

༡༡། །སྒྲ་མ་མཆོད་པའི་ཆོག་ས་མཆོད་བཞུགས་སོ། །

ཨོྭ་ཨྲཱཾ། ལན་གསུམ། རོ་བོ་ཡེ་ཤེས་ལ་རྣམ་པ་ནང་མཆོད་དང་
མཆོད་རྩལ་སོ་སོའི་རྣམ་པ། བྱེད་ལས་དབང་པོ་དྲུག་གི་སྦྱོང་
ཡུལ་དུ་བདེ་སྟོང་གི་ཡེ་ཤེས་བྱེད་པར་ཅན་བསྐྱེད་པས་ས་
དང་བར་སྒྲུང་རྣམ་མཁའི་བྲོན་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་བྱུང་
བས་སྦྱི་ནང་གསང་བའི་མཆོད་སྦྱིན་དམ་རྩལ་སྦྱུན་གཟིགས་
བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བས་གང་བར་གྱུར། །རང་སྟོའི་རྣལ་འབྱོར་དང་
ལྡན་པའི་སྒོ་ནས། ཨེ་མ་རྟོ་ཡེ་ཤེས་རོལ་པ་ཆེ། །ཞིང་ཁམས་ཐམས་
ཅད་རྫོ་རྫེའི་ཞིང་། །གནས་རྣམས་རྫོ་རྫེའི་ཕོ་བྲང་ཆེ། །ཀུན་
བཟང་མཆོད་སྦྱིན་ཀྱ་མཆོ་འབར། །ལོངས་སྦྱོང་འདོད་དགའི་

དཔལ་དང་ལྷན། །བཅུད་ནམས་དཔལ་ཐོ་དཔལ་མོ་
དངོས། །མ་དག་འབྱུང་བའི་མིང་ཡང་མེད། །དག་པ་རབ་
འབྱམས་འབའ་ཞིག་གོ། ཏུ། །སྒྲོས་ཀྱན་ཉེར་ཞི་ཆོས་སྐྱའི་
ངང་། །རྒྱང་མེ་གཡོ་ཞིང་འབར་བའི་སྟེང་། །མི་མགོའི་སྐྱེད་ལུ་
གསུམ་གྱི་ཁར། །ཡུལ་ཆོན་ལྷན་ཐོད་པ་ཀ་ལྷ་ལར། །ཨོ་རྒྱས་
ནམས་སོ་སོར་སྤར་བར་གྱུར། །དེ་དག་སྟེང་གནས་ཨོ་
ཡུལ་ཏུ། །ཁ་དོག་གཟི་བརླིང་སོ་སོར་འབར། །རྒྱང་གཡོས་མེ་
འབར་རྒྱས་ནམས་ལྷ། །ཁོལ་བས་རྒྱངས་པ་ཆེར་གཡོས་
པས། །ཡི་གེ་གསུམ་ལས་འོད་ཟེར་ཆོགས། །སྒྲོགས་བཅུར་
འཕྲོས་པས་དོ་རྩེ་གསུམ། །བདུད་ཅིར་བཅས་ནམས་སྐྱན་
བངས་ནས། །སོ་སོར་ཡི་གེ་གསུམ་ཐེམ་པས། །བདུད་ཅིར་

ཁྱེན་ས་བརྒྱད་དང་འདྲེས། །སྦྱངས་རྟོགས་སྤར་བྱས་ཨེ་མ་
རྟོ། །འདོད་དགའི་དཔལ་འབར་རྒྱ་མཆོར་གྱར། །ཨོྲཱ་ཨྲཱ་
ལན་གསུམ། རྒྱགས་རྗེའི་བདག་ཉིད་རྩ་བརྒྱད་སྤེམ་དང་། །ཡི་
དམ་ལྟ་ཆོགས་སྦྱབས་གནས་དཀོན་མཆོག་གསུམ། །དཔའ་
བོ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྦྱོང་སྦྱང་མའི་ཆོགས། །སྦྱན་འདྲན་
མཆོད་པའི་གནས་འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ། །སྦྱི་ནང་
གསང་བའི་མཆོད་སྦྱོན་རྒྱ་མཆོའི་དབུས། །རིན་ཆེན་ལས་
གྲུབ་མཛེས་པའི་གདན་བྲི་ལ། །ཞབས་སེན་འོད་ཆགས་
བརྟན་པར་བཞུགས་ནས་ཀྱང་། །སྦྱབ་མཆོག་བདག་ལ་
འདོད་དགའི་དངོས་གྲུབ་སྦྱེལ། དེ་ནས་ཆོགས་མཆོད་འབུལ་བ་ནི། ལས་ཀྱི་
དོན་ལྡན་སྤྱད་ནམས་བསྐྱུས་ཏེ་སྟོད་དུ་བསགས་ནས་མཆོ་སོགས་ཀྱི་སྟོང་དུ་བཞག་སྟེ། རྒྱག་

