

འཕགས་པ་རྒྱལ་མཆན་གྱི་ཅེ་མའི་དཔུང་རྒྱན་
ཞེས་བྱ་བ། 1

འཕགས་པ་རྫོར་བྱ་བཟང་པོའི་གཟུངས། 5

འཕགས་པ་རྒྱལ་མཆན་གྱི་ཅེ་མའི་དབུང་རྒྱན་ཞེས་བྲ་བ།

༡༡། །རྒྱ་གར་སྐད་དུ། །ལྷ་ཆ་རྩ་ཇ་ཨ་ག་ཀེ་ཡུ་ར་རྩ་མ་རྩ་ར་ཁི།
བོད་སྐད་དུ། འཕགས་པ་རྒྱལ་མཆན་གྱི་ཅེ་མའི་དབུང་རྒྱན་ཞེས་བྲ་བའི་
གཟུངས། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱག་
འཆལ་ལོ། །

འདི་སྐད་བདག་གིས་ཐོས་པ་དུས་གཅིག་ན། །བཙུང་ལྷན་འདས་སུམ་
ཅུ་ཅ་གསུམ་པའི་ལྷ་འཛིན་དང་ན། །ལུ་བ་དཀར་པོ་ལྷ་བྱའི་རྩོ་ལེབ་ལ་བཞུགས་ཏེ།
དེ་ནས་ལྷ་འཛིན་དབང་པོ་བརྒྱ་ཕྱེན་ལྷ་མ་ཡིན་ལས་པམ། རབ་ཏུ་པམ་ནས་དེ་
ཉལ་ཅིང་རིངས་པའི་གཟུགས་ཀྱིས་བཙུང་ལྷན་འདས་ག་ལ་བ་དེར་སོང་སྟེ་
ཕྱེན་ནས། བཙུང་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཞབས་ལ་མགོ་བོས་ཕྱག་འཆལ་ཏེ། བཙུང་
ལྷན་འདས་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་གསོལ་ཏོ། །བཙུང་ལྷན་འདས་བདག་འདི་ལྷ་
མ་ཡིན་དང་གཡུལ་བཀྱི་བ་ལས། །ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་དབང་པོ་ཐག་བཟང་རིས་
ལས་པམ། རབ་ཏུ་པམ་སྟེ། སུམ་ཅུ་ཅ་གསུམ་པའི་ལྷ་རྣམས་ཀྱང་པམ་རབ་
ཏུ་པམ་ན། བཙུང་ལྷན་འདས་བདག་ཅག་གིས་ཇི་ལྷར་བསྐྱབ་པར་བཀྱི།
བཙུང་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་བ། །ལྷ་འཛིན་དབང་པོ་ཁྱོད་ཀྱིས་རྒྱལ་མཆན་
གྱི་ཅེ་མའི་དབུང་རྒྱན་ཞེས་བྲ་བ་གཞན་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་གཟུངས་བྱངས་
ཞིག །ངས་ཀྱང་སྟོན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གྱུར་པ་ན། དེ་བཞིན་གཞེགས་

པ་གཞན་གྱིས་མི་སྐབ་པའི་རྒྱལ་མཆན་ལས་འདི་མཐོས་སོ། །མཐོས་ནས་
 གྲང་གཞན་ལ་རྒྱ་ཆེར་ཡང་དག་པར་བཤད་དོ། །མཐོན་པར་བྱས་ཏེ་དེ་ཚུན་
 ཆད་འཛིགས་པའམ། བག་ཆ་བའམ། སྤྱི་བེད་ཞེས་བྱེད་པའམ། ཐ་ན་སྐད་
 ཅིག་ཡུད་ཅེས་ཡང་ལུས་ལ་གཞོད་པ་བྱུང་མ་ཁྱོང་དོ། །བཅོམ་ལྡན་འདས་
 རྒྱལ་མཆན་གྱི་ཅེ་མོའི་དབུང་རྒྱན་ཞེས་བྱི་བ་གཞན་གྱིས་མི་སྐབ་པའི་
 གཟུངས་དེ་གང་ལགས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་པ།

