# ནད་རྟགས་ངོས་འཛིན། གོ་སླ་རུ་བཏང་བ།



ནད་རྟགས་སུ་མགོ་བོ་ན་བ་དང་། བརྗེད་ངས་ཆེ་བ། ཤེས་པ་འཕྱོ་ཞིང་དོན་མེད་དུ་སྙིང་མི་དགའ་བ། བསམ་བློར་སྟོང་སྣང་ཤར་བ། སྐབས་རེར་སྡུག་ནས་ངུ་འབོད་དྲག་པོ་བྱེད་པ། སྐབས་རེར་དགའ་བའི་ཚུལ་གྱིས་གད་མོ་ཆེན་པོ་དགོད་པ། སྐབས་རེར་གླུ་གཞས་གཏོང་བ། སྐབས་རེར་འཆལ་འཆོལ་སྨྲ་བ། གནས་གཅིག་ཏུ་སྡོད་མི་ཚུགས་པ། སྐབས་རེར་གློ་བུར་དྲན་པ་ཐོར་ནས་སར་འགྱེལ་ཏེ་སྐར་མ་ཁ་ཤས་རིང་དབུགས་སྒོང་པའམ་ཡང་ན་འཚང་ཆེ་བ། མིག་བཙུམ་ཞིང་ཁ་མ་གྲགས་པར་སྡོད་པ། ཡན་ལག་རེངས་པ། སྐབས་རེར་འདྲི་མཁན་མེད་རུང་སྐད་ཆ་རྫོགས་མེད་བཤད་པ་བཅས་ཡིན་རུང་། གཞི་རྩའི་དྲན་ཤེས་གསལ་པོ་ཡོད་པ། གཞན་བྲང་གཞུང་དཀར་ནག་མཚམས་སོགས་རླུང་གསང་རྣམས་མནན་ན་ན་བ།

# རྐྱེན་ངོས་འཛིན།

སྙིང་འཕྱོས་ནད་ནི་ཁ་ཟས་རོ་ཁ་བའི་རིགས་དང་། ནུས་པ་ཡང་རྩུབ་བསིལ་བའི་ཟས་རིགས་བསྟེན་དྲགས་པ། ལྟོ་དང་གཉིད་ཆག་པ། ལྟོ་སྟོང་ལ་དྲག་ཤུལ་གྱི་ལས་བྱས་པ། ཁ་ཡི་ལས་ཆེ་བ། ཤུགས་བཀག་པ་དང་ངུས་དྲགས་པ། ཁྲག་མང་དུ་ཟགས་པ་དང་འཁྲུ་སྐྱུགས་དྲགས་པོས་བཏབ་པ། འདོད་པའི་ལས་མ་གྲུབ་པའམ་མ་འདོད་པ་འཕྲད་པ་ལས་ཡིད་མི་བདེ་བའགྱུར་བ་། བརྩེ་ཞིང་ཞེན་ཆགས་ཆེ་བའི་ཡུལ་གང་ཞིག་གློ་བུར་དུ་འཕོ་འགྱུར་བྱུང་སྟེ་དེས་སེམས་ཁམས་ལ་ཕོག་ཐུག་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་དང་། བློ་ཕམ་ཆེན་པོ་སྐྱེས་པ། བསམ་ཤེས་བཟོད་བསྲན་མི་ཐུབ་པ་སོགས་ཀྱིས་སློང་གིན་ཡོད་པ་རེད།

# སྨན་གྱིས་བཅོས་ཐབས།

སྨན་བི་མ་ལ་དང་། སེམས་ཀྱི་བདེ་སྐྱིད། ཨ་གར་བརྒྱད་པ། བཙན་དུག་སྨན་མར་འབྲོང་བརྒྱད་སོགས་རྒྱུན་སྤྱོད་སྨན་སྦྱོར་སོགས་གང་འོས་ནད་དང་སྦྱར་ནས་བཏོང་བ་ཡིན།