གསུམ་བཅུ་ནས། དཔལ་པོ་ཆེན་པོ་ཆོག་ས་དང་པོ་བྱེན་གྱིས་
བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། དེ་བཞིན་དུ་ཆོག་ས་ལྷག་མའི་བར་རེ་རེ་ལ་དེ་ལྟར་བྱའོ། །སྒྲིབ་
དཔོན་གྱིས་གཙོ་མཛད་རིག་པ་འཛིན་པ་རྣམས་གྱིས་མགྱོན་གཅིག་ཏུ། ཨྱོ རྟོ། རྟིང་
འཛིན་སྒྲགས་དང་ཕྱག་རྒྱས་བྱེན་བརྒྱབས་པའི། །ཟག་མེད་
བདུད་ཅིའི་ཆོག་ས་མཆོད་རྒྱ་མཚོ་འདི། །ཅ་བརྒྱད་སྒྲ་མའི་
ཆོག་ས་རྣམས་མཉེས་སྦྱར་འབྲུལ། །ཨོ་ཨྲཱ་ཧྲཱོ། འདོད་དགའི་
དཔལ་ལ་རོལ་པས་ཆིམ་མཛད་ནས། །ཨེ་མ་རྟོ་བྱེན་རྒྱབས་
ཆར་ཆེན་དབབ་ཏུ་གསོལ། །རྟོ། རྟིང་འཛིན་སྒྲགས་དང་ཕྱག་
རྒྱས་བྱེན་བརྒྱབས་པའི། །ཟག་མེད་བདུད་ཅིའི་ཆོག་ས་
མཆོད་རྒྱ་མཚོ་འདི། ཡི་དམ་ལྷ་ཆོག་ས་འཁོར་བཅས་མཉེས་
སྦྱར་འབྲུལ། །ཨོ་ཨྲཱ་ཧྲཱོ། འདོད་དགའི་དཔལ་ལ་རོལ་པས་

ཆིམ་མཛད་ནས། །ཨེ་མ་ཏྱོ་དངོས་གྲུབ་ཆར་ཆེན་དབབ་ཏུ་
གསོལ། །ཏྲ། ཏིང་འཛིན་སྒྲགས་དང་ཕྱག་རྒྱས་བྱིན་
བརྒྱབས་པའི། །ཟག་མེད་བདུད་རྩིའི་ཆོགས་མཆོད་རྒྱ་མཆོ་
འདི། །དགོན་མཆོག་རིན་ཆེན་ཆོགས་རྣམས་མཉེས་སྤྱེར་
འབུལ། །ཨོྫེ་ཨུཾ། འདོད་དགའའི་དཔལ་ལ་རོལ་བས་ཆིམ་
མཛད་ནས། །ཨེ་མ་ཏྱོ་དམ་ཆོས་ཆར་ཆེན་དབབ་ཏུ་
གསོལ། །ཏྲ། ཏིང་འཛིན་སྒྲགས་དང་ཕྱག་རྒྱས་བྱིན་
བརྒྱབས་པའི། །ཟག་མེད་བདུད་རྩིའི་ཆོགས་མཆོད་རྒྱ་མཆོ་
འདི། མཁའ་འགྲོ་ཆོས་རྒྱུད་ཆོགས་རྣམས་མཉེས་སྤྱེར་
འབུལ། །ཨོྫེ་ཨུཾ། འདོད་དགའའི་དཔལ་ལ་རོལ་བས་ཆིམ་
མཛད་ནས། །ཨེ་མ་ཏྱོ་འཕྲིན་ལས་ཆར་ཆེན་དབབ་ཏུ་

གསོལ། །རྟོ། ཏིང་འཛིན་སྒྲགས་དང་ཕྱག་རྒྱས་ཕྱིན་
བརྒྱབས་པའི། །ཟག་མེད་བདུད་རྩིའི་ཚོགས་མཆོད་རྒྱ་མཚོ་
འདི། །མ་གྱུར་སེམས་ཅན་ཚོགས་རྣམས་མཉེས་ཕྱིར་
འབུལ། །ཨོ་ཨྲཱཿཱྌ། འདོད་དགྲའི་དཔལ་ལ་རོལ་བས་ཆོམ་
མཛད་ནས། །ཨེ་མ་རྟོ་འབྲུལ་སྒྲང་སྒྲག་བསྐལ་ཞི་གྱུར་
ཅིག །དེ་ནས་གནམ་མུད་བཅད་དེ་གཏོར། དེ་ནས་ལས་ཀྱི་རྡོ་རྗེས་སྟོབ་དཔོན་ལ་འབུལ་
བ་ནི། ཨེ་མ་རྟོ་ཚོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཆེ། །དུས་གསུམ་བདེ་
གཤེགས་གཤེགས་ཤུལ་ཏེ། །དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་འབྱུང་
བའི་གནས། །དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་དཔའ་བོ་ཆེ། །རྣམ་པར་རྟོག་
པའི་སེམས་བོར་ནས། །ཚོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོར་རྒྱན་དུ་
རོལ། །ཨ་ལ་ལ་རྟོ། སྟོབ་དཔོན་ལ་ཕུལ་ནས། སྟོབ་དཔོན་གྱིས། ཨོ། རྡོ་རྗེ་

གསུམ་དབྱེར་མེད་པའི་བདག་། རང་ཉིད་སྒྲ་མ་ལྟར་གསལ་
ནས། །ཞུ་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་བདུད་རྩི་འདི། །རྩྱུ་བྱང་ཆུབ་
སེམས་ལས་གཡོ་མེད་པར། །ལུས་གནས་ལྟ་ནམས་ཆོམ་
ཕྱིར་རོལ། །ཨ་རྟོ་མཐུ་སུ་ཁ། དབྱིད་ཀྱི་རྒྱལ་མོའི་སྤྱད་བྱངས་བྱ་བར་སྒྲོ་ན།
རྩྱུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་། །དཔའ་བོ་དང་ནི་
རྣལ་འབྱོར་མ། །མཁའ་འགྲོ་དང་ནི་མཁའ་འགྲོ་མ། །ཀུན་ལ་
བདག་ནི་གསོལ་བ་འདེབས། །བདེ་བ་མཆོག་ལ་དབྱེས་པའི་
ཏེ་རུ་ཀ། །བདེ་བས་རབ་སྤྱོད་མ་ལ་བསྟེན་བྱས་ནས། །ཆོ་
ག་བཞིན་དུ་ལོངས་སྤྱོད་པ་ཡིས་ནི། །ལྟན་སྤྱོད་བདེ་བའི་
སྤྱོད་བལ་ཁྱགས་སོ། །ཨ་ལ་ལ། །ལ་ལ་རྟོ། །ཨ་ཨི་ཞུ་ཨ་ར་
ལི་རྟོ། དེ་མེད་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་རྣམས་ཀྱིས། །བརྩེ་བས་