ཏུ་ཤ། ཨོ་ཇ་ཡ་ཇ་ཡ། བི་ཇ་ཡ་བི་ཇ་ཡ། ཇ་ཡ་བྲ་ཏི་ནི། འང་ཀ་རི་
 འང་ཀ་རི། བྲ་ལྷད་ཀ་རི། བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི། སྐྱབ་ཤིང་
 ཇི་ལྷ་ཡ་ཇི་ལྷ་ཡ། སྟི་ལྷ་ཡ་སྟི་ལྷ་ཡ། མོ་ཏ་ཡ་མོ་ཏ་ཡ། ལྷ་ག་བ་ཏི། ཇ་ཡ་བ་
 ཏི་ནི། མ་སྐ་མ་སྐ། བྲ་མ་སྐ་བྲ་མ་སྐ། ག་ས་ག་ས། ཏ་ས་ཏ་ས། སྟི་སྟི། ལ་སྟི་ལ་
 སྟི། ལམ་བོ་ལྷ་རི། ཏེ་ཏེ་ཏེ། ཅ་ཏུ་ར་ལྷ་ག་ཏེ། ཅ་ཏུ་ར་དྲི་ཏེ། ཅ་ཏུ་ར་བྱ་ཏེ། ཨ་
 སི་ལུ་ས་ལ། ཅ་ག་ཏི་ལྷ་ལ། བཇྲ་ཀ་བཇྲ་ལྷ་རི། བདག་གཞོད་པ་ཐམས་ཅད་
 ལས་སྤངས་ཤིག་སྤངས་ཤིག། ལྷ་ག་བ་ཏི། ཏ་ན་ཏ་ན། ད་ཏ་ད་ཏ། པ་ཅ་པ་
 ཅ། མ་སྐ་མ་སྐ། བྲ་མ་སྐ་བྲ་མ་སྐ། ལྷ་ན་ལྷ་ན། བི་ལྷ་ན་བི་ལྷ་ན། སྟི་སྟི་པཌ་པཌ།
 ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ། པ་ར་སེ་བྱན་བི་ལྷ་ན་ས་ཡ། སྐྱབ་ཤིང་སྟི་རྒྱ་ལྷ་ཡ། ལྷ་ཇ་ཨ་ག་ཀེ་ལུ་
 ཏེ། ཏི་ཏ་ཏི་ཏ་ཏི་ཏ། ལྷི་ཏ་ལྷི་ཏ། ལུ་ལ་ཀླ་ལུ་ལེ་ལུ་ལ་ཀླ་ར་ཏི། ཏི་ལྷོ་གུ་མ་
 སྟི་ནི། བི་ལྷ་ན་ས་ཡ་པ་རེ་སེ་བྱན། བདག་གཞོད་པ་ཐམས་ཅད་ལས་སྤངས་
 ཤིག་སྤངས་ཤིག། ཅ་ལ་ཅ་ལ། ཅི་ལི་ཅི་ལི། ཅུ་ལུ་ཅུ་ལུ། ཀི་པ་ཀི་པ། ཀ་ལ་
 ཀ་ལ། ཀི་ལི་ཀི་ལི། ཀུ་ལུ་ཀུ་ལུ། ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ། ཨ་ཏ་ཏ་རྒྱ་ས་མ་བི་ལྷ་ན་ས་ཡ་

