

༡༡། །འཕགས་བསྟོད་བཞུགས་སོ།།

༡༡། །ན་མོ་ལྷ་རྩ་ལོ་གེ་ལྷ་རྩ་ཡ། །སྟོགས་བཅུ་ལྷ་ལ་  
བ་རབ་འབྱམས་ཞིང་གི་རྩ་ལ་དང་མཉམ་པ་དེ་དག་  
གི། །འགྲོ་ལ་ཆགས་པས་ཀུན་ཏུ་ཆགས་པའི་སྙིང་རྩེ་རྒྱ་  
མཚོ་ལྷ་བྱར་བཅ། །དེ་ལས་འཁྱུངས་པའི་ཡོན་ཏན་ལྷན་  
རྩེགས་སྟུན་རས་གཟིགས་ཞེས་རྣམ་གྲགས་པ། །མགོན་པོ་  
བདག་ཅག་ཀུན་གྱིས་བསྟོན་འོས་རིན་ཆེན་རི་འབྲ་དེ་ལ་  
འདུད། །དྲི་མེད་ཚུ་སྟེས་གསར་པའི་དབྱས་སུ་བསེལ་བེར་  
གང་བའི་དགྱིལ་འཁོར་སྟེང་། །བརྒྱའི་འདབ་ལྷར་རྣམ་པར་  
དག་པའི་ཞབས་གཉིས་མཉམ་པའི་ཚུ་ལ་བཞུགས་  
ཏེ། །འཇིག་རྟེན་དག་ན་ལྷ་བ་ཉ་འབྲ་ཀུན་ཏུ་ལྷམ་མེར་  
གསལ་བ་བྱོད། །མཐོང་བའི་མོད་ལ་སྙིང་གི་གདུང་སེལ་

ཀུན་ནས་དགའ་བ་རྒྱས་པར་མཛད། །ཁ་བའི་རིག་པ་ལྟ་  
བུར་བ་སེལ་ཡང་བདུད་ཀྱི་སྡེ་ནམས་ལྟག་པར་  
བསྐྱེད། །མཐའ་དག་མཆོན་མའི་ཚེས་ལས་འདས་ཀྱང་  
སྟོས་པ་དུ་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་སྤང་། །སྤྱིང་ལས་བཀྲལ་ཡང་  
སྤྱིང་པ་གསུམ་དུ་སྐྱེ་བ་ཏྱག་ཏུ་སྟོན་མཛད་པའི། །སྐྱུ་མ་རི་  
བཞིན་ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱོད་ལ་སྟོང་དང་ལྡན་ནམས་རོ་མཆར་  
འགྱུར། །ནམ་པ་ཀུན་ཀྱི་རྗེས་སུ་ཞུགས་པ་སྟོན་མཆོན་  
ནམ་མཁའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཏེ། །སྐལ་ལྡན་སྐྱེ་བོས་ཏྱག་ཏུ་  
བསྟེན་པས་སྐྱོ་མེད་ས་གཞི་ཉིད་དུ་གྱུར། །འཇིག་རྟེན་  
ཡོངས་ཀྱི་གཏི་མུག་མུན་པ་མཐར་མཛད་ཉི་མ་འབར་བ་  
དང་། །ཞེ་སྤང་ཡིད་བསྐྱེད་གདུང་བ་སེལ་བའི་རི་བོང་མཆོན་  
མ་འཇིན་པ་ཅན། །དུམ་རྩི་ཀ་རབ་ཏུ་བཞད་པའི་ཞལ་ཀྱི་  
དཀྱིལ་འཁོར་མཛེས་སྟོན་ཅིང་། རི་མེད་དུང་དང་ཆུ་ཤེལ་