གཟིགས་ལ་ལས་ཀྱན་མཛོད། ལྷོ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་
ཐམས་ཅད་དང་། །དཔའ་བོ་དང་ནི་རྣལ་འབྱེད་མ། མཁའ་
འགྲོ་དང་ནི་མཁའ་འགྲོ་མ། །ཀྱན་ལ་བདག་ནི་གསོལ་བ་
འདེབས། །བདེ་བ་ཆེན་པོས་ཡིད་ནི་རབ་བསྐྱེད་པས། །ལུས་
ནི་ཀྱན་ཏུ་གཡོ་བའི་གར་གྱིས་ནི། །ཕྱག་རྒྱའི་བརྒྱར་རོལ་
པའི་བདེ་བ་ཆེ། །རྣལ་འབྱེད་མ་ཆོགས་རྣམས་ལ་མཆོད་པར་
མཛོད། །ཨ་ལ་ལ། ལ་ལ་རྟོ། ཨ་ཨ་ཨྲ། ཨ་ར་ལི་རྟོ། རི་མེད་
མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་རྣམས་ཀྱིས། །བརྩེ་བས་གཟིགས་ལ་
ལས་ཀྱན་མཛོད། ལྷོ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་
དང་། །དཔའ་བོ་དང་ནི་རྣལ་འབྱེད་མ། མཁའ་འགྲོ་དང་ནི་
མཁའ་འགྲོ་མ། །ཀྱན་ལ་བདག་ནི་གསོལ་བ་འདེབས། །ཡིད་

འོང་ཞི་བའི་ཉམས་གྱིས་གར་མཛད་མ། །རབ་དབྱེས་མགོན་
པོ་བྱོད་དང་མཁའ་འགྲོའི་ཚོགས། །བདག་གི་མདུན་དུ་
བཞུགས་ཏེ་བྱིན་རྒྱུ་བས་ལ། །ལྷན་སྐྱེས་བདེ་ཆེན་བདག་ལ་
སྐུ་ལ་དུ་གསོལ། །ཨ་ལ་ལ། ལ་ལ་རྟོ་ ཨ་ཨི་ཨྱོ་ ཨ་ར་ལི་རྟ།
དྲི་མེད་མཁའ་འགྲོའི་ཚོགས་རྣམས་གྱིས། །བརྩེ་བས་
གཟིགས་ལ་ལས་ཀྱན་མཛོད། རྩྱ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་
ཐམས་ཅད་དང་། །དཔའ་བོ་དང་ནི་རྣལ་འབྱོར་མ། །མཁའ་
འགྲོ་དང་ནི་མཁའ་འགྲོ་མ། །ཀྱན་ལ་བདག་ནི་གསོལ་བ་
འདེབས། །བདེ་ཆེན་ཐར་པའི་མཆོན་ཉིད་ལྷན་པ་བྱོད། །བདེ་
ཆེན་སྤངས་པའི་དཀའ་ཐུབ་དུ་མ་ཡིས། །ཆེ་གཅིག་གྲོལ་བར་
མི་བཞེད་བདེ་ཆེན་ཡང་། །ཁྱ་སྐྱེས་མཆོག་གི་དབུས་ན་

གནས་པ་ཡིན། །ཨ་ལ་ལ། ལ་ལ་རྟོ་ ཨ་ཨི་ཨྲོ་ ཨ་ར་ལི་རྟོ།
དེ་མེད་མཁའ་འགྲོའི་ཚོགས་རྣམས་ཀྱིས། །བརྟེ་བས་
གཟིགས་ལ་ལས་ཀྱན་མཛོད། ལྷོ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་
ཐམས་ཅད་དང་། །དཔའ་བོ་དང་ནི་རྣལ་འབྱོར་མ། །མཁའ་
འགྲོ་དང་ནི་མཁའ་འགྲོ་མ། །ཀྱན་ལ་བདག་ནི་གསོལ་བ་
འདེབས། འདམ་གྱི་དབུས་སུ་སྐྱེས་པའི་བརྒྱ་བཞིན། །ཆགས་
ལས་སྐྱེས་ཀྱང་ཆགས་པས་སྐྱོན་མ་གོས། །རྣལ་འབྱོར་མ་
མཆོག་བརྒྱའི་བདེ་བ་ཡིས། །སྤྱི་པའི་འཆིང་བ་སྦྱར་དུ་གྲོལ་
བར་མཛོད། །ཨ་ལ་ལ། ལ་ལ་རྟོ་ ཨ་ཨི་ཨྲོ་ ཨ་ར་ལི་རྟོ། དེ་
མེད་མཁའ་འགྲོའི་ཚོགས་རྣམས་ཀྱིས། །བརྟེ་བས་གཟིགས་
ལ་ལས་ཀྱན་མཛོད། ལྷོ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་

དང་། །དཔའ་བོ་དང་ནི་རྣལ་འབྱོར་མ། །མཁའ་འབྱོར་དང་ནི་
མཁའ་འབྱོར་མ། །ཀུན་ལ་བདག་ནི་གསོལ་བ་འདེབས། །སྤང་
ཅིའི་འབྱུང་གནས་རྣམས་ཀྱི་སྤང་ཅིའི་བརྟུང་། །བྱང་བའི་
ཆོགས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར། །མཆོན་ཉིད་དྲུག་ལྟ་
མཆོ་སྤྱེས་རྒྱས་བ་ཡིས། །བརྟུང་བཅེངས་བ་ཡི་རོ་ཡིས་
ཆོམས་བར་མཛོད། །ཨ་ལ་ལ། ལ་ལ་རྟོ་ཨ་ཨི་ཨྲོ་ཨ་ར་ལི་
རྟོ། རི་མེད་མཁའ་འབྱོརི་ཆོགས་རྣམས་ཀྱིས། །བཅེ་བས་
གཟིགས་ལ་ལས་ཀུན་མཛོད། །དེ་ནས་སྟག་གཏོར་རྣམས། རྩྱུ། མ་
དག་འཁྱལ་སྤང་དབྱིངས་སུ་དག །ཨྲོ་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་
བདུད་ཅི་ཆེ། །ཨྲོ་འདོད་དགའི་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོར་གྱུར། །ཨྲོ་
ཨྲོ་རྩྱུ། ལན་གསུམ། རྟོ། ཉིད་འཛིན་སྟགས་དང་ཕྱག་རྒྱས་ཕྱིན་