# ཟས་བཅུད་བསྟེན་ཐབས།

ཟས་ལ་སྣུམ་བཅུད་དྲོད་ཀྱི་ཁ་ཟས་ཟ་བ་དང་། ཙོང་སྒོག ཟན་སྐམ། རུས་ཚོད། བུ་རམ། མར་རྙིང་། འབྲུ་མར། ལུག་ཤ་དང་བུར་ཆང་། འོ་མ་སོགས་བསྟེན་དགོས། བཅུད་མེད་པ་དང་ནུས་པ་ཡང་རྩུབ་ཁ་བ་དང་བསིལ་བའི་རིགས་ཏེ་འབྲུ་རྙིང། ཏིག་ཚལ་ཀ་རེ་ལ། ཇ་ཐང་གར་པོ། ཕག་ཤ ཆུ་བསིལ། འཚིག་ཇ་རིགས། སྐྱ་ཟས། ཐ་མག་དང་ཆང་རག་ཚོད་མེད་བསྟེན་དྲགས་པ། ལྟ་བུ་ལ་འཛེམ་དགོས།

# སྤྱོད་ལམ་བསྟེན་ཐབས།

བུད་མེད་ངན་མ་དང་མི་ཞེ་སྡང་ལངས་པོ་རིགས་ཀྱི་སྨྲ་བརྗོད་མི་ཉན་ཞིང་ཁ་ཡེད་པ་སྟེ་ལབ་མང་པོར་སྨྲ་བ་སྤང་། གནས་དྲོ་སར་བསྡད་ཞིང་ཡིད་འོང་བློ་མཐུན་གྲོགས་དང་གཉེན་སྤུན་ལྷན་དུ་བསྡད་དགོས།

# བཅོས་ཐབས་ཀྱི་རྩ་ཚིག

དྲུག་བདུན་སྙིང་སྟོད་སྙིང་ལོགས་མེ་ཐུར་བྱ། །

# བཅོས་ཐབས།

བྲང་གཞུང་དཀར་ནག་མཚམས་དང་། ཚིགས་པ་བདུན་པ། སྤྱི་གཙུག་བཅས་ཀྱི་གསང་རྣམས་སུ་མེ་བཙའ་འཇོག་པ་སོགས་ཀྱི་ཐབས་ཤེས་ལ་བརྟེན་ནས་བཅོས་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཞུང་ལུགས་ཇི་བཞིན།



# སྙིང་འཕྱོས། རྩ་ཚིག

དེ་རྟགས་སྙིང་འཕྱོས་མགོ་ན་བརྗེད་ངས་ཆེ། །

ཤེས་པ་འཕྱོ་ཞིང་དོན་མེད་སྙིང་མི་དགའ། །

རེས་འགའ་མ་དྲིས་པར་ཡང་མི་ཅོར་སྨྲ། །

རེ་འགའ་དྲིས་ཀྱང་དེ་ཡིས་ལན་མི་ལྡོན། །

མི་སྙན་ཚིག་གིས་དངངས་ཤིང་ཤུ་ཡིས་འདེབས། །

དབུགས་ཐུང་གཉིད་ཆུང་སྙིང་ཉིད་སྟོང་ངམ་སེམ། །

# འགྲེལ་བ།

མགོ་ན་བ་དང་། དྲན་པ་བརྗེད་སླ་བ། དོན་མེད་དུ་སྙིང་མི་དགའ་བ། རེས་འགའ་མ་དྲིས་པར་ཡང་མུ་ཅོར་སྨྲ་ཏེ་འཆོལ་བུར་སྨྲ་ཞིང་རེས་འགའ་དྲིས་ཀྱང་དེའི་ལན་མི་ལྡོན་པ་དང་། མི་སྙན་པའི་ཚིག་གིས་དངངས་ཞིང་ཤུས་འདེབས་ལ་དབུགས་ཐུང་ཞིང་གཉིད་ཆུང་བ་དང་། སྟོད་གང་བ། ཤེས་པ་འཕྱོ། ལུས་འདར། སྨྲ་བ་འཆལ། མགོ་འཁོར། གཉིད་ཆུང་། སྙིང་ཉིད་སྟོང་པར་འགྱུར་བ་སྙམ་པ་བཅས་ཡོང་།

