

# སྒྲིབ་པ་མེ་ལོང་གི་འབྲེལ་བ།



བོད་མཁས་པས་བརྩམས།

## ལེའུ་དང་པོ།

ཟླ་འཁོར་གྱི་དོན། .....	23
གཉིས་པ་གཞུང་གི་དོན། .....	30
བསྟན་བཅོས་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲོ། .....	30
ཞེས་པ་བརྗོད་པ། .....	30
ཚུམ་པར་དམ་བཅའ་བ། .....	37
འཇུག་བྱ་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་རང་བཞིན། .....	40
དགོས་དོན། .....	40
༡ ཚུམ་པའི་ཡོན་ཏན། .....	42
༢ མ་བརྩམས་པའི་སྒྲིན། .....	43
༣ ལེགས་པར་བརྩམས་པ་དེ་ཡུན་དུ་གནས་པའི་རྒྱ་མཚན། ...	44
༤ ཚུམ་བྱེད་མཁས་སྒྲོལ་གྱི་བྱེད་པར། .....	45
༥ ཚུམ་པའི་སྒྲིན་སྒྲོལ་ཐབས། .....	48
༦ བསྟན་བཅོས་མི་ཞེས་པའི་སྒྲིན། .....	49
༧ མཁས་པས་ལེགས་པར་དབྱེ་བའི་དབང་དུ་མཛད་པ། .....	49

གཉིས་པ་བསྐྱུས་པའི་དོན། .....	53
གསུམ་པ་མཆམས་སྒྲོར་བཀལ་ལན་དང་བཅས་པས་	
ཆོག་གི་དོན་བཤད་པ། .....	54
ལུས་བཤད་པ། .....	54
ལུས་གཞུང་གི་དབྱེ་བས་གསུམ་དུ་བཤད་པ། .....	55
མདོར་བསྟན། .....	55
རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། .....	57
ཆོགས་བཅད། .....	57
མཆན་ཉིད། .....	57
དབྱེ་བ། .....	57
སྒྲུབ་སྒྲོར་གྱི་སྒྲོན་པ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ། .....	57
སྒྲོར་ཚུལ་གྱི་སྒྲོན་པ་བཞིར་དབྱེ་བ། .....	58
གསུམ་པ་དེས་བཅམས་པའི་སྟན་ངག་ཆེན་པོའི་	
མཆན་ཉིད་བཤད་པ། .....	65
གསུམ་པ་རི་ལྟར་རྩོམ་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་མཛད་པ། .....	73
དམིགས་བསལ་བསྟན་པ། .....	92

སྒྲོར་ཚུལ་འགའ་ཞིག་མཚོན་པའི་དབང་དུ་མཛད་པ། .....	93
ལྷག་པ་བཤད་པ། .....	95
མཚན་ཉིད། .....	95
དབྱེ་བ་བཤད་པ། .....	95
མིང་ཙམ་གྱི་དབྱེ་བ་བསྟན་པ། .....	95
དོན་གྱི་དབྱེ་བ་གཞན་དགག་པ། .....	96
སྟན་ངག་གི་ལུས་གསུམ་པ་སྟེལ་མ་བཤད་པ། .....	101
གཙུག་པོ། .....	102
པལ་བ། .....	102
གཉིས་པ་རྫོང་བྱེད་སྐད་རིགས་བཤད་པ། .....	103
མདོར་བསྟན་གྱི་སྟོན་སྒྲུབ་དབྱེ་བ་བཤད་པ། .....	103
རྒྱས་བཤད་གྱི་སྟོན་སྒྲུབ་དོ་བོ་བསྟན་པ། .....	103
ལེགས་སྦྱར་འཆད་པ། .....	104
རང་བཞིན་འཆད་པ། .....	104
བྱུང་ཆག་བཤད་པ། .....	106
དེ་དག་གིས་ཚུལ་པའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ནུས་པ། .....	107

སྒྲོ་ར་ཚུ་ལ་དོན་གྱི་དབྱེ་བས་གཉིས་སུ་བསྟན་པ། .....	110
རྒྱན་བཤད་པ། .....	111
ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱན་གྱིས་ལམ་ནམ་པར་དབྱེ་བ། .....	111
ལམ་དུ་མར་བསྟན་པ། .....	111
སྒྲོ་བ་དང་ཤར་བའི་ལམ་དབྱེ། .....	111
མདོར་བསྟན། .....	111
རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། .....	113
༡ སྒྲུང་བའི་ཡོན་ཏན། .....	113
རབ་ཏུ་དང་བའི་ཡོན་ཏན། .....	117
༣ མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན། .....	119
༥ སྟན་པའི་ཡོན་ཏན། .....	122
༧ ཞེན་ཏུ་གཞོན་པའི་ཡོན་ཏན། .....	138
༩ དོན་གསལ་གྱི་ཡོན་ཏན། .....	142
༡༡ རྒྱ་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་ .....	145
༡༣ བརྗེད་པའི་ཡོན་ཏན། .....	148
༡༥ མཛེས་པའི་ཡོན་ཏན། .....	154

༡༠ ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན། .....	160
གཉིས་པ་དཔེར་བཅོལ་གྱིས་རྒྱས་པར་བཤད་པ། .....	161
སྒྱུར་བསྟན་པ། .....	161
བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ། .....	162
གསུམ་པ་སྐབས་སུ་སྟན་ངག་གི་རྒྱ་བཤད་པ། .....	168
ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་བཞུགས་པ། .....	168
སྒོ་དུ་རུང་བཞུགས་པ། .....	169
རྒྱ་དེ་ལྟན་གྱི་པན་ཡོན་བསྟན་པ། .....	170

### ལེ་ཏུ་གཉིས་པ།

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་སོ་སོར་བཤད་པ། .....	174
མཆོམས་སྒྱུར་ནས་བཤད་པར་དམ་བཅས་པ། .....	174
བཤད་ཚུལ་དངོས་རྒྱུ་པར་བྱེ་བ། .....	175
དོན་གྱི་རྒྱ། .....	175
མིང་གིས་མདོར་བསྟན་པ། .....	175
དབྱེ་བས་རྒྱས་པར་བཤད་པ། .....	176
རྒྱ་སུམ་ཅུ་ཅུ་གསུམ་བཤད་པ། .....	177

༡ རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྒྱན་བཤད་པ། .....	177
མཚན་ཉིད། .....	177
དཔེ་སྤྱོད། .....	178
ཡོན་ཏན་བརྗོད་པ་ནི། .....	179
དོན་བསྟུ་བ། .....	180
༢ དཔེ་རྒྱན་བཤད་པ། .....	181
མཚན་ཉིད་སྤྱིར་བསྟན་པ། .....	181
དབྱེ་བ་དཔེར་བརྗོད་པ། .....	182
གསུམ་པ་སྐྱོན་ཡོན་གྱི་དམིགས་བྱེ་བ། .....	202
སྤྱིར་ཡོན་ཏན་དུ་འདོད་པ། .....	202
དམིགས་བསལ་སྐྱོན་དུ་བཅི་བ། .....	204
བཞི་པ་མཚུངས་གསལ་གྱི་སྒྲ་བཤད་པ། .....	205
༣ གཟུགས་ཅན་གྱི་རྒྱན་བཤད་པ། .....	209
མཚན་ཉིད་སྤྱིར་བསྟན་པ། .....	209
བྱེ་བྲག་དཔེར་བརྗོད་པ། .....	209
དཔེ་གཟུགས་གྱིས་དོན་བསྟུ་བ། .....	224



༤ གསལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་བཤད་པ། .....	225
མཚན་ཉིད་སྒྱུར་བསྟན་པ། .....	225
དབྱེ་བ་དཔེར་བརྗོད་པ། .....	226
བསྐྱབ་ཚུལ་གྱིས་མཐུག་བསྟུ་བ། .....	235
༥ བསྐྱོར་བ་ཅན་གྱི་རྒྱ་བཤད་པ། .....	236
མཚན་ཉིད་གྱིས་རྣམ་པར་དབྱེ་བ། .....	236
བྱེ་བ་ལྟར་དཔེར་བརྗོད་པ། .....	236
༦ འགོག་པའི་རྒྱ་བཤད་པ། .....	239
མཚན་ཉིད་གྱིས་མདོར་བསྟན་པ། .....	239
དབྱེ་བ་དཔེར་བརྗོད་པས་རྒྱས་པར་བཤད་པ། .....	240
བསྐྱབ་ཚུལ་གྱིས་དོན་བསྟུ་བ། .....	263
༧ དོན་གཞན་བཀོད་པའི་རྒྱ་བཤད་པ། .....	263
མཚན་ཉིད་སྒྱུར་བཤད། .....	263
དབྱེ་བ་མིང་གིས་བསྟན་པ། .....	264
སྒྱུར་བ་དཔེས་མཚོན་པ། .....	265
༨ བརྒྱད་པ་ལྟོག་པ་ཅན་གྱི་རྒྱ། .....	270



མཚན་ཉིད་སྒྱུར་བསྟན། .....	270
བྱེ་བྲག་དཔེར་བཅོམ་པས། .....	271
༩ མིད་པ་ཅན་གྱི་རྒྱུ་བཤུད་པ། .....	281
མཚན་ཉིད་གྱིས་མདོར་བསྟན་པ། .....	281
དཔེར་བཅོམ་ནས་རྒྱས་པར་བཤུད་པ། .....	282
༡༠ བསྐྱས་བཅོམ་གྱི་རྒྱུ་བཤུད་པ། .....	285
མཚན་ཉིད་གྱིས་མདོར་བསྟན། .....	285
དཔེར་བཅོམ་ནས་རྒྱས་པར་བཤུད་པ། .....	286
༡༡ ལུལ་བྱུང་གི་རྒྱུ་བཤུད་པ། .....	290
མཚན་ཉིད་སྒྱུར་བསྟན། .....	291
བྱེ་བྲག་དཔེར་བཅོམ་པ། .....	291
བསྐྱུགས་པས་མཐུག་བསྟུ་བ། .....	294
༡༢ རབ་ཁྱོག་གི་རྒྱུ་བཤུད་པ། .....	295
མཚན་ཉིད་སྒྱུར་བསྟན། .....	295
བྱེ་བྲག་དཔེར་བཅོམ། .....	295
ལོག་པར་ཁྱོག་པ་དགག་པ། .....	299

གསལ་བྱེད་གྱི་སྒྲ་བཤད་པ། .....	302
༡༣ རྒྱུ་ལྡི་རྒྱུ་བཤད་པ། .....	303
རྒྱུ་གསལ་གྱིས་བསྐྱབས་པ་སྤྱིར་བཏོན་པ། .....	303
རྒྱ་རྒྱུ་དངོས་ལ་འཇུག་པ། .....	303
༡༤ སྤྱི་ལྡི་རྒྱུ་བཤད་པ། .....	318
མཆན་ཉིད། .....	318
དཔེར་བཏོན། .....	318
༡༥ ཆའི་རྒྱུ་བཤད་པ། .....	321
མཆན་ཉིད་སྤྱིར་བསྐྱབས། .....	321
དབྱེ་བ་དཔེར་བཏོན་པ། .....	322
༡༦ རིམ་པ་ཅན་གྱི་རྒྱུ་བཤད་པ། .....	325
མཆན་ཉིད། .....	326
དཔེར་བཏོན་པ། .....	326
༡༧ དགའ་བའི་རྒྱུ་གྱི་དབྱེ་བ། .....	327
མཆན་ཉིད་དང་བཅས་བསྐྱབས་པ། .....	327
དཔེར་བཏོན་དང་བཅས་དབྱེ་བ། .....	327

༡༩ ཉམས་ལྗན་གྱི་དབྱེ་བ་ལ་བརྒྱད། .....	330
༡༩ གཟི་བརྗེད་ཅན་གྱི་དཔེར་བརྗེད། .....	338
༢༠ རྣམ་གྲངས་བརྗེད་པའི་རྒྱན་བཤད་པ། .....	339
མཆན་ཉིད། .....	339
དཔེར་བརྗེད་པ། .....	339
༢༡ ཀྱན་པན་གྱི་རྒྱན་བཤད་པ། .....	341
མཆན་ཉིད། .....	341
དཔེར་བརྗེད། .....	341
༢༢ རྒྱ་ཆེ་བའི་རྒྱན་བཤད་པ། .....	342
མཆན་ཉིད། .....	342
དཔེར་བརྗེད། .....	342
༢༣ བསྟོན་དོར་གྱི་རྒྱན་བཤད་པ། .....	344
མཆན་ཉིད་སྒྲིར་བསྟན་པ། .....	345
དབྱེ་བ་དཔེར་བརྗེད་པ། .....	345
༢༤ སྒྲུར་བའི་རྒྱན་བཤད་པ། .....	348
མཆན་ཉིད་སྒྲིར་བསྟན་པ། .....	348

དཔེར་བཅོམ་གྱི་བྲག་ཏུ་བཤད་པ། .....	349
༡༥ བྱུང་པར་བཅོམ་པའི་རྒྱན་བཤད་པ། .....	358
མཚན་ཉིད་སྒྱིར་བསྟན་པ། .....	358
གྱི་བྲག་དཔེར་བཅོམ་པ། .....	358
༡༦ མཚུངས་པར་སྒྱིར་བའི་རྒྱན་བཤད་པ། .....	362
མཚན་ཉིད། .....	362
དཔེར་བཅོམ། .....	362
༡༧ འགལ་བའི་རྒྱན་བཤད་པ། .....	364
མཚན་ཉིད་སྒྱིར་བསྟན་པ། .....	364
གྱི་བྲག་དཔེར་བཅོམ་པ། .....	364
༡༨ སྐབས་མིན་བསྟོད་པའི་རྒྱན་བཤད་པ། .....	369
མཚན་ཉིད། .....	369
དཔེར་བཅོམ་པ། .....	369
༡༩ རོལ་བསྟོད་ཀྱི་རྒྱན་བཤད་པ། .....	370
མཚན་ཉིད་སྒྱིར་བསྟན་པ། .....	370
གྱི་བྲག་དཔེར་བཅོམ་པ། .....	371

༣༠ རེས་བསྟན་གྱི་རྒྱན་བཤད་པ། .....	373
མཚན་ཉིད། .....	373
དཔེར་བཞིན་པ། .....	374
༣༡ ལྷན་ཅིག་བཞིན་པ་བཤད་པ། .....	375
མཚན་ཉིད་མཉམ་དུ་བཤད་པ། .....	375
དཔེར་བཞིན་པ། .....	376
༣༢ ཡོངས་བརྗེས་ཀྱི་དཔེར་བཞིན་པ། .....	378
༣༣ ཞེས་བཞིན་ཀྱི་རྒྱན་བཤད་པ། .....	379
མཚན་ཉིད། .....	379
དཔེར་བཞིན་པ། .....	379
༣༤ རབ་སྒྲེལ་གྱི་རྒྱན་བཤད་པ། .....	381
༣༥ དགོངས་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་བཤད་པ། .....	383
རྒྱ་དང་ངོ་བོས་བྱད་གཞི་མདོར་བསྟན་པ། .....	383
དེ་ཉིད་བྱད་ཆོས་བཞིས་རྒྱས་པར་བཤད་པ། .....	384

ལེའུ་གསུམ་པ།

གཉིས་པ་སྒྲིའི་རྒྱན་བཤད་པ། .....	390
མདོར་བསྟན་པ། .....	390
རྒྱས་བཤད་པ། .....	393
གནས་གཞན་ན་ཡོད་པའི་བྱང་ལྡན་བཤད་པ། .....	415
རྒྱས་བཤད་གསུམ་པ་མཐའ་ཐོག་སྐྱར་བའི་བྱང་ལྡན་བཤད་པ།	425
རྒྱས་བཤད་བཞི་པ་ཀུན་ཏུ་བྱང་ལྡན་བཤད་པ། .....	426
རྒྱས་བཤད་ལྔ་པ་འདྲེས་པའི་བྱང་ལྡན། .....	438
རྒྱས་བཤད་དྲུག་པ་བསྒྲོག་པའི་བྱང་ལྡན། .....	439
གསུམ་པ་དངོས་བཤད་པ་ལ་བརྟུ་དྲུག་.....	456
སྤྱི་དོན་གསུམ་པ་ཞར་ལ་སྒྲིཊ་སེལ་བ་རྒྱས་པར་བཤད་པ། .....	474
གསུམ་པ་དེ་ལྟར་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བླ། .....	510

༢ གོང་ས་༢ སྐབས་མགོན་ཆུལ་བའི་དབང་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་རྗེ་  
བཀྲིན་འོག་ཕྱན་གྱིས་གཞོན་སྐྱེས་སློབ་གསར་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ། ཀྱི་  
ཤུ་ཉལ་ས་ཅན་གྱི་ལག་ཐོག་ཁ་པར་དང་ iPad སློབ་མྱོད་སོགས་བརྒྱུད་  
ནས་དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་བོད་ཡིག་ལམ་ནས་གཟིགས་བདེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་  
བཅོས་པ་ཡིན། སླད་ནས་ཀྱང་རིམ་པས་དཔེ་དེབ་དོ་བཤུས་ལག་ཏུ་འགྱུར་  
ཆེ་དེབ་གྲངས་མང་དུ་གཏོང་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་འོང་གི་དེར་སློབ་པའི་ལམ་  
སྟོན་བཀའ་སློབ་དགོངས་འཆར་ལྟག་སྟེ་ལ་ཡོང་བར་རེ་བསྐྱལ་ཞུ་རྒྱུ་དང་།  
ཞུ་དག་བསྐྱར་མ་སོགས་ལ་རང་ཁུ་ས་གང་ཡོད་གྱིས་འབད་ཚུལ་གྱིས་ཁུ་  
བྱས་ཀྱང་ཆུད་ཆེད་ཞན་སྐབས་ནོར་འབྱལ་གང་ཞོར་རྣམས་བཅོད་གསོལ་  
ཞུ་རྒྱུ་བཅས།

སེར་སླད་དམར་འཇམ་དབྱངས་བསོད་ནམས་གྱིས།

དེབ་བཅོས་ཐོན་པ་རྣམས་སྤུ་ལ་དགོས་ན་བརྒྱ་རྒྱུད་ནས་རིན་མེད་དུ་ཐུལ་ཆོག་  
བརྒྱུ་ཁ་བྱང་། [marjamson618@gmail.com](mailto:marjamson618@gmail.com)



༡༡། །སྒྲིབ་པ་གི་བསྒྲིབ་པ་ཅོས་ཆེན་པོ་མེ་མོང་ལ་  
འཇུག་པའི་བཤའ་སྒྲུབ་དམིགས་དགོངས་བྱུང་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

ཀྱུ་ལ་དབང་མཐུན་པའི་ཚུ་མཆོ་ལེགས་བྱས་ཀྱིས། །

བསྐྱབས་སྦྱོར་ཉི་མ་འབར་བའི་གདེངས་ཀ་ནས། །

མོངས་པའི་ཐུན་པ་གསོད་ཉླགས་ཤེས་རབ་ཀྱི། །

རལ་གྱི་འཁྲི་ཤེས་གཡོ་བ་དེས་སྐྱངས་ཤེས། །

ཀྱུ་ལ་བྲལ་ཤེས་རབ་མཆོག་གི་རང་ག་ཟུགས་སྤིང་དང་ཞི་བའི་  
མཆར་སྐྱུག་གི། །སྤྱིང་པོར་སྐྱང་བའི་ལང་ཆོས་རབ་ཤེས་ཀྱུ་ལ་ནམས་དོ་  
རྗེའི་ཆགས་པ་ལ། །སྦྱོར་བའི་བརྟ་ཐབས་རིན་ཆེན་རྒྱད་མངས་པང་བར་  
བཀོད་ལ་སེན་འདེབས་པའི། །སྒྲིབ་འགྱུར་ཆོས་ཀྱི་དབྱངས་སྐྱུ་འབབ་པ་  
ངག་དབང་སྒྲ་མོས་མཐུན་འབྱུང་ཅིག །ཐབས་དང་ཤེས་རབ་ཟུང་འཇུག་  
ཆེན་པོའི་དབྱིངས་སྐྱུ་དག་པའི་རང་བཞིན་པ་མཐའ་བྲལ་བའི་དངོས། །ནམ་  
པ་ཐམས་ཅད་མངོན་སྐྱུ་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་མེ་མོང་ཤེས་བྱའི་ཆོས་ཀྱན་  
ཉླག་ཏུ་འཆར། །ཆ་ཤས་རེས་ཀྱང་མོངས་ཆེན་འཁོར་བའི་ཐུན་པ་འཇིག་  
མཁས་ངག་ནམས་ཀྱན་ཀྱི་དབང་སྐྱུག་ཏུ། །འཕགས་པའི་སངས་རྒྱས་སྣང་  
བའི་བདག་ཉིད་དོ་རྗེའི་སྦྱོར་དཔོན་ག་ཟུགས་སྐྱུ་བསྐྱར་ལ་དང་བས་འདུད། །

མགོན་དེའི་གསུང་གི་གསང་བ་མ་ལ་ཡ། །ལས་འབྱུངས་དཔལ་གྱི་དུམ་བུ་  
ཀྱན་དགའི་བྱི། །རྣམ་པར་རྒྱས་པས་ས་གསུམ་གདུང་འཕྲོག་པ། །ལོ་ཆེན་  
སྒྲོན་པའི་དབང་པོར་སྦྱང་ནས་དད། །རྣམ་འབྲེན་དེ་དག་གསུང་གི་གརྒྱ་ཆེ། །  
མང་ཐོས་རལ་པའི་ནགས་མཐར་དུས་རིང་དུ། །འབྲེལ་འདི་ལེགས་བཤད་  
ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྡན་ཕྱིར། །གཟུར་གནས་མཁས་ཀྱན་མཆོད་པའི་ཡོན་དུ་  
འོས། །དབྱངས་ཅན་དག་ལ་ཞུགས་པས་དཀའ་བའི་གནས། །མཐར་དག་  
སྒྲིག་རྒྱུའི་མདུད་ལྟར་རང་གྲོལ་ཆེ། །ལེགས་བཤད་ཉམས་བརྒྱ་རྩོགས་པའི་  
སྒྲོན་འགྱུར་སྟེ། །ལེན་པས་ལམ་འདིར་ཁོ་བོ་སྐལ་བཟང་སྟུམ། །ཆོངས་པའི་  
ཐུན་འཕྲོག་འཁོར་བའི་གདུང་སེལ་གཉེན། །འཇིག་རྟེན་ཀྱན་ལ་དགའ་  
བསྐྱེད་གཤམ་པའི་གཉེར། །ཆོས་རབ་གསལ་བྱེད་བྱང་ཆུབ་སྦྱང་པའི་ལམ། །  
སྒྲོན་རུས་སྒྲོན་ཆེག་ཆེ་བ་གསར་བ་བཞིན། །མདོན་འདོད་མཆོག་གི་བཞིན་  
རྒྱས་ལུས་སྤྲུལ། །དོན་སྤྲུལ་པའི་ཆེག་སྦྱོར་རྒྱན་མཆར་བོས། །ཡང་དག་  
སྦྱང་པའི་རྣམ་བཤད་མི་ན་ཀམ། །སྒྲོན་བལ་སྒྲིག་པའི་གར་ནི་ཡིད་འོང་བྱེད། །  
རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་རྣམ་དཔྱོད་ཨ་མའི་ཆལ། །འཇམ་མགོན་གསུང་གི་འོ་  
རྒྱན་གྱིས་བརྩས་པས། །དབྱེད་གསུམ་རྣམ་པར་དག་པ་བདུད་རྩིའི་འབྲས། །  
ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པའི་བརྩད་འདི་ཐུང་བར་རིགས། །གཞུང་དོན་འབྲོག་པོར་  
མི་འགྲེལ་ཞིང་། །དགག་སྐྱབ་རྩོག་མས་མ་བསྐྱད་པར། །དཔྱིའི་བཞེད་  
དགོངས་འབྲུལ་མེད་དུ། །བྱང་པོར་བསྐྱང་བ་བདག་གི་ལས། །དེ་ཕྱིར་

ལེགས་བཤའ་རིན་པོ་ཆེའི། །གཙུག་རྒྱུ་བྱི་མེད་འོད་འབར་བ། །སྐལ་  
བཟང་ལེགས་བྱིས་བྱ་ཀྱན་གྱི། །བྱུང་སྤྱད་རྒྱུ་དུ་གྱུས་པས་མོངས། །

དེ་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྟོགས་པ་བརྗོད་པ་དབག་བསམ་  
འབྲི་ཤིང་གི་ཡལ་འདབ་དགུ་བཅུ་ཅ་གཅིག་པ་ལས། མཐོང་དང་མ་མཐོང་  
བདེ་ལ་ལམ་ནི་ལེགས་བཤའ་གྱིས་གསལ་སྟོན་མེ་ལྟ་བུར་སྟོད། །ལེགས་  
བཤའ་བདུད་རྩི་རོ་ནི་ཉམས་སྟོང་ལྡན་པས་མཆོག་ཏུ་དགའ་བའི་ཆར་  
དག་འབེབས། །ལེགས་བཤའ་དོན་གཉེར་ཡུལ་ལ་གཉེར་བྱ་ཀྱན་མཐུན་  
དག་ཀྱང་དོན་གཉེར་ཉིད་དུ་འགྱུར། །དེ་སྤྱད་དམ་པ་རྣམས་ལ་ལེགས་བཤའ་  
དང་མཚུངས་དགའ་བ་ཅི་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་རྗེས་  
སྤྱ་འབྲེལ་བར་ལེགས་པར་བཤའ་པའི་གཏམ་གྱི་སྤེང་བས་རྣམ་དཔྱོད་དང་  
ལྡན་པའི་སྒྲིག་ཤལ་མཛེས་པར་བྱེད་པ་ནི་མཆོག་ཏུ་རིགས་པར་མཐོང་ལ།  
དེ་ལྟར་ཡང་། ཞེ་བ་ལྟས།

སྟོན་ཆད་མ་བྱུང་བ་ནི་འདིར་བརྗོད་མིན། །

སྤེབ་སྟོར་མཁས་པའང་བདག་ལ་ཡོད་མིན་ཏེ། །

དེ་སྤྱིར་གཞན་དོན་བསམ་པ་བདག་ལ་མེད། །

རང་གི་ཡིད་ལ་བསྟོམ་སྤྱིར་ངས་འདི་བརྟམས། །

ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན། །སྟོན་དུ་བྱུང་བའི་རྒྱ་བོད་ཀྱི་མཁས་མཆོག་  
རྣམས་ཀྱི་གསུང་རྒྱུན་ལས་བརྟམས་ཏེ་ཅུང་ཞིག་སྤེང་ན། བདག་ཅག་གི་

སྟོན་པ་མཆོག་གི་བསྟན་པ་འདི་ལ།      ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་  
གྲོང་ཁྱེར་ཆེན་པོར་འཇུག་པའི་སྟོ་འཕར་སླ་ན་མེད་པ་ནི་ཤེས་བྱ་རིག་པའི་  
གནས་ལྡན། མདོ་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རིག་པའི་དངོས་པོ་ལྷ་མ་  
བསྐྱབས་ན་ནི་ནམ་དུ་ཡང་སླ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
ཏུ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པར་མི་རྒྱས་སོ། །དེ་བས་ན་སླ་ན་  
མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རིག་པའི་དངོས་པོ་ལྷ་བསྐྱབ་པར་  
བྱའོ་ཞེས་དང་། རྒྱལ་ཆབ་ཆེན་པོ་མ་པམ་པས།

རིག་པའི་གནས་ལྡན་དག་ལ་བཙོན་པར་མ་བྱས་ན། །

འཕགས་མཆོག་གིས་བྱང་ཐམས་ཅད་མཐུན་ཉིད་ཐོབ་མི་འབྱུང་། །

དེ་བས་གཞན་དག་ཆར་གཅད་རྗེས་སུ་གཟུང་ཕྱིར་དང་། །

བདག་ཉིད་ཀྱན་ཤེས་བྱ་ཕྱིར་དེ་ལ་དེ་བཙོན་བྱ། །

ཞེས་དང་། ས་བསྐྱེ་ཏས།

རང་སྟོ་ཤེས་བྱའི་གནས་ལ་མ་སྦྱངས་ན། །

ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ནམ་མཁའི་མཐའ་ལྟར་རིང་། །

དེ་ལྟར་དགོངས་ནས་རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤྱིས་ཀྱིས། །

ཤེས་བྱའི་གནས་ཀྱན་སྦྱངས་ཞེས་ལེགས་པར་གསུངས། །

ཞེས་གསུངས་པ་འདི་དག་ནི་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་རྒྱའི་  
གཙོ་བོ། རང་གཞན་གྱི་དོན་གཉིས་འབྱུང་བའི་གཞི། འཕྲལ་ཡུན་གྱི་ལེགས་

བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྲུང་ཁུངས་སྟོན་པའི་གསུང་ཡིན་ཏེ། འཁོར་བའི་རྒྱ་  
མཆོ་ཆེན་པོ་འདིར་སེམས་ཅན་རྣམས་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོར་བ་ལ་ལོངས་  
སྤྱོད་པའི་རྒྱ་ནི། འཇིག་ལྟ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་མ་རིག་པ་ཁོ་ན་  
ཡིན། དེ་སྤོང་བྱེད་ཀྱི་གཉེན་པོ་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས། རིག་པ་དེ་འཕེལ་བར་  
བྱ་བའི་ཐབས་སྤྱི་བྱེད་གི་རིག་པའི་གནས་ཇི་སྟེད་ཅིག་འབྲུང་བ་ཀྱུན་  
ཀྱང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཐབས་ལ་མཁས་ཤིང་བྱུགས་རྗེ་ཆེ་  
བས། ཅི་རིགས་པར་དངོས་དང་བརྒྱུད་པའི་སྟོན་པ་མ་རིག་པ་འཇོམས་  
བྱེད་ཀྱི་ཐབས་སྤྱི་བསྟན་པ་ཡིན། དེ་ལ་ཤེས་བྱའི་གནས་བསམ་བྱིས་མི་  
ཁྱབ་ཅིང་། དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་བྱེད་ཅི་མ་ལོག་པར་ཤེས་པ་ནི་མཁས་  
པའི་མཆོག་ བྱེ་བྲག་གང་ལ་སྦྱངས་ཤིང་བསྐྱབས་པའི་དོན་ཤེས་པ་དེ་ཡང་  
དེ་ཉིད་ལ་མཁས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་གངས་སྤྱི་འགྲོ་ཞིང་མིང་འཕྲོ་བ་སྟེ། མཁས་  
པ་འབྲུག་པའི་སྟོན།

མཁས་གང་ཤེས་བྱའི་དེ་ཁོ་ན། །

རི་བཞིན་རྟོགས་པ་ཡིན་པར་འདོད། །

བྱེ་བྲག་སྦྱངས་པའི་དོན་ཤེས་པ། །

དེ་ཡང་དེ་ལ་མཁས་ཞེས་བྱ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན། མཁས་པས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་ནི། སྒྲ་  
ཆད། བཟོ་གསོ། རང་དོན་རིག་པ་སྟེ་གནས་ཆེན་པོ་ལྷ། གཞན་ཡང་འདུལ་



བ་ལུང་གི་མའི་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་དབུར།      འཕགས་པ་འོད་སྤངས་ཆེན་པོའི་  
གཏམ་རྒྱུད་ལས་བཅུ་མས་ཏེ།      རིག་པའི་གནས་བཅོ་བརྒྱད་ལ་ཡང་མཁས་  
པར་གྱུར་པ་འདི་ལྟ་སྟེ།      གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་རྒྱུད་དང་།      ཆོ་ག་ཞིབ་མོ་དང་།  
གཏན་ཆིགས་ཀྱི་རིག་པ་དང་།      རིག་བྱེད་དང་།      བརྒྱ་སྤྱོད་པ་དང་།      སྤྱོད་པ་  
པར་སྤྱོད་པ་དང་།      ཞེས་གསལ་དང་།      དེས་པའི་ཆིག་དང་།      སྤྱོད་པ་  
མཁས་པ་དང་།      སྐར་མའི་རིག་པ་དང་།      རྟོགས་བྱེད་ཀྱི་རིག་པ་དང་།      ལུང་  
ལུང་གི་རིག་པ་དང་།      ཆེར་སྤྱོད་ཀྱི་རིག་པ་དང་།      འཛིག་རྟེན་རྒྱུ་འཕྲུག་  
པའི་རིག་པ་དང་།      བྱེ་བྲག་པའི་རིག་པ་དང་།      རྒྱུད་རྒྱུ་ལུང་པ་དང་།      ལུང་  
མིད་ཀྱི་རིག་པ་དང་།      གནས་འདུག་གི་རིག་པ་དང་།      རིག་པའི་གནས་བཅོ་  
བརྒྱད་པོ་འདི་དག་ལ་སྟོ་ཞིན་ཏུ་རྩོམ་པར་གྱུར་ཏེ་ཞེས་དང་།      མཛོད་རང་  
འགྲེལ་ལས།

རོལ་མོ་འབྲིག་ཐབས་འཆོ་རྩིས་གངས་དང་སྒྲ། །  
གསོ་བསྐྱེད་ཆོས་ལུགས་བཅོ་འཕྲོངས་གཏན་ཆིགས་དང་། །  
རྣལ་འབྱོར་ཐོས་པ་དྲན་པ་སྐར་མའི་དབུར། །  
རྩིས་མིག་འཕྲུལ་འཁོར་སྤྱོད་རབས་སྤྱོད་རྒྱུ་རིག་ །  
འདི་དག་རིག་པའི་གནས་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད་ཡིན། །  
ཞེས་དང་།      སྤྱོད་པ་རབས་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་དུ་སྟོབ་དཔོན་རྩྭ་གྱི་རྟེན།  
རིག་པའི་གནས་བཅོ་བརྒྱད་འདི་ལྟ་སྟེ།      རོལ་མོ་དང་།      འབྲིག་ཐབས་དང་།

འཆོ་ཅིས་དང་། གངས་ཅན་དང་། སྒྲ་དང་། གསོ་བའི་དབྱུང་དང་། བཟོ་དང་།  
འཕོང་དབྱུང་དང་། གཏན་ཆེ་གས་ཀྱི་སྒྲོར་བ་དང་། རྣལ་འབྱོར་ཐོས་ཤིང་  
བློ་བ་དང་། སྐར་མའི་དབྱུང་དང་། ཅིས་དང་། མིག་འཕྲུལ་དང་། སྒོན་གྱི་  
རབས་དང་། དེ་བཞིན་དུ་བྱེ་བྲག་པ་དང་། དེ་བཞིན་གྱི་སྒྲོང་བ་དང་། རིག་  
པའི་བསྐྱོན་བཅོས་ཡོངས་སུ་བཏགས་པའོ་ཞེས་ཅུང་མི་འདྲ་བར་བཤའ་བ་  
དག་དང་། ལུང་ཐུན་ཆེ་གས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་སྟོབ་དཔོན་ཚུ་ལ་བྲིམས་བསྐྱུངས་  
གྱིས་མཛད་པར།

རོལ་མའི་མཆན་ཉིད་སྒྲུ་མ་དང་། །  
འགྲེད་སྟོབས་དང་ནི་མེ་ཉོག་ལས། །  
དམག་རྣམས་དང་ནི་བདག་ཉིད་ཤེས། །  
གཡོས་སུ་བྱ་བ་རྣམ་པར་ངེས། །  
ཆོང་དང་ནོར་ནི་བསྒྲུར་བ་དང་། །  
བྱུང་དང་ལྷག་ཅིས་བཅུད་གྱིས་ལེན། །  
འཕྲུལ་འཁོར་སྒྲོར་དང་བྱི་བ་དང་། །  
འཕོང་དབྱུང་དང་ནི་ཆེ་སྒྲོར་སྒྲ། །  
ཡི་གེ་དང་ནི་ཁྱ་སྐད་དང་། །  
རང་རང་བཟོ་དང་མཆོན་རྣམས་བཏགས། །  
གཙོད་ཐབས་དང་ནི་སོག་ལེ་དང་། །



ཕུབ་ནམས་སྒྲོར་བར་བྱེད་པ་དང་། །  
སོང་དང་འོང་བ་ཤེས་པ་དང་། །  
གཞི་ཡི་མཚན་ཉིད་ཤེས་པ་དང་། །  
མདུང་དང་རྡོ་རྗེ་བརྟག་པ་དང་། །  
ཕྱེར་སོ་དག་གི་མཚན་ཉིད་དང་། །  
ཟུག་རྩ་འབྲེན་དང་མིག་འཕྲུལ་དང་། །  
ཟླ་ར་ཏ་ཡི་བསྟན་བཅས་ཤེས། །  
བཅིང་དང་ཁང་པ་བརྟེན་མ་དང་། །  
དེ་བཞིན་རྡོ་རྗེ་འཕང་བ་དང་། །  
ཡན་ལག་མཉེ་དང་མོ་འདེབས་དང་། །  
དེ་བཞིན་ཆུ་ནི་ཀྱན་འཛིན་དང་། །  
དུང་གི་སྒྲ་དང་སྒྲེབ་སྒྲུར་དང་། །  
གྲོང་རྒལ་དང་ནི་སྒྲེགས་འབྲ་དང་། །  
མཚན་མོ་ཆོམ་རྒྱན་ཤེས་པ་དང་། །  
བྱིས་པ་རྣམས་ནི་གསོ་བ་དང་། །  
མི་རྣམས་གཉིད་བྱིས་ལོག་པ་དང་། །  
སྒོ་ལྷགས་དབྱེ་བར་བྱ་བ་དང་། །  
སྒྲ་དང་ས་རྟོག་བྱེད་པ་དང་། །

སྒྲིབ་པ་བྱད་མེད་ཏྲ་དང་ནི། །  
སྒྲིབ་པའི་མཆན་ཉིད་གར་སྒྲོབ་དང་། །  
འབྲུང་པོ་དག་ནི་གསོ་བ་དང་། །  
ཟངས་མ་མཁར་བ་གསེར་དག་དང་། །  
ཤིང་དང་དྲུང་གི་མིང་ཤེས་དང་། །  
རི་མོ་ཆོན་དང་སོ་དག་གི། །  
ལས་རྣམས་དེ་དག་གོ་རིམ་བཞིན། །  
སྒྲིབ་པའི་མཆན་ཉིད་ཤེས་པ་དང་། །  
མཆན་མ་ཤེས་པ་ཉིད་དང་ཡང་། །  
ངེས་པའི་ཆོག་གི་གཞུང་རྣམས་ཀྱིས། །  
སྒྲིབ་པ་འབྲུག་ཏུ་ཆ་བཞིར་ཤེས། །

ཞེས་དང་། རྒྱུ་བྱུང་གཏོགས་ཀྱི་དུ། བཟོ་ལ་སོགས་པར་གཏོགས་པ་  
སྒྲིབ་ཏུ། རོལ་མེད་ཀྱི་བྱུང་བའི་བྱུང་། སྒྲིབ་ཀྱི་དེས་པ་བདུན། གར་  
ཀྱི་ཆ་ཀྱི་དུ་དགའོ། །

དེ་ལས་བཟོ་ལ་སོགས་པར་གཏོགས་པ་སྒྲིབ་ཏུ་ནི། ཡི་གེ ལག་  
ཅིས། གངས། ཅིས་ཆེན། ཐོར་ཚུགས། གོ་མ་སྒྲིབས། ལྷགས་ཀྱིས་བསྒྲིབ་  
ཐབས། རལ་གྱི་ཐབས། ཞགས་པ་གདབ་པ། མདའ་བོ་ཆེ་འཕེན་པ།  
མདུན་དུ་བསྒྲིབ་པ། སྒྲིབ་བསྒྲིབ་པ། བཅད་པ། རལ་པ། དཔྱད་པ། རྒྱུང་ནས་

འཕྲོག་པ། སྒྲ་གྲག་པར་འཕྲོག་པ། གནད་དུ་འཕྲོག་པ། མི་ཚོར་བར་འཕྲོག་  
པ། ཚབས་ཆེ་བ། མཆོངས་པ། གྲུང་གི་འཛིན་སྟངས། བང་། བརྒྱལ། བཀལ་  
བ། སྒྲུང་པོ་ཆེའི་གཉར་ཞོན་པ། ཏྲ་ལ་ཞོན་པ། ཤིང་ཏྲའི་ཐབས། མདའ་གཞུ།  
གྲུང་སྟོབས་དང་སུམ་ཅུའོ། །

རོལ་མའི་བྱེ་བྲག་བཅོ་བརྒྱད་ནི། བྲོ། ར་བོ་ཆེ། ར་ར། ར་ཕྱན། ར་  
ཆེན་པོ། འཁར་ར། བི་ཕང་རྒྱུད་གཅིག་པ། ར་ར་ཁ་གཅིག་པ། ལྷགས་གི་  
སིལ་ཁོལ། འཁར་བའི་སིལ་ཁོལ། བི་ཕང་རྒྱུད་གསུམ་པ། ར་ལུ་ཀུན། སིལ་  
སྟན་ལུ་དབྱངས་དང་བསྟན་པ། ཐེག་དོབ། རོལ་མའི་སྒྲ། བི་ཕང་། སྒྲིང་བྱ་  
དང་བཅོ་བརྒྱད་དོ། །

སྒྲུང་བྱངས་གི་ངེས་པ་བདུན་ནི། བར་མ། དང་སྟོང་། ས་འཛིན། དུག་  
ལྷན། ལུ་པ། སྒྲོ་གསལ། འཁོར་ཉན་དང་བདུན་ནོ། །གར་གི་ཆ་བྱང་དགུ་ནི།  
སྒྲིག་པ། དཔའ་བ། མི་སྒྲུག་པ། དག་ཤུལ། བཞད་གད། འཛིགས་རུང་།  
སྒྲིང་རྗེ། རམ་པ། ཞི་བ་དང་དགུའོ་ཞེས་འབྱུང་བའི་སྒྲ་ཅལ་དུག་ཅུ་ཅ་བཞི་  
ལ་སོགས་པ་ནམ་གངས་མང་པོར་བཞད་པ་དག་ཀྱང་རིག་པའི་གནས་  
ཆེན་ལུ་པོ་འདིར་ཅི་རིགས་པར་འདུས་སོ་ཞེས་སྟན་པར་བཞེད་ནས།  
མཁས་པ་འཇུག་པའི་སྒྲོ་ལས།

དེ་ཡུལ་བརྟེན་སྟོང་ཉོག་གོ་དང་། །

འཆོ་བ་ཕྱི་ནང་རིག་ཅེས་བྲ། །

གཞན་ལས་གཞན་དག་རྣམ་བཤའ་པ། །

འདི་ཡི་ནང་དུ་འདུས་ཞེས་བྲ། །

ཞེས་གསུངས་པར་འདུག དེ་ལས་སྤྱད་ཆད་མས་ཆིག་དོན་ལ་  
འབྲུལ་པ་ཆར་གཙོད། བཟོ་དང་གསོ་བས་གདུལ་བྱ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་རྗེས་  
སྤྱ་འཛིན། ནང་དོན་རིག་པས་བདག་ཉིད་ཀྱི་མཁའ་མཁུ་བསྐྱབ་པའི་ལམ་གྱི་  
རྣམ་པ་ཀྱི་ཤེས་པར་བྱེད་པས་ན། ཆར་བཅད། རྗེས་འཛིན། ཀྱི་མཁའ་མཁུ་  
གྱི་རིག་གནས་གསུམ་དུ་ཡང་འདུས་པར། རྒྱུ་གྱི་ལུང་།

དེ་བས་གཞན་དག་ཆར་གཙོད་རྗེས་སྤྱ་བ་བྱུང་བྱིར་དང་། །

བདག་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་བྱ་བྱིར་དེ་ལ་དེ་བཙོན་བྲ། །

ཞེས་པའི་ལུང་གིས་གསལ་བ་ཡིན། དེ་ལས་ནང་རིག་སྤྱེ་སྤྱོད་  
གསུམ་དང་རྒྱུད་སྤྱེ་བཞི་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་ནི་བསྟན་པ་ལ་  
ཞུགས་པ་ཁོ་ནའི་བྱེད་པར་གྱི་ཆོས་ཡིན་པས་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པ་དང་།  
གཞན་བཞི་བྱི་ནང་ཀྱི་སྤྱན་མོང་དུ་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པས་སྤྱན་མོང་བའི་  
རིག་གནས་སྤྱ་ཡང་བཞག དེ་དག་ཀྱང་བྱི་རོལ་པ་རྣམས་ནི་རྟེན་གྲགས་  
བཀྱར་སྤྱེ་སོགས་འཕྲུལ་བའི་དོན་གཉིས་ཀྱི་བསམ་པས་འཇུག་ལ། ནང་  
པའི་ཡང་རིགས་ཅན་གསུམ་གྱི་གང་ཟག་མཐའ་དག་ནང་རིག་ལ་ཐེག་པ་  
གསུམ་གྱི་བྱང་ཆུབ་དོན་གཉིས་ཀྱི་བསམ་པས་འཇུག་པར་མཐུན་ལ། ལྷག་  
མ་བཞི་ལ་ཉན་རང་རྣམས་པས་གྱི་གློལ་བ་ཆར་བཅད་པ་དང་། རང་གི་

གྲགས་པ་བསྐྱགས་པ་སོགས་གནས་སྐབས་ཀྱི་དགོས་པ་འགའ་ཞིག་གི་  
སྤྱིར་འཇུག་གི་ གཞན་དོན་དུ་རྫོགས་བྱུང་གི་བསམ་བསམ་འཇུག་པ་ནི་མེད་  
དོ། །

ཐེག་ཆེན་ལ་ཞུགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི། རང་  
གཞན་གྱི་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་སྐྱབ་པའི་སྦྲད་དུ་ཤེས་བྱའི་གནས་ཀྱི་ལ་འཇུག་  
ཅིང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོར་པ་ལ་འཇུག་པ་  
ལས།

རྒྱལ་སྤྱི་རྣམས་ཀྱིས་མི་བསྐྱབ་པའི། །  
དངོས་དེ་གང་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །  
དེ་ལྟར་གནས་པའི་མཁས་པ་ལ། །  
བསོད་ནམས་མི་འགྱུར་གང་ཡང་མེད། །

ཅེས་འབྱུང་བ་ལགས་ཀྱང་། དེང་སང་ཅི་རིགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་ལ།  
སྤྱིར་གྱི་རིག་གནས་ལ་སྒྲོ་བ་པ་ནི་གྲགས་འདོད་ལངས་པའམ་མི་ཆེ་བྱིད་  
ཐབས་ཅམ་ཡིན་ལ། བྱེ་བྲག་ལུ་སྤྲེགས་དང་ཐུན་མོང་དུ་གྱུར་ཅིང་བྲིམ་པས་  
བསྐྱབ་པར་བྱ་རྒྱུ་འི་རིག་གནས་བཞི་པོ་དེ་འབྲར་སྐྱུང་བ་ནི་ངལ་བ་དོན་མེད་  
འབའ་ཞིག་གོ་སྟམ་སེམས་པ་དང་། དེ་བས་ཀྱང་སྒྲོ་ཆུང་བ་ཁ་ཅིག་ གཞུང་  
ལུགས་ཆེན་པོ་ལ་སྒྲོ་བ་པའི་གཏམ་ཐོས་ན་དུག་སྐྱུལ་གྱིས་སྤྱི་ཅི་དེ་དྲི་ཆོར་  
བ་ལྟར་འཛིགས་སེམས་དང་སྤང་སེམས་མཉམ་དུ་འཆར་ཞིང་ཆ་བསྐྱས་

ལད་པའི་རིག་པ་ཐར་ཐོར་དཔེ་བྲལ་གྱི་ཡོན་ཏན་དུ་བསྒྲོམ་པའི་རིག་པ་  
གཅིག་དང་། ཡང་འགའ་ཞིག་ཐོས་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ་སྒྲོམ་དུ་འཛིན། ཞེ་འདོད་  
ཐུན་སྒྲོམ་ལ་གཏད་པའང་སྒྲུབ་བས་དེ་དག་ལ་སྒྲུབ་པ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་  
མཐུན་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་འཐོབ་བྱ་དམིགས་ཡུལ་དུ་བཞག་  
ནས། དེ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུར་ཅི་ཡང་མི་སྒྲོབ་པའི་ཐུན་སྒྲོམ་ཞིག་ཁས་ལེན་པ་ནི།  
དཔེར་ན་ས་བོན་བྲ་བོ་ལ་འབྲས་བུ་སྒྲ་ལུ་འདོད་པ་དང་འབྲས་མེ། རོ་རྩེ་སྤྱང་  
འགྲེལ་ལས།

རྒྱ་འབྲུག་དེ་ལས་སྒྲེ་བ་ཡི། །  
འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་དུ་མཐོང་གི། །  
གོ་ཉ་པ་ཡི་ས་བོན་ལས། །  
སྒྲ་ལུ་འབྲས་བུ་འབྲུང་བ་མེད། །

ཅེས་དང་། རྒྱ་སྒྲུབ་ཞབས་ཀྱིས།  
དེ་འབྲུའི་ས་བོན་ཐམས་ཅད་ལས། །  
རྒྱ་དང་འབྲུ་བའི་འབྲས་བུ་འབྲུང་། །  
ས་བོན་མེད་པར་འབྲས་ཡོད་པ། །  
ཤེས་ལྡན་གང་གིས་བསྒྲུབ་པར་བྱས། །

ཞེས་རྒྱ་རིག་པ་འབྲུ་ལས་འབྲས་བུ་རིག་པ་འབྲུ་འབྲུང་བའི་ཚུལ་འདི་  
ནི་འཛིན་ཏེན་གྱི་ལུགས་དང་ཡང་མཐུན་ལ། ཆོས་རྩེ་རྒྱ་རས་པས་ཏེན་



འབྲེལ་གྱི་ཆོས་སྐོར་ལས། ཐོས་པ་རྒྱ་ཆེར་བྱ་ལོང་མེད་པའི་སྒོམ་ཆེན་པས་  
ཀྱང་། ཞེས་བྱ་དང་ཞེས་པར་བྱེད་མཁན་ཀྱན་ལ་མོས་པར་བྱ། རྗེས་སུ་ཡི་  
རང་བར་བྱེད། ཐ་ན་མགར་བ་ཡན་ཆད་ལ་ཁོའི་ཐོ་བ་སོགས་ལག་པར་  
བཟུང་། འདི་ལྟ་བུ་ལའང་མཁས་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སྒོན་ལམ་འདེབས།  
ཉིན་འབྲེལ་བསྐྱེགས་པར་བཤམ་འདུག དེ་ཕྱིར།

རྒྱ་འབྲས་བསྐྱེད་པ་མེད་པ་འདི། །

ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་བྱེད་ཆོས་ཡིན། །

མ་བསྐྱབས་པ་ལས་ཀྱན་མཁྱེན་དུ། །

འགྲོན་རྒྱ་འབྲས་ག་ལ་བདེན། །

གསུང་བ་དེ་བྱུང་བར་གདལ། རིགས་ལམ་ཆེ་བ་ཅིག་ཡིན་པས་ཁོ་  
བོ་ཆད་མ་ལ་གྲུས་མོད་བྱེད་ལ་སྦྱར། སྤྱོད་ཀྱི་སྒྲུང་པོས་ཀྱན་བཏུས་  
ལས། ཆད་མ་དང་གཞལ་བྱ་ཉི་བར་བརྗོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱིས་པའི་  
འདོད་པ་སྤྱོད་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཞེན་པ་རྣམས་སྤྱོད་པའི་དོན་དུ་འདི་  
བརྟམས་པ་ཡིན་གྱི། འདི་ཙམ་གྱིས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བསྐྱེད་པ་ལ་  
གཞུག་པའི་དོན་དུ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཉོག་གའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་  
དང་། རོ་བོ་རྗེས།

མདོན་སུམ་རྗེས་དཔག་དགོས་པ་མེད། །

སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ལ་བ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། །



མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བྱས་པ་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་མོད། སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་ཅིན་ལས། བོད་  
འདིར་ཐུ་སྟེགས་ཀྱི་ཁྱོལ་བ་ཡང་མེད་ན། དེ་བསྐྱོག་ཐབས་ཀྱིས་ཅི་བྱ།  
བསྐྱུས་སུ་དེ་བོད་པའི་སློབ་ཀྱིས་སློབ་བྱེད་དུ། ཐུ་བ་ཆོས་སེང་གི་བཅའ་ས་  
ཆོས་ཡིན་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་ཁག་མེད་དོ་ཟེར་བ་བྱུང་ཆེ་ལན་དུ་འོས་པ་  
སློབ་ཞེས་ན་མཁས་པ་འོ། །

དང་སང་ཐོས་སློམ་གཉིས་འགལ་བ་ལྟག་སློབ་དུ་བཟུང་ནས།  
ཐོས་པ་མེད་པའི་བསྐྱོམ་པ་ནི། །

ལག་རྒྱུ་བྱག་ལ་འཛེག་པ་འདྲ། །

ཞེས་སོགས་ཀྱི་ལུང་དངས་ནས་སློམ་ཆེན་ལ་འཛེར།  
ལ་ལས་ཁ་བཤའ་སློབ་པའི་འབྱོར་མགྲོན་དེས། །

རྒྱུ་ཉོན་མོངས་ཐུལ་བར་དཀའ་མོར་གདལ། །

ཞེས་སོགས་ལུང་འདྲེན་དང་བཅས་ཐོས་བསམ་པ་ལ་ཁ་བཟེར་མོད་  
ཀྱི། སྟོགས་གཉིས་ཀས་ཀྱང་མདོ་སྟེ་རྒྱུ་ཀྱི།

དེ་ལྟར་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་བསྐྱེད་པ་གང་ཡིན་དེ་ཡང་དོན་མེད་མིན། །

དེ་ལྟར་རྣལ་འབྱོར་ཅན་ཀྱི་སློམ་པ་གང་ཡིན་དེ་ཡང་དོན་མེད་མིན། །

གལ་ཏེ་ཐོས་པ་ཅམ་ཀྱིས་དོན་མཐོང་འགྱུར་ན་སློམ་པ་དོན་མེད་འགྱུར། །

གལ་ཏེ་མ་ཐོས་པར་ཡང་སློམ་འབྲུག་འགྱུར་ན་བསྐྱེད་པ་དོན་མེད་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ལ་ཇི་མི་སྟམ་པའི་སྒོ་གྲོས་འཆལ་བར་སོང་  
འདུག དེ་བས་ན། སངས་རྒྱས་དབྱིག་གཉིན་ཞབས་ཀྱིས་མངོན་པ་མཛོད་  
དུ།

ཚུལ་གནས་ཐོས་དང་བསམ་ལྡན་པས། །

སྒོམ་པ་ལ་ནི་རབ་ཏུ་སྒྱུར། །

ཞེས་གསུངས་པའི་ཆོག་དོན་འདི་ཉིད་སྟོང་གི་ཐེག་ལེར་བཟུང་ནས་  
ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་འགལ་མེད་དུ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ནི་མཁས་པ་ཡིན་  
ཏེ། སྒྱེས་རབས་ལས།

ཐོས་པའི་རྗེས་འཇུག་སྒྲུབ་ལ་ངེས་པར་སྒྱུར། །

སྒྱེ་བའི་རྫོང་ལས་ཆོགས་ཚུང་ཐར་བར་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས། དེ་ལྟར་འཕྲོས་དོན་འགལ་ཞིག་བཛོད་ནས། སྐབས་  
དོན། མཁས་པས་འཇུག་ཅིང་ཞེས་པར་བྱ་བའི་གནས་དེ་དག་ལས་ཐོག་མ་  
ཉིད་དུ་འཇུག་ཅིང་བསྒྲུབ་པར་བྱ་བ་ཅི་ཞིག་ཅེ་ན། ལྷ་སྒྲུབ་ཞབས་ཀྱིས།

ཐ་སྙད་ལ་ནི་མ་བཏེན་པར། །

དམ་པའི་དོན་ནི་བསྟན་མི་རུས། །

དམ་པའི་དོན་ནི་མ་རྟོགས་པར། །

བྱ་ངན་འདས་པ་ཐོབ་མི་འགྱུར། །

ཞེས་དོན་དམ་པའི་གནས་ལུགས་རྟོགས་པར་བྱེད་པའང་བཟད་དང་ཐ་

སྒྲུབ་ལ་བརྟེན་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་རྫོང་བྱེད་ཡང་དག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 བརྫོང་བྱེད་ཀྱི་ཅི་མ་ལོག་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་བརྟེན་གྱི་  
 གཞུང་ལ་བསྐྱབ་དགོས་པ་བྱུང་། དེ་ཉིད་ཀྱི་ནང་ཆོན་ལ། རིག་གནས་ཆུང་  
 བ་ལྟ་སྟེ། དབྱེ་གཞི་སྒྲིལ་སྟེང་དུ། དབྱེ་རོ་སྒྲུབ་དག་མཛོན་བརྫོང་། སྟེན་སྒྲུབ་  
 རྫོས་གར་བཞི་བསྐྱབ་པས་རིག་གནས་ཆུང་བ་ལྟ་འཇུག། ཐ་སྒྲུབ་རིག་པའི་  
 གནས་ལྟར་ཡང་བྱུང་སྟེ། དེ་ལྟ་པོའི་དགོས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། སྒྲུབ་  
 ཞེས་ན་དོན་ལ་མི་མོངས་། སྒྲུབ་དག་ཞེས་ན་ཆོག་ལ་མི་མོངས་། མཛོན་  
 བརྫོང་ཞེས་ན་མིང་ལ་མི་མོངས་། སྟེན་སྒྲུབ་ཞེས་ན་ཆོག་ལ་མི་  
 མོངས་། རྫོས་གར་ཞེས་ན་སྒྲུབ་རིག་ལ་མི་མོངས་ཞེས་སྟེ་རབས་པ་ཀྱན་  
 ལ་ཆུང་ལྟར་དུ་བྱུང་སྟེ། རྫོས་གར་ཞེས་ན་སྒྲུབ་རིག་ལ་མི་མོངས་  
 པའི་དོན་ཡང་། རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་གྱི་ཆོན་པོ་ནམས་སུ་རྫོས་གར་སྒྲུབ་ཆོག་ལས་  
 པ་བྱེད་པའི་ཆོ། མཛོན་འཛིན་པ་དང་། ཆས་སུ་འཇུག་པ་དང་། བཞད་གད་  
 མཁན་དང་། རོལ་མོ་པ་སོགས་ཀྱིས་ཆངས་པ་དང་བརྒྱ་བྱེད་ལ་སོགས་པ་  
 ལྟའི་ཆ་ལུགས་འཛིན་པ་དེ་དག་སྤྱི་ཉིད་སྒྲུབ་དུ་གཏམ་སྒྲུབ་ཞིང་སྒྲུབ་བ་  
 དང་། མ་གཏོག་ལ་སོགས་མིའི་ཆ་ལུགས་འཛིན་པ་དང་། ལུང་མེད་ཀྱི་བརྫོང་  
 པ་པལ་ཆེ་བ་སྤྱི་ཉིད་སྒྲུབ་དང་། བཞད་གད་མཁན་སོགས་ཀྱི་སྐབས་  
 བཅའ་བ་དང་། ཅོ་འཛི་སྒྲིང་བསྐྱང་པལ་ཆེར་ཨ་ཕ་སྒྲི་ཤེ་ལྟེ་བྱུང་ཆག་པ་  
 དང་། འབྲུང་པོ་རོ་ལངས་སོགས་མི་མ་ཡིན་པ་དག་གི་ཆ་ལུགས་འཛིན་པ་

ནམས་ནི། བེ་ལུ་ཅི་ལ་བའི་སྐད་དུ་སྤྲོ་བས་སྒྲིམ་གར་ཤེས་ན་སྐད་རིགས་  
ལ་མི་སྒྲིངས་པའི་དོན་ཡིན་གསུངས། ལོ་ཆེན་བསོད་ནམས་ཀྱི་མཆོད་སྤྱེ་  
ལ་སོགས་པས། སྤྲོ་ནི་རིག་གནས་ཆེ་བ་ཡིན་ན། ཆེ་ཆུང་གཉིས་གཞི་  
གཅིག་ལ་འགལ་བས་འཐད་པ་མ་ཡིན་ལ། དེས་ན་ཆུང་བ་ལྟ་ནི། སྙན་ངག་  
མངོན་བརྗོད། སྤྱེ་བ་སྦྱོར། སྒྲིམ་གར། ཅིས་ཀྱི་རིག་པ་སྤྱེ་ལྟར་ངེས་སོ་ཞེས་  
དང་། ཅིས་ཤེས་ན་གངས་ཀྱི་གནས་གཞན་ལ་མི་སྒྲིངས་ཞེས་བཞེད་དོ། །

འདི་དང་སྟོགས་མཐུན་མངོན་པར་འབྱུང་བའི་རྒྱད་ལས། བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་སེམས་ཅན་འདུན་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་གཞན་དག་ལ་སྙན་པར་  
དངགས་པའི་བསྟན་བཅོས་དང་། མིང་གཅིག་ཉིད་དོན་དུ་མར་འཇུག་པ་  
དང་། དོན་གཅིག་ཉིད་ཀྱང་མིང་གི་ནམ་གངས་དུ་མས་མངོན་པར་བརྗོད་  
པའི་བསྟན་བཅོས་དང་། སྤྱེ་བ་དང་ཡང་བའི་ཡི་གེ་བསྐྱར་བ་དང་སྤྱེ་ལ་བའི་  
སྒྲོ་ནས་ཆིགས་སུ་བཅད་པ་སྤྱེ་བ་པའི་བསྟན་བཅོས་དང་། མདོ་འཛིན་པ་  
དང་། བཞེད་གད་དང་། སྐད་དུ་མ་གཞན་དུ་བསྐྱར་བས་འགྲོ་བ་དགའ་བར་  
བྱེད་པ་སྒྲིམ་གར་གྱི་བསྟན་བཅོས་དང་། གངས་ཀྱི་རིག་པས་གཞལ་ཏེ་ངོ་  
མཆར་བར་སྟོན་པ་ཅིས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ནམས་ཀྱང་བསྐྱབ་པར་བྱ་སྟེ།  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ནི་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྗོགས་པའི་བྱང་  
ཆུབ་ཐོབ་པར་འདོད་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་འབྱུང་ལ། དེ་ལས་སྙན་ཆིག་གི་རིག་  
པ་འདི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་གནས་མཆོག་ཏུ་གཅེས་པ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། རང་

དོན་རིག་པའི་གསུང་རབ་རྣམས་ཀྱང་སྒྲོལ་མེ་གི་གཟུགས་ཁོ་ནར་གནས་  
ཤིང་། རིག་གནས་གཞན་ཀྱན་ལའང་འདི་ཉིད་འབྲུག་པས་ཤེས་བྱ་ཀྱན་ལ་  
བསྟུང་བའི་མིག་འབྲས་སྟ་བུ་དང་། སྟོབ་དཔོན་ཅ་རྩ་གོ་མིས།

གང་སྤྱིར་མཁས་པའི་ལས་གསུམ་ལས། །

ཚུད་འཆད་ངག་ལ་མ་ངེས་པ། །

སྤྱིད་སྤྱིར་མི་འབྲུལ་ཚུམ་པ་སྟེ། །

ཞེས་མཁས་པའི་བྱ་བ་གསུམ་གྱི་མཆོག་ཚུམ་པ་བཟང་ངན། སྒྲོལ་  
ངག་ཤེས་མི་ཤེས་གྱི་རྗེས་སུ་འགོ་ལྷོག་བྱེད་ལ། བརྗོད་ཚུལ་ཐ་མལ་བ་  
ལས་བྱུང་པར་དུ་གྱུར་པའི་ཆོག་ཉམས་གྱིས་གདུལ་བྱ་ཡི་རངས་ནས་  
གདམས་ངག་ལ་མཐུན་པར་འཛིན་པ་འབྱུང་ཞིང་། མཁས་པའི་གྲགས་པ་  
དཀར་པོ་སྤྱིད་མཐར་འཁྱོལ་བ་སོགས་དགོས་པ་སྒྲུ་ཆེར་ཡོད་དེ། རྟོགས་  
བརྗོད་རིན་པོ་ཆེ་དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་ལས།

མཁས་པ་ཉིད་ནི་མེད་ན་སྟོ་གྲོས་རྣམས་ཉམས་མི་རྣམས་འཆོ་བ་  
དོན་ཡོད་མིན། །མཚུངས་མེད་སྒྲུས་པའི་སྒྲོལ་མེ་མོང་མཁས་པ་ཉིད་ནི་  
ནེ་འུ་ཙོ་འུ་གྲོག་དང་མཚུངས། །སྟོང་ཡོད་རྣམས་གྱི་ནང་གི་དེ་ཉིད་དབྱེད་པ་  
མེད་ན་རབ་མཛེས་སྒྲོལ་མེ་ནི། །སྟོང་པ་ཉིད་ནི་དབེན་པའི་ཁྲོན་པའི་མར་  
མེ་བཞིན་དུ་ནང་དུ་བསྟེན་པར་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ཉིད་སྟོན་བྱེད་གྱི་གཞུང་ཡང་མང་ཞིག་

བྱུང་བར་སྒྲུང་མོད་ཀྱང་། མཆོག་གམ་སྒྲུང་པ་ནི་སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་  
དུ་ཆེ་ཉི་དབྱིག་པ་ཅན་གྱིས་མཛད་པའི་སྒྲུན་ངག་མེ་ལོང་འདི་ཉིད་ཡིན་ལ།  
མཛད་པ་པོ་སྒྲོབ་དཔོན་འདི་ཉིད་ཕྱི་ནང་གང་ཡིན་ལ་སྒྲེང་སྒྲོ་མི་མ་བྱུན་པ་  
མང་སྟེ། སལ་ཆེར་ཞིག་ཕྱི་ནང་བྱུན་མོང་གི་པ་ཆེ་ཏུ་ཡིན་ཏེ། གཞུང་འདིར།

བརྟན་རྒྱས་དབང་པོ་རབ་བསྐྱམས་པ། །

ཁྱོད་ནི་སྒྲོམ་ལྡན་ཕྱིར་མི་ཉམས། །

ཞེས་སོགས་དང་།

མ་བརྟགས་སྐྱོད་པ་འཕགས་པ་ནི། །

རྣམས་ལ་ཤིན་ཏུ་ཡོད་མིན་ཏེ། །

སོགས་དང་།

ངག་ཡིད་སྐྱོད་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི། །

སྒྲུང་བ་དམ་པས་ཁྱོད་ལ་སྒྲུངས། །

ཞེས་དང་། །

བདེ་གཤེགས་འདུས་བྱས་འཇིག་པར་ནི། །

གསུངས་པ་བདེན་མོད་དེ་ལྟ་ནའང་། །

ཞེས་སོགས་ནང་པའི་བྱུབ་མཐའ་སྟོན་པའི་ཆོག་མང་པོ་དང་།

ཉི་མ་ཟླ་བ་སྒྲུང་ས་མཁའ། །

སྐྱེན་སྲེག་བྱེད་དང་མེ་དང་མུ། །ཞེས་སོགས་དང་།



སེར་སྒྲུབ་གནས་ལ་ཡོད་པ་ཉིད། །

རབ་ཏུ་སྒྲེབ་པ་ཉི་བར་བཟོད། །

ཅེས་སོགས་ཕྱི་རོལ་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྟོན་པའི་ཆིག་ཡང་མང་དུ་སྒྲུབ་  
བས་སོ་བེད། ཡང་ཁ་ཅིག་ནང་པའི་བརྒྱུ་ཏེ་ཡིན་ཏེ། བལ་པོའི་བརྒྱུ་ཏེ་དཔལ་  
འཛིན་སྒྲེས་མཛད་པའི་གྲུབ་བརྒྱའི་བྲིས་སྒྲུབ་བྲི་ཐབས་སུ། དབྱུག་པ་ཅན་  
སེར་པོ་བྱད་མེད་དང་སྒྲན་ཅིག་པ་ཞེས་པ་གཞུང་འདི་མཛད་པ་པོ་དང་།  
རིན་ཆེན་འབྲུང་གནས་ཞི་བ་དག་སྟོང་སེར་པོ་བྲུག་ན་པོ་ཏེ་བསྐྱམས་པ་  
སྒྲེས་པ་དང་སྒྲན་ཅིག་པ་ཞེས་འབྲུང་བའི་སྒྲེབ་སྒྲུབ་རིན་ཆེན་འབྲུང་གནས་  
མཛད་པ་པོ་ཡིན་ཟེར་ཞེས་བྱེད་འགོད། ཡང་ལ་ལ། སྟོབ་དཔོན་དཔལ་པོ་  
བསྐྱུན་པ་འདི་ལ་མ་ཞུགས་གོང་གི་མཆོན་ལ་དེ་ལྟར་གྲགས་པའི་གསུངས་  
པ་སོགས་བྱུང་མོད་ཀྱང་། བདག་ཅག་གི་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་མཆོག་གི་  
བཞེད་པ་ནི། གཞུང་འདི་ལ་ཕྱི་ནང་སྒྲུས་ཀྱང་སྒྲན་མོང་དུ་བསྐྱབ་ཏུ་རུང་བ་  
མང་དུ་བྱིན་ཀྱང་། ཚུམ་པ་པོ་དངོས་ནི་ཕྱི་རོལ་པའི་བརྒྱུ་ཏེ་ཡིན་ཏེ། དམངས་  
དོ་ཏེ་ལས།

དབྱུག་དབྱུག་གསུམ་ལེགས་ལྡན་གཟུགས། །

འཆང་ཞིང་དུས་སུ་མཆོད་པ་དང་། །

ཞེས་གསུངས་ཤིང་། ལྷ་སྟེགས་བྱེད་ཁ་ཅིག ལྷ་ཆེན་གསུམ་  
གཟུགས་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་བསམས་ནས་དེ་མཆོད་པའི་ཕྱིར་དབྱུག་གཅིག་



འཆང་བར་བྱེད་ལ། གཞན་དག་དེ་གསུམ་གཟུགས་ཐ་དད་པར་བསམས་  
 ནས་དབྱ་བྱ་གསུམ་ཅེ་མོ་དང་བར་དང་ཅ་བ་ནམས་སུ་ཆིང་མས་བཅིངས་  
 ནས་དུས་དང་དང་དུས་སུ་མཆོད་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་ཟུ་སྟེགས་ཀྱི་འདོད་པ་  
 བཟོད་པའི་སྐབས་སུ་གསུངས་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་བརྟལ་ཞུགས་ལ་གནས་  
 ཤིང་གཞོལ་བས་ན་མཆོན་ཡང་དབྱག་པ་ཅན་ཞེས་བྱ་ཡི། སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 བསྟན་པའི་སྒོར་ཞུགས་པའི་དགོ་བསྟེན་ནམ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་གང་ཡིན་ཀྱང་།  
 ཟླ་དྲགས་ཀྱི་མིང་ངན་ཡིན་ན་མ་གཏོགས་གཞན་དེ་འདྲ་འོང་བ་མེད་ལ།  
 འོན་ཀྱང་འོད་སྤངས་ཆེན་པོ་དང་འོད་སྤངས་སྟོབས་བཅུ་པ་ཞེས་སོགས་  
 རིགས་ཀྱི་མིང་ནས་སྟོས་པ་དང་། ལྷ་རིའི་བྱ་དང་རྩྭ་མའི་བྱ་ཞེས་སོགས་  
 པ་མའི་མིང་ནས་སྟོས་པ་དང་། ཡུལ་དང་ལས་མཐའི་མིང་ནས་སྟོས་པ་  
 སོགས་ནི་མང་དུ་འབྱུང་ལ། དབྱག་པ་དང་ཐོ་བ་ལ་སོགས་ཟུ་སྟེགས་དང་  
 འབྲེལ་བའི་བྲིམ་པ་སྟོན་རྒྱལ་བྱ་གཙུག་ལུང་ཅན་ཀྱི་སྟོན་པོ་གཉིས་ལ་  
 བཏགས་པ་ཅུ་བཅུ་ལ། ལྷག་པར་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་དང་བསྟེན་པར་རྫོགས་པ་  
 དག་ལ་ཉན་ཐོས་སྡེ་པ་སོ་སོའི་མིང་ལ་བྱངས་ནས་འདོགས་པར་བཤམ་  
 གང་ལ། དེའི་ཕྱིར། སྟན་ངག་མེ་ལོང་གི་འབྲེལ་ཁྲི་གི་དབྱ་ལྟ་ལ་དཔྱེའི་སྐྱ་  
 རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་ཆ་ལུགས་གྲིས་པ་དག་མཐོང་བ་ཡང་མ་དག་པར་རྒྱ་  
 མཆོན་འདིས་གོ་བར་རུས། འོན་ཀྱང་སྟོབ་དཔོན་འདི་རང་གཞན་གྱི་གཞུང་  
 དང་བྱུ་བ་མཐའ་མང་པོ་ལ་མཁས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ནི་དཔེར་བཟོད་པ་དག་

གིས་ཤེས་པར་འགྱུར་གསུངས།

## ལེབ་དང་པོ།

དེས་ན་གཞུང་འདི་འཆད་པ་ལ། མྱད་ཀྱི་དོན། གཞུང་གི་དོན། མཇུག་གི་དོན་གསུམ་ལས།

### མྱད་ཀྱི་དོན།

དང་པོ་ལ་ཅིས་མགོ་ནམ་པ་ལྟའི་སྒྲིན་ས་འཆད་པར་ཡང་མཛད་མོད། སྤྱི་འགྲོ་ལ། མཆན་འགྱུར་བ་འགྱུར་མཛད་ཀྱི་ཕྱག་དང་བཅས་པ་འདུམས་བདེ་བར་མཛད་དེ། དང་པོ་ནི། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ཀླ་བླ་དཀྱེ་ བོད་སྐད་དུ། སྒྲུབ་པ་མེ་མོང་ཞེས་པ་འདི་བྱང་། དེ་བཤའ་པ་ལ། རྒྱ་གར་ཞེས་པ་ཁ་ཅིག་རྒྱ་དཀར་ནག་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་རྒྱ་དཀར་པོ་ཡིན་པས་རྒྱ་དཀར་ཞེས་འཆད་པ་ནི་ཡི་གའི་དོན་ལ་མ་ཞུགས་སོ། །

ཁ་ཅིག་རྒྱ་ནག་པོ་ལས་ལོགས་ཤིག་ཏུ་གར་བས་རྒྱ་གར་ཞེས་ཟེར་བ་དང་། ཁ་ཅིག་རི་སྒོས་རྒྱ་དང་འབྲ་བ་ཡོད་པའི་བོད་ལས་ཕྱི་རོལ་ཏུ་གར་བས་རྒྱ་གར་ཏེ། རྒྱ་གར་ལ་བླ་ཉིར་ཞེས་ཟེར་བའི་ཕྱིར་དང་། ཁ་ཅིག་གི་ཕྱིར་རྒྱ་མཆོ་ལས་རིང་དུ་གར་བས་རྒྱང་གར་ཡིན་ཡང་། བོད་དང་བལ་པོ་ལ་ཐལ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། མ་ཉེ་ལ་ས་སྟེང་ཉལ་ཞེས་ཟེར་བ་བཞིན་ཟེར་བ་དེ་ནམས་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་ངེས་ཆོག་གི་བཤའ་པ་ལ་འཇུག་པའི་གཞི། བོད་

ལ་རྒྱ་ཞེས་པའི་སྐད་ཀྱི་བྱར་སྦྲིལ་དང་། བོད་སྐད་གཉིས་ཀ་ལ་མེད་པའི་  
བྱིར་དང་། རྒྱ་ནག་ལ་བོད་སྐད་ལ་ཡོད་ཀྱང་སྦྲིལ་ལ་མེད་པའི་བྱིར་དང་།  
རྒྱ་མཚོ་ལ་རྒྱའི་བྱར་ཡོད་ཀྱང་རྒྱ་གར་གྱི་མིང་ལྟ་ཉིད་ལ་རྒྱ་བྱར་མེད་པའི་  
བྱིར་རོ། །

ཁ་ཅིག་རྒྱ་དཀར་ནག་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་རྒྱ་དཀར་པོའི་སྐད་གཞིར་  
བཅས་པ་ལ་སྐད་རིགས་བཞི་ལས། སྦྲིལ་ལྟའི་སྐད་དེ་བཟང་ལོས་ཡིན་  
པས་རྒྱ་གར་མའི་སྐད་དེ། ར་གར་མ། ཆང་གར་མ་ཞེས་པའི་མཚོན་པ་  
བཞིན་ནོ་ཞེས་བེར་བ་ནི་མི་འཐད་དེ། རྒྱ་གར་གྱི་པ་ཀྱི་ཏའི་སྐད་རྒྱ་གར་སྐད་  
མ་ཡིན་པར་ཐལ་བའི་བྱིར་དང་། ལྷོན་པས་སྐད་གཞན་གསུམ་གྱིས་  
གསུངས་པའི་ཚོས་ནམས་རྒྱ་གར་སྐད་དུ་གསུངས་པ་མིན་པར་འགྱུར་ཏེ།  
དེ་མེད་འོད་དུ་སྡེ་སྡོད་གསུམ་ནི་མ་ག་རྟའི་སྐད་ཀྱིས་སོ་ཞེས་གསུངས་  
ཤིང་། འདོར་ན་རྒྱ་གར་ལ་སྐད་རིགས་བཞི་ཡོད་པ་སྟུང་མོ། །

དེས་ན་རྒྱ་གར་ནི་འབགས་པའི་ཡུལ་ཏེ་ཨ་རྒྱ་རྟ་དང་མ་ག་རྟ་ལ་  
སོགས་པའི་ཡུལ་ཕྱོགས་ལ་རྒྱ་གར་ཞེས་འདོད་རྒྱལ་དུ་བཏགས་པ་སྟེ།  
འདིའི་དོན་གྱིས་རྒྱ་འདིའི་དོན་གྱིས་གར་ཞེས་པའི་ངས་ཆིག་མེད་དེ། སྤྲ་  
སྟོར། འདོད་རྒྱལ་ཐོག་མའི་མིང་གང་ཡིན། །ངས་ཆིག་གཞི་མེད་ཚོས་ཉིད་  
བཞིན། །ཞེས་སོ། །རྒྱ་གར་ནི་ཡུལ་ཡིན། ཡུལ་ནི་རྒྱ་འབྲས་ཕྱོགས་ཆས་  
བསྐྱས་པ་ལ་བཏགས་པ་ཡིན་པས། དེ་རང་སྐད་སྤྲ་བ་མ་ཡིན་ཡང་། ཡུལ་

ཀྱུ་གར་བའི་མི་རྣམས་ཀྱི་སྐད་ལ།      ཀྱུ་གར་སྐད་དུ་ཞེས་བར་གྱི་ཆོག་མི་  
 མངོན་པར་བྱས་པ་སྟེ། བ་ལང་གིས་དངས་པའི་ཤིང་རྩ་ལ། བ་ལང་གི་ཤིང་  
 རྩ་ཞེས་པ་བཞིན་ནོ། །དུ་ནི་ལ་དང་ཆོས་མཐུན་ཏེ། སྤྱོད་པ་ དུ་ལ་སོགས་  
 བ་ལ་དང་མཐུན། །ཞེས་སོ། །ལ་དོན་དུ་མ་ལ་འདྲུག་ཀྱང་འདིར་གཞིའི་དོན་  
 ཏེ། ཀྱུ་གར་སྐད་ལ། བསྟན་བཅོས་རིག་པ་རྣམས་སྤྱོད་ཏེ་སྐད། དུ་ལ་  
 དབྱས་པ་རྣམས་བྲ་གྱི་ཏེ་སྐད།      རི་བྲག་པ་རྣམས་ཨ་ཕ་སྤྱི་ལ་ཏེ་སྐད་  
 དང་།      སི་ལྷ་ཅི་ལ་ཟེ་སྐད་ལ་སོགས་པར་ཡོད་པ་ལས་འདིར་སྤྱོད་ཏེ་  
 སྐད་ལ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ཞེས་ཀྱང་མཐུན་བྱ་སྟོན་ཞབས་སོགས་བཞེད་  
 བ་ལྟར་ལེགས་ཤིང་། དེ་ལ་ཀྱུ་བྱ་སྒྲིག་པ་ ཨ་དེ་མེ་མོང་། མཆོངས་སྤྱོད་  
 མཆོངས་སྒྲུབ་བས། ཀྱུ་བྱ་དེ་མེ་མོང་ བོད་སྐད་དུ་ཞེས་པ་ཡང་། སྟོན་སྒྲུ་སེང་བྱ་  
 ལྟ་དང་། དབྱ་ངན་དཔུང་ཆོགས་བཅུ་གཉིས་འཐབ་པའི་ཆེ་རྩ་བ་ཏི་ཞེས་བྱ་  
 བའི་རྒྱལ་པོ་དཔུང་གི་ཆོགས་ཤིག་དང་བཅས་པ་གཡུལ་འབྱེད་པའི་ཆེ།  
 བུད་མེད་ཀྱི་ཆ་ལུགས་སུ་བྱས་ཏེ་སྟོན་ནས་རི་ཁ་བ་ཅན་གྱི་རི་ཁོད་དུ་  
 ཞུགས་ནས་གནས་པའི་རིགས་ལས་དེང་སང་ན་ཡང་བོད་ཅེས་བྱ་བར་  
 གྲགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྟོན་དཔོན་ཤེས་རབ་གོ་ཆས་བཤའ་བ་ལྟར་ན། དེ་  
 ལས་མཆེད་པའི་མིས་བཟུང་བའི་ཡུལ་ལ་བོད་ཅེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་བོད་དང་  
 བོད་ཆེན་པོ་གཉིས་སོ། །བོད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་ལྟར་ན། སྟོན་དང་བྲག་སྟོན་  
 མོ་ལས་ཆད་པའི།      པའི་རིགས་སུ་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་བཟུང་བ་ལ་བོད།

མའི་རིགས་སུ་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་བཟུང་བ་ལ་ཆེན་པོ་འོ། བོད་ཡུལ་དེའི་  
 མི་རྣམས་ཀྱི་སྐད་ལ་སྐད་རིགས་མང་ཡང་། བོད་ཡུལ་གྱི་མཐེལ་ལོ་བཤ་  
 རྣམས་ཀྱིས་དམ་པའི་ཆོས་བསྐྱར་ཞིང་གཏན་ལ་པབ་པའི་ཡུལ་དེའི་མི་  
 རྣམས་ཀྱི་སྐད་དུ་བསྐྱར་བ་ན། སྙན་ངག་མེ་ལོང་ཞེས་ཏེ། སྤྱིར་བཏགས་  
 མིང་ལ་འབྲ་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་པ་དང་། འབྲེལ་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་པ།  
 ལྟོག་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་པ་རྣམས་སུ་ཡོད་ཅིང་། གྲེ་བྲག་བཀའ་བསྟན་  
 བཅོས་ཀྱི་མཚན་འདོགས་ལུགས་ལ། མདོ་དགོངས་འབྲེལ་གྱི་འབྲེལ་བ་  
 ལས། གསུང་རབ་ཏུ་གཏོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མིང་ནི་རྣམ་པ་བཞི་ལས་  
 འབྱུང་ཏེ། ཡུལ་དང་། དཔེ་དང་། གང་ཟག་དང་། དོན་ལས་སོ་ཞེས་བཞིར་  
 གསུངས་ཀྱང་། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་དང་། གཞུང་ཆད་ཀྱི་མིང་གིས་བཏགས་  
 བ་ཡང་ཡོད་ཅེས་མཁས་པ་དག་བཞེད་དེ། དེ་ཡང་ག་ཡ་གོ་རིའི་མདོ། བོ་  
 ར་ལ་ཀའི་གཟུངས། ཀོ་ས་ལའི་རྒྱན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡུལ་དང་། སྤྱ་ལྟ་བུ་  
 པའི་མདོ། རྣམ་འབྲེལ་གྱི་རྒྱན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དཔེ་དང་། འི་མ་མེད་པར་  
 གཤགས་པས་བསྟན་པའི་མདོ་དང་། ཅ་རྒྱ་པའི་མདོ་ཞེས་པ་གང་ཟག་དང་།  
 སངས་རྒྱས་སའི་མདོ། ཆད་མའི་མདོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དོན་དང་། གཙུག་ཏོར་  
 དཀར་མོ་ལྟ་བུ་རྒྱ་དང་། རིམས་ནད་རབ་ཏུ་ཞི་བར་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་འབྲས་བུ་  
 དང་། སྟོང་སྤག་བརྒྱ་པའམ། སུམ་ཅུ་པ་ལྟ་བུ་གཞུང་ཆད་དང་། དགོ་སྟོང་  
 གི་ཆོག་ལེ་འུར་བྱས་པ་ལ་མེ་ཏོག་སྤེང་རྒྱུད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་སྤེབ་སྤྱོར་གྱི་མིང་



གིས་བཏགས་པ་ཡང་ཡོད་པར་གསུངས་ལ། རྩོམ་པའི་ཡིག་ལས་ནི་རྩོ་  
བོས་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲིན་མ་བྱ་བ་མཛད་ནས། བྱེད་བོད་ན་མཆན་གྱི་  
འདོགས་ལུགས་རི་ལྟ་བུ་ཡོད་ཅེས་བཤའ་མཛད་པ་ལ། བོད་སྒྲིན་རྣམས་  
གྱིས་དོན་ལ་མཆན་དུ་གསོལ་བ་དང་། དཔེ། དུལ། ལུ་བ་པོ་ལ་སོགས་པ་  
འདོགས་ལུགས་པས། ཨ་ལེ་བོད་ན་རྩོ་གར་ན་མཛད་པའི་གཏམ་མང་པོ་ཡོད་  
གསུངས་ནས། རོལ་རྩེད་མ་སྒྲིགས་པ་དང་། གཞོད་སྒྲིན་ཨ་ལ་བསད་པའི་  
གཏམ་རྒྱུད་ཟད་གྱི་གསུངས་ནས། ཆོས་ཐམས་ཅད་དོན་ལ་མཆན་དུ་  
གསོལ་བ་ཡིན་གསུངས་ཞེས་འབྲུང་མོད་གྱི། འདིར་སྒྲིབ་པ་མེ་མོང་གི་བཅོད་བྱའི་  
དོན། མེ་མོང་ནི་བྱེད་ལས་གྱི་སྒྲིན་མ་བཏགས་པ་སྟེ། སྒྲིབ་པ་ཏུ་གང་གིས་  
འཛོག་པ་སྟེ། བསྒྲིན་བཅོས་འདིའི་ནང་དུ་གསལ་བར་འཆར་བས་མེ་མོང་  
ཞེས་ཏེ། འདྲ་བ་རྩོ་མཆན་དུ་བྱས་པ་ཡང་ཡིན་ལ་བཅོད་བྱ་དང་། རྩོད་བྱེད་  
འབྲེལ་ཏེ་གཞི་མ་ཐུན་གྱི་བསྐྱུ་བས། སྒྲིབ་པ་མེ་མོང་ཞེས་སོ། །དགོས་པ་  
དང་འབྲེལ་བ་ཡང་ཡིན་ཏེ། ལྟར་གཤེགས་པའི་མདོ་ལས།

མིང་དུ་གདགས་པར་མ་མཛད་ན། །

འཛིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་མྱོངས་པར་འགྱུར། །

དེ་བས་མྱོངས་པ་བསལ་བའི་བྱིར། །

མགོན་པོས་མིང་དུ་གདགས་པར་མཛད། །

ཅེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་མཆན་དེ་བཏགས་པའི་དགོས་པ་ནི།

མིང་མྱད་དུ་སྒྲོས་པས་བཅའ་སྒྲ། དོན་དེ་ལ་དོན་ལྡན་གྱི་མིང་བཏགས་པས།  
 དབང་པོ་རབ་གྱིས་མིང་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་གོ འབྲིང་  
 གིས་རྣམ་པ་ཅུ་གོ བ་མས་ཀྱང་བརྟེན་དུས་སུ་མིང་དོན་འབྲེལ་བ་ཤེས། བ་  
 སྟེན་གྱི་དུས་སུ་མིང་ལས་དོན་ཉོག་གས་ཤིང་། དོན་མཐོང་བ་ལས་མིང་བྱན་  
 པར་འགྱུར་བའི་དགོས་པ་ཡོད་ལ། མིང་དེ་སྐད་གཉིས་བྱང་སྦྱར་དུ་བཀོད་  
 པའི་དགོས་པ་ཡང་། བོད་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱ་གར་སྐད་དེ་གོ་དཀའ་ལ། རང་གི་  
 སྐད་དུ་བསྒྱུར་བས་གོ་སྒྲ་བས་སྦྱར་བྱེད་ལོ་བཅུ་ལ་བྱས་ཤེས་དེན་གཟེའི་  
 གྲོ་སྒྲ། སྐད་གཉིས་ཀྱིས་དོན་གཅིག་བརྗོད་པར་མཐོང་བས་གཉིས་པོ་རྣམ་  
 གངས་སུ་ཤེས། རྒྱ་སྐད་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ཚུལ་མཐོང་བས་སྒྲ་བསྒྱུར་བ་  
 ལ་སྒྲོ་ཁ་ཕྱོགས་ཤིང་བག་ཆགས་འཛོག་ལ་ཅུང་ཟད་ཤེས་པར་འགྱུར་བའི་  
 དགོས་པ་ཡོད་པ་ཡིན། །

གཉིས་པ་ནི། འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གཞོན་རྒྱུར་གྱུར་པ་ལ་ཕྱག་  
 འཆལ་ལོ། །ཞེས་ཏེ། ཕྱག་འཆལ་ཞེས་པ་བཤད་པའི་གཞིར་བྲངས་ཏེ་བྱེད་  
 པ་པོ་གང་གིས་ན། སྐད་གཉིས་སྒྲ་བའི་དབང་ཕྱག་ཤོང་སྟོན་དོ་རྗེ་རྒྱལ་  
 མཆན་གྱིས་སོ། །ཡུལ་གང་ལ་ན། སོ་སོ་སྒྲུ་བའི་ས་ལས་རིང་དུ་འཕགས་  
 པས་ན་འཕགས་པ། དེ་ཡང་དབྱིངས་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་དག་པ་ལ།  
 སྤང་བྱ་སྒྲོ་བྱར་ཉོན་མོངས་དང་རྣམ་ཉོག་གི་བྱག་རྩའི་རྩལ་པ་དང་བྲལ་བས་  
 བ་འཇམ་སྟེ་རྗེ་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཉོག་གས་པའི་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི་



དཔལ། དོན་གཉིས་ལ་རྒྱན་ཆད་མེད་པས་ན་གཞོན་ཀྱུ་སྟེ། ས་དང་ཆངས་  
སྟོང་གིས་སྤྱོད་བའི་གཞོན་ཀྱུ་གཉིས་ལས། འདིར་སས་སྤྱོད་བའི་གཞོན་ཀྱུ་  
དག་པ་གཞོན་ཀྱུ་འི་ས་ལ་གནས་པའམ། སྤྱོད་གཞོན་ཀྱུ་འི་ཆ་བྱད་འཛིན་པས་  
གཞོན་ཀྱུ་ དེ་ཡང་མ་སྤྱོད་པས་ཏྲག་པ་མ་ཡིན་གྱི། རྒྱ་ཚོགས་གཉིས་ལས་  
སྤྱོད་པས་ན་གྲུར་པ་སྟེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས།

མ་སྤྱོད་པ་ནི་བསྒྲིག་དོན་དུ།

གྲུར་པ་ཉིད་གསུང་དེ་ཡི་བྱིར།

ཞེས་སོ། །ཡང་ན། ཤེར་བྱིན་གྱི་མདོ་ལས། ལྷ་ར་དྲ་ཉིད་བྱ། བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ལ་ལ་ནི་སེམས་དང་པོ་བསྐྱེད་  
བྱིན་ཆད་ཆངས་པར་སྟོང་པ་ཡང་དག་པར་ལེན་ཏེ། སྤྱོད་མེད་པ་ཡང་དག་  
པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་མཛོན་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བར་དུ་གཞོན་ཀྱུར་  
གྲུར་པས་འཁོད་དོ་ཞེས་འབྲུང་བ་དང་། འཇམ་དཔལ་གྱི་ཞིང་གི་ཡོན་ཏན་  
བཀོད་པའི་མདོ་ལས།

སྤྱིག་དང་འདོད་པ་སྤང་བྱ་ཞིང་།

ཆངས་པར་སྟོང་པ་སྤྱད་པར་བྱ།

ཞེས་པའི་དོན་ལ། ལམ་སྟོན་གྱི་འགྲེལ་པར། སེམས་བསྐྱེད་པ་ནས་  
ཇི་སྟེན་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་ཆངས་སྟོང་འབའ་ཞིག་ལ་གནས་པའི་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་གཞོན་ཀྱུར་གྲུར་པ་ཞེས་བྱ་བར་གསུངས་སོ། །ཡུལ་

དེ་ལ་ཕྱག་འཆའ་བའི་སྐྱ་སྐྱར་བའི་ཕྱིར། ལ་ཞེས་བའི་ནམ་དབྱེ་སྒྲིམ་ཏེ། བྱ་  
བའི་དངོས་པོ། ཕྱག་འཆའ་བ་སྟེ། མཆོག་ཏུ་འདུད་པས་སོ། །དགོས་བྱེད་  
ཡ་རབས་དང་ཚུལ་མ་ཐུན་ཞིང་། གནས་སྐབས་སྐྱ་བསྐྱར་བའི་བར་ཆད་ཞི་  
བ་དང་། མཐར་ཐུག་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་ལོ། །

གཉིས་པ་གཞུང་གི་དོན།

གཉིས་པ་གཞུང་གི་དོན་ལ་གསུམ། བསྟན་བཅོས་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲོ།  
འཇུག་བྱ་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་རང་བཞིན། དེ་ལྟར་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བུ་ལོ། །

བསྟན་བཅོས་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲོ།

དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཞེས་པ་བརྗོད་པ་དང་། ཚུལ་པར་དམ་བཅའ་  
བལྟོ། །

ཞེས་པ་བརྗོད་པ།

དེ་ལ་དང་པོ་ནི།

གདོང་བཞི་གདོང་གི་པད་ཆའ་གྱི། །

ངང་པའི་བྱ་མོ་ཐམས་ཅད་དཀར། །

དབྱངས་ཅན་མ་ནི་ཁོ་བོ་ཡི། །

ཡིད་ལ་རིང་དུ་རོལ་བར་མཛོད། །

ཅས་ཏེ། གདོང་བཞི་ནི་མི་མཛེད་ཀྱི་བདག་པོ་ཆངས་པལོ། །དེའི་  
གདོང་པར་འཛིན་ཆའ་གྱི་ངོ་བོར་བཀོད། དེ་ལས་བྱུང་བའི་དབྱངས་ཅན་མ་

ཞེས་པའི་ལྷག་པའི་ལྷ་མོ་དེ་ཉིད་དོ། །དེ་ཆངས་པའི་ཞལ་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་  
ན། སྒྲིག་ཆངས་པའི་གདོང་བཞི་ལས་སྒྲིག་པ་མེ་མོང་ལ་མཆོད་སྦྱིན། སྦྱིང་སྦྱང་།  
ངེས་བཟོད་དེ་རིག་བྱེད་བཞི་བྱུང་བར་འདོད་ཅིང་། དེ་ལས་སྒྲིག་པ་མེ་མོང་  
ར་སྦྱིང་མཆོད་སྦྱིན་ནམ། ཆོག་གམ། སྐད་དམ། དབྱངས་ཅན་ཞེས་པར་  
འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟར་ཡང་གཞུང་འདིར། སྦྱོམ་ལས་མེད་པར་རིམ་བས་  
དབྱངས་ཅན་བསྟེན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ། དེ་ལ་མོ་རྟགས་ཀྱི་རྒྱུན་བྱིན་བས་  
དབྱངས་ཅན་མ་སྟེ། སྒྲིག་པ་དང་དབྱངས་ཅན་མ་གཅིག་པར་བྱས་སོ། །  
དེའི་སྦྱིང་ཆངས་པའི་བྱ་མོ་སྟེ། བམ་བེ་བྱར་བྱས་མཛད་པའི་བསྟོད་པ་བྱུང་  
པ་དག་གི་འོད་ཟེར་ལས། བྱགས་རྗེ་མཐའ་ཡས་པ་རོལ་སྦྱེ་བོ་རྗེས་སུ་  
གཟུང་བའི་སྦྱིང་། །ཆངས་པའི་བྱ་མོ་ཁྱོད་སྦྱོར་ནམ་པར་གསལ་བའི་རྣམ་  
འགྱུར་ཅན། །ཞེས་འབྱུང་ངོ་། ཡང་ན། སྒྲིག་ཆངས་པའི་འཛིག་རྟེན་ནས་ཆུ་  
ལྷང་གི་གཟུགས་ཀྱིས་འཛིག་རྟེན་འདིར་བབས་པ། འཛམ་གླིང་སྟོ་སྟོགས་  
སུ་འབྲེལ་བ་ཆངས་པའི་མཆོད་ཞེས་བྱ་བའི་ཆུ་ལས་རིག་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གའི་སྦྱོར་  
རྣམས་གདངས་ཀྱི་ཆུ་ལ་བྱིས་འབྱུང་བ་ཡོད་པ་ལ། བྱི་རོལ་རིག་བྱེད་པ་  
རྣམས། རིག་བྱེད་ནི་སྦྱོས་བྱས་མ་བྱས་པའི་བདེན་པ་དོན་ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
འདོད་ཅིང་། དེ་ལྟ་བུའི་མཆོད་དེ་ལ་སྦྱར་སྦྱིང་ཞེས་འཛིག་རྟེན་ན་གསལ་ཏེ།  
དགོན་མཆོག་ཏུ་ལ་ལའི་མདོར།

བྱ་མཆོད་ལྷ་མོ་སྦྱོར་སྦྱིང་མ་ཞེས་བྱ། །

སེམས་ཅན་བདེ་འཆོ་ཇི་སྟེན་སྟེས་ནམས་ཀྱི།  
སྒྲ་ཡི་ཡན་ལག་དབྱངས་ཀྱི་ཚུལ་མཁས་བྱེད།  
རང་གི་གསུང་གིས་ངག་ཀྱན་གསལ་བར་བྱེད།  
ཆགས་ལྡན་གཏི་ཐུག་ཅན་ནམས་དབྱངས་ཅན་ཀྱི།  
ངག་ནམས་ཀྱིས་ནི་སྒྲ་ཡི་ཚུལ་མཁས་ན།  
གསུངས་དང་ཆོས་ཀྱི་སྟོབས་ལ་དབང་ཐོབ་ནམས།  
ལྷར་བཅས་འཇིག་རྟེན་ཅི་འེ་སྤྱིར་མགུ་མི་བྱེད།

ཅས་དང་། འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་འདོད་འཛོད། ལྷ་ར་ལྷ་རྩེ་  
སྐད་དམ་དབྱངས་སམ་དབྱངས་ཅན་ནམ་མཆོ་ལྡན་ཏེ། མཆོ་ལ་བརྟེན་པ་  
ཉིད་ཀྱིས་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ལྡན་པའི་རྟེན་གྱི་མཐའ་ཅན་ནོ།

འདི་སྟོན་ཆངས་པའི་འཇིག་རྟེན་ནས་ཆངས་པའི་མཆོ་ལ་བརྟེན་  
ནས་ཚུ་སྐྱུང་གི་གསུགས་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་འདིར་བབས་སོ་ཞེས་གྲག་གོ་  
ཞེས་འབྱུང་བ་ཡིན་ལ། ངང་པའི་བྱ་མོ་ཞེས་པ་ཡང་འགྲེལ་པ་དེ་ཉིད་ལས།  
གཞུག་ནི་བ་དང་གཞུག་ལྟེ་སྤྱི་མཁན་དུ་འགྱུར་ཞེས་ར་ལྷ་ས་ཡི་དང་པོ་རིང་  
བ་ཡང་བཤད་དོ། །སོགས་ཀྱི་སྒྲས་སྒྲ་ཆོགས་དབྱིག་དང་། བ་ལང་འཆེ་  
དང་། དགའ་བྱེད་དང་། སྒྲ་ཆོགས་ཤིང་ཏྲ་དང་། སྟོན་ཅན་དང་། མེ་སྦྱིན་  
དང་། ངང་པ་ཞེས་པ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་ནམས་སོ་ཞེས་ངང་པ་ནི་བའི་  
མིང་གི་ནམ་གངས་སུ་བཤད་ཅིང་། དཔལ་མོ་འདི་ཉིད་གཞན་དུ་ནི་བའི་བྱ་

མོར་ཡང་གཤམ་ལ། དེ་བ་ཏུ་སྤྱོད་པའི་ཆུང་མའི་ཚུལ་འཛིན་བས་སྟོ་སྟོགས་སྐྱེ་  
མཆོད་འགམ་ན་གནས་པ་ལ་སྤྱི་ནང་གཉིས་ཀས་འདོད་སྟོ་བྱེད་ཅེས་གྲང་  
ཐོས་ཏེ། བཅ་བེ་ཕུར་བུས་གྲང་།

བེཾ་ཤཱཾ་འུ་གཟུགས་བརྟན་ཏུ་ར་ལ་དགའ་སྐྱེད་ཚུལ་འཛིན་མ། །

རྗེས་སུ་ཆགས་བཅས་རྡོ་ལ་བའི་ལོ་ནི་བརྒྱད་གཉིས་ལོན་བའི་ཉམས།

ལྷ་གཏེར་འགྲམ་ངོས་དབྱ་བའི་སྒོང་བས་རྩེ་བར་དགའ་བ་ཅན། །

དེ་ཟེ་རྒྱལ་པོས་མངོན་བསྟོད་ཉིད་གྱི་རྣམ་ཐར་ཤུལ་བྱང་རྣམས། །

ཞེས་འབྱུང་བས། ངང་པ་སྟེ་དེ་ཟེའི་བྱ་མོ་དབྱངས་ཅན་མ་དང་འདབ་

ཆགས་ངང་པའི་བྱ་མོ་དངོས་གཉིས་སྒྲ་སྒྲུབ།      གྱུན་ནས་སམ་ཐམས་ཅད་

དཀར་བ་ནི། ལྷ་ལས། ལྷ་མོ་དབྱངས་ཅན་དཀར་བ་བརྒྱ་དཀར་པོ་ཡི། །

དབུས་སུ་བཞུགས་པ་སྐྱེ་མཁས་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱོམ་པར་བྱ། །

ཞེས་པ་བཞིན་ནམ།      ཡང་ན་དབྱངས་ཅན་མ་མི་ཤེས་པའི་དྲི་མ་དང་བྲལ་

ཞིང་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་གྱིས་དཀར་བ་དང་།      ངང་མོ་ཁ་དོག་གིས་དཀར་

བ་མགྲིན་པའི་དབྱངས་སྟོན་དང་སྟོན་པ་སྟོར་བ་བྱུང། ཅི་ཞིག་ཏུ་རོལ་བ་ཞེ་

ན། ལྷན་སེ་ཞེས་པ་ཡིད་དང་མཆོ་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་སྟེ། ལྷ་མོ་ཡིད་དང་།

ངང་མོ་མཆོ་ལའོ་ཞེས་སྐྱ་སྐྱ་ད།    སུ་ཞིག་གི་ཡིད་ལ་ཞེན་ཁོ་བོ་ཡི་སྟེ་དབྱུག་

པ་ཅན་བདག་གི་ཡིད་ལའོ། །ཅི་ལྟ་ཞེ་ན། གླུ་ཅིག་ཅ་མ་མ་ཡིན་པར་རིང་།

དུ་སྟེ་འདོད་པའི་དངོས་པོ་མ་གྲུབ་ཀྱི་བར་དུ་ལོ།      །དེ་ཡིད་ལ་རོལ་བས་ཅི་བྱ་



ཞེན།      དེའི་མཐུས་ཤེས་རབ་སྤུན་སྤུམ་ཆོགས་པར་འགྱུར་བས་བསྟན་  
བཅོས་ཚུལ་པའི་སྟོབས་པ་དོན་དུ་གཉེར་བ་ཡིན་ཀྱང་དངོས་སུ་འདོད་དོན་  
དེ་མ་བརྗོད་པ་ནི། རི་སྐད་དུ།

སྟན་ངག་མཁན་ཆེན་ཙམས་ཀྱིས་ངག་ཙམས་ལས། །

སྤར་ཡང་དངོས་པོ་གཞན་ཉིད་ཉོགས་པ་ཡོད། །

གང་དེ་གྲགས་པའི་ཆ་ཤས་བྲལ་བར་སྤང་། །

ཞེས་དང་།

བརྗོད་རིམ་སྟོབས་ལས་དངོས་པོ་ནི། །

ཟབ་མོ་དག་ཀྱང་གསལ་བ་སྟེ། །

ཞེས་འདི་ཉིད་དུ་འབྱུང་བ་ལྟར་རོ།

།ཡང་སྤུན་མོང་མ་ཡིན་པ་

འཕགས་པ་འཇིག་རྟེན་དབང་སྤྱད་གི་སྤུས་མོར་ནང་པ་ཙམས་འདོད་དེ།

བྲམ་བེ་སྤར་བས།      སྤུན་རས་གཟིགས་དབང་ཞལ་གྱི་མཆེ་བའི་རྩེ་ལས་

མདོན་སྤུལ་ཞིང་། །ཞེས་གསུངས། ཚུལ་རི་ལྟར་ཞེན། མདོ་བམ་ཉོག་

བཀོད་པ་ལས།      བསྐྱལ་བ་བཟང་པོ་འདིའི་སྟོན་འདས་པའི་དུས་ཀྱི་བསྐྱལ་

པ་དགུ་བཅུ་ཅ་གཅིག་ན།      སངས་རྒྱས་ཙམ་པར་གཟིགས་འཇིག་རྟེན་དུ་

སྟོན་པའི་ཆེ་འཕགས་པ་སྤུན་རས་གཟིགས་དབང་སྤྱད་གིས། མ་འོངས་པ་

ན་སྟོགས་མ་ལུ་དང་ལྟན་པའི་སེམས་ཅན་ཙམས་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་

སེམས་དཔའི་ཆ་ལྷགས་ཀྱིས་མི་འདུལ་བར།      བྱེ་རོལ་པའི་ལྷའི་གཟུགས་

དང་ཏྲགས་དང་མཚན་མས་འདུལ་བར་གཟིགས་ནས། ལྷ་ཐམས་ཅད་  
མཐུན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་སོ། །དེ་ནས་  
དབང་ཕྱུག་དཔྱལ་བ་ནས་ཕྱུང་། ཚངས་པ་ཕྱག་པ་གཡས་ནས། འབྲུག་  
ཕྱག་པ་གཡོན་ནས། ཉི་མ་སྒྱུན་གཡས་ནས། རྩ་བ་གཡོན་ནས། ལྷ་སྟོ་  
བ་ནས། དབྱངས་ཅན་མ་ཞལ་གྱི་མཆེ་བའི་ཅེ་ལས་ཕྱུང་ངོ་ཞེས་འབྱུང་བའི་  
ཕྱིར་རོ། །

དེས་ན་འདི་ལ་ཞལ་བཞི་མེད་པས་གདོང་བཞི་གདོང་གི་ཞེས་ངེ་  
ལྷར་འབྲེལ་སྟོམ་ན། རྒྱ་དཔེར། ཅ་ཏུ་ཟུལ་ཞེས་འབྱུང་བ་ཞལ་བཞི་འམ་  
གདོང་བཞི་འམ། ལ་བཞི། སྟོ་བཞི་ཞེས་པ་ཅི་རིགས་སུ་འབྱུང་བ་ལས།  
འདིར་སྟོ་བ་དཔོན་ངག་གི་དབང་ཕྱུག་གིས།

སྟོ་བཞི་ཅན་ཞལ་བརྒྱ་ཡི། །

ཚལ་གྱི་ངང་པའི་བྱ་མེད་གསུང་། །

ཐམས་ཅད་དཀར་བ་ཞེས་བསྒྱུར་ཏེ། །

འདི་ལ་ཚད་མེད་པ་བཞི་འི་སྟོ་དང་ལྷན་པས་གཏན་ཆོག་གས་དང་  
འབྲེལ་ལ། དེ་ལས་བཏང་སྟོམས་ཚད་མེད་པའི་ཆ་ནི་ཤེས་རབ་སྟེ་དོན་གྱི་  
ལྷ་མོ་འདི་ཉིད་ཡིན་ཅིང་། རྒྱུད་སྟེ་རིན་པོ་ཆེ་རྣམས་ལས། འཇམ་དཔལ་གྱི་  
ཡུམ་དུ་འང་གསུངས་ལ། རོ་བོ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡུམ་ཤེས་རབ་  
གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་མ་ཡིན་ཀྱང་། བྱིན་པ་གཉིས་ཀས་ཡི་དམ་གྱི་ལྷར་འཛིན་



པས། ཐུགས་རྗེ་རིས་མེད་དུ་འཇུག་ཅིང་། གྱིན་རྒྱལས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་ཁྱད་  
པར་དུ་འཕགས་ལ། ཆིག་དོན་ལྷག་མ་སྤར་བཞིན་ནོ། །

དེས་ན་འདིའི་རྒྱན་ནི་སྤར་བའི་གཟུགས་ཅན་ཡིན་ཏེ།

གྲོགས་མོ་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་པད་ནི། །

རྩ་ཇ་ཉི་མས་སྤྱད་བྱར་འོས། །

དྲི་ཞིམ་བྱང་བས་དོན་གཉེར་འོས། །

ཞེས་པ་སྤར་བའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །ཞེས་པའི་མཆན་ཉིད་ཆང་བའི་  
ཕྱིར་རོ། །འོན་ཀྱང་འདོད་དོན་དངོས་སུ་མ་བཟོད་པས་རྣམ་གྲངས་བཟོད་  
པའམ་ཆའི་རྒྱན་ཀྱང་ཅུང་ཞིག་འདྲེས་པར་མཛོན་ལ། འདི་ནི་ཤིས་བཟོད་  
བསྟན་བཅོས་རྩལ་པའི་སྒྲོར་བྱས་པ་སྟེ། ལྷག་པའི་ལྷ་ལ་བསྟོད་པས་བསོད་  
ནམས་འཕེལ་ལ། བསོད་ནམས་ལྷན་པའི་མི་ཡིས་བསམ་པ་རྣམས་ཀྱང་  
འགྲུབ། །ཅེས་མདོ་ལས་གསུངས་ཤིང་། ཡིད་ལ་རོལ་བར་སྒྲོན་པས་རང་  
གི་ཡི་དམ་ཡིན་པར་ཡང་བསྟན་ཏེ། འདི་ལས་གཞན་པའི་བཤའ་ཚུལ་མང་  
ཡང་རྩལ་པ་པོའི་དགོངས་བཞེད་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ནི་དེ་ཙམ་མོ་གསུངས།  
དེ་ལྟར་མཆོད་པར་བཟོད་དགོས་པ་ཡང་། ཇི་སྐད་དུ།

བསྟན་བཅོས་བྱེད་པའི་དམ་པ་ཡི། །

སྟོན་པ་ལ་ནི་མཆོད་བཟོད་བྱ། །

བསྟན་པ་སྟེལ་ཕྱིར་དག་པའི་ཆིག། །

འདི་ལ་འཐད་པ་བཟང་པོ་མཐོང་། །

ཞེས་འབྲུང་བ་ཡིན། །

ཚུམ་པར་དམ་བཅའ་བ།

གཉིས་པ་ཚུམ་པར་དམ་བཅའ་བ་ནི།

བསྟན་བཅོས་སྤྲུལ་མ་རྣམས་བསྟུས་ཤིང་། །

སྟོར་བ་རྣམས་ཀྱང་ཉེར་མཆོན་ཏེ། །

དེ་ལྟར་བྱས་བཞིན་བདག་གིས་ནི། །

སྒྲོན་པ་རྣམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་བྲ། །

ཞེས་ཏེ། སྟོན་སྟེ་དགུའི་ཆེ་ལོ་ཉི་ཐེ་པའི་དུས། །དང་སྟོང་རྒྱས་པས་  
བརྩམས་པའི་བསྟན་བཅོས་སྤྲུལ་པ་ཏ་ཆོག་ས་བདག་གིས་ཡིག་མཁན་བྱས་  
ནས་བྲིས་པར་གྲགས་པའི་གཞུང་སྟོ་ཀ་འབྲུམ་ལྷག་བཅས་ཡོད་པ་དང་།  
མེ་བཞིན་འབྲུག་གི་བྱ་མོ་ཞེས་བྱ་བས་བྱས་པའི་སྒྲོན་པ་སྟོམ་པའི་ཆོས་  
དང་། དང་སྟོང་གྲོག་མཁར་གྱིས་བྱས་པའི་རྣ་མ་ཡ་ན་ཞེས་པ་རྒྱལ་པོ་རྣ་  
མ་ཏ་དང་བཅུན་མོ་རོལ་རྟེན་མའི་ལོ་རྒྱས་སྒྲོན་པ་ཏུ་སྒྲུབ་བ་སྟོ་ཀ་འབྲུམ་  
ཡོད་པ་དང་། མཆོཏ་ཏེ་ཡས་བྱས་པའི་བསྟན་བཅོས་ཨུ་ཏུ་ཤ་ལ་སྤྲུལ་སྟེ་  
སྟོན་གྱི་རབས་བཅོ་བརྒྱད་དམ་སྟོན་རབས་ཀྱི་ཆོས་ཞེས་པ་བྲུབ་འབྲུག་གི་  
འབྲུག་པ་སོགས་སྟོན་པ་སྟོ་ཀ་འབྲུམ་ལྷག་བཅས་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། ཀླ་མི་  
དྲ་ས་སྟེ་ནག་མོའི་ཁོལ་པོ་འཕ་ནག་མོའི་འབངས་ཀྱིས་སྒྲུབ་བའི་སྒྲོན་པ་

གཞོན་ཀྱུ་འབྱུང་བ་དང་། རྩ་མ་འཁྲུག་མཛད་པའི་སྟན་ངག་གི་བསྟན་  
བཅོས་ར་སྟུ་མི་འཁྲུག་པ་སྟོ་ག་སྟོང་སྟག་བརྒྱད་ཅུ་ཡོད་པ་སོགས་བསྟན་  
བཅོས་སྟུ་མ་རྩམས་ལས་བསྟུས་ཏེ་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བཏགས་ཟིན་འཐག་པ་  
དང་། གྲུབ་ཟིན་སྟུ་མ་པའི་རིགས་པས་ཅི་ཞིག་བྱ་ཞེ་ན། དེ་དག་ན་གཞུང་  
ཆོགས་ཆེ་ཞིང་ཆོག་དོན་གཤམ་འབྱུགས་འཐོར་ཁམས་ཅན་དུ་གནས་པས་  
ཏོགས་དགའ་ལ། འདིར་རྩ་མ་འཁྲུག་གཞུང་ལས་གཙོ་བོར་བསྟན་ཅིང་། ཟླ་  
ར་ཏའི་བསྟན་བཅོས་ལས།

སྟུ་ར་བ་རབ་དང་མཉམ་ཉིད་ཉིང་ངེ་འཛིན། །

སྟན་ཉིད་གཟེ་བཟིང་ཆོག་ནི་ཤིན་ཏུ་གཞོན། །

དོན་ཡང་གསལ་དང་རྒྱ་ཆེ་མཛེས་པ་སྟེ། །

འདི་དག་སྟན་ངག་རྩམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བཟུ། །

ཞེས་པའི་སྟོར་བ་ལེགས་པ་རྩམས་ཀྱང་ཉེ་བར་མཆོན་ནས་ཆོག་  
དང་དོན་གྱི་ལེགས་ཆ་མཐའ་དག་བསྟུས། ཡི་གའི་ཆོགས་སྟེ། ལྟག་ཆད་  
ནོར་འབྱུལ་གྱིས་མ་རེག་པར་ཉུང་དུ་རྩམ་གསལ་གྱི་ཚུལ་དུའོ། །ཡང་ན།  
ཆོག་གི་སྟོར་བའི་དཔེར་བཟོད་པ་རྩམས་ཀྱང་ཉེ་བར་མཆོན་ནས་ཞེས་པའི་  
དོན་དུ་གཞུང་ངོ་། །དེ་ལྟར་རྩམ་བཞིན་ཞེས་ཁེངས་བསྟུངས་པའི་ཆོག་  
གིས་བསྟན་བཅོས་རྩམ་པ་པོ་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་མེད་པས་དམ་པར་མཆོན་  
རྩམ་པ་དང་། དེ་ལྟར་མི་རྩམ་བཞིན་དུ་འབད་པ་ནི་དོན་ཆེན་པོ་དང་ལྟན་པ་

ཞིག་གོ་སྒྲིབ་བསྒྲིབ་བཅས་ཁྱད་པར་ཅན་དུ་སྒྲིབ་པ་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་མཁས་པ་  
འཇུག་པའི་སྒྲོ་ལས།

རྒྱས་པ་མེད་ཀྱང་འབད་བཞིན་དུ།  
བསྒྲིབ་བཅས་ལ་ཡང་འཇུག་པའི་ཆོག།  
བསྒྲིབ་བཅས་དང་ནི་སྒྲིབ་བྱེད་པ།  
གཉིས་ཀ་དམ་པར་བསྒྲིབ་ཕྱིར་ཡིན།།

ཞེས་སོ། །སྤྱི་ཡིས་ན་དབྱུག་པ་ཅན་བདག་གིས་ཏེ། ལུས་དང་རྒྱན་  
གྱིས་བསྐྱུས་པའི་སྒྲིབ་པ་རྣམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་གསལ་བར་བྱའོ། །ཞེས་  
དམ་བཅས་པ་སྟེ། ལྷ་སྐྱབ་ཞབས་ཀྱིས། ལུགས་ཀྱི་བསྒྲིབ་བཅས་ཞེས་རབ་  
སྟོང་བྱ་ལས།

དམ་པ་ཁས་འཆེ་མང་པོ་མི་བྱེད་ཅིང་།  
གལ་ཏེ་དཀའ་བའི་ཁས་ནི་སྦྱངས་གྱུར་ན།  
དོ་ལ་རི་མོ་བྱིས་པ་ཇི་བཞིན་དུ།  
ཞེ་ཡང་གཞན་དུ་འདོར་བར་མི་འགྱུར་རོ།།

ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ཚུམ་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་དོན་དང་། ཡང་  
མཁས་པ་འཇུག་པའི་སྒྲོ་ལས།

དམ་བཅའ་བ་དང་བསྐྱུལ་ཆོག་སོགས།  
འཆད་ཕྱིར་སྒྲོ་བ་སྒྲིབ་པ་སྟེ།

མཆོག་རྟོགས་འགྲུབ་པའི་རྒྱུར་འགྲུར་བས། །

ཁས་ལེན་པ་ལ་འགལ་བ་མེད། །

ཅེས་གསུངས་པའི་དོན། དམ་བཅའ་བ་ལ་དགོས་དོན། བསྐྱས་དོན།  
ཆོག་དོན་གསུམ་ལས། དང་པོ་བཤད་པར་བྱའོ་ཞེས་པས། གཞུང་འཆད་པ་  
ལ་སྒྲོ་བ་དང་། རང་ཉིད་མཁས་པར་སྟོན་པ་དང་། དམ་བཅའ་འགྲུབ་པའི་  
རྒྱུར་འགྲུར་བ་དང་། ཉན་པར་བསྐྱེད་པའི་དགོས་པ་སོགས་ཡོད། བསྐྱས་  
པའི་དོན་ལ་ལས་དང་བྱེད་པོ་བྱ་བ་གསུམ་སྟེ། གང་བཤད་ན་བསྟན་བཅོས།  
གང་གིས་ན་བྱེད་པ་པོ་འཕ་རྩེ་མ་པ་པོས། རི་ལྟར་བཤད་ན་རྒྱས་འབྲིང་  
བསྐྱས་པ་གང་རུང་གི་སྒྲོ་ནས་འཆད་པ་ལྟ་བུ། ཆོག་དོན་ནི་གང་འཆད་རྒྱུ་འི་  
ཆོག་ལ་འཇུག་པ་རྣམས་ཡིན།

འཇུག་བྱ་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་རང་བཞིན།

རྩ་བའི་ས་བཅད་གཉིས་པ་འཇུག་བྱ་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལ་  
ཡང་གསུམ་སྟེ། དགོས་དོན། བསྐྱས་དོན། མཆོམས་སྒྱུར་བཀལ་ལན་དང་  
བཅས་པས་ཆོག་དོན་བཤད་པ་དང་གསུམ་དུ་བྱས་ན་ལེགས་ཏེ།

དགོས་དོན།

རྣམ་བཤད་རིགས་པ་ལས།

མདོ་དོན་སྒྲུབ་རྣམས་ཀྱིས་ནི། །

དགོས་པ་བསྐྱས་པའི་དོན་དང་བཅས། །

ཆིག་དོན་བཅས་ཤིང་མཆོམས་སྒྲུང་བཅས། །

བཀྲལ་ལན་བཅས་ཏེ་བསྟན་པར་བྱ། །

ཞེས་པའི་འཆད་ཐབས་ཀྱི་མན་ངག་དང་མཐུན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞུང་  
དེ་ཉིད་ལས།

མདོ་དོན་ཆེ་བ་ཉིད་ཐོས་ནས། །

ཉན་དང་ལེན་པ་ལ་སོགས་པ། །

ཉན་པ་དེ་ལ་གྲུས་འགྱུར་བས། །

ཐོག་མར་དགོས་པ་བརྗོད་པར་བྱ། །

ཞེས་དང་། བརྗོད་ཏེ་ཐོས་པ་མདོན་དགས།

བསྟན་བཅོས་དག་ནི་ཐམས་ཅད་དང་། །

ལས་ནི་ཅི་ཡང་རུང་བ་ཡི། །

རི་སྲིད་དགོས་པ་མ་སྦྱས་པ། །

དེ་སྲིད་དུ་ནི་ཅི་ཞིག་འཇིག། །

ཞེས་དང་། མཁས་འཇུག་ལས།

བསྟན་བཅོས་དམ་པ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། །

སྟོན་པས་ཐོག་མར་དགོས་པ་བསྟན། །

ཡོངས་སུ་རྟོགས་པ་དེ་མཐོང་ན། །

དཔྱོད་པ་ལ་ཡང་ཅིས་མི་འཇུག། །



ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་ཐོག་མར་དགོས་དོན་འཆད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
ལ་སྡེ་བཞིའི་ཐ་སྙད་འཇུག་པ། གྲགས་པ་དུས་རིང་པོར་གནས་པ། ཡོན་  
ཏན་དང་སྐྱོན་འབྱེད་པ། དེས་ན་བསྟན་བཅས་བཅུ་མས་པ་དེ་བཞིར་བྱེད་པ་  
དང་། བསྟན་བཅས་ཚུལ་པའི་ཡོན་ཏན། མ་བཅུ་མས་པའི་སྐྱོན། ལེགས་  
པར་བཅུ་མས་པ་དེ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པའི་རྒྱ་མཚན། ཚུལ་བྱེད་མཁས་  
མོངས་ཀྱི་བྱེད་པར། ཚུལ་པའི་སྐྱོན་སྤོང་ཐབས། བསྟན་བཅས་མི་ཤེས་པའི་  
སྐྱོན་མཁས་པས་ལེགས་པར་དབྱེ་བ་དང་བདུན་དུ་འབྱེད་པ་སོགས་འཆད་  
ལུགས་སྣ་ཆོག་གས་ཤིག་ཡོད་ཀྱང་། རེ་ཞིག་བྱི་མ་ལྟར་བཤད་ན་སྤྱི་འགྲོ་  
དང་མཐུན་པས་དེ་བཞིན་དུ་བྱས་ན།

༡ ཚུལ་པའི་ཡོན་ཏན།

དང་པོ་ཚུལ་པའི་ཡོན་ཏན་ནི།

འདི་ན་ཀུན་ཏུ་ལྷག་མ་དང་། །

མཆོག་གི་རྗེས་སུ་བསྟན་པ་ཡི། །

ཆོག་རྣམས་ཉིད་ཀྱི་འོད་ཀྱིས་ནི། །

འཇིག་རྟེན་ལུགས་ལ་འཇུག་པར་བྱེད། །

འཇིག་རྟེན་འདི་ན་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་སྐྱོན་ཡོན་འབྱེད་པ་ནི།

བསྟན་

བཅས་ཁོ་ན་ལ་རག་ལས་ཏེ་ལེགས་སྤྱར་གྱི་སྐྱད་གྱི་ལྷག་མ་རང་བཞིན་གྱི་

སྐྱད་སོགས་དང་། མཆོག་བདེ་སྤོང་གྱི་བསྟན་བཅས་བྱེད་པོ་རྣམས་ཀྱིས་



བྱིངས་རྒྱུན་ལེགས་པར་སྒྲུབ་བས་རྗེས་སུ་བསྟན་པའི་སྒྲུབ་ཆིག་གི་རིག་པ་  
ནམས་ཀྱི་བྱིན་ལས། འཇིག་རྟེན་ཀྱི་ལྷགས་སྡེ་ཆེན་པོ་བཞིའི་སྒྲོན་ཡོན་རི་  
ལྷ་བ་བཞིན་དུ་རྟོགས་ནས། དེ་དང་དེའི་སྒྲུབ་དོར་ཀྱི་གནས་མ་འབྲུལ་བའི་  
ལྷགས་སྡེ་ལ་ནམ་པར་དག་པ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་ཅེས་པའི་དོན་དང་།  
འགྱུར་བྱེད་ཤོད་སྒྲོན་ཆེན་པོས། འདི་ན་ཀྱན་ཏུ་མཆོག་ནམས་ཀྱང་། །ཞེས་  
པ་སྟར་ན། འདི་ན་ནམ་པ་ཀྱན་ཏུ་སྒྲུབ་པ་མཁས་འདོད་ཀྱི་སྒྲེས་བྱ་  
མཆོག་གམ་ཆེན་པོ་ནམས་ཀྱང་། བྱ་ཆོམས་སུ་མ་ཡིན་ཏེ་སྒྲོན་ཀྱི་སྒྲོབ་  
དཔོན་མཁས་མཆོག་ནམས་ཀྱིས་རྗེས་སུ་བསྟན་པ། བསྟན་བཅོས་བྱེད་  
པར་ཅན་ཀྱི་ཆིག་གི་བྱིན་ཀྱིས་སྒྲུབ་དོར་བྱེད་ནས། འཇིག་རྟེན་ལྷགས་ཀྱི་  
འདོད་དོན་སྒྲུབ་སུམ་ཆོགས་པ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་ཅེས་བྱ་བའི་དོན་ཡིན། །

༡ མ་བརྩམས་པའི་སྒྲོན་།

གཉིས་པ་མ་བརྩམས་པའི་སྒྲོན་ནི། དེ་ཉིད་སྒྲུབ་ཡང་ལྷོག་ལྷོགས་ཀྱི་  
སྒྲོན་ས་སྒྲོན་པར་བཞེད་ནས།

གལ་ཏེ་སྒྲུབ་བོད་སྒྲུབ་བ་ཡིས། །

འཁོར་བའི་བར་དུ་མི་གསལ་ན། །

འཇིག་རྟེན་གསུམ་པོ་མཐའ་དག་འདི། །

སྒྲུབ་རུམ་ཐུན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། གལ་ཏེ་ཞེས་པ་བརྟགས་པ་མཐར་བཟུང་བའི་ཆིག་

དེ་ཡང་། བརྗོད་བྱའི་དོན་དང་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་སྟོན་པའི་  
སྒྲར་བོད་པ་སྟེ་བསྟན་པའི་བསྟན་བཅོས་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་སྒྲུང་བས། འཁོར་  
བ་ཇི་སྲིད་གནས་ཀྱི་བར་དུ་མི་གསལ་བ་སྟེ་གསལ་བར་མ་བྱས་པ་དེའི་ཆེ་  
ན། ལྷ་ལྷ་མིའི་འཇིག་རྟེན་གསུམ་པོ་འདི་ཕྱོགས་ཙམ་མིན་པར་མཐའ་དག  
ཁ་ཁའི་སྟོ་བཞིན་དུ་ལེགས་ཉེས་མི་བྱེད་པ། སྤྲུལ་ལྷ་ལྷ་པོ་པོར་རྒྱས་  
པའི་མི་ཤེས་པའི་ཐུན་པ་འབྲུག་པོས་ཁེབས་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཞེས་པའི་ཐ་  
ཆོག་སྟེ། ལེགས་པར་བཤུད་པའི་སྒྲུང་བ་གསལ་པ་ལས་གསར་པ་འབྱེད་  
པ་ནི་མཆོག་ཏུ་གཅེས་སོ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། འགྱུར་གཞན་དུ། གལ་ཏེ་སྤྲུ་  
དོན་སྒྲུང་བ་ཡིས། །ཞེས་འབྱུང་བའང་། སྤྲུ་དོན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་བསྟན་  
བཅོས་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་སྒྲུང་བས་ཞེས་འབྱེད་པ་དགོས་ཏེ་མི་མཐུན་པ་ཆེར་  
མེད་དོ། །

༣ ལེགས་པར་བརྩམས་པ་དེ་ཡུན་དུ་གནས་པའི་རྒྱ་མཆོན།

གསུམ་པ་ལེགས་པར་བརྩམས་པ་དེ་ཡུན་དུ་གནས་པའི་རྒྱ་མཆོན་  
ནི། དགོས་པ་གཞན་ཡང་ཡོད་དེ། སྟོན་གྱི་རྒྱལ་པོ་གྲགས་པའི་གཟུགས། །  
ངག་གི་རང་བཞིན་མེ་ལོང་ཐོབ། །དེ་དག་ཉེ་བར་མི་གནས་ཀྱང་། །རང་ཉིད་  
ཉམས་པ་མེད་ལ་སྟོས། །ཞེས་པ་སྟེ། ཇི་ལྟར་སྟོན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ང་ལས་རྒྱ་  
དང་། ལྷ་བའི་འོད་དང་། དཔལ་གྱི་སྒྲེ་དང་། ཐམས་ཅད་སྟོལ་དང་། གཙུག་  
ན་ཞོར་བུ་ལ་སོགས་པ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་ཐབས་ཆེན་པོ་དེ་དག་གི་ །རིགས་དང་

བསོད་ནམས། སྒྲིབ་ས་དང་འབྲུག་པ། སྒྲིབ་སྒྲིབ་ས་དང་བཙུན་འབྲུག་དཔའ་  
 བ་དང་རྒྱལ་པོ་དཔའ་། ཐོས་པ་དང་གཏོང་བ་ལ་སོགས་པའི་གྲགས་པ་དཀར་  
 པོའི་གཟུགས་བརྒྱན་གཏམ་དུ་གྲགས་པའི་དག་གི་རང་བཞིན་མེ་མོང་དུ་  
 གསལ་ཞིང་རྫོགས་པ་ངེས་པར་ཐོབ་ལ། བསྐྱོད་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་དེ་དག་  
 འདས་ནས་ཡུན་རིང་ལོན་པས་ད་ལྟ་ཉེ་བར་མི་གནས་ཀྱང་། རང་རང་སོ་  
 སོ་ཉིད་ཡོད་པ་ལྟར་སྒྲིབ་གྲགས་ཀྱི་གཟུགས་བརྒྱན་ད་དུང་ཉམས་པ་མེད་པ་  
 འདི་ལྟ་བུ་ལ་སྒྲིབ་ཤིག་ཅེས་སྒྲུབ་བྱེད་དངོས་སུ་བཀོད་ནས། རྒྱགས་ལས་  
 བསྐྱོད་བྱེད་བསྒྲུབ་བྱ། སྒྲིབ་དག་གི་ལུས་རྒྱན་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཆོགས་པའི་བསྐྱོད་  
 བཅོས་བརྒྱུ་ན། དེ་ཉིད་དང་རྩམ་པ་པོའི་གྲགས་པ་སྤྱི་མཐར་ཡང་མི་  
 ཉམས་པ་དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་ལྟ་བུའི་ཞེས་སྒྲིབ་པ་སྟེ། མ་བཟོད་ན་ཡང་  
 འདོད་པ་ནི། རྒྱགས་ལས་རྫོགས་པར་འབྱུང་བ་ཡིན། །གསུང་བ་ལྟར་རོ། །

༤ རྩམ་བྱེད་མཁས་མོངས་ཀྱི་བྱེད་པར་

བཞི་པ་རྩམ་བྱེད་མཁས་མོངས་ཀྱི་བྱེད་པར་སྒྲིབ་པའམ། བསྐྱོད་  
 བཅོས་ཀྱི་བྱེད་པར་གྱི་སྒྲིབ་ཡོན་བསྐྱེད་པ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན།  
 མཁས་པས་ཡང་དག་རབ་སྒྲུབ་བའི། །  
 དག་ནི་དག་གི་འདོད་འཇོར་བཤའ། །  
 དེ་ཉིད་ཉེས་པར་སྒྲུབ་ན་སྤང། །  
 སྒྲིབ་པོ་བ་ལང་ཉིད་རྫོང་བྱེད། །

ཅེས་ཏེ། གཞུང་ལམ་འདིར་སྐྱེས་པའི་མཁས་པ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་གནས་  
 རྣམས་ཀྱིས་ཡང་དག་པར་རབ་ཏུ་སྐྱར་བའི་ངག་ནི་ཆིག་རྒྱན་གྱི་སྦྱར་བ་  
 ལུན་སུམ་ཆོག་པ་པས་ཉམས་དང་འབྱུར་བའི་བྱེད་པར་དང་ལུན་པའི་ཆིག་  
 དོན་བཟང་པོ་བད་མེད་འབྱུང་བས་ངག་གི་འདོད་པ་བཞིན་ཡིད་བཞིན་དུ་  
 འཇོ་བར་བྱེད་ལ། ངག་དེ་ཉིད་ལེགས་པར་མ་ཡིན་པའི་ཆིག་ཉེས་པ་ཞིག་  
 སྐྱར་ན། ལུན་པོས་བྱས་པ་ཆིག་སྦྱར་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར། བསྟན་བཅས་དེ་  
 ཉིད་གཞན་གྱིས་འདོར་བར་མ་བད། སྤར་ཆིག་དོན་སྦྱར་བ་པོ་ཡང་ལུན་  
 མོངས་མའི་ཤ་ཚུགས་ཅན་གྱི་བ་ལང་ལྟ་བུར་གོ་བར་བྱེད་ཅེས་པའི་དོན་ཏེ།  
 འདིའི་རྒྱ་དཔེར། གོ་ཁྱུ་མ་དུ་སྒྲ་ས་སྒྲ་ཀླ་ཡུ་སྒྲ་སྒྲ་ཏེ་བུ་ཆྱི་ཞེས་ཡོད་  
 པའི་གོ་སྒྲ་ལན་གཉིས་སུ་སྒྲོས་པ་འདི་ལ། ཞོང་སྟོན་ཆེན་པོས་ངག་ཆིག་  
 རྣམ་གྲངས་སུ་མཛད་དེ།

མཁས་པས་ཡང་དག་རབ་སྐྱར་བའི། །

ངག་ཆིག་འདོད་པ་འཇོ་བར་བད། །

ཞེས་བསྐྱར་བ་དང་། ལུ་སྐྱབ་ཀྱིས་ཞིབ་མོ་རྣམ་འཐག་ལས།

ངག་སྒྲོགས་ས་དང་འོད་ཟེར་དང་། །

ལུགས་དང་མིག་དང་རྡོ་རྗེ་དང་། །

མཐོ་རིས་ཚུ་སྟེ་དོན་དགུ་ལ། །

མཁས་པས་གོ་སྒྲ་ངེས་པར་བཟུང་། །

ཞེས་དང་། སྒྲོན་པ་བཅས་པོ་གཉིས་པར། གོ་ཏ་མ་ལྟ་བུ་གོའི་སྒྲོ་ལས་  
ཆིག་དང་སྒྲོགས་དང་ས་དང་འོད་དང་། རྡོ་རྗེ་དང་། བ་ལང་དང་མཐོ་རིས་  
ལ་སོགས་པ་རྣམས་དུ་མར་སྒྲེགས་པ་དང་ཞེས་འབྲུང་བས། སྒྲེས་གྱི་  
མཁས་པ་འགས། ངག་དང་ཆིག་གཉིས་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་  
ཡིན་པས་སྒྲོས་པར་སོང་ལ། དེས་ན། ངག་ནི་མཐོ་རིས་འདོད་པ་འདྲོ། །  
ཞེས་བསྒྲུར་ན་ཤིན་ཏུ་ལེགས་ཏེ་འགའ་ཞིག ལེགས་པར་སྒྲོར་བའི་སྐད་  
གཅིག་བྱས་མཐོ་རིས་སུ་འདོད་པ་འདྲོ་ཞེས་པ་དང་བསྒྲུན་པའོ་ཞེས་འབྲུར་  
བཅོས། །ཡང་། དེ་ལ་ཁ་ཅིག་གིས། དིག་བྱེད་པ་རྣམས་ལྟ་ཁོ་ན་ལ་མཐོ་  
རིས་ཟེར་བས། མིའི་སྒྲོན་པ་གིས་སྒྲེའི་འདོད་པ་འདྲོ་བར་མི་འབྱུང་། ས་  
ལ་ཞེས་བསྒྲུར་ན་འགྱུར་ཏེ། བྱིས་མ་ནི་རྒྱ་དང་མི་རྒྱའི་ས་བཞིན་དུ། །ཡོན་  
ཏན་ཀུན་གྱི་གཞི་རྒྱུ་ལགས་པར་གསུངས། །ཞེས་པ་ལྟར། ས་ཡོན་ཏན་  
ཀུན་གྱི་འབྲུང་གནས་ཡིན་པ་ལག་གི་དཔེར་བཞོད་པ་དང་། སྒྲོན་པ་མཁས་  
པས་ས་སྟེང་དུ་ངོ་མཆར་བསྐྱེད། གྲགས་པ་ཐོབ་པས། ངག་ནི་ས་ལ་འདོད་  
པ་འདྲོ། །ཞེས་པ་པོ་རྒྱུ་ཏ་དུ་རྒྱ་རྒྱ་ལས་ཐོས་སོ། །གསུངས་པ་སོགས་རྣམ་  
གྲངས་ཏེ། འདི་ནི་དཔང་ལོ་ཆེན་པོས་འབྲུར་བཅོས་གནང་བའི་དོན་ལྟར་ལ་  
འཆད་ལུགས་འདི་བཞིན་མཛད་དོ། །



༥ ཚུམ་པའི་སྐྱོན་སྤྱོད་ཐབས།

ལུ་པ་ཚུམ་པའི་སྐྱོན་སྤྱོད་ཐབས་ནི།      དེའི་ཕྱིར་སྐྱོན་ཆུང་ཡང་སྤྱོད་  
དགོས་སོ་ཞེས་འདོམས་པར་བཞེད་ནས།

དེ་ཕྱིར་སྐྱོན་ངག་དག་ལ་སྐྱོན། །

ཆུང་བར་གྱུར་ཀྱང་ཅི་ཞིག་ལྟར། །

བཏང་སྟོམས་མི་བྱ་ལུས་མཛེས་ཀྱང་། །

སྐྱོན་གཅིག་གིས་ནི་སྐལ་ངན་འགྱུར། །

གོང་དུ་སྟོས་པའི་རྒྱ་མཆན་དེ་དག་གི་ཕྱིར་སྐྱོན་ངག་ཤེས་པ་དག་  
གིས་ཆིག་སྐྱོར་འགོད་པའི་གནས་སྐབས་སུ་བཟོད་བྱ། བཟོད་ཆིག་རྒྱ།  
ནམ་དབྱེ། སྐྱོར་ཚུལ། ཆིག་གི་སྤང་སོགས་གང་དང་ཅིའི་གནས་སྐབས་སུ་  
སྐྱོན་གྱི་ཆ་ཤས་ཆུང་དུ་ཅམ་ཞིག་ཆགས་པར་གྱུར་ཀྱང་། འདི་ཅམ་གྱིས་  
སྐྱོན་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་པར་མི་རུས་སོ་སྟམ་བཏང་སྟོམས་སུ་འཛོག་པར་མི་  
རིགས་ཏེ། སྟོ་གྲོས་ཞིབ་མོས་ལེགས་པར་བརྟགས་ནས་སྐྱོན་གདགས་སུ་  
མེད་པར་བྱ་དགོས། དེ་ལྟར་མ་བྱུང་ཆེ་ཅི་ཞིག་ལྟར་ཞེ་ན། དཔེར་ན། རྒྱུས་  
བྱ་ཞིག་ལུས་ཀྱི་ནམ་པ་གཞན་ཤིན་ཏུ་མཛེས་པར་ཡོད་དུ་ཟིན་ཀྱང་སྒྲ་ནག་  
པོ་སོགས་སྐྱོན་སྤྱོད་མོ་ཞིག་གིས་གཟུགས་བྱད་སྐལ་ངན་དུ་བྱེད་དེ། བཟ་མི་  
ཤེས་པའི་གངས་སུ་བགྱང་བར་འགྱུར་བ་དང་འདྲ་བས་བརྟགས་ཤིང་  
གཞིགས་ནས་དབྱུང་པར་བཟོད་པ་དག་བརྩམ་པར་བྱ་དགོས་ཞེས་པའི་ཐ་

ཆིག་གོ།

༤ བསྟན་བཅོས་མི་ཤེས་པའི་སྒྲིན།

དྲུག་པ་བསྟན་བཅོས་མི་ཤེས་པའི་སྒྲིན་ནི། དེ་ལྟ་བུའི་ལེགས་ཉེས་  
འབྱེད་ཤེས་པ་ཡང་། སྒྲེ་བོའི་བསྟན་བཅོས་ཁོ་ན་ལ་རག་ལས་ཀྱིས། རང་  
སྟོབས་ཀྱིས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྟོན་པ་སྟེ།

སྒྲེ་བོ་བསྟན་བཅོས་མི་ཤེས་པས། །

ཡོན་ཏན་སྒྲིན་དག་ཇི་ལྟར་དབྱེ། །

གཟུགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དམིགས་པའི་སྐབས། །

ལོང་བ་དག་ལ་ཡོད་དམ་ཅི། །

ཞེས་སྒྲེ་བོ་གང་ཞིག་བསྟན་བཅོས་སྒྲིན་དང་བྱེ་བྲག་སྟན་དག་གི་  
བསྟན་བཅོས་ལ་མ་སྤྱངས་ཤིང་མི་ཤེས་པ་དག་གིས། བསྟན་བཅོས་ཀྱི་  
ཆིག་དོན་ཀྱི་ཆར། འདི་ནི་སྒྲིན་ཡིན་ནོ། །

འདི་ནི་ཡོན་ཏན་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཇི་ལྟར་དབྱེ་བར་རུས་ཏེ་མི་རུས་ལ།  
དེ་ཉིད་ལྷ་བོ་དངོས་པོའི་དབེས་བསྐྱབ་པ་ལ། གཟུགས་ཀྱི་དབྱེ་བས་ཀྱི་ཁ་  
དོག་ མཆར་མི་མཆར་ཀྱི་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་མིག་ལོང་བ་དག་ལ་སྒྲིན་ཀྱི་ཡོད་  
དམ་ཅི་ཞེས་པ་སྟེ་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །

༥ མཁས་པས་ལེགས་པར་དབྱེ་བའི་དབང་དུ་མཛད་པ།

བདུན་པ་མཁས་པས་ལེགས་པར་དབྱེ་བའི་དབང་དུ་མཛད་ནས།



དེ་ཕྱིར་མཁས་པས་སྐྱེ་དགུ་རྣམས། །

བྱེ་བྲག་རྟོགས་ལ་མངོན་དགོངས་ནས། །

རྣམ་བཟ་ལམ་ལྡན་ཆོག་རྣམས་ཀྱི། །

བྱ་བའི་ཆོག་ངེས་པར་སྐྱུར། །

ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་ཏེ། སྟན་ངག་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་ཤེས་པ་ནི་  
གང་ལ་བརྟེན་རྒྱུ་འདི་བསྟན་བཅོས་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་རག་ལས་པ་དེའི་  
ཕྱིར། སྟོན་གྱི་སྒྲོབ་དཔོན་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱེ་དགུ་སྟེ་སྐྱེ་བོ་ཅོག་  
རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ། ལེགས་ཉེས་ལ་སོགས་པ་བྱེ་བྲག་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ལ་  
མངོན་པར་དགོངས་པས་བལྟས་ནས། ལུས་མངེས་སྦྲ་དོན་གྱི་རྒྱན་གྱིས་  
རྣམ་པར་བཟ་བའི་ལམ་དང་ལྡན་པའི་སྟན་ཆོག་གི་རིག་པ་ཤེས་པར་བྱ་  
བའི་ཆོག་ཞེས་སམ། རྩོམ་པའི་ཐབས་བྱུང་པར་ཅན་སྐྱུར་ནས། ངེས་པར་  
ཞེས་པ་གདོན་མི་བླ་བར་གཏན་ལ་འབེབས་པར་མཛད་དོ་ཞེས་པའི་དོན་  
ཡིན། དེ་ལྟར་ཆོག་ཏུ་བརྗོད་པ་དག་གིས་བྱུང་བོ། །

བརྗོད་པར་བྱ་བ་གཞུང་འདི་ཉིད་ལས་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་སྟན་ངག་  
གི་མཚན་ཉིད་དང་། རྗོད་པར་བྱེད་པ་འདི་ཉིད་ཀྱི་གཞུང་གི་ཆོགས་བརྗོད་  
དོན་ལུས་དང་རྒྱན་གྱི་རྣམ་བཞག་དེ་གཞུང་འདི་ཉིད་ལས་རྟོགས་པར་  
འགྱུར་བ་དེ་དགོས་པ། དེ་ལས་རྟོན་གྲགས་རྒྱ་ཆེར་འབྱུང་ཞིང་མཁས་པའི་  
ཁྱིལ་དབང་བ་ནི་དགོས་པའི་དགོས་པ་འཕམ་ཉིང་དགོས། དེ་དགོས་པ་ལ་

རག་ལས་ཤིང་། དགོས་པ་བསྟན་བཅོས་ལ་ལྟོས་པའམ། གོང་དུ་སྟོས་པའི་  
བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ནི་འབྲེལ་བ་ཡིན་ལ། ཡང་ན། སྒྲུབ་པ་  
གི་ལུས་སྒྲུབ་སྒྲུབ་སེལ་བ་དང་བཅས་པ་བསྟན་བཅོས་འདིའི་བརྗོད་བྱ་འདི་  
ལ་བརྟེན་ནས་དེ་རྣམས་བདེ་སྐྱབས་ཏུ་ཉོག་པས་པར་དགོས་ལ། དེ་ལ་བརྟེན་  
ནས་སྡེ་བཞིའི་སྤང་དོར་གྱི་གནས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ཤེས་པ་ཉིད་དགོས།  
དགོས་སོགས་གསུམ་དང་བསྟན་བཅོས་འདི་ཐབས་ཐབས་བྱུང་དུ་གནས་  
པ་ནི་འབྲེལ་བའོ། །

སྒྲུབ་མོང་མ་ཡིན་པ་རང་རེ་ནང་པའི་མཐར་ཐུག་གི་དགོས་པ་ནི།  
མདོ་ལས། དམ་པའི་ཆོས་གསལ་བར་བྱ་བའི་སྒྲུབ་པ་བྱའོ། །དགོན་མཆོག་  
གསུམ་ལ་བསྟོད་པ་བྱའོ། །དེ་ལས་སྤྲོ་བ་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ་  
ཞེས་དང་། བསྐྱལ་བ་བཟང་པོའི་མདོ་ལས་གསུངས་པ།

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དུས་མཁྱེན་རྒྱལ་པོ་ནི། །

སྒྲུབ་པ་མཁན་དེ་བདེ་གཤེགས་རྩ་མཆོག་ལ། །

ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་བསྟོད་ནས་ཀྱང་། །

དང་པོར་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། །

ཞེས་དང་། འོ་སྟོལ་གྱི་སྟོན་པས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་སྐར་རྒྱལ་ལ་སྒྲུབ་  
པ་གི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་གིས་བསྟོད་པས་བསྐྱལ་བ་བཞི་བྱིའི་  
ཆོགས་བརྒྱམས་པར་གསུངས་པ་ལྟ་བུས་མཆོན་ཏེ། ཞིང་དང་བསམ་པའི་

ཁྱད་པར་གྱི་གྲོགས་དང་ལྷན་པས་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པ་མཐར་  
ཐུག་གི་དགོས་པ་ཁྱད་པར་བ་ཡིན་ལ་གོང་གི་ཉིང་དགོས་ནི་གནས་སྐབས་  
ཅེས་མོ། །འོ་ན་སློབ་སྦྱངས་ལས།

བྱད་མེད་ཡན་ལག་ངི་ང་རུལ་བ་མི་སྤྱུག་པ། །

པསྒྲ་སྒྲ་བ་ལྷུ་ལྷུ་ལ་དག་ཏུ་སྦྱོམས་བྱེད་པ། །

སྒྲ་ངག་མཁན་གྱི་རྒྱན་དེའི་འབྲས་བུ་མི་བཟད་པ། །

དེ་དག་དེ་ཡི་མངལ་ནས་འཇུག་པ་དེ་བཞིན་ནོ། །

ཞེས་དང་། མདོ་བླ་ན་ཉིད། སྒྲ་ངག་གཙོ་བོར་བྱེད་པ་རྣམས་ལྷ་ཡུལ་  
གྱི་བྱ། གཞན་དག་ཆིག་བཅད་གྱིས་བསྐྱུལ་ཞིང་རང་བག་མེད་དུ་སྡོད་པར་  
སྦྱེ་བར་བཤད་པ་སོགས་ཅི་ཞེ་ན། དེ་དག་གིས་འདོད་པའི་གཏམ་གྱི་སྒྲ་  
ངག་མི་བྱ་བར་དགོངས་པ་སྟེ། འདིར་ཡང་།

དོན་དང་བྲལ་བའི་ཁྱད་པར་རྣམས། །

མ་བྱས་གནས་སུ་བསྒྲགས་པ་དང་། །

ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན། །འོ་ན། འདིའི་དཔེར་བཟོད་རྣམས་ལས་  
འདོད་པའི་གཏམ་མང་དུ་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། བདེན་མོད་གྱི། དེ་ནི་  
རྗེས་འཇུག་རྣམས་འཇུག་བདེ་ཞིང་གོ་སླ་བའི་དོན་དུ་མཛད་པ་ཡིན་ཏེ། ཇི་  
སྐད་དུ།

ཐབས་ལ་མཁས་པའི་སྡོད་པ་ལ། །

གཡོ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པས་གསུངས་པ་མེད། །

ཅེས་པ་བཞིན་ཏེ། འཕྲོས་པས་ཆོག་གོ། དེ་སྒྲུབ་དགོས་སོགས་ཀྱི་  
ཆོས་བཞི་འགོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་། རྣམ་དཔྱད་དང་ལྷན་པ་དག་བསྟན་  
བཅས་འདི་ལ་བརྗོད་བྱ་མེད་དམ་སྟུམ་པ་དང་། བརྗོད་བྱ་ཡོད་ཀྱང་། རྗོད་  
བྱེད་དེ་ལ་དགོས་པ་མེད་དམ་སྟུམ་པ་དང་། དགོས་པ་ཡོད་སྲིད་ཀྱང་དགོས་  
པའི་དགོས་པ་མེད་དམ་སྟུམ་པ་དང་། དེ་ཡོད་ཀྱང་སྒྲུབ་པའི་ཐབས་མེད་  
དམ་སྟུམ་པའི་ལོག་ཏྲོག་རྣམས་བསལ་ནས་དོན་འགྱུར་གྱི་ཐེ་ཆོམ་བསྐྱེད་  
པའི་ཆེད་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་བསྐྱུས་པའི་དོན།

གཉིས་པ་བསྐྱུས་པའི་དོན་ནི། དེ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་སྒྲུབ་པ་གི་ ལུས་  
དང་རྒྱན་ཡང་རབ་ཏུ་བསྟན། །ཞེས་ཏེ། གོང་དུ་སྒྲོས་པ་བཞིན། སྒྲོན་གྱི་  
སྒྲོབ་དཔོན་དེ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲུབ་པ་གི་ལུས་ཆོགས་པའི་ངོ་བོ་དང་། དེ་  
མཛེས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱན་གཉིས་སུ་རབ་ཏུ་བསྟན་ཞིང་གསལ་བར་བྱས་  
སོ་ཞེས་མདོར་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། མཁས་འཇུག་ལས།

བཤམ་སྒྲུབ་བ་དང་བཟུང་བདེ་ཞིང་། །

བསྟན་བཅས་ལ་ཡང་ཚུད་བྲལ་བྱིར། །

མཁས་པ་ལ་ལ་བསྟན་བཅས་ལུས། །

བསྐྱུས་ཏེ་ཐོག་མར་འགོད་པར་མཛད། །

ཅེས་པ་བཞིན། འཆད་པ་པོ་བཤད་སྟེ། ཉན་པ་པོ་རྣམས་བཟུང་བདེ།  
དཀྱུས་ས་མཐོང་བའི་རྟ་དཀྱུས་ཅི་བ་ལ་བག་མི་ཆ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་གསུངས་  
པར་འདུག།

གསུམ་པ་མཆམས་སྟོར་བཀལ་ལན་དང་བཅས་པས་ཆིག་གི་དོན་བཤད་པ།

༥ གསུམ་པ་མཆམས་སྟོར་བཀལ་ལན་དང་བཅས་པས་ཆིག་གི་དོན་  
བཤད་པ་ལ། ལུས་བཤད་པ། རྒྱན་བཤད་པ། ཞར་ལ་སྟོན་སེལ་བ་བཤད་  
པ་དང་གསུམ།

དང་པོ་ལུས་བཤད་པ་ལ། མཆན་ཉིད་དང་། མཆན་གཞིའོ། །

ལུས་བཤད་པ།

དང་པོ་ནི།

ལུས་ནི་རེ་ཞིག་འདོད་པ་ཡི། །

དོན་གྱི་རྣམ་དབྱེད་ཆིག་གི་སྤང་། །

ཞེས་ཏེ། སྟན་ངག་གི་ལུས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་གང་ཞེ་ན། དེ་ལ་རེ་ཞིག་  
སྟོབ་པ་པོའི་བརྗོད་འདོད་ཀྱིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་པའི་བརྗོད་བྱ་གང་ཞིག་  
ཆིག་རྒྱན་གྱི་བསྟན་བཅོས་ལས་བཤད་པའི་ངེས་པ་ལས་མ་འདས་པར།  
དོན་དང་དོན་མ་ཡིན་པ་གང་དག་རྣམ་པར་དབྱེད་ནས། རྗོད་བྱེད་ཆིག་གི་  
སྤང་བ་ལེགས་པར་སྤེལ་བ་ཞིག་ཡིན། །

གཉིས་པ་མཆན་གཞི་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་ལ་གསུམ་སྟེ། ལུས་གཞུང་

གི་དབྱེ་བས་གསུམ་དུ་བཤའ། རྫོང་བྱེད་སྐྱད་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བས་བཞིར་  
བཤའ། བརྫོང་ཚུལ་དོན་གྱི་དབྱེ་བས་གཉིས་སུ་བསྟན་པའོ། །

ལུས་གཞུང་གི་དབྱེ་བས་གསུམ་དུ་བཤའ་བ།

དང་པོ་ལ་མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤའ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི།