བརྒྱབས་པའི། །ཟག་མེད་བདུད་ཅིའི་ཚོགས་ལྷག་གྱ་མཚོ་
འདི། །དམ་ཅན་ཞིང་སྐྱོང་ཚོགས་ནམས་མཉེས་སྤྱིར་
འབྱུལ། །ཞི་ལྷ་ཞུ། འདོད་དགའི་དཔལ་ལ་རོལ་བས་ཆིམ་
མཛད་ནས། །ཨེ་མ་ཏོ་ནལ་འབྱོར་འཕྲིན་ལས་ཚུལ་བཞིན་
ལྷབས། ཏོ། །ལྷག་མའི་མགྲོན་ནམས་འཁོར་བཅས་
ཤིས། །ཚོགས་ལྷག་གྱ་མཚོ་འདི་བཞེས་ལ། །བསྟན་པ་རིན་
ཆེན་གྱས་པ་དང་། །བསྟན་འཛིན་ཡོན་མཚོད་འཁོར་བཅས་
དང་། །བྱད་པར་ནལ་འབྱོར་བདག་ཅག་ལ། །ནད་མེད་ཆེ་
དང་དབང་ལྷག་དང་། །དཔལ་དང་གྲགས་དང་སྐལ་བ་
བཟང་། །འོངས་སྐྱོད་གྱ་ཆེན་ཀུན་ཐོབ་ཅིང་། །ཞི་དང་གྱས་ལ་
སོགས་པ་ཡི། །ལས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་བདག་སྟོལ། །དམ་ཚིག་

ཅན་གྱིས་བདག་ལ་སྤྲུངས། །དངོས་གྲུབ་ཀྱན་གྱི་སྒྲོང་གྲོགས་
མཛོད། །དུས་མིན་འཆི་དང་ནད་རྣམས་དང་། །གཤོན་དང་
བགོགས་རྣམས་མེད་པར་མཛོད། །མི་ལམ་ངན་དང་མཆོན་
མ་ངན། །བྱ་བྱེད་ངན་པ་མེད་པར་མཛོད། །འཇིག་རྟེན་བདེ་
ཞིང་ལོ་ལེགས་དང་། །འབྲུ་རྣམས་རྒྱས་ཤིང་ཆོས་འཕེལ་
དང་། །བདེ་ལེགས་སྤུན་སྤུམ་ཆོགས་པ་ཡིས། །ཡིད་ལ་
འདོད་པ་ཀྱན་འབྲུབ་ཤོག། ། ། །ཅེས་བཅོམ། མཁས་གྲུབ་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་
གྱི་མཛད་པའོ། །

༥ དེ་ནས་སྤར་ཡང་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པའི་བྱིར་དང་ཐུགས་རྗེ་བསྐྱེད་པའི་བྱིར་དང་
འདོད་བྱའི་དོན་ལ་སྒྲོན་ཅིང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་སྒོ་སྒྲོང་བ་ལྟན་ཅིག་ཏུ་བྱ་བའི་ཚུལ་
ནི། འདི་ལྟར། ཞིང་མཆོག་དམ་པ་རྗེ་བཙུན་སྒྲུ་མ་ལ། །མཆོད་ཅིང་
གྲུས་པས་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས། །བདེ་ལེགས་རྩ་བ་

མགོན་པོ་བྱོང་ཉིད་གྱིས། །དབྱེས་བཞིན་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་
བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །ལན་གཅིག་ཙམ་ཞིག་སྟེད་པའི་དལ་
འབྱོར་འདི། །སྟེད་དཀའ་སྒྱུར་དུ་འཛིག་པའི་ཚུལ་ཉོགས་
ནས། །དོན་མེད་ཆེ་འདིའི་བྱ་བས་མི་གཡེང་བར། །དོན་ལྡན་
སྟོང་པོ་ལེན་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །ངན་སོང་སྒྲུག་བསྐྱལ་
འབར་བའི་མེས་འཛིགས་ནས། །སྟོང་ནས་དགོན་མཆོག་
གསུམ་ལ་སྐྱབས་འགོ་ཞིང་། །སྒྲིག་སྟོང་དགོ་ཆོགས་མཐའ་
དག་བསྐྱབ་པ་ལ། །བཙོན་པ་སྒྱུར་ལེན་བྱེད་པར་བྱིན་གྱིས་
སྒྲོབས། །ལས་དང་ཉོན་མོངས་ན་སྟོང་དག་དུ་
འཁྱུགས། །སྒྲུག་བསྐྱལ་གསུམ་གྱི་ཚུ་སྟོན་མང་པོས་
གཅེས། །མཐའ་མེད་འཛིགས་རུང་སྟོང་མཆོ་ཆེན་པོ་

