

༡༡། རྫོག་མཐའ་མ་བཞུགས་སོ། །

༡༡། །ཕྱོགས་བརྒྱའི་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་དང་བཅས་པ་ཐམས་
 ཅད་ལ་ཕྱག་འཆིལ་ལོ། །མཐའ་ཡས་འགྲོ་བ་སྤྲིད་ལས་
 བསྐྱལ་བྱའི་ཕྱིར། །མཐའ་མེད་སྟོན་ལམ་ལྟག་བསམ་དག་
 པས་གདབ། །སྤྱི་མེད་དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་མཐུ་སྟོབས་
 ཅན། །དང་སྟོང་མཐུ་ཡིས་བདེན་ཆོག་འབྱུང་བྱུར་
 ཅིག །བདག་ནི་སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ། །ངན་སོང་ངན་
 འགྲོ་ལོག་པར་སྤྱང་བ་ཡི། །སྐྱེ་གནས་རྣམས་སུ་ནམ་ཡང་མི་
 སྐྱེ་ཞིང་། །དལ་འབྱོར་ཆང་བའི་མི་ལུས་ཐོབ་པར་ཞོག །སྐྱེས་
 མ་ཐག་ནས་སྤྲིད་པའི་བདེ་བ་ལ། །ནམ་ཡང་མ་ཆགས་ཐར་
 པ་འཐོབ་བྱའི་ཕྱིར། །ངེས་འབྱུང་བསམ་པས་ཆངས་སྟོང་

འཆོལ་བ་ལ། །བཙུན་འགྲུས་སྟོད་པ་མེད་པར་འཇུག་པར་
ཞོག། །བདག་ནི་རབ་ཏུ་འབྱུང་བར་བྱེད་པ་ལ། །འཁོར་དང་ཉི་
དུ་ལོངས་སྟོད་གང་གིས་གྱང་། །གོགས་བྱེད་མེད་པར་
མཐུན་པའི་རྒྱུན་རྣམས་ཀྱང། །ཇི་ལྟར་བསམས་པ་ཇི་བཞིན་
འགྲུབ་པར་ཞོག། །རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་ཇི་སྟེད་འཆོ་ཡི་
བར། །མཁན་སྟོབ་སྦྱན་སྟུང་ཇི་ལྟར་ཁས་སྦྱངས་
བཞིན། །བཅས་དང་རང་བཞིན་ཁ་ན་མ་ཐོབ་པའི། །ཉེས་པས་
ནམ་ཡང་གོས་པར་མ་གྱུར་ཅིག། །ཆངས་སྟོད་ཉིན་ལ་ཐེག་པ་
ཆེན་པོ་ཡི། །ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེའི་ཆོས་རྣམས་ཇི་སྟེད་པ། །མ་
རྣམས་དོན་དུ་དཀའ་བ་དུ་མ་ཡིས། །བསྐྱལ་པ་དཔག་ཏུ་མེད་
པར་སྦྱབ་པར་ཞོག། །ལུང་རྟོགས་ཡོན་ཏན་དུ་མས་རྒྱད་

གཏམས་ཤིང་། །དབང་པོ་ཞི་ཞིང་རབ་དུལ་སྡིང་བཅེར་
བཅས། །གཞན་དོན་སྐྱོ་མེད་སྐྱབ་པའི་སྡིང་སྟོབས་
ཅན། །བཤེས་གཉེན་དམ་པས་རྗེས་སུ་འཇིན་པར་ཤོག། །རྟག་
ཏུ་དུ་ཡིས་ཆོས་འཕགས་བསྟེན་པ་ལྟར། །ལུས་སྟོག་ལོངས་
སྟོང་ཀུན་གྱིས་གཡོ་མེད་པར། །བཤེས་གཉེན་དམ་པ་
ལེགས་པར་མཉེས་བྱས་ནས། །མི་མཉེས་སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་
མི་བྱེད་ཤོག། །ཟབ་ཞི་སྦྱས་དང་བྲལ་བའི་ཤེར་བྱིན་
དོན། །ལོག་རྟོག་དྲི་མའི་ཚུ་ཡིས་མ་བསྐྱད་པར། །རྗེ་ལྟར་རྟག་
ཏུ་དུ་ལ་བསྐྱད་པ་ལྟར། །དེ་ལྟར་བདག་ལ་རྟག་ཏུ་འདོམས་
པར་ཤོག། །བྱབ་པའི་དགོངས་པའི་དོན་ལས་བྱིར་སྟོགས་
པའི། །རྟག་ཆད་ལྟ་བ་སྟོན་པར་བྱེད་པ་པོ། །མི་དགའི་བཤེས་