མདོར་བསྟན།

དེ་ཡང་ཆོགས་བཅད་ལྷུག་པ་དང་། །

སྤེལ་མ་རྣམ་གསུམ་ཉིད་དུ་གནས། །

བཤའ་མ་ཐག་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་གྱི་ལུས་དེ་ཡང་ཆོགས་བཅད་དེ་  
ཀྱང་པར་བཅད་པ་དང་། ལྷུག་པ་དེ་རྒྱང་པ་དང་། དེ་གཉིས་སྤེལ་མ་སྟེ།  
རྣམ་པ་གསུམ་ཉིད་དུ་གནས་ཞེས་པའི་དོན། འདིའི་སྐབས་སུ། ས་བརྒྱུ་ཏམ་  
སྤེལ་སྦྱོར་སྣ་ཆོགས་མེ་ཏོག་ཚུན་པོར།

ཆོགས་སུ་བཅད་དང་ལྷུག་པ་དང་། །

རྒྱན་ཆགས་ཞེས་བྱ་རྣམ་པ་གསུམ། །

ཆོག་གི་སྦྱོར་བ་བྱེད་འདོད་པའི། །

མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་འཇུག་འོགས་ཡིན། །

ཞེས་རྒྱན་ཆགས་ལུས་གསུམ་པར་མཛད་ཅིང་། དེ་ཡང་བཅད་དང་  
མ་བཅད་པའོ་ཞེས་ཀྱང་པས་མ་བཅད་པའི་རྒྱན་ཆགས་བཞེད་པའི་རྒྱབ་  
སྦྱོར་དུ། སྤེལ་སྦྱོར་གྱི་ཆོམས་ལས།



ཀར་པ་དག་གིས་མ་བཅད་ཅིང་། །

གང་ལ་ཡི་གེ་སྒྲེལ་ལེགས་ཡོད། །

བྱ་བའི་ཆོག་གིས་གསལ་བྱས་པ། །

དེ་ནི་རྒྱན་ཆགས་ལས་གཞན་མིན། །

ཞེས་བྲངས་པ་ལ། དཔང་ལོ་ཆེན་པོས། དེ་ནི་མཁས་པའི་གསུང་  
ཡིན་ཡང་བསྟན་བཅོས་ཆེན་པོ་རྣམས་དང་འགལ་བས་ཡིད་ཆེས་པའི་  
གནས་སུ་གཟུང་བར་མི་བྱའོ་ཞེས་དང་། གཞུང་དེ་སྐད་ཅེས་བྱ་བ་ཡང་ཐ་  
སྟོན་གྱི་གཙུག་ལག་དང་། དེ་སྒྲུབ་གཞན་རྣམས་ལ་གྲགས་པ་མ་མཐོང་ལ།  
དེ་ལྟ་བུ་རྒྱན་ཆགས་ཡིན་ན་བྱ་བའི་ཆོག་ཡོད་པའི་ལྷག་པ་རྣམས་རྒྱན་  
ཆགས་སུ་ཐལ་བར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་འབྲའི་རྣམ་གཞག་གཞུང་འདི་དང་སྒྲེབ་  
སྒྲོལ་རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་ལ་སོགས་པར་མ་སྒྲོས་པ་དང་། ཀར་པ་མེད་  
པའི་ཆོག་གི་རྒྱན་ནི་ལྷག་པ་ཁོ་ནར་བཤད་པས་སོ་གསུང་བ་བྱུང་བར་  
བརྟེན། མཁས་པ་མང་པོས་སྒྲོགས་འཐེན་གྱི་ཀྱ་ཙེ་མང་དུ་མཛད་མོད་ཀྱང་  
བྱི་ལའི་མཇུག་མའི་ཤོག་ཆ་ལ་བཞིན་དུ་འཁོར་བ་འབའ་ཞིག་ཏུ་སྒྲུང་ལ། མི་  
དགོས་ཀ་མེད་ཀྱི་དགག་སྒྲུབ་ཏུ་འང་མི་འདུག་པ་དང་། དུལ་དམ་པ་ལ་སྒྲུང་  
པའི་ཉེས་པར་གྱུར་དོགས་བཞག་མོད། དབྱུང་པར་འདོད་ན་འདིར་བཀོད་  
པའི་བཞེད་པ་གཉིས་ལ་བརྟགས་པས་ཆོགས་མེད་དུ་གསལ་བ་ལགས། །

རྒྱལ་པོ་བཤའ་བ་ལ།

གཉིས་པ་རྒྱལ་པོ་བཤའ་བ་ལ། ཆོགས་བཅད། ལྷག་པ། སྤེལ་མ་  
གསུམ་ལས།

ཆོགས་བཅད།

དང་པོ་ཆོགས་སྤྱི་བཅད་པ་ལ་བཞི་སྟེ། མཆན་ཉིད། དབྱེ་བ། དེས་  
བརྩམས་པའི་སྒྲོན་པ་ཆེན་པོའི་མཆན་ཉིད། སྦྱོར་ཚུལ་འགའ་ཞིག་མཆོན་  
པའོ། །

མཆན་ཉིད།

དང་པོ་ནི། ཆོགས་བཅད་རྒྱུ་བཞི་ཅན་ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། གཞུང་  
ལྷགས་གཞན་འགའ་དང་། རྒྱུ་པོ་མཛོན་པ་ཀུན་ལས་བརྩམས་ལས།  
ཆོགས་བཅད་རྒྱུ་པ་གཅིག་པ་ནས་བཟུང་སྟེ་རྒྱུ་པ་དྲུག་པའི་བར་དུ་ཡོད་  
པར་བཤའ་མོད་ཀྱི། སྒྲོན་པ་པ་དེ་རང་ལྷགས་ལ་ཆོགས་སྤྱི་བཅད་པ་རྒྱུ་  
པ་བཞི་པ་ཁོ་ནར་ངེས་ཞེས་པའོ། །

དབྱེ་བ།

གཉིས་པ་དབྱེ་བ་ལ་གཉིས། སྤེལ་སྦྱོར་གྱི་སྒྲོན་པ་གཉིས་སྤྱི་དབྱེ།  
སྦྱོར་ཚུལ་གྱི་སྒྲོན་པ་བཞི་དབྱེ་བའོ། །

སྤེལ་སྦྱོར་གྱི་སྒྲོན་པ་གཉིས་སྤྱི་དབྱེ་བ།

དང་པོ་ནི། དེ་ཡང་།

བྱིན་པ་ཉི་ཞེས་ནས་གཉིས། །

དེ་ཡི་སྒྲོས་པ་མཐའ་དག་ནི། །  
སྡེ་བ་སྒྲོར་གཞུང་དུ་ངེས་པར་བསྟན། །  
རིག་དེ་སྟན་ངག་རྒྱ་མཚོ་ནི། །  
ཟབ་མོ་བཀལ་འདོད་ནམས་ཀྱི་གྲ། །

ཞེས་སྡེ་བ་སྒྲོར་དང་སྟན་ངག་གི་ལུགས་ལ་ཆོག་པ་བཅད་རྒྱུ་བཞིར་  
ངེས་པ་དེ་ལ་ཡང་། གང་དུ་དབྱེངས་ཀྱི་ཡི་གེ་བགྲང་བ་ནི་བློ་སྟེ། ལུགས་  
བའམ། སྒྲུར་བའམ། འཕེལ་བ་ཞེས་པའི་དོན། ཕྱི་མོ་བགྲང་བ་ནི་རྒྱ་ཉི་སྟེ།  
རིགས་སམ། བསྐྱེད་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ་ནམ་པ་གཉིས། དེ་གཉིས་ལས་ངེ་སྟེད་  
པའི་དབྱེ་བར་གྱེས་པ་སོགས་སྒྲོས་པའི་བྱ་བ་མཐའ་དག་ནི། སྒྲོབ་དཔོན་  
རིན་ཆེན་འབྲུང་གནས་ཞི་བ་དང་། དང་སྟོང་དམར་སེར་དང་། རྒྱལ་བའི་ལྷ་  
སོགས་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྡེ་བ་སྒྲོར་གྱི་གཞུང་གཞན་དུ་བསྟན་པས་དེར་  
ཞེས་པར་བྱ་ཞིང་། རིག་པ་དེ་ནི་སྟན་ངག་གི་རྒྱ་མཚོ་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བ་  
ཀལ་བར་འདོད་པ་དག་གི་གྲུ་དང་གཟིངས་ལྷ་བྱ་ཡིན་ཞེས་པའོ། །

སྒྲོར་ཚུལ་གྱི་སྒྲོན་ས་བཞིར་དབྱེ་བ།

གཉིས་པ་སྒྲོར་ཚུལ་ལམ། རིགས་ཀྱི་སྒྲོན་ས་བཞིར་དབྱེ་བ་ནི།  
གྲོལ་བ་དང་ནི་རིགས་དང་མཛོད། །  
འདུས་པ་ཞེས་བྱ་དེ་འདྲ་ལ། །  
ཆོག་པ་བཅད་རྒྱ་ཆེ་སྐྱེས་བཅིངས། །

ཆ་ཤས་རང་བཞིན་སྤྱིར་མ་བཟོད། །

ཅེས་པའི་དོན་ས་བརྒྱུ་ཏེ།

ཆིགས་བཅད་གཅིག་གིས་བཟོད་བྱའི་དོན། །

ཇོགས་པ་གྲོལ་བ་ཡིན་པར་འདོད། །

ཅེས་དང་། དཔང་ལོས། གྲོལ་བ་ནི་ཆིགས་བཅད་གཅིག་གིས་དོན་  
ཇོགས་པ་རང་དབང་ཅན་ཆིགས་བཅད་གཞན་ལ་མི་སྟོས་པ་སྟེ་ཞེས་  
གསུངས་ཏེ། ཆིགས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་གི་ནང་དུ་དོན་གཅིག་རང་དབང་  
ཅན་དུ་ཇོགས་པར་སྟོན་པ་ནི་གྲོལ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། རྒྱལ་བའི་སྤྱིས་རབས་  
ལས།

གཞན་དོན་སྦྱོང་པ་གང་གིས་ཡོན་ཏན་བསྐྱབས་པ་ལུན་ཆོགས་ནམས། །

རང་དོན་ལ་ཆར་འབད་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་རྗེས་འགོ་མིན་པ་ཉིད། །

ཐམས་ཅད་མཐུན་ཞེས་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་ཡི་གའི་དེགས་པ་བསལ། །

མཉམ་མེད་དེ་ནི་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་བཅས་ལ་གཙུག་གིས་འདུད། །

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ཡང་།

ཆིགས་བཅད་པན་ཚུན་འདུས་པ་ལས། །

བཟོད་བྱ་རྟོགས་པ་རིགས་འགྲེ་ཡིན། །

ཞེས་དང་། རིགས་ནི་བྱ་བའི་ཆིག་གཅིག་གི་སྟོན་ས་ཆིགས་བཅད་  
པན་ཚུན་སྟོས་ཏེ་བཟོད་བྱ་ཇོགས་ཤིང་སོ་སོ་རེ་རེ་ལ་དོན་མ་ཇོགས་པ་

ཆོགས་བཅད་མང་པོས་དོན་གཅིག་ཁོ་ན་རྫོགས།      བྱེད་པ་སྟེ་ཞེས་འབྱུང་  
བས།    བརྫོད་བྱའི་དོན་གཅིག་ལ་སྟོ་ཀ་དུ་མ་ཆོགས་པ་ལ་བྱ་བའི་ཆོག་རིགས་  
གཅིག་གིས་རྫོགས་པ་ནི་རིགས་ཞེས་བྱ་སྟེ།      དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་གི་  
གཙུག་ན་ནོར་བྱའི་རྟོགས་བརྫོད་ཡལ་འདབ་ལས།

མཛེས་མ་དེས་ཀྱང་མི་བདག་ནི། །

བརྟན་ལྡན་ཟབ་ཅིང་མཛེས་པ་དག །

གཞན་གྱི་གདུང་ལ་སྟོང་རྗེ་ནས། །

གཞུ་བཞག་འདོད་པའི་དབང་ཕྱག་བཞིན། །

གཙུག་གི་རིན་ཆེན་འོད་ཟེར་ནི། །

མི་རུང་འཛིགས་པར་བྱེད་པ་ཡི། །

ཕྱོགས་སུ་བསྐྱུང་བའི་ཡིག་སྐྱེང་དག །

གུར་གུམ་གྱིས་ནི་བྲིས་པ་བཞིན། །

སྐྱུང་ནི་གཡོབ་ཅིང་འཕེན་བྱེད་པའི། །

རྩ་ཡབ་དག་གིས་རྣམ་མཛེས་པ། །

འགོ་བ་ཡང་དག་སྟོལ་མིན་པར། །

སྟོང་སྟོབས་གེན་དུ་འཕྱར་བཅས་བཞིན། །

རིག་ཆེན་ཡིད་འོང་དོ་ཤལ་དག །

སྟོང་གར་བཟུང་བར་བྱས་པ་ནི། །

ས་འོག་རྒྱུད་པ་ཞི་བའི་སྒྲུབ། །

ལྷག་མ་ཅན་གྱིས་བརྟན་པ་བཞིན། །

ཆེ་བའི་དབྱང་པས་ས་དང་ནི། །

སེམས་གྱིས་བཟོད་པ་ཐོབ་པ་དག། །

མཐོང་ནས་མངོན་པར་འདོད་པ་དང་། །

ཡ་མཆན་དབང་དུ་རབ་ཏུ་གྱུར། །

བཟོད་བྱ་རྒྱལ་པོ་མཐོང་བ། རྫོང་བྱེད་ལྷོ་ཀ་ལྷ་དང་། རབ་ཏུ་གྱུར་  
ཞེས་བྱ་ཆོག་གཅིག་གིས་གསལ་བར་བྱས་པ་ལྷ་བྱ་དང་། ཡང་སྒྲུབ་པ་  
ཆེན་པོ་དམ་པ་ཉོག་དཀར་པོའི་སྦྱོང་པ་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱེད་དང་པོར། གནས་  
གཙང་མ་ཡི་རིགས་བྱུང་ནམས། །ཞེས་ནས། མིག་དག་ཡང་ཡང་བསྦྱོང་  
འགྱུར་བའོ། །ཞེས་པའི་བར་ལྷོ་ཀ་བཙུ་བརྒྱུད། འོངས་པར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་  
ཆོག་གཅིག་གིས་གསལ་བ་དང་། སློབ་དཔོན་རྩ་བུའི་འགྲེལ་བར། དེའི་  
བྱེ་བྲག་ནི་བྱུང་ཅན་ནོ་ཞེས་ལྷོ་ཀ་གཉིས་གྱིས་དོན་གཅིག་སྟོན་པའང་འདིའི་  
ཁོངས་སུ་བསྡུས་སོ། །ཡང་།

གནས་སྐབས་གཅིག་ལ་ཡུལ་ཐ་དད། །

བྱ་བ་ཐ་དད་སྟོན་པ་མཛོད། །

ཅེས་དང་། མཛོད་ནི་བཅད་མཆོམས་སྣ་ཆོགས་པ་དང་བྱ་བའི་ཆོག་  
སྣ་ཆོགས་པ་རང་དབང་ཅན་མཛོད་ལྷར་གནས་པ་ནམས་ཏེ་ཞེས་གསུངས་



ཏེ། གཙོད་མཚམས་དང་བྱ་ཚིག་སྣ་ཚོགས་ཤིང་ཕྱོ་ཀའི་གངས་ངེས་བཟུང་  
མེད་པར་བཟོད་བྱའི་ཁོར་དུ་མས་གཏམས་པ་ནི་མཛོད་ཡིན་ཏེ། ཡལ་འདབ་  
དང་པོ་རབ་གསལ་གྱི་ཉོགས་བཟོད་ལས།

ནམ་ཞིག་ས་ཡི་དབང་ཕྱག་དེ། །

མདུན་སར་བཞུགས་ལ་སྤང་པོ་ཡི། །

ནགས་གྱི་བདག་པོ་མངོན་ཕྱོགས་ཏེ། །

དུས་མོ་ས་ལ་བཅུགས་ནས་སྤྲས། །

ལྷ་གཅིག་ཁྱོད་གྲགས་ཐོས་གྱུར་ནས། །

ས་སྤང་ས་ལ་འོང་བ་ལྟའི། །

སྤང་ཆེན་མཚོག་ཏུ་མངེས་པ་ནི། །

མད་དུ་བྱང་བ་བདག་གིས་བཟུང་། །

སྐབས་གསུམ་བར་འོས་སོ་གཉིས་འདི། །

སྒོ་ན་གནས་སོ་རབ་ཏུ་གཟིགས། །

གང་སྤྱིར་ངོ་བོས་གཟིགས་གྱུར་ན། །

གཡོག་འཁོར་ཡོངས་ངལ་འབྲས་དང་བཅས། །

དེ་དག་ཐོས་ནས་མི་བདག་ནི། །

སྒོ་ན་ལ་ཡང་དག་བསྒོས་ནས་སོང་། །

ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཡང་།

ཡུལ་གཅིག་བྱ་བ་དུ་མ་ཡིས། །

བསྐྱབས་པ་ཆོག་པ་ཡིན་པར་བཤད། །

ཅེས་དང་། འདུས་པ་ནི་གཙོ་བོ་མཆོམས་སྒྲོལ་ལ་སོགས་པའི་བསྐྱབས་  
པ་ལྟ་བུ་གཅིག་ལ། སྒྲོ་ཀ་མང་པོ་རྣམས་ཆོག་པ་ནས་འཇུག་པ་བྱ་བའི་  
ཆོག་ཐ་དད་པ་རྣམས་ཏེ་ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན། བརྗོད་བྱའི་དོན་གཅིག་  
ལ་སྒྲོ་ཀ་མང་པོ་བྱ་ཆོག་ཀྱང་མང་པོ་འདུས་ནས་སྒྲོན་པས་འདུས་པ་སྟེ།  
ཡུལ་འདབ་དང་པོར།

གཟི་བརྗོད་ལ་བརྟེན་ལྟ་རྣམས་ཀྱིས། །

གང་གི་བྲག་པ་མངོན་མཆོད་པ། །

རབ་གསལ་ཞེས་བྱའི་ས་བདག་དེ། །

དེར་ནི་ས་ཡི་ཐེག་ལེར་གྱུར། །

གང་གི་བྲག་པ་པའི་མེ་ཏོག་གི། །

དོག་པ་ཡོན་ཏན་དེ་བཟང་ཆོག་ས། །

སྒྲོགས་ཀྱན་རི་དྲགས་མིག་ཅན་མའི། །

རྣ་བ་ཡི་ནི་རྒྱན་དུ་གྱུར། །

ཐབས་ཤེས་ལྡན་པ་གང་གི་བཀའ། །

ས་སྒྲོང་མགོ་ཡི་ཆོག་པ་རྣམས་ལ། །

གསེར་གྱི་མེ་ཏོག་དེ་མེད་གྱི། །

ཐེང་བ་བཞིན་དུ་རབ་ཏུ་བགྱིད། །

ཅེས་བརྗོད་བྱ་བྱལ་པོ་གཅིག་ཉིད། །

རྗོད་བྱེད་ལྷོ་ཀ་གསུམ་དང་། བྱུར། བགྱིད། ཅེས་བྱ་ཆིག་མང་པོས་  
གསལ་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ལྟ་མང་དུ་ཆོག་ས་པའི་ཆིག་ས་བཅད་བྱ་ཆེ་བ་ནི།  
སྐྱེ་ཞེས་པ་ལེ་ལུ་འཇམ། རབ་བྱེད་དམ། སྐབས་དུ་མས་བཅེངས་པ་ནི་སྟན་  
ངག་ཆེན་པོ། གྲོལ་བ་སོགས་གཞི་དེའི་བྱ་སྒྲུལ་མ་ལྟ་བུ། སྟན་ངག་ཆེན་པོ་  
སྒྲུལ་བྱ་བཏགས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། སྒྲུལ་མ་ལས་གཞན་དུ་སྒྲུལ་བྱ་མེད་པ་ལྟར་  
ཆ་ཤས་དེ་བཞིན་རང་བཞིན་ནམ་རྒྱན་ལ་ཡོད་པའི་བྱུར། དཔེར་བརྗོད་  
ལོགས་སུ་འདིར་མ་བརྗོད། ཅེས་པའི་དོན་ཡིན། བྱང་ཐང་པ་བདེ་བའི་ལྷོ་  
གྲོས་གྱིས་མཛད་པའི་འགྲེལ་བར། གྲོལ་བ་ནི་ལྷོ་ཀ་གཅིག་གིས་བརྗོད་བྱ་  
སྐྱོར་གཅིག་རྗོགས་པའོ། །རིགས་ནི་ལྷོ་ཀ་གཉིས་ལ་སོགས་པས་བརྗོད་བྱ་  
རྗོགས་པའོ། །མཛོད་ནི་ལྷོ་ཀ་གཅིག་གིས་བརྗོད་བྱ་དུ་མ་སྟོན་པའོ། །  
འདུས་པ་ནི་དེ་དག་སྟེ་ལ་མའམ་འདྲེས་ཏེ་འབྱུང་བའི་གསུངས་ཏེ། རྣམ་  
གངས་སོ། །སྟག་ཆང་ལོ་ཆེན་གྱིས།

སྟན་ངག་ཆིག་ས་བཅད་ལ་ཡང་གྲོལ་མཛོད་དུས། །

རིམ་བཞིན་རྐང་པ་བཞི་དང་ཆིག་ས་བཅད་གཅིག་ །

ཆིག་ས་བཅད་དུ་མས་དོན་གཅིག་སྟོན་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ནི་ཅི་  
ཡིན་ཆ་མ་འཆའ་ལོ། །

གསུམ་པ་དེས་བརྩམས་པའི་སྒྲུབ་པ་ཆེན་པོའི་མཆན་ཉིད་བཤའ་བ།

གསུམ་པ་དེས་བརྩམས་པའི་སྒྲུབ་པ་ཆེན་པོའི་མཆན་ཉིད་ལ་  
བཤའ་བར་དམ་བཅའ་བ། མཆན་ཉིད་དངོས། དེའི་དམིགས་བསལ་བསྟན་  
པའོ། །

དང་པོ་ནི།

སྐྱེས་བཙེངས་པ་སྒྲུབ་པ་ཆེ། །

དེ་ཡི་མཆན་ཉིད་བཤའ་བར་བྱ། །

གོང་དུ་བཤའ་བ་བཞིན་སྐྱེས་ལེ་ཏུ་གཅིག་མིན་གྱིས་བཙེངས་པ་  
སྟེ། དག་གི་དབང་ཕྱུག་གིས་ནི་ཁ་ཅིག་སྐྱེས་བཙུ་དུག་ལ་སོགས་པས་བྱས་  
པ་ཆེན་པོ་ཉིད་དུ་འདོད་དོ་ཞེས་དང་། སྐྱེས་ཉི་བར་མཆན་པ་ཡིན་པས་ན་  
ཞུ་ཤུ་བ་དང་ཨང་ཀ་དང་ཞུ་མ་དང་གྲི་ཉིས་བཙེངས་པའང་སྒྲུབ་པ་ཆེན་  
པོའི་ཞེས་འཆད་དེ། དོན་དུ་ན་སྐྱབས་དུ་མར་བཅད་པ་སྒྲུབ་པ་ཆེན་པོ།  
དེའི་མཆན་ཉིད་བཤའ་བར་བྱའོ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན།

གཉིས་པ་མཆན་ཉིད་དངོས་ལ། སྟོ་དང་། བཏེན་གཞི། རྩེ་མ་ཚུལ་  
བསྟན་པ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་འཆད་པར་བཞེད་ནས། ཞེས་བརྗོད་  
ཕྱག་བྱ་དངོས་པོ་ནི། །ངས་པར་བསྟན་པ་དེ་ཡི་སྟོ། དེ་ཡང་གཞུང་འདིའི་  
ཞེས་བརྗོད་བྱེད་འཆད་སྐྱབས།

མདོན་པར་འདོད་པའི་དངོས་པོ་ལ། །

སྒོན་པ་ཤེས་པ་བརྗོད་དེ་དཔེར། །

ངག་ཡིད་སྦྱོད་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི། །

སྤང་བ་དམ་པས་བྲོད་ལ་སྤངས། །

ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན། སྟན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
རྒྱལ་པོ་དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་གི་དབྱར།

གང་ཐུགས་ངེ་བྲལ་ཤེས་ལ་ཆགས་ཆོན་འཛིན་པ་མིན་པ་ཉིད། །

ཡིད་ནི་སྤང་རྗེས་བརྟན་ལ་གང་གིས་སྦྱོན་ནམས་མ་ལུས་སྐྱམས། །

གང་གིས་ཁོ་བ་མེད་ལ་རང་གིས་འཁོར་བའི་དགྲ་མངོན་བཅོམ། །

ཀུན་མཁྱེན་དེ་ཡིས་བྲོད་ལ་དགེ་ལེགས་གཡོ་བ་མེད་གྱུར་ཅིག།

ཅེས་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ཐོག་མར་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཆོག་སྦྱོར་འགོད་  
པ་དང་། ཐེབ་སྦྱོར་རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་སུ།

རྒྱལ་བ་ཐུབ་པ་ཉི་མ་ནི། །

སྤང་བ་མཆོག་གི་བདག་ཉིད་ཅན། །

ནང་གི་མཆོན་མོ་ཤེས་བྲལ་གྱི། །

ནང་གི་ཉིན་བྲེད་ལ་ཐུག་འཆའ། །

ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བསྦྱོད་ཡུལ་ལ་ཐུག་བྱ་བའི་ཆོག་འགོད་པ་དང་།  
མངོན་བརྗོད་སྣ་ཆོགས་གསལ་བ་ལས།

དེ་ནི་ཐུལ་བྱུང་སྟན་ངག་མཁན་གྱི་ལམ་སྦྱེས་བརྟེན་པ་ཅན། །

སྒྲོ་ཡི་མིག་ལྡན་སྒྲུ་མས་བསྟན་པའི་མིག་དང་ལྡན་པ་ཡི། །

སྒྲ་ཆོག་ས་སྒྲུབ་པ་མཁན་དག་གིས་བཀོད་མཛོན་བཟོད་མཛོད་རྣམས་ལས། །

བྲངས་ཏེ་མིག་དང་འབྲུ་བ་འདི་ནི་སྒྲུབ་མའི་མཛོད་ལྟ་བུ། །

ཞེས་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ལམ་རྣམ་པར་གཞག་པའི་མིག་དང་མ་སྒྲུབ་  
པར་བཟོད་པ་དངོས་པོ་ངེས་བསྟན་ཏེ།      རྣམ་པ་གསུམ་པོ་དེ་ནི་བསྟན་  
བཅོས་ཀྱི་སྒྲོ་ཡིན་པས་དང་པོར་བཟོད་པ་ཡིན། འོ་ན་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་སྒྲོར་  
དེ་གསུམ་ཀ་ཆང་བ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པར་དགོས་སམ་ཞེ་ན།      མ་ངེས་  
ཏེ། ས་བརྒྱུ་ཏས།

མཆོད་བསྟོད་འདུད་པའི་བདག་ཉིད་ཅན། །

ཤེས་པ་བཟོད་སོགས་མི་འགལ་ཏེ། །

ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་སྟོན་པ་ཡི། །

ཆེ་བ་འབའ་ཞིག་སྟོན་ཕྱིར་རོ། །

ཞེས་བསྟོད་ཡུལ་གང་ཡིན་པའི་ཆེ་བ་བཟོད་པ་ཙམ་དུ་གཅིག་པའི་  
ཕྱིར་ཞེས་མཐའ་དབྱད། །

གཉིས་པ་གང་ལ་བརྟེན་པའི་གཏམ་གཞིའི་དབང་དུ་མཛོད་ནས།

སྟོན་བྱང་གཏམ་ལས་གྱུར་པའམ། །

ཅིག་ཤོས་ལེགས་པ་ལ་བརྟེན་པ། །

སྒྲེ་བཞི་འབྲས་བུའི་དབང་གྱུར་དང་། །



མཁས་ཤིང་རྒྱ་ཆེན་འདྲན་པ་ཅན། །

ཞེས་སྟོན་བྱང་བའི་གཏམ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱེས་པ་རབས་ཀྱི་  
སྤང་བའམ། རིག་བྱེད་ལས་བྱང་བའི་གཏམ་རྒྱད་དམ། འཇིག་རྟེན་ལ་  
གྲགས་པའི་སྦྱང་རྒྱད་སོགས་སྤར་བྱང་བའི་གཏམ་ངོ་མཆར་བ་དག་ལས་  
གྱུར་ཞིང་། སྤར་བའམ་སྟོན་བྱང་བའི་གཏམ་གྱི་ཅིག་ལོས་ཏེ་ད་ལྟའི་གཏམ་  
བརྗོད་པར་འོས་ཤིང་ལེགས་པ་དག་ཀྱང་བརྗོད་བྱས་བྱས་ནས་དེ་ལ་བརྟེན་  
པའི་ཆོག་སྦྱོར་འགོད་ལ། སྡེ་བཞི་ནི། རྟོར་གྱི་སྡེ་ལམ་དོན་གྱི་སྡེ་དང་། འདོད་  
པའི་སྡེ། ཆོས་གྱི་སྡེ། ཐར་བའི་སྡེ་ལོ། །

དེ་ལ་རྟོར་རམ་དོན་གྱི་སྡེ་ནི། རིགས་པའི་དངོས་པོ་ཐོས་པ་ལ་  
སོགས་པ་དང་། རྣམ་གྱི་དངོས་པོ་ཆོང་དང་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སོགས་པ་ལོངས་  
སྟོང་བཙོན་པས་སྦྱབ་ཅིང་། བསགས་པ་རྣམས་བསྐྱང་བའོ། །འདོད་པའི་སྡེ་  
ནི། ངན་འགོ་མ་ཡིན་པ་སྟེ་མི་སོགས་ཀྱི་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཡུལ་ལ་ཉེ་  
བར་སྦྱོད་པའོ། །

ཆོས་གྱི་སྡེ་ནི། མདོན་མཐོ་མཐོ་རིས་གསུམ་དང་། རེས་ལེགས་བྱང་  
ཚུབ་གསུམ་གྱི་རྒྱ་སྟེ་དཀར་པོའི་ཆོས་མཐའ་ཡས་པའོ། །ཐར་བའི་སྡེ་ནི།  
སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱ་བཅས་ལས་སྟོག་པའི་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་བྱང་ཚུབ་པོ། །

དང་པོ་གཉིས་འཁོར་བའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ། འདོད་པ་དོན་དུ་གཉིར་  
བ་དག་དེའི་རྒྱར་རྟོར་སྦྱབ་པ་དང་། སྡེ་མ་གཉིས་སྤང་འདས་གྱི་དབང་དུ་

བྱས་ཏེ། ཐར་པ་དོན་གཉིས་ནམས་ཆོས་བསྐྱབ་པ་ལ་བཙོན་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
འདི་བཞི་ནི་སྐྱེས་བུའི་དོན་གྱི་ངོ་བོ་དང་། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་འབྲས་  
བུ་དེ་དག་གི་དབང་དུ་བྱས་པས་ན་གྱུར་པ་དང་། སྐྱེས་རབས་སུ་འཁོར་  
གསུམ་ཞེས་དང་། ཡན་ལག་བརྒྱད་པར།

ཆོམས་གསུམ་མེད་པའི་བྱ་བ་ལ། །

མི་བརྟེན་དེ་དང་འགལ་མི་བྱ། །

ཞེས་པའང་འདི་སྟེ། ཐར་པའི་ཆོམས་ནི་ཆོས་ཀྱི་ཆོམས་སུ་འདུའོ་  
ཞེས་འབྲེལ་བས་འཆད་དོ། །གཞན་ཡང་། རིག་གནས་སྐྱུ་ཅེས་སོགས་  
ཞེས་བུའི་གནས་ལ་མཁས་ཤིང་། རིགས་དང་ཐོས་པ་དང་གཏོང་བ་སོགས་  
ཡིད་དུ་འོང་བས་ཡོན་ཏན་རྒྱ་ཆེ་བ་ཅན། འདྲེན་པ་ཆོས་སྤྱིད་ཀྱི་གཙུག་པོ་  
དག་གི་བྱུང་བ་བརྗོད་པ། སྟོན་པ་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་འབྲུངས་རབས་  
རྟོགས་བརྗོད་རིན་པོ་ཆེ་དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་། སྐྱེས་རབས་སོ་བཞི་པ་  
སོགས་ལྟ་བུའོ། །

འདི་སྐྱབས་བྱུར་མཁར་བ་སྟོ་གོས་རྒྱལ་པོས། སྐྱེས་བུའི་ལུས་སྟོག་  
རྒྱན་གསུམ་དཔེར་བྱས་ནས། བརྗོད་བྱ་སྟེ་བཞིའི་བསྐྱབ་པའི་དོན་ནམས་  
སྟོག་དང་། རྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཆོགས་བཅད་ལྷག་སྟེལ་མ་གསུམ་ལུས་དང་། དོན་  
རྒྱན་སྐྱུ་རྒྱན་གཤམ་ཆོག་ནམས་རྒྱན་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལྟ་བུའི་འཛོག་  
མཆམས་ཁོང་དུ་མ་རྒྱུད་པར་རིགས་པ་གཞན་གྱིས་རྒྱས་བཀའ་ན་བསྟན་

བཅོས་ཚུད་འཛུལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གཞན་གྱིས་མ་རྟོག་པའི་ལེགས་  
བཤམ་དུ་སྒྲིམ་པར་མཛད་པ་ལ། ས་ལུགས་མཁན་ཆེན་བྱམས་ལྷག་པས།

ལུས་སྒོག་རྒྱན་གསུམ་བཤམ་པ་བདེན་ནམ་རྟོག་།

བདེན་ན་གཞུང་འདིའི་དངོས་བསྟན་ངེ་ལྟ་བུ།

མི་བདེན་ན་ནི་ལུང་རིགས་སྒྲིན་བཛོད་ནས།

དཔང་གྱུར་ལེགས་བཤམ་གསར་པ་སྒྲིན་པར་འོས།

ཞེས་ལྷན་ཀར་མཛད་འདུག་པ་ལས་འཕྲོས་ན་གཞུང་འདིར། ལུས་

དང་རྒྱན་ཡང་རབ་ཏུ་བསྟན། །གསུངས་པ་དང་། ས་བརྒྱུ་ཏས།

སྟན་ངག་ལ་ནི་ལུས་དང་རྒྱན།

རྣམ་པ་གཉིས་སུ་བསྟུས་ཏེ་བཤམ།

ཅེས་དང་། དེའི་རང་འགྲེལ་དུ། སྟན་ངག་ལ་བསྟུན་ལུས་དང་རྒྱན་  
གཉིས། ལུས་ནི་འདོད་པའི་དོན་སྦྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། རྒྱན་ནི་མཛེས་  
པར་བྱེད་པའི་ཆོག་དང་དཔེ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲིར་བ་བྱེད་པར་ཅན་ནོ་ཞེས་  
སོ། །རྒྱ་འགྲེལ་གཉིས་ཀྱི་དོན་བསྟུས་པ། དཔང་རྟེན་ཏུ་ཡང་། སྒྲིན་གྱི་སྒྲོབ་  
དཔོན་དེ་རྣམས་ཀྱིས་སྟན་ངག་གི་ལུས་ཆོགས་པའི་ངོ་བོ་དང་། དེ་མཛེས་  
པར་བྱེད་པའི་རྒྱན་ཡང་བསྟན་ཞིང་གསལ་བར་བྱས་སོ་ཞེས་འབྱུང་བ་  
སོགས་རྒྱ་གར་མཁས་པའི་གསུང་རྒྱན་ཅན་གྱི་མཁས་པ་ཐམས་ཅད་ལུས་  
རྒྱན་གཉིས་ལས་མི་བཞེད་པར་གསལ་ཡང་། གསོ་རིག་པའི་བག་ཆགས་

མཐུ་བརྟམ་པས། རི་སྐད་དུ།

སློག་གི་དབང་པོས་མ་བཟུང་བའི། །

མི་རོ་བཟང་ཡང་སུ་ཞིག་ལེན། །

ཞེས་པ་ལྟ་བུར་དགོངས་མོད་ཀྱི། འིང་ཏྲ་དང་། འིང་ཏྲའི་བྱུ་  
གཞལ་མེད་ཁང་པ་དང་། དེའི་བྱུ་ཞེས་པ་དང་། གསེར་གྱི་སྐར་གསལ་ཞོར་  
བུས་བཟུན་པ་ཞེས་སོགས། སློག་དང་མི་ལྟན་པའི་དངོས་པོ་དུ་མར་བྱུ་  
གྱིས་མཛེས་པའི་རྣམ་གཞག་མཐོང་བྱིན། སྐྱེས་བུའི་ལུས་སློག་བྱུ་གསུམ་  
ཁོ་ན་དང་བསྐྱུན་དགོས་པའི་ངེས་པ་ག་ལ་ཡོད། ལུས་ཡིན་བྱིན་སློག་  
དགོས་པར་ངེས་ན་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་གཞན་ཡང་ཅིའི་བྱིར་མི་  
དགོས། གོས་མེད་པའི་གཅེར་བུ་ལ་བྱུ་ཡང་མི་མཛེས་འིང་མི་འཆ་མས་  
པས་སོ། །རི་ལྟར་ཏེ། ལུས་ཞེས་པའི་ཤུགས་ལས་སློག་བསྐྱུན་ནོ་སྒྲུམ་ན།  
བྱུ་ཞེས་པའི་ཤུགས་ལས་གོས་ཀྱང་ཅིའི་བྱིར་མི་སྟོན། དེས་ན་འདི་  
རིགས་ཏྲ་ཅང་དཔེ་ལ་ཞེན་ཆེས་པས་གཙང་དུ་བཏང་བས་བཅོག་ཏུ་སོང་བ་  
སྟེ། བྱུ་མཆན། སྐྱེར་སྐྱུན་ངག་ཅེས་པ་རྣ་བར་སྐྱུན་ཞིང་ཡིད་འཕྲོག་པའི་  
ཆིག་ དེ་ལ་གང་ཆིག་གི་སྐྱོར་བས་མཛེས་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་ལམ་གཞིའམ་  
ཆོས་ཅན་ལ་ལུས་དང་། དེ་མཛེས་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་ཆིག་གི་སྐྱོར་བ་རྣམས་ལ་  
བྱུ་ཞེས་པའི་ཐ་སྐད་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཡང་།

ལུས་ནི་རེ་ཞིག་འདོད་པ་ཡི། །

དོན་གྱི་ནམ་དབྱུང་ཆིག་གི་སྒྲིང་། །

ཞེས་དང་།

སྙན་ངག་མཛེས་པར་བྱེད་པ་ཡི། །

ཆོས་ནམས་རྒྱན་ཞེས་རབ་ཏུ་བཟོད། །

ཅེས་པའི་གཞུང་ཆིག་གོང་འོག་སྤྲེལ་ནས་དལ་བྱར་བསྐྱགས་ཤིང་  
གཞིགས་པ་ཁོ་ནས་རྟོགས་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར་དང་། དཔང་ལོས། ལུས་  
སྡོན་ལ་བཤད་པ་ནི་རྒྱན་གྱི་རྟོན་ཡིན་པས་སོ་ཞེས་གསུངས་པས་ཀྱང་གོ་  
དགོས་པའི་བྱིར་དང་། གཞན་དུ་སློབ་དཔོན་པལྒྱུ་ཏ་དེ་ཡང་རྩེ་མ་པ་ལ་མི་  
མཁས་པ་ཞིག་སྟེ། ལུས་སློག་གཉིས་འདྲེས་འདྲེས་སུ་བཤད་པས་གོ་  
དགའ་ཞིང་བྱིར་མ་བདེ་བའི་ཁར། སློག་ཅེས་པའི་མིང་ཙམ་ཞིག་སྟོས་  
དབང་གིས་སྟོས་རིགས་ཀྱང་དེ་མེད་པས། རྗེས་འཇུག་མགོ་ཚྱེད་པར་  
བྱས་སྤང་བའི་བྱིར་ནའོ། །དེས་ན་སྤེ་བཞི་སོགས་སྤྱིར་ལུས་འཆད་པའི་  
སྐབས་དང་། བྱེ་བྲག་སྙན་ངག་ཆེན་པོའི་མཆན་གཞི་དོས་འཛིན་པ་དང་  
འབྲེལ་བའི་ལུས་ལས་གཞན་དུ་དོགས་པར་མི་རིགས་སམ་སྦྱམ་ཡང་། ཁོ་  
བོ་ལྟ་བུ་ནི། མང་དུ་ཐོས་ཀྱང་དགག་སྒྲུབ་གྱི་ཁུར་ལེན་པའི་འོས་སུ་མི་ཆེ་  
བས་མཁྱེན་ལྡན་ནམས་ལ་དབྱུང་པར་གསོལ་བའི་གཞི་ཙམ་དུ་བྲིས་པར་  
བྱེད་དོ། །

གསུམ་པ་རི་ལྟར་ཚོམ་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་མཛད་པ།

གསུམ་པ་རི་ལྟར་ཚོམ་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་མཛད་ནས།

གྲོང་ཁྱིམ་རྒྱ་མཚོ་རི་དང་དུས། །

ཉི་ཟླ་འཆར་བའི་བསྐྱུགས་པ་དང་། །

སྤྱི་ཚུལ་ཚུ་ཡི་རོལ་ཅེད་དང་། །

ཆང་འཕྱང་དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་དང་། །

བསྐྱུ་བ་དང་ནི་བག་མ་དང་། །

གཞོན་ཀྱུ་སྤྱི་དང་འཕེལ་བ་དང་། །

གྲོས་དང་ཕོ་ཉ་བགྲོད་པ་དང་། །

གཡུལ་དང་འདྲེན་པ་དར་བས་ཀྱང་། །

བརྒྱན་པར་གྱུར་ཅིང་། འདི་ལ་སེལ་རྒྱུ་ལྟར་སྤྱད་སྤྱངས་ཀྱི་ཚུལ་གྱིས་གྲོང་  
ཁྱིམ་ལ་སོགས་དང་ཕོ་ལྷ་ལ་བསྐྱུགས་པ་ཞེས་ཡར་ལྷངས་ཏེ་སྤྱར་ཞིང་།  
ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱན་མོང་དུ་བརྒྱན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་སྤྱར་དགོས་པར་  
གསུངས་པས། གྲོང་ཁྱིམ་གྱི་བསྐྱུགས་པས་བརྒྱན་པ་ནི། ཡལ་འདབ་དང་  
ཕོར།

གསེར་གྱི་བ་གམ་གཞུལ་ཡས་ཁང་། །

ཁང་པས་བསྐྱོར་བའི་གྲོང་ཁྱིམ་ནི། །

འོད་ལྡན་ཞེས་བྱ་བསོད་ནམས་ལས། །



འོད་ལྡན་མཐོ་རིས་ལྟ་བུ་ཡོད། །

ཅེས་དང་། གཙུག་ན་ནོར་བུའི་ཡལ་འདབ་ལས།

བ་གམ་འོད་ཚོགས་ག་བུར་གྱིས། །

ཡོངས་སུ་དཀར་བའི་གྲོང་ཁྱིམ་ནི། །

ལྷ་ཀེ་ཏ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། །

སྐལ་བཟང་ས་ཡི་ཐིག་ལེ་ཡོད། །

ཅེས་བ་ལྟ་བུ། རྒྱ་མཚོའི་བསྐྱགས་པས་བརྒྱན་པ་ནི། སྐྱེས་རབས་  
གྱི་ལེགས་པར་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་རབས་ལས།

དེ་ནི་ཨ་ཐུ་རྟེན་གྱི་མདོག་ལྟར་སྟོ། །

ཉི་མའི་འོད་གྱིས་གནམ་སྟོན་བཟུ་བ་བཞིན། །

ཁོ་ར་ཁོ་ར་ཡུག་མཚོ་འགམ་ལྟར་མི་མདོན། །

གཏིང་དཔག་དཀར་བའི་མཚོ་འཛིང་ནང་དུ་ཞུགས། །

ཞེས་དང་། ལྷ་ཀེ་ཏ་དཀར་བའི་རྫོས་གར་ལས།

མི་ཤིའི་ཡལ་འདབ་དག་ནི་ཐོས་གྲུར་པའི། །

ལག་ལྡན་ཆུ་སྟོན་སྐྱེགས་པའི་བྲི་བཟང་གི། །

ཆུ་དང་ལྡན་པ་རྒྱ་མཚོའི་དབང་རྒྱབས་འདི། །

རིན་ཆེན་འོད་ཟེར་དག་གིས་སྐྱས་ཏེ་མཛེས། །

ཞེས་བ་ལྟ་བུ་ཡང་ངོ་། །རི་བོའི་བསྐྱགས་པས་བརྒྱན་པ་ནི། རྒྱ་ལྷག་

གི་སྤྱིང་བཟོད་ཀྱི་ཡལ་འདབ་ལས།

ཅེ་མོ་ཤེན་ཏུ་མཐོ་བ་ཡི། །

ཤེལ་གྱི་ས་འཛིན་མདུན་དུ་མཐོང་། །

བྱ་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་བཟོད་དཀའ་བ། །

འཇམ་པའི་བྲག་ནི་གཅིག་བྱ་དེར། །

ཞེས་དང་། ལྷ་ཀུན་ཏུ་དཀའ་བའི་སྒྲོས་གར་ལས།

སྟོན་གྱི་དུས་ཀྱི་ཚུ་འཛིན་ནི། །

དཀའ་བའི་སྤྱིབ་བྱེད་ཀྱིས་བསྤྱིབས་པ། །

མ་ལ་ཡ་ཡི་ཅེ་མོ་འདི། །

གངས་ཅན་རི་ཅེའི་དཔལ་དག་འཛིན། །

ཞེས་བ་ལྟ་བུ། དུས་ཀྱི་བསྐྲགས་བས་བརྒྱན་བ་ནི། དབྱིད་ལ་སོགས་

བ་སྟེ་འཕགས་སྤྱིས་པོའི་ཡལ་འདབ་ལས།

དེ་ནས་ཡིད་སྐྱབས་ལོངས་སྤྱོད་གོགས། །

སྤང་ཅི་འཕྱང་བ་ནམས་ཀྱི་གཉིན། །

སྐལ་བཟང་འཁྲི་ཤིང་འཁྱུད་བྱེད་པ། །

ལེགས་ལྡན་དབྱིད་ནི་མཐོང་བར་གྱུར། །

མཛེས་མའི་ང་རྒྱལ་གཉིས་འཕྱང་དག། །

དབྱིད་ནི་རལ་བ་ལྡན་པ་དག། །

སྒྲུལ་བར་བྱེད་པའི་ལྷེ་བཞིན་དུ།  
སྤྱ་ངན་མེད་པའི་དོག་པ་མཛེས།  
གཞོན་ཀྱའི་འགྲམ་པ་མཛེས་པ་ཡི།  
རྒྱན་པོ་ཅ་སྤྲ་ཀ་ཡི་ཆོགས།  
མིག་བཟང་མ་ཡི་སྤྲ་ཞགས་ལ།  
བཅིང་བར་འོས་པ་ཉིད་དུ་གྱུར།

ཞེས་སོགས་དང་། དབྱར་གྱི་བསྐྱགས་པ་སྤྲིན་གྱི་ཕོ་ཉར་བྱུང་བ་ལྟ་  
བུ་སོགས་དུས་གཞན་ལ་འང་ཞེས་པར་བྱའོ། ཉི་ཟླ་འཆར་བའི་བསྐྱགས་  
པས་བརྒྱན་པ་ནི། སྤྲིན་གཞོན་གྱི་ཡལ་འདབ་ལས།  
དེ་ནས་སྤྱ་རེངས་གོས་དང་ལྡན།  
བྲེལ་བས་ཟླ་བའི་མེ་ལོང་བྲགས།  
དགའ་སྟོན་ཉི་བ་ལ་ཆས་བཞིན།  
སྤྱང་བ་ལྡན་པ་ཐོ་རངས་མཛེས།  
པརྫོ་ཅན་གྱི་དགའ་བ་ཤར།  
མཆན་མའི་ལྷན་པ་ཞི་བ་ན།  
འབྱུང་པོ་ཐམས་ཅད་བདེ་བའི་སྦྲད།  
མིག་གི་དགའ་སྟོན་དག་ཏུ་གྱུར།

ཞེས་དང་།

དེ་ནས་བདེ་སོགས་མཛེས་པ་ཡི། །

ཅེ་དགའ་གནས་པ་ཤར་གྱི་ཕྱོགས། །

ཟླ་འཆར་སྒྲུབ་བ་ཉི་བ་ནི། །

ཅ་རྒྱན་དག་གི་ཆལ་བཞིན་མཛེས། །

དེ་ནས་བདུད་ཅི་བསྐྱེད་པ་ནི། །

ལོངས་སྐྱོད་ཅན་གྱི་ལོངས་སྐྱོད་གྱི། །

སྐལ་བཟང་ཅེ་དགའ་བྱུང་པར་ཅན། །

སྐྱོ་བསངས་གདོང་གི་བྱུང་ཅན་ཤར། །

ཞེས་སོགས་ལྟ་བུ། སྐྱེད་མོས་ཆལ་གྱི་རོལ་པས་བརྒྱན་པ་ནི། ཡལ་  
འདབ་དེ་ཉིད་དུ།

བྱུང་བའི་ན་ཚུང་ནམ་འབྲུལ་ལོངས་སྐྱོད་ལྟན། །

སྒྲུབ་ཅིས་སྐྱོས་ཤིང་ནམ་པར་འབྲུམས་དུས་དེར། །

མེ་ཏོག་རབ་རྒྱས་འཁྲི་ཤིང་ཆལ་གྱི་གཞིར། །

རིག་འཛིན་རྒྱལ་པོའི་སྤྲས་ནི་ནམ་པར་རྒྱ། །

ཞེས་དང་། ལྷ་ཀུན་ཏུ་དགའ་བའི་སྒྲོས་གར་ལས།

འཁྲི་ཤིང་ཁང་བཟང་ས་གཞི་སྐྱ་ཡི་བཙུན་པས་སྐྱ་ཅོར་འགོད་བྱེད་ཅིང་། །

མེ་ཏོག་རྒྱལ་གྱིས་གསལ་བར་དགའ་སྟོན་ཏྲགས་དག་གིས་ནི་རིག་གྱུར་ཏེ། །

སྒྲུབ་ཅིག་སྐྱོད་པ་དང་འགྲོགས་སྒྲུབ་ཅིའི་རོལ་ནི་རྫོགས་པར་འབྲུང་བྱེད་པའི། །

བྱང་བ་འདི་དག་ཀྱན་ནས་ཆང་འབྱང་ལོངས་སྤྱོད་ཉམས་སུ་བྱེད་པ་བཞིན། །  
སོགས་ལྟ་བུ། ལུ་ཡི་རོལ་ཅིང་གྱིས་བརྒྱན་པ་ནི། རྟོར་བཟང་གི་ཡལ་  
འདབ་ལས།

དེ་དག་དབྱས་སུ་ཡིད་འཕྲོག་མ། །  
ཁྱས་བྱས་ལངས་པ་མཐོང་བྱུང་ཏེ། །  
བྱན་པའི་མིག་གསུམ་མེད་ག་ནི། །  
ནི་བྱེད་ལུ་ཡི་ལྟ་མོ་བཞིན། །  
ལུས་མེད་རྣམ་འབྱུང་ཅོམ་པ་ཡི། །  
དབའ་རྒྱབས་ཆོགས་ལྟན་ལང་ཆོར་ནི། །  
གཞོན་བྱ་མ་ཉིད་བྱིང་བ་ཡི། །  
ཉེན་པ་དག་ནི་བྱེད་པ་བཞིན། །  
ཡིད་འོང་ལྟ་ཡི་གོས་བགོས་ཤིང་། །  
སྐར་གས་དག་ནི་ལེགས་པར་བཅིངས། །  
ལུ་ཅིང་རོལ་བས་དབྱ་བ་ཡི། །  
བྱིང་བ་རབ་གསལ་ཆགས་པ་བཞིན། །

སོགས་དང་། འཇིག་ཉེན་ཀྱན་ཏུ་དགའ་བའི་སྒྲོས་གར་ལས།  
ལྟག་མ་ཉལ་བ་བཞིན་ཏུ་ལྟ་སྤང་རྣམ་སྤངས་ལྟག་མ་མཐོང་བའི་བྱང་པོ་ལས། །  
ཕྱོགས་ཀྱི་སྤང་ཆེན་རྣམས་ནི་ཅེ་ཞིང་སྤྱ་ཡིས་ལུ་འཕྲོར་ཐིགས་པའི་བེར་མ་རྣམས། །

ཡང་དག་ཆེས་བསྐྱེས་འགྱུར་ཆུ་ཐིགས་སྒྲིག་འབྲས་བུའི་འོད་ཟེར་མཛེས་བཤམས། །

བྲང་སྒོང་བདུན་པོ་ནམས་ནི་གསེར་གྱི་བརྒྱ་འཛིན་ཅིང་ཁྱུས་ལ་རབ་ཏུ་འབྲུག།

ཅེས་འབྲུང་བ་ལྟ་བུ། ཆང་འབྲུང་བས་བརྒྱན་པ་ནི། ལྷ་ཁྱུན་ཏུ་དགའ་  
བའི་སྒྲོས་གར་བུ།

ཏ་རི་ཅ་ཐུན་གྱིས་བྱུགས་ལུས་ཅན་ལྟ་ཡི་མེ་ཏོག་ཐོང་བ་རབ་ཏུ་འཛིན། །

ནོར་བུའི་རྒྱན་གྱི་འོད་དག་རེག་པས་བྲངས་ཤིང་བཟ་བར་བྱས་པའི་གོས་དང་ལྗན། །

གྲུབ་པའི་སྐྱེ་བོ་དག་དང་ལྟན་ཅིག་སྤེལ་བར་གྱུར་པའི་རིག་འཛིན་འདི་དག་ནམས། །

ཅ་ཐུན་གྱི་བ་བསིལ་དག་ལ་དགའ་མའི་འབྲུངས་ལྟག་ཏུ་གྱུར་ཆང་དག་འབྲུང་བར་བྱེད། །

ཅེས་དང་། སྐྱེས་རབས་གྱི་བུམ་པའི་རབས་ལས་ཀྱང་འབྲུང་བ་ལྟ་  
བུའོ། །དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་གྱིས་བརྒྱན་པ་ནི། ནོར་བཟང་གི་ཡལ་འདབ་  
ལས།

མཆུ་ཡི་སྤང་ཅི་ཆགས་ལྟན་པ། །

སྤང་ཅི་འབྲུང་བ་བཞིན་དུ་དེས། །

རེག་པར་བཞིན་གྱི་ཆུ་སྐྱེས་ནི། །

དུད་ཅིང་བརྒྱ་ཅན་དེ་འདར། །

སྤྲ་བ་བཅད་ཀྱང་སྤེད་པ་འཆང་། །

གཡོ་བ་མེད་ཀྱང་ཡང་ཡང་འདར། །

སྤྱིངས་པར་གྱུར་ཀྱང་དཔལ་མདངས་གསལ། །



དེ་ཡི་དགའ་བ་དེ་ཡིས་བསྐྱབ། །  
དལ་གྱིས་མཆུ་ཡི་རོ་ཐུང་ཞིང་། །  
སོ་ཡི་འཇིགས་པ་བྱིན་ནས་ནི། །  
ཆུ་སྐྱེས་རྒྱས་པའི་མིག་ཅན་དེའི། །  
སྤྲ་བཅད་རྒྱ་ནི་དེ་ཡིས་སྤལ། །  
གོས་མདུད་འགོལ་དང་དགག་པ་ལ། །  
ཁྲོ་ཤུག་ལག་པའི་བརྒྱ་དག །  
རབ་ཏུ་འདར་ལྡན་གདུ་བའི་སྤྲ། །  
ཚོད་པ་བྱེད་པར་གྱུར་པ་བཞིན། །  
ཅེ་དགའ་འཇུ་མ་གྱི་མེ་ཉོག་རྒྱས། །  
མཛེས་པའི་རྒྱ་མའི་འབྲས་བྱས་མཆོན། །  
ཆགས་བཅས་ཡལ་འདབ་ལྡན་པ་དེའི། །  
ཡོངས་སྤྱོད་རྒྱ་འབྲུང་སྤྱད་བྱར་གྱུར། །  
ཅས་དང་། ཨམ་སྤྱོད་མའི་ཡལ་འདབ་ལས།  
ཞེས་སོགས་གཏམ་གྱི་སྤྱོད་བ་ཡི། །  
རབ་དགའ་ཡོངས་རྫོགས་དེ་དག་གིས། །  
གང་གང་འདོད་ཆགས་གྱིས་བརྟེན་པ། །  
དེ་དེ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བར་གྱུར། །

ཞེས་པ་ལྟ་བུ། བསྐྱེད་པའམ་མ་ཆོག་པ་པས་བརྒྱན་པ་ནི། སྐྱེས་པ་དང་  
བྱད་མེད་པར་ཚུན་རྗེས་སྤྱོད་ཆགས་པ་ཅན་འདོད་པ་མ་འབྲུག་སྟེ། རོར་བཟང་  
གི་ཡལ་འདབ་ལས།

ཡིད་འཕྲོག་མ་ནི་གང་དུ་སོང་། །  
སྤྱིན་ལེགས་ཆོག་གི་ལན་དག་བྱིན། །  
བག་མེད་སྒྲོན་པོ་བདག་གིས་ནི། །  
རི་དྲགས་མིག་ཅན་ཁྱོད་མ་བསྐྱེད་། །  
ཁྱོད་དང་འགྲོགས་པས་སྐྱལ་བཟང་ལྡན། །  
ལྟ་ཡི་མདུན་སར་བསྐྱེད་པས་པར་འོས། །  
ཁྱོད་དང་བྲལ་བས་མི་ཡི་ནི། །  
འཇིག་རྟེན་བདག་བཞིན་ཅི་ཞིག་མཛེས། །  
ཞེས་པ་སྤྱོད་ཞིང་དལ་བུ་ཡིས། །  
མཛེས་མའི་ལོངས་སྤྱོད་དབང་གྱུར་བ། །  
སྐྱེད་མོས་ཆལ་དུ་དགའ་མ་མཆོག། །  
ཆལ་དུ་རང་ཉིད་སོང་བར་གྱུར། །

ཞེས་སོགས་དང་། ལྷ་གྱུན་ཏུ་དགའ་བའི་སྒྲོས་གར་ལས།  
ཅ་རྒྱན་འཁྲི་ཤིང་དག་གི་ཁང་པ་ནི། །  
ལྷ་བ་རོར་བུའི་རྩོད་དང་ལྷན་མོད་ཀྱང་། །

ཟླ་བཞིན་མ་བྲལ་འདི་ལ་བདག་མི་དགལ། །  
ཟླ་འོད་དང་བྲལ་མཆོན་མའི་སྒོ་བཞིན་ནོ། །  
ཞེས་པ་ལྟ་བུ། བག་མ་གཏོང་ལེན་གྱིས་བརྒྱན་པ་ནི། སྤྲིན་གཞོན་གྱི་  
ཡལ་འདབ་ལས།

དེ་ནས་གྲུབ་པའི་བདག་པོ་ནི། །  
ཡུན་ཚོགས་མང་བའི་བྱིས་དག་ཏུ། །  
བྱ་མོ་བག་མའི་དགའ་སྟོན་དག། །  
ཚུམ་པའི་ཆས་ནི་རབ་ཏུ་བསྟར། །  
ཅི་སྟེ་གྲུབ་པའི་ན་ཆུང་གི། །  
ལྟ་ཡི་གོས་དང་རྒྱན་རྣམས་ཀྱིས། །  
བྱ་མོ་བརྒྱན་པ་མཐོང་གྱུར་ནས། །  
ལྟ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་པན་ཚུན་སྤྲས། །  
འདི་ནི་རུ་མ་རབ་མཛེས་པ། །  
དོ་ཤལ་ཁུར་གྱིས་རབ་ཏུ་བསྐྱེབས། །  
མཛེས་སྤྱད་སྐྱེབ་པར་བྱེད་པ་ཡི། །  
ཤིན་ཏུ་མང་བའི་རྒྱན་གྱིས་སྤྲ། །

གོགས་མོ་ལུས་སྤ་རུ་མའི་ངོས་ལ་རིན་ཆེན་སྤང་བའི་ཁུར་གྱིས་ཅི་ཞིག་བྱེད། །  
ཁྱོད་ནི་བཟ་བར་བརྒྱན་ལ་མཁས་ཏེ་མིག་བཟང་དག་ལ་མིག་སྤྲན་འདིས་གྱུར་ཅི། །

བཞིན་རས་སྒྲུབ་པའི་དགྲིལ་འཁོར་དག་ལ་སྐྱོད་ཀྱིས་འབད་ནས་དགའ་བར་སྒྲུབ་པའི་ཆོན། །

སྒྲུབ་པའི་དག་གི་དོག་པ་རྣམས་ནི་དེ་མ་ཆགས་པར་བྱེད་པ་འདི་ལ་སྒྲུབ། །

དེ་སྒྲུབ་ཀྱི་ཉམས་བཞུགས་པ་ཡིས། །

སྐྱོགས་མོས་སྒྲུབ་ཀྱི་རྣམ་འབྱུང་ནི། །

བཟླ་ཤིས་སྒྲུབ་དུ་བཟླ་སྒྲུབ་པ། །

ཤིན་ཏུ་ཆུང་བ་དག་ཀྱང་མཛེས། །

ཞེས་དང།

དེ་རྣམས་བཟླ་མའི་དགའ་སྐྱོན་ཆེན་པོ་ལ། །

ཆོ་ག་བཞིན་ཞུགས་སྐབས་བདག་བྱ་མོ་ཡི། །

ལག་བཟུང་རིག་པ་གསར་པའི་བདུད་རྩི་ཡིས། །

རིག་འཛིན་སྒྲུབ་པའི་བྱ་ནི་དགའ་བར་སྒྲུབ། །

སྐྱོད་ཀྱི་དེ་དག་ལུས་ནི་བཟླ་མའི་ཆོ། །

དོ་ཤུགས་ཆེ་འོས་རིན་ཆེན་ལ་འཕོས་མཛེས། །

མཛེས་བས་སྒྲུབ་པ་གོ་སྒྲུབས་ཐོབ་སྒྲུབ་ནས། །

ཕན་ཚུན་རབ་ཏུ་དང་བས་ཞུགས་པ་བཞིན། །

བཟླ་མའི་ཆོ་ག་རབ་ཏུ་སྒྲུབ་བྱས་པ། །

མཆོད་ཡོན་བསྐྱེད་པ་དེ་དག་སྒྲུབ་པའི་བྱས་པ། །

སྒྲུབ་དང་གར་ལྟན་མཐོ་རིས་སྒྲུབ་མཛེས་པ། །

རིན་ཆེན་རྒྱན་བཀོད་དགའ་སྟོན་འོས་པར་སོང་། །  
ཞེས་སོགས་ལྟ་བུ། གཞོན་ཀྱི་སྐྱེ་བའམ་བསྐྱགས་པས་བརྒྱན་པ་ནི།  
ང་ལས་ཀྱི་ཡལ་འདབ་ཏུ། །  
དུས་ཀྱིས་དེ་ཡི་སྐྱེ་བོ་ནི། །  
བརྗོད་ནས་བྱིས་པ་ཉི་མ་བཞིན། །  
མཛེས་སྤྱད་འོད་ལྗན་སྐྱེས་གྱུར་དེ། །  
འབྲུལ་ལ་མ་ནི་རབ་ཏུ་སོས། །  
བསོད་ནམས་གཟུགས་ལ་བརྟེན་པ་བཞིན། །  
འགྲོ་བའི་ཡང་དག་རྒྱལ་པོའི་མཆན། །  
ལྗན་པ་དེ་ནི་མཉེས་གཤེན་ལས། །  
ཀྱི་བྱས་རྒྱལ་པོའི་བཙུན་མོས་སྦྱངས། །  
བྱིས་པ་བསྐྱགས་འོས་འདི་ཡིས་ནི། །  
མ་ཡི་གནས་སུ་བདག་གྱུར་ཅས། །  
དེ་ནས་དུས་ཀྱི་ཡང་དག་རྗོགས། །  
རྒྱལ་སྤྱས་ང་ལས་ཀྱི་ཞེས་གྱུར། །  
ཞེས་དང་། མཛོན་པར་འབྱུང་བའི་ཡལ་འདབ་ལས།  
དེ་ནས་དུས་ཀྱི་ཡང་དག་རྗོགས། །  
ལྷན་ཀྱི་ཡི་གས་གནས་པའི། །

ལྷ་མོ་དེ་ལ་སྤྲས་བལྟམས་ཏེ། །

ཨ་དི་ཏི་ལས་ཉིན་བྱེད་བཞིན། །

མ་ཡི་མངལ་གྱི་དྲི་མ་ཡིས། །

མ་རེག་དེ་ནི་དགྲ་བརྟོལ་བྱོན། །

དེ་ནི་དེ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས། །

གཏུང་བལ་ལུས་ནི་རྣལ་གནས་གྱུར། །

ཅེས་བ་ལྟ་བུ། གཞོན་ཀྱུ་བསྐྱེད་དང་འཕེལ་བ་དང་། །ཞེས་བསྐྱུར་བ་  
ལྟར་ན་འཕེལ་བ་ནི། ང་ལས་ཀྱི་ཡལ་འདབ་ལས།

དབང་པོ་དྲུག་ནི་རབ་འདས་དུས། །

བསོད་ནམས་ཀྱིས་ཅེན་མི་ཟད་ཆོ། །

དེ་ནི་རབ་ཏུ་བསྐྱེད་ལྡན་ཞིང་། །

གྱིས་པའི་ཅེ་དགས་རྣམ་པར་རོལ། །

ཞེས་དང་། མངོན་པར་འབྱུང་བའི་ཡལ་འདབ་ལས།

དེ་ནས་གཞོན་ཀྱུ་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པའི་ཞིང་། །

རིག་ཀྱན་ལེགས་པར་པ་རོལ་བྱེན། །

ཡི་གེ་མཁས་པས་ཆངས་པ་ཡི། །

ཡི་གེ་མངོན་གསལ་རྣམ་པར་སྒྲུལ། །

ཞེས་བ་ལྟ་བུ། གྲོས་གྱིས་བརྒྱན་བ་ནི། བྱ་བ་གྲོས་གྱིས་བསྐྱབས་བ་



སྟེ། ཟླ་འོད་ཀྱི་ཡལ་འདབ་ལས།

གང་ཞིག་ཕྱར་བྱའི་ལྷགས་ཀྱིས་ནི། །

མ་ཕྱེ་གོས་ཀྱི་གསང་སྟགས་ཀྱིས། །

མི་མ་བྱན་ཕྱོགས་ཀྱི་དཔའ་བོ་དག། །

སྒྲུལ་ཀྱི་དྲུག་བཞིན་བཏང་བར་གྱུར། །

ཞེས་དང་། འཕགས་སྐྱེས་པོའི་ཡལ་འདབ་ལས།

འཕགས་སྐྱེས་པོ་ནི་ཉིང་ལྷགས་པས། །

ཤྱ་ཀྱ་རྣམས་ཀྱིས་བགོ་བ་བྱས། །

སྟོག་དང་ལྡན་ཅེས་སྒྲུལ་ལ་ཡང་། །

འུ་ཅག་འཆེ་བ་མི་བྱའོ། །

ཞེས་སོགས་ལྟ་བུ། ཐོ་ཉ་འགྲོ་འོང་ཞེས་བརྒྱན་པ་ནི། ཡབ་སྐས་

མཇུག་བའི་ཡལ་འདབ་ལས།

གང་ཡང་མཛའ་ལས་བདག་མཚུངས་འཆར་ཀ་ནི། །

དེ་དགྲུག་སྦྲད་དུ་བདག་གིས་ཡང་དག་བཏང་། །

སྦྱང་ཡིག་ལག་དེ་ལྟ་རྣམས་མངོན་དགའ་བ། །

དེ་ཉིད་དུ་ནི་ལྟ་ཉིད་བཞིན་དུ་གྱུར། །

ཅེས་དང་།

ཡིད་ལ་རེ་བ་འདི་ཡིས་ས་ཡི་བདག། །

དེ་བལྟའི་སྒྲུབ་བཞིན་མདུན་དུ་སོང་བའི་ཆོ། །

དེ་ཡི་རྩོན་གྱིས་རབ་བྱུང་གསལ་བྱས་པའི། །

དགའ་བའི་རོ་ལྷན་འཆར་ཀ་ཡང་དག་འོངས། །

ཞེས་བ་ལྟ་བུ། ཡུལ་གཞན་དུ་བསྐྱོད་པས་བརྒྱན་པ་ནི། ང་ལས་ཀྱི་  
ཡལ་འདབ་ལས།

ནམ་ཞིག་ལྟ་རྒྱུ་སྒྲུབ་བཞེད་པས། །

ལྟ་བཞིན་མཁའ་ལ་གཤེགས་ཤིང་དེ། །

སྒྲིན་སྒྲོན་གྱིས་བཞིན་སྒྲུང་པོ་ཡིས། །

ཕྱོགས་རྒྱུ་སྒྲུབ་རབ་བྱུང་བར་གྱུར། །

ཅེས་དང་། གསེར་གྱི་ལོགས་གྱི་ཡལ་འདབ་ལས།

རི་དྲགས་ལམ་ནི་སྒྲོན་བྱེད་པ། །

དེ་ཉིད་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བར་བྱས། །

དཔུང་བཅས་དེ་ནི་དེ་མེད་གདུགས། །

སྒྲུབ་པ་རི་བོ་བཞིན་དུ་སོང་། །

ཞེས་བ་ལྟ་བུ། གཡུལ་འཐབ་པས་བརྒྱན་པ་ནི། སྒྲུབ་རབས་སུ་བརྒྱ་  
བྱེད་གྱི་རབས་ལས།

དེ་ནས་མཆོན་ཆ་འབྱུགས་པ་ཡི། །

སྒྲུབ་ཆེན་གཡུལ་ནི་བསྐྱེས་པ་དང་། །

ར་བརྟུང་སྒྲིན་པོ་ཡིས། །  
ནམ་མཁའི་ངོས་ནི་རལ་བ་བཞིན། །  
སོགས་དང་། འཕགས་སྐྱེས་པོའི་ཡལ་འདབ་ལས།  
དེ་ཡིས་ས་བདག་གོ་བགོས་པས། །  
གོང་བྱེད་བསྐྱམས་པ་མཐོང་ནས་ནི། །  
ཁྲིས་ཏེ་གཅིག་བུས་གཡུལ་ཏུ་ཕྱིན། །  
དེ་ཡིས་དཔལ་རྣམས་བརྒྱག་པར་བྱས། །  
གཡུལ་ཏུ་སྐྱེས་བུ་སེལ་ཡིས། །  
དཔའ་བོ་སྒྲང་པོ་དེ་དག་བསད། །  
ཕུ་ཏིག་གིས་བཞིན་གྲགས་པ་ཡིས། །  
དགའ་བར་བྱས་པ་ཉིད་ཏུ་གྱུར། །  
གཞན་ལ་ཁྲིས་པར་གྱུར་པ་དེའི། །  
རལ་གྱི་དེ་ནི་ཅི་ཡང་འབར། །  
གང་གིས་རབ་ཏུ་གཏུང་བས་དེས། །  
དག་ཡི་ཚུ་བོ་ཡངས་པར་སོང་། །  
ཞེས་པ་ལྟ་བུ། འདྲེན་པ་དར་བ་ནི། ང་ལས་ཀྱི་ཡལ་འདབ་ལས།  
ལྷག་མ་ངལ་བས་བདེར་གནས་པ། །  
མཐའ་དག་ཚུ་གཏེར་རྒྱབས་ཀྱིས་ནི། །

སྐྱེ་བཤམ་ལྷན་པའི་ཞོར་འཛིན་མ། །

མ་ལུས་དབྱུང་བས་བཟུང་བར་གྱུར། །

ས་ནི་སྤང་བར་འཆས་གྱུར་ཅིང་། །

རབ་ཏུ་གསལ་བའི་དཔལ་ལ་གནས། །

འཁོར་ལོས་སྒྱུར་དེ་ལེགས་བྱས་ཀྱིས། །

བྱབ་འཇུག་ལག་པ་བཞིན་དུ་མཛེས། །

ཞེས་དང་། ཞོར་བཟང་གི་ཡལ་འདབ་ལས།

ལྷ་གཅིག་གང་གིས་རྒྱལ་པོ་འདི། །

ཞོར་དང་སྤྱེ་བོ་དར་བ་ཉོན། །

ས་བདག་དེ་ཡི་དར་བ་ཡི། །

གཟུགས་ཅན་བསོད་ནམས་ཀྱིས་བཏགས་བཞིན། །

ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་བརྒྱན་པར་གྱུར་པའོ། །འདིའི་ཀྱང་ནི།

མི་ཟད་པའི་ནང་ཆོན་ཨ་སི་ཞེས་པ། སྤྱད་པའི་དོན་དང་། ཅིང་ཞེས་པ་ལོ་རྒྱུ་

བས། ཆོག་འཛོག་མཆམས་བདེ་སྤྱིར་སྤྲུལ་བས་སྤྱུ་བྱས་པ་ཡིན་གསུང་།

མདོར་བསྡུས་མིན།

ཉམས་དང་འགྱུར་བ་དག་གིས་གཏམས། །

སྐྱོ་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་མིན། །

མཉན་འོས་བྱིན་ལེགས་མཆམས་སྤྱུར། །

ཀུན་ཏུ་སྐྱེད་གཤམ་གྱི་མཐའ། །

ཐ་དད་ལྡན་པས་འཇིག་རྟེན་དགའ། །

སྒྲིལ་དག་དམ་པའི་རྒྱན་ལྡན་ནི། །

བསྐྱེད་པའི་བར་དུ་གནས་པར་འགྱུར། །

དེ་ཡང་ཉ་ཅང་མདོར་བསྡུས་པ་མེན་ཏེ་བསྒྲིལ་བྱ་གང་ཡིན་གཞན་  
རྒྱུད་ལ་འགོད་ཀྱས་པ། འཆི་མེད་མཛོད་ལས། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་བསམ་  
པའོ། །ཞེས་འགྱུར་བས་དགའ་བ་དང་ཁོ་བ་སོགས་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་  
ལུས་དག་ཏུ་མ་ཤར་བ་ནི་འགྱུར་བའམ་བསམ་པ། དེ་ཉིད་རྒྱས་པར་བྱས་  
པས་འཇུ་མ་བའམ་ཁོ་གཉེར་ལྟ་བུ་ལུས་དག་གི་བྱ་བས་གསལ་བར་གྱུར་བ་  
ནི་ཉམས་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་དུ་བསམ་པའི་གོ་བྱེད་རྗེས་འགྱུར་བ་ནི་ཉམས་  
ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་དུ་བསམ་པའི་གོ་བྱེད་རྗེས་འགྱུར་བའོ་ཞེས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་  
ཚུལ་དུ་གནས་ཤིང་། དེ་དག་གི་དབྱེ་བ་འདོད་ལུགས་མང་ཡང་། ལྷན་ས་  
འདིའི་བསྡུ་བའི་ཆོགས་བཅད་སྟོབ་དཔོན་རྩ་བུ་ལྟེན།

དགའ་དང་དགོད་གྲོ་བྱ་ངན་དང་། །

ཁོ་དང་སྟོབ་དེ་བཞིན་འཇིགས། །

སྐྱེད་གྲོ་འོ་མཆར་ཞེས་པ་རྣམས། །

གནས་བྱེད་འགྱུར་བར་རབ་ཏུ་གྲགས། །

འགྱུར་བ་དེ་འཕེལ་ཉམས་ཡིན་ཏེ། །

སྒྲིག་དང་དགོང་དང་སྒྲིང་རྩེ་དང་། །

དག་པོ་དཔའ་བོ་འཛིགས་བྱེད་དང་། །

མི་སྒྲུག་མད་བྱུང་མིང་ཅན་ཞེས། །

བརྒྱད་རྒྱུ་མས་གར་གྱི་ཉམས་སྒྲུབ་བཤའ། །

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི།      སྒྲིག་པ་ལ་སོགས་པའི་ཉམས་དང་།

དགའ་བ་ལ་སོགས་པའི་འགྱུར་བ་སྟེ།      སྒྲུབ་པ་གི་རོ་ཉམས་ཕུན་སུམ་

ཆོགས་པས་གཏམས་པ་སྟེ་གང་བར་བྱས་པས།      འདིར་ཉམས་སྒྲོན་དང་།

འགྱུར་བ་རྩེས་སྒྲུབ་བྱས་པ་ནི་དག་ཏུ་བརྗོད་པའི་རོ་ཉམས་དེས།      བ་རོལ་གྱི་

རྒྱུད་ལས་འགྱུར་བ་དེ་དག་འཆར་བའི་དོན་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་སྐྱེ་སྒྲུབ་ལེ་ཏུ་ཞེན་ཏུ་རྒྱ་ཆེས་ན་ཉན་པ་པོ་སྒྲོ་བར་འགྱུར་

སྒྲིང་པས་དེ་སྤང་ཞིང་།      གོང་དུ་མདོར་བསྐྱུས་མིན་ཞེས་དང་།      འདིར་ནི་

ཞེན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་མིན།      །ཞེས་མཐའ་གཉིས་སྤང་བར་གདམས་ནས་སྐྱབས་དང་

འཆམ་པ་ཞིག་བཅམ་དགོས་པར་བསྐྱེད་ནོ་གསུངས།      མཉན་པར་འོས་པ་

ནི་སྒྲིབ་སྒྲོར་གྱི་ཡོན་ཏན་ལས་བྱུང་བའི་བྱིན་ཞེས་པའི་མཆོན་པ་རྩེ་ཉིས་

ཀྱང་སྟེ་དེ་དག་གིས་སྐྱས་པའོ། །གཞུང་འདིར།

དངོས་པོ་ཡི་ནི་ཆོག་རྒྱུ་མས་ཀྱུན། །

ཕན་ཚུན་ཕན་པར་བྱེད་ཉིད་ཅན། །

ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར།      ཆོག་རྒྱུ་མས་ལེགས་པར་མཆམས་སྒྲུབ་པས་



དོན་པན་ཚུན་འབྲེལ་ཞིང་སྟོས་པ་སྟེ་དཔེ་འགའ་ཞིག་ཏུ། མཉན་འོས་ཆོག་  
མཆམས་ལེགས་པར་བསྐྱབས། །ཞེས་གྲང་འབྱུང་ལ། ཀུན་ཏུ་སྐྱེ་  
ལེ་བྱའི་མཆུག་ཐམས་ཅད་དུ་དགྲུས་ལས་གཞན་པའི་སྟེ་བ་སྦྱོར་ཐ་དད་པས་  
བསྐྱུས་པ་དཔག་བསམ་འབྲི་ཞིང་ལས་ངེ་ལྟར་མཐོང་བ་བཞིན་ཏེ། ཉན་པ་  
པོ་སྦྱིད་ལུག་པར་མི་འགྱུར་བས་འདིག་ཏེན་ན་མཁས་པ་རྣམས་དགའ་བར་  
བྱེད་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་སྟན་ངག་སྦྱོར་བྱི་རྒྱན་དམ་པ་དང་ལྡན་པ་ནི། འདིན་  
པ་པོ་མང་བས་བསྐྱེལ་བ་ངེ་སྟེད་ཀྱི་བར་མི་རྒྱབ་ཅིང་ཡུན་དུ་གནས་པར་  
འགྱུར་རོ་ཞེས་ངག་དོན་བསྐྱུས།

དམིགས་བསལ་བསྟན་པ།

གསུམ་པ་དེའི་དམིགས་བསལ་བསྟན་པ་ནི།

གང་ཞིག་ཡན་ལག་འགས་དམན་ཡང་། །

གལ་ཏེ་སྦྱོར་རྣམས་སྟན་ཆོགས་ཀྱིས། །

དེ་རིག་མགྲ་བར་བྱེད་པས་ན། །

འདིར་ནི་སྟན་ངག་སྦྱོར་མ་ཡིན། །

འོ་ན་ར་སྟུང་རིགས་ལ་སོགས་པའི་སྟན་ངག་ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་གྲོང་  
གི་བསྐྱགས་པ་ལ་སོགས་ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་ཆང་བ་མ་མཐོང་བས་དེ་  
དག་སྟན་ངག་ཆེན་པོ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་པའི་བཀལ་ལན་སྟོན་པ་  
སྟེ། གྲོང་བྱིར་རྒྱ་མཆོ་རི་དང་དུས། །ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་

འགའ་ཞིག་མ་ཆང་བས་དམན་པར་གྱུར་དུ་བྱེད་ཀྱང་། ཇི་ལྟར་བཀོད་པའི་  
ཡན་ལག་གཞན་རྣམས་ཆོག་དོན་ཕྱན་སྒྲུབ་ཆོག་པའི་སྒྲོན་པ་དེ་ནི། དེ་  
རིག་པའི་མཁས་པ་རྣམས་ཡིད་མགུ་བར་བྱེད་པས། ཚུལ་དེ་ལྟ་བུས་ནི་  
སྒྲོན་པ་ཆེན་པོའི་མཆན་ཉིད་སྟོང་པ་མ་ཡིན་ཅིང་སྟོན་ཅན་དུ་མི་འགྱུར་  
ཞེས་པའོ། །

སྟོར་ཚུལ་འགའ་ཞིག་མཆོན་པའི་དབང་དུ་མཛད་པ།

བཞི་པ་སྟོར་ཚུལ་འགའ་ཞིག་མཆོན་པའི་དབང་དུ་མཛད་ནས།

ཐོག་མར་འདྲན་པ་ཡོན་ཏན་གྱིས། །

ཉེ་བར་བཀོད་ནས་དེ་ཡིས་ནི། །

དགའ་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་ཅེས་པའི། །

ལམ་འདི་རང་བཞིན་མཛེས་པ་ཡིན། །

ཐོག་མ་ཉིད་དུ་འདྲན་པ་སྟེ། གཙོ་བོའི་དབང་བ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་

ཏན་བྱེད་པར་དུ་མས་བསྐྱུགས་པ་རྒྱ་ཆེར་བཀོད་ནས། དེ་ལྟ་བུའི་འདྲན་པ་

དེས་དགའ་ལ་གཞོད་པ་སྟེ་ཆེག་མེད་དུ་ཆར་གཙོད་པར་བྱེད་ཅེས་པ་ནི། སྒྲོན་

པ་མཁན་སྒྲུ་མ་ཏའི་འདོད་པ་སྟེ། ལམ་གྱི་སྟོལ་ལམ་རིམ་པ་འདི་ནི་འཇིག་

ཉན་ན་རང་བཞིན་གྱིས་མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཡིན་ཞེས་པའི་ཐ་ཆོག་

དང་། དེར་མ་ཟད།

རིགས་དང་བཙོན་འགྱུས་ཐོས་སོགས་གྱིས། །

དག་པོ་ཡང་ནི་བསྐྱགས་བྱས་ནས། །

དེ་ལས་རྒྱལ་ཕྱིར་འཕྲེན་པ་ནི། །

ཁྱད་འཕགས་བརྗོད་པ་འང་བདག་དགའ་སྤྲོད། །

རིགས་མཐོ་བ་དང་། བཙོན་འགྲུས་ཆེ་བ་དང་། མང་དུ་ཐོས་པ་དང་།  
སོགས་ཁོངས་ནས་གཏོང་བ་དང་། བདེན་པ་དང་། བཟོད་པ་དང་། དཔའ་  
རྟལ་དང་། སྤྱིང་སྤྱོདས་གྱིས་བསྐྱས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆོགས་རྒྱ་ཆེ་བ་དུ་  
མས། ཐོག་མར་དག་པོ་སྟེ་འགྲན་རྒྱལ་ཡང་བསྐྱགས་ཤིང་བསྟོད་པར་བྱས་  
ནས། དེ་ལྟ་བུ་ལས་ཀྱང་འཕྲེན་པ་སྟེ། བསྟོད་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་དེ་ཉིད་རྒྱལ་  
བར་གྱུར་ཅིང་། དེ་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་རྒྱ་མཆན་དེ་  
ཉིད་གཏན་ཆོགས་སུ་བཀོད་དེ། འཕྲེན་པ་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པར་བརྗོད་  
པའི་ཚུལ་འདི་ལྟ་བུ་བརྗོད་པ་འང་དབྱུག་པ་ཅན་བདག་དགའ་བ་སྤྲོད་པར་  
བྱེད་དོ་ཞེས་པ་སྟེ་འང་གི་སྤྱས་ལུགས་སུ་མ་ཡང་མི་འདོར་བས་ན་སྟོབ་  
དཔོན་འདི་ནི་རིམ་པ་གཉིས་ཀ་བཞེད་པ་ཡིན་གྱི། ལྷ་མ་ཏ་ནི་ཕྱི་མ་མི་  
འདོད་དོ། །

སྒྲུག་པ་བཤའ་བ།

རྩ་བའི་ས་བཅད་སྒྲུབ་པ་གི་ལུས་གཉིས་པ་སྒྲུག་པ་བཤའ་བ་ལ་  
མཚན་ཉིད་དང་དབྱེ་བ་གཉིས་ལས།

མཚན་ཉིད།

དང་པོ་མཚན་ཉིད་ནི། ཀླུ་པ་མེད་པའི་ཆོག་བྱུང་ནི། སྒྲུག་པ། ཞེས་  
ཏེ། ཀླུ་པར་མ་བཅད་པའི་ཆོག་གི་བྱུང་ངེ་སྒྲུབ་འཆམས་པའི་དག་གི་སྤང་  
བར་བཟོད་པ་ནི་སྒྲུག་པ་ཡིན་ལ། སྒྲོན་གྱི་ལོ་རྒྱ་བ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱུ་  
པ་ཞེས་པར་བསྒྱུར་བ་ཡོད་དོ། །

དབྱེ་བ་བཤའ་བ།

གཉིས་པ་དབྱེ་བ་བཤའ་བ་ལ་གཉིས། མིང་ཅམ་གྱི་དབྱེ་བ་བསྟན།  
དོན་གྱི་དབྱེ་བ་གཞན་དགག་པའོ། །

མིང་ཅམ་གྱི་དབྱེ་བ་བསྟན་པ།

དང་པོ་ནི།

བཟོད་པ་དང་ནི་གཏམ། །

ཞེས་པ་དེ་ཡི་རབ་དབྱེ་གཉིས། །

སྒྲུག་པ་ཞེས་པ་དེ་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ནི་གཉིས་ཏེ་བཟོད་པ་དང་གཏམ་  
ཞེས་བྱ་བ་གཉིས་སོ། །དེ་ངོས་འཛིན་པར་ཞུགས་པ་ན། ལྷ་མ་ཉའི་འདོད་  
པ་ནི་དགག་པའི་སྐབས་སུ་སྒྲོན་ལ། བརྒྱུ་ཏ་རིག་བྱེད་བྱ་མཆོ་ནི། བཟོད་  
པའི་མཚན་ཉིད། སྒྲུག་པའི་སྒྲུབ་པ་གང་ཞིག་སྒྲོན་བྱུང་གི་གཏམ་བྱུང་

ལས་བྲངས་པ་མ་ཡིན་པའི་རིགས་བཟོད་པ་དང་། གཏམ་གྱི་མཚན་ཉིད།  
ལྷག་པའི་སྙན་ངག་གང་ཞིག རྒྱུ་བྱུང་བའི་གཏམ་རྒྱུད་ལས་བརྩམས་ཏེ་  
བཟོད་པ་ཤས་ཆེ་བ་ཡིན་ཞེས་བཞེད་པ། གཞུང་འདིར་ཡང་།

རྒྱུ་བྱུང་གཏམ་ལས་བྱུར་བའམ། །

ཅིག་ཤོས་ལེགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། །

ཞེས་འབྱུང་བ་དང་མ་ཐུན་པས་ལེགས་ཞེས་མཁས་པ་སྤྲ་རབས་པ་  
དུ་མས་གསུངས་སོ། །

དོན་གྱི་དབྱེ་བ་གཞན་དགག་པ།

གཉིས་པ་དགག་བྱ་ལྷ་མ་ཉའི་འདོད་པ་རེ་རེ་བཀོད་པ་ལ། དགག་  
བྱེད་དབྱག་པ་ཅན་གྱི་རིག་པ་རེ་རེ་འཕངས་པའི་ཚུལ་རིམ་བཞིན་བཟོད་  
པའི་བླ་མ་ཉའི་འདོད་པ།

དེ་ལ་འདྲན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ནི། །

བཟོད་པར་བྱ་བ་བཟོད་པ་ལོ། །

གཞན་ནི་འདྲན་པའམ་གཞན་གྱིས་ཀྱང་། །

རང་གི་ཡོན་ཏན་བསྐྱགས་སྦྱོན་འདིར། །

ཡང་དག་དོན་བསྐྱགས་སྦྱོར་ཡོད་མིན། །

ཞེས་པས་བཟོད་པ་ནི། འདྲན་པ་ནི་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུས། རང་ཉིད་གྱི་  
སྦྱོར་ཚུལ་ལམ་ཡོན་ཏན་བཟོད་པ་ཡིན་ལ། གཞན་གཏམ་ནི། འདྲན་པའམ་

འདྲན་པ་ལས་གཞན་འཁོར་དང་སྒྲིབ་པ་མཁན་སོགས་གྲིས་ཀྱང་སྒྲུབ་  
བའི་སྒྲོན་ཚུལ་ལས་ཡོན་ཏན་སྒྲེང་བ་དེ་ཡིན་པས་སྒྲུབ་པོ་ངེས་པ་ཡོད་  
ཅིང་། རང་གི་ཡོན་ཏན་རང་གིས་བསྒྲགས་པ་དམ་པའི་སྒྲོན་ཚུལ་མིན་ནོ་  
སྒྲུབ་པའི་སྒྲོན་ཡང་མེད་དེ། འདི་སྒྲུབ་པ་ཡོན་ཏན་ནི་སྒྲོ་བཏགས་པ་མིན་གྱི།  
ཡང་དག་པ་སྟེ་གནས་ཚུལ་ཇི་ལྟ་བུས་བསྒྲགས་པའི་ཕྱིར་སྒྲོན་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་ནོ་ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། ལོ་གྲག་ཟེར་སོགས་གཞན་གཞུང་གསལ་བར་  
བྱེད་པའི་ཆོག་ཡིན་པས་འདིར་ཡང་ལོ་ལྟེ་སྒྲུབ་ནི་ཆོག་དོན་དེ་ལ་མ་རངས་  
བར་སྒྲོན་པའོ། །དེ་འགོག་པ་ལ་དབྱུག་པ་ཅན་གྱིས།

འོན་ཀྱང་ངེས་པ་མ་མཐོང་སྟེ། །

དེ་ཡང་གཞན་གྱིས་བཟོད་པའི་ཕྱིར། །

གཞན་གྱིས་བཟོད་དམ་རང་གིས་ཞེས། །

དབྱེ་བའི་རྒྱ་ནི་ཅི་ཞིག་འདྲ། །

དེ་ལྟར། འོན་ཀྱང་ཁྱོད་གྱིས་བཞག་པའི་དབྱེ་བ་དེ་གཉིས་ལ་ངེས་པ་  
ཅི་ཡང་མ་མཐོང་སྟེ། དགའ་བའི་སྒྲོན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་བཟོད་  
པར། འདྲན་པའི་སྒྲོན་པ་འདྲན་པ་ལས་གཞན་གྱིས་བཟོད་པ་ཡང་སྒྲུབ་པའི་  
ཕྱིར་དང་། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་སྒྲུབ་པོ་ནི་སྒྲིབ་པ་མཁན་ཁོ་ན་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་གཞན་གྱིས་བཟོད་པ་གཏམ་རང་གིས་བཟོད་པ་བཟོད་པའོ་ཞེས་དབྱེ་  
བའི་རྒྱ་མཚན་འདི་ནི་ཅི་ཞིག་འདྲ་སྟེ། སྒྲིང་པོ་གང་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་པའོ།



ཡང་།

གལ་ཏེ་སྒོ་དང་གཞན་སྒོ་དང་། །

ཡིད་བརྟན་ལྡན་ཉིད་བརྗོད་པ་ནི། །

ཐ་དད་པ་ཡི་རྟགས་ཡིན་ན། །

གལ་ཏེ་སྒྲ་བ་པོ་རྒྱལ་པོ་སྒོ་དང་། ། གཞན་སྒོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆིགས་

བཅད་འབྱུང་འབྱུར་གྱི་དོན་གསལ་བར་བྱེད་པ་གཉིས་བརྗོད་པ་ལ། ། སྒྲེ་བོ་

གཞན་ཡིད་བརྟན་དང་ལྡན་པ་ཉིད་དེ་ཡིད་ཆེས་ཐོབ་པ་གསུམ་བརྗོད་པ་ལ་

ཡོད་པས། ། གཏམ་ལ་ཐ་དད་དུ་བྱེད་པའི་རྟགས་ཡིན་ནི་ཟེར་ན་ཞེས་པའི་

དོན་ཏེ། དེ་ལ།

ཞར་གྱི་གཏམ་རྣམས་དག་ལ་ཡང་། །

འཕགས་མ་སོགས་བཞིན་སྒོ་དང་ནི། །

གཞན་གྱི་སྒོ་དག་ཅིས་མི་འཇུག།

ལསྒྲ་སོགས་སམ་ཨ་ཤ་སྒྲ་སའི། །

དབྱེ་བ་མཐོང་ཡང་དེ་ལས་ཅི། །

ཆིགས་སུ་བཅད་པའི་བརྗོད་པ་ལ་སྒོ་དང་། ། གཞན་སྒོ་སོགས་འཇུག་

པ་ཡོད་པའི་ཞར་གྱིས། ། གཏམ་རྣམས་དག་ལ་འང་དེ་དག་ཅིས་མི་འཇུག་སྟེ།

དཔེར་ན། ། སྒྲེ་བོ་སྒྲེ་བོ་འཕགས་མའི་དབྱུངས་དང་རྗེས་བསྐྱབས་ལ་སོགས་

པ་ཆིགས་བཅད་གྱི་བརྗོད་པ་ལ་ཡོད་པ། ། གཏམ་ལ་འང་འཇུག་པ་བཞིན་ཏེ།

དེ་རྒྱལ་ས་ཆེ་གས་བཅད་དུ་བྱུང་པར་མེད་པས་སོ། །སྤྱིང་པོ་གཏམ་ལ་སྤྱེབ་  
སྦྱོར་ཡོད་པས་ཆེ་གས་བཅད་ཡོད་པར་གྲུབ། དེ་ཡོད་པས་གཏམ་ལ་སྦྱོར་དང་  
གཞན་དག་ཡོད། དེའི་སྤྱིར་བཏོད་པ་གཏམ་ལས་ཐ་དད་པའི་རྟགས་མ་ཡིན་  
པར་གྲུབ་པའོ། །གྲུང་ཐང་པ་བདེ་བའི་སྒྲོ་གྲོས་ཀྱི་འབྲེལ་པར། དཔེར་ན་  
བྱིན་པའི་མི་མཉམ་པ་ན་སྒྲོ་ཡོད་ཀྱང་རྒྱ་ཏིའི་འཕགས་མ་ལ་ཡང་སྒྲོ་ཡོད་པ་  
བཞིན་ནོ་ཞེས་འབྱུང་། དེར་མ་ཟད་ལས་སྒྲུ་སྟེ་གཞོན་རུ་མ་རྟེན་པ། སོགས་  
ཁོངས་ནས་ངལ་བསོ་བ་དང་མ་ཆོགས་པ་སོགས་བསྐྱུས་ལ། ཨ་ལྷ་ས་  
ཡིད་བརྟན་པ་ཐོབ་པ་རྒྱལ་ས་བཏོད་པ་ལ་ཡོད་པས་སོ་ཞེ་ན། དེ་དག་གཏམ་  
ལ་མེད་པའང་མི་འགྲུབ་ཅིང་། དེ་ལྟ་བུའི་དབྱེ་བ་ཡོད་དུ་ཆུག་ཀྱང་། ཐ་སྙད་  
ཐ་དད་པ་ཅམ་ལས་རིགས་ཐ་དད་དུ་དེ་ལས་ཅིའི་སྤྱིར་འགྲུབ་ཅེས་པའོ། །དེ་  
སྤྱིར་གཏམ་དང་བཏོད་པ་ཞེས། །མིང་གཉིས་དག་གིས་རིགས་གཅིག་  
མཆོན། རྒྱ་མཆོན་དེ་དག་གི་སྤྱིར་གཏམ་དང་བཏོད་པ་ཞེས་མིང་གི་ཐ་སྙད་  
གཉིས་སུ་བྱུང་ཡང་། རྒྱང་པས་མ་བཅད་པའི་ཆེ་གས་གི་རྒྱན་ལྷག་པ་ཁོ་ན་  
མཆོན་པར་བྱེད་དེ་གཉིས་འབྱུང་དང་། ལག་ལྷན་ཞེས་པའི་མིང་གཉིས་  
ཀས་སྤང་པོ་ཆེའི་རིགས་གཅིག་གོ་བ་ལྟ་བུའོ། །ལྷག་པའི་དབྱེ་བ་གཞན་  
ཡང་མཐོང་བ་འདྲིར་མ་སྒྲོས་པ་ཅི་ཞེག་སྟམ་ན། དེའི་སྤྱིར།

ལྷག་མ་བཏོད་པའི་རིགས་རྒྱལ་ས་ཀྱང་། །

འདི་ཉིད་ནང་དུ་འདུས་པར་འགྱུར། །

གོང་དུ་བརྗོད་པའི་ལྷག་མ་རིགས་ཀྱི་ནང་གསེས་གཞན་རྣམས་ཀྱང་  
གཉིས་པོ་འདི་ཉིད་ཀྱི་ནང་དུ་འདུས་པར་འགྱུར་བས་ལོགས་སུ་མ་བཤད་  
ཅེས་པའི་ཐ་ཆིག་གོ།

བྱ་མོ་འཕྲོག་དང་གཡུལ་དང་ནི། །

བསྐྱས་དང་དར་བ་ལ་སོགས་པ། །

སཀས་བཅིངས་པ་མཚུངས་པ་ཉིད། །

དེ་དག་ཁྱད་འབྱེད་ཡོན་ཏན་མིན། །

གཞན་ཡང་སྤྱི་མ་ཉམ་ཁྱད་པར་དུ་འདོད་པའི་བྱ་མོ་འཕྲོག་པ་དང་།  
གཡུལ་དང་། བསྐྱས་པ་སྟེ་ཕོ་མོ་མ་ཆོགས་པ་དང་། འདྲན་པ་དར་བ་ལ་  
སོགས་པ་ཡང་བརྗོད་པ་ལས་གཏམ་ལ་མེད་པ་མིན་ཏེ། སཀས་བཅིངས་  
པའི་སྟོན་ངག་ཆེན་པོ་ཀུན་ལ་མཚུངས་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར། དེ་གཉིས་ཀྱི་  
ཁྱད་པར་འབྱེད་རུས་པའི་ཡོན་ཏན་མིན་ནོ། །

དཔང་རྟེན་ལས། བྱ་མོ་འཕྲོག་པ་སྟོན་དུ་འགོ་བའི་གཡུལ་ཞེས་བྱ་བ་  
བར་གྱི་ཆིག་ཕྱིས་པའི་ཆིག་སྟུང་དེ་གཡུལ་ཙམ་དགོངས་པ་མ་ཡིན་ཞེས་  
ངག་གི་དབང་སྟུག་འཆད་ལ། རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་དུ་ནི་དེའི་རྒྱ་མཆན་དུ་འཇུག་  
གཞན་གྱི་རྒྱ་ཙན་གྱི་འང་གཡུལ་ཞེས་འཆད་དོ་ཞེས་འབྱུང་བ་བཤད་ཚུལ་  
རྣམ་གྲངས་པ་སྟེ། འབྲེལ་མཛད་གཞན་གྱིས་བརྗོད་མེད་དུ་བཞག་མོད་ཀྱི་  
དབྱུང་གཞིར་ངེས་པར་མཁོ་བ་ཉིད་དོ། །

སྒྲོན་པ་མཁའ་གྲིས་བསམ་བྱས་བཏགས། །

གཞན་དུ་ཡང་ནི་སྒྲོན་མི་འགྱུར། །

འདོད་དོན་སྐྱབ་ལ་སྒྲོ་བུ་ནི། །

མཁས་པ་རྣམས་ལ་ཅིས་མི་འགྱུར། །

སྒྲོན་པ་མཁའ་གྲིས་བསམ་བྱས་པའི་ཏགས་ཡོད་པ་བརྗོད་པའི་  
ཁྱད་ཆོས་སུ་བྱེད་པའང་མི་འཐད་དེ། དེ་འདྲ་ནི་གཞན་གཏམ་ལའང་སྒྲོན་དུ་  
མི་འགྱུར་ཏེ། འདོད་དོན་སྐྱབ་པའི་ཐབས་ཀྱི་སྒྲོར་མཁས་པ་རྣམས་ལ་ཅི་  
ཡང་མི་འགྱུར་བ་མེད་དོ་ཞེས་དོན་གཞན་བཀོད་པའི་བྱུང་གྲིས་བསྐྱབས་པ་  
སྟེ། སྒྲོན་པ་མཁས་པས་དུག་ཀྱང་སྒྲོན་དུ་བྱེད་པ་སྟུང་།

སྒྲོན་པ་མཁའ་ལ་ཅི་ཡང་བྱུང། །

མཁས་པས་བཤའ་ན་ཅི་ཡང་བདེན། །

སྟོ་འདྲན་ཅན་ལ་ཅི་ཡང་ཟས། །

འདོད་ཆེན་ཅན་ལ་ཅི་ཡང་ནོར། །

ཞེས་འབྱུང་ངོ་། ། །

སྒྲོན་པ་གི་ལུས་གསུམ་པ་སྟེལ་མ་བཤའ་བ།

རྩ་བའི་ས་བཅད་སྒྲོན་པ་གི་ལུས་གསུམ་པ་སྟེལ་མ་བཤའ་བར་  
གཉིས། གཙོ་བོ་དང་པལ་བའོ། །

གཙུག་པོ།

དང་པོ་ནི།

སྤེལ་མ་སྒྲོས་གར་ལ་སོགས་ཏེ། །

དེ་དག་ནུམས་ནི་གཞན་ན་རྒྱས། །

སྤེལ་མ་ནི་སྒྲོས་གར་གྱི་བསྟན་བཅོས་སྤྲི་ཏ་དང་། རང་བཞིན་དང་།

བྱུང་ཆག་དང་། ལ་ཟེའི་སྐད་རིགས་བཞི་ཚང་བ་བཅད་ལྷུག་སྤེལ་མའི་

བདག་ཉིད་ཅན་ལྷ་ཀྱན་ཏུ་དགའ་བའི་སྒྲོས་གར་གྱི་རྒྱ་དཔེ་ལྷ་བྱ་སྟེ། སོགས་

ཁོངས་ནས་སྤྲ་ཏ་ར་ཏ་དང་། སྤྲ་ཏ་བ་ལ་སོགས་བ་དེ་དག་གི་མཆན་ཉིད་

དང་དབྱེ་བ་ལྷ་ར་ཏ་དང་། གོ་ཏ་ལ་སོགས་སྒྲོས་གར་གྱི་བསྟན་བཅོས་

གཞན་ན་རྒྱས་པར་ཡོད་པས་དེ་དག་ཏུ་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག་ཅེས་པའོ། །

པལ་ག།

གཉིས་པ་ནི། འོ་ན་སྤེལ་མ་དེ་ཁོ་ནར་ངས་སམ་ཞེ་ན།

ལྷུག་པ་ཆིགས་བཅད་རང་བཞིན་གང་། །

ཅ་སྤྱ་ཞེས་པར་མངོན་པར་བརྗོད། །

སྐད་རིགས་བཞི་མ་ཚང་ཡང་། གང་རུང་རེ་ལ་བརྟེན་པའི་ལྷུག་པ་

དང་། ཆིགས་བཅད་བསྐྱེས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་སྤེལ་

མ་སྟེ། རྒྱལ་བའི་སྤྱེས་རབས་སོ་བཞི་བ་ལྷ་བྱ་དེའི་མིང་གི་ནམ་གངས་ཅ་སྤྱ་

ཞེས་པ་ཡང་མངོན་པར་བརྗོད་དོ། །

གཉིས་པ་རྫོང་བྱེད་སྐད་རིགས་བཤའ་བ།

གཉིས་པ་རྫོང་བྱེད་སྐད་རིགས་བཤའ་བ་ལ་གསུམ། མདོར་བསྟན་  
གྱི་སྒྲོན་ས་དབྱེ་བ་བཤའ་བྱས་བཤའ་གྱི་སྒྲོན་ས་ངོ་བོ་བསྟན། དེ་དག་གིས་  
ཚུམ་པའི་བསྟན་བཅས་གྱི་རྣམ་པའོ། །

མདོར་བསྟན་གྱི་སྒྲོན་ས་དབྱེ་བ་བཤའ་བ།

དང་པོ་ནི།

དག་གི་རང་བཞིན་དེ་དག་ཀྱང་། །

ལེགས་སྒྲུབ་དེ་བཞིན་རང་བཞིན་དང་། །

བྱུང་ཆག་འདྲེན་མ་ཞེས་པ་སྟེ། །

རྣམ་པ་བཞི་རུ་མཁས་པས་གསུངས། །

སྒྲོན་རུ་བཤའ་པའི་དག་གི་རང་བཞིན་དེ་དག་ཀྱང་། ལེགས་སྒྲུབ་ཏེ་  
སྤྱི་ཏྲ་དང་། དེ་བཞིན་རུ་རང་བཞིན་ཞེས་པ་སྤྱི་ཏྲ་དང་། བྱུང་ཆག་སྟེ་  
ཨ་བ་རྩྱུ་ལ་ཞེས་པ་སོ་སོ་དང་། དེ་དག་བསྐྱེད་པའི་འདྲེན་མ་ཞེས་པ་རྣམ་  
པ་བཞི་རུ་སྒྲོབ་དཔོན་རྣམས་ལ་སོགས་སྒྲོན་གྱི་མཁས་པས་གསུངས་སོ། །

བྱས་བཤའ་གྱི་སྒྲོན་ས་ངོ་བོ་བསྟན་བ།

གཉིས་པ་བྱས་བཤའ་གྱི་སྒྲོན་ས་ངོ་བོ་བསྟན་པ་ལ་གསུམ། ལེགས་  
སྒྲུབ་རང་བཞིན་བྱུང་ཆག་བཤའ་པའོ། །



དང་པོ་ནི།

ལེགས་སྦྱར་ཞེས་པ་ལྟ་ཡི་ནི། །

སྐད་དུ་བྲང་སྲོང་ཆེན་པོས་གསུངས། །

རང་བཞིན་དང་རྒྱུ་དུ་ལེགས་པར་སྦྱར་བ་སྤྱི་ཏེ་སྐད་ནི། ཐུབ་  
པའི་དགོངས་རྒྱུ་ལས། ལྟ་ཐམས་ཅད་འཕགས་པའི་སྐད་དུ་སྦྱོར་ཞེས་དང་།  
འགྲེལ་བ་དྲི་མ་དང་བྲལ་བའི་འོད་དུ་ཡང་། ལྟ་ཐམས་ལྟའི་སྐད་ཀྱིས་ཡོངས་  
སྤྱི་སྤྱོད་པར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལྟའི་སྐད་དུ་སྦྱོར་གྱི་  
སྦྱོབ་དཔོན་སྐྱེ་ལྟ་ལས། ཡང་ན་རྒྱུ་ལྟར། ཀྱན་ཏུ་བཟང་པོ་དཔེ་མེད་བྲང་  
སྲོང་ཆེ། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་བྲང་སྲོང་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱུས་བཅོམ་ལྷན་  
འདས་ཀྱིས་གསུངས་སོ། །

རང་བཞིན་འཆད་པ།

གཉིས་པ་རང་བཞིན་འཆད་པ་ལ།

དེ་སྦྱེས་དེ་མཚུངས་ཡུལ་ཅན་ཞེས། །

དུ་མ་རང་བཞིན་དག་གི་རིམ། །

ལེགས་སྦྱར་དེ་ལས་སྦྱེས་པ་དང་། །

ལེགས་སྦྱར་དེ་དང་མཚུངས་པ་དང་། །

ཡུལ་ཅན་དེ་ཡུལ་འཁོར་ཆེན་པོ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དུ་མ་ནི་

རང་བཞིན་གྱི་སྐད་གྱི་རིམ་པའོ། །

ཡུལ་འཁོར་ཆེན་པོ་ལ་བརྟེན་སྐད། །

ལེགས་བཤའ་རིན་ཆེན་དག་གི་མཆོ། །

བསེ་རུའི་བཅེངས་སོགས་གང་ལས་བྱུང་། །

རང་བཞིན་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པར་རིགས། །

རང་བཞིན་གྱི་སྐད་དེ་ཡང་། གང་དུ་བཟོ་གནས་བཅོ་བརྒྱད་ཆང་བར་  
ཡོད་པ་ནི་ཡུལ་འཁོར་ཆེན་པོ་ཡིན་ལ། བཅོ་བརྒྱད་ནི། ཆོང་བ་དང་། རྩ་  
མཁན་དང་། འཕྲེང་བ་མཁན་དང་། ཆང་འཆོང་དང་། སྤྱགས་འཆོ་བ་དང་།  
འབྲེག་མཁན་དང་། འབྲུ་མར་འཆི་ར་བ་དང་། མགར་བ་དང་། ཤིང་མཁན་  
དང་། སྤྱ་མཁན་དང་། ཐ་ག་བ་དང་། ཀོ་ལྷགས་མཁན་དང་། རྒྱལ་ཆེན་བ་  
དང་། བཅོ་སྒྲག་མཁན་དང་། སྤྱིག་མ་མཁན་དང་། བཤའ་བ་དང་། གདོལ་  
པའི་ལས་དང་། ཤིང་རྩ་མཁན་ཞེས་བཅོ་བརྒྱད་མདོ་ལས་འབྱུང་བ་དག་སྟེ།  
ཡུལ་འཁོར་ཆེན་པོ་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་སྐད་ནི། ཆོག་དོན་སྤུལ་དུ་བྱུང་བ་དང་  
ལྡན་པའི་ལེགས་བཤའ་རིན་པོ་ཆེ་སྣ་ཆོགས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཆོ་ཡིན་ལ།  
དེ་ནི་ལེ་འུའི་མིང་གི་བྱུང་པར་བསེ་རུས་བཅེངས་པ་སྟེ་རབ་མཆོག་སྟེས་  
སྒྲུབ་བ་སོགས་ལས་མཐོང་བ་རང་བཞིན་གྱི་སྐད་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པར་  
རིགས་སོ། །

རང་བཞིན་གྱི་སྐད་གཞན་ཡང་།

སྟོར་སེན་གྱོད་དང་། །

ལ་ཁྱེ་གཞན་ཡང་དེ་འདྲའི་སྐད། །

རང་བཞིན་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ཡི། །

ཐ་སྙད་རྣམས་ལ་ཉེ་བར་འགྱུར། །

སྟོར་སེན་དབང་པོའི་སྡེ་དང་། གྱོད་ཤར་ཕྱོགས། ལ་ཁྱེ་རྩལ་བ་  
དང་། གཞན་ཡང་དེ་དང་འདྲ་བ། རི་སྐད་དུ།

མཉན་ཡོད་གནས་བཅས་ཅམ་བ་ཀ། །

སྒྲ་རྩ་ཁ་སྒྲི་ཡངས་བ་ཅན། །

རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ནི་དུག་བ་སྟེ། །

འདི་དག་གོང་ཁྱེར་ཆེན་པོར་གྲགས། །

ཞེས་འབྱུང་བའི་ཡུལ་དེ་དག་ལ་སོགས་པའི་མིའི་སྐད་ནི། རང་  
བཞིན་གྱི་སྐད་ཉིད་ཡིན་པའི་མིང་གི་ཐ་སྙད་རྣོས་གར་ལ་སོགས་པ་རྣམས་  
ལས་ཉེ་བར་བསྟན་ཅིང་སྦྱོར་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་རང་བཞིན་གྱི་  
སྐད་ལ་བཞི་སྟེ་བོད་སྐད་ཀྱང་འདིའི་ཁོངས་སུ་འདུས་སོ། །

བྱུར་ཆག་བཤད་བ།

གསུམ་བ་བྱུར་ཆག་ལ།

བ་ལང་རྩི་ལ་སོགས་པའི་ཆོག །

སྟན་ངག་ལ་བྱུར་ཆག་ཅེས་གནས། །

བསྐྱེད་བཅོས་རྣམས་སྤྱེལ་གས་སྒྲུབ་ལས། །

གཞན་པ་བྱུང་ཆག་ཉིད་དུ་བཟོད། །

བ་ལང་རྩི་ལ་སོགས་པས་མཆོན་ནས། ལྷན་པོ་བཟོད་པ་མི་ཤེས་  
པའི་ངག་ བྱོང་པའི་ཆོག་གམ་ལྷན་སྐད་ནི་སྒྲུབ་ངག་གི་སྐབས་ལ་བྱུང་ཆག་  
ཏུ་གནས་ཤིང་བཞག་ལ། བཟོད་སྤྱོད་པའི་བསྐྱེད་བཅོས་རྣམས་སྤྱེལ་གས་  
སྒྲུབ་ལས་གཞན་པའི་སྐད་ཐམས་ཅད་བྱུང་ཆག་ཏུ་བཟོད་པའི་སྐབས་ཀྱང་  
ཡོད་དོ། །

དེ་དག་གིས་རྩོམ་པའི་བསྐྱེད་བཅོས་ཀྱི་རྣམ་པ།

གསུམ་པ་དེ་དག་གིས་རྩོམ་པའི་བསྐྱེད་བཅོས་ཀྱི་རྣམ་པ་ནི།

ཤེགས་སྒྲུབ་སྐྱེས་བཅེངས་ལ་སོགས། །

རང་བཞིན་སྐྱོད་ཀ་སོགས་དང་། །

བྱུང་ཆག་ཨོ་ས་ར་སོགས་ཏེ། །

ལྷོས་གར་ལ་སོགས་འདྲེས་པའོ། །

ཤེགས་སྒྲུབ་ཀྱི་སྐད་འབའ་ཞིག་པ་སྐྱེས་བཅེངས་པ་དཔག་བསམ་  
འཛི་ཤིང་ལྟ་བུ་དང་། སོགས་ཁོངས་ནས་བསྐྱེད་བཅོས་སྐབས་དང་།  
འདུས་པ་དང་། བསྐྱོད་པ་ལ་སོགས་པའོ། །རང་བཞིན་ཀྱི་སྐད་དུ་སྒྲུབ་བ་  
རབ་མཆོག་སྤེས་བྱས་པ་སྐྱོད་ཀ་སྤེ་ཕྱང་པོ་ཅན་དང་། བྲ་ཐ་མ་ག་ཐ་ཞེས་  
པའི་རིགས་ཅན་དག་དང་། བྱུང་ཆག་ཏུ་སྒྲུབ་བ་ཨོ་ས་ར་དང་། ར་ས་ཀ་ལ་

སོགས་པ། སྒྲིམ་གར་ལྟ་ན་ཀ་སོགས་སྐད་རིགས་ནམས་འདྲེས་པའི་བསྟན་  
བཅོས་སོ། །དེ་དག་གི་ཞར་བྱང་།

གཏམ་སོགས་སྐད་ནི་ཐམས་ཅད་དང་། །

ལེགས་སྦྱར་གྱིས་ཀྱང་བཅིངས་པ་སྟེ། །

མད་བྱང་དོན་ཆེན་རྒྱ་ཆེའི་གཏམ། །

འབྱུང་པོའི་སྐད་ཀྱི་རང་བཞིན་བཟོད། །

ཅེས་བྱ་བ་ནི། ལྷག་པའི་རིགས་ཀྱི་གཏམ་དང་བཟོད་པ། སོགས་  
ཁོངས་ནས་ཆོགས་བཅད་ཀྱང་སྐད་རིགས་ཐམས་ཅད་ཆོགས་པས་སྟོན་  
བཤམ། ཡ་གྲུལ་ལེགས་སྦྱར་འབའ་ཞིག་ཀྱང་བཅིངས་པ་ཡོད་དེ། མད་དུ་  
བྱང་བའི་བཟོད་བྱ་རྒྱ་ཆེར་སྟོན་པའི་བསྟན་བཅོས་གཏམ་རྒྱད་ཆེན་པོ་ཞེས་  
བྱ་བ། འབྱུང་པོའི་སྐད་དེ་ཤ་བའི་སྐད་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་བཟོད་པའང་ཡོད་  
ལ། དེ་བཞིན་རིན་ཆེན་རབ་སྒྲུང་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་འབྱུང་པོའི་སྐད་ཀྱིས་  
བཅུམས་པ་ཡོད་ཅེས་སོ། །དག་དབང་འཛིག་ཏེན་དབང་ལྷག་གསལ་པས།  
ཆོས་འབྱུང་འགའ་ཞིག་ལས། བོད་སྐད་ཀྱང་འབྱུང་པོ་ཤ་བའི་སྐད་དུ་འཆད་  
གསུངས་པ་ཁུངས་དང་འབྲེལ་ན་ལེགས་ལ། གོང་ལྟར་སྟེ་བ་སྦྱོར་བ་སྦྱིག་ཏུ་  
མེད་པས་བོད་སྐད་ལ་སྟོན་དག་མཆོན་ཉིད་པ་མེད་གསུང་མཁན་བྱང་སྒྲུང་  
བ་ནི། སྐབས་འདི་དག་དང་། ལྷག་པ་སྟེལ་མ་ལུས་སུ་བཤའ་བ་མ་མཐོང་  
བཤམ་མཐོང་ཡང་དོན་མ་གོ་བར་བཤའ་རིམ་པའི་གཏམ་སོ། །སྐབས་འདིར་

བརྟག་པར་བྱ་བ་འདི་ཡོད་དེ། མོ་ས་ར་དང་ར་ས་ཀ་སོགས་བྱར་ཆག་གི་  
སྐད་དུ་སྒྲུབ་བའི་བསྟན་བཅོས་ཡོད་ཅེས་པའི་བྱར་ཆག་ གཞུང་འདིར་སྟན་  
ངག་རང་ལུགས་དང་། བསྟན་བཅོས་ལ་གྲགས་པའི་བྱར་ཆག་གཉིས་  
བཤའ་བ་གང་རུང་ཡིན་ནམ། དེ་མ་ཡིན་པའི་མཆན་གཞི་བྱར་བ་ཞིག་ངོས་  
འཛིན་རྒྱ་ཡོད་ཅེས་ནམ་པར་དབྱེད་ན། དང་པོ་མི་འཐད་དེ། བ་ཡང་རྩི་ལ་  
སོགས་པ་བརྗོད་མི་ཤེས་པ། ལྷན་པོ་གོང་པའི་ཆོག་དེ་ནི་སྤང་དགོས་པར་  
གསུངས་པ་དང་། འོག་དྲ། ཆོག་སྒྲོར་མཆོག་མིན་འདོད་པ་ནི། །སྤྱི་ཉམས་  
ཡིན་ཏེ་ཞེས་མཆོག་མིན་པའི་ཡུལ་དམན་པ་ལ་གྲགས་པའི་ངག་ནི། སྒྲོན་  
བཙུང་ནང་ཆོན་སྤྱི་ཉམས་སུ་བཤའ་བས་མི་རུང་བའི་བྱིར། གཉིས་པ་ཡང་  
མི་འཐད་དེ། ལེགས་སྒྲུབ་ལས་གཞན་པའི་སྐད་ཐམས་ཅད་བྱར་ཆག་ཡིན་  
ན། སྐུ་ཀ་སོགས་རང་བཞིན་གྱི་སྐད་དུ་སྒྲུབ་བ་དག་ཀྱང་བྱར་ཆག་ཏུ་  
འགྱུར་བས་རང་གི་མཆན་ཉིད་འཛིན་མི་རིགས་པའི་བྱིར། གསུམ་པ་ལྟར་  
ཡང་། མཆན་གཞི་གསར་དུ་ངོས་འཛིན་དགོས་ཤིང་། དེ་རྒྱང་ཡང་གཞུང་  
དུ། དེ་བོར་ནས་མ་ཡིན་པ་དེ་གཉིས་བཤའ་བ་ཡོད་པའི་སྒྲོ་བོར་མེད་པའི་  
སྤང་འཆག་པའི་དཔེར་སོང་བའི་འགལ་བ་སྤང་དགོས་པའི་བྱིར། དེས་ན་  
འདི་ཉིད་ཤིན་ཏུ་དབྱེད་འོས་ཀྱང་འབྲེལ་ཁྲིཀ་ཀྱན་ཏུ་དོགས་པ་ཅམ་མ་ཤར་  
ན། ད་ནི་གང་ཟག་ཀྱན་ལ་སྟན་ངག་ལྷ་ཆོས་ཁོ་ནར་འདོད་པ་དང་། ལེའུ་  
བར་པ་ལས་མི་དགོས་པར་རྩི་བ་དང་། ཉམས་པ་ཆེ་ཤོས་འགས་ནི་གཞུང་



དོན་བོར་བའི་ཡ་མཚན་ཅན་གྱི་ཚོམ་རྒྱགས་སོགས་སྟོགས་མའི་རང་  
རྒྱགས་ཅི་ཡང་དར་བས་འདི་འདྲའི་དབྱེད་པས་ཅི་ཞིག་བྱ། དེའི་སྤྱིར་འཕྲོས་  
བཏང་སྟོམས་སོ། །

སྤྱིར་ཚུལ་དོན་གྱི་དབྱེ་བས་གཉིས་སུ་བསྟན་པ།

གསུམ་པ་སྤྱིར་ཚུལ་དོན་གྱི་དབྱེ་བས་གཉིས་སུ་བསྟན་པ་ནི།

སྟོག་དང་རོལ་དང་སྟབས་ལ་སོགས། །

ལྟ་བའི་དོན་ཡིན་ཅིག་ཞོས་ཀྱང་། །

མཉན་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཅས་པ། །

འདི་ཡང་ལྷགས་གཉིས་དག་ཏུ་བཅོད། །

སྟོག་པ་དང་རོལ་པ་ལ་སོགས་པའི་ཉམས་གཙུག་བོར་གྱུར་པའི་ལྷས་  
གྱི་འདུག་སྟངས་དང་། ཀྱང་ལག་གི་གར་སྟབས་སོགས་ལྟ་བ་མིག་གི་དོན་  
གཙུག་བོར་སྟོན་པའི་སྟན་ངག་ནི་ལྟ་བ་ལ་སྤྱིར་སྤྱིར་གཙུག་བོར་སྟོན་  
ལ། དེའི་ཅིག་ཞོས་བཟུ་བྱའི་ལྷས་མིན་པར་ན་བར་མཉན་བྱའི་ཉམས་གཙུག་  
བོར་སྟོན་པ་སྟན་ངག་ཆེན་པོ་སོགས་ཏེ། ཉན་པ་ལ་ཉེ་བར་སྤྱིར་བ་ཡིན་  
པས་འདི་སྤྱིར་ཚུལ་གྱི་ལྷགས་གཉིས་སུ་བཅོད་དོ། །དེ་དག་ནི་རྒྱན་གྱིས་  
མཛེས་པར་བྱ་བའི་གཞི་ལྷས་གྱི་རྣམ་པར་བཞག་པའོ། །

བྱུང་བཤའ་པ།

རྩ་བའི་ས་བཅད་གཉིས་པ་བྱུང་བཤའ་པ་ལ་གཉིས།      བྱུང་མོང་མ་  
ཡིན་པའི་བྱུང་གིས་ལམ་རྣམ་པར་དབྱེ།      བྱུང་མོང་བའི་བྱུང་གིས་དབྱེ་བ་  
ཞིབ་མོར་བཤའ་པའོ། །

བྱུང་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱུང་གིས་ལམ་རྣམ་པར་དབྱེ་བ།

དང་པོ་ལ་གསུམ།      ལམ་དུ་མར་བསྟན།      ལྟོ་བ་དང་ཤར་བའི་ལམ་  
དབྱེ། སྐབས་སུ་སྒྲོན་པ་གི་བྱུང་བཤའ་པའོ། །

ལམ་དུ་མར་བསྟན་པ།

དང་པོ་ནི།

པན་ཚུན་དབྱེ་བ་སྤྱོད་ཅན། །

ཆིག་གི་ལམ་ནི་དུ་མ་ཡོད། །

ལྟོ་བ་སྒྲུབ་བའི་སྒྲོན་པ་རྣམས་ལ་པན་ཚུན་གི་མི་འདྲ་བའི་དབྱེ་བ་སྤྱོད་  
མོ་ཅན་མང་པོ་ཡོད་པས།      ཆིག་གི་ལམ་དེ་ཞིབ་མོར་བྱེ་ན་ནི་དུ་མ་ཞིག་  
ཡོད་དེ། དེ་དག་གྲང་བ་ལང་དང་བ་མེན་གི་བྱུང་སྒྲུབ་ཅུང་ཟད་ཅུང་ཟད་ཅན་  
མ་འདྲ་བའོ། །

ལྟོ་བ་དང་ཤར་བའི་ལམ་དབྱེ།

གཉིས་པ་ལ་མདོར་བསྟན། བྱུང་བཤའ། དོན་བསྒྲུབ་པའོ། །

མདོར་བསྟན།

དང་པོ་མདོར་བསྟན་པའི་དབང་དུ་མཛད་ནས།

དེ་ལ་བེ་དམྱ་དང་ནི། །  
གོ་ཏུ་བའི་བྱང་གསལ་བར་དབྱེ། །  
སྐར་བ་རབ་དང་མཉམ་ཉིད་དང་། །  
སྒྲན་དང་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པ་དང་། །  
དོན་གསལ་བ་དང་རྒྱ་ཆེ་བ། །  
བརྒྱུད་དང་མཛེས་དང་ཉིང་ངེ་འཛིན། །  
ཡོན་ཏན་འདི་བཅུ་བེ་དམྱ་ནི། །  
ལམ་གྱི་སློབ་ཏུ་བཞུགས་པ་ཡིན། །  
དེ་དག་པལ་ཆར་བསྐྱོད་པས་ནི། །  
གོ་ཏུ་འམ་དག་མཆོན་པ་ཡིན། །

ཞེས་སློབ་ཏེ། དེ་ལ་བེ་དམྱ་ཞེས་པ་དཔའ་བོའི་ཡུལ་སྤྱོད་སྤྱོད་གསལ་བ་  
དང་། གོ་ཏུ་དཀར་མོ་སྟེ་ཤར་སྤྱོད་པའི་སྒྲན་དག་མཁན་རྣམས་སྐར་བ་  
ལ་སོགས་པའི་མིང་མཐུན་ཡང་། མཆོན་ཉིད་ཏྲ་དང་བ་མེན་ལྟར་བྱང་བར་  
ཆེ་བ་སྟེ་གསལ་བར་བརྒྱུད་ན། རྒྱས་པའི་བསྒྲན་བཅོས་སྟར་ཏ་ལས་བཞུགས་  
པའི་ཡོན་ཏན་ནི་བཅུ་སྟེ་ཡི་གེ་སྦྱོར་བ་སྦྱོར་བ་སྦྱོར་བ་དང་། འཛིན་ཉིན་ལ་  
གྲགས་པའི་དོན་ཅན་རབ་ཏུ་དང་བ་དང་། འཇམ་རྩ་བ་ཀྱི་སྦྱོར་བ་མཉམ་པ་  
མཉམ་ཉིད་དང་། སྤྱོད་ཉིན་གྱི་ཉམས་དང་ལྡན་པའི་སྒྲན་པ་དང་། འཇམ་པའི་  
ཡི་གེ་མང་བ་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པ་དང་། དོན་བརྟག་མི་དགོས་པར་གསལ་

བས་དོན་གསལ་དང་། བྱད་པར་དུ་འཕགས་པའི་ཡོན་ཏན་རྟོགས་པ་བྱ་ཆེ་  
བ་དང་། ཆོག་སྤྱད་གྱི་འབྲུག་པ་མང་བ་བརྗེད་པ་དང་། །འཛིག་རྟོག་གྱི་དོན་  
ལས་མ་འདས་ཤིང་ཡིད་འཕྲོག་པ་མཛེས་པ་དང་། ཆོས་གཞན་ཆོས་ཅན་  
གཞན་ལ་བཀོད་པ་འཛིག་རྟོག་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་པལ་བའི་དོན་ཅན་ཉིང་  
ངེ་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་ཉིང་བཅུ་པོ་འདི་དག་སྟོ་སྟོགས་བེད་སྟོན་ལམ་གྱི་སྟོག་  
གས་སྟོང་པོ་ལྟ་བུར་བཤའ་བ་ཡིན་ལ། དོན་གསལ་སྟོགས་ཆ་ཤས་འགའ་  
མ་གཏོགས་མཆན་ཉིད་དེ་དག་པལ་ཆར་བསྒྲོག་པའི་སྒྲུབ་བས་ཤར་  
སྟོགས་གོ་རྒྱུ་པའི་ལམ་མཆོན་པ་ཡིན་ནོ། །གྲུང་ཐང་པའི་འབྲེལ་བར་བེ་  
དར་ནི་ཡུལ་ལོ། ལྷ་ཁེས་པ་དཔའ་བོ་དང་ནག་མའི་ཁོལ་བོ་ལ་སྟོགས་པ་སྟོ་  
སྟོགས་པའི་སྒྲིབ་པ་མཁན་རྣམས་སོ། །གོ་རྒྱུ་ནི་ཡུལ་ལོ། །ལྷ་ཁེས་པས་  
ཤར་སྟོགས་པའི་སྒྲིབ་པ་མཁན་རྣམས་མཆོན་ནོ་ཁེས་འབྲུང་སྟེ་རྣམ་  
བྲངས་སོ། །

རྒྱས་པར་བཤའ་བ་ལ།

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤའ་བ་ལ་ཡོན་ཏན་བཅུ་ལས། དང་པོ་སྒྲུབ་  
བའི་ཡོན་ཏན་ལ་གསུམ་སྟེ། མཆན་ཉིད། བསྒྲོག་ཟླ། སྒྲུབ་བའི་དཔེར་བརྗེད་  
དངོས་སོ། །

༡ སྒྲུབ་བའི་ཡོན་ཏན།

དང་པོ་མཆན་ཉིད་ནི། སྒྲུབ་བ་སྟོག་ཆུང་ཡི་གེ་མཆོག་ །སྟོན་པ་ཉིད་

གྱིས་མ་རེག་པའོ། །སྐྱར་བ་ནི་སློག་ཆུང་གི་ཡི་གེ་མཆོག་ཏུ་བཟང་བས་  
ཤམ་ཆེ་ཞིང་། ལྷོད་པའི་ཡི་གེ་ཉིད་གྱིས་མ་རེག་པ་སྟེ་འབའ་ཞིག་པ་མ་  
ཡིན་པའོ། །

དེ་ལ་སློག་ཆུང་བ་ནི་བརྗོད་པ་རྒྱུ་ཤུགས་ཆུང་བ་སྟེ། ཅན་གོ་མིའི་  
ཡི་གེའི་མདོར་དང་པོ་དང་གསུམ་པ་དང་ལྔ་པ་རྣམས་དང་། མཐར་གནས་  
རྣམས་ནི་སློག་ཆུང་བ་རྣམས་སོ་ཞེས་བཤད་པས། ལྷོད་པའི་དང་པོ་ཀ་ཅ་ཏ་  
ཉ་པ། གསུམ་པ་ག་ཇ་ཏ་ད་པ། ལྔ་པ་ང་ཉ་ཏ་ན་མ། མཐར་གནས་ཡ་ར་ལ་  
ཨ་དང་བཅུ་དགའོ། །དེ་ལས་གཞན་པའི་གསལ་བྱེད། ལ་ཟ། ཆ་རྩ། ཏ་ཟ།  
ཐ་ཟ། བ་ཟ། ཤ་ཟ་ས་ཏ་ཟ་རྣམས་སློག་ཆེ་བའོ། །

གཉིས་པ་བརྗོད་ཆེ་ནི། ལྷོད་པ་ལྔ་ལ་ཉི་ལྔ་ལ། །ལོ་ལྔ་ལི་ཀ་ལི་ལྔ་  
བཞིན། །གོ་རྒྱ་བ་ཡི་རྗེས་བྱིད་སྟོས། །དེ་འདོད་པས་ལྷོད་པས་མ་རེག་པ་  
དགོས་པའི་ལྷོད་པ་དེ་རང་ཅི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། ལྔ་ལ་ཉི། རྒྱ་ཉིའི་མེ་ཉོག་ ལྔ་ལ་  
སྟེང་བ། ལོ་ལ་སྟེང་པ་དང་། ཨ་ལི་ཀ་བྱང་བ། དེ་གཉིས་མཆུངས་འདས་  
མཆོམས་སྐྱར་བས། ལོ་ལྔ་ལི་ཀ་བྱུབ། ལི་ལ་འགོང་པའམ་འཁོར་བའོ། །  
ལྷོད་པ་རྒྱ་ཉིའི་མེ་ཉོག་སྟེང་། །སྟེང་པས་བྱང་བ་འཁོར་བ་བཞིན། །ཞེས་  
འབྱུང་སྟེ། ཤར་སྟོགས་པ་རྣམས་ལ་ཡིག་བསྐྱོར་པའི་རྗེས་བྱི་སྟོས་  
སློག་ཆུང་གི་ཡི་གེ་འབའ་ཞིག་ཏུ་ཡོད་པའི་ལྷོད་པ་འདི་འདྲ་བ་རང་ཤུགས་  
སྐྱེ་འདོད་དེ།

གསུམ་པ་དངོས་ཀྱི་དབེར་བརྗོད་ནི། ལྷ་ལ་ཏྲེ་དྲུ་ལ། ལི་ལྷེ་ཏི་བླ་མ་  
 རིམ་ལྷེས། བེ་དལྷ་ཡི་སྦྱར་ལྷེ་བྱེད། ལྷ་ལ་ཏྲེ་རྒྱ་ཏིའི་མེ་ཏྲོག་དྲུ་མ་བྱེད་བ། ལི་  
 ལྷེ་ཏི་འཁོར་བའམ་ལྷེད་བ། ལྷ་མ་རིམ་བུ་བུ་རྣམས་ཀྱིས་ཞེས་པ་སྟེ། བོད་  
 རྒྱུ་དུ། རྒྱ་ཏིའི་མེ་ཏྲོག་བྱེད། བྱེད་བུ་རྣམས་ཀྱིས་འཁོར་ཞིང་ལྷེད་ཞེས་  
 འབྲུང་སྟེ། སྟོག་ཆུང་གི་ཡི་གེ་ཤས་ཆེ་བ་ལ་སྟོག་ཆེན་གྱང་ཡོད་པ་སྟེ།  
 སྟོགས་བེ་དལྷའི་མཁས་པ་རྣམས་སྒྲུབ་བའི་ཡོན་ཏན་དུ་འདོད་ཅིང་། སྟོག་  
 ཆེན་གྱ་དང་གྱ་གཉིས་ཅམ་ཡོད་པས་སྦྱར་བ་ལྷེ་བར་བྱས་པའོ། །

འདི་སྐབས་སྦྱ་བའི་དབང་ཕྱག་དབང་སྟོན་ལོ་རྒྱ་བས། སྦྱར་བ་སྟོད་  
 པས་མ་རེག་པའོ། སྟོག་ཆུང་ཡི་གེ་ཤས་ཆེ་བ། །སྟོད་པ་ལྷ་ལ་ཏྲེ་ལྷ་ལ། །  
 ཞེས་འབྲུར་བཅོས་ནས། རྒྱུ་པ་དང་པོ་དངོས་སྟོད་པའི་མཆན་ཉིད་དུ་  
 མཛད། དེ་བྱིན་སྟོག་བཅས་བྱ་བའི་ཆུང་ཆུང་བའི་ཡི་གེ་ཤས་ཆེ་བའི་ངག་  
 བེ་སྟོད་པ་སྟེ་ཞེས་འབྲུ་མནན་ཡང་། སྟོད་པའི་དབེར་བརྗོད་སྟོག་ཆུང་གི་ཡི་  
 གེ་འབའ་ཞིག་ཏུ་བྱུང་བས་ཤས་ཆེ་བའི་དོན་མ་འབྲེལ། མཁས་མཆོག་  
 འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེས། རྒྱུ་པ་དང་པོ་གཉིས་ཀ་སྒྲུབ་བ་དངོས་ཀྱི་མཆན་  
 ཉིད་དུ་བཀའ་ཏེ། འོང་འབྲུར། སྒྲུབ་བ་སྟོག་ཆུང་ཡི་གེ་མཆོག་། ཅེས་བྲངས་  
 བཞིན་དུ་འབྲུ་བསྟོགས་ནས། སྟོག་དེ་བརྗོད་པའི་ཆུང་ཆུང་བའི་ཡི་གེ་ཤས་  
 ཆེ་བའི་སྟོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་མ་རེག་པའི་སྟོག་ཆེན་པོའི་ཡི་གེ་མཆོག་སྟེ་ཁོ་  
 བར་ངེས་པའོ་ཞེས་དང་། སྒྲུབ་བ་ནི་སྟོག་ཆེན་པོའི་ཡི་གེ་ཤས་ཆེ་བ་དང་།



བཟོད་པ་དྲག་པ་དང་། རྩུབ་པ་དང་། བཟོད་པ་རྒྱང་ཤྱགས་ཆེ་བ་ནྐམས་  
ཡིན་ནོ་ཞེས་སོགས་མང་པོ་ཞིག་གསུངས་ཀྱང་གཞུང་རྒྱུ་ཀྱབ་འགལ་དུ་  
སོང་ལ། དག་དབང་འཇིག་རྟེན་དབང་ལྷག་གིས། ལྟོད་པའི་དཔེར་བཟོད་  
མཚང་རིག་པས། སྟོག་རྒྱང་ཡི་གེ་མཆོག་གམ་འབའ་ཞིག་ཏུ་ཡོད་པ་དེ་ལ་  
ལྟོད་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ལྟོད་པ་དེས་མ་རིག་པ་ཞིག་དགོས་ལ་ཞེས་འཇེམས་  
བཤད་མཛད་ཀྱང་དངོས་དཔེར་བཟོད་པའི་སྐབས། འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེའི་  
གསུང་རིགས་ལ་ཞེན་ནས། སྟོག་ཆེན་པོའི་ཡི་གེ་ཤས་ཆེ་བ་འདི་ལ་ཞེས་  
དང་། རང་ཉིད་ཀྱི་དཔེར་བཟོད།

ས་གསུམ་ཆ་ཆེན་གདུང་འཕྲོག་པ། །

ཏ་རི་ཅ་རྒྱན་ཁ་བ་ཡིས། །

མ་ཡིན་པ་མཐའ་མེད་བསིལ་བ། །

སངས་རྒྱས་ཐུགས་རྗེའི་མཐུ་ལས་སོ། །

ཞེས་སྟོག་ཆེན་མང་པོ་བསྐྱེགས་པའི་རྗེས་སུ་ཕྱིས་ཀྱི་སྟོན་དག་པ་  
ཀུན་བདེན་རྩུན་མི་རྟོག་པར་རྒྱག་མོད། དོན་ཅ། དངོས་ལྟོ་པའི་སྦྱར་བ་སྟོག་  
ཆེན་གྱི་ཡི་གེ་ཤས་ཆེ་བ་ཡང་གསུངས་དུས་ཀྱི་ཞོག་རལ་ཅ་མ་མ་གཏོགས་  
ལག་ཐོག་འདེན་རྒྱ་སྟོག་ཆེན་ནི་ལྟ་དང་ལྟ་ལས་སུས་ཀྱང་མ་རྟོག་ཅིང་།  
སྟོག་རྒྱང་ཡི་གེ་དགྲུ་ཡང་དངོས་སུ་འབྱུང་བ་འདི་སྟོག་ཆེན་ཤས་ཆེ་བར་  
ཅི་ལ་འགྱུར། གཟུར་གནས་ཡོད་ན། འདིར་དཔེར་བཟོད་སྟོག་རྒྱང་ཤས་ཆེ་

བར་བྱུང་བ་དང་། གོང་གི་སྒྲུབ་བ་སྟོག་ཆུང་ཡི་གེ་མཆོག་། རྟོན་པ་ཉིད་  
ཀྱིས་མ་རེག་པའོ། ། ཞེས་པའི་མཆོན་ཉིད་སྟོང་འབྲིག་ས་པས་སྒྲུབ་ཀ་བྱུང་  
མེད་པ་དེའི་ཕྱིར། འཇམ་མགོན་ཤོང་སྟོན་ལོ་རྩ་བའི་འབྲུག་ལ་པཎ་ཆེན་  
སངས་ཀྱིས་འབྲུ་བསྒྲུབ་པའི་རྒྱ་དཔེ་དང་མཐུན་པས་ལེགས་པར་བཞེད་དོ། །

འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱུག་གིས། འདི་སྐབས་ཀྱི་ཕྱི་བའི་སྒྲོལ་བ་ཕྱི་བ་  
ལ་བྱ་ཞིང་། སྒྲེབ་སྒྲོལ་གྱི་ཕྱི་བའི་ཡི་གེ་ཕྱི་བའོ་ཞེས་སོགས་ནི་ལེགས་  
བཤའ་དོ། ། འདི་དག་སྟོན་གྲོས་འཕེལ་བའི་ཆེད་དུ་ཡི་གེ་ལ་མ་འཇོམས་པར་  
མཐའ་དཔྱེད་དུ་བཀོད་པ་ལགས།

རབ་ཏུ་དང་བའི་ཡོན་ཏན།

༥ གཉིས་པ་རབ་ཏུ་དང་བའི་ཡོན་ཏན་ལ། དངོས་སྟོང་པ་དང་། རྟོག་  
པ་ཤར་པའི་ཕྱགས་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བཞིན་དོ། །  
དང་པོ་ནི།

རབ་དྲངས་ལྡན་པ་གྲགས་འདོད་ཅན། །

རབ་ཏུ་དྲངས་ཤིང་གསལ་བས་རྟོགས་སྒྲིབ་འཇིག་རྟེན་ལ་གྲགས་  
པའི་དོན་ཅན་ནོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བཞིན།

སྒྲིབ་པའི་མཆོན་མ་ལྷུང་ལ་གྱི། །

འོད་ཀྱིས་མཛེས་པ་རྒྱས་ཞེས་པ། །

རྟོགས་པའི་སྐལ་བཟང་ལྡན་པའི་ཆོག །

ཟླ་བའི་ངོས་ལ་སྒྲུང་བ་རི་བོང་གི་མཆན་མ་ནི། ཟུངས་སྟོན་པོའི་འོད་  
ཅན་གྱི་ཟླ་བ་དེའི་མཛེས་པ་རྒྱས་སོ་ཞེས་པ་བརྗོད་པ་ཙམ་གྱིས་དོན་  
ཆོགས་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་སྐལ་བ་བཟང་པོ་དང་ལྡན་པའི་ཆོག་སྦྱར་འདི་ལྟ་  
བུ་བེ་དཔྱ་འདོད་དོ། །

གཉིས་པ་སྟོག་པ་ཤར་པའི་ལུགས་ལ་མཆན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད་དོ།  
དང་པོ་ནི།

ངས་ཆོག་ཡོད་སྤྱར་གྱི་ཁྲ་བ། །

ཤིན་ཏུ་གྲགས་པ་མིན་ཡང་འདོད། །

ངས་ཆོག་གི་བཤའ་བ་བྱར་ཡོད་ན། དེའི་སྤྱར་གྱི་ཁྲ་བ་དག འཇིག་  
རྟེན་ལ་ཤིན་ཏུ་གྲགས་པ་མ་ཡིན་པའི་གོ་དཀའ་བ་ཡང་རབ་དང་གི་ཡོན་  
ཏན་དུ་འདོད་དོ། །

གཉིས་པ་ནི།

ཤིན་ཏུ་དཀའ་མིན་ཆུ་ལས་སྦྱེས། །

དེ་འདྲས་མཆན་པ་འོད་དཀར་བཞིན། །

ཤིན་ཏུ་དཀའ་བ་མ་ཡིན་ཞེས་པས་སྟོན་པོར་གོ་ལ། འཇིག་རྟེན་ལ་  
གྲགས་མི་ཆེ་ཡང་ཆུ་ལས་སྦྱེས་ནི་ཟུངས་ལ་སྒྲུང་བཤའ་བྱང་ཡིན་པས་གོ་བུ་  
ཟུངས་སྟོན་པོ། དེ་འདྲ་བའི་ཁ་དོག་གི་མཆན་མ་ཡོད་པ་འོད་དཀར་ཅན་

ཡིན་ཞེས་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་པའི་དོན་ཏྲོ།

३ མཉམ་བའི་ཡོན་ཏན།

༩ གསུམ་པ་མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་ཡང་གཉིས་ཏེ། དངོས་ལྷོ་པ་  
དང་ལྷོ་ག་པ་ཤར་པ་འོ། །

དང་པོ་ལ་མཆན་ཉིད་ནི།

མཉམ་པ་སྐྱོར་བ་མི་མཉམ་བྲལ། །

དེ་ནི་འཇམ་རྩུབ་བར་མ་སྟེ། །

ལྷོར་བ་འཇམ་རྩུབ་བར་མ་ཡི། །

ཡི་གེ་བཀོད་པའི་སྐྱེ་གནས་ཅན།

མཉམ་པའི་དོན་ཡི་གཤེད་སྒྲིབ་པ་འཇམ་པ་སྟོག་ཅུང་བ་དང་། ལྷུབ་པ་  
 སྟོག་ཆེན་དག་མི་མཉམ་པ་དང་བྲལ་བའོ། །དེ་ནི་འཇམ་ལྷུབ་ཀྱང་པའི་  
 གངས་དོ་མཉམ་པ་འཇམ་ལྷུབ་བར་མར་བཟོད་དེ་ཀྱང་པ་འཐེང་པོ་མ་ཡིན་  
 པའི་སྒྲིབ། ཆ་མཉམ་པའི་ཡི་གཤེད་འཇམ་ལྷུབ་བར་མར་བཟོད་པའི་སྒྲིབ་གནས་  
 ཅན་ནོ། །

གཉིས་པ་དབང་བཟོད་ནི།      གོ་གོ་ལྷ་ལྷ་པ་བྲ་ཚྭ་ལོ་ལྷ་མེ་ཉི་ཉི་མེ་ཉི།  
མ་ལ་ལྷ་ནི་ལམ་རྒྱ་རྒྱ་ལ་རྒྱ་ཀ་རྒྱ་རྒྱ་ནི་རྒྱ་རྒྱ་ལོ་ལྷ་མེ་ཉི་ཉི་མེ་ཉི།

ཁུ་བྱུག་ཅ་ཙོར་སྒྲོག་བྱེད་ཅིང་། །

ཉར་མ་རབ་འཁོར་དང་ཞིང་དྲངས། །

ཚུ་རྒྱན་ཚུ་ཐིགས་ཀྱིས་བྲན་པའི། །

མ་ལ་ཡ་རྒྱང་བདག་ལ་འོང་། །

འདི་རྒྱ་དཔེའི་རྒྱུ་པ་བྱེད་སྒྲ་མ་འཇམ་ཞིང་། བྱེད་བྱི་མ་རྩལ་པར་  
ཡོད་པས་ཡི་གེའི་སྒྲོར་བ་འཇམ་རྩལ་དོ་མཉམ་པ་དངོས་སྒྲོ་པའི་ལུགས་ཏེ།  
དབྱིད་དུས་ཁྱ་བྱུག་ནམས་དགའ་བའི་ཅ་ཅོ་སྒྲོག་པར་བྱེད་ཅིང་། ཉར་མ་སྟེ་  
ཚུའི་ཟེལ་ཟེགས་རབ་ཏུ་འཐོར་བའི་དང་བའི་ཚུ་རྒྱན་འབབ་པའི་ཚུ་ཐིགས་  
བསིལ་བས་བྲན་པ། མ་ལ་ཡའི་ཅ་རྒྱན་གྱི་ནགས་ཆལ་ནས་འོངས་པའི་རྒྱང་  
བསིལ་བ་འདི་བདག་ལ་འདོད་པ་འཕེལ་བའི་བྱིར་འོངས་སོ་ཞེས་པའོ། །

འདི་ལ་སྟེ་ཀླ་མཛད་པ་སྒྲ་མ་རྣམས་ཀྱིས་མི་མཉམ་པའི་མཆན་ཉིད་  
དུ་བཞག་ནས། དཔེར་བརྗོད་འདི་ཡང་ཤར་པའི་ལུགས་སུ་མཛད་ཅིང་།  
འཇམ་རྩལ་བར་མ་ཞེས་པའི་འབྲུ་གཞོན་དུ། རྒྱུ་པ་བཞི་ཀ་འཇམ་པའི་སྒྲོར་  
བ་དང་། རྩལ་པའི་སྒྲོར་བ་དང་དེ་གཉིས་བསྐྱེད་པའི་སྒྲོར་བ་ཞེས། སྟེ་ཆན་  
རྣམ་པ་གསུམ་དུ་བྱེ་བའི་བཤད་ཚུལ་ཞིབ་ལ་མང་བར་མཛད་ཀྱང་། རྒྱུ་  
བཞི་འཇམ་པ་ཁོ་ན་དང་། རྩལ་པ་ཁོ་ནའི་སྒྲོར་བ་ལ་འདིར་འཇམ་རྩལ་  
མཉམ་པའི་ཐ་སྙད་མེད་པས་བཤད་པ་གཞུང་ཐོག་ཏུ་མ་འབྲེལ་ལོ། །སྒྲར་  
ཐང་པ་སརྩ་བྱིས། འདི་ལ་རྒྱ་དཔེར། བྱེད་སྒྲ་མ་འཇམ་ཞིང་བྱེད་བྱི་མ་རྩལ་  
པའི་ངེས་པ་མེད་པས་སྒྲོར་བ་འཇམ་པའི་མཉམ་པར་བཞེད་པ་ནི་མཉམ་  
པའི་མཆན་ཉིད་མ་བྱེད་ཀྱང་། དངོས་སྒྲོ་པའི་དཔེར་བརྗོད་དུ་ངོས་བཟུང་བ་

སྒྲུབ་དབང་གི་ས་འགྲིག་ས་སོ་ཞེས་ངག་དབང་འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱུག་  
གྲགས་པས་གསུང་འདིས་མཐའ་དཔྱོད་ལེགས་པར་འབྲུབ་ཅིང་འཐད་པར་  
སེམས་སོ། །

གཉིས་པ་ལྷོག་པ་ཤར་པའི་ལུགས་ལ་དཔེར་བརྗོད་ནི། ཅན་པ་ཏ་  
ཡོད་ཆེ་མཆོ་མ་ལ་ཡ་སྒྲུབ་ཏམ། །སྒྲུབ་ཏེ་ཅན་མཆོད། མ་ར་རྒྲུབ་ན་རྒྱ་ནི་  
ལིེ་འོད་སྐད་དུ།

ཅན་གྱིས་བསྐྱོས་དེ་ལྟར་ཞིང་། །

འཇམ་པ་མ་ལ་ཡ་ཡི་སྒྲུབ་། །

བདག་གི་བརྟན་འགོག་དགའ་མ་ནི། །

མཆོག་གི་ཁ་ཡི་སྒྲུབ་དང་འབྲུག་། །

ཅན་གྱི་ནགས་སྒྲུབ་ལ་བདར་བའི་བསྐྱོས་ཞེས་གྱིས་བསྐྱོས་པའི་དེ་  
ངད་ལྟར་ཞིང་། །རེག་བྱ་འཇམ་པའི་སྒྲུབ་འདི་ནི། བདག་གི་ལུས་སེམས་གྱི་  
བརྟན་པ་འགོག་ཅིང་ཆགས་པས་སྒྲོས་པར་བྱེད་པའི་དགའ་མ་མཆོག་  
འགའ་ཞིག་གི་ཁའི་སྒྲུབ་དེ་དབྱགས་དེ་ཞེས་པ་ལ་འབྲུག་པར་བྱེད་དོ། །ཡོན་  
ཏན་དེ་བཟང་ཞིང་དལ་བུས་སྒྲུབ་དང་ཡིད་གྱི་བརྟན་པ་འགོག་པའི་བྱ་བའི་  
བྱུང་པར་དང་ལྟན་པས་སོ་ཞེས་པ་སྟེ། སྒྲུབ་པའི་རྒྱུ་པ་གསུམ་པ་རྩ་བ་ཅིང་།  
གཞན་རྣམས་འཇམ་པས་རྒྱུ་པ་ཆ་མི་མཉམ་པའོ། །ངག་གི་དབང་ཕྱུག་ནི་  
བྱེད་སྒྲུབ་འཇམ་པ་དང་། བར་མ་ཡི་གོ་བསྐྱེད་པ་དང་། བྱི་མ་རྩ་བ་པ་དང་།



འཇམ་པ་བསྐྱེས་པའི་ཞེས་འཆད་གསུང་ངོ་། །

དེའི་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི།

ཞེས་པ་མི་མཉམ་མ་བརྟགས་པར། །

དོན་གྱི་རྒྱན་དང་ཆོགས་དག་ལ། །

སྟོས་ནས་ཤར་སྟོགས་པ་དག་ལ། །

སྟན་ངག་ལམ་འདི་འབྱུང་བར་འབྱུང། །

ཞེས་པ་ནི་སྟོས་མ་ཐག་པའི་དོན་ལ་སྟེག་ཅིང་། དེ་ལྟ་བུའི་སྟོར་བ་མི་  
མཉམ་པ་སྟོན་དུ་མ་བརྟགས་པར། དོན་དང་རྒྱན་གྱི་ཆོགས་སྟན་སྟམ་  
ཆོགས་པ་ལ་བསམས་ཤིང་སྟོས་ནས་ཤར་སྟོགས་གོ་རྒྱུ་པའི་ལྷགས་ལ།  
མི་མཉམ་པའི་སྟན་ངག་གི་ལམ་འདི་འབྱུང་བར་འབྱུང་གི་གཞན་དུ་མ་ཡིན་  
ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ།།

༄ སྟན་པའི་ཡོན་ཏན།

༥ བཞི་པ་སྟན་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་གསུམ་སྟེ། མདོར་བསྟན། རྒྱས་  
བཤམ། མཐུག་བསྐྱུ་བའོ། །དང་པོ་ནི།

སྟན་པ་ཉམས་ལྡན་ཆོག་དང་ནི། །

དངོས་པོ་ལ་ཡང་ཉམས་གནས་པ། །

སྤང་ཅི་སྟོད་པ་སྤང་ཅིས་བཞིན། །

གང་གིས་སྟོ་ལྡན་དགའ་བྱེད་པའོ། །

སྒྲུབ་པ་ཞེས་པ་ནི་ཉམས་དང་ལྡན་པ། དེ་ཡང་ཆོག་དང་། དོན་གྱི་  
དངོས་པོ་ལ་ཡང་ཉམས་སྒྲུབ་པར་ཅན་གནས་པ་སྟེ། དཔེར་ན་སྤྲང་ཅི་སྟོང་  
པ་སྟེ་བྱང་བ་རྣམས་སྤྲང་ཅི་ཁོ་ནས་དགའ་བ་བཞིན་དུ། ཉམས་སྤྲན་སྤྲུམ་  
ཆོགས་པའི་ཆོག་གང་གིས་ཀྱང་སྟོང་ལྡན་མཁས་པའི་ཆོགས་ཀྱན་དགའ་  
བར་བྱེད་པའོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤའ་བ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྤྲི་ཉམས། དོན་གྱི་  
ཉམས། གཉིས་ཀ་ལ་གྲོང་ཆོག་སྤྲང་བའོ། །དང་པོ་ལ་ཡང་མཚན་ཉིད། དབྱེ་  
བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི།