ལས། །ཐར་འདོད་ལྷགས་དག་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་
སྐྱོབས། །བཟོད་དགའ་བཙོན་ར་འདྲ་བའི་འཁོར་བ་
འདི། །དགའ་བའི་ཆལ་སྟར་མཐོང་བའི་སྒོ་སྤངས་
ནས། །བསྐྱབ་གསུམ་འཕགས་པའི་ལོར་གྱི་མཛོད་བཟུང་
སྟེ། །ཐར་པའི་རྒྱལ་མཆན་འཛིན་པར་བྱིན་གྱིས་
སྐྱོབས། །ཉམ་ཐག་འགྲོ་བ་འདི་ཀུན་བདག་གི་མ། །ཡང་ཡང་
བྱིན་གྱིས་བསྐྱངས་པའི་ཚུལ་བསམས་ནས། །སྟུག་པའི་བྱ་
ལ་བརྩེ་བའི་མ་བཞིན་དུ། །བཙས་མིན་སྟོང་རྗེ་སྐྱེ་བར་བྱིན་
གྱིས་སྐྱོབས། །སྟུག་བསྐྱལ་ཕྱ་མོ་ཙམ་ཡང་མི་འདོད་
ཅིང་། །བདེ་ལ་ནམ་ཡང་ཆོག་ཤེས་མེད་པར་ནི། །བདག་དང་
གཞན་ལ་བྱད་པར་ཡོད་མིན་ཞེས། །གཞན་བདེ་དགའ་བ་

སྐྱེད་པར་བྱེན་གྱིས་སྒྲོབས། །རང་ཉིད་གཅེས་པར་འཛིན་
པའི་གཙང་ནད་འདི། །མི་འདོད་སྤྱག་བསྐྱེད་སྐྱེད་པའི་སྤྱར་
མཐོང་ནས། །ལེ་ལན་བདས་ལ་འཁོན་དུ་བབྱང་བྱས་
ཏེ། །བདག་འཛིན་གདོན་ཆེན་འཛོམས་པར་བྱེན་གྱིས་
སྒྲོབས། །མ་ནམས་གཅེས་བབྱང་བདེ་ལ་འགོད་པའི་
སྒྲོ། །མཐའ་ཡས་ཡོན་ཏན་འབྱུང་བའི་སྒྲོར་མཐོང་ནས། །འགྲོ་
བ་འདི་དག་བདག་གི་དབྱར་ལངས་ཀྱང་། །སྒྲོག་ལས་གཅེས་
པར་འཛིན་པར་བྱེན་གྱིས་སྒྲོབས། །མདོར་ན་གྱིས་པ་རང་
དོན་ཁོ་ན་དང་། །བྱབ་དབང་གཞན་དོན་འབའ་ཞིག་མཛད་པ་
ཡི། །སྐྱོན་དང་ཡོན་ཏན་དབྱེ་བ་རྟོགས་པའི་སྒྲོས། །བདག་
གཞན་མཉམ་བཞེ་རུས་པར་བྱེན་གྱིས་སྒྲོབས། །རང་ཉིད་

གཅེས་འཛིན་རྒྱུད་པ་ཀུན་གྱི་སྒོ། །མ་རྣམས་གཅེས་འཛིན་
ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞི། །དེ་ཕྱིར་བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་རྣལ་
འབྱོར་ལ། །ཉམས་ལེན་སྒྲིང་པོར་བྱེད་པར་བྱིན་གྱིས་
སྒྲོབས། །དེས་ན་རྗེ་བཙུན་སྒྲ་མ་བླགས་རྗེ་ཅན། །མ་གྱུར་
འགྲོ་བའི་སྒྲིག་སྒྲིབ་སྒྱུག་བསྐྱེལ་ཀུན། །མ་ལུས་ད་ལྟ་བདག་
ལ་སྒྲིན་པ་དང་། །བདག་གི་བདེ་དགེ་གཞན་ལ་བཏང་བ་
ཡིས། །འགྲོ་ཀུན་བདེ་དང་ལྷན་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །སྒྲོད་
བཙུད་སྒྲིག་པའི་འབྲས་བུས་ཡོངས་གང་སྟེ། །མི་འདོད་སྒྱུག་
བསྐྱེལ་ཆར་ལྟར་བབས་གྱུར་གྱང་། །ལས་ངན་འབྲས་བུ་བད་
པའི་རྒྱར་མཐོང་ནས། །རྒྱེན་ངན་ལམ་དུ་ཡོངས་པར་བྱིན་
གྱིས་སྒྲོབས། །མདོར་ན་བཟང་ངན་སྒྲིང་བ་ཅི་ཤར་

ཡང་། །ཆོས་ཀུན་སྒྲིང་པོ་སྟོབས་ལྡེའི་ཉམས་ལེན་གྱིས། །བྱང་
ཆུབ་སེམས་གཉིས་འཕེལ་བའི་ལམ་བསྐྱར་ཏེ། །ཡིད་བདེ་
འབའ་ཞིག་བསྒྲུམ་པར་བྱེན་གྱིས་སྟོབས། །སྟོར་བ་བཞི་དང་
ལྡན་པའི་ཐབས་མཁས་གྱིས། །འཕྲུལ་ལ་གང་ཐུག་སྟོམ་ལ་
སྟོར་བ་དང་། །སྟོ་སྟོང་དམ་ཚིག་བསྐྱབ་བྱའི་ཉམས་ལེན་
གྱིས། །དལ་འབྱོར་དོན་ཆེན་བྱེད་པར་བྱེན་གྱིས་
སྟོབས། །གཏོང་ལེན་སྦྱང་ལ་བསྟོན་པའི་འཕྲུལ་འདེགས་
ཅན། །བྱམས་དང་སྒྲིང་རྗེ་ལྷག་པའི་བསམ་བ་ཡིས། །འགྲོ་
ནམས་སྤིད་མཆོ་ཆེ་ལས་སྟོལ་བའི་བྱིར། །བྱང་ཆུབ་སེམས་
ཉིད་འབྱོངས་པར་བྱེན་གྱིས་སྟོབས། །དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་
ཀུན་གྱི་བགྲོད་གཅིག་ལམ། །ནམ་དག་རྒྱལ་སྤྲས་སྟོམ་པས་

