

ཧེན་ལ་གཟུངས་གཞུག་འབུལ་ཚུ་ལ་དང་
གཟུངས་གཞུག་རབ་གནས་བཅས།



རྟོན་ལ་གཟུངས་འཇུག་འབྲུལ་ཚུལ་ཤེལ་དཀར་མེ་ལོང་

ཞེས་བྲ་བ། 1

པཎ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོས་མཛད་པའི་གཟུངས་འཇུག་ནོར་བུའི་

མེ་ལོང་ལྟར་བཤད་པ། 19

གཟུངས་འཇུག་ལུགས་དང་པར་བྲང་། 25

གཟུངས་གཞུག་དང་གཞོད་སྦྱིན་འཁོར་ལོ་སོགས་རབ་གནས་

བྲ་ཚུལ་ལུན་ཆོགས་ཆར་འབེབས་ཞེས་བྲ་བ། 30

༢ གོང་ས་༢ སྐབས་མགོན་ཆུལ་བའི་དབང་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་
རྩི་བཀྱིན་འོག སྐུ་གྱིས་གཞིན་སྐྱེས་སྒྲོ་གསར་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ།
ཀུ་ཕུ་ཏྲགས་ཅན་གྱི་ལག་ཐོག་ཁ་བར་དང་ iPad སྒྲོག་སྒྲིལ་སྒྲོགས་བརྒྱད་
ནས་དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་བོད་ཡིག་ལམ་ནས་གཟིགས་བདེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་
བཅོས་བ་ཡིན། སྒྲིལ་ནས་ཀྱང་རིམ་བས་དཔེ་དེབ་དོ་བཤུས་ལག་ཏུ་འབྱོར་
ཆེ་དེབ་བྲངས་མང་དུ་གཏོང་རྒྱུ་ལོ་སྐབས་འོང་སྲིད་ན་དེར་སྐུ་བའི་ལམ་
སྒྲོན་བཀའ་སྒྲོབ་དགོངས་འཆར་ལྷག་སྒྲོལ་ཡོང་བར་རེ་བསྐྱེལ་ཞུ་རྒྱུ་དང་།
ཞུ་དག་བསྐྱར་མ་སྒྲོགས་ལ་རང་བྱས་གང་ཡོད་གྱིས་འབད་ཚུལ་གྱིས་ཁྱེད་
བྱས་ཀྱང་ཆུད་ཆེད་ཞན་སྐབས་ནོར་འཁྱུལ་གང་ཞོར་རྣམས་བཅོད་གསོལ་ཞུ་
རྒྱུ་བཅས།

སེར་སྒྲིལ་དམར་འཇམ་དབྲངས་བསོད་ནམས་གྱིས།

དེབ་བཅོས་ཟིན་བ་རྣམས་སུ་ལ་དགོས་ན་བྱ་རྒྱུ་རྒྱུད་ནས་རིན་མེད་དུ་ཐུལ་ཆོག
བྱ་རྒྱུ་ཁ་བྱང་། marjamson618@gmail.com

རྟོན་ལ་གཟུངས་འཇུག་འབྲུལ་ཚུལ་ཤེལ་དཀར་མེ་ མོང་ཞེས་བྲ་བ།

སྐལ་བཟང་རྣམ་འཛེན་གཞན་ལས་སྟོན་ལས་དང་། །
ཐུགས་རྗེ་བཙོན་སྟོབས་ཕྱལ་དུ་བྱང་བ་ཡིས། །
མི་མཛད་ཞིང་གི་འགྲོ་རྣམས་པན་བདེ་ལ། །
འགྲོད་མཛད་ཤུག་འཛིན་ཏོག་ལ་གུས་ཕྱག་འཆེལ། །

བདེ་ལྡན་ཞིང་གི་མགོན་པོ་འོད་དཔག་མེད། །
ཆེར་སྟོགས་ལྷ་བརྒྱའི་འགྲོ་ལ་བཅེར་དགོངས་ཏེ། །
གསུམ་ལྡན་རྗེ་རྗེ་འཇིན་པའི་སྐྱེར་བསྟན་པ། །
པཎ་ཆེན་ཆོས་གྱི་རྒྱལ་པོར་གུས་ཕྱག་འཆེལ། །

གུ་འཇིན་བདག་པོས་ཤུག་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ཡི། །
བསྟན་འགྲོའི་དོན་གྱི་རྒྱབས་ཆེན་མཛད་པའི་ཁུར། །
སྟོག་བསམ་བློགས་ལ་སྦངས་ཏེ་འདེགས་པའི་སྦྲང། །
གངས་ཅན་མགོན་པོར་སྐྱེལ་ལ་གུས་ཕྱག་འཆེལ། །

དེ་ལ་འདིར་ལྷ་དང་བཅས་པའི་སྐྱེ་དགུ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཕྱག་མཆོད་
སོགས་ཀྱི་བསོད་ནམས་གསོག་པའི་ཞིང་དམ་པ་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་
ཀྱི་སྐྱ་བརྟན་དང་མཆོད་རྟེན་ལ་གཟུངས་བཞུགས་འབྲུལ་ཚུལ་མདོར་བསྐྱུས་
ཏེ་ལག་ཏུ་སྒྲངས་བདེ་བར་དགོད་པར་བྱའོ། །

དེ་ལ་གཉིས། ཡོ་བྱད་སྟ་གོན་བྱ་བ་དང་། འབྲུལ་ཚུལ་དངོས་སོ། ། དང་
པོ་ལ་གསུམ། སྟོག་ཤིང་དང་། གཟུངས་སྒྲགས་དང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་ཡོ་
བྱད་དོ། །

དང་པོ་ནི། སྐྱ་གཟུགས་ལ་སྟོག་ཤིང་ངེས་ཅན་དུ་མི་དགོས་ཀྱང་སྐྱ་
ཆོད་ཆེ་བའི་རིགས་ལ་སྟོག་ཤིང་ཕྱལ་བ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་ཡན་ལག་
ཏུ་འགྱུར་བས་ཕྱལ་བ་ལེགས་ལ། མཆོད་རྟེན་ལ་ནི་ཆེ་ཆུང་གང་ཡིན་ཀྱང་
འབྲུལ་ཐུབ་ཕྱིན་འབྲུལ་དགོས་སོ། །

དེ་ལྟར་ན་སྟོག་ཤིང་གི་རྒྱ་ནི་རབ་ཅན་དཀར་དམར། དེ་མ་འབྱོར་
ན་དུག་རིགས་དང་ཆུ་ཤིང་དང་སྐྱག་མ་དང་ཁོང་རུལ་དང་གས་ཆག་ཅན་དང་
འབྲུས་ཟོས་པ་སོགས་ཤིང་ངན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཤུག་པའམ་འབྲས་བུ་ཅན་གྱི་
ཤིང་དང་ཤིང་ཟུང་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཤིང་བཟང་པོ་སྐྱོན་མེད། དེ་ཡང་གསར་
དུ་གཙོད་དགོས་ཆེ་མ་བཅད་པའི་སྒྲ་རོལ་དུ་མི་གཞན་གྱི་བདག་པོ་ཡོད་ན་
དེ་ལ་རིན་བཅའ་ཏེ་གནང་བ་ཞུ་བ་དང་། ཤིང་གི་བདག་པོ་མི་མ་ཡིན་ལྟ་བུ་
མི་མདོན་པ་ལ་མཆོད་གཏོར་སོགས་ཕྱལ་ཏེ་གནང་བ་ཞུ་ཞིང་མི་བཀག་པའི་
མཆོན་མ་བྱུང་བ་ན་གཟུང་སྐྱར་ཆེས་གངས་ཤེས་པའི་ཉིན་ཤར་གྱི་ཕྱོགས་མི་

ནོར་བའི་མཆན་མ་བཏབ་སྟེ་བཅད། དབྱིབས་ནི་སྐྱ་གཟུགས་ལ་གྲུ་བཞི་པ་
ཅ་ཅེའི་རྣམ་པའི་སྤ་སྟོམ་ཡོད་པ་དང་། མཆོད་རྟེན་ལ་བྲེའི་སྟངས་གཟུགས་
འདེབས་ཡན་ཆད་ལྷུ་པོ་དེ་མན་ཆད་གྲུ་བཞི། ཆོད་ནི་རིང་མུང་སྐྱ་གཟུགས་
ལ་གསང་གནས་ནས་གཙུག་ཏྲར་རམ་དབྱའི་ནང་གི་པར་དང་། མཆོད་རྟེན་
ལ་མང་དགོ་ནས་ཏྲོག་གམ་ཐུགས་རྩེ་མདོ་གཟུང་གི་བར། སྤ་སྟོམ་རྟེན་ཆེ་
ཆུང་ལ་དཔགས་ཏེ་རིགས་པར་དབྱད། ཅེ་མོར་རྣམ་རྒྱལ་མཆོད་རྟེན་དང་
ཅ་བར་དོ་རྩེ་སྟེད་པ་བཞོ་བའམ་མ་གྲུབ་ན་འབྲི་བར་གཞུང་ལས་བཞུད་ཅིང་
ཐུག་ཡོན་ལ་ཞབས་གྱི་མཐེལ་དུ་སྟེ་བ་དང་སྟོགས་བཞིར་པད་འདབ་རྩ་དང་
བཅས་པའི་དོ་རྩེའི་མགོ་སྟེ་སྐྱ་ཆོགས་དོ་རྩེས་སྟོག་ཤིང་གི་ཞབས་གཏུམ་པ་
ལྟ་བུ་མཛད་པ་མཐོང་ཞིང་དོགས་གཙོད་ཞུས་པར་ཐུག་ཡོན་དེ་གཉིས་ཀ་
མཛད་གིན་ཡོད་པར་གསུང་བས་དེ་གཉིས་ཀ་གང་བྱས་ཀྱང་རུང་། མདོག་
ནི་ཅན་དན་དམར་པོ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་ཆོན་བྱ་མི་དགོས་ཤིང་གཞན་ཡིན་ན་
མཆོལ་ལྟ་བུས་དམར་པོར་བསྐྱར་ཏེ་ཡི་གེ་གསེར་ལྟ་བུས་བྲིས་ན་ཤིན་ཏུ་
ལེགས། དེ་ལྟ་བུ་མ་འབྱོར་ན་ཡི་གེ་གང་གིས་འབྲི་བའི་མདོག་དང་མི་སྟོས་
པའི་ཆོན་གྱིས་བྱུག

དེ་ལ་སྐྱ་གཟུགས་གྱི་སྟོག་ཤིང་གི་སྤྱི་བོ། མཁྱིན་པ། སྟིང་ཀ། ལྟེ་བ།
གསང་གནས་ཏེ་གནས་ལྗེའི་ཐད་དུ་རིམ་པ་བཞིན། ཨོ་ཨྲུམ་ རྩྱུ་ཏྲི་ཏྲི་མེས་པ་
དགོད་ཅིང་། མཆོད་རྟེན་ལ་བྲེ། བྲེ་སྟན། བུམ་སྟོང་། བུམ་ཞེད། བུམ་སྦྱང་
རྣམས་གྱི་ཐད་དུ་ཡི་གེ་ལྔ་དགོད། ལྟེ་དབྱའི་དབྱིངས་དང་མཆོད་རྟེན་གྱི་

གེའི་ཐད་ལ། ཚི་སྐྱ་བི་རྒྱ་སྐྱ་ ཞེས་དང་། མགིན་པ་དང་གེ་རྟེན་གྱི་ཐད་ལ་
 དབྱངས་གསལ། ཐུགས་ཀའི་སྟོང་དང་བུམ་སྟོང་གི་ཐད་ལ། ཚི་བཟླ་ཨ་ཡུ་
 ཉི་སྐྱ་ ཞེས་དང་། ཐུགས་ཀའི་ཐད་དུ་ལྷ་རང་རང་གི་སྟོང་པོ་དང་གཟུངས་
 རིང་དང་མཚན་བརྒྱ་ཅ་ལྷ་བུ་ལྷ་རང་གི་སྐྱ་གསལ། ལྷེ་འོག་དང་བུམ་སྟོང་ཤར་
 རོས་ལ་གཙུག་ཏོར་རྣམ་རྒྱལ། ལྷོར་རི་མེད། ལུབ་ཏུ་གསང་རིང་བསྐྱེལ།
 བྱང་དུ་བྱང་ཆུབ་རྒྱན་འབུམ། དེ་བཞི་ཀའི་གཤམ་དུ། ཚེས་རྣམས་ཐམས་
 ཅད་རྒྱ་ལས་བྱང་། ཞེས་སོགས་དང་། སངས་རྒྱས་རབ་བདུན་གྱི་གསོ་སྦྱོང་
 རྣམས་འོང་ན་ཐམས་ཅད་འབྲི་ཞིང་མི་འོང་ན་རྣམ་རྒྱལ་སོགས་ཀྱི་གཟུངས་
 བྱང་སོགས་གང་འོང་སྐབས་དང་སྦྱར། ཅ་བའི་ཕྱོགས་སུ། ཚི་སྐྱ་བྲ་ཉིལ་
 བཟླ་ཡེ་སྐྱ། འདི་གཞུང་དུ་ཐུགས་ཀར་འབྲི་བར་བཤད་ཀྱང་ཐུག་ལེན་ལ་
 འདིར་འབྲི། སྟོག་འོང་གི་ཕྱོགས་ལྷ་བཞིར་འབྲི་དགོས་ཀྱི་སྐྱ་གསལ་རང་
 རང་གི་ཐད་དུ་གང་འོང་གང་བར་འབྲི་ཞིང་ཆད་ལྷག་འོར་བའི་སྦྱོན་དང་བལ་
 བ་ལེགས་པར་འབྲི།

གཉིས་པ་གཟུངས་ནི། སྦྱིར་རིང་བསྐྱེལ་ལ་སྐྱ་བལ། སྐྱ་གདུང་། ཡུངས་
 འབྲུ་ལྷ་བྲ། ཚེ་སྦྱུའི་རིང་བསྐྱེལ་ཉེ་བཞི་གསུང་བའི་ཕྱི་མ་ནི་རྟེན་གྱི་ནང་
 བཞུགས་འབུལ་རྒྱུའི་གཙུ་བོ་ཡིན་ལ་དེ་ནི་མདོ་རྒྱུད་ཀྱི་གཟུངས་སྐྱ་གསལ་
 ཟབ་མོ་རྣམས་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་པས། རྒྱ་ཆེན་སྦྱོང་རྒྱུད། ཟབ་མོ་ལྷ་རྒྱུད།
 ཉམས་ལེན་བྱིན་རྒྱལ་རྒྱུད། བྱིན་རྒྱལ་ཉེ་རྒྱུད། གསང་བདེ་འཛིགས་

གསུམ་གྱི་དབང་རྒྱད། བཤད་རྒྱད། མན་ངག་གི་རྒྱད་པ་ལ་སོགས་པ་མདོ་
སྒྲགས་གྱི་སྒྲ་མ་བརྒྱད་པའི་མཆོན་སྒྲགས། སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་གྱི་
མཆོན་སྒྲགས། གནས་བཏུན་བཅུ་དྲུག་སོགས་ཉན་རང་གི་མཆོན་སྒྲགས།
འོར་བུ་རྒྱས་པའི་གཞལ་མེད་ཁང་གི་སྒྲགས་ཤྱག་ཕུག་ཏོར་གདུགས་དཀར་
དང་གཅུག་ཏོར་འཁོར་བསྐྱར་གྱི་སྒྲགས་སོགས་དབུ་གཟུངས། དབྱངས་
གསལ་གཉིས་མགྱིན་གཟུངས། གསང་བདེ་འཛིགས་གསུམ་སོགས་སྒྲ་མེད་
གྱི་སྒྲགས་སྟོད་གཟུངས། རྟོར་དབྱིངས་ཀྱི་རིག་གཅུག་དབུ་སོགས་རྣམ་
འབྱོར་རྒྱད། རྣམ་སྒྲུང་མདོན་བྱང་སོགས་སྟོད་རྒྱད་གྱི་སྒྲགས་ཤིང་གཟུངས།
གཟུགས་ཆེན་སྡེ་ལ། ཡངས་པའི་གྲོང་སྡེར་དུ་འཇུག་པའི་གཟུངས། གཞན་
ཡང་སྟོང་སྒྲག་བརྒྱ་བ་བཟུང་བར་འགྱུར་བའི་གཟུངས་སོགས་མདོ་ལས་
འབྱུང་བའི་སྒྲགས་གྱི་རིགས་སྟངས་གཟུངས། བཟ་ཤེས་ཆོས་སྟོང་འོར་ལྷ་
སོགས་གྱི་སྒྲགས་པད་གཟུངས་ཏེ། གཟུངས་སྒྲགས་དེ་རྣམས་སྐབས་
ཐོབ་གྱི་སྤེལ་ཆོག་དང་བཅས་པ་འབྱོར་ན་གསེར་དདུལ་གྱི་སྤེལ་པེམ་
འབྱར་མཐུང་གཟུངས་བཞོས་བྱས་པ། དེ་མ་བྱུང་ན་མཐིང་ཤོག་བཟང་པོ་
ལ་གསེར་དདུལ་གྱིས་འབྲི་བ། དེ་མ་བྱུང་ན་དཔེ་ཤོག་བཟང་པོ་ལ་མཆོལ་
དང་སྒྲག་ཆོས་འབྲི་བ་དང་སྐར་ལ་འདེབས་པ་ལྟ་བུ་གང་འབྱོར་བ། རྒྱ་རྒྱུན་
འཛོམ་ཞིང་ལོང་བྱུང་ནས་སྟོགས་ན་སྒྲ་མ་རྣམས་ལེགས་མོད་གྱི་དེ་འདྲ་བ་
མིན་པའི་སྒྲག་ཆད་འོར་བའི་སྟོན་དང་བཅས་པའི་འབྲི་བ་ལས་སྐར་བཏབ་
ན་ལེགས། དེ་ཡང་དཔེར་ན་རྣམ་རྒྱལ་གཟུངས་ཤོག་སྤེལ་སྒྲ་ཅམ་གྱི་