སྤྲི་གང་དང་ཅི་ཡིས་ཀྱང་། །

གང་ཞིག་མཚུངས་པར་ཉམས་སྟོང་བ། །

དེ་ཡི་གཟུགས་སོགས་ཆོག་ཉི་བ། །

རྗེས་སུ་བྲིད་བཅས་ཉམས་དང་ལྡན། །

དེ་ཡང་སྤྲུམ་ཆོག་གི་ཐོག་མ་གང་དང་གང་དུ་ཡི་གེ་དང་། གནས་  
དང་། བྱི་མོ་ལ་སོགས་པ་ཅི་དང་ཅི་སྒྲུབ་བར་གྱུར་པ་ནི། གང་ཞིག་འོག་མ་  
རྣམས་སུ་ཡང་དེ་དང་མཚུངས་པར་ཐོས་ཤིང་ཉམས་སུ་སྟོང་བ་དེའི་ཡང་  
སྤྲི་གཟུགས་ཡི་གེ་སོགས་ཆོག་ཉི་བར་ཐོས་པ་ནི་མཚུངས་པར་ཐོས་  
པའས། ཆོག་མཚུངས་པ་ཉི་བ་ཞེས་པའི་སྤྲི་ཉམས་དང་། དེ་དང་འབྲུ་བར་  
རྗེས་སུ་བྲིད་པ་དང་བཅས་པ་ནི་སྤྲི་ཉམས་དང་ལྡན་པའོ། །

གཉིས་པ་དབྱེ་བ་ལ་གཉིས། ལྟོ་བ་ཁོ་ན་འདོད་པ་མཚུངས་པར་ཐོས་  
བའི་སྒྲུབ་ཉམས་དང་། གཉིས་ཀ་ཅི་རིགས་པར་འདོད་པ་རྗེས་བྲིད་ཀྱི་སྒྲུབ་  
ཉམས་སོ། །དང་པོ་ལ་ཡང་། དཔེར་བརྗོད། མཇུག་བསྟུ་བའོ། །

[illegible]

གང་ཆེ་བྲམ་ཟེ་དགའ་བ་ཡི། །

ཀླུ་ལ་པོ་འདི་ཡིས་དབལ་ཐོབ་འགྱུར། །

དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་ཆོས་གྱི་ནི།

དགའ་སྟོན་འཛིག་ཏེན་འདི་རུ་འབྱུང་། །

ཞེས་རྒྱལ་པོ་འགའ་ཞིག་ལ་བསྟོད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ། གང་གི་ཆེ་  
 བླམ་ཟེའི་ཆོག་ས་མཆོད་པས་དགའ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱལ་པོ་འདིས་ནི།  
 བསོད་ནམས་དེའི་མཐུས་རྒྱལ་སྲིད་ཀྱི་དཔལ་ཕུན་སུམ་ཆོག་ས་པ་ཐོབ་  
 བར་འགྱུར་ལ། དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་ཐོས་པ་དང་དྲན་པ་ལ་སོགས་པའི་རིག་  
 བྱེད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་འཛིག་རྟེན་འདིར་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་  
 པའི་དོན་ཏེ། འདིའི་རྒྱ་དཔེ་ལ། བརྩེ་ཏ་དག་གི་དབང་ཕུག་གིས། ཨེ་ཤ་  
 ཞེས་པ་དང་། ཨྱི་ཞེས་པ་ལ་ཤ་ཡིག་དག་མཚུངས་པར་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་  
 ཡོད་ལ། དེ་བཞིན་དུ་སྤྱ་ཉླ་སྤྱ་དང་སྤྱ་ཤ་སྤྱི་ཡམ། དག་གི་པ་ཡིག་དང་པ་  
 ཡོད་པའི་ར་ཡིག་དག་སྟེ་ཉི་རྩམ་ཞེས་པ་ལ་ར་ལ་རྩ་དང་མ་བཅུགས་པ་ཡང་

ངོ་ཞེས་འཆད་པ་ལེགས་པར་སྒྲུབ་ཞིང་། རིན་སྒྲུབ་ས་ཞབས་བྱང་། སྤྲ་སྤྲ་དང་  
བྲི་ཡ་མཚུངས་པ་དང་། རྒྱུ་པ་བཞི་པར། ས་བོ་སྤྲ་བ་རྒྱ་ཅེས་པའི་སྤྲ་དང་བ་  
སོགས་སྤྲེས་གནས་མཚུངས་པར་མཛད་པ་ཡང་མི་འཐད་པ་མེད་དོ། །  
མདོར་ན་གཅིག་ཏུ་གནས་དང་། ལ་ལར་རིང་པོ་དང་། འགའ་ཞིག་ཏུ་  
བཅེགས་མར་བྱས་པ་མཚུངས་པ་ཉམས་སྤྲོད་བ་དགོས་སོ། །

འདིའི་དོགས་དཔྱད་དག་དབང་འཛིག་རྟེན་དབང་སྤྲུག་གིས། འྲིག་  
མཛད་སྤྲ་མ་འགས། གང་ཆེ་ཆངས་པ་དགའ་བ་ཡི། །ཞེས་བསྒྱུར་ནས།  
འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེས་ནི། ཆངས་པའི་ཆིག་ལ་སོགས་པའི་རྗེས་སྤྲོ་  
ཞུགས་པས་ཆངས་པ་དགའ་སྤྲོ་བྱེད་ལ་པོ་འདིས་དཔལ་ཐོབ་ཅེས་པ་དང་།  
སྒྲུབ་ཐང་པ་སྤྲོ་བྲིས། ཆངས་པ་མཆོད་སྤྲོ་བྲིས་མཉེས་པར་བྱས་པའི་  
མཐུས། མིའི་སྤྲོ་བྱེད་པོ་འདིས་དཔལ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་  
བཤའ་པ་མཛད་ཀྱང་། སྤྲ་ཐང་བྱང་ཆངས་པའི་མིང་ཡིན། བྲམ་བེ་ཆངས་  
པའི་བྱར་འདོད་པས། སྤྲ་ཐང་བྱང་ལ་བྱ་སྤྲོད་ཀྱི་སྤྲོ་མཁུ་བྲིས་ལྟལ་ཀྱི་སྤྲོ་  
ཐང་ཞེས་རིང་པོར་བྲུབ་པ་བྲམ་བེ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་བྲམ་བེ་དགའ་བའི་སྤྲོ་བྱེད་པོ་ཞེས་པར་བསྒྱུར་ན་ལེགས་ཤིང་  
འབྲེལ་ལོ་གསུངས་པ། བསྒྱུར་ཚུལ་དེ་ལྟར་ཤིན་ཏུ་འཐད་ལ། འོན་ཀྱང་བྲམ་  
བེ་དགའ་བ་སྤྲོ་བྱེད་པའི་མིང་དུ་བྲས་པ་ནི་མི་ལེགས་ཏེ། སྤྲ་བྱང་བེན་ཞིག་  
ན་ངོས་བཟུང་དགོས་པ་ལ་མེད་ཅིང་། དེ་ལ་འགྱུར་དང་འབྱུང་ཞེས་པ་མ་

འོངས་པའི་དོན་ཅན་གྱི་ཆོག་མི་འགྲིགས།      རྒྱལ་པོ་དེ་ལྟ་བུ་ད་ནས་འབྱུང་  
འབྱུང་ལ་བསམ་པ་ཞིག་ན་ལུང་བསྟན་བྱེད་དམ་ཇི་ལྟར་བྲ།      དེས་ན་བཤའ་  
ལུགས་འདིར་བསྟན་ལྟར་འཐད་དེ།      དཔང་ལོའི་དགོངས་པ་ཡིན་ཞིང་སྒྲ་  
ཤྱི་དང་ཡང་པལ་ཆེར་མཐུན་ནོ། །

གཉིས་པ་ནི།

ཞེས་འདི་གོ་ཏེ་བ་མི་འདོད། །

དེ་དག་རྗེས་སུ་བྲིད་ལ་དགལ། །

པལ་ཆེར་རྗེས་སུ་བྲིད་པས་ཀྱང་། །

བེ་དལ་ནི་འདི་ཉིད་འདོད། །

ཅེས་ཆོག་མཚུངས་ཉེ་བ་འདི་གོ་ཏེ་བ་སྟེ་ཤར་ཕྱོགས་པ་མི་འདོད་  
ཅིང་། ཤར་ཕྱོགས་པ་དེ་དག་རྒྱང་པ་དང་ཆོག་ལ་ཡི་གེ་ལན་དུ་མར་བསྐྱོར་  
བའམ། གཅིག་རྗེས་སུ་གཅིག་བྲིད་པ་ལ་མཚོག་ཏུ་དགལ་ལ། ལྟོ་ཕྱོགས་བེ་  
དལ་ནི་པལ་ཆེར་ཉེ་གཙོ་བོར་རྗེས་བྲིད་ཀྱང་།      ཆོག་མཚུངས་ཉེ་བ་འདི་  
འདོད་ཅིང་། རྗེས་བྲིད་ཀྱང་མི་འདོད་པ་མ་ཡིན་ཉེ་འདོད་དོ། །འདིའི་ཆོག་  
མཚུངས་ཉེ་བའི་བྱང་ལྡན་དང་། སྒྲ་ལྡན་གྱི་བྱང་ལྡན་གྱི་བྲུང་པར། འདིར་  
གནས་དང་། བྱི་མོ། བཅེགས་མ་སོགས་ཀྱི་སྟོན་མཚུངས་པ་ཉམས་སུ་  
སྦྱང་བས་ཀྱང་ཆོག་ལ།      བྱི་མ་ལ་གཟུགས་གཅིག་མཚུངས་པ་ངེས་པར་  
དགོས་ཞེས་རིན་སྤངས་པ་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

གཉིས་པ་གཉིས་ཀ་ཅི་རིགས་པར་འདོད་པ་རྗེས་བྲིད་ཀྱི་སྒྲུབ་ཉམས་  
ལ་གསུམ། མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མདོར་བསྟན། སྒྲོར་བས་བྱས་པར་བཤད།  
ཞར་བྱང་བྱང་ལྡན་སྒྲོས་པའོ། །དང་པོ་ནི།

ཀང་པ་རྣམས་དང་ཆོག་རྣམས་ལ། །

ཡི་གེ་བསྐྱོར་བ་རྗེས་སུ་བྲིད། །

གལ་ཏེ་སྤྲ་མའི་ཉམས་སྤྱོད་ནི། །

འདུ་བྱེད་རྟོག་བྱེད་མི་རིང་ཉིད། །

ཆོག་ས་བཅད་ལ་ལྟོས་ནས་ཀང་པ་རྣམས་དང་། ཆོག་ས་བཅད་དང་  
ལྟག་པ་གཉིས་ཀ་ལ་ལྟོས་ནས་ཆོག་རྣམས་ལ་ཡི་གེ་རེ་རེ་བ་བསྐྱོར་ཞིང་  
ཡང་ཡང་བརྗོད་པ་ནི་རྗེས་སུ་བྲིད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཀང་པ་འཕམ་གལ་ཏེ་  
ཆོག་སྤྲ་མར་བཞུགས་པའི་ཡི་གེའི་གཟུགས་གང་ཡིན་པ་དེའི་སྒྲུབ་རྣམས་  
ཉམས་སུ་སྤྱོད་བའི་དེའི་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་ལས། དཔེ་བའི་རྟོག་ས་པ་  
བསྐྱེད་པའི་རྣམས་པ་སད་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་བྱི་མ་མི་རིང་བ་ཉེ་བ་ཉིད་དུ་གནས་  
པའོ། །

གཉིས་པ་ལ་བཞི། ཀང་པ་ལ་བསྐྱོར་བའི་རྗེས་བྲིད། ཆོག་ལ་བསྐྱོར་  
བའི་རྗེས་བྲིད། རིང་བར་ཐོས་པའི་རྗེས་བྲིད། ཤར་པ་ཁོ་ན་འདོད་པའི་རྗེས་  
བྲིད་དོ། །

དང་པོ་ནི། ཀང་པ་ལ་བསྐྱོར་བ་ནི། ཅ་རྩེ་ཤར་རྩེ་ཤོ་རྩེ་སེ་ཀུན་སྤྲ་བ་



ག་བེ་བྱ་མེ།    |ཨི་རྩ་རྩེ་ལ་ནི་རྩི་ལ་སྩ་རྩུ་བྱ་ལི་ནམྱེ་ཡི།    |ཞེས་པའི་རྒྱུ་  
 བ་དང་པོ་དང་གཟུམ་པའི་ཐོག་མར་ཅ་རྩུ་དང་ཨི་རྩ་གཉིས་པ་དང་བཞི་པའི་  
 ཐོག་མར་ཀྱུ་སྩ་སྩེ།    བ་ཡིག་དང་ལྷན་པའི་ད་ཡིག་བསྐྱོར་ལ།    དེའི་བོད་  
 རྒྱུ་དུ།

སྟོན་མཆན་དབུ་གྱུན་ཟླ་བ་ནི། །

ཀུན་ཏེ་ཕོན་ཕོར་འཁྱུལ་བ་ལ། །

མཆན་མ་ཞིན་ཏེ་ལ་མཆུངས། །

བྱང་བའི་དཔལ་ནི་ཡང་དག་འཇིན། །

སྟོན་ཀའི་མཆན་མོ་སྟོ་བསངས་མའི་དབུ་རྒྱན་ཟླ་བ་མཛེས་ཤིང་  
དཀར་བས་མེ་ཉོག་ཀྱ་ཟུ་དའི་ཕོན་ཕོའོ་སྐྱམ་འགའ་ཞིག་འབྱུང་བ་ལ། ཞིབ་  
མོར་བརྟགས་བས།      མཆན་མའི་རི་བོང་ཨིརྱ་རྒྱུ་ལ་དང་ཁ་དོག་མཚུངས་  
བའི་བྱང་བའི་དཔལ་ཡང་དག་བར་འཛིན་བའི་ཟླ་བར་ངས་ཉ།    ཀུན་གྱི་བྱང་  
བ་དང་འགྲོགས་པ་མི་སྲིད་ཅེས་བའི་དོན་ནོ། །

གཉིས་པ་ཆིག་ལ་བསྐྱོར་བ་ནི། རྒྱ་དཔེར། རྩ་རྩ་རྩ་མ་སི་ཐྱི་རྩ་  
ཐི་ཐྱི་ཐྱི་ཐྱི་ད་མ་ཐྱི་ད། །མ་རྩ་ལོ་མ་རྩ་སྒྲ་ལྟོ་ལོ་ད་ཡི་ཏ་རྩ་ཐྱི་རྩ་ཏི། །ཞེས་  
པའི་རྒྱ་དཔེར་པ་དང་པོ་རྩ། གཉིས་པར་མ་བའི་ཡི་གེ་བརྟེན་ས་མ། གསུམ་པར་  
ན་ཡིག་དང་ལྟན་པའི་མ་ཡིག བཞི་པ་ལ་ཡ་ཡིག་བསྐྱོར་བས་ཆིག་དེ་ལ་  
བསྐྱོར་བའི་རྩེས་བྲིད་ཡོད་དོ། །ཐོད་སྐད་དུ།

མཛེས་མ་མཁའ་ལ་སྒྲུབ་པའི། །

དགྲིལ་འཁོར་མཛེས་པས་བདག་གི་ཡིད། །

ཡིད་སྒྲུབས་ཀྱིས་མནན་བཅེ་མེད་དུ། །

འཛོམས་པར་བཅོན་པ་འདི་ལ་སྟོས། །

ཀྱེ་མཛེས་ལྡན་མ་ཞེས་བོད་ནས་མདུན་ཀྱེ་མཁའ་ལ་སྒྲུབ་པའི་དགྲིལ་  
འཁོར་མཛེས་པ་ཅན་འདི་ཤར་བ་མཐོང་བས། བདག་གི་ཡིད་རང་དབང་  
མེད་པར་ཡིད་སྒྲུབས་ཏེ་འདོད་ལྟའི་དདུང་གིས་མནན་ནས། བཅེ་བ་མེད་  
པར་ཆགས་པའི་གདུང་བ་དྲག་པོས་འཛོམས་པར་བཅོན་པ་འདི་ལ་སྟོས་  
ལ། བདག་ལ་བཅེ་བར་ཀྱིས་ཤེག་ཅེས་འདོད་ལྡན་འགའ་ཞིག་གིས་བཟོད་  
པའོ། །ཞེས་པ་ཤིན་ཏུ་མི་རིང་བར། །ཐོས་པ་དག་ནི་རྗེས་བྲིད་འདོད། །  
སྟོས་མ་ཐག་པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཤིན་ཏུ་མི་རིང་བའི་བར་ཅན་  
དུ་ཐོས་པ། སྟོ་ཤར་གཉིས་ཀ་དག་ནི་རྗེས་བྲིད་དུ་འདོད་དོ། །

གསུམ་པ་རིང་བར་ཐོས་པའི་རྗེས་བྲིད་ནི། རྒྱ་དཔེར། ན་ཏུ་རྩ་ལྷ་སྒྲུབ་  
ཁྱེད་ཇ་ས་འི་ཤུལ་རྩ་ལྷ་སྒྲུབ་ཞི་ཏེ། འདིར་རྩ་མ་དང་ཅ་རྩ་མའི་མ་ཡིག་བར་ཐག་  
ཤིན་ཏུ་རིང་བར་བཀོད་པས་སོ། །བོད་སྐད།

དགའ་མ་བཞིན་གྱི་ཚུ་སྟེས་དང་། །

མཚུངས་པ་སྒྲུབ་པའི་མི་འདོད། །

དགའ་མའི་བཞིན་རས་ཉིད་ཚུ་སྟེས་པར་བཀོད་ཅིང་། རེ་དང་

མཚུངས་པ་སྒྲ་བའོ་ཞེས་པ་འདི་ལྟ་བུ་སྟོ་པ་མི་འདོད་ཅིང་། ཡུལ་དབུས་པ་  
འགའ་ཞིག་དང་། འཤར་བྱེད་པ་འདོད་ཅེས་སྒྲུ་གྱི་ཉི་གསུངས་ཞེས་  
འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེའི་འགྲེལ་བར་བྱུང་ལ། འདི་ཉིད་ཀྱིས་རིང་བའི་དོན་ཡི་  
གོ་རིང་ཆ་ཅན་ལ་མཛད་ཀྱང་དེ་མིན་ཏེ། ཡི་གེ་མང་པོས་བར་དུ་ཆོད་པ་  
འགྱུར་རིང་བའི་དོན་ཏེ། སྟོ་པ་མི་འདོད་པ་འང་ཉེ་བར་ཐོས་པ་རྗེས་བྲིད་སྟེ་  
མཚན་ཉིད་ཡིན་ཀྱང་། རིང་པོར་འགྱུར་ན་རྗེས་བྲིད་དུ་མི་འགོ་བ་ལ་  
བསམ་པ་ཡིན་ནོ། །

བཞི་པ་འཤར་པ་ཁོ་ན་འདོད་པའི་རྗེས་བྲིད་ནི།

བདག་གི་ལུས་དང་ཁྲོ་བ་སྟ། །

འདོད་པ་རྩལ་ཅིང་མཛའ་བོ་ངན། །

ཁེངས་པ་ཉམས་ཤིང་ཆགས་པ་རྒྱས། །

མྱོངས་པ་སྦྱེས་ཏེ་སྟོག་རྣམས་སོང་། །

ཁྲོད་རིང་དུ་བྲལ་བའི་གདུང་བས་ལུས་རིད་པས་སྟ་ཞིང་མི་འདུད་  
པའི་ཁྲོ་བ་ཡང་སྟ། ལུས་སེམས་གཟེར་བའི་འདོད་པ་ནི་རྩལ་ཅིང་ཡུན་རིང་  
འདོར་བྱས་པའི་མཛའ་བོ་སྦྱང་རིང་བས་ངན། མཛའ་བོས་ཅི་བྱ་སྟམ་པའི་  
ཁེངས་པ་ཉམས་ཤིང་ཆགས་སེམས་ནི་རྒྱས། དེ་བྱེད་པ་སྟ་བུར་བའི་  
མྱོངས་ཤིང་བརྒྱལ་བ་སྦྱེས་ཏེ་སྟོག་རྣམས་སོང་བས་འཆི་བ་ལ་བྱུག་གོ་  
ཞེས་བྲལ་བས་ཉེན་པ་མོ་འགའ་ཞིག་གིས་སྦྱས་པའོ། །ཞེས་སྟོགས་སྟེར་

བ་རྩུབ་བ་དང་། ལྷོད་བ་ཡང་ནི་སྟེར་བར་བྱེད། དེ་བྱིར་དེ་སྟེར་རྗེས་བྲིད་  
 བོ། ལྷོ་ཕྱོགས་བ་རྣམས་མི་སྦྱོར་རོ། གང་གི་དཔེར་བརྗོད་གི་རྒྱ་དཔེར་  
 སྒྲུབ་པ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ཡི་མོ་བ་ཕྱུ་ལྟ་བུ་ལོ། ཞེས་ཆེ་བ་དཔེར་བུ་མང་པོའི་  
 རྗེས་བྲིད་སྦྱོར་བ་རྩུབ་བ་ལོན་ཏུ་གཞོན་པའི་བསྐྱེད་ཆེ་དང་། དེའི་བྱིད་བྱི་  
 ལ། རྩུ་ཏོ་སྒྲ་ལོ་ལྟེ་གོ་རྒྱ་གོ་ལོ་ཏོ་རྒྱ་ཏོ་ས་ལོ་ག་ཏུ། ཞེས་ཨོ་ཡི་ག་མང་པོའི་  
 རྗེས་བྲིད་སྦྱོར་བའི་ལག་ལ་ཆེ་ལྷོད་བ་ཡང་སྟེ། འང་མ་རྩུབ་བསྐྱེད་པའི་རྗེས་  
 བྲིད་ནི་ཤར་ཕྱོགས་གོ་རྒྱ་བ་ལོན་སྦྱོར་གི། ལྷོ་ཕྱོགས་བེད་རྒྱའི་མཁས་བ་  
 རྣམས་ནི་ཡང་རྗེས་བྲིད་དུ་མི་སྦྱོར་རོ། །

གསུམ་པ་ཞར་བྱང་བྱང་ལྟན་སྟོན་པ་ནི།

བསྐྱེད་བ་ཁི་ན་ཆོག་མ་པ་ཡི། །

སྒོ་ད་ཡུལ་བྱང་དང་ལྷན་པར་རིགས། །

དེ་ཡང་གཅིག་ཏུ་སྒྲན་པ་མིན། །

དེ་ཕྱིར་ཕྱི་ནས་བཤད་པར་བྱ། །

ཡི་གེ་གཅིག་ཁོ་ན་བསྐྱོར་བ་རྗེས་བྲིད་དང་། ཚོགས་པ་ཡི་གེ་གཉིས་  
གསུམ་སོགས་བསྐྱོར་བ་ལྷ་མ་གང་བཞོད་ཀྱི་སྟོང་ཡུལ་དུ་སྤྱི་མ་ཇི་ལྟར་  
གྱུར་པ་བྱང་ལྟར་དུ་རིགས་ལ། དེ་ཡང་མཐའ་གཅིག་དུ་སྟོན་པའི་ཉམས་དང་  
ལྟར་པ་མིན་ལ། དེའི་སྤྱིར་སྤྱིས་སྒྲ་རྒྱན་གྱི་སྐབས་ནས་བཤད་པར་བྱའོ་  
ཞེས་འགྲེལ་བ་ཀུན་ནས་བཤད་མོད། ཁོ་བོའི་རྣམ་ཏྲོག་གི་བྱེ་བྲག་ཙམ་དུ།

རྗེས་ཁྱིད་སྒོན་དུ་ཞིབ་རྒྱས་སྒྲོས་ཟིན་པས་འདིར་མཆན་ཉིད་སྒྲོས་ལ། དེའི་  
ཕྱིར། ཆོག་མ་པ་ཁོ་ན་བསྐྱོར་བ་ཡི། །ཞེས་བསྐྱུར་ན་འགལ་བ་མེད་ཅིང་  
འགྲེལ་བ་དེ་སྙམ་ཡང་། འོང་དཔང་མཁས་པའི་འགྱུར་ལས་སྒྲུན་སྟོངས་  
བདག་ལྟ་བུས་འདའ་བར་ག་ལ་སྟོབས།

གཉིས་པ་དོན་གྱི་ཉམས་ནི།

ངེས་པར་རྒྱན་ཀྱན་ལ་ཡང་། །

དོན་གྱི་ཉམས་དག་སྦྱིན་པར་བྱེད། །

སྒྲའི་ཉམས་ཀྱང་སྒྲུན་པའི་རོ་ཉམས་སྒྲུན་སྙམ་ཆོག་མ་མོད། དེ་བས་  
ཀྱང་རྒྱན་རྣམས་ཀྱན་ཏེ་མཐའ་དག་ལ་དོན་གྱི་རོ་ཉམས་སྒྲུན་པ་དང་སྒྲེག་པ་  
སོགས་བརྗོད་བྱ་དོན་གྱི་ཉམས་བྱུང་པར་ཅན་སྦྱིན་པར་བྱ་དགོས་ཀྱི།  
གཞན་དུ་ན་བརྗོད་བྱས་སྟོངས་པ་བེ་མང་དང་སྦྱིང་བུའི་སྐྱབ་བཞིན་ནོ། །

རྒྱས་བཤད་གསུམ་པ་སྐྱད་དོན་གཉིས་ཀ་ལ་གྲོང་ཆིག་སྤང་བ་ལ་  
གཉིས། དོན་གྱི་གྲོང་པ་བསྒྲོག་པ་དང་བཅས་པ་དང་། སྒྲའི་གྲོང་པ་དམིགས་  
བསལ་དང་བཅས་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ལྟ་ན་ཡང་གྲོང་པ་ཉིད། །མིན་པའི་  
ཁུར་འདི་པལ་ཆར་འཛིན། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་སྒྲུན་པོ་གྲོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ཆིག་རང་  
དགའ་མ་ཡིན་པར། དོན་ལེགས་པའི་རོ་ཉམས་ཅན་གྱི་ཁུར་འདི་པལ་ཆར་  
འཛིན་པར་བྱེད་དེ། དཔེར་ན།

འདོད་ལྡན་བདག་ལ་གཞོན་བུ་མ། །

སྤྱོད་ནི་ཇི་ལྟར་འདོད་མི་བྱེད། །

ཅེས་འདི་གྲོང་པའི་དོན་བདག་ཉིད། །

ཉམས་དང་བྲལ་བ་ཁོ་ནར་བྱེད། །

འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་དང་ལྡན་པ་བདག་ལ་ཡིད་འོང་གཞོན་ཅུ་  
མ་སྤྱོད་ནི་ཇི་ལྟར་འདོད་པ་བསྟེན་དུ་འཇུག་པར་མི་བྱེད་དེ། བྱེད་དགོས་  
ཞེས་པ་འདི་ལྟ་བུ་ཆོགས་པར་དབྱུང་དུ་མི་རུང་བ་གྲོང་པའི་ཆིག་ རོ་ཆ་བའི་  
དོན་གྱི་བདག་ཉིད་སྒྲུབ་པ་གི་རོ་ཉམས་དང་བྲལ་བ་ཁོ་ནར་བྱེད་པས་སྤང་  
བར་བྱའོ་ཞེས་པའི་ཐ་ཆིག་སྟེ་སྤང་བྱའི་གྲོང་པ་ངོས་བཟུང་། དེ་སྤྱོད་བར་  
བྱེད་པའི་ཉམས་ཇི་ལྟར་སྦྱིན་པ་མཆོན་པའི་བྱིར། །

གཡོན་མིག་འདོད་པ་གཏུམ་པོ་ནི། །

ངེས་པར་བདག་ལ་བརྟེན་བ་མེད། །

སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་མེད་དགའ་ཞེས་པ། །

གྲོང་པའི་དོན་མིན་རོ་དང་ལྡན། །

གཡོན་མིག་མ་ཞེས་བྱུང་གིས་ལྟ་བའི་མཛེས་མ་ལ་བོད་ནས། བརྟན་  
པ་ཉམས་པར་བྱེད་པའི་འདོད་པ་གཏུམ་པོ་འདི་ནི། ངེས་པར་ཉེ་གཞོན་མི་  
བ་བར་བདག་ལ་བརྟེན་བ་མེད་པའི་ཆོས་གིས་འཆེ་མོད་གྱི་སྤྱོད་ལ་ནི་སྤྱོད་བ་  
མི་སྦྱེ་བས་དགའ་བར་བསྟེན་ཞེས་འདོད་པ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་ཀུན་སྤྱོད་  
མཚུངས་ཀྱང་། འབྲེག་པོར་བརྗོད་པའི་ཚུལ་གྱིས་གྲོང་པའི་དགའ་དོན་བསྐྱེད་པས་



ཏེ། ལྷན་ངག་གི་རོ་ཉམས་དང་ལྷན་པར་བྱས་པ་ལོ། །

གཉིས་པ་སྐྱེའི་གྲོང་པ་དམིགས་བསལ་དང་བཅས་པ་ནི།

སྐྱ་ལའང་གྲོང་པ་ཉིད་ཡོད་དེ། །

དེ་ནི་ལེགས་པའི་ཅིག་ཤོས་གྲགས། །

དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་བརྗོད་པ་ལ། །

རི་ལྷར་ཡ་ཡིག་ལ་སོགས་བཞིན། །

བརྗོད་མ་ཐག་པའི་དོན་གྱི་གྲོང་པར་མ་བཟད། སྐྱ་ལ་འང་གྲོང་ཆིག་

ཡོད་དེ། དེ་ལྷགས་པའི་ལྷན་ངག་ནི་ལེགས་པའི་ཅིག་ཤོས་སམ་འགལ་ཟླ་

མི་ལེགས་པར་གྲགས་སོ། །དེ་ཡང་གང་ཞེ་ན། དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་ཏེ་

འབྲིག་པའི་དོན་བརྗོད་ཅིང་གོ་བར་བྱེད་པ་ལ། རི་ལྷར་ན་ཡུ་ཡིག་དང་།

སོགས་ཁོངས་ནས་སྟ་ཡིག་ཀྱང་སྟེ། དེ་གཉིས་ཆོགས་པའི་ཡུ་སྟ་འབྲིག་

པའི་དངོས་མིང་ཡིན་པ་འོག་ནས་འབྱུང་བ་བཞིན། ཞེས་མཆན་ཉིད་ངོས་

བཟུང་ནས། དེ་ལ་ཡང་ནང་ཆན་གྱི་དབྱེ་བ། ཆིག་གི་མཆམས་སྟོར་གྱིས་

ལྷགས་དང་།

སྐྱར་ཡང་ངག་དོན་དག་གིས་ཀྱང་། །

ཉེས་པར་རྟོག་བྱེད་གྲོང་པ་སྟེ། །

དེ་ཡང་ཆིག་གི་མཆམས་སྟོར་ལྷགས་སམ་གཅོད་མཆམས་ལོག་

པའི་དབང་ལས་གྲོང་ཆིག་ལྷགས་པ་དང་། སྐྱར་ཡང་སྟེ་དེར་མ་བཟད། གཅོད་

མཚམས་ཐ་མི་དད་ཅིང་དོན་ལ་སྒྲུབ་མེད་ཀྱང་། ངག་ཆོག་ཆོག་ས་པ་ལ་  
བརྟེན་གོ་བྱ་ཐ་དད་པར་གྱུར་ཏེ་བརྗོད་བྱའི་དོན་ལོག་པར་གོ་བྱས་པ་དག་  
གིས་ཀྱང་། ཉེས་པ་མངོན་མཚན་ཅན་མི་མངེས་པ་རྟོགས་པར་བྱེད་པའི་  
གྲོང་པ་སྟེ་གཉིས་སུ་ཡོད་དོ། ། དོན་དེ་ཉིད་སྒྲ་གཞན་གྱིས་བརྗོད་ན་སྒྲུབ་  
མེད་པས་ན་དོན་ཉེས་པ་མ་ཡིན་གསུངས་སོ། ། དེའི་དང་པོ་མཚོན་པའི་  
དཔེར་བརྗོད། ཡུ་རྩ་ཨ་ཏ་མི་ཡ་བཞིན། ། ཞེས་པའི་བརྗོད་བྱ། ཡུ་ནི་གང་།  
རྩ་ཨ་ཏ་མི་ཁྱོད་གྱི། བྱི་ཡ་དགའ་མ་ལ་འཇུག་པས། གང་ཁྱོད་གྱི་དགའ་མ་  
ཞེས་པ་ཡིན་ཀྱང་། གཅོད་མཚམས་གཞན་དུ་བྱས་ནས། ཡུ་རྩ་འབྲིག་པ།  
ཨ་ཏ་ལྟན་པ། བྱི་ཡ་དགའ་མ་སྟེ། འབྲིག་ལྟན་དགའ་མ་ཞེས་གྲོང་ཆོག་ཏུ་  
འགྱུར་བ་དང་། བོད་སྐད་ལའང་།

མོ་མཚན་བཟང་ལྟན་འདི་ཡིས་ནི། །

བྲིམ་གཉིས་སུ་ནི་སྤུན་ཆོག་ས་བསྐྱེད། །

བྱ་སྟེ་གཉིས་པ་འདི་ཡིས་ནི། །

མཛའ་བོ་སོ་སོར་འབྱེད་པར་བྱེད། །

ཅེས་པའི་མོ་བྱུད་མེད་མཚན་བཟང་ལྟན་ནི་དགེ་མཚན་དང་ལྟན་པ་  
ལག་པ་ལ་བྲེང་བའི་རི་མོ་ཡོད་པ་སོགས་ཏེ། དེས་པ་དང་ཁྱོད་བྲིམ་གཉིས་  
སུ་དཔལ་སྐྱེད་ཅིང་། བྱ་ནི་འདབ་ཆགས་ནི་ཚོ་ལྟ་བུ། སྟེ་གཉིས་པ་སྤུམ་  
མཁན་གྱིས་མཛའ་བ་བྱེད་པ་ལ་བསམ་མོད་ཀྱང་། མོ་མཚན་ཞེས་དང་། བྱ་

སྒྲུ་ཞེས་པ་བཅད་པས་གྲོང་པར་འགྱུར་ཞེས་འགྲེལ་པ་སྒྲ་མ་ཚོར་བཤད་པ་  
འདི་ཀ་རྣམ་པ་གསལ་ཞིང།      འདི་ལ་གྲུང་ཐང་པ་བདེ་བའི་སྒོ་གྲོས་གྲིས།  
དོན་འདི་ལ་གྲོང་པའི་ཚིག་ཏུ་མི་འགྱུར་བ།

མཚན་ཉིད་བཟང་ལྡན་བྱད་མེད་འདིས། །

བྱིས་གཉིས་སྲུ་ནི་དཔལ་སྟེར་བྱེད། །

འདབ་ཆགས་སྒྲུ་གཉིས་པ་ཡིས་ནི། །

མཛའ་བའི་དོན་མ་ཐུན་གཉིས་སྲུ་འབྱེད། །

ཅེས་སྒྲུར་རོ་གསུང་བ་ལེགས་ཆར་སྒྲུང་རོ། །

གཉིས་པ་མཚོན་པའི་དཔེར་བརྗོད།

གཞན་ལ་བསྐྱུན་ནས་སྐྱེས་བུ་ནི། །

སྐྱེར་ལྡན་པའི་སྡེ་ཤྲུཅ། །

ཞེས་པའི་ངག་དོན་དངོས།      གཡུལ་ངོར་གཞན་ལ་མཚོན་གྲིས་དག་

ཏུ་བསྐྱུན་ནས།      སྐྱེས་བུ་དཔལ་བའི་རང་བཞིན་ཅན་ནི།      སྐྱེར་བཙོན་འབྲུས་

ཉི་དེ་དང་ལྡན་པས།      སྡེ་ཤྲུཅ་རྣམས་པར་གནས་པའི་ཞེས་གྲོང་པ་མ་ཡིན་

ཀྱང་།      གོ་ཚུལ་གཅིག་ལ།

གཞན་ལ་བསྐྱུན་ནས་སྐྱེས་བུ་ནི། །

ཁུ་བ་ལྡན་པ་རྣམས་པར་ངལ། །

དེ་ལྟ་བུ་སོགས་ལམ་དག་ནི། །

གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་བསྐྱབས་མ་ཡིན། །

ཞེས་པར་འགྱུར་ཏེ། རང་གི་དགའ་མས་ཆོག་མི་ཞེས་པར་བྱད་མེད་  
གཞན་ལ་བསྐྱབས་ཅིང་བཟོད་ནས། སྐྱེས་བུ་འདོད་ལྡན་ནི་ཁུ་བའི་རྒྱུ་ཡང་  
ཡང་འབབ་པ་དང་ལྡན་པས་ལུས་དུབ་སྟེ་རྣམ་པར་ངལ་ལོ་ཞེས་པར་ཡང་  
གོ་བས། དེ་ལྟ་བུ་སོགས་བཞད་གད་སྐྱེད་ཅིང་ངོ་ཆ་བར་བྱེད་པའི་ཆོག་ནི།  
ཤར་སྟོང་ལམ་སྟོལ་གཉིས་ཀ་ལ་བསྐྱབས་པ་མ་ཡིན་ཏེ་སྐྱོན་དུ་འགྱུར་  
བས་སྤང་དགོས་སོ་ཞེས་པ་སྟེ། བོད་སྐད་ལ་དཔེར་མཆོན་པ་གྲུང་ཐང་པས་  
དཔེར་བརྗོད་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་འབྱུང་བར།

མི་མའི་མཆོན་མ་བདག་གིས་ཉོགས། །

སྐྱོགས་མཁན་སྐྱོགས་ཀྱི་འཁྱུལ་འཁོར་སྐྱོར། །

མི་ཉོག་ཁ་འབྱེ་འབྱེ་ལ་ཉེ། །

དགའོ་འོ་བྱེད་ཆོས་ཡིན་ནོ། །

ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་གི་དོན་ལ་ངོ་ཆ་བ་ཅི་ཡང་མེད་ཀྱང་།  
སྐྱེ་བོ་རྣམས་བག་ཁུམས་ཤིང་བཞད་གད་ཀྱི་རྒྱུར་འགྱུར་བས་སྤང་ངོ་ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེ

ས་ན་འདི་ནི་ངག་རངས་པོའི་དོན་ལ་བརྩི་བས་གཙོད་མཆོམས་ལ་  
མ་སྟོས་སོ། །དེ་ལྟ་བུའམ་སྐྱབས་ཀྱི་དབང་ལས་ཡིན་ཏེ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་  
དུ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། ལྷ་ག་ཨ་ཏྲི་ལྷ་གི་རྒྱུ། །ཞེས་སོགས་ཀྱན་ཏུ་ཁས་ལེན་

ཉིད། ཟླ་ག་ཕ་རྒྱ་བཙུམ་ལྟན་འདས་མ་སྟེ། གཞན་དུ།

ཟླ་ག་ལེགས་ལྟན་བྱུང་འཇུག་སྟེ། །

བྱུང་མེད་ཀྱི་ནི་འདོམས་ན་གནས། །

མི་རྣམས་དགའ་བར་བྱེད་པས་ན། །

དེ་ནི་སྟེང་མེད་བྱ་ཞེས་བྲ། །

ཞེས་འབྱུང་བ་བཞིན་འཇུག་སྟོ་མང་ཞིང་། སྐབས་འདིར་ཟླ་ག་མོ་

མཚན་དང་སྐལ་བ་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་ཀྱང་། ཕ་རྒྱ་ལྟན་མ་དང་། ཟླ་ག་རྒྱ་

སྟེང་མོ་ལ་འཇུག་པའི་དབང་གིས། སྟེང་མོ་ལ་ངོ་ཚའི་གནས་བརྗོད་མི་རུང་

ཞིང་དེར་མི་དོགས་པས་ན་སྟེང་མོ་སྐལ་ལྟན་མར་ངེས་པ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་

སྟོན་དུ་མི་བཙུག་ཞིང་། ཤར་སྟོང་ལམ་སྟོང་ཀྱན་དུ་ཁས་ལེན་པ་ཉིད་དོ། །

གསུམ་པ་སྟན་པའི་མཇུག་བསྟུ་བ་ལ། དེ་ལྟར་སྟན་པ་རྣམ་པར་བྲ། །ཞེས་

པ་ནི་གོ་སྟོན་ལོ།

༥ ཤེན་ཏུ་གཞོན་པའི་ཡོན་ཏན།

༥ ལྟ་བུ་ཤེན་ཏུ་གཞོན་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་གཉིས། དངོས་སྟོང་པའི་

ལུགས་དང་། ལྟོག་པ་ཤར་པའི་ལུགས་སོ། །དང་པོ་ལ་མཚན་ཉིད། དཔེར་

བརྗོད། དེའི་དོན་བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་ནི།

ཤེན་ཏུ་གཞོན་པ་བཤད་པར་བྲ། །

རྩལ་མིན་ཡི་གེ་མང་བ་ནི། །

ཤིན་ཏུ་གཞོན་པ་ཉིད་དུ་འདོད། །

གང་སྤྱིར་ཐམས་ཅད་མཉེན་པ་ནི། །

སྦྱོར་བ་སྦྱོད་པའི་སྦྱོན་དུ་བཤའ། །

ད་ནི་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པའི་ཡོན་ཏན་བཤའ་པར་བྱ་བ་ནི། ལྷུ་བ་པ་

ཆོག་མཁས་ཆེན་པོས་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པར། ཀ་ལ་སོགས་པ་འཇམ་

པའི་ཡི་གེ་མང་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པ་ཞེས་པའི་མཆན་ཉིད་དུ་འདོད་དོ། །

ཡི་གེ་ཐམས་ཅད་འཇམ་ཞིང་མཉེན་པ་ཞིག་མཆན་ཉིད་དུ་མི་རུང་ངམ་ཞེ་

ན། མི་རུང་སྟེ་རྒྱ་མཆན་གང་གི་སྤྱིར་ཞེ་ན། ཐམས་ཅད་མཉེན་ཞིང་ཡང་བ་

ནི་སྦྱོར་བ་སྦྱོད་པའམ་གྲོལ་བ་ཞེས། སྤེབ་སྦྱོར་ཞིག་ཅིང་གྲོལ་བའི་སྦྱོན་

ཆེན་དུ། ལྷ་ལ་ཉི་ལྷ་ལྷ། ལོ་ལ་ལི་ཀ་ལི་ལྷ་ཞེས་གོང་དུ་དཔེར་བརྗོད་ཅིང་

བཤའ་བེན་ཏོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་ནི།

སྦྱིན་གྱི་སྤེང་བ་ལྷན་དུས་སུ། །

སྒྲིབ་པར་སྦྱོགས་པའི་མགྱིན་ལྷན་པ། །

མ་བྱ་ཡི་ནི་མཇུག་མ་དག། །

ལྷམ་པོར་བྱས་ནས་གར་བྱེད་དོ། །

ཆར་སྦྱིན་སྦྱོན་པོའི་ཆོག་མཁས་གྱི་སྤེང་བ་གཡོ་བ་དང་ལྷན་པར་དབྱར་

གྱི་དུས་སུ་དགའ་བས་སྦྱོས་པའི་སྐད་སྒྲིབ་པར་སྦྱོགས་པའི་མགྱིན་པ་དང་



ལྷན་པའི་མ་བུའི་ཚོགས་རྣམས་ནི།      མཐུག་པའི་སློང་ག་ལྷུ་མ་པོ་གདུགས་  
ཕུབ་པའི་ཚུལ་དུ་བྱས་ནས་གར་སྐྱར་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་པ་འདི་ཉིད་ཀྱི་བྱ་  
དཔེར།      མཐུ་ལྷོ་གྱི་ཏུ་བརྟུ་ཅི་ཀའྲིམ་རྩུ་ར་གྱི་ཉི་ཉིམ།      །ཀ་ལྷ་པི་ནམ་མའི་ཏུ་རྩི་  
ཀྲ་ལེ་རྩི་ལྷ་ཏུ་ལྷ་ལི་ནི།      །ཞེས་འབྱུང་བས་མ་དང་ཏ་དང་ལ་དང་ཀྲ་ལ་  
སོགས་འཇམ་པའི་ཡི་གེ་མང་བར་ཡོད་དོ། །

གསུམ་པ་དེའི་དོན་བསྐྱུ་བ།      ཞེས་པ་དོན་རྒྱས་ཉིད་མ་ཡིན།

རྒྱན་ཡང་དེ་འདྲ་ཡོད་མིན་ཏེ། །

ཤིན་ཏུ་གཞོན་པ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ། །

དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཁ་ན་གནས། །

ཞེས་བཅོམ་མ་ཐག་པའི་ངག་འདི།      དོན་རྒྱས་ལ་ཟབ་ཅིང་བརྗིང་པ་  
ཡང་མ་ཡིན་ལ།      རྒྱན་ཡང་རང་བཞིན་བཅོམ་པ་ཙམ་ལས་དེ་འདྲ་སྟེ་རྒྱས་  
ཤིང་བྱིངས་ཆེ་བ།      ཕུལ་བྱང་ལ་སོགས་པའི་ཉམས་མཛད་དུ་བྱུང་བ་ཡོད་པ་  
མ་ཡིན་ཏེ།      འོད་ཀྱང་ཡི་གེ་འཇམ་པ་མང་དུ་ཚོགས་ཤིང་བཅོམ་བདེ་བས་རྣ་  
བར་འབབ་པའི་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཏེ།      དམ་པ་སྟེ་མཁས་པ་  
རྣམས་ཀྱི་ཁ་ན་གནས་པས་དེ་ལས་སྤང་བར་བྱའོ།      །དེས་ན་ཉམས་ཡོད་  
ཅིང་སྟེ་བ་སྐྱོར་མ་ཞིག་ན་ཅི་ཙམ་བཅོམ་བདེ་བ་དེ་ཡོན་ཏན་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་བརྗོག་པ་ཤར་པའི་ལུགས་ལ་གཉིས་ཏེ།      འདོད་ཚུལ་དང་།  
དཔེར་བཅོམ་དངོས་སོ། །དང་པོ་ནི།

གསལ་སྒྱུ་གཞན་དག་པལ་ཆེར་ནི། །

བརྗོད་པར་དགའ་བ་དག་ཀྱང་སྒྲུབ། །

སྒྲུབ་བསྒྲིབ་པ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པའི་འདོད་པ་དེ་བརྗོད་བྱའི་དོན་གསལ་  
བའི་སྒྱུར། འཇུག་སྒྲུབ་པ་དག་སྒྲུབ་སྒྲུབ་འགའ་ཞིག་ཏུ་སྒྲུབ་ཡང་། གཞན་  
པལ་ཆེར་ཞིན་ཏུ་གཞོན་པ་མ་ཡིན་པ་སྒྲུབ་བ་རྩ་བ་ཅིང་བརྗོད་དགའ་བ་དག་  
ཀྱང་སྒྲུབ་བ་བྱེད་དོ། །གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་དངོས་ནི།

ཐུགས་རྒྱལ་རིགས་རྣམས་ཀྱི་སྒྲུབ་སྒྲུབ། །

སྒྲུབ་ཅིག་གིས་ནི་ཉམས་པར་བྱས། །

ཐུག་འཇུག་གི་འཇུག་པ་བཅུད་ནང་ཆོན། དག་སྒྲུབ་རྣམས་ཀྱི་ཞེས་བྱ་  
བའི་གཏམ་རྒྱུད། བྱང་སྒྲོང་རྩ་སྒྲུབ་ཞེས་བྱ་བའི་བྱ་ཐུག་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དག་  
སྒྲུབ་རྣམས་ཀྱི་ཡིན་ལ། དེས་དག་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཞེས་པར་གྱི་དག་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཀྱི་  
ལག་པ་སྒྲོང་བཅད་པའི་རྗེས་སུ་བསམ་པ་ནི་ལྟ་བུར་རྒྱལ་རིགས་རྣམས་ཀྱི་  
སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཐམས་ཅད། དུས་བྱུང་དུ་སྒྲུབ་ཅིག་གིས་བཅོམ་ནས་ཉམས་པར་  
བྱས་སོ་ཞེས་པ་སྒྲུབ། ལོ་རྒྱུས་རྒྱུས་པར་བྱང་པར་འཕགས་བསྒྲུབ་ལས།

དགའ་བྱེད་སྒྲོག་གཙོད་བྱེད་པའི་མདས། །

འཇིག་རྟེན་རྒྱལ་རིགས་མེད་བྱས་པས། །

གཞན་པ་ཐོབ་པ་གང་ཡིན་དེ། །

ཁྱོད་ཀྱི་བསྒྲིབ་ལ་གཞན་པ་མིན། །

ཞེས་པའི་འགྲེལ་པར་གསལ་ལོ། །འདིའི་རྒྱ་དཔེར། ཅུག་ཏུ་པ་ལྟ་སྟེ།  
ཕེ་ཏ་སྟེ་ཏི་ཡུ་ཏྲུ་ལྟ་ཏེ། ཞེས་ལྟ་ཡིག་མང་བས་བཟོད་དཀའ་ཞིང་།  
དོན་ཡང་བྱེད་ཆེ་ལ། ཅུན་ཡང་བྱ་བའི་རང་བཞིན་བཟོད་པ་དང་། དཔའ་བ་  
ཕུལ་དུ་བྱུང་བ་མི་འགལ་བ་ཡོད་དོ། །བོད་ལ།

དམ་པ་བདག་དང་གཞན་པས་ལས་ལ་དགལ། །

དམན་པ་ཆང་དང་དགའ་མ་དག་ལ་དགལ། །

མ་བྱ་འབྲུག་སྐྱོག་སྐྱོག་སྐྱོན་འཕྲིག་ལ་དགལ། །

སྐྱེབས་སྐྱོམ་སྐྱེབས་པ་བཟའ་བརྟུང་མི་ལ་དགལ། །

ཞེས་པའི་བྱེད་སྒྲུ་བྱིས་སྟོ་ཤར་གྱི་ལམ་མཚོན་པའོ། །

༤ དོན་གསལ་གྱི་ཡོན་ཏན།

༺ ཐུག་པ་དོན་གསལ་གྱི་ཡོན་ཏན་ལ་གཉིས། དངོས་གཉིས་ཀ་  
འདོད་པ་དང་། ལྟོག་པ་འགའ་ཞིག་འདོད་པའོ། །དང་པོ་ལ་མཚོན་ནི།  
དཔེར་བཟོད་དོ། །དང་པོ་ནི།

དོན་གསལ་དོན་བརྟག་མི་དགོས་ནི། །

དོན་གསལ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་། བཟོད་བྱའི་དོན་ཏེ་གཏན་ཆིགས་གྱིས་  
བརྟག་མི་དགོས་པར། སྐྱ་དང་རྟགས་ལས་གསལ་བའོ། །

གཉིས་པ་ནི།

འཕྲོག་བྱེད་གྱིས་ནི་ས་གཞི་དག །

ཕྱིག་པས་བཅད་པའི་སྤྱ་ཁྲག་གིས།

དམར་བ་ལྷ་ཡི་གཏེར་ལས་ཐུང་། །

འདིས་ནི་རིག་བྱེད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད། །

ཉ་དང་རུས་སྒྲལ་ཕག་དང་ནི། །

མི་ཡི་སེལ་མི་ཅུ་ཐུང་དང་། །

དགའ་བྱེད་རྩ་མ་ཁ་ནག་པ། །

སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཅེ་དང་བཅུ།

ཞེས་ཁྱབ་འཇུག་གི་འཇུག་པ་བརྟུ་བཤའ་པའི་ཕག་གི་འཇུག་པ་  
 བསྟན་ཏེ། ལྷ་ལས་ཕྱལ་བྱང་གི་བསྟོད་འགྲེལ་དུ། སའི་ལྷ་ས་ཆེན་པོའི་ཁྱར་  
 ཞེན་ཏུ་ལྷེ་བས་མནན་ནས། ལྷ་རྣམས་ལ་ཁྱར་འདི་བདག་གིས་འདེགས་  
 བར་མི་རྒྱས་སོ་ཞེས་གསོལ་བ་དང་། ཁྱབ་འཇུག་རུས་སྤལ་དུ་གྱུར་ནས་  
 ཁྱར་དེ་བཏེག་གོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཁྱབ་འཇུག་ཕག་གི་གཟུགས་སུ་བསྐྱར་ནས་  
 ས་ཆེན་པོ་འོག་ཏུ་རྒྱབ་པར་གྱུར་པ་མཆེ་བས་སྟེང་དུ་བཏེག་གོ་ཞེས་འབྱུང་  
 བ་ལྟར། འཕྲོག་བྱེད་དེ་ཁྱབ་འཇུག་ཕག་པའི་གཟུགས་སུ་བསྐྱར་ནས་རྒྱ་  
 མཚོར་ཁྱེད་ཏེ། ས་གཞི་ཆེན་པོ་འདི་དག་མིག་པས་བརྗེས་ཤིང་བཅད་  
 པའི་ལྷ་ཁྱབ་གིས་དམར་བར་གྱུར་པའི་ཆུ་གཏེར་ལས་མཆེ་བས་གྲེན་དུ་  
 སྤྱང་ངོ་ཞེས་ཆུ་གཏེར་དམར་བའི་རྒྱ་བརྟག་མི་དགོས་པར་གསལ་བའོ། །

གཉིས་པ་ལྷོག་པ་འགའ་ཞིག་འདོད་པ་ལ།      དཔེར་བརྗོད།      དོན་

བཤད། མཐུག་བསྐྱབ་བ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི།  
ཕག་པ་ཆེན་པོ་དག་གིས་ས། །

ཚུ་གཏེར་དམར་པོ་དག་ལས་སྤང་། །

འདི་ཡང་གཏམ་རྒྱུད་ནི་སྔ་མ་སྟེ། སྔོན་གྱི་དུས་སུ་སྤྲུལ་པའི་ཕག་པ་  
ཆེན་པོ་དག་གིས། ས་གཞི་བྱིན་ཆེན་པོ་འདི་ཉིད་ཚུ་གཏེར་ཏེ་རྒྱ་མཚོའི་  
བྱུང་པར་ཁ་དོག་དམར་པོར་གྱུར་པ་དག་ལས་སྤང་ངོ་ཞེས་དོན་ཤིན་ཏུ་མི་  
གསལ་ལོ། །གཉིས་པ་ནི།

ཞེས་པ་འདི་ཉིད་བསྟན་པ་ནི། །

བྲང་འགྲོའི་ཁྲག་ནི་བརྟག་དགོས་ཉིད། །

བརྗོད་མ་ཐག་པའི་དཔེར་བརྗོད་འདི་ཉིད་དུ་བསྟན་ཞིང་སྐྱར་བ་དེ་ལ་  
ནི། ཚུ་གཏེར་དམར་པའི་རྒྱུའམ་གཏན་ཆིགས། བྲང་འགྲོ་སྤྲུའི་ཁྲག་ནི་  
བརྗོད་འདོད་ཅུམ་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བས་ན་བརྟག་དགོས་ཉིད་དུ་བྱུང་ལོ། །

གསུམ་པ་ནི།

ལམ་འདི་གཉིས་ཀ་དག་ལ་ཡང་། །

རྟོགས་པའི་སྐྱལ་བཟང་མི་ལྟན་ཞིང་། །

སྤྱད་ང་རིགས་པ་ལས་འགོངས་པ། །

འདི་འདྲ་པལ་ཆེར་བཞེད་མ་ཡིན། །

གོ་བར་དཀའ་བའི་སྟན་ངག་གི་ལམ་འདི་སྟོ་ཤར་གྱི་ཕྱགས་གཉིས་

ཀ་དག་ལ་ཡང་། དེ་དེ་མ་ཐག་རྟོགས་པའི་སྐལ་བ་བཟང་པོ་དང་མི་ལྡན་  
 ཞིང་། དངོས་སུ་བརྗོད་པའི་སྦྱ་དང་། གཏན་ཆིགས་ཀྱི་རིགས་པས་གྲང་  
 སྦྱབ་ཏུ་མེད་པས། དེ་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་ལས་འགོངས་ཤིང་འདས་པའི་བྱིར།  
 འདི་འདྲ་བ་ནི། དགོས་དབང་དང་འབྲེལ་བའི་ཤར་ཕྱོགས་པ་འགའ་ཙམ་  
 ལས། ལྷོ་ཤར་པལ་ཆེ་བ་བཞེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། འདི་དང་གོང་གི་རབ་དང་གི་  
 བྱུང་པར་རབ་དང་ནི་འཇིག་རྟེན་ལ་གྲགས་པ་ཞིག་ངེས་པར་དགོས་ལ།  
 འདིར་ནི་འཇིག་རྟེན་ལ་གྲགས་མ་གྲགས་ཀྱི་ངེས་བཟུང་མེད་ཅིང་སྦྱ་དང་  
 རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་གསལ་བར་རྟོགས་པ་མཆོན་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཤར་  
 པའི་ལུགས་ལའང་རབ་དང་ནི་ངེས་ཆིག་ལ་བརྟེན་པས་འབྲུབ་ལ། དོན་  
 མི་གསལ་བ་འདི་གཏམ་རྒྱུད་མི་ཤེས་ན་བརྟེན་པས་འབྲུབ་ཀྱས་མ་ཡིན་  
 ནོ།།

༥ རྒྱ་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་

༥ བདུན་པ་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་ལ་ཡང་གཉིས། དངོས་སྣོ་བ་དང་  
 ལྷོག་པ་ཤར་བའི་ལུགས་སོ། །

དང་པོ་ལ། མཆོན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད། དོན་བསྐྱུ་བའོ། །དང་པོ་ནི།

གང་དུ་འགའ་ཞིག་བརྗོད་པ་ལ། །

བྱུང་འཕགས་ལྡན་པའི་ཡོན་ཏན་རྟོགས། །

དེ་ནི་རྒྱ་ཆེར་བརྗོད་དེ་དེས། །



སྒྲིག་ངག་ལམ་ཀུན་མགོན་དང་བཅས། །

ཆོག་སྒྲུབ་གང་དུ་དོན་འགའ་ཞིག་དངོས་སུ་བཟློང་བའི་ཤུགས་སམ་  
རྒྱས་པ་ལ། བཟློང་ཡུལ་དེ་ཆེས་བྱུང་བར་དུ་འཕགས་པ་དང་ལྡན་པའི་ཡོན་  
ཏན་ཉོགས་པར་རྒྱས་པ་དེ་ནི་རྒྱ་ཆེ་བ་ཞེས་པའི་ཡོན་ཏན་དུ་སྟོ་སྟོགས་པ་  
དག་བཟློང་དེ། དེས་ནི་སྒྲིག་ངག་གི་ལམ་ཀུན་ལ་མགོན་དང་བཅས་པ་སྟེ་  
མཆོག་ཏུ་མཛེས་པར་བྱེད་པའོ། །གཉིས་པ་ནི།

སྟོང་བ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་པའི་མིག །

ལན་ཅིག་བྱོང་གཏོང་ལ་ལྟུང་བ། །

ལྟ་གཅིག་གནས་སྐབས་དེ་ཡི་སྒྲུབ། །

གཞན་ཀྱི་གཏོང་ལ་བལྟ་མ་ཡིན། །

སྟོང་བ་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྟེར་དུ་རེ་བས་དམན་པའི་མིག་གིས་ལྟ་བ་ལན་  
ཅིག་ཅམ་བྱོང་ཀྱི་གཏོང་ལ་ལྟུང་བ་སྟེ་བལྟས་པར་གྱུར་ལ། ལྟ་གཅིག་ཅེས་  
རྒྱལ་པོ་ལ་བོད་ནས། བྱོང་ལ་ལན་ཅིག་ཅམ་ལྟ་བའི་གོ་སྐབས་རྟོན་པའི་  
གནས་སྐབས་དེའི་མཐུས་སྒྲུབ་སྒྲིན་པ་པོ་གཞན་ཀྱི་གཏོང་ལ་ལྟ་དགོས་པ་  
མ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་ནི།

ཞེས་པ་ཉིད་ཀྱི་ངག་འདི་ལ། །

གཏོང་བ་བྱུང་འཕགས་ལེགས་པར་མཆོན། །

ལོ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་གཞན་དག་གྱུང་། །

རིགས་པ་མཚུངས་པས་དཔག་པར་བྱ། །

སྒྲོང་བ་རྣམས་ཞེས་སོགས་གོང་དུ་བཅོལ་བ་ཉིད་ཀྱི་ངག་ཆིག་གི་  
སྒྲོར་བ་འདི་ལ། དངོས་བསྟན་ལ་སྒྲིན་པ་རྒྱལ་པོ་ཆེ་སྤྱལ་བར་མ་སྒྲིས་  
ཀྱང་། སྒྲུབ་སྒྲིན་པ་པོ་གཞན་ཀྱི་གདོང་ལ་མི་ལྟ་བའི་ཤྱགས་ལས་སྒྲོང་བ་  
པོའི་རེ་བ་མཐའ་དག་རྒྱལ་པོ་དེས་ལན་ཅིག་ཁོ་ནས་བསྐྱང་བྱུང་བའི་གཏོང་  
བ་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ་ལེགས་པར་མཆོན་རྒྱས་ཤིང་ཆིག་གི་ལམ་འདི་  
ཉིད་ཀྱིས་མཆོན་ནས། དཔའ་བ་དང་། རྟལ་པོད་པ་དང་། མང་དུ་ཐོས་པ་  
དང་། ཡོན་ཏན་གྱི་བྱུང་པར་རྒྱ་ཆེ་བ་གཞན་དག་ཀྱང་། རིགས་པ་མཚུངས་  
ཤིང་འབྲུག་པས་དཔག་པར་བྱའོ་ཞེས་པ་སྟེ་གཞུང་དོན་མ་འཁྲུགས་པའི་  
བཤའ་ཚུལ་ནི་དེ་སྟེ་བྱུང་། །

གཉིས་པ་སྟོག་པ་ཤར་པའི་ཤྱགས་ལ། མཆོན་ཉིད་དང་། དཔེར་  
བཅོལ་དོ། །དང་པོ་ནི།

བསྐྱགས་པར་འོས་པའི་བྱུང་པར་དང་། །

ལྷན་པ་རྒྱ་ཆེར་འགའ་ཞིག་འདོད། །

བསྐྱགས་པར་འོས་པའི་བྱུང་པར་གྱི་ཆོས་སྤྱལ་དུ་བྱུང་བ་འགའ་  
ཞིག་བཅོལ་བའི་ཤྱགས་ལས། དེ་དང་ལྷན་པའི་གཞིའམ་ཆོས་ཅན་དེ་ངོ་  
མཆོར་རྒྱ་ཆེ་བར་མཆོན་པ་འདི་ཤར་སྟོགས་པ་འགའ་ཞིག་འདོད་དོ། །

གཉིས་པ་ནི།

རོལ་བའི་ཆུ་སྐྱེས་ཅེ་དགའི་མཆོ། །

གསེར་གྱི་རྒྱན་ལ་སོགས་པ་བཞིན། །

ལྷན་ཅིག་ཏུ་རོལ་བའི་དོན་གྱིས་ཆུ་སྐྱེས་ལ་རོལ་བའི་ཆུ་སྐྱེས་དང་།  
ཅེ་དགའི་ཆེད་གྱི་མཆོ་ལ་ཅེ་དགའི་མཆོ་དང་། གསེར་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་  
གྱི་རྒྱན་ལ་གསེར་གྱི་རྒྱན་ཞེས་ཆིག་སྟུང་གྱིས་བསྟན་པ་འདི་དག་བཞིན།  
ནོར་བུའི་ལྗོན་པ། མེ་ཏོག་གི་འབྲི་ཤིང་ཞེས་སོགས་བསྟན་པ་རོལ་  
བའི་བྱང་པར་གྱི་དངོས་པོ་དེ་དག་བརྗོད་པས། དེ་དང་ལྷན་པའི་ཡུལ་རྒྱལ་  
པོའི་མཛེས་མ་ལྟ་བུ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་ཆེ་བར་ཏོགས་ཅུས་པ་ཡིན་ནོ། །སྒར་ཐང་  
པའི་འགྲེལ་པར་འདི་དང་འོག་གི་རྒྱ་ཆེ་བའི་རྒྱན་ལ་བྱང་པར་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན།  
འདི་ནི་བསྟན་པ་རོལ་བའི་བྱང་པར་དང་ལྷན་པ་ཇི་སྟེད་པ་ཡིན་ལ།  
འོག་གི་དོན་རྒྱན་གྱི་སྐབས་ཀྱི་ནི། བསམ་པ་དང་འབྲེལ་བ་རྒྱ་ཆེ་བ་གཉིས་  
པོ་ཙམ་དུ་བྱས་པས་སྦྱི་དང་བྲེ་བྲག་གི་བྱང་པར་ཡོད་དོ་ཞེས་པས་མཐའ་  
དབྱེད་འགྲུབ་བོ།

༤ བརྗོད་པའི་ཡོན་ཏན།

༥ བརྒྱད་པ་བརྗོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་གཉིས་ཏེ། མཆོན་ཉིད་སྦྱིར་  
བསྟན། དབྲེ་བ་སོ་སོར་བཞག་པའོ། །དང་པོ་ནི།  
བརྗོད་པ་ཆིག་སྟུང་མང་པོ་ཉིད། །

འདི་ནི་སྒྲུག་པ་དག་གི་གསོམས། །

བཟིང་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། ཆིག་སྒྲུད་ཀྱི་སྒྲོར་བ་མང་དུ་གནས་པ་སྟེ།  
དེ་ཡང་དབང་ལོས།

ཆིག་སྒྲུད་པལ་ཆེར་གསོམས་པའི་འཛིག།

དེ་ནི་མིང་རྣམས་སྒྲུར་བའི་དོན། །

ཞེས་དང་། ཀ་ལྷ་བར། མིང་རྣམས་སྒྲོར་བའི་དོན་ནི་བསྒྲུབ་ལོ། །དེར་  
གནས་རྣམ་དགེ་རྣམས་དགེ་བར་བྱའོ་ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། དེ་ལ་དགེ་བ་མང་  
དུ་བཤའ་བྱང་། རི་སྐད་དུ།

འབྲུ་མང་པོ་དང་ལས་འཛིན་དང་། །

བ་གཉིས་པ་དང་དེའི་སྒྲེས་བྲུ། །

ཟླས་དགེ་བ་དང་བྱངས་མེད་པའོ། །

ཞེས་བྲུག་ཏུ་འདུ་བས་དེ་དག་ཅི་རིགས་པ་དང་ལྡན་པ། འདི་ནི་ཆིག་  
སྒྲུག་པར་དག་གི་གསོམས་སམ་སྟོག་གམ་སྟོང་པོ་ལྷ་བྲུ་ཡིན་ཏེ་གཙུ་ཆེ་ལ།  
ཆིགས་བཅད་ལ་ནི་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྟོ་སྟོགས་པ་སྟའོ། །ངག་དབང་  
འཛིག་ཏེན་དབང་ལྷག་གིས། སྒྲུག་པ་ལ་ཆིག་སྒྲུད་ཅན་གྱི་དཔེར་བཟོད་  
བྱང་མཛད་དོ། །

གཉིས་པ་ལ་ཤར་པ་དང་། ལྷོ་པའི་ལྷགས་གཉིས་ལས། དང་པོ་  
འདོད་ཚུལ། མཆན་ཉིད། དཔེར་བཟོད། མཐུག་བསྒྲུབ་བ་བཞིའི་དང་པོ་ནི།

ཆིགས་བཅད་ལ་ཡང་ཤར་ཕྱོགས་པ། །

འདི་ཉིད་དབྱང་དང་གཉིན་དུ་བཞེད། །

ལྷག་པར་མ་ཟད་ཆིགས་སུ་བཅད་པ་ལ་ཡང་ཤར་ཕྱོགས་པ་ནི།  
བརྗེད་པ་འདི་ཉིད་དབྱང་གཉིན་ལྟ་བུར་བཞེད་ལ། ཡང་གི་སྐྱས་གོང་གི་  
ལྷག་པ་བསྐྱས་པའོ་ཞེས་འགྲེལ་བྲི་ག་པལ་དུ་བགྲལ་བ་ལ་དོན་གྱི་སར་  
འཆུག་མེད་མོད་ཀྱང་། འགྲུར་ནི།

ཆིགས་བཅད་ལ་ཡང་ལྟོ་ཕྱོགས་པ། །

མིན་པ་འདི་ཉིད་གཅིག་ཕུ་བཞེད། །

ཅེས་འོང་འགྲུར་ལེགས་པར་སེམས་ཏེ། རྒྱ་དཔེར། བཤེ་བྲ་དྲ་ཁྱི་ཁྱ་  
རྒྱ་རྒྱ་མི་ད་མེ་ཀི་བ་རྒྱ་ཡ་ཧྲི། ཞེས་ལྟོ་ཕྱོགས་པའི་སྐད་དོད་དྲ་ཁྱི་ཁྱ་དངོས་  
སུ་ཡོད་པའི་བྲིར་རོ། །གཉིས་པ་ནི།

དེ་ལ་ལྷེ་དང་ཡང་བ་རྣམས། །

མང་དང་ཉུང་བ་ཉིད་སྟེལ་བས། །

མཐོ་དམན་ཡི་ནི་རྣམ་པ་སྟེ། །

བརྗེད་པ་ལ་སོགས་རྣམས་ལ་བསྟུ། །

སྟེ་བ་སྟོར་རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་ལས། དབྱངས་བྱང་དུ་ནི་ཡང་བ་  
དང་ལ་སྟེ་བྲང་བའོ། །རྐང་པའི་མཐའ་རྣམས་སུ་མང་པོ་ཞིག་ལྷེ་བ་དང་ག་  
སྟེ་འབྲོག་པའོ། །དབྱངས་དང་བྲལ་བའི་གསལ་བྲེད་ལས་སྟེ་མའང་རོ། །

རིང་པོ་ལ་སྤྱི་ཉིད་ཀྱང་ངོ་ཞེས་སོགས་བཤད་པའི་ཡི་གེ་འགའ་ཞིག་ཏུ་སྟེ་  
 བ་མང་ལ་ཡང་བ་ཅུང་བ་དང་། ལ་ལར་ཡང་བ་མང་ལ་སྟེ་བ་ཅུང་བ་ཉིད་  
 སྟེ་ལ་བས། རྒྱ་མཚོའི་རྒྱ་བས་བཞིན་དུ་མཐོ་བ་དང་དམའ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་  
 ཏེ། ལྟོ་ཕྱིགས་པ་དེ་དག་གི་བརྗོད་པ་དང་སོགས་སྐྱས་བསྐྱས་པའི་གཏམ་  
 རྣམས་ལ་བལྟ་ཞིང་ཤེས་པར་བྱའོ། །

[illegible]

མཐའ་དག་ཉི་འོད་མལ་སྟན་ཅན། །

མཁའི་གཤམ་པོ་ལྷ་མ་ལ་གནས་པོ། །

གོས་དམར་གཡོ་བཞིན་ཚུ་ལྟན་མ། །

རྒྱལ་གྱི་རི་བོ་རི་མགོར་སྤྱང་དུ་ཆ་བའི་མཐའ་དག་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་གྱི་  
 མལ་སྟན་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཕྱོགས་ཚུ་ལྡན་མ་ཞེས་བོད་ནས། བྱད་མེད་གྱི་ཆོས་  
 སྤྱི་ཞིང་མཁེགས་པའི་རྒྱ་མ་མངོན་པར་མཐོ་བ་ལ་གནས་པའི་གོས་དམར་  
 གཡོ་བ་བཞིན་དུ་ཐུན་མཚམས་གྱི་སྤྱང་བས་འཁྱུད་པ་འདི་ཉིན་དུ་མཛེས་  
 སོ་ཞེས་བ་སྟེ། བྱད་མེད་རྩལ་དང་ལྡན་པ་ན་གོས་དམར་འཛིན་པ། རྒྱ་གར་  
 གྱི་ཡུལ་ཆོས་ཡིན་ཞེས་གྲག་གོ། །རྒྱ་དཔེ་ལ་ཡི་གེ་སྟེ་བ་དང་ཆིག་སྟུང་མང་  
 ཞིང་མཐོ་དམན་གྱི་རྣམ་པ་གསལ་བར་ཡོད་ཀྱང་། བོད་སྐད་ལ་ཞིག་པས་



གཞན་མི་གསལ་ཡང་། ལུ་བ་ཀྱི་རི་བོའི་མགོར་ཞེས་པ་ལ། རི་མགོར་ཞེས་  
དང་། ཉི་མའི་འོད་ཀྱི་ཞེས་པ་ལ། ཉི་འོད་ཅེས། རྒྱག་པ་ལ་དེའི་སྐྱེས་བུས་  
བསྐྱ་བ་བྱས་པ་གསལ་བར་ཡོད་དོ། །བཞི་པ་ནི། ཞེས་པ་བརྗེད་དང་ལྡན་  
པའི་ཆིག་ ཆིགས་བཅད་ལ་ཡང་ཤར་བ་སྒྱུར། ཞེས་དཔེར་བརྗེད་པ་འདི་  
ལྟ་བུ་བརྗེད་དང་ལྡན་པའི་ཆིག་ཡིན་པས། ཆིགས་བཅད་ལ་ཡང་ཤར་  
ཕྱོགས་པ་དག་སྒྱུར་བར་བྱེད་དོ། །

གཉིས་པ་སྟོ་པའི་ལུགས་ལ་མཆན་ཉིད། དཔེར་བརྗེད་དོ། །དང་པོ་  
ནི།

གཞན་དག་འབྲུགས་མིན་མཛེས་པ་ཡི། །

ཆིག་རྣམས་བརྗེད་པར་འདོད་དེ་དཔེར། །

ཤར་བ་ལས་གཞན་པའི་སྟོ་ཕྱོགས་པ་དག་ནི། ཆིགས་བཅད་ལ་  
སྒྱུར་ཆེ་ལྷེ་ཡང་མ་འབྲུགས་པ། བརྗེད་བྱ་གསལ་ཞིང་རྗེད་བྱེད་མཛེས་པའི་  
ཆིག་སྐད་མང་པོ་ཅན་ཞིག་བརྗེད་པའི་མཆན་ཉིད་ཏུ་འདོད་དོ། །

གཉིས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། བ་ཡོ་རྩ་ར་ཏ་འོ་སྒྲ་ལ་ལྟ་སྐྱུ་ཏ་ལྷོ་ལྟ་གྲ།  
ཀ་ལྷོ་གྲ་ལྟ་ཏུ་རི་ཅེ་ཏོ་ལྷོ་ཏུ་རྩོ་ན་ཀ་རི་ཏུ་ཏི། བོད་སྐད་ཏུ།

ལུ་འཛིན་ངོས་ཀྱི་པང་ན་ཆགས། །

མཆ་མས་ཀྱི་ཉི་འོད་གོས་དང་ལྡན། །

ལུ་ལྡན་མ་ཡིས་སུ་ཡི་ཡིད། །

འདོད་པས་གཟེར་བར་བྱེད་མི་འགྱུར། །

ཆུ་འཛིན་ཏེ་སྒྲིན་ལང་མོང་དུ་གཡོ་བའི་ངོས་ཀྱི་པང་བ་ན་ཆགས་པ།  
དགོང་ཀའི་ཐུན་མཆམས་ཀྱི་དམར་བ་ཐུན་སུམ་ཆོགས་པའི་ཉི་འོད་ཀྱི་  
གོས་དང་ལྡན་པའི་རུབ་ཕྱོགས་ཆུ་ལྡན་མ་འདི་ཡིས། འདོད་ལྡན་ཀྱི་སྒྲེ་བོ་  
སུ་ཞིག་གི་ཡིད་འདོད་པས་གཟེར་བར་བྱེད་པར་ཅིས་མི་འགྱུར་ཏེ་འགྱུར་  
རོ་ཞེས་པ་འདིའི་རྒྱ་དཔེར། སྒྱི་ཡང་མ་འབྲུགས་པ་དང་ཆོག་སྒྱུད་མང་དུ་  
གནས་ཀྱང་ཞིག་པས་བོད་སྐད་ལ་མི་གསལ་མོད། དཔང་ལོ་ཆེན་པོས།  
འདི་ལ་འང་སྒྲིན་ཀྱི་ངོས་ཀྱི་པང་ན་ཆགས་པ་ཡང་ཡིན་ལ། མཆམས་ཀྱི་ཉི་  
མའི་འོད་ཀྱང་ཡིན་པས་དེ་སྐད་དུ་བརྗོད་པ་ལས་འཛིན་པ་ལ་སོགས་པ་  
ཆོག་སྒྱུད་མང་དུ་ཡོད་གསུངས་སོ། །

བོད་ལ་ཡི་གེ་སྒྱི་ཡང་གི་བརྟ་བྱ་སྒྲུབ་དུ་མེད་ཅེས་མཁས་པ་སྤྲ་མ་  
རྣམས་གསུངས་ལ། དག་དབང་འཛིན་ཏེན་དབང་ཐུག་གིས། རྒྱ་གར་གྱི་  
རིགས་པས་གཞལ་ཏེ། སྒྱི་ཡང་གི་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཅམ་བྱས་ན། འགྲང་  
པོ་ཅན་དང་། བ་རོ་ཅན་དང་། མཐའ་ཏེན་ཅན་རྣམས་སྒྱི་བ་དང་། དེ་ལས་  
ཕྱོག་པ་རྣམས་ཡང་བར་རིགས་པས་འགྲུབ་གསུངས་ཤིང་དཔེར་བརྗོད་  
མཛད་པ་ཕྱོགས་མཆོན་དུ་འགྱུར་བས་རེ་ཞིག་ལེགས་སོ། །

༥ མཛེས་པའི་ཡོན་ཏན།

༥ དགྲ་པ་མཛེས་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་ཡང་གཉིས་ཏེ། དངོས་སྟོབ་པ་དང་  
སྟོབ་པ་ཤར་བའོ། །དང་པོ་ལ་མཚན་ཉིད། སྐར་གཞི། དཔེར་བཞིན། རོན་  
བསྐྱ་བའོ། །དང་པོ་ནི།

མཛེས་པ་འཛིག་རྟེན་དོན་དག་ལས། །

མ་འདས་འགྲོ་ཀྱན་ལ་མཛེས་པའོ། །

མཛེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། འཛིག་རྟེན་པས་ཤེས་པའི་བཞིན་བྱའི་དོན་  
གྲགས་པ་ལས་མ་འདས་པ་བཞིན་ན་མཁས་ཚོངས་ཀྱི་འགྲོ་བ་ཀྱན་ལ་  
མཛེས་ཤིང་ཡིད་འཕྲོག་པའོ། །གཉིས་པ་ནི།

དེ་ཡང་གཏམ་གྱི་མདོན་བཞིན་དང་། །

བསྐྱགས་པ་ལ་སོགས་ནམས་ལའང་སྐྱར། །

མཛེས་པའི་ཡོན་ཏན་དེ་ཡང་སྐྱར་བའི་གཞི་གཉིས་ཏེ། སྟོན་བྱང་  
བའི་གཏམ་མདོན་པར་བཞིན་པ་དང་། ཡུལ་གང་ཡང་རྩང་བ་བསྐྱགས་  
བཞིན་གྱི་སྐབས་དང་། སོགས་ཀྱི་སྐྱས་དེར་ཡང་མ་ཟད་པའོ། །སྐྱར་གཞི་  
འདི་ནི་ཤར་སྟོབ་གཉིས་ཀ་ལ་བྲབ་བོ། །

གསུམ་པ་དཔེར་བཞིན་ལ། གཏམ་ལ་སྐྱར་བ་དང་བསྐྱགས་པ་ལ་  
སྐྱར་བ་སྟེ། གཏམ་ལ་སྐྱར་བ།

དཀའ་ཐུབ་ཐུང་པོ་བྲོད་འདྲ་ཡི། །

ཞབས་ཀྱི་རྩལ་ནི་གཙང་མ་རྣམས། །

ཡང་དག་བཏབ་པ་གང་ཡིན་པ། །

དེ་དག་ཁོ་ན་ངེས་པར་བྱིས། །

དཀའ་ཐུབ་པ་འགའ་ཞིག་གིས་སྦྱིན་བདག་གི་བྱིས་དུ་འོངས་ནས།  
བཟང་པོ་བྱོད་ཀྱི་བྱིས་འདི་དགོའོ་ཞེས་བརྗོད་པའི་ལན་དུ། ཆངས་པར་སྦྱོད་  
པའི་དཀའ་ཐུབ་ཀྱི་ཐུང་པོ་བྱོད་འབྲེལ་བའི་ཞབས་རྩལ་གཙང་མ། གསྐྱའི་ཚུ་  
ལྟར་དག་བྱེད་ཀྱི་མཆོག་དེས་ཡང་དག་པར་བཏབ་ཅིང་རེག་པའི་གཞི་གང་  
ཡིན་པ། དེ་ཁོ་ན་བཟ་ཤེས་ཀྱི་མཆོན་མ་དང་ལྡན་པས་ངེས་པར་མིང་དོན་  
མཚུངས་པའི་བྱིས་ཡིན་ལ། གཞན་ནི་བཏགས་མིང་ཅ་མ་མོ་ཞེས་སོ། །

བསྐྱབས་པ་ལ་སྒྲུབ་བ།

སྦྱོན་མེད་ལུས་ཅན་བྱོད་ཀྱི་ནི། །

ལག་པའི་འབྲི་ཤིང་བར་དག་ཏུ། །

བུ་མ་རབ་རྒྱས་འདི་དག་གི། །

གོ་སྐབས་རྟེན་པར་འགྱུར་མ་ཡིན། །

ལང་ཆོ་ལ་སྦྱོན་མེད་ཅིང་མཆོག་ཏུ་མངོས་པའི་ལུས་ཅན་མ་ཞེས་  
བོད་ནས། བྱོད་ཀྱི་ལག་པའི་འབྲི་ཤིང་མཉེན་ལྷག་དང་ལྡན་པ་བྱུང་གི་བར་  
དག་ཏུ། ལང་ཆོས་རབ་ཏུ་བྲེགས་པའི་བུ་འབྱུར་མངོན་པར་མཐོ་བ་འདི་  
དག་གནས་པའི་ཡུལ་གྱི་གོ་སྐབས་རྟེན་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། འོང་བ་

མིན་ནོ་ཞེས་བཤོ། །བཞི་པ་ནི།

ཞེས་པ་བྱང་པར་བཟོད་པ་ཡི། །

ལེགས་སྐྱར་དེ་དག་སྤྱིད་པ་ཉིད། །

འཛིག་ཏེན་ལུགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་ནི། །

འབྲང་བ་ཐམས་ཅད་མཛེས་པར་འགྱུར། །

ཞེས་པ་དགའ་ཐུབ་པའི་ཞབས་རྒྱལ་དང་། བྱང་མེད་ཀྱི་རུ་མའི་བྱང་  
པར་མཆོག་ཏུ་བཟོད་པའི་ཆིག་དེ་དག་ཙམ་འཛིག་ཏེན་ན་སྤྱིད་པ་ཉིད་ཡིན་  
ལ། དེའི་ཕྱིར་འཛིག་ཏེན་ཀྱི་ལུགས་དང་མི་འགལ་བར་དེའི་རྗེས་སུ་འབྲང་  
བ་མཁས་སྒྲུན་བར་མ་ཐམས་ཅད་དགའ་བས་མཛེས་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ལྟོག་པ་ཤར་པ་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བཟོད།

མཐུག་བསྐྱ་བཤོ། །དང་པོ་ནི།

འཛིག་ཏེན་འདས་བཞིན་བཟོད་འདོད་ཀྱི། །

དོན་གང་ཤིན་ཏུ་བཀོད་གྱུར་པ། །

དེ་ཡིས་མཁས་པ་ཤིན་ཏུ་ནི། །

ཆིམ་གྱུར་ཅིག་ཤོས་མ་ཡིན་དཔེར། །

འདི་ལ་སྒྲར་ཐང་པའི་རྒྱ་ཀླུ། མཁས་པ་གོ་རྒྱ་བ་རྣམས་ཆིམ་ཞིང་  
ཅིག་ཤོས་མི་མཁས་པ་བེ་དརྩ་མི་དགའ་ཞེས་བཀྲལ་བ་ལ། དག་དབང་  
འཛིག་ཏེན་དབང་ཕུག་གིས། འདོད་ལུགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཙམ་མ་གཏོགས། ལྟོ་

ཕྱོགས་པ་མི་མཁས་པར་གྲུབ་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་དཔའ་  
 བོ་ལ་སོགས་པའི་མཁས་པ་རྗེ་སྟོན་དོ་གསུངས་པ་དོན་ལ་གནས་གུང་།  
 རང་ཉིད་ཀྱི་བཞེད་པ་ཡང་དེའི་རྗེས་སུ་ཤོར་ཏེ། ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་མཁས་པ་  
 རྣམས་ཡིད་ཤིན་ཏུ་ཆོམ་ཞིང་དགའ་བར་གྱུར་ལ། དེ་ལས་ཅིག་ཤོས་སྟོ་  
 ཕྱོགས་པའི་འདོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་བཀོད་པས། ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་མཁས་  
 པ་ཞེས་སྟོས་བྱེད་ནས། དེའི་ཅིག་ཤོས་སྟོ་ཕྱོགས་པ་དེ་མི་མཁས་པར་འགོ་  
 བ་ལས་འོས་མ་མཆིས་སོ། །

དེས་ན་ཆོག་གས་སུ་བཅད་པ་འདིའི་དོན་ནི་འདི་ལྟར་ཡིན་ཏེ་འཇིག་  
 ཏེན་གྱི་གྲགས་པའི་མཆོམས་ལས་འདས་ཤིང་སྟོ་ཡུལ་དུ་མི་ཤོང་བ་བཞིན་  
 བརྗོད་པར་འདོད་པའི་སྟོ་ཞིག་སྟོན་དུ་བཏང་ནས། དེ་ལྟ་བུའི་བརྗོད་བུའི་  
 དོན་གང་ཞིག་རྗོད་བྱེད་ཤིན་ཏུ་ལུང་ཆེ་བའི་ངག་གིས་སྟོ་བཏགས་ཏེ་ཆེས་  
 ལྷག་པར་བཀོད་པར་གྱུར་པའི་ཆོག་སྟོར་དེས་ནི། མཁས་པ་རྣམས་ཤུལ་  
 ཆེ་བའི་ཕྱིར་ཤིན་ཏུ་ཆོམ་ཞིང་དགའ་བར་འགྱུར་ལ། དེའི་ཅིག་ཤོས་སྟོན་པོ་  
 དག་ནི་ལུང་ཡིན་པས་འབྲེལ་མེད་ཅེས་འཕྱུ་ཞིང་ཆོམ་པར་མི་འགྱུར་རོ་  
 ཞེས་མཁས་སྟོན་སྟོ་ལ་བསམ་པ་ཡིན་གྱི། སྟོ་ཤར་གྱི་རྣམ་དབྱེ་འགོད་པ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་དཔང་ལོ་ཆེན་པོ། གུང་ཐང་པ། འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེ་  
 གསུམ་ཀའི་འབྲེལ་པར་ཡང་དོན་གྱི་སྟོགས་ས་འདི་ཀའོ། །གཉིས་པ་ནི།  
 གཏམ་ལ་སྤྱར་བ།



དེང་ནས་བཟུང་སྟེ་བདག་གི་བྲིམ། །

ལྷ་ཡི་བྲིམ་བཞིན་བསྟེན་པར་འོས། །

ཁྱོད་གི་ཞབས་རྩལ་ལྷུང་བ་ཡིས། །

ཉེས་པ་དག་ནི་མ་ལུས་བཟུས། །

དུས་དེང་ནས་བཟུང་སྟེ་བདག་གི་བྲིམ་འདི་ཉིད་སྲུལ་ཅུ་ཙ་གསུལ་  
པའི་ལྷ་ཡི་བྲིམ་གཞལ་མེད་ཁང་བཞིན་དུ་བསྟེན་པར་འོས་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་ན།  
སྦྱེས་བུ་ཆེན་པོ་ཁྱོད་གི་ཞབས་རྩལ་གཙང་ཞིང་དགོ་བ་དག་ལྷུང་བས།  
བྲིམ་གི་ཉེས་པ་སྦྱོན་གི་ཆོགས་མ་ལུས་པར་བཟུས་ཤིང་། བཟུ་ཤིས་པའི་  
ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པར་བྱས་པས་སོ། །བསྐྱུགས་པ་ལ་སྦྱར་བ།

ཁྱོད་གི་བྱ་མ་འདི་ལྷ་བྱུང། །

ནམ་པར་རྒྱས་པར་གྱུར་པ་འདི། །

ངེས་པར་མ་བརྟགས་བྱེད་པོ་ཡིས། །

ནམ་མཁའ་དག་ནི་ཆུང་དུར་སྦྱུལ། །

མཛེས་ལྡན་མ་ཁྱོད་གི་བྱ་མའི་ཁྱར་ལང་ཆོ་ལ་བབ་པས། ཤེན་ཏུ་ཆེ་  
བའི་དངོས་པོ་འདི་ལྷ་བྱུང་ནམ་པར་རྒྱས་པར་གྱུར་པ་འདི་ཉིད་ད་ལྷ་ངེས་  
པར་འབྱུང་བའི་ཚུལ་ལ་མ་བརྟགས་ཤིང་མ་བསམས་པར། སྦྱོན་བྱེད་པོ་  
ཆངས་པས་ནམ་མཁའ་ཆུང་དུ་ཞིག་སྦྱུལ་པས། ད་ལྷ་ཁྱོད་གི་བྱ་མ་མི་ཤོང་  
བར་སྦྱང་ལ་བརྟགས་པ་ཞིག་ན་ནམ་མཁའ་འདི་བས་ཆེ་བ་བྱེད་རིགས་སོ། །

གསུམ་པ་ནི།

འདི་ནི་ཏ་ཅང་བརྗོད་པས་ན། །

གློ་བུ་ལ་མཛེས་པར་བརྗོད། །

འདྲུག་པ་སྣ་མ་གཞན་གྱི་ནི། །

ལམ་ལ་སྒྲིང་པོ་ཉིད་དུ་བཤམ། །

བཤད་མ་ཐག་པའི་དཔེར་བཅོམ་གཉིས་པ་འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་པལ་  
ལས་འདས་ཤིང་། ཏ་ཅང་མི་འཆ་མ་པར་བཅོམ་པས་ན། ཤར་ཕྱོགས་གོ་རྒྱ  
བའི་ལམ་ལ་མཛེས་པར་བཅོམ་ཅིང་། དཔེར་བཅོམ་གྱི་འཇུག་པ་དེའི་ཡང་  
སྒྲ་མ་གཉིས་ནི་དེ་ལས་གཞན་སྟོ་ཕྱོགས་བེད་རྟེན་ལམ་གྱི་སྟོང་པོ་སྟེ་སྟོག་  
ཉིད་དུ་བཤད་དོ། །འདི་སྐབས་དཔང་རྟེན་ཏུ། སྟན་ངག་འདི་ནི་ཏ་ཅང་སྟེ་  
ཕུལ་བྱང་གི་རྒྱན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་བཅོམ་པ་ཡིན་ཞེས་བཤད་པས་འབྲུལ་  
གཞི་བྱས་ནས། འབྲུལ་མཛད་པལ་གྱིས། ཕུལ་བྱང་གི་རྒྱན་གྱི་བཅོམ་པ་  
ཞེས་དང་། འདི་ནི་མཁས་པ་ཁོ་ན་ལ་མཛེས་པའི་ཕུལ་བྱང་དང་། སྒྲ་མ་ནི་  
མཛེས་པའི་ཕུལ་བྱང་ཅམ་ཡིན་གསུངས་པ་སོགས་ཕུལ་བྱང་གི་འཕྲོས་  
འཕྲོས་མང་པོ་བཞག་མཆ་མས་འཆོལ་བར་འགྱུར་བས་མི་ལེགས་ཏེ།  
དཔང་ལོའི་གསུང་ནི་ཕུལ་བྱང་ལས་ཀྱང་འདི་ཉིད་ཏུ་ཆེ་བར་སྟོན་པ་ཡིན་  
གྱི། འདི་ཉིད་ཕུལ་བྱང་གི་རྒྱན་དུ་ངོས་གཟུང་བ་མ་ཡིན། དོན་དུ་འདི་ཉིད་  
ཕུལ་བྱང་དུ་བྱས་ན།

དོན་ཉིད་དམ་ནི་སྒྲ་ལ་ཡང་། །  
ཁྱད་པར་མེད་པར་སྒྲ་བཟོད་ནས། །  
གལ་ཏེ་སྒྲ་ཡང་རབ་བསྒྲགས་པ། །  
དེ་ནི་དོན་གཅིག་པ་རུ་འདོད། །

དཔེར་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་སྒྲིན་དུ་འགྱུར་ཞིང་། མཚན་ཉིད་ཀྱང་མི་འདྲ་  
བ་ཆེས་ཆེའོ་གསུང་ངོ་།།

༡༠ ཉིང་ངེ་འཇིན་གྱི་ཡོན་ཏན།

༥ བརྩ་བ་ཉིང་ངེ་འཇིན་གྱི་ཡོན་ཏན་ལ་གསུམ། མཚན་ཉིད་ཀྱིས་  
མདོར་བསྟན། དཔེར་བཟོད་ཀྱིས་རྒྱས་པར་བཤད། བསྟོད་པས་མཐུག་  
བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་ནི།

གཞན་གྱི་ཆོས་དེ་གཞན་དག་ལ། །  
འཇིག་རྟེན་ལུགས་ཀྱི་རྗེས་འབྲངས་ནས། །  
གང་དུ་ཡང་དག་འཇིན་བྱེད་པ། །  
ཉིང་ངེ་འཇིན་དུ་བཟོད་དེ་དཔེར། །

ཆོས་ཅན་གཞན་དངོས་མིག་དང་སྒྲུམ་མ་ལ་ཡོད་པའི་ཆོས་འབྱེད་  
འཇུག་དང་། འཁུན་པ་ལ་སོགས་པ་དངོས་པོ་དེ་དག་ལས་གཞན་བཏགས་  
པ་བ་བརྒྱ་དང་སྒྲིན་ལྟ་བུ་གཞན་དག་གི་སྟེང་དུ་བཀོད་པ་སྟེ། ཅི་གྲགས་མ་  
གྲགས་ཀྱན་རང་དགར་འགོད་དམ་ཞེན་མ་ཡིན་ཏེ། འཇིག་རྟེན་ལ་ཇི་ལྟར་

གྲགས་པའི་ལུགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཏེ། མེ་ཏོག་མིག་བྱམ། ཐལ་མོ་ཁ་  
བྱེ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་ཐ་སྙད་མཛེས་པ་འགོད་ཀྱི། །ཐལ་མོ་མིག་བྱམ་ཁབ་ཀྱི་  
ཁ་བྱེ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་མི་མཛེས་ཤིང་མ་གྲགས་པ་མི་འགོད་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་  
ཆོས་དེ་དག་གི་སྒྲ་དངོས་པོ་བཏགས་པ་བ་དེ་དག་གིས་ཡང་དག་པར་  
འཛིན་པར་བྱེད་པ་ནི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཞེས་བྱ་བའི་ཡོན་ཏན་དུ་བརྗོད་དོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་ཀྱིས་རྒྱས་པར་བཤའ་བ།

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་ཀྱིས་རྒྱས་པར་བཤའ་བ་ལ། སྦྱིར་བསྟན་པ་  
དང་བྱེ་བྲག་ཏུ་བྱེ་བའོ། །

སྦྱིར་བསྟན་བ།

དང་པོ་ནི།

ཀུ་མུ་ད་ནི་མིག་འཇུ་མ་ཞིང་། །

བརྒྱ་དག་ཀྱང་མིག་འབྱེད་ཅེས། །

མིག་གི་བྱ་བ་བཀོད་པ་ལས། །

དེ་ཡི་རྗོད་བྱེད་སྒྲ་དག་ཐོབ། །

ཉི་མ་ཤར་བ་ན་ཀུ་མུ་ད་འདབ་མ་བྱམ་ཞིང་། །

བརྒྱ་འདབ་མ་རྒྱས་པ་ལ། སེམས་ལྡན་མིག་འབྱེད་འཇུ་མ་གྱི་ཆོས་  
བཅུག་ཏེ། ཀུ་མུ་ད་ནི་མིག་འཇུ་མ་པར་བྱེད་ཅིང་། བརྒྱ་དག་ཀྱང་མིག་  
འབྱེད་ཅེས། དངོས་མིག་གི་བྱ་བ་འབྱེད་འཇུ་མ། བཏགས་པ་བ་ཀུ་མུ་ད་དང་

པརྒྱའི་སྟེང་དུ་བཀོད་ཅིང་སྒྲོ་བཏགས་པ་ལས།      མིག་གི་བྱ་བ་དེའི་སྒྲ་མེ་  
ཉོག་དེ་དག་གིས་ཐོབ་སྟེ། འཇིག་རྟེན་ན་ཡང་ཀྱ་སྟ་ད་བྱམ་པ་དང་། པརྒྱ་བྱེ་  
བ་ཞེས་གྲགས་ཤིང་བརྗོད་པས་སོ།      །འདི་སྐབས་འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེས།  
འདིར་ཉིང་ངེ་འཇིན་གྱི་དོན་ནི་བསམ་པ་ཟབ་པའོ།      །བཏགས་པའི་དགོས་  
པ་མཛེས་པའོ། །འདོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་བྱ་བ་འདྲ་བའོ། །དངོས་ལ་གཞི་ད་  
བྱེད་སྒྲིན་ལ་སོགས་པ་སྐྱམ་མ་ལ་སོགས་པ་མིན་པའོ་ཞེས་གསུངས་པའང་།  
དམིགས་བྱེད་པར་འགྱུར་བས་དྲན་པར་བྱའོ། །

བྱེ་བྲག་ཏུ་བཞག་པ།

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཞག་པར་གཉིས།      ཆོས་གཅིག་བཀོད་པའི་  
ཉིང་ངེ་འཇིན་དང་། ཆོས་དུ་མ་བཀོད་པའི་ཉིང་ངེ་འཇིན་ནོ། །དང་པོ་ལ།  
འབྲེལ་འགོད་པ་དང་། དཔེར་བརྗོད་དངོས་སོ། །དང་པོ་ནི། བློ་སྒྲུ་ཏ་དང་  
ལྷ་སྒྲུ་ཏ། སྐྱག་སོགས་པལ་བར་འཇུག་བརྟེན་པ། །ཤེན་ཏུ་མཛེས་ཏེ་གཞན་  
དུ་ནི། །ཁྲོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རུས་པ་བརྟེན། བློ་སྒྲུ་ཏ་ནི་སྐྱག་པ་དང་། ལྷ་སྒྲུ་ཏ་  
སྐྱག་པ་ལ་འཇུག་ཀྱང་བཏགས་མིང་པལ་པ་ཡིན་པས་དེ་ལ་བརྟེན་པ་ནི་  
མཛེས་ལ། དེ་ལས་གཞན་སྐྱག་པ་དངོས་ཀྱི་སྐྱད་དོད་ནི། ལྷན་ཏ་ཞེས་པ་  
སྟེ་དེ་ནི་ཁྲོང་པའི་ཆོག་ཉིད་ཀྱི་རུས་པ་མི་མཛེས་པ་བརྟེན་པར་བྱེད་དོ།      །  
གཉིས་པ་ནི།

པརྒྱས་ཉི་ཐེར་སྐྱག་པ་ནམས། །

འཕྱངས་ནས་རྩལ་དམར་སྐྱུག་པ་ཡི། །

ཁ་ཡི་དག་བྱེད་ཟེར་མ་རྣམས། །

ཤིན་ཏུ་སྐྱུག་པར་བྱེད་པ་བཞིན། །

ཞེས་པ་མཛེས་ཏེ་མི་མཛེས་པ། །

ཆུང་མ་སྐྱུག་པར་བྱེད་ཅེས་པའོ། །

བཟོད་བྲ། རང་གི་ཆུང་མ་ཆང་གིས་ར་རོ་བས་སྐྱུག་པའི་ཟེགས་མ་  
འཕྱར་བ་ལ་བསམས་ཀྱང་། ཟོད་བྱེད། བརྒྱ་གཞིན་རུས་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་  
སྐྱུག་པ་རྣམས་འཕྱངས་པས་ཁ་བྱེ་ཞིང་བྱས་ཏེ། གེ་སར་གྱི་རྩལ་དམར་པོ་  
རྣམས་སྐྱུག་པར་བྱེད་དེ། ཁའི་དག་བྱེད་ཆུ་ཟེར་མ་རྣམས་ཀྱང་འཕྱར་ཞིང་  
སྐྱུག་པར་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་ཆུང་མ་ར་རོ་བའི་ཆོས་སྐྱུག་པ་གཅིག་ལ་  
བརྒྱ་དང་ཉི་མ་ལ་བཀོད་པ་བྱུན་གྱི་ངོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མཛེས་པ་ཡིན་ཏེ།  
ཕྱོག་ཕྱོགས་མི་མཛེས་པ་དངོས་ལ་བརྟེན་པ་ནི། ཆུང་མ་ཆང་གིས་བཟེ་  
བའི་ཉག་ཉག་ཏུ་སྐྱུག་པར་བྱེད་ཅེས་པའོ། །

གཉིས་པ་ཆོས་དུ་མ་བཀོད་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་འདོད་ཚུལ། དཔེར་  
བཟོད། དོན་བཤའ་པའོ། །དང་པོ་ནི།

ཅིག་ཅར་ཉིད་དུ་ཆོས་དུ་མ། །

བཀོད་པ་དག་ཀྱང་འདོད་དེ་དཔེར། །

དངོས་པོ་གཅིག་ལ་དུས་ཅིག་ཅར་ཉིད་དུ། གཞན་ལ་གནས་པའི་



ཆོས་དུ་མ་བཞོད་པ་དག་ཀྱང་འདོད་དོ།      ཀྱང་གི་སྦྱས་སྒར་གྱི་དེར་མ་ཟད་  
པའོ། །གཉིས་པ་ནི།

སྙེ་བའི་མངལ་ཁུར་གྱིས་ངལ་ཞིང་། །

འཁུན་པར་བྱེད་པའི་སྦྱིན་གྱི་སྤེང་། །

འདི་དག་གཡོ་མེད་སྟེང་གི་ནི། །

པང་པ་དག་ཏུ་ཡང་དག་ཉལ། །

ཆུའི་རང་བཞིན་གྱིས་སྙེ་བའི་ཆར་གྱི་མངལ་ཁུར་གྱིས་ངལ་ཞིང་།

འབྲུག་སྦྱ་དལ་བྱས་འཁུན་པར་བྱེད་པའི་ཆར་སྦྱིན་གྱི་སྤེང་བ་འདི་དག་གཡོ་  
མེད་དེ་རི་བོའི་པང་པར་རྩེའམ་མགུལ་དུ་དལ་བྱས་ཡང་དག་པར་ཉལ་ལོ་  
ཞེས་སམ། ཡང་ན་གཡོ་མེད་ནམ་མཁའ་ལ་ཡང་འཇུག་གོ། །གསུམ་པ་ནི།

གྲོགས་མའི་པང་པར་ཉལ་བ་དང་། །

འཁུན་དང་སྙེ་བ་ཉིད་དང་ངལ། །

ཞེས་པ་འདི་ནི་མངལ་ལྡན་མའི། །

ཆོས་མང་པོ་རྣམས་གཞན་ལ་བསྟན། །

བྱད་མེད་སྦྱུ་མ་འགའ་ཞིག་བཙའ་བར་མངོན་དུ་སྦྱོགས་པའི་ཆོས།

གྲོགས་མའི་པང་པར་ཉལ་བ་དང་།      འཁུན་བྱ་འདོན་པ་དང་།      ལྷས་སྙེ་བ་  
དང་།      ལྷས་ངལ་བ་རྣམས་བཏགས་པ་བའི་དངོས་པོ་གཞན་སྦྱིན་ལ་བཞོད་  
པ་རིམ་པ་བཞིན་རིའི་པང་པར་ཉལ་བ་དང་།      འབྲུག་གི་སྦྱ་འབྱིན་པ་དང་།

ཕུ་མངལ་གྱིས་ལྷོ་བ་དང་། དལ་བྱས་ངལ་ངལ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་བ་ལ་བཀོད་ཅིང་  
བསྒྲུབ་ནི། །གསུམ་པ་བསྒྲོད་པས་མཐུག་བསྐྱུ་བ་ནི།

ཉིང་འཇིན་ཞེས་བྱའི་ཡོན་ཏན་གང་། །

འདི་ནི་སྒྲུབ་པ་བདོག་ཀྱན་ཏེ། །

སྒྲུབ་པ་མཁན་པོ་དོན་མཐུན་གྱི། །

ཆོག་ས་ཀྱང་འདི་ཉིད་རྗེས་སུ་འབྲངས། །

ཉིང་དེ་འཇིན་ཞེས་བྱ་བའི་ཡོན་ཏན་གང་ཡིན་པ་འདི་ནི། སྒྲུབ་པ་  
གི་རིག་པའི་བདོག་པ་ཀྱན་ཏེ་རྗེར་ཐམས་ཅད་པ་ཡིན་པས་ལེགས་ཤིང་  
བྱུང་ཆེ་བ། དེའི་ཕྱིར་སྒྲུབ་པ་མཁན་པོ་མིང་དོན་མཐུན་པའི་མཁས་པའི་  
ཆོག་ས་རྣམས་ཞེས་སམ། ཡང་ན་དོན་མཐུན་ཆོག་ས་པ་ལ་འབྲུག་པས་  
གཟུགས་སུ་བཀོད་པ་དེ་དག་ཀྱན་ཀྱང་། ཆོག་སྒྱུར་གྱི་མཆོག་ཉིང་དེ་འཇིན་  
ཞེས་གྲགས་པ་ཡོན་ཏན་གྱི་མཛོད་འདི་ཉིད་ཁོ་ནའི་རྗེས་སུ་འབྲང་ཞིང་དོན་  
དུ་གཉེར་བར་བྱེད་ཅེས་པའི་དོན་ཏེ། འདི་ནི་ལམ་གཉིས་ཀའི་ཐུན་མོང་གི་  
ཡོན་ཏན་ནི་ཞེས་དཔང་ལྷོ་ཀ་ཏུ་བཤའ་བ་བཞིན་པལ་ཆེར་འདོད་ལ། བཏ་  
ཆེན་སྒྲུབ་ཀྱིས། ཡང་ན་སྒྲུབ་པ་གཉིས་ནི་བེ་དཀྱིའི་ཡིན་ལ། ཕྱི་མ་གཅིག་སུ་  
ཉིད་ནི་གོ་རྒྱུ་བའི་ཡིན་པར་བྱས་ནས་བཤའ་ནའང་ལེགས་སོ་གསུངས་པ་  
ལ་ཕྱིས་བྱོན་ཐམས་ཅད་དོ་གལ་ཆེར་མི་མཛོད་པར་སྒྲུབ་ཡང་། ཡོན་ཏན་  
བཅུ་པོ་སྤྱིའི་ཁོག་བབ་དང་མཐུན་ཞིང་། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞེས་པའི་རྣམ་

དབྱུང་མི་ཉམས་པ་དང་། མཐུག་གི་དོན་བསྐྱུ་བ་དང་འབྲེལ་སྒྲ་ཞིང་། འབྲེལ་  
 ཆགས་པ་སོགས་དགོས་པ་ཁྱད་པར་བ་དུ་མ་སྒྲུང་བ་ཡང་རྣམ་དཔྱད་དང་  
 ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཁྱེན་པར་བྱེད་དོ། །འདི་དང་བསྐྱུས་བརྒྱུད་ཀྱི་ཁྱད་  
 འབྲེད། འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེས། འདི་ལ་ཁྱད་ཆོས་འཛིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་  
 ལ་གྲགས་པ་དགོས་པ་དང་། དངོས་པོ་མི་མཛེས་པས་བཏགས་པ་བ་  
 གཅིག་ལ་སྦྱོར་དགོས་པའི་ཕྱིར། འཛིག་རྟེན་ལ་གྲགས་པ་ཡང་བྱུག་མཆོ་  
 སྟོན་ཞན་པར་ལ་བྱུག་ཅེས་སྒྲུང་བས་དབྱུང་པར་འདྲ་ཞིང་། དབང་པོས་མ་  
 བསྐྱུས་ཀྱང་། ཁབ་ཀྱི་མིག་བསེ་རུའི་ཁ་ཞེས་གྲགས་ཀྱི་ཁབ་ཀྱི་ཁ་དང་།  
 བསེ་རུའི་མིག་ཅེས་མ་གྲགས་པའི་ཕྱིར་རོ་གསུངས་ཤིང་། འདི་ནི་གཞན་  
 ཀྱི་ཆོས་གཞན་ལ་བཀོད་པ་ཡིན་ལ། བསྐྱུས་བརྒྱུད་ནི་ཆོས་འགོད་དགོས་  
 པར་མ་ངེས་ཤིང་མཚུངས་པའི་དངོས་པོ་ཅུ་བརྒྱུད་ལ། ཐམས་ཅད་ལ་  
 སྦྱར་དུ་རུང་བས་ཀྱང་ངོ་། །

གསུམ་པ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི།

དེ་ལྟར་རང་བཞིན་བཏགས་པ་ལས། །

ལམ་ནི་འདི་གཉིས་རྣམ་པར་སྤྱེ། །

དེ་དག་དབྱེ་བ་སྟན་ངག་མཁན། །

སོ་སོ་ལ་གནས་བརྒྱུད་མི་རུས། །

བྱར་ཤིང་འོ་མ་བྱར་སོགས་ཀྱི། །

མངར་བ་ཉིད་ཀྱི་བྱུང་པར་ཆེ། །

དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་དེ་བཟོད་པར། །

དབྱངས་ཅན་མས་ཀྱང་རྒྱས་མ་ཡིན། །

བཤའ་བའི་ཚུལ་དེ་ལྟར། སྒྲུབ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་དངོས་  
དང་ལྷོག་པའི་ཚུལ་ཅན་དུ་གནས་པ། མཁས་པ་སོ་སོའི་ཀྱན་སྦྱང་ངམ་  
བསམ་པའི་རང་བཞིན་ལེགས་པར་བརྟགས་པ་ལས། འདོད་ཚུལ་གྱི་བྱུང་  
པར་ཆེས་ཆེ་བ་བེད་སྤྱོད་དང་། གོ་རྒྱུ་བའི་ལམ་གཉིས་སུ་རྣམ་པར་སྤྱེ་ཞིང་  
བསྟན་ལ། དེ་དག་གི་ནང་གསེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་སྤྱི་བུ་རྒྱས་པ་མཐའ་ཡས་པ་  
རྣམས་ནི། སྒྲུབ་བྱུང་བའི་སྒྲུབ་པ་མཁས་སོ་སོའི་བསྟན་བཅོས་དང་། ད་ལྟ་  
དང་མ་འོངས་པའི་སྒྲུབ་པ་མཁས་སོ་སོའི་སྦྱང་དང་ཞལ་ལ་གནས་པ་  
བསམ་གྱིས་མི་བྲུབ་པའི་སྤྱིར་འདེམ་བཟོད་པར་མི་རྒྱས་ཏེ། དཔེར་བགྱིས་  
ན། བྱུང་ཞིང་དང་། འོ་མ་དང་། བྱུང་མ་དང་། སོགས་ཁོངས་ལས། ཀ་ར་  
དང་། སྦྱང་ཅི་དང་། འགྲུབ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སྤྱིའི་ཆོས་རོ་མངར་བ་  
ཅམ་དུ་རིགས་གཅིག་ཀྱང་། རང་གསེས་ཀྱི་མངར་ལུགས་ཐ་དད་ཅིང་དེ་  
དག་རེ་རེའི་ནང་ཆོས་བྱུང་ཞིང་ལྟ་བུ་གཅིག་ལ་ཡང་། སྤྱི་ས་ཐ་དད་དང་།  
ཡུལ་བཟང་ངན་གྱིས་མངར་མི་མངར་དང་། སེམས་ཅན་སོ་སོའི་འོ་མ་ལ་  
ཡང་རོ་བྱུང་པར་ཆེ་བ་ཡོད་པས་སྤྱི་བྲག་མ་ལུས་པ་བསྟན་པར་མི་རྒྱས་པ་  
སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཆོག་དབྱེ་བ་ཞིབ་མོ་རྣམས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཏེ། ཇི་སྟེད་པའི་སེམས་

ཅན། དེ་སྟོན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ཚུལ་ཅན་དུ་ཡོད་ལ། ཆོག་རྒྱན་ཉིད་  
ཀྱང་དེའི་རྗེས་སུ་འགོ་བས། དེ་ལྟ་བུ་ནི་ཆོག་གི་དབང་ལྷན་དབྱངས་ཅན་  
མས་ཀྱང་བརྗོད་པར་མི་རུས་ན། དེ་ལྷན་པ་ཅན་བདག་གིས་ག་ལ་རུས་  
ཞེས་པའོ། །

གསུམ་པ་སྐབས་སུ་སྟན་ངག་གི་རྒྱ་བཤད་པ།

གསུམ་པ་སྐབས་སུ་སྟན་ངག་གི་རྒྱ་བཤད་པ་ལ་གསུམ། ལུན་སུམ་  
ཆོགས་པའི་རྒྱ། རྟོན་དུ་རུང་བའི་རྒྱ། རྒྱ་དེ་ལྟན་གྱི་པན་ཡོན་བསྟན་པའོ། །

ལུན་སུམ་ཆོགས་པའི་རྒྱ།

དང་པོ་ནི།

རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་སྟོབས་པ་དང་། །

མང་དུ་ཐོས་པ་དེ་མེད་དང་། །

མངོན་པར་སྟོར་བ་མི་དམན་པ། །

སྟན་ངག་ལུན་སུམ་ཆོགས་པའི་རྒྱ། །

སྟེ་བ་གཞན་དུ་རིག་པའི་གནས་རྣམས་ལ་གོམས་པ་སྟོན་དུ་བྱས་  
པའི་མཐུས། ཆེ་འདིར་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་སྟོབས་པ་སྟེ་སྟེ་བས་ཐོབ་  
པའི་ཤེས་རབ་ཟབ་མོ་དང་སྦྱིར་ཤེས་བྱའི་གནས་ཀྱན་དང་། རྩེ་བྲག་སྟན་  
ངག་གི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ཆོགས་དང་། དེ་དང་འབྲེལ་བ་སྟོན་གྱི་གཏམ་རྒྱད་  
དང་། མིང་གི་མངོན་བརྗོད་ལ་སོགས་པ་ལེགས་བཤད་ཀྱི་ཆོགས་མང་དུ་

ཐོས་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་གྱི་འི་མ་མེད་པ་དང་། དེ་སེམས་པ་དང་། གོམས་པ་ལ་  
མངོན་པར་སྒྲུབ་པའི་གྲུས་སྒྲུབ་དང་། ཏྲག་སྒྲུབ་གྱི་བཙོན་འགྲུས་མི་དམན་  
པ་དེ་གསུམ་ནི་སྒྲོན་པ་གི་རིག་ཚུལ་ལུན་སུམ་ཆོག་པ་ཀྱུད་ལ་བསྒྲུབ་  
པའི་རྒྱ་ལུན་མོང་མ་ཡིན་པའོ། །

སྒྲོན་ཏུ་བྱུང་བའི་རྒྱ།

གཉིས་པ་ནི།

གལ་ཏེ་སྒྲོན་གྱི་བག་ཆགས་ཡོན་ཏན་གྱི། །

རྗེས་འབྲེལ་སྒྲོབས་པ་མཛད་བྱུང་མེད་པ་ལའང་། །

ཐོས་དང་འབད་པ་དག་གིས་དག་བསྐྱེན་ན། །

ཅི་ཞིག་ལྟར་ཡང་ངེས་པར་རྗེས་འཛིན་བྱེད། །

དེ་ལྟ་ན། རྒྱུས་ཐོབ་གྱི་ཤེས་རབ་མེད་ན་ཤེས་པའི་ཐབས་མེད་དམ་  
ཞེ་ན། ཡོད་དེ། གལ་ཏེ་སྒྲོན་སྒྱུངས་གྱི་བག་ཆགས་སད་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་  
རྗེས་འབྲེལ་དུ་བྱུང་བ་རྒྱུས་ཐོབ་གྱི་སྒྲོབས་པ་བཟང་པོ་མཛད་དུ་བྱུང་བ་མེད་  
པས། རྒྱ་དང་པོ་མ་གྲུབ་པའི་གང་ཟག་ལའང་། རྒྱ་གཉིས་པ་མང་དུ་ཐོས་པ་  
དང་། རྒྱ་གསུམ་པ་འབད་པ་ཆེན་པོས་དག་སྟེ་སྒྲོན་པ་གི་རིག་པ་བསྐྱེན་  
ན། དབང་པོ་བྱུང་པར་ཅི་ཞིག་ལྟར་ཡང་། རྒྱ་གྲོས་འབྲེལ་ཏེ་ངེས་པར་རྗེས་  
སྒྲུ་འཛིན་པར་བྱེད་དེ་སྒྲོན་པ་ཤེས་པའི་སྐལ་བ་བཟང་པོ་དང་ལྡན་པར་  
འགྱུར་རོ། །



ཁྱེད་ལྟན་གྱི་པན་ཡོན་བསྟན་པ།

གསུམ་པ་ནི།

དེ་ཕྱིར་གྲགས་འདོད་ནམས་ཀྱིས་རྟག་ཏུ་ནི། །

སྟོམ་ལས་མེད་པར་རིམ་པས་དབྱངས་ཅན་བསྟེན། །

སྟན་ངག་ཚུང་དུ་ལ་ཡང་ངལ་བྱས་མི། །

མཁས་པའི་མདུན་ས་དག་ཏུ་འདུག་ལ་དབང་། །

གོང་དུ་བརྗོད་པའི་སྟན་ངག་གི་རིག་པ་བསྟེན་ན་རྗེས་སུ་འཛིན་པ་  
དེའི་ཕྱིར། གནས་སྐབས་སུ་མཁས་པའི་སྟན་པ་དང་གྲགས་པ། དེས་མཆོན་  
པའི་རྟེན་པ་དང་། བཀྱར་སྟེ་མཐར་ཐུག་མཆོག་གི་གྲགས་པའི་གཞི་སྒྲ་ན་  
མེད་པའི་བྱང་ཚུབ་འདོད་ཅིང་དོན་དུ་གཉེར་བ་ནམས་ཀྱིས་དུས་རྟག་ཏུ་ལེ་  
ལོ་དང་སྟོམ་ལས་མེད་པར། ཐོས་པ་དང་། སེམས་པ་དང་། གོམས་པའི་  
རིམ་པས་དབྱངས་ཅན་དེ་སྟན་ཆོག་རིག་པའི་གཙུག་ལག་བསྟེན་པར་བྱ་  
ཞིང་། ཡང་ན། ཤེས་རབ་ཀྱི་ལྟ་དབྱངས་ཅན་མ་གྱུས་པས་བསྟེན་པར་བྱ་  
སྟེ་རིག་པ་འདི་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ཡང་གསེར་འོད་དམ་པའི་  
ལེའུ་བཙོ་ལྟ་པ་ལས། གཙུག་ལག་ཀྱན་ལ་མཁས་ཤིང་ཆོག་སྒྱོར་བའི་རྒྱན་  
ལ་གསལ་ཞིང་ཐོགས་པ་མེད་པར་འབྱུང་པར་འདོད་པས། བསམ་པ་དེས་  
ཤིང་གྱུས་པའི་སེམས་ཀྱིས་ལྟ་མོ་དབྱངས་ཅན་སྟན་པར་བའི་ཆོག་འདི་  
བརྗོད་པར་བྱའོ་ཞེས་སོགས་གསུངས་པས་སོ། །དེ་ཙམ་གྱི་དཀའ་བ་དུ་

མས་དབྱངས་ཅན་བསྟན་པ་ལ་དགོས་པ་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན། སྒྲུབ་པ་ཆེན་པོ་  
 སྐྱེས་བཅེངས་པའི་སྒྲོན་མ། དམ་པའི་ཆོས་གསལ་བར་བྱེད་པའི་བསྟན་  
 བཅོས་དང་། དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་བསྟོད་པས་ནི། རང་གི་འདོད་པའི་སྒྲུབ་  
 ཡང་མཉེས་ནས་དངོས་སུ་ཞལ་སྟོན་ཅིང་བྱིན་གྱིས་སྒྲོལ་བ་འབྱུང་སྟེ། སྒྲོལ་  
 དཔོན་ཅ་རྩ་གོ་མིས་འཇམ་དབྱངས་དང་། ལྷོ་བརྟ་དེ་བས་སྒྲུབ་རས་  
 གཟིགས་དང་། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་བཤའ་གཉེན་གྱིས་སྒྲོལ་མ་ལ་ཆོག་  
 གི་བྱུང་དང་སྟེ་སྒྲོལ་པུལ་དུ་བྱུང་བའི་སྒྲོན་མ་བསྟོད་པས་དངོས་སུ་རྗེས་  
 སྒྲུབ་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་སྟེ་བྱུང་དང་། མཐར་ཐུག་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་  
 འཕང་ཐོབ་དགོས་པ་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་བཤའ་བྱིན་ན་གཞན་སྟེ་སྒྲོལ་  
 གྲུང་ཅི་དགོས། སྒྲུབ་པ་ཆུང་དུ་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་ཅུ་ལ་ཡང་  
 སྒྲོན་སྤང་ཞིང་ཡོན་ཏན་སྒྲུབ་པའི་སྒྲོན་མ་ངལ་བ་བསྟན་ན། བྱེད་པ་པོ་དེ་  
 ཆོངས་པའི་ངང་ཚུལ་རིང་དུ་བཏང་ནས། མཁས་པ་འདུ་བའི་ས་དག་ཏུ་སྒྲུབ་  
 བའི་ཁྱིལ་འདུག་པར་དབང་སྟེ། མཁས་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་གཏོག་མི་  
 ཟེའོ་ཞེས་པའི་དོན་དོ། །སྒྲུབ་པ་གི་མེ་ལོང་ལས། ལམ་རྣམ་པར་དབྱེ་བའི་  
 རྣམ་པར་བཅད་པ་སྟེ་ལེ་ཏུ་དང་པོའི་དོན་རི་ལྟར་རིགས་པར་བཤའ་བྱིན་  
 ཏོ། །

ཐོད་གཞུང་ཉིན་གྱི་མཁར་ཡངས་འཕགས་ཡུལ་གྱི། །མཁས་མང་  
 དགོངས་པའི་གཟའ་སྐར་རྣམ་བཟ་བ། །འཆར་བཅོད་སྒྲོན་རབས་མཁས་

པའི་འགྲེལ་ཁྲིམ་ཆོག་པས། །ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་རྩྭ་མ་ཉིར་མཐོང་། །རྒྱ་  
གསུམ་ཉི་མའི་སྤང་བས་སྤྲེལ་ན་ཡང་། །ཀྱན་རྟོག་ལང་ཆོར་སྤྲོད་ལེགས་  
གོང་བྱེད་མའི། །ཁ་སྤྲུམ་བརྒྱན་པ་བ་ཀྱ་ལ་ཤིང་གི། །མེ་རྟོག་མཆར་ཡང་  
སྤྲོད་པའི་རང་ཉག་ས་འོ། །དེ་སྤྲེལ་གཞན་གྱིས་འབྲུལ་པའི་ལམ་རིང་པོར། །  
འབྲུམ་ས་པའི་རྩལ་གྱིས་གྲུ་གྲུ་མི་འབྲི་བར། །དུམ་ཉི་བཞེད་དགོངས་འབྲེག་  
མེད་མདའ་བཞིན་དུ། །དང་པོར་བསྐྱངས་ལ་ཉེས་པའི་ཆ་ཤས་ཅི། །སྤྲོད་  
པའི་དག་གི་རིག་བྱེད་འཇམ་བུའི་འབྲས། །སྤྲོ་མཆོར་སྤྲུང་ནམས་ལེགས་  
བཤད་འབའ་ཞིག་པའི། །གསེར་དུ་འགྱུར་འདི་བདག་ཉིད་མཁས་པས་  
མིན། །ནམ་འདྲན་སྤྲུང་བང་མཆོག་དེའི་ཐུགས་རྗེའི་འབྲུལ། །འདི་ཉི་  
ལེགས་བྱས་བྱམ་པ་བཟང་པོ་ལ། །སྤྲེལ་པ་ཆད་མའི་དག་བྱེད་མཁན་གྱུར་  
ནས། །རིས་མེད་འགྲོ་བའི་ཡིད་ཀྱི་ཚུ་སྤང་ཀྱན། །རྟོག་པའི་དྲི་མ་རབ་ཏུ་  
བསྐྱངས་གྱུར་ཅིག །

༥ རྒྱལ་བའི་ཡེ་ཤེས་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པའི་མེ་ལོང་ནམ་  
མཁའ་ཇི་བཞིན་ནམ་མེ་རྟོག །ཤེས་བྱའི་རང་བཞིན་པ་མཐའ་བྲལ་བའི་  
ལོངས་ལ་སྤྲོད་ཚུལ་མི་ཟད་རྒྱན་གྱི་འཁོར་ལོ་ཆེ། །དག་པའི་སྤང་བས་  
སེམས་ཅན་ཁམས་ཀྱན་བྱང་ཚུབ་སྤྲོད་པའི་ལང་ཆོར་སྤྲོད་པའི་ཆོས་ཚུལ་  
མང་། །འཇམ་པའི་དབྱངས་སུ་སྤྲོད་པའི་དྲིལ་ཆེན་སྤྲོགས་པའི་སྤྲོ་བྱེད་བདག་  
གི་སྤྲོད་ལ་རོལ་བར་མཛོད། །བདེ་གཤེགས་སྤྲོད་པའི་འོད་འབྲིན་ནོར་གྱི་

བྱ། རྟོགས་དཀའ་འབྲུལ་བའི་རྒྱལ་ས་སྤེལ་བྱས་པའི་མཆོར། །འབྲུག་དུས་  
རིག་ལམ་གསེར་གྱི་གྲུ་བོ་ཆེ། །སྒྲུབ་འདི་གཉེར་བྱའི་འདོད་པ་བསྐྱབ་པའི་  
གཡོ། །དེ་ཕྱིར་དབྱངས་གྱི་རྒྱལ་མོ་སྒྲུབ་པའི་གི། །ཉམས་བརྒྱུར་གར་དུ་  
རྒྱུས་པས་མཁས་པའི་ཡིད། །འཕྲོགས་པ་དེ་ཅམ་རིག་པའི་ལམ་གཞན་དུ། །  
ངལ་བ་བརྒྱ་ཐག་བསྟེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་མིན། །དཔལ་ལྷན་དཔྱེད་རྣམ་  
དཔྱོད་མངལ་གྱི་རྒྱུ། །སྤྱིར་ལེགས་མཆར་སྤྱད་ཕྱོགས་པའི་ལུས་སྤྲུལ། །  
རྒྱན་མང་ལོར་བྱའི་སྤེལ་བས་སྤྱད་མ་ཐག། །སྤྱོད་བྲལ་ལང་ཆོའི་བཞེད་པ་ཅི་  
ཡང་འཛིན། །དེ་ལྟའི་བསྟེན་བཅས་མེ་མོང་དུ། །ཐུན་མོང་རྒྱན་གྱི་གཟུགས་  
མཆར་བ། །བསྟེན་འདོད་སྐལ་བཟང་འདུས་པ་ལ། །དག་པའི་སྒོ་མིག་འདིར་  
སྤྱིན་བྱ། །

### ལེ་བྱ་གཉིས་པ།

ད་ནི་གཉིས་པ་ཐུན་མོང་བའི་རྒྱན་གྱི་དབྱེ་བ་ཞིབ་མོར་བཤའ་བ་ལ་  
གཉིས་ཏེ། རྒྱན་སྤྱིར་བསྟེན་པ་དང་། བྱེ་བྲག་སོ་སོར་བཤའ་བའོ། །དང་པོ་  
ནི། སྒྲུབ་པའི་མཛེས་པར་བྱེད་པ་ཡི། །ཆོས་རྣམས་རྒྱན་ཞེས་རབ་ཏུ་  
བརྗོད། །དེ་ནི་ད་ལྟོ་རྣམ་རྟོག་སྟེ། །དེ་དག་མ་ལུས་སུས་འཆད་བྱས། །  
འོན་ཀྱང་རྣམ་རྟོག་ས་བོན་ནི། །སྤྱོད་གྱི་སྒྲོབ་དཔོན་རྣམས་ཀྱིས་བསྟེན། །དེ་  
ཉིད་རབ་ཏུ་ལེགས་སྒྲུབ་བྱེད། །ཡོངས་སུ་ངལ་འདི་བདག་གི་འོ། །

ཞེས་ཡིད་འཕྲོག་ཅིང་རྣ་བར་སྒྲུབ་པའི་དག་གང་ཞིག་ བཅད་སྤྱད།

སྒྲེལ་མའི་བདག་ཉིད་དུ་གནས་པའི་ལུས་སམ་བྱུང་གཞི་དེ་མཛེས་པར་  
བྱེད་པའི་ཡོན་ཏན་ནམ་ཆོས་རྣམས་ལ་ཆིག་གི་རྒྱན་ཞེས་སྒྲོན་རབས་པ་  
རྣམས་ཀྱིས་རབ་ཏུ་བརྗོད་ལ།      དེ་ནི་ད་ལྟོ་འདྲ་སྟོན་དག་མཁན་པོའི་རྟོག་  
དཔྱེད་ཀྱིས་མཛེས་ཆོས་སྤར་མ་གྲགས་པ་ཅིག་བཀོད་ཀྱང་རྒྱན་དུ་འགྱུར་  
བས།      དེ་དག་མ་ལུས་པ་སྤུས་ཀྱང་འཆད་པར་མི་རུས་སོ།      །འོ་ན་སྤྱིད་  
གཞུང་རྩོམ་པའི་ངལ་བས་ཅི་བྱ་ཞེ་ན།      དེགས་མ་བྱུན་བསྐྱུས་པའི་སྒྲོན་ས་  
མཆན་ཉིད་བཞག་པ།      རྣམ་རྟོག་བསྐྱེད་རུས་ཀྱི་ས་བོན་ཆོས་ནི་སྒྲོན་གྱི་  
སྒྲོབ་དཔོན་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་ལ།      དེ་དག་ཉིད་ལ་གཞན་རྣམས་  
འབྱུག་པ་བདེ་བྱིར།      ཆིག་འདུས་ལ་དོན་རབ་ཏུ་གསལ་བ་ལེགས་པར་སྤྱར་  
བའི་བྱིར།      ཡོངས་སུ་ངལ་བའི་འབད་པ་འདི་དབྱུག་པ་ཅན་བདག་གིས་  
བསྟན་ཏེ། །

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་སོ་སོར་བཤད་པ།

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་སོ་སོར་བཤད་པ་ལ་གཉིས།      མཆོམས་སྤྱར་ནས་  
བཤད་པར་དམ་བཅས།      བཤད་ཚུལ་དངོས་རྣམ་པར་བྱེ་བའོ། །

མཆོམས་སྤྱར་ནས་བཤད་པར་དམ་བཅས་པ།

དང་པོ་ནི།

ལམ་ནི་རྣམ་པར་དབྱེ་དོན་དུ། །

རྒྱན་འགའ་ཞིག་ནི་སྤར་ཡང་བསྟན། །



སྒྲུབ་མོང་དག་ཏུ་རྒྱུ་གི་ནི། །

རིགས་གཞན་རབ་ཏུ་བསྐྱོན་པར་བྱ། །

སྒྲོ་ཤར་གྱི་ལམ་སྒོལ་གཉིས་ནི་རྣམ་པར་དབྱེ་བའི་དོན་གྱི་ཆེད་དུ།  
སྒྲུབ་བ་རབ་དང་སོགས་གྱི་ཡོན་ཏན་དུ་གྲགས་པའི་རྒྱུ་འགའ་ཞིག་ནི་  
ལེ་ཏུ་དང་པོའི་སྐབས་སུ་སྒྲུབ་ཡང་བསྐྱོན་ལ། ད་ནི་སྒྲོ་བ་དང་ཤར་བ་དག་  
སྒྲུབ་མོང་དུ་འདོད་པའི་རྒྱུ་གི་རིགས་གཞན་རྣམས་རབ་ཏུ་བསྐྱོན་པར་  
བྱའོ། །འགྱུར་གཞན་དུ་ཆོག་རྣམས་ཞེས་པའང་མང་བའི་དོན་དུ་བཟུང་ངོ། །

བཤའ་ཚུལ་དངོས་རྣམ་པར་བྱེ་བ།

གཉིས་པ་ལ་གསུམ། དོན་གྱི་རྒྱ། སྒྲའི་རྒྱ། གཤམ་ཆོག་གི་རྒྱ་ནོ། །

དོན་གྱི་རྒྱ།

དང་པོ་ལ་ཡང་གསུམ། མིང་གིས་མདོར་བསྐྱོན། དབྱེ་བས་རྒྱས་པར་  
བཤའ། སྒྲིས་མཇུག་བསྐྱུ་བའོ། །

མིང་གིས་མདོར་བསྐྱོན་ལ།

དང་པོ་ནི།

རང་བཞིན་བརྗོད་དང་དཔེ་དང་ནི། །

གཟུགས་ཅན་གསལ་བྱེད་བསྐྱོར་བ་དང་། །

འགོག་དང་དོན་གཞན་བཀོད་པ་དང་། །

སྒྲོག་པ་ཅན་དང་སྤྲིད་པ་ཅན། །



བསྐྱུས་དང་ཕུལ་བྱུང་རབ་བཏགས་དང་། །

རྒྱ་དང་ཕྱ་མོ་ཆ་དང་རིམ། །

དགའ་དང་ཉམས་ལྡན་གཟི་བརྗིད་ཅན། །

ནམ་གངས་བརྗིད་དང་ཀུན་ཏུ་པན། །

རྒྱ་ཆེ་བསྟོན་དོར་སྐྱར་བ་དང་། །

བྱུང་པར་མཚུངས་པར་སྐྱོར་བ་དང་། །

འགལ་དང་སྐྱབས་མིན་བསྟོད་པ་དང་། །

ཐོལ་བསྟོད་ངེས་པར་བསྟན་པ་དང་། །

ལྟན་ཅིག་བརྗིད་དང་ཡོངས་བརྗིད་ཤིས། །

རབ་སྤེལ་དེ་ནས་དགོངས་པ་ཅན། །

འདི་དག་ཆིག་ནམས་དག་གི་ནི། །

རྒྱན་དུ་སྟོན་གྱི་མཁས་པས་བསྟན། །

ཞེས་མིང་དུ་བསྟན་པ་སུམ་ཅུ་ཅུ་པོ་འདི་དག་ ཆིག་ནམས་དག་གི་  
རྒྱན་དུ་རྩ་མ་འགྲེལ་པ་སོགས་པ་སྟོན་གྱི་སྟན་ངག་མཁན་མཁས་པ་རྣམས་  
ཀྱིས་བསྟན་ཏོ། །

དབྱེ་བས་རྒྱས་པར་བཤད་པ།

གཉིས་པ་དབྱེ་བ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་བཞི།

རྒྱན་སུམ་ཅུ་ཅུ་

གསུམ་བཤད་པ། རྒྱན་གཞན་དུ་འདོད་པ་འདིར་འདུས་ཚུལ། རྒྱན་སྤྱི་མ་

གཉིས་བཤའ་པ། རྒྱུ་མ་གར་གྱི་མཆན་ཉིད་ཀྱང་བྱུ་བ་སྒྲུབ་པའོ། །

དང་པོ་བྱུ་སྒྲུབ་ཅུ་ཅ་གསུམ་བཤའ་པ་ལ།

བྱུ་སྒྲུབ་ཅུ་ཅ་གསུམ་བཤའ་པ།

༡ རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་བྱུ་བཤའ་པ།

༥ དང་པོ་རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་བྱུ་ལ་ཡང་གསུམ་སྟེ་མཆན་ཉིད།  
དཔེ་སྟོན་ དོན་བསྒྲུབ་པའོ། །

མཆན་ཉིད།

དང་པོ་མཆན་ཉིད་ནི།

དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་། །

གནས་སྐབས་སྒྲིབ་ཆོག་དངོས་གསལ་བྱེད། །

དེ་ནི་རང་བཞིན་བརྗོད་པ་སྟེ། །

དང་པོའི་བྱུ་ཡིན་རིགས་སོགས་དཔེར། །

དངོས་པོ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་སྟོན་མེད་པ་གང་ལ། །

གནས་སྐབས་ཀྱི་རིགས་དང་། བྱ་བ་དང་། ཡོན་ཏན་དང་། རྩ་ཉེ་ཆོས་བཞི།

སོ་སོར་གཅིག་མིན་སྒྲིབ་ཆོག་པའི་སྟོན་སྒྲུབ་པ་སྒྲུབ་ཅུ་ཅ་མིན་པར།

དངོས་སྒྲིབ་ཆོག་གི་བྱེད་པས་གསལ་བར་བྱེད་པ་དེ་ནི་རང་བཞིན་བརྗོད་པ་

ཞེས་བྱ་སྟེ་དང་པོའི་བྱུ་ཡིན་ལ། དེའི་དབྱེ་བ་རིགས་ལ་སོགས་པ་དཔེར་

བརྗོད་ན་ཞེས་སོ། །

དཔེ་སྟོན།

གཉིས་པ་དཔེ་སྟོན་ལ། རིགས་བརྗོད་པ་ནི།

མཆུ་ནི་དམར་ཞིང་གྲག་པ་དང་། །

གཤོག་པ་ལྗང་ཞིང་མཉེན་པ་དང་། །

མགིན་པ་ཁ་དོག་གསུམ་སྒྲིང་ཅན། །

ནེ་ཙྰ་འདི་དག་ཆིག་འཇམ་ལྟན། །

མཆུ་ཁ་དོག་དམར་ཞིང་དབྱིབས་གྲག་པ་དང་། གཤོག་པ་ཁ་དོག་  
ལྗང་ཞིང་རིག་བྱ་མཉེན་པ་དང་། མགིན་པ་ཁ་དོག་དཀར་སྟོ་དམར་བའི་རི་  
མོ་གསུམ་གྱི་སྒྲིང་བ་ཅན་གྱི་ནེ་ཙྰ་འདི་དག་ཆིག་འཇམ་པོར་སྟོ་བའི་སྟོ་དང་  
ལྟན་ནོ་ཞེས་ནེ་ཙྰ་སྟེ་འདི་རིགས་ལ་བྱབ་པའི་ཆོས་སྟོ་ཆོགས་བརྗོད་པས་  
གསལ་བར་བྱས་པའོ། །

མགིན་པའི་ནང་ནས་སྟན་སྟོགས་ཤིང་། །

མིག་ནི་ཀྱན་ཏུ་འབྱུང་བ་ཡི། །

ཕྱག་རོན་ཅེ་འདོད་དགའ་མ་ལ། །

ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་ནས་མཆུ་དག་སྟོན། །

དེ་ཡང་མགིན་པའི་ནང་ནས་དབྱངས་གསལ་བ་མིན་པ་སྟན་པར་  
སྟོགས་ཤིང་། སྟོས་པའི་མིག་དམར་པོ་ཀྱན་ཏུ་གཡོ་ཞིང་འབྱུང་བའི་ཕྱག་  
རོན་དག་ཅེ་དགའི་བྱ་བ་ཚུམ་འདོད་པས། རང་གི་དགའ་མ་སྟེ་ཆུང་མ་ལ་

ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་ནས་མཆུ་དག་པར་ཚུན་སྒྲོར་བ་བྱེད་ཅེས། སྒྲོགས། འབྲུལ།  
བསྐྱོར་ཞེས་སོགས་བྱ་བ་སྣ་ཆོགས་བརྗོད་པས་གསལ་བར་བྱས་པའོ། །

ཡོན་ཏན་བརྗོད་པ་ནི།

དགའ་མ་ཡི་ནི་རེག་པས་འདིར། །

ལུས་ལ་སྤྱ་ལོང་རྒྱས་པ་དང་། །

ཡིད་ནི་བདེ་བར་བྱེད་པ་དང་། །

མིག་དག་བྱམ་པར་བྱེད་ཅིང་འཇུག །

རང་གི་དགའ་མ་བཞིན་བཟང་མ་ལ་འཇུག་པའི་རེག་པས་བདག་ལ་  
འདིར། ལུས་ལ་ཆགས་པའི་སྤྱ་ལོང་རྒྱས་པ་དང་། ཡིད་ནི་བདེ་བའི་ཆོར་བས་  
སེམ་པར་བྱེད་པ་དང་། མིག་གཉིས་དག་ནི་བྱེད་བཙུམས་སུ་བྱམ་པར་བྱེད་  
ཅིང་ཅེ་དགའི་བྱ་བ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་དགའ་མའི་རེག་བྱ་བྱེད་པར་དུ་  
འཕགས་པའོ། ཡོན་ཏན་སྣ་ཆོགས་བརྗོད་པས་གསལ་བར་བྱས་སོ། །

མགིན་སྒྲོན་ལག་ན་ཐོད་པ་ནི། །

གནས་པ་ལྷ་བའི་ཅོད་པར་དང་། །

སྒྱུ་ཁིང་དམར་བའི་རལ་བ་ཅན། །

བྱ་མཆོག་རྒྱལ་མཆོན་འཁྱུངས་པར་གྱུར། །

སྒྲོན་རྒྱ་མཆོ་བ་སྤྲུབས་པ་ལས་བྱུང་བའི་དུག་མགིན་པར་གནས་  
པས་སྒྲོན་པོར་གྱུར་ལ། ཆངས་པའི་སྤྲིང་གཞོང་བཅད་པའི་སྤྲིག་པ་སྤྲིང་

ཕྱིར་སྒོར་སྒོར་དུར་ཁྱོད་ཀྱི་མི་ཐོད་ནི་ལག་ན་གནས་པ་དང་། རྒྱ་མཚོ་ལས་  
བྱུང་བའི་ལྷ་བ་བྱེད་པའི་ཅོད་པན་དང་། ལྷུ་མ་ཞིང་ཁ་དོག་དམར་བའི་རལ་  
པ་ཅན། རྒྱ་མཚོག་གི་མགོ་བོས་མཚན་པའི་རྒྱལ་མཚོན་ཐོགས་པ་ལྟ་དབང་  
ཕྱག་དེ་ཉིད། བསོད་ནམས་ཀྱི་བགོ་སྐལ་ལ་བབ་པའི་ཆེ་འབྱུངས་པར་བྱུར་  
ཏི་ཞེས་དབང་ཕྱག་ཉིད་ལ་ལྷན་པའི་རྩ་ས་སྣ་ཚོགས་པས་རིལ་པོའི་ངོ་བོ་  
དབང་ཕྱག་གཅིག་ཉིད་གསལ་བར་བྱས་སོ། །

དོན་བསྟུ་བ།

གསུམ་པ་དོན་བསྟུ་བ་ནི།

རིགས་དང་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་རྩ་ས། །

རང་བཞིན་བརྗོད་པ་འདི་འདྲ་ནི། །

བསྟན་བཅོས་ཀྱན་ལ་རྒྱལ་སྤྱིད་ཉིད། །

སྟན་ངག་ལ་ཡང་འདི་འདྲོད་དོ། །

ཞེས་སྤྱི་སྤྱོད་གཅིག་གིས་མཚོན་ཏེ་རིགས་ཅན་མང་པོ་གོ་བར་བྱེད་  
པའི་རིགས་དང་། བྱ་བའི་ལས་ཀ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་དང་། དངོས་པོ་གང་  
ཡང་རུང་བ་ལས་བྱུང་བའི་ཡོན་ཏན་དང་། རང་མཚན་དུ་འཛིན་པའི་རྩ་ས་  
ཀྱི་དངོས་པོ་བྱེ་བྲག་པ་གཅིག་ཅིག་སྟོན་པ་རྩ་ས་ཏེ་བཞི། དངོས་པོ་ལ་རི་  
ལྟར་གནས་པ་དེ། བརྗོད་ཚུལ་ཡང་རང་བཞིན་ལས་མ་འབྲེག་པར་བྱང་པོར་  
བརྗོད་པ་འདི་འདྲ་ནི། སྤྱི་ཚད་ལ་སོགས་པའི་བསྟན་བཅོས་ཆེན་པོ་ཀྱན་ལ་

ཉམས་ཕྱན་སྐྱམ་ཆོགས་པ་སྟེར་བས་རྒྱལ་པོའི་སྲིད་དང་འདྲ་བ་ཉིད་དེ།  
སྟོན་ངག་གི་རིག་པའི་རྒྱན་ནམས་ཀྱི་དང་པོ་ལ་ཡང་འདི་འདོད་དོ་ཞེས་  
པའོ།།

༣ དཔེ་རྒྱན་བཤམ་པ།

༥ གཉིས་པ་དཔེ་རྒྱན་ལ་བཞི། མཚན་ཉིད་སྒྱིར་བསྟན། དབྱེ་བ་  
དཔེར་བརྗོད། རྒྱུན་ཡོན་གྱི་དམིགས་བྱེ། མཚུངས་གསལ་གྱི་སྤྲ་བ་འད་  
བཤོ། །

མཆན་ཉིད་སྒྱུར་བསྟན་པ།

དང་པོ་མཆན་ཉིད་སྒྲུབ་བསྟན་པ་ནི།

འི་སྟར་འི་ཞིག་སྟར་མཚུངས་པར། །

གསལ་བར་གང་དུ་རྟོགས་བྱེད་པ། །

དེ་ནི་དཔེ་ཞེས་བྱ་སྟེ་དེ་འི།

སྒྲོལ་པ་འདིར་ནི་རབ་བ་ཉད་བྱ། །

མཆོན་བྱེད་དཔེའི་སྟེང་ན་བྱེད་ཆོས་ཇི་ལྟར་ཡོད་པ་དེ།      ཅི་ཞིག་ན་  
མཆོན་བྱེད་དོན་གྱི་དངོས་པོ་ལ་ཡང་དེ་ལྟར་མཚུངས་པར་གནས་པ་གསལ་  
བར་ངག་གི་སྒྲུབ་བས་གང་དུ་རྟོགས་པར་བྱེད་ཀྱས་པ་དེ་ལ་ནི་དཔེའི་རྒྱན་  
ཞེས་བྱ་སྟེ།    དེའི་སྒྲོས་པ་དེ་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་རྣམས་འདིར་ནི་རབ་དུ་བཤད་  
པར་བྱའོ། །



གཉིས་པ་དབྱེ་བ་དཔེར་བརྗོད་ནི། སུམ་ཅུ་ཅ་གཉིས་ལས། དང་པོ་  
ཆོས་དཔེ་ནི།

མངེས་མ་ཁྱོད་ཀྱི་ལག་མཐེལ་ནི། །

ཅུ་སྐྱེས་བཞིན་དུ་ཀྱན་ཏུ་དམར། །

ཞེས་པ་ཆོས་དཔེ་དངོས་སུ་ནི། །

མཚུངས་པའི་ཆོས་དག་བསྟན་ཕྱིར་རོ། །

མངེས་མ་ཞེས་བོད་ནས། ཁྱོད་ཀྱི་ལག་པ་འཇམ་ཞིང་གཞོན་ཤ་  
ཆགས་པའི་མཐེལ་ནི། ཅུ་སྐྱེས་བསྐྱ་བཞིན་དུ་ཀྱན་ཏུ་དམར་བར་སྒྲུང་ངོ་  
ཞེས་པ་ནི་ཆོས་དཔེ་སྟེ་དངོས་སུ་མཚུངས་ཆོས་ཁ་དོག་དམར་བ་དག་  
བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་དངོས་པོའི་དཔེ་ནི།

ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་ནི་བསྐྱ་བཞིན། །

མིག་དག་ཟུངས་སྟོན་པོ་བཞིན། །

ཞེས་པ་ཆོས་གཅིག་ཉོགས་བྱེད་པ། །

དེ་ནི་དངོས་པོའི་དཔེ་ཉིད་དོ། །

མངེས་མ་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་ནི་བསྐྱ་གཞོན་ཏུ་བཞིན་ནོ། །མིག་གཉིས་  
པོ་འདི་དག་ནི་ཟུངས་སྟོན་པོ་བཞིན་ནོ། ཞེས་པ་ནི་དཔེ་དོན་གྱི་དངོས་པོ་

ཅམ་བཀོད་པའི་ཤུགས་ལས། མཚུངས་ཆོས་གཅིག་པར་རྟོགས་པར་བྱེད་  
བ་དེ་ནི་དངོས་པོའི་དཔེ་ཞེས་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །

གསུམ་པ་བསྒྲེག་པའི་དཔེ་ནི།

ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་བཞིན་བསྒྲེག་ནི། །

ནམ་པར་རྒྱས་པར་གྱུར་ཞེས་བ། །

དེ་ནི་གྲགས་པ་བསྒྲེག་པའི་སྤྱིར། །

བསྒྲེག་པའི་དཔེ་ཞེས་བྱ་བར་འདོད། །

ལུས་སྤ་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་པ་བཞིན་དུ་བསྒྲེག་འདི་དག་ནི་མཛེས་པ་ནམ་  
པར་རྒྱས་པར་གྱུར་ཏེ་ཞེས་བ་དེ་ནི་འཛིག་རྟོག་ན་དཔེས་དོན་འཇལ་བར་  
བྱེད་པའི་གྲགས་ཆོད་ལས་བསྒྲེག་ནས། གདོང་དཔེ་ཅན་དེས། བསྒྲེག་དཔེའི་  
དངོས་པོ་གཞལ་བའི་སྤྱིར། བསྒྲེག་པའི་དཔེ་ཞེས་བྱ་བར་འདོད་དོ། །

བཞི་པ་པན་ཚུན་ཀྱི་དཔེ་ནི།

ཁྱོད་ཀྱི་ཞལ་བཞིན་ཚུ་སྐྱེས་ཏེ། །

ཚུ་སྐྱེས་བཞིན་དུ་ཁྱོད་ཀྱི་ཞལ། །

ཞེས་པ་པན་ཚུན་བྱེད་འཕགས་ནི། །

རྫོང་པར་བྱེད་འདི་པན་ཚུན་དཔེ། །

གཞོན་རུ་མ་ཁྱོད་ཀྱི་ཞལ་བཞིན་དུ་ཚུ་སྐྱེས་བསྒྲེག་འདི་ཡིད་དུ་འོང་བ་  
ཞིག་སྟེ། བསྒྲེག་བཞིན་དུ་ཁྱོད་ཀྱི་ཞལ་འདི་ཡང་མཛེས་སོ་ཞེས་པ་པན་ཚུན་

དཔེར་སྤང་རེས་ཀྱིས་གཉིས་ཀ་ཡང་བྱད་པར་དུ་འཕགས་པར་བརྗོད་པའི་  
ཚུལ་འདི་ནི། སན་ཚུན་གྱི་དཔེ་ཞེས་བྱའོ། །

ལྷ་པ་ངེས་པའི་དཔེ་ནི།

སྤྱོད་ཞལ་བརྒྱ་ཉིད་དང་མཚུངས། །

གཞན་ནི་འགའ་ཞིག་དང་ཡང་མིན། །

ཞེས་པ་མཚུངས་པ་གཞན་བསྟོག་བྱིར། །

འདི་ནི་ངེས་པ་ཉིད་གྱི་དཔེ། །

སྤྱོད་གྱི་ཞལ་ནི་བརྒྱ་ཁྲི་ཉིད་དང་མཚུངས་ཀྱི། དེ་ལས་གཞན་པའི་  
དཔེ་ནི་འགའ་ཞིག་དང་ཡང་མཚུངས་པ་མ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་མཚུངས་པའི་  
དངོས་པོ་གཞན་བསྟོག་པའི་བྱིར། འདི་འདྲ་བ་ནི་དཔེ་གཅིག་ཁྲི་ནར་ངེས་  
པས། ངེས་པའི་དཔེ་ཞེས་བྱའོ། །

དུག་པ་ངེས་མེད་གྱི་དཔེ་ནི།

རེ་ཞིག་སྤྱོད་གཏོང་བརྒྱ་ཡི། །

རྗེས་འགོ་གཞན་ཡང་དེ་འདྲ་བ། །

གལ་ཏེ་ཡོད་ན་དེ་བྱེད་འགྱུར། །

ཞེས་པ་འདི་ནི་ངེས་མེད་དཔེ། །

རེ་ཞིག་སྟེ་ཐོག་མ་ཁྲི་ནར་སྤྱོད་གྱི་གཏོང་ནི་བརྒྱ་དཀར་པོ་རྒྱས་པ་  
འདི་འདྲེ་རྗེས་སུ་འགོ་ལ། གཞན་ཡང་སྤྱོད་པ་འདི་ན་དེ་འདྲ་བའི་མཛེས་པ་

ཅན་འགའ་གལ་ཏེ་ཡོད་ན་ཁྱོད་གདོང་གི་དཔེ་དེ་བཞིན་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ་  
ཞེས་དཔེ་གཅིག་གི་ངེས་པ་མེད་པར་གཞན་ཡང་སྲིད་པར་བརྗོད་པས།  
ངེས་མེད་ཀྱི་དཔེ་ཞེས་བྱའོ། །

བདུན་པ་བསྐྱུས་པའི་དཔེ་ནི།

ཁྱོད་གདོང་མཛེས་པ་ཁོ་ན་ཡིས། །

ཟླ་བའི་རྗེས་སུ་འགོ་མིན་ཏེ། །

དགའ་སྐྱེད་ལས་ཀྱིས་ཀྱང་ཞེས་པ། །

འདི་འདྲ་བསྐྱུས་པའི་དཔེ་ཡང་ཡོད། །

ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་མཛེས་སྤྱག་དང་ལྡན་པ་ཁོ་ནས་ཟླ་བའི་རྗེས་སུ་འགོ་  
བ་སྟེ་མཚུངས་པ་མིན་གྱི། གཞན་ཀྱི་ཡིད་ལ་དགའ་བ་སྐྱེད་པའི་བྱེད་ལས་  
ཀྱིས་ཀྱང་མཚུངས་སོ་ཞེས་ངོ་བོའི་སྟོན་མཚུངས་པར་མ་བཟད། བྱེད་ལས་  
ཀྱི་མཚུངས་ཆོས་ཀྱང་འདི་འདྲ་བར་བསྐྱུས་པ། བསྐྱུས་པའི་དཔེ་ཞེས་བྱ་བ་  
ཡང་ཡོད་དོ། །

བརྒྱད་པ་སྤུལ་བྱུང་གི་དཔེ་ནི།

ཁྱོད་ཀྱི་ཞལ་ནི་ཁྱོད་ཉིད་ལ། །

མཐོང་ཞིང་ཟླ་བ་མཁའ་ལ་མཐོང་། །

འདི་ཉིད་ཁོ་ནས་ཐ་དད་དོ། །

གཞན་མེད་ཅེས་འདི་སྤུལ་བྱུང་དཔེ། །

སྤྱི་ཉིད་ཀྱི་ཞལ་ཏེ་བཞེན་རས་ནི་སྤྱི་ཉིད་ཀྱི་ལུས་ཁོ་ན་ལ་མཐོང་ཞིང་།  
ཟླ་བ་ཉ་གང་བ་ནི་ནམ་མཁའ་ལ་མཐོང་སྟེ།      མཐོང་ཡུལ་མི་གཅིག་པ་འདི་  
ཉིད་ཅམ་ཁོ་ནས་ཐ་དད་ཡིན་ཏེ།      གཞན་ཐ་དད་དུ་འབྱེད་ཆོས་ཅི་ཡང་མེད་  
དོ་ཞེས།      འབྱེད་ཆོས་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་མེད་པ་ལྟར་བྱས་ཏེ་འབྱེད་ཀྱིས་བཟོད་  
པས། ལུས་བྱུང་གི་དཔེ་ཞེས་བྱའོ། །