རྒྱུད་བསྐྱམས་ཞིང་། །ཐེག་མཆོག་ཚུལ་བྲིམས་གསུམ་གྱི་
ཉམས་ལེན་ལ། །བརྩོན་པ་ལྷུང་ལེན་བྱེད་པར་བྱིན་གྱིས་
རྫོབས། །ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་དུས་གསུམ་དགེ་ཆོགས་
བཅས། །སེམས་ཅན་རང་རང་འདོད་པའི་དངོས་བསྐྱར་
ཏེ། །ཆགས་མེད་གཏོང་སེམས་སྤེལ་བའི་མན་ངག་
གིས། །སྦྱིན་པའི་པར་བྱིན་རྫོགས་པར་བྱིན་གྱིས་
རྫོབས། །སོ་ཐར་བྱང་སེམས་གསང་སྒྲགས་སྒྲོམ་པ་
ཡི། །བཅས་མཆོམས་སྟོག་གི་བྱིར་ཡང་མི་གཏོང་
ཞིང་། །དགེ་ཆོས་རྒྱད་དང་སེམས་ཅན་དོན་སྦྱབ་པའི། །ཚུལ་
བྲིམས་པར་བྱིན་རྫོགས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །ཁམས་
གསུམ་སྐྱེ་དགུ་མ་ལུས་བྲིས་གྱུར་ཏེ། །གཤེ་ཞིང་མཆང་འབྱ་

བསྐྱེགས་ཤིང་སློག་གཙོད་ཀྱང་། །མི་འབྲུགས་གཙོད་ལན་
པན་པ་སྐྱབ་བྱེད་པའི། །བཟོད་པའི་པར་བྱེད་རྩོགས་པར་བྱེད་
བྱིས་སྒྲོབས། །སེམས་ཅན་རེ་རེའི་བྱིར་ཡང་མནར་མེད་
པའི། །མི་ནང་བསྐྱེད་པ་བྱ་མཆོར་གནས་དགོས་ཀྱང་། །སྙིང་
རྩེས་མི་སློབ་བྱང་ཚུབ་མཆོག་བཙོན་པའི། །བཙོན་འགྲུས་པར་
བྱེད་རྩོགས་པར་བྱེད་བྱིས་སྒྲོབས། །བྱིང་གོད་ནམ་པར་
གཡེང་བའི་སློན་སྤངས་ནས། །ཆོས་ཀྱན་བདེན་པས་སྙིང་
པའི་གནས་ལུགས་ལ། །ཅི་གཅིག་མཉམ་པར་འཛོག་པའི་
ཉིང་འཛིན་བྱིས། །བསམ་གཏན་པར་བྱེད་རྩོགས་པར་བྱེད་
བྱིས་སྒྲོབས། །དེ་ཉིད་སོ་སོར་རྩོགས་པའི་ཤེས་རབ་
བྱིས། །བྲངས་པའི་ཤིན་སྐྱངས་བདེ་ཆེན་དང་འབྲེལ་བ། །དོན་

དམ་མཉམ་བཞག་ནམ་མཁའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས། །ཤེས་རབ་
པར་བྱིན་རྫོགས་པར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས། །བྱི་ནང་ཆོས་
ནམས་སྐྱུ་མ་མི་ལམ་དང་། །དྲངས་པའི་མཆོ་ནང་ཟླ་
གཟུགས་ངི་བཞིན་དུ། །སྒྲིང་ཡང་བདེན་པར་མེད་པའི་ཚུལ་
རྫོགས་ནས། །སྐྱུ་མའི་ཉིང་འཛིན་རྫོགས་པར་བྱིན་གྱིས་
སྟོབས། །འཁོར་འདས་རང་བཞིན་རྒྱལ་ཅ་མ་མེད་པ་
དང་། །རྒྱ་འབྲས་ཉེན་འབྲེལ་བསྐྱུ་བ་མེད་པ་གཉིས། །ཕན་
ཚུན་འགལ་མེད་གྲོགས་སུ་འཆར་བ་ཡི། །སྐྱུ་སྐྱུ་བ་དགོངས་
དོན་རྫོགས་པར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས། །དེ་ནས་རྫོ་རྫོ་འཛིན་པའི་
དེད་དཔོན་གྱི། །བྱིན་ལས་རྒྱུད་སྡེ་རྒྱ་མཆོའི་འཛིངས་བཀལ་
ཏེ། །དངོས་གྲུབ་རྩ་བ་དམ་ཆོག་སྟོམ་པ་ནམས། །སྟོག་ལས་

གཅེས་པར་འཛིན་པར་བྱེན་གྱིས་སྒྲོབས། །སྐྱེ་ཞི་བར་དོ་
ཀྱལ་བའི་སྐྱ་གསུམ་དུ། །སྐྱར་བའི་རིམ་པ་དང་པོའི་ནྣལ་
འབྱོར་གྱིས། །ཐ་མལ་སྒྲང་ཞེན་དེ་མ་ཀུན་སྒྲངས་ཏེ། །གང་
སྒྲང་ལྟ་སྐྱར་འཆར་བར་བྱེན་གྱིས་སྒྲོབས། །སྐྱིང་གའི་འདབ་
བརྒྱད་རྒྱུ་འི་དབུས་དག་ཏུ། །མགོན་ཁྱོད་ཞབས་སེན་བཀོད་
པ་ལས་བྱུང་བ། །འོད་གསལ་སྐྱ་ལུས་བྱུང་དུ་འཇུག་པའི་
ལམ། །ཆེ་འདིར་མཛོན་དུ་འབྱུར་བར་བྱེན་གྱིས་
སྒྲོབས། །ལམ་སྐྱ་མ་བེན་འཆི་བའི་དུས་བྱེད་ན། །བཙན་
ཐབས་འཆང་ཀྱ་སྒྲ་མའི་འཕོ་བ་ནི། །སྟོབས་ལྡ་ཡང་དག་སྐྱར་
བའི་གདམས་དག་གིས། །དག་པའི་ཞིང་དུ་བཞུད་པར་བྱེན་
གྱིས་སྒྲོབས། །མདོར་ན་སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ། །མགོན་

