རྒྱ་ཀེ་རྩྱ་ཡི། ཀུན་ཏུ་བབང་མོ་ཤེས་རབ་པ་

རོལ་ཕྱིན། །དབྱེངས་ཕུག་རྒྱལ་ཡུམ་རྩེ་རྩེ་རྣལ་འབྱོར་

མ། །དབྱེངས་ཅན་ལྷ་མོ་ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་ཞབས། །

ལྷ་མ་སྐྱ་གསུམ་མཁའ་འགྲོར་གསོལ་བ་འདེབས། །

ཆོས་འཕགས་རྩུང་དུ་སྟོན་ལམ་ཆེན་པོ་བཟུངས། །ཐུབ་

པའི་སྤྱན་སྒྲར་གསྒྲུའི་ལྷ་མོར་སྤྱུལ། །དག་པའི་ཞིང་དུ་

འཕགས་མ་དབྱེངས་ཅན་མའི། །སྐྱ་ཡི་བཀོད་པར་

བསྟན་ལ། །གངས་ཅན་གདུལ་བྱ་འདུལ་བའི་དུས་

བབས་ཆེ། །མཁའ་ལས་ཐབས་ཤེས་ཡིག་འབྱུང་རྣམ་

པ་ཡིས། །སྐྱ་གསུམ་ཡུལ་མཁར་ཆེན་རིགས་གྱི་ལྷུ་མས་



སུའུགས། །ལྟས་བཟང་དཔག་མེད་སྒྲུང་ལ། བྱའོ་  
སྒྲེལ་ཟླའི་ཆོས་བཅུའི་ཉི་ཤར་དུས། །སྐྱེ་བལྟམས་ཆོན་  
ས་གཡོས་འབྲུག་སྐྱ་ལྔར། །མེ་ཏོག་ཆར་བབས་སྒྲེ་ཡི་  
མཆོ་མོ་རྒྱས། །འཇའ་འོད་གུར་ཆེན་ཕུབ་ལ།

བལྟམས་མ་ཐག་ནས་དབྱངས་གསལ་ཆོགས་བཅད་  
གསུང་། །མཁའ་ལས་ལྷ་མོ་མང་པོས་ཤིས་པ་  
བརྗོད། །ཟླ་བ་གཅིག་ནས་ལོ་བརྒྱད་ན་ཆོད་ཇོགས། །  
རྒྱལ་ཁབས་སྟོན་པས་བྱུང་ལ། །འཁོར་བའི་བཙོན་རར་  
ངེས་འབྱུང་ཤུགས་དྲག་པོས། །རྒྱལ་ཕྱན་སྟོང་བ་པོ་  
ལས་རིང་དུ་བྲོས། །མངའ་བདག་བྲི་སྟོང་ཐུགས་གྱི་  
བཞེད་པ་ལྟར། །ཁབ་གྱི་དམ་པར་བྲོན་ལ། །འབྲི་གྲོག་  
རིག་པའི་གནས་ཆེན་ལྷ་ལ་སོགས། །མཁས་པས་བརྗོད་

བསྟན་ཙམ་གྱིས་བྱགས་སུ་ཆུབ།      །སྟོན་སྤངས་ལས་  
འཕྲོ་ཆོས་ལ་སང་པ་ཡིས།      །ཆོས་ཀྱི་གཉེར་འཛིན་  
བསྟོས་ལ་།      སྟོབ་དཔོན་པད་འབྱུང་མཆིམས་ཕུར་  
བཞུགས་པ་ཉིད།      །རྒྱལ་པོས་སྟོན་བྲངས་རྒྱལ་སྟིད་  
མཆུལ་ཕུལ།      །རྩོལ་མེད་ཐེག་པ་གནང་བར་གསོལ་  
བཏབ་པས།      །གསང་སྟགས་དགོན་པར་བསྟན་ལ་།  
སྟར་ཡང་མཆོ་རྒྱལ་དེ་མཐུན་དམ་རྩལ་གྱི།      །ཆོགས་  
འཁོར་ཕུལ་བས་དབྱེས་བཞིན་གནང་བ་སྟུལ།      །ཇོ་  
མོར་མངའ་གསོལ་དབང་གིས་རྒྱུད་སྟོན་མཛད།      །  
མཆིམས་ཕུར་གསང་སྟོད་གཤེགས་ལ་།      ཕྱེ་སྟོད་  
གསུམ་སོགས་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི      །བྲང་དོན་རྒྱ་འབྲས་  
ཆོས་ལ་སྟོ་སྤངས་ཉིད།      །དབྱུངས་ཅན་ཞལ་གཟིགས་

མི་བརྗེད་གཟུངས་མཆོག་ཐོབ།    མངོན་ཤེས་རྩ་འཁུལ་

བརྟེས་ལ།    བསྐྱབ་བྱ་ཚུགས་ཐུབ་བཤད་བྱ་ཁོང་བྲོལ་

ཅིང་།    ཤེས་བྱ་ཡུལ་ཕྱིན་ཐེག་དགའི་ལ་ཤན་ཕྱེད།    །

ཆོས་དང་ཆོས་མིན་ཤན་འབྱེད་སྒྲོང་ནས་བརྗོད།    །

ལས་འབྲས་རང་མཆོང་གཟིགས་ལ།    རྒྱ་འབྲས་ལ་

སྒྲིའི་བབ་གསང་བཅོལ་བཞིན་ནས།    ལྷ་རྩ་རྗེ་ལས་

འདའ་དགའི་དམ་ཆོག་འོད།    གཤམ་འཁུང་བཀའ་

འདུས་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་མཆོ་ཡིས།    ཐོག་མར་རྒྱད་སྟོན་

མཛད་ལ།    གཞི་སྟོད་ཏི་སྟོར་རྗེ་དང་ལྷན་ཅིག་

ཐེགས།    རྟོགས་ཁང་ཆེན་མོར་བདེ་ཆེན་མཆུལ་

ཡུལ།    གསང་བའི་དབང་བཞིས་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་སུ་

སྟོན།    ཁྲི་མའི་དག་སྒྲུང་འབྱོངས་ལ།    ཟླ་བ་དྲུག་ཏུ་

དབང་དོན་རྩ་ལ་སྦྱངས་པས།                      །དུས་སྒྲོར་རྒྱང་  
འགགས་ཏེན་འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་དང་།                      །གནས་  
སྐབས་བཞི་དག་བཅུ་གཉིས་ས་མཆོག་ལོན།                      །བསམ་  
ཡས་ཡོན་ཏན་ལྡན་ལ།                      གུ་རུའི་ལུང་བཞིན་བལ་པོའི་  
ཡུལ་དུ་བྱོན།                      །མི་བསང་རོ་བསྐྱངས་གསེར་གྱིས་རིན་  
གཞལ་ནས།                      །ཐབས་གྱི་དཔའ་བོ་ཨྲ་ཙྰ་ས་ལེ་  
བསྐྱས།                      །གདུལ་དཀའི་འགྲོ་མང་བདུལ་ལ།                      བ་སྟུ་  
རྩ་ར་ལྟ་དེ་མ་སོགས།                      །ཕན་ཚུན་ཆོས་གསལ་སྒྲར་  
ཡང་ཏི་སྒྲོར་ཕེབས།                      །དགའ་བཞིའི་རྩ་ལ་སྦྱངས་བཅུད་  
གྱི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ།                      །འབྱུང་ལྡར་རང་དབང་སྦྱར་ལ།                      རྩ་  
ཆོས་རྒྱལ་གསོལ་བཏབ་ཡབ་ཡུམ་མཆིམས་ཕུར་  
ཕེབས།                      །སྒྲ་མེད་དཀྱིལ་འཁོར་བརྒྱད་དང་ཉི་ལྟ་ཡི།                      །

ཞལ་ཕྱེས་སྐལ་ལྡན་སྐུམ་བརྒྱ་སྒྲིན་པར་མཛད། །

ཐུགས་སྐྱབ་བཀའ་ཆེན་བབས་ལེ། ཏི་སྒྲོར་གླ་མ་

བསྐྱབས་པས་བྱིན་ཆེན་ཐོབ། །སྒྲུང་བ་ཐམས་ཅད་གླ་

མའི་རོལ་པར་ཤར། །ཨོ་རྒྱན་མཁའ་འགྲོའི་གླིང་

སོགས་ཞིང་མཆོག་བགྲོད། །ངོ་མཆར་བརྟུ་ཆོས་

གཟིགས་ལེ། བས་གོས་ལྷས་ངག་ཡིད་དང་སངས་

རྒྱས་བསྟན། །གཞན་དོན་སྦྱིང་རྒྱུ་དཀའ་བ་ཆེན་པོ་

བརྒྱད། །གུ་རུའི་བཀའ་ལུང་རྩི་བཞིན་མཐར་ཕྱིན་

ནས། །སོ་སོའི་གྲུབ་ཏུགས་ཐོན་ལེ། གཡའ་གངས་

མཆོམས་སུ་གཏུམ་མའི་བདེ་བློད་བརྟུ་ས། །ཕལ་པའི་

གོས་བྲལ་རུས་པའི་རྒྱན་རྒྱག་མཛེས། །སེང་གོ་རྩོད་རུ་

སྒྲིན་གྱི་བརྒྱུད་ལོན་པས། །བྲང་སྒྲོང་སྒྲིན་ལྷས་མཆོད་

ལེ། གདོས་བཅས་ལུས་བད་འང་འུས་མཁའ་སྤྱོད་  
བརྟེས། །ངག་ནི་ཆངས་དབྱངས་ཡན་ལག་དུག་ཅུ་  
ཚོགས། །སེམས་ལ་རྩེ་རྩེ་ལྟ་བུའི་ཏིང་འཛིན་ལྟར། །  
མཆོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་བརྟེས་ལེ། བེ་རིང་ཚོང་དུ་མི་  
དང་མི་མིན་གྱི། །དཔུང་ཚོགས་བརྟུལ་ནས་དད་པའི་  
གཞི་ལ་བཀོད། །མཐུ་ཆེན་ལྟ་འདྲེ་རྣམས་ཀྱི་སྤོག་སྒྲིང་  
ཕུལ། །བསྟན་པའི་སྤྱང་མར་བསྒྲོས་ལེ། སྤྲ་ཕྱོ་སྟག་  
ཆང་བབ་ལམ་བརྟུལ་ཞུགས་སྤྱོད། །སྒྲོ་གསུམ་བདེ་  
ཆེན་རྩེ་རྩེ་གསུམ་དུ་གྱུར། །བཅུ་དུག་ལང་ཆོས་སྒྲེག་  
པའི་གཟི་མདངས་འབར། །དཔའ་མེ་ཉི་རུ་ཀ་ལེ། ཆོ་  
དཔག་མེད་པས་དབང་བསྐྱར་ལུང་བསྟན་ཐོབ། །  
བཤེས་སྐད་མི་མངའ་ཆོ་ཡི་རིག་འཛིན་བརྟེས། །



མཐའ་ཡས་དགྱིལ་འཁོར་ཀུན་གྱི་གཙོ་མོར་གྱུར། ། ཆོ་  
བདག་མཐིང་འོད་འབར་མར་མེན་མོ་བཀའ་ཤིས་བྱེད་  
འདྲེན་རྗེས་སུ་བབུང་། ། འོན་ཕུ་སྟག་ཆང་རྩེ་རྩེ་ཕུར་པ་  
གྲུབ། ། སྟོང་གསུམ་ལྷ་འདྲེ་ཀུན་གྱི་སྟོག་སྟོང་ལོན། །  
དབྱིངས་ཕུག་ཆོག་ས་རྗེ་མ་ལ་མེད་ལོག་པའི་བོན་རྣམས་  
རྩ་འཕུལ་རུས་པས་བཅོམ། ། སྟོག་སྟོན་མང་པོའི་ལས་  
ངན་སྟེ་རྒྱུན་བཅད། ། དགོ་འདུན་དབྱེན་སེལ་ཐབས་  
དང་ཐུགས་རྗེས་བཏུལ། ། རྒྱལ་བསྟན་ཉིན་མོར་མཛད་  
ལ་མེད་ཁ་རག་གངས་དང་གཙང་གི་རྩེ་མོ་ནང་། ། འུག་  
པ་ལུང་དུ་སྟོན་བརྒྱུད་བཀའ་བརྒྱུད་སྟེལ། ། ལས་ཅན་  
མི་བདུན་གྲུབ་ཐོབ་ལྷ་བརྒྱ་སྟོགས། ། སྟོན་གྲོལ་དཔག་  
མེད་མཛད་ལ་མེད་ལམ་པོ་གངས་སུ་རྒྱུག་པ་མི་བདུན་

ལ། རི་སྒྲོང་གྲུབ་བརྟེན་ཨོ་རྒྱན་ཡུལ་དུ་བཏང་། །

བལ་ཡུལ་མཁའ་འགྲོ་ཀ་ལ་སིངྒེ་མ། རྗེས་བབྱང་

གདམས་པས་གོལ་ལེ། མཆིམས་ཕུར་གུ་རུ་རྗེ་དང་

ལྟན་ཅིག་ཏུ། རེ་གངས་བཅུ་གཅིག་བཞུགས་ནས་

བྱགས་ཀྱི་མཛོད། ལྟག་མེད་བུམ་པ་གང་གྱི་འི་ཚུལ་དུ་

བཞེས། རལགད་སྒྲུབ་བསྟན་པ་སྟེལ་ལེ། བྱགས་

སྒྲུབ་བྱེ་བ་སྟོང་ཐིག་ཁྱིམ་སྟོར། རྒྱུད་ལུང་མན་ངག་

བཅུ་ཅིང་རྒྱ་ཆེའི་ཆོས། རྟོག་སེར་ངོས་སུ་བརྒྱ་ཡིག་དུ་

མར་བཀོད། རབ་གཏེར་བཅའ་གཞི་བསྒྲིགས་ལེ།

ཡབ་ཡུམ་གྲུབ་རིགས་ལྟན་ཅིག་དབུས་གཙང་

ཁམས། རབས་ཀྱིས་གཙགས་ནས་སྒྲུབ་པས་བྱིན་

བྱིས་བརྒྱབས། རའོག་གཏེར་བྱིས་བཀའ་ནས་ཁ་

བྱང་བཞག་ །ལས་ཅན་ལྱང་བསྟན་མཛད་ལ། གུ་རུ་  
སྒྲིན་ཡུལ་ཕེབས་པའི་སྐྱེལ་མའི་ལམ། །ཆ་ལོད་རོང་  
དུ་ཨ་ཏི་བྱབ་བརྒྱལ་ཆེའི། །གདམས་པ་ཡོངས་ཚྲོགས་  
ལྱང་བསྟན་མཐར་ཐུག་དང་། །འདས་རྗེས་རྣམ་གསུམ་  
ཐོབ་ལ། །འདས་དང་བཅས་བྱུང་བཞུགས་ནས་སྐྱེལ་  
ལྟན་རྣམས། །སྒྲིན་གྲོལ་སར་བཀོད་ཨ་ཏིའི་དགོངས་  
པ་ལ། །མཉམ་པར་བཞག་པས་རིག་པ་ཆོད་ལ་  
ཕེབས། །ཞིང་ཁམས་དུག་ཅུར་ཉུལ་ལ། །བདུད་སྒྲོན་  
ཤེའི་དཔྱུལ་བའི་གནས་ནས་དངས། །བས་གོས་སྒྲིན་  
ལོར་ལུས་སྒྲོག་སྐྱབས་སྒྲིན་སོགས། །བདག་གཞན་  
བརྗེ་བའི་མཛད་པ་ངོ་མཚར་བས། །ལྷ་ལྷའི་དབང་པོས་  
བཏུད་ལ། །མཆིམས་ཕུར་ལྷ་སྐྱས་རྒྱལ་པོའི་མཆོད་

གནས་མཛད། བོད་ཡུལ་གུ་རུ་འི་རྗེས་སུ་འབྲང་ཆད་  
ཀྱི། གངས་པ་འི་བྱངས་གྱུར་ཆོས་རྒྱུད་འཛམ་གླིང་  
བྱབ། འགྲོ་དོན་ནམ་མཁའ་མཉམ་ལེ། བོད་ཡུལ་  
མཐའ་དབུས་ཀུན་ཏུ་སྐྱབ་པ་མཛད། རྒྱལ་ཞབས་རྗེས་  
དང་ཡིག་འབྲུ་སྐྱེ་ཏེན་བཀོད། མ་འོངས་དད་གུས་ལྡན་  
པའི་སྐྱེ་འགྲོ་ཀུན། འབྲེལ་ཆད་དོན་ལྡན་མཛད་ལེ།  
གནས་ཆེན་བརྒྱ་ཙུ་གནས་ལྡན་གྱེ་བ་བདུན། གངས་  
རི་ཉེར་ལྔ་རྗེ་ཆེན་བཙུ་བརྒྱད་དང་། སྤྱུས་ཡུལ་བརྒྱ་  
གཉིས་དོ་མཆར་གནས་མཆོག་བདུན། གསང་བའི་  
གནས་ལྡར་གཤེགས་ལེ། དེ་དག་རྣམས་སུ་ཆོས་ནོར་  
དམ་ལྡན་གྱི། གཏེར་ཁ་བྱངས་མེད་སྤྱུས་ཤིང་གཏེར་  
ཞབས་བསྐྱམས། སྒྲོན་ལམ་ཤིས་པ་བརྗོད་པས་དུས་

ཀུན་ཏུ། །དག་ལེགས་རྒྱས་པར་མཛད་ལ། སྐར་ཆུང་  
རྩེ་རྩེ་དབྱིངས་ཀྱི་གཙུག་ལག་ཏུ། །ལྷ་སྤྲུལ་མཆེད་  
གཙུག་སྤྲུལ་ལྷན་མཆེད་ལྷ་མ་རྣམས། །འདུས་པ་སྐོར་  
གསུམ་ལ་སོགས་ཟབ་རྒྱས་ཀྱི། །ཆོས་སྐོས་སྒྲིན་གྲོལ་  
མཛད་ལ། གསང་འདུས་སྒྲུབ་ཆེ་གུ་རུ་དངོས་སུ་  
བྱོན། །ཞག་བདུན་བཞུགས་ནས་ལྷ་སྤྲུལ་སྒྲིན་གྲོལ་  
མཛད། །དགོངས་པ་རང་གྲོལ་ལ་སོགས་སྒྲིན་མེད་  
ཀྱི། །གདམས་ཟབ་བྱགས་རྩེས་སྤྲུལ་ལ། མཁར་  
ཆུར་ཕེབས་ནས་དགོངས་པར་མཉམ་བཞག་པས། །  
ཆོས་ཉིད་བདེ་པའི་སྒྲུང་བ་མངོན་དུ་གྱུར། །རིགས་དྲུག་  
གནས་སུ་གང་འདུལ་སྤྲུལ་པ་ཡིས། །འཁོར་བ་དོང་  
ནས་སྤྲུགས་ལ། །འཕགས་པའི་ཡུལ་ནས་མཚན་ར་བ་

བྱོན། །གདམས་ངག་ག་དར་ཆེས་གྱི་འགྲོ་བ་མཛད། །  
ཕན་ཚུན་ཆེས་གསུམ་བསྐྱབས་བརྗོད་མེ་ཏོག་འབྲེ། །  
ཞེས་པའི་དབྱངས་སྒྲན་སྒྲེལ་ལེ། སྒྲར་ཡང་ཤངས་གྱི་  
ཟམ་བུ་ལུང་དུ་བྱོན། །ཆོག་ས་འཁོར་ཆེར་མཛད་ཅུ་  
སྒྲོབ་བཅུ་གཅིག་ལ། །སྒྲན་བརྒྱད་དམར་བ་སྒྲིང་འདྲའི་  
མན་ངག་ནི། །བརྒྱ་ཅུ་གནང་བར་མཛད་ལེ། ལས་  
ལྡན་སེ་སེས་གསེལ་བ་བཏབ་པ་ལས། །ཞལ་  
གདམས་ལུང་བསྟན་ཕྱི་ཆོག་བསྐྱབ་བྱ་སྟུལ། །ཡོངས་  
དེལ་དགུང་ལེ་ཉིས་བརྒྱ་བཅུ་གཅིག་ཏུ། །བོད་ཡུལ་  
གདུལ་བྱ་བསྐྱངས་ལེ། བྱ་ཟླའི་ཆེས་བརྒྱད་གནས་  
གསུམ་མཁའ་འགྲོ་དང་། །རྩ་ཡབ་སྒྲིན་པོ་སྒྲེ་བརྒྱད་  
བསུ་བ་སྒྲེབས། །བོད་ཁམས་ལྷ་མིས་ཁུ་ལེན་དགུ་སྒྲོར་



དང་། ཁྱེད་གུར་ལུང་བསྟན་གནང་ལ། མོན་བལ་  
མཁའ་འགྲོ་ཐུགས་ཀའི་གཡས་གཡོན་བསྟུས། ཁྱེས་  
བཅུར་མཁའ་འགྲོ་སྡེ་བཞིས་བཏེགས་པ་ཡི། འོད་གྱི་  
འོད་ལེར་འོད་གྱི་གོང་བུར་བཞུགས། བརྟེ་བས་ཞལ་  
ཆེས་སྟུལ་ལ། རོ་བོ་གཞོན་ལྷ་བུམ་སྟུར་མངོན་བྱང་  
ཆུབ། རྣམ་པ་རྩ་ཡབ་པརྩ་འོད་དུ་བྱོན། མཁའ་འགྲོ་  
མཐིང་འོད་འབར་མའི་ཚུལ་བབྱང་ནས། སྤྱིན་རྒྱལ་  
གབྱངས་མ་མཛད་ལ། གང་གི་སྟུ་གསུང་ཐུགས་ཡོན་  
ཤིན་ལས་ནི། གུ་རུ་རྩེ་དང་མཉམ་པ་ཉིད་གྱུར་ནས། །  
ནམ་མཁས་གར་བྱབ་མི་བབྱང་རྒྱན་འཁོར་ལྡས། བྱབ་  
ཅིང་འགྲོ་དོན་མཛད་ལ། བྱང་པར་བོད་ཡུལ་འགྲོ་ལ་  
རྩེས་བརྟེ་བས། རྣམ་འཕྱལ་ཉེར་ལྡས་གཙོར་མཛད་

དུས་རྟག་ཏུ། རྒྱུན་མི་འཆད་པར་སྤྱེལ་དང་ཡང་སྤྱེལ་  
སོགས། གང་ལ་གང་འདུལ་སྟོན་ལ་། ལས་ཅན་  
ནམས་ལ་སྤང་སྤང་ལུང་སྤྱེལ་ཅིང་། བར་ཆད་སེལ་  
དང་དངོས་གྲུབ་སྤྱེལ་བ་ཡི། སྤྱོད་གྲོགས་མཛད་  
སོགས་བོད་ཁམས་རྟག་སྤྱོད་བའི། ཁ་གཅིག་དྲིན་མོ་  
ཆེ་ལ་། དགོངས་པ་ཟབ་མོ་ནམ་མཁའ་མཉམ་པར་  
བྱུང་། བྱུགས་རྗེ་ཉི་མའི་དགྱེལ་འཁོར་ལས་ལྷག་  
གསལ། ཁྱིམ་སྒྲ་བས་སྤྱོད་དང་དངོས་གྲུབ་སྤྱང་ཆར་  
ལས། ལྷུང་བའི་ཡུམ་ཆེན་མོ་ལ་གསོལ་བ་  
འདེབས། དད་ཅིང་གུས་པས་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་  
མཐུས། ཁྲི་མེད་ཡེ་ཤེས་སྤྱོད་གྱིས་རབ་གཟིགས་  
ལ། བྱུགས་རྗེའི་ལྷགས་གྲུས་ལྷུང་དུ་གཟུང་ནས་

ཀྱང་། མཁའ་སྤྱོད་དག་པའི་ཞིང་དུ་འདྲེན་པར་

མཛོད། སྐྱེ་དང་ཆེ་རབས་ཀུན་ཏུ་བྱགས་རྩེས་

བྱངས། ། དུས་དང་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་བྱིན་གྱིས་སློབས། །

འདི་དང་གཏན་དུ་བདག་གི་སྤྲུལ་མཛོད། མཆོག་དང་

བྱུན་མེད་དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་སྤྱོད། ཀུན་བབང་པད་

འབྱུང་ཡབ་ཡུམ་ཅི་འདྲ་བ། ། དེ་འདྲ་ཁོ་ནར་བདག་ཀྱང་

སྐྱུར་འགྲུབ་སྟེ། རྣམ་ཐར་རྒྱལ་བ་ཀུན་དང་དབྱེར་མེད་

པས། མཁའ་མཉམ་འགྲོ་ཀུན་སངས་རྒྱས་སར་

འགོད་འོག། ཅེས་པ་འདི་འདྲེན་སྤྲུལ་པ་རྣམས་ལ་མདོ་སྤྲུགས་སྤྱིང་

པའི་ཞལ་སྤྲོས་གནད་གལ་ཆེ་བའི་བཀའ་སྤྱུལ་ཕེབ་པ་དང་། རྣམ་འབྱུར་

དབང་མེད་ཤུལ་མཁའ་འགྲོ་ཆེན་མོས་ཏེན་དང་བཅས་ནན་ཏན་བསྐྱུལ་མ་མཛོད་

པ་ལ་བཏེན། གུ་རུ་ཡབ་ཡུམ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་དད་པའི་ཀུ་སྤྱི་ལི་པ་རྣམས་གར་དབང་

སྒོ་གྲོས་མཐའ་ཡས་ཀྱིས་སྒྲི་དེ་སྒྲི་གོ་ཁའི་སྒྲུབ་གནས་ཀྱན་བཟང་བདེ་ཆེན་འོད་  
གསལ་སྒྲིང་དུ་ཆུ་སྒྲུལ་གནས་ལོ་གསར་ཆོས་ཆོ་འཕུལ་སྒྲ་བའི་དཀར་ཕྱོགས་ཀྱི་  
ཆོས་བརྩུར་གཏེར་ཆེན་བསམ་གཏན་སྒྲིང་པའི་གཏེར་བྱོན་ནམ་ཐར་འབྲིང་པའི་  
དོན་བསྐྱུས་སུ་བྲིས་ཏེ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་དགེ་ལེགས་འཕེལ།། །།

༥ ཁ་བའི་ལྗོངས་འདིར་དབང་དུས་སུ་རྟོགས་པ་བརྟེན་པའི་སྤྲུགས་འཆང་གྲུབ་

ཐོབ་རྣམས་ལ་གསོལ་འདེབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་བྱིན་རྒྱབས་དབང་གི་ཚུ་

རྒྱུ་ཞེས་བྱ་བ།      དཔལ་ཀུན་ཏུ་བབང་པོ་ལ་ཕྱག་འཆལ་

ལོ། །འཇམ་གླིང་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་བྲག་དམར། །

དཔལ་གྱི་བསམ་ཡས་མཆིམས་ཕུའི་གོ་གོང་། །རྫོང་ཆེ་

སྟོབ་དཔོན་གུ་རུ་པརྒྱར། །གསོལ་བ་འདེབས་སེ་བྱིན་

གྱིས་རྫོབས་ཤིག། །གང་སྐུ་རྩ་རི་ཁྲད་ནས་ཉེར་བ། །

རྩྱ་ཞེས་གསུང་སྒྲས་བྱེན་དུ་ལྗོག་ཅིང་། །འབྱུར་མེད་

ཕྱགས་ཀྱི་ཡི་གེར་བྱིན་བརྒྱབས། །བྲིད་ལ་གསོལ་

འདེབས་བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག། །གརུབས་ཀྱི་རིགས་

འབྱུངས་དགོ་སྟོང་ཆེན་པོ། །ལྗོ་བྲག་མཁར་རྒྱར་ཡང་

དག་གྲུབ་བརྟེན། །ཉི་ཟེར་ལ་ཆིབས་ནམ་མཁའི་སྟིང་

པོར། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས་ཤིག །  
གཞུབས་ཡུལ་རིང་བྱོན་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས། །སྒྲགས་  
གྱི་ཡང་ཚོང་ག་ཤིན་ཚེའི་ག་ཤེད་གྲུབ། །མཐུ་སྟོབས་  
བྲག་ལ་ཕུར་པ་འདེབས་དེར། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་  
བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས་ཤིག། དབུ་རུ་ངན་ལམ་རིགས་  
འབྱུངས་སྟོན། །དབེན་ཅུར་པར་དབང་ཆེན་གྲུབ་  
བཞེས། །ཏྲ་སྐད་གཙུག་བཏོན་རྒྱལ་མཆོག་དབྱངས་  
དེར། །གསོལ་བ་མཆོག་སྒྲགས་མདར་རུས་ལྡན་མཁར་  
ཆེན་བརྒྱད་འབྱུངས། །མོན་ཁ་ནི་རིང་སྟོན་ལས་ཕུར་  
གྲུབ། །མཆོག་རྒྱལ་བསད་པའི་མི་རོ་སྟོང་དེར། །  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་ཡུལ་སྟོད་ཤམ་པོ་གངས་གྱི་ར་  
བར། །སྟོན་པ་བདེ་འབྲོ་མངོན་པར་གྲུབ་མཛད། །མ་



མོ་མངོན་འཁོལ་འབྲོག་མི་དཔལ་ཡེར།     གསོལ་བེ  
སྤྲོ་བློ་སྤྲོ་ག་ཚང་བསམ་འགྲུབ་གེུ་ཚང་།     དྲིགས་པའི་  
བདག་པོ་མངོན་པར་གྲུབ་མཛད།     ལྷ་སྤྲོ་བློ་བློ་ཁོལ་  
དཔལ་གྱི་སེང་གེར།     གསོལ་བེ     གཡའ་མ་ལུང་  
དང་ལི་ཡུལ་ལུང་རར།     ལྷོ་བས་ལྷོ་ནག་པོ་མངོན་  
པར་གྲུབ་མཛད།     ཡེ་ཤེས་སྤྲོ་བློ་བློ་བློ་རྩོ་ནར།     །  
གསོལ་བེ     དེམ་གསུམ་དཔལ་གྱི་བསམ་ཡས་དབུ་  
ཅེར།     རྩོ་རྩོ་རྩོ་ཚབ་ཆེ་མཆོག་མངོན་གྲུབ།     རྩོང་  
འཛོན་མི་གཡོ་མངའ་བདག་རྩོ་པོར།     གསོལ་བེ  
གཡུ་སྤྲོ་སྤྲོ་པོ་རྩོ་གས་པ་མཆོག་ལྷོ།     ལྷོ་འཕུལ་  
མངའ་བཞེས་ལྷོ་ན་ཀུ་སྤྲོ།     རྩོ་རྩོ་བདུད་འཛོམས་རྩོང་  
ལྷོ་པོ་གས་མེད།     རྩོང་ལ་གསོལ་བེ     མཁའ་རྩོང་

གནས་བཞུང་ཡེ་ཤེས་དབྱངས་དང་། །ལྷ་དཔལ་

གཙན་གཟན་གཉའ་བ་ནས་འཛིན། །བྱ་ལྟར་མཁའ་

ལྡིང་སྒྲ་ནམ་ཡེ་ཤེས། །ཁྱིད་ལ་གསོལ་། །དཔལ་གྱི་

དབང་ཕྱག་ཕྱར་པ་གདེངས་འགྲུམ། །མི་བརྗེད་

གཟུངས་ཐོབ་ལྡན་མ་ཅེ་མང་། །སྐྱ་བ་དཔལ་བཅེགས་

གཞན་སེམས་ཀུན་མཁྱེན། །ཁྱིད་ལ་གསོལ་། །ཁུ་བོ་

གྲོན་ལྡོག་ཤུད་བྱ་དཔལ་སེང་། །རྒྱལ་བའི་སྒྲོ་གྲོས་རོ་

ལངས་གསེར་བསྐྱར། །ནམ་མཁའ་བྱ་འཛིན་ཁྱེའུ་ཁུང་

ལོ་ཙྰ། །ཁྱིད་ལ་། །བྲན་པ་ནམ་མཁའ་གཡག་གློང་

མངོན་ཁྱུག །ཉ་ལྟར་ཁུར་རྒྱག་འོ་བྲན་དབང་ཕྱག །མ་

ཐོག་རིན་ཆེན་པ་ལྡང་བས་གསོལ། །ཁྱིད་ལ་། །བྲག་

རིར་ཐོགས་མེད་དཔལ་གྱི་རྗེ། །དགོན་མཆོག་འབྱུང་

གནས་ཐོག་ཆེན་མདའ་འཕེན།      གླིལ་ཀྱང་མཁར་  
བཅས་རྒྱལ་བ་བྱང་ཆུབ།      བྱིད་ལ་།      དགོངས་པ་  
མངོན་གྱུར་ཨོ་རྒྱན་རྗེས་བབྱང་།      བྱུགས་སྤྲས་མི་རྗེ་  
འབངས་རིགས་ཉེར་ལྔ།      སྒྲིན་གྲོལ་གདིང་ཐོབ་རྣམས་  
ལ་གསོལ་འདེབས།      བྱིད་རང་ལྟ་བུར་བྱིན་གྱིས་  
རྒྱུ་བས་ཞིག      ལྟ་བ་གྲོང་ཆེན་ཡངས་པའི་དོན་  
རྟོགས།      སྒྲིམ་པ་སྒྲིན་བྲལ་ཉི་མ་ལྟར་གསལ།      བྱིད་  
ལ་གསོལ་འདེབས་འདུག་ས་འདི་རུ།      ལྟུང་བ་ཉིད་དུ་  
བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་བས་ཞིག      སྒྲིལ་པ་མཐར་བྱིན་གྲུབ་པའི་  
རྟོགས་ཐོན།      འབྲས་བུ་ཀུན་བབྱང་གོ་འཕང་ཐོབ་  
པར།      བདག་དང་འགྲོ་ཀུན་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།      །  
ད་ལྟ་ཉིད་དུ་བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་བས་ཞིག      ཅེས་བྱང་བདག་དབང་པོའི་

ཕྱེས་མཛད་པའོ།།      །།

༥ ཚེས་ཉིད་ནམ་མཁའི་གྲོང་མངོན་ལས་༥ ངག་སྤྱོད་རུས་པ་སྟོབས་འབྱེན་

བཞུགས་སོ༥ ན་མོ་གུ་རུ་པ་རྒྱ་ཀུ་ར་ཡེ༥ ངག་སྤྱོད་རུས་པ་

སྟོབས་འབྱེན་ལ༥ ནང་པར་མལ་ནས་ལངས་མ་ཐག༥ བྱིན་རྒྱབས་རིམ་པ་

འདི་ལྟར་བྱ༥ ཨོ་སྤ་བྱ་ལྟ་སོགས། ལྷེ་མི་དམིགས་པ་སྤྱོད་

པ་ཉིད་དུ་གྱུར༥ སྤྱོད་པའི་ངང་ལས་ལྷེ་ཡི་དབང་པོ་

གནས་སུ་གྱུར་པ་ལས་རྒྱེ༥ ཡིག་དམར་སེར་འོད་ཟེར་

འབར་བཞིག་དུ་གྱུར༥ དེ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས༥

དོན་གཉིས་བྱས་ཚུར་བསྐྱས་རྒྱེ༥ ཡིག་ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་

ལས་འཇམ་དཔལ་གཞིན་རུར་གྱུར་པའི་འཇུམ་མཚན་

དཔེའི་ལང་ཆོ་འབར་བ་ལོངས་སྤྱོད་ཚོགས་སྐྱའི་ཆས་

ཀྱིས་སྤྱས་པ་ཞབས་དྲེ་དྲེའི་སྐྱེལ་མོ་ཀུང་གིས་བཞུགས་

པའི་གནས་གསུམ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས་རྒྱལ་བ་

སྤྲུལ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གསུང་གསང་བའི་  
དབང་གྱིན་དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་འོད་ལུང་དམར་པོའི་  
རྣམ་པར་བསྐྱུས་ཏེ་ལྡེགས་ཀྱི་དབང་པོ་ལ་ཐིམ་པས་  
གནས་སུ་གྱུར་ཏེ་ལྡེགས་ཤེས་རབ་ཀྱི་རལ་གྱི་འོད་དང་  
འོད་ཟེར་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འབར་བའི་ཕྱེ་ནས་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་  
རང་སྒྲིལ་བྱུག་ལྟར་གྲགས་པར་གྱུར་ཅེས་ཀྱི་ཨོ་ཨེ་ཨུ་  
ཨི་ཨྱི་སོགས་དབྱངས་གསལ་ཏེན་སྒྲིང་དང་བཅས་པ་ལན་བདུན་རེ་བརྗོད་  
འགྱུར་སྤྲུལ་ཀྱི་རིགས་ཅུང་ཟད་བཞུས་མཐར་ཅེས་ཀྱི་ན་མོ་དགོན་  
མཆོག་གསུམ་གྱི་བདེན་པ་དང་ཆོས་ཉིད་རྣམ་པར་  
དག་པ་དང་ཏེན་འབྲེལ་ཟབ་མའི་བདེན་པའི་  
མཐུས་དག་གི་རྣམ་སྟོབས་རབ་འབར་ཞིང་ཀྱུ་ལ་བ་རྣམས་ཀྱི་གསུང་གསང་བཅུད་མ་ལུས་



བདག་གི་དག་ལ་ཐེམ་མེད་པ་འགྲུབ་པ་  
དང་། བཅིག་བཞུས་གྲངས་མེད་འགྲུར་བར་འོག་གེ།  
དག་དང་མ་དག་ཆེ་བ་ས་རྣམས་ཀུན་མཁུ་དག་པ་གསུང་  
གསུང་རྩེ་རྩེ་ཆེ་བ་མེད་པ་གསུང་གསུང་ཆེན་པོར་འགྲུར་  
བར་འོག་གེ། རྩེ་རྩེ་བཟུང་བཞུས་མེད་པ་རྩེ་རྩེ་ཆེ་བ་མེད་པ་བཞུས་པ་  
དེ་ཡིས་དག་སྒྲིབ་ཀུན་དག་ནས་མེད་པ་དག་པ་གསུང་གི་འཁོར་ལོ་རྩེ་རྩེ་རྩེ་  
སྒྲིབ་པ་འགྲུར་པར་ཐེམ་མེད་པ་ས་མ་ཡེ་བཟུང་བཞུས་མེད་པ་ཞེས་པ་འདི་  
ཡང་སྒྲིབ་བྱ་པ་ཆེན་ནས་བསྐྱེད་པོར་རིག་འཛིན་བདུན་འཛིན་ས་རྩེ་རྩེ་སྒྲིབ་  
པ་འདི་ཡི་གོ་པ་ནི་དག་དབང་ཕྱིན་ལས་ཀྱིས་བཞུས་པ་ཡོངས་སུ་དག་བར་གྱུར་ཅིག་  
དག་འོ། །སེམས་སྒྲིབ་པ་ཡི། །

སྤྱི་བྱ་ལྟ་སྤྱད་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་ངང་ལས་སྐྱེད་བའི་མདོ་  
 འཛིན་གཙོ་མོ་རིགས་བདག་དང་བཅས་པ་ལ། སྐྱེད་  
 རྟོག་རྣམས་འཁོར་གྱི་མཁའ་འགྲོ་བྱེ་བ་འབྱུང་ཕྱག་གི་  
 རྩལ་གྱིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་བ་ལས་འོད་འཕྲོས། །རང་  
 བཞིན་གྱི་གནས་ནས་ཡེ་ཤེས་པ་སྤྱོད་བྱངས་ཏེ་དབྱེར་  
 མེད་ཐིམ་པར་མོས་ལ། སྒྲིང་པོ་དང་། ཡོ་རུ་ཅི་ར་མ་ཁི་བྱ་བརྒྱ་  
 ཡེ་སྤྱོད་རྒྱ། ཞེས་ཉེར་གཅིག་ཅུ་བཟུངས་མཐར། ལྟ་རྣམས་འོད་དུ་  
 ཞུ་བ་སྐྱེད་བའི་རྣམ་པར་གྱུར་བས་མཁའི་དང་། ཉེན་སྒྲིང་བཟུངས་  
 པའི་མེ་ཏོག་འཕྲོར། དེ་ལྟར་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་སྐྱེད་བ་ཉིད་འགོ་མ་ཡུག་དང་  
 སལ་གྱིས་མཐོང་རེག་མེད་པར་བཅང་པར་བྱའོ། །ཞེས་པ་འདི་འང་མཁའ་འགྲོ་  
 ཐུགས་ཐིག་བསྐྱེད་ཡིག་ལས་འཁོལ་དུ་སྤྱོད་བའོ། ། ༥ ། །ཡང་འདི་འདོད་ན།

ཨོྃ་སྤྱ་བྱ་ལྷ་སྤྱངས།      སྟོང་པའི་ངང་ལས་ཐེང་པའི་མདོ་  
འཛིན་གཙུག་པོ་རྩེ་གཞིན་ཀླུ་ཡབ་ཡུམ་ལ།      ཐེང་རྩེ་ག་  
ནམས་འཁོར་གྱི་བྱོ་བོ་སྤྱས་མཆོག་སྟོ་སྟོང་དམ་ཅན་གྱི་  
མཆོའི་ཚུལ་གྱིས་ཡོངས་སུ་བསྟོར་བ་ལས་འོད་འཕྲོས།  
རང་བཞིན་གྱི་གནས་ནས་ཡེ་ཤེས་པ་སྤྱན་དྲངས་ཏེ་  
དབྱེར་མེད་དུ་བྲིམ་པར་མོས།      ཨོྃ་རུ་ཅི་ར་མ་ཁི་བྲ་བརྒྱ་ཡེ་  
སྤྱ་རྒྱ།      །ཞེས་ཉེར་གཙུག་ཙམ་བཞུས་པས།      ལྷ་ནམས་འོད་དུ་ཁྱབ་ཐེང་བའི་  
ནམ་པར་གྱུར་པར་བསམ་མཁིང་ཏེན་སྟོང་བཞུས་པའི་མེ་ཏོག་འཕྲོར།      ॥      ॥

༥ ། སྒྲ་མ་རྫོང་མེམས་པའི་བསྟོད་པ་ནི། ཡེ་མ་རྟོང་མཚར་མཛད་གྱི་

ཆོས། །དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་གྱི། །སྒྱུ་

གསུང་བླུགས་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད། །འཁོར་འདས་ཡོན་ཏན་

དཔལ་དང་ལྡན། །སྒྲ་མའི་ཞབས་ལ་ཕྱག་འཆལ་

བསྟོད། །སྒྲ་མའི་སྐྱེ་ནི་རྫོང་འི་སྐྱེ། །མཛེས་ཞིང་བཟུ་

བས་ཆོག་མི་ཤེས། །བསམ་གྱིས་མི་བྲུབ་ཡོན་ཏན་

ལྡན། །སྒྲ་མའི་སྐྱེ་ལ་ཕྱག་འཆལ་བསྟོད། །སྒྲ་མའི་

གསུང་ནི་ཆངས་པའི་དབྱངས། །འགག་མེད་སེངྒེའི་

སྒྲ་དང་ལྡན། །ཕྱུ་སྟེགས་རི་དྲགས་སྐྱག་མཛེད་པ། །

སྒྲ་མའི་གསུང་ལ་ཕྱག་འཆལ་བསྟོད། །སྒྲ་མའི་བླུགས་

ནི་ནམ་མཁའ་འདྲ། །བདེ་གསལ་མི་རྟོག་སྟོང་པའི་

ངང་། །རྣམ་ཐར་གསུམ་ལ་ལེགས་གནས་པ། །སྒྲ་

མའི་ཐུགས་ལ་ཐུག་འཆལ་བསྟོད།

༥ སྒྲ་མ་རྒྱུད་འབོད་བཞུགས་སོ། །སངས་རྒྱས་ཀུན་འདུས་གྱི་ངོ་

བོ། །ལུང་རྟོགས་དམ་ཆོས་གྱི་འབྱུང་གནས། །

འཕགས་ཆོགས་དག་འདུན་གྱི་གཙུག་རྒྱུ། །ཅ་བའི་

སྒྲ་མ་ཁྱེད་མ་ཁྱེན་ནོ། །སྒྲ་མེད་སྒྲ་མ་ཡི་རྒྱལ་པོ། །ཡི་

དམ་རྒྱ་མཆོ་ཡི་སྤྱི་དཔལ། །གནས་གསུམ་མཁའ་

འགྲོ་ཡི་ཆོགས་དཔོན། །བྱབ་བདག་སྒྲ་མ་ཁྱེད་མ་ཁྱེན་

ནོ། །ཟབ་གསང་གདམས་ངག་གི་བདུད་རྩིས། །

བདག་རྒྱུད་སྒྲིན་གྲོལ་དུ་མཛད་པ། །བཀའ་རྩིན་འཁོར་

མཐའ་དང་བྲལ་བའི། །རྗེ་རྗེ་སྒྲོབ་དཔོན་ཁྱེད་མ་ཁྱེན་

ནོ། །ཉ་ཅང་སྒྲ་མ་རང་བློན་ནས། །གདུང་ཤུགས་

གསོལ་བཞིག་འདེབས་སོ། །ཐུགས་རྗེས་ཉེ་རིང་དང་

བྲལ་བས། །དབང་བྱིན་དངོས་གྲུབ་ཅིག་སྤྲོལ་དང་། །



སྒྲུང་ཆ་ཀུན་རྫོབ་གྱི་སྒྲུབ།      འོན་དམ་རང་རིག་གི་ཆོ་  
འཕྱུལ།    རང་བྱུང་རིག་སྒྲོང་གི་སྒྲུབ།    ཡེ་ནས་སྒྲུན་  
ཅིག་ཏུ་གནས་འདུག།    འདྲ་རང་དེ་ཞིག་ཤེས་དུས།    །  
སྒྲོགས་འཛིན་ཙམ་འབྲས་གྱི་སྒྲུབ།    རྗེས་མེད་རང་ཡལ་  
དུ་སོང་བས།    རེ་དོགས་ཞེན་ཡུལ་ནི་མི་འདུག།    འདྲི་  
ཐ་སྒྲུབ་གྱི་གསོལ་འདེབས།    འབྲུལ་སྒྲུང་དཀར་པོ་ལ་  
མི་རེ།    འཛིན་མེད་རང་གྲོལ་གྱི་ཤེས་པ།    གུ་ཡངས་  
ཕུམ་བཟའ་དུ་སྒྲོང་གཏོང་།      འབྲུལ་རྒྱུ་ཡོད་ནའང་  
འབྲུལ་རྒྱུ།    འབྲུལ་སྒྲུང་འབྲུ་སྒྲོང་དུ་རྗེས་མེད།    །  
གྲོལ་རྒྱུ་ཡོད་ནའང་གྲོལ་རྒྱུ།      གྲོལ་ས་གཞི་མེད་དུ་  
རྩ་བུལ།    གང་ཡང་གཟའ་གཏོང་དང་བུལ་བའི།    སྒྲོ་  
འདས་རང་བྱུང་གི་སྒྲུབ་འི།      རྒྱལ་ས་མཐོན་པོ་དེ་

འཛིན་ནོ། །ཡ་ཉིང་མཚར་རང་ཆེན། །ཞེས་པའང་སྐྱབ་

བཙོན་པསྒྲ་འགྱུར་མེད་གྱིས་རིང་མོའི་དུས་ནས་བསྐྱལ་བའི་ངོར་འཛིགས་བྲལ་

ཡེ་ཤེས་རྩེ་རྩེས་སོ།

༥ །སྒྲིང་དབྱས་དད་པའི་འདབ་སྒྲིང་། །གོ་སར་བཞད་

པའི་དགྱིལ་ན། །ཏྲ་ཏུ་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས་བཞིན། །

འབྲལ་མེད་དབྱེས་པར་བཞུགས་པའི། །བྲུབ་བདག་

ཉི་རུ་ཀ་དཔལ། །འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྩེ་རྩེ། །གང་

བྱོད་རྒྱལ་ཀུན་ངོ་བོར། །སྒྲིང་ནས་ངེས་པ་རྩེད་པས། །

བཟོད་མེད་གདུང་བའི་ཤུགས་གྱིས། །ཅེ་གཅིག་

གསོལ་བ་འདེབས་ན། །དབང་བྱིན་དངོས་གྲུབ་བདུད་

ཅིས། །བདག་རྒྱུད་སྒྲིན་གྲོལ་མཛོད་ཅིག །ཏྲ་ཅང་སྒྲ་

མ་དྲན་ནས། །རྒྱུད་འབོད་འོ་དོད་བོས་ཀྱང་། །རང་

སེམས་གཉུག་མ་འདི་ལས།      སྒྲ་མ་ལོགས་སུ་མ་

ཆེད།   གསོལ་བ་གདབ་བྱའི་ཡུལ་དང་།   འདེབས་

པའི་མཁན་པོ་མེད་ན།   གསོལ་བ་འདེབས་སྒྲ་མ་གྲོས་

བྱས།   འཛིན་ཚུལ་བཅས་མས་ཅི་བྱེད།   གསལ་ལ་

ངོས་བབྱང་མེད་པའི།   ཁྱིམ་བྱལ་རིག་སྟོང་རྗེན་པ།   །

འདི་ཀ་དོན་གྱི་སྒྲ་མ།   ཡེ་ཤེས་རྗེ་རྗེས་ངོ་ཤེས།   ཡེ་

ཡིན་ངང་གནས་ཆེན་པོ།   རང་བབ་གདོད་མའི་གཞི་

ལ།   རྒྱང་ནས་འབོད་ཀྱང་མ་དགོས།   འབྲམ་ནས་

བཅུལ་ཀྱང་མ་དགོས།   སྒྲོ་འདས་འུབ་ཆུབ་གཤེས་

སུ།   འབྲུལ་པའི་མིང་ཡང་མི་བྲགས།   ཟླ་ངན་

འདས་པ་ལྟ་ཅི།   མཉམ་ཉིད་བདེ་སྟོང་ཆེན་པོ།   གང་

ཤར་ཆོས་སྐྱའི་ཡོ་ལང་།   གཤམ་སོ་བྲལ་བའི་བྱིན་

སྒྲུབས། །རྣལ་འབྱོར་སྒྲིང་ལ་ཞུགས་འདི། །ཨ་རྟོ་ངོ་  
མཚར་ཆེའོ། །ཞེས་པའང་རང་ཉིད་ལ་མངོན་པར་མོས་པའི་སྒྲོ་གྲོས་དག་  
བ་རིགས་ལྡན་མ་བདེ་ཆེན་ཆོས་སྒྲོན་ནས་རྒྱང་འབོད་གྱི་གསོལ་འདེབས་འདི་ལྟ་  
བུ་ཞིག་དགོས་ཞེས་ཡང་ཡང་བསྐྱུལ་བ་ཡིད་ལ་བཅག་པའི་ཐོག་ ཉེ་ཆར་ཡེ་  
འབྲོག་སྐྱུལ་པའི་སྐུ་རིན་པོ་ཆེའི་གསུང་གིས་གསོས་བཟབ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་  
འཇིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྡོ་རྗེས་ཤར་མར་གྲིས་པ་དག། །

༥ ། རྒྱང་འབོད་གྱི་གསོལ་འདེབས་གཉུག་མའི་ཐོལ་སྐྱུ་ཞེས་བྱ་བ། རོ་བོ་  
གདོད་ནས་མི་འབྱུར་སྒྲོས་བྲལ་གྱི་གཤེས་ལུགས། །  
ཀ་དག་གཏིང་གསལ་གཞིན་རུ་བུམ་སྐུ་རུ་བ་ཞུགས་  
པ། །ཆོས་སྐུའི་སྒྲ་མ་ཡེ་ཤེས་རྡོ་རྗེ་དེ་མཁྱེན་ནོ། །ལྟ་  
བའི་གདོང་ཆེན་ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་རང་སྒྲོབས་ཤིག་ །  
རང་བཞིན་མ་འགག་བྱུང་འཇུག་འོད་གསལ་གྱི་ཆོམ་

བུ།      །ལྟོན་གྲུབ་ངེས་པ་ལྟ་ལྟོན་རོལ་པ་རུ་བཞུགས་  
པ།      །ལོངས་སྒྲིའི་སྒྲ་མ་བདེ་ཆེན་རྡོ་རྗེ་དེ་མཁུའོ།      །  
སྒྲིམ་པའི་རྩལ་ཆེན་རྡོ་གས་པར་བྱེན་།      །བྱགས་རྗེ་  
ཕྱོགས་ལྟར་བྲལ་བ་མཐའ་གྲོལ་གྱི་ཡེ་ཤེས།      །ཀུན་  
བྱབ་རིག་སྟོང་རྗེན་པའི་ངོ་བོ་རུ་བཞུགས་པ།      །སྤྱལ་  
སྒྲིའི་སྒྲ་མ་འགྲོ་འདུལ་སྒྲིང་པ་དེ་མཁུའོ།      །སྟོང་པའི་  
བོགས་ཆེན་འབྱོངས་པར་བྱེན་།      རང་རིག་གཏོང་མའི་  
གཞི་ལ་འཕོ་འགྱུར་ནི་མི་འདུག      །གང་ཤར་ཆོས་སྒྲིའི་  
རྩལ་ལ་བཟང་ངན་ནི་མི་གདའ།      །ང་སྟོར་ཤེས་པ་  
སངས་རྒྱས་མངོན་སུམ་དུ་འདུག་པས།      །གྲུ་ཡངས་སྒོ་  
བདེའི་སྒྲ་མ་སྒྲིང་དབུས་ནས་རྩེད་བྱུང་།      །གཉུག་མའི་  
སེམས་འདི་སྒྲ་མའི་རང་བཞིན་དུ་རྡོ་གས་ཆོ།      །འཛིན་

ཞེན་གསོལ་འདེབས་བཅོས་མའི་སྒྲུག་ཡུས་ནི་མ་  
དགོས། །མ་བཅོས་རིག་པ་རང་བབས་ཁ་ཡན་དུ་སྒྲོད་  
པས། །གཏད་མེད་གང་ལ་རང་གོལ་བྱིན་སྒྲབས་དེ་  
ཐོབ་བྱུང་། །བྱས་པའི་ཆོས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་  
དུས་ནི་མི་གང་ལ། །ཡིད་དཔྱེད་སྒྲོས་བྱས་སྒྲོམ་འདི་  
བསྐྱེད་བྱི་དག་རེད། །དེ་འདྲིན་སྤངས་ཞིག་པའི་  
མདོ་མེད་བྱི་སྒྲོན་པ། །བྱང་རྒྱལ་གཅེར་ཉལ་ངང་ལ་མི་  
ཆེ་འདི་སྐྱེལ་གཏོང་། །གང་ལྟར་བྱས་ཀྱང་དགའ་འོ་  
ཚོགས་ཆེན་བྱི་རྣལ་འབྱོར། །སྤང་འགྲོགས་ཀྱང་  
སྤྱིད་དོ་པད་འབྱུང་གི་བུ་བརྒྱད། །མགོན་ལ་འགྲན་སྒྲུབ་  
མེད་དོ་གཏོར་ཆེན་བྱི་སྒྲུམ། །ཆོས་ལ་དོ་སྒྲུབ་མེད་དོ་  
མཁའ་འགྲོ་ཡི་སྤྱིང་ཐེག་ །ཁྲིངས་ཆེན་སྤྱིང་གི་ལྷན་པ་



རང་མཁའ་དུ་སངས་ནས།      འོད་གསལ་ཉི་མ་འབྲིབ་  
མེད་འཁོར་ཡུག་ཏུ་འཆར་བའི།    སྐལ་བཟང་འདི་གོ་ཕ་  
གཅིག་སྒྲ་མ་ཡི་སྐྱ་རིན།      རིན་ལན་འཁོར་མཐའ་མེད་  
དོ་སྒྲ་མར་རང་བྱུ་ལོ།      ཞེས་པའང་རང་གི་དོ་རྗེས་བྱའི་བྱ་བོ་སྐལ་  
པའི་སྐྱ་འཛིགས་མེད་ཆོས་དབྱིངས་ནོར་བུ་དོན་ཐམས་ཅད་གྲུབ་པ་སྒྲེའི་གསུང་གི་  
དོར། འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་དོ་རྗེས་འཆོལ་གཏམ་དུ་སྦྱས་པ་དགོ། ॥

༥ ཟབ་གསང་མཁའ་འགྲོའི་སྒྲིང་བྲིག་གི་སྒྲོན་འགྲོའི་ངག་འདོན་བྱང་འཇུག་

ལམ་གྱི་ཤིང་རྟ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །ཨོྲ་སྤྱ་སྒྲི། །རབ་འབྱུངས་

རྒྱལ་ཀུན་མཁྱེན་བཙུ་རྩལ་པའི་གཟུགས། །རིགས་

བརྒྱའི་བྱུང་བ་དག་ངོར་ཅན་འཁོར་ལེའི་མགོན། །

དཔལ་ལྷན་སྤྲེལ་མ་སངས་རྒྱལ་པ་རྒྱའི་ཞབས། །སྤྱི་བོའི་

རྒྱལ་དུ་བསྐྱེད་ལོ་བྱེད་གྱིས་རྫོབས། །བྱང་འཇུག་སྐྱུ་

བཞིའི་གོ་སར་བདེ་སྐྱུར་དུ། །དགྱི་བའི་ལམ་བཟང་ཟབ་

གཏེར་སྒྲོན་འགྲོའི་བྲིགས། །རྣམ་གསལ་འཇུག་བདེའི་

ཤིང་རྟ་འདིར་འདྲེན་གྱི། །སྐལ་པར་ལྷན་རྣམས་སྤྱོ་

བས་དེང་ཞུགས་ཤིག །དེ་ཡང་གང་ཞིག་ཟབ་ལམ་གྱི་སྐལ་བ་དང་

ལྷན་ཅིང་ཆོ་འདིར་བྱང་འཇུག་སྐྱུ་བཞིའི་གོ་འཕང་མདོན་དུ་བྱེད་པར་འདོད་པའི་

དགོ་བའི་ལས་འསྤོ་སད་པ་རྣམས་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་ལམ་འདི་ཁོ་ན་ལ་ནན་ཏན་དུ་

བཙོན་པར་བྱ་སྟེ། དེའི་ཚུལ་ལ་གཉིས། རྒྱུད་སྟོང་རུང་དུ་བྱེད་པ་བྱམ་སྤྱིའི་སྟོན་  
འགོ་དང་། རིམ་གཉིས་ནུལ་འབྱོར་བྱེད་བཀ་སྒོས་ཀྱི་སྟོན་འགོའོ། །དང་པོ་ནི།  
བདེ་བའི་སྟོན་ལ་འཁོད་དེ་ལུས་གནད་དང་པོར་བསྐང་། །དུག་གསུམ་གྱི་སྤྱང་རོ་  
བསལ། །ཤེས་པ་ནུལ་དུ་ཕབ་སྟེ་རང་བབ་ཀྱི་བསམ་གཏན་ལ་སྒོ་ཡོངས་སུ་  
སྤྱོད་པ་བས། །ཙུ་བའི་བླ་མ་སངས་རྒྱལ་ཀུན་འདུས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྗེས་  
སུ་བྱན་པའི་ཡིད་མཛོན་པར་བསྐྱལ་ཏེ།

རང་མདུན་ནམ་མཁའ་

འཇའ་འོད་ཐིག་ལའི་གློང་། །རིན་ཆེན་སེང་གི་པར་ཉི་  
ཟེའི་སྟེང་། །བཀའ་རྒྱུ་མཚུངས་མེད་ཙུ་བའི་བླ་མ་  
ནི། །ནུལ་པ་ཨོ་རྒྱུན་མཆོ་སྤྱེས་རྗེ་རྗེ་འཆང་། །མཐིང་  
གསལ་ལ་རྗེ་རྗེ་རྒྱལ་འཛིན་ལོངས་སྤྱུའི་ཆས། །རང་འོད་  
བདེ་ཆེན་ཡུམ་དང་མཉམ་པར་སྦྱོར། །དབྱེས་འཇུམ་ཡེ་  
ཤེས་འོད་ཟེར་སྒྲོ་བའི་སྒྱ། །རབ་འབྱུངས་སྤྱུ་བས་ཀུན་

འདུས་པའི་ངོ་བོར་བཞུགས།      ཞེས་སྒྲམ་གསལ་བཏབ་ལ་མོས་

གུས་གདུང་ལྷགས་དག་པོས།      **།སྒྲམ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།**

།སྒྲམ་ཀུན་བྱབ་ཆོས་ཀྱི་སྐུ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།      །མ་

རིག་མཁུན་པ་སེལ་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།      །སྒྲམ་ལ་

གསོལ་བ་འདེབས་སོ།      །སྒྲམ་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་

སྐུ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།      །འོད་གསལ་ཁོངས་ནས་

འཆར་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།      །སྒྲམ་ལ་གསོལ་བ་

འདེབས་སོ།      །སྒྲམ་བྱུགས་རྗེ་སྐུ་ལ་པའི་སྐུ་ལ་གསོལ་

བ་འདེབས།      རྟོགས་པ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པར་

བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།      །སྒྲམ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།      །

སྒྲམ་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།      །

དོན་གཉིས་ལྟུན་གྱིས་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།      །

ཞེས་གསོལ་བ་དྲག་ཏུ་བཏབ་པས།

མོས་གྲུས་སྟོབས་གྱིས་སྒྲ་

མའི་ཐུགས་རྒྱུད་བསྐྱུལ།

དབྱེས་པས་མི་བཟོད་བདེ་

བའི་གར་དང་བཅས།

རང་གི་སྤྱི་བོར་བྱོན་ཏེ་བྱང་

སེམས་སྤྱིན།

ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་ཐབས་སྤྱི་སྤྱུགས་དབང་

བསྐྱར་བས།

ཁྱོགས་གྲོལ་དུས་མཉམ་ཆེན་པོར་བྱོན་

བསྐྱབས་གྱུར།

ཅེས་བརྗོད་ཅིང་བསམ་ལ་རིག་པ་འཛིན་མེད་གྱི་ངང་དུ་

དར་གཅིག་མཉམ་པར་བཞག་གོ

འདི་ནི་ཐུན་ཐམས་ཅད་གྱི་སྤྱི་དུ་གཅིས་ཏེ་

བར་ཆད་ནི་ཞིང་བྱོན་སྒྲ་བས་སྐྱུར་དུ་འཇུག་པའི་དགོས་པ་ཡོད་དོ། གཉིས་པ་ལ་

གཉིས། ཐུན་མོང་སློ་སྤྲོག་རྣམ་བཞིས་རྒྱུད་གྱི་ཞིང་ས་སྤྱོད་བ་དང་། ཐུན་མིན་

ཐབ་ལམ་ཐུགས་ལྡེའི་ས་བོན་གདབ་བའོ། དང་པོ་ནི། འདི་ལྟར་དལ་འབྱོར་གྱི་

མི་ལུས་ནི་ཤིན་ཏུ་རྒྱེད་པར་དགའ་ཞིང་། རྒྱེད་པ་འདི་འང་མི་རྟག་པར་སྐྱུར་དུ་འཆི་

བའི་དབང་ཏུ་འགྱུར། ཤིན་ས་ཀྱང་ཅང་མེད་དུ་མི་འགོ་བར་ལས་འབའ་ཞིག་གི་

རྗེས་སུ་འབྲང་སྟེ་འཁོར་བར་འདུག་པར། འཁོར་བ་གང་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་  
ཁོ་ན་ལས་མ་འདས་པས། །ད་རེས་འཁོར་བ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་འདི་  
ལས་ཅི་ནས་ཀྱང་ཐར་བཞིག་བྱ། དེའི་ཆེད་དུ་དམ་པའི་ཆོས་རྣམ་པར་དག་པ་  
ཞིག་ད་ལྟ་ཉིད་ནས་བསྐྱབ་པར་བགྱིའོ་སྟེ་མ་པ་དང་། དེ་ལྟར་བསྐྱབ་ལུས་པའང་  
སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ་མཁྱེན་སྟེ་མ་པའི་དད་པ་དང་དེས་འབྲུང་གི་ཤུགས་དྲག་ཏུ་བསྐྱེད་  
དེ། **ན་མོེ།** དུས་གསུམ་རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྐྱུས་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི། སྤྱི་གཟུགས་མཁྱེན་བཙུ་ལུས་པའི་བདག་ཉིད་  
དཔལ། གཏན་གྱི་སྐྱབས་གཅིག་ངོར་ཅན་སྒྲ་མ་རྗེ།  
མི་འབྲུལ་སྤྱི་གཙུག་བདེ་ཆེན་འཁོར་ལོར་བཞུགས།  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ། བྱིན་གྱིས་  
སྒྲོབས་ཤིག་བཀའ་ངོར་མཚུངས་མེད་རྗེ། དལ་འབྱོར་  
འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་ཆེད་པར་དགའ། མི་ལུས་དོན་ལྡན་སྤྱིང་



པོ་ལོན་པ་ཞིག། གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བླ་མ་རིན་པོ་

ཆེ། བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག་བཀའ་ངོན་མཚུངས་མེད་

རྗེ། ཆོ་འདིའི་སྒྲུང་བ་མི་ལམ་གནས་སྐྱབས་ཙམ།

མི་རྟག་འཆི་བ་སྦྱང་ནས་བྲན་པ་ཞིག། གསོལ་བ་

འདེབས་སོ་བླ་མ་རིན་པོ་ཆེ། བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག་

བཀའ་ངོན་མཚུངས་མེད་རྗེ། ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་

སྒྲུག་བསྐྱལ་རང་བཞིན་ལ། ཆགས་ཞེན་འབྲི་བ་

གཏིང་ནས་ཆོད་པ་ཞིག། གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བླ་མ་

རིན་པོ་ཆེ། བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག་བཀའ་ངོན་

མཚུངས་མེད་རྗེ། དག་སྒྲིག་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་བསྐྱུ་བ་

མེད། སྒྲུང་དོར་གནས་ལ་མཁས་ཤིང་ཚུལ་ལྡན་

ཞིག། གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བླ་མ་རིན་པོ་ཆེ། བྱིན་

གྱིས་རྫོབས་ཤིག་བཀའ་ངེན་མཆུངས་མེད་རྗེ། ཞེས་པ་

རྣམས་ཀྱི་དོན་ཡིད་ལ་བློ་ཅིང་ངག་ཏུ་ཅི་རིགས་བརྗོད་དོ། གཉིས་པ་ལྔ་ལས།

དང་པོ་ཐར་པའི་ལམ་གྱི་གཞི་རྟེན་སྐབས་སུ་འགྲོ་བཞི། ཐོག་མར་སྐབས་ཡུལ་

གསལ་གདབ་པ་ལ། སྒོ་ད་བཅུད་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་ཉམས་

དགའི་དབུས། འཛིན་མེད་ཡིད་འོང་རྒྱ་ན་གོ་ཤིང་མཆོ། །

དེ་དབུས་རིན་ཆེན་པད་སྒོ་ད་འདབ་རྒྱས་པ། །ཡལ་ག་

ལྔ་ལྔ་དབུས་ཀྱི་ཟེའུ་འབྱའི་སྒྲིང་། །སངས་རྒྱས་ཀུན་

དངོས་སྒྲུ་མ་ཐོད་ཐོད་རྩེ་ལ། །སྒྲིང་སྒྲིང་ཐེལ་གྱིས་

གཞོན་པའི་ཆ་བྱད་ཅན། །མཚན་དཔའི་དཔལ་འབར་

འཇའ་ཐེར་སྒྲོང་དུ་བརྗོད། དབུ་གཙུག་དགོངས་པ་བརྗོད་

དང་སྒྲོན་བྱངས་བརྒྱད། །བཀའ་བབས་ལུང་བསྐྱོན་

སྒྲོན་ལམ་དབང་བསྐྱར་བརྒྱད། །མཁའ་འགྲོ་གཏད་རྒྱ་

རྟོགས་པ་དོན་བརྒྱད་ཀྱི། རིག་འཛིན་བརྒྱད་པའི་སྒྲ་མ་  
མ་ལུས་པ། ཡས་རིམ་བཞིན་དུ་ཐོ་བཅེགས་ཚུལ་  
གྱིས་ཚུལ། བྱོགས་བཞིའི་པད་སྟོང་ཡལ་ག་རབ་  
རྒྱས་སྟེང་། གཡས་སུ་བཅོམ་ལྡན་ཤུགས་རྒྱལ་པོ་  
ལ། བསྐྱལ་བཟང་ཞིང་གི་སངས་རྒྱས་སྟེང་ཚ་  
སོགས། བྱོགས་དུས་བདེ་གཤེགས་རྒྱལ་བའི་  
ཆོགས་གྱིས་བསྐྱོར། རྒྱབ་ཏུ་འོང་ལྡེའི་བླ་མིག་མཛེས་  
པའི་སྟོང་། ལྷུང་རྟོགས་དམ་ཆོས་གསུང་རབ་སྒྲེགས་  
བམ་ཚུལ། ཡལ་ལི་ཀ་ལིའི་རང་སྒྲ་སྟན་པར་  
སྒྲོགས། གཡོན་དུ་སེམས་དཔའ་ཉེ་བའི་སྤྲུལ་བརྒྱད་  
ལ། འཕགས་པ་གནས་བཏྲན་ཆེན་པོ་བཅུ་དྲུག་  
སོགས། བྱུང་སེམས་ཉན་རང་དགེ་འདུན་ཆོགས་

གྱིས་བསྐྱོར།      མཐུན་དུ་རྩེ་རྩེ་གཞིན་ལྟ་ཡབ་ཡུམ་  
ལ།    རྒྱུད་སྡེ་བཞི་དྲུག་ཡི་དམ་ནི་བྲོའི་ལྟ།    གནས་  
གསུམ་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོའི་ཆོག་ས་གྱིས་བསྐྱོར།    །  
ཕྱི་རོལ་བར་མཆོམས་ཁོར་ཡུག་ཐམས་ཅད་དུ།    རྒྱུད་  
གསུམ་དམ་ཅན་སྤང་མ་རྒྱུ་མཆོའི་ཆོག་ས།    མ་ལུས་  
སྤོན་སྤང་གཏིབས་པ་བཞིན་དུ་འཁོད།      ཀྱུན་གྱང་  
མཁྱེན་བརྩེ་རུས་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱིས།      འཁོར་བ་དོང་  
ནས་སྤྲུགས་པའི་སྤོན་ལས་ཅན།    བདག་སོགས་འགྲོ་  
ཀྱུན་འབྲུན་པའི་དེད་དཔོན་དུ།    ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་  
དགོངས་ཏེ་བཞུགས་པར་གྱུར།    ཅེས་གསལ་བཏབ་ནས།    དེ་  
དག་གི་སྤྱན་སྤར་བདག་སོགས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མགྱིན་གཅིག་སྒྲོག་གསུམ་  
གུས་པ་ཆེན་པོས་སྒྲོག་གཏད་ལིང་བསྐྱུར་གྱི་སྒྲོན་ས་བྱང་ཆུབ་སྣིང་པོའི་བར་དུ་

སྐྱབས་སུ་འགོ་བའི་འདུན་པས།      ར་མོ།      བདག་དང་མཐའ་  
ཡས་པ་མ་མཁའ་མཉམ་འགྲོ།      ཇི་སྤྱད་བྱང་ཆུབ་སྣང་  
པོར་མཆིས་གྱི་བར།      སྤྲ་མ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་  
སྐྱབས་སུ་མཆི།      སྐད་ཅིག་མི་འབྲལ་བཅེ་བས་རྗེས་  
སུ་བྱུངས།      ཞེས་ཅི་རུས་སུ་བྱའོ།      །གཉིས་པ་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་སྣང་པོ་  
བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི།      སྐྱབས་ཡུལ་རྣམས་དཔང་པོར་གསོལ་  
ཏི།      མཁའ་ཁྱབ་འགྲོ་གུན་བདག་གི་པ་མ་སྟེ།      །བདེ་བ་  
འདོད་ཀྱང་སྟུག་བསྐྱེད་ལ་འབའ་ཞིག་སྐྱབ།      །ཐར་མེད་  
འཁོར་བར་འབྱམས་པ་སྣང་རེ་རྗེ།      །དེ་རྣམས་བདག་  
གིས་ཅི་ནས་བསྐྱེད་ལ་བར་བྱ།      །དེ་ཕྱིར་ཡེངས་མེད་  
བཅོམ་པའི་ཤུགས་བསྐྱེད་ནས།      །ཟབ་མོའི་རྣལ་འབྱོར་  
མཐའ་རུ་ཕྱིན་པར་བགྱི།      །ཞེས་སྟོན་འདུག་གི་སེམས་བསྐྱེད་

གསལ་འདེབས་བཞིན་པས།

མགོན་པོ་སྤྲུལ་དང་བཅས་པ་

བདག་ལ་དགོངས།

ཚད་མེད་རྣམ་བཞིས་འགྲོ་དོན་

དང་དུ་ལེན། བྱང་ཆུབ་སེམས་བབྱང་པར་བྱིན་དུག་ལ་

བསྐྱབ། དོན་གཉིས་ལྟོན་གྱིས་འགྲུབ་པའི་དཔལ་ཐོབ་

ལོག། ཅེས་ཇི་ལྟར་རིགས་པ་བརྗོད་ཅིང་། བདག་གཞན་མཉམ་བརྗེའི་སྒོ་

སྒྲོང་དང་བདེ་སྤྱག་གཏོང་ལེན་གྱི་དམིགས་པའང་བྱ།

ཐུན་གྱི་མཐར།

སྐྱབས་ཡུལ་རྣམས་ལས་བྱིན་རྒྱབས་བདུད་ཅིའི་

རྒྱུ། །དཀར་གསལ་འོད་ཟེར་རྣམ་པར་དཔག་མེད་

བྱང་། །བདག་གཞན་ལ་ཐིམ་སྒྲོ་གསུམ་སྒྲིབ་སྦྱངས་

ནས། །སྐྱང་ཅིག་འོད་ལྷ་སྐྱབས་ཡུལ་རྣམས་ལ་ཐིམ།

སྐྱབས་ཡུལ་འཁོར་རྣམས་རིམ་ལྷ་གཙོ་བོར་འདུས། །

གཙོ་བོ་མི་དམིགས་ཆོས་དབྱིངས་སྒྲོང་དུའོ། །ཞེས་



བསྐྱུམ་ཏེ་མཉམ་པར་བཞག་གོ།      །གསུམ་པ་འགལ་རྒྱུན་སྒྲིག་

སྒྲིག་སྦྱོང་བ་དོར་སེམས་བསྐྱེལ་བ་བླས་ནི།      རང་གི་སྦྱི་བོར་རྩ་བའི་བླ་མ་དོ་རྩེ་

སེམས་དཔའ་ཡབ་ཡུམ་གྱི་རྣམ་པར་མངོན་སུམ་དུ་བཞུགས་པར་གསལ་ལ།

སྤར་བྱས་གྱི་སྒྲིག་པ་ལ་གཞོང་འགྱོད་དྲག་པོ་བསྦྱང་ཅིང་།      ཕྱིན་ཆད་སློག་ལ་བབ་

ཀྱང་མི་བྱེད་སྟུམ་པའི་དམ་བཅའ་དང་།      ཐུགས་ཀའི་སྤྲགས་སྤེང་ལས་བྱུང་བའི་

བྱང་སེམས་བདུད་རྩིའི་རྒྱུན་གྱིས་རང་གི་སྤྲིག་སྒྲིག་ཉེས་ལྟར་ཐམས་ཅད་སྟུག་

མེད་དུ་སྦྱོང་བར་བསམ་པ་སྟེ་སྟོབས་བཞིའི་གནད་དང་ལྡན་པས།      རང་གི་

སྦྱི་བོར་པར་བླ་བླ་གདན་ལེ།      བླ་མ་དོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་

ཤེལ་གྱི་མདོ་གཤེགས་།      ཞི་འཇུག་མཆོན་དཔའི་ལང་ཆོ་

མཆོག་ཏུ་འབར་།      གཤམས་གཤོམ་ཐབས་ཤེས་དོ་རྩེ་

དྲིལ་བུ་འཛིན་།      ལོངས་སྤྱིའི་ཆས་རྩོགས་སྤྱིལ་མོ་ཀྱང་

གིས་བཞུགས་།      པང་དུ་སྟེམས་མ་གྱི་ཐོད་འཛིན་པས་

འབྱུང་། ཐུགས་ཀར་ཟླ་དཀྱིལ་རྩྱུ་མཐར་ཐུགས་ཐེང་

ལས། བྱང་སེམས་བདུད་རྩི་རྒྱན་བབས་སྦྱོར་

མཆམས་བརྒྱད་། བདག་གི་ཆངས་བུག་ནས་ཞུགས་

ལུས་ཀུན་གང་། ཉམས་ཆག་སྒྲིག་ལྟར་མ་ལུས་ཀུན་

བྱང་གྱུར་། ཨོ་བཟླ་སཏྲ་ས་མ་ཡ་མ་རུ་ཤུ་ལ་ཡ།

བཟླ་སཏྲ་ཏེ་ལོ་པ་ཏིལ་འི་ལྷོ་མེ་བྱ་ཕ། སུ་ཏེ་ཏྲུ་མེ་བྱ་ཕ།

སུ་པེ་ཏྲུ་མེ་བྱ་ཕ། ཨ་རུ་ར་ཏྲུ་མེ་བྱ་ཕ། སཏྲ་སི་ཏྲུ་མེ་

ཤུ་ཡ་རྩྱུ་། སཏྲ་ཀམ་སུ་ཅ་མེ། ཅི་ཏྲུ་ཤེ་ཡི་ཀུ་རུ་རྩྱུ་།

ཏྲ་ཏྲ་ཏྲ་ཏྲ་ཏྲེ། བྱ་ག་ཕྱུན། སཏྲ་ཏ་བྱ་ག་ཏ་བཟླ་ཕྱུ་མེ་

སུ་རྩྱུ་བཟླ་བྱ་ཕ་མ་རུ་ས་མ་ཡ་སཏྲ་ཨྱུ། ཞེས་ཅི་རུས་སུ་

བཟླས་པས། བདུད་རྩི་རྒྱན་གྱིས་ལུས་ཀྱི་ནང་ཀུན་དཀར་ལྷོ་མ་གྱིས་གང་།

སྒྲིག་སྒྲིབ་ཉམས་ཆག་ཐམས་ཅད་དག །ལུས་སེམས་བག་མེད་ཀྱི་བདེ་བས་

ཁྱབ་པར་བསམ་པ་སྤྱི་ལཱ་སྤྱི་བ་སྤྱོད་དང་།

མཐར་མོས་གདུང་བླ་པོས།

མགོན་པོ་བདག་ནི་མི་ཤེས་སྤྱོད་ས་པ་ཡིས། །དམ་ཚིག་  
ལས་ནི་འགལ་ཞིང་ཉམས། །སྒྲ་མ་མགོན་པོས་སྐྱབས་  
མཛོད་ཅིག །གཙོ་བོ་རྩེ་རྩེ་འཛིན་པ་གྲེ། །བྱུགས་རྩེ་ཆེན་  
པོའི་བདག་ཉིད་ཅན། །འགྲོ་བའི་གཙོ་ལ་བདག་སྐྱབས་  
མཆོ། །སྐྱུ་གསུང་བྱུགས་རྩ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་དམ་  
ཚིག་ཉམས་ཆག་ཐམས་ཅད་མཐོལ་ལོ་བཤགས་སོ། །  
སྤྱི་ག་སྤྱི་བ་ཉེས་ལྟུང་བྱི་མའི་ཚོགས་ཐམས་ཅད་བྱུང་ཞིང་  
དག་པར་མཛོད་དུ་གསོལ། །ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། །རྩོ་  
རྩེ་སེམས་དཔའ་དབྱེས་བཞིན་འཇུག་པ་དང་བཅས་  
པས་རིགས་ཀྱི་བྱུ་བྱོད་ཀྱི་སྤྱི་ག་སྤྱི་བ་ཉེས་ལྟུང་ཐམས་  
ཅད་དག་པ་ཡིན་ནི་ཞེས་བཀའི་གནང་བ་སྤྱུལ་བར་མོས་ལ།

སྒྲིག་སྒྲིབ་ཀུན་དག་ཤེལ་གོང་ལྟ་བུར་གྱུར་ཅིང་།      སྒྲུབ་  
ཡང་འོད་དཀར་རྣམ་པར་མེར་གྱིས་ལྷུང་།      བདག་སྒྲུབ་  
དང་འདྲེས་རྩོད་སེམས་སྒྱུ་བུ་གྱུར་ཅིང་།      སྒྲུབ་སྒྲིབ་དག་པ་  
རབ་འབྱམས་རོལ་པར་བལྟ་།      ཨོྃ་བཟླ་སཏྲ་རྩྱེ་།      ཞེས་  
སྒྲིབ་འོད་རྩོད་སེམས་རང་ལ་ཐིམ་པས་རང་ཡང་རྩེ་རྩེ་སེམས་དཔའི་སྒྱུར་གྱུར་བར་  
མོས་ཏེ་སྒྲུབ་གྲགས་རྟོག་གསུམ་ལྟ་སྒྲགས་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རོལ་པར་བལྟ་ཞིང་ཡང་  
སྒྲིབ་བཟླ་བ་ནང་ལྟར་སྒྲིབ་སྒྲུབ་དང་།      མཐར་ཐུག་ལྟ་སྒྲགས་ཀྱི་སྒྲོས་པའང་འོད་  
གསལ་དུ་བསྒྲུས་ཏེ་སྒྲུབ་བྱ་སྒྲུབ་བྱེད་ཀྱི་རྟོག་ཆོགས་གདོད་ནས་རིག་སྒྲུབ་དོན་གྱི་  
རྩེ་རྩེ་སེམས་དཔའི་རང་ཞལ་བལྟ་བཞི་གསང་བ་ལྟར་སྒྲིབ་སྒྲུབ་བླ་ན་མེད་པའོ།      །  
བཞི་པ་མཐུན་རྒྱུན་ཆོགས་བསགས་མཆུལ་འབྱུལ་བཞི།      ཆོགས་ཞིང་སྒྱུབས་  
ཡུལ་ལྟར་གསལ་བཏབ་པའི་སྒྱུན་སྒྲུར་དངོས་སུ་བཤམས་པའི་མཆུལ་དཔེར་  
མཆོན་ནས།      ཕྱི་ལྟར་སྒྲུབ་གསུམ་མི་མཛེད་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་བྱེ་བ་ཐུག་བརྒྱའི་

བཀོད་པ། ཁང་ལྟར་རང་ལུས་ཕུང་ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་དུས་གསུམ་ཡོངས་སྟོང་

དག་ཆོག་ས་དང་བཅས་པ། གསང་བ་ཆོས་དབྱིངས་འོད་གསལ་དེ་མེ་སྟེང་པའི་

ཞིང་ཁམས་ལྷན་གྲུབ་སྐྱོད་ཐེག་ལའི་སྒྲུང་བ་ཆད་མེད་པའི་རང་བཞིན་ཆེད་ཉིད་

བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་པའི་ཚུལ་གྱིས་འབུལ་བའི་འདུན་པ་

དང་བཅས། ཨོྲེ་ཨུཾ་ཧྲུཾ་སྟོང་གསུམ་མི་མཛེད་བཀོད་པ་

མཐའ་ཡས་དཔལ་ཅེས་བདག་ལུས་ཡོངས་སྟོང་བསོད་

ནམས་དག་རྩུབ་བཅས་ཅེས་ཡོངས་སྟོང་གསུམ་བཀོད་པ་

མཛེས་ལྷན་མཆུལ་འདི་ཅེས་ཆོག་ས་གཉིས་སྟོང་གསུམ་ཕྱིར་

དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་འབུལ་ཅེས་ཅི་རུས་སུ་ཕུལ་མཐར་

ཆོག་ས་ཞིང་བདག་གཞན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཐིམ་པས་ཆོག་ས་གཉིས་ཡོངས་

སྟོང་གསུམ་པར་བསམ་མོ། །ལྟ་བུ་ལམ་གྱི་མཐར་ཐུག་གྱིན་རྒྱ་བས་སྒྲུབ་པའི་རྣལ་

འབྱོར་ནི། ཐོག་མར་དབང་རྟེན་གསལ་གདབ་པ་ལ། ཨོྲེ་ཨུཾ་ཧྲུཾ་ རང་



སྒྲིང་ནམ་དག་དོན་གྱི་འོག་མིན་ནིང་།      བདེ་ཆེན་པར་  
འོད་གྱི་གོང་ཁྱེར་དབུས་།      རང་ཉིད་མཆོ་རྒྱལ་མཁའ་  
སྒྱུད་དབང་མེ་ནི།      དམར་གསལ་མཆོན་དཔེས་རབ་  
མཛེས་གྱི་ཐོད་ཅན་།      སྒྲ་ཆོག་ས་དར་དང་རྩ་རྩལ་པས་  
བརྒྱན་།      པད་ཉིའི་བམ་རེའི་གདན་ལ་འདྲོར་སྟབས་  
བཞེངས་།      རིང་པའི་རྩལ་གྱིས་སྟེང་གི་ནམ་མཁའ་  
གཟིགས་།      མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་འཇའ་འོད་འབྲིགས་  
པའི་གློང་།      མ་ཆགས་པར་ཉི་ཟླའི་གདན་སྟེང་དུ།  
སྒྲ་མའི་ངོ་བོ་པར་འབྱུང་གནས་སྒྲུ།      དཀར་དམར་  
མདངས་ལྡན་གཟི་བརྗིད་འོད་ལྱང་འབར་།      གཞོན་རྩལ་  
མཆོན་དཔེ་རབ་ཇོགས་ནི་མ་བྲོ།      པད་ལྷ་གསང་ཐོད་  
ཆོས་གོས་བྲ་བེར་གསོལ་།      ཕྱག་གཡས་དྲེ་དྲེ་གཡོན་



པས་ཐོད་བུམ་བསྐྱམས་མེད།      ཞབས་གཉིས་རོལ་སྐྱབས་

ཁ་ཏྲུ་མཆན་དུ་བཏེན་མེད།      སྒྲིང་སྒྲིང་བེལ་གཞོན་འཁོར་

འདས་ཡོངས་ཀྱི་བདག་མེད།      སྐྱུ་ཡི་རང་བཞིན་སངས་

རྒྱུ་ཞིང་ཀུན་བྱུང་མེད།      ཞིང་ཁམས་རབ་འབྱམས་སྐྱུ་ཡི་

དབྱིངས་སུ་ཐོག་མེད།      སྐྱབས་ཀུན་འདུས་པའི་བདག་

ཉིང་ཆེན་པོར་བཞུགས་མེད།      ཞེས་ཐུགས་ཀྱི་ཞེས་པ་རང་འགགས་སུ་

འགྲོ་བར་གསལ་བཏབ་ནས།      རྩྱུ་མེད་པ་ཡབ་སྐྱིང་དབུས་བཟངས་

མདོག་དཔལ་རིའི་རྩེ་མེད།      བདེ་ཆེན་པར་འོང་གི་གཞུང་ལ་

ཡས་ནས་མེད།      རྩེ་བཅུན་སྒྲུ་མ་ཨོ་རྒྱུན་སྐྱུ་ཡི་པའི་སྐྱུ་མེད།

རིག་འཛིན་དཔལ་བོ་མཁའ་འགྲོའི་ཆོག་སྐྱུ་ཡི་དང་བཅས་མེད།

བརྒྱུད་འཛིན་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཕྱིར་གཤེགས་སུ་

གསོལ་མེད།      ཨོ་ཨྲུ་མེད་པ་ཡོད་པར་ཐོད་ཐོད་རྩེ་མེད་པ་ཡོད་

ས་མ་ཡཱ་ཇ་སིརྟི་པ་ལ་རྩྱཱཿ ཞེས་བྱིན་དབབ་ཅིང་དམ་ཡེ་དབྱེར་

མེད་དུ་བཞུགས་པར་མོས། ཆོགས་བསགས་པའི་སྒྲིབ་དུ། ཨོྱཱཿརྩྱཱཿ

སྐྱབས་གནས་ཀུན་འདུས་ཨོྱཱཿརྩྱཱཿ སྐྱོ་

གསུམ་ཅེ་གཅིག་གུས་པས་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ལུས་

དང་ལོངས་སྤྱོད་ལྟོས་མེད་མཆོད་སྤྱོད་འབུལ། སྤྱི་ག་

ལྟུང་དམ་ཆོག་ཉམས་ཆག་མཐོལ་ཞིང་བཤའ་གསུམ་ལ།

ཟག་བཅས་ཟག་མེད་དགོ་ལ་རྗེས་ཡི་རང་། སྦྱིང་པོ་

དོན་གྱི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱུལ། ཏྲག་པར་ལྷ་

ངན་མི་འདའ་བཞུགས་གསོལ་འདེབས། དགོ་བ་འདི་

དང་དགོ་བའི་རྩ་བ་ཀུན་ལ། འགྲོ་རྣམས་སྤྱོད་མེད་བྱུང་རྒྱུ་

ཐོབ་ཕྱིར་བསྐྱོ། ཞེས་བསགས་སྤྱོད་སྤེལ་གསུམ་གྱི་གནད་བསྐྱུས་པ་

ཡན་ལག་བདུན་པ་བྱ། །དེ་ཡང་རང་རྒྱུད་ལ་བྱིན་སྐྱབས་འཇུག་པ་ནི་མོས་གུས་གྱི་

རྟེན་འབྲེལ་ཁོ་ན་ལ་རག་ལས་པས་ན། རང་གི་ཚུ་བའི་དེ་ཉིད་སྐྱབས་ཀྱིན་འདུས་

པའི་སྤྱི་གཟུགས་ཡོན་ཏན་གྱི་ངོས་ནས་སངས་རྒྱས་དང་མཉམ་ཞིང་། བཀའ་

ངོན་གྱི་ངོས་ནས་སངས་རྒྱས་ལས་ཀྱང་ཆེས་ཆེར་ལྷག་པར་ཐག་ཆོད་པའི་ངོས་

ཤེས་བསྐྱེད། སློབ་ཀྱི་དེ་ལྟོས་ལིང་བསྐྱེད་གྱི་སློབ་སྤྲོད། **ཀྱེ་ཏྲེ།** དུས་

གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། སྤྱི་དཔལ་སྤྲུལ་

ངོན་པོ་ཆེ། མཐོང་བས་མ་རིག་ལྷན་པ་སེལ། ཐོས་

པས་ཐེ་ཆོམ་དྲ་བ་གཅོད། དྲན་པས་དགོངས་རྒྱུད་

རྟོགས་པ་འཕྱོང་། དེག་པས་བྱིན་རྒྱ་བས་དངོས་གྲུབ་

སྤྲེང་། བཀའ་ངོན་བསམ་ན་བརྗོད་ལས་འདས།

ཡོན་ཏན་ནམ་མཁའི་མཐའ་དང་མཉམ། བཟོད་མེད་

གདུང་ཤུགས་དྲག་པོ་ཡིས། གསོལ་བ་འདེབས་སོ་

ཐུགས་རྗེས་དགོངས། བདག་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་དགོ་

ཕྱར་བཅས་ཀྱི་ཆགས་ཞེན་མེད་པར་བྱོང་ལ་འབྱུང་ལ་  
འདི་ནས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་སྐྱབས་དང་སྐྱེལ་  
མ་མགོན་དང་དཔུང་ཅིང་གཏན་གྱི་མགོན་པོ་བྱིང་ལས་  
མེད་ལྟེན་སྦྱང་བྱང་གསུམ་ལིང་གིས་བཀལ་ལྟེན་སྦྱང་  
སྐྱབས་ལེགས་ཉེས་ཐམས་ཅད་དང་མཐོང་མཐོང་གར་  
གཏོང་སྒྲུ་མ་མཐོང་ཅིང་བདག་ཅི་ཆེ་རབས་ཐོག་མེད་  
ནས་མ་རིག་འབྱུང་པའི་དབང་གྱུར་ཏེ་ཁམས་  
གསུམ་འཁོར་བའི་བཙོན་ཁང་དུ་བཟོད་མེད་སྐྱབས་  
བསྐྱེད་གསུམ་གྱིས་གདུང་ཉམ་ཐག་ཐུག་ཏུ་བྱུང་  
མ་བཟོད་སྦྱང་ནས་རྗེ་བཙོན་སྒྲུ་མར་འབོད་བདེ་  
འདོད་སྐྱབས་བསྐྱེད་ལས་ལ་བཙོན་སྦྱང་བའི་ཡུལ་དུ་  
བདུད་གྱིས་བསྐྱེད་ཞེན་པས་གཉིས་འཛིན་འབྱུང་པ་

པར་འཕྱུན་།                      དེ་འདྲའི་ལས་ངན་སྐལ་ངན་ལ་།

སྐྱབས་མགོན་ཁྱེད་ལས་སྐྱབ་པ་སྟེ།                      གསོལ་བ་

འདེབས་སོ་གྲ་མ་རྗེ།                      ཐུགས་རྗེས་བུངས་ཤིག་བཀའ་

དྲིན་ཅན་།                      བྱིན་གྱིས་སློབས་ཤིག་རུས་མཐུ་ཅན་།

རྗེས་སྟེ་བུངས་ཤིག་སྤྱི་དཔལ་མཆོག་།                      སློ་སྦྱ་ཆོས་ལ་

བསྐྱར་དུ་གསོལ་།                      དཔང་བཞི་བསྐྱར་བར་མཛད་དུ་

གསོལ་།                      སྐྱབ་བཞི་དག་པར་མཛད་དུ་གསོལ་།                      སྐྱུ་

བཞི་ཐོབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ་།                      དགོངས་རྒྱུད་བྱིན་

སྐྱབས་བདག་ལ་འཕྲོས་།                      མ་རིག་མུན་པ་དུང་འབྱིན་

ནས་།                      ག་བུང་འཛིན་འབྲུལ་པའི་འཆིང་བ་བྲོལ་།

མཁྱེན་གཟིགས་ཡེ་ཤེས་མངོན་གྱུར་ཅིང་།                      ཆོས་བད་

སློའངས་ཆེན་པོར་སྐྱེལ་།                      ལྷན་གྲུབ་གཞིན་རུ་བུམ་



པའི་སྐྱོེ                      འཇའ་ལྟམ་ཆེན་པོར་དབྱགས་འབྱེན་

མཛོད་ེ                      ཅེས་གསོལ་བ་ཡུར་ཚུགས་སུ་ཡང་ཡང་གདབ་པ་ནི་ཕྱི་གསོལ་

འདེབས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་སྐྱབ་པ་ལོ།                      །དེ་ནས་སྒྲ་མའི་གནས་གསུམ་དུ་ཨོྫཱ་ཨྱེུ་རྩྱུ་

དཀར་དམར་མཐིང་གསུམ་འོད་འབར་བས་མཆོན་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་

ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོ་རྩེ་གསུམ་ཀྱི་བདག་ཉིད་དུ་བཞུགས་པར་མོས་ལ།                      དེ་ལས་

འཇའ་ཟེར་ཐིག་ལེ་སྐྱོ་དང་ཡིག་འབྲུ་ཕྱག་མཆོན་ཀྱི་རྣམ་པ་གྲངས་མེད་ཉི་ཟེར་ཀྱི་

རྩལ་ལྟར་བྱང་བ་རང་ལ་ཐིམ་པས་དབང་བྱེན་དངོས་གྲུབ་མ་ལྟས་པ་ཐོབ་པར་

བསམ་པ་དང་།                      སྐབས་སུ་ཕྱི་སྣོད་རྩ་ཡབ་ཟངས་མདོག་དཔལ་རིའི་ཕོ་བྲང་།

ནང་བཅུད་ཨོྫཱ་རྒྱན་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོའི་ཆོམ་བྲ།                      སྒྲ་གྲགས་ཐམས་ཅད་

སྒྲགས་ཀྱི་རང་སྒྲ།                      སེམས་ཀྱི་འཕྲོ་འདུ་རང་གྲོལ་འོད་གསལ་དུ་ཤེས་པའི་ངང་

ནས།                      ཨོྫཱ་ཨྱེུ་རྩྱུ་བཟླ་གྲུ་རུ་པརྩ་སིརྩྱུ་རྩྱེུ                      ཞེས་གསང་

སྒྲགས་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་འབྲུ་བཅུ་གཉིས་པ་ཉིད་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བསྒྲེན།                      མཐར་དབང་བཞི་



ལྷང་བ་སོ་སོའི་དམིགས་གནད་དང་སྒྱུར་ཏེ།

ལྷ་མའི་སྤྱི་བོའི་ཨོྲ

ལས་འོད་ཟེར་དཀར་པོ་སྐར་མདའ་ཆད་པ་ལྟར་བྱུང་།

རང་གི་སྤྱི་བོར་ཐིམ་པས་ལུས་རྩའི་སྒྲིབ་པ་སྤངས། སྤྱི་

བུམ་པའི་དབང་ཐོབ། ལུས་རྩའི་སྐར་པར་བྱིན་

བྱིས་བརྒྱབས། སྤྱི་སྤྱིའི་གོ་འཕང་གི་སྤྱི་བ་བརྒྱད་ལ་

བཞག །མགྲིན་པའི་ཨོྲ་ལས་འོད་ཟེར་དཀར་པོ་སྐར་

ཞགས་འབྱུག་པ་ལྟར་བྱུང་། རང་གི་མགྲིན་པར་ཐིམ་

པས་དག་སྤྱི་བོའི་སྒྲིབ་པ་སྤངས། གསུང་གསང་བའི་

དབང་ཐོབ། དག་རྩའི་གསུང་གི་རོལ་པར་བྱིན་བྱིས་

བརྒྱབས། རོངས་སྤྱིའི་གོ་འཕང་གི་སྤྱི་བ་བརྒྱད་ལ་

བཞག །ཐུགས་ཀའི་ཨོྲ་ལས་འོད་ཟེར་མཐིང་ནག་སྤྱི་

ལྷང་འཐིབ་པ་ལྟར་བྱུང་། རང་གི་སྤྱི་བོར་ཐིམ་པས་

ཡིད་ཐེག་ལེའི་སྒྲིབ་པ་སྦྱངས། ཐུགས་ཤེས་རབ་ཡེ་  
ཤེས་ཀྱི་དབང་ཐོབ། ཡིད་རྗེ་ཐུགས་ཀྱི་རྩལ་པར་བྱིན་  
གྱིས་བརྒྱབས། ཆོས་སྐྱའི་གོ་འཕང་གི་སྐལ་བ་རྒྱུད་ལ་  
བཞག། །སྒྲུང་ཡང་སྒྲ་མའི་ཐུགས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་  
ངོ་བོ་ཐེག་ལེའ་དོག་ལྷ་དང་ལྷན་པ་ཞིག་བྱུང་། རང་གི་  
སྒྲིང་གར་ཐིམ་པས་སྒྲིབ་གཉིས་བག་ཆགས་ཐམས་ཅད་  
སངས་ཀྱིས་དག། །ཆོག་དབང་རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ། རྒྱལ་  
བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་ཐོན་ལས་མི་བཟད་པ་རྒྱན་  
གྱི་འཁོར་ལོ་ཡོངས་སུ་རྗེ་གསུམ་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས།  
ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱའི་གོ་འཕང་གི་སྐལ་བ་རྒྱུད་ལ་བཞག་གོ། །  
ཞེས་དབང་བཞི་སྒྲུངས་ཏེ། འདི་ནི་ནང་བསྟེན་པའི་རྩྱལ་གྱི་སྒྲིབ་པ་དབང་སྒྲུང་བ་  
དང་བཅས་པའོ། །སྒྲུང་ཡང་མོས་གུས་ཀྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་ལ། བྱུང་བ་དག་

སྐྱབ་ཞིའི་དབང་ཕྱུག་ །མཁུན་བཙེ་བྱགས་རྗེའི་གཏེར་  
ཆེན། །ཁྲ་པས་ཡིད་གྱི་གདུང་སེལ། །མཉམ་མེད་  
རིན་ཅན་གུ་རུ། །སྒྲིང་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །  
སྐད་ཅིག་འབྲལ་བ་མེད་པར། །རྗེས་བབྱང་བྱིན་གྱིས་  
བསྐྱབས་ནས། །ཉིད་དང་དབྱེར་མེད་མཛོད་ཅིག་ །ཅེས་  
གསོལ་བ་བཏབ་པས། **སྒྲ་མ་**བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ངོ་བོར་ཞུ་བ་  
འོད་ལྔའི་གོང་བུ་ཆོན་གང་བཞིག་ཏུ་གྱུར་ཏེ་རང་གི་སྒྲིང་  
དབྱས་སུ་བྲིམ་པས་སྒྲ་མའི་བྱགས་དང་རང་སེམས་  
དབྱེར་མེད་དུ་གྱུར་པར་བསམ་ཞིང་། །སྒྲོ་འདས་འོད་གསལ་རིག་སྟོང་  
གཉུག་མའི་གཤེས་ལུགས་སྒྲ་མ་ཆོས་སྐྱའི་རང་ཞལ་བཟླ་བའི་ངང་དུ་ཅི་གནས་  
སུ་མཉམ་པར་བཞག་སྟེ། །འདི་ནི་གསང་བ་ལས་སྦྱོར་གྱི་ཚུལ་དུ་སྦྱོས་མེད་དོན་  
གྱི་སྒྲ་མ་སྐྱབ་པའོ། །རྗེས་བྱན་ལས་ལྔ་བར་བཙུམ་པ་ན་སྒྲར་ཡང་སྒྲིང་གྲགས་

རྟོག་གསུམ་སྒྲ་མའི་གསང་བ་གསུམ་དུ་ལམ་གྱིས་སང་པར་བལྟས་ལ།

དཔལ་ལྡན་རྩ་བའི་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །བདག་གི་སྤྱི་བོར་  
པརྩའི་གདན་བཞུགས་ལ། །བཀའ་ངོན་ཆེན་པོའི་སྒྲོ་  
ནས་རྗེས་བབྱང་སྟེ། །སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་གྱི་དངོས་གྲུབ་  
སྤུལ་དུ་གསོལ། །དཔལ་ལྡན་སྒྲ་མའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་  
ལ། །སྐྱེ་ཅིག་ཙམ་ཡང་ལོག་ལྟ་མི་སྐྱེ་ཞིང་། །ཅི་  
མཛད་ལེགས་པར་མཐོང་བའི་མོས་གུས་གྱིས། །སྒྲ་  
མའི་བྱིན་རྒྱ་བས་སེམས་ལ་འཇུག་པར་ཞོག། །འདིས་  
མཆོན་དུས་གསུམ་བསགས་པའི་དགོ་བ་རྣམས། །  
རང་དོན་ཞི་བདེའི་ངོ་མས་མ་གོས་པར། །མཐའ་ཡས་  
སེམས་ཅན་ཆོགས་རྣམས་མ་ལྟས་པ། །སྒྲ་མེད་བྱང་  
ཆུབ་ཐོབ་པའི་རྒྱ་རུ་བསྟོ། །ཆོ་རབས་ཀུན་དུ་རིགས་

བདག་སྒྲུ་མའི་ཞབས། །བདེ་ཆེན་འཁོར་ལོའི་རྒྱན་དུ་མི་  
འབྲལ་བར། །མེས་གུས་ལམ་གྱིས་བྱགས་ཡིད་  
གཅིག་ཏུ་འདྲེས། །དོན་གཉིས་ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་པའི་  
བཀའ་ཤིས་སྟོལ། །ཅེས་བསྟོ་སྟོན་དང་ཤིས་པ་བརྗོད་པས་མཆོམས་སྦྱར་  
ཏེ་སྦྱོང་ལམ་ལ་འཇུག། །ཐུན་མཆོམས་རྣམས་སུ་འང་བཟའ་བཏུང་གི་ཡུད་བདུད་  
ཕྱིའི་རང་བཞིན་དང་། །གོས་ལྷ་ཁྲས་གྱིན་བཟའ་བསམ་ལ་སྦྱི་བོའི་སྒྲུ་མ་ལ་  
འབྲལ། ། ཆོགས་དྲུག་གི་སྒྲུང་བ་གང་ཤར་ཐམས་ཀྱི་ཏྲོག་པའི་རྗེས་སུ་མི་འབྲང་  
བར་ལྷ་སྒྲགས་ཡེ་ཤེས་གྱི་རིག་མཛདས་བསྐྱུང་། ། རུབ་མོ་ཉལ་བའི་ཆེ་འོད་  
གསལ་ཟིན་པའི་གསོལ་བ་བཏབ་རྗེས་སྦྱི་བོའི་སྒྲུ་མ་ཆངས་བྱག་ནས་བརྒྱུད་རང་  
གི་སྦྱིང་པར་འདབ་བཞིའི་རྣམ་པར་གནས་པའི་ནང་དུ་བྱོན། ། དེའི་འོད་གྱིས་ལུས་  
ཀུན་གང་བ་ལ་སེམས་གཏད་དེ་འོད་གསལ་རིག་སྟོང་རྗེན་པ་ཐིམ་ལམ་སྦྱག་པའི་  
རང་དུ་རྣམ་ཏྲོག་གཞན་གྱིས་བར་མ་ཆོད་པར་གཉིད་ལོག། །གལ་ཏེ་སངས་འཕྲོ་



གོད་རྒྱ་འབྲུམ་ས་སོགས་བསམ་གཞིག་གི་འཕྲོ་བཅད་དེ་འོད་གསལ་གྱི་ངང་  
མདངས་བསྐྱེད་ས་པས་གཉིད་གྱི་འོད་གསལ་དང་མི་ལམ་ཟེན་པར་འགྱུར་ལ།  
སྤར་ཡང་ཐོ་རངས་ལྡང་བའི་ཆོ་སྤྲུལ་དབྱུ་མའི་ལམ་བརྒྱད་སྟེ་བོའི་མདུན་མཁར་  
དགེས་བཞིན་དུ་བཞུགས་པར་བསམ་པ་སོགས་སྤར་བསྐྱེད་པ་བཞིན་ཉམས་སུ་  
སྒང་།      གཞན་ཡང་འཆི་བའི་དུས་ལ་བབས་ཆོ་འོད་གསལ་དབྱིངས་རིག་  
བསྐྱེད་ཏེ་མཉམ་པར་འཛིག་པ་ནི་འཕོ་བའི་མཆོག་ཡིན་ཅིང་།      དེར་མ་ཐེབས་  
ཀྱང་བར་དོར་བྱེད་སོ་གསུམ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་རྗེས་སུ་དྲན་པས་གྲོལ་བར་འགྱུར་བ་  
སྟེ།      རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་དད་མེས་དང་དམ་ཆོག་ཤིན་ཏུ་དག་པའི་སྒྲོ་ནས་ཆོགས་  
གཉིས་བྱང་འབྲེལ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་གོང་ནས་གོང་དུ་སྒྲེལ་བ་ལ་བརྩོན་པར་བྱའོ།      །  
དེ་ལྟར་གོང་གི་སྒྲོ་ལྟེན་རྣམ་བཞིས་མཆོན་བསགས་སྦྱོང་གི་རིམ་པ་རྣམས་སོ་སོ་  
ལ་ཉམས་གྱི་སྦྱོང་བ་ཐོན་ཐོན་གྱི་བར་དུ་འབད་ཅིང་།      བྱད་པར་སྤྲུལ་མའི་རྣམ་འབྱོར་  
ནི་རྩི་ཐེག་པའི་ལམ་གྱི་ཟབ་གནད་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའོ་ནར་ངེས་པའི་ཕྱིར་འདི་



ཉིད་དངོས་གཞིའི་ཉམས་ལེན་གྱི་སྒོ་ག་ཏུ་བབུང་སྟེ་བཙོན་པ་དག་པོས་ཉམས་སུ་  
བྲངས་པ་ལས།   བསྐྱེད་ཚྲོགས་གཞན་གྱི་ཉམས་ལེན་ལ་སྟོས་མི་དགོས་པར་རྩ་  
ཡབ་པརྩ་འོད་གྱེན་དུ་དབུགས་དབུང་སྟེ་རིག་འཛིན་བཞིའི་བསྐྱོད་པ་མིག་  
འཕུལ་ལྟ་བུས་ཀུན་བཟང་ཡེ་ཤེས་བླ་མའི་ས་ལ་རེག་པར་འགྱུར་བ་ནི་ངེས་  
པའོ།   ཁ་དམིགས་སྤྱིད་པའི་མེ་འོབས་ཚ་ག་དུང་ལས།   རྣམ་པར་ཐར་འདོད་སྟོ་  
ལྡན་འགའ་མཆིས་ན།   ལམ་མཆོག་སྟོན་པའི་དབང་པོ་འདི་བསྟེན་དང་།   བྱང་  
ཆུབ་གྲིབ་བསིལ་སྦྱུལ་པོས་འཆོ་བར་འགྱུར།   ལེགས་བྱས་མཐུལ་ས་མཁའ་  
བྱབ་སྟེ་འགྲོ་ཀུན།   ཟབ་ཆོས་འདི་ཡི་གདུལ་བྱ་ཉིད་གྱུར་ནས།   པརྩ་འོད་ཞིང་  
མཛེས་པའི་གྲོང་བྱེར་དེར།   ཁྱིམ་མི་སྟོག་པར་དགའ་བས་སྦྱར་འཇུག་ཤོག།   །  
ཅེས་གཏེར་གསར་བཟང་གསང་མཁའ་འགྲོའི་སྟོང་ཐིག་གི་བླ་ཚྲོགས་བྱུགས་་  
གསུམ་སྟེའི་ཆོས་སྟེ་སྟོན་འགྲོའི་ངག་འདོན་བྱང་འཇུག་ལམ་གྱི་ཤིང་རྟ་ཞེས་བྱ་བ་  
འདི་ནི།   སྤར་བཀོད་པའི་བྲིགས་བསྐྲེབས་དེ་ཉིད་ཅུང་མི་གསལ་བར་བཏེན་སྤར་

ཡང་འདོན་སྒོམ་བདེ་བའི་ངག་བྲིགས་འདི་ལྟར་བསྒྲིབ་འདུན་པའི་ཐོག་། ༡༩  
ཆར་གོང་ཡུལ་ལེན་རི་གསང་སྒྲགས་ཆོས་རྫོང་ནས་སྤྱལ་པའི་སྤྱ་འཛིགས་མེད་  
ཆོས་དབྱིངས་ནོར་བུ་དོན་ཐམས་ཅད་གྲུབ་པའི་སྤྲེས་ལམ་འདིར་འཇུག་པ་དང་  
པོའི་ལས་ཅན་རྣམས་ལ་སྤྲན་པ་ཆེན་པོའི་སྒོར་འགྱུར་བར་ངེས་པས་ཅིས་ཀྱང་  
གྲུབ་པར་གྱིས་ཞིག་ཅིས་ཡི་གའི་ལམ་ནས་དང་བའི་གསུང་གིས་རྗེས་སུ་བསྤྱལ་  
བར་མཛད་པ་ལ་བརྟེན་ནས། རིག་འཛིན་གྱི་སྤྱ་གྲུ་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྗེ་རྗེས་  
རང་ལོ་སྤུམ་ཅུ་ཅུ་བཞིར་སོན་པ་དབང་ཕྱུག་གི་ལོ་བྱམས་སྟོད་ཉ་བའི་ཤེར་ཕྱོགས་  
ཀྱི་ཆོས་བཅུ་ཉེ་བའི་འདུ་བ་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་དུས་བབ་དེ་ལ། སྟོབ་དཔོན་ཆེན་  
པོས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་སྤྱབ་གནས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སྤྟག་ཆང་སེང་གོ་བསམ་  
འགྲུབ་ཀྱི་གེུ་ཆང་དུ་ལེགས་པར་སྦྱར་བ་སྟེ། འདིས་ཀྱང་ཟབ་ལམ་གྱི་ཕྱིན་  
ལས་ཕྱོགས་མཐར་ཐུབ་ཅིང་རྟག་པ་དང་འབྲེལ་ཆད་མཆོ་སྤྱིས་སྒྲ་མའི་ནབས་  
དུང་དུ་སྤྱེ་བའི་སྤྱལ་པ་བབ་དཔོན་དུ་གྱུར་ཅིག སུ་མཛྲ་ལྟོ།། །།

བདུད་འཛོམས་གཏེར་གསར་སྡོན་འགྲོའི་ངག་འདོན་བསྐྱུས་པ་འདིའི་གོ་དོན་ས་

བཅད་ལ། དང་པོ་སྐྱུར་བ་སློང་གྲོ་ཆུ་མ་བཞིའི་ངག་འདོན་ནི། ར་མེེེ།

བསྐྱུ་མེད་གཏེར་གྱི་མ་གོན་པོ་སློ་མ་མ་ཁྱེན་ེ། དལ་

འགྲོར་འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་རྒྱེད་པར་དགའ་ེ། སྐྱེས་ཆད་མི་

ཏྲ་ག་འཆི་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་ེ། དགོ་སྒྲིག་ལས་ཀྱི་རྒྱ་

འབྲས་བསྐྱུ་བ་མེད་ེ། ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་སྐྱུ་ག་

བསྐྱུ་ལ་རྒྱ་མ་ཆོའི་ངང་ེ། དྲན་ནས་བདག་སློ་ཆོས་ལ་

འགྱུར་བར་ཤོག་ེ། ཅེས་ལན་གང་མང་བརྗོད་ལ་སློ་སྐྱུར་། གཉིས་པ་

སྡོན་འགྲོ་དངོས་ལ། དང་པོ་སྐྱུ་བས་སུ་འགྲོ་བ་ནི། མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་སྐྱུ་བས་

ཡུལ་མ་ཆོག་གསུམ་ཀུན་འདུས་ཀྱི་ངོ་བོ་རྩ་བའི་སློ་མ་ཉིད་གྱུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་ནམ་

པར་མ་དོན་སུམ་དུ་བཞུགས་པར་མོས་ལ། འདི་བཟུང་བྱང་རྒྱུ་སྒྲིང་

པོ་མ་ཐོབ་བར་།                      སྒྲ་མ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་

སྐྱབས་སུ་མཆི་།      ཞེས་ཕྱག་དང་སྐྱགས་ཏེ་ཅི་ལུས་སུ་བཞོང་།      གཉིས་

པ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི།      སྐྱབས་ཡུལ་དཔང་པོར་གསོལ་ཏེ།

དནས་བབྱང་སྟེ་འཁོར་བ་མ་སྟོང་བར་།                      མ་གྱུར་

སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ཕན་བདེ་བསྐྱབ་།                      ཅེས་བྱང་ཆུབ་གྱི་

སེམས་ལ་སྒྲོ་སྦྱང་།      གསུམ་པ་ཆོགས་བསགས་མཁྲལ་འབུལ་བ་ནི།      མཁྲལ་

ཆོམ་བྱ་དངོས་སུ་བཤམས་པ་དཔེར་མཆོན་ནས་།      ཆེ་རབས་ཀུན་གྱི་

ལུས་དང་ལོངས་སྟོང་དཔལ་།      ཆོགས་གཉིས་ཚྲོགས་

ཕྱིར་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་འབུལ་།      ཞེས་མཁྲལ་གང་མང་

འབུལ་།      བཞི་པ་སྒྲིབ་སྟོང་རྩོམ་སེམས་སྒྲོམ་བཞུག་ནི།      རང་ཉིད་ཐ་

མལ་དུ་གནས་པའི་ངང་ནས་།                      སྟོབྱ་བོར་སྒྲ་མ་རྩོམ་

སེམས་དབྱེར་མེད་པའི་།                      སྐུ་ལས་བདུད་ཅིའི་རྒྱན་

[illegible]



གསུམ་སངས་རྒྱལ་མ་ལུས་འདུས་པའི་སྐུ་ ཅུ་བའི་

སྒྲ་མ་མཆོག་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་ཅིང་ འདི་ཕྱི་བར་དོ་

གསུམ་དུ་བྱུགས་རྗེས་བྱངས་ཅིང་ དུས་གསུམ་རྒྱུན་ཆད་

མེད་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས་ཅིང་ ཨོ་ཨྲཱུ་ཧྲཱི་བཛྲ་གུ་རུ་པཎྲ་

སིཾཾཾཾ་ སྐུ་གསུང་བྱུགས་གྱི་དབང་བྱིན་ཡོངས་

སྒྲོགས་ཐོབ་ཅིང་ བཛྲ་གུ་རུ་ཀཱ་ཡ་ལྷ་ཀའི་ཏྲ་སིཾཾཾཾ་ སྒྲ་

མ་འོད་ལྷ་རང་ཐིམ་དབྱེར་མེད་ངང་ རིག་སྒྲོང་དོན་གྱི་

སྒྲ་མའི་རང་ཞལ་བལྟ་ རྒྱལ་པ་འཕོ་བཞི། མགོན་པོ་འོད་

དཔག་མེད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་ཅིང་ ཟབ་ལམ་འཕོ་བ་

འགྲོངས་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས་ཅིང་ ཞེས་ལན་གང་མང་བརྗོད་ལ་

འཕོ་བའི་འདུན་པ་བྱ། བདུན་པ་ལུས་སྦྱིན་དག་བསྒྲུ་ནི། དཀྱི་ལུས་དང་

ལོངས་སྒྲོང་དག་ཅུར་བཅས་ མ་གྱུར་འགྲོ་ལ་ཕངས་



པ་མེད་པར་བཏང་མེད་ འགྲོ་དོན་རྒྱ་བས་ཆེན་གོགས་མེད་

འགྲུབ་པར་འོག་མེད་ ཅེས་སོགས་སྒྲོན་ལམ་ནན་ཏན་དུ་གདབ་གོ། །

ཞེས་གཏེར་གསར་སྒྲོན་འགྲོའི་ངག་འདོན་རྒྱས་པ་མི་ཤེས་ཤིང་མི་སྣོགས་པའི་

རིགས་ལ་ཕན་ཕྱིར་སྒྲོན་འགྲོའི་ངག་འདོན་བསྐྱས་པ་འདིའི་གནད་དོན་གོ་བདེའི་

གསལ་འདེབས་ས་བཅད་ཙམ་དུ་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྩེ་སོ། ། །

༄༅། །གང་སྒོ་མ་བཞུགས་སོ། །ཁྱེ་གར་སྐད་དུ། རྩི་རྩྭ་ན་གུ་  
ཏ་བྱ་བ་རྩ་མ་སྒྱུ་སྟེ། བོད་སྐད་དུ། དཔལ་ཡེ་ཤེས་ཡོན་  
ཏན་བཟང་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་བསྟོད་པ། བཙུམ་ལྡན་འདས་  
འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །གང་གི་སྒོ་  
གྲོས་སྒྲིབ་གཉིས་སྒྲིན་བྲལ་ཉི་ལྟར་རྣམ་དག་རབ་  
གསལ་བས། ཇི་སྟེད་དོན་ཀུན་ཇི་བཞིན་གཟིགས་སྤྱིར་  
ཉིད་ཀྱི་ཕྱགས་ཀར་སྒྲེགས་བམ་འཛིན། །གང་དག་སྤྱིད་  
པའི་བཙོན་རར་མ་རིག་སྟུན་འབྱམས་སྟུག་བསྐྱལ་གྱིས་  
གཟིར་བའི། །འགྲོ་ཆོགས་ཀུན་ལ་བྱ་གཅིག་ལྟར་བཙུ་  
ཡན་ལག་དྲུག་ཅུའི་དབྱངས་ལྡན་གསུང་། །འབྱུག་  
ལྟར་ཆེར་སྒྲོག་ཉོན་མོངས་གཉིད་སྒྲོང་ལས་ཀྱི་ཕྱགས་  
སྒྲོག་འགྲོལ་མཛད་ཅིང་། །མ་རིག་སྟུན་སེལ་སྟུག་

བསྐྱལ་སྒྱུ་གྱུ་ཇི་སྟེད་གཙོད་མཛད་རལ་གྱི་བསྐྱམས། །  
གདོད་ནས་དག་ཅིང་ས་བརྩའི་མཐར་མོན་ཡོན་ཏན་  
ལུས་ཇོགས་རྒྱལ་སྤྲས་བྱ་བོའི་སྒྱ། །བརྩ་ཕྱག་བརྩ་དང་  
བརྩ་གཉིས་རྒྱན་སྤྲས་བདག་སྟོའི་ལྷན་སེལ་འཇམ་པའི་  
དབྱངས་ལ་རབ་ཏུ་འདུད། །གང་གི་ལྷག་པའི་བསམ་པ་རྣམ་པར་  
དག་པས་གཅིག་དང་། བདུན་དང་། ཉི་ལྷ་གཅིག་དང་། བརྒྱ་དང་། སྟོང་ལ་  
སོགས་པ་དག་ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་སྒྲོགས་པ་དེ་ནི། གོ་རིམ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་སྒྲིབ་  
པ་འདག་པ་དང་། ཐོས་པ་འཛིན་པ་དང་། སྟོབས་པ་དང་། མི་བརྗེད་པའི་  
གཟུངས་དང་། ཕྱིར་ཁོ་ལ་བ་ཐམས་ཅད་འཛོམས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་དབང་པོ་  
དང་། སྟོབས་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་  
རོ། །གང་ཞིག་ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་ལན་གསུམ་དུ་བསྟོད་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་ཇི་སྟེད་  
ལག་པའི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་དང་ལྡན་པ་ཤེས་རབ་དང་སྟོང་རྗེའི་ལམ་དང་ས་

ནམས་རིམ་གྱིས་བགོད་དེ།   གོང་ནས་གོང་དུ་ཆེས་ཆེར་འཕེལ་ནས་སྐྱར་དུ་ནམ་  
པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོང་ཁྱེར་དུ་ཕྱིན་ནས་འགོ་བ་མ་ལུས་པ་འཁོར་བ་ལས་  
སྒྲོལ་བའི་དེད་དཔོན་ཆེན་པོར་འགྱུར་རོ།       །དཔལ་ཡེ་ཤེས་ཡོན་ཏན་བཟང་པོ་  
ཞེས་བྱ་བའི་བསྟོད་པ་སྟོབ་དཔོན་རྗེ་མཆོན་ཆས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ།།

༥ འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གྱི་མཚན་ཡང་དག་པར་བརྗོད་པ་བསྐྱབས་བཅས་

བཞུགས་སོ། ། སྤྱི་མ་སངས་རྒྱས་ཆོས་ཆོགས་ལ། བྱང་  
ཆུབ་བར་དུ་སྐྱབས་སུ་མཆི། །གཞན་དོན་རྩོགས་བྱང་  
འཕྲོག་བྱའི་ཕྱིར། །ཟབ་མེད་རྒྱུད་སྡེ་བསྐྱབས་པར་  
བགྱི། །ལན་གསུམ་གྱིས་སྐྱབས་སེམས་བྱ། རང་མདུན་ནམ་  
མཁའ་ཡིད་འཕྲོག་པའི། །མཆོད་སྤྱོན་རྒྱ་མཆོ་  
འབྲིགས་པའི་དབུས། །པད་ལྗེའི་གདན་ལ་སྐྱད་ཅིག་  
གིས། །རྩི་བཙུན་འཕགས་པ་འཇམ་པའི་དབྱངས། །  
སྐྱུ་མདོག་གསལ་གྱི་ལྷན་པོ་ནི། །མཚམས་སྤྱོན་གསལ་  
པས་འབྱུང་བཞིན་མཛེས། །ཞི་འཇུག་བརྒྱུད་གཉིས་  
ལང་ཆོད་དཔལ། །ངོ་མཚར་མཚན་དཔེའི་ཡུང་པོ་  
འབར། །ཞལ་གཅིག་ཕྱག་བཞིའི་དང་པོ་གཉིས། །

ཤེས་རབ་རལ་གྱི་སྒྲེགས་བམ་དང། འོག་མས་

ཐབས་ཤེས་མདའ་གཞུ་བསྐྱམས། ཁྲི་བའི་རྒྱབ་ཡོལ་

ལ་བརྟེན་ནས། ཞབས་གཉིས་རྩོམ་གྱི་ལྷ་ཀྱང་

བཞུགས། ལྷ་ཆོགས་དར་གྱི་ཤམ་ཐབས་དང། འིན་

ཆེན་རྒྱན་གྱི་རྣམ་པར་བརྒྱན། ཟུར་ཕུད་ཡུལ་ལར་

གནས་པའི། མི་བསྐྱོད་རིགས་ཀྱི་བདག་པོར་

བཅས། མཁའ་ལམ་དབང་པོའི་གཞུ་ཉྱུ། ལྷ་

སྐྱོད་ཟུང་འཇུག་ཡེ་ཤེས་སྐྱ། མའོན་སྐྱམ་བཞིན་དུ་

གསལ་བར་གྱུར། **ཨོམ་**སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་

དང། ཉན་ཐོས་རང་རྒྱལ་ཆངས་དབང་སོགས། །

སྤྲིད་ཞིའི་ཉམས་འགྱུར་རི་སྒྲིལ་གྱུར། འཇམ་པའི་

དཔལ་ལས་གཞན་མིན་ཕྱིར། མཐའ་ཡས་ཤེས་བྱའི་



རྒྱུ་རྩིས་ལོང་བའི།            །མཚན་དང་སྐྱ་ཡི་བགོད་པ་དང།  
 ཡོན་ཏན་མཁའ་དང་སྟོམས་འཇུག་པར།            མི་ཕྱེད་  
 མཆོག་ཏུ་གྲུས་པའི་སྒོས།    །ངག་གི་ཞོར་བུ་ཏུ་སྦྱར།    །  
 ཡེ་ཤེས་ལྷུས་ཅན་འཇམ་དཔལ་གྱི།        །རྫོང་རྫོང་མཚན་  
 དོན་ཡང་དག་པར།    །བརྗོད་པའི་གདངས་སུ་འཕྲོས་པ་  
 ཡིས།    །མཁའ་བཙུན་ཀུན་པའི་རྒྱུད་བསྐྱེད་བས།    །  
 ཐུགས་རྫོང་འོད་ཟེར་དཔག་ཡས་པ།    །ས་གསུམ་བྱུང་  
 པར་རབ་ཏུ་འཕྲོས།    །བདག་དང་ཡིད་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 གྱིས།    །ཐོག་མེད་ནས་བསགས་སྒྲིག་ལྷུང་དང།    །  
 སྒྲིབ་གཉིས་མུན་པ་ཀུན་བསལ་ནས།        །རྫོང་རྫོང་སྒྲིབ་  
 ཤེས་བྱ་ལ།    །སྒོ་མཆོག་པརྫོང་ཀུན་པར་གྱུར།    །ཅེས་བརྗོད་  
 ཅིང་བསམས་ལ།    །མོས་གྲུས་ཅེ་གཅིག་པས་རྒྱུད་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ལན་གསུམ་

སོགས་ཅི་ལུས་སུ་གདོན། གློན། ཨོྲོ་སང་རྒྱུ་བྱ་ཕ་སོགས་གྱི་སྒྲགས་

ཅི་རིགས་པར་བསྐྱེད་པར་ཡོན་ཀྱང་གདོན་པར་གསུངས། གང་སྟར་ཡང་

མཐར། དངོས་དང་ཡིད་ལས་བྱུང་བ་ཡི། །ཀུན་བཟང་

མཆོད་པའི་སྤྱོན་རྒྱ་མཆོས། །སྤྱིད་པ་མཐར་བྱས་དེ་

སྤྱིད་དུ། །འཇམ་དཔལ་གཞིན་ལུ་མཉེས་གྱུར་ཅིག །

ཨོྲོ་ཨྲུ་ལྷ་མཉུ་གྱི་ཨྲུ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ། །འཕྲ་ཕྱ་རྒྱ་རྒྱ་སྤྱི་བར་གྱིས་

མཆོད། །སྤྱས་བཅས་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་གྱི། །ཡེ་ཤེས་

ཕུང་པོ་གཅིག་བསྐྱས་པ། །སྤྱིད་ནི་ཀུན་གྱི་དཔལ་གྱུར་

པའི། །འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །

མགོན་པོ་བྱིད་གྱི་རྩེ་རྩེ་མཆོན། །ཡང་དག་བརྩོད་པས་

རབ་བསྐྱགས་བདག །དེང་ནས་བྱུང་ཆུབ་སྤྱིད་པའི་

བར། །དབྱེས་བཞིན་རྩེས་སུ་གཟུང་བར་མཛོད། །

གནས་སྐབས་ཚུལ་གནས་ཐོས་བསམ་དང།      སྒོམ་  
པའི་སྒོ་གྲོས་རབ་རྒྱས་ཤིང།      །འཆད་ཚུད་ཚུམ་ལ་  
མཚུངས་མེད་པའི།      །སྒྲ་བའི་ཉི་མར་བྱིན་གྱིས་  
སྒྲོབས། །མཐར་ཐུག་ཤེས་དང་ཤེས་བྱ་ཀུན། །མི་སྤྱེད་  
ཡེ་ཤེས་སྐྱ་ཐོབ་ནས།      །འགྲོ་རྣམས་འཇམ་དཔལ་  
གཞིན་རུ་ཡི། །གོ་འཕང་མཆོག་ལ་འགོད་གྱུར་ཅིག །  
ཅེས་གསེལ་བ་གདབ།      གཞེད་ནས་སྒྲོས་བྲལ་འཇམ་པའི་  
དཔལ། །རྟེན་འབྱུང་སྐྱ་མའི་དང་ཚུལ་གྱིས། །སྒྲ་  
ཆར་ཤར་བའི་ཡེ་ཤེས་པ།      །རང་བཞིན་ཆོས་ཀྱི་  
དབྱིངས་སུ་གཤེགས། །འདི་བསྐྱབས་པ་ལས་བྱུང་བ་  
ཡི། །དགོ་བ་བདག་གིས་གང་ཐོབ་པ། །དེས་ནི་སྐྱ་བོ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །བདེ་གཤེགས་ཤེས་རབ་ཐོབ་པར་

ཤོག། །ཅེས་སོགས་བསྒྲུ་སྒྲོན་ཅི་རིགས་པས་མཐའ་བརྒྱན་པར་བྱའོ།། །།

༡༡། །འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གྱི་མཚན་ཡང་དག་པར་བརྗོད་པ་བཞུགས་

སོ།། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ཡུལ་མཉུ་གྱི་རྒྱ་མ་སྟོ་ཏི།  
བོད་སྐད་དུ། །འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གྱི་མཚན་ཡང་  
དག་པར་བརྗོད་པ། །འཇམ་དཔལ་གཞིན་རུ་གྱུར་པ་  
ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །དེ་ནས་དཔལ་ལྡན་རྗེ་རྗེ་  
འཆང་། །གདུལ་དཀར་འདུལ་བ་རྣམས་གྱི་མཚན་ །  
དཔའ་བོ་འཇིག་རྟེན་གསུམ་ལས་རྒྱལ། །རྗེ་རྗེ་དབང་  
ཕྱག་གསང་བའི་རྒྱལ། །པར་དཀར་པོ་རྒྱས་འདྲའི་  
སྤྱན། །པར་རྒྱས་འདྲའི་ཞལ་མངའ་བ། །རང་གི་ལག་  
གིས་རྗེ་རྗེ་མཚན་ །ཡང་དང་ཡང་དུ་གསེར་བྱེད་པ། །  
བྱོ་གཉེར་རིམ་པར་ལྡན་ལ་སོགས། །ལག་ན་རྗེ་རྗེ་  
མཐའ་ཡས་པ། །དཔའ་བོ་གདུལ་དཀར་འདུལ་བ་

པོ། །འཛིགས་སུ་རུང་དང་དཔའ་བྱད་ཅན། །རྫི་རྫི་ཅེ་  
མོ་རབ་འཕྲོ་བ། །རང་གི་ལག་གིས་གསོར་བྱེད་པ། །  
སྒྲིང་རྫི་ཆེ་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་བརྟུང་རྣམས་  
དང་ལྡན་ཅིག་ཏུ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བཅོམ་ལྡན་  
འདས། །རྫོགས་སངས་རྒྱས་ལ་ཕྱག་འཆེལ་ནས། །  
ཐལ་མོ་སྦྱར་བར་བྱས་ནས་ནི། །སྦྱོར་སྦྱར་འདུག་སྟེ་  
འདི་སྐད་གསོལ། །བྱབ་བདག་བདག་ལ་སྦྱོར་པ་  
དང་། །བདག་དོན་བདག་ལ་ཕྱགས་བཅེའི་ཕྱིར། །སྦྱོ་  
འཕུལ་དུ་བ་མངོན་རྫོགས་པའི། །བྱང་ཆུབ་ཅི་ནས་



བདག་ཐོབ་མཛོད།                      ཉོན་མོངས་པས་ནི་སེམས་  
དགྲ་གསལ་ཤིང་།      མི་ཤེས་འདམ་དུ་བྱིང་བ་ཡི།      །  
སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་སྦྲན་པ་དང་།      གླེ་མེད་འབྲས་བུ་  
ཐོབ་བྱའི་ཕྱིར།      རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྡན་  
འདས། འགྲོ་བའི་གླེ་མ་སྟོན་པ་པོ། དམ་ཆོག་ཆེན་  
པོ་དེ་ཉིད་མཁྱེན། དབང་པོ་བསམ་པ་མཁྱེན་མཆོག་  
གིས། བཙུམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་སྐྱུ། གཙུག་  
ཏོར་ཆེན་པོ་ཆོག་གི་བདག      ཡེ་ཤེས་སྐྱུ་སྟེ་རང་བྱུང་  
བ། འཇམ་དཔལ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔལ་ཡི། མིང་  
ནི་ཡང་དག་བཛྲོད་པའི་མཆོག      འོན་ཟབ་འོན་ནི་རྒྱ་ཆེ་  
ཞིང་། འོན་ཆེན་མཚུངས་མེད་རབ་ཞི་བ། ཐོག་མ་  
བར་དང་མཐར་དགོ་བ།      འདས་པའི་སངས་རྒྱས་

རྣམས་གྱིས་གསུངས། །མའོངས་རྣམས་ཀྱང་གསུང་  
འགྱུར་ལ། །ད་ལྟར་བྱུང་བའི་ཚྲོགས་སངས་རྒྱས། །  
ཡང་དང་ཡང་དུ་གསུང་བ་གང་། །རྒྱུད་ཆེན་རྒྱ་འཕྲུལ་  
བླ་བ་ལས། །རྡོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་གསང་སྤྲུགས་  
འཆང་། །དཔག་མེད་རྣམས་གྱིས་དགའ་བཞིན་དུ། །  
སྒྲུར་སྒྲངས་གང་ལགས་བཤའ་དུ་གསོལ། །མགོན་པོ་  
ཚྲོགས་སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི། །གསང་འཛིན་ཅི་ནས་  
བདག་འགྱུར་སྤྱིར། །ངེས་པར་འབྱུང་གི་བར་དུ་ནི། །  
བདག་གི་བསམ་པ་བརྟན་པོས་གཟུང་། །ཉོན་མོངས་  
མ་ལུས་བསལ་བ་དང་། །མི་ཤེས་མ་ལུས་སྤྲང་བའི་  
སྤྱིར། །བསམ་པའི་བྱུང་པར་ངེ་བཞིན་དུ། །སེམས་  
ཅན་རྣམས་ལ་བཤའ་པར་འཆོལ། །གསང་དབང་ལག་

ན་རྩེ་རྩེ་ཡིས།     | དེ་བཞིན་གཤེགས་ལ་དེ་སྐད་དུ།     |  
གསོལ་ནས་ཐལ་མོ་སྒྱུར་བྱས་ཏེ།     | ལྟས་བརྟུང་ནས་ནི་  
སྒྱུན་སྒྱུར་འདུག།     | དེ་ནས་བཙོམ་ལྡན་ལྷ་ཀྱ་ཐུབ།     |  
རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱང་གཉིས་མཆོག།     | ཉིད་ཀྱི་  
ཞལ་ནས་ལྡགས་བཟང་བ།     | འིང་ཞིང་ཡངས་པ་བརྒྱུང་  
མཛད་དེ།     | འཛིག་རྟེན་གསུམ་པོ་སྤྱང་བྱེད་ཅིང་།     |  
བདུད་བཞིའི་དབྱ་རྣམས་འདུལ་བྱེད་པ།     | བེམས་ཅན་  
རྣམས་ཀྱི་ངན་སོང་གསུམ།     | སྦྱོང་བར་བྱེད་པའི་འཇུག་  
བསྟན་ནས།     | ཆངས་པའི་གསུང་ནི་སྟན་པ་ཡིས།     |  
འཛིག་རྟེན་གསུམ་པོ་ཀུན་བཀའ་ནས།     | ལག་ན་རྩེ་རྩེ་  
སྟོབས་པོ་ཆེ།     | གསང་དབང་ལ་ནི་སྤྱར་གསུངས་  
པ།     | སྦྱིང་རྩེ་ཆེ་དང་ལྡན་གྱུར་པས།     | འགྲོ་ལ་ཕན་པའི་

དོན་དུ་བྱོད།    །ཡེ་ཤེས་ལུས་ཅན་འཇམ་དཔལ་གྱི།    །  
མིང་བརྗོད་པ་ནི་དོན་ཆེ་བ།    །དག་པར་བྱེད་ཅིང་སྒྲིག་  
སེལ་བ།    །ང་ལས་ཉན་པར་བརྩོན་པ་ནི།    །ལེགས་སོ་  
དཔལ་ལྡན་རྡོ་རྗེ་འཆང་།    །ལག་ན་རྡོ་རྗེ་བྱོད་ལེགས་  
སོ།    །གསང་བའི་བདག་པོ་དེ་ཕྱིར་ངས།    །བྱོད་ལ་  
ལེགས་པར་བསྟན་པར་བྱ།    །བྱོད་ནི་ཕྱི་གཅིག་ཡིད་  
ཀྱིས་ཉོན།    །བཅོམ་ལྡན་དེ་ནི་ལེགས་ཞེས་གསོལ།    །  
དེ་ནས་བཅོམ་ལྡན་ལྟ་བུ་བྱ།    །གསང་སྟགས་རིགས་  
ཆེན་ཐམས་ཅད་དང་།    །གསང་སྟགས་རིག་སྟགས་  
འཆང་བའི་རིགས།    །རིགས་གསུམ་ལ་ནི་རྣམ་པར་  
གཟིགས།    །འཛིག་རྟེན་འཛིག་རྟེན་འདས་པའི་  
རིགས།    །འཛིག་རྟེན་སྣང་བྱེད་རིགས་ཆེན་དང་།    །

ཕུག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་རིགས་མཆོག་དང་། རིགས་ཆེན་  
གཙུག་ཏྲེ་ཆེན་གཟིགས་ནས། ཆོག་གི་བདག་པོས་  
ཆོགས་སུ་བཅད། །གསང་སྤྲུགས་རྒྱལ་པོ་དུག་ལྡན་  
ཞིང་། །གཉིས་སུ་མེད་པར་འབྱུང་བ་དང་། །མི་སྐྱེའི་  
ཆོས་ཅན་འདི་གསུངས་པ། །ཨ་ཨ། ཨི་ཨི། ཨུ་  
ཨུ། ཨེ་ཨེ། ཨོ་ཨོ། ཨཱ་ཨཱ་། སྒྲི་ཏྲི་ཏྲི་དེ། རྒྱ་ན་  
རྒྱ་ཏྲི་ར་ཏྲི་བློ། བློ་རྒྱ་ཏྲི་རྒྱ་བློ་རྒྱ་མ། ཨོ་བཛྲ་ཏྲི་ལྷ།  
དུལ་ཁྱེ་ད། བཛྲ་ཏྲི་རྒྱ་ཏྲི་ཡེ། རྒྱ་ན་ཀུ་ཡ་ལྷ་གྲི་ཤ།  
ར། ཨ་ར་པ་ཅ་རྒྱ་ཡ་ཏྲི་ན་མེལ་། འདི་ལྟར་སངས་རྒྱས་  
བཅོམ་ལྡན་འདས། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཨ་ལས་  
བྱུང་། །ཨ་ནི་ཡིག་འབྲུ་ཀུན་གྱི་མཆོག་ རྟོན་ཆེན་ཡི་  
གོ་དམ་པ་ཡིན། །ཁོང་ནས་འབྱུང་བ་སྐྱེ་བ་མེད། །

ཆེག་ཏུ་བརྗོད་པ་སྤངས་པ་སྟེ། །བརྗོད་པ་ཀུན་གྱི་རྒྱ་ཡི་  
མཆོག། ཆེག་ཀུན་རབ་ཏུ་གསལ་བར་བྱེད། །མཆོད་  
པ་ཆེན་པོ་འདོད་ཆགས་ཆེ། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
དགའ་བར་བྱེད། །མཆོད་པ་ཆེན་པོ་ཞི་སྤང་ཆེ། །ཉོན་  
མོངས་ཀུན་གྱི་དབྱ་ཆེ་བ། །མཆོད་པ་ཆེན་པོ་གཏི་མུག་  
ཆེ། །གཏི་མུག་སྒོ་སྟེ་གཏི་མུག་སེལ། །མཆོད་པ་ཆེན་  
པོ་སྐྱོ་བ་ཆེ། །སྐྱོ་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་ཆེན་པོའི་  
ལྷགས་རྒྱ་མཆོག་      གྲགས་ཆེན་སྟོན་གྲགས་ཆེན་པོ་  
སྟེ།      །སྒྲུང་བ་ཆེན་པོ་གསལ་བ་ཆེ།      །མཁས་པ་སྐྱུ་  
འཕྱུལ་ཆེན་པོ་འཆང་།      །སྐྱུ་འཕྱུལ་ཆེན་པོ་དོན་སྐྱུ་བ་  
པ།      །སྐྱུ་འཕྱུལ་ཆེན་པོའི་དགའ་བས་དགའ།      །སྐྱུ་  
འཕྱུལ་ཆེན་པོའི་མིག་འཕྱུལ་ཅན།      །སྦྱོར་བདག་ཆེན་པོ་  
གཙོ་བོ་སྟེ།      །ཚུལ་བྲིམས་ཆེན་པོ་འཆང་བའི་མཆོག་      །  
བཟོད་ཆེན་འཆང་བ་བརྟན་པ་པོ།      །བརྩོན་འགྲུས་ཆེན་  
པོ་བརྟུལ་བ་ཡིན།      །བསམ་གཏན་ཆེན་པོ་ཏིང་འཛིན་  
གནས།      །ཤེས་རབ་ཆེན་པོ་ལྷས་འཆང་བ།      །སྟོབས་  
པོ་ཆེ་ལ་ཐབས་ཆེ་བ།      །སྟོན་ལམ་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཆོ་  
སྟེ།      །བྱམས་ཆེན་རང་བཞིན་དཔག་ཏུ་མེད།      །སྟིང་རྩེ་

ཆེན་པོ་སྒྲོ་ཡི་མཆོག།      །ཤེས་རབ་ཆེན་པོ་སྒྲོ་ཆེན་

ལྡན།    །མཁའ་པ་ཆེན་པོ་ཐབས་ཆེ་བ།    །རྩ་འཕུལ་

ཆེན་པོ་སྒྲོ་བས་དང་ལྡན།    །ཤུགས་ཆེན་མགྱོགས་པ་

ཆེན་པོ་སྒྲོ།    །རྩ་འཕུལ་ཆེན་པོ་ཆེར་གྲགས་པ།    །

སྒྲོ་བས་ཆེན་པོ་རོལ་གཞོན་པ་པོ།    །སྤྱིད་པའི་རི་བོ་ཆེན་

པོ་འཛམ་ས།    །མཁའ་གསལ་ཤིང་རྩེ་རྩེ་ཆེན་པོ་འཆང་།    །

དྲག་པོ་ཆེན་པོ་དྲག་ཤུལ་ཆེ།    །འཛིགས་ཆེན་འཛིགས་

པར་བྱེད་པ་པོ།    །མགོན་པོ་རིག་མཆོག་ཆེན་པོ་སྒྲོ།    །

སྒྲོ་མ་གསང་སྒྲགས་ཆེ་བའི་མཆོག།    །ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་

ཚུལ་ལ་གནས།    །ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚུལ་གྱི་མཆོག།    །

སངས་རྒྱས་རྣམ་པར་སྤང་མཛད་ཆེ།    །ཐུབ་པ་ཆེན་པོ་

ཐུབ་ཆེན་ལྡན།    །གསང་སྒྲགས་ཚུལ་ཆེན་ལས་བྱུང་

[illegible]

ཡང་དག་མཐའ་ལ་རྣམ་པར་གནས། །བདག་མེད་སེང་  
གའི་སྒྲ་དང་ལྡན། །མུ་སྟེགས་རི་དྲགས་ངན་འཛིགས་  
བྱེད། །ཀུན་ཏུ་འགྲོ་བའི་དོན་ཡོད་སྟོབས། །དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པའི་ཡིད་ལྟར་མགྱོགས། །རྒྱལ་བ་དག་  
རྒྱལ་རྣམ་པར་རྒྱལ། །འཁོར་ལོ་སྒྱུར་བ་སྟོབས་པོ་  
ཆེ། །ཆོགས་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ཆོགས་གྱི་མཆོག་ །  
ཆོགས་ཇེ་ཆོགས་བདག་དབང་དང་ལྡན། །མཐུ་ཆེན་  
གཅེས་པར་འཛིན་པ་སྟེ། །རྒྱལ་ཆེན་གཞན་གྱི་དྲིང་མི་  
འཛིག །ཆོག་ཇེ་ཆོག་བདག་སྒྲ་མཁས་པ། །ཆོག་ལ་  
དབང་བ་ཆོག་མཐའ་ཡས། །ཆོག་བདེན་པ་དང་བདེན་  
པར་སྒྲ། །བདེན་པ་བཞི་ནི་སྟོན་པ་པོ། །ཕྱིར་མི་ལྟོག་  
པ་ཕྱིར་མི་འོང་། །འདྲེན་པ་རང་རྒྱལ་བསེ་རུའི་རྒྱལ། །

དེས་འབྱུང་སྒྲ་ཆོག་ས་ལས་འབྱུང་བ།    འབྱུང་བ་ཆེན་  
པོ་རྒྱ་གཅིག་པོ།    དག་སྤོང་དབྱ་བཅོམ་ཟག་པ་ཟད།    །  
འདོད་ཆགས་བྲལ་བས་དབང་པོ་བྱལ།    བདེ་བ་རྟེན་  
པས་འཛིག་ས་མེད་ཐོབ།    བསིལ་བར་གྱུར་པས་རྟོག་  
པ་མེད།    རིག་པ་དང་ནི་རྐང་པར་ལྡན།    བདེ་  
གཤེགས་འཛིག་རྟེན་རིག་པའི་མཆོག།    བདག་གིར་མི་  
འཛིན་ངར་མི་འཛིན།    བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་  
གནས།    འཁོར་བའི་ཕ་རོལ་མཐར་མོན་པ།    བྱ་བ་  
བྱས་པ་སྐུམ་སར་གནས།    ཤེས་པ་འབའ་ཞིག་དེས་  
བསལ་བ།    ཤེས་རབ་མཆོན་ཆས་རྣམ་འཛུམས་པ།    །  
དམ་ཆོས་ཆོས་རྒྱལ་གསལ་བར་ལྡན།    འཛིག་རྟེན་  
སྒྲ་བར་བྱེད་པའི་མཆོག།    ཆོས་ཀྱི་དབང་ཕུག་ཆོས་

ཀྱི་རྒྱལ། །ལེགས་པའི་ལམ་ནི་སྟོན་པ་པོ། །དོན་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་ཆོགས། །ཡེ་ཤེས་ཡེ་ཤེས་འབྱུང་གནས་  
ཆེ། །ཡེ་ཤེས་ལྡན་པ་ཡོད་མེད་ཤེས། །ཆོགས་གཉིས་  
ཆོགས་ནི་བསགས་པ་པོ། །རྟོག་པ་ཀུན་རྒྱལ་རྣལ་  
འབྱོར་ཅན། །བསམ་གཏན་བསམ་བྱ་སྒོ་ལྡན་མཆོག །  
སོ་སོ་རང་རིག་མི་གཡོ་བ། །མཆོག་གི་དང་པོ་སྐྱུ་  
གསུམ་འཆང་། །སངས་རྒྱས་སྐྱུ་ལྡེའི་བདག་ཉིད་  
ཅན། །བྱབ་བདག་ཡེ་ཤེས་ལྡེ་ཡི་བདག །སངས་རྒྱས་  
ལྡེ་བདག་ཅིད་པན་ཅན། །སྤྱོན་ལྡེ་ཆགས་པ་མེད་པ་



འཆང་། །སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་སྐྱེད་པ་པོ། །སངས་  
རྒྱས་སྤྲུལ་པོ་དམ་པའི་མཆོག་ །ཤེས་པས་སྤྱིད་འབྱུང་  
སྐྱེ་གནས་མེད། །ཆོས་ལས་འབྱུང་བ་སྤྱིད་པ་སེལ། །  
གཅིག་པུ་སྤྲུལ་ཤེས་པ་རྫོང་འཛིན་བདག་ །སྐྱེས་མ་ཐག་ཏུ་  
འགྲོ་བའི་བདག་ །ནམ་མཁའ་ལས་བྱུང་རང་བྱུང་  
བ། །ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་མེ་བོ་ཆེ། །འོད་ཆེན་རྣམ་པར་  
སྤྲང་བར་བྱེད། །ཡེ་ཤེས་སྤྲང་བ་ལམ་མེ་བ། །འགྲོ་  
བའི་མར་མེ་ཡེ་ཤེས་སྟོན། །གཟི་བརླིང་ཆེན་པོ་འོད་  
གསལ་བ། །སྤྲུགས་མཆོག་མངའ་བདག་རིག་  
སྤྲུགས་རྒྱལ། །གསང་སྤྲུགས་རྒྱལ་པོ་དོན་ཆེན་  
བྱེད། །གཙུག་ཏོར་ཆེན་པོ་མདྲ་བྱུང་གཙུག་ །ནམ་  
མཁའི་བདག་པོ་སྤྲུལ་ཆོགས་སྟོན། །སངས་རྒྱས་ཀུན་

བདག་དངོས་པོ་མཆོག་      །འགྲོ་གུན་དགའ་བའི་མིག་  
དང་ལྔ།      །སྒྲ་ཆོག་ས་གཟུགས་ཅན་སྐྱེད་པ་པོ།      །  
མཆོད་ཅིང་རྗེད་པ་བྲང་སྟོང་ཆེ།      །རིགས་གསུམ་འཆང་  
བ་གསང་སྒྲགས་ཅན།      །དམ་ཆོག་ཆེན་པོ་གསང་  
སྒྲགས་འཛིན།      །གཙོ་བོ་དགོན་མཆོག་གསུམ་འཛིན་  
པ།      །ཐེག་པ་མཆོག་གསུམ་སྟོན་པ་པོ།      །དོན་ཡོད་  
ཞགས་པ་རྣམ་པར་རྒྱལ།      །འཛིན་པ་ཆེན་པོ་རྗེ་རྗེ་  
ཞགས།      །རྗེ་རྗེ་ལྷགས་ཀྱི་ཞགས་པ་ཆེ།      །རྗེ་རྗེ་  
འཛིགས་བྱེད་འཛིགས་པར་བྱེད།      །ཁྱོ་བོའི་རྒྱལ་པོ་  
གདོང་དྲུག་འཛིགས།      །མིག་དྲུག་ལག་དྲུག་སྟོབས་  
དང་ལྔ།      །ཀོང་རུས་མཆེ་བ་གཙོགས་པ་པོ།      །ཉ་ལ་  
ཉ་ལ་གདོང་བརྒྱ་བ།      །གཤེན་རྗེ་གཤེད་པོ་བགོགས་གྱི་

ཀྱུལ། རྫོང་ཤུགས་ཅན་འཛིགས་བྱེད་པ། རྫོང་  
བྲགས་པ་རྫོང་འི་སྒྲིང་། ལྷོ་འཕུལ་རྫོང་གསུམ་པོ་  
ཆེ། རྫོང་ལས་སྐྱེས་རྫོང་འི་བདག རྫོང་འི་སྒྲིང་པོ་  
མཁའ་འདྲ་བ། མི་གཡོ་རལ་པ་གཅིག་གིས་  
བསྐྱེད་ས། ལྷང་ཆེན་གོ་རྩོན་གོས་སུ་བྱོན། བྲགས་  
ཆེན་རྒྱ་རྒྱེས་སྒྲོགས་པ། རྒྱ་རྒྱེས་སྒྲོགས་འཛིགས་  
པར་བྱེད། གད་མེ་ཆེན་པོ་གད་རྒྱུད་ས་ཅན། རྫོང་  
གད་མེ་ཆེར་སྒྲོགས་པ། རྫོང་སེམས་དཔའ་སེམས་  
དཔའ་ཆེ། རྫོང་རྒྱལ་པོ་བདེ་བ་ཆེ། རྫོང་དྲག་པོ་  
དགའ་བ་ཆེ། རྫོང་རྩྱ་རྩྱེ་རྩྱེས་སྒྲོགས། ལམ་ཆོན་དུ་  
རྫོང་འི་མདའ་ཐོགས་པ། རྫོང་འི་རལ་གྲིས་མ་ལུས་  
གཅོད། རྫོང་ཀུན་འཆང་རྫོང་ཅན། རྫོང་གཅིག་ཕུ་

གཡུལ་སེལ་པ། རྫོང་འབར་བ་མིག་མི་བཟད། གླ་  
ཡང་རྫོང་འབར་བ་སྟེ། རྫོང་འབེབས་པ་འབེབས་པ་  
ཆེ། མིག་བརྒྱ་པ་སྟེ་རྫོང་འཁོར་མིག །ལུས་ནི་རྫོང་འཁོར་བ་  
སྟེ་ཅན། རྫོང་འཁོར་སྟེ་ནི་གཅིག་པུ་འཁོར་ལུས། །སེལ་མོ་  
སྟེ་ས་པ་རྫོང་འཁོར་ཅེ། རྫོང་འཁོར་སྟེ་ང་པོ་པགས་པ་  
མཁེགས། རྫོང་འཁོར་སྟེ་ཐོག་ས་པ་ལ་དང་ལྟན། རྫོང་  
འཁོར་རྒྱ་ཁྱིམ་བརྒྱ་པ་སྟེ། །གང་རྒྱ་ངས་རྒྱ་རྒྱ་ངས་  
པར་སྟོགས། །ཡི་གེ་རྒྱ་པ་རྫོང་འཁོར་སྟེ། །འཇམ་  
དབྱངས་ཆེན་པོ་འཁོར་སྟེ་ཆེ་བ། །འཇིག་རྟེན་གསུམ་ན་སྟེ་  
གཅིག་པ། །ནམ་མཁའ་འཇམ་ཐའ་གསུམ་སྟེ་སྟོགས་པ། །  
སྟེ་དང་ལྟན་པ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ །ཡང་དག་བདག་མེད་  
དེ་བཞིན་ཉིད། །ཡང་དག་མཐའ་སྟེ་ཡི་གེ་མེད། །སྟོང་

ཉིད་སྒྲུབ་པའི་བྱ་མཆོག་སྟེ། །ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེའི་སྒྲ་སྒྲོག་པ་  
པ། །ཆོས་ཀྱི་དུང་སྟེ་སྒྲ་ཆེན་ལྟར། །ཆོས་ཀྱི་གཞི་སྒྲ་  
བོ་ཆེ། །མི་གནས་སྤྱང་ན་འདས་པ་པོ། །སྤྱོད་པ་  
བཅུའི་ཆོས་ཀྱི་རྩ་བོ་ཆེ། །གཟུགས་མེད་གཟུགས་  
བབང་དམ་པ་སྟེ། །སྒྲ་ཆོག་པ་གཟུགས་ཅན་ཡིད་ལས་  
སྐྱེས། །གཟུགས་རྣམས་ཐམས་ཅད་སྒྲ་བའི་  
དཔལ། །གཟུགས་བརྟན་མ་ལུས་འཆང་བ་པོ། །  
ཚུགས་པ་མེད་ཅིང་ཆེ་བར་གྲགས། །ཁམས་གསུམ་  
དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་སྟེ། །འཕགས་ལམ་ཤིན་ཏུ་མཐོ་ལ་  
གནས། །དར་བ་ཆེན་པོ་ཆོས་ཀྱི་ཏོག་ །འཛིག་ཏེན་  
གསུམ་ན་གཞིན་ལུས་གཅིག་ །གནས་བརྟན་གྲོན་པོ་སྐྱེ་  
གྱུར་བདག་ །སྤུམ་ཅུ་ཅུ་གཉིས་མཆོན་འཆང་བ། །

སྐྱུག་གུ་འཇིག་རྟེན་གསུམ་ན་མཛེས།      འཇིག་རྟེན་  
ལེས་ལེགས་སྒྲོབ་དཔོན་ཏེ།      འཇིག་རྟེན་སྒྲོབ་དཔོན་  
འཇིགས་པ་མེད།      ལམ་གོན་སྒྲོབ་འཇིག་རྟེན་ཡིད་  
གཙུགས་པ།      སྐྱབས་དང་སྐྱབས་པ་གླ་ན་མེད།      ལམ་  
མཁའི་མཐའ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ།      ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
པའི་ཡེ་ཤེས་མཆོ།      ལམ་རིག་སྒྲོ་ངའི་སྐྱབས་འབྱེད་  
པ།      སྤྱིད་པའི་དྲ་བ་འཇོམས་པ་པོ།      ཉོན་མོངས་མ་  
ལུས་ནི་བྱེད་པ།      འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོའི་ཕ་རོལ་ཕྱིན།      །  
ཡེ་ཤེས་དབང་བསྐྱར་ཅོད་པ་ན་ཅན།      རྫོགས་པའི་  
སངས་རྒྱས་རྒྱན་ཏུ་བློགས།      སྐྱུག་བསྐྱེད་གསུམ་གྱི་  
སྐྱུག་བསྐྱེད་ནི།      གསུམ་སེལ་མཐའ་ཡས་གྲོལ་  
གསུམ་བློབ།      སྒྲིབ་པ་ཀུན་ལས་ངེས་པར་གྲོལ།      །



མཁའ་ལྟར་མཉམ་པ་ཉིད་ལ་གནས།      ཉོན་མོངས་ངི་  
མ་ཀུན་ལས་འདས།      འུས་གསུམ་འུས་མེད་རྟོགས་པ་  
པོ།      སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་སྤྱ་ཆེན་པོ།      ཡོན་ཏན་ཐོང་  
ཅན་རྣམས་གྱི་ཐོང་།      ཉོན་མོངས་ཀུན་ལས་རྣམ་གྲོལ་  
བ།      རྣམ་མཁའི་ལམ་ལ་རབ་གནས་པ།      ཡིད་བཞིན་  
ནོར་བུ་ཆེན་པོ་འཆང་།      བྱུང་བདག་རིན་ཆེན་ཀུན་གྱི་  
མཆོག།      དཔག་བསམ་ཤིང་ཆེན་རྒྱས་པ་སྟེ།      བྱམ་པ་  
བཟང་པོ་ཆེ་བའི་མཆོག།      བྱེད་པ་སེམས་ཅན་ཀུན་དོན་  
བྱེད།      ཤན་འདོད་སེམས་ཅན་མཉེས་གཤེན་པ།      །  
བཟང་ངན་ཤེས་ཤིང་འུས་ཤེས་ལ།      བྱུང་བདག་དམ་  
ཤེས་དམ་ཆོག་ལྟན།      འུས་ཤེས་སེམས་ཅན་དབང་པོ་  
ཤེས།      རྣམ་གྲོལ་གསུམ་ལ་མཁའས་པ་པོ།      ཡོན་ཏན་

