



༡། ཁྱུང་སྒྱུར་ལུས་ཁམས་བདེ་སྤྱོད་གྱི་ཟིན་བྲིས།

ཚུམ་བ་པོ། ལྷ་རམས་བ་སྒོ་བཟང་ལུན་ཆོགས།

༡༡། །རྩུང་སྒྱུར་ལུས་ཁམས་བདེ་སྦྱིན་གྱི་ཟིན་ཟིས།

ཨོ་སྤྱི། སྒྲ་མ་དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱིས་དག་ལེགས་སྦྱོལ།
 ལྷ་སྦྱོར་ལུས་ཁམས་བདེ་སྦྱོར་ཞེས་བྱ་བ། དག་སྦྱོར་སྦྱོར་བཟང་
 དོན་ལྡན་ལམ་སྦྱོར་བཞིན། གཞན་ལ་ཕན་སྤྱིར་ཅུང་ཟད་འབྲི་བར་
 བྱ། རང་ཆོས་གསང་བ་སྤྲུགས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལས། ཅ་ཐེག་ལྷ་སྦྱོར་
 གསུམ་ཉམས་སྤྱ་ལེན་པའི་ཚུལ། ཟབ་ཅིང་རྒྱས་པའི་ལེགས་
 བཤད་ཡོད་ན་ཡང་། ད་ལྟ་དེ་དག་བཤད་ཆོས་ཙམ་ཞིག་ལས།
 ལག་ལེན་དངོས་ཐོག་ཁེལ་མཁན་དགོན་འདི་སྦྱོ། ད་ནི་མགོ་རྒྱུ་
 གོས་དམར་སྒེ་པ་འགའ། ཕྱག་གི་ཐལ་མོ་བྲང་ལ་རབ་སྦྱར་ཏེ།
 དབང་ཕྱག་རྗེས་འབྲང་སྤྱི་པ་རལ་ཅན་ལ། གཏུམ་མའི་ལྷ་སྦྱོར་
 བསྐྱེད་ལ་བྲེལ་བ་འདི། རྟོགས་པའི་བསྟན་པ་ཉམས་རྟགས་མིན་
 ནམ་སྟམ། འོན་ཀྱང་སྤྲུགས་ཀྱི་ཟབ་ཆོས་མ་ཐེག་པའི། བདག་
 དང་འདྲ་བའི་ཐ་མལ་སྦྱོ་བོ་རྣམས། ཕྱི་རོལ་སྤྱ་སྤྲུགས་པ་ཡི་

གདམས་ངག་འདི།། བན་ནོ་སྒྲུལ་པའི་ཡིད་ཆེས་བདག་ལ་ཡོད།།
སྤྱི་ཡི་ཁོར་ཡུག་འབག་བཅོག་སྒྲོན་གྱིས་སྦྲད།། རྟེན་གི་ནམ་
མཁའ་དུག་གི་ན་བུན་འཐིགས།། བར་གྱི་རྒྱུད་བུ་རྫས་ངན་སྒྲ་
ཆོགས་འདྲེས།། གསོ་བྱེད་ཁ་བས་རྫས་སྒྲོར་སྦྲན་གྱིས་སྦྲག།
གཞན་ཡང་བ་འབྱུང་འགྲོ་ཆགས་ཉལ་འདུག་སོགས།། སྒྲོད་ལམ་
རྣམ་པ་བཞི་ལ་མི་མཁས་པས།། རྟེན་གྱི་ཁ་དར་སྦྲན་གྱི་རིན་གོང་
འཕར།། དུས་ལ་མ་བབ་འཆི་བའི་འོ་བརྒྱལ་འདི།། དེང་དུས་མི་བུ་
པལ་ཆེར་མགོ་ལ་སྦྱང་།། བསགས་པའི་ནོར་ལ་གཅེས་སྦྱང་བྱེད་
པ་ལས།། རོན་ལྡན་རིན་ཆེན་རང་གི་ལུས་སྦྱང་འདི།། གཅེས་སྦྱང་
བྱེད་པ་དེ་ལས་འོས་ཤིང་འཆོམས།། དེས་ན་རང་གི་མི་ལུས་རིན་
ཆེན་འདི།། བདེ་བའི་ཐབས་ལམ་གང་ནས་རྟེན་གྱུར་ན།། དེ་ཉིད་
དབུལ་པོས་གཏེར་བཞིན་ལེན་པར་རིགས།། ད་ལྟ་འཇམ་བུ་སྤིང་
གི་མི་རྣམས་ནི།། འཕྲོད་བསྟེན་དོར་ནས་དབུལ་གྱི་ཆེད་དུ་རྒྱག།།
ནམ་ཞིག་ལུས་གྱི་འཕྲོད་བསྟེན་མ་འདངས་བས།། མི་འདོད་ནད་
གྱིས་ལུས་ཁམས་དཀྱགས་པའི་ཆོ།། བྲག་བསགས་རྣག་