བ་ར་སེ་བྱན། བདག་གཞིང་པ་ཐམས་ཅད་ལས་སྤངས་ཤིག་སྤངས་ཤིག །རྩ་
 ས་ཡ་རྩ་ས་ཡ། རྩ་མ་ཡ་རྩ་མ་ཡ། བྱུ་ས་ཏེ་ན། རྩ་ས་ཏེ་ན། སི་ལྷ་ས་ཏེ་ན།
 ས་ཏེ་བྱ་ཏི་རྒྱ། ས་ཏེ་མ་བྱུ་ས་ཏེ་མ་ཏི་ག་མ། རྩ་ས་ཏེ་མ་ཏི་ག་མ། སི་ལྷ་
 ས་ཏེ་མ་ཏི་ག་མ། ས་ཏེ་བྱ་ཏི་རྒྱ། ས་ཏེ་མ་ཏི་ག་མ། ལམ་རྩོ་རྩོ་རི་ལམ་རྩོ་རྩོ་
 རི། གྱ་ཏ་གྱ་ཏ། གྱུ་གྱུ་གྱུ་གྱུ་གྱུ་བ་ཡ་གྱུ་བ་ཡ། རུང་བ་མ་རྩ་ཡ། བི་ཏྱ་
 མ་རྩ་ཡ། ཅ་རྩ་སྤྱུ་བྱ་མ་ན་ཏེ་ལོ་གྱ་ཨ་རྩི་བ་ཏི་མ་རྩ་ཡ་སཐ་དེ་བ་ཨ་རྩི་བ་སྤྱ་
 རྩ་ཡ། སཐ་ཡ་ཏྱ་རྒྱ་ས་ག་ན་རྩ། གྱ་མ་རྩ་ཏེ། མ་ཏོ་ར་གྱ་རྩི་བ་ཏི་སྤྱ་རྩ་
 ཡ། བི་རྩ་ན་ས་ཡ་བ་ར་སི་རྒྱ། རང་ག་རང་ག། རང་ག་བ་ཡ་རང་ག་བ་ཡ། རྩ་
 ལ་རྩ་ལ། བྱུ་སྤྱ་སྤྱ་ལི་ནི། རུན་རྩ་རུན་རྩ། རི་ཏི་རི་ཏི། ཅི་ཏི་ཅི་ཏི། རྩི་ཏི་རྩི་ཏི།
 རྩི་གྱ་ཏི། རྩ་ཁི་བ་ར་སེ་ན། གྱ་ལོང་སྤྱ་རྩི་ཁི་ག་རི། ཏ་ལ་ཏ་ལ། ཏི་ལི་ཏི་ལི།
 ཏུ་ལུ་ཏུ་ལུ་ཏེ་ཏེ། རི་ནི་རི་ནི། རི་ནི་མི་ཏི། རི་མ་རྩ་རྩ་ཏེ། སཐ་བྱུ་ཏྱ་བ་ལོ་
 གི་ཏེ། བདག་འཛིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་སྤངས་ཤིག་སྤངས་ཤིག །སཐ་ཏ་
 ཐ་ག་ཏ་ཏྱ་བ་ལོ་གི་ཏེ་སྤྱ་རྩ། གྱ་ཏ་རྩ་རྩ་ཐ་ཏ་ཏ་མེ་སྤྱ་རྩ། སྤྱུ་ཨ་ཏ་བི་
 མ་ལེ་སྤྱ་རྩ། ཅ་རྩ་ཨ་ཏ་བི་མ་ལེ་སྤྱ་རྩ། སཐ་ག་ཏ་ན་ཏ་ཏ་རྩི་སྤྱ་ག་ཏ་ཏ་སྤྱ་རྩ།
 བདག་འཛིགས་པ་དང་། གཞིང་པ་དང་། རང་འགོ་བ་དང་། འབྲུག་པ་ཐམས་
 ཅད་ལས་སྤངས་ཤིག་སྤངས་ཤིག་སྤྱ་རྩ། ལྷ་འི་རྒྱལ་པོ་མཆན་གྱི་ཅེ་མོའི་
 དབུང་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བ་གཞན་གྱིས་མི་སྦྱབ་པའི་གཟུངས་འདིས་ཁྱོད་གཡུལ་
 ཁྱོད་པའམ། འཐབ་པའམ། རྩོད་པའམ། འབྱེད་པའམ། གང་དུ་འགོ་ཡང་རུང་
 རྟེ། མི་འཛིགས་ཤིང་། ཐམས་ཅད་དུ་རྒྱལ་བར་འབྱུང་རོ། །རྒྱལ་མཆན་གྱི་