ལྡན་ཞིང་ཡོན་ཏན་ཤེས།      ཆོས་ཤེས་བཟ་ཤེས་བཟ་  
ཤེས་འབྱུང་།      བཟ་ཤེས་ཀུན་གྱི་བཟ་ཤེས་པ།      །  
གྲགས་པ་བཟ་ཤེས་སྒྲན་གྲགས་དག།      །དབུགས་  
འབྱེན་ཆེན་པོ་དགའ་སྟོན་ཆེ།      །དགའ་ཆེན་རྩལ་མོ་ཆེན་  
པོ་སྟེ།      །བཀུར་སྟོ་རིམ་གྱོ་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ།      །མཆོག་  
ཏུ་དགའ་བ་གྲགས་བདག་དཔལ།      །མཆོག་ལྡན་  
མཆོག་སྦྱེན་གཙོ་བོ་སྟེ།      །སྐྱབས་གྱི་དམ་པ་སྐྱབས་སུ་  
འོས།      །འཛིག་ཏེན་དབྱ་སྟེ་རབ་གྱི་མཆོག་      །འཛིག་ས་  
པ་མ་ལུས་སེལ་བ་པོ།      །གཙུག་ཕུད་ཕུད་བུ་ལྟུང་ལོ་  
ཅན།      །རལ་པ་ཕུན་ཇོ་ཅོད་པན་ཐོག་པ།      །གཏོང་ལྡ་  
གཙུག་ཕུད་ལྡ་དང་ལྡན།      །བྱར་ཕུད་ལྡ་པ་མེ་ཏོག་  
ཐོད།      །མགོ་བླུ་མ་བརྟུལ་ཞུགས་ཆེན་པོ་པ།      །ཆོངས་

པར་སྟོང་པ་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་། དཀའ་བྱུང་མཐར་  
ཕྱིན་དཀའ་བྱུང་ཆེ། གཙང་གནས་དམ་པ་གོ་ཏུ་  
ཏམ། བྲམ་བེ་ཆངས་པ་ཆངས་པ་ཤེས། ཟྱ་ངན་  
འདས་པ་ཆངས་པ་ཐོབ། གྲོལ་བའི་ཐར་པ་རྣམ་གྲོལ་  
ལུས། རྣམ་གྲོལ་ནི་བ་ནི་བ་ཉིད། ཟྱ་ངན་འདས་ནི་  
ཟྱ་ངན་འདས། ལེགས་པར་ཟྱ་ངན་འདས་དང་ཉེ། །  
བདེ་སྐྱབས་སེལ་བ་མཐར་གྱུར་པ། ཆགས་བྲལ་ལུས་  
ལས་འདས་པ་པོ། བྱུང་པ་མེད་པ་དཔེ་མེད་པ། མི་  
མངོན་མི་སྒྲིང་གསལ་བྱེད་མིན། མི་འགྱུར་ཀུན་འགོ་  
བྱུང་པ་པོ། སྤྲིང་བྲག་མེད་ས་བོན་བྲལ། རྟུལ་མེད་  
རྟུལ་བྲལ་ངི་མ་མེད། ཉེས་པ་སྤངས་པ་སྟོན་མེད་  
པ། ཤིན་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་རྟོག་མེད་ལྟན་གྱིས་གྲུབ། །དུས་གསུམ་སངས་  
རྒྱས་ལས་བྱེད་པ། །སངས་རྒྱས་ཐོག་མ་ཐ་མ་མེད། །  
དང་པོའི་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མེད་པ། །ཡེ་ཤེས་མིག་གཅིག་  
འི་མ་མེད། །ཡེ་ཤེས་ལུས་ཅན་དེ་བཞིན་གཤེགས། །  
ཆོག་གི་དབང་ཕུག་སྒྲ་བ་ཆེ། །སྒྲ་བའི་སྒྲེས་མཆོག་སྒྲ་  
བའི་རྒྱལ། །སྒྲ་བའི་དམ་པ་མཆོག་གི་གནས། །སྒྲ་  
བའི་སེང་གོ་ཚུགས་པ་མེད། །ཀུན་ཏུ་ལྟ་བས་མཆོག་ཏུ་  
དགའ། །གཟི་བརྗིད་སྤེང་བ་བལྟ་ན་སྒྲུག །འོད་བབང་  
འབར་བ་དཔལ་གྱི་བེའུ། །ལག་ན་འོད་འབར་སྒྲུང་བ་  
པོ། །སྒྲན་པ་ཆེ་མཆོག་གཙོ་བོ་སྟེ། །བྱུང་ཏུ་འབྱེན་པ་

སྒྲུབ་མེད། སྒྲུབ་རྣམས་མ་ལུས་སྒྲོན་པའི་ཤིང་། རྩེ་  
དེ་ཅིག་གི་དབྱ་ཆེ་བ། སྒྲུབ་གུ་འཛིག་ཏེན་གསུམ་གྱི་  
མཆོག་ དཔལ་ལྷན་རྒྱ་སྐར་དགྱེལ་འཁོར་ཅན། །  
ཕྱོགས་བརྒྱ་རྣམ་མཁའི་མཐར་ཐུག་པར། ཆོས་ཀྱི་  
རྒྱལ་མཆོན་ལེགས་པར་འཛུགས། འགྲོན་གདུགས་  
གཅིག་ཡངས་པ་སྟེ། བྱམས་དང་སྦྱིང་རྩེའི་དགྱེལ་  
འཁོར་ཅན། དཔལ་ལྷན་པར་གར་གྱི་བདག་ བྱབ་  
བདག་ཆེན་པོ་རིན་ཆེན་གདུགས། སངས་རྒྱས་ཀུན་  
གྱི་གཟི་བརླིང་ཆེ། སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་སྐུ་འཆང་  
བ། སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་ཆེ། སངས་  
རྒྱས་ཀུན་གྱི་བསྟན་པ་གཅིག་ རྩེ་རིན་ཆེན་དབང་  
བསྐྱར་དཔལ། རིན་ཆེན་ཀུན་བདག་དབང་ཐུག་

སྟེ། །འཛིག་རྟེན་དབང་ཕྱག་ཀུན་གྱི་བདག་ །རྫོང་  
འཆང་བ་ཀུན་གྱི་རྟེ། །སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་ཐུགས་ཆེ་  
བ། །སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་ཐུགས་ལ་གནས། །སངས་  
རྒྱས་ཀུན་གྱི་སྐྱ་ཆེ་བ། །སངས་རྒྱས་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་གྱི་  
ཆོགས་སངས་རྒྱས། །སངས་རྒྱས་འགྲོ་བའི་ཆོས་  
འཛིན་པ། །དཔལ་ལྷན་སངས་རྒྱས་པདྨ་སྐྱེས། །ཀུན་  
མཁྱེན་ཡེ་ཤེས་མཛོད་འཛིན་པ། །རྒྱལ་པོ་སྐྱེལ་འཕྱལ་སྒྲ་  
ཆོགས་འཆང་། །ཆེ་བ་སངས་རྒྱས་རིག་ཐུགས་  
འཆང་། །རྫོང་རྟོན་པོ་རལ་གྱི་ཆེ། །ཡི་གེ་མཆོག་སྟེ་



རྣམ་པར་དག། བྲེག་པ་ཆེན་པོ་སྐྱུ་ག་བསྐྱུལ་གཙོང། །  
 མཆོན་ཆ་ཆེན་པོ་རྩི་རྩི་ཆོས། རྩི་རྩི་བབ་མོ་རྩི་རྩི་ག། །  
 རྩི་རྩི་སྒོ་གྲོས་དེ་བཞིན་རིག། །ཡ་རོལ་ཕྱིན་པ་ཀུན་པ་  
 རྩི་གས་པ། །ས་རྣམས་ཀུན་གྱི་རྒྱུན་དང་ལྡན། །རྣམ་པར་དག་པ་བདག་མེད་ཆོས། །ཡང་དག་ཡེ་ཤེས་ལྷ་  
 འོད་བབང་། །བཙོན་ཆེན་སྐྱུ་འཕྱུལ་དྲ་བ་སྟེ། །རྒྱུད་ཀུན་གྱི་རི་བདག་པོ་མཆོག་ རྩི་རྩི་གདན་རི་མ་ལུས་  
 ལྡན། །ཡེ་ཤེས་སྐྱུ་རྣམས་མ་ལུས་འཆང་། །ཀུན་ཏུ་བབང་པོ་སྒོ་གྲོས་བབང་། །ས་ཡི་སྟོང་པོ་འགྲོ་བ་  
 འཛིན། །སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་སྟོང་པོ་ཆེ། །སྐྱུལ་པའི་འཁོར་ལོ་སྐྱུ་ཆོག་གས་འཆང་། །དངོས་པོ་ཀུན་གྱི་རང་བཞིན་མཆོག་ །དངོས་པོ་ཀུན་གྱི་རང་བཞིན་འཛིན། །

སྐྱེ་མེད་ཆོས་ཏེ་སྒྲ་ཆོག་ས་དོན།      ཆོས་ཀུན་ངོ་བོ་ཉིད་  
འཆང་བ།    །ཤེས་རབ་ཆེན་པོས་སྐྱད་ཅིག་ལ།    ཆོས་  
ཀུན་ཁོང་དུ་ཁྱུད་པ་འཆང་།      ཆོས་ཀུན་མངོན་པར་  
ཏོག་ས་པ་སྟེ།    །བྱབ་པ་སྟོ་མཆོག་འབྱུང་པའི་མཐའ།    །  
མི་གཡོ་རབ་ཏུ་དང་བའི་བདག་      རྫོག་ས་པའི་སངས་  
རྒྱས་བྱུང་ཁྱབ་འཆང་།      །སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་མངོན་  
སྤྱུ་པ།    །ཡེ་ཤེས་མེ་ལྗེ་འོད་རབ་གསལ།    །འདྲོད་  
པའི་དོན་གྲུབ་དམ་པ་སྟེ།      །ངན་སོང་ཐམས་ཅད་རྣམ་  
སྦྱོང་བ།    །མགོན་པོ་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་མཆོག་    །  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རབ་གྲོལ་བྱེད།      །ཉོན་མོངས་  
གཡུ་ལ་དུ་གཅིག་དཔའ་བ།    །མི་ཤེས་དགྲ་ཡི་དྲེགས་  
པ་འཇོམས།    །སྟོ་ལྡན་སྟེག་འཆང་དཔལ་དང་ལྡན།    །

བརྟན་པོ་མི་སྟུག་གཟུགས་འཆང་བ།      །ལག་པའི་  
དབྱུག་པ་བརྒྱ་བསྐྱོད་ཅིང་།      །གོམ་པའི་སྟབས་གྱིས་  
གང་བྱེད་པ།      །དཔལ་ལྡན་ལག་པ་བརྒྱས་གང་ལ།      །  
ནམ་མཁའ་བྱབ་པར་གང་བྱེད་པ།      །ས་ཡི་དགྱིལ་  
འཁོར་བཞི་ཡི་བྱོན།      །ཀང་པ་ཡ་གཅིག་མཐེལ་གྱིས་  
གཞོན།      །ཀང་མཐེབ་སེན་མེའི་བྱོན་གྱིས་གྱུང་།      །  
ཆངས་པའི་ཡུལ་ས་ཅེ་ནས་གཞོན།      །དོན་གཅིག་  
གཉིས་མེད་ཆོས་གྱི་དོན།      །དམ་པའི་དོན་ནི་འཛིགས་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།      །སྤྱིད་པའི་འདོད་ཆགས་སོགས་སྤངས་

པ། སྤྱིད་གསུམ་དགའ་བ་ཆེན་པོ་སྟེ། སྤྱིན་དཀར་  
དག་པ་བཞིན་དུ་དཀར། འོད་བཟང་སྟོན་ཀའི་ཟླ་བའི་  
འོད། ཉི་མ་འཆར་ཁའི་དགྱེལ་ལྟར་མཛེས། སེན་  
མའི་འོད་ནི་ཤས་ཆེར་དམར། ཅོད་པན་བཟང་པོ་  
མཐོན་ཀའི་ཅེ། སྐྱ་མཆོག་མཐོན་ཀ་ཆེན་པོ་འཆང་། །  
ནོར་བུ་ཆེན་པོ་འོད་ཆགས་དཔལ། སངས་རྒྱལ་སྤྱུལ་  
པའི་རྒྱན་དང་ལྡན། འཛིག་རྟེན་ཁམས་བརྒྱ་ཀུན་  
བསྐྱོད་པ། རྩུ་འཕྱུལ་རྐང་པའི་སྟོབས་ཆེན་ལྡན། རྟེ་  
ཉིད་དྲན་པ་ཆེན་པོ་འཆང་། དྲན་པ་བཞི་པོ་ཉིད་འཛིན་  
རྒྱལ། བྱང་རྒྱལ་ཡན་ལག་མེ་ཉོག་སྟོས། རྟེ་བཞིན་  
གཤེགས་པའི་ཡོན་ཏན་མཆོ། ལམ་གྱི་ཡན་ལག་  
བརྒྱད་ཚུལ་རིག ཡང་དག་སངས་རྒྱལ་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། །ཡུང་པོ་ལྟ་དོན་དེ་  
ཉིད་ཤེས། །ནམ་དག་ཡུང་པོ་ལྟ་འཆང་བ། །ངེས་  
འབྱུང་ཀུན་གྱི་མཐའ་ལ་གནས། །ངེས་པར་འབྱུང་བ་  
ཀུན་ལ་མཁས། །ངེས་འབྱུང་ཀུན་གྱི་ལམ་ལ་  
གནས། །ངེས་པར་འབྱུང་བ་ཀུན་སྟོན་པ། །ཡན་ལག་  
བརྒྱ་གཉིས་སྤྱིད་ཅུ་བརྟེན། །དག་པ་ནམ་པ་བརྒྱ་གཉིས་  
འཆང་། །བདེན་བཞིའི་ཚུལ་གྱི་ནམ་པ་ཅན། །ཤེས་པ་  
བརྒྱད་པོ་རྟོགས་པ་འཆང་། །བདེན་དོན་ནམ་པ་བརྒྱ་

གཉིས་ལྔར། དེ་ཉིད་རྣམ་པ་བརྒྱ་དྲུག་རིག་ རྣམ་པ་ཉི་  
ཤུས་བྱང་ཆུབ་པ། རྣམ་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིག་  
མཆོག་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྲུལ་པའི་སྐུ། བྱེ་བ་  
དཔག་མེད་འབྱེད་པ་པོ། སྐྱེད་ཅིག་ཐམས་ཅད་མདོན་  
པར་རྟོགས། སེམས་ཀྱི་སྐྱེད་ཅིག་དོན་ཀྱི་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་ཀྱི་ཁམས་  
རྣམས་ཟད་བྱེད་པ། རྒྱ་བོ་རྒྱ་མཆོ་ཀྱི་ལས་  
བཟུལ། སྦྱོར་བའི་དགོན་པ་ལས་བྱུང་བ། ཉོན་  
མོངས་ཉི་བའི་ཀྱི་ཉོན་མོངས། བག་ཆགས་བཅས་པ་



གཏན་སྤངས་པ། སྒྲིང་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་འདུག །  
སེམས་ཅན་ཀུན་ཡིད་ཆེམ་པར་བྱེད། སེམས་ཅན་ཀུན་  
གྱི་ཡིད་དགའ་བ། བྱུང་པ་མཐར་ཕྱིན་འབྱུལ་པ་  
མེད། ཁོར་པ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་སྤངས། དོན་  
གསུམ་ཐེ་ཆོམ་མེད་པའི་སྒོ། ཀུན་དོན་ཡོན་ཏན་  
གསུམ་གྱི་བདག ཡུང་པོ་ལྔ་དོན་དུས་གསུམ་དུ། །  
སྐད་ཅིག་ཐམས་ཅད་བྱེ་བྲག་བྱེད། སྐད་ཅིག་གཅིག་

གིས་རྫོགས་སངས་རྒྱས།     །སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་རང་  
བཞིན་འཆང་།     །ལུས་མེད་ལུས་ཏེ་ལུས་གྱི་མཆོག་     །  
ལུས་གྱི་མཐའ་ནི་རྫོགས་པ་པོ།     །གཟུགས་རྣམས་སྒྲ་  
ཆོགས་ཀུན་ཏུ་སྟོན།     །ཁོར་བུ་ཆེན་པོ་རིན་ཆེན་ཏྲི་ག་     །  
སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱིས་རྫོགས་བྱ་བ།     །སངས་རྒྱས་བྱང་  
ཆུབ་སྒྲ་ན་མེད།     །གསང་སྤྲུགས་ལས་བྱུང་ཡི་གེ་  
མེད།     །གསང་སྤྲུགས་ཆེན་པོ་རིགས་གསུམ་པ།     །  
གསང་སྤྲུགས་དོན་ཀུན་སྐྱེད་པ་པོ།     །ཐིག་ལེ་ཆེན་པོ་ཡི་  
གེ་མེད།     །སྟོང་པ་ཆེན་པོ་ཡི་གེ་ལྷ།     །ཐིག་ལེ་སྟོང་པ་  
ཡི་གེ་བརྒྱ།     །རྣམ་པ་ཀུན་ལྡན་རྣམ་པ་མེད།     །བརྩ་བྱ་ག་  
སྟེང་སྟེང་ཐིག་ལེ་ཅན།     །ཡན་ལག་མེད་པའི་རྩིས་ལས་  
འདས།     །བསམ་གཏན་བཞི་པའི་རྩེ་མོ་ཅན།     །བསམ་

གཏན་ཡན་ལག་ཀུན་ཤེས་ཤིང་།      ཏིང་འཛིན་རིགས་  
དང་རྒྱུད་རིག་པ།      ཏིང་འཛིན་ལུས་ཅན་ལུས་ཀྱི་  
མཆོག་། རྟོང་ས་སྤྱོད་ཐོགས་སྐྱུ་ཀུན་གྱི་རྒྱལ། རྒྱལ་  
པའི་སྐྱེ་སྤྱེ་སྐྱེ་ཡི་མཆོག་། རང་ས་རྒྱས་སྤྱལ་པའི་རྒྱུད་  
འཆང་བ། རྟོགས་བརྩུར་སྤྱལ་པ་སྐྱེ་ཆོགས་འབྱེད། །  
ཇི་བཞིན་འབྲོ་བའི་དོན་བྱེད་པ། རྩ་དང་རྩ་དབང་རྩ་ཡི་  
རྩ། རྩ་ཡི་དབང་པོ་རྩ་མིན་བདག་། འཆི་མེད་དབང་  
པོ་རྩ་འི་བླ། འཛོམས་བྱེད་འཛོམས་བྱེད་དབང་ཕྱག་  
པོ། སྤྱིད་པའི་དགོན་པ་ལས་བརྒྱལ་བ། སྟོན་པ་  
གཅིག་ཕུ་འབྲོ་བའི་བླ། འཇིག་རྟེན་རྟོགས་བརྩུར་རབ་  
བྲགས་པ། ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་བདག་ཆེ་བ་པོ། བྱམས་  
པའི་གོ་ཆ་ཆས་པ་སྟེ།      སྟོང་རྗེ་ཡི་ནི་ཡ་ལ་ད་

བགོས། །ཤེས་རབ་རལ་གྱི་མདའ་གཞུ་ཐོགས། །  
ཉོན་མོངས་མི་ཤེས་གཡུལ་ངོ་སེལ། །དཔའ་བོ་བདུང་  
དག་བདུང་འདུལ་བ། །བདུང་བཞིའི་འཛིགས་པ་སེལ་  
བར་བྱེད། །བདུང་གི་དཔུང་རྣམས་ཕམ་བྱེད་པ། །  
ཚོགས་པའི་སངས་རྒྱས་འཛིག་ཏེན་འདྲེན། །མཆོད་  
འོས་བསྟོད་འོས་ཕྱག་གི་གནས། །ཏྲ་ཏུ་རི་མོར་བྱ་  
བའི་འོས། །བཀྱར་འོས་ཇེད་པར་བྱ་བའི་མཆོག་ །  
ཕྱག་བྱར་འོས་པ་སྤྲ་མའི་རབ། །འཛིག་ཏེན་གསུམ་པོ་  
གོམ་གཅིག་བགྱོད། །མཁའ་ལྟར་མཐའ་མེད་རྣམ་པར་  
གཞོན། །གསུམ་རིག་གཙང་མ་དག་པ་སྟེ། །མདོན་  
ཤེས་དྲུག་ལྡན་ཇེས་དྲན་དྲུག །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
སེམས་དཔའ་ཆེ། །རྩྱའཕྱུལ་ཆེན་པོ་འཛིག་ཏེན་

འདས། །ཤེས་རབ་པ་པོ་ལ་སྤྱོད་པའི་མཐའ། །ཤེས་  
རབ་ཀྱིས་ནི་དེ་ཉིད་ཐོབ། །བདག་རིག་གཞན་རིག་  
ཐམས་ཅད་པ། །ཀུན་ལ་ཕན་པའི་གང་ཟག་མཆོག། །  
དཔེར་བྱ་ཀུན་ལས་འདས་པ་སྟེ། །ཤེས་དང་ཤེས་བྱའི་  
བདག་པོ་མཆོག། །གཙོ་བོ་ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་བདག་སྟེ། །  
ཕུག་སྐྱབ་པའི་པོའི་དོན་སྟོན་པ། །འགྲོ་བའི་བསྐྱེད་བཀུར་  
གནས་ཀྱི་མཆོག། །ངེས་འབྱུང་གསུམ་པོ་བཟོད་རྣམས་  
ཀྱི། །དོན་གྱི་དམ་པ་རྣམ་དག་དཔལ། །འཛིག་ཏེན་  
གསུམ་ན་སྐལ་བཟང་ཆེ། །དཔལ་ལྷན་འབྱོར་པ་ཀུན་  
བྱེད་པ། །འཇམ་དཔལ་དཔལ་དང་ལྷན་པའི་མཆོག། །  
མཆོག་སྤྱོད་རྡོ་རྗེ་མཆོག་ཁྱོད་འདུད། །ཡང་དག་མཐར་  
བྱུང་ཁྱོད་ལ་འདུད། །སྟོང་ཉིད་ལས་བྱུང་ཁྱོད་ལ་

འདུད། །སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་བྱིད་ལ་འདུད། །

སངས་རྒྱས་ཆགས་པ་བྱིད་ལ་འདུད། །སངས་རྒྱས་

འདོད་ལ་ཕྱག་འཆལ་འདུད། །སངས་རྒྱས་དགྲེས་པ་

བྱིད་ལ་འདུད། །སངས་རྒྱས་རྟེན་ལ་ལ་ཕྱག་འཆལ་

འདུད། །སངས་རྒྱས་འཇུག་པ་བྱིད་ལ་འདུད། །

སངས་རྒྱས་བཞད་ལ་ཕྱག་འཆལ་འདུད། །སངས་

རྒྱས་གསུང་ཉིད་བྱིད་ལ་འདུད། །སངས་རྒྱས་ཐུགས་

ལ་ཕྱག་འཆལ་འདུད། །མེད་པ་ལས་བྱང་བྱིད་ལ་

འདུད། །སངས་རྒྱས་འབྱུང་བ་བྱིད་ལ་འདུད། །ནམ་

མཁའ་ལས་བྱང་བྱིད་ལ་འདུད། །ཡེ་ཤེས་ལས་བྱང་

བྱིད་ལ་འདུད། །སྐྱེ་འཕྱུལ་ནྲ་བ་བྱིད་ལ་འདུད། །

སངས་རྒྱས་རྟེན་སྟོན་བྱིད་ལ་འདུད། །ཐམས་ཅད་



ཐམས་ཅད་བྱིང་ལ་འདུད།      །ཡེ་ཤེས་སྐྱེ་ཉིད་བྱིང་ལ་  
འདུད། །ཨོྲཱ་མཛ་རྒྱུ་བྱ་ཕ་སྤྱ་བྱ་ཕ། བི་ཤུང་བཛྲ་ཨ་  
ཨྱ་ཨོྲཱ་ཨུམ་པ་གྱི་ཏི་པ་རི་ཤུང་མཛ་རྒྱུ་ཡ་དུ་ཏ།  
མཛ་ཏ་བྱ་ག་ཏ་རྒྱུ་ན་ཀྱ་ཡ་མ་རྒྱུ་ཤི་པ་རི་ཤུང་ཏ་མུ་བྱ་དུ་  
ཡ་ཏི་ཨོྲཱ་ཨུམ་      མཛ་ཏ་བྱ་ག་ཏ་ཉིད་ཡ།      ཏ་ར་ཏ་ར།  
ཨོྲཱ་རྩྱུ་རྩྱུ་བྱ་ག་ཕྱེན་རྒྱུ་ན་མུངྱེ་ཕྱ་གྱི་ཤུ་ར།      མ་རྩྱ་ཕྱ་ཙ་  
མཛ་རྒྱུ། ག་ག་རྩྱ་མ་ལ་མུ་པ་རི་ཤུང། རྒྱུ་རྩྱུ་ཏ་རྒྱུ་  
ན་ག་རྒྱུ་ཨྱུམ་      དེ་ནས་དཔལ་ལྷན་རྩྱེ་རྩྱེ་འཆང་། །དགའ་  
ཞིང་མགུ་ནས་ཐལ་མོ་སྤྱར། །མགོ་ན་པོ་བཙམ་ལྷན་དེ་  
བཞིན་གཤེགས། །རྩོགས་སངས་རྒྱས་ལ་ཕྱག་འཆལ་  
ནས། །དེར་ནི་མགོ་ན་པོ་གསང་བའི་བདག །ལག་ན་  
རྩྱེ་རྩྱེ་བྱི་བྱི་རྒྱལ།      །སྤྱོད་གས་གཞན་དང་ལྷན་ཅིག་

ཏུ། །གསང་བསྟོད་ནས་ནི་ཚིག་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་ཚྲིགས་པ་ཡི། །བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པའི་དོན་ཆེན་  
མཛད། །སྐྱེ་འཁྱུལ་བླ་བའི་ཚུལ་བསྟན་པ། །འདི་ནི་  
རྣམ་དག་ལེགས་པའི་ལམ། །ཟབ་ཅིང་ཡངས་ལ་རྒྱ་ཆེ་  
སྟེ། །དོན་ཆེན་འགྲོ་བའི་དོན་བྱེད་པ། །སངས་རྒྱས་  
རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་འདི་ནི། །ཚྲིགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀུན་  
གྱིས་བཤད། །བཙུམ་ལྡན་འདས་འཇམ་དཔལ་ཡེ་  
ཤེས་སེམས་དཔའི་དོན་དམ་པའི་མཆོན་ཡང་དག་པར་  
བཟློད་པ། །བཙུམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་

ལྷ་ཀྱ་ཐུབ་པས་གསུངས་པ་ཇོ་གས་སོ།།

༥ ཀེག་བཟློག་བསྐྱུས་པ་ནི། ལྷ་བའི་སེང་གེས་བདག་རྒྱུད་བྱིན་  
བྱིས་སྟོབས། ཨྲི་ཀེག་ཐན་ལྷས་ངན་པ་བསྐྱུར་དུ་  
གསོལ། རྒྱལ་པོའི་ཆད་པ་ཕས་གྱི་འཇིགས་པ་  
སོགས། མཚང་འབྲུ་ཚུད་དང་གྲོལ་བ་བཟློག་ཏུ་  
གསོལ། ཅེས་མི་ཕམ་པས་སོ། ༥ བཙུ་ལྷན་བྱེད་གྱི་མཁུན་  
རབ་འོད་ཟེར་བྱིས། བདག་སྟོའི་གཏི་མུག་མུན་པ་  
རབ་བསལ་ནས། བཀའ་དང་བསྐྱུར་བཅོས་གཞུང་  
ལུགས་ཏྲོགས་པ་ཡི། སྟོ་གྲོས་སྟོབས་པའི་སྒྲུང་བ་  
སྒྲུལ་དུ་གསོལ། གང་ཆོ་བལྟ་བར་འདོད་པའམ། །  
ཅུང་ཟད་ངྲི་བར་འདོད་ན་ཡང་། མགོན་པོ་འཇམ་  
དབྱངས་དེ་ཉིད་ནི། གོགས་མེད་པར་ཡང་མཐོང་བར་  
ཤོག།

༥ བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལྷུང་བ་བཤགས་པ་བཞུགས་སོ། སེམས་ཅན་

ཐམས་ཅད་རྟག་པར་སྒྲིམ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་ཟེ། ཆོས་ལ་ཟེ། དགོ་འདུན་ཟེ།

བཙེམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དབྱ་བཙེམ་པ་

ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལྟ་བུ་བྱབ་པ་ལ་

ཕྱག་འཆལ་ལོ། རྫོགས་སྒྲིམ་པོ་རབ་ཏུ་འཛུགས་པ་ལ་

ཕྱག་འཆལ་ཟེ། རིན་ཆེན་འོད་འཕྲོ་ལ་ཟེ། གྲུ་དབང་གི་

རྒྱལ་པོ་ལ་ཟེ། དཔའ་བོའི་སྡེ་ལ་ཟེ། དཔལ་དབྱེས་ལ་ཟེ།

རིན་ཆེན་མེ་ལ་ཟེ། རིན་ཆེན་སྒྲིམ་འོད་ལ་ཟེ། མཐོང་བ་དོན་

ཡོད་ལ་ཟེ། རིན་ཆེན་སྒྲིམ་བ་ལ་ཟེ། རྫི་མ་མེད་པ་ལ་ཟེ།

དཔལ་བྱིན་ལ་ཟེ། ཆངས་པ་ལ་ཟེ། ཆངས་པས་བྱིན་ལ་ཟེ།

ཆུ་ལྟ་ལ་ཟེ། ཆུ་ལྟའི་ལྟ་ལ་ཟེ། དཔལ་བཟང་ལ་ཟེ། ཅོན་

དཔལ་ལ་། གཞི་བརྗེད་མཐའ་ཡས་ལ་། འོད་དཔལ་  
 ལ་། ཟུང་ན་མེད་པའི་དཔལ་ལ་། སྤེད་མེད་གྱི་བྱ་ལ་།  
 མེ་ཏྲི་ག་དཔལ་ལ་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཚངས་པའི་  
 འོད་ཟེར་རྣམ་པར་རྟེན་པ་མངོན་པར་མཁྱེན་པ་ལ་། དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པ་པརྒྱའི་འོད་ཟེར་རྣམ་པར་རྟེན་པ་  
 མངོན་པར་མཁྱེན་པ་ལ་། རོར་དཔལ་ལ་། དྲན་པའི་  
 དཔལ་ལ་། མཚན་དཔལ་ཤིན་ཏུ་ཡོངས་བསྐྱགས་ལ་།  
 དབང་པོའི་ཏྲི་ག་གི་རྒྱལ་མཚན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལ་། ཤིན་ཏུ་  
 རྣམ་པར་གཞོན་པའི་དཔལ་ལ་། གཡུ་ལ་ལས་ཤིན་ཏུ་  
 རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ལ་། རྣམ་པར་གཞོན་པས་གཤེགས་  
 པའི་དཔལ་ལ་། ཀུན་ནས་སྤང་བ་བཀོད་པའི་དཔལ་  
 ལ་། རིན་ཆེན་པརྒྱས་རྣམ་པར་གཞོན་པ་ལ་། དེ་



བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཙུམ་པ་ཡང་དག་པར་ཚྲོགས་  
པའི་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ་དང་པརྒྱའི་གདན་ལ་རབ་ཏུ་  
བཞུགས་པ་རི་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ལ། དེ་དག་ལ་

སོགས་པ་ཕྱོགས་བཅུའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་  
ཅད་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཙུམ་པ་ཡང་དག་  
པར་ཚྲོགས་པའི་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྡན་འདས་གང་ཇི་  
སྟེད་ཅིག་བཞུགས་ཏེ་འཆོ་ཞིང་གཞེས་པའི་སངས་རྒྱས་  
བཙུམ་ལྡན་འདས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་  
སུ་གསོལ། བདག་གི་སྐྱེ་བ་འདི་དང་སྐྱེ་བ་ཐོག་མ་དང་  
མཐའ་མ་མ་མཆིས་པ་ནས་འཁོར་བ་ན་འཁོར་བའི་སྐྱེ་  
གནས་ཐམས་ཅད་དུ་སྒྲིག་པའི་ལས་བགྱིས་པ་དང་།  
བགྱིད་དུ་སྐྱུལ་བ་དང་། བགྱིས་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་

བའམ། མཆོད་རྟེན་གྱི་དགོར་རམ། དག་འདུན་གྱི་  
དགོར་རམ། ཕྱོགས་བཅུ་ཉི་དག་འདུན་གྱི་དགོར་  
འཕྲོག་པ་དང་། འཕྲོག་དུ་སྒྲུལ་བ་དང་། འཕྲོག་པ་ལ་  
རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའམ། མཆོམས་མ་མཆིས་པ་ལྟ་ཉི་  
ལས་བགྱིས་པ་དང་། བགྱིད་དུ་སྒྲུལ་བ་དང་། བགྱིས་  
པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའམ། མི་དག་བ་བཅུ་ཉི་ལས་གྱི་  
ལམ་ཡང་དག་པར་སྒྲུངས་པ་ལ་ཞུགས་པ་དང་།  
འདུག་དུ་སྒྲུལ་བ་དང་། ཞུགས་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་  
བའམ། ལས་གྱི་སྒྲིབ་པ་གང་གིས་བསྒྲིབས་ནས་  
བདག་སེམས་ཅན་དཔྱུལ་བར་མཆི་བའམ། དུང་  
འགྲོའི་སྐྱེ་གནས་སུ་མཆི་བའམ། ཡི་དྲགས་གྱི་ཡུལ་  
དུ་མཆི་བའམ། ཡུལ་མཐའ་འཁོབ་དུ་སྐྱེ་བའམ། སྒྲ་

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་འབྱུང་བ་ལ་

མཉེས་པར་མི་བགྱིད་པར་འགྱུར་བའི་ལས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་

གང་ལགས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་བཙུམ་

ལྷན་འདས་ཡེ་ཤེས་སུ་གྱུར་པ།                      སྤྱན་དུ་གྱུར་པ།

དཔང་དུ་གྱུར་པ།                      ཆང་མར་གྱུར་པ།                      མཁྱེན་པས་

གཟིགས་པ་དེ་དག་གི་སྤྱན་སྤར་མཐོལ་ལོ།                      །འཆགས་

སོ།                      །མི་འཆབ་བོ།                      །མི་སྤྲེད་དོ།                      །སྤྱན་ཆད་ཀྱང་

གཙོད་ཅིང་སྤྲོམ་པར་བགྱིད་ལགས་སོ།                      །སངས་རྒྱས་

བཙུམ་ལྷན་འདས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་

སུ་གསོལ།                      བདག་གི་སྐྱེ་བ་འདི་དང་སྐྱེ་བ་ཐོག་མ་

མཐའ་མ་མ་མཆིས་པ་ནས་འཁོར་བ་ན་འཁོར་བའི་སྐྱེ་  
གནས་གཞན་དག་ཏུ་སྒྲིན་པ་ཐ་ན་དུད་འགྲོའི་སྐྱེ་གནས་  
སྐྱེས་པ་ལ་བསམ་ཁམ་གཅིག་ཙམ་སྐྱལ་བའི་དགོ་བའི་  
རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་། བདག་གིས་རྩལ་བྲིམས་  
བསྐྱངས་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་།  
བདག་གིས་ཆངས་པར་སྒྲུད་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་རྩལ་མཆོག་ཏུ་  
སེམས་བསྐྱེད་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་།  
བདག་གིས་སྒྲན་མེད་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་  
ལགས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་ཤིང་

བཟུམས་ཏེ་བསྡོམས་ནས་སྒྲ་ན་མ་མཆིས་པ་དང་།  
གོང་ན་མ་མཆིས་པ་དང་། གོང་མའི་གོང་མ། སྒྲ་མའི་  
སྒྲ་མར་ཡོངས་སུ་བསྡོམས་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་  
རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཡོངས་སུ་བསྡོམས་བར་བབྱེའོ། །  
ཇི་ལྟར་འདས་པའི་སངས་རྒྱས་བཙེམ་ལྡན་འདས་  
ནམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྡོམས་པ་དང་། ཇི་ལྟར་མ་བྱོན་  
པའི་སངས་རྒྱས་བཙེམ་ལྡན་འདས་ནམས་ཀྱིས་ཡོངས་  
སུ་བསྡོམས་བར་འགྱུར་བ་དང་། ཇི་ལྟར་ད་ལྟར་བཞུགས་  
པའི་སངས་རྒྱས་བཙེམ་ལྡན་འདས་ནམས་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་བཤགས་སོ། །བསོད་ནམས་ཐམས་ཅད་ལ་ནི་

རྩེས་སྤྱི་ཡི་རང་ངོ་།      །སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལ་ནི་  
བསྐྱེད་ཞིང་གསོལ་བ་འདེབས་སོ།    །བདག་གིས་སྒྲན་  
མེད་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཆོག་དམ་པ་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་མཆོ་འདྲ་ཀུན་  
ལ།      །ཐལ་མོ་སྤྱར་བར་བབྱིས་ཏེ་སྤྱབས་སུ་ཉེ་བར་  
མཆིའོ།      །འཕགས་པ་ཕུང་པོ་གསུམ་པའི་སྤྱོད་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་  
རྩོགས་སོ།།



སྒྲིམ་པ་གསུམ་གྱི་གསོ་སྦྱང་གི་ཆོ་ག་མདོར་བསྐུས་སྟིང་པོར་དྲིལ་བ་

བཞུགས་སོ།། ར་མོ་གུ་རུ་ཡེ། དེའང་སྒྲིམ་པ་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་

གནང་བཀག་གི་ཚུལ་ལས་ཉམས་པ་བྱུང་བ་རྣམས་སྦྱང་ནིང་ཡེ་ཤེས་ཡོན་ཏན་

སྤྱར་གསོ་བའམ་སྤེལ་བའི་ཐབས་ལ་འབད་པ་ནི་ལམ་ལ་ཞུགས་པའི་གང་ཟག་

རྣམས་གྱི་ཉམས་སུ་ལེན་བྱའི་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་ཡིན་ལ། དེའི་ཚུལ་ཡང་ཤིན་ཏུ་

མང་བར་མཆིས་པ་ལས་འདིར་སྒྲོས་མེད་རྒྱན་གྱི་ཉམས་ལེན་འཇུག་བདེ་སྟིང་

པོར་དྲིལ་བ་ལ། ཏེན་གྱི་སྤྱན་སྤར་ཅི་འབྱོར་བའི་མཆོད་པ་བཤམ། གླ་མ་བྱབ་

པའི་དབང་པོ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་པ་མདོན་སུམ་དུ་བཞུགས་པའི་དུང་དུ་

གསོ་སྦྱང་གི་བྱ་བ་ལ་འཇུག་པར་མོས་པས། ཐོག་མར་སོ་ཐར་དང་བྱང་སེམས་

ཐུན་མོང་གི་ཉེས་ལྟར་སྦྱང་བའི་ཕྱིར། བྱང་རྒྱལ་ལྟར་བཤགས་ཆང་བར་བརྗོད་

པའི་རྗེས་སུ་ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུད་གཉིས་ཀའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་ནི་གནས་གསོ་སྦྱང་བྱ་

སྟེ། སྤྱར་མ་རབ་རིབ་མར་མེ་དང་། །སྤྱུ་མ་བེལ་པ་རྒྱ་

བུར་དང་། ཁྱི་ལམ་སྒོ་བ་དང་སྒྲིན་ལྟ་བུར། འདུས་  
བྱས་ཆོས་རྣམས་དེ་ལྟར་བལྟ། ཆོས་རྣམས་ཐམས་  
ཅད་རྒྱ་ལས་བྱུང་། དེ་རྒྱ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་  
གསུངས། རྒྱ་ལ་འགོ་བ་པ་གང་ཡིན་པ། དག་སྦྱོང་  
ཆེན་པོས་འདི་སྐད་གསུངས། སྒྲིག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་  
ཞིང་། དག་བ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པར་སྦྱང། རང་གི་  
སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་འདུལ། འདི་ནི་སངས་རྒྱས་  
བལྟན་པ་ཡིན། ལྷུས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ལེགས་པ་ན། དག་  
གི་སྒྲོམ་པ་ལེགས་པ་ཡིན། ཡིད་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ལེགས་པ་  
ན། ཐམས་ཅད་དུ་ནི་སྒྲོམ་པ་ལེགས། ཐམས་ཅད་  
སྦྱང་བའི་དག་སྦྱོང་དག སྦྱོག་བསྡུལ་ཀུན་ལས་ངེས་  
གྲོལ་ལོ། ཞེས་དང་། སྒྲོན། ཨོ་ཨ་མོ་གྲུ་གྲི་ལ། སྟོ་གྲུ་

ར་སྐ་བྱ་ར། བྱ་ར་བྱ་ར། མ་རྒྱ་ལྷ་ས་ར། དམ་བེ་བྱ་  
ཁི་ཏེ་བྱ་ར། རྒྱ་ར་རྒྱ་ར། ས་མ་རྒྱ་ཨ་ཕ་ལེ་གི་ཏེ་རྒྱ་ཕུ་  
སྒྱ་ར། ཞེས་ཚུ་ལ་བྲིམས་རྣམ་དག་གི་གཟུངས་ལན་ཉེར་གཅིག་སོགས་གང་

འགྲུབ་བརྒྱས་མཐར། བྲིམས་གྱི་ཚུ་ལ་བྲིམས་སྒྱུ་ན་མེད་

ཅིང་། ཚུ་ལ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་དང་ལྡན། རྒྱེས་

སེམས་མེད་པའི་ཚུ་ལ་བྲིམས་གྱིས། ཚུ་ལ་བྲིམས་པ་

རེ་ལ་ཕྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་ས་ཤོག་ ཅེས་དང་། རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་རྒྱེས་

སྒྱུ་སྒྲིབ་བྱུར་ཏེ། སོགས་ནས། ཏྲ་བ་ཏུ་མ་ཉམས་སྒྱུ་ན་

མེད་སྒྱུ་ད་པར་ཤོག་ ཅེས་སྒྲིབ་ལམ་གང་ག། དེ་ནས་སྒྲིབ་འཇུག་བྱུར་

སེམས་གྱི་གསོ་སྒྱུ་ད་གི་སྒྲིབ་དུ། ཐོག་མར། རི་སྒྲིབ་སྒྱུ་དག་སོགས་

ནས། ཕྱིར་བསྐྱེད་འོ་འོ་བར་གྱི་ཡན་ལག་བདུན་པས་ཚོགས་བསགས་ནས།

ཕྱོགས་བརྒྱ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྡན་

འདས་ཐམས་ཅད་དང་། ས་བཙུ་ལ་གནས་པའི་བྱང་

ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་དང་། སྒྲ་མ་རྩེ་རྩེ་

འཛིན་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་བདག་ལ་དགོངས་སུ་

གསོལ། །བདག་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བས། བྱང་ཆུབ་

སྟོང་པོར་མཆིས་གྱི་བར། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་

སྐྱབས་སུ་མཆི། །ཆོས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་

ཡི། །ཆོག་ས་ལའང་དེ་བཞིན་སྐྱབས་སུ་མཆི། །ཞེས་

ལན་གསུམ་གྱི་སྐྱབས་གསོལ་སྟོན་དུ་འགྲོ་བས། རྩེ་

ལྟར་སྟོན་གྱི་བདེ་གཤེགས་གྱི། །བྱང་ཆུབ་ཐུགས་ནི་

བསྐྱེད་པ་དང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པ་

ལ། །དེ་དག་རིམ་བཞིན་གནས་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་

འགྲོ་ལ་ཕན་དོན་དུ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་བསྐྱེད་བགྱི་

ཞིང་། ། དེ་བཞིན་དུ་ནི་བསྐྱབ་པ་ལའང་། ། རིམ་པ་  
བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བགྱི། ། ཞེས་ལན་གསུམ་གྱིས་  
བྱང་སྡོམ་བསྐྱར་དུ་བྲངས་པས་སྤར་གྱི་སྡོམ་རྒྱུན་ཁ་  
གསོས་ལ། ། དེང་དུས་བདག་ཆེ་འབྲས་བུ་ཡོད། ། མི་  
ཡི་སྤྱིད་པ་ལེགས་པར་བློབ། ། དེ་རིང་སངས་རྒྱས་  
རིགས་སུ་སྐྱེས། ། སངས་རྒྱས་སྤུས་སུ་བདག་དེང་  
གྱུར། ། དེ་ནི་བདག་གིས་ཅི་ནས་ཀྱང་། ། རིགས་དང་  
མཐུན་པའི་ལས་བརྩམས་ཏེ། ། རྒྱོན་མེད་བརྩུན་པའི་  
རིགས་འདི་ལ། ། རྒྱུ་པར་མི་འགྱུར་དེ་ལྟར་བྱ། །  
ལོང་བས་ཐུག་བདར་ཐུང་པོ་ལས། ། རི་ལྟར་རིན་ཆེན་  
རྟེན་པ་ལྟར། ། དེ་བཞིན་ཇི་ཞིག་ལྟར་བལྟས་ནས། །  
བྱང་རྒྱུ་མེས་མི་བདག་ལ་སྐྱེས། ། བདག་གིས་དེ་

རིང་སྐྱོབ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི།      །སྤྱན་སྦྲར་འགྲོ་བ་བདེ་  
གཤེགས་ཉིད་དང་ནི།      །བར་དུ་བདེ་ལ་མགྲོན་དུ་བོས་  
བེན་གྱིས།      །ལྟ་དང་ལྟ་མིན་ལ་སོགས་དགའ་བར་  
གྱིས།      །བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་རིན་པོ་ཆེ།      །མ་སྐྱེས་པ་  
རྣམས་སྐྱེས་གྱུར་ཅིག།      །སྐྱེ་པ་ཉམས་པ་མེད་པ་དང་།      །  
གོང་དུ་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག།      །བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དང་མི་འབྲལ་ཞིང་།      །བྱང་ཆུབ་སྦྱོང་ལ་གཞིལ་བ་  
དང་།      །སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཡོངས་བབྱང་ཞིང་།      །  
བདུད་ཀྱི་ལས་རྣམས་སྦྱང་བར་ཤོག།      །བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ནི།      །འགྲོ་དོན་བྱུགས་ལ་དགོངས་  
འགྲུབ་ཤོག།      །མགོན་པོ་ཡིས་ནི་གང་དགོངས་པ།      །  
སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བདེ་སྦྱོར་ཤོག།      །སེམས་ཅན་



ཐམས་ཅད་བདེ་དང་ལྷན་གྱུར་ཅིག། །ངན་འགྲོ་ཐམས་  
ཅད་ཏྲག་ཏུ་སྒྲོངས་པར་ཤོག། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
གང་དག་སར་བཞུགས་པ། །དེ་དག་ཀུན་གྱི་སྒྲོན་ལམ་  
འགྲུབ་པར་ཤོག། །ཅེས་དང་། སྒྲོན། བམསྟེ་ཡའྟེ་ཀུ་འྟེ།  
ཏ་ལྟེ་ག་ཏུ་འྟེ། སམ་ཏུ་ཨམ་ཏི་ཏུ་ཏུ་བྲ་སྟེ་རྣམ་ཏུ་ད་ལི་  
འྟེ། ཨམ་སམ་སམ་སམ་སམ་རྣེ་ཏེ། བྲ་བྲ་སྟེ་ལུ་ས་ལི།  
ཏར་ཏར། སྟེ་ར་སྟེ་ར་ཏ། བི་ག་ཏ་ཏུ་ག་བྲ་རྣམ་ཏེ།  
སར་སར་སམ་བལ། ཏས་ཏས། ཏལ་ཏལ། ལྟ་  
ག་ལྟ། མ་ཏུ་བར་ལགྲ་ཏེ། ཏྲལ་ཏྲལ་སྟེ་ག་རེ་སྟེ་  
ཏྲ། ཞེས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཡི་གེ་བརྒྱ་པ་ཉེར་གཅིག་སོགས་ཅི་རུས་  
བསྟེ། དེ་ནས་སྟགས་གྱི་གསོ་སྒྲོང་ལ། བློ་མར་ཉམས་ཆག་སྒྲོང་བའི་ཆེད་  
ཏྲ། གནས་ཡུལ་བདེ་ཆེན་འབར་བའི་ཕོ་བྲང་དབུས། །

རིགས་ཀུན་བྱུང་བདག་སྤྲུལ་རྩེ་རྩེ་སེམས་། །དཀར་

གསལ་འཇུག་ལྟོན་རྩེ་རྩེ་བྱུང་ཕྱག་ཅན་། །འོངས་སྐྱུ་འི་

ཆས་རྩེ་གསལ་སྤྲུལ་སེམས་ལྟོན་དང་སྐྱུར་། །པད་ལྷན་སྐྱུ་ལ་

ཀྱང་འཇུག་ལྟོན་སྐྱུ་མའི་སྐྱུ་། །འོང་གྱུར་སྐྱུ་འི་དབྱེས་

པས་དགོངས་ཏེ་བཞུགས་། །ཞེས་བདུན་མཁར་རྩེ་རྩེ་སེམས་དཔའ་

བསྐྱེད་པ་ལ་དམིགས་ཏེན་བཅས་ཏེ། །ཨོ། །ཡེ་ཤེས་སྐྱུ་མཆོག་

སོགས་བརྩོན་མེད་དོན་ལགས་ཀྱི་མཐར་ཡི་གོ་བརྒྱ་པ་ཉེར་གཅིག་སོགས་གང་

འགྲུབ་བསྐྱེད་པས་ཉམས་ཆག་སྐྱུངས་ནས། །སྤྲུལ་རྩེ་རྩེ་སེམས་སྐྱུ་

ཡི་གནས་བཞི་ལས། །འོང་ཟེར་བྱུང་བ་བདག་གི་

གནས་བཞིར་བྲིས། །སྐྱུ་གསུང་བྱུགས་དང་ཡེ་ཤེས་རྩེ་

རྩེ་ཡིས། །བྱིན་གྱིས་བསྐྱེད་པས་ནས་དབང་བཞི་ཐོབ་པར་

གྱུར། །ཅེས་ལམ་དུས་ཀྱི་དབང་སྐྱུངས་པས་རྒྱ་དུས་ཀྱི་དབང་གི་ཡེ་ཤེས་

གསོས་བཏབ་ལ།      ཨོྃ།      བདེ་བར་གཤེགས་པ་བྱེད་ཅི་  
འདྲ།      །དེ་འདྲ་ཁོ་ནར་བདག་གྱུར་ཅིག།      །སྤྱོད་པ་ཆེད་  
བྱུང་བསམ་ཡས་པ།      །འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་བདག་གིས་  
སྤྱད།      །བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་སྡོམ་པ་དང་།      སྐྱུ་  
གསུང་བླགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་འདི།      སྟོག་གི་ཕྱིར་ཡང་མི་  
གཏོང་ན།      །རྫོང་རྒྱལ་པོས་བྱིན་རྒྱབས་མཛོད།      །དུས་  
ངན་ཐ་མའི་འཛིག་རྟེན་འདིར།      །སངས་རྒྱས་མཛོད་  
དཀའ་བདག་གིས་བསྐྱབ།      །བྱང་ཆུབ་སྤྱད་དཀའ་དག་  
གིས་སྤྱད།      །རྫོང་རྒྱལ་འབྱོར་དཀྱིལ་འཁོར་འདིར།      །  
བདག་ཅག་བསམ་པ་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག།      །ཅེས་ལན་  
གསུམ་གྱིས་སྐྱགས་སྡོམ་ལས་མི་འདའ་བའི་དམ་  
བཅའ་སྤངས་མཐར།      སྒྲ་མཛོར་སེམས་འོད་ཟུ་རང་ལ་

ཐེམ། འིག་སྟོང་དོན་གྱི་རྟོག་སེམས་རང་ཞལ་བལྟ། །  
ཞེས་མཉམ་པར་བཞག། འི་ནས་རྗེས་ལ། སྒྲ་མ་ཡི་དམ་ལྟ་ཆོག་གས་  
དགོངས་སུ་གསོལ། ཞེས་སོགས་སྒྲ་གས་གྱི་ལམ་རིམ་དང་སྦྱར་  
བའི་སྟོན་ལམ་ཟབ་མོས་རྒྱས་གདབ་པས་བྱུང་པོ། ཞེས་སྟོམ་པ་གསུམ་གྱི་  
ཉམས་ལེན་གསོ་སྦྱང་གི་ཚུལ་རྒྱས་པ་ལག་ཏུ་མི་ལོན་ཅིང་བསྐྱུས་པའི་གནད་དོན་  
བསྐྱུ་བར་མ་ཞེས་པ་རྣམས་གྱི་འདུག་སྒྲོར་ཅུང་ཟད་ཕན་དུ་རེ་བས་འཛིག་གས་བྲལ་  
ཡེ་ཞེས་རྗེ་རྗེས་བྱེར་བདེ་དོན་ཚང་དུ་བསྐྱེབས་པ་དགོ། །

༄༅། | **བརྗོད་མེད་དོན་གྱི་ལག་གསལ་པ་ནི།**      ཨོྫོ།      ཡེ་ཤེས་སྐྱུ་  
མཆོག་རང་བཞིན་དགྱིལ་འཁོར་ནི།      ཁྲི་རྒྱས་བཞིན་དུ་  
སྒྲོས་པ་མི་མངའ་ཡང་།      བྱུགས་རྗེས་ཉི་གསལ་འོད་  
བཞིན་སྒྲོམས་མཛད་པ།      འདིར་གཤེགས་བདག་ལ་  
དགོངས་ཤིང་བཞུགས་སུ་གསོལ།      བརྗོད་མེད་ཤེས་  
རབ་མི་གཡོ་ཆོས་གྱི་སྐྱུ།      བདེ་ཆེན་ཡོངས་སྤྱོད་  
རྗོགས་སྐྱུ་རིགས་ལྡེའི་གཙོ།      བྱུགས་རྗེ་ཐབས་མཁས་  
རྒྱ་ཆེ་ཤིང་པའི་ལྷ།      ཁི་བྲོ་སྤྱལ་པའི་སྐྱུ་ལ་ཕྱག་འཆལ་  
ལོ།      དངོས་སུ་འབྱོར་དང་ཡིད་གྱིས་རྣམ་སྤྱལ་པའི།      །  
ཀུན་ཏུ་བབང་པོ་སྤྲེལ་མེད་མཆོད་སྤྲོས་གྱིས།      མཁའ་  
དབྱིངས་རྣམ་དག་རྒྱ་ཆེར་ཡོངས་བཞོད་དེ།      བྱིན་  
གསང་བའི་མཆོད་པ་རྒྱ་མཆོས་མཆོད།      ཀུན་ཏུ་བབང་

མོ་གསང་བའི་བླ་ག་ལ།    རྒྱལ་བའི་དགྲིལ་འཁོར་རབ་  
འབྱམས་མ་ལུས་ཀུན།    འདྲུ་འབྲལ་མེད་པའི་ངང་དུ་  
རོ་གཅིག་པ།    །གཉིས་མེད་བྱང་ཆུབ་སེམས་གྱིས་  
མཉེས་བྱུར་ཅིག    །སེམས་གྱི་རང་བཞིན་ཆོས་དབྱིངས་  
ནམ་མཁའ་ཆེ།    །ཆོས་རྣམས་རྣམ་དག་ཡེ་ནས་འོད་  
གསལ་ཞིང་།    རྣལ་འབྱོར་ཉིད་དབྱིངས་སྒྲུབ་སམ་ལས་  
འདས་པའི།    །མཉམ་ཉིད་བྱང་ཆུབ་སེམས་ལ་རྟག་ཏུ་  
འདུད།    །ཀུན་བཟང་ཚྃ་གས་ཆེན་ཡེ་ནས་བརྟལ་བ་  
ལ།    །སྤྱི་ནང་གསང་བ་བཀོད་པའི་དགྲིལ་འཁོར་ནི།    །  
སྒྲུང་སྤྱིད་རྣམ་དག་ལྷ་དང་ལྷ་མེའི་དབྱིངས།    །འབྱུང་  
དང་འབྱུང་འབྱུར་ཡབ་ཡུམ་ལྷུན་ཚྃ་གས་རྣམས།    །  
གསང་ཆེན་རབ་དབྱེས་གཟུགས་ཅན་བདག་ཉིད་མ།    །



མཁའ་དབྱིངས་གྲོང་ཡངས་པ་རྫོ་འབྲིལ་བ་ལས། །  
གཉིས་མེད་ཐིག་ལེ་ཆེན་པོར་འོད་གསལ་ཞིང་། །མ་  
བཙེས་སྒྲོས་མེད་བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པོའི་སྒྱ། །ཅིར་ཡང་  
སྒྲུང་བ་བདེ་ཆེན་གཡུང་རྒྱུང་སྒྱ། །འདྲུ་འབྲལ་མེད་པ་  
གསང་བའི་དགྲིལ་འཁོར་འདིར། །བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་  
རིགས་ལྡེ་ཡབ་ཡུམ་དང་། །བྱང་ཆུབ་ལྷུ་མ་དཔལ་བྱོ་བོ་  
བྱོ་མའི་ཆོགས། །རྫོ་ལྷུ་མེ་ཆོགས་རྫོ་ཆོགས་གྱི་  
བདག །རིགས་ལྡེ་དཔལ་ཆེན་བྱོ་རྒྱལ་ཡབ་ཡུམ་  
བཅུ། །གནས་དང་ཡུལ་གྱི་ཕུག་རྒྱ་སྒྲོ་མ་བཞི། །ཡེ་  
ཤེས་སྤྲུལ་པའི་ལྷ་ཆོགས་མང་པོ་དང་། །མ་ལྟར་  
བྱམས་ཤིང་སྤྱིང་ལྟར་གདུང་ལ་སོགས། །ལེགས་ཉེས་  
སྤངས་འཛིན་དམ་ཆོག་རྫོ་ལྷུ་མ་གཙོད་མ། །ཕྱིན་མཁའ་

འགྲོ་ནལ་འབྱོར་མ་ཡི་ཆོགས།     །དཔང་བྱུར་རྩི་རྩི་དམ་  
ཅན་དགོངས་སུ་གསོལ།     །ཧྲོ།     ཐུགས་རྩི་གདུང་  
འཆོབ་རིག་འཛིན་བདག་ཅག་གིས།     །འགྲོ་བའི་དོན་དུ་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་དེ།     །སྒྲ་མེད་གོ་འཕང་བགྲོད་  
པར་བྱ་བའི་ཕྱིར།     །བསྟན་པ་རྒྱ་མཆོའི་སོ་སོའི་འདུལ་  
བྲིམས་དང་།     །སྐྱ་གསུང་ཐུགས་དང་མཉམ་སྦྱོར་སྡེམ་  
པའི་མཆོག     །རྩི་རྩི་འདའ་དགའ་དམ་ཆོག་གཏན་གྱི་  
གཉེར།     །སྦྱི་དང་བྱང་པར་ལྷག་པའི་དམ་ཆོག་  
ནམས།     །སྡེ་ཕྱིར་མཐོས་ཤིང་གཉེར་དུ་སྦྱས་སོ་  
འཆལ།     །ཡུན་དུ་མི་གཏོང་འདའ་བར་མི་བགྲོད་  
ཅིང་།     །དོན་ལ་གོལ་ཞིང་སྡེ་ག་སེམས་མ་མཆིས་  
ཀྱང་།     །གདོད་བྱ་ལོང་ཡོད་སྟུམ་པའི་ལེ་ལོ་ཡིས།     །

གྲོང་དུ་མ་གྱུར་ཅུ་ལ་ཤུགས་ཆུང་བ་དང་། །ཤེས་

བཞིན་མི་ལྟན་བག་མེད་དབང་གྱུར་ཏེ། །སྒྲོམ་ལ་མི་

བརྩོན་བསྐྱོན་སྐྱབ་གཡེལ་ལ་སོགས། །ཆོར་དང་མ་

ཆོར་མ་རིག་དབང་གིས་ན། །སྟོན་པའི་བཀའ་དང་དམ་

ལས་འདས་གྱུར་ཏེ། །རྣལ་འབྱོར་གང་ཞིག་དམ་ཆོག་

ཉམས་པ་དང་། །སྐད་ཅིག་ཙམ་ཡང་འཕྲད་པར་མི་བྱ་

ཞེས། །བཀའ་ལས་བྱུང་ཞིང་དེ་ལྟར་མ་སྟོབས་ཏེ། །

གསང་སྒྲོ་འཆོལ་བས་དབྱེ་བས་ལ་དཀའ་བ་དང་།

མངོན་ཤེས་མེད་པས་སྐྱོན་ཅན་མ་རྟོགས་ཏེ། །ཉམས་

དང་ཆོགས་འདྲེས་ཉམས་པ་བསྐྱང་བ་དང་། །ཉམས་

དང་སྒྲོད་མིན་རྣམས་ལ་ཆོས་བཤའ་དང་། །ཉམས་ལ་

མི་འཇོམ་ཉམས་པའི་སྐྱོན་ལ་སོགས། །ཉམས་དང་

འགྲོགས་ཤིང་ཉམས་པ་དེ་དག་གིས།      ཉམས་གྲིབ་  
སྒྲོན་གྱིས་གོས་པར་གྱུར་ཏེ་འཆེལ།      ཆེ་འདིའི་རྒྱུན་  
དང་ཡུན་གྱི་སྒྲིབ་གྱུར་རྣམས།      རབ་གཞོང་འགྲོད་པའི་  
སེམས་ཀྱིས་མཐོལ་ལོ་བཤགས།      བྱམས་པའི་  
བྱགས་བརྩེས་བདག་ལ་དགོངས་ནས་གྱུང་།      གཉིས་  
མེད་དབྱིངས་ལས་མི་འགྱུར་བདག་བཀོད་དེ།      །  
དམིགས་མེད་བཏང་སྟོམས་ངང་ལ་བཞུགས་ནས་གྱུང་།  
གཉིས་མེད་དོན་གྱི་ཆངས་པ་སྦྱལ་དུ་གསོལ།      འོན་  
དམ་དམིགས་མེད་སྟོས་ལས་འདས་པས་ན།      རྣམ་  
ཏྲིག་གང་ཡང་དམིགས་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་།      ཀྱུན་  
ཐོབ་སྒྲུ་མ་ཙམ་གྱི་དབང་གིས་ན།      རྟོངས་པ་མཆིས་ན་  
རབ་ཞོངས་བཟོད་པར་གསོལ།      ཞེས་བཤགས་པའི་རྒྱུད་ཇི་མ་

མེད་པའི་རྒྱལ་པོ་ལས།

ཡེ་ཤེས་ལྷ་དང་འཁོན་གཟུག་བཤགས་པའི་ལེན་བཞི་

པ་ཁོལ་དུ་ཕྱངས་པའོ།།

༥ བདེ་གཤེགས་སྤྱི་བཤགས་ནི། དུས་གསུམ་བདེ་གཤེགས་

རྒྱལ་བ་འཁོར་དང་བཅས། རྫོང་དམ་ཅན་མ་ལུས་

དགོངས་སུ་གསོལ། །དང་པོར་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་

སེམས་བསྐྱེད་དེ། །སྐྱབ་པའི་རིག་འཛིན་བྱང་ཆུབ་གོ་

འཕང་དུ། །སྐྱ་གསུང་བྲགས་ཀྱི་རྫོང་ཆེ་བསྐྱབ་པའི་

ཕྱིར། །ཡི་དམ་ལྟ་དང་རྫོང་ཆེ་སློབ་དཔོན་དང་། །གསང་

བའི་དམ་ཆོག་གྲངས་སུ་མཉོས་པ་ལ། །དམ་བཅས་

བཀའ་ལས་འདའ་བར་མི་བགྱི་སྟེ། །ལས་དང་བསྐྱལ་

བས་དབྱུལ་བར་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །འདོད་ཆགས་ཞེ་

སྒྲིང་གཏི་ལྷག་ད་རྒྱལ་དང་། །ཕྱག་དོག་ལ་སོགས་

ཤོར་ནས་ནོངས་བགྱིས་པ། །རྫོང་སློབ་དཔོན་སྟོན་པ་

སྟོན་མེ་ལ། །སྟིང་ནས་སྒྲིང་ཅིང་དམ་ཆོག་ཉམས་པ་



དང་། །དམ་ཚིག་གཅིག་པའི་རྗེ་རྩུན་རྣམས་ལ། །  
ངན་སེམས་ལོག་པར་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ། །སྐྱི་ཡི་དམ་  
ཚིག་ཉམས་པ་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །ཡི་དམ་ལྟ་ཡི་  
ཕུག་རྒྱུ་མ་གསལ་ཞིང་། །ཕྱགས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་བྱངས་  
ལས་ཆད་པ་དང་། །དུས་དུག་ལས་ཀྱི་མཆོད་པ་བྱང་  
པར་དུ། །བསྐྱེད་བསྐྱབ་སྐྱོང་བའི་ཚེ་ག་མ་བགྱིས་  
ཏེ། །བཀའ་ལྟར་མ་ལྟོགས་གཞུང་བཞིན་རྗེ་མ་  
ཐོགས། །གསུང་གི་དམ་ཚིག་ཉམས་པ་མཐོལ་ལོ་  
བཤགས། །རྗེ་རྩེ་སློབ་དཔོན་བྱམས་པའི་བཀའ་ངོན་  
གྱིས། །སྒྲོན་བྱངས་བརྒྱུད་ནས་སེམས་ཀྱི་དགྱིལ་དུ་  
བཞག། །ཕུགས་ཀྱི་མན་ངག་བྱིན་པས་དམ་ཚིག་  
འདྲེས། །གསང་མཚམས་འདས་ནས་འཆོལ་བར་

སྒྲུབ་ལ་སོགས། བྱུགས་ཀྱི་དམ་ཚིག་ཉམས་པ་

མཐོལ་ལོ་བཤགས། ཆོས་རྣམས་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་མ་

རྟོགས་ཏེ། ཡམས་ལག་དམ་ཚིག་ཉམས་པ་མཐོལ་ལོ་

བཤགས། ལེ་ལོ་སྟོམས་ལས་གཉིད་ཀྱི་དབང་གྱུར་

ཏེ། བསྟེན་སྒྲུབ་དམ་ཚིག་ཉམས་པ་མཐོལ་ལོ་

བཤགས། ལྷུས་ངག་ཡིད་ཀྱི་བསྐྱུང་བྱ་འདས་པ་

ཡིས། སྐྱུ་གསུང་བྱུགས་ཀྱི་དམ་ཚིག་ཉམས་པ་

བཤགས། ཞེས་དང་། རྗེ་བཙུན་བླ་མ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་

ལམ་དུ། ཡོ་བྱད་འབྱོར་ཚོགས་ཀྱང་བ་མཐོལ་ལོ་

བཤགས། ཡི་དམ་ལྟ་ཚོགས་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་ལམ་

དུ། མངོན་རྟོགས་སྤོང་ལེན་བྱས་པ་མཐོལ་ལོ་

བཤགས། མཁའ་འགྲོ་སྡེ་བཞི་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་ལམ་

དུ། །ཁས་སྒངས་དམ་བཅས་ཉམས་པ་མཐོལ་ལོ་

བཤགས། །ཆོས་སྐྱོང་སྐྱོང་མ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་ལམ་

དུ། །གཏོར་མ་ལོ་ལྷན་འབྱུངས་པ་མཐོལ་ལོ་

བཤགས། །དུས་གསུམ་པ་མ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་ལམ་

དུ། །ཁྱིམ་ལན་ལན་གྱིས་མ་འཇལ་མཐོལ་ལོ་

བཤགས། །མཆེད་དང་ལྷུ་མ་དཔལ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་ལམ་

དུ། །དམ་ཆོག་བཙུང་གཏུང་ཁྱུང་བ་མཐོལ་ལོ་

བཤགས། །འགྲོ་དུག་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་ལམ་

དུ། །སྒྲིང་རྩེ་ཕན་སེམས་ཁྱུང་བ་མཐོལ་ལོ་

བཤགས། །སོ་སོར་བར་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱིམ་པ་དང་། །

བྱང་ཁྱུང་སེམས་དཔལ་རྣམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དང་། །

རིག་པ་འཛིན་པ་སྤྲུགས་ཀྱི་དམ་ཆོག་སོགས། །ཉམས་

པ་ཐམས་ཅད་མཐོལ་བཤགས་མི་འཆབ་བོ།     མི་སྤེད་  
སྒྲན་ཆད་གཅོད་ཅིང་སྒྲུམ་པར་བསྒྱེ།     ཁྲུས་གསུམ་  
བྱས་པའི་སྒྲིག་སྒྲིབ་མཐོལ་བཤགས་ན།     ཁོངས་པར་  
མཛོད་ནས་སྐྱ་གསུང་བྱུགས་ལ་སོགས།     མཆོག་དང་  
བྱན་མོང་དངོས་བྱུབ་སྐྱུལ་དུ་གསོལ།     ཞེས་ཅི་མེད་བཤགས་  
རྒྱུད་ཀྱི་ལེན་ཐ་མ་ལས་ཐུང་པའོ།།

༄༅། །ཙུང་བཙུ་བཞི་ནི། རྒྱ་གར་རྒྱུད་དུ། བརྗོད་ཡུ་ན་ལྷ་  
ལྷ་པ་རྒྱི། བོད་རྒྱུད་དུ། དེ་མེ་ཐེག་པ་འི་རྩ་བ་འི་ལྷུང་བ།  
འཇམ་དཔལ་གཞི་ན་རྩུ་རྩུ་པ་ལ་ཕུག་འཆལ་ལོ། །  
ཀུན་ནས་དང་བས་སྒྲུ་མ་ཡི། །ཞབས་ཀྱི་པ་རྗོད་རབ་  
བཏུང་དེ། །རྩ་བ་འི་ལྷུང་བ་བཙུ་བཞི་ནི། །རྒྱུད་ལས་  
གསུངས་པ་བཤད་པར་བྱ། །གང་ཕྱིར་དེ་མེ་འཇིན་པ་  
ཡི། །དངོས་གྲུབ་སྒྲོ་བ་དཔོན་མེས་འབྲང་གསུངས། །  
དེ་བས་དེ་ལ་བརྟེན་པ་ནི། །རྩ་བ་འི་ལྷུང་བ་དང་པོར་  
བཤད། །དང་པོ་ཕོ་ག་པ་མཐོལ་ལོ་བཤད་གས། །བདེ་  
གཤེགས་བཀའ་ལས་འདས་པ་ནི། །ལྷུང་བ་གཉིས་པ་  
ཡིན་པར་བརྗོད། །གཉིས་པ་ཕོ་ག་པ་མཐོལ་ལོ། །དེ་མེ་འི་  
སྤྱན་ལ་བྲོས་ནས་ནི། །ཉིས་པར་བརྗོད་པ་གསུམ་པ་

ཡིན། གསུམ་པ་ཕོག་པེ། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་  
བྱམས་པ་སྟོངས། བཞི་པ་ཡིན་པར་རྒྱལ་བས་  
གསུངས། བཞི་པ་ཕོག་པེ། ཆོས་ཀྱི་རྩ་བ་བྱང་ཆུབ་  
སེམས། དེ་སྟོང་བཞི་ལྟ་པ་ཡིན། ལྟ་པ་ཕོག་པེ།  
རང་ངམ་གཞན་གྱི་གྲུབ་པའི་མཐའ། ཆོས་ལ་སྟོང་པ་  
དྲུག་པ་ཡིན། དྲུག་པ་ཕོག་པེ། ཡོངས་སུ་མ་སྟོན་  
སེམས་ཅན་ལ། གསང་བ་སྟོགས་པ་བདུན་པ་  
ཡིན། བདུན་པ་ཕོག་པེ། སྤང་པོ་སངས་རྒྱས་ལྟའི་  
བདག་ཉིད། དེ་ལ་སྟོང་པ་བརྒྱད་པ་ཡིན། བརྒྱད་པ་  
ཕོག་པེ། རང་བཞིན་དག་པའི་ཆོས་རྣམས་ལ། སེམས་  
ཉི་ཟ་བ་དགུ་པ་ཡིན། དགུ་པ་ཕོག་པེ། གདུག་ལ་  
ཉི་ཟ་ཏུ་བྱམས་ལྟན་པ། བྱེད་པ་དེ་ནི་བཙུ་པར་



འདོད། །བརྩ་པ་ཕྱིག་པེ། མིང་སྟོན་སྟེང་གི་ཆོས་

རྣམས་ལ།      རེད་རྟོག་པ་ནི་བརྟུ་གཅིག་པ།      བརྟུ་

གཅིག་ཕྱག་པ་། སེམས་ཅན་དད་དང་ལྡན་པ་ཡི། །

སེམས་སྤྱོད་འབྱོར་པ་བརྩུ་གཉིས་པ།                      །བརྩུ་གཉིས་

**ཕྱག་པུ།**    དམ་ཆོག་རྒྱས་ནི་ངེ་བཞིན་ཉིད།    ཁྲི་བསྟེན་

པ་ནི་བརྩ་གསུམ་པ།      །བརྩ་གསུམ་ཕྱི་ག་པ་༥      །ཤེས་

རབ་རང་བཞིན་བྱད་མེད་ལ།      ཁྲོད་པར་བྱེད་པ་བརྩ་

བཞི་པ། །བརྩ་བཞི་ཕྱག་པ་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །

ལྷགས་པས་འདི་དག་སྤངས་ནས་ནི།      །དངོས་གྲུབ་

དེས་པར་ཐོབ་པར་འགྱུར།      །གཞན་དུ་དམ་ཚིག་ལས་

ཉམས་ན། །ཉམས་པ་བདུད་གྱིས་བཟུང་བར་འགྱུར། །

དེ་ནས་སྐྱབས་བསྐྱེད་མཆོད་འབྱུང་ནིང་། ། །མཐུར་དུ་

བལྟས་ཏེ་དབྱུལ་བར་འགོ།      །དེ་བས་ང་རྒྱལ་བཙུམ་  
ནས་ནི།    །བདག་ཉིད་མ་འབྱུལ་ཤེས་པར་བྱ།    །མཉམ་  
པར་བཞག་པས་སྒྲ་མ་ལ།      །ཅི་འབྱོར་པ་ཡིས་མཆོད་  
བྱས་ནས།      །གསུམ་ལ་སྐྱབས་འགོ་ནས་བརྩམས་  
ཏེ།    །བྱང་རྒྱལ་སེམས་སོགས་སྒྲིམ་པ་ནི།    །གལ་ཏེ་  
བདག་ལ་ཕན་འདོད་ན།    །སྒྲགས་པས་འབད་དེ་གཟུང་  
བར་བྱ།    །དེ་ཐེག་པའི་རྩ་བའི་ལྷུང་བ་སྒྲོ་བདེན་ཏྲ་དབྱངས་ཀྱིས་མཛད་པ་  
ཚོགས་སོ། །

༥    སྒྲ་མའི་ཞབས་ཀྱི་པརྫོ་ལ།    །ཀྱན་ནས་དང་བས་  
ཕྱག་བཙུལ་ཏེ།    །སྒྲིམ་པའི་ལྷུང་བ་རྣམ་པ་བརྒྱད།    །  
རྒྱད་ལས་གསུངས་པ་འབྲི་བར་བྱ།    །ཤེས་རབ་སྒྲོ་བས་  
ཀྱིས་ལེན་པ་དང་།      །དེ་ཡི་བདུད་རྩི་སྒྲོ་བས་ཀྱིས་

ལེན། རྫོང་མིན་ལ་ནི་མི་གསང་དང་། རྫོགས་གྱི་  
ནང་དུ་ཚོད་པ་དང་། དང་ལྡན་ལ་གཞན་ཆོས་  
སྟོན་དང་། ཉན་ཐོས་ནང་དུ་ཞག་བདུན་གནས། རྩུན་  
གྲིས་རྣལ་འབྱོར་ང་རྒྱལ་བྱེད། དང་པ་མེད་ལ་ཆོས་  
སྟོན་པ། འདི་རྣམས་སྟོམ་པོའི་ལྟུང་བར་བཤའ། རྩ་  
ལྟུང་སྟོམ་པོའི་རིམ་པ་དག རྫོགས་ཡིས་ནི་ཤེས་བྱ་  
ཞིང་། ཉམས་པར་བྱུང་ན་བཤའ་གསུང་པར་བྱ། རི་རྩེ་ཐེག་  
པའི་སྟོམ་པོའི་ལྟུང་བ་སྟོབ་དཔོན་གྱི་སྒྲིབ་གྱི་ཞལ་སྒྲུ་ནས་མཛད་པ་རྫོགས་

སོ། །

༄༅། །རི་བོ་བསང་མཆོད་གྱི་ངག་འདོན་བྲིག་ས་བཀོལ་བཞུགས། ཨོྃ

སྤྱི། ལྷ་བཙུན་རིག་འཛིན་སྟོག་སྐྱབ་གྱི་མན་ངག་རི་བོ་བསང་མཆོད་ལག་

ཏུ་ལེན་པ་ལ། གཙང་མའི་སྣོད་དམ་ཐབ་ཏུ་བབས་ཤིང་སྟོས་སྤྲོན་དཀར་མངར་

བསང་སྒྲུ་ཕྱེ་མར་སོགས་གང་འབྱུར་བཀའ་ཤིས་པའི་མེར་བསྟེགས་ཤིང་ཁུ་གཙང་

བཅུ། ཐོག་མར་སྐྱབས་འགྲོ་ནི། ཨོྃ་ཨྲཱུཾ་ཧྲཱིཾ་ མཁའ་མཉམ་

སྟིང་ཞིའི་སྐྱབས་ཀུན་སྟོང་པོའི་བཙུང་། དབང་དྲག་

རིག་འཛིན་པར་ཐོད་ཐོད་རྩལ་། བྱིད་སྒྱུར་སྒྲུང་སྟིང་

རྒྱལ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་ཚྲོགས་། འགྲོ་ཀུན་སྟིང་ལས་

བསྐྱལ་ཕྱིར་སྐྱབས་སུ་མཆིེ། ལན་གསུམ། སེམས་བསྐྱེད་ནི།

གསང་མཆོག་ཡེ་ཤེས་འོད་གསལ་ཐོག་ལེའི་གཞིར་།

འགྲོ་ཀུན་སྟོབ་གསུམ་དག་ནས་སྐྱེད་དང་གསུང་།

ཐུགས་གྱི་ཐོག་ལེར་ལྷན་གྲུབ་སྒྲུང་བཞིའི་ངང་།

གཞིན་རུ་བུམ་སྐྱར་གྲོལ་བར་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ལན་

གསུམ། ཡན་ལག་བདུན་པ་ནི། གཞིས་རིག་མ་བཅས་གཉུག་

མར་ཕུག་འཆལ་ཞིང་། གཏིང་མཐའ་བྲལ་བའི་འོད་

གསལ་མཆོད་པ་འབྱལ་། འཁོར་བ་མྱང་འདས་

མཉམ་ཉིད་གྲོང་དུ་བཞག་ས། སྒོ་བྲལ་ཆོས་བད་ཆེན་

པོར་རྗེས་ཡི་རང་། ལྷན་གྲུབ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་

འཁོར་བ་སྒྲོར་། འཁོར་བ་དོང་ནས་སྒྲུགས་པར་

གསོལ་བ་འདེབས་། འཁོར་གསུམ་དམིགས་མཐའ་

བྲལ་བའི་པ་མཐར་བསྒྲོ། བདག་བསྐྱེད་ནི། ཀ་དག་ཆོས་

སྐྱའི་དབྱིངས་ལས་འགགས་མེད་ཅུལ། །པརྒྱ་ཐོད་ཐོད་

དཀར་དམར་གཞིན་ཚུལ་མཛེས། །མཚན་དཔའི་གཟི་

འབར་རྫོགས་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།      །ཨོྫེ་ཨུཾ་ཧཱུྃ་བཏྲ་གུ་རུ་པཏྲ་སིཥྲཱི་

ཧཱུྃ།      །ཞེས་བརྒྱུ་ཙ་ཙམ་བཟླ།      །དེ་ནས་བསང་རྣམས་རྩི་ཡི་ཁྱིམ་

བསང་སྤྱད།      །སྟོང་པའི་ངང་ལས་བསང་རྣམས་བྱག་པ་མེད་

པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་རྩི་འདོད་ཡོན་རྒྱ་མཆོའི་སྤྱོན་སྤྱད་

མཁའ་བྲུབ་ཏུ་འཕྲོ་བར་གྱུར།      །འབྲུ་གསུམ་དང་ནམ་མཁའ་མཛོད་

སྤྲལ་ལན་གསུམ་སོགས་ཀྱིས་བྱིན་བརྒྱབ་ལ།      །ཧཱུྃ།      །རིན་ཆེན་སྒྲ་

ཆོགས་དྲངས་མའི་སྟོང་ཡངས་སུ།      །འཇིག་རྟེན་སྤྱིད་

པའི་འདོད་རྒྱ་དམ་ཆོག་རྣམས།      །འབྲུ་གསུམ་ཡེ་ཤེས་

བདུད་རྩིར་བྱིན་བརྒྱབས་པས།      །སྤྱད་སྤྱིད་མཆོད་པའི་

འདོད་རྒྱར་འབྲུགས་པ་འདི།      །སྤྲ་མ་ཡི་དམ་ཏུ་གི་ཆོས་



སྤྱད་དང་། ཕྱོགས་བཅུ་རྒྱལ་བའི་དགྲིལ་འཁོར་ཇི་

སྟེད་དང་། འཇམ་སྒྲིང་གཞི་བདག་རིགས་རྩལ་ལན་

ཆགས་མགོན་། བྱད་པར་བདག་གི་ཆེ་འཕྲོག་སྟོག་རྒྱ་

ཞིང་། རྟ་གཏོང་བར་ཆད་ཚུམ་པའི་འབྱུང་པོ་དང་།

མི་ལམ་རྟགས་མཆན་ངན་དང་ལྟས་ངན་རིགས་། རྟེ་

བརྒྱད་མ་རུང་ཆེ་འཕྲུལ་བདག་པོ་དང་། བས་དང་

གནས་དང་ཞོར་གྱི་ལན་ཆགས་ཅན་། གྲིབ་བདག་སྟོ་

འདྲེ་ཕོ་གཤེན་མོ་གཤེན་དང་། གྲི་བོ་བེ་རང་གྲོང་སྟོན་

འདྲེ་མོ་བཅས་། ལན་ཆགས་དམར་པོའི་མོ་ལ་འཇལ་

ཏེ་བསྟེན་། རང་རང་ཡིད་ལ་གང་འདོད་འདོད་རྒྱའི་

ཆར་། ཇི་སྟོང་ནམ་མཁའ་གནས་གྱི་བར་ཉིད་དུ་།

འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་བྱད་པ་མེད་པར་བསྟོ། བདག་གི་

དུས་གསུམ་བསགས་པའི་སྒྲིག་སྒྲིབ་དང་། དགོན་

མཆོག་དང་གཤེན་དགོར་ལ་སྤྱད་པ་རྣམས་། སྒྲིན་

སྒྲིག་མེ་མཆོད་འདི་ཡིས་དག་གྱུར་ཅིག་། མེ་ལྷེ་སྤྱད་

སྒྲིད་གང་བའི་རྩལ་ཤུན་རེས་། ཀུན་བབང་མཆོད་པའི་

སྒྲིན་སྤྱད་མི་བཅད་པ་། རྒྱལ་བའི་ཞིང་ཁམས་ཡོངས་ལ་

བྱབ་གྱུར་ཅིག་། མེ་ལྷེ་ཡེ་ཤེས་འོད་ལྔའི་མཆོད་སྒྲིན་

བེར་། རིགས་རྒྱག་མནར་མེད་གནས་སུ་བྱབ་གྱུར་

པས་། ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་འཇའ་ལྷུས་འོད་སྐྱར་

གྲོལ་། འགྲོ་ཀུན་བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པོར་སངས་རྒྱས་

ཤོག་། ཨོྩ་ཨུཾ་ཧྲུཾ། ཞེས་འབྲུག་སུམ་བརྒྱ་སྟོང་སོགས་གང་འབྲུག་

མཐར་། སྐྱེ་གསུམ་དག་པ་སྟོང་གྲི་གཞལ་ཡས་སུ་།

ཆོས་ཡོངས་སྤྲེལ་གསུམ་སྤྱད་སྒྲིད་གཟུགས་སྤྱད་

[illegible]

དབྱིངས་གང་།                      ལྷང་སྤྱིད་འཁོར་འདས་དེ་མེའི་འོད་  
ལྡེའི་གཞིར་།                      ལྷན་གྲུབ་ཚྲོགས་སངས་རྒྱས་པའི་  
བསྐྱེད་ཀྱིས་འབྱུང་།                      ལྷོན་གྱི་ལན་ཆགས་ཐམས་ཅད་  
བྱུང་གྱུར་ཅིག་།                      ད་ལྟ་རྒྱུད་ལ་མི་གནས་མཐོལ་  
ལོ་བཤའ་གསུང་།                      མ་འོངས་སྐྱབ་པའི་འཁོར་ལོར་མ་གྱུར་  
ཅིག་།                      སོ་ཐར་བྱུང་སེམས་རིག་པ་འཛིན་པ་ཡི་།  
སྡེ་མ་བཅས་བསྐྱབ་པ་གསང་སྤྲུགས་དམ་ཆོག་རིགས་།  
ཆོར་དང་མ་ཆོར་ཉམས་པ་མཐོལ་ལོ་བཤའ་གསུང་།                      བད་  
གདོན་གྱི་བ་དང་མི་གཙང་དག་གྱུར་ཅིག་།                      བད་ལྷུག་  
མཆོན་གྱི་བསྐྱེད་པའི་གྱུར་ཅིག་།                      མཐའ་མི་དབྱས་སུ་  
འོང་བའི་བསྐྱེད་མ་ལྷོག་།                      ཆོས་མཛད་སྤྱི་མ་གདན་  
འདྲེན་བར་ཆད་ལྷོག་།                      བོད་ཡུལ་བཀྲ་མི་ཤིས་པའི་

ལྟམ་ངན་ལྗོག་པ་།      གཟའ་ལྷ་རྒྱལ་པོས་སྟོག་དབུགས་

བསྐྱེད་པ་ལྗོག་པ་།      འཛིགས་པ་ཆེན་པོ་བརྒྱུད་དང་བཅུ་

དྲུག་ལྗོག་པ་།      བདག་ཅག་འཁོར་བཅས་བཀྲ་མི་ཤིས་པ་

ལྗོག་པ་།      དམ་སྟི་འགོང་པོའི་མཐུ་སྟོབས་རྣམས་པ་ལྗོག་པ་།

ས་མ་ཡེ།      གངས་གསོག་ཆེ་སྤར་ཡང་།      ལྷོ་ལྷོ།      རིན་ཆེན་སྒྲ་

ཆོགས་སོགས་ནས།      འབྲུག་སྤུམ་གང་མང་དང་།      ལྷོ་གསུམ་སོགས་

ཅི་རིགས་མཐར།      རྗེས་ནི།      རྒྱལ་བ་མཆོད་པས་མཉེས་གྱུར་

ཅིག      །དམ་ཅན་ཐུགས་དམ་སྟོང་གྱུར་ཅིག      །རིགས་

དྲུག་འདོད་པ་ཆེ་མས་གྱུར་ཅིག      །ལམ་ཆགས་ལ་མཁོན་

སྤྱད་གྱུར་ཅིག      །ཆོགས་གཉིས་ཡོངས་སུ་རྗེས་གྱུར་

ཅིག      །སྒྲིབ་གཉིས་བག་ཆགས་དག་གྱུར་ཅིག      །དམ་

པ་སྒྲུ་གཉིས་ཐོབ་གྱུར་ཅིག      །སྒྲིབ་པ་རྒྱ་ཆེན་གྱུར་པ་

འདི་ཡིས་མཐུས།      །འགྲོ་བའི་དོན་དུ་རང་བྱུང་སངས་  
རྒྱས་ཤོག།      །སྒྲོན་གྱི་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་མ་གྲོལ་  
བའི།      །སྐྱེ་བའི་ཆོགས་རྣམས་སྐྱོན་པས་གྲོལ་གྱུར་  
ཅིག།      །འབྱུང་པོ་གང་དག་འདིར་ན་ལྷགས་གྱུར་  
ཏམ། །ས་འམ་འོན་ཏེ་བར་སྒྲུང་འཁོད་ཀྱང་རུང་། །སྐྱེ་  
གྲུ་རྣམས་ལ་ཏྲ་ག་ཏུ་བྱམས་བྱེད་ཅིང་། །ཉིན་དང་མཆོན་  
དུ་ཆོས་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག།      །དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱེ་བོ་  
ཀུན། །བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཆོགས་ལྡོགས་ཤིང་། །  
བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་བའི། །དམ་པ་སྐྱེ་ཉིད་  
ཐོབ་པར་ཤོག། །འབད་དང་སྦྱོལ་བས་མ་གོས་ཤིང་། །  
ཡིད་བཞིན་ལོར་བུ་དཔག་བསམ་ལྟར། །སེམས་ཅན་རེ་  
བ་སྐྱོང་མཛད་པ།      །བསམ་པ་འགྲུབ་པའི་བཀའ་ཤིས་



འོག་ །ཅེས་སོགས་ཤེས་པ་བརྗོད་པས་དགོ་ལེགས་སུ་བྱའོ། །འདི་ལ་ཕྱག་

ལེན་རྒྱས་བསྐྱུས་སྒྲ་ཆོགས་ཤིག་སྒྲུང་བ་ལས། འདིར་ནི་རང་གི་སྒྲོ་འདོད་ལྟར་

སྒྲོས་པ་བསྐྱུ་བའི་དག་འདོན་རྒྱུན་ཁྱེར་དུ་བྲིས་པ་སྟེ་གོང་སྐྱགས་པའི་ཕ་ཇོ་རྒྱས་

གཙོང་རྩྭ་ནས་སོ། ། ༡༡། །བསང་བསྐྱུས་ནི། རྟོ། །བསང་མཆོད་

ཀུན་བབང་མཆོད་པའི་སྤྲིན་ཆེན་པོས། །སྒྲུ་མ་ཡི་དམ་

སངས་རྒྱས་བྱུང་སེམས་བསང་། །དཔའ་བོ་མཁའ་

འགྲོ་ཆོས་སྐྱུང་ལོར་ལྷ་བསང་། །དབྱ་སྒྲུ་ཕེར་མ་གནས་

གཞི་གཏེར་བདག་བསང་། །འགོ་བའི་ལྷ་མགོན་

གཉན་པོ་ཐམས་ཅད་བསང་། །ཆོག་རྒྱུང་འདི་ལྷ་གང་འདོད་ལ་ཁ་

སྐྱུར་ཀྱང་ཆོག །ཞེས་བསྒྲ། ཕྱི་སྐྱོད་ནང་བཅུད་དག་པ་ཆེན་པོར་བསང་། །

འདོད་ཡོན་མི་བད་ནམ་མཁའ་མཛོད་ཀྱིས་མཆོད། །གོགས་ནི་བསམ་དོན་ལྷན་

བྱབ་བཀྲ་ཤིས་འོག་ །ཨོྲོ་ཨུཾ་ཧྱཱོ། ཧྱཱོ། །སྒྲུང་སྐྱོད་རྣམ་དག་

བདུད་ཅིའི་བསང་མཆོད་འདིས། རྣམ་རྟོག་ལས་བྱུང་  
གྲིབ་དང་མི་གཙང་ཀུན། དག་གསལ་རྣེ་གསལ་མེད་  
ཆོས་སྐྱ་ཆེན་པོའི་དང་། །བསང་དོ་ཀུན་བབང་སྒྲིབ་  
མེད་སྒྲོང་དུ་ཨྲུཾ མཉོལ་བསང་བསྐྱས་པ་ཤིང་འབྲུག་ཟླ་༡༡ ཆོས་ུ  
ལ་རྒྱུས་སོ། །རྩྱ། མཆོག་གསུམ་རྩ་གསུམ་སྒྲགས་དང་  
ཕུག་རྒྱའི་མཐུས། །བརྟན་གཡོ་སྤིད་ནིའི་ཕུ་གཡང་  
དགོ་མཆོན་ཀུན། །འདིར་བྲུག་འདིར་སྐྱས་འཕེལ་རྒྱས་  
མི་རུབ་པར། །བདེ་སྤྱིད་བཀྲ་ཤིས་ལེགས་ཆོགས་  
དཔལ་འབར་ཤོག། །ཤིང་འབྲུག་ཟླ་༡༡ ཆོས་ུ ལ་རྒྱུས་སོ། །  
དགོའོ། །

ལྷ། ཨྲུཾ་རྩྱ། གྲེ། སྒྲ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགོ་ཆོས་  
སྒྲོང་དང་། །འགོ་བའི་ལྷ་ལྷ་ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་

ནམས། །བསང་མཆོད་བདུད་རྩིས་ཐུགས་དམ་དགེས་

བསྐྱང་ནས། །བདག་གི་རྒྱ་རྩ་དར་བའི་ཕྱིན་ལས་

མཛོད། །རྩྱ་ནས་སོ། ། ༄། རྩྱ་ལོ། ། རྩྱ་ལོ། ། རྩྱ་ལོ། ། རྩྱ་ལོ། ། རྩྱ་ལོ། །

མཆོད་འདོད་ཡོན་བདུད་རྩིས་ཐུགས་དམ་འདི། །མཆོག་

གསུམ་རྩ་གསུམ་དམ་ཅན་རྩ་མཆོ་སོགས། །འཁོར་

འདས་མཐོན་རིགས་མ་ལུས་མཉེས་ཆེ་མས་ནས། ། །

འགལ་རྩ་རྩ་ལོ་བསམ་དོན་ལྷན་གྱུ་མཛོད། །རྩྱ་ནས་

སོ། ། ༄། རྩྱ་ལོ། ། རྩ་གསུམ་ཆེས་རྩྱ་ལོ་གཏེར་གྱི་

བདག་ །ཡུལ་འདི་ལོ་གཏེར་བདག་འཁོར་བཅས་ལ། །

བསང་མཆོད་བདུད་རྩིས་མཆོད་པ་འབུལ། །འགལ་

རྩ་བར་ཆོད་ཁ་ཆར་བུ་ཡུག་ལོ་བ་དང་། །བསམ་དོན་

ལྷན་འབྲེལ་ཕྱིན་ལས་མཛོད། །རྩྱ་ནས་སོ། །

༡༡། །དག་སྒྲིང་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་བ་ལས་ཤིང་ ཡུལ་ལྷན་གཉན་པོ་ལ་སྒྲིང་རྟ་ཕུལ་ཞིང་  
སྒྲིང་རྟ་འི་དཔལ་བསྐྱེད་པའི་ལས་བཅོལ་བཞུགས་སོ་ བ་མོ་གུ་རུ་རྟ་རི་  
འི་ས་ཡེ་ སྒྲིང་རྟ་ཕུལ་ཞིང་བཅོལ་ལས་ལ་ བཀའ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱད་  
རྒྱལ་སྤྱི་བདུན་ རྟ་མཆོག་ཞོར་བུ་བཀའ་བ་དང་ སྟག་དང་སེལ་བྱུང་དང་  
འབྲུག་ གྲིས་ཏེ་ཕུར་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་ འདོད་དགུ་ལོངས་སྤྱོད་ཕུན་  
ཆོགས་པ་ རྒྱན་མི་ཆད་པར་འཕྲོ་བ་ཡིས་ དཔག་བསམ་ཤིང་དང་ཡིད་  
བཞིན་ཞོར་ ལྟ་བུར་གསལ་ཏེ་བརྗོད་པར་བྱ་ བ་མོ་རྟ་རྟ་ཡ་ཡུ་  
ཨོ་ཡེ་རྟ་རྟ་སོགས་ ལན་བདུན་བརྗོད་མཐར་ བ་མོ་ སྒྲན་  
མེད་པའི་དགོན་མཆོག་གསུམ་ ཅུ་གསུམ་དཔའ་བོ་  
མཁའ་འགྲོ་དང་ བཀའ་སྒྲིང་དམ་ཅན་རྒྱ་མཆོ་ལ་  
འདོད་དགུ་འི་འབྱུང་གནས་སྒྲིང་རྟ་འབྲུལ་ བདག་གི་  
སྒྲིང་རྟ་འི་དཔལ་བསྐྱེད་གསོལ་ ཡུལ་འདིའི་གཞི་

བདག་དེགས་པ་ཅན་ཅེ་གེ་མོ་ལ་སོགས་པ་ཡི་ཁ་  
འཛིན་སྟོང་གོགས་རྒྱབ་བཏེན་དང་དཔུང་གཉེན་  
འཛིགས་སྟོབས་རུས་པ་ཅན་འཁོར་དང་བཅས་པ་  
ཐམས་ཅད་ལ་བཀྲ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱད་འདི་འབྱུང་  
ལོ་མཐུ་སྟོབས་རུས་རྩལ་དག་ཤུལ་དང་དཔལ་  
འབྱོར་ཡོངས་སྟོད་རྒྱས་གྱུར་ཅིག་དེ་མཐུས་བདག་  
ཅག་འཁོར་བཅས་ལ་བཀྲ་ཤིས་དཔལ་འབར་དངོས་  
གྲུབ་སྟོལ་རིན་ཐང་བུལ་བའི་རྒྱལ་སྤྱིད་བདུན་  
འབྱུང་ལོ་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་རྒྱལ་བཞིན་སྣང་སྤྱིད་  
ཡོངས་ལ་དབང་བསྐྱར་ཤོག་དེ་མཐུས་བདག་ཅག་  
འཁོར་བཅས་ལ་འདོད་དགའི་དཔལ་གྱི་དངོས་གྲུབ་  
སྟོལ་རྟ་མཆོག་ཞེས་བུས་བརྒྱན་པ་དང་རྒྱ་སྟག་

གཞིན་ལྟ་ངར་མ་འབྱུང་།                      མེད་གཡུ་རལ་རྒྱས་པ་

དང་།                      བྱང་ཆེན་འཛིག་མ་རྒྱས་ལྟ་པ་འབྱུང་།

གཡུ་འབྱུག་ཁམས་གསུམ་སྒྲ་འབྱིན་དང་།                      མཐུ་

སྟོབས་ལྟ་ཕྱེད་བསྐྱེད་བྱེད་ཀྱི།                      རྒྱས་དང་ལོར་གྱི་

མཆོད་པ་འབྱུང་།                      བདག་ཅག་ཡོན་མཆོད་འཁོར་

བཅས་ཀྱི།                      ལྷ་རྟ་དང་ལོ་དབྱ་སྒྲ་མཆོག་།                      ལྟ་དང་

སྟག་མེད་བྱང་དང་འབྱུག་།                      གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་

བསྐྱེད་དེ།                      དར་ཞིང་རྒྱས་པའི་སྟོན་ལས་མཛོད་།

དར་མཆོན་མཐིང་ག་འདི་འབྱུང་གྱིས།                      ལྟ་མཁའའི་

ཁམས་ཀྱི་ལྷ་རྟ་བསྐྱེད་།                      དཀར་པོ་དྲི་མེད་འདི་

འབྱུང་གྱིས།                      རྒྱལ་ཁམས་ལྷ་རྟ་དར་རྒྱས་མཛོད་།

མེད་པོ་མདངས་ལྟ་འདི་འབྱུང་གྱིས།                      སྟག་ཁམས་



སྤྱང་རྟ་འཕེལ་རྒྱས་མཛོད་ཀྱི་ དམར་པོ་འོད་ལྡན་འདི་

འབྲུལ་གྱིས་མེ་ཁམས་སྤྱང་རྟ་དར་རྒྱས་མཛོད་ཀྱི་

ལྗང་གསལ་མཛེས་ལྡན་འདི་འབྲུལ་གྱིས་ སྤྱང་

ཁམས་སྤྱང་རྟ་འཕེལ་རྒྱས་མཛོད་ཀྱི་ ལྷ་ཆོག་གསལ་དར་

ཟབ་འདི་འབྲུལ་ལོ་ བདག་ཅག་ཡོན་མཛོད་འཁོར་

བཅས་ཀྱི་ ཆོ་བ་སོད་དཔལ་འབྱོར་མངའ་ཐང་དང་

སྤྱི་གཤམ་དབང་ཐང་སྤྱང་རྟ་དང་ ལྷ་གཟའ་སྒྲན་

གྲགས་མཐུ་རྒྱས་སྤྱོད་སྤྱོད་ གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་

རྒྱས་ཤིང་ མི་རྒྱལ་བསྐྱོད་པའི་སྤྱི་ལས་མཛོད་ མི་

ནད་ནོར་གྱི་གོང་ཁ་དང་ དབྱ་ཇག་ཆོས་རྒྱན་འཆོ་བའི་

རིགས་ མདོར་ན་མི་མཐུན་སྤྱི་གསལ་རྣམས་ཀྱི་

གསོད་གཅོད་བསྐྱོད་བསྐྱོར་སྤྱི་ལས་མཛོད་ ཆོས་

བོན་བརྒྱད་པའི་སྒྲ་མ་ཡི།      བཀའ་བསྒྲོ་ཡིན་ནོ་བཀའ་  
མ་བཅད།      དམ་ཆོག་ཡིན་ནོ་དམ་མ་ཉམས།      བཅོལ་  
བའི་སྤོན་ལས་གྲུབ་པར་མཛོད།      དེ་མཐར་དཔའ་  
མཁར་སྟེང་དུ་གཟུགས།      གནད་དེས་དགོ་ལེགས་གོང་  
འཕེལ་ཞིང་།      ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཕུན་ཆོགས་བྱེད།  
ས་མ་ཡུ།      ལྷོ།      ཅེས་པ་འདི་བྲིམ་དཔོན་ཀུན་བཟང་བསྟན་འཛིན་གྱིས་ནན་དུ་  
བསྒྲུལ་ངོར།      བདུད་འཛུམས་རྩེ་རྩེས་དག་སྒྲུང་ཡེ་ཤེས་བླ་བ་ལས་བསྐྱུར་བའི་  
ཡི་གེ་པ་ནི་དག་དབང་སྤོན་ལས་སོ།      དགོ།      ॥

༥      ལྷུང་ཏྲ་བསྐྱུས་པ་ནི།      ཨོ།      ཕྱོགས་བཅུ་འཛིན་བཀའ་གསུགས་  
དགོན་མཆོག་རྩ་བ་གསུམ།      རོར་ལྷ་གཏེར་བདག་  
དམ་ཅན་གཞི་བདག་བཅས།      གུས་པས་ཕྱག་འཆེལ་  
རྒྱ་སྦྱར་      ལོ་པའི།      སྒོག་ལུས་དབང་ཐང་ལྷུང་ཏྲ་བ་

ཐང་ཀུན་མཁའ་སྤྱོད་ཀྱི་ཆེ་བ་སྤྲུག་སེང་ཁྱུང་འབྲུག་དང་།  
འདོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ཆེ་བ་སྤྲུག་སེང་ཁྱུང་འབྲུག་དང་།  
འབྲུང་ལྷ་ལྷ་མོ་གྲོགས་བསྐྱེད་ཡར་ལ་སྤྱེལ་། སྤྱིང་ཏྲ་  
ཕྱོགས་དུས་དར་ཞིང་དགོ་གྱུར་ཅིག་། ཉམས་དང་གྱུར་  
པའི་རྒྱུ་རྒྱུ་མཁས་དབྱེ་ལ་བསྐྱེད་། ཆོས་སྤྱོད་སྤྱོད་  
ཆོས་དགོ་མཆོད་ཏྲ་ཀྱི་འབར་ཤོག་། འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་  
རྒྱུ་ལྷ་མོ་། །

༡༡། རྩེ་བརྒྱད་བཅོས་ཐབས་གནུབས་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་གྱིས་མཛད་པ་

གནུགས་སོ། གླ་མ་དམ་པ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །

གནས་གཙང་མར་ལྷ་བཤོས། རི་རབ། རོ་ཕུད། མེ་ཏོག་སྒྲ་ཆོགས། ཅི་སྒྲན།

མངར་གསུམ། ལྟ་སྒྲ། སྒྲན་སྒྲ། འབྲུ་སྒྲ། དར་སྒྲ། བས་སྒྲ་གང་འབྱོར་

བཤམས་ལ། རྒྱབས་འབྲོ་སེམས་བསྐྱེད་དང་ལྡན་པས་རང་ཉིད་ཡི་དམ་གང་

བྱེད་བསྐྱོམས་ལ། རྩས་རྣམས་སྒྲགས་རྒྱག་ཕྱག་རྒྱག་གི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་

ནས་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་འདི་སྐད་དོ། །ཧྲོ། རྒྱ་གསུམ་བརྒྱད་

གསུམ་གླ་མ་དང་། ཡི་དམ་ནི་བྱོའི་ལྷ་ཆོགས་དང་། །

རྒྱབས་གནས་དགོན་མཆོག་གསུམ་པོ་དང་། མཁའ་

འབྲོ་ཞིང་ལྷ་ཆོས་སྤྱད་སོགས། མཆོད་ཡུལ་གོང་མ་

ཐམས་ཅད་ལ། མཆོད་པ་དམ་པ་འདི་འབུལ་ལོ། །

གསེར་རྒྱེམས་གཙང་མ་འདི་བཞེས་ལ། བདག་གི་

འདོད་དོན་སྒྲུབ་ཏུ་གསོལ། །སྟོ་ཡི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱེན་  
དང་། །སྟོ་ཡི་དབང་པོ་དགའ་བོ་དང་། །སྟོ་མིན་དབང་  
པོ་ཐག་བཟང་རིས། །མི་འམ་ཅི་སྟོན་རྟ་མགོ་ཅན། །  
གཞོད་སྟོན་གང་བ་བཟང་པོ་དང་། །མཁའ་སྟོང་གསེར་  
མིག་འབྲིལ་བ་དང་། །ཆོས་སྟོང་མ་རྟ་ཀུ་ལ་དང་། །དྲི་  
བ་བྱུང་ཕུད་སྟེ་པ་སོགས། །སྟོ་ཡི་སྟེ་བརྒྱད་འཁོར་  
བཅས་ལ། །མཆོད་པ་མེས་སྟོམས་མེས་བདག་  
གི་ཡལ་གཅིག་བདུད་རླུང་ལྷེ་ནག་པོ་དང་། །བཙན་རྒྱལ་  
ཡམ་ཤུད་དམར་པོ་དང་། །ཡུལ་སྟོ་སྟོ་སངས་སྟོ་སྟོ་  
དང་། །སྟོ་བདག་རྒྱལ་པོ་སྟོང་འབྲིན་དང་། །ཆོས་  
སྟོང་གཞོད་སྟོན་དམར་པོ་དང་། །སྟོ་མོ་འཛིགས་པའི་  
སྟོ་ལྷེ་འབྲིན་དང་། །དགོ་བསྟོན་རྟོ་རྟོ་ལེགས་པ་དང་། །

དཀར་མི་ཉི་ལྔ་ཐོད་ཐོད་སོགས།      རང་གི་སྡེ་བརྒྱད་  
 འཁོར་བཅས་ལ།      མཆོད་པེ།      གསེར་སྐྱེམས་ེ།  
 བདག་གི།      བདུད་པོ་ཁ་ཐུན་རྒྱ་དང་།      གཤེན་རྩེ་  
 གཤེད་པོ་དམར་ནག་དང་།      ལྷ་བདུད་རྒྱ་གར་རྩེ་  
 དང་།      གཤེད་སྐྱེན་ཤར་པ་གྲི་ཐོགས་དང་།      མ་མོ་  
 སྤེད་པ་བྲིམ་འདེབས་དང་།      བཙན་པོ་ཡམ་ཤུད་སྤྲོག་  
 ལེན་དང་།      བདུད་པོ་རེ་ཏེ་འགོ་ཡག་དང་།      སྤྲོག་  
 བདག་དུང་གི་ཐོར་ཚུགས་སོགས།      གསང་བའི་སྡེ་  
 བརྒྱད་འཁོར་བཅས་ལ།      མཆོད་པེ།      གསེར་  
 སྐྱེམས་ེ།      བདག་གི།      གཟའ་མཆོག་རྒྱལ་པོ་རྒྱ་རྩ་  
 ལ།      ལྷ་ར་མཆོག་བྲམ་ཤིང་ཁ་འཐོར་དང་།      བདུད་  
 མཆོག་མ་རྒྱ་རྒྱ་དང་།      བཙན་མཆོག་གྲི་བཙན་



འབྲུམ་པོ་དང་།                      །མ་མཆོག་ལྟེ་སྤྱང་མདུང་འཛིན་

དང་།    །སྤྱུ་མཆོག་སྤྱུ་རྒྱལ་དུང་སྦྱིང་དང་།    །མགོན་

མཆོག་ནག་པོ་ལྟེ་དཀར་དང་།    །རྒྱལ་མཆོག་ལི་བྱིན་ཏ་

ར་སོགས།    །མཆོག་གི་སྡེ་བརྒྱད་འཁོར་བཅས་ལ།    །

མཆོད་པ་፤    གསེར་སྦྱེམས་፤    བདག་གི་፤    དཔུང་

གཡས་དབྱ་ལྟར་སྤྱུ་ལ་པ་དང་།    །དཔུང་གཡོན་མ་མོར་

སྤྱུ་ལ་པ་དང་།    །མཚུ་སོ་བདུད་དུ་སྤྱུ་ལ་པ་དང་།    །མགོ་

བོ་སྤྱིན་པོར་སྤྱུ་ལ་པ་དང་།    །མཇུག་མ་དཔུ་དུ་སྤྱུ་ལ་པ་

དང་།    །ལག་གཡས་གཡོན་རྩེར་སྤྱུ་ལ་པ་དང་།    །ལག་

གཡོན་སྤྱུ་བཅོན་སྤྱུ་ལ་པ་དང་།                      །མིག་དང་སྦྱིང་དང་

མཚན་མ་གསུམ།                      །གཟའ་བདུད་ཉིད་དུ་སྤྱུ་ལ་པ་

སོགས།    །སྤྱུ་ལ་པའི་སྡེ་བརྒྱད་འཁོར་བཅས་ལ།    །

མཆོད་པ་፤ གསེར་སྐྱེམས་፤ བདག་གི་፤ ས་བདག་  
 ཉལ་བྱིན་ག་པོ་དང་། ལྷ་བདུད་གདོལ་པ་ན་ག་པོ་  
 དང་། །ས་ཡི་ལྷ་མོ་བརྟན་མ་དང་། རྩོགས་སྦྱང་རྒྱལ་  
 ཆེན་སྡེ་བཞི་དང་། །མགོན་པོ་བདུན་ཅུ་ཅུ་ལྔ་དང་། །  
 ཡུལ་འདིའི་གཞི་བདག་ཐམས་ཅད་དང་། །པོ་ལྷ་དབྱ་  
 ལྷ་སྒྲོག་ལྷ་དང་། །མོ་ལྷ་མོ་སྤྲན་ལ་སོགས་པ། །སྤྲང་  
 སྤྲིད་སྡེ་བརྒྱད་འཁོར་བཅས་ལ། །མཆོད་པ་དམ་པ་འདི་  
 འབུལ་ལོ། །གསེར་སྐྱེམས་གཙང་མ་འདི་བཞེས་  
 ལ། །བདག་གི་འདོད་དོན་སྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །སེར་བ་  
 བསྐྱུང་བ། སྤྲུགས་པ། མདོས་སྐྱུད་གཏང་བ། ཟོར་འཕེན་པ་ལ་སོགས་  
 ལས་གང་བྱེད་ཀྱང་སྡོན་དུ་འགྲོ་བའི་སྡེ་བརྒྱད་མཆོད་པ་འདི་མེད་ན། བྱིས་པས་  
 མཁའ་ལས་བྱེད་པ་དང་འདྲ་ཞེས་གསུངས། །ལས་གང་གི་ཡང་སྡོན་དུ་འགྲོ་བ་

སྒྲེ་བརྒྱད་བཅོས་ཐབས་གནུབས་སངས་རྒྱལ་ཡེ་ཤེས་གྱིས་མཛད་པ་རྫོགས་

སོ།། །།སྐྱེ་མཛད་ལོ། །།

༥ དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་ཅུ་གསུམ་ཆོས་སྦྱོར་

ཆོགས་མཆོག་སྐྱེ་ཡི་སྒྲེ་བརྒྱད་ནང་གི་སྒྲེ་བརྒྱད་དང་མཆོག་སྐྱེ་བའི་

གསང་བའི་སྒྲེ་བརྒྱད་མཆོག་གི་སྒྲེ་བརྒྱད་དང་མཆོག་སྐྱེ་བའི་སྒྲེ་བརྒྱད་སྐྱེ་བའི་

ཡེ་ཤེས་སྐྱེ་བའི་སྒྲེ་བརྒྱད་སྐྱེ་བའི་སྒྲེ་བརྒྱད་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་

ཡེ་ཤེས་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་

གསང་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་

གསང་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་

གསང་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་

གསང་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་

ཡེ་ཤེས་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བའི་

༥ རི་ཡི་ཁིཾ ཨོྫེ་ཨྲཱིཾ་ཧྲཱིཾ་ མཆོག་གསུམ་སྐྱུ་  
གསུམ་རྩ་བ་གསུམ། ཆོས་སྐྱོང་དམ་ཅན་ཞེས་སྟེ་  
སོགས། 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། བྱིན་གསལ་དང་སྐུལ་པ་དང་། མཆོག་  
གི་སྡེ་བརྒྱད་བརྒྱད་ཆོན་ལ། འཁོར་དང་ཡང་འཁོར་  
བཅས་རྣམས་ལ། མཆོད་པེ། གསེར་སྐྱེམས་ེ།  
བདག་གི་ེ། ས་བདག་ས་སྟེ་ཡུལ་གཞིའི་བདག །  
རྒྱལ་ཆེན་བཞི་དང་དཔལ་མགོན་སོགས། འགོ་བའི་  
སྟེ་སྟེ་ལ་སོགས་པའི། སྦྱང་སྦྱིད་སྡེ་བརྒྱད་འཁོར་  
བཅས་ལ། མཆོད་པེ། གསེར་སྐྱེམས་ེ། བདག་གི་

འདོད་དོན་སྐྱབ་ཏུ་གསོལ།

དོ་གྲུབ་ཆེན་ཀུན་བཟང་གཞན་ཕན་

གྱིས་སོ།

༥ རྩོ། ཕྱོགས་བརྩུར་བཞུགས་པའི་བླ་མ་དང་། །

སྐྱབས་གནས་དགོན་མཆོག་གསུམ་པོ་དང་། །ཡི་དམ་

རྒྱུ་ཆོས་སྦྱང་དང་། །དཔལ་མགོན་བདུན་ཅུ་ཅུ་ལྔ་

དང་། །དྲི་གས་པའི་ལྷ་སྒྲིན་སྡེ་བརྒྱད་དང་། །སྤྲིད་པའི་

གཟའ་ཕྱོགས་གི་ཀང་དང་། །ལོ་ལྷ་ཞག་དུས་བཅའི་

ལྷོ། །ཡུལ་ལྷ་གཏེར་སྤྲང་མ་ལུས་པ། །འཁོར་བཅས་

གསེར་སྦྱེམས་འདི་བཞེས་ལ། །ཀོ་ལོང་ཕྱག་དོག་མ་

མཛོད་པར། །བདག་སོགས་གྲོགས་དང་སྤྲིན་ལས་

མཛོད། །གསེར་སྦྱེམས་གཙང་མ་ལྷུང་གི་མཆོད་པ་

འདི། །ཅུ་གསུམ་ལྷ་དང་སྡེ་བརྒྱད་འབྱུང་པའི་

ཆོག་ལ། །གཏོན་བགོག་ལན་ཆགས་འགོ་བའི་ལྷ་  
རྣམས་ལ། །གསོལ་ལོ་མཆོད་དོ་བཙེལ་བའི་ཕྱིན་ལས་  
མཛོད། །གཞི་བདག་ཆེན་པོ་བྱེད་རྣམས་ཀྱི། །མཆོད་  
ཕྱིན་གཏོར་མ་འདི་བཞེས་ལ། །རྣལ་འབྱོར་བདག་ཙག་  
འཁོར་བཙས་ལ། །ནད་མེད་ཆོ་དང་དབང་ཕྱུག་  
དང་། །དཔལ་དང་གྲགས་དང་སྐལ་པ་བཟང་། །  
ལོངས་སྤྱོད་རྒྱ་ཆེན་ཀུན་ཐོབ་ཅིང་། །ཞི་དང་རྒྱས་ལ་  
སོགས་པ་ཡི། །ལས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་བདག་ལ་  
སྩལ། །དམ་ཆོག་ཙན་གྱིས་བདག་ལ་སྤྲངས། །  
དངོས་གྲུབ་ཀུན་གྱི་སྤྱོད་གོགས་མཛོད། །དུས་མིན་  
འཆི་དང་ནད་རྣམས་དང་། །གཏོན་དང་བགོག་ལས་  
རྣམས་མེད་པར་མཛོད། །ཁྱི་ལམ་ངན་དང་མཆོན་མ་



ངན། བྱ་བྱེད་ངན་པ་མེད་པར་མཛོད། འཇིག་རྟེན་  
བདེ་ཞིང་ལོ་ལེགས་དང་། འབྱུ་རྣམས་འཕེལ་ཞིང་  
ཡུགས་འཕེལ་བ། དགེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་  
བའི་གནས། ཡིད་ལ་འདོད་པ་ཀུན་འགྲུབ་མཛོད། །  
ཅེས་འདོད་དོན་གསོལ།

༥ སྒྲིབ་པ་རྩེ་ཕྱག་རྒྱའི་རྒྱལ་ཡིག་ རྟོམ་ ལོ་རྒྱལ་པོ། ཟླ་བ་གློན་  
པོ། ཞག་དམག་མི། དུས་ཚོད་མཚོན་ཆ། སྒྲིབ་པ་  
གསུམ་གྱི་ཡབ་ཡུམ་ནང་པ། གཡམས་གདགས་རི་  
དཀར་པོ་སྐྱེས་པ་ཕོའི་སྒྲ་རི། གཡོན་སྒྲིབ་རི་ནག་པོ་བ་  
མ་མོའི་སྒྲ་རི། མཚམས་བུ་ཆོན་གྱི་སྒྲ་རིས་གཙོས་  
པའི་ཡུལ་འདིར་གནས་པའི་སྐྱ་གཉན་ས་བདག་སྒྲིན་པོ།  
ཤར་ཕྱོགས་འབྱུང་བ་ཤིང་གི་ལྷ། ལྷོ་ཕྱོགས་འབྱུང་བ་  
མེ་ཡི་ལྷ། རུབ་ཕྱོགས་འབྱུང་བ་ལྷགས་གྱི་ལྷ། བྱང་  
ཕྱོགས་འབྱུང་བ་ཆུ་ཡི་ལྷ། མཚམས་བཞི་འབྱུང་བ་ས་  
ཡི་ལྷ། ཤར་གྱི་སྐྱག་སྐྱ་པོ། ལྷོ་ཡི་འབྲུག་སྒྲིན་པོ།  
རུབ་གྱི་བྱ་དམར་པོ། བྱང་གི་རུས་སྒྲལ་ནག་པོ།  
དབུས་གྱི་སྒྲེའུ་མེར་པོ། མཚམས་བཞིར་གཡོག་གི་ལྷ།

ཐེ་སེ་རྒྱལ་པོ་ལ་སོགས་ཏེ་ལོ་རི་ས་བདག་ འབྲུག་ལྷ་གྲ་  
པ་ལ་སོགས་ཏེ་ལྷ་བའི་ས་བདག་ གསེར་མཛོད་གསེར་  
པོ་ལ་སོགས་ཏེ་ཞག་གི་ས་བདག་ གཡུ་མཛོད་སྤྲོན་མོ་  
ལ་སོགས་ཏེ་དུས་ཚོད་ཀྱི་ས་བདག་ ཤིང་ཕོ་བྱི་བ་ལ་  
སོགས་ཏེ་ལོ་ཆུན་དུག་ཅུའི་ལྷ། མེ་ཕོ་སྟག་ལ་སོགས་  
ཏེ་ལྷ་བའི་ལྷ། ས་ཕོ་འབྲུག་ལ་སོགས་ཏེ་ཞག་གི་ལྷ།  
ལྷགས་མོ་ཡོས་ལ་སོགས་ཏེ་དུས་ཚོད་ཀྱི་ས་བདག་  
ནམ་ལྷ་དུས་བཞིའི་ས་བདག་ སྤར་ཁ་བརྒྱད་ཀྱི་ལྷ།  
སྟེ་བ་དགུ་ཡི་ལྷ། གཟའ་སྐར་འཕྲོད་སྦྱར་དུས་འབྱུང་  
བའི་ལྷ་ཕྱེད་གཉིས་དང་། གཟེར་གཉིས་སུ་རྒྱ་བའི་ལྷ།  
གཉུག་མར་གནས་པའི་ལྷ་ལ་སོགས་ཡུལ་དུས་ལ་  
དབང་བྱེད་པའི་ས་བདག་ལྷ་སྟུ་འཁོར་དང་བཅས་པ་

ཐམས་ཅད་རང་རང་གི་ཡུལ་དང་མཐུན་པའི་གཏོར་མ་  
རྒྱན་ལྡན་ཡས་སུ་སྦྱར་བ་གསེར་སྦྱེམས་ཀྱིས་བརྒྱན་  
པའི་ཡུད་ཀྱི་མཆོད་པ་དམ་པ་འདི་གསོལ་ཞིང་མཆོད་  
དོ། །སོ་སོའི་རྒྱུད་ཆོམས་པ་དང་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱུན་དུ་  
འབྱོར་བར་གྱུར་ཅིག བདག་ཅག་དཔོན་སློབ་ཡོན་  
མཆོད་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་ཆེ་བ་ལ་མ་བསྐྱོན།  
རྒྱུད་བལ་མ་འཁལ། རུང་དང་ཕྱག་དོག་མ་མཛོད་ཅིག  
བདག་ནི་ས་དང་ཡུལ་དུས་ལ་དབང་མི་བྱེད་དོ། །ས་  
དང་ཡུལ་དུས་ཀྱི་བདག་པོ་བྱེད་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་  
ལས་དང་བྱ་བ་བྱེད་པ་ཡིན་པས་སྤྱོད་གྲོགས་དང་དཔུང་  
གཉེན་མཛོད་ཅིག ཅེས་པའང་རྩོན་ས་སོ།།

༥

འཕགས་པ་དགོན་མཆོག་གསུམ་རྗེས་སུ་བྱོན་པའི་མདོ་ནི།

ཐམས་

ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །འདི་ལྟར་སངས་

རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་

བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རིག་པ་

དང་ཞབས་སུ་ལྡན་པ། བདེ་བར་གཤེགས་པ། འཇིག་

རྟེན་མཁྱེན་པ། སྐྱེས་བུ་འདུལ་བའི་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བ།

སྒྲིན་མེད་པ། ལྟ་དང་མི་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་པ། སངས་

རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཏེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དེ་ནི་

བསོད་ནམས་དག་གི་རྒྱ་མཐུན་པ། དགོ་བའི་ཕ་བ་

རྣམས་རྒྱུད་མི་བྱ་བ། བཟོད་པ་དག་གིས་རབ་ཏུ་བརྒྱན་

པ། བསོད་ནམས་ཀྱི་གཏེར་རྣམས་ཀྱི་གཞི། དཔེ་བྱུང་

བཟང་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྲས་པ། མཆོན་རྣམས་ཀྱི་མེ་

ཏོག་རྒྱས་པ། སྤྱོད་ཡུལ་རན་པར་མཐུན་པ། མཐོང་ན་  
མི་མཐུན་པ་མེད་པ། དད་པས་མེས་པ་རྣམས་ལ་མངོན་  
པར་དགའ་བ། ཤེས་རབ་བེལ་གྱིས་མི་གཞོན་པ།  
སྟོབས་རྣམས་ལ་བརྗེ་བ་མེད་པ། སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་སྟོན་པ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཡབ།  
འཕགས་པའི་གང་བཟུམས་རྣམས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ། སྤྱི་རན་  
ལས་འདས་པའི་གོང་ཁྱེར་དུ་འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་དེད་  
དཔོན། ཡེ་ཤེས་དཔག་ཏུ་མེད་པ། སྟོབས་པ་བསམ་  
གྱིས་མི་བྱུང་པ། གསུང་རྣམ་པར་དག་པ། དབྱངས་  
སྟན་པ། སྤྱི་བྱང་བལྟ་བས་ཆོག་མི་ཤེས་པ། སྤྱི་  
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། སྒྲུག་བསྐྱེལ་ལས་རྣམ་པར་  
གྲོལ་བ། སྤུང་པོ་དག་ལས་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་གྲོལ་བ།  
ཁམས་རྣམས་དང་མི་ལྡན་པ། སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་  
བསྐྱེལ་པ། མདུད་པ་རྣམས་ཤིན་ཏུ་བཅད་པ།  
ཡོངས་སུ་གདུང་བ་དག་ལས་རྣམ་པར་སྒྲོལ་བ། སྤྱིང་  
པ་ལས་གྲོལ་བ། རྒྱ་བོ་ལས་བརྒྱལ་བ། ཡེ་ཤེས་  
ཡོངས་སུ་ཚྲོགས་པ། འདས་པ་དང་། མ་བྱོན་པ་དང་།  
ད་ལྟར་བྱུང་བའི་སངས་རྒྱས་བཙུང་ལྟོས་འདས་རྣམས་  
ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལ་གཞན་པ། སྤྱི་ངན་ལས་འདས་པ་ལ་མི་  
གཞན་པ། ཡང་དག་པ་ཉིད་ཀྱི་མཐའ་ལ་གཞན་པ།  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་གཞིགས་པའི་ས་ལ་བཞུགས་  
པ་སྟེ། འདི་དག་ནི་སངས་རྒྱས་བཙུང་ལྟོས་འདས་ཀྱི་

སྐྱ་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། བཙམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཆོས་  
ལེགས་པར་གསུངས་པ། ཡང་དག་པར་མཐོང་བ།  
ནད་མེད་པ། དུས་ཆད་པ་མེད་པ། ཉེ་བར་གཏོད་པ།  
འདི་མཐོང་བ་ལ་དོན་ཡོད་པ། མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
སོ་སོར་རང་གིས་རིག་པར་བྱ་བ། བཙམ་ལྡན་འདས་  
ཀྱིས་གསུངས་པའི་ཆོས་འདུལ་བ་ལ་ལེགས་པར་སྟོན་  
པ། དེས་པར་འབྱུང་བ། ཚྲོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་འགོ་  
བར་བྱེད་པ། མི་མཐུན་པ་མེད་ཅིང་། འདུས་པ་དང་

ལྷན་པ། བརྟེན་པ་ཡོད་པ་རྒྱ་བ་བཅད་པ་འོ། །ཐེག་པ་  
ཆེན་པོའི་དགོ་འདུན་ནི། ལེགས་པར་ཞུགས་པ།  
རིག་པར་ཞུགས་པ། རྒྱང་པོར་ཞུགས་པ། མཐུན་པར་  
ཞུགས་པ། ཐལ་མོ་སྦྱར་བའི་འོས་སུ་གྱུར་པ། ཕྱག་བྱ་  
བའི་འོས་སུ་གྱུར་པ། བསོད་ནམས་གྱི་དཔལ་གྱི་ཞིང་།  
ཡོན་ཡོངས་སུ་སྦྱོང་བ་ཆེན་པོ། སྦྱོན་པའི་གནས་སུ་  
གྱུར་བ། ཀུན་ཏུ་ཡང་སྦྱོན་པའི་གནས་སུ་གྱུར་པ་ཆེན་  
པོའོ། །མགོན་པོ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྷན་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། །དགོ་བས་  
ངན་སོང་ལས་གྲོལ་ཞིང་། །གཙུག་ཏུ་དོན་དམ་མཆོག་

གུར་པ།    ཁི་གུར་ཆོས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།    གྲོལ་  
ནས་གྲོལ་བའི་ལམ་ཡང་སྟོན།    བསྐྱབ་པ་དག་ལ་རབ་  
ཏུ་གྱུས།    ཁིང་གི་དམ་པ་ཡོན་ཏན་ལྡན།    དག་འདུན་  
ལ་ཡང་ཕྱག་འཆལ་ལོ།    སངས་རྒྱལ་གཙོ་ལ་ཕྱག་  
འཆལ་ལོ།    སྐྱབ་པ་ཆོས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།    དག་  
འདུན་སྡེ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།    གསུམ་ལ་ཏུ་གྱུས་  
ཕྱག་འཆལ།    སངས་རྒྱལ་ཡོན་ཏན་བསམ་མི་  
བྱུང་།    ཆོས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བསམ་མི་བྱུང།    དག་འདུན་  
ཡོན་ཏན་བསམ་མི་བྱུང།    བསམ་མི་བྱུང་ལ་དད་བྱས་  
པའི།    རྣམ་པར་སྦྱིན་པའང་བསམ་མི་བྱུང།    རྣམ་  
དག་ཁིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག།    དཀོན་མཆོག་ལྡན་དང་  
གཞན་ལས་འཕྲོག་པ་སོགས།    མ་དག་ལོག་པའི་འཆོ་

བ་ཀུན་སྤངས་ནས། སྤྲིག་མེད་ཆོས་དང་མཐུན་པའི་  
ཁ་བས་གྱིས། །ལུས་གྱི་བོ་མདོག་རྒྱས་པར་མཛད་དུ་  
གསོལ། འདྲིམ་ཁ་བས་ཨོྲཱཿཱཿ་གིས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་ནས། སྦྱོང་  
བསྐྱུས་ལས། བས་ལ་ཆ་བཞིར་བགོ་བྱ་སྟེ། འདྲ་པོ་ལྷ་ལ་བཤོས་གཙང་  
ཡུལ། འདྲ་ཆོས་སྦྱོང་སྦྱང་མ་ལ། གཏོར་མ་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེར་བཏང་། འདྲ་  
གིས་བོས་ཤིང་འབྱུངས་པ་ཡི། །ལྷག་མ་འབྱུང་པོ་ཀུན་ལ་སྦྱིན། ཞེས་པ་ལྟར་  
རམ། ཡང་ན་དམ་པའི་ཆོས་འདུལ་བ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ཆ་གསུམ་དུ་བྱས་  
ལ། ཐོག་མར། ཨོྲཱཿཱཿ་བཟླ་བཟླ་ཞེས་ཨོྲཱཿཱཿ་གིས་སྒྲ་མ་ལ་ལྷ་བཤོས་  
གཙིག་ཡུལ། དེ་བཞིན་དུ། ཨོྲཱཿཱཿ་བཟླ་བཟླ་ཞེས་ཨོྲཱཿཱཿ་བཟླ་བཟླ་ཞེས་  
ཨོྲཱཿཱཿ་གིས་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཆོག་ལ། ཨོྲཱཿཱཿ་  
མ་དེ་ལྷ་མཁྲ་ལ་ཞེས་ཨོྲཱཿཱཿ་གིས་ཡི་དམ་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་ཆོག་ལ་  
ལ། ཨོྲཱཿཱཿ་བཟླ་བཟླ་ཞེས་ཨོྲཱཿཱཿ་ལྷ་བུལ་འཇམ་དབྱུངས་སོགས་

གང་མོས་གྱི་ལྟ་ལ།      ཨོྲེ་རྒྱལ་པུ་ལ་བརྟེན་ཏེ་ཡུལ་རྩེ་གིས་  
ཆོས་སྦྱང་རྣམས་ལ་འབུལ།      ཨོྲེ་ཨེ་གྲ་རེ་སྟགས་གྱིས་འབྱུང་པོ་སྦྱིར་ལྟ་  
བཞེས་ཐུལ་ལ།      ཨོྲེ་རྟ་རི་ཏེ་སྤྱ་རྒྱས་འཕྲོག་མ་ལ་ཆངས་བུ་གཅིག་གྱིན།  
ཨོྲེ་རྟ་རི་ཏེ་མརྒྱ་ཡུལ་གྱི་རི་རྟ་རྟ་རྟ་སའ་རྟ་ཡི་ཁི་གྱི་སྤྱ་  
རྒྱས་འཕྲོག་མའི་བུ་ལྟ་བརྒྱུ་ལ་ཆངས་བུ་གཅིག་      །ཨོྲེ་ཨེ་གྱི་བེཊ་ཨེ་  
ཤི་བྱུང་སྤྱ་རྒྱས་ཐུད་ལ་དབང་བའི་འབྱུང་པོ་རྣམས་ལ་ཆངས་བུ་གཅིག་སྦྱིན་  
ནོ།      །ཟས་གྱི་དུག་ལ་སྟགས་པའི་བར་འདོད་པས་ནི།      རྣམ་མཁན་བརྟུ་  
བེཊ་སའ་རྟ་ནི།      ཨོྲེ་བ་ལི་རྟ་ཏེ་རྟ་བ་ལི་ནི་སྤྱ་རྒྱ།      ཞེས་ལན་  
བརྟུད་བརྟུས་ནས་མཐེབ་སྦྱིན་གྱིས་རིག་ལ་བཟའ་བར་བྱའོ།      །བཟའ་བའི་ཆོ་  
ཡང་ཟས་ལ་མི་གཙང་བའི་སྦྱོང་དང་།      སྦྱོ་བའི་སྦྱོང་དང་།      སྦྱིན་བུའི་རིགས་གྱི་གྲོང་  
ཁྱིམ་ལ་ཕན་གཤགས་པའི་སྦྱོང་དང་།      ཞི་བ་བྱུང་རྒྱབ་ཏུ་བགྲོད་པའི་གྲུ་བོ་ཆེ་དར་  
གཅིག་ཏུ་གནས་པར་བྱ་བའི་སྦྱོས་བཟའ་བར་བྱ་ཡི།      ཆགས་པ་དང་སྦྱིད་པ་



འཕེལ་བའི་སྒོས་མི་བཟའོ། །སྦྱོང་འཇུག་ལས། རན་བཅོམ་དུ་བཟའ་བར་བྱ།

ཞེས་པས་དེའི་ཚུལ་ནི་ཡན་ལག་བརྒྱད་པར་ལུས་ཀྱི་ཆ་གཉིས་བས། གཅིག་

སྒོམ། གཅིག་སྦྱོང་པར་འཛོག་པར་བཤད་པ་ལྟར་རམ། ཡང་ན་བས་ཀྱི་གཞི་

ལས་འབྱུང་བ་ལྟར། ཆ་གཉིས་བས་དང་སྒོམ། ཆ་གཅིག་སྦྱོང་པར་བཞག་

གོ། །མཐར་ཡང་། །ཨོ་ཨུ་རྩི་ཕྱ་བི་ཐུ་ཨ་ཤི་བྱུང་སྒྲ་ ཞེས་

ལྷག་མ་ལ་དབང་བའི་འབྱུང་པོ་རྣམས་ལ་ཆངས་བུ་གཅིག་སྦྱོན་པར་བྱའོ། །དེ་

ནས་ཁ་བཀྱས་ཏེ། ཡོན་སྦྱོང་བཞི། བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་

གཤེགས་པ་དགྲ་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་ཚོགས་པའི་

སངས་རྒྱས་ཀྱི་ནས་འོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་མེ་འོད་རབ་ཏུ་

གསལ་བ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ནམ་མཁའ་ལྷ་སྒྲ་རྒྱ་རྒྱ་

ཡ། ཏ་ཐུ་ག་ཏུ་ཡ། ཨ་རྟ་ཏེ་སུ་ཤྱི་བུ་ཏུ་ཡ། ན་མོ་

མཐུ་ཤྱི་ཀུ་མུ་ར་བུ་ཏུ་ཡ། བོ་རྟི་སཏུ་ཡ། མཐུ་སཏུ་ཡ།

མ་རྒྱ་ཀུ་རུ་ཁི་ཀུ་ཡ། ཏུ་ཐུ། ཨོ་ནི་རྒྱ་ལོ་གྲེ། བི་རྒྱ་གྲེ།  
སེ། རོ་ཡ་རོ་ཡ་ལ་གྲེ། མ་རྒྱ་མ་ཏེ། དགྲེ་དགྲེ་ཁི་མེ་པ་  
རི་ཤོ་གྲེ་ཡ་སྒྲེ། ཞེས་གཟུངས་འདི་ལན་གཅིག་བརྗོད་པར་བྱེད་པ་

དེས་ནི་རི་རབ་ཙམ་གྱི་བསོད་སྒྲོམས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་བྱུང་བར་གསུངས་ཏེ།

གཟུངས་འདི་འདུལ་བ་རྣམ་པར་ངེས་པའི་རྒྱུད་ལས་ལྷུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནས་

ལུང་ལས་འབྱུང་བ་བཞིན།

རྒྱལ་པོ་སྦྱོན་བདག་ཉིད་དེ་

བཞིན།

།གང་ཡང་སེམས་ཅན་ཆོག་གས་གཞན་

རྣམས། །ནད་མེད་ཆེ་རིང་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས། །ཏྲ་ཏྲ་

བདེ་བའི་གཉེན་ཐོབ་ཤོག། ཅེས་དང་། སྦྱོན་པས་འབྱུང་པོ་

དབང་དུ་འབྱུང་། །སྦྱོན་པས་དབྱ་རྣམས་མེད་པར་

འབྱུང་། །ཕ་རོལ་གཉེན་ཡང་སྦྱོན་པ་ཉིད། །དེ་སྦྱོར་

སྦྱོན་པ་གཙོ་བོར་བརྗོད། །སྦྱོན་པ་འཛིག་ཏེན་རྒྱན་ཡིན་

ཞིང་། རྒྱུན་པས་ངན་འགོ་ལྡོག་པར་བྱེད། རྒྱུན་པ་  
མཐོ་རིས་སྐས་ཡིན་ཏེ། རྒྱུན་པ་ནི་བྱེད་དག་བའོ། །  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལོངས་སྤྱོད་རྣམས། མི་བད་  
ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་གང་། ལོངས་སྤྱོད་དེ་ནི་ཐོབ་བྱའི་  
ཕྱིར། རྒྱུན་པ་དེ་ནི་ཡང་དག་སྟེ། ཞེས་བསྟོས་དང་རྒྱུན་  
པའི་ཆོག་ས་སུ་བཅད་པ་རྣམས་བརྗོད་པར་བྱའོ། ཡང་སྟེ་རྣམ་འབྱེད་དང་སྟེན་  
པས་ཁ་བས་ནང་གི་ཆོག་ས་འཁོར་དུ་རྩལ་པར་འདོད་ན། ཨོྭ་ཨྱུཾ་རྩྱཾ་གིས་  
ཁ་བས་བདུད་རྩིའི་རང་བཞིན་འདོད་ཡོན་རྒྱ་མཚོའི་སྤྱོད་ཕུང་དུ་སྤྱར་ལ། ཏོཾ  
བདག་ལུས་ཕུང་ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་ནི། གང་ན་གསུམ་  
ཆང་བའི་ངོ་བོ་སྟེ། དམ་པ་རིགས་བརྒྱའི་དགྲིལ་  
འཁོར་ལྟ། འགྲུལ་བསྐྱོད་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་ཆེ། རྩོ་  
རྩེའི་དམ་ཆོག་སྒྲན་མེད། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་

ཆེན་པོར། །གཉིས་མེད་མཉམ་པའི་ངང་དུ་རྟེན། །  
རྣལ་འབྱེད་ལམ་གྱི་ཆོག་ས་ཇོག་ས་ནས། །བས་གྱི་སྒྲིབ་  
པར་མི་འགྱུར་བར། །གཏན་པ་མེད་པའི་སྦྱོན་བདག་  
ཀྱང་། །ཐེག་ཆེན་འབྲས་བུར་སྦྱོད་པར་ཤོག། །ཅེས་རང་གི་  
ཕུང་ཁམས་སྒྲེ་མཆེད་གདན་གསུམ་ཆང་བའི་དགྱིལ་འཁོར་དུ་གསལ་བ་མཆེད་  
པའི་ཚུལ་གྱིས་བམལ་གྱི་སྒྲུང་ཞེན་སྒྲངས་ཏེ་ཆོམ་པར་ལོངས་སྤྱད་པའི་མཐར།  
གདན་གསུམ་ཆང་བའི་དགྱིལ་འཁོར་དུ། །ཆོག་ས་གྱི་  
འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་ཡིས། །བདག་གཞན་འགྲོ་བ་མ་  
ལུས་པ། །དགྱིལ་འཁོར་གཅིག་ཏུ་འགྱུབ་པར་ཤོག། །  
ཅེས་སྦྱོན་ལམ་གདབ། །འདི་ནི་གྲོལ་ཏིག་ལས་འབྱུང་བ་ཨ་རུའི་ལུགས་གྱི་ནང་  
གི་ཆོག་ས་འཁོར་རོ། །

༥ ཐུབ་ཆོག་གི་ནྤུལ་ས་གཏེར་མཛོད་བཞུགས་སོ།། ར་མོ་གུ་རུ་ལྷ་ཁྱ་

ལྷན་ཡེ།      དེ་ཡང་མདོ་ཉིང་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས།      འཆག་དང་འདུག་དང་

འགྲོང་དང་ཉལ་བ་ན། ཁྲི་གང་ཐུབ་པའི་ལྷ་བ་དྲན་བྱེད་པ། དེ་ཡི་མདུན་ན་རྟག་

ཏུ་སྟོན་པ་བཞུགས། །དེ་ནི་རྒྱ་ཆེན་མུ་ངན་འདའ་བར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། སྐྱུ་

ལྷུས་དག་ནི་གསེར་གྱི་མདོག་འདྲ་བས།    །འཛིག་རྟེན་མགོན་པོ་ཀུན་ནས་རབ་རྒྱ་

མངོས།      །དམིགས་པ་འདི་ལ་གང་གི་སེམས་འདུག་པ།      །བྱང་ཆུབ་སེམས་

དཔའ་དེན་མཉམ་བཞག་ཡིན།      །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ།      བདག་ཅག་

ནམས་ཀྱི་སྟོན་པ་མཚུངས་པ་མེད་པ་བྱུང་པའི་དབང་པོ་རྗེས་སུ་བྱུང་པའི་ནལ་

འབྱོར་དུ་བྱ་བ་ནི།    འདི་ལྟ་སྟེ།    སངས་རྒྱལ་ཆོས་དང་ཆོག་ས་སོགས་སྐྱབས་

སེམས་དང་། ཚད་མེད་བཞི་བསྐྱེལ་པ་སྟོན་དུ་བཏང་སྟེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་སྒྲུང་

ལ་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་པའི་དོན་ཡིད་ལ་བླན་པའི་ངང་ནས། ཡུལ་གྱི་སྐྱེ་མེད་

སྒྲིང་པ་ཉིད་དང་རྟེན་འབྲུང་གི      རྒྱུང་བ་འགག་མེད་བྱུང་

འདུག་སྒྲུ་མའི་ཚུལ།      །རང་མདུན་ནམ་མཁའ་མཆོད་  
སྒྲིན་རྒྱ་མཆོའི་དབུས།      །རིན་ཆེན་སེང་གི་པད་ཉི་ཟླ་བའི་  
སྟེང་།      །སྟོན་པ་མཚུངས་སེང་ལྷ་ཀྱ་སེང་གེ་ནི།      །  
གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ལྡན།      །ཆོས་  
གོས་གསུམ་གསོལ་རྩེ་རྩེའི་སྒྲིལ་ཀྱང་བཞུགས།      །  
ཕུག་གཡས་ས་གཞོན་ཕུག་རྒྱ་ལེགས་བསྐྱངས་ཤིང་།      །  
ཕུག་གཡོན་མཉམ་བཞག་བདུད་རྩིའི་ལྗང་བཟེད་  
བསྐྱམས།      །གསེར་གྱི་རི་ལྟར་གཟི་བརྩིད་དཔལ་འབར་  
བ།      །ཡེ་ཤེས་འོད་ཟེར་དྲྭ་བས་མཁའ་དབྱིངས་བྱུང།      །  
ཉེ་བའི་སྤུས་བརྒྱད་གནས་བརྟན་བཅུ་དྲུག་སོགས།      །  
འཕགས་ཚོགས་རྒྱ་མཆོའི་འཁོར་གྱིས་ཡོངས་བསྐོར་  
ཞིང་།      །དྲན་པ་ཙམ་གྱིས་སྤྱིད་ཞིའི་མཐའ་གཉིས་



ལས། རྣམ་གྲོལ་བ་དེ་བ་མཆོག་གི་དཔལ་སྡོལ་བ། །  
སྐྱབས་ཀྱན་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོར་གསལ། །  
ཞེས་དེ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་ལ་དམིགས་ཏེ་དེ་ན་དངོས་སུ་བཞུགས་ཡོད་སྟེ་  
པའི་སེམས་བསྐྱེད་མ་ཐག་ཏུ། སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐུ་ལ་ཕྱོགས་  
དང་དུས་གང་དུ་ཡང་ཉེ་རིང་མི་མངའ་བའི་ཕྱིར། གང་དུ་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་དུ་  
ངས་པར་བཞུགས་པར་འགྱུར་ཏེ། མདོ་ལས། གང་ཞིག་སངས་རྒྱས་ཡིད་བྱེད་  
པ། །དེ་ཡི་མདུན་ན་དེ་བཞུགས་ཏེ། །རྟག་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབ་བྱེད་ཅིང་། །ཉེས་  
པ་ཀྱན་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། རྒྱལ་བ་དེ་ཉིད་ལ་དམིགས་  
ནས་ཆོགས་བསགས་པ་ཡང་མི་བྟད་པའི་དགོ་ཅུ་ཆུད་མི་བྟ་བ་ཡིན་ཏེ། སལ་པོ་  
ཆེ་ལས། རྒྱལ་བ་དེ་དག་ཐོས་མཐོང་མཆོད་པ་བྱས་པས་ཀྱང་། །ཆོད་མེད་པ་ཡི་  
བསོད་ནམས་མུང་པོ་འཕེལ་བར་འགྱུར། །ཉོན་མོངས་འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་  
ཐམས་ཅད་སྤང་འགྱུར་དུ། །འདུས་བྱས་འདི་ནང་བར་མ་དོ་རུ་བྟད་མི་འགྱུར། །

ཞེས་དང་། དེའི་མདུན་དུ་སྒྲོན་ལམ་ཇི་ལྟར་བཏབ་པ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་འགྲུབ་སྟེ།  
འཇམ་དཔལ་ལེན་གི་ཡོན་ཏན་བསྟན་པ་ལས། ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་རྒྱེན་ཡིན་  
ཏེ། །འདུན་པའི་རྩེ་ལ་རབ་ཏུ་གནས། །གང་གིས་སྒྲོན་ལམ་ཅི་བཏབ་པ། །དེ་  
འདྲའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཚུ་ལ་རྣམས་ལ་ངེས་པ་  
བཏན་པོ་བསྐྱེད་དེ། སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོས་རྩྱེད་ལྡན་སྟེགས་མའི་  
ཞིང་། །བབྱང་ནས་སྒྲོན་ལམ་ཆེན་པོ་ལྡན་བརྒྱ་བཏབ། །  
པད་དཀར་ལྟར་བསྐྱགས་མཆོན་ཐོས་སྤྱིར་མི་ལྟོག་ །  
སྒྲོན་པ་ཐུགས་རྩེ་ཅན་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །བདག་  
གཞན་སྒྲོ་གསུམ་དགོ་ཆོགས་ལོངས་སྤྱོད་བཅས། །  
ཀུན་བབྱང་མཆོད་པའི་སྤྱོན་དུ་དམིགས་ནས་འབུལ། །  
ཐོག་མེད་ནས་བསགས་སྟེགས་ལྟངས་ལུས་པ། །སྒྲིང་  
ནས་འགྱོད་པ་དྲག་པོས་སོ་སོར་བཞགས། །འཕགས་

དང་སེ་སེའི་སྐྱེ་བའི་དག་བའི། ། རུས་གསུམ་བསགས་  
ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ་། ། ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་  
ལའི་ཚུལ། ། བྱོ་གས་བཅུར་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་བསྐྱོར་  
དུ་གསོལ། ། བྱིད་ནི་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་ཡེ་ཤེས་སྐྱེ། །  
དུས་གསུམ་འཕོ་འགྱུར་མེད་པར་བཞུགས་མེད་ཀྱི། །  
གདུལ་བུའི་སྒྲུང་ངོར་སྐྱེ་འཛིག་ཚུལ་སྟོན་གྱིང་། ། རྒྱུལ་  
པའི་གཟུགས་སྐྱེ་རྟག་ཏུ་སྒྲུང་བར་མཛོད། ། བདག་  
གིས་དུས་གསུམ་བསགས་པའི་དག་ཆོགས་ཀྱིས། །  
མཁའ་བྱུང་འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་སྤང་དུ། ། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་  
པོ་རྟག་ཏུ་མཉེས་བྱེད་ཅིང་། ། ཆོས་རྗེ་རྒྱལ་བའི་གོ་  
འཕང་ཐོབ་པར་ཤོག། ། བདག་ཙམ་སྟོགས་མའི་འགྲོ་བ་  
མགོན་མེད་རྣམས། ། བྱུགས་རྗེས་ལྟག་པར་བབྱང་བའི་

བཀའ་ངེན་ལས།     ཞིང་དང་དུས་འདིར་རིན་ཆེན་རྣམ་  
གསུམ་གྱི།     སྒྲིང་བ་ཇི་སྟེད་ཁྱེད་གྱི་ཕྱིན་ལས་ཉིད།     །  
དེ་ཕྱིར་སྐྱབས་མཆོག་མཚུངས་མེད་གཅིག་པུ་རུ།     །  
ཡིད་ཆེས་དད་པས་སྟོང་ནས་གསོལ་འདེབས་ན།     །  
སྟོན་གྱི་དམ་བཅའ་ཆེན་པོ་མ་བསྟེལ་བར།     བྱང་ཆུབ་  
བར་དུ་ཐུགས་རྗེས་རྗེས་འཛིན་མཛོད།     ཅེས་ཡིད་ཆེས་གྱི་  
དད་པ་དྲག་པོས་སྟོན་པ་དངོས་སུ་བཞུགས་ཡོད་སྟུང་པའི་སྐུ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་  
དམིགས་ཏེ།     སྒྲིང་མ་སྟོན་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་དབྱ་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་  
སངས་རྒྱས་དཔལ་རྒྱལ་བ་ཤུག་ཐུབ་པ་ལ་ཐུག་འཆལ་  
ལོ།     མཆོད་དོ།     སྐྱབས་སུ་མཆོདོ།     ཞེས་ཅི་འགྲུབ་དང་།  
ཐུགས་རྒྱུད་བསྐྱེད་པའི་རྩལ་དུ་ཤེར་ཕྱིན་ཡི་གོ་ཉུང་དུ་ལས་གསུངས་པའི་

གཟུངས་ནི།    ཏད་ཐུ།    ཨོ་མུ་ནེ་མུ་ནེ་མ་རྒྱ་མུ་ན་ཡེ་སྒྲུ།  
ཞེས་ཅི་རིགས་དང་།    ཨོ་མན་ཆད་ཅི་འགྲུབ་ཏུ་བཞུགས།    །འདི་དག་གི་སྐབས་སུ་  
སྟོན་པའི་ཡོན་ཏན་རྗེས་སུ་བློ་ཏེ།    དད་པའི་སེམས་ཀྱིས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་སྐྱེ་ཡི་  
གསལ་སྒྲུང་ལ་དམིགས་ནས།    མཆོན་བརྗོད་པ་དང་།    གཟུངས་བཞུས་པའི་  
རྒྱུ་ཀྱིས།    སྟོན་པའི་སྐྱེ་ལས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འོད་ཟེར་སྒྲུ་  
ཆོག་གསལ་པའི་སྒྲུང་བ་ཆེན་པོས་བདག་དང་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་པ་ཐམས་ཅད་བསལ་ཞིང་།    ཐེག་པ་  
ཆེན་པོའི་ལམ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྒྱལ་བ་ཞིན་དུ་སྐྱེས་ཏེ་སྤྱིར་  
མི་ལྟོག་པའི་ས་ནོན་པར་བསམ་ལ་དེ་ལྟར་ཅི་རུས་སུ་བརྩོན་པར་  
བྱུང་།    །ཐུན་མཆོམས་རྣམས་སུ་མཆྱལ་སོགས་མཆོད་པ་དང་།    ཐུབ་བསྟོད་ཀྱི་  
རིགས་དང་།    སླིང་རྗེ་པད་དཀར།    རྒྱ་ཆེ་ལོ་བ།    སྐྱེས་རབས་སྒྲུ་ཆོག་གསལ།    དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པའི་མཆོན་བརྒྱུ་ཅ་བརྒྱད་པ་སོགས་མདོ་གང་འདོད་ཅི་ལྟར་རུས་



པར་བསྐྱབ་      དགོ་བའི་ཙ་བ་རྣམས་སྒྲ་མེད་བྱང་ཆུབ་ཏུ་བསྡོམ་དང་སྟོན་ལམ་  
གྲིས་རྒྱས་གདབ་པར་བྱའོ།      །སྦྱིར་འགྲོ་འཆག་ཉལ་འདུག་གི་སྐབས་ཀུན་ཏུ་  
སྟོན་པ་ཉིད་མ་བཟེད་པར་བློན་པ་དང་།      མཚན་མོ་ཡང་སྟོན་པ་དངོས་སུ་  
བཞུགས་པའི་སྐྱེ་ཡི་འོད་གྲིས་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ཉིན་མོ་ཤིན་ཏུ་དྲངས་པའི་དུས་  
ལྟ་བུར་སྒྲུང་བའི་འདུ་ཤེས་ཀྱི་ངང་དུ་གཉིད་ལོག་པར་བྱ།      དུས་རྒྱུན་དུ་སྟོན་པ་  
ཉིད་གྲིས་སྟོན་ཇི་ལྟར་བུགས་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་ལས་བརྩམ་སྟེ།      དུས་གསུམ་གྱི་  
སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལ་ཇེས་  
སུ་གཞིལ་བའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེའི་དམ་བཅའ་སྟོན་པ་མེད་པའི་ངང་  
ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་སྦྱི་དང་།      བྱང་པར་ནི་ལྷག་གི་རྣལ་འབྱོར་ལ་  
ཅི་རུས་སུ་བརྩོན་པས་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་དོན་ལྡན་དུ་འགྱུར་ཏེ།      བདག་ཅག་གི་  
སྟོན་པ་འདི་ཉིད་ཀྱི་མཚན་ཐོས་པ་ཙམ་ཞིག་གིས་རིམ་གྲིས་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོའི་  
ལམ་ལས་ཕྱིར་མི་ལྷོག་པར་འགྱུར་པ་མདོ་དུ་མ་ནས་གསུང་ལ།      གོང་དུ་བསྟན་



པའི་གཟུངས་འདི་ལས་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་ཞིང་།   གཟུངས་འདི་ཆེད་  
པའི་མཐུས་ཤྲུའི་རྒྱལ་པོ་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཤིང་།   སྤྱོད་རས་གཟིགས་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་དང་།   གཟུངས་འདི་ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་  
བསོད་ནམས་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཆོག་མེད་པར་འཕྲོབ་ཅིང་ལས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་  
བྱང་བ་དང་།   སྤྲུགས་བསྐྱབ་པ་ན་བགོགས་མ་མཆིས་པར་གྲུབ་པར་འགྱུར་རོ་  
ཞེས་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱོད་པ་ཡི་གོ་བྱུང་དུ་ཞེས་པ་དེ་ཉིད་ལས་གསུངས་  
ཤིང་།   བཀའ་གཞན་ལས་ཀྱང་གཟུངས་འདི་ལན་གཅིག་བསྒྲས་པས་བསྐྱལ་པ་  
བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱད་ཁྲིའི་བར་དུ་བྱས་པའི་སྤྲིག་པ་ཐམས་ཅད་བྱང་བར་འགྱུར་བ་  
སོགས་ཕན་ཡོན་ཆེད་མེད་པ་དང་ལྡན་ཞིང་།   དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཤྲུག་བྱུབ་  
པའི་སྒྲིང་པོ་དམ་པ་ཉིད་དུ་གསུངས་སོ།   །དད་པ་བསྐྱེད་པ་དང་ནི་ལྷག་གི་ནྟལ་  
འབྱོར་ལ་ངེ་ལྟར་བརྩོན་པའི་རྩྱལ་བྱར་དུ་བཤད་པར་བྱའོ།   །ཞེས་པ་འདི་ནི་  
བསྐྱབ་གསུམ་ནོར་བུའི་མཛོད་མངའ་དབོན་ཨོ་རྒྱན་བསྟན་འཛིན་ནོར་བུ་ནས་བཀྲ་

ཤེས་པའི་ལྷ་ཇུས་དང་བཅས་ཏེ་ནན་ཏན་དུ་བསྐྱལ་བ་ཡིད་ལ་འཇགས་པའི་སྟེང་

དུ་ཉེ་ཆར་ཡང་དབོན་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་ནས་སྐྱལ་པའི་སྐྱེ་འཇིགས་མེད་པར་བདེ་ཆེན་

ལ་སྐྱོན་ཏེ། རིན་ཆེན་དང་པོ་སོགས་བཀྲ་ཤེས་པའི་ལྷ་ཇུས་ཀྱི་སྐྱེས་དང་བཅས་

སྐྱུར་དུ་བྱུབ་པར་གྱིས་ཞེས་དམ་པ་བྱང་གི་བཀས་བསྐྱལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས། སྟོན་

པ་མཆོག་ལ་མི་བྱེད་པའི་དད་པ་ཐོབ་ཅིང་། དུས་མཐར་ཆོས་སྤྱོད་པའི་མིང་ཙམ་

འཛིན་པ་ལྷ་གྲུའི་རྗེས་འཇུག་མི་ཤམ་འཇམ་དབྱངས་སྐྱུ་མཆོས། རྗེ་རྗེ་འཕམ་

ཕྱག་གི་རི་ཞོལ་ཕུན་ཆོགས་ལོར་བུའི་གླིང་དུ། ཀུན་ལྷན་ལྷགས་གྱི་གསར་ཆོས་

ཆོ་འཕྲུལ་ཆེན་པོའི་ཡར་ཆོས་བརྒྱད་ལ་བྱུབ་པར་བགྱིས་པ་འདིས་བསྟན་འགྲོལ་

ཕན་པ་མཛད་དུ་བྱུང་བ་རྒྱུན་མི་ཆད་པར་བྱེད་པ་དང་། ཚུལ་འདི་མཐོང་ཐོས་བྱས་

རེག་གི་འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྟོན་པ་བྱུབ་པའི་དབང་པོའི་བྱིན་རླབས་མཚུངས་