ཡིག་འབྲེང་དང་པོར་དགྲུས་གཅིག་ལ་ཞོང་བ་ལྟ་བུ་གཞན་ལའང་རིགས་འདྲ་
 བ་དགོས། དེ་ལྟར་གྲིས་པའམ་སྤར་བཏབ་པ་གང་ཡིན་ཀྱང་དེ་ལ་ཁ་ཆེ་གུར་
 གུམ་ཙན་དན་དཀར་དམར་ཨ་ག་རུ་ང་ཏིག་བྱར་སོགས་དེ་བཟང་རྣམས་
 རྒྱང་དང་སྤར་བ་ལེགས་པར་བྱུག། ། སྤར་མཆོད་ཏེན་རྒྱང་དུ་ལ་གཟུངས་
 གྱི་ཡིག་འབྲེང་སོ་སོར་མ་དྲས་པར་མི་ཞོང་ན་དྲ་ཞིང་ཞོང་ན་མ་དྲས་པར་
 མཐུད་དགོས་རྣམས་མཐུད། མཐུད་ལུགས་ཞོག་དབྱ་དང་པོའི་མཐུག་གི་
 ཞོག་སྟེ་མཐུག་གི་ཡི་གེའི་ཆོགས་གྱི་མཆམས་ནས་དྲས་ཏེ་ཞོག་བྱ་གཉིས་
 པའི་གྲངས་ཡིག་མནན་ཏེ། གཟུངས་གྱི་ཡི་གེ་མ་ཞོན་ཙམ་བྱས་ལ་བག་
 རྒྱས་སྤར་ཏེ་མཐུད། མཐའ་ཐིག་ཡོད་པའི་སྤར་ཡིན་ན་སྟོད་གཟུངས་དགྲུས་
 གཅིག་ལ་སྤར་ཞོག་ཅི་ཙམ་ཡོད་པའི་དབྱ་ཞོག་གི་དབྱ་རྒྱད་ངོས་གྱི་མཐའ་
 ཐིག་མ་གཏོགས་གོང་མ་གོང་མའི་གཤམ་གྱི་མཐའ་ཐིག་དྲ་ཞིང་འོག་མ་འོག་
 མའི་གོང་གི་མཐའ་ཐིག་ཞོན་པར་བྱས་ཏེ་བར་གྱི་མཐའ་ཐིག་ཐམས་ཅད་མི་
 མངོན་པར་བྱ། ཞོག་བྱ་རེའི་སྟེང་འོག་ན་ཞོག་ལྷག་གང་ཡོད་ཐམས་ཅད་
 ལེགས་པར་བྲ། དེ་ལྟར་དྲ་དགོས་དང་མཐུད་དགོས་རྣམས་རྒྱང་བར་བྱས་
 ཏེ་མཐུད་ཆར་ནས་ལོང་སྐབས་བྱུང་ན་འགོགས་པ་སྤྱད་རབ་གནས་བསྐྱས་
 པ་བྱར་དུ་འབྱུང་བ་ལྟར་བྱས་ཏེ་དབྱ་ནས་ནང་དུ་དམ་པོར་དེ་ལ་ཞིང་མཐའི་
 ཞོག་སྟེ་བག་རྒྱས་སྤར་ཏེ་མི་འདྲིགས་པར་བྱས་ལ་ཡིག་མགོ་མི་ཞོར་བའི་
 མཆོན་མ་དང་དབྱ་གཟུངས་སོགས་སྟེ་ཆོན་གང་ཡིན་གྱི་ཀ་ཐོའམ་ཁ་བྱང་
 བཏགས་ཏེ་མི་ཞོར་བར་བྱ། དེ་ནས་ན་བཟའ་གོས་དར་སེར་པོས་དེ་ལ། དེ་

སྟེང་དར་སྐྱད་སེར་པོས་དགྲིས་ཏེ་མི་འཇིགས་པར་བྱ་ཞིང་། དེ་ལ་ཡང་ཡིག་
མགོ་དང་སྡེ་ཆན་མི་ནོར་བའི་མཆན་མ་ཀ་ཐོ་དང་ཁ་བྱང་གི་ཡི་གེ་སོགས་
ཀྱིས་མི་ནོར་བར་བྱ།

གསུམ་བདེ་ལས་གཞན་པའི་ཡོ་བྱད་ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་

འཕེལ་གདུང་སོགས་ཡུངས་འབྲུ་ལྟ་བུའི་རིང་བསྐལ། སངས་རྒྱས་བྱང་
སེམས་ཀྱི་སྐྱ་གདུང་སོགས་སྐྱ་གདུང་གི་རིང་བསྐལ། སངས་རྒྱས་བྱང་
སེམས་ཀྱི་དབྱ་སྐྱ་སེན་མོ་ན་བཟའ་སོགས་སྐྱ་བལ་ཀྱི་རིང་བསྐལ་ཏེ་མདོར་
ན་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ནས་བཟུང་རྒྱ་པོད་ཀྱི་པཎ་གྲུབ་མཁས་ཤིང་གྲུབ་པ་
བརྟེན་པ་རྣམས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལས་ཏེན་གང་འདྲོམ། དེ་ཡང་རང་སྟོགས་ཀྱི་ལྟ་
གྲུབ་དང་སེལ་ཞུགས་པའི་སླ་མའི་སྐྱ་གདུང་སོགས་དང་། དེ་མིན་གྱང་དན་
བཟའ་སྐྱི་ཆགས་པའི་རིགས་དང་ཞབས་ཆགས་དང་བཞུགས་གདན། འབྲུས་
འཇིག་ཉེན་ཆེ་བའི་སྐྱམ་བུའི་རིགས་གཏོས་ཆེ་བ་རྣམས་མི་འཇུག སླ་མ་
འགངས་ཆེན་ཀྱི་ན་བཟའ་དར་རས་ཀྱི་སྐྱམ་སྐྱར་ལྟ་བུ་ཆང་མ་འཇུག་ཆེ་
གཟུངས་ཀྱི་སྤྱི་རོལ་ནས་ན་བཟའི་ཚུལ་དུ་དགྲིས་ནས་འཇུག་ཅིང་། དེ་འདྲ་
མིན་པའི་དུམ་བུའམ་ཆལ་བུ་རྣམས་རིན་པོ་ཆེ་དང་སྤྲན་དང་། རི་བཟང་གི་
སྤྱེ་མ་དང་སྤྲན་དུ་ན་བཟའ་སེར་པོས་རིལ། སླ་མ་ཡི་དམ་ཆོས་སྦྱོང་སོགས་
ཀྱི་སྐྱ་བརྟན་རབ་གནས་ཅན་ན་བཟའ་སེར་པོ་གསོལ་བ། གཞན་ཡང་རིན་
པོ་ཆེའི་འཕྲུང་བ། གཟུངས་ཀྱི་བར་སྟོང་དུ་འཇུག་རྒྱུའི་རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱེ་མ།

བཟང་སྤྲོད་གྱི་སྤྱོད་མ་དེ་བཟང་གི་སྤྱོད་མ་རྣམས་དར་རས་གྱི་ཁྱད་མར་སྤྱད་པ་
དང་ཐུམ་བྱར་བྱས་པ་གང་མང། སྤྱབ་རྣམས་སྤྱ་འདེབས་རྒྱུ་ལྷན་པོ་ཆེ་
སྤྱོད་མ། འཚམས་དར་གྱི་རྒྱུ་ལྷན་པོ་དར་སེར་པོ། ། གང་ཟག་དམན་པའི་
རུས་པ་ཏེན་གྱི་ནང་དུ་བཅུག་ནས་གཞན་གྱི་ཕྱད་མཆོད་སོགས་བྱས་ནས་
གང་ཟག་དེ་ཉིད་ལ་གཞོད་པར་གསུངས་པས་འཇུག་མི་རུང་ཞིང་། འོན་ཀྱང་
རུས་ཆོག་ལེགས་པར་བྱས་ཏེ་བརྒྱུངས་པའི་སྤྱོད་མ་སྤྱད་ཆ་དང་བསྐྱེས་ཏེ་
གཟུངས་སྤྱད་སོགས་འབྲི་བ་དང་། ས་དང་བསྐྱེས་ཏེ་ས་རྩྭ་དང་ལྷ་སྤྱི་
སྤྱར་འདེབས་པ་སོགས་བྱས་ནས་གང་ཟག་དེ་ལ་ཕན་པར་གསུངས་པས།
དེ་ལྟར་གྱིས་བའམ་སྤྱར་དུ་བཏབ་པ་སོགས་བྱས་པའི་གཟུངས་སྤྱད་དང་
ས་རྩྭ་སོགས་རབ་གནས་བྱས་ཏེ་འཇུག་ཏུ་རུང་།

གཞོད་སྤྱིན་འཁོར་ལོ་གཉིས་ནི། གཞི་གསེར་དངུལ་ལམ་བཟངས་གྱི་
བྱང་ལེབ་ལ་གཟུངས་བརྟོས་སམ་མཐིང་ཤོག་ལ་གསེར་དངུལ་ལམ། རས་
གཞི་འམ་ཤོག་བྱ་ལ་རིན་པོ་ཆེ་དང་སྤྲོད་དང་དེ་བཟངས་གྱི་སྤྱོད་མ་བསྐྱེས་པའི་
མཆོད་སྤྱད་གིས་འབྲི་བའམ་སྤྱར་བཏབ་པའང་རུང་སྟེ་གཞི་གཅིག་ལ་
པད་མ་དམ་འདབ་བརྒྱད་གྱི་ལོར་རྒྱན་མ། འདབ་མ་བརྒྱད་ལ་འཁོར་བརྒྱད་
དབྱ་ཕྱིར་བསྟན། དབྱ་ཀ་ཞལ་གཅིག་ཕྱད་གཉིས་གཡས་མཆོག་སྤྱིན་གྱི་
མཐིལ་ན་བེད་བྱར་དང་། གཡོན་འབྲས་གྱི་སྟེ་མ་འཛིན་པ། དར་དང་རིན་པོ་
ཆེ་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་པ། ཞབས་སྤྱིལ་ཀྱང་སྤྱེད་པས་བཞུགས་པའི་ཞབས་

འོག་ན་བརྒྱའི་གདུང་གི་གཏེར་མནན་པ། སྐྱུ་མའི་ར་རྒྱལ་གྲིས་འབྲིད་པ།
གཙུག་མོའི་ཐུགས་ཁམ། ཡོ་རྩ་སྤྱ་རྩ་རེ་ནི་སྤྱ་རྩ། ཤར་གྱི་ཟླ་འོད་མའི་ཐུགས་
ཁམ། ཡོ་ཙུ་ཀུའི་སྤྱ་རྩ། ལྷོར་ལོར་སྤྱིན་མའི་ཐུགས་ཁམ། ཡོ་ཏན་རྩ་ཡེ་
སྤྱ་རྩ། རུབ་རྩ་རབ་སྤྱིན་མའི་ཐུགས་ཁམ། ཡོ་སྤྱ་དན་རྩ་ཡེ་སྤྱ་རྩ། བྱང་དུ་
འཕགས་མའི་ཐུགས་ཁམ། ཡོ་ལྷ་རྩ་ཡེ་སྤྱ་རྩ། ཤར་ལྷོར་རབ་བཟང་མའི་
ཐུགས་ཁམ། ཡོ་སྤྱ་རྩ་ཡེ་སྤྱ་རྩ། ལྷོ་རུབ་རྩ་སྤྱས་མའི་ཐུགས་ཁམ། ཡོ་གྲུ་
བ་ཏ་ཡེ་སྤྱ་རྩ། རུབ་བྱང་དུ་མཛེས་མའི་ཐུགས་ཁམ། ཡོ་སྤྱ་ར་སྤྱ་རྩ་སྤྱ་རྩ།
ཞེས་ཐོགས་མཁོར་གྱི་ལོ། །

གྱི་གཞི་གཅིག་ལ་བད་མ་འདབ་བརྒྱད་གྱི་སྟེ་བར་འཛམ་གྱ་ལ། འདབ་
མ་བརྒྱད་ལ་འཁོར་བརྒྱད་དབུ་ཕྱིར་བསྟན། དབུ་ཀ་ཞལ་གཅིག་ཐུག་གཉིས།
གཡས་མཆོག་སྤྱིན་གྱི་མཐེལ་ན་བེ་ཇ་བྱར་དང། གཡོན་ནི་འུ་ལེ་རིན་པོ་ཆེ་
སྤྱག་པ་འཛིན་པ། དར་དང་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་གྲིས་བརྒྱན་པ། ཞབས་སྤྱིལ་
བྱང་ཕྱེད་པས་གཏེར་གྱི་སྟེང་ན་བཞུགས་པ། སྐྱུ་ཤར་རབ་རྩ་རྒྱས་པ། གཙུག་
མོའི་མདུན་ཤར་ཐོགས་སྤྱོལ་ལྷོར་བྱ་བཟང་པོའི་ཐུགས་ཁམ། ཡོ་ན་ཁི་རྩ་རྩ་ཡེ་
སྤྱ་རྩ། བྱང་དུ་གང་བ་བཟང་པོའི་ཐུགས་ཁམ། ཡོ་སྤྱ་རྩ་རྩ་ཡེ་སྤྱ་རྩ། རུབ་
རྩ་ལོར་སྤྱིན་གྱི་ཐུགས་ཁམ། ཡོ་རྩ་ལོར་ཡེ་སྤྱ་རྩ། ལྷོར་རྩ་ལོར་སྤྱས་གྱི་
ཐུགས་ཁམ། ཡོ་བེ་བྲམ་ཁ་ཡེ་སྤྱ་རྩ། བྱང་ཤར་དུ་རོལ་བའི་ཕྱེད་བའི་ཐུགས་
ཁམ། ཡོ་གི་ལི་སྤྱ་ལི་ནི་སྤྱ་རྩ། རུབ་བྱང་དུ་འཛམ་བུ་འཁྲིལ་བའི་ཐུགས་ཀར།
ཡོ་ཙུ་བེ་ཀུ་ཁ་ལི་ནི་སྤྱ་རྩ། ལྷོ་རུབ་དུ་གདོང་གི་དབང་པོའི་ཐུགས་ཀར། ཡོ་

གཉིས་ཀའི་བད་འདབ་ཀྱི་ཕྱི་རོལ་རྩ་རེ་ཁ་གསུམ་བསྐྱོར་བའི་མུ་ཁུང་།

བརྒྱན་པ། མཐའ་ཚུ་གཉིས་ཉིད་སྒྲིད་སོགས་མཆོད་པ་མང་པོས་བསྐྱོད།
དཀར་གཏོར་གཙང་མ་བཤམ། འཁོར་ལོའི་སྟེང་དུ་གཟུངས་ཐག་བཏགས་
པའི་དོ་རྩེ་བཞག། །སྐྱབ་པ་པོ་རྣམས་ཁ་བས་མ་རུངས་བ་སྤངས་ཏེ་དཀར་
གསུམ་ལ་བཏེན། བསྐྱབ་པ་པོ་རྣམས་ལོར་རྒྱན་མའི་དབང་ཐོབ་པ་ཡིན་ན་
ལོར་རྒྱན་མ་དང་། དེ་མིན་ན་ཡི་དམ་གང་ཡང་རུང་བའི་བདག་བསྐྱེད་བསྐྱོམ།
འཁོར་ལོ་ལ་སྤྱང་གསུམ་བྱས་ལ་བསང་སྤྱང་ནས་བསྐྱེད་དེ་མཆོད་བསྟོད་
བཟུངས་པའི་པར་དང་འདུག་ཆོག་རྣམས་ཉིན་རེར་བྱན་གསུམ་བྲ། གསུང་མི་
འཆག་ཏུ་བྱེད་ན་སྤྱི་མས་མདོན་ཏོགས་བསྐྱེད་ནས་བཟུངས་པ་ལ་སྤྱེབས་པ་
དང་སྤྱ་མས་འདུག་ཆོག་བྱས་ཏེ་སྒྲིད་ལམ་ལ་འདུག། །དེ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་གྱིས་
ཞག་བདུན་སོགས་སྐྱབ་ན་ཉི་མ་དང་པོ་ལ་སོ་སོར་བསྐྱབས་ནས། གཉིས་
པ་མན་ཆད་འཁོད་ལོ་ཁ་སྐྱར་ཏེ་གཉིས་སུ་མེད་པར་སྐྱབ་པ་འབའ་ཞིག་བྲ།
འཁོར་ལོ་གཉིས་ཁ་སྐྱར་བའི་ཆོ། མཐ། ཀ་ར། སྤང་ཅི། རིན་པོ་ཆེ་སྟོན། དེ་
བཟང་དང་སྐྱར་བ་རི་མོ་ལ་མི་གཞོད་པར་བྱགས་ཏེ་ཁ་སྐྱར་ཞིང་དར་སྐྱད་
སེར་པོས་རྒྱ་གམ་དུ་སྐྱབ་མེད་པར་དགྱིས་ཏེ་པོ་འཁོར་སྟེང་དང་གཙོ་བོའི་
དབུ་རྒྱབ་ཏུ་བསྟན་ཏེ་སྤྱར་གྱི་གནས་སུ་བདག། །གཉིས་སུ་མེད་པར་སྐྱབ་པ་
ན་གདན་རེ་རེའི་སྟེང་དུ་ཡབ་ཡུམ་བྱང་རེ་བཞུགས་ཤིང་ཡུམ་གྱི་བརྒྱ་གཡོན་
པའི་སྟེང་དུ་ཡབ་རྣམས་བཞུགས་པར་བསམས། བཟུངས་པའི་ཆེ་གཟུངས་
ཐག་ནས་བཟུང་ཞིང་དམིགས་པ་ནི། རང་གི་བྱགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་
པ་འཁོར་ལོའི་ལྟ་རྣམས་ལ་ཕོག་པས་རྒྱད་བསྐྱེད། དེའི་བྱགས་ཀ་ནས་འོད་

ཟེར་འཕྲོས། སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐུགས་གཉིས་སུ་མེད་
པའི་ཡེ་ཤེས་འོད་ཟེར་སེར་པོའི་རྣམ་པར་བྱངས་ནས་འཁོར་ལོའི་ལྷ་མས་ལ་
ཐིམ། དེ་དག་གི་ཐུགས་ཁ་ནས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་
ལས་འདས་པའི་སྒོད་བརྩུད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་བཀྱག་ནས་རང་གཞན་
ཐམས་ཅད་ལ་ཐིམ་པས་ཆེ་བསོད་ནམས་དཔལ་འབྱོར་ཐམས་ཅད་རྒྱས་
པར་བསམ། མཐར་འདོད་གསོལ། འོད་ཟུབ་རྟེན་བཞུགས་སོགས་བྲ། དེ་ལྟ་
བུའི་ལོང་སྐབས་མེད་ན། འདི་དཔའ་ལོ་གཅིག་གྲུབ་ཀྱི་རྒྱུད་ནས་བཤའ་པའི་
ཡབ་ཡུམ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་འཁོར་ལོ་ལ་བརྟེན་ནས་དངོས་གྲུབ་སྐྱབ་པའི་
ཚུལ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་པས་འཁོར་ལོ་གཉིས་ལེགས་པར་ཁ་སྐྱར་ཏེ་སྐྱབ་
ཆོག་ལོགས་སུ་བཀོད་པ་ལྟར་སྐྱབས་པས་ཀྱང་རུང་པར་གསུངས།

ཆོགས་བདག་འཁོར་ལོ་ཅིབས་བརྒྱད་པའི་ལྟེ་བའི་མཐར་ཐུ་བྱུང་
གཉིས་དང་། ཅིབ་ཀྱི་མཐར་ཐུ་བྱུང་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བའི་ལྟེ་བར་རྩྭ་ཅི་ལྷོ།
ལྟེ་བའི་ཐུ་བྱུང་དང་པོ་ལ་གྲུག་ན་པ་ཏ་ཡེ་རྩ་ན་པ་ཏི་ས་པ་རི་ཕ་ར་བུ་རྩོ་ཀུ་རུ་
ཨོ་ཀྱི་མཐུག་ཏུ་རྒྱས་པའི་སྤེལ་ཆོག་འདོད་བཅོལ་བྲ། ཐུ་བྱུང་གཉིས་པ་ལ་
བཟོ་ཨ་དུ་ཤེས་ཇ་ཏ་ག་ཏ་པེ་ཨྲ་ཀྲ་ཡ་དན་བ་སུ་ཨྲ་ཡུམ་རྩེ་བུ་རྩོ་ཀུ་རུ་སྐྱ་
རྒྱ། ག་ག་ག་ག་ག་རྣམས་མཐར་སྤེལ་ཆོག་ ཅིབས་བརྒྱད་ལ་ག་རེ། ཅིབས་
ཀྱི་ཐུ་བྱུང་དང་པོ་ལྟ་རྟེན་འབྲེལ་སྤྱིང་པོ། གཉིས་པ་ལ་བཀྱ་ཤེས་རྟགས་
བརྒྱད་རྣམས་འབྲི།

