

ཡུང་བཤམས།

ཡེན་ལམ་རྒྱུ་ཡི།

༡༡། བྱང་ཆུབ་ལྷུང་བཤགས་དང་། སྒྲོན་ལམ་རྣམ་ལུ་བཞུགས་སོ།།

༡༢། །སྒྲིག་པ་བཤགས་པའི་ཡན་ལག་ནི། མཚམས་མེད་སྤྱད་པའི་སྒྲིག་པ་འད་སྤྱད་རྣམས་པར་  
གསྐྱངས་པས། ཐོག་མར་མདུན་དུ་སངས་རྒྱལ་སྤུམ་ཅུ་ཅུ་ལུ་གསལ་བར་དམིགས་པའི་དུང་དུ་སྒྲིང་ཐག་པ་ནས་སྒྲིག་  
པ་བཤགས་པའི་གློ་སྤྱོད། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རྟག་པར་བྲེ་མ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །  
སངས་རྒྱལ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །དགོ་འདུན་ལ་

༄༅། །སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་  
 པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལྟ་བུ་བྱུང་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །དེ་རྗེ་སྤིང་པོ་རབ་ཏུ་འཛུགས་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་  
 ལོ། །རིན་ཆེན་འོད་འཕྲོལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །སྤྱད་བང་གི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །དཔའ་བོའི་སྡེ་ལ་ཕྱག་  
 འཆལ་ལོ། །དཔའ་དབྱུས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །རིན་ཆེན་མེ་ལེེ་རིན་ཆེན་རླུ་འོད་ལེེ་མཐོང་བ་དོན་ཡོད་ལེེ་  
 རིན་ཆེན་རླུ་བ་ལ་ཕྱག་ལེེ་བྲི་མ་མེད་པ་ལེེ་དཔས་བྱིན་ལེེ་ཆངས་པ་ལེེ་ཆངས་པས་བྱིན་ལེེ་རྩ་ལེེ་རྩ་  
 ལེེ་ལེེ་དཔལ་བཟང་ལེེ་ཅན་དན་དཔལ་ལེེ་གཟི་བུ་འཕྲུལ་ལེེ་འོད་དཔལ་ལེེ་སྤྱད་མེད་

པའི་དཔལ་ལེེ་སྤེད་མེད་གྱི་བྱུ་ལེེ་མེ་ཏོག་དཔལ་ལེེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཆངས་པའི་འོད་ཟེར་རྣམ་པར་  
 རོལ་པ་མཛོན་པར་མཁྱེན་པ་ལེེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བསྐྱེད་འོད་ཟེར་རྣམ་པར་རོལ་པ་མཛོན་པར་མཁྱེན་པ་  
 ལེེ་ཞོར་དཔལ་ལེེ་བྱན་པའི་དཔལ་ལེེ་མཆོན་དཔལ་ལེེ་འོད་ཡོངས་གྲགས་ལེེ་དབང་པོའི་ཏོག་གི་རྒྱལ་  
 མཆོན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལེེ་འོད་ཏུ་རྣམ་པར་གཞོན་པའི་དཔལ་ལེེ་ཕྱག་ལེེ་གཡུལ་ལས་འོད་ཏུ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ལེེ་  
 རྣམ་པར་གཞོན་པས་གཤེགས་པ་ལེེ་ཀུན་ནས་སྤང་བ་བཞུགས་པའི་དཔལ་ལེེ་རིན་ཆེན་པདྨ་རྣམ་པར་གཞོན་པ་  
 ལེེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆའི་བསྐྱེད་པ་རབ་ཏུ་

༄༅།

།བཞུགས་པ་འི་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ལ་སྤྱག་འཛུལ་ལོ། །དེ་དག་ལ་སོགས་པ་སྤྱོགས་བཅུ་འི་  
འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དབྱ་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
བཅོམ་ལྷན་འདས་གང་ཇི་སྟེད་ཅིག་བཞུགས་ཏེ་འཛོལ་ཞིང་གཞེས་པའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་དག་...  
ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སྤྱུགས་ལོ། །བདག་གི་སྦྱེ་བ་འདི་དང་། སྦྱེ་བ་ཐོག་མ་དང་མཐའ་མ་མ་མཆིས་པ་  
ནས། འཁོར་བ་ན་འཁོར་བའི་སྦྱེ་གནས་ཐམས་ཅད་དུ་སྤྲིག་པའི་ལས་བགྱིས་པ་དང་། བགྱིད་དུ་སྦྱུལ་བ་དང་།  
བགྱིས་པ་ལ་རྗེས་སྤྱི་རང་བཤམ། མཆོད་རྟེན་གྱི་དཀོར་རམ། དགོ་འདུན་གྱི་དཀོར་རམ། སྤྱོགས་བཅུ་འི་དགོ་

འདུན་གྱི་དཀོར་སྤྱོགས་པ་དང་། འཕྲོག་ཏུ་སྦྱུལ་བ་དང་། འཕྲོག་པ་ལ་རྗེས་སྤྱི་རང་བཤམ། མཆོམས་མ་  
མཆིས་པ་ལྟའི་ལས་བགྱིས་པ་དང་། བགྱིད་དུ་སྦྱུལ་བ་དང་། བགྱིས་པ་ལ་རྗེས་སྤྱི་རང་བཤམ། མི་དགོ་བ་  
བཅུ་འི་ལས་གྱི་ལས་ཡང་དག་པར་སྒྲངས་པ་ལ་ཞུགས་པ་དང་། འཕྲག་ཏུ་སྦྱུལ་བ་དང་། འཕྲག་པ་ལ་རྗེས་སྤྱི་  
རང་བཤམ། ལས་གྱི་སྦྱོབ་པ་གང་གིས་བསྦྱིབས་ནས། བདག་སེམས་ཅན་དཔྱུལ་བར་མཆི་བཤམ། དུད་འགྲོའི་  
སྦྱེ་གནས་སྤྱི་མཆི་བཤམ། ཡི་དྲགས་གྱི་ཡུལ་དུ་མཆི་བཤམ། ཡུལ་མཐའ་ཁོབ་ཏུ་སྦྱེ་བཤམ། ལྷ་གྲོར་སྦྱེ་བཤམ།  
ལྷ་ཚོ་རིང་པོ་རྣམས་སྤྱི་བཤམ། དབང་པོ་མ་ཆོང་བར་འགྱུར་བཤམ། ལྷ་བའོག་པར་འཛིན་པར་འགྱུར་

༩༩། །བའམ། སངས་རྒྱས་འགྲུང་བ་ལ་མཉེས་པར་མི་བགྱིད་པར་འགྲུང་བའི་ལས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་  
གང་ལགས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཡེ་ཤེས་སུ་གྱུར་པ། སྒྱུན་དུ་གྱུར་པ། དཔང་དུ་  
གྱུར་པ། ཚད་མར་གྱུར་པ། མཁྱེན་པ། གཟིགས་པ། དེ་དག་གི་སྒྱུན་སྒྲུབ་མཐོལ་ལོ་འཆགས་སོ། །མི་འཆབ་པོ། །  
མི་སྤྲེད་དོ། །སྒྲན་ཆད་ཀྱང་གཅོད་ཅིང་སྤོམ་པར་བགྱིད་ལགས་སོ། །སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་དག་  
ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། བདག་གིས་སྐྱེ་བ་འདི་དང་སྐྱེ་བ་ཐོག་མ་དང་མཐའ་མ་མ་མཆིས་པ་  
ནས། འཁོར་བ་ན་འཁོར་བའི་སྐྱེ་བ་གཞན་དག་ཏུ་སྒྱུན་པ་ཐོན་དུང་འགོའི་སྐྱེ་བ་ནས་སུ་སྐྱེས་པ་ལ་བས་ཁམ་

གཅིག་ཙམ་བསྐྱལ་བའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་། བདག་གིས་རྩུལ་སྦྱིམས་བསྐྱུངས་པའི་དགོ་བའི་  
རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་། བདག་གིས་ཆོངས་པར་སྤྱོད་པ་ལ་གནས་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་།  
བདག་གིས་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་བགྱིས་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་། བདག་གིས་བྱང་  
ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དང་། བདག་གིས་སྒྲན་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
དགོ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་ཤིང་བསྐྱུམས་ཏེ། བསྐྱུམས་ནས་སྒྲན་མ་  
མཆིས་པ་དང་། གོང་ན་མ་མཆིས་པ་དང་། གོང་མའི་ཡང་གོང་མ་སྒྲན་མའི་ཡང་སྒྲན་མར་ཡོངས་སུ་བསྐྱོ་བས། སྒྲ

༄༅། །ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཡོངས་སུ་བསྡོམས་བཞུགས། ཇི་ལྟར་  
འདས་པའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྡོམས་པ་དང་། ཇི་ལྟར་མ་བྱོན་པའི་སངས་  
རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྡོམས་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཇི་ལྟར་ད་ལྟར་བྱུང་བའི་སངས་རྒྱས་  
བཅོམ་ལྷན་འདས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་སྡོམས་མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ་བདག་གིས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་བསྡོམས་་་་་  
བཞུགས། །སྤྲིག་པ་ཐམས་ཅད་ནི་སོ་སོར་བཤགས་སོ། །བསོད་ནམས་ཐམས་ཅད་ལ་ནི་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ་། །  
སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལ་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །བདག་གིས་སྤྲོ་ན་མེད་པ་ཡོ་ཤེས་ཀྱི་མཆོག་

དམ་པ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག །མི་མཆོག་རྒྱལ་བ་གང་དག་ད་ལྟར་བཞུགས་པ་དང་། གང་དག་འདས་པ་དག་དང་  
དེ་བཞིན་གང་མ་བྱོན། ཡོན་ཏན་བསྐྱེད་པ་མཐའ་ཡས་རྒྱ་མཚོ་འདྲ་ཀུན་ལ། །ཐལ་མོ་སྦྱར་བར་བཞུགས་ཏེ་  
སྦྱབས་སུ་ཉེ་བར་མཆོངོ། །ཞེས་དང་། ལུས་ཀྱི་ལས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ། །དག་གི་རྣམ་པ་བཞི་དག་དང་། །གང་ཡང་  
ཡིད་ཀྱི་རྣམ་གསུམ་སོ། །མི་དག་བརྩུ་ཤོ་སོ་སོར་བཤགས། །ཐོག་མ་མེད་ནས་ད་ལྟའི་བར་། མི་དག་བརྩུ་དང་  
མཆོམས་མེད་ལྷ། །སེམས་ནི་ཉོན་མོངས་དབང་གྱུར་པའི། །སྤྲིག་པ་ཐམས་ཅད་བཤགས་པར་བཞུ། །འདོད་  
ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་སྟག་དབང་གིས་ནི། །ལུས་དང་དག་དང་དེ་བཞིན་ཡིད་ཀྱིས་ཀྱང་། །སྤྲིག་པ་བདག་གིས་

༩༩།            |བགྲིས་པ་ཅི་མཆིས་པ། |དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སོ་སོར་བཤགས། |མཚམས་  
མེད་ལྷ་པོ་དག་གི་སྒྲིག་པ་རྣམས། |གང་གིས་མི་ཤེས་དབང་གིས་བྱས་པ་དག། |དེ་ཡིས་སྤྱད་བ་བཤགས་པ་  
འདི་བཏོན་པས། |དེ་དག་མ་ལུས་ཡོངས་སུ་བྱང་བར་གྱུར། |བདག་དང་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་སྒྲིག་པའི་ལས། |  
ཉེས་པར་གྱུར་གང་མཐོལ་ཞིང་བཤགས་པར་བགྱི། |སྤྲོན་ཆད་ནམ་ཡང་བགྱིད་པར་མ་གྱུར་ཅིག། |ལས་གྱི་སྒྲིག་  
པའང་གཏན་དུ་ཟད་བྱེད་ཤོག། |ཕྱག་འཆའ་བ་དང་མཆོད་ཅིང་བཤགས་པ་དང་། |རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱུལ་ཞིང་  
གསོལ་བ་ཡི།        |དགོ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ།        |ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་

བསྐྱེདོ།        ༄            ||མདོ་སྤྱི་པལ་པོ་ཆེ་ལས་བྱུང་བའི་བཟང་པོ་སྦྱོད་པའི་སྤྱོན་ལམ་ནི། |དེ་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོས་  
བསྐྱལ་པ་དང་། |བསྐྱལ་བ་འབྱམ་གྲས་པ་དང་། |འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་པ་སངས་རྒྱུས་གྱི་ཞིང་བཟོད་དུ་མེད་པའི་རྩལ་ལོན་ཏུ་སྤྱོད་པོ་  
དེ་དག་བརྒྱན་ཏེ་མདོན་པར་མཛད་པའི་ཕྱིར་ཚིགས་སུ་བཅད་པའི་དབྱངས་གྱིས་སྤྱོན་ལམ་བཏབ་པ།        རྒྱལ་ར་རྣམ་དུ། |ལྷ་སྒྲུབ་ཅོང་པ་ཆེ་རྒྱུན་རྒྱ་མཐོང་། |པོད་རྣམ་དུ།  
འཕགས་པ་བཟང་པོ་སྦྱོད་པའི་སྤྱོན་ལམ་གྱི་རྒྱལ་པོ། |འཕགས་པ་འཛམ་དཔལ་གཞིན་རུར་གྱུར་པ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ།        རི་སྒྲེད་སུ་དག་ཕྱོགས་བཅུ་ཉི་  
འཛིག་རྟེན་ན། |དུས་གསུམ་གཤེགས་པ་མི་ཡི་སང་གོ་ཀུན། |བདག་གིས་མ་ལུས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ། |  
ལུས་དང་དག་ཡིད་དང་བས་ཕྱག་བགྱིདོ། |བཟང་པོ་སྦྱོད་པའི་སྤྱོན་ལམ་སྟོབས་དག་གིས། |རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་