དགུ་པ་རབ་བཏགས་ཀྱི་དཔེ་ནི།

དེ་ཡི་བཞེན་དཔལ་ང་ཉིད་ལ། །

ཡོད་ཅེས་ཟླ་བ་སྟེམས་མི་དགོས། །

པརྩ་ལ་ཡང་དེ་ཡོད་ཕྱིར། །

ཞེས་པ་འདི་ནི་རབ་བཏགས་དཔེ། །

མཛེས་མ་དེ་ཡི་བཞེན་རས་ཀྱི་དཔལ་མཐའ་དག་ནི་ང་ཉིད་ཁོ་ན་ལ་  
ཡོད་ཀྱི།      གཞན་དག་ལ་མེད་དོ་ཞེས་ཟླ་བ་སྤྱི་དེ་ཅམ་དུ་སྟེམས་པ་འཆང་  
བའི་ང་རྒྱལ་བྱ་མི་དགོས་ཏེ།      པརྩ་གཞོན་ཅུ་འདི་ལ་ཡང་དཀར་བ་དང་  
མཛེས་པ་སོགས་ཀྱི་དཔལ་དེ་ལྟ་བུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་ཟླ་བ་ལ་དེ་ལྟ་  
བུའི་རྟོག་པ་མེད་ཀྱང་།      ཡོད་པ་ལྟར་བཏགས་ནས་བཟོད་པ་འདི་ནི།      རབ་  
བཏགས་ཀྱི་དཔེ་འོ། །

བཅུ་པ་མད་བྱུང་གི་དཔེ་ནི།

སྟོན་ལེགས་གལ་ཏེ་པརྩ་འགལ། །

ནམ་པར་འབྲུག་པའི་མིག་ལྡན་ན། །

ཁྱོད་ཀྱི་བཞིན་ཀྱི་དཔལ་འཛིན་ཏེ། །

ཞེས་པ་འདི་ནི་མཛད་བྱུང་དཔེ། །

ཀྱི་སྒྲིན་ལེགས་མ་ཞེས་བོད་ནས། གཤམ་ཏེ་མེ་ཏོག་བརྒྱ་ལགའ་ཞེག་  
ནམ་པར་འབྲུག་པ་དང་བཅས་པའི་མིག་བྱུང་གི་མཛེས་པ་དང་ལྡན་པ་ཞེག་  
ན། ཁྱོད་ཀྱི་བཞིན་རས་ཀྱི་དཔལ་འདི་ལྟ་བུ་འཛིན་པར་བྱེད་དེ་མཚུངས་སོ་  
ཞེས་ཡ་མཚན་མཛད་དུ་བྱུང་བའི་ཆོག་སྒྲུབ་བཀོད་པས། འདི་ནི་མཛད་བྱུང་གི་  
དཔེ་ཞེས་བྱའོ། །

བརྒྱ་གཅིག་པ་ཚྛངས་པའི་དཔེ་ནི།

ལུས་སྤྱ་ཁྱོད་གདོང་རི་བོང་ཅན། །

ཞེས་བཏགས་ཁྱོད་གདོང་བསམ་པ་ཡིས། །

ཟླ་བ་ཡི་ཡང་རྗེས་སུ་སྟེགས། །

ཞེས་འདི་ཚྛངས་པའི་དཔེ་རུ་བཤད། །

ལུས་སྤྱ་མ་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་པ་ནི་རི་བོང་ཅན་ཞེས་ཏེ་ཟླ་བ་ཡིན་པར་  
བཏགས་ལ། ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་ཡིན་པར་བསམས་ནས་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྒྲོ་  
ཡིས་ཟླ་བ་ཡི་ཡང་རྗེས་སུ་བསྟེགས་ཏེ་བྱིན་ནོ་ཞེས་ཡང་གི་སྒྲུབ་ནི། དཔེ་  
དཔེ་ཅན་གཉིས་ཀ་ཡང་ངོ་མ་ཤེས་པར་འབྲུག་པ་ལྟར་བསྟན་པའི་བྱིར།  
ཚྛངས་པའི་དཔེ་ཞེས་བྱ་བར་བཤད་དོ། །



བརྩ་གཉིས་པ་ཐེ་ཚོམ་གྱི་དཔེ་ནི།

བད་ནང་བྱང་བ་འཁོར་རམ་ཅི། །

ཁྱོད་གདོང་ལ་མིག་གཡོ་འམ་ཅི། །

བདག་གི་སེམས་ནི་རྣམ་པར་གཡོ། །

ཞེས་པ་འདི་ནི་ཐེ་ཚོམ་དཔེ། །

འདི་ན་དཀར་ལ་དམར་བའི་མདངས་ཅན་ཞིག་གི་སྟེང་ན། མཐོན་

མཐིང་རྣམ་པར་འབྱུལ་བའི་དངོས་པོ་འདི་དག་ནི། བརྒྱའི་ནང་དུ་བྱང་བ་བྱང་

ཞིག་འཁོར་བ་ཡིན་ནམ། ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་ལ་མིག་རྣམ་པར་གཡོ་བའམ་ཅི་

ཞིག་སྟམ་དུ། བདག་གི་སེམས་ནི་སོམ་ཉིད་དབང་གིས་རྣམ་པར་གཡོ་བར་

གྱུར་ཏེ་ཞེས་ཐེ་ཚོམ་གྱི་སྟོན་ས་འདྲ་བར་བསྐྱབས་པས། འདི་ནི་ཐེ་ཚོམ་གྱི་

དཔེ་ཞེས་བྱའོ། །

བརྩ་གསུམ་པ་གཏན་ལ་ཕེབས་པའི་དཔེ་ནི།

ཟླ་བ་སྐྱེངས་བྱེད་མཛེས་པ་འདི། །

ཟླ་བས་ཆར་གཅོད་བརྒྱ་མིན། །

དེ་ཕྱིར་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་ཉིད་དོ། །

ཞེས་པ་འདི་ནི་གཏན་ཕེབས་དཔེ། །

ཅི་འདི་ན་ཟླ་བ་ཡང་སྐྱེངས་པར་བྱེད་པའི་མཛེས་པ་ཅན་ཞིག་འདུག་

པ་འདི་བརྒྱ་ནི་མིན་ཏེ། དེ་ཡིན་ན་ཟླ་བས་ཆར་གཅོད་ཅིང་བྱམ་པར་བྱེད་

མོད། འདིས་ནི་རྩ་བ་ཡང་སྐྱེངས་ཤིང་ངོ་ཚ་བར་བྱེད་ཀྱས་པ་དེའི་ཕྱིར་ན།  
ཡིད་འོང་མ་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་པ་འདི་ནི་གཏན་ཆོག་གས་ཀྱི་སྒོ་  
ནས་ངེས་ཤིང་ཁོང་དུ་ཚུད་པས། ཡིན་ལྷགས་གཏན་ལ་ཐེབས་པའི་དཔེའོ། །

བཙུ་བཞི་པ་སླུང་བའི་དཔེ་ནི།

བསེལ་བེར་ཅན་གྱི་དག་ལྷ་དང་། །

དཔལ་དང་ལྷན་དང་དེ་བཟང་གིས། །

ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་ནི་ཚུ་སྐྱེས་བཞིན། །

ཞེས་པ་སླུང་བའི་དཔེ་རུ་བཤའ། །

བསེལ་བེར་ཅན་ལྷ་བའི་མཛེས་པ་གདོང་གིས་པམ་པར་བྱེད་པ་དང་།  
བརྩ་རྩ་བས་བྱམ་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་གཉིས་ཀ་རྩ་བའི་དག་ཡིན་པས་སྐྱ་  
སླུང་ལ། གདོང་མཛེས་པའི་དཔལ་ལྷན་སྐྱེས་ཆོག་གས་པ་དང་ལྷན་པ་དང་།  
བརྩ་ལས་བྱུང་འབྲུག་གི་ཚུང་མ་དཔལ་མོ་བྱུང་བས་སྐྱ་སླུང་བཤམ། ཡང་ན་  
གཉིས་ཀ་མཛེས་པའི་དཔལ་དང་ལྷན་པས་དོན་སླུང་། གདོང་ཁ་དེ་ཞེས་པ་  
དང་བརྩ་དེ་བསྐྱེད་བཟང་པོ་དང་ལྷན་པ་དོན་སླུང་། དེའི་དབང་གིས་ཁྱོད་ཀྱི་  
གདོང་ནི་ཚུ་སྐྱེས་བཞིན་ནོ་ཞེས་སླུང་བ་གསུམ་དང་དཔེ་གསལ་བྱེད་  
མཉམ་དུ་གནས་པས། སླུང་བའི་དཔེ་ཞེས་བཤའ་དོ། །

བཙུ་ལྔ་པ་མཉམ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་ནི།

མཚུངས་པའི་སྐྱ་ཡི་བརྗོད་བྱའི་ཕྱིར། །

མཉམ་ཉིད་དཔེ་དེ་ཇི་ལྟར་ན། །

སྐྱེད་ཆལ་སྤང་འདི་བྱ་མོ་བཞིན། །

མཛེས་ལྡན་སྤྲ་ལ་ཀླ་ན་ན། །

དོན་གྱི་ཆོས་མཚུངས་སྐྱ་དོན་སྦྱོར་བའི་དཔེ་དེར་མ་ཟད། །བརྗོད་བྱ་  
དོན་གྱི་མཚུངས་ཆོས་མེད་ཀྱང་མཚུངས་བའི་ཆོས་སྐྱ་མཉམ་པ་ལ་བྱས་ཏེ་  
བརྗོད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། སྐྱ་མཚུངས་སམ་སྐྱ་མཉམ་ཉིད་གྱི་དཔེ་ཞེས་བྱ་བ་  
ཡང་ཡོད་དེ། དེ་ཉིད་ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། སྐྱེད་མོས་ཆལ་མེ་ཏོག་དང་ནགས་གྱི་  
སྤང་བ་ཅན་འདི་ནི། བྱ་མོ་གཞོན་རྒྱ་ལང་ཆོ་མ་བཞིན་ཏེ། སྐྱེད་མོས་ཆལ་  
ནི། སྤྲ་ལ་སྦྱོས་དཀར་གྱི་ཤིང་དང་། ཀླ་ན་ན་ནགས་ཏེ། སྤྲ་ལའི་ནགས་གྱི་  
མཛེས་ལྡན་པ། ཞེས་སྐྱད་དོད་རང་སོར་བཞག་བས་འབྱུང་ལ། བྱ་མོའི་  
ཆོག་གཅོད་མཆམས་ཐ་དད་དེ། ས་བཅས་པ། ཨ་ལ་ཀ་ལན་བྱ། ཨྱ་ན་ན་  
གདོང་ཡིན་པ། མཚུངས་སྐྱས་མཆམས་སྦྱར་བས་གཟུགས་གཅིག་པ་སྟེ།  
ལན་བྱར་བཅས་པའི་གདོང་མཛེས་ལྡན། ཞེས་སོ་སོའི་དོན་ནི་ཤིན་ཏུ་ཐ་  
དད་པར་གནས་མོད། སྐྱ་མཚུངས་པའང་མཆམས་སྦྱོར་ཡོད་མེད་གཉིས་  
གྱིས་བཤད་དགོས་པ་དང་། སྐྱ་མཚུངས་པ་ཅམ་ལས་གཞན་པའི་དོན་གྱི་  
མཚུངས་ཆོས་ནི་ཅི་ཡང་མེད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་སྐྱ་མཉམ་ཉིད་གྱི་དཔེའོ། །

བཙུ་བྱག་པ་སྐྱད་པའི་དཔེ་ནི།

བརྒྱ་རྒྱལ་མང་ལྷ་བ་འཛད། །

དེ་དག་ལས་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་བཞིན། །

མཚུངས་པ་ལ་ཡང་ཁྱོད་པར་བཅས། །

ཞེས་པ་སྒྲུབ་པའི་དཔེ་རུ་འདོད། །

བསྐྱེད་ཀྱི་གེ་སར་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱལ་མང་ཞིང་། རྒྱ་བ་ནི་མར་ངོ་ལ་ཆ་  
ཤས་བྱིན་ས་འཛིན་པས། དེ་དག་ལས་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་བཞིན་རས་མཚུངས་པར་  
མཛེས་པ་ལ། རྒྱལ་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་རྒྱུ་ནི་མ་ལ་ཡང་འཇུག་པས་དེ་མང་བ་དང་།  
འགྲིབ་པ་མེད་པར་ཆ་ཤས་རྟག་ཏུ་གང་བས་ཁྱོད་པར་དང་བཅས་པའི་ཞེས་  
དཔེ་ལ་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་པ་མཚུངས་ཤིང་སྒྲུབ་པར་སྒྲུབ་པས། སྒྲུབ་པའི་  
དཔེ་ལོ། །

བཅུ་བདུན་པ་བསྐྱེད་པའི་དཔེ་ནི།

བསྐྱེད་པ་མང་པ་འང་མཚེན་ཏུ་བསྐྱེད། །

རྒྱ་བ་བདེ་འབྱུང་གཙུག་གིས་འཛིན། །

དེ་དག་ཁྱོད་གཞིང་མཚུངས་ཞེས་པ། །

དེ་ནི་བསྐྱེད་པའི་དཔེར་བཅོད་དོ། །

ཁུབ་འཇུག་གི་སྒྲུབ་པའི་བསྐྱེད་པ་འཛིན་ཏེན་ཀྱི་མེས་པོ་མང་པ་  
མཚེན་ཏུ་བསྐྱེད་པ་དང་། རྒྱ་བ་ནི་བདེ་འབྱུང་སྒྲུབ་པ་ནི་ནང་ན་དབང་ཆེ་བར་  
གྲགས་པ་དབང་སྒྲུབ་ཆེན་པོའི་གཙུག་གི་རྒྱན་དུ་འཛིན་པས། སྒྱལ་དུ་བྱུང་  
བའི་དངོས་པོ་དེ་དག་ཉིད་དང་ཁྱོད་ཀྱི་གཞིང་མཚུངས་སོ་ཞེས་དེ་ནི་དཔེ་ལ་

བསྐྱགས་པའི་སྒོ་ནས་མཚུངས་པར་སྟོན་པས་བསྐྱགས་པའི་དཔེའོ། །

བཙེ་བརྒྱད་པ་བརྗོད་འདོད་ཀྱི་དཔེ་ནི།

ཡོན་ཏན་ལྡན་ནམ་སྟོན་འགྱུར་ཡང་། །

ཟླ་བ་སྤྱོད་གཏོང་མཚུངས་ཞེས་པ། །

བརྗོད་འདོད་བདག་གི་ཡིད་ལ་ཡོད། །

ཅེས་པ་བརྗོད་འདོད་དཔེ་ཞེས་རིག།

འདི་ལྟར་བརྗོད་པས་ཡོན་ཏན་དུ་འགྱུར་རམ་སྟོན་དུ་འགྱུར་བ་མི་  
ཤེས་མོད། འོན་ཀྱང་ཟླ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཉ་གང་བ་འདི་དང་སྤྱོད་ཀྱི་གཏོང་  
མཚུངས་སོ་ཞེས་བརྗོད་པར་འདོད་པ་ཞིག་བདག་གི་ཡིད་ལ་ཡོད་དོ་ཞེས་  
པ་བརྗོད་འདོད་ཀྱི་བསམ་པའི་དབང་གིས་མཚུངས་པར་བསྟན་པས།  
བརྗོད་འདོད་ཀྱི་དཔེ་ཞེས་བྱ་བར་རིག་པར་བྱའོ། །

བརྒྱད་གྲུ་པ་འགལ་བའི་དཔེ་ནི།

འདབ་བརྒྱ་པ་དང་སྟོན་ཟླ་དང་། །

སྤྱོད་ཀྱི་བཞིན་དང་གསུམ་པོ་ནི། །

པན་ཚུན་རྣམ་པར་འགལ་ཞེས་པ། །

དེ་ནི་འགལ་བའི་དཔེར་བརྗོད་དོ། །

འདབ་བརྒྱ་པ་སྟེ་པརྒྱ་དང་། སྟོན་དུས་ཀྱི་ཟླ་བ་དང་། སྤྱོད་ཀྱི་བཞིན་  
རས་གསུམ་པོ་འདི་མཛེས་ཆོས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གཅིག་པ་ལ། པན་ཚུན་རྣམ་

པ་ཐ་དད་པས་འགལ་ཉེ་དག་ཆར་གྱུར་པས་སོ་ཞེས་པ་དེ་ནི་གཅིག་ཐ་དད་  
ཀྱི་འགལ་བར་བརྗོད་པས། འགལ་བའི་དཔེར་བརྗོད་དོ། །

ཉི་ཤུ་པ་དགག་པའི་དཔེ་ནི།

དྲི་མ་ལྗན་ཞིང་སྒྲུབ་གྱུར་པ། །

ཆེ་བ་ལ་ནི་ཁྱོད་གདོང་དང་། །

འགྲན་པའི་རྒྱས་པ་ནམ་ཡང་མེད། །

ཅེས་པ་དགག་པའི་དཔེ་ཉིད་དོ། །

ནག་པོའི་ར་རིའི་དྲི་མ་དང་ལྗན་ཞིང་སེམས་མེད་སྒྲུབ་པ། བེམས་  
པོའི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་གྱུར་པ་ཆེ་བ་འདི་ལ་ནི། ཁྱོད་གདོང་དྲི་མ་སྤངས་  
ཤིང་ཤེས་རིག་ལྗན་པ་འདི་ལ་འགྲན་པའི་རྒྱས་པ་ནམ་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་  
མཚུངས་པ་དགག་པའི་སྒྲོ་ནས་དཔེར་བཀོད་པས། དགག་པའི་དཔེ་ཞེས་  
བྱ་བ་ཉིད་དོ། །

ཉེར་གཅིག་པ་མཛེས་པའི་ངོ་བསྟོད་ཀྱི་དཔེ་ནི།

ཁྱོད་གདོང་རི་དྲགས་མིག་གིས་མཆན། །

ཆེ་བ་རི་དྲགས་ཉིད་ཀྱིས་མཆན། །

དེ་ལྟ་ན་ཡང་འདིར་མཚུངས་ཉིད། །

ཁྱད་འཕགས་མིན་ཞེས་མཛེས་པའི་དཔེ། །

ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་ནི་རི་དྲགས་ཨེ་ན་ཡའི་མིག་གཉིས་ཀྱིས་མཆན་ལ།



ཟླ་བ་ནི་རི་དྲགས་ཀྱི་གཟུགས་ཉིད་ཀྱིས་མཆན་མོད།     དེ་ལྟ་ན་ཡང་འདིར་  
ཡོན་ཏན་མཚུངས་པ་ཉིད་དེ།     ཟླ་བ་ལ་བྱུང་པར་འཕགས་པའི་ཆོས་གཞན་  
ཡོད་པ་མིན་ནོ་ཞེས་ཆ་ཤས་ཅམ་དང་ཆ་ཚྡགས་པའི་ཡོན་ཏན་མཚུངས་  
པར་བྱས་ཏེ་མཛེས་པའི་ཕྱིར་བཟོད་པའམ། རོ་བཟོད་ཀྱི་དཔེའོ། །

ཉེར་གཉིས་པ་དེ་ཉིད་བཟོད་པའི་དཔེ་ནི།

འདི་ནི་བཞིན་ཉིད་པར་མིན། །

འདི་དག་བྱང་བ་མ་ཡིན་མིག །

ཅེས་པ་རྣམ་གསལ་མཚུངས་པ་ལས།

འདི་ནི་དེ་ཉིད་བཟོད་པའི་དཔེ། །

དཀར་ཞིང་མཛེས་པ་འདི་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་བཞིན་རས་ཉིད་ཡིན་ཏེ།     །མེ་

ཏོག་པར་ནི་མ་ཡིན་ནོ།     །སྒྱུ་མ་ཞིང་གཡོ་བ་འདི་དག་བྱང་བ་འཁོར་བ་མ་

ཡིན་ཏེ།     ཁྱོད་ཀྱི་མིག་གོ་ཞེས་དཔེ་དཔེ་ཅན་གྱིས་མཛེས་པ་རྣམ་པ་གསལ་

བར་མཚུངས་པས་ཐ་དད་མེད་པ་ལྟར་གྱུར་པ་ལ།     བཏགས་ཤིང་དབྱུང་

པས་གདོང་དང་མིག་གི་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་ཉྟགས་ནས་བཟོད་པས་འདི་ནི་དེ་

ཉིད་བཟོད་པའི་དཔེའོ། །

ཉེར་གསུམ་པ་བྱུན་མོང་མིན་པའི་དཔེ་ནི།

ཟླ་བ་པར་དག་གི་ནི། །

མཛེས་པ་ལས་འདས་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་། །

བདག་རང་ཉིད་དང་མཚུངས་པར་གྱུར། །

ཞེས་པ་སྒྲིབ་མོང་མིན་པའི་དཔེ། །

སྤྱིད་ན་མཛེས་པའི་དཔེར་བྱེད་པ་ལྷ་བ་དང་པར་དག་གི་མཛེས་པ་  
ལས་འདས་པ་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་པ་འདི་ལ་མཚོན་ཀྱས་ཀྱི་དཔེ་གཞན་མེད་  
པས། བདག་གམ་རང་ཉིད་ཁོ་ན་དང་མཚུངས་པར་གྱུར་ཏེ་ཞེས་མཚུངས་  
པ་གཞན་མ་ཉིད་པས་སྒྲིབ་མོང་བའི་དཔེ་མེད་པའི་ཕྱིར། རང་གི་དཔེར་རང་  
ཉིད་བཀོད་པ་ནི། སྒྲིབ་མོང་མིན་པའི་དཔེའམ། རྗེས་འགྲོ་མེད་པའི་རྒྱན་དུ་  
ཡང་བརྗོད་དོ། །

ཉེར་བཞི་པ་བྱུང་མིན་ཀྱི་དཔེ་ནི།

པར་འཛེས་པའི་སྤྱིང་པོ་ཀྱན། །

འགའ་ཞིག་དག་ཏུ་བསྐྱས་པ་བཞིན། །

ཁྱོད་ཞལ་རྣམ་པར་མཛེས་ཞེས་པ། །

དེ་ནི་བྱུང་མིན་དཔེ་ཞེས་རིག། །

སྤྱིད་པ་འདིར་ནི་པར་འཛེས་པ་ཅི་ཡོད་པའི་སྤྱིང་པོ་ཀྱན་སྤྱོད་པས་  
འགའ་ཞིག་དག་ཏུ་བསྐྱས་ནས་བཀོད་པ་བཞིན། ཁྱོད་ཀྱི་ཞལ་རས་འདི་ནི་  
རྣམ་པར་མཛེས་སོ་ཞེས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་དཔེ་ནི་སྤྱིང་པོ་བྱུང་ཞིང་ཡོད་པ་ཡང་  
མ་ཡིན་པའི་དཔེས་གདོང་འཇལ་བར་བྱེད་པས་ན། བྱུང་བ་མིན་པའི་དཔེ་  
ཞེས་རིག་པར་བྱའོ། །

འདི་ལ་འབྱུང་མིན་དུ་འཆད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ལྷ་ཡོད་པ་ལའོ་ཞེས་  
པའི་བྱེདས་ལ། ལྷ་འི་རྒྱུན་བྱེད་པ་མ་མཐོང་བར་བད་དོ། །

ཉེར་ལྷ་པ་སྲིད་པ་མིན་གྱི་དཔེ་ནི།

ཟླ་བའི་གཟུགས་ལས་དུག་བཞིན་དང་། །

ཅན་ལས་ནི་མེ་བཞིན་དུ། །

ཞལ་འདི་ལས་ནི་རྩ་བ་མའི་ཆིག །

ཅས་པ་སྲིད་པ་མིན་པའི་དཔེ། ཟླ་བའི་གཟུགས་བདུད་ཅིའི་རང་  
བཞིན་ལས་དུག་དང་། ཅན་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བསེལ་བ་ལས་མའི་དངོས་  
པོ་འཇག་མི་སྲིད་པ་བཞིན་དམ་པ་ཁྲོད་གྱི་ཞལ་འདི་ལས་རྩ་བ་མའི་ཆིག་  
འབྱུང་བ་ནམ་ཡང་མི་སྲིད་དོ་ཞེས་དཔེ་དོན་ཀྱན་ལ་ནམ་དགེ་ལྷ་པ་སྐྱར་  
ཞིང་། འབྱུང་མི་སྲིད་པའི་བསམ་པས་མཚུངས་པར་བྱེད་པས་སྲིད་པ་མིན་  
པའི་དཔེའོ། །

ཉེར་དུག་པ་མང་བའི་དཔེ་ནི།

ཅན་ལྷ་དང་ཟླ་བའི་བེར། །

ཟླ་ཤེལ་སོགས་བཞིན་ཁྲོད་གྱི་ནི། །

རེག་པ་བསེལ་ཞེས་བྱེད་པར་དག །

གསལ་བར་བྱེད་འདི་མང་བའི་དཔེ། །

ཅན་དང་གངས་གྱི་ལྷ་དང་། ཟླ་བའི་བེར་དང་། ཟླ་བ་ལྷ་ཤེལ་གྱི་

འོར་བུ་དང་། སོགས་ཁོངས་ནས་ཁ་བ་དང་། ལྷོའི་རྒྱུད་གཞོན་བཞིན་དགའ་  
མ་ཁྱོད་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་རེག་པ་མཆོག་འདི་ཞིན་ཏུ་བསིལ་ལོ་ཞེས་དཔེ་གཅིག་  
གིས་ཀྱང་རེག་བྱ་བསིལ་བ་མཆོན་ཀྱས་མོད། དགའ་མའི་རེག་པ་བསིལ་  
བ་ཁྱད་པར་འཕགས་པ་མཆོན་པ་ལ་དཔེ་མང་དུ་བཀོད་པས། མང་བའི་  
དཔེའོ། །

ཉེར་བདུན་པ་རྣམ་འགྱུར་གྱི་དཔེ་ནི།

ལུས་སྤྱོད་ཀྱི་བཞིན་རས་ནི། །

ཟླ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལས་བཏོན་བཞིན། །

བརྒྱའི་ནང་ནས་སྤྱུང་བ་བཞིན། །

ཞེས་པ་འདི་ནི་རྣམ་འགྱུར་དཔེ། །

ལུས་སྤྱོད་ཀྱི་བཞིན་རས་ནི་ཟླ་བ་ཉ་གང་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་  
དབུས་ནས་བྱུར་གྱིས་བཏོན་པ་བཞིན་དང་། བརྒྱ་གཞོན་ཀུ་ཁ་བྱེ་མ་ཐག་  
པའི་ནང་ནས་གསར་དུ་སྤྱུང་བ་བཞིན་ནི་ཞེས་རྣམ་འགྱུར་ཡིད་དུ་འོང་བའི་  
ཆོག་སྒྲུབ་བཀོད་པ་འདི་ནི་རྣམ་འགྱུར་གྱི་དཔེའོ། །

ཉེར་བརྒྱད་པ་སྤེང་བའི་དཔེ་ནི།

ཉི་ལ་འོད་བཞིན་ཉི་མ་ཡིས། །

ཉིན་བཞིན་ཉིན་གྱིས་མཁའ་ལ་བཞིན། །

རྣམ་པར་གཞོན་པས་ཁྱོད་ལ་དཔལ། །

འཇིན་ཞེས་དེ་ནི་སྤང་བའི་དཔེ། །

ཉི་མ་ལ་རང་གི་འོད་གྱིས་དཔལ་འཇིན་པ་བཞིན་དུ་ཉི་མས་ཉིན་པར་  
ལ་དང་། ཉིན་པར་གྱིས་ཀྱང་ནམ་མཁའ་ལ་དཔལ་འཇིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། བ་  
རོལ་རྣམ་པར་གཞོན་པས་ཀྱང་རྒྱལ་པོ་སྤྱད་ལ་དཔལ་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པ་  
འཇིན་ནོ་ཞེས་སྤྲུལ་རིམ་བཞིན་དཔེ་དང་། སྤྱི་མ་རིམ་བཞིན་དཔེ་ཅན་སྤང་  
བར་སྤེལ་བས་སྤང་བའི་དཔེའོ། །

ཉེར་དགུ་པ་དག་དོན་གྱི་དཔེ་ལ་མཚན་ཉིད་དང་། དཔེར་བཅོམ་དོ། །  
དང་པོ་ནི།

གང་ཡང་དག་དོན་ཉིད་གྱིས་ནི། །

གལ་ཉེ་དག་དོན་ཉེར་འཇལ་ན། །

དག་དོན་དཔེ་དེ་བཞིན་སྤྲུལ་ནི། །

གཅིག་དང་དུ་མས་དེ་རྣམ་གཉིས། །

གང་ཡང་ཆོག་གི་དོན་ཅམ་མ་ཡིན་པར་བྱེད་ཅན་དུ་གཅི་རིགས་དང་  
འབྲེལ་བའི་འཇལ་བྱེད་དཔེའི་དག་དོན་ཉིད་གྱིས། གཞལ་བྱ་དོན་གྱི་དག་  
དོན་ཉི་བར་འཇལ་བ་ཞིག་དག་དོན་གྱི་དཔེར་བཅོམ་ལ། བྱེད་ཅན་དུ་གཅི།

བྱེད་པོ་ལས་དང་བྱེད་ཅན་ཆེད། །

འབྱུང་ཁུངས་གཞི་རྣམས་བྱེད་ཅན་དུ་གཅི། །

དུ་གཅི་བརྒྱད་སྤངས་པའི་རྣམ་དབྱེའི་གཞི། །

ཞེས་སོ། །ངག་དོན་དཔེ་དེ་ཡང་བཞིན་སྐྱབ་གཅིག་ཡོད་པ་དང་། ཏུ་མ་  
ཡོད་པའི་དབྱེ་བས་གཉིས་སོ། །བཞིན་སྐྱབ་གཅིག་པའི་དཔེ་ནི།

ཁྱོད་གདོང་མིག་ནི་མི་བརྟན་ཞིང་། །

སོ་ཡི་འོད་ཟེར་རབ་གསལ་བ། །

འདམ་སྐྱེས་བྱང་བ་གཡོ་ལྡན་ནི། །

གེ་སར་དག་གིས་མཆོན་བཞིན་མཛེས། །

ཁྱོད་གྱི་གདོང་མཛེས་ལ། མིག་མི་བརྟན་པ་སྟེ་གཡོ་བ། སའི་འོད་  
ཟེར་རབ་ཏུ་གསལ་བ་ཞེས་དོན་གྱི་ངག་དོན་གསུམ་འདམ་སྐྱེས་མེ་ཏོག་  
པར། བྱང་བ་རྣམ་པར་གཡོ་བ་དང་ལྡན་པ། གེ་སར་གྱི་སྤང་བས་མཆོན་པ་  
བཞིན་མཛེས་ཞེས་དཔེའི་ངག་དོན་གསུམ་རེས་ཐད་ཀར་འཇལ་བ་ལ་  
བཞིན་སྐྱབ་གཅིག་སྟེ། ཁྱོད་ཅན་ལས། གེ་སར་ལ་གཉིས་པའི་གཅིག་ཆིག་  
ཨམ་བྱིན་པ་དང་། ལྟ་མཆོན་པ་དང་། མཛེས་པའི་སྒྲི་ཏི་འབྲེལ་ལོ། །

བཞིན་སྐྱབ་ཏུ་མའི་དཔེ་ནི།

པར་ཅན་བཞིན་ལུས་སྤྲ་མ། །

པར་བཞིན་ཏུ་དེ་ཡི་གདོང་། །

སྤང་ཅི་སྤྱོད་པས་བཞིན་ཏུ་ནི། །

བདག་གིས་འཕྱངས་ཤིང་འཕྱངས་ཤིང་ཅིས། །

པར་ཅན་པར་འཕྱེད་པ་བཞིན་ལུས་སྤྲ་མ་ཁྱོད་ཉིད་དང་། རེ་ལས་



བྱང་བའི་བརྒྱ་བཞིན་དུ་དེའི་གདོང་དང་། སྒྲང་ཅི་སྦྱོང་བ་སྟེ་བྱང་བས་བཞིན་  
དུ་ནི། འདོད་ལྡན་བདག་གིས་འཐུངས་ཤིང་འཐུངས་ཤིང་ཅེས་སོ་ཞེས་  
བཞིན་སྒྲ་དུ་མ་དང་། འཐུངས་པའི་སྐད་དོད་ཡི་ཨི་མཐའ་ཅན་དང་། ཅེས་  
པའི་སྐད་དོད་ཨ་ར་མུ་ཏ་འབྲེལ་ལོ། །

སུམ་ཅུ་པ་ལྷ་བོ་དངོས་པོའི་དཔེ་ནི།

དངོས་པོ་འགའ་ཞིག་ཉེ་བའོད་ནས། །

དེ་ཡི་ཆོས་མཐུན་རབ་བཀོད་པ། །

མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པ་ཅན། །

ལྷ་བོ་དངོས་པོའི་དཔེ་ཡིན་དཔེར། །

བརྗོད་བྱའི་དངོས་པོ་འགའ་ཞིག་ཉེ་བར་བཀོད་ནས། དེའི་ཆོས་  
མཐུན་གྱི་དཔེ་ཞིག་སྤེས་རབ་ཏུ་བཀོད་པས་དེ་གཉིས་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་  
འབྱུགས་ལས་རྟོགས་པ་ཅན་དེ་ནི་ལྷ་བོ་དངོས་པོའི་དཔེ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དཔེར་  
བརྗོད་ན།

རྒྱལ་པོ་ནམས་ནི་སྦྱེས་བྱར་གྱང་། །

ད་ལྟ་ཁྱོད་འདྲ་གཅིག་གྱང་མེད། །

ཡོངས་འདུ་དག་ལ་རྒྱང་འཐུང་ནི། །

གཉིས་པ་ངས་པར་ཡོད་མ་ཡིན། །

སྟོན་རབས་སུ་རྒྱལ་པོ་ངེ་སྟེད་པ་ནམས་སྦྱེས་པར་བྱར་གྱང་། སྟོན་

ནས་ད་ལྟའི་བར་དུ་ཁྱོད་འབྲུག་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་རྒྱལ་པོ་ནི་གཅིག་  
ཀྱང་མེད་ལ། ལྟའི་ཤིང་ཡོངས་འདུ་ས་བརྟོན་ལ་འབྲུག་ཀུས་པའི་རྒྱལ་པོས་  
འཐུང་བ་སྟེ་སྒྲོན་ཤིང་གཉིས་པ་ཡང་ངེས་པར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

སོ་གཅིག་པ་མཚུངས་སྒྲུབ་གྱི་དཔེ་ནི།

ལྷག་པས་དམན་པ་བྱ་བ་ཡི། །

ཆོ་ག་གཅིག་ལ་རབ་བསྐྱས་ནས། །

གང་སྐྱས་དེ་ནི་མཚུངས་པ་དག།

སྒྲུབ་བའི་དཔེ་རུ་བཤའ་དེ་དཔེར། །

དཔེ་ལྷག་པས་དོན་དམན་པ་བྱ་བའི་ཆོ་ག་གཅིག་ལ་རབ་བྱ་བསྐྱས་  
ནས། གང་དུ་སྐྱས་པ་དེ་ནི་བྱ་བ་འབྲུག་པའི་སྒྲོན་པ་མཚུངས་པར་བྱས་པས།  
མཚུངས་པ་དག་སྒྲུབ་བའི་དཔེ་རུ་བཤའ་དེ་དཔེར་ན།

དུ་ལོ་མ་དག་མཐོ་ངེས་དང་། །

ཁྱོད་ནི་ས་སྐྱང་མེལ་ཆེ་བྱེད། །

དེ་ཡིས་དེགས་ལྡན་ལྟ་མིན་དང་། །

ཁྱོད་ཀྱིས་མི་ཡི་བདག་པོ་འཛོམས། །

ལྟ་མ་ཡིན་དུ་ལོ་མ་ཞེས་པའི་དག་པོ་བརྒྱ་བྱིན་ནི་མཐོ་ངེས་ལྟའི་  
གནས་དང་། རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ནི་ས་ཆེན་པོ་འདི་བསྐྱང་བའི་བྱིར་མེལ་ཆེ་བྱེད་  
ལ། བརྒྱ་བྱིན་དེས་དེགས་ལྡན་ལྟ་མིན་གྱི་བདག་པོ་དང་། ཁྱོད་ཀྱིས་མིའི་

བདག་པོ་གཞན་འཛོམས་པར་བྱེད་ཅེས། རང་སྡེ་བསྐྱུང་ཞིང་གཞན་སྡེ་འཛོམས་  
པའི་བྱ་བ་བརྒྱ་བྱེན་དང་གཅིག་པར་བསྐྱུས་པའོ། །

སོ་གཉིས་པ་རྒྱུ་འཁྲུག་པའོ།

རྒྱལ་པོ་མཛེས་པས་ལྷ་བ་དང་། །

གཟེ་བྱེན་བྱེས་ནི་ཉི་མ་དང་། །

བརྟན་པས་རྒྱ་མཚོ་འཛེས་སུ་བྱེད། །

ཅེས་པ་འདི་ནི་རྒྱ་དཔེར་དམ། །

རྒྱལ་པོ་མཛེས་པའི་རྒྱས་ལྷ་བ་དང་། གཟེ་བྱེན་ཆེ་བའི་རྒྱས་ཉི་མ་  
དང་། ཟབ་ཅིང་བརྟན་པའི་རྒྱས་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་གཏིང་མི་གཡོ་བའི་འཛེས་སུ་  
བྱེད་དོ་ཞེས་ཉི་ཉུ་རྒྱ་དང་། རྒྱ་མཚོ་དང་། གཏན་ཆོག་སོགས་དུ་མ་ལ་  
འབྲུག་ཡང་། བཀས་བཅད་འབྲིང་པོར་བཞག་པ་བཞིན་འདིར་རྒྱ་སྡེ།  
མཛེས་པ་སོགས་རྒྱ་བཀོད་ནས་མཚུངས་པར་བསྐྱུས་པས། རྒྱུ་འཁྲུག་  
ཞེས་དམ་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་སྦྱོན་ཡོན་གྱི་དམིགས་སྡེ་ག།

གསུམ་པ་སྦྱོན་ཡོན་གྱི་དམིགས་སྡེ་བ་ལ་གཉིས། སྦྱིར་ཡོན་ཉན་དུ་  
འདོད་པ་དང་། དམིགས་བསལ་སྦྱོན་དུ་བཅི་བའོ། །དང་པོ་ནི།

སྦྱིར་ཡོན་ཉན་དུ་འདོད་པ།

སྦྱོ་ལྡན་མི་དགེས་མེད་གང་ལ། །

ངེས་པར་དཔེ་ཡི་སྒྲོན་དག་ནི། །  
ཐ་དད་ཉགས་དང་ཆིག་ལ་མེད། །  
དམན་དང་ལྷག་པ་ཉིད་ལ་ཡང་མེད། །  
མ་ནིང་འདི་འགྲོ་བྱད་མེད་བཞིན། །  
བྱད་མེད་འདི་སྒྲུབ་སྒྲུས་པ་བཞིན། །  
བདག་གི་གྲོགས་འདི་སྒྲོག་རྣམས་བཞིན། །  
རིག་པ་རྣམས་སྒྲུབ་ཅོར་བཞིན་ནོ། །  
ས་གཞི་སྒྲོང་བ་ཁྱོད་བཞིན་དུ། །  
ལྷ་ཡི་རྒྱལ་པོ་རྣམ་པར་མཛེས། །  
ཆ་ཟེར་ཅན་གྱི་བྱས་པ་ལ། །  
མི་བདག་གཟི་ཡིས་འགོང་བར་བྱས། །  
ཞེས་པ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས། །  
སྐལ་བཟང་ནམ་ཡང་གཏོང་མིན་ཉིད། །

སྒྲོན་ངག་སྒྲུབ་བ་སྒྲོ་དང་ལྷན་པ་རྣམས་མི་དགེས་པ་མེད་པའི་ཆིག་གང་ཞེག་ལ། ངེས་པར་དཔེ་ཡི་སྒྲོན་དུ་འགྱུར་བ་དག་ནི། ཐ་དད་པའི་ཉགས་དང་། ཐ་དད་པའི་ཆིག་དང་། དཔེ་དམན་ལྷག་གི་སྒྲོར་བ་ཉིད་ལ་ཡང་མེད་དོ། །མ་ནིང་འདི་འགྲོ་ཚུལ་བྱད་མེད་བཞིན་དུ་མཛེས་ལ། བྱད་མེད་འདི་འགྲོ་སྒྲུབ་ནི། སྒྲུས་པ་བཞིན་སྒྲོབས་པར་སྒྲོའོ་ཞེས་ཉགས་ཐ་དད་ཀྱང་སྒྲོན་མེད་

པ་དང་། བདག་གི་གྲོགས་འདི་ཆེ་རབས་དུ་མའི་སློག་རྣམས་བཞིན་པངས་  
ལ། དེག་པའི་གནས་རྣམས་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་ནི་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་བཞིན་ནོ་  
ཞེས་གཅིག་ཆིག་དང་མང་ཆིག་ཐ་དད་ཀྱང་སྐྱོན་མེད་པ་དང་། ས་གཞི་སྐྱོང་  
བའི་མའི་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཉིད་བཞིན་དུ། ལྷའི་རྒྱལ་པོ་རྣམ་པར་མཛེས་སོ་ཞེས་  
དཔེ་དམན་པ་དང་། ཆ་ཟེར་ཅན་ཉི་མའི་རུས་པ་ལ་མི་བདག་གི་གཟེ་བརྟེན་  
ཀྱིས་འགོང་བར་རུས་ཞེས། དཔེ་མཆོག་ཡིན་ཀྱང་སྐྱོན་མེད་དོ། །བརྗོད་མ་  
ཐག་པ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་ནི། ལེགས་པའི་སྐྱལ་བ་བཟང་པོ་ནམ་ཡང་  
གཏོང་བ་མིན་པ་ཉིད་དོ། །

དམིགས་བསལ་སྐྱོན་དུ་བཅི་བ།

གཉིས་པ་དམིགས་བསལ་སྐྱོན་དུ་བཅི་བ་ནི།

སྐྱོར་བ་འགའ་ལ་ངག་དེགས་རྣམས། །

མི་དགེས་པ་ཡོད་ཅི་ལྟར་ན། །

ངང་མོ་བཞིན་དུ་ཆེ་བ་དཀར། །

མཆོ་རྣམས་བཞིན་དུ་མཁའ་ཁྲི་མེད། །

བྱི་བཞིན་དཔའ་བོ་རྩེ་ལ་གུས། །

ཉི་མ་བཞིན་དུ་མེ་བྱིར་གསལ། །

འདི་འདྲ་སྤངས་ཏེ་མཁས་རྣམས་ཀྱིས། །

རྒྱ་ཡང་འདིར་ནི་བསམ་པར་བྱོས། །

ཆོག་གི་སྒྲུབ་བཤའ་ལ་སྒྲུབ་པ་རིག་པ་རྣམས་མི་དགེས་པ་ཡང་  
ཡོད་དེ། དཔེ་རི་ལྟར་ན་རྒྱུ་པ་དང་པོ་རྟགས་དང་། གཉིས་པ་ཆོག་དང་།  
གསུམ་པ་དཔེ་དམན་པ་དང་། བཞི་པ་དཔེ་མཆོག་སྟེ་སྒྲུབ་ཚུལ་འདི་འདྲ་བ་  
ཐོས་པ་ཅམ་ན་མི་མངེས་པའི་སྟོ་སྟེ་བའི་བྱིར། འདི་འདྲ་བ་སྤངས་ཏེ་མཁས་  
པ་རྣམས་ཀྱིས་དཔེ་དོན་སྤྱད་སྤུས་ཆོགས་པའི་རྒྱ་ཡང་དུས་འདིར་བསམ་  
པར་བྱོས་ཤིག་ཅེས་སོ། །

བཞི་པ་མཚུངས་གསལ་གྱི་སྒྲུབ་བཤའ་པ།

བཞི་པ་མཚུངས་གསལ་གྱི་སྒྲུབ་བཤའ་པ་ནི། མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་  
གྱི་སྒྲུབ་འདི་དག་ཤོང་དཔང་སོགས་ཀྱིས་སྟོ་སྟེ་ཏའི་སྤྱད་དུ་སོར་བཞག་པ་  
མང་ཞིང་། གངས་དྲུག་ཅུ་ཅ་གསུམ་དུ་བྱས་ལ། བྱིས་སྒྲུབ་པ་སྤྱད་བྱིས་  
རྟོགས་པར་བསྒྲུབ་ཞིང་གངས་ཀྱང་དྲུག་ཅུ་ཅ་ལྔར་བཤའ་དེ་བྱི་རབས་པའི་  
མིག་ལྟ་བུར་བྱུང་། དེ་ལ་སྟེ་ཆོན་བཞི་སྟེ།

དཔེ་དོན་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཉེར་གཉིས། འདྲ་བའི་དོན་གསལ་བ་  
བཅོ་བརྒྱད། དཔེ་རྒྱན་གསལ་བྱེད་བཅོ་ལྔ། དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲུབ་བཅུ་  
རྣམས་ཀྱི་སྟེ་ཆོན་དང་པོ་ནི།

བཞིན་ལྟར་ལྟ་བུ་རི་ལྟར་སྒྲུབ། །

མཐུན་མཚུངས་ཡང་དག་མཚུངས་དང་མཉམ། །

ཡང་དག་གསལ་དང་ངེས་པར་གསལ། །



རབ་གསལ་གཟུགས་ཀྱི་ཟླ་པོ་དང་། །

གཉེན་པོ་དང་ནི་དབྱ་ཟླ་དང་། །

སོ་སོར་རྟོག་དང་འགལ་དང་འདྲ། །

བལྟ་བཅས་དང་ནི་བསྐྱ་བ་དང་། །

རིགས་མཐུན་རྗེས་སྤྲོ་བ་དང་། །

ཞེས་ཏེ། བཞིན་དང་། ལྟར་དང་། ལྟ་བུ་དང་། རི་ལྟར་དང་། མཐུན་  
དང་། མཚུངས་དང་། ཡང་དག་མཚུངས་དང་། མཉམ་དང་། ཡང་དག་  
གསལ་དང་། དེས་པར་གསལ་དང་། རབ་ཏུ་གསལ་དང་། གཟུགས་ཀྱི་ཟླ་  
པོ་དང་། གཉེན་པོ་དང་། དབྱ་ཟླ་དང་། སོ་སོར་རྟོག་དང་། འགལ་དང་།  
འདྲ་དང་། བལྟ་དང་། བཅས་དང་། བསྐྱ་བ་དང་། རིགས་མཐུན་པ་དང་།  
རྗེས་སྤྲོ་བ་ནུམས་སོ། །

སྡེ་ཚན་གཉིས་པ་ནི།

གཟུགས་བརྟན་དང་ནི་སོ་སོར་སྡེ་བ། །

གཟུགས་མཚུངས་མཉམ་དང་ཡང་དག་གཞུལ། །

མཚན་ཉིད་མཐུན་འདྲ་མཚུངས་པ་དང་། །

མཐུན་སྤྱོད་དཔེར་བྱས་དཔེ་དང་རྟོག། །

དམན་དང་ཅུང་ཟད་དམན་སོགས་དང་། །

རབ་ཏུ་སྒྲིག་དང་སོ་སོར་བསྒྲིག་།

རིགས་མ་ཐུན་མཉམ་བྱས་སྒྲིག་དང་། །

གང་ཡང་དམན་མིན་དོན་ཅན་ཆིག་།

ཅེས་ཏེ། གཟུགས་བརྟན་དང་། སོ་སོར་སྒྲིབ་དང་། གཟུགས་མཚུངས་  
དང་། གཟུགས་མཉམ་དང་། ཡང་དག་གཞལ་དང་། མཚན་ཉིད་མ་ཐུན་དང་།  
མཚན་ཉིད་འབྲས་དང་། མཚན་ཉིད་མཚུངས་དང་། མ་ཐུན་སྒྲིགས་དང་། དཔེར་  
བྱས་དང་། དཔེ་དང་། རྟོག་དང་། དམན་དང་། ཅུང་ཟད་དམན་དང་། རབ་ཏུ་  
སྒྲིག་དང་། སོ་སོར་བསྒྲིག་དང་། རིགས་མ་ཐུན་དང་། མཉམ་པར་བྱས་པ་  
སོགས་ཀྱི་ཁོངས་སྤྱོད་ཆོས་ཐུན་མོང་། གྲིབ་མ་ཐུན་མོང་སོགས་ཀྱང་བསྒྲུས་  
སོ། །

སྒྲིག་ཆོས་གསུམ་པ་ནི།

རི་བོང་མཚན་མའི་གདོང་ཅན་སོགས། །

འབྲུ་མང་པོ་ཡི་ཆིག་སྒྲུབ་དང་། །

འགྲན་དང་རྒྱལ་དང་སྒྲུབ་བ་དང་། །

འཁྱུ་དང་མི་མ་ཐུན་སྒྲིགས་པ་དང་། །

འཐབ་པ་དང་ནི་འབྲུ་བ་དང་། །

སྒྲིག་འབྲེལ་སྒྲིག་དང་སྒྲིག་པ་དང་། །

ཅོ་འདྲི་བ་དང་འགོག་པ་དང་། །

དགོད་དང་སྤག་དོག་མི་བཅོད་དང་། །

ཞེས་ཏེ། འབྲུ་མང་ཆིག་སྟུང་དང་། འབྲན་དང་། རྒྱལ་དང་། སྤང་བ་  
དང་། འཁྱུ་དང་། མི་མ་སྤྱན་སྒྲོགས་པ་དང་། འཐབ་པ་དང་། འབྲུ་བ་དང་། སྤྲ་  
འབེབས་བྱེད་དང་། སྤྲ་པ་དང་། ཅོ་འཕྲི་བ་དང་། འགོག་པ་དང་། དགོད་  
དང་། སྤག་དོག་དང་། མི་བཅོད་ཅེས་པ་རྣམས་སོ། །

སྡེ་ཆོན་བཞི་པ་ནི།

དེ་ཡི་སྐལ་བཟང་འཕྲོག་བྱེད་དང་། །

དེ་ཡི་མཛེས་པ་བྱམ་བྱེད་དང་། །

དེ་དང་འབྲན་ལས་ཆར་གཅོད་དང་། །

དེ་དང་མཚུངས་ལས་སྟག་པར་མཛེས། །

དེ་ཡི་རྗེས་སུ་རྒྱང་འཕྲོག་དང་། །

དེ་ཡི་རྒྱས་པ་ལ་འཇུག་དང་། །

དེ་ཡི་རྗེས་འགོ་རྗེས་སུ་འཆིང་། །

དེ་ཡི་ངང་ཚུལ་དེ་འགོག་དང་། །

དེ་ཡི་རྗེས་སུ་བྱེད་ཅེས་པ་ནི། །

སྤྲ་རྣམས་མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཡིན། །

ཞེས་པ་དེའི་སྐལ་བཟང་འཕྲོག་བྱེད་དང་། མཛེས་པ་བྱམ་བྱེད་དང་།  
འབྲན་ལས་ཆར་གཅོད་དང་། མཚུངས་ལས་སྟག་པར་མཛེས་དང་། རྗེས་

ལྷ་ཀར་འཛོག་དང་། ལུས་པ་ལ་འཇུག་དང་། དེའི་ཇེས་སུ་འགྲོ་དང་། ཇེས་  
 ལྷ་འཆིང་དང་། ངང་ཚུལ་དེ་འགོག་དང་། དེའི་ཇེས་སུ་བྱེད་ཅེས་པ་རྣམས་  
 ཉི། སྒྲོར་ཚུལ་གྱི་རྣམ་གསལ་དཔེར་བརྗོད་པ་ནི་ལོགས་སུ་གསལ་ལོ། །  
 འདིར་མ་བརྗོད་པ། ཆ་དང་། གྲོགས་དང་། སྤྱན་རླབས་དང་། མཐོང་དང་། ཐོས་  
 དང་། དབྱ་དང་། རེག་དང་། བམ་དང་། སྒྲིག་དང་། འཛོགས་དང་། སེམས་  
 པ་སོགས་དེ་སྒྲིད་ཅིག་འབྱུང་བའང་མཆོན་པར་ལུས་སོ།།

༣ གཟུགས་ཅན་གྱི་རྒྱན་བཤད་པ།

༩ གསུམ་པ་གཟུགས་ཅན་གྱི་རྒྱན་ལ་གསུམ། མཚན་ཉིད་སྤྱིར་  
བསྟན། གྱེ་བྲག་དཔེར་བརྗོད། དཔེ་གཟུགས་གྱིས་དོན་བསྟུ་བའོ། །

མཚན་ཉིད་སྒྱུར་བསྟན་པ།

དང་པོ་མཆན་ཉིད་སྒྱུར་བསྟན་པ་ནི།

ཐ་དད་སྒྲུང་མིན་གྱར་པ་ཡི། །

དཔེ་ཉིད་ངོ་བོ་ཅན་འདོད་དཔེར། །

དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་ཐ་དད་དུ་སྒྲུང་བ་མིན་པར་གཞི་མ་ཐུན་དུ་བསྐྱུས་  
ཞིང་། གཅིག་དུ་སྒྲོ་བཏགས་པར་གྱུར་པའི་དཔེ་དེ་ཉིད་ནི། རོ་བོ་ཅན་ནམ།  
གཟུགས་ཅན་ནམ། ཚུ་ལ་ཅན་གྱི་རྒྱན་ཞེས་གྲང་འདོད་དོ། །

ཐུའི་བྲག་དཔེར་བརྗོད་པ།

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་དཔེར་བརྗོད་པ་རྣམ་གྲངས་ཉི་ཤུ་ལས།      དང་པོ་

བསྐྱུས་པའི་གཟུགས་ཅན་ནི།

དབྱང་པ་འབྲི་ཤིང་ལག་པ་ནི། །

བརྒྱ་སོར་མོ་ཡལ་འདབ་བོ། །

དབྱང་པ་འབྲི་ཤིང་དང་། ལག་པ་བརྒྱ། སོར་མོ་ཡལ་འདབ་ཀྱི་གཟུགས་  
སྐྱ་བཀོད་ཅིང་། འདི་དག་གི་བར་དུ། དབྱང་པའི་ཞེས་སོགས་དྲུག་སྟོ་ཐོབ་  
ཀྱང་། ཀ་ལྟ་བུ།

གཞི་མཐུན་པ་ཡི་ཚིག་དག་ནི། །

ལས་འཛིན་བྱེད་པར་རྣམ་ཤེས་བྱ། །

ཞེས་ལས་འཛིན་རྣམ་བྱེད་པར་ཀྱི་བསྐྱུ་བས་རྣམ་དབྱེ་རྣམས་བསྐྱུས་  
པའོ། །

གཉིས་པ་མ་བསྐྱུས་པའི་གཟུགས་ཅན་ནི།

ལག་པའི་འབྲི་ཤིང་སོར་མོ་རྣམས། །

ཡལ་འདབ་སེན་མའི་འོད་ཟེར་ནི། །

མེ་ཉོག་ཏུ་གྱུར་དཔྱིད་ཀྱི་དཔལ། །

བྱེད་ནི་དེད་ལ་མངོན་སུམ་རྒྱ། །

ཞེས་པ་འདི་ནི་མ་བསྐྱུས་ཏེ། །

སྒྲ་མ་བསྐྱུས་པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

ལག་པའི་འབྲི་ཤིང་སོར་མོ་རྣམས་ཀྱི་ཡལ་འདབ།

སེན་མའི་འོད་

ཟེར་ནི་མེ་ཏོག་ཏུ་གྱུར་པའི་མཛེས་མ་དབྱིད་ཀྱི་དཔལ་ཁྱོད་ནི། རེད་ཀྱི་མིག་  
སྒར་མངོན་སྲུང་དུ་གྱུ་འོ་ཞེས་པ་འདི་ནི་རྣམ་དབྱེ་མ་སྤྲིས་པས་མ་བསྐྱུས་པ་  
དང་། དཔེར་བཅོལ་སྒྲུ་མ་བསྐྱུས་པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

གསུམ་པ་བསྐྱུས་ཤིང་མ་བསྐྱུས་པའི་གཟུགས་ཅན་ནི།

བཞིན་ཆེ་འཇུག་པའི་ཆེ་འོད་ནི། །

གཟུགས་ཅན་བསྐྱུས་ཤིང་མ་བསྐྱུས་པའོ། །

བཞིན་རས་ཀྱི་ཆེ་བ་དུག་སྒྲུ་སྤྲིས་ནས་བཞིན་ཆེ་ཞེས་བསྐྱུས་ལ།  
འཇུག་པའི་ཆེ་འོད་ནི་མ་བསྐྱུས་པས། གཟུགས་ཅན་བསྐྱུས་ཤིང་མ་བསྐྱུས་  
པ་ཞེས་བྱའོ། །

བཞི་པ་མཐའ་དག་གཟུགས་ཅན་ནི། །

སོར་མོ་དམར་བའི་འདབ་སྤེང་དང་། །

སེན་མེའི་འོད་ཀྱི་གེ་སར་ཅན། །

ཁྱོད་ཀྱི་ཞབས་ཀྱི་འདམ་སྒྲེས་ནི། ས་སྒྲོང་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་བོར་འཛིན། །  
སོར་མོ་རབ་ཏུ་དམར་བའི་འདབ་མའི་སྤེང་བ་དང་། སེན་མེའི་འོད་ཀྱི་གེ་  
སར་གསལ་བ་ཅན། མིའི་བདག་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་ཞབས་ཀྱི་འདམ་སྒྲེས་ཏེ་བརྒྱ་  
འདི་ནི་ས་གཞི་སྒྲོང་བ་གཞན་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་བོར་ཅོད་པན་ཀྱི་ཚུལ་དུ་འཛིན་  
ནོ། །



དེའི་དོན་བཤད་པ།

སོར་མོ་ལ་སོགས་འདབ་སོགས་དང་། །

ཀང་པ་བརྒྱ་ཉིད་བྱས་ནས། །

དེ་འོས་གནས་སྟུ་རྒྱུ་བཀོད་པ། །

འདི་ནི་མཐའ་དག་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

སོར་མོ་དང་སོགས་ཀྱིས་སེན་མོའི་འོད་ནི། འདབ་མ་དང་། གེ་སར་  
དུ་བྱས་ལ། ཀང་པ་བརྒྱ་ཉིད་དུ་བྱས་ནས། དེ་གཟུང་བར་འོས་པའི་གནས་  
སྟེ་བོར་རྒྱུ་པར་བཀོད་པ་འདི་ནི། ཡན་ལག་དང་ཡན་ལག་ཅན་ཀྱན་གཟུགས་  
སྟུ་བཀོད་པས། མཐའ་དག་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

ལྷ་པ་ཆ་ཤས་གཟུགས་ཅན་ནི།

གཏུམ་མོ་སྟོ་བྱར་ཉིད་དུ་ནི། །

ཁྱོད་གདོང་མཆུ་ཡི་ཡལ་འདབ་གཡོ། །

རྩལ་གྱི་ཆུ་ཡི་ཐིགས་པ་ཡི། །

དོག་པ་ལྷ་ཉིག་འོད་ཅན་འཛིན། །

ཀྱེ་གཏུམ་མོ་ཞེས་བྱད་མེད་ཁྱོ་བ་ཅན་ལ་བོད་ནས། རྩལ་མེད་སྟོ་  
བྱར་ཉིད་དུ་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་མཆུ་ཡི་ཡལ་འདབ་འདར་ཞིང་གཡོ་ལ། །རྩལ་གྱི་  
ཆུ་ཡི་ཐིགས་པའི་དོག་པ་ལྷ་ཉིག་གི་འོད་ཅན་གྱང་འཛིན་ནོ། །དེ་བཤད་པ་  
ནི།

འདིར་ནི་རྩལ་ཚུ་དོག་པར་བྱས། །

མཚུ་ཡང་ཡལ་འདབ་ཉིད་བྱས་ཀྱི། །

གདོང་ནི་རྣམ་པ་གཞན་མ་བྱས། །

དེ་སྤྱིར་ཆ་ཤས་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

སྐབས་འདིར་ནི་རྩལ་ཚུ་དོག་པ་སྟེ་འབྲས་བྱ་དང་། མཚུ་ཡལ་འདབ་  
ཀྱི་གཟུགས་ཉིད་དུ་བྱས་ཀྱི། བྱེད་གཞི་གདོང་ནི་རྣམ་པ་གཞན་ཀྱི་གཟུགས་  
སྤྱུ་མ་བྱས་པ་དེའི་སྤྱིར། ཆ་ཤས་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

རྩལ་པ་ཆ་ཤས་ཅན་ཀྱི་གཟུགས་ཅན་ནི།

གདོང་པའི་འདམ་སྒྲེས་སྒྲིན་འཁྱོག་ཅིང་། །

རྩལ་ཀྱི་ཚུ་ནི་ཟག་པ་དང་། །

མིག་དག་ཀྱང་ཉུང་མར་བ་འདི། །

ཚྱོས་པའི་གནས་སྐབས་གསལ་བར་བྱེད། །

ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་པའི་འདམ་སྒྲེས་ཏེ་བསྒྲ། སྒྲིན་མ་འཁྱོག་ཅིང་། རྩལ་  
ཀྱི་ཚུ་ཐེགས་པ་ནི་ཟག་པ་དང་། མིག་དག་ཀྱང་ཉུང་མར་བ་འདིས་  
ཆགས་པས་ཚྱོས་པའི་གནས་སྐབས་གསལ་བར་བྱེད་དོ། །དེ་བཤའ་པ་ནི།

འདིར་ནི་གདོང་པའི་ཆ་ཤས་དག །

རྣམ་འགྱུར་མ་བྱས་གདོང་པ་ཉིད། །

བསྒྲར་བཀོད་བྱས་དེས་ན་འདི། །

ཆ་ཤས་ཅན་གྱི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

འདིར་ནི་གདོང་པའི་ཆ་ཤས་སྒྲིན་མ་དང་། རུལ་ལྷ་དང་། མིག་དག་  
རྣམ་འགྱུར་ཏེ་གཟུགས་སུ་མ་བྱས་ལ། ཆ་ཤས་ཅན་གདོང་པ་ཉིད་ཁོ་ན་པར་བློའི་  
གཟུགས་སུ་བཀོད་པར་བྱས་པ་དེས་ན། འདི་ནི་ཆ་ཤས་ཅན་གྱི་གཟུགས་ཅན་  
ནོ། །

བདུན་པ་ཡན་ལག་གཅིག་པའི་གཟུགས་ཅན་ནི།

མཛེས་མ་ཕྱོས་པའི་མཁུར་ཚེས་དམར། །

མིག་གི་ཟུངས་དམར་པོ་ཅན། །

ཁྱོད་གྱི་གདོང་གིས་སྐྱེ་བོ་ནི། །

འདིར་ཡང་དམར་བའི་རང་བཞིན་བྱས། །

འདི་ནི་ཡན་ལག་གཅིག་གཟུགས་ཅན། །

དེ་ལྟར་འདི་ནི་གཉིས་སོགས་ཀྱི། །

ཡན་ལག་རྣམས་ཀྱང་རྟོགས་པར་བྱ། །

མཛེས་མ་ཞེས་བོད་ནས། ཆགས་པས་ཕྱོས་པའི་མཁུར་ཚེས་དམར་  
ཞིང་མིག་གི་ཟུངས་དམར་པོ་ཅན། ཁྱོད་གྱི་གདོང་འདོད་པའི་རྣམ་འགྱུར་  
གསལ་བ་དག་གིས། ཆགས་ལྡན་གྱི་སྐྱེ་བོ་འདི་ཡང་ཕྱོས་ཏེ་དམར་བའི་  
རང་བཞིན་དུ་བྱས་སོ། །འདི་ནི་ཡན་ལག་མིག་ཁོ་ན་གཟུགས་སུ་བཀོད་  
པས་ཡན་ལག་གཅིག་གཟུགས་ཅན་དང་། དེ་ལྟར་འདིའི་རིགས་ཀྱིས་ཡན་

ལག་གཉིས་གསུམ་སོགས་ཀྱང་ཤུགས་ལས་ཏྲོགས་པར་བྱའོ། །ཡང་།

ལྡན་དང་མི་ལྡན་ཐ་དད་བྱེད། །ཅེས་མིང་མཉམ་དུ་བསྒྲུབ་པའོ། །

བརྒྱད་པ་ལྡན་པའི་གཟུགས་ཅན་ནི།

གདོང་ནི་འཇུ་མ་པའི་མེ་ཏྲོག་འབར། །

གཡོ་བའི་མིག་གི་བྱང་བ་ཅན། །

ཞེས་པ་མེ་ཏྲོག་བྱང་བ་དག །

འགྲོགས་པས་ལྡན་པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་པ་ནས་འཇུ་མ་པའི་འོད་ཀྱི་མེ་ཏྲོག་འབར་བ་ལ། གཡོ་  
ཞིང་འཕྱལ་བའི་མིག་གི་བྱང་བ་ལྡན་པ་ཅན་ནོ་ཞེས་མེ་ཏྲོག་དང་བྱང་བ་  
དག་འགྲོགས་པར་འོས་ཤིང་ལྡན་པས་ན་ལྡན་པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

དགུ་པ་ལྡན་མིན་གྱི་གཟུགས་ཅན་ནི།

གདོང་འདི་འཇུ་མ་གཤེར་ལྷ་འོད་དང་། །

སྒྱུ་མ་པའི་མིག་གི་ལྷུང་ལ་ཅན། །

ལྷ་འོད་ལྷུང་ལ་མི་ལྡན་པས། །

ལྡན་མིན་ཞེས་པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་འདི་ཉིད་འཇུ་མ་དཀར་གྱི་བདུད་ཅིས་གཤེར་བའི་ལྷ་  
འོད་དང་། མཐིང་ཞིང་སྒྱུ་མ་པའི་མིག་གི་ལྷུང་ལ་ཅན་དང་ལྡན་ནོ་ཞེས་ལྷ་  
འོད་ཀྱིས་ལྷུང་ལ་བུམ་པར་བྱེད་གྱི། མཛེས་པ་མི་ལྡན་པས། ལྡན་མིན་གྱི་

གཟུགས་ཅན་ནོ། །

བརྟུ་བ་མི་མཉམ་པའི་གཟུགས་ཅན་ནི།

ཡན་ལག་ཅན་དང་ཡན་ལག་རྣམས། །

གཟུགས་བྱས་གཟུགས་སྤྱ་མ་བྱས་ལ། །

བརྟེན་པས་མི་མཉམ་པ་ཞེས་པའི། །

གཟུགས་ཅན་མཛེས་པ་ཡིན་ཏེ་དཔེར། །

ཡན་ལག་ཅན་གདོང་ལྟ་བུ་དང་། ཡན་ལག་སྒྲིན་མ་ལྟ་བུ་འགའ་ཞིག་  
གཟུགས་སྤྱ་བྱས་ལ། འགའ་ཞིག་གཟུགས་སྤྱ་ཅི་ཡང་མ་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་  
པས། ཀླང་བ་འཐེང་འགྲོས་ལྟ་བུར་མི་མཉམ་པ་དེ་ནི་དེའི་མིང་ཅན་ཤིན་ཏུ་  
མཛེས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་བརྗོད་ན།

སྤྱོས་པའི་མཁུར་ཆོས་རབ་དམར་ཞིང་། །

སྒྲིན་མའི་འཁྲི་ཤིང་གར་བྱེད་པ། །

ཁྲོད་གདོང་ཟླ་བ་ཡིད་སྤྲུབས་ཀྱིས། །

འཛིག་རྟེན་གསུམ་པོ་གཞོམ་པར་བྱས། །

ཡང་ཆོས་སྤྱོས་པའི་མཁུར་ཆོས་རབ་ཏུ་དམར་ཞིང་ཞེས་ཡན་ལག་  
ཀླང་བ་དང་པོ་གཟུགས་སྤྱ་མ་བྱས་ལ། སྒྲིན་མ་འཁྲི་ཤིང་དང་དེ་ཡང་གར་  
བྱེད་པ་པོའི་གཟུགས་སྤྱ་བྱས་ཤིང་། དེ་ལྟར་གྱི་གདོང་ཟླ་བ་དང་། དེ་ཡང་  
ཡིད་སྤྲུབས་ཏེ་འདོད་ལྟའི་གཟུགས་སྤྱ་བྱས་པས། ཡན་ལག་ཡན་ལག་ཅན་

གཉིས་སུ་འཕར་མར་ཡང་བྱས་ཏེ། དེས་འཇིག་རྟེན་གསུམ་པོ་གཞིམ་པར་  
བྱས་ཞེས་གཟུགས་སུ་མ་བཀོད་པས། མི་མཉམ་པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

བཙུ་གཅིག་པ་ཁྱད་པར་གྱི་གཟུགས་ཅན་ནི།

འཕྲོག་བྱེད་རྒྱུ་པ་ཇ་སྒྲུའི། །

བྱ་མེད་ཆུ་གོས་ཅེ་ལ་བཏགས། །

ལྷ་མིན་དོགས་མེད་ལྷ་དགའ་བའི། །

དགའ་སྟོན་རྒྱལ་མཆན་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག །

འཕྲོག་བྱེད་དེ་ལྷ་བྱུང་འབྲུག་གི་རྒྱུ་པ། བྱེད་སྒྲུའི་བྱ་མེ་

གསུམ་པོ་ཆུ་གོས་སུ་བྱས་པ་དེའི་ཅེ་ལ་བཏགས་ཤིང་བཀོད་པ་ན། ལྷ་མ་ཡིན་

གྱི་འཇིགས་པའི་དོགས་པ་མེད་དོ་ཞེས། ལྷ་རྣམས་དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་

དུ་བསྐྱེད་བའི་རྒྱལ་མཆན་འདི་ཉིད་རྒྱལ་བར་གྱུར་ཅིག ཅེས་ཞེས་པ་བརྗོད་

པའོ། །འདི་ནི་བྱུང་འབྲུག་གིས་ལྷ་མིན་བཅོམ་པའི་བྱ་དགའ། མི་ཡུལ་ན་

ཡོད་པའི་གསུམ་པོ་ཉིད་ཞབས་བསིལ་དུ་བཞག་པའོ་ཞེས་པའི་གཏམ་རྒྱུད་

དང་སྒྲུབ་པའོ། །དེ་བཤའ་པ་ནི།

གང་ཞིག་ཏོག་གི་ཁྱད་པར་གྱི། །

ཚོགས་གྱི་གཟུགས་ནི་འདི་འདྲ་བ། །

དེ་ནི་རྒྱུ་པ་ལ་བཀོད་འདི། །

ཁྱད་པར་དང་བཅས་གཟུགས་ཅན་ནོ། །



སྤྱིར་རྒྱལ་མཚན་ནམ་ཉིག་གི་བྱང་པར་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་  
མཚན་ཏུ་གྲགས་པ་ཞིག་འགོད་པ་ལ། གང་ཞིག་འདིར་ཉིག་གི་བྱང་པར་  
གྱི་དངོས་པོ་ཚོགས་པའི་གཟུགས་འདི་འདྲ་བ་དེ་ནི། བྱ་འཇུག་གི་རྒྱུ་པ་  
དམའ་ལོས་དེ། ལྷན་ཏུ་མཐོ་བའི་གནས་རྒྱལ་མཚན་གྱི་ཉིག་ཏུ་བཀོད་པ་  
འདིས། དགོས་པའམ་བྱ་བ་ལྷག་པར་འབྱུང་བ་ནི། བྱ་དུ་ཐོན་པའི་རྒྱལ་  
མཚན་ཡིན་པས། བྱང་པར་དང་བཅས་པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

བཙུ་གཉིས་པ་འགལ་བའི་གཟུགས་ཅན་ནི།

བརྒྱ་རྒྱུ་མཁས་ནི་མི་འཇུ་མ་ཞིང་། །

ནམ་མཁའ་ལ་ཡང་མི་འགོ་བ། །

ཁྱོད་གདོང་ལྷ་བས་བདག་གི་ནི། །

སློག་རྒྱུ་མཁས་འཕྲོག་པ་ཉིད་དུ་འབད། །

བརྒྱ་རྒྱུ་མཁས་ནི་མི་འཇུ་མ་སྟེ་རྒྱུ་པར་མི་བྱེད་ལ། རྒྱུ་པར་མཁའ་འདི་ལ་  
ཡང་མི་འགོ་བ། ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་གི་ལྷ་བ་འདིས། བདག་གི་ནི་སློག་རྒྱུ་མཁས་  
འཕྲོག་པའི་ཆེད་དུ་འབད་པར་བྱེད་དོ། །དེ་བཤད་པ་ནི།

ལྷ་བའི་བྱ་བ་བྱ་མིན་དང་། །

གཞན་གྱི་བྱ་བ་བྱ་བ་འདིར། །

ཡང་དག་བསྟན་ཉི་དེ་ཡི་ཕྱིར། །

འགལ་བ་ཞེས་པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

ཟླ་བའི་བྱ་བ་བསྒྲུབ་པ་དང་ནམ་མཁའ་ལ་འགྲོ་བ་ནི་བྱ་བ་མིན་ཏེ་  
མི་བྱེད་ལ། གཞན་གྱི་སྟེ་མཆོན་ཆའི་བྱ་བ་སློག་འཕྲོག་པ་འདིར་བྱ་བར་  
ཡང་དག་པར་བསྒྲུབ་ཏེ་དེའི་ཕྱིར། འགལ་བ་ཞེས་པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

བཙུག་སྐུམ་པ་རྒྱུའི་གཟུགས་ཅན་ནི།

ཁྱོད་ནི་ཟབ་པས་རྒྱ་མཆོ་སྟེ། །

བརྗེད་བ་ཉིད་ཀྱིས་རི་བོ་ཡིན། །

འཛིག་རྟེན་རྣམས་ལ་འདོད་པ་ནི། །

སྟེར་བྱིར་དཔག་བསམ་རྟེན་འབྱུང་ངོ་། །

མའི་བདག་པོ་ཁྱོད་ནི་ཟབ་པས་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོ་སྟེ། བརྗེད་བ་ཉིད་  
ཀྱིས་ནི་རི་བོ་མཆོག་རབ་ཡིན། འཛིག་རྟེན་རྣམས་ལ་འདོད་པ་སྟེར་བའི་  
བྱིར་དཔག་བསམ་རྟེན་འབྱུང་སྟེ་ཤིང་ཡིན་ནོ། །དེ་བཤའ་བ་ནི།

འདི་ནི་ཟབ་པ་ལ་སོགས་པའི། །

རྒྱ་རྣམས་དག་གིས་རྒྱ་མཆོ་རི། །

དཔག་བསམ་ཤིང་ཡང་བྱེད་པས་ན། །

འདི་ནི་རྒྱ་ཡི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

འདིར་ཟབ་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་རྣམས་དག་གིས། རྒྱ་མཆོ་དང་། རི་  
དང་། དཔག་བསམ་ཤིང་དུ་ཡང་སྦྱེས་བྱ་དེ་འགོད་པར་བྱེད་པས་ན། འདི་  
ནི་རྒྱུའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

བཙུ་བཞི་པ་སྐྱར་བའི་གཟུགས་ཅན་ནི།  
གྲོགས་མོ་བྲོད་ཀྱི་གདོང་པད་ནི། །  
རྩ་ཇ་ཉི་མས་ཉེར་སྐྱད་འོས། །  
དྲི་ཞིམ་བྱང་བས་དོན་གཉེར་འོས། །  
ཞེས་པ་སྐྱར་བའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

ཀྱི་གྲོགས་མོ་བྲོད་ཀྱི་གདོང་གི་བརྒྱ་མཚར་སྐྱག་ཅན་འདི་ནི། སལ་  
པས་སྐྱད་པར་འོས་པ་མིན་ཏེ། རྩ་ཇ་ཉི་མ། མིའི་རྒྱལ་པོ་དང་། ངང་པའི་  
རྒྱལ་པོ་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་པས། གདོང་མི་བདག་དང་། བརྒྱ་ངང་པའི་  
རྒྱལ་པོས་ཉེར་སྐྱད་དུ་འོས་སོ་ཞེས་སྒྲ་སྒྲུབ། གཉིས་ཀ་དྲི་ཞིམ་པ་ནི་བྱང་  
བའི་ཆོགས་ཀྱིས་དོན་དུ་གཉེར་བར་འོས་ཞེས་དོན་སྐྱར་ཏེ། ལྷང་པ་དང་པོ་  
གཟུགས་ཅན་དང་། སྤྱི་མ་དག་སྐྱར་བ་ལྟན་ཅིག་པས། སྐྱར་བའི་གཟུགས་  
ཅན་ནོ། །

གཙུ་བཞི་དང་ནི་སལ་པ་ལ། །  
ཆོས་མཐུན་ཆོས་མི་མཐུན་མཐོང་བས། །  
དཔེ་དང་ལྗོགས་པ་ཅན་ཞེས་པའི། །  
གཟུགས་ཅན་རྣམས་པ་གཉིས་འདོད་དཔེར། །

གཙུ་བཞི་ནམ་མཁའི་ཟླ་བ་ལྟ་བུ་དཔེ་དང་། སལ་པ་གདོང་གི་ཟླ་བ་ལྟ་  
བུ་དཔེ་ཅན་གྱི་སྟེང་ན། ཆོས་མཐུན་པ་ཡང་མཐོང་བས་དཔེ་དང་། ཆོས་མི་

མ་སྒྲུབ་པ་ཡང་མཐོང་བས་ལྷོག་པ་ཅན་ཞེས་པའི་གཟུགས་ཅན་ནམ་པ་  
གཉིས་འདོད་དེ་དཔེར་ན་ཞེས་སོ། །

བཙུ་ལྷ་པ་དཔེའི་གཟུགས་ཅན་ནི།

ལྷོས་པས་ཀྱན་ཏུ་དམར་བ་ཡིས། །

བཀའ་པ་བཞིན་གྱི་ལྷ་བ་འདི། །

འཆར་ཀའི་དམར་བ་ལྷན་ཆོགས་པའི། །

ལྷ་བ་ལ་ནི་རབ་ཏུ་འབྲུག། །

འདོད་ལྷོས་གྱིས་ཀྱན་ཏུ་དམར་བའི་མདངས་གསལ་བས་བཀའ་པ་  
བཞིན་རས་གྱི་ལྷ་བ་འདི། །འཆར་ཀའི་དམར་འོད་ལྷན་སྒྲུབ་ཆོགས་པའི་ལྷ་  
བ་ལ་ནི་རབ་ཏུ་འབྲུག་ནོ་ཞེས་བཏགས་པ་གཞོང་ལྷ་བའི་གཟུགས་སུ་  
བཀོད་པ་དེས་གཙོ་བོ་ནམ་མཁའི་ལྷ་བ་ལ་འབྲུག་ཞེས། མཚུངས་པ་གསལ་  
བར་བྱེད་པའི་བྱིར། །དཔེའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

བཙུ་བྱུག་པ་ལྷོག་པ་ཅན་གྱི་གཟུགས་ཅན་ནི།

ལྷ་ནམས་གྱིས་ནི་ལྷ་བ་དང་། །

བདག་གིས་ཁྱོད་གཞོང་ལྷ་བ་འཕྱངས། །

འདི་ནི་གང་བ་མ་ཡིན་ཡང་། །

འདི་ནི་ཏྲག་ཏུ་དཀྱིལ་འཁོར་རྫོགས། །

ལྷ་ནམས་གྱིས་ནི་ནམ་མཁའི་ལྷ་བ་བདུད་རྩིའི་རང་བཞིན་ཉིད་

འཕུངས་ལ།      བདག་གིས་ནི་སྤྱོད་གདོང་གི་སྒྲ་བའི་མཛེས་པ་དོམས་པར་  
 འཕུངས་སོ།      །སྒྲ་བ་དངོས་འདི་ནི་མར་དོ་ལ་འགྲིབ་པས་གང་བ་ཁོ་ན་མ་  
 ཡིན་ལ།      གདོང་གི་སྒྲ་བ་འདི་ནི་རྟག་ཏུ་དཀྱིལ་འཁོར་རྫོགས་པའོ་ཞེས་ཆོས་  
 མི་མཐུན་པ་སོ་སོར་འབྱེད་པས། ལྷོག་པ་ཅན་གྱི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

བརྩ་བདུན་པ་འགོ་ག་པའི་གཟུགས་ཅན་ནི།

མངེས་མ་བྱོད་གདོང་ལྷ་བས་ནི། །

འདི་ལྟར་གཞན་དག་ག་དུང་བྱེད་པ། །

ལྷ་བ་ཉིད་དུ་བརྗོད་མིན་ཞེས། །

འདི་ནི་འགོ་ག་པའི་གཟུགས་ཅན་ལོ། །

མཛེས་མ་བྱོད་ཀྱི་གདོང་གི་ལྷ་བ་འདིས་ནི།      འདི་ལྟར་འདོད་ལྟར་  
གཞན་དག་གཏུང་བས་སྲེག་པར་བྱེད་པས།      ལྷ་བ་ཉིད་དུ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་  
མ་ཡིན་ཞེས།      ལྷ་བ་ཡིན་པ་འགོག་པ་འདི་ནི།      འགོག་པའི་གཟུགས་ཅན་  
ཡིན་ནོ། །

བཅོ་བརྒྱད་པ་མཉམ་འཛོལ་གྱི་ཐུགས་ཅན་ནི།

གཏུམ་མོ་བྱོད་གདོང་ལྷ་བས་ཀྱང་། །

བརྩེ་བ་མེད་པར་བདག་སྟེག་པ། །

བདག་གི་སྐལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲོམ། །

ཞེས་འདི་མཉམ་འཛོག་ག་ཟུགས་ཅན་ནོ། །

མཆོག་ཏུ་ཞི་ཡང་མཛེས་ཕུལ་ཆེ་བས་གདུང་བའི་བྱིར། གཏུམ་མོ་  
ཞེས་བོད་དེ། ཁྱོད་གདོང་གི་ལྷ་བ་དགའ་བར་འོས་པས་ཀྱང་། བརྩེ་བ་མེད་  
པར་ཆགས་པའི་མེས་བདག་སྤྲེག་པ་འདི་ནི། ལྷ་བའི་བྱེད་ལས་མིན་པར་  
མ་ཟད། བདག་གི་སྐལ་བ་ངན་པ་ཉིད་ཀྱི་འང་སྐྱོན་ནོ་ཞེས་པན་ཚུན་གཉིས་  
ཀ་ལ་སྐྱོན་མཉམ་དུ་འཛོག་པ་འདི། མཉམ་འཛོག་ག་ཟུགས་ཅན་ནོ། །

བཙུ་དགུ་པ་ག་ཟུགས་ཅན་གྱི་ག་ཟུགས་ཅན་ནི།

ཁྱོད་གདོང་འདམ་སྐྱེས་དོ་ར་འདིར། །

སྐྱེན་མའི་འཁྲི་ཤིང་གར་མཁན་མ། །

རོལ་སྤྲེག་དགའ་བས་གར་བྱེད་དོ། །

ཞེས་པ་ག་ཟུགས་ཅན་གྱི་ག་ཟུགས་ཅན། །

ཀྱ་ཡེ་ཁྱོད་གྱི་གདོང་འདམ་སྐྱེས་ཏེ་བརྒྱ་དང་། དེ་ཡང་དོ་ར་སྤྲེ་གར་  
གྱི་ས་གཞིའི་ག་ཟུགས་སུ་བཀོད་པ་འདིར། སྐྱེན་མ་འཁྲི་ཤིང་དང་། དེ་ཡང་  
གར་མཁན་མའི་ག་ཟུགས་སུ་འཕར་མར་བཀོད་དེ། རོལ་སྤྲེག་དང་བཅས་  
ཤིང་དགའ་བས་གར་བྱེད་དོ་ཞེས་པ་འདི་ནི་ཡིད་དུ་འོང་བ། ག་ཟུགས་ཅན་  
གྱི་ག་ཟུགས་ཅན་ཞེས་བྱའོ། །

ཉི་ཤུ་པ་བསྐྱོན་དོར་གྱི་ག་ཟུགས་ཅན་ནི།

འདི་ནི་གདོང་མིན་འདི་བརྒྱ། །

འདི་དག་མིག་མིན་བྱང་བ་འོ། །



འདི་རྣམས་གེ་སར་ཉིད་ཡིན་ཏེ། །

ཁྱོད་གྱི་སེའི་འོད་ཟེར་མིན། །

མདོན་སྐུམ་དུ་སྒྲུབ་བ་འདི་ཁྱོད་གྱི་གདོང་པ་མིན་གྱི་མེ་ཏྲོག་པར་  
ཡིན་ལ། ལྷ་མོ་ལའི་རྣམ་པ་ཅན་འདི་དག་མིག་མ་ཡིན། བྱང་བ་ཡིན་ཞིང་  
དཀར་བའི་སྤང་བ་འདི་རྣམས་གེ་སར་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཁྱོད་གྱི་སེའི་འོད་ཟེར་  
ནི་མིན་ནོ། །དེ་བཤད་པ་ནི།

གདོང་ལ་སོགས་པ་ཉིད་བསྒྲེག་སྟེ། །

པར་ལ་སོགས་གཟུགས་བྱས་པས། །

ཡོན་ཏན་བྱང་འཕགས་གསལ་བྱེད་པ། །

དེ་ཉིད་བསྟོན་དོར་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

གདོང་དང་། ལ་སོགས་པའི་མིག་དང་། སེའི་འོད་ཟེར་ཏེ། གསུམ་པོ་  
ཉིད་མ་ཡིན་ཞེས་བསྒྲེག་སྟེ། དོན་གྱི་དངོས་པོ་ལ་བསྟོན་ནས། པར་ལ་  
སོགས་པ་གཟུགས་སུ་རིམ་པར་བྱས་པས། མངོས་ཆོས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བྱང་  
འཕགས་གསལ་བར་བྱེད་པ་དེ་ཉིད། བསྟོན་དོར་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

དཔེ་གཟུགས་ཀྱིས་དོན་བསྟུ་བ།

གསུམ་པ་དཔེ་གཟུགས་ཀྱིས་དོན་བསྟུ་བ་ནི།

གཟུགས་ཅན་དཔེ་ཡི་རྣམ་ཏྲོག་རྣམས། །

མཐའ་ཡོད་མ་ཡིན་དེ་ཡི་སྤྱིར། །

སྒྲོ་ལྡན་རྣམས་ལ་སྒྲོགས་ཅམ་བསྟན། །

མ་བརྗོད་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ། །

དེ་ལྟར་གཟུགས་ཅན་དང་སྒྲར་བསྟན་པ་དཔེའི་རྒྱན་གྱི་རྣམ་པར་  
རྟོག་པ་རྣམས་ནི། ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་བས་མཐའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་སྒྲིབ།  
སྒྲོ་གྲོས་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ལ་སྒྲོགས་ཅམ་ཞིག་འདིར་བསྟན་ལ། མ་བརྗོད་  
པ་རྣམས་ནི་འདི་དག་གིས་མཆོན་ཏེ་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱའོ།

༄ གསལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱན་བཤད་པ།

༥ བཞི་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱན་ལ་གསུམ། མཆོན་ཉིད་སྒྲིབ་བསྟན།  
དབྱེ་བ་དཔེར་བརྗོད། བསྐྱབ་ཚུལ་གྱིས་མཇུག་བསྟུ་བའོ། །

མཆོན་ཉིད་སྒྲིབ་བསྟན་པ།

དང་པོ་མཆོན་ཉིད་སྒྲིབ་བསྟན་པ་ནི།

རིགས་དང་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་རྫས། །

ཆོག་གཅིག་ལ་ནི་གནས་པ་ཡིས། །

གལ་ཏེ་ངག་ཀྱན་ལ་པན་ན། །

དེ་ནི་གསལ་བྱེད་དུ་བརྗོད་དཔེར། །རིགས་དང་། བྱ་བ་དང་། ཡོན་  
ཏན་དང་། རྫས་བཞི། ཐོག་མ་བར་མཐའ་གང་ཡང་རུང་བའི་ཆོག་གཅིག་ན་  
གནས་པ་དེ་ཡིས། གལ་ཏེ་ཆོག་ས་སུ་བཅད་པ་དེའི་ངག་གི་རྒྱན་ཀྱན་ལ་  
པན་ཞིང་གསལ་བར་བྱེད་ན། དེ་ནི་གསལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱན་ཞེས་པར་བརྗོད་དེ་

དཔེར་ན་ཞེས་སོ། །

དབྱེ་བ་དཔེར་བཞིན་ག

གཉིས་པ་དབྱེ་བ་དཔེར་བཞིན་པ་ལ་ལྟ། གནས་གསུམ་གྱི་གསལ་  
བྱེད། ཐེང་བའི་གསལ་བྱེད། འགལ་དོན་གསལ་བྱེད། དོན་གཅིག་གི་  
གསལ་བྱེད། སྒྱར་བའི་གསལ་བྱེད་དོ། །

དང་པོ་ལ་ཡང་། ཐོག་མ་དང་། བར་དང་། མཐའི་གསལ་བྱེད་གསུམ།  
ཐོག་མ་ལ་ཡང་དབྱེ་བ་བཞི་ལས། དང་པོ་རིགས་བཞིན་ཐོག་མའི་གསལ་  
བྱེད་ནི།

སྟོ་ཡི་རྒྱུད་གིས་འཁྲི་ཤིང་གི །

འདབ་མ་རྩིང་པ་ལྷགས་པར་བྱེད། །

དུད་པའི་ལུས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཡང་། །

ཁིངས་པ་གསར་དུ་འཛོམས་པར་བྱས། །

སྟོ་ཕྱོགས་མ་ལ་ཡའི་རྒྱུད་བསིལ་བ་དག་གིས། འཁྲི་ཤིང་གི་འདབ་  
མ་རྩིང་པ་རྣམས་ས་ལ་ལྷགས་པར་བྱེད་ཅིང་། ལང་ཆོས་དུད་པའི་ལུས་  
ཅན་མ་རྣམས་ཀྱི་ཡང་། མཛའ་བོར་མི་འདུད་པའི་ཁིངས་པ་གསར་དུ་  
འཛོམས་པར་བྱས་སོ་ཞེས་སྟོ་རྒྱུད་ཞེས་རིགས་ཀྱི་སྐྱ་ཐོག་མར་བཞིན་པས་  
དག་ཀྱན་གསལ་བར་བྱས་པའོ། །

གཉིས་པ་བྱ་བ་ཐོག་མའི་གསལ་བྱེད་ནི།

རྒྱལ་ཆུ་གཏེར་བཞི་དོགས་གྱི།

སྐྱེད་མོས་ཆལ་དུ་སོ་ཅན་ཏེ།

ཁོར་ཡུག་རི་བོའི་ཁོངས་སུ་ཡང་།

ཁྱོད་གྱི་ཡོན་ཏན་ཀྱང་འཛིན།

རྒྱལ་ཤར་སྟོ་བྱུང་གི་ཆུ་གཏེར་ཆེན་པོ་བཞིའི་དོགས་སམ།  
འགམ་གྱི་སྐྱེད་མོས་ཆལ་དུ་སོ་ཅན་ཏེ། རྟོགས་གྱི་སྒྲུང་པོ་བརྒྱད་རྣམས་སོ།  
གང་ཞེ་ན། འཆི་མེད་མཛོད་ལས།

ས་སྒྲུང་བྱ་དང་བརྒྱ་དཀར།

གཡོན་འབྲེལ་མིག་སྒྲན་ས་ལ་དགལ།

མེ་ཏོག་སོ་ཅན་ས་ཀྱན་ལ།

ཆ་མཛེས་རྟོགས་གྱི་སྒྲུང་པོ་བརྒྱད།

ཅེས་སོ། །ཁོར་ཡུག་ལྷགས་གྱི་རི་བོའི་ཁོངས་སུ་ཡང་། རྒྱལ་པོ་  
ཁྱོད་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་ཏུ་དཀར་བའི་གྲགས་པ་ཀུ་སྒྲུ་དའི་འོད་ལྷ་བྱ་རྣམས་  
སོ། །རྒྱལ་ཞེས་པའི་བྱ་བ་ཐོག་མར་བཛོད་པས་ངག་ཀྱན་གསལ་བར་བྱེད་  
པའོ།

གསུམ་པ་ཡོན་ཏན་ཐོག་མའི་གསལ་བྱེད་ནི།

སྟོ་བསངས་ཉིད་དོ་རྟོགས་རྣམས་ནི།

དབྱར་སྐྱེས་སྐྱོན་གྱི་སྒྲུང་བ་ཡིས།

ས་ཡང་རྩ་སྒྲིན་གསར་བ་ནི། །

ཞིན་ཏུ་གཞོན་པའི་སྤང་བས་སོ། །

སྒྲི་བསངས་ཉིད་དོ། །ནམ་མཁའི་སྤྱོད་སྒྲི་རྩ་སྒྲིན་འདི་དབྱར་ལས་སྤྱོད་སྒྲི་  
པའི་སྤྱོད་སྒྲིན་གྱི་སྤང་བས་སོ། །ས་གཞིའི་སྤྱོད་འདི་ཡང་རྩ་སྒྲིན་པའི་སྤྱོད་སྒྲི་  
གསལ་བ་ནི། ཞིན་ཏུ་གཞོན་ཞིང་འཇམ་པའི་སྤང་བ་དག་གིས་སོ། །  
གཟུགས་གྱི་ཡོན་ཏན་ཁ་དོག་སྒྲི་བསངས་ཐོག་མར་བརྗོད་པས་དག་ཀྱན་  
གསལ་བར་བྱས་སོ། །

བཞི་བ་རྩ་བ་བརྗོད་ཐོག་མའི་གསལ་བྱེད་ནི།

ཁྱབ་འཇུག་རྩ་གཞོན་ལ་གནས་པས། །

དྲ་རྒྱའི་བྱ་ཡི་འབྱོར་བ་དག །

གང་དུ་བཏང་ཞིང་སྤྱོད་རྩ་སྒྲི་གྱི། །

སྤྱོད་ཆོགས་གང་ན་གནས་པ་སྤངས། །

ཁྱབ་འཇུག་པ་རོལ་རྩ་པར་གཞོན་པ་ལ་གནས་པ་དེས། དྲ་རྒྱའི་སྤྱོད་  
པ་སྤྱོད་མའི་བྱ་སྤྱོད་ཡིན་གྱི་འབྱོར་བ་དག གང་དུ་མིང་མི་གྲགས་པར་  
བཏང་ཞིང་། སྤྱོད་རྩ་སྒྲི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆོགས་པ་གང་ན་གནས་པ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱང་སྤངས་སོ་ཞེས་ཁྱབ་འཇུག་རྩ་གྱི་དོ་བོ་ཐོག་མར་བརྗོད་པས་དག་  
ཀྱན་གསལ་བའོ། །

ཞེས་པ་དང་པོའི་གསལ་བྱེད་བསྟན། །

དེ་བཞིན་བར་དང་མཐའ་ཡི་ཡང་། །

ཆིག་དག་བདག་གིས་བསྟན་པར་བྱ། །

དེ་དག་འགའ་ཞིག་འདི་ལྟ་སྟེ། །

ཞེས་བཤའ་མ་ཐག་པས་དང་པོའི་གསལ་བྱེད་བསྟན། དེ་བཞིན་བར་  
དང་མཐའི་གསལ་བྱེད་ཡང་། ཆིག་གོང་མ་དག་བཞིན་བདག་གིས་བསྟན་  
པར་བྱ་བ་ལས། དེ་དག་མཆོན་ཕྱིར་འགའ་ཞིག་བཟོད་པ་འདི་ལྟ་སྟེ་ཞེས་  
མཆམས་སྒྲུབ་ནས། རིགས་བཟོད་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་ནི།

གར་བྱེད་ནི་ཅུ་ལ་པང་དུ། །

སྒྲུ་ཡང་ལེན་ནོ་མཇུག་སྟོ་ཅན། །

དགའ་བ་རྒྱས་པའི་མིག་དག་ཀྱང་། །

ཆུ་འཛིན་ལ་ནི་གཏོད་པར་བྱེད། །

གར་བྱེད་དོ། །ཞིང་ནི་ཅུ་ལའི་པང་དུ་སྒྲུ་ཡང་ལེན་ནོ། །དགའ་བ་  
རྒྱས་པའི་མིག་དག་ཀྱང་ཆུ་འཛིན་ལ་ནི་གཏོད་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་པའི་བྱ་བ་  
གསུམ། བྱེད་པ་པོ། མཇུག་སྟོ་ཅན་ཞེས་མ་བྱའི་རིགས་བཟོད་པ་བར་ན་  
ཡོད་པས་གསལ་བར་བྱས་པའོ། །བྱ་བ་བཟོད་པ་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་ནི།

དེ་བཞིན་དལ་བུས་འགྱུར་བྱེད་དེ། །

ཆེ་བ་དག་ཀྱང་མེ་རུ་འགྱུར། །

ཅ་ཅན་བྱུག་པ་སྒྲུང་བ་ཡང་། །



མཚོན་སྤྱང་འབྲམས་པ་རྣམས་ལའོ། །

དེ་བཞིན་ཏེ་སྤྱང་བསིལ་བ་དལ་བྱར་ལྡང་བ་ནི་འགྱུར་བྱེད་དེ་ལན་ཚུ་  
དང་། ཟླ་བ་ཚུ་ཤེལ་དག་ཀྱང་མེ་རུ་འགྱུར་ཞིང་། ཏ་རི་ཅ་རྒྱན་བདར་བའི་  
བྱུག་པ་ལུས་ལ་སྤྱང་བ་ཡང་། མཚོན་སྤྱང་བ་ལྟར་འདོད་གཏུང་གི་ཚོར་བ་  
བྲག་པོ་བསྐྱེད་པ་ནི། མཚོན་པོ་བྱད་མེད་དང་བལ་ཏེ་བྱེས་སུ་འབྲམས་པ་  
རྣམས་ལའོ། །འགྱུར་ཞེས་པའི་བྱ་ཆོག་བར་ན་གནས་པས་ངག་ཀྱན་གསལ་  
བར་བྱེད་དོ། །རིགས་བརྗོད་པ་མཐའི་གསལ་བྱེད་ནི།

ཚུ་འཇིན་གྱིས་ནི་རབ་གཏོར་ཚུ། །

བྲིམ་གྱི་གཙུག་ལུད་ལྡན་པའི་ཚོགས། །

སྟོག་གི་ཐག་པ་གཡོ་བ་ཡང་། །

མེ་ཏོག་གཞུ་ཅན་དག་གི་དཔུང་། །

ཚུ་འཇིན་ཏེ་ཆར་སྟེན་གྱིས་རབ་ཏུ་གཏོར་བའི་ཚུ་དང་། བྲིམ་དུ་འཚོ་  
བའི་གཙུག་ལུད་ལྡན་པ་མ་བྱའི་ཚོགས་གར་བྱེད་པ་དང་། སྟོག་གི་ཐག་པ་  
ཁྲག་ཁྲག་ཏུ་གཡོ་བ་ཡང་སྟེ། ཆགས་པའི་བྲན་པ་བསྐྱེད་པ་འདི་རྣམས་མེ་  
ཏོག་གཞུ་ཅན་ཏེ་འདོད་སྟེ་དཔུང་ཡིན་ནོ། །མེ་ཏོག་གཞུ་ཅན་གྱི་དཔུང་  
ཞེས་རིགས་ཀྱི་སྐྱ་མཐའ་ན་ཡོད་པས་ངག་ཀྱན་གསལ་བར་བྱེད་དོ། །བྱ་བ་  
བརྗོད་པ་མཐའི་གསལ་བྱེད་ནི།

ཁྱོད་གྱི་ལྷན་ལ་ན་བ་ལ། །

འདོད་པའི་མདའ་ནི་མདའ་སྟོན་ལ། །

ངས་ཀྱང་སེམས་ནི་འཆི་བ་ལ། །

གསུམ་པོ་འདི་ནི་མཉམ་དུ་བྱས། གཞོན་ནུ་མ་ཁྱོད་ཀྱི་ལྷན་ལ་ན་བ་  
ལ་རྒྱན་དུ་དང་། འདོད་པའི་མེ་ཏོག་གི་མདའ་ནི་མདའ་བསྟོན་ཏེ་གཞུ་ལ་  
དང་། ངས་ཀྱང་སེམས་ནི་ཆགས་པས་བརྒྱལ་ཏེ། འཆི་བ་ལ་ཐུག་པའམ་བྱ་  
བ་གསུམ་པོ་ནི་མཉམ་དུ་བྱས་སོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་མཐར་ཡོད་པས་ངག་  
ཀྱན་གསལ་བར་བྱས་སོ། །

གཉིས་པ་སྤེང་བའི་གསལ་བྱེད་ནི།

དཀར་ཕྱོགས་ཀྱིས་ནི་འོད་དཀར་ཅན། །

འཕེལ་བྱེད་དེ་ཡིས་མདའ་ལྲ་བ། །

དེས་ཀྱང་ཆགས་པ་ཆགས་པས་ཀྱང་། །

ན་རྩལ་དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་དཔལ། །

ཆེས་དཀར་པོའི་ཕྱོགས་ཀྱིས་ནི་འོད་དཀར་ཅན་རྩལ་བའི་ཆ་ཤས་  
འཕེལ་ཞིང་གང་བར་བྱེད་ལ། རྩལ་དེས་མདའ་ལྲ་བ་འདོད་ལྟའི་སྟོབས་དང་།  
དེས་ཀྱང་ལང་ཆོ་ཅན་གྱི་ཆགས་པ་དང་། ཆགས་པས་ཀྱང་ན་རྩལ་གི་དགའ་  
བའི་དགའ་སྟོན་འབྲིག་པའི་དཔལ་འཕེལ་བར་བྱེད་དོ། །མདའ་ལྲ་ནི། གཤེན་  
རྩེ་གཤེད་ཀྱི་རྩུད་འབྲེལ་དུ་བྲམ་བེ་དཔལ་འཛིན་གྱིས། ཕྱོས་བྱེད་དང་།  
མོངས་བྱེད་དང་། འདར་བྱེད་དང་། ལྷུང་བྱེད་དང་། བརྒྱལ་བྱེད་དེ་ལྲ་ལ་

བཤད། ལྷ་ཚོགས་གསལ་བར། འདོད་པའི་མདའ་ནི་ལྷ་ཡིན་ཏེ། །ཀུན་ཏུ་  
 མྱོངས་བྱེད་བརྒྱལ་བར་བྱེད། །སྟོ་བྱེད་ཚོད་བྱེད་སྟེད་བྱེད་དོ། །ཞེས་དང་།  
 ཀླ་མ་རྟེ་བྱུར། སྟོ་བྱེད་དང་། སྟེད་བྱེད་དང་། ཀུན་ཏུ་མྱོངས་བྱེད་དང་། སྐུམ་  
 བྱེད་དང་། འཆི་བྱེད་ལྷར་བཤད་དོ། །དེ་བཤད་པ་ནི་ཞེས་པ་དང་པོའི་  
 གསལ་བྱེད་ཡིན་ནའང་། ལྷ་མ་ལྷ་མ་ལ་ལྷོས་པའི། །ངག་གི་སྤང་བ་རབ་  
 ལྷན་སྤྱེད། །དེ་ནི་སྤང་བའི་གསལ་བྱེད་དོ། །ཞེས་པའི་རྒྱ་དཔེར། རྒྱ་པ་  
 དང་པོའི་མཐུག་ཏུ། རྩྱའི་ཞེས་པ་འཕེལ་བྱེད་ཡིན་པས། དང་པོ་སྟེ་ཐོག་  
 མའི་གསལ་བྱེད་ཡིན་ནའང་། ལྷ་མ་ལྷ་མ་ལ་སྤྱེ་མ་སྤྱེ་མ་ལྷོས་པའི་ངག་གི་  
 སྤང་བ་རབ་ཏུ་ལྷན་པའི་སྤྱེད། དེ་ནི་སྤང་བའི་གསལ་བྱེད་ཏུ་འདོད་དོ། །

གསུམ་པ་འགལ་དོན་གསལ་བྱེད་ནི།

རྒྱ་དཔེ་གསལ་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཐེགས་ཅན། །

སྤྱེན་གྱིས་ལུས་མེད་དག་གི་ནི། །

ཨ་བ་ལེ་བ་འཕེལ་བར་བྱེད། །

རྒྱལ་གྱི་དག་ནི་སེལ་བར་བྱེད། །

རྒྱ་དཔེ་བྱ་དག་གིས་གཙུག་པའི་རྒྱ་ཐེགས་ཅན། ཆར་སྤྱེན་གྱི་  
 ཚོགས་འདིས་ལུས་མེད་འདོད་ལྟའི་ཨ་བ་ལེ་བ་ཞེན་པའམ་དེགས་པ་  
 འཕེལ་བར་བྱེད་ལ། རྒྱལ་གྱི་ཨ་བ་ལེ་བ། ཞེན་པ་དག་སེལ་བར་བྱེད་དོ། །  
 དེ་བཤད་པ།

འདིར་ནི་སྒྲིན་གྱི་ཆིག་དག་དང་། །

ཨ་བ་ལེ་བའི་ཆིག་དག་གིས།

བྱ་བ་འགལ་བ་སྦྱར་བ་དེ། །

འགལ་བའི་དོན་གྱི་གསལ་བྱེད་དོ། །

འདིར་ནི་བྱེད་པ་པོ་སྤྱོན་གྱི་ཆོག་དག་དང་། ལས་སྤྱ་སྤྱར་བ་ཨ་བ་  
ལེ་བའི་ཆོག་དག་གིས། འཕེལ་བ་དང་། སེལ་བའི་བྱ་བ་འགལ་བ་སྤྱར་བ་  
དེ་གསལ་བར་བྱས་པའོ། །

བཞི་པ་དོན་གཅིག་གསལ་བྱེད་ནི།

ལྷ་འཛིན་དག་གི་སྒྲུང་བ་འདིས།

ཕྱོགས་རྣམས་ཀྱི་ཅི་གོ་སྐབས་ཕྱོགས། །

སྐར་མ་ཡི་ནི་ཆོགས་རྣམས་བཟུང་། །

དེང་ཡང་བདག་གི་སློབ་རྒྱལ་ས་ལོན། །

ཆུ་འཛིན་ཏེ་སློན་སློན་དག་གི་སྤང་བ་འདིས། སྟོགས་ནམས་ཀྱི་གསལ་  
བའི་གོ་སྐབས་ནི་སྟོགས། སྐར་མ་ཡི་ནི་ཆོགས་ནམས་ཀྱང་སྟེབས་ཏེ་བཟུང་།  
དེར་འདིར་ཡང་བདག་གི་ཆགས་པ་སྐྱེད་དེ་སྟོག་ནམས་ཀྱང་ལེན་པར་བྱེད་  
དོ། །དེ་བཤད་པ་ནི། །

གང་ཕྱིར་ཆུ་འཛིན་སྐྱེད་བ་ཡི། །

བྱ་བ་གཅིག་ཉིད་གསལ་བྱེད་འདིར། །

དུ་མའི་སྐྱ་ཡིས་ཉེར་སྤངས་པ། །

དེ་བྱིར་དོན་གཅིག་གསལ་བྱེད་དོ། །

གང་གི་བྱིར་ཆུ་འཇིན་གྱི་བྱེད་བ་བྱེད་པ་པོ་དེའི་བྱ་བ་ཆགས་པ་ལ་  
སྒྱུར་བ་གཅིག་ཉིད་གསལ་བར་བྱེད་པ་ལ་འདིར། ཐོགས། བཟུང་། ལེན་  
ཞེས་དུ་མའི་སྐྱ་ཡིས་ཉེར་སྤངས་པ་དེའི་བྱིར། དོན་གཅིག་གི་གསལ་  
བྱེད་དོ། །

ལྷ་པ་སྐྱར་བའི་གསལ་བྱེད་ནི།

དྲི་ཡི་བཞོན་པ་ཡིད་འོང་མཐོ། །

སྒྲོ་སངས་རྒྱ་མ་ལ་ཡི་འོད། །

སྤྱན་ནི་མཁའ་ལ་རྒྱ་བྱེད་དེ། །

སྤང་ཆེན་འདི་དག་ས་ལའོ། །

བ་ཏ་ཞེས་པའི་སྐྱ་བཞོན་པ་དང་། ཐོབ་བྱེད་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་

པས། སྤྱན་ནི་དྲིའི་བཞོན་པ་རྒྱང་བསིལ་བ་དང་ལྷན་ཞིང་། སྤང་པོ་གར་ཆང་  
གི་དྲི་ཐོབ་པའམ་སྒྲོ་བ་སྐྱ་སྐྱར། གཉིས་ཀ་ཡིད་དུ་འོང་ཞིང་དཔངས་མཐོ་བ་  
དང་། ཁ་དོག་སྒྲོ་བསངས་ཤིང་སྤྱན་པ་རྒྱ་མ་ལའི་འོད་དང་ལྷན་པ་དོན་སྐྱར།  
དེ་ལས་སྤྱན་ནི་ནམ་མཁའ་ལ་རྒྱ་བར་བྱེད་དེ། སྤང་ཆེན་འདི་དག་ནི་ས་  
གཞིའི་ངོས་ལའོ། །དེ་བཤད་པ་ནི།

འདིར་ནི་ཆོས་དག་ཐ་དད་མིན། །

སྒྲིབ་དང་སྒྲུང་པོ་རྣམས་དག་ཀྱང་། །

སྐར་བའི་དོན་གྱི་གསལ་བྱེད་དོ། །

སྐར་བའི་དོན་གྱི་གསལ་བྱེད་དོ། །

འདིར་ནི་ཁྱད་གཞི་དེ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིབ་གི་ཆོས་ཐ་དང་པ་མིན་པར་  
སྐར་ཞིང་། སྒྲིབ་དང་སྒྲུང་པོ་རྣམས་ཀྱང་སྐར་བྱེད་དེ་ཞེས་པའི་ཆོག་  
ཉིད་ཀྱིས་གསལ་བྱེད་དུ་འབྲེལ་བའི་བྱེད་སྐར་བའི་དོན་གྱི་གསལ་བྱེད་དོ། །

བསྐྱེད་ཆུང་གིས་མཐུག་བསྐྱེད་བ།

གསུམ་པ་བསྐྱེད་ཆུང་གིས་མཐུག་བསྐྱེད་བའི།

རྣམ་པ་འདི་ཉིད་ཁོ་ན་ཡིས། །

གསལ་བྱེད་ལ་ནི་རྣམ་ཏྲོག་པ། །

ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱང་རྗེས་འགྲོ་ཡི། །

མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཏྲོག་པ་པར་བྱ། །

བཞུགས་མ་ཐག་པའི་རྣམ་པ་འདི་ཉིད་ཁོ་ནས་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐར་ལ་  
ནི་རྣམ་པ་ཏྲོག་པའི་སྒྲིབ་པས་ལྷག་མ་འབྱུང་འབྱུར་རྣམས་ཀྱང་གོང་མ་དེ་  
དག་གི་རྗེས་སུ་འགྲོ་ཡི། མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་རིག་པས་དཔག་ཏེ་ཏྲོག་པ་  
པར་བྱའོ།



༥ བསྐྱོར་བ་ཅན་གྱི་རྒྱན་བཤད་པ།

༩ ལུ་པ་བསྐྱོར་བ་ཅན་གྱི་རྒྱན་ལ་གཉིས། མཚན་ཉིད་གྱིས་རྣམ་པར་  
དབྱེ། བྱེ་བ་ལྟར་དཔེར་བཅོང་བའོ། །

མཚན་ཉིད་གྱིས་རྣམ་པར་དབྱེ་བ།

དང་པོ་མཚན་ཉིད་གྱིས་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་ནི།  
གསལ་བྱེད་གྱི་ནི་གནས་ཉིད་དུ། །  
དོན་བསྐྱོར་དང་ནི་ཆིག་བསྐྱོར་དང་། །  
གཉིས་ཀ་བསྐྱོར་བ་ཞེས་པ་ཡི། །  
རྒྱན་གསུམ་པོ་དག་འདོད་དེ་དཔེར། །

བཅོང་མ་ཐག་པའི་གསལ་བྱེད་གྱི་གནས་ཐོག་མ་བར་མཐའ་གང་  
རུང་ཉིད་དུ་དོན་གཅིག་བཞུས་ཏེ་བསྐྱོར་ཡང་ཆིག་ཐ་དད་པ་དང་། ཆིག་  
བཞུས་ཏེ་བསྐྱོར་ཡང་དོན་ཐ་དད་པ་དང་། ངག་དོན་གཉིས་ཀ་བཞུས་ཏེ་  
བསྐྱོར་ཡང་དོན་གཅིག་པར་མི་འགྱུར་བའི་རྒྱན་གྱི་དབྱེ་བ་གསུམ་པོ་འདི་  
དག་སྒོན་གྱི་མཁས་པ་རྣམས་འདོད་དེ། དཔེར་ན་ཞེས་སོ། །

བྱེ་བ་ལྟར་དཔེར་བཅོང་བ།

གཉིས་པ་བྱེ་བ་ལྟར་དཔེར་བཅོང་བ་ནི། དང་པོ་དོན་བསྐྱོར་ནི།  
ཀ་དཔྱེན་ནི་རྣམ་པར་རྒྱས། །  
ཀུ་ཁ་རྡོ་རྒྱུ་མ་རབ་གསལ། །  
ཀུ་ལྟ་ནི་རབ་ཏུ་བྱེ། །

ཀ་ཀྱ་ལྟ་ཡང་གྲེས་པར་གྱུར། །

ཤིང་ཀ་དཔྱ་སྟེ་ཆོགས་ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་འདབ་མ་རྣམ་པར་རྒྱས་ལ།  
ཀྱ་ཏ་ཇ་ཞེས་པ་དུག་མོ་ཉུང་གི་ཤིང་ལྷན་མ་ནི་མེ་ཏོག་ཁ་འབྲས་པ་སྟེ་དེ་  
ནི་རབ་ཏུ་གསལ་བ་དང་། ཀུ་ལྟ་ཞེས་པ་ཚུ་ཤིང་ནི་ཁ་རབ་ཏུ་བྱེ་ཞིང་། ཀ་  
ཀྱ་ལྟ་ཞེས་པ་ཤིང་ལྷན་ཡང་འདབ་མ་ཁ་རབ་ཏུ་གྲེས་པར་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་  
ཤིང་གི་བྱེ་བྲག་བཞི་པོ་དེ་དག་དོན་རྒྱས་པར་གཅིག་གྱུར་བཟོད་ཚུལ། རྣམ་  
པར་རྒྱས། རབ་ཏུ་གསལ། རབ་ཏུ་བྱེ། གྲེས་པར་གྱུར་ཞེས་ཐ་དད་པས་  
བཟོད་པས། དོན་བསྐྱོར་བའི་བྱུང་ལོ། །

གཉིས་པ་ཆིག་བསྐྱོར་ནི།

སྒྲིབ་བྱི་སྒྲེང་བ་དག་གིས་ནི། །

མ་བྱའི་ཆོགས་རྣམས་སྒྲ་སྒྲོག་བྱེད། །

ཚུ་སྒྲིབ་རྒྱལ་མཆན་ཅན་བྱིས་དེང་། །

ན་ཚུང་རྣམས་ཡིད་འདོད་ལྡན་བྱེད། །

ཆར་སྒྲིབ་བྱི་སྒྲེང་བ་མཛེས་པ་དག་གིས་ནི། མ་བྱའི་ཆོགས་རྣམས་  
དགའ་བས་སྒྲ་སྒྲོག་པར་བྱེད་ལ། ཚུ་སྒྲིབ་བྱི་མགོ་བོའི་ཏོག་དང་ལྡན་པའི་  
རྒྱལ་མཆན་འཆང་བ་ཅན་བྱི་འདོད་པའི་ལྟས། དེང་གི་དུས་སུ་ན་ཚུང་གཞོན་  
བྱ་མ་རྣམས་བྱི་ཡིད་འདོད་ཆགས་དང་ལྡན་པར་བྱེད་ཅེས་པའོ། །འདིའི་  
འགྱུར། ཆིག་བསྐྱོར་པའི་རྣམ་པ་གསལ་བའི་བྱིར། གཉིས་ཀ་འདོད་ལྡན་

བྱེད་དུ་བསྐྱར་ཡང་འགྱུར་ཐལ་ཞིང་། དེ་ལ་ལྟ་འཇིག་རྟེན་དབང་ལྷག་གིས་  
 མ་བྱ་འདོད་ལྡན་དུ་བྱེད་པ་དང་ན་ཚུང་འདོད་ལྡན་དུ་བྱེད་པ་གཉིས་བྱེད་པོ་  
 དང་བྱེད་གཞི་ཐ་དད་པས་དོན་མི་འབྲ་ཡང་། ཆིག་འབྲ་བ་འདོད་ལྡན་བྱེད་  
 ཅེས་པ་བསྒྲས་ཏེ་བསྐྱོར་བས་ན། ཆིག་བསྐྱོར་ཞེས་བྱའོ་ཞེས་པའང་མཁས་  
 པའི་ཆིག་ཉམས་ཅམ་དུ་བྱེད་པོ་དང་། བྱེད་གཞི་ཐ་དད་པ་གཞིར་  
 བཅས་མོད། དགོས་རྒྱ་རང་། འདོད་ལྡན་བྱེད་གཉིས་དོན་མི་འབྲ་བ་དགོས་  
 རྒྱ་ལ། དེ་མ་བྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་དངོས་ནི་འདི་ལྟ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་དཔེར།  
 ལྷ་ལྷ་ཡ་ཏེ་ཞེས་ལན་གཉིས་བསྒྲས་ཀྱང་སྤྲ་མ་ནི། མ་བྱ་རྣམས་སྤྲ་སྤྲོག་  
 པར་བྱེད་པའི་དོན་དང་། ཕྱི་མ་ན་ཚུང་རྣམས་འདོད་པ་དང་ལྡན་པར་བྱེད་པ་  
 ཉེ་དོན་ཤིན་ཏུ་ཐ་དད་པ་ལ། སྤྱི་བརྗོད་ཚུལ་གཅིག་པར་བྱས་པ་ཆིག་  
 བསྐྱོར་བའི་རྒྱན་ཏེ། སྤྱི་བཞེན་བོད་སྐད་ལ་མ་ཐོན་པའོ། །

གསུམ་པ་གཉིས་ཀ་བསྐྱོར་བ་ནི།

ཀུན་ལས་རྒྱལ་ནས་དེ་རིང་ཁྱོད། །

བཅུན་མོ་རྣམས་དང་ཅེ་བར་བྱེད། །

ཁྱོད་ཀྱི་དབང་སྤེལ་ཐོབ་ཅིང་སོང་། །

ལྟ་མོ་རྣམས་དང་ཅེ་བར་བྱེད། །

ཕྱོགས་ཀྱི་དབང་ལྷ་ཀུན་ལས་རྒྱལ་བ་ཐོབ་ནས་དེ་རིང་མིའི་དབང་  
 ལྷ་ཁྱོད། རང་གི་བཅུན་མོའི་ཆོག་ས་རྣམས་དང་ཅེ་དགའ་ལ་རོལ་བར་

བྱེད་ལ། ཁྱོད་ཀྱི་དབང་ལྷ་གཞན་སྡེ་རྣམས་ནི་གཡུལ་ངོར་ཞི་བས་མཐོ་ངོས་  
སྒྲུ་སོང་སྟེ། ལྷ་མོའི་ཆོག་ས་རྣམས་དང་ལྷན་ཅིག་སྒྲུ་དང་རོལ་མོས་ཅེ་བར་  
བྱེད་དོ་ཞེས་རང་སྟོགས་གཞན་སྟོགས་གཉིས་རྣམས་དབང་ལས་རྒྱལ་ཚུལ་  
བརྗོད་པས་དོན་བསྐྱོར་ལ། རྒྱལ་པོ་བཙུན་མོའི་ཆོག་ས་དང་ཅེ་ཞིང་རོལ་  
བར་བྱེད་པ་དང་། ཞི་བ་རྣམས་ལྷ་མོ་རྣམས་དང་ཆལ་སོགས་སྒྲུ་ཅེ་བར་  
བྱེད་པ་ཆོག་བསྐྱོར་ཏེ། འདི་ནི་བྱེད་པར་འཕགས་བསྟོད་ལས།

ཁྱོས་པས་གཡུལ་ངོར་བསད་ན་ནི། །

བདེ་འགོར་འགོ་ཞེས་རྒྱས་པ་བེད། །

ཞེས་བྱང་སྟོང་རྒྱས་པའི་གཞུང་དང་བསྟུན་པའོ། །

༤ འགོག་པའི་རྒྱན་བཤའ་པ།

བྲུག་པ་འགོག་པའི་རྒྱན་ལ་གསུམ། མཆན་ཉིད་ཀྱིས་མདོར་བསྟན།  
དབྱེ་བ་དཔེར་བརྗོད་ཀྱིས་རྒྱས་པར་བཤའ། བསྐྱབ་ཚུལ་ཀྱིས་དོན་བསྟུ་  
བའོ། །

མཆན་ཉིད་ཀྱིས་མདོར་བསྟན་པ།

དང་པོ་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་མདོར་བསྟན་པ་ནི།

དགའ་པ་བརྗོད་པ་འགོག་པ་སྟེ། །

དུས་གསུམ་ལ་ལྷོས་རྣམས་པ་གསུམ། །

དེ་ལས་དེ་ཡང་དགག་བྱ་ཡི། །

དབྱེ་བ་མཐའ་ཡས་སྤྱིར་མཐའ་ཡས། །

དགག་བྱའི་ཡུལ་གང་ཡང་རུང་བ་ལ། དེ་འགོག་བྱེད་ཀྱི་ཆིག་མ་  
ཡིན་མེད་མ་འགོ་ཞེས་མཆོན་ཉིད་རྗེས་སུ་བརྗོད་བ་དེས་མཆོན་བྱས་  
བསྐྱབ་བ་སྟེ། དེ་ཡང་དགག་བྱ་འདས་པ། ད་ལྟར། མ་འོངས་པ་གསུམ་ལ་  
སྟོས་ནས་རྣམ་པ་གསུམ། དེ་ལས་དགག་བྱའི་དབྱེ་བ་མཐའ་ཡས་པའི་  
དབང་གིས་འགོག་བ་ཡང་མཐའ་ཡས་སོ། །

དབྱེ་བ་དཔེར་བརྗོད་པས་རྒྱས་པར་བཤད་པ།

གཉིས་པ་དབྱེ་བ་དཔེར་བརྗོད་པས་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། ཉི་ཤུ་ཙ་  
གསུམ་ལས།

དང་པོ་རུང་བ་འགོག་པའི་རྒྱན་ནི།

ལུས་མེད་ཀྱི་ནི་མེ་ཉོག་གི།

མདའ་ལྲས་ཀྱན་ལས་རྒྱལ་བར་གྱུར། །

ཞེས་པ་མི་སྤྱིད་ཡང་ན་ནི། །

དངོས་པོའི་རྒྱས་པ་རྣམ་པར་བཀ། །

ལུས་མེད་དེ་འདོད་པའི་དབང་ལྷག་ཁྱོད་ཀྱི་ནི། འཇམ་ཞིང་གངས་

ཉུང་བ་མེ་ཉོག་གི་མདའ་ལྲས་འགོ་བ་ཀྱན་ལས་རྒྱལ་བར་གྱུར་ཉོ་ཞེས་པ་  
མི་སྤྱིད་དེ། རྒྱ་དེ་ལས་འབྲས་བུ་དེ་ལྟ་བུ་འབྲུང་བར་མི་རྒྱས་སོ་ཞེས་པ་  
དགག་བྱ། དེ་འགོག་པ་ལ། ཡང་ན་ནི་དེ་འབྲས་བུ་འབྲུང་བར་སྟེ། དངོས་པོ་

རྣམས་རྒྱས་པ་རྣམ་པར་བཟ་སྟེ་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
དེ་བཤའ་པ་ནི།

ཞེས་པ་འདིར་ནི་རྒྱ་སྟོབས་ཀྱིས། །  
ལུས་མེད་རྒྱལ་བར་མི་རིགས་སྟོ། །  
དེ་ལྟར་གྱུར་བཀག་དེ་ཡི་ཕྱིར། །  
འདི་འདྲ་དེ་ནི་བྱུང་བ་འགོག།

ཅེས་བརྗོད་མ་ཐག་པ་འདིར་ནི། དངོས་པོའི་རྒྱས་པ་རྣམ་པར་བཟ་  
བའི་རྒྱའི་སྟོབས་ཀྱིས། ལུས་མེད་འགྲོ་བ་ཀྱན་ལས་རྒྱལ་བར་མི་རིགས་སོ་  
སྣམ་པའི་སྟོ། སྒར་དེ་ལྟར་གྱུར་པ་དེ་བཀག་པས། དེའི་ཕྱིར་འདི་འདྲ་བ་ནི་  
བྱུང་བ་འགོག་པའི་རྒྱན་ནོ། །

གཉིས་པ་མངོན་འགྱུར་འགོག་པ་ནི།  
སྒྲུབ་སྟོག་མ་དག་ཅི་ཡི་ཕྱིར། །  
ན་བ་ལ་ནི་ཤྲུལ་འཇུག།  
ལས་འདི་ལ་ནི་མིག་བྱར་དང་། །  
ཡོངས་རྫོགས་མིན་པར་སེམས་སམ་ཅི། །

ཀྱེ་སྒྲུབ་པར་སྟོག་མ་དག་ ཅིའི་ཕྱིར་ན་བ་ལ་ཤྲུལ་ལའི་ཕོན་པོ་རྒྱན་དུ་  
འཇུག་སྟེ། དེ་བྱ་བའི་ལས་གཞན་ཡིད་འསྟོགས་པ་དེ་ལྟ་བུ་ནི། ཁྱོད་ཀྱི་  
མིག་བྱར་ཁོ་ན་ལ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་མིན་པར་སེམས་སམ་ཅི་ཞིག་ཅེས་



སྟོ། །དེ་བཤད་པ་ནི།

འགའ་ཞིག་དཀར་མིན་ཟུང་ལ། །

ན་བར་བྱེད་ལ་མཛའ་བོ་ཡིས། །

དེ་ལྟར་བསྟོད་པས་འགོག་བྱེད་པ། །

འདི་ནི་མངོན་འགྱུར་འགོག་པའོ། །

དགའ་མ་འགའ་ཞིག་ཟུང་ལ་དེ་བྱེད་པར་དཀར་མིན་ཏེ་སྟོན་པོ་ན་  
བའི་རྒྱན་དུ་བྱེད་པ་ལ། རང་གི་མཛའ་བོས་འགོག་བྱེད་དེ་ལྟར་མིག་ཟུར་ལ་  
ངོ་བསྟོད་དང་བཅས་པས། དགག་བྱ་ཟུང་ལ་ན་རྒྱན་དུ་ད་ལྟ་བྱེད་པ་འགོག་  
པ་འདི་ནི། མངོན་འགྱུར་འགོག་པའི་རྒྱན་ནོ། །

གསུམ་པ་འབྱུང་འབྱུར་འགོག་པ་ནི།

ཇོ་བོ་བདེན་པར་སྤྲོའི་བདག །

གཞན་དང་ཅུ་སྟུང་ནས་འཕོས་པའི། །

རྒྱ་སྐྱེགས་ཀྱིས་དམར་མིག་གིས་ནི། །

ཁྱོད་ཀྱིས་མཐོང་བར་འགྱུར་མ་ལགས། །

ཀྱེ་ཇོ་བོ་བདག་བདེན་པར་སྤྲོའི་ཞེས་དམ་བཅས་ནས། ཁྱོད་བྱེད་  
མེད་གཞན་དང་ཅུ་སྟུང་ཞེས་པ་ཁ་སྐྱེད་ནས་འོ་བྱེད་ཅིང་། དེ་ལས་འཕོས་  
པའི་རྒྱ་སྐྱེགས་ལྟར་ཆགས་པས་དམར་བར་བྱེད་པའི་མིག་གིས་ནི། བལྟ་  
བྱུང་གྱུར་པ་བདག་མཐོང་བར་འགྱུར་བ་མ་ལགས་ཏེ། དེ་འདྲ་བ་ཁོ་མོས་མི་

བཟོད་པས་དེ་མ་ཐག་འཆི་བར་འགྱུར་བས་སོ། །དེ་བཤའ་བ་ནི།

སྒྲུབ་ཉིད་ཤིན་ཏུ་ཁེངས་ལྡན་མས། །

ནམ་ཞིག་འདི་ཡི་གཞོད་པ་དག །

འབྱུང་བ་དེ་ལྟར་འགོག་བྱེད་པ། །

འདི་ནི་འབྱུང་འགྱུར་འགོག་པའོ། །

དགག་བྱའི་སྒྲུབ་ཉིད་དུ་ལང་ཆོས་ཤིན་ཏུ་ཁེངས་པ་དང་ལྡན་པའི་  
དགའ་མས། ནམ་ཞིག་རང་གི་མཛའ་བོ་བྱད་མེད་གཞན་དང་འགྲོགས་པའི་  
གཞོད་པ་འབྱུང་བར་དོགས་པའི་དགག་བྱ་དེ། འགོག་བྱེད་རང་ཉིད་འཆི་  
བས་མཐོང་བ་མིན་པ་བཞོད་དེ་འགོག་པར་བྱེད་པས། འདི་ནི་འབྱུང་འགྱུར་  
འགོག་པའི་བྱུང་ལོ། །

བཞི་བ་ཆོས་འགོག་པ་ནི།

ལུས་སྤྱོད་ཀྱི་ཡན་ལག་རྣམས། །

འཇམ་པ་ཉིད་དུ་གནས་པ་རྩུག། །

གལ་ཏེ་བདེན་པར་འཇམ་པ་ན། །

སྒྲོ་བྱར་དུ་བདག་ཅི་ལ་གདུང། །

ལུས་སྤྱོད་མ་སྤྱོད་ཀྱི་ཡན་ལག་རྣམས་རེག་བྱ་འཇམ་པ་ཉིད་དུ་གནས་  
སོ་ཞེས་པ་ནི་རྩུག་དུ་བས་ཏེ། གལ་ཏེ་བདེན་པ་ཉིད་དུ་འཇམ་པ་ཞིག་ན་སྒྲོ་  
བྱར་དུ་བདག་འདོད་སྒྲོས་ཀྱི་གདུང་བ་རྩུབ་མོས་ཅི་ལ་གདུང་བར་བྱེད། དེ་

བཤད་པ་ནི།

གང་སྤྱིར་དེ་ལྟར་འདོད་ལྟན་གྱིས། །

དེ་དང་འགལ་བའི་ཆོས་གྱིས་འདིར། །

བྱད་མེད་ལུས་ནི་འཇམ་པ་དག། །

འགོག་པ་འདི་ནི་ཆོས་འགོག་པའོ། །

གང་གི་སྤྱིར་དེ་ལྟར་འདོད་ལྟན་གྱིས་འཇམ་པའི་ཆོས་དེ་དང་འགལ་  
བ། རྩ་བ་ཅིང་གདུང་བར་བྱེད་པའི་འགོག་བྱེད་དེས། དགག་བྱ་བྱད་མེད་གྱི་  
ལུས་འཇམ་པ་དག་འགོག་པ་འདི་ནི་ཆོས་འགོག་པའི་རྒྱུ་ལོ། །

ལྷ་པ་ཆོས་ཅན་འགོག་པ་ནི།

དེ་ནི་མཛེས་སམ་མ་ཡིན་ཞེས། །

རྣམ་དབྱེ་འདི་ནི་ཅི་ལས་སྦྱེས། །

དེར་ནི་འོད་ཅམ་གཡོ་བ་ཉིད། །

མཐོང་བར་འགྱུར་གྱི་རྟེན་མ་ཡིན། །

བརྗོད་ལུལ་གྱི་ལུས་ཅན་མ་དེ་ནི་མཛེས་སམ་མཛེས་པ་མ་ཡིན་  
ཞེས་པའི་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་འདི་ནི་རྒྱ་ཅི་ལས་སྦྱེས་ཏེ། སྦྱེ་བར་མི་རིགས་  
སོ། །དེ་ནི་འོད་གཡོ་བ་ཅམ་ཞིག་མཐོང་གི་རྟེན་དངོས་མ་ཡིན་པས་ན་གཞི་  
མ་གྲུབ་པ་ལ་བྱད་པར་ལ་དཔྱེད་པ་མི་འཐད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་བཤད་པ་ནི།

གང་སྤྱིར་གཟུགས་ཅན་མའི་ངོ་མཆར། །

བརྗོད་པར་འདོད་པས་འོད་ཅེས་པའི། །

ཆོས་འདི་ཁས་སྦངས་ཆོས་ཅན་དག། །

འགོག་འདི་ཆོས་ཅན་འགོག་པའོ། །

གང་གི་སྒྱིར་གཟུགས་ཅན་མ་དེའི་ངོ་མཆར་བརྗོད་འདོད་པས། འོད་  
ཅེས་གཡོ་བའི་ཆོས་མཐོང་བར་ཁས་སྦངས་ལ་ཆོས་ཅན་མཛེས་པའི་ལུས་  
ཉེན་དེ་མ་མཐོང་བའི་ཚུལ་གྱིས་འགོག་པ་འདི་ནི་ཆོས་ཅན་འགོག་པའི་རྒྱན་  
ལོ། །

བྱུག་པ་རྒྱ་འགོག་པ་ནི།

ཁྱོད་གྱི་མིག་དག་དམར་གྱུར་ཅིང་། །

མཆུ་ཡི་ཡལ་འདབ་གཡོ་བ་དང་། །

སྒྲིན་མ་འབྲེག་སྟེ་དེ་ལྟ་ནའང་། །

ཉེས་པ་མེད་པས་བདག་མི་འཇིགས། །

མཛེས་པའི་ཁྱོད་གྱི་མིག་དག་དམར་པོར་གྱུར་ཅིང་། མཆུ་ཡལ་འདབ་  
གྱུར་ནམ་པར་གཡོ་ལ། སྒྲིན་མ་འབྲེག་པོར་སྒྱུར་བ་སོགས་ཁྱོ་བའི་ནམ་  
འགྱུར་གསལ་བ་དེ་ལྟ་ནའང་། བྱུང་མེད་གཞན་དང་འབྲེགས་པ་སོགས་ཉེས་  
པའི་ནམ་པ་གང་ཡང་མེད་པས་བདག་མི་འཇིགས་སོ། །དེ་བཤའ་པ་ནི།

གང་སྒྱིར་མཛེས་མོ་མཁས་པ་ཡིས། །

འཇིགས་པ་ཡི་ནི་རྒྱ་ཡི་གཙོ། །

རང་གི་ཉེས་པ་འགོག་བྱེད་པ།

དེ་དག་འདིར་ནི་རྒྱ་འགོག་པའོ།

གང་གི་ཕྱིར་མཛའ་ན་མོ་སྐྱོན་སྐྱོང་བ་ལ་མཁས་པས།      བདག་པོ་ཁྱོ་  
བའི་རྣམ་འགྱུར་ཤེས་ནས། འཇིགས་པ་དེ་འབྱུང་བའི་རྒྱའི་གཙུག་པོ། རང་གི་  
ཉེས་པ་འགོག་བྱེད་དུ་དེ་མེད་ཅེས་དགག་པ་བརྗོད་པ་དེ་དག་ནི། འདིར་རྒྱ་  
འགོག་པའི་རྒྱུ་ལོ།

བདུན་པ་འབྲས་བུ་འགོག་པ་ནི།

མཛའ་བོ་དག་ནི་རིང་ན་གནས།

རྒྱ་འཇིག་བགྱོད་ལྡན་པ་འདི་ནི་འོང་།

ནི་ཚུ་ལ་ཡང་རྒྱས་པར་མཐོང་།

བདག་ཤེ་མིན་པ་འདི་ནི་ཅི།

མཛའ་བོ་དག་ནི་བྱེས་ཐག་རིང་པོ་ན་གནས་པ་དང་།      རྒྱ་འཇིག་  
དཀར་པོ་སྤང་ཆེན་གྱི་བགྱོད་རྒྱ་ལ་ལྡན་པ་འདི་ནི་ཚུར་འོང་ཞིང་། ཤིང་ནི་ཚུ་  
ལ་ཡལ་ག་རྒྱས་པ་ཡང་མཐོང་སྟེ།      འཆི་བའི་རྒྱ་མི་ཉུང་ཡང་ལས་གྱིས་  
བཟུང་བ་བཞིན་དུ་བདག་ཤེ་བ་མིན་པ་འདི་ནི་ཅི་ཡིན། དེ་བཤད་པ་ནི།

དེ་རྒྱ་རྒྱ་འཇིག་བགྱོད་པ་སོགས།

མི་བཟད་པ་དག་ཉེར་བཀོད་ནས།

འབྲས་བུ་འཆི་བ་བསྐྱོག་པའི་ཕྱིར།

དེ་ནི་འབྲས་བུ་འགོག་པ་ལོ། །

འཆི་བའི་རྩ་རྩ་འཛིན་བཟོད་པ་སོགས་མི་བད་པའི་དངོས་པོ་དག་ཉི་  
བར་བཀོད་ནས། འབྲས་བུ་འཆི་བ་བསྒྲོག་སྟེ་མ་ཉི་བ་བསྒྲུབ་པའི་བྱིར། དེ་  
ནི་འབྲས་བུ་འགོག་པའི་རྩུན་ནོ། །

བརྒྱད་པ་རྗེས་གནང་འགོག་པའི་རྩུན་ནི།

གལ་ཏེ་གཤེགས་ན་གཤེགས་པར་མཛོད། །

ཁྱོད་ཀྱི་བཟོད་པས་བདག་ལ་ནི། །

གདུང་བ་ཡུན་རིང་འབྱུང་མི་འགྱུར། །

འདི་ལ་ཁྱོད་ནི་དོགས་མི་འཚལ། །

བདག་པོ་ཁྱོད་གལ་ཏེ་གཤེགས་བཞེད་ན་གཤེགས་པར་མཛོད་ཅིག  
ཁྱོད་ཀྱི་གཞན་དུ་བཟོད་པས་བདག་ལ་གདུང་བ་ཡུན་རིང་འབྱུང་བར་མི་  
འགྱུར་ཏེ། བྲལ་མ་ཐག་འཆི་བ་འདི་ལ་ཁྱོད་ནི་ཐེ་ཚོམ་ཀྱི་དོགས་པ་མི་འཚལ་  
ལོ། །དེ་བཤའ་པ་ནི།

ཞེས་པ་འཆི་བ་གསལ་བྱེད་པས། །

རྗེས་གནང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ནི། །

མཛའ་བོའི་བཟོད་པ་འགོག་བྱེད་པ། །

དེ་ནི་རྗེས་གནང་འགོག་པར་བཛོད། །

ཅེས་པ་འདི་དགའ་མ་རང་ཉིད་འཆི་བ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཆིག་



དང་། བདག་པོ་གཞན་དུ་འགོ་བར་ཟེས་སུ་གནང་བ་ཉིད་ཀྱི་སྒོ་ནས། མཛའ་  
བའི་བཞུད་པ་འགོག་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་ཟེས་གནང་འགོག་པའི་རྒྱན་དུ་  
བཙུང་། །

དགྲ་པ་དབང་གིས་འགོག་པ་ནི།

ཞོར་ནི་མང་པོ་ཉིད་འགྱུར་ཞིང་། །

ལམ་དུ་ཡང་ནི་བདེ་ཞིང་དགོ། །

བདག་སྟོག་ལ་ཡང་ཐེ་ཆོམ་མེད། །

འོན་ཀྱང་མཛའ་བོ་འགོ་མི་བྱ། །

བྱེས་སུ་ཞོར་མང་པོ་ཉིད་པར་འགྱུར་ཞིང་། ལམ་དུ་ཡང་ནི་བཞུད་  
པར་བདེ་ཞིང་དགྲ་མེད་པས་དགོ་བ་དང་། བདག་ཉིད་ཀྱི་སྟོག་ལ་ཡང་ཐེ་  
ཆོམ་དུ་འགྱུར་བ་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་མཛའ་བོ་ཁྱེད་གཞན་དུ་འགོ་བར་མི་  
བྱའོ། །དེ་བཞུད་པ་ནི།

མཛའ་བོ་འགོ་བར་སྟོར་བ་ཡི། །

རྒྱ་རྒྱུ་སྟོན་དག་ནི་རབ་བཞུད་ནས། །

དབང་ཉིད་ཀྱིས་ནི་དེ་འགོག་པ། །

འདི་འདྲ་དབང་གིས་འགོག་པའོ། །

མཛའ་བོ་འགོ་བ་ལ་སྟོར་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་སྟོན་དག་ནི་རབ་བཞུད་ནས།  
འོན་ཀྱང་འགོ་བར་མི་བྱ་ཞེས་དབང་ཆེ་བའི་དག་གིས་འགོག་པའི་ཚུལ་འདི་

འདྲ་བ་ནི་དབང་གིས་འགོག་པའི་བྱུང་ལོ། །

བརྩུ་བ་མ་གྲུས་པས་འགོག་པ་ནི།

བདག་ནི་གསོན་རེ་སྟོབས་དང་ལྡན། །

ནོར་གྱི་བསམ་པ་སྟོབས་ལྡན་མིན། །

མཛའ་བོ་གཤེགས་སམ་བཞུགས་ལགས་སམ། །

རང་གི་གནས་སྐབས་སྟོས་པ་ལགས། །

བདག་ནི་བྱེད་དང་འགྲོགས་ཏེ་གསོན་པའི་རེ་བ་སྟོབས་དང་ལྡན་གྱི།

ནོར་སྐབས་པའི་བསམ་པ་སྟོབས་དང་ལྡན་པ་མིན་ནོ། །མཛའ་བོ་གཤེགས་

སམ་ བཞུགས་ལགས་སམ་ཞེས་མ་གྲུས་པའི་ཆིག་སྟོན་དུ་འགྲོ་བས།

འདིར་རང་གི་བསམ་པའི་གནས་སྐབས་སྟོས་པ་ཅམ་ལགས་སོ། །དེ་

བཤའ་བ་ནི།

གང་ཕྱིར་འདི་ནི་ཆགས་ལྡན་མས། །

མཛའ་བོའི་བསྐྱོད་པ་འགོག་བྱེད་པར། །

མ་གྲུས་བཞིན་དུ་ཆིག་སྟོར་བས། །

འདི་ནི་མ་གྲུས་པས་འགོག་པའོ། །

གང་གི་ཕྱིར་འདིར་ནི་ཆགས་ལྡན་མ་དེ་ཡིས། མཛའ་བོ་གཞན་དུ་

བསྐྱོད་པ་འགོག་པར་བྱེད་པའི་དོན་དུ། མ་གྲུས་པ་བཞིན་དུ་བྲས་པའི་ཆིག་

སྟོར་བ་དེ་ནི་མ་གྲུས་པས་འགོག་པའི་བྱུང་ལོ། །

བཙུ་གཅིག་པ་ཤེས་བརྗོད་གྱིས་འགོག་པ་ནི།

མཛའ་བོ་གལ་ཏེ་གཤེགས་ན་བཟུང། །

ཁྱོད་གྱི་ལམ་ནི་ཤེས་གྱུར་ཅིག །

གང་དུ་དེར་ནི་གཤེགས་པ་དེས། །

བདག་ཀྱང་སྐྱེ་བ་ཉིད་གྱུར་ཅིག །

མཛའ་བོ་ཁྱོད་གལ་ཏེ་གཤེགས་པར་བཞེད་ན་སྐྱུར་དུ་བཟུང་ཅིག  
ཁྱོད་གྱི་ལམ་དེ་ནི་ཞི་བའམ་ཤེས་པར་གྱུར་ཅིག ཁྱོད་གང་དུ་གཤེགས་པའི་  
ས་དེར་བདག་ཀྱང་སྐྱེ་བ་འཛིན་པ་ཉིད་དུ་གྱུར་ཅིག དེ་བཤད་པ་ནི།

དེ་ལྟར་ཤེས་བརྗོད་ལམ་གྱིས་གང་། །

རང་གི་གནས་སྐབས་གསལ་བྱེད་མོས། །

མཛའ་བོའི་བསྐྱོད་པ་འགོག་བྱེད་པ། །

འདི་ནི་ཤེས་བརྗོད་གྱིས་འགོག་པའོ། །

དེ་ལྟར་སྒྲོན་ཅིང་ཤེས་པ་བརྗོད་པའི་ལམ་སྒྲོལ་གྱིས། གང་རང་ཉིད་  
འཆི་བའི་གནས་སྐབས་གསལ་བར་བྱེད་པ་མོས་ཁྱོད་གཤེགས་སར་སྐྱེ་  
བར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་པའི་ངག་གིས་མཛའ་བོའི་བསྐྱོད་པ་འགོག་པར་བྱེད་པ་  
འདི་ནི་ཤེས་བརྗོད་གྱིས་འགོག་པའི་རྒྱུ་ནོ། །

བཙུ་གཉིས་པ་རྩལ་མོས་འགོག་པ་ནི།

གལ་ཏེ་ཁྱོད་འགྲོ་བདེན་ཉིད་ན། །

ཁྱོད་ཀྱིས་གཞན་པ་འགའ་ཞིག་ཆོལ། །

བདག་ནི་སྒྲགས་ཆོལ་འཆི་བ་ཡིས། །

དེ་རིང་ཉིད་དུ་འགོག་པར་འགྱུར། །

གལ་ཏེ་ཁྱོད་གཞན་དུ་འགྲོ་བ་བདེན་པ་ཉིད་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་

དགའ་མ་གཞན་པ་འགའ་ཞིག་འཆོལ་བར་རིགས་ཏེ། བདག་ནི་བྲལ་བའི་

གདུང་བས་སྒྲགས་ཆོལ་བའི་རྒྱ་འདིས། འཆི་བའི་གདུང་བས་དེ་རིང་ཉིད་

དུ་འཆོ་བ་འགོག་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་བཤའ་པ་ནི།

གང་གི་སྤྱིར་མཇེའ་བའི་དབང་གྱུར་པས། །

མཇེའ་བའི་བགྲོད་པ་འགོག་བྱེད་པ། །

ཆིག་རྩ་བ་ཡི་གེ་སྒྲོན་འགྲོ་ཅན། །

དེ་ནི་རྩ་བ་མོས་འགོག་པའོ། །

གང་གི་སྤྱིར་མཇེའ་བ་བརྟན་པའི་དབང་དུ་གྱུར་པའི་དགའ་མས།

མཇེའ་བའི་བགྲོད་པ་འགོག་པར་བྱེད་པ་ལ། ཁྱོད་ཀྱིས་གཞན་འཆོལ་ཞེས་

ཆིག་རྩ་བ་མོའི་ཡི་གེ་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་འདི་ནི་རྩ་བ་མོས་འགོག་པའི་རྒྱན་

ལོ། །

བཙུག་སྤྱི་པ་བ་གྲོགས་ཀྱིས་འགོག་པ་ནི།

གལ་ཏེ་གཤེགས་ན་སྒྱུར་དུ་བཅུད། །

སྤྱི་ནས་གཉིན་འདུན་འཁྲུགས་པའི་ཁས། །

བསྐྱགས་པའི་ཆོ་ངེ་འགྲོ་བ་ཡི། །

གོགས་གྲུར་སྤྱོད་ཀྱི་ན་བར་འོང་། །

གལ་ཏེ་གཤེགས་པར་བཞེད་ན་སྐྱར་དུ་བཞུད་ཅིག ཕྱི་ནས་བྲལ་བའི་  
གདུང་བས་ཁོ་མོ་ཞི་བ་ལ། གཉིན་འདུན་རྣམ་འབྱུགས་པའི་ཁས་བསྐྱགས་པའི་  
ཆོ་ངེ་དྲག་པོ། སྤྱོད་འགྲོ་བའི་གོགས་སུ་གྲུར་བ་དག་ན་བར་འོང་བས་སྤར་  
སོང་ཞིག་པའོ། །དེ་བཤད་པ་ནི།

གང་ཕྱིར་འདིར་ནི་མཐའ་གཅིག་ཏུ། །

ཆགས་མས་གྲོགས་ཉིད་བྱེད་པ་ཡིས། །

མཛའ་བོའི་བསྐྱོད་པ་འགོག་པ་འདི། །

གྲོགས་ཉིད་ཀྱིས་ནི་འགོག་པའོ། །

གང་གི་ཕྱིར་འདི་ནི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཆགས་སྤྲན་མས་འགྲོ་བ་ལ་  
གྲོགས་ཉིད་བྱེད་པ་སྟ་བུའི་ཆིག་གིས། མཛའ་བོའི་བསྐྱོད་པ་འགོག་པའི་  
ཚུལ་འདི་ནི་གྲོགས་ཀྱིས་འགོག་པའི་རྒྱན་ནོ། །

བརྟུ་བཞི་བ་འབད་པས་འགོག་པ་ནི།

བཞུད་ཅེས་སྤྱོད་དགེས་བཟོད་འདོད་དེ། །

བདག་ཉིད་དགའ་བར་བྱེད་པའི་ཆིག།

མ་གཤེགས་ཞེས་པ་ཁ་ནས་ནི། །

བྱུང་བར་གྲུར་ལ་བདག་ཅི་བྱེད། །

མཛེའ་བོ་ཁྱོད་ལ་བཞུད་ཅིག་ཅིས་ཁྱོད་དགྲེས་པའི་སྐད་དུ་བརྗོད་  
པར་འདོད་མོད་དེ་ཁོ་མོ་བདག་ཉིད་དགའ་བར་བྱེད་པའི་ཆོག་གིས་མ་  
གཤེགས་ཞེས་པ་ཞིག་རང་དབང་མེད་པར་ཁ་ནས་བྱུང་བར་བྱུར་པ་ལ།  
བདག་ཅི་ཞིག་བྱེད་དེ་ཐབས་མེད་དོ། །དེ་བཤད་པ་ནི།

མི་འདོད་དངོས་ལ་འབད་བྱས་པའི། །

འབྲས་བུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་བསྐྱེད་པས། །

དོན་མེད་ཉེ་བར་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། །

དེ་ནི་འབད་པས་འགོག་པའོ། །

མི་འདོད་པའི་དངོས་པོ་མཛེའ་བོ་འགྲོ་བ་ལ་སྒྲུབ་བ་དེ་ལ་འབད་པར་  
བྱས་པ་ན། འབྲས་བུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་འགྲོ་བ་འགོག་པ་བསྐྱེད་པས་འབད་པ་  
དོན་མེད་ཉེ་བར་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། དེ་ནི་འབད་པས་འགོག་པའི་རྒྱུ་ལོ། །

བཙུ་པ་གཞན་དབང་གིས་འགོག་པ་ནི།

སྐད་ཅིག་ལྟ་བུའི་གོགས་བྱེད་པའི། །

རྩི་མ་བསྐྱེད་པ་ལ་ཁོ་བ། །

ཁྱོད་ཀྱིས་མཛེའ་ལ་འགྲོ་བ་སྒྲུབ། །

བདག་ནི་དེ་ཡི་འདོད་པ་འདོད། །

སྐད་ཅིག་ཙམ་ལྟ་བུའི་གོགས་བྱེད་པའི་རྩི་མ་བསྐྱེད་ཅིང་གྲབ་པ་ལ་  
ཡང་། ཁོ་བ་འཛིན་པའི་མཛེའ་བ་ཤུགས་ཅན་ཞིག་ཁོ་མོའི་ཁོང་ན་འདུག་པ།



འདི་ལ་སྟོང་གིས་འགྲོ་བའི་ཚུལ་སྟོས་ཤིག། །བདག་ནི་དེ་གང་འདོད་པའི་  
གཞན་དབང་ཅན་ཡིན་པས་དེ་དང་མཐུན་པར་འདོད་དེ། དེས་བཏང་ན་  
བདག་གིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་བྱའོ། །དེ་བཤད་པ་ནི།

གང་སྤྱིར་མཛའ་བའི་གཞན་དབང་མས། །

དེ་ཡི་བསྟོད་པ་འགོག་བྱེད་པའི། །

དོན་འདི་ཉི་བར་གསལ་བྱེད་སྤྱིར། །

འདི་ནི་གཞན་དབང་འགོག་པའོ། །

གང་གི་སྤྱིར་མཛའ་བ་ཤུགས་ཆེན་པོའི་གཞན་དབང་ཅན་མས།  
མཛའ་བོ་དེའི་གཞན་དབང་ཁོ་ནས། བསྟོད་པ་འགོག་པར་བྱེད་པའི་དོན་  
འདི་ཉིད་ཉི་བར་གསལ་བར་བྱེད་པའི་སྤྱིར། འདི་ནི་གཞན་དབང་འགོག་  
པའི་རྒྱུ་རྟོ། །འདི་ལ་ཆིག་རྒྱུ་གོང་འོག་བསྟོས་བ་ནི་འཆད་ཚུལ་མ་ཤེས་  
པའི་ཉེས་པས། བྱ་ཆོམས་སུ་གཞུང་དགྲུགས་པའོ། །

བཙུ་དུག་པ་ཐབས་གིས་འགོག་པ་ནི།

མགོན་པོ་འབྲལ་བར་བཟོད་པར་བགྱ། །

གང་གི་མིག་བསྟོས་བདག་ལ་ནི། །

འདོད་པས་བསྐྱུན་དུ་མི་མཐོང་བའི། །

མཐོང་མིན་མིག་སྟོན་བདག་ལ་སྟོལ། །

མགོན་བྱེད་པ་པོ་ལ་བོད་ནས་སྟོང་དང་འབྲལ་བའི་གདུང་བ་ནི་

བདག་གིས་བཟོད་པར་བསྐྱེ་མོད། དེའི་འོག་ཏུ་གང་གི་མིག་ལ་བསྐྱོས་ཤིང་  
བྱུགས་པ་ཁོ་ནས། བདག་ལ་འདོད་པའི་སྒྲུབ་མེ་ཏོག་གི་མདས་བསྐྱུན་པའི་  
ཡུལ་དུ་མི་མཐོང་བ། མཐོང་བ་མིན་པའི་མིག་སྐྱོན་སྐྱོན་མེད་པ་ཞིག་བདག་  
ལ་སྐྱོལ་ཞིག་དེ་བཤའ་པ་ནི།

འཆོ་བའི་ཐབས་ནི་དཀའ་བ་དག །

ཉེ་བར་བཀོད་ནས་བདག་པོ་ནི། །

འགྲོ་བ་འགོག་པར་བྱེད་པའི་བྱིར། །

འདི་འདྲ་ཐབས་ཀྱིས་འགོག་པར་བཟོད། །

མཛའ་བོ་སོང་ནས་རང་མི་འཆི་བར་འཆོ་བའི་ཐབས་རྟེན་དཀའ་བ།  
མིག་སྐྱོན་སྐྱོན་མེད་སྒྲུབ་པའི་ཐབས་ཉེ་བར་བཀོད་ནས། བདག་པོ་གཞན་དུ་  
འགྲོ་བ་འགོག་པར་བྱེད་པའི་བྱིར། འདི་འདྲ་བ་ནི་ཐབས་ཀྱིས་འགོག་པའི་  
རྒྱུ་ཞེས་པར་བཟོད་དོ། །