གདན་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ནི། གི་གཞི་གཅིག་ལ་སྐྱ་ཆོགས་དྲེ་རྩེ་དང་། གཅིག་

ལ་དབྱས་སྤྱོད་བྱ་དགའ་འབྲིལ་དང་། མཐར་བཟ་ཤིས་ཏྲགས་བརྒྱད་འབྲི་
བའམ། ལྷ་ཚོགས་དོ་རྗེའི་མཐར་བཟ་ཤིས་ཏྲགས་བརྒྱད་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་འབྲི།

གཞོད་སྤྱོད་ཀྱི་གཏེར་རྩིས་ནི།

གསེར། དུལ། ཟངས། རག་དཀར་
ཡོལ། རྩ་སོགས་ཀྱི་བྱམ་པ་རབ་དབྱ། འབྲིང་ལྷ། ཐ་མ་གཅིག་གི་ནང་དུ། ས་
སྒྲ། ལྷ་སྒྲ། དོ་སྒྲ། ར་སྒྲ། བཏོ་དང་བད་ཁ་སོགས་མ་ཡིན་པའི་འབྲས་ལྷོ་ནས་
སོགས་འབྲུ་སྒྲ་བཟང་པོ། །ཁ་སྤྱར་པ་ནི་སོགས་རུལ་བ་དང་རྒྱན་ཅན་མ་ཡིན་
པའི་ཤིང་ཐོག་བཟང་པོའི་རིགས། །ཤ་ཆང་སྒྲོག་ཅོང་སོགས་དྲིང་ན་ཞིང་མི་
གཙང་པའི་རིགས་མ་ཡིན་པའི་ཀ་ར་བྱ་རམ་སོགས་ཁ་ཟས་བཟང་པོའི་ཟས་
སྒྲ། སྒྲོང་སྤྱག་བྱེད་པ་དང་དུག་རིགས་སོགས་མ་ཡིན་པའི་འབྲས་བྱ་གསུམ་
དང་བཟང་དུག་སོགས་བཟང་སྒྲན་ཀྱི་རིགས། ཅན་དན་དཀར་དམར་ཨ་ཀ་
རུ་ག་བྱར་རྩ་ཏི་ཁ་ཆེ་གྱར་གྱུམ་སོགས་དྲི་བཟང་གི་རིགས། བེ་རྒྱར་ཡ།
པརྒྱར་ག། ཡིན་བའི་ལ། མར་གད། ཞི་མིག། །གསེར། དུལ། ལྷ་རུ། ལྷ་
ཏིག། །ལྷ། ལྷ་མེན་སོགས་རིན་པོ་ཆེའི་རིགས། གོས་དར་བཟང་པོའི་རིགས་
རྟེན་ཆད་ཐམས་ཅད་འོག་ནས་རིམ་བཞིན་སྤྱག་ཅིང་། གཙོ་བོར། གསེར།
དུལ། ལྷ་ཏིག། ལྷ་མེན། ལྷ་རུའམ་དྲུང་སྟེ་རིན་པོ་ཆེ་ལྷ། ནས། འབྲས། ལྷོ་
སྒྲན་མ། ཏིལ་ཏིལ་ལྷ། སྤང་ཅི། ཀ་ར། ཞོ་འོ་མ། མར་ཏིལ་དུད་ཅིལ། སྟེ་
ཏིས། གརྒྱ་ཀ་རི། དབང་ལག། རྒྱ་མཚོའི་སྤྱ་བ། ལྷ་དག་སྟེ་སྒྲན་ལྷ། ཅན་དན་
དཀར་དམར། རྩ་ཏི། ག་བྱར། ཁ་ཆེ་གྱར་གྱུམ་སྟེ་དྲིལྷ། བཅས་རྒྱད་སྟེ་འོག་
མའི་བྱམ་རྩིས་ཉེར་ལྷ་རྒྱལ་སྤྱགས་ཏིལ་གས་པར་བགང་ལ་ཁ་དམ་པར་

གཉིས་པ་འབྲུལ་ཚུལ་དངོས་ནི། དེ་ལྟར་ཡོ་བྱད་ཐམས་ཅད་
འཛོམས་ནས་སྒྲན་འདམ་ལྟ་བུས་ཉེན་ཆེན་པོའི་རིགས་བཞེངས་ནས་རུས་
ཤིང་ལ་སློག་ཤིང་བསྐྱམས་ཏེ། དེ་ལ་གཟུངས་བཞུགས་བསྐྱམས་ནས་འབྲུལ་
དགོས་པའང་ཡོད་ཅིང་། ལྷག་མ་དང་བརྟུང་མ་དང་རས་བསྐྱེས་སོགས་ལས་
བཟོས་པ་ལ་ཉེན་གྱི་ཕྱི་དབྱེབས་བྱུང་ནས་གཟུངས་བཞུགས་འབྲུལ་དགོས་
པས་ཉེན་ཕྱི་མའི་རིགས་ལ་ཉེན་གྱི་ནང་གང་བརྟུང་ལེགས་བྱས་ཏེ་སྐབས་
དང་བྱ་གཞུང་མོ་ཡོད་ན་ལེགས་པར་བཀག། ཇི་བཟང་ཞིབ་ཏུ་བདར་ཕྱི་མ་
གར་སྒྲ་ཞོ་ཙམ་བྱས་པ་ཉེན་གྱི་ནང་དུ་སྐབ་མཐུག་པའི་གོ་བ་ཙམ་བྲབ་པར་
བྱུགས་ཏེ་དེ་དང་མི་ཡལ་བའི་ཕྱིར་གྱིབ་སྐྱམ་བྱ། གཟུང་སྐྱར་ཆེས་གངས་
བཟང་པོའི་ཉེན་ཉེན་དང་། སློག་ཤིང་། གཟུངས་དེལ་བ། དེ་ལས་གཞན་པའི་
ཡོ་བྱས་ཐམས་ཅད་ལ་སྦྱང་གསུམ་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བའི་རབ་གནས་བསྐྱུས་པ་
བྱུང་འདེབས་ལེགས་སུ་བཀོད་པ་ལྟར་བྱ། ལས་བྱེད་རྣམས་ཤི་ཆང་སློག་

ཅོང་ཐ་མ་ཁ་སོགས་མ་རུང་བ་ཐམས་ཅད་སྤངས། དཀར་གསུམ་མངར་
གསུམ་སོགས་ཁ་ཐས་བཟང་པོས་ཆིམ་པར་བྱས་ན་སྦྱིན་བདག་ལ་ཡོངས་
སྦྱོང་འཕེལ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་དུ་ཆེ་བར་གསུངས། གོས་གསར་བ་གྲོན་ཏེ། ཡོ་
མཚུང་དུ་ག་སྒྲ་ཡ་སྒྲ། ཞེས་པའི་སྒྲགས་དང་བཟྱ་ཤིས་པའི་ཆོགས་བཅད་
འདོན་བཞིན་པའི་ངང་ནས་ལས་བྱེད། གསེར་སྒྲ་སྒྲ་ཆད་ཆེ་བ་ལ་སྦྱེ་མཆེད་
བྱིན་ཆབས་ཀྱི་སྒྲགས་རྒྱས་པ་ལོགས་སུ་ཡོད་པ་ལྟར་དང་། བསྐྱ་ན། མིག་
གཉིས་སུ་ཁྲི་ཁྲི། རྩ་བ་གཉིས་སུ་རྩི་རྩི། སྒར་ཁོ། ཕྱེར་རྩི། དཔྱལ་བར་གླི། ལྷེ་
བར་སྒླི། སྦྱི་བོར་ཡོ། མགྱིན་པར་ཞུ་ཐུགས་ཀར་རྩྱ་རྩམས་རྒྱས་བསྐྱས་ཅི་
རིགས་པ་གནས་སོ་སོར་ནང་ནས་སྦྱོར་བྱུ་བ་པ་རྩམས་ལེགས་པར་སྦྱོར།
ཡང་ན་དེ་དག་གི་ཤོག་རྩེལ་རང་རང་གི་ཐད་དུ་གཞུག སྒྲན་སྒྲུའམ་རས་
བསེ་ལྷ་བྱ་ལ་ཆོན་འོག་དུ་འབྱ། ཅ་དབུ་མ་རོ་རྒྱང་གསུམ་གྱི་མཆོན་བྱེད་
དུ་སློག་ཤིང་གི་གཡས་སུ་དུར་བ་དང་། གཡོན་དུ་ཀྱ་ཤ་ཉག་མ་རེ་བཅིང་།
སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕེལ་བ་དུང་སློག་ཤིང་གི་ཅེ་རི་རྩམ་རྒྱལ་མཆོད་རྟེན་ཆེ་ན་
ཏོག་གི་ནང་དང་ཚུང་ན་ས་དེར་འཇུག་མི་བདེ་བ་ལ་བྱམ་པའི་ནང་ངམ་ཐད་
དུ་གཞུག དེའི་འོག་དུ་རྩེ་བཙུན་ཅོང་ཁ་བ་ལྷ་བྱ་སྒྲ་མའི་སྒྲ་བརྟན་དང་ལྷ་བྱུ་
མི་མ་ཐུན་པ་མ་ཡིན་པའི་མཁས་བྱུ་ཡོངས་བྲགས་ཀྱི་སྦྱེས་ཆེན་དམ་པའི་
སྒྲ་གདུང་གི་རིང་བསྐེལ་དང་སྒྲ་བལ་གྱི་རིང་བསྐེལ། མགྱིན་པའི་ཐད་དུ་སྒྲ་
མ་དམ་པའི་ཐུགས་དམ་ཐུག་འབྲེང་གི་རིགས། ཐུགས་ཀའི་ཐད་དུ་གསང་
བདེ་འཛིགས་གསུམ་སོགས་སྒྲ་མེད་ཀྱི་ཡི་དམ་གྱི་སྒྲ་བརྟན་དང་། དེའི་འོག་

ཏུ་སྟོན་པ་སྐྱོན་སྒྲ་ཆེ་དཔག་མེད་སོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་བརྟན། དེའི་འོག་
 ཏུ་བྱམས་འངས་དབྱངས་སྒྲོལ་མ་དཀར་ལྗང་སོགས་སེམས་དཔའ་དང་
 སེམས་མའི་སྐུ་བརྟན། དེའི་འོག་མགོན་པོ་བྱུག་བྲུག་པ་སོགས་ཆོས་སྦྱོང་གི་
 སྐུ་བརྟན་རྣམས་ན་བཟའ་ཁ་དོག་གང་འདྲོམ་གྱི་ཕྱི་དྲིལ་གོས་དང་སེར་པོས་
 དྲིལ་ཏེ་རིན་པོ་ཆེའི་སྤྲེང་བ་དང་། རིན་པོ་ཆེའི་སྤྲེ་མ་སྐྱོན་དེ་བཟང་རྣམས་ཀྱི་
 སྤྲེ་མ་དང་ལྟན་དུ་རིམ་པ་བཞེན་སྟོག་ཤིང་ལ་བཅིང་། དེ་དག་གི་བར་སྟོང་
 གི་སྤྱབས་བར་དུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་སྐྱོན་དེ་བཟང་གི་སྤྲེ་མའི་བྱམ་བྱ་བཅུག་སྟེ་
 ཁང་མཉམ་པར་བྱས་ཏེ་བསྐྱམས་ནས་དར་སེར་པོས་ལེགས་པར་དཀྱིས་ཏེ་
 སྐྱའི་རྒྱབ་ངོས་ལ་གཏད་ཅིང་གཡས་གཡོན་གྱི་དབྱས་བྱངས་པོར་བཅུག།
 དེ་ནས་གཙུག་ཏྲོར་དང་གྲེ་སྟོང་ནས་མར་རིམ་པ་བཞེན་དབྱ་གཟུངས་ཅོར་
 བྱ་རྒྱས་པའི་གཞལ་མེད་ཁང་གི་གཟུངས། གསང་བདེ་འཛིགས་གསུམ་གྱི་
 དབང་བསྐྱར་བརྒྱད་བཤད་པ་མན་ངག་གནང་བ་གསུམ་གྱི་རྒྱད་པ། ལམ་
 རིམ་གྱི་རྒྱ་ཆེན་སྦྱོང་རྒྱད། ཟབ་མོ་ལྷ་རྒྱད། ཉམས་ལེན་གྱི་རྒྱ་བས་རྒྱད།
 གྱིན་རྒྱ་བས་ཉེ་རྒྱད་རྣམས་ཀྱི་རྒྱད་པ། སོ་ཐར་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོམ་པའི་
 རྒྱད་པ་སོགས་སྒྲ་མ་རྒྱད་པ་རྣམས་ཀྱི་མཆན་སྤགས་དང་སངས་རྒྱས་བྱང་
 སེམས་ཉན་རང་རྣམས་ཀྱི་མཆན་སྤགས། གཙུག་ཏྲོར་གདུགས་དཀར།
 གཙུག་ཏྲོར་འཁོར་བསྐྱར་རྣམས་ཀྱི་སྤགས། སྐྱའི་མགུལ་དང་གྲེ་རྟེན་གྱི་ནང་
 དུ་མགྱིན་གཟུངས་དབྱངས་གསལ། སྐྱའི་སྟོང་དང་མཆོད་རྟེན་གྱི་བུམ་སྟོང་
 གཟུངས། གསང་འདུས། བདེ་མཆོག་། འཛིགས་བྱེད། གྲེ་རྟོར། འཁོར་ཆེན།

དུས་འཁོར། མ་ཉ་མ་ཡ། སངས་རྒྱས་ཐོད་པ། རྡོ་རྗེ་གདན་བཞི། དབང་ནག །
གཤེད་དམར་སོགས་སྒྲ་མེད་ཀྱི་གཟུངས་སྒྲགས། སྐྱ་རྒྱེད་དང་བུམ་རྒྱེད་ལ་
རྒྱེད་གཟུངས། རྡོར་དབྱིངས། གཙུག་དགྲ། ཀུན་རིག་སོགས་ནལ་འབྱོར་
རྒྱད། རྣམ་སྒྲུང་མདོན་བྱང་སོགས་སྦྱོད་རྒྱད། དམ་ཆོགས་གསུམ་བཞེད།
སྒྲན་སྒྲ། ཆོ་དཔག་མེད། མི་འབྲུགས་པ་སོགས་བྱ་རྒྱད་རྣམས་ཀྱི་སྒྲགས།
སྟེ་འོག་དང་བུམ་སྦྱད་ལ་སྦྱད་གཟུངས་གཟུངས་ཆེན་སྟེ་ལྷ་དང་། ཡངས་པའི་
གྲོང་ཁྲིའ་དུ་འབྲུག་པའི་གཟུངས་དང་། སྟོང་ཕྱག་བརྒྱ་བ་གཟུང་བར་འབྱུར་
བའི་གཟུངས་སོགས་མདོ་གཟུངས་དང་། སངས་རྒྱས་རབ་བདུན་ཀྱི་གསོ་
སྦྱོང་རྣམས་ཀ་ཐོ་ཁ་བྱང་གི་རིམ་པ་ལྟར་གཟུང་། ཕྱག་ལ་གཟུངས་འབྲུག་ན་
སྒྲ་མེད་ཀྱི་གཟུངས་དབྱང་མགོ་ནས་མཐེ་བོང་གི་བར་ལ་ཡིག་མགོ་དབྱང་
བ་དང་། ལག་ངར་ཀྱི་སྟེང་ངོས་ལ་བསྟན་ཏེ་སོར་མོ་གཤེག་པ་ལྟར་བསྒྲིགས་
ནས་འཛོག་ སྐྱའི་དཀྱིལ་གྱུང་དང་། མཆོད་རྟེན་ཀྱི་བར་རིམ་ལ་སྟེགས་བམ་
འབྲུག་ན། སྒྲ་མེད་སོགས་རྒྱད་སྟེ་བཞི། ཤེར་སྟོགས་མདོ་མང་། འདུལ་བ་
ལྷང་སྟོས་སྒྲགས་སྟོགས་དང་མདོ་སྟོགས་ཀྱི་བཀའ་རྣམས་ཀྱི་དབྱ་ཤོག་
ཡར་ལོག ། ཤོག་གྱའི་བར་བར་དུ་བྲི་བཟང་གི་སྟེ་མ་བཏབ་སྟེ་ན་བཟའ་སྟེ་
བྲིལ་སེར་པོས་གཡོགས་ཏེ་གོང་འོག་གོ་རིམ་མ་ལོག་པར་གཞུག ། དེ་འོག་
རྒྱད་འགྲེལ་སྐྱབ་ཐབས་མདོ་འགྲེལ་སོགས་རྒྱད་སྟེ་དང་སྟེ་སྦྱོད་ཀྱི་གོ་རིམ་
ལྟར་གཞུག དེ་དག་གི་བར་སྟོང་རྣམས་སུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་སྒྲན་དང་བྲི་བཟང་
གི་བུམ་བུ་རྣམས་ཀྱིས་ཁེངས་པར་བཀའ་ཞིང་ཆགས་ཤིན་ཏུ་དམ་པར་བྱ།