༄༅། །ཡིད་གྱིས་མངོན་སུམ་དུ། །ཞིང་གི་རྩལ་སྟེང་ལུས་རབ་བཏུང་པ་ཡིས། །རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་  
རབ་ཏུ་བྱས་འཆོལ་ལོ། །རྩལ་གཅིག་སྟེང་ན་རྩལ་སྟེང་སངས་རྒྱས་རྣམས། །སངས་རྒྱས་སྤྲུལ་གྱི་དབྱུང་ན་  
བཞུགས་པ་དག། །དེ་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམས་མ་ལུས་པར། །ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བ་དག་གིས་གང་བར་མོས། །  
དེ་དག་བསྐྱུགས་པ་མི་བད་རྒྱལ་ཆོ་རྣམས། །དབྱངས་ཀྱི་ཡན་ལག་རྒྱལ་ཆོའི་སྒྲ་ཀུན་གྱིས། །རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡོན་  
ཏན་རབ་བརྩོད་ཅིང་། །བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བསྟོད། །མེ་ཏྲོག་དམ་པ་སྤེང་བ་དམ་པ་  
དང་། །སིལ་སྒླུ་རྣམས་དང་བྱུག་པའི་གདུགས་མཆོག་དང་། །མར་མེ་མཆོག་དང་བདུག་སྟོས་དམ་པ་ཡིས། །

རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཆོད་པར་བགྱི། །ན་བཟའ་དམ་པ་རྣམས་དང་བྲི་མཆོག་དང་། །སྤྱེམ་འེ་སྤུར་མ་རི་རབ་  
མཉམ་པ་དང་། །བཀོད་པ་བྱུང་པར་འཕགས་པའི་མཆོག་ཀུན་གྱིས། །རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ཡང་མཆོད་པར་བགྱི། །  
མཆོད་པ་གང་རྣམས་སྒྲ་མེད་རྒྱུ་ཆེ་བ། །དེ་དག་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་མོས། །བཟང་པོ་སྟོད་ལ་དད་པའི་  
སྟོབས་དག་གིས། །རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་བྱས་འཆོལ་མཆོད་པར་བགྱི། །འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་མུག་དབང་གིས་  
ནི། །ལུས་དང་དག་དང་དེ་བཞིན་ཡིད་གྱིས་ཀྱང་། །སྤྲིག་པ་བདག་གིས་བགྱིས་པ་ཅི་མཆིས་པ། །དེ་དག་ཐམས་  
ཅད་བདག་གིས་སོ་སོར་བཤགས། །སྤྲིགས་བརྩམས་རྒྱལ་བ་ཀུན་དང་སངས་རྒྱས་སྤྲུལ་། །རང་རྒྱལ་རྣམས་དང་



༄༅། །སློབ་དང་མི་སློབ་དང་། །འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་བསོད་ནམས་གང་ལ་ཡང་། །དེ་དག་ཀུན་གྱི་  
 རྗེས་སུ་བདག་ཡི་རང་། །གང་རྣམས་སྟོགས་བཅུའི་འཛིག་ཏེན་སྟོན་མ་དག །བྱང་ཆུབ་རིམ་པར་སངས་རྒྱས་མ་  
 རྟགས་བརྟེས། །མགོན་པོ་དེ་དག་བདག་གིས་ཐམས་ཅད་ལ། །འཁོར་ལོ་སླ་ན་མེད་པར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱུལ། །  
 ལྷ་རན་འདའ་སྟོན་གང་བཞེད་དེ་དག་ལ། །འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་ཞིང་བདེ་བའི་ཕྱིར། །བསྐྱེད་པ་ཞིང་གི་རྒྱལ་སྟེང་  
 བཞུགས་པར་ཡང་། །བདག་གིས་ཐལ་མོར་བསྐྱུར་གསོལ་བར་བགྱི། །ཕྱག་འཆོལ་བ་དང་མཆོད་ཅིང་  
 བཤགས་པ་དང་། །རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱུལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། །དགོ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ། །

ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྟོའོ། །།འདས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་སྟོགས་བཅུ་ཡི། །འཛིག་  
 ཏེན་དག་ན་གང་བཞུགས་མཆོད་པར་གྱུར། །གང་ཡང་མ་སྟོན་དེ་དག་རབ་སྐྱུར་བར། །བསམ་རྗེས་བྱང་ཆུབ་  
 རིམ་པར་སངས་རྒྱས་སྟོན། །སྟོགས་བཅུ་ག་ལའི་ཞིང་རྣམས་ངེ་སྟེང་པ། །དེ་དག་རྒྱ་ཆེར་ཡོངས་སུ་དག་པར་  
 གྱུར། །བྱང་ཆུབ་ཤིང་དབང་བྱུང་གཤེགས་རྒྱལ་བ་དང་། །སངས་རྒྱས་སྤྲུལ་གྱིས་རབ་ཏུ་གང་བར་ཤོག །  
 །སྟོགས་བཅུའི་སེམས་ཅན་གང་རྣམས་ངེ་སྟེང་པ། །དེ་དག་ཏུ་ག་ཏུ་ནད་མེད་བདེ་བར་གྱུར། །འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་ཆོས་  
 གྱི་དོན་རྣམས་ནི། །མཐུན་པར་གྱུར་ཅིང་རེ་བའང་འགྲུབ་པར་ཤོག །བྱང་ཆུབ་སྟོན་པ་དག་ནི་བདག་སྟོན་ཅིང་། །

༣༣། །འགྲོ་བ་ཀུན་ཏུ་སྐྱེ་བ་བློ་པར་གྱུར། །ཆོར་བས་ཀུན་ཏུ་འཆི་འཕོ་སྐྱེ་བ་ན། །ཏྲག་ཏུ་བདག་  
 བློ་བ་ཏུ་འབྱུང་བར་ཤོག །སྐུལ་བ་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་སྐྱོབ་གྱུར་ཏེ། །བཟང་པོ་སྦྱོད་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་གྱེད་ཅིང་། །  
 ཚུལ་ཁྲིམས་སྦྱོད་པ་དེ་མེད་ཡོངས་དག་པར། །ཏྲག་ཏུ་མ་ཉམས་སྦྱོར་མེད་སྦྱོད་པར་ཤོག །ལྷ་ཡི་སྐད་དང་སྒྲ་  
 དང་གཞོད་སྦྱོར་སྐད། །སྐུལ་བུམ་དག་དང་མི་ཡི་སྐད་རྣམས་དང་། །འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་སྒྲ་སྐད་དེ་ཙམ་པར། །ཐམས་  
 ཅད་སྐད་ཏུ་བདག་གིས་ཆོས་བསྟན་ཏོ། །དེས་ཤིང་པ་རོལ་ཕྱིན་ལ་རབ་བརྩོན་ཏེ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་ནམ་ཡང་  
 བརྟེན་མ་གྱུར། །སྒྲིག་པ་གང་རྣམས་སྐྱིབ་པར་འབྱུང་བ་དག །དེ་དག་མ་ལུས་ཡོངས་སུ་བྱང་བར་ཤོག །ལས་

དང་ཉོན་མོངས་བདུད་གྱི་ལས་རྣམས་ལས། །གྲོལ་ཞིང་འཇིག་རྟེན་འགྲོ་བ་རྣམས་སུ་ཡང་། །ཁྲི་ལྟར་བརྩོ་ཆུས་  
 མི་ཆགས་པ་བཞིན། །ཉི་ཟླ་ནམ་མཁའ་ཐོགས་པ་མེད་ལྟར་སྦྱང། །ཞིང་གི་ཁྱོན་དང་སྤྱོགས་རྣམས་དེ་ཙམ་པར། །  
 རན་མོང་སྤྱག་བསུལ་རབ་ཏུ་ནི་བར་གྱེད། །བདེ་བ་དག་ལ་འགྲོ་བ་ཀུན་འགོད་ཅིང་། །འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ནི་  
 བན་པར་སྦྱང། །བྱང་ཆུབ་སྦྱོད་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་གྱེད་ཅིང་། །སེམས་ཅན་དག་གི་སྦྱོད་དང་མཐུན་པར་འཇུག །  
 བཟང་པོ་སྦྱོད་པ་དག་ནི་རབ་སྟོན་ཅིང་། །མ་འོངས་བསྐལ་བ་ཀུན་ཏུ་སྦྱོད་པར་གྱུར། །བདག་གི་སྦྱོད་དང་  
 མཚུངས་པར་གང་སྦྱོད་པ། །དེ་དག་དང་ནི་ཏྲག་ཏུ་འགྲོགས་པར་ཤོག །ལུས་དང་དག་རྣམས་དང་ནི་སེམས་

༄༅། ། གྲིས་ཀྱང་། སྦྱོད་པ་དག་དང་སྟོན་ལམ་གཅིག་ཏུ་སྦྱང་། ། བདག་ལ་པན་པར་འདོད་པའི་  
གྲོགས་པོ་དག་ ། བཟང་པོའི་སྦྱོད་པར་བ་ཏུ་སྟོན་པ་རྣམས། ། དེ་དག་དང་ཡང་རྟག་ཏུ་སྤང་པར་ཤོག། དེ་དག་  
བདག་གིས་ནམ་ཡང་ཡིད་མི་དབྱུང་། ། སངས་རྒྱས་སྤྲས་གྲིས་བསྐྱར་བའི་མགོན་པོ་རྣམས། ། མཛོན་སུམ་རྟག་  
ཏུ་བདག་གིས་རྒྱལ་བ་བསྟ། ། མ་འོངས་བསྐྱལ་བ་ཀུན་ཏུ་མི་སྦྱོ་བར། ། དེ་དག་ལ་ཡང་མཆོད་པ་རྒྱ་ཆེར་བགྱི། །  
རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་དམ་པའི་ཆོས་འཛིན་ཅིང་། ། བྱང་ཆུབ་སྦྱོད་པ་ཀུན་ཏུ་སྤྱང་བར་བྱེད། ། བཟང་པོ་སྦྱོད་པ་རྣམ་  
པར་སྦྱང་བ་ཡང་། ། མ་འོངས་བསྐྱལ་བ་ཀུན་ཏུ་སྦྱང་པར་བགྱི། ། སྤྱིད་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་འཁོར་བ་ན། ། བསོད་

མཁས་ཡེ་ཤེས་དག་ནི་མི་ཟད་ཆེད། ཐབས་དང་ཤེས་རབ་ཏིང་འཛིན་ཆམ་ཐར་དང་། ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་མི་ཟད་  
མཛོད་དུ་གྱུར། རྩལ་གཅིག་སྟེང་ན་རྩལ་སྟེད་ཞིང་ཆམས་ཏེ། ཞིང་དེར་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་སངས་རྒྱས་  
ཆམས་། སངས་རྒྱས་སྐུ་གྱི་དབུས་ན་བཞུགས་པ་ལ། བྱང་ཆུབ་སྤྱད་པ་སྟོང་ཅིང་བཟླ་བར་བགྱི། དེ་ལྟར་མ་  
ལུས་ཐམས་ཅད་སྟོན་པ་སྟེ་ཡང་། སྐྱེ་ཙམ་ཁྱོེ་ལ་དུས་གསུམ་ཚད་སྟེད་གྱི། སངས་རྒྱས་རྒྱལ་ཆོ་ཞིང་ཆམས་  
རྒྱལ་ཆོ་དང་། བསྐྱལ་པ་རྒྱལ་ཆོར་སྟོང་ཅིང་རབ་རྩ་འཇུག གསུང་གཅིག་ཡན་ལག་རྒྱལ་ཆོར་སྐྱ་སྐྱད་གྱིས། །  
རྒྱལ་བ་ཀུན་དབྱངས་ཡན་ལག་ཆམ་དག་པ། འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་བསམ་པ་ཇི་བཞིན་དབྱངས། སངས་རྒྱས་གསུང་།