པ་མེད་པར་མངོན་དུ་འཇུག་པར་གྱུར་ཅིག བདེ་ག་ཤེགས་སྤྲུལ་

བཅས་ཀུན་གྱི་ཕྱགས་བསྐྱེད་དང་། །མཛད་པ་སྟོན་

ལམ་མཁུན་བཙེ་ནུས་པའི་ཚུལ།    ཁྲི་མེད་ཡེ་ཤེས་སྒྲུ་  
འཕུལ་ཇི་འདྲ་བ།    དེ་འདྲ་ཁོ་ནར་འགྲོ་གྲུན་འགྱུར་བར་  
ཤོག།    ཅེས་པའང་མི་ཕམ་པས་སོ།།    །

༡༡། རྒྱལ་དབང་གནས་བརྟན་བཅུ་དྲུག་འཁོར་བཅས་ལ་ཕྱག་མཆོད་

གསོལ་བ་གདབ་པའི་ཚུལ་བསོད་ནམས་ལོར་བུའི་སྒྲོན་མེའོས་བྱ་བ་བཞུགས་

སོ།། ཨོ་སྤྱི། འཇིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་མ་རིག་ཕྱུན་

བཅོམ་ནས། །ཡང་དག་པན་བདེའི་འོད་སྒྲུང་འབྱེད་

མཁས་པ། རྒྱལ་དབང་སྒྲོབ་མར་བཅས་ལ་གྲུས་

བརྟུང་དེ། རྒྱལ་གང་བསྐྱེན་པའི་ལག་ལེན་འདུས་

གསལ་སྒྲོ། །དེའང་སྒྲོན་པ་གནས་བརྟན་ཆེན་པོ་རྣམས་མཆོད་ཅིང་

གསོལ་བ་འདེབས་པའི་ཚུལ་ལ་འདུག་པར་འདོད་པ་ན། སྦྱར་བ་གཙུག་ལག་

ཁང་སོགས་གཙང་མའི་གནས་ཁང་གྱི་དོར་བྱས་ལ་རྒྱན་གྱིས་སྤྲས་པའི་གུང་དུ་

སྒྲོན་པ་གནས་བརྟན་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱུ་གཟུགས་སོགས་རྟེན་བྱུང་པར་ཅན་

བཀྲམ་པའི་མདུན་དུ། སྟོགས་གཙང་མ་བ་བྱུང་རྣམ་ལུས་བྱུག་པའི་སྟེང་དུ་

མཆོལ་གྱིས་བཀོད་པ་དང་། རྒྱ་གཉིས་ཉེར་སྦྱོད་ལྷ་སོགས་མཆོད་པའི་ཡོ་བྱུང་

གང་འབྱོར་བ་གཙང་ཞིང་མངོས་པར་བཤམ།      དང་དང་སྟག་པའི་བསམ་པ་མི་

གཡོ་བའི་ངང་ནས་བདེ་བར་འཁོད་དེ།      སྦྱོར་བའི་ཐོག་མ་སྐྱབས་སེམས་ནི།

སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་ཆོག་ས་ཀྱི་མཆོག་རྣམས་ལ།      །

བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི།      །བདག་

གིས་སྦྱོན་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས།      །

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།      །སྟག་བསྔལ་དང་སྟག་བསྔལ་

ཀྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།      །སྟག་བསྔལ་མེད་པའི་

བདེ་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག།      །ཉི་རིང་ཆགས་

སྒྲིང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྟོམས་ཆད་མེད་པ་ལ་

གནས་པར་གྱུར་ཅིག།      །ཅེས་ལན་གསུམ།      གནས་དང་ཡོ་བྱད་བྱིན་

གྲིས་བརྒྱབ་པ་ནི།      དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བདེན་པ་དང་།

སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་གྱི་

བྱིན་གྲིས་བརྒྱབ་དང་།      ཆོག་ས་གཉིས་ཡོངས་སུ་

ཚོགས་པའི་མངའ་ཐང་ཆེན་པོ་དང་།      ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་

རང་བཞིན་རྣམ་པར་དག་ཅིང་བསམ་གྲིས་མི་བྱབ་པའི་

སྟོབས་ཀྱིས་དེང་འདིར་ཁོར་ཡུག་གི་ས་གཞི་འདི་དག་

བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་གི་བཀོད་པ་ལྟ་བུ་ཕུན་སུམ་ཆོག་ས་

པའི་རྒྱན་ཐམས་ཅད་གྲིས་རྣམ་པར་བརྒྱན་པས་མཛེས་

ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་བསམ་གྲིས་མི་བྱབ་པར་གྱུར།

ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་ས་གཞི་དག།      །གསེག་མ་ལ་སོགས་

མེད་པ་དང་།      །ལག་མཐིལ་ལྟར་མཉམ་བཞུགས་ཀྱི་།      །

རང་བཞིན་འཇམ་པོར་གནས་གྱུར་ཅིག།      །ཕུན་སུམ་



ཚོགས་པའི་ཞིང་འདི་དག་ཏུ་སྒྲ་དང་མིའི་ཡོ་བྱད་དམ་པ་  
གཟུགས་དང་། སྒྲ་དང་། འི་དང་། རོ་དང་། རེག་གུ་  
ལ་སོགས་པ་རྣམ་པར་དག་ཅིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་མཆོད་  
པའི་སྤྲིན་རྒྱ་མཆོ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པས་ནམ་མཁའི་  
ཁམས་ཐམས་ཅད་གང་བར་གྱུར། དེ་ལས་གཞན་ཡང་  
མཆོད་པའི་ཚོགས། འོ་ལ་མོ་དབྱངས་སྒླུ་ཡིད་འོང་  
ལྟར། ཁེམས་ཅན་སྒྲུག་བསྐྱལ་སེལ་བྱེད་པའི། །  
སྤྲིན་རྣམས་སོ་སོར་གནས་གྱུར་ཅིག ཞེས་ཅན་བེདྲ་ར་  
ལྟ་ར་སྐྱ་ར་སྐྱ་ར་ཨྲ་ལྟ་ཡ་ཨྲ་ལྟ་ཡ་རྟོེ་ བ་མེ་སཱ་  
ཏ་ལྟ་ག་ཏེ་བྱེ་བེ་ཤ་སྐྱའི་བྱེེ་སཱ་ལྟ་ཏེ་སྐྱ་ར་ཏ་  
ཨི་མི་ག་ག་ན་ཁི་སྐྱ་ར། ཞེས་བྱིན་བརྒྱབ། དངོས་གཞི་  
སྒླུ་གསུམ་དབབ་ཅིང་སྐྱུ་རྒྱུ་དང་བཞི། སྤྲོས་བརྟུལ་ལ།

ལག་མཐིལ་ལྟར་མཉམ་རིན་ཆེན་རྒྱུ་གྱིས་སྤྲས། །

སྤྱོན་ཤིང་ཁུ་མཆོས་བརྒྱན་པའི་ས་གཞིའི་དབུས། །

རིན་ཆེན་ལས་གྲུབ་གཞལ་མེད་གྲུ་བཞི་པ། །པར་མེ་ཉི་

ཟླས་བརྒྱན་པའི་གདན་སྟེང་དུ། །ཐུགས་རྗེས་རྩོད་པའི་

དུས་ཀྱི་གདུལ་བྱ་རྣམས། །རྣམ་གྲོལ་ལམ་ལ་འགོད་

མཛད་འགྲོ་བའི་མགོན། །ཐུབ་པ་མཆོག་དང་གནས་

བརྟན་ཆེན་པོ་རྣམས། །འཁོར་དང་བཅས་པ་གནས་

འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ། །སྤྱོད་པ་བཅུའི་རྒྱལ་བ་

སྤྲས་བཅས་ཐམས་ཅད་དང་། །ཤེས་རབ་མེ་འབར་ཉོན་

མོངས་མཆོ་སྐུ་མཁེད་ཤིང་། །རྣམ་གྲོལ་བསོད་ནམས་ཤིང་

དུ་བཀའ་སྤྲོད་པའི། །སྤྱོད་པ་བཅུའི་ཉོན་ཐོས་དག་

འདུན་བཞུགས་སོ་འཆལ། །ཡོན་སྦྱར་མཆོད་པའི་

གནས་སྤྱ་སྤྱན་འདྲན་ན།      འགྲོ་བའི་དོན་ཕྱིར་མཆོད་  
གྱིས་གཤེགས་སྤྱ་གསོལ།      འགྲོ་བའི་མགོན་པོ་ལྷ་ཁྱ་  
སེང་གོ་ཡིས།      སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་གང་གི་ཕྱག་ཏུ་  
བཞག      གསུང་རབ་རིན་ཆེན་སྒྲོམ་གྱི་ཁ་འབྱེད་  
པའི།      དབང་བཅོམ་གནས་བརྟན་ཆེན་པོ་བཞུགས་སོ་  
འཆོལ།      དམ་ཆོས་སྤེལ་བའི་སྤྱད་དུ་སྤྱན་འདྲན་ན།      །  
འགྲོ་བའི་དོན་ཕྱིར་མཆོད་གྱིས་གཤེགས་སྤྱ་གསོལ།      །  
ཐུབ་པའི་བཀའ་བསྒྲོམ་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་  
འཛིན།      ཡན་ལག་འབྱུང་དང་མ་ཕམ་ནགས་ན་  
གནས།      དུས་ལྡན་དེ་ཇི་མོའུ་བུ་བཟང་པོ་དང་།      །  
གསེར་བེའུ་བྱ་ར་རྩ་ཇ་གསེར་ཅན་མཆོག      འཕགས་པ་  
བ་ཀྱ་ལ་དང་སྒྲ་གཅན་འཛིན།      ལམ་ཕྱན་བྱ་ར་རྩ་ཇ་

བསོད་སྟོམས་ལེན། །ལམ་བསྟན་གྱི་ཕྱེ་ཕྱེད་བྱེད་མི་  
 ཕྱེད་པ། །འགྲོ་བའི་དོན་ཕྱིར་། སྤངས་དང་ཡེ་ཤེས་  
 ཡུན་ཆོག་སངས་རྒྱས་ཀྱང་། །གདུལ་གྱི་དབང་  
 གིས་ཉན་ཐོས་ཚུལ་འཛིན་ཅིང་། །བྱུང་པར་ཅན་གྱི་ཕྱིན་  
 ལས་ཆོས་སྐྱོང་བའི། །གནས་བརྟན་བཅུ་དྲུག་འདིར་  
 ཐོན་གདན་ལ་བཞུགས། །བདེ་གཤེགས་བཀའ་ལུང་  
 གཙོར་མཛད་བསྟན་པ་སྤྱང་། །རང་དོན་དོར་ནས་  
 འཁོར་བའི་ནགས་ཆལ་དུ། །གཞན་དོན་ལྟར་མཛད་  
 གནས་བརྟན་བཅུ་དྲུག་པོ། །དམ་བཅས་ཐུགས་རྗེའི་  
 དབང་གིས་གནས་འདིར་གཤེགས། །དགོ་བསྟེན་  
 སྤྱབས་གསོལ་བདེན་པའི་ཆོག་ཉན་པ། །དགོན་  
 མཆོག་གསུམ་གྱི་ཞབས་འབྲིང་མཆིས་སོ་འཆལ། །

བསོད་ནམས་རིན་ཆེན་གྲིང་དུ་སྦྱར་འདེན་ན།      །འགྲོ་  
བའི་དོན་ཕྱིར་མཆོད་གྱིས་གཤེགས་སུ་གསོལ།      །ཨོ་  
སཐ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨེ་ཏྲེ་ཏྲེ་བཟླ་ས་ལྷ་ཨེ་  
ཞེས་རེལ་མོ་དང་བཅས་སྦྱར་བྲངས་ལ།      བཙམ་ལྷན་འདིར་ནི་བྱོན་པ་  
ལེགས།      །བདག་ཅག་བསོད་ནམས་སྐལ་བར་ལྷན།      །  
ཇི་སྲིད་མཆོད་པ་བདག་འབུལ་ན།      །དེ་སྲིད་བཙམ་ལྷན་  
བཞུགས་སུ་གསོལ།      །པརྒྱ་ཀ་མ་ལུ་ཡ་སྟྲ།      ཞེས་  
བཞུགས་སུ་གསོལ།      བྱས་གསོལ་བ་ནི།      བྱས་གྱི་ཁང་པ་ཤིན་ཏུ་དྲི་  
ཞིམ་པ།      །ཤེལ་གྱིས་གཞི་གསལ་ཞིང་འཆོར་བ་  
བསྟར།      །རིན་ཆེན་འབར་བའི་ཀ་བ་ཡིད་འོང་ལྷན།      །  
སྟེ་ཏིག་འོད་ཆགས་སྒྲ་བྲེ་བྲེས་པ་དེར།      །དེ་བཞིན་  
གཤེགས་དང་དེ་ཡི་སྤྲས་རྣམས་ལ།      །རིན་ཆེན་བུམ་པ་

མང་པོ་སྟོས་གྱི་ཆུས། ཡིད་འོང་ལེགས་པར་བཀང་བ་  
བྱ་དང་ནི། རིལ་མེར་བཅས་པ་དུ་མས་སྐྱབས་  
གསོལ། རི་ལྟར་བལྟམས་པ་ཙམ་གྱིས་ནི། ལྟ་  
ནམས་ཀུན་གྱིས་བྱས་གསོལ་ལྟར། ལྟ་ཡི་ཆུ་ནི་དག་  
པ་ཡིས། རེ་བཞིན་བདག་གིས་སྐྱབས་གསོལ། །  
འདི་ནི་བྱས་མཆོག་དཔལ་དང་ལྡན། བྱགས་རྗེའི་ཆུ་  
ནི་སྒྲན་མེད། བྱིན་རྒྱབས་ཡེ་ཤེས་ཆུ་ཡིས་ནི། ཅི་  
འདོད་དངོས་གྲུབ་སྟུལ་དུ་གསོལ། ཡོ་སར་ཏ་ཐུ་ག་  
ཏ་ཨ་གྱི་ཤེ་ཀ་ཏ་ས་མ་ཡ་གྲི་ཡེ་རྩྱ། སྐུ་ཕྱི་ཞིང་། དེ་དག་  
སྐུ་ལ་མཚུངས་པ་མེད་པའི་གོས། གཙང་ལ་རྩི་རབ་  
བགོས་པས་སྐུ་ཕྱི་རོ། ཡོ་རྩྱ་རྩྱ་རྩྱེ་ཡེུ་ ཀུ་ཡ་བི་ཤོ་  
རྟོན་ཡ་སྒྲུ། རིས་བྱག་པའི་ཆུ་ལ་བྱ་ཞིང་། སྟོང་ག་སུམ་ཀུན་



ཏུ་ངི་ངད་ལྡན་པ་ཡི།      ངི་མཆོག་རྣམས་གིས་བྱབ་  
དབང་རྣམས་གི་སྒྱ།      །གསེར་སྦྱངས་བཙོ་མ་བྱི་དོར་  
བྱས་པ་ལྟར།      །འོད་ཆགས་འབར་བ་དེ་དག་བྱུག་པར་  
བབྱི།      །ན་བཟའ་འབུལ་བ་ནི།      ལྷ་ཆོགས་དབང་པོའི་གཞུ་  
ལྟར་རབ་བཀྱའིང་།      །གང་ལ་རེག་ན་བདེ་བའི་རྒྱར་  
བྱར་པའི།      །གོས་བཟང་རིན་ཆེན་བདག་སྒོ་སྦྱང་སྦྱིར་  
འབུལ།      །བཟོད་པ་དམ་པའི་གོས་གིས་བརྒྱན་པར་  
ཤོག།      །པཱུ་ལི་ཀཱ་པཱུ་ཇ་ཨུཾ།      ལན་ལག་བདུན་གིས་ཆོགས་  
བསགས་པ་ནི།      ཇི་སྟེད་སྦྱང་ག་སྦྱིགས་བཅུའི་འཇིག་རྟེན་  
ན།      །སོགས་ནས།      རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་ཕྱག་འཆལ་མཆོད་པར་  
བབྱི།      །ཞེས་པའི་བར་དང་།      འདིར་མཆུལ་འབུལ་བ་ནི།      ཨོྃ་བཏྲ་བྱ་  
མི་ཨུཾ།      །སོགས་ཆོམ་བུ་སོ་བདུན་མ་སྦྱི་ལྟར་ལ།      མ་ཆང་བ་མེད་

པ་འདི་ཉིད་རྣམ་འདེན་སྟོན་མཆོག་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་  
འཕགས་པ་གནས་བརྟན་དགྲ་བཅོམ་ཉན་ཐོས་བསྟན་  
སྐྱོང་བྱ་མཆོའི་ཆོག་ས་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་འབུལ་  
བར་བགྱིའོ། ། ཐུགས་རྗེས་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་བཞེས་སུ་  
གསོལ། ། བཞེས་ནས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།  
ས་གཞི་སྟོས་ཆུས་སོགས། ཨི་དྲི་རཏྭ་མཐུ་ལ་ཀཾ་ནིཿ་ཏ་  
ཡ་མི། འདོད་ཆགས་ཞེ་སྒྲུང་སོགས་ནས། བྱང་ཆུབ་སྤྱིར་  
བསྟོའོ། ། བར་བརྗོད། དེ་ནས་ཕུག་འཆལ་ཞིང་འདོད་དོན་གསོལ་གདབ་པ་  
ནི། མཚུངས་མེད་ལྟ་བུས་མི་ངོམས་ཤིང་། གསེར་གྱི་  
མདོག་ཅན་མཛེས་པའི་སྐྱུ། ཞལ་གཅིག་ཕུག་གཉིས་  
སྐྱེལ་ཀྱང་བཞུགས། ལ་གཞོན་མཉམ་གཞག་མཛེད་  
ཕུག་འཆལ། བྲམ་པའི་སྐྱ་ཆེ་བརྟན་པ་དང་། བསྟན་

པ་རྒྱས་པར་བྱིན་བྱིས་སྒོ་བས། །གངས་རི་ཆེན་པོ་ཏེ་སེ་  
ལ། །འཕགས་པ་གནས་བརྟན་ཡན་ལག་འབྱུང་། །  
དབྱ་བཅོམ་སྟོང་དང་སུམ་བརྒྱས་བསྐྱོར། །སྟོས་ཕོར་  
རྩ་ཡབ་འཛིན་ཕྱག་འཆ་ལ། །སྒྲ་མའི་སྐུ་ཆེ་བསྟན་པ་  
རྒྱས་པར་བྱེད་སྟོང་རི་ཡི་ཤེལ་ངོས་ན། །འཕགས་  
པ་གནས་བརྟན་མ་ཕམ་པ། །དབྱ་བཅོམ་བརྒྱ་ཕྱག་  
གཅིག་གིས་བསྐྱོར། །ཕྱག་གཉིས་མཉམ་གཞག་  
མཛེད་ཕྱག་འཆ་ལ། །སྒྲ་མའི་བསྟན་པ་ལོ་མ་  
བདུན་པའི་རི་ཕྱག་ན། །འཕགས་པ་གནས་བརྟན་  
ནགས་ན་གནས། །དབྱ་བཅོམ་སྟོང་དང་བཞི་བརྒྱས་  
བསྐྱོར། །སྟོགས་མཚུབ་རྩ་ཡབ་འཛིན་ཕྱག་འཆ་ལ། །  
སྒྲ་མའི་བསྟན་པ་གནས་མཆོག་དམ་པ་བླངས་

གྲིང་ན། །འཕགས་པ་གནས་བརྟན་དུས་ལྡན་ནི། །  
དབྱ་བཅོམ་སྟོང་དང་ཆིག་བརྒྱས་བསྟོར། །གསེར་གྱི་  
ན་བསྟོར་འཛིན་ཕྱག་འཆལ། །སྤྲ་མའི་བསྟན་པ་  
སིང་ལ་ཡི་གྲིང་ན་ནི། །གནས་བརྟན་དེ་ཆེ་མོ་འུ་བུ། །  
དབྱ་བཅོམ་སྟོང་ཕྱག་གཅིག་གིས་བསྟོར། །སྤྲིགས་  
མཛུབ་རྩ་ཡབ་འཛིན་ཕྱག་འཆལ། །སྤྲ་མའི་བསྟན་  
པ་ཁུ་བོ་ཡ་ལུ་ནའི་གྲིང་ན། །འཕགས་པ་གནས་  
བརྟན་བབང་པོ་ནི། །དབྱ་བཅོམ་སྟོང་དང་ཉིས་བརྒྱས་  
བསྟོར། །ཆོས་འཆད་མཉམ་གཞག་མཛད་ཕྱག་  
འཆལ། །སྤྲ་མའི་བསྟན་པ་གནས་མཆོག་དམ་  
པ་ཁ་ཆེ་ན། །འཕགས་པ་གནས་བརྟན་གསེར་བེའུ། །  
དབྱ་བཅོམ་ཆེན་པོ་ལྡ་བརྒྱས་བསྟོར། །རིན་ཆེན་

ཞགས་པ་འཛིན་ཕུག་འཆེལ། ཁྲི་མའི་བསྟན་པ་  
རུབ་ཀྱི་བ་ལང་སྤྱོད་ན་ནི། ཁྲི་ར་རྩ་ཇ་གསེར་ཅན་  
མཆོག་ དབྱ་བཅོམ་ཆེན་པོ་བདུན་བརྒྱས་བསྟོར། །  
ཕུག་གཉིས་མཉམ་བཞག་མཛད་ཕུག་འཆེལ། ཁྲི་  
མའི་བསྟན་པ་ བྱང་གི་སྒྲ་མི་སྟན་ན་ནི། །  
འཕགས་པ་གནས་བརྟན་བ་ཀུ་ལ། དབྱ་བཅོམ་ཆེན་  
པོ་དགུ་བརྒྱས་བསྟོར། ཕུག་གཉིས་ནེ་ལེ་འཛིན་  
ཕུག་འཆེལ། ཁྲི་མའི་བསྟན་པ་ སྤྱི་ཡང་ཀུ་ཡི་  
སྤྱིང་ན་ནི། འཕགས་པ་གནས་བརྟན་སྒྲ་གཅན་  
འཛིན། དབྱ་བཅོམ་སྤྱོད་དང་ཆེག་བརྒྱས་བསྟོར། །  
རིན་ཆེན་སྤྱི་གཞུ་འཛིན་ཕུག་འཆེལ། ཁྲི་མའི་བསྟན་  
པ་ བྱ་ཆོད་ཕུང་པོའི་རི་བོ་ལ། འཕགས་པ་གནས་

བརྟན་ལམ་ཕྱན་བསྟན།      དབྱ་བཅོམ་སྟོང་དང་དྲུག་

བརྒྱས་བསྟོར།      ཕྱག་གཉིས་མཉམ་གཞག་མཛད་

ཕྱག་འཆལ།      ཁྲི་མའི་བསྟན་པ་འཕྱི་ལུས་

འཕགས་གྲིང་ན་ནི།      ཁྲོ་ར་རྩ་ཇ་བསོད་སྟོམས་ལེན།      །

དབྱ་བཅོམ་སྟོང་ཕྱག་གཉིག་གིས་བསྟོར།      ཁྲེགས་

བམ་ལྟུང་བཟེད་འཛིན་ཕྱག་འཆལ།      ཁྲི་མའི་

བསྟན་པ་ལྟ་གནས་སུམ་ཅུ་ཅུ་གསུམ་ན།      །

འཕགས་པ་གནས་བརྟན་ལམ་བསྟན་ནི།      དབྱ་བཅོམ་

སྟོང་དང་དགུ་བརྒྱས་བསྟོར།      ཁྲེགས་བམ་ཆེས་

འཆད་འཛིན་ཕྱག་འཆལ།      ཁྲི་མའི་བསྟན་པ་རི་

ཡི་རྒྱལ་པོ་ངོས་ཡངས་ལ།      འཕགས་པ་གནས་བརྟན་

གྲུ་ཡི་སྟེ།      དབྱ་བཅོམ་སྟོང་དང་ཉིས་བརྒྱས་



བསྐྱོར། །བུམ་པ་འཁར་གསེལ་འཛིན་ཕུག་འཆེལ། །

སྒྲ་མའི་མེད་བསྟན་པ་མེད་རི་ཡི་རྒྱལ་པོ་བོ་རྩ་ལར། །

འཕགས་པ་གནས་བཏུན་སྤྱོད་བྱེད་ནི། །དབྱ་བཅོམ་

སྤྱོད་དང་བཞི་བརྒྱུས་བསྐྱོར། །ཕུག་གཉིས་སྒྲེགས་

བམ་འཛིན་ཕུག་འཆེལ། །སྒྲ་མའི་མེད་བསྟན་པ་མེད་རི་

ཡི་རྒྱལ་པོ་གངས་ཅན་ལ། །འཕགས་པ་གནས་བཏུན་

མི་བྱེད་པ། །དབྱ་བཅོམ་སྤྱོད་ཕུག་གཉིས་གིས་

བསྐྱོར། །བྱང་ཆེན་མཆོད་རྟེན་འཛིན་ཕུག་འཆེལ། །སྒྲ་

མའི་མེད་བསྟན་པ་མེད་འཕགས་པའི་དགོ་བསྟེན་རྩམ་

ཏ། །རལ་པའི་བྱོད་བཅིངས་སྒྲེགས་བམ་བྱུར། །སྤྱོད་

བ་མཐའ་ཡས་མདུན་ན་བཞུགས། །རྩ་ཡབ་བུམ་པ་

འཛིན་ཕུག་འཆེལ། །སྒྲ་མའི་སྐྱ་ཆེ་བཏུན་པ་དང་། །

བསྟན་པ་རྒྱས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།      །བཙོན་པས་གོ་

བགོས་མཐུ་སྟོབས་ཅན།      །སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་

ལེགས་སྦྱང་བ།      །ཤར་ལྷོ་རུབ་བྱང་ཕྱོགས་བཞི་ཡི།      །

རྒྱལ་ཆེན་བཞི་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །སྤྱི་མའི་སྐྱ་ཆེ་

བསྟན་པ་དང་།      །བསྟན་པ་རྒྱས་པར་བྱིན་གྱིས་

སྒྲོབས།      །ཞེས་ཕྱག་འཆལ་ཞིང་གསོལ་བ་བཏབ།      །གཟུངས་སྤྲུགས་བཟླ་

བཞི།      །ཐུབ་དབང་འཁོར་བཅས་ཀྱི་མཆོན་ནས་བོས་ཏེ་

ཐུགས་དམ་བསྐྱལ་བར་བསམ་ལ།      །ཏུ་བྱ།      །ཨོ་མུ་ནི་མུ་

ནི་མ་རྩ་མུ་ནི་ཤྲུ་མུ་ན་ཡེ་སྐྱུ།      །ཞེས་བརྒྱུ་ཅ་སོགས་ཅི་རུས་

དང་སྤྱོ་ཞིང་དགོས་པ་ཡོད་ན།      །སངས་སྐྱོ་ར་པ་རི་ཕུ་ར་ཀ་སྐྱུ།

ཞེས་དགོ་འདུན་འཕེལ་བའི་ཤམ་བུ་འང་ཅི་རིགས་བཏགས་ལ་བཟླ།      །སྤྱི་ཡང་

འདོད་དོན་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ནི།      །བཙོམ་ལྡན་གདན་འཛོམ་ཆེན་

པོ་དགོངས་སུ་གསོལ།      ལྷུང་དབང་གནས་བརྟན་  
འཕགས་པའི་ཆོགས་རྣམས་ཀྱི།      མཚན་མཆོག་ཐོས་  
དང་དྲན་བརྗོད་ལྷག་མཆོད་མཐུས།      བདག་ཅག་ལ་  
སོགས་སེམས་ཅན་གང་དང་གང་།      གནས་སྐབས་  
མཐར་ཐུག་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀུན་ནི།      བདེ་སྲིད་ཆོས་  
ལྷན་དཔལ་འབྱོར་རབ་ཏུ་འཕེལ།      ཐེག་མཆོག་དག་  
བའི་བཤེས་ཀྱིས་རྗེས་བབྱང་ནས།      གསུང་གི་བདུད་  
ཅིས་འཆོ་བར་བྱིན་གྱིས་སློབས།      རྒྱལ་བྲིམས་དག་  
ཅིང་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པར་ལྷན།      དེས་པར་འབྱུང་དང་  
བྱུང་ཆུབ་སེམས་གཉིས་འབྱོངས།      ཏྲ་བ་ཏུ་གཞན་ཕན་  
སྦྱོང་ལས་མི་གཡེལ་བས།      རྣམ་མཁྱེན་གོ་འཕང་ཐོབ་  
པར་བྱིན་གྱིས་སློབས།      རྒྱལ་བསྟན་འཛིན་མེད་ཕྱོགས་

བཅུར་དར་ཞིང་རྒྱལ།      །བསྟན་འཛིན་མཆོག་རྣམས་  
ཞབས་པད་བསྐྱལ་བརྒྱར་བརྟན།      །འཛིག་རྟེན་དག་  
ལེགས་ཆེན་པོས་བྱབ་པ་དང་།      །དོན་གཉིས་ལྷན་གྱིས་  
གྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས།      །བསོད་ནམས་རྒྱ་མཆོ་  
ཡོངས་སུ་ཚྲོགས་བྱེད་ཅིང་།      །ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཆོ་རྣམ་པར་  
དག་གྱུར་ཏེ།      །ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོ་མ་ལུས་ཀུན་ཚྲོགས་  
ནས།      །འཛིག་རྟེན་ཀུན་ལས་འཕགས་པར་བྱིན་གྱིས་  
སློབས།      །ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ།      རྗེས་གཏང་རག་གི་སྤང་དུ་ཡན་ལག་  
བདུན་པ་སྤར་བཞིན་ནམ།      བསྟན།      འཕགས་པའི་གང་ཟག་བྱེད་  
རྣམས་ལ།      །ཕྱག་འཆལ་མཆོད་ཅིང་སྤྲིག་པ་  
བཤགས།      །ཡི་རང་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་  
འདེབས།      །དག་བ་བྱང་རྒྱབ་ཆེན་པོར་བསྩོ།      །དབང་

བརྩ་མངའ་བ་བྲིད་རྣམས་གྱིས།      །རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་

དར་བ་དང་།      །སྦྱོན་བདག་བར་ཆད་ནི་བ་དང་།      །

སེམས་ཅན་སྒྲིག་པ་སྦྱོང་དུ་གསོལ།      །ཞེས་པ་ཙམ་དང་།

རྒྱལ་ཆེན་བཞི་མཆོད་པའི་དོན་དུ།      གཏོར་མ་རྩི་ཡི་ཁྱི་གིས་བསང་སྦྱངས།

ཨོྲཱེ་ཨུཾ་ཧྱཱཾ་གིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས།      ཨུ་གྲཱ་རེ་ལན་བདུན་གྱིས་ཐུལ་

ཞིང་།      མཆོད་སྦྱོན་གཏོར་མ་འདོད་ཡོན་ལྔ་ལྔ་ན་འདི།      །

རྒྱལ་ཆེན་བཞི་སོགས་དཀར་ཕྱོགས་སྦྱོང་བ་ཡི།      །སྦྱང་

མ་དམ་ཆོག་ཅན་གྱི་ཆོགས་ལ་འབུལ།      །རྒྱལ་བསྟན་

དར་ཞིང་འཇིག་རྟེན་བདེ་སྦྱོང་འཕེལ།      །བྲུང་པར་བདག་

ཅག་ཡོན་མཆོད་འཁོར་བཙས་གྱི།      །འགལ་རྒྱུན་ཉེས་

པའི་ཆོགས་རྣམས་ནི་བ་དང་།      །མཐུན་རྒྱུན་བསམ་རྒྱ་

ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་ནས་ཀྱང་།      །དོན་གཉིས་ལྟུན་གྱིས་

འགྲུབ་པའི་སྒྲིང་གྲོགས་མཛོད།    །ཅེས་དང་།    སྒྲོན་སྒྲོགས་སྒྲིང་  
དང་འབྱུང་པོ་ལ་ཆ་གསུམ་གྱི་ཆོ་ག་དང་།    གཞི་བདག་ལ་ཨུ་གྲུ་རྩེས་བསྒྲོ་  
ཞིང་།    མཆོད་སྒྲོན་གཏོར་མ་འདི་བཞེས་ལ།    །ཞེས་སོགས་  
ཀྱིས་སྒྲོན་ལས་བཙོལ།    རོངས་པ་བཟོད་པར་གསོལ་བ་ནི།    མ་འབྱོར་བ་  
དང་ཉམས་པ་དང་།    །ཞེས་སོགས་དང་ཡིག་བརྒྱ་བསྒྲུ་ཞིང་རོངས་པ་  
བཟོད་པར་གསོལ།    མདུན་རྟེན་ལ་དམིགས་ཏེ།    འདིར་ནི་གཟུགས་  
དང་ལྷན་ཅིག་རུ།    །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བརྟན་བཞུགས་བྱ།    གལ་སྲིད་  
རྟེན་མེད་ན།    །བྱེད་ཀྱིས་སེམས་ཅན་དོན་ཀུན་མཛོད།    །ཞེས་  
སོགས་གཤེགས་གསོལ་བྱ།    དག་བ་བསྒྲོ་ཞིང་སྒྲོན་ལམ་གདབ་པ་ནི།    དག་  
བ་འདི་ཡིས་སྒྲུ་བོ་ཀུན།    །བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་  
ཆོགས་ཇོགས་ཤིང་།    །བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ལས་  
བྱུང་བའི།    །དམ་པ་སྐྱ་གཉིས་ཐོབ་པར་ཤོག།    །མངས་



ཀྱུས་སྤྱལ་པ་འཕགས་པའི་ཚོགས།      །བསྟན་པ་སྐྱོང་  
བའི་ལས་མཛད་པ།      །གནས་བརྟན་ཆེན་པོ་འཁོར་  
བཅས་ཀྱི།      །བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་གྱུར་ཅིག      །  
སྤྱི་ལས་རྣམ་གྲོལ་ཉོན་མོངས་མེད།      །ཟད་དང་སྐྱེ་བ་  
མི་ཤེས་པ།      །བྲི་དང་རྒྱག་སྐྱོང་བཞི་བརྒྱ་ཡི།      །བསྟན་  
པ་ཡུན་རིང་གནས་གྱུར་ཅིག      །ཕན་བདེ་འབྱུང་བའི་  
གནས་གཅིག་ཏུ།      །སོགས་དང་།      །སྒྲ་མེད་སྒྲ་མའི་ཐུགས་རྗེ་  
དང་།      །རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤྱས་རང་རྒྱལ་དང་།      །དབྱ་  
བཅོམ་བདེན་པའི་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱིས།      །བསྐྱོ་བ་སྐྱོན་ལམ་  
འབྱུབ་པར་ཤོག།      །ཅེས་སྐྱོན་ལམ་གདབ།      །ཤིས་པ་བརྗོད་པ་ནི་མེ་ཏྲ་  
ཆར་དུ་བསྐྱེལ་ལ།      །དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་ཤིས་བརྗོད་ཇི་ལྟར་རིགས་པ་སྐྱོན་དུ་  
འགོ་བས།      །བྱང་སེམས་ཉོན་ཐོས་ཆེན་པོའི་ཚུལ།      །བསྟན་

སྒྲིང་འགྲོ་དོན་རྒྱུ་མི་ཆད།      །དག་ལེགས་ཡོན་ཏན་  
རྣམ་འཕེལ་བ།      །གནས་བརྟན་ཆེན་པོའི་བཀུ་གིས་  
ཤོག། །ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེན་གཟིགས་པ་པོ། །ཡུལ་འཁོར་  
སྒྲིང་དང་འཕགས་སྒྲིང་པོ། །སྒྲིང་མི་བཟང་དང་རྣམ་  
བྲལ་སྒྲིང་། །རྒྱལ་ཆེན་བཞི་ཡི་བཀུ་གིས་ཤོག། །ཉིན་  
མོ་བདེ་ལེགས་མཆོན་བདེ་ལེགས། །ཉིན་མོའི་གུང་  
ཡང་བདེ་ལེགས་ཤིང་། །ཉིན་མཆོན་རྟག་ཏུ་བདེ་  
ལེགས་པ། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱིས་དེང་འདྲིར་  
སྒྲུལ། །ཞེས་སོགས་ཤིས་པ་བརྗོད་པས་བདེ་ལེགས་སུ་བྱའོ། །ཐུབ་དབང་  
གནས་བརྟན་ཆེན་པོ་འཁོར་བཅས་ཀྱི། །མཆོད་བསྟོད་གསོལ་འདེབས་ཆོ་ག་  
འདི་བགྱིས་དགོས། །རྒྱལ་བསྟན་ལལ་སྒྲུབ་བསྟན་པ་དར་ཞིང་རྒྱས། །འགྲོ་  
ཀུན་ཕན་དང་བདེ་བས་རབ་འཛོལ་གྱི། །ཅེས་པའི་ཆེན་ལྷན་གྱིས་མཛད་པར་

གྲགས་པའི་གནས་བརྟན་ཕྱག་མཆོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོ་ག་མདོར་བསྡུས་གྱི་  
ཚུལ་འདིའང་།      བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་འཛིན་སྤེལ་གྱི་བྱ་བ་ལ་གཅིག་ཏུ་བྲགས་  
གཞོལ་བ་སྤུལ་པའི་སྐྱེ་པ་སྒྲ་དབང་རྒྱལ་གྱིས་བཞེད་པ་བཞིན།    ལྷ་རིགས་ལྷ་གྲུའི་  
དགོ་བསྟེན་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྟོ་རྟེན་བལ་ཡུལ་ཡམ་བུའི་གྲོང་གི་ངལ་  
གསེའི་སྤྱིལ་པོ་རུ་ལྷགས་བྱ་དཔོ་ལྷའི་ཡར་ཆོས་བབང་པོར་སྦྱར་བ་དོན་ལྡན་དུ་  
གྱུར་ཅིག།    སམ་དུ་མཆོལ་། ༥

༄༅། །གཏོར་མ་ཆ་གསུམ་གྱི་རིམ་པ་བཞུགས་སོ།། སྒྲ་མ་དང་

དཔལ་རྫོང་མེས་མས་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །རྫོང་ཐེག་

པའི་དགྱིལ་འཁོར་ཆེན་པོའི་ཆོ་གའི་སྐབས་སུ་ཆ་གསུམ་གཏོར་མ་རྒྱས་འབྲིང་

བསྐྱུས་པའི་ཚུལ་རི་སྟོང་ཅིག་གསུངས་པ་ལས་འདི་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། རིན་

པོ་ཆེ་ལ་སོགས་པའི་སྟོང་གསུམ་གྱི་དང་པོ་གཉིས་སུ་ཕྱོགས་སྟོང་དང་འབྲུང་པོ་

སྟེའི་གཏོར་རྒྱུ་མ་མཐེབ་ཀྱི་ཅན་འབྲས་ཆེན་ལ་ཕྱག་སོགས་དཀར་ནིང་གཙང་བའི་

བཟའ་བཅའ་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་པ་དང་། གསུམ་པ་བགོགས་ཀྱི་གཏོར་མ་

ཏིང་ལོ་ཆངས་བྱ་ཅན་ལ་ཆང་སོགས་ཀྱིས་སྤྲུག་པ་རྣམས་གྲལ་རིམ་གྱིས་

བཤམས་ལ། བསང་ཆུ་བཙན་ཏེ། རྫོང་གཞོན་སྒྱུན་གྱི་ཕྱག་རྒྱས། ཨོྱ་བཟླ་

ཡུལ་རྩྱུ་། གིས་བསང་། རྫོང་མའི་ཕྱག་རྒྱས། ཨོྱ་བཟླ་ལྟ་ལ་ཡུལ་

ན་ལ་ཏྱ་ན་ད་ཏྱ་པ་ཙ་མ་ཐ་བྱུང་ར་ཏྱ་རྩྱུ་པཎ། ཅེས་དང་།

སྤྲུ་བྱ་ཕྱས་སྤྲུང་། སྟོང་པའི་ངང་ལས་བྱོལ་ལས་རིན་པོ་ཆའི་

སྒོད་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ནང་དུ་གཏོར་མ་ཁ་དོག་དྲི་རོ་  
རུས་པ་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་པ་བདུད་ཅིའི་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོར་  
གྱུར་པར་བསམ།      ཨོྩ་ཨྲཱུཾ་ཧྲཱི་ཧྲོཾ་ལན་གསུམ་གྱིས་ཐུན་མོང་དུ་བྱིན་  
གྱིས་བརྒྱབ་བོ།      །དེ་ནས་གཏོར་མ་དང་པོ་ཕྱོགས་སྒྲིང་བཅུ་ལ་འབུལ་ཏེ།  
རང་གི་ཐུགས་ཀའི་ཧྲཱི་གིས་འོད་ཟེར་གྱིས་ཕྱོགས་སྒྲིང་  
འཁོར་བཅས་ཐུན་བྲངས་པར་གྱུར་པར་བསམ་ལ།      རྗེ་རྗེ་ལ་  
བུ་འཛིན་པས།      ཕྱོགས་སྒྲིང་འཛིག་ཏེན་སྒྲིང་བ་དབང་དང་  
ལྡན།      །ཐུགས་རྗེ་ཐབས་མཁས་ཐུགས་དམ་དགེལ་པོ་  
ཆེ།      །ལྷ་དང་བྲང་སྒྲིང་ཡི་དྲགས་སྤོན་པོ་གྲུ།      །རིག་  
འཛིན་རྒྱལ་པོ་དང་ནི་གཞོད་སྤྱོན་བདག་      །དེ་དག་སོ་  
སའི་དབང་པོའི་སྐུར་སྤོན་པ།      །ཕྱོགས་བཅུའི་འཛིག་  
ཏེན་སྒྲིང་བ་བཞུགས་སོ་འཆལ།      །བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་

སྒྲ་དུ་སྒྲུན་འདེན་ན།      །འགྲོ་བའི་དོན་དུ་མཆོད་གྱིས་  
གཤེགས་སུ་གསོལ།      ཨོྃ་དཔལ་དེ་གྲོ་ཀ་ལྷ་ལ་ས་ལྷ་རི་  
ལྷ་ར་ཨེ་ཏེ་ཏི།      ཞེས་སྒྲུན་བྲངས།      དཔྱེ་ཀ་མ་ལ་ཡེ་སྟོ་གྱིས་  
གདན་འབུལ་ལ།      ཨོྃ་ཨི་རྒྱ་ཡེ།      ཨམ་ཡེ།      ཡམ་ཡེ།      རེ་  
རི་ཏེ།      སྒྲ་རུ་ཏ་ཡ།      སྒྲ་ཡ་ཨེ།      ཀུ་ཨེ་ར་ཡ།      ཨི་ཤ་རྒྱ་  
ཡ།      ཨུ་རྒྱ་པྱ་རྒྱ་ཏ་ཡེ།      སྒྲ་ལྷ་ལྷ་ཨ་རྒྱི་པ་ཏ་ཡེ།      ཙྴ་  
ན་ལྷ་ཏ་ཨ་རྒྱི་པ་ཏ་ཡེ།      ཨ་རྒྱི་ཐི་ཐི་ཐི་ཐུཾ      ཨ་སུ་རེ་  
ཐུཾ      རྒྱ་གེ་ཐུཾ      ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨུ་རྒྱ་སོགས་གྱིས་མཆོད།      རོ་  
རྒྱེ་ཐལ་མོ་ཁ་གྱེན་དུ་ཐེས་ལ།      ཨི་རྒྱ་སོགས་སྒྲར་གྱི་སྒྲགས་མཐར།      ར་མཾ་  
སྒྲ་ཏ་ལྷ་གཏེ་ཐུ་བི་ཤ་སོགས་བཏགས་པ་གསུམ་གྱིས་གཏོར་མ་  
ཐུལ་ལ།      དབང་པོ་རྒྱེ་རྒྱེ་འཆང་བའི་ལྷ།      །ལྷ་ཡི་རྒྱལ་པོ་  
གདོན་གྱི་བདག      །ཤར་ཐུགས་དྲི་བའི་ཆོགས་བཅས་



ལ། མཆོད་ཅིང་བསྟོད་དེ་ཕྱག་ཀྱང་འཆ་ལ། མེ་སྟེ་  
བསྟེན་གྱ་བ་བའི་ལྟ། རྒྱང་སྟོང་རྒྱལ་པོ་གཤོན་གྱི་  
བདག །ཤར་སྟེ་མེ་ལྟའི་ཆོག་ས་བཅས་ལ། མཆོད་  
ཅིང་བསྟོད་དེ། གཤོན་རྗེ་བེ་ཅོན་འཆང་བའི་ལྟ། མ་  
མའི་རྒྱལ་པོ་གཤོན་གྱི་བདག །སྟེ་ཕྱག་ས་གཤོན་རྗེ་འི་  
ཆོག་ས་བཅས་ལ། མཆོད་ཅིང་། བདེན་དང་བྲལ་བ་  
ལེགས་ལྡན་ལྟ། སྟོན་པོའི་རྒྱལ་པོ་གཤོན་གྱི་བདག །  
སྟེ་རྒྱབ་སྟོན་པོའི་ཆོག་ས་བཅས་ལ། མཆོད་ཅིང་།  
ཞགས་པ་ཐོགས་པ་རྒྱ་ཡི་ལྟ། སྟེ་ཡི་རྒྱལ་པོ་གཤོན་གྱི་  
བདག །རྒྱབ་སྟེ་ཕྱག་ས་རྒྱ་ལྟའི་ཆོག་ས་བཅས་ལ། །  
མཆོད་ཅིང་། རྒྱང་སྟེ་སྟེ་ཕྱག་ཀྱང་འཇོན་པོའི་ལྟ། རིག་  
འཇོན་རྒྱལ་པོ་གཤོན་གྱི་བདག །རྒྱབ་བྱང་རྒྱང་ལྟའི་

ཚོགས་བཅས་ལ། མཆོད་ཅིང་། གཞོད་སྒྱུན་ལག་ན་  
དབྱུག་ཏེ་ཐོག་ས། ཞོར་སྒྱུང་རྒྱལ་པོ་གཞོན་གྱི་  
བདག བྱང་ཕྱོགས་གཞོད་སྒྱུན་ཚོགས་བཅས་ལ། །  
མཆོད་ཅིང་། དབང་དང་ལྡན་པ་འདྲེན་པའི་ལྷ། །  
འབྱུང་པའི་རྒྱལ་པོ་གཞོན་གྱི་བདག བྱང་ཤར་དབང་  
ལྡན་ཚོགས་བཅས་ལ། མཆོད་ཅིང་། སྟེང་གི་ཆངས་  
པ་ཆེན་པོ་དང་། ཉི་མ་ལྷ་བ་གཟའ་ཆེན་པོ། གཟའ་  
དང་རྒྱ་སྐར་ཚོགས་བཅས་ལ། མཆོད་ཅིང་། འོག་གི་  
ལྷ་སྟེ་ས་ཡི་ལྷ། ས་འཛིན་ལག་པ་ཆེན་པོ་དང་། དམ་  
ཚོག་ཤེས་པའི་ཚོགས་བཅས་ལ། མཆོད་ཅིང་བསྟོད་  
དེ་ཕུག་ཀྱང་འཆལ། ཞེས་པས་བསྟོད། ཤར་ཕྱོགས་རྫོང་  
རིགས་གྱི་ལྷ་ཚོགས་འཁོར་དང་བཅས། གཞོར་མ་

ཡུལ་བ་འདི་དག་བཞེས་སུ་གསོལ། མེ་དང་གཤིན་རྗེ་  
བདེན་བྲལ་སྤྱིན་པོའི་བདག རྒྱ་བདག་རྒྱུང་བདག་  
ནོར་གྱི་བདག་པོ་དང་། དབང་ལྡན་ལྷ་སྟེ་འབྱུང་པོའི་  
བདག་པོ་དང་། སྟེང་གི་ཉི་ཟླ་ཆངས་པ་ཆེན་པོ་དང་། །  
ལྷ་རྣམས་ཀུན་དང་གང་དག་ས་སྟེང་གྲུ། རི་ཡི་ལྷ་དང་  
གཙང་མའི་ཆོག་ས་བཅས་ལ། ས་ས་སོ་སོར་གཏོར་མ་  
ཡུལ་བ་རྣམས། རབ་ཏུ་དབྱེས་པ་ཡིས་ནི་བཞེས་ནས་  
ཀྱང་། རང་རང་སྟོགས་སུ་ལེགས་པར་བཞུགས་ནས་  
སུ། རང་གི་བྱད་སྒྲུང་མཛའ་བཤེས་གཉེན་འདུན་  
དང་། རང་མི་དམག་དང་དཔུང་བཅས་ལྷན་ཅིག་  
ཏུ། མེ་ཏོག་བྲི་དང་བྱུག་པ་བདུག་པར་བཅས། །  
བསྟོན་དང་གཏོར་མ་མར་མེ་གུས་འབུལ་ན། འདི་

དག་གསོལ་ཞིང་ལེགས་པར་བསྐྱམས་ནས་གུང་། །

བདག་གི་ལས་གི་འབྲས་བུ་མཆིས་པར་མཛོད། །ཅེས་

སྒྲིན་ལས་བཅོལ། ཨོྲོ་དཔལ་དེ་ཀ་སོགས་གི་མཐར་གཞུག་བཏགས་པས་

གཤེགས་སུ་གསོལ། གཏོར་མ་གཉིས་པ་འབྱུང་པོ་སྒྲིལ་འབུལ་ཏེ། ལྷ་

དང་ལྷ་མིན་གཞོད་སྒྲིན་ལྷོ་འཕྲེ་བྲུལ། །རྣམ་མཁའ་

སྒྲིང་དང་འདབ་བབང་ལུས་སྒྲུལ་པོ། །དྲི་བ་སྒྲིན་པོ་

གཞོན་གྱི་རིགས་རྣམས་དང་། །གང་དག་ས་ལ་གནས་

པའི་རྩ་འཕྲུལ་ཅན། །བྱང་སྒྲིང་བཅས་ཤིང་གཡོག་

འཁོར་བཅས་པ་ལ། །བདག་གི་ཕུས་མོ་ས་ལ་བཙུགས་

ནས་ནི། །ཐལ་མོ་སྒྱུར་ནས་བྱོང་ལ་གསོལ་འདེབས་

གི། །གསན་ནས་ཕན་གདགས་སྒྲིང་དུ་འདྲིར་

གཤེགས་ཤིག། །ཨོྲོ་སྒྲིང་ལོ་ཀ་ཕུ་ལ་ཨོྲོ་བྱ་ཉིས་སྒྲིན་

ཐུམ་ཤིག་པར་གྲག་མ་ལ་ཡེ་སྟོན་གྱིས་གདན་ཐུལ། ཡོ་དེ་ཕྱ་རྒྱ་ག་

ཡ་ཤྲ་ར་ཤྲ་གཞུག་ཡེ་སྟོན་ག་རྒྱ་ར་ག་རྒྱ་ར་ག་རྒྱ་ར་ག་རྒྱ་ར་ག་རྒྱ་ར་ག་

རྒྱ་རྒྱ་ཡེ་མ་རྒྱ་རྒྱ་ས་པ་རི་ཕྱ་ར་ཡེ་མྱོ་སོགས་གྱིས་མཆོད། རྩོམ་

ཐུམ་གྱིས་དུ་ཕྱེ་སྟེ། ཡོ་དེ་ཕྱ་སོགས་སྒྲ་རྒྱ་སྒྲ་གསལ་མཐར། རྩོམ་མེད་

སྒྲ་སོགས་བཏགས་པ་གསུམ་གྱིས་གཏོར་མ་ཐུལ་ལ། རྒྱ་རྒྱ་པོ་ག་

དག་རི་ར་བ་སྟེང་གནས་དང་། །དག་འ་བའི་ཆལ་དང་།

ལྷ་ཡི་གནས་རྣམས་དང་། །ཤར་རྒྱ་བ་རི་དང་ཉི་ཟླའི་

བྱིས་རྣམས་དང་། །རི་བོ་ཀུན་ལ་ག་དག་གནས་པ་

དང་། །རི་མཆོད་སྟེང་ན་ལྷ་ག་པར་ག་དག་གནས་དང་། །

ཆུ་བོ་ཀུན་དང་ཆུ་ཡི་མའོ་རྣམས་དང་། །མཆོད་དང་མྱེང་

བྱ་སྟེང་ག་ཆུ་དོགས་དང་། །ག་ཡེ་ཆུ་སིལ་མ་ཅན་ན་

ག་དག་གནས་དང་། །ཁྲོད་དང་ཕྱུགས་ལྷས་ཁྲོད་ཁྲོད་

སྟོང་པ་དང་།                      །ཁང་སྟོང་དག་དང་ལྷ་ཡི་ཁང་པ་

དང་།    །གཙུག་ལག་ཁང་དང་མཆོད་རྟེན་གནས་རྣམས་

དང་།    །དཀར་ཐུབ་གནས་དང་སྤང་ཆེན་གྲེས་རྣམས་

དང་།    །རྒྱལ་པོའི་དགོར་ཁང་དག་ན་གང་གནས་

དང་།    །ལམ་སྤང་སུམ་མདོ་དང་ནི་བཞི་མདོ་དང་།    །

གང་དག་ལམ་པོ་ཆེ་དང་ཤིང་གཅིག་རྩུང་།    །དུར་བྱོང་

ཆེན་པོ་ནགས་ཚལ་ཆེན་པོ་དང་།    །སེངྒེ་བློང་དང་གཙན་

གཟན་གནས་རྣམས་དང་།    །འབྲོག་ཆེན་འཛིགས་སུ་

རུང་བར་གང་གནས་དང་།    །གང་དག་སྤིང་མཆོག་

དག་ན་གནས་པ་དང་།    །ལྷན་པོ་དུར་བྱོང་དག་ན་

གནས་པ་རྣམས་།    །རབ་རྩ་དབྱེས་ཤིང་མགུ་བར་གྱུར་

ནས་སུ།    །ཐོང་བ་བློང་དང་བྱུག་པ་མེ་རྟོག་དང་།    །བསྟོང་



དང་གཏོར་མ་མར་མེ་གུས་འབུལ་ན།                      །འདི་དག་

གསོལ་ནིང་ལེགས་པར་བསྐྱམས་ནས་གྱང་།                      །བདག་

གི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་མཆིས་པར་མཛོད།                      །ཅེས་སྒྲིན་ལས་

བཙུག་པོ། ཡེ་རྒྱལ་མེད་པའི་ཡུལ་མི་བྱུ་ནིང་། །དག་བ་

ཕུན་སུམ་ཆོག་པས་པར་སྤྱད། །རང་གི་སེམས་ནི་ཡོངས་

སུ་འདུལ། །འདི་ནི་སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་པ་ཡིན། །ཅེས་

ཆོས་ཀྱིས་སྒྲིན་པ་བྱ། །ཨོ་སྐྱེད་ལོ་ཀ་ལྟ་ལ་གཞོ། །ཞེས་གཤེགས་

སུ་གསོལ། །གསུམ་པ་བག་གསལ་བསྒྲེ་སྟེ། །བཟླ་མ་རྒྱ་ལྷོ་ཏེ་རུ་

ཀོལ་ཏྲི། །རང་ཉིད་རྩི་རྩི་ཁྱོད་པོའི་རྒྱལ་དང་ལྷན་པས། །རྩི་མཛོད་ཀྱི་

ཕྱག་རྒྱ་བཅིངས་ཏེ། །ན་མོ། །རྩི་བཅུན་རྩི་བ་དང་བརྒྱུད་པར་

བཅས་པའི་དཔལ་ལྷན་སྒྲུ་མ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་

བདེན་པ་དང་། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་མཆོས་ཀྱི་མཆོད་པ་མཛོད་པར་།

དགོ་འདུན་གྱི། གསང་སྒྲགས་རིག་སྒྲགས་གཟུངས་  
སྒྲགས་སློང་པོ་ཕྱག་རྒྱ་ཏིང་ངེ་འཛིན་རྣམས་གྱི་བཀའ་  
བདེན་པ་དང་། བདེན་པ་ཆེན་པོའི་བྱིན་རླབས་གྱིས་  
བགོགས་གྱི་རིགས་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྐྱད་  
ཅིག་ཡུད་ཙམ་ལ་འདིར་མཆིས་པར་གྱུར་ཅིག །ཨོ་  
ཀྲུ་ཤི་རྩྱེ་ཨོ། ཞེས་པས་སྦྱོར་དངས། ཨོ་གྲོ་ཀ་རི་གྲོ་ཀ་རི་སྒྲ་  
རྒྱ། ཨོ་པི་ཅི་པི་ཅི་སྒྲ་རྒྱ། ཨོ་གྲོ་གྲོ་སྒྲ་རྒྱ། སུ་བི་བྱོ་  
གྲི་རྩེ་དྲི་ཨུ་རྩྱེ་སོགས་གྱིས་མཆོད། རྩོ་ཐལ་སོ་གོལ་དང་བཅས་པས།  
ཨོ་གྲོ་ཀ་རི་སོགས་གྱི་མཐར། སུ་བི་བྱོ་ན་མེ་སུ་ཏ་  
སྒྲ་ག་ཏ་རྩེ་བི་ཤ་སོགས་གསུམ་གྱིས་གཏོར་མ་བྱིན་ལ། གང་ཞིག་  
མཆོན་སོ་རྒྱ་བ་ཡི། །འབྱུང་པོ་རྣམས་དང་ཤ་བ་དང་། །  
སྒྲིན་པོ་ཤ་རྩེན་བ་དང་། །སེམས་ཅན་རྣམ་པ་སྒྲ་

ཚོགས་པ། རྒྱུན་ཤིང་གོལ་པ་སོགས་གནས་དང་། །  
དེ་དང་དེ་ལ་གཏོར་མ་ནི། །བཟའ་བཤའ་ཆང་ལ་ཕུག་  
བཅས་། འབྲས་ཆན་འབྲས་བུ་མང་པོ་ཡི། མཆོད་པ་  
འདི་ཡིས་མགུ་བྱོས་ལ། གཞོད་པའི་བསམ་པ་ནི་བ་  
དང་། བདག་ཅག་རྣམས་ལ་ཕན་པའི་ཡིད། དེ་རིང་  
ཕྱིན་ཆད་བསྐྱེད་པར་གྱིས། རྒྱུན་གྱིས་བརྒྱུན་པར་བྱས་  
ཤིང་ཆོས་སྦྱོང་ཅིང་། རུལ་ཞིང་ཡང་དག་སྒྲིམ་ལ་  
ཆངས་པར་སྦྱོང་། འབྱུང་པོ་ཀུན་ལ་ཆད་པ་སྤང་བ་  
སྟེ། དགོ་སྦྱོང་དགོ་སྦྱོང་དེ་ཡིན་བྲམ་ཟེའང་དེ། །  
མཆོན་ཆས་མི་འཛིགས་གང་ཡང་མེད། འཆོ་བའི་  
སྟོག་ལ་ཀུན་གྱང་འཛོམ། རང་གི་ལུས་ལ་དཔེ་ལོངས་  
ལ། གཞན་ལ་གཞོད་པ་མ་བྱེད་ཅིག ཨོྫོ། ཆེན་

པོའམ་ཚུང་དུ་གང་དག་གི། །ལུས་ལ་མངོན་པར་གཞོད་  
གུར་པའི། །ནད་དེ་ཉེ་བར་ཕྱངས་ནས་སུ། །གཞོན་དེ་  
རང་གི་གནས་སུ་དེངས། །དེ་ལྟར་བདག་གི་ཅི་རུས་  
ཀྱིས། །མཆོད་དང་བསྐྱེན་བཀུར་བྱས་པ་ཡི། །དམ་  
ཆོག་ལ་ནི་གནས་ནས་སུ། །བདག་གི་བསམ་པ་སྐྱོང་  
བར་མཛོད། །ཏྲ་ཏུ་དམ་ཆོག་ལ་གནས་ཤིང་། །  
འདྲིར་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །ནད་དེ་རབ་ཏུ་  
སོལ་མཛད་ལ། །གཞོན་ནུམས་རང་གི་གནས་སུ་སོང་།  
ཞེས་དང་ཆོས་ཀྱི་སྦྱོན་པ་གོང་བཞིན་བྱས་ལ། །སྐྱེ་བྱེད་ཀྱི་སྦྱོར་  
གཤེགས་ཤིང་། །གང་དག་གཏུག་ཅིང་རྩལ་པའི་སེམས་  
འཆང་བ་ཐམས་ཅད་འདྲིར་མ་གནས་པར་གཞན་དུ་  
དེངས་ཤིག། །གལ་ཏེ་མི་འགྲོ་ན་ཁྱོ་བོ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྩི་རྩེ་མེ་

རབ་ཏུ་འབར་བ་འདིས་གཏོན་བག་གས་བྱེད་རྣམས་གྱི་  
མགོ་བོ་ཚལ་པ་བརྒྱར་འགས་པར་འགྱུར་ཏེ། ཨོྃ

སྤྱུ་ནི་སོགས་རྩྱི་བཞིའི་སྤྱགས་དང་རོལ་མའི་སྤྱ་དག་པོས་བསྐྱད་པར་བྱ་  
ཞིང་གཏོར་མ་རྣམས་རིམ་པ་བཞིན་གཙང་སར་དོར། སྤྱར་ཡང་། འབྱུང་

པོ་གང་དག་འདིར་ནི་ལྷགས་གྱུར་ཏམ། སེམས་འོན་

ཏེ་བར་སྤྱང་འཁོད་ཀྱང་རུང་། སྤྱི་གྱི་རྣམས་ལ་ཏྲ་ག་ཏུ་

བྱམས་བྱེད་ཅིང་། ཉིན་དང་མཚན་དུ་ཆོས་ལ་སྤྱོད་པར་

ཤོག། ཅེས་སྤྱོན་ལམ་གདབ་པར་བྱའོ། གཏོར་མ་ཆ་གསུམ་གྱི་ཆོག་འདི་

ནི་སྤྱ་འགྱུར་བཀའ་མའི་ཡིག་ཆ་དུ་མ་དང་། སྤྱུ་བ་ཆེན་བདེ་གཤེགས་འདུས་

པའི་གཏོར་ཆོག་སོགས་ལས་བཏུས་ཤིང་སྤྱི་འགྱུར་བའི་ལུགས་དང་ཡང་མི་

འགལ་བར་མཚུངས་པར་བྱས་ཏེ་ཤུགས་ཀྱི་དགོ་བསྟེན་རིག་པ་འཛིན་པ་འགྱུར་མེད་

རྩིས་སྤྱར་བའོ། ། །

༥ དགོངས་གཏེར་སྒྲོལ་མའི་ཟབ་ཏིག་ལས་ཕྱི་སྒྲུབ་རྒྱས་བསྐྱས་ཆོག་ཆོགས་

གཉིས་སྒྲིང་པོ་ཞིས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

ཟབ་ཏིག་སྒྲོལ་མའི་རྒྱུད་འདེབས་

ཡུལ་འཕྲེང་བཞི། ཨེ་མ་རྟེ་ ཆོས་སྐུ་ཤེར་ཕྱིན་བཅོམ་

ལྡན་ཀུན་བབང་མོ། །ཡོངས་སྒྱུད་ཡོངས་ཇོགས་བཟླ་

སྒྲུ་ར་ཏི། །སྤྱལ་པའི་རྣམ་རེལ་ཇེ་བཙུན་སྒྲོལ་མ་

ཡུམ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་མཆོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་

སྒྲོལ། །སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་པར་ཀ་རྩེ་ཞབས། །

གསང་སྤྲུགས་མཛོད་འཛིན་ཁྱི་འབུམ་གྱི་ཇེ། །བྱང་

རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ལྷ་སྤྲུལ་རེལ་པ་རྩལ། །གསོལ་བ་

འདེབས་སོ་། །ཟབ་གཏེར་སྒྲོ་འབྱེད་མཆོག་གྱུར་བདེ་

ཆེན་གླིང་། །བཀའ་བབ་བདུན་ལྡན་དེ་ཇེ་གཟི་བཟིང་

རྩལ། །རྒྱལ་བསྐྱོན་གསལ་མཛོད་པར་གསུང་གི་



དབང་། ། གསེལ་བེ། ། གཞན་ཡང་ཟབ་རྒྱས་སྒྲིན་  
 གོལ་མཛོད་འཛིན་པའི། ། ཅ་བརྒྱད་སྒྲུ་མ་འཕགས་མ་  
 ལྟར་མཛོད་ལྟ། ། ཅ་གསུམ་དེ་ཆེ་ཆོས་སྤྱང་རྒྱ་མཆོ་  
 ལ། ། གསེལ་བ་འདེབས་སོ་མཆོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་  
 ལྟེལ། ། དེས་པར་འབྱུང་བའི་སྒོ་རྒྱད་ཞིང་བརྒྱན། །  
 ལྟག་བསམ་དག་པའི་སྒོ་ལྟར་འབྱུངས་ཆར་དུ་མངར། །  
 ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་འབྲས་བུ་གཡུར་བ་བའི། ། དོན་  
 གཉིས་ལྟན་གྱིས་འགྲུབ་པར་མཛོད་དུ་གསེལ། ། ཅེས་པ་  
 འདིའང་མཉུ་གྲོ་ཤས་གྲིས་པ་དག་ལེགས་འཕེལ། ། ། ན་མོ་གྲུ་རུ་ལྟོ་  
 རུ་རུ་ཡེ། ། དུས་གསུམ་འདྲན་པ་སྤྲས་བཅས་ལས། ། ཐུགས་བསྐྱེད་སྒྲིན་  
 ལས་ཐུལ་བྱུང་བ། ། ལྟམ་གྲུར་སྒྲོལ་མ་ལ་བརྟུང་ནས། ། བྱ་སྤྱོད་དང་མཐུན་  
 ཉམས་ལེན་བཤད། ། དེའང་ཟབ་ཏིག་འདི་ཉམས་ལེན་ཡང་ཟབ་སྒྲིང་པོ་བསྐྱུས་

པ་ཡིན་པས་སྒྲོས་བཅས་མང་དུ་མི་དགོས་ཀྱང་། ཁུང་བད་སྒྲོས་པ་དང་། རྒྱུན་  
ཁྱེར་དུ་བྱ་བ་སྟེ་རྒྱས་བསྐྱས་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། རྩེ་བཙུན་སྒྲོལ་མའི་སྐྱུ་  
བརྟན་བྱིས་འབྱར་སོགས་དགོན་མཆོག་གི་རྟེན་གང་འཛོམ་གྱི་མདུན་དུ།  
སྟེགས་བུ་གཙང་མར་རྒྱ་གཉིས་ཉེར་སྦྱོང་། དཀར་རྒྱུ་མ། གསང་རྒྱ། མཆོད་  
པའི་མཆུ་ལ། འཕྱོར་ནས་སོགས་འདུ་བྱ། འབྲུབ་ན་བྱས་དང་གཙང་སྒྲུའི་ཀུན་  
སྦྱོང་བྱ་ཞིང་། མི་སྟོགས་ན་ལ་ཆང་མ་འབགས་པའི་སྤྱོད་ཅི་ཆ་ལྟ་བུར་སྤིང་ལས་  
ངེས་པར་འབྱུང་བ་དང་བྱང་རྒྱུ་སེམས་ཀྱི་ཀུན་སྦྱོང་དང་ལྡན་པས་སྐྱབས་  
སེམས་ནི། མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་རྩེ་བཙུན་མ་མའོན་སྐུ་མ་  
དུ་བཞུགས་པར་མེས་ལ། ན་མོ། དགོན་མཆོག་ཀུན་  
དངོས་རྩེ་བཙུན་མར། །བདག་སོགས་འགྲོ་ཀུན་སྐྱབས་  
སྐུ་མཆི། །བྱང་རྒྱུ་སྦྱོན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ནས། །  
ཟབ་མེའི་ལམ་ལ་འཇུག་པར་བགྱི། །ཆོགས་བསགས་ནི། རྩེ་

བཅུན་འཕགས་པ་སྒྲོལ་མ་དང་། སོགས་ནས། འདྲན་  
པའི་དཔལ་དུ་བདག་གྱུར་ཅིག ཅེས་པའི་བར་བཟློང་། མཆོད་  
པ་བྱིན་བསྐྱབས་ནི། ཨོྃ་བཟླ་ཨ་མྲི་ཏ་ཀྲ་ལྷེ་ཏ་ན་ཏ་ན་རྩྱུ་  
ཕུ། ཨོྃ་སྤྱ་བྱ་ལྷ་སོགས་གྱིས་བསང་སྒྱུར་། གནས་ཡུལ་  
པརྟོ་བཀོད་པའི་ཞིང་། དབྱིབས་དང་རྒྱན་བཀོད་ཆོད་  
མེད་པར། །ལྷ་རྒྱས་ཏིང་འཛིན་ལས་གྲུབ་པའི། །  
མཆོད་རྒྱས་བསམ་མི་བྱུང་པར་གྱུར། ཨོྃ་བཟླ་ཨ་མྲི་  
ནས་ཤུག་ལྷེ་རྩྱུ། ཨོྃ་བཟླ་སྤྱ་ར་ཏཾཾ། དེ་ནས་ཐོག་མར་དཀོན་  
མཆོག་སྤྱི་ལ་ཕྱག་མཆོད་འབུལ་བ་ནི། ཕྱོགས་བཅུ་དུས་བཞིའི་སྒྲ་  
མ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་མདུན་གྱི་ནམ་  
མཁའ་བཟླ་ས་སྤྲ་ཇོ། མ་ལུས་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་  
མགོན་གྱུར་ཅིང་། །བདུད་སྡེ་དཔུང་བཅས་མི་བཟང་

འཇོམས་མཛད་ལྷ།      །དངོས་རྣམས་མ་ལུས་ཇི་བཞིན་  
མཁྱེན་གྱུར་པའི།      །བཅོམ་ལྡན་འཁོར་བཅས་གནས་  
འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ།      །པརྒྱ་ཀ་མ་ལུ་ཡེ་སྟླ།      ཇི་  
སྟེད་སུ་དག་སོགས་ཡན་ལག་བདུན་པ་དང་།      ཨོྲཱེ་ཨཱུཾ་ཧཱུྃ།  
བདག་དང་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་གྱི།      ལུས་དང་  
ལོངས་སྟོང་དག་ཆོགས་ཀུན།      སྒྲིང་བཞི་རི་རབ་ཉི་  
ཟླར་བཅས།      ལྷ་མིའི་ལོངས་སྟོང་བསམ་མི་བྱབ།  
ཀུན་བབང་མཆོད་པའི་སྟོན་ཕུང་ཆེ།      རྒྱུན་མི་ཆད་པར་  
སྟེལ་བྱས་ཏེ།      དགོན་མཆོག་རིན་ཆེན་རྩ་བ་གསུམ།  
ཆོས་སྤང་ཞེས་ལྷ་རྒྱ་མཆོ་ལ།      གུས་པས་ཏྲ་བ་ཏུ་  
འབུལ་བར་བགྱི།      བསོད་ནམས་ཆོགས་ཆེན་རབ་  
ཇོགས་ནས།      ཡེ་ཤེས་སྤང་བ་རྒྱས་པར་ཤོག།      ཨོྲཱེ་

གུ་རུ་དེ་ལྟ་རྒྱུ་གི་རྒྱུ་སྐྱེ་རྒྱུ་རྒྱུ་མཐུ་ལ་ཕུ་ཇ་མེ་གྲུ་ཨྲུ་ཨྲུ་ཨྲུ་  
ཞེས་མཐུ་ལ་ཕུ་ལ།      ན་མོ་ཨྲུ་      སངས་རྒྱུ་ས་ཆེས་དང་དགོ་  
འདུན་དང་ཨྲུ་      གྲུ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོ་དང་ཨྲུ་      ཆེས་  
སྤྱང་ཞོར་ལྷ་གཏེར་གྲི་བདག་ཨྲུ་      ཡེ་ཤེས་གཅིག་གི་དོ་བོ་  
ལས་ཨྲུ་      རང་བཞིན་མ་འགགས་ཅིར་ཡང་སྤྱོན་ཨྲུ་  
ཐུགས་རྗེའི་ཐིན་ལས་སྤྱང་པོ་ཆེས་ཨྲུ་      འགྲོ་ཀུན་རྒྱུ་བས་  
དང་མགོན་གྲུར་པ་ཨྲུ་      མཁྱེན་བརྗེའི་བདག་ཉིད་ཁྱེད་  
རྣམས་ལ་ཨྲུ་      ཐུག་འཆལ་སྤྱིང་ནས་རྒྱུ་བས་སུ་མཆི་ཨྲུ་  
ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་མཆོད་པར་འབུལ་ཨྲུ་      བདག་དང་  
མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཨྲུ་      ཏྲག་ཏུ་ཐུགས་རྗེས་  
བརྒྱུ་བ་མཛད་གསོལ་ཨྲུ་      ནད་དང་གཞོད་པ་ཞི་བ་དང་ཨྲུ་  
ཆོ་དང་བསོད་ནམས་འཕེལ་བ་དང་ཨྲུ་      བསམ་པའི་དོན་



རྣམས་མ་ལུས་ཀུན་།      ཆོས་བཞིན་འབྱུང་པར་བྱེན་

གྲིས་རྫོབས་།      ཞེས་འདོད་དོན་གསོལ།      །དེ་ནས་བྱེ་བྲག་རྩེ་བཙུན་མ་ལ་

མཆོད་པ་ལན་གསུམ་འབུལ་ཞིང་བསྟོད་པའི་རྒྱུད་འདོན་པ་ནི།      རང་ཉིད་

སྐད་ཅིག་དྲན་རྩོགས་སུ་།      རྩེ་བཙུན་འཕགས་མའི་སྐར་

གསལ་བའི་།      ཐུགས་ཀར་སྒྲེ་སྟེང་ཏྲུ་ལྔ་དྲུག་གུ་།      དེ་

ལས་འོད་ཟེར་དཔག་ཡས་འཕྲོས་།      འཕགས་མ་རྣམ་

འཕུལ་ཉེར་གཅིག་དང་།      དགོན་མཆོག་རྒྱ་མཆོའི་སྒྲིན་

འཕྲོ་བ་།      མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་སྐྱོན་དྲངས་གྱུར་།      ཏྲུ་།

སྐྱེ་མེད་འོད་གསལ་ཆོས་སྐྱའི་དབྱིངས་།      འགགས་

མེད་འཕགས་མའི་ཡེ་ཤེས་སྐྱར་།      གང་འདུལ་སྐྱ་

འཕུལ་དྲུ་བར་ཤར་།      རྩུར་གཤེགས་ཨྲུ་ཏྲུ་རེ་རྩེ་།

བདག་དང་འགྲོ་ལ་ཐུགས་བརྩེའི་ཕྱིར་།      ཉིད་གྱི་རྩུ་



འཕུལ་མཐུ་ཡིས་ནི། ཇི་སྟིང་མཆོད་པ་བདག་བབྱིང་

པ། དེ་སྟིང་བཅོམ་ལྡན་བཞུགས་སུ་གསོལ།

པརྟ་ཀ་མ་ལཱ་ཡ་སྟོ། ཨོ། དངོས་འབྱེར་ཡིད་ལས་

བྱང་བ་ཡི། ཀུན་ཏུ་བབང་པོའི་མཆོད་སྟོན་གྱིས།

ཆོས་དབྱིངས་རྒྱས་པར་བཀའ་བྱས་ཏེ། འཕགས་མ་

སྟོལ་མ་འཁོར་བཅས་མཆོད། ཨོ་ཨྲཱཱ་ཏུ་རེ་ས་པ་རི་

ལྷ་ར་བཟླ་ཨཱ�和ྟ་ནས། འཕྲ་པ་ཏིཙྪ་སྟུ་རྟོ། ཞེས་སྟོན་བྲངས་ཤིང་མཆོད་

པ་སྟེར་འབུལ། ཨོ་ཨྲཱཱ་རྟོ། ཁམས་གསུམ་སྟོད་བཙུང་

དཔལ་འབྱེར་དང་། བདག་ལུས་ལོངས་སྟོད་དག་

ཆོགས་ཀུན། ཐུགས་རྗེའི་བདག་ཉིད་རྣམས་ལ་

འབུལ། བཞེས་ནས་བྱིན་གྱིས་བརྟུབ་ཏུ་གསོལ།

ཨོ་སཐ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་ར་ཏུ་མཐུ་ལ་པུ་ཇ་རྟོ། ཞེས་མཐུལ་བྱེ་བྲག་

ཏུ་ཕུལ་ནས། བསྟོད་པའི་རྒྱལ་པོའི་རྒྱུད། ཨོཾ་ཧཱུྃ་མ་འཕགས་

མ་སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ཕྱག་འཆལ་སྒྲོལ་མ་

སོགས་ནས། ཕྱག་འཆལ་བའི་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཅིག །བར་ཆར་

གཉིས་བརྗོད། སྒྲར་ཡང་། ཨོཾ་དངོས་འབྱེར་ཡིད་གྱིས་སོགས་

མཆོད་པ་དང་། མཆོལ་གོང་ལྟར་ཕུལ་ནས། ཕྱག་གཡམས་མཆོག་

སྒྲིན་ཕྱག་རྒྱ་ཉིད་། སྐབས་སྒྲིན་ཕྱག་རྒྱར་གྱུར་པའི་

འོག་། བདག་དང་བསྐྱེད་བྱ་ཀུན་ཚུད་ནས་།

འཛིགས་པ་ཀུན་ལས་དབུགས་དབྱུང་གྱུར་། ཅེས་མོས་ལ་

ཕྱག་འཆལ་ཉེར་གཅིག་ཆར་གསུམ་བརྗོད། ཡང་མཆོད་པ་དང་མཆོལ་ཕུལ་ལ།

སྐུ་ལས་བདུད་རྩིའི་རྒྱ་རྒྱུན་བབས་། རང་དང་བསྐྱེད་

བྱའི་སྒྲི་བོ་ནས་། ཞུགས་ཏེ་ལུས་ཀུན་གང་བ་ཡིས་།

བྱིན་ཞབས་མ་ལུས་ཞུགས་པར་གྱུར་། ཅེས་མོས་ལ་

ཕུག་འཆལ་ཉེར་གཅིག་ཆར་བདུན་པན་ཡོན་བཅས་

བརྗོད། །གཏོར་མ་ཡམས་ཏམ་བསང། སྤྱ་བྱ་བས་བྱངས།

སྟོང་པའི་ངང་ལས་ཨོ་ཡིག་ལས། རིན་ཆེན་སྟོང་

མཆོག་ཡངས་པའི་ནང་། འབྲུ་གསུམ་ལས་བྱང་

གཏོར་མ་ནི། ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་བདུད་རྩིར་གྱུར།

ཨོ་ཨྲཱཱྃ་རྩྱུ་ལན་གསུམ། ཨོ་ཨྲཱཱྃ་རྩྱུ་རེ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨི་དྲི་

བ་ལི་ཏ།ཁ།ཁ།ཁ།རྩྱུ་རྩྱུ་རྩྱུ། ལན་གསུམ་གྱིས་གཙོ་མོ་ངང་། ཨ་ཀྲ་

རེ་ལན་གསུམ་གྱིས་མགོན་ཐབས་རྣམས་ལ་ཐུལ། ཨོ། མཆོད་སྦྱོན་

གཏོར་མ་དམ་པ་འདི། ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོས་རྗེས་

དགོངས་ལ། བདེ་བ་ཆེན་པོར་བཞེས་ནས་གྱུང་།

དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་སྦྱུལ་དུ་གསོལ། ཞེས་འདོད་དོན་

གསོལ། ཨོ་ཨྲཱཱྃ་རྩྱུ་རེ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་བརྗོད་ཨྲཱཱྃ་སྐུ་གསུམ་སྐུ་གསུམ་

ཙམ་གྱིས་མཆོད།      ཨོྃ།      ལྷ་དང་བ་མཐའ་ཡས་པ་རྒྱའི་

རིགས་ཀྱི་      འཛིག་རྟེན་དབང་ཕྱག་ཞལ་ལས་བྱུང་ཀྱང་།

སངས་རྒྱལ་གྱུ་གྱེན་གྱི་ཕྱིན་ལས་བདག་ཀྱང་།      འཕགས་མ་

སྒྲོལ་མར་ཕྱག་འཆལ་བསྟོད་ཀྱང་།      བསྟོད་པར་འོས་པ་

སོགས་གྱིས་བསྟོད།      ཐལ་མོ་སྦྱར་བས།      རྗེ་བཙུན་འཕགས་མ་

འཁོར་དང་བཅས།      །དམིགས་མེད་ཐུགས་རྗེས་བརྩེར་

དགོངས་ལ།      །བདག་གིས་ཇི་ལྟར་གསོལ་བའི་དོན།      །

གོགས་མེད་འགྲུབ་པར་གྱིན་གྱིས་སྒྲོ་བས།      །སངས་

རྒྱལ་བསྟན་པ་དར་ཞིང་རྒྱས།      །བསྟན་འཛིན་ཐུགས་

མཐུན་ཞབས་པད་བརྟན།      །ཉེར་འཆའི་བར་ཆད་གྱུ་ཞི་

ཞིང་།      །བཤམ་སྒྲུབ་ཕྱིན་ལས་འཕེལ་བར་མཛོད།      །

ནད་ཐུག་འབྲུགས་རྩོད་ཞི་བ་དང་།      །ཆོས་ལྡན་དཔལ་

འབྱོར་གོང་དུ་འཕེལ།      ཆོས་སྒྲོང་རྒྱལ་པོའི་མངའ་  
ཐང་རྒྱས།      རྒྱལ་ཁམས་མཐའ་དབུས་བདེ་བར་  
མཛོད།      འཛིགས་པ་བཅུ་དྲུག་དུས་མིན་འཆི།      མི་  
ལམ་མཆོན་ལྟས་ངན་པ་དང་།      འཁོར་བ་ངན་སོང་  
སྟུག་བསྐལ་སོགས།      གནས་སྐབས་མཐར་ཐུག་  
འཛིགས་ལས་སྒྲོབས།      ཆོ་བ་སོད་དབང་ཐང་ཉམས་  
ཏྲོགས་འཕེལ།      མི་དགའི་ཏྲོགས་པ་མི་འབྱུང་ཞིང་།      །  
བྱང་ཆུབ་སེམས་གཉིས་ཚུལ་མེད་སྒྲེས།      བསམ་དོན་  
ཆོས་བཞིན་འགྲུབ་པར་མཛོད།      འདི་ནས་བྱང་ཆུབ་  
སྒྲོང་པོའི་བར།      བྱ་གཅིག་པོ་ལ་མ་བཞིན་དུ།      །  
འབྲལ་མེད་ཐུགས་མེའི་སྤྱན་གྱིས་གཟིགས།      ཉིད་དང་  
དབྱེར་མེད་མཛོད་དུ་གསོལ།      ཅེས་འདོད་པའི་དོན་ལ་

གསེལ་བ་བྱུང་པར་དུ་བཏབ་ཅིང་ཐུགས་དམ་བསྐྱེལ་  
བས། མདུན་བསྐྱེད་འོད་ཁུ་རང་ལ་ཐིམ་ཅིང་དབྱེར་མེད་  
ཉིད་དུ་བྱིན་བརྒྱབས་པས་ཅིང་རང་ཉིད་འཕགས་མ་སྒྲོལ་  
མའི་སྒྲུབ་ཅིང་སྒྲུབ་ལ་རང་བཞིན་མེད་པར་གྱུར་ཅིང་ཅེས་རང་  
ཉིད་འཕགས་མའི་གསལ་སྒྲུབ་དང་ད་རྒྱལ་ལ་སེམས་བཟུང་སྟེ་ཡི་གེ་བཙུ་པའི་  
བརྒྱས་པ་ཅི་འགྲུབ་མཐར། །ཡིག་བརྒྱ་དང་། མ་རྟེན་ཡོངས་སུ་མ་  
ཆོང་སོགས་བརྟེན་ལ་ཞོངས་པ་བཤགས། ཡོ་བྱེད་ཀྱིས་སེམས་  
ཅན་སོགས་དང་། བརྟེན་སྒྲུབ་ཅིང་བརྟེན་ལ་མགོན་ཐབས་ཀྱི་ལྷ་རྣམས་  
གཤེགས། ལྷ་དང་རང་སེམས་དབྱེར་མེད་པ་ཅིང་ཆོས་  
དབྱེད་ས་གཉེན་མའི་དང་དུ་བཞག་ཅིང་ཅེས་གནས་ལུགས་ཀྱི་  
ལྷ་བ་བསྐྱེད། དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྒྱུར་དུ་བདག་ཅིང་  
འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་འགྲུབ་གྱུར་ནས། སོགས་ཀྱིས་བསྟོ་སྟོན་



གྲ། ཡིད་བཞིན་ནོར་དང་བུམ་པ་བབང་པོ་ལྟར། །བསམ་  
པའི་དོན་ཀུན་ཐོགས་མེད་སྟོལ་མཛད་པ། །རྩེ་བཙུན་  
སྟོལ་མ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཀྱིས། །མི་འབྲལ་ཐུགས་  
རྩེས་སྟོང་བའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །ཅེས་སོགས་ཤིས་པ་བཛྲེད་ལ་མེ་  
ཏོག་འཐོར་རོ། །གཉིས་པ་རྒྱུན་ཁྱེར་དུ་བྱ་བའི་ཆོ། །འཕགས་མའི་ཏེན་འཛོམས་  
ན་ལེགས། །མ་འཛོམས་ན་ཡིད་ཀྱིས་བསྐྱེམས་པས་འབྲས། །མཆུལ་དང་  
མཆོད་པ་ལགམས་ལ། །གོང་དུ་སྟོས་པའི་མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་སོགས་དང་།  
སྤྲབས་སེམས་ཆོགས་བསགས་མཆོད་པ་བྱིན་རྒྱབས་བར་བཏང་། །དགོན་  
མཆོག་སྤྱི་མཆོད་མི་དགོས་པས། །རང་ཉིད་སྐྱད་ཅིག་དཔན་རྩེ་གས་  
སྟེ། །རྩེ་བཙུན་འཕགས་མའི་སྐྱར་གསལ་བའི་ཅེ།  
སོགས་ནས། །མཆོད་པ་མཆུལ་བསྟོད་པ་ལན་གསུམ་བསྐྱར་བའི་ཕྱི་མ་ཕྱག་  
འཆལ་ཉེར་ཅིག་ཆར་བདུན་པན་ཡོན་དང་བཅས་པའི་མཐར། །སྟོན། །རྩེ་

བཙུན་འཕགས་མ་འཁོར་དང་བཅས། སོགས་འདོད་གསོལ་  
གྲུབ་ན་བྱ། མ་གྲུས་གྲང་ཆོག །མདུན་བསྐྱེད་འོད་ལྷ་སོགས་ནས་  
བཞུས་པ། རོངས་བཤགས་པར་སྒྲར་ལྟར་ལ། གཤེགས་གསོལ་མི་དགོས།  
ལྷ་དང་རང་སེམས་སོགས་དང་དག་བསྡེ་ཞིས་བརྗོད་བཅས་གྱིས་འགྲུབ་  
བོ། །

༥ འཕགས་པ་སྒྲོལ་མའི་ཚོགས་མཆོད་དངོས་གྲུབ་སྟེ་མ་བཞུགས་མེད་ལོ་

གྲུ་འཕྲུ་ལྷ་ལྷ་ཏུ་རེ་མེད་མེད་པ་ལྟར་སྒྲོལ་མའི་ལྷ་ཚོགས་ལ་ཚོགས་མཆོད་

འབྲུལ་བར་འདོད་ནས་མེད་པ་བདག་གི་རྣལ་འབྱོར་སྒྲོལ་ཏུ་གྲོ་བས་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་

ཐུགས་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཚོགས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་རྣམས་ལ་བསང་ཆུ་དང་། བདུད་ཚིའི་

བྲན་ལ། རི་ཡི་ཁོ་ལྷོ་ཡེ་ཤེས་རིག་ཅུལ་མེ་རྒྱུད་ཆུས་མེད་པ་

ཚོགས་ཐུགས་དངོས་འཛིན་བསྐྱེད་པ་གཏོར་སྒྲུབ་མེད་པ་

བྲུ་ལྷོ་སྒྲོལ་ཏུ་བདུད་ཚིའི་བཅུད་མེད་པ་འདོད་ཡོན་ཆུ་

མཆོད་པུང་པོར་གྱུར་མེད་པ་ཡོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་

ཚོས་དབྱེད་སྐྱེད་པོ་བྲུང་དང་ལས་རབ་བཀོད་པ་

ལོངས་སྒྲུའི་ཞིང་ལོངས་སྒྲུའི་ལོངས་སྒྲུའི་ལོངས་སྒྲུའི་ལོངས་སྒྲུའི་

འཁོར་ནས་དམ་ཚིག་སྒྲོལ་མའི་རྣལ་འབྱོར་མེད་པ་

ཅུ་གསུམ་ཆུ་མཆོད་འཁོར་དང་བཅས་ཚོགས་ཀྱི་

[illegible]

སུ་མཆོད་བསྟོད་བྱ།    འདོད་གསོལ་ནོངས་པ་བཤགས།    ཆོགས་མགོན་རྣམས་  
ཏྱན་བཅུགས་དང་།    མེད་ན་གཤེགས་གསོལ་བསྟོ་སྟོན་བཀའ་ཉིས་སྤྱི་ལྟར་བྱའོ།  
ཞེས་པའང་མཉུ་གློ་ཤས་བྲིས་པ་དག།    གཏེར་སྟོན་མཆོག་སྤྱིང་གི་གཏེར་ཡིག་  
ནས་བཤུས་པའོ།    །ལྷག་མ་བཤལ་ཆུ་རེ་ཀུན་མཉེས་ཉིང་ཆོམ།    །སྤྱི་ནང་འགལ་  
རྒྱུན་བར་ཆད་མཐའ་དག་སོལ།    །འཛིགས་བརྒྱད་ཞི་སོགས་ལས་བཞི་དངོས་  
གྲུབ་སྟོལ།    །དག་པ་མཁའ་སྟོད་བསྟོད་པའི་གོགས་མཛོད་ཅིག    །།དགོའོ།།

༥ ཚེས་ཉིད་ནམ་མཁའི་གྲོང་མངོན་ལས། གྲོལ་མའི་མཆོལ་བསྐྱུས་ཚོག་བབ་

པའི་སྒྲིང་པོ་བརྒྱད་ལྟན་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས།

ཨོྲཱེ་ཨུཿ་ཧཱུཿ་

དབྱིངས་རིག་དབྱེར་མེད་སྐྱ་གསུམ་གྲིག་ལེའི་གྲོང་།

ཤེས་རབ་རང་བྱུང་རྗེ་བཙུན་ཏུ་རེ་མ།

རང་ཅུལ་

འཕགས་མ་ལྷ་མོ་ཉིར་གཅིག་བཅས།

རྒྱལ་བའི་ཡོན་

ཏན་ཕྱིན་ལས་ཡོངས་རྫོགས་ངང་།

རྟོག་ཚོགས་ཞེན་

པ་བྲལ་བས་ཕྱག་འཆལ་ལོ།

གཟུང་འཛིན་འབྲུལ་

འཁོར་བསྐྱོག་ཕྱིར་སྐྱབས་སུ་མཆི།

ཀུན་བབང་

དགོངས་གྲོང་ཡངས་པར་གསོལ་བ་འདེབས།

ཚེ་

སྐྱབས་མཐའ་རུ་ཕྱིན་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

གང་

ཤར་འདོད་ཡོན་བདེ་དགའི་དཔལ་གྱིས་མཆོད།

སྐྱ་

གསུམ་ལྟན་བྱ་བ་རྟོགས་པའི་མཆོལ་འབུལ།

བསོད་



ནམས་ཚོགས་གཉིས་ཚོགས་པའི་རྒྱུ་རྒྱུ་ནས་  
དོན་གཉིས་འབྲས་བུ་སྒྲིན་པའི་དཔལ་ཐོབ་ཤོག་། རྒྱ  
ཚེ་བཙུན་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་བྱེད་མ་བྱེན་ནོ། འཇིགས་  
དང་སྐྱབ་བསྐྱལ་ཀུན་ལས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ་། ཞེས་ལན་  
གཉིས་དང་། སྒྲར་ཡང་གོང་བཞིན་གསུམ་དང་བདུན་མཐར་། རྒྱུ་།

རྒྱལ་ཀུན་བསྐྱེད་མཛད་རྒྱལ་ཡུམ་སྒྲིན་ལས་མ་  
བསྒྲིན་སྐྱབ་མོས་པས་རྒྱུན་ཏུ་གསོལ་བཏབ་མཐུས་།  
བདག་ཅག་བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཚོགས་ཚོགས་ནས་  
སྒྲིན་ལས་བཞི་འབྲུབ་མཆོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་སྒྲོལ་།  
བདག་སྒྲུང་ལྟ་སྐྱབས་ཆོས་ཉིད་ཆེན་པོའི་དང་།  
སྒྲིན་ལས་ལམ་བྱེད་འཁོར་བ་དོང་སྐྱབས་བུ་། ཡོ་ཏུ་  
རེ་ཏུ་རེ་ཏུ་རེ་སྒྲུ་། ཞེས་བསྒྲས་པ་བདུན་མཐར་། རྒྱུ་། སྒྲར་

སྤྱིད་དག་མཉམ་ཆོས་སྐྱེ་ཆེན་པོའི་ངང་།      གཟུགས་སྐྱེ་  
ནམ་གཉིས་འགྲོ་བའི་ཁམས་བཞིན་དུ།      རྒྱན་ཆད་མེད་  
པར་ཕན་བདེའི་དག་མཆོན་གྱི།      ཡུན་ཆོགས་བསོད་  
ནམས་བྱེ་བས་མཛེས་གྱུར་ཅིག།      སྐྱེ་ཡི་སྐྱོན་སྤངས་  
མཆོན་དང་དཔེ་བྱད་ལྡན།      གསུང་གི་སྐྱོན་སྤངས་ཀ་  
ལ་པོང་ཀའི་དབྱངས།      ཐུགས་ཀྱི་སྐྱོན་སྤངས་ཤེས་བྱ་  
མཐའ་དག་མཁྱེན།      བཀྲ་ཤིས་དཔལ་འབར་མ་ཡི་  
བཀྲ་ཤིས་ཤོག།      ཅེས་པ་འདི་ནི་བདག་འདྲ་པར་གྱི་དབང་ཐུག་  
གམ་ཇི་ཇི་དབྱེ་འདུལ་ཅུལ་གྱི་ཉམས་སྤངས་ལ་ཡབ་ཇི་གཏེར་ཆེན་ལྷ་མ་བྲག་འཐུང་  
བདུད་འཛེམས་སྤྱིང་པའི་ཡེ་ཤེས་སྐྱེ་མའི་སྐྱེ་དང་མཇལ་ཞིང་སྐྱོལ་ཆོག་འདི་ལྟར་  
ཁྱོད་ཀྱིས་སྐྱོབ་བྱ་མཁྱེན་དཔལ་ལ་སྐྱོད་དང་རྒྱན་གྱི་ནལ་འབྱོར་དང་ཆོར་གངས་  
གསོག་ལ་ཉེར་མཁོ་བྱེད་བདེ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་གཞན་ཕན་གྱི་བསམ་

པས་བྲིས་པ་དག། །སྒྲུ་མཛུགས། །

༥ རྩེ་བཙུན་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་དང་། རྩོགས་བཙུ་  
དུས་གསུམ་བཞུགས་པ་ཡི། རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་  
ཐམས་ཅད་ལ། རྒྱུན་ནས་དང་བས་ཕྱག་བགྱིའོ། མེ་  
ཏོག་བདུག་སྒྲོལ་མར་མེ་དྲི། རྒྱལ་བས་རྩེ་མོ་ལ་  
སོགས་པ། དངོས་འབྱེད་ཡིད་གྱིས་སྤྲུལ་ནས་  
འབུལ། རྩེ་བཙུན་མའི་ཆོགས་རྣམས་བཞུགས་སུ་  
གསོལ། རྩོག་མ་མེད་ནས་ད་ལྟའི་བར། མི་དག་  
བཙུ་དང་མཆོམས་མེད་ལྟ། སེམས་ནི་ཉོན་མོངས་  
དབང་གྱུར་པའི། རྩོག་པ་ཐམས་ཅད་བཤགས་པར་  
བགྱི། ཉོན་ཐོས་རང་རྒྱལ་བྱང་རྒྱལ་སེམས། སོ་སོ་  
སྒྲེ་བོ་ལ་སོགས་པས། དུས་གསུམ་དག་བཅི་  
བསགས་པའི། བསོད་ནམས་ལ་ནི་བདག་ཡི་རང་། །

སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པ་དང་། ཁྱོད་ཀྱི་བྱེད་པ་ཇི་  
ལྟ་བུར། ཁྱེ་ཀྱང་ཐུན་མེད་ཐེག་པ་ཡི། ཁོས་ཀྱི་  
འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་དུ་གསོལ། འཁོར་བ་ཇི་སྤྱིད་མ་  
སྟོངས་བར། བྱ་ངན་མི་འདུ་བྱུགས་ཇི་ཡིས། །  
སྤྱག་བསྐྱེལ་རྒྱ་མཚོར་བྱིང་བ་ཡི། སེམས་ཅན་རྣམས་  
ལ་གཟིགས་སུ་གསོལ། བདག་གིས་བསོད་ནམས་ཅི་  
བསགས་པ། བསམས་ཅད་བྱང་རྒྱ་རྒྱུར་བྱུར་ནས། །  
རིང་པོར་མི་ཐོགས་འགྲོ་བ་ཡི། འདྲེན་པའི་དཔལ་དུ་  
བདག་བྱུར་ཅིག འགོ་སློང་མ་དཔལ་མོས་མཛད་པར་གྲགས་སོ། །  
རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ཨྲྀཙྰ་ཏྲྀ་རྲྀ་མཏྲྀ་སྤྱུ་ལ་སྟྱྱྲྀ་ན་མ་སྐྱ་རྟེ་  
ཀ་བོ་ཤ་ཏི་ཀ་ན་མ། བོད་སྐད་དུ། འཕགས་མ་སྟོལ་  
མའི་རྩ་བའི་སྤྱགས་ཀྱིས་བསྟོད་ཅིང་སྤྱག་འཆལ་བ་ཉི་

ལུ་ཚུ་གཅིག་པ་ཞེས་བྱ་བ། ཡོ་རྒྱུ་བཙུན་མ་འཕགས་མ་  
སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ཕྱག་འཆལ་ཏུ་རེ་སྒྱུར་མ་  
དཔའ་མོ། ཏུ་ཏུ་རེ་ཡིས་འཛིགས་པ་སེལ་མ། ཏུ་  
རེས་དོན་ཀུན་སྒྲིལ་པས་སྒྲོལ་མ། ལྷ་ཏུ་འི་ཡི་གེ་ཁྱོད་  
ལ་འདུད་དོ། ཕྱག་འཆལ་སྒྲོལ་མ་སྒྱུར་མ་དཔའ་  
མོ། ལྷ་ཏུ་འི་སྒྲིལ་པ་སྒྲོལ་མ་དང་འདྲ་མ། འཛིག་ཏེན་  
གསུམ་མགོན་ཐུ་སྒྲེས་ཞལ་གྱི། གེ་སར་བྱེ་བ་ལས་ནི་  
བྱུང་མ། ཕྱག་འཆལ་སྒྲོལ་མ་ཀའི་ལྷ་བ་ཀུན་ཏུ། གང་  
བ་བརྒྱུ་ནི་བཙུགས་པའི་ཞལ་མ། ལྷ་ཏུ་མ་སྒྲོལ་ཕྱག་  
ཆོགས་པ་རྣམས་ཀྱི། རབ་ཏུ་བྱེ་བའི་འོད་རབ་འབར་  
མ། ཕྱག་འཆལ་སེར་སྒྲོལ་ཐུ་སྒྲེས་ཀྱི། ལྷ་ཏུ་སྒྲོལ་  
ཕྱག་ནི་རྣམ་པར་བརྒྱུན་མ། ལྷ་ཏུ་སྒྲོལ་པ་བཙུན་འགྲུས་



དཀར་ཕུབ་ནི་བ།      བཟོད་པ་བསམ་གཏན་སྒྲིང་ཡུལ་  
ཉིད་མ།      རྒྱག་འཆལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གཙུག་  
ཏོར།      མཐའ་ཡས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་སྒྲིང་མ།      མ་  
ལུས་པ་རོལ་ཕྱིན་པ་ཐོབ་པའི།      རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་གྱིས་  
ཤིན་ཏུ་བསྟེན་མ།      རྒྱག་འཆལ་ཏུ་ཏུ་ར་རྩྱུ་ཡི་གེ      །  
འདོད་དང་སྒྲིགས་དང་ནམ་མཁའ་གང་མ།      འཛིག་  
ཏེན་བདུན་པོ་ཞབས་གྱིས་མནན་ཏེ།      ལུས་པ་མེད་པར་  
འགྲུགས་པར་རུས་མ།      རྒྱག་འཆལ་བརྒྱ་ཕྱིན་མེ་ལྷ་  
ཆངས་པ།      རྒྱུང་ལྷ་སྣ་ཆོགས་དབང་རྒྱག་མཆོད་  
མ།      འབྱུང་པོ་རོལ་ངས་ངེ་བ་རྣམས་དང་།      གཞོན་  
སྒྲིན་ཆོགས་གྱིས་མདུན་ནས་བསྟོད་མ།      རྒྱག་འཆལ་  
ཏུ་ཅེས་བྱ་དང་ཕྱེས།      པ་རོལ་འབྲུལ་འཁོར་རབ་

ཏུ་འཇོམས་མ། །གཡས་བསྐྱམ་གཡོན་བརྒྱུད་ཞབས་  
ཀྱིས་མནན་ཏེ། །མེ་འབར་འབྲུག་པ་ཤིན་ཏུ་འབར་  
མ། །ཕྱག་འཆལ་ཏུ་རེ་འཇིགས་པ་ཆེན་པོས། །བདུད་  
ཀྱི་དཔའ་བོ་རྣམ་པར་འཇོམས་མ། །ཁུ་སྐྱེས་ཞལ་ནི་ཁྱོ་  
གཉེར་ལྡན་མཛད། །དབྱ་བོ་བམས་ཅད་མ་ལུས་གསོད་  
མ། །ཕྱག་འཆལ་དགོན་མཆོག་གསུམ་མཆོན་ཕྱག་  
རྒྱའི། །སོར་མོས་བྱུགས་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་བརྒྱུད་པའི། །དབུ་རྒྱུན་འོད་ཀྱི་སྤེང་བ་སྤྲེལ་  
མ། །བཞད་པ་རབ་བཞད་ཏུ་རྒྱ་ར་ཡིས། །བདུད་དང་  
འཇིག་རྟེན་དབང་དུ་མཛད་མ། །ཕྱག་འཆལ་ས་གནི་

སྒྲོང་བའི་ཚོགས་རྣམས།      ཐམས་ཅད་འགྲགས་པར་  
རུས་པ་ཉིད་མ།      བློ་གཉེར་གཡོ་བའི་ཡི་གེ་རྩྱ་གིས།      །  
ཕོངས་པ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་སྒྲོལ་མ།      སྤྱག་འཆལ་  
ཟླ་བའི་དུམ་བུའི་དབུ་རྒྱ།      བརྒྱན་པ་ཐམས་ཅད་ཤིན་  
ཏུ་འབར་མ།      རལ་པའི་བྲོད་ནས་འོད་དཔག་མེད་  
ལས།      ཏྲག་པར་ཤིན་ཏུ་འོད་རབ་མཛད་མ།      སྤྱག་  
འཆལ་བསྐྱལ་པ་ཐ་མའི་མེ་ལྟར།      འབར་བའི་ཕྱེང་  
བའི་དབུས་ན་གནས་མ།      གཡམས་བརྒྱད་གཡོན་  
བསྐྱམ་ཀུན་ནས་བསྒྲོར་དགའི།      དབྱ་ཡི་དབུང་ནི་རྣམ་  
པར་འཛམས་མ།      སྤྱག་འཆལ་ས་གནིའི་ངོས་ལ་སྤྱག་  
གི།      མཐིལ་གྱིས་བསྐྱུན་ཅིང་ཞབས་གྱིས་བརྟུང་མ།      །  
བློ་གཉེར་ཅན་མཛད་ཡི་གེ་རྩྱ་གིས།      རིམ་པ་བདུན་པོ་

རྣམས་ནི་འགོམས་མ། རྒྱག་འཆལ་བདེ་མ་དགོམ་ནི་  
མ། རྒྱ་ངན་འདས་ནི་སྤྱོད་ཡུལ་ཉིད་མ། ལྷ་རྩུ་ཨོ་  
དང་ཡང་དག་ལྡན་པས། རྩིག་པ་ཆེན་པོ་འཇོམས་པ་  
ཉིད་མ། རྒྱག་འཆལ་ཀུན་ནས་བསྐྱོར་རབ་དག་འ་  
བའི། དབྱ་ཡི་ལུས་ནི་རབ་ཏུ་འགོམས་མ། ཡི་གེ་  
བརྩུ་པའི་དག་ནི་བཀོད་པའི། རིག་པ་རྩྱུ་ལས་སྒྲོལ་མ་  
ཉིད་མ། རྒྱག་འཆལ་ཏུ་རེའི་ཞབས་ནི་བརྒྱབས་  
པས། རྩྱུ་གི་རྣམ་པའི་ས་བོན་ཉིད་མ། རི་རབ་མཚུ་  
ར་དང་འབྲིགས་བྱེད། འཇིག་རྟེན་གསུམ་རྣམས་གཡོ་  
བ་ཉིད་མ། རྒྱག་འཆལ་ལྷ་ཡི་འཆོ་ཡི་རྣམ་པའི། རི་  
དྲགས་རྟགས་ཅན་རྒྱག་ན་བསྐྱུམས་མ། ཏུ་ར་གཉིས་  
བརྗོད་མཁའ་གྱི་ཡི་གས། དུག་རྣམས་མ་ལུས་པར་ནི་

སེལ་མ། རྒྱག་འཆལ་ལྟ་ཡི་ཆོག་ས་རྣམས་རྒྱལ་  
པོ། རྟུ་དང་མི་འམ་ཅི་ཡིས་བསྟེན་མ། རྒྱན་ནས་གོ་  
ཆ་དག་འབ་བརྩེད་ཀྱིས། རྩོད་དང་མི་ལམ་ངན་པ་  
སེལ་མ། རྒྱག་འཆལ་ཉི་མ་ལྷ་བ་རྒྱས་པའི། རྒྱན་  
གཉིས་པོ་ལ་འོད་རབ་གསལ་མ། རྟ་ར་གཉིས་བརྩེད་  
རྩྱ་ར་ཡིས། རྟེན་རྩ་དྲག་པོའི་རིམས་ནད་སེལ་  
མ། རྒྱག་འཆལ་དེ་ཉིད་གསུམ་རྣམས་བཀོད་པས། །  
ཞི་བའི་མཐུ་དང་ཡང་དག་ལྟན་མ། ར་གཏོན་དང་རོ་  
ལངས་གཏོན་སྒྱུན་ཆོག་ས་རྣམས། རེལ་མས་པ་རྩ་རེ་  
རབ་མཆོག་ཉིད་མ། རྩ་བའི་སྒྲགས་ཀྱི་བསྟོད་པ་འདི་  
དང་། རྒྱག་འཆལ་བའི་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་ རྟུ་མོ་ལ་  
གུས་ཡང་དག་ལྟན་པའི། རྟོ་ལྟན་གང་གིས་རབ་དང་

བཟོད་དེ། རྟོན་དང་ཐོ་རངས་ལངས་པར་བྱས་ནས། །  
དྲན་པས་མི་འཇིགས་ཐམས་ཅད་རབ་སྟེར། རྟོན་པ་  
ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་ཞི་བྱེད། རྟོན་འགྲོ་ཐམས་ཅད་  
འཇོམས་པ་ཉིད་དོ། རྒྱལ་བ་བྱེ་བ་ཕྱག་བདུན་རྣམས་  
ཀྱིས། ཟུར་དུ་དབང་ནི་བསྐྱར་བར་འབྱུར་ལ། འདི་  
ལས་ཆེ་བ་ཉིད་ནི་ཐོབ་ཅིང་། སངས་རྒྱས་གོ་འཕང་  
མཐར་ཐུག་དེར་འགྲོ། དེ་ཡི་དུག་ནི་དྲག་པོ་ཆེན་པོ། །  
བསྟེན་གནས་པའམ་གཞན་ཡང་འགྲོ་བ། ཁྱོས་པ་དང་  
ནི་འབྱུངས་པ་ཉིད་ཀྱང་། དྲན་པས་རབ་ཏུ་སེལ་བ་ཉིད་  
ཐོབ། གཞོན་དང་རིམས་དང་དུག་གིས་གཟིར་  
བའི། རྟུག་བསྐྱེལ་ཆོགས་ནི་རྣམ་པར་སྤངས་ཏེ། །  
སེམས་ཅན་གཞན་པ་རྣམས་ལ་ཡང་དོ། གཉིས་



གསུམ་བདུན་དུ་མངོན་པར་བཟློང་ན། བྱ་འདོད་པས་  
 རི་བུ་ཐོབ་འགྱུར་ཞིང་། ཁོར་འདོད་པས་རི་ཁོར་རྣམས་  
 ཉིད་ཐོབ། འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པར་འགྱུར་ལ། །  
 བགོགས་རྣམས་མེད་ཅིང་སོ་སོར་འཇོམས་འགྱུར་  
 ཅིག འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་ལ་བསྟོད་ཅིང་ཕྱག་འཆལ་བ་ཉི་ཤུ་ཙུ་གཅིག་པ་  
 ཇོགས་སོ། ། ༥ེ་བཙུན་བཙུམ་ལྡན་འདས་མ་ཕྱགས་ཇེ་  
 ཅན། བདག་དང་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 གྱི། སྨྲིབ་གཉིས་བྱུང་ཞིང་ཆོགས་གཉིས་སྐྱུར་ཇོགས་  
 ནས། ཇོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་མཛོད་དུ་  
 གསོལ། དེ་མ་ཐོབ་གྱི་ཆེ་རབས་ཀུན་ཏུ་ཡང་། ལྷ་  
 དང་མི་ཡི་བདེ་བ་མཆོག་ཐོབ་ནས། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
 པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ། བར་ཆད་གཏོན་བགོགས་

རིམས་དང་ནད་ལ་སོགས།     འདྲུས་མིན་འཆི་བར་གྱུར་  
པ་སྒྲ་ཆོགས་དང་།     ཁྲི་ལམ་ངན་དང་མཆན་མ་ངན་པ་  
དང་།     འཛིགས་པ་བརྒྱད་སོགས་ཉེ་བར་འཆི་བ་  
ནམས།     ཟླུར་དུ་ཞི་ཞིང་མེད་པར་མཛད་དུ་གསོལ།     །  
འཛིག་རྟེན་འཛིག་རྟེན་ལས་ནི་འདས་པ་ཡི།     བཀྲ་ཤིས་  
བདེ་ལེགས་ཡུན་སྐུམ་ཆོགས་པ་ནམས།     འཕེལ་ཞིང་  
རྒྱས་པའི་དོན་ནམས་མ་ལུས་པ།     འབད་མེད་ལྷན་  
གྲིས་གྲུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ།     བསྐྱབ་ལ་བརྩོན་  
ཞིང་དམ་ཆོས་འཕེལ་བ་དང་།     རྟག་ཏུ་བྱེད་སྒྲུབ་ནལ་  
མཆོག་མཐོང་བ་དང་།     སྟོང་ཉིད་དོན་རྟོགས་བྱང་  
སེམས་རིན་པོ་ཆེ།     ཡམ་ངོའི་ལྷ་ལྟར་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་  
པར་མཛོད།     ཅེས་བརྩོན་གྲགས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་ངོ།     རྒྱལ་བའི་

དགྱིལ་འཁོར་བཟང་ཞིང་དགའ་བ་དེར།    །པརྫོད་མ་པ་  
ཤིན་ཏུ་མངེས་ལས་སྐྱེས།    །སྒྲུང་བ་མཐའ་ཡས་རྒྱལ་  
བས་མངོན་སུམ་དུ།    །ལྷུང་བསྟན་པ་ཡང་བདག་གིས་  
དེར་ཐོབ་ཤོག།    །བཟང་སྦྱོང་ལས་སོ།    །བདག་གིས་ཆེ་རབས་  
སྡོན་ནས་བསྐྱབས་པའི་ལྷ།    །དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་  
ཀུན་གྱི་ཐོན་ལས་མ།    །སྡོལ་ལྷུང་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་  
གཅིས་སྒྱུར་ནི་དཔའ།    །ཡུམ་གྱུར་ཨུཊྲལ་བསྐྱམས་  
པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།    །འཕགས་པ་རིན་པོ་ཆེའི་གསུང་དོ།།    རྒྱལ་  
ཡུམ་སྡོལ་མ་བྱེད་སྐྱ་ཅི་འདྲ་དང་།    །འཁོར་དང་སྐྱ་ཆེའི་  
ཆད་དང་ཞིང་ཁམས་དང་།    །བྱེད་ཀྱི་མཆོན་མཆོག་  
བཟང་པོ་ཅི་འདྲ་བ།    །དེ་འདྲ་ཁོ་ནར་བདག་སོགས་  
འགྱུར་བར་ཤོག།    །མདོ་སྡེ་ལས་ཆོག་བསྐྱར་བའོ།།    །བྱེད་ལ་

བསྟོད་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས།      །བདག་  
སོགས་གང་ན་གནས་པའི་ས་ཕྱོགས་སུ།      །ནད་གདོན་  
དབུལ་ཕོངས་འཐབ་ཕྱོད་ཞི་བ་དང་།      །ཆོས་དང་བཟླ་  
ཤིས་འཕེལ་བར་མཛད་དུ་གསོལ།      །ཆོས་རྒྱལ་གྱི་སྤོང་གི་  
གསུང་དུ་བྲགས་སོ།།      །

༥ ། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ཡུལ་ཏུ་རེ་སྟོན། བོད་སྐད་དུ།  
འཕགས་མ་སྟོལ་མ་ལ་བསྟོད་པ།      ཡོ་རྒྱུ་བཙུན་མ་  
འཕགས་མ་སྟོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །འཁོར་བ་  
ལས་སྟོལ་ཏུ་རེ་མ།      །ཏུ་ཏུ་ར་ཡིས་འཛིགས་བརྒྱད་  
སྟོལ། །ཏུ་རེས་ན་བ་རྣམས་ལས་སྟོལ། །སྟོལ་མ་ལ་  
ཡང་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །པར་དཀར་པོའི་དབུས་གནས་  
པའི། །ཟླ་བའི་གཟུགས་ཀྱི་གདན་སྟེང་དུ། །རྫོགས་པའི་

སྒྲིལ་གྲུང་བཅས་མཛད་མ།                      །མཆོག་སྒྲིན་མ་ལ་ེ

སྒྲིན་ཀའི་ཟླ་བའི་མདོག་འདྲ་ཞིང་།                      །ཟླ་བ་ལ་ནི་རྒྱབ་

བརྟེན་མ།    །སྒྲུ་ཆོག་ས་དར་གྲིས་ལེགས་པར་བརྒྱན།    །

ཡུལ་ལ་བསྐྱམས་ེ                      བཅུ་དྲུག་ལོ་ལོན་ལུས་དང་

ལྡན།    །རྫོགས་སངས་རྒྱས་གྲུན་དེ་ཡི་སྤྲུམ།    །འདྲོད་

སྒྲིན་གྲུན་ནི་འཆང་བའི་ཡུམ།    །འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་ལ་

ཕྱག་འཆེལ།    །འཁོར་ལོ་དཀར་པོ་འོད་ཟེར་དཀར།    །

ཅིབས་བརྒྱད་ལ་ནི་ཡི་གེ་བརྒྱད།                      །ཡོངས་སུ་འཁོར་

བའི་རྣམ་པ་ཅན།    །འཁོར་ལོ་ཅན་ལ་ཕྱག་འཆེལ་ལོ།    །

སྒྲོབ་དཔོན་ངག་གི་དབང་ཕྱག་གྲགས་པས་མཛད་པའོ།།                      འཕགས་མ་

སྒྲོལ་མ་སྒྲོལ་མཛད་ཡུམ།                      །ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོ་ཆོ་

འཕེལ་མ།    །ལྷ་མོ་བྱིད་ལ་གསོལ་བ་ནི།    །བདག་གི་ཆོ་

ཡི་བར་ཆད་དང་། རྒྱུ་བསྐྱེད་ལ་ཐམས་ཅད་  
ལས། རྒྱུ་ལྡན་བྱིས་སྐྱོབ་ཏུ་གསོལ། མཆོག་  
དང་ཐུན་མེད་དངོས་གྲུབ་ཀྱི། མ་ལུས་བདག་ལ་  
གནང་བར་མཛོད། འཕགས་མ་བྱིད་ལ་དད་བྱེད་  
པ། དེ་ལ་རྟག་ཏུ་བཞུགས་དགོངས། བདག་གྲུང་  
བྱིད་ལ་གསོལ་འདེབས་གྱིས། ཐུགས་རྗེ་ལྷགས་ཀྱས་  
གཟུང་ཏུ་གསོལ། ལྷ་མེའི་སྐྱ་མདོག་ལྷ་འདྲེ་  
མདོག་ སྒྲིག་ཅིང་ཏུ་ལ་བའི་ཆ་བྱང་ཅན། གཟུགས་  
བཟང་རིན་ཆེན་རྒྱན་གྱིས་སྤྲས། མཛོས་པ་དར་གྱི་  
སྤང་གཡོགས་ཅན། པར་ལྷ་བའི་གདན་དབུས་སུ། །  
ཞབས་གཉིས་རྗེ་རྗེའི་སྐྱེལ་གྲུང་བཞུགས། ཞལ་  
གཅིག་ཕྱག་གཉིས་འཇུག་བག་ཅན། ཏུས་གསུམ་



སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་པའི་ཡུམ།     ལྷ་མོ་བྱོད་ལ་རྟག་ཏུ་  
འདུད། བྱོད་ལ་ཆ་ཙམ་བསྐྱེད་པ་ཡིས། བདག་ཙག་  
བྱང་ཆུབ་བསྐྱབ་པ་ལ། རྟམ་འདི་ནས་བཟུང་བྱང་ཆུབ་  
བར། མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀུན་ནི་བ་དང་། མཐུན་རྒྱུན་  
ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་པར་ཞེས།

༥ ཚིག་བདུན་གསོལ་འདེབས་དང་འབྲེལ་བའི་བླ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་རྒྱ་བས་

ཆར་འབེབས་བཞུགས་སོ། །གུ་རུ་རིན་པོ་ཆའི་ཚིག་བདུན་གསོལ་འདེབས་

བཞུགས། རྩྱེ་ ཨོ་རྒྱན་ཡུལ་གྱི་རུབ་བྱང་མཆོམས་ཅུ་

པར་གེ་སར་སྒྲིང་པོ་ལ་ ཡ་མཆོན་མཆོག་གི་དངོས་

གྲུབ་བརྟེས་ པར་འབྱུང་གནས་ཞེས་སུ་གྲགས་ཅུ་

འཁོར་དུ་མཁའ་འགྲོ་མང་པོས་བསྐྱོར་ བྱེད་གྱི་རྗེས་

སུ་བདག་སྐྱབ་གྱི་ གྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཕྱིར་གཤེགས་

སུ་གསོལ་ གུ་རུ་པར་སིངྒེ་རྩྱེ་ ༥ རྒྱལ་ཀུན་

བསྐྱེད་ཡུམ་ཆོས་དབྱིངས་ཀུན་བཟང་མོ། བོད་

འབངས་སྐྱབ་པའི་མ་ཅིག་དྲིན་མོ་ཆེ། དངོས་གྲུབ་

མཆོག་སྙེལ་བདེ་ཆེན་མཁའ་འགྲོའི་གཙོ། ཡེ་ཤེས་

མཆོ་རྒྱལ་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། བྱིན་

གསང་བའི་བར་ཆད་ནི་བ་དང་། ཁྲི་མའི་སྐྱ་ཆེ་བརྟན་  
པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། རྒྱུ་ལྷ་ག་མཆོན་བསྐྱེད་ལ་ནི་  
བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། བྱུང་ཕུར་བློང་གཏོང་ནི་བར་  
བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། ཆེ་དཔལ་ཤེས་རབ་རྒྱས་པར་བྱིན་  
གྱིས་སྒྲོབས། བསམ་པ་ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་པར་བྱིན་  
གྱིས་སྒྲོབས། ཅེས་པ་འདི་འང་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོས་བསྐྱེདས་པའི་བུ་  
མཁའ་བྱུང་འཇིགས་བྱིས་པ་དག་ལེགས་འཕེལ། ། །

ཨེ། རང་ལུས་ཐ་མལ་གནས་པའི་མདུན་མཁའ་  
རྩ། ཨོ་རྒྱན་དྲི་མེད་རྟོན་གོ་ཤའི་མཆོ། གཏོང་བབ་  
ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྡན་རྒྱས་གང་བའི། དབུས་སུ་རིན་  
ཆེན་པད་སྒྲིང་འདབ་རྒྱས་སྒྲིང་། རྒྱབས་གནས་ཀུན་  
འདུས་ཨོ་རྒྱན་རྟོ་རྟེ་འཆང་། མཆོན་དཔའི་དཔལ་

འབར་མཆོ་རྒྱལ་ཡུམ་དང་འབྲིལ།    །ཕྱག་གཡས་རྩེ་རྩེ་  
གཡོན་པས་ཐོད་བུམ་བསྐྱམས།    །དར་དང་རིན་ཆེན་  
རུས་པའི་རྒྱན་གྱིས་མཛེས།    །འོད་ལྔའི་གྲོང་ནས་བདེ་  
ཆེན་གཟི་བྱིན་འབར།    །འཁོར་དུ་ཅུ་གསུམ་རྒྱ་མཆོ་  
སྤྱིན་ལྟར་གཏིབས།    །བྱིན་རྒྱབས་བྱུགས་རྩེའི་ཆར་  
འབེབས་བདག་ལ་གཟིགས།    །རྒྱལ་ཀུན་ངོ་བོ་འཆི་  
མེད་ཡེ་ཤེས་སྐྱུར།    །གདུང་ཤུགས་དྲག་པོས་དད་ཕྱག་  
ཏྲག་ཏུ་འཆེལ།    །ལྷུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་རུས་གསུམ་  
དགོ་བའི་ཆོགས།    །ཀུན་བཟང་མཆོད་པའི་སྤྱིན་དུ་  
དམིགས་ནས་འབུལ།    །ཐོག་མེད་ནས་བསགས་སྤྲིག་  
ལྟུང་མ་ལྷུས་བཞགས།    །སྤྲས་བཙས་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་  
ཡོན་ཏན་གྱི།    །བྱུང་བདག་གཅིག་ཕུ་མགོན་པོའི་རྣམ་

ཐར་ལ། སླིང་ནས་ཡི་རང་དང་པས་གསོལ་འདེབས་  
ཤིང་། ཟབ་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་ཆར་ཆེན་འབེབས་པར་  
བསྐྱེད། རང་གཞན་དག་བའི་དངོས་པོ་ཀུན་བསྐྱེམས་  
ནས། འགྲོ་ཁམས་རྒྱ་མཚོ་ཇི་སྟིང་གནས་ཀྱི་བར། །  
མགོན་པོ་བྱིད་ཀྱི་རྣམ་ཐར་རྗེས་སྟེགས་ཏེ། མཁའ་  
བྱུང་འགྲོ་བ་འདྲན་པའི་དོན་དུ་བསྐྱོ། རྒྱུ་བས་གནས་  
ཀུན་འདུས་མཁྱེན་བརྩེའི་གཏེར་ཆེན་པོ། རུས་ངན་  
སྟེགས་མའི་རྒྱུ་བས་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ། ལྷ་བདེའི་གྲོང་  
པས་མནར་ཤིང་གདུང་ལྷགས་ཀྱིས། གསོལ་  
འདེབས་བྱ་ལ་བརྩེ་བས་བྱགས་ཀྱིས་དགོངས། །  
དགོངས་པའི་གྲོང་ནས་བྱགས་རྗེའི་རྩ་ལ་ལྷུངས་ལ། །  
མོས་ལྷན་བདག་གི་སླིང་ལ་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། རྟགས་

དང་མཚན་མ་སྟུར་དུ་སྟོན་པ་དང་། །མཚན་དང་བྱུན་  
མོང་དངོས་གྲུབ་སྟུལ་དུ་གསེལ། །ཧྲིཿ ཨོ་ཁྱེན་  
ཡུལ་གྱི་རྒྱབ་བྱང་མཚམས་ཅུང་། བསྐྱེད་གུ་སར་སྟོང་པོ་ལ་ཅུང་།  
ཡུལ་མཚན་མཚན་གྱི་དངོས་གྲུབ་བརྟེན་ཅུང་། བསྐྱེད་འབྱུང་  
གནས་ཞེས་སུ་བྲག་གསུང་། འཁོར་དུ་མཁའ་འགྲོ་མང་  
པོས་བསྐྱེད་ཅུང་། བྱེད་གྱི་རྟེན་སུ་བདག་སྐྱབ་གྱི་ཅུང་། བྱེན་  
གྱིས་སྟོབས་སྟོར་གཤེགས་སུ་གསེལ་ཅུང་། གུ་རུ་བསྐྱེད་  
སྟོང་ཧྲིཿ ཞེས་བྱས་ལ་མཚན་བདུན་གསེལ་འདེབས་ཅི་རུས་སུ་འདོན།  
མོས་གུས་གྱིས་གསེལ་བ་བཏབ་པས་སྒྲུ་མ་ཡབ་ཡུམ་  
གྱི་སྟོར་མཚམས་དང་བྱུགས་ཀ་ནས་ཡེ་ཞེས་གྱི་འོད་  
ཟེར་སྒྲུ་ལྷ་བ་ཐག་ལྟར་བརྒྱུད་ས་ནས་རང་གི་སྟོང་གར་  
ཐིམ་པས་རྒྱུད་བྱེན་གྱིས་བསྐྱབ་པར་བསམ། བཟླ་གུ་རུ་ཅི་



རིགས་བཟླ། ཨོྫེ་ཨྲུཾ་རྩྱཾ་བཏྲ་གྲུ་རུ་པརྩ་སིརྩྱཾ་རྩྱཾ་ ཚོགས་

མཆོད་སྒོ་ན་འདིར་སྒྱུར། རྒྱན་རུ་དབང་ལེན་ལ་འཇུག། རྩི་རྩི་ཚོགས་བདུན་དང་

འབྲེལ་བའི་ཚོགས་མཆོད་དཔལ་གྱི་བུམ་བཟང་བཞུགས་སོ། །ཤ་ཆང་སོགས་

ཅི་འབྱོར་བའི་དམ་ཇུས་བཤམས་ལ། རྩྱཾ། ཨེ་ལས་ཆོས་དབྱིངས་

དང་མཉམ་ཀ་ཡུ་ལར། །ཨོྫེ་ལས་སྒྲུང་སྤྱིད་འདོད་ཡོན་

ཚོགས་སུ་བཤམས། །རྩྱཾ་གིས་བདེ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་རོལ་

པར་བསྒྱུར། །རྩྱཾ་ཡིས་རྩ་གསུམ་ལྟ་ཚོགས་དབྱེས་པ་

བསྒྲུང་། །ཨོྫེ་ཨྲུཾ་རྩྱཾ་རྩྱཾ་ བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས། ཚོགས་ཞིང་སྒྱུན་

འབྲེན་ཅིང་འཆོད་པ་འབྲུལ་བ་ནི། རྩྱཾ། ཨོྫེ་རྒྱན་ཡུལ་གྱི་རུབ་བྱང་

མཆོམས་མཆོད་ པརྩ་གི་སར་སྤྱོད་པོ་ལཾ་ ཡ་མཆོན་

མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་བརྟེས་མཆོད་ པརྩ་འབྱུང་གནས་

ཞེས་སུ་གྲགས་མཆོད་ འཁོར་རུ་མཁའ་འབྱོར་མང་པོས་

བསྐྱོར་མེད་ཀྱི་རྩེ་མ་སྤུ་བདག་སྐྱབ་ཀྱི་མེད་ཡོན་  
ཆོག་མ་ལ་སྤྱན་འདྲན་ནམ་གྱིན་གྱིས་སྒྲོབ་ས་ཕྱིར་  
གཤེགས་སྤུ་གསོལ་མེད་གནས་མཆོག་འདི་རུ་གྱིན་ཕོབ་  
ལ་མེད་ཆོག་མ་མཆོད་ཡེ་ཤེས་བདུད་རྩིར་བསྐྱར་མེད་  
སྐྱབ་མཆོག་བདག་ལ་དབང་བཞི་བསྐྱར་མེད་བགོགས་  
དང་ལོག་འདྲན་བར་ཆད་སོལ་མེད་མཆོག་དང་ཐུན་མིང་  
དངོས་གྲུབ་སྤྱེལ་མེད་ཏུ། སྒྲུ་མ་རྩེ་བཙུན་པ་རྒྱ་ཐོད་ཐོད་  
རྩལ་། རིག་འཛིན་མཁའ་འགྲོའི་ཆོག་མ་དང་བཅས་པ་  
ཡི། རྩ་གསུམ་ཀུན་འདུས་རྒྱལ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་  
ལ། རོས་གུས་གདུང་ལྷགས་དྲག་པོས་གསོལ་བ་  
འདེབས། བདག་གཞན་སྒྲོག་གསུམ་དགོ་ཆོག་མ་  
ལོངས་སྤྱོད་བཅས། ལྷ་དང་སྤྱི་དང་འདྲོད་ཡོན་དགྱེས་རྒྱ་

མ་ཚང་མེད།      །ཀུན་བཟང་བདེ་ཆེན་ཚོགས་ཀྱི་འཁོར་

ལོར་འབྱུང།      །ཐུགས་བརྩེའི་དབྱེས་བཞེས་ཐུགས་

དམ་བསྐྱོད་གྱུར་ཅིག      །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་གུ་རུ་

རིན་པོ་ཆེ།      །བྱིན་གྱིས་སྒོ་བས་ཉིག་རིག་འཛིན་མཁའ་

འགྲེའི་ཚོགས།      །མོས་ལྡན་བུ་ལ་མཆོག་ཐུན་དངོས་

གྲུབ་སྡོལ།      །དམ་ཚིག་ཉམས་ཆག་ཐམས་ཅད་སྦྱང་དུ་

གསོལ།      །ཕྱི་ནང་གསང་བའི་བར་ཆད་དབྱིངས་སུ་

སྒྲོལ།      །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་འབྲལ་མེད་རྗེས་འཛིན་

ཞིང་།      །ཆོ་བསོད་ཉམས་རྟོགས་ཡར་དེའི་ཁྲ་ལྟར་

འཕེལ།      །བསམ་པ་ལྡན་གྱིས་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་

སྒོ་བས།      །ཨོྫཱུཾ་ཧྱཱི་བཏྲ་གུ་རུ་པཏྲ་སིཏྲི་ཧྱཱི།      ཚོགས་

བསྐྱུས་ནི།      ཚོགས་རྣམས།      ཨོྫཱུཾ་ཧྱཱི་ཏྲེས་བྱིན་གྱིས་སྒྲུབས།

ཅ་གསུམ་ལྟ་ཚོགས་ཚོགས་ལ་སྤྱན་འདྲོན་  
གཤེགས།                      བྱིན་པ་གསལ་བའི་བདེ་ཆེན་ཚོགས་  
མཆོད་འབུལ།                      །དམ་ཚིག་ཉམས་ཆག་ཐམས་ཅད་  
མཐོལ་ལོ་བཤགས།                      །གཉིས་འཛིན་དབྱ་བགེགས་  
ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་སྒྲོལ།                      །མཉམ་ཉིད་བདེ་བ་ཆེན་  
པོའི་ཐུགས་དམ་བསྐྱངས།                      །མཆོག་དང་ཐུན་མིང་  
དངོས་གྲུབ་སྤུལ་དུ་གསོལ།                      །ཞེས་པའང་ཚོགས་གངས་  
བསགས་སོགས་ལ་མཁོ་བའི་ཚོགས་བསྐྱུས་འཇམ་དཔལ་རྩི་རྩེས་སོ། ། །

༥ མཁའ་འགྲོའི་བསྐྱང་བསྐྱས་པ་རྣའི་རྒྱུན་མངའ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།། ཧཱུྃ

ཆོག་མཁའ་བདེ་ཆེན་པ་རྣའོད། རྣལ་འབྱོར་བདེ་ཆེན་

སྐྱབ་པ་པོ། དམ་ཕྱས་བདེ་ཆེན་བདུད་ཅི་ཆེ། མཛད་

བྱང་བདེ་ཆེན་སྤྱོན་ཕུང་འཕྲོ། མཁའ་འགྲོ་བདེ་ཆེན་

རྒྱལ་མའི་ཆོག་མཁའ། ཐུགས་དམ་བདེ་ཆེན་དབྱིངས་སུ་

བསྐྱང་། རིགས་ཀུན་བྱུང་བདག་འོད་མི་འབྱུར། །

སྒྲིང་བ་མཐའ་ཡས་ཐུགས་དམ་བསྐྱང་། འཕྲོ་བ་ཀུན་

འདུལ་སློང་རྗེའི་གཏེར། རྒྱུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་

ཐུགས་དམ་བསྐྱང་། འཁོར་འདས་བེལ་གཞོན་ཐོང་

ཐོང་རྩལ། པ་རྣམས་དབང་ཐུགས་དམ་བསྐྱང་། །

དཀྱིལ་འཁོར་གཙོ་མཆོག་དབྱིངས་སུ་ཐུག་ཡུམ། ཡེ་

ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་ཐུགས་དམ་བསྐྱང་། གང་འདུལ་

སྐྱུལ་པའི་སྐྱུའ་སྐྱུལ་གར།    །འབུམ་ཕྱག་མཁའ་འགྲོའི་  
ཕུགས་དམ་བསྐྱང་།    །ཐོགས་མེད་ཕྱིན་ལས་རྩུ་འབྱུལ་  
བདག    །དམ་ཅན་ཆོས་སྐྱུང་ཕུགས་དམ་བསྐྱང་།    །རྫོ་  
རྩེ་ཐེག་པའི་དམ་ཆོག་དང་།    །འགལ་བའི་ཉམས་ཆག་  
ཅི་མཆིས་བཤགས།    །ཕྱིན་གསང་བའི་བར་ཆད་  
གོགས།    །འཕོ་མེད་འོད་གསལ་གྲོང་དུ་སོལ།    །  
མཆོག་དང་ཕུན་མོང་དངོས་གྲུབ་ཀུན།    །ཆོ་འདིར་  
འགྲུབ་པའི་ཕྱིན་ལས་མཛོད།    །ཅིས་པའང་ངག་དབང་སྐལ་ལྡན་  
དོར་བསྐྱུལ་དོར་རྩྱུ་ནས་སྤེལ་བ་དགོ།



༥ སྒོ་ན་རྡོ་རྗེའི་སྒྲུ་ཡང་བྱ་སྟེ། འགྲོ་བ་ཀུན་ནི་མཆོག་ཏུ་དག་འ་  
བའི་རང་བཞིན་ཏེ། །རྣལ་འབྱོར་མ་ནི་འཁོར་ལའི་རང་  
བཞིན་དུ་གནས་གྱི། །ས་གསུམ་མ་ལུས་འགྲོ་བ་  
སངས་རྒྱས་གྱི་རང་བཞིན། །སྒྲིང་རྗེས་གཞོན་ནུ་མ་དང་  
ལྷན་ཅིག་རྩལ་པར་བྱའོ། །ཨ་རེ་གཏི་ལུག་ལྷུག་ས་གྱིས་  
མི་ཤེས་སོ། །ལྷན་སྐྱེས་མཛེས་མས་སྤངས་ནས་བདེ་བ་  
ཆེ་ལ་མཐོས། །གང་གིས་དོན་དམ་པ་ནི་མ་བསྐྱོམས་  
པར། །དེ་ཡིས་སངས་རྒྱས་ཉིད་ནི་ཐོབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །  
ནང་དང་ཕྱི་ནི་དབྱེ་བ་མེད་པར་ཤེས་པར་གྱིས། །  
འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་བར་ནུས་པའོ། །ཨ་རེ་  
གཏི་ལུག་ལྷུག་ས་གྱིས་མི་ཤེས་སོ། །ལྷན་སྐྱེས་མཛེས་  
མས་སྤངས་ནས་བདེ་བ་ཆེ་ལ་མཐོས། །ཞེས་ཐུག་འགྱུར་དུ་

ཐང་རོ།

༥ ལས་སྒོན་རྟེན་འབྲེལ་དཔག་བསམ་སྒོན་ཤིང་གི་  
སྟེང་དུ། ཁྱུ་གར་ཤར་གྱི་ཆ་བྱ་གཞོན་ལྟ་ཡང་ཕེབས་  
བྱུང་། ཁྱུ་བྱའི་གདུགས་སྒློར་དམ་པའི་ཆོས་ཕྱོགས་  
ལ་བསྐྱར་དང་། གཞོན་པ་ད་ཆོས་ཐར་པའི་ལམ་སྒྲ་  
ཞིག་བྱོན་ཡོང་། བསོད་ནམས་དཔྱིད་གྱི་རྒྱལ་མོ་ཤིང་  
རྟ་ལ་ཕེབས་པའི། ལྷོ་མོན་ཤིང་ལོའི་ཆལ་གྱི་བྲུ་བྲུག་  
གི་གསུང་སྒྲན། ཡ་གི་ངོ་བའི་བྲུ་མོའི་སྒྲིང་བྲུ་ལས་  
སྒྲན་པ། དབྱར་གསུམ་ནམ་ཟླ་གསོ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་  
ལ་ཡག་བྱུང་། འདྲིར་འདུས་ལས་སྒོན་མཐུན་པའི་རྩོ་  
རྩེ་ཡི་སྒྲན་གྱོགས། ད་ཆོའི་སྒྲ་མ་བཞུགས་པའི་ཆོས་  
ར་ལ་ཕེབས་དང་། སྒྲིན་གྱོལ་བདུད་རྩི་འཐུང་བའི་

དགའ་སྟོན་གྱི་ངང་ནས།      ཉམས་དགའ་སྟུ་རུ་ལེན་  
པའི་བྱང་ཆོས་ཞིག་ཡོད་དོ།      བདེ་ཆེན་འཕོ་འགྱུར་མེད་  
པའི་བཞུགས་གྲུ་གྱི་དབུས་ནས།      ལྷ་དང་བླ་མའི་  
ཞལ་རས་མ་བསྐྱེམས་ཀྱང་མཇལ་བྱུང་།      མ་དང་  
མཁའ་འགྲོའི་སྒྲིང་ཐིག་འོད་གསལ་གྱི་ཐེག་པས།      །  
འཇའ་ལུས་ཆོས་སྐྱར་འགྲུབ་པའི་དངོས་གྲུབ་ཅིག་  
ཉུང་། ། ། འཇིགས་སྤོང་པའི་གསུངས་བྱིན་ཅན་དང་།

༥ ཨ་རྟོ་ འོད་གསལ་སྟོས་དང་བྲལ་བ་ཡེ་ཤེས་གྱི་  
རྩལ་མོ།      འགགས་མེད་སྐྱེ་འཕྱུལ་བྱ་བ་བྱང་འཇུག་གི་  
བཀོད་པ།      དཀྱིལ་འཁོར་ཀུན་གྱི་བྱུང་བདག་མཆོ་སྐྱེས་  
གྱི་རྩེ་རྩེས།      ཅིར་སྤང་ཆོས་སྐྱར་རྟོགས་པའི་བྱིན་ཆེན་  
ཞིག་ཕོབ་ཅིག      བྱི་རྩལ་གནས་ཡུལ་དུར་བྲོད་སྟོན་

སྐྱེས་ཀྱི་འདུ་བ།    །རང་དུ་རང་བྱུང་རྗེ་རྗེ་ལུས་དཀྱིལ་གྱི་  
ལྷ་ཚོགས།    །ཟག་མེད་བདེ་ཆེན་རྗེ་རྗེའི་ལང་ཚོ་ཡིས་  
སྐྱེས་པས།    མི་ཞིགས་ནུ་དའི་དབྱངས་ཀྱི་སྒྲོལ་གར་  
ཞིག་བསྐྱར་མཛོད།    །འདྲིར་འདུས་ལས་སྒྲོན་འབྲེལ་  
བའི་མཆོད་ལུས་ཀྱི་ཚོགས་རྣམས།    །བདེ་ཆེན་ལོངས་  
སྐྱོད་ཚོགས་ཀྱི་དགའ་སྒྲོན་ལ་རོལ་བཞིན།    །འོག་མིན་  
པར་འོད་ཀྱི་ཕོ་བྲང་གི་ཚོགས་གྲལ།    །ཆོམ་བུ་གཅིག་ཏུ་  
འབྲོགས་པའི་སྒྲོན་ལམ་ཞིག་ལྷའོ།    །ཞེས་པའང་དགོན་མཆོག་  
རབ་བརྟན་གྱི་ངོར་རྒྱུ་ནས་སོ།།    །

༥ ། ལྷག་མ་གཏོང་བ་ནི། ཨོྫེ་ཨྲུཾ་ཧྲུཾ་ ལྷག་ལ་དབང་བ་  
དེགས་པའི་ཚོགས་ཀྱི། སྤྱོན་ལྟར་གཏིབས་ཤིང་རྟུང་ག་  
རྒྱུག་ཀྱི། གཤམ་རྒྱུན་པའི་ཚོགས་ལྷག་བཞེས་ཀྱི། སྤྱོན་  
གྱི་དམ་བཅའ་ཇི་བཞེས་དུ། བསྟན་དབྱ་དམ་ཉམས་  
བས་སུ་བྱོ། རྟགས་དང་མཚན་མ་སྟུར་དུ་སྤྱོན་ཀྱི།  
བསྟུབ་པའི་བར་ཆད་བསྐྱོག་པ་དང་ཀྱི། སྤྱོན་ལས་  
ཐོགས་མེད་འགྲུབ་པར་མཛོད་ཀྱི། ཨྲུ་ཧྲུཾ་བ་ལི་ཏ་ཁྲ་  
ཏི། ཞེས་བཛོད་ནས་ལྷག་མ་དོར་རོ། ལྷན་མཐར། སྤྱོན་མའི་གནས་  
གསུམ་ལི་གོ་འགྲུ་གསུམ་ལས་ཀྱི། འོད་ཟེར་དཀར་  
དམར་མཐིང་གསུམ་བྱུང་ནས་སུ། རང་གི་གནས་  
གསུམ་ཐིམ་པས་སྤྱོད་གསུམ་གྱི། སྤྱོད་བྱུང་སྤྱོད་གསུང་  
ཐུགས་གྱི་དྲོ་དྲོར་བྱུང་ཀྱི། མཐར་ནི་སྤྱོད་མ་འཁོར་བཅས་

འོད་དུ་ཞུ། དཀར་དམར་ཐིག་ལེ་རྩྱ་གིས་མཆོན་པ་རུ།  
རང་གི་སྒྲིང་གར་ཐིམ་པས་སྒྲ་མའི་ཐུགས་ཀྱི། རང་  
སེམས་དབྱེར་མེད་ལྟན་སྒྲིལ་ཆོས་སྒྲུར་གནས། ཡུ་  
ཡུ། ཞེས་བརྗོད་ལ་ཡེ་ནས་བཅོས་བསྒྲུར་སྒྲ་སྒྲིང་ལས་འདས་པ་རང་གི་  
སེམས་ཉིད་གདོད་མའི་ཆོས་སྒྲིལ་ཆོན་པའི་རང་ཞལ་བཟླ། སྒྲར་ཡང་སྒྲིལ་མ་ལྟ་བུའི་  
སྒྲིང་བ་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མའི་རང་བཞིན་དུ་བཟླས་ལ་དགོ་བ་བསྒྲིལ་ཞིང་གིས་པ་བརྗོད་  
པས་བདེ་ལེགས་སུ་བྱའོ། ཞེས་པའང་ཐམས་ཅད་འདུལ་ཅེས་པའི་གྲོ་བཞིན་ཟླ་  
བའི་ཡར་ཆོས་བརྒྱུད་ལ། ཆོ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་གྱུ་རུ་པརྒྱའི་བྲན་དུ་སྒྲིལ་ལམ་  
འདེབས་པ་མི་ཐམ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཡིད་ཀྱི་མཆོ་ལས་བྱུང་བ་དགོའོ། །སྐྱོ་  
མཆོ་ལྟོ། །དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྒྲུར་དུ་བདག །ཨོ་རྒྱུན་སྒྲ་  
མ་འགྲུབ་བྱུར་ནས། །འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་  
པ། །དེ་ཡིས་ལ་འགོད་པར་ཤོག། ཅེས་སོགས་བསྒྲིལ་བྱིས་



ཀུས་གདབ་བོ།

༥ ཚེགས་བརྒྱུད་ནི། རི་ཡི་ཁོ། ཨོ་ཨྲུཾ་རྩྱ། བདེ་སྐྱོང་ཡེ་  
ཤེས་ཀ་ལྷ་ལར། །བཟའ་བཏུང་ལོངས་སྐྱོད་འདོད་ཡོན་  
སྒྲིན། །ཟག་མེད་ཚེགས་ཀྱི་འཁོར་ལོར་ཤར། །སྒྲུ་མ་  
ཡི་དམ་དཀྱིལ་འཁོར་ལྷ། །བྱུང་པར་རྒྱལ་ཡུམ་མཆོ་  
རྒྱལ་མ། །འབྲུམ་ཕྱག་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོའི་  
ཚེགས། །རྒྱུད་གསུམ་དམ་ཅན་རྒྱ་མཆོར་བཅས། །  
འདིར་གཤེགས་ཚེགས་ཀྱི་མཆོད་པ་བཞེས། །དམ་  
ཚེག་ཉམས་ཆག་མཐོལ་ལོ་བཤམ། །གཟུང་འཛིན་  
དབྱ་བགོགས་དབྱིངས་སུ་སྒྲོལ། །ཐིན་ལས་རབ་  
འབྲུམ་ས་ཐོགས་མེད་སྒྲུབས། །མཆོག་དང་ཐུན་མིང་  
དངོས་གྲུབ་སྒྲོལ། །ལྷ་ཁ་ཙྰ་ལྷ་ཨྲུཾ་ཨྲུཾ་ ཞེས་པའང་མི་  
དབང་རིག་འཛིན་མཆོག་གི་བཞེད་དོན་བཞིན་འཛིགས་གྲུལ་ཡེ་ཤེས་རྡོ་རྗེས་སོ།

༥ རི་ཡི་ཁོ། ཨོྫེ་རྩྱུ། ཟག་མེད་བདུད་ཅིའི་  
ཆོག་ས་མཆོད་འདི། རྩ་གསུམ་ལྟ་ལ་དབྱེས་པར་

འབུལ། ཉམས་ཆག་ཀུན་བཤགས་བར་ཆད་

སྒོལ། སྤོན་ལས་སྒྱུར་སྒྱུ་དངོས་གྲུབ་སྒྲོལ། སྒྲ་ཏ་  
ཅ་ཀྱ་པུ་ཇ་རྟོ། ཞེས་པའང་བརྒྱའི་གསུང་དོར་རྩོན་སོ།། ༥ རི་

ཡི་ཁོ། ཨོྫེ་རྩྱུ། གུ་རུ་ཅ་གསུམ་ལྟ་ཆོག་ས་ལ། །

འདོད་ཡོན་ལོངས་སྤྱོད་ཆོག་ས་མཆོད་འབུལ། རྩམ་

ཆོག་ཉམས་ཆག་ཐམས་ཅད་བཤགས། ཉོན་མོངས་

དབྱ་བགོགས་ཞལ་དུ་བསྟུབ། སྤོན་ལས་རབ་

འབུམས་སྒྱུར་གྲུབ་མཛོད། ཆོག་ས་གཉིས་སྒྱུར་

ཆོག་ས་དངོས་གྲུབ་སྒྲོལ། སྒྲ་ཏ་ཅ་ཀྱ་པུ་ཇ་རྟོ། རྩོན་

ནས་སོ།། ༥ རི་ཡི་ཁོ། ཨོྫེ་རྩྱུ། ཟག་མེད་

འདོད་ཡོན་བདུད་ཅིའི་ཚོགས་མཆོད་འདི།    |ཙ་གསུམ་  
ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ལ་དབྱེས་པར་འབུལ།    |ཉམས་ཆག་  
ཀུན་བཞགས་བར་ཆད་དབྱ་བགོགས་སྒྲིལ།    |ཐིན་  
ལས་སྦྱར་སྦྱབ་མཆོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་སྒྲིལ།    |མརྒྱ་  
གྲ་ཏ་ཙ་ཤུ་ཇ་རྟེ་    ཞེས་པའང་རྟེ་རྟེ་འཛིན་པ་ཨོ་རྒྱན་  
གསང་སྤྲགས་བསྟན་འཛིན་གྱི་བཞེད་སྒྲོང་དུ་འཛིགས་  
བུལ་ཡེ་ཤེས་རྟེ་རྟེས་སོ།།    ||

༡༡།    |རྩྱ་ཡི་ཁྱི་    ཨོ་ཨྲུ་རྩྱི་    དབྱིངས་གྱི་  
བྱུར་རིག་པའི་ཚོགས་གཏོར་བཞུམས་    སྒྲོན་དུག་  
འཇའ་ཟེར་ཐིག་ལའི་འདོད་ཡོན་བཟུ་    ཇོ་མཆར་  
བསམ་མི་བྱུབ་པའི་དམ་ཚོགས་འདིས་    རང་རིག་ཙ་བ་  
གསུམ་གྱི་ལྷ་ཚོགས་ལ་    གཉིས་མེད་མཉམ་པའི་ངང་

དུ་མཆོད་པ་འབྱུང་།      རྟོག་པའི་གྲ་བྱར་ཐེག་ལེ་ཆེན་  
 ཐོར་བཤགས་།      གཟུང་འཛིན་དགྲ་བགོགས་སྐྱེ་མེད་  
 དབྱིངས་སུ་སྒྲོལ་།      འབྱུང་སྒྲུང་གཞི་ཐོག་སང་པའི་  
 ཐུན་ལས་སྐྱབས་།      ཐུན་གྲུབ་སྒྲུང་བཞིའི་ཡེ་ཤེས་  
 མཐར་ཐུན་ནས་།      ཀ་དག་གཞིན་ཏུ་བུམ་སྐྱར་བྱང་ཆུབ་  
 ཤོག་།      ཅེས་པའང་རང་ལོ་སུམ་ཅུ་ཅུ་གསུམ་པ་མེ་བྱི་ཟླ་༡    ཆོས་༡༥    ལ་  
 འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་དྲེ་རང་ཉིད་ཁམས་འདུས་ཀྱི་རིམ་གྱོར་རྟོགས་ཆེན་པ་  
 འབྱུང་ཞིག་དྲེ་རྟོགས་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་སྐྱོང་བརྒྱུ་ཤག་བསྐྱབ་པའི་ཏུབ་ཀྱི་ཐོ་  
 རང་མི་ལམ་དུ་བྱུང་མེད་ཞིག་གིས་ཆོག་འདི་ལྷང་ལྷང་འདོན་པར་ཐོས་པ་གཉིད་  
 སང་པ་ནའང་མ་བརྟེན་པར་འདུག་པས་འབྱུང་སྒྲུང་གི་རིམ་ཡི་གེར་བཏབ་པ་སྟེ།  
 དེའི་ཐུར་ཉིན་ནས་ནད་ལས་གྲོལ་བའི་དགོ་མཆོན་ཀྱང་བྱུང་ངོ་༥    ༥

རྟོག་གཏོར་བདུད་རྩིས་བྱན་ཅིང་།    ཨོྃ་ཨུཾ་ཧཱྃ་གིས་ཐུན་བསྐྱབས་ནས།

ཕོ་རྩྭ། དཔལ་གྱི་བཀའ་ཉན་ཐ་ཆོག་ཅན། །ལྷ་ག་སྐྱོང་  
མགོན་རིགས་ཐམས་ཅད་ཀུན། །འདིར་བྱོན་འདོད་  
ཡོན་ལྷ་ག་གཏོར་བཞེས། །དགེས་ཤིང་ཆོམས་པར་  
རོལ་ནས་ཀྱང་། །སངས་རྒྱས་བསྟན་དང་བསྟན་འཛིན་  
སྐྱོངས། །རྣལ་འབྱོར་སྒྲུབ་པའི་བར་ཆད་སོལ། །  
འདོད་དོན་བཅོལ་པའི་ཕྱིན་ལས་སྒྲུབས། །དམ་ལས་  
མ་འདའ་ས་ཡ་མ། །ཤུ་རྩ་ལྔ་བ་ལོ་ཏ་བྲ་ཏི། །ཞེས་ཕྱི་རོལ་  
དུ་འབུལ་ལོ། །ཞེས་མི་ཕམ་ཆོག་བདུན་ཆོགས་མཆོད་ལ་སྐུར་རྒྱུར་ས་སྐུ་བདག་  
ཆེན་ཐུན་ཆོགས་ཕོ་བྲང་པའི་བཞེད་པ་བཞིན་རྩྭ་ནས་སོ།།



༥ སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གནས་ལུགས་གཅེར་མཐོང་བཞུགས་སོ། རྫོང་འཕེལ་གྱི་ཐེག་

པའི་ཟབ་གནས་ལུགས། སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་བརྟེན་ནས། ཟུང་འཇུག་གོ་

འཕང་བསྐྱབ་འདོད་ན། མེས་གུས་ལམ་ཁྱེར་འདི་ལ་འཇུག ར་མོ།

རང་རིག་དོན་གྱི་སྒྲ་མ་ལ། རང་ངོ་ཤེས་པས་སྐྱབས་

སུ་མ་ཆི། མེད་སྒྲུང་འཁོར་བ་ལུ་གུ་རྒྱུད། གཞི་ཐོག་

རང་གོ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། རྩོ། རང་འཛིན་རྣམ་རྟོག་

འདྲེ་བོ་ཆེ། གཞི་མེད་ཅ་བྲལ་གྲོང་དུ་དེངས། རྫོང་

ཉིད་མི་འགྱུར་རྫོང་འཕེལ་གྱི་རྒྱུད། ཡེ་ནས་སྒྱུར་གྱུ་བ་རང་

མཆོམས་བཅད། རྫོང་ ཡེ་གཞི་བདེ་གཤེགས་སྒྲིང་

པོ་ཡི། ཡེ་ཤེས་རང་གསལ་བྱིན་ཆེན་པོ་བ། རྫོང་

ཆོག་སྒྲུང་བ་རིག་པའི་རྒྱུད། གྲུ་བཟང་མཆོད་སྒྲིན་

སྒྲ་མ་ཆི། རྫོང་འཕེལ་གྱི་ཐེག་ རྫོང་ ཆོས་ཉིད་མཛོད་སུམ་

ཞིང་ཁམས་སུ། ཉམས་སྒྲུང་གོང་འཕེལ་གཞུང་ཡས་  
ན། འིག་པ་ཚད་ཕེབས་སྒྲུལ་མི། ཆོས་བདེ་སྒྲོལ་འདས་  
བུམ་སྒྲུར་བཞེངས། ཡེ་ཤེས་རྩེ་རྩེས་ཉེ་རུ་ག ཆོས་  
དབྱིངས་མི་འགྱུར་མཐིང་གསལ་མདངས། ཟུང་  
འཇུག་རྩེར་རིལ་འབྱུང་སྒྲུབས་ཅན། སྒྲོན་བྲལ་པ་སྒྲུའི་  
སྒྲིང་པོ་ལ། མཉམ་ཉིད་རྩེ་རྩེའི་སྒྲིལ་ཀྱང་རོལ། །  
ཡོན་ཏན་ལྷན་རྒྱུན་རྩེ་གས་རྒྱན་གོས་སྒྲུས། སྒྲོང་ཉིད་ཡུམ་  
དང་འདུ་འབྲལ་མེད། སྒྲུང་སྒྲིང་གཞིར་བཞེངས་སྒྲུའི་  
འཁོར་ལོ། གཏོད་ནས་མ་བསྐྱེད་རང་བྱུང་ཤར། རྩྱུ་  
རོ་བོ་ག་དག་གཏོད་མའི་སྒྲོང་། རང་བཞིན་ལྷན་གྲུབ་  
ཡེ་ཤེས་རྩེ་ལ། ཐུགས་རྩེ་ཀུན་བྱུང་སྒྲུལ་མ་མཆོག་ །  
འགྲོ་འོང་བྲལ་བའི་དང་ནས་གཤེགས། བརྩེ་ས་མ་ཡ་

ཇ་ཇེ་ རྟོ་ ཡེ་ནས་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པ་ལ། །  
གཤེགས་བྱོན་བཞུགས་པའི་སྒྲོས་པ་ནི། །རང་གྲོལ་ལྟ་  
བ་མཇལ་བའི་ཕུག་ །དག་མཉམ་ལྟུག་པའི་རང་དུ་  
འཆལ་། །ཏིཙྰ་ལྟན། ན་མོ་རྟོ་ རྟོ་ རིག་རྩལ་མ་  
འགགས་སྐྱེ་མའི་གར། །རང་བྱུང་འདྲེད་ཡོན་རྒྱན་དུ་  
ཤར། །བད་ཆེན་མཆོད་པ་སྒྲན་མེད། །ཞེན་མེད་རང་  
གྲོལ་ཆེན་པོར་འབུལ། །མ་རྒྱ་སུ་ཕུ་ཇ་རྟོ་ རྟོ། སྒོ་  
འདས་རིག་སྟོང་རྗེན་པ་འདི། །ཀྱན་བཟང་སྒྲ་མའི་རོལ་  
པ་སྟེ། །གཞན་དུ་མ་བཅོལ་རང་ལ་རྫོགས། །རང་ངོ་  
ཤེས་པས་བསྟོད་པར་བགྱ། །ཐུགས་སྟོང་འོད་ལྔའི་  
གུར་བྱིམ་དུ། །མི་འགྱུར་ས་བོན་རྩྱ་མཐིང་མཐར། །  
སྐགས་སྐྱེང་འཁོར་བའི་འོད་ཟེར་གྱིས། །སྟོད་བཙུང་