སྟོད་གཟུངས། རྟོད་གཟུངས། འདི་གཟུངས་རྣམས་སོ་སོར་རིམ་པ་ཅི་ཅམ་
འཇུག་དགོས་པ་བཅུག་པའི་བར་བར་དུ་མཆའས་དར་ལེགས་པར་བཏང་
། ཉེན་དངོས་གཞིའི་ནང་དུ་གཟུངས་གཞུག་ཁེངས་པ་ན་ཞབས་དར་བཏང་
ཞིང་ཞབས་བཀགས་ཀྱིས་ལེགས་པར་བཀག། བད་མའི་ནང་དུ་དབྱས་སུ་
བཟུལ་གྱིས། དེའི་མཐར་ཆོས་སྦྱོང་། རོར་ལྷ། དཔལ་མགོན་རྒྱལ་ཆེན་སོགས་
ཀྱི་སྲགས་རྣམས་གཞུག། ། གཟུངས་འབྲུགས་སེལ་བར་བྱགས་པའི་རིག་
པ་ཕུ་རོན་ནམ་ཉེས་པ་ཀུན་སེལ་ཀྱི་གཟུངས་རྣམས་སྟོད་སྟོད་ཐམས་ཅད་
དུ་གཞུག་རུང་བར་བཤད་ཅིང་སྐབས་ཐོབ་ཀྱི་སྟེལ་ཆོག་གཟུངས་སོ་སོའི་
མཇུག་ཏུ་སྦྱར། བར་སྟོང་རྣམས་སྒར་བཞིན་བགོང་། སེང་ཁྱིའི་ནང་དུ་འོག་
ཏུ་བང་མཛོད་ཀྱི་རྩ་ལོ་མཆོན་གོས་དང་ཇ་བཟའ་བཅའ་སྟོད་དང་རིན་པོ་
ཆེ་སོགས་ལེགས་པར་བསྐྱེགས་ཏེ་སྐབས་སྟོང་མེད་པར་ཆོགས་དམ་པར་
བྱས་པའི་སྟོང་དུ་གཞོད་སྦྱིན་འཁོར་ལོ་བྱམ་གཏེར་དང་བཅས་པ་འཛོག་པ་
ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་འོག་ཏུ་གདན་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བཟུལ་གྱིས་ཏྲགས་བརྒྱད་དང་།
སྒྲ་ཆོགས་དྲེའི་འཁོར་ལོ། དེ་སྟོང་ཆོགས་བདག་འཁོར་ལོ་རྣམས་ཁ་ཡར་
བསྟན། དེ་སྟོང་གཞོད་སྦྱིན་འཁོར་ལོ་པོ་འཁོར་སྟོང་དང་། མོ་འཁོར་འོག་ཏུ་
བྱས་ཏེ་ཁ་སྦྱར་བ་རྣམས་ཀྱི་དབྱས་ཀྱི་སྟོང་དང་། ཡིག་མགོ་ཉེན་ཀྱི་རྒྱབ་ངོས་
སུ་འོང་བ་བྱས་ནས་དར་སེར་བོས་བྲིལ་ཏེ་བཞག། དེ་སྟོང་བྱམ་པ་དགུ་ཡོད་
ན་དབྱས་དང་སྟོགས་མཆའས་སུ་ལེགས་པར་བཞག། བར་སྟོང་རྣམས་རིན་
པོ་ཆེ་དང་སྦྱན་དང་བྲི་བཟང་སོགས་ཀྱི་བྱམ་བྱ་དམ་དུ་གཙུག་དེ་ལེགས་པར་

བཀའ་ལ་ཁ་ལེགས་པར་བཀའ། དེ་ལྟར་གཟུངས་ཕྱལ་གྲུབ་ནས་འབྲུལ་དུ་
རབ་གནས་བསྟུས་པའམ་མ་གྲུབ་ན་ཤིས་བརྗོད་རྒྱས་པར་བྲ།

འདི་ཡན་ཆད་རྒྱལ་དབང་མཆོག་གིས་མཛད་པའི་གཟུངས་འབྲུལ་འབྲུལ་སྒོར་ཉིན་བྲེད་དང་
དེའི་ཐུག་ལེན་མཐོང་བརྒྱད་ལྟར་བཀོད་པ་ཡིན།

པཎ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོས་མཛད་པའི་གཟུངས་འབྲུལ་ནོར་
བྱེའི་མེ་མོང་ལྟར་བཤལ་བ།

༡༡། པཎ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོས་མཛད་པའི་གཟུངས་འབྲུལ་
ནོར་བྱེའི་མེ་མོང་ལྟར་ན་སྟོག་ཤིང་རྒྱ་ཅན་དན་དཀར་དམར་ཤུག་པ་
སོགས། དབྱིབས་གྲུ་བཞི་འམ་ལྷུམ་པོ། རིང་ཐུང་ཉེན་དང་འཆམས་པ་རྩ་
རྩེ་མ་ལོག་པ་ལ་སྟོག་ཤིང་བཉེན་པའི་སྒྲགས་ཅི་མང་འབྲི་བའམ་དགྱི། ནང་
གཞུག་གི་གཙོ་བོ་ནི་རིང་བསྐལ་དུ་གྲགས་པ་བཞིའི་ནང་ནས་ཆོས་སྐྱེའི་རིང་
བསྐལ་གཟུངས་ཆེན་སྡེ་ལྷས་མཆོན་པའི་མདོ་རྒྱད་ཁྲུངས་མ་ནས་འབྲུང་
བའི་གཟུངས་བྱིན་རྒྱབས་ཅན་མཐའ་དག་ཡིན། གཟུངས་རྣམས་ནི་བཟང་
གིས་བྱུགས་ཏེ་འཇུག་ནས་དམ་པར་དེལ། འཇུག་ཕྱགས་རྩ་བརྒྱད་ཀྱི་ལྷ་
མ་རྣམས་ཀྱི་མཆོན་འབྲུ་གསུམ་དང་སྐལ་བ་གང་མང་རིང་བསྐལ་རྣམས་

དེ་བཟང་དང་ན་བཟའ་བཟང་པོས་བརྟམས་ནས་དབྱེ་ནང་སོགས་མཐོས།
 རིག་པ་ཆེན་མོའི་གཟུངས་ཀྱང་དབྱ་དང་གྲེའི་ནང་། རྟེན་འབྲེལ་སྟེང་པོ་དང་
 ཉེས་པ་ཀྱན་སེལ་སྟོད་སྟོད་ཐམས་ཅད་དུ། གཟུངས་ཆེན་གཞན་བཞི་གཙོ་
 བོར་ཐུགས་ཀྱི། གཟུངས་གཞན་དང་གསུང་རབ་རྣམས་རྒྱུད་སྟེ་དང་ཐེག་
 པའི་རིམ་པ་དང་མཐུན་པར་མ་འབྲུགས་པར་གཞུག། །བསྐྱེད་ནང་དུ་ཆོས་
 སྟོང་ལོར་ལྟའི་གཟུངས་རྣམས་གཞུག། །སྒྲ་མ་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཆོས་
 སྟོང་རྣམས་ཀྱི་སྐྱབས་ལྟན་ཡང་རྟེན་དང་ཞལ་ལྟ་སྟོགས་མཐུན་པར་སྒྲར་གྱི་
 རིམ་པ་རི་ལྟ་བུར་གཞུག། །སྒྲུལ་བྱའི་ན་བཟའ་སྟོག་ཆགས་འཇུག་ཉེ་ཆེ་
 བས་ཆེ་མི་འཇུག་ཅིང་ཅུང་ཟད་འཇུག་ན་གཟུངས་དང་སྐྱབས་འདའི་ཆོས་སུ་པན་
 ཚུན་མི་འཁོལ་བའི་ཕྱིར་སྟེང་ལོག་ཐམས་ཅད་དུ་གཞུག། །ཞབས་ཆགས་ཀྱི་
 རིགས་གལ་ཉེ་འཇུག་ཆེ་དམའ་བར་གཞུག། །མཆོད་པའི་ཕྱིར་རིན་པོ་ཆའི་
 རིགས་ཏ་ཅང་ཆེ་བ་མིན་པ་དུ་མ་དང་དེ་བཟང་སེལ་མ་སྐྱོ་ཆོགས་ཀྱང་དབྱ་
 ཞབས་ཐམས་ཅད་དུ་གཞུག། ཐ་མལ་བའི་སྐྱ་སེན་བཅུག་ན་གང་ཟག་དེ་ལ་
 གཞོད་པར་འདུལ་བ་ལུང་ལས་གསུངས་པས་མི་གཞུག། །གཞོད་སྦྱིན་འཁོར་
 ལོ་འབྲེལ་ཚུལ་ནི། རྟེན་དང་འཆམས་པའི་བྱི་གཞི་གསེར་དངུལ་ཟངས་གོས་
 དར་ཤོག་གུ་སོགས་བཟང་པོ་ལ་བསྐྱེད་འདབ་བརྒྱུད་སྟེ་བ་དང་བཅས་པ་ལ་
 རྒྱ་གདན་རེ། དེའི་སྟེང་དུ་གཅིག་ལ་དབྱས་སུ་ཇོ་མ་གྲའི་ཐུགས་ཀར་ཇོ་མ།
 དེའི་མཐར་མཇུག་ནས་གཡས་སྒོར་དུ། མོ་ཇོ་མ་གྲའ་ཇོ་མེ་རྒྱ་ལ་སྐྱ་སྒྲ། ཤར་
 གྱི་འདབ་མར་ལོར་བུ་བཟང་པོའི་ཐུགས་ཀར་མི། སྟོར་གང་བ་བཟང་པོའི་

ཐུགས་ཀར་སྟོ། རུབ་ཏུ་ཞོར་སྒྱེན་མའི་ཐུགས་ཀར་རྟོ། བྱང་དུ་རྣམས་སྐྱེས་
ཀྱི་ཐུགས་ཀར་པོ། མེར་གི་ལི་མ་ལིའི་ཐུགས་ཀར་གོ། བདེན་བྲལ་དུ་བི་ཅི་
ཀྱུ་ལིའི་ཐུགས་ཀར་བོ། རྒྱང་དུ་སྒྲིའི་དབང་པོའི་ཐུགས་ཀར་སྟོ། དབང་
ལྡན་དུ་སྒྲིའི་དབང་པོའི་ཐུགས་ཀར་ཅི། གཅིག་ལ་དབྱས་སུ་ཞོར་རྒྱན་
མའི་ཐུགས་ཀར་བོ། ཤར་དུ་རྒྱ་མཛོས་མའི་ཐུགས་ཀར་ཅི། བྱང་དུ་སྒྱེན་
མའི་ཐུགས་ཀར་དོ། རུབ་ཏུ་རབ་སྒྱེན་མའི་ཐུགས་ཀར་སྟོ། སྟོར་འཕགས་
མའི་ཐུགས་ཀར་དབང་ལྡན་དུ་རབ་བཟང་མའི་ཐུགས་ཀར་སྟོ། རྒྱང་དུ་སྐྱས་
མའི་ཐུགས་ཀར་གྲོ། བདེན་བྲལ་དུ་སྟོ་མོའི་ཐུགས་ཀར་དེ། མེར་དབྱངས་
ཅན་མའི་ཐུགས་ཀར་སྟོ། ཕྱི་མ་རྣམས་ལ་འང་རང་རང་གི་ས་བོན་གྱི་མཐར་
མདུན་ནས་གཡས་སྒྲོར་དུ་རང་རང་གི་སྐྱགས་ཤོང་ན་སྒྲུ་ལྷའི་གོང་དུ་སྒྲེལ་
ཆོག་སྒྱུར་ནས་མ་ཞོར་བར་དག་པར་འབྱེ། ལྷ་ཐམས་ཅད་ཕོ་མོའི་དབྱེ་བ་
ཅུང་ཟད་མ་གཏོགས་གསེར་མདོག་། ཡབ་རྣམས་སྒྲུ་ཤ་དང་སྟོ་བ་རྒྱས་པ།
གཡས་མཆོག་སྒྱེན་གྱིས་བི་ཇ་ལྷ་ར་དང་། གཡོན་ནེ་ཏུ་ལེ་འཛིན་པ། ཡུམ་
རྣམས་ཏུ་འབྱར་རྒྱས་ཤིང་གམས་མཆོག་སྒྱེན་དང་། གཡོན་འབྲས་གྱི་སྟེ་མ་
འཛིན་པ། ཡབ་ཡུམ་ཐམས་ཅད་སྟོ་རྣམས་གྱི་ན་བཟང་དང་རིན་པོ་ཆའི་རྒྱན་
ཅན། གཏེར་བུམ་ལ་སེམས་དཔའི་དབྱིལ་ཀྱང་གིས་བཞུགས་པ། འཁོར་
རྣམས་དང་སྐྱགས་གྱི་དབྱ་ཕྱིར་བསྟན་པ། བད་འདབ་གྱི་ཕྱི་ལ་སྟུ་ཁྱུང་བྱེད་
པར་མ་བཤད་པས་མེད་ཀྱང་རུང་ལ་དམ་པ་སྟུ་མ་འགའ་ཞིག་གིས་མཛད་
པ་སྟར་ན་བྱས་ཀྱང་འགལ་བ་མེད་པས་བྱེད་ཆེ་སྟུ་ཁྱུང་གསུམ་གྱི་དང་པོར་

ཉེན་འབྲེལ་སྒྲིང་པོ། གཉིས་པར་དབྱངས་གསལ་སྒྲེལ་ཚིགས་དང་བཅས་པ་
 མདུན་ནས་གཡས་སྒྲོར་དུ་འབྱོ། གསུམ་བར་དོ་རྗེའི་ར་བ་པ་ཏུས་བསྒྲོར་བ་
 གྲ། འབྲེལ་བར་སྐར་མ་རྒྱལ་ལ་བྲིས་ནས་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཉིན་པར་རབ་གནས་བྱ་
 བར་གསུངས་པ་ལྟར་བྱ་ཞིང་དེའི་ཚུལ་ནི། བདག་ཉིད་གསང་བ་དེ་སོགས་
 ལྟའི་རྣལ་འབྱོར་དང་ལྟན་པས་འཁོར་ལོ་གཉིས་གསང་སྒྱུར། སྒྲོང་པའི་ངང་
 ལས་པད་ལྷའི་སྒྲིང་དུ་རང་རང་གི་ས་བོན་ལས་ཡབ་རྣམས་བྲིས་པའི་སྐབས་
 རི་ལྷ་བ་བཞིན་བསྐྱེད་པའི་བརྒྱ་གཡོན་པའི་སྒྲིང་དུ་ཡུམ་རྣམས་བཞུགས་
 པའི་ཕྱག་གཡས་པས་ཡབ་ལ་འབྱུང་བ། ཡུམ་རྣམས་ཀྱི་གདན་པད་ལྷའི་
 སྒྲིང་དུ་གནམ་རྒྱན་སོགས་མཆོད་སྦྱོར་དུ་བསྐྱེད། གནས་གསུམ་བྲིན་གྱིས་
 ལྷབས། ཡེ་ཤེས་པ་གཞུག ། དབུ་ལ་རིན་འབྱུང་གི་རྒྱས་གདབ། མཆོད་པ་
 གྲ་སྦྱོད་བཞིན་བྲིན་གྱིས་བརྒྱབ། མཆོད་བསྦྱོད་བཟུངས་པ་གྲ། བཟུངས་པའི་ཆེ་
 དོ་རྗེ་གཟུངས་ཐག་བཟུང་ལ། གཞོད་སྦྱིན་ཡབ་ཡུམ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱ་ལས་འོད་
 འཕྲོས། འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཅི་
 འདོད་པའི་རྣམ་པར་བཀྱག་སྟེ་སྦྱིན་བདག་གམ་བདག་ཉིད་གང་དུ་གནས་
 པའི་ཕྱི་ནང་གི་ཡུལ་ཕྱོགས་གཞི་ཐམས་ཅད་གང་བར་བསམས་ནས་གཙོ་
 བོ་ཡབ་ཡུམ་ཀྱི་སྒྲགས་བརྒྱ་ཙ་རེ་དང་འཁོར་གྱི་སྒྲགས་ཉེར་གཅིག་རེ་ཅུང་
 མཐར་བྱས་པ་བཟླ། མཐུག་ཏུ་མཆོད་བསྦྱོད། བཟོད་གསོལ། དབྱེས་བཞིན་
 དུ་བྲིས་པའི་འཁོར་ལོའི་རྣམ་པར་གྱུར་པའི་འོད་བཟུ་བསྟན་བཞུགས། བཀྱ་
 ཤེས་རྣམས་བྱས་ཏེ་ཕོ་འཁོར་འོག་ཕོ་འཁོར་སྒྲིང་དུ་བྱས་ལ་བར་དུ་འབྱུང་དང་

རིན་པོ་ཆེའི་ཕྱི་མ་རྩུང་ཟད་བཅས་པའི་ཀར་དང་སྒྲུང་ཅིས་བྱུགས་ཏེ་སྒྱར་
ནས་དར་དམར་སེར་ཅི་རིགས་པའི་ན་བཟས་སྒྲུབས། གཙུ་བོའི་དབྱ་ཏེན་གྱི་
རྒྱབ་ཏུ་བསྟན་ཏེ་རིན་པོ་ཆེ་དང་འབྲུ་སྒྲ་དང་དར་ཆོན་དང་བྲི་བཟང་མང་པོའི་
དབྱས་སུ་བཞག། །འཆ་མས་དར་དམར་སེར་གང་རུང་གིས་བྱས་ལ་ཞབས་
བསྐྱམས་པར་བྱ། དེ་ལྟར་འཁོར་ལོ་སྒྲ་མ་ནོར་རྒྱན་མ་གཙུ་བོར་བྱས་པ་དང་
ཕྱི་མ་ཇ་མ་ལྟ་ལ་གཙུ་བོར་བྱས་པ་ཡིན་ལ་ལྷགས་སྒྲ་མ་ལས་ན་བཟའ་དང་
འཆ་མས་དར་སེར་པོ་བཞད་པ་རྒྱས་པའི་ལས་གཙུ་ཆེ་བ་དང་། ཕྱི་མ་ལས་
དམར་སེར་གཉིས་ཀ་བཞད་པ་ཆེ་བསོད་དཔལ་འབྱོར་སོགས་རྒྱས་པའི་
ལས་དང་དེ་དག་འགྲུག་པའི་དབང་གི་ལས་གཉིས་ཀ་སྒྲུབ་པ་ལ་དགོངས་པ་
ཡིན་པས་གཉིས་པོ་གང་བྱས་ཀྱང་མི་རུང་བ་མེད་ལ། ལྷགས་གཉིས་གང་
བྱེད་ཀྱང་ལྷགས་དེར་དམིགས་བསལ་ཡོད་པ་རྣམས་དེ་བཞིན་དུ་བྱ་བ་དང་།
དམིགས་བསལ་མེད་པ་ལྷགས་གཅིག་ཤོས་ནས་ཁ་འགོགས་དགོས་པ་
རྣམས་ཁ་བསྐྱང་སྟེ་དམ་པའི་བྱུག་སྒོལ་དང་མཐུན་པར་བྱ་ཡི། བཞད་ཁུངས་
དང་མཐོང་བརྒྱད་གང་ཡང་མེད་པའི་རྟོགས་བཅོས་རང་གཞན་གྱི་མགོ་
བསྐྱོར་བར་མི་བྱའོ། །

རྒྱལ་བས་སྦྱེས་དགྲའི་བསོད་ནམས་ཞིང་མཆོག་ཏུ། །ལན་ཅིག་མིན་
པར་བསྐྱགས་པའི་སྒྲ་བརྟན་དང་། །མཆོད་ཏེན་རྣམས་ལ་གཟུངས་གཞུགས་
འབྲུལ་བའི་ཚུལ། །བོད་ཀྱི་དམ་པ་མང་པོས་སྒྲ་ཆོགས་མཛད། །ཁྱད་པར་
ཡབ་སྐུས་གཉིས་ཀྱི་ལེགས་བཞད་བྱང་། །རབ་གསལ་ཉི་ཟླ་ལྟ་ཡོད་