༄༅། །ལ་ཏྲག་ཏུ་འཕྲུག་པར་བཟྱི། རུས་གསུམ་གཤེགས་པ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་དག །འཁོར་  
ལོའི་རྒྱལ་རྣམས་རབ་ཏུ་བསྐྱོར་བ་ཡིས། །དེ་དག་གི་ཡང་གསུང་དབྱངས་མི་བླང་ལ། །སློལ་སྟོབས་ཀྱིས་བདག་  
ཀྱང་རབ་ཏུ་འཕྲུག །མ་འོངས་བསྐྱལ་བ་ཐམས་ཅད་འཕྲུག་པར་ཡང་། །སྐྱད་ཅིག་གཅིག་གིས་བདག་ཀྱང་འཕྲུག་  
པར་བཟྱི། །གང་ཡང་བསྐྱལ་བ་རུས་གསུམ་ཚད་དེ་དག །སྐྱད་ཅིག་ཆ་ཤས་ཀྱིས་ནི་ཞུགས་པར་སྤྱད། །རུས་  
གསུམ་གཤེགས་པ་མི་ཡི་སེང་གོ་གང་། །དེ་དག་སྐྱད་ཅིག་གཅིག་ལ་བདག་གིས་བཟླ། །ཏྲག་ཏུ་དེ་དག་གི་ནི་  
སྟོད་ཡུལ་ལ། །སྤྱུ་མར་གྱུར་པའི་རྣམ་ཐར་སྟོབས་ཀྱིས་འཕྲུག །གང་ཡང་རུས་གསུམ་དག་གི་ཞིང་བཀོད་པ། །

དེ་དག་རྒྱལ་གཅིག་སྟེང་རུ་མ་ངོན་པར་བསྐྱབ། །དེ་ལྟར་མ་ལུས་སྟོགས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དུ། །རྒྱལ་བ་རྣམས་  
ཀྱི་ཞིང་གི་བཀོད་ལ་འཕྲུག །གང་ཡང་མ་སྟོན་འཛིག་ཏེན་སྟོན་མ་རྣམས། །དེ་དག་རིམ་པར་འཛོང་རྒྱུ་འཁོར་ལོ་  
སྟོར། །མྱ་ངན་འདས་པ་རབ་ཏུ་ཞི་མཐའ་སྟོན། །མགོན་པོ་ཀུན་གྱི་བྱང་དུ་བདག་མཆིའོ། ། །ཀུན་ནས་གྱུར་བའི་  
རྒྱ་འབྱུལ་སྟོབས་རྣམས་དང་། །ཀུན་ནས་སྟོ་ཡི་ཐེག་པའི་སྟོབས་དག་དང་། །ཀུན་ཏུ་ཡོན་ཏན་སྟོད་པའི་སྟོབས་  
རྣམས་དང་། །ཀུན་ཏུ་བྱབ་པ་བྱམས་པ་དག་གི་སྟོབས། །ཀུན་ཏུ་དགོ་བའི་བསོད་ནམས་སྟོབས་རྣམས་དང་། །  
ཆགས་པ་མེད་པར་གྱུར་པའི་ཡོ་ཤེས་སྟོབས། །ཤེས་རབ་ཐབས་དང་ཉིང་འཛིན་སྟོབས་དག་གིས། །བྱང་ཆུབ་

༄༅། །སྟོབས་རྣམས་ཡང་དག་སྐྱབ་པར་བྱེད། །ལས་ཀྱི་སྟོབས་རྣམས་ཡོངས་སུ་དག་བྱེད་  
 ཅིང་། །ཉོན་མོངས་སྟོབས་རྣམས་ཀུན་ཏུ་འཛོམས་པར་བྱེད། །བདུད་ཀྱི་སྟོབས་རྣམས་སྟོབས་མེད་རབ་བྱེད་ཅིང་།  
 །བཟང་པོ་སྟོད་པའི་སྟོབས་ནི་རྫོགས་པར་བགྱི། །ཞིང་རྣམས་རྒྱ་མཚོ་རྣམ་པར་དག་བྱེད་ཅིང་། །སེམས་ཅན་རྒྱ་  
 མཚོ་དག་ནི་རྣམ་པར་འགོ་ལ། །ཆོས་རྣམས་རྒྱ་མཚོ་རབ་ཏུ་མཐོང་བྱེད་ཅིང་། །ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོ་རབ་ཏུ་གོམས་  
 པར་བྱེད། །སྟོད་པ་རྒྱ་མཚོ་རྣམ་པར་དག་བྱེད་ཅིང་། །སྟོན་ལམ་རྒྱ་མཚོ་རབ་ཏུ་རྫོགས་པར་བྱེད། །སངས་རྒྱས་  
 རྒྱ་མཚོ་རབ་ཏུ་མཚོད་བྱེད་ཅིང་། །བསྐལ་པ་རྒྱ་མཚོར་མི་སྐྱོ་སྟུང་པར་བགྱི། །གང་ཡང་དུས་གསུམ་གཤེགས་

པའི་རྒྱལ་བ་ཡི། །བྱང་ཆུབ་སྟོད་པའི་སྟོན་ལམ་བྱེ་བྲག་རྣམས། །བཟང་པོ་སྟོད་པས་བྱང་ཆུབ་སངས་རྒྱས་ནས།  
 །དེ་ཀུན་བདག་གིས་མ་ལུས་རྫོགས་པར་བགྱི། །རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་སྤྲུལ་གྱི་སྤྱོད་པ། །གང་གི་མིང་ནི་ཀུན་ཏུ་བཟང་  
 ཞེས་བྱ། །མཁས་པ་དེ་དང་མཚུངས་པར་སྟུང་པའི་ཕྱིར། །དགོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྟོ། །ལུས་དང་  
 དག་དང་ཡིད་ཀྱང་རྣམ་དག་ཅིང་། །སྟོད་པ་རྣམ་དག་ཞིང་རྣམས་ཡོངས་དག་དང་། །བསྟོ་བའང་བཟང་པོ་  
 མཁས་པ་ཅི་འདྲ་བ། །དེ་འདྲར་བདག་ཀྱང་དེ་དང་མཚུངས་པར་ཤོག། །ཀུན་ནས་དགོ་བ་བཟང་པོ་སྟོད་པའི་ཕྱིར།  
 །འཇམ་དཔལ་གྱི་ནི་སྟོན་ལམ་སྟུང་པར་བགྱི། །མ་འོངས་བསྐལ་པ་ཀུན་ཏུ་མི་སྐྱོ་བར། །དེ་ཡི་བྱ་བ་མ་ལུས་

༣༣། །རྫོགས་པར་བགྱི། །སྟོད་པ་དག་ནི་ཆད་ཡོད་མ་གྱུར་ཅིག། །ཡོན་ཏན་རྣམས་ཀྱང་ཆད་  
གཟུང་མེད་པར་ཤོག། །སྟོད་པ་ཆད་མེད་པ་ལ་གནས་ནས་ཀྱང་། །དེ་དག་འབྱུང་པ་ཐམས་ཅད་འཆལ་བར་བགྱི།  
།ནམ་མཁའི་མཐའ་ཐུག་གྱུར་པ་ཇི་ཙམ་པར། །སེམས་ཅན་མ་ལུས་མཐའ་ཡས་དེ་བཞིན་ཏེ། །ཇི་ཙམ་ལས་དང་  
ཉོན་མོངས་མཐར་གྱུར་པ། །བདག་གི་སྟོན་ལམ་མཐའ་ཡང་དེ་ཙམ་མོ། །གང་ཡང་སྟོགས་བཅུའི་ཞིང་རྣམས་  
མཐའ་ཡས་པ། །རིན་ཆེན་བརྒྱན་ཏེ་རྒྱལ་བ་རྣམས་ལ་ཐུལ། །ལྟ་དང་མི་ཡི་བདེ་བའི་མཆོག་རྣམས་ཀྱང་། །ཞིང་གི་  
རྒྱལ་སྟེད་བསྐྱལ་པར་ཐུལ་བ་བས། །གང་གིས་བསྟོ་བའི་རྒྱལ་པོ་འདི་ཐོས་ནས། །བྱང་ཆུབ་མཆོག་གི་རྗེས་སུ་

རབ་མོས་ཤིང་། །ལན་ཅིག་ཙམ་ཡང་དད་པ་སྦྱེད་པ་ནི། །བསོད་ནམས་དམ་པའི་མཆོག་ཏུ་འདི་འགྱུར་རོ། །གང་  
གིས་བཟང་སྟོད་སྟོན་ལམ་འདི་བཏབ་པས། །དེས་ནི་དན་སོང་ཐམས་ཅད་སྤངས་པར་འགྱུར། །དེས་ནི་གྲོགས་  
པོ་དན་པ་སྤངས་པ་ཡིན། །སྤང་བ་མཐའ་ཡས་དེ་ཡང་དེས་སྦྱར་མཐོང་། །དེ་དག་རྟེན་པར་བ་རྟེན་བདེ་བར་འཛོ།  
།མི་ཆོ་འདིར་ཡང་དེ་དག་ལེགས་པར་འོང་། །ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དེ་ཡང་ཅི་འདྲ་བར། །དེ་དག་རིང་པོར་མི་ཐོགས་  
དེ་བཞིན་འགྱུར། །མཆོམས་མེད་ལྷ་པོ་དག་གི་སྒྲིག་པ་རྣམས། །གང་གིས་མི་ཤེས་དབང་གིས་བྱས་པ་དག། །དེ་  
ཡིས་བཟང་པོ་སྟོད་པ་འདི་བརྟེན་ན། །སྦྱར་དུ་མ་ལུས་ཡོངས་སུ་བྱང་བར་འགྱུར། །ཡེ་ཤེས་དང་ནི་གཟུགས་

༄༅། །དང་མཚན་རྣམས་དང་། །རིགས་དང་ཁ་དོག་རྣམས་དང་ལྷན་པར་འབྱུང་། །བདུད་དང་  
ལྷ་སྟེགས་མང་པོས་དེམི་བྱུང་། །འཛིག་རྟེན་གསུམ་པོ་ཀུན་ནའང་མཆོད་པར་འབྱུང་། །བྱང་ཆུབ་ཤིང་དབང་རྒྱུང་  
དུ་དེ་སྐྱུར་འགོ། །སོང་ནས་སེམས་ཅན་པན་སྤྱིར་དེར་འདུག་སྟེ། །བྱང་ཆུབ་སངས་རྒྱས་འཁོར་ལོར་བ་ཏུ་སྒྲིང་། །  
བདུད་རྣམས་སྟེ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་བརྟུལ་། །གང་ཡང་བཟང་པོ་སྦྱོང་བའི་སྟོན་ལམ་འདི། །འཆང་བ་དང་  
ནི་སྟོན་ཏམ་གྲོག་པ་ཡི། །དེ་ཡི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་སངས་རྒྱས་མཁྱེན། །བྱང་ཆུབ་མཆོག་ལ་སེམས་ཉི་མ་བྱེད་ཅིག །  
འཇམ་དཔལ་འཛི་ལྟར་མཁྱེན་ཅིང་དཔལ་བ་དང་། །ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། །དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་

བདག་སྟོབ་ཅིང་། །དགོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྟོ། །དུས་གསུམ་གཤེགས་པ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་  
གྱིས་། །བསྟོ་བགང་ལ་མཆོག་ཏུ་བསྐྱགས་པ་དེས། །བདག་གི་དགོ་བའི་རྩ་བ་འདི་ཀུན་གྱང་། །བཟང་པོ་སྦྱོང་  
སྤྱིར་རབ་ཏུ་བསྟོ་བར་བགྱ། །བདག་ནི་འཆི་བའི་དུས་བྱེད་གྱུར་པ་ན། །སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་དག་ནི་སྤྱིར་བསལ་ཏེ།  
མའོན་སུམ་སྒྲུང་བ་མཐའ་ཡས་དེ་མཐོང་ནས། །བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དེར་རབ་ཏུ་འགོ། །དེར་སོང་ནས་ནི་སྟོན་  
ལམ་འདི་དག་གྱང་། །ཐམས་ཅད་མ་ལུས་མའོན་དུ་འབྱུར་བར་ཤོག །དེ་དག་མ་ལུས་བདག་གིས་ཡོངས་སུ་  
བཀའ་། །འཛིག་རྟེན་འཛི་སྤྱིད་སེམས་ཅན་པན་པར་བགྱ། །རྒྱལ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་བཟང་ཞིང་དགའ་བ་དེར། །

29

30



༣༣། །སྟོན་ལ། །རྒྱ་ཤི་མེད་པར་འབྲེན་བགྱིད་པ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །  
 སེམས་གྱིད་བར་དུ་གྱུར་པས་ན། །བདག་གིས་སྡིག་པ་ཅི་བགྱིས་པ། །སངས་རྒྱས་སྟུན་སྲུང་མཆིས་ནས་སུ། །  
 བདག་གིས་དེ་དག་བཤགས་པར་བགྱི། །བདག་ལས་རྣམ་པ་གསུམ་གང་གི། །བསོད་ནམས་ཆོག་མཁན་ཞི་བསྐྱེད་  
 པ་སྟེ། །བདག་གི་ཀུན་མཁྱེན་ས་བོན་ཏེ། །བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་མི་ཟད་ཤོག། །སྟོགས་བཅུ་དག་གི་ཞིང་རྣམས་སུ།  
 །སངས་རྒྱས་མཆོད་པ་གང་བྱུང་བ། །སངས་རྒྱས་མཁྱེན་པས་ཡི་རང་བ། །དེ་ལ་བདག་ནི་ཡི་རང་ངོ། །སྡིག་པ་  
 ཐམས་ཅད་བཤགས་པར་བགྱི། །བསོད་ནམས་ཀུན་ལ་ཡི་རང་ངོ། །སངས་རྒྱས་ཀུན་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །

བདག་ནི་ཡེ་ཤེས་མཆོག་ཐོབ་ཤོག། །སྟོགས་བཅུ་དག་གི་སྟོགས་རྣམས་སུ། །ས་བཅུ་དག་ལ་གནས་པ་ཡི། །བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔའ་བྱང་ཆུབ་མཆོག། །འཆང་རྒྱ་བགྱིད་པར་བསྐྱལ་མ་འདེབས། །བྱང་ཆུབ་དམ་པར་སངས་  
 རྒྱས་ཤིང་། །སྟེ་དང་བཅས་པའི་བདུད་བཏུལ་ནས། །སྟོག་ཆགས་ཀུན་ལ་སྦྱོན་སྦྱང་དུ། །ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་  
 བསྐྱོར་གྱུར་ཅིག། །ཆོས་རྩ་ཆེན་པོ་སྐྱ་ཡིས་ནི། །སྟུག་བསྐྱལ་སེམས་ཅན་ཐར་བགྱིད་ཤོག། །བསྐྱལ་པ་བྱེ་བ་བསམ་  
 ཡས་སུ། །ཆོས་སྟོན་མཛད་ཅིང་བཞུགས་གྱུར་ཅིག། །འདོད་པའི་འདམ་དུ་བྱིད་གྱུར་ཅིང་། །སྟེད་པའི་སྟད་བྱས་  
 དམ་བཅིངས་པ། །འཆིང་བ་ཀུན་གྱིས་བཅིངས་བདག་ལ། །རྐང་གཉིས་མཆོག་རྣམས་གཟིགས་སུ་གསོལ། །

༄༅། །སེམས་གྲིས་དྲི་མར་བགྱིས་པ་ལ། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་སྤོང་མི་མཛད། །སེམས་ཅན་  
རྣམས་ལ་བྱམས་བྱགས་ལྟན། །སྤྱིད་པའི་མཆོ་ལས་སྒྲོལ་བར་ཤོག། །ཐོགས་པའི་སངས་རྒྱས་གང་བཞུགས་  
དང་། །གང་དག་འདས་དང་མ་བྱོན་པ། །དེ་དག་ཐེས་སུ་བདག་སྒྲོབ་ཅིང་། །བྱང་ཆུབ་སྤྱད་པ་སྤྱོད་གྱུར་ཅིག། །པ་  
རོལ་བྱིན་དྲུག་ཐོགས་བགྱིས་ནས། །འགྲོ་དྲུག་སེམས་ཅན་ཐར་བགྱིད་ཤོག། །མངོན་ཤེས་དྲུག་པོ་མངོན་བགྱིས་  
ནས། །ཁྲ་མེད་བྱང་ཆུབ་རེག་གྱུར་ཅིག། །མ་སྐྱེས་པ་དང་མི་འབྱུང་དང་། །རང་བཞིན་མ་མཆིས་གནས་མ་མཆིས།  
།རྣམ་རིག་མ་མཆིས་དངོས་མ་མཆིས། །སྤྱོད་པའི་ཆོས་ནི་ཉོགས་པར་ཤོག། །སངས་རྒྱས་དྲང་སྤོང་ཆེན་པོ་ལྟར།

།སེམས་ཅན་མ་མཆིས་སྒོག་མ་མཆིས། །གང་བླག་མ་མཆིས་གསོ་མ་མཆིས། །བདག་མ་མཆིས་པ་ཡི་ཆོས་  
ཉོགས་ཤོག། །བདག་འཛིན་བདག་གིར་འཛིན་པ་ཡི། །དངོས་པོ་ཀུན་ལ་མི་གནས་པར། །སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་སྒྲན་  
སྤྱད་དུ། །སེར་སྒྲ་མ་མཆིས་སྐྱིན་གཏོང་ཤོག། །དངོས་པོ་དངོས་པོར་མ་མཆིས་པས། །བདག་གི་ལོངས་སྤྱོད་  
ལྟན་གྱུར་ཤོག། །དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རྣམ་འཛིག་པས། །སྐྱིན་པའི་པ་རོལ་བྱིན་ཐོགས་ཤོག། །བྲིམས་གྱི་ཚུལ་  
བྲིམས་སྤྱོན་མེད་ཅིང་། །ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་དང་ལྟན། །སྒྲོལ་སེམས་མེད་པའི་ཚུལ་བྲིམས་གྲིས། །ཚུལ་  
བྲིམས་པ་རོལ་བྱིན་ཐོགས་ཤོག། །ས་འམ་ཡང་ན་རྒྱ་འམ་མེ། །རྒྱུད་གི་བམས་ལྟར་མི་གནས་ཤིང་། །བཟོད་པ་བྲོ་

༣༣། །བ་མ་མཆིས་པར། །བཟོད་པའི་པ་རོལ་ཕྱིན་ཆོགས་ཤོག། །བཙོན་འགྲུས་བརྩམས་པའི་  
བཙོན་འགྲུས་ཀྱིས། །གཏན་སྟོལ་ལོ་མ་མཆིས་ཤིང་། །སྟོབས་དང་ལྷན་པའི་ལུས་སེམས་ཀྱིས། །བཙོན་འགྲུས་  
པ་རོལ་ཕྱིན་ཆོགས་ཤོག། །སྦྱུ་མ་ལྷ་བྱའི་ཉིང་འཛིན་དང་། །དཔའ་བར་འགྲོ་བའི་ཉིང་འཛིན་དང་། །དྲི་ཆེ་ལྷ་བྱའི་  
ཉིང་འཛིན་གྱིས། །བསམ་གཏན་པ་རོལ་ཕྱིན་ཆོགས་ཤོག། །རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྒོ་གསུམ་དང་། །དུས་གསུམ་  
མཉམ་པ་ཉིད་དང་ཡང་། །རིགས་གསུམ་མངོན་སུམ་བགྱིས་པ་ཡིས། །ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་ཆོགས་ཤོག། །  
སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་དང་། །འོད་དང་གཟི་བརླིང་འབར་བ་དང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བཙོན་

འགྲུས་ཀྱིས། །བདག་གི་བསམ་པ་ཆོགས་གྱུར་ཅིག། །དེ་ལྟར་སྤྱད་པ་སྟོན་བྱེད་ཅིང་། །བྱམས་པ་བྲགས་དང་ལྷན་  
པ་ཡིས། །པ་རོལ་ཕྱིན་དུག་ཆོགས་བགྱིས་ནས། །ས་བཙུའི་སྟོལ་རབ་གནས་ཤོག། །།དཀོན་བརྗེགས་ལེའུ་ཞེ་གཅིག་པ་  
བྱམས་པས་ཞུས་པ་ལས་བྱང་བའི་བྱམས་པའི་སྟོན་ལམ་ཆོགས་སོ། །རྒྱ་ཀར་གྱི་མཁན་པོ་ཇི་ནམ་ཉ་དང་། །སུ་རེ་རྒྱ་བོ་ཉི་དང་། །ལུ་ཆེན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་བརྩེ་ཡེ་ཤེས་སྤེས་  
བསྐྱར་ཅིང་ལུས་ཏེ་གཏན་ལ་ཐབ་པ། །།འདི་ལྟར་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་དཔག་མེད་ཀྱིས། །དཔྱུལ་བ་ཡི་དྲགས་དུང་  
འགྲོ་ལྷ་མ་ཡིན། །གནས་ངན་ལེན་རྣམས་ཏག་ཏུ་སྤངས་བྱས་ནས། །རྒྱལ་བ་བྱམས་པའི་གོ་འཕང་བརྟེན་གྱིར་  
ཅིག། །རྒྱལ་བ་བྱམས་པ་དང་ནི་སང་གོ་ཡིས། །མ་འོངས་སངས་རྒྱས་མཛད་པ་སྟོན་པའི་ཆོ། །བདག་གྱུང་གྱུང་

༄༅། །ཀླུ་མཆོག་ལ་གནས་གྱུར་ཏེ། །སྒྲོན་མེད་པའི་ལུང་ཡང་སྟོན་པར་ཤོག། །དགོ་བ་འདི་  
ཡིས་ཆོ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ། །དལ་ཐོབ་བཤེས་གཉེན་བཟང་ལ་བརྟེན་པ་དང་། །སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་སྤྱད་  
བསྐྱེད་ལྟར་བྱེད་ནས། །བྱམས་པའི་བསྟན་ལ་བྱ་བ་བྱེད་པར་ཤོག། །སྟོན་འཇུག་ལས་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སྟོན་པའི་སྟོན་ལ་མ་ཞི།  
བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་སྟོན་པ་ལ། །འཇུག་པ་རྣམས་པར་བརྩམས་པ་ཡི། །དགོ་བ་གང་དེས་འགྲོ་བ་ཀུན། །བྱང་ཆུབ་  
སྟོན་ལ་འཇུག་པར་ཤོག། །སྟོགས་རྣམས་ཀུན་ན་ལུས་དང་སེམས། །སྤྱད་བསྐྱེད་ནད་པ་ཇི་སྟེད་པ། །དེ་དག་  
བདག་གི་བསོད་ནམས་གྱིས། །བདེ་དག་འ་རྒྱུ་མཆོ་ཐོབ་པར་ཤོག། །དེ་དག་འཁོར་བ་ཇི་སྟེད་དུ། །རྣམ་ཡང་བདེ་

ལས་ཉམས་མ་གྱུར། །འགྲོ་བས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡི། །བདེ་བ་རྒྱུན་མི་འཆད་ཐོབ་ཤོག། །འཇིག་རྟེན་  
ཁམས་ན་དཔྱལ་བ་དག། །གང་དག་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་རྣམས། །དེ་དག་ཏུ་ནི་ལུས་ཅན་རྣམས། །བདེ་ཅན་བདེ་བས་  
དག་པར་ཤོག། །གང་བས་ཉམ་ཐག་ངོ་ཐོབ་ཤོག། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱིན་ཆེན་ལས། །བྱུང་བའི་རྒྱ་པོ་  
མཐའ་ཡས་གྱིས། །ཆོ་བས་ཉམ་ཐག་བསིལ་བར་ཤོག། །རལ་གྱི་ལོ་མའི་ནགས་ཆོལ་ཡང་། །དེ་ལ་ཙན་དན་  
ནགས་སྤྱད་ཤོག། །ཤལ་མ་ལི་ཡི་སྟོང་པོ་ཡང་། །དཔག་བསམ་ཤིང་དུ་འབྱུངས་པར་ཤོག། །མཐིང་རིལ་དུར་པ་  
དག་དང་དང་པ་དང་། །བཞད་སོགས་སྐད་སྟོན་འབྱིན་པས་མཛོས་གྱུར་ཅིག། །པརྒྱ་བྱི་བསྐྱེད་ཆེ་ལྷན་མཆོ་དག།

༣༣། །གིས། །དམུལ་བའི་ས་ཕྱོགས་དག་ནི་ཉམས་དགར་ཤོག། །སོལ་ཕུང་དེ་ཡང་རིན་ཆེན་  
ཕུང་པོར་གྱུར། །ས་བསྐྱེད་པ་ཤེས་གྱིས་གཞི་བསྟར་བར་ཤོག། །བསྟར་པ་འཛོམས་རི་བོ་རྣམས་ཀྱང་མཆོད་པ་ཡི།  
།གཞུང་མེད་ཁང་གྱུར་བདེ་གཤེགས་གང་བར་ཤོག། །མདག་མ་རྟོ་བསྐྱེད་པ་མཆོན་གྱི་ཆར་པ་དག། །དེར་ནས་  
བཟུང་སྟེ་མེ་ཏྲོག་ཆར་པར་གྱུར། །ཕན་ཚུན་མཆོན་གྱིས་འདེབས་པ་དེ་ཡང་ནི། །དེར་ནས་ཅེ་ཕྱིར་མེ་ཏྲོག་འཕེན་  
པར་ཤོག། །ཁུ་པོར་བམེད་མེ་དོང་འབྲུན་བྱེད་བདག། །ཤུལ་ཞིག་གྱུར་རུས་གོང་མེ་ཏྲོག་ཀྱང་འཕྲུལ་མེད་ག།  
།བདག་གི་དགོ་བའི་སྟོབས་གྱིས་ལྷ་ཡི་ལུས་ཐོབ་ནས། །ལྷ་མོ་རྣམས་དང་ལྷ་ན་ཅིག་དལ་གྱིས་འབབ་གནས་ཤོག།