ལྟར་དཀར་ལྟ་ན་སྐྱུག་པའི་ལང་ཚོ་ཅན། །བསམ་ཡས་  
མཆོད་སྒྲིན་རྒྱས་པའི་དབྱས་ན་སྒྲོལ་མཛད་སྐྱུ་མའི་ཅེད་  
འཛོ་དང་། །བདེ་གཤེགས་རྒྱལ་སྤྲས་སྤོ་བའི་དབྱང་སོགས་  
གངས་མེད་འཁོར་གྱི་དབྱས་ན་བརྗེད། །མེ་དང་ཚུ་སྐྱང་  
སྐལ་པ་ངན་དང་རྒྱལ་པོའི་འཛིགས་པ་ལ་སོགས་པ། ཤེན་  
ཏུ་ཉམ་ཐག་གནས་སུ་སྐྱང་བའི་སྐྱུག་བསྐྱལ་བརྒྱ་ཡིས་  
གཙེས་པ་ཀུན། །སྤྱོད་གྱི་འོད་ཟེར་ལྷ་བ་བཀྲས་འདྲའི་ལུ་གུ་  
རྒྱད་གྱིས་ཉེར་བྲངས་ནས། །ལྟ་ཡི་དཔལ་དང་རབ་ཏུ་ལྡན་  
པའི་བདེ་བ་མཆོག་ལ་མཛོན་པར་སྒྲོར། དེ་ཞེས་ལན་བྱ་སྒྲི་  
བོར་བཅིངས་པ་ནམ་མཁའི་འོད་དང་རབ་འདྲེས་ལ། །རྒྱལ་  
བའི་དབང་པོ་འོད་དཔག་མེད་སྐྱུ་རིགས་གྱི་ཅོད་པན་དབྱ་ལ་  
མཛེས། །ཕྱག་གཡས་མཆོག་སྒྲིན་ཅེ་མོ་ལས་བབས་  
བདུད་ཅེ་དཀར་པོའི་ཐེགས་པ་ནི། །ལུ་ཉིག་འོད་ཆགས་

རྟག་ཏུ་སྦྱངས་པས་ཡི་དྲགས་ཀྱི་གདུང་བ་  
འཛོམས། །ཕྱག་གཡོན་སྟ་བུར་ངོས་ལ་བརྟེན་པའི་འབྲིང་  
བག་ཡིད་འོང་གཙང་མའི་སྒྱ། །ཆངས་དབང་ལ་སོགས་  
དེགས་ལྡན་འདུད་པས་ཁྱོད་ནི་འཛིག་རྟེན་ཀྱི་དབང་  
ཕྱག །འཁོར་ལོ་བརྒྱ་མདའ་དང་གཞུ་ཡི་ཕྱག་རྒྱ་སོགས་  
ཀྱིས་རབ་སྤྲ་བའི། །སྟོང་ཕྱག་ཕྱག་དང་སྦྱོན་སྟོང་མདའ་བ་  
བརྩ་གཅིག་ཞལ་བཟང་ཡང་དག་སྟོན། །ལ་ལར་གདུག་  
ཅན་སྒྲ་ཡི་དེད་དཔོན་སེངྒེའི་སྒྲ་དང་གཞན་དུ་ནི། །དོན་ཡོད་  
ཞགས་དང་མགྲོན་སྟོན་ལ་སོགས་ནམ་པ་དུ་མའི་ཆོ་འཕྲུལ་  
འབྲེད། །རེས་འགའ་བག་གས་འཛོམས་ཁོ་རྒྱལ་རྟ་མགྲོན་  
ལེགས་ལྡན་ནག་པོའི་ཚུལ་ལ་སོགས། །དྲག་ཤུལ་ནས་  
གསུམ་འགོངས་པ་སྟོན་ཡང་ཕྱགས་ནི་བརྟེ་ལས་གཡོ་མི་  
མངལ། །ནམ་མཁའི་ལམ་གྱི་རྗེས་སུ་སོང་བའི་འཛིག་རྟེན་

ཀྱུ་ཆེན་མཐའ་མ་མཆིས། །དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་སེམས་ཅན་གྲངས་  
མཚུངས་ཁྱོད་ཀྱི་སྦྱལ་བ་དེ་སྙེད་ཅིག། །རབ་དུ་སྒྲོ་ཡང་བ་  
སྦྱེའི་ཅེ་ཅ་མ་གཡོ་སྦྱམ་བའི་དུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། །ཆར་སྒྲིན་  
ལས་ནི་ཆུ་ཆར་བཞིན་དུ་འབད་བའི་རྟོག་བ་མངའ་མ་  
ལགས། །རྣམ་བ་འགར་ཡང་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་མི་འགྱུར་  
ཆིག་ནི་ཡོངས་སུ་སྤངས། །རང་རང་སྒྲོ་དང་རྗེས་སུ་མ་བྱུན་  
བའི་འགག་མེད་དབྱངས་ཀྱི་ཡན་ལག་ནི། །ཀྱུ་མཆོའི་རྩལ་  
ཀྱི་གྲངས་ལས་འདས་བའི་ཆོས་ལམ་ཉེ་བར་སྒྲོན་མཛད་  
བ། །ཁྱོད་གསུང་སུ་ཡི་ན་བར་སྦྱང་ཡང་བཀའ་ལ་ཡང་  
དག་གནས་བར་འགྱུར། །དི་བའི་རྒྱུད་མང་སྒྲུ་དང་འཐབ་  
བའི་ཡིད་འོང་ན་ཆུང་སྦྱ་སྦྱ་བྱ། །ཡིད་དུ་འཐད་ཀྱང་ཆགས་  
ལྡན་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་ཀྱི་འདོད་བ་མ་ལུས་འཛོམས། །ནམ་  
མཁའ་བྱབ་བའི་འབྲུག་སྒྲུ་ཇི་བཞིན་ཟབ་མོར་འབྱེན་ཡང་དེ་