བཞིན་དུ། །བརྗོད་བྱའི་འོད་གྱིས་སྒྲིང་བའི་བརྗོད་བྱེད་ནི།། མེ་ཁྲེར་ལྷ་བྱའི་
ཚེས་པས་ཅི་ཞིག་གྲ། ། འོན་ཀྱང་ཉ་ཅང་རྒྱས་དང་བསྐྱས་པ་ཡིས། ། བྱིས་
སྒྲོས་དོན་གྱི་སྒྲིང་པོ་མཐོང་དགའ་བ། ། འདི་ན་ཡོད་ཅེས་ཕྱོགས་ཅམ་མཆོན་
པ་ཡི། །སོར་མོའི་བདེའ་སྒྲོན་ལྷ་བྱ་འདི་བྱས་སོ།། །

ཅེས་ཉེན་ལ་གཟུངས་བཞུགས་བཞུལ་ཚུལ་ཤེལ་དགར་མེ་ལོང་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། བཅོམ་
ལྷན་འདས་ཀྱི་མདོ་རྒྱད་དང་འཕགས་ཡུལ་གྱི་བཤ་གྲུབ་ཀྱི་གཞུང་ལས་ཉེན་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་
བའི་རིང་བསྐལ་དང་གཟུངས་སྒྲགས་འགའ་ཞིག་གཞུག་པར་བཤད་པ་ལས་གཟུངས་བཞུགས་འབྲུལ་
ཚུལ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་མ་མཐོང་ཡང་བོད་ཀྱི་སྒྲ་མ་མང་པོས་མཛད་པའི་ཡིག་ཆ་སྣ་ཆོགས་འདུག་
ཅིང་། བྱད་པར་བཤ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོས་མཛད་པའི་གཟུངས་འབྲུལ་ནོར་བུའི་འབྲེང་བ་དང་། རྒྱལ་
དབང་མཆོག་གིས་མཛད་པའི་གཟུངས་འབྲུལ་འབྲུལ་སྒྲིང་ཉིན་བྱེད་གཉིས་ལེགས་པར་བཤད་པའི་
མཆོག་ཏུ་སྒྲིང་ནའང་། སྒྲ་མ་ཉ་ཅང་བསྐྱས་དགས་པ་དང་། བྱི་མ་རྒྱས་དགས་པས་སྒྲོ་དམན་དག་གིས་
གོ་དགའ་བར་འདུག་པས། གོ་བདེ་ལ་རྒྱས་བསྐྱས་འཆོམ་པ་ཞིག་གྱིས་ཞེས་དོན་གཉིར་ཅན་འགའ་
ཞིག་གིས་བསྐྱལ་བ་ལྟར། མཁས་དང་གྲུབ་པའི་དབང་སྤྲུག་རྗེ་པ་བོང་ཁ་བ་འཇམ་དབྱངས་གྲགས་པའི་
ལེགས་བཤད་དང་། གཞན་ཡང་ཡིག་ཆ་དུ་མ་དང་། རང་གི་བྲག་ལེན་མཐོང་རྒྱད་ནམས་ཀྱིས་བརྒྱན་
ཏེ་ཡབ་སྲས་ཀྱི་ལེགས་བཤད་གཉིས་ཀྱི་བྱར་བརྒྱན་དང་ཞབས་ཏོག་ལ་དམིགས་ཏེ། ཡུལ་བྱང་
ཕྱོགས་ཀྱི་མཐར་སྐྱེས་པའི་ཅོལ་རྩེད་ཀྱི་ན་བ་དག་དབང་སྒྲོ་བཟང་ཆོས་ལྷན་གྱིས། འཇམ་དབྱངས་
གོང་མའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བོད་ཆོས་ལྷ་ཁང་དུ་གྲགས་པར་སྐྱར་བའི་ཡི་གེ་བ་ནི་སྒྲོན་ལམ་རིན་ཆེན་ནོ། །
འདིས་ཀྱང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་པན་ཐོགས་པར་གྱུར་ཅིག །

གཟུངས་འཇུག་ལུགས་དང་པར་བྱང་།

༡༡། །ན་མོ་གུ་རུ་བྱང་ནྟ་བོ་རྟི་ས་ཏུ་ཡ། གཟུངས་དཔར་འདི་ནང་
གི་གཟུངས་རྣམས་རྟིན་གྱི་ནང་གཞུག་ཏུ་འབྲུལ་ཚུལ་ནི། རྟིན་ཆེན་པོ་ལ་
གཟུངས་རྒྱས་འབྲིང་བསྡུས་གསུམ་ཀ་འབྲུལ། རྒྱས་པ་མི་ཤོད་ཞིང་འབྲིང་
པོ་ཤོད་པ་ལ་འབྲིང་བྱ་འབྲུལ། འབྲིང་པོ་མི་ཤོད་ཞིང་བསྡུས་པ་ཤོད་པ་ལ་
བསྡུས་པ་འབྲུལ། དེ་ཡང་དབྱ་གཟུངས་རྣམས། སྐྱ་གཟུགས་གྱི་དབྱ་དང་།
མཆོད་རྟིན་གྱི་དིའི་ནང་དུ། མཁྱིན་གཟུངས་སྐྱའི་མཁྱིན་པ་དང་། མཆོད་རྟིན་
གྱི་བྲེ་སྟན་ལ་རྒྱས་འབྲིང་བསྡུས་གསུམ་ཀའི་མཁྱིན་གཟུངས་ནི། དབྱངས་
གསལ་ལ་བྱེད་ཅིང་། དབྱངས་གསལ་གཉིས་ཀ་མི་ཤོད་ན་དབྱངས་ཡིག་
འཛོག། །སྟོད་གཟུངས་མཁྱིན་གཟུངས་གྱི་འོག་སྐྱའི་ཐུགས་ཀ་ཡན་ཆད་
དང་། མཆོད་རྟིན་གྱི་བུམ་སྟོད་ལ། རྟིན་གཟུངས་སྟོད་གཟུངས་གྱི་འོག་སྐྱའི་
སྟེ་བ་ཡན་ཆད་དང་། མཆོད་རྟིན་གྱི་བུམ་རྟིན་ལ། གཟུངས་ཆེན་སྟེ་ལྷ། རྟིན་
གཟུངས་གྱི་འོག་ཏུ། སྦྱང་གཟུངས། སྟེ་ལྷའི་འོག །གསངས་གནས་ཡན་ཆད་
ལ། བད་གཟུངས་བརྒྱའི་ནང་ལ་འཛོག་ཅིང་། འོག་གཅིག་མའི་གྲལ་ནས། རྟི་
རུ་ཀའི་ཡིག་བརྒྱ། སྟོད་གཟུངས་དང་མཉམ་དུ་འཛོག། །རྟོ་རྩེ་སེམས་དཔའི་
ཡིག་བརྒྱ། རྟིན་གཟུགས་དང་མཉམ་དུ་འཛོག། །དེ་བཞིན་ཤེགས་པའི་ཡིག་
བརྒྱ། དེའི་འོག་ཏུ་འཛོག། །ཕྱག་བྱ་བའི་ཐུགས་སོགས་སྦྱང་གཟུངས་དང་
མཉམ་དུ་འཛོག། །མཆོད་རྟིན་ལ་དགོས་པའི་ཐུགས་སོགས་སྟེ་ལྷའི་འོག་

ཏུ་འཛོག་ཅིང་། གཙོ་བོར་མཆོད་རྟེན་ལ་མང་དུ་འཛོག་ །གཞན་རྣམས་སྡེ་
 ལྷའི་འོག་ཏུ་འཛོག་ཅིང་། དེ་ཡང་སྡེ་ག་སྦྱོང་གི་སྒྲགས། ཆེ་འདས་ཀྱི་དོན་དུ་
 བཞེངས་པའི་རྟེན་ལ་མང་དུ་འཛོག་ །ཆེ་འཕེལ་ཀྱི་གཟུངས། ཆེ་རིང་བའི་
 དོན་དུ་བཞེངས་པ་ལ་མང་དུ་འཛོག་ །ནད་དང་རིམ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་སྒྲགས།
 ནད་ཞི་བའི་དོན་དུ་བཞེངས་པ་ལ་མང་དུ་འཛོག་ །བྱ་མང་པོ་སྟོན་པའི་སྒྲགས།
 རིགས་རྒྱད་འཕེལ་བའི་དོན་དུ་བཞེངས་པ་ལ་མང་དུ་འཛོག་ །གོས་བརྒྱ་
 རོབ་པ་དང་དོན་འབྱུང་པའི་སྒྲགས། ལོངས་སྦྱོང་འཕེལ་བ་སོགས་ཀྱི་དོན་དུ་
 བཞེངས་པ་ལ་མང་དུ་འཛོག་ །ཉེས་པ་ཀྱན་བསེལ་ཀྱི་སྒྲགས། སྦྱི་ལ་འཛོག་ །
 རྟེན་གྱི་དུ་ཆུང་བ་ལ་གཞན་མི་ཞོང་ན་གཟུགས་ཆེན་སྡེ་སྡེ་འཛོག་ །དེ་ཡང་
 ལྷ་ཁམ་ཞོང་ན་རེ་རེ་ཙམ་བཞག་ན་ལེགས། འཛོག་ལུགས་སོགས་ཞིབ་བར་
 གཟུངས་འབྱུང་ལ་ལྟར་བྲ། དེ་ཡང་སྐྱ་བརྟན་དང་མཆོད་རྟེན་གྱི་ནང་གཞུགས་
 དུ། རིངས་བསྐྱེལ་འབྱུང་བར་རྒྱད་སྡེ་ལས་གསུངས་ཤིང་། རིངས་བསྐྱེལ་
 ལ། གཟུངས་སྒྲགས་ཟབ་མོ་ལྟ་བུ་ཆོས་སྐྱའི་རིངས་བསྐྱེལ། སངས་རྒྱས་
 བྱང་སེམས་ཀྱི་གདུང་རུས་ལྟ་བུ་སྐྱ་གདུང་གི་རིངས་བསྐྱེལ། སངས་རྒྱས་
 བྱང་སེམས་ཀྱི་དབུ་སྐྱ་དང་ཕྱག་སེན་ལྟ་བུ་སྐྱ་བལ་གྱི་རིངས་བསྐྱེལ། ད་ལྟ་
 འཕེལ་གདུང་དུ་གྲགས་པ་ཡུངས་འབྱུ་ལྟ་བུའི་རིངས་བསྐྱེལ་བཞི་གསུངས་
 ཤིང་། དེའི་ནང་ནས་ཆོས་སྐྱའི་རིངས་བསྐྱེལ། གཟུངས་སྒྲགས་མཆོག་དུ་
 གསུངས་ཏེ། གསང་བ་རིངས་བསྐྱེལ་གྱི་བཟ་རྟོག་ཞེས་བྲ་བའི་མདོ་ལས།
 བཙམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་བ། ལག་ན་དོ་རྩེ་གང་ཞིག་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་

གངས་འདི་གིས་ཏེ་མཆོད་རྟེན་གྱི་ནང་དུ་བཞག་པ་དེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་
ཐམས་ཅད་གྱི་རྫོ་རྫེའི་སྤྲིང་པོ་རིངས་བསྐལ་གྱི་མཆོད་རྟེན་དུ་འགྱུར་རོ། །དེ་
བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་གཟུངས་གྱི་སྤྲིང་པོ་གསང་བའི་བྱིན་གྱིས་
བསྐྱབས་པའི་མཆོད་རྟེན་དུ་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཏིལ་གྱི་གང་
བྱ་སྤྲིད་དགུ་བཅུ་ཙ་དགུའི་མཆོད་རྟེན་དུ་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་
ཐམས་ཅད་གྱི་གཙུག་ཏྲོར་དང་སྤྱན་གྱི་མཆོད་རྟེན་དུ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་པར་
འགྱུར་རོ། །གང་ཞིག་སངས་རྒྱས་གྱི་གཟུགས་བརྟན་རྣམས་མཆོད་རྟེན་གྱི་
ནང་དུ་འཛོག་པར་བྱེད་པ་དེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གཟུགས་བརྟན་རིན་པོ་
ཆེ་སྣ་བདུན་གྱི་རང་བཞིན་དུ་བྱིན་གྱིས་སྐྱབ་པར་འགྱུར་རོ། །སེམས་ཅན་
གང་དག་མཆོད་རྟེན་དེ་ལ་སྤྱད་དང་སྤྲི་སྤྲིང་བྱེད་པ་དེ་དག་ངེས་པར་བྱིར་
མི་སྡོག་པར་འགྱུར་ཞིང་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་
མདོན་པར་རྫོགས་པར་འཛང་རྒྱ་བར་འགྱུར་རོ། །ཕྱག་འཆའ་བ་གཅིག་དང་
སྟོར་བ་བྱེད་པ་གཅིག་གིས་མནར་མེད་པ་ལ་ཕྱག་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་རྣམས་
ལས་ཡོངས་སུ་ཐར་བར་འགྱུར་ཞིང་། སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་
པའི་བྱང་ཆུབ་ལས་བྱིར་མི་སྡོག་པར་འགྱུར་རོ། །གནས་གང་ན་མཆོད་
རྟེན་རྣམ་གཟུགས་བརྟན་རྣམས་འདི་སྟ་བུ་གནས་པའི་ས་སྡོགས་དེ་ཡང་
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་བྱིན་གྱིས་སྐྱབ་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་
གསུངས་ཤིང་། །གཞན་ཡང་གཟུངས་སྤྲགས་བཅུག་པའི་པན་ཡོན་ཆེ་
བར་གསུངས་པ་མེད་བས། གཟུངས་གཞུག་འདི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ། དེས་ན་

གཟུངས་གཟུག་གི་དབང་བོད་ཡུལ་ན་ཞིན་ཏུ་མང་ཡང་། དེང་སངས་པོ་
 ཏ་ལ་ན་བཟུགས་པའི་རྒྱུ་ཅེ་འགྲོ་དོན་མར་གྲགས་པ་ནི་ཞིན་ཏུ་དག་པའི་
 ལྷ་མོ་བཟུན་ཡིན་པའི་དང་། གཞན་མ་དག་མ་དག་སྒྲ་ཆོགས་ཡོད་པ་ལས།
 ག་མ་ཕྱོགས་ནས་བརྒྱུད་པའི་གཟུགས་གཟུག་དཔར་མ་ཞིག་འདི་ཕྱོགས་སུ་
 འབྱར་བ་ལས་ཕྱི་བྱས་ནས་དཔར་ལ་བཀོད་པའི་གཟུངས་དཔར་འདི་ཕྱོགས་
 སུ་འང་འགའ་ཞིག་འདུག་ཀྱང་། པོ་བྱང་ཤར་སྒོའི་བསོད་ནམས་ཆོས་རྗེའི་ལྷ་
 ཁང་གི་གྲ་བ་དག་སྒོར་བཀྲ་ཞེས་ཉི་མ་ཆོས་སྒྱུ་རྒྱ་ཆེར་སྒྲེལ་འདོད་ཀྱི་ལྷ་ག་
 བསམ་དཀར་པོས་གཟུངས་དཔར་ཞིག་གསར་དུ་བཞེངས་པར་རྩམ་པའི་
 ཆོ། པོ་བྱང་ཤར་སྒོའི་ར་སག་ཕུན་ཆོགས་སྒྲ་མ། ལྷ་མོའི་ཟེའི་སྒྲ་མ་བསྐྱར་
 པ་དག་སྒོར་། ཀུ་ཕྱི་སྒྲ་མ་བསྐྱར་པ་གསལ་རྒྱས། དབང་ཆེན་གི་སྒྲ་མ་རབ་
 འབྱམས་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་བཟང་པོ་ནམས་ཀྱིས་གཟུངས་དཔར་སྒྲ་མ་ཆོར་
 དག་ཕྱགས་རང་གི་སྒྲ་མ་རྒྱུད་པའི་མཆོན་སྒྲ་མ་མི་འདུག་ཅིང་རྟེན་ཆེན་
 པོ་ལ་གཟུག་པའི་ཆེ་ཡང་། གཟུངས་དཔར་ཀྱི་ཡིག་འབྲེང་འགའ་ཞིག་རེ་རེ་
 ནས་བྱ་དགོས་པའི་སྐབས་མི་བདེ་བ་འདུག་པས། གཟུངས་ཀྱི་མ་ཆེངས་པ་
 ཁ་བསྐྱངས་སྟེ། རྟེན་ཆེ་འབྲེང་རྒྱུ་གསུམ་ལ་འང་འཛོག་པར་སྐབས་བདེ་བ་
 ཞིག་བསྐྱོགས་རོགས་ཀྱིས་ཞེས་བསྐྱེད་བ་ལྟར། ཡུལ་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་མཐར་
 སྒྱེས་པའི་བན་རྒྱུ་སྒྲ་མས་ལས་པ་དག་དབང་སྒོ་བཟང་ཆོས་ལྷན་དཔལ་
 བཟང་པོ་ཞེས་བཀྱིས་བས། གཟུངས་འབྲེལ་ཀྱི་ཡིག་ཆ་དུ་མ་མཐོང་པ་ལས་
 གཙོ་བོར་དཔན་ཆེན་ཐམས་ཅད་ཁྲིན་པ་དང་རྒྱལ་དབང་མཆོག་གི་ཡིག་ཆ་

གཉིས་དང་མཐུན་པར་གཟུངས་དཔར་གྱི་མ་ཕྱིད་བར་བྱང་དང་བཅས་པ།
ཉི་ཆིང་ཁང་ཞིག་དན་ས་ཞེ་གཉིས་པས་ཐོག། །ཤིང་ལུག་ལོ་ས་ག་ལྷ་བའི་
ཡར་ངོས་ཆེ་བཙོ་ལྷ་ལ་བོད་ཆོས་ལྟ་ཁང་དུ་བསྐྱིགས་པའོ། །

འདི་ལྟར་བསྐྱུན་པའི་དགོ་བས་རྒྱལ་བསྐྱུན་སྤྱི་དང་ཁྱད་པར་རྒྱལ་བ་
ཙོང་ཁ་པའི་བསྐྱུན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་དུ་དར་ཞིང་རྒྱས་པ་དང་།
འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་དུ་བདེ་ལེགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་འབྱུང་ཞིང་།
ཁྱད་པར་གཟུངས་གཞུག་འདི་གང་ལ་བཞག་པའི་རྟེན་གང་དུ་བཞུགས་པའི་
གནས་སུ་བཟུངས་དང་དགོ་མཆོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་རྒྱན་མི་འཆད་དུ་འབྱུང་བ་
དང་། གཟུངས་དབང་འདི་སྐབ་པ་བོ་སྤྱིན་པའི་བདག་པོའི་གནས་སྐབས་
འགལ་རྒྱུན་ཐམས་ཅད་ཞི་ཞིང་། བསམ་དོན་ཐམས་ཅད་ཡིད་བཞིན་དུ་
འབྱུང་བ་དང་། མཐར་ཐུག་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་རྫོགས་པའི་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལྷུང་དུ་འཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག །

འགྲོ་དོན་འཕེལ་བར་ཤོག །

མཆོལ། །

གཟུངས་གཞུག་དང་གཞིན་སྦྱིན་འཁོར་ལོ་སོགས་རབ་གནས་བྱ་
ཚུལ་ལྟར་ཆོགས་ཆར་འབེབས་ཞེས་བྱ་བ།

༡༡། །སྐལ་བཟང་རྣམ་འདྲན་མཆོག་གྱུར་ཤུག་ཏེ་གྲོག་ །
ཀྱལ་ཀུན་མཁྱེན་རབ་གཅིག་བསྐྱུས་འཇམ་པའི་དབྱངས། །
ཐུབ་བསྟན་སྙིང་པོ་གསལ་མཛད་ཚེ་ཁ་བ། །
དབྱེར་མེད་ཞབས་ཀྱི་པད་མོར་གྱས་ཐུག་འཆལ། །
བསོད་ནམས་ཞིང་མཆོག་བདེ་གཤེགས་སྤྲས་བཅས་ཀྱི། །
སྐྱུ་བརྟན་མཆོད་རྟེན་གཟུངས་སྤྲགས་མོ་བྱད་གཞན། །
གཞིན་སྦྱིན་ཆོགས་བདག་འཁོར་ལོ་བུམ་གཏེར་སོགས། །
རབ་གནས་བྱ་ཚུལ་ལག་ཏུ་སྒྲང་བདེར་དགོད། །

དེ་ཡང་གཟུངས་སྐྱུང་ཆེན་གྱངས་དགེ་བར་གཟུངས་གཞུག་འབྲུལ་ཡུལ་གྱི་སྐྱུ་འབྲང་དང་མཆོད་
རྟེན་གྱི་ཕྱི་དབྱེབས་བྱུ་བ་ཐེན་བ་དང་། རྒྱ་དུ་འབྲུལ་རྒྱུའི་སྐྱུ་འབྲང་དང་མཆོད་རྟེན་གཟུངས་སྤྲགས་ཐེལ་
བ་དང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་ནང་གཞུག་གི་ཡོ་བྱད། སོག་ཤིང་། ཕྱིན་རྟེན། རིན་པོ་ཆེ་དང་། སྤྲན་དང་།
དེ་བཟང་གི་ཐུམ་བྱ་རྣམས་སྟེགས་ཅི་ལྟར་རིགས་པའི་སྟེང་དུ་ལེགས་པར་བསྒྲིག་ །དེ་རྣམས་ཀྱི་མདུན་
ཀྱི་ཆར་སྟེགས་ཅི་ལྟར་འོས་པ་ལ་གོས་དར་སོགས་ཀྱི་ཁེབ་སེར་པོས་གཡོགས་པའི་སྟེང་དུ་གསེར་
དུལ་སོགས་རིན་པོ་ཆེའི་གཞོེར་པའམ། ར་གན་ནམ། ཟངས་སམ། དཀར་ཡོལ་ལམ། ཤིང་གི་
སྟོད་བཟང་པོ་གས་ཆག་སོགས་ཀྱི་སྦྱོན་དང་བྲལ་བ་འབྲས་དཀར་སོགས་འབྲུག་ཅིང་མས་བཀར་བའི་

སྟེང་དུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་སྒྲན་བཟང་པོ་ཇི་ལྟར་འཛོམས་པ་བཀའ་བའི་སྟེང་དུ་འཁོར་ལོ་རྣམས་བཞག། །དེ་
དག་གི་མདུན་ཕྱོགས་སུ་བུམ་གཏོར་དང་། གཡས་གཡོན་སོགས་ཇི་ལྟར་འོས་པར་བད་མཛོད་ཀྱི་
ཇུས་རྣམས་བསྒྲིགས། མདུན་ངོས་སུ་ཆུ་གཉིས་ཉེར་སྟོད་ཆར་ལྡ་ལས་མི་ཅུང་བ་དང་གཞོད་སྦྱིན་དང་
ཆོགས་བདག་ལ་འབྲུལ་རྒྱུའི་གཏོར་མ་རྣམས་བཞགས། སྐབ་བ་པོའི་མདུན་དུ་ཁྱས་བུམ་དང་བསང་
རྒྱུའི་བུམ་བ་སོ་སོ་བ་གཉིས་སམ་བསྟུན་གཅིག་གིས་གྲང་དུང་བས། གང་འབྱོར་བུམ་ཇུས་དང་ངི་
བཟང་གི་རྒྱས་བཀང་བ་དང་། ཁྱས་མོང་། ཁྱས་གཞོང་། བགོགས་ལ་སྦྱིན་རྒྱུའི་གཏོར་ཅིག་གསུམ།
ཉིང་ལོ་གསུམ། ཆད་བུ་གསུམ་དང་བཅས་པ། བྱ་བྱལ་སྒོས་པོར། འཁོར་འབྲུ། རྟོར་དེལ། རང་མཚོད།
རོལ་མོ་སོགས་མཁོ་བའི་ཡོ་བྱད་ཐམས་ཅད་ཇི་ལྟར་འོས་པར་བསྒྲིགས། སྐབ་བ་པོ་སྐབ་ཕྱོགས་དང་
བཅས་བགོས་གཅོང་མ་བགོ་ཞིང་ཁ་ཐས་ཤ་ཆད་སྒོག་བཅོང་ཐམ་ཁི་སོགས་མ་རུངས་པས་མ་སྒྲགས་
པར་བུས་ཏེ་གཡལ་ལ་བསྒྲིགས། སྐབས་སེམས་སྟོན་དུ་འགོ་བས་ཡི་དམ་རྟོ་རྟེ་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་བདག་
སྟེང་རྒྱས་བསྟུས་སྐབས་སྐར་གཞུང་བཞེན་བཏང་།

ཁྱས་བུམ་དང་བསང་རྒྱ་སྐབ་ཚུལ་ནི། ཡོ་རྒྱུ་རྒྱུ་མེ་ཀྱི་རྒྱ་ན་ན་རྒྱུ་པུ། སུ་རྩ་ཐས་
སྐར། སྟོང་པའི་ངང་ལས་བི་ལས་བྱུང་བའི་རིན་པོ་ཆེའི་བུམ་བ་དཀར་པོ་སྟོ་བ་
ཆེ་བ། མགིན་པ་རིང་བ། མཆུ་འཕྱང་བ་ལ་སོགས་པ་མཚན་ཉིད་ཐམས་ཅད་
ཡོངས་སུ་རྟོགས་པ། ལྷ་ཇུས་ཀྱི་གོས་ཀྱིས་མགུལ་བ་དགིས་ཤིང་། དཔག་
བསམ་ཤིང་གིས་ཁ་བརྒྱན་པ་བརྟུད་ཀྱིས་གང་བའི་ནང་དུ་ཆེ་བའི་དགྱིལ་
འཁོར་ཀྱི་སྟེང་དུ་རྒྱུ་ཡིག་གི་མཐར་བཞུས་བྱའི་སྒྲགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་ལས་
འོད་ཟེར་འཕྲོས། རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་རྣམས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱབས་དང་སྟོད་བརྟུད་
ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་བཀྱག་ནས་བུམ་པའི་རྒྱལ་ཐེམ་པར་གྱུར་པར་བསམ་

དེ་ནས་ཐོག་མར་སྤྱང་པ་གསུམ་གྱིས་བཞག་ས་སྤྱང་པ་ལ། རང་གི་ཐུགས་ཀའི་རྩི་
ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། ཁྱོ་བོའི་ཚོགས་དབལ་ཏུ་མེད་པ་སྤྱན་ངངས། རྩི། ཡེ་
ཤེས་བསྐྱལ་བའི་མེ་ལྟར་འབར་བའི་འོད། །མ་དེག་འདོད་བའི་ཐུན་ཁམས་
ཐམས་ཅད་བསྐྱེད། །ཞེ་སྤང་ག་ཤིན་རྗེའི་འདིགས་པ་ཐམས་ཅད་འདོམས།།
དཔའ་བོ་ཆེན་པོའི་དཔའ་མཆོན་སྟག་སྟགས་ཅན། །ལོག་འདྲན་སྤོང་བོའི་
མཐའ་གཞོན་དག་འདུལ་བ། །དེག་བའི་རྒྱལ་པོ་ཁྱོ་བོ་བཞུགས་སོ་འཆལ། །
ལོག་འདྲན་འདུལ་བའི་སྤང་དུ་སྤྱན་འདྲན་ན། །འགྲོ་བའི་དོན་དུ་མཆོད་གྱིས་
གཤེགས་སུ་གསོལ། །ཨོ་བཟླ་ས་སྤྱ་ཇེ། ཨོ་བཟླ་མ་དུ་གོ་རྟ་རྟ་ཇེ་ས་པ་དེ་
སྤྱ་ར་ཨ་རྩི། པུྱ། པུྱེ། བུྱེ། རྩུ་པེ། ལྷ་ལོ་ག། བློ་མེ་བྱ། འཕྱ་ལྷ་རྩི། ཨོ་

[illegible]

ཨོཾ་ཨ་ཀཱ་རི་ཐཱ་ཤི་པཌ་རྣམས་ཀྱི་ཨ་ཏུ་བྱུང་པ་རྣམས་ཀྱི་ཨོཾ་ཨྲཱ་ཧྲཱ་པཌ་སྣུ་ལྟེ་པཌ་སྣུ་ལྟེ་
ཞེས་ལན་གསུམ་གྱིས་བག་གས་གཏོར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱལ། རང་གི་ཐུགས་ཁའི་མྱོ་ལས་འོད་

ཅད་དང་། སྒྲིང་པོ་དང་། ཕྱག་རྒྱ་དང་། གསང་སྒྲགས་དང་། རིགས་སྒྲགས་
ཀྱི་ལྟེ་ཁུང་པར་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདེན་པ་དང་། ཁུང་པར་དུ་ཡང་དཔལ་རྩོ་
རྩེ་འཛིགས་བྱེད་ཆེན་པོའི་བདེན་པ་དང་། དཔལ་མགོན་དམ་པ་ཆོས་སྐྱོང་
བའི་སྤང་མ་རྣམས་ཀྱི་བདེན་པ་དང་། ཆོས་དབྱིངས་རྣམ་པར་དག་ཅིང་ཉེན་
འབྲེལ་བསྐྱུ་བ་མེད་པའི་བདེན་པ་ཆེན་པོའི་བྱིན་གྱི་རྒྱ་བས་ཀྱིས་ཉེན་ལ་
གཟུངས་གཞུག་འབྲུལ་བ་ལ་བར་དུ་གཙོད་པར་ཚོམ་ཞིང་རྗེས་ལ་གནས་
པའི་བགོགས་ཀྱི་ཆོགས་གང་ཡིན་པ་ཐམས་ཅད་མཆོད་སྦྱིན་གྱི་གཏོར་མ་
རྒྱ་ཆེན་པོ་འདིས་ཆོམ་པར་གྱིས་ལ་ཞི་བའི་སེམས་དང་ལྡན་པས་རང་རང་
སོ་སོའི་གནས་སུ་སོང་ཞིག གལ་ཏེ་མི་འགོ་ན་ཁོ་བོའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྩོ་རྩེ་མེ་
རབ་ཏུ་འབར་བས་མགོ་ཆལ་བ་བརྒྱར་འགས་པར་འགྱུར་རོ། །

ཨོྭ་ཧྲོ་ཧྲོ་ཨྱེ་གྱི་ཏུ་ན་ན་རྩྱུ་པཌ། དཔ། ཨོྭ་སུམ་རྩ་ནི་སུམ་རྩ་རྩྱ། གྱི་ཏུ་ཏ་
གྱི་ཏུ་ཏ་རྩྱ། གྱི་ཏུ་ཏ་པ་ཡ་གྱི་ཏུ་ཏ་པ་ཡ་རྩྱ། ལྷ་ན་ཡ་ཏོ། ལྷ་ག་ལྷ་ན་བི་ཏུ་རྩ་རྩ་
རྩྱུ་པཌ། དག་ཏུ་བཟོད། གུ་གུལ་གྱིས་བདུག་ཡུངས་ཀར་གྱིས་བྲག་གཏོར་མ་ཉེན་དང་རྩས་རྣམས་
ལ་གཡོན་དུ་ལན་གཅིག་བསྐྱོར་ཏེ་གྱི་རོལ་ཏུ་འདོད། རོལ་མོའི་སྐྱ་དག་ཏུ་བྱ་བས། རྩས་དག་པོ་ཡུངས་
ཀར་གྱིས་བྲག་ཅིང་གུ་གུལ་གྱིས་བདུག་པ་དང་། སྒྲགས་དག་པོ་ལས་སྒྲགས་དང་སུམ་རྩ་བཟོད་པས་
དག་པོའི་སྤྱང་བ་སྟེ་སྤྱང་བ་གསུམ་གྱིས་བགོགས་སྤྱང་།

དེ་ནས་ཁྱས་གསོལ། ༄། སྐྱ་ཁྱས་གསོལ་བར་བྱ། གང་འདིར་བཅོམ་ལྡན་
འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དབྱ་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་
སངས་རྒྱས་རིག་པ་དང་ཞབས་སུ་ལྡན་པ། བདེ་བར་གཤེགས་པ། འཛིག་

ཉེན་མཁྱེན་པ། སྐྱེས་བུ་འདུལ་བའི་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བ་སྒྲན་མེད་པ། ལྷ་དང་མི་
ནམས་ཀྱི་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྷན་འདས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོ་
བྱད་ཐམས་ཅད་དང་ལྷན་པའི་ཁྱེས་འདི་གསོལ་བར་བགྱིའོ། །

༥ ཁྱེས་ཀྱི་ཁང་པ་ཤིན་ཏུ་ངི་ཞིམ་པ། །ཤེལ་གྱི་ས་གཞི་གསལ་ཞིང་
འཆེར་བ་བསྟར། །རིན་ཆེན་འབར་བའི་ཀ་བ་ཡིད་འོང་ལྷན། །ལྷ་ཉིག་འོད་
ཆགས་སྒྲ་བྲེ་བྲེས་པ་དེར། །རི་ལྷར་བསྟམས་པ་ཅམ་གྱིས་ནི། །ལྷ་ནམས་
གྱིས་ནི་ཁྱེས་གསོལ་ལྷར། །ལྷ་ཡི་ཚུ་ནི་དག་པ་ཡིས། །དེ་བཞིན་བདག་གིས་
ཁྱེས་བགྱིའོ། །ཞོ་སར་ཏ་སྒྲ་ག་ཏ་ཨྲ་ཉི་ཏེ་ག་ཏ་ས་མ་ཡ་ཤྱི་ཡེ་རྩྱ། འདི་ནི་
སྐྱེན་པའི་རང་བཞིན་ཟུ། །སེར་སྒྲའི་ངི་མ་སྐྱོང་མཛད་ཅིང་། །གཏོང་བ་ངི་
ཡིས་ལེགས་བསྐྱོས་ཚུས། །ཁྱེས་ལེགས་མཛད་ལ་ཁྱེས་བགྱིའོ། །ཞོ་སར་
ཏ་སྒྲ་ག་ཏ་མ་འདི་ནི་ཚུ་ལ་ཁྱེས་ས་མ་མ་ཚུ་ལ་འཆལ་ངི་མ་མ་སྐྱང་བ་ངི་ཡིས་
མ་འདི་ནི་བཟོད་པའི་མ་མ་ཁོང་ཁྱེས་ངི་མ་མ་མ་བྱམས་པ་ངི་ཡིས་མ་མ་འདི་
ནི་བཙོན་འགྲུས་མ་མ་ལེ་ལོའི་མ་མ་བཙོན་པ་མ་མ་འདི་ནི་བསམ་གཏན་མ་མ་
ནམ་གཡེང་མ་མ་ཉིང་འཛིན་མ་མ་འདི་ནི་ཤེས་རབ་མ་མ་ཤེས་འཆལ་མ་མ་
ཚུ་བོ་དུག་གིས་ཁྱེས་བྱས་པས། །ངི་མ་ནམ་དུག་སྐྱོང་མཛད་ཅིང་། །རྒྱ་ཆེ་
ཡོན་ཏན་དུག་ལྷན་པའི། །ཁྱེས་ལེགས་མཛད་ལ་ཁྱེས་བགྱིའོ། །**ཞེས་སྐགས་**
ཀྱི་སྐབས་སུ་བྱམ་ཚུས་མེ་ལོང་ལ་གཟུགས་བརྟན་ཤར་བའི་སྐྱོང་དུ་སྐྱགས་ལ་བགྱ། དེ་དག་སྐྱེ་ལ་
མཚུངས་པ་མེད་པའི་གོས། །གཙང་ལ་ངི་རབ་བསྐྱོས་པས་སྐྱེ་བྱིའོ། །ཞོ་རྩྱ་
རྩྱ་རྩྱ་ཀྲ་ཡ་བེ་ཤོ་རྩྱ་ནི་སྐྱེ། །**ཕྱིན་དུག་གི་ཆོག་བཅད་དེའི་མཐར་མཆོད་གཡོག་པས་**

ཁྱུས་གཞོང་གི་ཁར་མེ་མོང་ལ་རྟེན་དང་རྩལ་རྣམས་ཀྱི་གཞུགས་བརྟན་ཤར་བ་ལ་བུམ་ཚུས་བསྐྱབས་
བུས་པས་རྟེན་དང་རྩལ་རྣམས་ཀྱི་མི་གཙང་བའི་བྱི་མ་སྦྱར། གཟུངས་གཞུག་འབྲུལ་ཕུལ་གྱི་སྦྱ་འབྲ་
དང་། བར་གཞུག་ཏུ་འབྲུལ་སྦྱའི་སྦྱ་འབྲའི་རིགས་རྣམས་ལས་སྒྲགས་དང་བསང་ཚུས་བསངས།

ཨོྭ་ཞྭ་ཞྭ་ཞི་གི་རྒྱ་ན་ན་རྩྱུ་པཌ། ཨོྭ་སྦྱ་མ་ཤུག་སའ་རྩྱ་སྦྱ་མ་ཤུ་མ་
ཤུག་ཉྱཱྱ། སྦྱ་བརྟན་སྦྱང་བ་ཉིད་དུ་གྱུར། སྦྱང་བའི་ངང་ལས་སྦྱ་ཆོགས་བརྩ་
དང་ཉི་མའི་གདན་གྱི་སྦྱང་དུ་རྩྱུ་ལས་རྩོ་རྩོ་རྩྱུ་གིས་མཆན་བ་ཡོངས་སྦྱ་གྱུར་
བ་ལས་དབལ་རྩོ་རྩོ་འདིགས་བྱེད་ཞལ་གཅིག་ཐུག་གཉིས་གྱི་གྲུག་དང་ཐོད་
བ་འཛིན་བ་ཡུམ་དང་བཅས་བའི་སྦྱར་བཞེངས་བའི་སྦྱི་བོར་ཨོྱ། མཁྱིན་
བར་ཞུམ་ཐུགས་ཀར་རྩྱུ་གིས་མཆན་བར་གྱུར། ཐུགས་ཀའི་རྩྱུ་ལས་འོད་
ཟེར་འཕྲོས། བསྐྱོམ་བ་དང་འབྲ་བའི་ཡེ་ཤེས་བ་དབང་སྦྱ་དང་བཅས་བ་སྦྱན་
བངས། རོམ་རྩྱུ་བྱི་རོམ་ཡེ་ཤེས་བ་དང་གཉིས་སྦྱ་མེད་བར་གྱུར། དབང་སྦྱས་
དབང་བསྦྱར། མི་སྦྱོད་བས་དབྱ་བརྟན་བར་གྱུར།