འངར་འོད་ཐིག་ལེར་སྒྲིན།    །གཞི་གྲོལ་གཉུག་མའི་ངོ་  
བོར་སང།    །ཨོྫེ་ཨུཾ་ཧཱུྃ་གུ་རུ་ཧྲཱི་ན་བཛྲ་སིཿཧཱུྃ།    ཞེས་བསྒྲ་  
ཀ་དག་ངང་དུ་བཞག།    །སྐབས་སུ་ཧཱུྃ་གི་སྒྲ་སྒྲུ་ལེན།    །རྡོ་རྗེ་ལུ་གུ་རྒྱུད་ལ་  
གཟིར།    །གང་ཤར་བྱགས་མཐད་སྦྱོད་པ་བསྒྱུད།    །རྗེས་འབྲེལ་ཆོགས་གྱི་མཆོད་  
པ་ནི།    ཧཱུྃ་ཨྲི་ཧྲི།    སྦྱོང་ཉིད་བྱུང་ཉི་སྦྱོང་ནང་དུ།    །སྦྱང་བ་  
མ་འགགས་ཆོགས་གཏོར་བཤམས།    །ཆོས་ཉིད་ནམ་  
མཁའི་མཛོད་གྱི་སྒྲིན།    །འདོད་ཡོན་རོལ་མེ་ཅིར་ཡང་  
འཆར།    །ཨོྫེ་ཨུཾ་ཧཱུྃ།    ཧཱུྃ།    རིགས་ཀུན་བྱུང་བདག་ཏེ་  
རུ་ཀ།    །རང་རྩལ་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོར་བཅས།    །  
བདེ་ཆེན་རྡོ་རྗེའི་དགའ་སྟོན་ལ།    །དབྱེས་པའི་གར་  
གྲིས་གཤེགས་སུ་གསོལ།    །ས་མ་ཡ་ཨཿ    ཧཱུྃ  
ཆོས་ཅན་སྐྱུ་མའི་རྟོན་འབྲེལ་གྱི།    །ཆོགས་མཆོད་མི་

ཟད་ལོངས་སྤྱོད་གྱུར།      ཁོས་ཉིད་མཉམ་པའི་ལྷ་ལ་

འབུལ།    ཟུང་འཇུག་འོད་གསལ་དབྱིངས་སུ་རོལ།    །

མ་རྒྱ་གཏུག་ཕུང་རྟེ་      འཁོར་འདས་བདེ་བ་ཆེན་པོ་

ལ།    བཟང་ངན་རྟོག་པས་བསྐྱད་པའི་སྒྲིབ།    འཁོར་

གསུམ་དམིགས་མེད་སྒྲོང་དུ་བཞགས།      ཁྲོ་འདས་

འུབ་ཆུབ་དག་ཆངས་སྤྱོལ།    སེམས་ཡུལ་ལྷ་རྒྱུ་ཨ།    རྩྱུ་

མ་རིག་གཟུང་འཛིན་དག་བགོགས་རྣམས།      བདག་

མེད་ཤེས་རབ་མཆོན་གྱིས་བསྐྱལ།    སེམས་བྱུང་བག་

ཆགས་ལ་བྱུག་རུས།      ལྟར་གྲོལ་ག་དག་སྒྲོང་དུ་

བསྐྱབ།    ཨ།ཨ།ཨ།    སྟོ།    གཟུང་འཛིན་རྣམ་རྟོག་

ལྷག་མ་འདི།      ལྟར་བྱེད་ལྷག་སྤྱོད་མགྲོན་ལ་

འབུལ།    ཡིད་དཔྱོད་འོག་འགྱུར་བར་ཆད་སྤྱངས།    །

གཏང་སེའི་ག་པའི་ཐིན་ལས་སྒྲུབས། ཡུ་རྫོག་བ་ལི་ཏ་  
ཁྲ་ཏི། ཏིེ་ ཡེ་ནས་ལྷན་ཅིག་སྒྲེས་པ་ལ། སྒྲོ་དང་  
བསྐྱ་བར་མི་དམིགས་ཏི། ཏིག་ཆད་བྲལ་བའི་བྱང་  
ཆུབ་སེམས། སྒྲོ་འདས་རྒྱ་ཡན་ངང་དུ་བཞག ཡ།  
ཏིེ་ ཐམས་ཅད་ཆོས་དབྱིངས་གདོད་མའི་གཤེས། །  
བསྐྱ་བྱ་བསྐྱ་བྱིད་ཡུལ་ལས་འདས། རང་བྱུང་ཚྭ་གས་  
པ་ཆེན་པོའི་སྒྲོང་། འཁོར་འདས་མཉམ་གྲོལ་ཡ་ལ་  
ལ། ཏིེ་ ལྷ་བ་ནམ་མཁའ་རྣམ་དག་ཆེ། སྒྲོམ་པ་  
མ་བཅོས་ལྷག་པའི་བབ། སྒྲོད་པ་བྱ་རྩེ་ལ་བྲལ་བའི་  
ངང་། འབྲས་བུ་གཞི་གྲོལ་བཀྲ་ཤིས་ཤོག ཅེས་པའང་  
པདྨ་ཐིན་ལས་ཀུན་བྱུང་གི་བཞེད་པ་སྒྲོང་བའི་ཐུར་དུ་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྩོ་  
རྩེས་ཤར་མར་བྲིས་པའོ། ། །



༥ ཨོ་རྒྱལ་སྤྲོད་གྱི་སྒྲ་མ་མཆོད་ཅིང་བྱུགས་དམ་བསྐྱལ་བའི་ཆོ་ག་བདུན་ཅིའི་

བུམ་བཟང་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །ན་མོ་པརྩ་ཀ་ར་ཡེ། ཨོ་རྒྱལ་སྤྲོད་

གྱི་སྒྲ་མ་མཆོད་ཅིང་བྱུགས་དམ་བསྐྱལ་བའི་སྤྱིན་ལས་ལ་འཇུག་པར་འདོད་པས།

བཀྲ་ཤིས་པའི་སྟེགས་བུར་ཨོ་རྒྱལ་སྤྲོད་སྒྲའི་སྤང་བརྟན་གྱིན་སྒྲ་བས་ཅན་གྱིས་

འབྱར་གང་ཡང་རུང་བ་བསོད་ནམས་གྱི་ཞིང་དུ་བཞུགས་སུ་གསོལ་བའི་སྤྱོད་

སྤར་སྤྱིན་གི་མཆོད་པ་ཇི་ལྟར་འབྱོར་པ་གཙང་ཞིང་བཀོད་པས་མཛེས་པར་

བཤམ། གལ་ཏེ་རྟོན་མ་འཛོམ་ན་མཆུལ་ལ་འབྱུང་ཀར་ངེ་བཟང་གིས་གཤེར་

བས་ཆོམ་བུ་འགོད་པ་དང་། རྒྱལ་གྱི་ཉམས་ལེན་ལྟ་བུར་རྟོན་ཡིད་གྱིས་བསྒྲོམ་

པས་ཀྱང་རུང་ངོ་། །དེ་ནས་ཐོག་མར་སྐྱབས་སུ་འགོ་བཅི། ན་མོ་ སྒྲ་

མ་བདེ་གཤེགས་འདུས་པའི་སྤྱོད་ དཀོན་མཆོག་

གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་ལེ། བདག་དང་འགོ་དྲུག་

སེམས་ཅན་རྣམས་། བྱང་ཆུབ་བར་དུ་སྐྱབས་སུ་མཆི།

ལན་གསུམ། སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི། སེམས་བསྐྱེད་འགྲོ་བ་ཀུན་  
དོན་དུ། གླ་མ་སངས་རྒྱས་བསྐྱབ་ནས་ནི། གང་ལ་  
གང་འདུལ་ཕྱིན་ལས་ཀྱིས། འགྲོ་བ་བསྐྱལ་བར་དམ་  
བཅའ་འོ། ལན་གསུམ། ཆོགས་བསགས་པ་ནི། གླ་མ་ཡི་དམ་  
མཁའ་འགྲོ་གཤེགས། ཉི་ཟླ་པདྨ་འི་གདན་ལ་  
བཞུགས། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྲས་ཕྱག་འཆལ།  
ཕྱིན་ངག་སང་བའི་མཆོད་པ་འབུལ། ཉམས་ཆགས་  
སྤྲིག་སྤྲིབ་མཐོལ་ཞིང་བཤའགས། གསང་སྤྲུགས་  
བསྐྱབས་ལ་རྗེས་ཡི་རང་། སྤྲིན་གྲོལ་གསང་སྤྲུགས་  
ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར། ལྷ་ངན་མི་འདའ་བཞུགས་སུ་  
གསོལ། སྤྲིང་པོ་སེམས་ཅན་དོན་དུ་བསྐྱོ། ཡང་  
དག་རྫོང་འི་དོན་རྟོགས་ཤོག། མཆོད་རྗེས་ཕྱིན་བསྐྱབ་པ་ནི།

སྒྲིེ་ རི་ཡི་ཁི་གིས་མ་དག་དངོས་ཀུན་སྦྱངས། རྟོང་  
པའི་ངང་ལས་རིན་ཆེན་སྟོང་ཡངས་པར། བྱིན་  
གསང་བའི་མཆོད་པའི་ལོངས་སྟོང་ཆོགས། བསམ་  
གྲིས་མི་བྱབ་མཁའ་དབྱིངས་གང་བར་གྱུར། ཨོྫ་ཨྫེུ་  
ཨྫེུ། བཟླ་སྤར་ཏེ། རྟེན་བསྐྱེད་པའི། ལྷ་བྱ་ཏེས་བསང་སྦྱང་།  
ཆོས་རྣམས་མི་དམིགས་སྟོང་པའི་ངང་ཉིད་ལས། །  
གནས་ཡུལ་བདེ་ཆེན་ལྷན་སྦྱུག་གི་ཞིང་། ཡིད་འཕྲོག་  
རྒྱའི་གཞལ་མེད་ཁང་ཆེན་པོ། རིང་མཆར་ཀུན་བབང་  
མཆོད་སྤྱོན་གཏིབ་པའི་དབུས། ལྷ་ཆོགས་པདྨ་ཉི་ཟླའི་  
གདན་གྱི་སྟེང་། ལྷ་མ་ཨོ་རྒྱན་སྤྱན་པའི་རྒྱལ་པོའི། །  
རབ་མཛོས་ནོར་བུ་བྱེ་རྒྱུ་ལྷན་མའི་མདངས། ལྷོག་  
འཇུག་བརྟེན་ཆགས་མཆོན་དཔའི་ལང་ཆོ་ཅན། ལྷག་

གཡས་མཆོག་སྒྲིན་རྣམ་རྒྱལ་ཨ་རུ་ར།    གཡོན་པས་  
མཉམ་གཞག་རྩྭ་ཆེ་བུམ་བསྐྱམས།    མཆན་གཡོན་  
ཁ་ཏྲི་རྒྱན་ལྡན་མཛེས་པར་བསྒྲེང་།    སྐྱེལ་གསང་མོད་  
ཆོས་གོས་བེར་ཕྱམ་དང་།    དབུ་ལ་འདབ་ལྡན་ཤེའུའི་  
སྒྲིན་ཁུས་བརྗིད།    སྒྲིན་ཆ་མགུལ་རྒྱན་རིན་ཆེན་དོ་  
ཤལ་གཡོ།    ཞབས་གཉིས་རོལ་སྐྱབས་འཇའ་བེར་  
གྲོང་དུ་བཞུགས།    སྐྱེལ་ཅུ་གསུམ་རྒྱལ་བའི་དགྲིལ་  
འཁོར་ཇོགས།    རབ་འབྱམས་སྒྲིན་སྤྱང་མཁའ་འགྲོའི་  
སྒྲིན་སྤྱང་འཕྲོ།    དྲན་པ་ཙམ་གྲིས་སྐྱག་བསྐྱལ་  
འཛིགས་འཕྲོག་པ།    ཟུང་འཇུག་སྐྱེལ་འཕྱལ་དེ་ཇེའི་རོལ་  
པར་ཤར།    དེ་ལྟར་གསལ་བའི་གནས་གསུམ་འབྱུ་  
གསུམ་ལས།    འཕྲོས་པའི་འོད་གྲིས་ཡེ་ཤེས་སྒྲིན་

དངས་བྱུང་། ལྷན་འདྲེན་པ་ནི། རྩི་མེད་གྱི་བསྐྱེད་པ་འེ་  
དང་པོ་ལ། ལོ་རྒྱུན་ཡུལ་གྱི་རྒྱུ་བྱུང་མཆམས། །  
པར་གཏེ་སར་སྤྲོད་པོ་ལ། ལ་མཆོན་མཆོག་གི་དངོས་  
བྱུང་བཞེས། ལ་པར་འབྱུང་གནས་ཞེས་སུ་བྲག་པས། །  
འཁོར་དུ་མཁའ་འགྲོ་མང་པོས་བསྐྱོར། ལྷེད་གྱི་རྗེས་  
སུ་བདག་སྐྱབ་གྱི། ལྷིན་གྱིས་བསྐྱབ་ལྷེད་གཤེགས་སུ་  
གསོལ། ལ་གནས་མཆོག་འདི་དུ་ལྷིན་པོ་བ་ལ། ལྷུ་བ་  
མཆོག་བདག་ལ་དབང་བཞི་སྐྱུར། ལ་བགེགས་དང་  
ལོག་འདྲེན་བར་ཆད་སོལ། ལ་མཆོག་དང་ཐུན་མིང་  
དངོས་བྱུང་སྤྱོད། ལ་བརྗོད་ས་མ་ཡ་རྩ་རྩི་བཟུགས་གསོལ་  
ནི། རྩི་མེད་རིན་ཆེན་པོ་བྱུང་ཉམས་རེ་དགའ། ལ་བཟུགས་  
པའི་གནས་སུ་དྲངས་རེ་སྤྱོ། ལོ་རྒྱུན་སྤྲོད་གྱི་སྤྲེལ་པའི་



ཆོག་ས། །དབྱེས་ཤིང་བྱིན་བྱིས་རྫོབ་བྱིར་བཞུགས། །  
ས་མ་ཡ་ཏིཏྱ་ལྟན། ལྷག་འཆལ་ནི། ན་མོ། སྐྱེ་འགགས་  
འབྱུར་མེད་བྱིན་ལས་རྫོགས། །རང་བྱུང་བྱུགས་རྗེས་  
འགྲོ་རྣམས་སྒྲོལ། །ཡིད་བཞིན་དངོས་གྲུབ་ཆར་  
འདེབས་པའི། །སྤྲན་གྱི་སྒྲ་མར་ལྷག་འཆལ་ལོ། །ཙམ་  
ཏི་ཕུ་རྟོ་ སྤ་ཏྲུ་རྟོ་ མཆོད་པ་ནི། རྟོ་ ཙོ་རྒྱན་སྤྲན་  
གྱི་སྒྲ་མའི་ཆོག་ས། །གདུང་བ་དྲག་པོས་གསོལ་  
འདེབས་གྱི། །ལྷ་རྣམས་བྱི་ཡི་མཆོད་པ་འབུལ། །འདོད་  
ཡོན་ནང་གི་མཆོད་པ་འབུལ། །གཉིས་མེད་གསང་  
བའི་མཆོད་པ་འབུལ། །ཏིང་འཛིན་རྩེ་གཅིག་མཆོད་པ་  
འབུལ། །མ་རྒྱ་སྒྲ་ཕུ་རྟོ་ བསྟོད་པ་ནི། རྟོ་ མ་  
བཅོས་སྒྲོས་བྲལ་སྒྲ་མ་ཆོས་གྱི་སྒྲ། །བདེ་ཆེན་ལོངས་



སྤྱོད་གྲ་མ་ཆོས་ཀྱི་རྗེ།     །པད་སྤྱོད་ལས་འབྱུངས་གྲ་མ་

སྤྱལ་པའི་སྤྱ།     །སྤྱ་གསུམ་རྗེ་རྗེ་འཆང་ལ་ཕྱག་འཆལ་

བསྤྱོད།     །འོ་བསྐྱུ་མི།     ཐུགས་ཀར་གྲ་སྤྱོད་རྗེ་རྗེའི་ནང་

ཁོངས་སྤྱོད།     །རྫོང་མཐར་སྤྱགས་སྤྱོད་མཐིང་མདོག་

འབར་བས་བསྐྱོར།     །དེ་ལས་འོད་འཕྲོས་འགྲོ་བའི་ནང་

ནམས་བསལ།     །ཁྱུར་འདུས་བདག་ཐིམ་བྱིན་སྤྱབས་

མཆོག་ཐོབ་གྱུར།     །ཨོྫེ་ཨྱུཾ་རྩྱུ་བཟླ་གྱུར་པ་སྤྱོད་སྤྱོད་

རྩལ་བཟླ་ས་མ་ཡ་ཇོ་སི་རྩྱུ་པ་ཡ་རྩྱུ་ཨྱུཾ།     །ཞེས་ཅུ་སྤྱགས་

དང་།     །ནམས་སྤྱགས་ལ་ཏེ་རྩྱུ་པ་རྩྱུ་པ་རྩྱུ་པ་རྩྱུ་པ་རྩྱུ་པ་རྩྱུ་པ་

ཡེ།     །ཏེ་སྤྱགས་ཏེ་ཡེ།     །ཨུ་ཏེ་སྤྱུ་པ་རྩྱུ་པ་ཡེ།     །ཏེ་

སྤྱུ།     །ཨོྫེ་རྩྱུ་པ་རྩྱུ་པ་རྩྱུ་པ་རྩྱུ་པ་རྩྱུ་པ་རྩྱུ་པ་རྩྱུ་པ་རྩྱུ་པ་

སྤྱུ་ཏེ་སྤྱུ་པ་རྩྱུ།     །ཞེས་གསུངས་སྤྱགས་ཅི་འགྲུབ་བསྐྱུ།     །གསོལ་བ་

འདེབས་པ་ནི། སེམས་ཅན་སྐྱེལ་ལུས་འཛིགས་པའི་ནད་བྱང་  
ཆེ་ མི་བཟོད་སྐྱེག་བསྐྱེལ་ནད་གྲིས་ཉེན་པ་ནི་  
ཡིད་གཉིས་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་གསོལ་བ་འདེབས་ཅི་ ཨོ་  
རྒྱུན་སྒྲུབ་གྲི་སྒྲ་དང་དབྱེར་མེད་པས་ ཆེ་བདམ་ཡིན་  
བར་ཆད་ངེས་པར་སེལ་ ཨོ་རྒྱུན་པར་འབྱུང་གནས་  
ལ་གསོལ་བ་འདེབས་ བསམ་པ་ལྟན་གྲིས་འབྱུང་  
པར་བྱིན་གྲིས་སྒྲོབས་ ཞེས་ཆར་གངས་གང་འོས་མཐར། ཨོ་  
རྒྱུན་སྒྲུབ་གྲི་སྒྲ་མ་དགོངས་སུ་གསོལ། བྲིད་ལ་མཆོད་  
བསྟོད་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས། རྒྱལ་བསྟན་དར་  
ཞིང་བསྟན་འཛིན་མངའ་ཐང་རྒྱས། འཛིག་ཉེན་བདེ་  
ཞིང་ནད་སྐྱེག་མཆོན་འབྲུགས་ནི། འུག་གསུམ་རྒྱ་  
འབྲས་ཉེས་པ་རྩད་ནས་བཅོམ། བྲིད་པར་བདེ་

གཤེགས་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་ལམ་དང་། ཐུགས་དམ་ཞལ་  
བཞེས་བདག་སོགས་སེམས་ཅན་གྱིས། ལྷུང་དུ་  
འགྲུབ་པར་བྱེད་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ། ཞེས་འདོད་དོན་  
གསོལ། མདུན་གྱི་གླེ་མ་སྟོན་གྱི་གླེ། དབྱེས་པས་འོད་ཟེ་  
རང་ལ་བེམ། ལྷུ་གསུང་ཐུགས་ཡོན་ཕྱིན་ལས་  
དང་། དབྱེར་མེད་ཆེན་པོར་བྱེད་བརྒྱབ་གྱུར། ཅེས་  
མདུན་ཏེན་རང་ལ་བསྐྱས་ཏེ་མཉམ་པར་བཞག དགོ་བ་འདི་ཡིས་ལྷུང་  
དུ་བདག སྟོན་པའི་རྒྱལ་པོ་འགྲུབ་གྱུར་ནས། འགྲོ་  
བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། དེ་ཡིས་ལ་འགོད་པར་  
ཤོག ཅེས་དགོ་བ་བསྟོ། ལྷ་མའི་སྟོན་པ་སྟོན་པའི་རྒྱལ་པོ་  
སྟོ། བཅོམ་ལྷན་འཛིག་ཏེན་གསུམ་ན་རྒྱབས་མཛད་  
པ། དུག་གསུམ་ནད་སེལ་ཨོ་རྒྱན་སྟོན་གྱི་གླེ། བེ་

རྒྱ་ཡི་འོད་གྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།      ཅེས་སོགས་བཀྲ་ཤིས་རྒྱ་ཆེར་  
སྒྲེལ་བས་བདེ་ལེགས་སུ་བྱུངོ།      །ཞེས་པའང་རང་གཞན་རྣམས་འབྱུང་བ་

འབྱུགས་པའི་ཉེས་པ་སོགས་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་རྒྱུད་པ་ཐམས་  
ཅད་སེལ་བའི་ཆ་རྒྱུན་དུ།      འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྟོ་རྟེས་ལྷ་ལྷན་ར་ས་འཕྱུལ་  
སྒྲུང་གི་ཤར་ཕྱོགས་ང་ཕོད་ལྷ་ན་སྒྲུག་གི་གཞལ་མེད་ཁང་དུ་གྲོ་བཞིན་སྒྲུབ་པའི་ཡར་  
ངོའི་རྒྱལ་བ་གསུམ་པའི་དུས་ཆེས་བཟང་པོར་ཤར་མར་སྒྲེལ་བ་སིངྒེ་རུ།།    ॥

སྒྲུ་མ་རྡོ་རྗེ་སེམས་དཔའི་སྒྲུབ་ཐབས་རྒྱན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་ཐབས་ལམ་བཅུད་

འདུས་བཅུགས་སོ།། རྡོར་སེམས་བརྒྱད་འདེབས་ནི། གྲུན་བཟང་རྡོར་  
 སེམས་དགའ་རབ་ཤྲི་སིངྒ། །པད་འབྱུང་མཆོ་རྒྱལ་  
 མངའ་བདག་ཡབ་སྲས་སོགས། །བཀའ་གཏེར་  
 བརྒྱད་པའི་ཆུ་བོ་གྲུན་འདུས་མགོན། །ཁྱིམ་ཅན་སྒྲུ་མ་  
 མཆོག་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཁི་སྟེད་སྒྲུ་མ་རྒྱ་མཆོ་  
 འདུས་པའི་དངོས། །རབ་འབྱུངས་ཡི་དམ་རྒྱ་མཆོ་སྟོ་  
 བསྟུའི་བདག །མཁའ་འགྲོ་དམ་ཅན་རྒྱ་མཆོའི་སྟོ་  
 དཔལ་ཆེ། །རིགས་འདུས་རྡོ་རྗེ་སེམས་དཔར་གསོལ་  
 བ་འདེབས། །ཐུ་མལ་སྒྲུང་ཞེན་མ་དག་སྟོ་གསུམ་  
 བོ། །ཡོངས་གྲུབ་རྡོ་རྗེ་གསུམ་དུ་དག་སྟོན་ནས། །མ་  
 འགག་ཐུགས་རྡོ་རྒྱུན་བྱུང་སྟོན་ལས་གྱིས། །མཐའ་

ཡས་འགྲོ་ཁམས་དོང་སྐྱགས་དཔལ་ཐོབ་ཤོག། ཁེས་

པའང་གྲོང་ཆེན་ཡེ་ཤེས་རྩི་རྩི་བཞེད་སྒོང་དུ་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྩི་རྩིས་

སོ། ། ར་མོ་གུ་རུ་བཟླ་ས་ཏུ་ཡེ། རིགས་འདུས་རྩི་རྩི་སེམས་

དཔའི་དགྲིལ་འཁོར་དུ་དབང་བསྐྱར་བ་ཞོས་ཤིང་མོས་ལྷན་དམ་ཆོག་ལ་གནས་

པའི་སྐྱབ་པ་པོས་ཡི་དམ་རྒྱུན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་དུ་བྱ་བ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་

སྒྱུར་བའི་ཆོས་ནི། ཕྱོགས་བཅུའི་སྐྱབས་ཡུལ་ཐམས་ཅད་སྒྲ་

མ་རྩི་རྩི་སེམས་དཔའི་རྣམ་པར་བཟླ་ས་ལྷ་ཨྲོ་ས་མདུན་

མཁར་སང་པའི་སྐྱན་སྒྲུང་། ར་མོ། རིགས་འདུས་སྒྲ་མ་རྩི་རྩི་

སེམས་། ཁྲི་འབྲལ་སྐྱབས་གྱི་མཆོག་ཏུ་བསྟེན། །

གཞན་དོན་འཁོར་བ་དོང་སྐྱགས་ཕྱིར། ཁབ་མེའི་རྣལ་

འབྱོར་ལ་བརྩོན་བྱ། ཞེས་ལན་གསུམ་གྱིས་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་ཞིང་

སེམས་བསྐྱེད། རྩི་རྩི་སྒྲོབ་དཔོན་སངས་རྒྱས་དཔལ། ཞེས་



སོགས་རྒྱུན་བཤགས་ཡན་ལག་བརྒྱད་པས་ཆོགས་བསགས་མཐར།      བཟླ་

མུཾ་ས་སྐྱབས་ཡུལ་རང་ལ་བསྐྱ།      རང་ཉིད་སྐྱད་ཅིག་གིས་རྡོ་རྡོ་

ཉེ་དུ་ཀར་གསལ་བའི་ཐུགས་ཀ་ནས་སྤྲོས་པའི་བྲོ་རྒྱུད་

མཆོན་ཆའི་ཆར་དང་བཅས་པས་བགོགས་ཐམས་ཅད་

རྒྱུད་རིང་དུ་བསྐྱད་པར་བསམ་ལ།      རྩྱ་རྩྱ་རྩྱ་བི་ཤ་བཟླ་གྲོ་

རྩྱ་རྩྱ་ལ་མཐུ་ལ་ཕྱེ་ཕྱེ་ཕྱེ་རྩྱ་ལ་རྩྱ་ལ་རྩྱ་ལ་རྩྱ་ལ་རྩྱ།      ཞེས་

བསྐྱད།      བཟླ་རྩྱ་ན་རྩྱ་རྩྱ།      ཞེས་སྐྱད་བའི་གུར་གྱིས་བཅིང་།      དངོས་

སྐྱ་བཤམས་པའི་མཆོད་པ་ཡོད་ན།      ཨོྲེ་ཨུཾ་རྩྱ་སྐྱ་དུ་རྩྱ་མེ་གྲ་ས་

མ་ཡེ་རྩྱ།      བཟླ་སྐྱ་ར་ཆའི།      ཞེས་མཆོད་སྤྲོད་མཁའ་བྱུང་དུ་

སྤྲོའོ།      །གཉིས་པ་དངོས་གཞི་ལ།      སྐྱ་བསྐྱེད་པའི་རྣལ་འབྱོར་ཡན་ལག་དང་

བཅས་པ་ནི།      ཨུ།      ཆོས་དབྱིངས་སྐྱ་མེད་སྤྲོད་པའི་

རྩྱ་ལ།      །འགག་མེད་སྤྲོད་རྡོ་རྡོ་ལ་བྱུང།      །སྤྲོད་

གསལ་བྱང་འདུག་རང་རིག་ནི།      རྩྱུ་ཡིག་དཀར་

གསལ་འོད་དུ་འབར།      །དེ་ལས་འོད་འཕྲོས་རྩྱུ་རྩྱུ་རྩྱུ་

གྱུར།      །ཕྱི་རོལ་ཡེ་ཤེས་མེ་རིས་གཏམས།      །ནང་དུ་

འབྱུང་བ་རིམ་བཅུགས་སྟེང་།      །པར་འདབ་སྟོང་བརྒྱལ་

བའི་ལྟར།      །རིན་ཆེན་ཕོ་བྲང་མཆོན་རྩྱུ་གསལ་དབུས།      །

སེང་བྲི་པར་ཉི་ཟླའི་སྟེང་།      །རྩྱུ་ཉིད་རྩྱུ་རྩྱུ་མཆོན་

ལས།      །འོད་འཕྲོས་འཕགས་མཆོད་འགྲོ་སྒྲིབ་

སྒྲུངས།      །ཚུར་འདུས་ཡོངས་གྱུར་སྒྲུང་ཅིག་གིས།      །

རང་ཉིད་རྩྱུ་རྩྱུ་སེམས་དཔའི་སྒྲུ།      །དཀར་འཆོར་ཞི་བའི་

ཉམས་དགུ་ལྡན།      །མཆོན་དཔའི་ལང་ཆོ་རྒྱས་པའི་

སྒྲུར།      །ཅོད་པན་དར་དབྱུང་བྱི་ལྟོར་དང་།      །སྟོང་

གཡོགས་སྒྲུང་གཡོགས་མཛེས་པར་སྒྲུབ།      །དབུ་རྒྱུ་

སྒྲུབ་ཆ་མགུར་ཚུ་དང་། རྡོ་ཤལ་དང་ནི་སེ་མོ་དོ། །

གདུ་བུ་རྣམས་ཀྱིས་ལེགས་པར་སྒྲུབ། མཐོན་མཐིང་

དབུ་སྐྱོན་ཚུགས་ཅེར། རྩོམ་བུ་རིན་ཆེན་འབར་བས་

བརྒྱན། རྒྱག་གཡམས་རྩི་ཐུགས་ཀར་གཏོང། །

གཡོན་པས་རྩིལ་བུ་དགུ་ལ་བརྟེན། ཞབས་བུང་རྩི་ཐུགས་

སྐྱེལ་གྱང་བཞུགས། པང་དུ་ཡུམ་མཆོག་སྒྲེམས་མ་

དཀར། བུ་བུ་ཉམས་ལྡན་དབྱེས་ཆགས་

འཛུམ། རྒྱག་ཀྱི་ལྷ་ཡི་རྒྱན་ཆ་འཆང་། རྒྱག་གཡམས་

གྲི་གུག་ཡབ་མགུལ་འབྱུང། གཡོན་པས་ཐོད་པ་

བདུད་ཅི་སྟོབ། ཞབས་གཉིས་ཡབ་ཀྱི་སྐྱེད་ལ་

འབྲིལ། ཟག་མེད་བདེ་བ་ཆེན་པོར་སྦྱོར། རྒྱང་

ཁམས་རྒྱལ་བཞི་བྲོའི་དལ། མ་བཙའ་ཡེ་ནས་ལྷན་

གྲིས་གྲུབ།      །དཔག་ཡས་འོད་ཟེར་འབར་འབྲིགས་  
གྲོང་།    །དཀྱིལ་འཁོར་རབ་འབྱམས་བྱབ་བདག་ཆེ།    །  
ཆད་མེད་བྱགས་ཇེ་འི་བདག་ཉིད་ཅན།      །སྒྲོང་སྒྲོང་སྒྲུ་  
མའི་སྒྲུར་གསལ་བའི།      །གནས་གསུམ་ཨོྩ་ཨྲུཾ་ཧྲུ་  
གིས་མཆན།    །ཧྲུྃ་ལས་འོད་འཕྲོས་འོག་མིན་ནས།    །  
ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔར་སྒྱུན་དངས་གྱུར།    །ཅིས་གསལ་བཏབ་  
ལ།    ཨོྩ།    ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་སྒྲོམས་ཞུགས་པའི།    །  
རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་རྣམས་ཀུན།    །གཟུགས་སྐྱོར་  
ཇེ་སེམས་དཔར་བཞེངས།      །བྱགས་ཇེ་ཉི་བར་འདིར་  
གཤེགས་གསོལ།    །ས་མ་ཡ་རྟོཾ་    ས་མ་ཡ་སྟྲླ།    བཏྲ་  
ས་སྟྲ་ཇོཾ་    ཧྲུྃ་ན་སཏྲ་ཨ་ཨ།    །ཞེས་སྒྱུན་དངས་པའི་ཡེ་ཤེས་པ་  
ཉིད།    ཇོཾ་ཧྲུྃ་བློ་རྟོཾ་ས་དམ་ཡེ་དབྱེར་མེད་དུ་གྱུར།    ས་མ་ཡ་ཏིཏྲ་

ལྷན། ཞེས་བཞུགས་སུ་གསོལ། རྣམ་མཁའ་གང་བའི་དབང་

གི་ལྷས། །བྱང་མེམས་བདུད་རྩིས་དབང་བསྐྱར་

བས། །སྤྱི་བོའི་གནས་ལྔར་འབྱུ་ལྔས་མཆོར། །ཡེ་

ཤེས་རིག་ལྔའི་དབང་བསྐྱར་ཚོགས། །རྩྱུ་ཨོྱུ་རྩྱུ་རྩྱུ་

ཨུམ་ཨུ་མྱེ་ཁི་ཕུ་ཨུ་མྱེ་ཀོ་ཁྱུ། ཞེས་དབང་བསྐྱར་ཞིང་རྒྱས་བཏབ།

རང་ལས་སྐྱུ་ལ་པའི་ལྷ་མོ་ཡིས། །ཕྱག་མཆོད་བསྟོད་

པས་དབྱེས་པ་བསྐྱེད། ཨུ་ལ་ལ་རྩེ་ ཨུ་ཏི་ཕུ་རྩེ་

ཕུ་ཏི་རྩེ་རྩེ་ ཞེས་ཐུག་བྲ། ཨོྱུ་ཤྱི་བཟླ་རྩེ་ག་ཨུ་རྩྱུ། ཕུ་རྩྱུ།

ཕུ་རྩྱུ། རྩྱུ་པེ། ཨུ་ལེ་ཀེ། གཞུ། བེ་མེ་རྩྱུ། འཁྱུ་ཕུ་ཏི་རྩེ་སྐྱུ་རྩྱུ།

ཞེས་སྤྱི་མཆོད་དང་། ཨོྱུ་རྩེ་པ་འཁྱུ་གཞུ་ར་ས་སྐྱུ་ཕུ་ཟླ་རྩེ་རྩེ་

ཞེས་ནང་མཆོད་དང་། མ་རྩེ་པ་ཕུ་ཨུ་མྱེ་ཏ་ར་ཀྱ་བ་ལེ་ཏ་ཁྱུ་རྩེ།

ཞེས་གསང་མཆོད། ཏ་ན་ག་ན་རྩེ་རྩེ་རྩེ་ཕུ་ཟླ་རྩེ་ ཞེས་སྤྱིར་

སྒྲོལ་དེའོན་ཉིད་གྱིས་མཆོད། རྩྱུ། རྩོལ་སེམས་དཔའ་སེམས་  
དཔའ་ཆེ། རྩོལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཀུན། རྩོལ་  
དང་པོ་ཀུན་ཏུ་བབང་། རྩུག་འཆལ་རྩོལ་སེམས་དཔའ་  
ལའོ། རྩེས་མཆོད་ཅིང་བསྟོད་ནས་མཆོད་ལྷ་རང་ལ་བསྟུ། རྩོས་མེད་རྩུན་  
ཁྱེར་ཙམ་ལ་གོང་གི་དབང་བསྐྱར་རྩེས་སུ་བཞུས་པ་ལ་འཇུག་གྱུང་ཆོག་གོ། དེ་  
ནས་གསུང་བཞུས་པའི་ནལ་འབྱོར་ནི། རྩུགས་དབུས་ལྷ་བལ་  
གནས་པའི། རྩོལ་ཅེ་ལྷའི་ལྷེ་བ་རུ། རྩྱུ་མཐར་ཡི་གོ་  
བརྩུ་པས་བསྟོར། རྩོལ་སེམས་འོད་ཟེར་དཔག་ཡས་  
འཕྲོས། རྩུལ་བ་ཙུ་གསུམ་རབ་འབྱུམས་ཀུན། །  
མཆོད་པས་མཉེས་བྱས་དབང་གྱིན་བསྟུས། རྩོལ་  
སྟོང་སྟུང་མའི་འཁོན་གྱི་བ་སྟུངས། རྩུགས་དམ་  
གཉན་བསྐྱང་གྱིན་ལས་བསྟུལ། རྩོལ་སྟུན་གྱོགས་



མཆེད་ལུམ་གྱི།                      །ཉམས་ཆགས་ཀུན་སྦྱངས་དག་  
ཆངས་ཐོབ།                      །དབྱ་གདོན་བགོགས་རྣམས་གཞོད་  
གདུག་གི།                      །བསམ་སྦྱར་ཞི་ནས་བུམས་སེམས་  
སྦྱེས། །རིགས་དུག་འགོ་བའི་སྦྱག་བསྐལ་གྱི། །རྒྱ་  
འབྲས་ཡོངས་བྱང་ཐར་ལམ་འཁོད།                      །འོད་ཟེར་སྤྲར་  
འདུས་རང་ལ་ཐིམ།                      །སྤྲིག་ལྟར་ཉམས་ཆགས་ལུས་  
སྦྱངས། །བྱིན་རྒྱབས་བདེ་ཆེན་གཟི་བྱིན་འབར།                      །  
གཟུགས་སྒྲིང་རྩེ་རྩེ་སེམས་དཔའི་སྒྱ།                      །སྒྲིག་གསལ་ཡི་  
གོ་བརྒྱུ་པའི་སྒྱ།                      །འཛུ་རྩེ་ག་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའི་  
བྱགས། །མ་བཅོས་བྱུང་བརྒྱུ་དགོངས་པ་ཆེ། །ཀུན་  
རྒྱུ་ཐིག་ལེ་གཅིག་ཏུ་རྩོགས།                      །ཞེས་པའི་དགོངས་པ་སྒོག་ཏུ་  
བཟུང་ལ།                      །ཨོ་བཟླ་ས་ཏུ་ས་མ་ཡ་སོགས་ཡི་གོ་བརྒྱུ་པ་གཅི་བོར་བཞུ་

ཞིང་། ཨོྫོག་བཟོ་ས་ཏུ་རྩྱུ། ཞེས་ཡང་སྒྲིང་ཡང་ཅི་འགྲུབ་ཏུ་བཟླ། ལས་

སྒྲིང་དམིགས་བསལ་དུ་སྒྲོམ། རང་གི་བྲུགས་ཀའི་སྒྲུགས་ཕྱིང་

ལས་། །སྒྲུགས་ཀྱི་འོད་ཟེར་རབ་ཏུ་འཕྲོས། །རིགས་

དྲུག་གང་ན་ཡོད་པ་ཡི། །དམིགས་ཡུལ་དེ་ཡི་ལུས་ལ་

ཕོག། །ལས་ངན་སྒྲིག་སྒྲིབ་རྒྱ་བཅས་སྦྱངས། །སྐྱད་

ཅིག་མི་ལམ་སང་པ་བཞིན། །དག་པའི་ཞིང་དུ་

དབྲུགས་སྦྱངས་ཏེ། །གཏན་དུ་བདེ་བའི་ས་ཐོབ་

གྱུར། །ཡང་སྒྲིང་དང་། འ་ཙམ་ལ་ས་མ་རྟ། ཞེས་བརྒྱ་སྟོང་གི་

འབུམ་སྐབས་དང་སྦྱར་ཏེ་བཟླ། ཐུན་མཚམས་སུ་བབ་པ་ན། ཨོྫོག་ སྒྲུ་མ་

རྩི་རྩི་སེམས་དཔའ་ཀྱེ། །ན་རྟལ་སྒྲུག་བསྐྱལ་བསྐྱབ་ཏུ་

གསོལ། །སྒྲིག་པའི་ཚོགས་ལ་བདག་གཞོང་ཞིང་། །

འགྱུད་པས་མགོན་པོའི་དྲུང་དུ་བཞགས། །ཕྱིན་ཆད་

མི་འབྱེད་དམ་བཅའ་བས།      ཁགོན་པོས་ཆངས་པར་  
སྐྱལ་དུ་གསོལ།      སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དོན་བབྱེད་  
ཕྱིར།      རྫོང་སེམས་དཔའ་བདག་གིས་བསྐྱབ།      རྒྱ་  
གསུང་ཐུགས་སུ་བདག་སྦྱོར་ཏེ།      ཁྲི་མེད་ས་ལ་བྲང་དུ་  
གསོལ།      ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས་དག་ཆངས་  
གནང་བ་སྐྱལ་བར་བསམ།      དེ་ནས་ཐུགས་ཡེ་ཤེས་  
ཆེན་པོའི་རྣལ་འབྱེད་ནི།      དམ་ཡེ་གཉིས་སུ་མ་ཕྱེད་པའི་  
དགྱེལ་འཁོར་ཉིད།      སྒོད་བརྩུང་འོད་ལྷ་རང་ལ་བེམ།      །  
རང་ཡང་ཐུགས་ཀའི་རྩྱུ་ལ་བེམ།      རྩྱུ་ཡང་གྲེན་ཚྭ་གས་  
མི་དམིགས་པར།      རྩོམ་དབྱིངས་སྒོད་དུ་འབྱམས་  
གྲས་སོ།      ཞེས་ལྷར་སྒྲུང་འོད་གསལ་དུ་བསྐྱས་ལ་མཉམ་པར་བཞག།  
སྐད་ཅིག་སྒོད་གསལ་ངང་ཉིད་ལས།      སྒྲུར་ཡང་རྫོང་པོ་

སེམས་སྐྱུ་རུ་བཞེངས།      གནས་གསུམ་འབྲུ་གསུམ་  
ཕྱག་རྒྱས་བསྐྱུང་།      མཁའ་བྱུང་འགྲོ་བའི་དོན་ལ་  
འདུག      ཅེས་གཉུག་མའི་ལྟ་སྐྱུར་ལྟངས་སྦྱོང་ལམ་  
ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རོལ་པར་ལམ་དུ་བྱེད།      གསུམ་པ་རྗེས་ཀྱི་རིམ་པ་ནི།  
རྗེ་རྗེའི་རིགས་སུ་སྦྱེས་ནས་གྱུང་།      རྗེ་རྗེ་སེམས་དཔའི་  
གསང་སྒྲགས་སྟོན།      སྦྱོང་རྗེ་ལྟན་ཅིང་སྒྲ་མར་  
གྲུས།      སྦྱོའི་དུང་སྦྱེ་བར་འགྱུར་བར་ཤོག      ལག་ཏུ་རྗོ་  
རྗོ་རྗོལ་བུ་འཛིན།      ཟབ་མེའི་ཆོས་ནི་གྲོག་པ་དང་།      །  
སྦྱེམས་མའི་ཤུག་མཉམ་བས་ཅན།      སྦྱོའི་དུང་སྦྱེ་བར་  
འགྱུར་བར་ཤོག      བདག་གིས་འདི་བསྐྱབས་བསོད་  
ནམས་གང་།      མཐའ་ཡས་འགྲོ་བ་ཡོངས་ལ་བསྟོ།      །  
ཀུན་གྱུང་སྐྱུ་དན་འདས་པའི་མཆོག      རྗེ་རྗེ་སེམས་

དཔའི་སྐྱོབ་ཤོག། ཅེས་དག་བ་བསྔས་ཏེ་སྔོན་ལམ་གྱིས་རྒྱས་བཏབ།  
འགྱུར་བ་མེད་པ་རང་གི་གཤེས། ཏྲ་ཅིང་བཏྲ་པ་རྩོ་  
རྩོ་དངོས། རང་རིག་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའི་  
སྒོང་། མཛོན་སངས་རྒྱས་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། ཅེས་  
ཤིས་པ་བརྗོད་པས་བདེ་ལེགས་སུ་བྱུངོ། ཞེས་པའང་མངའ་རིས་ལ་དྲགས་  
ཕྱོགས་སུ་སྐྱབ་པའི་རྒྱལ་མཚན་སྒྲིང་བ་འགྱུར་མེད་ཆོས་དབྱིངས་རྩོ་རྩོ་བསྐྱལ་  
བ་ལས། བཀའ་གཏེར་རྩོ་རྩོ་སེམས་དཔའི་རྒྱུད་ལུང་མན་ངག་གི་བཅུད་བསྐྱལ་  
ཏེ། རྒྱལ་ཁམས་པ་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྩོ་རྩོ་སྤེལ་བ་དོན་དང་ལྡན་པར་  
གྱུར་ཅིག། །

༥ འདི་ལ་བཏྲན་ནས་ཆོགས་མཆོད་འབུལ་བར་སྒྲོ་ན། ཐབས་ཤེས་ཀྱི་དམ་  
རྩ་ཅི་འབྱུར་བར་བཤམས་ལ་བདུད་རྩིས་བྲན་ཅིང་། རི་ཡི་ཁྱི། སྒྲོང་  
ཉིད་དབྱིངས་ཀྱི་ཀ་ཕྲ་ལར། ཡེ་ཤེས་རིལ་པའི་ཆོགས་

གཏོར་བཤམས།                      བཟག་པ་མེད་པའི་ལོངས་སྤྱོད་

རྫས།    འདོད་ཡོན་མཆོད་སྤྱོད་མཁའ་བྱུང་གྱུར།    ཨོྩ་

ཨྲཱུཾ་ཧྲཱིཾ་ཞེས་ལན་གསུམ་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ལ།    ཧྲཱིཾ།    མི་གཡོ་སྤྱོད་

བྲལ་ཆོས་གྱི་སྒྱ།    འིག་རྩལ་རོལ་པ་རྩེ་རྩེ་སེམས།    །

ཡེ་ཤེས་འབར་བའི་དབྱིངས་ནས་གཤེགས།                      འཇམ་

ཆོག་ཆོགས་གྱི་འཁོར་ལོར་རོལ།                      བརྗེས་མ་ཡ་ཇོ་

ཞེས་ཆོགས་མགྲོན་སྤྱོད་བྲངས།    ཨོྩ་ཨྲཱུཾ་ཧྲཱིཾ།    འིགས་

འདུས་སྒྲུ་མ་རྩེ་རྩེ་སེམས།                      རྩ་གསུམ་རབ་འབྱུངས་

ཆོགས་རྣམས་ལ།                      འདོད་ཡོན་མི་བད་ཆོགས་མཆོད་

འབྱུལ།                      འཇམ་ཆོག་ཉམས་ཆག་མཐོལ་ཞིང་

བཤམས།                      བཀྱིས་འཛིན་དབྱ་བགོགས་དབྱིངས་སུ་

སྤྱོལ།                      མཆོག་དང་ཐུན་མིང་དངོས་གྲུབ་སྤྱོལ།                      །



སཐ་གྲ་ཅ་ཅ་ཕུ་ཐོ་བྲ་ཏི། ཞེས་འབུལ། གངས་གསོག་དགོས་  
ནའང་འདི་ཉིད་བསྐྱར། དེ་ནས་དམ་ཚིག་གི་ཐུས་ལ་རོལ་མཐར། ལྷག་མ་ལ་  
བདུད་ཅིང་ཞལ་ཆབ་བྱན་ཅིང་། ཨོྃ་ཨྲུཾ་ཧྲུྃ། དགྱེལ་འཁོར་ཆེན་  
པོའི་བཀའ་ཉན་པའི། །འབར་མ་དབང་ཕུག་ཕྱ་མེན་  
ཚོགས། །ལྷག་མའི་ལོངས་སྤྱད་འདི་བཞེས་ལ། །  
བར་ཆད་ཀུན་སོལ་མཐུན་རྒྱུན་སྤེལ། །ཡུ་རྫོབ་བ་ལི་ཏ་  
བྲ་ཏི། ཞེས་ལྷག་མ་བསྒོ། རྗེས་ཚོགས་མགོན་རྟེན་ལ་བརྟན་བཞུགས་བྱ་  
ཞིང་བདག་བསྐྱེད་བསྐྱུ་ལྔ་ལ་སོགས་གོང་བཞིན་བྱའོ། །ཞེས་པའང་རྫོ་ནས་སོ། །  
སཐ་དུ་མཆེལ། ॥ ॥

༥ ལྷོ་བཤུགས་ནི། རྟོ། སྒྲ་མ་རྒྱལ་བ་སྤྲུམ་བཅས་དགོངས་  
སྤྲུག་སོལ། །བདག་གིས་ཐོག་མེད་དུས་ནས་ད་ལྟའི་  
བར། །མི་དག་བརྩ་དང་མཆོམས་མེད་ཉེ་བ་ལྟ། །ཆོས་  
སྤང་མནའ་ཐོས་འཕགས་པར་སྐྱར་པ་བཏབ། །ལྷོ་བ་  
བཞི་དང་ལོག་པ་བརྒྱད་ལ་སོགས། །རང་བཞིན་སྤྲིག་  
པ་ཅི་བགྱིས་མཐོལ་ལོ་བཤུགས། །རིས་བདུན་གང་  
རུང་འདུལ་བའི་སྒྲོར་ཞུགས་ནས། །འདུ་ཤེས་ཆང་  
བས་གཞན་གྱི་སྤྲིག་བཅད་སོགས། །ཤམ་ལྷག་སྤང་  
ལྷུང་ལྷུང་བྱེད་ཉེས་བྱས་སྟེ། །སོ་ཐར་སྤྲོམ་པ་ཉམས་པ་  
མཐོལ་། །བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་བསྟན་པའི་སྒྲོར་  
ཞུགས་ནས། །རྟུན་གྱིས་སྒྲ་མ་བསྐྱུས་སོགས་ནག་  
ཆོས་བཞི། །རྒྱལ་པོ་སྒྲོན་པོར་འབྱུང་ཉེ་ལྷ་ལྷ་དང་། །

ཕལ་པར་འབྱུང་ཉི་བརྒྱད་དང་སྟོན་འཇུག་གི། །སེམས་  
བསྐྱེད་བསྐྱབ་བྱ་ཉམས་པ་མཐོལ་ལོ། །བྱད་པར་  
གསང་བ་སྤྲུགས་ཀྱི་སྟོར་ཞུགས་ནས། །བཀའ་ངོན་  
གསུམ་ལྡན་ཙ་བའི་བླ་མ་ལ། །བརྟམ་ཤིང་བྱུགས་  
དགྲུག་ལོག་ལྟ་སྐྱར་བཏབ་སོགས། །སྐྱུ་གསུང་བྱུགས་  
ཀྱི་དམ་ཆོག་ཉི་ཤུ་བདུན། །ཙ་ལྟུང་བཙུ་བཞི་ཡན་ལག་  
སྟོམ་པོ་བརྒྱད། །ཉི་ཤུ་ལྟ་སོགས་སྟེ་དང་བྱད་པར་  
གྱིས། །བསྐྱུས་པའི་དམ་ཆོག་ཉམས་འགལ་ཅི་མཆིས་  
པ། །སྟོང་ནས་འགྱུར་པས་བཤའ་གསལ་ཤིང་སྟོམ་བཅུད་  
ན། །སྟེག་ལྟུང་ཀུན་བྱང་ཆངས་པར་སྟོལ་ནས་གྱུང་། །  
ཆོ་འདིར་རིག་འཇིན་ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས། །ཨོ་  
བཟླ་སང་ས་མ་ཡ་སོགས་ཡིག་བརྒྱ་བཞུན། །ཞེས་པའང་དད་ལྡན་མི་

འགྱུར་སྒོལ་མས་བསྐྱལ་ངོར།

འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྗེ་རྗེས་སྒྲེལ་བ་དག་

ལེགས་སུ་གྱུར་ཅིག། །

༥ སྤྱོས་མེད་རོ་སྤྲེག་གི་ཆོ་ག་བཞུགས།། ཏིལ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་བསྤྲེག་ཇུས་

གང་སྤྱོར་འདུ་བྱས་ལ། རིམ་ལྔ་འབྲི་གིས་བསང་སྤྱངས། ཨོཾ་ཧཱུྃ་ཧཱུྃ་མང་

དུ་བཞུས་པས་བྱིན་བྱིས་བསྐྱབས། ཨཱམྤ་ལྷ་ལ་རིམ་མེ་སྤྱར། ཐབ་

བསང་སྤྱངས། སྤྱོད་པའི་ངང་ལས་སྐྱད་ཅིག་གིས། །ཡེ་

ཤེས་མེ་ཕུང་ཆེར་འབར་དབུས། །རིགས་འདུས་

བཙོམ་ལྷན་རྩེ་རྩེ་སེམས། །དཀར་གསལ་ཞི་འདུམ་

སྤྲེག་པའི་ཉམས། །ཕྱག་གཉིས་རྩེ་རྩེ་བྲིལ་བུ་འཛིན། །

དར་དང་རིན་པོ་ཆེ་ཡིས་བརྒྱན། །སྦྱིལ་གྱུར་པའི་ཉི་

ཟླར་བཞུགས། །དམིགས་ཡུལ་རྣམ་སྤྲིན་སྤྱུ་མའི་

ལུས། །ཟབ་མེད་འདོད་ཡོན་བདུད་ཅིར་གྱུར། །

ཞལ་དུ་ཕུལ་བས་ཟབ་མེད་བཞེས། །དབྱེས་ཆོམ་འོད་

ཟེར་འབར་བ་ཡིས། །ཆོ་འདས་སྤྱི་བ་པ་གྱུན་སྤྱུང་

འགྱུར། །ཨོྲོ་བཟླ་སང་ཨྲུམ་ སང་ཕྱ་པོ་ད་ཏ་ན་ལྷོ་ཏྲི་ཀུ་  
རུ་ཡེ་སྒྲུ་རྒྱ། ཞེས་བརྒྱ་ཙུ་སོགས་ཀྱིས་འབུལ་ཞིང་། སྐབས་སུ། ཆོ་  
ལས་འདས་པའི་ཆོ་རབས་འཁོར་བ་ཐོག་མེད་ནས་  
བསགས་པའི་ལས་ངན་སྒྲིག་སྒྲིབ་བག་ཆགས་ཐམས་  
ཅད་ལྷོ་ཏྲི་ཀུ་རུ་ཡེ་སྒྲུ་རྒྱ། ཞེས་སྒྱུར། མཐར་གྲངས་ཇོགས་པ་ན།  
མེ་ལྷ་མི་དམིགས་ཆོས་དབྱིངས་གྲོང་། །བསམ་བཞེད་  
བྲལ་བའི་ངང་དུ་ཨ། །བསོད་ནམས་ཆོགས་གཉིས་  
རབ་ཇོགས་ཞིང་། །དོན་གཉིས་ལྷན་གྲུབ་དཔལ་ཐོབ་  
ཞོག། །ཅེས་པའང་མཐར་འཁོབ་ཀྱི་གྲོང་གསེབ་ཁ་ཅིག་ཏུ་ཕུང་པོ་བསྐྱེག་  
སྒྱུང་གི་ཆོ་ཆོ་ག་སོགས་ཀྱི་ཐ་སྐད་ཙམ་མེད་པར་མགལ་དུ་མ་བསྐྱེག་པ་བཞིན་  
བྱེད་པར་མཐོང་ནས་དེ་དག་ལ་ཕན་པའི་སྤྱིར་འཇིགས་བྲལ་ཡེ་ཞེས་དེ་ཇེས་



༥ ། གནས་ལུང་གི་ཆོ་ག་ཉི་བར་བསྐྱས་པ་བཞུགས་སོ། ། ར་མོ་གུ་རུ་བཟླ་

སཏྲ་ཡེ། འདིར་མདུན་དགྱེལ་སོགས་ཀྱི་སྒྲོས་པ་ལ་མ་སྒྲོས་པའི་གནས་

ལུང་ཤིན་ཏུ་མདོར་བསྐྱས་པ་བྱ་བར་འདོད་ན། རང་གི་མདུན་དུ་ཆོ་འདས་ཀྱི་མིང་

བྱང་དང་། བྲབ་རྒྱས་བྱེ་ཡུངས། ཟས་གཏད་ཀྱི་ཆས་སོགས་འདུ་བྱ། བདག་

ཉིད་རྗེ་རྗེ་སེམས་དཔའ་སོགས་ལྷག་པའི་ལྷའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་གནས་པས།

དམིགས་རྟེན་སྐྱུ་སྐྱུ་ནིས་བསང་། སྐྱ་བྱ་ལྷས་སྐྱང་། སྒྲོང་པའི་ངང་

ལས་པརྒྱའི་གདན་ལ་མིང་བྱང་ནི་ལས་ཆོ་འདས་ཀྱི་

གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་པར་རིམ་ལྡན་བར་གྱུར་པར་བསམ་ལ། ར་མོ།

དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ། དཀོན་

མཆོག་གསུམ་གྱི་བཀའ་བདེན་པ་དང་། ཆོས་ཉིད་རྣམ་

པར་དག་པའི་བདེན་པ་དང་། ཆོས་ཅན་རྒྱ་འབྲས་བསྐྱ་

བ་མེད་པའི་བདེན་པ་དང་། ཡི་དམ་དགྱེལ་འཁོར་གྱི་

ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་བདེན་པ་དང་།      བདེན་པ་

ཆེན་པོའི་བྱིན་གྱི་རྒྱབས་ཀྱིས།      ཆོ་ལས་འདས་པ་འདི་

ཞེས་བྱ་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཁམས་གསུམ་དང་སྐྱེ་

གནས་བཞི་སོགས་གང་ན་གནས་གུང་སྐྱད་ཅིག་གི་

འདིར་མཆིས་པར་གྱུར་ཅིག      །ཨོྲཱ་བཏྲ་ཨུ་ཀཱ་ཡ་ཨོྲཱ་

ས་རྣམ་ཤེས་དང་།      སཏྲ་པྱ་པོ་ཨུ་ན་ཡ་རྩྱ་གིས་སྒྲིག་པ་

བཀུག་ནས།      ཨོྲཱ་བྱྱ་རྩྱེ་ས་རྣམ་ཤེས་ཨུ་དཀར་པོའི་

རྣམ་པ་རྟེན་ལ་བྲིས་པར་བསམ།      བགོགས་སྐྱོང་བའི་

སྐྱད་དུ།      རང་གི་བྱུགས་ཀ་ནས་བྲོ་བོ་བགོགས་མཐར་

བྱེད་ཀྱི་ཚོགས་དཔག་རུ་མེད་པ་སྒྲིམ་རྟེ་ཆོ་འདས་ཀྱི་

སྒྲིག་པ་སྐྱོང་བ་ལ་བར་དུ་གཙོད་པའི་བགོགས་རྣམས་

ཀྱང་རིང་དུ་བསྐྱད་པར་བསམ་ལ།      རྩྱ་རྩྱ་རྩྱ་བི་ཤུ་བཏྲ་གྱོ་

རྟ་རྟ་ལ་མཐུ་ལ་ཕེ་ཕེ་ཕེ།      རྟ་ལ་རྟ་ལ་རྟ་ལ་རྟ།

ཅེས་བསྒྲུད།    སྤྲིག་པ་ཕྱལ་བའི་སྒྲུད་དུ།    བདག་ཉིད་རྟོ་

རྩེ་སེམས་དཔར་གསལ་བའི་ལག་གཡས་ཀྱི་སོར་མོ་ལྷ་

ལ་རྟོ་ཨོྩ་སྒྲ་ཨོྩ་རྟ།      གཡོན་ཀྱི་སོར་མོ་ལྷ་ལ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་

ལྷོ་ལྷོ་རྣམས་ཀྱིས་མཆོན་པ་རྣམས་རིགས་ལྷ་ཡབ་ཡུམ་

བརྩུར་བྱུར་པར་བསམ་ལ།      ཨོྩ་སྒྲ་ར་རྟ་སྒྲོ་ཞེས་ཐལ་མོ་སྒྱུར།

བརྩོ་ཨུ་ལྷ་ལིས་སོར་མོ་བསྒྲེ་ལ།    བརྩོ་བརྩོ་བོ།    ཞེས་བསྒྲུམས་པས་

རིགས་ལྷ་ཡབ་ཡུམ་མཉམ་པར་སྒྱུར་བར་བསམ་ལ།      ཡིག་བརྒྱའི་མཐར།

བརྩོ་བརྩོ་རྟ་ཐ་སུ་ལྷ་པོ་ལྷ་བེ་ཤ་ཡ་ཕེ།      ཞེས་བརྩོད་ཅིང་

ཕུག་རྒྱ་བཀོལ་ཏེ་རྟོན་ལ་བྱབས་པས།      ལྷ་རྣམས་མཉམ་པར་སྒྱུར་

བའི་སྒྲ་ལས་འོད་ཟེར་ཉི་འོད་ལྷ་བྱ་འཕྲོས།      དམིགས་

ཡུལ་གྱི་ལུས་ལ་རིག་པས་སྤྲིག་སྤྲིབ་ཐམས་ཅད་སྒྱུངས་

དཔར་བསམ།      བསྐྱགས་པའི་བྱེ་མ་དང་ཡུངས་ཀར་གྱིས་བྲབ་ཅིང་།      ཡིག་

བརྒྱུ་ལོ་མཐར། ཨོྃ་ད་ཏྟ་ད་ཏྟ་སེའི་ན་ར་ག་ག་ཏི་ཏི་ཏྲཱླ་ཏྲཱླ་པཎ།

ཨོཾ་པ་ཙ་པ་ཙ་སཀླ་བྷེ་ཏ་ཀ་ཤ་ཏེ་རེ་རུ་རྩྭ་པཌ།      ཨོཾ་མ་ཐ་

མ་ཐ་སའ་ཏིལ་ཀ་པ་ཏེ་རེ་རྩྱ་རྩྱ་པཌ།

ཕྱིག་ཕྱིག་བཟམས་ཅད་ཉི་མས་བ་མེ་ལྷ་བ་བཞིན་དག་པར་

བསམ་ན། རིགས་རྒྱལ་གི་ས་བོན་བཟུང་ཆགས་དང་བཅས་པ་སྦྱོང་བའི་སྤང་དུ།

ཆེ་ལས་འདས་པས་ཆེ་རབས་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་

བསགས་པའི་སྒྲིག་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་སྒྲི་བོར་ཨ་དཀར་

དོ། མགིན་པར་སུ་མཐིང་ག། ཁྱིང་གར་ཉི་ལྗང་ག།

ལྟེ་བར་ཁྱི་སེར་པོ།      གསང་གནས་སུ་བྱེ་དམར་པོ།

ཀར་མཐིལ་ན་དུ་ནག་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་གནས་པ།

སྒྲོང་བྱེད་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲུ་བོར་ཨོྲ་དཀར་པོ།

མགིན་པར་ཨུཾ་དམར་པོ། སྒྲིང་གར་རྩྭ་སྒྲོན་པོ་རྣམས་  
གསལ་འཆོར་དྲངས་པའི་འོད་ཟེར་ཀུན་ཏུ་འཕྲོའིང་  
འབར་བར་གྱུར། བདག་གི་ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་  
འཕྲོས་གནས་གསུམ་གྱི་ས་བོན་ལ་ཕོག། དེ་ལས་ཡེ་  
ཤེས་གྱི་མེ་འབར་བས་རིགས་དྲུག་གི་ས་བོན་བག་  
ཆགས་དང་བཅས་པ་ལྷག་མེད་དུ་བསྐྱེགས་པར་བསམ་ལ།  
འབྲུག་སུམ་བརྒྱ་ཙུ་བརྒྱད་བཞེས་པས། དེ་ལྟར་རིགས་དྲུག་གི་ས་  
བོན་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་རྣམས་སྤྱངས་པའི་  
དྲངས་མ་རྩྭ་ཡིག་གི་རྣམ་པར་གྱུར་པ་ལས་ཆོ་འདས་  
ཉིད་དཔལ་རྩེ་རྩེ་སེམས་དཔའི་སྐྱར་གྱུར་པར་བསམ།  
དབང་བསྐྱར་བའི་སྒྲིང་དུ། རང་གི་ཐུགས་ཀའི་ས་བོན་ལས་  
བྱུང་བའི་འོད་ཟེར་གྱིས་ཕྱོགས་བརྒྱ་དུས་བཞིའི་དེ་



བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་དབང་གི་ལྷ་རིགས་ལྟ་  
ཡབ་ཡུམ་གྱི་རྣམ་པར་སྦྱོར་བྱངས། དེ་རྣམས་གཉིས་  
སུ་མེད་པར་སྦྱོར་བ་མཛད། རྗེས་ཆགས་གྱི་མེས་ཞུ་  
བའི་ཡེ་ཤེས་ལྟའི་ཆུ་རྒྱུན་མགོ་བོའི་གནས་ལྟར་བབས་  
ཏེ་དབང་བསྐྱར་བར་གྱུར། རྩྱུ་ཨོྲཱ་ལྷ་ཨུྲཱ་ལྷ་ཨྲཱ་ཨཱི་  
ཨྲཱ་ཀོལྷ་ཏྲླ་ ཞེས་དབང་བསྐྱར་བས་ཉོན་མོངས་པ་  
ལྟའི་ངེ་མ་སྦྱངས། སུང་པོ་ལྷ་རིགས་ལྟའི་སངས་རྒྱས་  
སུ་གནས་གྱུར། རྩྱའི་ལྷ་ག་མ་སྦྱེ་བོར་བརྟན་པ་ཡོངས་  
སུ་གྱུར་པ་ལས་མི་བསྐྱོད་པ་བདག་པོར་གྱུར་པའི་  
རིགས་ལྟ་སྦྱུལ་སྦྱའི་ཆ་བྱད་ཅན་གྱིས་དབུ་བརྒྱན་པར་  
བསམ་ལ། ཨོྲཱ་ལྷ་ཨྲཱ་ཨཱི་ཨྲཱ་ཨཱི་ཨྲཱ་ཨཱི་ཨྲཱ་ ཞེས་མེ་ཏོག་འཐོར།  
ཟས་གཏད་ཅིང་ལམ་སྦྱོང་བའི་སྤང་དུ། མདུན་དུ་བཟའ་བཏུང་བཤམ་པ་རྩི་ཡི་



ཁོ་གིས་བསང་སྒྱུར། འདོད་ཡོན་གྱི་ཕུང་པོ་བཟང་མི་ཤེས་པས་

ནམ་མཁའ་གང་བར་བསམ་ནིང་།      ནམ་མཁའ་མཛོད་ཀྱི་སྤྲུག་སྤྲུལ་

བརྒྱབ་ནས།      ཆེ་འདས་འི་གས་ཀྱི་བུ་བྱོད་ལ།      །གཟུགས་

མཛེས་སྒྲུབ་ལྟོན་ཅི་ཞིང་དང་།      རི་བདེའ་འཇམ་འབྲིལ་

རེག་བྱ་སོགས།      །འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམ་པ་ལྔ།      །

བདེ་བ་ཆེན་པོའི་རྒྱན་དུ་འབྱུང་།     །དབང་པོའི་སྤྱོད་ཡུལ་

དམ་པར་ནི།                      མ་ཆགས་ཆེ་མས་པར་ལོངས་སྤྱོད་

ནས། བདེ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་རྒྱས་པར་ཤོག། ཅེས་བསྟོ། དེས་

གྲུང་བདག་གིར་བབྱང་ནས་འཁོར་གསུམ་ཡོངས་དག་གི་མཆོད་པར་སྒྲོས་ཏེ་

དགྲིལ་འཁོར་པ་ལ་མཆོད་པར་བསམ་ནིང་།      དུས་གསུམ་སངས་

ཀྱུས་སྒྲ་གསུང་ཐུགས།

ཆོག་ས་ལ། ཆོ་འདས་སྒོ་གསུམ་མཆོད་པ་འབུལ། །

ཁམས་གསུམ་སྐྱེ་མེད་དབྱིངས་སུ་སྒྲོལ། །རང་བཞིན་  
གདོད་ནས་དག་པ་ལ། །ཆོག་ས་གཉིས་བྱང་འཇུག་ཕྱིན་  
ལས་ཀྱིས། །བར་དོར་འབྱམས་པའི་འགྲོ་བ་རྣམས། །  
ཐུགས་རྗེའི་ལྷགས་ཀྱས་སྦྱར་དུ་བློངས། །ཞེས་གསོལ་བ་  
བཏབ་པས། དགྲིལ་འཁོར་གྱི་ལྷའི་ཐུགས་ཀ་ནས་ཆད་མེད་པའི་ཐུགས་རྗེའི་འོད་  
ཟེར་ལྷགས་ཀྱི་ལྷ་བྱུ་འཕྲོས་པས། ཆོ་འདས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་དྲངས་མ་རྩལ་  
བྲལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆ་རྒྱུ་ཡིག་གི་རྣམ་པར་གྱུར་པ་སྦྱི་བོ་ནས་དྲངས་ཏེ་འོག་མིན་གྱི་  
ཞིང་དུ་སོང་ནས་རྗེ་རྗེ་སེམས་དཔའི་ཐུགས་ཀར་བེམ་པར་བསམ། སྟིགས་མའི་  
ཐུང་ཁམས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེས་བསྐྱེད་པར་མོས་པས། རྒྱུ། ཆོས་ཀྱི་  
དབྱིངས་ཀྱི་ཐབ་ཁུང་དུ། །བདག་འཛིན་ཐུང་པོའི་བུད་  
ཤིང་ལ། །ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་མེ་སྤར་ཏེ། །ཆོ་འདས་  
ཉོན་མོངས་བག་ཆགས་བསྐྱེད། །དོན་ལ་བསྐྱེད་བྱུ་

ཐེག་བྱེད་ཀུན། །བྱ་ཚོ་ལ་མེད་པར་ཡེ་སངས་རྒྱས། །  
འབད་མེད་ལྟན་གྱུ་བ་ཆོས་ཀྱི་སྒྱ། །རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་  
དེར་སྒྲུང་ངོ། །ཡིག་བརྒྱའི་མཐར། །ཨ་གླེ་ལྡོ་ལ་རྟ།  
ཞེས་ཟག་བཅས་ཀྱི་མུང་པོ་ཟག་མེད་དུ་བསྒྱུར། །པར་འདམ་གྱིས་མ་  
གོས་ལྟར། །སྤྱིད་གསུམ་ངེ་མས་མ་གོས་པ། །སྤྱིད་  
པའི་པརྫོ་ལས་བྱུང་བའི། །བདེ་བ་ཅན་དུ་སྒྱེ་བར་  
ཤོག། །ཅེས་སྒྲོན་ལམ་གདབ། ཐལ་བ་སྒྲུལ་བསྒྱུ་བ་པའི་སྤྱད་དུ། བྱང་  
རྩའི་སྤྱེད་དུ་ཟླ་བ་ལ་གནས་པའི་ཨ་ཡིག་དཀར་པོ་འོད་  
ཟེར་འཕྲོ་བ། དེ་ལས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་རྩི་བབས་པས་  
སྤྱིག་སྤྱིབ་ཐམས་ཅད་སྒྱུངས་པར་བསམ་ནིང་། །ཡིག་བརྒྱ་དང་  
སྤྱིབ་སྤྱིང་གི་སྒྲགས་མང་དུ་བསྒྲས་པའི་ངེ་བཟང་གི་རྒྱས་བཀྱས་ནས་སྒྲུལ་གདབ་  
པར་བྱའོ། །ཞེས་པའང་སྐབས་འགའ་ཞིག་ཏུ་མདུན་དཀྱིལ་སོགས་ཀྱི་སྤྱོས་པ་

མི་སྡེ་གསལ་པར་ཉམ་ཐག་སློབ་བྱེད་རྩིས་འཛིན་གྱི་ཆ་རྒྱུན་ལ་ཕན་པའི་ཕྱིར་འཛིགས་  
བྲལ་ཡེ་ཤེས་དེ་རྩིས་འཛུགས་བདེ་དོན་ཚད་དུ་སྦྱར་བ་ལྟ་བུ། ། སྒྲུ་གདབ་  
སྐབས་སུ། ཡིག་བརྒྱ་དང་སྦྱོང་སྒྲགས་བསྐྱབ་བཞིན་དུ་བུམ་རྒྱལ་འཛིམ་པ་དང་  
འདྲེས་པར་བརྩིས་ནས། འཛིམ་པ་རིན་པོ་ཆའི་ཡུང་པོར་བསམ་ཞིང་སྒྲུ་གདབ།  
གུར་གུམ་གྱིས་བྲིས་པའི་ཡིག་བརྒྱ་ཡིག་དྲུག་གང་རུང་ངམ་མ་འགྲུབ་ན་སྒྲགས་  
གྱིས་བརྒྱབས་པའི་མེ་ཏོག་གཟུངས་དུ་བཞུགས། ཁོས་སྐྱེ་ལས་གཟུགས་སྐྱར་  
གྲུབ་པར་བསམ་ལ། སུ་ཕྱ་ཏཱི་མ་མེ་ཏོག་འཕྱོར་ཞིང་རབ་ཏུ་གནས་པར་བྱའོ། །  
ཞེས་པའང་རྩོམ་སོ། །

༄༅། །གཤེན་པོའི་རུས་ཆོག་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲོལ་རབ་གནས་དང་སྐྱབ་

པའི་ཆོག་སྦྱིང་པོར་དྲིལ་བ་བཞུགས་སོ། །ན་མོ་གུ་རུ་བཟླ་སང་ཡེ།

གཤེན་པོ་ཇེས་སུ་འཛིན་པའི་ཆོག་འི་ཡན་ལག་སྒྲོལ་རབ་གནས་དང་སྐྱབ་པའི་

ཚུལ་ལ། དམིགས་བྱའི་ཕུང་པོ་ནི་བའི་སྦྱིན་སྲེག་གིས་སྦྱངས་པའི་རུས་བྱ་ལས་

སྒྲོལ་འདེབས་པའི་ཆོག་ལྟར་ཚུལ་བཞིན་བཏབ་པའི་སྒྲོལ་རྣམས་གཙང་མའི་

སྟེགས་ལ་བཀོད་དེ་མཆོད་པ་ཉིར་སྦྱོང་གིས་བསྐོར། །དྲི་ལྟན་གྱི་ལས་བུམ།

སྦྱོང་ཆས། གུལ་ཡུངས། རབ་གནས་གྱི་མེ་ཏྲིག་བཅས་འདུ་བྱས་ལ། བདག་

གི་རྣལ་འབྱོར་སྦྱོར་དུ་འབྲོ་བས། །ལས་བུམ་དུ་སྐྱེད་ཅིག་གིས་

བདུད་ཅི་འབྲིལ་བ་གསལ་བའི་སྐྱེ་ལས་བདུད་ཅིའི་རྒྱན་

བབས་པས་བུམ་པ་གང་བར་བསམ་ནིང་། །ཨོ་བཟླ་ཨ་མྲི་

ཏ་ཀྲ་ལྷེ་ཏ་ན་ཏ་ན་རྩྭ་ཕུར་། །ཅེས་ཅི་རུས་བཞུས་མཐར། །ལྷ་

འོད་དུ་ཞུ་བ་ལས་བུམ་པའི་ཆུ་རུས་པ་དང་ལྟན་པར་གྱུར་

པར་བསམ། བགེགས་སྒྲོང་པའི་སྤང་དུ་གཏོར་མ་རྟེན་ལ་གཡས་སུ་བསྐོར་  
ཞིང་། ཨོྭ་སཱ་ཐ་བི་གྲོན་ན་མེམ་སཱ་ཏ་ཐུ་ག་ཏེ་བྱུ་སོགས་གསུམ་  
གྱིས་ཞི་བ། ཏིང་ལོ་དང་ཆང་བུ་གཡོན་དུ་བསྐོར་ཞིང་། ཨོྭ་སུ་ཐུ་ནི་སོགས་  
གསུམ་གྱི་སྤྱེད་མ། བཟླ་མ་རྒྱ་གྲེ་རུ་གོུ་ཉྱ་། རང་ཉིད་རྫོང་  
བྲོ་བའི་སྐར་གྱུར། བཟོ། དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་  
ཕུག་འཆལ་ལོ། །དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བཀའ་  
བདེན་པ་དང་། ཆོས་ཉིད་རྣམ་པར་དག་པའི་བདེན་པ་  
དང་། ཆོས་ཅན་རྒྱ་འབྲས་བསྐྱུ་བ་མེད་པའི་བདེན་པ་  
དང་ཞི་བྱུ་འཕུལ་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ལྷ་ཆོགས་རྣམས་  
གྱི་བདེན་པ་དང་། བདེན་པ་ཆེན་པོའི་བྱིན་གྱི་རྒྱ་བས་གྱིས་  
རབ་ཏུ་གནས་པའི་ཆོག་སྐྱབ་པ་ལ་བར་དུ་གཙོད་པའི་  
གདོན་བགེགས་ཐམས་ཅད་གཏོར་མ་འདིས་ཆོམས་



པར་གྱིས་ལ་འདིར་མ་གནས་པར་གཞན་དུ་དེངས་  
ཤིག། །གལ་ཏེ་མི་འགྲོན་ཁྱིའོ་ཡེ་ཤེས་གྱི་རྩེ་རྩེ་མེ་རབ་  
ཏུ་འབར་བ་འདིས་བྱེད་རྣམས་གྱི་མགོ་བོ་ཚལ་པ་བརྒྱར་  
འགས་པར་འགྱུར་ཏེ། ཞེས་དང་བི་ཤ་བརྗོད་སོགས་དག་  
སྒྲགས་གྲུལ་ཡུངས་ཚམ་རྣམས་དང་བཅས་གཏོར་མ་ཕྱི་རོལ་དུ་དོར་བ་ནི་དག་  
པོས་སྦྱང་བའོ། །དེ་ནས་ལས་བུམ་གྱིས་སྒྲུ་འི་གཟུགས་བརྟན་མེ་ལོང་དུ་ཤར་  
བ་ལ་བརྟུན་ཞིང་། རི་ལྟར་བལྟམས་པ་སོགས། འདི་ནི་བྲུས་  
མཆོག་སོགས། འདི་ནི་ཕ་རོལ་ཕྱིན་དུག་ཀྱང་། །སོགས་རེ་རེ་  
བཞིན། སུ་ཅ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་སོགས་བྲུས་སྒྲགས་སྦྱར་བས་བྲུས་གསོལ།  
དེ་དག་སྒྱུ་ལ་སོགས་དང་། ཨོྲཱི་ཏྲཱི་ཏྲཱི་ཨུཾ་ ཀུ་ཡ་བི་ཤ་རྩ་  
ན་ཡེ་སྒྲུ་རྩ། ཞེས་སྒྱུ་ཕྱིས། ཏེན་ཨུ་མི་ཏས་བསང་། སྒྲུ་ཐུ་ལྷས་  
སྦྱང་། སྦྱོང་པའི་ངང་ལས་སེལ་སྒྲེས་བཏེགས་པའི་རིན་པོ་

ཆེའི་བྲི་སྒྲ་ཆོག་པ་པར་དང་ཟླ་བའི་གདན་གྱི་སྒྲེང་དུ་ཨོ་  
ལས་འཁོར་ལོ་དཀར་པོ་ཨོ་གྲིས་མཆོན་པ། དེ་ལས་  
འོད་ཟེར་འཕྲོ་འདུས་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་རྣམ་པར་  
སྒྲུང་མཛད་སྒྲུ་མདོག་དཀར་པོ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་གི་ཕྱག་  
རྒྱ་ཅན། དར་དང་རིན་པོ་ཆེས་བརྒྱན་པ། ཞབས་རྩེ་རྩེའི་  
སྒྲིལ་མོ་ཀྱང་གིས་བཞུགས་པའི་གནས་གསུམ་དུ་ཨོ་  
ཨྲུཾ་ཧྲུྃ་གིས་མཆོན་པ། དེ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས་  
རང་འདྲའི་ཡེ་ཤེས་པ་དབང་ལྷ་དང་བཅས་པ་བཟླ་སྐྱུ་  
ཇོ་ས་སྒྲུན་བྲངས། ཇོ་ཧྲུྃ་བོ་རྟོ་ས། གཉིས་སུ་མེད་པར་  
ཐིམ། དབང་ལྷས་དབང་བསྐྱར། སྒྲུ་གང་རྩེ་མ་  
དག། །ཆུའི་ལྷག་མ་ཡར་ལུད་པ་ལས་རྩེ་རྩེ་སེམས་  
དཔའ་བདག་པོར་གྱུར་པའི་རིགས་ལྷས་དབུ་བརྒྱན་

པར་བསམ།      ཨོྫ་སཱ་ཅ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་ཨཱ་ཁྱོ་སོགས་གྱིས་མཆོད།  
ཕུག་བྱར་འོས་པ་སོགས་གྱིས་བསྟོད།      དེ་ཐེས་སྤྱན་དབྱེ་བའི་ཚུལ་དང་  
བཙས།      ཏོ།      སངས་རྒྱས་རྣམས་གྱི་ཡེ་ཤེས་སྤྱན།      །  
སྒྲིབ་པའི་ངི་མ་ཀུན་བྲལ་ཡང་།      །སེམས་ཅན་དོན་དུ་  
རབ་དབྱེ་བས།      །འགྲོ་ཀུན་ཡེ་ཤེས་སྤྱན་ལྡན་ཤོག།      །  
ཨོྫ་སཱ་ཅ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་ཁྱོ་ན་ཙུ་ཕ་བེ་ཤ་ཡ་ཕུ།      སྤར་ཡང་  
མཆོད་ཅིང་བསྟོད་དེ།      བསྐྱེད་པའི་ལྷ་ཡོངས་སུ་བྱུར་པ་ལས་  
ཏིན་རང་རང་གི་རྣམ་པར་བྱུར་པར་བསམ་ལ།      སུ་ཕ་ཏཱི་  
དང་ཡེ་རྟམ་མང་དུ་བསྐྱས་པའི་མེ་ཏོག་འཐོར་ཞིང་།      འདིར་ནི་ཏིན་དང་  
སོགས་གྱིས་བརྟན་བཞུགས་དང་།      ཉིན་མོ་བདེ་ལེགས་སོགས་ཤིས་  
བརྗོད་རྒྱས་པར་བྱའོ།།      །།      ། དེ་ནས་སྤྱབ་པའི་ཆོ་ག་ནི།      །རབ་ཏུ་གནས་པའི་  
སྤྱོད་རྣམས་གྱི་མདུན་དུ་མཆོད་པ་རྒྱ་ཆེར་བཀམ་ལ།      རི་ཡི་ཁྲི་གིས་བསང་

སྒྱུངས།      སྟོང་པའི་ངང་ལས་ལྷ་ཇས་དང་ཏིང་ངེ་འཛིན་

ལས་བྱང་བའི་མཆོད་པའི་སྤྱོན་གྱི་ཕུང་པོ་ནམ་མཁའི་

མཐའ་གྲས་པར་གང་བར་བསམ་ནིང་།      ཨོྃ་བཟླ་ཨཱ་ཧྲཱྃ་

ཨཱཱེྃ་ཧྲཱྃ་།      སོགས་ནས་ཤུའི་བར་དང་།      བཟླ་སྤྱི་ར་ཏཱ་ཁི་གིས་

སྒྲེལ།      སྒྲུ་རྩེ་ནམས་ལས་སྤྲགས་གྱིས་བསང་།      སྤྱི་བྱ་ལྷས་སྒྱུང་།      སྟོང་

པའི་ངང་ལས་པད་ཟླའི་སྟེང་དུ་རིན་པོ་ཆའི་མཆོད་རྟེན་

ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་སྒྲུ་རྩེ་གྲངས་དང་མཉམ་པའི་བུམ་

པའི་དབུས་སུ་ཡེ་ཤེས་རིན་པོ་ཆེ་འབར་བའི་གཞལ་

ཡས་ཁང་མཚན་ཉིད་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་ཚྲོགས་པའི་

སྟེ་བར་སེངྒེས་བཏེགས་པའི་རིན་པོ་ཆའི་བྲི་སྒྲ་ཚོགས་

པར་དང་ཉི་ཟླའི་གདན་གྱི་སྟེང་དུ་རྫོང་རྫོང་དཀར་པོ་ཅེ་ལྷ་པ་

སྟེ་བར་ཧྲཱྃ་གིས་མཚན་པ།      དེ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།

འཕགས་པ་མཆོད། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱས། ཚུར་  
འདུས་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་བཅོམ་ལྡན་འདས་དཔལ་  
དེ་ཆེ་སེམས་དཔའ་སྐྱེ་མདོག་དཀར་གསལ་ནི་འཇུམ་  
མཚན་དཔའི་གཟི་བྱིན་མཆོག་ཏུ་འབར་བ། གཡས་དོ་  
ཆེ་ཅེ་ལྷ་པ་བྱུགས་ཀར་གཏོད་དེ་འཛིན་ཅིང་། གཡོན་  
འི་ལ་བུ་དཀར་བཏེན་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཡུམ་ལ་འབྱུང་པ།  
ཞབས་དེ་ཆེ་སྐྱེལ་མོ་ཀྱང་གིས་བཞུགས་པའི་པང་དུ་  
ཡུམ་དེ་ཆེ་སྒྲིམས་མ་དཀར་མོ་གྱི་བོད་འཛིན་པས་  
མགུལ་ནས་འབྱུང་པ་དང་མཉམ་པར་སྦྱར་བ། གཉིས་  
ཀའང་དར་དང་རིན་པོ་ཆེས་བརྒྱན་པ། འཇའ་བེར་བྲིག་  
ལེ་དྲངས་མར་འབྲིགས་པའི་གྲོང་ན་ཡེ་ཤེས་སྐྱེ་མའི་སྐྱེ་  
ཅན་དུ་གསལ་བའི་སྐྱེ་བོར་ཨོ། མགྱིན་པར་ཨྲུཾ



ཐུགས་ཀར་རྩྱ་གིས་མཚན་པ། དེ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་  
པས་འོག་མིན་གྱི་ཞིང་ནས་ཡེ་ཤེས་པ་དབང་ལྷ་དང་  
བཅས་པ་བཟླ་ས་ལྷ་ཨོཾ་ས་སྒྱུན་དངས། ཨོཾ་རྩྱ་བོ་ཏོཾ་ས།  
གཉིས་སུ་མེད་པར་ཐིམ། དབང་ལྷས་དབང་བསྐྱར།  
སྐྱ་གང་དྲི་མ་དག ། རྩའི་ལྷག་མ་ཡར་ལུད་པ་ལས་མི་  
བསྐྱོད་པ་བདག་པོར་གྱུར་པའི་རིགས་ལྷས་དབྱུ་བརྒྱན་  
པར་བསམ། ཨོྱ་གུ་རུ་བཟླ་ས་ཏཱ་ཨཱ་ཧྲོ་སྟོགས་ནས་འཕྲུའི་བར་  
གྱིས་མཚོད། གླ་མ་དཔལ་ལྷན་རྩྱ་རྩྱ་སེམས། །བདེ་ཆེན་  
ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཡི་བདག ། དཀྱིལ་འཁོར་ཀུན་གྱི་བྱེད་པོ་  
མཚོག ། དེ་ལ་བདག་ནི་ཐུག་འཚལ་བསྐྱོད། ། ཅེས་བསྐྱོད།  
རང་ཉིད་རྩྱ་རྩྱ་སེམས་དཔར་གསལ་བའི་ཞལ་ནས་  
ཐུགས་གྱི་སྒྲ་དབྱངས་སྒྲོགས་བཞིན་པས། དམིགས་



ཡུལ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲིག་  
སྒྲིབ་སྤྱད་དུ་གསོལ་སྒྲུལ་པའི་ཡིད་ཀྱིས་གསོལ་བ་  
བཏབ་པས། མདུན་བསྐྱེད་ཀྱི་ལྷའི་ཞལ་ནས་སྤྲགས་ཀྱི་  
སྒྲ་དང་ཐུགས་རྗེའི་འོད་ཟེར་དཀར་པོ་བསམ་གྱིས་མི་  
བྱབ་པ་འཕྲོས། དམིགས་ཡུལ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་  
སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཕོག་པས་སྒྲིག་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་  
སྤྱདས། དེ་རྗེ་སེམས་དཔའི་གོ་འཕང་ལ་བཀོད་པར་  
གྱུར། ཅས་དམིགས་ལ། ཨོ་བཟླ་སང་ཨྲཱུཾ ཞེས་ཡང་སྒྲིང་དང་  
ཡི་གེ་བརྒྱུ་པ་གཙོ་བོར་བསྒྲ། བར་མཆོམས་ཅི་རིགས་པར། ཨོ་ད་ཏ་ད་ཏ་  
སཱ་ན་ར་ཀ་ག་ཏེ་ཏེ་ཏུ་རྩྱུ་ཕྱེ། ཨོ་པ་ཅ་པ་ཅ་སཱ་ཕྱེ་  
ཏ་ཀ་ག་ཏེ་ཏེ་ཏུ་རྩྱུ་ཕྱེ། ཨོ་མ་ཐ་མ་ཐ་སཱ་ཏཱི་ཀ་ག་  
ཏེ་ཏེ་ཏུ་རྩྱུ་ཕྱེ། ཨོ་སཱ་ཕུ་པི་བི་ཤཱེ་རྩྱུ་ཕྱེ། ཆོ་

ལས་འདས་པ་ཆེ་གེ་མེ་འི་སྒྲིག་སྒྲིབ་བག་ཆགས་ཐམས་  
ཅད་ལྷོ་ཆོ་ཀུ་རུ་སྒྲུ་ལྟོ། ཞེས་སྒྲེལ་ཆོག་སྒྱུར་བའང་ཅི་  
རུས་བཟླ། ཐུན་མཐར་གོང་བཞིན་མཆོད་ཅིང་བསྟོད་  
ནས། བཅོམ་ལྡན་འདས་དཔལ་རྩེ་རྩེ་སེམས་དཔས་  
དམིགས་ཡུལ་ཆེ་གེ་མེ་འི་གཙོས་མཐར་ཡས་པའི་སེམས་  
ཅན་རྣམས་ཀྱི་ལས་ཉོན་སྒྲིག་སྒྲིབ་བག་ཆགས་ཐམས་  
ཅད་སྒྱུར་དུ་བྱང་ཞིང་དག་ནས་བྱང་འཇུག་བདེ་བ་ཆེན་  
པོའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱེ་མཛེན་དུ་འགྱུར་པར་བྱིན་གྱིས་  
བརྒྱབ་དུ་གསོལ། ཅེས་འདོད་དོན་གསོལ། མ་རྟོག་ཡོངས་སུ་  
མ་ཆོང་དང་། །སོགས་དང་ཡིག་བརྒྱས་ལོངས་པ་བཤགས། མཆོད་  
རྟེན་ལྟ་དང་བཅས་པ་ཞུ་བ་ལས་སྒྲུ་རྩེ་རྩེ་རྣམ་པ་རྩེ་རྩེ་བར་  
གྱུར་པར་བསམ་ལ། འདིར་ནི་རྟེན་དང་ལྟན་ཅིག་དུ། ཞེས་

སོགས་གྱིས་བརྟན་བཞུགས་བྱ།      བདག་བསྐྱེད་གྱི་ཉིར་བསྐྱ་སོགས་མཐར་  
དབྱུང་། ཚུལ་དེ་ལྟ་བུའི་རིམ་པས་སྒྲགས་ཡི་གེ་བརྒྱ་པ་འབྲམ་ཕྱག་གཅིག་ནས་  
བཅུའི་བར་དང་།      རབ་ན་མཆོད་རྟེན་ལས་འོད་འབར་བ་ལ་སོགས་པའི་རྟགས་  
མཐོང་གི་བར་དུ་བསྐྱེད་བར་གསུངས་ཤིང་།      དེ་ལྟར་བསྐྱེད་བས་པའི་སྒྲ་ཚུ་དེ་ཉིད་  
གང་ཟག་མཆོག་རྣམས་མཆོད་རྟེན་སོགས་རྟེན་གྱི་ནང་དུ་གཞུག་པ་དང་།      ཕལ་  
པ་རྣམས་གནས་དབེན་པར་བཀྱར་བསྟོ་དང་བཅས་ཏེ་བཞུགས་པའམ་རྒྱ་མཆོར་  
འབབས་པའི་རྒྱ་ཁྱང་ཆེན་པོར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རྩལ་ཕྱ་རབ་ཏུ་གྱུར་བར་  
བསམ་ལ་སྟོན་ལམ་དང་བཅས་ཏེ་ལེགས་པར་སྦྱོན་བྲངས་པར་བྱའོ། །ཚུལ་འདི་  
བཞིན་བསྐྱེད་བས་པའི་ཕན་ཡོན་གྲང་།      རྒྱུད་ལས།      དེས་ནི་ངེས་པར་དཔྱུལ་  
གནས་ནས།      །དེ་བྱས་པས་ནི་གྲོལ་བར་འགྱུར།      །ཡི་དྲགས་བྱོལ་སོང་སྒྲུག་  
བསྐྱུལ་ལས།      །གྲོལ་ཏེ་ལྟ་ཡི་གནས་སུ་སྟེ།      །ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་བསྒྲགས་པ་  
ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་དད་པ་བརྟན་པོས་འབད་པར་བྱ་བར་རིགས་པ་ཉིད་དོ།      །གོང་

དུ་སྒོས་པའི་རྩོར་སེམས་ཉིད་སྒྲིལ་བྱུང་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་སྟེ། གཞན་སྤྱགས་  
རྩེ་ཆེན་པོ་སོགས་གང་འདོད་དུ་ཁ་བསྐྱར་བས་ཆོག་གོ། །ཞེས་པའང་སྤྱགས་སྟོན་  
འཆི་མེད་རྩེ་རྩེས་དོན་དུ་གཉེར་བའི་ངོར་འཇིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྩེ་རྩེས་བྲིས་པ་  
དོན་ལྡན་དུ་གྱུར་ཅིག །།

༥

རབ་གནས་བསྐྱེད་པ་ནི།

ཏེན་ལ་རྩྱུ་རྩྱུ་རྩྱུ་གིས་བགོགས་བསལ།

ཨོ་སཱ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་ཨ་ཁྱི་ཤེ་ག་ཏེ་སཱ་ཡ་ཤྲི་ཡེ་རྩྱུ་གིས་

ཐུས་བྱ། སྤྱ་བྱ་ལས་སྤྱད། སྤྱོད་པའི་ངང་ལས་སྤྱུ་ཏེན་ནམ་

པར་སྤྱང་མཛད། གསུང་ཏེན་སྤྱང་བ་མཐའ་ཡས།

ཐུགས་ཏེན་རྩེ་རྩེ་མི་བསྐྱོད་པར་གསལ་བའི་ཐུགས་ག་

ནས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། འོག་མིན་གྱི་ཞིང་ནས་ཡེ་ཤེས་པ་

བཟོ་སཱ་མ་ཇོ་ས་སྤྱན་བྲངས། ཇོ་རྩྱུ་བོ་རྩོ་ས་བསྐྱེད། ཏེན་གྱི་

གནས་གསུམ་དུ་ཨོ་ཨྲུ་རྩྱུ་གསལ་བ་ལས་འོད་འཕྲོས་

པས་རྩེ་རྩེ་གསུམ་གྱི་ལྷ་ཆོགས་སྤྱན་བྲངས་ཏེ་ཐིམ་པས་

སྤྱུ་གསུང་ཐུགས་དང་དབྱེར་མེད་དུ་བྱུང། །སྤྱར་ཡང་

ཐུགས་གའི་འོད་གྱིས་དབང་ལྷ་སྤྱན་བྲངས་པས་དབང་

བསྐྱུང། དི་མ་ལྷ་སྤྱངས་ཏེ་ཡེ་ཤེས་ལྷ་མངོན་དུ་བྱས།

ཐུ་ལྷག་སྤྱི་བོར་བརྟན་པ་ལས་རང་རིགས་བདག་པོར་  
གྱུར་པའི་རིགས་ལྷན་དབུ་བརྟན་པར་གྱུར། ཨོྫོན་  
ཙྰ་པ་མེ་ལ་ཡ་པཎ་གྱིས་སྤྱོད་དེ། ཨོྫོན་རྩ་སྤྱོད་རྩ། རོ་  
ཇེའི་སེ་གོལ་གྱིས་སྤྱོད། བསྐྱེད་པའི་ལྷ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་རྟོན་  
སེ་སེའི་རྣམ་པར་གྱུར་པར་བསམ། ཨོྫོན་སྤྱོད་ཏ་བླ་ག་ཏ་མ་  
རྩ་པུ་ཇ་པ་རྩ་རྩ་རྩ་རྩ་སེ་མཆོད། རོ་མོ་པུ་རྩ་ལ་ཡ་རྩ་སེ་བསྐྱེད།  
སུ་པ་རྩ་རྩ་དང་། ཡེ་རྩ་རྩ་སེ་རྩ་གྱིས་གྱིས་བསྐྱེད་པ་ལ་ཐོར་ཞིང་།  
འདིར་ནི་རྟོན་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ། །འགྲོ་བའི་དོན་དུ་  
བཞུགས་ནས་གྱུར། །ནད་མེད་ཆེ་དང་དབང་ཕུག་  
དང་། །མཆོག་རྣམས་ལེགས་པར་སྤྱོད་དུ་གསོལ། །  
ཅས་དང་། ཉིན་མོ་བདེ་ལེགས་སོགས་བཀའ་ཞིས་རྒྱས་པར་སྤྱོད་  
ལོ། །ཞེས་པའང་རྩ་རྩ་གྱི་དོར་རྩ་སེ། །



༥ རྩོམ་སྐུ་བཟོ་སྒྲིག་ནམ་གྲོལ་སྒྲོལ་བྱེད་དག་ཚངས་འབྱུལ་གྱི་ལྷོ་མིག་ཅེས་

བྱ་བ་བཞུགས་སོ། རྩོ། སྒྲུ་མ་རྩོ་རྩོ་སྐུ་སྐུ་དཔའ་འདྲིར་

དགོངས་གསོལ། བདག་གིས་བརྩམས་པའི་དགོ་

ཆོགས་འདྲིས་མཆོན་ཏེ། རྩོས་གསུམ་བསགས་པའི་

ནམ་དཀར་རྩོ་སྒྲིང་པ། མཁའ་བྱུང་འགྲོ་ནམས་བྱང་

ཆུབ་འཕྲོག་ཕྱིར་བཟོ། བྲོག་མེད་ནས་བསགས་སྒྲིག་

ལྟངས་ཉམས་ཆག་ལྟན། སྒྲོ་བས་བཞི་ཉིན་མེར་བྱེད་པའི་

མཐུས་བཅོམ་སྟེ། ཡང་དག་ཡེ་ཤེས་སྒྲུང་བ་རབ་

གསལ་བས། སུ་ལམ་སྒྲུང་རྩོགས་ཡོན་ཏན་མངོན་

བྱུང་ཤོག། སྒྲི་ཀུན་རྩོག་ལྟན་རྩོ་རྩོ་ལུས་བྲོག་ཅིང་། །

སྒྲུ་མ་ལྟག་པའི་ལྟ་ཡིས་རྩོས་བཟུང་སྟེ། སྒྲིན་གྲོལ་

གདམས་པའི་བདུད་རྩིས་རྒྱུད་གཏམས་ནས། རིམ་

གཉིས་ལམ་གྱི་བསྐྱེད་སྐྱབ་མཐར་ཕྱིན་ཤོག། བཀོད་  
པའི་ཕུ་ཁམས་ལྟ་སྐྱའི་ཕྱག་རྒྱར་སང། བཀའ་བའི་རྒྱུ་  
ཁམས་ན་དའི་དབྱངས་སུ་ཆོག་པ། ཐིག་ལེ་བྱང་  
སེམས་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔར་སྒྲིན། འདག་པ་རབ་  
འབྱམས་འཁོར་ལོར་ལྟན་ཆོག་པ་ཤོག། ཁམ་ཞིག་  
འདྲའ་ཀ་ཆེ་འདྲིའི་ཞེན་ཆགས་བྲལ། འཆི་མེད་བཙན་  
ནས་འཛིན་ལ་བྲོད་བཞིན་དུ། འབྱུང་བཞི་རིམ་བསྐྱས་  
སྒོག་ཚུལ་དབྱ་མར་དེངས། བཞིར་གནས་འོད་  
གསལ་ཆོས་སྐྱའི་ས་བེན་ཤོག། བཞི་ལས་བཞི་སྒྲུང་  
ཆོས་ཉིད་བར་མ་དོ། མཁའ་དབྱིངས་གང་བའི་སྐྱའོད་  
ཟེར་དང་བཙས། ཞི་བྲོའི་ལྟ་ཆོག་མཐོང་ཆེ་རང་སྒྲུང་  
དུ། ཇི་ཤེས་ལྟན་གྲུབ་ལོངས་སྐྱའི་ཞིང་འབྱོང་ཤོག། །

གོམས་འདྲིས་རྩལ་ཞན་རང་སྒྲུང་ངོས་མ་བེན།      སྤྱིང་  
པ་བར་དེའི་སྒྲུང་བ་འཆར་གྱུར་ན།      །ལྷ་དང་སྤྲེལ་  
གདམས་ངག་རྗེས་དྲན་ཏེ།      །རང་བཞིན་སྤྱལ་སྤྱུའི་ཞིང་  
དུ་དབུགས་འབྱིན་ཤོག།      །རིག་འཛིན་རྣམ་བཞིའི་ས་  
ལམ་མིག་འཕྱལ་ལྟར།      །རབ་བགྲོད་བརྩུ་དུག་ཡེ་ཤེས་  
སྤྲེལ་མའི་སར།      མངོན་བྱང་རྒྱལ་ནས་རྩོལ་མེད་ཐུགས་  
རྗེའི་མཐུས།      །འཁོར་བ་དོང་སྤྱུགས་ཕྱིན་ལས་མཐར་  
ཕྱིན་ཤོག།      །ཅེས་པའང་བདེ་ཐུག་སྤྲེལ་རིན་པོ་ཆེ་གྲོང་ཆེན་ཡེ་ཤེས་རྡོ་རྗེ་ནས་  
ལྷ་རྩལ་རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱེས་དང་བཅས་ཏེ་དང་བའི་གསུང་གིས་བསྐྱལ་བ་ལས་  
འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྡོ་རྗེས་བྲིས་པ་དགོ།      ॥

༥ ། གཙོང་བསྐྱུས་ནི། སྒྲོས་པ་མ་གཙོག་པའི་ཉམས་ལེན་གསར་བུ་བ་རྣམས་

ནས་རྒྱན་དུ་འདུག་པ་བདེ་བའི་ཚོགས་བསགས་སྒྲིབ་སྒྲུང་གི་ཉམས་ལེན་གནད་

འདུས་དངོས་གྲུབ་ཆར་འབེབས་བཞུགས། ཐོག་མར་དབང་སྒྲུང་གིས་གཞོན་

ཁྲིམ་མའི་གད་རྒྱུད། སྟེང་སྟེང་སྟེང་། སྟོང་གསུམ་གྱི་སྟོང་

ཆེན་པོ་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་བདག་གི་སྒྲུང་

བའི་སྟོང་ཆེན་པོར་འུབ་དུ་འདུས་ཤིང་ཡོངས་སུ་རྒྱབ་

པར་གྱུར་། སྟེང་། ཡེ་ཤེས་རང་རྩལ་སྒྲུ་འཕྱལ་གྱི་

མཁའ་འགྲོ་མ་དཔག་དུ་མེད་པས་གཟུང་འཛིན་རྩུ་བ་སྒྲུ་

འདྲེ་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་གནས་ལུགས་གྱི་ངང་དུ་

བཞག་པར་གྱུར་། སྟེང་སྟེང་སྟེང་། ཀྱང་སྒྲིང་མཐུད་བཅས་

ཁྲུ་འུར་ཆེམས་གྱིས་གཞོན་རང་གི་རྟ་དབྱངས་དང་བཅས། མ་

དབུས་ཕྱོགས་སངས་རྒྱས་མཁའ་འགྲོ་མས་། ཆོས་

དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་བརྟུལ་ཞུགས་གྱིས་། གཏི་ལུག་ལྷ་

འདྲེ་དབང་དུ་སྦྱས་། དབང་དུ་བསྦྱས་ལ་བེལ་གྱིས་

ནོན་། སྤྲ་སྤྲ་སྤྲ་། སྦྱ་གསུམ་གྱི་སྒོང་དུ་བཞིག་པའི་སྤྲ་སྦྱའོ་།

མ་ཉར་སྟོགས་རྩེ་རྩེ་མཁའ་འགྲོ་མས་། མེ་ལོང་ཡེ་

ཤེས་བརྟུལ་ཞུགས་གྱིས་། ཞེ་སྤང་ལྷ་འདྲེ་དབང་དུ་

སྦྱས་། དབང་དུ་བསྦྱས་ལ་བེལ་གྱིས་ནོན་། སྤྲ་སྤྲ་

སྤྲ་། མ་སྟོ་སྟོགས་རིན་ཆེན་མཁའ་འགྲོ་མས་།

མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་བརྟུལ་ཞུགས་གྱིས་། ད་རྒྱལ་ལྷ་

འདྲེ་དབང་དུ་སྦྱས་། དབང་དུ་བསྦྱས་ལ་བེལ་གྱིས་

ནོན་། སྤྲ་སྤྲ་སྤྲ་། མ་རྒྱབ་སྟོགས་པརྩ་མཁའ་

འགྲོ་མས་། སོར་རྟོག་ཡེ་ཤེས་བརྟུལ་ཞུགས་གྱིས་།

འདོད་ཆགས་ལྷ་འདྲེ་དབང་དུ་སྦྱས་། དབང་དུ་བསྦྱས་

ལ་བེལ་གྱིས་ལོན་ཅེ་མཐ་མཐ་མཐ་ཅེ་མ་བྱང་ཕྱོགས་  
 ལས་གྱི་མཁའ་འགྲོ་མས་ཅེ་བྱ་བྱལ་ཡེ་ཤེས་བརྟུལ་  
 ཉུགས་གྱིས་ཅེ་ཕྱག་དོག་ལྷ་འདྲེ་དབང་དུ་སྦྱས་ཅེ་  
 དབང་དུ་བསྦྱས་ལ་བེལ་གྱིས་ལོན་ཅེ་མཐ་མཐ་མཐ་ཅེ་  
 སྐྱབས་དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བདེན་པ་དང་ཅེ་སྐྱ་  
 གསུམ་མཁའ་འགྲོའི་ཐུགས་རྗེ་དང་ཅེ་ཡུམ་ཆེན་ལྷ་ཡི་  
 གྱིན་ལྟེན་གྱིས་ཅེ་ཕོ་བཏེན་རྒྱལ་པོ་དབང་དུ་སྦྱས་ཅེ་  
 མོ་བཏེན་འདྲེ་མོ་དབང་དུ་སྦྱས་ཅེ་སྐྱ་བཏེན་ས་བདག་  
 དབང་དུ་སྦྱས་ཅེ་གནས་བཏེན་ལུས་བཏེན་དབང་དུ་  
 སྦྱས་ཅེ་ཐམས་ཅད་བེལ་གྱིས་གཞོན་གྱུར་ཅིག་ཅེ་རྒྱ་  
 བཞག་ཐབས་། ཆོག་བདུན་གསོལ་འདེབས་། རྩྱེ་ཅེ་ཨོ་རྒྱན་ཡུལ་  
 གྱི་རྟུབ་བྱང་མཆོམས་ཅེ་པརྩ་གོ་སར་སྤྲོད་པོ་ལ་ཅེ་ཡ་



མཚན་མཚན་གྱི་དངོས་གྲུབ་བརྟེན་པ་ བསྐྱེད་པའི་འབྱུང་  
གནས་ཞེས་སུ་གྲགས་པ་ འཁོར་དུ་མཁའ་འགྲོ་མང་  
པོས་བསྐྱེད་པ་ བྱེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་བདག་སྐྱབ་ཀྱི་ བྱེད་  
ཀྱིས་སྐྱོབས་ཕྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ་ གུ་རུ་པཎ་  
སི་རྟེན་ཏུ་ ལན་གསུམ། དེ་ནས། བསྐྱེད་མེད་དགོན་མཚན་གྱི་  
གསུམ་གྱི་དོ་བོ་ཉིད། སྐྱེ་གསུམ་རྒྱལ་བ་རྒྱུ་མཚོའི་སྐྱེ་  
གཟུགས་མཚན་གྱི་ ཁམས་གསུམ་ཆེས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་  
རྗེ་གསུམ་ཆེན་པ། ཁབ་དུང་འཛུགས་སྤྱིང་པའི་ཞབས་ལ་  
གསོལ་བ་འདེབས། འཁོར་འདས་དག་མཉམ་ཆེས་  
ཉིད་རྟེན་པ་རུ། ཁྱོད་གསུམ་གྱི་ལ་མཛེན་གྱུར་སངས་རྒྱུས་  
ཐོབ་པར་ཤོག། རྒྱ་ལུ་ནས་ཐེལ་གསོན་རྟེན་དབྱངས་ཀྱིས། སྐྱབས་འགྲོ།  
ཕུར་ ཡེ་གཞི་ཀ་དག་སྐྱོབས་ཡན་ཀུན་བཟང་མོ་

རང་བཞིན་རང་དོར་སངས་པ་མཁའ་སྟོང་མེད་མེད་ ཐུགས་

རྩི་ཀུན་བྱུང་བཅུ་ལ་བཞུགས་མའི་སྐྱེ་རྒྱུ་ སྐྱེ་བས་སྐྱེ་

མཆིའོ་དགོངས་པར་འུབ་ཆུབ་རེལ་ ལན་གསུམ། སེམས་

བསྐྱེད། སྟེན་ འགྲོ་ཀུན་སྤྱི་དཔའི་མཆོ་ལས་བསྐྱེད་

བར་བྱ་ སྐྱེ་བས་གནས་དམ་པའི་མཆོག་རྣམས་

དགོངས་སྐྱེ་གསོལ་ བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་

བསྐྱེད་བསྐྱེད་ལ་གནས་ འཁོར་བ་དོང་སྐྱེ་གསུམ་རྣམས་

པའི་དཔལ་ཐོབ་ཤོག་ ལན་གསུམ། མཆུ་ལ། སྟེན་

སྟོང་གསུམ་རབ་འབྱུངས་བཞེད་པ་ཕྱི་ཡི་ཡུལ་ རང་

ལུས་བཞེད་པ་རབ་རྩོགས་ནང་གི་དཔལ་ རང་སྦྱང་

སྦྱོར་བྱུང་བཞེད་པ་གསང་བའི་དལ་ ཆོགས་གཉིས་

རྩོགས་སྤྱིར་རྒྱལ་བ་རྣམས་ལ་འབྱུང་ ལན་གསུམ།

ཚོགས་བསགས།      ཕྱེད་ཀྱི་གསུམ་རྒྱལ་བ་རྣམས་ལ་  
ཕྱག་འཆལ་ལོ།      ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་  
མཆོད་པ་འབུལ།      སྒོ་གསུམ་ཉེས་པའི་སྒྲིབ་ཚོགས་  
མཐོལ་ལོ་བཤགས།      རྣམ་དཀར་དགོ་ཚོགས་ཀུན་ལ་  
རྗེས་ཡི་རང་།      གང་ལ་གང་འདུལ་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་  
བར་བསྐྱལ།      རྒྱལ་རྣམས་སྤྱ་དན་མི་འདའ་བཞུགས་  
གསོལ་འདེབས།      བདག་གི་དགོ་ཅུ་འགྲོ་བ་ཡོངས་ལ་  
བསྐྱོ།      མ་ལུས་ཕྱམ་གཅིག་སངས་རྒྱས་ས་ཐོབ་ཤོག།  
ལན་གསུམ་མམ་གཅིག      །དེ་ནས་སྤྱ་མའི་རྣལ་འབྱོར།  
ཕྱེད་ཀྱི་རང་སྣང་རྣམ་དག་དོན་གྱི་འོག་མིན་ནོ།      སྤྱ་  
དང་ཡེ་ཤེས་རབ་རྗེ་གསུམ་སྤྱ་མ་རྗེ།      དོན་དམ་མི་ཤིགས་  
དོ་བོ་ཐིག་ལའི་སྤྱ།      སྤྱིན་གྲོལ་དབང་དང་གདམས་

པའི་མཛོད་དུ་ཤར་མཁེད་པ་ལྟར་གསལ་བ་འདེབས་སོ་སྐྱུ་

བཞིའི་བདག་ཉིད་དཔལ་ལྟར་དང་མོས་གདུང་ཤུགས་

དག་པོས་བྱུགས་སྐྱུད་བསྐྱུ་ལྟར་མ་རིག་སྒྲོང་རྒྱུར་དུ་བ་

པའི་སེམས་སེམས་བྱུང་ལྟར་ཡེ་གཞི་ཀ་དག་སྒྲོང་ཆེན་

དགོངས་པར་རོལ་ལྟར་ཕྱེད་ཕྱེད་ཕྱེད་ལྟར་དེ་ནས་རྒྱུར་ནས་རྒྱུར་

སྒྲོང་མ་འབྱུང་དང་བཅས། ཆོག་ས་བསགས་དངོས་གྲུབ་ཆར་འབེབས་རང་གི་རྟ་

དབྱངས་དང་བཅས། ཕྱེད་ལྟར་གཟུང་འཛིན་འབྲུལ་པའི་རྣམ་

རྟོག་རང་དོར་སངས་ལྟར་རྒྱ་གཉིས་དབང་བསྐྱུས་རྒྱུན་

སྒྲུང་བེལ་གྱིས་གཞོན་ལྟར་ཕྱེད་ལྟར་སྐྱབས་གནས་དམ་པ་

རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའི་འགྲོ་ཀུན་རྣམ་མཁེན་ཕྱིར་

དུ་གོ་འཕང་བསྐྱུ་བ་ལྟར་ཕྱེད་ལྟར་རང་རིག་ཀ་དག་རྫོང་རྫོང་

རྣལ་འབྱེད་མཁེད་སྐྱུ་བོར་ཡར་བློན་འཁོར་འདས་བྱུག་

བདག་མོ། སྤྲུལ་པ་ལྟ་བུ་གྱི་གྲུག་རང་ལུས་  
ཐོད་པ་བྲེག་པ། སྤྲོད་གསུམ་ཙམ་གྱི་མི་མགོ་འི་སྤྲོད་པུར་  
བཞག་པ། དེ་ནང་བམ་ཆེན་བདུད་རྩི་འི་རྒྱ་མཆོར་གྱུར་པ།  
སྤང་སྤྲིད་འཁོར་བཅས་མ་ལུས་ཐམས་ཅད་དུ། མཆོད་  
སྤྲོད་རྒྱ་མཆོར་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་སྤྲོས་པ། ཨོྲཱུ་ཧྲཱུ་ཧྲཱུ་

ལན་གསུམ། རྒྱ་ལུར་ནས་ཀླང་ན་དང་བཅས། སྤྲུལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་པ།

སྤྲུབས་གནས་དགོན་མཆོག་ཙམ་གསུམ་རྒྱ་མཆོར་མཆོད་པ།  
སྤྲུ་གསུམ་བརྒྱུད་གསུམ་རིག་འཛིན་ཆོག་ས་རྣམས་  
མཆོད་པ། ཡེ་ཤེས་དབྱིངས་ཀྱི་དམ་ཅན་རྒྱ་མཆོར་མཆོད་པ།  
ཆོག་ས་ཇོག་ས་སྤྲིབ་དག་དོན་གཉིས་ལྷན་གྲུབ་སྤྲོལ་པ།  
སྤྲུལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་པ། རིགས་དུག་པ་མ་ལན་ཆགས་  
བགོགས་རིགས་སོགས་པ། མཆོད་སྤྲོད་ཡུལ་གྱུར་ཀུན་

ལ་མཉེས་མཆོད་འབུལ་།      བུ་ལོན་ལན་ཆགས་མ་

ལུས་བྱང་ནས་ཀྱང་།      ཐམས་ཅད་མངོན་ཚྭ་གས་

སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་ཤོག་།      སྤྱུ་སྤྱུ་སྤྱུ་།      དགོ་

བའི་རྩ་བ་འགོ་དྲུག་ཡོངས་ལ་བསྟོ།      མ་ལུས་ཆོམ་བུ་

གཅིག་ཏུ་སངས་རྒྱས་ཤོག་།      རང་སེམས་མཆོད་སྦྱོན་

དངོས་ལུལ་དབྱེར་མེད་དུ།      ལུལ་ཆེན་ཆོས་སྐུའི་གྲོང་

དུ་རོ་གཅིག་ངང་།      ཨ་ཨ་ཨ་།      སྤྱུ་སྤྱུ་སྤྱུ་།      རྒྱ་

ཁུར་ནས།      ར་མོ།      ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་ལས་

བྱང་།      རྒྱ་དེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་གསུངས།      རྒྱ་

ལ་འགོག་པ་གང་ཡིན་པ།      རྒྱ་སྦྱང་ཆེན་པོས་འདི་

སྐད་གསུངས།      རྒྱ་གཤེགས་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱའིང་།      རྒྱ་བ་

ཕུན་སུམ་ཆོག་པས་པར་སྦྱང།      རང་གི་སེམས་ནི་ཡོངས་



སྤྱུ་འདུལ། །འདི་ནི་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ཡིན། །ཕྱི་

སྟོན་པ་རྒྱ་ཆེན་གྱུར་པ་འདི་ཡི་མཐུས། །འགྲོ་བའི་དོན་

དུ་རང་གྱུར་སངས་རྒྱས་ཤོག། །སྟོན་གྱི་རྒྱལ་བ་རྣམས་

ཀྱིས་མ་བསྐྱལ་བའི། །སྟེ་བའི་ཆོག་ས་རྣམས་སྟོན་པས་

གྲོལ་གྱུར་ཅིག། །དག་བའདི་ཡིས་སྤྱུར་དུ་བདག། །

ཡུམ་ཆེན་ཤེར་སྟོན་འགྲུབ་གྱུར་ནས། །འགྲོ་བ་གཅིག་

གྲང་མ་ལུས་པ། །དེ་ཡིས་ལ་འགོད་པར་ཤོག། །རྒྱ་བཅད་

གཅིག་གི་རྒྱུ་རྒྱུར་སྤྱུ་མཐུད་ནས། །ཁམས་གསུམ་དག་པའི་

ཞིང་། །སྟོན་གསུམ་སྟོན་རྒྱུ་མཐུད་ནས། །མ་ལུས་བྱུང་

པའི་བས། །ཆོས་ཉིད་རྒྱས་པའི་མཐུས། །མཆོད་སྟོན་མི་

བད་པའི། །ལོངས་སྟོན་གཏེར་དུ་བསྟོ། །ཨོ་མ་ཁི་པ་རྒྱེ་

ཨོ་ཨོ་ །རྒྱུར་དང་སྤྱུ་གས་ཡིག་རྒྱག་གང་ལོས་གྲངས་མཐར་བཞག་ཐབས་

གྱིས་རྗེས་བསྐྱུང་ནས་སྒོན་ལམ་རྒྱ་གི་དབྱེས་པའི་བཞད་སྒྱ།      རྟོེ་ བྲམ་  
ཡུམ་ཆེན་ལྷ་ཆོག་ས་བདག་ལ་དགོངས།      །དེང་འདིར་  
བསྐྱབས་པའི་དགེ་བས་རབ་མཆོན་ཏེ།      །དུས་གསུམ་  
བསགས་ཡོད་བསོད་ནམས་ཅི་མཆིས་པ།      །མཁའ་  
བྱུང་འགྲོ་ལྷམས་བྱུང་ཆུབ་དོན་དུ་བསྟོ།      །ཆེ་རབས་  
ཀུན་དུ་གསང་ཆེན་རིགས་མཆོག་གི།      །སྐལ་ཅན་དུག་  
ལྷན་རྗེ་རྗེའི་ལུས་ཐོབ་ནས།      །སྤྱིད་དང་ཞི་བའི་མཐའ་ལ་  
མི་སྒོན་པའི།      །མེད་བྱུང་ཐེག་པའི་ལམ་འདིར་འཇུག་  
པར་ཤོག།      །འབྲམ་གྱི་ཟླ་བལ་བྲག་འཐུང་བདུད་  
འཛམས་སྤྱིང་།      །གཅིག་ཆོག་སྐྱབས་གྱི་མཆོག་དུ་མི་  
འབྲལ་ཞིང་། །རྒྱུད་ལས།      བུ་ཁྱོད་སྒོ་བ་དཔོན་མི་སྤང་དོ།      །རྗེ་མག་མའི་  
དམ་ཆོག་ཡིན།      །ཅེས་སོ།      །རང་རིག་གཤེས་སུ་གཤོད་ནས་རོ་

མཉམ་པར།      ཁྱོགས་པའི་གསོལ་བ་སྒྲིང་ལ་ཐེབས་  
པར་ཤོག།      ཁྲི་མ་རྩེ་རྩེ་བཞི་ཡི་དགྱིལ་འཁོར་དུ།      །  
ལེགས་ཞུགས་དབང་བཞིའི་ཆོ་གས་བདག་རྒྱུད་སྒྲིབ།  
རྩེ་རྩེ་མཁའ་འགྲོས་རྒྱུད་ནམས་ལས།      ཡོངས་བསྐྱགས་      ཅུ་ལྷུང་བཅུ་  
བཞི་སོགས་ཐུན་མོང་སྤྱིའི་དམ་ཆོག་ཚུལ།      །ཁ་ན་མ་ཐོ་མེད་པར་བསྐྱུང་ལུས་  
ཤོག།      སྐྱབ་པ་བྱུང་པར་གྱི་དམ་ཆོག་      སྒྲུང་སྤྱིད་གཞིར་བཞེངས་ཡེ་  
རྩེ་གས་བསྐྱུད་རིམ་དང་།      འོད་གསལ་ལ་ཐིག་ལེ་ལྷན་  
གྲུབ་རྩེ་གས་པའི་རིམ།      བྱུང་འདུག་མཆོག་གསང་རྩོ་  
རྩེ་ཕྱེ་མེའི་གནད།      རྣམ་མཁའི་གྲོང་མཛོད་ལམ་དུ་  
ལོངས་པར་ཤོག།      མཁའ་འགྲོ་རིགས་ལྷ་ལྷག་པའི་དམ་ཆོག་གྲུན་  
ལ་བྱམས་ཤིང་སངས་རྒྱས་མཁའ་འགྲོའི་དམ་ཆོག་      ཅི་ལའང་  
ཆགས་པ་མེད།རིན་ཆེན་མཁའ་འགྲོའི་དམ་ཆོག་      །ཤེས་རབ་མ་

མཚན་ལྟན་བདུད་ཅི་ལྟ་དང་ཤ་ཆེན་ལྟ་ནམས།

བསྟེན་ཅིང་

བཟའ་། དང་མཁའ་འགྲོའི་དམ་ཆོག་མཁའ་འགྲོ་སྤྱིའི་དམ་ཆོག་། བརྟུལ་

ཞུགས་ཆས་ལྟན་རུས་རྒྱན་ཅང་ཏེ་རུ་སོགས། སྤྱ་གར་འདོན་ཡོན་

བཅས། ། གདུག་གདུམ་དོ་ཇེ་མཁའ་འགྲོའི་དམ་ཆོག་ རྒྱག་

མཆོང་སྤྱད་པལས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོའི་དམ་ཆོག་ མཐར་དབྱུང་

ཤོག། ། བསྐྱས་པའི་དམ་ཆོག་མི་ཤོད་ཐོག་ཏུ་བཟུང་ཞིང་ ཟས་གོས་

གཏམ་ལ་འབྲི་བ་བཅད། ། ཞེན་པ་གཏིང་ལོག་འཁོར་གཡོག་

ལ། གཅེས་འཛིན་སྟེམས་ཐག་ཆད། ། ལྷུས་དང་ཆོས་

ཀྱི་སྤྱོན་པས་རབ་བསྐྱས་ནས། ། སྒྲོང་སྤྱིད་ལྟ་འདྲེ་

སེམས་ཅན་ཀུན་སྒྲོལ་ཤོག། ། ཆོས་ཅན་འབྲུལ་པའི་

སྒྲོང་བཟི་སྟེད་པ། ། ཆོས་ཉིད་བཟོད་དུ་མེད་པའི་

དབྱིངས་ཟད་དེ། ། སྒྲིབ་བྲལ་འཇའ་ལྷུས་ཡེ་ཤེས་སྤྱོ་

མའི་སྒྲ། །ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་མངོན་དུ་འགྱུར་བར་ཤོག། །  
གལ་ཏེ་སྦྱངས་གོམས་བརྩོན་འགྲུས་སྟོབས་ཞན་  
པས། །ཆེ་འདིར་ལམ་གྱི་གྲུབ་མཐའ་མ་སྟོགས་ན། །  
འཆི་བའི་དུས་བབས་འདའ་ཀའི་ཏིང་ངེ་འཛིན། །  
དགོངས་པ་མི་གཡོའི་ངང་ནས་འཕོ་བར་ཤོག། །རང་  
སྒྲུང་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་མ་ཆོགས་གྱིས། །སྒྲུ་གར་  
རོལ་མོ་མཆོད་པས་མདུན་བསྐྱས་ཏེ། །འོག་མིན་  
མཁའ་སྟོད་ཞིང་ཁམས་ཉམས་དགའ་བར། །རིགས་  
བདག་སྒྲུ་མའི་དུང་དུ་འབྲིང་པར་ཤོག། །སྒྲུང་ཆ་མ་  
འགགས་ཐབས་མཆོག་ཏེ་རུ་ཀ། །སྟོང་ཆེན་ཤེས་རབ་  
དབྱིངས་ཕུག་ཁྲོས་མའི་མཁའ། །མཉམ་སྦྱོར་མཁའ་  
བྱབ་ཡེ་ཤེས་བདེ་བ་ཆེ། །བྱུང་འདུག་དྲི་རྩེ་འཛིན་རྒྱལ་

བདག་འབྲུག་ཤོག།      ཁྱིམ་པའི་བར་སྟོན་ལམ་གྱིས་མཐའ་བརྒྱན་པས་  
དོན་ཡོངས་སུ་འབྲུག་པར་འབྱུང་རོ།      །དེ་ལྟར་ཡང་གསང་གི་སྒྲུབ་པ་དེ་རྗེས་སྤང་  
པོ་ཉམས་སུ་ལེན་བདེའི་ཆེད་དུ་སྒྲིགས་པའི་དགོས་ཆེད་ནི་མ་གཅིག་ཁྱོས་མ་ནག་  
མའི་གསང་བ་གསུམ་རྣམས་འབྱོར་དུ་བྱེད་པ་ལ་སྤྱིང་ནས་དད་འདུན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་  
ཡང་ཤར་རུབ་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་མི་རིགས་བོད་སྐད་ཚུལ་བཞིན་མ་སྒྲུང་པས་ལས་བྱུང་  
རྒྱས་འབྲིང་ལ་བརྟེན་རྒྱས་མ་མཆིས་པའི་རིགས་ལ་ཕན་པའི་སྐད་དུ་ངེས་པར་  
འབྲིས་དགོས་ཞེས་རང་ལ་འིང་ནས་མཆོག་ཏུ་གྲུས་པའི་འབྲུག་སྤྱོད་བཟུ་ཤིས་  
དཔལ་ལྡན་ནས་བསྐྱལ་བ་ལྟར་ཕྱིན་ལས་ནོར་བུ་ནས་ལཱུར་བྲིས་པའོ།།      །།



༥། དཀར་གསུར། དམར་གསུར། དམར་མཆོད་དོད་དུ་གྲག་བསྟོ་བ་མདོར་

བསྟུས་བཅས་བཞུགས་སོ།། གསུར་མཆོད་མདོར་བསྟུས་ནི། ཨོྲོ་ཨྲུཾ་ཧྲུྃ།

གསུར་མཆོད་འདོད་ཡོན་རྒྱ་མཆོའི་སྟོན་ཕུང་འདི། །

དཀོན་མཆོག་ཅུ་གསུམ་སྟེ་ཞུའི་མགོན་ལ་འབུལ། །

ཆོག་ས་ཇོག་ས་སྟོབ་སྟུང་བྱག་ས་ཇེས་བསྟུབ་ཏུ་

གསོལ། །དམ་ཅན་ཆོས་སྟོང་ཡོན་ཏན་མགོན་ལ་

འབུལ། །མཉེས་ཤིང་ཆོམས་ནས་སྟེ་ནང་བར་ཆད་

སོལ། །རིག་ས་དྲུག་སེམས་ཅན་སྟོང་ཇེའི་མགོན་ལ་

བསྟོ། །སྟུག་བསྟུལ་ཀུན་བྲལ་ཟག་མེད་བདེ་ཐོབ་

ཤོག། །གདོན་བགོག་ས་ལྟ་འདྲེ་ལན་ཆགས་མགོན་ལ་

བསྟོ། །གཞོད་འཆོའི་སེམས་ནི་ཕན་བདེས་འཆོ་བར་

ཤོག། །འཁོར་འདས་མགོན་རིག་ས་དམིགས་མེད་ཟང་

ཐལ་ངང་། །འཁོར་གསུམ་ཡོངས་དག་ཆོས་དབྱིངས་  
གྲོང་གོལ་ཤོག། །ཅེས་པའང་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྡོ་རྗེས་སོ། ། ། །

དམར་གསུར་མདོར་བསྐྱས་ནི། ཨོྭ་ཨྲུཾ་ཧྲུྃ། ཐོག་མེད་ངར་

འཛིན་བག་ཆགས་གྱིས། །དུག་ལྷ་འབྲུགས་པའི་རང་  
གཟུགས་ནི། །རྒྱལ་འགོང་དམ་སྤྱི་མོ་འདྲེ་སོགས། །

སྤྱི་མོར་དམ་ཉམས་གཞོད་སེམས་ཅན། །ཏྲ་ཏྲ་

གཞན་ལ་འཆོ་བྱེད་ཅིང་། །རྣམ་དཀར་བསྐྱབ་ལ་བར་

དུ་གཅོད། །སྒོ་བསྐྱར་འཁོར་འབྲུག་ཕུང་སྣ་འདྲེན། །

བས་ནོར་ཡོངས་སྤྱོད་དཔལ་ལ་བརྟ། །ཕྱི་བཞིན་འབྲང་

བའི་སྐབ་འདྲེའི་རིགས། །ལན་ཆགས་མགོན་གྱུར་

ཐམས་ཅད་ལ། །ཤེས་པ་ལ་སོགས་མཁོ་ཁྱའི་རྣམས། །

འདོད་ཁྱུར་འཆར་བའི་དྲི་གསུར་སྤྱིན། །རྣམ་མཁའ་

མཛོད་དུ་སྒྲེས་བྱས་ཏེ། །ཕམ་རྒྱལ་འཐབ་ཚུད་མེད་པར་  
བསྒྲེ། །དགའ་མགུ་ཡི་རངས་ཆེམས་གྱུར་ནས། །བྱ་  
ལོན་ལན་ཆགས་ལ་འཁོན་བྱང་། །རྒྱུད་ལ་བྱང་རྒྱབ་  
སེམས་སྒྲེས་ཏེ། །ཐར་པའི་བདེ་བ་ཐོབ་གྱུར་ཅིག །  
བདེན་གཉིས་བསྐྱ་བ་མེད་པའི་མཐུས། །སྒྲོན་ལམ་  
ཡོངས་སུ་འགྲུབ་པར་ཤོག །ཅིས་དང་ཆོས་སྒྲིན་བསྒྲོ་བ་སོགས་  
བྱའོ། །ཞེས་པའང་འབྲུལ་ཞིག་ངོ་ཇེའི་ངོར་འཇིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་ངོ་ཇེས་  
སོ། །

༥ མཐའ་འཁོབ་གྱི་གོང་ཁྱེར་ཁ་ཅིག་ཏུ་དམར་མཆོད་བྱེད་པའི་སྒྲོལ་ཡོད་པ་དེའི་  
དོད་དུ་སེམས་ཅན་གང་གཏོང་དེའི་གཟུགས་ཟན་ལས་བཅོས་པའི་ཁོག་པར་ལ་  
ཁྲག་ཆེལ་བུ་སོགས་བཅུག་པ་མདུན་དུ་བཀོད། །ཉེ་ལོགས་སུ་ཁྲག་ཆབ་བྲག་  
ཉུན་ངེས་དུ་སྤང་བའང་འདུག། །ནམ་མཁའ་མཛོད་དུ་སྒྲེལ་ལ་འདི་སྐད་

དོ། གྱེ། སྤྱིད་པ་འདི་ན་ཅི་ཡང་སྤྱིད། །ལྷ་ཡང་སྤྱིད་  
ལ་འདྲེ་ཡང་སྤྱིད། །ལྷ་འདྲེ་གཉན་པོ་བྱིད་རྣམས་  
ཀྱང་། །འབྲུལ་པའི་བག་ཆགས་སྟོབས་བཙན་  
པས། །ཤལ་རྒྱམས་ཤིང་བྲག་ལ་གདུང་། །འགྲོ་བའི་  
སྟོག་ལ་གློལ་བར་བྱེད། །ལས་དེའི་འབྲས་བུ་རང་ལ་  
སྒྲིན། །ངན་སོང་གནས་ནས་ཐར་དུས་མེད། །དེ་བས་  
ལྷ་འདྲེ་བྱིད་རྣམས་ལ། །ཤལ་ཡི་རིན་དང་བྲག་གི་  
ཚབ། །ཟད་པ་མེད་པའི་ལོངས་སྤྱོད་གཏེར། །དངོས་  
ལས་ལྷག་པའི་ཡོན་ཏན་ཅན། །འདོད་སྤྱོད་འཆར་བའི་  
བརྒྱུ་ཆ་བསྟོ། །དོམས་ཤིང་ཆེམས་པར་གྱུར་ནས་  
ཀྱང་། །སྤྱིན་བདག་མི་ཕྱགས་འཁོར་བཙས་ལ། །  
གཞོད་དང་འཆོ་བའི་བསམ་སྦྱར་སྦྱོང་། །ཞི་བ་བྱང་།

ཐུབ་སེམས་མཆོག་བསྐྱེད།      ཁྱིམ་ཏུ་ཕན་པའི་སྡོང་  
གྲོགས་མཛོད།      ཁྱིམ་འབྲེལ་བསྐྱེད་བ་མེད་པའི་  
མཐུས།      །བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་དཔལ་ཐོབ་ཤོག      །  
ཅེས་བཅོམ་ལ་གཟུགས་བརྒྱན་ཁ་གཤག་སྟེ་ནང་གི་ཤ་ཆོལ་རྣམས་གྱིས་དམར་  
གསུང་གཏོང་ཞིང་ང་ཚོར་འཕྲེང།      གཟུངས་སྒྲགས་བྱུང་པར་ཅན་མང་དུ་བསྐྱེད་  
མཐུས་ཤིས་པ་བཅོམ་པས་དོན་འགྲུབ་པོ།      །ཞེས་པའང་རྒྱ་གར་སྟོབ་དཔོན་བསྟན་  
འཛིན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་ངོར་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྟོ་རྟེས་སོ། །      །

༥ རྒྱ་གཞིར་བསྐྱུས་པ་ནི། སྐད་ཅིག་རང་ཉིད་ལྷ་ག་ཐུབ་སྐྱེ་རུ་  
གསལ། རིན་ཆེན་སྣོད་དུ་བཅུད་ཇུས་བདུད་ཅིར་  
གྱུར། ཨོྩ་ཨྱུཾ་ཧྱཱྃ། བདག་གི་ལྷ་ག་བསམ་འཕགས་  
པའི་སྒྱུན་སྟོབས་དང་། ཆོས་དབྱིངས་བསམ་མི་བྱུང་  
པའི་བདེན་མཐུ་ཡིས། རྒྱལ་བ་མཆོད་ཅིང་འགྲོ་ལ་  
ཕན་གདགས་པའི། རིན་རྒྱལ་ས་བསམ་པ་ཐོགས་མེད་  
འབྱུང་གྱུར་ཅིག རྒྱ་མཆོད་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་ཨ་བ་ལོ་གི་ཏེ་  
ཨོྩ་སྐྱུ་ར་སྐྱུ་ར་ཧྱཱྃ། དགོན་མཆོག་སྤྱི་ལུ་མགོན་པོ་  
ཡོན་ཏན་དང་། རིགས་དྲུག་སྟོང་རྗེ་བཞག་གས་རིགས་  
ལན་ཆགས་མགྲོན། རི་དག་སོ་སོར་མཆོད་པས་  
མཉེས་ཆོམས་ནས། ཆོགས་རྗེ་གས་སྤྱི་བ་དག་རྒྱལ་  
མཁྱེན་སྐྱུར་ཐོབ་ཤོག ཅིས་པའང་རྒྱ་སྟོན་གྱི་ངོར་རྒྱུ་ནས་སོ། །



༥

བདུད་འཛོམས་གཏེར་གསར་ཏྲ་ཕྱག་བྱུང་གསུམ་རྒྱན་གྱིར་ནི།

སྐབས་

སེམས་སྡོན་དུ་འགོ་བས།

སྐད་ཅིག་བྲན་ཇོགས་རང་ཉིད་ཏྲ་

མཆོག་དཔལ།

ཁྱོ་གཏུམ་མི་བཟད་རལ་གྱི་སྐྱལ་

ཞགས་འཛིན།

དུར་བྱོད་ཆས་ཇོགས་པད་ཉི་མེ་དབུས་

རོལ།

ཏྲ་སྐད་འཆར་བས་ལོག་འདྲན་དབང་དུ་

སྐད།

ཐུགས་ཀར་གསང་བདག་དེ་ཇི་སྐྱལ་ཞགས་

ཅན།

སྤྱི་བོར་མེ་བྱུང་གྲུ་གཏོན་བས་སུ་བ།

གསང་

བདག་ཐུགས་དབུས་ཉི་ཟླའི་གྲུའི་ནང་།

སྤྱི་མཐར་

སྐྱགས་སྤེང་མགལ་མེ་བཞིན་དུ་འཁོར།

དེ་ལས་

འོད་ཟེར་འཕྲོས་འདུས་དོན་གཉིས་བྱས།

རང་ལུས་

ནད་གཏོན་བག་ཆགས་སྐྱག་མེད་སྐྱུངས།

སྐྱང་

གྲགས་དབང་ཆེན་བྲག་པོ་སྐྱ་གསུམ་གྱི།

གསང་

གསུམ་ཡེ་ཤེས་རྟེན་རྟེན་འོ་བོར་སང།      །ཨོ་བཟླ་གྲོ་ཏྲ་བྱ་  
གྲོ་ལ་བཟླ་བྱ་ཆེ་བྲོ་ག་རྩ་པ་ཡུ་རྩ་རྩ་པ་པ།      མཐར་རྩ་  
གསུམ་གྲིས་བསྟ།      པུ་གསུམ་གྲིས་ལྟ།      དག་བ་བསྟེ་ཞིང་ཤེས་བཟླ་  
བྱོ་།      །ཞེས་པའང་རྩ་ནས་སོ།།      །

༥ ཆོ་སྒྲུབ་རྒྱུ་ཁྱེད་ནི། སྒྲུ་མ་འཆི་མེད་མགོན་པོར་སྒྲུབས་སུ་  
མཆི། །སེམས་ཅན་དོན་དུ་ཆོ་ཡི་རིག་འཛིན་བསྒྲུབ། །  
ཨ། གནས་ཡུལ་འོག་མིན་བདེ་ཆེན་ཞིང་ཁམས་  
དབུས། །པད་ལྗེར་རང་སེམས་རྩི་ལས་ཆོ་དཔག་  
མེད། །དམར་གསལ་ཞི་འཇུག་མཉམ་གཞག་ཆོ་བུམ་  
འཛིན། །འོངས་སྤྱོད་ཚོགས་སྒྲུ་འཇའ་བེར་སྤྱོད་དུ་  
བཞུགས། །བྱུགས་ཀར་ཉི་ལྗེའི་གཤུའི་ནང་འོངས་  
སུ། །རྩི་མཐར་སྒྲུགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་ལས་འོད་བེར་  
འཕྲོས། །བརྟན་གཡེའི་ཆོ་བཅུད་ཀུན་བསྐྱུས་བདག་ལ་  
ཐིམ། །མི་ཤིགས་འཆི་མེད་དྲེ་རྩི་སྒྲུ་འབྲུབ་བྱུར། །  
ཨོ་ཨ་མྱ་ར་ཁི་ཇི་ལྷནྱེ་ཡེ་སྒྲུ། ཞེས་ཅི་རུས་བཞུས་མཐར། སྒྲུ་  
འགག་གཉིས་མེད་འཇའ་ལུས་དྲེ་རྩི་སྒྲུ། །མཁའ་

བྱུང་འགྲོ་བ་འདྲན་པའི་དོན་ལ་འཇུག་      །དགོ་འདིས་  
དུས་མིན་འཆི་བའི་འཇིགས་པ་ནི།      །ཆོ་དབང་བཟླ་  
ཤིས་སྒྲུང་བས་རྟག་བྱུང་ཤོག།      །ཅེས་པའང་བསམ་པོ་ལྟ་སྤྲས་  
འཇིགས་མེད་ལགས་ཀྱི་བྱུགས་དམ་རྒྱུན་གྱི་ཉམས་བཞེས་སུ་འཇིགས་བྲལ་ཡོ་  
ཤེས་རྟོ་རྟོས་སོ།།      །།

མཆོག་གསུམ་དེ་བོ་སྒྲ་མར་སྐྱབས་སུ་མཆི།      །འགྲོ་  
 བའི་དོན་དུ་ཟབ་མོའི་ལམ་འཇུག་བྱ།      །ཙ།      རང་སྒྲུང་  
 རྣམ་དག་འོག་མིན་ཞིང་ཁམས་དབུས།      །རང་ཉིད་གཞི་  
 ལུས་དབང་ཆེན་ཏུ་མགྱོན་དམར།      །གྲི་གུག་ཐོད་འཛིན་  
 ཕག་མོ་ཡུམ་དང་འབྲིལ།      །བྱོ་བའི་ཆས་ཇོགས་པད་ཉི་  
 མེ་གློང་རོལ།      །སྤྱི་བོར་པར་འབུམ་བཟུལ་ཉི་ཟླའི་  
 སྤེང་།      །རིགས་བདག་སྒྲ་མ་ཨོ་རྒྱན་ཐོད་ཐྱེང་རྩལ།      །  
 སྒྲུང་སྤྱིད་བེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་ཆ་བྱུང་ཅན།      །གཡམས་  
 སུ་ཡི་དམ་གཏུམ་དྲག་དམར་ནག་རྩམས།      །འབར་  
 བའི་ཆས་ཅན་རྩེ་རྩེ་ལྷགས་སྤྲིག་འཛིན།      །གཡོན་དུ་རྒྱ་  
 གི་བདུད་འདུལ་སེང་གའོང་མ།      །མཐིང་ནག་ཕྱག་

གཉིས་ཉི་ཟླ་འི་ཆ་ལང་རྟེན།      །གུ་རུ་འི་སྤྱི་བོར་པར་ཟླ་

གངས་ལ།      །འཛིག་ཏེན་དབང་ཕུག་སེམས་ཉིད་ངལ་

གསེའི་ཆས།      །གཡས་སུ་སྤྱུར་མ་དཔའ་མོ་སྐྱབས་

སྤྱིན་ཅན།      །གཡོན་དུ་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོ་མཆོག་

སྤྱིན་ཅན།      །གསུམ་གའང་ནི་འཇུག་ཉམས་ལྡན་ལོངས་

སྤྱི་འི་ཆས།      །འཕགས་པའི་སྤྱི་བོར་མགོན་པོ་འོད་

དཔག་མེད།      །སྤྱལ་སྤྱི་འི་ཆ་ལུགས་མཉམ་བཞག་ལྟར་

བཟེད་བསྐྱམས།      །རང་རྩལ་སངས་རྒྱས་བྱུང་སེམས་

སྤྱིན་ཕུང་སྤྱོ།      །གང་འདུལ་མོས་ངོར་ཅིར་ཡང་འཆར་

བར་གྱུར།      །ཅེས་གསལ་བཏབ་ལ།      །སྐྱབས་གནས་དགོན་

མཆོག་ཅུ་གསུམ་རྒྱ་མཆོ་ལ།      །དངོས་འབྱེད་ཡིད་

སྤྱལ་མཆོད་སྤྱིན་རྒྱ་མཆོས་མཆོད།      །ཡོན་ཏན་རྗེས་



བློ་རྩེ་རྩེ་གྲུ་ཡིས་བསྟོད།    | ཉམས་ཆག་ཀུན་བཤགས་  
དག་ཚངས་དངོས་གྲུབ་སྟོལ།    | ཅེས་ཆོགས་བསགས།  
སངས་རྒྱས་འོད་དཔག་མེད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།    |  
འགྲོ་ཀུན་བདེ་ཆེན་ཞིང་དུ་དབྱགས་དབྱང་གསོལ།    |  
ཨོྲཱ་ཨཱ་མི་རྟེ་ཤ་ཏྲིེེ    ཞེས་ཅི་རུས་བཞུས་མཐར།    སྒྲུང་མཐའ་  
འོད་ཟུ་འཕགས་པའི་སྐུ་ལ་ཐིམ།    | འཕགས་པའི་སྐུ་  
ལས་འོད་འཕྲོས་སྟོང་ཁམས་བྱུང།    | རིགས་དུག་  
འཁོར་བ་དོང་ནས་སྐྱགས་པར་གྱུར།    | ཨོྲཱ་མ་ཁི་པ་རྟེ་ཏྲིེེ  
ཏྲིེེ    རྩེ་བཙུན་འཕགས་མ་སྟོལ་མ་བྲིང་མ་བྲིན་ནོ།    |  
འཛིགས་དང་སྐྱག་བསྐུལ་ཀུན་ལས་བསྐྱབ་དུ་  
གསོལ།    | ཨོྲཱ་རུ་རུ་རུ་རུ་རུ་རུ་སྒྲུ།    འཕགས་མ་  
ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོ་བྲིང་མ་བྲིན་ནོ།    | བདག་ལ་ཆེ་

བསོད་ཡེ་ཤེས་དངོས་གྲུབ་སྟོལ།     ཁྱོ་རྩ་རེ་རྩ་རེ་མ་  
མ་ཨ་ཡུ་པུ་རྩ་རྩ་རྩ་རྩ་ཡེ་སྟོར།     སྟོལ་མ་རྩ་  
གཉིས་འཕགས་པའི་སྟེ་ལ་འདུས།     འཕགས་པ་འོད་  
ཉུ་གུ་རུ་འི་སྟེ་ལ་ཐེམ།     ཁུ་རུ་དགེས་པས་དགོངས་ཏེ་  
བཞུགས་པར་གྱུར།     ཁྱོ་རྩ་རེ་རེ་ཡེ་ཨ་གསོལ་བ་  
འདེབས།     བར་ཆད་ཀུན་ནི་བསམ་དོན་སྟུར་འགྲུབ་  
མཛོད།     ཁྱོ་ཨུ་རྩ་བཟོ་གུ་རུ་པུ་མི་རྩ་རྩ་     དབང་  
དག་སྟེ་ལས་ལྷགས་སྟེ་ག་མེ་མཆོན་འཕྲོས།     འོག་  
འདེན་རྩལ་བསེན་གདོན་ཆོགས་ཆར་བཅད་གྱུར།     ཁྱོ་  
ཨུ་རྩ་ཨ་རྩ་མི་རྩ་མི་རྩ་མི་རྩ་མི་རྩ་མི་རྩ་མི་རྩ་  
བདུད་འདུལ་དག་མོས་ཉི་ཟླའི་ཆ་ལང་བཟུང།     བྱད་མ་  
དཔུང་བཅས་ཐལ་བའི་རྩལ་བཟུང་གྱུར།     ཨ་གསུམ་མ་

ར་ཙ་ཤ་ད་ར་ས་མ་ར་ཡ་ཕྱུ།      ཡི་དམ་མཁའ་འགོ་གུ་  
རུའི་སྐུ་ལ་འདུས།      །གུ་རུ་བདེ་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་སྐུ་  
བཞེངས་ཏེ།      །དབུ་མའི་ལམ་བརྒྱད་སྟེང་དབུས་པར་སྒྲོར་  
བཞུགས།      །ཕྱག་གིས་བླ་མའི་བདུད་རྩི་ཁོ་ལ་ཞིང་  
ལུང་།      །ལུས་ཀྱི་ནང་ཁེངས་བླ་མེད་བདེ་བས་བྱུང།      །  
འཕོ་བྲལ་བདེ་ཆེན་རྩི་རྩི་སྟོག་འགྲུབ་གྱུར།      །ཨོྲཱ་ཱུྃ་རྩྱུ་  
བརྗོད་གུ་རུ་པར་མ་རྩུ་སྤྲུའ་སི་རྩྱུ་རྩྱུ།      རང་ཉིད་དབང་ཆེན་  
སྐུ་ལས་འོད་དམར་འཕྲོས།      །སྒྲུང་སྟིང་ཀུན་བྱུང་སྒྲུ་  
འདྲེ་མི་ལ་སོགས།      །རང་སྒྲུང་དབང་འདུས་གཞན་  
སྒྲུང་བེལ་གྱིས་གཞོན།      །མཐུ་སྟོབས་གཞི་བརྗོད་  
སྟོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་གྱུར།      །ཨོྲཱ་བརྗོད་ཀྱི་རྩྱུ་སྤྲུ་  
ཕྱུ།      སུ་ལོ་ཀ་ལྷ་ཤི་ཀུ་རུ་རྩྱུ་      སྒྲུང་གྲགས་རྟོག་

ཆོགས་ལྟ་ཡི་སྐྱ་གསུང་ཐུགས།      །ཡེ་ཡིན་མ་བཅོས་  
ངང་དུ་མཉམ་པར་བཞག།      །འདིར་འབད་བསོད་ནམས་  
འགྲོ་བ་ཡོངས་ལ་བསྟོ།      །དོན་གཉིས་ལྟན་གྲུབ་བཟ།  
ཤིས་དཔལ་འབར་ཤོག།      །ཅེས་པའང་གདོང་ཐོག་བསྟན་པའི་རྒྱལ་  
མཚན་གྱིས་བཞེད་པ་བཞིན་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྩིས་གྱིས་པའོ།།

༥ ། འཇམ་དཀར་རྒྱུན་ཁྱེར་མདོར་བསྐྱས་ནི། རྒྱབས་སེམས་སྟོན་དུ་འགོ་བས།

སྐད་ཅིག་རང་ཉིད་རྗེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས། །

སྟོན་ཟླའི་མདངས་ཅན་མཆོག་སྟོན་ཡུལ་འཛིན། །

ལོངས་སྟོད་རྒྱུན་རྗོགས་པད་ཟླར་སྟེལ་ཀྱང་བཞུགས།

བྱགས་དབུས་ཟླ་དཀྱིལ་ཙམ་མཐར་སྐྱགས་ཀྱིས་

བསྐྱོར། ། འོད་འཕྲོས་བདག་གཞན་མོངས་པའི་མུན་

བསལ་ཏེ། ། ཡང་དག་ཤེས་རབ་སྒྲུང་བ་རྒྱས་པར་

བྱུར། ། ཞོ་ལྷ་ཀྱེ་དྲི་ན་མ། ། ཞེས་ཅི་ལྟས་སུ་བཟླས་མཐར་མི་རྟོག་

པའི་ངོ་བོར་མཉམ་པར་བཞག་གོ ། ཅིས་པའང་ཨོ་རྒྱུན་སྐལ་བཟང་གི་ཉམས་

ལེན་དུ་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྗེ་རྗེས་སོ། ། །

༥ ། དབྱངས་ཅན་མའི་སྒོམ་བཞེས་རྒྱུན་ཁྱེར་བཞུགས། བཟོ། བྲམ་

མཆོག་གསུམ་འཕགས་མ་དབྱངས་ཅན་མར། །གུས་

པས་སྐྱབས་མཆི་བདག་སོགས་མཁའ་མཉམ་འགྲོ། །

མ་རིག་ཚེངས་པའི་མུན་འབྲུག་བསལ་བྱའི་ཕྱིར། །

རྒྱལ་ཡུམ་དབྱངས་ཅན་ཟླ་བ་བསྒོམ་པར་བགྱ། །ཨོྲ་སྤ་

བྱ་ཕྱ་སོགས། སྟོང་པའི་ངང་ལས་པད་དཀར་ཟླ་གདན་

ལ། །རང་སེམས་རྩི་ཡིག་དཀར་པོའི་འཕྲོ་འདྲ་

ལས། །དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོ་སྟོན་ཀའི་ཟླ་བའི་

མདངས། །ཁི་འཇུམ་མཛེས་སྒྲུག་བཅུ་དྲུག་ལང་ཆོས་

སྒྲིག། །ཕྱག་མཆོན་བེ་རྒྱུད་མང་སྒྲིང་ལ་བཙོན། །

ལྷ་ཇས་རིན་ཆེན་སྒྲ་ཆོགས་གོས་རྒྱུན་སྤྲས། །ཅོག་དུའི་

སྐབས་ཀྱིས་ཟླ་བར་རྒྱབ་བརྟེན་པ། །མ་འདྲེས་སྤང་



སྟོང་འངར་ཚོན་ལྟ་བུར་གསལ།

སྟེང་དབུས་པད་

དཀར་འདབ་བརྒྱད་ལྟེ་བར་རྩྱེ་

འདབ་མར་དབྱངས་

ཡིག་མར་མེའི་སྤང་བ་ལྟར།

གསལ་བརྟན་འབར་

བའི་འོད་གྱིས་ལུས་གང་བས།

མི་ཤེས་སྟོངས་པའི་

སུན་པ་བྱུང་སྐྱུངས་ཏེ།

ཁི་སྟེང་ཤེས་བྱར་ཆགས་

ཐོགས་མི་མངའ་བའི། ཡང་དག་སྟོ་གྲོས་སྒྲུང་བ་རྒྱས་

པར་བྱུར། ཅེས་བསྟོམས་ལ། རྩྱེ་ གཙོ་བོར་བཞུགས། མཐར་

དབྱངས་བརྒྱ་དྲུག་པའང་ཅུང་ཟད་བཞུ། ལྟ་དང་རང་སེམས་དབྱེར་

མེད་བདེ་བ་ཆེ། འོན་གྱི་འཕགས་མའི་རང་ཞལ་མངོན་

དུ་བལྟ། དག་བའདི་ཡིས་བདག་གཞན་ཚོགས་

གཉིས་ཐོགས། ལྟར་དུ་སྒྲུ་དབྱངས་ལྟ་མེའི་ས་བརྟེས་

ཏེ། ལྟལ་བྱུང་སྟོ་གྲོས་སྒྲུང་བ་དམ་པ་ཡིས། ཤན་

བདེའི་དགོ་མཚན་བཞད་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། ཅེས་པའང་།

རྣམ་པར་དགོ་བའི་བྱགས་བསྐྱེད་ལྡན་པ་རྩེ་རྩེ་དབྱ་འདུལ་གྱི་གསུང་རོར་འཛིགས་

བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྩེ་རྩེས་བྲིས་པ་དགོ། །

༥ ཏྲ་མགྲིན་རྒྱུན་ཁྱེར་མདོར་བསྐྱུས་ནི། སྒྲ་མ་དབང་ཆེན་འབར་

བར་སྐྱབས་སུ་མཆི། །འགྲོ་ཀུན་དོན་དུ་ནྲ་ལ་འབྱོར་

བསྐྱེམ་པར་བྱ། །ལན་གསུམ། སྐད་ཅིག་དྲན་ཇོགས་རང་

ཉིད་ཏྲ་མཆོག་དཔལ། །དམར་ནག་ཁྱོ་གཏུམ་མི་བཟད་

འཇིགས་པའི་སྐ། །ཕྱག་གཉིས་ཐོད་དབྱུག་མེ་ཡི་

ཞགས་པ་འཇོན། །ཞབས་བྱང་འདོར་སྐྱབས་སྐྱ་གདོན་

ཕོ་མོ་བཟླེས། །དུར་ཁྱོད་ཆས་ཇོགས་བསྐྱལ་མེ་

འབྱུགས་པའི་གྲོང་། །ཁམས་གསུམ་བེལ་གཞོན་སྐྱ་རུ་

གསལ་བ་ཡི། །ཕྱགས་དབྱུས་ཉི་སྟེང་རྩྱེ་ཡིག་དམར་

ཕོའི་མཐར། །སྐྱགས་ཐོད་ལྷགས་སྐྱེག་མདོག་ཅན་

རང་སྐྱར་བཅས། །མགལ་མེ་ལྷ་བྱར་འཁོར་ལས་འོད་

འཕྲོས་པས། །རང་ལུས་ནད་གདོན་སྐྱིག་སྐྱིབ་ལྷག་

མེད་སྐྱེད་ས།      འོན་གཉིས་བྱས་འདུས་དབང་གིན་  
དངོས་གྲུབ་ཐོབ།      སྒོ་ད་བཅུད་ལྷ་སྒྲགས་ཡེ་ཤེས་  
འཁོར་ལོར་གྱུར།      ཨོྲཱ་པརྒྱན་གྱི་ཏ་བཟླ་གྱོ་རྩ་ཏ་ཡ་གྲུ་ཕ་  
རྩ་ལུ་རྩ་ལུ་རྩ་ལྟ་པ།      ཨོྲཱ་ཐིམ་ཐ་ར་ཏི་ས་རྩ་རྩེ་རྩ་ལ་རྩ་པ་  
ཡེ་སྒྲ་རྩ།      ལྷར་སྒྲ་མི་དམིགས་འོད་གསལ་ངང་དུ་  
ཐིམ།      སྒྲ་ཡང་བྱང་འདུག་སྒྲ་མའི་ཕྱག་རྒྱར་སང།      །  
དག་འདིས་འགྲོ་ཀུན་གསུང་མཆོག་ཏེ་རུ་ཀའི།      བོ་  
འཕང་སྒྲར་ཐོབ་བདུད་ལས་རྣམ་རྒྱལ་ཤོག།      ཅིས་པའང་  
བཅུན་མ་རིག་འཛིན་སྒྲོལ་མའི་ངོར་འཇིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྩེ་རྩེས་སོ། ། །

༥ རྩེ་བཙུན་སྒྲོལ་མ་འི་རྒྱུན་བྱེད་སྤྱིང་པོར་རྩིལ་བ་བཞུགས། བ་མོ་གུ་རུ་

ཨྲཱ་ཏྲ་ར་ཡེ། རྩེ་བཙུན་སྒྲོལ་མ་བསྐྱུས་པའི་ཚུལ་གྱིས་བསྒྲོམ་པར་

འདོད་པས། བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་གཉིས་ཡིད་ལ་བྱས་ཏེ། བ་མོ།

བདག་སོགས་འགྲོ་ཀུན་བྱང་ཆུབ་བར། །དགོན་མཆོག་

གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི། །གཞན་དོན་སངས་རྒྱས་

ཐོབ་བྱའི་ཕྱིར། །འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་བསྒྲོམ་པར་