བཙུ་བདུན་པ་ཁོ་བས་འགོག་པ་ནི།

རྩོ་བོ་ཁྱོད་ཀྱི་ཞལ་ནས་ཆིག །

བདག་འགྲོ་ཞེས་པ་ངེས་པར་བྱུང་། །

མཛའ་བ་དམན་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་ད། །

མ་སྐྱེན་ན་ཡང་བདག་ལ་ཅི། །

རྩོ་བོ་ཞེས་བོད་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་ཞལ་ནས་བཟོད་མི་འོས་པའི་ཆིག

།བདག་གཞན་དུ་འགྲོའི་ཞེས་པ་ཞིག་ངས་པར་བྱང་བེན་མོད།      དེ་འབྲས་སྒྲ  
རྒྱས་པའི་མཛའ་བ་དམན་པ་སྙིང་ཐག་རིང་པོ་ཅན་སྤྱོད་གྱིས།      ད་མ་ཕྱིན་  
པར་བསྐྱད་ན་ཡང་།      བདག་ལ་བསམ་པ་ནི་མིན་པས་བྱུང་པར་མེད་དེ་ཅི་  
བྱ་ཞེས་སོ། །དེ་བཞག་པ་ནི།

མཛའ་བ་རྒྱས་པས་མ་བསྐྱམས་པའི། །

བདག་ཉིད་ཁོ་བས་མཛའ་བོ་ཡི། །

འགྲོ་བར་རྩོམ་པ་བསྒྲིག་པ་གང་། །

དེ་ནི་ཁོ་བས་འགོག་པའོ། །

མཛའ་བ་རྒྱས་པ་སྙིང་ཉེ་བས་མ་བསྐྱམས་པའི་དགའ་མས།  
བདག་ཉིད་ཁོང་ཁོ་བས་ཀོ་ལོང་གི་ཚིག་བརྗོད་ནས།      མཛའ་བོ་འགྲོ་བར་  
རྩོམ་པ་བསྒྲིག་པ་གང་དེ་ནི་ཁོ་བས་འགོག་པའི་རྒྱན་ནོ། །

བཙུ་བརྒྱད་པ་ཐུང་ན་གྱིས་འགོག་པ་ནི།

མ་བསྐྱམས་བྱ་མའི་ན་བ་ལ། །

མ་བྱས་ཆང་ལ་མ་བཏབ་པར། །

སྤྱོད་གྱི་དབྱ་ཡི་རྗེང་ཉིད་དུ། །

ལྷན་ལ་ཟེགས་ཤིང་རྟིང་པར་བྱུང། །

ལྷན་ལའི་བྱ་བ་དེ་ཞིམ་བསྐྱམས་པ་དང་། བྱ་མའི་ན་བའི་རྒྱན་དུ་བྱ་བ་  
དང་། ཆང་ལ་བཏབ་པ་གསུམ་ཡིན་པ་ལ། དེ་གསུམ་གང་ཡང་མ་བྱས་པར།

ཁྱོད་གྱི་དག་ལྷའི་རྫིང་བྱ་ཉིད་དུ་ཟུངས་པའི་མེ་ཉེག་རྣམས་དོན་མེད་པ་ལ་  
ཟེགས་ཤིང་སྤྲོངས་པར་གྱུར་ཏོ། །དེ་བཤའ་པ་ནི།

ཟུངས་བཅས་ཤིང་ཟུངས་ལ། །  
དེ་འོས་ལས་ནི་བསྒྲིག་བྱས་ནས། །  
ཟུངས་འོས་པའི་སྐབས་སྟོན་ཕྱིར། །  
འདི་ནི་ཟུངས་གྱིས་འགོག་པའོ། །

ཟུངས་དང་བཅས་པ་བཞིན་དུ། ཟུངས་ལ་དེའི་འོས་པའི་ལས་གསུམ་  
དགག་བྱ་དེ་བསྒྲིག་པར་བྱས་ནས་བཀག་པ་འགོག་བྱེད་ཡིན་ཅིང་། དེས་  
ཀྱལ་པོ་གང་གི་དག་ལྷ་བཅོམ་པའི་ཟུངས་ལའི་རྫིང་བྱ་སྤྲོངས་པ་ཟུངས་འོས་  
པའི་སྐབས་དོན་འཆད་པའི་ཕྱིར་བརྗོད་པ་འདི་ནི་ཟུངས་གྱིས་འགོག་པའི་  
བྱུང་ལོ། །

བཅུ་དགུ་པ་འགྲོད་པས་འགོག་པ་ནི།

དོན་ནི་འགའ་ཡང་ཆོགས་མ་བྱས། །  
རིག་པ་འགའ་ཡང་མ་བསྐྱབས་ཤིང་། །  
དཀའ་ཐུབ་འགའ་ཡང་མ་བསགས་པར། །  
ན་ཆོད་མཐའ་དག་སོང་བར་གྱུར། །

དོན་ནི་ཆེ་འདི་ལ་ཕན་པ་ཆོང་དང་། ཞིང་ལས་སོགས་གྱིས་ནོར་  
ལོངས་སྤྱོད་འགའ་ཡང་ཆོགས་པར་མ་བྱས་ལ། རིག་པའི་དངོས་པོ་རིག་

བྱེད་བཞི་དང་། དེའི་ཡན་ལག་དྲུག་སོགས་འགའ་ཡང་མ་བསྐྱབས་ཤིང་།  
སྦྱང་བ་མ་བྱས་པ་དང་། དཀའ་ཐུབ་སྟེ་ལེགས་སྦྱང་དང་བརྟལ་ཞུགས་ཀྱི་  
རིམ་པ་བསོད་ནམས་སུ་འགྱུར་བ་འགའ་ཡང་མ་བསགས་པར། བ་ཚོད་ཀྱི་  
རིམ་པ་མཐའ་དག་སོང་སྟེ། འཆི་བ་ལ་རེག་པ་ཅམ་དུ་གྱུར་ཏོ། །དེ་བཞུད་  
པ་ནི།

གང་ཕྱིར་འདིར་ནི་ཆེ་སོང་བས། །

དོན་བསྐྱབ་ལ་སོགས་འགོག་པ་ནི། །

འགྱོད་པ་གཙོ་བོར་སྟོན་བྱེད་པ། །

དེ་ནི་འགྱོད་པས་འགོག་པའོ། །

གང་གི་ཕྱིར་ན་ཆེ་སྟོང་ལོག་དུ་སོང་བས། དོན་བསྐྱབ་པ་སོགས་  
གཞོན་དུས་བྱ་འོས་པའི་བྱ་བ་ནམས་དགག་བྱ། དེ་ནམས་མ་བྱས་པ་འགོག་  
བྱེད་དུ་བྱས་ནས། བསྟན་བྱ་འགྱོད་པའི་གདུང་བ་གཙོ་བོར་སྟོན་པར་བྱེད་པ་  
འདི་ནི་འགྱོད་པས་འགོག་པའི་ཁྱེད་ལོ། །

ཉི་ཤུ་པ་ཐེ་ཆོམ་གྱི་འགོག་པ་ནི།

ཅི་འདི་སྟོན་གྱི་ཚུ་འཛིན་ནམ། །

ཡང་ན་ངང་པའི་ཆོགས་སམ་ཅི། །

སྒྲ་ནི་ཀང་གདུབ་ཀྱིས་འདྲ་བ། །

ཐོས་པས་དེ་ནི་ཚུ་འཛིན་མིན། །

ཅི་ནམ་མཁའ་ལ་རྒྱ་བའི་ཁ་དོག་དཀར་ཞིང་མཛེས་པ་ཅན་འདི་དག  
སྟོན་དུས་ཀྱི་ཚུ་འཛིན་དཀར་པོ་སྤིང་བ་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་ངང་པའི་བླ་ཆོག་ས་  
འཕྱར་ཞིང་བགྱོད་པ་ཅི་ཡིན་སྐྱམ་ཐེ་ཆོམ་འཛིན་པའི་དགག་བྱ་དེ་འགོག་  
བྱེད་སྤྱི་རྒྱ་གདུབ་འཁྲོལ་བའི་སིལ་སིལ་འདྲ་བ་ཞིག་ཐོས་པས་དེ་ནི་ཚུ་  
འཛིན་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཤའ་བ་ནི།

ཆོས་ནི་ངང་པ་ལ་ཡོད་ཅིང་། །

སྤྱིན་གྱི་རིགས་ལ་མ་རེག་བས། །

གང་ཞིག་ཐེ་ཆོམ་སྒྲིག་བྱེད་པ། །

འདི་ནི་ཐེ་ཆོམ་འགོག་པའོ། །

རྒྱ་གར་དུ་ངང་པའི་རྒྱལ་པོ་བཟུང་སྟེ། ལས་ཀ་ལ་གསེར་དངུལ་གྱི་  
རྒྱ་གདུབ་སྟེར་ཞིང་། དེས་གཞན་གྱིས་འཆེ་བར་མི་རུས་པའི་དབང་གིས་  
ཚུ་བྱ་ནམས་འདྲ་བས། མཆོ་དེ་མཛེས་ཤིང་ཡུལ་འཁོར་ཉམས་དགའ་བར་  
བྱེད་ཅེས་གསུངས་ཏེ། རྒྱ་གདུབ་ཀྱི་སྤྱི་འཁྲོལ་བའི་ཆོས་འདི་ངང་པ་ལ་ཡོད་  
ཅིང་། ཆོས་དེས་སྤྱིན་གྱི་རིགས་ལ་མ་རེག་བས། གང་ཞིག་ཐེ་ཆོམ་སྒྲིག་  
པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་ཐེ་ཆོམ་འགོག་པའི་རྒྱན་ནོ། །

ཉེར་གཅིག་པ་སྒྲུབ་བས་འགོག་པ་ནི།

བདུད་ཅིའི་བདག་ཉིད་བརྩམས། །

སྤང་ཞིང་སྐྱམ་པའི་སྐར་འབྲས་ཅན། །



ཁྱོད་གདོང་ཟླ་བ་འདི་ཡོད་བཞིན། །

ཟླ་བ་གཞན་གྱིས་ཅི་ཞིག་བྲ། །

གདོང་གིས་མིག་སེམ་པར་བྱེད་པས་དང་། ཟླ་བས་བསིལ་བར་བྱེད་  
པས་བདུད་ཅིའི་བདག་ཉིད་སྐྱ་སྐྱར། གདོང་གིས་བརྒྱའི་མངོས་པ་བྱམ་པ་  
དང་། ཟླ་བའི་ཟེར་གྱིས་བརྒྱ་བྱམ་པར་བྱེད་པས་དེ་ལ་སྤང་བ་ཡང་སྐྱ་སྐྱར།  
སྐྱམ་པའི་རྒྱ་ར་གེ གདོང་ལ་མིག་འབྲས་དབྱས་གྱི་ཆ་ཅན་དང་། ཟླ་བ་ལ་  
སྐར་མ་ནམས་གྱི་འཁོར་ཅན་ཏེ། རྒྱ་སྐད་གཅིག་ལ། བོད་སྐད་གཉིས་གྱི་སྐྱ་  
བསྐྱས་ནས་སྐར་འབྲས་ཅན་ཞེས་བྲ་སྟེ། ཉན་པ་དང་ཐོས་པ་གཉིས་ཀའི་སྐྱ་  
བསྐྱས་ནས་ཉན་ཐོས་ཞེས་བསྐྱར་བའི་ཚུལ་སྐྱ་སྐྱོར་བམ་གཉིས་མར་འབྱུང་  
བ་བཞིན་ནོ། །སྐྱ་སྐྱར་བ་གསུམ་དང་ལྟན་པའི་ཁྱོད་གདོང་གི་ཟླ་བ་འདི་  
ཡོད་བཞིན་དུ་ནམ་མཁའི་ཟླ་བ་གཞན་འདིས་ཅི་ཞིག་བྲ་སྟེ་དོན་མེད་དོ། །  
འདི་ལ་བཤ་ཆེན་སུམ་གྱི་སོགས་གྱིས། དཀར་བའི་འབྲས་བྲ་ཅན་ཞེས་འབྲ་  
གཞོན་པར་མཛད་ཀྱང་། དེ་ལྟར་མིན་ཏེ། རྒྱ་དཔེར། ཨ་མི་རྒྱ་མི་བརྒྱ་ལྔ་  
དེའི་རི་སྐྱ་སྐྱ་རྒྱ་ར་གེ་ཞེས་དཀར་བ་དང་འབྲའི་སྐད་དོད་ཅི་ཡང་མེད་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞད་པ་ནི།

པལ་པའི་ཟླ་བ་ལ་བརྟེན་པ། །

དེ་མཚུངས་ཡོན་ཏན་བསྟེན་བྲས་ནས། །

གཙོ་བོའི་ཟླ་བ་འགོག་བྱེད་པ། །

ནམ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་བའི་འགོག་།

ཕལ་བ་བཏགས་པའི་སྒྲ་བ་གདོང་ཡིན་པས། དེ་ལ་བརྟེན་པའམ་  
འབྲུག་པར་གཙོ་བོ་ནམ་མཁའི་སྒྲ་བ་དེ་དང་མཚུངས་པའི་ཡོན་ཏན་གསུམ་  
བསྟན་པ་དེས་གཙོ་བོའི་སྒྲ་བ་དེ་འགོག་པར་བྱེད་པའི་ནམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་  
སྒྲུབ་བས་འགོག་པའི་བྱུང་ལོ། །

ཉེར་གཉིས་པ་དོན་གཞན་འགོག་པ་ནི།

ཐམས་ཅད་མནན་ཡང་སྤྱོད་གྱིས་ནི། །

ནམ་གཞོན་ཆེ་མ་པ་མེད་པ་མཆར། །

འོན་ཀྱང་བསྐྱེད་བྱ་འབར་བ་ལ། །

ཆེ་མ་པ་དག་ནི་ནམ་ཞིག་མཐོང་། །

སྒྲུབ་པའི་སྤྱོད་གྱི་བསོད་ནམས་དང་དཔའ་རྟལ་གྱིས་འགྲོ་བ་མཐའ་  
དག་གིས་དུ་མནན་ཡང་། ད་དུང་ནམ་པར་གཞོན་པས་ཆེ་མ་པ་མེད་པ་འདི་  
མཆར་ཆེའོ་ཞེས་པ་དགག་བྱ། །དེ་འགོག་པ་ལ། འོན་ཀྱང་བསྐྱེད་བྱ་བ་  
སྟེ་མེ་འབར་བ་ལ་ཡང་ཆེ་མ་པ་ནམ་ཞིག་མཐོང་སྟེ། བྱད་ཤིང་ངི་ཅམ་བསྟན་  
པ་དེ་ཅམ་དུ་འབར་བས་ཆེ་མ་པ་མེད་དོ། །དེ་བཤའ་པ་ནི།

གང་བྱུང་འདི་ནི་དོན་གཞན་དག།

དེ་ཡི་ཆོས་མཚུངས་བསྟན་བྱས་ནས། །

ཡ་མཚན་ཚུམ་པ་འགོག་བྱེད་པ། །

འདི་ནི་དོན་གཞན་འགོག་པའོ། །

གང་གི་ཕྱིར་རྣམ་པར་གཞོན་པ་དེའི་ཆོས་མཚུངས་མི་འབར་བ་ལ་  
ཆོས་པ་མེད་པ་དག་བསྟན་པར་བྱས་ནས་དེས་རྣམ་པར་གཞོན་པས་མི་  
ཆོས་པ་ཡ་མཚན་དུ་ཚུམ་པ་འགོག་པར་བྱེད་པ་ནི་དོན་གཞན་འགོག་པའི་  
ཀྱན་ནོ། །

ཉེར་གསུམ་པ་རྒྱས་འགོག་པ་ནི།

སྦྱིན་པ་པོ་ཞེས་ནམ་ཡང་ནི། །

མི་དབང་ཁྱོད་ལ་མ་བསྟོད་དེ། །

གང་ཕྱིར་སྦྱོང་བས་ཁྱོད་ཀྱི་ནོར། །

རང་གི་ཉིད་དུ་བསམས་ནས་ལེན། །

སྦྱིན་པ་པོ་ཞེས་དུས་ནམ་ཡང་མི་དེ་དབང་ཕྱག་ཁྱོད་ལ་མ་བསྟོད་དེ།  
དེ་རྒྱ་གང་གི་ཕྱིར་ན། སྦྱོང་བ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱོད་ཀྱི་ནོར་དེ་ལ་རང་རང་གི་  
ནོར་ཡིན་པར་བསམས་ནས་ལེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཤད་པ་ནི།

ཞེས་པ་ལ་སོགས་འགོག་པ་ནི། །

རྒྱས་འགོག་པ་ཞེས་བཤད་པ་སྟེ། །

ཞེས་བཤད་མ་ཐག་ལ་སོགས་པས་འགོག་པའི་ཚུལ་འདི་ནི་མ་  
བསྟོད་པའི་རྒྱ། རང་ནོར་དུ་བསམ་པ་བཀོད་ནས་འགོག་པའི་ཕྱིར། རྒྱས་  
འགོག་པ་ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ཏེ། དོན་སྦྱོང་བ་ལ་དགག་པ་མེད་པས་རྒྱལ་

པོ་གཏོང་པོད་ཆེ་བར་བསྟན་ནོ། །འདི་ལ་མི་བསྟོད་དེ་ཞེས་བྲིས་ཤིང་འབྲུ་  
གཞོན་པ་ཡང་ཅུང་ཟད་མ་དག་པའོ། །

བསྐྱབ་ཚུལ་གྱིས་དོན་བསྟུ་བ།

གསུམ་པ་བསྐྱབ་ཚུལ་གྱིས་དོན་བསྟུ་བ་ནི།

སྟོགས་འདི་ཉིད་གྱིས་རྣམ་པར་རྟོག་།

གཞན་རྣམས་དག་ཀྱང་དཔག་པར་རུས། །

བཤམ་བེན་པའི་སྟོགས་འདི་ཉིད་གྱིས། འགོག་བྱུ་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་  
པའི་བྱེ་བྲག་གཞན་རྣམས་ཀྱང་། གོམས་པའི་མཐུ་ལས་དཔག་པར་རུས་  
སོ། །

༥ དོན་གཞན་བཏོད་པའི་བྱུ་བཤམ་བ།

༥ བདུན་པ་དོན་གཞན་བཏོད་པའི་བྱུ་ལ་གསུམ། མཚན་ཉིད་སྒྲིར་  
བཤམ། དབྱེ་བ་མིང་གིས་བསྟན། སྒྲིར་བ་དཔེས་མཚན་པའོ། །

མཚན་ཉིད་སྒྲིར་བཤམ།

དང་པོ་མཚན་ཉིད་སྒྲིར་བཤམ་པ་ནི།

གང་ཞིག་དངོས་འགའ་རབ་བཏོད་ནས། །

དེ་ཡི་སྐྱབ་བྱེད་རུས་པ་ཅན། །

དངོས་པོ་གཞན་དག་འགོད་པ་དེ། །

དོན་གཞན་བཏོད་པར་ཤེས་པར་བྱ། །

ཆོག་སྒྲོར་གང་ཞིག་བརྗོད་པར་འདོད་པའི་དངོས་པོ་འགའ་ཞིག་དམ་  
བཅའ་ལྟར་སྒྲོན་ལ་རབ་ཏུ་བཀོད་ནས།      དེའི་སྒྲུབ་བྱེད་བྱས་པ་ཅན་གྱི་  
དངོས་པོ་གཞན་ཁྲབ་ཆེ་བ་དག      །སྒྲི་ཁྲབ་སྒྲོན་པ་ལྟར་བྱས་ནས་འགོད་པ་  
དེ་ནི་དོན་གཞན་བཀོད་པའི་རྒྱན་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

དབྱེ་བ་མིང་གིས་བསྟན་པ།

གཉིས་པ་དབྱེ་བ་མིང་གིས་བསྟན་པ་ནི།

ཀུན་ཁྲབ་ཁྲད་པར་ལ་གནས་དང་།

སྒྲུར་བ་ཅན་དང་འགལ་བ་ཅན། །

མི་འོས་བྱེད་དང་འོས་པའི་བདག །

འོས་དང་མི་འོས་བསྐྱོག་པའོ། །

འདི་ཡི་དབྱེ་བ་དེ་ལྟ་སོགས། །

སྒྲོར་བ་རྣམས་ལ་རབ་ཏུ་མཆོན། །

འདི་རྣམས་རང་བཞིན་གསལ་བའི་ཕྱིར། །

དཔེར་བརྗོད་བྱེད་བ་བསྟན་པར་བྱ། །

ཀུན་ལ་ཁྲབ་པ་དང་། ཁྲད་པར་ལ་གནས་པ་དང་། སྒྲུར་བ་ཅན་དང་།  
འགལ་བ་ཅན་དང་། མི་འོས་བྱེད་དང་། འོས་པའི་བདག་ཉིད་དང་། འོས་  
ཤིང་མི་འོས་པ་དང་།      མི་འོས་ཤིང་འོས་པའི་དབྱེ་བས་བརྒྱད་པོ་འདི་ལ་  
སོགས་པ་སྒྲོར་བ་རྣམས་མཆོན་ཞིང་མཐོང་སྟེ།      འདི་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་

གསལ་བར་བསྟན་པའི་བྱིར། དཔེར་བརྗོད་ཀྱི་སྤང་བ་བསྟན་པར་བྱའོ་ཞེས་  
མཚམས་སྒྲུབ་ནས།

སྒྲུབ་བ་དཔེས་མཚོན་པ།

གསུམ་པ་སྒྲུབ་བ་དཔེས་མཚོན་པ་ནི། དང་པོ་ཀུན་ཁྲབ་ཀྱི་དོན་  
གཞན་བཀོད་པ་ནི།

ལེགས་ལྡན་འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་མིག །

ཉི་མ་དང་ནི་ལྷ་བ་ཡང་། །

རྒྱབ་པར་འགྱུར་བ་ཉིད་ལ་ལྟོས། །

ངེས་པ་ལ་ནི་སྤྲུལ་ཡིས་འགོང་། །

ལེགས་ལྡན་ཉེ་བསོད་ནམས་ཡོན་ཏན་ཀྱི་ཕུང་པོ། འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་  
མིག་ལྟ་བུར་གསལ་བའི་བྱེད་པོ་ཉི་མ་དང་ལྷ་བ་ཡང་རྒྱབ་པར་འགྱུར་བ་  
ཉིད་ལ་ལྟོས་ཤིག་ཅེས་པའི་དམ་བཅའ། དེ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་ནི། སྒྲེ་བ་ཅན་  
ཐམས་ཅད་འཇིག་པའི་ངེས་པར་ལ་སྤྲུལ་ཡིས་ཀྱང་འགོང་བར་མི་རྒྱས་སོ་  
ཞེས་པ་བཟན་གཡོའི་དངོས་པོ་ཀུན་ལ་ཁྲབ་པས། ཀུན་ཁྲབ་ཀྱི་དོན་གཞན་  
བཀོད་པའོ། །

གཉིས་པ་བྱེད་པར་ལ་གནས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ནི།

ཆུ་འཇིན་འདི་དག་ལུས་ཅན་ཀྱི། །

ཡོངས་སྤྲུལ་གདུང་བ་འཕྲོག་པར་བྱེད། །



བདག་ཐོབ་མིན་ནམ་ཆེན་པོ་རྣམས། །

གཞན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཞི་སྦྱང་དུ་འོ། །

ཅུ་འཇིན་སྤྱིན་གྱི་ཆོག་ས་འདི་དག་ལུས་ཅན་ཀུན་གྱི་ཡོངས་སུ་  
གདུང་བ་རྣམས་ཞི་ཞིང་འཕྲོག་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་པའི་དམ་བཅའ། དེ་སྐབ་  
པར་བྱེད་པ་ནི། སྤྱི་སྤྱོད་ཆེན་པོ་རྣམས་ནི་གཞན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཞི་བའི་  
ཆེད་ཁོ་ནར་བདག་ཉིད་ཐོབ་པ་མིན་ནམ་སྟེ་ཡིན་ནོ། །ལེན་ལ་མི་སྟོས་པར་  
པན་པར་བྱེད་པ་ནི་སྤྱི་སྤྱོད་ཆེན་པོ་ཁོ་ན་ལ་ཡོད་ཀྱི། གཞན་ལ་མ་ཡིན་  
པས་བྱེད་པར་ལ་གནས་པའི་དོན་གཞན་བཞོད་པའོ། །འདི་དང་གོང་གི་  
ཀུན་བྱུང་གཉིས་ཀ་པཎ་ཆེན་སརྩ་གྲེས། བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་གོང་འོག་  
བསྐྱེད་ནས་བཞུགས་པ་ནི། རྒྱ་ཆེ་ཆུང་གོ་བསྐྱེད་པའི་སྤྱོད་ཡོད་པས་མི་  
ལེགས་སོ། །

གསུམ་པ་སྤྱོད་བ་ཅན་གྱི་དོན་གཞན་བཞོད་པ་ནི།

མ་ལ་ཡ་ཡི་རྒྱང་གིས་ནི། །

འཇིག་རྟེན་དགའ་བ་སྤྱོད་པར་བྱེད། །

དུས་ཀྱི་དང་ཡང་དག་ལྟ། །

ཀུན་གྱི་སྤྱོད་སྤྱད་མ་ཡིན་ནམ། །

སྟོ་སྟོགས་མ་ལ་ཡའི་རྒྱང་བསེལ་བ་དག་གིས། འཇིག་རྟེན་ན་འགོ་  
བ་ཀུན་གྱི་དགའ་བ་སྤྱོད་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་པ་དམ་བཅའ། དེ་སྐབ་པར་བྱེད་

པ་ནི། དུམྱེ་ཁྲེ་སྒྲ། མྱེ་རྒྱང་དང་། གཡས་ཕྱོགས་དང་། རེས་སུ་མ་བྱན་པ་  
སོགས་ལ་འདུག་པས། གཞན་གྱི་སྒོ་དང་རེས་སུ་མ་བྱན་པར་འདུག་པ་དང་  
ཡང་དག་པར་ལྡན་ན། ཀུན་གྱི་སྒྲིང་དུ་སྒྱག་པ་མ་ཡིན་ནམ་སྒྲིང་ཡིན་ནོ། །  
འདི་ནི་སྒྲ་གཅིག་དོན་དུ་མ་ལ་སྒྱར་རུང་བས་སྒྱར་བའི་དོན་གཞན་བཀོད་  
བའོ། །

བཞི་པ་འགའ་བའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ནི།

མཆན་མོར་བྱེད་འདི་ཟླ་མ་དང་། །

ལྷན་ཡང་འགོ་བ་དགའ་བ་སྐྱེད། །

གཉིས་སྐྱེས་དབང་པོ་སྐྱོན་ལྟ་ཡང་། །

གཞན་དག་རྗེས་སྤྱོད་པར་བྱས། །

མཆན་མོར་བྱེད་པ་སྒྲ་བ་འདི་རྟོག་པའི་དེ་མ་དང་ལྡན་ཡང་། འགྲོ་བ་  
རྣམས་དགའ་ཞིང་རང་བ་སྐྱེད་པར་བྱེད་ཅེས་དམ་བཅས་པ། དེ་མ་དང་ལྡན་  
པ་དང་དགའ་བ་སྐྱེད་པ་འགལ་ལོ། །དེ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ། གཉིས་སྐྱེས་  
དབང་པོ་སྒྲ་བ་དང་བྲམ་ཟེའི་རྒྱལ་པོ་སོགས་ལ་འཇུག་ཀྱང་། སྐྱར་དོན་མིན་  
པས། འདིར་བྲམ་ཟེའི་རྒྱལ་པོ་སྐྱོན་འགའ་ཞིག་དང་ལྡན་ཡང་། རིག་བྱེད་  
ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཀྱིས་གཞན་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་རུས་སོ་འགལ་བ་ཅན་  
བཞོད་པས་འགལ་བའི་དོན་གཞན་བཞོད་པའོ། །

ལྷ་པ་མི་འོས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ནི།

སྒྲུང་ཅི་འབྲུངས་པའི་མགིན་སྟན་ལས།

བྱང་བ་བྱང་བའི་སྒྲུང་ག་ཡང་། །

ན་བར་རྩལ་པ་ཉིད་འགྱུར་བ། །

འདོད་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིག་འདི་འདྲ། །

སྒྲུང་ཅི་འབྲུངས་ཏེ་སྒྲོས་པའི་མགིན་པ་སྟན་པོ་ལས་བྱང་བ། བྱང་བ་  
གཞོན་ཀྱའི་སྒྲུང་འཇམ་པོ་དག་ཡང་ན་བའི་ལམ་དུ་རྩལ་པར་འགྱུར་བ་ནི་དམ་  
བཅའ། དེ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ། འཇམ་པ་རྩལ་པར་མ་བྱ། བསེལ་བས་གདུང་  
བར་བྱེད་པ་སོགས་འདོད་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིག་པའམ། སྒྲུང་བྱའི་རང་བཞིན་  
ནི་འདི་འདྲ་བའོ་ཞེས་འཇམ་པའི་དངོས་པོ་རྩལ་པར་བྱེད་པ་མི་འོས་པས།  
མི་འོས་བྱེད་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པའོ། །

དུག་པ་འོས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ནི།

ཅུ་སྒྲེས་འདབ་མའི་མལ་སྟན་འདིས། །

བདག་གི་ལུས་འདི་གདུང་བར་བྱེད། །

བསྐྱེད་པའི་བདག་ཉིད་སྐྱེག་བ་དང་། །

འདྲ་བས་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནམ། །

ཅུ་སྒྲེས་ཏེ་པརྒྱའི་འདབ་མའི་མལ་སྟན་འདིས་འཇམ་པའི་རང་བཞིན་  
ཀྱིས་འདོད་པ་སྒྱེད་དེ། བདག་གི་ལུས་འདི་གདུང་ཞིང་སྐྱེག་པར་བྱེད་ཅེས་  
དམ་བཅའ། དེ་སྒྲུབ་བྱེད་དེ་ནི་རིགས་ཏེ། སྐྱེག་པའི་བདག་ཉིད་མེ་དང་འདྲ་

ཞིང་ཆོས་མ་ཐུན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཏེ། ཁ་དོག་དམར་ཞིང་གཏུང་བ་སྐྱེད་པའི་  
དངོས་པོར་འདྲ་བའི་སྤྱིར་རོ། །འདི་ལ་འབྲེལ་བ་སྤྱི་མ་ཚུལ་སྤྱད་གསལ་  
སྒྲུབ་མང་དུ་མཛད་ཀྱང་སྤྱོད་གསལ་འཐེན་གྱི་ངལ་བ་བསྒྲུབ་པར་བཟད་དོ། །འདི་  
ནི་གཏུང་བར་འོས་པ་བསྒྲུན་པའི་སྤྱིར། འོས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པའོ། །

བདུན་པ་འོས་ཤིང་མི་འོས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ནི།

བསིལ་ཟེར་ཅན་གྱིས་ཉམས་བྱེད་མོད། །

དབྱིད་གྱིས་བདག་ནི་ཅི་ལ་གཏུང་། །

དྲི་མ་ཅན་གྱིས་སྤྱོད་པའི་ལས། །

དག་པས་མི་འོས་པ་མིན་ནམ། །

དངོས་པོ་བྱེ་བྲག་བསིལ་ཟེར་ཅན་རྒྱ་བས་ཉམས་པར་བྱེད་པ་བདེན་  
མོད། དབྱིད་གྱི་དུས་དག་པའི་རང་བཞིན་ཅན་འདིས་བདག་ཅི་ལ་གཏུང་སྟེ།  
གཏུང་བར་མི་འོས་སོ་ཞེས་དམ་བཅའ། དེ་སྒྲུབ་པ་ལ། སྤྱིར་དྲི་མ་ཅན་གྱིས་  
སྤྱོད་པའི་ལས་གང་ཡིན་པ་དེ། དྲི་མ་མེད་པ་དག་པའི་དངོས་པོ་བྱེད་མི་  
འོས་སོ་ཞེས་སྤྲུ་མ་དངོས་པོ་བྱེ་བྲག་པ་འོས་མི་འོས། སྤྱི་མ་སྤྱི་བྱེད་གྱིས་  
བསྒྲུབས་པས། འོས་ཤིང་མི་འོས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པའོ། །

བརྒྱད་པ་མི་འོས་ཤིང་འོས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ནི།

ཀྱ་ཐུད་ལྟན་ཡང་སྤྱོད་བྱེད་ན། །

བརྒྱའི་འབྲུང་གནས་ཅིས་མི་བྱེད། །

ཟླ་བས་བཟུང་ནམས་རྩ་བ་པ་ན། །

ཉི་མས་བཟུང་བ་འཇམ་མི་འགྱུར། །

ཀྱ་མུད་ལྡན་པའི་ཚལ་ན་ཡང་སྲེག་པར་བྱེད་འོས་ན། བསྐྱའི་འགྱུར་  
གནས་སུ་སྲེག་པར་ཅིས་མི་བྱེད་དེ་འོས་པའི་དམ་བཅའ། དེ་སྐྱབ་པ་ལ། ཟླ་  
བ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བསེལ་བས་བཟུང་བའི་རེག་བྱ་ཡང་རྩ་བ་ན། ཉི་མ་ཚ་  
བའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱིས་བཟུང་བའི་དངོས་པོ་གང་ཡང་འཇམ་པར་མི་  
འགྱུར་ངོ། །སྤྲ་མ་དངོས་པོ་བྱེ་བྲག་པ་གཉིས་གྱིས་བྱ་བ་མི་འོས་ཤིང་འོས་  
པ་སྟེ། བྱེ་མ་སྟེ་བྱེ་བྱེ་གྱི་རེག་བྱ་འཇམ་རྩ་བ་བཀོད་ནས་བསྐྱབས་པས། མི་  
འོས་ཤིང་འོས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པའི་རྒྱན་ནོ།

༤ བརྒྱད་པ་ལྡོག་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན།

༥ བརྒྱད་པ་ལྡོག་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་ལ་གཉིས། མཚན་ཉིད་སྦྱིར་བསྟན།  
བྱེ་བྲག་དཔེར་བརྗོད་པ་ལོ། །

མཚན་ཉིད་སྦྱིར་བསྟན།

དང་པོ་མཚན་ཉིད་སྦྱིར་བསྟན་པ་ནི།

སྐྱས་ཟིན་པའམ་རྟོགས་པ་ཡིས། །

དངོས་པོ་གཉིས་ནི་མཚུངས་གྱུར་པ། །

དེར་ནི་དབྱེ་བ་བརྗོད་པ་གང་། །

དེ་ནི་ལྡོག་པ་ཅན་ཞེས་བརྗོད། །

མཚུངས་སྐྱེས་དངོས་སུ་ཟིན་པའམ་དོན་གྱི་ཤུགས་ལས་རྟོགས་པའི་  
སྒྲོན་མ། བརྗོད་འདོད་ཀྱི་དངོས་པོ་གཉིས་ནི་མཚུངས་པར་གྱུར་པ་ལ། དེ་  
ནི་ཁྱད་ཀྱི་དབྱེ་བ་འགས་སྐྱར་བརྗོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། སྒྲོན་དུ་མཚུངས་  
པ་ཕྱིས་ལྟོག་པ་ཅན་ནས། འབྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱན་དུ་ཡང་བརྗོད་དོ། །

བྱེ་བྲག་དཔེར་བརྗོད་པས།

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་དཔེར་བརྗོད་པས།

སྐྱེས་ཟིན་མཚུངས་པའི་ལྟོག་པ་ཅན། །

རྟོགས་པས་མཚུངས་པའི་ལྟོག་པ་ཅན། །

འབྱེད་བྱེད་མཚུངས་པའི་ལྟོག་པ་ཅན། །

རིགས་མ་ཐུན་འབྱེད་པའི་ལྟོག་ཅན་ནོ། །

དང་པོ་ལ་ཡང་ལྟ་ལས། གཅིག་གིས་ལྟོག་པ་ཅན་ནི།

བརྟན་དང་ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་དང་། །

ལ་མཐུ་སོགས་ཡོན་ཏན་གྱིས། །

ཁྱོད་དང་རྒྱ་མཚོ་མཚུངས་ཐ་དང་། །

ཁྱོད་ལུས་འདི་འདྲ་ཉིད་གྱིས་སོ། །

བསྐྱོད་པར་མི་རུས་པས་བརྟན་པ་དང་། ཁོང་ཡངས་ཤིང་ཆེ་བའི་

བདག་ཉིད་ཅན་དང་། ལྷ་མཐུའི་སྒྲ། མངེས་པ་དང་། ལན་ལྟའི་རོ་དང་། ཟབ་

པ་སོགས་ལ་འབྲུག་པས། རྒྱལ་པོ་མངེས་པ་དང་། རྒྱ་མཚོ་ལན་ཆ་རོ་དང་།



ལྷན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱིས་རྒྱལ་པོ་བྱོན་དང་། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་  
མཚུངས་པ། ཐ་དད་པའི་དབྱེ་བ་ནི་བྱོན་གྱི་ལུས་སྦྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་མཚན་  
ཉིད་ཅན་འདི་འདྲ་བ་ཉིད་གྱིས་སོ། །

དེ་བཤད་པ་ནི།

གཅིག་ལ་གནས་པའི་ཆོས་གྱིས་ནི། །

གཉིས་ཀ་ལ་གནས་ཐ་དད་དག །

རྟོགས་པའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་སྤྱིར། །

འདི་ནི་གཅིག་གི་ལྷོག་པ་ཅན། །

གཅིག་ལ་གནས་པ་སྦྱེས་བྱའི་ལུས་གྱི་རྣམ་པ་བརྗོད་པས་གཉིས་ཀ་  
ལ་གནས་པའི་ཆོས་ཐ་དད་པ་ཆེགས་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་  
དེའི་སྤྱིར་འདི་ནི་གཅིག་གི་ལྷོག་པ་ཅན་ནོ། །

གཉིས་པ་གཉིས་གྱི་ལྷོག་པ་ཅན་ནི།

ཆུ་ཡི་སྤང་པོ་དག་དང་བྱོན། །

མཚམས་ལས་མི་འདའ་བཅ་པ་སྟེ། །

འདི་ནི་མིག་སྒྲན་དང་མཚུངས་པ། །

བྱོན་ནི་གསེར་གྱི་འོད་ཅན་ནོ། །

ཆུའི་སྤང་པོ་བ་ཆ་ཅན་གྱི་རྒྱ་མཚོ་དང་། བྱོན་ནི་མཚམས་ལས་མི་  
འདའ་བ་སྟེ། རྒྱ་མཚོ་ཆུ་མཚམས་དང་། བྱོན་བཅང་པོའི་ལུགས་ལས་མི་

འདའ་བའོ། །རྒྱ་མཚོ་གཏིང་དང་། བྱོད་ཀྱི་སྒོ་དཔག་པར་དཀའ་བས་ཟབ་  
བ་སྟེ་དེའི་འབྲེད་ཆོས་རྒྱ་མཚོ་འདི་ནི་མིག་སྒྲིབ་ཀྱི་ཁ་དོག་དང་མཚུངས་ལ།  
བྱོད་ནི་སྒྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་ལུས་གསེར་བཟང་པོའི་འོད་ཅན་ནོ། །

དེ་བཤའ་བ་ནི།

གང་ཕྱིར་འདི་ནི་གཉིས་ཀ་ཡིས། །

འབྲེད་བྲེད་ཡོན་ཏན་ནག་པོ་དང་། །

སེར་པོ་གཉིས་ཀས་ཐ་དད་བསྟན། །

འདི་ནི་གཉིས་ཀའི་ལྷོག་པ་ཅན། །

གང་གི་ཕྱིར་འདིར་ནི་གཉིས་ཀའི་འབྲེད་བྲེད། ། ཁ་དོག་གི་ཡོན་ཏན་  
ནག་པོ་དང་སེར་པོ་གཉིས་ཀས་ཐ་དད་བྱ་བསྟན་པ་འདི་ནི་གཉིས་ཀའི་  
ལྷོག་པ་ཅན་ནོ། །

གསུམ་པ་སྒྲུབ་བའི་ལྷོག་པ་ཅན་ནི།

བྱོད་དང་རྒྱ་མཚོ་དུས་རྒྱུ་རོ། །

མར་སར་ཏེ་ཇ་མཐུས། །

འདི་ཡིས་བྱོད་གཉིས་ཐ་དད་དེ། །

དེ་ནི་ཁྱ་བདག་བྱོད་མཁས་སོ། །

རྒྱལ་པོ་བྱོད་དང་རྒྱ་མཚོ་ནི། དུས་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞེས་པ། ལྷོག་དཀའ་བ་དང་།  
ཁྱ་བདག་པ་ལྷ་ཅན་ལ་འབྲུག་ །མར་སར་ནི་སྒྲིབ་སྟོབས་ཆེ་བ་དང་། སེམས་

ཅན་ཆེན་པོ་ཚུ་སློན་ལ་འཇུག། །ཉེ་ཇ་མི་གཟི་བཞིན་དང་། མེ་ལ་འཇུག་  
པས། རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ནི་གཞན་གྱིས་བསྐྱོག་དཀའ་ཞིང་སྤྲོད་སྤྲོས་ཆེན་པོ་  
གཟི་བཞིན་དང་བཅས་པ། རྒྱ་མཚོ་ཚུ་ངན་ཞིང་སེམས་ཆེན་པོ་ཚུ་སློན་དང་།  
གོད་མ་ཁའི་མེ་དང་བཅས་པ་སྟེ་སྐྱུ་རྒྱུ་ར་ནས། འབྱེད་ཆོས་འདི་ཡིས་ཁྱེད་  
གཉིས་ཐ་དད་དེ། རྒྱ་མཚོ་དེ་ནི་ཚུ་ཡི་བདག་ཉིད་བེམས་པོ་དང་། ཁྱོད་  
མཁས་ཤིང་རིག་པའི་བདག་ཉིད་དོ། །

དེ་བཤད་པ་ནི།

འདི་ནི་སྐྱུ་ར་བའི་ཚུ་ལ་ལྟན་ཕྱིར། །

སྐྱུ་ར་བ་ཅན་ཞེས་བཟུང་བར་མཛོད། །

འདི་ནི་སྐྱུ་སྐྱུ་ར་བའི་ཚུ་ལ་གསུམ་དང་ལྟན་པའི་ཕྱིར། སྐྱུ་ར་བའི་ལྷོག་  
པ་ཅན་ཞེས་བཟུང་བར་མཛོད་ཅིག །ཡང་།

འགོག་པ་ཅན་དང་གཏན་ཆིགས་ཅན། །

གཉིས་པོ་དེ་ཡང་བསྟན་པར་བྱ། །

ཞེས་དམ་བཅས་ནས།

བཞི་པ་འགོག་པའི་ལྷོག་པ་ཅན་ནི།

ལྷགས་དང་ལྟན་ཞིང་བཏན་པ་ཡི། །

རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་ཡིན་མོད་ཀྱང་། །

དེ་མ་ལྟན་པ་ཚུ་སློན་གནས། །

ཁྱོད་ཀྱི་འགྲན་རྒྱུ་འགྲུར་མ་ཡིན། །

རྒྱལ་པོ་འཇིག་རྟེན་ཀྱི་ཁྱིམ་ས་ལུགས་དང་ལྡན་ཞིང་། བསྐྱོད་པར་མི་  
རུས་པས་བརྟན་ལ། རིན་པོ་ཆེ་མང་པོ་འཇིག་པས་འབྲུང་གནས་ཡིན་པ་  
དང་། རྒྱ་མཚོ་ཡང་དུས་ཀྱི་རྒྱབས་དང་། མཚམས་ལས་མི་འདའ་བ་སོགས་  
ལུགས་དང་ལྡན་ཞིང་། འདོམ་བདུན་ནམ་བཙུག་གིས་མན་ཆད་མི་གཡོ་  
བས་བརྟན་ལ། རིན་པོ་ཆེ་འབྲུང་བའི་གནས་ཡིན་མོད་ཀྱང་། བ་ཚུ་ལ་  
སོགས་པའི་ངེ་མ་ལྡན་པ་ཚུ་སྤྱོད་གཏུག་པའི་གནས་དེ་ཉིད། རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་  
ཀྱི་འགྲན་རྒྱུ་འགྲུར་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འགོག་པའི་ཚུ་ལ་གྱིས་འབྲེད་བྲེད་  
བཟོད་པས་འགོག་པའི་ལྟོག་པ་ཅན་ནོ། །

ལྷ་པ་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་ལྟོག་པ་ཅན་ནི།

རི་སྒྲིང་རྒྱ་མཚོར་བཅས་པ་ཡི། །

ས་གཞི་མཐའ་དག་འཇིག་མོད་ཀྱང་། །

ལག་འགྲོ་ནམས་ཀྱི་རྗེར་གྱུར་བྱིར། །

ལྷག་མ་ཅན་ནི་ཁྱོད་བས་དམན། །

རི་དང་། སྒྲིང་དང་། རྒྱ་མཚོར་བཅས་པའི་ས་གཞིའི་ཁྱོན་མཐའ་དག་  
དཔུང་པས་འཇིག་པ་ནི། རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་དང་། ལྷག་མ་ཅན་ཀྱི་སྐྱབས་པ་ཡིན་  
མོད། རོན་ཀྱང་ལག་འགྲོ་སྟེ་སྐྱུ་ནི་དུད་འགྲོ་ཡིན་པས་དེ་དག་གི་རྗེ་བོར་  
གྱུར་བའི་བྱིར། ལྷག་མ་ཅན་སྐྱུ་མཐའ་ཡས། དེ་ནི་ཁྱོད་ལས་དམན་ནོ། །

སྒོ་བ་དཔོན་དག་གི་དབང་ཕྱུག་ནི། སྒྲོ་ཞོར་རྒྱས་ཞེས་འཆད་ཅིང་། ལག་  
འགྲོ་སྒྲེ་བོ་དན་པ་ལའང་འཇུག་མོད། རྒྱལ་པོ་དམ་པའི་རིགས་ཀྱི་རྗེ་བོ་ཡིན་  
པར་ཡང་སྟོན་ནོ། །འདི་ནི་རྒྱ་མཆོན་རྟགས་སུ་བཀོད་པའི་ཆ་ནས་མཚུངས་  
པ་ལྟོག་པས། གཏན་ཆིགས་ཀྱི་ལྟོག་པ་ཅན་ནོ། །

དོན་བསྐྱེད་ཞིང་མཆོམས་སྐྱར་བ་ལ།

སྐྱ་དག་འཇུག་པ་མཚུངས་པ་ཡི། །

ལྟོག་པ་ཅན་ནི་འདི་འདྲ་སྟེ། །

རྟགས་པར་གྱུར་པས་མཚུངས་པ་ཡང་། །

ཡོད་པ་དེ་ནི་རྗེས་སུ་སྐྱབ། །

སྐྱ་དག་འཇུག་པའམ། སྐྱས་ཟིན་པའི་མཚུངས་པ་ལས་ལྟོག་པ་ཅན་  
ནི་བཤད་ཟིན་པ་འདི་འདྲ་སྟེ། ད་ནི་དོན་ཀྱི་ཤུགས་ལས་རྟགས་པར་གྱུར་  
པས་མཚུངས་པ་ལྟོག་པ་ཡང་ཡོད་པས། དེ་ནི་རྗེས་སུ་བསྐྱབས་ཅིང་བསྟན་  
པར་བྱའོ་ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་རྟགས་པས་མཚུངས་པའི་ལྟོག་པ་ཅན་ལ། དང་པོ་རྟིན་གྱི་  
དབྱེ་བའི་ལྟོག་པ་ཅན་ནི།

ཁྱོད་གྱི་གདོང་དང་པར་སྟེ། །

འདི་གཉིས་ཀྱི་ནི་ཁྱད་པར་ཡང་། །

པར་ཁུ་ལས་སྐྱེས་པ་དང་། །

ཁྱོད་གདོང་ཁྱོད་ལ་བརྟེན་པའོ། །

མཛེས་མ་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་དང་བསྐྱེད་འདི་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་ནི། བསྐྱེད་  
ཚུ་ལས་སྐྱེས་པ་དང་། ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་ནི་ཁྱོད་རང་ཉིད་ལ་བརྟེན་པ་འདིའོ། །  
འདིར་མཚུངས་ཆོས་མཛེས་པ་ཤུགས་ལས་ཉོགས་ཤིང་། ཉོན་ཐ་དད་པས་  
དབྱེ་བ་བྱས་ཏེ། འདི་དང་སྤུལ་བྱུང་གི་དཔེ་སྤྱོད་ལས་ཡང་དེ་ལ་ཁོ་ནས་  
ཞེས་དང་། ཐ་དད་པའི་འབྱེད་ཆོས་གཞན་མེད་ཅེས་བྱུང་བྱས་ལ། འདིར་ནི་  
ཉོན་ཐ་དད་བསྐྱེད་པ་ཅུ་མོ། །

གཉིས་པ་དཔེ་ཅན་སྤྲུག་པའི་ལྷོག་པ་ཅན་ནི།

རི་དྲགས་མིག་ལ་སྒྲིན་སྒྲིག་དང་། །

སྤྱོད་པའི་དམར་བས་རེག་པ་མེད། །

ཁྱོད་ཀྱི་མིག་ནི་གཉིས་པོ་འདི། །

ཡོན་ཏན་དེ་དག་ཉིད་ཀྱིས་བརྒྱན། །

རི་དྲགས་ཀྱི་མིག་མཛེས་པའི་དཔེར་བྱེད་པ་དེ་ལ་ཡང་། སྒྲིན་མ་

ནུམ་པར་གཡོ་བའི་རོལ་སྒྲིག་དང་། ཆགས་སྤྱོད་ཀྱི་དམར་བས་རེག་པ་

མེད་ལ། ཁྱོད་ཀྱི་མིག་གཉིས་པོ་འདི་ནི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་གིས་ཀྱང་བརྒྱན་

ནི་ཞེས་མཚུངས་པ་ཤུགས་ལས་ཉོགས་སོ། །དེ་བཤའ་པ།

སྤྱོད་པར་དབྱེ་བ་ཅུ་མོ་ཞིག་བསྐྱེད། །

འདིར་ནི་སྤྲུག་པ་ཉིད་བསྐྱེད་ཏོ། །



དཔེར་བརྗོད་སྤྱི་མཐུན་ཉེན་ཐ་དད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཙམ་ཞིག་བསྟན་ལ་སྤྱི་མ་  
འདིར་ནི་ཡོན་ཏན་སྟག་པ་ཉིད་བསྟན་ཏོ། །

གསུམ་པ་འབྱེད་བྱེད་ཀྱང་མཚུངས་པའི་ལྷོག་པ་ཙན་ལ།  
སྤྱི་མཐུན་མཚུངས་པའི་ལྷོག་པ་ཙན། །

གཞན་དག་རབ་ཏུ་བསྟན་པར་བྱ། །

སྤྱི་མཐུན་འབྱེད་བྱེད་ཀྱང་མཚུངས་པའི་ལྷོག་པ་ཙན་ཀྱི་དབྱེ་བ་  
གཞན་དག་རབ་ཏུ་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ། མཚུངས་ཆོས་འབྱེད་བྱེད་གཉིས་ཀ་  
སྤྱི་མཐུན་ཐེན་པའི་ལྷོག་པ་ཙན་ནི།

ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་དང་བརྒྱ་དཀར། །

རྒྱས་ཤིང་ངི་བཟང་ལྟན་པ་སྟེ། །

བརྒྱ་ལ་ནི་བྱང་བ་འཁོར། །

ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་ལ་མིག་རབ་གཡོ། །

ལུས་སྤྱི་མཐུན་ཀྱི་གདོང་དང་བརྒྱ་དཀར་པོ་ནི་རྣམ་པར་རྒྱས་ཤིང་ངི་  
བཟང་པོ་དང་ལྟན་པ་སྟེ། བརྒྱ་ལ་ནི་བྱང་བ་འཁོར་ཞིང་ལྷོད་ལ་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་  
ལ་མིག་རབ་ཏུ་གཡོ་བ་ཙམ་བྱེད་པར་རོ། །དེ་ནི་མཚུངས་ཆོས་འབྱེད་བྱེད་  
གཉིས་ཀ་སྤྱི་མཐུན་ཐེན་པར་མཚུངས་སོ། །

གཉིས་པ་མཚུངས་ཆོས་ལྷགས་དང་འབྱེད་བྱེད་སྤྱི་མཐུན་ཐེན་པའི་ལྷོག་  
པ་ཙན་ནི།

ཟླ་བ་འདི་ནི་མཁའ་ཡི་བྱུང་། །

ངང་བ་འདི་ནི་ཚུ་ཡི་བྱུང་། །

མཁའ་འདི་རྒྱ་སྐར་སྤེང་བ་ཅན། །

ཚུ་འདི་ཀྱ་ཟུང་བྱས་པ་ཅན། །

ཟླ་བ་འདི་ནི་ནམ་མཁའ་མཛེས་པའི་བྱུང་ཡིན་ལ། ངང་བ་འདི་ནི་  
ཚུའི་བྱུང་ཡིན། དེ་བཞིན་ནམ་མཁའ་འདི་ནི་རྒྱ་སྐར་གྱི་སྤེང་བ་ཅན་དང་།

ཚུ་འདི་ནི་མེ་ཏོག་ཀྱ་ཟུང་བྱས་པ་ཅན་ནོ། །དེ་བཤའ་བ་ནི།

འདིར་ནི་ཟླ་བ་ངང་བ་དག །

དཀར་བ་ཉིད་སོགས་རྟོགས་པ་དང་། །

མཁའ་དང་ཚུ་ནི་དག་པར་ཡང་། །

རྟོགས་བྱར་མཚུངས་པའི་དབྱེ་བ་བྱས། །

ཆོག་སྒྲུབ་འདིར་ནི། ཟླ་བ་དང་ངང་བ་དག་དཀར་བ་དང་མཛེས་པ་  
ཤུགས་ལས་རྟོགས་ཤིང་། འབྲེད་བྲེད་མཁའ་དང་ཚུའི་བྱུང་དུ་བྱུར་བ་དངོས་

སྒྲུབ་སྟེ། དེ་བཞིན་ནམ་མཁའ་དང་ཚུ་ཡང་དག་ཅིང་སྒྲོ་བ་ཤུགས་ལས་

དང་། རྒྱ་སྐར་སྤེང་བ་དང་། ཀྱ་ཟུང་བྱས་པ་སྐྱས་དངོས་སྒྲུབ་ཅིན་པར་བྱས་

སོ། །

སྒྲུབ་པ་འདི་སྒྲུབ་བཅས་མཚུངས། །

གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་ཐ་དད་འབྲེད། །

བྱང་བ་མིག་ལ་སོགས་པ་མཚུངས། །

དེ་ཕྱིར་མཚུངས་པའི་ལྷོག་པ་ཅན། །

དཔེར་སྒྲ་མ་ལ་རྒྱས་ཤིང་ངི་བཟང་ལྡན་པ་ཞེས་སྒྲས་བེན་པའི་  
མཚུངས་པ་དང་། སྒྲ་ཕྱི་གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་ཐ་དད་པའི་འབྱེད་ཆོས། བྱང་བ་  
དང་མིག་སོགས་སྒྲས་མཁའ་དང་ཟུ། རྒྱ་སྐར་དང་ཀྱ་ཐུད་སོགས་མཚུངས་  
པར་བསྟན་པ་དེའི་ཕྱིར། འདི་དག་མཚུངས་པའི་ལྷོག་པ་ཅན་ནོ་ཞེས་དོན་  
བསྟུས།

བཞི་པ་རིགས་མཐུན་འབྱེད་པའི་ལྷོག་པ་ཅན་ནི།

རིན་ཆེན་སྒྲུང་བས་མི་སྒོགས་ཤིང་། །

ཉི་མའི་འོད་གྱིས་མི་བསྒྲོག་པ། །

ལང་ཆོ་ལས་བྱང་ན་ཅུང་གི། །

ཐུན་པས་ལྷ་བ་འགོག་པར་བྱེད། །

ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆའི་སྒྲུང་བས་མི་སྒོགས་པ་སྟེ་མི་ཞི། ཉི་མའི་འོད་  
གྱིས་མི་སྒོགས་པ་སྟེ་གསལ་བར་མི་རུས་པ། ལང་ཆོ་དང་པོ་ལས་བྱང་བའི་  
ན་ཅུང་གི་ཐུན་པ་འདིས་ནི། སྒྲུང་དོར་གྱི་གཟུགས་ལ་ལྷ་བ་འགོག་པ་སྟེ་  
སྒྲིབ་པར་བྱེད་དོ། །

དེ་བཤད་པ་ནི།

ཐུན་པའི་རིགས་ལ་ཐུན་པ་འདི། །

ལྷ་བ་འགོག་པ་ཉིད་ཀྱིས་མཚུངས། །

གཞན་དག་གིས་ནི་ཐ་དད་བསྟན། །

འདི་ནི་རིགས་མ་ཐུན་ལྷོག་པ་ཅན། །

རབ་ཏུ་གྲགས་པའི་ཐུན་པའི་རིགས་དག་ལ། །

ན་ཚུང་ལས་བྱུང་བའི་ཐུན་པ་འདི་ལྷ་བ་འགོག་པ་ཉིད་ཀྱིས་མཚུངས་  
ཀྱང་། གཞན་ལོར་བྱ་དང་ཉི་མའི་འོད་ཀྱིས་མི་སེལ་བ་དག་གིས། ཕྱིའི་ཐུན་  
པ་དང་མཚན་ཉིད་ཐ་དད་པར་བསྟན་པས། འདི་ནི་རིགས་མ་ཐུན་འབྱེད་  
པའི་ལྷོག་པ་ཅན་རོ། །

༩ སྲིད་པ་ཅན་གྱི་རྒྱུ་བཤའ་པ།

༥ དགྲ་པ་སྲིད་པ་ཅན་གྱི་རྒྱུ་ལ་གཉིས། མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མདོར་  
བསྟན། དཔེར་བརྗོད་ནས་རྒྱས་པར་བཤའ་བའོ། །

མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མདོར་བསྟན་པ།

དང་པོ་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མདོར་བསྟན་པ་ནི།

རབ་ཏུ་གྲགས་པའི་རྒྱ་བསྐྱོག་ནས། །

གང་ཞིག་རྒྱ་གཞན་ཅུང་ཟད་ཅུང་། །

གང་དུ་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད། །

སྟོན་པ་དེ་ནི་སྲིད་པ་ཅན། །

འཇིག་རྟེན་ལ་རབ་ཏུ་གྲགས་པའི་རྒྱ་བསྐྱོག་ཅིང་བཀག་ནས་གང་

ཞིག་དེ་དང་རྗེས་སུ་མ་ཐུན་པའི་རྒྱ་གཞན་ཅུང་ཟད་སྟོན་པའི་རྒྱ་ཅུང་ཟད་  
ཀྱང་འབད་པས་བཀག་སྟེ། གང་དུ་རང་གི་ངོ་བོ་དངོས་པོའི་ཆོས་གྲུབ་པ་  
ཉིད་སྟོན་པ་དེ་ནི་སྲིད་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་ནོ། །

དཔེར་བརྗོད་ནས་རྒྱས་པར་བཤད་པ།

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་ནས་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། དང་པོར་རབ་  
གྲགས་ཀྱི་རྒྱ་བརྒྱུག་པ་ལ་ཡང་། ཕྱིའི་རྒྱ་གཞན་ཅུང་ཟད་སྟོན་པའི་སྲིད་པ་  
ཅན་ནི།

མ་འཐུངས་མྱོས་པའི་ཀ་དཔྱ། །

མ་ཕྱིས་ངྲི་མ་མེད་པའི་མཁའ། །

གྲངས་པར་མ་བྱས་དྲངས་པའི་ཚུ། །

འགྲོ་བའི་ཡིད་ནི་འཕྲོག་པར་འགྱུར། །

མྱོས་འགྱུར་མ་འཐུངས་པར་མྱོས་པ་ནི་ཀ་དཔྱ་སྟེ་ཚུ་བྱ་མཐིང་རིལ་  
དང་། མ་ཕྱིས་ཀྱང་ངྲི་མ་མེད་པའི་ནམ་མཁའ་དང་། ཀེ་ཏ་ཀ་སོགས་ཀྱིས་  
གྲངས་པར་མ་བྱས་ཀྱང་དྲངས་པའི་ཚུ་དང་ལྡན་པས། འགྲོ་བའི་ཡིད་ནི་  
རབ་ཏུ་འཕྲོག་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ནང་གི་རྒྱ་གཞན་ཅུང་ཟད་སྟོན་པའི་སྲིད་པ་ཅན་ནི།

སྒྲན་མ་བསྐྱས་པར་དཀར་མིན་མིག།

མནན་པ་མིན་པར་སྒྲན་མ་དམལ། །

ཚོན་མ་བསྐྱོས་པར་དམར་བ་ནི། །

མཛེས་མ་སྤྱོད་ཀྱི་མཆུ་འདིའོ། །

མིག་སྒྲིག་གིས་བསྐྱུས་པ་མིན་པར་དཀར་མིན་ཏེ་གནག་པའི་མིག་  
དང་། མནན་པ་མིན་པར་སྒྲིག་མ་འབྲུར་ཞིང་དམའ་བ་དང་། ཚོན་གྱིས་མ་  
བསྐྱོས་པར་དམར་བ་ནི་མཛེས་ལྡན་མ་སྤྱོད་ཀྱི་མཆུ་འདིའོ། །

དེ་དག་བཤའ་བ་ནི།

གང་སྤྱིར་མ་འབྲུངས་ལ་སོགས་སྐྱེས། །

སྤྱོས་པ་ཉིད་སོགས་རྒྱ་གཞན་ཅན། །

རྒྱ་མེད་དག་ཀྱང་བརྗོད་འདོད་པ། །

དེ་སྤྱིར་འདིར་ནི་འགལ་བ་མེད། །

གང་གི་སྤྱིར་ན། མ་འབྲུངས་པ་དང་། མ་སྤྱོས་པ་སོགས་ལས་སྐྱེས་  
པའི་འབྲས་བུ་སྤྱོས་པ་དང་། ཇི་མ་མེད་པ་སོགས་རིམ་བར་སྒྲུབ་བ་འདི་  
དག་གིས་སྤྱོར་བ་སྤྲུལ་ལ་རྒྱ་གཞན་སྟོན་གྱི་དུས་དང་། སྤྱི་མ་ལ་ལང་ཚོ་  
དར་བ་དོན་དང་ཤུགས་ལས་ཉོགས་པའི་རྒྱ་དང་བཅས་པའང་ཡིན་ལ།  
རབ་ཏུ་གྲགས་པའི་རྒྱ་བཞག་པས་རྒྱ་མེད་པ་དག་ཡིན་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་  
པར་འདོད་པ། དེའི་སྤྱིར་འདིར་ནི་འགལ་བ་མེད་དོ། །

གསུམ་པ་འབྲས་བུ་རང་གི་ངོ་བོ་ཅུམ་བསྐྱུས་པའི་སྤྱིད་པ་ཅན་ནི།

བསྐྱོས་པ་མེད་པར་ཁ་དྲི་ཞིམ། །



བཙུགས་པ་མིན་པར་ལུས་པོ་མཛེས། །

རྒྱ་མེད་དག་ཏུ་སྒྲ་བ་དག། །

རྒྱ་མཚན་མེད་པར་འདོད་པ་གྲོགས། །

དེ་བཟང་གི་ཆེད་ཏུ་བསྐྱོས་པ་མེད་པར་སྤོང་གི་ཁ་ནས་དེ་ཞིམ་པོའི་  
ངན་ལྡང་ཞིང་། འབད་པས་བཙུགས་པ་མིན་པར་ལུས་བཟང་པོའི་ཆ་ཀྱན་  
མཛེས་ལ། འཁོར་གྱི་རྒྱ་མེད་པར་གདུང་ཞིང་གཞོད་པའི་ཕྱིར་སྒྲ་བ་ནི་དག་  
དང་། མཐུན་པའི་རྒྱ་མཚན་མེད་པར་འདོད་པའི་སྤྱེ་བོ་འདི་ནི་པན་པར་བྱེད་  
པའི་གྲོགས་ཡིན་ནོ། །དེ་བཤད་པ་ནི།

བསྐྱོས་པ་མེད་སོགས་ཆིག་གིས་འདིར། །

རྒྱ་ནི་དངོས་སུ་རབ་བསྒྲེག་ཅིང་། །

དེ་ཞིམ་ཉིད་སོགས་འབྲས་བུ་བཟོད། །

དེ་ཕྱིར་འདི་ནི་སྤྲིད་པ་ཅན། །

བསྐྱོས་པ་མེད། བཙུགས་པ་མིན། རྒྱ་མེད། རྒྱ་མཚན་མེད་ཅེས་པའི་  
ཆིག་གིས། འདིར་རྒྱ་ཐམས་ཅད་ནི་དངོས་སུ་རབ་ཏུ་བསྒྲེག་ཅིང་བཀག་  
ནས། དེ་ཞིམ་པ། ལུས་མཛེས། རྒྲ་བ་དག། འདོད་པ་གྲོགས་སུ་གྱུར་པའི་  
འབྲས་བུ་རང་གི་ངོ་བོ་ཅམ་བསྟན་པ་སྟེ། འདི་ལ་རྒྱ་ཐམས་ཅད་འབད་པས་  
བཀག་པ་དེའི་ཕྱིར། འདི་ནི་ངོ་བོ་ཅམ་སྟན་པའི་སྤྲིད་པ་ཅན་ནོ། །

༡༠ བསྐྱུས་བཟོད་ཀྱི་བྱུང་བཤའ་པ།

༥ བཅུ་པ་བསྐྱུས་བཟོད་ཀྱི་བྱུང་ལ་གཉིས། མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མདོར་  
བསྐྱུས། དཔེར་བཟོད་ནས་བྱུས་པར་བཤའ་བའོ། །

མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མདོར་བསྐྱུས།

དང་པོ་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མདོར་བསྐྱུས་པ་ནི།

དངོས་པོ་འགའ་ལ་བསམ་བྱས་ནས། །

དེ་དང་མཚུངས་པའི་དངོས་པོ་གཞན། །

བསྐྱུས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཟློད་བྱེད་པ། །

དེ་ནི་བསྐྱུས་པ་བཟོད་པར་འདོད། །

བཟོད་འདོད་ཀྱི་དངོས་པོ་འགའ་ཞིག་ཡིད་ལ་བསམ་པར་བྱས་ནས།  
དེ་དང་ཆོས་མཚུངས་པའི་དངོས་པོ་གཞན་ཞིག་བཟོད་དོན་བསྐྱུས་པའི་  
ཚུལ་གྱིས་ཟློད་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི། བསྐྱུས་པ་བཟོད་པའི་བྱུང་བཤའ་དེ།  
འདི་ལ་ཇི་སྐད་དུ།

གང་དུ་དོན་དམ་སྒྲ་ཡི་དོན་དེ་ཉིད། །

ཉི་བར་མཚོན་པར་བྱས་ཤིང་རང་གི་དོན། །

གསལ་བར་གྱུར་པ་སྒྲིབ་པའི་བྱུང་བཤའ་པར་ཉི། །

སྒྲ་ཙམ་ཞེས་པ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཤའ། །

ཅེས་དབྱས་འགྱུར་གྱི་མཁས་པ་རྣམས། སྒྲ་ཙམ་གྱི་བྱུང་བཤའ་པར་

འདོད་དོ། །

དཔེར་བརྗོད་ནས་རྒྱས་པར་བཤད་པ།

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་ནས་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། སྤྱི་དང་གྲེ་བྲག་  
གཉིས་ལས། དང་པོ་སྤྱིའི་བསྐྱུས་བརྗོད་ནི།

བྱང་བ་ཇི་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན། །

བསྐྱེད་རྒྱས་ལ་སྤྱང་ཅི་འབྱུངས། །

དེ་ཞིས་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཡང་། །

མེ་ཉོག་ཁ་མ་གྲེ་སྤྱོད་ལྟོས། །

བྱང་བ་འགའ་ཞིག་ཇི་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན་དུ། བསྐྱེད་རྒྱས་པ་ལ་སྤྱང་  
ཅིའི་བརྒྱུད་འབྱུངས་ལ་དེས་ཀྱང་མི་ཆིམ་པར། དེ་ཞིས་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་པའི་  
མེ་ཉོག་ཁ་མ་གྲེ་བ་ལ་ཡང་མཆུ་སྤྱོད་བ་ལ་ལྟོས་ཤིག་ཅེས་མ་རངས་པའི་  
ཆིག་བརྗོད་པའོ། །དེའི་དགོངས་པ་ནི།

ཆགས་ལྡན་བྱད་མེད་དར་མ་ལ། །

དགའ་བའི་ཅེ་དགས་བཅིངས་པ་དག །

བྱ་མོ་འགའ་ཞིག་དག་ལ་ཡང་། །

འདོད་པ་འཕེལ་བ་སྟོན་པར་བྱེད། །

ཆིག་སྤྱོད་སྤྲ་མ་དེ་ཡི་དོན་ཆགས་ལྡན་འགའ་ཞིག་བྱད་མེད་ལང་ཆོ་  
དར་བབ་མ་ལ། རབ་ཏུ་དགའ་བའི་ཅེ་དགའི་བྱ་བས་བཅིངས་པ་དག །

འདོད་པ་བསྐྱེད་མ་རན་པའི་བྱ་མོ་ཆུང་དུ་འགའ་ཞིག་ལ་ཡང་། འདིར་འདོད་  
པ་འཕེལ་བའི་རྣམ་འགྱུར་སྟོན་པར་བྱེད་ཅེས་པའོ། །

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་ལ།

བྱད་པར་ཅན་ཅམ་ཐ་དད་ཀྱང་། །

བྱད་པར་རྣམ་པ་མཚུངས་པའང་ཡོད། །

བྱད་པར་ཐ་དད་ཐ་དད་མིན། །

འདི་ནི་གཞན་པ་དག་ཀྱང་ཡོད། །

བྱད་པར་ཅན་ཐ་དད་ལ་བྱད་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་པ་མཚུངས་པའང་ཡོད།

བྱད་ཆོས་ཐ་དད་དང་ཐ་དད་མ་ཡིན་པ་དང་། འདི་ལས་གཞན་པ་སྟོན་མེད་  
པའི་བསྐྱེད་བརྗོད་ཀྱང་ཡོད་ཅེས་པའི་དང་པོ། བྱད་གཞི་ཐ་དད་བྱད་ཆོས་  
གཅིག་པའི་བསྐྱེད་བརྗོད་ནི།

ཅ་བརྟན་འབྲས་བུའི་ཁུར་གྱིས་ནི། །

སྟོང་རྣམས་རྟག་ཏུ་རྒྱས་པར་བྱེད། །

གྲིབ་མ་སྐྱམ་པའི་སྟོན་པ་ཆེ། །

འདི་ནི་བདག་གིས་ཡང་དག་ཐོབ། །

དཔག་བསམ་གྱི་སྟོན་པ་ཅ་བ་བརྟན། འབྲས་བུའི་ཁུར་གྱིས་སྟོང་བ་

རྣམས་རྟག་ཏུ་དགའ་ཞིང་འབྱོར་བ་རྒྱས་པར་བྱེད་པ། གྲིབ་མ་སང་སང་  
མེད་པར་གཅིག་ཏུ་སྐྱམ་པའི་སྟོན་ཤིང་ཆེན་པོ་འདི་ནི། བདག་གིས་སྐལ་བ་

ཡང་དག་པ་ཉིད་དུ་ཐོབ་ཅེས་ཏེ།      བསམ་དོན་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོ་རང་བཞིན་  
བརྟན་པ།      སྡེ་བཞིའི་འབྲས་བུ་ཕུན་ཆོག་པ་པའི་ཁུར་གྱིས་སྦྲང་བ་ནམས་  
རྟག་ཏུ་འབྱོར་ཞིང་དགའ་བ་རྒྱས་པར་བྱེད་པ།      དེའི་སྐྱབས་གྱི་གྲིབ་མ་སྦྱུམ་  
བའི་སྐྱེས་བུ་མཆོག་འདི་ནི་བསོད་ནམས་དང་ལྡན་པ་དག་གི་མགོན་དུ་  
ཡང་དག་པར་ཐོབ་ཅེས། བྱད་གཞི་ལྡོན་པ་དང་། སྐྱེས་བུ་ཐ་དད་བྱད་ཆོས་  
གཅིག་པར་བསྐྱུས་པའོ། །

གཉིས་པ་བྱད་ཆོས་ཐ་དད་དང་ཐ་དད་མིན་པའི་བསྐྱུས་བཅོམ་ནི།

ཡལ་གའི་བྱོན་མི་ཆུང་ཞིང་། །

མེ་ཏོག་འབྲས་བུ་ཕུན་སྦྱུམ་ཆོག་པ། །

དམ་པའི་གྲིབ་བསིལ་བརྟན་ལྡན་པའི། །

ཤིང་འདི་བདག་གི་སྐྱལ་བས་རྟེན། །

གང་ལ་ཡལ་གའི་བྱོན་མི་ཆུང་བར་ཆེ་ཞིང་།      མེ་ཏོག་འབྲས་བུ་ཕུན་  
སྦྱུམ་ཆོག་པ་པ་ཅན།      དམ་པ་སྟེ་མཆོག་གི་གྲིབ་བསིལ་གྱི་རྩ་བ་བརྟན་པོ་  
དང་ལྡན་པའི་ཤིང་འདི་ནི།      བདག་གི་སྐྱལ་བ་ཁོ་ནས་རྟེན་དོ་ཞེས་པ་ལ།  
དཔང་ལྷོ་ཀ་ལས་རྒྱུ་པ་སྦྱ་མ་གཉིས་ཀྱིས་བཅོམ་པའི་བྱད་པར་ནི་ཤིང་སྦྲང་  
ཉིད་ལ་ཡོད་པའོ་ཞེས་འགྲེལ་བ་གཉིས་ཀས་འཆད་དེ་བཅོམ་འདོད་ཅམ་དུ་  
ཟད་དོ་ཞེས་བཤད་ཁུངས་རྒྱ་འགྲེལ་གཉིས་ལ་བྱག་པས་བྱད་ཆོས་ཐ་དད་  
དང་།      བྱེ་མ་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་དོན།      དུལ་དམ་པ་གཞན་པར་གྱི་གྲིབ་ཏུ་

བསེལ་ཞིང་རང་བཞིན་བརྟན་པོ་དང་ལྷན་པའི་སྐྱེས་བུ་འདི།      བདག་གི་  
མགོན་དུ་སྐལ་བས་ཉིད་དོ་ཞེས་བྱུང་ཆོས་ཐ་མི་དད་བས།      ཐ་དད་ཐ་དད་  
མིན་པའི་བསྐྱེས་བུ་འདི། །

དེ་དག་བཤའ་བ་ནི།

གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་སྐྱེས་བུ་འགའ། །

ལྷན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཉེ་བར་བསྐྱེས་པ། །

ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་ལ། །

ཐུན་མོང་གཞན་པ་རྣམས་པ་གཉིས། །

བྱེ་བྲག་བཤའ་བའི་ཉིད་ཀྱི་དཔེར་བཞིན་གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་། བསམ་དོན་  
སྐྱེས་བུ་མཆོག་འགའ་ཞིག    །འདྲིའི་ལྷན་པའི་ལྷན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཉེ་བར་  
བསྐྱེས་པ། དེ་ཡང་བྱུང་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་ལ་ཐུན་མོང་དང་།  
བྱེ་མའི་བྱེད་སྒྲ་མ་ཆོས་ཐ་དད་དང་། བྱེ་མ་ཐ་དད་མིན་པར་བྱས་པ་རྣམས་པ་  
གཉིས་སོ། །

གསུམ་པ་སྐྱེན་མེད་ཀྱི་བསྐྱེས་བུ་འདི།

སྐལ་འཕྲོགས་པ་དང་བཅས་ཞིང་། །

རང་བཞིན་ཀྱིས་ནི་མངར་བའི་ནང་། །

ཀྱེ་མ་ཆུ་ཡི་གཏེར་འདི་ནི། །

དུས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་སྐྱེས་པར་འགྱུར། །



ཀྱ་དཔེར། ལྷ་ལ་ཞེས་པའི་སྐྱ་སྐྱལ་དང་། སྐྱེ་བོ་ངན་པ་ལ་འཇུག་པ།  
གཉིས་ཀའི་སྐྱ་བསྐྱས་ཏེ། སྐྱལ་ངན་དུ་བསྐྱར་བ་ཡིན་ལ། སྐྱལ་དང་འགྲོགས་  
ཞིང་བ་ཚུའི་རང་བཞིན་གྱི་ཚུ་གཏེར་དེ་ལས་བསྐྱོད་པ། སྐྱེ་བོ་ངན་པ་དང་  
བྲལ་བ། རང་བཞིན་མངར་བའི་ནང་གི་བསམ་པ་ཅན། གྱེ་མ་སྟོན་མེད་པའི་  
ཁྱད་ཆོས་ཅན་གྱི་ཚུའི་གཏེར་ཏེ་ཀྱ་མཆོ་འདི་ནི། འཇིག་པའི་དུས་ཀྱིས་  
ཡོངས་སུ་སྐྱམ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་སྐྱེས་བྱ། བཟང་པོ་འདའ་བ་ལ་ཡིད་  
འགྱུར་བའི་ཆོག་གོ།

དེ་བཞད་པ་ནི།

ཀྱ་མཆོ་ལ་ནི་དེ་མཚུངས་པའི། །

སྐྱེས་བུའི་ཕྱོག་པ་གསལ་བྱེད་ཅིང་། །

སྤྲ་མའི་ཆོས་ནི་བསྐྱོད་པའི་བྱིར། །

འདི་ནི་སྟོན་མེད་བསྐྱས་པར་བཟོད། །

ཁྱད་གཞི་ཀྱ་མཆོ་ལ་ནི་དེ་དང་མཚུངས་པའི་སྐྱེས་བུའི་ཕྱོག་པ་  
གསལ་བར་བྱེད་ཅིང་། སྤྲ་མ་ཀྱ་མཆོའི་ཆོས་གཉིས་ནི་བསྐྱོད་པའི་བྱིར།  
འདི་འདྲ་བ་ནི་སྟོན་མེད་གྱི་བསྐྱས་བཟོད་དོ།

༡༡ ལྷ་ལ་བྱུང་གི་རྒྱུ་བཞད་པ།

༥ བཅུ་གཅིག་པ་ལྷ་ལ་བྱུང་གི་རྒྱུ་ལ་གསུམ། མཚན་ཉིད་སྒྲིར་  
བསྟན། གྱེ་བྲག་དཔེར་བཟོད། བསྐྱོད་པས་མཇུག་བསྐྱུ་བའོ། །

མཚན་ཉིད་སྒྱུར་བསྟན།

དང་པོ་མཚན་ཉིད་སྒྱུར་བསྟན་པ་ནི།

ཁྱད་པར་གྱི་ནི་བཟོད་འདོད་གང་། །

འཇིག་རྟེན་མཚམས་ལས་བཀྲལ་གྱུར་པ། །

ཕུལ་དུ་བྱུང་བར་བཟོད་པ་འདི། །

རྒྱན་གྱི་དམ་པ་ཡིན་ཏེ་དཔེར། །

དངོས་པོ་དེ་ཉིད་ཁྱད་པར་མཚོག་ཏུ་གྱུར་པ་བཟོད་འདོད་གྱི་སྒྲོ་གང་  
གིས། འཇིག་རྟེན་ན་ངེ་ལྟར་གནས་ཚུལ་གྱི་མཚམས་ལས་བཀྲལ་བར་གྱུར་  
པའི་ཉམས་གྱི་བཟོད་ཚུལ་ཕུལ་དུ་བྱུང་བ་བཟོད་པ་འདི་ནི། རྒྱན་གྱི་དམ་  
པའི་མཚོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན་ཞེས་སོ། །

བྱེ་བྲག་དཔེར་བཟོད་པ།

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་དཔེར་བཟོད་པ་ལ། དང་པོ་ཁྱད་འཕགས་བཟོད་  
པའི་ཕུལ་བྱུང་ནི།

མསྐྱེ་ཀ་ཡི་སྤང་ཚོགས་ཅན། །

ལུས་ཀྱན་ཁྱབ་པའི་ཚུན་གཤེར། །

དཀར་བའི་གོས་ཅན་སྒྲོན་འགྲོ་མ། །

ཟླ་བའི་འོད་ལ་མཚོན་མ་ཡིན། །

མསྐྱེ་ཀ་སྟེ་མེ་ཏྲོག་དཀར་པོའི་སྤང་བའི་ཚོགས་ཅན། ལུས་ཀྱན་ཁྱབ་

པ་ཙན་དཀར་པོའི་བྱགས་པས་གཤེར་བ།    གུ་ཤིའི་རས་དཀར་བའི་གོས་  
ཅན།    མཛེས་པོའི་སར་སྟོན་འགོ་མ་བྱོད་ནི།    མཚན་མོ་སྒྲ་བའི་འོད་ལ་འདི་  
སྟོན་འགོ་མ།    འདི་སྒྲ་འོད་ཅེས་མཚན་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།    འོ་མའི་མཚོ་ལ་  
ངང་མོ་བཞིན་ནོ། །

དེ་བཤད་ནས་མཚམས་སྦྱར་བ།

སྒྲ་བའི་འོད་ནི་ལྷག་པ་ཉིད། །

བྱད་འཕགས་ལྷན་བརྗོད་དེ་བཞིན་དུ། །

ཐེ་ཚོམ་སྤུལ་བྱང་ལ་སོགས་ཀྱང་། །

གསལ་ཕྱིར་རྩང་བྱད་བསྟན་པར་བྱ། །

འཛིག་ཏེན་ན་སྒྲ་བའི་འོད་ནི་ཆེས་ལྷག་པ་སྟེ།    མཛེས་མའི་དཀར་བ་  
བྱད་འཕགས་ལྷན་པར་བརྗོད་པའི་ཚུལ་དེ་འདྲ་བ།    བྱད་པར་འཕགས་པའི་  
སྤུལ་བྱང་ངོ་། །འདི་ལ་ལྷ་འཛིག་ཏེན་དབང་སྤྱུག་གིས།    སྒྲ་བའི་འོད་ཀྱིས་  
ཞེས་ནམ་དབྱེ་གསུམ་པར་བསྐྱར་བ་ནི་དཔེའི་རྒྱན་དུ་སོང་ཞིང་།    རྒྱ་དཔེར་  
ནམ་དབྱེ་བདུན་པ་དངོས་སུ་ཡོད་པས་གཞོད་དོ།    །དེ་བཞིན་ཐེ་ཚོམ་སྤུལ་  
བྱང་ལ་སོགས་པ་གསུམ་ཡང་གསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རྩང་བྱད་བསྟན་པར་  
བྱའོ། །

གཉིས་པ་ཐེ་ཚོམ་སྤུལ་བྱང་ནི།

དགའ་མ་བྱོད་ཀྱི་རུ་མ་དང་། །

དཔྱད་པའི་བར་ན་ཞེད་པ་ནི། །

ཡོད་དམ་མེད་ཅེས་བདག་གི་ནི། །

ཐེ་ཚོམ་ད་དུང་བསྒྲོག་མ་བྱུང་། །

དགའ་མ་ཞེས་བོད་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་རུ་མ་བྱུང་དང་། དཔྱད་པའི་མཆང་རའི་  
བར་ན་ཞེད་པ་ཞིག་ནི་ཡོད་དམ་མེད་ཅེས་བདག་གི་ཐེ་ཚོམ་ནི་ད་དུང་  
བསྒྲོག་རུ་མ་བར་མ་བྱུང་ཏེ་ཞེས་འཇིག་རྟེན་ན་འདི་འབྲུའི་ཐེ་ཚོམ་སྐྱེ་མི་  
སྤིང་བྱུང་། ཞེད་པ་ཤིན་ཏུ་སྤྲོ་བ་སྟོན་བྱུང་བཟོད་པ་ནི། ཐེ་ཚོམ་སྤུལ་བྱུང་ངོ་།  
གསུམ་པ་ངེས་པའི་སྤུལ་བྱུང་ནི།

ནི་ཏ་སྐྱེ་ནི་ཁྱོད་ལ་ནི། །

ཞེད་པ་ཡོད་ཅེས་ངེས་པར་རུ་ས། །

འོ་མ་འཇིག་པའི་ཁྱུར་གནས་པ། །

རྣམ་པ་གཞན་དུ་སྤིང་པ་མིན། །

ནི་ཏ་སྐྱེ་ནའི་སྐྱེ་མཆང་ར་རྒྱས་མ་ཞེས་བོད་ནས། ཁྱོད་ཀྱི་རུ་མ་དང་  
དཔྱད་པའི་བར་ན་ཞེད་པ་ཡོད་ཅེས་ངེས་པ་རྟོག་རུ་ས་ཏེ། འོ་མ་འཇིག་པ་རུ་མའི་  
ཁྱུར་འདི་ལྟ་བུ་རྟོག་མེད་པར་གནས་པ་ནི་རྣམ་པ་གཞན་དུ་སྤིང་པ་མིན་  
པས་སོ་ཞེད་པ་དངོས་སུ་མ་མཐོང་ཡང་། ཡོད་པར་ཏྲགས་ཀྱིས་བསྐྱབས་  
ནས་ངེས་པས། ངེས་པའི་སྤུལ་བྱུང་ངོ་། །

བཞི་པ་གྲགས་པ་སྤུལ་བྱུང་ནི།

ཁྱོད་གྱི་གྲགས་པའི་སྤང་པོ་ནི། །

དཔག་རྒྱས་མིན་ཡང་འདྲིར་འོང་བ། །

ས་སྐྱོང་སྤྱིད་པ་གསུམ་གྱི་ནི། །

ཁོངས་དག་ཨེ་མ་ཤིན་ཏུ་ཡངས། །

མི་བདག་ཁྱོད་གྱི་ཡོན་ཏན་ལས་བྱུང་བ་སྟན་པར་གྲགས་པའི་སྤང་  
པོ་ནི། གཞན་གྱིས་ཆོད་དཔག་པར་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཡང་། ས་འོག་ས་སྤྱིང་  
ས་སྤྱིའི་ཁོངས་འདྲིར་འོང་བ་ནི། ས་གཞི་སྐྱོང་བ་ཞེས་བོད་དེ་སྤྱིད་པ་གསུམ་  
གྱི་ཁོངས་འདྲི་དག་ནི་ཨེ་མ་ཤིན་ཏུ་ཡངས་པ་ཞིག་གོ་ཞིག་ཞེས་གྲགས་པ་  
ཆེ་བ། སྐྱོད་གྱི་འཛིག་རྟེན་ཡངས་པའི་ངོ་མཆར་བཟོད་དེ་བསྐྱབ་པའི་བྱིད།  
གྲགས་པ་སྤུལ་བྱུང་ངོ་། །

བསྐྱགས་པས་མཛུགས་བསྐྱབ་བ།

གསུམ་པ་བསྐྱགས་པས་མཛུགས་བསྐྱབ་བ་ནི།

རྒྱན་ནི་གཞན་པ་རྣམས་ལས་ཀྱང་། །

ངག་གི་དབང་པོས་མཆོད་བྱུང་བ། །

སྤུལ་བྱུང་ཞེས་ནི་བཟོད་པ་འདི། །

གཅིག་ཕུ་ཉིད་ནི་དཔུང་གཉིན་བཟོད། །

རྒྱན་གཞན་ངི་སྤྱིད་པ་དེ་རྣམས་ལ། ངག་གི་དབང་པོ་སྟན་ངག་རིག་  
པའི་ཆོགས་གྱིས་མཆོད་པ་སྤུལ་བྱུང་ཞེས་བཟོད་པའི་རྒྱན་འདི་གཅིག་ཕུ་

ཉིད་ནི་དབྱུང་གཉིན་ནམ་རྒྱུ་མེད་པ་ཡིན་ཞེས་མཁས་པ་རྣམས་བརྗོད་  
དོ།

༡༢ རབ་རྟོག་གི་རྒྱན་བཤའ་པ།

༥ བཅུ་གཉིས་པ་རབ་རྟོག་གི་རྒྱན་ལ་བཞི། མཚན་ཉིད་སྤྱིར་བསྟན།  
བྱེ་བྲག་དཔེར་བརྗོད། ལོག་པ་རབ་རྟོག་པ་དག་གི་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་བཤའ་  
པའོ།

མཚན་ཉིད་སྤྱིར་བསྟན།

དང་པོ་མཚན་ཉིད་སྤྱིར་བསྟན་པ་ནི།

སེམས་ལྷན་དག་གམ་ཅིག་ཤོས་ཀྱིས།

རྣམ་པ་གཞན་དུ་གནས་པའི་ཚུལ།

གང་དུ་རྣམ་པ་གཞན་རབ་རྟོག་པ།

དེ་ནི་རབ་རྟོག་ཏུ་རིག་དཔེར།

སེམས་དང་ལྷན་པ་དག་གམ། དེའི་ཅིག་ཤོས་སེམས་མེད་ཀྱི་དངོས་  
པོའི་རྣམ་པ་གཞན་དུ་སྟེ། གནས་ལུགས་ཇི་ལྟ་བུར་གནས་པའི་ཚུལ་དེ་ཉིད་  
ཆོག་སྤྱིར་གང་དུ་དེ་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་པ་གཞན་ཞིག་ཏུ་རབ་རྟོག་ཅིང་།  
སྒྲོ་བཏགས་ནས་བརྗོད་པ་དེ་ནི་རབ་རྟོག་གི་རྒྱན་དུ་རིག་པར་བྱའོ།

བྱེ་བྲག་དཔེར་བརྗོད།

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་དཔེར་བརྗོད་པ་ལ། དང་པོ་སེམས་ལྷན་རབ་རྟོག་ནི།



ཉིན་གུང་ཉི་མས་གདུངས་པ་ཡི། །

སྤང་པོ་དག་ནི་མཆོར་འཇུག་པ། །

ཉི་མའི་ཕྱོགས་གུར་བརྒྱ་རྩམས། །

གཞོམ་པར་འདོད་པ་ཡིན་ནམ་སྙམ། །

ཉིན་མའི་གུང་ལ་ཉི་མའི་ཟེར་གྱིས་གདུངས་པའི་སྤང་པོ་ཆེ་དག་ནི།

བརྒྱའི་མཆོར་འཇུག་པའི་དགོས་པ། ཉི་མ་ལ་ལན་སྒྲན་པར་མ་རུས་ནས།

དེའི་ཕྱོགས་སུ་གུར་པའི་བརྒྱ་རྩམས་གཞོམ་ཞིང་བརྩི་བར་འདོད་པ་ཡིན་  
ནམ་སྙམ་མོ། །

དེ་བཞད་པ་ནི།

ཁྱས་དང་བཏུང་དང་པད་རྩྭ་དག །

བཟའ་བྱིར་ལག་ལྡན་ཆུར་འཇུག་པ། །

དེ་ནི་འཁོན་ལན་སྒྲན་བྱིར་ཞེས། །

སྒྲན་ངག་མཁན་གྱིས་རབ་བཏགས་བརྗོད། །

ཁྱས་བྱ་བ་དང་། ཆུ་བཏུང་བ་དང་། བརྒྱའི་རྩ་བ་དག་བཟའ་བའི་བྱིར་  
དུ་ལག་ལྡན་ཏེ་སྤང་པོ་ཆེ་ཆུར་འཇུག་པ་ལ། དེ་ནི་ཉི་མ་ལ་འཁོན་ལན་སྒྲན་  
པའི་བྱིར་བརྒྱ་ཆར་གཙོད་པའི་ཞེས་སྒྲན་ངག་མཁན་གྱིས་རབ་ཏུ་སྒྲོ་  
བཏགས་ནས་བརྗོད་པ་སྟེ་སེམས་ལྡན་རབ་རྟོག་གོ། །

གཉིས་པ་སེམས་མེད་རབ་ཏྟེག་ནི།

འདི་ནི་བདག་གི་རིང་བ་དག །

འགོག་བྱེད་ན་བའི་རྒྱན་ཞེས་ཏེ། །

སྤྱོད་ཀྱི་མིག་གིས་ན་བ་ཡི། །

ཡུལ་དག་ལ་འགོང་བ་འདྲ། །

ཡུལ་སྒྲོན་པོའི་ཚུན་པོ་འདི་ནི།      མིག་དག་གི་དཀྱིས་རིང་བ་དག་  
འགོག་པར་བྱེད་པའི་བྱིར།      ན་བའི་རྒྱན་གྱི་ཐོལ་བ་བྱུང་ནས་འོངས་པའི་ཞེས་  
བསམས་ཏེ།      མཛེས་མ་སྤྱོད་ཀྱི་མིག་བྱུར་གྱིས་ན་བའི་ཡུལ་དག་ལ་འགོངས་  
ཞིང་འཛིང་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པ་འདྲའོ། །

དེ་བཤའ་བ་ནི།

མིག་བྱུར་ཆར་ནི་ལྷུང་གྱུར་པ། །

མིག་གི་འོད་ཀྱིས་ཡུལ་ལ། །

རེག་གམ་མིན་ཡང་སྒྲུབ་པ་མཁན། །

དེ་ལྷུང་རབ་ཏུ་བཏགས་ནས་བཟོད། །

མིག་བྱུར་གྱི་ཆར་ལྷུང་བར་གྱུར་པ་ཅམ་རབ་ཏྟེག་གི་ས་བོན་དུ་བྱས་  
ཏེ་མིག་གི་འོད་ཀྱིས་ན་བའི་ཡུལ་ལ་མཛེས་མ་མཆོག་འགས་རེག་སྤིང་  
བའམ།      མིན་ཡང་སྒྲུབ་པ་མཁན་གྱིས་སེམས་མེད་ཡུལ་སྒོགས་ལ་དེ་  
ལྷུང་རབ་ཏུ་བཏགས་ནས་བཟོད་པས་སེམས་མེད་རབ་ཏྟེག་གོ། །

གསུམ་པ་བཞིན་སྐྱུ་ཅན་ནི།

ཐུན་པ་ལུས་ལ་འབྱུག་པ་བཞིན། །

མཁའ་ནི་མིག་སྒྲན་ཆར་འབབས་བཞིན། །

ཞེས་འདི་ཡང་ངོ་རབ་རྟོག་གི།

མཆན་ཉིད་ལྡན་པ་ཤིན་ཏུ་མང་། །

དབྱར་དུས་ཀྱི་ཤེ་ཐུན་ལ་སྐྱེས་བུའི་ལུས་མ་མཐོང་བ་དང་། བླ་

མཁའ་ངམ་ནག་པ་རབ་རྟོག་གི་ས་བོན་ཏེ། ཐུན་པ་ནི་སྐྱེས་བུའི་ལུས་ལ་

འབྱུག་པར་བྱེད་པ་བཞིན། བླ་མཁའ་འདི་ནི་མིག་སྒྲན་གྱི་ཆར་འབབས་

པ་བཞིན་ཞེས་པ་འདི། ཡང་ངོའི་སྐྱས་སེམས་མེད་རབ་རྟོག་གི་བྱེ་བྲག་

ཡིན་ཅིང་། གཞན་ཡང་རབ་རྟོག་གི་མཆན་ཉིད་ལྡན་པ་ཤིན་ཏུ་མང་ངོ་། །

འདི་ལ་ལྟ་འཇིག་རྟོན་དབང་ཕྱུག་གིས། ཉིང་ངེ་འཇིན་གྱི་རབ་རྟོག་གོ་ཞེས་

གསུངས་ཀྱང་། ཐུན་མོང་བའི་རྒྱན་ལ་ཉིང་ངེ་འཇིན་བསྐྱེད། ཐུན་མོང་མ་

ཡིན་པའི་དམ་བཅའ་ཉམས། དཔང་ལོས། འདི་ནི་ལམ་གཉིས་ཀའི་ཐུན་

མོང་གི་ཡོན་ཏན་ནོ་ཞེས་པས་སོ་སྦྱམ་ན།

ཉིང་ངེ་འཇིན་གྱི་མཐུག་དེ་མ་ཐག །

དེ་ལྟར་རང་བཞིན་བརྟགས་པ་ལས། །

ལམ་འདི་གཉིས་ནི་རྣམ་པར་སྤྱེ། །

ཞེས་པ་དང་ངེ་ལྟར་སྤྱེ་ལ། དེས་ན། མཁས་པས་བཤད་ན་ཅི་ཡང་

བདེན། །ཞེས་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་རོ། །

ལོག་པར་རྟོག་པ་དགག་པ།

གསུམ་པ་ལོག་པར་རྟོག་པ་དགག་པ་ནི།

འདིར་ནི་བཞིན་གྱི་སྒྲུབ་ཡིས་འགའ། །

དཔེ་ཉིད་དུ་ནི་འབྲུག་པ་བསྐྱེད། །

ཉིང་ངེའི་མཐའ་ཡི་དཔེ་མ་ཡིན། །

ཞེས་པ་ཡིད་ཆེས་གསུང་བཟླས་ནས། །

བརྗོད་མ་ཐག་པ་འདིར་ནི་བཞིན་གྱི་སྒྲུབ་འགའ་ཞིག་དཔེ་ཉིད་དུ་ནི་  
འབྲུག་པ་སྐྱེད་མོད། དེ་ལྷུང་དང་འགའ་ཉི། འབྲུག་པ་བཞིན་ཞེས་པ་ལ།  
ཡིས་ཉི་དང་། ཆར་འབབས་བཞིན་ཞེས་པ་ལ་ཕྱེ་ཉི་ཞེས། ཅ་རྒྱ་པ་ལྟར་ན་  
ཉིང་འི་མཐའ་ཅན་དང་། ཀ་ལྟ་པ་ལྟར་ན་ཉི་སོགས་བྱ་བའི་མཐའ་ཅན་ཡིན་  
པས་དཔེ་མ་ཡིན་ཉི། དཔེ་ཡིན་ན་དེ་པན་གྱི་རྒྱུ་སྟེར་དགོས་པས་སོ་ཞེས་  
ཅ་རྒྱ་གོ་མི་དང་། འཕྲ་ཕྱ་སོགས་ཡིད་ཆེས་འོས་པའི་གསུང་ལས་བཟླས་  
ནས་ཉི། འདའ་བར་མི་རིགས་སོ། །

དཔེ་དང་དཔེར་བྱ་ཉིད་དག་ནི། །

མཚུངས་པའི་ཆོས་ལ་ལྟོས་པས་ན། །

འབྲུག་པ་དང་ནི་སྒྲུབ་པ་ལ། །

ཆོས་འདི་མཐོང་བར་གྱུར་ཏམ་ཅི། །

རིགས་པ་དང་ཡང་འགལ་ཏེ། སྒྱིར་དཔེ་དང་དཔེར་བྱ་ནི་ཐུན་མོང་དུ་  
ཡོད་པའི་མཚུངས་ཆོས་ལ་སྟོས་པས་ན་དེ་འདི་ལ་མེད་དེ། འབྲུག་པ་དང་  
ནི་ཐུན་པ་གཉིས་དཔེ་དོན་དུ་བྱེད་ན། དེ་གཉིས་ལ་མཚུངས་ཆོས་འདི་མཐོང་  
བར་གྱུར་ཏམ་ཅི་སྟེ་མ་མཐོང་བས་སོ། །ཡང་།

གལ་ཏེ་འབྲུག་པ་ཉིད་འདོད་ན། །

འབྲུག་གོ་ཞེས་པ་གཞན་པ་ཅི། །

དེ་ཉིད་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་ཡང་། །

ཞེས་པ་མ་སྟོས་འཆད་མ་ཡིན། །

གལ་ཏེ་འབྲུག་པ་བྱ་བའི་ངོ་བོ་རང་མཚུངས་ཆོས་སུ་འདོད་དོ་ཞེ་ན།  
འབྲུག་གོ་ཞེས་པ་དཔེ་མ་ཡིན་པས་བྱ་བ་ལས་གཞན་པ་ཅི་ཞིག་སྟེ་ཐ་མི་  
དད་པས་སོ། །ཡང་དེ་ཉིད་ཆོས་ཆོས་ཅན་གཉིས་ཀ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་བུ་  
སྟོན་པ་སྤྲ་སྤིད་ཀྱི། གཞན་དེ་ལྟར་མི་འཆད་དེ། དེ་གཉིས་ཐ་དད་པར་འཇིག་  
ཏེན་དང་བསྟན་བཅོས་ལ་བྲགས་སོ། །ཡང་།

གལ་ཏེ་བྱེད་པོ་དཔེ་ཡིན་ན། །

བྱ་ཆོག་ལ་ནི་དབང་བྲལ་འགྱུར། །

རང་གི་བྱ་སྒྲུབ་མི་རུས་པ། །

གཞན་གྱི་སྟོས་བྱར་མི་འགྱུར་རོ། །

གལ་ཏེ་བྱེད་པོ་མིན་པ་ཉིད་དཔེ་ཡིན་ཞེ་ན། བྱ་ཆོག་ཏིང་འཛིན་མཐའ་

ཅན་ལ་དབང་དང་བྱལ་ཏེ་རྒྱས་པ་ཉམས་པས།      རང་གི་བྱ་བ་འབྱུག་པའང་  
སྒྲུབ་མི་རྒྱས་ན།      གཞན་དཔེ་དོན་མཚུངས་ཆོས་སྦྱོར་བའི་སྒྲུབ་བྱེད་མི་  
འགྱུར་རོ། །ཡང་།

གང་གིས་འབྱུག་པ་འདི་དང་ནི། །  
ཐུན་པ་མཚུངས་ཞེས་སྒྲུབ་ཡང་། །  
ལུས་ལ་ཞེས་པ་མ་འབྲེལ་ཏེ། །  
དེ་ཡང་ཡོན་ཏན་མཚུངས་པར་སྟེ། །

ཀློང་བ་གང་གིས་འབྱུག་པ་འདི་དོན་དང་།      ཐུན་པ་དཔེར་བྱས་ནས་  
མཚུངས་སོ་ཞེས་སྒྲུབ་ཡང་།      ལུས་ལ་ཞེས་པ་ལས་ཀྱི་ཆོག་གིས་མ་འབྲེལ་  
ཏེ།      དེ་ཡང་ཡོན་ཏན་མཚུངས་པར་སྟེ་དགོས་པ་ལ་དེ་མེད་པའི་བྱེད་རོ། །  
ཡང་།

དཔེར་ན་བྱོད་གདོང་སྒྲུབ་བ་བཞིན། །  
ཞེས་པས་མཛེས་པ་རྟོགས་འགྱུར་ཏེ། །  
དེ་བཞིན་འབྱུག་པ་འདི་ལ་ནི། །  
འབྱུག་པ་ལས་གཞན་རྟོགས་མ་ཡིན། །

དེ་དཔེས་སྒྲུབ་པ་ལ།      དཔེར་ན་བྱོད་གདོང་སྒྲུབ་བ་བཞིན།      །ཞེས་པའི་  
གདོང་དང་སྒྲུབ་པའི་མཚུངས་ཆོས་མཛེས་པ་རྟོགས་པར་འགྱུར་ཞིང་།      །དེ་  
བཞིན་འབྱུག་པ་འདི་ལ་ནི།      འབྱུག་པའི་ཆོས་ལས་གཞན་པའི་ཐུན་པ་དང་



མཚུངས་པའི་ཆོས་རྟོགས་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །  
དེ་ཕྱིར་འབྲུག་པ་འདི་དང་ནི། །  
ཐུན་པ་བྱེད་པོ་ལུས་ཀྱང་ལས། །  
ཉེ་བར་སྦྱར་དོན་སྦྱེས་བྱ་ཡིས། །  
དེ་ལྟར་རབ་བཏགས་ཞེས་འདོད་བྱ། །

དེ་ལྟར་ལོག་རྟོག་བཀག་པའི་བྱ་བ་དོན་དེའི་ཕྱིར། འབྲུག་པ་འདི་དང་།  
ཐུན་པ་གཉིས་བྱེད་པ་པོ་དང་། ལུས་ཀྱང་ལས་སུ་ཉེ་བར་སྦྱར་བའི་དོན་དེ་  
ལ། སྦྱེས་བྱ་སྦྱར་ངག་མཁན་མཁས་པ་དེ་ཡིས། གནས་ཚུལ་ལ་དངོས་སུ་  
ཐུན་པ་ལུས་ལ་བྲུགས་པ་མེད་ཀྱང་། གནག་ཅིང་ལུས་མི་མཐོང་བ་ལ།  
བརྗོད་ཚུལ་དེ་ལྟ་བུ་རབ་ཏུ་བཏགས་ནས་བརྗོད་པས། རབ་བཏགས་ཞེས་  
བྱ་བའི་རྒྱན་དུ་འདོད་པར་བྱ་སྟེ་དཔེ་མ་ཡིན་ནོ། །

གསལ་བྱེད་གྱི་སྦྱ་བཤད་པ།

བཞི་པ་གསལ་བྱེད་གྱི་སྦྱ་བཤད་པ་ནི།  
སྦྱ་དང་དོགས་དང་ངེས་དང་འདྲ། །  
ཡིན་ནམ་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའི། །  
སྦྱ་ཡིས་རབ་བཏགས་གསལ་བར་བྱེད། །  
བཞིན་གྱི་སྦྱ་ཡང་དེ་འདྲ་བའོ། །  
སྦྱ་དང་། དོགས་དང་། ངེས་དང་། འདྲ་དང་། མིན་ནམ་དང་།

སོགས་ཁོངས་ནས། རྟོག་གོ་དང་། རྣམ་པར་རྟོག་དང་། ཆེས་མཐོང་ངོ་། །  
རི་ལྷ་བའོ་ཞེས་པའི་སྒྲུབ་པ་ལས་རབ་བཏགས་ཀྱི་བྱུང་གསལ་བར་བྱེད་ཅིང་།  
བཞིན་ཀྱི་སྒྲུབ་ཡང་དེ་དག་དང་འདྲའོ།

༡༣ རྒྱུ་བྱེད་བྱུང་བཤའ་བ།

༥ བཏུ་གསུམ་པ་རྒྱུ་བྱེད་བྱུང་ལ་གཉིས། རྒྱུ་གསུམ་ཀྱི་བསྐྱུགས་པ་  
སྒྱིར་བཟོད། རྒྱུ་བྱེད་དངོས་ལ་འཇུག་པའོ། །

རྒྱུ་གསུམ་ཀྱིས་བསྐྱུགས་པ་སྒྱིར་བཟོད་པ།

དང་པོ་རྒྱུ་གསུམ་ཀྱིས་བསྐྱུགས་པ་སྒྱིར་བཟོད་པ་ནི།

རྒྱུ་དང་སྤྱོད་ཆ་དག་ནི། །

ཆོག་རྣམས་དག་གི་རྒྱུ་ཀྱི་མཆོག །

ཞེས་པ་གོ་བདེའོ། །

རྒྱུ་བྱེད་དངོས་ལ་འཇུག་པ།

གཉིས་པ་རྒྱུ་བྱེད་དངོས་ལ་འཇུག་པ་ལ་གསུམ། མཆོན་ཉིད་སྒྱིར་  
བསྐྱུག། དཔེར་བཟོད་ཀྱིས་སོ་སོར་བཤའ། དེ་དག་གི་མཇུག་བསྐྱུ་བའོ། །

དང་པོ་མཆོན་ཉིད་སྒྱིར་བསྐྱུག་པ་ནི།

རྒྱུ་ནི་བྱེད་པོ་ཤེས་བྱེད་དེ། །

དེ་དག་རྣམས་པ་དུ་མ་དཔེར། །

རྒྱུ་བྱེད་ནི། བྱེད་པ་པོའི་རིགས་སྐྱེད་བྱེད། ཉམས་བྱེད། སྒྱུར་བྱེད་

ལྷ་བྱ་བྱེད་པོ་གང་ཡང་རུང་བ་དེས་རྒྱ་བྱས། འབྲས་བྱ་དངོས་ཤུགས་གང་  
 རུང་ལས་གོ་ཞིང་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་ངག་གི་སྒྲོར་བ་དེ་ནི་རྒྱའི་རྒྱན་ཏེ། དེ་  
 དག་ནི་རྣམ་པ་དུ་མའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པས་དཔེར་ན་ཞེས་སོ། །གཞན་  
 དག་འདི་མདོར་བསྟན་དུ་འཆད་པ་ནི། མདོར་བསྟན་གྱིས་རྒྱས་བཤད་ལ་  
 མ་བྱུང་ཅིང་། མཚན་ཉིད་ཉོར་ཁོངས་སུ་ལུས་པས་མི་འཐད་དོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་གྱིས་སོ་སོར་བཤད་པ་ལ་གསུམ། དངོས་  
 པོའི་རྒྱ། དངོས་མེད་ཀྱི་རྒྱ། མཚར་བའི་རྒྱའོ། །དང་པོ་ལ་འབྱུང་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ།  
 རྣམ་འབྱུང་གྱི་རྒྱ། འཕྲོག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱའོ། །དང་པོ་ལ་ཡང་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ།  
 ཉམས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ། རྒྱ་གསུམ་གྱི་རྣམ་དབྱེ་བཤད་དེ་མཚམས་སྦྱར་བའོ། །  
 དང་པོ་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ནི།

མ་ལ་ཡ་ཡི་རྒྱང་གིས་ནི། །

ཅ་རྒྱན་ལྗོན་པ་གསར་པ་ཡི། །

ཡལ་འདབ་སྐྱོད་པར་བྱེད་པ་འདིས། །

ཀུན་གྱི་དགའ་བ་སྐྱེད་པར་བྱེད། །

སྒྲོ་སྒྲོགས་མ་ལ་ཡ་ནས་འོངས་པའི་རྒྱང་གིས་ནི། ཅ་རྒྱན་གྱི་ལྗོན་པ་  
 གསར་དུ་འབྱུངས་པའི་ཡལ་འདབ་སྐྱོད་པར་བྱེད་པ་འདིས། འཛིག་ཏེན་  
 ཀུན་གྱི་དགའ་བ་སྐྱེད་པར་བྱེད་དོ། །དེ་བཤད་པ་ནི།  
 དགའ་བ་བསྐྱེད་པར་འོས་པ་ཡི། །

རང་བཞིན་ཉེ་བར་སྒྲུབ་བ་འདི། །

བྱམ་ཉིད་དུ་མི་རབ་བསྟན་ཏེ། །

ལྷོག་པ་ལ་ཡང་དེ་དང་མཚུངས། །

དགའ་བ་བསྐྱེད་པར་འོས་པའི་རྒྱང་དག་ཅ་རྣམ་གྱི་ལྷོན་པ་ལ་བདར་  
བ། བསེལ་བའི་རང་བཞིན་ཉེ་བར་སྒྲུབ་བ་འདི་ཉིད། བྱམ་པར་དང་བཅས་  
པས་བྱམ་ཉིད་དུ་རབ་ཏུ་བསྟན་ཏེ། དེ་ལས་ལྷོག་པ་དགའ་བ་ཉམས་པར་  
བྱེད་པ་ཡང་དེ་དང་མཚུངས་ཏེ། རྒྱང་དེས་འབྲས་བུ་དངོས་མེད་འགའ་ཞིག་  
ཀྱང་བྱེད་དོ། །

གཉིས་པ་ཉམས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ནི།

མ་ལ་ཡ་ཡི་ཚུ་རྒྱན་ལ། །

རེག་ཅིང་ཅ་རྣམ་ནགས་བསྐྱེད་པ། །

རྒྱང་འདི་མགོན་པོ་རྣམས་དག་ནི། །

ཉམས་པར་བྱ་བྱིར་ཉེ་བར་གནས། །

མ་ལ་ཡའི་རི་ངོས་ནས་འབབ་པའི་ཚུ་རྒྱན་ལ་རེག་ཅིང་། ཅ་རྣམ་གྱི་  
ནགས་ཚལ་བསྐྱེད་པའི་བྱི་བཟང་འཕུལ་བའི་རྒྱང་འདི། མགོན་པོ་བྱེད་མེད་  
དང་བྲལ་བ་རྣམས་དགའ་བ་ཉམས་ཏེ་འཆི་བར་བྱ་བའི་བྱིར་ཉེ་བར་གནས་  
སོ། །དེ་བཤའ་བ་ནི།

དེ་ལྟར་གྱུར་པའི་རྒྱང་གིས་ནི། །

འབྲུལ་བའི་རིམས་ལས་བྱང་གྱུར་པ། །

ཡིད་འོང་ལ་སླེད་སྦྱོར་བོ་ལ། །

ཉམས་པ་སྦྱབ་པར་བྱེད་པར་བྱས། །

དེ་ལྟར་དགའ་བ་བསྐྱེད་པར་གྱུར་པའི་སྦྱང་དག་གིས། འབྲུལ་བ་ལས་  
སྦྱོས་པ་ཆགས་པའི་རིམས་ལས་བྱང་བའི་གདུང་བ་འབར་བར་གྱུར་ཏེ། ཡིད་  
དུ་འོང་བའི་ཡུལ་ལ་སླེད་པའི་སྦྱོར་བོ་ལ། དགའ་བ་ཉམས་པ་ཡང་སྦྱབ་པར་  
བྱེད་བྱས་སོ། །

གསུམ་བ་རྒྱ་གསུམ་གྱི་རྣམ་དབྱེ་བ་ཤད་དེ་མཚམས་སྦྱར་བ་ནི།

འབྲུབ་པར་བྱེད་དང་རྣམ་འབྱུར་ལ། །

དེ་ཉིད་ལ་ལྟོས་རྒྱ་ཉིད་དེ། །

འཛོལ་བའི་ལས་ལམ་པལ་ཆེར་ནི། །

བྱ་བ་ལ་ལྟོས་རྒྱ་ཉིད་དོ། །

འབྲུབ་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་དག་ནི། །

བསྟན་ཏེ་ལྟག་མ་གཉིས་པོ་ཡི། །

དཔེར་བརྗོད་གཉིས་ནི་བཀོད་བྱས་ནས། །

ཤེས་པར་བྱེད་པ་བསྟན་པར་བྱ། །

འབྲུབ་པར་བྱ་བ་སྒྲར་མེད་སྦྱེད་པ་སྦྱང་དེས་དགའ་བ་དངོས་པོར་  
གྱུར་བ་སྦྱེད་པ་དང་། ཉམས་པ་དངོས་མེད་བསྐྱེད་པ་གཉིས་བྱེད། རྣམ་

འགྲུར་གྱིས་སྒྲུབ་ཡོད་ནམ་པ་གཞན་དུ་བསྒྲུབ་བ་དེ་ཡང་། དེ་དག་གི་ཡུལ་  
སྤྱི་བྱེ་བྱལ་ཉིད་ལ་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ཞིང་། འཛོལ་བྱ་ལས་ཀྱི་རྒྱའི་ལམ་པལ་ཆེར་  
ནི། རིག་བྱེད་བསྐྱབས་པས་འཛོལ་བར་བྱ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་བྱ་བ་ལ་སྒྲུབ་  
པའི་རྒྱ་ཡིན་ལ། པལ་ཆེར་གྱི་སྒྲུབ་དེ་ཁོ་ནར་ཡང་མ་བཟད་པའོ། །འབྲུབ་  
བྱེད་ཀྱི་རྒྱའི་དབྱེ་བ་གཉིས་པོ་དག་བསྒྲུབ་ཅིང་། ད་ནི་སྒྲུབ་མ་ནམ་པར་  
འགྲུར་བྱེད་དང་འཛོལ་བྱ་ལས་ཀྱི་རྒྱ་དཔེར་བཟོད་གཉིས་ནི་བཀོད་པར་  
བྱས་ནས། ཞེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡང་བསྒྲུབ་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་ནམ་འགྲུར་གྱི་རྒྱ་ནི།

ལོ་འདབ་གསར་འབྲུངས་ནགས་ཆལ་དང་། །

འདམ་སྒྲེས་རབ་ཏུ་རྒྱས་པའི་རྗེང་། །

ཟླ་བ་རྒྱས་པ་འདོད་པ་ཡིས། །

མགོན་པོ་ལྟ་བུའི་དུག་ཏུ་བྱས། །

ལོ་འདབ་གསར་པ་འབྲུངས་པའི་ནགས་ཆལ་དང་། འདམ་སྒྲེས་བརྒྱ་  
རབ་ཏུ་རྒྱས་པའི་རྗེང་བྱ་དང་། ཟླ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཉ་རྒྱས་པ་སྟེ་ཡིད་དུ་  
འོང་བའི་དངོས་པོ་གསུམ་བསྒྲུབ་བྱ། སྒྲུབ་བྱེད་སེམས་རྒྱུད་ཀྱི་འདོད་པས་  
བྲལ་བས་ཉན་པའི་མགོན་པོ་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བའི་མིག་ལ་གདུང་བར་  
བྱེད་པའི་དུག་ཏུ་བྱས་སོ། །

བཞི་པ་འཛོལ་བྱའི་རྒྱ་ནི།



ཁེངས་པ་གོམས་པར་བྱའོ་ཞེས། །  
གྲོགས་མོ་མཛའ་བོའི་གནས་བཀོད་ལ། །  
བྱ་མོ་སྒྲིན་འབྲོག་མིག་ཡོན་གྱིས། །  
མཚུ་ནི་གཡོ་ཞིང་ལྟ་བར་བྱེད། །

ཁེངས་པ་གོམས་པ་སྟེ་ཚུགས་བྱལ་བར་གྱིས་ལ་འདིར་འདུག་ཅིག་  
ཅས། རང་གི་གྲོགས་མོ་མཛའ་བོའི་གནས་སུ་བཀོད་པ་ལ། མཛའ་བོ་དེ་ལ་  
བྱ་མོ་གཞན་འགའ་ཞིག་གིས། སྒྲིན་མ་འབྲོག་པོའི་མིག་བྱར་ཡོན་པོ་དང་།  
མཚུ་སྒྲོས་འཇུ་མ་པས་ཅུང་ཟད་གཡོ་བ་དང་བཅས་ཏེ་ལྟ་བར་བྱེད་དོ། །  
གྲོགས་མོའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་ལྟ་བ་ཙམ་སྒྲུབ་པ་ནི་ཤྲགས་ལས་འཐོབ་བྱའི་  
ལས་མཛའ་བོ་དང་འགྲོགས་པའི་རྒྱུ། །འདི་ལ་ཁེངས་པ་གོམས་པར་བྱ་  
བ་སྟེང་གཏམ་གྱི་ཐོལ་དུ་སྒྲུས་པ་ལ། མ་རངས་ནས་གྲོགས་མོས་ཁྱོ་བའི་  
རྣམ་འགྱུར་འབྲས་བྱར་ཐོབ་པ་དང་། དེ་ལ་མ་ཉན་པར་རྣམ་འགྱུར་དེ་མཛའ་  
བོ་ཐོབ་པའི་རྒྱར་བྱས་པ་སོགས་རྒྱན་འདིའི་མཚན་ཉིད་དུ་མ་འབྲེལ་ལོ། །

ལྟ་བ་ཤེས་བྱེད་གྱི་རྒྱ་ལ་གཉིས། དང་པོ་སྤྱི་དུས་གོ་བ་ཤེས་བྱེད་གྱི་

རྒྱ་ནི།

ཉི་མ་རྒྱུ་གྱུར་ལྷ་བ་མཛེས། །  
འདབ་ཆགས་རྣམས་ནི་གནས་སུ་སོང་། །  
ཞེས་པ་འདི་ཡང་དུས་གྱི་སྐབས། །

གོ་བར་བྱེད་ལ་ལེགས་པ་ཉིད། །

ཉི་མ་ནི་ཆུ་ལྟའི་ཕྱོགས་སུ་རྒྱབ་པར་གྱུར་ཅིང་། ལྷ་བའོད་ཟེར་གསལ་  
བའི་མཛེས་པ་ངོམ་པ་དང་། འདབ་ཆགས་བྱའི་རིགས་རྣམས་ནི་རང་རང་གི་  
ཆང་གནས་སུ་ཉལ་བ་ལ་སོང་ངོ་། །ཆུ་བྱ་བའི་ངོ་བོ་དེ་ཙམ་བརྗོད་པའི་  
ཤུགས་ལས། སྔོན་དུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་འཁྲུལ་མེད་དུ་གོ་ཞིང་ཤེས་པར་  
བྱེད་པས་ཤིན་ཏུ་ལེགས་པ་ཉིད་དོ། །

གཉིས་པ་ནང་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ཆུ་ནི།

གྲོགས་མོ་འདོད་པས་གཟེར་བའི་ཡིད། །

ལྷ་བའི་ཟེར་གྱིས་མི་བརློག་ཅིང་། །

ཙཱན་ཆུ་ཡིས་མི་བཟོད་པ། །

ལུས་ཀྱི་བྱོད་ཀྱིས་ལེགས་པར་རྟོགས། །

ཞེས་པའི་སྒྱུར་བ་རྣམས་ལ་ནི། ཡིད་འོང་ཤེས་བྱེད་ཆུ་དག་མཆོན། །  
ཀྱེ་གྲོགས་མོ། བྱོད་འདོད་པས་གཟེར་བའི་ཡིད་དེ་ནི། ལྷ་བའི་འོད་ཟེར་  
བསིལ་བས་ཀྱང་མི་བརློག་ཅིང་། ཏ་རི་ཙཱན་གྱི་ཆུ་གང་མོས་ཀྱང་སེལ་  
བར་མི་བཟོད་པ། ལུས་ཀྱི་བྱོད་འདོད་པའི་ཆོས་སུ་འབར་བ་འདིས་ལེགས་  
པར་རྟོགས་སོ་ཞེས་པའི་ཆོག་གི་སྒྱུར་བ་འདིས་ནི་རྟོགས་བྱ་སྐྱེས་བྱ་  
གྲོགས་མོའི་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཤེས་པར་བྱེད་དེ། དེས་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ཆུ་དག་  
ལེགས་པར་མཆོན་པའོ། །འདིའི་དཔེར་བརྗོད་ཀྱི་རྟེན་པ་ཐ་མའི་མཐུག། །

གདུང་བར་འཛིན་ཞེས་དང་། རྟོགས་པར་སྒྲ། སོགས་སུ་བསྒྱུར་མོད།  
འགྲེལ་པའི་རྒྱ་དཔེར། སུ་བོ་རྟེ་སུ་རྟེ་ར་མ་བ་ག་ཕྱ་ཏེ་ཞེས་འབྱུང་བ། ལེགས་  
པར་རྟོགས་པ་ནི་ལེགས་པར་ཞེས་ཏེ་ཀུན་རིག་པའོ་ཞེས་པར་འབྱུང་། དེ་  
ལྟར་ན་ལུས་ཀྱི་ཐོད་ཀྱིས་ལེགས་པར་རྟོགས་ཞེས་པར་འབྱུར་རོ། །ལེགས་  
བཤད་དོ་ཞེས་ལོ་རྒྱུ་བས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་དངོས་མེད་ཀྱི་རྒྱ་ལ།

དངོས་མེད་རྒྱ་ནི་ཡིད་འཕྲོག་པས། །

འགའ་ཞིག་རབ་ཏུ་བསྟན་པར་བྲ། །

དགག་པའི་སྒྲོན་ས་དངོས་པོ་མེད་པ་ཡང་ཡིན་ལ། རྒྱ་ཡང་ཡིན་པས་  
དངོས་མེད་ཀྱི་རྒྱ་སྟེ། དེས་མཁས་པ་རྣམས་ཡིད་འཕྲོག་པས་འགའ་ཞིག་  
རབ་ཏུ་བསྟན་པར་བྲ། སྟེ་ཐམས་ཅད་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དམ་བཅས་ཏེ། རྒྱ་  
མེད་པས་འབྲས་བུ་ཡོད་པ་སྐྱེད་པ། རྒྱ་མེད་པས་འབྲས་བུ་ཡང་མེད་པ་  
སྐྱེད་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ལ་ཡང་བཞི་ལས། དང་པོ་སྔ་ན་མེད་པའི་བྱེད་རྒྱ་  
ནི།

རིག་པ་དག་ནི་མ་གོམས་དང་། །

སྒྲོ་ལྡན་རྣམས་དང་མ་འགྲོགས་དང་། །

དབང་པོ་དག་ནི་མ་བསྐྱམས་པས། །

མི་རྣམས་རབ་ཏུ་གདུང་བར་བྱུང་། །

རིག་པའི་གནས་དག་ལ་ནི་མ་གོམས་པ་དང་། སྒྲིག་བསྒྲིག་བཅས་  
ཞེས་པ་རྣམས་དང་མ་འགྲོགས་པ་དང་། དབང་པོ་ཡུལ་རྣམས་ལ་འཇུག་པ་  
དག་ནི་མ་བསྒྲུལ་པས། མི་རྣམས་འགྲོད་ཅིང་སྒྲིག་བསྒྲིག་བས་རབ་ཏུ་  
གདུང་བར་གྱུར་ཏོ། །རྒྱ་སྒྲིག་བས་པ་མེད་པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་སྒྲིག་  
བསྒྲིག་དངོས་པོར་གྱུར་པ་བསྐྱེད་པས། སྒྲིག་མེད་པའི་བྱེད་རྒྱུ་ལོ། །

གཉིས་པ་ཞིག་ནས་མེད་པའི་བྱེད་རྒྱུ་ནི།

འདོད་པའི་གཏམ་གྱིས་སྒྲིམ་པ་སོང་། །

ལང་ཆོ་ཡི་ནི་རིམ་དག་ཉམས། །

སྒྲིངས་པ་ཟད་ཅིང་སྒྲིང་པ་འཕོས། །

བསོད་ནམས་གནས་ལ་ཡིད་དག་བྱས། །

སྒྲིང་འདོད་པའི་གཏམ་གྱིས་ཀྱང་སྒྲིམ་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་སོང་སྟེ་  
ཞིག་ལང་ཆོ་ལ་བབ་དུས་ཆགས་པའི་གདུང་བ་རིམས་ནད་དུ་གྱུར་པ་ཡང་  
ཉམས་ཏེ་ཞིག་འཁོར་བ་ལ་བདེན་གྱི་སྒྲིངས་པ་ཡང་ཟད་ཅིང་ཞིག་ཆགས་  
ཡུལ་མཛེས་སྒྲིག་མ་ལ་སྒྲིང་པ་ཡང་འཕོས་ནས་ཞིག་པས། བསོད་ནམས་  
ཀྱི་གནས་ཞི་བ་ཆགས་བྲལ་གྱི་ཆོས་ལ་ཡིད་དག་བཞག་པར་བྱའོ་ཞེས་  
སྒྲིང་ཡོད་ཞིག་པའི་རྒྱ་དངོས་མེད་དེས། འབྲས་བུ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིང་དངོས་པོར་  
གྱུར་བ་བསྐྱེད་པས། ཞིག་ནས་མེད་པའི་བྱེད་རྒྱུ་ལོ། །

གསུམ་པ་པན་ཚུན་མེད་པའི་བྱེད་རྒྱུ་ནི།

ནགས་ཚལ་འདི་དག་ཁྱིམ་མ་ཡིན། །

ཚུ་སྤང་འདི་དག་བྱད་མེད་མིན། །

རི་དྲགས་འདི་དག་བྱ་ཚ་མིན། །

དེ་ཕྱིར་བདག་གི་ཡིད་དགའོ། །

ནགས་ཚལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་འདི་དག་སྐྱོན་གྱི་རང་བཞིན་ཁྱིམ་གྱི་  
གནས་མ་ཡིན་ལ། ཚུ་སྤང་འབབ་པ་འདི་དག་གྲ་གྲུའི་སེམས་འཆང་བའི་  
བྱད་མེད་མིན་ཅིང་། རི་དྲགས་ཚུ་བ་འདི་དག་ཀྱང་འཆིང་བར་བྱེད་པའི་བྱ་  
ཚ་མིན་ལ། དེའི་ཕྱིར་བདག་གི་ཡིད་དགའོ་ཞེས་ཆགས་བྲལ་འགའ་ཞིག་  
གིས་སྒྲིམ་པ་སྟེ། ནགས་དང་ཁྱིམ་སོགས་པན་ཚུན་ཡིན་པ་མེད་པའི་ཚུ་  
དངོས་མེད་དེས། འབྲས་བུ་དགའ་བ་དངོས་པོར་གྱུར་པ་བསྐྱེད་པས། པན་  
ཚུན་མེད་པའི་བྱེད་ཚུ་འོ། །

བཞི་པ་སྤངས་ནས་མེད་པའི་བྱེད་ཚུ་ནི།

མ་བརྟགས་སྐྱོད་པ་འཕགས་པ་ནི། །

རྣམས་ལ་ཤེན་ཏུ་ཡོད་མ་ཡིན། །

དེ་ཕྱིར་དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་ནི། །

ཕུན་ཚོགས་ཐམས་ཅད་རྟག་ཏུ་འཕེལ། །

མ་བརྟགས་པར་གྲ་ཚོམ་དུ་སྐྱོད་པ་སྐྱེས་བུ་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་  
རྣམས་ལ་ཤེན་ཏུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་གཉེན་པོས་སྤངས་པའི་ཕྱིར་དེ་

དག་རྣམས་ཀྱི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཆོག་པ་པ་ཐམས་ཅད་རྟག་ཏུ་འཕེལ་ལོ། །འདི་ནི་  
སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཆོག་པའི་སྒྲུབ་དངོས་མེད་དེས། འབྲས་བུ་སྒྲུབ་ཆོག་པ་པ་ཐམས་ཅད་  
དངོས་པོར་གྱུར་པ་བསྐྱེད་པས། སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཆོག་པའི་བྱེད་སྒྲུབ་ལོ། །མེད་  
དག་གཞི་ནི་སྒྲུབ་བཞག་པའི་དབྱེ་བ་བཞི་ལོ། །

གཉིས་པ་སྒྲུབ་དངོས་མེད་ཀྱིས་འབྲས་བུ་དངོས་མེད་བསྐྱེད་པ།  
བསྐྱེད་པ་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་ལོ།

སྐྱེད་ཆལ་ས་ཏ་ཀཱ་ར་རྣམས། །

སྙེ་མ་མ་འབྲས་པ་མིན་ན། །

མགོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་བྱེད་མེད་ནི། །

ཏིལ་བཅས་ཁྱོར་ཅུ་སྟེན་བྱར་གྱུར། །

སྐྱེད་ཆལ་ས་ཏ་ཀཱ་ར་ཞེས་པ་ཨམ་བྱེད་པར་བའི་ཤིང་རྣམས་  
འབྲས་བུ་ཆགས་པ་ལ། སྙེ་མ་མ་འབྲས་པ་མིན་ཞེས་དག་གཞི་གཉིས་འབྱུང་  
ཀྱི་སྒྲུབ་དེས་རིང་དུ་འབྲས་པའི་མགོན་པོའི་བྱེད་མེད་ཆགས་པས་བརྒྱལ་བ་  
ལ་སྟེན་རབས་པའི་ལྷགས་བཞིན་ཏིལ་དང་བཅས་པའི་ཁྱོར་ཅུ་སྟེན་བྱར་  
གྱུར་ཏེ་ཞེས་འདི་སྐབས་ཀྱི་སྒྲུབ་ཡིན་དག་གཞི་དངོས་མེད་དེས། བྱར་བ་  
ཉམས་པ་དངོས་མེད་བསྐྱེད་པས། བསྐྱེད་པ་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་ལོ། །

དེ་དག་གི་དོན་བསྐྱེད་པ་ལ།

ཡོད་དང་མེད་པའི་རང་བཞིན་གྱི། །



འབྲས་བུ་སྐྱེད་པ་དག་ལ་འདིར། །

སྒར་མེད་ལ་སོགས་རང་བཞིན་གྱི། །

དངོས་པོ་ཡི་ནི་རྒྱ་ཉིད་དོ། །

ཡོད་པ་སྐྱབ་པའི་རང་བཞིན་དང་། མེད་པ་དགག་པའི་རང་བཞིན་གྱི་  
འབྲས་བུ་སྐྱེད་པ་དག་ལ། འདིར་སྒར་མེད་པ་སོགས། མེད་པ་རང་བཞིན་  
གྱི་རྒྱ་ཉིད་དོ། །འདིར་དངོས་པོ་ཞེས་དང་། གོང་དུ་དངོས་མེད་དུ་བཞག་པ་  
མི་འགལ་ཏེ། དགག་ཆིག་ལ་དངོས་མེད་དུ་བཏགས་གྱི། དངོས་མེད་ཁོ་  
ནས་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པ་ནི་མེད་དོ། །

གསུམ་པ་མཆར་བའི་རྒྱ་ལ་གཉིས། དབྱེ་བས་མདོར་བསྟན། དཔེས་  
རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི།

རིང་འབྲས་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས། །

དེ་བཞིན་འབྲས་མ་ཐག་སྐྱེས་དང་། །

རིགས་མིན་རིགས་པ་བྱེད་ཅེས་པའི། །

མཆར་བའི་རྒྱ་རྣམས་གངས་མེད་དོ། །

འདི་དག་སྒྲོར་བའི་ལམ་རྣམས་ལ། །

བཏགས་པའི་ཚུལ་ལ་བརྟེན་པ་ནི། །

ཤིན་ཏུ་མངེས་པ་དག་མཐོང་སྟེ། །

དེ་ཡི་དཔེར་བརྗོད་ཇི་ལྟར་ན། །

དེའི་ཆེ་གས་སུ་བཅད་པ་སྒྲུ་མ་ནི་གོ་བར་སྒྲུ་ཞིང་གངས་སུ་སྒྲུ་ས་པ་  
དེ་དག་ཆེ་ག་ཏུ་སྒྲུ་ར་བའི་ལམ་རྒྱལ་ས་ལ། རྒྱུ་དངོས་མིན་ཀྱང་བཏགས་པའི་  
ཚུ་ལ་རྒྱལ་གཞན་ལ་བཏེན་པ་ནི། ཤེན་ཏུ་མཛེས་པ་དག་མཐོང་སྟེ། དཔེར་  
བཞིན་པ་ལས་གསལ་ལོ། །

གཉིས་པ་དཔེས་རྒྱས་པར་བཤའ་པ་ལ། དང་པོ་རིང་འབྲས་ཀྱི་རྒྱུ་  
ནི།

ལུས་ཅན་སྤྱོད་མིག་ཟུར་ཞེས་པ། །

རྒྱལ་བྱེད་ལུས་མེད་དག་གི་མཆོན། །

གང་དེ་གཞན་ལ་རབ་འཕངས་པ། །

དེ་ཡིས་བདག་གི་ཡིད་ཀྱང་བཅོམ། །

ཀྱེ་ལུས་ཅན་མ། སྤྱོད་ཀྱི་མིག་ཟུར་ཞེས་བཏགས་པ། འགྲོ་བ་ཀུན་  
ལས་རྒྱལ་བར་བྱེད་རྒྱས་པ། ལུས་མེད་འདོད་སྤྱི་མཆོན་ཆར་གྱུར་པ་གང་  
དེ། རྒྱེས་པ་གཞན་ལ་རབ་ཏུ་འཕངས་པ་དེ་ཡིས། ཆེད་དུ་མ་བྱས་པ་བདག་  
གི་ཡིད་ཀྱང་བཅོམ་མོ། །ཀྱང་ཞེས་པས་དེར་ཡང་མ་བཟད་པའོ། མཆོན་ཆའི་  
ལས། གང་ལ་འཕངས་པ་འཁོགས་པ་ཡིན་པ་ལ། འདིས་རིང་དུ་གནས་པ་  
གཞན་ཡང་བཅོམ་པ་མཆར་ཆེ་བས། རིང་འབྲས་ཀྱི་རྒྱུ་ལོ། །

གཉིས་པ་རྒྱུ་འབྲས་སྤྱན་ཅིག་པ་ནི།

རྒྱེས་བྱ་ལུས་རྒྱེས་ཀྱིས་སྤྱོས་པའི། །

ནམ་འབྲུལ་སྒྲ་ཚོགས་ལྟན་ཅིག་ཉིད། །

བྱད་མེད་ནམས་ལ་བྱ་མོ་ནི། །

ཡོངས་སུ་རྒྱལ་པའི་ན་ཚོད་སྐྱེས། །

སྐྱེས་བྱ་ཞིག་ལུས་སྐྱེས་ཏེ་འདོད་པས་སྒྲོས་པའི་ནམ་འབྲུལ་སྒྲ་  
ཚོགས་གསལ་བ་དང་ལྟན་ཅིག་པ་ཉིད་དུ། བྱད་མེད་ནམས་ལ་བྱ་མོ་གཞོན་  
རྒྱ་མའི་གནས་སྐབས་ཡོངས་སུ་རྒྱལ་པའི་མཐར། འདོད་པ་བསྐྱེན་རན་གྱི་  
ན་ཚོད་དར་བ་སྐྱེས་སོ། །རྒྱ་འབྲས་སྒྲ་ཕྱི་ཡིན་པ་ལ། དེ་གཉིས་དུས་མཉམ་  
པ་མཚར་བའི་ཕྱིར། རྒྱ་འབྲས་ལྟན་ཅིག་པའི་རྒྱའོ། །

གསུམ་པ་འབྲས་བྱ་སྒྲ་བའི་རྒྱ་ནི།

སྒྲ་ཉིད་རི་དྲགས་མིག་ཅན་མའི། །

ཆགས་པའི་རྒྱ་མཚོ་རྒྱས་པར་གྱུར། །

ཕྱིས་ནས་འོད་ཟེར་རབ་འཕྲོ་བའི། །

ཟླ་བ་ཡི་ནི་དཀྱིལ་འཁོར་ཤར། །

སྒྲ་ཉི་མ་རྒྱལ་པའི་དུས་ཉིད། རི་དྲགས་མིག་ཅན་གཞོན་རྒྱ་མའི་  
ཆགས་པའི་རྒྱ་མཚོ་རྒྱས་པར་གྱུར་ནས། ཕྱིས་ཞིག་ནས་བདུད་ཅིའི་འོད་  
ཟེར་རབ་རྒྱ་འཕྲོ་བའི་ཟླ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཉ་གང་བ་ཤར་རོ་ཞེས་ཟླ་བ་  
ཤར་བས་ཆགས་པ་འཕེལ་ཞིང་། རྒྱ་མཚོ་སྒྲ་བའི་གནས་ཚུལ་གྱི་རྒྱ་  
འབྲས་ལས་བསྒྲོག་པ་མཚར་ཆེ་བས། རྒྱ་ལས་འབྲས་བྱ་སྒྲ་བའི་རྒྱའོ། །

བཞི་པ་རིགས་མིན་གྱི་རྒྱ་ནི།

ལྷ་གཅིག་ཁྱོད་གྱི་ཞབས་གཉིས་པོ། །

དམར་བའི་ཉི་གཞོན་ལ་རེག་པས། །

རྒྱལ་པོ་རྣམས་གྱི་ལག་པ་ཡི། །

བརྒྱ་བུམ་པར་བྱེད་པ་ཅི། །

གྱི་ལྷ་གཅིག་ ཁྱོད་གྱི་ཞབས་མཐེལ་གཉིས་པོ་རབ་ཏུ་དམར་བའི་ཉི་  
མ་གཞོན་ཏུ་འདི་ལྷ་བྱ་ལ་རེག་པས། མཐའི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་གྱིས་ཕྱག་  
འཆལ་བའི་ལག་པའི་བརྒྱ་བུམ་པར་བྱེད་པ་ཅི་ཡིན་ཞེས་ཉི་མ་དང་བརྒྱ་  
བཏགས་པ་ཡིན་ཀྱང་། ཉི་མས་བརྒྱ་བུམ་པར་བྱེད་པ་མི་རིགས་ཤིང་མཆར་  
བས། རིགས་པ་མིན་པའི་རྒྱ་ནི། །

ལྷ་པ་རིགས་པའི་རྒྱ་ནི།

ཁྱོད་གྱི་ཞབས་སེན་ལྷ་བ་ཡི། །

འོད་ཟེར་ཀྱུན་ནི་མེད་རྣམས། །

ས་སྐྱོང་རྣམས་གྱི་ལག་པ་ཡི། །

བརྒྱ་བུམ་པར་བྱེད་ལ་དབང་། །

ལྷ་ཁྱོད་གྱི་ཞབས་སེན་མཆོག་ཏུ་མངའ་བའི་ལྷ་བ་འདིའི་འོད་ཟེར་  
ཀྱུན་ནི་མ་མེད་པའི་མདངས་འཕྲོ་བ་རྣམས་ས་སྐྱོང་བ་རྒྱལ་པོ་རྣམས་  
གྱིས་ཕྱག་འཆལ་བའི་བརྒྱ་བུམ་པར་བྱེད་པ་ལ་དབང་ངོ་ཞེས་བཏགས་པའི་

ཟླ་བས་པར་ཟུམ་པར་བྱེད་རིགས་ཤིང་མཆར་བས། རིགས་པའི་རྒྱལོ། །

གསུམ་པ་དེ་དག་གི་འཇུག་བསྐྱ་བ་ནི། ཞེས་པ་རྒྱ་ཡི་རྣམ་ཏོག་གི། །  
ལྷགས་ནི་འདི་འདྲ་དག་ཏུ་བསྟན། །ཞེས་པ་རྒྱའི་རྒྱན་གྱི་རྣམ་ཏོག་གི་ལྷགས་  
ནི། དབྱེ་བ་གསུམ་ནང་གསེས་དང་བཅས་པ་འདི་འདྲ་བ་དག་ཏུ་བསྟན་ཟིན་  
ཏོ། །

༡༥ སྤྱོད་རྒྱན་བཤད་པ།

བཙུ་བཞི་པ་སྤྱོད་རྒྱན་ལ་གཉིས། མཆན་ཉིད་དང་། དཔེར་བརྗོད་  
དོ། །

མཆན་ཉིད།

དང་པོ་མཆན་ཉིད་ནི།

ཟུར་དང་རྣམ་པས་མཆོན་པའི་དོན། །

སྤྱོད་སྤྱོད་ཞེས་པར་བཤད། །

སྤྱོད་སྤྱོད་ཏུ་བཏང་བའི་ལུས་ཀྱི་བདེ་ལམ། ཐབས་སམ་ཟུར་གྱིས་སྤྱོད་  
ཚུལ་སྤྱོད་དང་། སྤྱོད་སྤྱོད་ཏུ་བཏང་བ་མིན་ཡང་ནང་སེམས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ལུས་  
ཉམས་སུ་ཐོན་པའི་རྣམ་པ་སྤྱོད་ལས་མཆོན་དོན་ཤེས་ཏེ་སྤང་དོར་ལ་འཇུག་  
པ་ནི་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད། སྤྱོད་རྒྱན་ཞེས་པར་བརྗོད་དོ། །

དཔེར་བརྗོད།

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་པ་ལ། དང་པོ་ཟུར་གྱིས་སྤྱོད་ནི།

ནམ་ཞིག་ཏུ་ཅག་འགྲོགས་འགྱུར་ཞེས། །

ཆོགས་སུ་བརྗོད་པར་མ་བཟོད་པའི། །

མཛའ་བོ་རིག་ནས་བྱད་མེད་གྱིས། །

ཅེ་དགའི་བརྒྱ་བུ་པར་བྱས། །

དུས་ནམ་ཞིག་ན་ཡུ་བྱ་ཅག་གཉིས་སྒྲུབ་ཅེག་ཏུ་འགྲོགས་པར་འགྱུར་  
ཞེས། མང་པོའི་ཆོགས་དབྱས་སུ་བརྗོད་མ་བཟོད་པའི་མཛའ་བོའི་བསམ་  
པ་དེ། བྱད་མེད་ཤེས་རིག་ཅན་གྱིས་རིག་ནས། ཅེ་དགའི་རྒྱ་བྱི་བརྒྱ་ལག་  
སོར་གྱིས་ཁ་བུ་པར་བྱས་སོ། །དེ་བཤའ་པ་ནི།

ལུས་སྦྱེས་དག་གིས་གཟེར་བ་ཡི། །

མཛའ་བོ་དབྱགས་དབྱང་འདོད་པ་ཡིས། །

བརྒྱ་བུ་པར་བྱས་པ་ལས། །

འདིར་ནི་མཆན་མོ་འགྲོགས་པར་བསྟན། །

ལུས་སྦྱེས་འདོད་པ་དག་གིས་གཟེར་བའི་མཛའ་བོ་དབྱགས་དབྱང་  
བར་འདོད་པ་ཡིས། རྒྱ་བྱི་བརྒྱ་བུ་པར་བྱས་པའི་བདུན། འདིར་ནི་བརྒྱ་  
བུ་དུས་གྱི་མཆན་མོ་འགྲོགས་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་རྣམ་པའི་སྤྲ་མོ་ནི།

སྤྲ་ཡི་མདུན་སར་སྤོང་ལ་མིག། །

གཏད་པ་དེ་གཏོང་ཆུ་སྦྱེས་ལ། །



དམར་ཞིང་གསལ་བ་རྒྱས་པ་ཡི། །

མཛེས་པ་འགའ་ཞིག་བྱང་བར་གྱུར། །

སྐྱེ་བོ་མང་པོ་སྐྱ་གར་གྱི་བྱ་བ་བརྩམས་པའི་མདུན་སར། ཁྱོད་ཉིད་  
ལ་མིག་ཡང་ཡང་གཏད་པ་དེའི་གདོང་གི་ཚུ་སྐྱེས་ཏེ་བརྒྱ་ལ་ཁ་དོག་དམར་  
ཞིང་མདངས་གསལ་བ་དང་། སྐྱ་ལོང་རྒྱས་པའི་མཛེས་པ་འགའ་ཞིག་བྱང་  
བར་གྱུར་ཏེ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

འདིར་ཡང་རང་བཞིན་མ་བཟོད་པར། །

དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་འདོད་པ་དག །

ངེས་པར་གནས་པ་ཉིད་གྱུར་པ། །

སྤྲ་མོ་ཉིད་ལས་བརྒྱལ་མ་ཡིན། །

འདིར་ཡང་འདོད་དོན་གྱི་རང་བཞིན་དངོས་སུ་མ་བཟོད་པར། དགའ་  
བའི་དགའ་སྟོན་འབྲིག་བདེ་འདོད་པའི་སྐྱེས་སྤྲ་མོ་མོ་དག །དེ་ཉིད་རྣམ་པ་  
ཁོ་ནས་ངེས་པའི་སྟོན་ས། མདུན་ས་དེ་ཉིད་དུ་གནས་ཏེ་འདོད་པ་སྐྱབ་པར་  
གྱུར་པ་ཡང་། སྤྲ་མོའི་རྒྱན་ཉིད་ལས་བརྒྱལ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །སྤྲ་མོ་འདི་  
འགའ་ཞིག ངག་ཏུ་ཡེ་མ་བཟོད་པའི་སྟོན་ངག་ཏུ་འདོད་ཟེར་བ་ནི་ཐ་ཆད་  
པའི་གཏམ་ཡིན་ལ། དཔང་ལོ་ཆེན་པོས། གསང་སྤྲགས་ནང་གི་བརྟ་ཐུན་  
མོང་མ་ཡིན་པ་ཐ་སྟོན་རིག་པའི་དཔེར་བཞོན་པ། རྣམ་པ་འཆར་བདེ་བ་ལ་

དགོངས་ཀྱང་། ལྷ་དཔེ་ལ་རྣམ་ལ་བཀའ་པར་འགྱུར་རམ་སྒྲུབ། སྒྲིང་པོ་བརྟེན་  
དང་རྣམ་པ་བརྟེན་བྱུར་བྱས་པའི་ཆོག་སྒྲིང་སྒྲུབས་སུ་བབ་པ་ལས། དེས་  
མཆོན་པའི་དོན་ནི་དག་ཏུ་བརྟེན་ན་བརྟེན་དང་རྣམ་པས་ཅི་ཞིག་བྱ། དེ་ཙམ་  
ལ་ཚུད་སྒྲུབས་མང་མི་དགོས་སོ།།

༡༥ ཆའི་བྱུང་བཤད་པ།

༥ བཅོ་ལྷ་པ་ཆའི་བྱུང་ལ་གཉིས། མཆོན་ཉིད་སྒྲིར་བསྟན། དབྱེ་བ་  
དཔེར་བརྟེན་པའོ། །

མཆོན་ཉིད་སྒྲིར་བསྟན།

དང་པོ་མཆོན་ཉིད་སྒྲིར་བསྟན་པ་ནི།

ཆ་ནི་ཆ་ཡི་དངོས་པོ་དག །

རང་བཞིན་ངེས་པར་གསལ་བ་སྒྲིབ། །

དཔེར་བརྟེན་ཉིད་ཀྱིས་འདི་ཡི་ནི། །

རང་བཞིན་ངེས་པར་གསལ་བར་བྱ། །

ཆ་ནི་སྒྲུབ་ཀྱི་བྱས་པ་ཞིག་རྟེན་པའི་ཆའི་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་མི་  
མཛེས་པའི་རྣམ་པ་ངེས་པར་གསལ་བ་དེ། ཐོལ་གྱིས་སྒྲིབ་ཅིང་སྒྲེད་པར་  
བྱེད་པ་སྟེ། དཔེར་བརྟེན་པ་ཉིད་ཀྱིས་འདིའི་རང་བཞིན་ངེས་པར་གསལ་  
བར་བྱའོ། །

དབྱེ་བ་དཔེར་བརྗོད་པ།

གཉིས་པ་དབྱེ་བ་དཔེར་བརྗོད་པ་ལ།      ཟོལ་གྱིས་སྤྲེད་པའི་ཆ་དང་།  
ཟོལ་གྱིས་སྤྲེད་དང་བསྟོད་པའི་ཆའོ།      །དང་པོ་ལ་ཡང་འོས་པ་དང་མི་འོས་  
པ་གཉིས། འོས་པའི་ཆ་ནི།

    རྒྱལ་པོའི་བྱ་མོར་ཆགས་པ་བདག །

    སྤྱ་ལོང་རྒྱས་པ་སྤང་བ་པོས། །

    རིག་པར་གྱུར་ལ་ཀྱེ་མ་ཆལ། །

    བསེལ་བའི་རྒྱུད་ལྡན་ཡིན་པར་ཤེས། །

    རྒྱལ་པོའི་བྱ་མོ་མཛེས་ལྡན་མར་ཆགས་པ་དག་གི་ལུས་ལ་ཆགས་  
པའི་སྤྱ་ལོང་རྒྱས་པའི་ཏྲགས་དེ།      སྤང་བ་པོ་ཉུག་རུམ་པ་ནྟམས་གྱིས་རིག་  
པར་གྱུར་པ་ལ།      ཀྱེ་མ་ཆལ་འདི་ནི་ཤེས་ཏུ་བསེལ་བའི་རྒྱུད་དང་ལྡན་པར་  
ཤེས་སོ་ཞེས་གང་བའི་སྤྱ་ལོང་གི་ཟོལ་གྱིས་སྤྲིབ་པ་ནི།      གཉིས་ཀས་སྤྱ་  
ལོང་བསྤྲེད་འོས་པས་འོས་པའི་ཆའི་རྒྱན་ནོ། །

    གཉིས་པ་མི་འོས་པའི་ཆ་ནི།

    རི་ལྟར་བྱ་མོ་མཐོང་ཉིད་ན། །

    བདག་ལ་དགའ་བའི་མཆི་མ་བྱུང་། །

    རྒྱུད་གིས་གཙུག་པས་པའི་མེ་ཏྲོག་གི །

    རྒྱལ་གྱིས་བདག་མིག་སུན་སྤང་ངོ། །

འི་ལྷ་རྒྱལ་ལོ་མཆོར་སྒྲུབ་ཅན་དེ་མཐོང་བ་ཙམ་ཉིད་ན།      བདག་ལ་  
དགའ་བའི་དབང་གིས་མཆི་མ་བྱུང་བ་ལ།      རྒྱུང་བྱའི་དགའ་གིས་གཙུབས་  
ཞིང་བསྐྱོད་པའི་མེ་ཏོག་གི་རྩལ་གྱིས་བདག་གི་མིག་སྒྲུབ་ལྷ་རྒྱུང་དོ་ཞེས་རྩལ་  
མིག་ལ་འོར་བ་སྐྱད་གྱིས།      དགའ་བས་མཆི་མ་འབྱུང་མི་འོས་བ་སྐྱེབ་བ་མི་  
འོས་པའི་ཆ་རྒྱན་ནོ།      །ཞེས་པ་ལ་སོགས་སྐབས་སུ་ནི།      །རྒྱན་འདི་ཞིན་ཏུ་  
མཛེས་པ་སྟེ།      །ཞེས་པ་ལ་སོགས་བསྐྱོན་གྱི་ཆ་ཤས་འགའ་ཞིག་སྐྱེབ་པ་  
ལ།      རྒྱན་འདི་ཞིན་ཏུ་མཛེས་ཞིང་སྟེ་ཞེས་པ་ལྷག་བཅས་འོག་མ་འདྲན་པའི་  
ཆོག་གོ།

གཉིས་པ་ཐོལ་གྱིས་སྐྱད་དང་བསྐྱོད་པ་ནི།

ཁ་ཅིག་ཆ་ལས་སྐྱད་པ་དང་། །

བསྐྱོད་པར་བྱས་ལ་ཆ་ཞེས་བཟོད། །

བསྐྱོད་པ་ཁོ་ནའི་ཐོལ་གྱིས་སྐྱོན་གྱི་ཆ་སྐྱེབ་པ་དང་།      སྐྱད་པ་ཁོ་ནའི་  
ཐོལ་གྱིས་བསྐྱོད་པའི་ཆ་སྐྱེབ་པ་ལ་ཆ་རྒྱན་ཞེས་བཟོད་དོ།      །དང་པོ་ཆ་ལས་  
སྐྱད་པ་ནི།

གང་ཡིད་གཡུལ་གྱི་དགའ་སྟོན་ལ། །

འདོད་པའི་དགའ་སྟོན་ལས་ཀྱང་ཆགས། །

གཟི་ལྡན་ལང་ཚོ་ཡོན་ཏན་ཅན། །

རྒྱལ་འདི་ཁྱོད་གྱི་བདག་པོར་འོས། །

གང་གི་ཡིད་གཡུལ་གྱི་དགའ་སྟོན་འཐབ་ཚུད་གྱི་བྱ་བ་ལ།   སེད་ལྡན་  
འདོད་པའི་དགའ་སྟོན་སེམས་པ་ལས་ཀྱང་ལྷག་པར་ཆགས་ལ།   གཟི་  
བརྩིད་དང་ལྡན་ཞིང་ལང་ཚོ་ལ་བབ་པ་ཡོན་ཏན་གྱི་རྒྱལ་བུ་འདི།   །གཞོན་  
རུ་མ་ཁྱོད་གྱི་བདག་པོར་འོས་སོ་ཞེས་རྒྱལ་པོའི་བུ་མོ་ཁྱོད་འདམ་པ་ལ་པོ་ཉ་  
བས་སྦྱས་པའོ། །

དེ་བཤད་པ་ནི།

བཙུན་འགྲུས་ཁྱད་འཕགས་བསྟོད་པ་འདིར། །

སྤང་བ་ཉིད་དེ་ལོངས་སྤྱོད་ལ། །

རྒྱན་བུ་སྤྱོད་འདོད་བུ་མོ་ཡི། །

བསམ་པ་དག་ནི་བཞེད་པར་བྱས། །

འདི་ནི་བསྟོད་པ་ཁོ་ན་སྟེ། རི་ལྟར་སྤང་ཅེ་ན། གཡུལ་ལ་སྤྱོད་བ་བཙུན་  
འགྲུས་སམ་ཁྱད་འཕགས་གྱི་བསྟོད་པ་ནི།   སྐབས་འདིར་ཆ་ཡིས་སྤང་བ་  
ཉིད་དེ། འདོད་པའི་ལོངས་ལ་རྒྱན་བུ་སྤྱོད་པར་འདོད་པའི་བུ་མོའི་བསམ་པ་  
བཞེད་པར་བྱས་ཏེ། དེ་དང་མ་མཐུན་པས་སོ། །ཆ་ལས་སྤང་པའི་རྒྱན་ནོ། །