མཆོད་བ་ཆར་དང་པོ་འདིགས་བྱེད་གྱི་མཆོད་བ་བྱིན་རྒྱབས་ལྟར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས། ཨོྭ་
ཞྭ་ཞྭ་ཞི་གི་རྒྱ་ན་ན་རྩྱུ་པཌ། ཨོྭ་སྦྱ་མ་ཤུག་སའ་རྩྱ་སྦྱ་མ་ཤུ་མ་ཤུག་ཉྱཱྱ། སྦྱང་
བ་ཉིད་དུ་གྱུར། སྦྱང་བའི་ངང་ལས་ཞུམ་ལས་བྱུང་བའི་ཐོད་བ་ཡོངས་ཤིང་རྒྱ་
ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་རྩྱུ་རྩྱུ་ཁྱེ་བ་ལས་བྱུང་བའི་མཆོད་ཡོན། ཞབས་བསིལ།
བྱི། མེ་ཉྱལ། །བདུག་སྒོས། མར་མེ། ཞལ་བས། རོལ་མོ་རྣམས་རང་བཞིན་
བདེ་སྦྱང་རྣམ་བ་མཆོད་རྩལ། བྱེད་ལས་དབང་པོ་བྲུག་གི་སྦྱོད་ཡུལ་དུ་བག་
བ་མེད་བའི་བདེ་བ་བྱུང་བར་ཅན་བསྐྱེད་བར་གྱུར། ཨོྭ་ཞུགྱི་ཞུམ་རྩྱུ། ཨོྭ་བུ་
ཞུམ་རྩྱུ། ཨོྭ་གཞུ་ཞུམ་རྩྱུ། ཨོྭ་བུའེ་ཞུམ་རྩྱུ། ཨོྭ་རྩུ་པེ་ཞུམ་རྩྱུ། ཨོྭ་ཞུ་པེ་ཞུམ་རྩྱུ།

བསྐྱེལ་དུ་གསོལ། ཅེས་འདོད་དོན་ལ་གསོལ་བ་གདལ། དཔལ་རྫོ་རྗེ་འཛིགས་བྱེད་

འོད་དུ་ཁྱེན་ས་སྐྱ་བརྟན་གྱི་རྣམ་པར་གྱུར། ཅེས་འོད་བཞུ་བ།

གཟུངས་རྣམས་ལས་སྒྲགས་དང་བསང་རྩལ་བསང། ཡོ་རྩེ་རྩེ་ཕྱི་གྱི་རྒྱ་ན་ན་རྩྱུ་པལ།

སྐྱ་ལྷ་ཕྱ་ས་སྐྱར། གཟུངས་སྒྲགས་གྱི་ཡི་གེ་རྣམས་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། སྟོང་
པའི་ངང་ལས་བརྒྱ་དང་ཟླ་བའི་གདན་གྱི་སྟོང་དུ་རྩེ་ལས་བརྒྱ་རྩེ་ས་མཆོན་
པ་ཡོངས་སྐྱ་གྱུར་པ་ལས་འོད་དཔག་མེད་དམར་པོ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་
གྱི་བརྒྱ་དང་དེལ་བྱ་འཛིན་པ་རང་འདྲའི་ཡུམ་གོས་དཀར་མོ་ལ་འབྱུང་བ།
མཆོན་དཔེས་སྐྱས་པ། རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་དང་དར་གྱི་ན་བཟའ་ཅན། ཞབས་
དོ་རྩེ་སྐྱེལ་བྱང་གིས་བཞུགས་པའི་སྐྱ་བོར་ཨོ། མགྱིན་པར་ཞུ་ཐུགས་ཀར་
རྩྱུ་གིས་མཆོན་པར་གྱུར། ཐུགས་ཀའི་རྩྱུ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། བསྐྱོམ་པ་
དང་འདྲ་བའི་ཡེ་ཤེས་པ་དབང་ལྷ་དང་བཅས་པ་སྐྱོན་བྲངས། རྩྱུ་བོ་རྩེ་ཡེ་
ཤེས་པ་དང་གཉིས་སྐྱ་མེད་པར་གྱུར། དབང་ལྷས་དབང་བསྐྱར། མི་བསྐྱོད་
བས་དབྱ་བརྒྱན་པར་གྱུར། མཆོད་པ་ཆར་གཉིས་པ། སྐར་ལྷར་ཕྱིན་གྱིས་བརྒྱབས། ཡོ་རྩེ་
རྩེ་ཕྱི་གྱི་རྒྱ་ན་ན་རྩྱུ་པལ། ཡོ་སྐྱ་ཕྱ་འབྲུ་སའ་ལྷ་སྐྱ་སྐྱ་ཕྱ་འབྲུ་ཉ་ཉ། སྟོང་པ་
ཉིད་དུ་གྱུར། སྟོང་པའི་ངང་ལས་ཞུ་ལས་བྱང་བའི་ཐོད་པ་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་
བ་རྣམས་གྱི་ནང་དུ་རྩྱུ་རྩྱུ་ཁྱེན་པ་ལས་བྱང་བའི་མཆོད་ཡོན། ཞབས་བསིལ།
དྲི། མེ་ཉྱག་། བདུག་སྒོས། མར་མེ། ཞལ་བས། རོལ་མོ་རྣམས་རང་བཞིན་
བདེ་སྟོང་རྣམ་པ་མཆོད་རྩས། བྱེད་ལས་དབང་པོ་བྱག་གི་སྐྱོད་ཡུལ་དུ་བྱག་
པ་མེད་པའི་བདེ་བ་བྱང་པར་ཅན་བསྐྱེད་པར་གྱུར། ཡོ་ཨ་ཁྱོ་ཞུ་རྩྱུ། ཡོ་པཱྱ་
ཞུ་རྩྱུ། ཡོ་གཞེ་ཞུ་རྩྱུ། ཡོ་བུའེ་ཞུ་རྩྱུ། ཡོ་རྩུ་པེ་ཞུ་རྩྱུ། ཡོ་ཞུ་པོ་གེ་ཞུ་རྩྱུ།

ཨོྭ་འུ་རྩ་ཏུ་ལྷ་མོ་ཏུ། ཨོྭ་འུ་རྩ་ཏུ་ལྷ་མོ་ཏུ། ཨོྭ་འུ་རྩ་ཏུ་ལྷ་མོ་ཏུ། ཨོྭ་འུ་རྩ་ཏུ་ལྷ་མོ་ཏུ།
ཞེས་སོགས་ཀྱིས་ཐུག་ཉེས་ཉེར་སྦྱོར་རོལ་མོ་དང་བཅས་པས་མཆོད། ཨོྭ་འུ་རྩ་ཏུ་ལྷ་མོ་ཏུ།
ཏུ། གིས་ནང་མཆོད་དབུལ།

དོ་རྩེ་དཔལ་མེད་རྒྱལ་པོ་ཆེ། །མི་རྟོག་ནམ་མཁའ་དོ་རྩེ་འཛིན། །འདོད་
ཆགས་པ་རོལ་བྱིན་པ་བརྟེས། །དོ་རྩེ་གསུང་ལ་བྱུག་འཆའ་ལོ། །ཞེས་པས་
བརྟོན། འདོད་དཔལ་མེད་ཀྱི་སྤྲུགས་ཀར་རྩི་ཡིག་གི་མཐར་བཟུངས་བྱའི་སྤྲུགས་
ཀྱིས་བསྐྱོར་བའི་འདོད་ཟེར་ཀྱིས། རྒྱལ་བ་སྤྲུགས་བཅས་ནམས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལ་ས་
ཐམས་ཅད་སྤྱན་དངས་ཏེ་སྤྲུགས་འཕྲེངས་བོན་དང་བཅས་པ་ལ་ཐེམ་པར་
གྱུར། ཨོྭ་འུ་རྩ་ཏུ་ལྷ་མོ་ཏུ། ཅེས་པ་ཅི་འབྲུག་བཟླ། མཐར་ཡི་གེ་བརྒྱ་བ་བརྟོན། ཨོྭ་བརྟོ་
སརྩ་ས་མ་ཡ། མ་རྩ་སྤྲུལ་ཡ། བརྟོ་སརྩ་རྩེ་ལོ་བ་ཏིལ། དི་རྩོ་མེ་བྲུ་ཟ། སྤྱ་རྩོ་
ཏྲེ་མེ་བྲུ་ཟ། སྤྱ་པོ་ཏྲེ་མེ་བྲུ་ཟ། ཨ་རྩ་རྩོ་མེ་བྲུ་ཟ། སཐ་སི་རྩི་མེ་བྲུ་ཟ། སཐ་
ཀམ་སྤྱ་ཅ་མེ། ཅི་རྩོ་བྲི་ཡི་ཀྱ་རྩ་ཏུ། ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏོ་ཟ་ག་ཟ་ན། སཐ་ཏ་
སྤྱ་ག་ཏ། བརྟོ་མ་མེ་བྲུ་ཟ། བརྟོ་སྤྱ་བ། མརྩ་ས་མ་ཡ་སརྩ་ལྷ་མོ་ཏུ་པར།

བཅོམ་ལྷན་འདས་འདོད་དཔལ་མེད་ཡབ་ཡུམ་སྦྱུབ་གཞི་འདི་ལ་བརྟན་
པར་བཞུགས་ནས་སྦྱིན་བདག་དང་བདག་སོགས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་
ལ་མཆོག་དང་ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་པ་བསྐྱེད་དུ་གསོལ། ཞེས་
འདོད་དོན་ལ་གསོལ་བ་གདལ། འདོད་དཔལ་མེད་ཡབ་ཡུམ་འདོད་དུ་བྱ་ནས་གཟུངས་
སྤྲུགས་ཀྱི་ཡིག་འབྲུའི་ནམ་པར་གྱུར། ཅེས་འདོད་བཞུ་བ།

བཟུངས་ལས་གཞན་པའི་ཡོ་བྱད་མཆོད་རྟེན་དང་ས་ཆ་ཆ་དང་སྒོག་གིང་སོགས་བསང་

[illegible]

ནམ་པར་སྒྲང་མཛད་དག་པ་ཆེ། །རྡོ་རྗེ་ཞི་བ་དགའ་བ་ཆེ། །རང་བཞིན་
འོད་གསལ་མཆོག་གི་མཆོག། །སྟོན་པ་རྡོ་རྗེ་ལ་ཕྱག་འཆའ། །ཞེས་པས་བསྟོད།

གནོད་ལྔ་ཀྱི་བསྐྱར་སྒོ་བསྟངས་ལྷན།

ལྷན་གནོད་སྦྱིན་འཁོར་མོ་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། སྟོང་པ་འི་ངང་ལས་དོ་རྗེའི་
ས་གཞིར་གྱུར་སྒྲ་རེ་མེ་རི་དང་བཅས་པ་འི་དབྱས་སུ་སྒྲ་ཚོགས་པ་རྒྱ་འདབ་
མ་བརྒྱད་པ་འི་སྟེ་བ་དང་འདབ་མ་རྣམས་ཀྱི་སྟེང་དུ་བོ་དང་ཇི་ཡོངས་སུ་གྱུར་
པ་ལས་ནོར་རྒྱན་མ་དང་ཇི་སྟ་ལ་གཙོ་འཁོར་རྣམས་ཀྱི་སྒྲ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་
པར་གྱུར་པ་ནི། གཙོ་འཁོར་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མདོག་གསེར་བཙོམ་ལྟར་འབར་
བ། ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་པ། ཕྱག་གཡས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བེ་ང་སྦྱར་
འཛིན་ཅིང་། ཡུམ་རྣམས་ཀྱི་གཡོན་པས་འབྲས་ཀྱི་སྟེ་མ་དང་། ཡབ་རྣམས་
ཀྱི་གཡོན་པས་ནེ་བུ་ལེ་འཛིན་པ། རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་སྒྲ་ཚོགས་པས་བརྒྱན་
ཅིང་། དར་ཀྱི་སྟོང་གཡོགས་དང་ཤམ་ཐབས་མཛེས་པར་གསོལ་བ། ཞབས་
སྦྱིལ་གྱུང་ཕྱེད་པས་བཞུགས་པ་འི་ཞབས་འོག་ན་བརྒྱའི་གདོང་གི་གཏེར་
མནན་པ། ལྷ་མོ་རྣམས་བྱད་མེད་སྒྲ་མའི་ང་རྒྱལ་གྱིས་འབྱོར་བར་གྱུར་པ་འི་
གཙོ་འཁོར་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲ་བོར་ཨོ། མགྱིན་པར་ཞུམ་ཐུགས་ཀར་རྩྭ་གིས་
མཚན་པར་གྱུར། ཐུགས་ཀར་རྩྭ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། བསྐྱོམ་པ་དང་འབྲ་
བའི་ཡེ་ཤེས་པ་དབང་ལྷ་དང་བཅས་པ་སྦྱོན་བྲངས། ཇི་རྩྭ་བོ་རྟོ་ཡེ་ཤེས་པ་
དང་གཉིས་སུ་མེད་པར་གྱུར། དབང་ལྷས་དབང་བསྐྱུར། རིན་ཆེན་འབྲུང་ལྷན་
གྱིས་དབྱ་བརྒྱན་པར་གྱུར། མཚོད་པ་ཆར་བཞི་བ་བསང་སྦྱང། ཨོ་ཁྱི་ཁྱི་ཕྱི་གི་ཏུ་ན་
ན་རྩྭ་པ། ཨོ་སྦྱུ་མ་ཤུག་སའ་རྣམས་སྦྱ་མ་ཤུག་ཏུ་ཉུང་། སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར།
སྟོང་པ་འི་ངང་ལས་ཨོ་ལས་རིན་པོ་ཆེའི་སྟོང་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་
ནང་དུ་ཨོ་འོད་དུ་བྱ་བ་ལས་བྱུང་བའི་མཚོད་ཡོན། ཞབས་བསིལ། མེ་ཏོག་

ཡུམ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱགས་ཀར་སྒྲ་གདན་ལ་བེ་ཡིག་དང་། ཡབ་རྣམས་ཀྱི་
 སྤྱགས་ཀར་སྒྲ་གདན་ལ་ཇོམ་ཡིག་གི་མཐར་རང་རང་གི་སྤྱགས་འཕྲེང་གིས་
 བསྐྱོར་བ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། སྤྱིད་ཞིའི་དཔལ་འཕྱོར་སྤུན་སྦྲུམ་ཆོག་གས་
 བའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་སྤུན་བྲངས་ཏེ་འོད་དུ་ཁྱེན་ས་སྦྱིན་བའི་བདག་པོ་
 དང་བདག་སོགས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཐེམ་བས་དབྱལ་འཕོངས་ཀྱི་
 སྤྱག་བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་ཞི་ཞིང་བདེ་འཕྱོར་སྤུན་སྦྲུམ་ཆོག་གས་པར་གྱུར།

སྒྲ་ལྷ། ཡོ་ཙ་རེ་རྒྱ་ཡ་སྒྲ་ལྷ། ཞེས་པ་ནམས་ཅི་འབྲུག་བརྒྱ། ཡོ་བརྩ་སཏུ་ས་མ་ཡ། མ་
རུ་སྒྲ་ལ་ཡ། བརྩ་སཏུ་ཏེ་ལོ་པ་ཏིལ། དི་རྩོ་མེ་བྲུ་ལ། སུ་ཏོ་ཏེ་མེ་བྲུ་ལ། སུ་པོ་
ཏེ་མེ་བྲུ་ལ། ཨ་རུ་རཏོ་མེ་བྲུ་ལ། སཏུ་སི་རྩི་མེ་བྲུ་ཡ་ཚོ། སཏུ་ཀམ་སུ་ཙ་མེ།
ཙ་ཏོ་ཤི་ཡི་ཀུ་རུ་ཏོ། ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏོ་ཨ་ལ་ཤ་ན། སཏུ་ཏ་སྒྲ་ག་ཏ། བརྩ་མ་མེ་
སྒྲ་ལྷ། བརྩི་བྲུ་ག། མཏུ་ས་མ་ཡ་སཏུ་ཨྲུ་ཏོ་པལ། ཡིག་བརྒྱ་བརྩོད།

གཞོན་སྒྲིན་གྱི་གཏོར་མ་བསང་ལྷུད། ཡོ་རྩི་ཏེ་མེ་གི་རུ་ན་ན་ཏོ་པལ། སྒྲ་ལྷ་ཤས་
ལྷུད། རྩོང་པའི་དང་ལས་ཡོ་ལས་རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲོད་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ནང་
དུ་ཡོ་འོད་དུ་རྒྱ་བ་ལས་སྒྲ་རྩས་ལས་བྲུབ་པའི་གཏོར་མ་དངས་ཤིང་ཐོགས་
པ་མེད་པ་ཟག་པ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་ཅིའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་གྱུར།
ཡོ་ཨྲུ་ཏོ། ལན་གསུམ་གྱིས་སྒྲིན་གྱིས་བརྒྱབས། གཞོན་སྒྲིན་ཡབ་ཡུམ་ནམས་ཀྱིས་
གཏོར་མའི་བརྒྱད་ཐམས་ཅད་དངས་ཏེ་གསོལ་བར་གྱུར། ཡོ་བ་སྒྲ་ལྷ་རི་ནི་
ས་སྒྲ་རི་སྒྲ་ར་ཨི་དམ་བ་ལོ་ཏ་ཁ་ཁ་ཁུ་ཏི་ཁུ་ཏི། ཞེས་པ་ལན་གསུམ་གྱིས་འབྲུལ།

སྒྲ་ལྷ་ར་མཚོད་ཅིང་བསྟོད། ཡོ་བ་སྒྲ་ལྷ་རི་ནི་ས་སྒྲ་རི་ཤར་ཨའློ་པ་ཏི་རྩོ་ཏོ་སྒྲ་ལྷ།
ཞེས་པ་ནས། ཡོ་བ་སྒྲ་ལྷ་རི་ནི་ས་སྒྲ་རི་ཤར་ཨའློ་པ་ཏི་རྩོ་ཏོ་སྒྲ་ལྷ། ཞེས་པོགས་
གྱིས་མཚོད། འགྲོ་ཀུན་དབྱེས་འཕོངས་སྒྲུག་བསྐྱེད་ལྷན་པའི་རུལ། །སྒྲུགས་རྩེ་
ཉི་མའི་འོད་གྱིས་སེལ་མཛད་པ། །ཁོར་རྒྱུན་ལྷ་མོ་ཨྲུ་ཏུ་རྩེ་ལྷ་ལ། །འཁོར་
དང་བཅས་ལ་གྲུས་པས་སྒྲུག་འཆལ་བསྟོད། །

ཁོར་རྒྱུན་མ་ཡབ་ཡུམ་གཙོ་འཁོར་ནམས་སྒྲུབ་གཞི་འདི་ལ་བརྟན་
པར་བཞུགས་ནས་རྩེན་ལ་མཚོད་པ་དང་། སྒྲིན་བདག་དང་བདག་སོགས་