བསགས་བྱས་པའི་དངུལ་དངོས་རྣམས། མ་ལུས་དེ་ལ་བཏང་
འདི་ཨེ་མ་མཆར། ལྷག་པར་གཞིས་བྱེས་གཉིས་ལ་གནས་པ་
ཡི། ཅུམ་ཟན་བོད་མིའི་བྱེད་སྤངས་འདི་འདྲ་གདའ། འདི་ཡིས་
གཞོད་དང་འདི་ཡིས་པན་ལོ་ཞེས། ཟ་འཐུང་འགོ་སྟོན་གང་ལ་
འཛེམ་གཟེན་མེད། རང་གི་ལུས་དང་མི་འཆམས་ཟ་བཏུང་གི།
རྒྱུན་གྱིས་ནམ་ཞིག་ནད་སྟོན་བྱུང་བའི་ཆེ། འཕྲོད་བསྟེན་འཐུས་
ཤོར་སོང་བ་མ་ཤེས་པར། འདྲེ་དང་གཏོན་གྱིས་གཞོད་པ་སྟེལ་
སོང་ཞེས། མོ་དང་ཅིས་ལ་འཆང་ཀ་ཤིག་ཤིག་རེད། གཏོས་
དང་གཏོར་མའི་ཆེ་ག་བསྐྱབ་ལ་བྲེལ། འོན་ཀྱང་འདི་ཡིས་མི་པན་
ཟེར་གྱི་མེད། ཆོས་ཡོད་འཕྲོད་བསྟེན་མེད་པའི་བོད་པ་དང་།
ཆོས་མེད་འཕྲོད་བསྟེན་ཡོད་པའི་བྱི་པ་གཉིས། ནད་དང་ན་ཆ་
ཡོད་མེད་མི་འདྲ་བ། མངོན་སུམ་མིག་གིས་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པ་
འདི། དག་བའི་ཆོས་ལ་རུས་པ་མེད་པས་མིན། འདྲེ་དང་གཏོན་
གྱིས་སྟོགས་རིས་བྱས་པ་མིན། རང་ལུས་འདོམས་གང་རང་
གིས་སྤང་སྤངས་ལ། མཁས་དང་མི་མཁས་དབང་གི་བྱེད་པར་

ཅམ། ན་འདོད་མེད་ན་ཞི་འདོད་ག་ནས་ཡོད། མི་ཆེ་རིང་པོ་
འཆོ་རྒྱུ་ལྷ་ཡང་དགའ། དེ་བྱིར་ཆེ་རིང་ནད་མེད་འབྱུང་བའི་
ཐབས། དབུགས་སྦྱངས་ལུས་སྦྱངས་བས་སྦྱོད་གང་འཕྲོད་
བཞེན། བྱམས་དང་སྦྱང་རྩེ་གཉིས་ལ་ཡང་ཡང་དུ། གོམས་པར་
བྱས་ནས་སེམས་ཀྱང་རབ་ཏུ་སྦྱངས། གསེར་དདུལ་རིན་ཆེན་
གཅེས་སྤྱང་བྱེད་པ་ལྟར། མི་ལུས་རིན་ཆེན་དེ་བས་གཅེས་སྤྱང་
དགོས། རང་གི་ལུས་འདི་བདེ་སྤྱང་མ་ཐུབ་ནས། ཟ་ཉེས་འབྱུང་
ཉེས་ཐོད་གང་མ་སྦྱོམས་པས། ནད་ཀྱིས་གཅེས་པའི་ཁང་གན་
ཞིག་རོ་བཞིན། རྒྱུར་ཆེ་ཉེན་མཆོག་འདི་ཡིས་དོན་ཆེན་ཏེ།
གཞན་པར་བསྐྱབ་རྒྱུ་པ་རིའི་སྤང་ཁ་རུ། དགུན་ལ་སྦྱེས་པའི་མེ་
ཏོག་སེར་ཆེན་འདྲ། དེ་བྱིར་དགོ་སྦྱང་སྦྱོ་བཟང་དོན་ལྡན་གྱིས།
གཞན་པར་གཏམ་གྱི་སྦྱོར་བ་དང་པོ་ནི། རང་གི་ལུས་འདི་བདེ་
བའི་ཐབས་ལམ་རུ། ཡོ་གའི་རྒྱུར་སྦྱོར་མི་འདྲ་བདུན་ཆར་
གཅིག་། བརྟན་པར་འོད་སྤེར་བརྒྱད་ནས་བསྟན་དགོས་ཟེར། དེ་
ཡི་ནང་ནས་སྤྲ་མ་སྤྲ་པོ་འདི། ཞིན་ཏུ་པར་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་