གཉིས་པ་ཆ་ལས་བསྟོད་པ་ནི།

གཞོད་པ་རབ་གཞིལ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར། །

གང་གིས་སྟན་པར་སྤྱོད་བ་བསྐབས། །

སྤྱི་བོ་འདི་ནི་བཙུན་མེད་གཡོ། །

གྲོགས་མོ་དེ་ཡིས་བདག་ལ་ཅེ། །

རང་ལ་གཞོན་པ་རབ་ཏུ་གཞིལ་བྱིང། །

གང་གིས་ངག་འཇམ་ཞིང་སྒྲུབ་པར་སྒྲུབ་པ་འདི་བསྐྱབས་གྱིས། གཞན་  
དུ་སྐྱེ་བོ་འདི་ནི་བདག་ལ་བཅེ་བ་མེད་པར་མ་ཟད། གཡོ་སྐྱེའི་རང་བཞིན་  
ཅན་ཏེ། གྲེ་གྲོགས་མོ། དེ་འདྲའི་མཇའ་བོས་བདག་ལ་ཅེ་བྱ་སྟེ་དགོས་པ་  
མེད་དོ་ཞེས་གྲོགས་མོ་ལ་སྒྲུས་པའོ། །དེ་བཤའ་པ་ནི།

སྐྱེ་བོ་གྲོགས་མོས་རབ་བསྐྱབས་ཁེངས། །

ཆགས་བྱིང་བྱེད་པར་མ་རུས་ཏེ། །

སྐྱོན་ལྟར་སྒྲུབ་པས་ཡོན་ཏན་གང་། །

སྒྲུབ་པར་སྒྲུབ་བ་ཉིད་ཀྱང་བསྐྱབས། །

སྐྱེ་བོ་འདི་ལ་འདུད་པར་མ་བྱས་ཞེས། གྲོགས་མོས་རབ་ཏུ་བསྐྱབས་  
པའི་ཁེངས་པ་དེ་ལྟ་བུ། རང་དེ་ལ་ཆགས་པའི་བྱིང་བྱེད་པར་མ་རུས་ཏེ།  
སྐྱོན་ལྟར་སྒྲུབ་པའི་བོལ་གྱིས་བསྐྱབས་ནས། ཡོན་ཏན་གང་ཞིག་སྒྲུབ་པར་  
སྒྲུབ་བ་ཉིད་ཀྱང་བསྐྱབས་ཏེ། ཆ་ལས་བསྟོད་པའི་བྱུང་བོ། །

༡༩ རིམ་པ་ཅན་གྱི་བྱུང་བཤའ་པ།

༥ བཏུ་བྱུག་པ་རིམ་པ་ཅན་གྱི་བྱུང་ལ་གཉིས། མཚན་ཉིད་དང་།  
དཔེར་བཞིན་དོ། །



མཚན་ཉིད།

དང་པོ་མཚན་ཉིད་ནི།

དངོས་པོ་རབ་ཏུ་བསྟན་པ་རྣམས། །

རིམ་པ་བཞིན་དུ་རྗེས་སྟོན་པ། །

གངས་དང་རིམ་པ་བཞིན་ཞེས་པ། །

གངས་བཞིན་ཞེས་པར་རབ་ཏུ་བརྗོད། །

བརྗོད་འདོད་ཀྱི་དངོས་པོ་སྟོན་ལ་རབ་ཏུ་བསྟན་པ་རྣམས་ཀྱི་རིམ་པ་  
བཞིན་དུ། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་དོན་རྣམས་རྗེས་སུ་སྟོན་ཅིང་འགོད་པ་ནི།  
གངས་རིམ་པ་ཅན་ནམ། གངས་བཞིན་ཀྱི་རྒྱན་ཞེས་པར་རབ་ཏུ་བརྗོད་དོ། །

དཔེར་བརྗོད་པ།

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་པ་ནི།

ཁུས་ལ་ཆུར་ནི་རབ་ཁྱུགས་མ། །

ཁྱོད་ཀྱི་འཇུ་མ་མིག་གཞོང་མཛེས་ནི། །

ཀྱ་ཐུད་ལྷུང་ལ་བརྒྱ་ཡིས། །

བརྒྱས་པར་ངེས་སོགས་ཀྱུགས་ཅན་མ། །

ཀྱི་གཞུགས་ཅན་མ། ཁུས་ལ་མེ་ཉོག་རྗེས་བྱའི་ཆུར་ཁྱུགས་པ་མ་  
ཁྱོད་ཀྱི་འཇུ་མ་དཀར་དང་། མིག་ཡངས་དང་། གཞོང་གི་མཛེས་པ་གསུམ་  
ནི། ཆུ་ནང་གི་ཀྱ་ཐུད་དང་། ལྷུང་ལ་མཐིང་ག་དང་། བརྒྱ་དཀར་པོ་གསུམ་

གྲིས་བརྒྱས་པར་ངས་ཉེ་དེ་དག་མཛེས་པ་མཛད་དུ་བྱུང་བས་ཞེས་རྗེང་བྱར་  
ཞུགས་པ་རབ་ཏྟག་གི་ས་བོན། བརྒྱས་པ་དཔེ་དང་། ངས་པར་ཏྟགས་  
གསལ་བྱེད་རིམ་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་ནོ།།

༡༥ དགའ་བའི་རྒྱན་གྱི་དབྱེ་བ།

༥ བཅུ་བདུན་པ་དགའ་བའི་རྒྱན་གྱི་དབྱེ་བ་ལ་གཉིས། མཚན་ཉིད་  
དང་བཅས་བསྒྲགས་པ་དང་། དཔེར་བརྗོད་དང་བཅས་དབྱེ་བའོ། །

མཚན་ཉིད་དང་བཅས་བསྒྲགས་པ།

དང་པོ་མཚན་ཉིད་དང་བཅས་བསྒྲགས་པ་ནི།

དགའ་བ་མཚོག་ཏུ་དགའ་བར་བརྗོད། །

ཉམས་ལྡན་ཡིད་འོང་ཉམས་དང་ལྡན། །

གཟི་བརྗོད་ང་རྒྱལ་སྤྱིས་པ་སྟེ། །

དེ་གསུམ་བྱེད་འཕགས་དག་དང་ལྡན། །

དགའ་བ་ནི་མཚོག་ཏུ་དགའ་བའི་ཉམས་སྤྱིས་པ་བརྗོད་པ་དང་།

ཉམས་ལྡན་ནི་ཡིད་དུ་འོང་བའི་སྟེག་སོགས་ཀྱི་ཉམས་དང་ལྡན་པ་དང་།

གཟི་བརྗོད་ཅན་ནི་ནང་དུ་ང་རྒྱལ་འཕེལ་བའི་ཆོག་སྟེ། དེ་གསུམ་ཀ་ཉམས་

ལས་སྤྱེ་བ་བྱེད་པར་དུ་འཕགས་པ་དག་དང་ལྡན་པའོ། །

དཔེར་བརྗོད་དང་བཅས་དབྱེ་བ།

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་དང་བཅས་དབྱེ་བ་ལ་གཉིས་ལས། དགའ་

བའི་རྒྱན་གྱི་དཔེར་བརྗོད་པ་དང་པོ་དངོས་ཐོབ་གྱི་དགའ་བ་ནི།

གོ་བོན་ད་ཁྱོད་ཁྱིམ་འོངས་པ། །

དེང་བདག་དགའ་བ་སྐྱེས་པ་གང་། །

དགའ་བ་འདི་ནི་སྤར་ཡང་ཁྱོད། །

དུས་གྱི་འོངས་ན་འབྱུང་བར་འགྱུར། །

གོ་བོན་ད་ནི་སྤང་རྗེའམ། ས་གཞི་ཐོབ་ཅེས་བྱ་བ་འཇུག་གི་མིང་སྟེ།

ཁྱོད་ཁྱིམ་འདིར་འོངས་པས་དེང་གི་དུས་བདག་ལ་དགའ་བ་སྐྱེས་པ་གང་

ཡིན་པའི་དགའ་བ་འདི་འདྲ་བ་ནི། སྤར་ཡང་ཁྱོད་བསོད་ནམས་ལ་བབ་པའི་

དུས་གྱི་ཆེ་འོངས་ན་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞད་པ་ནི།

དེ་འདྲའི་དགའ་བ་བོ་དུ་རམ། །

གཞན་ལས་མིན་ཞེས་རིགས་པར་སྤྲ། །

དེ་ལ་གྲུས་པ་ཅམ་གྱིས་ནི། །

རབ་བསྟེན་འཕྲོག་བྱེད་ཤིན་ཏུ་དགེས། །

དེ་འདྲ་བའི་དགའ་བ་མད་དུ་བྱུང་བ། བོ་དུ་ར་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱལ་པོས་

གཞན་ལས་འབྱུང་བ་མིན་ཞེས་རིགས་པར་སྤྲས་ཤིང་། ལྟ་དེ་ལ་གྲུས་པའི་

ཆོག་ཅམ་གྱིས། རབ་ཏུ་བསྟེན་བྱའི་ལྟ་འཕྲོག་བྱེད་དེ་བྱ་བ་འཇུག་ཤིན་ཏུ་

དགེས་སོ། །ཞེས་བྱ་བ་འཇུག་དངོས་ལས་ཐོབ་པས། དངོས་ཐོབ་གྱི་དགའ་

བའི་རྒྱན་ནོ། །

གཉིས་པ་གཟུགས་བརྟན་གྱི་དགའ་བ་ནི།

ཟླ་བ་ཉི་མ་རྒྱུང་ས་མཁའ། །

སྒྲིན་སྒྲེག་བྱེད་དང་མེ་དང་ལྷ། །

ཞེས་པའི་གཟུགས་རྣམས་རབ་འདས་ནས། །

ལྷ་ཁྱོད་ལྷ་བར་ངེད་ཀྱིས་ཅི། །

དབུ་མ་སྒྲུན་རས་གཟིགས་བརྟན་ཞུགས་ལས། དབང་ཕྱག་ཐ་དད་  
པ་རྣམས་ས་ལྷ་མེ་རྒྱུང་མཆོད་སྒྲིན་བྱ་བ་ནམ་མཁའ་ཉི་མ་ཟླ་བ་ཞེས་  
གཟུགས་གསལ་བ་བརྒྱད་དུ་རྟོག་ཅིང་དེ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆའ་བར་བྱེད་  
ཅེས་འབྲུང་བས་གསལ་བའི་གཟུགས་བརྒྱད་པོ་དེ་རྣམས་ལས་རབ་ཏུ་  
འདས་ནས། ལྷ་བ་དང་ཡང་བ་སོགས་དབང་ཕྱག་གི་སྒྲུབ་མོང་མ་ཡིན་པའི་  
སྒྱུ་ནི། རྣལ་འབྱོར་པ་ཆེན་པོས་ཀྱང་རྟོགས་དགའ་བའི་ཕྱིར། ལྷ་བའི་རྣམས་  
པ་ཐ་མལ་བ་ངེད་ཀྱིས་ཅི་ཞིག །དེ་བཤའ་བ།

མངོན་སུམ་བྱས་པའི་ལྷ་ལ་ནི། །

རྒྱལ་པོ་དགའ་བའི་གོ་ཆ་ཡིས། །

དགའ་བ་རབ་ཏུ་གསལ་བྱས་གང་། །

དེ་ཡང་དགའ་བར་རྗེས་རྟོགས་བྱ། །

ལྷ་དབང་ཕྱག་གི་གཟུགས་གསལ་བ་བརྒྱད་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་པ་  
ལ། ར་སྒྱུ་འཛིན་གསལ་བྱུང་བ། རྒྱ་དཔེ་ལ་ལར། རྩ་ཏུ་ཕྱམ་ཏུ་ཞེས་པ་

དགའ་བའི་གོ་ཆ་དང་། ལ་ཅིག་ཏུ། རྩ་ཇ་ཕྱ་ཤ་རྒྱུ་ལ་པོའི་གོ་ཆ་ཞེས་གྲང་  
འབྱུང་བའི། རྒྱལ་པོ་དེའི་དགའ་བ་རབ་ཏུ་གསལ་བར་བྱས་པ་གང་། དེ་  
ལྟར་ཡང་དགའ་བའི་རྒྱན་དུ་རྗེས་སུ་རྟོགས་པར་བྱ་སྟེ། གཟུགས་བརྟན་གྱི་  
དགའ་བའི་རྒྱན་ནོ། །པཎ་ཆེན་སརྩ་བློ་སྤྲུལ། སྒྲིག་ཉམས་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་  
འདིར་བྲངས་ནས་དབྱེ་བ་གསུམ་དུ་མཛད་ཅིང་། དེའི་དོན་བཤད་པས་སྒྲིག་  
ཉམས་ཀྱི་གོ་ཆོད་པར་མཛད་པ་ནི་ལེགས་པར་མི་སྤྲོད་པོ། །

### ༡༩ ཉམས་ལྡན་གྱི་དབྱེ་བ་ལ་བརྒྱད།

༥ བཙེ་བརྒྱད་པ་ཉམས་ལྡན་གྱི་དབྱེ་བ་ལ་བརྒྱད་ལས། དང་པོ་དགའ་  
བའི་འབྱུང་བ་འཕེལ་བ་སྒྲིག་པའི་ཉམས་ནི།

ཤིའོ་ཞེས་པ་པ་རོལ་དུ། །

གང་དང་འགྲོགས་ཆེད་བདག་འཆི་འདོད། །

ཨ་ཕྱི་དེ་བདག་གིས་ནི། །

སྐྱེ་འདི་ཉིད་ལ་ཐོབ་ཅི་ལྟར། །

ཡུ་ད་ཡ་ན་ཞེས་པའི་རྒྱལ་པོ། བཙུན་མོ་ཨ་ཕྱི་སྟེ་སྤྲོད་པ་མཛེས་  
ཆེས་པར་ཆགས་ནས། རྒྱལ་སྤྱིད་ཀྱི་བྱ་བ་ཤོར་བས་སྒྲོན་པོས་བཙུན་མོ་  
ཤི་བ་ལྟར་བྱས་པའི་ཆོ། རྒྱལ་པོ་བཙུན་མོ་དང་སྤྲད་ཕྱིར་འཆི་བར་བརྩམས་  
པ་ལ། སྟན་སྒྲོན་ཏེ་བཙུན་མོ་གཏད་པས། འཆམས་པར་སྤྱོད་ཅིང་དགའ་  
བས་བརྗོད་པའི་ཆོག་སྟེ། དོན་ནི། ཤིའོ་ཞེས་པའི་བཙུན་མོ་དང་འགྲོགས་

པའི་ཆེད་དུ། བདག་གྲང་འཆི་བར་འདོད་དོ་ཞེས་པའི་གདུང་བ་དེ་ཙམ་ཡོད་  
བ་ལ། ཨ་ཕ་ཉིད་དེ་བདག་གིས་སྐྱེ་བ་འདི་ཉིད་ལ་ཐོབ་བ་འདི་ལྟ་བུ་ཅི་ལྟར་ཏེ་  
མི་ལམ་མིན་ནམ། དེ་བཤའ་བ་ནི།

དགའ་བ་ཉིད་ནི་སྒྲུབ་བསྐྱེད་ཏེ། །

དགའ་བ་སྐྱེག་པ་ཉིད་གྲུབ་འདི། །

གཟུགས་མང་དག་དང་ལྡན་པས་ན། །

དེ་སྤྱིར་འདི་ནི་ཉམས་ལྡན་ཆོག། །

དགའ་བ་སྐྱེས་བུའི་ཡུལ་ཅན་ཉིད་སྒྲུབ་བསྐྱེད་ཟེར་ཏེ། བྱད་མེད་ཀྱི་  
ཡུལ་ལས་བྱུང་བའི་དགའ་བ་སྐྱེག་པའི་སྐྱེ་གནས་ཅན་འདི་མངོན་དུ་རྒྱས་  
པར་འགྱུར་བའི་གཟུགས་མང་པོ་དག་དང་ལྡན་པས་ན། དེ་སྤྱིར་འདི་ནི་  
སྐྱེག་པའི་རོ་ཉམས་དང་ལྡན་པའི་ཆོག་སྟེ། འབྲེལ་བ་འདོད་འཇོར།

སྐྱེ་བ་བྱད་མེད་ལྟར་བ་ལས། །

སོ་སོར་དགའ་བ་འབྱུང་འགྱུར་བ། །

དེ་ནི་སྐྱེག་པ་ཞེས་བྱར་བཤའ། །

དགའ་བའི་ཆེད་མོ་སོགས་ཀྱི་སྒྲུ། །

ཞེས་པོ་མོ་ལྟར་པའི་དགའ་བ་ནི་སྐྱེག་པའི་ཉམས་སྲུབ་བོ། །

གཉིས་པ་ཁོ་བ་འཕེལ་བ་དག་ཤུལ་གྱི་ཉམས་ནི།

གང་གི་ནག་མོ་བདག་མདུན་ནས། །



སྐྱ་ནས་བཟུང་སྟེ་བྲངས་གྱུར་པ། །

བརྟན་དཀའ་སྡིག་ཅན་ཐོབ་པ་འདི། །

སྐད་ཅིག་འཆོ་བར་འགྱུར་རམ་ཅི། །

གང་གི་སྟེ་རྒྱལ་པོ་བརྟན་དཀའ། འཛིགས་སྡེའི་ཆུང་མ་ནག་མོ་བདག་  
ཉིད་ཀྱི་མདུན་ན་གནས་བཞིན་པ། སྐྱ་ནས་མངོན་སུམ་དུ་བཟུང་སྟེ་བྲངས་  
ཞིང་བྱུང་པར་གྱུར་པའི་བརྟན་དཀའ་སྡིག་ཅན་ནམ་ཉེས་པ་ཅན་འཛིགས་སྡེ་  
བདག་གི་ལག་ཏུ་ཐོབ་པ་འདི། ད་ནི་སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་འཆོ་བར་འགྱུར་  
རམ་ཅི་སྟེ་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་གསད་པར་བྱའོ། །དེ་བཤད་པ་ནི།

ཅེས་པ་འཛིགས་སྡེ་དག་དག་ལ། །

ལྟ་བའི་ཁོ་བ་མཆོག་གི་མཐར། །

འཛིགས་པ་བྲག་པོའི་བདག་ཉིད་འགྱུར། །

འདི་ནི་རོ་དང་ལྡན་པའི་ཆིག་། །

ཅེས་པ་ནི་སྐྱ་བསེང་བུ་ལྟའི་ཡ་གྲུལ་འཛིགས་སྡེས། དག་པོ་བརྟན་  
དཀའི་ཐུབ་སྟོན་དག་ལ། མིག་དམར་འཁྱུག་པོར་ལྟ་བའི་ཁོ་བ་མཆོག་སྟེ་  
ཆེ་བའི་མཐར་འཛིགས་པ། བྲག་པོའི་ཉམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་འདི།  
བྲག་པོའི་རོ་ཉམས་དང་ལྡན་པའི་ཆིག་གོ། །

གསུམ་པ་སྟོ་བ་འཕེལ་བ་དཔའ་བའི་ཉམས་ནི།

མཆོར་བཅས་ས་ལས་མ་རྒྱལ་ཞིང་། །

ནམ་མང་མཆོད་སྦྱིན་མ་བྱས་ལ། །

སྒྲོང་ལ་ཁོར་ནམས་མ་བྱིན་པར། །

ས་སྒྲོང་དུ་བདག་ཅི་ལ་འབྱུང། །

ཀྱུ་མཆོ་བཞི་དང་བཅས་པའི་ས་གཞི་ལས་དབྱང་གིས་མ་ཀྱུ་ལ་ཞིང་།  
ཉ་གཙང་དང་རྩ་ཇ་སྦྱ་ཡ་ཞེས་པ་ཀྱུ་ལ་པོའི་སྦྱབ་བྱེད་ནམ་པ་མང་པོའི་  
མཆོད་སྦྱིན་ཡང་མ་བྱས་ལ། སྒྲོང་བ་པོ་ལ་ཁོར་འདོད་པ་ནམས་ཀྱང་མ་བྱིན་  
པར། ས་སྒྲོང་བའི་དབང་ཕྱག་ཏུ་བདག་ཅི་ལ་བྱུང་ཉེ་བདེན་ནམ་རྩུན་ཞེས་  
པའོ། །དེ་བཤའ་པ་ནི།

ཞེས་པ་སྒྲོ་བ་བྱུང་འཕགས་དག། །

དཔའ་བའི་ཉམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་གནས། །

ཉམས་ལྡན་ཉིད་དུ་རྒྱས་པ་ལ། །

ཆོག་འདི་དག་ནི་དབང་བ་ཡིན། །

ཞེས་སྒྲོ་བུར་དུ་ཀྱུ་ལ་པོ་ཐོབ་པ་ལ་སྒྲོ་བ་བྱུང་འཕགས་དག་གསལ་  
བ་འདི་ལྟ་བུ་དཔའ་བའི་ཉམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་དུ་གནས་ཉེ། ཉམས་དང་ལྡན་  
པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་རྒྱས་པ་ལས་ཆོག་འདི་དག་དབང་བ་ཡིན་ནོ། །

བཞི་པ་ཐུང་ན་འཕེལ་བ་སྦྱང་རྗེའི་ཉམས་ནི།

ལུས་འཇམ་གང་ལ་བརྒྱ་ཡི། །

མལ་སྒྲན་དག་ཀྱང་རྩུབ་བྱེད་ན། །

ལྷ་མོ་དེ་ནི་རོ་ཁང་དག །

སྲེག་བྱ་ལྷན་པར་ཅི་ལྷར་ཉལ། །

ལུས་འཇམ་ཞིང་གཞོན་ལ་ཅན་གང་ལ། བརྒྱའི་མལ་སྟན་དག་ཀྱང་  
རྩ་བ་པར་བྱེད་པ་མཛེས་མ་མིའི་ལྷ་མོ་དེ་འདྲ་བ་ནི། བདག་པོ་ཞི་བའི་རོ་  
ཁང་དག་སྲེག་བྱ་མའི་ཕྱང་པོ་དམར་ཁྱུར་ཁྱུར་འབར་བ་དང་ལྷན་ཅིག་པའི་  
ནང་དུ། གནས་སྐབས་ཇི་ལྷར་ཉལ་ཏེ་བཟོད་པར་མི་རུས་སོ། །དེ་བཤད་པ་  
ནི།

ཞེས་པ་སྟོང་རྗེ་འོས་རྒྱས་ལ། །

རྒྱན་ཉིད་དུ་ནི་རབ་ཏུ་བཤད། །

དེ་བཞིན་གཞན་ཡང་མི་སྦྱག་དང་། །

བཞད་གད་མད་བྱང་འཛིགས་རུང་ངོ་། །

ཞེས་པ་རྒྱ་བལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་འདས་དུས། རོ་དང་ལྷན་ཅིག་བཙུན་མོ་  
གསོན་པོར་བསྲེགས་པས་སྟོང་རྗེ་བྱ་བར་འོས་པ། བྱ་ངན་གྱི་འགྱུར་བ་རྒྱས་  
པ་ནི་སྟོང་རྗེའི་ཉམས་རྒྱན་ཉིད་དུ་རབ་ཏུ་བཤད་ལ། དེ་བཞིན་གཞན་ཡང་  
མི་སྦྱག་པ་དང་། བཞད་གད་དང་། མད་བྱང་དང་། འཛིགས་རུང་གི་ཉམས་  
ཀྱང་ངོ་ཞེས་མཆམས་སྦྱར་ནས།

ལྷ་པ་སྦྱག་གྲོ་བ་འཕེལ་བ་མི་སྦྱག་པའི་ཉམས་ནི།

རྒྱ་མས་བརྒྱན་པའི་སྲིན་པོ་ནམས། །

མགོ་མེད་རོ་དང་སྒྲུབ་ཅིག་ཏུ།

ལག་པ་སྒྲུབ་བས་ཁྱོད་དགའི་ཁྲག།

འཐུང་ཞིང་འཐུང་ཞིང་གར་བྱེད་དོ།

ཆེ་ལ་བྱས་དགྱིས་པའི་རྒྱ་མའི་སྤང་བས་ལུས་བརྒྱན་པའི་སྤོང་པོ་མི་  
རོ་བ་བ་རྣམས། གཤུལ་དུ་བཅད་དེ་མགོ་མེད་པའི་རོ་དང་སྒྲུབ་ཅིག་ཏུ་ལག་  
པའི་སྤོང་པ་སྒྲུབ་བས། ཁྱོད་ཀྱི་དགའ་བོ་བསད་པའི་བྱང་ཁོག་གི་ཁྲག་རྣམས་  
བཅུས་ནས། འཐུང་ཞིང་འཐུང་ཞིང་སྤོས་པའི་གར་བྱེད་དོ་ཞེས་སྒྲུག་གོ་ཞིང་  
ཡི་གར་མི་འོང་བས། མི་སྒྲུག་པའི་ཉམས་རྒྱུ་ནོ།

དུག་པ་དགོད་གོ་བ་འཕེལ་བ་བཞད་གད་ཀྱི་ཉམས་ནི།

གྲོགས་མོ་མེ་ཉོག་མ་རྙིང་ལ།

ཁྱོད་ཀྱི་རུ་མའི་ངོས་ལ་ནི།

སེན་རྗེས་གསར་བ་ཆགས་པ་འདི།

སྟོད་གཡོགས་དག་གིས་སྦྱིབ་པར་མཛོད།

གཞན་དང་ཅེ་དགར་རོལ་བས། རྒྱན་གྱི་མེ་ཉོག་རྙིང་པ་མོ་ལ། ཀྱེ་  
གྲོགས་མོ་མེ་ཉོག་མ་རྙིང་མ་ཞེས་བོད་ནས། ཁྱོད་ཀྱི་རུ་མའི་ངོས་ལ་སྤར་  
མོས་འབྲས་པའི། སེན་མོའི་རྗེས་གསར་དུ་ཆགས་པ་འདི། སྟོད་གཡོགས་  
དག་གིས་སྦྱིབ་པར་མཛོད་ཅིག་ཅེས། སེན་རྗེས་གསལ་བའི་འགལ་བ་  
བཞད་གད་ཀྱི་དོན་ཏེ། བཞད་གད་ཀྱི་ཉམས་རྒྱུ་ནོ།

བདུན་པ་དོ་མཚར་བ་འཕེལ་བ་མྱད་བྱུང་གི་ཉམས་ནི།

དགའ་ཚལ་སྒྲོན་པ་འདི་ནམས་གྱི། །

འདབ་མ་གསར་བ་གོས་བབང་དང་། །

མེ་ཉོག་དོ་ཤལ་ལ་སོགས་སྐྱེ། །

ཡལ་འདབ་ཁང་པར་གྱུར་པ་མཚར། །

དགའ་བའི་ཚལ་གྱི་སྒྲོན་པ་བབང་པོ་འདི་ནམས་གྱི་ལོ་འདབ་གསར་

དུ་འབྱུངས་པ་གོས་བབང་པོ་དང་། མེ་ཉོག་ནི་དོ་ཤལ་སོགས་སྐྱེ་དང་།

ཡལ་ག་འདབ་མ་རབ་ཏུ་སྐྱེས་པས་སྟོང་ནས་སྤུབ་ཅིང་། བྱོགས་མཚམས་

བསྐྱོར་བས་ཁང་པར་གྱུར་པ་ཆེས་དོ་མཚར་རོ་ཞེས་ཡ་མཚན་མྱད་དུ་བྱུང་

བར་སྒྲོན་པས། མྱད་བྱུང་གི་ཉམས་སྐྱེ་ནོ། །

བརྒྱད་པ་འཛིགས་པ་འཕེལ་བ་འཛིགས་རུང་གི་ཉམས་ནི།

ཅེ་མོ་དག་ལ་མེ་གནས་པ། །

བརྒྱ་བྱིན་གྱི་ནི་དོ་ཇེ་གང་། །

འདི་ནི་བྲན་ན་ལྷ་མིན་གྱི། །

བྱད་མེད་མངལ་ནི་སྤྱང་བར་བྱེད། །

ཅེ་མོ་དག་ལ་མེའི་ཚུབ་མ་མཆེད་ཅིང་འབར་བ་གནས་པ། བརྒྱ་བྱིན་

གྱི་སྤྱག་ཆ་དོ་ཇེ་ཅེ་མོ་བརྒྱ་པ་འདི་ནི། བྲན་པ་ན་ཡང་ལྷ་མིན་གྱི་བྱད་མེད་

ནམས། འཛིགས་པས་མངལ་གྱི་བྱིས་པ་དབང་མེད་དུ་ས་ལ་སྤྱང་བར་བྱེད་

དོ་ཞེས་ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་འཇིགས་པ་བསྐྱེད་པས། འཇིགས་རུང་གི་ཉམས་  
བྱུང་ནོ། །སྒྲུབ་པའི་ཉམས་ལས་བྱུང་པར་བསྒྲུབ་པའི་བྱིར།

སྒྲུབ་པ་གྲོང་པ་ཉིད་མིན་སྐྱེས། །

བརྗོད་བྱ་ཡི་ནི་ཉམས་དག་བསྒྲུབ། །

འདི་ནི་ཉམས་བརྒྱད་དབང་བྱས་ཏེ། །

ཆིག་རྣམས་ཉམས་དང་ལྡན་པར་བཤའ། །

ལེ་ལུ་དང་པོར་སྒྲུབ་པའི་ཉམས་ནི། གྲོང་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ལས་སྐྱེས་  
པའི་རྗོད་བྱེད་ཆིག་དང་། བརྗོད་བྱ་དོན་གྱི་ཉམས་དག་བསྒྲུབ་ལ། འདིར་ནི་  
ཉམས་བརྒྱད་གྱི་དབང་བྱས་ཏེ། ཆིག་རྣམས་རོ་ཉམས་དང་ལྡན་པར་བཤའ་  
བཤོ། །གཞན་དུ། རིན་ཆེན་མཛོད་ལས།

སྐྱེག་པ་དཔའ་བ་མི་སྐྱུག་པ། །

དག་ཤུལ་དགོད་དང་འཇིགས་སྐྱ་རུང་། །

སྤྱིང་རྗེ་རམ་དང་ཞི་བ་སྤྱེ། །

འདི་རྣམས་གར་གྱི་ཉམས་དགའོ། །

ཞེས་དགའ་དང་། སློབ་དཔོན་ར་རྩ་བོས།

སྐྱེག་པ་དཔའ་བ་མི་སྐྱུག་པ། །

དགོད་དང་དག་ཤུལ་འཇིགས་སྐྱ་རུང་། །

སྤྱིང་རྗེ་རམ་དང་ཞི་བ་དང་། །



མཉེས་གཤེན་པ་སྟེ་ཉམས་བཅུ་འོ། །

ཞེས་དང་། འགའ་ཞིག་ ཉམས་བཞིར་བསྐྱས་པ་འང་བཞེད་པ་ཡོད་དོ། །  
པཎ་ཆེན་སངས་ཀྱིས། རམ་པའམ་མི་སྤྱག་པ་ཞེས་ནམ་གངས་སུ་མཛད་པ་  
མི་འབྲད་དེ། དོགས་དཔྱོད་དུ་གསལ་ལོ།།

༡༩ གཟི་བཞིན་ཅན་གྱི་དཔེར་བཞིན།

༥ བཅུ་དགུ་པ་གཟི་བཞིན་ཅན་གྱི་དཔེར་བཞིན་ནི།

བདག་ནི་གཞོད་པ་བྱེད་པོ་ཞེས། །

ཁྱོད་གྱི་སྣང་ལ་འཇིགས་མ་བྱེད། །

བདག་གི་རལ་གྱིས་སྤྱིར་སྤྱོད་ནམས། །

ནམ་ཡང་གཞོམ་པར་འདོད་མ་ཡིན། །

བདག་ནི་སློག་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ནོ་ཞེས། ཁྱོད་ནམས་གྱི་  
སྣང་ལ་འཇིགས་པ་འཇིན་པར་མ་བྱེད་ཅིག རྒྱ་མཚན། བདག་གི་རལ་གྱིས་  
ནི་སྤྱིར་སྤྱོད་ཏེ་འབྲོས་པ་དག་ནམ་ཡང་གཞོམ་པར་འདོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །  
དེ་བཞག་པ་ནི།

ཞེས་པ་སྟེས་བྱ་དེགས་ལྡན་འགས། །

གཡུལ་དུ་གཞན་ནི་བཀག་བྱས་ཏེ། །

གཏོང་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས། །

གཟི་བཞིན་ལྡན་པར་ཤེས་པར་བྱ། །

ཞེས་པ་སྒྲེས་བྱ་དཔའ་ཞིང་རྟེན་པ་དང་ལྡན་པ་འགས། གཡུལ་དུ་  
གཞན་སྡེ་བཅོམ་ནས་འབྲོས་པ་བཀག་པ་དེ། ལུང་བཟང་པོས་གཏོང་བའི་  
ཆེ་བཟོན་པ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་གཟི་བཟོན་ལྡན་པའི་བྱུང་ཞེས་པ་ཤེས་  
པར་བྱའོ།

༡༠ རྣམ་གྲངས་བཟོན་པའི་བྱུང་བཤའ་པ།

༥ ཉི་ཤུ་པ་རྣམ་གྲངས་བཟོན་པའི་བྱུང་ལ་གཉིས། མཆན་ཉིད་དང་།  
དཔེར་བཟོན་དོ། །

མཆན་ཉིད།

དང་པོ་མཆན་ཉིད་ནི།

འདོད་དོན་དངོས་སུ་མ་བཟོན་པར། །

དེ་ཉིད་འབྲུབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། །

རྣམ་པ་གཞན་དག་བཟོན་པ་གང་། །

དེ་ནི་རྣམ་གྲངས་བཟོན་པར་འདོད། །

འདོད་བྱའི་དོན་དངོས་སུ་མ་བཟོན་པར་དེ་ཉིད་འབྲུབ་པར་བྱ་བའི་  
ཕྱིར་དུ། ཐབས་མཁས་ཀྱི་རྣམ་པ་གཞན་དག་བཟོན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི།

རྣམ་གྲངས་བཟོན་པའམ། བརྒྱད་ནས་བཟོན་པའི་བྱུང་དུ་འདོད་དོ། །

དཔེར་བཟོན་པ།

གཉིས་པ་དཔེར་བཟོན་ནི།

ས་ཏྲ་ཀྲ་རའི་སྟེ་མ་རྣམས། །

གཞན་གྱི་གསོས་འདིས་བ་བར་བྱེད། །

དེ་ནི་བདག་གིས་བསྒྲིག་པར་བགྱི། །

ཁྱེད་གཉིས་དལ་གྱིས་འདུག་པར་མཛོད། །

ས་ཏྲ་ཀྲ་ར་སྟེ་འོ་མས་བརྩས་པའི་ཨ་མ་མཆོག་གི་སྟེ་མ་རྣམས།

གཞན་བྱ་རོག་གིས་གསོས་པར་གྲགས་པ་ཁྱ་བྱུག་འདིས་བ་བར་བྱེད་གྱི།

དེ་ནི་བདག་གིས་བསྒྲིག་པར་བགྱི་བས། ཁྱེད་གཉིས་གནས་འདིར་དལ་

གྱིས་འདུག་པར་མཛོད་ཅིག དེ་བཤད་པ་ནི།

གྲོགས་མོ་སྐྱེས་ཕྱན་ཕྱད་བྱས་ནས། །

དེ་དག་དུས་སར་དགའ་བ་ཡིས། །

དགའ་སྟོན་སྐྱབ་ཏུ་གཞུག་འདོད་པས། །

འགའ་ཞིག་དེ་ནས་སོང་བར་གྱུར། །

རང་གི་གྲོགས་མོ་སྐྱེས་ཕྱན་གཞོན་ཏུ་དང་ཕྱད་པར་བྱས་ནས། དེ་

དག་དུས་ས་དེར་དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་འཁྲིག་པའི་བདེ་བ་སྐྱབ་ཏུ་གཞུག་

འདོད་པས། ཐབས་ལ་མཁས་པའི་གྲོགས་མོ་འགའ་ཞིག་ཁྱ་བྱུག་བསྒྲིག་

པའི་ཐོལ་གྱིས་གནས་དེ་ནས་སོང་བར་གྱུར་ཏོ།

༡༧ གྲུབ་པ་གྱི་བྱུང་བཤའ་པ།

༥ ཉེར་གཅིག་པ་གྲུབ་པ་གྱི་བྱུང་ལ་གཉིས། མཆན་ཉིད་དང་དཔེར་  
བཟོད་དོ། །

མཆན་ཉིད།

དང་པོ་མཆན་ཉིད་ནི།

བྱ་བ་འགའ་ཞིག་བརྩམས་པ་ལ། །

སྐལ་བ་ཡི་ནི་སྟོབས་ལས་ཀྱང་། །

དེ་ཡི་སྐབ་བྱེད་ཕྱན་ཆོགས་གང་། །

དེ་ནི་གྲུབ་ཏུ་པན་པར་བཟོད། །

བྱ་བའི་དངོས་པོ་འགའ་ཞིག་བརྩམས་པ་ལ། རང་གི་སྐལ་བའི་ཁར་  
ཆེད་སྟོབས་ལས་ཀྱང་། དེ་སྐབ་བྱེད་ཀྱི་མཐུན་ཆེན་ཕྱན་སྐུམ་ཆོགས་པ་  
ཞིག་སྟོ་བྱར་དུ་བྱུང་བ་གང་དེ་ནི། གྲུབ་ཏུ་པན་པའི་བྱུང་དུ་བཟོད་དོ། །

དཔེར་བཟོད།

གཉིས་པ་དཔེར་བཟོད་ནི།

ཁེངས་པ་གཞོམ་བྱིར་དེ་ཡི་ནི། །

རྒྱུ་པ་དག་ལ་བྱུག་འཆལ་བ། །

བདག་ལ་པན་བྱིར་སྐལ་བ་ཡི། །

འབྲུག་གི་སྐྱེ་བྱུགས་པར་བྱུང། །

ཆགས་ལྡན་ཞིག་ དགའ་མས་རང་ལ་མི་འདུད་པའི་ཁེངས་པ་གཞོམ་

ཕྱིར། དེའི་རྒྱུ་ལ་དག་ལ་ཕྱག་འཆལ་བར་བརྩམ་ཆོ། བདག་ལ་པན་པའི་  
ཕྱིར་སྐལ་བའི་སྟོབས་ལས་དགའ་བ་སྦྱེད་པའི་འབྲུག་གི་སྦྱ་སྟན་པ་སྟོ་བུར་  
དུ་གྲགས་པར་བྱུང་ཉི་ཞེས་འབྲུག་སྦྱས་འདོད་པ་འཕེལ་ཏེ། འདུད་པའི་  
གྲོགས་ལ་ཀུན་དུ་པན་པར་བྱུང་བས། ཀུན་པན་གྱི་རྒྱུ་ལོ།

༡༡ རྒྱ་ཆེ་བའི་རྒྱུ་བཤད་པ།

༥ ཉེར་གཉིས་པ་རྒྱ་ཆེ་བའི་རྒྱུ་ལ་གསུམ། མཚན་ཉིད། དཔེར་  
བཟོད། མཐུག་བསྟུ་བའོ། །

མཚན་ཉིད།

དང་པོ་མཚན་ཉིད་ནི།

བསམ་པའམ་ནི་འགྱུར་བ་ཡི། །

ཆེན་པོ་ཉིད་ནི་སྒྲ་མེད་གང་། །

དེ་ནི་རྒྱ་ཆེ་ཞེས་པ་ཡི། །

རྒྱུ་དུ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཟོད། །

བསམ་པའམ་འགྱུར་བ་རྒྱ་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་སྒྲ་ན་མེད་པ་གང་དུ་བཟོད་  
པ་དེ་ནི། རྒྱ་ཆེ་བ་ཞེས་པའི་རྒྱུ་དུ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཟོད་དོ། །

དཔེར་བཟོད།

གཉིས་པ་དཔེར་བཟོད་ལ་གཉིས། བསམ་པ་རྒྱ་ཆེ་བའི་རྒྱུ་ནི།

རྩ་མ་ཆ་ཡི་མགོ་གཙོད་པའི། །

བྱ་བའི་ཁུར་ཡང་བཟོད་པ་གང་། །

རྩ་སྒྱའི་བྱ་དེས་སྒྲ་མ་ཡི། །

བཀའ་ལས་འདའ་བར་རྒྱས་མ་གྱུར། །

རྩ་མ་ཁ་ཞེས་པ་སྒྲ་སྒྲོག་གི་བྱ་སྟེ། ལྟ་མགིན་བཙུ་འཇིགས་ཏེན་  
གསུམ་བྱན་དུ་བྱས་པ་དེའི་མགོ་གཙོད་པའི་བྱ་བ་ནི་ཁུར་ཆེན་པོ་ཡང་  
བཟོད་རྒྱས་པ་གང་། རྩ་སྒྱའི་ཞེས་པ་རྒྱལ་པོ་ཤིང་ཏྲ་བཙུ་པའི་བྱ་རྩ་མ་ཁ་  
དེས། སྒྲ་མ་སྟེ་རང་གི་ཡབ་ཀྱིས། ཁྱོད་སྤྱི་ཏ་དང་བཅས་པ་རེ་ཞིག་ནགས་  
སྤྱ་སོང་ལ། རྒྱ་བོ་རྩ་ར་ཏྲ་རྒྱལ་སྤིད་ལ་ཞོག་ཅེས་པའི་བཀའ་ལས་འདའ་མ་  
རྒྱས་པར་ནགས་སྤྱ་སོང་ངོ་ཞེས་བཀའ་མི་འཆ་མས་པ་ཡང་དང་དུ་སྒྲངས་  
པ་ནི་བསམ་པ་རྒྱ་ཆེ་བའི་རྒྱན་ནོ། །

གཉིས་པ་འགྱུར་བ་རྒྱ་ཆེ་བ་ནི།

རིན་ཆེན་ཅིག་པ་ལ་འཕོས་པའི། །

གཟུགས་བརྟན་བརྒྱ་ཡིས་བསྐྱོར་གྱུར་པ། །

ལྟའི་དབང་ཕྱག་དེ་ཁོ་ན། །

ཨརྒྱ་ན་བྱས་དཀའ་བས་ཤེས། །

པརྩ་རྩ་ག་དང་། མཁའ་སོགས་རིན་པོ་ཆེའི་རང་བཞིན་གྱི་གཞལ་  
མེད་ཁང་གི་ཅིག་པ་ལ་འཕོས་ཤིང་ཤར་བའི། གཟུགས་བརྟན་རང་དང་འབྲ་  
བ་བརྒྱ་ཕྱག་གིས་བསྐྱོར་བར་གྱུར་པ་ལས། འདི་དག་ནི་གཟུགས་བརྟན་ནོ། །



འདི་ནི་ལྟོ་འདི་དབང་ཕྱག་དེ་ཁོ་ན་འོ་ཞེས་ཨུ་ན་བུ་སྟེ་འདི་རྒྱལ་པོ་ཏ་ལུ་  
མཐུ་དེས། སྟེ་ཏ་འཆོལ་བར་སོང་དུས། དཀའ་བ་ཆེན་པོས་བརྟགས་ནས་  
ཤེས་ཀྱི། ཡུད་ཀྱིས་མ་ཤེས་སོ། །

དཔེར་བརྗོད་འདི་གཉིས་ཁྱབ་འཇུག་གི་འཇུག་པ། རྩ་མ་ཁྲི་གཏམ་  
རྒྱད་དང་སྦྱར་བ་སྟེ། རྒྱས་པར་བྱད་པར་འཕགས་བསྟོད་དང་། ལྟ་ལས་  
ཕུལ་བྱང་གི་བསྟོད་འབྲེལ་སྟོབ་དཔོན་ཤེས་རབ་གོ་ཆས་མཛད་པ་སོགས་  
ལས་ཤེས་སོ། །

གསུམ་པ་མཇུག་བསྟུ་བ་ནི།

སྟེ་མར་བསམ་པའི་བདག་ཉིད་ཆེ། །

འདིར་ནི་མངོན་པར་འབྱོར་བ་བརྟེན། །

རྒྱ་ཆེ་གཉིས་པོ་འདི་དག་ཀྱང་། །

གསལ་བ་རབ་ཏུ་མཆོན་པ་ཡིན། །

དཔེར་བརྗོད་སྟེ་མར་ནི་བསམ་པ་དོག་པ་མེད་པས་བདག་ཉིད་ཆེ་བ་  
བསྟན་ལ། སྟེ་མ་འདིར་ནི་ཁང་པ་རིན་པོ་ཆའི་རང་བཞིན་གྱིས་མངོན་པར་  
འབྱོར་བ་བརྟེན་བ་ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་བསྟན་ཏེ། རྒྱ་ཆེ་བའི་རྒྱན་གཉིས་པོ་  
འདི་དག་ཀྱང་གསལ་བར་རབ་ཏུ་མཆོན་ཅིང་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

༩༣ བསྟོན་དོར་གྱི་རྒྱན་བཤད་པ།

༩ ཉེར་གསུམ་པ་བསྟོན་དོར་གྱི་རྒྱན་ལ་གསུམ། མཆོན་ཉིད་སྟེར་

བསྒྲུབ། དབྱེ་བ་དཔེར་བརྗོད། རོན་བསྒྲུབ་པའོ། །

མཚན་ཉིད་སྒྲིབ་བསྒྲུབ་པ།

དང་པོ་མཚན་ཉིད་སྒྲིབ་བསྒྲུབ་པ་ནི།

བསྒྲུབ་དོར་དག་ནི་བསྒྲུབ་བྱས་ནས། །

རོན་གཞན་ཅུང་ཟད་སྒྲུབ་པ་སྟེ། །

བསྒྲུབ་དོར་དག་ནི། དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ལ་མིན་ཞེས་བསྒྲུབ་ནས། རོན་གཞན་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་ཅུང་ཟད་སྒྲུབ་པས་སྒྲུབ་དག་མཛེས་པར་བྱེད་པའོ། །

དབྱེ་བ་དཔེར་བརྗོད་པ།

གཉིས་པ་དབྱེ་བ་དཔེར་བརྗོད་པ་ལ། དང་པོ་ཆོས་ལ་བསྒྲུབ་དོར་ནི།

འདོད་པ་དག་ནི་མདའ་ལྔ་པ། །

མ་ཡིན་སྒྲོ་ལྔ་སྒྲོང་སྒྲག་ཡོད། །

འདོད་པའི་ལྔ་དག་ནི་མདའ་ལྔ་པ་ཞེས་གྲགས་ཀྱང་དེ་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོ་ལྔ་མདའ་སྒྲོང་སྒྲག་ཀྱང་ཡོད་ཀྱི། གཞན་དུ་སྤྱིད་པ་གསུམ་ལས་རྒྱལ་མི་རུས་སོ་ཞེས་འདོད་ལྔའི་ཆོས་མདའ་ལྔ་ལ་བསྒྲུབ་ནས། དེ་བས་མང་བར་སྒྲུབ་པ། ཆོས་ལ་བསྒྲུབ་དོར་གྱི་རྒྱུ་ལོ། །

གཉིས་པ་ཡུལ་ལ་བསྒྲུབ་དོར་ནི།

ཅན་ལྔ་འོད་དལ་བྱ་ཡི། །

སྟོ་ཕྱགས་དེ་ཡི་བཞུག་པ་འདི། །

མེ་ཡི་རང་བཞུག་སྟོ་བ་སྟེ། །

གཞན་གྱི་ངོར་ནི་བསེལ་ཞེས་གྲག། །

ཅ་ཐུན་དང་། ཟླ་བའི་འོད་དང་། སྟོ་ཕྱགས་གྱི་དེ་འི་བཞུག་པ་སྤྱང་འདི་  
ནམས་བདག་ལ་ཆ་བས་གདུང་བྱེད་མེད་རང་བཞུག་སྟོ་བ་སྟེ། སྟེ་བོ་གཞན་  
གྱི་ངོར་ནི་བསེལ་ཞེས་གྲགས་ཏེ། བདེན་པར་དགའོ། །

དེ་བཤད་པ་ནི།

འདོད་ལྡན་གྱིས་ནི་གཞན་ལ་དེ། །

བསེལ་བར་ཁས་སྤངས་བདག་ཉིད་ལ། །

ཆ་བ་ཉིད་དུ་རབ་བསྟན་བྱེད། །

འདི་ནི་ཡུལ་ལ་བསྟོན་དོར་རོ། །

དངོས་པོ་དེ་དག་འདོད་ལྡན་གྱིས་གཞན་གྱི་ངོར་བསེལ་བར་འདོད་  
པ་ཁས་སྤངས་ཀྱང་དོན་དུ་མ་རངས་པའི་ཆོག་གྲག་ཅེས་བསྟོན་ཏེ། དོན་  
གཞན་བདག་ཉིད་ལ་ཆ་བར་མངོན་སུམ་དུ་བྱུང་ཞེས་པ་ཉིད་དུ་རབ་དུ་  
བསྟན་པའི་བྱེད། འདི་ནི་དབང་ཡུལ་ལྗེ་ཡ་གྲལ། དེག་བྱ་བསེལ་བར་ཆ་  
བར་བསྟོན་དོར་བས། ཡུལ་ལ་བསྟོན་དོར་གྱི་རྒྱུ་ནོ། །དབང་ལོ་ཆེན་པོས།  
དག་འདི་ནི་ཡུལ་འགའ་ཞིག་ལ་སྟོས་ནས་དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ལ་བསྟོན་གྱི་  
ཡུལ་ཀྱན་ལ་སྟོས་ཏེ་མིན་པས་ན། ཡུལ་ལ་བསྟོན་དོར་ཞེས་བྱ་བའོ་ཞེས་པ་

སྒྲུབ་ཡང་རུང་ངོ་། །

གསུམ་པ་རང་བཞིན་བསྟོན་དོར་ནི།

བདུད་ཅི་ཟག་པའི་འོད་ཟེར་ཅན། །

ཟླ་བ་ཞེས་པར་བདག་ཅག་འདོད། །

དོན་གྱི་བདག་ཉིད་འདི་ནི་གཞན། །

དུག་ཟག་ཟེར་དང་ལྡན་པ་ཉིད། །

བདུད་ཅི་ཟག་པའི་འོད་ཟེར་ཅན་ཞིག་ཟླ་བ་ཞེས་པ་དེར་བདག་ཅག་  
འདོད་པ་ལ། དོན་གྱི་བདག་ཉིད་ད་ལྟའི་ཟླ་བ་འདི་ནི་དེ་ལས་གཞན་ཡིན་ཏེ།  
སྟོག་འཕྲོག་པ་དུག་ཟག་པའི་འོད་ཟེར་དང་ལྡན་པ་འོ། །

དེ་བཤའ་པ་ནི།

ཞེས་པ་ཟླ་བའི་ཟླ་བ་ཉིད། །

བསྟོག་ནས་དོན་གཞན་བདག་ཉིད་ནི། །

འདོད་པས་གཟེར་བས་བརྗོད་པའི་སྤྱིར། །

འདི་ནི་རང་བཞིན་བསྟོན་དོར་ངོ། །

ཞེས་པ་འདི་ཟླ་བ་བདུད་ཅིའི་རང་བཞིན་གྱི་དངོས་པོ་དེ་ཟླ་བ་ཉིད་  
མིན་ཞེས་བསྟོག་ཅིང་བསྟོན་ཏེ། དོན་གཞན་དུག་ཟག་པའི་ཟེར་ལྡན་དུ་བསྟན་  
ནས། བདག་ཉིད་འདོད་པས་གཟེར་བས་བརྗོད་པའི་སྤྱིར། འདི་ནི་ཟླ་བ་ཉིད་  
ཟླ་བ་མིན་ཞེས་བསྟོན་པས། རང་བཞིན་བསྟོན་དོར་གྱི་བྱུང་འོ། །

གསུམ་པ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི།

དཔེ་ཡི་བསྟོན་དོར་སྤར་ཉིད་དུ། །

དཔེ་རྣམས་ལ་ནི་རབ་བསྟན་ཏེ། །

དེ་ཡི་བསྟོན་དོར་དབྱེ་བ་རྣམས། །

མཆོན་བྱ་དག་ལ་རྒྱ་ཆེར་མཆོན། །

གཞན་དཔེའི་བསྟོན་དོར་ནི་སྤར་ཉིད་དོ། །དཔེ་དོན་ཐ་དང་མིན་པའི་  
དཔེ་གཟུགས་ཅན་རྣམས་ལ་རབ་དུ་བསྟན་ཏེ། །དབྱེ་བ་བཞི་པོ་དཔེའི་བསྟོན་  
དོར་གྱི་དབྱེ་བ་རྣམས་མཆོན་བྱ་ཆེ་ག་གི་སྦྱོར་བ་དག་ལ་མཆོན་ཞིང་རྒྱ་  
ཆེར་རྟོགས་པར་བྱའོ། །

༡༥ སྦྱར་བའི་རྒྱན་བཤད་པ།

༥ ཉེར་བཞི་པ་སྦྱར་བའི་རྒྱན་ལ་གཉིས། མཆོན་ཉིད་སྦྱར་བསྟན།  
དཔེར་བརྗོད་བྱེ་བྲག་དུ་བཤད་པའོ། །

མཆོན་ཉིད་སྦྱར་བསྟན་པ།

དང་པོ་མཆོན་ཉིད་སྦྱར་བསྟན་པ་ནི།

སྦྱར་བ་གཟུགས་གཅིག་ལྡན་པའི་ཆེ་ག།

དུ་མའི་དོན་ཅན་ཉིད་དུ་འདོད། །

སྦྱར་བ་ནི་རྗོད་བྱེད་ཆེ་ག་གམ་སྤེའི་གཟུགས་གཅིག་དང་ལྡན་པའི་  
ཆེ་ག་གང་ཞིག བརྗོད་བྱའི་དོན་གཉིས་ལ་སོགས་པ་དུ་མའི་བདག་ཉིད་ཅན་

དུ་འདོད་དོ། །

དཔེར་བརྗོད་གྱེ་བྲག་རྩ་བ་འད་པ།

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ལ།                      ཅུ་བ་གཉིས་སུ་  
བསྟན། བཤད་ཅིན་ངན་པར་བྱས་སོ། །ཁྱད་པར་བདུན་དུ་དབྱེ་བའོ། །  
དང་པོ་ནི།

དེ་ཆིག་ཐ་དད་མིན་པ་དང་། །

ཐ་དད་ཆེ་ག་འདྲ་རྒྱུ་པ་གཉིས། །

ཞེས་པའི་དང་པོ་ཚིག་ཐ་དང་མིན་པའི་སྒྱར་བ་ནི། རྒྱ་དབེད། ཨ་སྤ་  
ཕུ་ད་ཡ་སྤ་རྩ་རྣུ་༎ གཤཿ་སྤ་རྩ། དགྲ་མཆོལམམ རྩ་རྩ་ཏ་ར་ཏི་ལོ་ག་ཁླ་སྤི་ད་ཡི་  
སྤ་དུ་ཆེ་ག་རེ། །ཞེས་པ་དེ།

ལྷ་དཔ་གནས་མཛེས་པ་ཅན། །

དགྱིལ་འཁོར་ལ་ཆགས་སྐྱལ་པོ་འདི། །

མི་དུཤག་ར་འཛིག་རྟེན་གྱི།

ཡིད་ནི་རབ་རྩ་འཕྲོག་པར་བྱེད། །

ཅེས་རྒྱ་རྒྱའི་སྤྲ་ལྷ་བ་དང་། རྒྱལ་པོ་ལ་འཇུག་པ་སྤྲ་སྤྲར་ཏེ། བྱང་  
གཞི། དེའི་སྤྲང་གི་བྱང་ཆོས་ཤུ་ད་ཡའི་སྤྲ། འཆར་བ་དང་། འབྱང་བ་དང་།  
དར་བ་དང་། རྒྱས་པ་རྣམས་ལ་འཇུག་པས། ལྷ་བ་འཆར་བ་ལ་གནས་པའི་  
མངོས་པ་ཅན་དང་། རྒྱལ་པོ་དར་བ་ལ་གནས་པའི་མངོས་པ་ཅན། ར་ཏྟ་



དམར་བ་དང་། ཆགས་པ་ལ་འཇུག་ མཐུལ་དགྱིལ་འཁོར་ལ་འཇུག་པས།  
 ཟླ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་དམར་བ་དང་། རྒྱལ་པོ་འཁོར་འབངས་ལ་བྱམས་  
 པས་ཆགས་པ། མི་དྲུག་པ། ཟླ་བ་ལ་འཇུག་པའི་འོད་དང་། རྒྱལ་པོ་ལ་  
 འཇུག་པའི་དབྱ་སྟེ་ཁལ་རན་པར་སྤྱད་པ་ནམས་སྐྱ་སྤྱར་ཏེ། གཉིས་ཀས་  
 འཛིག་ཏེན་གྱི་ཡིད་རབ་ཏུ་འཕྱོག་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་དོན་གཉིས་ཀ་ལ་ཆིག་  
 གཅོད་མཆམས་ཐ་དད་མིན་པར་གཅིག་པས། ཆིག་ཐ་དད་མིན་པའི་སྤྱར་  
 བའོ། །

གཉིས་པ་ཐ་དད་ཆིག་འབྲེེ་སྤྱར་བ་ནི། རྒྱ་དཔེར། དོ་ལྷ་ཀ་རེ་ཏ་  
 སསྐྱ་རྟུ་ཏ་པ་ཐ་ཕྱི་ན། རྩ་རྩ་པ་དོ་ལོ་མ་མི་རྩམ་པའི་ཡི་གེ་རྩ་བ་རྩ་ཏེ། །  
 ཞེས་ཆིག་ཐ་དད་པ་ལས་བསྐྱབས་པའི་དབང་གིས་སྐྱའི་གཟུགས་གཅིག་ཏུ་  
 བྱུང་ཡང་། གཅོད་མཆམས་གྱི་དབང་གིས་དོན་གཉིས་སུ་འགྱུར་ཏེ།

འགྱུར་དང་པོ།

རྒྱ་སྐར་ལམ་ལ་རབ་གནས་པ། །

མཆན་མོར་བྱེད་པ་དང་བསྐྱེད་ས་ནས། །

སྟོད་ལ་ཡིས་ནི་བདག་འདི་ལྟར། །

དགའ་བ་མེད་པར་ཅིས་མ་མནར། །

ནལ་ཏ་རྒྱ་སྐར། པ་ཐ་ལམ། ཕྱི་ན་རབ་ཏུ་གནས་པ། དོ་ལ་མཆན་  
 མོ། ཀ་ར་བྱེད་པ། རྩ་རྩ་ཟླ་བ་སྟེ། རྒྱ་སྐར་གྱི་ལམ་ནམ་མཁའ་ལ་རབ་ཏུ་

གནས་པའི་རྒྱ་བ་ཉིད་མཆན་མོར་བྱེད་པ་ཡིན་པས། དེ་དང་བསྐྱོངས་པའི་  
སྒྲོན་དུས་འདིས་ནི་བྲལ་བས་ཉིན་པ་བདག འདི་ལྟ་བུར་དགའ་བ་མེད་པར་  
ཅིས་མ་མནར་ཏེ་མནར་རོ་ཞེས་པའོ། །

འབྲུག་གཉིས་པ།

རྒྱལ་རིགས་ལམ་ལ་མི་གནས་པ། །

རྒྱལ་པོ་སྒྲོན་གྱི་འབྲུང་གནས་དང་། །

བསྐྱོངས་ནས་སྒྲོན་མང་དག་གིས་བདག །

དགའ་མེད་འདི་ལྟར་ཅིས་མ་མནར། །

ཀླ་ཏ་རྒྱལ་རིགས། བ་ཐ་ལམ། མཆོ་རྒྱ་འཇུག་པ། དེ་དག་གི་སྒྲོན་དུ་  
དགག་པའི་ནུ་བཞག རྗེས་འབྲེལ་བྱས། དོ་ཤ་སྒྲོན། ལྷ་ཀ་ར་འབྲུང་  
གནས་ཡིན་པ་མཆམས་སླུང་བ་སོགས་ཀྱིས་འབྲུབ་སྟེ། རྒྱལ་རིགས་ཀྱི་  
ལམ་སྟེ་ལུགས་སྟོལ་བཟང་པོ་ལ་མི་འཇུག་པའི་རྒྱལ་པོ་སྒྲོན་གྱི་འབྲུང་  
གནས་སླུབ་པ་དང་བསྐྱོངས་པས་དབྱལ་བ་དང་། ཉེར་འཆེ་སོགས་ཉེས་  
སྒྲོན་མང་པོ་དག་གིས་བདག་དགའ་བ་མེད་པ་ཅིས་མ་མནར་ཏེ་གདུང་བས་  
ཉམ་ཐག་གོ་ཞེས་ཆིག་གི་གཟུགས་གཅིག་ལ་གཙོད་མཆམས་ཐ་དད་པས།  
ཐ་དད་ཆིག་འདྲ་བའི་སླུང་བའོ། །

གཉིས་པ་བཤའ་བྱེད་པར་བྱ་བ་ནི།

དཔེ་དང་གཟུགས་ཅན་འགོག་པ་དང་། །

ཕྱོག་པ་ཅན་སོགས་སྟོད་ཡུལ་ཅན། །

སྐྱར་བ་གོང་དུ་བསྟན་ཟེན་ཏེ། །

གཞན་པ་འགའ་ཞིག་བསྟན་པར་བྱ། །

སྐྱར་བའི་དཔེ། སྐྱར་བའི་གཟུགས་ཅན། སྐྱར་བའི་འགོག་པ། སྐྱར་  
བའི་ཕྱོག་པ་ཅན་སོགས་ལས། སྐྱར་བའི་གསལ་བྱེད་སྐྱར་བའི་དོན་གཞན་  
བཀོད་པ་སྟེ། རྒྱན་གཞན་གྱི་སྟོད་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྐྱར་བ་རྣམས་གོང་དུ་བསྟན་  
ཟེན་ཏེ། གཞན་པ་འགའ་ཞིག་བསྟན་པར་བྱའོ་ཞེས་མཆ་མས་སྐྱར་ནས།

གསུམ་པ་བྱད་པར་བདུན་དུ་དབྱེ་བ་ནི།

འགའ་ཞིག་བྱ་བ་ཐ་དད་མིན། །

གཞན་པ་བྱ་བ་འགལ་མིན་ཡོད། །

འགལ་བའི་ལས་ཅན་དག་གྱང་གཞན། །

སྐྱར་བ་ངེས་པ་ཅན་ཡང་ཡོད། །

ངེས་པ་འགོག་པའི་གཟུགས་བརྗོད་དང་། །

འགལ་མིན་འགལ་བ་ཅན་ཡང་སྟེ། །

དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི། དཔེར་བརྗོད་དག་ལས་གསལ་བར་  
འགྱུར། །ཞེས་མིང་དུ་བསྟན་པ་དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དཔེར་བརྗོད་  
པ་དག་ལས་གསལ་བར་འགྱུར་ཏེ།

དང་པོ་བྱ་བ་ཐ་དད་མིན་པའི་སྐྱར་བ་ནི།

འབྲོག་ཅིང་ཡིད་འོང་རང་བཞིན་ཅན། །

ཆགས་པ་གསལ་བར་སྟོན་བྱེད་ལ། །

མཛེས་མས་བསྐྱེད་བའི་མིག་དང་ནི། །

ཕོ་ཉ་མོས་ཀྱང་མཛེས་པོ་འགྲུགས། །

མིག་བྱར་གྱིས་ལྟ་བ་འབྲོག་པ་དང་། ཕོ་ཉ་མོའི་བསམ་པ་དང་ངག་  
འབྲོག་པ་སྒྲུབ་ཀྱིས་ཡིད་དུ་འོང་བའི་རང་བཞིན་ཅན་གཉིས་ཀ་ལ་དོན་སྒྲུབ་  
རྒྱ་གཞི་སྒྲུབ་མིག་ཆགས་སྟོན་གྱིས་དམར་བ་གསལ་བ་དང་། ཕོ་ཉ་མོ་དཔོན་  
མོའི་ཆགས་པ་གསལ་བར་སྟོན་པ་སྒྲུབ་ཀྱིས་གཉིས་ཀ་མཛེས་མས་བསྐྱེད་  
བར་གཅིག་ཅིང་། མཛེས་པོ་འགྲུགས་པའི་བྱ་བ་གཅིག་བྱེད་པས། བྱ་བ་ཐ་  
དད་མིན་པའི་སྒྲུབ་བའོ། །

གཉིས་པ་བྱ་བ་འགལ་མིན་གྱི་སྒྲུབ་བ་ནི།

ཡིད་འོང་ཆགས་པ་འཕེལ་བར་བྱེད། །

འཇམ་ཞིང་སྟོན་པའི་གདངས་སྟོན་ཅན། །

ཁུ་བྱུག་སྒྲིལ་ཐོས་བྱ་སྟེ། །

དཀར་མིན་མིག་ཅན་འཁྱུད་བའོ། །

སྒྲེ་པོ་ཀུན་གྱི་ཡིད་དུ་འོང་ཞིང་། ཆགས་པ་འཕེལ་བར་བྱེད་པ། མ་ད་  
ཀ་ལ། སྟོན་པའི་རྣམ་འགྲུར་དང་། སྐད་གདངས་སྟོན་པ་ལ་འབྲུག་པ་དང་།  
སྐད་དང་ལུས་འཇམ་པ་དང་ལྟན་པ། ཁུ་བྱུག་གི་སྒྲིལ་ཐོས་བྱ་སྟེ།

དེས་འདོད་པ་སྐྱེད་ནས་དཀར་མིན་ཅུ་ལྟེ་མིག་ཅན་མ་ལ་ལུས་གིས་  
འཁྱུད་བྱར་གྱུར་ཏོ། །འདིར་ཐོས་བྱ་དང་འཁྱུད་བྱའི་བྱ་བ་མི་འགལ་བས།  
བྱ་བ་འགལ་མིན་གི་སྒྱུར་བའོ། །

གསུམ་པ་འགལ་བའི་ལས་ཅན་གི་སྒྱུར་བ་ནི།

ཅུ་མ་དང་སྒྱུར་འཕེལ་བ་ཡི། །

དམར་བ་རབ་ཏུ་སྟོན་བྱེད་ཅིང་། །

ཆ་ཟེར་ཅན་ནི་རྒྱབ་གྱུར་ཏེ། །

ལུས་སྐྱེས་དག་ནི་ནམ་པར་རྒྱས། །

ཅུ་མ་ནི། རྒྱབ་སྐྱོགས་ཅུ་ལྟེ་མ་དང་། བྱད་མེད་གི་དབང་པོ་ལ་  
འཁྱུག་པ་དང་། རྩ་གའི་སྒྱས། ཉི་མ་རྒྱབ་རིར་སྒྱུར་བའི་བྱུན་མཆམས་གི་  
དམར་བ་དང་། མཆན་མ་ལ་སྒྱུར་བས་ཆགས་པ་རབ་ཏུ་སྟོན་པར་བྱེད་པ།  
ཆ་ཟེར་ཅན་ཉི་མ་ནི་རྒྱབ་པར་གྱུར་ཏེ་ལུས་སྐྱེས་འདོད་པ་དག་ནི་ནམ་པར་  
རྒྱས་སོ་ཞེས་རྒྱབ་པ་དང་རྒྱས་པའི་བྱ་བ་འགལ་བས། འགལ་བའི་ལས་  
ཅན་གི་སྒྱུར་བའོ། །

བཞི་པ་ངས་པ་ཅན་གི་སྒྱུར་བ་ནི།

རལ་གི་ཉིད་ལ་ནི་སྒྲིང་ཤ། །

གཞུ་ཉིད་ལ་ནི་འཁྱོག་པོ་ཉིད། །

མི་དབང་འདི་ཡི་སྒྲུག་ཏ། །

མདའ་རྒྱུ་མཁས་ཉིད་ལ་གནས་པ་ཡིན། །

ནི་སྒྲིང་ཤིན་པའི་གྲི་དང་། ཁྱོ་བ་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲུབ་གཞུང་དང་།  
གཡོན་ཅན་ལ་འཇུག་པའི་མཁས་ཉིད་སྒྲིང་བ་ལ་འཇུག་པ་ལས།  
མིའི་དབང་པོ་འདི་ལ་ཁྱོ་བ་དང་གཡོན་ཅན་དང་སྒྲིང་བར་མི་དོགས་པས།  
རལ་གྲི་དང་གཞུང་མདའ་དེས་སོ་ཞེས་དེས་བཟུང་བྱས་པས། དེས་པ་  
ཅན་གྲི་སྒྲུབ་བའོ། །

ལྷ་པ་དེས་པ་འགོག་པའི་སྒྲུབ་བའོ།

སྒྲིང་གིས་བསྐྱུངས་ལ་ཆེར་མ་ནི། །

བསྐྱུངས་པའི་སྒྲིང་ལོ། །

འོན་ཀྱང་ཆགས་ཅན་འབྲིག་པ་ལ། །

འཇུག་པར་གྱུར་པ་རྒྱུ་ལའང་མཐོང་། །

ཀུན་གྱི་སྒྲིང་ཆེར་མ་དང་། སེམས་ཅན་མ་རུངས་པ་དང་། བསྐྱུངས་པའི་སྒྲུབ་དང་།  
ལྷ་པ་འགོག་པའི་སྒྲུབ་ལོང་རྒྱུ་ལ་འཇུག་པ་ལས། རྒྱལ་པོ་སྒྲིང་གིས་  
བསྐྱུངས་པའི་སྒྲིང་གཞིའི་སྒྲིང་ལ་བདག་འབྲས་དན་པ་ཆེར་མ་སོགས་མེད་  
ལ། སེམས་ཅན་མ་རུངས་པའི་འཇུག་པ་ལའང་མཐོང་མོད། ཀུན་གྱི་བསྐྱུངས་པའི་  
སྒྲིང་ལོང་པའི་སྒྲུབ་ཅན་ཞིག་གོ་ཞེས་དེས་བཟུང་བྱས་ཏེ། འོན་ཀྱང་ཆགས་  
ཅན་འབྲིག་པ་ལ་ཞུགས་པ། འཇུག་པར་གྱུར་པའི་ལྷ་པ་འགོག་པའི་སྒྲུབ་ལའང་  
ཆགས་པའི་སྒྲིང་ཆེར་མ་དང་འོན་ཀྱང་ཆགས་ཅན་མ་རུངས་པ་དེ་འགོག་པས། དེས་པ་  
འགོག་པའི་སྒྲུབ་བའོ། །



དུག་པ་འགལ་མིན་གྱི་སྒྱུར་བ་ནི།

ས་འཛིན་ཀ་ཏ་ཀ་མང་ཞིང་། །

གཟི་བཙུང་ལྡན་པ་ངེས་པར་དང་། །

མཁས་པ་སྐྱེ་དགའི་བདག་བྱང་སྟེ། །

རྗེ་བོ་རུས་པ་འཛིན་ཡང་དེ། །

ས་འཛིན་རི་བོ་དང་རྒྱལ་པོ་སྟེ་བྱང་གཞི་བྱང་ཆོས་ཀ་ཏ་ཀ་མང་བ་  
ནི་རི་ཞོལ་དང་། པོ་བྱང་འཁོར་མང་བ། གཟི་བཙུང་ལྡན་པ་ནི་ཉི་མ་དང་  
རྒྱལ་པོ་སྟེ་བྱང་གཞི། བྱང་ཆོས་ནི་ཡ་ཏོ་ད་ཡ་ངེས་པར་འཆར་བ་དང་ངེས་  
པར་དར་བ། མཁས་ནི་ཆངས་པ་དང་རྒྱལ་པོ་སྟེ་བྱང་གཞི། བྱང་ཆོས་ནི་  
སྐྱེ་དགའི་བདག་པོ་སྟེ་སྐྱེས་སོ་ཙག་གི་བདག་པོ་དང་། སྐྱེ་བོ་ཡོད་དགའི་  
བདག་པོ། རྗེ་བོ་ནི་སྟོན་དུག་གི་བྱང་རྒྱལ་པོ་སྟེ་བྱང་གཞི། བྱང་ཆོས་ནི་  
འགྲི་རྟ་ར་མཆོན་ཆ་འཕང་མདུང་དང་རིག་སྒྲགས་སམ་སྟོབས་ཀྱི་རུས་པ་  
འཛིན་པ་ཡང་དེ་ཡིན་ཞེས་ཡང་སྐྱས་གོང་མ་རྣམས་བསྐྱས་སོ། ཐམས་ཅད་  
སྐྱ་སྒྱུར་བའི་བྱང་ཆོས་རྣམས་མི་འགལ་བས་འགལ་མིན་གྱི་སྒྱུར་བ་འོ། །

བདུན་པ་འགལ་བ་ཅན་གྱི་སྒྱུར་བ་ནི།

ཉམས་མེད་ཡིན་ཡང་ཆོས་གཙུག་མིན། །

རྒྱལ་པོ་ཡིན་ཡང་བད་མི་ཤེས། །

བདེ་བྱེད་ཡིན་ཡང་ལག་འགྲོ་མེད། །

ལྷ་ཡང་ཁྱེ་བུ་རྒྱ་མ་ཡིན། །

ཉམས་མེད་ནི་བྱ་བ་འཇུག་དང་ལུགས་ལས་མ་ཉམས་པའི་རྒྱལ་པོ་  
 རྟེན་བྱེད་ཀྱི། བྱེད་ཆོས་མྱོཏ་འེ་སྤྱུ་མཆོག་རྟེན་སྤང་དང་བསོད་ནམས་ལ་  
 འཇུག་པས། བྱ་བ་འཇུག་གིས་སྤང་བོས་པར་གྲགས་པས་མི་གཙོད་པ་  
 འགལ། རྒྱལ་པོ་བསོད་ནམས་རྒྱན་མི་གཙོད་པས་མི་འགལ། གཙོད་པའང་  
 དུམ་བུར་གཙོད་པའི་དོན་ཏེ་ཡི་གེ་མ་ཞོར་བར་བྱེད། །རྒྱལ་པོ་ནི།

ལྷ་སྐུར་གཟུང་དང་བྲམ་བེ་དང་། །

སྒྲུབ་དང་མཆོད་སྒྲུབ་མཆན་ལོ་ནམས། །

དེ་ན་མས་ཀུན་གྱི་ཁྱེད་ལ་ཕོ་རུ། །

ལྷ་བ་བྲམ་བེ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱོས། །

ཞེས་འདོན་པས་ཟླ་བ་དང་མིའི་རྒྱལ་པོ་སྟེ་བྱང་གཞི།      བྱང་ཆོས་ཀྱི་  
 ཡ་འབྲུག་པའམ་བད་པའི་བྱིངས་ལ་དགག་པ་སྦྱར་བས།      ཟླ་བ་ལ་བད་མི་  
 ཞེས་པ་འགལ།      རྒྱལ་པོ་ལ་ཡིད་མི་འབྲུགས་པ་མི་འགལ།      བདེ་བྱེད་ནི་སྟེ་  
 དབང་ཕྱག་དང་རྒྱལ་པོ་སྟེ་བྱང་གཞི།      བྱང་ཆོས་ལག་འགྲོ་ནི།      སྦྱལ་དང་སྦྱེ་  
 བོ་ངན་པ་སྟེ།      དབང་ཕྱག་ལ་སྦྱལ་རྒྱུ་མེད་པ་འགལ།      རྒྱལ་པོ་ལ་སྦྱེ་བོ་ངན་  
 པ་དང་མི་འགྲོགས་པ་མི་འགལ།      སྟེ་མི་སྟེ་འགྲོ་བ་དང་མིའི་རྒྱལ་པོ་སྟེ་  
 བྱང་གཞི།      བྱང་ཆོས་མི་བྱ་ནི་ནམ་སང་མིན་དང་མཁས་བྲལ་མིན་པ་སྟེ།  
 སྟེ་ལ་ནམ་སང་མིན་པ་འགལ།      རྒྱལ་པོ་མཁས་པའི་རང་བཞིན་ལ་མཁས་

བྲལ་མིན་པ་མི་འགལ་ལོ། །ཡང་གི་སྒྲ་ནམས། སྤྱི་ཉིས།  
ཀྱང་དང་ཡང་ནི་སྤྱད་པའི་ཆིག།  
མི་མ་སྤྱན་མ་སྤྱན་པར་སྟོན་པའང་ཡིན། །  
ཞེས་པ་ལྟར་རོ། །

༡༥ བྱད་པར་བརྗོད་པའི་རྒྱན་བཤད་པ།

ཉེར་ལྷ་པ་བྱད་པར་བརྗོད་པའི་རྒྱན་ལ་གསུམ། མཆན་ཉིད་སྤྱིར་  
བསྟན། གྲེ་བྲག་དཔེར་བརྗོད། མ་བཤད་པ་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་ལོ། །

མཆན་ཉིད་སྤྱིར་བསྟན་པ།

དང་པོ་མཆན་ཉིད་སྤྱིར་བསྟན་པ་ནི།  
བྱད་པར་རབ་ཏུ་བསྟན་པའི་བྱིར། །  
ཡོན་ཏན་རིགས་དང་བྱ་བ་སོགས། །  
གང་ཞིག་མ་ཆང་ཉིད་སྟོན་པ། །  
དེ་ནི་བྱད་པར་བརྗོད་པར་འདོད། །

གཞན་ལས་བྱད་པར་དུ་གྱུར་པ་རབ་ཏུ་བསྟན་པའི་བྱིར། ཡོན་ཏན་  
རིགས་བྱ་བ་རྫས་སོགས་དངོས་གང་ཞིག་ལ་ཆེད་གྱིས་མ་ཆང་བ་ཉིད་དུ་  
སྟོན་པ་དེ་ནི་བྱད་པར་བརྗོད་པའི་རྒྱན་དུ་འདོད་དོ། །

གྲེ་བྲག་དཔེར་བརྗོད་པ།

གཉིས་པ་གྲེ་བྲག་དཔེར་བརྗོད་པ་ལ་ལྷ་ལས། དང་པོ་ཡོན་ཏན་མ་

ཆང་བའི་བྱུང་པར་བཟོད་པ་ནི།

མེ་ཏོག་གཞུ་ཅན་དག་གི་མཆོན། །

རྩལ་པ་མ་ཡིན་ནོ་བའང་མིན། །

དེ་ལྟ་ན་ཡང་འདི་ཡིས་ནི། །

ས་གསུམ་རྣམས་ལས་རྒྱལ་བར་གྱུར། །

མེ་ཏོག་གཞུ་ཅན་འདོད་ལྟའི་མཆོན་ནི་རྩལ་པ་མ་ཡིན་ཅིང་། རྩོད་

བའང་མིན་མོད་དེ་ལྟ་ན་ཡང་འདི་ཡིས་ནི་ས་གསུམ་པོ་རྣམས་ལས་རྒྱལ་

བར་གྱུར་ཏེ་ཞེས་མཆོན་ཆ་སྤྱིའི་ཡོན་ཏན་མ་ཆང་ཡང་། བྱེད་ལས་ཆེས་

བྱུང་པར་གྱུར་པ་བསྟན་པས། ཡོན་ཏན་མ་ཆང་བའི་བྱུང་པར་བཟོད་པ་ལོ། །

གཉིས་པ་རིགས་མ་ཆང་བའི་བྱུང་པར་བཟོད་པ་ནི།

འདི་ནི་ལྟ་ཡི་བྱ་མོ་མིན། །

དེ་ཟེའི་རིགས་ལས་བྱུང་བའང་མིན། །

དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་ཆངས་པའི་ཡང་། །

དཀའ་ཐུབ་གཞོམ་པ་སྦྱབ་པར་བྱས། །

ཡིད་འོང་མ་འདི་ནི་ལྟའི་བྱ་མོ་མིན་ཅིང་། དེའི་བྱེད་བྱུང་དེ་ཟེའི་རིགས་

ལས་བྱུང་བའང་མིན་ནོ། །དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་ཆགས་བྲལ་ཆངས་པ་ཆེན་པོའི་

ཡང་དཀའ་ཐུབ་གཞོམ་པ་སྦྱབ་པར་བྱས་སོ། །ལྟའི་རིགས་མ་ཆང་ཡང་

མཛེས་པ་བྱུང་པར་བསྟན་པས་རིགས་མ་ཆང་བའི་བྱུང་པར་བཟོད་པ་ལོ། །

གསུམ་པ་བྱ་བ་མ་ཆང་བའི་བྱད་པར་བཟོད་པ་ནི།

ཁོ་གཉེར་དག་ནི་མ་བསྐྱས་ཤིང་། །

སོ་ཡི་གཡོགས་ཀྱང་མ་བསྐྱོད་ལ། །

མིག་ཀྱང་དམར་པོར་མ་གྱུར་པར། །

དག་ཡི་རིགས་ནི་ཉམས་པར་བྱས། །

ཤེས་ཁོ་གཉེར་འཁྱོག་པོར་མ་བསྐྱས་ཤིང་།      སོ་ཡི་གཡོགས་ཉེ་

མཆུ་སྐྱོས་ཀྱང་མ་བསྐྱོད་ལ།      །མིག་ཀྱང་དམར་པོར་མ་གྱུར་པར་ཡང་།

དག་ཡི་རིགས་ནི་ཅ་བ་ནས་ཉམས་པར་བྱས་སོ་ཞེས་ཁོ་བའི་རྣམ་འགྱུར་མ་

ཆང་བར་དག་བཅོམ་པས། བྱ་བ་མ་ཆང་བའི་བྱད་པར་བཟོད་པ་ལོ། །

བཞི་པ་རྣམས་མ་ཆང་བའི་བྱད་པར་བཟོད་པ་ནི།

ཤིང་རྟ་མེད་ཅིང་སྤང་པོའང་མེད། །

རྟ་མེད་རྩང་ཐང་མེད་པར་ཡང་། །

ཟུར་མིག་ཉིད་ཀྱིས་བྱད་མེད་རྣམས། །

འགྲོ་བ་གསུམ་པོ་དག་ལས་རྒྱལ། །

ཤིང་རྟ་དང་། སྤང་པོ་ཆེ་དང་། རྟ་དང་། རྩང་ཐང་གང་ཡང་མེད་པར།

ཟུར་མིག་འཁྱོག་པོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱད་མེད་རྣམས་འགྲོ་བ་གསུམ་པོ་དག་ལས་

རྒྱལ་ལོ་ཞེས་རྣམས་མ་ཆང་ཡང་འགྲོ་བ་ལས་རྒྱལ་བ་སྟེ། རྣམས་མ་ཆང་བའི་

བྱད་པར་བཟོད་པ་ལོ། །

ལྷ་པ་རྒྱ་མ་ཚང་བའི་བྱང་པར་བཞེད་པ་ནི།

ཤིང་རྩ་འཁོར་ལོ་གཅིག་པ་དང་། །

ཁ་ལོ་བ་ཉམས་རྩ་མི་མཉམ། །

དེ་ལྟ་ན་ཡང་གཟི་བྱིན་ཅན། །

ཉི་མས་འགོ་བ་གསུམ་པོ་མནན། །

ཉི་མ་འཕྲེན་པའི་ཤིང་རྩ་འཁོར་ལོ་གཅིག་པ་དང་། ཁ་ལོ་བ་བྱ་བྱང་གི་ཕུ་བོ་བརྒྱ་ལ་ཉམས་པ། འཕྲེན་བྱེད་ཀྱི་ཤིང་རྩ་མི་མཉམ་པ་བདུན་ཉེ་ཆ་མ་ཚང་བ། དེ་ལྟ་ན་ཡང་གཟི་བྱིན་ཕྱན་སུམ་ཚོགས་པ་ཅན་ཉི་མས་འགོ་བ་གསུམ་པོ་བེལ་གྱིས་མནན་ནོ། །

དེ་བཤའ་པ་ནི།

གཟི་བྱིན་ཅན་ཞེས་བྱང་པར་ལས། །

འདི་ནི་རྒྱ་ཡི་བྱང་པར་བཞེད། །

ཆ་དེ་དག་མ་ཚང་ཡང་། གཟི་བྱིན་ཅན་ཞེས་བྱང་པར་གྱི་རྒྱ་མཚན་ལས་འགོ་བ་མནན་པར་བཞེད་པས། རྒྱའི་བྱང་པར་བཞེད་པའོ། །

གསུམ་པ་མ་བཤའ་པ་བསྐྱབ་ཚུལ་ནི།

རིམ་པ་འདི་ཡིས་གཞན་གྱི་ནི། །

དབྱེ་བ་རྣམས་ཀྱང་བརྟག་པར་བྱ། །

གོང་དུ་བཞེད་པའི་རིམ་པ་འདི་ཡིས། །



ཁྱད་པར་བཟོད་ཚུལ་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་ནམས་ཀྱང་སྟོགས་འདིས་  
བརྟག་པར་བྱའོ།

༡༩ མཚུངས་པར་སྐྱར་བའི་རྒྱན་བཤའ་པ།

༥ ཉེར་དྲུག་པ་མཚུངས་པར་སྐྱར་བའི་རྒྱན་ལ་གཉིས། མཚན་ཉིད་  
དང་། དཔེར་བཟོད་དོ། །

མཚན་ཉིད།

དང་པོ་མཚན་ཉིད་ནི།

བཟོད་འདོད་ཡོན་ཏན་ཁྱད་འཕགས་དང་། །

མཚུངས་པར་བྱས་ནས་འགའ་ཞིག་གིས། །

བསྟོད་སྦྱད་དོན་དུ་བསྐྱགས་པ་གང་། །

དེ་ནི་མཚུངས་པར་སྐྱར་བ་བཤའ། །

བཟོད་པར་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པའི། འཕགས་  
མིན་གཞན་ཞིག་དང་ཡུལ་དེ་དོན་ལ་མི་མཚུངས་ཀྱང་མཚུངས་པར་བྱས་  
ནས་འགའ་ཞིག་གིས་བསྟོད་པ་དང་། སྦྱད་པའི་དོན་དུ་བསྐྱགས་པ་གང་དེ་  
ནི། མཚུངས་པར་སྐྱར་བའི་རྒྱན་དུ་བཤའ་དོ། །

དཔེར་བཟོད།

གཉིས་པ་དཔེར་བཟོད་ལ་གཉིས། དང་པོ་བསྟོད་པའི་མཚུངས་སྐྱར་  
ནི།

གཤམ་ཆེ་ལུས་ངན་ཅུ་སྟེང་། །

མིག་སྟོང་པ་དང་ཁྱོད་ཉིད་ཀྱང་། །

འཇིག་རྟེན་སྟོང་བ་ཞེས་པའི་སྒྲུབ་། །

ཡུལ་གཞན་མེད་པར་རྣམ་པར་འཇིག་། །

གཤམ་ཆེ་སྟོང་དང་། ལུས་ངན་བྱང་དང་། ཅུ་སྟེང་དང་། མིག་སྟོང་  
པ་བརྒྱ་གྲིན་ཤར་སྟོགས་ཀྱི་བདག་པོ་དང་། མིའི་བདག་པོ་ཁྱོད་ཉིད་ཀྱང་  
སྟེ། འཇིག་རྟེན་སྟོང་བ་ཞེས་པའི་སྒྲུབ་འདི་ཡུལ་གཞན་ལ་འཇུག་པ་མེད་པར་  
ཁྱོད་རྣམས་ཀྱིས་རྣམ་པར་འཇིག་ཅོ་ཞེས་སྒྲུབ་མཆོངས་པར་བྱས་པ་ནི།  
བསྟོད་པའི་མཆོངས་སྒྲུབ་རོ། །

གཉིས་པ་སྦྱད་པའི་མཆོངས་སྒྲུབ་ནི།

རི་དྲགས་མིག་དང་འགྲོགས་པ་དང་། །

སྟོག་གི་ཅེ་དགའ་དག་དང་ནི། །

སྟོན་གྱི་ཚུལ་པའང་རང་བཞིན་གྱིས། །

སྐད་ཅིག་གཉིས་པར་མི་གནས་སོ། །

རི་དྲགས་མིག་ཅན་མ་དང་འགྲོགས་པའི་བདེ་བ་དང་། སྟོག་གི་ཅེ་  
དགའ་གཡོ་ཞིང་འགྲུབ་དག་དང་། སྟོན་གྱི་འདུ་འགོད་ཚུལ་པ་རང་བཞིན་  
གྱིས་གཡོ་བའི་བྱིར། སྐད་ཅིག་གཉིས་པར་ཡང་མི་གནས་ན། ཡུན་དུ་  
གནས་པ་ལྟ་ཅི་ཞེས་གཡོ་བར་སྟོན་པས། སྦྱད་པའི་མཆོངས་སྒྲུབ་བྱུང་བོ། །

༡༥ འགལ་བའི་རྒྱ་བཤད་པ།

༥ ཉེར་བདུན་པ་འགལ་བའི་རྒྱ་ལ་གསུམ། མཚན་ཉིད་སྒྱིར་བསྟན།  
བྱེ་བྲག་དཔེར་བཞིན། མཐུག་བསྟུ་བའོ། །

མཚན་ཉིད་སྒྱིར་བསྟན་པ།

དང་པོ་མཚན་ཉིད་སྒྱིར་བསྟན་པ་ནི།

ཁྱད་པར་སྒྱབ་བྱེད་སྦྲད་དུ་ནི། །

གང་དུ་དངོས་པོ་འགལ་བ་རྣམས། །

ཡང་དག་འགྲོགས་པར་རབ་བསྟན་པ། །

དེ་ནི་འགལ་བར་བཤད་དེ་དཔེར། །

ཁྱད་པར་རམ་འགལ་ཆེ་དག་སྒྱབ་པར་བྱེད་པའི་སྦྲད་དུ་ནི། སྒྱོར་བ་  
གང་དུ་དངོས་པོ་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འགལ་བ་རྣམས་སྟན་ཅིག་ཏུ་ཡང་དག་  
པར་འགྲོགས་པར་སྟན་པ་དེ་ནི། འགལ་བའི་རྒྱ་དུ་བཤད་དེ་དཔེར་བཞིན་  
ན་ཞེས་སོ། །

བྱེ་བྲག་དཔེར་བཞིན་པ།

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་དཔེར་བཞིན་པ་ལ་བྱུག དང་པོ་གཞི་ཐ་དད་ཀྱིས་  
བྱ་བ་འགལ་བ་ནི།

ངང་པའི་རྒྱ་ལ་པོ་རྣམས་དག་ནི། །

སྒྱོས་པའི་གདངས་སྟན་ཅ་ཅོ་འཕེལ། །

མ་བྱ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲ་དག་ནི། །

ཡིད་འོང་དག་དང་བྲལ་བས་ཉམས། །

སྒྲོན་དུས་ངང་པའི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་དག་ནི་དགའ་བས་སྒྲོས་པའི་  
གདངས་སྒྲོན་པར་སྒྲོགས་པའི་ཅ་ཅ་འཕེལ་ལ། མ་བྱ་རྣམས་དུས་དེར་ཆར་  
སྒྲོན་མེད་པས་སྒྲུབ་དག་ནི་ཡིད་དུ་འོང་བ་སྒྲོགས་པ་དང་བྲལ་བས་ཉམས་སོ་  
ཞེས་ངང་པ་དང་མ་བྱ་གཞི་ཐ་དད་འཕེལ་བ་དང་ཉམས་པའི་བྱ་བ་འགལ་བ་  
འགྲོགས་པས། གཞི་ཐ་དད་ཀྱིས་བྱ་བ་འགལ་བྱུང་ནོ། །

གཉིས་པ་གཞི་གཅིག་ཡོན་ཏན་འགལ་བ་ནི།

དབྱར་སྒྲེས་ཚུ་འཛིན་དག་གིས་ནི། །

ནམ་མཁའ་ཡུལ་ངན་ལྟ་བུར་སྒྲོད། །

ཆགས་པ་ཡིས་ཀྱང་འགྲོ་བ་ཡི། །

ཡིད་ནི་ཀྱན་ཏུ་ཆགས་པར་བྱུང། །

དབྱར་ལས་སྒྲེས་པའི་ཚུ་འཛིན་ཆར་སྒྲོན་སྒྲོན་པོ་དག་གིས། དུ་ནི་ན་  
ཡ་ཏེའི་སྒྲུབ་ཡུལ་ངན་པའས། ཆགས་པ་ཞིག་པ་ལྟ་བུར་སྒྲོད་ལ། ཡང་སྒྲོན་  
དེས་བསིལ་བས་ཆགས་པ་འཕེལ་བ་ཡིས་ཀྱང་འགྲོ་བའི་ཡིད་ནི་ཀྱན་ཏུ་  
ཆགས་པར་བྱེད་དོ། །འདིར་འདོད་པ་ཡོན་ཏན་དུ་བྱས། ཆགས་པ་དང་  
ཆགས་བྲལ་འགལ་བས། གཞི་གཅིག་གིས་ཡོན་ཏན་འགལ་བྱུང་ནོ། །

གསུམ་པ་རྫས་འགལ་བ་ནི།

ཞིང་པ་ཕྱ་ཞིང་རོ་སྤང་སྒྲོམ། །

མཆུ་དམར་མིག་ནི་དཀར་བ་མིན། །

སྟེ་བ་དམར་ཞིང་རུ་མ་མཐོ། །

བྱད་མེད་ལུས་ཀྱིས་སྲུ་མ་བཅོམ། །

ཤིང་པ་མཆོག་ཏུ་སྤྲ་ཞིང་རོ་སྤྲད་དེ་མཚང་ར་སྟོམ་པ་དང་། མཆུ་

སྟོས་དམར་ཞིང་མིག་ནི་དཀར་མིན་གནག་པ་དང་། །སྟེ་བ་བྲབ་པས་དམར་  
ཞིང་རུ་འབྱར་མཐོ་བ་བྱད་མེད་ལུས་ཀྱིས་སྲུ་ཞིག་མ་བཅོམ་སྟེ་ཐམས་ཅད་  
བཅོམ་མོ་ཞེས་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཡོན་ཏན་དེ་དག་དང་ལྡན་པའི་དངོས་པོ་  
རྣམས་ཡིན་པས། རྣམས་འགལ་བྱུང་ནོ། །

བཞི་པ་རྣམས་དང་ལས་འགལ་བ་ནི།

པད་ཅའི་ལག་པ་ཚུ་ཤིང་བཟླ། །

པརླའི་གདོང་དང་ཡུལ་མིག། །

ཁྲོད་ཀྱི་གཟུགས་ཀྱིས་བདག་ཅག་རྣམས། །

གཏུང་རུས་མིན་ནམ་ལུས་ཅན་མ། །

ཀྱི་ལུས་ཅན་མ། མཉེན་འཇམ་པད་ཅའི་ལག་པ་མཁྱང་ལྷམ་ཚུ་ཤིང་  
གི་བཟླ། དཀར་མཛེས་པརླའི་གདོང་དང་། གནག་ཅིང་དཀྱུས་རིང་ཡུལ་  
ལའི་མིག་སྟེ་ཁྲོད་ཀྱི་གཟུགས་ཀྱིས། བདག་ཅག་འདོད་ལྡན་རྣམས་གཏུང་  
བར་རུས་པ་མིན་ནམ་ཞེས་རྣམས་བསིལ་བ་ཆོགས་པས་གཏུང་བ་བསྐྱེད་པ།  
རྣམས་དང་ལས་འགལ་བྱུང་ནོ། །

ལྷ་པ་གཞི་གཅིག་གིས་བྱ་བ་འགལ་བ་ནི།

སྐྱེད་ཚལ་རྒྱུད་གིས་རབ་བསྐྱེད་པའི། །

རྩ་ཏ་ཅ་སྤྲ་ཀ་ཡི་རྩལ། །

རེག་པ་མིན་ཡང་མགོན་པོ་ཡི། །

མིག་ལ་མཆི་མ་ཐག་པར་བྱེད། །

སྐྱེད་མོས་ཚལ་རྒྱུད་གིས་རབ་བྱ་བསྐྱེད་པའི་ཤིང་རྩ་ཏ་དང་། ཅ་སྤྲ་  
ཀའི་མེ་ཏོག་གི་རྩལ་དེས་རེག་པ་མིན་ཡང་། བྲལ་བས་ཉིན་པ་མགོན་པོའི་  
མིག་ལ་མཐོང་མ་ཐག་མཆི་མ་ཐག་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་རེག་པ་བཀག་པ་དང་།  
མཆི་མ་ཐག་པ་བྱ་བ་འགལ་བས། གཞི་གཅིག་གིས་བྱ་བ་འགལ་བྱུང་ནོ། །

རྩལ་པ་སླུང་བའི་འགལ་བ་ནི། རྒྱ་དཔེར། གྱིཾ་རྩུ་རྩུ་རྩུ་རྩུ་མི་  
བྱི་ཤུཾ་མ་ལ་མི་རྩི། ཡུ་ཏི་མི་ཤུ་ས་རྩི་ཡ་ཏྱི་ཀ་ཤུ་ཏི་ཀ་ལ་ཤུ་ཏི་ཏི། ཞེས་  
པའི་བོད་སྐད། འབྲུར་དང་པོ།

སྒྲུབ་པར་སྐྱོག་མ་ཁྱོད་ཀྱི་མིག། །

ནག་དཀར་རྗེས་སུ་དམར་བ་ཡང་། །

ན་བ་དག་ལ་བརྟེན་པ་ནི། །

སུ་ཡི་ཡིད་བརྟན་ཉིད་དུ་འབྱུང་། །

ཀྱི་སྒྲུབ་པར་སྐྱོག་མ། ཁྱོད་ཀྱི་མིག་གི་འབྲས་བུ་གྱིཾ་སྟེ་ནག་པ་དང་།  
དེ་མཐའ་ཨ་རྩུན་ཏི་དཀར་བ་དང་། ཨ་རྩུ་རྩུ་སྟེ་རྗེས་སུ་དམར་བ་ཅན་འདི་



ཡང་། ཀཏུན་བ་དག་གི་བར་ལ་བརྟེན་པ་ནི། སྐྱེ་བོ་སྤུང་ཡིད་བརྟེན་པ་ཉིད་  
དུ་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལ་ཡིད་གཡོ་བས་སོ། འདིར་ཁ་དོག་འགལ་སོ། །

འགྱུར་གཉིས་པ།

སྟན་པར་སློག་མ་ནག་མོ་ཁྱོད། །

སྤིང་སྐྱབ་ལ་ནི་རྗེས་ཆགས་ཀྱང་། །

ན་ཅན་ལ་བརྟེན་ལྟ་བ་ནི། །

སྤུང་ཡིས་ཡིད་བརྟེན་ཉིད་དུ་འགྱུར། །

ཤེས་སྟན་པར་སློག་མ་གཤེས་སྟེན་གམ་ཞེས་པ། སྤིང་སྐྱབ་ཤེས་ཆུང་མ་  
ཁྱོད་རང་གི་བདག་པོར་གྱུར་པ་ཨཱཱུན་ཏེ་སྤིང་སྐྱབ་པས། ཨ་རུ་རྟ་སྟེ་  
རྗེས་སྤུང་ཆགས་ཀྱང་། དེ་དང་མི་མཐུན་པར་འཐབ་པ་ཀཏུན་པ་སྟེ་ན་ཅན་ལ་  
བརྟེན་ཅིང་བལྟ་བ་ནི། སྤུང་ཡིད་བརྟེན་བྱ་བ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། ཡིད་  
མི་ཆེས་སོ། །འདི་ནི་གཞི་སྒྲ་སྒྱུར་ཞིང་། འདིར་དག་ལྷ་གཉིས་ཀ་ལ་བརྟེན་  
པ་འགལ་བས། སྒྱུར་བའི་འགལ་རྒྱན་ནོ། །

གསུམ་པ་མཐུག་བསྐྱུ་བ་ནི།

དེ་ལྟར་རྒྱན་འདི་ནམ་པ་ནི། །

དུ་མ་ཉིད་དུ་རབ་ཏུ་གསུམ་བྱ། །

བཤད་ཅིན་དེ་ལྟར་འགལ་བའི་རྒྱན་འདི་ནམ་པ་ནི། ད་དུང་ཡང་མི་  
འབྲ་བ་དུ་མ་ཉིད་དུ་གནས་པ་རབ་ཏུ་གསུམ་པར་བྱའོ། །

༡༩ སྐབས་མིན་བསྟོད་པའི་བྱུང་བཤའ་པ།

༥ ཉེར་བརྒྱད་པ་སྐབས་མིན་བསྟོད་པའི་བྱུང་ལ་གཉིས། མཆན་ཉིད་  
དང་། དཔེར་བཅོམ་པའོ། །

མཆན་ཉིད།

དང་པོ་མཆན་ཉིད་ནི།

སྐབས་མིན་འདོད་པས་བསྟོད་པ་ནི།

སྐབས་སྤྱི་མ་བབ་བསྟོད་པ་ཡིན། །

སྐབས་སྤྱི་བབས་པ་མིན་ཡང་རང་གི་འདོད་པ་ཁོ་ནས་གར་བབ་ཏུ་  
ཡུལ་འགའ་ཞིག་ལ་བསྟོད་པ་ནི། སྐབས་སྤྱི་མ་བབ་པར་བསྟོད་པའི་བྱུང་  
ཡིན་ལོ། །

དཔེར་བཅོམ་པ།

གཉིས་པ་དཔེར་བཅོམ་པ་ནི།

གཞན་མི་བསྟོན་པའི་རི་དྲགས་རྣམས། །

འབད་མེད་ཉིད་པར་སྤྱི་བའི་ལོར། །

ཅུ་དང་རྩ་ཡི་སྤྱད་སོགས་ཀྱིས། །

ནགས་རྣམས་སྤྱི་བའི་བར་འཇོ། །

གཞན་དག་ངོ་སྤྱད་གིས་བསྟོན་མི་དགོས་པའི་རི་དྲགས་འདི་རྣམས།  
འབད་མེད་དུ་ཉིད་པར་སྤྱི་བའི་ལོར་ཉེ་བར་མཁོ་བ། འབབ་ཅུ་བརྒྱུད་བ་དང་།  
རྩ་ཡི་སྤྱད་ཀྱི་དང་། ཞིང་གི་ལོ་མའི་བཟའ་བས་ནགས་ཀྱི་གནས་རྣམས་སྤྱི་

རང་དབང་དུ་སྐྱོད་ཅིང་བདེ་བར་འཆོ་བ་ནི་སྐྱལ་བ་བཟང་ངོ། ། དེ་བཤད་པ་  
ནི།

རྒྱལ་པོའི་རྗེས་འབྲང་ཉོན་མོངས་པ། །

ཡིད་འབྱུང་ཡིད་དང་ལྡན་པས་ནི། །

སྐབས་སུ་མ་བབ་པ་ཉིད་དུ། །

རི་དྲགས་སྐྱོད་ཚུལ་འདི་དག་བསྟགས། །

རྒྱལ་པོའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པའི་ཞམ་རིང་བ་བྱ་བ་མང་པོས་ཉོན་  
མོངས་པས། དེ་ལ་ཡིད་འབྱུང་ཞིང་། ཆགས་བྲལ་གྱི་ཡིད་དང་ལྡན་པ་  
འགའ་ཡིས། གཏམ་གྱི་སྐབས་སུ་མ་བབ་པ་ཉིད་དུ་རི་དྲགས་གྱི་སྐྱོད་ཚུལ་  
འདི་དག་བསྟགས་པ་ཡིན་ནོ།

༡༩ ཟོལ་བསྟོད་ཀྱི་རྒྱན་བཤད་པ།

༥ ཉེར་དགུ་པ་ཟོལ་བསྟོད་ཀྱི་རྒྱན་ལ་གསུམ། མཚན་ཉིད་སྒྲིར་  
བསྟན། གེ་བྲག་དཔེར་བརྗོད། དེའི་དོན་བསྟུ་བའོ། །

མཚན་ཉིད་སྒྲིར་བསྟན་པ།

དང་པོ་མཚན་ཉིད་སྒྲིར་བསྟན་པ་ནི།

གལ་ཏེ་སྤང་པ་བཞིན་བསྟོད་ནས། །

སྐྱོན་ལྟར་སྤང་བའི་ཡོན་ཏན་ཉིད། །

གང་དུ་ཉེ་བར་ཐོབ་གུར་པ། །

འདི་ནི་ཟོལ་གྱིས་བསྟོད་པར་བཤའ། །

གལ་ཏེ་སྒྲིབ་པ་སྟོན་བཞིན་པ་བཞིན་བྱས་ཏེ་བསྟོད་ནས།      རྣམ་པ་  
སྟོན་ལྟར་སྒྲིབ་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་རང་བཞིན་ཆེ་བ་ཉིད།      ཆོག་སྒྲུབ་གང་དུ་ཉི་  
བར་ཐོབ་པར་གྱུར་པ་ནི། ཟོལ་གྱིས་བསྟོད་པའི་བྱུང་དུ་བཤའ་དོ། །

བྱེ་བྲག་དཔེར་བཞིན་ལ།

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་དཔེར་བཞིན་པ་ལ་གསུམ་ལས།      དང་པོ་མཐུ་ཕྱན་  
ཆོག་སྒྲུབ་ཀྱི་ཟོལ་བསྟོད་ནི།

རྣམ་དཀའ་ཐུབ་པ་ཡིས་ཀྱང་། །

འབྲུང་པོ་འཛིན་པ་འདི་ལས་བྱུང་། །

དེ་ཉིད་བྱུང་པོ་ཁྱོད་གྱིས་ཀྱང་། །

འདི་ལ་ཁྱོད་ནི་བྱུགས་མ་མཛད། །

དཀའ་བྱེད་རྣམ་ཏུ་ནགས་སུ་དཀའ་ཐུབ་སྟོན་པ་པོ་རང་ཉིད་གཅིག་  
ཕུས་ཀྱང་།      འབྲུང་པོ་འཛིན་པ་སྟེ་ས་གཞི་འདི་ལས་བྱུང་ན།      །ས་དེ་ཉིད་  
ལས་སྟོབས་དང་དབྱུང་དུ་བཅས་པའི་བྱུང་པོ་ཁྱོད་གྱིས་ཀྱང་བྱུང་པ་ཐོབ་  
པས་འདི་ལ་ཁྱོད་ནི་བྱུགས་པ་སྟེ་ཏུ་ཅང་ང་བྱུང་མ་མཛད་ཅིག་ཅེས་སྒྲོམ་  
སེམས་བྱ་རིན་མི་ཆོག་པ་ལྟར་བྱས་ནས།      མཐུ་ཆེ་བ་རྣམ་ཏུ་དང་མཚུངས་  
པ་མཐུ་ཕྱན་ཆོག་སྒྲུབ་ཀྱི་ཟོལ་བསྟོད་དོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བ་ཕྱན་ཆོག་སྒྲུབ་ཀྱི་ཟོལ་བསྟོད་ནི།

སྟོན་གྱི་སྒྲེས་བྲུ་ལས་བཅད་ནས། །

དཔལ་འདི་ཁྱོད་གྱིས་ཡོངས་སུ་སྟོན། །

རྒྱལ་པོ་བྲུ་རམ་ཤིང་པའི་རྒྱད། །

ཁྱོད་གྱིས་འདི་ནི་རིགས་སམ་ཅི། །

སྟོན་གྱི་སྒྲེས་བྲུ་ཁྱབ་འཇུག་གིས་དབང་བྱེད་བཞིན་པ་ལས་བཅད་  
ནས། ས་གཞི་དཔལ་འབྱོར་ཆེན་པོ་འདི་ཁྱོད་གྱིས་ཡོངས་སུ་སྟོན་མོད།  
རྒྱལ་པོ་བྲུ་རམ་ཤིང་པ་མཐོན་པོའི་རིགས་རྒྱད་ཁྱོད་གྱིས་ཚུལ་འདི་ལྟ་བུ་  
རིགས་སམ་ཅི་སྟེ་མི་རིགས་སོ་ཞེས་བྲུ་མི་འོས་པ་ལྟར་སྟོན་ནས། ཁྱབ་  
འཇུག་ལས་ཀྱང་སྟོགས་ན་གཞན་ལྟ་ཅི་སྟོས་པར་བྲས་པས། དཔལ་བ་ཕུན་  
ཆོགས་གྱི་ཐོལ་བསྟོན་དོ། །

གསུམ་པ་སྦྱར་བའི་ཐོལ་བསྟོན་ནི།

ཁྱོད་གྱི་བཅུན་མོ་ས་གཞི་ནི། །

ལག་འགྲོའི་ལོངས་སྟོན་དག་ལ་ཆགས། །

ཅི་སྟོན་ཁྱོད་གྱི་ང་རྒྱལ་ནི། །

མཆོག་གི་མཐའ་རུ་འཛེགས་པར་གྱུར། །

གྱེ་ས་སྟོང་ག། ཁྱོད་གྱི་སྦྱད་བྲུ་བཅུན་མོ་དང་ས་གཞི་འདི་དག་ནི།  
ལག་འགྲོ་སྦྱ་དང་སྦྱེ་བོ་ངན་པ་ལ་འཇུག་པས་དེའི་ལོངས་སྟོན་དག་ལ་  
ཆགས་པའི་ཕྱིར་ཅི་སྟོན་དེ་རྒྱ་གང་གིས་ཁྱོད་ང་རྒྱལ་ཆེས་ཆེ་བ་མཆོག་གི་

ཅེ་མཐའ་རུ་འཛེགས་པར་གྱུར་ཅེས་མི་རིགས་པ་ལྟར་བྱས་ནས། འོན་ཏེ་  
བཙུན་མོ་སྤྱི་ལོངས་སྤྱོད་ནོར་བུའི་རྒྱན་འཛིན་པ་དང་། ས་གཞི་སྤྱི་ལོངས་  
སྤྱོད་རྒྱ་མཚོ་ལ་ཆགས་པ་རྒྱ་ཆེ་བའི་དོན་བསྟན་པས། སྒྲུབ་བའི་ཐོལ་བསྟོད་དོ།

གསུམ་པ་དེའི་དོན་བསྟུ་བ་ནི།

དེ་ལྟར་ཉེ་བར་མཚོན་པ་ལས། །

སྒྲུབ་བ་ཅན་དང་གཞན་དག་གི །

ཐོལ་གྱིས་བསྟོད་པའི་རྣམ་པ་རྣམས། །

རབ་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་མཐའ་དང་བྲལ། །

བརྗོད་མ་ཐག་པ་དེ་ལྟར་ཉེ་བར་མཚོན་པ་ལས་སྒྲུབ་བ་ཅན་དང་།

གཞན་དག་གི་སྟོན་ས་ཐོལ་གྱིས་བསྟོད་པའི་རྣམ་པ་ནི་རབ་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་  
མཐའ་དང་བྲལ་བས། མཚོན་ཅིང་ཤེས་པར་བྱའོ།

༣༠ དེས་བསྟན་གྱི་རྒྱན་བཤད་པ།

༥ སུམ་རུ་པ་དེས་བསྟན་གྱི་རྒྱན་ལ་གཉིས། མཚན་ཉིད་དང་། དཔེར་  
བརྗོད་པའོ། །

མཚན་ཉིད།

དང་པོ་མཚན་ཉིད་ནི།

གལ་ཉེ་དོན་གཞན་འཇུག་པ་ཡིས། །

དེ་དང་མཚུངས་པའི་འབྲས་བུ་འགའ། །



མཆོག་གམ་མཆོག་མིན་སྟོན་བྱེད་པ། །

དེ་ནི་ངེས་པར་བསྟན་པ་ཡིན། །

གལ་ཏེ་བསྟན་བྱ་ལས་གཞན་པའི་དོན་གྱི་འཇུག་པ་འདི་ག་རྟོན་ལ་  
གྲགས་པ་འགའ་ཡིས། དེ་དང་སྟོགས་མཚུངས་པའི་འབྲས་བུ་འགའ་ཞིག  
མཆོག་དམ་པ་དང་། མཆོག་མིན་ངན་པ་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ནི་ངེས་པར་  
བསྟན་པའི་རྒྱན་ཡིན་ནོ། །

དཔེར་བཞིན་པ།

གཉིས་པ་དཔེར་བཞིན་པ་ལ་གཉིས། དང་པོ་མཆོག་གི་ངེས་བསྟན་ནི།

ཉི་མ་འཆར་བ་ཉིད་ཀྱིས་ནི། །

བརྒྱ་རྒྱུ་ལ་དཔལ་སྟེར་བྱེད། །

ཕུན་ཚོགས་རྒྱུ་ལ་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ་དག།

གྲོགས་པོ་རྗེས་འཇིག་བསྟན་པའི་བྱིར། །

ཉི་མ་འཆར་བ་ཉིད་ཀྱིས་བརྒྱ་རྒྱུ་ལ་དཔལ་སྟེར་པར་བྱེད་པ་ནི།

ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་རྒྱུ་ལ་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུར་གྲུབ་པ་དམ་པས། གྲོགས་པོ་  
དག་རྗེས་སུ་འཇིག་པ་བསྟན་པའི་བྱིར་ཡིན་ནོ། །འགྱུར་བྱེད། ཞང་པ་གཉིས་  
པ་ཉིད་བཞི་པར་བྱས་པའི་ལྷགས་ལའང་བཤད་ཚུལ་མི་འགལ་བ་དོགས་  
དཔྱོད་དུ་གསལ་ལོ། །

གཉིས་པ་མཆོག་དམན་ངེས་བསྟན་ནི།

ཟླ་བའི་ཟེར་གྱིས་རེག་པ་ན། །

ཐུན་པའི་སྤེང་བ་རུབ་པར་གྱུར། །

འབྲུལ་ལ་རྒྱལ་པོ་དང་འགལ་རྒྱུ་སྟེ། །

ངན་པའི་མཐར་གྱུར་གསལ་བར་བྱེད། །

ཟླ་བའི་འོད་ཟེར་གྱིས་རེག་པ་ན་ཐུན་པའི་སྤེང་བ་རུབ་པར་གྱུར་པ་  
ནི། འབྲུལ་ལ་རྒྱལ་པོ་དང་འགལ་བ་རྒྱུ་སྟེ། གནས་སྐབས་ངན་པའི་མཐར་  
འགྱུར་བ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཞེས་སྐྱེ་བོ་ངན་པའི་ལས་ཀྱི་མཐའ་བསྟན་  
པས། མཆོག་མིན་ངེས་བསྟན་ནོ།

༣༡ ཐུན་ཅིག་བརྗོད་པ་བཤའ་བ།

༥ ཐུམ་ཅུ་ཅ་གཅིག་པ་ཐུན་ཅིག་བརྗོད་པ་དང་། ཅ་གཉིས་པ་ཡོངས་  
བརྗོད་ཀྱི་རྒྱུན་ལ་གཉིས། མཆོན་ཉིད་མཉམ་དུ་བཤའ། དཔེར་བརྗོད་ཀྱིས་  
སོ་སོར་བྱེ་བའོ། །

མཆོན་ཉིད་མཉམ་དུ་བཤའ་བ།

དང་པོ་མཆོན་ཉིད་མཉམ་དུ་བཤའ་བ་ནི།

ཡོན་ཏན་ལས་རྒྱུས་ཐུན་ཅིག་གི།

དངོས་པོ་བརྗོད་པ་ཐུན་ཅིག་བརྗོད། །

དོན་རྒྱུས་བསྟོལ་བ་གང་ཡིན་པ།

ཡོངས་བརྗོད་ཡིན་ཏེ་དེ་དག་དཔེར། །

ཡོན་ཏན་དང་། ལས་རྣམས་ལྟན་ཅིག་པའི་དངོས་པོ་བཟོད་པ་ནི་  
ལྟན་ཅིག་བཟོད་པའི་རྒྱན་དང་། རོན་རྣམས་པན་ཚུན་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
བཟོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། ཡོངས་བརྩེས་ཀྱི་རྒྱན་ཡིན་ཏེ་དེ་དག་དཔེར་ན་  
ཞེས་སོ། །

### དཔེར་བཟོད།

གཉིས་པ་དཔེར་བཟོད་ལ་གསུམ། དང་པོ་ཡོན་ཏན་ལྟན་ཅིག་བཟོད་  
པ་ནི།

ད་ནི་མཚན་མོ་འདི་དག་རྣམས། །

བདག་གི་དབྱུགས་དང་ལྟན་ཅིག་རིང་། །

ཟླ་བའི་རྒྱན་ལྟན་མ་རྣམས་ཀྱང་། །

བདག་ལུས་ཉིད་དང་ལྟན་ཅིག་སྐྱེ། །

འདོད་ལྟན་འགའ་ཞིག་གིས་ད་ནི་བྲལ་བས་ཉིན་པའི་མཚན་མོའི་ཐུན་  
གསུམ་པོ་འདི་དག་རྣམས་ནི། བདག་གི་བྱུགས་རིང་འབྲེན་པའི་དབྱུགས་དང་  
ལྟན་ཅིག་རིང་ལ་ཟླ་བའི་རྒྱན་དང་ལྟན་པ་ནམ་མཁའ་སྟོ་བསངས་མའི་  
ཕྱོགས་རྣམས་ཀྱང་། གདུང་བས་ཉམས་པ་བདག་གི་ལུས་ཉིད་དང་ལྟན་ཅིག་  
སྐྱེ་ཞེས་རིང་བ་དང་། སྐྱ་བ་ཡོན་ཏན་ལྟན་ཅིག་བཟོད་པའོ། །ལྟ་འཛིག་ཉིན་  
དབང་ལྷག་གིས། ཡིད་སྐབས་ཀྱི་ཡོངས་སྟོད་རྒྱས་པ་ཡོན་ཏན་དུ་ངོས་  
འཛིན་མཛད་ཀྱང་། བྲལ་བས་ཉིན་པ་ལ་འདོད་པའི་ཡོངས་སྟོད་རྒྱས་པ་ག་

ལ་ཞིག་སྟེ། བཞེད་པ་སྒྲུབ་མ་ལེགས་སོ། །

གཉིས་པ་བྱ་བ་སྒྲུབ་ཅིག་བཟོད་པ་ནི།

མགོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཚེངས་པ་དང་། །

སྒྲུབ་ཅིག་རྩ་ཏའི་དོག་པ་རྒྱས། །

དེ་དག་མཆི་མ་དང་མཉམ་དུ། །

མ་ལ་ཡ་ཡི་རྒྱུད་དག་འབབ། །

མགོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཆགས་སྤྱོད་ཀྱིས་ཚེངས་པ་དང་སྒྲུབ་ཅིག་གིང་  
རྩ་ཏའི་དོག་པ་སྟེ་སྟེ་མ་རྒྱས་ལ། དེ་དག་གི་མཆི་མའི་རྒྱུན་དང་མཉམ་དུ་མ་  
ལ་ཡའི་རྒྱུད་བསིལ་བ་དག་འབབ་པོ་ཞེས་རྒྱས་པ་དང་འབབ་པ། བྱ་བ་སྒྲུབ་  
ཅིག་བཟོད་པའི་རྒྱུན་ནོ། །

གསུམ་པ་བྱ་བ་གཅིག་པའི་སྒྲུབ་ཅིག་བཟོད་པ་ནི།

ཁུ་བྱུག་སྒྲོགས་པའི་སྐལ་བ་བཟང་དང་། །

ནགས་ཀྱི་རྒྱུད་ནི་དེ་བཟང་དང་། །

དབྱིད་ཉིན་སྟེ་པོའི་ཀྱན་དགའ་རྣམས། །

སྒྲུབ་ཅིག་དག་ཏུ་འཕེལ་བར་འགྱུར། །

ཁུ་བྱུག་གི་སྐད་སྒྲོགས་པའི་སྐལ་བ་བཟང་པོ་དང་། ནགས་ཀྱི་རྒྱུད་  
ནི་དེ་བཟང་བ་དང་། དབྱིད་ཀའི་ཉིན་མོ་སྟེ་པོ་ཀྱན་གྱི་དགའ་བ་རྣམས་སྒྲུབ་  
ཅིག་དག་ཏུ་འཕེལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་འཕེལ་བར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་གཅིག་

པའི་ལྷན་ཅིག་བཟོད་པའི་རྒྱན་ནོ། །ཡང་།

དེ་ལྷར་ལྷན་ཅིག་བཟོད་པ་ཡི། །

དཔེར་བཟོད་འགའ་ཞིག་འདིར་བྱས་ཏེ། །

ཡོངས་སུ་བཟུངས་པའི་རང་བཞིན་ཡང་། །

ངེས་པར་བསྟན་པ་ཅུང་ཟད་བྱ། །

དེ་ལྷར་ལྷན་ཅིག་བཟོད་པའི་དཔེར་བཟོད་འགའ་ཞིག་འདིར་བྱས་  
པས་མཆོན་པར་བྱ་སྟེ། ད་ནི་ཡོངས་སུ་བཟུངས་པའི་རང་བཞིན་ཡང་ངེས་  
པར་བསྟན་པ་ཅུང་ཟད་བྱའོ་ཞེས་མཆོམས་སྦྱར་ནས།

༣༩ ཡོངས་བཟུངས་ཀྱི་དཔེར་བཟོད།

༥ ལྷ་ཅུ་སོ་གཉིས་པ་ཡོངས་བཟུངས་ཀྱི་དཔེར་བཟོད་ནི།

ས་སྟོང་རྣམས་ལ་མཆོན་བསྟན་པ། །

སྟེར་བྱེད་ཁྲོད་ཀྱི་ལག་པ་ཡིས། །

དེ་དག་གྲགས་པ་ཀྱ་ལྷུད་དཀར། །

ཡུན་རིང་དག་ཏུ་བསྐྱབ་པ་སྟོགས། །

ས་ལ་སྟོང་པའི་དབྱ་ཟླ་རྣམས་ལ་མཆོན་བསྟན་ཏེ་འཆི་བ་སྟེར་བར་  
བྱེད་པ། ཁྲོད་ཀྱི་ལག་པ་སྟོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་དེ་ཡིས། རྒྱལ་པོ་དེ་  
དག་གི་གྲགས་པ་ཀྱ་ལྷུད་ལྷར་དཀར་བ་ཡུན་རིང་པོ་དག་ཏུ་བསྐྱབས་པ་  
རྣམས་སྟོགས་ཤིང་སྤངས་སོ་ཞེས་སྟེར་བ་དང་སྟོགས་པ་བཟུངས་པས།

ཡོངས་བརྒྱུས་ཀྱི་བྱུང་བོ།

༣༣ བཤའ་བརྒྱུས་ཀྱི་བྱུང་བཤའ་པ།

༥ སྒྲིབ་པ་མེ་མོང་ལ་འབྲུག་པའི་བཤའ་བརྒྱུས་ཀྱི་བྱུང་ལ་གཉིས། མཆན་ཉིད་  
དང་། དཔེར་བརྒྱུས་དོ། །

མཆན་ཉིད།

དང་པོ་མཆན་ཉིད་ནི།

མཆན་པར་འདོད་པའི་དངོས་པོ་ལ། །

སྒྲིབ་པ་མེ་མོང་ལ་འབྲུག་པའི་བྱུང་དཔེར། །

མཆན་པར་འདོད་པའི་དངོས་པོ་ལ་སྒྲིབ་པའི་ཆོག་སྒྲུབ་ནི་མེ་མོང་  
པའི་བཤའ་བརྒྱུས་ཀྱི་བྱུང་ལ་འབྲུག་པའི་བྱུང་དོ། །

དཔེར་བརྒྱུས།

གཉིས་པ་དཔེར་བརྒྱུས་པ་ནི།

དག་ཡིད་སྒྲུབ་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི། །

སྒྲིབ་པ་དམ་པས་བྱེད་ལ་སྒྲུབ་སྒྲིབ། །

དག་གིས་བརྒྱུས་པར་བྱ་བ་དང་། །

ཡིད་ཀྱིས་བརྒྱུས་བྱེད་པའི་སྒྲུབ་ཡུལ་མ་ཡིན་པ་ཡེ་མེ་མོང་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་རྒྱུ་  
པ་དམ་པས་བྱེད་ལ་སྒྲུབ་སྒྲིབ་ཀྱི་ཆོག་སྒྲུབ་པའི་དངོས་པོ་ལ་འབྲུག་པའི་བྱུང་  
པའི་བཤའ་བརྒྱུས་ཀྱི་བྱུང་དོ། ། །



གཉིས་པ་རྒྱན་གཞན་དུ་འདོད་པ་འདུས་ཚུལ་ནི།

རྗེས་འགྲོ་མེད་དང་ཐེ་ཚོམ་ཅན། །

དག་ནི་དཔེར་རྣམས་ཉིད་ལ་བསྟན། །

དཔེ་ཡི་གཟུགས་ཅན་དག་ཀྱང་འདིར། །

གཟུགས་ཅན་རྣམས་ལ་ངེས་པར་བསྟགས། །

རབ་རྟོག་ཆ་ཤས་འདི་ཡང་ནི། །

རབ་རྟོག་དག་གི་དབྱེ་བ་ཉིད། །

འདིར་འགའ་ཞིག་རྗེས་འགྲོ་མེད་པ་དང་། ཐེ་ཚོམ་ཅན་དང་། དཔེའི་  
གཟུགས་དང་། རབ་རྟོག་ཆ་ཤས་ཀྱི་རྒྱན་རྣམས་འདིར་མ་འདུས་སོ་ཞེ་ན།  
རྗེས་འགྲོ་མེད་པ་ནི། ལྷ་བ་བསྟན་དག་གི་ནི། །ཞེས་ཐུན་མོང་མིན་པའི་དཔེ་  
དང་ཐེ་ཚོམ་ཅན་ནི།

པད་ནང་བྱང་བ་འཁོར་རམ་ཅི། །

ཞེས་དཔེ་རྣམས་ཉིད་ལ་བསྟན་ཅིང་། དཔེའི་གཟུགས་ཅན་ནི།

ཁྱོས་པས་ཀྱན་ཏུ་དམར་བ་ཡིས། །

ཞེས་སོགས་གཟུགས་ཅན་རྣམས་ལ་ངེས་པར་བསྟགས་ཟིན་ལ།  
རབ་རྟོག་ཆ་ཤས་འདི་ཡང་རབ་རྟོག་གི་དབྱེ་བ་ཉིད་ལས་གཞན་མ་ཡིན་  
པས་འདིར་མ་འདུས་པ་མེད་དོ། །

༣༥ རབ་སྤེལ་གྱི་བྱུང་བཤའ་པ།

གསུམ་པ་བྱུང་བྱི་མ་གཉིས་བཤའ་པ་ལ།      སུམ་ཅུ་ཅ་བཞི་པ་རབ་  
སྤེལ་གྱི་བྱུང་ལ་གསུམ། མཚན་ཉིད། དཔེར་བཟོད། དེའི་སྒྲུབ་བྱེད་དོ། །དང་  
པོ་མཚན་ཉིད་ནི།

ཐ་དད་བྱུང་ནམས་བསྐྱེས་པ་ནི། །

སྤེལ་མ་དག་ཏུ་བཟོད་པ་སྟེ། །

ཡན་ལག་ཡན་ལག་ཅན་དངོས་ཀྱི། །

སྐབས་དང་ཐམས་ཅད་སྟོབས་མཚུངས་ཉིད། །

ཅེས་པས་ལྷགས་གཉིས་སྤེལ་མ་ཡི། །

བྱུང་དག་ལ་ནི་མཚོན་པར་བྱ། །

ཐ་དད་པའི་བྱུང་ནམས་ཞེས་མང་ཆིག་གི་རྒྱས་པས། བྱུང་གསུམ་ལ་  
སོགས་པ་བསྐྱེས་པ་སྦྱོར་བ་གཅིག་ལ་གནས་པ་ནི་སྤེལ་མ་དག་ཏུ་བཟོད་  
དེ། ཡན་ལག་སྒྲུབ་བྱེད་པན་འདོགས་བྱེད། །ཡན་ལག་ཅན་བསྒྲུབ་བྱ་པན་  
གདགས་བྱའི་དངོས་པོར་གནས་པར་སྟོས་པ་དང་བཅས་པའི་སྐབས་དང་།  
བྱུང་ཐམས་ཅད་སྟོས་རེས་མེད་པར་རང་དབང་ཅན་གྱི་སྟོབས་མཚུངས་པ་  
ཉིད་དོ་ཞེས་པས་ལྷགས་གཉིས་སྤེལ་མའི་བྱུང་དག་ལ་མཚོན་པར་བྱའོ། །

འདིར་པཎ་ཆེན་སལྷ་ཕྱིས།      ཐ་དད་བྱུང་ནམས་ཞེས་པས་བསྐྱེད་བྱའི་  
བྱུང་ངོས་བཟུང་བ་ཡིན་ཞེས་དང་བྱུང་གཉིས་བསྐྱེས་ཀྱང་རབ་སྤེལ་དུ་

བཞེད་པ་དུ་མ་ཡོད་མོད། འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེའི་བཞེད་པ། རྒྱན་གཉིས་  
བསྐྱེས་པ་ནི། གང་གཙུག་ཆེ་བའི་མིང་གི་ཐོག་མས་གཉིས་ཀ་བསྐྱེས་ནས་  
བཛྲེད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། དཀར་ནག་ཅེས་དང་། སེར་སྐྱ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ།  
བསྐྱེན་དོར་གྱི་གཟུགས་ཅན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ཡང་རྒྱན་གསུམ་པན་ཆད་ཆ་  
མཉམ་པ་ལ་རབ་སྐྱེལ་ཞེས་བཛྲེད་དེ། དཔེར་ན་ཁ་དོག་གསུམ་ཆོགས་པན་  
ཆོད་ཁ་བོ་ཞེས་བཛྲེད་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པ་ཉིད་ལེགས་བཤད་དོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བཛྲེད་ནི།

མཛེས་མ་ཁྱོད་གྱི་བཞིན་གྱི་དཔལ། །

པར་དག་གིས་འགོག་པར་བྱེད། །

མཛྲེད་དང་ཡུ་བ་ཕུན་ཆོགས་པ། །

འདི་ལ་བྱ་དཀར་བཅེ་ཞིག་ཡོད། །

གྱི་མཛེས་མ། ཁྱོད་གྱི་བཞིན་རས་གྱི་དཔལ་མཛེས་པ་ནི། མེ་ཉོག་  
པར་དག་གིས་འགོག་པར་བྱེད། ཅེས་བསྐྱབ་ཡན་ལག་ཅན་དུ་གནས་པ་  
དཔེ་རྒྱན། ཀོ་ཤའི་སྐྱ་པར་ཉི་མོ་པོ་དང་བང་མཛྲེད་ལ་འཇུག་ དུམ་པར་ཉི་  
ཡུ་བ་དང་། དམག་གི་དབྱང་ལ་འཇུག་པས་སྐྱ་སྐྱར་བ། པར་ཉི་མོ་པོ་ཡུ་  
བར་བཅས་པའམ། མཛྲེད་དང་དབྱང་དུ་བཅས་པ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་  
དངོས་པོ་འདི་ལ་བྱ་དཀར་བཅེ་ཞིག་ཡོད་ཅེས་སྐྱབ་བྱེད་རུས་པ་ཅན་ཡན་  
ལག་ཉིད་དུ་གནས་པ། དོན་གཞན་བཀོད་པ་སྐྱར་བ་དང་བཅས་པའོ། །

སྒྲུབ་ས་མཚུངས་པ་དཔེར་མ་བཟོད་པ་ནི། རྒྱལ་ས་ལས་རྟོགས་པར་  
དགོངས་སོ། །

གསུམ་པ་དེའི་སྒྲུབ་བྱེད།

རང་བཞིན་བཟོད་དང་འབྲེགས་བཟོད་ཅེས། །

ངག་གི་རང་བཞིན་ཐ་དད་གཉིས། །

འབྲེག་པོར་བཟོད་པ་ཐམས་ཅད་ལ། །

ཕལ་ཆེར་སྒྲུབ་བས་དཔལ་བྱས་བྱེད། །

བསྒྲུབ་བྱ་སྒྲུབ་བྱེད་འབྲེལ་བས་དོན་གཞན་བཀོད་གྱི། སྒྲུབ་བས་ཅི་  
བྱ་ཞེན། སྒྲིབ་བཟོད་ཚུལ་ལ། རང་བཞིན་ངི་ལྟ་བར་བཟོད་པ་དང་། རྣམ་པ་  
གཞན་དུ་བྱས་པའི་འབྲེག་བཟོད་ཅེས། ངག་གི་རང་བཞིན་ནམ་ངོ་པོ་ཐ་དད་  
པ་གཉིས་སུ་གནས་པ་ལས། འབྲེག་པོར་བཟོད་པའི་རིགས་ཐམས་ཅད་ལ་  
ཕལ་ཆེར་སྒྲུབ་བ་ཁོ་ནས་མངེས་པའི་དཔལ་བྱས་པར་བྱེད་པས་སོ། །

༣༥ དགོངས་པ་ཅན་གྱི་བྱུང་བཤའ་པ།

༥ སུམ་ཅུ་ཅ་ལྔ་པ་དགོངས་པ་ཅན་གྱི་བྱུང་ལ་གཉིས། རྒྱ་དང་ངོ་བོས་  
བྱང་གཞི་མདོར་བསྟན། དེ་ཉིད་བྱང་ཆོས་བཞིས་བྱས་པར་བཤའ་པའོ། །

རྒྱ་དང་ངོ་བོས་བྱང་གཞི་མདོར་བསྟན་པ།

དང་པོ་རྒྱ་དང་ངོ་བོས་བྱང་གཞི་མདོར་བསྟན་པ་ནི།

སྒྲུབ་པ་མེ་མོང་ལ་འབྲུག་པའི་དགོངས་པ་སྟེ། །

སྙན་ངག་གྲུབ་པར་གང་གནས་པ། །

རྒྱན་གྱི་ཡུལ་ལ་ཡོད་ཡོན་ཏན། །

དེ་ནི་དགོངས་པ་ཅན་ཞེས་བརྗོད། །

རྒྱ་ནི། སྙན་ངག་མཁན་གྱིས་དེའི་ཆོག་གི་རྒྱན་བསྐྱབ་པའི་བསམ་པ་  
ནི་དགོངས་པ་ཡིན་ཏེ། བྱད་པར་ནི། སྙན་ངག་གི་རྒྱན་དེ་གྲུབ་པར་གྱུར་གྱི་  
བར་དུ་གང་ལ་གནས་པའི་བསམ་པ་དེ་ཡང་ཉི་ཆེ་བ་མ་ཡིན་པ། རོ་བོ་ནི།  
བཅད་ལྷུག་སྤེལ་མའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་རྒྱན་གྱི་ཡུལ་ལ་ཡོད་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་  
བྱད་པར། དེ་ནི་དགོངས་པ་ཅན་ཞེས་བརྗོད་དོ། །

སྒྲོབ་དཔོན་ངག་གི་དབང་ལྷུག་གིས། འདི་གཞུང་གི་རྒྱན་ལ་ཡོད་པ་  
ཡིན་པས་ཆོག་ས་བཅད་གཅིག་དང་། གཉིས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ལ་ཡོད་པ་  
ཡིན་པ་བསལ་ལོ་ཞེས་དང་། དཔང་ལོ་ཆེན་པོས། འདི་ནི་རྒྱན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
ཡང་རྒྱན་དུ་གྱུར་པ་སྟེ། དང་པོ་དང་བར་དང་ཐ་མ་རྣམས་སུ་རྒྱན་ལ་རྗེས་སུ་  
འབྱུག་པའོ་ཞེས་གསལ་ཞིང་རྗོགས་པར་གསུངས་ཀྱང་། མི་ཉན་པར་སྟོ་ག་རེ་  
ཅམ་གྱིས་རྒྱན་འདི་དང་ནང་གི་དེ་ཉིད་མཉམ་དུ་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །

དེ་ཉིད་བྱད་ཆོས་བཞེས་རྒྱས་པར་བཤད་པ།

གཉིས་པ་དེ་ཉིད་བྱད་ཆོས་བཞེས་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ནི། བྱད་པར་  
དང་པོར།

དངོས་པོ་ཡི་ནི་ཆོག་རྣམས་ཀྱན། །

ཕན་ཚུན་ཕན་པར་བྱེད་ཉིད་ཅན། །

བསྐྱེད་བཅས་ཀྱི་དངོས་པོ་དེའི་ཆིག་ནམས་ཀྱི་ཀྱང་ཕན་ཚུན་ཕན་  
པར་བྱེད་པ་ཉིད་དེ། ལྷོས་ཤིང་འབྲེལ་བ་ཅན་ནོ། །

བྱད་པར་གཉིས་པ།

དོན་དང་བྲལ་བའི་བྱད་པར་ནམས། །

མ་བྱས། དགོས་དོན་དང་བྲལ་བ་ཉེར་མཁོ་མེད་པའི་ཆིག་གི་བྱད་  
པར་ནམས་མ་བྱས་སོ། །

བྱད་པར་གསུམ་པ། གནས་སྤྱོད་བསྐྱེད་པ་དང་། དངོས་པོ་གང་  
ཡིན་པའི་གནས་སྤྱོད་སྐྱབས་དང་དུས་ལ་བབ་པར་བསྐྱེད་པ་ལོ། །

བྱད་པར་བཞི་པ།

བརྗོད་རིམ་སྟོབས་ལས་དངོས་པོ་ནི། །

ཟབ་མོ་དག་ཀྱང་གསལ་བ་སྟེ། །

བརྗོད་པའི་རིམ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྟོབས་སམ་འབྲུག་པ་ལས། དངོས་པོ་  
ཟབ་མོ་ཉོག་པ་པར་དཀའ་བ་དག་ཀྱང་གསལ་བ་དུས་པ་སྟེ།

དེ་ཀྱན་དགོངས་པའི་དབང་གྱུར་ཕྱིར། །

དེ་དག་དགོངས་པ་ཅན་ཞེས་རིག།

བཞི་པོ་འདི་དག་རྒྱུན་ལ་བྱུང་བའི་རིགས་མ་རིགས་འབྱེད་པ་ཡིད་  
ཀྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་ལ། དེ་ཀྱན་ཀྱང་དགོངས་པ་སྟེ། བསམ་པའི་དབང་དུ་



གྱུར་པའི་ཕྱིར། དེ་དག་དགོངས་པ་ཅན་ཞེས་པའི་རྒྱན་དུ་རིག་པར་བྱའོ།།

བཞི་པ་རྫོས་གར་གྱི་མཆན་ཉིད་ཀྱང་རྒྱན་དུ་བསྟན་པ་ནི།

གང་ཡང་མཆ་མས་སྟོར་ཡན་ལག་དང་། །

འབྲུག་པའི་ཡན་ལག་མཆན་ཉིད་སོགས། །

ལུང་གཞན་དག་ཏུ་བརྗོད་འདི་ཡང་། །

རྒྱན་ཉིད་དུ་ནི་བདག་ཅག་འདོད། །

གང་ཡང་མཆ་མས་སྟོར་གྱི་ཡན་ལག་སྟེ་བ་དང་། སྟེ་བའི་ལན་ལ་

སོགས་པ་ལྟ་དང་། འབྲུག་པའི་ཡན་ལག་རབ་ཏུ་སྒྲུང་བྱེད་སོགས་བཅུ་དྲུག་

དང་། རྒྱན་བྱེད་དང་ཡི་གེ་འདུས་པ་སོགས་མཆན་ཉིད་བཅུ་དྲུག་དང་།

སྟེ་གའི་ཡན་ལག་དང་། སྟེ་བའི་ཡན་ལག་མཆ་མས་སྟོར་གཞན་གྱི་ཡན་

ལག་སོགས་ལུང་གཞན་ལས།

སྟོ་དང་སྟོ་ཡི་ལན་ཉིད་དང་། །

སྟེ་བོ་དང་ནི་མ་བཟོད་དང་། །

དེ་བཞིན་དུ་ནི་ངེས་འཕྲོག་བྱེད། །

མཆ་མས་སྟོར་ལྟ་རྒྱུ་རྫུ་རྫོས་གར་དུའོ། །ཞེས་དང་། ཀོ་ཏ་ལར།

མཆ་མས་སྟོར་ཡན་ལག་སྟོ་སོགས་རྒྱུ་རྫུ་རྫོས་ལ། །

བསྟུན་མཛོན་མཐོང་བདག་ཉིད་ཅན། །

སྟོ་ཆོགས་ཀྱན་དགའི་རོ་ལྟན་པ། །

ཡང་དག་བསྐྱུས་པར་རབ་ཏུ་བསྐྱུགས། །

ཞེས་བརྗོད་པ་འདི་ཡང་། སྒྲོན་པ་མཛེས་པའི་ཆོས་སྤྲུག་པ་

ཅན་བདག་ཅག་འདོད་དོ། །

གསུམ་པ་རྒྱན་སྤྱིའི་མཐུག་བསྐྱུ་བ་ནི།

རྒྱ་ཆེ་མཐའ་ཡས་རབ་བསྐྱུས་ཆོད་དུ་གྱུར་པ་ཡི།

རྒྱན་རྣམས་དག་གི་ལམ་འདི་ཉིད་ནི་རྣམ་པར་སྤྱེ། །

བརྗོད་པའི་ཡུལ་ལས་འདས་པར་ཡོངས་སྤྲུག་ནས་པ་ཡི། །

བྱད་པར་རྣམས་ནི་གོམས་པ་ཉིད་ཀྱིས་དབྱེ་བར་བྱས། །

རྒྱ་ཆེ་བ་མཆོན་ཉིད་དང་མཆོན་བྱའི་དབྱེ་བ་མཐའ་ཡས་མོད། སྤྱི་ལ་

བྱུང་བའི་མཆོན་ཉིད་རབ་ཏུ་བསྐྱུས་པ་དོན་གྱི་རྒྱན་སྤྱི་ཅུ་ཅུ་ཞེས་ཆོད་

དུ་གྱུར་པའི་རྒྱན་རྣམས་དག་གི་ལམ་སྤྱོད་འདི་ཉིད་ནི་དབྲུག་པ་ཅན་ཁོ་

བོས་རྣམ་པར་སྤྱེ་ལ། དེ་ལས་སྤྱོད་པ་བརྗོད་པའི་ཡུལ་ལས་འདས་པར་

ཡོངས་སྤྲུག་ནས་པའི་བྱད་པར་དེ་སྤྱོད་རྣམས་ནི། ལམ་འདིར་གོམས་ཤིང་

འདིས་པ་ཉིད་ཀྱིས་དབྱེ་བར་བྱས་སོ་ཞེས་པའི་དོན་རྟོ། །སྒྲོན་པ་གི་མེ་

མོང་ལས། དོན་གྱི་རྒྱན་གྱི་ཡོངས་སྤྲུག་དབྱེ་བ་སྤྱི་ལེ་བྱ་གཉིས་པའི་དོན་རྩི་

སྒྲུབ་རིགས་པ་བཤའ་བྱེད་རྟོ། །

སྤྱོད་སྤྱོད་ཆོས་ཀྱི་གདེངས་ཀ་སྤྱོད་ལྡན་པའི། །ལོ་བཅུ་སྤྱི་དབང་

པོས་ཡོངས་བཟུང་འཕྲིན། །རིག་བྱེད་སྒྲོན་པ་ལོ་བཅུ་ལོང་ངོས། །

ཤེས་བྱ་ཀུན་གྱི་གཟུགས་མཆར་རྟག་ཏུ་འཆར། ༡ མཁས་རྣམས་མངོན་  
 པར་བཞེད་པ་ཐུན་མཛོད་བཞི། །རྒྱན་སྤང་ཆར་དུ་དངར་བའི་རིན་ཆེན་མང། །  
 དོག་པ་མེད་པར་རང་སློའི་བྲིམ་ཡངས་པོར། །ལེགས་བཤད་གསེར་གྱི་  
 སྒྲ་བྱར་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ། ༢ དཔང་གྱུར་མཁས་པའི་ཆར་སྤྲོན་གྱིས་བཏང་  
 བའི། །དུས་ངན་སྟོན་གྱི་ལང་ཆོ་དར་བབ་དུས། །ཆོག་ཆོགས་ལོ་མའི་  
 སྐབས་སུ་འདོད་བྱའི་འབྲས། །འཕྱན་པར་དོགས་པས་དོན་གྱི་སྒྲིང་པོ་བཏུས།  
 ༣ དེ་སྤྱིར་ལྷག་བསམ་གཡས་སུ་འབྲེལ་བའི་དུང་། །བརྗོད་དོན་ཟབ་མའི་  
 སྟོ་བ་མ་རྟོངས་ཤིང་། །གསལ་འདུས་ཆོག་གི་སྦྱོར་བ་མཛད་བྱུང་བས། །འགྲོ་  
 ཡིད་རྫོངས་པའི་རིམས་ནད་ཅིས་མི་སྟོགས། ༤ འདིར་འབད་ལེགས་བྲས་  
 སྤྲ་ལ་ཀ་པའི་བྲིས། །གཟུར་གནས་མཁས་པའི་སྟོགས་གྱི་སྒྲང་པོ་ཀུན། །  
 བོས་པའི་ལེགས་བཤད་བྱུང་བ་འབྲམ་པའི་ར། །སྐལ་བཟང་རྣ་བའི་དབྱིད་  
 དུ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག།

༥ དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་འཁོར་ལོ་ཀུན་ཡུམ་ཤེས་རབ་པ་རོལ་སྤྲོན་  
 རང་བཞིན། །ཟབ་མོ་སྟོང་པའི་རིག་བྱ་སྤུལ་བྱུང་ཆོས་གྱི་དཔལ་མོ་མིག་  
 ཡངས་མ། །སྟན་པའི་རོ་ལྡན་བྲི་བའི་རྒྱད་མང་མང་པར་འཛེགས་པའི་རྣམ་  
 རོལ་གྱིས། །ཟག་མེད་བདེ་ཆེན་མངོན་པར་འདོད་འཛོའི་དབྱངས་ལྡན་མ་  
 དེར་སྒྲར་བཏུད་ནས། ༡ སྤྲིད་ཞིར་ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་ཀུན། །  
 ཡང་དག་སྦྱེ་བའི་རིག་པ་སྟན་པའི་ངག་ །ཉིན་མའི་སྤང་བ་མཆོག་དང་མ་

འགྲོགས་པའི། །མཁས་ཚུལ་སྒྲུབ་ཅི་དགའ་སྟོན་སུ་ཡིས་སྟེ། ༡ གཞུང་  
ལུགས་ཉི་མའི་བེར་གྱིས་སྒྲོངས་པའི་མིག། །ཚུལ་མིན་སྟུན་པས་གསལ་བ་  
འབྱུང་པོའི་བྲ། །ཉིན་ཡང་མཆན་མོའི་ལམ་ཆེན་ནས་འགྲོ་བ། །རིག་པའི་  
མཆོག་ཏུ་རྒྱུ་མས་ལ་གད་མོ་ཤོད། ༢ ཆོས་རབ་རྣམ་འབྱེད་སྟོ་གྲོས་བྲིམ་  
ཡངས་པོར། །དབྱངས་ཅན་བག་མར་སྒྲངས་པའི་བཟླ་ཤེས་སྟུ། །མཛད་བྱུང་  
ཅེད་འཇོ་ཉམས་སྟོང་བྲན་ལམ་དུ། །དཀར་བའི་གནས་ཀྱན་མི་ལམ་རི་མོ་  
བཞིན། ༣ འབྲུལ་པའི་སྟུན་པ་ལས་གྲོལ་དེ་ཉིད་འོད། །སྒྲུབ་བ་རབ་ཏུ་  
འབྱུམས་པའི་ལེགས་བཤའ་རྒྱུ། །བཟང་པོའི་སྐལ་བ་མཆོག་ཏུ་ན་དར་  
བས། །འཇིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱན་སྟུན་པ་བྲལ་སྟུམ་བྱེད། ༤ སྟུན་པའི་རོ་  
ཉམས་སྟུན་སུམ་ཆོགས་ཆེ་བའི། །གཏེར་རྒྱ་གྲོལ་བ་མགྱིན་པའི་བང་  
མཛོད་ལས། །ཉམས་ལྡན་ཆོག་གི་འབྱོར་པ་མཐའ་ཡས་པ། །བཟང་མི་ཤེས་  
པར་སྟོལ་བའི་སྟོ་བྲེན་ས། ༥ སྟུན་ཅིང་བཟང་མོའི་སྐུ་ལྡན་གང་ཆོག་གི། །  
རྒྱུད་མང་འབྱོག་ཅིང་ཡིད་འོང་མཛེས་པའི་གཞུ། །མཁས་ཀྱན་མཛོན་པར་  
འདོད་པའི་མེ་ཏོག་མདས། །ཁེངས་འདི་རྣམ་དཔྱོད་འཕྲུལ་གྱིས་བདུང་བར་  
བགྱི།

## ལེ་བྱ་གསུམ་པ།

གཉིས་པ་སྒྲིའི་རྒྱན་བཤད་པ།

ལ' ད་ནི་གཉིས་པ་སྒྲིའི་རྒྱན་ལ་གསུམ་སྟེ། ཟུང་ལྡན་གྱི་རྣམ་གཞག  
བྱ་དཀའ་བའི་བྱ་དཀའ་བར་གཞག དབྱངས་སོགས་ངེས་པའི་བྱ་དཀའ་བཤད་  
བའོ། །

མདོར་བསྟན་པ།

དང་པོ་ལ་ཡང་མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད། གཉིས། མདོར་བསྟན་ལ་  
ཡང་མཆན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བའོ། །མཆན་ཉིད་ནི།  
བར་མ་ཆོད་དང་བར་ཆོད་བདག །  
ཡི་གེ་ཆོགས་པ་བསྟོར་བ་ནི། །

ཟུང་ལྡན། །གང་ལ་ཡི་གེ་གཞན་གྱིས་བར་མ་ཆོད་པའམ། བར་ཆོད་  
པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡང་སྟེ། དབྱངས་དང་གསལ་བྱེད་གྱི་ཡི་གེ་དུ་མ་  
ཆོགས་པ་ལན་གཉིས་སུ་བསྒྲུབ་ཤིང་བསྟོར་བ་ནི་ཟུང་ལྡན་ནོ། །འདི་ལ་  
མཁས་པའི་དབང་པོ་དཔལ་གང་ལོ་རྩ་བས། ཁ་ཅིག་ཟུང་ལྡན་འདི་རྣམས་  
ལ། ལ་ལ་ཞེས་སམ། ལྷག་ལྷག་ཅེས་པ་ལྟ་བུའི་ཡི་གེའམ་ཆོག་འབྱུང་རེ་  
བ་ཟུང་གིས་མི་ཆོད་པར། འཇིག་རྟེན་འཇིག་རྟེན་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་ཆོག་འབྱུང་  
གཉིས་པན་གྱི་ཟུང་དགོས་ཟེར་བ། རྒྱ་དཔེར། མ་དཀོ་མ་དཀོ་ཞེས་སོགས་

ཡོད་པ་ལ་བསམ་པ་ཡིན་མོད། རྒྱ་དཔེར་དེ་འབྲུག་པ་ནི། བོད་སྐད་ཀྱི་  
ཆོག་འབྲུ་རེ་རེ། རྒྱ་སྐད་ཀྱི་ཆོག་འབྲུ་གཉིས་གསུམ་རེ་ཡོད་པ་ཞིན་ཏུ་མང་  
བས་དེ་ལྟར་འབྲུང་སྟེ། དཔེར་ན། བོད་སྐད་ཀྱི། ས། ཟ། མ། ཆོས། འོར་  
སོགས་ལ་རྒྱ་སྐད་དུ། སྟེ་མི། རོ་ལ། ཨ་མྱི། རྩ་མ། བ་སྟེ་ཞེས་སོགས་འབྲུང་  
བ་ལྟ་བུར་གསུངས་པ།

ཡི་གེ་རེ་རེ་ལ་བསྐྱོར་བ་ནི། ལེ་ཏུ་དང་པོར།

ཀར་པ་རྣམས་དང་ཆོག་རྣམས་ལ། །

ཡི་གེ་བསྐྱོར་བ་རྗེས་སུ་བྲིད། །

ཅེས་རྗེས་བྲིད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དུ་གསུངས་ཞིང་། ཟུང་ལྡན་ལ། བསྐྱོར་  
བ་ཁོ་ན་ཆོགས་པའི། སྟོད་ཡུལ་ཟུང་དང་ལྡན་པར་རིགས། །ཞེས་ཡི་གེ་  
གཉིས་སམ་གསུམ་པན་ཆད་ཆོགས་དགོས་ཏེ། ཡི་གེ་ཆོགས་པ་བསྐྱོར་བ་  
ཡི། །ཞེས་མ་གསུངས་སམ། ཆོགས་པའི་དོན་ཡང་། འཆི་མེད་མཛོད་ལས།

ཆོགས་དང་དོན་མཐུན་སྟེ་འདུས་པ། །

ཆོགས་པ་སྤང་པོ་ཆོགས་འདུ་བ། །

བསགས་པ་སྤངས་པ་ཡང་དག་ཆོགས། །

ཞེས་མང་དུ་འདུས་པའི་དོན་ཡིན་པས། །

ཡི་གེ་གཉིས་གསུམ་གང་རུང་འདུས་པ་ཞིག་ངེས་པར་དགོས་ཏེ། རེ་  
རེ་བ་ལ་ཆོགས་པའི་ཐ་སྟོད་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་དཔལ་ཁང་པས།



གཞུང་དངོས་བསྟན་ལ། ཡི་གེ་ཆོགས་པ་ཞེས་པས་སོ་སོ་ཞེས་སམ་ལ་ལ་  
 ཞེས་ཡི་གེ་འེ་བྱང་ལྡན་ཉིད་གཙོ་བོར་བསྟན་ནོ། །གཞུང་ཁ་ཅིག་ཏུ། ཡི་གེ་  
 སོགས་པ་བསྟོར་བ་ཡིས། །ཞེས་འབྱུང་བ་ནི། ཡི་གེ་འེ་སོགས་ཁོངས་ནས་  
 ཆོག་མིང་སོགས་ཀྱི་བྱང་ལྡན་བསྟན་པས་ཤིན་ཏུ་ལེགས་སོ་ཞེས་ལུགས་  
 དེ་ལ་ལེགས་སོ་བཀའ་ངེན་བསྐྱེད་པས་ཀྱང་མ་ཆོག ཡང་འདི་ལྟར་  
 གསུངས་པ་རྣམས་མ་མཐོང་མ་གོ་བར། མི་ཤེས་པའི་མཁས་ཉམས། མ་  
 བརྟགས་པའི་ཞིབ་ཆ། མི་དགོས་པའི་དོགས་སྤོང་བྱེད་པ་སྟོགས་ལོ་  
 སོགས་ནི་རང་གི་ནང་ཆ་སྟོན་པ་ལ་རིངས་པའོ་གསུངས་པ། དེ་ལྟ་ན། རྒྱ་  
 དཔེར། སོགས་ཀྱི་སྐད་དོད་ཨྲ་དེ་འབྱུང་དགོས་རྒྱ་ལ། ཨ་བྱ་པེ་ཏ་བྱ་པེ་  
 རྒྱ། རྒྱ་མྱོད་ཆས་ཏ་ཏེ། ཞེས་འབྱུང་བའི་མཆ་ཡི་གེ་དང་། སི་ཏ་ཏེ་ཡང་དག་  
 ཆོགས་ཞེས་པར་འབྱུང་བའི་བྱིར། སུའི་ནང་ཆ་བསྟན་པ་ཡང་གཞིགས་  
 འཆ་ལ་ལོ། །