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དཔལ་འབྱོར་རྒྱ་ཆེན་པོ་རྒྱན་མི་ཆད་དུ་འབྱུང་
བར་མཛད་དུ་གསོལ། ཞེས་འདོད་དོན་ལ་གསོལ་བ་གདག། འོར་རྒྱན་མ་ཡེ་ཡུམ་
གཙོ་འཁོར་རྣམས་འོད་དུ་ཁྱེན་ས་གྲིས་པའི་འཁོར་ལོའི་རྣམ་པར་གྱུར། ཅེས་
འོད་བཟུ་བྱ།

ཚོགས་བདག་འཁོར་ལོ་བསང་ལྷུང་། ཡོ་རྩེ་ལྷེ་མེ་གི་རྒྱ་ན་ན་རྩྱུ་པལ། སྤྱ་ལྷ་
ཐམས་ལྷུང་། ཚོགས་བདག་འཁོར་ལོ་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། སྟོང་པའི་ངང་ལས་
བེ་རྒྱུ་འི་བྲག་རི་བཙེགས་པའི་སྟེང་དུ་སྤྱ་ཚོགས་པར་དང་ཉི་མའི་གདན་
ལ་གྱི་བ་སྟོན་པོ་མགོ་གཡས་སུ་བསྟན་པའི་སྟེང་དུ། གཤམ་ཡོངས་སུ་གྱུར་
པ་ལས་ཚོགས་གྱི་བདག་པོ་སྤྱ་མདོག་དམར་པོ་སྤང་པོ་ཆེའི་གདོང་པ་ཅན་
རལ་བའི་ཐོར་ཅོག་ལ་རིན་པོ་ཆེ་དང་མེ་ཉོག་གིས་བརྒྱན་པ་ཉེན་འབྲེལ་
གྱི་ཕྱག་གཡས་པ་རྣམས་ན། དབྱ་སྒྱ། མདའ་ཆེན། ལྷགས་ཀྱུ། རོ་རྩེ། རལ་
གྱི། འཕང་མདུང་རྣམས་དང་། གཡོན་པ་རྣམས་ན། གཏུན་ཤིང་། གཞུ། ཁ་
འྲི་ག། ཞག་གིས་གང་བའི་ཐོད་པ་ཤ་ཆེན་གྱིས་གང་བའི་ཐོད་པ། ཕུབ་དང་བ་
དན་བཏེན་ནས་འཛིན་པ། དར་གྱི་ཤམ་ཐབས་དང་རིན་པོ་ཆེའི་འབྲེང་བ་ཅན།
ཞབས་གཡས་བསྐྱམ་ཞིང་། གཡོན་བརྒྱང་བས་བཞུགས་པ། དེའི་སྤྱི་པོར་
ཡོ། །མགྱིན་པར་ཞུམ་ཐུགས་ཀར་རྩྱུ་གིས་མཆོན་པར་གྱུར། ཐུགས་ཀའི་རྩྱུ་
ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། རང་བཞིན་གྱི་གནས་ནས་ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོ་ཚོགས་
གྱི་བདག་པོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་སྤྱན་དྲངས།

རྩྱུ་རང་བཞིན་དག་པ་བྱང་ཤར་ཕྱོགས་མཆོམས་ནས། །ཐུགས་རྩེ་

ཆེན་པོ་ཆོག་ས་བདག་སྐུར་སྐུལ་བ། །མཆོད་ཅིང་སྐུ་བ་པའི་གནས་འདིར་སྐུན་
འདྲེན་ན། །ཐོག་ས་བ་མེད་པར་སྐུར་དུ་གཤེགས་སུ་གསོལ། །བརྩོ་ས་མ་ཡ་
ར་རེ་རེ་རྩྭ་པོ་རྩོ་གཉིས་སུ་མེད་པར་གྱུར། སྐར་ཡང་ཐུགས་ཀའི་རྩྭ་ལས་
འོད་ཟེར་འཕྲོས། དབང་གི་སྙྱན་མས་སྐུན་བྱངས། དབང་སྙྱས་དབང་བསྐྱུར།
འོད་དཔག་མེད་ཀྱིས་དབྱ་བརྒྱན་པར་གྱུར།

[illegible]

ཨོ་ཤ་ཏ་བ་ཏི་ཨ་ཤྲི་བ་ཏི་ཚུ་མེད་སྒྲ་ ཞེས་བ་ནས། ཨོ་ཤ་ཏ་བ་ཏི་ཤྲ་བ་
ཏི་ཚུ་མེད་སྒྲ་ ཞེས་སོགས་གྲིས་མཆོད།

སྐྱུན་རས་གཟིགས་དབང་ཐུགས་རྗེའི་བདག་ཉིད་ཁྱོད། །འགྲོ་ལྷམས་
དབྱེ་འཕྲོངས་སེལ་བྱིར་ཁྱོད་ལྟར་སྐྱུལ། །དགོས་འདོད་སྦྱོལ་བྱིར་གསེར་
བྱི་ཁྱི་ལ་བཞུགས། །ཁྱོད་བྱི་འབྲུང་གནས་ཁྱོད་ལ་བདག་བསྟོད་དོ། །

ཚོགས་བདག་གི་སྤྱགས་ཀར་ཉི་མའི་གདན་ལ་གཏེ། ཡིག་གི་མཐར་
སྤྱགས་འཕྲེང་གིས་བསྐྱོར་བ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། འཛིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་

ཚོགས་བདག་གི་གཏོར་མ་བསར་ཟུང་། ཡོ་རྫོ་རྫོ་མི་གི་རྒྱ་ན་ན་རྩྱུ་པལ། སྤྱ་མྱ་
མས་ཟུང་། སྟོང་པའི་ངང་ལས་ཡོ་ལས་རིན་པོ་ཆའི་སྟོང་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་
བའི་ནང་དུ་ཡོ་འོད་དུ་བྱུ་བ་ལས་ལྷ་རྩ་ས་ལས་གྲུབ་པའི་གཏོར་མ་དངས་ཤིང་
ཚོགས་པ་མེད་པ་ཟག་པ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་ཅིའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་
གྱུར། ཡོ་ཞུང་རྩྱ། ལན་གསུམ་གྱིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས། ཚོགས་ཀྱི་བདག་པོས་གཏོར་
མའི་བརྒྱད་ཐམས་ཅད་བྲངས་ཏེ་གསོལ་བར་གྱུར། ཡོ་ག་ཏ་བ་ཏི་ཨི་དམ་བ་
པོ་ཏ་ཁ་ཁ་ཁ་ཏི་ཁ་ཏི། གསུམ་གྱིས་དབུལ། བོང་བཞིན་མཚོད་བསྟོད་ནི། ཡོ་ག་ཏ་བ་ཏི་
ཨ་ཁྲི་བ་ཏི་ཚུ་རྩྱ་སྤྱ་སྤྱ། ཞེས་བ་ནས། ཡོ་ག་ཏ་བ་ཏ་ཤལ་བ་ཏི་ཚུ་རྩྱ་སྤྱ་སྤྱ། ཞེས་
སོགས་གྱིས་མཚོད།

སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་ཐུགས་རྗེའི་བདག་ཉིད་ཁྱོད། །འགྲོ་ལྷན་ས་
དབྱུལ་འཕོངས་སེལ་སྤྱིར་ཁོར་ལྟར་སྟུལ། །དགོས་འདོད་སྟོལ་སྤྱིར་གསེར་
གྱི་ཁྲི་ལ་བཞུགས། །ཁོར་གྱི་འབྲུང་གནས་ཁྱོད་ལ་བདག་བསྟོད་དོ། །

ཚོགས་གྱི་བདག་པོ་སྐྱབ་གཞི་འདི་ལ་བརྟན་པར་བཞུགས་ནས་ཉེན་
ལ་མཆོད་པ་དང་། སྤྱིན་བདག་དང་བདག་སོགས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་
ལ་དཔལ་འབྱོར་ཐུན་སྟུལ་ཚོགས་པ་རྒྱན་མི་ཆད་དུ་འབྲུང་བར་མཛད་དུ་
གསོལ། ཞེས་འདོད་དོན་ལ་གསོལ་བ་གདག། ཚོགས་གྱི་བདག་པོ་ཁོད་དུ་ཞུ་ནས་གིས་བའི་འཁོར་
མོའི་རྣམ་པར་གྱུར། ཅེས་འདོད་བཞུ་བ།

བུམ་གཏེར་སོགས་ཁྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་བཞི། ལས་སྐྱགས་དང་བསང་རྩས་བསང་། ཨོྲཱི་
ལྷོ་ཕྱི་ཏུ་ན་ན་རྒྱུ་པལ། སྤྱ་རྩ་ལས་རྒྱུད། གཏེར་བུམ་དང་བང་མཛོད་གྱི་རྩས་
རྣམས་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། སྟོང་བའི་ངང་ལས་བམ་ལས་བྱུང་བའི་རིན་པོ་
ཆའི་བུམ་པ་མཆོན་ཉིད་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པ་བརྟུན་བཟང་པོས་གང་ཞིང་
ཅི་འདོད་འབྲུང་བའི་གཏེར་ཆེན་པོའི་བུམ་པར་གྱུར། བུམ་རྩས་ཉིད་ལྷ་འཕེལ་སྟུལ་ཏུ་
ཁྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་སྐྱགས། སྤྱན་ལྷ་ལ། ཨོྲཱི་བརྩ་རྟེ་༡༠་རྩེ་ལྷུང་རྒྱུ། རིན་ཆེན་ལྷ་ལ། ཨོྲཱི་བརྩ་
རྩེ་ལྷུང་རྒྱུ། རི་ལྷ་ལ། ཨོྲཱི་བརྩ་གཞེ་ལྷུང་རྒྱུ། འབྲུ་ལྷ་ལ། ཨོྲཱི་བརྩ་བེ་ག་ལྷུང་རྒྱུ། རྩྱུང་
པོ་ལྷ་ལ། ཨོྲཱི་བརྩ་གཞུ་ལྷུང་རྒྱུ། བདུད་ཅི་ལྷ་ལ། ཨོྲཱི་བརྩ་ལྷ་མི་ཏ་ལྷུང་རྒྱུ། ཞེས་པ་རྣམས་
ཅི་རིགས་བརྒྱ། བང་མཛོད་གྱི་རྩས་རྣམས་རང་རང་གི་མིང་ཡིག་དང་པོ་ཐེག་
ལེས་བརྒྱན་པ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་གཞུགས་སྐྱེ་བོ་རིག་བྱ་ཐུན་སྟུལ་
ཚོགས་པ་དང་ལྡན་པའི་ལྷ་རྩས་ཐུན་སྟུལ་ཚོགས་པ། ཉེན་ལ་མཆོད་པ་དང་།

ཨོཾ་ཡེ་ཤུག་ཏེ་རུ་པ་རྩ་ཤ། ཏེ་རུ་རྩེ་ལུ་མ། ཏ་ལྷ་ག་ཏོ་ཅུ་དཏ། ཏེ་ལྷ་རྩུ་ཡོ།
མི་རོ་རྩ་ཨེ་མི་ལྷ་རྩེ། མཆོ་བྱ་མ་ཏ་ཡེ་སྤྲུམ། ཏེན་ལྷེ་ལ་སྤྱིང་པོ་ཅི་ལྷུ་པ་པ་རྩུ་ལ་ཏ། ཤེས་
པ་པ་རྩེ་དེ་ཅིང་མེ་ཏོག་གི་ཆར་དཔལ་པར་བྱའོ། །

དཀྲུས་གཅིག་ལ་རབ་གནས་བྱ་ཚུལ་བརྗོད་མོད་གྱི། དེ་དག་ལས་རེ་རེ་ལས་འགའ་ཞིག་རབ་གནས་
བྱེད་ནའང་ཆོ་ག་འདི་ནང་བཞིན་བྱས་བས་ཆོག་གོ། དེ་ཡང་གཟུངས་འབྲུལ་འབྲུལ་སྒོར་ཉིན་བྱེད་དུ་
གཟུངས་མ་དེལ་བ་དང་དེལ་བ་གཉིས་ཀ་ལ་བགེགས་བསྐྱད་དང་རབ་གནས་བྱ་བར་བཤད་བས་དེ་
གཉིས་ཀ་ལ་བགེགས་བསྐྱད་རབ་གནས་བྱེད་བ་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། གཞོད་སྤྱོད་འཁོར་ལོ་ཁམ་
སྒོར་གོང་དུ་སྤྱར་གསུམ་སྒོན་དུ་འགོ་བས་འཁོར་ལོའི་སྤྱེད་ཆོག་བྱས་ནས་སྤྱབ་བ་ཞག་བདུན་སོགས་
ཅི་འབྲུབ་བྱ་བར་བཤད་ཅིང་ཁ་སྤྱར་ནས་སྤྱེད་ཆོག་བྱ་བར་དངོས་སུ་མ་གསུངས་ཀྱང་དོན་ལ་གནས་
ཤིང་བྲག་ལེན་ལའང་མཛད་བས་ཁ་མ་སྤྱར་བ་དང་། སྤྱར་བ་གཉིས་ཀ་ལ་བགེགས་བསྐྱད་རབ་གནས་
བྱ་ཚུལ་འདི་ནང་བཞིན་བྱས་བས་ཆོག་ལ་འཁོར་ལོའི་སྤྱབ་བ་ཞག་བདུན་སོགས་བྱེད་ཆོ། འཁོར་ལོའི་
སྒོར་དུ་སྒྲ་རེ་དང་ལོགས་སུ་ཡོལ་བ་སོགས་གོས་དར་སེར་པོ་སོགས་གྱིས་ལོགས་བར་བརྒྱན་ཅིང་
འཁོར་ལོ་ལ་གཟུངས་ཐག་བཏགས་ཏེ་སྤྱན་གསུམ་མམ་དུག་དུ་སྤྱེད་ཆོག་དང་། སྤྱབ་གོགས་རེ་མོས་
གྱིས་སྤགས་རྒྱན་མི་འཆད་བར་བསྐྱས་ཏེ་བསྤྱབ་གོ། །འབྲུལ་སྒོར་ཉིན་བྱེད་དུ་གཟུངས་གཞུག་འབྲུལ་
ཡུལ་གྱི་སྤྱི་འདྲ་དང་མཆོད་རྟེན་ལ་བགེགས་བསྐྱད་དང་རབ་གནས་བྱ་བར་དངོས་སུ་མ་གསུངས་
ཤིང་། གཟུངས་གཞུགས་སོགས་བྱབ་རེས་བགེགས་བསྐྱད་དང་རབ་གནས་བྱས་ན་དེ་གས་འབྲུས་
བས་གཟུངས་མ་སྤུལ་གོང་དུ་བགེགས་བསྐྱད་དང་རབ་གནས་མི་དགོས་སམ་སྙམ་པའི་དོགས་བ་མི་
བྱ་སྟེ། འདིམ་སྤྱི་ཆེན་པོ་དང་ས་འབྲུམ་ཆེན་པོ་ལྟ་བུ་ལ་སོག་ཤིང་ལ་གཟུངས་གཞུག་སོགས་བསྐྱམས་
ནས་སོག་ཤིང་བཅུག་སྟེ་བྱི་དབྱིབས་བཅོ་དགོས་བས་གཟུངས་གཞུག་མ་སྤུལ་གོང་དུ་རབ་གནས་
བྱ་བའི་གཞི་མེད་ཀྱང་བྱི་དབྱིབས་བཅོས་ནས་གཟུངས་གཞུག་འབྲུལ་དགོས་ཆོད། ནང་གཞུག་ལ་
བགེགས་བསྐྱད་རབ་གནས་དགོས་བས་བྱི་རྟེན་ལའང་དེ་དགོས་པ་འབྲུབ་ཅིང་། ཐམས་ཅད་རྫོགས་
བར་བྱབ་ནས་བགེགས་བསྐྱད་རབ་གནས་བྱེད་ཀྱང་རྟེན་རབ་གནས་ཅན་ལའང་སྟོགས་མའི་དུས་
སུ་རབ་གནས་ཡང་ཡང་བསྐྱར་དགོས་བར་སྟོ་བྲག་བྱབ་ཆེན་སོགས་གྱིས་གསུངས་བས་སྤྱོན་དུ་མི་

འགྱུར་བར་མ་བཟད་ཕྱན་སྐྱེས་ཚོགས་པར་འགྱུར་བས་སོ། །

ཅེས་གཟུངས་གཞུག་དང་གནོད་སྦྱིན་འཁོར་ལོ་སོགས་རབ་གནས་བྱ་ཚུལ་ཕྱན་ཚོགས་
ཆར་འབེབས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། བཞད་སྐྱབ་བསྟན་པའི་གསལ་བྱེད་མཁས་དང་གྲུབ་པའི་དབང་
ཕྱག་པ་གོང་ཁ་པ་འཇམ་དབྱངས་གྲགས་པ་སོགས་གྱིས་མཛད་པའི་ཡིག་ཆ་འགའ་ཞིག་སྒྲུབ་ཡར་གོ་
སྒྲ་བར་དགོངས་ནས་ཕྱག་ལེན་དང་ཚོ་གའི་ཡན་ལག་འགའ་ཞིག་གསལ་བར་མ་མཛད་འདུག་པས།
ཐམས་ཅད་ཆར་ཞིང་གོ་སྒྲ་ལ་འབྱེད་བདེ་བ་ཅིག་གྱིས་ཞེས་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་པོ་པའི་ཅིང་གི་བྲིམས་ལྟན་
འདུས་པའི་ཚོགས་ལ་ལུགས་གཉིས་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལེགས་པར་སྒྲོབ་པའི་སྒོ་བྱང་ཤར་གྱི་ཇ་སག་སྒྲ་མ་
ཕྱན་ཚོགས་རྒྱ་མཚོ་དང་། རབ་འབྱམས་སྐྱ་བ་ཚུལ་བྲིམས་བཟང་པོ་སོགས་དོན་གཉེར་ཅན་འགའ་
ཞིག་གིས་བསྐྱལ་བའི་དོར། དུལ་བྱང་ཕྱོགས་གྱི་མཐར་སྦྱེས་པའི་གྱིན་པ་དག་དབང་སྒོ་བཟང་ཚེས་
ལྟན་གྱིས། དམ་བ་གོང་མའི་ཡིག་ཆ་དང་ཕྱག་ལེན་མཐོང་བརྒྱད་ལྟར། འཕགས་པ་འཇམ་དབལ་གྱི་
གནས་མཚོག་རི་པོ་ཅེ་ལྟར་བཀོད་པའི་ཡི་གེ་བ་ནི་དགེ་ཚུལ་སྒྲོན་ལམ་རིན་ཆེན་ནོ། །འདིས་གྲང་
རྒྱལ་བ་སྒོ་བཟང་གྲགས་པའི་བསྟན་པ་ཕྱོགས་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་དར་ཞིང་རྒྱས་ལ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་
པར་གྱུར་ཅིག །

ཡིག་ཁོར་དང་ཆད་ལྟག་ཡོད་ཆེ་འབྲེལ་བ་གནང་ན་དགའ་སྤྱིའི་ངང་ནས་བཟོ་བཅོས་ཞུ་ཚོག

ལྷ་རྒྱལ་བྱང་། marjamson618@gmail.com