པོ་ཁྱོད་གྱིས་འབྲལ་མེད་རྗེས་བཟུང་ནས། །སྐྱ་གསུང་ཐུགས་
གྱི་གསང་བ་ཀུན་འཛིན་པའི། །སྤྲས་གྱི་ཐུ་བོར་འབྱུང་བར་
བྱེན་གྱིས་སྒྲོལ་ས། །མགོན་ཁྱོད་གང་དུ་མཛོན་པར་སངས་
རྒྱས་པའི། །འཁོར་གྱི་ཐོག་མ་ཉིད་དུ་བདག་གྱུར་ཏེ། །གནས་
སྐབས་མཐར་ཐུག་དགོས་འདོད་མ་ལུས་པ། །འབད་མེད་
ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་བཀའ་ཤེས་སྟོལ། །དེ་ལྟར་གསོལ་བ་
བཏབ་པས་སྒྲ་མ་མཆོག། །བྱེན་གྱིས་བརྒྱབ་བྱིར་དབྱེས་
བཞིན་སྐྱི་བོར་བྱོན། །སྤར་ཡང་སྤྲོད་གའི་བརྒྱའི་ཟེའུ་འབྱུ་
ལ། །ཞབས་སེན་འོད་ཆགས་བཏྱན་པར་བཞུགས་སུ་
གསོལ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་གྱིས་སྒྲ་མ་དང་ལྷག་པའི་ལྷ་དང་རང་གི་སེམས་གསུམ་ངོ་བོ་
དབྱེར་མེད་དུ་བྱས་ཏེ། སྤྱོད་ལམ་ཐམས་ཅད་དུ་གང་སྤང་བདེ་སྤོང་གི་རང་བཞིན་ལྷ་དང་ལྷ་
མོའི་རྣམ་ཐོལ་ཏུ་བལྟ་བ་སོགས་བསྐྱེད་རྫོགས་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་དང་། ལམ་གྱི་

རིམ་པའམ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྒོ་སྒྲོང་གི་གནད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ལ་སྒོ་སྒྲོང་བ་རྣམས་ཡ་
མ་བུལ་བའི་ཉམས་ལེན་ལ་བརྩོན་པར་བྱ་ཞིང་། མཇུག་ཏུ་དགོ་བ་རྣམས་བཟང་པོ་སྒྲོད་པ་
ལ་སོགས་པ་སྒྲོན་ལམ་གྱི་རྒྱས་འདེབས་ཤིང་། མདོར་བསྟུ་ན།

༥ འདི་ལྟར་བགྱིས་པའི་རྣམ་དཀར་དགོ་བ་
ཡང་། །དུས་གསུམ་བདེ་གཤེགས་སྤྲས་བཅས་ཐམས་ཅད་
གྱི། །མཛད་པ་སྒྲོན་ལམ་མ་ལུས་བསྐྱབ་པ་དང་། །ལུང་
རྫོགས་དམ་ཆོས་འཛིན་པའི་རྒྱ་རུ་བསྟོ། །དེ་ཡི་མཐུ་ལས་ཆེ་
རབས་ཀུན་ཏུ་བདག །ཐེག་མཆོག་འཁོར་ལོ་བཞི་དང་མི་
འབྲལ་ཞིང་། །ངེས་འབྱུང་བྱང་སེམས་ཡང་དག་ལྟ་བ་
དང་། །རིམ་གཉིས་ལམ་གྱི་བགྲོད་པ་མཐར་ཐྱིན་ཤོག །ཅས་
བསྟོ་བ་དང་སྒྲོན་ལམ་བྱ་ཞིང་། མན་ངག་གི་གནད་འགའ་ཞིག་ཞལ་ལས་ཀྱང་ཤེས་པར་
བྱའོ། །དེ་ལྟར་ཞག་རེ་བཞིན་རྒྱན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་དུ་བསྤྲས་ན་མདོ་སྤྲགས་ཐམས་ཅད་གྱི་སྒྲིང་
པོ་ཉམས་སུ་སྒྲངས་པར་འབྱུང་ཞིང་འདི་ཕྱིའི་ལེགས་ཆོགས་ཐམས་ཅད་གྱི་ཅ་བ་བརྟན་པར་

འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། ། རྩམས་པ། མདོ་རྒྱུད་དམ་པའི་མན་ངག་འོ་མའི་མཆོ། །རྣམ་དབྱེད་ས་
འཛིན་དབང་པོས་བསྐྱབས་པ་ལས། །སྟོན་མེད་ལེགས་བཤད་བདུད་རྩིའི་ཀ་ལ་ཤ། །སྐལ་
བཟང་ལེགས་བྲིས་ཆོགས་ཀྱི་ཉིར་འཆོར་གྲུབ། །གང་འདི་གྲུས་ལྡན་སྟོབ་མ་མཐའ་དག་གི། །
སྙིང་ལུན་མ་ལུས་སེལ་བའི་སྟོན་མེ་དང་། །འཛིག་རྟོན་འཛིག་རྟོན་འདས་པའི་དགོ་ལེགས་
ནི། །མཐའ་དག་ལྷུར་དུ་འགྱུགས་པའི་ལྷགས་ཀྱུང་ཡིན། །ཚུལ་འདིར་འབད་ལས་བྱང་
བའི་དགོ་བའི་ཆོགས། །ཆེ་ལྟར་དཀར་བ་གང་ཞིག་ཐོབ་པ་དེ། །དགོ་ལེགས་རྩ་བ་དམ་
པའི་མགོན་རྣམས་ཀྱིས། །འགོ་ཀུན་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་རྒྱ་རུ་བསྟོ། ། །