ཅི་ཕྱིར་འདིར་ནི་གཤེན་རྗེའི་མི་དང་ཁྱ་དང་བྱ་ཆོད་མི་བཟང་རྣམས་སྐྱག་གྱེད། །ཀུན་ནས་ཐུན་བསལ་བདེ་  
དགའ་བསྐྱེད་པའི་མཐུ་བཟང་འདི་གོ་སུ་ཡི་མཐུ་སྟེན་སྟེ། །ཁྱེད་དུ་བཏུས་ན་ནམ་མཁའི་དགྱིལ་ན་ཕྱག་ན་རྟོ་རྟེ་  
འབར་བ་བཞུགས་མཐོང་ནས། །རབ་ཏུ་དགའ་བའི་ལྷགས་གྱིས་སྒྲིག་དང་བྲལ་ནས་དེ་དང་ལྷ་ན་ཅིག་འགྲོགས་  
པར་ཤོག། །མེ་ཏྲོག་ཆར་པ་སྟོས་ཚུ་དང་འབྲེས་འབབ་པ་ཡིས། །དམུལ་བའི་མེ་མདག་ཆེལ་ཆེལ་གསོད་པ་  
མཐོང་གྱུར་ནས། །སྟོ་བུར་བདེ་བས་ཆིམ་པ་འདི་ཅི་བསམ་པ་དང་། །སེམས་དམུལ་རྣམས་གྱིས་ཕྱག་ན་པར་  
མཐོང་བར་ཤོག། །བྲོགས་དག་འཛིགས་པ་བོར་ལ་རིངས་པར་རྩེར་ཤོག། །འུ་བུའི་ཐད་དུ་ནི། །གང་གི་མཐུ་ཡིས་

༣༣། །སྤྱུག་བསྐྱེལ་ཀུན་བྱལ་དགའ་བའི་ཤུགས་སྤྱོན་ལ། །འགྲོ་བ་ཀུན་ནས་ཡོངས་སྦྱོར་བྱང་  
 རྒྱལ་སེམས་དང་བརྟེན་སྦྱོར་གྱུར་པ། །གཞོན་ནུ་བྱུར་སྤྱད་ཅན་འབར་འཛིགས་པ་མེད་པར་བྱེད་པ་ཅི་ཞིག་སྤྱོན། །  
 ཁྱོད་ཀྱི་ལྷ་བརྒྱའི་ཅོད་པན་དག་གིས་ཞབས་ཀྱི་པརྫོལ་མཆོད་ཅིང་། །ཕྱགས་རྗེས་བརྒྱན་ཅན་དབྱེལ་མེ་ཏོག་དུ་  
 མའི་ཚོགས་ཀྱི་ཆར་འབབ་པ། །ཁང་བརྟེན་གས་ཡིད་འོང་ལྷ་མོ་སྦྱོང་སྤྱུག་བསྦྱོང་དབྱངས་སྦྱོགས་ལྷན་འདྲི་སྦྱོས་  
 ཞེས། །འཇམ་དབྱངས་དེ་འདྲ་མཐོང་ནས་དཀྱིལ་སེམས་དཔྱུལ་ཅ་ཅོའདོན་པར་ཤོག །དེ་ལྟར་བདག་གི་དགོ་ཅས་  
 ཀུན་ཏུ་བཟང་ལ་སོགས། །བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སྦྱོར་པ་མེད་སྤྱོན་བདེ་བ་དང་། །བསིལ་ཞིང་བྱི་ཞིམ་ངད་ལྷན་

ཆར་པ་འབབས་མཐོང་ནས། །སེམས་ཅན་དཔྱུལ་བ་དེ་དག་མདོན་པར་དགའ་གྱུར་ཅིག། དུད་འགྲོ་རྣམས་ནི་  
 གཅིག་ལ་གཅིག །ཟབ་འི་འཛིགས་དང་བྱལ་བར་ཤོག །སྤྱི་སྤྱོན་པའི་མི་བཞིན་དུ། །ཡི་དྲགས་རྣམས་ནི་བདེ་  
 བར་གྱུར། །འཕགས་པ་སྤྱོན་རས་གཟིགས་དབང་གི། །ཕྱག་ནས་འབབ་པའི་འོ་རྒྱུན་གྱིས། །ཡི་དྲགས་རྣམས་ནི་  
 ཚོམ་བྱས་ཤིང་། །བྱས་བྱས་ཏྱག་ཏུ་བསིལ་བར་ཤོག །འོང་བ་རྣམས་ཀྱིས་གཟུགས་མཐོང་ཞིང་། །འོན་པས་  
 ཏྱག་ཏུ་སྤྱོད་ཐོས་ཤོག །ལྷ་མོ་སྤྱོད་འཕྱུལ་ཅི་བཞིན་དུ། །སྤྱོད་མའང་གཞོད་མེད་བཙུང་བར་ཤོག །གཙུག་བྱ་རྣམས་  
 ཀྱིས་གོས་དག་དང་། །བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཟས་དག་དང་། །སྦྱོར་པ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་དག་དང་། །བཏུང་བ་ཞིམ་པོ་

༣༣། ཐོབ་པར་ཤོག། བཀྱེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནོར་ཐོབ་ཤོག། ཟླ་ངལ་ཉམ་ཐག་དགའ་ཐོབ་ཤོག།  
ཡི་ཆད་རྣམས་ཀྱང་ཡིད་གསོས་ཤིང་། བརྟན་པ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་ཤོག། སེམས་ཅན་ནད་པ་ཇི་སྟེད་པ། །  
སྦྱར་དུ་ནད་ལས་ཐར་གྱུར་ཅིག། འགྲོ་བའི་ནད་ནི་མ་ལུས་པ། ཏྲག་ཏུ་འབྱུང་བ་མེད་པར་ཤོག། སྐྱག་པ་རྣམས་  
ནི་འཛིགས་མེད་ཤོག། བཅིངས་པ་རྣམས་ནི་གྲོལ་བར་འགྱུར། མཐུ་མེད་རྣམས་ནི་མཐུ་ལྷན་ཞིང་། ཡན་ཚུན་  
སེམས་ནི་བསྟེན་གྱུར་ཅིག། མགྲོན་པོ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་ལ། རྟོགས་རྣམས་ཐམས་ཅད་བདེ་བར་ཤོག། གང་གི་  
དོན་དུ་འགྲོ་བྱེད་པ། དེ་འབད་མི་དགོས་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག། བྱུང་བ་གྲུ་ཆེན་ཞུགས་པ་རྣམས། ཡིད་ལ་བསམས་

པ་གྲུབ་གྱུར་ཏེ། རྒྱ་ཡི་རོགས་སུ་བདེར་ཕྱིན་ནས། གཉེན་དང་ལྷན་ཅིག་དགའ་བར་ཤོག། ཟླ་ངལ་ལམ་གོལ་  
འབྱུངས་པ་རྣམས། འགྲོན་པོ་དག་དང་སྤང་གྱུར་ནས། ཆོམ་རྒྱན་སྒྲག་སོགས་འཛིགས་མེད་པར། མི་ངལ་བདེ་  
སྐྱག་འདོང་བར་ཤོག། དགོན་སོགས་ལམ་མེད་ཉམ་ང་བར། བྱིས་པ་རྒན་པོ་མགོན་མེད་ཅིང་། གཉེན་ལོག་  
མྱོས་ཤིང་རབ་མྱོས་རྣམས། ལྷ་དག་སྦྱང་བ་བྱེད་པར་ཤོག། མི་དལ་རྒྱན་ལས་ཐར་བ་དང་། དད་དང་ཤེས་  
རབ་བཅེ་ལྷན་ཞིང་། ཟས་དང་སྦྱོད་པ་ཕུན་ཚོགས་ནས། ཏྲག་ཏུ་ཆོར་བས་བྲན་པར་ཤོག། ཐམས་ཅད་ནམ་  
མཁའ་མཛོད་བཞིན་དུ། ལོངས་སྦྱོང་ཆད་པ་མེད་པར་ཤོག། རྩོད་པ་མེད་ཅིང་འཆོ་མེད་པར། རང་དབང་དུ་ནི་

༄༅།

།སྤྱོད་པར་ཤོག། །སེམས་ཅན་གཟི་བུ་ཆེད་ཆུང་དུ་གང་། །དེ་དག་གཟི་བུ་ཆེད་ཆེན་པོར་ཤོག།  
།དཀའ་ཐུབ་ཅན་གང་གཟུགས་ངན་པ། །གཟུགས་བཟང་ཐུན་སུམ་ཆོགས་པར་ཤོག། །འཛིག་ཏེན་བུད་མེད་ཇི་  
སྟེད་པ། །དེ་དག་སྐྱེས་པ་ཉིད་གྱུར་ཅིག། །མ་རབས་རྣམས་ནི་མཐོ་ཐོབ་ཅིང་། །ང་རྒྱལ་དག་གྱུར་བཅོམ་པར་ཤོག།  
།བདག་གི་བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ནི། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་པ། །སྤྲིག་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ནས་ནི། །  
ཏྲུ་ཏྲུ་དག་བཟེད་པ་ཤོག། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དང་མི་འབྲལ་ཞིང་། །བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་ལ་གཞིལ་བ་དང་། །སངས་  
རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་བབྱང་ཞིང་། །བདུད་རྒྱུ་ལས་གྱུར་སྤོང་བར་ཤོག། །སེམས་ཅན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི། །

ཆོ་ཡང་དཔག་མེད་རིང་བར་ཤོག། །ཏྲུ་ཏྲུ་བདེ་བར་འཆོའ་གྱུར་ཞིང་། །འཆི་བའི་སྤྱ་ཡང་གྲག་མ་གྱུར། །དཔག་  
བསམ་ཤིང་གི་སྤྱེད་མོས་ཚལ། །སངས་རྒྱས་དང་ནི་སངས་རྒྱས་སྤྲུལ། །ཆོས་སྟོན་སྤྱོད་གས་པས་གང་བ་ཡིས། །  
སྤྲོགས་རྣམས་ཐམས་ཅད་གང་བར་ཤོག། །ཐམས་ཅད་དུ་ནི་ས་གཞི་དག། །གསེག་མ་ལ་སོགས་མེད་པ་དང་། །  
ལག་མཐིལ་ལྟར་མཉམ་བེ་རྒྱུ་ནི། །རང་བཞིན་འཇམ་པོར་གནས་གྱུར་ཅིག། །འཁོར་གྱི་དྲིལ་འཁོར་ཡོད་  
དགྱུར་ཡང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མང་པོ་དག། །རང་གི་ལེགས་པས་ས་སྤྱོད་དག། །བརྒྱན་པར་མཛད་པས་  
བཞུགས་གྱུར་ཅིག། །ལུས་ཅན་ཀུན་གྱིས་བྱ་དང་ནི། །ཤིང་དང་འོད་ཟེར་ཐམས་ཅད་དང་། །ཀླུ་མཁའ་ལས་གྱུར་



༣༣། །ཆོས་ཀྱི་སྒྲ། །རྒྱལ་མི་འཆད་པར་ཐོས་པར་ཤོག། །དེ་དག་ཏྱག་ཏུ་སངས་རྒྱས་དང་། །  
 སངས་རྒྱས་སྲས་དང་སྤྲད་ལྷུང་ཅིག། །མཆོད་པའི་སྤྲིན་ཕུང་མཐའ་ཡས་པས། །འགྲོ་བའི་སྒྲ་མ་མཆོད་པར་ཤོག།  
 །ལྷ་ཡང་དུས་སུ་ཆར་འབབས་ཤིང་། །ལེ་ཏོག་ཕུན་སུམ་ཆོགས་ལྷུང་ཅིག། །རྒྱལ་པོ་ཆོས་བཞིན་བྱེད་པ་དང་། །  
 །འཛིག་རྟེན་དག་གྲང་དར་བར་ཤོག། །སྤྲོན་རྣམས་མཐུ་དང་ལྷན་པ་དང་། །གསང་སྤགས་བསྐྱས་བརྗོད་འགྲུབ་  
 པར་ཤོག། །མཁའ་འགྲོ་སྤྲིན་པོ་ལ་སོགས་པ། །སྤྲིང་རྗེའི་སེམས་དང་ལྷན་ལྷུང་ཅིག། །སེམས་ཅན་འགའ་ཡང་  
 །སྤག་མ་ལྷུང་། །སྤྲིག་པར་མ་ལྷུང་ན་མ་ལྷུང་། །འཛིགས་དང་བརྟན་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། །འགའ་ཡང་ཡིད་མི་

བདེ་མ་ལྷུང་། །གཙུག་ལག་ཁང་རྣམས་སྒྲོག་པ་དང་། །ཁ་ཏོན་གྱིས་རྒྱས་ལེགས་གནས་ཤོག། །ཏྱག་པར་དགོ་  
 །འདུན་མཐུན་པ་དང་། །དགོ་འདུན་དོན་ཡང་འགྲུབ་པར་ཤོག། །བསྐྱབ་པ་འདོད་པའི་དགོ་སྤོང་དག། །དཔེན་པ་  
 །དག་གྲང་ཐོབ་པར་ཤོག། །གཡེང་བ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ནས་ནི། །སེམས་ནི་ལས་རུང་སྒྲོམ་ལྷུང་ཅིག། །དགོ་སྤོང་  
 མ་རྣམས་རྗེད་ལྷན་ཞིང་། །འཐབ་དང་གནོད་པ་སྤོང་བར་ཤོག། །དེ་བཞིན་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཀུན། །རྩྱལ་བྱིམས་  
 །ཉམས་པ་མེད་ལྷུང་ཅིག། །རྩྱལ་བྱིམས་འཆལ་བས་ཡིད་བྱུང་ནས། །ཏྱག་ཏུ་སྤྲིག་པ་ཟད་བྱེད་ཤོག། །བདེ་འགྲོ་  
 །དག་ནི་ཐོབ་ལྷུང་ནས། །དེར་ཡང་བརྟུལ་ཞུགས་མི་ཉམས་ཤོག། །མཁས་པ་རྣམས་ནི་བཀྱར་བ་དང་། །བསོད་