བགྱི། །ཞེས་ལན་གསུམ་གྱིས་སྐྱབས་སེམས་བྱ། །གནས་ཡུལ་

པརྩོ་བཀོད་པའི་ཞིང་། །དོ་མཚར་མཆོད་སྤྱིན་འབྲིགས་

པའི་དབུས། །རང་ཉིད་སྐྱང་ཅིག་དྲན་ཇོགས་སུ། །རྩེ་

བཙུན་སྒྲོལ་མ་སྐྱུ་མདོག་ལྗང་། །ཕྱག་གཡས་མཆོག་

སྤྱིན་གཡོན་པ་ནི། །དགོན་མཆོག་གསུམ་མཆོན་

སྐྱབས་སྤྱིན་རྒྱས། །ཨྲཱ་ཏྲ་ལ་གསར་པའི་སྤྲོད་བྱ་

བསྐྱམས། །དར་དང་རིན་ཆེན་རྒྱུ་གྱིས་མངོས། །  
ཞབས་བྱང་སེམས་མའི་སྒྱེལ་ཀྱང་གིས། །པད་དཀར་  
ཟླ་བའི་སྟེང་ན་བཞུགས། །གནས་གསུམ་ཨོྲཱི་ཨུཾ་ཧུྃ་  
གསུམ་དང་། །ཐུགས་དབུས་ཟླ་སྟེང་ཏཱྀ་ལྷ་བྱ། །དེ་  
ལས་འཕྲོས་པའི་འོད་ཟེར་གྱིས། །རང་འདྲའི་ཡེ་ཤེས་  
སེམས་མའི་སྒྱ། །སྒྱུན་དངས་རང་ཐིམ་དབྱེར་མེད་  
གྱུར། །བདག་གི་ཐུགས་ཀར་ཏཱྀ་ཡིག་མཐར། །  
སྒྲགས་སྟེང་གཡོན་དུ་འཁོར་བ་ལས། །འོད་ཟེར་སྟོ་  
བསྐྱའི་སྟོར་བ་ཡིས། །འཕགས་མཆོད་འགྲོ་བའི་སྒྲག་  
བསྐྱལ་བསལ། །ཐ་མལ་སྒྲུང་ཞེན་རྒྱ་བཙས་  
སྒྱུངས། །སྒྲུང་གྲགས་རིག་གསུམ་རྩེ་བཙུན་མའི། །  
གསང་བ་གསུམ་གྱི་རོལ་པར་སང། །ཅེས་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་



ཡིད་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གནས་པས། ཨོྲ་རེ་ཏུ་ཏུ་རེ་ཏུ་རེ་སྒྲུ། ཞེས་  
ཅུ་བའི་སྒྲིང་པོ་ཅི་རུས་དང་། ཨོྲ་རེ་ཏུ་སྒྲུ། ཞེས་པའང་ཅི་རིགས་  
པར་བཟུངས་ནས། ལྟ་དང་རང་སེམས་དབྱེར་མེད་པ། །  
གཉུག་མ་དོན་གྱི་འཕགས་མའི་སྒྲ། །ཡེ་ཤེས་འཁོར་  
ལའི་རོལ་པར་ཤར། །མི་ཤིགས་སྤང་བ་ཆེན་པོར་  
གྱུར། །ཅིས་སྒྲོས་པའི་སྤང་ཆ་འོད་གསལ་དུ་བསྐྱུས་ཏེ་མཉམ་པར་བཞག །  
དེ་ལས་ལྔ་བ་ན། དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྤྱར་དུ་བདག །རྗེ་  
བཙུན་སྒྲོལ་མ་འགྲུབ་གྱུར་ནས། །ཞེས་སོགས་བསྒྲེ་སྒྲོན་གྱིས་  
མཆོམས་སྤྱར་ཏེ་སྦྱོད་ལམ་ལ་འཇུག་གོ །ཞེས་པའང་རྣམ་པར་དགོ་བའི་སྒྲོ་ལྔ་ན་  
མ་དག་དབང་དཔལ་མོས་བསྐྱུལ་བའི་ངོར་རིག་འཛིན་གྱི་སྤྱུ་གུ་བརྗོད་ལྟ་རྒྱུ་ནས་  
སྒྲེལ་བ་དགོ །

༥ བྱད་གོལ་གསེར་གྱི་ལྷེ་མིག་གི་ཉམས་ལེན་རྒྱུན་ཁྱེར་བཞུགས། བ་མོ།

སྒྲ་མ་མཆོག་གསུམ་ཡི་དམ་ལྷག་པའི་ལྷར། །གུས་

པས་རྒྱབས་མཆི་བདག་སོགས་མཁའ་མཉམ་འགོ། །

ཕས་ཆོལ་རིགས་སྒྲགས་དམེད་པ་ལས་རྒྱལ་ཕྱིར། །

བྲག་འཐུང་རྩེ་རྩེ་གཙུག་ཏེར་བསྐྱེམ་པར་བགྱི། །ཁྱྱ།

ཆོས་ཀུན་མ་བཅས་གདོད་ནས་སྤྱོས་བྲལ་དབྱིངས། །

མ་ཏྟགས་འགོ་ལ་མཁའ་བྲལ་སྒྲིང་རྩེ་ཤར། །བྱང་

འཇུག་རིག་པ་མཐིང་ནག་ཡི་གོ་རྩྱ། །དེ་ལས་འོད་

འཕྲོས་སངས་རྒྱས་སྤྲས་བཅས་མཆོད། །ཕས་ཆོལ་

རིགས་སྒྲགས་དམེད་པའི་སྦྱར་བ་བཞིག་ །བྱིན་རྒྱབས་

དངོས་གྲུབ་དྲངས་བཅུད་རྩྱ་ལ་ཐིམ། །དེ་ཉིད་ཡོངས་

གྱུར་པར་ཉི་ཟླའི་སྤྱིང་། །བདག་ཉིད་ཁྱོ་རྒྱལ་རྩེ་རྩེ་གཙུག་

ཏོར་ཅན།      །དབུ་སྟོང་ཅུ་ཞལ་ཉིས་བརྒྱ་མཐིང་ནག་  
རམས།    །གཡས་ཞལ་ཉིས་བརྒྱ་གསེར་མདོག་འཇུམ་  
ཉམས་རྒྱས།      །རྒྱབ་ཞལ་ཉིས་བརྒྱ་དམར་པོ་ཆགས་  
པའི་ཉམས།      །གཡོན་ཞལ་ཉིས་བརྒྱ་ལྗང་གུ་གཏུམ་  
པའི་ཚུལ།      །སྟོང་ཞལ་ཉིས་བརྒྱ་དཀར་པོ་བཞད་པའི་  
ཞལ།      །བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱའི་སྒྲིང་མིག་ཕྱོགས་བཅུར་  
བལྟ།      །རྫི་སྒྲིན་ཡག་ཆོམ་དམར་སེར་མེ་ལྟར་  
འབར།    །ཞལ་གདངས་ཡ་སོ་རྩྱུ་ལས་བྲོ་བོ་བཅུ།    །མ་  
སོ་རྩྱུ་ལས་བྲོ་མོ་བཅུ་རུ་གཅིགས།    །མགྲིན་པ་ཉི་ལྔ་ཕྱེ་  
འི་གཅོད་བྱེད་ཀྱི།    །རྫོང་ར་རལ་གྱི་འབར་བའི་རྣམ་པར་  
གདེངས།      །སྟོང་ཕྱག་ཕྱག་ན་གནམ་ལྷགས་རལ་གྱི་  
བསྐྱམས།      །བྲོད་སྐམ་དབུ་རྒྱན་ཞིང་སྒྲིང་སྟོང་

གཡོགས་དང་། །སྟག་ཤམ་མགོ་ཐེང་དུར་བྲོད་རྒྱུ་  
ཆས་བརྩེད། །ཞབས་གཉིས་བརྒྱུད་བསྐྱམ་འདྲོར་  
སྟབས་དྲག་པོར་བབྲང། །གར་དགའི་ཉམས་རྒྱས་  
དབང་སྟོན་ལྟོན་པོ་ལ། །ཉི་མ་སྟོང་གིས་འབྱུང་བཞིན་  
གཟི་བརྩེད་འབར། །བསྐྱལ་པའི་མེ་དཔུང་འབྲུགས་  
པའི་སྟོང་ན་བཞུགས། །དེ་ཡི་སྤྱི་མགྱིན་སྟེང་གར་ཨོ་  
ཨུཾ་ཧྱཱི། དེ་རྩེ་གསུམ་གྱི་དོ་བོར་ལྟོན་གྱིས་བྱུང། །  
བྲུགས་ཀའི་རྩྱུ་ལས་འོད་འཕྲོས་རང་འདྲ་བའི། །ཡེ་  
ཤེས་སེམས་དཔའ་སྤྱན་དངས་གཉིས་མེད་གྱུར། །  
བདག་གིས་སྐྱ་ཡི་ཆ་ལས་མེ་འབར་བའི། །སྤྲགས་གྱི་  
ཚྭ་ཚྭ་རྩེ་རྩེའི་ཞུགས་སུ་འཕྲོས། །གཞོན་བྱེད་པས་རྟོལ་  
རིགས་སྤྲགས་བྱེད་མ་མཁན། །ཐམས་ཅད་བསྐྱེགས་

[illegible]

ཞེས་པ་འང་ཅུང་ཟད་རེ་བཟ། སྟོང་བཅུད་འོད་ཟུ་བདག་ཉིད་ལྟར་  
ཐིམ་ཞིང་། དེ་ཡང་རྩྱུ་ཡིག་ལ་ཐིམ་ནུ་དེའི་བར་། མི་  
དམིགས་ངང་གྱུར་སྒྲར་ཡང་སྐད་ཅིག་གིས་། སྒྲོང་  
སྟོང་སྒྲུ་མ་བྲོ་རྒྱལ་སྒྲུ་ཅུ་གྱུར་། དག་བ་འདི་ཡིས་  
བདག་དང་སེམས་ཅན་ཀུན་། ཤས་ཆོལ་རིགས་  
སྒྲགས་གཡུལ་ངོ་ལས་རྒྱལ་ཏེ། ཤན་བདེའི་བསམ་  
གྲུ་ལྟན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡི། བཀྲ་ཤིས་ཕྱོགས་དུས་ཀུན་  
ཏུ་བྱུང་པར་འོག་། ཅིས་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་ཡན་ལག་ཏུ་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་  
ཤེས་རྩི་རྩིས་སོ། ། །



འཇམ་དཔལ་དཔལ་བོ་ལ།     |རང་ངོ་ཉེས་པས་སྐྱབས་  
 སུ་མཆི།     |མ་རིག་གཉིས་སྒྲུང་འབྲུལ་པའི་སྒོ།     |རང་  
 གོལ་ཆེན་པོར་སེམས་བསྐྱེད་དོ།     |ཞ།     སྐད་ཅིག་ཅན་  
 རྩོགས་ངང་ཉིད་ལས།     |རང་ཉིད་འཇམ་དཔལ་གཞོན་  
 བུའི་སྒྲ།     |དམར་སེར་གུར་གུམ་གསར་པའི་  
 མདངས།     |ཞི་འཇུག་མཆོན་དང་དཔེ་བྱད་ལྡན།     |ཕྱག་  
 གཉིས་རལ་གྱི་སྒྲེགས་བམ་འཛིན།     |ཞབས་བྱང་རྩོ་  
 རྩེའི་སྒྲིལ་ཀྱང་གིས།     |པད་ཉི་ཟླ་བའི་གདན་ལ་  
 བཞུགས།     |ཡོངས་སྤྱོད་ཡོངས་རྩོགས་རྒྱུན་གྱིས་  
 སྤྱས།     |འོད་དང་འོད་ཟེར་བསམ་ཡས་འཕྲོ།     |སྒྲུང་  
 སྤོང་ཆུ་ཟླ་ལྟ་བུར་གསལ།     |ཕྱགས་དབུས་ཟླ་སྤེང་རལ་

གྲིའི་ལྟེར། རྫིེ་ཡིག་གསེར་ཞུན་འབར་བའི་མཐར། །  
སྒྲགས་གྱི་ཕྱེང་བས་གཡས་སུ་བསྐྱོར། །འོད་འཕྲོས་  
རྒྱལ་མཆོད་འགྲོ་སྒྲིབ་སྦྱངས། །སྤྱིད་ཞིའི་དྲངས་བཅུད་  
མ་ལུས་བསྐྱུས། །རང་ཐིམ་རུས་བསྐྱེད་བྱུན་ཕྱོངས་  
བཅོམ། །མཁུན་རབ་སྒྲུང་བ་རྒྱས་པར་གྱུར། །ཨོྲཱ་  
ར་པ་ཙ་ན་རྫིེ་ ཞེས་བཟླ་ཞིང་མི་དམིསག་པའི་ངང་ལ་མཉམ་པར་བཞག་  
གོ ཞེས་པའང་རས་སྦྱལ་གྱི་གསུང་ངོར་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྩོེུས་སོ།།

༥ རྟོན་བདག་ཇི་སྒྲུ་ལ་འི་སྒྲུ་བ་བབས་རྒྱུན་ཁྱེར་ནི། སྒྲུ་བ་རྟོན་མཆོད་གཏོར་ལ་

རྟོན་བཅས་ཏེ། རང་མ་དུན་རྒྱུ་འི་ཁང་བཟང་དབུས། །

པར་ཉི་ཟླའི་གདན་སྟེང་དུ། རིན་ཆེན་ཞོར་བདག་ཇི་སྒྲུ་

ལ། ཁེར་གསལ་སྒྲེག་བརྩིང་ཁྱོ་འཛུམ་ཉམས། །

ཕྱག་གཡས་ཀར་སྒྲུ་ར་འཛིན། གཡེན་པས་ཞོར་སྒྲུ་ག་

ནེའུ་ལེ་བཙུང་། ཞབས་བུང་སྟེང་སྒྲེལ་སྒྲུ་བས་གྱིས་

བཞུགས། རང་དང་རིན་ཆེན་རྒྱས་ཆས་སྒྲུས། རང་

འོད་འཇའ་བེར་སྟོང་དུ་རོལ། རབ་འབྱམས་ཞོར་སྒྲེལ་

སྒྲེན་ཕུང་འཕྲོ། གནས་གསུམ་འོད་གྱིས་ཡེ་ཤེས་

པ། སྒྲུ་དེ་ཅིག་སྒྲུ་དངས་གཉིས་མེད་གྱུར། བྱུགས་

ཀར་སྒྲེ་སྟེང་ཇི་ཡིག་མཐར། སྒྲུ་གས་སྟེང་གསེར་

མདོག་འབར་བས་བསྟོར། རེ་ལས་འོད་འཕྲོས་འཁོར་

འདས་གྱི།                      །དྲངས་བཅུད་དཔལ་ཡོན་མ་ལུས་  
བསྐྱུས།    །རང་དང་རྟེན་རྫས་ལ་བྲིམ་པས།    །འདོད་  
གྱུ་འི་དཔལ་འབྱོར་རྒྱས་པར་བསམ།    ཨོ་ཇྟུ་ལ་ཇ་ལེན་  
ཡེ་སྒྲ་རྒྱ།    ཞེས་ཅི་འགྲུབ་དང་སྐབས་སུ།    །སུ་བ་སུ་རྒྱ་སྒྲ་  
རྒྱ།    ཞེས་ལས་སྒྲགས་བཏགས་པའང་ཅི་རིགས་བཟླ་ཞིང་།    ཐུན་མཚམས་  
སུ་མཆོད་གཏོར་ཨོ་ཨྲུཾ་རྒྱ་གིས་བརྒྱབས་ལ།    ཇེེ    རོར་བདག་  
ཆེན་པོ་ཇྟུ་ལ།    །འཁོར་བཅས་འདིར་གཤེགས་རྟེན་ལ་  
བཞུགས།    །དངོས་འབྱོར་ཡིད་སྒྲུ་ལ་མཆོད་ཆོགས་  
འབུལ།    །གྲུས་པས་མཆོད་ཅིང་བསྟོད་པར་བགྱི།    །  
རྟག་རྒྱ་མི་འབྲལ་བཅུར་དགོངས་ལ།                      །འདོད་གྱུ་འི་  
དངོས་གྲུབ་དུས་འདིར་སྟོལ།                      །ཞེས་གངས་མང་གསོལ་ཞིང་  
བརྟན་བཞུགས་བྱའོ།    །ཞེས་པའང་ངག་དབང་ཡེ་ཤེས་གྱི་ངོར་འཇིགས་བྲལ་ཡེ་

ཤེས་རིག་གི་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་ལྟར་།

༥ ། རྒྱལ་མཆོན་ཅེ་མེད་དཔུང་རྒྱན་གྱི་རྒྱན་ཁྱེར་ནི། ན་མོ། སྒྲ་མ་

མཆོག་ག་ག་སུམ་ཡི་དམ་ལྟར། །གྲུས་པས་སྐྱབས་མཆི་

མཁའ་མཉམ་འགྲོ། །སྒྲ་མེད་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཐོབ་

ཕྱིར། །རིག་པའི་རྒྱལ་མོ་སྒྲོམ་པར་བགྱི། །ལན་གསུམ་

གྱིས་སྐྱབས་སེམས་བྱ། རྒྱུ་ཅེ་ པད་ཟླའི་སྟེང་དུ་རང་སེམས་རྒྱ་

སེར་ལས། །རྒྱལ་མཆོན་ཅེ་མེད་ལྷ་མོ་སྐྱ་མདོག་

སེར། །ཞལ་བཞི་སེར་དཀར་དམར་སྟེང་དུ་ཁའི་

མདངས། །ཞལ་རེར་སྐྱོན་གསུམ་བྲོའི་ལྷོ་བ་

འཕྱང་། །གཡས་གཉིས་ཕྱག་ན་རལ་གྱི་འཁོར་ལོ་

དང་། །ཞགས་པ་རྩེ་རྩེས་མཆོན་པའི་གཏུན་ཤིང་

གཡོན། །རབ་བརྒྱེས་ཐོད་སྐྱམ་དབུ་བརྒྱན་གཡོན་

བརྒྱང་བཞུགས། །དར་དང་རིན་ཆེན་སྒྲ་ཆོགས་མཛེས་



པས་བརྒྱན།      །ཐུགས་ཀར་ཟླ་སྟེང་རྩྱ་མཐར་ཐུགས་  
ཀྱིས་བསྟོར།      །དེ་ལས་འོད་འཕྲོས་རྒྱལ་མཆོད་ཐུགས་  
རྒྱད་བསྐྱལ།      །འགྲོ་ཀུན་འཛིགས་དང་བར་ཆད་ཐམས་  
ཅད་བསལ།      །ཕས་ཚོལ་རྣམས་ཀྱི་རུས་སྟོབས་རྩད་  
ནས་བཅོམ།      །འོད་ཟེར་རྩྱུར་འདུས་རང་ལ་བྲིམ་པ་  
ཡིས།      །གཟི་བརྗིད་མཐུ་སྟོབས་རབ་དུ་རྒྱས་པར་  
བྱུང།      །ཨོྩ་ཨྩ་ཨྩ་ག་ཡུ་རྩྱ་རྩྱ་ཨྩ་ཨྩ་ཨྩ་ཨྩ་ཨྩ་ཨྩ་  
ཞེས་ཅི་རུས་བཟླ།      །མཐར་རྩྱ་རྩྱ་རྩྱ་གིས་སྒྲར་སྒྲར་བསྐྱུ།      ཨྩ་ཨྩ་  
ཨྩ་ཀྱིས་སྒྲར་ཡང་སྐྱར་སྐྱར་ལ།      །ཨོྩ་ཨྩ་རྩྱ་གིས་གནས་གསུམ་  
བསྐྱུང།      དག་བ་འདི་ཡིས་སྐྱར་དུ་བདག་      །རྒྱལ་མཆོན་  
ཅེ་མེའི་ལྷ་མོ་འབྱུག།      །འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་  
པ།      །དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཞོག་      །ཉིན་མོ་བདེ་

ཡེགས་སོགས་བཀའ་ཞིས་བརྗོད་དོ།

བུས་པ་སྟེ་རྩོམ་སོ།།

ཁེས་གྲོང་གསལ་གཏེར་བྱོན་ལས་

༥ གོ་ལོད་རྒྱུན་ཁྱེར་ནི། སྐད་ཅིག་རང་ཉིད་ཁྱེད་ཀྱི་འཕྱུང་གོ་བོ་  
ལོད། །དམར་ནག་ཁྲིམ་འབྲུག་ས་ཨམ་གཅིག་ས་རྩ་  
སྐྱ་སྐྱོག་ས། །རྫི་རྫི་ཕུར་གདེང་ས་ལྷུག་ས་སྒྲིག་ཁྲ་ཐབས་  
འབྱེད། །གསང་ཕོད་ཆོས་གོས་སག་ལྷུམ་མགོ་ཕྱིང་  
སྒྲས། །པད་ཉི་རྒྱལ་བསེན་སྟག་མོ་གྲུས་མའི་སྟེང་།  
འབྱིང་སྟུབས་བསྐྱལ་མེ་འབར་བའི་གྲོང་དུ་རོལ། །  
ཐུག་ས་ཀའི་རྩ་དམར་འོད་ཟེར་འཕྲོ་འདུ་ཡིས། །འཁོར་  
འདས་སྒྲིག་ལ་དབང་བསྐྱར་མཐུ་ཐོབ་བསམ། །ཨོྭ་ཨྭེེ།  
རྩ་བཏྲ་གྲུ་ཐུ་གོ་བོ་ལོད་ལོ་ཀ་སའ་སྒྲི་སྒྲི་རྩ་རྩ། །ཞེས་པའང་  
འབྲུལ་ཞིག་གི་ངོར་རྩྭ་ནས་སོ། །

༥ ། ཀུརུ་ཀུལྱེའི་རྒྱུན་ཁྱེར་ནི། གྲམ་དབང་གི་ལྷ་མོར་སྐྱབས་སུ་

མཆི། །བསྟན་འགྲོའི་དོན་དུ་རིག་བྱེད་དབང་མོ་

བསྐྱབ། །ལན་གསུམ། སྐད་ཅིག་རང་ཉིད་དབང་མཛད་ལྷ་

མོའི་སྐྱ། །ཞི་ཆགས་སྒྲེག་ཉམས་བཅུ་དྲུག་ལང་ཆོ་

ཅན། །ཕྱག་གཉིས་པརྒྱའི་ལྷགས་ཀྱུ་ཞགས་པ་

འཛིན། །དར་དང་རིན་ཆེན་རུས་པའི་རྒྱན་གྱིས་

མཛེས། །པད་ཉིའི་གདན་ལ་གཡེན་བརྒྱུད་གར་གྱིས་

རོལ། །གདོད་ནས་དམ་ཡེ་དབྱེར་མེད་སྐྱར་གསལ་

བའི། །ཐུགས་ཀར་ཉི་སྟེང་རྩྱེ་མཐར་སྐྱགས་གྱིས་

བསྐྱོར། །དེ་ལས་འོད་འཕྲོས་འཁོར་འདས་དྲུངས་

བཅུད་བསྐྱུས། །རང་ཐིམ་གཟི་བཏུང་རུས་པ་མཆོག་ཏུ་

འབར། །སྐྱང་སྟིད་ཁམས་ལ་དབང་བསྐྱར་དབང་ཐོབ་

གུར། ཨོྫ་རུ་ཀུལྷེ་རྩི་ལྷ་རྩ། ཞེས་བཟླས་མཐར་མི་དམིགས་  
པར་བཞག་ལ་དག་བ་བསྟོའོ། ཞེས་པའང་ཨ་ཞེ་དགོན་མཆོག་ཆོས་སྟོན་གྱི་  
ཉམས་བཞེས་སུ་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྟོ་རྟེས་སོ། །

༥ རྫོང་ལྷོ་མོའི་རྒྱུན་ཁྱེར་ནི། བལྟོ། སྒྲ་མ་མཆོག་གསུམ་ཡི་

དམ་ལྟར། །གྲུས་པས་སྐྱབས་མཆི་མཁའ་མཉམ་

འགྲོ། །སྒྲ་མེད་བྱང་རྒྱལ་མཆོག་ཐོབ་ཕྱིར། རྫོང་ལྷོ་

མོ་བསྐྱོམ་པར་བགྱི། །ལན་གསུམ། དབྱིངས་ཡེ་བྱང་

འཇུག་རྩྱུ་ཡིག་འབར། རྫོང་ལས་དུར་བྱོད་གཞལ་ཡས་

སྟ། །བདག་ཉིད་ལས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མ། །མཐིང་ནག་

ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་པ། །གཡས་པས་རལ་གྱི་

བསམ་གཅོད་ཕྱར། །གཡོན་པས་རྫོང་ལྷོ་ལྷོ་བྱ་

འདྲིལ། །ཞབས་གཉིས་གར་སྐྱབས་དབྱ་བག་གས་

བརྒྱུས། དུར་བྱོད་འབར་བའི་ཆས་རྣམས་རྫོགས། །

ཡེ་ཤེས་མེ་ཡི་གྲོང་ན་རོལ། །ཐུགས་ཀར་ཉི་ལྷོ་རྩྱུ་

མཐིང་མཐར། །ཐུགས་ཀྱི་ཐོང་བས་བསྐྱོར་བ་ལས། །



འོད་ཟེར་མེ་ཡི་ཚུ་ཚུ་འཕྲོས།      །ནད་གདོན་སྡིག་སྡིག་

ཐམས་ཅད་བསྟེན།                      གྱུ་ལས་གྱུ་འཕྲོས་འཛིག་རྟེན་

གང་ནི། །གཟུང་གི་དྲག་སྒྲགས་འབྱུག་ལྟར་སྒྲོ་གས། །

བྱུགས་ནི་སྒྲོལ་མཛད་ཡེ་ཤེས་འབར།      བྱུང་མ་ལྷ་དང་

བཅས་པ་དང་། ། བདུད་བགོགས་དབྱ་དང་དམ་སྤྱིའི་

ཆོགས། །ཕུར་བུས་གདབ་ཅིང་ཐོ་བས་བརྟུང་། །ཕྱག་

ཀྱུས་མནན་ཅིང་བརྒྱག་པར་བསམ།      ཨོྃ་བྱ་བྱ་བྱ་ཏ་ཡ་བྱ་

ཏ་ཡ་སའ་ཐ་དུལྱུན་བརྒྱུ་རྟེན་ཨ་ཁྱེ་པ་ཡ་ཏི་སའ་ཐ་བེལྱུན་

གཡ་ལ་ལྷ་གཙུག་ཅུ་བུ་གི་ལི་གི་ལ་ལ་སྟོ་སྟོ་ཕྱེ་ཕྱེ།

ཅེས་བཞུས་མཐར།      ཟླ་ཟླ་ཟླ་གིས་བསྟ།      སྤྲ་སྤྲ་སྤྲ་གིས་སྤྲ།

ཨོྭ་ཨུཾ་ཧཱུྃ་གིས་བསྐྱེད་།

བདག་ རྫོང་ཕྱེད་མོ་འགྲུབ་གྱུར་ནས། ། འགྲོ་བ་

གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ།      །དེ་ཡིས་ས་ལ་འགོད་པར་

ཤོག།    །ཅིས་ཟབ་བདུན་རྩ་གསུམ་ཆེ་ཟབ་ཆ་ལག་ལས་ཁོལ་དུ་ཕྱུངས་པ་པོ་རྩེ་

ནའོ།།    །

༥ སྒྲེབ་ཅེ་གས་རྒྱུན་ཁྱེར་ནི། ར་མོ། སྒྲེབ་མ་མཆོག་གསུམ་ཡི་

དམ་ལྟར། །གྲུས་པས་སྐྱབས་མཆི་མཁའ་མཉམ་

འགྲོ། །སྒྲེབ་མེད་བྱང་རྒྱུ་མཆོག་ཐོབ་ཕྱིར། །སྒྲེབ་

བཅེ་གས་པ་བསྐྱོམ་པར་བགྱི། །ལན་གསུམ། སྟོང་པའི་

ངང་ལས་སྐྱད་ཅིག་གིས། །སྒྲེབ་མཆོག་པད་ཉིའི་གདན་

སྟོང་དུ། །རང་ཉིད་ཁྱོ་ཆེན་སྒྲེབ་བཅེ་གས་ནི། །མཐེང་

ནག་འོད་ཟེར་གྱུན་འཕྲོ་བ། །ཕྱག་གཉིས་བྱུགས་ཀར་

སྒྲིགས་མཛུབ་མཛོད། །ཁྱོ་བོའི་ཆ་ལུགས་ལྡོགས་པར་

བསྐྱོམ། །གནས་གསུམ་ཡི་གའི་འཕྲོ་འདུ་ལས། །ཡེ་

ཤེས་སེམས་དཔའ་སྐྱུན་དངས་བསྐྱེམ། །བྱུགས་ཀར་

ཉི་སྟོང་རྩ་མཐེང་མཐར། །བཟླས་སྒྲུགས་མགལ་མའི་

འཁོར་ལོ་བཞིན། །མེ་ཡི་ཚྭ་ཚྭ་འབྲུགས་ཤིང་

འཕྲོས། །གཞོད་བྱེད་ཉམས་ཆག་ཀུན་བསྐྱེད་གྱུར། །  
ཨོྲ་བྱར་ཀུར་མ་རྒྱ་པ་རྒྱ་ཡ་བྱར་ཙོྲ་བྱར་གི་བི་མ་ལེ་ཨུ་  
ཙུམ་གྱོ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་པཎ། ཅེས་ཉམས་གྲིབ་ཆེན་པོ་ལ་བརྒྱ་ཙུ་ འབྲིང་  
པོ་ལྟ་བུ། རུང་རུར་ཉེར་གཅིག་རེ་བཞུས་ཏེ་སྒྲ་བུ་ཏུ་ཐུས་གདག། སྒྲོད་  
བརྒྱད་རང་བེམ་རང་ཉིད་ཀྱང་། །འོད་གསལ་གཉུག་  
མའི་ངང་དུ་ཡལ། །སྒྲར་ཡང་བྲོ་རྒྱལ་སྒྲར་ཤར་ཏེ། །  
མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀུན་བསྐྱེད་བར་གྱུར། །དགོ་བ་འདི་  
ཡིས་སྐྱར་དུ་བདག། །སྒྲེ་བ་བརྩེགས་པ་འགྲུབ་གྱུར་  
ནས། །འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། །དེ་ཡིས་ལ་  
འགོད་པར་ཤོག། །ཅེས་དགོ་བ་བསྒྲིམ་ཤིས་པ་བརྗོད་དོ། །ཞེས་  
པར་རྒྱ་ནས་སོ། །

༥ ཟབ་ལམ་མཆོ་སྐྱེས་བུགས་ཐིག་གི་རྒྱན་ཁྱེར་སྟོང་པོའི་བཅུད་དྲིལ་བཞུགས་

སོ།། སྐྱབས་སེམས་སྟོན་དུ་འགྲོ་བས། ཡ། སྟོང་ཉིད་དབྱིངས་  
ལས་སྟོང་རྗེའི་གདངས། །རང་རིག་རྫོང་ལས་འོད་  
འཕྲོས་པས། །སྟོང་བཅུད་ཀུན་སྐྱབས་འོད་གསལ་  
ངང་། །ཡུལ་སྐྱང་བདེ་ཆེན་པར་འོད། །མཆོན་ཉིད་  
ཡོངས་རྫོགས་པོ་བྱང་དབུས། །སྐྱ་ཆོགས་པར་ཉི་ཟླའི་  
སྟེང་། །རྫོང་ཡིག་ཡོངས་གྱུར་སྐྱད་ཅིག་གིས། །རང་  
ཉིད་འཆི་མེད་ཐོད་ཐོད་རྩེའ་ཕྱེད། །དཀར་དམར་མདངས་  
ལྡན་གཞིན་ཚུལ་མཛེས། །ཁྱོད་འཕྲུལ་རྗེས་ཆགས་ལང་  
ཆོས་སྒྲེགས། །ཕྱག་གཉིས་རྩེ་རྩེ་ཐོད་པ་འཛིན། །  
ཞབས་བྱང་སྐྱེལ་མོ་གྱུང་གིས་བཞུགས། །རང་འོད་  
མཚན་ར་བཞི། །མདའ་དར་ཆོ་བུམ་འཛིན་དང་སྟོར། །

སྒྲ་ཚོགས་དར་དང་རིན་པོ་ཆེ།      །སྒྲ་གཤམ་རུས་པའི་  
ཀྱན་གྱིས་སྦྱས།      །འཇའ་འོད་ཟེར་སྒྲོད་སྒྲོད་དུ་རོལ།      །  
གདོད་ནས་དམ་ཡེ་དབྱེར་མེད་པའི།      །ཐུགས་དབུས་  
འོད་གྱི་གུར་བྱིམ་སྦྱབས།      །གསེར་རྩྭ་ཕྱེ་ལྡེའི་ལྟེ་བ་  
རུ།      །དྲངས་མའི་སྒྲོག་ཡིག་སྒྲིམ་དཀར་དམར།      །དེ་  
མཐར་སྒྲ་གས་གྱི་སྒྲོད་བས་བསྒྲོར།      །དེ་ལས་འོད་ཟེར་  
རབ་འཕྲོས་པས།      །རྒྱལ་བ་མཆོད་ཅིང་བྱིན་རྒྱབས་  
བསྒྲུས།      །འགྲོ་བའི་སྒྲིབ་སྦྱངས་བདེ་ལ་བཀོད།      །  
འཁོར་འདས་ཆེ་བསོད་དྲངས་བཅུད་ཀྱན།      །འོད་ཟེར་  
བདུད་ཕྱིའི་རྣམ་པ་རུ།      །ཏིང་འཛིན་སྒྲིམ་ཐིམ་གཟི་བྱིན་  
འབར།      །སྒྲ་བ་ལྟ་དང་སྒྲ་གྲགས་སྒྲ་གས།      །ཁོ་  
ཏྲོག་ཆོས་ཉིད་གཉུག་མའི་ངང་།      །བདེ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་



རོལ་པར་གྱུར།      ཨོྫེ་ཨྲུཾ་རྩྱཾ་བཏྲ་གྲུ་པར་བཅོད་ཐེང་  
ཕུལ་བཏྲ་ས་མ་ཡ་ཇོཾ་སིརྩྱཾ་པ་ལ་རྩྱཾ་ཨྲུཾ་      ལྷར་སྣང་མི་  
དམིགས་འོད་གསལ་ཆེ།      །སྒྲེས་བུལ་ཀ་དག་གྲོང་དུ་  
བརྒྱལ།      །སྒྲུར་ཡང་མཁའ་ལ་འཇའ་ཆོན་བཞིན།      །རྩོ་  
རྩེ་གསུམ་གྱི་ཕུག་རྒྱར་སང།      །མཐར་དགོ་བ་བསྒྲེའིང་ཉིས་པ་  
བཅོད་དོ།      །ཉིས་པའང་སྒྲུ་ཞབས་རྩོ་རྩེ་རིག་འཇོན་གྱི་གསུང་ངོར་འཇིགས་བུལ་  
ཡེ་ཉིས་རྩོ་རྩེས་བྲིས་པ་དགོ་ལེགས་སུ་གྱུར་ཅིག།      མཛུམྟ། ॥      ॥

༥

དཔལ་དྲེ་ཐུར་བུའི་རྒྱན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་སྒྲིང་པོར་དྲིལ་བ་བཞུགས་སོ།

ན་མོ། སྒྲུ་མ་མཆོག་གསུམ་དཔལ་ཆེན་ཏེ་རུ་ཀར། །

གུས་པས་སྐྱབས་མཆི་བདག་སོགས་མཁའ་མཉམ་

འགྲོ། །བདུད་དབྱ་དམ་སྒྲིའི་གཡུལ་ལས་རྣམ་རྒྱལ་

ཕྱིར། །བྲག་འབྱུང་དྲེ་ཐུར་གཞོན་ལུ་བསྐྱེམ་པར་བཅུ། །

ཨོ་སྤྱ་བྱ་ཕ་ཤུལ་སའ་རྣམ་མཁའ་སྤྱ་བྱ་ཕ་ཤུལ་ཉེ་ཏོ། །སྒྲིང་

ཉིད་དབྱིངས་ལས་འགགས་མེད་སྒྲིང་དྲེའི་སྒྲིན། །སོར་

ཏོག་ཡེ་ཤེས་རང་རིག་རྩྭ་མཐིང་ནག །འབར་བའི་འོད་

ཀྲིས་སྒྲིང་བཅུད་དངོས་འཛིན་སྐྱུངས། །གཟུང་བའི་

ཡུལ་སྐྱུང་མེ་རི་འབར་བའི་དལ། །རང་བྱུང་ལྷན་གྲུབ་

བཀོད་པ་འབྱམས་གྲས་དབུས། །འཛིན་སེམས་དག་པ་

རྒྱ་ཡི་འཕྲོ་འདུ་ལས། །སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་སྤྱི་

གཟུགས་དཔལ་ཆེན་པོ།      མཐིང་ནག་དབུ་གསུམ་

གཡས་དཀར་གཡོན་དམར་ཞལ།      རྒྱག་རྒྱག་གཡས་

གཉིས་རྩེ་རྩེ་ཅེ་དགུ་ལྔ།      གཡོན་གཉིས་འབར་བའི་མེ་

དང་ཁ་རྒྱ་ཀ      རྩ་གཉིས་རི་རབ་ཕུར་བུ་འདྲིལ་ཞིང་

འདེབས།      ཞབས་བཞི་འདྲོར་སྟབས་སྟུ་ཆེན་པོ་མོ་

བརྩེས།      བྲོ་གཏུམ་བཟོད་པར་དཀར་བའི་ལང་ཆོ་

ཅན།      རྩེ་རྩེའི་གཤོག་པ་དུར་བྲོད་དཔལ་ཆས་

རྩོགས།      རྒྱས་འདེབས་སྟོ་སྟུ་གཡོན་ནས་འབྲིལ་བའི་

ཡུམ།      ཁ་རྒྱ་དུང་བྲག་འཛིན་དང་མཉམ་པར་སྦྱོར།      །

སྦྱོ་བོར་ཡེ་ཤེས་བྱ་བྱུང་འཕུར་ཞིང་སྦྱིང་།      སྦྱ་ཆོགས་

པར་ཉི་མ་འབར་བའི་སྦྱིང་།      བསྐྱལ་མེ་དྲག་ཏུ་

འབྲུགས་པའི་གྲོང་དུ་རོལ།      ཅི་ཏུ་མཆོང་སྦྱག་འོད་གྱེ་

གུར་བྱིམ་དབུས།      །ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་རྡོར་སེམས་  
མཐིང་གསལ་གྱི།      །བྱུགས་དབུས་ཉིང་འཛིན་སེམས་  
དཔའ་རྡོ་རྡེའི་ལྟེར།      །རྩྱ་མཐར་སྒྲགས་སྤེང་བེཾ་ལྷ་ཁུན་  
མའི་མདངས།      །གཡས་སུ་བསྐྱོར་ལས་བསམ་ཡས་  
འོད་ཟེར་འཕྲོས།      །འཕགས་མཆོད་འགྲོ་བའི་སྒྲིབ་  
བསལ་དམ་ཅན་བསྐྱུལ།      །དབྱ་བགེགས་ཚར་བཅད་  
སྒྲིང་གྲགས་རྟོག་པའི་ཆོས།      །ལྷ་སྒྲགས་ཆོས་ཉིང་ཡེ་  
ཤེས་རོལ་པར་འགར།      །ཨོ་བཟླ་གྱི་ལི་གྱི་ལ་ཡ་སར་  
བིཾ་ན་བོ་རྩྱ་པར།      རོ་རྩྱ་ཨྱུ་      སྒྲོད་བཅུད་འོད་ཁུ་རང་  
ཐིམ་རང་ཉིང་གྲུང་།      །མཁའ་ལ་སྒྲིན་བཞིན་འོད་གསལ་  
དབྱིངས་སུ་ཡལ།      །སྒྲར་ཡང་བྱང་འཇུག་སྒྲུ་མའི་སྒྲག་  
ཀྱར་སང།      །སྒོ་གསུམ་མི་ཤིགས་རྡོ་རྡེའི་གོ་དང་

ལྷན།            །དག་བའདི་ཡིས་བདག་དང་སེམས་ཅན་

ཀུན།    །བདུད་ལས་རྣམ་རྒྱལ་བར་ཆད་ཀུན་ནི་ནིང་།    །

དྲི་རྩེ་གཞིན་རུ་ཟུང་ན་འདས་པའི་མཆོག་            །འབྲས་བུ་

བྱང་ཆུབ་ངེས་པར་བརྟེས་གྱུར་ཅིག་            །ཕྱིན་རྒྱབས་

མཆོག་སྟོལ་ཙུ་བརྒྱད་སྒྲུ་མ་དང་།            །དངོས་གྲུབ་ཆར་

འབེབས་ཡི་དམ་གྱི་ལ་ཡ།            །ཕྱིན་ལས་ཐོགས་མེད་

མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྐྱོང་སོགས།    །རབ་འབྱམས་དགྱིལ་

འཁོར་འཁོར་ལའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག་    །ཅེས་པའང་པར་འཛིན་མཆོག་གི་

ངོར་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་དྲི་རྩེས་ཤར་མར་སྟེལ།།    །

ཀླུ་མཁའ་འགྲོ་བླ་གསལ་ཐོག་གི་རྒྱུན་ཁྱེར་ནི།      ན་མོེེ      རང་རིག་ཡེ་

ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མརེེ      འདུ་འབྲལ་མེད་པར་སྐྱབས་

སུ་མཆིེེ      མ་རྟོགས་གཉིས་འཛིན་འབྲལ་པའི་གྲོེེ      རང་གྲོལ་ཆེན་པོར་སེམས་བསྐྱེད་དོེེ      ཡེེེ      མ་

བཅོས་ཀ་དག་དེ་བཞིན་ཉིདེེ      ལྷན་གྲུབ་ཀུན་སྣང་སྣོད་

རྩེའི་རྩེལེེ      སོར་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ཡི་གོ་བོེེ      མཁའ་ལ་

འཇའ་ཆོན་བཞིན་དུ་ཤརེེ      འོད་འཕྲོས་མ་དག་དངོས་

འཛིན་སྐྱབསེེ      སྣོད་བཅུད་བདེ་ཆེན་པལྒྱའོདེེ      རོ་

མཆར་དག་པའི་གྲོང་ཁྱེར་དབུསེེ      པལྒྱ་ཉི་ཟླའི་གདན་

སྣོད་དེེུ      རང་ཉིད་ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་མེེ      བདེ་སྣོད་

དབྱེར་མེད་དཀར་དམར་མདངསེེ      མཆན་དཔེའི་ལང་

ཆོ་མཆོག་ཏུ་འབརེེ      ཐོག་ལེ་ཉག་གཅིག་ཞི་འཇུག་



ཞལ་།      ཐབས་ཤེས་བྱང་འཇུག་ཕྱག་གཉིས་ཀྱིས་།

བདག་ཏྟིག་ཅུང་གཅིང་གི་གྲག་དང་།      དངོས་གྲུབ་

མཆོག་སྟོལ་ཐོང་པ་འཛིན་།      ཞབས་གཉིས་མཉམ་པའི་

སྐབས་ཀྱིས་བཞེངས་།      གཅེར་མོ་དར་དང་རིན་པོ་ཆེ་།

མེ་ཏྟིག་ཐོང་བ་དུ་མས་བརྒྱན་།      སྤྱི་བོར་ཐབས་མཆོག་

རིགས་ཀྱི་བདག་།      པར་གར་དབང་ཐོང་ཐོང་ཅུལ་།

རྩེ་རྩེལ་འཛིན་ལོངས་སྤྱི་ཆས་།      འཇའ་འོང་ཐེར་

ཐིག་གྲོང་དུ་བརྩེད་།      གདན་གསུམ་སྤྱི་ཡི་བཀོད་པ་

ལ་།      ཅུ་གསུམ་རྒྱལ་བ་རབ་འབྱམས་ཀྱིན་།      མ་

འདྲེས་ཏིལ་གོང་ཕྱུར་བཞིན་རྩོགས་།      གདོད་ནས་དམ་

ཡེ་དབྱེར་མེད་པའི་།      ཐུགས་ཀར་ཉི་ཟླའི་གཏུའི་

སྐབས་།      བོ་མཐར་སྤགས་ཀྱི་ཐོང་བས་བསྐྱོར་།      འོད་

འཕྲོས་བརྟན་གཡེའི་དངོས་ཀྱི་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་གསལ་

རྟོག་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ལྟ་བུ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་ལེ་ཤེས་རྟོག་པའི་

པར་བཞུགས་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་

ཞེས་ཅི་ལྟར་བཞུགས་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་

གཉིས་མེད་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་

འཕྲོག་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་

ལྟ་བུ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་

བསམ་གཏིགས་པའི་དགོངས་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་

མཐའ་བཞུགས་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་

སེམས་ཅན་ཀྱི་ལྟ་བུ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་

ལོ་གསལ་གྱི་ལྟ་བུ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་

སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་

བཅས་གི།      འགལ་རྒྱུན་ཀུན་ནི་བསམ་དོན་འབྱུང་།  
འགྲོ་ཁམས་དོང་སྒྲུགས་བཀྲ་ཉིས་ཤོག།      ཅེས་པའང་  
བསོད་ནམས་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་དོར་རྩྭ་ནས་སོ།།    ॥

༥

ཅུ་གསུམ་དམ་ཅན་སྤྱིའི་གཏོར་འབུལ་རྒྱུན་ཁྱེར་སྤྱིང་པོར་དྲིལ་བ་བཞུགས་

སོ།

ཁ་མོ་གུ་རུ་བཟླ་རྟ་ར་ཡེ། ཤ་ཆང་གི་དམ་ཇུས་གཙོ་བོར་གྱུར་

པའི་མཆོད་གཏོར་བཤམས་ལ་བདུད་རྩིས་བྲན། རང་ཉིད་ཡི་དམ་ལྷའི་ང་རྒྱལ་

ལ་གནས་པས། རྩི་ཡོ་ཁྱོ་གིས་བསང་སྒྱུར། སྤྱོད་པའི་ངང་ལས་

སྤྱང་མེ་བོད་སྤྱེད་སྤྱེད། ཁྱུ་རྩི་སྤྱོད་དུ་ཤ་ལྷ་བདུད་རྩི་

ལྷ། བསྐྱོལ་ཞིང་འོད་ཁུ་བཀ་མེད་བདུད་རྩིའི་

བཅུད། འདོད་ཡོན་རྒྱ་མཆོའི་སྤྱོན་ཕུང་འཕྲོ་བར་

གྱུར། ཞོ་ཞུཾ་རྩྱཾ་རྩྱཾ་ས་བསྐྱུ་བ། རྩྱཾ་རྩྱཾ་ རབ་

འབུམས་སྐྱ་གསུམ་རྒྱལ་བའི་ཞིང་ཁམས་ནས། ཁྱེ་མ་

ཡི་དམ་མཁའ་འཕྲོ་ཆོས་སྤྱོད་དང་། གཞོད་སྤྱོན་ཞོར་

ལྷ་གཏོར་དང་གཞི་ཡི་བདག་ བམས་ཅད་ཐུགས་རྩེའི་

དབང་གིས་འདིར་གཤེགས་ཤིག་ ཞོ་ཞུཾ་རྩྱཾ་བཟླ་གུ་

རུ་པར་རྩེ་ཕ་རྩུ་གི་རྩེ་སར་རྩེ་པུ་ལ་བ་སུ་དེ་བཞི་རྩེ་པ་ཏི་  
བྱུ་མི་པ་ཏི་ས་པ་རི་ལྷ་ར་བརྩེ་ས་ལྷ་ངོ་      ཞེས་པས་སྤྱན་ངང་།  
ངོ་རྩེ་བོ་རྩེ་      ས་མ་ཡ་ཏི་ཕྱུ་རྩུ།      ཞེས་བཞུགས་སུ་གསོལ། ཨཱ་  
ཏི་པུ་རྩེ་      བྱ་ཏི་རྩེ་རྩེ་      ཞེས་ཐུག་འཆལ་ཞིང་ལན་གནང་བར་བསམ།  
རྩེ།      དངོས་སུ་འབྱེར་དང་ཏིང་འཛིན་ལས་བྱུང་བའི།      །  
ཉེར་སྤྱོད་འདོད་ཡོན་སྤྱན་ར་ག་གཏོར་ཆོགས་སོགས།      །  
ནམ་མཁའ་རབ་འབྱུངས་གང་བའི་མཆོད་པའི་སྤྱིན།      །  
འབྱུལ་ལོ་བཞེས་ནས་མཆོག་སྤྱན་དངོས་གྲུབ་སྤྱོལ།      །  
ཨོྭ་ཨྱུ་རྩེ་བརྩེ་གུ་རུ་པར་རྩེ་ཕ་རྩུ་གི་རྩེ་བྱི་རྩེ་པུ་ལ་བ་  
སུ་དེ་བཞི་རྩེ་པ་ཏི་བྱུ་མི་པ་ཏི་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨཱ་རྩེ་ནས་  
ཤུ་པ་པ་ཏི་རྩེ་སྤྱུ།      མ་རྩུ་པུ་ཨཱ་མི་ཏ་ཁྱ་ཏི།      མ་རྩུ་  
ར་ཁྱ་ཁྱ་ཏི།      ཞེས་སྤྱིར་མཆོད། བྱེ་བྱག་ཏུ། ལྷ་རྩེ་ས་ཀྱི་ལྷ་གས་

དེ་མེད་ལྷ་གུའི་འོད་ཟེར་གྱིས་གཏོར་མའི་བརྟུང་བྲངས་ཏེ་  
གསོལ་བར་གྱུར་པར་བསམ་ལ།      དེ་མེ་ཐལ་མོ་ཁ་གྱེན་དུ་ཕྱེ་ཞིང་སེ་

གོལ་གཏོགས་པ་དང་བཅས།      ཨོྫེ་ཨུཾ་ཧཱི་བཛྲ་གུ་རུ་པལྷ་ཆེ་ཕ་རྩུ་  
ཀེ་རྩུ་སའ་རྩུ་ལྷ་ལ་བ་སྤུ་དེ་བའི་ཆེ་པ་ཏི་བྱུ་མི་པ་ཏི་ས་  
པ་རི་ལྷ་ར་ཨི་དྲི་བ་ལི་རྟ་ཁ་ཁ་ཁུ་ཏི་ཁུ་ཏི།      ཞེས་ལན་གསུམ་

མམ་བདུན་གྱིས་གཏོར་མ་ཐུལ།      ཧཱི་ཧཱིཾ་      བྱེན་ལྷ་བས་སྤྱེན་ཐུང་  
རིག་འཛིན་སྤྲེལ་དང་།      །དངོས་གྲུབ་ཆར་འབེབས་ཡི་

དམ་ཞི་བྱོའི་ལྷ།      བྱེན་ལས་མཛད་བྱུང་དཔའ་བོ་མཁའ་  
འགོ་ལ།      །གུས་པས་བསྟོད་དོ་མཆོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་

སྤྱུལ་།      །ཧཱི།      བདེ་ཆེན་ཐབས་མཆོག་དཔའ་བོ་ལེགས་  
ལྷན་ནག      །ཕྱག་བཞི་དཔལ་མགོན་སྡེ་ལྷ་དབང་ཕྱག་

ཆེ།      །ཤན་དམར་བྱུབ་འཇུག་རྫོང་ལེགས་བདུད་མགོན་



སོགས།      མགོན་པོ་པོ་རྒྱུད་ཚོགས་ལ་ཕྱག་འཆལ་  
བསྟོད།      ཤེས་རབ་དབྱིངས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་རལ་གཅིག་  
མ།      རང་བྱུང་རྒྱལ་མོ་དུར་བྲོད་མ་མོ་དང་།      ཆོ་རིང་  
མཆེད་ལྷ་གཡུ་སྒྲོན་བརྟན་མ་སོགས།      ལྷ་སྒྲིལ་མ་  
མོའི་ཚོགས་ལ་ཕྱག་འཆལ་བསྟོད།      བཀྲིས་མེད་ཡེ་  
ཤེས་མ་ཞིང་སྟོབས་པོ་ཆེ།      སྡེ་དཔོན་སུམ་ཅུ་ཕུར་སྡུང་  
ལུམ་དལ་སོགས།      བཀོད་སྒྱུན་ཞོར་ལྷ་གཏོར་དང་  
གཞི་ཡི་བདག་      དཀར་ཕྱོགས་སྦྱོང་བ་ཀུན་ལ་ཕྱག་  
འཆལ་བསྟོད།      སོ་སོའི་ཕྱགས་དང་མཐུན་པའི་གཏོར་  
མ་དང་།      མཁའ་རྒྱའི་འདོད་ཡོན་རྒྱ་མཚོ་འདི་བཞེས་  
ལ།      ཅུ་བརྒྱད་ཁྲ་མས་བཀའ་བསྒྲོས་དམ་བཞག་  
ལྟར།      རྣལ་འབྱོར་བདག་ཅག་འཁོར་དང་བཅས་

ནམས་ལ།                      ཁི་བའི་མཆོག་སྟོལ་རྒྱས་པའི་གཟེ་

མདངས་སྐྱེད།    །དབང་གིས་བེལ་གཞོན་དྲག་པོས་དགྲ་

བགེགས་བྱུལ།            །བསྟན་འཛིན་ཞབས་བརྟན་བཤའ་

སྐྱབ་བསྟན་པ་དར།        །འགྲོ་ཀུན་བདེ་སྐྱིད་འཕེལ་བའི་

ཕྱོད་ལས་མཛོད།            །ཅེས་བསྟོད་ཅིང་སྤོང་ལས་གསོལ།        སྐྱོང་བ་

དམིགས་བསལ་དུ་བསྐྱིད་པར་སྟོོན།        ཅུ།        རམ་བརྟེན་དུར་བྲོད་

རོལ་པའི་གཞལ་ཡས་དབུས།    །དགྲ་བགེགས་བསྐྱུལ་

བའི་དྲག་པོའི་ཉེར་སྟོལ་དང་།        །མཆོད་རྩལ་རྟེན་རྩལ་

སྐྱོང་རྩལ་སྐྱབ་པའི་རྩལ།    །འདོད་རྒྱའི་འབྱོར་པ་བདེ་མི་

ཤེས་པ་འདོས།            །ལེགས་ལྡན་ཕྱག་བཞི་དཔལ་མགོན་

སྟེ་ལྟ་དང་།    །དབང་ཕྱག་ཤན་དམར་བྱབ་འཇུག་བདུད་

མགོན་སོགས།              །ཕོ་རྒྱུད་མགོན་པོའི་ཆོག་ས་ཀྱིས་

ཐུགས་དམ་བསྐྱང་། རྫོང་མིན་པའི་མཐུ་ཡིས་བདུང་  
དཔུང་བུལ། ཞེ་གཞུང་འཛུགས་དཔལ་འབར་མ། །  
དུར་བྱོད་ལྷ་མོ་ཆེ་རིང་མཆེད་ལྷ་སོགས། ལྷ་སྒྲིབ་མ་  
མོ་བྱེ་བའི་ཐུགས་དམ་བསྐྱང་། ཐུགས་རྗེ་ཆགས་པའི་  
ཤུགས་ཀྱིས་དབྱ་བགོགས་སྒྲིབ། དཔལ་མགོན་མ་  
ཉིང་སྡེ་དཔོན་སུམ་ཅུ་དང་། ལྷ་སྒྲིབ་ལྷ་སྒྲིབ་ལྷ་སྒྲིབ་  
སྒྲིབ་འབྱུང་པའི་ཆོགས། དཀར་ཕྱོགས་སྒྲིབ་བ་  
ཡོངས་ཀྱི་ཐུགས་དམ་བསྐྱང་། ལངས་རྒྱས་བསྐྱོན་  
སྒྲིབ་བསྐྱོན་དབྱ་ཆེམ་ལ་ཕོབ། རྣམ་སྤྲུལ་ཇམ་ལྷ་ཡབ་  
ཡུམ་ཆོགས་ཀྱི་བདག རྫོང་བདུང་འདུལ་གཞོན་སྒྲིབ་  
འབུམ་ཕྱག་དང་། རིན་ཆེན་གཏེར་འཆང་རྒྱུ་མཆོའི་  
ཐུགས་དམ་བསྐྱང་། ཆོ་སྒྲིབ་དཔལ་སྒྲིབ་འདོད་ཀྱི་

འབྱོར་པ་སྟེལ། མཛོར་ན་བརྒྱད་གསུམ་རིག་འཛིན་སྒྲ་  
མ་ཡི། སྤྱོན་སྤར་ཁས་སྒྲངས་ཆོས་སྤང་ནོར་ལྟའི་  
ཆོག་ས། ཐུག་ས་དམ་དགྱེས་བསྐྱང་ནལ་འབྱོར་བདག་  
ཅག་གི རེ་བའི་འབྲས་བུ་དུས་འདིར་མཆིས་པར་  
མཛོད། ཅེས་དང་། ཆོས་སྤྱོད་སྒྲོས་ཀྱི་བསྐྱང་གསལ་གཞན་སྤྱར་བར་  
འདོད་ན་ཡང་འདིར་བྱ། མཐར་འབུལ་གཏོར་ལ་བདུད་རྩིས་བྲན་ཅིང་། ཨོ་  
ཨྲུཾ་ཧྲཱི་ཧྲོ། གཏོར་མ་དགྲ་བག་གས་ཀྱི་ཤ་བྲག་ཡེ་ཤེས་  
བདུད་རྩིའི་རང་བཞིན་འདོད་ཡོན་རྒྱ་མཆོའི་སྤྱོན་སྤར་  
འཕྲོ་བར་གྱུར་པར་བསམ་ལ། ཧྲཱི། བདེ་ཆེན་ཐབས་  
མཆོག་མགོན་པོ་ཏེ་རུ་ཀ། ཤེས་རབ་དབྱིངས་ཀྱི་ཐེག་  
ལེ་རལ་གཅིག་མ། ཟུང་འཇུག་དབུ་མར་ཤར་བའི་མ་  
ནིང་ནག རྒྱུད་གསུམ་དྲེག་ས་ཆོག་ས་འཁོར་བཅས་

འདིར་གཤེགས་ཤིག      འདྲ་བགའ་ལ་འདི་བྲག་  
མཆོད་གཏོར་མ་ནི།      ཡེ་ཤེས་བདུད་རྩིའི་རང་བཞིན་  
འདོད་ཡོན་གཏོར།      འགྲེས་རྒྱར་འཆར་བའི་མཛད་བྱ་  
མཆོད་པའི་སྒྲིན།      ལྷུང་མཛོད་ལེགས་པའི་གཏང་རག་  
ཆེན་པོར་འབུལ།      འདྲ་བཅོལ་ལས་ཀྱི་གསལ་འདེབས་  
གཉེན་པོར་བཞེས།      ལས་སྒྲུབ་བསྟན་སྒྲུབ་བསྟན་  
འཛིན་སྒྲུ་ཆོ་སྤྲོས།      འདྲ་འདུན་སྡེ་སྤྲོད་འཛིག་ཏེན་  
ཕན་བདེ་སྤྲེལ།      འབྱུང་པར་བདག་ཅག་དཔོན་སྤྲོབ་ཡོན་  
མཆོད་ལ།      འབྱུང་རྒྱུ་བར་དུ་སྤྲོད་སྤྲོབ་མི་གཡེལ་  
བར།      འགལ་ཁྱེན་ཀུན་སོལ་མཐུན་ཁྱེན་ཆར་བཞིན་  
ཕོབ།      ཁྱི་རྒྱས་དབང་དང་མཛོད་སྤྲོད་ལ་སོགས་པ།      །  
གང་བཅོལ་སྤྲིན་ལས་སྒྱུར་དུ་འགྲུབ་པར་མཛོད།      ཅེས་

སྒྲོམ་དང་རོལ་མའི་མཆོན་པས་གཙང་སར་ཕུལ། མགོན་ཡེ་ཤེས་པ་རྣམས་ཏེན་

ཡོད་ན་བཏྲན་བཞུགས་དང་། མེད་ན་གཤེགས་སུ་གསོལ། འཇིག་ཏེན་པ་

རྣམས་། གཙུ་གཙུ་སྤྱ་བྱ་ཕ་ལྟ་བུ་གྱིས་རང་གནས་སུ་བཏང་། དག་བ་

བསྒྲུ་ཞིང་ཤེས་པ་བརྗོད་པས་བདེ་ལེགས་སུ་བྱའོ། །ཞེས་པའང་རང་གཞན་

རྣམས་རྒྱུན་གྱི་གཏོར་ཆོག་འཇུག་པ་བདེ་བའི་ཕྱིར། དངོས་གྲུབ་བརྟེན་པའི་རིག་

འཇིན་རྣམས་ཀྱི་གསུང་ལས་བཏུས་ཏེ་འཇིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྟོ་རྟེན་སྤྱར་བ་ཙེ་

ཡུཿ། །



༥ མ་མོ་སྤྲུགས་ཀྱི་སྤྱང་མའི་གཏོར་འབུལ་སྒྲིང་པོར་དྲིལ་བ་བཞུགས།། ཨོྲེ

སྤྱི། ཟབ་ལམ་མཁའ་འགྲོ་བྱུགས་ཀྱི་ཐིག་ལའི་བཀའ་སྤྱང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མ་

མའི་གཏོར་ཆོག་བྱ་བར་འདོད་པས། གཙང་མའི་སྤྱོད་དུ་གཏོར་མ་བྱ་གསུམ་ལ་

ཁྲག་གིས་བརྒྱན་པ་དང་སྒྲན་རྒྱ་ཉེར་སྤྱོད་སོགས་མཆོད་རྟེན་རྣམས་ཆོགས་

པར་བཞག་ལ། བདག་གི་རྣལ་འབྱོར་སྤྱོད་དུ་འགྲོ་བས། མཆོད་གཏོར་རྣམས་

རི་ཡི་ཁྲི་གིས་བསང་སྤྱང་། སྤྱོད་པའི་ངང་ལས་སྤྱང་མེ་བོད་

སྤྱོད་སྤྱོད་། །བྱུ་རྒྱའི་སྤྱོད་དུ་ལ་ལྟ་བདུད་ཅི་ལྟ། །

བསྐྱོལ་ཞིང་འོད་ཁུ་ཟག་མེད་བདུད་ཅིའི་བཅུད། །འདོད་

ཡོན་རྒྱ་མཆོའི་སྤྱོད་སྤྱང་འགྲོ་བར་བྱུར། །ཨོྲེ་ཨུཾ་ཧྲུྃ་

གིས་བྱིན་བརྒྱབ། མདུན་ཏེན་སྤྱ་བྱ་ལས་སྤྱང་། མདུན་དུ་ཀའ་

རུས་གྲམ་ཁྲོད་ཁྲག་མཆོའི་སྤྱོད་ཅེ། བྱ་གསུམ་དམར་

ནག་མེ་སྤྱང་འབྲུགས་པའི་དབུས་ཅེ། བརྒྱ་ཉི་ལྔ་བམ་

འཛིན་གདན་གྱི་སྟེང་།      རྩོལ་ས་དཔལ་ལྡན་སྤྲལ་ས་གྱི་  
སྤང་མ་ནི།      སྤྱོད་པ་སྤྲལ་ན་གཞིང་དབྱུག་ཅིང་།  
བསྐྱམས་ས།      དཔྱལ་བར་མིག་གཅིག་ཞལ་ན་ཆོམས་  
གཅིག་མ།      བྱང་ན་རུ་གཅིག་ལྷུག་ས་གྱི་རལ་གཅིག་  
གཟེངས།      འཛིག་ས་བྱེད་ཆེན་མོ་རྩམ་པའི་གར་གྱིས་  
རོལ།      དབྱ་གདོན་བགོག་ས་གྱི་སྤོག་དབྱུག་ས་འཕྲོག་  
པར་བྱེད།      གནས་གསུམ་འོད་གྱིས་ཡེ་ཤེས་སྤྱན་  
དྲངས་གྱུར།      ཅེས་གསལ་བཏབ་ལ།      རྩོ།      བདེ་ཆེན་ཀུན་  
བཟང་ཡུམ་གྱི་མཁའ།      །རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་སྤྲོས་བྲལ་  
དབྱེངས།      །དམིགས་མེད་ཆོས་སྤྱི་དབྱེལ་འཁོར་  
ནས།      །བྱུག་ས་རྩེ་སྤྱལ་པའི་སྤྱར་བཞེངས་མ།      །  
མཁའ་འཕྲོ་ཀུན་གྱི་གཅི་མོ་ཆེ།      །སྤྱིད་གསུམ་དབང་

བསྐྱར་རལ་གཅིག་མ།      །གསང་སྒྲགས་བཀའ་སྒྱུང་

སྒྲེལ་བའི་ཡུམ།      །སྒྲག་ནག་བྲོས་མ་གཤེགས་སྒྱུ་

གསོལ།      །དད་པ་དང་ནི་དམ་ཆོག་གིས།      །ཚུར་

གཤེགས་ཚུར་གཤེགས་མ་གཅིག་གྱེ།      །མིང་པོ་རྩོ་

རྩོ་པོ་འབོད་གྱེ།      །མིང་མོ་དམ་ཅན་ད་ཚུར་བྱོན།      །

ཏག་རྒྱ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨེ་བྱ་རྟི།      བཟླ་ས་ལྷ་ཨེེ      ཨེེ

རྩོ་པོ་རྩོེ      །ཞེས་སྒྲན་བྲངས།      ས་མ་ཡ་ཏིཏྲུཏྲུ་ས་བཞུགས་སྒྱུ་གསོལ།

ཏག་རྒྱ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨེ་ཚྱུ་སོགས་ནས།      །འབྲུ་པ་ཏིཚྱུ་

སྒྲུ་རི་བར་གྱིས་བྱི་མཆོད་དང་།      མ་རྒྱ་པ་ཏྲུ་ཨེ་མི་ཏ་ཁྲུ་རྟི།      མ་

རྒྱ་ར་ཏྲུ་ཁྲུ་རྟི།      །ཞེས་སྒྲན་ར་གསོལ།      རྩོ་མ་མ་ཨེ་ག་རྒྱུ་རི་ས་མ་

ཡ་རྩིང་རྩིང་ཨེེེ      ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨེ་དྲི་བ་ལི་རྒྱ་ཁ་ཁ་ཁྲུ་

རྟི་ཁྲུ་རྟི།      །ཞེས་ལན་གསུམ་མམ་བདུན་གྱིས་གཏོར་མ་སྐལ་ལ།      །ལྷོ།

བསྐྱལ་པའི་མེ་ལྟར་འབར་བའི་དུར་བྲོད་ནས། །ཤིན་ཏུ་  
གསོད་པའི་སྐྱ་ག་ནག་བྲོས་མ་ནི། །ནམ་མཁའི་  
གཟུགས་ཅན་ལྟེ་སྤྲོན་གོས་སུ་གྱེན། །ཅི་ཏྲ་བཞིང་དམ་  
ཉམས་སྤིང་བྲག་འདྲེན། །ཞིང་ཆུང་དབྱུག་པས་དག་  
སྤིང་ཆེལ་བར་འགས། །འཛིགས་བྱེད་ཆེན་མོ་རལ་  
པའི་ཐོར་ཚུགས་ཅན། །དབྱལ་བར་སྤྱོན་གཅིག་སྤིང་  
གསུམ་ཁོངས་ནས་འབྱེན། །ཞལ་ན་ཆེམས་གཅིག་  
དག་པོའི་སློག་གཅོད་མ། །བྲང་ན་རུ་གཅིག་སྐྱབ་  
མཆོག་བུ་བཞིན་སྤྱོད་། །ཤ་བྲག་ལོངས་སྤྱོད་དམར་  
གཏོར་འདི་གསོལ་ལ། །དམ་ཆོག་དབང་གིས་དམ་  
ཉམས་གཤེད་མ་མཛོད། །མ་མོ་སློག་ལ་དབྱེས་སྤྱིར་  
འདི་གསོལ་ལ། །བདག་གིས་བཅོལ་བའི་སྤྲོན་ལས་

སྐྱབ་པར་མཛོད།      །དམ་ཚིག་དུས་ལ་བབ་བོ་ས་མ་  
ཡ།      །ཞེས་བསྟོད་ཅིང་།      སྒྲགས་སྤྱང་མ་མོ་བྲུགས་དམ་  
དབྱེས་བསྐྱང་ནས།      །གསང་ཆེན་བསྟན་པ་དར་ཞིང་  
རྒྱས་པ་དང་།      །བདག་ཅག་འགལ་རྒྱུན་ཀུན་ནི་མཐུན་  
པའི་རྒྱུན།      །མ་ཚང་མེད་འབྱེད་བསམ་དོན་ལྷན་གྲུབ་  
མཛོད།      ཅེས་སྒྲིན་ལས་བཙུལ།      གཏོར་མ་སྟོབ་ལ་ནོངས་པ་བཟོད་པར་  
གསོལ།      ཡེ་ཤེས་པ་རྟེན་ལ་བསྟེན་ཞིང་དམ་ཚིག་པ་རང་ལ་བསྟུ།      དག་བསྟོ་  
དང་ཤེས་པ་བཟོད་པས་བདེ་ལེགས་སུ་བྱུངོ།      །ཞེས་པའང་རྒྱུན་གྱི་གཏོར་ཆེག་  
འཇུག་པ་བདེ་བར་བྱས་ཏེ་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྟོ་རྟེས་སྤྱར་བ་ཇ་ཡུུ།      །

༡༣། །སྒྲ་མ་ཡི་དམ་སྤྱིའི་གཏོར་འབུལ་ནི། རང་གི་བྱ་གསུ་གའི་

ས་བོན་ལས་བྱུང་བའི་འོད་ཟེར་གྱིས་སྤྱོད་གསུ་བཅུར་

བཞུགས་པའི་སྒྲ་མ་རིག་འཛིན་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཆོའི་དགྱེལ་

འཁོར་གྱི་ལྷ་ཆོགས་ཐམས་ཅད་མཁའ་ཁྱབ་གྱི་འཁོར་

ལོར་སང་པར་བསམ་ནིང་། རྩྱུ། དམིགས་མེད་མཁའ་

ལྟར་ཁྱབ་ཅིང་དག་པའི་སྒྱ། །སྤྱན་འཛེན་གཤེགས་སུ་

གསོལ་བར་མི་དམིགས་ཀྱང་། །བྱ་གསུ་རྗེའི་ངང་ཉིད་

ཆོས་སྐྱར་དག་པ་ལས། །ཡེ་ཤེས་སྒྱུ་མར་རོལ་ཅིང་

གཤེགས་སུ་གསོལ། །ཨོྲཱི་ཨེ་ཧཱི་ཧྲི་ཧྲི་ག་ལྷན་མ་རྒྱ་ཀླ་

རུ་ཁྱི་ཀླ་ཏི་ཤྱ་རྟོེ་ ས་མ་ཡ་རྟོེ་ ས་མ་ཡ་སྟོེ་ རོེ་རྩྱུ་

བོ་རྟོེ་ །ཞེས་པས་སྤྱན་རྒྱངས་ལ། མཆོད་པ་ནི། རྩྱུ། སྒྲ་མེད་

མཆོག་གི་མཆོད་པ་དམ་པ་ནི། །ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཡི་འོད་



ཟེར་རྣམ་པར་འཕྱོ། །འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལྷ་ཡིས་རབ་  
བརྒྱན་ཏེ། །དམ་ཚིག་བཞིན་ལས་ཅི་བདེར་བཞེས་སུ་  
གསོལ། །ཨོྭ་ཨྷུཾ་རྩྱུ་གུ་རུ་མཐུ་ལ་དེ་བ་ག་ཏ་ས་པ་རི་  
ལྷ་རེ་བྱུང་། བཟླ་ཨམ་རྩྱུ་པ་རྩྱུ་རྩྱུ་ལྷ་ལ། །ཤུའི་བར་གྱིས་ཕྱི་  
མཆོད་དང་། བཟླ་པ་ཉུ་ཨམ་ཕྱི་ཏ་ཁ་རྩྱུ་ཏེ། མ་རྩྱུ་ར་ཏུ་ཁ་  
རྩྱུ་ཏེ། ཞེས་སྒྲན་ར་ག་སྟོབ། དེ་ཆེའི་ཐལ་མོ་ཁ་གྱེན་དུ་ཕྱེས་ལ། ལྷ་  
རྣམས་གྱི་ལྷ་གས་རྩྱུ་ལས་བྱུང་བའི་དེ་ཆེའི་སྤྱུ་གུ་ཅན་གྱི་  
འོད་ཟེར་གྱིས་གཏོར་མའི་བཅདུ་དྲངས་ཏེ་གསོལ་བར་  
བསམ་ཞིང་། གོང་གི་སྤྲུགས་མཐར། ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨོྭ་དྲི་བ་ལྷི་ཏ་  
གྲི་རྩྱུ་མ་མ་ས་ཐ་སི་རྩྱུ་མེ་པ་ཡ་རྩྱུཾ། ཞེས་ལན་གསུམ་གྱིས་  
གཏོར་མ་ཐུལ། བསྟོད་པ་ནི། གང་གི་དྲིན་གྱིས་བདེ་ཆེན་  
ཉིད། །སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་འཆར་བ་གང་། །སྤྲུམ་རིན་

ཆེན་ལྷ་བུའི་སྐུ། རྫོང་ཅན་ཞབས་པད་ལ་འདུད། །  
བཅོམ་ལྷན་ཁྲོ་བོའི་རྒྱལ་པོ་ནི། རང་ས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་  
འཁོར་ལོས་སྦྱར། བཀའ་དཀར་མ་ལུས་འདུལ་བ་  
པོ། ཁྲོ་བོའི་རྒྱལ་ལ་ཕུག་འཆལ་ལོ། རྩྱུ་ མཐིང་  
ནག་མི་བབ་སྤོང་པོའི་གཟུགས། བཀར་དགུའི་ཉམས་  
ལྷན་རྩམ་ཞིང་ཁྲོ། བཀའ་ཆེན་ཉི་མ་འབུམ་གྱི་གཟི། །  
རྫོང་ཅན་སྐུ་ལ་ཕུག་འཆལ་བསྟོད། རབ་འཛིགས་རྟ་རྟ་  
རྩྱུ་ཕྱེད་གྱི། རྩམ་པའི་ང་འོ་འབུག་སྟོང་ལྷོ། རྫོང་ཅན་  
གད་མོས་ས་གསུམ་གཡོ། ཁྲོ་རྒྱལ་གསུང་ལ་ཕུག་  
འཆལ་བསྟོད། མི་དམིགས་བྱབ་བརྒྱལ་བབ་གསལ་  
བ། རྩོས་པ་ཀུན་བྲལ་ཡེ་ཤེས་ཆེ། རྩོ་བསམ་བརྟོད་  
མེད་རྫོང་ཅན་གསུགས། ཁྲོ་རྒྱལ་གསུགས་ལ་ཕུག་འཆལ་

བསྟོད། རྒྱག་བྱར་འོས་པ་ཐམས་ཅད་ལ། ཁིང་རྩལ་  
ཀུན་གྱི་གངས་སྟེང་གི། ལྷུས་བརྟུང་པ་ཡིས་རྣམ་ཀུན་  
ཏུ། མཆོག་ཏུ་དད་པས་རྒྱག་འཆལ་ལོ། ཞེས་བསྟོད་  
ཅིང་། མཆོད་སྦྱོན་གཏོར་མ་འདི་བཞེས་ལ། རྣལ་  
འབྱོར་བདག་ཅག་འཁོར་བཅས་ལ། རྟེན་མེད་ཆེ་དང་  
དབང་རྒྱུག་དང་། དཔལ་དང་གྲགས་དང་སྐལ་བ་  
བཟང་། འཛིངས་སྦྱོང་རྒྱ་ཆེན་ཀུན་ཐོབ་ཅིང་། ཁི་དང་  
རྒྱས་ལ་སོགས་པ་ཡི། ལས་གྱི་དངོས་གྲུབ་བདག་ལ་  
སྟོལ། དམ་ཆེན་ཅན་གྱིས་བདག་ལ་སྦྱངས། །  
དངོས་གྲུབ་ཀུན་གྱི་སྦྱོང་གོགས་མཛོད། རྩལ་མིན་  
འཆི་དང་ནད་རྣམས་དང་། གཏོན་དང་བགོགས་  
རྣམས་མེད་པར་མཛོད། ཁྱི་ལམ་ངན་དང་མཆོན་མ་

ངན། བྱ་བྱེད་ངན་པ་མེད་པར་མཛོད། །འཛིག་རྟེན་  
བདེ་ཞིང་ལོ་ལེགས་དང་། །འབྱ་རྣམས་འཕེལ་ཞིང་  
ཡུགས་འཕེལ་བ། །དགོ་ལེགས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་  
བའི་གནས། །ཡིད་ལ་འདོད་པ་ཀུན་འགྲུབ་མཛོད། །  
ཅས་འདོད་དོན་གསོལ། དེ་ནས་དངོས་གཞི་དམ་ཅན་སོ་སོའི་ཕྱིན་ལས་ལ་  
འཇུག་པར་བྱའོ། །

༥ དམ་ཅན་སྤྱིའི་གཏོར་མའི་ཆོ་ག་ཉུང་དུར་བསྐྱས་པ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།

ཨོ་སི་རྩི་རམ་། སྒྲ་མ་མཆོག་དང་དབྱེར་མེད་ཡི་དམ་

ལྷ། དམ་ཅན་རྒྱ་མཆོའི་ཆོགས་ལ་ཕྱག་བཙལ་

ནས། དེ་མཉེས་བྱེད་པའི་གཏོར་མའི་ལས་རིམ་

དག དང་པོའི་ལས་ཅན་དོན་དུ་ཉུང་དུར་བྱ། འདྲི་

དམ་ཅན་སྤྱིའི་གཏོར་མའི་སྤོན་ལས་ལ་འཇུག་པར་འདོད་པས་ཡིད་དང་མཐུན་

པའི་གནས་སུ་སྐྱེས་སྤྱོད་གཞིགས་སོགས་མངོས་པར་བསྐྱར་ཞིང་གཏོར་སྤྱོད་

གསུམ་གྱི་ནང་དུ་སྒྲ་མ་ཡི་དམ་དབྱེར་མེད། ནག་པོ་ཆེན་པོ་ཡེ་ཤེས་དམ་ཅན་སྤྱི།

གཏོར་སྤྱོད་གཞི་བདག་དང་བཙས་པར་གཏོར་མ་རྒྱན་ལྷན། སྤོན་རྒྱ་ཉེར་སྤྱོད་

དང་བཙས་པ་བཤམས། རང་གི་མདུན་དུ་ནང་མཆོད། རྩི་ལྷ། ཐོད་ར།

མེ་ཏོག་སོགས་མཁོ་བའི་ཡོ་བྱད་རྣམས་འཆོགས་པར་བྱས་ལ། བདག་གི་རྣལ་

འབྱོར་བཞུས་པའི་བར་སྤྱོད་དུ་འགོ་བས། མཆོད་གཏོར་རྣམས། རི་ཡོ་ཁྱི་

གིས་བསང་སྒྱུར། སྟོང་པའི་ངང་ལས་ཡི་ལས་སྒྱུར་རྟོ་ལས་  
མེ་གོ་ལས་མི་མགོའི་སྒྱུར་བྱ་གསུམ་ལ་བརྟེན་པའི་ཨ་  
ཡིག་ལས་བྱུང་བའི་བོད་པའི་སྟོང་དུ་བརྩུད་ཐམས་ཅད་  
རྩྱུ་ཨོྱ་སྒྱུ་ཨོྱ་རྒྱ། སྒྱུ་ཨོྱ་སྒྱུ་ཨོྱ་རྒྱ་ལས་བདུད་ཅི་ལྟ་དང་  
སྟོན་མ་ལྟར་གྱུར་པ་སོ་སོའི་ས་བོན་གྱིས་མཆོན་པ་དང་  
བཅས་པའི་འོག་གི་སྒྱུར་གཡོས། མེ་སྤར། རྩས་  
ཐམས་ཅད་ཞུ་ཞིང་འདྲེས་པའི་སྟོང་གི་ནམ་མཁའ་ལ་ཨོྱ་  
ཨོྱ་རྩྱུ་གི་ཡི་གེ་གསུམ་གནས་པ་ལས་འཕྲོས་པའི་འོད་  
ཟེར་གྱིས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐུགས་ཀ་  
ནས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་ཅི་བཀུག། ཡི་གེ་གསུམ་ལ་བེམ་  
སྟེ་རིམ་པར་ཞུ་བ་ལས་དམ་ཆོག་གི་རྩས་དང་རོ་གཅིག་  
དུ་གྱུར་བར་བསམ་ལ། ལག་གཡོན་གདེངས་ཨོྱ་གིས་སྒྱུངས། གཡས་



གདེངས་ཅུང་ས་སྟེལ།      སྒྲིམ་པ་བཀའ་ཏེ་རྩྱུ་གིས་ཁ་དོག་རྩི་རོ་ཐུན་སུམ་  
ཆོགས་པར་བྱས།      མཁའ་སྒྲིང་གི་རྒྱས།      རྟོའི་ཞེས་ཟག་མེད་གྱི་བདུད་ཅིར་  
བལྟས་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ།      དེ་ནས་མགོན་བསྐྱུ་བ་ནི།      རང་གི་སྒྲིང་  
གའི་རྩྱུ་ལས་འོད་ཟེར་ལྷགས་གྱུ་འི་རྣམ་པ་ཅན་གློག་  
འབྱུགས་པ་ལྟར་འཕྲོས་པས་དཔལ་ཡེ་ཤེས་གྱི་མགོན་  
པོ་སོགས་དམ་ཅན་ལྷུམ་བུལ་བཀའ་སྒྲིང་འཁོར་དང་  
བཅས་པ་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་ཆོས་གྱི་དབྱིངས་ལས་  
སྐྱུ་འཕྱུལ་གྱི་རོལ་པ་ནི་བྲོའི་ཉམས་དུ་མར་འཆར་བ་  
རྣམ་འཕྱུལ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་བཀོད་པ་ཆེན་པོ་  
མདུན་གྱི་རྣམ་མཁའ་བརྩོ་ས་ལྷ་རྩྱུང་ས་སྐྱུན་བྲངས་བསམ་ཞིང་།  
རྩྱུ།      ཆོས་དབྱིངས་མཁའ་ལྟར་དག་པའི་དབྱིངས།      །  
མི་གཡེའོག་མིན་ཉམས་དགའི་གནས།      རྫོང་གའོ་

དང་ན་ལེན། །དུར་བྱོད་བརྒྱད་དང་ཉེར་བཞིའི་ཡུལ། །  
ཕྱོགས་བཅུའི་ནིང་ཁམས་རབ་འབྱམས་ནས། །དཔལ་  
ལྷན་མགོན་པོ་ལྷམ་དལ་ནི། །བཀའ་སྡོད་དམ་ཅན་གྱི་  
མཆོར་བཅས། །བདག་གི་དད་པས་སྦྱན་འདྲེན་ན། །  
སྡོན་གྱི་ཞལ་བཞེས་དམ་བཅས་ལྟར། །བསྟན་པ་  
བསྐྱེད་ཕྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ། །ཨོྲཱི་བཟླ་རྣམ་པ་  
ལ་ས་པ་རི་ལྟ་ར་བཟླ་ས་ལྟ་ཨོྲཱི་ས་སྦྱན་དངས་ལ། ཧྱཱི། དུས་  
གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །བསྟན་པ་སྐྱེད་  
མཛད་དམ་ཆེག་ཅན། །ལྷམ་དལ་བཀའ་སྡོད་འཁོར་  
དང་བཅས། །འདིར་ནི་དགྲེས་པར་བཞུགས་སུ་  
གསོལ། །ཨོྲཱི་བྱི་ཨོྲཱི་ས་མ་ཡ་ཨ་ས་ན་ཏིཏྲཱི།  
ཞེས་བཞུགས་སུ་གསོལ། སྐྱེད་མ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་བོར་དོ་ཨོྲཱི་དང་བདུད་ཚི་ལྷགས་

ལ་གྱིན་པར་མོས་ཏེ། ཨོྲོ་བཟླ་ས་མ་ཡ་རྟ་ན་རྟ་ན་རྩྱུ་ཕྱེ། ཅེས་  
དམ་ལ་བཞག་ རྩྱུ། ཐུན་མོང་བྱུང་པར་སྒྲན་མེད། བྱིན་ང་  
གསང་བའི་མཆོད་སྤྱིན་ནི། །དངོས་བཤམས་ཡིད་  
ལས་བྱུང་བ་དག་ །ནམ་མཁའ་གང་བར་སྤྱོས་ཏེ་  
མཆོད། ཨོྲོ་གྲོ་བཟླ་རྩྱུ་པ་ལ་ས་པུ་རི་ལྷ་ར་ཨཱཱྱ་པ་  
རྩྱུ་སྤྱུ་རྩྱུ། དེ་བཞིན་དུ་སྤྱར་ཏེ། པྲུྱ། པྲུཿ། རྩྱུ་པེ། ཨྱ་  
ལེ་ཀ། བྱུཿ། བེ་སྤྱེད། ཤུཿརྩྱུ་སྤྱུ་རྩྱུ། ཞེས་ཅེས་སྤྱོད་  
དང་། མ་རྩྱུ་ཨཱཱྱ་ཏ་པུ་ཇོ་ཁྱ་ཏི། མ་རྩྱུ་ར་པུ་ཇོ་ཁྱ་ཏི།  
ཞེས་སྒྲན་རག་སྟོབ། ལྷ་རྩྱུ་མས་ཀྱི་ལྷ་གས་རྩྱུ་ལས་བྱུང་བའི་རྩོ་  
རྩོའི་སྤྱུ་གུ་ཅན་གྱི་འོད་ཟེར་གྱིས་གཏོར་མའི་བཅུད་བྲངས་  
ཏེ་གསོལ་བར་བསམ་ལ་རྩོ་ཐལ་ཁ་གྱེན་དུ་སྤྱོེན་ས། ཨོྲོ་བྱུ་རྩྱུ་ཀུ་རྩྱུ་  
ཨི་ཅི་གི་བྱི་ཨྱུ་ཅུ་ཀྱོ་རྩྱུ་ཕྱེ། ཨོྲོ་མ་རྩྱུ་ཀུ་ལ་ཨེ་ཀ་

རྩྱེ་གུ་ཆ་རྩྱེ་ད་རྩྱེ་ཕུའུ་ ཡོ་བྱེ་མ་རྩྱེ་གུ་ལ་གུ་ཆ་གུ་ཆ་  
རྩྱེ་མི་རྩྱེ་ཕུའུ་ ཡོ་རྩྱེ་ཡོ་གུ་རྩྱེ་སྒྲིང་ཁ་རྩྱེ་རྩྱེ་  
རྩྱེ་ཡུ་རྩྱེ་བྱེ་རྩྱེ་ཨེ་ཨེ་ ཡོ་མ་རྩྱེ་རྩྱེ་ཨེ་ཨེ་ཡུ་མ་རྩྱེ་ཨེ་རྩྱེ་  
རྩྱེ་རྩྱེ་མ་རྩྱེ་ཡོ་གུ་རྩྱེ་ ཡོ་རྩྱེ་མ་རྩྱེ་ཨེ་གུ་ཆ་རྩྱེ་རྩྱེ་  
ཨེ་ རྩྱེ་ཡོ་གུ་རྩྱེ་ཡོ་གུ་རྩྱེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་  
རྩྱེ་རྩྱེ་གུ་ཡོ་ཨེ་ཨེ་ ཡོ་བྱེ་ཡོ་མ་ཆ་ཡོ་ཨེ་ ཡོ་  
བྱེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་  
ཨེ་ ཨེ་ཨེ་ཨེ་ ཡོ་བྱེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་  
ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ ཡོ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་  
ཡོ་བྱེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ ཡོ་བྱེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་  
རྩྱེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ ཡོ་བྱེ་ཨེ་  
ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ ཡོ་བྱེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་ཨེ་

རྒྱ་ཁྱིའི་ས་མ་ཡ་ཇོ།      ཡོ་རྒྱ་གཙུག་ཅ་ར་ར་ཏི་གིང་ག་

ར་ཡག་ཡག་ས་མ་ཡའི་ཏྲ་ཤི་ཤི་ཁོ་ཁོ།      ཞེས་སྒྲིང་བོ་གུན་གྱི་

མཐར་ཏུ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨི་དྲི་བ་ལོ་ཏཱ་ཁ་ཁ་ལྷ་ཉི་ལྷ་ཉི།

ཞེས་བཏགས་པ་ལན་གསུམ་མཁ་བདུན་གྱིས་གཏོར་མ་ཐུལ་ལ། དཔལ་མ་

རྒྱ་གར་ལ་བྱུང་བའི་ཆུ་ལ་ཕོ།      གཙུག་ལག་ཁང་དང་།

དགྱིལ་འཁོར་གྱི་སྤང་མ།      དུག་གསུམ་ནད་གྱི་སྦྱོན་པ།

རྣལ་འབྱོར་ཡོངས་ཀྱི་དབང་།      བདུད་དཔུང་གློལ་བའི་

དཔའ་བོ།      བསྟན་པའི་བཀའ་སྒྲུང་ཆེན་པོ།      ལེགས་

ལྟན་རྩེ་ལྷན་པོ་ཆོག་ས་གྱི་བདག་པོ།      རྣམ་པོ་ཆེན་པོ་

ཕུག་བཞི་པ།      དཔལ་མགོན་མ་ཉིང་ནག་པོ།      མ་མོ་

ཕུག་ས་གི་ཕུང་མ།                      ཕུ་ཆེན་དབང་ཕུག་ཆེན་པོ།

གཞི་རྒྱུ་བཟོ་སྐྲུན་དང་། རྒྱལ་ཁབ་འཛུགས་སྐྲུན་གྱི་



སྐྱུ་གྱི། རྒྱལ་ཆེན་རྣམ་མང་བོས་སྤྲས། དམ་ཅན་དེ་མེ་  
ལེགས་པ།        ཞིང་སྐྱོང་བདུད་མགོན་སེང་གཏོང་།  
དཔལ་ལྷན་དུར་བྱོད་གྱི་མ་མོ།        དེགས་པའི་སྡེ་དཔོན་  
སྤུམ་ཅུ།        ཡུར་སྤྱང་དམ་ཅན་ལྷུམ་བྲལ།        ལྷ་སྤྲན་ཆེ་  
རིང་མཆེད་ལྡ།        སྤྲན་བཙུན་དེ་མེ་གཡུ་སྤྱོན།        རྒྱལ་  
པའི་རྒྱལ་ཆེན་སྐྱུ་ལྡ།        བཙན་གློང་འབར་བ་སྤྲན་བདུན་  
ལ་སོགས་ཏེ་དམ་པ་ཆོས་སྐྱོང་བའི་སྤྱང་མ་བཀའ་སྤྱོད་  
པོ་ཉའི་དམག་ཆོགས་འཁོར་དང་བཙས་པ་རྣམས་གྱིས་  
མཆོད་སྤྱོན་གྱི་གཏོར་མ་རྒྱ་ཆེན་པོ་འདི་བཞེས་ལ་སངས་  
རྒྱས་གྱི་བསྟན་པ་སྤྱངས།        དགོན་མཆོག་གི་དབུ་འཕང་  
བསྟོད།        དག་འདུན་དང་ཆོས་གྱི་རྒྱལ་སྤྱོད་སྐྱོངས།  
འཛིག་ཏེན་གྱི་རྒྱུད་པ་སོལ།        སེམས་ཅན་གྱི་ཕན་བདེ་



སྒྲེལ།      རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱི་སྟོང་གྲོགས་མཛོད།

སྒྲུགས་འཆང་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོན་ལས་སྒྲུབས།      སྒྲུང་བའི་

དབྱ་ཐུལ།      གཞོད་པའི་བགོགས་ཆོམས།      བྱུང་པར་

དམ་ཆོག་འདིར་འདུས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོན་གསང་བའི་

འགལ་རྒྱུན་ཞི་བ་དང་།      མཐུན་རྒྱུན་སྟོན་པའི་ལེགས་

ཆོགས་ཐམས་ཅད་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པ་དང་།      མཆོག་

དང་ཐུན་མེད་གི་དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་པ་སྒྱུར་དུ་འགྲུབ་

པའི་སྤྱོན་ལས་མཛོད་ཅིག      །ཅེས་སྤྱོན་ལས་གསེལ།      བསྟོད་པ་ནི།

རྩྱུ།      འཛིགས་བྱེད་ཁྲག་འཐུང་དཔལ་ལྷན་ནག་པོ་ཆེ།      །

བདུད་དཔུང་མཐར་བྱེད་དུར་བྲོད་སྟོལ་བའི་གིང་།      །

སྒྲུབ་པའི་རེ་སྟོང་ལེགས་ལྷན་ཆོགས་ཀྱི་བདག      །རྒྱལ་

བའི་བཀའ་སྟོད་མཐུ་ཆེན་བྲོད་ལ་བསྟོད།      །མི་འགྱུར་

ནམ་དག་ཆེས་དབྱིངས་ངང་ཉིད་ལས།      །ཡེ་ཤེས་ཆེན་

པོས་བྱགས་རྗེའི་སྐྱེས་ལ་པ།      །མ་རུང་འདུལ་མཛད་མ་

རྒྱ་ཁྲ་ལའི་གཙོ།      །དྲག་པོ་སྟོབས་ལྡན་བྱིད་ལ་བྱག་

འཆལ་བསྟོད།      །འཇིག་རྟེན་འདས་པའི་དུས་ནས་

མངོན་བྱུང་བ།      །ཆེ་མཆོག་ཉེ་རུ་ཀ་དཔལ་སྐྱེ་གསུམ་

རྩོགས།      །སྤྱིད་རྩའི་བདག་འཛིན་རྒྱ་ཏུ་སྡེ་གསུམ་

འདུལ།      །རྩལ་ཆེན་སྤོན་ལས་མཛད་ལ་བྱག་འཆལ་

བསྟོད།      །ཀུན་བཟང་བྱགས་གྱི་སྐྱེས་པ་བྲག་འབྱུང་

ཡུམ།      །ཡེ་ཤེས་མ་མེད་རྗེ་རལ་གཙིག་མ།      །གསང་

སྐྱགས་བཀའ་ཡི་སྤྱང་མ་མཐུ་མེ་ཆེ།      །སྡེ་ལྔ་འཁོར་

ཆོགས་པོ་ཉར་བཅས་ལ་བསྟོད།      །བྱགས་རྗེའི་གཏེར་

ཆེན་མགོན་པོ་སྐུན་རས་གཟིགས།      །གང་འདུལ་

ཐབས་མཁས་སྤྱལ་བསྐྱར་རྩལ་པ་ལས།      །ཁམས་  
གསུམ་དབང་མཛད་བདག་པོའི་སྐྱར་བཞེངས་པ།      །  
དང་སྤོང་ལྷ་ཡི་སྒྲ་མ་བྱོད་ལ་བསྟོད།      །བདེ་ཆེན་དབང་  
གི་རྒྱལ་པོ་ཉི་རུ་ག།      །གདུལ་དཀའ་འདུལ་སྤྱིར་འབར་  
བའི་སྐྱར་བཞེངས་པ།      །མཐུ་ཅུལ་ཐོགས་མེད་ཁམས་  
གསུམ་སྟོག་གི་བདག།      །འཛིགས་བྱེད་གཞོད་སྤྱིན་བྱོད་  
ལ་ཕྱག་འཆལ་བསྟོད།      །ཉི་རུ་ག་དཔལ་ཕྱགས་ལས་  
སྤྱལ་བའི་སྤྲས།      །འཛིགས་བྱེད་མི་བབ་སྡེ་བརྒྱད་  
དྲགས་པའི་གཙོ།      །དྲག་ཤུལ་སྤྱིན་ལས་ཀུན་སྐྱབ་རྩ་རྩ་  
ལ།      །སྤྱིང་བཞི་སྡེ་བརྒྱད་འཁོར་དང་བཅས་ལ་  
བསྟོད།      །ས་བརྒྱད་དབང་ཕྱག་སེམས་དཔའ་རིན་ཆེན་  
མང་།      །ནམ་མཁའི་མཛོད་མངའ་དབུལ་བའི་གདུང་བ་

འཕྲོག་ །ཡིད་བཞིན་འདོད་རྒྱའི་ཆར་འབེབས་དཔག་  
བསམ་ཤིང་། །རྣམ་མང་ཐོས་སྤྲུལ་ངལ་གསོས་པོ་ལ་  
བསྟོད། །རྫོང་འཛིན་པའི་བཀའ་ཉན་ཐ་ཆོག་ཅན། །  
དབང་ཆེན་ཏྲ་མཆོག་རྒྱལ་པོའི་ཐུགས་ལས་སྤྱལ། །  
སྟོན་ལམ་དབང་གིས་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་སྤྱང་། །  
དམ་ཅན་སྐྱེས་བུ་བྱོད་ལ་ཐུག་འཆལ་བསྟོད། །ཆོས་  
ཉིད་སྐྱེ་མེད་དབྱིངས་ལས་བྲོས་པའི་སྐྱུ། །འབར་བའི་  
གར་གྱིས་དམ་ཉམས་ཐལ་བར་སྒྲོག། །འཛིགས་བྱེད་  
ཆེན་པོ་གསང་སྤྲུགས་སྤྱང་མའི་གཙོ། །ཞིང་སྐྱོང་  
བདུད་མགོན་མེད་གདོང་བྱོད་ལ་བསྟོད། །མི་འགྱུར་  
བདེ་ཆེན་ཆོས་དབྱིངས་ངང་ཉིད་ལས། །མ་རུང་འདུལ་  
ཕྱིར་དྲག་མའི་སྐྱུར་སྟོན་མ། །སྐྱུ་འཕྱུལ་རྫོང་ཆེའི་གར་

མཛད་མ་མེད་པ་ཅོ།      རྒྱལ་བའི་བསྟན་སྲུང་གཙོ་ལ་  
ཕྱག་འཆལ་བསྟོད།      བདེ་གཤེགས་བཀའ་ཡི་བསྟན་  
པ་བསྲུང་བའི་ཕྱིར།      ངང་ཉིད་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལས་  
མ་གཡོས་ཀྱང་།      གཟུགས་སྐྱེ་གས་པའི་ཚུལ་དུ་  
སྐྱར་སྟོན་པ།      མཐུ་ཆེན་སྡེ་དཔོན་སུམ་ཅུའི་ཆོག་ས་ལ་  
བསྟོད།      སྡོན་ཆེ་སྟོབ་དཔོན་པདྨ་ཐོད་ཐོད་གི།      སྐྱོན་  
སྐྱར་སྐྱར་བའི་སྲུང་མར་ཞལ་བཞེས་པ།      རྣལ་འབྱོར་  
བྱ་བཞིན་སྐྱོད་བའི་དམ་ཆོག་ཅན།      ལྷུ་མ་དྲལ་བཀའ་  
སྟོད་སྒྲུལ་པར་བཅས་ལ་བསྟོད།      འོད་གསལ་རྩེ་རྩེ་  
བཅུན་མོ་དབྱིངས་ཀྱི་ཡུམ།      རྣམ་འགྱུར་ཐབས་མཁས་  
ཞིང་སྐྱོད་སྐྱོན་མེད་ཚུལ།      བདེ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་བསྐྱེད་  
མཛད་ཀྱི་མ།      ཆོ་རིང་མཆེད་ལྷ་སྒྲུལ་འཁོར་བཅས་

ལ་བསྟོད། རྫོང་གཡུ་སྒོན་ཤིན་ཏུ་མངེས་པའི་སྒྱ། །  
དཀར་གསལ་གངས་རིའི་ངོས་ལ་ཉི་ཤར་འདྲ། ལྷོ་བ་  
པ་པོ་ལ་དངོས་གྲུབ་མཆོག་སྟོལ་མཛད། མཆོད་ལྔ་  
འཁོར་དང་བཅས་ལ་ཕྱག་འཆེལ་བསྟོད། འབྱུང་མེད་  
དབྱིངས་ལས་འབར་བའི་སྐར་བཞེངས་པ། འགྲོ་བའི་  
དོན་མཛད་ཕུགས་མེ་ཉི་མ་འདྲ། དམ་ཉམས་རྩད་  
གཙོད་ལེགས་ཉེས་གཉེར་ཁ་འཛིན། རྒྱལ་ཆེན་སྐུ་ལྔ་  
འཁོར་དང་བཅས་ལ་བསྟོད། དཀྱིལ་འཁོར་སྟོབ་  
དཔོན་པདྨ་སལྷ་ལྔའི། བཀའ་ཉན་དམ་ཆོག་མེས་  
དགོངས་གཏེར་གྱི་བདག མཐུ་རྩལ་ཐོགས་མེད་རྣམ་  
བཞིའི་ཕྱིན་ལས་གྱིས། དམ་ལྷན་རེ་སྐོང་བཙན་གློད་  
བྱོད་ལ་བསྟོད། ཅེས་བསྟོད་དོ། གཏེར་བདག་སྤྱིའི་གཏོར་འབུལ་ནི།



རང་གི་ཐུགས་ཀའི་ས་བོན་ལས་བྱུང་བའི་འོད་ཟེར་གྱིས་  
གཏེར་གྱི་བདག་པོ་འཁོར་བཅས་སྤྱན་དངས་པར་  
བསམ་ཞིང་། རྩྱུ་། སྤོན་ཆེ་པར་བྱུང་གནས་སྤྱན་སྒྲ་  
རྩྱུ་། །ཟབ་གཏེར་སྤྱང་མར་ཞལ་བཞེས་དམ་ཆེ་ག་  
ཅན། །མཐུ་ཆེན་གཏེར་གྱི་བདག་པོ་ཆེན་པོ་རྣམས། །  
རང་རང་ག་ཡོག་འཁོར་བཅས་པ་འདིར་ག་ཤེགས་  
ཤིག་། བེ་རྩི་པ་ཏི་ས་པ་རི་ལྷ་ར་བཟླ་ས་ལྷ་ཇོ་ས་སྤྱན་  
དངས། བེ་རྩི་པ་ཏི་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨུ་ཁྱོ་ནས། ཤེས་པ་  
རྩྱུ་སྤྱུ་། བེ་རྩི་པ་ཏི་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨུ་དེ་བ་ལི་ཏ་ཁ་ཁ་  
ཁྱེ་ཏི་ཁྱེ་ཏི། མ་རྩུ་པ་ཕུ་ཨུ་མི་ཏ་ཁྱེ་ཏི། མ་རྩུ་ར་ཏྲ་ཁྱེ་ཏི།  
ཞེས་མཆོད་པ་དང་སྤྱན་གཏེར་ར་ཏྲ་རྣམས་འབུལ།  
ཟབ་གཏེར་སྤྱང་མའི་དབང་པོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་

ནམས་གྱིས་མཆོད་པ་དམ་པ་འདི་བཞེས་ལ་སངས་རྒྱས་

གྱི་བསྟན་པ་སྤངས་སོགས་གྱིས་ཐོན་ལས་བཅོལ། རྩོ། དུས་

གསུམ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་སློང་དཔའ་བོ་ཆེ། འིག་

འཛོན་ཀུན་གྱི་ཅི་བགྱའི་དམ་ཆོག་ཅན། བཅ་གཏེར་

བསྟན་པ་བསྐྱང་བར་དམ་མཁོས་པའི། གཏེར་གྱི་

བདག་པོ་འཁོར་དང་བཅས་ལ་བསྟོད། ཅེས་བསྟོད། གཞི་

བདག་སྤྱི་གཏོར་ནི། གཏོར་མ་ཡུ་མྱི་ཏས་བསངས། སྤྱ་བྱ་ལྷས་སྤངས།

སྟོང་པའི་ངང་ལས་རྩྭ་ལས་རིན་པོ་ཆའི་སྟོང་བཅའི་རྒྱ་

ཆེ་བའི་ནང་དུ་གཏོར་མ་ཁ་དོག་དྲི་རོ་རུས་པ་ཕུན་སུམ་

ཆོགས་པར་བསམས་ལ། ཨོྃ་ཨྲཱེ་ཧྲཱི་ཧྲཱོེ་ལན་གསུམ་བཟོད། བྱ་

མི་པ་ཏི་ས་པ་རི་ལྷ་ར་བཟླ་ས་ལྷ་ཨྲཱེ་ལྷ་སྤྱན་བངས། བྱ་མི་པ་

ཏི་ས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨོྃ་ཨྲཱེ་ཀུ་རོ་ལྷ་ཁི་སའ་རྩྭ་ཧྲཱི་ཧྲཱོེ་ཨྲཱེ་

འཕྲུག་རྒྱུ་ཨོ་ཨུ་རྩུ་ཕུ་སྤྲུ། ལན་གསུམ་གྱིས་དབུལ།

ཨོ་བཟླ་ཨུ་རྩུ་ནས། འཕྲུ་ཕུ་རྩུ་སྤྲུ་འི་བར་དང་། མ་རྩུ་

ཕུ་ཨུ་ཕུ་ཏུ་ཁུ་ཏི། ཞེས་སྤྱི་ནང་གིས་མཆོད། གཞི་བདག་

གཞུག་མར་གནས་པ་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་གྱིས་

མཆོད་པ་དམ་པ་འདི་བཞེས་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་

སྤངས་སོགས་གོང་བཞིན་དང་། གཞི་བདག་ཆེན་པོ་བྱིང་

རྣམས་ཀྱི། མཆོད་སྤྱོན་གཏོར་མ་འདི་བཞེས་ལ། །

རྣལ་འབྱོར་བདག་ཅག་འཁོར་བཅས་ལ། རྒྱུ་མེད་ཆེ་

དང་དབང་ཕུག་དང་། དཔལ་དང་གྲགས་དང་སྐལ་པ་

བཟང་། འཕྲུ་སྤྱོད་རྒྱ་ཆེན་ཀུན་ཐོབ་ཅིང་། ཞི་དང་

རྒྱས་ལ་སོགས་པ་ཡི། ལས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་བདག་ལ་

སྤྱོད། དམ་ཆེན་ཅན་གྱིས་བདག་ལ་སྤངས། །

དངོས་གྲུབ་ཀུན་གྱི་སྒྲིང་གྲོགས་མཛོད།      །དུས་མིན་  
འཆི་དང་ནད་རྣམས་དང་།      །གཏོན་དང་བགོགས་  
རྣམས་མེད་པར་མཛོད།      །མི་ལམ་ངན་དང་མཚན་མ་  
ངན།      །བྱ་བྱེད་ངན་པ་མེད་པར་མཛོད།      །འཛིག་རྟེན་  
བདེ་ཞིང་ལོ་ལེགས་དང་།      །འབྱུ་རྣམས་འཕེལ་ཞིང་  
ཡུགས་འཕེལ་བ།      །དགོ་ལེགས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་  
བའི་གནས།      །ཡིད་ལ་འདོད་པ་ཀུན་འགྲུབ་མཛོད།      །  
ཅས་བཛོད།      དེ་ནས་འབྱུལ་གཏོར་ལ་དམིགས་བྱ་དགུག་པ་ནི།      ན་མོ།  
རིག་འཛིན་ཙུ་བརྒྱད་གྱི་དཔལ་ལྡན་སྒྲིམ་དམ་པ་རྣམས་  
གྱི་བཀའ་བདེན་པ་དང་།      སངས་རྒྱས་གྱི་བཀའ་  
ཆོས་གྱི་བཀའ་  
དགོ་འདུན་གྱི་བཀའ་  
གསང་  
སྤྲུགས་དང་རིག་སྤྲུགས་དང་གཟུངས་སྤྲུགས་དང་སྦྱིང་

པོ་དང་ཕུག་ཀྱང་དང་ཉིང་ངེ་འཇིན་གྱི་བདེན་མོས་ཉིང་  
གཞི་དཀྱིལ་སྟོང་སྟོང་གྱུང་ཆོས་ཅན་ཀྱང་འབྲས་བུ་བཟེང་  
པའི་བདེན་མོས་ཀྱང་པར་རྫོང་ཆོས་སྟོང་བའི་སྟུང་མ་  
བཀའ་སྟོང་པོ་ཉིང་དམག་ཆོག་སྟེང་འཁོར་དང་བཅས་པ་  
རྣམས་ཀྱི་བཀའ་བདེན་པ་དང་བདེན་པ་ཆེན་པོའི་  
མཐུ་ལ་བཏེན་ནས་བསྟན་དང་འགྲོ་བའི་སྤྱི་དགྲ། བྱུང་  
པར་རིག་པ་འཇིན་པ་བདག་ཅག་ཡོན་མཆོད་འཁོར་དང་  
བཅས་པ་རྣམས་ལ་སྤྲུལ་དགྲ་ལག་གིས་བརྟེན་བ། སྤྱི་  
དགྲ་ཡིད་ལ་སེམས་པ། ད་དགྲ་ཐད་དུ་འཇུག་སྟེང་པའི་  
གཟུགས་ཅན་སྟུང་བའི་དགྲ་དང་། གཟུགས་མེད་  
གཞི་དགྲེང་བགོགས་ཀྱི་ཆོག་སྟེང་བཅས་པ་ཐམས་  
ཅད་སྤྱི་དགྲ་གསུམ་གྱི་ཁོངས་གར་གནས་གར་གྲོས་གྱུང་

སྐད་ཅིག་ཡུད་ཙམ་ལ་དམིགས་པའི་རྟེན་འདི་ལ་བྱག་  
ཅིག་ ཅ་སྒྲགས་ཤུ་ས་ནའི་མཐར་ནི་ཏི་བཟླ་ཨི་གུ་ཤེང་ངེང་རྩྱ་  
བེ་རྟེང་ ཞེས་བསྟེམ། ཨོྱ་ཨྱུང་རྩྱ་རྟེང་ས་བཟླ་བ། ཨོྱ་མ་རྩྱ་གུ་ལ་  
ཡ། ཤུ་ས་ན་ཨྱུ་པ་རྩྱ་རི་ཆེ། ཨེ་ཤུ་ཨུ་པ་ཉི་མ་གཤེས་  
ཨུ་ཡི། ཨེ་དེ་རྩྱ་རྩྱ་ཡ་ཡུ་ཨུ་པ་གུ་རི་ཆེ་ཡ་དེ་ཤུ་རྩྱ་རྩྱ་  
སྐར་སི་ཏ་རྩྱ་ཨེ་དེ་རྩྱ་ན་ཁ་ཁ་ཁུ་རྟེ་ཁུ་རྟེ། མ་ར་མ་ར།  
ཤི་རྩྱ་ཤི་རྩྱ། རྩྱ་རྩྱ་རྩྱ་རྩྱ། ཏ་ན་ཏ་ན། ད་ཏ་ད་ཏ། པ་ཅ་  
པ་ཅ་དེ་ན་མེ་གེ་ན་རྩྱ་པཎ་རྩྱ། ས་པ་རི་སྐྱ་ར་སོགས་ལན་  
གསུམ་གྱིས་སྤུལ་ལ། རྩྱ། ཆོས་གྱི་དབྱིངས་ནས་འབར་བའི་  
སྐར་བཞེངས་པ། །མཐུ་སྟོབས་དབང་ཤུག་དྲེ་རྟེན་གཤེས་  
ཆེ། །ལྷུ་མ་དྲལ་བཀའ་སྟོན་དམ་ཅན་རྒྱ་མཆོའི་  
ཆོག་ས། །འཁོར་བཅས་སྤུགས་དམ་དབང་གིས་འདིར་



གཤེགས་ཤིག    བྱིན་པ་སང་མཆོད་སྒྲིན་རྟ་བ་ལི་  
༡༩    དབྱ་བཤེགས་ཤེགས་ལ་སོགས་མཁོ་སྒྲིན་  
ཐུག་།    སོ་སོའི་བྱ་གས་ལ་ཅི་བཞིན་དེར་འཆར་བའི།    |  
མད་བྱང་དབྱེས་པའི་མཆོད་སྒྲིན་ཆེན་པོ་འདི།    སྒྲར་  
མཛད་ལེགས་པའི་ལས་ཀྱི་གཏང་རྟ་དང་།    སྒྲན་  
ནས་གཡེལ་བ་མེད་པའི་སྒྲིན་ལས་བཞིའི།    འདོད་པའི་  
དངོས་གྲུབ་སྒྲིལ་སྒྲན་འབྱུང་ལགས་ན།    དབྱེས་པ་  
ཆེན་པོས་བཞེས་ཤིང་རྩལ་ནས་ཀྱང་།    བསྒྲིན་དང་  
འགྲོ་བའི་ཕན་བདེ་ཀྱན་སྒྲེལ་ཞིང་།    བྱང་པར་བདག་  
ཅག་དཔོན་སྒྲོབ་འཁོར་བཅས་རྣམས།    ཞད་མེད་པ་  
དང་མི་འགྱུར་ཆེ་སྒྲོག་དཔལ།    བྱ་གས་དང་འབྱོར་པ་  
སྒྲིལ་ཆོས་མཐོ་བ་དང་།    མ་རུང་བདུད་དབྱའི་སྒྲིལ་བ་

ཀུན་ཞི་ཞིང་། རྣམ་མང་ཕྱིན་ལས་རྒྱ་མཚོ་ཡིད་བཞིན་

སྒྲུབས། བྱོ་གས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་རུ་མཚོན་

ཕྱོར། བྱང་རྒྱབ་བར་དུ་སྐྱེད་ཞིང་སྐྱོད་བར་མཛོད། །

ཅེས་གཏོར་མ་སྟོབ་ཅིང་འདོད་དོན་གསོལ། སྒྲར་ཡང་གཏང་རག་གི་དོན་དུ།

ཨོ་ཤྱི་བཟོ་རྣམ་པུ་ལ་ས་པ་རི་ལྗེ་ར་ཨུ་ཁྱོ་པ་ཏུ་རྩོ་སྒྲུ།

ནས། འགྲུའི་བར་གྱི་མཚོད་ཅིང་། ཏེ་རུ་ཀ་དཔལ་སྐྱོན་སྒྲུ་རུ། །

དམ་བཅས་ཇི་བཞིན་ད་ལྟ་འདིར། བསྐྱོན་པ་བསྐྱུང་

ཞིང་སྐྱོད་མཛོད་པའི། དམ་ཅན་ཀུན་ལ་བསྟོད་པར་

བགྱི། ཞེས་བསྟོད། བཟོད་གསོལ་ནི། མ་རྟེན་ཡོངས་སུ་མ་

ཚང་དང་། བཀའ་ཡང་རྒྱས་པ་མ་མཆིས་པས། །

འདིར་ནི་བགྱི་བ་བཀའ་ལོངས་པ། དེ་ཀུན་བྱོད་གྱིས་

བཟོད་མཛོད་རིགས། བཀའ་ཡང་བདག་ཅག་ལས་དང་

པོ་པའི་རྟེན་གྱི་གང་ཟག་བྱིང་བ་དང་ཚོད་པའི་དབང་དུ་  
གྱུར་པས་ཏིང་ངེ་འཛིན་མ་གསལ་བ་དང་། ཚོགས་མ་  
དག་པ་དང་། རྩམ་བསྐྱས་ཉུང་ཞིང་ཚོགས་ལྷག་ཆད་དུ་  
གྱུར་པ། མཚོད་པའི་ཡོ་བྱད་དམན་པ་ལ་སོགས་པ་  
སྤང་མའི་དབང་པོ་བྱིད་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་དང་འགལ་  
བའི་རྟེན་དུ་གྱུར་པ་གང་ལགས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་  
བཟོད་པར་མཛད་དེ་ཚོས་དབྱིངས་ཀ་དག་ཆེན་པོའི་གྲོང་  
དུ་ལྷག་ཆད་ཁ་བསྐྱང་བར་མཛད་དུ་གསོལ། ཞེས་དང་ཡི་  
གོ་བརྒྱུ་པས་ནོངས་པ་འཆགས། རྟེན་ཡོད་ན། རྟོགས་བརྩུན་  
བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། རི་སྤྱིད་ནམ་  
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་མྱ་ངན་ལས་མི་འདའ་བར་བརྟན་  
པར་བཞུགས་སུ་གསོལ།                      བྱེད་པར་དུ་ཡང་སྐྱེ་  
གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་འདི་རྣམས་ལ་བསྐྱེད་ཅིང་སྦྱོན་བྲངས་  
པའི་ལྷ་ཆོགས་རྣམས་ཇི་སྟིང་འབྱུང་བ་བཞིའི་གཞོན་  
པས་མཞིག་གི་བར་དུ་བརྟན་པར་བཞུགས་སུ་གསོལ།  
བརྟན་པར་བཞུགས་ནས་ཀྱང་བདག་དང་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ལ་མཆོག་དང་སྦྱོན་མེད་གི་དངོས་གྲུབ་མ་  
ལུས་པ་སྐྱེལ་དུ་གསོལ།      ཨོྃ་སྐྱེ་བྱ་ཏིཏྲ་བཟླ་ཡེ་སྐྱེ་བྱ།  
ཞེས་བཟླ་དེ་ཅིང་མེ་ཏྲ་ག་འཐོར་ལ་བརྟན་བཞུགས་བྱ།      རྟེན་མེད་ན།      ཨོྃ།  
བྱེད་ཀྱིས་སེམས་ཅན་དོན་ཀུན་མཛད།      ཇིས་སྐྱེ་མ་སྦྱོན་  
པའི་དངོས་གྲུབ་སྐྱེལ།                      །སངས་རྒྱས་ཡུལ་དུ་

གཤེགས་ནས་ཀྱང་། སྒྲུང་ཡང་འབྱོན་པར་མཛད་དུ་  
གསོལ། །བཛྲ་མུ་ སེ་གོལ་གྱི་སྒྲ་དང་བཅས་པས། ཡེ་ཤེས་  
པ་རྣམས་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་གཤེགས། །དམ་ཆེག་པ་  
བདག་ཉིད་དང་གཉིས་སུ་མེད་པར་མོས། འཇིག་རྟེན་པའི་འཁོར་  
རྣམས། གཙུ་གཙུ་སྤྱ་བྱ་བྱ་ཞི། གྱིས་རང་གནས་སུ་བཏང་། དགོ་  
བ་འདི་ཡིས་སྐྱར་དུ་བདག །ཉི་རུ་ཀ་དཔལ་འགྱུབ་  
གྱུར་ནས། །འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། །དེ་ཡིས་  
ལ་འགོད་པར་ཤོག། །ཅེས་དགོ་བ་བསྟོ། རབ་འབྱུངས་  
དཀྱིལ་འཁོར་རྒྱ་མཆོའི་འཁོར་ལའི་མགོན། །གསང་  
གསུམ་འགྱུར་མེད་བདེ་ཆེན་རྩེ་རྩེའི་སེམས། །འགྲོ་ལ་  
ཕན་བདེའི་མཆོག་སྤྱོད་དཔག་བསམ་ཤིང་། །ཙྰ་  
བརྒྱད་ཟླ་མ་རྣམས་ཀྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །ཆོས་སྐྱའི་

མཁའ་ལ་གྲངས་མེད་གཟུགས་སྐྱེ་སྤྱོད།      ཁི་ཁོ་

ཉམས་བརྒྱུའི་རྩལ་པར་འཆར་བ་ལས།      །དངོས་གྲུབ་

འདོད་རྒྱུའི་ཆར་དུ་བསྐྱེལ་མཛད་པའི།      །ཡིད་དམ་སྣ་

ཚོགས་རྣམས་ཀྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།      །ཉེ་དུ་ཀ་དཔལ་སྣོད་

རྗེའི་རྩལ་གར་ནི།      །གཏུམ་ཆེན་བཟོད་པར་དཀའ་བའི་

གཟི་བརྗེད་ཀྱིས།      །ནག་པོའི་རྩ་ལག་སྒྲེར་བཅས་མཐར་

མཛད་པའི།      །དཔལ་འབར་མ་རྒྱ་ཀླ་ལའི་བཀྲ་ཤིས་

ཤོག།      །རྒྱལ་བའི་བཀའ་སྤྲོད་མི་བཟང་དྲག་ཤུལ་

ཅན།      །བདུད་དཔུང་ཆར་གཙོད་སྐྱབ་མཚོག་བྱ་བཞིན་

སྤྲོད་།      །སྤོན་ལས་རྣམ་བཞིས་བསྟན་པ་སྤྲུང་མཛད་

པའི།      །དམ་ཅན་རྒྱ་མཚོའི་ཚོགས་ཀྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།      །

ཅས་སོགས་བཀྲ་ཤིས་བརྗེད་པར་བྱའོ།      །དམ་ཅན་སྤྱིའི་གཏོར་མའི་ཚོག་ཉུང་



དུར་བསྐྱུས་པ་འདི་ནི་རྒྱུན་གྱི་ཉམས་ལེན་ལ་འཇུག་པ་བདེ་བའི་ཕྱིར་རིག་འཛིན་  
འགྱུར་མེད་དོན་རྩལ་ལྷན་གྱུ་འཛིན་གྱི་རི་བོར་སྐྱར་བའོ།                    །སྒྲར་ཡང་རང་  
ལྷགས་ཁ་སྐོང་དུ་འོས་པ་འགའ་ཞིག་བསྐྱེབས་ཏེ་ཅུང་ཟད་བསྒྲོན་འཕྲི་བགྱི་པོ་ནི་  
རྩོམ་འོ། །



ཨ་ཁྱོ་ནས་། འཕྲུའི་བར་གྱིས་ཉེར་སྤྱོད་དང་། མ་རྒྱ་པཏུ་ཨ་མི་ཏ་  
ཁྲ་ཏི། མ་རྒྱ་རྟུ་ཁྲ་ཏི། ཞེས་སྒྲན་རྟུ་སྤྱོད། ཨོ་མ་མ་ར་  
ལི་ཕྱ་མ་ཡ་ཀ་ལི་ཡེ་ཨ་ཨ་ས་པ་རི་སྒྲ་ར་ཨི་དྲི་བ་ལིང་ཏ་  
ཁ་ཁ་ཁྲ་ཏི་ཁྲ་ཏི། ཞེས་ལན་གསུམ་མམ་བདུན་གྱིས་གཏོར་མ་ཕུལ་ལ།  
དཔལ་ལྡན་ཞིང་སྤྱོད་དུར་བྲོད་གྱི་མ་མོ་འཁོར་དང་  
བཅས་པ་རྣམས་གྱིས་མཆོད་སྦྱོན་གྱི་གཏོར་མ་རྒྱ་ཆེན་པོ་  
འདི་བཞེས་ལ་སངས་རྒྱས་གྱི་བསྟན་པ་སྤྱངས། སོགས་  
གྱིས་སྦྱོན་ལས་བཅོལ། རྩྱེ་། དུར་བྲོད་ལྷ་མོ་ཆེན་མོ་བྲོད་།  
སྒྱུ་མི་མི་རྩུ་དགུ་རུ་རྩུ་། ཆེབས་སུ་བྲེད་མོ་ཁམས་ནག་  
ཆེབས་། མདོག་ནག་ཞལ་གདངས་སྦྱོན་བབྲང་མ་།  
རལ་པ་བསིགས་པས་ས་གཞི་ཁེབས་། ཕུག་གཡས་  
ཞིང་ཆེན་རྒྱལ་མཆོན་འཕྱར་། གཡོན་པས་ནལ་བུའི་

དོན་སྒྲིང་ཟུང་། གནད་ནས་དྲག་ཏུ་བསྐྱེལ་བའི་ཆེ་།  
 གཅན་གཟན་བཞི་པོ་པོ་ཉར་འབྱེད་། རོར་ལ་ངན་ཞིང་།  
 དགོར་ལ་དད་། ལས་ལ་སྐྱར་བའི་མ་མོ་བྲིད་། དུར་།  
 བྲིད་རྒྱ་བ་མི་བསྐྱོན་གཟུགས་། སྤྱིད་པའི་མ་མོ་ཆོ་།  
 འཕྱུལ་ཅན་། སྤྱིད་བཞི་བསྐྱོར་ཞིང་མི་སྐྱགས་གྲོན་།  
 དམ་ཉམས་དབྱ་ཡི་སྤྱོད་གཅོད་མ་། དགོར་རོར་ཁབ་།  
 དང་སྐྱོད་པ་ཅམ་། མ་བཞག་དྲག་པོའི་ཡུས་ཀྱིས་།  
 ལོངས་། རྒྱལ་འབྱོར་བདག་ཅག་དཔོན་སྤྱོད་རྒྱམས་།  
 གར་བཞུགས་གནས་དང་དགོན་པའི་རིགས་། བཅོལ་།  
 ལོ་གཏང་དོ་བྲིད་ཀྱིས་སྐྱུངས་། སྤྱོད་བྱས་པའི་རྩ་བ་།  
 ཆོད་། སྤྱོད་བྱས་སེམས་པ་དུང་ནས་སྐྱུངས་། ད་ལྟའི་།  
 དབྱ་བོ་རྩལ་དུ་སྤྱོད་། དོ་རྩེ་མཐུ་ཡི་ཞགས་ནག་དེ་།

བསྟན་པ་བཞིག་པའི་ཏེ་ལ་ཐོབ་ཅེས་། དག་གེད་པ་བྱ་ཡིན་  
ཀྱང་སྟོལ་ཅེས་། དམ་ཉམས་སྟོབ་མ་ཡིན་ཀྱང་སོང་ཅེས་།  
དུར་བྱོད་ཞིང་སྟོང་ཁྲ་གི་འུ་གཙོ་ཅེས་། སྒྲིང་སྟོང་དབང་དུ་  
བསྟུས་མཛད་ལ་ཅེས་། བདག་ཅག་ཆོས་མཛད་སྟོབ་པ་  
པོ་ཅེས་། ཆོས་ཀྱི་མཐུན་ཀྱེན་རྟག་ཏུ་སྟོར་ཅེས་། མི་མཐུན་  
བདུད་ཀྱི་བཟང་བཟང་རྣམས་ཅེས་། སྒྲིང་ཅིག་མ་བཟང་ཐུགས་  
རྟེན་ཅེས་། དཀོར་བདག་ཆེན་མོ་བྱོད་ཉིད་ཀྱིས་།  
བཙུལ་པའི་སྟོན་ལས་སྟོབ་པའི་དུས་ཅེས་། དག་གེད་ཡུལ་  
དང་སྟོང་དུང་དུ་ཅེས་། ཀུན་གྱིས་ཐོས་པའི་འོ་དོད་བོས་།  
ལྟས་ངན་བཟང་མི་ཤེས་པ་སྟོན་ཅེས་། དག་གེད་ཡུལ་ཁམས་  
སྟོངས་སུ་ཁྱུག་ཅེས་། རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་བསྟུང་བའི་སྟོན་ཅེས་།  
རྣལ་འབྱོར་ཆེ་བ་ཐོན་པར་མཛོད་ཅེས་། ཅེས་བསྟོད་ཅིང་སྟོན་ལས་

བསྐྱུལ།      མགོན་རང་གནས་སུ་གཤེགས་པའམ་རྟེན་ལ་བསྐྱེམ་ནས་མཆོད་  
གཏོར་གཙང་སར་འབུལ་ལོ།    །ཞེས་པའང་ཉང་སྟོན་ཆེན་པོའི་གཏོར་མའི་གཞུང་  
ལས་རྒྱན་གཏོར་འཇུག་བདེ་སླིང་པོར་བྲིལ་བ་སྟེ་བཟོ་བྱ་ཡ་རྩོམས་སོ།།    ॥



གཏམས་པ་ཨོྭ་ཨྭུཾ་ཧྱཱི་གིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས། རང་ཉིད་དབང་

དྲག་འབར་བའི་ཐུགས་ཀའི་འོད་ཟེར་གྱིས་བསྐྱེད་བས་

དེགས་པ་སྡེ་བརྒྱད་འཁོར་དང་བཅས་པ་སོ་སོའི་གནས་

ནས་སྤྱོད་དངས་པར་བསམ་ནིང་། ཧྱཱི་ཧྱཱི་ཧྱཱིཾ་ ཨ་ཡ་མ་དུ་

རུ་ཙ་ཤ་ན་བརྗོད་ས་མ་ཡ་ཨྲེཾ་ཨྲེཾ་ ཞེས་བོས་ལ། ཨོྭ་བརྗོད་

ཨ་ཁྱོ་ཤུཾ་ཤུཾེ་ཧྱཱི་ཨྭ་ལེ་ཀ་གཞུ་ནི་མི་དུ་ཤུ་ཤུ་ཧྱཱི་ཙྰ་ཡེ་

སྤྱོད་ས་ཉེར་སྤྱོད་དང་། མ་རྒྱ་པཱུ་ཨ་མི་ཏ་ཁྱ་ཉི། མ་

རྒྱ་ར་ཏ་ཁྱ་ཉི། ཞེས་སྤྱོད་ར་ཀ་སྤྱོད། ཨ་ཡ་མ་དུ་རུ་ཙ་

ཤ་ན་ས་པ་རི་སྤྱོད་ཨི་དྲི་བ་ལི་ཏ་ཁ་ཁ་ཁྱ་ཉི་ཁྱ་ཉི། ལན་

གསུམ་མམ་བདུན་གྱིས་གཏོར་མ་ཐུལ་ལ། ཧྱཱི་ཨྲེཾ་

ཐུག་འཐུང་བཀའ་ཡི་ཕོ་ཉ་ཆེཾ་ མཐུ་ཆེན་སྡེ་བརྒྱད་

དེགས་པའི་ཚོགས་མཆོད་སྤྱོད་གྱི་ཁས་སྒྲུབ་མ་གཤམ་ལ་  
བར་མ་ཐོགས་སྤྱི་དུ་དམ་ལ་འདུམ་དམ་ཉམས་  
བསྐྱལ་བའི་ཤ་བྲག་རུས་ཤིན་མོང་དབང་པོ་རྒྱུད་  
ཆེ་ལ་སྤྱོད་རྒྱ་གཏོར་མའི་དགའ་སྤྱོད་ལ་རོལ་  
ཅིག་གསེལ་ལོ་ཁ་རྩ་བུ་ཉི་ཤ་ལ་དགའ་བས་ཤ་ལ་  
བོ་ཤ་བཟོ་རྒྱ་ཉི་ཤ་ཅིང་རོལ་ཤ་ལ་དགའ་  
བས་བྲག་ལ་འཐུང་ཤ་ལ་འཐུང་མིད་པ་བྱུར་གྱིས་  
རོལ་རུས་ལ་དགའ་བས་རུས་པ་སྤྱི་རུས་སྤྱི་  
སོ་སྤྱི་ཆེ་ཆེ་རོལ་བསྐྱལ་པ་བདག་གིས་མ་ཞོར་  
གྱིས་བཞེས་པ་བྱིད་རྣམས་མ་ཞོར་ཅིག་དབྱེས་  
ཤིང་ཆེ་མས་པར་རོལ་ནས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་  
པ་བྱིད་གྱིས་སྤྱི་དུ་དམ་ལ་འདུམ་དམ་ཉམས་

གྱིས་བསྟོད་ཀྱིས་འབྱོར་སྐྱོད་བྱེད་གྱིས་སྟོལ་ཀྱིས་  
གཤམ་ཏེ་ཕྱིན་ལས་མི་བསྐྱབ་ནུང་དཔལ་གྱི་ལུང་ལས་  
འགལ་བའི་ཕྱིར་ཁྱེད་རྣམས་ཉམས་ཤིང་བརྒྱག་པར་  
འགྱུར་དེ་བས་དམ་ལས་མ་འདའ་བར་བཅོལ་  
པའི་ལས་འདི་སྐྱུར་དུ་གྱིས་དུས་ལ་བབ་བོ་ས་མ་  
ཡུང་ཞེས་གསོལ་ཞིང་ཕྱིན་ལས་བསྐྱུལ། མགྲོན་རང་  
གནས་སུ་གཤེགས་ལ་མཆོད་གཏོར་གཙང་སར་འབུལ་  
ལོ། ཞེས་པའང་འཇིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྩི་རྩིས་  
སོ། །

ཕུར་སྐྱུང་དམ་ཅན་བརྩུ་བྱུག་གི་གཏོར་མའི་ཆོ་ག་སྤྱིན་ལས་དགའ་སྟོན་ཅེས་

བྱ་བ།      ན་མེ་ཤྲི་བརྒྱ་ཁྲ་ར་ཡེ།      རྫོང་ཕུར་བུའི་བཀའ་ཕྱུང་མཐུ་

ཆེན་དྲི་ཅན་བརྩུ་བྱུག་གི་གསེལ་མཆོད་བྱ་བར་འདོད་པས།      ལྷོད་གཙང་མར་

དམར་བཞེས་འཁོར་བཅོ་ལྔ་མཐེབ་རྒྱས་བསྐྱོར་བལ་བྲག་སོགས་མཐུན་ཇུས་སྒྲ་

ཚོགས་པས་བརྒྱན་པ་བཤམས་ལ།   བསང་སྦྱང་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཏེ།   རང་

ཉིད་དཔལ་ཆེན་པོའི་ཐུགས་ཀའི་རྩྭ་ཡིག་ལས་བྱུང་བའི་

འོད་ཟེར་གྱིས་ཕུར་སྐྱང་དམ་ཅན་ལྷུས་དྲལ་འཁོར་

བཅས་སེ་སེའི་གནས་ནས་སྤྱན་དྲངས་པར་བསམ་ནིང་།

གསུར་ཆེན་གྱི་སྟོན་དང་ཞུང་གི་སྟོན་གསུང་པས་བྱང་ས་བའི་རོལ་མོའི་སྐྱ་དང་

བཅས་པས། ཧྲིཿ བྲག་འབྱུང་དཔལ་ཆེན་གྱི་ལ་ཡའི། །

བསྟན་པ་སྤང་བའི་དམ་ཚིག་ཅན།      །མ་མེ་བརྩ་གཉིས་

གིང་ཆེན་བཞི།                      །རང་རང་སྒྲུལ་འཁོར་ཕོ་ཉར་

བཅས། རྩོན་གྱི་ཐ་ཚིག་རྗེས་དགོངས་ལ། ལ་  
ཐོགས་སྐྱུར་དུ་གནས་འདིར་བྱོན། ཨོྫོན་གྱི་ལི་གྱི་  
ལ་ཡ་མོ་རྩ་གྲུ་ཏ་ཡ་མ་མ་གྱི་གྲྭ་ཀམ་ཀ་ར་ཡེ་ས་པ་རི་ཕ་  
ར་བཟླ་ས་སྐྱུང་། ཇོ་རྩྱུ་བོ་རྩྱུ་། ཞེས་སྐྱུན་བྲངས། ཨོྫོན་  
གྱི་ལི་གྱི་ལ་ཡ་མོ་རྩ་གྲུ་ཏ་ཡ་མ་མ་གྱི་གྲྭ་ཀམ་ཀ་ར་ཡེ་  
ས་པ་རི་ཕ་ར་ཨུ་རྩྱུ་ནས། འདྲུ་འི་བར་གྱིས་ཉིར་སྦྱོད་དང་། མ་རྩ་  
པལ་ཨུ་མི་ཏ་ཁྱུ་ཉི། མ་རྩ་རྩ་ཁྱུ་ཉི། ཞེས་སྐྱུན་རྩ་སྦྱོབ།  
ཨོྫོན་གྱི་ལི་གྱི་ལ་ཡ་མོ་རྩ་གྲུ་ཏ་ཡ་མི་གྲྭ་ཀམ་ཀ་ར་ཡེ་  
ས་པ་རི་ཕ་ར་ཨུ་འི་བ་ལི་ཏ་ཁ་ཁ་ཁྱུ་ཉི་ཁྱུ་ཉི། ཞེས་ལན་  
གསུམ་མི་མདུན་གྱིས་གཏོར་མ་སྐྱུང་ལ། ཐོན་ལས་སྐྱུར་མ་གྱོགས་  
གྱི་བདག་པོ་སྐྱུར་སྐྱུང་ལྷུ་མ་དེལ་འཁོར་དང་བཅས་པ་  
རྣམས་གྱིས་མ་ཚེད་པ་དམ་པ་འདི་བཞེས་ལ་སངས་རྒྱས་

གྱི་བསྟན་པ་སྤངས་སོགས་གྱིས་འདོད་དོན་གསོལ།      བསྟོད་པ་ནི།

རྩོ།    སྟོན་ཆེ་སྟོབ་དཔོན་པདྨ་ཐོད་ཐེང་གི    སྟོན་སྤར་

སྤར་པའི་སྤང་མར་ཞལ་བཞེས་པ།      རྟལ་འབྱོར་བྱ་

བཞེན་སྟོང་བའི་དམ་ཆེ་ག་ཅན།    ལྷམ་འལ་བཀའ་སྟོང་

སྟལ་པར་བཅས་ལ་བསྟོད།      ལྷན་མཐེང་ནག་སྤང་

གདོང་ཐོད་དབྱུག་དང་།      ལྷགས་སྤར་འདྲིལ་ཞིང་

ལྷགས་སྤང་མགོ་དགུ་ཞོན།      སྟི་ག་སེར་མོ་འཕར་

གདོང་ལྷགས་ཀྱང་དང་།      ལགས་སེར་སྤར་འདྲིལ་ཞིང་

གསེར་འཕར་ལྷེ་བརྒྱད་ཞོན།      སྟི་ལ་དམར་མོ་ཕྱ་

གདོང་རྩྭ་རྩྭ་དང་།      བཅས་སྤར་འདྲིལ་ཞིང་ཕྱ་མོ་རྒྱང་

གསུམ་ཞོན།    ཀྱ་ཀྱ་སྤང་མོ་བྱི་གདོང་ཞིང་རྒྱང་དང་།    །

གཡུ་སྤར་འདྲིལ་ཞིང་གཡུ་བྱི་རལ་ཅན་ཞོན།      ལྷན་



མཆེད་བཞི་འདིར་སྟོན་གཏོར་མ་བཞེས། རྣལ་འབྱོར་  
བཅོལ་བའི་ཕྱིན་ལས་འབྲུག་པར་མཛོད། །རེ་རྒྱུ་མཐིང་  
ནག་མེ་ལོང་ཁ་རྒྱུ་འཛིན། །གཡང་གཞི་གསོལ་ཞིང་  
དེལ་རྟ་རྟ་གསུམ་ཞོན། །རེ་ཇ་སེར་ནག་ཆ་བྱའི་འཇའ་  
བྱལ་གསོལ། །གསེར་བོར་གཡུ་སྟོམ་འཛིན་ཅིང་ཡུ་མོ་  
ཞོན། །རེ་རྩུ་དམར་ནག་རེ་ལྡེའི་ལྷ་བ་གསོལ། །  
ལྷགས་རྒྱ་ཐོང་ཁྲག་འཛིན་ཅིང་ཆུ་སྤང་ཞོན། །རེ་རྩེ་ལྗང་  
ནག་ཆུ་དར་ལྷ་བ་གསོལ། །ཁྲམ་ཤིང་གྲུ་གྲུ་འཛིན་ཅིང་  
རྩ་མོང་ཞོན། །བདག་ཉིད་མ་བཞི་མཆེད་འབྱོར་མཆེད་ །  
ཡ་བྱིན་མཐིང་ནག་དར་སྟོན་བེར་ཆེན་གསོལ། །  
ལྷགས་རྒྱ་གདབ་ཕུར་འཛིན་ཅིང་གཡུ་འབྲུག་ཞོན། །རེ་  
བྱིན་སེར་མོ་དར་ནག་བེར་ཆེན་གསོལ། །གསེར་

ཞགས་བྱི་ཕུར་འཛིན་ཅིང་ཁུ་སྤྱོན་ཞོན།      །བསྟེ་བྱིན་

དམར་ནག་དར་དམར་འཛིལ་བེར་གསོལ།      །ལྷགས་

སྒྲོག་མཆོག་ཕུར་འཛིན་ཅིང་སྒྲོག་ཞགས་ཞོན།      །ཕག་

བྱིན་ལྗང་ནག་དར་སྒྲོན་བེར་ཆེན་གསོལ།      །ཁྲིལ་བུ་

ཕུར་པ་འཛིན་ཅིང་ཁུ་རྟ་ཞོན།      །ས་བདག་མཆེད་

བཞི་= །རྣལ་འབྱོར་= །དུང་གིང་དཀར་པོ་སྦྱང་དཀར་

སྒྲོག་པ་གསོལ།      །ཤེལ་གྱི་ཤེལ་ཕུར་འཛིན་ཅིང་སེང་

གོ་ཞོན།      །ལྷགས་གིང་སྒྲོ་ནག་དར་ནག་བེར་ཆེན་

གསོལ།      །རལ་གྱི་ལྷགས་ཕུར་འཛིན་ཅིང་ལྷགས་སྦྱང་

ཞོན།      །བསྟེ་གིང་དམར་ནག་དབང་གི་བསྟེ་བྲབ་

གསོལ།      །བངས་གྱི་བངས་ཕུར་འཛིན་ཅིང་མེ་རྟ་ཞོན།      །

རྟ་གི་ནག་པོ་མེ་དབལ་ལྷགས་བྲབ་གསོལ།      །གྱི་གུ་

ཐོད་ཁྲག་འཛིན་ཅིང་ཕྱེ་སྤྱང་ཞོན།      གིང་ཆེན་སྡེ་བཞི་  
འདིར་སྦྱོན་།   རྒྱལ་འབྱོར་།   དམ་ཅན་བཅུ་དྲུག་པོ་ཉ་  
ཡང་འཁོར་བཅས།   འདོད་ཡོན་རྒྱ་མཆོའི་ལོངས་སྤྱོད་  
འདི་གསོལ་ལ།   སྦྱོན་གྱི་ཐུགས་དམ་ཞལ་བཞེས་མ་  
གཡེལ་བར།   རྫོང་ཕུར་པའི་བསྟན་དང་བསྟན་འཛིན་  
སྦྱོངས།   རྒྱལ་འབྱོར་བདག་ཅག་འཁོར་དང་བཅས་པ་  
ཡི།   འགལ་རྒྱུན་ཀུན་སོལ་མཐུན་རྒྱུན་མ་ལུས་  
སྒྲུབས།   གཏུག་ཅན་དབྱ་བགེགས་ཐལ་བའི་རྩལ་དུ་  
ལྷོག   རྫོང་ཕུར་གསོལ་བའི་སྦྱོན་ལས་སྦྱུར་འགྲུབ་  
མཛོད།   ཅེས་བསྟོད་ཅིང་སྦྱོན་ལས་བཅོལ།   མགོན་རྣམས་ཏེན་ལ་བསྟོམ་  
པའམ་རང་གནས་སུ་གཤེགས།   མཆོད་གཏོར་གཙང་སར་འབུལ་ལོ།   ཞེས་  
པའང་རྒྱུན་གྱི་གཏོར་ཆོག་འཇུག་པ་བདེ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་

ཤེས་རིམ་སྒྱུར་བའི་ཡུལ། །

༥ རྒྱལ་གསོལ་དཔག་བསམ་ཡོངས་འདུན། གྱེ། སྤིང་པའི་བདག་  
པོ་མཐུ་བོ་ཆེ། །ཆོས་འཁོར་སྤྱོད་བའི་དམ་ཆོག་ཅན། །  
ཆངས་པའི་གིང་ཆེན་པོ་ཏྲ་། །རྣམ་རོལ་སྐྱེ་ལྔ་ར་  
འཆར་བའི་འཕྱུལ། །བཙུན་མོ་བཀའ་ཡི་སྒོན་པོ་  
དང་། །མངགས་གཞུག་མཛད་པ་བསམ་མི་བྱ་བ། །  
རྩེགས་པའི་དམག་གི་སྡེར་བཅས་པ། །འདིར་སྤྱོན་  
དམ་ཆོག་སྟོན་ལ་བཞུགས། །དབྱེས་པའི་མཆོད་སྤྱོན་  
འདོད་དགའི་དབྱིད། །དྲངས་བསིལ་ཞལ་སྐྱེམས་  
ཞབས་བགྱའི་རྩིང་། །རྣམ་བགྱའི་ཉེར་སྤྱོད་རྒྱལ་སྤིང་  
བདུན། །དཔའ་བོའི་ཇ་གད་རྟའི་མཆོ། །འདོད་  
དགའི་གཏོར་ཆེན་མཐུན་པའི་རྟེན། །སྤྱོན་གཟིགས་  
དཀོར་ཆ་ལོར་དབྱིག་སོགས། །སྤིང་ཞིའི་འབྱོར་བ་རྩི་

སྒྲིབ་ཀྱིས། མི་འཇོན་ནམ་མཁའི་མཛོད་དུ་འབུལ། །

ཀྱི། ཆོས་འཁོར་སྒྲོང་བའི་རྒྱལ་པོ་ཆེ། རིག་འཛིན་

ཡོངས་ཀྱི་འབངས་གཅིག་དུ། མཐིང་ནག་མི་སྟུག་

བྲོས་པའི་གཟུགས། ཁྱིའི་ཉམས་བརྒྱུར་འཆར་ལ་

བསྟོད། རིམ་ནག་སྟོག་པ་བྱ་བེད་དང་། རྟེན་ནག་

འཐོབས་ཞུ་མཛེས་པར་གསོལ། ཞགས་པས་འཆིང་

ཞིང་སྟུ་གི་འཕྱར། བ་ལང་སྒྲ་རིངས་བཅིབས་ལ་

བསྟོད། རི་བོ་ཆུ་ཟླའི་རོལ་གར་བཞིན། སྒྲ་ལྟར་

འཆར་བའི་ལི་བྱེན་ཏར། སྟེ་བརྒྱུད་ཀྱི་སྟེ་དཔོན་

ཏེ། རྒྱུ་རོ་བཞུགས་དང་ཅེ། རང་སྟོན་ཕུ་ཏ་ལྷ་ཏ་

དང་། སྟོང་མོ་གཞོན་སྟོན་ཅི་མ་ར། རུ་འཛིན་གར་

མཁན་སྟོ་སངས་འབག། རྟོགས་པའི་དཔུང་དང་



བཅས་ལ་བསྟོད། །སྟོན་ཆེ་སྟོབ་དཔོན་པདྨ་ཡིས། །

བྲག་དམར་དཔལ་གྱི་བྱ་ཡངས་གྱི། །སྤང་མར་སྤྱན་

དངས་དམ་ལ་བཞག། །ཆོས་འཁོར་ཀུན་གྱི་སྤང་མར་

གཏད། །རིག་འཛིན་ཡོངས་གྱི་འབངས་སུ་བསྐྱོས། །

བསྟན་པ་སྤང་བའི་ཕོ་ཉར་མངགས། །ཞིང་བཅུ་སྟོལ་

བའི་ཤན་པར་བྱས། །སྟོན་གྱི་ཐ་ཆིག་རྗེས་དགོངས་

ལ། །བདག་ཅག་ཡོན་མཆོད་འཁོར་བཅས་གྱི། །

འགལ་རྒྱུན་སོལ་ལ་མཐུན་རྒྱུན་སྟེལ། །གཉེར་བ་

སྟོངས་ལ་བཅོལ་བ་སྐྱབས། །འདོད་པའི་ལས་འབྲས་

མཆིས་པར་མཛོད། །ཆོས་སྟོང་བའི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོའི་

གསོལ་ཁ་སྟོོ་ཀར་བཅད་པ་བཅུ་གཅིག་པ་འདི་ནི་འགྱུར་

མེད་རྗེ་རྗེས་ཆོས་སྟོང་ཉིད་དབྱེས་པའི་སྤང་བ་མཐོང་

ནས་བྲིས་པའོ།།

༥ ། གཞོད་སྒྱིན་ཆེན་པོའི་གསོལ་ཀའི་སྐྱབ་ཐབས་བཞུགས་སོ། ། གཞོད་སྒྱིན་

ཆེན་པོའི་གསོལ་ཀའི་སྐྱབ་ཐབས་ནི། སངས་རྒྱལ་པདྨའི་སྒྱུན་ལ་ཕྱག་འཆལ་

ལོ། རོལ་པ་སྐྱབ་དུན་གྱི་གསོལ་མཆོད་བྱ་བར་འདོད་ན། བཙན་བཤེས་བྱར་

གསུམ་མདུན་ལ་ཤ་བྲག་གིས་བརྒྱན། སྤྲོས་དཀར་བསངས་དུད་ལ་སོགས་

པས་མཆོད། རྩི། པདྨ་ཙན་མ་རྩ་གོ་རྩ་རྩ་ཡ་གྲོ་ཤ་རྩ་ལུ་རྩ་

ལུ་རྩ་པར། མཆོད་གཏོར་ལེགས་པར་བཤམས་ནས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་

ཏེ། རོལ་པ་སྐྱབ་དུན་གྱི་ལས་བྱའི་ནི། དྲེགས་པ་རང་རྒྱུད་ཡིན་པས་བསྐྱེད།

བདག་ཉིད་རྩ་མགྱིན་དབང་ཆེན་དུ་གསལ་བའི་ཕྱགས་ཀའི་ཡི་གེ་ལས་འོད་ཟེར་

དམར་པོ་ལྷགས་ཀྱུ་ལྷ་བྱ་འཕྲོས་ཏེ། སོ་སོའི་གནས་ནས་སྒྱུན་བྲངས་པ་ནི།

སྤྲོས་དང་ཕྱེ་མར་བསྐྱེད་ཅིང་། མདའ་དར་དམར་པོ་གཡབ་ལ། གདུང་བའི་

ང་རོས་འབོད་པ་ནི། གྲི། ཕྱོགས་ཕྱོགས་དེ་ནི་ཤ་གི་ན། ཉི་

མ་རྩལ་ཕྱོགས་ཤ་གི་ན། བཙན་ཡུལ་བྲངས་ཐང་དམར་

པོ་ནེ། བརྒྱ་དབང་གི་བཀའ་ཉན་པེ། ཆེ་བཅན་རོལ་  
པ་སྐྱབ་བདུན་ནིེ། ཕལ་ཆེར་སྐྱེ་མདོག་དམར་པོ་ལེ།  
ཕྱག་ན་བ་དན་ཞགས་པ་བསྐྱམས། སྡེ་བརྒྱད་དེགས་  
པའི་ཆོགས་དང་བཅས། ཚུར་བྱོན་ཚུར་བྱོན་གནས་  
འདིར་བྱོན། ལྷ་ལ་ཏི་བརྒྱ་ས་མ་ཡ་ཇེ། བྱེེ། བཅན་  
མཁར་དམར་པོའི་ནང་ཤེད་ནེ། ལེགས་ལོངས་སྤྱོད་  
བསམ་མི་བྱབ། ཡིད་འོང་སྤྱན་གཟིགས་ཀྱན་ནས་  
མཛེས། དམ་ཆོག་གཙང་མའི་གདན་ལ་བཞུགས།  
ས་མ་ཡ་ཏིཏྲ་ལྷན། གྱེེ། སྐྱེས་བུ་རོལ་པ་མཆེད་  
བདུན་ནིེ། ཕྱིན་ལས་མཛད་པ་བསམ་མི་བྱབ། བརྒྱ་  
དབང་གི་བཀའ་ཉན་པེ། དམ་ཆོག་གཏེར་བདག་བྱོད་  
ལ་བསྤྱོད། གཙང་མའི་སྐྱེ་བྱས་འདི་འབུལ་ལེེ།

བདག་དང་ཡོན་གྱི་བདག་པོ་ལ།      ཐུགས་རྗེའི་དབང་  
གིས་ཉེ་བར་མཛོད།      ཡུལ་གྱི་འཕྲིན་ལྗོངས།      གཙང་  
མའི་བདུག་སྤོས་སྤོན་ལྟར་གཏིབས།      མེ་ཏོག་སྒྲང་  
གསལ་དྲི་མཆོག་དང་།      ཞལ་བས་སྒྲན་པའི་རོལ་མོ་  
འབུལ།      ཐུགས་རྗེའི་དབང་གིས་ཉེ་བར་མཛོད།      རྩ་  
པ་པུའེ་རྩ་པེ་ཡུ་ལོ་ག་གཞུ་ནི་ཕྱི་དྲུ་འབྲུ་པུ་ཛ་ཏོ།      གྱི།  
སྤྱེས་བུའི་སྤོག་གི་བདག་པོ་ནི།      འཛིགས་བྱེད་རོལ་པ་  
སྤེ་བདུན་ཆོགས།      བྱོད་ལ་དབྱེས་པའི་ལོངས་སྤྱོད་ནི།  
འཕྲིན་ལྗོངས་ལྟར་ལྟོང་རི་ལྟར་སྤྱངས།      ཐུགས་རྗེའི་དབང་  
ཕྱི་མཆོ་ལྟར་བསྤྱེལ།      རྩ་པེ་ཡུ་ལོ་ཆབ་རྗེད་བུར་  
གཏམས།      ཐུན་གཟིགས་ལོངས་སྤྱོད་སྒྲར་ལྟར་  
བཀྲམ།      རྩ་པེ་ཡུ་ལོ་ལྟར་ལྟོང་།      ཐུ་

དམ་ཅན་

བཙན་གྲོང་འབར་

སྡེ་བརྒྱད་བསྐྱོངས་ལྔ་འི་

དགོང་སྐུང་དམ་ཕྱན་བྱུགས་

ལས་བྱེད་པོ་ཉེ་བྱུགས་དམ་བསྐྱང་ེ།

དཔ

བ་དན་དམར་པོ་ཡིངས་སེ་

དེགས་པའི་མདའ་འཕེན་སྒྲོངས་སེ་སྒྲོང་།

བཤུག་པའི་འབོད་སྒྲོ་

ཆེ་བཙན་རྒྱལ་པོའི་ཐུགས་དམ་བསྐྱང་ེ།

ཐུགས་དམ་ཞལ་

**ཁྱི་སྒོང་ལྷེན་བཙན་རྩེ་རིགས་**



དང་ཅི་ལ་འབྱུང་དམ་ལྡན་བརྒྱུད་པར་བཅས་ཅི་ལ་  
 ཆེ་བ་གཅིག་ཏུ་སྐྱེད་བ་དང་ཅི་ལ་བསྐྱེད་པའི་རིགས་  
 བརྒྱུད་ཆེད་ཅི་ལ་ལོག་ལྟའི་སྒྲེད་པུང་ཆམ་ལ་ཕོབ་ཅི་ལ་  
 སྐྱགས་འཆང་རྩེ་རྩེའི་དམ་མ་འདྲལ་ཅི་ལ་བཅོལ་ལོ་  
 གཉེར་རོམ་བྱ་ཅུ་ལ་སྐྱེད་ཅི་ལ་ཡལ་ཡོལ་བྲི་གོལ་མ་  
 མཛད་ཅིག་ཅི་ལ་རོ་སྐྱེད་བས་སྐྱེད་མ་འབྲེད་མཛད་ཅི་ལ་  
 ཐུགས་དང་འགལ་བ་བསྐྱེད་བྱུར་ལ་ཅི་ལ་ཐུགས་ཆ་བོ་  
 བཞིན་དུ་སྐྱེད་ཅི་ལ་གཞོད་སྐྱེན་གསོལ་ཀ་འདི་ནི་པར་དབང་རྒྱལ་རོལ་  
 པ་ཅུ་ལ་གྱིས་བསམ་ཡས་དབུ་ཅེའི་གཙུག་ལག་ཁང་ནས་གཉེར་ནས་བཏོན་པའོ་  
 ཞེས་པུང་གཙང་སྐྱེགས་བཅུར་གཏོར་ཞིང་གསོལ་ལོ་ཅི་ལ་བསྐྱེད་མཛད་བདུན་  
 གྱི་གསོལ་ཀ་ལས་བྱེད་པར་ཐོད་ཐོད་ཅུ་ལ་གྱིས་མཛད་རྩེའི་སྐྱེད་ལྟར་བསྐྱགས་  
 པའོ་ སྐྱེད་ལྟེན་ཅི་ལ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཅི་ལ་པར་དབང་ཆེན་གྱི་བཀའ་སྐྱེད་རོ་ ॥ ॥

༥། དག་ཤུལ་དབང་པོའི་མཆོད་ལྗན་རྩྱུ་གི་ང་རོཞིས་བྱ་བ། རྩྱུ། ང་ནི་

དབང་དག་ཉེ་རུ་ཀ། །འཁོར་འདས་ཀུན་གྱི་རྩེ་བཙན་

ཡིན། །ང་ཡི་དབང་དུ་མ་གྱུར་པའི། །སྤང་སྤྱིང་

དེགས་པ་སུ་ཞིག་ཡོད། །རྩྱུ། དབང་ཆེན་ཐུགས་གྱི་

སྤུལ་པ་མཆོག་། །བྲག་འཐུང་དག་ཤུལ་དབང་པོ་ཆེ། །

འཛགས་བྱེད་མི་བཟང་འཁོར་ཆོགས་བཙས། །བསྟན་

པ་བསྐྱུང་བྱིར་ད་ཚུར་བྱོན། །རྩྱུ། །དུར་བྲོད་རོལ་པའི་

ཕོ་བྲང་འདིར། །བཞུགས་པའི་གནས་སུ་བརྩིང་རེ་

ཆགས། །འབར་བའི་ཕོ་ཉ་མཐུ་རྩལ་ཅན། །ཉེ་བའི་

གྲོགས་སུ་བག་ཕོབ་ཅིག་། །རྩྱུ། དངོས་བཤམས་

མཆོད་པ་དཔངས་རེ་མཐོ། །ཡིད་སྤུལ་ལོངས་སྤྱོད་

ལྷན་རེ་སྤྱག་། །དབྱེས་སྒྱུའི་དམ་ལྡས་མ་ཆང་མེད། །

ཙམ་ལ་ལ་རྟོ་བཞེས་སུ་གསོལ། རྩྱཱྀ། ཉམས་པའི་  
སྟོག་རྩ་བཅད་པ་ཡི། རྩྱཱྀ། བྱེད་འབྲུག་ས་པ་  
འདི། རྩྱཱྀ། དཔའ་བའི་སྐྱེམས་སུ་བདག་འབྱུང་གི། རྩྱཱྀ།  
དབྱེས་ཤིང་རྩམས་པས་བྱེད་བཞེས་ཤིག་ རྩྱཱྀ།  
བསྟན་དབྱའི་སྟོག་གི་རྩག་པ་སྟེ། རྩྱཱྀ། བྱེད་མཆོག་གི་བྱ་  
བཞེས་སྐྱེད་བའི་སྟེ། རྩྱཱྀ། མཐུ་ཆེན་ཤོན་པའི་གཙོ་བོ་ལ། རྩྱཱྀ།  
མཛོན་པར་བསྟོད་དོ་ལས་མ་གཡེལ། རྩྱཱྀ། གསང་  
ཆེན་བསྟན་དང་བསྟན་འཛིན་ལ། རྩྱཱྀ། འོག་པར་འབྲུ་བའི་  
བདུད་དབྱའི་ཆོག་ས། རྩྱཱྀ། མ་ལུས་བྱེད་ཀྱི་བས་སྐྱེལ་  
དུ། རྩྱཱྀ། གཏང་པ་ཡིན་ནོའོར་ར་རེ། རྩྱཱྀ། གདུག་པའི་  
སེམས་འཆང་དམ་སྟེའི་རིག་ས། རྩྱཱྀ། གཟུགས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་སོད་ལ་ཤོག། རྩྱཱྀ། གཟུགས་མེད་ཐམས་ཅད་

བརྒྱག་ལ་ཤོག། མིང་ཙམ་མེད་པར་གྱིས་ལ་ཤོག། རྩྱུ།  
ཕྱིན་ལས་འདི་ལས་བྱོད་གཡེལ་ན། སྤྱོན་གྱི་ཐ་ཆོག་  
གང་དུ་གཉོན། བསྟན་པ་འཛིག་ལ་བྱུག་ཏུ་རེ། རྩྱུ།  
བས་སྦྱར་དུ་རྩལ་ཤུགས་སྦྱངས། རྩྱུ། མདོར་ན་རིག་  
འཛིན་བདག་ཅག་གི། ཡིད་ལ་བརྒྱག་པའི་དོན་ཐམས་  
ཅད། རུས་འདི་ཉིད་ལ་བསྐྱབ་ནས་གྱང་། བྱོགས་  
ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བར་མཛོད། ཅེས་པའང་སྐྱབས་ཆེ་ལེ་ཐོག་  
དག་ཅེ་མཆོག་སྦྱལ་རིན་པོ་ཆེའི་བཞེད་པ་སྒྲོང་བའི་སྦྱང་དུ། སྦྱ་འགྱུར་རྩིང་མའི་  
སྦྱགས་ནག་རལ་པ་ཅན་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་དྲོ་རྩེས་ཤར་མར་སྦྱར་བ་ཇ་ཡུལ་།