# སྨན་གྱིས་བཅོས་ཐབས། རྩ་ཚིག

**བཅོས་ཐབས་དང་པོ་**སྙིང་ལ་རླུང་ཞུགས་པས། །

འབྲས་བུའི་མར་ནི་བཟའ་བྱུག་འཇམ་རྩིར་བཏང་། །

ཛཱ་ཏི་ཁ་རུ་ཚྭ་ཡི་སྨན་མར་རམ། །

རུས་ཆེན་ལོ་མར་འབྲས་བུའི་སྨན་མར་ལ། །

ཤིང་ཀུན་ཛཱ་ཏི་ཁ་རུ་ཚྭ་དང་སྒ། །

སླེ་ཏྲེས་གོ་སྙོད་བུར་རྙིང་བཏབ་ལ་བཏང༌། །

བཙན་དུག་ཨ་རུ་གླ་རྩི་རུ་རྟ་དང༌། །

ཤིང་ཀུན་ཤུ་དག་ཛཱ་ཏི་གུ་གུལ་དང༌། །

བུ་རམ་སྦྱར་བའི་རིལ་བུ་ཐབས་ལྡན་བསྟེན། །

དྲུག་བདུན་སྙིང་སྟོད་སྙིང་ལོགས་མེ་ཐུར་བྱ། །

བུད་མེད་སྨྲ་བརྗོད་མི་ཉན་ཁ་ཡེད་སྤང༌། །

# སྨན་གྱིས་བཅོས་ཐབས། འགྲེལ་བ།

སྙིང་ལ་རླུང་ཞུགས་པར་འབྲས་བུ་གསུམ་གྱི་སྨན་མར་ནི་ཕྱི་རྒྱུད་ལྟར་ཟ་ཞིང་བྱུག་པ་དང་འཇམ་རྩིར་བཏང༌། ཛཱ་ཏི་དང་ཁ་རུ་ཚྭས་གཙོ་བྱས་པའི་སྨན་མར་རམ། ཡང་ན་རུས་ཆེན་ཞེས་པ་གསེར་མཆན་དུ་སྐྱེས་པ་དར་མའི་རྐང་མར་དང་ལོ་ལོན་པའི་མར་དང་འབྲས་བུ་ཨ་བར་སྐྱུར་གསུམ་བཅས་པའི་སྨན་མར་ལ་ཁ་ཚར་བཟང་པོ་ཛཱ་སུག་ཀ་གསུམ་ཁ་རུ་ཚྭ། སླེ་ཏྲེས་བུར་རྙིང་བཏབ་པའམ་ཤིང་ཀུན། ཛཱ་ཏི། ཁ་རུ་ཚྭ་དང༌། སྒ། སླེ་ཏྲེས། གོ་སྙོད། བུར་རྙིང་རྣམས་བཏབ་ལ་བཏང༌། བཙན་དུག་ཆ་གཅིག ཨ་རུ་ར་ཆ་བརྒྱད། གླ་རྩི། རུ་རྟ་དང༌། ཤིང་ཀུན། ཤུ་དག ཛཱ་ཏི། གུ་གུལ་རྣམས་ཐུན་རེ་དང་བུ་རམ་སྦྱར་བའི་རིལ་བུ་ཐབས་དང་ལྡན་པ་དེ་བསྟེན། དེས་ཀྱང་མ་ཞི་ན་དཔྱད་དུ་ཚིགས་པ་དྲུག་པ་བདུན་པ་སྙིང་གི་སྟོད་དང་སྙིང་ལོགས་རྣམས་སུ་མེ་དང་ཐུར་མ་བྱ་བ་དང༌།

# ནད་གཞི་དེའི་རྒྱུ་རྐྱེན། རྩ་ཚིག

རྒྱུ་ནི་མྱ་ངན་སེམས་འཁྲུགས་ཡིད་མི་བདེ། །

ལྟོ་ཆག་གཉིད་ཆག་ཞེ་སྡང་དྲག་པོས་སྐྱེད།།

# ནད་གཞིའི་རྒྱུ་རྐྱེན་གྱི་འགྲེལ་བ།

རྒྱུ་ནི་མྱ་ངན་ཞེས་སེམས་ཀྱི་དཀའ་ལས་བྱས་པས་སེམས་འཁྲུགས་ནས་ཡིད་མི་བདེ་བ་དང༌། ལྟོ་ཆག་པ། གཉིད་ཆག་པ། ཞེ་སྡང་དྲག་པོ་སྐྱེས་པ་སོགས་ཀྱིས་སྐྱེད་པར་བྱེད་དོ། །