༣༣། །སྟོམས་དག་གྲང་རྟེན་པར་ཤོག། རྒྱུད་ནི་ཡོངས་སུ་དག་པ་དང་། །སྤྱོགས་རྣམས་ཀུན་ཏུ་  
གྲགས་པར་ཤོག། །རན་སོང་སྤྲུག་བསྐྱེད་མི་སྤྱོད་ཞིང་། །དཀའ་བ་སྤྱད་པ་མེད་པར་ཡང་། །ལྷ་བས་ལྷག་པའི་  
ལུས་ཐོབ་ནས། །དེ་དག་སངས་རྒྱས་སྤྱུར་ཐོབ་ཤོག། །སེམས་ཅན་ཀུན་གྱིས་ལན་མང་དུ། །སངས་རྒྱས་ཐམས་  
ཅད་མཆོད་བྱེད་ཅིང་། །སངས་རྒྱས་བདེ་བ་བསམ་ཡས་གྱིས། །རྟག་ཏུ་བདེ་དང་ལྷན་སྐྱུར་ཅིག། །བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་རྣམས་གྱིས་ནི། །འགྲོ་དོན་ཐུགས་ལ་དགོངས་འགྲུབ་ཤོག། །མགོན་པོ་ཡིས་ནི་གང་དགོངས་པ། །  
སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་དེ་འབྱོར་ཤོག། །དེ་བཞིན་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་། །ཉན་ཐོས་རྣམས་གྲང་བདེ་སྐྱུར་

ཅིག། །བདག་གྲང་འཇམ་དབྱངས་བཀའ་ངེན་གྱིས། །སར་བ་དགའ་བ་ཐོབ་བར་དུ། །རྟག་ཏུ་ཆོ་རབས་རྒྱན་པ་  
དང་། །རབ་ཏུ་སྐྱུང་བ་བྱེད་པར་ཤོག། །བདག་ནི་ཁ་ཟས་གྱིནས་གྲང་། །ཉམ་དང་ལྷན་ཞིང་འཆོ་བར་ཤོག། །ཆོ་  
རབས་ཀུན་ཏུ་དཔེན་གནས་པ། །ཕུན་སུམ་ལྷན་པ་ཐོབ་པར་ཤོག། །གང་ཆོ་བལྟ་བར་འདོད་པའམ། །ཅུང་ཟད་ངི་  
བར་འདོད་ན་ཡང་། །མགོན་པོ་འཇམ་དབྱངས་དེ་ཉིད་ནི། །གོགས་མེད་པར་ཡང་མཐོང་བར་ཤོག། །སྤྱོགས་བཅུ་  
ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི། །སེམས་ཅན་ཀུན་དོན་བསྐྱུབ་བྱའི་ཕྱིར། །ཇི་ལྟར་འཇམ་དབྱངས་སྤྱོད་མཛད་  
པ། །བདག་གི་སྤྱོད་པའང་དེ་འདྲར་ཤོག། །ཇི་སྟེང་ནམ་མཁའ་གནས་པ་དང་། །འགྲོ་བ་ཇི་སྟེང་གནས་སྐྱུར་པ། །

༣༣། །དེ་སྤྱིད་བདག་ནི་གནས་གྱུར་ནས། །འགྲོ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སེལ་བར་ཤོག། །འགྲོ་བའི་  
 སྤྱག་བསྐྱེལ་གང་ཅིར་རུང་། །དེ་ཀུན་བདག་ལ་སྤྲིན་གྱུར་ཅིག། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དགོ་འདུན་གྱིས། །འགྲོ་  
 བ་བདེ་ལ་སྤྱོད་པར་ཤོག། །འགྲོ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སྤྲོན་གཅིག་ཡུ། །བདེ་བ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་གནས། །བསྟན་  
 པ་རྟེན་དང་བཀྱར་སྟི་དང་། །བཅས་ཏེ་ཡུན་རིང་གནས་གྱུར་ཅིག། །གང་གི་དྲིན་གྱིས་དགོ་སྟོབྱ་དང་། །འཇམ་པའི་  
 དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཆེལ་ལོ། །གང་གི་དྲིན་གྱིས་བདག་དར་བ། །དགོ་བའི་བཤེས་ལ་འང་བདག་ཕྱག་འཆེལ་།  
 ༥ །བདེ་བ་ཅན་དུ་བསྐྱོད་པའི་སྟོན་ལམ་ནི། །མདྲ་ལོ་སྤྱ་སྟི་བྱ་ཐུ། །ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་གཟིགས་པ་ལོ། །

མཆོག་གི་ཡོན་ཏན་མ་ལུས་མཐར་སྟིན་པའི། །ཁླེམ་བཞེས་པ་དེ་དང་དམ་པའི་ཆོས། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་  
 ཆོགས་ལ་གུས་ཕྱག་འཆེལ། །མཐའ་ཡས་ནམ་མཁའི་མཐའ་གྲས་ཞིང་རྒྱ་མཚོ། །མཐའ་དག་སྤྱི་ཡི་སྤྱུལ་པས་  
 སྒྲར་བར་མཛད། །མཐའ་ཡས་འོད་མངའ་ཐུབ་ཆེན་ཆོ་དཔག་མེད། །མཐའ་མེད་འཁོར་བའི་འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་བྱུག་  
 །ཀུན་མཁུན་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་རྗེའི་འོད། །ཀུན་ནས་རབ་རྒྱུགས་ཡེ་ཤེས་འོད་འགྲོ་བའི། །ཀུན་རྟོག་སྤྱིད་  
 པའི་ཐུན་སྤྱག་སྒྲ་ཆོགས་པ། །ཀུན་སེལ་རྣམ་འབྲེན་གཙོ་ལ་ཕྱག་འཆེལ་ལོ། །འོད་སྤང་གསལ་བས་ཞིང་ཀུན་  
 བྱུང་མཛད་དེ། །ཡེ་ཤེས་སྤྲོན་གྱིས་ཅུང་ཟད་གཟིགས་པས་ཀྱང་། །བདུད་སྤེའི་དབྱང་ཆོགས་མ་ལུས་ཞི་མཛད་

༣༣། །པ། །དཔག་མེད་སྐྱུ་ཡི་འོད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །སྲིད་དང་ནི་བ་རབ་སྤངས་རྣམ་གྲོལ་སྐྱུ་  
 །རོ་བོ་ཉིད་གྱི་དབྱིངས་ལས་མ་གཤེས་ཀྱང་། །གང་གང་འདུལ་བ་དེ་ལ་དེར་སྟོན་པའི། །མཆོན་དང་དཔེ་བྱད་  
 །གྲིས་འབར་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཆོས་ཀུན་རྣམ་འབྱེད་ཡན་ལག་དུག་ཅུ་ཡི། །གསུང་གཅིག་གིས་ཀྱང་སྟོགས་དུས་  
 །ཐམས་ཅད་དུ། །སེམས་ཅན་དབང་པོའི་རིམ་པ་ཇི་བཞིན་འཇུག་ །དཔག་མེད་གསུང་གི་འོད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །  
 །སྐྱུ་བསམ་བཞེད་པའི་ཡུལ་ལས་རབ་འདས་ཀྱང་། །འབད་མེད་ལྷན་གྲིས་གྲུབ་པའི་ཡང་དག་ཆོག་ །གསུང་གི་  
 །གསང་བ་བསམ་གྲིས་མི་བྱབ་པའི། །ལེགས་པའི་ལམ་མཆོག་སྟོན་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །རང་བཞིན་འོད་

གསལ་མཁའ་ལྟར་མི་དམིགས་ཀྱང་། །རྣམ་པ་ཀུན་ལྡན་ཡེ་ཤེས་རོལ་པ་ཡིས། །ཤེས་བྱ་རི་སྟེང་མཁའ་ཕྱེད་པའི་  
 །དགྲིལ་འཁོར་རྒྱས། །དཔག་མེད་ཕྱགས་གྱི་འོད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཆོས་ཀུན་རོ་བོ་ཉིད་གྲིས་ཉེར་ནི་ཞིང་། །མ་  
 །འགགས་སྤང་བ་རབ་རྩ་བ་ཀྱ་བ་གང་། །སྲོད་གྱི་གཟིགས་པའང་རྣམ་དག་ནི་བ་དང་། །དེ་བཞིན་ཀུན་རྩ་གཟིགས་  
 །ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །གང་ནིག་འགྲོ་བའི་ཡིད་བཞིན་ཉེར་འཛོའི་གནས། །སྐྱུ་གསུང་ཕྱགས་དང་ཡེ་ཤེས་དཔག་  
 །མེད་སྟོབས། །ཕྱགས་རྗེའི་ཕྱིན་ལས་དཔག་རྩ་མེད་པ་ཡི། །འོད་དཔག་མེད་ལ་རྟག་པར་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །དངོས་  
 །དང་ཡིད་གྱི་སྤྱུལ་པས་ལུས་ལོངས་སྟོང་། །ཡོངས་སུ་མ་བཟུང་ནམ་མཁའི་མཐར་ཕྱག་པ། །སྟོ་ཡིས་གླངས་ཏེ་

༄༅། །བདེ་བར་གཤེགས་རྣམས་མཆོད། །དམན་ལ་བརྩེར་དགོངས་བདག་གི་འདི་དག་  
བཞེས། །བདག་དང་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་སྤྲིག་པའི་ལས། །ཉེས་པར་གྱུར་གང་མཐོལ་ཞིང་བཤགས་པར་བགྱི། །  
སྒྲན་ཆད་ནམ་ཡང་བགྱིད་པར་མ་གྱུར་ཅིག །ལས་གྱི་སྒྲིབ་པའང་གཏན་དུ་བྱད་བྱེད་ཤོག །རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྐུ་  
ཉན་ཐོས་རང་རྒྱལ་དང་། །འགོ་བ་ཀུན་གྱི་དགོ་ལ་རྩེས་ཡི་རང་། །གང་ཡང་སྤྱོད་པ་བཅུ་ཉེ་བདེ་གཤེགས་ཐམས་  
ཅད་ལ། །ཐེག་མཆོག་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བར་བསྐྱལ། །བསྐྱལ་བ་རྒྱ་མཚོ་དཔག་ཏུ་མེད་པར་ཡང་། །ལྷ་  
རན་མི་འདའ་བལྟགས་པར་གསོལ་བ་འདེབས། །དུས་གསུམ་བསགས་པའི་དགོ་བ་ཅི་ཡོད་པ། །གཞན་པན་

དོན་སྤྱིར་བྱང་རྒྱུ་ཆེན་པོར་བསྐྱོ། །ཇི་སྤྱིར་བྱང་རྒྱུ་སྤྱིར་པོ་མ་ཐོབ་པར། །སྐྱེ་བ་འདི་དང་མ་འོངས་ཐམས་ཅད་  
དུ། །བླ་མ་དམ་པས་རྩེས་སུ་འཛིན་གྱུར་ཅིག །བྱང་རྒྱུ་སེམས་ནི་ནམ་དུའང་ཉམས་མ་གྱུར། །རིགས་གཟུགས་  
ལོངས་སྤྱོད་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཡི། །དལ་འབྱོར་མཆོག་ཐོབ་ཆོས་སྒྲན་གྲོགས་དང་བཅས། །སངས་རྒྱལ་  
བསྐྱེད་ལ་རིམ་བཞིན་སྤྱོད་པ་དང་། །འདུན་དང་བརྩོན་འགྲུས་བག་ཡོད་སྒྲན་གྱུར་ཅིག །དན་སོང་གསུམ་  
སོགས་མི་བཟད་འཁོར་བ་ཡི། །མི་ཁོམ་འཛིག་རྟེན་རྣམས་སུ་སྐྱེ་འགྱུར་ལས། །གང་དེ་ཆོ་འདི་ཉིད་ལ་རབ་སྒྲིན་  
ནས། །ལན་གངས་གཞན་དུ་སྤྱོད་པར་མ་གྱུར་ཅིག །སྤྱིན་དང་རྒྱལ་བྱིམས་བཟོད་དང་བརྩོན་འགྲུས་དང་། །