གཉེན་སྒྲིག་པའི་གྲོགས་ཚུལ་སྒྲིག། །དབང་དུ་ནམ་ཡང་འགྲོ་
བར་མ་གྱུར་ཅིག། །ལྷག་བསམ་ནམ་པར་དག་པའི་དར་ཆེན་
འཕྱར། །བཙུན་འབྲུས་སྟོད་པ་མེད་པའི་རྒྱང་གིས་
བསྐྱོད། །ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པའི་བྱ་གཞིངས་ལེགས་བསྐྱམས་
ནས། །ལུས་ཅན་འཁོར་བའི་མཆོ་ལས་སྒྲོལ་བར་ཤོག། །རི་
ཙམ་མང་དུ་ཐོས་དང་ལྷག་པར་གཏོང་། །ནམ་དག་ཚུལ་
ཁྲིམས་ནམ་དཔྱོད་ཤེས་རབ་ཀྱིས། །བདག་རྒྱུད་ལྷག་པར་
གྱུར་པ་དེ་ཙམ་དུ། །སྤྱི་སྤྱིར་ཁེངས་པ་ཀུན་དང་བྲལ་བར་
ཤོག། །ནམ་དག་རིགས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་གསུང་རབ་
དོན། །རི་བཞིན་འབྱེད་ལ་གཞན་དྲིང་མི་འཛོག་པའི། །མཁས་
པའི་གམ་དུ་མཐའ་ཡས་གསུང་རབ་ལ། །དོམས་པ་མེད་པའི་

ཐོས་པ་བྱེད་པར་ཤོག། །རི་ལྟར་ཐོས་པའི་དོན་ལ་རིགས་པ་
བཞིས། །ཉིན་དང་མཆན་དུ་ཚུལ་བཞིན་རབ་བརྟགས་
ནས། །བསམ་བྱའི་གནས་ལ་བསམ་ལས་བྱང་བ་ཡི། །རྣམ་
དཔྱེད་སྟོ་ཡིས་ཐེ་ཆོམ་ཆོད་པར་ཤོག། །གང་ཆེ་ཤིན་ཏུ་བབ་
པའི་ཆོས་ཚུལ་ལ། །བསམ་བྱང་སྟོ་ཡིས་ངས་ཤེས་ཅིད་པའི་
ཆོ། །ཆེ་འདྲིའི་འབྲི་བ་ཆོད་པའི་བཙོན་འབྲས་ཀྱིས། །དབེན་
པ་བསྟེན་ནས་ཚུལ་བཞིན་སྐྱབ་པར་ཤོག། །དེ་ལྟར་ཐོས་
བསམ་སྟོམ་པས་རྒྱལ་བ་ཡི། །དགོངས་པའི་གནད་རྣམས་
རྒྱད་ལ་བསྐྱུན་པའི་ཆོ། །སྤྱིད་ལ་བཀམ་པའི་ཆེ་འདྲིའི་སྣང་བ་
དང་། །རང་བདེ་འདོད་པའི་སྟོ་རྣམས་མི་འབྱུང་ཤོག། །བདག་
གིས་བདོག་པའི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལ། །མ་ཆགས་སྟོ་

ཡིས་སེར་སྒྲ་བཅོམ་བྱས་ཏེ། །ཐོག་མར་བཅང་བཅང་སྒྲིན་པས་
སེམས་ཅན་རྣམས། །འཁོར་དུ་བསྐྱས་ནས་ཆོས་ཀྱིས་ཆོམ་
བྱེད་ཞོག །རི་ལྷོ་རྩོད་པའི་བསྐྱབ་པ་ཕྱ་བ་ཡང་། །ངེས་
འབྱུང་བསམ་པས་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་ཀྱི་བར། །སྟོག་གི་ཕྱིར་ཡང་
གཏོང་བར་མི་བྱེད་པའི། །ཐར་པའི་རྒྱལ་མཆོན་ཏྲག་ཏུ་འཛིན་
པར་ཞོག །བདག་ལ་བརྟེན་འཛོག་མཆོང་འབྱུང་སེམས་ཅན་
རྣམས། །མཐོང་ངམ་ཐོས་སམ་ཡིད་ལ་དྲན་པའི་ཆེ། །ཁོང་ཁྱོ་
བྲལ་ཞིང་སྒྲར་ཡང་དེ་དག་གི། །ཡོན་ཏན་བརྗོད་ཅིང་བཟོད་པ་
སྟོམ་པར་ཞོག །དཀར་པོའི་ཆོས་རྣམས་མ་ཐོབ་ཐོབ་པ་
དང་། །ཐོབ་རྣམས་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བ་ལས། །ཉམས་
པར་བྱེད་པའི་ལེ་ལོ་རྣམ་པ་གསུམ། །ཀུན་ནས་སྤངས་ཏེ་