གཉིས་པ་དབྱེ་བ་ནི། དེ་ཡང་རྟེན་པ་ཡི།

དང་པོ་བར་མཐའ་སྟོད་ཡུལ་ཅན། །

གཅིག་གཉིས་གསུམ་བཞི་རྟེན་པ་ཡི། །

བྱང་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་ཏྲོག་ནི། །

ཐོག་མ་བར་མཐའ་བར་དང་མཐའ། །

བར་དང་ཐོག་མ་ཐོག་མཐའ་ཀུན། །

ཡང་དག་དབྱེ་བ་ལས་སྦྱེས་པ། །

དེ་རྣམས་དབྱེ་བ་ཞིན་ཏུ་མང་། །

དེ་ལ་བྱ་སྤྱོད་བྱ་དཀའ་ཡང་། །

འགའ་ཞིག་དག་ནི་བསྟན་པར་བྱ། །

ཟུང་ལྡན་དེ་ཡང་རྒྱུ་པའི་དང་པོ་དང་། བར་དང་མཐའ་མའི་གནས་  
ཀྱི་སྒྲོན་ཡུལ་ཅན་ཏེ། དེ་ཡང་རྒྱུ་པའི་གང་རུང་གཅིག་ལ་ཡོད་པ་དང་། དེ་  
བཞིན་གཉིས་དང་། གསུམ་དང་། བཞི་ཀ་ལ་ཡོད་པའི་ཟུང་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་  
རྣམ་པར་རྟོག་པའི་དབྱེ་བ་ནི། རྒྱུ་པའི་ཐོག་མར་ཡོད་ལ་བར་མཐའ་བོར་  
བ་དང་། བར་དུ་ཡོད་པ་མཐའ་ཐོག་བོར་བ། མཐའ་མར་ཡོད་ལ་གོང་མ་  
གཉིས་བོར་བ། བར་མཐའ་ཡོད་ལ་དང་པོ་བོར་བ། ཐོག་བར་གཉིས་ཡོད་  
ལ་མཐའ་མ་བོར་བ། ཐོག་མཐའ་ཡོད་ལ་བར་དུ་བོར་བ། ཐོག་མཐའ་བར་  
གསུམ་ཀུན་ལ་ཡོད་པ་སྟེ། བདུན་པོ་དེ་ལའང་རྒྱུ་པ་དང་པོ་ནས་བཞི་པའི་  
བར་དུ་སྒྱུར་བ་སོགས་ནང་གསལ་ཡང་དག་པར་དབྱེ་བ་ལས་སྦྱེས་པ་དེ་  
རྣམས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ནི་ཞིན་ཏུ་མང་ལ། དེ་ལས་མདོར་བསྡུ་ན། བྱ་སྤྱོད་བ་དང་།  
བྱ་དཀའ་བ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡང་ཐམས་ཅད་བརྗོད་ཀྱིས་མིན་པས་འགའ་  
ཞིག་དག་ནི་བསྟན་པར་བྱའོ་ཞེས་མཆོམས་སྒྱུར་ནས། །

རྒྱུ་པ་བཞུགས་པ།

གཉིས་པ་རྒྱུ་པ་བཞུགས་ལ་དུག རྒྱུ་པའི་དང་པོ་ལ་ཡོད་པའི་ཟུང་

ལྷན། གནས་གཞན་ན་ཡོད་པའི་བྱང་ལྷན། མཐའ་ཐོག་སྐྱར་པའི་བྱང་ལྷན།  
 ཀྱན་ཏུ་བྱང་ལྷན། འདེས་པའི་བྱང་ལྷན། བསྐྱོག་པའི་བྱང་ལྷན་ནོ། །དང་པོ་  
 ལ་གསུམ། བར་མ་ཆོད་ཀྱི་བྱང་ལྷན། བར་དུ་ཆོད་པའི་བྱང་ལྷན། ཆོད་ཅིང་  
 མ་ཆོད་པའི་བྱང་ལྷན་ནོ། །དེའི་དང་པོ་ལ་ཡང་ལྷ་སྟེ། རྒྱ་པ་གཅིག་གཉིས།  
 གསུམ། བཞི་ལ་ཡོད་པ་དོན་བསྐྱུ་བའོ། །

གཅིག་གི་རྒྱ་པ་དང་པོ་ལ་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ལྷ་མོ་ན་ལྷ་མོ་ན་  
 ས་ཁི། ས་ཁ་ཡོ་བྱུང་ཡེ་ཇ་ནི། ལྷ་མོ་ཏུ་ཀླ་ལྷ་སྟེ། ཏ་མེ་བ་ཀྱ་རུ་ས་ཏ་བ་  
 མ། །བོད་སྐད།

གྲོགས་མོ་མཛའ་བོའི་སྐྱེ་བོ་ལ། །

ཁེངས་པ་འདི་དང་འགྲོགས་མ་བྱེད། །

བསྐྱུས་པའི་མགྱེན་པ་ནས་འབྱུང་ལ། །

དེ་ཉིད་ལ་ངོ་ཆ་ལྷན་པར་གྱིས། །

ཀྱེ་གྲོགས་མོ། ཁྱོད་མཛའ་བོའི་སྐྱེ་བོ་ལ་མི་འདུད་པའི་ཁེངས་པ་འདི་  
 ལྷ་རུ་དང་འགྲོགས་པར་མ་བྱེད་ཅིག ལྷ་པ་ཡང་དུས་ལས་ཡོལ་ཏེ་བསྐྱུས་  
 པའི་སྐྱེ་བོ་དེའི་མགྱེན་པ་ནས་འབྱུང་ལ། དེ་ཉིད་ལ་ངོ་ཆ་དང་ལྷན་པས་དུལ་  
 བར་གྱིས་ཞིག་ཅེས་རྒྱ་དཔེའི་རྒྱ་པ་དང་པོར་བྱང་ལྷན་གསལ་ཡང་། བོད་  
 སྐད་ལ་ཞིག་པ་སྟེ། འདིས་མཆོན་འོག་མ་ཀྱན་ལ་འང་བྱང་ལྷན་གྱི་མཆོན་  
 ཉིད་རྒྱ་དཔེའི་སྟེང་དུ་རྟོགས་པར་བྱའོ། །

ཀར་པ་གཉིས་པའི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། མེ་ལྷ་རྒྱ་དེ་ན་ཉི་  
སྒྲུབ་ཀྱི། མ་དཔོན་མ་དཔོན་དེ་རྒྱ། རུལ་སྒྲུབ་མི་མ་མཚུགས་ཀྱི། ས་ཏ་ར་རྒྱ་མེ་གྲ་ཏ་  
ཏེ། བོད་སྐད།

ངང་པ་རྣམས་ཀྱི་དྲེགས་འཛོམས་པ། །

སྤྱིན་གྱི་སྤྱི་ཡིས་སྤྱིས་བྱེད་ནི། །

དགའ་མ་དང་བཅས་བྱེད་མེད་ཀྱི། །

ཁེངས་བྲལ་ཡིད་ལ་འཇུག་པར་བྱེད། །

ངང་པ་རྣམས་ཀྱི་དྲེགས་པ་སྤྱི་ང་རྒྱལ་འཛོམས་རུས་པ། སྤྱིན་གྱི་  
དབུས་ནས་འབྱུག་སྤྱི་བལ་མོ་འབྱེན་པ་དེས། སྤྱིས་བྱེད་འདོད་སྤྱི་དགའ་  
མ་སྤྱི་རང་གི་ཚུང་མ་དང་བཅས་ཏེ། བྱེད་མེད་རྣམས་ཀྱི་ཁེངས་པ་བྲལ་བའི་  
སྤྱི་དུ་ཡིད་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་འབྱུག་སྤྱིས་འདོད་པ་བསྐྱེད་པ་  
ལའོ། །

ཀར་པ་གསུམ་པའི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། རྒྱ་མཚན་ལྷ་སྤྱི་  
ལྷ་ལྷ་ལྷ། ལྷ་མཚན་སྤྱི་བྱ་སྤྱི་ལྷ་ལྷ་ལྷ། ཅ་ཏུ་རི་ཅ་ཏུ་རི་ལྷ་ལྷ། ར་ས་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ། །  
བོད་སྐད།

ཚུ་གཏེར་བཞི་ཡི་སྤྱི་རགས་ཅན། །

ས་ཡི་ལག་དཔུ་འཛིན་ལ་མཁས། །

ཁྱོད་ཉིད་ཐོབ་ནས་ད་ལྟ་ནི། །

སྐྱེ་དགུ་རྒྱལ་པོ་བཟང་ལྷན་གྱུར། །

སྐྱོགས་བཞིའི་ཚུ་གཏེར་ཏེ་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་བཞིའི་སྐྱ་རགས་ཅན་ནི་  
སའི་དགྱིལ་འཁོར། ས་དེའི་ཡན་ལག་དྲུག་ཆའི་དབྱ་ཁལ་རན་པར་འཛིན་  
བ་ལ་མཁས་པ། བྱོད་ཉིད་རྒྱལ་པོར་ཐོབ་པས་ད་ལྟ་ནི་སྐྱེ་དགུ་སེམས་ཅན་  
ནམས་རྒྱལ་པོ་བཟང་པོ་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཏོ། །

ཀར་པ་བཞི་པའི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ཨ་རུ་ཁྱི་ཕྱི་  
དུ་ལྷན། མ་ཕྱི་མ་རྒྱ་དེ་བོ་ཀ་སྒྲི། །པ་དུ་ཏི་ར་ཐ་རྒྱ་གྲ་ལ། །ར་ཏི་ཏི་ར་ཏི་ཏི་  
ལྷ་མ། །བོད་སྐད།

ཀར་ཐང་ཤིང་ཏྲ་སྒྲང་པོ་དང་། །

ཏྲ་དང་བྲལ་བ་བྱོད་ཀྱི་དབྱ། །

འགའ་ཞིག་ནགས་དང་གཞན་དག་ནི། །

ལྷ་ནམས་དག་གི་གནས་སུ་སོང་། །

ཀར་ཐང་སྐྱེ་དགུ་དབྱ་ཚུང་དང་། ཤིང་ཏྲ་དང་། སྒྲང་པོ་ཆེ་དང་། ཏྲ་  
པའི་ཚོགས་ཏེ་ཡན་ལག་བཞི་པའི་དབྱ་དང་བྲལ་བ་རྒྱལ་པོ་བྱོད་ཀྱི་དབྱ་  
པོ་ནམས། འགའ་ཞིག་སྐྱོ་བས་ནགས་དང་། གཞན་དག་ནི་མཚོན་གྱི་ལམ་  
ལས། ལྷ་ནམས་དག་གི་གནས་སུ་སོང་ངོ་ཞེས་ཤི་བ་ལ་བསྐྱགས་པའོ། །

གཉིས་ལ་ཡོད་པ་ལས། དང་པོ་གཉིས་ལ་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་  
དཔེར། མ་རྒྱ་རི་མ་རྒྱ་རྒྱལ་ལ། མ་ད་ནི་མ་ད་ནི་ཏྲ་ཡོལ། མི་སྒྲ་མི་སྒྲ་མ་ར་

ཐུགས་ཅི་ཏེ་འཕྲུལ་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི། བོད་སྐད།

ཆུ་སྐྱེས་གདོང་ལྡན་མིག་གཉིས་ཀྱི། །

ནམ་འབྲུལ་ཡིད་འོང་འདི་ལ་ནི། །

དབྱིད་ཀྱི་བྱང་བའི་ནམ་འབྲུལ་གྱིས། །

ཅ་འདྲི་བྱེད་པ་ཅི་ཡིན་སྟེ། །

ཆུ་སྐྱེས་བསྐྱེད་གདོང་ལྡན་མ་ཞེས་འབྲུ་མང་ཆོག་སྒྲུབ་ཀྱིས་བོད་དེ།  
ཁྱོད་ཀྱི་མིག་གཉིས་ཀྱི་ནམ་འབྲུལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་འདི་ལ་ནི། དབྱིད་དུས་ཀྱི་  
བྱང་བ་གཞོན་རུ་གཡོ་བའི་ནམ་འབྲུལ་གྱིས་ཅ་འདྲི་བ་སྟེ་འགྲན་པར་བྱེད་  
པ་ཅི་ཡིན་པར་སྟེས་ཤིག་ཅེས་ངོ་བསྟོད་དུ་བྱས་སོ། །

དང་པོ་དང་གསུམ་པའི་ཐོག་མ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ལྷ་ར་ཁོ་ལྷ་ར་ཁོ་རྒྱ་ལོ།  
ཏ་ཡོ་ལྷ་སྐྱ་ར་དུ་རྒྱ་རལ། བ་ཡ་ཏོ་བ་ཡ་ཏོ་རྒྱ། བསྟོད་ཏོ་ངོ་མེ་ག་མ་སྐྱ་ལ། །  
བོད་སྐད།

འདོད་པ་གཡུལ་དུ་དཔའ་བ་ཡི། །

སྐང་པོ་ལམ་གཟུང་དཀའ་ཏྲ་མེད་ཀྱིས། །

གང་ཕྱིར་བདག་ཅག་མཐར་བྱས་པ། །

དེ་ཕྱིར་ཁྱོད་ཀྱི་ནམ་གཞོན་མཆར། །

ཀྱེ་འདོད་པ་ཁྱོད་གཡུལ་དུ་དཔའ་བའི་སྐང་པོ་ལམ། གཟུང་བར་དཀའ་  
བའི་ཏྲ་སོགས་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས། རྒྱ་གང་གི་ཕྱིར་བདག་ཅག་ཆགས་གདུང་



གིས་སློག་མཐར་བྱས་པ་དེའི་སྤྱིར་བྱོང་གི་རྣམ་པར་གཞོན་པ་འདི་ནི་ཤིན་  
ཏུ་མཆར་ཆེན། །

དང་པོ་དང་བཞི་པའི་ཐོག་མ་ནི། རྒྱ་དཔེར། རྩ་ཇི་ཏི་རྩ་ཇི་ཏི་ཤུཌེ་ན། །  
རྩི་ཡ་ཏེ་ཏུ་བྱི་ལྷོ་བྱི་བེམ རྩི་ཡ་ཏེ་ཅ་ཕུ་ནམྲི་ཤྱི། །ཨ་སུ་རྩུ་ཨ་སུ་རྩུ་ར་ཡ། །  
བོད་སྐད།

གཡུལ་དུ་ནོ་བ་མཛེས་པ་ཡི། །

མི་བདག་བྱོང་འབྲས་ནོར་འཛིན་ནི། །

རྒྱལ་བར་གྱུར་ཏེ་ནོར་རྒྱན་གྱིས། །

ཆིམ་པ་དག་ཀྱང་ཐོབ་པར་འགྱུར། །

གཡུལ་དུ་ནོ་བ་སྟེ་དཔའ་བས་མཛེས་པའི་མིའི་བདག་པོ་བྱོང་འབྲས་  
བས་ནོར་འཛིན་ཏེ་ས་ཆེན་པོ་འདི་ལས་རྒྱལ་བར་གྱུར་ཏེ། དེའི་རྗེས་སུ་ནོར་  
གྱི་རྒྱན་འདོད་པ་ཕུན་སུམ་ཆོག་ས་པ་རྫོགས་ལྡན་གྱི་དཔལ་ལྷ་བྱས་ཆིམ་  
པ་དག་ཀྱང་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། ཀྱང་ནི་རྒྱལ་བ་ཅམ་དུ་ཡང་མ་བྱད་པའི་  
དོན་ཏོ། །

གཉིས་པ་དང་གསུམ་པའི་ཐོག་མ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ཀ་རོ་ཏི་ས་ཏ་ཀླ་  
ར་ལྷ། ཀ་ལི་ཀོ་རྒྱ་ལི་ཀོ་རྩ་རྩ། མརྩ་ལོ་མརྩ་ལོ་ཕྱེ། །མརྩ་ཀོ་ཀི་ལ་ནི་སྤ་  
ནམ། །བོད་སྐད།

ས་རྩ་ཀླ་རའི་མེ་ཏོག་གསར། །

བདག་ཉིད་མཆོག་ཏུ་སྤྲོད་ལྟར་བྱེད། །

ཁུ་བྱུག་སྤྱོད་པ་དག་གི་སྤྱོད། །

ཡིད་དུ་འོང་བ་འདིས་ཀྱང་དོ། །

ས་རྒྱ་ཀླ་ར་སྤྱོད་ཨམ་བྱུང་བར་བའི་མེ་ཏོག་གསར་བ་ཁ་བྱེད་མ་ཐག་པ་  
འདིས། བདག་གི་ཡིད་ནང་སེམས་ཅན་ལ་མཆོག་ཏུ་སྤྲོད་པ་དང་ལྟར་བར་  
བྱེད་ཅིང་དེར་མ་ཟད། དཔྱད་དུས་ཁུ་བྱུག་དགའ་བས་སྤྱོད་པ་དག་གི་སྤྱོད་  
ཡིད་དུ་འོང་བ་འདིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བྱེད་དོ། །

གཉིས་པ་དང་བཞི་པའི་ཐོག་མར་ཡོད་པ། རྒྱ་དཔེར། ཀ་ཐི་ཏུ་དུ་བ་  
ལསྤྱོད་ལ། ཐི་ཏུ་ཐི་ཏུ་དི་ལྷོ། ཨ་མ་སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་རྒྱུ། མཆོག་ལ་མཆོག་གི་  
ལྷོ། །འོད་སྤྱོད།

ཁྱོད་ལ་དམིགས་པའི་རེ་བ་དང་། །

མ་བུལ་འདི་ལ་དེ་འདྲ་ཡིས། །

གནས་སྐབས་ལུས་ནི་འཛིག་བྱེད་པས། །

བྱུང་མེད་འཛིག་བྱས་ཅི་ལྟར་མིན། །

ཁྱོད་ཉིད་ལ་དམིགས་ཤིང་འགྲོགས་པ་ཐོབ་ལ་རེ་བ་དང་མ་བུལ་བ་  
འདི་ལ། ཁྱོད་མཛོན་པར་འདོད་པ་དང་། སེམས་པ་དང་། རྗེས་སུ་བྱུང་བ་  
དང་། ཡོན་ཏན་སྤྱོད་པ་དང་། ཡིད་འབྱུང་བ་དང་། སྤྱོད་པ་དང་། སྤྱོད་བ་  
དང་། བྱུང་སོགས་དེ་འདྲ་བའི་གནས་སྐབས་དུ་མས་ལུས་ཆས་ཤིང་བྱུང་།

ནས་འཛིག་པའི་བར་དུ་བྱེད་པས་ཉམ་ཆུང་མོད། ཁྱོད་བྱད་མེད་བཟང་མོ་  
ལ་ཅེ་དགའི་ཆེད་དུ་འཛིག་ཀྱས་ཅི་ལྟར་མིན་ཏེ་ཀྱས་སོ། །འདི་ལ་བཤ་ཆེན་  
སརྩ་བྱིས། འདོད་བྱའི་ཡུལ་སྐྱེས་པ་ལ་མཛད་པ་དང་། ལྟ་འཛིག་ཏེན་དབང་  
ལྷག་གིས་ཀས་པའི་དོན་ལང་ཆོ་ཡོལ་བ་ལ་མཛད་པ་དག་ཆུང་མི་འགྲིགས་  
པས་དབང་ལོ་བཞེད་པ་ལྟར་ལེགས་སོ། །

གསུམ་བཞི་ཐོག་མའི་བྱང་ལྡན་ནི། རྒྱ་དཔེར། བི་གི་ནེ་ཏེ་ཀཱ་རྟེ། ལ་  
ལ་བསྐྱ་ཕ་ལོ་ནི་རྒྱ། ཏ་ཅུ་རྒྱ་ཏ་ཅུ་རྒྱ་ནགྱིལ། བ་ལི་ནོ་ན་ལི་ནོ་སྐྱ་ལྷ། ། བོད་  
སྐད།

ཡལ་འདབ་གསར་པས་མཛེས་པ་ཡི། །

ལྡོན་པས་བྱངས་པའི་གཞོན་ཀྱ་རྣམས། །

བརྒྱ་མངོན་སྟོགས་བྱང་བ་ཡིས། །

མིག་ནས་བབྱང་སྟེ་འགྲགས་པར་བྱེད། །

དབྱིད་ཀ་ཡལ་འདབ་གསར་པས་མཛེས་པའི་ལྡོན་པས་ཡིད་བྱངས་  
པའི་གཞོན་ཀྱ་ལང་ཆོ་ཅན་རྣམས་མེ་ཏོག་བརྒྱར་མངོན་དུ་སྟོགས་པའི་བྱང་  
བ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་མིག་ནས་བབྱང་སྟེ་ཆལ་དེར་འགྲགས་པར་བྱེད་དོ། །

གསུམ་ལ་ཡོད་པ་ལ། ཀྱང་བ་སྐྱ་མ་གསུམ་གྱི་ཐོག་མའི་བྱང་ལྡན་ནི།  
རྒྱ་དཔེར། མི་ཤ་དྲ་མི་ཤ་དྲ་མཉ། སྐྱ་ར་སེ་སྐྱ་ར་སེ་ཇ་ལ། ཀྱ་ཅུ་ཏེ་ཀྱ་ཅུ་  
ཏེ་ནེ་ཡི། ཏི་སྐྱ་སྐྱ་མཉྱ་མི་ཤི། །བོད་སྐད།

སྒྲུབ་པའི་བཤའ་ནི་རབ་འབྲུག་པ། །

རྩིང་གི་ཚུ་ལ་དཀར་བ་ཡི། །

ངང་མོ་འདི་ཡི་ཅ་ཅ་ཡིས། །

བདག་ནི་མཐར་བྱེད་བས་སུ་བྱེད། །

དགའ་བས་སྒྲུབ་པའི་བཞད་དཀར་འབྲུག་འོས་པའི་རྩིང་གི་ཚུ་  
དྲངས་པ་ལ། ཀྱན་ནས་དཀར་བའི་ངང་མོ་འདི་ཡིས་ཅ་ཅའི་སྐྱ་སྒྲུབ་པས་  
འདོད་པའི་བྲན་པ་བསྐྱངས་ཏེ་བདག་ནི་མཐར་བྱེད་གཤེན་རྩིང་བས་སུ་བྱེད་  
དོ། །

སྐྱ་མ་གཉིས་དང་བཞི་པའི་སྐྱ་མར་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། མེ་ཤ་མི་  
མེ་ཤ་མན་མེ་ཏི། །མ་དཀྱི་མ་དཀྱི་མན་མན་ས་ཏེ་རྒྱ་ཀ་ལ་ཡུ་པོ་རྒྱ། མ་ལ་ཡུ་  
མ་ལ་ཡུ་ནི་ལན། །བོད་སྐད།

དེ་བྲལ་ལྷ་བའི་ཆ་དག་དང་། །

སྒྲུབ་ཅིག་མ་ལ་ཡི་རྒྱུད། །

བདག་དགའ་མི་བྱེད་འདོད་པ་ནི། །

མི་བཟད་དུག་གི་རྩིས་སུ་འགྲོ། །

སྒྲུབ་དུས་རྒྱལ་གྱི་དེ་མ་དང་བྲལ་བ་ལྷ་བའི་ཆ་དག་དང་སྒྲུབ་ཅིག་  
བར་མ་ལ་ཡུ་ནས་འོང་བའི་རྒྱུད་འདིས་བདག་དགའ་བར་མི་བྱེད་དེ། འདོད་  
པ་ནི་སྐྱ་མ་འགྲོག་པས་མི་བཟད་པའི་དུག་གི་རྩིས་སུ་འགྲོ་ཞིང་འབྲུའོ། །

དང་པོ་དང་སྤྱི་མ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ལྷ་ནི་ལྷ་  
ལྷ་ནི་ལྷ་ཏུ་སྟེ། བེ་ཏུ་རྒྱ་ཏུ་མ་ནས་མེ། རྩ་རི་རྩ་རི་རྩ་ལྟེ། ཏ་བུ་རྩ་ཏ་བུ་རྩ་  
ཡ་ཏམ། ། བོད་སྐད།

བདག་བསྟེན་མི་འདོད་ཁེངས་པ་ཅན། །

དོ་ལལ་དང་ལྡན་འཕྲོག་བྱེད་མ། །

ལུས་མེད་ཁྱོད་ཀྱི་དོང་པ་ཉིད། །

སྤྱ་གྲུར་བདག་འཕྲོགས་བདེ་རྒྱས་མ་གྱིས་གང་བའི་དོང་པར་གྲུར་  
པའི་མཛེས་མ་འདི་ཉིད། ཆགས་པས་སྤྱ་བར་གྲུར་པའི་ལུས་དེ་བདག་དང་  
འཕྲོགས་པའི་བདེ་བ་རྒྱས་པར་མཛོད་ཅིག། བྱི་མ་གསུམ་ཀྱི་ཐོག་མར་ཡོད་  
པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ར་ཡ་ཏུ་ཏུ་ཁེ་ཏུ་ཁེ། བ་ཀ་ཐི་བ་ཀ་ཐི་རི་ཏི། ཀ་མ་ལི་ཀ་  
མ་ལི་ཀྱུ། ད་ལི་མཛུ་ལི་མཛུ་ཡེ། ། བོད་སྐད།

ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་གིས་བདག་ལས་རྒྱལ། །

ཅུ་ཡི་རྒྱན་གྲུར་བྱང་བ་ཅན། །

འདབ་ལྡན་པར་གཏམ་མེད་ལས། །

ཅི་ལྟར་མི་རྒྱལ་བདག་དགའ་མ། །

ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་གིས་བདག་གཏམ་སྤྱོད་པ་ལས་ཀྱང་རྒྱལ་བ་སྟེ་དབང་  
དུ་བྱས་ནས། ཅུ་ཡི་རྒྱན་ཅམ་དུ་གྲུར་བ་བྱང་བ་གཡོ་བ་ཅན། འདབ་མ་དང་  
ལྡན་པའི་པར་གཏམ་སྤྱོད་པ་མེད་པ་བེམ་པོའི་དངོས་པོ་ལས་ཅི་ལྟར་མི་རྒྱལ་

ཏེ། དེ་ལྟ་བུ་ནི་བདག་གི་དགའ་མཛོ། །

ཀར་པ་བཞི་ཀའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པའི་བྱང་ལྡན་ནི། རྒྱ་དཔེར། ར་མ་  
རྩི་ར་མ་རྩི་ལྟ་མེ། སྤ་ཏ་སྤ་སྤ་ཏ་སྤ་ལྟ་ལྟ། སྤ་རྩ་རྩི་སྤ་རྩ་རྩི་བྱུ་ཏ། སྤོ་ར་སྤོ་  
སྤོ་ར་སྤོ་སྤོ་དྲི། །འོད་སྒྲོན།

ཉི་མའི་འོད་ཀྱིས་དམར་གྱུར་པའི། །

ཅུ་ལྟ་མོ་བཞིན་སྤ་ཏ་ལ། །

དམར་བའི་གོས་ཅན་དྲི་བཟང་གནས། །

བདག་གི་དགའ་མ་དགའ་བར་བྱ། །

བྱུན་མཆམས་སུ་ཉི་མའི་འོད་ཀྱིས་དམར་བར་གྱུར་པའི་རྒྱབ་སྤྱོད་གས་  
ཅུ་ལྟ་མོ་བཞིན་དུ། ཤིང་སྤ་ཏ་ལའི་མེ་ཏོག་ལྟར་དམར་བའི་གོས་འཆང་བ་  
ཅན། ཁ་དང་ལུས་ལས་ལྷུང་ལ་དང་། ག་བྱར་སོགས་ཀྱི་དྲི་བཟང་པོ་ལྟར་  
བའི་གནས། བདག་གི་དགའ་མ་འདི་ནི་ཀུན་གྱིས་དགའ་བར་བྱ་བའོ། །

ལྟ་བུ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི།

དེ་ལྟར་ཀར་པའི་ཐོག་མ་ཡི། །

བྱང་ལྡན་བར་ཆོད་མེད་རྣམ་ཏོག།

དེ་ལྟར་ཀར་པའི་ཐོག་མ་ན་ཡོད་པའི་བྱང་ལྡན་བར་ཆོད་མེད་པའི་  
རྣམ་ཏོག་གི་དབྱེ་བ་བསྐྱུ་བའོ། །

གཉིས་པ་བར་ཆོད་པའི་བྱང་ལྡན་ལ། དམ་བཅད། དཔེར་བརྗོད།



དོན་བསྐྱུ་བའོ། །དང་པོ་དམ་བཅའ་ནི།

ད་ནི་བར་དུ་ཆོད་པ་ཡི། །

ནམ་རྟོག་འགའ་ཡང་བསྟན་པར་བྱ། །

ད་ནི་ཡི་གེ་དང་ཆོག་གཞན་གྱིས་བར་དུ་ཆོད་པའི་བྱང་ལྡན་གྱི་ནམ་  
རྟོག་འགའ་ཡང་བསྟན་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་ལ། ཀང་པ་གཉིས་དང་། གསུམ་དང་། བཞི་  
ལ་ཡོད་པ། བཞི་ལ་ཆ་གཉིས་སུ་ཡོད་པའོ། །

ཀང་པ་དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་མར་ཆོད་པའི་བྱང་ལྡན་ནི། རྒྱ་དཔེར།  
མ་རྩུ་རེ་ཏ་ཇི་ཤྱོ་སྒྲ་ནི། མ་རྩུ་རེ་ཏ་སུ་གཞི་ན། ས་ཏ་ཀླ་རྒྱ་མེ་ནིཿ །ཉེ་  
ཞེ་ཏྲི་ཀ་རི་ཕྱ་ཏི། །བོད་སྐད།

ས་རྩུ་ཀླ་ར་ལས་འབྱུངས་ཉིད། །

ཡིད་འོང་བྱི་བཟང་ལྡན་པ་ཡིས། །

དབྱིད་ཀྱི་ཨེ་ནའི་མིག་ཅན་གྱི། །

ཁེངས་པ་སྐྱ་ཡི་ལྷག་མར་བྱེད། །

ས་རྩུ་ཀླ་རའི་ཞིང་ལས་འབྱུངས་པ་དེ་ཉིད་ཡིད་དུ་འོང་བའི་བྱི་བཟང་  
པོ་དང་ལྡན་པ་དེ་ཡིས། དབྱིད་དུས་རི་དྲགས་ཨེ་ན་ཡའི་མིག་ཅན་གྱི་བྱད་  
མེད་ནམས། མཛའ་བོ་ལ་མི་འདུད་པའི་ཁེངས་པ་སྐྱའི་ལྷག་མ་ཅམ་ལས་  
མེད་པར་བྱེད་དོ། །

དང་པོ་དང་གསུམ་པའི་ཐོག་མར་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ཀ་རོ་ཏི་  
ཏུ་ཐོ་རྩ་སྒྲུ་ཏུ། ཏུ་ཐོ་རྩ་རྩ་ཐོ་སྒྲུ་ཏུ། ཀ་རོ་ཏི་སེ་རྩི་ཀུ་ཐོ་སྒྲུ། །ཕྱ་མ་ཐོ་སྒྲུ་ལ་  
ཏུ་རྩ་ནི། །འོད་སྒྲུ།

དགའ་མའི་ལག་པ་ཤིན་ཏུ་དམར། །

རྒྱ་དཔེར་ལ་བསྒྲུབ་ནམ་འབྲུལ་དང་། །

ཕྱག་དོག་ལྷན་པར་མཛའ་བོ་ལའང་། །

ན་བའི་ཡུལ་གྱིས་སྒྲུབ་བྱེད། །

དགའ་མའི་ལག་པ་དཀར་ལ་ཤིན་ཏུ་དམར་མདངས་ཆགས་པའི་  
སོར་མོས་རྒྱ་དཔེར་ལ་རེག་ཅིང་བསྒྲུབ་པའི་ནམ་འབྲུལ་དང་ཕྱག་དོག་  
པའི་ངང་ཚུལ་ལྷན་པར། མཛའ་བོ་ལ་ཡང་དགའ་མའི་ན་བའི་རྒྱ་དཔེར་བྱས་  
པའི་ཡུལ་གྱི་སྒྲུབ་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་རྒྱ་དཔེར་བརྒྱུད་པའི་  
འགྲམ་པ་སྒྲུབ་པ་ལ་རབ་བཏགས་སུ་བྱས་པའོ། །

དང་པོ་དང་བཞི་པའི་ཐོག་མར་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ས་ཀ་ལྷ་པོ་སྒྲུ་  
ས་ན་ལྷ། ཀ་ལྷ་པོ་རྒྱ་ལྷ་པོ་ཏི། མེ་སྒྲུ་སྒྲུ་ལྷ་པོ་སྒྲུ་ཏི། ས་ཀ་ལྷ་པོ་མེ་སྒྲུ་  
ཏི། །འོད་སྒྲུ།

རྒྱ་དཔེར་གསུམ་པར་བསྒྲུབ་སྒྲུབ་བྱེད་བྱེད། །

མཐའ་དག་ཚུ་ནི་ནམ་པར་འཕྱོར། །

དེ་རྗེས་མཐུག་མ་རབ་བསྒྲུབ་པའི། །

མཐུག་སྒྲོ་ལྡན་པ་གར་དག་གྱེད། །

ཆུང་གིས་བསྐྱུན་པས་གཡོ་ཞིང་གར་བསྐྱུར་བའི་སྒྲིན་གྱི་སྤང་བ་  
དེས། བྱོགས་མཐའ་དག་བྲབ་པའི་ཆུ་ཆར་གྱི་ཟེགས་མ་ནི་རྣམ་པར་འཁོར་  
ཞིང་། དེའི་རྗེས་སུ་མཐུག་པའི་སྒྲོ་ཆོགས་རབ་ཏུ་བསྐྱངས་པའི་མཐུག་སྒྲོ་  
ལྡན་པ་མ་བྱ་རྣམས་དགའ་བས་གར་དག་གྱེད་དོ། །

གཉིས་པ་དང་གསུམ་པའི་ཐོག་མར་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། སྤ་ཡ་མེ་  
ཐ་ག་ལྷ་རྒྱ་ན། ཀ་ལི་ཀཱ་མི་ནི་ཏེ་མ་ནམ། ཀ་ལི་ཀཱ་མ་ཐ་རྒྱུ་པ་ལྷ། འིཾ་ཀྱི་བྱ་  
སྒྲི་ཤེ་བྱི་ལྷོ། །བོད་སྐད།

འདོད་ལྡན་མ་དག་སྒྲོད་གྱི་ཡིད། །

ཁེངས་ཚོད་རང་ཉིད་ཉམས་འགྱུར་ཏེ། །

རྒྱུ་བའི་ཀཱ་ལི་ཀཱ་མ་ཐོང་ན། །

གནས་སྐབས་ཅི་ལ་རེག་འགྱུར་རམ། །

གྱེ་འདོད་ལྡན་མ་དག་ སྒྲོད་གྱི་ཡིད་ལང་ཆོས་ཁེངས་པས་བདག་  
ཐོར་མི་འདུད་ཅིང་ཚོད་པས་ནི། རང་ཉིད་འདོད་པས་གཟེར་ནས་ཉམས་  
པར་འགྱུར་ཏེ། དབྱར་གྱི་དུས་ཤིང་རྒྱུ་པ་སྒྲེ་ཀ་དཔྱེའམ་ཆོགས་ཅན་ཞེས་  
པའི་ཀཱ་ལི་ཀཱ་སྒྲེ་མེ་ཏོག་ཁ་བྱེ་མ་ཐག་གི་ཡིད་དུ་འོང་བ་དེ་མ་ཐོང་ན།  
ཆགས་པ་རྒྱས་པས་གནས་སྐབས་ཇི་ལྟ་བུ་ལ་རེག་པར་འགྱུར་རམ།

གཉིས་པ་དང་བཞི་པའི་ཐོག་མར་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ལྷ་རྒྱུ་གྱི་ཏྲ་

ཞེ་ལ་ཁྲོ་ ཅ་ཅྱ་ཀྱུ་སྒྲུ་སྒྲུ་མི་མི་སྒྲུ་ ཅི་ཅྱ་ཅྱེ་ལ་སྒྲུ་ཅྱ་ ཅ་ཅྱ་ཀྱུ་ཞེ་ཞེ་མ་  
ལམ། །བོད་སྐད།

ཅེ་དགའི་རི་ལ་ལྷ་ཞེ་ལ་གྱི། །

ཐང་འདི་ལ་ནི་རབ་འཛེགས་ཞིང་། །

མདོངས་མཐའ་མཆོག་ཏུ་མཛེས་པ་ཡི། །

གཙུག་ཕུད་ཅན་འདི་གར་བྱེད་དོ། །

ཅེ་དགའི་དོན་གྱིས་ཤར་ཕྱོགས་རིའི་ཅེ་མོ་ལ་གནས་པ། ལྷ་བ་ཅུ་  
ཞེ་ལ་གྱི་རང་འོད་ལྡན་པའི་རི་བོའི་སྒྲིང་ཡངས་པའི་ཐང་འདི་ལ་རབ་ཏུ་  
འཛེགས་ཏེ། མདོངས་མཐའ་མཆོག་ཏུ་བག་ཞིང་མཛེས་པའི་གཙུག་ཕུད་  
ཅན་མ་བྱ་འདི་གར་བྱེད་དོ། །

ཀར་པ་བྱི་མ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་མར་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ལྷ་རྒྱུ་རྒྱ་རྒྱ་  
ཀྱ་རྒྱ། རྒྱུ་ཡ་ཏེ་ཅྱ་སྒྲུ་རྒྱ་རྒྱ་ཏེ། །མ་རྒྱ་ཏེ་ཆོ་རྒྱུ་རྒྱ་ལྷ་སྒྲུ་ །མ་རྒྱ་ཏེ་ཅུ་པ་རི་  
སྒྲུ་རྒྱ། །བོད་སྐད།

གང་ཞིག་སྒྲུ་ལ་མཆོག་སྒྲིང་གནས་ཞིང་། །

པག་པས་བཟུང་བའི་ས་འདི་ནི། །

རྒྱལ་པོའི་ཆོགས་ལས་རབ་སྒྲངས་ནས། །

ད་ལྟ་ཁྱོད་ཀྱི་ལག་པས་བཟུང་། །

གང་ཞིག་སྒྲུ་ལ་ལམ་སྒྲུའི་མཆོག་སྒྲུག་མ་ཅན་གྱི་སྒྲིང་ན་གནས་ཞིང་།

ཁུབ་འཇུག་པག་གི་གཟུགས་ཀྱི་མཆེ་བས་བཟུང་བའི་ས་གཞི་འདི་ནི། རྒྱལ་  
པོའི་ཆོག་ས་མང་པོ་ལས་རབ་ཏུ་སྤངས་ནས། ད་ལྟ་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་ལག་པ་  
སྟེ་དབུང་བས་བཟུང་ངོ། །

གཉིས་པ་རྒྱང་པ་གསུམ་ལ་ཡོད་པའི་དང་པོ་གསུམ་ཀྱི་ཐོག་མར་  
ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ཀ་རེ་ཏ་ཏེ་ར་ཏེ་ཤ་ཏྲ། ཀ་རེ་ཏ་ཏྲེ་ཤ་ཏྲེ་ཏ་ཏྲེ། ཀ་རེ་  
ཏ་མཁྲ་ར་ད་ཀྲ། སྒྲུ་ཏྲེ་སྒྲུ་ཏྲེ་ཏྲེ་ཏྲེ། །བོད་རྒྱུ།

གཡུལ་དུ་དབྱའི་སྤང་པོ་རྣམས། །

ཁྱོད་ཀྱི་ལག་པ་མཐར་བྱེད་ཀྱི། །

བསྐྱུན་པའི་ཁྲག་ནི་རབ་ཟགས་པ། །

སྐྱུན་མཆམས་དག་གི་སྐྱུན་བཞིན་མཛེས། །

གཡུལ་དུ་དབྱའི་སྤང་པོ་ཆེ་རྣམས་ལ་དཔའ་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་ལག་པ་  
མཐར་བྱེད་གཞིན་རྗེའི་ཤུགས་ཀྱིས་བསྐྱུན་པས། ཁྲག་གི་སྐྱུན་ཟགས་པ་ནི་  
སྐྱུན་མཆམས་དག་གིས་དཔའ་བའི་སྐྱུན་བཞིན་དུ་མཛེས་སོ། །འགྱུར་  
འགའ་ཞིག་ཏུ་སྤང་ཞེས་པ་སྒྲུ་ཏྲེ་མཛེས་སམ་སྤང་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་གོ། །

དང་པོ་དང་ཕྱི་མ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་མའི་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། པ་རྩ་ག་  
ཏ་རུ་རྩ་རྩེ་ཤ། སྒྲ་ཏྲེ་རུ་སྒྲ་ཏྲེ་ཏྲེ་ཏྲེ། པ་རྩ་ག་ཏ་མི་ཤ་ཀྲེ་པི། །པ་རྩ་ག་  
ཏ་ཏ་མཁྲ་ར། །བོད་རྒྱུ།

རྒྱང་གིས་རི་ཡི་ཞིང་སྤང་བཞིན། །

གཞན་གྱི་སྒྲུབ་པ་དཔལ་བས་བཅོམ། །

མཐའ་ནི་ག་ཤེད་སོང་བ་བཞིན། །

རྒྱལ་གྱིས་ནམ་མཁའ་བྱུང་བར་གྱུར། །

དག་པོའི་རྒྱུད་གི་ས་རིའི་སྒྲུབ་པའི་གི་སྒྲུབ་པ་བཅོམ་པ་བཞིན།

གཞན་ཏེ་མཐའ་དག་ནི་དཔལ་བོ་བྱོད་གྱིས་བཅོམ་ཞིང་། མཐའ་ནི་ག་ཤེད་  
དེ་གར་སོང་མེད་པ་བཞིན། རྒྱལ་གྱིས་བར་སྒྲུབ་དང་ནམ་མཁའ་བྱུང་བར་གྱུར་  
ཏོ། །

སྒྲུབ་པ་གསུམ་གྱི་ཐོག་མར་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། སྒྲུབ་པ་སྒྲུབ་པ་  
སྒྲུབ་པ་སྒྲུབ་པ་། ས་རྒྱ་ན་མ་སྒྲུབ་པ་ཏེ། ས་རྒྱ་ན་མ་སྒྲུབ་པ་སྒྲུབ་པ་། ས་རྒྱ་ན་མ་  
ར་དེ་སྒྲུབ་པ་།

ཐོད་སྒྲུབ།

ལེགས་སྒྲུབ་ལྟ་ལྟོན་གསལ་བའི་འོད། །

སྒྲུབ་པ་དག་གི་རིགས་ཉམས་བྱེད། །

ཆང་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པོ་མཆོག་བཅོམ་པ། །

བྱུང་པ་འཇུག་དེས་བྱོད་ཏེ་ཏེ་སྒྲུབ་པ། །

ཀྱེ་ལེགས་སྒྲུབ། ལྟ་ལྟོན་གསལ་བའི་འོད་སྒྲུབ་པ་སྒྲུབ་པ་སྒྲུབ་པ་  
དག་གི་རིགས་ཉམས་བྱེད་ཅིང་། ཆང་དང་སྒྲུབ་པ་སྒྲུབ་པ་སྒྲུབ་པ་སྒྲུབ་པ་  
སྒྲུབ་པོ་མཆོག་བཅོམ་པར་གྱུར་པའི་སྒྲུབ་པ་འཇུག་དེས་བྱོད་ཉམས་ལ་



ཉག་ཏུ་སྤངས་ཤིག

གསུམ་པ་བཞི་ཀའི་ཐོག་མར་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ཀ་མ་ལེ་མ་གེ་  
ཤེ། ཀ་མ་ལེ་རྒྱ་ཀ་རི་ལུ་ཁྱི། ཀ་མ་ལེ་ཁྱི་ཀ་རི་ཁྱི་རྒྱ། ཀ་མ་ལེ་ཐོ་རྒྱ་དེའི་ལྷ་  
ལྷ། །བོད་སྐད།

ཁྱོད་ཀྱི་མགོ་སྐྱ་བྱང་བ་འདྲ། །  
གདོང་ནི་པར་ཐག་དོག་བྱེད། །  
དཔལ་ཀྱི་བཞིན་དུ་རབ་ཕྱོས་མ། །  
ཁྱོད་ཀྱིས་སུ་ཞིག་ཅི་མི་བྱེད། །

ཁྱོད་ཀྱི་མགོ་བོའི་སྐྱ་ནི་བྱང་བའི་ཁ་དོག་འདྲ་བར་ནག་ཅིང་། གདོང་  
པས་ནི་པར་གཞོན་ལུ་ཐག་དོག་བྱེད་དེ། ལྷ་མོ་དཔལ་མོས་ལྷ་ནམས་  
ཕྱོས་པར་བྱེད་པ་བཞིན། རབ་ཏུ་ཕྱོས་མ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་སྐྱེས་བུ་སུ་ཞིག་  
འདོད་ཕྱོས་ཀྱི་གངས་སུ་ཅི་བར་མི་བྱེད་དེ། བམས་ཅད་འདོད་པས་ཕྱོས་  
པར་འགྱུར་རོ། །

བཞི་པ་བཞི་ལ་ཆ་གཉིས་སུ་ཡོད་པ་ལས། སྤྲ་མ་གཉིས་འདྲ་བྱི་མ་  
གཉིས་འདྲ་བའི་ཐོག་མ་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ལུ་དྲ་ར་མ་ཏ་མ་རྒྱ་ཏ། ལུ་དྲ་  
ར་མ་ཏི་བྱ་ཏ་རྒྱ་ལྷ། མ་ད་བྱ་མ་རྒྱ་ཤིག་ཏ། མ་ད་བྱ་རྒྱ་རྒྱ་ལྷ། །  
བོད་སྐད།

རྒྱ་ཆར་རིན་ཆེན་རྒྱན་དང་ལྷན། །

རྒྱལ་ས་པས་མིག་འཁོར་ང་ལྟ་ན། །

ཆུང་བ་མིན་པས་མཇེའ་བོ་ནི། །

དགའ་བ་ལྡན་པར་བྱ་བར་བཟོད། །

རྒྱ་ཆེ་བའི་རིན་པོ་ཆའི་རྒྱན་སྒྲ་ཆོག་པས་དང་ལྡན་ཅིང་། ལང་ཆོ་

རྒྱལ་ས་པས་མིག་ཁོར་ཁོར་དུ་འབྱུང་བ། །ང་ལྟ་ན་སྟེ་མཚང་ར་ཆུང་བ་མ་  
ཡིན་པར་རྒྱས་པས། མཇེའ་བོ་དགའ་བའི་བྱུང་བར་མཆོག་དང་ལྡན་པ་བྱ་  
བར་བཟོད་པ་སྟེ་བྱས་སོ། །

དང་པོ་དང་གསུམ་པ་འབྲེལ་བ། གཉིས་པ་དང་བཞི་པ་འབྲེལ་བའི་ཐོག་  
མའི་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ལྷ་དེ་ཉི་ར་བྱ་བྱུ་རྒྱ། ལྷ་བྱ་ཉི་མེ་སྤྱི་ཉི་མ་ནས་  
ལྷ་དེ་ཉི་ར་བེ་ཉི་དུ་ཉི། ལྷ་བྱ་ཉི་ར་བེ་དཔྱི་ཉི་མ། །བོད་སྐད།

གཞན་གསལ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཀྱིས་བསྒྲགས་པ་དང་། །

ཁྱོད་ཀྱིས་བཟོད་པའི་སྒྲ་དང་ནི། །

སྟོ་ཡི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཀྱི་རྒྱུང་དག་གིས། །

བདག་ཡིད་སྒྲུབ་སྒྲུབ་སོ་སོ་ཉི་མོ། །

ཀྱེ་སོ་ཉི་མོ། གཞན་བྱ་རོག་གིས་གསལ་པར་བྲགས་པ་ཁུ་བྱུག་རྒྱས་  
ཀྱིས་སྒྲ་བསྒྲགས་པ་དང་། ཁྱོད་ཀྱིས་བཟོད་པར་འདོད་པའི་མགོན་དུ་གཉེར་  
བའི་སྒྲ་འཇམ་པ་དང་། སྟོ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་མ་ལ་ཡ་ནས་འོང་བའི་རྒྱུང་བསེལ་བ་  
དག་གིས་བྱུང་། བདག་གི་ཡིད་རང་དབང་མེད་པར་སྒྲུབ་སྒྲུབ་སོ། །ཐོག་

མཐའ་གཉིས་འདྲ་བར་མ་གཉིས་འདྲ་བའི་ཐོག་མའི་ཆོད་པ། རྒྱ་དཔེར། ལུ་  
རྩ་ཇི་ཏ་སྤི་ཡོ་ཡུ་ལྷོ། ཏ་ཁུ་མ་རྩུ་ས་ཏེ་སྤྱི་ཡམ ཏ་ཁུ་མ་རྩུ་ལྷ་རྩེ་ད། ལུ་རྩ་  
ཇི་ཏ་ལུ་ཁེ་རྩ་མམ། །བོད་སྐད།

ཆེད་པ་སྤྱ་ཞིང་རྩལ་ཐགས་པས། །

གདོང་གི་སྤྱ་བ་རབ་མཛེས་པ། །

བྱད་མེད་ཆང་གིས་ངོ་ཆ་བཅོམ། །

སྤྱེས་པའི་ལུས་ལ་འཛེག་པར་བྱེད། །

ཆེད་པ་སྤྱ་ཞིང་སྤྱེམ་ལ་འདོད་པས་རྩལ་བའི་ཆུ་ཐག་པས། གདོང་གི་  
སྤྱ་བ་ཡང་ཡང་བཀྱས་ནས་རབ་ཏུ་མཛེས་པ། བྱད་མེད་གཞོན་ཁུ་མ་ཆང་  
གིས་སྤྱེས་པས་ངོ་ཆའི་གནས་སྤྱེས་པས་བཅོམ་ནས། སྤྱེས་པའི་ལུས་ལ་འཛེག་  
ཅིང་འཁྱུད་པ་དང་། འཛིང་ཞིང་ཅི་བ་ཡང་བག་ཆ་བ་མེད་པར་བྱེད་དོ། །

རྩལ་པ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི།

དེ་ལྟར་བར་ཆོད་བྱང་ལྡན་གྱི། །

རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་འདི་ཡང་བསྐྱུ། །

དེ་ལྟར་བར་དུ་ཆོད་པའི་ཐོག་མའི་བྱང་ལྡན་གྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་འདི་  
ཡང་བསྐྱུ་ནི། །ཡང་གི་སྤྱས་པར་མ་ཆོད་པ་གོང་མ་དག་སྤྱད་པའོ། །

གསུམ་པ་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པའི་བྱང་ལྡན་ལ། དམ་བཅའ་བ། དཔེར་

བརྗོད་པ། ཐོག་མའི་བྱང་ལྡན་གྱི་མཐུག་བསྐྱབ་བའོ། །དང་པོ་ནི།

བར་ཆོད་མ་ཆོད་བདག་ཉིད་ཀྱི། །

ནམ་ཉོག་ཀྱང་ཡོད་འདི་ལྟ་སྟེ། །

ད་ནི་བར་དུ་ཆོད་པ་ཡང་ཡིན་ལ། མ་ཆོད་པ་ཡང་ཡིན་པ་འདྲེས་པའི་  
བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ནམ་ཉོག་གི་དབྱེ་བ་ཡང་ཡོད་པ་འདི་ལྟ་སྟེ། གཉིས་པ་  
ནི་རྒྱུ་པ་སྒྲིམ་གཉིས་འདྲ། སྤྱི་མ་གཉིས་འདྲ་བ་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་  
དཔེར། སྒྲ་ལི་སྒྲ་ལི་བ་ཀ་ལི་གྲ། སྒྲ་ལི་སྒྲ་ལི་ན་སྒྲི་སྒྲི་ཏྲི། རྒྲ་སྒྲི་རྒྲ་སྒྲི་ན་མ་  
གྲ་སྒྲ། །རྒྲ་སྒྲི་རྒྲ་སྒྲི་གི་རྒྲི་ར་བེ། །བོད་སྐད།

གྲ་ལི་གྲ་ལྟུང་ཡལ་ག་ཅན། །

སྒྲ་ལ་བལྟ་བར་དེས་མི་རུས། །

བ་གྲ་ལར་ཆགས་བྱང་བ་དང་། །

གྲོགས་མོས་བརྒྱ་ཅན་ཡང་མིན། །

གྲ་ལི་གྲ་སྟེ་མེ་ཉོག་ཁ་བྱེ་མ་དག་ཐུར་དུ་འབྱུང་བའི་ཡལ་ག་ཅན། སྒྲ་  
ལའི་ཤིང་བལྟ་བར་དེས་མི་རུས་ལ། །མ་གྲ་ལའི་མེ་ཉོག་ལ་ཆགས་པའི་  
བྱང་བ་དང་། གྲོགས་མོས་བརྒྱ་གཞོན་རུས་གང་བའི་རྗེང་བྱ་མཛེས་པ་ཅན་  
ཡང་བལྟ་བར་རུས་མིན་ཏེ། དེ་དག་མཐོང་ན་བྲལ་བའི་གདུང་བས་འཆི་  
བར་འགྱུར་བའི་གནས་ཡོད་དོ། །

སྒྲ་སྤྱི་འདྲ་ལ་བར་མ་གཉིས་འདྲ་བ་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ཀླ་ལི་ཀླ་ལ་མ་རྒྱ་ལ། རྒྱ་ར་རྒྱ་ར་ཀ་མྱི་མྱི་ཏྲི། རྒྱ་ར་རྒྱ་ར་ཐུ་ར་སི་ཏྲི། ཀླ་ལ་མ་  
ཀླ་ལ་མ་རྒྱ་ལྟ་ནི། །བོད་སྐད།

སྤྱིན་ནག་ཆེན་པོ་ལྟན་པ་འེ་དུས། །

སྒང་དང་རྒྱ་སྐར་ཀུན་མི་མཆོན། །

གསང་མཐོན་དགའ་བ་སྤྱོད་བྱེད་པ་འེ། །

དུས་འབྲེ་སྤྱ་ཡིས་བཟླ་བར་བྱས། །

ཆར་སྤྱིན་ནག་པོ་ཆེན་པོ་དང་ལྟན་པ་དབྱར་གྱི་དུས། སྒང་བ་དང་རྒྱ་  
སྐར་ཀུན་ཀྱང་མཆོན་ཏེ་མི་སྒང་བར། གསང་མཐོན་པོར་དབྱར་ར་དགའ་  
བའི་དབྱངས་སྤྱོད་པར་བྱེད་པ་དུས་འཛིན་གཤེན་རྗེའི་གདོང་དང་འབྲེ་བ་སྤྱ་  
ཞིག་གིས་བཟླ་བར་བྱས་ཏེ་མི་བྱས་སོ། །

བཞི་ཀ་ལ་འབྲེ་བ་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པའི་བྱང་ལྟན་ནི། རྒྱ་དཔེར། ཡུ་མ་  
ཡུ་མ་ཏུ་ཡུ་རྩི་རྒྱ། །ཡུ་མ་ཡུ་མ་ར་ཁྱི་ནི་ལྷ། །ཡུ་མ་ཡུ་མ་རྩི་ཡུ་སྤྱ་ར་ཏུ་ཡུ། །  
ཡུ་མ་ཡུ་མ་ཐི་ཏེ་ཕ་སྤྱ། །བོད་སྐད།

ཐུན་གསུམ་དབང་གྱུར་རིང་བ་ཡི། །

མཆོན་མོ་འདི་ཡིས་བདག་ཤེ་ཅིག །

གང་ལ་བདག་སོང་སྤྱོད་གཤེར་འགོ། །

དེ་ནི་སྤྱོ་མེད་བདག་གིས་བཅོམ། །

སྤྱོད་དང་གྱུར་དང་ཐོ་རངས་གྱི་ཐུན་གསུམ་གྱི་དབང་དུ་གྱུར་བ་ཤིན་

ཏུ་རིང་བའི་མཚན་མོ་འདི་ཡིས་བདག་འདོད་པས་གདུངས་ཏེ་ཞི་བར་གྱུར་  
ཅིག། སྤྱོད་པས་གང་ལ་བདག་སོང་ཡང་བྲལ་བའི་གདུང་བས་སློབ་གཟེར་ཏེ་  
པ་རོལ་ཏུ་འགྲོ་བ། བདག་གི་དགའ་མ་དེ་ནི་འགྲོགས་པའི་སློ་མེད་པ་བདག་  
གིས་བཙུག་ཅིན་ཏེ་ཞེས་ཟེས་སུ་འགྲོད་པར་བྱེད་དོ། །

གསུམ་པ་ནི། ཞེས་རྒྱང་དང་པོའི་བྱང་ལྡན་གྱི། རྣམ་རྟོག་ལུགས་ནི་  
འདི་འདྲ་སྟེ། །བཤའ་བྱིན་རྒྱུ་པའི་དང་པོ་ན་ཡོད་པའི་བྱང་ལྡན་གྱི་རྣམ་པར་  
རྟོག་པའི་ལུགས་ནི་སུམ་ཅུ་ཙམ་གཅིག་པ་འདི་འདྲ་བའོ། །

གནས་གཞན་ན་ཡོད་པའི་བྱང་ལྡན་བཤའ་བ།

༥ གཉིས་པ་གནས་གཞན་ན་ཡོད་པའི་བྱང་ལྡན་ལ། དམ་བཅའ་བ་  
དང་། དཔེར་བཞིན་པའོ། །དང་པོ་ནི།

འདི་ལྟར་ཁོ་ན་བྱང་ལྡན་གྱི། །

རྣམ་རྟོག་གཞན་པ་རྣམས་ཀྱང་ངོ། །

སློབ་པས་འཛིགས་ཕྱིར་དབྱེ་བ་ནི། །

མཐའ་དག་བཞིན་པ་མི་འདོད་དེ། །

དེ་ལ་བྱ་དཀར་མདོན་འདོད་གང་། །

འགའ་ཞིག་དག་ནི་བསྟན་པར་བྱ། བཞིན་མ་ཐག་པ་འདི་ལྟར་ཁོ་  
ནས། བར་དང་། མཐའི་བྱང་ལྡན་གྱི་རྣམ་རྟོག་གཞན་པ་རྣམས་ཀྱང་ཤེས་  
པར་བྱ་སྟེ། གཞུང་མང་བའི་སློབ་པས་འཛིགས་པའི་ཕྱིར། བར་མཐའ་བྱང་



ལྷན་གྱི་དབྱེ་བ་མཐའ་དག་ནི་འདིར་བརྗོད་པར་མི་འདོད་དེ། དེ་ལ་བྱ་དགའ་  
བར་མངོན་པར་འདོད་པ་གང་དག་ལས། འགའ་ཞིག་དག་ནི་བསྟན་པར་  
བྱའོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་ལ་དྲུག ཀང་བཞིའི་དབྱས་ན་ཡོད་པ། མཐའ་  
ན་ཡོད་པ། བར་མཐའ་ན་ཡོད་པ། ཐོག་བར་ན་ཡོད་པ། ཐོག་མཐའ་ན་ཡོད་  
པ། གནས་གསུམ་ཀ་ན་ཡོད་པའོ། །

དང་པོ་ལ་ཡང་གཉིས་ལས། དབྱས་གྱིས་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པ་ནི། རྩ་  
དཔེར། སྒྲི་རྩ་ཡ་ཏེ་ཡ་ཏེ་རྩེ་ཡོ། །ན་རྩེ་ཡ་ཏེ་ཡ་ཏེ་རྩེ་སྒྲི་རྩ། །ཨ་སྒྲི་ཡ་ཏེ་ཡ་  
ཏེ་ལྷ་རྩ། །སྒྲི་སྒྲི་ཡ་ཏེ་ཡ་ཏེ་སྒྲི་ཡོ། །བོད་སྐད།

བརྟན་དང་དབང་པོ་རབ་བསྐྱམས་པ། །

ཁྱོད་ནི་སྒྲི་བཙུན་ལས་མི་ཉམས། །

སྒྲི་མེད་ཁྱོད་ཀྱི་བདེ་འཛིག་པར། །

མི་འགྱུར་འདི་སྒྲི་ཆེད་དུ་འང་འགྱུར། །

དུས་ཀྱན་དུ་ཡིད་བརྟན་པ་དང་། དབང་པོ་རྣམས་ཡུལ་ལ་གཡོ་བ་  
རབ་ཏུ་བསྐྱམས་པ་ཁྱོད་ནི་སྒྲི་བཙུན་ཏེ་བརྟལ་ཞུགས་བཟང་པོ་ལས་མི་  
ཉམས་ཤིང་། གཡོ་དང་སྒྲི་མེད་པར་བྱང་བས་ཁྱོད་ཀྱི་བདེ་བ་ནི་འཛིག་པར་  
མི་འགྱུར་ཏེ། འདི་སྒྲི་ཅིག་སྐར་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་འང་འགྱུར་རོ། །

དབྱས་གྱིས་ཆོད་པ་ནི། རྩ་དཔེར། ས་སྒྲི་སྒྲི་རྩ་རྩ་སྒྲི་རྩ་ཏེ་སྒྲི་ཤི། །

ཨ་རྩི་ཡུ་རྩ་སྒོ་མ་ཡུ་རྩ་རི་དེ་རྩུ་བྱལ།    །ཀ་ཡུ་ཡུ་རྩ་ཕྱ་རྩི་ཡུ་རྩ་རྩ་དེ་གྲུ་བྱལ།    །ཁ་  
རྩི་ཡུ་རྩ་གྲུ་རྩི་ཡུ་རྩ་ཤི་རྩི་ག་བྱལ།    །འོང་ཤང༌།

ཀྱུལ་པོའི་མདུན་སར་ས་ཡི་ལྷ་རྣམས་དག་གི་ཞལ། །

ཆང་གིས་མ་བཅོམ་ནོར་གྱིས་མཛེས་པས་རབ་བསྐྱོད་པའི། །

ཁྱེད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རབ་གསལ་ཆགས་བདག་སྐྱེ་དགུ་ལ། །

ཕུང་པོ་ཉིད་གྱུར་ལྟ་ནམས་སྤྱི་ནི་མི་འགོ་མིན། །

གྲེ་རྒྱལ་པོ་བྲོད་གྱི་མདུན་སར་སའི་ལྷ་སྟེ་བྲམ་བེ་རྣམས་གྱི་ཞལ།  
 ཆང་གིས་མ་བཅོམ་བ་མ་སྟོས་བས་གཙང་ཞིང་བདེན་ལ། གཏོང་བ་ཆེན་པོ་  
 འོར་གྱིས་མཛེས་བ་སྟེ་ཆོམ་ནས་རབ་ཏུ་བསྟོད་བའི་བྲོད་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་  
 ཏུ་གསལ་བར་ཆགས་བའི་བདག་ཉིད་ནི། སྟེ་པོ་ཡོད་དགུ་ཅག་ལ་གྲགས་  
 བའི་ཕུང་པོ་ཉིད་ཏུ་གྱུར་བ་དེ། ལྷའི་གནས་རྣམས་སུ་ཡང་མི་འགྲོ་བ་མིན་  
 ཏེ་འགྲོ་ལོ། །

གཉིས་པ་མཐའ་ན་ཡོད་པའི་ཚོད་པ་ནི། རྒྱ་དབེར། ༡་མ་གྲི་ལུ་སུ་  
རི་རུ་བྲ་མཉུ་ལྟ། །མི་བྱ་ཁ་ཁྱེར་མི་རྒྱ་ལུ་མཉུ་ལྟ། །ར་ཉོ་ལུ་མཉུ་ལྟ། །  
ཁ་མཉུ་ལྟ། །ན་མཉུ་ལྟ། །ཁ་མཉུ་ལྟ། །ཁ་མཉུ་ལྟ། །ཁ་མཉུ་ལྟ། །

དམ་པའི་སྟོན་ལ་བག་མེད་ཁྱོད་གྱི་དགའ་མ་གང་། །

དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་དགའ་བའི་བྱད་པར་གྱིས་སྦྱིས་མ། །

དེ་ཡིས་འདིར་ནི་འོད་ལྷན་གྱི་རྣམས་བཟུང་བར་འོས། །

བདག་ལ་མཛེས་ལྡན་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ་འགའ་ཡང་མེད། །

དམ་པའི་སྟོང་ལ་བག་མེད་པར་འདས་པའི་སྟོང་ཀྱི་དགའ་མ་གང་  
ཞིག་དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་འབྲིག་པའི་དགའ་བས་བྱད་པར་དུ་སྟོས་མ་དེ་  
ཡིས། འདིར་ནི་འོད་ཟེར་དང་ལྡན་པའི་རིན་པོ་ཆའི་རྒྱན་རྣམས་བཟུང་བར་  
འོས་མོད། ཚུལ་བཟང་མ་བདག་ལ་ནི་ལུས་མཛེས་ལྡན་ཉིད་དུ་བྱས་པའི་  
འབྲས་བུའི་དགོས་པ་འགའ་ཡང་མེད་དོ། །

མཐའི་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ཟླ་ལྷ་ཁྱིམ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་  
ན་ཏེ། །ར་སི་མེ་རུ་རྒྱེ་ཁ་ལུ་སརྒྱ་ཏེ་ན་ཏེ། །ཡ་ཨེ་མ་དྲི་རྒྱ་མེ་ར་སྒྲ་ན་ཏེ་ན་  
ཏེ། །ཅ་རུ་ལི་དེ་རྒྱ་ར་སེ་ན་ཏེ་ན་ཏེ། །བོད་སྐད།

མགོན་པོ་སྟོང་ལྟས་དུད་པའི་རོ་ནི་མ་མཐེན་ཏེ། །

དམན་པ་ཉིད་དང་མཆོག་ཉིད་དག་ནི་ངེས་པར་འགལ། །

གང་ཞིག་དམན་པ་རྣམས་ནི་སྟོང་ལ་མགོས་འདུད་ཅིང་། །

དེ་དག་ཁོ་ན་དམན་པའི་རོ་དེས་མཆོག་ཏུ་རྒྱ། །

ཀྱི་མགོན་པོ་སྟོང་ལྟས་བཞུགས་ལ་སྤྱད་འཆལ་ཞིང་དུད་པའི་རོ་ནི་  
མི་མཐེན་ཏེ། རྒྱུས་བུ་དམན་པ་དང་། མཆོག་ཉིད་དག་ནི་ངེས་པར་མན་  
ཚུན་འགལ་བའི་བྱིར། གང་ཞིག་སྐལ་བ་དམན་པ་རྣམས་ནི་སྟོང་ལ་མགོ་  
བོས་འདུད་ཅིང་སྤྱད་བྱེད་ལ། དེ་དག་ཁོ་ན་དམན་པའི་རོ་སྟོང་བ་དེས་མཆོག་  
ཏུ་ངལ་བས་རྒྱུ་ལོ། །

གསུམ་པ་བར་མཐའ་ན་ཡོད་པའི་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ལྷ་ལྷ་ལྷེ་ཏེ་  
ན་ཤུ་ཅི་རྒྱ་ལྷ་ཏེ་དེ་ཏེ་ན། ལྷ་ལྷ་ལྷེ་ཏེ་ན་ལ་ལྷ་རྒྱ་ལྷ་ཏེ་ན། ལྷ་  
ལྷ་ལྷེ་ཏེ་ན་ལ་ལྷ་ལྷ་ཏེ་ན། ལྷ་ལྷ་ཏེ་ན་ག་ལི་ཏི་མ་མ་ལྷ་ལྷེ་ཏེ་ན། །  
འོད་སྐད།

རོལ་པའི་འཇུ་མ་དཀར་དང་ནི་འཇུ་མ་པོར་སྒྲུབ་དང་། །

ཆུང་ཏུ་ལྷེ་བ་དང་ནི་ལྷེ་བའི་འགྲོ་བ་དང་། །

ཀུན་ཏུ་སྒྲུལ་དང་ལྷ་ན་དག་སྒྲོན་པ་དེས། །

བསྒྲུན་པ་དེས་ན་བདག་ནི་འཆོ་བ་དམན་པར་གྱུར། །

ཆོད་བག་དང་བཅས་པས་རོལ་པའི་འཇུ་མ་དཀར་དང་། ངག་འཇུ་མ་  
པོར་སྒྲུབ་དང་། རོ་ཆས་དུད་པའི་མིག་ཟུར་ཆུང་ཏུས་ལྷ་བ་དང་། ལྷེ་བའི་  
ཆུལ་གྱིས་དལ་བར་འགྲོ་བ་དང་། འདོད་སྒྲོས་གྱིས་ཀུན་ཏུ་སྒྲུལ་བ་ལྷར་  
བྱེད་པ་དང་། ལྷ་ན་བུད་མེད་གྱི་ཆོད་པའི་མདུན་སྒྲོམ་སྒྲོན་པ་སྟེ། ཡིད་  
སྒྲུབས་གྱི་མཆོན་ཆའི་ཕུང་པོས་བསྒྲུན་པས་བདག་གི་འཆོ་སྒོག་དམན་  
པར་གྱུར་ཏེ། །བར་མཐའ་ན་ཡོད་པས་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།  
ལྷེ་སྒྲ་ན་སྒྲ་ན་མ་ར་ལྷ་སྒྲ་ས་སྒྲ་ན་སྒྲ་ན། །སྒྲ་སྒྲ་ན་སྒྲ་ན་ཏ་ལྷ་གསུམ་པ་སྒྲ་ན་  
སྒྲ་ནི། །སྒྲ་སྒྲ་ན་སྒྲ་ན་མ་ཏ་ལ་སྒྲེ་ཏེ་སྒྲ་ན་སྒྲ་ན། །རྒྱ་སྒྲ་ན་སྒྲ་ན་མ་ཏ་མ་སྒྲ་  
ཏེ་སྒྲ་ན་སྒྲ་ནི། །འོད་སྐད།

དཔལ་ལྷན་མི་འོང་བཟན་ལྷན་གང་གི་བདག་ཉིད་ནི། །

འཆི་མེད་ལམ་དང་མཉམ་པའི་ཚད་ལྡན་རབ་དྲུང་པའི། །

འགྲོ་བ་སྐྱེས་ཁྱེད་མཆོད་ལྡན་ཆོད་མེད་མེད་ཅན་ནི། །

འཇམ་བྱེད་ཚད་མེད་མང་པོ་བཞོད་ལ་བྱུག་དག་མཛོད། །

དཔལ་དུ་མ་ལྡན་བའམ་སྟོ་མོ་དཔལ་མོ་དང་ལྡན་བ་ཀྱན་ལ་བྲབ་  
 བས་མི་ཤོང་བར་རྟག་ཏུ་གནས་བས་བརྟན་ལྡན།      རང་བཞིན་སྒྲ་ཆོགས་  
 པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་གང་གི་བདག་ཉིད་ནི།      འཆི་མེད་ལམ་ནམ་མཁའ་  
 དང་མཉམ་བས་ཆོད་ལྡན་རབ་ཏུ་དུད་པའི་འགོ་བའི་དཔལ་རྒྱས་བར་བྱེད་  
 བ་ཀྱན་གྱིས་མཆོད་བས་མཆོད་ལྡན།    ཡོན་ཏན་གྱི་ཆོད་མེད་བས་ཆོད་མེད་  
 མིང་ཅན།    འདི་ཡིས་གོམ་བས་ས་གསུམ་འཇལ་བས་འཇལ་བྱེད་དེ།    བླད་  
 བར་དགུ་དང་ལྡན་པའི་ཡོན་ཏན་ཆོད་མེད་ཅིང་།      འཇུག་བ་བརྩ་སོགས་  
 རྣམ་འཕྱལ་མང་པོ་བཀོད་པའི་སྟོ་བྲབ་འཇུག་དེ་ལ་ཐུག་དག་མཛོད་ཅིག  
 བཞི་བ་རྟེན་བཞིའི་ཐོག་བར་གྱིས་ཆོད་པ་ནི།    རྒྱ་དཔེར།    སྒྲ་ར་ཡཙ་མུ་ར་  
 སྒྲ་ར་མ་ཡཱི།    སྒྲ་ར་མུ་ཏ་མུ་རུ་སྒྲ་ར་ཚྭ་རྩ་ཏི།    སྒྲ་ར་སྒྲ་བུ་གྱི་ཏ་སྒྲ་ར་ས་  
 གྲཱི།    སྒྲ་ར་སྒྲ་ཡ་ན་མ་སྒྲ་ར་མ་ཕྱི་ཏི།    །བོད་སྐད།

བརྩུད་ལ་ཞུགས་ཏེ་བྲང་གིས་དགའ་བྱེད་ཅིང་། །

སྒྲིང་པོར་གྱུར་པའི་བརྩུང་མང་རབ་ཏུ་འཛིན། །

བཞད་ཀྱིས་རྗེས་མཚུངས་སྐྱེད་ཀྱིས་ལྷུང་ཅན། །

དེས་ནི་བཅུད་ལེན་སྒྲིང་པོ་མེན་པར་རིགས། །



བཅུད་ལ་སྟེ་འབྲིག་པའི་བྱ་བ་ལ་ཞུགས་ཏེ། ལུ་མའི་ཁྱར་དང་བཅས་  
པའི་བྱང་གིས་མཛའ་བོ་དགའ་བར་བྱེད་ཅིང་། སྟོང་པོར་གྱུར་པའི་བཅུད་  
མང་པོ་རབ་ཏུ་འཛིན་པ། ཅུ་བྱ་བཞད་དཀར་གྱི་སྒྲ་དང་ལྡན་པའི་སྐར་གས་  
གྱི་ཁྲིལ་ཚུང་ཅན། དེས་འབྲུད་པའི་ཆེ་ནི་རོ་ཅ་ན་ལ་སོགས་པའི་བཅུད་ལེན་  
གཞན་ཀུན་སྟོང་པོ་མེད་པར་རིགས་ཏེ། དེ་ཉིད་རང་ཡུལ་དང་དབང་པོ་  
ཐམས་ཅད་པའི་བཅུད་ལེན་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །དང་པོ་དང་གསུམ་པའི་  
ཐོག་མཐའ།

གཉིས་པ་བཞི་པའི་ཐོག་བར་གྱིས་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།  
ན་ཡུ་ན་ཡུ་ལོ་ཅ་ན་ཡུ་ན་ཡུ་ན་ཡུ། །ན་ཡུ་ན་ཡུ་རྒྱན་མེ་ན་ཡུ་ན་ཡུ་ཏེ། །ན་ཡུ་  
ན་ཡུ་སྟེ་ན་ཡུ་ན་ཡུ་ན་ཡུ། །ན་ཡུ་ན་ཡུ་སྒྲུ་ན་ཡུ་ན་ཡུ་བྱི་རྩ་ལ། །ཁོད་  
སྐད།

བརྟན་རྒྱས་ཚུལ་དང་ཚུལ་མིན་བརྟག་པ་འདི་ཡིས་ནི། །  
ཚུལ་མེད་དགེ་བའི་ཐབས་ལ་ཡོད་ནམས་ནམ་པར་བྱུལ། །  
བཞོན་པས་མི་འགོ་རྒྱལ་བའི་ཐེག་འགོ་དག་གིས་གང་། །  
ཚུལ་མ་ཐོབ་ནམས་ཐོབ་པ་དག་ལ་བརྟན་པ་བསྐྱེད། །

སེམས་བརྟན་ཞིང་སྟོ་གྲོས་རྒྱས་པས་ཚུལ་དང་ཚུལ་མིན་དགེ་སྟེག་  
མ་ཞོར་བར་བརྟག་པ་འདི་ཡིས་ནི། བཟང་པོའི་ཚུལ་མེད་པས་དགེ་བའི་  
ཐབས་ལ་སྟོ་མིག་ལོང་བ་ནམས་ནམ་པར་བྱུལ་ལ་བཞོན་པ་ཉོན་མོངས་



བས་མི་འགོ་བ་རྒྱལ་བའི་ཐོག་བས་འགོ་བ་དག་གིས། གང་དགོ་བའི་ཚུལ་  
མ་ཐོབ་བ་རྣམས་དེ་ཐོབ་བ་དག་ལ་བརྟན་བ་བསྐྱེད་ཅིག ལྷ་བ་རྒྱུ་བཞིའི་  
ཐོག་མཐའ་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ར་མེ་ཁ་རྩོམ་རྩ་ཇ་མཆོ་མེ་ར་མེ། །ར་མེ་  
རི་སི་ཡ་ཏུ་ཏུ་ལྷ་སྒྲ་གོ་ར་མེ། །ར་མེ་རི་མོ་ག་ལྷ་ཕུ་རོ་ཏ་རེ་ར་མེ། །ར་མེ་  
ཏ་ཏུ་ཕྱི་རི་ཕུ་མ་ལྷ་ཞི་ར་མེ། །བོད་རྒྱུ།

མཚུངས་མེད་ལྷུ་བའི་མཆོན་ལྷན་གཡུལ་དུ་ས་སྐྱེས་ནི། །

རྒྱལ་མཆོན་ལ་གནས་དཔའ་བོ་བྱ་ཡི་སྐྱ་ཡིས་བློས། །

ཉི་མ་བཞིན་དུ་དག་པོའི་འཕྲོག་བྱེད་འདི་མདུན་དུ། །

འཛིགས་རུང་གཡུལ་དུ་དག་ནི་ལྷག་དང་མཚུངས་པར་རིགས། །

མཚུངས་མེད་ལྷུ་བའི་མཆོན་དང་ལྷན་པའི་གཡུལ་དུ། ལྷ་མ་ཡིན་  
སར་སྐྱེས་ཀྱང་གང་གི་རྒྱལ་མཆོན་ལ་གནས་པའི་དཔའ་བོ་བྱ་མཁའ་སྤྱང་  
གི་སྐྱས་བློས་ན། ཉི་མ་བཞིན་གཟི་བརླིང་དག་ལྷུལ་ཆེ་བའི་འཕྲོག་བྱེད་དམ་  
ལྷ་ཁྱབ་འཇུག་འདིའི་མདུན། འཛིགས་སུ་རུང་བའི་གཡུལ་དུ་དག་རྣམས་  
ཤན་པའི་གདོང་གི་ལྷག་དང་མཚུངས་པར་རིགས་སོ། །བཞི་ཀའི་ཐོག་  
མཐའ་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པ་ནི། །རྒྱ་དཔེར་མ་ལྷ་མ་ལྷ་ལམ་བྱ་ཀ་ལྷ་མ་ལྷ་མ་  
ལྷ། །མ་ལྷ་མ་ལྷ་ཏ་བྱ་མེ་རྩ་མ་ལྷ་མ་ལྷ། །མ་ལྷ་མ་ལྷ་རྩོམ་ནི་ཤ་ལྷ་མ་ལྷ་མ་  
ལྷ། །མ་ལྷ་མ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ། །བོད་རྒྱུ།

མཆོན་མོ་ཆོད་མེད་ལྷན་ལྷན་དཔལ་མེད་ཆོད་མེད་ཅིང་། །

མཐར་ཉི་བཅོད་བྱ་མིན་པས་ཟད་ནད་ལ་བརྟེན་པ། །

ཆ་ཡི་རང་བཞིན་ནད་ཅན་འབྲུལ་བའི་ནད་ཀྱིས་གཟིར། །

སྐལ་ལྡན་མ་འདི་སྙིང་རྩེའི་རང་བཞིན་བྲལ་བའི་ནད་ཀྱིས་གཟིར། །

སྐལ་ལྡན་མ་འདི་སྙིང་རྩེའི་རང་བཞིན་འབྲུལ་མེད་མཛོད། །

ཀྱེ་གྲོགས་སྤྱོད་སོང་བས་མཆན་མོ་གཉིད་དང་བྲལ་བས་ཆད་མེད་  
པའི་ཐུན་དང་ནི་ལྡན། ལུས་རིད་པས་ལང་ཆོའི་དཔལ་ཡང་མེད། གདུང་བ་  
ཆད་མེད་ཅིང་མཐར་ཉི་བཅོད་བྱ་འབྲིག་བདེ་སྤྱོད་བ་མིན་པས་ཆེ་བླ་པར་  
ཉི་བའི་ནད་ལ་བརྟེན་པ་ཆའི་རང་བཞིན་སྒྲུབ་པ་ཡང་ནད་དུ་འགྱུར་བ་ཅན།  
སྤྱོད་དང་བྲལ་བའི་ནད་ཀྱིས་གཟིར་བའི་དགའ་མ་སྐལ་ལྡན་མ་འདི།     སྙིང་  
རྩེའི་རང་བཞིན་སྤྱོད་དང་འབྲུལ་བ་མེད་པར་མཛོད་ཅིག

དུག་པ་གནས་གསུམ་ཀའི་བྱང་ལྡན་ལ་གཉིས།     གསུམ་ཀའི་ཆོད་  
པའི་བྱང་ལྡན་ནི། རྒྱ་དཔེར། མ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་ར་མ་རྒྱ་མ་ཀྲ་མ་རྒྱ། །མ་རྒྱ་པ་  
ལ་བྱ་གི་མ་རྒྱ་རྒྱ་ལོ་མ་རྒྱ། །མ་རྒྱ་མ་ཡ་རྒྱ་མ་རྒྱ་མི་ལོ་མ་རྒྱ། །མ་རྒྱ་མ་ཉ་ཉེ་  
ས་མ་རྒྱ་ན་སྒྲ་མ་རྒྱ། །བོད་སྐད།

ངལ་མེད་སྤྱོད་ཀྱི་སྒྲོ་ལ་མཉམ་ཉིད་བསྒྲེག་པ་ཉིད། །

མ་ཡིན་སྒྲ་མེད་རྩེས་སུ་མི་མཐུན་འགྲོ་མ་ཡིན། །

གདུང་མེད་ཀྱིས་ཐོབ་མཆོག་གི་རྩེས་སུ་མཐུན་པ་ཉིད། །

དགའ་མེད་འདོད་མེད་རྣམས་ཀྱི་བཞེད་པ་དག་ལས་རྒྱལ། །

གཞན་དོན་ལ་ངལ་བ་མེད་པ་ཁྱོད་ཀྱི་སྒོ་ལ་ཆོས་ཐམས་ཅད་མཉམ་  
 པ་ཉིད་དུ་ཉོག་ས་ཤིང་བསྒྲོག་པ་སྒྲོག་ས་རེ་བ་མ་ཡིན། ཐེག་པ་སྒྲན་མེད་པ་  
 དང་རྗེས་སུ་མི་མཐུན་པར་འགོ་བ་ཡང་མ་ཡིན། དགའ་བའི་གདུང་བ་མེད་  
 པར་དོན་ཆེན་པོ་ཐོབ་པ་སྐྱེས་བུ་མཆོག་གི་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ཉིད་དེ། སྤྱིད་  
 བདེར་དགའ་བ་དང་འདོད་པ་མེད་པ་དགའ་བུ་བ་པ་རྣམས་ཀྱི་བཞེད་པ་རང་  
 དོན་ཞི་བདེ་སྐྱབ་པ་དག་ལས་ཀྱང་རྒྱལ་ལོ། །

གནས་གསུམ་ཀའི་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ཀྲ་ལ་ཀྲ་ལ་  
 ག་ལ་ཀྲ་ལ་ཀྲ་ལ་ཐུ་ཁ་ཀྲ་ལ་ཀྲ་ལ། །ཀྲ་ལ་ཀྲ་ལ་བ་ན་ཀྲ་ལ་ཀྲ་ལ་སྟ་ན་ཀྲ་  
 ལ་ཀྲ་ལ། །ཀྲ་ལ་ཀྲ་ལ་སི་ཏ་ཀྲ་ལ་ཀྲ་ལ་ལ་ནི་ཀྲ་ལ་ཀྲ་ལ། །ཀྲ་ལ་ཀྲ་ལ་ག་  
 ཏུ་ཀྲ་ལ་ཀྲ་ལ་ག་ལི་ཀྲ་ལ་ཀྲ་ལ། །བོད་སྐད།

དུས་ཀྱི་དུས་ཀྱི་མགྱུན་ནག་ངོ་ནག་ནག་པོ་ཉིད་དག་འཛིན། །

སྟན་སྒྲོག་དག་གི་སྒྲོག་བྱེད་བྱང་ཆོག་ས་སྤྱིན་ནག་དུས་ལྟར་ནག །

དུས་ཀྱི་མི་བཟུང་དུས་ཆའི་གཙོ་པོ་ཆུ་འཛིན་གྱིས་མཛེས་སུ། །

དགའ་བས་འཆོ་བའི་བྱད་མེད་ལན་བྱའི་སྤང་བས་མགོ་ནག་བསྟེན། །

དུས་ཀྱི་དུས་ནི་དུས་ཆེན་པོ་ཉིད་བང་ལྟུག དེའི་མགྱུན་པ་ནག་པོ་  
 དང་ངོ་སྟེ་གདོང་ནག་པ། རྒྱ་མཆོག་ནག་པོའི་རྒྱལ་མཆན་ཉིད་དག་འཛིན་  
 པ་ནི། རྒྱ་སྟན་སྒྲོག་པ་དག་གི་སྒྲོག་བྱེད་རིའི་བྱང་བའི་ཆོག་ས་སམ་ཆར་  
 སྤྱིན་ནག་པོའི་དུས་ལྟར་ནག་ཅིང་། འཆི་བའི་དུས་ཀྱི་མི་བཟུང་བ་དུས་དང་

ཆ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཙོ་བོ་དེ་ནི། ཅུ་འཛིན་གྱིས་མཛེས་པ་གངས་རིའི་བསྐྱེ་  
གནས་སུ། དཀའ་བྱུང་བསྐྱེད་པས་འཆོ་བའི་བྱུང་མེད་ལྟ་མོ་ལྷ་མ་སྐྱེའི་  
ལན་བྱེའི་ཐེང་བས་མགོ་བོ་ནག་པ་བསྐྱེན་ནོ།

རྒྱས་བཤའ་གསུམ་པ་མཐའ་ཐོག་སྒྱུར་བའི་བྱུང་ལྟ་བཤའ་པ།

༥ རྒྱས་བཤའ་གསུམ་པ་མཐའ་ཐོག་སྒྱུར་བའི་བྱུང་ལྟ་ལ། མཚན་  
ཉིད་དང་། དཔེར་བཅོམ་དོ། །

རྒྱུ་པ་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་ཐོག་ནི། །

རབ་སྒྱུར་བྱུང་ལྟ་གནས་སྐབས་འདི། །

བཅོམ་པའི་ཁོངས་སུ་འདུས་མེད་ཀྱང་། །

རང་དབང་ཉིད་ཀྱིས་འདིར་བཤའ་དོ། །

རྒྱུ་པ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲ་མའི་མཐའ་དང་སྒྲི་མའི་ཐོག་མ་གཟུགས་འབྲ་  
བར་རབ་ཏུ་སྒྱུར་བ། བྱུང་ལྟ་གྱི་གནས་སྐབས་འདི་བཅོམ་ཅིན་གྱི་ཁོངས་  
སུ་སྒྱུར་འདུས་མེད་ཀྱང་། རང་དབང་ཉིད་ཀྱིས་སྐབས་འདིར་བཤའ་དོ། །  
དཔེར་བཅོམ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ལྷ་པོ་རྩ་རྩ་གྲ་བ་ལྷ་མ་དེ་ན་སྒྲ། །མ་དེ་ན་སྒྲ་  
མཐུ་ར་སེ་ན་ཡོ་ཇི་ཏུ། །ན་ཡོ་ཇི་ཏུ་སྒྲ་ན་མ་ན་ཏུ་པེ་ཏུ། །ག་ཏུ་པེ་ཏུ་སྒྲ་ཡ་  
མ་སྒྲ་ས་ནེ་ཡ་ཏེ། །བོད་སྐད།

ལྷོས་པས་ཆགས་པ་ཉི་བར་གནས་ཀྱང་བྱུང་མེད་དེས། །

བདག་ཉིད་མ་སྒྱུར་བདག་གི་སྒྲིག་པས་ཁོ་བ་ཡི། །

རོ་དང་སྐྱར་ཏེ་ལུས་མེད་དག་གིས་གདུང་གྱུར་གྱང་། །

བདག་ནི་འདི་སྙེད་གདུང་བའི་སྦྲད་དུ་མ་བསྐྱད་དོ། །

ལང་ཚོས་སྤྱོད་པས་ཆགས་པའི་གདུང་བ་ཉི་བར་གནས་གྱང་། བུད་  
མེད་ཁེངས་ལྡན་མ་དེས་བདག་ཉིད་ལ་མ་སྐྱར་བའི་རྒྱུ། བདག་གི་སྒྲིག་  
པའི་བསམ་པས་ཁྲོ་བའི་རོ་ཉམས་དང་སྐྱར་ཏེ། དགའ་མ་དེ་སྦྲར་ལུས་མེད་  
འདོད་པའི་མེས་གདུང་བར་གྱུར་གྱང་། སྒར་གྱི་འཁོན་ལན་བདག་གིས་ནི།  
ལུན་འདི་སྙེད་ཅིག་གདུང་བར་བྱ་བའི་སྦྲད་དུ་རང་བྲིམ་དུ་མ་བསྐྱད་དོ།

རྒྱས་བཤད་བཞི་པ་ཀུན་ཏུ་བྱང་ལྡན་བཤད་པ།

༥ རྒྱས་བཤད་བཞི་པ་ཀུན་ཏུ་བྱང་ལྡན་ལ་གསུམ། ཀླང་པ་བཞུས་པ།  
ཆིགས་བཅད་བཞུས་པ། བྱང་ལྡན་ཆེན་པོ་འོ། །དང་པོ་ལ་སྦྱིར་བསྟན་པ་  
དང་། སོ་སོར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི།

སྤྱེད་བཞུས་ཡང་དག་སྐྱར་བ་ཡིན། །

འདི་ལ་དབྱེ་བ་གསུམ་དུ་འདོད། །

ཀླང་པ་བཞུས་པ་འང་དུ་མ་ཡི། །

བདག་ཉིད་དེ་དག་དཔེས་གསལ་བྱ། །

ཆིགས་བཅད་སྤྱེད་དེ་ཀླང་པ་གཉིས་བཞུས་པ་ནི། ཡང་དག་སྐྱར་བ་  
ཞེས་པའི་བྱང་ལྡན་ཡིན་ལ། འདི་ལ་དབྱེ་བ་གསུམ་དུ་འདོད་ཅིང་། ཀླང་པ་  
རེ་རེ་བཞུས་པ་འང་དུ་མའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པས་དེ་དག་དཔེས་གསལ་བར་

བྱུང་། །

གཉིས་པ་ལ། དང་པོ་གསུམ་པ་དང་གཉིས་པ་བཞི་པར་བཞུས་པ་ནི།  
 རྒྱ་དཔེར། རྒྱ་སྒྲི་ཡམས་རྒྱ་ཡུ་མཇུག ། བ་ར་སྒྲི་ཡ་ཏ་སྒྲི་ན་ཡུ། ། རྒྱ་སྒྲི་ཡམས་རྒྱ་  
 ཡུ་མཇུག ། བ་ར་སྒྲི་ཡ་ཏ་སྒྲི་ན་ཡུ། ། བོད་སྐད།

སྒྲིས་བྱ་བཏན་གང་སྒྲིང་སྒྲིབས་ཅན། །

ཁེངས་པ་རབ་སྒྲིངས་སྒྲིང་བྱ་སྒྲི། །

ཁྱེད་ཀྱིས་མཆོག་ཏུ་འབད་པ་ཡི། །

ཡིད་བཏན་བྱུང་འབད་མེད་མ། །

སྒྲིས་བྱ་སྒྲི་བཏན་པ་གང་སྒྲིང་སྒྲིབས་དང་བཅས་པ་དེས་  
 གྲུང་། ཁེངས་པ་རབ་ཏུ་སྒྲིངས་ཏེ་སྒྲིང་བྱར་བྱས་ན། ཁྱེད་ཀྱིས་གྲུང་ཁེངས་  
 པ་གཞོམ་པར་མཆོག་ཏུ་འབད་པས་མཛའ་བོ་ལ་ཡིད་བཏན་པར་བྱུང་། །  
 འབད་མེད་མ་ནི་སྒྲིར་མ་གྲུས་པ་མཆོན་པའོ། ། དང་པོ་གཉིས་པ་གསུམ་པ་  
 བཞི་པར་བཞུས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ར་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་སྒྲི་སྒྲི་མེ་བྱ། ར་རྒྱ་རྒྱ་  
 རྒྱ་སྒྲི་སྒྲི་མེ་བྱ། མེ་རྒྱ་མེ་བྱ་མེ་རྒྱ་མེ་བྱ་པ་ནིན། མེ་རྒྱ་མེ་བྱ་མེ་རྒྱ་མེ་བྱ་པ་  
 ནིན། ། བོད་སྐད།

ཁྱེད་ཀྱིས་བཟོད་པ་བྱུང་བདག་གཟི་བྱེན་གྱིས། །

ཡང་ཡང་རབ་སྒྲུབ་མཛའ་པ་མེད་པ་ཡི། །

མི་ནམས་ཚུ་ལ་དང་ང་རྒྱལ་ཉམས་བྱས་ནས། །



བཙུམ་ཞིང་གི་མ་བྱས་ཐོས་ནམ་པར་ཞིག །

ཁྱོད་གི་དབྱང་གི་བཟོད་པ་ཁྱབ་བདག་སྟེ་ཁྱབ་འཇུག་ཁྱོས་པ་ལྟ་  
བུའི་གཟི་གིན་གྱིས། གཞོད་པ་ཡང་ཡང་རབ་ཏུ་སྐྱར་བས་མཛེས་པ་མེད་  
པའི་མི་ནམས་ནི། དཔའ་བའི་ངང་ཚུལ་དང་ང་རྒྱལ་ཉམས་པར་བྱས་ནས་  
བཙུམ་ཞིང་རོ་ནམས་ནི་གི་མ་བྱ་གཙན་གྱིས་ཐོས་མཐར་ནམ་པར་ཞིག་གོ །  
དང་པོ་བཞི་པ་དང་གཉིས་པ་གསུམ་པར་བཞུས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ཀ་ལྟ་བུ་  
ཀྱི་ཕྱི་རུ་ཏ་ཡོ་པ་ཡུའི། སྤྱི་ཀྱི་ལྟ་པོ་རྒྱ་ལྟ་ཀྱི་གསུ་ཀྱི། སྤྱི་ཀྱི་ལྟ་པོ་རྒྱ་ལྟ་  
གསུ་ཀྱི། ཀ་ལྟ་བུ་ཀྱི་ཕྱི་རུ་ཏ་ཡོ་པ་ཡུའི། །བོད་སྐད།

སྤྱི་ལྟ་སྤྱི་བཟོད་དབྱར་སྤྱི་མ་བྱ་ལི། །

ཆོག་ས་ནམས་མཛེས་པ་ཉིད་དུ་ཉེ་བར་འགྱུར། །

རྒྱ་གི་ཆོག་ས་སྤྱི་བཟོད་པ་ལྟར་སྤྱི་གི། །

ཆོག་ས་ཀྱང་སྤྱི་དང་བཟོད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །

སྤྱི་སྤྱི་མཁའ་ལ་བཟོད་པ་དབྱར་དུས་སུ་སྤྱི་པའི་མ་བྱ་གཞོན་  
ཏུ་ཆོག་ས་ནམས་མཛེས་པའི་ནམ་འགྱུར་ཙམ་པ་ཉིད་དུ་ཉེ་བར་འགྱུར་ལ།  
རྒྱ་གི་ཆོག་ས་སྤྱི་བཟོད་པོ་དང་བཟོད་པའི་ཆར་གྱིས་རྒྱ་སྤྱི་དང་པའི་ཆོག་ས་  
ཀྱང་སྤྱི་པའི་སྤྱི་དང་བཟོད་པར་གྱུར་ཏོ། །འདི་ལ་ལྟ་འདི་གཉིས་དབང་སྤྱི་  
གིས། འགྲེལ་པ་འདོད་འཇོ་ལས། སྤྱི་བ་ལ། བཟོད་ཏུ། དབྱར་སྤྱི་སམ་  
ཆར་སྤྱི་ཞེས་བཤད་ཀྱི། དེས་ན་སྤྱི་པའི་སྤྱི་ལ་བསྐྱར་ན་དོན་གཅིག་

གི་སྒྲིག་ཏུ་འགྱུར་བས། སྒྲུབ་པ་ལ་བསྒྱུར་ན་ལེགས་ཤིང་འབྲེལ་ལོ་གསུངས་  
མོད། སྒྲ་རྒྱ་སྒྲུབ་པ་ལ་འདྲུག་གྲང་གཞུང་འདིའི་རྒྱ་དཔེར་སྐད་དོད་མ་  
བྱུང་ན་དང་། འབྲེལ་པ་རྣམས་སྒྲུབ་པའི་སྒྲིག་ལ་བསྒྱུར་བའང་མ་  
མཐོང་ཞིང་། སྒྲུབ་པ་དེས་པར་བསྒྲུབ་དགོས་པའི་ཤེས་བྱེད་གྲང་མི་སྒྲུབ་ཏེ་  
སྒྲུབ་པ་ནི་ཁོ་བོའི་རྣམ་ཏོག་གོ། །རྒྱང་པ་བཞུས་པ་ལ་ལན་གཅིག་ལན་  
གཉིས། ལན་གསུམ་བཞུས་པ། དོན་བསྒྲུབ་པོ། །

དང་པོ་ལ་བྱུག་སྒྲེ། དང་པོ་གཉིས་པར་བཞུས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ཅ་  
མཐུ་ལྷ་མཚེ་ཏ་སྒྲ་ན་སྒྲུ་ལྷ། ཅ་མཐུ་ལྷ་མཚེ་ཏ་སྒྲ་ན་སྒྲུ་ལྷ། ལྷ་ར་ལྷ་སྒྲུ་  
སྒྲུ་སྒྲེ་རྒྱ་པ་ཡོ་རྒྱ་ར་དྲ་ཡི། མ་ལྷ་ས་སྒྲུ་ལི་རྒྱ་ཏ་རྒྱ་མི་ཏེ་ལྷ་རམ། །བོད་སྐད།

འཆོ་བའི་དབང་སྒྲུག་འདུད་པའི་བྲང་ལ་ཁོ་མོ་ནི། །

དམན་ཞིང་ཁིངས་པ་དེས་པར་སྒྲུབ་པའི་དབང་གྲུར་མ། །

བཅེ་བ་སྒྲུངས་པའི་བདག་ཉིད་ཡིད་ཀྱི་འོ་མ་འཛིན། །

གཉིས་པོ་ཉི་བར་གཏད་ནས་ཀྱན་ཏུ་མ་འཇུད་དོ། །

ཆགས་པས་སྒོག་འདོར་བ་ལས་འཆོ་བའི་དབང་སྒྲུག་མཛའ་བོས་  
བདག་ལ་འདུད་པའི་བྲང་ལ། ཁོ་མོ་དོ་ཆ་དམན་ཞིང་ཁིངས་པ་དེས་པར་  
སྒྲུབ་པའི་དབང་དུ་གྲུར་མ་དེས། བཅེ་བ་སྒྲུངས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ཡིད་  
ཀྱིས་འོ་མ་འཛིན་པ་རུ་མའི་ཁུར་གཉིས་ཉི་བར་གཏད་ནས་ཀྱན་ཏུ་འཇུད་  
པར་མ་བྱས་པ་ནི་བདག་འགྲོད་དོ་ཞེས་བཤའ་བས་ཉན་པ་མོས་སྒྲུས་སོ། །

དང་པོ་གསུམ་པར་ལན་གཅིག་བཞུས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ས་སྒྲ་སྒྲ་རྒྲ་མ་  
བ་སྒྲ་མི་སྒྲ་ཏི་རྒྲ། གྲུ་ཁྱི་སྒྲ་རོ་ཏི་མི་རྒྲ་ལ་ནི་མ་ལེན། ས་སྒྲ་སྒྲ་རྒྲ་མ་བ་  
སྒྲ་མི་སྒྲ་ཏི་རྒྲ། མི་རྒྲ་ར་ཡཱ་རྒྱེ་ཤ་ས་སྒྲ་དཔུ་རྒྱ། །བོད་སྐད།

སྒྲ་རྒྲ་མས་འདུན་པ་སྒྲོ་བས་མེད་རྒྲ་པར་བརྒྱན་པར་ནི། །

ཁྱོད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་པད་ཅ་ཅི་མ་མེད་པས་འཛེགས། །

དེ་ནི་ཕྱི་ནས་གྲོང་བཟང་རྒྲ་མས་ཀྱིས་སྤུན་སྤུམ་ཆོགས། །

བརྒྱན་པའི་བྱད་མེད་དག་དང་རྒྲ་པར་ཅེ་ཞིང་སྒྲོད། །

སྒྲ་རྒྲ་མས་ཀྱི་འདུན་པ་སྒྲོ་བས་མེད་དེ་སྒྲའི་བྱད་མེད་ཆས་སྒྲ་ཆོགས་

ཀྱིས་རྒྲ་པར་བརྒྱན་པར་ནི། ཁྱོད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་པརྒྱའི་ཅ་བ་སྒྲར་དཀར་བ་

ཅི་མ་མེད་པས་འཛེགས་ཤིང་། དེ་ནི་ཕྱི་ནས་གྲོང་ཁྱེར་བཟང་པོ་རྒྲ་མས་

ཀྱིས་སྤུན་སྤུམ་ཆོགས་པ་དང་། རྒྱན་དུ་མས་བརྒྱན་པའི་བྱད་མེད་མཛེས་

མ་དག་ལ་རྒྲ་པར་ཅེ་ཞིང་ལོངས་སྒྲོད་དོ། ཀ་ལ་རྒྱ་སྒྲ་ཏི་ཏ་རུ་མ་རྒྱ་རྒྱ་མི་

ཀྲ། །སྒྲ་ར་ལྷི་ཅ་རྒྱ་ཏི་ཏ་རུ་ཏཱ་ཏཱ། །ན་ལྷ་ཏི་རྒྱ་ཏཱ་ཏཱ་ཏཱ་ཏཱ་ཏཱ་ཏཱ། །

ཀ་ལ་རྒྱ་སྒྲ་ཏི་ཏ་རུ་མ་རྒྱ་རྒྱ་མི་ཀྲ། །བོད་སྐད།

སྒྲ་པར་སྒྲ་དང་ལུས་རྒྱེད་དུད་དང་རུ་གཉིས་མས། །

ཁྱོད་བས་གཞན་པ་སྒྲ་ཞིག་མ་བཅོམ་དེ་ཡི་ཕྱིར། །

འབྱུང་པོ་ལུས་སྒྲ་སྒྲོན་ལས་གྲོལ་བ་ཁྱོད་ལ་སོགས། །

བཟང་བ་ལ་ནི་མིང་མེད་ཉི་བར་འགྲོ་མ་ཡིན། །

གང་སྒྲུབ་པར་སྒྲུབ་བ་དང་། ལུས་ཀྱི་ཆེད་པ་དུད་པའི་བྱ་གཉིས་མས།  
དབང་པོ་དུལ་བ་ཁྱོད་ལས་གཞན་པ་སྐྱེ་ཞིག་མ་བཅོམ་སྟེ་ཐམས་ཅད་  
བཅོམ་པ་དེའི་ཕྱིར། འབྲུང་པོ་སྟེ་སྒྲུབ་བྱའི་ལུས་དང་ལྡན་པའི་ནང་ན་སྒྲོན་  
ལས་གྲོལ་བ་ནི་ཁྱོད་དེ་ལ་སོགས་པའི་བགྲང་བྱའི་མིང་མེད་ལ་ཉེ་བར་འགོ་  
བ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་གསུམ་པར་བསྐྱུས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ཡ་ཤ་ཕུ་ཉེ་དེ་ལྟ་ར་  
རྩ་ལྟ་སྟེ་གྲོ། །མི་ཉ་ནམ་ཉེ་རྩོ་བ་མ་དེ་ཉེ་ལྟ་ལྟ་སྟེ། །མི་ཉ་ནམ་ཉེ་རྩོ་བ་མ་  
དེ་ཉེ་ལྟ་ལྟ་སྟེ། །དེ་ལྟ་ཅ་ཀྱི་ཉེ་ཀྱི་ལྟ་ར་སྟེ་ནམ། །ཁོད་སྒྲུབ།

ཁྱོད་ཀྱི་དམག་དབུང་ཁྲབ་འཇུག་ལྟ་བུས་གོ་བགོས་པ། །

མཆོན་ཆོན་ལྡན་པ་དཔའ་པོ་དག་གིས་སྟོགས་ནམས་སུ། །

གཤམ་པ་དང་ནི་རྩལ་དག་རྒྱས་བྱེད་གཡུལ་གྱི་ནི། །

དག་རིགས་ལུས་བྲལ་གཟེ་མེད་རྒྱགས་པ་ཉམས་པར་བྱེད། །

རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་དམག་དབུང་ཁྲབ་འཇུག་གཡུལ་དོར་ཆས་པ་ལྟ་བུ།  
བཅོན་པའི་གོ་བགོས། མཆོན་ཆོན་པོ་ལྡན་པའི་དཔའ་པོ་དག་གིས། སྟོགས་  
ནམས་སུ་རྒྱལ་བ་ཐོབ་པའི་གཤམ་པ་དང་རྩ་རྩལ་དག་རྒྱས་པར་བྱེད་ལ་  
གཡུལ་གྱི་དག་རིགས་མཐའ་དག་ལུས་སྟོག་བྲལ་བས་གཟེ་བྱིན་མེད་དེ།  
རྒྱགས་ཤིང་ཁིངས་པ་ཉམས་པར་བྱེད་དོ། །

གཉིས་པ་བཞི་པར་བསྐྱུས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། བེ་ལྟ་སྟེ་བྱ་མེ་ལ་ཡི་བྱ་

རེ་ན་ཏེ། །སྤྱོད་རྒྱ་མོ་སྤྱོད་རྒྱ་ར་ཏེ་མ་དམྱེ་ཏྲི། །ཤྲི་རྩུ་ལྟ་མེ་གི་སྤྱོད་མ་མེ་ཏུ་སྤྱོད་  
རྩ། །སྤྱོད་རྒྱ་མོ་སྤྱོད་རྒྱ་ར་ཏེ་མ་དམྱེ་ཏྲི། །བོད་སྐད།

དཔལ་ལྷན་བདག་ལས་པན་པའི་ཆོག་གཅིག་གསན་པར་མཛོད། །

ཁྱོད་ཀྱི་ལག་པ་དཔལ་དང་ལྷན་ཅིག་ལག་འགྲོ་ཡིས། །

ས་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་རྣམ་འཛིན་དེ་བྱིར་ས་གཞི་འཛིན། །

རང་ལག་རིགས་ནས་རྒྱགས་པ་རྒྱས་པར་ཡོངས་མ་བྱེད། །

ཀྱེ་དཔལ་ལྷན་ཞེས་བོད་ནས། ། བདག་ལས་པན་པའི་ཆོག་ཅུང་ཟད་

ཅིག་གསན་པར་མཛོད་ཅིག ། ཁྱོད་ཀྱི་ལག་པ་དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་ཆོགས་པ་

དང་ལྷན་ཅིག་ལག་འགྲོ་སྟེ་སྤྱི་རྒྱལ་པོ་ལྷག་མ་ཅན་གྱིས་ས་གཞི་དཀྱིལ་

འཁོར་རྣམ་པར་འཛིན་ལ། ། དེའི་བྱིར་ས་གཞི་འཛིན་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་ལག་

པར་རིགས་པའི་རྒྱལ་གྱིས་རྒྱགས་པ་རྒྱས་པར་ཡོངས་སྤྱོད་མ་མཛོད་ཅིག །

གསུམ་པ་བཞི་པར་བཞུས་པ་ནི། ། རྒྱ་དཔེར། །སྤྱོད་རྒྱ་མོ་སྤྱོད་རྒྱ་མེ་

མཛོད་ཏེ་ཡམ། །ས་ནི་སྤྱོད་རྒྱ་ཏེ་ཏེ་གི་མ་སྤྱོད་ཀ་རོ་ཏེ། །ས་མཚན་ཏེ་སྤྱོད་མ་ར་སེ་ཁྱ་

ཁེ། །ས་མཚན་ཏེ་སྤྱོད་མ་ར་སེ་ཁྱ་ཁེ། །བོད་སྐད།

འདོད་པའི་མེ་གང་ཁེངས་པས་རབ་བསྐྱབས་པ། །

སྐད་ཅིག་དང་མཉམ་རྒྱས་ཏེ་བསྐྱའི་མིག །

རོ་མེད་ཁྱོད་ཀྱི་བདེ་བ་དེ་དག་ནི། །

ཀུན་ནས་ཉམས་པ་ཉིད་དུ་ཅིས་མི་བྱེད། །



འདོད་པ་ནི་གདུང་བར་བྱེད་པའི་སྲིང་མེ་སྟེ། དེ་ཉིད་ལང་ཚོའི་ཁེངས་  
བས་རབ་ཏུ་བསྐྱབས་པ་ན། སྐད་ཅིག་རེ་དང་མཉམ་པར་ཆེས་ཆེར་གྱས་ཏེ།  
བརྒྱའི་མིག་ཅན་སྦྲེས་པ་ལྟ་བུའི་རོ་ལ་ཞེན་པ་མེད་པ་ཁྲོད་ཀྱི་བདེ་བའི་ནམ་  
པ་དེ་དག་ནི། གུན་ནས་ཉམས་པ་ཉིད་དུ་ཅིས་མི་བྱེད་དེ་བྱེད་དོ། །

ལན་གཉིས་བརྒྱས་པ་ལས།      དང་པོ་གཉིས་གསུམ་ལ་བརྒྱས་པ་ནི།  
 རྩ་དཔེར།    བ་བྲ་ཕ་ཏོ་རྡ་མ་ན་ལྷ་ས་ཕ་ཁླ།    | བ་བྲ་ཕ་ཏོ་རྡ་མ་ན་ལྷ་ས་ཕ་ཁླ།  
 བ་བྲ་ཕ་ཏོ་རྡ་མ་ན་ལྷ་ས་ཕ་ཁླ། | ཟིཙྪཱི་ཉི་རྩ་སྤྲུ་ཡི་ཟིཙྪཱི་པ་ཁླ། | བོད་རྒྱ།  
                 མ་དུད་ཁྱོད་ནི་འཛིག་ཉེན་བདག་གྱུར་ཆོ། །  
                 མ་ཐུ་ཡིས་མ་ཐུ་ལྗན་རིན་ཆེན་མང་གིས་བདུད། །  
                 དེ་ཕྱིར་གསར་པའི་བདུང་ལྗན་མཆོད་སྦྱིན་ནི། །  
                 ངེས་པ་ཉིད་དུ་ཆད་པར་མ་གྱུར་རྟོ། །

སྐྱུ་ལ་ཡང་མ་དུད་པ་ཁྱོད་འཇིག་རྟེན་གྱི་བདག་པོར་གྱུར་ཆེ་བསོད་  
ནམས་ཀྱི་མཐུ་ཡིས་མཐུ་དང་ལྡན་པ་རིན་ཆེན་མང་སྟེ་བརྒྱ་གྲིན་གྱིས་གྲང་  
བཅུད་པ་དེའི་ཕྱིར། སྟོན་མེད་བདུད་རྩི་གསར་པའི་བཅུང་བ་དང་ལྡན་པའི་  
མཆོད་སྦྱིན་ནི། དེས་པ་ཉིད་དུ་སྟེ་ཀུན་ཏུ་ཆད་པར་མ་གྱུར་ཏོ། །

དང་པོ་གསུམ་བཞིར་བཟུངས་པ་ནི། བྱ་དཔེར། བ་རྩ་རྩ་ཡུ་བ་ལ་སྤ་  
ར་རྩ་ལྟོ། །རྩ་སྤི་སྤི་སྤི་སྤྱའོ་སྤི་སྤི་རྩ་ལ་རྩ་རྩ། །བ་རྩ་རྩ་ཡུ་བ་ལ་སྤ་ར་རྩ་  
ལྟོ། །བ་རྩ་རྩ་ཡུ་བ་ལ་སྤ་ར་རྩ་ལྟོ། །པོད་སྤ།



དཔུང་གི་སྒང་པོ་ནམས་ནི་གཞན་དང་གཞན། །

སྟོབས་ལྡན་སྐྱོག་རབ་ཏུ་བརྟུང་བ་ཡིས། །

ཐང་ལ་རྩལ་བསྐྱབས་ནམ་མཁའ་འགོག་གེད་ཅིང་། །

གཡུལ་གྱི་སྟོབས་བརྒྱུག་མཆོག་ཏུ་གཞན་ལ་རྟུག། །

ཁྱོད་གྱི་དཔུང་གི་སྒང་པོ་ཆེ་ནམས་ནི་རེ་རེ་ཡང་གཞན་དང་གཞན་  
མང་པོའི་སྟོབས་ལྡན་པ། མྱོས་པས་སྐྱོག་ས་ཤིང་རབ་ཏུ་བརྟུང་ནས་བགྲོད་  
པའི་ཤུགས་ཀྱིས། ཐང་ལ་རྩལ་ཚུབ་ཆེན་པོ་བསྐྱབས་པས་ནམ་མཁའ་སྐྱིབ་ཅིང་  
འགོག་པར་གེད་ལ། གཡུལ་གྱི་སྟོབས་བརྒྱུག་པའི་ཕྱིར་མཆོག་ཏུ་གཞན་ལ་  
རྟུག་གོ།

གཉིས་ཉིད་གསུམ་བཞིར་བརྒྱས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ན་ཤུན་ཉེ་ལྷ་ཙ་  
མ་ལཱ་མི་ལྷ། །ཉ་མ་དྲི་རྒྱ་རྒྱ་མ་ས་སྒྲ་ཉི་ཏུ་རྒྱ། །ཉ་མ་དྲི་རྒྱ་རྒྱ་མ་ས་སྒྲ་ཉི་  
ཏུ་རྒྱ། །ཉ་མ་དྲི་རྒྱ་རྒྱ་མ་ས་སྒྲ་ཉི་ཏུ་རྒྱ། །བོད་སྐད།

ཁྱོད་ལྟ་མཉམ་པར་མ་བཞག་སྲིད་པར་ནི། །

ནམ་གཉིས་མི་མཉམ་པན་པ་མེད་ནམས་ཆོག། །

ལོག་པར་གྱུར་ལ་སྐྱབ་གེད་མི་མཉམ་པ། །

སྐྱལ་བགྲོད་མཚུངས་ལ་མི་དད་ངོ་ཆ་མེད། །

ཀྱེ་ངོ་ཆ་མེད་པ། ཁྱོད་ལྟ་བུས་སེམས་མཉམ་པར་མ་བཞག་པ། སྲིད་  
པར་ཆགས་སྤང་ནམ་གཉིས་མི་མཉམ་པས་ཀྱན་ལ་པན་པ་མེད་པ་ནམས་

ཆོག་འབྲུས་ལོག་པར་གྱུར་ལ། སྐབ་བྱེད་མི་མཉམ་པ་ངག་དང་རྣམ་པ་གཞན་  
དུ་བྱེད་པ། གཡོ་དང་སྐྱུས་འབྲེག་བྱིར་སྐྱུལ་གྱི་བགྲོད་པ་དང་མཚུངས་པ་ཁྱོད་  
ལ་བདག་མི་དད་དོ། །

གསུམ་པ་ལན་གསུམ་བཞུས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། སུལ་ཉི་ཉོ་སྒྲ་ན་མ་  
རྩ་ཇ་སེ་ན། །སུལ་ཉི་ཉོ་སྒྲ་ན་མ་རྩ་ཇ་སེ་ན། །སུལ་ཉི་ཉོ་སྒྲ་ན་མ་རྩ་ཇ་སེ་  
ན། །སུལ་ཉི་ཉོ་སྒྲ་ན་མ་རྩ་ཇ་སེ་ན། །འོད་སྐད།

དག་ཡི་མཛེས་ཉམས་རྒྱལ་པོའི་སྡེ་ཡིས་བརྟུང་། །

སྐྱེས་མཆོག་ཟུ་མས་པན་རྩེ་དཔལ་མེད་མིན། །

གོ་བགོས་ཟུ་མས་བརྟུང་པ་ལྷ་འབྲས་ཉི། །

མཆོག་ཐོབ་དམ་པ་རྩལ་མེད་མི་མཛེས་མིན། །

ཁྱོད་ནི་དགའི་མཛེས་པ་ཉམས་ཤིང་རྒྱལ་པོའི་སྡེ་ཡིས་བརྟུང་པ་སྐྱེས་  
བྱའི་མཆོག་ཉི། ཟུ་མས་པན་པ་སྒྲིའི་རྩེ་དབང་ཕུག་གི་དཔལ་སྒྲ་བྱ་མེད་པ་  
མིན་ལ་འཛིགས་པ་མེད་པ་གོ་བགོས་པ་ཟུ་མས་བརྟུང་པའི་གཙུག་ན་ལྷ་བ་  
འབྲས་ཉི། ཀུན་གྱིས་མཆོད་པ་ཐོབ་པའི་དམ་པ་ཁྱོད་ ཆགས་རྩལ་གྱི་བྱི་མ་མེད་  
པས་མཐོང་ཡང་མི་མཛེས་པ་མིན་ནོ། །

བཞི་པ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི།

དེ་སྟར་རྐང་པ་ལན་གཅིག་དང་། །

གཉིས་དང་གསུམ་ཡང་བཞུས་པ་བསྟན། །

དེ་ལྟར་རྒྱུ་ལ་ལན་གཅིག་དང་། གཉིས་དང་། གསུམ་ཡང་བཞུས་  
པའི་དཔེ་བསྟན་ཟིན་ཏོ།

གཉིས་པ་ཆིགས་བཅད་བཞུས་པ་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བཞིན་དོ།  
དང་པོ་ནི། ཆིགས་བཅད་གཉིས་དང་ལྡན་པའི་དོན། །ཆིགས་བཅད་བཞུས་  
པ་ཡིན་ཏེ་དཔེར། ཆིགས་བཅད་འདྲ་བ་གཉིས་བཞིན་དོན་ཐ་དད་ལྡན་པ་ནི།  
ཆིགས་བཅད་བཞུས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་བཞིན་ནི། རྒྱ་དཔེར། མི་རྒྱ་ཡ་གེ་ན་  
ཟ་མ་ལྟ། །མཉེན་པ་ཅི་ཏ་སྤ་ལྟ། །སྤ་མི་ཏོ་རྒྱ་རི་རྒྱ་སྤེ་ལྟ། །འི་སྤེ་ཡ་མ་ཏུ་སྤ་  
འི་ལྟ། །བོད་སྐད།

ཞུམ་ཞིང་རྒྱས་པའི་ལན་པ་ཅན། །  
གྲོགས་མིན་རབ་ཏུ་འཛོམས་བྱེད་པ། །  
ནམ་འཛེན་ཁྱོད་ཀྱིས་བསྟན་པའི་ས། །  
མི་མཚུངས་པ་འདི་འཛིགས་པ་མེད། །

ཞུམ་ཞིང་རྒྱས་པའི་ལག་པའམ་དབྱང་པ་སྟོབས་དང་ལྡན་པས།  
གྲོགས་མིན་པ་སྟེ་དགའི་ཆིགས་རབ་ཏུ་འཛོམས་པ། རྒྱས་འཛེན་རྒྱལ་པོ་  
ཁྱོད་ཀྱིས་བསྟན་པའི་ས་འདི་གཞན་དང་མི་མཚུངས་པ་སྟེ། འདི་ལ་འཛིགས་  
པ་གང་ཡང་མེད་དོ། །ཆིགས་བཅད་འདྲ་བ་གཉིས་པའི་བོད་སྐད།  
འཛེན་པ་དག་དང་བྲལ་གྱུར་ཅིང་། །  
ལག་པ་སྟེག་ཁང་ཉི་གྱུར་པ། །

རང་གྲོགས་ཀྱིས་བཏང་དག་ཡིན། །

མཚུངས་མེད་ས་འདི་མངོན་པར་བསྟེན། །

ཀྱུ་ལ་པོ་བྱེད་ཀྱི་དག་རྣམས་རང་གི་འདྲེན་པ་དག་དང་བྲལ་བར་གྱུར་  
ཅིང་། ལག་པ་སྟེག་རྣམས་སྟོང་བ་ལ། དེའི་ཁང་པ་དང་ཉེ་བར་གྱུར་བ། རང་  
གི་གྲོགས་ཀྱིས་བཏང་བའི་དག་འཛིན་ཆོག་ས་ཤིག་རྣམས་ནི། མཚུངས་པ་མེད་  
པ་མཐོ་རིས་ཀྱི་ས་འདི་མངོན་པར་བསྟེན་ནོ། །

གསུམ་པ་བྱང་ལྡན་ཆེན་པོ་ལ། མཚན་ཉིད་དང་། དཔེར་བརྗོད་དོ། །  
དང་པོ་ནི།

རྒྱུ་ལྡན་རྣམས་པ་གཅིག་པ་གང་། །

བྱང་ལྡན་ཆེན་པོར་བརྗོད་པ་ཡིན། །

དེ་ལས་བསྐྱུས་པ་མཐོང་སྟེ་དཔེར། །

བྱང་ལྡན་བྱ་བ་གཞན་ཡིན་ནོ། །

རྒྱུ་ལྡན་འདི་ཡི་གོ་གསུག་ས་ཀྱི་རྣམས་པ་གཅིག་པ་གང་དེ་བྱང་ལྡན་  
ཆེན་པོར་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། ། །འོ་ན་ལན་གསུམ་བསྐྱུས་པ་དང་བྱང་ཆེན་ཅི་ཞེ་ན།  
འདི་ལ་རྒྱུ་ལྡན་པ་རེ་རེ་ལ་ཡང་སྒྲིམ་བར་མ་ཆོད་པ་རེ་ཡོད་པ་བྱང་ལྡན་གྱི་བྱ་  
བ་གཞན་ཡིན་ནོ། ། དཔེར་བརྗོད་ནི། རྒྱ་དཔེར། ས་སྒྲ་ན་ཡུ་ས་སྒྲ་ན་ཡུ། ས་  
སྒྲ་ན་ཡུ་ས་སྒྲ་ན་ཡུ། ས་སྒྲ་ན་ཡུ་ས་སྒྲ་ན་ཡུ། ས་སྒྲ་ན་ཡུ་ས་སྒྲ་ན་ཡུ། བོད་  
རྒྱ།

མཉམ་མེད་དཔལ་ལྷན་མཚུངས་མེད་མ། །

ཁེངས་ལྷན་ངལ་བ་དག་དང་ནི། །

ཁེངས་པ་མཉམ་ལྷན་ཚུལ་མིན་དག །

དོར་བའི་ཆད་འདིས་འགྲོགས་སུ་ཆུག །

མཛེས་པ་མཉམ་པ་མེད་པའི་དཔལ་དང་ལྷན་པས་མཚུངས་མེད་མ།

ཁེངས་ལྷན་མ་ཁྱོད་འདོད་གཏུང་གིས་ངལ་བ་དག་དང་ཁེངས་པ་མཉམ་

ཉིད་ཏུ་ལྷན་ཏེ། ཁེངས་པ་ཚུལ་མིན་དོར་བའི་ཆད་ལྷན་གྱི་སྟོན་པས་མཛེས་

བོལ་འགྲོགས་སུ་ཆུག་ཅིག།

རྒྱས་བཤད་ལྷ་པ་འདྲེས་པའི་བྱང་ལྷན།

༥ རྒྱས་བཤད་ལྷ་པ་འདྲེས་པའི་བྱང་ལྷན་ནི། རྒྱ་དཔེར། ཉ་རྩ་རྩ་རྩ་

ཀླ་རྩ་

རྩ་

འཛིན་མ་འཛིན་མའི་རྣམ་འཛིན་འཛིན་མ་སྟོན་རྣམས་ཀྱི། །

ལག་པ་རྣམ་གཞོན་མི་དམན་འཕལ་ལ་དག་འཛོམས་པ། །

ལྷ་པ་དང་ལྷན་མཆོད་པའི་ལྷ་པ་འཛིན་པ་ཡིས། །

ས་གཞི་དག་ནི་རིམ་པས་བསྐྱང་བར་བཅོད་པ་ཡིན། །

འཛིན་མ་ནི་ས་གཞི། དེ་འཛིན་མ་ནི་སྐྱེའི་རྒྱལ་པོ་ལྷག་མ་ཅན། དེའི་

རྣམ་པ་འཛིན་པ་ནི་མིའི་བདག་པོ་ཁྱོད་དེ། དེས་འཛིན་མ་ལ་ལོངས་སྟོན་པ་

ཀྱུ་ལ་པོ་གཞན་རྣམས་ཀྱི་ལག་པ་རྣམ་པར་གཞོན་པའི་སྟོབས་མི་དཔན་པ།  
འབྲུག་ལ་དག་པོ་འཛོམས་རྒྱས་པའི་སྒྲུབ་བ་དང་ལྡན་ཅིང་། གྲུག་གྱིས་མཆོད་  
པའི་ཁུར་ནི་བརྟན་པ་དེ་ཡིས་ས་གཞི་མཐའ་དག་ནི་རིམ་བཞི་ལྟ་བུས་  
བསྐྱུང་བར་བཟོད་པ་ཡིན་ནོ།།

ཀྱུས་བཤའ་བྲུག་པ་བསྒྲོག་པའི་བྱང་ལྡན།

༥ ཀྱུས་བཤའ་བྲུག་པ་བསྒྲོག་པའི་བྱང་ལྡན་ལ་མཆོད་ཅིང་སྒྱིར་བསྟན།  
བྱེ་བྲག་དཔེར་བཟོད་པའོ། །དང་པོ་ནི།

རྒྱུ་ཕྱེད་ཆིགས་བཅད་སྟོང་ཡུལ་ཅན། །

ལྷགས་ལས་བསྒྲོག་པས་བསྐྱོར་བ་ནི། །

བྱང་ལྡན་ལྷགས་ལས་བསྒྲོག་པའི་ཕྱིར། །

ལྷགས་ལས་བསྒྲོག་པ་ཞེས་བྱར་བཤའ། །

རྒྱུ་ཕྱེད་ཅན། ཆིགས་བཅད་ཕྱེད། ཆིགས་བཅད་རངས་པོའི་སྟོང་  
ཡུལ་ཅན་ཏེ། ལྷགས་ལས་བསྒྲོག་པས་བསྐྱོར་བ་གསུམ་ནི། བྱང་ལྡན་ཡིན་  
པ་གང་ཞིག ཡི་གེ་ལྷགས་བསྒྲོག་ཏུ་བསྐྱུས་པའི་ཕྱིར། ལྷགས་ལས་བསྒྲོག་  
པའི་བྱང་ལྡན་ཞེས་བཤའ་དོ། །

གཉིས་པ་ལ། དང་པོ་རྒྱུ་ཕྱེད་བསྒྲོག་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ལྷ་མ་རྒྱ་ལྷ་གི་  
རྒྱ་ལྷ་སྒྱ། སྒྱ་ལྷ་རྒྱ་གི་ལྷ་རྒྱ་མ་ལྷ། ར་མ་རྒྱ་ར་ཀ་རྒྱ་རྒྱ་སྒྱ། རྒྱ་ཏེ་རྒྱ་ཀ་ར་རྒྱ་མ་  
ར། །པོད་རྒྱ།



གང་ལ་འབད་བྱས་སྤྱོད་ཅིང། །

དེ་ནི་བདག་གིས་ཐོབ་མཛའ་བོ། །

རེ་འདོད་མེད་པས་བྱེད་མེད་སྟེ། །

བསྟོད་ནས་འོང་བྱེད་འགྲོ་བྱུང་ཅིག །

གང་ལ་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་རེ་བས་འབད་པ་དག་པོ་བྱས་པས་ལུས་ཆེ་  
ཆེས་ལྟར་སྤྱོད་དེ་ནི་བདག་གིས་ཐོབ་མོད། ད་ནི་མཛའ་བོ་རེ་བ་བཞིན་  
མི་བྱེད་པ་ལ་བདག་གྲང་འདོད་པ་མེད་པས། བྱེད་པ་མེད་པ་བཅས་པའི་ལྟ་  
བསྟོད་ནས་འོང་བ་བྱེད་གང་དགར་འགྲོ་བར་བྱུང་ཅིག ཅེས་དུས་བཟུང་  
ཡོལ་བའི་བྱེད་མེད་འགས་སྐྱས་སོ། །

གཉིས་པ་ཆོགས་བཅད་བྱེད་བསྐྱོག་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ལྷ་དེ་ལྷ་མ་ད་  
ལྷ་ཆེ་སྟེ། །ན་མི་ཀླ་ཅ་ན་ཀླ་མི་བྲ། །བྲ་མི་ཀླ་ཅ་ཀླ་མི་ན། །སྟེ་ལྷ་ད་མ་  
ན་དེ་བྲ། །བོད་སྐད།

ལྷ་ད་ལྷ་མ་བདག་རང་གི་སྟོ། །

སྟོས་མིན་འདོད་པ་འགའ་ཡང་མེད། །

དུལ་བ་འཛོམས་པའི་འདོད་པ་ཡི། །

རང་དབང་གཏུང་བ་དག་གྲང་མེད། །

ཞི་བ་པའི་གཞུང་ལས། ལྷ་ད་དེ་ཁོ་ན་ཅིང་ཀྱི་བྱེ་བྲག་སྟེ། དེ་དང་ལྷ་མ་  
པ་བདག་རང་གི་སྟོ་དུག་གསུམ་གྱིས་སྟོས་པ་མིན་ཅིང། ལུལ་ལ་གཡོ་

བའི་འདོད་པའི་ཆ་འགའ་ཡང་མེད་ལ།    ཚངས་སྒྱུད་ཀྱི་དུལ་བ་འཛོམས་པ་  
འདོད་སྟེའི་རང་དབང་དུ་གྱུར་པའི་གདུང་བ་དག་ཀྱང་མེད་དོ། །

གསུམ་པ་ཆིགས་བཅད་བརྒྱུད་པ་ནི།    རྒྱ་དཔེར།    ཡུ་ན་སྟུ་ན་ཡ་སྟུ་  
རྩ་མི། །ཀ་ལོ་རྩ་ན་ང་རྩ་ས་རྩ། །ཡུ་སྟུ་དུ་ར་ལ་དུ་རྩ་རྩ། །སྟུ་ཡུ་སྟུ་ཡ་མ་རྩ་  
དེ་སྟུ། །བོད་སྐད།

ཡིད་འགོ་བདུད་སྒྱུར་ལྷག་མི་དམན།  
གང་ཞིག་དབང་གྱུར་སྒྱེ་བོ་འཛོམས། །  
གང་ལ་བདག་སོང་སྒྱེ་བོ་བརྒྱུད། །  
དབང་གྱུར་དེ་ལ་བྱོན་ཞེས་སྟུས། །

ཀུན་གྱི་ཡིད་ལ་འགོ་བའི་བདུད་འདོད་སྟུས་སྒྱུར་བ།    གཞན་ཡིད་  
བསྐྱལ་བའི་ལྷག་མི་དམན་པ།    གང་ཞིག་དེའི་དབང་དུ་གྱུར་པའི་སྒྱེ་བོའི་  
དུལ་བ་འཛོམས་པའི་མཛེས་མ་གང་དེ་ལ་བདག་ཡིད་སོང་ནས།    སྒྱེ་བོ་  
བརྒྱུད་གཉེར་བྱའི་དབང་དུ་གྱུར་པ་དེ་ལ་བདག་གིས་བྱོན་ཅིག་ཅེས་སྟུས་  
སོ།    རྒྱ་དཔེའི་འབྲུ་ལྷགས་ལས་བརྒྱུད་པས་ཆིགས་བཅད་འོག་མ་འབྲུབ་  
ལ། བོད་སྐད།

སྟོན་འདི་ཡིས་ནི་གཟེར་གྱུར་ཅིང་། །  
བསྟན་མི་ཤེས་མ་དེ་ཡིས་ནི། །  
ཉིན་མའི་ནད་དག་མ་ཐོབ་མིན། །

ཕྱ་ངན་འབྲུལ་སྤྲད་ཁེངས་མ་བྱེད། །

སྟོན་དུས་རྩལ་མེད་པའི་ཉི་འོད་འདིས་ནི་གཟེར་བར་གྱུར་ཅིང་།  
བསྟན་པ་བཞིན་མི་ཤེས་མ་དེས་ནི། ཉིན་མོའི་ནད་རྩལ་ཅིང་གཏུང་བ་དག་  
མ་ཐོབ་པ་མིན་ཏེ། དེའི་རྩལ་ཁྲོད་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱ་ངན་དེ་དང་འབྲུལ་བའི་  
སྤྲད་དུ་མཛའ་བོ་ཁྲོད་ཁེངས་པར་མ་བྱེད་ཅིག། །

སྤྱི་དོན་གཉིས་པ་བྱ་དཀའ་བའི་ཁྲད་པར་གཞན་བསྟན་པ་ལ་གཉིས།  
བ་སྤང་གཅིན་དང་། འཁོར་བའི་བྱ་དཀའ། བ་སྤང་གཅིན་ལ་མཆོན་ཉིད་དང་།  
དཔེར་བརྗོད་དོ། །མཆོན་ཉིད་ནི།

གལ་ཏེ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་རྣམས། །

གཅིག་གིས་བར་ཆོད་གཟུགས་གཅིག་ཉིད། །

དེ་ནི་བྱ་དཀའི་དེ་ཉིད་རིགས། །

བ་སྤང་གཅིན་ཞེས་སྤྲ་སྟེ་དཔེར། །

གལ་ཏེ་ཆོགས་བཅད་བྱེད་སྤྱི་སྤྱི་སྤྱི་འོག་ཏུ་བྲིས་པ། རེ་མོས་ཀྱིས་  
འབྲེག་འགོས་སུ་ཡི་གེ་གཅིག་གམ་རེ་རེས་བར་དུ་ཆོད་པ་བསྟན་པ་དང་།  
སྤྱི་འོག་རང་སར་དཀྱུས་སུ་བསྟན་པ་གཟུགས་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་འབྱུང་  
བ་དེ་ནི། བྱ་དཀའ་བའི་དེ་ཉིད་རིགས་པའི་མཁས་པ་རྣམས་བ་སྤང་གཅིན་  
ནམ། སྤང་པོའི་འགོས་ཞེས་སྤྲ་སྟེ། བ་སྤང་གི་འགོས་དང་སྟོན་ཅིག་  
པར་གཅིན་བཏང་བའི་ཆུ་རིས་དཔེར་བྱས་ཏེ་རེ་མིག་བཀོད་པའོ། །དཔེར་

བརྗོད་ཀྱི་སྒྲུབ་པའི་རེ་བྱ་མིག་ཏུ་བྱས་པ་འདི་ལོ། །

	མ	ད	ལྟོ	མ	དེ	རྒྱ	ལྟོ	མ	ལྟོ	ལྟོ	ལྟོ	ལྟོ	ལྟོ	ལྟོ	ལྟོ
	མ	དེ	ལྟོ	ལྟོ	ལྟོ	ལྟོ	ལྟོ	མ	ལྟོ	ལྟོ	ལྟོ	ལྟོ	ལྟོ	ལྟོ	ལྟོ

བོད་སྐད།

ཆང་འདྲའི་མིག་ལྟོ་བྱར་མིག་གི།

མཆོན་གྱིས་འདོད་པ་འདི་སྒྲུབ་ཏེ།

གལ་ཏེ་བདག་གྲང་སྒྲིག་བྱེད་ན།

འདོད་པ་ལ་ནི་ཐལ་མོ་སྒྲུབ། །

ཆང་གིས་སྒྲིག་པ་འདྲ་བའི་བེམ་བྱའི་མིག་ལྟོ་མཛེས་མའི་བྱར་  
མིག་གི་མཆོན་གྱིས་འདོད་པའི་སྒྲུབ་པའི་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ལས་སྒྲུབ་བ་སྟེ།  
གལ་ཏེ་བདག་གྲང་སྒྲིག་ཀྱི་མཐུ་ལས་ཆགས་པའི་ཡུལ་ཐོབ་པས་འདོད་  
ཆགས་ཀྱི་སྒྲིག་པ་དེ་བྱེད་པ་ཞིག་ན། འདོད་པའི་སྒྲུབ་པ་དགའ་བའི་ཡིད་  
གྱིས་ཐལ་མོ་སྒྲུབ་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་འཁོར་བའི་བྱ་དཀའ་ལ་གཉིས། མཆོན་ཉིད་སྒྲུབ་བསྟན།  
བྱེ་བྲག་དཔེར་བརྗོད་པའོ། །དང་པོ་ནི།

གལ་ཏེ་ཆོག་སྒྲུབ་བྱེད་འཁོར་ན།

བྱེད་དུ་འཁོར་བ་ཞེས་པར་བརྗོད། །

གལ་ཏེ་ཀྱན་ཏུ་འཁོར་བ་ནི། །

ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་ཞེས་པར་འདོད། །

གལ་ཏེ་ཆོག་ས་བཅད་རྒྱུ་བཞི་བཅེག་ས་མར་གྲིས་པ། བྱེད་དུས་  
 དང་འོག་ཏུ་འཁོར་ཞིང་བྱེད་མཐའ་ནས་ལུགས་སྒྲོག་དང་འོག་ནས་འཁོར་  
 བ་ནི་བྱེད་དུ་འཁོར་བ་ཞེས་པར་བརྗོད་ཅིང་། གལ་ཏེ་དེ་བཞིན་བཅེག་ས་  
 མར་གྲིས་པ་དེ་གྲོག་ཚུལ་བྱེད་འཁོར་བཞིན་ལ། བྱེད་པར་བྱེད་སྒྲུ་བྱེད་  
 ལུགས་འབྱུང་ལུགས་སྒྲོག་ཡང་འདྲ་ཞིང་། མཐའ་གཉིས་ཀྱང་འདྲ་བར་ཀུན་  
 ཏུ་འཁོར་བ་ནི། ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་ཞེས་པའི་བྱ་དཀར་སྟོན་གྱི་མཁས་པ་  
 རྣམས་འདོད་དོ། །

གཉིས་པ་བྱེད་འཁོར་གྱི་དཔེར་བརྗོད་རྒྱ་དཔེར་འཁོར་ལོར་བཀོད།

མ	འོ	བྱ	མ		ཏ	བྱ	འོ	ཀྱ
འོ	ཏ	ལྱ	ཡ		ན	སྒྲ	ན	འོ
བྱ	ལྱ	ཏ	མེ		ལྱ	སྒྲ	སྒྲ	མ
མ	ཡ	མེ	འོ		མ	ལྱ	ན	ཏ

བོད་སྐད།

མ་དུད་ཡིད་བྱུང་བྱོད་དར་བྱིར། །

སྟེ་ནི་ཁེངས་སྟུན་མ་ཡིན་མིན། །

ཡང་ན་འཛིག་ས་ལས་དཔག་མེད་ན། །

བདག་ཅག་སྒྲིག་པའི་རང་བཞིན་ནོ། །

ཀྱེ་སྒྲུ་ལ་ཡང་མ་དུད་པའི་ཡིད་བྱུང་སྟེ་འདོད་པའི་སྒྲུ་བྱོད་དར་ཞིང་  
 རྒྱས་པའི་ཆེད་དུ་སྟེའམ་དཔུང་ནི་ཁེངས་ལྡན་ལང་ཆོ་མ་རྣམས་མིན་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ་ཡིན་ལ། ཡང་ན་འཁོར་བའི་འཛིག་ས་པའི་བསྐྱབ་པའི་ལས་དཔག་  
 ཏུ་མེད་པ་ནས། བདག་ཅག་གི་སྒྲིག་པའི་རང་བཞིན་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །  
 ཀུན་འཁོར་གྱི་རྒྱ་དཔེར་འཁོར་ལོ་བཞོད།

སྒྲུ	སྒྲུ	ཡུ	སྒྲུ		སྒྲུ	ཡུ	སྒྲུ	སྒྲུ
སྒྲུ	སྒྲུ	ཡུ	སྒྲུ		ཡུ	སྒྲུ	སྒྲུ	སྒྲུ
ཡུ	སྒྲུ	སྒྲུ	སྒྲུ		སྒྲུ	སྒྲུ	སྒྲུ	ཡུ
སྒྲུ	ཡུ	སྒྲུ	སྒྲུ		སྒྲུ	ཡུ	ཡུ	སྒྲུ

མོད་སྒྲུ།

ཆེ་དང་ནད་རིང་ཅེས་མིན་གང་། །

དགའ་མ་བདུད་ཀྱི་རྒྱར་མ་སྒྲུང་། །

བཞོད་བསྐྱོག་སྒྲུ་མེད་དཔལ་མེད་མ། །

སྟོབས་ལྡན་སྒྲུ་གནས་འཆི་སྒྲུང་དུ་ལོ། །

མཛེས་མ་གང་ཞིག་ཆེ་བ་ཤར་བ་དང་།

འདོད་པའི་ནད་བྱག་ཅིང་།



ཡུན་རིང་བས་གདུང་བ་ཅིས་མིན་ཏེ་ཡིན་ལ།      བདག་གི་དགའ་མ་འདི་ནི་  
 བདུད་འདོད་ལྟའི་རྒྱར་མ་ལྟར་བ་ཞིག་སྟེ།      བཟོད་པ་འཁྲིག་པའི་བྱ་བ་  
 བཞེག་ཅིང་། ཆགས་པའི་གཏམ་གྱི་སྒྲ་མེད་ལ།      ཅེ་དགའི་དཔལ་ཡང་མེད།  
 ཁེངས་པ་སྟོབས་ལྡན་ལ་གཡོ་སྒྱུ་ལ་གནས་པ་འདི་བདག་འཆི་བ་ལ་སྒྱུར་  
 བའི་སྒྲ་དུ་འོངས་སོ།། །

སྤྱི་དོན་གསུམ་པ་དབྱངས་སོགས་ངེས་པའི་བྱ་དགའ་བཤའ་པ་ལ་  
 གསུམ། མཚན་ཉིད་སྤྱིར་བསྟན། བྱེ་བྲག་དཔེར་བཞིན། དོན་བསྐྱུ་བའོ། །  
 མཚན་ཉིད་ནི།

དབྱངས་དང་གནས་དང་ཡི་གེ་རྣམས། །

ངེས་པ་གང་འདི་བྱ་དགའ་ལ། །

བཞི་ལ་སོགས་པ་རབ་བསྟན་འདི། །

གཞན་ནི་བྱ་སྒྲ་དག་ཏུ་འདོད། །

ཨ་ཨླ། ཨི་ཨླ། ཨུ་ཨླ། རི་རླ། ལི་ལླ། ཨེ་ཨླ། ཨོ་ཨླ། རྣམས་དབྱངས་  
 དང་། ཡི་གའི་མདོར། ཨ་ཀུ་ཏརྟ་རྣམ་པར་བཅད་པ་རྣམས་ཀྱིས་མགྲིན་  
 པའོ། །རི་ཏུ་ར་ཏ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱི་བའོ། །ལི་ཏུ་ལ་ས་རྣམས་ཀྱིས་སོའོ། །ཨི་  
 ཏུ་ཡ་ཤ་རྣམས་ཀྱིས་ཀན་ནོ། །ཨུ་ཏུ་ཤ་བ་མཆུ་དང་ཉེ་བ་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་  
 མཆུའོ། །སྤྱིས་གནས་དང་། ཀ་ཁ་ག་གླ་ང་། ཅ་ཆ་ང་རྩྱ་ཉ། ཅ་ཅ་ཅ་རྩྱ་ཉ། ཅ་  
 ཐ་ད་རྩྱ་ཉ། ཐ་ཐ་ཐ་རྩྱ་ཉ། ཡ་ར་ལ་ཤ། ཤ་ཤ་ཤ་རྩྱ་ཉ། རྣམས་ཡི་གེ་སྟེ་དེ་

དག་བཞིར་ངེས་པ་དང་། གསུམ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་རབ་ཏུ་བསྟན་པ་  
གང་འདི་ནམས་བྱ་དཀའ་བ་སྟེ། ལུ་པན་གཞན་ནི་བྱ་སྤྲ་བ་དག་ཏུ་འདོད་དོ། །  
གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད། དབྱངས་བཞིར་ངེས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ལྷ་སྒྲ་ལྷ་རྒྱ་སྒྲ་  
རྒྱ་སྒྲ། ལྷ་སྒྲ་ཏི་རྩི་ཏི་རྩི་ཏི་རྩི་ཏི་སྒྲ་ཏི་ལྷ་སྒྲ་པོ་རོ་པོ་མོ་རོ་མོ་རོ། རྒྱ་ཡེ་རྩི་རྩི་དེ་ལེ་ལེ་  
མེ། །འོད་སྟོན།

རིག་བྱེད་ནུས་ས་མཐར་ཆིག་སྒྲིས་པའི། །

ཐུ་དང་དགའ་བ་ཡམས་ནད་འཛིགས། །

ལོངས་སྤྱོད་ནད་དར་དགའ་དང་ཕྱོངས། །

དགེ་བའི་ཡུལ་དུ་སེམས་འདོད་བྱང་། །

དེག་གྱེད་རྣམས་ཀྱི་མཐའ་ཚིག་ལྟ་བུ་པའམ་བར་མའི་དབྱངས་ཀྱིས་  
 སྒྲས་པའི་སྒྱ་དང་འདོད་བྱ་གསར་དུ་རྟེན་པའི་དགའ་བ་དག་ནི་ཡམས་ཀྱི་  
 ཉན་དང་། འཛིགས་སྒྲག་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་ལྟར་ཤེས་དགོས་ཏེ། དབང་པོའི་  
 དུལ་གྱི་ལོངས་སྤྱོད་རྣམས་འབྲལ་དུ་བདེ་བ་ལྟར་སྤང་ཡང་སྒྲག་བསྐྱེད་ཀྱི་  
 རྒྱ་ཉན་དང་མཚུངས་པ་ལ་དགའ་བར་འཛིན་པ་དང་། རྩོངས་པའི་སྒྲོས་  
 འཁོར་བར་འཕེན་པའི་ཕྱིར། ད་ནི་དགེ་ཞིང་ཞི་བ་ཐར་པའི་དུལ་ལ་སེམས་  
 ཀྱི་འདོད་པ་བྱུང་ཤིག ཨ་ཨྱི་ཨོ་ཨེ་བཞིར་ངེས་པའོ། །

དབྱངས་གསུམ་དུ་ངེས་པ་ནི། རྒྱ་དབེད། སྒྲི་ཏི་བི་ཇི་ཏི་སྒྲི་ཏི་བི་ཏི་  
ཏི། །ཟླ་ཏ་ར་ཏ་ཡཿ་ར་ག་ཏ་ཡཿ །ལྷ་རུ་རུ་རུ་རུ་རུ་རུ་རུ་རུ་རུ །སྤ་མ་

རི་ཀུ་ལི་ཡུ་རྟི་ཀུ་ར་མཐུ། །བོད་སྐད།

ས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་བརྟན་པ་སྐྱབ་བྱེད་པའི། །

བརྟལ་ཞུགས་ལ་དགའ་མཆོག་རྟོགས་ཀུ་རུ་པས། །

གཡུལ་དུ་རང་གི་དགྲ་ཡི་རིགས་རྣམས་ནི། །

ཆེ་བར་བཀག་ཅིང་སྡི་བར་འདར་བར་བྱས། །

སའི་དགྲིལ་འཁོར་འདི་ལས་རྒྱལ་ཞིང་སྤར་མི་ཉམས་པའི་བརྟན་པ་  
སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་བརྟལ་ཞུགས་ལ་དགའ་བ་ལུགས་ཀྱི་བྱ་བ་མཆོག་རུ་  
རྟོགས་པའི་རྒྱལ་པོ་ཀུ་རུ་པ་སྟེ་སྤང་ན་ཞེས་བྱ་བས། གཡུལ་དུ་རང་གི་དགྲ་  
པོ་རྣམས་ཆ་བས་ཆེ་བར་བཀག་ཅིང་སྡི་བ་སྟེ་ཆེས་ཆེར་འདར་བར་བྱས་  
སོ། །

ཀང་པ་རེ་ཨི་ཨ་ཨུ་གསུམ་དང་། བཞི་པ་གང་བདེའོ། །དབྱངས་  
གཉིས་སུ་ངས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ལྷོ་རྩི་སྟེ་སྟེ་གྱིར་རྩི། རྩི་རྩི་རྩི་གྱི་སྟེ་རྩི། ཨི་  
རྩི་རྩི་རྩི་རྩི། ཡེ་ནི་མེ་དེ་མེ་ཤེ། །བོད་སྐད།

དཔལ་གཟི་ངོ་ཆ་གྲགས་དང་། །

སྟོ་ལུགས་ཆོག་དང་དགའ་དག།

ཁྱོད་ལ་འཕེལ་བ་གཉིས་གང་། །

འདི་གཉིས་སྟེ་དབང་ལ་མེད། །

ཆེ་བའི་དཔལ་དང་གཟི་བརྩིད་དེ་ལས་བྱུང་བའི་ངོ་ཆ་ཤེས་པ་དང་

སྒྲུབ་པའི་གྲགས་པ། སྒྲོ་གྲོས་ཏེ་སྒྲུབ་དོར་འབྲུག་པའི་ཤེས་རབ་དང་། དེའི་  
རྒྱུ་སྒྲུབ་འབྲུང་བ་སྒྲེ་གསུམ་གྱི་ལུགས་དང་། ཆོ་ག་སྒྲུབ་པས་འཛིག་ཏེན་  
སྒྲུབ་པ། རྒྱུ་སྒྲུབ་མ་སྒྲུབ་པར་འབྲུག་པའི་དགའ་བ་སྒྲེ། ཁྱོད་ལ་འཕེལ་བ་  
གཉིས་གཉིས་སྒྲུབ་བཅད་པ་འདི་དག་ནི་སྒྲུབ་དབང་པོ་ལ་ཡང་མེད་དོ། །ཞི་  
དང་ཞེར་ངེས་པའོ། །

ཨ་གཅིག་ཕྱར་ངེས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་དཔེར་བརྗོད་  
དང་གཅིག་ལ། སྒྲ་སྒྲ་ལྷ་སྒྲ་སྒྲ་ལྷ་སྒྲ་སྒྲ། །སྒྲ་རྒྲ་སྒྲ་ལྷ་སྒྲ་རྒྲ་སྒྲ། །ལྷ་སྒྲ་སྒྲ་  
རྒྲ་སྒྲ་སྒྲ་ལྷ། །སྒྲ་ལྷ་རྒྲ་སྒྲ་སྒྲ་རྒྲ་ལྷ་སྒྲ། །ཁོད་སྒྲ།

ནད་རིང་མིན་པའི་དགའ་མ་གང་། །

བདུད་རྒྱུར་མ་སྒྲུང་བའོད་བརྗོད་པ། །

སྒྲ་མེད་སྒྲོ་བས་སྒྲུབ་སྒྲུས་ཅེན་ཏེ། །

སྒྲ་དང་སྒྲུབ་ཅིག་འཆི་སྒྲུད་དུ། །

ཞེས་དབང་འབྱུང་བདེ་སྒྲེ། འདོད་པའི་ནད་རིང་པོ་འབྱུང་བ་མིན་  
པའི་དགའ་མ་གང་འདི་བདུད་འདོད་སྒྲུབ་རྒྱ་ལ་མ་སྒྲུང་བ་ཞིག་སྒྲེ། བའོད་  
པ་འབྲིག་པའི་བྱ་བ་བརྗོད་ཅིང་དེའི་གཏམ་གྱི་སྒྲ་ཡང་མེད་ལ། ཁེངས་པ་  
སྒྲོ་བས་སྒྲུབ་ལ་གཡོ་སྒྲུས་ཅེན་པ་ཞིག་སྒྲེ། ཡིད་འཕྲོག་ཀྱང་འཕྲོགས་པར་  
མི་དབང་། སྒྲ་བ་ཤར་བ་དང་སྒྲུབ་ཅིག་པ་བདག་འཆི་བར་བྱ་བའི་སྒྲུད་དུ་  
འོངས་སོ། །

གཉིས་པ་གནས་ངེས་པ་ལ་བཞིར་ངེས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། བ་ཡ་རྒྱ་  
ནུ་ཇ་ན་ནི། བཟུ་ཏ་ག་ཏ་ལྷ་ལི་ནི། ཨ་ལྷ་ནི་ག་ག་ནི་དེ་ལྷི། རྒྱ་ནི་དྲི་ཡ་  
དྲི་ས་ཀྱི་དྲུ། །བོད་སྐད།

འཛེན་བྱེད་ཀུན་དགའ་སྦྱེད་བྱེད་ལ། །

རྒྱ་སྐར་ཆོག་ས་རྣམས་དག་གི་གནས། །

སྦྱིན་མེད་མཁའ་ལ་ལུས་ཅན་ལ། །

ལན་ཅིག་མིག་ནི་སྦྱིན་པར་མཛོད། །

འཛེན་བྱེད་དེ་མིག་ཀུན་དགའ་བ་སྦྱེད་པར་བྱེད་པ། རྒྱ་སྐར་གྱི་  
ཆོག་ས་རྣམས་དག་གི་གནས་དང་། སྦྱིན་མེད་པའི་བྱེད་པར་གསུམ་ལྟན་  
པའི་ནམ་མཁའ་ལ། མཛོས་པའི་ལུས་ཅན་མ་ཁྱོད་ཀྱིས་ལན་ཅིག་མིག་སྦྱིན་  
པ་སྟེ་བཟུ་བར་མཛོད་ཅིག་ཅེས་ངོ་དཔངས་དམའ་བའི་མཛོས་མ་ལ་བཞད་  
གད་བྱས་སོ། །

ན་ར་ལ་ས་སོ་དང་། རྒྱ་ཏ་རི་ཏ་སྦྱི་བོ། ཨ་ཀ་ག་ལྷ་མགྱིན་པ། ཡ་ཇ་  
ཤ་རྒྱ་ཏེ་བཞིར་ངེས་པ་ལོ། །གནས་གསུམ་དུ་ངེས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ཨ་ལི་  
རྒྱ་ལྷ་ལ་ཀ་ལ་ཏི། ཀ་རྒྱ་ཏ་རྒྱ་ལྷ་ལྷ་ནི། ལྷ་ན་ནི་ན་ལི་ན་རྒྱ་ལ། བ་ཡ་ནི་ཤ་  
ཤི་ཀ་རྒྱ་ཏེ། །བོད་སྐད།

བྱ་སྦྱག་ཁྱོད་གདོང་ལན་བྱ་ཡི། །

འཕྲི་ཤིང་བྱང་བ་ལྷར་སྟོ་ཞིང་། །

འཛེན་བྱེད་པ་རྒྱའི་གཟུགས་བརྟན་ཅན། །

ཟླ་ལྷ་མཛེས་པས་སྐྱ་མ་བཅོམ། །

བྱ་མའི་དགྲིལ་འཁོར་སྐྱག་པར་རྒྱས་པ་མོ་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་པ་སྐྱ་ལན་  
བྱའི་འཁྲི་ཤིང་བྱང་བའི་ཁ་དོག་ལྷ་མོ་ལྷོ་ཞིང། འཛེན་བྱེད་དེ་མིག་གཉིས་  
ཡངས་པ་པ་རྒྱའི་གཟུགས་བརྟན་ཅན། ཟླ་བ་ལྷ་མོ་དཀར་བའི་བཞིན་རས་  
མཛེས་པས་སྐྱ་ཞིག་མ་བཅོམ་སྟེ་ཐམས་ཅད་བཅོམ་མོ། །