༄༅། །བསམ་གཏན་ཤེས་རབ་ཐབས་མཁས་མྱེད་བྱུང་དང་། །སྟོན་ལམ་སྟོབས་དང་ཡེ་ཤེས་  
 རྒྱ་མཆོ་ཡི། །སྟོད་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྟོགས་གྱུར་ཅིག །ལུས་དང་དེ་བཞིན་སྟོག་ལའང་སྟོས་མེད་པར། །  
 སེམས་ལས་རུང་ཞིང་དབེན་པར་རང་རྒྱུད་དུ་ལ། །ལུང་དང་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་ཆོས་ཀྱིས་འབྱོར། །བཙེ་  
 ལྷན་རྟག་ཏུ་ཤེས་བཞིན་ལྷན་གྱུར་ཅིག །འཁོར་བའི་དེ་བཞིན་ཉིད་གང་མྱེད་པར་འདས། །ཀུན་རྟོག་དེ་བཞིན་ཉིད་  
 གང་ཡེ་ཤེས་ཏེ། །གཅིག་དང་དུ་མའི་བདག་ཉིད་ལས་འདས་པའི། །ཆོས་ཉིད་རྟོགས་པའི་སྟོ་གྲོས་ལྷན་གྱུར་ཅིག  
 །གང་ཡང་རྟོན་འབྱུང་བའི་ཆུ་ལ་གནས་པ། །ངེས་དོན་མཐར་ཐུག་སྟོས་བྲལ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ། །སྟོབས་སོགས་

ཡོན་ཏན་ཡེ་ཤེས་སྟོན་ལས་སོགས། །བདེ་གཤེགས་ཆོས་ལ་ཐོགས་མེད་འཇུག་གྱུར་ཅིག །གང་དུ་འགྲོ་སྟོ་  
 མངོན་པར་དགའ་གྱུར་པའི། །ཡིད་ལུས་སྟོད་པ་རྣམས་པར་དག་པ་དང་། །དབྱངས་སྒྲན་རག་གིས་ཆོས་ཆུ་ལ་རྒྱ་  
 མཆོ་སྟོན། །རྒྱལ་ལྷན་རྣམས་ཀྱི་སྟོད་དང་མཆུངས་པར་ཤོག །ཇི་སྲིད་དེ་ལྟའི་ཡོན་ཏན་མ་ཐོབ་པར། །མི་མཐུན་  
 སྟོགས་ལས་རྣམས་པར་རྒྱལ་བ་ཡི། །འཆི་མེད་ཆོ་དང་དཔལ་འབྱོར་རྒྱས་པ་དང་། །བསམ་པའི་དོན་ཀུན་ཡིད་  
 བཞིན་འབྲུག་གྱུར་ཅིག །ཆོ་འདིའི་སྒྲུང་བ་རུབ་པར་ཉེ་བན། །བདེ་གཤེགས་སྐུ་དང་བཅས་པས་བྱིན་བརྒྱབས་  
 ཏེ། །འོད་གསལ་ལྷན་ཅིག་སྟེས་པའི་དོན་རྟོགས་ནས། །ལྷ་དང་ལྷ་མོ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡིས། །སྒྲ་ཆོགས་མཆོད་

༄༅། །པས་བདག་གི་སྐུ་བསུ་ཞིང་། །རང་སྐྱེ་བྱི་མེད་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རང་བཞིན། །རྣམ་  
དག་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་དེར། །བདེ་ཆེན་སེམས་ཀྱིས་བདེ་གྲག་བགྲོད་གྱུར་ཅིག། །ཞིང་དེར་དམར་སེར་  
འོད་ཀྱི་ཕུང་པོའི་དབུས། །རབ་མར་རིན་ཆེན་པར་མེད་ཟེའུ་འབྱུང་། །དགོ་སྟོང་གྲེ་བ་འབུམ་དང་ཐབས་ཅིག་པའི། །  
ཆོས་རྒྱུ་འོད་དཔག་མེད་པ་མཐོང་གྱུར་ཅིག། །རྒྱལ་སྤྱས་ཆོགས་ཀྱིས་ཡོངས་བསྐྱོར་བཅོམ་ལྷན་འདས། །སྐུ་  
མཆོམས་འཆར་ཀའི་ཉིན་གྱིད་ལྟར་དམར་བ། །འོད་འབར་བལྟ་བས་མི་ངོམས་དེ་མཐོང་ནས། །བྱང་ཆུབ་ཆེན་  
པོའི་ལུང་བསྟན་ཐོབ་གྱུར་ཅིག། །དགོ་ཆོགས་ལེགས་བྱས་རྣམ་པར་དཀར་བའི་འབྲས། །ངོ་མཚར་ཡོངས་

རྒྱུ་མཆོས་དཔལ་དང་ལྷན་པའི་ལུས། །དཔག་མེད་སྐུ་ནས་བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་ལ། །བསྟོད་དབྱངས་རྒྱ་མཆོས་  
ཤིས་པ་བརྟེན་གྱུར་ཅིག། །བྱམས་ཆེན་འཇམ་པའི་དབྱངས་དང་ཀུན་ཏུ་བབང་། །སྐུ་རས་གཟིགས་དབང་མཐུ་  
ཆེན་ཐོབ་ལ་སོགས། །རྒྱལ་སྤྱས་རྣམས་དང་རྟག་ཏུ་མི་འབྲལ་ཞིང་། །རྣམ་ཐར་ཆུ་ལ་ལ་མཉམ་པར་འཇུག་གྱུར་  
ཅིག། །རྣམ་ཐར་རྒྱ་མཆོ་སྐུ་མ་ལྟར་སྟོན་པས། །ཐེག་མཆོག་རྒྱ་མཆོའི་ཐབས་རྣམས་ཀུན་བབྱང་སྟེ། །ཡེ་ཤེས་རྒྱ་  
མཆོའི་རྟོགས་པ་རབ་ཐོབ་ནས། །སྟོན་པའི་མཆོ་ལས་འགྲོ་ཀུན་སྟོལ་གྱུར་ཅིག། །ཞིང་ཁམས་རྒྱ་མཆོ་རྟག་ཏུ་  
སྟོང་བ་དང་། །ཆོགས་གཉིས་རྒྱ་མཆོ་དག་ནི་སྟེལ་བར་བྱེད། །སེམས་ཅན་རྒྱ་མཆོ་རབ་ཏུ་སྒྲིན་བྱས་ཏེ། །སྟོན་

༣༣། །ལམ་རྒྱུ་མཆོ་རྣམས་ནི་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག །རི་ལྷོང་སྡོན་གྱི་བདེ་བར་གཤེགས་རྣམས་  
 གྱིས། །ཐུགས་བསྐྱེད་སྡོན་ལམ་མཛད་སྟོབས་ཅི་འདྲ་བ། །དེ་ལྷོང་བདག་གིས་སེམས་ཅན་མ་ལུས་ཆོགས། །  
 ལྷུང་དུ་སངས་རྒྱས་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག །ཅེས་འོད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ལ་བསྟོད་པ་ཡན་ལག་བདུན་པ་སྡོན་ལམ་དང་བཅས་པ་འདི། །ཀུན་པ་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པས་མདོ་སྨྱད་གྱི་སའི་ཆ་རྩ་ཆུ་འགྲམ་དུ་སྦྱར་བའོ། ། ༥ །།རྗེ་རང་གྲུང་ཞབས་གྱིས་མཛད་པའི་དེས་དོན་ཐུག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་སྡོན་ལམ་ནི། རྣ་མོ་  
 གྱུ་རུ། ལྷ་མ་རྣམས་དང་ཡི་དམ་དགྱིལ་འཁོར་ལྷ། །སྟོགས་བཅུ་དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས། །བདག་  
 ལ་བརྩེར་དགོངས་བདག་གི་སྡོན་ལམ་རྣམས། །རི་བཞིན་འགྲུབ་པའི་མཐུན་འགྱུར་གྱིན་བརྒྱབས་མཛད། །

བདག་དང་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི། །བསམ་སྦྱོར་རྣམ་དག་གངས་རི་ལས་སྦྱེས་པའི། །འཁོར་  
 གསུམ་རྣོག་མེད་དག་ཆོགས་རྩ་རྒྱུན་རྣམས། །རྒྱལ་བ་སྐྱུ་བཞིའི་རྒྱུ་མཆོར་འཇུག་གྱུར་ཅིག །རི་སྤྱིད་དེ་མ་ཐོབ་  
 པ་དེ་སྤྱིད་དུ། །སྦྱིད་དང་སྦྱིབ་ཆོར་བས་ཀུན་ཏུ་ཡང་། །སྤྱིག་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་སྦྱ་ཡང་མི་གྲག་ཅིང་། །བདེ་དགོ་རྒྱ་  
 མཆོའི་དཔལ་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག །དལ་འབྱོར་མཆོག་ཐོབ་དད་བརྩོན་ཤེས་རབ་ལྷན། །བཤེས་གཉེན་བཟང་  
 བསྟེན་གདམས་པའི་བཅུད་ཐོབ་ནས། །རྩལ་བཞིན་བསྐྱུ་བ་ལ་བར་ཆད་མ་མཆིས་པར། །ཆོར་བས་ཀུན་ཏུ་དམ་  
 ཆོས་སྦྱོད་པར་ཤོག །ལྷུང་རིགས་ཐོས་པས་མི་ཤེས་སྦྱོབ་ལས་གྲོལ། །མན་ངག་བསམ་པས་ཐེ་ཆོམ་ལུན་ནག་



༄༅། །བཙུང་། །སྒྲིག་བྱུང་འོད་གྱིས་གནས་ལུགས་ཅི་བཞིན་གསལ། །ཤེས་རབ་གསུམ་གྱི་  
སྒྲུང་བ་རྒྱས་པར་ཤོག། །རྟག་ཆད་མཐའ་བྲལ་བ་དེན་གཉིས་གཞི་ཡི་དོན། །སྒྲོ་སྒྲུང་མཐའ་བྲལ་ཆོགས་གཉིས་  
ལམ་མཆོག་གིས། །སྤྱིད་ཞིའི་མཐའ་བྲལ་དོན་གཉིས་འབྲས་ཐོབ་པའི། །གོལ་འཕྱག་མེད་པའི་ཆོས་དང་སྤང་  
པར་ཤོག། །སྒྲུང་གཞི་སེམས་ཉིད་གསལ་སྒྲོང་བྱུང་འཕྱག་ལ། །སྒྲོང་བྱེད་ཕྱག་ཆེན་རྩེ་རྩེའི་རྣལ་འབྱེད་ཆེས། །  
སྒྲུང་བྱ་སྒྲོ་བྱུང་འབྱུང་པའི་དྲི་མ་རྣམས། །སྒྲུངས་འབྲས་དྲི་བྲལ་ཆོས་སྒྲུ་མ་དོན་སྒྲུར་ཤོག། །གཞི་ལ་སྒྲོ་འདོགས་  
ཆོད་པ་ལྟ་བའི་གདེངས། །དེ་ལ་མ་ཡིངས་སྒྲོང་བ་སྒྲོམ་པའི་གནད། །སྒྲོམ་དོན་ཀུན་ལ་རྩལ་སྒྲོང་སྒྲོད་པའི་

མཆོག། །ལྟ་སྒྲོམ་སྒྲོད་པའི་གདེངས་དང་ལྟན་པར་ཤོག། །ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་སེམས་ཀྱི་རྣམ་འབྱུང་ཏེ། །  
སེམས་ནི་སེམས་མེད་སེམས་ཀྱི་དོ་བོས་སྒྲོང་། །སྒྲོང་ཞིང་མ་འགགས་ཅིར་ཡང་སྒྲུང་བ་སྒྲེ། །ལེགས་པར་  
བརྟགས་ནས་གཞི་རྩ་ཆོད་པར་ཤོག། །ཡོད་མ་སྒྲོང་བའི་རང་སྒྲུང་ཡུལ་དུ་འབྱུང་། །མ་རིག་དབང་གིས་རང་  
རིག་བདག་ཏུ་འབྱུང་། །གཉིས་འཛིན་དབང་གིས་སྤྱིད་པའི་སྒྲོང་དུ་འབྱུང་། །མ་རིག་འབྱུང་པའི་རྩད་དར་ཆོད་  
པར་ཤོག། །ཡོད་པ་མ་ཡིན་རྒྱལ་བས་ཀྱང་མ་གཟིགས། །མེད་པ་མ་ཡིན་འཁོར་འདས་ཀུན་གྱི་གཞི། །འགལ་  
འདུམ་ཡིན་བྱུང་འཕྱག་དབུ་མའི་ལམ། །མཐའ་བྲལ་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་རྟོགས་པར་ཤོག། །འདི་ཡིན་ཞེས་པ་

༄༅། །གང་གིས་མཆོན་པ་མེད། །འདི་མིན་ནེས་བྱ་གང་གིས་བཀག་པ་མེད། །སློབ་ས་འདས་  
 པའི་ཆོས་ཉིད་འདུས་མ་བྱས། །ཡང་དག་དོན་གྱི་མཐའ་ནི་ངེས་པར་ཤོག། །འདི་ཉིད་མ་རྟོགས་འཁོར་བའི་རྒྱ་  
 མཆོར་འཁོར། །འདི་ཉིད་རྟོགས་ན་སངས་རྒྱས་གཞན་ན་མེད། །ཐམས་ཅད་འདི་ཡིན་འདི་མིན་གང་ཡང་མེད། །  
 ཆོས་ཉིད་ཀུན་གཞིའི་མཆང་ནི་རིག་པར་ཤོག། །སྤང་ཡང་སེམས་ལ་སྟོང་ཡང་སེམས་ཡིན་ཏེ། །རྟོགས་ཀྱང་  
 སེམས་ལ་འབྱུང་ཡང་རང་གི་སེམས། །སྦྱོར་ཀྱང་སེམས་ལ་འགགས་ཀྱང་སེམས་ཡིན་པས། །སློབ་དོགས་  
 ཐམས་ཅད་སེམས་ལ་ཆོད་པར་ཤོག། །སློབ་བྱས་རྩོལ་བའི་སློམ་གྱིས་མ་བསྐྱད་ཅིང་། །ཐམས་ཅད་འདུ་འཛིན་རྒྱུང་