ཡིན་པས། ལེགས་པར་ཉོན་ལ་ཡིད་ལ་ངེས་དགོས་ཟེར། རྒྱུ་
སྐྱེར་པན་ཡོན་གྱི་བྲག་མ་གྱི་པར། སྤྱི་བཤའ་ཙམ་ཞིག་བྱས་ན་
འདི་འདྲ་ཟེར། འཆད་འགྱུར་རྒྱུ་སྐྱེར་ཆག་མེད་བྱས་པ་ན།
གཟུགས་གཞི་ཐང་ལ་རྒྱགས་ཆད་སྟོམས་པ་དང་། ལུས་ཀྱི་ཤ་
གནད་མཉེན་པོར་འགྱུར་བ་དང་། ལོ་ན་གས་ཀྱང་གཞོན་ཤ་ཅན་
དུ་འགྱུར། སེམས་ཁམས་ཞི་བར་གནས་ཞིང་གཡེང་བ་ཞི།
ཞེས་ནས་པན་ཡོན་དཔག་ཏུ་མེད་པར་བཤའ། ད་ནི་རྒྱུ་སྐྱེར་
དངོས་ལ་འདྲུག་པ་ནི། ཞོགས་པ་སྤྲ་པོ་ལངས་ནས་དྲོད་འངམ་
ཀྱི། ལུ་ཁོལ་གང་འཆམས་བརྟུང་ནས་གྲོད་ཁོག་གི། བཅོག་སྟེགས་
གང་ཡོད་ཀྱི་རུ་འཕུད་ཐབས་ཀྱི། ཆབ་གཅིན་ཡོད་ཆད་ལེགས་
པར་གཏང་དགོས་ཟེར། འདི་ལ་ང་རང་བསམ་ཚུལ་འདི་ལྟར་
བྱུང་། སྟོད་པོར་ལུ་བཤའ་གཏོང་བཞིན་མི་ཡོང་བས། ཟ་འཐུང་
གང་ཡང་མེད་ན་བཟང་སྒྲུང་ཤར། དེ་ནི་རང་གིས་བསམ་ཚུལ་
ཙམ་ཞིག་ལས། དབྱུད་ནས་སྤྲས་པའི་ཉམས་སྤྱོད་མ་ཡིན་པས།
ཅི་དགོས་སོ་སོའི་ལུས་དང་སེམས་ལ་སྟོས། དེ་ནས་ས་གཙང་

ཆུང་གཙང་དབེན་པ་རུ། ཕྱིན་ན་ལེགས་ཀྱང་མ་བྱུང་གང་ཡང་
རུང་། གདན་ཆུང་ཉལ་གདན་གང་རུང་སྟེང་དུ་ནི། ལུས་ཀྱི་གྲོན་
ཆས་སྟོད་ཀྱིས་པབ་བྱས་ནས། རྫོ་རྗེའི་དཀྱིལ་ཀྱང་སྟེད་དཀྱིལ་
གང་རུང་དང་། ལུས་ནི་བྱང་པོ་བསྐང་ནས་སྟོད་དགོས་ཟེར། དེ་
ནི་ང་ཆོ་ཞི་གནས་སྟོམ་སྐབས་ཀྱི། ལུས་ནི་རྣམ་སྒྲུང་ཆོས་ནི་
བདུན་ལྟ་ཞེས། ཞི་གནས་སྟོམ་ཚུལ་སྐབས་སུ་བཤད་པ་ལྟར།
བསྐྱད་ན་འགྲིག་ཆོད་རེད་སྟམ་བདག་གིས་བྱུང་། སེམས་ནི་
བྱམས་དང་སྟོང་རྗེ་ལ་སོགས་པའི། དགོ་སེམས་སྣ་རེ་ཅི་སྟེ་ལ་
འབད་ནས། ཞི་ཞིང་དུལ་བའི་ངང་དུ་གནས་དགོས་ཟེར། དེས་
ན་ཆུང་སྟོར་དེ་དག་སྟོམ་པའི་དུས། རབ་ལ་ཞོགས་པ་སྒྲ་པོ་ཡིན་
དགོས་ཀྱང་། མ་བྱུང་དེ་ལྟར་དགོས་པའི་ངེས་པ་མེད། དགོང་
ཟས་མ་བཟོས་གང་གི་སྟོ་སྟོང་སྐབས། ཚུ་ཆོད་གཅིག་ཙམ་ཅེས་
ན་རུང་ཞེས་ཟེར། དུས་ཆོད་གང་ཞིག་ཅེད་ན་ཆོག་མོད་ཀྱང་།
ངེས་པར་སྟོ་སྟོང་དགོས་པ་ནན་གྱིས་བསྒྱུལ། ཆུང་སྟོར་འདི་དག་
དངོས་སུ་ཅེད་སྐབས་སུ། ཞིན་ཏུ་དལ་བུར་དགོས་པ་ནན་གྱིས་