༥ བསྐྱེད་ཀྱིས་བྱིས་བྱིས་བསྐྱེད་པ་ནི། ཡུ་མི་ཏམ་བསང་། ལྷ་བྱ་ལྷ་ས་  
ལྷ་ས་། ལྷོང་པའི་ངང་ལས་ལྷོ་ལས་གནས་ཁང་དུ་དུར་  
བྱོང་དྲག་པོའི་ཞིང་ཁམས་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པར་ཕྱི་  
ནང་གསང་བའི་མཆོད་པ་སྤྱན་གཟིགས་མཐུན་ལྷ་ས་ཏེན་  
ལྷ་ས་སྐྱོང་ལྷ་ས་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱིད་ཞིའི་འདོད་  
ཡོན་གྱི་རྣམ་པ་མཁོ་རྒྱ་ཆང་བ། བཟང་རྒྱས་འབྱོར་པ།  
མཛོས་རྒྱས་བརྒྱན་པ། རོ་བོ་ཡེ་ཤེས་སྤྱི་མའི་རང་  
བཞིན་བདེ་བའི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་པར་འཆར་བས་ནམ་  
མཁའི་ཁམས་གང་བར་གྱུར། ནམ་མཁུ་ཏ་ལྷ་ག་ཏེ་བྱོ་  
བི་ལྷ་སྤྱི་བྱོ་མཁུ་ལྷ་སྤྱི་ཏེ་སྤྱིར་ཏ་ཡི་མི་ག་ག་ན་  
ཁི་སྤྱི་རྒྱ། ལན་གསུམ་དང་། བཛྲ་སྤྱིར་ཏ་ཁི། ཞེས་པས་བྱིས་  
བསྐྱེད་ཏེ་བདེ་མི་ཤེས་པར་སྤྱེལ་ལ།

༥

མ་གཟའ་རྫོང་གསུམ་གྱི་གསོལ་མཆོད་ཉེ་བར་བསྐྱུས་པ་བཞུགས་སོ།

རྩྱུ་བྱོ། ཀུན་རྟུ་བཟང་མོ་དབྱིངས་གྱི་ཡུམ། །སྒྲགས་  
སྤང་ཆེན་མོ་རལ་གཅིག་མ། །སྤང་སྤྱིད་མ་མོ་འབྲུམ་  
སྤེ་བཅས། །འདྲིར་གཤེགས་དམ་ཆུས་མཆོད་གཏོར་  
བཞེས། །གསང་སྒྲགས་ཆོགས་པ་ཆེན་པོ་ཡི། །  
བསྐྱུན་པའི་གཉེར་ཁ་སྤྱོད་བལ། །བྱགས་ཆེ་བྱགས་  
དམ་མ་གཡེལ་བར། །དུས་འདྲིར་སྤྱོན་ལས་སྤྱུབ་པར་  
མཛོད། །རྩྱུ། འཛིགས་བྱེད་གཟའ་བདུད་ར་རྩྱུ་ལ། །  
སྤྱུ་ལ་བའི་གཟའ་བདུད་གདོང་མོ་བཞི། །རྒྱ་སྐར་སྤེ་  
བརྒྱད་དམག་ཆོགས་བཅས། །འདྲིར་བྱོན་ལ་བྱག་  
གཏོར་མར་རོལ། །མ་གཡེལ་སྤྱོན་ལས་རྩལ་སྤྱུངས་  
ལ། །བསྐྱུན་དབྱ་དམ་ཉམས་སྤྱུར་དུ་སྤྱོད། །སྤྱུབ་



མཆོག་རྣལ་འབྱོར་བྱ་བ་ཞིན་སྐྱོངས།      །དམ་ལས་མ་  
འདའ་ལས་མཛོད་ཅིག      །ཏུ།      སྐྱེས་བྱ་ཆེན་པོ་རྩེ་རྩེ་  
ལེགས།      །དབྱེས་སྡེ་གོང་བཙུན་བརྟན་མའི་ཆོགས།      །  
སྐྱེལ་འཁོར་བྱེ་བ་འབུམ་ཕྱག་བཅས།      །འདིར་བྱོན་  
མཐུན་རྩལ་མཆོད་གཏོར་བཞེས།      །གསང་ཆེན་བསྟན་  
དང་བསྟན་འཛིན་གྱི།      །མངའ་ཐང་སྡེལ་ལ་མཐུ་མ་  
ཆུང་།      །ཏྲ་ཏུ་སྡོང་གོགས་མ་གཡེལ་བར།      །ལས་  
བཞིའི་ཕྱིན་ལས་སྐྱར་འབྲུབ་མཛོད།      །ཅེས་པའང་བང་རིའི་  
མཆོག་སྐྱེལ་ཀུན་བཟང་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་གསུང་གིས་ངོར་འཛིགས་  
བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྩེ་རྩེས་སོ། །

༥ ཟབ་གསང་མཁའ་འགྲོའི་སྒྲིང་བྲིག་ལས་མཆོད་པ་འཁོར་སྒྲིན་ཤུན་པ་དམར་ནག་

མི་སྒྲིན་དུག་པོ་རྩ་ལ་གྱི་གསོལ་མཆོད་པ་རྩལ་དཔུང་འཛུམས་བཞུགས་སོ།

དཀར་དམར་སྒྲེམས་དང་ཆོགས་མཆོད་སོགས་མཆོད་ཇུས་སྒྲེམས་སྒྲེམས་

བཤམས་པ་ལ། སྒྲིགས་དང་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱིས་སྒྲེལ། རང་ཉིད་ཡི་དམ་ལྟར་

གསལ་ངང་། གྲུ་། དུར་བྲོད་ཉེ་ཆེན་བརྟེན་བཟུལ་བ་ནས་

གཞོན་སྒྲིན་ཤུན་པ་འཁོར་དང་བཅས་། དད་དང་དམ་

ཆོག་གཉན་གྱིས་འབོད་། མ་ཐོགས་སྒྲུར་དུ་གཤེགས་

སྒྲེལ་གསོལ། སྒྲུབ་ཅིང་བརྟེན་པའི་གནས་འདིར་

བཞུགས་། ཉེར་སྒྲོལ་འདོད་ཡོན་སྒྲིན་གཏོར་རྒྱུ།

རིན་ཆེན་སྒྲུ་སྒྲུ་དར་ཟབ་དཀོར་། དབྱ་བགོགས་ཤུན་

བྲིག་སྒྲོག་དཔུགས་རུས་། མཐུན་ཇུས་སྒྲིན་གཟིགས་

སྒྲེམས་གྱིས་། གཞོན་སྒྲིན་ཤུན་པ་དམར་ནག་

མཆོད་མཆོད་ ཡུམ་མཆོག་གསོད་བྱེད་དམར་མོ་མཆོད་

ལས་མཁན་སྐལ་པའི་འཁོར་བརྒྱད་མཆོད་ ཡང་

སྐལ་ལྷ་སྒྲིན་སྒྲིན་བརྒྱད་མཆོད་ འཁོར་ཆོག་ས་བྱེ་བ་

འབུམ་སྒྲིན་མཆོད་ གསོལ་ལོ་མཆོད་དོ་ཐུགས་དམ་

བསྐྱང་ ཏྲ་ཏྲ་བུམས་བཅེས་བདག་སྦྱངས་ཤིག་

ཞི་རྒྱས་དབང་དང་དྲག་པོའི་ལས་ སྒྲིན་ལས་རབ་

འབུམས་ལྷན་གྲུབ་མཛོད་ མ་གཡེལ་མ་འབྱུངས་ས་

མ་ཡུང་ དེ་ལྟར་གསོལ་མཆོད་བྱས་པ་ཡི་ ལུས་དང་གྲིབ་བཞིན་དབྱེར་

མེད་འགྲོགས་ སྒྲིན་ལས་རྣམ་བཞི་འབད་མེད་འབྱུང་ འཕྲལ་ཐུག་ཀུན་ཏུ་

དག་ལེགས་རྒྱས་ ས་མ་ཡུང་ རྒྱ་རྒྱ་ ཅེས་བདུད་འཛམས་རྩི་རྩིས་གོ་ལོད་

རྩལ་གྲིས་ཤོག་གསེར་ལས་ཞལ་བལྟས་པའོ།། གྲུ་ མཐུ་ཆེན་

གཞོད་སྒྲིན་ཤན་པ་འཁོར་དང་བཅས། །དམ་ཆོག་

དབང་གིས་འདིར་གཤེགས་མཆོད་འབུལ་རེལ། །  
བདག་གི་ཡིད་ལ་བརྟག་པའི་བསྟན་འགྲོའི་དོན། །  
གོགས་མེད་དུས་འདིར་སྐྱབ་པའི་ཕྱིན་ལས་མཛོད། ། །  
ནས་སོ། ། །

༥ ཀ་དག་དབྱིངས་ལས་རང་ཤར་བའི། །ཡེ་ཤེས་མ་

མོ་རལ་གཅིག་མ། །ཀུན་བཟང་རོལ་པའི་ཕུད་གྱི་

མཆོད། །རྣམ་བཞིའི་ལས་གྱི་ཕྱིན་ལས་མཛོད། །

རྩི་ཀློ་རེ་ མཐུ་ཆེན་དབང་ཕུག་ཤན་དམར་གཟའ་

བདུད་རྒྱལ། །འཁོར་བཅས་འདིར་གཤེགས་དམ་ལྡས་

དབྱེས་མཆོད་འབུལ། །ཐུགས་དམ་བསྐྱང་ངོ་འགལ་

འབུལ་བཟོད་པར་བཞེས། །རྣལ་འབྱོར་བཅོལ་བའི་

ཕྱིན་ལས་སྐྱར་སྐྱབ་མཛོད། །ཅིས་པའང་པར་དབང་ཆེན་གྱི་ངོར་རྩྭ་

ནས་སོ། །

རྩྭ་ །འཛིགས་བྱེད་དྲག་ཤུལ་དབང་པོ་འཁོར་བཅས་

ལ། །དམ་ལྡས་ཕྱིན་གསང་བའི་མཆོད་པ་འབུལ། །

བར་གཅོད་རྒྱལ་འགོང་འབྱུང་པོ་ཆར་གཅོད་ལ། །

མཐུན་རྒྱུན་བསམ་དོན་མ་ལུས་སྦྱར་འབྲུབ་མཛོད།

ལྷོ་

ནས་སོ།། །།

༥ དམར་པོ་ལྷ་གསུམ་གྱི་གསོལ་སྤོན་དབང་དྲག་འབར་བའི་གད་རྒྱུད་ནེས་བྱ་

བ། རྩི་ཇོ་ སྒྲུང་སྤྱིད་དབང་མཛོད་ལྷ་ཆེན་དབང་ཕུག་

ཆེ། །མཐུ་རྩལ་ཐོག་ས་མེད་གཞོད་སྦྱོན་ཤན་པ་

དམར། །བསྟན་དབྱའི་སྤོག་ལེན་བཙན་གློད་འབར་བ་

སྟེ། །ཁྱེད་གསུམ་རང་རང་སྦྱུལ་འཁོར་ཕོ་ཉར་

བཙས། །དམ་ཆོག་གནས་འདིར་འབོད་དོ་སྦྱོན་འདྲེན་

གཤེགས། །མི་འབྲལ་གཏན་གྱི་སྦྱང་མར་མངའ་

གསོལ་ལོ། །སྦྱི་ནང་གསང་མཆོད་དབྱ་བག་གསལ་ཤ་

བྲག་སོགས། །མཐུན་རྩལ་འདོད་ཡོན་མི་བད་ལོངས་

སྦྱོད་འདིས། །གསོལ་ལོ་མཆོད་དོ་ཕུགས་དམ་གཉན་



པོ་བསྐྱང་། །བག་མེད་འགལ་འབྲུལ་ཅི་མཆིས་བཟོད་  
པར་བཞེས། །བསྟེན་ཅིང་སྐྱབ་པའི་རྣལ་འབྱོར་བདག་  
ཅག་ལ། །རྟག་ཏུ་སྤྱང་སྦྱོབ་སྤྲོད་གྲོགས་མ་གཡེལ་  
བར། །ནད་གཏོན་ལ་སོགས་འགལ་རྒྱེན་ཐམས་ཅད་  
སོལ། །ཆོས་སྤྱིད་སྤྱིན་ལས་མངའ་བའང་དགྲ་དུ་  
སྤྲོར། །མི་དང་མི་མིན་སྤྱང་སེམས་དབང་དུ་སྦྱས། །  
ལོག་པར་འབྲུ་བའི་བསྟེན་དག་ཆམ་ལ་ཕོབ། །སྤྱི་མའི་  
སྤྱི་དག་རྣལ་འབྱོར་སྤྱོས་དག་སྤྱོལ། །སྤྱང་མ་གཉན་  
པོའི་མཐུ་དང་རྩལ་ཤུགས་སྤྱུངས། །སྤྱུགས་འཆང་ཆེ་  
བའི་ཡོན་ཏན་དུས་འདིར་སྦྱོང། །བཀའ་དང་དམ་ལས་  
མ་འདའ་ས་མ་ཡ། །ཞེས་པའང་སྤྱགས་སྟོན་པམྱ་དབང་ཆེན་གྱིས་  
བསྐྱུལ་བའི་དོར་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་དོ་རྩེས་སོ། །འདི་སྤྱུང་གིས་བཏོན་ན་

རང་ལ་འབྲུ་ལྷོག་འབྲུང་ངོ་།། །།

སེང་ཆེན་གོ་སར་ནོར་བུའི་གསོལ་མཆོད་སྤྱོད་ལས་ལྷན་གྲུབ་བཞུགས་སོ།

ང་ཆང་བ་ལིང་སོགས་བཤམས་ཤིང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས་འདི་སྐད་དོ། ལྷོ་

ལྷོ་ འཇིགས་རུང་སྤྱོད་པོའི་གོང་ཁྱེར་དཔལ་གྱི་རི། །

སྐྱ་གསུམ་རྒྱལ་བའི་ཞིང་ཁམས་པརྒྱའོད། ། དམར་

ནག་མེ་དཔུང་འབྲུགས་པ་དྲག་པོའི་ཞིང་། ། རང་ལྟར་རྩོ་

རྩོ་ལུས་གྱི་ཅི་ཏྱའི་གོང་། ། རིག་འཇོན་དཔའ་བོ་མཁའ་

འགྲོའི་ཕོ་བྲང་ནས། ། སྤྱིད་ཞི་མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་རྩོ་

རྩོའི་སྐྱ། ། རབ་འབྲུམས་རྒྱལ་བའི་སྤྱི་གཟུགས་མཆོ་

སྤྱེས་རྩོའི། ། བྲུགས་རྩོའི་རྩལ་སྒྲུང་སྐྱ་མར་རོལ་པའི་

གཟུགས། ། རྩལ་འབྱོར་གྲུབ་པ་ཕོ་མོའི་ཆོགས་དང་

བཅས། ། མོས་ལྷན་བུ་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པའི་ཕྱིར། །

བརྟུལ་ཞུགས་རྩོའི་གར་གྱིས་མཁའ་ལམ་ནས། །

བདུད་འདུལ་དབྱ་སྒྲ་ཕེར་མའི་སྐྱར་བཞེངས་ཏེ། འིག་  
འཛིན་ཆེན་པོ་འཛམ་གླིང་རྒྱན་མཆོག་ཙུལ། །ཤེས་  
རབ་རལ་གྱི་མདའ་གཞུང་འཕུལ་འཁོར་གྱིས། སྤྱིང་  
པའི་དབྱ་སྒྲ་ཕེ་འཛམ་ས་པའི་མཐུ་བོ་ཆེ། སྐྱེས་མཆོག་  
སེང་ཆེན་ལོར་བུ་སྐྱ་འཁོར་དཔུང་། ཁ་ལུས་འཁོར་  
དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ཀུན། དཔའ་བའི་གི་བསྟོ་ཆ་  
སྐྱ་འབྱུག་ལྟར་སྒྲིག་ དག་མཆོན་སྒྲན་པའི་བ་དན་  
མཁའ་ལ་འཕྱར། རྫོང་འཛིན་མཆོག་ཞོན་པའི་བློ་གར་  
གྱིས། བར་ཆད་དམ་སྤྱིའི་སྟོག་སྤྱིང་ཆལ་བར་  
འགེམ། བྱིན་རྒྱ་བས་སྤྱིན་འབྲིགས་དངོས་གྲུབ་ཆར་  
རྒྱན་འབེབས། སྐལ་ལྷན་བདག་གིས་མཆོད་ཅིང་  
མདའ་གསོལ་ན། བྲོགས་མེད་ཐུགས་རྫེའི་དབང་

གིས་འདིར་གཤེགས་ལ།      །བདུད་ཅི་དཔའ་སྐྱེམས་

ཕུད་ཀྱི་མཆོད་པ་བཞེས།      །བཅུད་ལྡན་ཡིད་བཞིན་

གཏོར་མའི་མཆོད་པ་བཞེས།      །བྲག་ཆང་སྤྱིས་བྱེད་

ཨ་ཁྱི་མཆོད་པ་བཞེས།      །འོད་གསལ་དྲིའི་མ་བསང་གི་

མཆོད་པ་བཞེས།      །དར་སྒྲ་བ་དན་རྩེའ་མའི་མཆོད་པ་

བཞེས།      །བདེ་སྤྱོད་ཉམས་སྤྱོད་གསང་བའི་མཆོད་པ་

བཞེས།      །སྒྲ་སྤྱོད་གཞིར་བཞེངས་མདོས་ཀྱི་མཆོད་པ་

བཞེས།      །ཐམས་ཅད་མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་མཆོད་པ་

བཞེས།      །བྱུགས་རྗེས་དགོངས་ཤིག་སེང་ཆེན་རིན་པོ་

ཆེ།      །དམ་བཅའ་མ་གཡེལ་རིགས་གསུམ་སྤྱུལ་པའི་

སྐྱོ།      །དེང་ནས་བྱུང་ཆུབ་བར་དུ་མི་འབྲལ་བར།      །

སྤངས་སྤྱོདས་བྱིན་བྱིས་སྤོབས་ལ་བྱིན་ལས་

བསྐྱབས། བྱིད་ནི་སྒྲིང་རྩེ་མཆོག་གི་རང་བཞིན་ཏེ། །

ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོའི་མཆོན་ཆེན་རྣམ་པར་འཆང་། །

བདུད་ཀྱི་དཔུང་རྣམས་འདུལ་ལ་མཆོག་ཏུ་གྱུར། །

བདུད་བཞིའི་འཛིགས་པ་མཐའ་དག་བྱིད་ཀྱིས་སོལ། །

མཁྱེན་རབ་དགོངས་པའི་གྲོང་ནས་རྩལ་ལྷུངས་ལ། །

སྐལ་ལྷན་སྒྲིང་གི་དབུས་སུ་བྱིན་ཆེན་ཕོབས། ཁྱེད་སྒྲིང་

རིག་ཁམས་ཡེ་ཤེས་རྩིས་ཐོབ་ལ། བཀའ་བྱས་བྱང་

ཆུབ་ལམ་དུ་བསྐྱུར་བར་མཛོད། བདུད་འདུལ་དྲག་པོ་

སྐྱགས་ཀྱི་གཟི་འབར་ཞིང་། སྐྱེད་གྲུའི་མོས་སྒྲིང་ཆོས་

ལ་བསྐྱུར་བ་ཡི། ཆོར་གཙོད་རྩེས་སུ་བབྱང་བའི་སྤོན་

ལས་ལ། དབང་འབྱོར་མཐུ་སྟོབས་རུས་པའི་དངོས་

གྲུབ་སྟོལ། སྒྲིང་ག་དཔལ་གྱི་བེདུའི་གསང་མཛོད་



ནས།      །གཟུངས་སྟོབས་སྟོ་གྲོས་ལོར་བུའི་གཏེར་སྟོ་

ཕྱེས།      །གཞན་ཕན་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་ཕྱིན་ལས་

ཀྱིས།      །དོན་གཉིས་ཡིད་བཞིན་གྲུབ་པར་མཛད་དུ་

གསོལ།      །བྱང་ཆུབ་སེམས་ལྡན་ཀུན་བཟང་སྦྱོང་པ་

ཡིས།      །ཟབ་མེད་རྩེའི་ཐེག་མཆོག་ལ་གནས་ནས།      །

ས་ལམ་མངོན་པར་རྟོགས་པ་ཆེར་འཕེལ་ཞིང་།      །སྦྱར་

དུ་རྣམ་གྲོལ་རྒྱལ་བའི་དབང་པོར་མཛོད།      །ཅིས་པའང་

ལྷགས་འབྱུག་སྒྲུ་<sup>༦</sup>ཆོས་<sup>༣༧</sup>      ལ་མི་ཕམ་པས་གང་ཤར་གྱིས་པ་དགོ།      །

<sup>༥</sup>      །གོ་སར་གསོལ་བསྐྱས་ནི།      ལྷོ་ལྷོ།      དབྱིངས་ནས་ཐུགས་རྩེ་

མ་གཡེལ་སེང་ཆེན་རྩེ།      །རྩ་གསུམ་ཀུན་འདུས་ལོར་བུ་

དག་འདུལ་རྩལ།      །ཆོས་སྦྱོང་དག་སྒྲ་ཕྱེར་མའི་འཁོར་

དང་བཅས།      །ཐུགས་རྩེ་ཐུགས་དམ་དབང་གིས་འདིར་

གཤེགས་ལ། །དམ་ཇས་བདུད་ཅི་གཏོར་མའི་མཆོད་  
པ་བཞེས། །སྐྱབ་པའི་རྟགས་མཚན་དངོས་སྐྱབ་སྟུན་  
པ་དང་། །རེ་བའི་འབྲས་བུ་ཡིད་བཞིན་གྲུབ་པར་  
མཛོད། །མཆོག་དང་མཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་སྐྱུལ་དུ་  
གསོལ། །ཨོཾ་ཨཱ་མི་རྟ་ཨ་ཁི་རྟ་ཨ་པ་ཨི་ཨྱ་ར་ཨི་  
དམ་བ་ལི་རྟ་ཁྱེ། རྒྱུ་མིང་པས་སོ། །ཀྱེ། འདོད་དོན་ཀུན་  
སྐྱབ་དབྱ་བྲ་མཐུ་བོ་ཆེ། །རིགས་གསུམ་པརྩའི་སྐྱ་  
འཕྱུལ་སེང་ཆེན་རྒྱལ། །ཞོར་བུ་དབྱ་འདུལ་བཀའ་  
སྤྲོད་པོ་ཉར་བཅས། །གསོལ་ལོ་མཆོད་དོ་བསམ་དོན་  
ཕྱུན་གྲུབ་མཛོད། །སྐྱབ་བཙོན་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱུག་བིདུ་རྒྱ་རའི་  
གསུང་བསྐུལ་བཞིན་སྐྱབ་ཁང་བདུད་ལས་རྣམ་རྒྱལ་གླིང་དུ་འཇམ་དཔལ་རྩེ་རྩེས་  
རྒྱལ་གླའི་ཆོས་བདུན་དག་བར་གྲིས་པ་འདིས་སྐྱབ་བརྒྱུད་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་

ཕྱོགས་ཀུན་ལས་རྒྱལ་བར་གྱུར་ཅིག། །།

༥ ། བཤགས་པ་ནི། རྟོེ་ རང་བཞིན་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལས་  
མ་གཤེས་ཀྱང་། ། བྱུགས་ཇེ་འི་དབང་གིས་འབར་བའི་  
སྐར་བཞིངས་པ། ། རྒྱལ་བའི་བསྟན་སྲུང་དམ་ཅན་རྒྱ་  
མཆོའི་ཆོགས། ། འཁོར་བཅས་བདག་ལ་གསུམ་ཅིང་  
དགོངས་སུ་གསོལ། ། བདག་ཅག་སྤྱོད་ཆོངས་མ་རིག་  
འབྱུལ་པའི་ཡིད། ། ལས་དང་ཉོན་མོངས་བག་ཆགས་  
ཀྱིས་དྲུགས་པས། ། ལྷ་ཁྱོད་བསྟེན་ཅིང་སྐྱབ་པར་  
དམ་བཅས་ཀྱང་། ། རྒྱ་ཡི་ཕྱག་རྒྱུ་མ་གསལ་དོན་མ་  
རྟོགས། ། རྒྱགས་ཀྱི་བཟླས་བཟོད་མ་དག་ལྷག་ཆད་  
འབྱུགས། ། ཡིད་ཀྱི་ཉིང་འཛིན་བྱིང་ཁྱོད་རྟོག་པས་  
བསྐྱད། ། དམ་ཇས་མ་ཆད་རྟོན་ཇས་མ་ཆོགས་དང་། །  
རྒྱ་རྒྱུང་སྲུང་ཉམས་འབག་བཙོག་ཅི་མས་གོས། ། དུས་

གྱི་མཆོད་གཏོར་འབྱུངས་ཤིང་ཆག་པ་དང་།      །བསྐྱེན་  
སྐྱབ་གཡེལ་ཞིང་ལས་སྦྱོར་ལོག་པ་སོགས།      །ཚུ་བ་  
ཡན་ལག་དམ་ཆོག་ཉམས་པ་ཀུན།      །རབ་གཞོང་  
འབྱོད་པའི་སེམས་གྱིས་མཐོལ་ལོ་བཤའགས།      །མཐོལ་  
བཤའགས་བཟོད་པ་དང་དུ་བཞེས་ནས་ཀྱང་།      །ཉམས་  
ཆག་སྐྱིབ་པའི་ཆོགས་རྣམས་ཀུན་བྱང་སྟེ།      །འབྱུར་  
མེད་ཆངས་པ་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་སྦྱོལ།      །ཞེས་དང་  
གཞན་ཡང་ཐུགས་དམ་མ་བསྐྱང་བ་རྣམས་ཡི་གེ་བརྒྱ་བས་བཤའགས་པར་བྱའོ།།

༥ ། དེ་ནས་འདོད་པའི་དོན་ལ་སྤྱོད་ལས་བཅོལ་བ་ནི། རྩོ། རྒྱལ་བའི་

བསྟན་སྲུང་རྩི་རྩི་ནག་པོ་ཆེ། །ལྷུ་མ་དྲལ་བཀའ་སྲོད་

འཁོར་དང་བཅས་རྣམས་ལ། །སྤྱོད་ལས་རབ་འབྱུངས་

གསོལ་དང་བསྐྱུལ་བའི་ཕྱིར། །མཆོད་སྤྱོད་རྒྱ་མཆོ་

བསྟུབས་པས་དབྱེས་གྱུར་ཏེ། །ཀུན་བབ་ཏེ་རུ་ཀ་

དཔལ་དཔའ་བོ་ཆེ། །དཀྱིལ་འཁོར་རྒྱ་མཆོའི་བྱབ་

བདག་པུ་འབྱུང་། །མཆོག་གི་ས་བརྟེས་རྩི་རྩི་རིག་

འཛིན་ཆོག་ས། །རིམ་པར་བྱོན་པའི་རྩ་བ་རྒྱུད་སྒྲ་མ་

ཡིས། །རྒྱུད་གསུམ་དམ་ཅན་དེགས་པའི་དཔུང་

ཆོག་ས་རྣམས། །སྤྱོད་གསང་བའི་འདོད་ཡོན་རྒྱ་

མཆོས་མཆོད། །བསྟེན་ཅིང་བསྐྱུབས་ནས་དབང་

བསྐྱུར་དམ་བཞག་པའི། །ཞལ་བཞག་ཐུགས་དམ་



གཡེལ་བར་མ་མཛད་པར།

སྤྱིད་ཞིའི་ཕུན་སུམ་

ཆོག་ས་ཀུན་འབྱུང་བའི་གཞི།

རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་སྤྱི་

དང་བྱུང་པར་དུ།

།གསང་ཆེན་རྩི་རྩི་སྤྱི་པོའི་རིང་

ལུགས་མཆོག་

སྤྱི་གས་དུས་ཀུན་ཏུ་དར་ཞིང་རྒྱས་

པར་མཛོད།

།ལུང་རྟོགས་ཆོས་རྩལ་བཤད་སྒྲུབ་ལ་

བསྟེན་ནས།

།ལེགས་སྤྱོད་འགྲོ་བའི་མགོན་དང་

བཤེས་གྱུར་པ།

།བསྟན་འཛིན་སྤྱི་བའི་སྤྱི་ཆོ་རབ་

བསྤྱིངས་ཏེ།

།མཛོད་སྤྱི་ནམ་མཁའི་པ་མཐར་བཟུལ་

བར་མཛོད།

།བསྒྲུབ་པ་གསུམ་གྱིས་ཐུགས་རྒྱུད་

ལེགས་གཏམས་ཞིང་།

།འཁོར་ལོ་གསུམ་གྱིས་དོན་

གཉིས་རབ་བསྒྲུབས་ཏེ།

།དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་

སྤྱི་ལས་གདུང་འཛིན་པའི།

།དགོ་འདུན་སྤྱི་ནམས་

དབྱར་མཚོ་ལྟར་འཕེལ་མཛོད།      ཆོས་སྐྱོད་རྒྱལ་པོའི་  
དབུ་འཕང་དགུང་དུ་བསྟེགས།      ཆོས་ལྡན་ཆབ་སྲིད་  
དར་རྒྱས་བསྐྱིད་བ་དང་།      སྤྲིག་ལས་བསྐྱོག་ཅིང་དགོ་  
ལ་གཞིལ་བ་ཡི།      ཁྲོ་གྲོས་ཡར་ལྷ་བཞིན་དུ་འཕེལ་  
བར་མཛོད།      རྒྱལ་ཁམས་ཀུན་དུ་ནང་ཕྱག་འབྲུགས་  
ཚོད་སོགས།      མི་མཐུན་དུས་ཀྱི་རྒྱད་པ་ཡོངས་ཞི་  
ནས།      སྒྲོད་བཅུད་ཕན་བདེའི་ལེགས་ཚོགས་རབ་  
འཕེལ་བས།      བདེ་སྐྱོད་ཚོགས་ལྡན་དཔལ་གྱིས་འཚོ་  
བར་མཛོད།      བསྐྱར་དང་འགྲོ་བའི་བདེ་སྐྱོད་འཛམས་  
བྱེད་པ།      མི་དང་མི་མིན་ནག་ཕྱོགས་སྐྱ་སྐྱའི་དཔུང་།      །  
མིང་རུས་རྒྱལ་ལྡན་ཙམ་ཡང་མ་མཆིས་པའི།      རྒྱག་  
པོའི་གར་གྱིས་ས་གསུམ་གཡོ་བར་མཛོད།      བྱེད་པར་

ནལ་འབྱོར་བདག་ཅག་འཁོར་བཅས་ལ། མངོན་མཐོ་

ངེས་ལེགས་བར་གཙོད་ཕྱིན་རྒྱུ། རྒྱུ་གཙོད་

འཛིགས་བརྒྱད་མི་ལྟས་མཆོན་ངན་སོགས། མི་

མཐུན་ཕྱོགས་ཀུན་དབྱིངས་སུ་ཞི་བར་མཛོད། ཆོ་དང་

བསོད་ནམས་དཔལ་འབྱོར་མངའ་བའ་སྟོབས། སྟོན་

བྲགས་ལོངས་སྟོད་བུ་སྟོབ་བརྒྱད་འཛོན་དང་། ཐོས་

བསམ་སྟོམ་པའི་ཉམས་ཏྲོགས་ཡོན་ཏན་སོགས། །

ལེགས་ཆོགས་ཐམས་ཅད་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པར་

མཛོད། །འཛིག་ཏྲོན་ཁམས་ཀྱི་ཕུན་ཆོགས་ཇི་སྟེད་

དང་། །གཟུགས་ཅན་གཟུགས་མེད་ལྟ་འདྲེ་མི་ལ་

སོགས། །ཆེ་བཙན་འགྲོ་བའི་རྒྱུང་སེམས་སྦྱང་བ་

ཀུན། །ཐོགས་པ་མེད་པར་དབང་དུ་བསྐྱུ་བར་

མཛོད།      །ཕ་རོལ་བྱང་མ་ཐོད་གཏོང་བསམ་སྒྱུར་

དན།      །ལོག་པར་འབྱུང་བའི་དམ་ཉམས་དབྱ་དང་

བགེགས།      །བདུད་སྒྲེའི་དཔུང་རྣམས་ཕྱིར་སྒྲོག་རང་

གཤེད་ཕོབ།      །ཆར་གཅོད་རྩལ་དུ་བརྒྱག་པའི་ཕྱིན་

ལས་མཛོད།      །ཁ་སྒྲུས་སྒྲེང་གཞི་དབྱ་ཇག་ཆེམ་རྒྱན་

དང་།      །འབྱུང་བཞི་ཉམ་ངའི་གཞོད་འཆོ་སྒྱུབ་པ་

སོགས།      །གཞི་བྱེས་ཉེ་རིང་འགྲོ་འདུག་ཐམས་ཅད་

དུ།      །མི་འབྲལ་ལུས་དང་གྲིབ་བཞིན་སྒྱུང་བར་

མཛོད།      །ཙ་བརྒྱད་སྒྲ་མས་ཇི་ལྟར་བསྒྲོས་པ་དང་།      །

བདག་གིས་གསོལ་བའི་འདོད་དོན་མ་ལུས་པ།      །

ཐོགས་མེད་ཡུད་ཀྱིས་བསྐྱབས་ནས་དབྱེས་པའི་

ཞལ།      །སྒྲིན་བྲལ་སྒྲ་བ་ལྟ་བུར་སྒྲུང་བར་མཛོད།      །

སེམས་ཉིད་གདོད་མའི་བསྟན་སྟངས་ཅེ་དོགས་བྱིས། །

བསྟན་མིན་མཐའ་བྲལ་བདེ་ཆེན་མངོན་གྱུར་ནས། །

ཕྱིན་ལས་རྣམ་བཞིས་འགྲོ་བའི་ཅེ་སྟོང་པའི། །དངོས་

སྟབས་སྟུང་མཆོའི་དཔལ་གྱིས་འགྱུར་བར་མཛོད། །ཅེས་

འདོད་དོན་གསལ་ལོ།།

༥ ། ཤེས་རབ་སྒྲིང་པོ་བཞུགས་སོ། ། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ཐུ་ག་ཕ་ཏི་  
ཕུལྱ་ཕུ་ར་མི་ཏུ་ཉི་ད་ཡ། བོད་སྐད་དུ། བཙམ་ལྡན་  
འདས་མ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་སྒྲིང་པོ།  
བམ་པོ་གཅིག་གོ། །འདི་སྐད་བདག་གིས་ཐོས་པ་དུས་  
གཅིག་ན། བཙམ་ལྡན་འདས་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་བྱ་ཆོད་  
ཡུང་པོའི་རི་ལ་དག་སྒྲོང་གི་དག་འདུན་ཆེན་པོ་དང་།  
བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་དག་འདུན་ཆེན་པོ་དང་ཐབས་  
གཅིག་ཏུ་བཞུགས་ཏེ། དེའི་ཆེ་བཙམ་ལྡན་འདས་ཟབ་  
མོ་སྐྱང་བཞེས་བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་ཀྱི་ཏིང་ངེ་  
འཛིན་ལ་སྒྲེམས་པར་ཞུགས་སོ། ། །ཡང་དེའི་ཆེ་བྱང་  
རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་  
ཕྱིན་རས་གཟིགས་དབང་ཕྱག་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་



ཕྱིན་པ་ཟབ་མེའི་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་རྣམ་པར་བལྟ་ཞིང་ཕུང་  
པོ་ལྔ་པོ་དེ་དག་ལ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་རྣམ་  
པར་བལྟ་འོ། །དེ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཐུས། ཆེ་དང་  
ལྔན་པ་ལྔ་རིའི་བྱས་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་སེམས་  
དཔའ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྟུན་རས་གཟིགས་དབང་  
ཕུག་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྒྲས་སོ། །རིགས་ཀྱི་བྱ་གང་ལ་  
ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཟབ་མེའི་སྟོང་པ་སྟུང་  
པར་འདོད་པ་དེས་ཇི་ལྟར་བསྐྱབ་པར་བྱ། དེ་སྐད་ཅེས་  
སྒྲས་པ་དང་། བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་  
ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྟུན་རས་གཟིགས་དབང་ཕུག་གིས་  
ཆེ་དང་ལྔན་པ་ལྔ་ར་དྲ་ཏིའི་བྱ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྒྲས་  
སོ། །ལྔ་རིའི་བྱ་རིགས་ཀྱི་བྱའམ། རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་

གང་ལ་ལ་ཤེས་རབ་གྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཟབ་མེའི་སྟོང་  
པ་སྟོང་པར་འདོད་པ་དེས་འདི་ལྟར་རྣམ་པར་བལྟ་བར་བྱ་  
སྟེ། སྟང་པོ་ལྟ་པོ་དེ་དག་གྱང་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་  
རྣམ་པར་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་བལྟའོ། །གཟུགས་  
སྟོང་པའོ། །སྟོང་པ་ཉིད་གཟུགས་སོ། །གཟུགས་  
ལས་གྱང་སྟོང་པ་ཉིད་གཞན་མ་ཡིན། །སྟོང་པ་ཉིད་  
ལས་གྱང་གཟུགས་གཞན་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
ཆོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་། འདུ་བྱེད་དང་། རྣམ་  
པར་ཤེས་པ་རྣམས་སྟོང་པའོ། །ཤྱ་རིའི་བྱ། དེ་ལྟར་  
ཆོས་བསམས་ཅད་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་པའོ། །ཤྱ་

རིའི་བྱ།      དེ་ལྟ་བུ་ས་ན་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་གཟུགས་མེད།  
ཆོར་བ་མེད།    འདུ་ཤེས་མེད།    འདུ་བྱེད་རྣམས་མེད།  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད།    མིག་མེད།    རྣ་བ་མེད།    ལྡོ་  
མེད།    རྩེ་མེད།    ལྷས་མེད།    ཡིད་མེད།    གཟུགས་  
མེད།    སྒྲ་མེད།    ཇི་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་མེད་དོ།    མ་རིག་པ་མེད།    མ་རིག་པ་བྱད་པ་  
མེད་པ་ནས་གྲ་ཤི་མེད།    གྲ་ཤི་བྱད་པའི་བར་དུ་འང་མེད་  
དོ།    ཁྲི་བཞིན་དུ་སྒྲུག་བསྒྲུལ་བ་དང་།    ཀུན་འབྱུང་བ་  
དང་།    འགོག་པ་དང་།    ལམ་མེད།    ཡེ་ཤེས་མེད།  
ཐོབ་པ་མེད།    མ་ཐོབ་པ་འང་མེད་དོ།    ལྟ་རིའི་བྱ།    དེ་

ལྟ་བུས་ན་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་ཐོབ་པ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། ཤེས་རབ་གྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ལ་བརྟེན་ཅིང་  
 གནས་ཏེ་སེམས་ལ་སྒྲིབ་པ་མེད་པས་སྒྲུག་པ་མེད་དེ།  
 ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལས་ཤིན་ཏུ་འདས་ནས་སྤྱང་ན་ལས་འདས་  
 པའི་མཐར་ཕྱིན་ཏོ།                      །དུས་གསུམ་དུ་རྣམ་པར་

བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཤེས་རབ་ཀྱི་  
 ས་རོལ་ཏུ་སྤྱོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲུབ་མེད་པ་ཡང་དག་  
 པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་  
 སངས་རྒྱས་སོ། །དེ་ལྟར་བས་ན་ཤེས་རབ་ཀྱི་ས་རོལ་ཏུ་  
 སྤྱོད་པའི་སྤྲུགས། རིག་པ་ཆེན་པོའི་སྤྲུགས། སྒྲུབ་  
 མེད་པའི་སྤྲུགས། མི་མཉམ་པ་དང་མཉམ་པར་བྱེད་  
 པའི་སྤྲུགས། སྤྲུག་བསྤྲུལ་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་ཞི་བར་

བྱེད་པའི་སྒྲགས། མི་རྒྱུན་པས་ན་བདེན་པར་ཤེས་པར་  
བྱ་སྟེ། ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་སྒྲགས་སྒྲུས་  
པ། ཏཱ་ལྷ། ག་ཏེ་ག་ཏེ་ལྷ་ར་ག་ཏེ་ལྷ་ར་སྤོ་ག་ཏེ་བོ་རྩི་  
སྒྲུ། ལྷ་རིའི་བྱ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སེམས་  
དཔའ་ཆེན་པོས་དེ་ལྷ་ར་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་  
ཟབ་མོ་ལ་བསྒྲུབ་པར་བྱའོ། །དེ་ནས་བཙུམ་ལྷན་འདས་  
ཏིང་ངེ་འཛིན་དེ་ལས་བཞེངས་ཏེ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་  
དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་  
གཟིགས་དབང་ཕྱུག་ལ་ལེགས་སེཞིས་བྱ་བ་ཕྱིན་ནས།  
ལེགས་སོ། །ལེགས་སོ། །རིགས་ཀྱི་བྱ། དེ་དེ་  
བཞིན་ནོ། །དེ་དེ་བཞིན་ཏེ། ཇི་ལྷ་ར་བྱིད་ཀྱིས་བསྒྲུབ་པ་  
བཞིན་དུ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཟབ་མོ་ལ་སྤྱད་

པར་བྱ་སྟེ།     དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱང་རྗེས་སུ་  
ཡི་རང་ངོ་།             །བཙམ་ལྡན་འདས་གྲིས་དེ་སྐད་ཅེས་  
བཀའ་བསྩལ་ནས།             ཆེ་དང་ལྡན་པ་ལྟ་ར་དུ་ཏིའི་བྱ་  
དང་།             བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྤྱན་རས་གཟིགས་  
དབང་ཕྱག་དང་།             ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པའི་འཁོར་དེ་  
དག་དང་།     ལྷ་དང་།     མི་དང་།     ལྷ་མ་ཡིན་དང་།     ཇི་  
ཟེར་བཅས་པའི་འཇིག་རྟེན་ཡི་རངས་ཏེ།     བཙམ་ལྡན་  
འདས་གྲིས་གསུངས་པ་ལ་མངོན་པར་བསྟོན་དོ།             །  
འཕགས་པ་ཤེས་རབ་གྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱན་པའི་སྦྱིང་པོ་རྣམས་སོ།     །མདོ་སྐྱབ་བྱ་  
བར་འདོད་ན།     མདུན་མཁར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བདུད་འདུལ་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་ཅན་  
གྱི་འཁོར་དུ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དང་།             ལྟ་རིའི་བྱ་གཉིས་ཇི་ལན་མཛད་པ་  
སོགས་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་དགོ་འདུན་གྱིས་བསྐྱོར་བར་མོས་ལ།     སྦྱིང་པ་ཉིད་གྱི་



དོན་ལ་སེམས་བཞིན་དུ་མདོ་ཟབ་མོ་བདུན་ཡན་ཆད་ཅི་མང་དང་། རིག་སྒྲགས་  
ཀྱང་ཅི་རིགས་པར་བསྐྱས་ནས། མཐར་བདུད་བསྐྱོད་གྲུ་། སངས་རྒྱུས་  
ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཆོས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །དག་  
འདུན་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཡུམ་ཆེན་མོ་ཤེས་རབ་གྱི་  
ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱོད་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །བདག་གི་བདེན་  
པའི་ཆོག་རྣམས་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག ཇི་ལྟར་སྤོན་  
སྤྱོད་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱེད་གྱིས་ཤེས་རབ་གྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱོད་  
པའི་དོན་ཟབ་མོ་ཡིད་ལ་བསམས་ཤིང་ཆོག་ཁ་ཏོན་དུ་  
བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། བདུད་སྤྲིག་ཅན་ལ་སོགས་པ་  
མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་གས་ཐམས་ཅད་སྤྱིར་སྐྱོད་པ་དེ་བཞིན་  
དུ་བདག་གིས་ཀྱང་ཡུམ་ཆེན་མོ་ཤེས་རབ་གྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་  
སྤྱོད་པའི་དོན་ཟབ་མོ་ཡིད་ལ་བསམས་ཤིང་ཆོག་ཁ་ཏོན་

དུ་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བདུད་སྒྲིག་ཅན་ལ་སོགས་པའི་  
མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་གས་ཐམས་ཅད་སྤྱིར་བཏོག་པར་གྱུར་  
ཅིག། མེད་པར་གྱུར་ཅིག། ཞི་བར་གྱུར་ཅིག། རབ་ཏུ་  
ཞི་བར་གྱུར་ཅིག། ཅེས་པའི་མཛུགས་ཏུ། གང་གི་རྟེན་  
ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་། རྒྱུ་གཤམ་པ་མེད་པ་སྐྱེ་མེད་  
པ། ཆད་པ་མེད་པ་རྟག་མེད་པ། འོང་བ་མེད་པ་འགོ་  
མེད་པ། བྲ་དད་དོན་མིན་དོན་གཅིག་མིན། རྩོམ་པ་  
ཉེར་ཞི་ཞི་སྟོན་པ། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སྐྱ་རྣམས་  
ཀྱི། རྣམ་པ་དེ་ལ་ཕྱག་འཆེལ་ལོ། ། །

༥

གཙུག་ཏྲར་གདུགས་དཀར་མེད་རྒྱན་བྱེད་འབར་བའི་ཐོག་བཙེགས་ནི།

ན་མོ་གུ་རུ་ཨུཏྲི་པ་ཡ། སྒྱུར་བ་ནི། སྒྲ་མ་མཆོག་གསུམ་

གདུགས་དཀར་མེད། །གྲུས་པས་སྐྱབས་མཆི་མཁའ་

མཉམ་འགྲོ། །སྒྲ་མེད་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཐོབ་ཕྱིར། །

གཙུག་ཏྲར་འབར་མ་བསྐྱེམ་པར་བགྱེ། །ཞེས་སྐྱབས་སེམས་

དང་། སེམས་ཅན་བདེ་དང་ལྡན་གྱུར་ཅིག །སྤྱི་ག་

བསྐྱེལ་གུན་དང་བྲལ་བར་ཤོག །བདེ་དང་རྟག་ཏུ་མི་

འབྲལ་ཞིང་། །ཆོས་གུན་མཉམ་ཉིད་རྟོགས་པར་

ཤོག །ཅེས་ཆོད་མེད་བཞི་བསྐྱེམ། དངོས་གཞི་ནི། ཆོས་རྣམས་

སྟོང་པའི་ངང་ཉིད་ལས། །མི་སྤྱེད་རྫོང་རྫོང་སྤྱང་འཁོར་

དབུས། །མཆོན་རྫོགས་རིན་ཆེན་གཞལ་ཡས་སྟེར། །

སེང་བྲི་པད་ལྷའི་གདན་གྱི་སྟེང་། །ཨོ་ལས་འཁོར་ལོ་

ཨོྭ་གྲིས་མཆོན།      །དེ་ལས་འོད་འཕྲོས་འཕགས་པ་  
མཆོད།      །སེམས་ཅན་དོན་བྱས་གདོན་བགེགས་  
བཅོམ།      །ཚུར་འདུས་ཡོངས་གྱུར་སྐད་ཅིག་གིས།      །  
རང་ཉིད་གཙུག་ཏྲར་རྒྱལ་མོ་དཀར།      །ཞི་སྒྲེག་ཁྱོ་  
རྩམས་དབུ་སྟོང་ལྷན།      །བྱེ་བ་བརྒྱ་སྟོང་སྤྱན་གྲིས་  
གཏམས།      །ཕྱག་སྟོང་འཁོར་ལོ་གདུགས་དཀར་  
སོགས།      །འབར་བའི་མཆོན་ཆ་སྒྲ་ཆོགས་འཆང་།      །  
ཞབས་སྟོང་བརྒྱད་བསྐྱམ་རྩལ་སྤྱབས་གྲིས།      །གདོན་  
བགེགས་འབྱུང་པའི་ཆོགས་རྣམས་གཞོན།      །ལྷ་རྩལ་  
རིན་ཆེན་རྒྱན་ཆས་གྲུབས།      །འོད་ཟེར་སྒྲུང་བ་འབྱམས་  
གྲས་དབུས།      །རྫོ་རྫོ་ཡངས་པ་ཆེན་པོ་ཡིས།      །ས་  
གསུམ་དགྲིལ་འཁོར་དབང་མཛད་མ།      །ཆེ་བའི་བདག་

ཉིད་ཆེན་མོར་གྱུར།      །གནས་གསུམ་འབྲུ་གསུམ་  
ཐུགས་དབྲུས་སུ།      །ཟླ་སྟེང་ཨོ་ཡིག་དཀར་པོའི་  
མཆན། །དེ་ལས་འོད་འཕྲོས་རང་འདྲ་བའི། །ཡེ་ཤེས་  
སེམས་མ་སྟུན་དངས་ཐིམ། བཟོ་ས་སྒྲ་ཇོ་ཇོ་རྩྱུ་བོ་རྩོ་  
གཉིས་མེད་གྱུར།      །སྒྲར་ཡང་དབང་ལྷ་སྟུན་དངས་  
ཏེ། །བུམ་པའི་བདུད་རྩིས་དབང་བསྐྱར་བས། །ལུས་  
གང་སྒྲིབ་དག་རྣམ་སྒྲུང་མཛད། །གཙོར་བྱས་རིགས་  
ལུས་དབྲུ་བརྒྱན་གྱུར།      །ཐུགས་སྟོག་མཐའ་མར་  
སྒྲགས་སྟེང་ནི།      །ཟུ་ཏིག་མདངས་འོད་འཆོར་བས་  
བསྐྱོར། །འོད་འཕྲོས་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཀྱི། །  
བྱིན་རྒྱ་བས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས། །རང་ཐིམ་མཐུ་  
སྟོབས་ཡེ་ཤེས་རྒྱས།      །གང་འདུལ་སྟོན་ལས་རྣམ་པ་

བཞི། བྲོགས་མེད་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་པར་གྱུར། །

ཏུ་ཐུ། ཨོ་ཨ་ན་ལེ། ཨ་ན་ལེ། ཁ་ས་མེ། ཁ་ས་

མེ། བེ་རེ་བེ་རེ། སྟོ་མ་སྟོ་མ། སའ་བུ་ཨ་རྟོ་ཨ་རྟོ་ན་ཨ་

རྟོ་ཏེ་སའ་ཏ་ཐུ་ག་ཏེ་ཏྲོ་ཏ་སྟོ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏེ་ཏྲོ་ཐུ། ཏྲོ་མ་

མ་ཏྲོ་ནི་སྟོ་ཏྲ། ཞེས་བསྟེན་པའི་སྟགས་དང་། ཨོ་

སའ་ཏ་ཐུ་ག་ཏེ་ཏྲོ་ཏ་ཏྲོ་ཐུ། ཏྲོ་མ་མ་ཏྲོ་ནི་སྟོ་ཏྲ། ཞེས་

སྟོང་པོ་ཅི་འགྲུབ་བཟླ། ཕུག་རྒྱ་བསྟོམས་ཤིང་རིག་སྟགས་

བཟླས་པའི་བདེན་སྟོབས་ཀྱིས་བདག་དང་བསྐྱུང་བྱ་

གཏོན་དང་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་བསྐྱུང་བར་མོས་

ལ། བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གཙུག་

ཏོར་ནས་བྱུང་བའི་གདུགས་དཀར་མོ་ཅན་རྫོང་གཙུག་

ཏོར་ཕྱིར་སྟོག་པ་ཆེན་མོ། ཕུག་སྟོང་མངའ་བ་ཆེན་མོ།



དབུ་སྟོང་མངའ་བ་ཆེན་མོ། སྤྱན་བྱེ་བ་བརྒྱ་སྟོང་མངའ་  
བ་ཆེན་མོ། མི་ཕྱེད་འབར་བའི་མཆོན་རྟགས་ཅན། རྩོ་  
རྩེ་ཡངས་པ་ཆེན་པོ་ས་གསུམ་གྱི་དགྱིལ་འཁོར་ལ་  
མངའ་མཛད་པ་ཆེན་མོས་ཀུན་ནས་བདག་ཅག་འཁོར་  
དང་བཅས་པ་ལ་བསྐྱེད་དུ་གསོལ་ལོ། །འཛིགས་པ་  
དང་གཞོན་ཐམས་ཅད་ལས་བདག་བདེ་ལེགས་སུ་གྱུར་  
ཅིག རིམས་ལ་སོགས་པའི་ནད་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་  
བསལ་དུ་གསོལ་ལོ། །རིག་པ་དང་ཕྱག་རྒྱའི་ཆོགས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བདག་ལ་བསྐྱེད་དུ་གསོལ་ལོ། །ཏུ་  
བྱ། ཨོ་སྐྱོ་ཏ་བྱ་ག་ཏ་ཨོ་ཕྱོ་བརྒྱ་བརྒྱ་མ་མ་རྒྱ་རྒྱ་  
སྒྲ། ཨོ་ཕྱོ་བརྒྱ་བརྒྱ་བརྒྱ་མ་མ་རྒྱ་རྒྱ་བརྒྱ་ཕྱི་རྩྱ་  
ཕྱྱ་སྒྲ། ཞེས་ཅི་རུས་བཟླས་ལ། སེམས་ཅན་གང་སུ་དག་

བདག་ལ་གདུག་པ་དང་། དྲག་ལྟལ་དང་། སྒྲིག་པ་  
དང་། འབྲུག་པ་དང་། སྒྲུང་བ་དང་། དེ་དག་གི་  
སེམས་དང་ལྡན་པ་རྣམས་བྱམས་པའི་སེམས་དང་ལྡན་  
པར་གྱུར་ནས་བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་  
དུ་གསོལ། ལོ་བརྒྱ་འཛོལ་བར་གྱུར་ཅིག །སྟོན་བརྒྱ་  
མཐོང་བར་གྱུར་ཅིག །ཅེས་བརྗོད། སྐུ་ལས་མེ་མཚོ་ན་ཁྱོ་  
བའི་ཚོགས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འཕྲོས་པས་ཕས་ཚོལ་བྱུང་  
ཡུར་བྱོད་གཏོང་སོགས་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཐམས་  
ཅད་གཟིར་སྒྲོག་བཅིངས་ཏེ་ཆར་བཅད་པར་བསམ་ལ།  
བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གཙུག་ཏོར་  
ནས་བྱུང་བའི་གདུགས་དཀར་མོ་ཅན་གཞན་གྱིས་མི་  
བྱབ་པ་ཕྱིར་སྒྲོག་པ་ཆེན་མའི་རིག་པ་དང་ཕྱག་རྒྱ་དང་

སྒྲགས་ཀྱི་ཚོགས་ཀྱི་བདེན་པའི་སྟོབས་དང་གཟི་བརླིང་  
ཀྱི་མཐུ་ཡིས་བདག་འཁོར་དང་བཅས་པའི་སྤང་བ་དང་  
མི་ལམ་ངན་པ་དང་། ལྟས་ངན་པ་དང་། རྟ་དང་།  
དབྱ་དང་འཛིགས་པ་ཐམས་ཅད་སྒྲིལ་བར་གྱུར་ཅིག  
ལྟ་དང་། དྲང་སྟོང་དང་། རིག་སྒྲགས་འཆང་བ་དང་།  
གདོན་དང་། འབྱུང་བོ་དང་། མདོར་ན་འཛིག་རྟེན་དང་  
འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་གང་སྤུངས་སྤང་བ་དུག་པའི་  
སེམས་ཀྱིས་བྱས་པའི་རིགས་སྒྲགས་བཅད་དོ། །ཤུར་  
བས་གདབ་བོ། །ཨོྲཱ་ཤ་ཏ་ཐཱ་ག་ཏེཾྌྌྌ། ༡༥ ཨ་ན་ལེ་ཨ་  
བ་ལེ་གི་ཏེཾྌྌྌ་ཏེཾྌྌྌ་སྲི་ཨོྲཱ་ལ་ལྷ་ལ། ཧྲི་ཀ་ཧྲི་ཀ།  
ཧྲི་ར་ཧྲི་ར། བི་ཧྲི་ར། བི་ཧྲི་ར། ཙྱཱྌྌྌ་ཙྱཱྌྌྌ། བྱཱྌྌྌ་བྱཱྌྌྌ།  
ཙྱཱྌྌྌ་ཙྱཱྌྌྌ་ཕཌ་ཕཌ་སྒྲུ་ཏྲ། ཞེས་མང་དུ་བསྒྲ། འདིར་སྤྱི་འབྲེའི་སྒྲིག་སྒྱུར་

བྱ་བར་སྒྲོན་གྱུ་བ་ཆེན་ལས་ཀྱི་དོ་རྗེས་མཛད་པ་འདི་ཉིད་སྒྲུབ་ཏེ།      བཙུམ་

ལྡན་གདུགས་དཀར་ལྷ་ཆོགས་རྣམས།      །མཐུ་སྟོབས་

ཐོགས་པ་མི་མངའ་ཞིང་།      །ཐུགས་རྗེ་སྒྲོན་ལམ་མཐུ་

བཙན་པས།      །བདག་གིས་རི་ལྟར་གསོལ་བ་བཞིན།      །

སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་དར་བ་དང་།      །སེམས་ཅན་བདེ་

དང་ལྡན་པར་མཛོད།      །རྒྱ་སྒྲུབ་ཡོན་བདག་འཁོར་

བཙས་ཀྱི།      །ཆག་ཆེ་ཉམ་ང་བཞེས་ཏུ་གསོལ།      །མི་

ལམ་མཆོན་མ་ངན་པ་ཞེས།      །ཏགས་དང་ཏྲན་འབྲེལ་

ངན་པ་ཞེས།      །དགྲ་འདྲེ་བསམ་སྒྲུབ་ངན་པ་ཞེས།      །

ལྟས་ངན་བརྒྱད་ཅུ་ཅུ་བཞི་ཞེས།      །ཡེ་འདྲོག་སུམ་བརྒྱ་

དུག་ཅུ་ཞེས།      །ནད་རིགས་བཞི་བརྒྱ་ཅུ་བཞི་ཞེས།      །

བགོགས་རིགས་སྟོང་ཕྲག་བརྒྱད་ཅུ་ཞེས།      །དུས་མིན་

འཆི་བ་རྣམ་བརྒྱད་ལྟོག་      །ཡས་གྱི་བདུད་དུ་གཡོས་པ་  
ལྟོག་      །ཡས་གྱི་སྤྱི་དུ་ལངས་པ་ལྟོག་      །དཔྱལ་བའི་  
གཤེད་དུ་བསྐྱོས་པ་ལྟོག་      །པ་མེས་དུར་སྤྱི་ལངས་པ་  
ལྟོག་      །མི་ལ་ནད་དུ་གཏོང་བ་ལྟོག་      །ཕྱགས་ལ་གོད་ཁ་  
བྱེད་པ་ལྟོག་      །གནམ་གྱི་དལ་ཁ་བེབས་པ་ལྟོག་      །ས་ཡི་  
དུག་མདའ་གཡོས་པ་ལྟོག་      །སྒྲེ་བ་སྤྱར་ཁ་ངན་པ་  
ལྟོག་      །སྐྱེ་བ་དང་ཕུང་སྤྱི་ལངས་པ་ལྟོག་      །མི་མཐུན་  
ཕྱོགས་ཀུན་བསྐྱོག་གྱུར་ཅིག་      །ཅིས་ཐལ་རྒྱུ།      རྗེས་ནི།  
སྒོད་བརྩུད་རང་ཐིམ་བདག་ཉིད་གྱུང་།      །མི་དམིགས་  
ཆོས་གྱི་དབྱིངས་སུ་ཡལ།      །སྤྱར་ཡང་གཟུགས་གྱི་  
སྤྱར་ཤར་ཏེ།      །རྫོང་གསུམ་གྱིས་བསྐྱུང་བར་གྱུར།      །  
དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྤྱུར་དུ་བདག་      །གཙུག་ཏོར་རྒྱལ་མོ་

འགྲུབ་གྱུར་ནས།    །ཞེས་སོགས་བསྡེ་སྡོན་དང་ཞེས་བཟོད་རིགས་པར་  
བྱའོ།    །ཞེས་པའང་རྒྱན་གྱི་ངག་འདོན་བྱེར་བདེའི་ཡན་ལག་ཏུ་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་  
ཞེས་རྟེན་སྦྱར་བ་ཙམ་ཡུུ།



༥ མེད་གདོང་མའི་ཐལ་རྟེན་རྒྱུ་བྱེད་ནི། སྐད་ཅིག་རང་ཉིད་མཁའ་  
འགྲོ་མ། །མེད་འོ་གདོང་ཅན་སྐར་གསལ་བའི། །  
ཐུགས་ཀའི་སྒྲགས་ཀྱི་འཕྲོ་འདུ་ཡིས། །གཞོད་བྱེད་མ་  
ལུས་ཆར་བཅད་གྱུར། །ཨ་གསལ་མ་ར་ཅ་ཤ་ད་ར་ས་སྐ་  
ར་ཡ་ཕྱ། ཅེས་ཅི་ལུས་བསྐྱས་མཐར། བ་མོ། ཅ་  
བརྒྱད་སྒྲ་མ་ཡི་དམ་ལྷ། །མཁའ་འགྲོ་བདུད་འདུལ་  
དག་མོ་ཡི། །བདེན་པ་ཆེན་པོའི་བྱིན་རྒྱ་བས་ཀྱིས། །  
བྱད་ཁ་ཐུར་ཁ་ཐོད་གཏོང་སོགས། །མི་མཐུན་ཆག་ཆེ་  
ཉམ་ང་ཀུན། །སྤང་བར་བྱེད་པའི་དབྱ་ལ་བྱོ། །གཞོད་  
པར་བྱེད་པའི་བག་གསལ་ལ་བྱོ། །བདུད་དབྱ་བྱད་མའི་  
སྤེང་དུ་བྱོ། །རྗེས་ཤུལ་མེད་པར་སྒྲིག་གྱུར་ཅིག །ཅེས་  
ཐལ་རྟེན་གྱ། བློ་མའི་རིག་སྒྲགས་ལུས་པའི་མཐུས། །བྱང་

ཐུབ་སྐྱབ་པའི་བར་ཆད་བདུད།     །གའོད་བྱེད་མ་ལུས་  
ཚར་བཅད་ནས།     །བསམ་དོན་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་པར་  
མཛོད།     །ཅེས་དང་བསྒྲུབ་པའོ།     །འདི་འདྲ་རྒྱུན་གྱི་ངག་འདོན་དུ་འཇིགས་  
བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྟོག་གིས་པཎ་ཡཱུ།     །

༥ མིཁ་དབྱེ་ལྷོག་མདོར་བསྐྱས་བཞུགས་སོ། །རང་ཉིད་ཐུགས་རྗེ་

ཆེན་པོའི་ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་ལྡང་གུ་འཕྲོས་པས་

གཏམ་ངན་མིཁ་ཐམས་ཅད་བཞེགས་པར་གྱུར། ཡོ་མ་

ཁེ་པ་རྩེ་རྩི་རྩི་ ཡོ་ཡུལ་རྩེ་ཐུགས་མིཁ་གཏམ་ངན་

ཐམས་ཅད་ཞེགས་ རི་ལི་རི་ལི། ཡོ་མ་རྩེ་རྩི་ཐ་དབྱེ་བོ་རྩི་

རྩི་རྩི་ལ་ཐད་ཆོད་ རྩི་མིཁ་ངན་པ་བསྐྱུར། མི་

ཁ་ངན་པའི་དབྱེ་བོ་སྐྱུར་ཡ། ཐུང་ཐུང་ འུག་འུག རྩེ་

ཐད་རི་ལ་རི་ལ་རྩི་རྩི་ཞེགས། བརྒྱ་ཡི་མིཁ་ཞེགས། རྩི་

གི་ཐམས་མཆུ་ཞེགས། བརྒྱ་ཁ་ཡེར་ཡེར་ཞེགས། རྩི་ཁ་

མེར་མེར་ཞེགས། རྩི་སྐྱ་ཞེགས། དབྱེ་སྐྱ་ཞེགས། རྩི་སྐྱ་ཞེགས། །

གཏོན་སྐྱ་ཞེགས། ཀྱུན་སྐྱ་ཞེགས། དམག་སྐྱ་ཞེགས། བདག་ཅག་

དཔོན་སྐྱ་མི་ལོར་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ། ཉི་

མ་ཕྱོགས་བཞི་མཚམས་ཀྱི་མི་ཁ་གཏམ་ངན་ཐམས་ཅད་  
ལྷོག། །ངན་སེམས་ཚུར་ལ་འཆང་བའི་དབྱ་འདྲེ་ཐམས་  
ཅད་བྱད་བྱད། དྲིལ་དྲིལ། ཐུང་ཐུང། ཞིག་ཞིག བྱེེ་  
བྱེེ། ལྷོག་ལྷོག། བྱེེ་ལྷོག་ཅིག ཅེས་པ་འདི་ཀུམ་ར་ག་ཨ་  
ལུས་པས་སྒྱུར་བ་དགོ། །

[illegible]

ཉམས་ལུན་པ། ཞབས་གཉིས་འདོར་སྟབས་དྲག་པོར་  
བབྱད། སྤྱི་བོར་དང་སྤྱོད་ངི་མ་མེད། སྤྱོ་སྤྱ་སྤེམ་  
རིད་རས་གོས་གསོལ། ལྷུང་ཐང་ཐེང་བ་གྲུ་  
བསྐྱམས། དབུ་གཙུག་རིགས་བདག་པད་འབྱུང་  
བཅུགས། རང་གི་སྤྱིང་གར་འཁོར་ལའི་དབུས། ཡི་  
དམ་ཀུན་འདུས་གསང་བའི་བདག ཐུགས་ཀར་གུར་  
བྱིམ་རྩྱུ་ཡིག་མཆོན། མགྱིན་པར་ཨུཾ་ཡིག་ཏུང་དུས་  
བསྐྱོར། སྤྱོ་བྱེད་རྩེ་རྩེ་རྩེ་དགུ་གདེངས། རྩེ་མོར་ཕྱེ་  
འཕྱོ་ལྷེ་བར་རྩྱུ། ཆོ་ངར་མེ་ཡིས་གཞོད་བྱེད་གཟིར། །  
རྩྱུ། ངོ་མ་མོ་ཀུན་གྱི་ཡབ། ངོ་གཞིན་རྩེ་ཀུན་གྱི་  
ཡུམ་མེད། ངོ་ཁམས་གསུམ་ཀུན་གྱི་བདག་མེད། ངོ་  
དབང་ཐུག་ཆེན་པོ་སྤྱོེ། ངོ་སྤྱོ་གཞོད་ཀུན་གྱི་རྩེ་མེད།



ང་ནི་སྤྲིང་པ་ཀུན་གྱི་བདག་ཅེ་ང་ནི་སྐྱེ་འབྲེ་ཀུན་གྱི་  
ཡབ་ཅེ་ང་ནི་སྤྲིང་བྲག་ཀུན་གྱི་བདག་ཅེ་བྱོང་གྱི་སྤྲིང་  
བྲག་ང་ལ་ཡོད་ཅེ་ང་ཡི་ལས་རྣམས་བྱོང་གྱིས་སྐྱབས་ཅེ་  
ཞེས་ཆེ་བའི་ང་རྒྱལ་བ་སྐྱེད།ཨོྭ་ཏྲ་དུ་ཏིན་ཏྲ་དུ་ཇ་  
ཇ་ཅེ་ཨོྭ་ལེ་ཁྱི་ཡུ་ལ་ནན།ས་ག་པ་ཤ་ནན།རྒྱ་ག་དུ་དུ་  
ནན།མ་མི་མ་མི།ཅིར་ཅིར་ཅིར་ཅིར།བི་རུ་ལུ་བི་རུ་  
ལུ།ཐད་ཏྲ་གོ་ཤ་ཡ་ཐད་ཏྲ་གོ་ཤ་ཡ།ཉི་ར་ཉི་ར་ནན།  
ཅི་དུ་སོད་ཅི་དུ་སོད།ཤིག་ལྟར་གཏུབས།ཉ་ལ་པ་ཏི་  
ནན།འཁོར་བ་བྱུལ།གཞོད་བྱེད་འབྱུང་པའི་ཀུ་ལྟ་ཅི་  
བསྐྱུག་བསྐྱུག།གཞོད་བྱེད་ཤ་ཏྲུ་ར་ཡ་ཐད།དམིགས་  
གྱིས་གསལ་བས།བཀའ་ལྟར་མི་བྱེད་ཅིང་དམ་ལ་མི་  
གནས་པ་ཐམས་ཅད་འདིར་མ་གནས་པར་གཞན་དུ་

དེངས་ཤིག      གླིང་པ་སྤྱི་ནས་བཤིག་ཅིག      གླིང་  
གསུམ་དམང་ནས་སྤྱེལ་ཅིག      འཁོར་བའི་གཏིང་ནས་  
ཕུངས་ཤིག      བསྐྱལ་པའི་མེས་སྤྲེགས་ཤིག      དམ་  
ཆོག་དམོང་པས་སྤྲིགས་ཤིག      བཀའ་ཡི་ཆད་པ་ཆོད་  
ཅིག      བཀའ་ལྟགས་རལ་གྲིས་སྤྱི་བའི་གཙུག་ནས་  
ཁོས་ཤིག      སྤྲུལ་ནིས་ལོན་ཅིག      གླིང་གསུམ་གར་  
སྤྲེས་གར་གནས་ཀྱང་སྤྲིག་ཅན་འདྲིའི་སྤྱིང་དུ་གནས་  
ལྟགས་རྩེ་རྩེའི་ཆར་ཆེན་པོ་ཕྱབ་ཅིག      བཀོད་བྱེད་ལ་ཏྲུ་  
སྒྲ་ར་ཡ་བྱད།      སྤྱོད་བ་ངན་པ་ཐམས་ཅད་འདིས་བྱུལ་  
ཅིག      ཅེས་དམོང་པའང་བརྗོད།      སྤྱང་གླིང་འོད་ཁུ་བདག་ལ་  
ཐེམ།      དེ་ཉིད་ཏིང་འཛིན་རྩྱུ་ཡིག་ལ།      འདུས་ནས་  
བྱེན་རྩེ་གསུམ་ན་དའི་བར།      ཁྲི་དམིགས་ཆོས་ཀྱི་

དབྱིངས་སུ་གྱུར། །དག་བའདི་ཡིས་སྐྱུར་དུ་བདག །  
དང་སྤོང་ལེ་ཁྱིའི་འགྲུབ་གྱུར་ནས། །འགྲོ་བ་གཅིག་གྱུང་  
ས་ལུས་པ། །དེ་ཡིས་ལ་འགོད་པར་ཤོག། །ཅེས་སྒྲགས་  
སྟོན་ལེ་ཁྱིའི་སྐྱུ་བ་ཐབས་སྐྱུ་མ་བྱེད་ཅུང་དུ་བསྐྱས་པ་འདི་ནི་དག་བའཤེས་ངག་དབང་  
བཀྲ་ཤིས་གྱིས་བསྐྱེད་བ་ལྟར་དག་བསྟེན་རིག་པ་འཛིན་པ་འགྱུར་མེད་ཇོ་ཇེས་  
བཀོད་པ་ཇོ་ཡུ།

༥ འཁོར་ལོ་འབར་བའི་རྒྱུ་ཁྱེར་ནི། རྒྱ་གར་སྐད་དུཾ ཙྰཀ་ཇྱ་  
ལ་ནི་བི་ཀ་རྒྱ་མཾ བོད་སྐད་དུཾ འཁོར་ལོ་འབར་བ་  
ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱབ་ཐབསཾ སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོཾ འདི་  
སྐད་བདག་གིས་ཐོས་པ་དུས་གཅིག་ནཾ བཙུམ་ལྷན་  
འདས་ཇི་ཇིའི་གདན་ལ་བཞུགས་ཏེཾ བདུད་བདུལ་  
བའི་ཆེཾ རིག་འཇིན་བྱང་ཆུབ་སེམས་པདའ་རྣམས་  
ཀྱིས་འདི་སྐད་ཅེས་ཞུས་སོཾ བཙུམ་ལྷན་འདས་  
བདག་ཅག་རིག་འཇིན་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ་བར་དུ་  
གཙོད་པའི་དབྱ་བག་གས་མང་ན་འདི་ལ་ཐབས་ཇི་ལྟར་  
བགྱིཾ ཞེས་ཞུས་སོཾ བཙུམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་  
སྤུལ་པཾ འཁོར་ལོ་འབར་བ་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱགས་དང་

སྐྱབ་ཐབས་ཡོད་ཀྱི།      འདི་ལོངས་ཤིག།      ཆོངས་  
ཤིག།      གྲོག་ཅིག།      ཡིད་ལ་གྱིས་ཤིག།      སྒྲགས་  
འདི་བཟླས་པ་ཙམ་གྱིས་བགོགས་ཐམས་ཅད་ལས་རྒྱལ་  
བར་འགྱུར་རེ།      བགོགས་ཐམས་ཅད་ལས་རྒྱལ་ནིང་  
ཉམ་ང་བ་མེད་པར་འགྱུར་རེ།      སྒྲགས་ནི་འདི་ལོ།      ཨོ་  
རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་ཙཱ།      ཇ་ཡ་ཇ་ཡ་ཙཱ།      ཉ་ན་ཉ་ན་ཙཱ།      ཐྱ་རྒྱ་  
ཐྱ་རྒྱ་ཙཱ།      ཐྱ་མ་ར་ཐྱ་མ་ར་ཙཱ།      ཐྱེ་དུ་མ་ནི་ཙཱ།      ཇ་ལ་  
ཇ་ལ་ཙཱ།      སྤ་བྱ་ཐེ་ག་ནན་ཡ་ས་ར་ཙཱ།      སྤ་ལ་ཡ་སྤ་  
ལ་ཡ་ཙཱ།      རྒྱ་ག་ཤ་ཡ་རྒྱ་ག་ཤ་ཡ་ཙཱ།      བླ་བླ་ཙཱ།      རྒྱ་  
རྒྱ་ཕྱ་ཕྱ་ཙཱ།      ས་མརྒྱ་ག་ར་ཙཱ།      ཉིལྱ་ཙཱ་རྒྱ་ཕྱ་ཙཱ།  
སྒྲགས་འདི་བཟླས་པ་ཙམ་གྱིས་སྤི་ཅན་དྲག་པོ་དྲངས་  
ཤིང་།      ཤིག་གྱེ་བ་སྤི་ལས་ཐར་བར་འགྱུར་རེ།      དེ་

སྐད་ཅེས་བཀའ་སྤྲུལ་པ་དང་རིག་འཛིན་དང་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའི་ཚོགས་ཡི་རངས་ཏེ།                      བཙེམ་ལྡན་  
འདས་གྱིས་གསུངས་པ་ལ་མངོན་པར་བསྟོན་དོ།      ཞེས་  
སྤྲུལ་སྐྱབས་པོ་བྲགས་པས་རྒྱང་ཡོན་པོ་ནས་གཏེར་ནས་བཏོན་ཏེ་རིག་འཛིན་  
གོད་ལྡེམ་ལ་གནང་བའོ།།    །།



༥

ཡང་སྒྲོག་དོ་ཇི་པ་ལམ་གྱི་རྒྱུན་ཁྱེར་པས་སྒོ་ལ་ཕྱིར་བསྒྲོག་ནི། ར་མོེ།

སྒྲུ་མ་མཆོག་གསུམ་འཇམ་དཔལ་ལྷུར། །གུས་པས་

སྐྱབས་མཆི་མཁའ་མཉམ་འགྲོ། །སྒྲུ་མེད་བྱང་ཆུབ་

ལམ་འགོད་ཕྱིར། །འཇམ་དཔལ་ཁྲག་འཐུང་བསྐྱབ་

པར་བགྱི། །ཨོྲེ་སྤྱ་བྱ་ཕྱ་ཤྱུང་མཐ་རྒྱུ་སྤྱ་བྱ་ཕྱ་

ཤྱུང་ཉུང་། སྤྱོད་པའི་ངང་ལས་དྲེགས་པ་དང་། །རུང་

ཆུ་སྒྲང་པད་ཉིའི་སྤྱོད་། །རང་རིག་རྩྱུ་ལས་གཤེན་རྩེའི་

གཤེད་། །མཐིང་ནག་སྐྱ་ཆེ་ཡན་ལག་རགས། །ཞལ་

གདངས་ལྷགས་འདྲིལ་མཆེ་བ་གཅིགས། །དམར་

ལྷུ་སྤྱན་བབྱང་སྤྱིན་མ་དང་། །ཞལ་ཆོམ་མེ་འབར་

གྲོག་སྤྱོད་འབྱུག །ཕྱག་གཡས་གསེར་འཁོར་རྩིབས་

བརྒྱད་པ། །ཁྱོ་བའི་ངར་ཅན་མཁའ་ལ་ཕྱར། །གཡོན་

པ་སྡིགས་མཚུབ་ལྷགས་ཀྱ་དང་།      ཞགས་པ་འཛིན་  
ཅིང་ཞབས་གཉིས་བབྱང་།      ཞལ་ནས་རྟ་རྟ་རྩྱ་རྩྱ་  
ཞེས། རྩམས་པའི་ང་རོས་ཁམས་གསུམ་གཡོ། རི་  
རབ་འགྲལ་ཞིང་རྒྱ་མཆོ་འབྱོམས། ལྷང་སྤིང་དེགས་  
པ་དངངས་ཞིང་འདར། བརྒྱལ་འབོག་སྤྱོས་སུ་འཇུག་  
པ་ཡིས། ཆེ་བཙན་འགྲན་ཟླ་ཀུན་བྲལ་བའི། རྩྱ་  
མགྱིན་སྤིང་གར་ཨོྱ་ལྷུང་རྩྱ། རྩྱ་ལས་འོང་འཕྲོས་འོག་  
མིན་ནས། རང་འདྲའི་ཡེ་ཤེས་སྤྱན་དངས་བྱུར། རིམ་  
རྩྱ་བོ་རྟོམ་གཉིས་མེད་བྱུར། ལྷུང་ཡང་བདག་ཉིད་གཟི་  
བརྩིང་མཐུ། རབ་འབར་ཞབས་འོག་བྱུང་མ་རྣམས། །  
བསྐྱེལ་ཞིང་མནན་པ་ལྷགས་ཀྱས་བབྱང་། ཞགས་  
པས་སྐྱེ་བཅིངས་སྡིགས་མཚུབ་ཀྱིས། གཟིར་བས་ཁ་

འདར་ལུས་སྒྲིད་ནས།      རྒྱུ་བ་པའི་ལྷ་བྲལ་ཉམ་ཐག་  
ནམས།    གཤམས་པས་འཁོར་ལོ་ཤུགས་དྲག་ཏུ།    །  
བསྐྱེར་བས་མགོ་ལུས་རྩལ་སྤོར་བཞིན།      རྩལ་བུར་  
བཅད་ཅིང་གཏོར་བར་གྱུར།    རྩི་རྩི་རྩི་བཞི་བྱེད་མ་ཞི་  
མ་རྩི་བྱེད་མ་ར་རྩི་བྱེད་རྩི་རྩི་རྩི་རྩི་    ཉིང་ཡ་རྩི་  
བྱེད་    རྩི་ར་ཡེད་ ཡ་མ་རྩི་རྩི་ རྩི་ཡ་ཡ་བྱེད་    བརྒྱ་ཅ་  
སོགས་བསྒྲིས་ལ།    རྩི་ཡང་ལག་གཤམས་ནམ་མཁའ་  
དང་།    གཤམས་པས་གཉིས་བརྒྱབས་པའི་བར།    དྲག་  
བོ་བྱེད་མ་ལྷ་སྤྱེད་བཅས།    རྩལ་སྤོར་བཞིན་དུ་བརྒྱག་  
པར་གྱུར།    རྩི་ལོ།    རྩི་མའི་བཀའ་བདེན་པ་དང་།  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་    རྩི་ཀྱི་    དག་འདུན་ཀྱི་    ཡི་དམ་  
ལྷ་མོ་གསལ་ནམས་ཀྱི་    མཁའ་འགྲོ་མོ་མོ་སྤྱེད་ནམས་

ཀྱི་། དཔལ་ཆེ་བདག་ནག་པོའི་བཀའ་། སྒྲགས་  
འཆང་བདག་གི་ངག་བདེན་པའི་མཐུས་། རྣལ་འབྱོར་  
པ་བདག་ཅག་འཁོར་དང་བཅས་པའི་ཆག་ཆེ་བ་། ཉམ་  
ང་བ་། མི་ལམ་ངན་པ་། མཚན་མ་ངན་པ་། ལྟམ་  
ངན་པ་། ས་རོལ་གྱི་དམག་ཆོག་ས་། སྤང་འདྲེ་།  
སྤོང་གཏོང་། བྱད་ཁ་། ཟོར་ཁ་། སྤུར་ཁ་། གཏང་  
ཁ་། བྱད་པར་དུ་བསྒྲིག་པ་བྱས་པའི་མཐུ་དང་རྒྱས་པ་  
ཐམས་ཅད་བྱད་མཁོ་རང་གི་གཤེད་དུ་ཕོབ་ཅིག་། རང་  
གཤེད་རང་ལ་ཕོབ་ཅིག་། རང་སྟོག་རང་གིས་ཆོད་  
ཅིག་། རང་ལ་རང་གིས་བེའི་ག་། རང་བྲག་རང་གིས་  
འབྲངས་ཤིག་། ཁོའི་ལྷ་སྤྱད་ཐམས་ཅད་ཁོ་རང་གི་  
གཤེད་དུ་ཕོབ་ཅིག་། བདག་གི་ཆོས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་

ཁོའི་གཤེད་དུ་ཕོབ་ཅིག།      སྐྱར་ཡ་ལློག་བྱོ་བྱོ།      ཞེས་  
ཐལ་མེད་པར་བྱའོ།      །གཤེན་རྩེ་གཤེད་པོའི་ལྷ་ཆོག་ས་  
གིས། །གཞོད་བྱེད་དབྱ་བག་གས་མ་ལུས་པ། །ལུས་  
ངག་ཐལ་བའི་རྩལ་བཞིན་ལློག་      །རྣམ་ཤེས་ཆོས་གི་  
དབྱིངས་སུ་སྤྱོད། །དག་བའདི་ཡིས་སྐྱར་དུ་བདག་ །  
གཤེན་རྩེ་གཤེད་པོ་འགྱུར་བྱུར་ནས། །འགྲོ་བ་གཅིག་  
ཀྱང་མ་ལུས་པ། །དེ་ཡིས་ལ་འགོད་པར་ཤོག། །ཁུ་  
ཆོས་གི་དབང་ལྷན་དང་། །རྣམ་ཤེས་ལྷན་ཡང་བཞེས་གི། །སྤྱིང་པོའི་བཅུད་  
བསྐྱུས་མན་ངག་གི། །དག་འདོན་བསྐྱུས་ཏེ་ཉུང་དུར་སྤེལ། ॥ ॥

༥ རྒྱལ་འཛོམས་ནི། གྲུ་གར་སྐད་དུ། བཟླ་བེ་དྲུ་ར་ཁ་ན་མ་རྒྱུ་  
ར་ཁི། བོད་སྐད་དུ། དེ་མེ་རྒྱལ་པར་འཛོམས་པ་ཞེས་བྱ་  
བའི་གཟུངས། སངས་རྒྱལ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །འདི་སྐད་བདག་  
གིས་ཐོས་པ་དུས་གཅིག་ན། བཙུག་ལྷན་འདས་དེ་མེ་  
ལ་བཞུགས་ཏེ། སངས་རྒྱལ་གྱི་མཐུས་ལག་ན་དེ་མེའི་  
ལུས་ཐམས་ཅད་དེ་མེར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས། དེ་  
མེའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་སོ། །དེ་ནས་  
ལག་ན་དེ་མེས་སངས་རྒྱལ་གྱི་མཐུ་དང་། སངས་རྒྱལ་  
གྱི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
ཐམས་ཅད་གྱི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་གྱིས། དེ་མེ་ཁོ་བོ་  
ལས་བྱུང་བ། དེ་མེ་སྟོང་པོ་རབ་ཏུ་སྒྲུབ་ཏེ། མི་ཆོད་པ།



མི་ཞིགས་པ། བདེན་པ། སྤྲ་བ། བརྟན་པ། ཐམས་ཅད་

དུ་ཐོགས་པ་མེད་པ། ཐམས་ཅད་དུ་མ་ཐམ་པ།

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲག་པར་བྱེད་པ། སེམས་ཅན་

ཐམས་ཅད་འཛིལ་བར་བྱེད་པ། རིག་སྤྲགས་ཐམས་

ཅད་གཅོད་པར་བྱེད་པ། རིག་སྤྲགས་ཐམས་ཅད་གཞོན་

བར་བྱེད་པ། ལས་ཐམས་ཅད་འཛོམས་པར་བྱེད་པ།

གཞན་གྱི་ལས་ཐམས་ཅད་འཛིགས་པར་བྱེད་པ།

གདོན་ཐམས་ཅད་བརྒྱག་པར་བྱེད་པ། གདོན་ཐམས་

ཅད་ལས་ཐར་བར་བྱེད་པ། འབྱུང་པོ་ཐམས་ཅད་

འགྲགས་པར་བྱེད་པ། རིག་སྤྲགས་གྱི་ལས་ཐམས་

ཅད་བྱེད་དུ་འཇུག་པ། མ་གྲུབ་པ་རྣམས་གྲུབ་པར་བྱེད་

པ། གྲུབ་པ་རྣམས་ཆུད་མི་བ་བར་བྱེད་པ། འདོད་པ་

ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་སྒྱེན་པ།      སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
སྤང་བ།   ཞི་བ།   རྒྱས་པ།   སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
རངས་པར་བྱེད་པ།      རྒྱགས་པར་བྱེད་པའི་གསང་  
སྤྲགས་ཀྱི་མཐུ་ཆེན་པོ་འདི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཐུས་ལག་  
ན་རྟོ་རྟེས་རབ་ཏུ་སྒྲས་སོ།   ཁ་མོ་རྩྱ་ཏུ་ཡུ་ཡ།   ན་  
མཐུ་རྩ་བཏྲ་ཡུ་ཏུ་ཡ།   མ་རྩ་ཡག་སེ་རྩ་པ་ཏུ་ཡེ།   ཏུ་སྒྲ།  
ཨོ་ཏུ་ཏུ་ཏུ།   ཏུ་ཏུ་ཡ་ཏུ་ཏུ་ཡ།   སྤུ་ཏུ་སྤུ་ཏུ།   སྤྲོ་ཏུ་ཡ་  
སྤྲོ་ཏུ་ཡ།   བྱུ་ཏུ་བྱུ་ཏུ།   བྱུ་ཏུ་པ་ཡ།   བྱུ་ཏུ་པ་ཡ།   སམ་སུ་ཞི།  
ཐོ་ཏུ་ཡ།   ཐོ་ཏུ་ཡ།   སི་ཐོ་ཏུ་ཡ།   སི་ཐོ་ཏུ་ཡ།   ཐུ་མ་ཐུ་མ།  
སི་ཐུ་མ་ཡ་སི་ཐུ་མ་ཡ།   སམ་ཐུ་ཏུ་ཞི།   ཀྲུ་ཀྲུ།   སི་ཀྲུ་  
ཡ།   སི་ཀྲུ་ཡ།   སམ་ཀྲུ་ཞི།   ཐུ་ཏུ་ཏུ།   སི་ཐུ་ཏུ་ཡ།   སི་  
ཐུ་ཏུ་ཡ།   སམ་ཐི་ཏུ་བཏྲ་བཏྲ།   སྤྲོ་ཏུ་ཡ་བཏྲ་བཏྲ།   ཀུ་ཏུ་བཏྲ་

བཛྲ། མ་ཏ་བཛྲ་བཛྲ། མ་ཐ་བཛྲ་བཛྲ། ཨཱཱ་རྩ་ས་རྩ་ལ་  
བཛྲ་སྤྱ་བཛྲ་ཡ་སྤྱ་རྩ། ཏེ་ཕྱུམ། བི་རུ་ཕྱུམ། བྱི་རྩ་ཀྱུམ།  
མི་ལི་ཙྱུམ། ཀྱ་རུ་ཀྱུམ། བཛྲ་བེ་ཇ་ཡ་ཡ་སྤྱ་རྩ། གྱི་ལི་གྱི་  
ལ་ཡ་སྤྱ་རྩ། ཀཏ་ཀཏ། མཏ་མཏ། རཏ་རཏ། མེ་ཏ་  
ན། དམ་མེ་ཏ་རྩ་ཡ་སྤྱ་རྩ། ཅ་ར་ཞི་ཅ་ར། ཏ་ར་ཏ་ར། ས་ར་ས་  
ར། སྤྱ་ར་ཡ། བཛྲ་བེ་རྩ་ར་ཏ་ཡ་སྤྱ་རྩ། ཙྱི་རྩ་ཙྱི་རྩ། བྱི་རྩ་བྱི་རྩ།  
མ་རྩ་གྱི་ལི་གྱི་ལ་ཡ་སྤྱ་རྩ། བྱྱ་བྱྱ། ཀྱོ་རྩ་བཛྲ་གྱི་ལི་གྱི་  
ལ་ཡ་སྤྱ་རྩ། ཙྱ་རུ་ཙྱ་རུ་ཙྱ་གྱི་ལི་གྱི་ལ་ཡ་སྤྱ་རྩ། རྩ་  
ས་ཡ། རྩ་ས་ཡ། བཛྲ་གྱི་ལི་གྱི་ལ་ཡ་སྤྱ་རྩ། ཏ་ར་ཏ་  
ར། བཛྲ་རྩ་རྩ་ཡ་སྤྱ་རྩ། དམ་ཏ་ར་དམ་ཏ་ར། བཛྲ་དམ་བྱྱ་རྩ་  
ཡ་སྤྱ་རྩ། མ་ཏི་སྦྱི་ར་བཛྲ། ལྷ་ཏི་སྦྱི་ར་བཛྲ། དམ་ཏི་སྦྱི་ར་བཛྲ།  
མ་རྩ་བཛྲ། ཨཱ་དམ་ཏི་ཏ་ཏ་བཛྲ། ཨཱ་མེ་བྱ་བཛྲ། ཨེ་ཏེ་

[illegible]

[illegible]

དང་། མི་བབ་གདོན་གྱིས་ཉན་པ་དང་། ཟླ་རན་  
ངལ་ལས་བྱུང་བ་ཡི། མི་ལམ་སྒྲིག་པ་མཐོང་ན་  
ཡང་། དེས་ནི་རབ་བཀུས་གཙང་མ་ཡིན། མདོ་སྡེ་  
དམ་པ་ཉན་པར་གྱིས། ཁང་དག་ཡིད་དག་སེམས་  
དང་ཞིང་། གཙང་མའི་གོས་གྱིས་རབ་བརྒྱན་ཏེ། །  
བབ་མོ་སངས་རྒྱས་སྤྱོད་ཡུལ་བ། མདོ་སྡེ་འདི་ནི་ཉན་  
བྱེད་ན། མདོ་སྡེ་འདི་ཡི་གཟི་བརྗེད་གྱིས། ཟླ་ག་  
ཆགས་དག་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི། མི་བབ་པ་ཡི་ནད་  
རྣམས་ཀྱང་། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི་བར་བཟླ། ཆོ་  
དང་བསོད་ནམས་འཕེལ་བར་འགྱུར། ཟླ་ག་པ་ཀུན་  
ལས་རྣམ་པར་ཐར། ཁོར་བུ་ཡུངས་ཀར་རྩ་བ་དང་། །  
རིན་ཆེན་མེད་ཅན་བཅས། འཁོར་དང་རྩེ་རྩེ་མེ་ཏྲུག་



དང་། །ཁུ་ཡི་གསེར་རམ་ཡང་ན་ནི། །དངུལ་གྱི་བུམ་  
པ་དག་ཀྱང་རུང་། །གཙང་མའི་གོས་གྱིས་དྲིལ་ཞིང་  
དགང་། །ལན་གངས་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཅིག་གམ། །ཡང་ན་  
ལན་གངས་བརྒྱ་ཅུ་བརྒྱད། །རྫི་རྫི་རྣམ་འཛོམས་བཟླས་  
ནས་ནི། །རྒྱལ་པོ་ཏྲ་བ་ཏུ་བྱས་གྱིས་ཤིག །རྫི་རྫི་རྣམ་  
པར་འཛོམས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་གཟུངས་ཚྭ་གས་སོ། །སྟོབ་  
དཔོན་ཆེན་པོ་པརྩ་འབྱུང་གནས་དང་། བི་མ་ལ་མི་ཏུ་དང་། སངས་རྒྱས་གསང་  
བ་དང་། ཡེ་ཤེས་རྫོགས་དང་། སྟོ་ཏི་རྩོལ་ལ་སོགས་བའི་འབྲེལ་པའི་ནང་ནས་  
བཏོན་ཏེ་གཟུངས་ཤིན་ཏུ་དག་པའོ།

༥ ཆོ་ག་བྱུངས་ནི། འཇིག་རྟེན་འདྲེན་པའི་གཙོ་བོ་ཆོ་དཔག་  
མེད། ཁྱེད་མིན་འཆི་བ་མ་ལུས་འཇོམས་པའི་  
དཔལ། མགོན་མེད་སྐུ་ག་བསྐྱེད་ལྟར་པ་རྣམས་ཀྱི་  
སྐུ་བས། སངས་རྒྱུས་ཆོ་དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཆེལ་  
ལོ། ཨོྲེ་མོ་བྱ་ག་ཤ་ཏེ། ཨ་པ་རི་མི་ཏ་ཨྲ་ཡུལ་རྒྱ་ན་སུ་  
བེ་མི་ཕྱི་ཏ་ཏེ་རྩ་རྩ་ཡ། ཏ་བྱ་ག་ཏ་ཡ། ཨོྲེ་ཏེ་  
སུ་ཤྲོ་བྱུ་ཡ། ཏེ་བྱ། ཨོྲེ་བྱེ་བྱེ། མེ་བྱེ། ཨ་པ་  
རི་མི་ཏ་བྱེ། ཨ་པ་རི་མི་ཏ་བྱེ་རྒྱ་ན་སྐྱ་རི་པ་ཅི་ཏེ། ཨོྲེ་  
སུ་སྐྱ་རི་པ་རི་ཤྲོ་རྩ་ཏེ་ག་ག་ན་སུ་ཤྲོ་ཏེ་སྐྱ་བྱ་  
ཤ་བེ་ཤྲོ་མེ་རྩ་ཏ་ཡ་པ་རི་ཤ་རི་སྐྱ་རྩ། སྐྱིན་པའི་  
སྐྱོབས་ཀྱིས་སངས་རྒྱུས་ཡང་དག་འཕགས། མི་ཡི་  
མེད་གོ་སྐྱིན་པའི་སྐྱོབས་རྟོགས་ཏེ། སྐྱིད་རྩེ་ཅན་གྱི་

གྲོང་ཁྱེར་འཇུག་པ་ན།      ཁྱིམ་པའི་སྟོབས་ཀྱི་སྒྲིལ་  
གྲགས་པར་འགྱུར།      རྒྱལ་བྲིམས་སྟོབས་ཀྱིས་སངས་  
རྒྱས་ཡང་དག་འཕགས།      མི་ཡི་སེང་གེ་རྒྱལ་བྲིམས་  
སྟོབས་རྟོགས་ཏེ།      སློང་རྩེ་ཅན་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་འཇུག་པ་  
ན།      རྒྱལ་བྲིམས་སྟོབས་ཀྱི་སྒྲིལ་གྲགས་པར་འགྱུར།  
།བཟོད་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཡང་དག་  
འཕགས།      མི་ཡི་སེང་གེ་བཟོད་པའི་སྟོབས་རྟོགས་  
ཏེ།      སློང་རྩེ་ཅན་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་འཇུག་པ་ན།      བཟོད་  
པའི་སྟོབས་ཀྱི་སྒྲིལ་གྲགས་པར་འགྱུར།      བརྩོན་  
འགྲུས་སྟོབས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཡང་དག་འཕགས།      །  
མི་ཡི་སེང་གེ་བརྩོན་འགྲུས་སྟོབས་རྟོགས་ཏེ།      སློང་རྩེ་  
ཅན་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་འཇུག་པ་ན།      བརྩོན་འགྲུས་སྟོབས་

གྱི་སྒྲིལི་གྲགས་པར་འགྱུར།      །བསམ་གཏན་སྟོབས་  
གྱིས་སངས་རྒྱས་ཡང་དག་འཕགས།      །མི་ཡི་སེང་གོ་  
བསམ་གཏན་སྟོབས་རྟོགས་ཏེ།      །སླིང་རྩེ་ཅན་གྱི་གྲོང་  
ཁྱེར་འཇུག་པ་ན།      །བསམ་གཏན་སྟོབས་གྱི་སྒྲིལི་  
གྲགས་པར་འགྱུར།      །ཤེས་རབ་སྟོབས་གྱིས་སངས་  
རྒྱས་ཡང་དག་འཕགས།      །མི་ཡི་སེང་གོ་ཤེས་རབ་  
སྟོབས་རྟོགས་ཏེ།      །སླིང་རྩེ་ཅན་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་འཇུག་པ་  
ན།      །ཤེས་རབ་སྟོབས་གྱི་སྒྲིལི་གྲགས་པར་འགྱུར།      །  
ཞེས་འཕགས་པ་ཆོ་དང་ཡེ་ཤེས་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་གཟུངས་དང་།

༥ ། གཞན་ཡང་གྱིན་རྒྱ་བས་ཅན་གྱི་གཟུངས་སྒྲགས་བསྒྲ་བར་འདོད་ན། རྣམ་

སམརྟ་བུརྟུ་ཞུ། ཨ་ཕ་ཏི་ཏ་ཏ་ཤུ་ས་རྟུ་ཞུ། ཨོ་གི་ཀི་གི་ཀི།

ཏ་ཤུ་གཏི་རྟུ་བ་ཤུ་རྟུ་བ་ར་ཏེ་ཨུ་རྟུ་མེ་རྟུ་མ་ཏ་ཤུ་གཏི་རྟུ་ཕ་

རྟུ་རྟུ་ཕའ་ཕའ་སྟུ་རྟུ། འདི་བཟུང་བས་འཕགས་པ་སྟོང་པོ་བཀོད་པའི་

མདོ་བཟུང་བར་འགྱུར་རོ། །ར་མོ་བླག་ཕ་ཏེ་ཨུ་རྟུ་ཕུརྟུ་བ་ར་མི་

རྟུ་ཡེ། ཏ་ཏ་ཤུ། ཨོ་ཕུ་ཀི་རྟུ་མེ་སམ་ག་ཏ་རྟུ་མེ་ཨ་རུ་ག་ཏ་

རྟུ་མེ། བི་ཕུ་ཏེ་རྟུ་མེ། ས་རྟུ་རུ་ག་ཏ་རྟུ་མེ། རྟུ་ར་སམ་

ན་པ་རི་ཕུ་རྟུ་ན་རྟུ་མེ། སམ་ཀུ་རྟུ་པ་རི་ཕུ་མཁ་རྟུ་མེ། ས་

མརྟ་ཨ་རུ་པ་རི་ཕུ་རྟུ་ན་རྟུ་མེ་སྟུ་རྟུ། ཨོ་ཕུ་རྟུ་ཤུ་ཏི་སྟེ་ཏི་བི་

ཇོ་ཡེ་རྟུ་རྟུ་ར་ཏི་སྟུ་རྟུ། འདི་བཟུང་བས་ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྒྱིན་བ་

སྟོང་ཕྱག་བརྒྱ་པ་བཟུང་བར་འགྱུར་རོ། །རྣམ་སམརྟ་བུརྟུ་ཞུ།

ཨོ་ཕ་ཏི་ཏ་ཏ་ཤུ་ས་རྟུ་ཞུ། ཨོ་རྟུ་ན་རྟུ་ན་རྟུ་རྟུ་ཕའ། རྣམ་

[illegible]



སལྟ་བེ། ཡམ་མི་ཏ་བི་གཞེ། ཡམ་མི་ཏ་བུ་མི་ནི། ག་ག་ན་  
གྲི་ཏི་ཀ་རེ། སའ་ཁྱེ་ཤ་ཁྲ་ཡི་ཀ་རི་སྒྲ་ ཞེས་སྒྲ་བ་མཐའ་

ཡས་ཀྱི་གཟུངས་འདི་ལན་གཅིག་བཟོད་པས་ཀྱང་བསྐལ་པ་འབུམ་དུ་བསགས་  
པའི་སྒྲིག་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་དག་པར་གསུངས་སོ། །ན་མོ་རྩ་ཏུ་ཡུ་ཡ།

ན་མོ་བྱ་ག་ཕ་ཏེ་ཡལྱོ་བྱ་ཡ། ཏ་བྱ་ག་ཏ་ཡ། ཡལྱ་ཏེ་  
སལྟ་ཤྱོ་བྱ་ཡ། ཏུ་བྱ། ཨོྱ་ཀི་ཀ་ནི་ཀི་ཀ་ནི། རོ་ཅ་ནི་རོ་

ཅ་ནི། ཏྲོ་ཅ་ནི་ཏྲོ་ཅ་ནི། ཏྲོ་ས་ནི་ཏྲོ་ས་ནི། བྲ་ཏི་ཏ་ན་བྲ་  
ཏི་ཏ་ན། སའ་ཀལ་པ་རི་པ་རྒྱ། རི་མེ་སའ་སཏུ་རྒྱ་ཕྱ་སྒྲ་

རྒྱ། ཞེས་མགོན་པོ་མི་འབྲུགས་པའི་གཟུངས་འདི་གྲིས་པ་མཐོང་ན་ཡང་ངན་  
སོང་གི་འཛིགས་པ་དང་བྲལ་ཞིང་བཞུས་བ་ཙམ་གྱིས་ཆོ་རབས་ཀྱི་སྒྲིག་ལྟར་

ཐམས་ཅད་འབྱུང་བར་གསུངས་སོ། །ཨོྱ་ན་མོ་བྱ་ག་ཕ་ཏེ་སའ་

དུ་ཤ་ཏི་པ་རི་ཤོ་ལྷ་ནི་རྒྱ་ཡ། ཏ་བྱ་ག་ཏ་ཡ། ཡལྱ་ཏེ་



ཉི་མ་ཏུ་ཡ། མ་ཏུ་མ་ཏུ་ཡ། མ་ཏུ་ཀུ་རུ་ཆི་ཀུ་ཡ། ཏུ་ཐུ། ཨོ་  
ཏུ་ར་ཏུ་ར། ཉི་རི་ཉི་རི། ཏུ་རུ་ཏུ་རུ། ཨི་བླེ་བི་བླེ། ཅ་ལེ་ཅ་ལེ།  
ཐུ་ཅ་ལེ་ཐུ་ཅ་ལེ། ཀུ་སུ་མེ་ཀུ་སུ་མ་བ་རེ་ཨི་ལི་མི་ལི། ཅི་  
ཏི་ཚྭ་ལ་སྐ་པ་ན་ཡ་སྐ་རྒྱ།      ཞེས་བཅུ་གཅིག་ཞལ་གྱི་གཟུགས་འདི་

ལན་གཅིག་བརྗོད་པས་ཅུ་བའི་ལྷང་བ་བཞི་པོ་བྱང་བར་འགྱུར་ཞིང་མཆོམས་མ་  
མཆིས་པ་ལྟའི་སྒྲིག་པ་དག་ཀྱང་འབྱང་བར་འགྱུར་རོ།      །ཨོ་པ་རྩོ་ཡུའྱི་

ཏུ་བླེ་མ་ལེ་རྩོ་པཌ།      གསང་སྒྲགས་འདིས་མནར་མེད་དུ་སྐྱེ་བའི་ལས་  
ཀྱང་དག་པར་འགྱུར་རོ།      །ཨོ་བི་ཐུ་ལ་གཞེ།      མཆི་ཐུ་བླེ། ཏ་ཐུ་

ག་ཏེ།      བི་རྩེ་ཤ་བི།      མཆི་མཆི། ཐུ་ཐུ་བླེ་བི་མ་ལ་སྐ་ག་  
ར་གསྐ་རེ་རྩོ་རྩོ་རྩོ་ལ་རྩོ་ལ་བུ་རྩོ་བི་ལོ་གི་ཏེ། གུ་ཏུ་ཨ་རྩི་རྩི་  
ཏེ་གཞེ་སྐ་རྒྱ།      པ་རྩོ་རྩོ་ར་ཨ་མོ་གྲ་ཇ་ཡ་ཏེ་ཅུ་རུ་ཅུ་རུ་སྐ་

རྒྱ།      སྒྲིག་སྒྲིབ་ཀུན་འཛོམས་གྱི་གཟུངས་འདིས་ལས་ཉོན་གྱི་དི་མ་ཐམས་ཅད་

བྱང་ཞིང་བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རོ། ཨོྲཱཿམེ་བྱ་ཤི་ལ། སེ་བྱ་

ར་སེ་བྱ་ར། བྱ་ར་བྱ་ར། མ་རྩ་ཤུ་སྟུ་པ་རྩ་བེ་བྱ་ཤི་ཏ་

བྱེད། རྩ་ར་རྩ་ར། ས་མ་རྩ། ཨ་ཕ་ལེ་གེ་ཏེ་རྩྱ་པཎ་སྤྱ་རྩ།

ཞེས་ཚུ་ལ་བྲིམས་རྣམ་དག་གི་གཟུངས་འདིས་བྲིམས་འཆལ་གྱི་ཉེས་པ་དག་ཅིང་

ཆོ་རབས་ཀུན་ཏུ་ཚུ་ལ་བྲིམས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པར་འགྱུར་རོ། ཞེས་སོགས་

སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཀྱི་གཟུངས་སྤྲགས་བྱིན་རྒྱ་བས་རྣམས་བཟླ་བར་བྱེད། །

ཡང་ན་གཟུངས་སྤྲགས་དེ་དག་དང་གང་མོས་ཀྱི་བསྟོད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོགས་

བཅད་རྣམས་འདོན་པས་མཆོད་རྟེན་སོགས་ལ་བསྐྱོར་བར་བྱེད། ཡང་རྟེན་ལ་

མེ་ཏོག་འབུལ་ན། ར་མེ་བྱ་ག་ཕ་ཏེ་ཕུའེ་གེ་ཏུ་རྩ་ཇ་ཡ་ཏ་བྱ་ག་

ཏ་ཡ་ཨ་རྩ་ཏེ་ས་སྤྱའྱི་བུ་རྩ་ཡ། ཏེ་བྱ། ཨོྲཱཿཕུའེ་ཕུའེ།

མ་རྩ་ཕུའེ། སུ་ཕུའེ། ཨ་རྩ་ཕེ་ཕུའེ། ཨོྲཱཿཕེ་ཕུའེ། ཨ་ཕ་ག་

ར་ཏེ་སྤྱ་རྩ། ཞེས་ལན་བདུན་བསྤྲགས་ནས་ཕུལ་བས་མེ་ཏོག་ཇི་སྟེད་པ་དེ་

སྒྲིམ་ཏེ་བྱེད་ཀྱི་མེ་ཏོག་བྱེད་བུ་ལ་བར་འགྱུར་རོ། དེ་བཞིན་དུ། ཡོ་ན་མོ་བྱ་ག་ཕ་  
ཏེ་ར་རྒྱ་གེ་རུ་རྒྱ་ཇ་ཡ། ཏ་བྲུ་ག་ཏ་ཡ་ཨམ་རྟ་ཏེ། སམ་མཁྱེན་  
བུ་རྒྱ་ཡ། ཏ་རུ་བྲུ། ཡོ་ར་རྒྱ་ར་རྒྱ། མ་རྒྱ་ར་རྒྱ། ར་རྒྱ་བེ་ཇ་ཡེ་སྒྱ་  
རྒྱ། ཞེས་པ་འདིས་མཆོད་རྟེན་གཅིག་ལ་ཕྱག་བྱས་པས་མཆོད་རྟེན་བྱེད་བུ་ལ་  
ཕྱག་བྱས་པར་འགྱུར་རོ། །

༥། གཞུང་པའི་ཉེས་པ་བསལ་སྒྱེར་འང་མ་དཔལ་ཅུ་རྒྱུད་ལས་བཤའ་དཔའི་རིག་

སྒྲུག་སྒྲུག་ ཨོ་ཨྱུ་གྱི་ར་རྩྱུ་ཁེ་ཙ་ར་མི། ཞེས་ཆར་བརྒྱ་ཙམ་བརྗོད་

ཅིང་རུས་པ་ལ་རུས་གདབ། ངན་སོང་སྒྲུག་བསྒྲུལ་མི་འབྱུང་

ཞིང་། །དཀའ་བ་སྒྱུད་པ་མེད་པར་ཡང་། །ལྷ་ལས་

ལྷག་པའི་ལུས་ཐོབ་ནས། །དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་སྒྱུར་

ཐོབ་ཤོག ཅེས་སྒྲོན་ལམ་གདབ། ཟག་པ་འདྲོར་བའི་ཆོ་མི་གཡོ་བ་དཀར་

པའི་རྒྱུད་ནས་གསུངས་པའི་ཟག་པ་ལུས་སྒྱིན་བྱ་བ་ནི། མཆིལ་མ་ལ་ཨོ་ཨྱུ་

ཤུ་ཨ་ར་རི་བྱ་སྒྲུ་རྒྱ། སྒྲུབས་ལ་ཨོ་སིང་ག་ན་ར་རི་བྱ་སྒྲུ་

རྒྱ། ལུས་ཀྱི་དི་མ་སྒྱེར་ཨོ་མ་ལ་ཨ་ར་རི་བྱ་སྒྲུ་རྒྱ། དི་ཆེན་ལ་

ཨོ་གྱི་ཏ་ར་རི་བྱ་སྒྲུ་རྒྱ། དི་ཆུ་ལ་ཨོ་རྒྱུ་ཨོ་ར་རི་བྱ་སྒྲུ་རྒྱ།

ལྷག་མའི་རིགས་སྒྱིལ་ཨོ་ཨྱུ་རྩྱུ་ཨ་ར་རི་བྱ་སྒྲུ་རྒྱ། ཞེས་སོ་

སོའི་རུས་གནད་དང་མཐུན་པར་བརྗོད་པས་ཡི་དྲགས་རྣམས་ལ་ཞར་བྱུང་གི་སྒྱིན་



པ་རྒྱ་ཆེན་པོར་འགྱུར་རོ། །དགེ་སྤྱོད་སྤྱིའི་འགྱུར་སྤྲལ་ས། ཨོྩ་སྤྱོད་རྒྱ་ར་སྤྱོད་  
སྤྱོད་བེ་མ་ན་ས་ར་མ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་པཌ། ཅེས་དང་། ཨོྩ་རྒྱ་  
ཅེ་ར་མ་ཆེ་བྲ་ཕྱུ་ཡེ་སྤྱོད་རྒྱ། ཞེས་བརྗོད་ཅིང་རྒྱ་སྤྱོད་སྤྱོད་གྱིས་  
ཅེས་བྲིན་གཅེས་སོ། ། །

༥ ང་མཆོད་གྱི་རིམ་པ་ནི། བཟོ་གུ་རུ་དེ་མཁུ་གི་རྩི་རྩྭ། རྩི་མེ་ རུས་  
གསུམ་སངས་རྒྱལ་གྱི་དེ་བོ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིན་རྒྱལ་ས་རྩ་  
བ་ཨོ་རྒྱལ་རིན་པོ་ཆེ་ལྟར་ འགྲོ་མགོན་པ་རྣམས་འབྱུང་གནས་  
སྤྱུལ་པའི་སྤྱུ་ལྟར་ རིན་ཅན་སྤྱུ་མ་རྣམས་ལ་མཆོད་པ་  
འབྱུལ་ལྟར་ ཞི་བྱོ་ཡི་དམ་འདུས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ལྟར་  
དངོས་གྲུབ་རྩ་བ་ཐུགས་རྩེ་སྤྱུན་རས་གཟིགས་ལྟར་ རྩ་  
མགོན་དབང་ཆེན་འཁོར་འདས་སྤྱི་དཔལ་གཙོ་ལྟར་ ཡི་  
དམ་ལྷ་ཆོགས་རྣམས་ལ་མཆོད་པ་འབྱུལ་ལྟར་ མ་མོ་  
མཁུ་འགྲོ་གྱི་གཙོ་མོ་སྤྱུ་ལྟར་ བར་ཆད་སེལ་མཛད་  
རྩེ་རྩེ་ཕག་མོ་ཡུམ་ལྟར་ རིགས་གྱི་ལྷ་མོ་གསང་བ་ཡེ་ཤེས་  
དབྱིངས་ལྟར་ མ་སྤྱིང་མཁུ་འགྲོ་འཁོར་ཆོགས་ལ་མཆོད་པ་  
འབྱུལ་ལྟར་ རྩི་མེ་ སྤྱུ་མ་ཡི་དམ་མཁུ་འགྲོ་འཁོར་ཆོགས་

བཅས་ལེ།                      བདག་གཞན་རབ་གྲས་དུངས་པས་

མཆོད་པ་འབུལ།              བྱི་ཡེ་ཤེས་བྱགས་རྗེའི་བྱིན་

རྒྱབས་ཀྱིས།                      མི་རྟོག་ཏིང་འཛིན་ཡེ་ཤེས་བསྐྱེད་དུ་

གསོལ།                      ཉམས་རྟོགས་རིག་པའི་རྩལ་ཆེན་སྤར་དུ་

གསོལ།                      སྐྱ་གསུམ་ཞིང་ཁམས་འབྱོངས་པར་མཛོད་

དུ་གསོལ།                      བསྐྱེད་རྗེ་གས་དོན་གཉིས་འབྲས་བུ་ཁོང་

ཆུད་ནས།                      ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་ས་ཆེན་ཐོབ་ནས་ཀྱང་།

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་མ་ཐོབ་བར་།

འགྲོ་བའི་དོན་དུ་ལྷན་གྲུབ་འབྱུང་བར་ཤོག།              ཅེས་སྒྲུ་མ་

དགོངས་པ་འདུས་པ་ལས་རྩ་བ་གསུམ་གྱི་གསོལ་འདེབས་རྒྱན་ཁྱིམ་བསྐྱུས་པ་ཇ་

མཆོད་དུ་ཆོག་བསྐྱར་བའོ།      ལྟོ      །འཛིག་རྟོན་མཆོད་འོས་འདྲན་

པའི་དཔལ།                      །མཆོག་གསུམ་རྒྱལ་བ་རྒྱུ་མཆོའི་

ཚོགས། །བདག་གི་བསོད་ནམས་ཞིང་སྤང་དུ། །

འདིར་གཤེགས་སྤིང་གི་པརྫོར་རོལ། །ལྷ་ལྷས་འདོད་

ཡོན་བརྟུང་བའི་མཆོག། །ཁ་དོག་དྲི་རོ་བརྟུང་ལྷན་

པའི། །ཟག་མེད་བདུད་རྩིར་རོལ་པའི་མཆོས། །ནམ་

མཁའ་གང་བར་སྤེལ་ཏེ་མཆོད། །བྱབ་བདག་དྲིན་ཆེན་

སྤྲུམ་དང་། །དབྱེར་མེད་མཆོ་སྐྱེས་དྲོ་ཆེ་སོགས། །

བཀའ་གཏེར་ཟབ་དོན་རྒྱ་མཆོ་ཡི། །རིག་འཛིན་བརྒྱུད་

པར་བཅས་ཀུན་མཆོད། །བྱབ་དབང་རྒྱལ་བ་སྤྲུམ་

བཅས་དང་། །བདེ་གཤེགས་ཞི་བོ་བཀའ་བརྒྱུད་ལྷ། །

མ་མགོན་དམ་ཅན་གཏེར་སྤུང་སོགས། །རབ་

འབྲུམས་དགྱིལ་འཁོར་ལྷ་ཚོགས་མཆོད། །བྱུང་པར་

དྲོ་ཆེ་ལུས་ཀྱི་ཞིང་། །ཡུང་ཁམས་སྐྱེ་འཕྱུལ་ལྷ་ཚོགས་

ཀུན། །ཟག་མེད་དྲངས་མའི་བདུད་ཅིའི་རོས། །  
དགའ་བཞི་ཡེ་ཤེས་རོལ་པར་མཆོད། །ཐབས་མཆོག་  
བདེ་ཆེན་རོ་བརྒྱའི་བཅུད། །ཤེས་རབ་སྟོང་ཉིད་སྟོང་  
རྗེའི་འཕྱུལ། །བྱང་འཇུག་བདེ་ཆེན་བདུད་ཅིའི་སྒྲིན། །  
འཁོར་འདས་རོ་མཉམ་ངང་དུ་འབྱུལ། །དེ་ལྟར་མཆོད་  
པའི་བསོད་ནམས་མཐུས། །གནས་སྐབས་བསམ་པ་  
ཀུན་འགྲུབ་ཅིང་། །རིམ་གཉིས་སྟོང་པ་མཐར་ཕྱིན་  
ནས། །སྐྱུ་བཞིའི་གོ་འཕང་སྒྱུར་བློབ་ཤོག །ཅེས་སྐྱུ་རྗེའི་  
བུང་བ་མཆོད་སྒྲིན་སྐྱུ་མཆོར་སྟེལ་བྱེད་འདི་ནི་འདུལ་འཛིན་ངག་དབང་ཀུན་  
དགས་བསྐྱུལ་ངོར། །རིག་པ་འཛིན་པ་འགྱུར་མེད་དྲོ་རྗེས་སྒྱུར་བའི་ཡི་གེ་པ་ནི་  
རིག་བྱེད་པ་ངག་དབང་སྒྲིན་ལས་སོ། ། ༄། །སྐུ་ཆོག་གས་ནགས་  
ཆལ་འདབ་གྱུར་བྲེས་པ་ལས། །ཡིད་འོང་འདོད་དགྱུར་

སྒྲིན་པ་རོ་བརྒྱའི་བཅུད།    །རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་དབྱེས་  
པའི་མཆོད་ཡོན་དུ།    །འཆི་མེད་ལྷ་ལས་བབས་པའི་  
བདུད་རྩི་འདིས།    །སངས་རྒྱས་ཀྱི་དངོས་གུ་རུ་པདྨ་  
མཆོད། །དམ་ཆོས་འབྱུང་གནས་གུ་རུ་པདྨ་མཆོད། །  
དག་འདུན་གཙུག་རྒྱུ་གུ་རུ་པདྨ་མཆོད།    །སྒྲུ་མ་  
མཉམ་མེད་གུ་རུ་པདྨ་མཆོད། །ཡི་དམ་ཀྱི་འདུས་གུ་  
རུ་པདྨ་མཆོད།    །མཁའ་འགྲོའི་དབང་ཕུག་གུ་རུ་པདྨ་  
མཆོད། །བསྟན་པའི་སྒྲོག་ཤིང་གུ་རུ་པདྨ་མཆོད། །  
ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གུ་རུ་པདྨ་མཆོད།    །སྒྲུང་སྤྱི་  
དབང་འདུས་གུ་རུ་པདྨ་མཆོད།    །དགོས་འདོད་ཀྱི་  
འབྱུང་གུ་རུ་པདྨ་མཆོད།    །རྒྱ་གར་པཎ་ཆེན་གུ་རུ་པདྨ་  
མཆོད། །ཨོ་རྒྱུན་སྒྲོབ་དཔོན་གུ་རུ་པདྨ་མཆོད། །ཕྱིད་



ལ་མཆོད་ཅིང་གསོལ་བ་སྒྲིང་ནས་འདེབས། ། ལྟུང་  
 ངག་ཡིད་ལ་སྐྱ་གསུང་བྱུགས་བྱིན་ཆོ་བས། ། རྟང་  
 གཏོན་བག་གས་དང་བར་གཅོད་མ་ལྟུང་སོལ། །  
 མཆོག་དང་བྱུན་མོང་དངོས་གྲུབ་དུས་འདིར་སྟོལ། །  
 ཞེས་པ་གསུང་སྒྲུལ་ཚུལ་བྲིམས་དོ་རྗེས་མཛད་པའོ། །

ལྟོ ང་རྒྱངས་འངའ་བེར་སྒྲ་མེད་དགོན་མཆོག་  
 མཆོད། རི་བཅུད་རྒྱས་པས་ཕུང་ཁམས་ནི་བྲོ་  
 མཆོད། རྗེ་ངད་ཀུན་བྱུང་གནས་ཡུལ་གཞི་བདག་  
 མཆོད། བྱུ་རྒྱུན་གཏོར་མས་ལྷག་མགྲོན་མ་ལྟུང་  
 ཆེམས། བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཆོགས་ཆེན་ལྷུང་  
 རྗེ་གས་ནས། འཁོར་བ་དོང་སྒྲུགས་འགྲོ་དོན་མཐར་  
 བྱིན་ཤོག། ཅེས་པའང་ལྷ་དེའུའི་འབྲུལ་ནིག་ཀུན་བཟང་མཐོང་གོལ་དོ་རྗེའི་

གསུང་འབྲུལ་མེད་ལགས་སོ།། སུཎ་མཛུལ།། །

༥ ཆང་མཆོད་རབ་དགའི་ཕོ་ཉ་ཡོད།

རང་བྱུང་བདེ་སྐྱོང་སྐྱོང་

མཆོག་ཏུ། །འབྲུ་བཅུད་དྲངས་མ་རྒྱ་མཆོར་འབྲིལ། །

དེ་སྤྱིང་རྩྱུ་ཨོྱེ་རྩྱེ་རྩྱེ་ཨྱེུ།

སྩྱུ་ཨྱུ་སྩྱུ་ཨྱུ་རྩྱུ་རྩྱུ་མཁས་

ལས། །རིགས་ལྡེ་ཡབ་ཡུམ་བཅུར་གྱུར་པ། །རྩེས་

ཆགས་མཉམ་སྦྱར་བདེ་བའི་རྒྱན། །རབ་གཡོས་

རིགས་ལྡེ་ཡབ་ཡུམ་བཅས། །འོད་ལྷ་གཅིག་འདྲེས་

བཅུད་ལ་ཐིམ། །དབྱིངས་ནས་འབྲུ་གསུམ་ཆར་བབས་

པས། །ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་བདུད་རྩིའི་དངོས། །ཁ་དོག་

དྲི་རོ་རྒྱས་ལྡན་པའི། །ཕྱུན་ཆོགས་འདོད་ཡོན་གཏེར་དུ་

གྱུར། །ཨོྱེ་ཨྱེུ་རྩྱུ་རྩྱེ་རྩྱེ་ཨྱེུ། ལན་གསུམ། རོ་གད་དཔའ་

བའི་བདུད་རྩི་འདི། །མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་བདེ་བ་

བསྐྱེད། །སྐྱོང་བ་ཙམ་གྱིས་བདེ་བ་བསྐྱེད། །དོ་མཆར་

སྒྲ་མེད་དམ་ཕྱས་འདིས།      མཆོག་གསུམ་སྐྱ་གསུམ་  
རྒྱལ་བ་མཆོད།      ཐུག་ཕྱོད་བརྒྱུད་པའི་སྒྲ་མ་མཆོད།      །  
བྱབ་བདག་རིག་འཛིན་སྒྲ་མ་མཆོད།      ཡི་དམ་ནི་བློ་  
རབ་འབྱམས་མཆོད།      གནས་གསུམ་མཁའ་འགྲོ་མ་  
ཆོགས་མཆོད།      རྒྱུད་གསུམ་དམ་ཅན་རྒྱུ་མཆོ་  
མཆོད།      རྟོར་ལྷ་གཏེར་བདག་གཞི་བདག་མཆོད།      །  
རང་ལུས་རྒྱལ་བའི་དགྱེལ་འཁོར་མཆོད།      དག་པ་  
མུང་འདས་སངས་རྒྱས་མཆོད།      མ་དག་འཁོར་བའི་  
སེམས་ཅན་མཆོད།      གཉིས་འཛིན་གཉིས་མེད་ཆེན་  
པོར་མཆོད།      ལྷ་སྒྲིབ་དག་པ་རབ་འབྱམས་  
མཆོད།      ཡུ་རྟོ།      ཆང་ལ་མི་དགྲེས་སུ་ཡང་མེད།      །  
ཡུ་ལ་ལ་རྟོ་བཞེས་སུ་གསོལ།      རྩ་གསུམ་རྒྱལ་བས་

དབྱིངས་ནས་བཞེས།      ཁོས་སྐྱོང་སྐྱང་མས་དགོངས་  
བཞིན་བཞེས།      སྤྱི་མ་རྣམས་ཀྱིས་གུང་ནས་བཞེས།      །  
མཆེད་ལྷུ་མ་རྣམས་ཀྱིས་གྲལ་ནས་བཞེས།      །རབ་བྱུང་  
རྣམས་ཀྱིས་རྟོག་ནས་བཞེས།      །སྤྱགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
ངོས་ནས་བཞེས།      །ཕ་ཇོ་རྣམས་ཀྱིས་འབྱིང་བཞིན་  
བཞེས།      །མ་སྐྱ་རྣམས་ཀྱིས་འཇུ་བཞིན་བཞེས།      །  
སྤྱག་ཤར་རྣམས་ཀྱིས་འབྱུག་བཞིན་བཞེས།      །སྤྱོན་  
ཤར་རྣམས་ཀྱིས་ལྡེ་བཞིན་བཞེས།      །བྱ་ཁུང་རྣམས་  
ཀྱིས་ཅེ་བཞིན་བཞེས།      །བྱ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་དགོང་  
བཞིན་བཞེས།      །རྣལ་འབྱོར་བདག་གིས་དགའ་བཞིན་  
འཐུང་།      །དགའ་བཞིན་འཐུང་ཡང་སྤེད་པ་མེད།      །  
སྤེད་པ་ཀུན་ཉོན་འཁོར་བའི་རྒྱ།      །སྤེད་མེད་སྐྱ་མའི་

དགའ་སྟོན་འདིས།                      ལྷ་མ་ལུས་ཀྱི་གོང་ཁྱེར་  
མཆོད། །བབ་བརྟུང་ཆོག་ས་འཁོར་རང་བཞིན་ལ། །  
འཛམ་བག་མ་དགོས་གུ་རེ་ཡངས། །ཅིར་སྒྲུང་དག་པ་  
རབ་འབྱུངས་ལ།                      ལྷ་སྒྲུང་མ་དགོས་སྟོང་རེ་  
ཆགས། །རང་གནས་ཡེ་ཤེས་ཉག་གཅིག་ལ། །རྩོལ་  
སྒྲུབ་མ་དགོས་སྟོང་རེ། །སྟོང་དེའི་ལམ་སྟེ་བེན་པ་  
འདྲ། །ཕ་གཅིག་སྒྲུ་མའི་བཀའ་བྲིན་ལགས། །ཨ་ལ་  
ལ་རྟོ་སྐལ་བ་བབ་། །ཞེས་པའང་ཆང་འཕྱང་གི་གོགས་པོ་འགས་  
བསྐལ་བའི་རྒྱུན་ལས་ཆང་པ་རྒྱན་པོ་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྟོ་རྟེས་གང་བྲན་  
འཛམ་བག་མེད་པར་བརྟེན་པའོ། ། །

༥ ། ཆང་མཆོད་བདུད་རྩིའི་རྒྱབས་སྤོང་ནི། རྟོེ་ མཆོན་ལྡན་བདེ་བ་  
ཆེན་པོའི་ཀ་ལྡེ་ལར། །འབྱུ་བཙུང་བདུད་རྩིའི་རྒྱ་མཆོ་བ་



ཟེར་འབྲུག། །ལག་གཡས་ཨོྲཱ་ལས་རིག་འཛིན་དཔའ་

བོ་ལ། །ལག་གཡོན་ཨུཾ་ལས་དབྱིངས་ཕྱག་རྒྱ་གི་

ལ། །མཉམ་སྦྱར་རྩྱུ་ལས་ཟག་མེད་བདུད་ཅིར་

བསྐྱེལ། །ཏྱ་ཏྱེ་རྩྱུ་ཡིས་ཁ་དོག་རོ་རུས་སྤར། །ཨོྲཱ་

ཨུཾ་རྩྱུ་ཏྱ་ཏྱེ་རྩྱུ་ ལན་གསུམ། ཆོག་ས་གྱི་འཁོར་ལོ་ཇི་སྟེད་

ཀུན་ཚང་ཞིང་། །འདོད་ཡོན་ལྷ་ཡི་ཡུང་པོར་སྦྱོད་

དབྱེས་པའི། །སྦྱོར་སྦྱོལ་ཡང་དག་དོན་གྱི་ཏིང་འཛིན་

མཆོད། །ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ནི་བདུད་ཅིའི་

མཆོ། །དགོངས་བརྒྱད་སྒྲ་མས་ཆོས་གྱི་དབྱིངས་ནས་

རོལ། །བརྒྱ་བརྒྱད་སྒྲ་མས་འོད་གསལ་དབྱིངས་ནས་

བཞེས། །སྒྲོན་བརྒྱད་སྒྲ་མས་ཕྱག་ས་རྗེའི་རོལ་པས་

བཞེས། །བདག་ལ་དབང་བསྐྱར་གྱིན་སྒྲ་བས་དངོས་

གྲུབ་སྒྲུབ།

། རྒྱལ་བའི་བྱིས་ལོག་མིན་ཞིང་ནས་

བཞེས། ། དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོས་ཉེར་བཞི་འཛིན་ནས་

བཞེས། ། རིག་འཛིན་རྣམས་ཀྱིས་དུར་བྱོང་བརྒྱད་ནས་

བཞེས། ། བྲག་འཐུང་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲིང་རྒྱུང་གྲོང་ནས་

བཞེས། ། ཆོས་སྤྱང་རྣམས་ཀྱིས་གཏུམ་རུམ་དྲག་པོས་

བཞེས། ། བྲགས་དམ་སྒྲིང་ལ་དབང་དང་དངོས་གྲུབ་

སྒྲུབ། ། རྒྱུ་བརྒྱད་རྣམས་ཀྱིས་བྱིས་མཆོམས་ཀྱན་

ནས་བཞེས། ། རྒྱལ་བར་ལྷན་རྣམས་རང་རང་གནས་

ནས་བཞེས། ། རྒྱང་སྒྲིང་རང་ལུས་རྒྱལ་བའི་དགྱིལ་

འཁོར་འདྲི། ། དོན་དམ་ཐེག་ལེ་ཡེ་ཤེས་རྩལ་པའི་

ལྷ། ། སྒྲིང་ཞི་ཡོངས་ཀྱི་དགྱིལ་འཁོར་དབང་བྲག་

གཙོ། ། མཁའ་གསལ་གསལ་བའི་ཡི་དམ་ལྷ་ཆོགས་

མཆོད།     |བཀོད་ནས་སྐྱེ་མེད་ཆོས་དབྱིངས་ཡུམ་ཆེན་

མཆོད།     |རང་གྲོལ་གཉིས་མེད་ནི་དང་བྲོ་གར་

མཆོད།     |སྒྲིང་སྒྲིང་བདེ་ཆེན་འཁོར་འདས་དབྱེར་མེད་

མཆོད།     |ཅུ་དང་རྒྱུ་དང་ཐེག་ལའི་གཞུང་ཡས་

མཆོད།     |ཤེས་པ་བྱེད་དབྱུགས་འབྱུང་ལྡེའི་ཡུམ་ཆེན་

མཆོད།     |ཅི་ཏྲ་འདབ་བརྒྱུད་ནི་བའི་ཕོ་བྲང་མཆོད།     |

སྒྲིང་པ་དུང་ཁང་བྲོ་བའི་ལྷ་ཆོག་མཆོད།     |རྣམ་ཤེས་

ཆོག་མཆོད་སེམས་དཔའ་སེམས་མ་མཆོད།     |ཡམ་

ལག་བཞིར་ལྷན་སྒྲོ་བ་སྒྲོ་མ་མཆོད།     |རྒྱ་ཀྱི་ཕྱོད་བྱེད་

སྒྲིང་དང་བ་སྒྲིང་མཆོད།     |ཨོ་ཨུཾ་ཧཱུྃ་སྐྱེ་པ་ཕྱུ་ཨ་མྱི་ཏཱ་ཁ་

ཨོ་ཨུཾ་ཧཱུྃ་     |ཕྱི་ལ་གཏོར་བས་སྒྲིང་སྒྲིང་རྒྱལ་བའི་ནིང་།     |

ནང་ལ་གཏོར་བས་ཕུང་ཁམས་རྒྱལ་བའི་སྐྱེ།     |ཕྱོགས་

མཚམས་གཏོར་བས་དུག་ལྡེ་ཡེ་ཤེས་ལྡེ།      །སྤྱོད་ལ་  
གཏོར་བས་དབྱིངས་རིག་མ་བྱ་འདྲེས།      །བཅུད་ལ་སྤྱོད་  
བས་བྲག་བཅས་འོད་སྐྱར་ལྟ།      །རྩ་ལ་བེམ་པས་དབང་  
བཞིའི་ཡེ་ཤེས་སྐྱེས།      །སྤྱོད་ལ་བེམ་པས་རྩེ་རྩེའི་འཇའ་  
ལུས་འགྲུབ།      །གཉིས་མེད་བསྐྱེས་པས་བེག་ལེ་འོད་  
སྐྱར་ལྟ།      །ཐབས་ཤེས་གཉིས་མེད་དྲངས་མའི་འོད་  
གསལ་ལ་ཆེ།      །བདེ་ཆེན་ཆམ་ཡངས་ཀ་དག་སྒོ་ལས་  
འདས།      །འགྱུར་མེད་ས་རྩེ་རྩེའི་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་།      །  
འཕོ་མེད་གཞི་ལ་རང་དབང་རྩོགས་གྱུར་ཅིག      །ཅེས་སྟེ་  
བཅུན་ཆེན་པའི་དག་སྒྲིང་རིག་འཛིན་སྟོག་སྐྱབ་ཀྱི་བདུད་རྩི་ལག་མཛོད་ལས་  
སྤྱོད་པའི་བཅུད་བསྐྱེས་པ་སྟེ་རྩོན་སེམས་སོ། །

མ་རྒྱུ་ཨ་ཏི་ཡོ་གའི་བྱ་ཆས་དགོངས་པ་གྲོང་རྫོལ་ལས་ཆེ་ཐར་བྱེད་པའི་ཆ་

ག་བཀྲ་ཤིས་ཆེ་བཅུད་བཞུགས་སོ།

**འཕྲིན་ལྗོངས་པདྨ་གར་ཡེ།**

དུད་འགྲོ་ཆེ་ཐར་བྱེད་འདོད་ནུ།      དང་པོ་བགོགས་བསྐྱད་པ་ནི།      རང་ཉིད་

སྐད་ཅིག་གིས་ཡེ་ཤེས་ཁྱོ་བོ་བདུད་ཅི་འབྲིལ་བ་ལྟར་

ནག་ཁྱུ་གྲམ་དང་དྲུང་བྲག་འཛིན་པའི་སྐུར་གྱུར་༥      ཨོྃ

བརྩ་མཐུང་སྒྲུབ། རྩ་བའི་བྱ་བ་བརྩ་བའི་འབྲིལ།

འཁོར་འདས་ཡོངས་གྱི་སྤྱི་དབལ་ཏེ།                      ཉོན་ཅིག་

བག་གསུང་དང་ལོག་འདྲེན་ཆོག་སུ།      གནས་འདིར་མ་

འདུག་གཞན་དུ་སོང་།      བཀའ་ལས་འདས་ན་རྟུལ་དུ་

བརྒྱགས། དམ་ལས་འདས་ན་དཔྱེལ་བར་བསྐྱེགས།

དེ་བས་ད་ལྟ་སྤྱིར་དེངས་ཤིག།

བརྗོད་ལ་བྱལ། ཨྱུཾ ཡེ་ཤེས་རིལ་བའི་ཆོ་རམ་ལ་ལས།

དེ་མེ་འཁོར་ལོ་རིན་ཆེན་དང་།      བསྐྱ་བྱ་ལམ་མེ་དཔུང་  
གི།      བསྐྱ་བྱ་ལོ་ལོ་སྤྱ་བརྟན་གྱུར་།      བུལ་བཟོ་  
རྟོ་པས་ཀམ་རྟོ་རྟོ།      དེས་སྤྱ་བྱ་བའི།      རྟོ།      དུས་  
གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་གྱིས།      བྱིན་གྱིས་  
བསྐྱ་བས་པའི་དག་བྱེད་ཆུས།      འགྲོ་བ་འདི་ལ་སྤྱས་  
བྱེད།      སྤྱི་བ་གཉིས་བག་ཆགས་དག་གྱུར་ཅིག་།  
ཅེས་མཐར་ཡི་གོ་བརྒྱ་པ་དང་ཀློག་མཁས་བཟོད།      ཡོ་སྤྱ་པུ་པུ་ལོ་རྟོ་  
ཀུ་རུ་ཡེ་སྤྱ་རྟོ།      ཏུ་ལ་པུ་ལུ་ཡེ་སྤྱ་རྟོ།      ཅེས་པའི་མཐར།  
མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་མཆོག་གསུམ་སྤྱ་གསུམ་ཅུ་གསུམ་རྒྱ་མཆོའི་ཆོགས་  
ཐམས་ཅད་བཀྲ་དཔུང་དེ་འོད་ཐིབས་སེ་བཞུགས་པར་མེས་ལ།      སྤྱི་གས་  
བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྤྱས་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་  
དགོངས་སྤྱ་གསོལ།      བདག་དང་ཡོན་གྱི་བདག་པོའི་



ཆོག་ས་གཉིས་ཡོངས་སུ་ཚོགས་ཤིང་སྒྲིབ་གཉིས་བག་  
ཆགས་ཐམས་ཅད་བྱང་བའི་ཆེད་དུ། ཆོ་དང་ལྷན་པའི་  
ཆོ་ཐར་འདི། སྟོན་པ་ཚོགས་སངས་རྒྱས་ལ་འབུལ།  
ཆོ་དཔལ་གཡང་སྒྲིབས་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། ཆོ་གཡང་  
བརྟན་པར་མཛད་དུ་གསོལ། ཆོ་དང་ལྷན་པའི་ཆོ་ཐར་  
འདི། སྒྲིབ་པ་དམ་ཆོས་རྣམས་ལ་འབུལ། ཆོ་  
དཔལ་གཡང་སྒྲིབས་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། ཆོ་གཡང་  
བརྟན་པར་མཛད་དུ་གསོལ། ཆོ་དང་ལྷན་པའི་ཆོ་ཐར་  
འདི། འདྲེན་པ་དག་འདུན་རྣམས་ལ་འབུལ། ཆོ་  
དཔལ་གཡང་སྒྲིབས་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། ཆོ་གཡང་  
བརྟན་པར་མཛད་དུ་གསོལ། ཆོ་དང་ལྷན་པའི་ཆོ་ཐར་  
འདི། ཅུ་བརྒྱད་ཁྲ་མ་རྣམས་ལ་འབུལ། ཆོ་དཔལ་

གཡང་སྐྱོབས་བྱིན་བྱིས་སྐྱོབས་མེ་གཡང་བརྟན་

པར་མཛད་དུ་གསོལ་མེ་དང་ལྡན་པའི་མེ་ཐར་འདི་

ཡི་དམ་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ལ་འབུལ་མེ་དཔལ་

གཡང་སྐྱོབས་བྱིན་བྱིས་སྐྱོབས་མེ་གཡང་བརྟན་

པར་མཛད་དུ་གསོལ་མེ་དང་ལྡན་པའི་མེ་ཐར་འདི་

མ་མོ་མཁའ་འགྱུརི་ཚོགས་ལ་འབུལ་མེ་དཔལ་

གཡང་སྐྱོབས་བྱིན་བྱིས་སྐྱོབས་མེ་གཡང་བརྟན་

པར་མཛད་དུ་གསོལ་མེ་དང་ལྡན་པའི་མེ་ཐར་འདི་

བཀའ་སླུང་དམ་ཅན་རྣམས་ལ་འབུལ་མེ་དཔལ་

གཡང་སྐྱོབས་བྱིན་བྱིས་སྐྱོབས་མེ་གཡང་བརྟན་

པར་མཛད་དུ་གསོལ་མེ་དང་ལྡན་པའི་མེ་ཐར་འདི་

ལོར་ལྷ་གཏེར་བདག་རྣམས་ལ་འབུལ་མེ་དཔལ་

གཡང་སྐྱོབས་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབས་མཁོ་

ཆོ་གཡང་བརྟན་

པར་མཛད་དུ་གསོལ་མཁོ་ རྒྱུ་མཁོ་

དགོན་མཆོག་ཅུ་

གསུམ་སྤྱང་མའི་བདེན་པ་དང་མཁོ་

ཆོས་ཉིད་རྣམ་དག་

རྒྱ་ལྟམ་བསྐྱེད་མཁོ་མཁོ་

སྐྱོད་བཅུད་སྤྱིད་པའི་ཆོ་

དང་སྤྱ་གཡང་བྱུག་མཁོ་

འགྲོ་བ་འདི་ཡི་ཆོ་ལ་རྒྱས་ཐོབ་

ཅིག་མཁོ་ ལན་གསུམ་དང་མཁོ་ ཆོ་གཟུངས་བཅོད་མཁོ་ དེ་ནས་བསྐྱོ་སྐྱོན་གིས་

བཅོད་བྱུ་ ས་མ་ཡུ་ རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་ བད་ཐིམ་མཁོ་ ཅེས་པ་འདི་ཡང་རང་སྐྱོབ་དམ་

པ་ཨ་ལྷགས་འབྱུ་ཡི་རྣལ་འབྱོར་ཆོས་ཉིད་རབ་རྒྱས་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཐུག་འབྱུང་

བདུད་འཛམས་རྩི་ཐོ་ལོད་ཅུ་ལ་གྱིས་བགྱིས་སོ། དགོའོ། མཆོ་ལོ།

༥

འཕགས་པ་བབང་པོ་སྟོད་པའི་སྟོན་ལམ་གྱི་རྒྱལ་པོ་བཞུགས་སོ།།

བྱུང་

གར་སྐད་དུ། ལྷ་ལྷ་བྱེད་ཅེས་པ་ཁྱིམ་རྒྱུ་རྒྱུ། བོད་

སྐད་དུ། འཕགས་པ་བབང་པོ་སྟོད་པའི་སྟོན་ལམ་གྱི་

རྒྱལ་པོ། འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གཞིན་རྒྱུ་རྒྱུ་པ་

ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། རི་སྟེང་སྟེང་ག་ཕྱག་སྟེང་བཅུའི་

འཇིག་རྟེན་ན། རྟེན་གསུམ་གཞུགས་པ་མི་ཡི་སེང་

གོ་ཀུན། བདག་གིས་མ་ལུས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ།

ལུས་དང་དག་ཡིད་དང་བས་ཕྱག་བཅིའོ། བབང་པོ་

སྟོད་པའི་སྟོན་ལམ་སྟོབས་དག་གིས། རྒྱལ་བ་ཐམས་

ཅད་ཡིད་གྱིས་མངོན་སུམ་དུ། ཞིང་གི་རྒྱལ་སྟེང་ལུས་

རབ་བརྟུང་པ་ཡིས། རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་རབ་རྟུང་ཕྱག་

འཆལ་ལོ། རྒྱལ་གཅིག་སྟེང་ན་རྒྱལ་སྟེང་སངས་རྒྱལ་

རྣམས། །སངས་རྒྱལ་སྤྲུལ་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་རྒྱུ་མཆོ་རྣམས། །དབྱངས་གྱི་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་ཏྲག་དམ་པ་ཕྱེང་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་བགྱི། །ན་  
བཟའ་དམ་པ་རྣམས་དང་ངྷི་མཆོག་དང་། །སྤྱེམ་ཕུར་  
མ་རི་རབ་མཉམ་པ་དང་། །བཀོད་པ་བྱུང་པར་

འཕགས་པའི་མཆོག་ཀུན་གྱིས།      རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་  
ནི་མཆོད་པར་བགྱི།      མཆོད་པ་གང་རྣམས་སྒྲུ་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་མུག་དབང་གིས་ནི།      ལྷུས་དང་དག་དང་  
དེ་བཞིན་ཡིད་གྱིས་ཀྱང་།      སྟོག་པ་བདག་གིས་བགྱིས་  
པ་ཅི་མཆིས་པ།      དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སོ་  
སོར་བཤགས།      བྱོགས་བཅུ་འདྲེ་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་།      དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་ཡི་རང་།      བཀའ་



ནམས་ཕྱོགས་བཅུ་འཛིན་ཏེན་སྒྲོན་མ་ནམས། །བྱང་  
ཆུབ་རིམ་པར་སངས་རྒྱས་མ་ཆགས་བརྟེས། །མགོན་  
པོ་དེ་དག་བདག་གིས་ཐམས་ཅད་ལ། །འཁོར་ལོ་སྤྲོ་ན་  
མེད་པར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱལ། །ཐུང་ན་འདྲ་སྒྲོན་གང་  
བཞིན་དེ་དག་ལ། །འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་ཞིང་བདེ་བའི་  
ཕྱིར། །བསྐྱལ་བ་ཞིང་གི་རྒྱལ་སྟེན་བཞུགས་པར་  
ཡང་། །བདག་གིས་ཐལ་མོར་བ་སྦྱར་གསོལ་བར་  
བབྱ། །ཕྱག་འཆལ་བ་དང་མཆོད་ཅིང་བཀའ་གས་པ་  
དང་། །རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། །  
དགོ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ། །ཐམས་  
ཅད་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྐྱོའོ། །འདས་པའི་  
སངས་རྒྱས་ནམས་དང་ཕྱོགས་བཅུ་ཡི། །འཛིན་ཏེན་

དག་ན་གང་བཞུགས་མཆོད་གྱུར་ཅིག །གང་ཡང་མ་  
བྱོན་དེ་དག་རབ་གྱུར་བར། །བསམ་རྫོགས་བྱང་ཆུབ་  
རིམ་པར་སངས་རྒྱས་སྤྱོན། །ཕྱོགས་བཅུ་ག་ལའི་ནིང་  
ནམས་ཇི་སྟེང་པ། །དེ་དག་རྒྱ་ཆེར་ཡོངས་སུ་དག་གྱུར་  
ཅིག །བྱང་ཆུབ་ཤིང་དབང་དུང་ག་ཤེགས་རྒྱལ་བ་  
དང་། །སངས་རྒྱས་སྤྲས་གྱིས་རབ་དུ་གང་བར་ཤོག །  
ཕྱོགས་བཅུ་འི་སེམས་ཅན་གང་ནམས་ཇི་སྟེང་པ། །དེ་  
དག་རྟག་དུ་ནད་མེད་བདེ་གྱུར་ཅིག །འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་  
ཆོས་གྱི་དོན་ནམས་ནི། །མཐུན་པར་གྱུར་ཅིག་ཏེ་བའང་  
འགྲུབ་པར་ཤོག །བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པ་དག་ནི་བདག་སྤྱོད་  
ཅིང་། །འགྲོ་བ་ཀུན་དུ་སྐྱེ་བ་དྲན་པར་འགྱུར། །ཆོ་  
རབས་ཀུན་དུ་འཆི་འཕོ་སྐྱེ་བ་ན། །རྟག་དུ་བདག་ནི་

རབ་ཏུ་འབྱུང་བར་ཤོག། རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་སློབ་  
གུར་ཏེ། །བཟང་པོ་སྤྱད་པ་ཡོངས་སུ་རྗོགས་གཏེང་  
ཅིང་། རྒྱལ་བེམས་སྤྱད་པ་རྩི་མེད་ཡོངས་དག་པ། །  
ཏྲ་ཏུ་མ་ཉམས་སྤྱོད་མེད་སྤྱོད་པར་ཤོག། ལྷ་ཡི་སྐད་  
དང་སྤྱ་དང་གཞོད་སྤྱོད་སྐད། རྒྱལ་བུ་དག་དང་མི་  
ཡི་སྐད་རྣམས་དང་། འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་སྒྲ་རྣམས་རི་ཙམ་  
པར་། རྣམས་ཅད་སྐད་དུ་བདག་གིས་ཆོས་བསྟན་  
ཏོ། རྡོ་ལོང་པ་རོལ་སྤྱོད་ལ་རབ་བརྩོན་ཞིང་། བྱང་  
ཆུབ་སེམས་ནི་རྣམ་ཡང་བརྗེད་མ་གུར། རྩིག་པ་གང་  
རྣམས་སློབ་པར་གུར་པ་དག། རྡོ་དག་མ་ལུས་ཡོངས་  
སུ་བྱང་བར་ཤོག། ལས་དང་ཉོན་མོངས་བདུད་གྱི་ལས་  
རྣམས་ལས། བྱོལ་ཞིང་འཇིག་རྟེན་འགྲོ་བ་རྣམས་སུ་

ཡང་། ཇི་ལྟར་པརྫོ་ཆུས་མི་ཆགས་པ་བཞིན། ཉི་ཟླ་  
ནམ་མཁའ་རྩོགས་པ་མེད་ལྟར་སྤྱད། ཞིང་གི་ཁྱོན་དང་  
ཕྱོགས་རྣམས་ཇི་ཙམ་པར། རྩོད་སྤྱོད་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
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་ཕྱོགས་བྱེད་ཅིང་། སེམས་ཅན་  
དག་གི་སྤྱོད་དང་མཐུན་པར་འཇུག། བཟང་པོ་སྤྱོད་པ་  
དག་ནི་རབ་སྟོན་ཅིང་། མ་འོངས་བསྐྱེལ་པ་ཀུན་ཏུ་  
སྤྱོད་པར་གྱུར། བདག་གི་སྤྱོད་དང་མཚུངས་པར་གང་  
སྤྱོད་པ། དེ་དག་དང་ནི་ཏྲ་ཏུ་འགྲོགས་པར་ཤོག།  
ལུས་དང་དག་རྣམས་དང་ནི་སེམས་གྱིས་གྱུར། སྤྱོད་  
པ་དག་དང་སྟོན་ལམ་གཅིག་ཏུ་སྤྱད། བདག་ལ་ཕན་

པར་འདོད་པའི་གྲོགས་པོ་དག། །བཟང་པོ་སྤྱོད་པ་རབ་  
ཏུ་སྟོན་བགྱིད་པ། །དེ་དག་དང་ཡང་རྟག་ཏུ་འཕྲད་པར་  
ཤོག། །དེ་དག་བདག་གིས་ནམ་ཡང་ཡིད་མི་དབྱུང་།  
སངས་རྒྱས་སྤྲས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བའི་མགོན་པོ་རྣམས། །  
མངོན་སུམ་རྟག་ཏུ་བདག་གིས་རྒྱལ་བ་བཟུ། །མ་  
འོངས་བསྐྱལ་པ་ཀུན་ཏུ་མི་སྤྱོད་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་སྤྲང་བར་  
བྱེད། །བཟང་པོ་སྤྱོད་པ་རྣམ་པར་སྤྱོད་བ་ཡང་། །མ་  
འོངས་བསྐྱལ་པ་ཀུན་ཏུ་སྤྱོད་པར་བགྱི། །སྤྱིད་པ་  
ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་འཁོར་བ་ན། །བསོད་ནམས་ཡེ་  
ཤེས་དག་ནི་མི་བྱད་བརྟེས། །ཐབས་དང་ཤེས་རབ་

ཏིང་འཛིན་རྣམ་ཐར་དང་།      ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་མི་བད་  
མཛོད་གྱུར་ཅིག      རྟུལ་གཅིག་སྟེང་ན་རྟུལ་སྟེང་ཞིང་  
རྣམས་ཏེ།      ཞིང་དེར་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་སངས་རྒྱས་  
རྣམས།      །སངས་རྒྱས་སྤྲས་གྱི་དབུས་ན་བཞུགས་པ་  
ལ།      །བྱང་ཆུབ་སྤྱད་པ་སྤྱོད་ཅིང་བལྟ་བར་བགྱི།      །དེ་  
ལྟར་མ་ལུས་ཐམས་ཅད་ཕྱོགས་སུ་ཡང་།      །སྒྲ་ཙམ་  
ཁྱོན་ལ་དུས་གསུམ་ཆད་སྟེང་གྱི།      །སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོ་  
ཞིང་རྣམས་རྒྱ་མཚོ་དང་།      །བསྐྱལ་པ་རྒྱ་མཚོར་སྤྱོད་  
ཅིང་རབ་ཏུ་འཇུག      །གསུང་གཅིག་ཡན་ལག་རྒྱ་མཚོའི་  
སྒྲ་སྤྱད་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་ལོའི་རྒྱལ་རྣམས་རབ་ཏུ་བསྐྱོར་བ་ཡི། །  
དེ་དག་གི་ཡང་གསུང་དབྱངས་མི་བདེ། །སྒྲིལ་  
སྟོབས་ཀྱིས་བདག་ཀྱང་རབ་ཏུ་འཇུག །མ་འོངས་  
བསྐལ་པ་ཐམས་ཅད་འཇུག་པར་ཡང་། །སྐད་ཅིག་  
གཅིག་གིས་བདག་ཀྱང་འཇུག་པར་བགྱི། །གང་ཡང་  
བསྐལ་པ་དུས་གསུམ་ཆད་དེ་དག །སྐད་ཅིག་ཆེམས་  
ཀྱིས་ནི་ཞུགས་པར་སྤྱད། །དུས་གསུམ་གཤེགས་པ་  
མི་ཡི་སེང་གོ་གང་། །དེ་དག་སྐད་ཅིག་གཅིག་ལ་  
བདག་གིས་བཟླ། །ཏིག་ཏུ་དེ་དག་གི་ནི་སྤྱོད་ཡུལ་  
ལ། །སྤྱི་མར་གྱུར་པའི་རྣམ་ཐར་སྟོབས་ཀྱིས་འཇུག །  
གང་ཡང་དུས་གསུམ་དག་གི་ཞིང་བཀོད་པ། །དེ་དག་

རྩལ་གཅིག་སྟེང་དུ་མངོན་པར་བསྒྲུབ།      །དེ་ལྟར་མ་  
ལུས་སྟོགས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དུ།      །རྒྱལ་བ་དག་གི་  
ཞིང་རྣམས་བཀོད་ལ་འདུག།      །གང་ཡང་མ་བྱོན་འཇིག་  
ཏེན་སྟོན་མ་རྣམས།      །དེ་དག་རིམ་པར་འཆང་རྒྱ་འཁོར་  
ལོ་བསྟོར།      །སྤངས་འདས་པ་རབ་དུ་ཞི་མཐའ་སྟོན།      །  
མགོན་པོ་ཀུན་གྱི་དབང་དུ་བདག་མཆིའོ།      །ཀུན་དུ་སྦྱར་  
བའི་རྩུ་འཕྱལ་སྟོབས་རྣམས་དང་།      །ཀུན་ནས་སྟོ་ཡི་  
ཐེག་པའི་སྟོབས་རྣམས་དང་།      །ཀུན་དུ་ཡོན་ཏན་སྦྱང་  
པའི་སྟོབས་རྣམས་དང་།      །ཀུན་དུ་བྱབ་པ་བྱམས་པ་  
དག་གི་སྟོབས།      །ཀུན་ནས་དག་པའི་བསོད་ནམས་  
སྟོབས་རྣམས་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་  
སྟོབས་པར་བྱེད། །ལས་ཀྱི་སྟོབས་རྣམས་ཡོངས་སུ་དག་  
བྱེད་ཅིང་། །ཉོན་མོངས་སྟོབས་རྣམས་ཀུན་ཏུ་འཛོམས་  
པར་བྱེད། །བདུད་ཀྱི་སྟོབས་རྣམས་སྟོབས་མེད་རབ་  
བྱེད་ཅིང་། །བཟང་པོ་སྟོད་པའི་སྟོབས་ནི་རྫོགས་པར་  
བབྱི། །ཁིང་རྣམས་རྒྱ་མཚོ་རྣམ་པར་དག་བྱེད་ཅིང་། །  
སེམས་ཅན་རྒྱ་མཚོ་དག་ནི་རྣམ་པར་གྲོལ། །ཆོས་  
རྣམས་རྒྱ་མཚོ་རབ་ཏུ་མཐོང་བྱེད་ཅིང་། །ཡེ་ཤེས་རྒྱ་  
མཚོ་རབ་ཏུ་རྫོགས་པར་བྱེད། །སྟོད་པ་རྒྱ་མཚོ་རྣམ་  
པར་དག་བབྱེད་ཅིང་། །སྟོན་ལས་རྒྱ་མཚོ་རབ་ཏུ་  
རྫོགས་པར་བྱེད། །སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོ་རབ་ཏུ་མཚོད་  
བབྱེད་ཅིང་། །བསྐྱལ་པ་རྒྱ་མཚོ་མི་སྟོ་སྟོད་པར་

བགྱི། །གང་ཡང་དུས་གསུམ་གཤེགས་པའི་རྒྱལ་བ་  
ཡི། །བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པའི་སྟོན་ལམ་གྱེ་བྲག་རྣམས། །  
བཟང་པོ་སྤྱོད་པས་བྱང་ཆུབ་འཆང་རྒྱས་ནས། །དེ་ཀུན་  
མ་ལུས་བདག་གིས་ཇོགས་པར་བགྱི། །རྒྱལ་བ་ཀུན་  
གྱི་སྤྲུལ་གྱི་བྱ་བོ་པ། །གང་གི་མིང་ནི་ཀུན་ཏུ་བཟང་ཞེས་  
བྱ། །མཁས་པ་དེ་དང་མཚུངས་པར་སྤྱད་པའི་ཕྱིར། །  
དགོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྟོ། །ལུས་དང་  
དག་དང་ཡིད་ཀྱང་རྣམ་དག་ཅིང་། །སྤྱོད་པ་རྣམ་དག་  
ཞིང་རྣམས་ཡོངས་དག་དང་། །བསྟོ་བ་བཟང་པོ་  
མཁས་པ་ཅི་འདྲ་བ། །དེ་འདྲར་བདག་ཀྱང་དེ་དང་  
མཚུངས་པར་འོག། །ཀུན་ནས་དགོ་བ་བཟང་པོ་སྤྱད་  
པའི་ཕྱིར། །འཇམ་དཔལ་གྱི་ནི་སྟོན་ལམ་སྤྱད་པར་