ཨ་ཀ་ལྷ་ཏ་རྒྱལ་མཁའ་མཁའ་ལ། ཏ་རྒྱ་ལ་རྒྱལ་སོ། ཡ་ཤ་རྒྱ་ཏ་  
གནས་གསུམ་དུ་ངེས་སོ། །གནས་གཉིས་སྐྱ་ངེས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ཨ་རྒྱ་  
ལྷ་རྒྱ་ལྷ་ལྷ། རྒྱ་རྒྱ་ཏ་རྒྱ་ས་དཀྱ་རྒྱ། ས་དུ་རྒྱ་ལྷ་ས་དུ་རྒྱ། རྒྱ་དུ་རྒྱ་ས་དཀྱ་ས་དཀྱ་  
ཏ། །འོད་སྐྱད།

ཏྲ་ཏྲ་ཕྱིག་མེད་ཀྱན་དགའ་མཆོག། །

ལུས་དུད་དག་དང་འགྲོགས་ལ་ཆགས། །

བཙུན་མོ་ལུས་མེད་ཀྱིས་འགོངས་ཏེ། །

འཛིགས་པ་དུ་མས་རེག་པར་གྱུར། །

ཏྲ་ཏྲ་ཕྱིག་པ་མེད་པ་ཀྱན་དགའ་བ་བསྐྱེད་པའི་མཆོག་ཁྱོད། བྱ་  
མའི་ཁུར་གྱིས་ལུས་དུད་པའི་གཞོན་བྱ་མ་དག་འགྲོགས་པ་ལ་ཆགས་ནས།  
རང་གི་བཙུན་མོ་ལུས་མེད་ཀྱིས་འགོངས་པ་སྟེ། འདོད་པས་གཟིར་བའི་  
འཛིགས་པ་དུ་མས་རེག་པར་གྱུར་ཏེ་ཞེས་བཞད་གད་དུ་བྱས་པ་སྟེ། ཨ་ག་



ལྷ་ཀ་མགྲིན་པ། ན་ལ་ས་ད་ཏ་སོ་གཉིས་སྟུངས་པའོ། །

གནས་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་ནི། རྒྱ་དབེར། ཨ་གྲ་གྲལ་དྭ་གྲ་གྲ་ག གྲ་ཏ་  
 གྲ་ཉ་ག་གྲ་ག་ལྷ། ཨ་ལྷ་ལྷ་ཁ་གྲལ་ག ཀློག་ག་ཁ་ག་གྲ་ག་ག བོད་སྐད།  
 ཏ་ཏ་མི་སྤྱོད་མཁའ་འགྲོས་མཆོད། །  
 དི་འགྲོ་དབང་འཁྱོད་ལྡན་མ་ཆགས། །  
 འཁྱོད་སྤྱོད་གཞུང་ཅུང་འཇུག་སྟེག། །  
 སྤྱོད་འཇོམས་པ་མཐོ་དེས་འགྲོ།

ཏ་ཏ་ཞེས་སྤྱ་ཅོར་དུ་མི་སྒྲོག་པ།      མཁའ་འགོ་སྟེ་ཉི་མས་མཆན་པའི་  
 རི་ལྷན་པོའི་ཅེར་ཡང་གྲགས་པ་འགོ་ཞིང་།      དབང་པོ་མིག་སོགས་དུལ་བས་  
 འབྲོག་པོའི་ངན་སྒྲོད་ལྷན་ལ་མ་ཆགས་པ།      འབྲོག་ཅིང་སྒྲ་སྒྲོག་པ་གསྐྱའི་  
 ལྷ་བོར་ཁྱས་ལ་འཇུག་པ་ཁྲིད།      རྟོག་པ་བྱ་རོག་ལྷར་ནག་པོ་འཛོམས་པས་  
 མཐོ་རིས་སྤྱ་འགོ་བར་གདོན་མི་བའོ་ཞེས་མགོན་པ་གཅིག་ཏུ་རངས་སོ། །

གསུམ་པ་ཡི་གཏི་ངེས་པ་ལ། ཡི་གེ་བཞིར་ངེས་པ་ནི། རྒྱ་དབེར། རེ་  
རེ་རོ་རྩ་རྩ་རོ་རྩ། །གུ་གོ་གྲོ་གྲོ་ག་གྲོ་ག་གུཐ །ཀི་རྩེ་གུ་གུ་གུ་གཞུ་གོ་ ལྷ་  
ལྷ་ལྷ་མམ་ལྷ་མམ། །པོད་རྒྱད།

ཀྲེ་ཀྲེ་སྒྲ་སྒྲོག་རུ་རུའི་བྱང་། །  
འཛོམས་སྒྲིག་ལ་རི་རི་ཆར་འགོ། །  
ང་ཅན་མ་འོངས་བདག་གི་མ། །

བྱ་རོག་མ་བྱའི་སྒྲུབ་བསྒྲུབ་ཅི། །

ཤེ་ཤེ་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པའི་རི་དྲགས་རུ་རུའི་བྲང་འཛོམས་པ།  
 སྒྲིག་ཅན་མ་རི་བ་སྒྲེ་རྒྱུ་པ་རི་རྒྱུ་སྒྲུབ་ཤི་ཆར་ཡང་ཡང་འགྲོ་བ་བྱེད་ང་ཅན་  
 རུ་མ་འོང་ཅིག བདག་གི་མ་རྒྱུ་པ་འཛོམས་པ་བྱེད་ནི་བྱ་རོག་གིས་མ་བྱའི་  
 སྒྲུབ་བསྒྲུབ་བ་ཅི་སྒྲེ་བྲང་བར་མི་རུང་ངོ། །

ཡི་གེ་གསུམ་དུ་ངེས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། དེ་སྒྲུབ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་ རོ་ད་  
 རོ་མེ་དེ་རྒྱ་རྒྱ་ རི་མི་དུ་རྒྱ་མ་རྒྱ་དེ་ན། རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་མ་རྒྱ་རྒྱ་ རོ་ད་  
 རྒྱ་ད།

སྒྲུབ་རྒྱུ་པ་དགའ་བར་བྱེད་པའི་སྒྲུབ། །

རིག་བྱེད་ལ་སྒྲོད་འགོག་པ་པོས། །

སྒྲུབ་མིན་དགའ་བྱེད་བཅོམ་པ་ན། །

སྒྲུབ་ཡིས་མཐོ་རིས་གང་བར་བྱུང། །

སྒྲུབ་རྒྱུ་པ་དགའ་བར་བྱེད་པའི་སྒྲུབ་བྱུང་འབྲུག་ཆེན་པོ་རིག་བྱེད་ལ་  
 སྒྲོད་པ་རྒྱུ་པ་འགོག་པ་པོ་དེས། སྒྲུབ་མིན་དགའ་བྱེད་ཏེ་རི་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་སྒྲུབ་  
 དང་། གཞི་རྒྱ་སོགས་བཅོམ་པ་ན་དེགས་པས་བྱུང་བའི་སེང་གའི་སྒྲུབ་ལ།  
 དེ་བཅོམ་མོ་ཞེས་པའི་སྒྲུབ་མཐོ་རིས་ཤི་འཛིག་ཏེན་གང་བར་བྱུང་ཏོ། །

ཡི་གེ་ད་བ་ན་གསུམ་དུ་ངེས་པ་ལོ། །ཡི་གེ་གཉིས་སྒྲུབ་པའི་ནི། རྒྱ་  
 དཔེར། སྒྲུབ་རི་སྒྲུབ་རྒྱ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་རི་སྒྲུབ་རྒྱ་ །སྒྲུབ་ར་སྒྲུབ་ར་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ར་སྒྲུབ་

སྒྲིེ། །སྒྲིེ་རྩི་ས་སྒྲུ་རྩུ་སྒྲུ་རྩུ་རྩུ་རྩུ་སྒྲིེ། །བོད་སྐད།

མཁས་པ་ལྟ་དང་ལྟ་མིན་ལ། །

འགྲོ་སྟོབས་ལྡན་པའི་བྱིན་ལེགས་ཅན། །

ཆང་གི་རོ་ལྡན་གཤེལ་འཛིན་དེ། །

བཞད་ཀྱི་སྐྱ་ལྡན་མཆོ་རུ་སོང་། །

རིག་པ་ལ་མཁས་པ་ལྟ་དང་ལྟ་མིན་ཀྱན་ལ་བྱུང་བར་འགྲོ་བའི་  
སྟོབས་ལྡན་པ། བྱིན་པ་ལེགས་ཤིང་མཛེས་པ་ཅན། ཆང་གི་རོ་ལྡན་བ་དང་  
ལྡན་པ་གཤེལ་འཛིན་ནམ། སྟོབས་བཟང་ཞེས་པ་བྱུང་འདུག་གི་སྐུ་བོ་དེ་  
བཞད་དཀར་ཀྱི་སྐྱ་དང་ལྡན་པའི་མཆོ་ར་རྩེ་དགའ་དང་། བྱུང་ཀྱི་ཆེད་དུ་  
སོང་ངོ་། །ས་ར་གཉིས་སྒྲུ་ངེས་པའོ། །

ཡི་གེ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། རྩུ་ལྟ་རྩུ་ལྟ་རྩུ་ལྟ་རྩུ་ལྟ་ །རྩུ་ལྟ་  
རྩུ་ལྟ་རྩུ་ལྟ་རྩུ་ལྟ་རྩུ་ལྟ་རྩུ་ལྟ་རྩུ་ལྟ་ །རྩུ་ལྟ་རྩུ་ལྟ་རྩུ་ལྟ་རྩུ་ལྟ་ །བོད་སྐད།

འདི་ཡིས་བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱི་བཞིན། །

བཞིན་གྱིས་ངེས་པར་མ་བཅོམ་མིན། །

བདག་སྟོག་དམན་མིན་འདི་དང་སྟོར། །

རྩེ་བོ་སྐྱེས་མིན་སྟོག་ཅན་ངེས། །

འཐབ་བྱའི་སྐྱེས་སུ་འདི་ཡིས་བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱི་བཞིན་རས།  
ཁོའི་བཞིན་རས་རྩེ་ཞིང་ཁྱོ་བའི་བེལ་གྱིས་མ་བཅོམ་པ་མིན་ཏེ་བཅོམ་ན།

བདག་ཅག་གི་སྒྲིག་སྒྲོལ་སྒྲོལ་མི་དམན་པའི་དཔའ་བོ་འདི་དང་ལྷན་ཅིག་  
འཐབ་པ་ལ་སྒྲོར་བ། རྗེ་བོ་ཁྱོད་བཅེ་བ་དང་བྲལ་བས་སྒྲིམ་བྱ་བཟང་པོ་མིན་  
ཏེ་སྒྲིག་ཅན་དུ་ངེས་སོ། །ན་ཡིག་ཁོ་ནར་ངེས་པའོ། །

དེ་དག་གི་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི།

དེ་ལྟར་བྱ་དགའི་ལམ་ལ་ཡང་། །

རིམ་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱན་ཏུ་བསྟན། །

དེ་ལྟར་བྱ་སྒྲིམ་བར་མ་ཟད་བྱ་དགའ་བའི་ལམ་ལ་ཡང་། རིམ་པ་མདོར་  
བསྐྱུས་ཏེ་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཞིག་ཀྱན་ཏུ་བསྟན་ནོ། །སྒྲིའི་བྱུང་བཤའ་ཟིན་ཏོ། །

གསུམ་པ་གའ་ཆིག་གི་བྱུང་ལ་བཞི་སྟེ། དམ་བཅའ་བ། དགོས་པ།  
དངོས་བཤའ་བ། མཐུག་དོན་བསྐྱུ་བའོ། དང་པོ་ནི།

གའ་ཆིག་དག་གི་རྣམ་པ་ཡི། །

ལུགས་ཀྱང་རབ་ཏུ་བསྟན་པར་བྱ། །

གའ་ཆིག་གི་བྱུང་དག་གི་རྣམ་པའམ་མཆོན་ཉིད་དང་མཆོན་བྱའི་  
ལུགས་ཀྱང་རབ་ཏུ་བསྟན་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་དགོས་པ་ནི།

ཅེད་མའི་མདུན་སར་བཞད་གད་དང་། །

དེ་ཤེས་ཆོགས་སུ་གསང་སྒྲིམ་དང་། །

ཕ་རོལ་ཀྱན་ཏུ་མོངས་བྱེད་ལ། །

གཤམ་ཆིག་དག་ནི་ཉིང་མཁོ་ལྟོ། །

ཅིང་མོའི་བྱ་བ་ཚུམ་པའི་མདུན་སར་བཞད་གད་ཀྱི་དོན་དང་། དེ་  
ཤེས་པ་དག་པན་ཚུན་ཆོག་ས་སྤྱ་གསང་བའི་གཏམ་སྒྲ་བ་དང་། ས་རོལ་  
རྣམས་ཀྱན་ཏུ་མགོ་མྱོངས་པར་བྱེད་པ་ལ། གཤམ་ཆིག་གི་རྒྱན་འདི་དག་ཉི་  
བར་མཁོ་ཞིང་དགོས་པ་དང་ལྟན་པའོ། །

གསུམ་པ་དངོས་བཤད་པ་ལ་བཙུ་བྱ་ག

གསུམ་པ་དངོས་བཤད་པ་ལ་བཙུ་བྱ་ག་ལས། དེ་དེ་བཞིན་མཆན་  
ཉིད་དང་། འོག་གི་དཔེར་བཟོད་མཉམ་དུ་སྒྲངས་ནས་བཤད་པར་བྱ་སྟེ།  
དང་པོའི་མཆན་ཉིད་ནི།

ཆིག་མཆམས་སྐྱར་བས་དོན་སྒྲས་པ། །

ཀྱན་ཏུ་ཆོག་ས་པ་ཞེས་པར་བཟོད། །

ཆིག་སི་སོགས་དང་ཉི་སོགས་ཀྱི་མཐའ་ཅན་དག་མཆམས་སྐྱར་  
བས། སྒྲ་འདྲེས་པའི་བཟོད་དོན་སྒྲས་པ་ནི། ཀྱན་ཏུ་ཆོག་ས་པའི་གཤམ་ཆིག་  
ཞེས་པར་མཁས་པ་རྣམས་བཟོད་དོ། །དཔེར་བཟོད་ནི།

མ་ཡུ་གོ་རྩེམས་ཀྱིས་ནི། །

ཤེས་པ་མེད་ལ་ཅི་སྒྲད་ཁོ། །

གནས་མིན་དུ་བ་འདི་ཡིས་ནི། །

ཅི་བྱེད་ཀྱན་ཏུ་མིག་དམར་མ། །

མེ་བདག ལྷ་གས་གཞིད་པ། ར་ས་རོ་བོ་བ་སྟེ། རིམ་བ་ལས་མ་  
འདས་པས་སྤལ་བར་བྱའོ། །མེ་ལས་སྟོག་མེ་སྤལ། མེ་ཡིག་དེས། ལ་གས་  
ཀྱི་ལ་ཡིག་མཐོང་བས་མེ་ལ་ལ་རུ་སོང་། ལ་ཡིག་མཆ་མས་སྒྲུབ་བས། མ་  
ལྷ་གས། རེ་བ་དང་ས་དག་གིས་རྣམ་པར་བཅད་བྱའོས། ས་རྣམ་བཅད།  
དེས་རས་ཀྱི་ར་མཐོང་ནས། ལ་དང་སྒྲུབ་སྒྲིག་དག་གིས་འང་ངོས། རྣམ་བཅད་  
ལྷ། ལྷའི་ཡི་གེ་ལ་མོ་འོས། ག་ལས་སྤལ་བའི་ལ་ཡིག་མོ། གསལ་བྱེད་  
དབྱངས་མེད་བྱངས། བ་རོལ་ལྷ་དབྱེ། གོ་རས། ས་རྣམ་བཅད། མ་ལྷ་གོ་  
རྒྱུག། ཀྱི་མིག་དམར་མ། བདག་གི་གཞིད་པའི་རོ་བོ་བའི་སེམས་ཀྱིས་  
ཤེས་པ་མེད་པ་ལ་ཅིའི་སྒྲུབ་དུ་བྱོ་སྟེ། གནས་མིན་པ་ལ་དུ་བ་འདི་ཡིས་ཅི་  
བྱེད་ཅེས་ཆགས་སྟོས་ཀྱིས་མིག་དམར་བའི་མཛེས་མ་ལ་བཞད་གད་དུ་  
བྱས་པ་དེ། མ་ལྷ་བདག་གོ་བ་ལང་། ར་ས་རོ་བོ་བ་སྟེ། བདག་གི་བ་ལང་  
གི་རོ་བོ་བ་ཞེས་པར་འབྲུལ་ཞིང་སྟོངས་སྒྲུབ་འབྲུག་པས་ན། ཀྱུན་ཏུ་ཆོགས་  
པའི་གའ་ཆོག་གོ།

གཉིས་པའི་མཆན་ཉིད་ནི།

གཞན་ལ་གྲགས་པའི་སྒྲུབ་དག་གིས།

གང་དུ་བསྒྲུབ་སྒྲུབ་བྱེད་ཉིད།

དངོས་པོ་གཞན་ལ་གྲགས་པའི་སྒྲུབ་སྟོབས་ཆེ་བ་དག་གིས་སྟོགས་  
མ་སྒྲུབ་ཀྱི་མིང་གང་གཞན་དུ་གོ་ནས་སྒྲུབ་བྱེད་ཀྱི་གའ་ཆོག་སྟེ། དཔེར་བཞིན།



ཀུན་བསྐྱེད་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་ནི། །

དགའ་བ་ཇི་ལྟར་འཕེལ་གྱུར་བ། །

འཆི་མེད་བྱ་མོར་ཙཱ་འདྲི་ལ། །

མི་མོ་སྤྱད་པས་དེ་ལྟ་མིན། །

གོང་ཁྱེད་ཀྱི་ཀུན་ཀུན་ཀྱི་བྱ་མེད་མཛེས་མ་འགའ་ཞིག་བསྐྱེད་པས།  
ཁྱོད་ཀྱི་དགའ་བ་ཇི་ལྟར་འཕེལ་བར་གྱུར་པ་ནི། འཆི་མེད་ལྟེན་བྱ་མོར་ཙཱ་  
འདྲི་ལ། མི་མོ་བྱ་མོ་ལོངས་སྤྱོད་པས་དགའ་བ་དེ་ལྟ་བུ་འབྱུང་བ་མིན་ཞེས་  
བརྗོད་ཀྱི་ལ། ཀུན་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ཉམས་སྤྱོད་པའི་བྱ་མེད་ལ་ལོངས་སྤྱོད་གྲགས་པའི་  
ཕྱིར་གྲུ་ཀྱི་བྱེད་པར་འབྱུང་ནས་སྤྱོད་པར་བྱེད་པས། སྤྱོད་ཀྱི་གཞི་ཆེན་  
གོ།

གསུམ་པའི་མཆོད་ཉིད་ནི།

སྤྱོད་པ་ཞིན་ཏུ་འབྱུགས་པ་ཡིས། །

ལོངས་བྱེད་རིམ་པ་བྲལ་བ་སྟེ། །

ཆེན་གོ་སྤྱོད་པ་རིམ་པ་ཞིན་ཏུ་འབྱུགས་པའི་ཀྱི་ཡིས་ལོངས་པར་བྱེད་  
པ་ནི། རིམ་པ་བྲལ་བའི་གཞི་ཆེན་གོ། དཔེར་བརྗོད།

ཡུ་བར་འོ་བྱེད་པད་ཅན་གྱིས། །

ངང་པ་ཆེར་མ་རྩལ་པོ་ཅན། །

བཞིན་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱེད་ཅིང་། །

ལུས་ནི་འདར་བར་བྱེད་ཅིང་མཆུས། །

ངང་བ་བཞིན་རས་སམ་ཁ་ལ་སྐྱ་སྒྲུབ་པོ་སྒྲོག་པར་བྱེད་ཅིང་། ལུས་  
ནི་གཡོ་ཞིང་འདར་བར་བྱེད་པས་བསྐྱ་ཅན་གྱི་ཡུ་བ་ཆེར་མ་རྩལ་མོ་ཅན་ལ་  
མཆུས་འོ་བྱེད་དོ་ཞེས་བ་དེ་བརྗོད་ཚུལ། རྒྱ་དཔེར། སྤྲ་ཕྱི་གོ་རིམ་ཤིན་ཏུ་  
འབྲུགས་པར་ཡོད་བ་དེ་ལྟར་བསྐྱར་བ་སྟེ། རིམ་བ་བྲལ་བའི་གཤམ་ཆིག་གོ།  
བཞི་པའི་མཆན་ཉིད་ནི།

གང་ལ་དོན་རྟོགས་དཀའ་བ་ཡི། །

ཆིག་སྤང་དེ་ནི་རབ་བཅོམ་ཡིན། །

སྦྱོར་བ་གང་ལ་དོན་རྟོགས་པར་དཀའ་བའི་ཆིག་གི་སྤང་བས་དོན་དེ་  
བཅོམ་བ་ལྟ་བུར་གྱུར་བ་ནི། རབ་བཅོམ་ཞེས་པའི་གཤམ་ཆིག་སྟེ། དཔེར་  
བརྗོད།

བུ་མོ་བྱེད་གྱི་རྒྱང་མཛེས་ལ། །

རྒྱང་གཏུབ་རྒྱས་པ་སྐྱ་སྒྲུབ་སྒྲོག། །

མདོན་སུམ་ཉིད་ཏུ་གྱུར་བ་འདིར། །

བདག་གི་སྒོག་ནི་བརྟན་མ་ཡིན། །

ཀྱེ་བུ་མོ་བྱེད་གྱི་རྒྱང་བ་མཛེས་པ་དག་ལ་རིན་པོ་ཆའི་རྒྱང་གཏུབ་  
རྒྱས་པ་སིལ་ཁྲིལ་གྱི་སྐྱ་སྒྲུབ་པར་སྒྲོག་པ་མདོན་སུམ་གྱུར་བ་འདིས།  
ཆགས་པ་དྲག་པོས་བདག་གི་སྒོག་ནི་འཛིག་ཉེ་བས་བརྟན་པ་མ་ཡིན་ཞེས་

པ་འདི་རྒྱ་དཔེ་ལ་གོ་དཀར་བར་ཡོད་ཀྱང་འདིར་ཞིག་པ་སྟེ། དཔང་རྟེན་ཏུ་  
འདིའི་དཔེར་བཟོད། ཏ་ཏ་མི་སློག་མཁའ་འགྲོས་མཆོན། ཞེས་པའི་དག་ལྟ་  
བྱ་རྣམ་པ་གསལ་ལོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཞེས་པར་བྱའོ། །

ལྟ་པའི་མཆོན་ཉིད་ནི།

པལ་བའི་དོན་བཀོད་ཆིག་དག་གིས། །

བསྐྱེབས་པ་དག་ནི་མཐུན་པའི་གཟུགས། །

པལ་བའམ་བཏགས་པ་བའི་དོན་བཀོད་པའི་ཆིག་དག་ཏུ་སྐྱེབས་  
ཞིང་བསྐྱེབས་པ་དག་ནི། མཐུན་པའི་གཟུགས་ཀྱི་གཤམ་ཆིག་སྟེ། དཔེར་  
བཟོད།

གང་གི་ཡལ་ག་ཡལ་འདབ་ལ། །

མེ་ཉོག་དོག་པ་སྐྱུམ་པ་ཅན། །

འབྲི་ཞིང་ཡལ་འདབ་ལྟ་པ་ནི། །

སྐྱེད་མོས་ཆལ་འདིར་བདག་གིས་མཐོང་། །

གང་གི་ལག་པ་ལ་ཡལ་ག་དང་། མོར་མོ་ལ་ཡལ་འདབ། མེན་མོ་ལ་  
མེ་ཉོག་གི་དོག་པ་སྐྱུམ་པ་ཅན། བྱད་མེད་ཡན་ལག་ལྟ་ཅན་ལ་འབྲི་ཞིང་  
ཡལ་འདབ་ལྟ་པར་བཏགས་ནས། དེ་འདྲ་བ་སྐྱེད་མོས་ཆལ་འདིར་བདག་  
གིས་མཐོང་ངོ་ཞེས་པ་ལ་དཔང་ལོས། བསྐྱེབས་པ་བཟོད་པའི་རྒྱན་དེ་གསུངས་  
པ།

དོན་ཉིད་དམ་ནི་སྒྲུབ་ལ་ཡང་། །  
བྱད་པར་མེད་པ་སྒྲུབ་བཅོམ་ནས། །  
གལ་ཏེ་སྒྲུབ་ཡང་རབ་བསྐྱུགས་པ། །  
དེ་ནི་དོན་གཅིག་པར་འདོད་དཔེར། །

ཞེས་གསུངས་པ་མ་ལགས་སམ། བསྐྱུས་བཅོམ་ནི། བསམ་བྱའི་  
དངོས་པོ་དང་མཚུངས་པའི་ཆོས། ལྷོན་ཤིང་ལྷ་བྱ་ལ་ཇི་ལྷར་ཡོད་པ་བསྐྱུས་  
ནས་བཅོམ་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། འདིར་ནི་པལ་བའམ། བཏགས་པ་བའི་དོན་  
བཀོད་པ་སྟེ། འཁྲི་ཤིང་དེ་ལྷ་བྱ་དངོས་གནས་ལ་ཡོད་པར་མ་དེས་གྲང་།  
སྒྲོལ་མེ་མཁན་གྱིས་བཏགས་པ་སྟེ། བྱད་མེད་ལ་ཡན་ལག་ལྷ་ཡོད་པར་  
བཏྱུག་ནས། འཁྲི་ཤིང་ཡལ་འདབ་ལྷ་པ་ཞེས་གསུང་དུ་བཏགས་པར་བྱད་  
པའི་བྱིར། དེས་ན་གཞུང་ལུགས་ལ་གྲགས་ཟིན་བཞིན། མཁས་པའི་དཔང་  
པོས་དངོས་བཏགས་འབྱེད་པར་མཛད་རིགས་སོ། །འབྲེལ་པ་གཞན་དག་  
ནི་བྲག་ཆའི་དབྱངས་ཀྱི་རྗེས་སུ་རྒྱག་གོ། །

བྱུག་པའི་མཚན་ཉིད་ནི།

མཚན་ཉིད་ཡོད་ཅམ་དེས་ཆིག་དང་། །

ལྷན་པའི་ཆིག་ནི་རྩ་བ་མེད། །

མཚན་ཉིད་བཤད་རུང་ཅམ་གྱི་སྒྲུབ་དེས་ཆིག་དང་ལྷན་པ་ཞིག་མི་  
གསལ་ཞིང་ཉམས་དང་བྲལ་བས་རྩ་བ་མེད་གསལ་ཆིག་སྟེ། དཔེར་བཅོམ་།

ལྷ་རྣམས་ལྷ་ཡི་ཁང་པ་རུ།

སོ་སེའི་འོད་གྱིས་དལ་བྱར་རྒྱ།

དེ་བཟང་རྩིང་བྱར་སྤྱོས་བྱས་པ།

དེ་རྣམས་ད་ནི་ཀན་མོ་བཞིན།

སྤྱ་སྤྱབ་གྱི་དབང་ལས། རྩ་རའི་སྤྱ་ཆང་བྱེད་པ་མོ་དང་། དེ་བཟང་  
རྩིང་བྱ་ཆང་གི་ཆོགས་ལ་སྤྱ་བ་ཤད་རུང་དུ་ཡོད་པས། ཆང་མ་རྣམས་ཆང་  
ཁང་དུ་སོ་སེའི་བྱ་བ་ལ་དལ་བྱས་རྒྱ་ཞིང་། ཆང་གིས་སྤྱོས་པར་བྱས་པ་དེ་  
རྣམས་གཏམ་འབྱོར་ཞིང་ལུས་ཚུགས་མི་བྱབ་པས་ད་ནི་ཀན་མོ་བཞིན་ནོ་  
ཞེས་བརྗོད་རྒྱ་ལ། ལྷ་རྣམས་ལྷ་འི་ཁང་པ་རུ་སོ་སེའི་རང་འོད་གྱིས་འཆོ་  
བས་དལ་བྱར་རྒྱ་ཞིང་། དེ་བཟང་བའི་ལུས་གྱི་རྩིང་བྱར་དགའ་བས་སྤྱོས་པ་  
དེ་རྣམས་ད་ནི་ཀན་མོ་བཞིན་ནོ་ཞེས་ཡོངས་གྲགས་རྩུབ་མའི་ཆོག་གིས་  
གབ་པས། རྩུབ་མའི་གབ་ཆོག་གོ།

བདུན་པའི་མཆན་ཉིད་ནི།

གང་དུ་གངས་གྱིས་ཀུན་ཚེངས་པར།

བྱེད་པ་གངས་ཉིད་ཅེས་བྲ་སྟེ།

གང་དུ་ཡི་གའི་གངས་གྱིས་ཀུན་ཏུ་ཚེངས་པར་བྱེད་པ་ནི་གངས་  
ཉིད་ཅེས་བྲ་བའི་གབ་ཆོག་སྟེ། དཔེར་བརྗོད།

སྤྱ་ལྷན་དབུས་གནས་གསལ་བྱེད་བཞིས།

ཡོངས་སྒྲུབ་པ་འབྲུག་པ་ཡི། །

གྲོང་བྱེད་འགའ་ཡོད་གང་ཞིག་ན། །

མི་བདག་ཡིག་བརྒྱད་མིང་ཅན་ཡོད། །

སྒྲུབ་ཀྱི་ཡི་གེ་ཉི་ལྔ་ཡིག་དབུས་ན་གནས་ཤིང་། ཀ ཅཱ ས། ར་སྟེ་  
གསལ་བྱེད་བཞེས་བརྒྱད་པའི་གྲོང་བྱེད་འགའ་ཞིག་ཡོད་དེ། ཀའ་ཕྱུ་ཕུ་རི་ཞེས་  
པའོ། །གང་ཞིག་དེ་ན་མིའི་བདག་པོ་ཡི་གེ་བརྒྱད་ཆོགས་པ། ཀའ་ཕྱུ་ཕུ་རི་སྒྲ་  
མ་ཞེས་པའི་མིང་ཅན་ཡོད་དོ་ཞེས་ཡི་གེའི་གྲངས་ཀྱིས་གསལ་པས། གྲངས་  
ཀྱི་གསལ་ཆོག་གོ། །

བརྒྱད་པའི་མཆན་ཉིད་ནི།

གང་དུ་ངག་དོན་རྣམས་པ་གཞན། །

སྒྲུབ་བ་དེ་ནི་རབ་བཏགས་ཡིན། །

གང་དུ་བརྗོད་པར་བྱ་བའི་ངག་གི་དོན་དེ་རྣམས་རྣམས་པ་གཞན་དུ་  
རྟོག་ཅིང་སྒྲུབ་བ་དེ་ནི། རབ་བཏགས་ཀྱི་གསལ་ཆོག་ཡིན་ཏེ། དཔེར་བརྗོད།

ཆོག་རྣམས་རབ་དུ་འཁྱུལ་བ་དང་། །

མགོ་བོ་དུད་ཅིང་མིག་དམན་པ། །

འདུག་ཀྱང་འདར་ལྡན་བདག་ལ་ནི། །

ཀན་མོ་རྗེས་སྒྲུབ་མི་བཅེའམ། །

སྒྲོང་བའི་ཆོག་རྣམས་རབ་དུ་འཁྱུལ་བ་དང་། ལྷུ་པས་མགོ་བོ་དུད་



ཅིང་མིག་དམན་པ་དང་། འདུག་ཀྱང་ལུས་འདར་བ་དང་ལྡན་པ་བདག་ཅེས་  
དབུལ་པོ་ལ་ཡོད་པའི་ཆོས་ཆགས་ཅན་གྱི་འདོད་པའི་རྣམ་འགྱུར་དུ་  
བཏགས་ཤིང་། འོ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་ཆོག་ཅན་ལའང་འདུག་པ་དེ། གན་མོ་ཞིག་  
ལ་སྒྲོ་བཏགས་ཏེ། ཀྱུ་རེ་བྱེད་པར་གཤམ་པས། སྒྲོང་མོ་བའི་སྒྲོད་པ་སྤུངས་པ་དེ་  
ནི། རབ་བཏགས་གྱི་གཤམ་ཆོག་གོ །དཔང་ལོ་ཆེན་པོས། འདི་ནི་སྐྱར་བའི་  
རྒྱན་ཡང་ངོ་གསུངས་པ་མི་ལེགས་ཏེ། འདིར་བསམ་དོན་འབྱུང་དུ་གཞུག་  
པའི་བྱ་བ་གཙོ་བོས་སྒྲོ་བཏགས་ཅམ་ཡིན་གྱི། སྐྱར་དོན་ཤིན་ཏུ་མིན་ཅིང་།  
ཡིན་ན་དོན་གཅིག་གི་སྒྲོན་དུ་འགྱུར་རོ། །

དགུ་པའི་མཆན་ཉིད་ནི།

གང་དུ་མིང་ལ་སྣ་ཆོག་ས་དོན། །

བཏགས་ཏེ་མིང་དུ་འདུས་པ་ཉིད། །

གང་དུ་བརྗོད་བྱའི་མིང་གཅིག་ལ།

སྒྲ་ཚོགས་པའི་དོན་དུ་མར་བཏགས་ནས་གབ་པ་ནི།      མེད་དུ་འདུས་  
པའི་གབ་ཆིག་སྟེ། དཔེར་བརྗོད་ནི།

མིག་མི་བརྟན་མ་ས་ལྟན་འགའ།

དང་པོར་རྩ་ཇ་ཞེས་པར་སྟོན་པས།

ས་རྒྱ་ཏ་ན་ཡང་སྟེ་འདི། །

ཀྱུལ་པོ་མ་ཡིན་བྱུང་འདྲུག་མིན། །

ཀྱེ་མིག་མི་བརྟན་མ་ཞེས་བོད་དེ། ས་ལྟན་ནི་སའི་བདག་པོ་ལྟ། ས་  
ལ་ཡོད་པ་སྟེ། དེ་ཡང་འགའ་ཞིག་ཅེས་ངོས་བཟུང་མ་བྱས་པའི་མིང་དེ་ཉིད་  
ཀྱི། དང་པོ་རྩ་ཇ་སྟེ་རྒྱལ་པོ་ཞེས་པར་ཡང་སྒྲོགས་ལ། ཡང་། ས་རྒྱ་ཏན་  
ཁྱབ་འཇུག་གི་མིང་ངམ། ཡང་ན། ས་བཅས་པ། ཨ་ཏན་མ་རྒྱས་པ། དེའི་  
སྟོན་དུ་དགག་པའི་ན་ཉ་བཞག རྗེས་འབྲེལ་བྱིས་ཤིང་མཆོམས་སྒྲུབ་བས།  
ཨ་ན་ཏན་གྱུབ་པ། མ་རྒྱས་པ་མིན་པ་དང་བཅས་པ་སྟེ། དགག་པ་གཉིས་  
ཀྱིས་རྣལ་མ་གོ་བས་རྒྱས་པ་དང་བཅས་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ཡང་རྒྱལ་པོ་མ་  
ཡིན་ཞིང་ཁྱབ་འཇུག་གྱུང་མིན་ཞེས་དགག་པ་ན། རྩ་ཇ་ཏན་ཤིང་གི་རྒྱལ་  
པོ་རྒྱས་པ་དང་བཅས་པ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་གོ་བས། དེ་ནི་བར་བཅད་པའི་མིང་  
མང་དུ་འདུས་ནས་གོ་དགོས་པའི་བྱིར། མིང་གིས་བར་བཅད་པ་ལྟ། མིང་  
དུ་འདུས་པའི་གཞུང་ཆོག་གོ། །དཔང་རྟེན་ན། འདི་ནི་སྒྲུབ་བ་ངེས་པ་ཅན་ཡིན་  
ནོ་གསུང་བ་སྒྲུབ་སྟེ། དགོས་དབང་གིས་སྒྲུབ་བ་འདྲ་བར་བྱུང་ཡང་།  
དངོས་དོན་སྒྲུབ་བའི་བྱིར་མ་ཡིན་ལ། དགག་པ་མང་དུ་ཡོད་པ་དང་། རེས་  
བཟུང་གི་སྒྲ་ཅི་ཡང་མེད་པ་སོགས་ལ་བརྟག་དབྱེད་མ་མཛད་པ་སྟེ། སྒྲུབ་  
བ་ངེས་པ་ཅན་ལ་ནི་དེ་འདྲ་བ་མེད་དོ། །

བཙུ་པའི་མཆོན་ཉིད་ནི།

ཆོག་ནི་ཆོས་མཚུངས་ལ་རེག་པས། །

དོན་གཞན་སྒྲིབ་པ་བསྒྲིབས་པའོ། །

བསྟན་བྱའི་ཆིག་དེ་ནི་ཆོས་མཚུངས་གཞན་ཞིག་ལ་རེག་པས་དོན་  
གཞན་བསྟན་བྱ་དེ་སྐྱབ་པ་ནི་བསྐྱབས་པའི་གཞན་ཆིག་གོ། དཔེར་བཅོམ་དུ།

རྣམས་བྲལ་མི་ནི་བཏང་བྱས་ནས། །

ནོར་ལྷན་རྣམས་ཅན་བཟོད་པ་གང་། །

སྣ་ཆོགས་སྐྱོགས་བརྒྱས་འཛིག་རྟེན་འགྲུགས། །

གཟུང་དགའ་སྦྲད་འཆོང་མ་ཡིན་ནོ། །

རྣམས་དང་བྲལ་བའི་མི་ནི་བཏང་ཞིང་དོར་བར་བྱས་ནས། ནོར་ལྷན་  
རྣམས་གནས་པ་ཅན་དུ་བཟོད་པ་གང་འདི། སྣ་ཆོགས་པའི་སྐྱོགས་རྟེ་  
ཐབས་བརྒྱ་ཐག་གིས་འཛིག་རྟེན་རྣམས་འགྲུགས་ལ། རང་དབང་དུ་སྦྱས་  
ཀྱང་གཟུང་དགའ་བ་སྟེ། ཆོས་འདི་དག་སྦྱར་སྦྱུང་ཆོགས་པའི་དཔལ་ཡོད་  
ཅིང་། དེ་ལྟ་བུ་སྦྲད་འཆོང་མའང་ཡིན་པ་ལ། དེ་མ་ཡིན་ཞེས་དགག་པ་  
བཅོམ་པ། དངོས་ཡིན་ཞེས་པར་འཁྱལ་རྟེ་ཆོས་མཚུངས་སྦྲད་འཆོང་མ་ལ་  
རེག་པས། བསྟན་བྱ་དཔལ་བསྐྱབས་པ་ནི། བསྐྱབས་པའི་གཞན་ཆིག་གོ།

བརྟུ་གཅིག་པའི་མཚན་ཉིད་ནི།

སྐྱ་ཡི་རྣམ་གངས་བཞོད་པ་ཡིས། །

སྐྱབ་པ་དག་ནི་མཐུན་པའི་སྐྱ། །

མིང་མཐུན་པའི་སྐྱའི་རྣམ་གངས་དུ་མ་འདྲེས་པར་བཞོད་པས་  
བསྐྱབས་པ་དག་ནི། མཐུན་པའི་སྐྱའི་གཞན་ཆིག་གོ། དཔེར་བཅོམ་དུ་ནི།

ཁྱོད་ཀྱི་ས་མིན་མིང་མཐུན་གང་། །

རབ་བྱུང་སྐྱེ་མིང་ཅན་ལས་བྱུང་། །

དེ་ཡི་དང་བདག་མཆོག་ཏུ་ནི། །

སྲིད་ལྡན་བྱེད་དོ་སྒྲུབ་སྒྲོག་མ། །

ཀྱེ་སྒྲུབ་པར་སྒྲོག་མ། ཁྱོད་ཀྱི་མཆུ་དམར་བ་བྱུ་བྱུ་ལས་བྱུ་ལ་བ་དེ་  
ཡིས། དེང་གི་དུས་བདག་གི་ཡིད་མཆོག་ཏུ་སྲིད་པ་དང་ལྡན་པར་བྱེད་དོ་  
ཞེས་བ་དེ་གཤམ་པ་ལ། རྩ་ར་འཛིན་མ་སྟེ་ས། སྒྲོན་དུ་དགག་པའི་ཨ་བཞག་  
བས་ས་མིན། དེ་དང་མིང་མཐུན་པ་ནི། ཨ་རྩ་ར་སྟེ་མཆུ་ལོ། །དེ་བཞིན་སྤ་  
རབ་དང་། སྤ་ལ་སྤྱེད། །དེའི་མིང་ཅན་ནི་སྤ་སྤ་ལ་སྟེ་བྱུ་བྱུ་ཡིན་པས། མིང་  
དེ་ལ་མཐུན་པའི་སྤྱེད་གཞན་དུ་མས་བསྐྱབས་པ་ནི། མཐུན་པའི་སྤྱེད་གཤམ་  
ཆོག་གོ། །

བཏུ་གཉིས་པའི་མཆོན་ཉིད་ནི།

གང་ཞིག་མཛོན་སུམ་དོན་བསྒྲུབ་ཡང་།

ཚྲངས་བྱིར་དེ་ནི་ཚྲངས་ཞེས་བྱ། །

གང་ཞིག་མཛོན་སུམ་དོན་བསྒྲུབ་ཡང་། དེ་ཉིད་རང་ཚྲངས་པའི་ཆེད་  
དམ་འབྲུལ་བྱུར་སོང་བ་དེ་ནི་ཚྲངས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་གཤམ་ཆོག་གོ་སྟེ།  
དཔེར་བརྗོད།

འདོད་ལྡན་དག་ནི་མལ་སྒྲུབ་ལ། །

ཁོ་བས་ཕྱིར་བཞེག་ཉལ་བར་གྱུར། །

ཆགས་པས་དེ་བཞིན་ཉིད་ཉལ་ཏེ། །

དལ་བྱ་ཡིས་ནི་ཁ་དག་སྐྱར། །

འདྲི་ལྡན་ཁྱོ་ལྟག་དག་ནི་མལ་སྟན་ལ་ཁོ་བ་སྐྱེས་ནས། ཕྱིར་ཕྱོག་  
བ་སྟེ་རྒྱབ་བསྟན་ནས་ཉལ་བར་གྱུར་ལ། ཆགས་པས་ཀྱང་ཉལ་ཚུལ་དེ་  
བཞིན་དུ་ཉལ་ཏེ། དལ་བྱ་ཉི་ཤུ་ད་བ་ཡིས་ནི་ཁ་དག་སྐྱོར་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་  
དངོས་སུ་བསྟན་ཡང་། འདྲི་མལ་སྟན་ལ་ཁོ་བ་པན་ཚུན་ཁོ་བ་ལ་ཚྱེད་ས།  
ཕྱིར་ཕྱོག་ཅེས་བ་ཕོ་མོ་རྒྱབ་སྐྱོད་དུ་ཚྱེད་ས། ཆགས་པས་དེ་བཞིན་ཉལ་བ་  
ཆགས་པས་ཕྱིར་ལོག་ཏུ་ཇི་ལྟར་ཉལ་སྟམ་བར་ཚྱེད་ས། ཁ་དག་སྐྱོར་བ་  
རྒྱབ་སྐྱོད་ནས་ཁ་ཇི་ལྟར་སྐྱོར་སྟམ་དུ་ཡང་ཚྱེད་ས་པས། ཚྱེད་ས་བའི་གཞུ་  
ཆིག་གོ།

བརྟུ་གསུམ་བའི་མཆན་ཉིད་ནི།

གང་ལ་སྐྱོར་སྐྱེད་བདག་ཉིད་ཅན། །

དེ་ནི་ཡོངས་སུ་སྟོགས་ཞེས་བྲ། །

གང་དུ་ཆིག་སྐྱོར་མང་པོའི་སྐྱེད་བ་སྐྱ་མ་སྐྱ་མའི་དོན་ཕྱི་མ་ཕྱི་མས་  
སྟོགས་བ་ལྟར་དུ་གཞུ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་དེ་ནི། ཡོངས་སུ་སྟོགས་བ་ཞེས་  
བྲ་བའི་གཞུ་ཆིག་སྟེ། དཔེར་བཞིན་ནི།

བྲ་རྒྱལ་བས་སྐྱེས་དག་ཡིས་ནི། །

སྒྲུབ་པའི་འོད་གྱིས་བཙམ་སྒྲུབ་པོ། །

ཁ་འཛོམས་གྲོགས་མིན་འཛིན་པ་ཡིས། །

བྲུབ་པའི་མཁའ་ལ་མངོན་པར་དགའ། །

བྱ་ནི་མཁའ་ལྗེ། རྒྱལ་བ་ནི་དེས་སྒྲོན་རྒྱུ་མཆོ་བསྐྱབས་སྒྲུབ་གྱི་  
བདུད་ཅི་སྒྲོགས་པས་སོ། །བདུད་ཅི་དེའི་ཟས་ཅན་བརྒྱ་བྱིན། དེ་ལས་སྒྲུབ་  
པ་སྤྱད་སྒྲུབ། དེའི་དབྱ་ཀཾ་པ། དེའི་སྒྲུབ་མ་ཉི་མ། དེའི་འོད་གྱིས་བཙམ་པའི་  
སྒྲུབ་པོ་རྣམས་ནི། ཁ་བ་འཛོམས་པ་མེ། དེའི་གྲོགས་མིན་པ་ནི་དབྱ་སྤྱེ་ཅུ།  
དེ་འཛིན་པ་སྒྲོན་ཡིན་པས་དེས་བྲུབ་པའི་མཁའ་ལ་མངོན་པར་དགའོ་ཞེས་  
ཡོངས་སྒྲོགས་གྱི་གཞུང་ཆེན་གོ། །

བཙུ་བཞི་པའི་མཆོན་ཉིད་ནི།

གང་དུ་ཉེན་ནི་རབ་སྐྱས་ནས། །

བཉེན་པ་གསལ་བྱས་གཅིག་བསྐྱེགས་པའོ། །

གང་དུ་ཉེན་ལུས་ལྟ་བུ་རབ་དུ་སྐྱས་ཤིང་། བཉེན་པ་ཡན་ལག་ལྟ་  
བུར་གསལ་བར་བྱས་པ་ནི་གཅིག་བསྐྱེགས་པའི་གཞུང་ཆེན་གོ། །དཔེར་  
བཅོམ་ནི།

ནམ་ཡང་མཆོན་དང་བྱུད་མེད་གྱི། །

རྒྱ་མཐིང་གྱི་ལ་འཁོར་ལ་མ་རེག། །

མི་མ་ཡིན་པ་འགའ་ཞིག་ནི། །



ལག་ནི་འབྲས་མེད་མིན་ནོ་ལོ། །

དུས་ནམ་ཡང་མཆོན་ཆ་དང་བྱད་མེད་ཀྱི་བྱ་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་  
མ་རེག་པས་ལག་པའི་བྱ་བ་འབྲས་བྱ་མེད་པ་ཡིན་ཀྱང་། མི་མ་ཡིན་པ་  
འགའ་ཞིག་སྟེ་དེ་ཟེའི་ལག་པའི་མིང་ཅན་ཤིང་ཨི་རྒྱུ་ལ་ནི་འབྲས་བྱ་མེད་  
པ་མིན་ནོ་ལོ། །འདྲིར་མི་མ་ཡིན་པ་འགའ་ཞིག་ནི་ཞེས་ཏེན་དེ་བླ་གཤམ་ནས།  
བཏེན་པ་དེའི་ལག་པར་གྲགས་པ་ཤིང་ཨི་རྒྱུ་གསལ་བར་བྱས་པས།  
གཅིག་བསྐྱབས་པའི་གཤམ་ཆིག་གོ། །

བཙོ་ལྷ་པའི་མཆོན་ཉིད་ནི།

གང་དུ་གཉིས་ཀ་སྤྲས་གྱུར་པ། །

དེ་ནི་གཉིས་ཀ་བསྐྱབས་པའོ། །

གང་དུ་ཏེན་དང་བཏེན་པའི་དངོས་པོ་གཉིས་ཀ་སྤྲས་པར་གྱུར་པ་དེ་  
ནི། གཉིས་ཀ་བསྐྱབས་པའི་གཤམ་ཆིག་སྟེ། དཔེར་བཞིན།

སྟེ་ཞིག་གང་དང་འགྲོགས་པ་ཡི། །

བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ནི། །

ཐོབ་ཅིང་ཟས་ཀྱི་དུས་དག་ཏུ། །

གལ་ཏེ་མཐོང་ན་འདོར་བར་བྱེད། །

སྟེ་ཞིང་གང་དང་ཞེས་པའི་སྐད་དོད། རྒྱ་དཔེ་ལ་ལར། ཀེ་ན་ཀམ་དང་།  
ཁ་ཅིག་ཏུ། ཀེ་ནེ་ཤ་ཞེས་འབྱུང་བ། ཀེ་ན་དང་ཨི་ཤ་མཆོམས་སྐྱར་བ་ཡིན་

ལ། ཡི་གེ་ཕྱིས་པའི་ཀེ་ལྟ་སྒྲུབ་ལ་འབྲུག་པས། སུ་ཞིག་ནི་སྒྲུབ་གང་མགོ་བོ་  
དང་འགྲོགས་པའི་བྱ་བ་ཁྱུས་དང་། ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་  
དུ་ཉི་བར་ཐོབ་ཅིང་། ཟས་ཀྱི་དུས་དག་ཏུ་ནི་གལ་ཏེ་ཉག་རེ་མཐོང་ན་ཡང་  
འདོར་བར་བྱེད་དོ། །ཡང་ན་ཀེ་ན་ཆངས་པ་དང་། ཨི་ལྟ་དབང་སྒྲུག་ཏུ་གཤམ་  
ཀྱང་བྱེད་དོ། །འདིར་ཉེན་མགོ་བོ་དང་། བཏེན་པ་སྒྲུབ་གཉིས་ཀ་སྒྲུབ་པས།  
གཉིས་ཀ་བསྐྱེབས་པའི་གཤམ་ཆིག་གོ།

བཏུ་དུག་པའི་མཆན་ཉིད་ནི།

གང་ལ་མཆན་ཉིད་སྒྲུབ་ཆོགས་འདྲེས། །

དེ་ནི་ཡོངས་སུ་འདྲེས་ཞེས་བྲ། །

གང་ལ་སྒྲུབ་བསྒྲུབ་པ་སོ་སོའི་མཆན་ཉིད་སྒྲུབ་ཆོགས་འདྲེས་པ་ན།  
ཡོངས་འདྲེས་ཀྱི་གཤམ་ཆིག་ཅེས་བྲ་སྟེ། དཔེར་བརྗོད།

ཏ་ཡ་ག་ཇ་ཟ་ཏ་ཅན། །

སྟེ་འདི་གལ་ཏེ་མ་རྒྱལ་ན། །

སྟེ་ཏི་ཀ་མེད་ངེད་ཀྱི་བྲ། །

དེ་ནི་ཡི་གེ་ཤེས་ཀྱང་སྒྲུབ། །

ཏ་ཞེས་པས་བྲོ་བ། ཡས་མཐར་གནས། གས་ཀ་སྟེ། ཇས་ཅ་སྟེ།  
ཟས་པ་སྟེ། ཏས་ཏ་སྟེ་གོ་ལ། སྟེ་འདི་སྐད་དོད་སེ་རྒྱུ་ལ། ས་བཅས་པ། ཨི་ན་  
ཡི་གེ་སའི་སྟོག་གི་ཨ་དང་ཨི་ནའི་ཨི་མཆམས་སྒྲུབ་བས་སེ། ན་ཡིག་གིས་

ཏ་སྡེ་མཆོན་པས། ཡི་གེ་འདི་ནམས་དབྱངས་དང་བཅས་པ་ལས་གལ་ཏེ་  
མ་རྒྱལ་ན་སྡེ་མ་ཤེས་ན། ལྷ་ཏི་ཀ་སྡེ་ཡི་གེའི་སྤྱི་ཚམ་ཡང་ཤེས་པ་མེད་  
པས། རེད་ཀྱི་བྱ་འདི་ཨ་ཁྲར་ཞེས་པ་འགྱུར་མེད་དེ་རྟག་པའི་རིག་བྱེད་ཤེས་  
ཀྱང་སྤྱན་པའི་ཞེས་བརྗོད་རྒྱུ་ལ། ཏ་ཡ་རྟ། ག་ཇ་སྤང་པོ། ལྷ་ཏ་དཔའ་བོ་སྡེ་  
དབྱང་བྱ་རྒྱུང་། སེ་ན་སྡེ་སྡེ་དབྱང་གི་ཆོགས་ལས་མ་རྒྱལ་ན། ལྷ་ཏི་ཀ་མ་  
མེད་པའི་རེད་ཀྱི་བྱ་འདི་ནི་ཡི་གེ་ཚམ་ཤེས་ཀྱང་སྤྱན་པོར་བས་སོ་ཞེས་པ་  
གོ་ནས་གཤམ་པའོ། །

དེ་བཤད་ཅིང་བསྐྱུ་བ་ནི།

དེ་ནི་མིང་དུ་འདུས་པ་བསྐྱེས། །

བསྐྱེས་པ་ཡི་ནི་གཟུགས་དང་ལྡན། །

དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་གཞན་གྱི་ཡང་། །

འདྲེས་པའི་རིམ་པ་ཤེས་པར་བྱ། །

བྱེད་སྡེ་མ། ཏ་དང་ཡ་སོགས་དོན་གཅིག་མིན་ཐ་དད་པར་བཏགས་  
པའི་མིང་དུ་འདུས་པ་བསྐྱེས་ཤིང་། བྱེད་སྤྱི་མ་ལྷ་ཏི་ཀ་མེད་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་མ་  
མེད་པ་དང་། ཨ་ཁྲར་རིག་བྱེད་རྟག་པར་འགྱུར་མེད་དུ་གོ་བས། བསྐྱེས་  
པའི་ནི་གཟུགས་དང་ལྡན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་གཤམ་ཆོག་གཞན་དང་འདྲེས་པའི་  
རིམ་པ་ཡང་ཤེས་པར་བྱའོ། །

བཞི་པ་མཐུག་དོན་བསྐྱབ་བཞི།

འདི་རྣམས་གཤམ་ཆིག་བཅུ་དྲུག་སྟེ།

སྟོན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན།

གཤམ་ཆིག་ངན་པ་གཞན་དག་ཀྱང་།

བཅུ་བཞི་དེ་དག་རྣམས་ཀྱིས་བཟློང་།

ངན་པས་མཆོད་ཉིད་མེད་གང་དེ།

སྟོན་གྱི་ཡོངས་བབྱང་བྱ་མིན་པར།

རིག་ནས་སྒྲུབ་ཡང་བདག་ཅག་གིས།

ལེགས་པ་ཁོ་ན་བཟློང་པར་བྱ།

གོང་དུ་བསྟན་པ་འདི་རྣམས་གཤམ་ཆིག་བཅུ་དྲུག་སྟེ།      སྟོན་གྱི་སྟོབ་

དཔོན་རྣམས་ཤིང་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་ཏོ།      །གཤམ་ཆིག་ངན་པའི་

རྣམས་ཀྱངས་གཞན་བཅུ་བཞི་ཡང་སྟོང་ར་ཏ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་རྣམས་ཀྱིས་

བཟློང་མོད། ངན་པ་གཤམ་ཆིག་མཆོད་ཉིད་མེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་། སྟོན་

དེ་ཉིད་ཀྱི་གཤམ་ཆིག་གི་བྱངས་ལ་ཡོངས་སུ་བབྱང་བྱ་མིན་པར་རིག་ནས།

སྒྲུབ་ཡང་དབྱུག་པ་ཅན་བདག་ཅག་གིས་ལེགས་པ་བཅུ་དྲུག་པོ་འདི་ཁོ་

ནར་བསྐྱུས་ཏེ་བཟློང་པར་བྱ་སྟེ་ངན་པ་རྣམས་ནི་མ་ཡིན་ནོ།      །གཤམ་ཆིག་གི་

བྱུང་བཤའ་ཟིན་ཏོ། །

སྤྱི་དོན་གསུམ་པ་ཞར་ལ་སྤྱོན་སེལ་བ་རྒྱས་པར་བཤད་པ།

སྤྱི་དོན་གསུམ་པ་ཞར་ལ་སྤྱོན་སེལ་བ་རྒྱས་པར་བཤད་པར་གཉིས།  
མདོར་བསྟན། རྒྱས་པཤད་དོ། །དང་པོ་ནི།

དོན་ཉམས་དོན་འགལ་དོན་གཅིག་པ། །

ཐེ་ཆོམ་ཅན་དང་རིམ་པ་ཉམས། །

སྤྱི་ཉམས་གཅོད་མཆམས་ཉམས་པ་དང་། །

སྤྱི་སྤྱོད་ཉམས་དང་མཆམས་སྤྱོད་བྲལ། །

ཡུལ་དུས་སྤྱི་ཅལ་འཛིག་ཏེན་དང་། །

ལུང་རིགས་དག་དང་འགལ་བ་སྟེ། །

སྤྱོན་བཅུ་དེ་དག་སྟན་དག་ལ། །

སྟན་དག་མཁན་གྱིས་སྤང་བར་བྱ། །

དམ་བཅའ་གཏན་ཆིགས་དཔེ་ཉམས་པ། །

ཞེས་པ་འདི་ཡང་སྤྱོན་མིན་ནམ། །

པལ་ཆེར་དབྱེད་པར་དཀའ་བ་ཉིད། །

སྤྱོད་བཅུ་དེ་ཡི་འབྲས་བྱ་ཅི། །

དོན་ཉམས་དང་། དོན་འགལ་དང་། དོན་གཅིག་དང་། ཐེ་ཆོམ་ཅན་  
དང་། རིམ་པ་ཉམས་པ་དང་། སྤྱི་ཉམས་པ་དང་། གཅོད་མཆམས་ཉམས་པ་  
དང་། སྤྱི་སྤྱོད་ཉམས་པ་དང་། མཆམས་སྤྱོད་བྲལ་བ་དང་། ཡུལ་དུས།

སྒྲུབ་ཅུ་ལ། འཛིག་ཏེན། ལུང་། རིགས་པ་དང་འགལ་བ་བྱུག་གཅིག་ཏུ་བྱས་  
པའི་སྒྲིབ་བཅུ་པོ་དེ་དག་སྒྲིབ་པ་གི་སྒྲིབ་བཤའ་སྒྲིབ་པ་མཁན་རྣམས་  
ཀྱིས་སྤང་བར་བྱའོ། །གཞན་ཡང་དམ་བཅའ་ཉམས་པ། གཏན་ཆོགས་  
ཉམས་པ། དཔེ་ཉམས་པ་ཞེས་པ་འདི་གསུམ་ཡང་སྒྲིབ་མིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་  
དག་ཏེན་གེ་ལས་ལམ་འདི་ལ་མ་གྲགས་པས་ཕལ་ཆེར་དབྱེད་དཀའ་བ་  
ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། སྒྲིབ་བཤའི་འབྲས་བུ་ནི་ཅི་སྟེ་དགོས་པ་འགའ་ཡང་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་ལ་བཅུ་ལས། དང་པོ་དོན་ཉམས་ལ་མཆན་ཉིད། དཔེར་  
བརྗོད། དམིགས་བསལ་གསུམ། མཆན་ཉིད་ནི།

ཆོགས་པའི་དོན་ཀྱིས་སྒྲིབ་པ་གང་། །

དེ་ནི་དོན་ཉམས་ཞེས་པར་འདོད། །

སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་བྱེས་པ་ཡི། །

བརྗོད་ལས་གཞན་པ་དེ་སྒྲིབ་ནོ། །

ཆོག་ཆོགས་པའི་རང་བཞིན་ལ་དོན་ཀྱིས་སྒྲིབ་པ། མེ་ཏུ་བཅུ་པའི་  
དག་བཞིན་གྱུར་པ་དེ་ནི་དོན་ཉམས་ཞེས་པར་འདོད་དེ། ཆང་གིས་སྒྲིབ་པ་  
དང་། གདོན་ཀྱིས་སྒྲིབ་པ་དང་། བསམ་པ་མ་བྱེ་བའི་བྱེས་པའི་བརྗོད་པ་  
ལས། གཞན་བསམ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲིབ་བུས་བརྗོད་པར་བྱས་ན་དེ་སྒྲིབ་ཡིན་ནོ། །  
དཔེར་བརྗོད་ནི།

འདི་ནི་རྒྱ་མཆོ་འཕྱང་བྱེད་དེ། །



བདག་ནི་དེ་རིང་གས་པས་གཟེར།

སྤྲོན་འདི་རབ་ཏུ་སྤྲོག་བྱེད་དེ། །

འཕྲོག་བྱེད་ས་སྤྲང་དག་ལ་དགལ། །

སྤྲེས་བྱ་འདི་ནི་རྒྱ་མཚོ་འཕྲང་བར་བྱེད་དེ། བདག་ནི་དེ་རིང་གས་  
པའི་གདུང་བས་གཟེར་ལ། སྤྲོན་འདི་ཡང་འབྲུག་གི་སྤྲ་རབ་ཏུ་སྤྲོག་པར་  
བྱེད་ཅིང་། འཕྲོག་བྱེད་དེ་བརྒྱ་ཁྱི་ནི་སྤང་པོ་ཆེ་ས་སྤྲང་དག་ལ་དགའོ། །  
དག་དེ་ཙམ་ཚོགས་ཀྱང་འབྲེལ་ལྡན་གྱི་བརྗོད་དོན་བསྟན་རྒྱ་མཐོང་བས་སོ། །  
དམིགས་བསལ་ནི།

འདི་སེམས་རྣལ་དུ་མི་གནས་པས། །

མདོན་པར་བརྗོད་ལ་སྤྲང་མིན་ཏེ། །

གཞན་དུ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས། །

སྟན་ངག་མཁན་པོ་སུ་ཞིག་སྤྲོར། །

འདི་ལྟ་བུ་སེམས་རྣལ་དུ་མི་གནས་པའི་སྤྲོན་པ་ལྟ་བུས་མདོན་པར་  
བརྗོད་པ་ན། དེ་དང་དེ་ལྟ་བུའི་ཉམས་འདོན་པ་ལ་ནི་སྤྲང་པར་བྱ་བ་མིན་ཏེ།  
གཞན་དུ་འབྲེལ་མེད་པའི་ཆོག་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་སྟན་ངག་མཁན་པོ་སུ་  
ཞིག་སྤྲོར་ཏེ་མི་སྤྲོར་རོ། །

གཉིས་པ་དོན་འགལ་ལ་མཚན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད། དམིགས་བསལ་  
གསུམ། མཚན་ཉིད་ནི།

ངག་གཅིག་གིས་ནི་རབ་ལྗེ་ལ། །

སྒྲ་མས་བྱི་མ་གཞན་འདྲིམས་ད། །

འགལ་བའི་དོན་ཅན་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིབ། །

དོན་འགལ་ཞེས་པར་རབ་ཏུ་བརྗོད། །

ངག་གི་རྒྱན་གཅིག་གིས་རབ་ཏུ་སྐྱུར་བ་གང་ཞིག་སྤྲ་མའི་བྱས་པས་  
 གྲུ་མ་གཞན་འཛོམས་པ་ནི།      འགལ་བའི་དོན་ཅན་ཉིད་ཀྱི་སྐྱོན་ཏེ།      དོན་  
 འགལ་ཞེས་པར་རབ་ཏུ་བརྫོད་དོ། །དཔེར་བརྫོད་ནི།

དག་རིགས་མཐའ་དག་འཛོམས་པ་དང་། །

སྒྲ་ཆོག་ས་ཁུར་འདི་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག །

འབྱུང་པོ་ཀུན་ལ་བརྩེ་བ་ཅན། །

བྱོད་ལ་དག་ནི་སྤྱ་ཡང་མེད། །

དགྲའི་རིགས་མཐའ་དག་རབ་ཏུ་འཛོམས་པ་དང་།      ལྷ་ཆོགས་པའི་  
 ཁུར་དང་ལྡན་པའི་ས་ཆེན་པོ་འདི་ལས་རྒྱལ་བར་གྱུར་ཅིག      འབྱུང་པོ་སྟེ་  
 སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་བརྟེ་བའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཁྱེད་ལ།      གཞོད་  
 སེམས་འཆང་བའི་དགྲ་ནི་སྤྱ་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་དགྲ་འཛོམས་པ་དང་།      ཀུན་  
 ལ་བརྟེ་བ་འགལ། དགྲ་འཛོམས་པ་དང་། དགྲ་སྤྱ་ཡང་མེད་པ་འགལ་བས་  
 དོན་འགལ་ལོ། །དམིགས་བསལ་ལ། ལྷ་བས་བསྟན་པ་དང་། དཔེར་བརྗོད་  
 པའོ། །

དང་པོ་ནི།

མངོན་པར་ཆགས་ལྡན་སེམས་ལ་ནི།

སྐབས་དེ་འགའ་ཞིག་ཡོད་པས་ན། །

གང་ལ་འགལ་བའི་དོན་ཅན་གྱི། །

ཆོག་ཀྱང་མངོན་པར་འདོད་པར་འགྱུར། །

བྱད་མེད་ལ་མངོན་པར་ཆགས་པ་དང་ལྡན་པའི་སེམས་ལ་ནི་རང་  
དབང་མེད་པས། ཟུ་ཅོར་དུ་སྒྲ་བའི་སྐབས་དེ་འདྲའང་འགའ་ཞིག་ཏུ་ཡོད་  
པས་ན། གང་དེ་ལ་འགལ་བའི་དོན་ཅན་གྱི་ཆོག་ཀྱང་མངོན་པར་འདོད་པར་  
འགྱུར་རོ། །དཔེར་བརྗོད་ནི།

གཞན་གྱི་བྱད་མེད་ལ་སྐྱེད་པ། །

འཕགས་པ་དག་ནི་ག་ལ་རིགས། །

དེ་ཡི་སོ་སྤྱོད་གཡོ་བ་དག །

བདག་ནི་ནི་ཞིག་འཕྱང་འགྱུར་རམ། །

གཞན་གྱི་བྱད་མེད་ལ་སྐྱེད་ཅིང་ཆགས་པ་ནི་ཡ་རབས་འཕགས་  
པའི་རིགས་ཅན་དག་གིས་ག་ལ་རིགས། ཡིད་འོང་མ་དེའི་སོ་སྤྱོད་སྟེ་མཆུ་  
སྒོས་གཡོ་བའི་སྤང་ཅི་ཞིམ་པོ་བདག་གིས་ནམ་ཞིག་འཕྱང་བར་འགྱུར་རམ་  
ཞེས་བཏགས་ཏེ་བརྗོད་འཕྲོར་ཆགས་པས་དབང་མེད་དུ་ཆོག་འགལ་བ་  
འཕྲོན་པ་སྟེ། ཆགས་པ་སྤུལ་བྱང་སྟོན་པས་སྟོན་མེད་དོ། །

གསུམ་པ་དོན་གཅིག་ལ་མཆན་ཉིད། དཔེར་བཞིན། དམིགས་བསལ་  
ལོ། །མཆན་ཉིད་ནི། དོན་ཉིད་དམ་ནི་སྒྲུབ་ལ་ཡང་། །

ཁྱད་པར་མེད་པ་སྒྲུབ་བཞིན་པ། །

གལ་ཏེ་སྒྲུབ་ཡང་རབ་བསྐྱགས་པ། །

དེ་ནི་དོན་གཅིག་པར་འདོད་དཔེར། །

བཞིན་བྱའི་དོན་ནམ་སྒྲུབ་ལ་དགོས་པ་ཁྱད་པར་བ་མེད་པར་སྒྲུབ་  
བཞིན་པ་ཉིད་གལ་ཏེ་སྒྲུབ་ཡང་རབ་ཏུ་བསྐྱགས་པ་དེ་ནི་དོན་གཅིག་པའི་  
སྒྲིབ་ཡིན་པར་འདོད་དེ། དཔེར་བཞིན་ནི།

སྲིད་པ་སྲིད་བྱེད་བྱ་མོ་རྣམས། །

དེ་ཡི་ལན་བྱའི་འོད་ཟེར་ཅན། །

ཆུ་འཛིན་སྒྲོག་དང་ལྡན་པ་དང་། །

ཟབ་མོ་སྒྲོག་སྒྲོགས་འདི་དག་གོ། །

བྱ་མོའི་སྲིད་པ་ནི་ཆགས་པ། དེ་ལ་སྲིད་པར་བྱེད་པ་བྱ་མོ་རྣམས།  
དེའི་ལན་བྱའི་འོད་ཟེར་ཅན་ཆུ་འཛིན་ཏེ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་པོ། སྒྲོག་དང་ལྡན་པ་ཡང་  
སྒྲིབ་ཟབ་མོ་སྒྲོག་སྒྲོག་པ་ཡང་སྒྲིབ་པ་དེའི་ཆུ་འདི་དག་གོ། །འདིར་སྲིད་པ་  
དང་སྲིད་བྱེད་གཉིས་དོན་གཅིག་ཆུ་འཛིན། སྒྲོག་ལྡན། ཟབ་མོ་སྒྲོག་སྒྲོག་པ་  
རྣམས་ཀྱང་སྒྲིབ་ཏུ་གཅིག་པས། དོན་གཅིག་གི་སྒྲིབ་ནོ། །དམིགས་བསལ་  
ལ། སྐབས་བསྐྱེད་པ་དང་། དཔེར་བཞིན་པའོ། །

དང་པོ་ནི།

རྗེས་སུ་བཅུ་སྟོགས་བྱུང་པར་ལས། །

གལ་ཏེ་འགའ་ཞིག་བརྗོད་འདོད་ན། །

ཡང་བརྗོད་པ་ལ་སྒྲིན་མེད་དེ། །

འདི་ནི་རྒྱན་དུ་རིགས་པ་ཡིན། །

རྗེས་སུ་བཅུ་བ་དང་། སྟོགས་ཁོངས་ནས་ངོ་མཆར་བ། ཁོ་བ་དགའ་  
བ་སྟེ། བྱུང་པར་བ་ལས་འགའ་ཞིག་བརྗོད་པར་འདོད་ན། སྒྲར་ཡང་བརྗོད་  
པ་ལ་སྒྲིན་མེད་དེ། བརྒྱད་སྟོང་འབྲེལ་ཆེན་ལས།

ངོ་མཆར་བ་དང་ཚུད་པ་དང་། །

ཁོ་དང་ཁྱེད་དང་ངེས་བཟུང་དང་། །

དད་དང་དགའ་བ་རྣམས་ལ་ནི། །

ཆོག་གཅིག་ལན་གཉིས་འབྱུང་བ་ཡིན། །

ཞེས་འདི་འདྲ་བ་ནི་རྒྱན་དུ་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །

དཔེར་བརྗོད་ནི།

འདོད་པ་སྐྱབས་མིན་འཁོན་པ་ཡིས། །

བྱུང་མེད་མཆོག་དེ་བཅོམ་པར་གྱུར། །

ཡན་ལག་ཀྱན་མངའ་བཅོམ་པར་གྱུར། །

འཇམ་པར་སྒྲོག་མ་བཅོམ་པར་གྱུར། །

འདོད་པ་སྐྱབས་མིན་ཏེ་རྒྱ་མེད་དུ་འཁོན་ཞིང་དགའ་གྱུར་པས།  
མཛེས་མ་བྱད་མེད་ཀྱི་མཆོག་དེ་བཙམ་པར་གྱུར་ཏོ། །ཡན་ལག་ཀྱན་ལ་  
མཛེས་པ་སྟེ་བཙམ་པར་གྱུར་ཏོ། །ངག་འཇམ་པོར་སྒྲོག་པ་སྟེ་བཙམ་པར་  
གྱུར་ཏོ་ཞེས་བཅེ་བའི་དབང་གིས་ཡང་ཡང་བཟླས་པ་ལྟ་བུ་སྒྲིན་མེད་དོ། །

བཞི་པ་ཐེ་ཆོམ་ཅན་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བཟོད། དམིགས་བསལ་  
ལོ། །མཆོན་ཉིད་ནི།

ངེས་པའི་དོན་དུ་རབ་སྒྱུར་བའི། །

ཆོག་རྣམས་ཉིད་ཀྱིས་གལ་ཏེ་ན། །

ཐེ་ཆོམ་སྐྱེད་པར་བྱེད་ན་འདི། །

ཐེ་ཆོམ་ཅན་ཞེས་རབ་ཏུ་བཟོད། །

བཟོད་དོན་ངེས་ཤིང་རྟོགས་པའི་དོན་དུ་རབ་ཏུ་སྒྱུར་བའི་ཆོག་  
རྣམས་ཉིད་ཀྱིས། གལ་ཏེ་ཐེ་ཆོམ་སྐྱེད་པར་བྱེད་ན། ཐེ་ཆོམ་ཅན་ཞེས་པར་  
རབ་ཏུ་བཟོད་དོ། །དཔེར་བཟོད་ནི།

རེ་འདོད་དགའ་བ་ལྟ་བ་ཡི། །

རོ་ལ་མིག་གཡོ་གྲོགས་མོ་དག། །

རྒྱུང་ན་འདུག་པའི་མ་མ་འདིས། །

འདི་འདྲ་ལྟ་བར་བཟོད་མ་ཡིན། །

འབྲིག་པའི་ལོངས་སྒྲིད་རེ་ཞིང་འདོད་པའི་དགའ་བ་དག་ལ་ཆགས་



པའམ། མཛའ་བོ་ལྟ་བུའི་རོ་ལ་མིག་ཟུར་གཡོ་བའི་གྲོགས་མོ་དང་མཛའ་བོ་  
དག་ རྒྱང་ངམ་ཉི་བ་ན་འདུག་པའི་མ་མ་འདིས་ཀྱང་། བྱིད་གཉིས་ཀྱི་སྤྱོད་  
ཚུལ་བག་མེད་པ་འདི་འདྲ་བ་བལྟ་བར་བཅོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རྒྱ་དཔེར། བྱི་  
ཡ་དགའ་མ་དང་། ཡིད་ཀྱི་འདོད་པ་དང་། མཛའ་བོ་ལ་འདུག་པས་ཐེ་ཆོམ་  
བསྐྱེད་ཅིང་། ལྷ་རྩ་ཏ་རྒྱང་རིང་བ་དང་། ཉི་བ་ལའང་འདུག་ འདིས་ཞེས་  
པའང་། ཨ་དས་ལས་བསྐྱབས་པས་མངོན་གྱུར། སྒོག་གྱུར་གང་ལའང་  
འདུག་པའི་ཐེ་ཆོམ་ཅན་ཀྱི་སྤྱོད་ནོ། །

དམིགས་བསལ་ལ། སྐབས་བསྟན་པ། དཔེར་བཅོད་པ། དོན་བཤད་  
པའོ། །

དང་པོ་ནི།

འདི་འདྲ་ཐེ་ཆོམ་སྤང་ཉིད་དུ།

གལ་ཏེ་འགའ་ཞིག་ཏུ་སྒྱར་ན།

དེ་ནི་རྒྱན་ཉིད་དུ་འགྱུར་གྱི།

དེ་ལ་སྤྱོད་མེད་འདི་ལྟ་སྟེ།

སྒྱུར་བ་འདི་འདྲ་བ་ཐེ་ཆོམ་སྤྱོད་པའི་སྤང་ཉིད་དུ་གལ་ཏེ་སྐབས་  
འགའ་ཞིག་ཏུ་སྒྱར་ན། དེ་ནི་ཆོག་གི་རྒྱན་ཉིད་དུ་འགྱུར་གྱི། དེ་ལྟ་བུ་ལ་  
སྤྱོད་མེད་པ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་བཅོད་ནི།

མ་སྤང་དེ་ནི་ལུས་སྤྱེས་ཀྱི།

འཛིགས་པས་གཟེར་ཞིང་རྩལ་མོ་ཡི། །

དུས་ཉིད་ཀྱིས་ནི་བཟུང་བ་མཐོང་། །

བདག་ཅག་ཁྱོད་ལ་རེ་བ་ཅི། །

མ་སྦྱང་བ་སྟེ་སྒྲོན་མེད་པའི་ལང་ཆོ་མ་དེ་ནི། ལུས་སྦྱེས་འདོད་པའི་  
ནད་ཀྱི་འཛིགས་པས་གཟེར་ཞིང་། རྩལ་མོ་འཆི་བའི་དུས་ཉིད་ཀྱིས་གཟུང་  
བར་མཐོང་སྟེ། ད་ནི་བདག་ཅག་མཛའ་བོ་ཁྱོད་ལ་རེ་བ་མེད་དོ་ཞེས་སམ།  
ཡང་ན། ལུས་མིན་སྦྱེས་ཞེས་ཏེ། ཕྱི་རོལ་འབྲུང་བ་ལས་སྦྱེས་པའི་ཆ་གདུང་  
རྩལ་མོས་གཟུང་ཞེས་པར་ཐེ་ཆོམ་བསྐྱེད་པའོ། །

དོན་བཤའ་བ་ནི།

འདོད་པས་གཟེར་རམ་ཆ་བས་གདུང་། །

ཞེས་པ་ངས་མེད་བྱེད་པའི་ཆོག་།

ཅེད་འཛོམས་སྦྱེས་བྱ་འབྲུག་པར་ནི། །

བྱ་བྱིར་ཕོ་ཉ་མོས་སྦྱས་སོ། །

དེ་ལྟ་བུ། འདོད་པས་གཟེར་རམ་སོས་ཀའི་ཆ་བས་གདུང་ཞེས།  
ངས་མེད་ཐེ་ཆོམ་ཅན་དུ་བྱེད་པའི་ཆོག་། ཅེད་འཛོམས་སྒྲོན་སྦྱེས་བྱ་ཡིད་  
འབྲུགས་པར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་ཕོ་ཉ་མོས་སྦྱས་སོ། །

ལྷ་པ་རིམ་པ་ཉམས་པ་ལ། མཚན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད། དམིགས་  
བསལ་ལོ། །

མཚན་ཉིད་ནི།

མདོར་བསྟན་རྗེས་སུ་མ་བྱས་པར་དོན། །

གལ་ཏེ་རྗེས་བསྟན་མ་བྱས་ན། །

རིམ་པ་ཉམས་པར་མདོན་བརྗོད་པའི། །

སྟོན་དུ་དེ་ནི་བཤད་དེ་དཔེར། །

མདོར་བསྟན་པའི་གོ་རིམ་དང་རྗེས་སུ་མ་བྱས་པར་དོན་གྱི་གོ་རིམ་  
གང་ཡིན་རྗེས་སུ་བསྟན་པར་མ་བྱས་ན། རིམ་པ་ཉམས་ཞེས་མདོན་པར་  
བརྗོད་པའི་སྟོན་དུ་བཤད་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་བརྗོད་ནི།

འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་གནས་པ་དང་། །

སྤྱུལ་དང་འཇིག་རྒྱུ་མ་སྐྱེས་པ། །

བདེ་འབྱུང་སྟེང་མེད་ཅུ་སྐྱེས་ཀྱི། །

སྐྱེ་གནས་ཅན་གྱིས་བྱེད་རྣམས་སྤངས། །

འགྲོ་བ་རྣམས་འཇིག་རྟེན་དུ་གནས་པ་དང་། སྤྱུལ་ཞིང་སྐྱེ་བ་དང་།  
སྤྱད་ཅིང་འཇིག་པའི་རྒྱ་ནི། མ་སྐྱེས་པ་བདེ་འབྱུང་སྟེང་བདེ་ལྟག་དང་། སྟེང་  
མེད་ཀྱི་བྱ་བྱེད་འཇུག་དང་། ཅུ་སྐྱེས་པ་རྣམས་སྐྱེ་གནས་ཅན་ཆངས་པ་  
གསུམ་གྱིས་བྱེད་རྣམས་སྤངས་ཤིག་ཅེས་གནས་པའི་རྒྱ་བྱེད་འཇུག་དང་།  
སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཆངས་པ་དང་། སྤྱད་པའི་རྒྱ་བདེ་འབྱུང་ངོ་ཞེས་སྤངས་སུ་བཤད་  
པའི་རིམ་པ་འབྲུགས་པའོ། །

དམིགས་བསལ་ལ། སྐབས་བསྟན་པ་དང་། དཔེར་བཅོམ་པའོ། །དང་  
པོ་ནི།

འབྲེལ་བ་ངེས་པར་ཤེས་པའི་རྒྱུར། །

གང་ཡང་གལ་ཏེ་འབད་བྱས་ན། །

རིམ་པ་འདས་ཀྱང་སྒྲོན་མིན་པར། །

མཁས་པ་རྣམས་ནི་སྒྲིབ་སྟེ་དཔེར། །

དོན་གྱི་འབྲེལ་བ་རྟོགས་ཤིང་ངེས་པར་ཤེས་པའི་རྒྱུར། གང་དེ་འབྲ་  
བར་ཡང་གལ་ཏེ་འབད་པར་བྱས་ནས། རིམ་པ་འདས་ཀྱང་སྒྲོན་མིན་པར་  
མཁས་པ་རྣམས་སྒྲིབ་སྟེ། དཔེར་བཅོམ་ནི།

གཉེན་གཏོང་བ་དང་ལུས་གཏོང་དང་། །

ཡུལ་གཏོང་ཞེས་པ་གསུམ་པོ་ལ། །

དང་པོ་མཐའ་མ་ཉོན་མོངས་རིང་། །

བར་པ་སྐད་ཅིག་གཏུང་བའོ། །

གཉེན་གཏོང་བ་དེ་དང་བྲལ་བ་དང་། ལུས་གཏོང་བ་འཆི་བ་དང་།  
ཡུལ་གཏོང་བ་འདྲུག་གནས་འདོར་བ་གསུམ་གྱི། དང་པོ་དང་མཐའ་མ་ནི་  
ཉོན་མོངས་པའི་གཏུང་བ་རིང་སྟེ་ཇི་སྟེད་འཆོ་དང་། བར་པ་ལུས་གཏོང་བ་  
ནི་སྐད་ཅིག་ཅམ་གཏུང་བའོ་ཞེས་གཏུང་བ་རིང་ཐུང་གི་འབྲེལ་བ་ཤེས་པར་  
བྱེད་པ་ལ་སྒྲོན་མེད་དོ། །

བྱུག་པ་སྐྱ་ཉམས་པ་ལ། མཚན་ཉིད། དཔེར་བཞིན། དམིགས་བསལ་  
གསུམ། དང་པོ་མཚན་ཉིད་ནི།

མཚན་བྱ་མཚན་ཉིད་ལས་མ་མཚན། །

ཆོག་སྒྲུབ་མཚན་མིན་འདོད་པ་ནི། །

སྐྱ་ཉམས་ཡིན་ཏེ་མཚན་རྣམས་དག།

འདོད་པ་ཉིད་ནི་སྒྲུབ་མ་ཡིན། །

མཚན་བྱའི་དོན་དང་མཚན་ཉིད་སྐྱའི་ཇེས་སུ་བསྟན་པ་ལས་བྱུང་བ་  
གང་གི་ལས་མ་མཚན་ཏེ། སྐྱའི་བསྟན་བཅས་དང་འགལ་ཞིང་། སྐྱེས་བྱ་  
མཚན་མིན་སྒྲུབ་པོ་དག་འདོད་པ་ནི་སྐྱ་ཉམས་ཡིན་ཏེ། སྐྱེས་བྱ་མཚན་རྣམས་  
འདོད་པའི་སྒྲུབ་བ་ཉིད་ནི་སྒྲུབ་མ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་བཞིན་ནི།

ས་གཞི་རྒྱ་མཚོ་སྐྱ་རགས་ཅན། །

རྒྱལ་ཆེན་ཁྱོད་ལ་དཔུང་བས་སྐྱངས། །

ཞེས་པ་ཤེས་འདོད་མེད་པས་ན། །

ཆོག་འདི་ལ་ནི་ཉམས་ཡོད་མིན། །

ས་གཞི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་བཞེས་བསྐྱོར་བས་སྐྱ་རགས་ཅན་ཏེ། དེ་  
ཉིད་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་དཔུང་བས་སྐྱངས་ཤིག་ཅེས་བཞིན་པར་འདོད་  
ཀྱང་། རྒྱ་དཔེར། ཤ་ཀྱ་རི་སྐྱ་རགས། དེའི་རྒྱུན་ཀྱི་མཐའ་ཅན་ཏེ། ཅན་པར།  
མྱོ་དང་ཚུ་དང་རི་ཏ་ལས་ཞེས་ཀ་པའི་རྒྱུན་བྱེན་པས། ཤ་ཀྱ་རི་ཀ་ཞེས་འབྱུང་

ཡང་། དེ་མེད་པ་དང་། མ་རྩ་རྩ་ཇོ་རྩ་རྩ་ཆེན་ཞེས་བྱུང་པར་རམ་ལས་  
འཛིན་གྱི་བསྐྱུ་བའི་མཐར་། ཅ་རྩ་པར་། ཆིག་སྐྱུད་གྱི་མཐོའི་ཞེས་སྒྱིར་བཏང་  
ནས། ས་ཁི་དང་ཨ་ཏཱ་དང་རྩ་ཇོ་རྩ་རྩ་ཆེན་གྱི་ཅ་ཅའི་ཞེས་ཅ་ཅའི་རྩེན་བྱིན་  
ཏེ། རྩ་ཇོ་ཞེས་འབྱུང་བ་དེ་ལྟར་མ་བྱས་པ་དང་། ལྷ་མཚན་བྱིད་ཞེས་པ་ལ་  
ནམ་དཔྱེ་བྱུག་པ་བྱིན་ནས་ལྷ་མཚན་ཏེ། བྱིད་གྱི་ཞེས་པ་ལ། བཞི་པ་བྱིན་པས་  
ལྷ་མཚན་ཏེ། བྱིད་ལ་ཞེས་དང་། ལྷ་ཏུ་དབྱུང་པས་ཞེས་གསུམ་པ་སྒྱུར་ཏེ། ལྷ་ཏུ་  
ལྷེམ་བྱུང་བ་ལ། དང་པོ་སི་བྱིན་པས། ལྷ་ཏུ་དབྱུང་བ་ཞེས་བྱིན་གྱི་སྒྲུབ་  
ཚུལ་ལོག་པ་རིམ་ལྔ་བར་བསྒྱུར་བས། བོད་སྐད།

རྩལ་ཆེན་བྱིད་ལ་དབྱུང་པས་སྒྱུར་ས། །

ཞེས་འབྲེལ་མེད་གྱི་ཆིག་ ཞེས་འདོད་མེད་པ་སྒྱུན་ཅན་འདི་ལྟ་བུ་ལ་  
ཉམས་འགྱུར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

དམིགས་བསལ་ལ། དཔེར་བཞིན། སྒྱུན་མེད་སྒྲུབ་ཚུལ་གཉིས།  
དཔེར་བཞིན་ནི།

སྟོ་ཡི་རི་ལས་ཉེར་བཏུད་པའི། །

རྒྱང་གིས་རྩུ་ཏའི་རྒྱང་འབྱུང་ནི། །

ཡལ་འདབ་རོལ་པར་བསྒྱུད་པ་ཡིས། །

སྟུ་གུ་མཛེས་དང་ལྷན་པར་བྱེད། །

སྟོ་ཡི་རི་བོ་མ་ལ་ཡལ་ལས་ཉེ་བར་བཏུད་དེ་འོངས་པའི་རྒྱང་གིས། རྩུ་



ཉའི་རྒྱུ་འབྱུང་སྟེ་ཤིང་གི་ཡལ་འདབ་རོལ་བར་བསྐྱོད་པས།  
ཆོག་ས་རྣམས་མཛེས་པ་ཅན་དུ་བྱེད་དོ། །

ལྷ་གྲུའི་

སྐྱོན་མེད་དུ་སྐྱབ་ཚུལ་ནི།

ཞེས་སོགས་བསྟན་བཅས་བདག་ཉིད་ཆེ། །

ལྷ་ལ་གཡེལ་བའི་སེམས་ལྡན་ལ། །

སྐྱ་ཉམས་བཞིན་དུ་སྤང་མོད་ཀྱི། །

སྐལ་བཟང་ནམ་ཡང་གཏོང་མ་ཡིན། །

སྟོལ་ཞེས་སོགས་སྐྱའི་བསྟན་བཅས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ལྷ་བ་ལ་  
གཡེལ་བ་སེམས་དང་ལྡན་པ་ལ་སྐྱ་ཉམས་པ་བཞིན་སྤང་མོད་ཀྱི། སྟོལ་རི་  
ལ་ཞེས་ཐོག་མར་བདུན་པ་དང་། དེ་ལས་འོངས་པའི་དོན་གྱིས་བྱིན་ས་ལྷ་  
བ་ཐོབ་པ། ཀ་ལྷ་པའི་མིང་ལེར། དེ་རྣམས་ཀྱི་གཉིས་ཐོབ་པ་ལ་པ་རོལ་ལོ་  
ཞེས་པ་ལྟར་ཡིན་པས་སྐལ་བ་བཟང་པོ་ནམ་ཡང་གཏོང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

བདུན་པ་ངལ་གསའི་གཅོད་མཆམས་ཉམས་པ་ལ་མཆན་ཉིད།  
དཔེར་བཞིན། དམིགས་བསལ་གསུམ། མཆན་ཉིད་ནི།

ཆོག་ས་བཅད་རྣམས་ལ་ངེས་པའི་གནས། །

ཆོག་གི་གཅོད་མཆམས་ངལ་བསོར་རིགས། །

དེ་ཉམས་གཅོད་མཆམས་ཉམས་པ་སྟེ། །

ཉན་པ་དགའ་མིན་བསྐྱེད་དེ་དཔེར། །

ཐ་སྙད་ཀྱི་གཙུག་ལག་ལ་གྲགས་པའི་ཆོག་ས་བཅད་ནམས་ལ་སྒྲེབ་  
སྒྱུར་ཡོད་པས། སྒྲོན་དམ་ངལ་བསོ་ངེས་པའི་གནས་ཡོད་དེ། ཆོག་གི་  
གཙོད་མཆམས་སྒྲུང་ལ་བསོ་བ་རིགས་ལ། དེ་ཉམས་ནས་མིང་ཆོག་གི་  
ཐོག་མཐམ་དབྱས་སྒྲུང་ལ་བསོ་བ་ནི་གཙོད་མཆམས་ཉམས་པ་སྟེ། ཉན་པོ་  
དགའ་བ་མིན་པ་བསྐྱེད་དེ། དཔེར་བརྗོད་ནི།

བྱད་མེད་ནམས་ཀྱིས་ཡང་དག་བརྗོད་པའི་ཆོག་རོ་ཉམས་མེད་ལ་འདིར།

མཆོག་ནམས་དང་འགྲོགས་མི་དབང་ཉི་མའི་རིགས་འདིས་ལྟ་བུར་ཅེས་སོགས་སྒྲོན།

བྱད་མེད་ནམས་ཀྱིས་ཡང་དག་པར་བརྗོད་པའི་ཆོག་ནི་སྒྲུང་  
གར། དེ་ལ་སྒྲུན་པའི་རོ་དང་སྒྲིག་སོགས་ཀྱི་ཉམས་མེད་པ་ལ། སྐྱེས་བུ་  
མཆོག་ནམས་དང་འགྲོགས་པའི་མི་དབང་ཉི་མའི་རིགས་རྒྱད་ལས་བྱུང་བ་  
འདིས་ཀྱང་ལྟ་བུར་བྱེད་དོ་ཞེས་སོགས་སྒྲོན་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་དཔེར། སྒྲིལ་སྒྲིལ་  
གྲི་ཏ་མེ་རྩི་མ་ཡ་སྒྲིལ་དེ་ཏ་མེ་ལོ་ན་རེ་རྩི་ བ་ཏ་ཏ་སྒྲིལ་ར་ས་མི་ཏ་ལོ་སྒྲིལ་  
མེ་ཏ་དེ་དུས། འདིའི་སྒྲེབ་སྒྱུར་ནི། མ་ཕ་ན་སྒྲུར་འ་ཕ་ནམས་མཆོ་དུས་  
འཛིག་རྩིན་དལ་འགྲོ་ཅན་ཞེས་དང་པོར་མཆོ་སྟེ། ཡི་གེ་བཞི་པ་དང་། དེ་  
ནས་དུས་ཏེ་དུག་པ་དང་། དེ་ནས་འཛིག་རྩིན་ཞེས་བདུན་པའི་མིང་མཐམ་  
ཁོ་ནར་ངལ་བསོ་དགོས་ཀྱང་། འདིར་སྒྲིལ་གྲི་གྲི་དང་གྲི་མཆམས་མིང་གི་  
དབྱས་སྒྲུང་ལ་བསོས་ཤིང་། ལྷ་དེ་ཏའི་ཨ་དང་དེའི་དབྱས་སྒྲུང་གི་ཤ་  
མིང་དབྱས་སྒྲུང་ལ་བསོས་བ་སོགས་གཙོད་མཆམས་ཉམས་པའི་སྒྲོན་ནོ།

དམིགས་བསལ་ནི།

བྱ་དང་བྱ་མིན་མ་ཆང་མེད་ལ་ལྷགས་ཉིད་ཀྱིས་ནི་ལྟ་བུ་བྱེད་ཅིང་། །

མི་བདག་འདི་ཡི་དབང་གྱུར་ས་འཛིན་ཞེས་བ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་བ་ཡོད། །

བྱ་བ་དང་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་སྤང་སྤང་མ་ཆང་བ་མེད་པ་རྟོགས་པར་  
བྱེད་པ་ལ། རྣམ་པར་དག་པའི་ལྷགས་ཉིད་ཀྱིས་ལྟ་བར་བྱེད་ཅིང་། མི་  
བདག་རྒྱལ་པོ་འདི་ཡི་དབང་དུ་གྱུར་ནས་ས་གཞི་འཛིན་པར་བྱེད། ཅེས་བ་  
འདི་ལའང་མིང་དབྱས་སུ་ངལ་བསོ་བ་སྒྱུར་བ་ཡོད་དེ། རྒྱ་དཔེར། གྲུ་  
གྲུ་རྩ་ཡ་མ་མེ་ཀ་ལྷ་རྩ་ག་མེ་རྩི་མ་བ་ཤུ། །མ་ཤུ་མི་མ་ཏ་ཏི་བྱི་བ་མི་ཏྱི་  
སྟེ་ཅི་ཤ་བྱ་ཡོ་གཤ ཞེས་པའི་གྲུ་ཏི་ཞེས་པའི་ཡ་ཡིག་ལ་བཅད་པ་སྒྲོན་  
མིན་ནམ་ཞེ་ན།

རི་ལྟར་ཆོག་མཐའ་བྱིས་པ་ལ། །

ལྷག་མ་ཆོག་ཉིད་དུ་ངེས་པ། །

དེ་བཞིན་མཆམས་སྒྲུབ་རྣམ་འགྱུར་མཐའ། །

ཆོག་ཉིད་ཅེས་ནི་བརྗོད་པ་ཡིན། །

དེ་ཡང་རི་ལྟར་ན། རྟགས་དང་རྣམ་དབྱེད་དབང་གིས་ཆོག་མཐའ་  
བྱིས་པ་ལ་ལྷག་མ་མཆོན་ཉིད་དུ་ངེས་པ་དང་། དེ་བཞིན་མཆམས་སྒྲུབ་  
རྣམ་འགྱུར་གྱི་མཐའ་ཡང་ཆོག་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པ་རྣམས་བརྗོད་དོ།  
།བྱ་མིན་ནམ་ཞེས་པའི་ཨ་གྲུ་མིང་གི་ཆ་དང་། ཏི་རྣམ་དབྱེད་བར་དུ་

བཅད་པ་སྐྱོན་མེན་ཏེ། གྲུ་ཁྲ་ཞེས་པ་མཆམས་སྐྱོར་གྱིས་བྱ་བ་པའོ། །དེ་  
ལྟར་ཡང་ན་བར་རྩ་བ། །སྒྲོ་ངག་མཁན་ནམས་མི་སྐྱོར་ཏེ། །རྒྱལ་པོ་དེ་ཡི་  
རྒྱལ་མཆོན་གྱི། །ཏོག་གིས་ཚུ་འཛིན་བསྐྱལ་ཞེས་འདིའོ། །དེ་ལྟར་ཡང་  
བརྗོད་མི་བདེ་བ་དང་། །ན་བར་རྩ་བ་པས་སྒྲོ་ངག་མཁན་ནམས་མི་སྐྱོར་བ་  
ཡིན་ཏེ། །རྒྱལ་པོ་དེའི་ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་མཆོན་ཆེས་མཐོ་བའི་ཏོག་  
གིས། །ཚུ་འཛིན་སྒྲིན་གྱི་ཆོག་ས་ནམས་བསྐྱལ་ཞིང་བསྐྱོད་པར་བྱས་སོ་  
ཞེས་པའི་རྒྱ་དཔེར། །རྩ་ལྷོ་ལྷོ་ཏ་ལྷོ་རྩ་རྩ་ གེ་ཏུ་དལ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ཏུ་དལ། །ཞེས་  
གེ་ཏུ་འི་གེ་ཉིད་རྒྱུ་པའི་མཐའ་ལ་ཡོད་ཅིང་། །བདུན་པའི་ཆོག་མཐའ་ཡིན་  
པས་སྐྱོན་མེད་ཀྱང་བརྗོད་མི་བདེ་བ་བཞིན་ནོ། །

བརྒྱད་པ་སྡེ་བ་སྦྱོར་ཉམས་པ་ལ་མཆན་ཉིད།      དཔེར་བརྗོད་དོ།      །  
མཆན་ཉིད་ནི།

གང་དུ་ཡི་གེ་སྟག་ཆད་དང་། །

ཕྱི་ཡང་ཇི་ལྟ་བཞིན་མི་གནས། །

དེ་ནི་སྒྲེབ་སྒྱུར་ཉམས་པ་སྟེ། །

སྒྲོལ་འདི་ཤིན་ཏུ་སྒྲུང་བའོ། །

ཆེགས་སུ་བཅད་པའི་གནས་གང་དུ་ཡི་གེ་ཆད་སྟག་དང་།      ཟྱེ་ཡང་  
སྟེ་བ་སྟོར་གྱི་མཆན་ཉིད་ཇི་སྟ་བ་བཞིན་མི་གནས་པ།      དེ་ནི་སྟེ་བ་སྟོར་ཉམས་  
པ་སྟེ།      སྟོན་འདི་སྟན་ངག་གི་བྱས་ཉམས་པས་ཤིན་ཏུ་སྦྲད་བྱར་བྱུར་པ་སྟེ།

འདི་ལ་དམིགས་བསལ་གྱང་མེད་དོ། །དཔེར་བརྗོད།

ཟླ་བའི་འོད་ཟེར་རབ་བསིལ་བས། །

རེག་ཅེས་ཡི་གེ་ཉུང་བ་ཉིད། །

ས་རྩ་ཀླ་རའི་ལོ་འདབ་གསར་བ་རྣམས། སྦྱུ་མ་ཞེས་ཡི་གེ་ལྷག་པའོ། །  
ཡི་གེ་བརྒྱད་པ་རྗེས་སྤྲུགས་ཀྱི་སྡེ་བ་སྦྱོར་ལ། ཟླ་བའི་འོད་ཟེར་རབ་བསིལ་  
བས། རེག་ཅེས་པ་ལ་རྒྱ་དཔེར་ཡི་གེ་བདུན་ལས་མེད་པས་ཆད་པ་དང་།  
ས་རྩ་ཀླ་རའི་ལོ་འདབ་གསར་བ་རྣམས། སྦྱུ་མ་ཞེས་པ་ལ་ཡི་གེ་དགུ་ཡོད་  
པས་ལྷག་པ་བོད་སྐད་ལའང་གསལ་བར་ཡོད་དོ། །

འདོད་པས་མདའ་རྩོན་པོ་རྩ་གས་མིག་ཅན་ལ། །

རྣམ་པར་འཕངས་ཞེས་སྦྱི་བ་ཇི་བཞེན་མིན། །

མཛེས་པའི་མིག་ཅན་དག་ལ་སྦྱོས་བྱེད་ཀྱི། །

མདའ་རྩོན་སྦྱང་ཞེས་ཡང་བ་ཇི་བཞེན་མིན། །

འདོད་པའི་སྦྱས་མེ་ཉོག་གི་མདའ་རྩོན་པོ་རྩ་གས་མིག་ཅན་མ་ལ་  
རྣམ་པར་འཕངས་སོ་ཞེས་དང་། མཛེས་པའི་མིག་ཅན་མ་དག་ལ་སྦྱོས་བྱེད་  
འདོད་སྙམ་མདའ་རྩོན་པོ་སྦྱང་བར་གྱུར་ཅེས་སྡེ་བ་སྦྱོར་ཉི་དབང་རྩོ་རྗེ་ལ།  
དང་པོའི་ཡི་གེ་ཡང་བ་དགོས་རྒྱ་སྦྱི་བ་བྱུང་ལ། བྱི་མའི་ཡི་གེ་གཉིས་པ་སྦྱི་  
བ་དགོས་རྒྱ་ལ་ཡང་བ་བྱུང་བས། དེ་དག་ཇི་བཞེན་མིན་པ་སྟེ་དེ་བཞི་སྡེ་བ་  
སྦྱོར་ཉམས་པའི་དཔེའོ། །

དགྲ་པ་མཚམས་སྦྱོར་ཉམས་པ་ལ། མཚན་ཉིད། དཔེར་བཞིན།  
དམིགས་བསལ་གསུམ། མཚན་ཉིད་ནི།

བསྐྱུས་པ་བཞིན་པར་མི་འདོད་ཅེས། །

ཆིག་ལ་མཚམས་སྦྱོར་མེད་པ་དང་། །

ཡ་ཕྱིས་ལ་སོགས་སྒྱུ་མེད་པ། །

དེ་ནི་མཚམས་སྦྱོར་བྲལ་ཞེས་བསྟན། །

བསྐྱུས་པ་མཚམས་སྦྱོར་བ་བཞིན་པར་མི་འདོད། ཆིག་སོ་སོར་  
གསལ་བར་བྱའོ་ཞེས། མཚམས་སྦྱོར་ཐོབ་ཀྱང་མེད་པ་བྱས་པ་དང་། ཞེ་  
ཞེ་ཡ་རུ་བསྐྱུར་བའི་ཡ་ཕྱིས་པའི་རྗེས་ལ་སོགས། རང་བཞིན་ལ་འཛོག་  
པའི་སྒྱུ་མཚན་མེད་པར། མཚམས་སྦྱོར་ཐོབ་པར་མ་བྱས་ན། མཚམས་  
སྦྱོར་བྲལ་བའི་སྦྱོན་དུ་བསྟན་ནོ། །

དཔེར་བཞིན་ནི།

མཁའ་དང་བདག་གི་ཡིད་ལ་ཡང་། །

སྒྲུང་ནི་དལ་བྱར་སྒྱུ་བ་ཡི། །

བྱད་མེད་འགྲམ་པའི་དགྲིལ་འཁོར་ལ། །

རྩལ་གྱི་ཚུ་རྒྱས་སེལ་བར་བྱེད། །

ནམ་མཁའ་དང་བདག་གི་ཡིད་འཕྲོག་པ་ལ་ཡང་སྒྲུང་དེ་ནི་དལ་བྱར་  
སྒྱུ་བ་དེས། བྱད་མེད་གྱི་འགྲམ་པའི་དགྲིལ་འཁོར་ལ་ཆགས་གདུང་གི་རྩལ་



ཚུ་རྒྱས་པ་སེལ་བར་བྱེད་དོ། །རྒྱ་དཔེར། ཅ་ར་རྒྱ་ཞེས་པ་དང་། དེའི་པ་  
རོལ་ཏུ་ཨ་རྒྱ་ན་ཞེས་འབྱུང་བ། ཅ་རྒྱ་པར། ཨ་གའི་ཨ་ག་མ་རིང་པོའོ་ཞེས་  
དང་། ཀ་ལྷ་པར་མཚུངས་འདྲ་བའི་ཚིགས་མཆམས་སྒྱུར་ཐོབ་ཀྱང་མ་བྱས་  
པ་ལྟ་བུ་ནི། མཆམས་སྒྱུར་ཉམས་པའོ། །

དམིགས་བསལ་ནི།

མཆན་མོ་འདི་ལ་ཞེས་འདི་འདྲ། །

མཁས་པས་ཉམས་པར་རིག་མི་བྱེད། །

མཆན་མོ་འདི་ལ་ཞེས་པའི་ཨྲ་སྐ་ར་ཏི་ཤི་ཏི་སོགས་ཀྱི་ཨྲ་དང་།  
ཚིགས་བཅད་སྒྲ་མའི་མཐུག་གི་ཨི་ལྟ་བུ་མཆམས་མ་སྒྱུར་ཀྱང་སྒྱུན་མེད་  
དེ་ཉིས་འདྲ་གིས་ཆོད་པ་དང་། ཚིགས་བཅད་བྱེད་སྒྲ་ཕྱིའི་བར་དུ་འང་རྒྱང་  
འདྲ་གིས་ཆོད་པས་མཆམས་སྒྱུར་གྱི་གནས་མིན་པས། འདི་འདྲ་མཁས་  
པས་ཉམས་པའི་སྒྱུན་དུ་རིག་པར་མི་བྱེད་དོ། །

བཙུ་བ་ཡུལ་འགལ་སོགས་ཀྱི་སྒྱུན་ལ། འགལ་བ་དུག་མཆན་ཉིད།  
སོ་སོར་དཔེར་བཞིན། དམིགས་བསལ་སྒྱུན་མེད་དོ། །འགལ་བ་དུག་གི་  
མཆན་ཉིན་ནི།

རི་ནགས་ཡུལ་འཁོར་ལ་སོགས་ཡུལ། །

ཉིན་མཆན་དུས་དུག་ལ་སོགས་དུས། །

འདོད་པའི་དོན་ལ་བརྟེན་པ་ཡི། །

གར་དང་སྒྲུ་སོགས་སྒྲུ་ཅལ་ཏེ། །  
འབྲུང་པོ་རྒྱ་དང་མི་རྒྱ་བའི། །  
འབྲུག་པ་འཇིག་རྟེན་མིང་ཅན་ནོ། །  
རིགས་པ་གཏན་ཆིགས་རིག་བདག་ཉིད། །  
ཐོས་བཅས་གསུངས་པ་ལྷུང་ཉིད་དེ། །  
སྒྲུབ་པ་མཁན་པོ་བག་མེད་པས། །  
དེ་དེར་ངེ་ལྟར་གྲགས་པ་བཞིན། །  
མིན་པ་གལ་ཏེ་རབ་ཞུགས་ན། །  
འདི་ནི་ཡུལ་སོགས་འགལ་ཞེས་བརྗོད། །

མ་ལ་ཡ་སོགས་རི། ཀ་ལི་རྒྱ་སོགས་ནགས། ལྷོ་ཕྱོགས་སོགས་ཡུལ་  
འཁོར། གཞན་ཡང་རྒྱ་བོ་དང་འབྲུང་ཁུངས་སོ། །ཉིན་མཚན་དང་། ཉམ་ཟླ་  
དུས་དྲུག་སོགས་དུས། འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལྡན་དང་། རོར་ནི་དོན་ཏེ་དེ་ལ་  
བརྟེན་པའི་གར་དང་སྒྲུ་དང་རོལ་མོ་ནི་སྒྲུ་ཅལ། འབྲུང་པོ་རྒྱ་བ་སེམས་ཅན།  
མི་རྒྱ་བ་འབྲུང་བ་བེམས་པའི་འབྲུག་པ་འཇིག་རྟེན་གྱི་མིང་ཅན་ནོ། །རིགས་  
པ་གཏན་ཆིགས་ཏེ་རྟོག་གའི་བསྐྱར་བཅས་ཀྱི་བདག་ཉིད་དོ། །ལྷུང་ནི་ཐོས་  
པ་རིག་བྱེད་དང་བཅས་པ་སྟེ། སྒྲུབ་པ་མཁན་པོ་ཤེས་རྒྱུ་མ་བག་མེད་  
འགས་དེ་དང་དེར་ངེ་ལྟར་གྲགས་པ་བཞིན་མ་ཡིན་པར་གལ་ཏེ་རབ་ཏུ་  
ཞུགས་ན། དེ་ནི་ཡུལ་སོགས་དང་འགལ་བ་ཞེས་པའི་སྒྲིན་དུ་རབ་ཏུ་བརྗོད་

དོ། །

སོ་སོའི་དཔེར་བརྗོད་ལ། དང་པོ་ཡུལ་འགལ་ནི།

ག་བྱར་རྒྱུ་ལ་རེག་པའི། །

མ་ལ་ཡ་རྒྱུ་ནི་བཟང་ཅན། །

ཀ་ལི་རྒྱུ་ཡི་ནགས་སྐྱེས་པའི། །

སྒྲུང་པོ་དག་ནི་རི་དྲགས་རིགས། །

ཙུང་ལ་ཀ་ལེ་རི་རོགས་པ། །

ཨ་ག་རུ་ནི་ནག་པོས་སྒྲོ། །

ཞེས་པ་ཡུལ་དང་འགལ་བ་ཡི། །

ཆིག་གི་འཇུག་པ་འདི་འདྲ་སྟེ། །

ག་བྱར་གྱི་རྒྱུ་ལ་རེག་པའི་རི་བོ་མ་ལ་ཡའི་རྒྱུ་འདི་  
ནི་བཟང་པོ་ཅན་ནོ། །དེ་ན་ག་བྱར་གྱི་ཞིང་མེད་པས་རིའི་གནས་ལྷགས་  
འགལ་ལོ། །ཀ་ལི་རྒྱུ་ཡི་ནགས་སྐྱེས་པའི་སྒྲུང་པོ་དག་ནི་རི་དྲགས་ཀྱི་  
རིགས་སོ། །དེའི་སྒྲུང་པོ་སྟེ་རིགས་ཡིན་པས་ནགས་ཀྱི་གནས་ལྷགས་  
འགལ་ལོ། །ཙུང་ལ་ཀ་ལེ་རི་འགྲམ་རོགས་ཨ་ག་རུ་ནག་  
པོའི་སྒྲོན་པས་སྒྲོལ། །དེར་ཨ་ག་རུའི་ཞིང་མེད་པས་སྒྲོངས་དང་ཆུ་རྒྱུ་གི་  
གནས་ལྷགས་འགལ་ལོ། །ཞེས་སོགས་ཡུལ་དང་འགལ་བའི་ཆིག་གི་འཇུག་  
པ་འདི་འདྲ་བའོ། །

འདིར་བཤའ་ཆེན་སྒྲུབ་ཀྱིས། འོན་ཅུན་ཡོད་པས་ཅི་བྱ་སྒྲུལ་ན།  
 ཅུན་ཀྱུན་ལ་ག་བྱར་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ག་བྱར་འབྱུང་བ་ནི་ཏ་རི་ཅུན་  
 གཅིག་པོར་ངེས་སོགས་སྤངས་པ་མི་བདེན་ཏེ། འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་རྒྱ་དཔེར།  
 ཏི་ལ་བཞི་གོ་ཤི་རྒྱ་རྒྱ་རིམ་ཅུན། ཞེས་པ། ཏི་ལ་འདབ་ཅན་དང་ས་མཆོག་  
 དང་། ཏ་རི་ཅུན་ཞེས་པར་འབྱུང་ལ། དེའི་འགྲེལ་བ་འདོད་འཛོལ་ས།  
 ཅུན་དཀར་པོ་ལ་མིང་གསུམ་གསུམ་སྟེ། ཏི་ལ་བཞི་ཀ ཏི་ལ་མར་འདབ་  
 ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་ཅུན་རི་པོ་མ་ལ་ཡའི་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་འབྱུང་བའོ། །  
 གོ་ཤི་རྒྱ་མཆོག་གམ་བ་ལང་མགོ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ།

བ་ལང་མགོ་ཡི་རྣམ་པ་ཅན། །

མ་ལ་ཡ་ཡི་ཕྱོགས་སུ་སྟེ། །

ཞེས་པའོ། ཏ་རིམ་ཅུན། ཞེས་པ་ལ་ཏ་རི་ནི་སྤལ་བ་སྟེ། དེའི་  
 དབྱེབས་ཅན་གྱི་རི་པོ་ཞིག་ལ་སྟེས་པས་ཏ་རི་ཅུན་ཞེས་བྱའོ་ཞེས་དང་།  
 སྤལ་གྱི་སྟོང་པོ་ནི་སྤལ་རྣམས་ཉིན་པར་ཆ་བས་གདུངས་པའི་ཆོ། དེ་ལ་  
 འཁྲེལ་ཏེ་གནས་པས་སྤལ་གྱི་སྟོང་པོ་ལྟར་བྱུང་བས། འདྲ་བ་རྒྱ་མཆོན་དུ་  
 བྱས་ནས་བཏགས་པ་ཡིན་ལ། ག་བྱར་ནི་ཅུན་ལས་མི་འབྱུང་སྟེ། འདི་  
 ཐད་རྒྱ་དཔེར། ཀའ་རྒྱ་ར་སྤ་ད་སྤ་རྒྱེ། ཞེས་ཀའ་རྒྱ་ཞེས་པའི་ཤིང་ལས་འབྱུང་  
 བར་གསལ་པོར་བཤའ་ལ། དེ་ཡང་འགྲེལ་བ་འདོད་འཛོལ་ས། ཀའ་རྒྱ་ར།  
 རུས་པ་དང་ལྷན་པའི་ག་བྱར་ཏེ། གི་བྱ་རུས་པ་ལ། ལྷ་ར་རྒྱེན་དུ་བྱས་པའོ་

ཞེས་པ་རྒྱས་ལྡན་གྱི་ཤིང་ཞེས་བྱའོ། །ཡང་དབང་རྒྱུ་ཏུ། དེ་བཞིན་རྗེ་  
བཙུན་སྦྱུན་རས་གཟིགས་དབང་ཕྱུག་གི་བསྟོད་པ་བརྒྱ་པར། བད་སྦྱེས་  
རལ་པའི་ནགས་ཉལ་འཛིག་རྟེན་དབང་ཕྱུག་ཞབས་སེན་སེལ་དེས་བྱེད་  
སྤངས། །ཞེས་དང་། སྦྱེས་རབས་ལས། ནགས་ཕྱུག་སེལ་སྤངས་པའི་རི་  
དྲགས་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སེལ་ནགས་ལ་གནས་པ་ལ།  
གངས་ལ་ཡོད་པར་འཆད་པ་ཡང་རི་དང་འགལ་བས་གསུངས་མོད། སེལ་  
ལ་རིགས་དུ་མ་ཡོད་དེ། གངས་ལ་གནས་པ་དང་། ནགས་ལ་གནས་པ་དང་།  
འདམ་སེང་དུ་གྲགས་པ་དང་། སེང་གི་རྐང་པ་བརྒྱད་པ་ཡང་སྟེ། ལྷ་ར་ཏར།

རྐང་པ་བརྒྱད་པ་གྲེན་མིག་ཅན།

ཤར་རྩ་ནི་ནགས་ལ་སྦྱོད། །

སེང་གི་འཛོམས་པར་ཡང་དག་འགོ། །

ཐུབ་པ་དེར་ནི་ངེས་པར་ཞུགས། །

ཞེས་ཏེ། དེ་ལ་ཤར་རྩ་ཡང་བེར་རོ། །སྦྱོན་ཆེན་པོའི་མདོ་ལས། ཡང་  
དེའི་ཆེ་གངས་ཀྱི་རི་ལ་གནས་པའི་སེལ་རི་རྒྱལ་པོ་རིན་ཆེན་བརྒྱ་ཞེས་བྱ་  
བའི་སེལ་རི་རྒྱལ་པོ་འབྱམས་སྤྱུག་དུ་མ་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་ཞེས་དང་། རྒྱ་ཆེར་  
རོལ་པའི་མདོར། གངས་ཀྱི་རི་པོའི་ངོས་ལས་སེལ་རི་ཕྱ་གུ་དག་འོངས་ཏེ་  
ཞེས་སོགས་ཡུལ་དང་འགལ་ལོ་མི་གསུང་གང་། །

གཉིས་པ་དུས་འགལ་ནི།

བརྒྱ་ཅན་ནི་མཚན་མོ་བྱས། །

ཉིན་པར་ཀྱ་ཟུང་ལྡན་པ་གསལ། །

དབྱིད་ནི་ནི་རྩ་ལ་རབ་བྱས། །

སོས་ཀ་དག་ནི་སྤྱོད་གྱིས་གཏིབས། །

ངང་པའི་སྤྱོད་ནི་དབྱར་སྒྲན་འོས། །

སྒྲན་ནི་མ་བྱ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད། །

དགྲན་སྒྲན་ནི་མ་འདྲི་མ་མེད། །

དགྲན་ནི་ཅ་རྒྱན་བསྐྱུགས་པར་འོས། །

ཞེས་པ་འདི་འདྲ་དུས་དང་ནི། །

འགལ་བའི་ལུགས་དང་བསྒྲན་པ་ཡིན། །

བརྒྱ་ཅན་ནི་ཉི་མ་ནི་མཚན་མོ་བྱས་ཤིང་། ཉིན་པར་ཀྱ་ཟུང་ལྡན་པ་  
སྤྱོད་ལྡན་པ་འོད་གསལ་བ་དང་། དབྱིད་དུས་སྤྱོད་ཤིང་ནི་རྩ་ལ་རབ་ཏུ་བྱས་ལ།  
སོས་ཀ་དག་ནི་ཆར་སྤྱོད་སྤྱོད་པོས་གཏིབས་ཤིང་། ངང་པའི་སྤྱོད་ནི་དབྱར་  
དུས་སྤྱོད་སྒྲན་པར་འོས་སོ། །སྒྲན་འབྲུག་སྤྱོད་དུས་སྤྱོད་མ་བྱ་དགའ་བས་  
སྤྱོད་པ་སྤྱོད། དགྲན་སྒྲན་སྤྱོད་དང་རྩལ་གྱི་དུས་ཉི་མ་ལ་འདྲི་མ་མེད་པ་དང་  
དགྲན་བསེལ་བའི་དུས་ནི་ཅ་རྒྱན་ལ་བསྐྱུགས་པར་འོས་ཞེས་པ་འདི་འདྲ་  
དུས་དང་འགལ་བའི་ལུགས་དག་བསྒྲན་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་སྤྱོད་ཅེས་དང་འགལ་བ་ནི།



སྐྱུ་ཅུལ་དག་དང་འགལ་བའི་ལམ། །  
 ཅུང་ཟད་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ་དཔེར། །  
 དཔའ་བ་སྒྲེག་པ་དག་གི་དངོས། །  
 གནས་བཅས་ཁོ་བ་ཡ་མཆན་ནོ། །  
 དབྱངས་བདུན་རྫོགས་པ་འདི་དག་ནི། །  
 ཐ་དད་ལམ་ལ་རབ་ཏུ་འཇུག། །  
 འདི་ལྟར་སྐྱུ་ཅུལ་དུག་ཅུ་བཞིར། །  
 འགལ་བ་ལེགས་པར་རྫོགས་པར་བྱ། །  
 སྐྱུ་ཅུལ་ཡོངས་སུ་བཅད་པ་ལས། །  
 དེ་ཡི་རང་བཞིན་གསལ་བར་འགྱུར། །

སྐྱུ་ཅུལ་དག་དང་འགལ་བའི་ལམ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ།  
 དཔེར་ན། དཔའ་བ་དང་སྒྲེག་པའི་ཉམས་དག་གི་དངོས་སོར་འགྱུར་བ་དེ་  
 དག་གི་སེམས་ཀྱི་གནས་སྐབས་དང་བཅས་ན་རིམ་པས་ཁོ་བ་དང་། ཡ་  
 མཆན་ཏེ་ངོ་མཆར་བའོ་ཞེས་པ་འདི་ལ། དཔའ་བ་དང་སྒྲེག་པའི་འགྱུར་བ་  
 ནི་སྟོབ་དང་དགའ་བ་ཡིན་པ་ལ་དེ་ལྟར་མ་བརྗོད་པ་སྐྱུ་ཅུལ་དང་འགལ་ལོ། །

དབྱངས་ནི་བྲང་སྟོང་། ས་འཛིན། དུག་སྒྲེས། བར་མ། རྫོགས་ལ།  
 ལྷ་པ། འཁོར་ཉན་བདུན་རྫོགས་པར་ཆང་བའམ། འདི་དག་གང་ཅུང་ཐ་དད་  
 པ་སོ་སོའི་ལམ་རང་རང་གི་འཇུག་ཡུལ་དང་མཐུན་པར་རབ་ཏུ་འཇུག་སྟེ།

སྒྲིག་གི་གཙུག་ལག་ལས།

ཅེད་མོ་སྒྲིམ་པར་སྒྲང་བ་ནི། །

ལྷ་པ་དང་ནི་བར་མའི་དབྱངས། །

དཔའ་བོ་དྲག་པོ་ངོ་མཚར་དུ། །

དྲག་སྒྱེས་ཁྱུ་མཆོག་དེ་བཞིན་ནོ། །

ས་འཛིན་པ་དང་འཁོར་ཉན་དབྱངས། །

སྒྲིང་རྗེའི་རོ་ལ་སྒྲང་བར་བྲ། །

འཐབ་མོ་འཛིགས་དང་བཅས་པ་ལ། །

སྒྲོ་གསལ་དབྱངས་ནི་སྒྲང་བར་བྲ། །

ཞེས་འཇུག་ཡུལ་དང་འཇུག་བྱེད་གི་དབྱངས་འབྲེལ་དགོས་པས།

སྒྲིང་རྗེའི་ཡུལ་ལ་སྒྲོ་གསལ་གི་དབྱངས་ལྟ་བུ་སྒྲུ་ཅལ་དང་འགལ་བས།

འདི་ལྟར་སྒྲུ་ཅལ་དྲག་ཅུ་ཅ་བཞི་དང་འགལ་བ་ལེགས་པར་རྟོགས་པར་

བྱའོ། །དེ་དག་གི་བྱངས་ནི་སྒྲར་བརྗོད་ཅིན་ལ། སྒྲུ་ཅལ་ཡོངས་སུ་བཅད་པ་

ལེ་ཏུ་བཞི་ཡོད་པ་སྒྲོ་བ་དཔོན་འདི་ཉིད་གིས་མཛད་པ་ལས་དེའི་རང་བཞིན་

གསལ་བར་འགྱུར་རོ། །

བཞི་པ་འཛིག་རྟོན་དང་འགལ་བ་ནི།

སྒྲང་པོ་དག་ནི་རལ་པ་གཡོ། །

རྟ་ཡི་རྩ་ནི་རྟོ་བ་ཡིན། །

ཨེ་རྒྱ་འདི་སྙིང་པོས་སྟེ། །

སེང་ལྷེང་ལྷོན་པ་སྙིང་པོ་མེད། །

ཅེས་པ་འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་པ། །

ཉིད་དང་འགལ་བ་ཀྱན་གྱིས་སྦྱང། །

སྤང་པོ་ཆེ་དག་ནི་རལ་བ་གཡོ་ཞིང་། ཏྲ་ཡི་རྩ་ནི་ཤིན་ཏུ་རྩོ་བ་ཡིན་  
ལ། ཤིང་ཨེ་རྒྱ་འདི་ནི་སྙིང་པོས་སྟེ་བ་དང་། སེང་ལྷེང་ལྷོན་པ་ལ་སྙིང་པོ་  
མེད་ཅེས་བརྗོད་པ་འདི་འབྲ་བ་ནི་འཇིག་རྟེན་གྲགས་ཚོད་དང་འགལ་བ་  
ཉིད་དོ། །མཁས་སྟུན་ཀྱན་གྱིས་སྦྱང་པར་བྱ་བའོ། །དཔང་ལྷོ་ཀ་ལས། དེ་  
བཞིན་སེལ་ལ་གཡུ་རལ་ཡོད་དོ་ཞེས་པའང་སྟེ། འདུལ་བ་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་  
དུ་སེལ་འོ་སྟེ་སེར་སྟུར་གསུངས་པས་སོ་ཞེས་པའང་། སྟེ་མ་བཞིན་སེལ་ལ་  
རིགས་མང་བས། སྟེ་ཡང་གཅིག་ལས་སེར་སྟུར་བཤད་པས་ཐམས་ཅད་ལ་  
ཁུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

སྟེ་པ་རིགས་པ་དང་འགལ་བ་ནི།

རིགས་པ་ཞེས་པ་གཏན་ཆིགས་ཀྱི། །

རིགས་པ་དང་འགལ་བ་སྟུན་པར་བྱ། །

རིགས་པ་ཞེས་བྱ་ནི་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་རིགས་པ་སྟེ། དེ་དང་འགལ་  
བའི་ཚུལ་བསྟུན་པར་བྱའོ་ཞེས་དམ་བཅས་ནས། དཔེར་བརྗོད་ལ་ནང་པ་  
དང་། སྟེ་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི།

བདེ་གཤེགས་འདུས་བྱས་འཇིག་པར་ནི། །

གསུངས་པ་བདེན་མོད་དེ་ལྟ་ནའང་། །

ཅ་གོ་ར་ཡི་མིག་ཅན་མ། །

བདག་གི་སྙིང་ལ་ད་དུང་གནས། །

བདེ་བར་གཤེགས་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས། འདུས་བྱས་ཐམས་  
ཅད་ནི་མི་རྟག་པའོ་ཞེས་འཇིག་པར་གསུངས་པ་བདེན་མོད། དེ་ལྟ་ན་ཡང་  
བྱ་ཅ་གོ་རའི་མིག་ཅན་མ་དེ་ནི། བདག་གི་སྙིང་ལ་ད་དུང་རྟག་པར་གནས་  
སོ་ཞེས་པ་ནང་པའི་རིགས་པ་དང་འགལ་ལོ། །

གཉིས་པ་ནི།

སེར་སྐྱས་གནས་ལ་ཡོད་པ་ཉིད། །

རབ་ཏུ་སྐྱེ་བར་ཉེ་བར་བཞུགས། །

མེད་པ་ཉིད་ནི་བདག་ཅག་གིས། །

རབ་ཏུ་སྐྱེ་བར་མཐོང་གང་ཕྱིར། །

རིགས་པ་དག་དང་འགལ་བ་ཡི། །

ལུགས་འདི་ཀུན་ཏུ་བལྟ་བར་བྱ། །

དང་སྟོང་སེར་སྐྱའི་སྟོབ་མ་གངས་ཅན་པ་དག་སྒྲུབ་ནས་དངོས་པོ་  
གནས་ལ་ཡོད་པ་ཉིད་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཉེ་བར་བཞུགས་མོད། མི་  
བདེན་ཏེ། སྒྲུབ་མེད་པ་ཉིད་ནི་བདག་ཅག་གིས་ཕྱིས་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བར་མཐོང་

བ་གང་གི་སྤྱིར་རོ། །འདི་ནི་གངས་ཅན་པའི་རིགས་པ་དང་འགལ་བས། ལྷགས་  
འདི་དག་ནམ་པ་ཀྱན་ཏུ་བསྟ་བར་བྱ་བའོ། །

རྒྱག་པ་ལུང་དང་འགལ་བ་ནི།

དེ་ནས་ལུང་དང་འགལ་བ་ཡི། །

འཇུག་པ་དག་ནི་བསྟན་པར་བྱ། །

ཞེས་དམ་བཅས་ནས། དཔེར་བཅོམ་ལ། མཆོད་སྦྱིན་གྱི་ལུང་འགལ་  
དང་། རིག་བྱེད་བཟླག་པའི་ལུང་དང་འགལ་བའོ། །

དང་པོ་ནི།

མེ་ནི་བཞག་པ་མ་ཡིན་ཡང་། །

བྱ་སྦྱེས་བྲམ་བེ་མ་ཉམས་པའི། །

སྦྱོད་པས་བརྒྱན་པ་འདི་དག་ནི། །

བེ་ལྷན་རྩེ་མཆོད་སྦྱིན་བྱེད། །

རིག་བྱེད་ལས་གང་མེ་བཞག་པ་བྱ་སྦྱེས་པ་ནམས་བེ་ལྷན་རྩེ་ལ་  
མཆོད་སྦྱིན་སྦྱབ་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་ཏེ་རང་སྦྱེས་དུས་ཀྱི་མེ་དེའི་རྒྱན་བཞག་  
ནས། དེ་ལ་མཆོད་སྦྱིན་སྦྱབ་དགོས་ཀྱང་། མེ་བཞག་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། བྱ་  
སྦྱེས་པའི་བྲམ་བེ་མ་ཉམས་པའི་སྦྱོད་པས་བརྒྱན་པ་འདི་དག་ བེ་ལྷན་རྩེ་ནི་  
མེའི་མིང་། དེ་ལ་མཆོད་སྦྱིན་བྱེད་དོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་མཆོད་སྦྱིན་གྱི་ལུང་དང་  
འགལ་འོ། །

གཉིས་པ་ནི།

འདི་ནི་ཆོ་ག་མ་བྱས་ཀྱང་། །

སྒྲུབ་པ་དག་ལ་རིག་བྱེད་བསྐྱབ་།

རང་བཞིན་དག་པའི་ཤེལ་དག་ནི། །

འདྲ་བྱེད་གཞན་ལ་སྟོས་པ་མེད། །

རིག་བྱེད་དུ་ཆོ་ག་བྱས་ཏེ་རིག་བྱེད་རྣམས་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་ཞེས་  
འབྲུང་ཡང་སྒྲུས་བྱ་འདི་ནི་རིག་བྱེད་ལས་བྱུང་བའི་ཆོ་གའི་བྱེད་པར་མ་  
བྱས་ཀྱང་། སྒྲུབ་པའི་བཀའ་ལས་སྤྱི་དུ་སྒྲུབ་ལ་སོགས་པའི་རིག་བྱེད་བསྐྱབས་  
སོ། །དེའི་སྒྲུབ་བྱེད། རང་བཞིན་གྱིས་དག་པའི་ཤེལ་དང་མོར་བྱ་དག་ནི་  
བདར་ཞིང་དབྱི་བ་སོགས་འདྲ་བྱེད་གཞན་ལ་སྟོས་པ་མེད་དོ་ཞེས་པ་ནི་  
རིག་བྱེད་བསྐྱབས་པའི་ལུང་འགལ་ལོ། །

གཉིས་པ་དམིགས་བསལ་ལ་སྐྱབས་བསྐྱབ་པ་དང་།

དཔེར་བརྗོད་པའོ། །

དང་པོ་ནི།

སྟོན་ནི་མཐའ་དག་འདི་ལ་ཡང་། །

རེས་འགའ་སྒྲུབ་པ་མཁན་མཁས་པས། །

སྟོན་གྱི་གྲངས་ལས་རབ་འདས་ནས། །

ཡོན་ཏན་ལམ་ནི་རྣམ་པར་འཛིན། །



འགལ་བ་དུག་གི་སྒྲོན་མཐའ་དག་འདི་ལ་ཡང་། །

རེས་འགའ་སྟེ་སྐབས་སུ་སྟོན་དག་མཁས་པས་གར་བབ་ཏུ་སྒྱུར་  
ཤེས་ན་སྒྲོན་གྱི་གངས་ལས་རབ་ཏུ་འདས། མཛེས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ལམ་  
ནི་རྣམ་པར་འཛིན་པའོ། །དཔེར་བརྗོད་ལ།

དང་པོ་ཡུལ་འགལ་གྱི་དམིགས་བསལ་ནི།

རྒྱལ་པོ་དེ་ཡི་མཐུ་ཡིས་ནི། །

དེ་ཡི་སྐྱེད་ཆལ་ལྷ་རྣམས་ཀྱི། །

སྒྲོན་པ་ཡལ་འདབ་གོས་དམར་དང་། །

ལྡན་པ་དག་ནི་གནས་སུ་གྱུར། །

རྒྱལ་པོ་དེའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་མཐུས། །

དེའི་སྐྱེད་ཆལ་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་ཡོངས་འདུའི་སྒྲོན་པ་ཡལ་འདབ་  
གོས་དམར་པོ་དང་ལྡན་པ་དག་གི་གནས་སུ་གྱུར་ཏེ་ཞེས་མི་ཡུལ་དུ་སྟེན་  
ཤིང་བྱུང་བ་འགལ་ཡང་། རྒྱལ་པོའི་བསོད་ནམས་འཆད་དུས་མི་འགལ་ལོ། །

གཉིས་པ་དུས་འགལ་གྱི་དམིགས་བསལ།

རྒྱལ་པོ་འཛིག་པ་གསལ་བྱེད་པ། །

ཀ་དཔྱ་ཡི་རྩལ་དང་འགྲོགས། །

འདབ་བདུན་ལས་འབྱུངས་སྒྲོད་བྱེད་ཅིང་། །

དག་པོ་ཡི་ནི་རྒྱང་དག་རྒྱ། །

ཀླུ་པོ་འཛིག་པ་སྟེ་འཆི་བའི་དུས་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། ཞིང་  
ཀ་དཔྱའི་མེ་ཉོག་རྩལ་དང་འགྲོགས་པའི་འདབ་མ་བདུན་པའི་ཞིང་ལས་  
འཁྱུངས་པའི་མེ་ཉོག་སྟོང་བར་བྱེད་ཅིང་རྩལ་ཅིང་བྲག་པོའི་རྩུང་དག་ཀྱང་  
རྒྱུ་ལོ། ཀ་དཔྱའི་མེ་ཉོག་དབྱར་དང་། འདབ་མ་བདུན་པའི་མེ་ཉོག་སྟོན་  
འབྱུང་བ་ལྟན་ཅིག་དུས་འགལ་ཡང་། ལྷས་ངན་པ་སྟོན་དུས་མི་འགལ་ལོ། །

གསུམ་པ་སྒྲུ་རྩལ་དང་འགལ་བའི་དམིགས་བསལ།

ཁྱོགས་ཀྱིས་རབ་བསྐྱལ་སྒྲག་པ་ཡི། །

སྟེ་བོ་བྱད་མེད་ཁས་བཟོད་ལྷ། །

སྟབས་མི་མཉམ་པས་འདོད་ལྟན་གྱི། །

ཆགས་པ་དག་ནི་འཕེལ་བར་བྱེད། །

ཁྱོགས་ཏེ་འདོ་མི་བསྟོད་པ་ལྷར་བས་རབ་ཏུ་བསྐྱལ་བས་སྒྲག་པའི་  
སྟེ་བོ་དང་། ལྟན་ཅིག་པའི་བྱད་མེད་གྱི་ཁས་བཟོད་པའི་ལྷ་ལྷར་བ་དང་།  
བར་མ་སོགས་སྟབས་མི་མཉམ་པས་ཀྱང་། འདོད་ལྟན་གྱི་ཆགས་པ་དག་  
འཕེལ་བར་བྱེད་དོ། །སྤྱིར་སྒྲུ་སྟབས་མི་མཉམ་པ་ན་བར་རྩལ་ཅིང་མི་སྟན་  
ཀྱང་། ཆགས་པ་ལྷལ་བྱང་སྟོན་པ་ལ་མི་འགལ་ལོ། །

བཞི་པ་འཛིག་ཏེན་དང་འགལ་བའི་དམིགས་བསལ།

སྒྲུ་བའི་འོད་ཟེར་རབ་བསེལ་བས། །

བསྐྱེད་བྱ་འཛིན་པ་འདོད་ལྟན་ནི། །

བྱད་མེད་དང་བྲལ་ཉོན་མོངས་ཀྱིས། །

འབྲུག་ས་པ་འདི་ཡིས་ཅི་བར་བྱེད། །

ཟླ་བའི་འོད་ཟེར་རབ་ཏུ་བསིལ་བས་བསྐྱེད་བྱ་འཛིན་པ་མེ་ཉིད་དུ་  
འདོད་ལྡན་བྱད་མེད་དང་བྲལ་བའི་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་སེམས་འབྲུག་ས་པ་  
འདི་ཡིས་ཅི་བར་བྱེད་དོ། །ཟླ་བ་བསིལ་བར་མེར་འཛིན་པ་འཛིག་ཉིན་དང་  
འགལ་ཡང་། བྲལ་བས་ཉོན་པའི་འདོད་ལྡན་ལ་ནི་མི་འགལ་ལོ། །

ལྷ་པ་རིགས་པ་དང་འགལ་བའི་དམིགས་བསལ།

གཞལ་བྱ་ཡིན་ཡང་གཞལ་བྱ་མིན། །

ཆ་ལྡན་ཡིན་ཡང་ཆ་བཅས་མིན། །

གཅིག་ཉིད་ཡིན་ཡང་གཅིག་ཉིད་མིན། །

སྒྲ་ཆོག་ས་གཟུགས་སྤྱོད་ལ་ཕྱག་འཆལ། །

གསལ་བའི་གཟུགས་སུ་སྒྲ་ཞིང་རྗེས་དཔག་ཆད་མས་རྟོགས་པས་  
གཞལ་བྱ་ཡིན་ཡང་། མཛོན་སུམ་གྱི་ཡུལ་མིན་པས་གཞལ་བྱ་མ་ཡིན་པ་  
དང་། ས་ལ་སོགས་པ་རྗེས་སྤྱོད་པའི་གཟུགས་ཡིན་པས་ཆ་ལྡན་ཡིན་ཡང་།  
དམ་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཆ་དང་བྲལ་བས་ཆ་བཅས་མིན་ནོ། །རྟག་  
པའི་གཟུགས་གཅིག་ཉིད་ཡིན་ཀྱང་འགྱུར་བ་སྒྲ་ཆོག་ས་ཡོད་པས་གཅིག་  
ཉིད་མིན་པའོ། དེ་ལྟར་སྒྲ་ཆོག་ས་པའི་གཟུགས་ཅན་ལྟ་དབང་ཕྱག་སྤྱོད་ལ་  
ཕྱག་འཆལ་ལོ། །གཞི་གཅིག་གི་སྤྱོད་དུ་འགལ་བ་དུ་མ་ཆོག་ས་པ་རིགས་

བ་དང་འགལ་ཡང་ལྷ་དབང་ལྷག་གི་ཡོན་ཏན་དུ་མི་འགལ་ལོ། །

དུག་པ་ལུང་དང་འགལ་བའི་དམིགས་བསལ།

སྐྱ་སེང་བུ་ལྷ་དག་གི་ནི། །

ཅུང་མ་ལྷ་ལེན་བུ་མོ་སྟེ། །

དག་པ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གྱུར། །

འདི་འདྲ་ལྷ་ཡི་སྐྱབ་བྱེད་དོ། །

རྒྱལ་པོ་སྐྱ་བསེང་གི་བུར་གྲགས་པ་ལྷ་ནི། འཐབ་བརྟན་ཆོས་ཀྱི་བྱ།  
འཛིག་སྟེ་ཅུང་གི་བྱ། སྟོང་སྐྱབ་དབང་པོའི་བྱ། རིགས་མེད་དང་ལྷར་བཅས་  
གཉིས་སྐྱར་མ་ཐ་སྐྱར་བུའི་བུ་ཡིན་པས། དེ་དག་ཐུན་མོང་གི་ཅུང་མ་རྒྱལ་  
པོ་ལྷ་ལེན་ཀྱི་བུ་མོ་རྩོལ་དུ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། རིགས་མི་གཅིག་པའི་སྐྱེས་པ་དུ་  
མ་ཡོད་ཀྱང་འཆོལ་བའི་སྐྱོན་གྱིས་དག་པ་བདག་པོའི་བར་ཏལ་ཞུགས་མ་  
རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་འདི་འདྲ་བ་ནི་ལྷའི་སྐྱབ་བྱེད་དམ་མཐུ་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་ཏེ་བྱད་པར་འཕགས་བསྟོད་ལས།

སྐྱ་བསེང་བུ་ནི་བརྗོད་བྱས་ན། །

བསོད་ནམས་འགྱུར་ཞེས་སོ་སོར་སྟེ། །

གང་ཞིག་བཟོད་མིན་བཟོད་བྱེད་པ། །

དེ་རྣམས་ཁྱོད་ནི་བསྟན་ལ་སྟངས། །

ཅེས་པའི་ལུང་དང་འགལ་ཡང་ལྷའི་མཐུ་གསལ་བས་མི་འགལ་ལོ། །

སྒྲི་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི།

སྒྲི་དོན་རྒྱན་ནི་བཟ་བ་དང་། །

བྱ་སྒྲི་བྱ་དཀའ་དག་གི་ལམ། །

སྒྲི་དག་རྒྱལ་ས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་སྒྲི་ན། །

དེ་ལྟར་མདོར་བསྐྱུས་རྒྱལ་པར་བྲེ། །

སྒྲི་དང་དོན་གྱི་ལུས་མངའ་ས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱན་གྱི་བྱེད་པར་དུ་མས་  
བཟ་བ་དང་། བྱ་སྒྲི་བ་དང་བྱ་དཀའ་བས་བསྐྱུས་པའི་ལམ་སྒོལ། སྒྲི་དག་  
རྒྱལ་ས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་སྒྲི་ཀྱི་ཚུལ་དམ་བཅས་པ་དེ་ལྟར་མདོར་བསྐྱུས་  
པ་ཅམ་ཞིག་རྒྱལ་པར་བྲེ་བའོ། །

གསུམ་པ་དེ་ལྟར་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བྱ།

རྒྱ་བའི་ས་བཅད་གསུམ་པ་དེ་ལྟར་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བྱ་ནི། སྐྱབ་  
བྱེད་བསྐྱུ་པའི་ལམ་འདིས་སྒྲི་དང་ཡོན་ཏན་དག །རབ་ཏུ་རྟོགས་པའི་སྒྲི་  
ཅན་སྐལ་བཟང་དབང་གྱུར་པའི། །ཆོག་དང་མདོན་པར་འགྲོགས་བྱས་ཆང་  
མིག་མ་དག་དང་། །ལང་ཆོ་ཅན་བཞིན་དགའ་དང་གྲགས་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །

སྒྲི་དག་གི་མཆོན་ཉིད་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཆོག་བསྐྱུ་པའི་ལམ་  
འདིས་སྒྲི་བྱ་སྒྲི་དང་སྒྲི་བྱ་ཡོན་ཏན་དག་རབ་ཏུ་རྟོགས་པའི་སྒྲི་ཅན།  
སྐལ་བ་བཟང་པོའི་དབང་དུ་གྱུར་པས་རྩོམ་པའི་ཆོག་ཅམ་དང་མདོན་པར་  
འགྲོགས་པར་བྱས་པ་ཡང་ཆང་མིག་མ་དེ་མིག་བེ་བེ་བོས་བེམ་བྱར་ལྟ་བུའི་

མཛེས་མ་དག་དང་། ལང་ཚོ་ཅན་གསར་དུ་འགྲོགས་པ་བཞིན་སྦྲིང་ལ་  
དགའ་བ་དང་། གྲགས་པ་ནམ་མཁའི་མཐའ་གླས་པ་ཐོབ་ལ། མཐར་ཐུག་རི་  
སྒྲིབ་པ་མཐའ་པའི་རྒྱུར་གྱུར་ཏེ། ལྷ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་ནས་ཡོན་  
ཏན་དང་སྒྲིབ་པར་གྲགས་པའི་འབྲུང་གནས་སུ་འབྱུར་རོ་ཞེས་པའི་དོན་ཏེ།  
སྒྲིབ་པ་གི་མེ་མོང་ལས་བྱ་དགའ་བའི་ནམ་པར་བཅད་པ་སྟེ་ལེ་ལུ་གསུམ་  
པའི་དོན་རི་སྒྲིབ་པར་བཤའ་བའི་ཐོན་ཏོ། །

སྒྲིབ་པ་གི་མེ་མོང་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་དབྱིག་པ་ཅན་གྱིས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ་ཞེས་མཛད་  
པ་པོ་དང་རི་སྒྲིབ་པ་སྒྲུབ་པའི་འབྱུར་བྱང་རྟོགས་པར་བྱའོ། །

ལེགས་བཤའ་དབྲངས་སུ་ཉེར་འབབ་ཆངས་པའི་མཆོ།      །ཉམས་  
བརྒྱད་གར་གྱི་རྒྱལ་སྐྱེད་གཡོ་བའི་དབུས།      །སྒྲིབ་པ་སྒྲུབ་པ་མཆོའི་ལྷ་མོ་  
རང་བྱུང་བ། །དུས་འདིར་བདག་གི་སྦྲིང་གི་དགའ་མར་གྱུར། ། ༡ ནམ་པ་  
ཐམས་ཅད་མཐའ་པའི་མེ་མོང་དུ། །ཤེས་བྱའི་དབྱིལ་འཁོར་སོང་བའི་ཆོས་  
མཛོད་ལས། །དག་གི་དབང་པོ་སངས་རྒྱུས་སྟེར་བ་ལ། །མཁས་ཤིང་གྲུབ་  
པ་དེ་རྗེ་འཆང་བའི་ལྷ། ༢ སྒྲིབ་པ་མཆོག་རིག་པའི་གནས་ཀྱི་ཡང་སྤྲིད་ལྟར། །  
ཆོས་དགར་བྱི་མེད་གཡམས་སུ་འབྱིལ་བཞད་པས།      །ཞོལ་ངན་ཆུ་སྤྲིབ་  
འཛོམས་དང་སྟོངས་པའི་རིམས།      །འགྲོགས་པའི་བྱེད་པོ་ལྷ་མེད་དུས་འཁོར་  
ཞབས། ༣ དེ་དག་གསུང་རྒྱུན་ལེགས་བཤའ་རྒྱལ་རེར་ཡང་། །སྒྲིབ་  
པ་ཐམས་ཅད་མཆོག་པོ་ཞེད་པ་རྒྱལ་སྤྲིབ་དུ། །འཆར་བའི་བཤའ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་མེད་



གཞུ་ཆེ། །ཐོས་འཛིན་འདི་ཡང་སྐལ་བ་བཟང་པོས་འབྱུང་།། ༤ དན་དབང་  
 ལྷ་མའི་རྣམ་བཤམ་རིན་པོ་ཆེའི། །བཞེད་དགོངས་ཡང་དག་འདུས་པའི་རང་  
 གཟུགས་ཤེལ། །རྟོག་པའི་རབ་རིབ་སྤྱིའི་སྤྱོད་པ་ཡང་། ཕྱིས་ནས་གཟིགས་  
 མོར་མཉན་དུ་མཆར་བར་བཀོད།། ༥ མཁས་རྩོམས་སྟག་མའི་མེ་ཉོག་འབར་  
 གྱུར་པའི། །ཡིན་རྩོམ་ལེགས་བཤམ་སྤྱང་ཅེས་ཁ་མཛེས་ཀྱང་། །ཆོག་དོན་  
 མངར་བའི་རོ་བཅུད་སྤྱང་མ་ཐག །ཡིད་ལ་འཁྱུལ་བའི་དངོས་པོ་བསྐྱེད་  
 མཐོང་ནས།། ༦ བརྗོད་དོན་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་ཆོན་རིས་སུ། །གསལ་བའི་  
 རྒྱན་མང་མཛེས་བཟང་དབང་པོའི་གཞུ། །མ་འདྲེས་རྣམ་དཔྱེད་རྒྱུད་ཀྱིས་  
 འགྲུགས་པ་ལ། །མཁས་པའི་སྤྱིད་སྤྱོད་གཉིས་པ་འདིར་འོངས་བཞིན།། ༧  
 རིག་པའི་རྒྱལ་མོ་འཆི་མེད་དབྱངས་ལྡན་མས། །མདོན་པར་བརྗོད་པའི་  
 ཆོག་རེར་དུས་གསུམ་གྱི། །ཤེས་བྱའི་དཀྱིལ་འཁོར་རྩོགས་པའི་མེ་ལོང་  
 ལ། །ལེགས་པར་བཤམ་པའི་བྱེད་པོ་འབྱུང་གིས་གཙང་།། ༨ དེ་ལྟའི་རྩོངས་  
 ལུན་འཕྲོག་ཀུས་སྤྱང་བའི་གཏེར། །སྟན་པའི་དག་གི་རིག་བྱེད་དེ་བྱ་ཡི། །  
 འཛིག་ཉེན་ཡོངས་སུ་རྩོགས་པའི་སྤྱོད་ལེན་པས། །སྤྱིད་པ་གསུམ་འདི་ཉག་  
 ཏུ་ཤེས་གྱུར་ཅིག །ཤེས་བྱ་པ་མཐའ་མེད་པའི་ལང་ཆོ་ཡི། །ཁེངས་པ་  
 བསྟོལ་བའི་རྣམ་དཔྱེད་མིག་གི་དཀྱུས། །རིང་པོ་དུས་གསུམ་མཐའ་ལ་རིག་  
 ཀྱང་རང་། །གཏན་དུ་བདེ་བའི་ལོངས་ལ་སྤྱོད་གྱུར་ཅིག། ༩ གཞན་ལ་ཐན་  
 པའི་རང་བཞིན་མི་གཏོང་ཡོན་ཏན་དེ་བཟང་ཆོགས་ཀྱི་གཏེར། །རྒྱབས་

ཆེན་བྱང་ཆུབ་སྒྲོན་པའི་ཡལ་ག་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐ་གྲུ་ཀུན་ཏུ་རྒྱས། །ཡང་དག་  
བསམ་པ་ཆེན་པོའི་ལོ་འདབ་བྱངས་མེད་འགྲོ་ལ་བསེལ་སྦྱོར་བ། །ཟླ་ན་  
མེད་པའི་ས་མཆོག་སྒྲོན་ཤིང་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་དཔལ་ཐོབ་ཤོག །

དེ་ལྟར་ལེ་འུ་གསུམ་དང་སྟོ་ག་སྟེད་བདུན་བརྒྱ་ལྟག་གི་བདག་ཉིད།  
སྒྲོན་པ་གི་བསྒྲོན་བཅོས་ཆེན་པོ་མེ་ལོང་གི་བཤའ་སྒྲུབ་དཔྱེད་དགོངས་  
རྒྱུ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་ས་གསུམ་འགྲན་ཆེ་དང་བྲལ་བ་དཔལ་འབྲུག་པ་རིན་  
པོ་ཆེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཅིང་གཟིགས་པ་མཆོག་གི་སྦྱལ་པའི་སྦྱས་བཀའ་  
འཕྲིན་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་ཅོད་པན་ཆེས་སྦྱི་བ་སྦྱི་བོར་འགོད་པ་དང་སྒྲོན་  
ཅིག ཞབས་བྱང་ཤེས་རབ་འབྱུང་གནས་ཀྱི་བཀའ་དག་ནན་ཏན་དུ་བསྒྱུར་བ་  
ལ་མཆོལ་མིག་ནས་སྟེ་བ་རིན་པོ་ཆེ་ཏྲ་མགིན་དབང་ལྷག་དང་། རང་གི་ཉི་  
བར་གནས་པ་བད་དཀར་དབང་པོས་རེ་མོས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཡང་ཡང་བསྒྱལ་མ་  
བཏབ་སྟེ། བྱང་ཕྱོགས་ཁ་བའི་སྒྲོངས་ཀྱི་སྒྲོན་པ་མཁན་བོད་མཁས་པ་མི་  
པམ་དག་ལེགས་ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྦྱས་རང་ལོ་དྲུག་ཅུ་ཅ་གཅིག་པ་ས་པོ་  
ཏྲའི་ལོ་ས་གའི་ཉ་བ་རྒྱལ་བའི་དུས་ཀྱི་མཆོད་པ་བཞི་ལྟར་གྱི་ཆེས་ལ། རྒྱལ་  
བུ་དཔལ་གྱི་སྟེང་འགྲོའི་རི་ཁྲོད་དུ་ལུས་ནམ་གཞག་རྫོགས་པའི་བར་གྱི་  
བཤའ་བ་རྒྱ་ཆེར་སྟེ་ཞིང་གོ་བདེར་བྱ་སྟེར་སྦྱག་མ་དག་འདོམས་པས་འབྲུ་  
འབྲུལ་མེད་དུ་མནན་ནས། ལེགས་པར་བཤའ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱ་སྟེང་སྒྲོན་  
སུམ་ཆོགས་པ་འདི་ཉིད་ཆར་དུ་དངར་བའི་མཐུ་ལས་རྒྱལ་བའི་བསྒྲོན་པ་

རིན་པོ་ཆེ་སྤྱོད་ས་དུས་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་གྱུར་  
ཅིག།

༥ འཕགས་ཡུལ་སྤྱི་ནང་ཀུན་ལ་ཡོངས་གྲགས་པའི་བཙུ་སྤྱོད་རིག་  
གནས་ནང་ཆོན་སྟོན་དག་གཞུང་།

མཆོ་བྱང་མགྱོན་པར་རོལ་བ་དཔྱེད་པ་གསུང་། །

འཕགས་བོད་མཁས་དབང་དུ་མས་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ། །

འོན་ཀྱང་གཞུང་དོན་གནས་ཅུའི་རྒྱུད་བཀྱགས་ནས། །

ལེགས་བཤད་ལུང་དང་རིགས་པའི་ཉག་སྤྱོད་གྱིས། །

དགའ་གནས་འབེན་གྱི་གཏིང་དུ་འབེགས་མཁས་པ། །

མི་པམ་དགེ་ལེགས་རྣམ་པར་རྒྱལ་ཞེས་སྤྱིང་། །

དེ་སྤྱིར་ལྷ་རིག་པད་ཆལ་རྒྱས་པའི་སྤྱིར། །

ཆོས་སྤྱོད་འཕྲུལ་གྱི་ཚུ་ཁུར་བཅེགས་པ་ལས། །

འབད་མེད་གྱུ་ཆར་འབུམ་དུ་འཛོལ་པའི་ཐབས། །

དགའ་བ་བརྒྱ་ལྷན་གན་མཛོད་ལས་བསྐྱུན་ཏི། །

འདི་དགོས་རྣམ་འདྲན་བཞི་པའི་ལུང་རྟོགས་གྱི། །

བསྟན་པའི་ཡང་སྟོང་འཛིན་པའི་བཤད་སྐབས་རྒྱུ། །

དབྱར་གྱི་དཔལ་མའི་རྗེས་སུ་ཉག་འགོ་ཞིང་། །

བྱང་ཆེན་རྒྱ་མཆོ་འཕེལ་བའི་གཉེན་གྱུར་ཤོག།

ནད་རིམས་འབྲུག་ཅོད་དབུལ་ཕོངས་ལ་སོགས་པ། །

ལྷ་བདོ་སྒྲིགས་ལྷའི་ལྷན་ཆོགས་ལྷག་མེད་དུ། །

བསྐྱོད་པའི་དགོ་འབྲས་རྩོགས་ལྷན་ཉི་འོད་ཀྱིས། །

ནམ་ཡང་གཏོང་མིན་བྱང་ཆེན་སྒྲུབ་ཐོབ་ཤོག།

ཅེས་འཕགས་ཡུལ་དཔྱད་པའི་གཞུང་གི་འགྲེལ་ལྗོན་པོ་དེ་མཁས་པས་  
མཛད་པ་འདི་ཉིད་གཞན་ལས་ཁྱད་དུ་འཕགས་ཀྱང་སྒྲིགས་འདིར་དཔེ་རྒྱན་  
དགོན་པས་དོན་གཉེར་ཅན་ལ་ཕན་པའི་དགོངས་བཞེས་སྒྲ་མེད་ཀྱིས་  
ལྷ་བས་མགོན་སྤེལ་སྤྱོད་སྒྲིག་བྲག་པརྩེ་ཏ་ཆེན་པོའི་བཀའ་བཞེན་གཞུང་ས་  
མཆོག་ནས་རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་པའི་ཤིང་སྤེལ་ལོ་བར་དུ་བསྐྱུན་སྐབས་སྤོན་  
ཆོག་འདི་ཡང་ཁྱེད་དག་པ་དག་ལྷན་དགོ་མིང་པས་སྒྲིག་བྲིས་སྒྲ་བཀྲིས་  
པའོ། །