བསྐྱེལ།། ལྷག་པར་སྙིང་ནད་ཅན་དང་ཁྲག་ཤེད་ཅན།། དེ་བས་
 དལ་བྱར་དགོས་ལ་དུས་བྱར་དགོས།། གལ་ཏེ་ལུས་ལ་དཀའ་ངལ་
 འབྱད་སོང་ན།། དེ་མ་ཉིད་དུ་ཅིང་མཆམས་འཛོག་དགོས་ཟེར། །
 ཎྟ ད་ནི་དང་པོ་ལྷ་སི་ཏི་རི་ཀ།། ཞེས་པའི་རྩུང་སྦྱར་སྒོམ་ཚུལ་འདི་
 འདྲ་ཟེར།། ཁ་མིག་གཉིས་ཀ་བཙུམ་ནས་ལག་པ་གཉིས།། རུ་མ་
 གཡས་གཡོན་སོ་སོར་སྦྱར་ནས་ནི།། ལྷ་བྱག་གཉིས་ནས་
 དབྱགས་ཀྱི་རྩུ་བ་དེ།། དལ་བྱ་དལ་བྱར་གྱེན་དུ་རྩབས་པའི་ཆེ།།
 ལག་གཉིས་ཀྱིས་ཀྱང་ཐད་དུ་པར་ལ་དེད།། དེ་ནས་དལ་བྱས་སྤྱི་
 ལ་གཏོང་བའི་ཆེ།། ལག་པ་གཉིས་ཀྱིས་རྩུར་དེད་བྱང་དཀྱིལ་
 གཏུགས།། དབྱགས་ནི་ནང་རྩབ་སྤྱིར་དབྱེན་གང་བྱས་ཀྱང་།། ལྷ་
 བྱག་གཉིས་ནས་ཆ་གཉིས་དགོས་པ་དང་། ཡར་རྩབས་གཏོང་
 རིང་མར་འབྱེན་ལྷགས་ཀྱིས་གཏོང་།། ནང་དུ་རྩབས་པའི་
 དབྱགས་རྣམས་མ་ལུས་པ།། ལྷོ་བར་དགང་ནས་བྱང་ཁོག་བསྐྱེལ་
 ལ་ལས།། ལྷོ་བའི་སྤྱོགས་སུ་གཏང་བ་མི་རུང་ཞིང་།། ལྷོ་བ་སྤྱོད་
 ཀྱིས་རང་བབ་འཛོག་དགོས་ཟེར།། སྤྱི་དབྱགས་ནང་དུ་རྩབས་པ་

དེ་ཡི་ཆོ།། དྲངས་གཙང་རྒྱང་རྣམས་ནང་དུ་འདྲེན་པར་སོམས།།
ནང་དབུགས་ཕྱི་ལ་འབྱེན་པ་དེ་ཡི་ཆོ།། ནད་ཅན་རྒྱང་དང་བཙོག་
པ་ཅན་གྱི་རྒྱང་།། གློ་བའི་ནད་འབྱུ་གང་ཡོད་ཕྱི་ལོགས་སུ།། རོན་
སོང་སྐྱམ་པའི་མོས་པ་བསྐྱེད་དགོས་ཟེར།། ཡར་རྒྱུ་གཞན་གྱི་
སྒྲིག་རྒྱུག་ལེན་པ་དང་།། མར་འབྱེན་བདེ་དགོ་གཞན་ལ་གཏོང་བ་
ཡི།། གཏོང་ལེན་མན་ངག་བཞིན་དུ་སྒྲོམ་པ་འཇམ།། ཡང་ན་
འབེབས་སྐྱངས་གྱིས་ན་བཟང་སྐྱམ་ཤར།། རྒྱང་རྒྱུར་གང་ཞིག་
སྒྲོམ་པ་དེ་ཡི་ཆོ།། དཀའ་ངལ་འདྲ་མིན་བྱུང་བའི་དེ་མ་ཐག།
མཆམས་འཛོག་བྱས་ནས་སྟོད་སྟོད་སྟོད་པ་གཤམ།། ཞེས་ནས་འདི་
ལ་ནན་ཏན་འོད་གྱི་འདུག།། བྱད་པར་སྦྱང་ནད་ཅན་དང་ཁྲག་འོད་
ཅན།། གོང་སྟར་ག་ལེར་དགོས་ཞེས་ནན་གྱིས་གདམས།། འདི་
ཡི་པན་ཡོན་གློ་བའི་ནད་རིགས་དང་།། དབུགས་བསགས་སེལ་
ཞིང་དབུགས་རྒྱན་རིང་བ་དང་།། སྦྱང་ལ་ཕོག་པའི་ནད་རིགས་མ་
ལུས་པ།། ཆེག་མེད་སེལ་ལ་ཐེ་ཆོམ་མི་དགོས་ཟེར།། འདི་ཡི་
དུས་ལྟན་སྐར་མ་ལྟ་ཡིན་ཟེར།། དེ་ལས་རིང་བ་སྒྲོམ་མིན་རང་ལ་