བགྱི། །མ་འོངས་བསྐལ་པ་ཀུན་ཏུ་མི་སྐྱོ་བར། །དེ་ཡི་  
བྱ་བ་མ་ལུས་ཕྱོགས་པར་བགྱི། །སྦྱོད་པ་དག་ནི་ཆད་  
ཡོད་མ་གྱུར་ཅིག །ཡོན་ཏན་རྣམས་ཀྱང་ཆད་བཟུང་  
མེད་པར་ཞོག །སྦྱོད་པ་ཆད་མེད་པ་ལ་གནས་ནས་  
ཀྱང་། །དེ་དག་འཕུལ་པ་ཐམས་ཅད་འཆལ་བར་  
བགྱི། །ནམ་མཁའི་མཐའ་ཐུག་གྱུར་པ་ཇི་ཙམ་པར། །  
སེམས་ཅན་མ་ལུས་མཐའ་ཡས་དེ་བཞིན་ཏེ། །ཇི་ཙམ་  
ལས་དང་ཉོན་མོངས་མཐར་གྱུར་པ། །བདག་གི་སྒྲོན་  
ལམ་མཐའ་ཡང་དེ་ཙམ་མོ། །གང་ཡང་ཕྱོགས་  
བཅུའི་ཞིང་རྣམས་མཐའ་ཡས་པ། །རིན་ཆེན་བརྒྱན་ཏེ་  
རྒྱལ་བ་རྣམས་ལ་ཡུལ། །ལྷ་དང་མི་ཡི་བདེ་བའི་  
མཆོག་རྣམས་ཀྱང་། །ཞིང་གི་རྩལ་སྟེད་བསྐལ་པར་

ཡུལ་བ་བས།      གང་གིས་བསྡོ་བའི་རྒྱལ་པོ་འདི་ཐོས་  
ནས།      བྱང་རྒྱལ་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་  
བབང་སྤྱོད་སྤོན་ལམ་འདི་བཏབ་པས།      དེས་ནི་ངན་  
སོང་ཐམས་ཅད་སྤངས་པར་འགྱུར།      དེས་ནི་གྲོགས་  
པོ་ངན་པ་སྤངས་པ་ཡིན།      སྤང་བ་མཐའ་ཡས་དེ་ཡང་  
དེས་སུར་མཐོང་།      དེ་དག་རྗེད་པ་རབ་རྗེད་བདེ་བར་  
འཛོ།      ཁི་ཆོ་འདིར་ཡང་དེ་དག་ལེགས་པར་  
འོངས།      ཀྱན་ཏུ་བབང་པོས་དེ་ཡང་ཅི་འདྲ་བར།      །  
དེ་དག་རིང་པོར་མི་གྲོགས་དེ་བཞིན་འགྱུར།      །  
མཆོམས་མེད་ལྟ་པོ་དག་གི་སྤྲིག་པ་རྣམས།      གང་



གིས་མི་ཤེས་དབང་གིས་བྱས་པ་དག། དེ་ཡིས་བབང་  
པོ་སྤྱོད་པ་འདི་བརྗོད་ན། ཟླུར་དུ་མ་ལུས་ཡོངས་སུ་  
བྱང་བར་འགྱུར། །ཡེ་ཤེས་དང་ནི་གཟུགས་དང་མཆོན་  
ནམས་དང་། །རིགས་དང་ཁ་དོག་ནམས་དང་ལྡན་པར་  
འགྱུར། །བདུད་དང་སྤྱེགས་མང་པོས་དེ་མི་བྱུབ། །  
འཇིག་རྟེན་གསུམ་པོ་ཀུན་ནའང་མཆོད་པར་འགྱུར། །  
བྱང་ཆུབ་ཤིང་དབང་བྱུང་དུ་དེ་སྤྱུར་འགྲོ། །སོང་ནས་  
སེམས་ཅན་ཕན་སྤྱིར་དེར་འདུག་སྟེ། །བྱང་ཆུབ་སངས་  
རྒྱས་འཁོར་ལོ་རབ་ཏུ་བསྐྱོར། །བདུད་ནམས་སྡེ་དང་  
བཅས་པ་བམས་ཅད་བརྟུལ། །གང་ཡང་བབང་པོ་སྤྱོད་  
པའི་སྒྲོན་ལམ་འདི། །འཆང་བ་དང་ནི་སྒྲོན་ཏམ་གྲོག་ན་  
ཡང་། །དེ་ཡི་ནམ་པར་སྒྲིན་པ་སངས་རྒྱས་མཁུའི། །

བྱང་ཆུབ་མཆོག་ལ་སོམ་ཉི་མ་བྱེད་ཅིག། །འཇམ་དཔལ་  
དཔའ་བོས་ཇི་ལྟར་མཁྱེན་པ་དང་། །ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དེ་  
ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། །དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་སྟོབ་  
ཅིང་། །དགོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྟོ། །  
དུས་གསུམ་གཤེགས་པའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །  
བསྟོ་བ་གང་ལ་མཆོག་ཏུ་བསྐྱབས་པ་དེས། །བདག་  
གི་དགོ་བའི་རྩ་བ་འདི་ཀུན་གྱང་། །བཟང་པོ་སྟོད་ཕྱིར་  
རབ་ཏུ་བསྟོ་བར་བགྱི། །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་ཏུ་འགྲོ། །དེར་སོང་ནས་  
ནི་སྟོན་ལམ་འདི་དག་གྱང་། །ཐམས་ཅད་མ་ལུས་

མངོན་དུ་འགྱུར་བར་ཤོག།      །དེ་དག་མ་ལུས་བདག་  
གིས་ཡོངས་སུ་བཀའ་།      །འཛིག་རྟེན་ཇི་སྤྱིད་སེམས་  
ཅན་ཕན་པར་བགྱི།      །རྒྱལ་བའི་དགྱེལ་འཁོར་བཟང་  
ཞིང་དགའ་བ་དེར།      །པརྫོད་མ་པ་ཤིན་ཏུ་མཛེས་ལས་  
སྐྱེས།      །སྤང་བ་མཐའ་ཡས་རྒྱལ་བས་མངོན་སུམ་  
དུ།      །ལྷུང་བསྟན་པ་ཡང་བདག་གིས་དེར་ཐོབ་ཤོག།      །  
དེར་ནི་བདག་གིས་ལྷུང་བསྟན་རབ་ཐོབ་ནས།      །སྤྱུལ་  
པ་མང་པོ་བྱེ་བ་ཕྲག་བརྒྱ་ཡིས།      །སྒྲོ་ཡི་སྟོབས་གྲིས་  
སྟོགས་བཅུ་རྒྱམས་སུ་ཡང་།      །སེམས་ཅན་རྒྱམས་ལ་  
ཕན་པ་མང་པོ་བགྱི།      །བཟང་པོ་སྤྱོད་པའི་སྟོན་ལམ་  
བཏབ་པ་ཡི།      །དགོ་བ་རྩུང་བད་བདག་གིས་ཅི་  
བསགས་པ།      །དེས་ནི་འགྲོ་བའི་སྟོན་ལམ་དགོ་བ་

ནམས། །སྐད་ཅིག་གཅིག་གིས་ཐམས་ཅད་འབྱོར་བར་

ཤོག། །བཟང་པོ་སྤྱད་པའི་སྟོན་ལམ་བསྟོས་པ་ཡི། །

བསོད་ནམས་དམ་པ་མཐའ་ཡས་གང་ཐོབ་དེས། །

འགྲོ་བ་སྤྱག་བསྤེལ་ཐུ་བོར་བྱིང་པ་ནམས། །འོད་

དཔག་མེད་པའི་གནས་རབ་ཐོབ་པར་ཤོག། །སྟོན་ལམ་

ཀྱུལ་པོ་འདི་དག་མཆོག་གི་གཙོ། །མཐའ་ཡས་འགྲོ་བ་

ཀུན་ལ་ཕན་བྱེད་ཅིང་། །ཀུན་ཏུ་བཟང་པོས་བརྒྱན་པའི་

གཞུང་གྲུབ་སྟེ། །ངན་སོང་རྒྱད་ནམས་མ་ལུས་སྟོངས་

པར་ཤོག། །འཕགས་པ་བཟང་པོ་སྤྱད་པའི་སྟོན་ལམ་གྱི་ཀྱུལ་པོ་རྫོགས་

སོ།། ། རུབ་གྱི་ཕྱོགས་ན་བདེ་བའི་འབྱུང་གནས་ཏེ། །

རྒྱལ་བུལ་འཛིག་ཏེན་ཁམས་ནི་བདེ་བ་ཅན། །དེ་ན་

སེམས་ཅན་ཁ་ལོ་སྒྱུར་བ་ཡི། །འདྲེན་པ་ཆོ་མཐའ་

ཡས་པ་ད་ལྟ་བུ་གསུམ།      འེར་ནི་བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱང་  
མི་འབྱུང་སྟེ།      རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་གཡེམ་པའི་ཆོས་མེད་  
ལ།      རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་པོ་དེ་དག་བརྟུས་ཏེ་སྟེ།      འི་མ་  
མེད་པའི་པར་ལྡན་སྟོང་པོར་འདུག      འཇེན་པ་ཆེ་མཐའ་  
ཡས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱང་།      པར་ལྡན་སྟོང་པོ་འི་མེད་དགའ་བ་  
ལ།      སེང་གའི་བྲི་ལ་རབ་ཏུ་བཞུགས་པ་ཡང་།      སྤྱ་  
ལའི་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུར་རྣམ་པར་མཛེས།      འཇེན་པ་འོད་  
དཔག་མེད་པའི་སངས་རྒྱས་ཞིང་།      བདེ་བ་ཅན་དུ་  
བརྟུས་ཏེ་སྟེ་བར་འོག      ཅེས་པརྟུ་དཀར་པོའི་ལེན་ཉེར་བཞི་པར་  
གསུངས་པའོ། ། །

༥ ། བྱམས་སྒྲོན་ནི། རྒྱ་གར་རྒྱུད་དུ། ལྷ་ལྡོ་མི་ཏྲེ་ཕྱ་ཁི་རྒྱུ་ན་  
རྒྱ་ཇོ། བོད་རྒྱུད་དུ། འཕགས་པ་བྱམས་པའི་སྒྲོན་  
ལམ་གྱི་རྒྱལ་པོ། སངས་རྒྱལ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ཀུན་དགའ་བོ་ཇི་  
ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་  
བྱམས་པས་སྒྲོན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱད་པ་སྤྱོད་  
པའི་ཆོ། ཉིན་ལན་གསུམ་མཆན་ལན་གསུམ་དུ་སྒྲ་  
གོས་ཕྱག་པ་གཅིག་ཏུ་གཟུར་ཏེ། དུས་མོ་གཡས་པའི་  
ལྟངས་ལ་བརྟུགས་ཏེ། ཐལ་མོ་སྤྱར་ནས་ཆོག་འདི་  
རྒྱུད་ཅེས་སྒྲོན་ལམ་བཟུང་བོ། །སངས་རྒྱལ་ཀུན་ལ་  
ཕྱག་འཆལ་ལོ། །དང་སྤྱོད་ལྷ་མིག་ལྷན་པ་ཡི། །བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་དང་ཡང་། །ཉན་ཐོས་རྣམས་



ལ་ཕུག་འཆ་ལ་ལོ།      །ངན་འགོ་ལས་ནི་བཞེས་བགྱིད་  
ཅིང་།      །མཐོ་རིས་ལམ་ནི་རབ་སྟོན་ལ།      །ཀ་ཤི་མེད་  
པར་འདྲེན་བགྱིད་པ།      །བྱང་ཆུབ་སེམས་ལ་ཕུག་  
འཆ་ལ་ལོ།      །སེམས་གྱི་དབང་དུ་གྱུར་པས་ན།      །  
བདག་གིས་སྡིག་པ་ཅི་བགྱིས་པ།      །སངས་རྒྱས་སྟོན་  
སྒྲུང་མཆིས་ནས་སུ།      །བདག་གིས་དེ་དག་བཤའ་གས་  
པར་བགྱི།      །གང་ལས་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་ཟད་ཤོག།      །  
ཕྱོགས་བརྒྱ་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་།      །སྡིག་པ་ཐམས་

ཅད་བཤགས་པར་བགྱི།      །བསོད་ནམས་ཀུན་ལ་ཡི་  
རང་ངོ་།      །སངས་རྒྱས་ཀུན་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།      །  
བདག་ནི་ཡེ་ཤེས་མཆོག་ཐོབ་ཤོག།      །སྤྱོད་པ་བཅུ་དག་  
གི་སྤྱོད་པ་རྣམས་ན།      །ས་བཅུ་དག་ལ་གནས་པ་ཡི།      །  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བྱང་ཆུབ་མཆོག།      །འཆང་རྒྱ་  
བགྱིད་པར་བསྐྱལ་མ་འདེབས།      །བྱང་ཆུབ་དམ་པར་  
སངས་རྒྱས་ཤིང་།      །སྡེ་དང་བཅས་པའི་བདུད་བརྟལ་  
ནས།      །སྤྱོད་ཆགས་ཀུན་ལ་སྦྱོར་སྦྱང་དུ།      །ཆོས་ཀྱི་  
འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་གྱུར་ཅིག།      །ཆོས་རྩ་ཆེན་པོའི་སྒྲ་ཡིས་  
ནི།      །སྤྱོད་པ་སྤྱལ་སེམས་ཅན་མཐར་བགྱིད་ཤོག།      །  
བསྐྱལ་པ་བྱེ་བ་བསམ་ཡས་སུ།      །ཆོས་སྦྱོར་མཛད་ཅིང་  
བཞུགས་གྱུར་ཅིག།      །འདོད་པའི་འདམ་དུ་བྱིང་གྱུར་

ཅིང་། རྟོན་པའི་སྤང་བྱས་དམ་བཅིངས་པ། འཆིང་  
བ་ཀུན་གྱིས་བཅིངས་བདག་ལ། ཀླང་གཉིས་མཆོག་  
རྣམས་གཟིགས་སུ་གསོལ། སེམས་ཀྱི་དྲི་མར་གྱུར་  
པ་ལ། སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་སྟོང་མི་མཛད། །  
སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བྱམས་བྱུགས་ལྡན། རྟོན་པའི་  
མཆོ་ལས་སྟོལ་བར་ཤོག། རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
གང་བཞུགས་དང་། གང་དག་འདས་དང་མ་བྱོན་  
པ། དེ་དག་རྗེས་སུ་བདག་སྟོབ་ཅིང་། བྱང་ཆུབ་  
སྤང་པ་སྟོང་གྱུར་ཅིག། སེམས་ཀྱི་དྲི་མར་གྱུར་  
བཞིས་ནས། འགྲོ་བྱུག་སེམས་ཅན་ཐར་བཞིན་  
ཤོག། མངོན་ཤེས་དྲུག་པོ་མངོན་བཞིས་ནས། སྒྲ་  
མེད་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། །སྟོང་པའི་ཆོས་ནི་  
རྟོགས་པར་ཤོག། །སངས་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་སྤང་དུ། །སེར་སྒྲུ་མ་མཆིས་  
སྦྱོར་གཏོང་ཤོག། །དངོས་པོ་དངོས་པོར་མ་མཆིས་  
པས། །བདག་གི་ལོངས་སྟོང་ལྟུན་གྲུབ་ཤོག། །དངོས་  
པོ་ཐམས་ཅད་རྣམ་འཛིག་པའི། །སྦྱོར་པའི་ཕ་རོལ་སྦྱོར་  
རྟོགས་ཤོག། །བྲིམས་ཀྱི་ཚུལ་བྲིམས་སྦྱོར་མེད་

ཅིང་། རྩུལ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་དང་ལྡན། རྩོམ་  
སེམས་མེད་པའི་རྩུལ་བྲིམས་ཀྱིས། རྩུལ་བྲིམས་པ་  
རོལ་ཕྱིན་ཚྭ་གས་ཤོག། སེམས་ཡང་ན་རྩུལ་མེ། །  
རྩུང་གི་ཁམས་ལྟར་མི་གནས་ཤིང་། བཟོད་པེམ་བྲོ་  
བ་མ་མཆིས་པར། བཟོད་པའི་པ་རོལ་ཕྱིན་ཚྭ་གས་  
ཤོག། བཟོན་འགྲུས་བཅུམས་པའི་བཟོན་འགྲུས་  
ཀྱིས། བཟོན་སྒྲོལ་ལོ་མ་མཆིས་ཤིང་། སྒྲོབས་དང་  
ལྡན་པའི་ལུས་སེམས་ཀྱིས། བཟོན་འགྲུས་པ་རོལ་  
ཕྱིན་ཚྭ་གས་ཤོག། སྒྲུ་མ་ལྟ་བུའི་ཏིང་འཛིན་དང་། །  
དཔའ་བར་འགྲོ་བའི་ཏིང་འཛིན་དང་། རྩོམ་ལྟ་བུའི་  
ཏིང་འཛིན་གྱིས། བསམ་གཏན་པ་རོལ་ཕྱིན་ཚྭ་གས་  
ཤོག། རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྒྲོག་གསུམ་དང་། རུས་

གསུམ་མཉམ་པ་ཉིད་དང་ཡང་། འིགས་སམ་མངོན་  
སུམ་བགྱིས་པ་ཡིས། །ཤེས་རབ་ཕ་རོལ་ཕྱིན་ཚྲོགས་  
ཤོག། །སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་དང་། །འོད་  
དང་གཟི་བརླིང་འབར་བ་དང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའི་བརྩོན་འགྲུས་གྱིས། །བདག་གི་བསམ་པ་  
ཚྲོགས་གྱུར་ཅིག། །དེ་ལྟར་སྤྱད་པ་སྤྱོད་བྱེད་ཅིང་། །  
བྱམས་པ་གྲགས་དང་ལྡན་པ་ཡིས། །ཕ་རོལ་ཕྱིན་  
དུག་ཚྲོགས་བགྱིས་ནས། །ས་བརྩུ་པོ་ལ་རབ་ཏུ་  
གནས། །འདི་ནས་ཤི་འཕོས་གྱུར་མ་ཐག། །དགའ་  
ལྡན་སྐྱེས་ནས་ཡིད་དགའ་བར། །སྤྱོད་དུ་བྱམས་  
མགོན་མཉེས་བྱས་ནས། །བྱང་ཆུབ་ལུང་བསྟན་ཐོབ་  
པར་ཤོག། །



༥ མཁས་གྲུབ་རྒྱ་མཁེལ་སྤྱོད་མཛད་པའི་རྣམ་དག་བདེ་ཆེན་ཞིང་གི་སྒྲོན་ལམ་

བཞུགས་སོ།། ཨོཾ་ཨཱ་མི་རྟེ་ཕྱ་རྟེ། འདི་ཉིད་ཆག་མེད་ཐུགས་དམ་

མཛོད། །ལག་པ་ན་ཡང་འབད་ནས་བྱིས། །མང་པོ་འགའ་ལ་ཨེ་ཕན་

བསམ། །དཔེ་གཙོད་འདོད་མི་གདའ་ན་གཡོར། །འདི་ལས་ཕན་ཡོན་ཆེ་བ་

མེད། །འདི་ལས་ཟབ་པའི་གདམས་ངག་མེད། །ང་ཡི་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་། ཨེ་མ་རྟོ། འདི་ནས་ཉི་མ་རྒྱབ་

ཀྱི་ཕྱོགས་རོལ་ན། །བྱངས་མེད་འཛིག་རྟེན་མང་པོའི་ཕ་

རོལ་ན། །རྩུང་བཅད་སྟེང་དུ་འཕགས་པའི་ཡུལ་ས་ན། །

རྣམ་པར་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་བདེ་བ་ཅན། །བདག་གི་

ཁུ་བྱར་མིག་གིས་མ་མཐོང་ཡང་། །རང་སེམས་

གསལ་བའི་ཡིད་ལ་ལམ་མེར་གསལ། །དེ་ན་བཙུམ་

ལྡན་རྒྱལ་བ་འོད་དཔག་མེད།    །པརྩ་རྒྱ་གའི་མདོག་ཅན་  
གཟི་བརླིང་འབར།            །དབུ་ལ་གཙུག་ཏྲར་ཞབས་ལ་  
འཁོར་ལོ་སོགས།            །མཚན་བབང་སོ་གཉིས་དཔེ་བྱད་  
བརྒྱད་ཅུས་སྤྲུམ།            །ཞལ་གཙིག་ཕྱག་གཉིས་མཉམ་  
བཞག་ལྟུང་བབྱེད་འཛིན།            །ཆོས་གོས་རྣམ་གསུམ་  
གསོལ་ཞིང་སྐྱེལ་ཀྱང་གིས།            །པརྩ་སྟོང་ལྡན་ཟླ་བའི་  
གདན་སྟེང་དུ།    །བྱང་ཆུབ་ཤིང་ལ་སྐྱ་རྒྱབ་བཏེན་མཛད་  
དེ།            །ཐུགས་རྗེའི་སྤྱན་གྲིས་རྒྱང་ནས་བདག་ལ་  
གཟིགས།            །གཡས་སུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྤྱན་  
རས་གཟིགས།            །སྐྱ་མདོག་དཀར་པོ་ཕྱག་གཡོན་པད་  
དཀར་འཛིན།            །གཡོན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མཐུ་  
ཆེན་ཐོབ།            །སྟོན་པོ་རྫོགས་མཚན་པའི་པརྩ་གཡོན།    །

གཡམས་གཉིས་སྐྱབས་སྒྱུན་ཕྱག་རྒྱ་བདག་ལ་བསྟན། །  
གཙོ་བོ་གསུམ་པོ་རི་རྒྱལ་ལྟན་པོ་བཞིན། །ལྟང་རེ་ལྟན་  
ནེ་ལྟམ་མེར་བཞུགས་པའི་འཁོར། །བྱང་རྒྱབ་སེམས་  
དཔའི་དགོ་སྒྲོང་བྱེ་བ་འབུམ། །ཀུན་གྲང་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་སྐུ་སྒྲོང་བ་མཐའ་ཡས་རིགས་ཀྱི་  
བདག་ །ཕྱག་གཡམས་འོད་བེར་ལས་སྐྱལ་སྐྱུན་རས་  
གཟིགས། །ཡང་སྐྱལ་སྐྱུན་རས་གཟིགས་དབང་བྱེ་བ་  
བརྒྱ། །ཕྱག་གཡོན་འོད་བེར་ལས་སྐྱལ་སྒྲོལ་མ་སྟེ། །  
ཡང་སྐྱལ་སྒྲོལ་མ་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་འགྱུར། །ཕྱགས་ཀྱི་

འོད་ཟེར་ལས་སྐྱལ་པར་འབྱུང་། །ཡང་སྐྱལ་ཅུ་རྒྱུན་  
བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་འབྱེད། །ཆོས་སྐུ་འོད་དཔག་མེད་ལ་  
ཕྱག་འཆལ་ལོ། །སངས་རྒྱས་སྐུན་གྱིས་ཉིན་མཆོན་  
དུས་དུག་ཏུ། །སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་བཙུང་བས་རྟག་ཏུ་  
གཟིགས། །སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ཡིད་ལ་གང་དྲན་  
པའི། །རྣམ་རྟོག་གང་འབྱུང་རྟག་ཏུ་ཕྱག་ས་གྱིས་  
མཁྱེན། །སེམས་ཅན་ཀུན་གྱིས་ངག་ཏུ་གང་སྒྲུས་  
ཆོག །རྟག་ཏུ་མ་འདྲེས་སོ་སོར་སྒྲན་ལ་གསུམ། །ཀུན་  
མཁྱེན་འོད་དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཆོས་  
སྤངས་མཆོམས་མེད་བྱས་པ་མ་གཏོགས་པ། །བྱིད་ལ་  
དད་ཅིང་སྒྲོན་ལམ་བཏབ་ཆོད་ཀུན། །བདེ་བ་ཅན་དེར་  
སྐུ་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་བསྐལ་པ་གྲངས་མེད་  
དུ།      བྱ་ངན་མི་འདྲ་འདྲ་ལྟ་མཛོན་སུམ་བཞུགས།      །  
བྱིད་ལ་ཅེ་གཅིག་གུས་པས་གསོལ་བཏབ་ན།      ལས་  
ཀྱི་རྣམ་པར་སྦྱིན་པ་མ་གཏོགས་པ།      ཆེ་བད་པ་ཡང་ལོ་  
བརྒྱ་ཐུབ་པ་དང་།      འདྲེན་མིན་འཆི་བ་མ་ལུས་བསྐྱོག་  
པར་གསུངས།      མགོན་པོ་ཆེ་དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་  
འཆལ་ལོ།      སྟོང་གསུམ་འཛིག་ཏེན་རབ་འབྱམས་  
གྲངས་མེད་པ།      འིན་ཆེན་གྱིས་བཀའ་སྦྱིན་པ་བྱིན་པ་  
བས།      འོད་དཔག་མེད་པའི་མཆོན་དང་བདེ་བ་ཅན།      །  
ཐོས་ནས་དད་པས་ཐལ་མོ་སྦྱར་བྱས་ན།      འདྲེན་པའི་བས་  
བསོད་ནམས་ཆེ་བར་གསུངས།      འདྲེན་པའི་འོད་དཔག་

མེད་ལ་གུས་ཕྱག་འཆལ།    ཁང་ཞིག་འོད་དཔག་མེད་  
པའི་མཆན་ཐོས་ནས།    ཁའི་མེད་པར་སྒྲིང་བྲུང་རུས་  
པའི་གཏིང་།    ལན་གཅིག་ཙམ་ཞིག་དད་པ་སྐྱེས་པ་  
ན།    དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་ལམ་ལས་ཕྱིར་མི་ལྡོག་    མགོན་  
པོ་འོད་དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།    སངས་རྒྱས་  
འོད་དཔག་མེད་པའི་མཆན་ཐོས་ནས།    དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་  
སྒྲིང་པོ་མ་ཐོབ་བར།    བྲུང་མེད་མི་སྐྱེ་རིགས་ནི་བཟང་  
པོར་སྐྱེ།    ཆེ་རབས་ཀུན་ཏུ་ཚུལ་བྲིམས་ནྟམ་དག་  
འགྱུར།    ཁད་ཀྱི་ཞེས་འོད་དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་  
འཆལ་ལོ།    ཁད་ག་གི་ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་དག་ཅུར་  
བཅས།    དངོས་སུ་འབྱོར་པའི་མཆོད་པ་ཅི་མཆིས་  
པ།    ཡིད་སྤྲུལ་བཀྲ་ཤིས་རྣམས་ཏྲགས་རིན་ཆེན་



བདུན།     |གའོད་ནས་གྲུབ་པ་སྟོང་གསུམ་འཛིག་ཏེན་  
གྱི།     |སྒྲིང་བཞི་རི་རབ་ཉི་ཟླ་བྱེ་བ་བརྒྱ།     |ལྷ་སྤྱ་མི་ཡི་  
ལོངས་སྟོང་ཐམས་ཅད་ཀུན།     |སྒྲོ་ཡིས་སྒྲངས་ཏེ་འོད་  
དཔག་མེད་ལ་འབུལ།     |བདག་ལ་ཕན་ཕྱིར་ཐུགས་རྗེའི་  
སྟོབས་གྱིས་བཞེས།     |ཕ་མས་ཐོག་དངས་བདག་  
སོགས་འགྲོ་ཀུན་གྱིས།     |ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་ད་  
ལྟའི་བར།     |སྟོག་བཅད་མ་གྱིན་སྒྲངས་དང་མི་ཆངས་  
སྟོང་།     |ལུས་གྱི་མི་དག་གསུམ་པོ་མཐོལ་ལོ་  
བཤགས།     |རྩྱ་དང་ཕྱ་མ་ཆོག་རྩུབ་དག་འབྱུལ་བ།     |  
དག་གི་མི་དག་བཞི་པོ་མཐོལ་ལོ་བཤགས།     |བརྒྱབ་  
སེམས་གཞོད་སེམས་ལོག་པར་ལྷ་བ་སྟེ།     |ཡིད་གྱི་མི་  
དག་གསུམ་པོ་མཐོལ་ལོ་བཤགས།     |ཕ་མ་སྟོབ་

དཔོན་དབྱ་བཅོམ་བསད་པ་དང་།      རྒྱལ་བའི་སྐུ་ལ་  
ངན་སེམས་སྐྱེས་པ་དང་།      མཆོམས་མེད་ལྟ་ཡི་  
ལས་བསགས་མཐོལ་ལོ་བཤའགས།      དགོ་སྤོང་དགོ་  
ཚུལ་བསད་དང་བཙུན་མ་ཕབ།      སྐུ་གཟུགས་མཆོད་  
ཏེན་ལྟ་ཁང་བཤའགས་ལ་སོགས།      ཉེ་བའི་མཆོམས་  
མེད་སྤྲིག་བྱས་མཐོལ་ལོ་བཤའགས།      དཀོན་མཆོག་ལྟ་  
ཁང་གསུང་རབ་ཏེན་གསུམ་སོགས།      དཔང་ཞེས་  
ཆོད་བཙུགས་མནའ་བློས་ལ་སོགས་པ།      ཆོས་སྤངས་  
ལས་ངན་བསགས་པ་མཐོལ་ལོ་བཤའགས།      །ཁམས་  
གསུམ་སེམས་ཅན་བསད་ལས་སྤྲིག་ཆེ་བ།      བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་སྐུར་བ་བཏབ།      འོན་མེད་  
སྤྲིག་ཆེན་བསགས་པ་མཐོལ་ལོ་བཤའགས།      དགོ་བའི་

ཕན་ཡོན་སྒྲིག་པའི་ཉེས་དམིགས་དང་། དབྱུང་བའི་  
སྒྲིག་བསྐྱེད་ཆོ་ཆོད་ལ་སོགས་པ། རྩོས་ཀྱང་མི་བདེན་  
བཤད་ཆོད་ཡིན་བསམ་པ། མཆོམས་མེད་ལྡེ་ལས་བྱ་  
བའི་ལས་ངན་པ། རྩེད་མེད་ལས་ངན་བསགས་པ་  
མཐོལ་ལོ་བཤགས། ཤམ་པ་བཞི་དང་ལྷག་མ་བརྟུ་  
གསུམ་དང་། རྒྱང་ལྷུང་སོར་བཤགས་ཉེས་བྱས་སྡེ་  
ཆོན་ལྡ། སོ་ཐར་ཚུལ་བྲིམས་འཆལ་བ་མཐོལ་ལོ་  
བཤགས། རྒྱག་པོའི་ཆོས་བཞི་ལྷུང་བ་ལྡེ་ལྡེ་  
བརྒྱད། རྒྱང་སེམས་བསྐྱབ་པ་ཉམས་པ་མཐོལ་ལོ་  
བཤགས། རྩ་ལྷུང་བརྟུ་བཞི་ཡན་ལག་སྒྲུམ་པོ་  
བརྒྱད། གསང་སྒྲིགས་དམ་ཆོག་ཉམས་པ་མཐོལ་ལོ་  
བཤགས། སྒྲུམ་པ་མ་ཞུས་མི་དགའི་ལས་བྱས་པ། །

མི་ཆངས་སྟོད་དང་ཆང་འབྲུང་ལ་སོགས་པ།      །རང་  
བཞིན་ཁ་ན་མ་བློའི་སྟོག་པ་སྟེ།      །སྟོག་པ་སྟོག་ཏུ་མ་  
ཤེས་མཐོལ་ལོ་བཤའགས།      །སྐྱབས་སྟོམ་དབང་བསྐྱར་  
ལ་སོགས་ཐོབ་ན་ཡང་།      །དེ་ཡི་སྟོམ་པ་དམ་ཆོག་  
བསྐྱང་མ་ཤེས།      །བཅས་པའི་ལྷུང་བ་ཕོག་པ་མཐོལ་ལོ་  
བཤའགས།      །འགྱོད་པ་མེད་ན་བཤའགས་པས་མི་འདག་  
པས།      །སྒྲར་བྱས་སྟོག་པ་ཁོང་དུ་དུག་སོང་ལྟར།      །དོ་  
ཆ་འཛིགས་སྒྲག་འགྱོད་པ་ཆེན་པོས་བཤའགས།      །སྟོན་  
ཆད་སྟོམ་སེམས་མེད་ན་མི་འདག་པས།      །སྟོན་ཆད་  
སྟོག་ལ་བབས་ཀྱང་མི་དགོའི་ལས།      །དནས་མི་འགྱོད་  
སེམས་ལ་དམ་བཅའ་བབྱང་།      །བདེ་གཤེགས་འོད་  
དཔག་མེད་པ་སྒྲས་བཅས་གྱིས།      །བདག་རྒྱུད་ཡོངས་

སུ་དག་པར་བྱིན་བྱིས་ལྗོངས།      །གཞན་བྱིས་དག་བ་  
བྱེད་པ་བྲེས་པའི་ཆོ།      །དེ་ལ་ཕྱག་དོག་མི་དགའི་སེམས་  
སྤངས་ནས།      །སྤྱིང་ནས་དགའ་བས་ཇེས་སུ་ཡི་རང་  
ན།      །དེ་ཡི་བསོད་ནམས་མཉམ་དུ་བྲོབ་པར་  
གསུངས།      །དེ་ཕྱིར་འཕགས་པ་རྣམས་དང་སེ་སྐྱེ་  
ཡིས།      །དག་བ་གང་བསྐྱབས་ཀུན་ལ་ཡི་རང་དོ།      །ཁྱ་  
མེད་བྱང་རྒྱུ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས།      །འགྲོ་  
དོན་རྒྱ་ཆེན་མཛད་ལ་ཡི་རང་དོ།      །མི་དག་བཅུ་པོ་  
སྤངས་པ་དག་བ་བཅུ།      །གཞན་བྱི་སྒོག་བསྐྱབ་སྐྱོན་པ་  
གཏོང་བ་དང་།      །སྒྲོམ་པ་བསྐྱང་ཞིང་བདེན་པར་སྐྱ་བ་  
དང་།      །འཁོན་པ་བསྐྱམ་དང་ཞི་དུ་ལ་བྱང་པོར་སྐྱ།      །  
དོན་དང་ལྡན་པའི་གཏམ་བཟློད་འདོད་པ་རྒྱུད།      །

བྱམས་དང་སྒྲིང་རྩེ་སྒྲིམ་ཞིང་ཆོས་ལ་སྦྱོང། །དག་བ་དེ་  
ནམས་ཀུན་ལ་ཡི་རང་དོ། ། བློགས་བཅུ་འི་འཛིག་ཏེན་  
རབ་འབྱམས་ཐམས་ཅད་ན། ། རྩོགས་སངས་རྒྱས་ནས་  
རིང་པོར་མ་ལོན་བར། ། དེ་དག་ནམས་ལ་ཆོས་ཀྱི་  
འཁོར་ལོ་ནི། ། རྒྱ་ཆེན་སྦྱར་དུ་བསྐྱོར་བར་བདག་གིས་  
བསྐྱུལ། ། མངོན་ཤེས་བྱུགས་ཀྱིས་དེ་དོན་མཁྱེན་པར་  
གསོལ། ། སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་བསྐྱུན་འཛིན་དག་  
བའི་བཤེས། ། བྱ་ངན་འདའ་བར་བཞེད་ཀུན་དེ་དག་  
ལ། ། བྱ་ངན་མི་འདའ་བཞུགས་པར་གསོལ་བ་  
འདེབས། ། འདིས་མཆོན་བདག་གི་དུས་གསུམ་དག་  
བ་ནམས། ། འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དོན་དུ་བསྡོ། །  
ཀུན་གྱང་སྒྲ་མེད་བྱང་རྒྱུ་ཕྱོད་ནས། ། །ཁམས་



གསུམ་འཁོར་བ་དོང་ནས་སྐྱགས་གྱུར་ཅིག      ཁྱེ་ཡི་  
དགོ་བ་བདག་ལ་སྐྱུར་སྒྲིན་ནས།      ཁྱེ་འདིར་དུས་མིན་  
འཆི་བ་བཙོ་བརྒྱད་ནི།      ཁན་མེད་ལང་ཆོ་རྒྱས་པའི་  
ལུས་སྟོབས་ལྡན།      ཁྱེ་པ་ལ་འབྱོར་འཇོག་མེད་དབྱེར་གྱི་  
གཞུ་ལྟར།      ཁྱེ་དུད་དབྱའི་འཆི་བ་མེད་ཅིང་དམ་ཆོས་  
སྟོང་།      ཁྱེ་སམ་པའི་དོན་ཀུན་ཆོས་ལྡན་ཡིད་བཞིན་  
འབྱུང་།      ཁྱེ་སྟན་དང་འབྱོ་ལ་ཕན་ཐོགས་རྒྱ་ཆེན་  
འབྱུང་།      ཁྱེ་ལུས་དོན་དང་ལྡན་པ་འབྱུང་པར་  
ཞོག      ལྟོ།      ཁྱེ་བདག་དང་བདག་ལ་འབྱེལ་ཐོགས་  
ཀུན་།      ཁྱེ་འདི་ནས་ཆོ་འཕྲོས་གྱུར་མ་ཐག      ཁྱེ་ལ་པའི་  
སངས་རྒྱས་འོད་དཔག་མེད།      ཁྱེ་སྟོང་དགོ་འདུན་  
འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར།      ཁྱེ་དུན་དུ་མ་དོན་སྐྱུམ་འབྱོན་པར་

ཞོག། ཁྲེ་མཐོང་ཡིད་དགའ་སྒྲུང་བ་སྦྱིད། ཁྲིའི་བའི་  
སྒྲུག་བསྐྱལ་མེད་པར་ཞོག། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
མཆེད་བརྒྱད་ནི། རྩུ་འཕྱལ་སྟོབས་གྱིས་ནམ་མཁའ་  
བྱོན། ཁབ་དེ་བ་ཅན་དུ་འགྲོ་བ་ཡི། ལམ་སྟོན་ལམ་  
སྒྲུ་འདྲེན་པར་ཞོག། ཁང་སོང་སྒྲུག་བསྐྱལ་བཟོད་སྒྲུག་  
མེད། ལྷ་མིའི་བདེ་སྦྱིད་མི་རྟག་འབྱུང་། ཁྲེ་ལ་སྒྲུག་  
སེམས་སྦྱེ་བར་ཞོག། ཐོག་མ་མེད་ནས་ད་ལྟའི་བར། །  
འཁོར་བ་འདི་ན་ཡུན་རེ་རིང་། ཁྲེ་ལ་སྦྱོ་བ་སྦྱོ་བར་  
ཞོག། མི་ནས་མི་རུ་སྦྱེས་ཆོག་གྱུང་། སྦྱོ་གན་འཆི་  
གངས་མེད་སྦྱིང་། ཁྲུས་ངན་སྒྲིགས་མར་བར་ཆད་  
མང་། མི་དང་ལྷ་ཡི་བདེ་སྦྱིད་འདི། ཁྲུག་དང་འདྲེས་  
པའི་བས་བཞིན་དུ། འདོད་པ་སྦྱུ་ཙམ་མེད་པར་ཞོག། །

ཉེ་དུ་བས་ཤོར་མ་བུན་གྲོགས་རྣམས། ཁྱི་རྟ་སྒྲུ་མ་མི་  
ལམ་བཞིན། ཆགས་ཞེན་སྒྲུ་ཙམ་མེད་པར་ཤོག། ས་  
ཆ་ཡུལ་རིས་ཁང་བྱིས་རྣམས། ཁྱི་ལམ་ཡུལ་གྱི་ཁང་  
བྱིས་ལྟར། བདེན་པར་མ་གྲུབ་ཤེས་པར་ཤོག། བར་  
མེད་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་ནས། ཉེས་ཆེན་བཙོན་ནས་  
བར་པ་བཞིན། བདེ་བ་ཙན་གྱི་ཞིང་ཁམས་སུ། བྱི་  
ལྟས་མེད་པར་འབྲོས་པར་ཤོག། ཆགས་ཞེན་འབྲི་བ་  
ཀུན་བཅད་ནས། བྱ་ཚོད་རྩི་ནས་བར་པ་བཞིན། རུབ་  
གྱི་ཕྱོགས་གྱི་ནམ་མཁའ་ལ། འཇིག་རྟེན་ཁམས་ནི་  
གངས་མེད་པ། སྐད་ཅིག་ཡུད་ལ་བགྲོད་བྱས་ནས། །  
བདེ་བ་ཙན་དུ་བྱིན་པར་ཤོག། དེ་དུ་སངས་རྒྱས་འོད་  
དཔག་མེད། མཛོན་སུམ་བཞུགས་པའི་ཞལ་མཐོང་

ནས། གླིབ་པ་ཐམས་ཅད་དག་པར་ཤོག། གླེ་གནས་  
བཞི་ཡི་མཆོག་གྱུར་པ། མེ་ཏྲག་པར་ལྷེད་སྤོང་པོ་ལ། །  
བརྟུས་ཏེ་གླེ་བ་ལེན་པར་ཤོག། གླུང་ཅིག་ཉིད་ལ་ལུས་  
ཇོགས་ནས། མཚན་དཔེ་ལྡན་པའི་ལུས་ཐོབ་ཤོག། །  
མི་གླེ་དོགས་པའི་ཐེ་ཆོམ་གྱིས། ལོ་གྲངས་ལྔ་བརྒྱའི་  
བར་དག་ཏུ། རང་དེར་བདེ་གླེད་ལོངས་སྤྱོད་ལྡན། །  
སངས་རྒྱས་གསུང་ནི་ཐོས་ན་ཡང་། མེ་ཏྲག་ཁའི་མི་  
ཕྱེ་བས། སངས་རྒྱས་ཞལ་མཇལ་ཕྱི་བའི་སྤྱོན། དེ་  
འདྲ་བདག་ལ་མི་འབྱུང་ཤོག། གླེས་མ་ཐག་ཏུ་མེ་ཏྲག་  
ཕྱེ། འོད་དཔག་མེད་པའི་ཞལ་མཐོང་ཤོག། བསོད་  
ནམས་སྟོབས་དང་རྩ་འཁྱུལ་གྱིས། ལག་པའི་མཐིལ་  
ནས་མཆོད་པའི་སྤྱོན། བསམ་མི་བྱབ་པར་སྤྱོས་བྱས་

ནས། །སངས་རྒྱས་འཁོར་བཅས་མཆོད་པར་ཤོག། །

དེ་ཆེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དེས། །ཕྱག་གཡས་

བརྒྱངས་ནས་མགོ་ལ་བཞག། །བྱང་ཆུབ་ལུང་བསྟན་

ཐོབ་པར་ཤོག། །ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེའི་ཆོས་ཐོས་ནས། །རང་

རྒྱུ་སྒྲིན་ཅིང་གོལ་བར་ཤོག། །སྤྱོད་རས་གཟིགས་དང་

མཐུ་ཆེན་ཐོབ། །རྒྱལ་སྤྱི་ཐུ་བོ་རྣམ་གཉིས་གྱིས། །

བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཤིང་རྗེས་བབྱང་ཤོག། །ཉིན་རེ་

བཞིན་དུ་ཕྱོགས་བརྩུ་ཡི། །སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་

དཔག་མེད་པ། །འོད་དཔག་མེད་པ་མཆོད་པ་དང་། །

ཞིང་དེར་བལྟ་སྤྱོད་འབྱོན་པའི་ཆེ། །དེ་དག་ཀུན་ལ་

བསྐྱེན་བཀུར་ཞིང་། །ཆོས་ཀྱི་བདུད་ཅི་ཐོབ་པར་

ཤོག། །རྩ་འཕྱུལ་ཐོགས་པ་མེད་པ་ཡིས། །མདོན་

དགའི་ཞིང་དང་དཔལ་ལྷན་ཞིང་། །ལས་རབ་ཚྲོགས་  
དང་སྐྱབ་པོ་བཀོད། །སྤྲོད་དེ་དག་རྣམས་སྤྱུ་འགོ། །  
མི་བསྐྱོད་རིན་འབྱུང་དོན་ཡོད་གྲུབ། །རྣམ་སྤང་ལ་  
སོགས་སངས་རྒྱས་ལ། །དབང་དང་བྱིན་རྒྱབས་སྤྲོམ་  
པ་ལྟ། །མཆོད་པ་དུ་མས་མཆོད་བྱས་ནས། །དགོང་  
མོ་བདེ་བ་ཅན་ཉིད་དུ། །དཀར་ཆེགས་མེད་པར་སྒྲེབ་  
པར་ཤོག། །པོ་ཏ་ལ་དང་ལྷུང་ལོ་ཅན། །རྩ་ཡབ་སྤྲིང་  
དང་ཨོ་རྒྱན་ཡུལ། །སྤྱལ་སྤྱའི་ཞིང་ཁམས་བྱེ་བ་  
བརྒྱར། །སྤྱན་རས་གཟིགས་དང་སྤྱོལ་མ་དང་། །  
ཕུག་རྩེར་པད་འབྱུང་བྱེ་བ་བརྒྱ། །མངལ་ཞིང་མཆོད་པ་  
རྒྱ་མཆོས་མཆོད། །དབང་དང་གདམས་ངག་བཅའ་མོ་  
ལྟ། །སྤྱར་དུ་རང་གནས་བདེ་ཆེན་ཞིང་། །ཐོགས་པ་



མེད་པར་བྱེན་པར་ཤོག། རྒྱལ་གྱི་ཉེ་དུ་གྲ་སྟོབ་  
སོགས། རྩལ་ཡི་མིག་གིས་གསལ་བར་མཐོང་། །  
སྤང་སྟོབ་བྱེན་གྱིས་སྟོབ་བྱེད་ཅིང་། རེ་ཆེ་དུས་ཞིང་  
དེར་བྲིད་པར་ཤོག། བསྐྱལ་བཟང་འདི་ཡི་བསྐྱལ་པའི་  
ཡུན། བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞག་གཅིག་སྟེ། བསྐྱལ་པ་  
གངས་མེད་འཆི་བ་མེད། ཏྲག་རུ་ཞིང་དེ་འཛིན་པར་  
ཤོག། བྱམས་པ་ནས་བཟུང་མོས་པའི་བར། བསྐྱལ་  
བཟང་འདི་ཡི་སངས་རྒྱས་རྣམས། འཛིག་རྟེན་འདི་ན་  
ནས་འབྱོན་ཆོ། རྩལ་ཡུལ་སྟོབས་གྱིས་འདིར་འོངས་  
ནས། སངས་རྒྱས་མཆོད་ཅིང་དམ་ཆོས་ཉན། སྤྲུང་  
ཡང་བདེ་ཆེན་ཞིང་ཁམས་སུ། ཐོགས་པ་མེད་པར་  
འགྲོ་བར་ཤོག། ༄། སངས་རྒྱས་བྱེ་བ་ཁྲག་བྲིག་བརྒྱ་

སྟོང་ཕྱག      །བརྒྱད་ཅུ་ཙ་གཅིག་སངས་རྒྱལ་ཞིང་ཀུན་  
གྱི།      །ཡོན་ཏན་བཀོད་པ་ཐམས་ཅད་གཅིག་བསྡེམས་  
པ།      །ཞིང་ཁམས་ཀུན་ལས་བྱུང་འཕགས་སྤྲོན་མེད།      །  
བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དེར་སྐྱེ་བར་ཤོག།      །རིན་ཆེན་ས་གནི་  
འཁོད་སྟོམས་ལག་མཐིལ་ལྟར།      །ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་  
གསལ་ཞིང་འོད་ཟེར་འབར།      །མནན་ན་ནེམ་ཞིང་  
བཏེགས་ན་སྤར་བྱེད་པ།      །བདེ་འཇམ་ཡངས་པའི་ཞིང་  
དེར་སྐྱེ་བར་ཤོག།      །རིན་ཆེན་དུ་མ་ལས་གྲུབ་དཔག་  
བསམ་ཤིང་།      །ལོ་མ་དར་བབ་འབྲས་བུ་རིན་ཆེན་  
བརྒྱན།      །དེ་སྟེང་སྤྱལ་པའི་བྱ་ཚོགས་སྐད་སྟོན་  
སྒྲས།      །ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ་རྣམས་སྟོགས།      །  
དོ་མཚར་ཆེན་པོའི་ཞིང་དེར་སྐྱེ་བར་ཤོག།      །སྟོམ་ཆུའི་

ཐུ་གྲུང་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྡན་མང་། །དེ་བཞིན་བདུང་  
ཅི་བྱས་ཀྱི་རྗེར་བུ་ནྟམས། །རིན་ཆེན་སྣ་བདུན་ཐེམ་  
སྐས་པ་གུས་བསྐྱོར། །མེ་ཏྲག་པར་དྲི་ཞིམ་འབྲས་བུར་  
ལྡན། །པར་དྲི་འོད་ཟེར་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འཕྱོ། །འོད་  
ཟེར་ཅེ་ལ་སྤྲུལ་པའི་སངས་རྒྱས་བརྒྱན། །ཡ་མཚན་  
ཆེན་པོའི་ཞིང་དེར་སྐྱེ་བར་འོག། །མི་ཁོམ་བརྒྱད་དང་  
ངན་སོང་སྐྱ་མི་གྲགས། །ཉོན་མོངས་དུག་ལྡེ་དུག་  
གསུམ་ནད་དང་གའོན། །དབྱ་དང་དབུལ་ཕོངས་  
འབྲབ་ཕྱོད་ལ་སོགས་པ། །སྤྱག་བསྤུལ་ཐམས་ཅད་  
ཞིང་དེར་ཐོས་མ་སྐྱོང་། །བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཞིང་དེར་སྐྱེ་  
བར་འོག། །བུད་མེད་མེད་ཅིང་མངལ་ནས་སྐྱེ་བ་  
མེད། །ཀུན་གྲུང་མེ་ཏྲག་པར་དྲི་སྤྱབས་ནས་

འབྲུངས།      བམས་ཅད་སྐྱུ་ལུས་བྱུང་མེད་གསེར་གྱི་  
མདོག་      །དབྱ་ལ་གཙུག་ཏྲེར་ལ་སོགས་མཆོན་དཔེས་  
བརྒྱན།      །མདོན་ཤེས་ལྡན་དང་སྦྱོན་ལྡན་ཀུན་ལ་མངའ།      །  
ཡོན་ཏན་དཔག་མེད་ཞིང་དེར་སྐྱེ་བར་ཤོག་      །རང་བྱུང་  
རིན་ཆེན་སྒྲ་ཆོགས་གཞལ་ཡས་ཁང་།      །ཅི་འདོད་  
ལོངས་སྤྱོད་ཡིད་ལ་དྲན་པས་འབྱུང་།      །ཚོལ་སྦྱབ་མི་  
དགོས་དགོས་འདོད་སྦྱོན་གྱིས་གྲུབ།      །ང་བྱོད་མེད་ཅིང་  
བདག་ཏུ་འཛིན་པ་མེད།      །གང་འདོད་མཆོད་སྤྲོན་ལག་  
པའི་མཐིལ་ནས་འབྱུང་།      །བམས་ཅད་སྒྲ་མེད་ཐེག་ཆེན་  
ཆོས་ལ་སྤྱོད།      །བདེ་སྤྱོད་ཀུན་འབྱུང་ཞིང་དེར་སྐྱེ་བར་  
ཤོག་      །དྲི་ཞིམ་རྒྱང་གིས་མེ་ཏྲོག་ཆར་ཆེན་འབེབས།      །  
ཤིང་དང་པརྟོ་ཁུ་སྤྱང་བམས་ཅད་ལས།      །ཡིད་དུ་འོང་

བའི་གཟུགས་སྒྲིའི་རེ་རེ།      ཁོངས་སྤྱོད་མཆོད་པའི་  
སྤྱོད་ཕྱད་རྟག་ཏུ་འབྱུང་།      བྱད་མེད་མེད་ཀྱང་སྤྱལ་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་བྲི་བབ་སྤྱོད་།      །  
དར་བབ་དུ་མའི་མལ་སྟན་སྤྲས་དང་བཅས།      བྱ་དང་  
སྤྱོད་ཤིང་ཁུ་སྤྱང་རེལ་མོ་སོགས།      བྲོས་པར་འདོད་ན་  
སྟན་པའི་ཆོས་སྒྲི་སྒྲིགས།      མི་འདོད་ཆེ་ན་ན་བར་སྒྲི་མི་  
གས།      བདུད་ཚིའི་རྫིང་བུ་ཁུ་སྤྱང་དེ་ན་མས་ཀྱང་།      །  
རྫོ་གང་གང་འདོད་དེ་ལ་དེ་ལྟར་འབྱུང་།      ཡིད་བཞིན་  
འགྲུབ་པའི་ཞིང་དེར་སྐྱེ་བར་ཤོག      ཞིང་དེར་རྫོགས་  
པའི་སངས་རྒྱས་འོད་དཔག་མེད།      བསྐྱལ་པ་གངས་

མེད་མྱ་ངན་མི་འདྲའ་བཞུགས།     |དེ་སྤྱིད་དེ་ཡི་ཞབས་  
འབྲིང་བྱེད་པར་ཤོག།     |ནམ་ཞིག་འོད་དཔག་མེད་དེ་ཞི་  
བར་གཤེགས།     |བསྐྱལ་པ་གསྒྲུའི་སྤྱང་གི་བྱེ་མ་  
སྟེད།     |གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་བསྐྱེད་པ་གནས་པའི་ཆོ།     |  
རྒྱལ་ཆབ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དང་མི་འབྲལ་ཞིང་།     |དེ་  
ཡི་ཡུན་ལ་དམ་ཆོས་འཛིན་པར་ཤོག།     |སྟོན་ལ་དམ་  
ཆོས་རྒྱབ་པའི་ཐོ་རངས་ལ།     |སྤྱན་རས་གཟིགས་དེ་  
མངོན་པར་སངས་རྒྱས་ནས།     |སངས་རྒྱས་འོད་ཟེར་  
ཀུན་ནས་འཕགས་པ་ཡི།     |དཔལ་བཅེགས་རྒྱལ་པོ་  
ཞེས་བྱར་བྱར་པའི་ཆོ།     |ཞལ་ཏ་མཆོད་ཅིང་དམ་ཆོས་  
ཉན་པར་ཤོག།     |སྐྱོ་ཆོ་བསྐྱལ་པ་བྱེ་བ་ཁྲག་ཁྲིག་ནི།     |  
འབུམ་ཕྱག་དྲུག་ཅུ་ཅུ་དྲུག་བཞུགས་པའི་ཆོ།     |ཏྲ་ཏྲ་



ཞབས་འབྲིང་བསྟེན་བཀུར་བྱེད་པ་དང་། མི་བརྗེད་

གཟུངས་ཀྱིས་དམ་ཆོས་འཛིན་པར་ཞོག་ ལྷ་དན་

འདས་ནས་དེ་ཡི་བསྟན་པ་ནི། བསྐྱལ་པ་དུང་ཕུར་

དུག་དང་བྱེ་བ་ཕྱག་ འབྲུམ་ཕྱག་གསུམ་གནས་དེ་ཆོ་

ཆོས་འཛིན་ཅིང་། མཐུ་ཆེན་ཐོབ་དང་རྟག་ཏུ་མི་

འབྲལ་ཞོག རྟེན་ས་མཐུ་ཆེན་ཐོབ་དེ་སངས་རྒྱས་

ནས། རྟེན་བཞིན་གཤེགས་པ་རབ་ཏུ་བརྟན་པ་ནི། །

ཡོན་ཏན་ལོར་བུ་བཅུགས་པའི་རྒྱལ་པོར་གྱུར། ལྷ་ཆོ་

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 རྟེན་ས་བདག་

གི་ཆོ་དེ་བརྗེས་མ་ཕྱག་ ཞིང་ཁམས་དེ་འམ་དག་པའི་

ཞིང་གཞན་དུ། སྒྲ་མེད་ཨྲོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་  
པར་ཤོག། ཨྲོགས་སངས་རྒྱས་ནས་ཆོ་དཔག་མེད་པ་  
ལྟར་། མཆོན་ཐོས་ཙམ་གྱིས་འགྲོ་ཀུན་སྒྲིན་ཅིང་  
གྲོལ་། སྤྱུལ་པ་བྱངས་མེད་འགྲོ་བ་འདྲེན་པ་  
སོགས་། འབད་མེད་ལྷན་གྲུབ་འགྲོ་དོན་དཔག་མེད་  
ཤོག། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཆོ་དང་བསོད་ནམས་  
དང་། ཡོན་ཏན་ཡེ་ཤེས་གཟི་བརྒྱུད་ཆོད་མེད་པ། །  
ཆོས་སྐུ་སྣང་བ་མཐའ་ཡས་འོད་དཔག་མེད། ཆོ་  
དང་ཡེ་ཤེས་དཔག་མེད་བཙུམ་ལྟན་འདས། གང་ཞིག་  
བྱིད་གྱི་མཆོན་ནི་སྤྱས་འཛིན་པ། སྤྲོན་གྱི་ལས་གྱི་རྣམ་  
སྒྲིན་མ་གཏོགས་པ། མེ་ཁུ་དུག་མཆོན་གཏོད་སྤྲོན་  
སྤྲོན་པོ་སོགས། འཛིགས་པ་ཀུན་ལས་སྦྱོབ་པར་བྱུང་།

པས་གསུངས།      བདག་ནི་ཕྱི་མཆོན་འཛིན་ཕྱག་

འཆོལ་བས།      འཛིགས་དང་སྐྱག་བསྐལ་ཀུན་ལས་

བསྐྱབ་མཛད་གསོལ།      བཀྲ་ཤིས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་

པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།      སངས་རྒྱལ་སྐྱ་གསུམ་བརྟེས་

པའི་བྱིན་རྫོབས་དང་།      ཆོས་ཉིད་མི་འགྱུར་བདེན་པའི་

བྱིན་རྫོབས་དང་།      དག་འདུན་མི་ཕྱིད་འདུན་པའི་བྱིན་

རྫོབས་གྱིས།      ཇི་ལྟར་སྒྲོན་ལམ་བཟབ་བཞིན་འགྲུབ་

པར་ཤོག།      དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཕྱག་འཆོལ་

ལོ། ཏུ་ལྷ། བཅུ་ཇི་ཡ་ཨ་ཕ་བོ་རྟ་རྒྱ་ཡེ་སྐྱ་རྒྱ། སྒོན་

ལམ་འགྲུབ་པའི་གཟུངས་སོ།      དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཕྱག་

འཆོལ་ལོ། ར་མོེ་མཁྱ་གྱི་ཡེ། ར་མོེ་སྐྱ་གྱི་ཡེ། ར་

མོེ་ཡུཏྲ་མ་གྱི་ཡེ་སྐྱ་རྒྱ།      ཞེས་བཛྲོད་ནས་ཕྱག་གསུམ་འཆོལ་ན་

འབྲུམ་ཐེར་དུ་འགྱུར་བར་གསུངས། དེ་ནས་རབ་བརྒྱ་ཕྱག་ འབྲིང་ཅི་རུས། བ་  
མ་ཡང་ཕྱག་བདུན་ཡན་འཛེལ། རབ་འདི་མ་ཆག་པ། འབྲིང་ལོ་ལྷ་ཙམ་མ་  
ཆག་པ། བ་མ་ནམ་ཁོམ་སྐྱབས་སུ་ཁ་རུབ་ཏུ་འགྱུ་ནས་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་  
ཡིད་ལ་བླན་ཅིང་། འོད་དཔག་མེད་ལ་ཐལ་མོ་སྦྱར་ཏེ། དད་པ་ཅེ་གཅིག་གིས་  
བཏོན་ན། ཆོ་འདིར་ཆེ་འི་བར་ཆད་སེལ། ཕྱི་མ་བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བར་ཐེ་ཆོམ་  
མེད་དོ། འོད་མདོ་ཞིང་བཀོད་མདོ་དང་། པརྒྱ་དཀར་པོ་འཆི་མེད་རྩ་སྐྱ་སོགས་  
གྱི་དགོངས་པ་ཡིན། ཞེས་དགོ་སྒྲོང་རྒྱ་ག་ཨ་ཕུས་སྦྱར་བས་འགྲོ་བ་སེམས་  
ཅན་མང་པོ་བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བའི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིག།

༥ སྒྲོན་ལམ་བསྐྱུས་པ་ནི། ཨེ་མ་རྟོ། རོ་མཆར་སངས་རྒྱས་  
སྒྲུང་བ་མཐའ་ཡས་དང་། གཡས་སུ་ཇོ་བོ་ཐུགས་རྗེ་  
ཆེན་པོ་དང་། གཡོན་དུ་སེམས་དཔའ་མཐུ་ཆེན་ཐོབ་  
ནམས་ལ། སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དཔག་མེད་

འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར་མཆོད་སྐྱོད་ལྟ་མེད་  
པ་ཡི། བདེ་བ་ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་ཞིང་ཁམས་དེར།  
བདག་གཞན་འདི་ནས་ཆེ་འཕྲོས་གྱུར་མ་ཐག། སྐྱེ་བ་  
གཞན་གྱིས་བར་མ་ཆོད་པ་རུ། དེ་རུ་སྐྱེས་ནས་སྤང་  
མ་ཐའི་ཞལ་མཐོང་ཤོག། དེ་སྐད་བདག་གིས་སྒྲོན་  
ལམ་བཟབ་པ་འདི། ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་བྱང་  
སེམས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། གོགས་མེད་འགྲུབ་པར་  
བྱེད་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ཏཱ་ལྷ། དཔྱུངྱི་ཡ་ཙམ་  
ཕ་ཐོ་རྟ་རྟ་ཡ་སྤྱ་རྟ། ཞེས་པ་འདི་ནི་སྤྱལ་སྐྱུ་མི་འགྱུར་རྗེ་དགུང་ལོ་  
བཅུ་གསུམ་གསེར་འཕྱང་གི་ལོ་ས་ག་ལྷ་བའི་ཆོས་བདུན་ལ་གཙོ་འཁོར་རྣམས་  
ཀྱིས་ཞལ་གཟིགས་པའི་ཆེ་སངས་རྒྱས་སྤང་བ་མཐའ་ཡས་ཀྱིས་དངོས་སུ་  
གསུངས་པའོ། ། ལྟོ ཕྱོགས་དུས་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་

དགོངས་མཆོག་གཉིས་ཚོགས་ལ་རྗེས་ཡི་རང་།  
བདག་གིས་དུས་གསུམ་དག་བསགས་པ་། དགོན་  
མཆོག་གསུམ་ལ་མཆོད་པ་འབུལ་། རྒྱལ་བའི་བསྟན་  
པ་འཕེལ་གྱུར་ཅིག་། དག་བས་སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་  
བསྟོཅ་། འགྲོ་ཀུན་སངས་རྒྱས་ཐོབ་གྱུར་ཅིག་། དག་ཙྰ་  
ཐམས་ཅད་གཅིག་བསྟུས་ཏེ་། བདག་གི་རྒྱུད་ལ་  
སྒྲིན་གྱུར་ཅིག་། སྒྲིབ་གཉིས་དག་ནས་ཆོག་ས་  
ཚོགས་ཏེ་། ཆེ་རིང་ནད་མེད་ཉམས་ཏོགས་འཕེལ་།  
ཆེ་འདིར་ས་བཅུ་ལྟོག་གྱུར་ཅིག་། ཉམ་ཞིག་ཆེ་འཕོས་  
གྱུར་མ་ཐག་། བདེ་བ་ཅན་དུ་སྒྲིབ་གྱུར་ཅིག་། སྒྲིབ་  
ནས་པརྒྱའི་ཁ་སྒྲེ་སྟེ་། ལུས་ཏེན་དེ་ལ་སངས་རྒྱས་  
ལོག་། བྱང་ཆུབ་ཐོབ་ནས་ཇི་སྤིད་དུ་། སྐུ་ལ་



པས་འགོ་བ་འདེན་པར་ཤོག།      ས་མ་ཡ།    གྱུ་གྱུ་གྱུ་    ཞེས་པ་  
འདི་ནི་སྤྱལ་སྤྱུ་མི་འབྱུང་རྩི་རྩི་གཏེར་མའོ།།      །།དགོའོ།།

༥ སྤྱོད་འཇུག་སྒོན་ལམ་ནི། བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པ་  
ལ། འཇུག་པ་རྣམ་པར་བརྩམས་པ་ཡི། འདོག་བ་  
གང་དེས་འགྲོ་བ་ཀུན། བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་ལ་འཇུག་པར་  
ཤོག། བྱོགས་རྣམས་ཀུན་ན་ལུས་དང་སེམས། སྤྱི་ག་  
བསྐྱེལ་ནད་པ་ཇི་སྟེད་པ། འདི་དག་བདག་གི་བསོད་  
ནམས་ཀྱིས། བདེ་དག་འ་རྒྱ་མཆོ་ཐོབ་པར་ཤོག། འདི་  
དག་འཁོར་བ་ཇི་སྟེད་དུ། རྣམ་ཡང་བདེ་ལས་ཉམས་  
མ་གྱུར། འགྲོ་བས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡི། །  
བདེ་བ་རྒྱན་མི་ཆད་ཐོབ་ཤོག། འཇིག་རྟེན་ཁམས་ན་  
དཔྱེལ་བ་དག། གང་དག་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་རྣམས། འདི་  
དག་ཏུ་ནི་ལུས་ཅན་རྣམས། བདེ་ཅན་བདེ་བས་དག་འ་  
བར་ཤོག། བྱང་བས་ཉམ་ཐག་ངོ་ཐོབ་ཤོག། བྱང་

ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོན་ཆེན་ལས།      བྱུང་བའི་ཆུ་བོ་  
མཐའ་ཡས་གྱིས།      །ཆ་བས་ཉམ་ཐག་བསིལ་བར་  
ཞོག།      །རལ་གྱི་ལོ་མའི་ནགས་ཚལ་ཡང་།      །དེ་ལ་  
དགའ་ཚལ་སྐྱག་གུར་ཞོག།      །ཤལ་མ་ལི་ཡི་སྤྲོད་པོ་  
ཡང་།      །དཔག་བསམ་ཤིང་དུ་འབྱུངས་པར་ཞོག།      །  
མཐིང་རིལ་དུར་པ་དག་དང་ངང་པ་དང་།      །བཞད་  
སོགས་སྐད་སྒྲན་འབྱེན་པས་མཛེས་གུར་ཅིག།      །པར་བླ་བྱི་  
བསྐྱུང་ཆེ་ལྡན་མཆོ་དག་གིས།      །དཔྱལ་བའི་ས་ཕྱོགས་  
དག་ནི་ཉམས་དགར་ཞོག།      །སོལ་ཕུང་དེ་ཡང་རིན་ཆེན་  
ཕུང་པོར་གྱུར།      །ས་བསྐྱེད་ས་ཤེལ་གྱི་ས་གཞི་བསྐྱར་  
བར་ཞོག།      །བསྐྱུས་འཛུམས་རི་བོ་རྣམས་ཀྱང་མཆོད་པ་  
ཡི།      །གཞལ་མེད་ཁང་གུར་བདེ་གཤེགས་གང་བར་

འོག་ ཁམདག་མ་རྩོ་སྤྱེགས་མཆོན་གྱི་ཆར་པ་དག་ །  
དེང་ནས་བཟུང་སྟེ་མེ་ཏྲག་ཆར་པར་གྱུར། ། སུན་ཚུན་  
མཆོན་གྱིས་འདེབས་པ་དེ་ཡང་ནི། དེང་ནས་ཅེ་ཕྱིར་  
མེ་ཏྲག་འཕེན་པར་འོག་ རྒྱ་བོ་རབ་མེད་མེ་དོང་འདྲ་  
ནང་བྱིང་བ་དག་ རྒྱ་ཁུན་ཞིག་གྱུར་རུས་གོང་མེ་ཏྲག་  
ཀླུ་འི་མ་དོག་ བདག་གི་དགོ་བའི་སྟོབས་གྱིས་ལྷ་ཡི་  
ལུས་ཐོབ་ནས། ལྷ་མོ་རྣམས་དང་ལྷན་ཅིག་དལ་གྱིས་  
འབབ་གནས་འོག་ ཅི་ཕྱིར་འདིར་ནི་གཤེན་རྩེའི་མི་  
དང་ཁྱ་དང་བྱ་ཁྲིད་མི་བཟང་རྣམས་སྐྱག་བྱེད། རྒྱ་  
ནས་ལྷན་བསལ་བདེ་དགའ་སྦྱེད་པའི་མཐུ་བཟང་འདི་  
ཀོ་སུ་ཡི་མཐུ་སྒྲུལ་སྟེ། བྱེན་དུ་བལྟས་ན་ནམ་མཁའི་  
དགྱིལ་ན་ཕྱག་ན་རྩོ་རྩེ་འབར་བ་བཞུགས་མཐོང་ནས། །

རབ་ཏུ་དགའ་བའི་ཤུགས་གིས་སྒྲིག་དང་བྲལ་ནས་དེ་  
དང་ལྷན་ཅིག་འགྲོགས་པར་ཤོག།      མེ་ཏོག་ཆར་པ་  
སྒྲིམ་ཆུ་དང་འདྲེས་བབ་པ་ཡིས།      དཔྱུལ་བའི་མེ་  
མདག་ཆེལ་ཆེལ་གསོད་པ་མཐོང་གུར་ནས།      ཁྲོ་བུར་  
བདེ་བས་ཆེས་པ་འདི་ཅི་བསམ་པ་དང་།      སེམས་  
དཔྱུལ་རྣམས་གིས་ཕྱག་ན་པར་སྒྲོ་མཐོང་བར་ཤོག།      །  
གྲོགས་དག་འཛིགས་པ་བོར་ལ་རིངས་པར་ཆུར་ཤོག་ཏུ་  
བུའི་ཐང་དུ་ནི།      ལང་གི་མཐུ་ཡིས་སྒྲིག་བསྐྱུལ་དང་  
བྲལ་དགའ་བའི་ཤུགས་ཕྱིན་ལ།      འགྲོ་བ་ཀུན་ནས་  
ཡོངས་སྒྲོབ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དང་བཅུ་བ་སྒྲིམ་གུར་  
པ། ལཱོན་རུ་བྱུང་ཕྱད་ཅན་འབར་འཛིགས་པ་མེད་པར་  
བྱེད་པ་སུ་ཞིག་ཕྱིན།      བྱིད་གིས་ལྷ་བརྒྱའི་ཅོད་པན་དག་

གིས་ཞབས་ཀྱི་པརྩོ་ལ་མཆོད་ཅིང་། བྱགས་རྗེས་

བརྒྱན་སྦྱོན་དབུ་ལ་མེ་ཏྲག་དུ་མའི་ཚོགས་ཀྱི་ཆར་འབབ་

པ། །ཁང་བརྩེགས་ཡིད་འོང་ལྷ་མོ་སྟོང་ཕྱག་བསྟོང་

དབྱངས་སྒྲོགས་ལྡན་འདི་སྟོས་ཞེས། །འཇམ་དབྱངས་

དེ་འདྲ་མཐོང་ནས་དཀྱི་སེམས་དཔྱུལ་ཅ་ཅོ་འདོན་པར་

ཞོག །དེ་ལྟར་བདག་གི་དགོ་རྩ་སྒྱུ་ཏུ་བབང་ལ་

སོགས། །བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སྒྲིབ་པ་མེད་སྒྲིན་

བདེ་བ་དང་། །བསིལ་ཞིང་བྱི་ཞིམ་ངད་ལྡན་ཆར་པ་

འབེབས་མཐོང་ནས། །སེམས་ཅན་དཔྱུལ་བ་དེ་དག་

མཛོན་པར་དགའ་བྱུར་ཅིག །དུད་འགྲོ་རྣམས་ནི་

གཅིག་ལ་གཅིག །བ་བའི་འཛིགས་དང་འབྲལ་བར་

ཞོག །སྒྲིམ་སྒྲིན་པའི་མི་བཞིན་དུ། །ཡི་དྲགས་



རྣམས་ནི་བདེ་བར་གྱུར།                      འཕགས་པ་སྤྱན་རས་  
གཟིགས་དབང་གི                      རྒྱལ་ནས་འབབ་པའི་འོ་རྒྱལ་  
གྱིས།    ཡི་དྲགས་རྣམས་ནི་ཆེས་བྱས་ཤིང་།    རྩུས་  
བྱས་རྟག་ཏུ་བསིལ་བར་ཤོག།                      འཁོར་བ་རྣམས་ཀྱིས་  
གཟུགས་མཐོང་ནིང་།                      འོན་པས་རྟག་ཏུ་སྐྱོ་བོས་  
ཤོག།    རྟེ་མོ་སྐྱེ་འཕྱུལ་ངེ་བཞིན་དུ།    རྩུམ་མའང་  
གཞོད་མེད་བཙའ་བར་ཤོག།                      གཅེར་བུ་རྣམས་ཀྱིས་  
གོས་དག་དང་།    བཀྱིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བས་དང་ནི།    །  
སྐྱོམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཁུ་དག་དང་།                      བཏུང་བཞིམ་པོ་  
ཐོབ་པར་ཤོག།    བཀྱིན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནོར་ཐོབ་ཤོག།    །  
སྤྱང་ན་ཉམ་ཐག་དག་འཁོར་ཐོབ་ཤོག།    ཡི་ཆད་རྣམས་ཀྱང་  
ཡིད་སེས་ཤིང་།                      བརྟན་པ་སྤྱན་སྐྱུམ་ཆོགས་པར་

ཞོག་། བཅའ་ཕན་ནད་པ་ཇི་སྟེད་པ། ཟུར་དུ་ནད་  
ལས་ཐར་གྱུར་ཅིག་། འགྲོ་བའི་ནད་ནི་མ་ལུས་པ། །  
ཏྲ་ཏུ་འབྱུང་བ་མེད་པར་ཞོག་། གླུ་པ་རྣམས་ནི་  
འཇིགས་མེད་ཞོག་། བཅིངས་པ་རྣམས་ནི་གྲོལ་བར་  
འགྱུར་། མཐུ་མེད་རྣམས་ནི་མཐུ་ལྡན་ཞིང་། བཅའ་  
ནི་ཕན་ཚུན་གཉེན་གྱུར་ཅིག་། མགྲོན་པོ་དག་ནི་ཐམས་  
ཅད་ལ། བྱོགས་རྣམས་ཐམས་ཅད་བདེ་བར་ཞོག་། །  
གང་གི་དོན་དུ་འགྲོ་བྱེད་པ། རྟེན་འབད་མི་དགོས་  
འགྲུབ་གྱུར་ཅིག་། བྱུང་དང་བྱུ་ཆེན་ཞུགས་པ་རྣམས། །  
ཡིད་ལ་བསམས་པ་འགྲུབ་གྱུར་ཏེ། རྒྱ་ཡི་དོགས་སུ་  
བདེར་སྦྱོར་ནས། བཅིན་དང་ལྡན་ཅིག་དགའ་བར་  
ཞོག་། ཟུང་ན་ལམ་གོལ་འབྱུངས་པ་རྣམས། མགྲོན་

པོ་དག་དང་ཕྱད་གྱུར་ནས།      ཁོམ་རྒྱན་སྟག་སོགས་  
འཛིགས་མེད་པར།      མི་ངལ་བདེ་སྒྲག་འདོང་བར་  
ཞོག། དགོན་སོགས་ལམ་མེད་ཉམ་ང་བར། བྱིས་པ་  
གྲན་པོ་མགོན་མེད་པ།      བགྱིད་ལོག་སྟོས་ཤིང་རབ་  
སྟོས་རྣམས། ལྷ་དག་སྐྱང་བར་བྱེད་པར་ཞོག། མི་  
ངལ་རྒྱན་ལས་ཐར་བ་དང་། དད་དང་ཤེས་རབ་བརྩེར་  
ལྡན་ཞིང་། ཟས་དང་སྦྱོད་པ་ཕུན་ཚོགས་ནས། ཁྱིག་  
ཏུ་ཆེ་རབས་དྲན་གྱུར་ཅིག། བསམས་ཅད་ནམ་མཁའ་  
མཛོད་བཞིན་དུ། འོངས་སྦྱོད་ཆད་པ་མེད་པར་ཞོག། །  
ཚུད་པ་མེད་ཅིང་འཆེ་མེད་པར། རང་དབང་དུ་ནི་སྦྱོད་  
པར་ཞོག། སེམས་ཅན་གཟི་བརྗེད་ཆུང་དུ་གང་། དེ་  
དག་གཟི་བརྗེད་ཆེན་པོར་ཞོག།      དཀའ་ཐུབ་ཅན་གང་

གཟུགས་ངན་པ།     གཟུགས་བབང་ཕུན་སུམ་ཚོགས་  
གྱུར་ཅིག     འཛིག་ཏེན་བུད་མེད་ཇི་སྟེད་པ།     དེ་དག་  
སྐྱེས་པ་ཉིད་གྱུར་ཅིག     ལ་རབས་རྣམས་ནི་མཐོ་ཐོབ་  
ཅིང་།     འདྲ་ལ་དག་ཀྱང་བཅོམ་པར་ཤོག།     བདག་གི་  
བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ནི།     སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་  
ལུས་པ།     སྤྲིག་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ནས་ནི།     ཏྲིག་  
ཏུ་དགོ་བ་བྱེད་པར་ཤོག།     བྱང་ཆུབ་སེམས་དང་མི་  
འབྲལ་ཞིང་།     བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་ལ་གཞིལ་བ་དང་།     །  
སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་བབྱང་ཞིང་།     བདུད་ཀྱི་  
ལས་རྣམས་སྤང་བར་ཤོག།     སེམས་ཅན་དེ་དག་  
ཐམས་ཅད་ནི།     ཆོ་ཡང་དཔག་མེད་རིང་བར་ཤོག།     །  
ཏྲིག་ཏུ་བདེ་བར་འཆོའགྱུར་ཞིང་།     འཆི་བའི་སྒྲ་ཡང་

གྲགས་མ་གྱུར། །དཔག་བསམ་ཤིང་གི་སྐྱེད་མོས་  
ཚལ། །སངས་རྒྱས་དང་ནི་སངས་རྒྱས་སྤྲུལ། །ཆོས་  
སྒྲོན་སྒྲོགས་པས་གང་བ་ཡིས། །སྒྲོགས་རྣམས་ཐམས་  
ཅད་གང་བར་ཤོག། །ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་ས་གཞི་དག།  
གསེག་མ་ལ་སོགས་མེད་པ་དང་། །ལག་མཐེལ་ལྟར་  
མཉམ་བེ་རྒྱུ་ནི། །རང་བཞིན་འཇམ་པོར་གནས་གྱུར་  
ཅིག། །འཁོར་གྱི་དགྱིལ་འཁོར་ཡོད་དགྱུར་ཡང་། །  
བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་མང་པོ་དག། །རང་གི་ལེགས་  
པས་ས་སྐྱེད་དག། །བརྒྱན་པར་མཛད་པས་བཀུགས་  
གྱུར་ཅིག། །ལུས་ཅན་ཀུན་གྱིས་བྱ་དང་ནི། །ཤིང་དང་  
འོད་ཟེར་ཐམས་ཅད་དང་། །ནམ་མཁའ་ལས་ཀྱང་ཆོས་  
གྱི་སྒྲ། །རྒྱན་མི་འཆད་པར་ཐོས་པར་ཤོག། །དེ་དག་

ཏྲུ་ཏྲུ་སངས་རྒྱས་དང་། །སངས་རྒྱས་སྤྲུལ་དང་ཕྱད་  
གྱུར་ཅིག །མཆོད་པའི་སྤྲིན་ནི་མཐའ་ཡས་པས། །  
འགྲོ་བའི་སྤྲུལ་མཆོད་པར་ཞོག །ལྷ་ཡང་དུས་སུ་ཆར་  
འབེབས་ཞིང་། །ལོ་ཏྲུག་ཕུན་སུམ་ཆོག་ས་པར་ཞོག །  
རྒྱལ་པོ་ཆོས་བཞིན་བྱེད་གྱུར་ཅིག །འཛིག་ཏྲིན་དག་  
ཀྱང་དར་བར་ཞོག །སྤྲིན་རྣམས་མཐུ་དང་ལྡན་པ་  
དང་། །གསང་སྤྲུགས་བསྐྱེས་བཅོམ་འགྲུབ་པར་  
ཞོག །མཁའ་འགྲོ་སྤྲིན་པོ་ལ་སོགས་པ། །སྤྲིང་རྩེའི་  
སེམས་དང་ལྡན་གྱུར་ཅིག །སེམས་ཅན་འགའ་ཡང་  
སྤྲུག་མ་གྱུར། །སྤྲིག་པར་མ་གྱུར་ན་མ་གྱུར། །  
འཛིགས་དང་བརྟན་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། །འགའ་ཡང་  
ཡིད་མི་བདེ་མ་གྱུར། །གཙུག་ལག་ཁང་རྣམས་གྲོག་པ་



དང་། །ཁ་ཏོན་གྱིས་བརྒྱན་ལེགས་གནས་ཤོག། ཏྲ་ག་  
ཏུ་དག་འདུན་མཐུན་པ་དང་། །དག་འདུན་དོན་ཡང་  
འགྲུབ་པར་ཤོག། །བསྐྱབ་པ་འདོད་པའི་དག་སྟོང་  
དག། །དབེན་པ་དག་ཀྱང་ཐོབ་པར་ཤོག། །ག་ཡེང་བ་  
ཐམས་ཅད་སྤངས་ནས་ནི། །སེམས་ནི་ལས་རུང་སྟོམ་  
གྱུར་ཅིག། །དག་སྟོང་མ་རྣམས་ཆེད་ལྡན་ཞིང་། །  
འཐབ་དང་གཞོད་པ་སྤང་བར་ཤོག། །དེ་བཞིན་རབ་ཏུ་  
བྱུང་བ་ཀུན། །ཚུལ་བྲིམས་ཉམས་པ་མེད་གྱུར་ཅིག། །  
ཚུལ་བྲིམས་འཆལ་བའི་ཡིད་བྱུང་ནས། །ཏྲ་ག་ཏུ་སྟོག་  
པ་བཅད་བྱེད་ཤོག། །བདེ་འགྲོ་དག་ཀྱང་ཐོབ་གྱུར་ནས། །  
དེར་ཡང་བརྟུལ་ཞུགས་མི་ཉམས་ཤོག། །མཁས་པ་  
རྣམས་ནི་བཀྱར་བ་དང་། །བསོད་སྟོམས་དག་ཀྱང་ཆེད་

པར་ཤོག། རྒྱུད་ནི་ཡོངས་སུ་དག་པ་དང་། རྩོགས་  
རྣམས་ཀུན་ཏུ་གྲགས་པར་ཤོག། རེན་སོང་སྐྱུག་  
བསྐྱེད་མི་སྤོང་ཞིང་། རྟག་པ་སྤྱད་པ་མེད་པར་  
ཡང་། རྩལ་བས་རྩལ་གྱི་ལུས་ཀྱིས་ནི། རྟེན་གྱི་  
སངས་རྒྱས་སྐྱུར་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་ལྡན་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་འབྱུང་ཤོག། རྟེན་བཞིན་  
རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་། རྟན་ཐོས་རྣམས་ཀྱང་།

བདེ་གྱུར་ཅིག། །བདག་གྲུང་འཇམ་དབྱངས་བཀའ་ངེན་  
གྱིས། །ས་རབ་དགའ་བ་ཐོབ་བར་དུ། །ཏྲ་ཏུ་ཆེ་  
རབས་དྲན་པ་དང་། །རབ་ཏུ་གྱུང་བ་ཐོབ་པར་  
ཞོག། །བདག་ནི་ཁ་བས་གྱིན་ས་གྲུང་། །ཉམས་དང་  
ལྷན་ཞིང་འཆོ་བར་ཞོག། །ཆེ་རབས་ཀུན་ཏུ་དབེན་  
གནས་པར། །ལྷན་སྐྱམ་ལྷན་པ་ཐོབ་པར་ཞོག། །གང་  
ཆེ་བ་ལྟ་བར་འདོད་པ་འཇམ། །ཅུང་བད་ངེ་བར་འདོད་ན་  
ཡང་། །མགོན་པོ་འཇམ་དབྱངས་དེ་ཉིད་ནི། །  
བགོགས་མེད་པར་ཡང་མཐོང་བར་ཞོག། །ཕྱོགས་བཅུ་  
ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི། །སེམས་ཅན་ཀུན་  
དོན་བསྐྱབ་བྱའི་ཕྱིར། །ཇི་ལྟར་འཇམ་དབྱངས་སྟོན་  
མཛད་པ། །བདག་གི་སྟོན་པའང་དེ་འདྲར་ཞོག། །ཇི་

སྤྱིད་ནམ་མཁའ་གནས་པ་དང་། །འགྲོ་བ་ཇི་སྤྱིད་

གནས་གྱུར་པ། །དེ་སྤྱིད་བདག་ནི་གནས་གྱུར་ནས། །

འགྲོ་བའི་སྐྱུ་ག་བསྐྱེལ་སེལ་བར་ཤོག། །འགྲོ་བའི་སྐྱུ་ག་

བསྐྱེལ་གང་ཅིའང་རུང་། །དེ་ཀུན་བདག་ལ་སྒྲིན་གྱུར་

ཅིག། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དགོ་འདུན་གྱིས། །

འགྲོ་བ་བདེ་ལ་སྦྱོང་པར་ཤོག། །འགྲོ་བའི་སྐྱུ་ག་བསྐྱེལ་

སྒྲིན་གཅིག་ཕུ། །བདེ་བ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་

གནས། །བསྐྱེད་པ་རྒྱེད་དང་བཀྱར་སྤྱི་དང་། །བཙས་

ཏེ་ཡུན་རིང་གནས་གྱུར་ཅིག། །གང་གི་དྲིན་གྱིས་དགོ་

སྒོ་འབྱུང་། །འཇམ་པའི་དབྱུངས་ལ་སྐྱུ་ག་འཆལ་ལོ། །

གང་གི་དྲིན་གྱིས་བདག་དར་བ། །དགོ་བའི་བཤེས་

ལའང་བདག་སྐྱུ་ག་འཆལ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོང་པ་ལ་

འདུག་པ་ལས་བསྡོམ་ནས་བྱ་བའི་ལེན་སྟེ་བཅུ་པའོ།།

༥ ། ཀུན་ཏུ་བབ་པའི་སྒྲོན་ལམ་སྒྲོབ་ས་པོ་ཆེ་བཞུགས་སོ།། ཏིེ་ ལྷང་

སྤིང་འཁོར་འདས་ཐམས་ཅད་ཀུན་ཅེ་ གཞི་གཅིག་ལམ་

གཉིས་འབྲས་བུ་གཉིས་ཅེ་ རིག་དང་མ་རིག་ཆེ་འཕྱུལ་

ཏིེ་ ཀུན་ཏུ་བབ་པའི་སྒྲོན་ལམ་གྱིས་ཅེ་ ཐམས་

ཅད་ཆེས་དབྱིངས་པོ་བྲང་དུ་ཅེ་ མངོན་པར་ཚྭ་གས་ཏིེ་

འཆང་རྒྱུ་ཤོག་ཅེ་ ཀུན་གྱི་གཞི་ནི་འདུས་མ་བྱས་ཅེ་ རང་

བྱང་སྤྱོད་ཡངས་བརྗོད་དུ་མེད་ཅེ་ འཁོར་འདས་གཉིས་

ཀའི་མིང་མེད་དོ་ཅེ་ དེ་ཉིད་རིག་ན་སངས་རྒྱས་ཏིེ་ མ་

རིག་སེམས་ཅན་འཁོར་བར་འབྱམས་ཅེ་ ཁམས་

གསུམ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱིས་ཅེ་ བརྗོད་མེད་གཞི་

དོན་རིག་པར་ཤོག་ཅེ་ ཀུན་ཏུ་བབ་པོ་ང་ཡིས་གྲང་ཅེ་

རྒྱ་རྒྱེན་མེད་པ་གཞི་ཡི་དོན་ཅེ་ དེ་ཉིད་གཞི་ལ་རང་བྱུང་



[illegible]

སྟོང་། ཐོག་མའི་སངས་རྒྱས་ང་ཡིན་པས་། ང་

ཡི་སྟོན་ལམ་བཟུང་པ་ཡིས་། ཁམས་གསུམ་འཁོར་

བའི་སེམས་ཅན་གྱིས་། རང་བྱུང་རིག་པ་ངོ་ཤེས་

ནས་། ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོ་མཐའ་རྒྱས་ཤོག་། ང་ཡི་

སྤྲུལ་པ་རྒྱུན་མི་ཆད་། གྲེ་བ་ཕྲག་བརྒྱ་བསམ་ཡས་

འབྱེད་། གང་ལ་གང་འདུལ་སྒྲ་ཆོག་ས་སྟོན་། ང་

ཡི་བྱུག་ས་རྗེའི་སྟོན་ལམ་གྱིས་། ཁམས་གསུམ་

འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་ཀུན་། རིག་ས་རྒྱུག་གནས་ནས་

འཐོན་པར་ཤོག་། དང་པོ་སེམས་ཅན་འབྲུལ་པ་

རྣམས་། གཞི་ལ་རིག་པ་མ་ཤར་བས་། ཅི་ཡང་དྲན་

མེད་ཐོམ་མེ་བ་། དེ་ཀ་མ་རིག་འབྲུལ་པའི་རྒྱ་། དེ་ལ་

ཉེད་གྱིས་བརྒྱལ་བ་ལས་། དངངས་སྒྲག་ཤེས་པ་བླ་བླ་

འབྱུངས་ཀྱི་དེ་ལས་བདག་གཞན་དབྱར་འཛིན་སྐྱེས་ཀྱི་  
བག་ཆགས་རིམ་བཞིན་བརྟམ་པ་ལས་ཀྱི་འཁོར་བ་  
ལྷགས་སུ་འཇུག་པ་བྱུང་ཀྱི་དེ་ལས་ཉོན་མེད་ས་དུག་ལྡེ་  
རྒྱས་ཀྱི་དུག་ལྡེ་ལས་ལ་རྒྱན་ཆད་མེད་ཀྱི་དེ་སྤྱིར་  
སེམས་ཅན་འབྲུལ་པའི་གཞི་དེ་དམ་མེད་མ་རིག་ཡིན་  
པའི་སྤྱིར་སངས་རྒྱས་ང་ཡི་སྒྲོན་ལམ་གྱིས་ཀྱན་  
གྱི་རིག་པ་རང་ཤེས་ཤོག་ཀྱི་སྤྱན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་མ་  
རིག་པ་ཤེས་པ་དམ་མེད་ཡེད་ས་པ་ཡིན་ཀྱི་ཀྱན་ཏུ་  
བཏགས་པའི་མ་རིག་པ་བདག་གཞན་གཉིས་སུ་  
འཛིན་པ་ཡིན་ཀྱི་སྤྱན་ཅིག་ཀྱན་བཏགས་མ་རིག་  
གཉིས་སེམས་ཅན་ཀྱན་གྱི་འབྲུལ་གཞི་ཡིན་སངས་རྒྱས་ང་ཡི་  
སྒྲོན་ལམ་གྱིས་ཀྱི་འཁོར་བའི་

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི།      རྒྱུ་མེད་འབྲིབ་པའི་མུན་  
པ་སངས།      གཉིས་སུ་འཛིན་པའི་ཤེས་པ་དྲངས།  
རིག་པའི་རང་ངོ་ཤེས་པར་ཤོག།      གཉིས་འཛིན་སྒྲོ་ནི་  
ཐེ་ཚོམ་སྟེ།      ཞེན་པ་ཕྱ་མོ་སྐྱེས་པ་ལས།      བག་  
ཆགས་འབྲུག་པོ་རིམ་གྱིས་བརྟས།      ཟས་ནོར་གོས་  
དང་གནས་དང་གྲོགས།      འདོད་ཡོན་ལྔ་དང་བྱམས་  
པའི་གཉེན།      ཡིད་འོང་ཆགས་པའི་འདོད་པས་  
གདུངས།      དེ་དག་འཛིག་རྟེན་འབྲུལ་པ་སྟེ།      གཟུང་  
འཛིན་ལས་ལ་བཟད་མཐའ་མེད།      ཞེན་པའི་འབྲས་བུ་  
སྒྲིན་པའི་ཆེ།      ཀླམ་ཆགས་གདུངས་པའི་ཡི་དྲགས་  
སུ།      སྐྱེས་ནས་བཀྲེས་སྒྲོམ་ཡ་རེ་ང་།      སངས་རྒྱས་  
ང་ཡི་སྒྲོན་ལམ་གྱིས།      འདོད་ཆགས་ཞེན་པའི་སེམས་

ཅན་རྣམས་།      འདོད་པའི་གདུང་བ་ཕྱིར་མ་སྤངས་།  
འདོད་ཆགས་ཞེན་པ་ཚུར་མ་སྤངས་།    ཤེས་པ་རང་སོར་  
གྲོད་པ་ཡིས་།    རིག་པ་རང་སོ་བཞིན་གྱུར་ནས་།    ཀུན་  
རྟོག་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པར་ཤོག་།      ཕྱི་རོལ་ཡུལ་གྱི་སྤང་  
བ་ལ་།    འཛིགས་སྒྲག་ཤེས་བ་ཕྱ་མོ་འགྱུས་།    སྤང་  
བའི་བག་ཆགས་བརྟས་པ་ལས་།    དགྲར་འཛིན་བརྟེན་  
གསོད་ཐུག་པ་སྐྱེས་།    ཞེ་སྤང་འབྲས་བུ་སྦྱིན་པའི་ཆེ་།  
དཔྱུལ་བའི་བཙོ་བསྟེན་སྤྱག་རེ་བསྤུལ་།    སངས་རྒྱས་  
ང་ཡི་སྦྱོན་ལམ་གྱིས་།    འགྲོ་དུག་སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་།    ཞེ་སྤང་དུག་པོ་སྐྱེས་པའི་ཆེ་།    སྤང་སྤང་  
མི་བྱ་རང་སོར་གྲོད་།    རིག་པ་རང་སོ་བཞིན་གྱུར་ནས་།  
གསལ་བའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པར་ཤོག་།      རང་སེམས་

ཁེངས་པར་གྱུར་པ་ལེ།      གཞན་ལ་འབྲན་སེམས་སྦྱང་  
པའི་སྒོའི།      ང་རྒྱལ་དྲག་པའི་སེམས་སྦྱེས་པས།  
བདག་གཞན་འཐབ་ཚུངས་ལྟ་བུ་ལྟོང་།      ལས་  
དེའི་འབྲས་བུ་སྒྲིན་པའི་ཆེ།      འཕོ་ལྟོང་ལྟོང་བའི་ལྟ་  
རུ་སྦྱེ།      སངས་རྒྱས་ང་ཡི་སྒྲིན་ལམ་གྱིས།      ཁེངས་  
སེམས་སྦྱེས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས།      དེ་ཆེ་ཤེས་པ་  
རང་སོར་གྲོང་།      རིག་པ་རང་སོ་བེན་གྱུར་ནས།  
མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་རྟོགས་ཤོག།      གཉིས་འཛིན་  
བརྟས་པའི་བག་ཆགས་གྱིས།      བདག་བསྟོང་གཞན་  
སྟོང་བྱུང་རུ་ལས།      འཐབ་ཚུངས་འབྲན་སེམས་བརྟས་པ་  
ལས།      གསོད་གཅོད་ལྟ་མིན་གནས་སུ་སྦྱེ།      འབྲས་  
བུ་དཔྱལ་བའི་གནས་སུ་ལྟོང་།      སངས་རྒྱས་ང་ཡི་



སྒྲོན་ལམ་གྱིས།      འབྲན་སེམས་འཐབ་ཚུད་སྒྲེས་པ་  
ནམས།      དབྲར་འཛིན་མི་བྱ་རང་སོར་གྲོད།      ཤེས་པ་  
རང་སོ་བེན་གྱུར་ནས།      ཕྱིན་ལས་ཐོགས་མེད་ཡེ་ཤེས་  
ཤོག།      དྲན་མེད་བཏང་སྒྲོམས་ཡེངས་པ་ཡིས།  
འཐིབས་དང་མྱགས་དང་བརྗེད་པ་དང་།      བརྒྱལ་དང་  
ལེ་ལོ་གཏི་མུག་པས།      འབྲས་བུ་སྐྱབས་མེད་བྱོལ་  
སོང་འབྲམས།      སངས་རྒྱས་ང་ཡི་སྒྲོན་ལམ་གྱིས།  
གཏི་མུག་བྱིང་བའི་མུན་པ་ལ།      དྲན་པ་གསལ་བའི་  
མདངས་ཤར་བས།      རྟོག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པར་ཤོག།  
ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱན།      ཀྱན་  
གཞི་སངས་རྒྱས་ང་དང་མཉམ།      དྲན་མེད་འབྲུལ་  
པའི་གཞི་རུ་སོང་།      ད་ལྟ་དོན་མེད་ལས་ལ་སྒྲོད།

ལས་དྲུག་མི་ལམ་འབྲུལ་པ་འདྲེང་།      ང་ནི་སངས་རྒྱལ་  
ཐོག་མ་ཡིན་།      འགྲོ་དྲུག་སྤྲུལ་པས་འདྲུལ་བའི་ཕྱིར་།  
ཀུན་ཏུ་བབ་པའི་སྒྲོན་ལམ་གྱིས་།      སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་མ་ལུས་པ་།      ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་འཆང་བྱ་  
ཞོག་།      ཡུ་རྟོ་།      ཕྱིན་ཆད་ནྟེན་འབྱེར་སྟོབས་ཅན་  
གྱིས་།      འབྲུལ་མེད་རིག་པ་རང་གསལ་ནས་།      སྒྲོན་  
ལམ་སྟོབས་ཅན་འདི་བཏབ་པས་།      འདི་ཐོས་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀུན་།      གྱེ་བ་གསུམ་ནས་མངོན་འཆང་  
བྱེང་།      ཉི་ཟླ་གཟའ་ཡིས་ཟིན་པའམ་།      སྒྲ་དང་ས་  
གཡོས་བྱུང་བའམ་།      ཉི་མ་ལྡོག་འབྱུར་ལོ་འཕོ་དུས་།  
རང་ཉིད་ཀུན་ཏུ་བབ་པའི་པོར་བསྐྱེད་།      ཀུན་གྱིས་ཐོས་  
པར་འདི་བརྗོད་ན་།      བམས་གསུམ་སེམས་ཅན་ཐམས་

ཅད་ལེ།      རྣལ་འབྱོར་དེ་ཡི་སྒྲོན་ལམ་གྱིས།      སྤྱག་  
བསྐྱལ་རིམ་བཞིན་གྲོལ་ནས་ཀྱང་།      མཐའ་དུ་སངས་  
རྒྱས་ཐོབ་པར་འགྱུར།      ཞེས་གསུངས་སོ། ། རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ཀུན་  
ཏུ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་བཟང་བཟུང་དུ་བསྟན་པའི་རྒྱད་ལས།      སྒྲོན་ལམ་སྟོབས་པོ་  
ཆེ་བཟབ་པས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་མི་རྒྱ་བའི་དབང་མེད་པར་བསྟན་  
པའི་ལེན་དགྲུ་པ་ཁོལ་དུ་སྤྱངས་པའོ། །      ॥

འཇམ་དཔལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་གཞི་ལམ་འབྲས་བུ་དབྱེར་མེད་པའི་དོན་ལ་

སྟོན་པ་རིག་སྟོང་རྫོང་རྫོང་འདྲ་གདངས་ཞེས་བྱ་བ་ནི།། ཕྱོགས་བཅུ་དུས་

བཞི་བདེ་གཤེགས་སྤྲུལ་བཅས་ཀྱི། །ཡེ་ཤེས་སྐྱར་

བྱུང་གཉིས་མེད་ཚུ་ལ་འཆང་བ། །འཇམ་དཔལ་གཞོན་

ལུ་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ངང་། །བྱུང་མེད་དོན་ལ་ལྷན་གྱིས་

བྱུང་བྱུང་ཅིག །གདོད་མའི་མགོན་པོ་དཔལ་ལྷན་སྤྲུལ་

ལ། །མཉམ་ཉིད་ཆོས་སྐྱར་ལྟ་བའི་མོས་གུས་ཀྱིས། །

དོན་བརྒྱུད་དགོངས་པའི་བྱིན་རྒྱ་བས་སྟོང་ལ་འཕོས། །

རིག་པ་རྩ་ལ་གྱི་དབང་ཆེན་ཐོབ་པར་ཤོག །ཡེ་ནས་

གནས་ཕྱིར་རྩོལ་བས་བསྐྱབ་པ་དང་། །དབང་པོའི་བྱུང་

པར་སོགས་ལ་མི་ལྟོས་ཀྱང་། །སྤྲུལ་ཡིད་མ་ཆེས་པ་

སེམས་ཀྱི་གསང་། །སྤྲུལ་མའི་མན་ངག་སྟོབས་ཀྱིས་

མཐོང་གྱུར་ཅིག། གློས་ཤིང་དབྱུང་པ་ཀུན་རྟོག་བསྐྱོན་  
མ་སྟེ། །བཙལ་ཞིང་བསྐྱབ་པ་རང་ཉིད་ངལ་བའི་རྒྱ། །  
དམིགས་ཤིང་བསྐྱོམ་པ་སྤྱིར་ཞིང་འཆིང་བའི་གཟེབ། །  
བྱུག་རྩེ་གློས་པ་ནང་ནས་ཆོད་པར་ཤོག། །བསམ་  
བརྗོད་བྲལ་ལ་མཐོང་བ་གང་མེད་ཀྱང་། །མ་མཐོང་  
ལྷག་མར་གྱུར་པ་གང་ཡང་མེད། །རང་སེམས་ཁོ་ཐག་  
ཆོད་པ་བབ་མེའི་དོན། །མཆོན་པར་དཀའ་བའི་དེ་ཉིད་  
རྟོགས་པར་ཤོག། གློས་ཀུན་ཀ་ནས་དག་སྤྱིར་ཡོད་  
མཐའ་སྤངས། །རིག་གཤངས་ལྟོན་གྱིས་གྲུབ་པས་  
མེད་མཐའ་བྲལ། །གཉིས་སུ་བརྗོད་ཀྱང་རྟོག་པའི་  
འཇུག་ཚུལ་ཙམ། །དབྱེར་མེད་བརྗོད་བྲལ་མཉམ་པའི་  
དོན་མཐོང་ཤོག། །འདི་ན་མཇུག་མེས་ལྷ་བཟི་བཞིན་

དུ།            །དང་པོར་ཡིད་དཔྱོད་ཆེག་གིས་མཆོན་བྱས་  
ཀྱང་།            །ཆོས་ཉིད་རང་བབ་ཡིད་དཔྱོད་ཡུལ་ལས་  
འདས།        །རང་གིས་རང་ལ་སྒྲན་ཏེ་མཐོང་བར་ཤོག།        །  
འདི་ལ་བསལ་བར་བྱ་བ་མ་མཐོང་ཞིང་།        །བཞག་སྟེ་  
བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མ་དམིགས་པས།        །དགག་སྐྱབ་ཅུ་ལ་  
བས་མ་བསྐྱད་ཆོས་ཉིད་ངང་།        །ལྟོན་གྱིས་གནས་པའི་  
དོན་ལ་འཇུག་པར་ཤོག།        །ཤེས་བྱའི་གཞི་དང་བཟོད་  
པར་བྱེད་པའི་ལམ།        །ཐོབ་བྱ་འབྲས་བྱའི་ཆོས་སུ་  
བཏགས་པ་ཡང་།        །རང་བཞིན་གཤེས་ལ་ནམ་མཁའི་  
གོ་རིམ་འདྲ།        །བྱར་མེད་དོན་ལ་ལྟོན་གྱིས་གནས་པར་  
ཤོག།        །འབྲུལ་པས་སྒྲོ་བཏགས་མ་དག་འཁོར་བའི་  
ཆོས།        །དེ་ལས་ལོག་པ་དག་པའི་སྤང་བ་ཡང་།        །



སྟོས་ནས་བཏགས་པ་རྣམ་པར་སྟོས་པའི་ཆོས།    སྟོས་  
མེད་གཤེས་ལ་མི་གནས་མཐོང་གྱུར་ཅིག    སྟོབས་  
ཆོས་ཉིད་གཤེས་ཀྱི་བཞུགས་ཚུལ་ལ།    ལྟ་དང་སྟོམ་  
པས་བསྒྲུབ་ཀྱིན་ཏོག་པས་བསྟོབས།    བཅའ་གཤེས་  
སུ་སོན་ལ་ལྟ་སྟོམ་བྲལ།    རྣལ་མའི་དོན་ལ་བབ་ཀྱིས་  
གནས་གྱུར་ཅིག    ཁང་ལ་དམིགས་པར་བྱས་པ་ལྟ་  
བའི་དུག    ཁང་ཞིག་ཚུལ་བས་བེན་པ་སྟོམ་པའི་  
སྟོན།    ཁང་ལ་སྒྲུབ་དོར་བྱ་བ་སྟོད་པའི་འཕྲང་།    ཟུག་  
རྩ་ཀུན་བྲལ་ཆོས་ཉིད་མཐོང་བར་ཤོག    སྟོས་པའི་  
གཞེན་ཏུ་མ་ཚུད་རིག་པའི་གདངས།    སྟོབས་མདོན་  
སུ་མ་མཐོང་ལ་ཡིད་དཔྱོད་ཀྱི།    ཞགས་པས་མཁའ་ལ་  
མདུད་པ་མི་འདོར་བར།    རང་གཞག་རྣལ་མའི་དོན་ལ་

མཁས་གྱུར་ཅིག      །དེ་ཆེ་རང་རིག་གཞིན་ལྟ་བུམ་པ་

སྒྲིལ་།      །མཁུན་ཆ་རང་འོད་གསལ་བ་འཇམ་པའི་

དབྱངས་།      །ཤེས་རབ་རང་བྱུང་སྒྲོན་མའི་སྒྲུང་བ་

ཡིས་།      །སྒྲིབ་པའི་མུན་པ་འབྲིབ་པོ་འཇམས་གྱུར་

ཅིག      །མ་བཅོས་འདུས་མ་བྱས་པའི་ཆོས་ཉིད་ལ།      །

བཅོས་མའི་ལམ་གྱིས་གསར་དུ་བསྐྱབ་མེད་པས།      །ཁྱུ་

ལས་མ་བྱུང་མཐར་ཐུག་འབྲས་བུའི་དོན།      །རང་ལ་ཡེ་

ནས་གནས་པ་མཐོང་བར་ཤོག      །ཡིད་དཔྱེད་ཆེག་གི་

སྒྲུན་པ་འབྲུལ་པའི་ལམ།      །ཇི་ལྟར་བརྗོད་ཀྱང་ཉོག་པའི་

བླ་བ་སྟེ།      །ལྷུང་ལས་མ་བྱུང་རང་གིས་རིག་བྱ་བའི།      །

མན་ངག་ཟབ་མོ་སྒྲིང་ལ་བསྒྲོམ་པར་ཤོག      །གཟུང་

འཇོན་སེམས་ནི་དེ་བོ་ཉིད་གྱིས་འབྲུལ།      །གང་ལྟར་

དམིགས་པ་དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་མིན།      །སེམས་ལས་མ་  
བྱུང་རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་སྒྱ།      །ངེས་པ་དོན་གྱི་སངས་རྒྱས་  
འགྲུབ་པར་ཤོག།      །རིག་སྟོང་རིག་པའི་དབྱིངས་སུ་  
ཆོས་ཐམས་ཅད།      །མཉམ་པ་ཉིད་གྱུར་ཐིག་ལེ་ཉག་  
གཅིག་ལ།      །འཁོར་འདས་རེ་དོགས་ཞིག་པའི་ངང་  
ཚུལ་དུ།      །མི་གནས་ཆོས་སྒྱའི་གཏན་སྤིང་བེན་པར་  
ཤོག།      །འདི་ལྟར་ལུས་དང་ཡུལ་དུ་སྒྲུང་བ་ཡང་།      །  
རབ་རིབ་བཞིན་དུ་རྟོག་པའི་དབང་གིས་སྒྲུང་།      །མི་  
རྟོག་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་རང་མདངས་གྱིས།      །ཆོས་བད་  
གདོད་མའི་དབྱིངས་སུ་བྱུང་གྱུར་ཅིག      །དེ་ཆེ་མཁའ་  
དང་མཉམ་པའི་ཡེ་ཤེས་སྒྱ།      །ཕྱོགས་དུས་ལྷུ་མཐའ་  
སྤིང་དུ་འགྲོ་གུན་གྱིས།      །ཕན་བདེའི་དོན་གུན་འཇོ་བའི་

ཡིད་བཞིན་ནོར།      གླིབ་བྲལ་འབྲས་བུའི་མཐར་ཐུག་  
ཐོབ་པར་ཤོག།      ཁེས་པ་འདི་ནི་རྩོལ་ཏུ་གི་ནི་ཕ་ར་ཉིའི་རྣམ་པར་འཇུག་  
པར་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་མེ་བཙུན་མ་བདེ་སྐྱོང་ཡེ་ཤེས་དབང་མོས་རབ་ཆོས་མེ་  
ཁྱི་ཟླ་༣ཆོས་༧དུས་དགེ་བར་བཀའ་ཤིས་པའི་ལྷ་རེག་དང་ཤེལ་དཀར་ཕྱེང་བ་རིན་  
པོ་ཆའི་རྒྱན་ལྷན་བཅས་བཀའ་ཡིས་བསྐྱེད་པའི་རྒྱུ་བྱས་ནས།      ཆོས་དེ་ཉིན་ལ་  
མི་པམ་འཇམ་དཔལ་དགུས་པའམ་འོད་གསལ་དྲོ་མེའི་སྒྲུབ་སྤྱོད་མེད་པར་  
བྲིས་པ་སྟེ།      རྩོགས་པ་ཆེན་པོའི་གྲུབ་མཐའི་རང་སྐྱེད་ཐུན་མིན་རང་རྒྱུ་ཚུགས་  
པར་གང་ཤར་དུ་སྦྲས་པའི་དགེ་བས་འགྲོ་ཀུན་གཤོད་མའི་དགོན་པོ་འཇམ་དཔལ་  
གཞིན་ལུའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག      བྲིས་པ་ཙམ་གྱིས་ངས་པར་གྲོལ་  
འགྱུར་ནས།      རྫོང་འཆང་གིས་ལེགས་བསྐྱུགས་ལམ་གྱི་མཆོག་      འདི་དོན་  
སེམས་པར་བྱེད་རྣམས་སྒྲོས་ཅི་འཆོལ།      ཆོས་ཉིད་བདེན་པས་སྐྱུར་དུ་གྲོལ་བར་  
འགྱུར།      རྩོལ་བཅས་ཐེག་པས་འདུལ་བར་དཀའ་བའི་ཆོ།      ཀུན་བཟང་ཐུགས་

ཀྱི་བསྟན་པ་འབྱུང་ནས་སྟུ།      །བསྟགས་པའི་ལུང་བཞིན་སྟིང་པའི་བསྟན་པ་

ཡིས། །འཇིག་རྟེན་ཀུན་ཏུ་བྱབ་ཅིང་རྒྱས་བྱུང་ཅིག །ཅེས་གྲང་སྟེས་སོ། །

༥ གྲོང་ཆེན་སྒྲིང་གི་ཐིག་ལེ་ལས། གཞི་ལམ་འབྲས་བུའི་སྒྲོན་ལམ་བཞུགས།

དཔལ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ། གདོད་

མའི་གནས་ལུགས་རང་བཞིན་སྒྲོས་དང་བྲལ།

ཡོད་པ་མ་ཡིན་རྒྱལ་བས་འདི་མ་གཟིགས། མེད་པ་

མ་ཡིན་འཁོར་འདས་ཀུན་གྱི་གཞི།      འགལ་འདུ་མ་

ཡིན་བརྗོད་བྱའི་ཡུལ་ལས་འདས།      རྗོགས་ཆེན་གཞི་

ཡི་གནས་ལུགས་རྟོགས་པར་ཞོག། རོ་བོ་སྟོང་།

པས་རྟག་པའི་མཐའ་ལས་གྲོལ།      རང་བཞིན་གསལ་

བས་ཆད་པའི་མུ་དང་བྲལ། ཐུགས་རྗེ་འགག་མེད་

སྒྲ་ཆོག་ས་སྒྲ་ལ་པའི་གནི།      གསུམ་དུ་དབྱེ་ཡང་

དོན་ལ་བྲམ་མི་དང་། རྫོགས་ཆེན་གཞི་ཡི་གནས་

ལུགས་རྟོགས་པར་ཞོག།      བསམ་བྱིས་མི་བྱལ་ལྟོ་



འདོགས་ཀུན་དང་བྲལ་མེད་

ཡོད་དང་མེད་པའི་ཕྱོགས་

འཛིན་ནམ་པར་ཞིག་མེད་

འདི་དོན་བརྗོད་ལ་རྒྱལ་བའི་

ལྷགས་ཀྱང་རྟགས་མེད་

ཐོག་མཐའ་བར་མེད་གཏིང་

གསལ་ཆེན་པོའི་དབྱིངས་མེད་

ཐོགས་ཆེན་གཞི་ཡི་

གནས་ལུགས་རྟོགས་པར་འོག་མེད་

རང་དོན་མ་དག་སྐྱེ་

མེད་ཀ་དག་ལ་མེད་

ལྷན་གྱལ་འདུས་མ་བྱས་པའི་

གདངས་ཤར་བ་མེད་

གུད་དུ་མ་བཟུང་རིག་སྟོང་བུང་

འཇུག་ཆེར་མེད་

རྟོགས་པས་གཞི་ཡི་དགོངས་པས་

ཆོད་དུ་སྦྱིན་མེད་

ལམ་གྱི་གནད་ལ་གོ་ལ་འཇུགས་མེད་

པར་འོག་མེད་

ཡོན་ས་དག་པས་ལྷ་བའི་མིང་ཡང་

མེད་མེད་

རང་དོན་རིག་པས་སྒྲོམ་རྒྱུའི་ཤུགས་ནས་དོན་མེད་

གཟའ་གཏད་མེད་པས་སྟོང་པའི་སྟོག་དང་བྲལ་མེད་

རང་བཞིན་ལྷུ་མས་ཞུགས་སྟོས་བྲལ་རྗེན་པའི་ངང་།

ལམ་གྱི་གནད་ལ་གོལ་འཕྱགས་མེད་པར་ཉོག་།

བཟང་ངན་ནམ་ཏྲི་གཉིས་སུ་མ་ལྷུང་ཞིང་།      བཏང་

སྟོམས་ལུང་མ་བསྟན་དུ་མ་འབྱམས་པར་།      ཤར་

གོལ་རིས་མེད་ཀྱི་ཡན་ལྷན་འབྱམས་སྟོང་།      སྤང་

སྤང་ཡེ་བཟང་རང་བཞིན་ཡོངས་ཤེས་ངང་།      ལམ་གྱི་

གནད་ལ་གོལ་འཕྱགས་མེད་པར་ཉོག་།      ཐོག་མའི་སྟེ་

གཞི་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་ངང་།      གཞི་སྤང་རིག་པ་

མཁའ་ལ་སྟོན་དེངས་བཞིན་།      ཕྱིར་གསལ་ཤེས་པ་

ནང་དུ་ཕྲོག་པ་ལས་།      བྱང་ཆོས་དུག་ལྡན་གཞིན་ཏུ་

བུམ་སྟེའི་སྟབས་།      འབྲས་བུའི་རྒྱལ་པོ་བཙན་ས་

ཟིན་པར་ཉོག་།      ཡེ་ནས་རང་རིག་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་

ལེའུ་ ཐོབ་བྱའི་ཞེ་འདོད་མཐའ་དག་དབྱིངས་སུ་

ཡལ་ལེའུ་ བྱ་ཚོ་ལ་སློ་འདས་ཇོགས་པ་ཆེན་པོའི་

གཤེས་ལེའུ་ དབྱིངས་རིག་ཀུན་ཏུ་བཟང་མོའི་མཁའ་གློང་

སྐྱབས་ལེའུ་ འབྲས་བུའི་རྒྱལ་པོ་བཙན་ས་བེན་པར་

ཤོག་ལེའུ་ རབ་ཏུ་མི་གནས་དབུ་མ་ཆེན་པོའི་དོན་ལེའུ་ བྱབ་

གདལ་ལྷུན་འབྱམས་ཕུག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་ངང་ལེའུ་ མཐའ་

གྲོལ་གློང་ཡངས་ཇོགས་པ་ཆེན་པོའི་གནད་ལེའུ་ ས་ལམ་

ཡོན་ཏན་གཞིར་ཇོགས་ལྷུན་གྲུབ་སྐྱབས་ལེའུ་ འབྲས་

བུའི་རྒྱལ་པོ་བཙན་ས་བེན་པར་ཤོག་ལེའུ་ ཐུགས་བཅུད་

གློང་ཆེན་ཟབ་རྒྱ་ཡི་ལེའུ་ མཐའ་སྐྱད་སློན་ལམ་ཟབ་མོ་

འདི་ལེའུ་ བཀའ་སྐྱད་དྲང་སློང་རྒྱ་རྒྱ་ལས་ལེའུ་ བརྒྱའི་རྒྱལ་

གྲིས་བསྐྱལ་ནས་བཀོད་ལེའུ་ ཟབ་དོན་སྤེལ་བ་དོན་ཡོད་

ཅིང་། ཏེན་འབྲེལ་སྒྲོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ཕྱིར་། ནམ་  
མཁའི་སྒྲིང་པོས་ཕྱིན་བརྒྱབས་པའི་། ཀོང་སྒྲོན་སྤུལ་  
པའི་རིག་འཛིན་ལ་། ཟབ་རྒྱ་བཀྲོལ་ཏེ་གཏང་རྒྱ་བྱས་།  
འགྲོ་དོན་ནམ་མཁའ་མཉམ་པར་ཤོག་། དགོའོ།།  
དགོའོ།། དགོའོ།།

༥

དེ་མེ་འཆང་དག་གི་དབང་པོའི་གསུང་ཀུན་མཁུན་ཆེན་པོའི་གསུང་རབ་

རྣམས་དང་གསང་ཆེན་ངེས་པའི་རྒྱུད་བཅུ་བདུན་གྱི་སྒྲོན་ལམ་བཞུགས་སོ།།

ཨེ་མ་རྟེ་                      ཆེས་སྐྱ་ཀུན་བབང་ལོངས་སྐྱ་དེ་མེ་

འཆང་།                      །མདོན་ཇོགས་དགོངས་བརྒྱུད་སྒྲོན་པ་བཅུ་

གཉིས་དང་།                      །དགའ་དོར་ལ་སོགས་བརྒྱུད་རིག་

འཛིན་ལ།                      །ཏིང་འཛིན་བབང་པོ་ལྡང་མ་ལྟུན་རྒྱལ་

སོགས་།                      །སྒྲོན་བརྒྱུད་རིག་འཛིན་སྒྲུ་མ་དགོངས་སུ་

གསོལ་།                      །བྱུང་པར་རྒྱལ་བ་གྲོང་ཆེན་རབ་འབྱུངས་

པ།                      །སྒྲོན་ལམ་འདི་ལ་མགོན་པོས་དཔང་མཛོད་

ཅིག                      །བདག་ཀྱང་དེང་ནས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ།                      །

འོད་གསལ་སྒྲིང་པོའི་ཡང་ཁུན་བཅུ་བདུན་རྒྱུད།                      །

མཛོད་ཆེན་བདུན་དང་ཡང་ཐིག་རྣམ་པ་གསུམ།                      །ཐབ་

དང་རྒྱ་ཆེ་གསང་བའི་གནས་རྣམས་ཀྱི།      མི་བརྗེད་

གཟུངས་ཀྱིས་ཆོག་དོན་སེམས་ལ་ཤར།      སྤྱོདས་པ་རྒྱ་

མཆོས་འགྲོ་ལ་ཆོས་སྒྲོ་འབྱེད།      ཆོས་ཉིད་དགོངས་པ་

བར་མཆོམས་མེད་པར་ཤོག།      བི་མ་མི་ཏུ་བྱི་མེད་འོད་

ཟེར་གྱི།      མའོན་སུམ་ཡེ་ཤེས་སྒྱུ་ཡིས་རྗེས་བཟུང་

ནས།      དོན་བརྒྱད་རྟོགས་པའི་དགོངས་པ་བདག་ལ་

འཕྲོས།      ཀྱུན་མཁྱེན་སྤྲ་མཁྱེད་བཞིན་འགྱུར་བར་

ཤོག།      ཞིང་འདྲིར་བསྟན་པའི་འཕེལ་འགྲིབ་རྩོགས་པ་

དང་།      བསྟན་པའི་བཙས་གསུམ་མཛེས་ལྡན་བཀོད་

པར་འབེབ།      ཞིང་ཁམས་དེ་རུ་བདག་གི་བློས་བསམ་

ཞིང་།      བསྒྲོམ་པས་གསང་ཆེན་བསྟན་པ་འཛིན་པ་

དང་།      འགྲོ་ལ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་འཕར་འབྱེད་གྱུར་ཅིག།      དེ་



ནས་བྱང་ཕྱོགས་ཡངས་པ་སྐྱོབ་པའི་ཞིང་། །སངས་  
རྒྱས་ཡུལ་མེ་ཏོག་མཛེས་པའི་དྲུང་། །འཁོར་གྱི་ཐོག་  
མར་བདག་ཉིད་སྐྱེ་བར་ཞོག །བདེ་བར་གཤེགས་པ་  
ཚུལ་བཞིན་བསྟོན་པ་དང་། །སྒྲིན་གྲོལ་ཟབ་མའི་བདུད་  
ཅི་རབ་ཏུ་སྐྱོང་། །སངས་རྒྱས་བསྟོན་ལ་བྱ་བ་བྱེད་པར་  
ཞོག །དེ་ནས་བསྟོན་པའི་བཙས་གསུམ་རྒྱུ་ཕྱོགས་  
འཕར། །གཙུག་ཡུང་དབྱངས་ཞེས་བྱ་བའི་འཛིག་ཏེན་  
འབེབ། །སངས་རྒྱས་འཁོར་བ་འཛིག་གིས་བབྱང་ནས་  
ལོ། །འབུམ་ཕྱག་བདུན་དུ་བསྟོན་པ་གནས་པ་ལ། །  
བདག་ཉིད་དང་པོ་སྤྲས་གྱི་ཐུ་བོ་དང་། །བར་དུ་རྒྱལ་  
བའི་རྒྱལ་ཆ་བཙེན་དུ་གྱུར། །ཐུ་མ་གདུལ་བྱའི་ལྷག་མ་  
མ་ལུས་པ། །བདག་ཉིད་གཅིག་ཡུས་ཐམས་ཅད་སྒྲིན་

གྲོལ་ལ།      །བཀོད་ནས་ཐར་པ་དམ་པའི་སྒྲིང་བསྐྱོད་  
ཞོག།      །སྐྱེ་བ་འདི་ནས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ།      །  
གཟུངས་དང་སྒྲོ་གྲོས་སྒྲོབས་པར་དབང་འབྱོར་ནས།      །  
གསང་བའི་གསང་བ་འོད་གསལ་བཅུ་བདུན་རྒྱུད།      །  
རང་ཤར་རང་གྲོལ་རྒྱུད་དང་ཡི་གེ་མེད།      །རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིང་  
པོ་རྩེ་འབངས་འཛོམས་པ་ལྟའི།      །མ་ཞོར་གཟུངས་ཀྱིས་  
རྒྱུད་ལ་འཛིན་པ་དང་།      །སྒྲོབས་པས་འགྲོལ་ཆོས་ཆར་  
འབེབས་པར་ཞོག།      །ཞོར་བུ་ཕྱ་བཀོད་ཐུགས་ཀྱི་མེ་ལོང་  
དང་།      །རྩི་རྩེ་སེམས་དཔའ་སྒྲིང་གི་མེ་ལོང་རྒྱུད།      །  
རབ་ཏུ་གསལ་བ་རྒྱུད་ཀྱི་དྲངས་མ་གསུམ།      །མ་ཞོར་  
གཟུངས་ཀྱིས་རྒྱུད་ལ་འཛིན་པ་དང་།      །སྒྲོབས་པས་  
འགྲོལ་ཆོས་ཆར་འབེབས་པར་ཞོག།      །ལྷ་ཏིག་ཕྱེང་བ་

སེང་གེ་རྩ་ལ་རྫོགས་རྒྱུད།    །བཀྲ་ཤིས་མཛེས་ལྡན་རྒྱུད་  
ཀྱི་མེ་ཏྲ་ག་གསུམ།    །མ་ལོར་གཟུངས་ཀྱིས་རྒྱུད་ལ་  
འཛིན་པ་དང་།    །སྟོབས་པས་འགྲོ་ལ་ཆོས་ཆར་  
འབེབས་པར་ཤོག།    །རྫོགས་པ་རང་བྱུང་རྒྱུད་ཀྱི་སྟོམ་  
གཅིག་ལ།    །ངོ་སྟོང་སྤྲས་པ་སྤང་བ་གཏིང་ནས་  
རྫོགས།    །ཡེ་ཤེས་གཡུལ་བཞེས་ཉི་ཟླ་ཁ་སྟོར་རྒྱུད།    །  
མ་ཆང་ཁ་སྟོང་རིན་ཆེན་སྤངས་པ་དང་།    །སྐྱ་གཏུང་  
འབར་བ་རྒྱུད་ཀྱི་ཡན་ལག་གཉིས།    །མ་ལོར་གཟུངས་  
ཀྱིས་རྒྱུད་ལ་འཛིན་པ་དང་།    །སྟོབས་པས་འགྲོ་ལ་ཆོས་  
ཆར་འབེབས་པར་ཤོག།    །རྣམ་པར་གྲོལ་བ་སྟོན་མ་  
འབར་བའི་རྒྱུད།    །སྟིང་དང་འདྲ་བ་སྟོང་དུ་ག་རྒྱུད་དང་  
ནི།    །རང་གཞུང་གསང་བ་ཐལ་འགྱུར་རྩ་བའི་རྒྱུད།    །

ནག་མོ་བྲོས་མ་འགལ་བྱེད་བརྒྱག་པའི་རྒྱུད། །མ་ལོར་  
གཟུངས་ཀྱིས་རྒྱུད་ལ་འཛིན་པ་དང་། །སྤྱོདས་པས་  
འགྲོ་ལ་ཆོས་ཆར་འབེབས་པར་ཤོག། །རྒྱས་པར་སྟོན་  
པ་གསང་བ་མཛོད་ཆེན་བདུན། །ཟབ་མོའི་མན་ངག་  
སྟིང་ཐིག་མ་བུ་བཞི། །གསང་ཆེན་དོ་རྩེ་སྟིང་པའི་  
བསྟན་པ་དང་། །ཆོ་རབས་འདི་ནས་ཆོ་རབས་ཐམས་  
ཅད་དུ། །མི་འབྲལ་དམ་ཅན་མཁའ་འགྲོས་རྗེས་གནང་  
དང་། །ཀླན་མཁྱེན་སྒྲ་མས་མངོན་སྲུམ་འདོམས་པར་  
ཤོག། །རྒྱུད་དང་མན་ངག་ཟབ་མོ་རབ་འབྱེད་པའི། །  
མཐའ་དུག་ཚུལ་བཞིའི་སྟོ་གྲོས་སྒྲུང་བ་ཐོབ། །དཔྱད་  
གསུམ་དག་པའི་ཤེས་རབ་མིག་རྩེད་ནས། །ཚུལ་  
གསུམ་ཚང་བའི་རིག་པར་དབང་འབྱོར་ཏེ། །དྲི་མེད་

འོད་ཟེར་བྱེད་གྱི་ལྟ་དགོངས་དང་།    ཏིང་འཛིན་སྦྱོང་པ་  
ཇི་བཞིན་བདག་གྱུར་ནས།    །འགྲོ་བའི་ཕན་བདེ་བདག་  
གིས་འགྲུབ་པར་འོག།    །ཅེས་པ་འདི་ཀུན་མཁྱེན་སྤྲུལ་ལ་གསོལ་བ་  
སྟོང་ནས་འདེབས་པ་འདི་ནི་གཅིག་ཕུ་རང་ཡུན་རིང་དུ་སྟོན་ལམ་འདི་ཉིད་སེམས་  
ལ་བཅང་ནས་སྟོན་པས་འདིར་རང་དང་སྐལ་པ་མཉམ་པའི་སྟིགས་མའི་སྐྱེ་བོ་རེ་  
བྱུང་གིས་བཏོན་ན་ཕན་ནམ་སྟུམས་པའི་སྟོན་པ་འོད་གསལ་རིན་ཆེན་སྟོང་པོ་པར་  
ལས་འབྲེལ་རྩལ་གྱིས་བྲིས་པ་དགོའོ།།    །།

༥ ། བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་བཀོད་སློན་ལམ་ནི། བཅོམ་ལྡན་འདས་རྩལ་

བྲལ་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །

སངས་རྒྱས་བསོད་ནམས་ཕུང་པོ་ལས་གྲུབ་པའི། །

འོད་སྤང་མཐའ་ཡས་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་། ། དེ་ན་

བཞུགས་པའི་མགོན་པོ་འོད་དཔག་མེད། ། སྐྱེ་ཆེ་

དཔག་མེད་ཞབས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ། བདེ་བ་ཅན་གྱི་

ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག། ། གང་ཁྱོད་འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱག་

རྒྱལ་པོའི་དུང་། ། དགོ་སློང་ཆེས་གྱི་འབྱུང་གནས་ཞེས་

གྲགས་ཆོ། ། ཞིང་ཁམས་བབྱང་བར་སློན་པའི་དམ་

བཅའ་ལ། ། གླུ་མར་བྱའོ་སྐྱུར་དུ་སྐྱབས་དབྱེར་

གསོལ། ། བདེ་བ་ཟེ། ། གཞིན་ལ་ཤིན་ཏུ་ཆགས་པའི་

ལག་མཐིལ་དང་། ། མཉམ་པའི་དཔེ་བྱར་འོས་པའི་



འགལ་ཟླ་ནི། །ཁུ་ཞིང་སྤིང་དུ་མི་མངོན་ཐ་གུ་འི་བྱོན། །  
རིན་ཆེན་སྒྲ་ཆོག་ས་གཙལ་དུ་བགྲམ་པས་བྱས། །བདེ་  
བཟུང་བཟུང་པའི་ཁུ་གཏེར་ཁོར་ཡུག་རིན་གུ་པའི། །བསྐྱེད་  
གནས་པལ་པ་མེད་པས་ཉམས་དགའ་ཞིང་། །རིན་  
ཆེན་སྒྲ་བདུན་ལས་གྲུབ་སྟོན་པ་ནི། །དཔག་ཆད་སྟོང་  
དང་དུག་བརྒྱའི་འཕངས་སུ་སྟེགས། །བདེ་བཟུང་བཟུང་པལ་  
འདབ་མེ་ཏོག་འབྲས་བུས་དུད་པ་ལ། །གསེར་གྱི་བྱ་  
བས་དབྱུངས་པར་དྲི་བཞོན་གྱིས། །བསྐྱེད་ལས་ཆོག་  
མི་ཤེས་པའི་སྒྲ་དབྱུངས་ཀུན། །ཡིད་འོང་སྟོན་དང་  
མཐུན་པ་དར་དེར་སྟོན། །བདེ་བཟུང་བཟུང་བཟུང་བཟུང་  
པར་རྒྱས་པའི་མེ་ཏོག་གིས། །ཀུན་ནས་ཀུན་དུ་བགྲམ་  
པའི་བསྐྱེད་སྟོངས་ནི། །མི་འགྲོང་བདུན་དུ་སྟེགས་པས་

མི་དོམས་པར། ཁམནན་ན་ནེམ་ལ་བཏེག་ན་སྤར་བས་  
འགྲན། བདེ་བེ། ལྷ་དང་མི་ལས་ངན་སོང་ལྷ་མིན་  
གྱི། མིང་ཙམ་མི་གྲགས་འབྱོར་ཞིང་རྒྱས་པ་དང་། །  
ལོ་ལེགས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་བདེ་བ་ཡིས། །  
དོམས་པ་མེད་པའི་དཔལ་ལ་མིང་ཆགས་པ། བདེ་  
བེ། འབབ་སྟེགས་མཆོག་ཏུ་བདེ་བའི་སྟོས་ཆུའི་  
སྤང་། ཅ་ཅོའི་གཞན་དབང་མ་ཡིན་ཡིད་ལ་འབབ། །  
ནམ་པར་བདེ་དང་མཉན་པས་ཆོག་མི་ཤེས། མི་རྟག་  
ཞི་དང་བདག་མེད་དོན་ལ་རྟོན། བདེ་བེ། འདམ་  
རྩལ་སྤངས་པའི་གསེར་གྱི་བྱེ་མ་ལ། བཞད་དང་  
བྱང་བྱང་ངང་དུར་ཀ་རན་ད། བེ་ཙོ་རི་སྟེགས་མ་བྱ་  
ཀུ་ལ་ན། ཀལ་པིང་ཀའི་རྒྱད་མངས་ལ་བསྟེན་

པ། །བདེ་བེད་ རེ་ལས་རྣ་བའི་འདུས་ཏེ་རེག་ཚར་

ཀུན། །རིན་ཆེན་རྣམ་གསུམ་སྒྲ་དང་ཚད་མེད་བཞི། །

ས་དང་ཕར་ཕྱིན་སྟོབས་བརྩ་མི་འཇིགས་བཞི། །མ་

འདྲེས་བཅོ་བརྒྱད་ཇོགས་པའི་དོན་དང་ལྡན། །བདེ་བེད་

བལྟ་ན་སྤྲུག་པའི་སྐྱེད་ཚལ་སྟོན་པ་ལས། །འདོད་

པའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱ་ཕྱག་མེད་ལ་འབྱུང་། །བར་སྐྱང་ལ་

སྤྲུལ་གཞལ་མེད་ཁང་ལ་སོགས། །གཞན་འཕྱུལ་

དབང་བྱེད་གྱིས་ཀྱང་དོ་ལྗེར་མིན། །བདེ་བེད་ རེ་ན་

གཟའ་དང་རྒྱ་སྐར་ཉིན་མཚན་ཆ། །བྱིས་དང་དེ་ལ་

ཡོངས་སུ་འཇོན་པའི་སེམས། །གཏན་ནས་མེད་ཀྱང་

མཆོད་སྤྱོད་སྤྱོད་བ་ཡི། །ལྷ་ཡི་བྱ་མོས་ཤིན་ཏུ་ཉམས་

བདེ་བ། །བདེ་བེད་ གང་ན་འཆོའིང་གཞེས་པའི་རྒྱལ་

བ་དེའི། །བསྐྱགས་པ་བརྗོད་ལ་གཞུང་འཁུལ་སྟེང་གི། །  
སངས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱང་བརྩོན་པ་མི་འདོར་བས། །སྤྱོད་  
རས་གཟིགས་དང་མཐུ་ཆེན་ཐོབ་པའང་བསྟེན། །བདེ་  
བཟུང་། །ཞིང་ཁམས་འདིར་སོན་དག་བའི་ཕུ་བ་ལ། །སྤྱོད་  
པ་དང་བཅས་པ་སྤྱོད་མངལ་འཛིན་དང་། །སྤྱོད་མོ་ཀྱང་  
བཅས་མོད་ལ་སྤྱོད་གཉིས་ཀ། །སྤྱོད་བུ་ཆེན་པོའི་མཆོན་  
དང་ཡང་དག་ལྟོ། །བདེ་བཟུང་། །ཉན་རང་བྱང་སེམས་  
ལྟ་མིའི་རྣམ་པ་ཅན། །ཀྱུང་ཀྱང་དབང་རྣམ་བཟོད་པ་ཐོབ་  
པ་སྟེ། །བར་སྤྱང་ལ་འགྲོ་ལོག་པར་མི་སྤྱང་ཞིང་། །  
སངས་རྒྱལ་མཐོང་དང་མི་འབྲལ་དམ་ཆོས་ཉན། །བདེ་  
བཟུང་། །བསམ་གཏན་དང་ནི་མཛོན་པར་ཤེས་པ་ལ། །  
མཁས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ནི་རྣམ་དབྱེ་བཟོད། །མ་

བསྐྱམས་མི་མངའ་དབང་པོ་མི་གཡེནིང་། །ཀུན་ཤེས་

ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་མུ་མེད་པ། །བདེ་བཟེངས་ ཀུན་

འབྱུང་རྒྱ་འབྱས་སྤངས་པའི་ལམ་བདེན་གྱིས། །

འགོག་པ་མངོན་དུ་བྱས་པའི་དགྲ་བཅོམ་གྱང་། །རྣམ་

ཐར་གསུམ་གྱི་དབྱིངས་ལ་དབུགས་སྤྱང་ནས། །འོད་

ཟེར་ཆེན་པོའི་དབང་བསྐྱར་ལ་སྦྱོར་བ། །བདེ་བཟེངས་

སྐད་ཅིག་རེར་བསྟན་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་གྱང་། །

བགྲང་བར་མི་བབློད་རྩ་འཕུལ་ཆེན་པོ་ཡིས། །ཞིང་

ཁམས་གཞན་ཉུལ་ཆོས་ལས་ཐོབ་པ་ཡི། །བྱེ་བ་ཕྱག་

བརྒྱའི་ཏིང་འཛིན་སྒྲོ་འབྱེད་པ། །བདེ་བཟེངས་ མངོན་ན་

གང་གི་མཆོན་དང་སྒྲ་དང་ནི། །སྟོབ་ཡིད་ལ་གོམས་

པར་བྱས་པ་ཡང་། །ཞིང་ཁམས་བདེ་བ་ཅན་དུ་

དབུགས་འབྱེན་པའི། རྒྱགས་བསྐྱེད་དམ་བཙའ་བསྐྱེད་  
བ་མེད་པའི་ཕྱིར། བྱིས་གཞན་དོན་མཛད་པའི་  
དཔེ་ཟེལ། རྒྱ་མཚོའི་དུས་རྒྱ་བས་ངལ་བའི་སྐབས་  
བསྟན་པས། བྱ་རམ་ཤིང་པའི་ཞལ་ནས་ཀུན་དགའ་  
བོ། བྱིས་ལངས་ལུ་བ་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་ཁ་སྟོན་ལ། མེ་  
ཏོག་གཏོར་ནས་ཐལ་མོ་སྦྱར་བྱས་ཏེ། རྫོགས་པའི་  
སངས་རྒྱས་འོད་སྣང་དཔག་ཏུ་མེད། རྒྱལ་བུ་ཤིན་  
ཏུ་རྣམ་པར་དག་པ་ལ། རྒྱག་འཆོལ་དེ་མཆོན་སྒྲིབ་པ་  
མེད་པ་ནི། རྫོགས་བཅུར་གྲགས་ནས་རྒྱལ་བ་དེ་  
རྣམས་ཀྱང་། བསྐྱགས་པ་བརྗོད་པར་གསུང་ན་བདག་  
ཅག་ནི། ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་སྤྱོས་པ་མེད་པར་  
འབུལ། བྱས་ཤིང་བསགས་པའི་སྤྲིག་སྒྲིབ་མཐོལ་བ་



དང་།            |ཆབས་གཅིག་མཛད་པ་རྒྱ་མཚོར་ཡི་རང་  
འབུལ།    |རྟག་པར་ཆོས་འཁོར་དང་བཅས་བཞུགས་སུ་  
གསོལ།    |དག་ཅུ་ཇི་སྟེད་མཆིས་པ་འགྲོ་བ་ཀུན།    |  
བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བའི་རྒྱུར་བསྡོམ།    |སྒྲོན་པ་ཇི་བཞིན་  
འབྲུག་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།    |ཅེས་འོད་མདོ་དང་མཐུན་པའི་སྒྲོན་  
ལམ་འདིན།    |མདོ་ཁམས་ནས་སྒྲོབ་བུའི་དམ་པ་འཛིགས་མེད་ཕྱིན་ལས་འོད་  
ཟེར་གྱིས་རིང་མོ་ནས་བསྐྱལ་ཞིང་།    |ཉེ་ཆར་དེའི་གསལ་འདེབས་ལ་བརྩོན་པ་  
འཛིགས་མེད་སྒྲོ་གསལ་ཅན་གཉིས་ཀྱི་ངོར་རྒྱལ་བའི་ཐུ་གུ་མཁུན་བརྩེའི་ལྷས་  
སོ།།    ||

༥ རྩེ་ཡབ་བཅས་མདོག་དཔལ་གྱི་རི་བོར་སྐྱེ་བའི་སྤོན་ལམ་རིག་འཛིན་མཆོག་

གི་བདེ་ལམ་ནི། ཡེ་མ་རྟོ། ཀུན་བྱུང་བརྒྱལ་བ་ཆེན་པོའི་

ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས། །ཆོད་མེད་ཡེ་ཤེས་སྒྲུང་བ་འབྱུངས་

གྲས་པའི། །བྱང་འདུག་དྲེ་རྩེ་རིལ་མེའི་སྤྱོན་བཀོད་

པ། །བཅས་མདོག་དཔལ་གྱི་རི་བོར་སྐྱེ་བར་ཤོག། །

འདི་ནས་སྟོ་རྒྱུ་རྩེ་ཡབ་སྤོན་པོའི་གྲིང་། །འཛིགས་

རུང་གྲོང་ཁྱེར་དུ་མས་བསྐྱོར་བའི་དབུས། །པར་རྒྱ་རྒྱ་

གའི་རི་དབང་ལྷན་མཐོ་བཞིད། །བཅས་མདོག་ཅེ་

ཅེ་མོ་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་ཁོད་སྟོ་མས་པར། །རང་བྱུང་

རིན་ཆེན་སྒྲ་ཆོགས་ལས་གྲུབ་པའི། །ངོ་མཆར་

དཔལ་གྱི་གཞལ་མེད་ཁང་ཆེན་མཛེས། །བཅས་

མདོག་ཅེ་ །བྱར་བཞི་ལོགས་བརྒྱད་རབ་མཛེས་སྟོ་གས་

དང་བཅས། ཁོར་བུ་ཆུ་ཤེལ་དང་ནི་བེ་རྩ། ཡང་

རག་ཨིན་མྱི་ལའི་མདངས་འོད་འཆོར། བཅས་

མདོག་། སུམ་ཐོག་ཁ་བད་མཐོང་སྐར་ཡངས་པའི་

སྒོ། ཏྲ་བབ་བཞི་ལྟན་ཆོས་འཁོར་གདུགས་རི་

དྲགས། བྱེ་རུའི་སྒོ་སྒྲིགས་གཟི་མཆོང་སྒོ་གཏན་

སྒྲིགས། བཅས་མདོག་། དབུས་ཕྱར་མར་གད་རྒྱ་ག་ཕ་

ལམ་སོགས། རྒྱ་ཕིབ་སུམ་བཅེགས་མདའ་ཡབ་ཕུ་

ཤུས་བརྒྱན། གྲུན་སྒྲོང་ཁོར་བུའི་འཕྱུལ་ཏྲ་ག་ལྷམ་

མེར་གསལ། བཅས་མདོག་། སྒྲོ་ཆོགས་རིན་ཆེན་བླ་

ཕྱེད་འཕྱུང་འཕྱུལ་གྲེས། ལྷེ་ཕྱེད་རྩེ་རྩེ་དར་དབྱངས་རྩ་

ཡབ་གཡོ། རང་བྱུང་ཆོས་ཀྱི་སྒྲུ་ལྟན་རྩེལ་གཡེར་

འབྲོལ། བཅས་མདོག་། བྱུང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་

སྒྲོན་ལམ་ནོར་བུའི་སྒྲོན།      ཀུན་ནས་ཡོངས་གཏིབས་

བར་སྒྲོང་སྒྲོན་གསེབ་ཏུ།      ཡིད་འོང་ལྷ་ཡི་བུ་དང་བུ་

མོས་གང་།      བཅངས་མདོག་ཟེ།      ཀུན་གྲུང་གདུགས་

བཅང་རྒྱལ་མཚན་བ་དན་བསྐྱེངས།      ལྷན་སྒྲོག་རྩལ་

མའི་སྒྲོ་དང་བསྐྱོད་དབྱངས་བཅས།      གྲི་མེད་ཤེལ་བུམ་

སྒྲོས་ཀྱའི་བྲུས་ཆབ་སྐྱེངས།      བཅངས་མདོག་ཟེ།      ཕྱོགས་

མཚམས་འཇའ་འོད་ཟེར་སྐྱེང་འབྲིགས་པའི་གུར།      །

རབ་མཛེས་མེ་ཏོག་ཆར་བེམ་སྒྲིང་ཁང་འབྲིལ།      བདེ་

སྒྲུང་གི་བཅང་སྒྲོས་ངད་ཀུན་ཏུ་འབྱུལ།      བཅངས་མདོག་ཟེ།

འདོད་ཡོན་སྒྲུམ་བུར་མཆོད་པའི་ལྷ་མའི་ཆོགས།      །

སྒྲོག་བཞད་སྒྲུ་གར་རྣམ་འབྱུར་མཐའ་ཡས་པས།      །

རབ་འབྱུམས་མཆོད་སྒྲོན་ནམ་མཁའ་མཛོད་དུ་སྒྲོ།      །

ཟངས་མདོག་། རང་སྒྲིང་ཞིང་གཞན་ཀྱན་ཏུ་བསྟེ་བ་

ཡི། །སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་རིག་འཛིན་མཁའ་

འགྲོའི་ཚོགས། །ཞིང་དེར་ཉི་ཟེར་རྩལ་འབྲིགས་སྟེ་

བྱར་གཏིབས། །ཟངས་མདོག་། མཐའ་སྒྲོར་ཕྱིན་ས་

རིམ་བཞིན་བྲོད་པ་དང་། །ལྷགས་ཟངས་དངུལ་གསེར་

འོད་ལྡེའི་ར་བ་སྟེ། །ཁོར་ས་རིམ་པ་བདུན་གྱིས་ཡོངས་

སྟེ་བསྒྲོར། །ཟངས་མདོག་། །ནང་ནས་རིམ་བཞིན་

བྱས་རྗེང་ངང་པས་བརྒྱན། །མེ་ཏོག་དོ་རར་རི་དྲགས་

བག་ཕེབས་ཅེ། །སྒྲོན་གྱི་སྤངས་སྟོངས་བདུད་ཅིའི་ཁུ་

སྤང་འབེབས། །ཟངས་མདོག་། །མོར་བྱའི་གྲམ་ཐང་

གསེར་གྱི་བྱེམས་ཁེངས། །རིན་ཆེན་སྟོན་ཤིང་ལོ་

འདབ་འབྲས་བྱ་དུད། །སྟེལ་པའི་བྱ་ཚོགས་སྒྲོན་པའི་

ཆོས་སྒྲོག་གསལ།      བཅས་མདོག་ཟེ།      ཁོར་ས་ཐ་མར་

རྟུའི་ཞམ་རྩ་འབབས།      ཞིང་ཆེན་ལྷ་དུམ་འབྲུགས་

པའི་བླ་བས་འཕྱོ།      གཏུམ་རུམ་བྱ་གཙན་སྒྲོ་ཆོགས་

སྒྲུང་ལྟར་འཆུབས།      བཅས་མདོག་ཟེ།      ཕྱི་རོལ་ལུན་

འོབས་སྤོན་པའི་སྒྲོ་སྒྲུང་ཆོགས།      རུམས་པའི་གད་

རྒྱང་འཇིགས་པའི་མཆོན་ཆ་ཐོགས།      སྒྲུལ་མེད་

ཆོགས་རྣམས་རྒྱ་བའི་གོ་སྒྲུབས་བྲལ།      བཅས་

མདོག་ཟེ།      ཡོན་ཏན་ལྷན་གྲུབ་ཕོ་བྲང་དབུས་ཀྱི་ཆར།      །

རིན་ཆེན་སེང་བྲི་འདབ་སྒྲོང་གོ་སར་ལ།      བཅས་འཕེས་

ཉི་ཟླའི་དཀྱིལ་འཁོར་འོད་དུ་བརྒྱལ།      བཅས་མདོག་ཟེ།

དེ་ན་བདག་གི་འདྲེན་པ་ངོ་མཚར་ཅན།      སྒྲུབས་

གནས་ཀྱན་འདུས་སངས་རྒྱས་སྒྲུལ་པའི་སྒྲུ།      སྒྲུང་



སྤྱིད་བེལ་གཞོན་པ་རྩ་འབྱུང་གནས་བཞུགས། བཅངས་  
མདོག་ཟེ། བརྟུལ་ཞུགས་སྤྱོད་འཆང་འཇའ་ལུས་རྩེ་རྩེའི་  
སྒྱུ། ཁམ་ཆོན་དཔེའི་དཔལ་འབར་དབྱེས་འཇུམ་ཡེ་རེ་  
བ། བཅུ་བའི་སྤྱན་རྒྱུམ་ལྟ་སྟངས་ཕྱིག་གོར་  
གཟིགས། བཅངས་མདོག་ཟེ། བརྩོད་བྲལ་འགག་  
མེད་གསུང་མཆོག་ཆངས་པའི་དབྱུངས། ཡམ་ལག་  
དུག་ཅུ་རྩེ་གས་པ་མེད་གོའི་སྒྱ། བཅུ་ཡངས་བདུད་  
རྩེའི་ཆོས་སྒྱ་ལྟངས་སེ་ལྟང་། བཅངས་མདོག་ཟེ། རྣམ་  
པར་མི་རྟོག་སྤྱོས་པ་བྲལ་བའི་བྲུགས། བཅུ་གསལ་  
གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་སྤྱིང་པོ་ཅན། ཁམ་ཁྱེན་བཅུ་རུས་  
པས་འགྲོ་ཀུན་བུ་ལྟར་སྤྱོད་། བཅངས་མདོག་ཟེ། གཙོ་  
བོའི་མཐའ་སྒྲོར་ཉི་དང་བེར་བཞིན་དུ། བྲོད་བྲོད་སྤྱེ་ལྟ་

མཚན་མཚན་ག་བརྒྱད་ལ་སོགས།      །གང་འདུལ་སྒྲུ་

འཕུལ་བཀོད་པ་ཅིར་ཡང་སྟོན།      །ཟངས་མདོག་ཟེ།

མདུན་གྲལ་གཡས་སུ་རྒྱ་བོད་རིག་འཛིན་ཚོགས།      །

སྟོང་ཡངས་བྱ་ཚོལ་གྲལ་བའི་དགོངས་དབྱིངས་སུ།      །

དེ་མེད་མགུར་སྒྲུ་སྒྲུར་སྒྲེལ་བརྟུལ་ཉུགས་སྒྲུད།      །

ཟངས་མདོག་ཟེ།      མདུན་གྲལ་གཡོན་དུ་མཚན་

གཟིགས་ལོ་པཎ་རྣམས།      །ཟབ་དོན་བསྒྲོ་སྒྲིང་བསྒྲུར་

བཤད་འཆད་ཉན་གྱི།      །སོ་སོའི་གསུང་གདངས་མ་

འདྲེས་ལྷུང་ངེར་གསལ།      །ཟངས་མདོག་ཟེ།      གཡས་

གྲལ་གཡས་སུ་གཏེར་འབྱིན་གྲུབ་པའི་བྱ།      །དགོངས་

བརྒྱད་དོན་སྟོན་ཤོག་སེར་ཚོག་བརྒྱད་གྱི།      །བརྟུལ་འགྲོལ་

དོ་མཚན་འཕུལ་གྱི་སྒྲོས་གར་བསྒྲུར།      །ཟངས་མདོག་ཟེ།

གཡམས་གྲལ་གཡོན་དུ་རིག་སྒྲགས་འཆང་བའི་  
ཆོགས། །དམིང་པའི་གཡུལ་འབྱེད་ལས་གྱི་མདེའུ་ཁ་  
བསྐྱར། །འགལ་བྱེད་བདུད་དག་འབྱུང་པོ་ཕྱེ་མར་  
འཐག །ཟངས་མདོག་ཅེ། །གཡོན་གྲལ་གཡམས་སུ་རྒྱ་  
བལ་ཁ་གིའི་ཆོགས། །བདེ་བའི་ཉམས་རྒྱས་ལང་ཆོའི་  
བཅུད་གྱིས་གང་། །གསང་མཆོག་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་  
འདོད་ཡོན་སྟོབ། །ཟངས་མདོག་ཅེ། །གཡོན་གྲལ་  
གཡོན་དུ་མོན་བོད་རྒྱ་གིའི་ཆོགས། །རྣལ་འབྱོར་མ་  
དཔལ་རྩེ་རྩེའི་རྒྱལ་གར་གྱིས། །བདེ་སྟོང་ཆོགས་གྱི་  
འཁོར་ལོའི་འདུ་བར་སྟོད། །ཟངས་མདོག་ཅེ། །གཙོ་  
མཆོག་མདུན་དུ་དབྱིངས་ཕུག་མཆོ་རྒྱལ་ལྷམ། །གུས་  
པའི་ཉམས་རྩོགས་བདེ་ཆེན་མཆོད་སྤྲོན་སྤྲོ། །སྐལ་

ལྷན་རྒྱུ་འཛིན་དབང་བཞིའི་བརྒྱ་ཆོས་སྟོན། །ཟངས་

མདོག་ཟེ། རྒྱུ་ཕྱོགས་འོད་ལྡེའི་དྲུ་བ་འབྲིགས་པའི་

ནང་། །ཐེག་མཆོག་སྒྲིང་པོའི་སྒྲོང་སྒྲོམ་སྒྲེགས་བམ་

བཙེགས་། །མདོ་རྒྱུད་མན་ངག་ཆོས་ཀྱི་རང་སྒྲུ་ལྡིང་། །

ཟངས་མདོག་ཟེ། །བྱམ་ལ་དཔལ་གྱི་ཕོ་ཉ་གིང་ཀ་ར། །

ལང་ཀ་འབར་མ་ཕྱ་མེན་གནས་ཉུལ་རྣམས། །ཉམས་

པ་སྒྲོད་ཅིང་དམ་ལྷན་བྱུ་ལྟར་སྒྲོད་། །ཟངས་མདོག་ཟེ།

སྒྲོ་བཞིར་རྒྱལ་ཆེན་སྡེ་བཞི་བཀའ་སྒྲོད་བཙམ། །དཀར་

ཕྱོགས་སྒྲོད་བའི་སྡེ་དཔུང་བྲོམ་དུ་འཆོགས། །བར་

ཆད་སྒྲུང་དང་མཆོད་པའི་སྒྲིན་ཕུང་སྒྲོ། །ཟངས་

མདོག་ཟེ། །ཕྱོ་རལ་སྒྲུལ་པའི་སྒྲིན་རྒྱལ་ཆེན་པོ་

བརྒྱུད། །ལེགས་ཉེས་ཤན་འབྱུང་བྲོམས་ཀྱི་བརྒྱ་ཐབས་

གྱིས།                      རྟ་བུ་སྤྱིན་པའི་ཚོགས་རྣམས་ཚོས་ལ་

བཅུད།    བཅས་མདོག་ཟེ།    བར་ཁང་འོད་ལྡན་འབྲིགས་

པའི་གུར་བྱིས་དུ།    ལྷོང་ཇེའི་དབང་ཕུག་ལོངས་སྐྱུ་

པརྱའི་སྤྱན།    རབ་འབྱམས་ཅུ་གསུམ་ཞིང་རྩལ་འཁོར་

དུ་གཏིབས།              བཅས་མདོག་ཟེ།              ལྷོང་ཁང་སྤྱོད་

གསལ་ཡེ་ཤེས་ཞིང་གི་དབུས།    གཏོང་མའི་མགོན་པོ་

ཚོས་སྐྱེའོད་མི་འགྱུར།              རང་རྩལ་རྩལ་བའི་འཁོར་

ཚོགས་རྒྱ་མཚོས་བསྐྱོར།              བཅས་མདོག་ཟེ།              སྐྱུ་

གསུམ་རྒྱལ་བའི་ཞིང་ཁམས་མ་ལུས་པའི།    ཡོན་ཏན་

བཀོད་པ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་དཔལ།              གཅིག་ཏུ་

འབྲིལ་བ་ངོ་མཚར་སྤྲེལ་པའི་ཞིང་།              བཅས་མདོག་ཟེ།

བདག་ནི་ནམ་ཞིག་འཆི་བའི་དུས་ཀྱི་ཚོ།    གནད་གཅོད་

སྒྱུག་བསྐྱེལ་ཕུང་པོའི་བྱུག་རྩུ་བྲལ།      |བར་དོའི་འབྲུལ་  
སྒྱུང་འཇིགས་སྒྱུག་མི་མཐོང་བར།      |ཚད་མེད་བདེ་  
དག་འ་སྒྲོ་བས་འཕོ་བར་ཤོག།      |འཇའ་འོད་དར་ལམ་མེ་  
ཏྲིག་སིལ་མའི་ཆར།      |འཕན་གདུགས་རྒྱལ་མཚན་སྒྲ་  
ཚོགས་རེལ་མའི་སྒྲ།      |འདྲོད་ཡོན་མཚོད་པའི་བྱེ་བྲག་  
རབ་ཐོགས་པའི།      |དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོའི་ཚོགས་  
ཀྱིས་མདུན་བསུ་ཤོག།      |ཨ་མ་མཚོ་རྒྱལ་མཐིང་འོད་  
འབར་མ་ཡིས།      |བྱུ་ཅིག་དཔལ་གྱི་རི་བོར་ད་འགྲོ་  
ཞེས།      |མངོན་སུམ་ལག་པའི་མཁྱིག་མ་ནས་བབུང་  
སྟེ།      |པར་འོད་ཀྱི་ཞིང་དེར་འབྲིད་པར་ཤོག།      |དེར་ཡང་  
འཇིགས་པའི་སྒྲོ་སྒྱུང་འཕྱང་སོགས་ལ།      |ཐེ་ཚོམ་མེད་  
པར་དཔའ་བའི་གདིང་ཤུགས་ཀྱིས།      |སྐྱད་ཅིག་མིག་



འཕུལ་ལྟ་བུར་རབ་བསྐྱོད་ནས། །ཕ་ཅིག་གུ་རུའི་ནལ་  
མཆོག་མཐོང་བར་ཤོག། །མེམས་ཀྱི་རིན་ཆེན་ནམ་  
མཁའ་མཛོད་ཀྱི་གཏེར། །གང་འདོད་ཀུན་ཏུ་བབ་པའི་  
མཆོད་པའི་རྒྱས། །ཞིང་ཁམས་རྒྱས་པར་འགོངས་བའི་  
སྤོན་སྤོས་ཏེ། །ལྷ་ཆོག་ས་དབྱེས་པ་བསྐྱེད་པའི་མཐུ་  
ཐོབ་ཤོག། །དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོའི་ཆོག་ས་གལ་ལྷན་  
ཅིག་ཏུ། །ཐེག་མཆོག་བདུད་རྩིའི་དགའ་སྤོན་ལོངས་  
སྤྱོད་ནས། །དགའ་བ་མེད་པར་རིག་འཛིན་ས་བསྐྱོད་  
དེ། །པརྩའི་དགོངས་གྲོང་ཡངས་པར་བྱང་ཆུབ་ཤོག། །  
དེ་ལས་གང་འདུལ་སྐྱེ་འཕུལ་བྱ་བའི་གར། །རྣམ་མང་  
སྤོན་ལས་རབ་འབྱམས་ཐབས་དུ་མས། །མཁའ་  
མཐས་གཏུག་པའི་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ། །རྩ་ཡབ་དཔལ་