༥ མིང་ཞིའི་རྣམ་དཀར་རི་སྙེད་དགོ་མཆན་གྱིས། །དེང་
འདིར་མི་ཤིས་རྒྱུད་པ་ཀུན་བལ་ཏེ། །གནས་སྐབས་མཐར་
བྱག་དགོ་ལེགས་རྣམ་མཁའི་མདོད། །ལུན་ཆོགས་དཔལ་ལ་
རོལ་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །ཀུན་མཁྱེན་སྟོ་བཟང་གྲགས་པའི་
ཆོས་ཀྱི་སྒྲེང་། །བསྐྱབ་གསུམ་རྣམ་དག་རྩེ་གཅིག་སྐྱབ་ལ་
བརྩོན། །རྣལ་འབྱོར་རབ་བྱང་ཆོགས་ཀྱིས་ཡོངས་གང་

བས། ། ཐུབ་བསྟན་ཡུན་དུ་གནས་པའི་བཟ་ཞེས་
ཞོག ། གཞོན་ཀུའི་དུས་ནས་སྒྲ་མ་སྟ་མཆོག་ལ། ། གསོལ་བ་
བཏབ་པས་སྒྲོ་བཟང་གྲགས་པ་ཡི། ། བྱིན་རྒྱབས་ཞུགས་ནས་
གཞན་དོན་སྟུན་གྱིས་བྱལ། ། སྒྲོ་བཟང་དོ་རྗེ་འཆང་གི་བཟ་
ཞེས་ཞོག ། འདོད་དགའའི་འབྱོར་པ་དབྱར་གྱི་མཆོ་སྟར་
འཕེལ། ། སྒྱོན་མེད་རིགས་ཀྱི་དལ་འགོ་རྒྱན་ཆད་མེད། ། ཉིན་
མཆོན་སྒྲོ་བཟང་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱིས་འདལ། ། ཐུན་ཆོགས་
དཔལ་ལ་རོལ་པའི་བཟ་ཞེས་ཞོག ། བདག་སོགས་རྣམས་
ཀྱིས་དེང་ནས་བྱང་ཆུབ་བར། ། བཀྱིས་དང་བཀྱིད་འབྱུར་
དགོ་བ་ཅི་བསགས་པ། ། ཞིང་འདིར་རྗེ་བཙུན་དམ་པའི་

གཟུགས་ཀྱི་སྒྲུ། །འགྱུར་མེད་རྗེ་རྗེ་ལྷ་ར་བཏྟན་བཟུ་ཤེས་

ཤོག ། །

༥ སྒྲུ་སྒྲུ། ལྷ་མེད་ལྷ་འཇུག་སྒྲུ་བ་པའི་ཉེ་ལམ་མཆོག། ལྷ་མ་མཆོད་པའི་ཆོ་གའི་ངག་འདོན་
དཔར། །ལྷ་མེད་མན་བདེའི་འདོད་པ་འཇོ་བའི་སྒྲུ། །ལྷ་མ་སྒྲུ་ལ་གྲུས་སྒྲུ་གང་དེས་
བསྒྲུ། །དགོ་འདིས་ལྷ་མའི་བྱེན་རྒྱ་བས་བདུད་ཅིའི་བཅུད། །སྒྲིང་དབུས་ལྷ་མ་སངས་རྒྱས་
འདུས་སྒྲུར་བཞེངས། །སྒྲིང་སྒྲིང་ལྷ་མར་ཤར་བའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས། །བྱུང་བདག་ལྷ་མའི་གོ་
འཕང་སྒྲུར་ཐོབ་ཤོག །ཞེས་ལྷ་མ་མཆོད་པའི་ཆོ་ག་འདི་ནི་འདུལ་བ་འཇོན་པ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་
པ་དང་། ལྷོ་བཟང་སྒྲུ་ཆོགས་གཉིས་ཀྱིས་འདི་སྒྲུ་བྱུ་ཞིག་དགོས་ཞེས་ཡང་ཡང་བསྒྲུལ་བ་
ལ་བཏྟན་ནས། །ཤུའི་དགོ་སྒྲིང་སྒྲོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་གྲུ་ཆེན་སྒྲིང་གིས་
མཛད་པའི་ལྷ་མ་མཆོད་པ་དང་། དཔར་ལོ་ཆེན་པོས་མཛད་པའི་ལྷ་མ་མཆོད་པ་དང་། ས་སྒྲུ་
པའི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉིན་ཆེན་པོ་དུ་མས་མཛད་པའི་ལྷ་མ་མཆོད་པ། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་
པ་དགོ་འདུན་རྒྱ་མཆོས་མཛད་པའི་ལྷ་མ་མཆོད་པ་དང་། མཁས་གྲུ་ཆེན་པོ་མཁན་པོ་
རིན་པོ་ཆེ་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་མཛད་པའི་ལྷ་མ་མཆོད་པ་དང་། གཞན་ཡང་གྲུ་
མཐའ་སོ་སོའི་ལྷ་མ་མཆོད་པ་མང་པོ་ཞིག་མཐོང་ཞིང་། བཟོད་བྱའི་དོན་རྣམས་ཁོང་དུ་ཅུད་
པར་གྲུས་ཉེ་ལེགས་པའི་ཆ་ཐམས་ཅད་ལེགས་པར་བསྒྲུས་ནས། མདོ་རྒྱད་དམ་པའི་མན་

ངག་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཆོག་སྒྲོར་སྤངས་ཏེ་གོ་བདེ་བར་ཆོས་བྲལ་ཆེན་པོ་བཀའ་གཤེས་ལྷན་པོའི་
གཟེམས་ཁང་རྒྱལ་མཆན་མཐོན་པོའི་ཡང་ཐོག་དུ་སྤྱར་བའོ། །