སྟོས། རྒྱུ་རྒྱུར་དང་པོའི་བཤའ་པ་རེ་ཞིག་རྫོགས།

༥ རྒྱུ་རྒྱུར་གཉིས་པ་ཀ་པལ་ཟླ་ཉི་ཟེར། ལུས་ཀྱི་འདུག་
སྒངས་སྒར་སྒར་ཡིན་པ་ལ། ལག་གཉིས་མཉམ་བཞག་བྱས་པའི་
ཚུལ་ཡང་འདུག། རྒྱགས་ཆད་ཆེ་བའི་དབྱགས་ཐེངས་གཅིག་གི་
ནང་། དབྱགས་རྣམས་ཆང་མ་སྤྱིར་གཡུག་དགོས་པ་ཡིན། གོད་
ཁོག་ཅུང་ཟད་ནང་དུ་སྟེམ་པ་འཇམ། ནང་དུ་འཁྱུམ་པའི་ཚུལ་འདྲ་
དགོས་པར་འདུག། དེ་ཡི་ལན་གངས་སུམ་ཅུ་ཙམ་བྱས་ནས། དེ་
ནས་གང་རུས་དབྱགས་རིང་ཆེན་པོ་ཞིག། ནང་དུ་རྒྱབས་ནས་
གོད་ཁོག་ནང་དུ་བསྐྱུས། དུས་ལྷན་གང་རུས་དབྱགས་རྣམས་
ནང་དུ་སྟེམ། དེ་ནས་ནང་དབྱགས་སྤྱི་རུ་འབྱེན་ཚུལ་ནི། དང་པོ་
སྒྲིང་སྤྱག་སྤྱ་ནི་བརྗོལ་བའི་སྒྲ། གཉིས་པ་དུར་སྒྲ་ཅུང་ཟད་ཐོན་པ་
ཡི། སྒྲི་ནས་དབྱགས་རྣམས་རིམ་བཞིན་དལ་བྱིས་སྟོད། བརྟན་
པལ་འདི་བཞིན་སྒར་ན་འདི་འདྲ་སྟེ། རྒྱུ་རྒྱུར་གཉིས་པ་གསུམ་
པ་སྟན་ཅིག་ཏུ། བཤའ་པ་བཞིན་དུ་འདི་ན་བཀོད་ཡོད་དོ།
གཞན་དུ་བཀོད་པའི་རྒྱུ་རྒྱུར་གསུམ་པ་ཡི། བཤའ་ཚུལ་ལོགས་

ལྷ་ཡོད་པས་འོག་ནས་འཆད།། དམིགས་པ་དབུགས་ནི་ཡར་རྒྱུ་
 སྐབས་སུ་ནི།། མདུན་གྱི་ནམ་མཁའི་སྒྲ་མ་ལྷ་ཚོགས་ལས།།
 བདུད་ཅི་དཔག་མེད་རང་ལ་ཐིམ་སོང་མོས།། མར་གཡུག་སྐབས་
 ལྷ་ནད་གདོན་སྒྲིག་སྒྲིབ་ཀྱང་།། མ་ལུས་སྤྱི་རུ་དོན་བའི་མོས་པར་
 མཛོད།། སྒྲ་མཆན་བབ་དང་མངལ་ཆགས་བུད་མེད་དང་།། ཐུག་
 ཤེད་མཐོ་དང་དམའ་བའི་མི་དག་དང་།། ག་ཤག་བཙོས་བྱས་མ་
 ཐག་པ་ནད་པ་བཅས།། རྒྱུང་སྦྱར་འདི་ནི་ཅེ་བར་མི་རུང་བེད།།
 ཆང་རག་འཐུང་དང་དུ་བ་འཐེན་པ་དང་།། རྒྱངས་རྒྱས་ཅན་གྱི་
 མངར་ཁུའི་རིགས་ནམས་ནི།། རྒྱུང་སྦྱར་ཀྱང་ལ་སྦྱོད་པར་མི་རུང་
 ཟེད།།

༄ རྒྱུང་སྦྱར་གསུམ་པ་ལྷ་ཡ་པར་ན་ཡམ།། ལུས་ཀྱི་འདུག་
 རྒྱངས་རང་གི་ལུས་རྩལ་རག།། རང་ལུས་མཉེན་པོ་མེད་ན་རྒྱང་
 པ་གཉིས།། བརྒྱུང་སྦྱི་རྒྱུང་སྦྱར་འདི་ནི་ཅེ་བར་བྱ།། དབུགས་ནི་
 རྒྱུབས་གཏོང་རྒྱུང་སྦྱར་དང་པོ་འདྲ།། ལག་གཉིས་ལྷག་ཁུང་བསྒྲོལ་
 ཉི་གན་རྒྱལ་ཉིལ།། དེ་ཡང་ཡར་རྒྱུབས་དབུགས་ཀྱི་འགྲོས་དང་

བསྐྱུན།། དེ་ནས་ལག་གཉིས་མགོ་བོ་བྱང་ངོས་བཀྱག། དེ་ཡང་
མར་འགྱིན་དབྱགས་ཀྱི་འགྲོས་ལ་བསྐྱུན།། འདི་ཡི་ལན་གངས་
གསུམ་མམ་བཞི་ཡིན་ཟེར།། དེ་ནས་སྟོ་ཞབས་དབྱགས་ཀྱི་སྟག་
མ་ནམས།། སྟེ་བ་སྟོང་དང་མགྱིན་པའི་བར་དུ་འཐེན།། མགྱིན་
པའི་གནས་སུ་གང་རུས་བཟུང་བྱས་ཏེ།། སྤར་ཡང་བསྒྲེག་སྟེ་
མགྱིན་པ་སྟོང་ག་དང་།། སྟེ་བའི་བར་དུ་རིམ་གྱི་མར་འབེབ་བྱོས།།
དེ་ནས་རྒྱན་ལྗན་དབྱགས་སྟར་གཏོང་རྩལས་གྱིས།། ད་ནི་རྒྱང་
སྒྲོར་གཉིས་པ་གསུམ་པ་ཡི།། བན་ཡོན་གང་ཡོད་ལྗན་དུ་བཞུད་
ན་བདེ།། སེམས་ཉིད་ཞི་ནས་སེམས་ཁམས་བརྟན་དུ་གཏོང་།།
སེམས་མི་ཁུམ་ཞིང་སེམས་ལ་སྒྲོབས་པ་སྟེར།། ཅ་འཁོར་གཙང་
ཞིང་ཁྲག་ཅ་འགག་པ་གསོ།། ཁམས་སམ་ཐེག་ལེ་གཙང་ཞིང་
དག་པར་བྱེད།། ལྷད་པ་སྟོང་དང་སྒྲོ་བའི་ནད་ཀྱན་ཞི།། དེ་བཞིན་
ཕོ་མཆིས་མཁལ་མ་བསམ་སེ་བྱ།། ལུ་སྒྲོད་གཙོས་པའི་ནད་ཁྲོལ་
ཡོད་ཆད་གྱི།། ནད་གཞི་ཀྱན་ལ་སྒྲན་གྱི་སྒྲོར་བ་ལས།། བན་ཡོན་
ཆེ་ཞེས་ཆོག་ཐག་གཙོད་གྱི་གདའ།། འདི་ནམས་པལ་ཆར་རྒྱང་