ཡི་མོད། །འཛིག་ས་པས་སྐྱག་པ་དེ་དག་གི་ཡང་སྐྱག་  
བསྐྱལ་མིང་གི་སྐྱག་མར་མཛད། །འཁོར་བ་པ་རྣམས་ཏྱག་  
ཏུ་གཡོ་བའི་སྐྱེ་བ་ཡང་དག་སྒོལ་སྦྱང་དུ། །རྣམ་པ་ཀུན་ལྡན་  
གསང་མཐོར་སྐྱོག་པའི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་སྒྲོན་འགྲོ་  
བ། །དུས་གསུམ་གཏོགས་པའི་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་གསུང་  
དབྱངས་ངེས་པ་རབ་རྫོགས་པས། །སྤྲ་མེད་འབྱོར་པའི་  
དབང་སྐྱག་བྲིད་ནི་འཛིག་ཏེན་ཀུན་གྱི་སྤྲ་མར་གྲགས། །སྐྱེ་  
བོ་གང་དག་རང་སྐྱག་ཉིད་ཀྱང་ངེས་འགའ་བྲོ་བའི་དབང་  
གྱུར་ཏེ། །གསོད་པར་བརྩམས་མོད་བྲིད་ཀྱིས་འགྲོ་རྣམས་  
བྱ་དང་འདྲ་བར་ཏྱག་དགོངས་ནས། །གཞོད་འགྱུར་ཆ་ཙམ་  
སྐྱགས་ཀྱིས་དགོངས་པ་རིང་མོ་ཞིག་ནས་བཏང་བས་  
ན། །བདག་འདྲ་རང་ལ་བརྩེ་བ་དེས་ཀྱང་བྲིད་སྐྱགས་སྦྱང་  
རྗེའི་ཆར་མི་མོད། །ག་བྱར་ཙ་རྒྱན་ཟུ་ཤིང་ལ་སོགས་ཆབ་

གྱིས་སྤངས་པ་ལྟར་བསེལ་བའི། །ཞི་བའི་གཟིགས་སྤངས་  
ནམ་ཡང་མིའདྲུ་ལ་རིགས་དྲུག་སྟུན་རས་བཅའ་མེད་  
ཀྱི། །སྤྱོད་སྤང་སྟོས་པ་ཆོས་ཀྱི་དབྱེངས་སུ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་  
དགོངས་པ་ནི། །བདེ་བ་མཆོག་གིས་ཏྲག་ཏུ་འབྱུང་བཞིན་  
གཡོ་བ་མེད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །སྟོགས་ཀྱན་འབར་བའི་  
མེ་ལྷུས་བསྟེན་ཅིང་ཁ་གདངས་མིག་རྩ་དམར་ཁྲིད་  
པའི། །གཤེད་མས་ཁོར་ཡུག་ཀྱན་ནས་འཛིགས་བསྐྱེད་ལ་  
ལ་བྱངས་ཞུན་འབར་བའི་ཁྲིད། །འབྲུ་ལྟར་ཆོད་པའི་ཆ་  
དཔྱལ་གནས་སུ་བདུད་རྩི་ཆར་གྱིས་བསེལ་བ་  
དང་། །འག་རུས་འགས་བྱེད་གང་བས་ཉན་རྣམས་རྫོ་བའི་  
རིག་པས་སྟོབ་ཏུ་གསོལ། །སྟོ་བ་རི་མཚུངས་མགྱིན་པ་  
འགག་ཅིང་ཡན་ལག་རྩ་ཕྱན་བཞིན་དུ་སྤྱ། །ལུས་བསྐྱམས་  
ཐལ་བས་རབ་གཡོགས་སྟུ་ཆོགས་འཐབ་ལས་མེ་ཡི་ཆ་ཆ་