རིའི་གྲོང་དེར་འདྲེན་པར་ཞོག། བདག་ཉིད་མཐོང་བོས་  
བློ་རེག་སྐྱེ་འགྲོ་ཀུན། འདལ་ལྡན་སངས་རྒྱས་པར་  
ཀ་ར་ཡིས། བྱམ་མིན་གདུལ་བྱར་བཅེ་བས་རྗེས་  
བཟུང་སྟེ། སྒྲིན་ཅིང་གོལ་བའི་སྐལ་བཟང་ལྟར་ཐོབ་  
ཞོག། འདྲོམ་མཆོག་ཅུ་གསུམ་རྒྱ་མཆོའི་བྱིན་རྒྱབས་  
དང་། ཆོས་ཅན་ཆོས་ཉིད་བདེན་པ་མི་བསྐྱེ་བས། །  
བདག་གི་ལྷག་བསམ་དག་པའི་སྒྲིན་ལམ་འདི། །  
གོགས་མེད་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་པའི་བཀའ་ཞིས་སྟོལ། །  
ཅེས་པའང་ཆོ་རབས་ཀུན་ཏུ་མཆོ་སྐྱེས་པར་དགེས་པའི་བཀའ་འབངས་སུ་བྱུར་  
བའི་སྐལ་བ་བཟང་པོ་ཅན་རིག་པ་འཛིན་པའི་ལྷ་གྲུ་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྟོ་རྗེས་  
དཔོ་ཉ་བའི་ཡར་ངོའི་ཆོས་བཅུའི་དུས་ཀྱི་མཆོད་པའི་ཐོག་མོས་པའི་མཐོང་སྣང་  
ལྷོགས་གཅིག་གི་རྗེས་སུ་འབྱང་ནས་འདོད་དོན་སྒྲིན་པའི་ཆོག་ཏུ་སྟེལ་བར་བྱས་

པ་སྟེ།      འདིས་ཀྱང་འབྲེལ་བཅས་འགོ་ཀུན་པར་འོད་ཀྱི་གོང་དུ་དབུགས་ཆེན་  
འབྱིན་པའི་རྒྱར་རྒྱར་ཅིག།

༥ ར་མོ་གུ་རུམ་ སྒོ་བ་དཔོན་ཆེན་པོ་པརྩ་འབྱུང་གནས་སྒོ་རུབ་སྒྲིན་པོའི་ཡུལ་དུ་

གཤེགས་པའི་དུས་མང་ཡུལ་གུང་ཐང་ལ་ཐོག་ཏུ་ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་གྱིས་

ཕུག་དང་བསྐྱོར་བ་བྱས་པ་ གུ་རུའི་ཞབས་སྒྲི་བོར་སྤངས་ནས་སྒོན་ལམ་འདི་ལྟར་

བཏབ་པ་མཆོ་ **མ་རྩ་གུ་རུའི་བྱིན་རྒྱལ་གྱིས་མཆོ་** བདག་གྲུང་

ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་ཞིང་ཁམས་དག་པའི་ཕོ་

བྱང་དུ་སྤྲེལ་འབྲལ་མེད་བསྟེན་པར་ཤོག་པ་མཆོ་

མོས་གུས་སྟེམས་རྒྱུང་མེད་པ་ཡིས་མཉེས་པའི་

ཞབས་ཏོག་འབྱུང་པ་དང་དགོངས་པ་བཟུང་མོ་

ཐུགས་ཀྱི་བཅུད་བྱིན་རྒྱལ་བདུད་རྩིའི་ལུང་ཐོབ་

ཤོག་སྐྱོ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལ་གྱིས་ལུས་

དག་ཡིད་གསུམ་སྒྲིན་པ་དང་བཟུང་མོའི་བསྐྱེད་

རྩོགས་རྣམ་གཉིས་ལ་དབང་ཐོབ་སྐྱེད་པ་བྱེད་པར་

ཞོག་མེད་ལོག་ཏུ་གཏོག་པ་དུང་གི་ཚོགས་རྣམས་དང་། བད་  
གཏོན་བར་ཆད་ནི་བ་དང་། འཁོར་དང་ལོངས་སྤྱོད་  
རྒྱས་པ་ཡིས་། བསམ་པ་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་པར་

ཞོག་མེད་ དུར་བྲོད་རི་བྲོད་གངས་བྲོད་སོགས་། ཡུན་  
སྐུལ་ཚོགས་པའི་གནས་ཉིད་དུ། ཉིང་འཛིན་བཟུང་མའི་  
དགོངས་བཟུང་ལ། ཏུག་ཏུ་སྐྱབ་པ་བྱེད་པར་ཞོག་མེད་  
སྐྱབ་པ་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ཡིས་། སྤྱོད་ལས་རྣམས་བཞི་  
འགྲུབ་པ་དང་། ལྷ་སྤྱོད་བྱེད་དུ་ཁོལ་ནས་གུང་།

སངས་རྒྱས་བསྐྱོད་པ་བསྐྱུང་བར་ཞོག་མེད་ སྤྱོད་པས་  
གསུངས་པའི་དམ་ཚེས་རྣམས་། ཕྱི་ལ་མེད་རྒྱུད་ལ་  
འཆར་བར་ཞོག་མེད་ མཁྱེན་པ་མཚོག་ལ་མངའ་  
བཞེས་ནས་། ཏུག་པ་མཚོག་དང་ལྷན་པར་ཞོག་མེད་

བྱང་ཆུབ་སེམས་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་གྱིས་།      སྐྱེ་འབྲེལ་མ་

ལྷུས་དབང་བསྐྱུས་ནས་།      ཐོགས་མེད་ཡིད་བཞིན་

ནོར་བུའི་མཐུས་།      འབྲེལ་ཚད་དོན་དང་ལྡན་པར་

འོག་།      སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་དར་བའི་མཐུས་།

བརྒྱད་འཛིན་ཆོས་སྟོན་རྒྱས་པ་དང་།      འབྲེལ་གྱིན་བདེ་

ལ་འཁོད་ནས་ཀྱང་།      ཞིང་ཁམས་ཐམས་ཅད་དག་

པར་འོག་།      བདག་གི་ལྷུས་དག་ཡིད་གསུམ་གྱིས་།

གདུལ་བྱ་སེ་སེའི་སྒོ་ཡུལ་དུ་།      གང་ལ་གང་འདུལ་

སྒྲུལ་པའི་སྐྱེ་།      དཔག་ཏུ་མེད་པར་འབྱུང་བར་འོག་།

མདོར་ན་འཁོར་འདས་མ་ལྷུས་ཀྱིན་།      གུ་རུ་ཉིད་དང་

དབྱེར་མེད་ཅིང་།      སྐྱེ་གསུམ་འདུ་འབྲེལ་མེད་པ་ཡི་།

ནམ་མཁུན་སངས་རྒྱས་སྐྱུར་ཐོབ་འོག་།      སེམས་ཅན་



གསོལ་བ་འདེབས་པར་ཤོག།      སྒྲ་མས་བྱིན་བྱིས་  
སྒྲོབས་པར་ཤོག།      ཡི་དམ་དངོས་གྲུབ་སྟེར་བར་  
ཤོག།      མཁའ་འགྲོས་ལུང་བསྟན་བྱེད་པར་ཤོག།  
ཆོས་སྐྱོང་བར་ཆད་བསལ་བར་ཤོག།      སངས་རྒྱས་  
བསྟན་པ་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་ཤོག།      སེམས་ཅན་བམས་  
ཅད་བདེ་ཞིང་སྐྱོད་པར་ཤོག།      ཉིན་དང་མཚན་དུ་ཆོས་  
ལ་སྐྱོད་པར་ཤོག།      རང་གཞན་དོན་གཉིས་སྟུན་  
བྱིས་གྲུབ་པར་ཤོག།      རང་བཞིན་དག་པའི་དགོ་བ་  
འདིས།      འཁོར་བ་ངན་སོང་དོང་སྒྲུགས་ནས།  
སྤྱིད་མཆོར་སྒྲར་ཡང་མི་གནས་ཤིང་།      ཕུམ་གཅིག་སྐྱ་  
གསུམ་མངོན་གྱུར་ཤོག།      རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་གསང་  
ཆེན་མཛོད།      སྒྲ་མེད་མཆོག་གི་བསྟན་པ་འདི།

ཇི་ལྟར་མཁའ་ལ་ཉི་ཤར་བཞིན།                      རྒྱལ་ཁམས་  
ཡོངས་ལ་དར་རྒྱས་འོག།      བདག་གི་དགོ་བའི་རྩ་བ་  
འདི་དང་དགོ་བའི་རྩ་བ་གཞན་དག་གྲང་བསྐྱེད་ནས་  
དཔལ་ལྡན་སྤྲ་མའི་བྱ་གས་དགོངས་ཡོངས་སུ་ཚྭ་གས་  
པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག།      སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་བྱེད་པའི་སྐྱེས་བུ་  
སྟོབས་ལྡན་དུ་གྱུར་ཅིག།      མཁྱེན་པ་དང་བཙུང་བ་རྣམས་  
པ་གསུམ་མཐར་ཕྱིན་ནས་ཚྭ་གས་པའི་སངས་རྒྱས་སུ་  
གྱུར་ཅིག།      འགྲོ་བ་རིགས་དྲུག་ན་གནས་པའི་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བ་བསྐྱུག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ལས་  
བསྐྱེད་ཏེ་སྐྱུར་དུ་མངོན་པར་ཚྭ་གས་པར་སངས་རྒྱས་  
པར་གྱུར་ཅིག།      བདག་འདྲ་པར་གྲིང་པས་སྟོབས་སྤུན་མདོའི་བྱ་གས་སེང་

གཞི་གཞི་པ་ཅན་ནས་གཞི་པ་ཅན་པའོ། །

༥ ཟངས་མདོག་དཔལ་རིར་བགྲོད་པའི་སྒོན་ལམ་སྐལ་བཟང་དགའ་བའི་ཞིང་།

ཉི། རང་སྤང་དག་པ་བདེ་ཆེན་རྩི་རྩི་དབྱིངས། །ཕྱུན་

གྲུབ་འོག་མིན་སྐྱེ་འཕྱུལ་བྱ་བའི་གར། །རབ་འབྱམས་

རྒྱལ་བའི་ཞིང་ཁམས་རྒྱ་མཚོའི་ཕུལ། །ཟངས་མདོག་

དཔལ་གྱི་རི་བོར་སྐྱེ་བར་ཤོག། །ཡིད་འོང་པར་རྒྱ་རྒྱ་གའི་

རི་དབང་ཅེར། །ཁོར་བུའི་བ་གམ་བཅུགས་པའི་ཕོ་བྲང་

ནི། །ཕུལ་བྱང་རོ་མཚར་བཀོད་པས་མཛེས་པ་ཅན། །

ཟངས་མདོག་། ཅུན་ནགས་ཚལ་དགྱིག་པའི་དོ་ར་

རྒྱ། །གཡུ་ཡི་སྤངས་སྤྱོངས་སྤྱོ་ཚོགས་རྒྱ་སྐྱེས་

བཞིན། །གེ་སར་འཛུམ་མདངས་དགོད་པའི་ལང་ཚོ་

རོམས། །ཟངས་མདོག་། ག་བུར་སྤྱོས་རྒྱས་གཤེར་

བའི་བདུད་ཅིའི་གྲང་། །ཕྱུང་ཕྱུང་ཉམས་དགར་འབབ་

པའི་བདུད་ཅིའི་གྲང་། །ཕྱུང་ཕྱུང་ཉམས་དགར་འབབ་

ཅིང་འཁོར་བའི་རྩིང་། །གཞིན་ལུང་གར་མཁན་ཅི་ཡང་  
ཅེ་ཞིང་རྒྱ། །ཟངས་མདོག་ཟེ །དབང་གཞུང་གུར་བྱིམ་  
འབྲིགས་པའི་བླ་མིག་ནས། །མེ་ཏོག་ཆར་བེམ་འབབ་  
པའི་རྩལ་སྤེང་ནང་། །གིང་ཆེན་བདེ་བའི་གར་གྱིས་  
རྣམ་པར་ཅེ། །ཟངས་མདོག་ཟེ །ཡུན་ཆོགས་འདོད་པའི་  
ཡོན་ཏན་རྣམ་མང་པོས། །ཀུན་ནས་མཛེས་སྐྱར་བརྒྱན་  
བྱས་མཁའ་འགྲོའི་སྤྱོན། །མི་འཇོམས་ལྷོགས་ཀྱི་འཁོར་  
ལོའི་སྤར་བེམ་པ། །ཟངས་མདོག་ཟེ །རིག་འཛིན་  
འདུས་པའི་ཆོགས་ཀྱི་གྲལ་དབུས་ན། །པར་འབྱུང་  
གནས་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་ཡིས། །ཟབ་གསང་སེང་  
གོའི་སྤྱ་ཆེན་ཀུན་ཏུ་སྤྱོགས། །ཟངས་མདོག་ཟེ །སངས་  
རྒྱུས་ཀུན་གྱི་ངོ་བོ་དཔེ་ཡིན་ཞེས། །མཁའ་བརྩེན་བརྩེའི་ཡེ་

ཤེས་མཚུངས་པ་མེད་པའི་སྟོབས།      ལུ་མེད་གདུལ་  
བྱའི་ཁམས་དང་མཉམ་པར་འདུག།      ཟངས་མདོག་ཅེ་  
ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་པ་མཐའ་ཡས་པའི་གཏེར།      རྩན་པ་  
ཙམ་གྱིས་ཞིང་དེར་དབུགས་འབྱིན་པའི།      རིཾ་མཚར་  
ཐྱིན་ལས་འཁོར་ལའི་གཟི་བྱིན་ཙན།      ཟངས་མདོག་ཅེ་  
མཁའ་སྟོད་པརྩ་འོད་མཛེས་གྲོང་ཁྱེར་དུ།      ར་ལྟ་ཉིད་དུ་  
བཙན་ཐབས་བགྲོད་ནས་ཀྱང་།      རིཾ་གཉིས་ཡིད་  
བཞིན་འགྲུབ་པའི་རྣམ་ཐར་ཚུལ།      ལམ་ཉམ་མེད་གུ་རུ་  
བྱོད་དང་མཚུངས་པར་འོག།      ཅེས་པའང་རིགས་ཀྱི་བུ་མོ་བདེ་སྐྱོང་  
ཡེ་ཤེས་དབང་མོ་པརྩ་འོད་དུ་བགྲོད་པའི་ཆ་རྒྱུན་དུ་པ་རྒན་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་  
དེ་མེས་སྟོང་ནས་སྟོ་ཞིང་དུང་བའི་སེམས་ཀྱིས་སྟོན་ལམ་དུ་བཏབ་པ་དགོ།  
སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་དོ་བོ་བཀའ་དྲིན་ཙན།      རྩོ་རྒྱན་



རིན་པོ་ཆེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།    །ཀམ་ཞིག་ཆོ་འདིའི་  
སྒྲུང་བ་རྒྱབ་མ་ཐག    །པར་འོད་དུ་སྒྲེ་བར་བྱིན་གྱིས་  
ཚོབས།    །རྒྱུ་ནས་སོ།།

༥ ལྷ་གསུམ་ཞིང་ཁམས་སྤྱོད་བའི་གསོལ་འདེབས་སྟོན་ལམ་ནི། གྱེམ་

གྱི་རྟུང་རིག་འཛིན་པར་འབྱུང་། བདག་འདྲ་ལས་ངན་

སྟོགས་མའི་སེམས་ཅན་རྣམས། བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་

སྐྱབས་བསྐྱེལ་དོན་དུ་གཉེར། སྦྱིང་རུས་སྤྱིན་ཅི་ལོག་

རྣམས་སྐྱེལ་རེ། བྱུགས་རྗེས་གཟིགས་ཤིག་རྩ་ཡབ་

སྤྱིང་པ་མཁྱེན། ད་ལྟ་ཉིད་དུ་བངས་མདོག་དཔལ་རིར་

བྱོངས། བྱུགས་རྗེ་ལྟན་པའི་རྒྱལ་བ་ཁྱེད་ལྟ་བུས། །

བོད་འབངས་བོར་ནས་རྩ་ཡབ་སྤྱིང་དུ་གཤེགས། །

གདོང་དམར་བོད་སྐྱབས་སྤྱེའུའི་ཆ་བོ་རྣམས། འདི་སྤྱིའི་

རེ་ལྟོས་སྐྱབས་གནས་སྐྱེལ་རེ། བྱུགས་རྗེས་

གཟིགས་ཤིག་། ད་ལྟ་ཉིད་དུ་། ཆོ་སྟོག་མི་རྟག་

གཡང་ཁའི་སྤྱེའུ་འདྲ། རྟོ་རྟུབ་ཙམ་ཡང་མི་འཆིའི་

གཤིང་ནི་མེད།      ཁྱིམ་ཏུ་སྡོད་གྲག་བྱེད་པ་བདུད་གྲིས་  
བསྐྱུས།      ཁག་ཤིན་ཆེའི་ཕོ་ཉ་བྱུང་ན་སྐུ་ལ་རེ།      བྱུགས་  
རྩེས་ཟེ།      ད་ལྟ་ཉིད་ཟེ།      འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་སྐྱུག་  
བསྐྱུས་ལ་ལས་ལ་གཡེངས།      ཁྲམ་ཆོས་བྱེད་སྒོ་ནམ་  
ལངས་སྐར་ལྟར་ཡལ།      ཁོམ་རྒྱུང་གཡེང་བའི་ཁོལ་  
བོར་མི་ཆོ་བད།      ཁྲག་ཆེན་འཆི་བ་བྱུང་ན་སྐུ་ལ་རེ།      །  
བྱུགས་རྩེས་ཟེ།      ད་ལྟ་ཉིད་ཟེ།      བྲིས་པའི་རང་བཞིན་སོ་  
སའི་སྐྱེ་བོ་ཀུན།      བྲོས་བསམ་སྒྲོམ་པའི་ན་ཆོད་ཆེས་  
ཆེར་རྒྱད།      ཤར་བྱིན་རྒྱག་གི་འདྲན་བྱེད་ཅེ་རེ་ལོང་།      །  
འབྱུང་བ་བྲིས་རིམ་བྱུང་ན་སྐུ་ལ་རེ།      བྱུགས་རྩེས་ཟེ།      ད་  
ལྟ་ཉིད་ཟེ།      དག་བཅུའི་ལམ་ལ་མོས་པས་ཁྱུགས་ན་  
ཡང་།      ཁྲམ་པར་དབྱུང་ན་ཆོས་བརྒྱད་བློ་བ་དང་

འདྲེས།      ཁྲི་དགའི་རྣམ་སྒྲིན་མ་ཆོར་ཤུགས་གྱིས་  
འགོ      ཁབ་དོར་དཔྱལ་ཐག་གཅོད་དུས་སུ་ལ་རེ།      །  
ཐུགས་རྗེས་ཟེས་ཟེས་དཔྱུ་ཉིད་ཟེས་གྱེ་མ་ནམ་ཞིག་ཆེ་ཡི་འཕེན་  
པ་ཟད།      ལུས་གྱི་མདངས་ཤོར་དབུགས་གྱི་ངར་སྒྲ  
བརྟེགས།      འདྲེགས་བྱེད་སྒྲུང་བྲོས་ངར་སྒྲུང་ཅན་གྱི་  
རོས།      ཉེ་འབྲེལ་གདུང་སེམས་འབྲེལ་ཐག་གཅོད་པའི་  
ཆོ།      གནད་གཅོད་སྒྲུག་བསྐྱལ་དྲག་པོ་མི་འབྱུང་  
ཞིང་།      མཁའ་འབྲོས་བསྐྱུ་བའི་སྒྲུང་བ་ཤར་བར་  
ཤོག      གྱི་རྒྱུད་ས་ཁུ་མེ་རྒྱུང་ནམ་མཁའ་སྟེ།      འབྱུང་  
སྒྲུའི་ཐིམ་རིམ་དུ་བ་སྒྲིག་རྒྱུ་དང་།      ཁེ་བྱིར་མར་  
མེའི་སྒྲུང་བ་གསལ་བའི་རྗེས།      སྤྱ་བའི་ཐིམ་རིམ་སྒྲུང་  
མཆེད་ཐོབ་གསུམ་སྟེ།      འདི་ལྟར་རྣམ་ཤེས་སྒྲུང་བ་ལ་

ཐིམ་པས།                      སྤྱིན་མེད་མཁའ་ལ་ཉི་ཟླ་གནས་ཐིན་  
ལྟར།                      དམར་ལམ་འཆར་ཞིང་དམར་ཆ་སྤྱིང་གར་  
ལྟོག།                      དེ་རྗེས་སྤང་བ་མཆེད་པ་ལ་ཐིམ་པས།                      སྒྲར་  
ཁུང་ནང་དུ་ཟླ་བེར་ཤར་བ་ལྟར།                      དཀར་ལམ་འཆར་  
ཞིང་དཀར་ཆ་ཐུར་དུ་བབས།                      དེ་ནས་མཆེད་པ་ཉེར་  
ཐོབ་ལ་ཐིམ་པས།                      སྤྱིན་མེད་ནམ་མཁའ་སྤོང་ལྟན་  
འབྲིགས་པ་ལྟར།                      ནག་ལམ་ཤར་ནས་ཀུན་གཞིའི་  
ངང་དུ་བརྒྱལ།                      སྒྲར་ཡང་སྤོག་འཛིན་སྤྱང་བརྒྱད་  
གྲེས་པ་ཡིས།                      ཟུང་བད་བརྒྱལ་སངས་གདོད་མའི་ཡེ་  
གདངས་ཤར།                      གསལ་ལ་ལ་མ་འགགས་སྤོན་གྱི་ནམ་  
མཁའ་བཞིན།                      སྤོང་གསལ་སྤྱིབ་གཡོགས་བྲལ་བའི་  
ངང་ལ་གནས།                      དེ་ཆོད་ལྟའི་ཀ་དག་སྤོབ་བྲལ་

དབྱིངས། བཟལལཤེས་པ་བཅང་ཀ་རྒྱ་ཡན་ལ། རེས་  
པ་རྗེད་དེ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་མཐུས། བཀོད་མའི་  
གཞི་དབྱིངས་ནང་གསལ་གསང་བའི་སྒྲུབས། བྱུང་  
ཆོས་རྒྱག་ལྡན་ཀུན་བཅང་དགོངས་པའི་གྲོང་། རྒྱུད་  
ཅིག་ཉིད་ལ་བཅོན་ས་བེན་པར་ཤོག། བཀལ་ཏེ་བར་དོ་  
དང་པོར་མ་གྲོལ་ན། དབྱིངས་སྒྲུང་ལྡན་གྲུབ་འོད་  
གསལ་ལ་ལ་བེམ་ནས། རྒྱུ་འོད་བེར་དང་ཆོམ་བུའི་  
དཀྱིལ་འཁོར་སོགས། བེམ་ལུགས་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲུང་བ་  
འཆར་བའི་ཆོ། ཆོས་ཉིད་བར་དོར་རང་སྒྲུང་དེ་ཤེས་  
ནས། མ་པང་བུ་འཇུག་ལྟ་བུར་གྲོལ་བར་ཤོག། དེ་ཆོ་  
སྒྲུ་ཡིས་འཇིགས་ཏེ་བེར་གྱིས་དངངས། རྒྱུ་ཡི་སྒྲུང་  
བས་རྒྱག་སྟེ་མ་གྲོལ་ན། ཆོས་ཉིད་བདེན་པ་སྒྲུ་མའི་



བྱིན་རྒྱ་བས་གྱིས། །འབྲུལ་པ་མི་ལམ་སང་པའི་ཆ་ཙམ་  
ལས། །རང་བཞིན་སྐྱུལ་སྐྱུའི་ཞིང་ཁམས་པརྒྱའི་  
སྐྱབས། །བརྒྱས་ཏེ་སྐྱེས་ནས་དབྱུགས་དབྱུང་གྲོལ་  
བར་ཤོག། །རིམ་དགུའི་ཐེག་པ་ཀུན་ལས་འདས་པའི་  
དོན། །འོད་གསལ་ལྗོགས་ཆེན་ལམ་ལ་ཞུགས་དེའི་  
མཐུས། །ནམ་ཞིག་ག་དོད་མའི་ལྷུ་མས་སུ་ཞུགས་པའི་  
ཆོ། །གང་གི་གྲོལ་ཚད་སྒྲུ་འོད་ས་གཡེས་དང་། །  
རིགས་ལྷའི་གདུང་དང་ཞི་བྲོའི་སྒྲུང་བརྒྱན་སོགས། །  
ཀུན་གྱི་མཐུན་སྒྲུང་གྲུབ་ཏུ་མངོན་པར་ཤོག། །རིག་  
འཛོན་བདག་གི་ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་དང་། །ཆོས་ཉིད་  
རང་བཞིན་ཅི་ཡང་མ་ཡིན་པའི། །བདེན་པའི་མཐུ་ཡིས་  
ཁམས་གསུམ་ཡིད་ཅན་དང་། །བྱུང་པར་འབྲེལ་བས་

བསྐྱུས་པའི་སེམས་ཅན་ཀུན།      །སྐྱབ་ཞིའི་ཞིང་ཁམས་  
མད་བྱང་ཉམས་དགའ་བར།      །ཆོམ་བུ་གཅིག་ཏུ་ཕྱམ་  
གཅིག་གྲོལ་བར་ཤོག།      །དེ་ལྟར་སྐྱབ་སུམ་ཞིང་ཁམས་སྤྱོད་བའི་  
གསོལ་འདེབས་སྒྲོན་ལམ་འདི་ནི་རང་བྱུང་པ་རྒྱའི་གསུང་གི་དབེན་གནས་འོག་  
མིན་ངོ་ཇིའི་ཀུན་ཚད་ཏུ་རང་ཉིད་གཅིག་ཕུར་དབེན་པ་བསྟེན་པའི་སྐྱབས་སྤྲོལ་  
ཞིག་གི་ཆོ་ན་མིག་ལམ་ཏུ་ཉམ་པོ་རི་མཐོང་བས་རྒྱུན་བྱས་སྤྱོད་བ་ལ།      ག་རེ་རི་  
མ་གཏི་ཕྱེར་མཁན་སྒྲོབ་རྗེ་འབངས་རྣམས་ཀྱི་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས།      ལྷ་འབྲེ་  
བཏུལ།      སྐྱོ་སངས་མཛད་པ་སོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཆེར་སྤྱོད་མེད།      དེ་དག་ཐམས་  
ཅད་ད་ལྟ་མིང་ཙམ་མེད།      འདི་ལྟ་བུའི་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་ཉུག་པར་ཡིད་  
ཆེས།      རང་ཉིད་ཀྱང་ལོ་ཤས་ཙམ་མི་འཆི་བའི་འཆོ་ཕྱིས་བྱས་ཀྱང་སང་ཙམ་ནས་  
འཛིག་ཏེན་ཕ་རོལ་ཏུ་མི་འགོ་བའི་ངས་པ་ཅི་ཆ་སྒྲུལ་ནས་སྐྱོ་ཤས་ངས་འབྱུང་ཆད་  
མེད་སྐྱེས།      ཨོ་རྒྱུན་རྗེ་འབངས་རྣམས་བླན་པ་ལ་ཆད་མེད་ཀྱི་མཆི་མ་འབྲུག་པ་

ཞིག་བྱང་བས་རྒྱན་བྱས།      དེའི་ཆོ་བྱ་གས་དམ་གནད་ནས་བསྐྱེལ་བའི་གསོལ་  
འདེབས་དང་འབྲེལ་བར་བར་དོ་ལམ་སྒྲིང་གི་གྲོལ་ཚུལ་ཅུ་ཆོ་ག་ཏུ་བྱས་ནས་ཁ་  
ཏོན་དུ་བགྱིས་ཆོ་ག་པའི་སྒྲོན་ལམ་འདི་ཡང་བྱ་བལ་མཁུན་བཅེའི་འོད་ཟེར་གྱིས་  
བྲིས་པའོ།།    །།

༥ དཔལ་ལྷན་གླ་མ་དམ་པར་མཉེས་པ་རྩལ་བཞིན་འབྲུབ་པའི་སྟོན་ལམ་གླ་མ་

ལྷ་བཅུ་པའི་བསྐྱུས་དོན་དང་འབྲེལ་བ་མདོ་སྒྲགས་ཀྱན་གྱི་ཡང་སྟོང་ནི།

ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་གནས། །

དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་སྐྱེད་པའི་ཡབ། །

སངས་རྒྱས་ཀྱན་ལས་ལྷག་པའི་བཀའ་ངོན་ཅན། །

དཔལ་ལྷན་གླ་མའི་ཞབས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །རིགས་

བརྒྱའི་བྱབ་བདག་དུག་པ་རྩེ་རྩེ་འཆང་། །སྟོན་ལམ་དུས་

སྟོབ་དཔོན་གཟུགས་སུ་རྣམ་པར་རོལ། །མཁའ་མཁའ་བཅུ་

ལྷ་པའི་མངའ་བདག་ཆོས་ཀྱི་རྩེ། །ཐར་པའི་ལམ་

འདྲེན་དེ་ལ་གྲུས་པས་འདུད། །མ་རིག་ལྷན་སེལ་ཉིན་

མོར་བྱེད་པ་སྟེ། །ཉིན་མོངས་གདུང་སེལ་གྱི་བའི་

དཀྱིལ་འཁོར་མཆོག་ །དགོས་འདོད་ཀྱན་འབྱུང་ནོར་བུ་

རིན་པོ་ཆེ།      །བདེ་ཆེན་སྟོག་སྟེར་བདུད་ཅིའི་རྒྱ་མཚོ་  
ཉིད།      །སྟོག་ས་བཅུའི་རྣམ་འདྲེན་སྟོབ་མར་བཅས་པས་  
ཀྱང་།      །བྱིད་ལ་མཚོད་ཅིང་བསྟེན་ཏེ་ཀུན་ནས་  
བསྐྱགས།      །བྱིད་གྱིས་བབྱང་རྣམས་གཏན་བདེའི་  
དཔལ་ལ་སྦྱར།      །ངན་འབྲེལ་ཙམ་ཡང་འཁོར་བ་མཐའ་  
ཅན་མཛད།      །བྱིད་ལ་མ་བརྟེན་ཐར་པ་ཡོངས་མེད་  
པས།      །དུས་དང་སྟོགས་དང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་  
ནས།      །ཁོས་གྲུས་བསམ་མི་བྱབ་པ་སྟེ་བ་དང་།      །  
མཉེས་པ་ཚུལ་བཞིན་འགྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས།      །  
དབང་བསྐྱར་མཚོག་ཐོབ་རྩེ་རྩེ་སྟོབ་དཔོན་ལ།      །འཛིག་  
ཏེན་འདྲེན་པས་དུས་གསུམ་ཕྱག་མཛད་ན།      །མགོན་  
མེད་བྱིས་པས་སྟོས་ཀྱང་ཅི་ཞིག་འཆལ།      །སྟོགས་ཀྱིས་

གུས་པས་རྟག་ཏུ་འདུད་གྱུར་ཅིག      མཆོག་ལ་མཉེས་  
པ་དུ་མས་བསྟེན་བཀྱར་ཞིང་།      གླུ་མ་བྲིས་པ་འཕེལ་  
གསར་བྱའང་རུང་།      །དུས་སྐབས་སྤེད་པས་དངོས་  
བརྒྱད་སྤྱི་ཞུ་ཡིས།      །ནམ་ཡང་མི་མཉེས་སྐད་ཅིག་མི་  
སྐྱབ་ཤོག།      །དམ་ཆོག་ཅུ་བ་སྟོབ་དཔོན་སྟོབ་མ་ཡི།      །  
འབྲེལ་བ་བརྟག་ལ་རྣམ་དཔྱེད་སྟོ་བྱོབ་ཅིང་།      །བཙེ་མེད་  
འདོད་བྲོ་བེངས་པའི་དབང་གྱུར་སོགས།      །མི་དགའི་  
བཤེས་དང་སྐྱེ་གྱུར་མི་འཕྲད་ཤོག།      །བརྟན་དུ་ལ་སྟོ་  
གྲོས་ལ་སོགས་ཐུན་མེད་དུག།      །སྤྲགས་རྒྱུད་སྦྱོར་བ་  
ཤེས་སོགས་བྱུང་པར་གྱི།      །མཆོན་ཉིད་དགུ་ཆོད་  
དཔལ་ལྡན་གླུ་མ་མཆོག།      །ཆེད་ནས་འབྲེལ་བ་མེད་པར་  
བསྟེན་པར་ཤོག།      །སྟོབ་དཔོན་བརྟན་ན་སངས་རྒྱས་



ཀུན་ལ་བརྟུན། །མཐོང་ཆོས་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཕྱི་མ་དཔྱེད་ལ་  
མེས་སྟེག། །གྲུས་མཆོད་འདི་གཏན་བདེ་བའི་དཔལ་  
ལ་སྦྱོར། །དེ་བས་བསྟེན་ཚུལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་ཤོག། །  
ཆོ་འདིར་བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་མཛད་སྒྲུ་མ་རྗེར། །ལྷུས་སྟོག་  
ལོངས་སྦྱོང་ཀུན་གྱིས་བསྟེ་སྟངས་སྤྲུག། །དམ་ཆེག་  
ལོགས་སྤྱང་སྒྲུ་མས་བཞེད་པའི་དངོས། །ཅུང་བདག་གང་  
མཆིས་ཞེན་མེད་འབྱུལ་རུས་ཤོག། །སྒྲུ་མ་མཆོད་པས་  
རྒྱལ་ཀུན་མཆོད་ཅིང་མཉེས། །བསོད་ནམས་ཆོགས་  
རྗེགས་དངོས་གྲུབ་མཆོག་ཐོབ་ཕྱིར། །ལྷ་དང་སྒྲུ་མ་  
དབྱེར་མེད་རྟོ་རྟེ་འཆང་། །གཅིག་ཏུ་ངེས་པས་སྤྲུབས་  
གཞན་མི་འཆོལ་ཤོག། །སྐྱེ་ཡི་གྲིབ་མ་འགོམ་ཡང་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི། །མཆོད་རྟེན་བཞིགས་འདྲའི་སྤྲིག་པ་

ཐོབ་པས་ན།      །བཞིན་པ་ཉེར་སྤྱད་ལ་སོགས་ནམ་དུ་  
ཡང་།    །མི་སྤྱད་མི་འགོང་གཙང་སྤྱ་སྤྱར་ལེན་ཤོག།  
དངོས་གྲུབ་འབྱུང་གནས་སྒྲ་མས་བགོ་བ་ཡི།    །བཀའ་  
ལས་མི་འདའ་གང་གསུང་འབད་པས་སྤྱབ།    །མི་རུས་  
ངེས་པ་ཆོག་གི་ཞུ་གསོལ་གྱིས།    །གནང་བའི་སྐབས་  
སྤྱད་བྱར་ཙམ་མི་གཙོག་ཤོག།      །སྒྲ་མའི་རྩ་ས་ནི་སྤྱི་ག་  
བཞིན་བསྤྱང་བ་དང་།    །སྒྲ་མའི་བྱུགས་ཟིན་སྒྲ་མ་ཉིད་  
བཞིན་བཀུར།    །སྒྲ་མའི་འཁོར་ཡང་རང་གི་གཉེན་དུ་  
སྟོ།      །ཉོན་མོངས་དབང་གིས་སྤྱི་ག་པ་མི་གསོག་  
ཤོག།    །སྤྱན་སྤྱར་མི་འོས་པ་དང་མ་གུས་པའི།    །བྱ་བ་  
ངན་པ་གཞར་ཡང་མི་བྱེད་ཅིང་།      །འོས་ཤིང་གུས་  
བཅས་བཀའ་བཞིན་རྩེས་སྤྱབ་པའི།      །སྤྱོད་ལམ་ང་

ཀྱུལ་མེད་པས་བཀྱར་བར་ཤོག། སྒྲུ་མ་བཞུགས་པའི་  
ཡུལ་དུ་མ་གནང་བཞིན། སློབ་དཔོན་ལས་དང་སྒྲུ་  
མའི་སྦྱོན་སྦྲུ། རང་ལ་གུས་མཆོད་དང་དུ་ལེན་  
སྤངས་ནས། གུས་པས་སྒྲུ་མ་ཉིད་ལ་མཆོད་རྒྱས་  
ཤོག། བདག་ཉིད་དྲན་བརྩོན་དྲག་པོས་མི་ཉམས་  
ཤིང་། མཆོད་ལུས་སྒྲུ་མའི་བྱ་བ་ཚུལ་བཞིན་དུ། །  
སྦྱབ་ལས་འདས་ཆེ་དག་འཛིང་སྒློན་པ་ཡིས། བསྐྱོག་  
ནས་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་ལ་འགོད་པར་ཤོག། རང་  
ཀྱིས་གཟིར་སོགས་རང་དབང་མ་གྱུར་པས། གནང་  
བ་མ་ཐོབ་བཀག་པ་སྦྱད་དགོས་ཀྱང་། གུས་བཅས་  
དགོ་བའི་ཡིད་དང་མ་བྲལ་བས། རྣམ་སྒྲིན་རྩལ་མའི་  
རྒྱ་དུ་མི་འགྱུར་ཤོག། མདོར་ན་དངོས་གྲུབ་སློབ་

དཔོན་རྗེས་འབྲང་བྱིར། སློམ་དབྱེས་བྱེད་གང་ཡིན་  
ཏུག་ཏུ་སྐྱབ། མི་མཉེས་བྱེད་ཀུན་དུག་ལྟར་སྤངས་  
ནས་སྟ། ཐུགས་ཡིད་གཅིག་འདྲེས་སྟུར་དུ་འཆང་  
བྱེད། མཐའ་ཡས་འགྲོ་རྣམས་དཔལ་ལྷན་སློམ་  
ཡིས། རྗེ་བཟུང་ཀུན་གྱིས་མཉེས་པ་རྩལ་བཞིན་  
སྐྱབ། དགའ་བ་མེད་པར་རྗེ་རྗེས་པ་ཡི། ཁོ་  
འཕང་མཆོག་ཐོབ་དོན་གཉིས་ལྟུན་གྲུབ་ཤོག། ཅེས་  
དགྲིལ་འཁོར་ཀུན་གྱི་དབང་ཐུག་དཔལ་ལྷན་སློམ་བསྟོན་པའི་རྩལ་རྗེ་རྗེ་འཆང་  
གི་རྒྱུད་ལུང་བཞིན་འགྲུབ་པའི་སྟོན་ལམ་སློམ་ལྟ་བུ་པའི་བསྟུས་དོན་དང་འབྲེལ་  
བཞིག་དགོས་ཞེས། རྗེ་བཙུན་སློམ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཐུགས་བེན་གྱི་སྟོན་  
མ་འཇམ་དབྱངས་དགའ་བའི་སྟོ་གྲོས་གྲིས་བསྐྱལ་བ་ལྟར། ཀམ་དག་དབང་  
ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོས་དཔལ་སྤངས་སྐྱབ་ཁང་ཆེན་མོ་སྐྱབ་བརྒྱུད་དར་བྱས་གླིང་དུ་

བྱིས་པ་དག་ལེགས་འཕེལ།།      །།

༥

བསྐྱུ་མེད་གཏན་གྱི་སྐྱབས་གཅིག་འཁོར་ལོའི་

མགོན། ཁྱིམ་ཆེན་ཅུ་བའི་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །འཆི་བ་

མ་དྲན་ཆེ་འདི་སྐྱབ་པ་ཡི། །དལ་འབྱོར་སྟོང་བད་

བདག་ལ་ཐུགས་རྗེས་བྱང་། །མི་ལམ་འདྲ་བའི་མི་ཆེ་

ཡང་ཡུང་འདི། །སྦྱིད་ཀྱང་རུང་ལ་སྐྱུག་ཀྱང་རུང་བས་

ན། །སྦྱིད་སྐྱུག་གནས་ལ་ཡིད་སྟོན་མི་བྱེད་པར། །

དམ་པའི་ཆོས་ལ་ནན་ཏན་བྱེད་པར་ཞོག། །སྦྱང་

གསེབ་མར་མེ་འདྲ་བའི་མི་ཆེ་འདི། །རིང་ཡང་རུང་ལ་

ཐུང་ཡང་རུང་བས་ན། །བདག་འཇིན་དམ་པོར་ཁ་

བསྟོན་མི་འདེབས་པར། །དམ་པའི་མེད་སྦྱིད་སྐྱུ་མ་

འདྲ་བའི་རྣམ་དཔྱེད་འདི། །འགྲིགས་ཀྱང་རུང་ལ་མ་

འགྲིགས་ཀྱང་རུང་བས། །ཆོས་བརྒྱད་ཁྱེད་ཀ་ལྟ་ལྟར་



དོར་ནས་སྒྲུ། །དམ་པའི་མེད་པའི་བྱ་ཚོ་གསལ་འདྲ་  
བའི་འཁོར་གཡོག་འདི། །འདུས་ཀྱང་རུང་ལ་འབྲལ་  
ཡང་རུང་བས་ན། །སྒྲུ་ཐག་རང་གི་མགོ་ལ་དགྱི་བ་  
ཡིས། །དམ་པའི་མེད་པའི་བྱ་ཚོ་འདྲ་བའི་སྒྲུ་  
ལུས་འདི། །འཚོ་ཡང་རུང་ལ་འབྲལ་ཡང་རུང་བས་  
ན། །བས་གོས་སྒྲུ་གྱི་རྩ་ལ་བས་མི་འཛིང་བར། །  
དམ་པའི་མེད་པའི་རྩ་ལ་འཚོ་མེད་འདྲ་བའི་ཚོས་ཚུགས་  
འདི། །བེན་ཡང་རུང་ལ་འཚོ་མེད་འདྲ་བའི་བས་  
ཐར་བེན་མང་པོས་རང་མགོ་མི་བསྐྱོར་བར། །དམ་  
པའི་མེད་པའི་མེད་པའི་གཟུགས་བརྒྱན་འདྲ་བའི་སྒྲུ་འདྲ་  
འདིས། །ཕན་ཡང་རུང་ལ་གཞོན་ཀྱང་རུང་བས་ན། །  
རང་སྒྲུ་འབྲལ་པ་དགྱུ་རུ་མི་བསྐྱོར་བར། །དམ་པའི་མེད་པའི་མེད་པའི་

རྗེས་མེད་བྲག་ཅ་འདྲ་བའི་འབྲུལ་གཏམ་འདི།      ལྷན་  
ཀྱང་རུང་ལ་མ་ལྷན་ཀྱང་རུང་བས།      །དགོན་མཆོག་  
གསུམ་དང་རང་སེམས་དཔང་བཞག་ནས།      །དམ་  
པའི་། །ཤ་བའི་རྩ་འདྲ་དགོས་དུས་མི་ཕན་པ།      །ཤེས་  
ཀྱང་རུང་ལ་མ་ཤེས་ཀྱང་རུང་བས།      །རིག་གནས་ཙམ་  
ལ་སློབ་གཏད་མི་འཆའ་བར།      །དམ་པའི་། །བཙན་དུག་  
ཉ་ལ་འདྲ་བའི་དགོར་ཇུས་འདི།      །བྱུང་ཡང་རུང་ལ་མ་  
བྱུང་ཡང་རུང་བས།      །ལོག་འཆོའི་སྒྲིག་ལ་མི་ཆོ་མི་  
བསྐྱུལ་བར།      །དམ་པའི་། །བྱི་ལུད་དར་བསྐྱམས་འདྲ་  
བའི་ཆེ་གཟུགས་འདི།      །ཐོབ་ཀྱང་རུང་ལ་མ་ཐོབ་ཀྱང་  
རུང་བས།      །རང་མགོ་རུལ་བ་སྒྲ་ཡིས་ཆོར་ནས་སུ།      །  
དམ་པའི་།      །ཆོང་འདུས་མགོན་པོ་འདྲ་བའི་གཉེན་

འབྲེལ་འདི།      མཛེར་ཡང་རུང་ལ་མཁོན་གྱང་རུང་

བས་ན།      ཞེན་པའི་གདོས་ཐག་སླིང་ནས་བཅད་པ་

ཡིས།      དམ་པའི་།      མི་ལམ་ནོར་རླེད་འདྲ་བའི་བྱང་

བྱིང་འདི།      ཡོད་གྱང་རུང་ལ་མེད་གྱང་རུང་བས་ན།      །

མཐུན་འཇུག་དོད་གས་གཞན་མགོ་མི་བསྐྱོར་བར།      །

དམ་པའི་།      གྲེལ་ཆུང་ཤིང་རྩེར་བབ་འདྲའི་གོ་ས་

འདི།      མཐོ་ཡང་རུང་ལ་དམའ་ཡང་རུང་བས་ན།      །

རང་སྤྱུག་གཞན་ལ་ཡིད་སྒྲོན་མི་བྱེད་པར།      དམ་པའི་།

མཆོན་ཆ་འདྲ་བའི་ངན་སྤྱུག་ལས་སྦྱོར་འདི།      །

འགྲུབ་གྱང་རུང་ལ་མ་འགྲུབ་གྱང་རུང་བས།      །རང་

སྒོ་ག་གཅིད་པའི་སྤྱ་གྲི་མི་ཉོ་བར།      དམ་པའི་།      རེ་ཅོའི་

ཡིག་རྒྱག་འདྲ་བའི་འདོན་བརྗོད་འདི།      བྱས་གྱང་རུང་

ལ་མ་བྱས་ཀྱང་རུང་བས།      བྱས་བྱས་མང་པོའི་རྣམ་  
གངས་མི་བགང་བར།    །དམ་པའི་།    རི་བོའི་འབབ་ཀྱི་  
འདྲ་བའི་བཤའ་ཡམ་ཆོས།      མཁའ་ས་ཀྱང་རུང་ལ་མ་  
མཁའ་ས་ཀྱང་རུང་བས།      །ཁ་བཤའ་མཁའ་ས་ལ་ཆོས་སུ་  
མི་བསྐྱོམ་པར།    །དམ་པའི་།    གན་པའི་སྣ་འདྲ་དབྱེད་  
པ་སྒྱུར་བའི་གྲོ།      །ཞི་ཡང་རུང་ལ་རྟུལ་ཡང་རུང་བས་  
ན།    །དོན་མེད་ཆགས་སྒྲུང་ཟེགས་མ་མི་སྒྲིང་བར།      །  
དམ་པའི་།                      དབྱུར་གྱི་རྒྱ་ཀྱང་འདྲ་བའི་རྣལ་འབྱོར་  
ཉམས།      །འཕེལ་ཡང་རུང་ལ་འགྲིབ་ཀྱང་རུང་བས་  
ན།    །བྱིས་པ་འཇའ་ཆོན་རྗེས་སུ་མི་འདེད་པར།    །དམ་  
པའི་།      རི་འགོའི་ཆར་པ་འདྲ་བའི་དག་སྒྲུང་འདི།      །  
ཤར་ཡང་རུང་ལ་མ་ཤར་ཡང་རུང་བས།    །འབྲུལ་པའི་

ཉམས་ལ་བདེན་པར་མི་བབྱང་བར། །དམ་པའི་མེ་མོའི་མེ་མོ།

ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ལྟ་བུའི་དལ་འབྱོར་འདི། །མ་ཐོབ་པའི་མེ་མོའི་མེ་མོ།

དམ་ཆོས་སྐྱབ་ཐབས་མི་འདུག་པས། །རང་ལག་ཡིད་ལྟ་བུའི་མེ་མོའི་མེ་མོ།

དུས་ཀྱི་ཐོས་མི་གཏོང་བར། །དམ་པའི་མེ་མོའི་མེ་མོ།

སྒྲོན་མེ་དཔལ་ལྷན་སྒྲུ་མེ་མོའི་མེ་མོ། །མ་མཇལ་གནས་པའི་མེ་མོའི་མེ་མོ།

ལྷགས་ཏྲོགས་ཐབས་མི་འདུག་པས། །གར་འབྱོལ་ཞེས་པའི་མེ་མོའི་མེ་མོ།

དུས་གཡང་ལ་མི་མཆོང་བར། །དམ་པའི་མེ་མོའི་མེ་མོ།

སེལ་སྒྲོན་དང་འདྲ་བའི་དམ་ཆོས་འདི། །མ་ཐོབ་སྐྱབ་པའི་མེ་མོའི་མེ་མོ།

སྐྱབ་ཞེས་ཐབས་མི་འདུག་པས། །ཕན་གཏོང་ཞེས་པའི་མེ་མོའི་མེ་མོ།

དུས་བཅོན་དུག་མི་འགམ་པར། །དམ་པའི་མེ་མོའི་མེ་མོ།

དགུན་རེས་འདྲའི་སྐྱོད་སྐྱོད་འབྱུང་སྐྱོད་འདི། །མ་ཐོབ་པའི་མེ་མོའི་མེ་མོ།

མཐོང་རེས་པར་འབྱུང་ཐབས་མི་གཏོང་བས། །སྐྱོད་པའི་མེ་མོའི་མེ་མོ།

རེས་རང་ལ་འཁོར་བར་ཐག་ཆོད་ནས།      །དམ་པའི་མེ་

ཆུ་རྩེ་ཆུ་གཏིང་བྱིང་འདྲའི་འཁོར་བ་འདི།      །ད་རས་མ་

བསྐྱར་བྱིན་ས་མི་ཐར་བས།      །དཀོན་མཆོག་ཐུགས་

རྩེའི་དབྱང་ཐག་ལ་འཇུས་ནས།      །དམ་པའི་མེ་ རྩེ་བྱའི་

བྱིང་འདྲ་ཐར་པའི་ཡོན་ཏན་འདི།      །མ་ཤེས་བརྩོན་

འགྲུས་རྩོམ་ཐབས་མི་འདུག་པས།      །གཏན་དུ་རྒྱལ་

བའི་ཁེ་གསང་མཐོང་ནས་སྟ།      །དམ་པའི་མེ་ བདུད་

ཕྱིའི་བརྩུད་འདྲ་དམ་པའི་རྣམ་ཐར་འདི།      །མ་མཇལ་

ཡིད་ཆེས་སྐྱེ་ཐབས་མི་འདུག་པས།      །ཕམ་རྒྱལ་ཤེས་

དུས་རང་སྟག་མི་ཉོ་བར།      །དམ་པའི་མེ་ ཞིང་ས་གཤེན་

པོ་འདྲ་བའི་བྱང་སེམས་འདི།      །མ་སྐྱེས་སངས་རྒྱས་

ཐོབ་ཐབས་མི་འདུག་པས།      །དོན་ཆེན་སྐྱབ་ལ་བཏང་



སྟོམས་མི་འཛོག་པར། །དམ་པའི་ཅུང་ཆུང་སྟེའུ་  
འདྲ་བའི་རང་སེམས་འདི། །ཁ་བསྐྱུང་ཉོན་མོངས་སྤང་  
ཐབས་མི་འདུག་པས། །སྟོན་པའི་ལད་མེ་ཅི་བདེར་མི་  
བྱེད་པར། །དམ་པའི་སྟོན་སྐྱེས་གྲིབ་མ་འདྲ་བའི་  
བདག་འཛོན་འདི། །ཁ་སྤངས་བདེ་སར་སྟོན་ཐབས་མི་  
འདུག་པས། །དབྱ་བོ་ཟེན་དུས་བཤེས་སུ་མི་བསྟེན་  
པར། །དམ་པའི་ཐལ་གསེབ་མེ་མདག་འདྲ་བའི་  
དུག་ལྡེ་འདི། །ཁ་ཆོམ་སེམས་ཉིད་རྣལ་དུ་མི་གནས་  
པས། །དུག་སྐྱུལ་ཕུ་གུ་རུམ་དུ་མི་གསོ་བར། །  
དམ་པའི་སྐྱུམ་ཀོག་གྱེད་པོ་འདྲ་བའི་རང་ཆུང་  
འདི། །ཁ་དུལ་ཆོས་དང་རང་སེམས་མི་འདྲེ་བས། །  
རང་སྐྱེས་ཕུ་གུ་སྐྱུག་ལང་མི་བཏང་བར། །དམ་པའི་

ཐུ་སྐྱུང་འབབ་འདྲ་བཟ་ཆགས་ངན་གོམས་འདི། །མ་  
བཅད་ཆོས་མིན་སྒྱུད་དང་མི་འབྲལ་བས། །མ་ཆོན་ཆ་  
དག་པོའི་ལག་ཏུ་མི་འཆོང་བར། །དམ་པའི་། ཟེན་  
མེད་ཐུ་གཉེར་ལྟ་བུའི་རྣམ་གཤེད་འདི། །མ་སྤངས་  
བརྟན་པ་ཐོབ་ཐབས་མི་གཤེད་བས། །ཅི་བྱས་ཆོག་  
དུས་འཁོར་བ་མི་བསྐྱབ་པར། །དམ་པའི་། ས་ཐུ་  
ངོས་འདྲ་སྒྲ་མའི་བྱིན་རྒྱབས་འདི། །མ་ཞུགས་རང་ངོ་  
འཕྲོད་ཐབས་མི་གཤེད་པས། །ཉེ་ལམ་སླེབ་དུས་ས་རྒྱ་  
མི་བསྐྱོར་བར། །དམ་པའི་། དབྱར་གྱི་སྒྲན་ལྗོངས་  
འདྲ་བའི་དབེན་ས་འདི། །མ་བསྐྱེན་ཡོན་ཏན་སྐྱེ་ཐབས་  
མི་གཤེད་བས། །རི་ལ་གནས་དུས་གྲོང་ནག་མི་འགྲིམ་  
པར། །དམ་པའི་། བསེ་རག་ཕུགས་སུ་ཞུགས་འདྲའི་

སྐྱོད་འདོད་འདི།      ཁ་ཕྱལ་སྐྱབ་བསྐྱལ་ཕྱོལ་སྐྱབ་མི་  
ཆད་པས།      ཁྱོག་འགོང་ཕྱག་གི་ལྟ་རུ་མི་མཆོད་  
པར། དམ་པའི་། མཁར་གྱི་སྒོ་ལྷགས་འདྲ་བའི་དྲན་  
ཤེས་འདི།      ཁ་བསྟེན་འབྲུལ་པའི་རྒྱ་འགྲུལ་མི་ཆད་  
པས། ཀློན་མ་ཡོང་དུས་སྒོ་ཆ་མི་སྟོད་པར། དམ་  
པའི་། འགྱུར་མེད་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་གནས་ལྷགས་  
འདི། ཁ་རྟོགས་ལྟ་བུའི་གཞི་རྩ་མི་ཆོད་པས། རང་  
གིས་རང་ཉིད་ལྷགས་སུ་མི་བརྟུག་པར། དམ་པའི་།  
དྲི་མེད་ཤེལ་གོང་འདྲ་བའི་རིག་པ་འདི།      ཁ་མཐོང་  
སྒོ་མ་པའི་འཇོན་ཕྱོལ་མི་ཞིག་པས།      འབྲུལ་མེད་  
འགྲོགས་དུས་གཞན་ལ་མི་ཆོལ་བར། དམ་པའི་།  
སྤར་འདྲིས་གྲོགས་འདྲ་བ་མལ་ཤེས་པའི་ངོ་།      ཁ་

འཕྲོད་བྱས་ཆད་བསྐྱ་བའི་ཆོས་ཡིན་པས། ཁྲིག་བྱ་

བཅུམས་ནས་སྤར་ཆོད་མི་བྱེད་པར། སྐམ་པའི་མེ་

མདོར་ན་ཆེ་འདིའི་བྱ་བ་མ་བཏང་ན། བྱི་མའི་དམ་

ཆོས་འགྲུབ་ཐབས་མི་གཏང་བས། རང་རྒྱུ་རང་ལ་

ཆེ་བའི་གྲོས་བཏབ་ནས། བྱས་ཆད་དམ་པའི་ཆོས་སྤྱ་

འགྲོ་བར་ཤོག། ཆོས་བཞིན་གདམས་ན་སྤྲེལ་པར་ལོག་

ལྟ་དང་། ལས་ངན་སྦྱངས་ཆེ་སྤྱ་ལ་ཡི་ཆད་དང་། །

འགལ་རྒྱུ་བྱུང་ན་སྤྱུབ་པ་བཤེལ་བ་སོགས། སྤངས་

གྲུབ་ཐོབ་ཀྱིས་བར་ཆད་མ་གྱུར་ཅིག། བྱས་ཆད་ཐམས་

ཅད་དོན་མེད་ས་སྦྱང་བསྐྱོར། འབད་ཆད་ཐམས་ཅད་

རང་རྒྱུ་རངས་པའི་རྒྱ། སྤོར་ཆད་ཐམས་ཅད་འབྱུལ་

བའི་ཁ་སྤོན་བཏབ། སོ་སྤྱིས་ཆོས་སྤྱོད་མ་གྱུར་རང་

འཆིང་རྒྱ། བྱ་རྒྱ་མང་ལ་བྱ་བ་འབྲས་གཅིག་གྱང་  
མེད། དྲན་རྒྱ་མང་ལ་གཏད་སེཾ་ཡང་མེད། དགོས་  
དགོས་མང་ལ་འཛོམ་དུས་མེད་པ་ཡི། བྱ་བ་བཏང་  
ནས་གདམས་ངག་བསྐྱེམ་ལུས་ཤོག། བྱའོ་བསམ་ན་  
རྒྱལ་གསུང་དཔང་པོར་རྒྱགས། བྱེད་དོ་བསམ་ན་རང་  
རྒྱད་ཆོས་དང་སྒེས། སྐྱབ་པོ་བསམ་ན་གོང་མའི་རྣམ་  
ཐར་ལྟོས། ལང་ཤོར་བྱེད་ལ་བྱ་བ་གཞན་གྱིས་ཅི། །  
དམན་ས་ཟེན་ཅིང་ཆོག་ཤེས་ནོར་གྱིས་ཕྱག་ ཆོས་  
བརྒྱད་འཆིང་གོལ་སྐྱབ་ལ་སྒྲིང་དུས་སྟ། སྒྲ་མའི་བྱེན་  
ལྷགས་རྟོགས་པ་མཁའ་དང་མཉམ། གྲུན་བབང་རྒྱལ་  
རབས་ཟེན་པར་བྱེན་གྱིས་སྒྲོབས། ཞེས་པའང་དམ་པ་གོང་  
མའི་ཞལ་གདམས་རྗེ་རྗེའི་གསུང་གི་དོན་བསྡུས་ནས་རང་གི་ངག་འདོན་དུ་བྲིས་

པ་སྟེ། འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྫོང་སོ། ། །



༥ རྣམ་ཐོ་རྒྱ་ཏུ་ཡ་ཡུ། མཁའ་བྱུང་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་  
བཅས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། རྒྱུ་དང་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོའི་ངོ་བོ་  
ཉིད། ར་གདོད་མའི་མགོན་པོ་དཔལ་ལྷན་གླེ་མ་ལ། །  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་སྟོན་ལམ་ཡོངས་འགྲུབ་  
མཛོད། འགྲོ་བྱ་གྲོང་ཁྱེར་བོ་རྒྱའི་བྱུང་མོ་བཞིན། །  
མཐའ་མེད་ཁ་བརྒྱད་སྤྱུག་བསྐྱེད་སྤྱིང་འདི་ལ། ཁྱིན་  
མའི་གྲོང་དང་སྤྱ་གྲིའི་ཆལ་ལྟ་བུར། མཐོང་ནས་ངེས་  
འབྱུང་སྤྱིང་ནས་སྤྱེ་བར་ཤོག། ཁྱི་ལམ་ལྟ་བུའི་འཁོར་  
བའི་དཔལ་འབྱོར་ཀུན། ཁྱི་བདེན་གསོབ་དང་སྤྱ་མ་  
ལྟར་ཤེས་ནས། ཁྱི་མེད་ནས་མཁའི་འཇའ་ཚོན་ལྟ་བུ་  
ཡི། བྱ་བྱེད་འདི་ལ་ནམ་ཡང་མི་འཇུག་ཤོག། བཀའ་  
ངོན་གསུམ་ལྟན་དཔལ་ལྟན་གླེ་མ་ལ། མཉམ་

འགྲོགས་ལོག་ལྟ་སྟ་ཙམ་མི་སྐྱེ་ཞིང་།      །སངས་རྒྱས་  
དངོས་སུ་མཐོང་བའི་མོས་གུས་གྱིས།      །ཡེངས་མེད་  
རྒྱུ་དུ་གསོལ་བ་འདེབས་པར་ཤོག།      །རང་དོན་ཡིད་  
བྱེད་སློང་ན་མ་ཡིན་པར།      །མཁའ་བྱུང་མ་གྱུར་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ལ།      །རབ་དམིགས་བྱང་རྒྱུ་སེམས་  
མཆོག་རིན་པོ་ཆེ།      །རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་ནས་འགྲོ་ཕན་དོན་  
གཉེར་ཤོག།      །གསང་སྟགས་ཐེག་པ་མཆོག་གི་སྒྲོར་  
ལྷགས་ནས།      །ལམ་གྱི་མི་མཐུན་གོགས་ཆེན་རྣམས་  
པོ་ཆེ།      །དམ་ཆོག་ཉམས་འགལ་འདས་པའི་སྐྱིབ་པ་  
ཀུན།      །འགགས་སྟོབས་དྲག་པོས་རང་རྒྱུད་དག་པར་  
ཤོག།      །བྱིན་རྒྱུ་དབང་གི་གྲོང་མཛོད་སྒྲ་མ་ཉིད།      །  
མི་འབྲལ་སྤྱི་བའི་གཙུག་ཏུ་བསྐྱོམ་ནས་སུ།      །གསོལ་

བ་བཏབ་མཐུས་ཐུགས་ཡིད་གཅིག་འདྲེས་ཏེ། རྟོགས་  
པའི་ཉི་མ་ཁོངས་ནས་འཆར་བར་ཤོག། འདི་ལྟར་སྒྲུང་  
སྟོང་འཁོར་འདས་ཆོས་རྣམས་ཀུན། རང་སྒྲུང་སྒྲུང་  
ཙམ་ཉིད་ནས་སྐྱེ་བ་མེད། སྟོས་བྲལ་རིག་པ་སྐྱེ་བཞི་  
ཡེ་ཤེས་ལྟའི། རང་ངོ་ཤེས་པ་ལྟ་བའི་གདིང་བློབ་  
ཤོག། དམིགས་གཏད་མཚན་མའི་སྟོགས་ཀྱིས་མི་  
འཆིང་བར། ད་ལྟའི་རིག་པ་སྟོང་གསལ་སོ་མའི་  
ངང་། ཁི་ཡེངས་མི་འཛིན་རང་བབས་སྟོང་བ་ཡི། །  
གནས་ལུགས་སྟོམ་པའི་རྩལ་ཆེན་ཇོགས་པར་ཤོག། །  
ལྟ་སྟོང་གཉིས་པོ་སྟོགས་རེར་མ་གྱུར་ཅིང་། སྟོ་  
གསུམ་ཡང་དག་ཆོས་དང་མཐུན་པ་དང་། སྐྱེ་མའི་  
རྣལ་འབྱེད་བྱར་མེད་ཡེངས་མེད་ངང་། ཉིན་མཚན་

འོད་གསལ་ཁོར་ཡུག་འདའ་བར་ཤོག། རྣམ་ཞིག་འཆི་  
བའི་དུས་སུ་བབ་པ་ན། ཆེ་འདིའི་ཡུལ་ལ་ཞེན་པ་བྲལ་  
བ་དང་། གནད་གཅོད་དྲག་པོའི་སྐྱག་བསྐྱལ་མི་སྤྱོད་  
ཞིང་། སྤྱང་མཆེད་ཐོབ་པའི་ཉམས་ཀུན་ངོ་ཤེས་  
ཤོག། འཆི་བའི་བར་དོར་སྒྲེག་མོས་བརྟན་བལྟ་  
བ་ཞིན། སྒྲེ་མའི་གདམས་ངག་སེམས་ལ་གསལ་བ་  
དང་། གཞི་ཡི་འོད་གསལ་མངོན་དུ་གྱུར་ནས་སུ། །  
ཀ་དག་ཆོས་སྐྱའི་སྤྱོད་དུ་གྲོལ་བར་ཤོག། གཤམ་ཏེ་  
གཞི་ཡི་འོད་གསལ་མ་བེན་ན། བར་དོར་ཞི་བྱའི་སྒྲེ་  
ཆོགས་འཆར་མ་བྲག། རང་སྤྱང་ངོ་ཤེས་མ་པར་བྱ་  
འདྲག་ལྟར། ལྷན་གྱུབ་ལོངས་སྐྱའི་དབྱིངས་སུ་གྲོལ་  
བར་ཤོག། དེ་ཡང་ཉམས་ལེན་གོམ་འདྲིས་ཆུང་།

སྒྲུབས་གྱིས།      ཆོས་ཉིད་བར་དོར་གྲོལ་བར་མ་གྱུར་  
ན།    །ལས་གྱི་འཕྲོ་མཐུད་ཡུར་བར་ལ་འཇུག་ལྟར།    །  
ངན་པའི་སྒྲིབ་གསལ་བཟང་པོའི་རྟེན་འཆོལ་ཤོག།    རྟེན་  
བཟང་དལ་འབྱོར་ཆང་ཞིང་རང་དབང་ཅན།    །མཆོན་  
ལྡན་སྒྲ་མ་དང་ནི་གསང་སྒྲ་གསལ་གྱི།    ཆོས་དང་འཕྲད་  
ཅིང་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ཡི།    །སྐལ་བར་ལྡན་པའི་ལུས་  
མཆོག་ཐོབ་པར་ཤོག།    ཆོ་རབས་ཀུན་ཏུ་དམ་ཆོག་རྣམ་  
པར་དག།    །རིམ་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་རང་གཞན་དོན་  
གཉིས་འགྲུབ།    །ཀུན་བཟང་ཆོས་སྐུའི་རྒྱལ་ས་སྒྱུར་  
ཐོབ་ནས།    །ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་དོང་ནས་སྒྲུགས་  
པར་ཤོག།    །ཅེས་པའང་ལྷ་རྩེ་ཆོས་ཉིད་རྒྱུ་མཆོ་དང་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྒྲོན་བུང་  
གིས་བསྐྱལ་བ་ལྟར་འཇིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྩེ་རྩེས་བྲིས་པ་དགོ་ལེགས་སུ་གྱུར་

ཅིག །བདེ་ལྷན་ཞིང་དུ་སྒྲུང་མཐའ་འོད་མི་འགྱུར། །རི་བོ་  
ཏ་ལར་འཕགས་མཆོག་སླིང་རྗེའི་གཏེར། །རྩ་ཡབ་  
སླིང་དུ་པར་བློ་བྱོད་སྤེང་རྩལ། །དབྱེར་མེད་སྐྱབས་ཀྱིས་  
འདུས་ཞལ་སྒྲུ་མ་རྗེ། །སླིང་ནས་མེས་གདུང་དྲག་པོས་  
གསོལ་འདེབས་ན། །ཏྲ་ཏུ་བཅེ་བས་རྗེས་བབྱང་བྱིན་  
སྐབས་སྟོལ། །གནས་སྐྱབས་བྱིན་འགལ་རྒྱུན་བར་  
ཆད་ནི། །ཆོ་རིང་བདེ་འབྱེར་བསམ་དོན་ལྷན་གྱིས་  
འགྲུབ། །ཆོས་མིན་ལྟ་བུ་རྒྱུད་ལ་མི་སྐྱེ་བར། །ཆོས་  
མཐུན་དཀར་པོའི་བསམ་སྟོར་གོང་དུ་འཕེལ། །ནམ་  
ཞིག་འཆི་བ་གནད་གཅོད་མི་སྟོང་ཞིང་། །འཕྲོས་མ་  
ཐག་ཏུ་མཁའ་འགྲོས་མདུན་བསྐྱུས་ནས། །པར་འོད་  
གྱི་ཞིང་དུ་སྐྱེས་ནས་གྱུང་། །གྲུ་རུའི་ཞལ་མཐོང་གསུང་



གི་ལུང་ལོང་དེ། །ས་ལམ་ཡོན་ཏན་མིག་འཕྱལ་ལྟ་བུར་  
བགྱོད། །རང་གཞན་དོན་གཉིས་མཐའ་དུ་སྤྱོན་པར་  
ཤོག། །ཅེས་པའང་དད་པ་ཅན་ལ་ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་འཛོག་པའི་སྤྲད་དུ་  
འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྩིས་སོ།།

༥ ། ཕྱོགས་བརྒྱ་རབ་འབྱམས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་མཐའ་  
ཡས་མུ་མེད་པ་ན་བཞུགས་པའི་སྤྲ་མ་སངས་རྒྱས་བྱུང་  
སེམས་ཉན་རང་ཡི་དམ་ལྟ་ཆོགས་མཁའ་འགྲོ་དམ་ཅན་  
ཆོས་སྤྱང་གི་ཆོགས་དང་བཅས་པའི་སྐྱབས་གནས་  
རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་སོགས་  
ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་  
དགོངས་སུ་གསོལ། །བདག་གིས་འཁོར་འདས་  
དུས་གསུམ་དུ་བསགས་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་འདུས་

བྱས་འདུས་མ་བྱས་པའི་རྣམ་དཀར་དག་ཆོག་ས་ཇི་སྟེད་  
པ་མཐའ་དག་གཅིག་ཏུ་བསྡེམས་ཏེ་མཐའ་ཡས་པའི་  
སེམས་ཅན་ཐོག་མེད་ནས་ད་ལྟའི་བར་གྱི་དྲིན་ཅན་པ་  
མར་གྱུར་པ་མཐའ་དག་སྒྲན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་རིན་པོ་  
ཆེ་ཐོབ་པའི་རྒྱ་དང་ས་བོན་ཉིད་དུ་ཡོངས་སུ་བསྡེ་བར་  
བགྱིའོ། །དེ་ལྟར་བསྡེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲུ་མ་དམ་པ་  
དགོངས་པ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་ཐིམ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་  
དགོངས་ཟག་མེད་ཀྱི་གྲོང་དུ་ཡོངས་སུ་ཐོགས་པ་དང་ས་  
ལམ་གྱི་འགལ་རྒྱུན་བར་ཆད་མེད་པར་འོད་གསལ་  
འདུས་མ་བྱས་པའི་ཆོས་སྐུ་མངོན་དུ་མཛད་ནས་ཐུགས་  
རྟེན་སྐུ་འཕྲུལ་གར་གྱི་རོལ་པ་རྒྱུན་མི་ཆད་པས་གདུལ་  
བྱ་བྱང་གྲོལ་ལ་འགོད་པའི་ཐིན་ལས་མད་དུ་བྱང་བ་རྟག་

པ་རྒྱུན་གྱི་འཁོར་ལོར་མཛད་པར་གྱུར་ཅིག      །འཛིག་

ཏེན་འདི་ནས་ཕ་རོལ་དུ་ཆེ་ལས་འདས་པ་ཁ་ལག་བྱས་

གསུམ་གྱི་འབྲེལ་བ་ཐོགས་ཚད་ཀྱིས་གཙོ་བྱས་ཏེ་

ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་བར་དོའི་འཛིག་ཏེན་དུ་

འབྲམས་པའི་རིགས་གྱུར་སྒྲ་ཚོགས་སྒྲག་བསྐལ་གྱིས་

མནར་ཞིང་འབྲུལ་སྒྲ་འཛིགས་སྒྲག་གིས་བསྐྱོད་པའི་

སྐྱེ་འགྲོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དག་པའི་རྩ་བ་འདི་དག་གི་མཐུ་

དང་རྒྱས་པས་རང་རང་སོ་སོའི་སྒྲག་བསྐལ་དང་བྲལ་

ནས་ཐར་པ་ཞི་བདེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་དམ་པ་སྐྱུར་དུ་

ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག      །ད་ལྟ་ཞལ་བཞུགས་པའི་སྤྱི་མ་

དག་པའི་བཤེས་གཉེན་རྣམས་དང་བཤད་སྒྲུབ་ཀྱི་

བསྟན་པ་འཛིན་པའི་འདུ་ཚོགས་མཐའ་དག་སྐྱེ་ཁམས་

བཟང་ཞིང་ཐོས་བསམ་སྒོམ་པ་དང་བསྟན་པ་འཛིན་སྐྱོང་  
བསྟུང་སྡེལ་གྱི་ཕྱིན་ལས་གཅིག་ཏུ་མཐུན་པར་མཛད་པ་  
ལ་བར་དུ་གཅོད་པ་མི་འབྱུང་ཞིང་སེ་སེའི་ཇི་ལྟར་བཞེད་  
དོན་ཆོས་མཐུན་དུ་འབྱུང་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་  
རིན་པོ་ཆེ་ཕྱོགས་དུས་ཀུན་ཏུ་དར་ཞིང་རྒྱས་ལ་ཡུན་རིང་  
དུ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག                      །སྤྱིན་པའི་བདག་པོ་ལ་  
སོགས་པའི་སྐྱེ་འབྱེ་མཆོག་དམན་རྣམས་ཀྱང་རྒྱལ་བའི་  
བསྟན་ལ་གུས་ཤིང་ཆེ་རིང་ནད་མེད་བདེ་སྐྱིད་ལོངས་  
སྐྱོད་འཕེལ་བ་དང་།                      འགལ་རྒྱུན་ཉེར་འཆེ་མེད་པར་  
འཛིག་ཏེན་ཁམས་ཀུན་དག་ལེགས་དཔལ་འབྱོར་དམ་  
ཆོས་འདོད་རྒྱུའི་ཆར་ཆེན་བསྐྱེལ་པ་ཇོགས་ལྟན་གྱི་དུས་  
བཞིན་འབབས་པས་སྐྱེ་རྒྱུ་མཐའ་དག་གནས་སྐབས་

མཐར་ཐུག་གི་དོན་ཀུན་འབད་མེད་དུ་འགྱུབ་པར་གྱུར་  
ཅིག འདི་ལྟར་བསྔོས་ནིང་སྔོན་པའི་དོན་རྣམས་སྐྱུར་  
དུ་འགྱུབ་ནས། བདག་སོགས་མཁའ་བྱུང་གི་འགྲོ་བ་  
མ་ལུས་པ་རྒྱ་དག་པ་ཀུན་བྱུང་བདེ་བ་ཤེགས་སྟིང་པོར་  
སྐྱོན་གྱིས་གྲུབ་པ་ལས། ལམ་དག་པ་ཟབ་དོན་སྟིང་པོ་  
བསྐྱེད་ཚོགས་བྱུང་འདུག་མཆོག་གི་དོན་མ་ཞོར་མ་ངོན་  
དུ་གྱུར་ཅིང་། འབྲས་བུ་དག་པ་བདེ་བ་ཆེན་པོ་རང་རིག་  
འཕོ་འགྱུར་མེད་པ་ཡེ་སངས་རྒྱས་པའི་སྟིང་པོར་བྱུང་  
ཆུབ་སྟེ་སྤྲུལ་པས་འགྲོ་དོན་རྒྱུན་ཆད་མེད་པ་འགྱུབ་པར་  
གྱུར་ཅིག །བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་བམས་ཅད་  
གཟིགས་པ་ཉིད། །ཅེས་སོགས་མདོ་རྒྱུད་ནས་གསུངས་པའི་སྔོན་ལམ་  
བྱིན་རྒྱབས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཤམ་བུ་ཡང་གདགས་པར་བྱའོ། ། །འདི་ནི་གང་ཟག་

སྒྲོམ་པ་རྒྱུད་ཞིང་ཆོག་ཆོག་ས་ཉུང་བ་ལ་མོས་པ་དག་དང་།    བྱེད་པར་གཏོར་མ་  
སོགས་རྒྱུན་གྱི་དགོ་སྒྲོལ་སྒྲིག་མའི་མཛུགས་ཏུ་བགྱི་བར་འོས་པ་ཞིག་དགོས་ཞེས་  
རང་གི་ཉེ་གནས་བསྟན་འཛིན་དར་རྒྱས་གྱིས་བསྒྲུལ་བ་བཞིན།  
སྒྲོམ་པ་རང་གྲོལ་གྱིས་བདེ་གཤེགས་ཆེན་མུག་ཏུ་བཀོད་པ་མངུ་ལྟོ།།    །།



༥ རྩེ་གྲུབ་ཐོབ་ཆེན་པོས་ལྷ་ལྷན་ངོ་བོ་རིན་པོ་ཆེའི་དུང་དུ་གསོལ་འདེབས་གནང་

བའི་ངོ་རྩེའི་གསུང་གྱིན་རྒྱ་བས་བདུད་རྩིའི་སྤྱིན་པུང་འཕྲོ་བཞི། མཐའ་

ཡས་འཕྲོ་བ་ངེས་པར་སྒྲོལ་སྤང་དུ། །སྒྲེ་མེད་བྱང་ཆུབ་

མཆོག་ཏུ་བྱུགས་བསྐྱེད་ནས། །ཆོགས་གཉིས་རྩེ་གས་

མཛད་རྒྱལ་བ་བྱུགས་རྩེ་ཅན། །མགོན་མེད་སྤྱི་གས་

མའི་འཕྲོ་ལ་བརྩེར་དགོངས་ནས། །བགྲེས་སྒྲོམ་ཉམ་

ཐག་སྐྱུག་བསྐྱུལ་གྱིས་གཟིར་བའི། །ལྷས་ཅན་འདི་

དག་ངེས་པར་བསྐྱབ་སྤྱིར་དུ། །རིན་ཆེན་བས་ལོར་འབྱུ་

དང་མལ་ཆ་སོགས། །ཡིད་འོང་འདོད་དགའི་ལོངས་

སྤྱོད་རི་སྤྱོད་ཀྱི། །ཆར་པ་འཛམ་གླིང་ཁ་བ་ཅན་དུ་

ཕོབ། །དུས་མིན་རྒྱང་དང་མེ་ཐན་ཆར་རྒྱ་སོགས། །

འབྱུང་བཞིའི་གཞོད་པ་ཉེ་བར་ཞི་བ་དང་། །འབྱུ་བརྩུང་

ཅི་ཐོག་ལོ་ཏོག་ལ་སོགས་པ།      རྫོགས་ལྡན་དུས་ལྟར་  
སྒྲིན་ཅིང་རྒྱས་གྱུར་ཅིག      བྱམས་དང་སྦྱིང་རྗེའི་ཤུགས་  
ཀྱིས་རབ་བསྐྱེལ་ནས།      རྒྱ་ཆེན་སྒྲོན་ལམ་བཟབ་པ་  
འདི་ཡི་མཐུས།      རྒྱད་མཆོན་མུ་གའི་བསྐྱེལ་བ་ཉེར་ཞི་  
ནས།      ཆེ་རིང་ནད་མེད་བདེ་སྦྱིང་ལྡན་པར་ཤོག      །  
རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་པའི་ཐུགས་རྗེ་དང་།      ལས་  
འབྲས་བསྐྱེལ་བ་མེད་པའི་བདེན་སྟོབས་ཀྱིས།      རྒྱལ་  
བའི་བསྐྱེལ་པ་དར་ཞིང་རྒྱས་པ་དང་།      འཁྲོ་ཀུན་སྒྲ་མེད་  
བྱང་རྒྱལ་གྱུར་ཐོབ་ཤོག      ཅེས་པ་འདི་ནི་བོད་ཁམས་སུ་མུ་གེ་ཆེན་པོ་  
བྱང་བའི་སྐྱབས་གྱུ་བ་ཆེན་ཐང་སྦྱང་རྒྱལ་པོས་ལྷ་ལྡན་ཇོ་བོ་རིན་པོ་ཆའི་སྐུན་སྤར་  
སྒྲོན་ལམ་འདི་བཟབ་པའི་མཐུ་ལས།      འཁྲོ་བ་ཐམས་ཅད་བཀའ་སྒྲོམ་གྱི་སྤྱད་  
བསྐྱེལ་ལས་གྲོལ་བར་མཛད་དོ།      འདུས་དེར་འཕགས་པ་སྐུན་རས་གཟིགས་

གྱིས་ནམ་མཁའ་ནས་བོད་ཡུལ་ལ་འབྱུང་ཆར་འབེབས་པར་གང་ཟག་ལས་ཅན་

འགའ་ཤེས་མཐོང་ངོ་།།

༥ རྒྱུན་ལམ་ནད་གོ་ལམ་ནི། ལས་དང་སློབ་བྱུང་རྒྱུན་ལས་གྱུར་  
པ་ཡི། །གཞོན་དང་ནད་དང་འབྱུང་པོའི་འཆེ་བ་  
སོགས། །སེམས་ཅན་ཡིད་མི་བདེ་བའི་ནད་རྣམས་  
ཀུན། །འཛིག་རྟེན་ཁམས་སུ་འབྱུང་བར་མ་གྱུར་ཅིག །  
ཇི་ལྟར་གཤེད་མས་འབྲིད་པའི་གསལ་བྱ་བཞིན། །སྐད་  
ཅིག་གཅིག་ལ་ལྟས་སེམས་འབྲལ་བྱེད་པའི། །སློག་  
འཕྲོག་ནད་ཀྱི་སྒྲུག་བསྐྱལ་ཇི་སྟེད་པ། །འཛིག་རྟེན་  
ཁམས་སུ་འབྱུང་བར་མ་གྱུར་ཅིག །འཆི་བདག་གཤེན་  
ཇེའི་ཁ་ནང་ཚུད་པ་ལྟར། །ནད་ཀྱི་མིང་ཙམ་ཐོས་པས་  
སྒྲུག་བྱེད་པའི། །ཉིན་གཅིག་པ་དང་རྟག་པའི་རིམས་  
སོགས་ཀྱིས། །ལྟས་ཅན་ཀུན་ལ་གཞོན་པར་མ་གྱུར་  
ཅིག །གཞོན་པའི་བགོགས་རིགས་སྟོང་སྒྲུག་བརྒྱུད་ཅུ་

དང་། ཁྱོ་བུར་ཡེ་འདྲོགས་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་

དང་། བཞི་བརྒྱ་ཅུ་བཞི་འི་ནད་ལ་སོགས་པ་

ཡིས། ལྷུས་ཅན་ཀུན་ལ་འཆེ་བར་མ་གྱུར་ཅིག །

ལྷུས་སེམས་བདེ་བ་མ་ལྷུས་འཕྲོག་བྱེད་པའི། འབྱུང་

བཞི་འབྲུགས་པའི་སྐྱག་བསྐྱལ་ཇི་སྟེད་པ། མ་ལྷུས་

ཞི་ཞིང་མདངས་སྟོབས་ལྡན་པ་དང་། ཆེ་རིང་ནད་མེད་

བདེ་སྦྱིད་ལྡན་པར་ཤོག ཁྱེ་མ་དགོན་མཆོག་གསུམ་

གྱི་བྲུགས་རྗེ་དང་། མཁའ་འགྲོ་ཆེས་སྦྱང་སྦྱང་མའི་

རུས་མཐུ་དང་། ལས་འབྲས་བསྐྱུ་བ་མེད་པའི་བདེན་

སྟོབས་ཀྱིས། བསྐྱོ་བ་སྐྱོན་ལམ་བཟུང་ཆོད་འགྲུབ་

པར་ཤོག ཅེས་པ་འདི་ནི་གདན་ས་ཆེན་པོ་དཔལ་ལྡན་ས་སྐྱར་ནད་རིམས་

མི་གཅིག་པ་སྐྱ་ཆོགས་བྱུང་བར། སྐྱགས་བོན་རྣམས་ཀྱིས་མདོས་གཏོར་སྐྱོན་

སྒྲགས་སྤྱང་བ་སོགས་གང་བསྐྱབས་ཀྱང་མ་ཕན་པར་གདན་ས་སྤོང་ལ་བྱག་པའི་

སྐབས། རྗེ་གྲུབ་ཐོབ་ཆེན་པོས་མ་ནམ་མཁའ་མའི་སྐྱབས་འགོ་གིས། མ་ཆི་

སྤོངས། སྤོན་ལམ་འདི་ཐོབ་ཅེས་བཀའ་སྤྱལ་བ་བཞིན་བགྱིས་པ་ལ་བརྟེན་ནང་

ཡམས་ཐམས་ཅད་འཕྲལ་དུ་ཆད་པས་ས་སྐྱ་ནད་གོ་ལ་མའི་སྤོན་ལམ་ཞེས་རྗེ་རྗེའི་

གསུང་བྱིན་ལྟར་གྱི་སྤོན་ཕུང་འཕྲོ་བར་བྲགས་སོ།།



དགོངས་སུ་གསོལ། །དེང་འདིར་བརྩོན་པས་བསྐྱབས་  
 པའི་དགོ་བ་དང་། །དུས་གསུམ་བསགས་དང་ཡོད་  
 པའི་དགོ་བ་རྣམས། །བསྐྱེམས་ཏེ་སྒྲུ་མེད་བྱང་ཆུབ་  
 ཆེན་པོར་བསྐྱོ། །དེང་ནས་བྱང་ཆུབ་སླིང་པོར་མཆིས་  
 གྱི་བར། །རིགས་བབང་སྒྲོ་གསལ་ང་རྒྱལ་མེད་པ་  
 དང་། །སླིང་རྩེ་ཆེ་ཞིང་སྒྲུ་མ་ལ་གུས་ལྡན། །དཔལ་  
 ལྡན་རྩོམ་རྒྱུ་ཐེག་ལ་ངས་གནས་ཤོག། །དབང་གིས་  
 སྒྲོན་ཅིང་དམ་ཚོགས་སྒྲུ་མ་པར་ལྡན། །རིམ་གཉིས་ལམ་  
 ལ་བསྐྱེན་སྐྱབ་མཐར་ཕྱིན་ཏེ། །དཀའ་བ་མེད་པར་རིག་  
 འཛིན་གོ་འཕང་བགྲོད། །དངོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས་བདེ་  
 སྐབས་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག། །ཅིར་སྒྲུང་སྐྱེ་འཕྱུལ་དུ་བའི་

འཁོར་ལོར་ཚྲོགས། །བྲགས་པ་ཐམས་ཅད་བཟོད་བྲལ་  
སྒྲགས་གྱི་སྒྱ། །སེམས་གྱི་འབྱུང་བ་རང་རིག་འདུས་མ་  
བྱས། །བདེ་ཆེན་འདུ་འབྲལ་མེད་པར་མངོན་གྱུར་  
ཤོག། །ཉམས་ཆག་རྟོག་སྒྲིབ་མ་སྤངས་གནས་སུ་  
དག། །སྤྱི་ནང་གསང་བ་དབྱེར་མེད་རྟོགས་པས་  
བསྐྱངས། །གང་ཤར་རང་གྲོལ་ཀུན་བཟང་གྲོང་ཡངས་  
སུ། །ངན་སོང་དོང་སྒྲྲགས་སྤིང་ནི་མཉམ་གྱུར་ཅིག །  
ཐིག་ལེ་ཆེན་པོ་སྐྱེ་དང་ཞིང་ཁམས་ཚྲོགས། །དམ་ཆེག་  
ཆེན་པོ་སྤང་སྤང་མཆོན་མ་དག། །བྱབ་གདལ་ཆེན་པོ་རེ་  
དོགས་མདུད་པ་གྲོལ། །ཚྲོགས་པ་ཆེན་པོ་ཆོས་སྐྱེ་  
མངོན་གྱུར་ཤོག། །བརྒྱུད་པ་གསུམ་གྱི་བྱིན་རླབས་སྦྱིང་  
ལ་ཞུགས། །སྤྱི་འཕུལ་དྲུ་བའི་ལམ་གསང་སེམས་ལ་

ཚོགས།                      བྲིན་ལས་རྣམ་བཞི་ལྟན་གྱིས་གྲུབ་པ་  
ཡིས།    ལྷ་མཐའ་མེད་པའི་འགྲོ་བ་སྒྲོལ་བར་འོག།    །  
ནི་བྲོ་སྤྱལ་པའི་འཁོར་ལོས་ལུང་སྟོན་ནིང་།    ལམ་ཁར་  
འགྲོ་རྣམས་གྱིས་བྱ་བ་ཞིན་སྐྱོང་བ་དང་།    ཆོས་སྐྱོང་  
སྤང་མས་བར་ཆད་ཀྱན་བསལ་ནས།    ཡིད་ལ་སྟོན་པ་  
མཐའ་དག་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག།    རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་དར་  
ནིང་རྒྱས་པ་དང་།    བསྟན་འཛིན་རྣམས་གྱི་བཞེད་པའི་  
དོན་ཀྱན་འགྲུབ།    ལམ་ལུས་སྐྱེ་རྒྱའི་འགལ་རྒྱུན་ཀྱན་ནི་  
ནིང་།    ལྟན་ཚོགས་མཐའ་དག་ཡིད་བཞིན་འབྱོར་གྱུར་  
ཅིག།    ཅེས་པའང་དིག་པ་འཛིན་བ་གཏེར་ཆེན་འགྱུར་མེད་དོ་ཆེས་སོ།།

༥ མར་མེ་སྒོན་ལམ་ཡེ་ཤེས་འོད་གསལ་བཞུགས། ཨོྭ་ཨྲུཾ་རྩྱཾ་རྩཾ་

དུར་བྲོད་གསང་བ་མཆོག་གི་དགྲིལ་འཁོར་དུ། རྫོ་

རྩེ་སྒོ་བ་དཔོན་མཆེད་ལྷུ་མ་འདུས་པའི་ཆོགས། གླེ་མེད་

རྩེ་རྩེའི་རིགས་སུ་དམ་བཅས་ཏེ། བྱང་རྒྱལ་སྒྲིང་པོར་

ཡོངས་སུ་སྒོན་བགྱིད་ན། བདེ་ཆེན་བྱང་རྒྱལ་སེམས་

གྱི་དགྲིལ་འཁོར་དུ། ཁྱིལ་ཏུ་དགྲེས་བཞུགས་ཅ་

གསུམ་སྐྱུང་མའི་ཆོགས། ལམ་ཉམ་ཉིད་དབྱིངས་སུ་

དབྱེར་མེད་ཚུལ་གཅིག་པའི། ཆོས་ཉིད་བདེན་པའི་

ངང་ནས་བྱིན་གྱིས་སྒྲོ་བས། སྒྲོལ་བཅུད་རྣམ་དག་ཡེ་

ནས་བདེ་བ་ཆེ། ལམ་ཉམ་པ་ཉིད་དབྱིངས་མི་འགྱུར་

སྒྲོས་དང་བྲལ། འོད་གསལ་ལ་ལྷུན་གྲུབ་རང་རིག་ཡེ་

ཤེས་གྱི། བྲིག་ལེ་ཉག་གཅིག་སྒྲོ་བས་གྱིས་གྲུབ་པར་

ཞོག་། རེང་ནས་སྒྲ་མེད་སྒྲིང་པོ་བློབ་བར་དུ། རའོར་  
བའི་འབྲུལ་སྒྲ་མུན་པས་མི་བརྗེ་ཞིང་། བྲབས་ཤེས་  
སྒྲ་བ་རྟེན་འབྱུང་བསྐྱ་མེད་ཀྱིས། མི་ལྷོག་འབྲས་  
བུའི་སྐྱབས་སུ་འདུག་པར་ཞོག་། བའ་ནས་བའ་དུ་སྐྱེ་  
བ་དེ་དང་དེར། བྲེག་མཆོག་རྩེ་རྩེའི་རིགས་སུ་སྐྱེས་  
ནས་ཀྱང་། བྲེག་ཆེན་གསང་སྒྲ་གས་སྟོན་དང་བསྟོན་  
པ་དང་། འབྲུལ་མེད་བདུད་ཀྱི་ལས་རྣམས་སྦྲོང་བར་  
ཞོག་། དད་པ་ཆེན་པོས་བྲེག་མཆོག་ལྷག་པར་མོས། །  
སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོའི་འགྲོ་ཁམས་ཡོངས་སུ་འཛིན། ཤེས་  
རབ་ཆེན་པོས་མཐར་ཐུག་ཆོས་མཛོད་མཐོང་། བྲིན་  
ལས་ཆེན་པོའི་དོན་ཀུན་གྲུབ་གྱུར་ཅིག་། འདུས་པའི་  
ཆོག་ས་འདི་མི་འབྲུལ་ཆོམ་བུར་འགྲོགས། བྲེག་ཆེན་

སྒྲིང་པོའི་དོན་ལ་མཐུན་པར་བརྩོན།      །བསྟན་ལ་སྒྲིང་  
པའི་ཡིད་ཅན་མཐར་བྱེད་ཅིང་།      །དངོས་གྲུབ་འདོད་  
ཤུའི་དཔལ་གྱིས་འབྱོར་བར་ཤོག།      །དུག་ལྔའི་དབང་  
གིས་རིགས་དུག་ཡུལ་མཐོང་ཞིང་།      །འབྲུལ་སྒྲིང་མུན་  
པས་གལ་ཏེ་གོགས་བྱེད་ན།      །ཡེ་ཤེས་སྒྲིང་བའི་གོ་  
འབྱུང་སྒྲོན་མེ་འདིས།      །རིག་འཛིན་སྒྲུབ་པ་པོ་ཡི་ཤུལ་  
མཆོན་ཞིག།      །བཀའ་བརྒྱུད་སྒྲུབ་པའི་ཆོགས་གྱིས་མདུན་  
ནས་བསྟུས།      །ཡི་དམ་ལྷ་ཆོགས་རྣམས་གྱིས་རྒྱབ་ནས་  
བརྟེན།      །དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་གྱིས་ཡོངས་  
བསྐོར་ནས།      །ས་ལམ་རིམ་པར་གོགས་མེད་བསྐྱོད་  
གྱུར་ཅིག།      །འཇམ་པའི་དཔལ་གྱུར་ཡེ་ཤེས་ཉི་མ་ཡི།      །  
ཀུན་ཏུ་འོད་གྱིས་སྒྲོགས་བཅུའི་མུན་པ་བསལ།      །བརྩེ་



བའི་སྐྱུན་རས་འགྲོ་ཁམས་ཀུན་གཟིགས་པའི།     |པར་

ཅན་གྱི་ཡིད་ཅན་དབང་དུ་གྱུར།     |དཔལ་ལྷན་རྗེ་རྗེ་

འཛིན་པའི་ཡེ་ཤེས་སྐྱ།     |ཡི་གེ་འཁོར་ལོ་ཆོགས་ཆེན་

འཕྲོ་བ་ཡིས།     |ལས་དང་ཉོན་མོངས་བག་ཆགས་ཚར་

བཅད་ནས།     |སྐྱ་གསུམ་འདུ་འབྲལ་མེད་པར་སངས་

རྒྱལ་ཤོག།     |ཐམས་ཅད་མཉམ་ཉིད་བྱང་རྒྱལ་སེམས་གྱི་

སྒྲིང་།     |བདེ་ཆེན་རྒྱལ་པོ་རང་བྱང་ཡེ་ཤེས་སྐྱ།     |ཏིག་

ཏུ་མི་འགྱུར་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡི།     |བཀྲ་ཤིས་སྒྲིང་

བས་མཁའ་བྱུང་འབར་བ་ཤོག།     |ཅེས་པའང་ཐམས་ཅད་འདུལ་

གྱི་ལྷ་ཆོས་ལ་འཇམ་དཔལ་འོད་གསལ་རྗེ་རྗེའི་ཡིད་མཆོ་ལས་བྱང་བ་མཆོ་ལོ།།

ཨོྭ་ཨུཾ་རྩྱཾ་ཧྱཾ།     སྒྲིང་བརྩུང་གཉིས་མེད་ཡབ་ཡུམ་དག་

པ་ལ།     |འབྲས་བུ་རང་བྱང་ཡེ་ཤེས་མེར་ཤར་

བས། མཐའ་དབུས་མེད་པ་གསལ་བའི་འོད་འབར་  
འདི། འཁོར་བའི་མུན་ཁང་གཞིམ་ཕྱིར་བཞེས་སུ་  
གསོལ། དག་ལེགས་འཕེལ།

༥ མར་མའི་སྒྲོན་ལམ་ནི། ཨོྫེ་ཨུཾ་ཧྱཱཾ། ཡིད་འོང་དབྱིབས་  
མཛེས་རིན་ཆེན་གོང་བུ་རུ། གཙང་སྒྱུར་ཅི་བཙུང་མར་  
བྱས་ལེགས་གཏམས་ཤིང་། འདྲ་འཇམ་ལྷ་ལྷས་སྒྲོང་  
བུར་ཡོངས་སྒྱུར་བའི། མུན་སེལ་སྒྲུང་གསལ་སྒྲོན་  
མའི་མཆོད་པ་འདི། བྱུང་བདག་སྒྲུ་མ་མཆོག་གསུམ་  
ཅུ་བ་གསུམ། རབ་འབྱམས་སྐྱབས་གནས་རྒྱ་མཆོའི་  
ཆོགས་ལ་འབུལ། ཡེ་ཤེས་སྐུན་ལ་གསལ་འབྲིབ་མི་  
མངའ་ཡང་། བདག་སོགས་མཁའ་མཉམ་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི། མ་རིག་སྒྲིབ་གཉིས་མུན་པ་

རབ་སེལ་ནས།

ཡང་དགཤེས་རབ་མཆོག་གི་

མིག་ཐོབ་ཤོག།

ཅེས་པའང་བཙུན་མ་རྣམ་གྲོལ་དབང་མོས་དོན་དུ་

གཉེར་བའི་ངོར་འཛིགས་བྲལ་ཡེཤེས་རྗེས་སོ།། །།

༥

དག་སྒྲུང་ལས་མེད་

ཡོན་ཆབ་འབྲུལ་བའི་ཆོག་ཀྱང་དངོས་གྲུབ་རྒྱུ་མཆོ་

བཞུགས་སོ་

རྩེ་

ཡན་ལག་བརྒྱུད་ལྡན་བདུད་རྩིའི་རྒྱུ་

བྱུང་འདི་

བཅོམ་ལྡན་འཁོར་དང་བཅས་ལ་འབྲུལ་བར་

བཅུ་

བཞེས་ནས་བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་

ཀྱི་

ཆོག་ས་རྒྱུ་སྒྲིབ་དག་འཁོར་བ་དོད་སྒྲུགས་

ཞོག་

ཨོ་སྒྲུབ་ཏུ་སྒྲུག་ཏུ་ས་པ་རི་སྒྲུབ་ཨུ་རྒྱུ་པ་རྒྱུ་

པུ་རྒྱུ་མེ་སྒྲུག་སྒྲུབ་སྒྲུབ་རྒྱུ་རྒྱུ་ས་མ་ཡ་ཨུ་རྒྱུ་

རྒྱུ་གཅིག་གི་

ཆེ་ལམ་ན་མཁའ་འགྲོ་མ་སྒྲུག་སྒྲུག་ཡོན་ཅེར་བའི་བྱུང་མེད་དཀར་མེ་ཞིག་གིས་

ཡོན་ཆབ་འབྲུལ་ཆོག་འགྲོ་དོན་སྒྲུབ་ལམ་དང་བཅས་ཆང་ཅེར་བའི་འབྲུལ་སྒྲུང་

ཤར་བ་སྒྲུང་བན་བདུད་འཛམ་ས་རྒྱུ་སྒྲུག་སྒྲུག་ཆུ་ལ་བྱིས་ས་རྒྱུ་རྒྱུ་འོ་རོ་བྱིས་པ་

དགོའོ།། །།

༥ རིས་མེད་པའི་བསྟན་འཛིན་གྱི་སྒྲིམ་བུ་མཆོག་རྣམས་འཛོ་གཞེས་སུ་གསོལ་

བའི་སྟོན་ཆོག་མི་ཞིགས་རྩེ་ཕྱོད་བཞེས་བྱ་བ། ཨོྲེ་སྤྱི་སྤྱི་སྤྱི་བ་

ཏུ། འོད་མི་འགྱུར་བ་ཆེ་དཔག་མེད་མགོན་པོ་གས། །

ཕྱོགས་བཅུ་དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་བདེན་པ་ཡིས། །

སངས་རྒྱས་བསྟན་འཛིན་དཔལ་ལྷན་སྤྲེལ་རྣམས། །

ཞབས་པད་བརྟན་ཅིང་མཛད་སྤོན་རབ་འཕེལ་ཤོག། །སྡེ་

སྡོད་གསུམ་དང་ཐེག་པ་རིམ་དགུ་ཡི། །དམ་ཆོས་

ཆགས་དང་བྲལ་བའི་བདེན་པ་ཡིས། །ཆོས་མཆོག་

འབྱུང་གནས་དཔལ་ལྷན་སྤྲེལ་རྣམས། །ཞབས་པད་

བརྟན་ཅིང་། །རྒྱལ་སྤྲེལ་བྱུང་སེམས་ཉན་རང་

འཕགས་པའི་ཆོགས། །དག་འདུན་མི་ཕྱོད་འདུན་

པའི་བདེན་པ་ཡིས། །ཆོགས་མཆོག་འདྲན་པ་དཔལ་

ལྡན་སྒྲ་མ་རྣམས། །ཞབས་པད་མཆོ་སྐྱེས་རྩེ་རྩེ་བེ་  
མ་མི་ཏུ་སོགས། །རིག་འཛིན་རྩ་བ་རྒྱུད་སྒྲ་མའི་བྱིན་  
སྒྲ་བས་གྱིས། །འགྲོ་བའི་འདྲེན་མཆོག་དཔལ་ལྡན་སྒྲ་  
མ་རྣམས། །ཞབས་པད་འཆི་བདག་བདུད་འཛུམས་  
རིགས་ལྡེའི་དགྱེལ་འཁོར་སོགས། །ཡི་དམ་རྒྱུད་སྒྲ་  
བཞི་དྲུག་ཐུགས་རྩེ་ཡིས། །དགྱེལ་འཁོར་དབང་ཕུག་  
དཔལ་ལྡན་སྒྲ་མ་རྣམས། །ཞབས་པད་ཡིད་བཞིན་  
འཁོར་ལོ་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་མོ་སོགས། །གནས་གསུམ་  
མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྦྱོང་རྣམས་མཐུ་ཡིས། །བདེ་ཆེན་  
དགྲེས་རོལ་དཔལ་ལྡན་སྒྲ་མ་རྣམས། །ཞབས་པད་སྐྱེས་ཐོབ་སྦྱོར་བྱུང་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་པ་ཡིས། །རྒྱལ་  
བསྟན་གསལ་མཛད་འཆད་རྩོད་རྩོམ་པའི་བདག །



ལུང་གི་བསྟན་འཛིན་མཁས་པའི་བྱ་མཆོག་རྣམས། །

ཞབས་པད་ཟེ་ དམ་ཆོག་གཙང་ཉིང་སྐྱབ་པ་སྟིང་པོར་

མཛད། ། ཆོས་ཉིང་དོན་གཟིགས་ལྟར་བཅས་གཙུག་གི་

ཁྱེ། ། ཁྱོགས་པའི་བསྟན་འཛིན་རྣལ་འབྱོར་དབང་

ལྷག་རྣམས། ། ཞབས་པད་ཟེ་ ཚུལ་བྲིམས་གཞི་བཏུན་

ཏིང་འཛིན་སྒྲུང་བ་གསལ། ། །ཤེས་རབ་རྩལ་ལྡན་

འཕགས་པའི་ནོར་གྱིས་འབྱོར། ། ལྷབ་བསྟན་སྟོན་མེ་

འབྲོ་བའི་སྐྱབས་གནས་རྣམས། ། ཞབས་པད་ཟེ་ ཐོས་

པས་རྒྱུད་གྲོལ་བསམ་པས་བྱེ་བྲག་བྱེད། ། སྟོམ་པས་

དོན་ཁྱོགས་གཞན་དོན་ལྟར་མཛད་པ། ། མཁྱེན་བརྩེ་

ལུས་ལྡན་རྒྱལ་བའི་བསྟན་འཛིན་རྣམས། ། ཞབས་པད་ཟེ་

དབང་པོར་འཆོམས་པའི་ཐེག་རིམ་སྤྱོད་ཆོགས་ལ། །

ལེགས་པར་ཞུགས་ནས་ཚུལ་བཞིན་སྟོང་པ་ཡིས། །

རིས་མེད་སྐྱེས་ཆེན་ཕྱོགས་ཀྱི་བཞུགས་པ་རྣམས། །

ཞབས་པད་ཟེ་ བསྟན་འཛིན་ཐམས་ཅད་པན་ཚུན་ཐུགས་

མཐུན་ཅིང་། རྒྱབ་པའི་བསྟན་ལ་ཕྱོགས་བྱེད་སེལ་

མེད་པར། དག་སྒྲིང་ཡངས་པོས་རང་བསྟན་སྟོང་

བཞིན་དུ། ཞབས་པད་ཟེ་ བདག་ཅག་འབྲེལ་བཅས་

ཡང་སྟོང་ཐམས་ཅད་དུ། རྒྱུ་མེད་རྩི་རྩི་ཆེ་དང་

གཟུགས་བབང་སོགས། མཐོ་རིས་ཡོན་ཏན་བདུན་

ལ་དབང་འབྱེད་ནས། རྒྱབ་བསྟན་ཡོངས་ཀྱི་སྒྲིང་བྱེད་

ཉིད་གྱུར་ཅིག ཆེ་དང་ཐར་པའི་བར་ཆད་ཀྱི་ཞི་

ཞིང་། ལོ་བརྒྱ་འཆོ་ཞིང་སྟོན་བརྒྱ་མཐོང་བ་དང་། །

ལྷག་པའི་བསྐྱབ་པས་རྒྱལ་བསྟན་རིན་པོ་ཆེ། རྣམ་

མཁའ་ཇི་སྤྱིད་གཞན་ཕྱིར་འཛིན་པར་ཤོག། རྒྱལ་ཀུན་  
འདུས་ཞལ་དཔལ་ལྡན་སྒྲ་མ་དང་། རིས་མེད་བསྟན་  
པ་འཛིན་ཀུན་འཆོ་གཞེས་ཤིང་། ཆོས་འཁོར་རྒྱུན་ཆད་  
མེད་པར་བསྐྱོར་བ་ཡིས། འཛིག་ཏེན་གསུམ་པོ་ཏྲ་ག་  
ཏུ་སྒྲ་བྱེད་ཤོག། ཅེས་པའང་གྲུབ་མཆོག་མཆོ་སྐྱེས་ཡབ་སྐུ་གྱི་སྐྱུ་བ་  
གནས། འཆི་མེད་བདུད་ཅིའི་རྒྱུན་འབབ་པའི་གཞི། གཏོད་གནས་རང་བྱུང་གི་  
ཆོ་ལྷའི་ཕོ་བྲང་། བྲག་དམར་གཡའ་མ་ལུང་གི་ཀེའུ་ཆང་དུ་གནམ་སའི་དབང་  
ལྷུ་གཡུང་ས་སྤྱིད་སྐྱོད་བྲི་ཆེན་ལོ་མི་ཏན་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་བཞིན་གཏེར་གསར་  
སྐྱེ་འཕྱུལ་ཆོ་དཔག་མེད་རིགས་ལྷ་སྐྱེ་སྐྱུ་བ་རྒྱུན་འཇག་ཏུ་བཙུགས་པའི་ཐོག་མ་  
བསྟེན་སྐྱུ་བ་ཞག་བདུན་མ་དཔོན་སྟོབ་བཙུ་ལྷག་གིས་བསྐྱུ་བ་པར་བབྱིས་པའི་ཐུན་  
མཆོམས་སུ་ཡོན་ཏན་རྒྱུ་མཆོ་སྟོ་གོས་མཐའ་ཡས་པའི་སྡེས་བྲིས་པ་དག་ལེགས་  
འཕེལ། ། །

༥ ཨོྲཱུ་བྱ་བ་པར་གྱུར་ཅིག རྩོགས་བཅུ་འཛིན་ན་  
བཞུགས་པའི་རྒྱལ་བ་རྣམས། རྣམ་མཁའ་ཇི་སྤྱིད་དོ་  
ཇིའི་སྐྱར་བཞུགས་ནས། ཆོས་རྩ་དབྱངས་ཆེན་གྱུན་  
མི་ཆད་བརྟུངས་པས། མཁའ་མཉམ་འགྲོ་ཀུན་སྒྲིན་  
པར་གསོལ་བ་འདེབས། སྒྲུ་ན་མེད་པའི་དགེ་བ་  
འདིས་མཆོན་ཏེ། རྟུ་ས་གསུམ་རྣམ་པར་དཀར་བའི་  
ཆོགས་ཆེན་པོས། བདག་གི་འདྲེན་མཆོག་དཔལ་  
ལྡན་སྒྲུ་མ་རྣམས། འགྱུར་མེད་ཞབས་པད་བརྟན་པར་  
གསོལ་བ་འདེབས། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འདུས་  
པའི་སྤྱི་གཟུགས་མཆོག རྟུང་རྟོགས་དམ་པའི་ཆོས་  
སྒྲོ་འབྱུང་བའི་གནས། ཆོགས་མཆོག་འདྲེན་པ་བཀའ་  
དྲིན་སུམ་ལྡན་རྣམས། ཞབས་པད་དོ་ཇིའི་ཆོས་སུ་

བརྟན་གསོལ་འདེབས།    བདག་སྒྲོའི་བུམ་བཟང་སྒྲིན་  
གྲོལ་བདུད་རྩི་ཡིས།    འགོངས་མཛད་དཔལ་ལྡན་གླ་  
མ་བཀའ་དྲིན་ཅན།    ཞལ་བཞུགས་ཐམས་ཅད་སྐྱ་ཆེ་རོ་  
རྩེ་ལྟར།    རབ་བརྟན་སྒྲིན་ལས་རྒྱས་པར་གསོལ་བ་  
འདེབས།    བརྩོད་བྱ་བསྐྱབ་གསུམ་རྩོད་བྱེད་སྡེ་སྡོད་  
གསུམ།    སྒྲོལ་མཛད་འདྲེན་མཆོག་བཀའ་དྲིན་སུམ་  
ལྡན་རྣམས།    ཏྲ་ཏུ་འབྱུང་བ་མེད་པར་འཆོ་གཞེས་  
ཤིང་།    འགྲོ་དོན་ནམ་མཁའ་མཉམ་པར་གསོལ་བ་  
འདེབས།    ཐུན་མིང་རིག་གནས་ཐུན་མིན་མདོ་སྒྲགས་  
ཀྱིས།    བདག་སྒྲོ་ཐར་པའི་ལམ་དུ་སྦྱོར་མཛད་པ།    །  
རྒྱལ་བའི་རྣམ་འཕུལ་ཐམས་ཅད་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱ།    །  
བསྐྱལ་བརྒྱར་བརྟན་ཅིང་བཞུགས་པར་གསོལ་བ་

འདེབས། །ལུས་བསྐྱེད་སྒོ་ཁ་ཆོས་ལ་སྒྱུར་བ་ཡི། །ཕ་  
མ་དགོ་བའི་བཤེས་རྒྱམས་གར་བཞུགས་ཀྱང་། །ནད་  
མེད་ཆེ་རིང་ཆོས་མཐུན་འབྱོར་པ་རྒྱས། །ཐར་པའི་  
ལམ་ལས་སྤྱིར་མི་ལྟོག་གྱུར་ཅིག །ཆོ་དཔལ་རྩེ་རྩེའི་  
ལྷན་པོ་རབ་ཏུ་བརྟན། །བསོད་ནམས་ནོར་བུའི་ཆུ་  
གཏེར་རྟག་ཏུ་རྒྱས། །འབྱོར་པའི་དཔག་བསམ་ནམ་  
མཁའི་དབྱིངས་བྱབ་པའི། །བསམ་དོན་ལྷན་གྱུབ་བཟླ་  
ཤིས་དཔལ་འབར་ཤོག །ཅེས་པའང་འཇམ་མགོན་པཌླ་གར་དབང་  
སྒོ་གྲོས་མཐའ་ཡས་ཀྱི་གསུང་བྱིན་རྒྱབས་ཅན་ནོ། །

༥ ཨོ་ཨ་མུ་ར་ཁི་རྩེ་ཕུ་ཡེ་སྒྲུ། སྒྲུང་སྒྲུང་བདེ་  
ཆེན་གཞིམ་མེད་རྩེ་རྩེའི་སྒྲུ། །མཆོན་དཔེའི་ལང་ཆོ་  
རབ་རྒྱས་རྒྱལ་ཀུན་གྱི། །ངོ་མཆར་སྤྱི་གཟུགས་གང་



འདུལ་སྐྱུལ་པའི་སྐྱུ།      །འབྱུར་མེད་སྐྱུ་ཡི་དྲོ་ཆེ་ཞབས་  
བརྟན་གསོལ།      །བྲག་ས་སྟོང་འགགས་པ་མེད་པ་དྲོ་  
ཆེའི་གསུང་།      །ཡན་ལག་དུག་ཅུ་ཟབ་གསང་ཆོས་ཀྱི་  
སྐྱུ།      །འགྲོ་གྲོའི་བསམ་པ་བཞིན་སྟོན་ཡོངས་སྟོང་  
ཆོགས།      །འགག་མེད་གསུང་གི་དྲོ་ཆེ་ཞབས་བརྟན་  
གསོལ།      །རིག་སྟོང་སྐྱེ་འགག་གནས་བྲལ་དྲོ་ཆེའི་  
ཐུགས།      །ཟབ་གསལ་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཀྱན་འབྱུང་བའི་  
དབྱིངས།      །བྱབ་བདག་རྒྱལ་བའི་སྟོང་པོ་ཆོས་ཀྱི་  
སྐྱུ།      །འབྲུལ་མེད་ཐུགས་ཀྱི་དྲོ་ཆེ་ཞབས་བརྟན་  
གསོལ།      །ཀྱན་བྱབ་མཁའ་ལ་སྟོན་ལས་ཉིན་མོར་  
བྱེད།      །འཆར་རྒྱུ་ཡོངས་བྲལ་ཕན་བདེའི་སྦྱང་བ་  
ཅན།      །བསྟན་འགྲོའི་པད་ཆལ་རྒྱས་པའི་ཉེར་འཆོ་

མཆོག་            །བསྐྱེལ་པ་རྒྱ་མཆོར་རབ་ཏུ་གསལ་གྱུར་

ཅིག་    །ཅེས་བརྟན་བཞུགས་སྤྱི་འགོ་ཆོས་རྒྱལ་གཏེར་བདག་སྤིང་པའི་གསུང་

ངོ།།       ། ལྟ་མི་འགྱུར་རྟོ་རྟེན་གདན་ལ་བཞུགས་སུ་

གསོལ།    །གསུང་མི་འགག་ཆངས་དབྱངས་ལྟ་བུར་

གསུང་དུ་གསོལ།            །བྱུགས་མི་གཡོ་ཀ་དག་ཆེན་

པོར་བཞུགས་སུ་གསོལ།            །བདེ་ཆེན་རྟོ་རྟེན་ངོ་བོར་

བཞུགས་སུ་གསོལ།།       ། སྒྲ་མ་སྐྱུ་ཁམས་བཟང་བར་

གསོལ་བ་འདེབས།    །མཆོག་ཏུ་སྐྱུ་ཆོ་རིང་བར་གསོལ་

བ་འདེབས།            །ཕྱིན་ལས་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་གསོལ་བ་

འདེབས།            །སྒྲ་མ་དང་འབྲལ་བ་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་

སྒྲོབས།།       ། དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མའི་སྐྱུ་ཆོ་བརྟན་པ་

དང་།            །མཁའ་མཉམ་ཡོངས་ལ་བདེ་སྤྱིད་འབྱུང་བ་

དང་། །བདག་གཞན་མ་ལུས་ཆོག་ས་བསགས་སྒྲིབ་  
བྱང་ནས། །མྱུར་དུ་སངས་རྒྱས་ས་ལ་འགོད་པར་  
ཞོག། ༥ །དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལ། །  
སྐད་ཅིག་ཙམ་ཡང་ལོག་ལྟ་མི་སྐྱེ་ཞིང་། །ཅི་མཛོད་  
ལོགས་པར་མཐོང་བའི་མོས་གུས་ཀྱིས། །སྒྲ་མའི་བྱིན་  
རྒྱབས་སེམས་ལ་འཇུག་པར་ཞོག ། །སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་  
ཡང་དག་སྒྲ་མ་དང་། །འབྲལ་མེད་ཆོས་ཀྱི་དཔལ་ལ་  
ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་། །ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་  
རྒྱས་ནས། །དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མའི་གོ་འཕང་མྱུར་ཐོབ་  
ཞོག །

༥ ཨུཾ ར་མོ་གུ་རུཾ སྒྲེལ་ལོ་སྒྲེལ་སྒྲེལ་བའི་ཆོས་བཅུ་ལ།

བསམ་ཡས་བར་ཁང་ག་ཡུ་ཞལ་ཅན་དུ་རྩོ་རྩོ་དབྱིངས་ཀྱི་དབྱིལ་འཁོར་ཞལ་ཕྱེས་

ཆོ་ཨོ་རྒྱན་གྱིས་སྒྲོན་ལམ་འདི་ག་སྤངས་པས་རྩོ་འབངས་ཐམས་ཅད་གྱིས་ཐུགས་

དམ་ནར་མར་མཛད་ཤིང་བས་རྣམས་ཀྱིས་འདི་ལ་ཐུགས་དམ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་

མཛོད་ཤིང་། ཐུགས་བཅུ་དུས་བཞིའི་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་དང་།

བཅས་ཤིང་། སྤྲུལ་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྤྱོད་ཆོགས་ཤིང་།

མ་ལུས་ཞིང་གི་རྩལ་སྒྲིལ་ག་ཤེགས་སུ་གསོལ་ཤིང་།

མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་པད་ལྷའི་གདན་ལ་བཞུགས་ཤིང་།

ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གསུམ་པས་ཐུག་འཆལ་ལོ་ཤིང་། ཐུ་

ནང་གསང་བ་དེ་བཞིན་ཉིད་གྱིས་མཛོད་ཤིང་། རྩོ་མཛོག་

བདེ་ག་ཤེགས་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་རུཾ།

སྤྱོད་གྱི་སྤྱོད་

པའི་ཆོགས་ལ་བདག་ག་ཞོང་ཞིང་།

ད་ལྟའི་མི་དགོ་

འགྲོད་པས་རབ་ཏུ་བཤགས་མཁོ།

ཕྱིན་ཆད་དེ་ལས་

ཕྱོག་ཕྱིར་བདག་གིས་བསྡོམ་མཁོ།

བསོད་ནམས་དགོ་

ཆོགས་ཀྱན་ལ་ཡི་རང་ངོ་།

རྒྱལ་བའི་ཆོགས་རྣམས་

སྤྱངས་མི་འདའ་བར་།

སྡེ་སྡོད་གསུམ་དང་སྤྱེ་མེད་

ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་།

དགོ་ཆོགས་མ་ལུས་འགྲོ་བའི་

རྒྱལ་བསྡོམ་།

འགྲོ་རྣམས་སྤྱེ་མེད་ཐར་པའི་སར་ཕྱིན་

ཤོག་། སངས་རྒྱས་སྤྱས་བཅས་བདག་ལ་དགོངས་སུ་

གསོལ་།

བདག་གིས་བརྩམས་པའི་སྡོམ་ལམ་རབ་

བཟང་འདི་།

རྒྱལ་བ་ཀྱན་ཏུ་བཟང་དང་དེ་སྤྱས་དང་།

འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱིས་མཁྱེན་པ་ལྟར་།

དེ་དག་ཀྱན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་སྡོམ་ཤོག་ཤོག་། བསྟན་པའི་

དཔལ་གྱུར་སྤྱེ་མ་རིན་ཆེན་རྣམས་།

ནམ་མཁའ་བཞིན་

དུ་ཀུན་ལ་བྱུང་པར་ཤོག།                      ཉི་ཟླ་བཞིན་དུ་ཀུན་ལ་

གསལ་པར་ཤོག།                      རི་བོ་བཞིན་དུ་རྟག་ཏུ་བརྟན་པར་

ཤོག།                      བསྟན་པའི་གཞི་མ་དག་འདུན་རིན་པོ་ཆེ།

ཐུགས་མཐུན་བྲིམས་གཙང་བསྐྱབ་གསུམ་གྱིས་ཐུག་

ཤོག།                      བསྟན་པའི་སྤྱིང་པོ་གསང་སྒྲགས་སྒྲུབ་པའི་

སྡེ།                      དམ་ཆེན་ལྡན་ཞིང་བསྐྱེད་རྫོགས་མཐར་ཕྱིན་

ཤོག།                      བསྟན་པའི་སྤྱིན་བདག་ཆེས་སྤྱོད་རྒྱལ་པོ་

ཡང་།                      ཆབ་སྲིད་རྒྱས་ཤིང་བསྟན་ལ་སྟོན་པར་ཤོག།

བསྟན་པའི་ཞབས་འདེགས་རྒྱལ་རིགས་སྟོན་པོ་ཡང་།

སྟོ་གྲོས་རབ་འཕེལ་རྩལ་དང་ལྡན་པར་ཤོག།                      བསྟན་

པའི་གསོས་བྱེད་བྲིམ་བདག་འབྱོར་ལྡན་རྣམས།

ལོངས་སྤྱོད་ལྡན་ཞིང་ཉེར་འཆོ་མེད་པར་ཤོག།                      བསྟན་



ལ་དད་པའི་ཡངས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་ཀུན་ལ།      བདེ་སྲིད་  
ལྷན་ཞིང་བར་ཆད་ཞི་བར་འོག་ལ།      ལམ་ལ་གནས་པའི་  
རྣལ་འབྱོར་བདག་ཉིད་ཀྱང་ལ།      དམ་ཆེག་མི་ཉམས་  
བསམ་པ་འགྲུབ་པར་འོག་ལ།      བདག་ལ་བཟང་ངན་  
ལས་ཀྱིས་འབྲེལ་གྱུར་གང་ལ།      གནས་སྐབས་མཐར་  
ཐུག་རྒྱལ་བས་རྗེས་འཛིན་འོག་ལ།      འགྲོ་རྣམས་སྒྲ་མེད་  
ཐེག་པའི་སྒྲོར་ཞུགས་ནས་ལ།      ཀུན་བཟང་རྒྱལ་སྲིད་ཆེན་  
པོ་ཐོབ་པར་འོག་ལ།      དེ་ལྟར་གྱི་སྒྲོན་ལམ་དུས་དུག་ཏུ་བཅོན་པར་བྱ།  
ས་མ་ཡ་རྒྱལ་ལ།      ལྷ་སྐས་ལུ་རུབ་རྣམ་འཕྱུལ་གཏེར་ཆེན་མཆོག་གྱུར་བདེ་ཆེན་སྲིད་  
པས་གནས་མཆོག་སང་ཆེན་གནས་བྲག་གི་གཡས་བྱུར་བྲག་རི་རིན་ཆེན་  
བཅུགས་པའི་གོང་མོ་འོག་མ་ནས་བྲོམ་གཏེར་དུ་སྦྱར་བྲངས་པའི་བེ་རེའི་སྐྱ་ཆོས་  
དར་འོག་ངོས་མཆོ་རྒྱལ་ཕྱག་བྲིས་བོད་ཡིག་བཤུར་མ་ལས།      །དེ་འཕྲུལ་ཉིད་དུ་

པརྒྱ་གར་དབང་སློབ་གྲོལ་མཐའ་ཡས་ཀྱིས་དག་པར་བཤུས་པ་དགོ་ལེགས་  
འཕེལ།། ཀུན་བཟང་རྩི་རྩེ་འཆང་ཆེན་མན་ཆད་ནས། ཁྲིན་ཅན་རྩ་བའི་སྒྲ་མ་  
ཡན་ཆད་ཀྱིས། །འགྲོ་བའི་དོན་དུ་སྒྲིན་ལམ་གང་བཏབ་པ། ཁྲི་དག་ཐམས་  
ཅད་བདག་གིས་འགྲུབ་པར་ཤོག། །

༥ ལྟུང་བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་སྟོན་ལམ་ཆོས་རྒྱལ་དབྱེས་པའི་ནལ་ལུང་ནེས་

བྱ་བ། དེ་ཡང་དུས་ཀྱི་ཐ་མར་རྩ་གསུམ་ལྟ་ཡི་བྱུགས་རྒྱུད་བསྐྱེལ་ནས་བསྟན་

པའི་སྟོང་པོ་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱས་པར་གྱུར་ཅིག་སྟེ་འདྲ་ལན་གཅིག་ཙམ་མེས་པ་ཡང་

བསོད་ནམས་ཆད་མེད་པ་དང་ལྟན་ཅིང་། རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་ཀྱི་སྟོན་ལམ་ཡོངས་སུ་

རྩོགས་ནས་སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་རྒྱལ་བའི་ཆོས་དང་ཆོས་ཀྱི་སྟོང་པོ་བཅའི་ཐེག་པ་དང་

འཕྲད་ནས་འཛིན་སྐྱོང་སྤེལ་བས་སྦྱར་དུ་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་

ལ་རེག་པར་འགྱུར་བའི་དགོས་པ་ཡོད་པས། སྐལ་བཟང་ནམས་ཀྱིས་དུས་དུས་

དང་། བྱུང་པར་ཆོགས་མང་གི་སྐྱབས་སུ་འདི་ལྟར་སྟོན་ལམ་གདབ་པར་བྱ་སྟེ།

ན་མོ། ཕྱོགས་བཅུ་འི་བདེ་བར་གཤེགས་པ་སྤྲུལ་དང་

བཅས་། བྱུང་པར་མཉམ་མེད་ལྷ་ཀྱའི་རྒྱལ་པོ་དང་། །

རྒྱལ་སྤྲུལ་བརྒྱུད་དང་གནས་བརྟན་འཕགས་པའི་

ཆོགས་། མཁྱེན་བཅུ་འི་བདག་ཉིད་མཆོག་ནམས་

དགོངས་སུ་གསོལ། །ཕན་བདེའི་འབྱུང་གནས་བསྟན་  
པ་རིན་པོ་ཆེ། །སྟོན་དང་སེམས་དཔའ་འཕགས་པ་  
མཆོག་རྣམས་ཀྱིས། །ཡང་ཡང་དཀའ་བས་བཙལ་  
ཞིང་བརྟག་པའི་དོན། །མཆོ་སྤྱེས་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་  
རྒྱས་གྱུར་ཅིག །མཁན་སློབ་ཆོས་རྒྱལ་སྤྱལ་པའི་ལོ་  
པའ་དང་། །བཀའ་གཏེར་རིག་འཛིན་བརྒྱུད་པ་ཡི་དམ་  
ལྷོ། །མ་མགོན་གཟའ་ཚེར་རྒྱུད་གསུམ་བླེགས་པའི་  
ཆོག་ས། །སྤྱི་འབྱུར་ཙུ་གསུམ་ལྷོ་ཆོག་ས་དགོངས་སུ་  
གསོལ། །བྱབ་བསྟན་མདོ་དང་སྤྱགས་ཀྱི་ཚུལ་མཐའ་  
དག །གངས་ཅན་སྤྱོདས་སུ་བཅུ་བས་བྲངས་གྱུར་  
པ། །ཆེས་ཆེར་སྤེལ་བའི་རྩི་རྩི་དམ་དགོངས་ནས། །  
མཆོ་སྤྱེས་། །སྤྱགས་དུས་རྒྱལ་བའི་སྤྱི་གསུང་བྱགས་

དེ་མེད། འཛིག་ས་གསུམ་སེམས་དཔའི་སྐྱེ་འཕྱུལ་རོལ་  
མོ་ཡིས། །གངས་ཅན་ཕན་བདེའི་ཉི་མ་གསལ་བར་  
མཛད། །མཆོ་སྐྱེས་ཟེ། རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤྲུལ་འཕགས་  
པ་ཆེན་པོའི་ཆོག་ས། །བསམ་བཞིན་སྐྱུལ་པའི་སྒྲོས་  
གར་ཉེར་བབྱང་ནས། །དྲི་མེད་རྒྱལ་བསྟན་ནོར་བུའི་  
རྒྱལ་མཆོན་སྒྲེང་། །མཆོ་སྐྱེས་ཟེ། ཐུན་མོང་ཐུན་མིན་  
གཞུང་ཀུན་རང་དབང་གིས། །མ་ནོར་བསྐྱར་ཉུས་  
གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཡིས། །གངས་སྒྲོངས་སྒྲོང་བའི་སྒྲོ་  
ཆེན་ཐོག་མར་ཕྱེས། །མཆོ་སྐྱེས་ཟེ། སྐལ་བཟང་  
གདུལ་བྱས་མདོ་དང་སྤྲུགས་ཀྱི་ཚུལ། །ཉམས་སུ་ལེན་  
ལ་གཞན་དྲིང་མི་འཛོག་པར། །བཀའ་དང་དགོངས་པ་  
འགྲེལ་བའི་གཞུང་ཀུན་ལྟོགས། །མཆོ་སྐྱེས་ཟེ། བདེན་

གསུང་བཀའ་ཡི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལ།      ཟབ་མེའི་ཆོས་

གཏེར་ནོར་བུས་མངོན་པར་མངེས།      མདོ་དང་སྒྲགས་

ཀྱི་ལམ་བབ་བྱང་དུ་འབྲེལ།      མཚོ་སྐྱེས་ཟེ་      མད་བྱང་

བཟོར་མཁན་པོའི་སྦྱོང་པ་དང་།      མཚུངས་མེད་དཔལ་

ལྡན་ལྷ་ཡི་ལྟ་བ་གཉིས།      ཟུང་འབྲེལ་བརྒྱད་པའི་

བཀའ་སྒྲོལ་ཕྱག་རྒྱས་བཏབ།      མཚོ་སྐྱེས་ཟེ་      ཟབ་

མེའི་ནང་རྒྱད་སྡེ་གསུམ་དགོངས་པའི་བཙུང་།      ཐུན་

མིན་མན་ངག་གསང་བའི་ལམ་མཚོ་གནས།      །

འཇའ་ལུས་ཆོས་སྐྱར་གཤེགས་པའི་ངོ་མཚར་

འབར།      མཚོ་སྐྱེས་ཟེ་      རབ་འབྱམས་ཞི་བྲིའི་བྱབ་

བདག་སྐྱབ་སྡེ་བརྒྱད།      བཀའ་བབ་རིག་འཛིན་སོ་

སའི་དགོངས་བཙུང་དང་།      ཀྱན་འདུས་པརྒྱའི་བཀའ་



སྒོལ་གཅིག་ཏུ་འབྱེལ།      །མཚོ་སྐྱེས་ཟུང་དང་

འབྲས་བུ་གསང་སྤྲུགས་ཐེག་པ་ཆེ།      །ཚང་ལ་མ་ནོར་

རིག་འཛིན་བརྒྱུད་པའི་ལུང་།      །རྒྱ་གཞི་ཞལ་གྱི་རྫོང་

སྤངས་ཐོ་ལེ་བ།      །མཚོ་སྐྱེས་ཟུང་དང་      རྫོང་ཆེ་འཆང་གི་

དགོངས་དོན་བདུད་རྩིའི་བཙུང་།      །མཁས་གྲུབ་བྱེ་བའི་

ཞལ་ནས་སྒྲན་དུ་བརྒྱུད།      །ཁྱིམ་གོ་ངན་པའི་རང་

བཟོས་མ་བསྐྱེད་པ།      །མཚོ་སྐྱེས་ཟུང་དང་      གསེར་ཞིང་ནོར་

བུས་སྤྲས་པའི་ཡོན་གྱིས་ཀྱང་།      །མི་འགྲུགས་

དབྱིངས་གྱི་མཁའ་འགྲོའི་ཐུགས་མཛོད་ཆོས།      །བརྩེ་

བས་རྗེས་འཇུག་སྐལ་པ་ཁོ་ནར་བཀྲམ།      །མཚོ་སྐྱེས་ཟུང་དང་

དོ་བོ་ཀ་ནས་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ།      །རང་བཞིན་ལྷན་

གྱིས་གྲུབ་པའི་གདངས་ཤར་བས།      །ཁྱེད་སྒྲོམ་སེམས་

ལས་འདས་པའི་ཚྭ་གས་པ་ཆེ། །མཆོ་སྐྱེས་ཟེ་ ཡོད་  
མེད་སྐྱོགས་རེར་ཞེན་པའི་དམིགས་གཏང་ཞིག། །མཐར་  
འཛིན་ལྟ་བའི་འཛིན་སྟངས་དྲུང་ནས་སྦྱང་། །གཞི་ལམ་  
འབྲས་བུ་སྒྲིང་སྟོང་བྱང་དུ་འཇུག། །མཆོ་སྐྱེས་ཟེ་ དུས་  
གསུམ་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་མཐར་བུག་དོན། །བཅའི་  
སྒྲོས་བྲལ་འོད་གསལ་ལ་འདུས་མ་བྱས། །རིག་སྟོང་མི་  
ཤིགས་དྲེ་རྩེ་གྲུབ་པའི་མཐའ། །མཆོ་སྐྱེས་ཟེ་ མང་དུ་  
བློས་པ་ལུང་གི་སྒྲིན་འབྲིགས་ཤིང་། །ཕ་རོལ་ཆོལ་  
འཇོམས་རིག་པའི་སྒྲོག་སྒྲེང་འབར། །མན་ངག་གཞན་  
ཀྱི་བདུད་རྩི་སྒྲིང་ལ་སིམ། །མཆོ་སྐྱེས་ཟེ་ མྱེད་བྱང་ཨ་  
ཏི་ཡོ་གའི་གསེང་ལམ་ནས། །མ་ལུས་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་  
ཡེ་ཤེས་སྐྱེ། །བྱུང་བདག་འཇམ་དཔལ་དྲེ་རྩེར་རབ་

བསྐྱབས་པ། མཆོ་སྐྱེས་ཟེ་ ཡང་དག་ཆད་མ་གསུམ་  
གྱི་ངོ་ཡིས། ལྟ་དམན་རི་དྲགས་ཆོགས་རྣམས་

སྐྱག་མཛད་པ། བྲེག་མཆོག་སེང་གའི་སྐྱ་དབྱངས་ས་

གསུམ་བྱབ། མཆོ་སྐྱེས་ཟེ་ རྒྱལ་བསྟན་ཡོངས་སུ་  
ཚྲོགས་པའི་གོས་བབྱང་ཅེར། འོད་གསལ་དྲེ་ཚྲིང་

པའི་ཏྲ་ག་མཛེས་པ། བྲོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་

རྒྱལ་མཆོན་མཐོ། མཆོ་སྐྱེས་ཟེ་ བདག་སོགས་དེང་

ནས་འགྲོ་བ་ཚི་སྤྱིད་དུ། བསྟན་དང་བསྟན་པའི་སྤྱིད་པོ་

ཡོངས་ཚྲོགས་པ། མཁའ་བྱབ་ཞིང་དུ་འཛིན་སྐྱོང་

སྤེལ་བ་ཡིས། མཆོ་སྐྱེས་ཟེ་ མདོར་ན་མཁས་

བཙུན་གྲུབ་པའི་རྣམ་ཐར་གྱིས། རྒྱལ་བསྟན་སྤེལ་

བའི་ཕྱིན་ལས་མཁའ་བྱབ་པའི། བསྟན་འཛིན་དམ་

པས་ས་སྟེང་ཡོངས་གང་ནས། །མཆོ་སྐྱེས་ཟེ་ དཔལ་  
ལྡན་སྒྲ་མའི་སྐྱ་ཆོ་རབ་བརྟན་ཅིང་། །བསྟན་པའི་སྐྱོན་  
བདག་མངའ་ཐང་དར་བ་ཡིས། །ཆོས་སྤྱིད་མི་རྣམ་ཞོར་  
བྱའི་རྒྱལ་མཆོན་བསྐྱེངས། །མཆོ་སྐྱེས་རྒྱལ་བའི་  
བསྟན་པ་རྒྱས་བྱུར་ཅིག །ཅིས་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོ་བོ་དཔལ་  
ལྡན་སངས་རྒྱས་པལྒྱ་སྐྱེས་འཆི་མེད་མཆོར་འབྱུངས་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་སྤྱི་  
འབྱུང་ཆིང་མཁེས་བྲགས་པ་འདི་ནི་རྒྱལ་བསྟན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་སྤྱི་མོ་ཡིན་  
ཅིང་ཟབ་གནད་ཆེ་བ་དུ་མའི་བྱུང་ཆོས་དང་། །ལྟ་སྒྲོམ་རྣམ་པར་དག་པ་རྒྱལ་བ་  
དབྱེས་པའི་ལམ་བཟང་མ་ཞོར་བ་ཡིན་པ་འདི་དོ་ཤེས་ནས་ཞོར་བྱུང་རིན་པོ་ཆེ་གྱི་  
དོར་བྱས་ཏེ་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་ཕྱི་ལ་མཆོད་པ་བཞིན་དུ་གང་ཟག་སྐྱལ་པ་དང་ལྡན་པ་  
རྣམས་ཀྱིས་འཆད་ཚོད་ཚོམ་གསུམ་གྱི་སྤྱིན་ལས་རྒྱ་བས་པོ་ཆེས་སྤྱོགས་ཐམས་  
ཅད་དུ་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་མཛད་པའི་བྲགས་བྱུར་བཞེས་པ་དང་། །དེ་ལྟ་བུའི་

བཞེད་པ་ཡིད་བཞིན་དུ་འགྲུབ་པའི་རྟེན་འབྲེལ་སྟོན་ཆོག་ཏུ་རྟེན་བསྟན་ལ་ལྷག་  
བསམ་རྣམ་པར་དཀར་བ་མི་པམ་འཇམ་དབྱངས་རྣམ་རྒྱལ་རྒྱུ་མཆོས་གནས་དུས་  
རྟེན་འབྲེལ་དགོ་བར་གྱུང་ཐུན་ལ་ཤར་མར་བྲིས་པ་དགོ་ལེགས་འཕེལ།། །།

དབྱངས་སྟན་ནི།

ས་བཅུའི་དབང་ཕྱག་བདུད་འདུལ་རུས་

ལྷན་ཅུལ། །གྲུབ་པའི་འཁོར་བསྐྱར་བྲག་འཕྱང་བདུད་

འཛམས་གླིང་། །གསང་ཆེན་སྟོང་པའི་ཤིང་རྟ་གོང་

འོག་གི། །ཟབ་གཏེར་རིང་ལུགས་སྟོགས་དུས་ཀུན་

བྲུབ་ཤོག། །དགོངས་པ་ཡོངས་འདུས་ཟབ་ལམ་གླ་

སྐབ་ཕུལ། །གནམ་ལུགས་སྐྱ་གྱི་དཔལ་ཆེན་ཐུགས་

སྐབ་བཅུད། །མཁའ་འགྲོའི་སྟོང་ཐིག་ཨ་ཏི་ཚྭ་གས་པ་

ཆའི། །བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་མི་རུབ་རྟག་བསྐྱེད་

ཤོག། །བསྟན་འཛིན་སྐྱེས་བུའི་ཞབས་པད་བསྐྱེད་

བརྒྱུད་བརྟན། །བསྟན་འགྲོར་སྟོན་པའི་བཞེད་རྒྱ་ལྷན་

གྱིས་འགྲུབ། །དགོ་འདུན་སྡེ་གཉིས་བཤད་སྐྱབ་



མངའ་ཐང་འཕེལ།      །ཡངས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་ཕན་  
བདེས་རབ་འཛོལོག།      །ཅིས་པའང་སྒོམ་གྱི་རྣམ་པར་དག་བའི་ལས་  
འགྲོ་དུས་སུ་སང་པ་མཁུན་བཙེའི་བདག་ཉིད་ཆོས་མཛད་སྤྱི་མ་འགྱུར་མེད་བསྟན་  
འཛིན་རྟོག་ཅི་ནས་ཕུལ་དུ་བྱུང་བའི་མཆོད་རྟེན་གྱི་དངོས་པོ་གྲོམ་པའི་སྐྱེས་དང་  
བཅས་ཏེ་དང་བའི་གསུང་གིས་ཡང་ཡང་བསྐྱལ་བའི་ཐོག་ཉེ་ཆར་རང་ལ་མཆོག་  
ཏུ་གྱུས་པའི་སྤྱི་ལུ་ལྟར་ལེན་པ་སྒོ་བྱོས་ཉི་མས་ཀྱང་ལྷ་རྟེན་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱེས་དང་  
བཅས་བྱན་པས་གསོས་བཏབ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རིག་པ་འཛིན་པའི་སྐུ་གྱུ་འཛིགས་  
བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྟོག་རྟེན་རྒྱལ་ལྗོངས་ཡར་ཆོས་བརྒྱུད་ཀྱི་ཉི་མ་འཆར་ཁའི་དུས་ཀྱི་ཆར་  
ཤིན་ཏུ་ཉེན་འབྱུང་བཟང་པོས་འདུན་སྒྲོམ་དུ་བྱིས་པ་སྤྲི་རྟུ།

༥ ། འགྲོ་བའི་སྐུ་ག་བསྐྱལ་སྟོན་གཅིག་ལུ།      །བདེ་བ་  
ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་གནས།      །བསྟན་པ་རྟོག་དང་  
བཟུང་སྟེ་དང་།      །བཅས་ཏེ་ཡུན་རིང་གནས་གྱུར་

ཅིག ། ཅེས་དང་། གཞུག་ལག་ཁང་རྣམས་གྲོག་པ་  
དང་། ། ཁ་ཏོན་གྱིས་རྒྱས་ལེགས་གནས་ཤིང་། ། ཏྲིག་ཏུ་  
དག་འདུན་མཐུན་པ་དང་། ། ། དག་འདུན་དོན་ཡང་  
འགྲུབ་པར་ཤོག ། ཅེས་ནི་བ་ལྟའི་གསུང་དོ། ། ། སངས་  
རྒྱལ་སྐུ་གསུམ་བརྟེན་པའི་བྱིན་རླབས་དང་། ། ། ཆོས་  
ཉིད་མི་འགྱུར་བདེན་པའི་བྱིན་རླབས་དང་། ། ། དག་  
འདུན་མི་ཕྱེད་འདུན་པའི་བྱིན་རླབས་གྱིས་། ། ། ཇི་ལྟར་  
བསྐྱོས་བཞིན་སྒྲོན་ལམ་འགྲུབ་པར་ཤོག ། །

༥ ། ལྟ་གསུམ་མཆོལ་བཞུགས་སོ། ། མཆོལ་གྱི་ཆོག་སྐྱར་བྱེ་བཀའི། ལྟ་གོན་

གྱི་སྐབས་སུ། མ་ཆང་བ་མེད་པ་འདི་ཉིད་སྐྱ་བཞི་ཡེ་ཤེས་ལྟ་  
ཡི་བདག་ཉིད་བྱབ་བདག་དཔལ་གཏོད་མའི་མགོན་པོ་  
དང་དབྱེར་མ་མཆིས་པའི་མཚུངས་མེད་དཔལ་ལྡན་སྒྲ་  
མ་དམ་པའི་རྩལ་དུ་སྒྲོབ་མ་ལྟག་གནས་གྱི་ཆོས་རྣམས་  
ཞུ་བའི་ཡོན་དུ་དབྱུལ་བར་བགྱིའོ། ཐུགས་རྗེས་འགོ་  
བའི་དོན་དུ་བཞེས་སུ་གསོལ། བཞེས་ནས་བྱིན་གྱིས་  
བསྐྱབ་དུ་གསོལ། །དབང་བསྐྱར་གྱི་སྐབས་སུ། མ་ཆང་བ་མེད་  
པ་འདི་ཉིད་སྐྱ་བཞི་ཡེ་ཤེས་ལྟ་ཡི་བདག་ཉིད་བྱབ་བདག་  
དཔལ་གཏོད་མའི་མགོན་པོ་དང་དབྱེར་མ་མཆིས་པའི་  
མཚུངས་མེད་དཔལ་ལྡན་སྒྲ་མ་དམ་པའི་རྩལ་དུ་སྒྲོབ་  
བྱེད་གྱི་དབང་བསྐྱར་བཅས་ཞུ་བའི་ཡོན་དུ་དབྱུལ་བར་

བགྱིའོ། །ཐུགས་རྗེས་འགྲོ་བའི་སོགས། །ལུང་གི་སྐབས་

སྟ། མ་ཚང་བ་མེད་པ་འདི་ཉིད་སྐྱབ་ཞི་ཡེ་ཤེས་ལྡེ་ཡི་

བདག་ཉིད་བྱབ་བདག་དཔལ་གདོད་མའི་མགོན་པོ་དང་

དབྱེར་མ་མཆིས་པའི་མཚུངས་མེད་དཔལ་ལྡན་སྒྲ་མ་

དམ་པའི་རྩུང་དུ་བཀའ་ལུང་བཅའ་ཁྲུ་བའི་ཡོན་དུ་

དབུལ་བར་བགྱིའོ། །ཐུགས་རྗེས་འགྲོ་བའི་སོགས། །

བཀའ་བྱིད་སྐབས་སྟ། མ་ཚང་བ་མེད་པ་འདི་ཉིད་སྐྱབ་ཞི་ཡེ་

ཤེས་ལྡེ་ཡི་བདག་ཉིད་བྱབ་བདག་དཔལ་གདོད་མའི་

མགོན་པོ་དང་དབྱེར་མ་མཆིས་པའི་མཚུངས་མེད་

དཔལ་ལྡན་སྒྲ་མ་དམ་པའི་རྩུང་དུ་གྲོལ་བྱེད་ཀྱི་གདམས་

པ་བཅའ་ཁྲུ་བའི་ཡོན་དུ་དབུལ་བར་བགྱིའོ། །ཐུགས་

རྗེས་འགྲོ་བའི་སོགས། །བརྟན་བཅུགས་སྐབས་སྟ། མ་ཚང་བ་

མེད་པ་འདི་ཉིད་དཔལ་ལྡན་སྒྲ་མ་དམ་པ་ཞབས་པད་  
བསྐལ་པ་རྒྱ་མཚོར་འཆོ་ཞིང་གཞེས་ལ།                      ཆོས་ཀྱི་  
འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བར་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་སྤྲད་དུ་  
དབུལ་བར་བགྱིའོ།    །ཐུགས་རྗེས་འབྲོ་བའི་སྟགས། ཞེས་  
ཁ་བསྐྱུར། ས་གཞི་སྟོས་རྒྱས་སྟགས་སོ། །

༥ རྟོན་གསུམ་འབུལ་བ། སྐྱེ་རྟོན་ལ། བསྟན་འགྲོའི་གཙུག་རྒྱུན་  
རྩེ་བཙུན་སྤྲེལ་ལ། རི་མཚར་མཚན་དཔེའི་སྤང་བརྟན་  
འདི་ཕུལ་བས། །གང་སྐྱེ་བསྐྱེལ་པ་རྒྱ་མཚོར་འཆོ་  
བཞེས་པའི། །དག་མཚན་སྤང་བ་རྟག་ཏུ་འབར་གྱུར་  
ཅིག །གསུང་རྟོན་ལ། ཆོས་ཀྱི་དབང་ཕུག་རྩེ་བཙུན་སྤྲེལ་  
ལ། །ཐེག་མཆོག་བདུད་ཅིའི་སྒྲེགས་བམ་འདི་ཕུལ་  
བས། །གང་གསུང་ཡན་ལག་རྒྱག་ཙུའི་སྤྲིན་ཆེན་  
ལས། །ཟབ་རྒྱས་དམ་ཆོས་ཆར་ཆེན་དབབ་ཏུ་  
གསོལ། །ཐུགས་རྟོན་ལ། ཡེ་ཤེས་མཆོག་བརྟེས་རྩེ་བཙུན་  
སྤྲེལ་ལ། །རྒྱལ་བའི་ཆོས་སྐྱེའི་རྟོན་མཆོག་འདི་ཕུལ་  
བས། །གང་ཐུགས་སྤྲོད་དང་སྤྲོད་རྩེ་བུང་འཇུག་  
པའི། །གཟིགས་པས་བདག་སོགས་འགྲོལ་ལྷག་པར་



དགོངས། ཡོན་ཏན་གྱི་རྟེན་བུམ་པ་བཅུད་ལྡན་ལྟ་བུ་ལ། ཡོན་ཏན་  
མད་བྱང་རྩེ་བཅུན་སྒྲ་མ་ལ། འདོད་དགུ་འཛོ་བའི་བུམ་  
བཟང་འདི་ཕུལ་བས། བྲལ་སྒྲིན་ཞོར་བུའི་དགའ་སྟོན་  
མི་བཟང་པས། ཁ་གསུམ་འགྲོ་བའི་རེ་བ་སྐྱོང་མཛད་  
གསོལ། སྒྲིན་ལས་གྱི་རྟེན་སྒྲ་ཆོགས་རྩེ་རྩེ་ལྟ་བུ་ལ། སྒྲིན་ལས་  
མཐའ་ཡས་རྩེ་བཅུན་སྒྲ་མ་ལ། སྒྲ་ཆོགས་རྩེ་རྩེའི་ཕྱག་  
རྒྱ་འདི་ཕུལ་བས། ཁ་དང་འདུལ་ཕན་དང་བདེ་བའི་  
མཛད་པ་མཆོག། ཏྲ་ཅིང་བྱ་བ་དང་ལྡན་གྱིས་གྲུབ་  
གྱུར་ཅིག། བསྐྱུ་ན། སྐྱ་མི་འགྱུར་རྩེ་རྩེའི་གདན་ལ་  
བཞུགས་སུ་གསོལ། གསུང་མི་འགག་ཆངས་  
དབྱངས་ལྟ་བུར་གསུང་དུ་གསོལ། བྱ་གས་མི་གཡོ་  
ཀ་དག་ཆེན་པོར་བཞུགས་སུ་གསོལ། བདེ་ཆེན་རྩོ་

མེའི་ངོ་བོར་བཞུགས་སུ་གསོལ།    །ཞེས་གྱང་བཟོད་དོ།    ॥

༥ མཐར་བཀྲ་ཤིས་པའི་ཆོག་ས་སུ་བཅད་པ་རྣམས་ཀྱིས་བདེ་ལོག་ས་སུ་བྱ་བ་ནི།

ཨོ་ཡེ་རྣམ་ཏེ་རུ་ཕ་ཐུ་བ་ཏེ་རུ་རྩེ་ཤུ་ག་ཏོ་བྱ་ཕ་དང་།  
ཏེ་ཤུ་ཡེ་ནི་རོ་རྩེ་ཨོ་ཕྱི་བུ་དེ་མུ་ག་མ་ཆེ་སྤྱི་རྩེ། ཐུན་  
སུམ་ཆོག་ས་པ་མངའ་བ་གསེར་གྱི་རི་བོ་འདྲ། །འཇིག་  
རྩེན་གསུམ་གྱི་མགོན་པོ་དྲི་མ་གསུམ་སྤངས་པ། །

སངས་རྒྱས་པར་རྣམ་རྒྱས་འདབ་འདྲའི་སྤྱན་མངའ་  
བ། །དེས་ནི་བྱོད་ལ་དེ་རིང་ནི་བྱོད་བཀྲ་ཤིས་ཤོག་ །དེ་  
ཡིས་ཉེ་བར་བསྟན་པའི་མཆོག་རབ་གཡོ་མེད་པ། །

འཇིག་རྩེན་གསུམ་ན་གྲགས་ཤིང་ལྷ་དང་མིས་མཆོད་  
པ། །ཆོས་ཀྱི་དམ་པ་སྐྱེད་གྲུ་རྣམས་ལ་ནི་བྱོད་པ། །  
དེས་ནི་བྱོད་ལ་དེ་རིང་ནི་བྱོད་བཀྲ་ཤིས་ཤོག་ །དམ་  
ཆོས་ལྟན་པ་ཐོས་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཀྱིས་ཕྱག་ཅིང་། །དགོ་

འདུན་མི་དང་ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ཡོན་གྱི་གནས།    ཆོག་པ་  
གྱི་མཆོག་རབ་ངོ་ཆ་ཤེས་དང་དཔལ་གྱི་གཞི།    དེས་ནི་  
བྱོང་ལ་དེ་རིང་ནི་བྱེད་བཟུ་ཤེས་ཤོག།    ༄།    ཆེ་བའི་ཆེ་  
མཆོག་སྟོན་མཆོག་སྒྲན་མེད།    ཆོས་རྗེ་ཉི་མ་རྒྱལ་བའི་  
བྱིན་རྒྱབས་གྱིས།    བདུད་དང་བག་གས་རིགས་གཞོན་  
པའི་དབྱའི་སྟེ།    ཁྱིམ་ཏུ་དཔལ་གནས་ཉིན་མཆོན་  
བཟུ་ཤེས་ཤོག།    ཆོས་ཉིད་བདེན་པའི་ཆོས་མཆོག་སྒྲན་  
མེད།    དམ་ཆོས་བདུད་ཅི་བདེན་པའི་བྱིན་རྒྱབས་  
གྱིས།    ཉིན་མོངས་དུག་ལྲས་གདུང་བའི་དབྱའི་  
སྟེ།    ཁྱིམ་ཏུ་དཔལ་གནས་ཉིན་མཆོན་བཟུ་ཤེས་  
ཤོག།    དག་འདུན་ཡོན་ཏན་རིན་ཆེན་དཔལ་འབར་  
བ།    རྒྱལ་སྐུ་ཕན་མཛད་བདེན་པའི་བྱིན་རྒྱབས་

གྱིས།      ཉེས་པའི་སྒྲོན་བྲལ་དག་ཚོགས་རྣམས་པར་  
འཕེལ།      ཏྲག་ཏུ་དཔལ་གནས་ཉིན་མཚན་བཟུ་ཤིས་  
ཤོག། སེམས་ཅན་གང་དག་འགྲོ་དང་མི་འགྲོ་བ། དེ་  
དག་ཐམས་ཅད་དེང་འདིར་བདེ་གྱུར་ཅིག      སྒྲོན་  
མཚོག་དམ་པ་ལྷ་མིའི་མཚོད་འོས་པ།      སངས་རྒྱས་  
ཕུག་འཆལ་དེང་འདིར་བདེ་ལེགས་ཤོག། སེམས་ཅན་  
གང་དག་འགྲོ་དང་མི་འགྲོ་བ། དེ་དག་ཐམས་ཅད་དེང་  
འདིར་བདེ་གྱུར་ཅིག ཞི་བ་ཆགས་བྲལ་ལྷ་མིའི་མཚོད་  
འོས་པ། ཆོས་ལ་ཕུག་འཆལ་དེང་འདིར་བདེ་ལེགས་  
ཤོག། སེམས་ཅན་གང་དག་འགྲོ་དང་མི་འགྲོ་བ། དེ་  
དག་ཐམས་ཅད་དེང་འདིར་བདེ་གྱུར་ཅིག      ཚོགས་གྱི་  
དམ་པ་ལྷ་མིའི་མཚོད་འོས་པ།      དག་འདུན་ཕུག་

འཆལ་དེང་འདིར་བདེ་ལེགས་ཤོག།      །རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་  
བཅས་བསོད་ནམས་མཐུ་དག་དང་།      །ལྷ་ནམས་ཀུན་  
གྱིས་ལེགས་པར་བསམ་པ་དང་།      །གསང་སྤྲུགས་  
རིག་སྤྲུགས་ཀུན་གྱི་མཐུ་སྟོབས་དང་།      །བདེན་པར་སྦྱ་  
བ་ནམས་ཀྱི་བདེན་ཆོག་གིས།      །བསོད་ནམས་རི་བོ་  
བཞིན་དུ་བརྟན་པ་དང་།      །བརྒྱད་འཛིན་ཉི་ཟླ་བཞིན་དུ་  
གསལ་བ་དང་།      །སྟོན་བྲགས་ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་  
བྱབ་པ་སྟེ།      །གསུམ་པོ་དེས་ཀྱང་དེང་འདིར་བདེ་  
ལེགས་ཤོག།      །བགོགས་རིགས་སྟོང་ཕྲག་བརྒྱད་ཅུ་ཞི་  
བ་དང་།      །མི་མཐུན་གཞོད་པའི་རྒྱུན་དང་བྲལ་བ་  
དང་།      །མཐུན་པ་འགྲུབ་ཅིང་ཕུན་སྦྲུལ་ཆོགས་པ་སྟེ།      །  
བཞི་པོ་དེས་ཀྱང་དེང་འདིར་བདེ་ལེགས་ཤོག།      །ལོ་བརྒྱ་



ཐུབ་ཅིང་སྟོན་བརྒྱུ་མཐོང་བ་དང་། ། ཆོ་རིང་ནད་མེད་  
 བདེ་སྦྱིད་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ། ། ཐེག་པ་མཆོག་ལ་དེས་  
 པར་འབྱུང་བ་སྟེ། ། ལྷ་པོ་དེས་ཀྱང་དེང་འདིར་བདེ་  
 ལེགས་ཤོག། ། སྦྱོན་པ་གཏོང་ཞིང་ཚུ་ལ་བྲིམས་བསྐྱུང་  
 བ་དང་། ། བབོད་པ་སྒྲོམ་ཞིང་བཙོན་འགྲུས་རྩོམ་པ་  
 དང་། ། མཉམ་པར་འཇོག་ཅིང་གནས་ལུགས་རྟོགས་པ་  
 སྟེ། ། རྒྱག་པོ་དེས་ཀྱང་དེང་འདིར་བདེ་ལེགས་་  
 ཤོག། ། ཉིན་མོ་བདེ་ལེགས་མཆོན་བདེ་ལེགས། །  
 ཉི་མའི་དགྲུང་ཡང་བདེ་ལེགས་ཤིང་། ། ཉིན་མཆོན་  
 རྟག་རྒྱ་བདེ་ལེགས་པ། ། དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱིས་  
 དེང་འདིར་སྟོལ། ། དཔལ་ལྷན་སྤྲུལ་མས་དེང་འདིར་  
 སྟོལ། ། ཡི་དམ་ལྷ་ཡིས་དེང་འདིར་སྟོལ། ། ཆོས་སྦྱིང་

སྤྱང་མས་དེང་འདིར་སྟོལ།    |གཞི་བདག་རྣམས་གྱིས་  
དེང་འདིར་སྟོལ།    |འབྱུང་པོ་གང་དག་འདིར་ནི་ལྷག་  
གྱུར་ཏམ།    |སའམ་འོན་ཏེ་བར་སྤྱང་འཁོད་ཀྱང་  
རུང་། |སྐྱེད་གྲུ་རྣམས་ལ་ཏྲ་བ་ཏུ་བྱམས་བྱེད་ཅིང་། |  
ཉིན་དང་མཚན་དུ་ཆོས་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག།    |འདིར་ནི་  
རྒྱལ་བ་དག་རྒྱལ་བ་དེན་གང་གིས།    |ཤིན་ཏུ་བདེན་  
པར་གསུངས་ཤིང་རྩོན་མེད་པ།    |བདེན་པ་དེས་ཀྱང་  
དེང་འདིར་བདེ་ལེགས་ཤོག།    |དེང་ཀུན་འཛིགས་པ་ཆེ་  
ལས་ཐར་གྱུར་ཅིག།    |དེང་འདིར་རྣལ་འབྱོར་པ་བདག་  
ཅག་དཔོན་སྟོབ་ཡོན་མཆོད་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཐམས་  
ཅད་ཉི་མ་དང་ཟླ་བ་གཟའ་སྐྱ་གཅན་གྱི་གཞོན་པ་ལས་  
གྲོལ་བ་བཞིན་དུ་བདུད་དང་སྤྱང་བྱ་བར་ཆད་མི་མཐུན་

པའི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་ཏེ་གིན་ཏུ་  
བཀྲ་གིས་པར་གྱུར་ཅིག། །ཇོ་ཡ་ཇོ་ཡ་སུ་ཇོ་ཡ།