ཅེ་མོའམ། མགྲལ་དུ་བཏགས་ན་མིའི་རྒྱལ་པོ་དང་། སྐྱེས་བྱ་དཔའ་བོ་ཐམས་
ཅད་ལ་སྤང་བར་བྱེད་དོ། །བྱད་མེད་གྱི་གཟུགས་ལྟ་བུར་བསྐྱར་ནས་མདུན་
དུ་འདུག་སྟེ། མི་འཇིགས་པ་སྐྱིན་ཞིང་སྤང་བར་བྱེད་དོ། །དཔལ་སྐྱེད་པར་
བྱེད་དོ། །པ་རོལ་གྱི་སྡེ་སྤྲ་བཞོང་བར་བྱེད་དོ། །བཀྲ་ཤིས་པ་དང་། གཙང་
བ་དང་། གྲགས་པ་དང་། དཔལ་དང་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཀྱན་དུ་གནས་པར་
བྱེད་དོ། །བཙུམ་ལྡན་འདས་གྱིས་དེ་སྐད་ཅེས་བཀའ་བསྩལ་ནས། ལྟའི་དབང་
པོ་བརྒྱ་བྱིན་དང་། ལྟ་དང་མི་དང་ལྟ་མ་ཡིན་དང་། འི་ཟར་བཅས་པའི་འཇིག་
རྟེན་ཡི་རངས་ཏེ། བཙུམ་ལྡན་འདས་གྱིས་གསུངས་པ་ལ་མཛོན་པར་བསྟོད་
དོ། །འཕགས་པ་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་ཅེ་མོའི་དབྱང་རྒྱན་ཞེས་བྲ་བའི་གཟུངས་
རྫོགས་སོ། །

རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ཇི་ན་མི་ཅ་དང་། རྒྱ་ན་ཤི་ལ་དང་། ལྷ་ཆེན་གྱི་
ལོ་རྒྱུ་བ་བན་དེ་ཡེ་ཤེས་སྡེས་བསྐྱར་ཏེ། སྐད་གསར་བཅད་གྱིས་བཙུམ་ཏེ་
གཏན་ལ་ཕབ་པའོ། །མཆོད་ལོ། །དགའོ། །

འཕགས་པ་འོར་བུ་བཟང་པོའི་གཟུངས།

༡༡། །ཁྱ་གར་སྐད་དུ། །ལྷ་ཆེ་མ་ཉི་ཟླ་བ་རྒྱ་མ་རྟ་ར་ཉི། བོད་སྐད་དུ།
འཕགས་པ་འོར་བུ་བཟང་པོའི་གཟུངས་ཞེས་བྱ་བ། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་
ཕྱག་འཆལ་ལོ། །འདི་སྐད་བདག་གིས་ཐོས་པ་དུས་གཅིག་ན། བཅོམ་ལྷན་
འདས་མཉན་ཡོད་ན་རྒྱལ་བུ་རྒྱལ་བྱེད་གྱི་ཆལ་མགོན་མེད་ཟས་སྦྱིན་གྱི་
ཀྱན་དགའ་ར་བ་ན་བཞུགས་སོ། །

དེ་ནས་གཞོད་སྦྱིན་གྱི་སྡེ་དཔོན་ཆེན་པོ་འོར་བུ་བཟང་པོའི་བུས།
བཅོམ་ལྷན་འདས་གལ་བ་དེར་སོང་སྟེ་སྦྱིན་ནས། བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱི་
ཞབས་ལ་མགོ་བོས་ཕྱག་འཆལ་ཏེ་སྦྱོགས་གཅིག་ཏུ་འདུག་གོ། །སྦྱོགས་
གཅིག་ཏུ་འདུག་ནས། གཞོད་སྦྱིན་གྱི་སྡེ་དཔོན་ཆེན་པོ་འོར་བུ་བཟང་པོའི་
བུས། བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་གསལ་ཏོ། །བཙུན་པ་དགེ་སྤྲེང་
ངམ། དགེ་སྤྲེང་མ་འམ། དགེ་བསྟན་ནམ། དགེ་བསྟན་མ་གང་ལ་ལ་ཞིག་
གིས་སྦྱང་པོ་འདི་ཉིན་རེ་བཞིན་དུས་གསུམ་དུ་འདོན་པར་བྱེད་ན། བདག་
དེའི་སྐད་བཞིན་དུ་ཏྲག་ཏུ་འབྱང་བར་བྱའོ། །དེའི་དགོས་པ་ཐམས་ཅད་
ཀྱང་བགྱེདོ། །གོས་དང་། ཟས་དང་། དབྱིག་དང་། གསེར་དང་། འོར་དང་།
འབྲུ་དང་། དདུལ་དག་ཀྱང་སྦྱལ་བར་བགྱེདོ། །དེའི་དོན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་
འབྲུབ་པར་བགྱེདོ། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དེའི་དབང་དུ་འགྱུར་བར་
བགྱེདོ། །དེའི་བྱ་བ་སྣ་ཆོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་མོད་ལ་བསྐྱབ་པར་བགྱེས་