འབབ། །ཕུ་ལྷ་དག་ཀྱང་བལྟས་པ་ཙམ་གྱིས་སྐྱེས་འགྱུར་  
རྟག་ཏུ་ངལ་བ་དང་། །བགྱེས་པས་གདུང་བའི་ཡི་དྲགས་  
ནམས་ལ་བས་གོས་བདུད་རྩིའི་ཆར་པ་སྒྲེལ། །བས་ཁམ་  
ཙམ་གྱི་འདོད་ལ་སྐྱེས་པས་སྤྲ་མོའི་བདེ་བ་དེ་ཡི་  
སྤང། །གཅེས་པའི་སློག་ཀྱང་ཡལ་བར་འདོར་བགྱིད་སྤང་  
དོར་འགའ་ཡང་སྐབས་མི་སྤྱེད། །དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་མི་  
སྤྱག་ལ་བརྟེན་གྱིན་ཏུ་སྐལ་དམན་དུད་འགྲོ་ནམས། །སྤྱར་  
དུ་དག་བའི་དྲན་པ་ཐོབ་ཅིང་བདེ་བའི་འཆོ་བ་སྐྱེལ་ཏུ་  
གསོལ། །རྟོར་བུ་འབར་བའི་གཞལ་མེད་ལ་བརྟེན་ཆངས་  
པའི་རྒྱལ་པོའི་དཔལ་དེ་ཡང་། །མི་རྟག་ཉམས་ནས་མནར་  
མེད་མེ་ནང་རྩས་པ་རྐང་ཡང་འབར་འགྱུར་ཞིང་། །རེག་ན་  
བདེ་བའི་མལ་སྟན་འཇམ་དང་ཡིད་འོང་སྤྱེད་ཆལ་དོགས་རྩེ་  
བའི། །སྤྱ་བུ་ཉིད་ཀྱང་འགྱུར་བྱེད་འཐུང་ཞིང་སྤྱགས་གྱི་



ཆེར་རྒྱུ་ཐང་ལ་འདྲད། །མཐོ་བ་ཉིད་ཀྱང་མི་རིང་དུས་སུ་  
ཀང་པས་བསྐྱུན་འོས་བྲན་དུ་འགྱུར། །ལང་ཆོ་འདི་ཡང་  
ཡུད་ཀྱིས་ཉམས་འགྱུར་སྟོན་མཐའི་མེ་ཉོག་ངེ་སྟ་  
བ། །འགྱོར་པ་འདི་ཡང་དུས་ཀྱིས་འདོར་ངེས་བརྟན་པོའི་  
རྒྱན་ལ་དགའ་སྟམ་བཞིན། །བདག་གི་ཆོ་ཡང་སྟོག་འོད་  
འགྱུ་བཞིན་སྐད་ཅིག་ཙམ་ཞིག་འདིར་སྒྲང་སྟེ། །འཇིག་རྟེན་  
འདི་ཡི་ཕ་རོལ་ཞེས་བྱ་སྒྲར་འདྲིས་དངོས་པོ་ཐག་བསྐྱང་  
བའི། །སྟན་ཁོད་སྟུག་པོར་བདག་ཉིད་གཅིག་བྱ་རྣམ་པར་  
འབྱམས་འགྱུར་དེ་ཡི་སྒྲད། །འཇིགས་རུང་འཁོར་བར་ཉོན་  
མོངས་རྒྱ་ཡིས་སྟེང་ལ་མངོན་པར་བསྐྱུས་གྱུར་པ། །བདག་  
ཅག་སྟུག་བསྐྱེལ་རྒྱ་མཆོ་འདི་ནས་བྱགས་རྗེའི་བྱག་གིས་  
བྲང་དུ་གསོལ། །གངས་ཅན་རི་ཡིས་བསྐྱོར་བའི་ཞིང་འདིར་  
བྱབ་པའི་བསྟན་སྟོལ་གནས་མོད་ཀྱི། །ཆོས་བྱེད་པལ་ཆེར་