སྦྱོར་གཉིས་པ་ཡི།། བན་ཡོན་ཡིན་པས་རྒྱང་སྦྱོར་གསུམ་པའི་
 ཡང་།། བན་ཡོན་གང་ཡོད་འདིའི་ནང་མ་འདུས་མེད།། འདི་ལ་དོ་
 གལ་ཆེན་པོའི་འཛེམ་དགོས་པ།། སྦྱུམ་མ་རྩེ་མཆོན་སྟེབས་པའི་
 བུད་མེད་ལ།། རྒྱང་སྦྱོར་འདི་གཉིས་གཏན་ནས་མི་རུང་བར།།
 ཐུག་དང་སྟོང་གི་ན་ཆ་ཡོད་པ་རྣམས།། ཤེན་ཏུ་ག་ལེར་དགོས་
 ཞེས་ནན་གྱིས་བསྟུལ།། ཆ་དོད་ཆེ་བའི་སྐབས་སུ་དུས་བུང་
 དགོས།། གཞན་ཡང་རིགས་འདྲ་ཀུན་ལ་སྦྱར་ནས་འཛེམ།། རྒྱང་
 སྦྱོར་གསུམ་པའི་ལེའུ་རེ་ཞིག་རྫོགས།།

༄ ད་ནི་རྒྱང་གི་སྦྱོར་བ་བཞི་པ་འདི།། ཨ་ལོམ་བི་ལོམ་བྲན་ཡ་
 མ་ཞེས་བེད།། རྒྱང་སྦྱོར་འདི་ཡི་བྱེད་སྒྲངས་འདི་ལྟར་ཏེ།། ལག་
 གཡས་གུང་མོ་མཐེ་བོང་སྟོགས་སུ་བཀུག། དང་པོ་མཐེ་བོང་
 གཡས་པས་སྒྲ་ཁུང་གཡས།། བཀུག་སྟེ་སྒྲ་ཁུང་གཡོན་ནས་སྟོ་
 བའི་ནང་།། རྒྱང་གིས་མ་གང་བར་དུ་ག་ལེར་བརྟུབ།། དེ་ནས་གུང་
 མོ་སྟོན་ལག་གཉིས་ཀ་ཡིས།། སྒྲ་ཁུང་གཡོན་མ་བཀུག་སྟེ་གཡས་
 པ་ནས།། དབུགས་རྣམས་ག་ལེར་བྱིར་བཏང་བྱས་ནས་སྦྲ།། དེ་

རྣམ་ཡར་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྒྲོ་བར་བཀའ་།། དེ་རྣམ་གཡས་པ་
 བཀག་སྟེ་གཡོན་མ་རྣམས་།། ཕྱིར་གཏང་ཡར་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྒྲོ་བར་
 ལས་བྱེད་།། དབུགས་ཀྱི་གཏོང་རྒྱལ་མཁུགས་ཚད་རྩིས་
 གཏོང་།། མཚམས་འཛོག་བྱས་ཆེ་དང་པོ་བརྒྱལ་ས་རྣམས་།།
 དབུགས་རྣམས་མར་བཏང་བྱས་རྣམས་འཛོག་གིན་གདའ་།། རྒྱུང་
 ཕྱིར་གཏོང་བའི་སྐབས་ནི་གང་ཡིན་ལ།། ལག་མཐེལ་སྒྲ་ཁུང་
 བྱུགས་སུ་བསྟན་པར་བྱེད་།། དུན་ཚད་གང་དགོས་རང་གི་བབ་
 ལ་ལྟོས་།། སྒྲ་བྱག་གཡོན་པའི་རྒྱུང་གི་ལྷ་བ་མཆོན་།། དེ་ཉིད་
 བསེལ་བར་བྱེད་པའི་བྱེད་ལས་ཅན་།། ཅུ་ལམ་གཙང་ཞིང་དག་
 བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་།། རྣམ་བྱེད་སྒྲ་བྱག་གཡོན་རྣམས་འགོ་འཛུགས་
 དགོས་།། དུན་ཚད་སྐར་མ་གསུམ་རྣམས་བཅུ་ཉི་བར་བྱ།། དགག་
 བྱ་དབྱར་ཁའམ་ཆ་བྱོད་ཆེ་སྐབས་སུ།། སྐར་མ་ལྷ་ལས་མང་བ་མི་
 རུང་བེད་།། མན་ཡོན་ཅུ་ལམ་གཙང་མར་གྱུར་བ་དང་།། ལུས་རྒྱས་
 མདངས་ལྡན་ནད་མེད་འགྱུར་བ་ཡིན་།། རུས་ཆོགས་ན་དང་གུམ་
 བུའི་ནད་གཞི་གསོ།། སྔ་མའི་དབང་པོར་འབྲེལ་བའི་ནད་རྣམས་