ཏེ། འབྲིག་པ་དང་ལྷན་པ་ནི་མ་གཏོགས་སོ། །ན་མོ་རྒྱ་ཏ་ཡུ་ཡ། ན་མོ་མ་ཁི་
ཟ་ཏ་ཡ། མ་རྒྱ་ཡུ་མེ་རྒྱ་པ་ཏ་ཡེ། སྤྱུ་ཐེ་དན། ཉི་ལི་མ་ཁི་ཟ་བ། ཉི་ལི་ཉི་
ལི་མ་ཁི་ཟ་བ། ཀི་ལི་མ་ཁི་ཟ་བ། ཀི་ལི་ཀི་ལི་མ་ཁི་ཟ་བ། ཅི་ལི་མ་ཁི་ཟ་བ། ཅི་
ལི་ཅི་ལི་མ་ཁི་ཟ་བ། ཅུ་ལུ་མ་ཁི་ཟ་བ། ཅུ་ལུ་ཅུ་ལུ་མ་ཁི་ཟ་བ། ཏུ་རུ་མ་ཁི་ཟ་
བ། ཏུ་རུ་ཏུ་རུ་མ་ཁི་ཟ་བ། ཀུ་རུ་མ་ཁི་ཟ་བ། ཀུ་རུ་ཀུ་རུ་མ་ཁི་ཟ་བ། ཅུ་རུ་
མ་ཁི་ཟ་བ། ཅུ་རུ་ཅུ་རུ་མ་ཁི་ཟ་བ། སུ་རུ་མ་ཁི་ཟ་བ། སུ་རུ་སུ་རུ་མ་ཁི་ཟ་བ།
སར་ཨྲ་ཨྲ་མ་མ་སྤྱ་ལ་སྤྱ་ཏྲ། ཏྲ་ཤ། བྱ་ཏ་ནེ་སུ་བྱ་ཏ་ནེ་སུ་རུ་མེ་སུ་སྤྱ་
ཏེ། སུ་ར་ཐེ། སུ་སྤྱ་བ་ཏེ། ཉི་ལི་ཀེ་ཉི་ལི་ཀེ་ལི། དུ་བྱ་སྤྱི་ཟ་བ། ཉི་ལི་ཉི་
ལི་སྤྱ་ཏྲ། ཨེ་ཉི་ཀོ་ནི། ཨེ་ཉི་ཀོ་ནི་ཏྲེ་སྤྱ་ཏྲ། ལན་བདུན་བཟླས་བརྗོད་བྱས་ན་
འགྲུབ་པར་འགྱུར་རོ། །

འདིའི་ཆོ་ག་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། ཟླ་བ་ཡར་ངོའི་ཆེས་བཙོ་ལྷ་ལ་གཙང་
སྤྱ་བྱས་ལ་དུས་གསུམ་དུ་ཨ་ག་རུ་ཡི་དུ་བས་བདུག་སྟེ། ལན་བདུན་སྟོང་
བཟླས་བརྗོད་བྱས་ན་གསེར་རྩིད་པར་འགྱུར་རོ། །

འཕགས་པ་འོ་ར་བྱ་བ་བཟང་པོའི་གཟུངས་རྫོགས་སོ། །

སར་མདྲ་ལོ། །

ཡིག་འོ་ར་དང་ཆད་ལྷག་ཡོད་ཆེ་འབྲེལ་བ་གནང་ན་དགའ་སྟོའི་ངང་ནས་བཟོ་བཙོས་ཞུ་ཆོག

རྩ་ཁྱུ་ཁ་བྱང་། marjamson618@gmail.com