བཙུན་འགྲུས་རྩོམ་པར་ཤོག། སྲིད་མཐའ་གཞོན་པའི་སྟག་
མཐོང་སྟོབས་དང་བུལ། ཁྱི་མཐའ་གཞོན་པའི་སྟང་རྗེའི་ཆུན་
གྲིས་དབེན། སལ་ཆེར་སྲིད་པར་འཕེན་པར་བྱེད་པ་ཡི། ཁྱི་
གནས་སྤངས་ཏེ་བྱང་འབྲེལ་སྟོམ་པར་ཤོག། གནས་ལུགས་
ཟབ་མའི་དོན་ལ་སྐྱབ་གྱུར་ནས། སྟོས་བྲས་ཉི་ཆའི་སྟང་པ་
མཆོག་འཛིན་པའི། འོག་པའི་སྟང་མཐའ་དག་རབ་སྤངས་
ཏེ། ཆོས་ཀྱན་གདོད་ནས་སྟང་པར་རྟོགས་པར་ཤོག། རྣམ་
དག་བསྐྱབ་པ་བྲིལ་མེད་སེམས་གྲིས་བུལ། དམ་པས་སྦྱད་
པའི་ལས་ལ་འཛིགས་མི་བྱེད། བྲིམས་འཆལ་དགོ་སྟོང་ཤ་
ཚུགས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་། བདག་གིས་སྟོན་མེད་བྲིམས་ལ་
སྟོར་བར་ཤོག། ཡང་དག་ལམ་དོར་འོག་པའི་ལམ་ངན་

ཁྱུགས། །མི་དགའི་བཤེས་གཉེན་སྡིག་གྲོགས་དབང་དུ་
སོང་། །གང་ཡིན་དེ་ཡང་བདག་གིས་བདེ་སྒྲག་ཏུ། །རྒྱལ་
བས་བསྐྱགས་པའི་ལམ་ལ་འགོད་པར་ཞོག །བདག་གིས་
འཆད་ཚིད་ཚིམ་པ་སེདྒེའི་སྒྲས། །ལོག་སྒྲའི་ཕ་ཆོགས་སྟོབས་
པ་འཕྲོག་བྱས་ནས། །གང་གིས་འདུལ་བའི་ཐབས་ཀྱིས་རྗེས་
བཟུང་སྟེ། །མི་རུབ་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཆན་འཛིན་པར་
ཞོག །བདག་ནི་གང་དུ་སྐྱེས་ནས་བྱབ་པ་ཡི། །གསུང་གི་
བདུད་ཚི་འབྱུང་བ་དེ་ཡི་ཆོ། །རིགས་གཟུགས་འབྱོར་དང་
དབང་ཕྱག་ཤེས་རབ་དང་། །ཆེ་རིང་ནད་མེད་བདེ་དང་ལྡན་
པར་ཞོག །བདག་གི་ལུས་དང་སྟོག་དང་ལོངས་སྟོད་
ལ། །རྒྱན་དུ་འཆེ་བའི་བསམ་པ་དང་ལྡན་ཞིང་། །བདག་ལ་

མི་སྙན་བརྗོད་པ་དེ་དག་ལའང་། །བདག་ནི་ལྷག་པར་མ་
བཞིན་བྱམས་གྱུར་ཅིག །བདག་གིས་དེ་དག་རིང་པོར་མི་
ཐོགས་པར། །བདག་པས་གཞན་གཅེས་སྒྲོམ་པའི་བྱང་ཆུབ་
སེམས། །ལྷག་བསམ་དག་པ་རྒྱད་ལ་བསྐྱེད་བྱས་ནས། །ཁྲ་
མེད་བྱང་ཆུབ་གོ་འཕང་སྟེར་བར་ཤོག །སྟོན་ལམ་འདི་དག་
གང་གིས་མཐོང་ངམ་ཐོས། །ཡིད་ལ་བྱན་པར་བྱེད་པ་དེ་དག་
ཀྱང་། །རྒྱལ་སྤྱས་ནམས་ཀྱི་སྟོན་ལམ་རྒྱབས་པོ་ཆེ། །མ་
ལུས་སྐྱབ་ལ་ཁྱམ་པ་མེད་པར་ཤོག །ལྷག་བསམ་དག་པའི་
སྟོབས་ཀྱིས་ལེགས་བསྐྱབས་པའི། །རྒྱ་ཆེན་སྟོན་ལམ་བཏབ་
པ་འདི་ཡི་མཐུས། །སྟོན་ལམ་པ་རོལ་བྱིན་པ་ཡོངས་རྫོགས་
ནས། །ལུས་ཅན་ཀུན་གྱི་རེ་བ་སྐྱོང་བར་ཤོག །།ཅེས་ཐོག་མ་དང་

བར་དང་ཐ་མར་དག་བའི་སྒོན་ལམ་འདི་ནི་མང་དུ་ཐོས་བའི་རྒྱལ་ཁམས་བ་སྒོ་བཟང་གྲགས་
བའི་དཔལ་གྱིས་གཞོན་དཔལ་གྱི་འབྲི་ཁུང་མཐེལ་དུ་སྦྱར་བའོ། །