ཚུ་ལ་བྲིམ་ས་གོ་ས་བྲལ་ག་ཅེར་བྱུར་ངོ་ཚ་སྤངས་ནས་  
ནི། །བྲིམ་པ་ནམས་ལ་བསྟེན་ཅིང་ངོར་ལྟ་དམ་པས་སྦྱང་  
པའི་ལས་ལ་འཇུག། །ཀྱེ་མ་དམ་ཚོས་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་རི་  
བོའི་ཕྱག་ཏུ་རུབ་ལ་ཉི། །སྟོབས་དང་ལྡན་ནམས་རང་འདོད་  
ལྟར་ལེན་པན་ཚུན་ཚོད་ཅིང་དམའ་ལ་འཆོ། །དམན་པ་  
ནམས་ནི་ཏྲག་ཏུ་འཁོལ་ཞིང་གྱི་ནའི་བས་ཀྱང་རྟེན་པར་  
དགའ། །མི་བཟད་སྟེགས་མའི་ངང་ཚུ་ལ་འདི་འདྲས་  
འཕགས་པས་བཏང་སྟོམས་མཛད་ལགས་ན། །སྟོན་གྱི་  
བྱགས་དམ་དེ་ཡིས་ཅི་འཚལ་འབངས་ནམས་སུ་ཞིག་  
སྟེགས་ལ་བསྟེན། །སྟོང་གྱི་མཆན་ཡང་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་  
ཏེ་གང་ཐོས་འཇིགས་པ་ཞི་བ་དང་། །སངས་རྒྱས་གྲངས་  
མེད་བསྟེན་པའི་ལས་དང་སྟོང་མཆན་འཇིན་ཅ་མ་འབྲས་  
མཚུངས་ཞེས། །དང་སྟོང་བདེན་པའི་ཆོག་གིས་བསྟེན་

བཞིན་བདག་ཅག་རེ་བས་གསོལ་འདེབས་ན། །མགོན་པོ་  
གཞན་དུ་གཡེལ་བའི་ཐུགས་སྦྲངས་ཉམ་ཐག་སེམས་ཅན་  
སྟོབ་དུ་གསོལ། །སྟེ་པོ་ཐམས་ཅད་དགོན་མཆོག་གསུམ་པོ་  
གུས་པས་ཉེ་བར་བསྟེན་པ་དང་། །ལས་དང་འབྲས་བུའི་  
གནས་ལ་དད་པས་ཏྲག་དུ་ཆོས་ཀྱི་ལམ་དུ་འཇུག །སྒྲ་  
ཆོག་ས་ཁམས་དང་སྐལ་བར་འཆོམས་པའི་ནི་ཁྲིའི་ཆོ་  
འཕྲུལ་དཔག་མེད་ཀྱིས། །སྤིང་པ་ཉམ་ངའི་གནས་འདིར་  
ལྷང་བའི་གཉེན་རྒྱལས་བདེ་ལ་སྟོར་དུ་གསོལ། །རབ་གུས་  
བདག་ཀྱང་དེ་ཉིད་འབྱེད་པའི་སྒོ་གྲོས་དྲི་མ་མེད་པ་  
དང་། །སྤིང་ལ་སྟོ་དང་སྟེང་རྗེས་བཞན་དོན་སྟེ་བ་དུ་མར་  
སྟོད་ལ་བཙོན། །བདུད་སྒྲེ་མཐའ་དག་པམ་པར་བྱེད་པའི་  
མཐུ་ཆེན་པ་རོལ་སྟེན་ཐོབ་སྟེ། །རྒྱལ་དག་དགའ་ལྡན་ཆོས་  
ཀྱི་ཚུ་ལ་དང་འགྲོ་བ་དུས་རིང་སྟོང་གུར་ཅིག །སྒོ་གྲོས་

དམན་ཡང་ཁོ་བོའི་ཡིད་ཀྱི་འོ་མ་ཆོ་གྱེན་དུ་འཕྱར་བའི་  
མ་ཕུས། །བསྟོད་ཅིང་སྒྲེ་བའི་འཕྲེང་བ་རབ་མཛེས་དབྱ་བ་  
དཀར་པོ་ཆོད་པ་འདི། །སྟོག་གམ་ཐོས་སམ་བླན་པ་དེ་ཡང་  
སྟོག་པའི་ངེ་མ་ནམ་དག་ཅིང་། །བྱ་འཛིན་ཞིང་དུ་རྒྱལ་བ་  
མ་ཆོག་རབ་སྐྱེན་རས་གཟིགས་ཀྱིས་རྗེས་བཟུང་  
ཤོག། །།དེ་ལྟར་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐུགས་རྗེའི་རང་གཟུགས་འཕགས་པ་  
འཛིག་ཏེན་དབང་ཐུག་སྐྱེན་རས་གཟིགས་ལ་བསྟོད་ཅིང་ཐུགས་རྗེ་བསྐྱེད་བའི་གསོལ་  
འདེབས་དང་བཅས་པ་ཕན་བདེའི་ཆར་འབེབས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་ལྷ་ཀྱའི་དགོ་སྟོང་ཆོས་  
སྤྱོད་ལ་སྟོབས་བཟང་བསྐྱེད་བཟང་རྒྱ་མཆོས་སྐྱར་བའོ། །