དང་།། དེ་བཞིན་ཆམ་ནད་ཡ་མ་མིག་ནད་དང་།། ནད་ཉིང་ཀན་
སེར་ཏ་བི་གི་གི་སོགས།། སྒན་གྱིས་གསོ་བྱ་མིན་པའི་ནད་ཀྱང་
གསོ།། གཞན་ཡང་ཁྱག་ཙ་འགག་ནམས་སངས་པ་དང་།། ཁྱག་
གི་འཁོར་རྒྱགས་བཟང་དུ་གཏང་བ་དང་།། ཙ་འཁོར་གནས་པའི་
རྒྱང་ནི་ཀུན་ད་ལི།། གྱེན་དུ་ཕྱོགས་ཅིང་དབྱ་མའི་ནད་དུ་རྒྱ།། དེའི་
མཐུས་སེམས་རྒྱ་བསྐྱེད་ཅིང་སྒོ་བས་པ་མཐོ།། འཇིགས་ཁྱམ་མེད་
ཅིང་ཞི་བདེའི་སེམས་ཁམས་འཕེལ།། རིགས་གྱི་རུས་པ་ལ་
སོགས་བསྐྱེད་པར་བཤད།། རྒྱང་སྒྱུར་བཞི་པའི་ལེ་ཁྱེད་གས་སོང་
ལགས།།

༥ གཞན་ཡང་རྒྱང་གི་སྒྱུར་བ་ལྔ་པ་ནི།། བརྟན་པའ་འདི་ནས་
བཤད་ཚུལ་འདི་ལྟ་སྟེ།། མིང་ལ་ཁྱུ་ཇ་ཡེ་བར་ན་ཡམ་ཟེར།། ལྷ་
བྱག་བརྒྱད་ནས་མགྱིན་པས་ཕྱི་དབྱགས་ནམས།། ནད་དུ་རྒྱབས་
ཐེངས་བཞི་བྱས་ལྔ་པའི་སྐབས།། སྒོ་བ་མ་གང་བར་དུ་དབྱགས་
རིང་རྒྱབས།། དེ་ནས་ནད་དུ་གང་བྱའ་བཀག་བྱས་ནས།། ལྷ་བྱག་
གཡས་པ་བཀག་ནས་གཡོན་ལས་ཐོངས།། དུས་ལྟན་གང་དགོས་

རང་གི་རྒྱས་པར་བརྟག། བན་ཡོན་མགིན་པའི་ནད་ཀྱན་སེལ་
བར་བྱེད། རྒྱང་སྦྱོར་ལྷ་པ་རྫོགས་སོང་ཨ་རོགས་ཆོ།

༥ རྒྱང་སྦྱོར་ལུས་ཁམས་བདེ་སྦྱོན་བྱག་པ་ནི། ཅུ་མ་རི་བྲན་
ལྷ་སྤྲུལ་ཞེས་བེད། ལྷ་བྱག་གཉིས་ནས་སྦྱོ་བ་མ་གང་བར། བྱི་ཡི་
དབྱགས་རྣམས་ནང་དུ་རྒྱབས་པར་གྱིས། དེ་ནས་མཐེ་བོང་
གཉིས་ནས་རྣ་བར་བཀག། གྲུང་མོ་གཉིས་གྱིས་མིག་ནི་ཅུང་ཟད་
གནན། མཛུབ་མོ་གཉིས་གྱིས་ཐོད་པའི་ངོས་གཉིས་ལ། ཅུང་
ཟད་གནན་ནས་སྦྱོན་ལག་མཐེའུ་ཅུང་བཅས། སོར་མོ་བཞི་ཡིས་
ལྷ་བྱག་ངོས་གཉིས་ལ། ཅུང་ཟད་གནན་ཏེ་ཁ་ནི་བརྩམ་པར་
བྱེད། དམིགས་པ་སྦྱོན་མཆམས་རྩ་ཡི་འཁོར་ལོར་གཏོད། དེ་
ནས་དབྱགས་རྣམས་ག་ལེར་བྱིར་གཏོང་དང་། ལྷན་དུ་ཨོ་ཡིག་
ཡིད་བཟླས་སྒྲུང་མའི་སྐད། ལྷ་བྱའི་སྐད་གདངས་དམའ་བོས་
སྦྱོག་པར་བྱེད། དུན་ཆད་ཐེངས་མ་བརྩ་གཅིག་ནས་བརྩུང་སྟེ།
ཉེར་གཅིག་བར་དུ་གྱིས་ན་ལེགས་ཞེས་བེད། བན་ཡོན་སྦྱོག་
རྒྱང་ནི་ཞིང་སེམས་ཁམས་གསོ། སེམས་འཁྲུགས་ཡིད་ཀྱི་དཀའ་

ངལ་མ་ལུས་སེལ།། བྲག་ཤེད་མཐོ་དང་སྤྱིང་གི་ནད་རིགས་
སེལ།། སྒོམ་གྱི་ཉམས་ལེན་བོགས་སུ་ཐོན་པ་འོང་།། རླུང་སྦྱོར་
དྲུག་པའི་ལེ་ཕྱ་རེ་ཞིག་རྫོགས།།

༥ རླུང་སྦྱོར་ལུས་ཁམས་བདེ་སྦྱིན་བདུན་པ་ནི།། རྩ་གར་སྐད་
ལ་ཨོ་ཀར་ང་པ་ཟེར།། ལུས་ཀྱི་འདུག་སྒྲངས་སྒྲར་སྒྲར་ཡིན་པ་
ལ།། ལག་གཉིས་ཁ་གྱེས་ལུས་མོ་གཡས་གཡོན་ཞོག། ལག་
གཉིས་མཐེ་བོང་གུང་མོའི་ཅེ་གཉིས་སྦྱོར།། མཇུག་མོ་ལྷག་པ་དྲུག་
པོ་ཐད་དུ་རྒྱུངས།། དབྱུགས་ཀྱི་གཏོང་ལེན་དལ་ཞིང་འཇམ་པའི་
ངང་།། ལྷ་བྱག་གཉིས་ནས་དབྱུགས་ཀྱི་འགྲོ་འོང་ཡང་།། རང་
གིས་མི་ཤེས་པ་ཡི་ཆོད་ཅམ་བྱེད།། དམིགས་པ་དབྱུགས་ཀྱི་འགྲོ་
འོང་གཉིས་ལ་གཏོད།། ཨོ་ཡིག་ཡིད་བཞུས་བྱང་པའི་སྐད་ཀྱི་
གདངས།། འགྲོ་འོང་གཉིས་ཀ་སྐར་མ་གཅིག་ཅམ་ལ།། དུས་ལུན་
བསྐྱིང་བར་རུས་པ་རབ་ཡིན་ནོ།། འདི་ཡི་པན་ཡོན་གོང་སྒྲར་ཡིན་
པ་ལ།། རླུང་སྦྱོར་འདི་ནི་དམིགས་བསལ་ཉལ་ཁ་རུ།། བྱས་ན་མི་
ལམ་འབྱུགས་པ་མི་ཡོང་བས།། ཉལ་བའི་གཉིད་ནི་བདེ་ཞིང་སྦྱིད་

པར་འགྱུར།། ལྷང་སྦྱར་ཨོ་དཀར་ཇ་པ་རེ་ཞིག་རྫོགས།། ལྷོ་བྲག་
སྦྱ་ཞབས་སྒོ་བཟང་དོན་ལྡན་གྱིས།། ལྷང་གི་སྦྱར་བ་ལུས་ཁམས་
བདེ་སྦྱོན་ཞེས།། བརྟན་འཕྲིན་འཁྲབ་ཆོན་བླ་བའི་ལམ་ནས་
མཐོང་།། འདི་ཡིས་སྦྱེ་བོ་སྦྱང་ཕྱག་མང་པོ་ལ།། བན་པར་ངས་སོ་
སྦྱམ་ནས་རྗེས་ཡི་རང་།། བདག་ཀྱང་བྲིད་གི་སྦྱོག་བརྟན་ལ་བལྟས་
ནས།། ལྷང་སྦྱར་ཆེགས་བཅད་སྒྲེབ་པའི་ངལ་བ་སྦྱངས།། འོན་
ཀྱང་མི་ཤེས་སྦྱོངས་པའི་གཞན་དབང་གིས།། ཆད་ལྷག་ནོར་བའི་
སྦྱོན་གྱི་ཉེས་པ་དག། དཔྱེད་ལྡན་གཟུར་གནས་པ་ཡིས་སྦྱོན་འཕྲི་
སོགས།། ནོར་བ་ལམ་དུ་བསྐྱར་བར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས།། ཅུང་བད་
དག་ཅིང་དགོ་བའི་བསོད་ནམས་གྱིས།། སྦྱེ་རྒྱའི་ལུས་སེམས་
གདུང་བ་རབ་ཞི་ནས།། བདེ་སྦྱིད་ལྡན་པའི་ཆེ་ཐག་བསྐྱིང་བར་
ཤོག། ཅེས་པ་འདི་ནི་དགའ་ཤར་སྟོ་བ་ཡི།། མདོ་ཁམས་ནགས་ཤོད་སྒོ་བཟང་ཕུན་ཆོགས་གྱིས།། ལྷག་པའི་

སེམས་གྱིས་སྦྱར་བའི་དགོ་ལེགས་འཕེལ།། ཕྱི་ལོ་༢༠༡༢ལོར་སྦྱར་བའོ།།