གིས་མ་བསྐྱོད་པར། །མ་བཅོས་གཉུག་མ་རང་བབ་འཛིག་ཤེས་པའི། །སེམས་དོན་ཉམས་ལེན་མཁས་ཤིང་  
 སྟོང་བར་ཤོག། །སྤང་གས་རྟོག་པའི་དབའ་རྒྱབས་རང་སར་ནི། །གཡོ་མེད་སེམས་གྱི་རྩ་བོ་རང་གིས་གནས། །  
 གྱིང་རྒྱགས་རྟོག་པའི་བྱི་མ་དང་བྲལ་བའི། །ཞི་གནས་རྒྱུ་མཆོ་མི་གཡོ་བརྟན་པར་ཤོག། །བསྟར་མེད་སེམས་ལ་  
 ཡང་ཡང་བསྟན་པའི་ཆོ། །མཐོང་མེད་དོན་ནི་ཇི་བཞིན་ལྷག་གེར་མཐོང་། །ཡིན་མིན་དོན་ལ་ཐེ་ཆོམ་ཆོད་པ་ཉིད།  
 །འབྱུང་མེད་རང་ངོ་རང་གིས་ཤེས་པར་ཤོག། །ཡུལ་ལ་བསྟན་པས་ཡུལ་མེད་སེམས་སུ་མཐོང་། །སེམས་ལ་  
 བསྟན་པས་སེམས་མེད་ངོ་བོས་སྟོང་། །གཉིས་ལ་བསྟན་པས་གཉིས་འཛིན་རང་སར་གྲོལ། །འོད་གསལ་

༣༣། །སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་རྟོགས་པར་ཤོག །ཡིད་བྱེད་བྲལ་བ་འདི་ནི་ཕྱག་རྒྱ་ཆེ། །མཐའ་  
དང་བྲལ་བ་དབྱུ་མ་ཆེན་པོ་ཡིན། །འདི་ནི་ཀུན་འདུས་རྟོགས་ཆེན་ཞེས་གྲང་བྱ། །གཅིག་ཤེས་ཀུན་དོན་རྟོགས་  
པའི་གདེངས་ཐོབ་ཤོག །ཞེན་པ་མེད་པའི་བདེ་ཆེན་རྒྱུ་ཆད་མེད། །མཚན་འཛིན་མེད་པའི་འོད་གསལ་སྒྲིབ་  
གཡོགས་བྲལ། །སྒྲོལ་ས་འདས་པའི་མི་རྟོག་ལྷུན་གྱིས་གྲུབ། །ཚོལ་མེད་ཉམས་སྤྱོད་རྒྱུ་ཆད་མེད་པར་ཤོག །  
བཟང་ཞེན་ཉམས་ཀྱི་འཛིན་པ་རང་སར་གྲོལ། །རན་རྟོག་འབྲུལ་པ་རང་བཞིན་དབྱིངས་སུ་དག། །ཐམས་ཤེས་པ་  
སྤང་བྲང་བྲལ་ཐོབ་མེད། །སྒྲོལ་བྲལ་ཆོས་ཉིད་བདེན་པ་རྟོགས་པར་ཤོག །འགྲོ་བའི་རང་བཞིན་རྟག་ཏུ་སངས་

རྒྱས་གྲང་། །མ་རྟོགས་དབང་གིས་མཐའ་མེད་འཁོར་བར་འབྲུམ། །སྤྱག་བསྐྱལ་ལུ་མཐའ་མེད་པའི་སེམས་ཅན་  
ལ། །བཟོད་མེད་སྤྱིང་རྩེ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བར་ཤོག །བཟོད་མེད་སྤྱིང་རྩེའི་རྩལ་ཡང་མ་འགགས་པའི། །བརྟེ་དུས་དེ་བོ་  
སྤྱོད་དོན་རྩེན་པར་ཤར། །བྱང་འཇུག་གོལ་ས་བྲལ་བའི་ལམ་མཆོག་འདི། །འབྲལ་མེད་ཉིན་མཚན་ཀུན་ཏུ་  
བསྐྱོམ་པར་ཤོག །སྐྱོམ་སྐྱོབས་ལས་བྱུང་སྤྱན་དང་མངོན་ཤེས་དང་། །སེམས་ཅན་སྤྱིན་བྱས་སངས་རྒྱས་ཞིང་  
རབ་སྤྱངས། །སངས་རྒྱས་ཆོས་རྣམས་འགྲུབ་པའི་སྤྱོན་ལམ་རྟོགས། །རྟོགས་སྤྱིན་སྤྱངས་གསུམ་མཐར་སྤྱན་  
སངས་རྒྱས་ཤོག །སྤྱོགས་བརྩམ་རྒྱལ་བ་སྤྱས་བཅས་ཐུགས་རྩེ་དང་། །རྣམ་དཀར་དགོ་བ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པའི་

༣༣། །མཐུས། །དེ་ལྟར་བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །སྒོན་ལམ་རྣམ་དག་ཇི་བཞིན་  
འབྱུང་བྱུང་ཅིག། །དེས་དོན་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་སྒོན་ལམ་ཞེས་བྱ་བ་ཇི་རང་བྱུང་དོན་ཇི་སེམས་ཅན་པོ་ལོ། །ལྷོ་ །།བཅོམ་ལྷན་འདས་མི་འབྲུགས་པའི་ཞིང་  
བཞོན་དོན་བསྐྱུས་ཀྱི་སྒོན་ལམ་རིན་པོ་ཆའི་ཐུང་བ་བཞུགས་སོ། ། མངོན་དགའི་ཞིང་ན་བྱང་རྒྱུ་ཤིང་དབང་བྱང་། །མི་འབྲུགས་  
རྒྱལ་བ་དཔལ་གྱིས་ལྷམ་མེར་བཞུགས། །ཉན་ཐོས་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་འཁོར་བཅས་ལ། །ལུས་དང་དག་  
ཡིད་དང་བས་གུས་ཕྱག་འཆོལ། །དངོས་འབྱོར་ཡིད་སྦྱུལ་བདག་པོས་མ་བཟུང་བའི། །ལྷ་མིའི་དཔལ་འབྱོར་  
བདེ་བའི་ཡོ་བྱད་ཀྱི། །མཆོད་པའི་སྒྲིན་གྱིས་ནམ་མཁའ་གང་བྱས་ཏེ། །བདེ་བར་གཤེགས་པ་སྤྲས་དང་བཅས་

རྣམས་མཆོད། །ཐོག་མེད་དུས་ནས་དུག་གསུམ་གྱིས་བསགས་པའི། །ཤིད་དང་རན་འགྲོའི་རྒྱུར་བྱུར་མི་དགའི་  
ལས། །གང་བསགས་འགྲོད་པས་སོ་སོར་བཤགས་ནས་ནི། །སྤྲན་ཆད་མི་བགྱིད་སྤྲོམ་ལ་གནས་པར་བགྱི། །  
འཕགས་སྤྱེའི་དགོ་ཆོགས་ཀུན་ལ་ཡི་རང་ཞིང་། །རྒྱལ་རྣམས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་དང་། །ལྷ་རན་མི་  
འདའ་བཞུགས་པར་གསོལ་བ་འདེབས། །དེ་ལྟའི་དགོ་བ་བྱང་རྒྱུ་ཕྱིར་བསྡོལ་བས། །གང་སྤྲོན་འདས་པའི་  
སངས་རྒྱལ་སྤུན་ཆེན་པོར། །མི་འབྲུགས་རྒྱལ་བས་བྱང་རྒྱུ་ཕྱགས་བསྐྱེད་དེ། །ནམ་ཡང་ཁྱོད་དང་གཞོན་སེམས་  
མི་འབྱུང་སོགས། །སྒོན་ལམ་བརྒྱུད་བཏབ་བདག་གིས་འབྱུང་བྱུང་ཅིག། །གཞན་ཡང་དམ་བཅའ་ཇི་བཞིན་

༣༣། །བགྱིད་པ་དང་། །གོམ་རེ་བཞིན་ཡང་སངས་རྒྱས་ཡིད་བྱེད་དང་། །ཆེ་རབས་ཀུན་ཏུ་ཁྱིམ་  
ནས་འབྱུང་སོགས་ཀྱི། །སྐྱུ་བ་པའི་སྟོན་ལམ་བཙེ་བརྒྱད་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག །དེ་བཞིན་འཁོར་བཞིན་ཉེས་ལྟུང་མི་  
སྟེང་དང་། །འཚང་རྒྱའི་ཞིང་དུ་ལྟུང་བའི་སྐྱ་ཙམ་ཡང་། །མི་གྲགས་དག་ཅིང་ཡོན་ཏན་ལྡན་པ་སོགས། །ནམ་ཏན་  
སྟོན་ལམ་བདུན་པོ་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག །ཇི་ལྟར་མི་འབྲུགས་སྤྱད་པ་སྤྱོད་ཆེ་བཞིན། །སངས་རྒྱས་ཞིང་ནས་སངས་  
རྒྱས་ཞིང་འགྲོ་ཞིང་། །དེ་བཞིན་གཤེགས་རྣམས་མཉེས་པར་བྱེད་པ་ལས། །སྐྱད་ཅིག་ཙམ་ཡང་ཐུགས་དབྱུང་མི་  
བགྱིད་ཤོག །ཆེ་རབས་ཀུན་ཏུ་ཆངས་པར་སྤྱོད་པ་དང་། །པ་རོལ་བྱིན་པའི་ཆོས་ཉིད་ལས་བརྒྱམས་ཏེ། །སྟོན་

ཅིང་དེ་ཆེ་བདག་གི་ལུས་དང་སེམས། །ངལ་དང་དུབ་པ་ཅུང་ཟད་མེད་པར་ཤོག །ཆོས་སྤྱིན་དེ་ཡི་དགོ་ཆོགས་ཇི་  
སྟེད་པས། །རང་གི་སངས་རྒྱས་ཞིང་དེར་བྱང་སེམས་རྣམས། །ཆེ་རབས་བརྗེས་ཀྱང་དམ་ཆོས་མི་བརྗེད་ཅིང་། །  
གང་དུ་སྟོན་པའི་ཞིང་དེར་སྐྱེ་བར་ཤོག །དེ་དག་ཇོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་ནི། །ཏྲ་ག་ཏུ་མི་འབྲལ་གུས་  
པས་རབ་བསྟེན་ཅིང་། །བདུད་དང་བདུད་ཀྱི་རིགས་ཀྱི་ལྷ་དག་གིས། །ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་གྲགས་རྟེན་མ་གྱུར་  
ཅིག །ཇི་ལྟར་རང་ཉིད་དམ་ཆོས་འདོད་པ་ལྟར། །སེམས་ཅན་དེ་དག་ཆོས་འདོད་གྱུར་པ་ལ། །དེ་དག་དེ་ལྟར་  
ཡོན་ཏན་མ་ཇོགས་པར། །བདག་ཉིད་བྱང་ཆུབ་སྤྱད་པ་སྤྱོད་པར་ཤོག །བདག་ནི་འདི་ནས་ཤི་འཕོས་གྱུར་པའི་

༣༣། །འོག །མདོན་པར་དགའ་བ་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ། །བཅོམ་ལྷན་མི་འབྲུགས་སྐུ་ལ་  
བའི་བྱང་སྤྱོད་ཏེ། །བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྐྱབ་པས་མཉེས་བྱེད་ཤོག། །སྐུ་སྲས་སྤྱོད་ཀྱི་སྤང་པོ་ལ་སོགས་པ། །  
ཞིང་དེའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆེ་ལྷན་གྱི། །ཡོན་ཏན་ཇི་སྟེད་བདག་ལའང་ལྷན་གྱུར་ཅིག། །སངས་སྐུ་  
ལྷན་གྱིས་ཏྲག་ཏུ་བསྐྱགས་མཛད་ཤོག། །ཇི་ལྟར་སྐུ་སྲས་དེ་དག་བཅོམ་ལྷན་དེས། །བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་  
མདོན་སུམ་ལུང་བསྟན་བཞིན། །བདག་ཀྱང་ཕྱིར་མི་སྟོག་པའི་ས་ཐོབ་སྟེ། །བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་ལུང་བསྟན་ཐོབ་  
པར་ཤོག། །སྐུ་བ་དེ་ཡི་དམ་པའི་ཆོས་འཛིན་ཅིང་། །བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པ་ཀུན་ཏུ་སྤང་བྱས་ཏེ། །ཆོགས་གཉིས་སྐྱ་

མཆོ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དང་། །སེམས་ཅན་སྐྱམ་ཆོར་བ་ཏུ་སྤོན་བྱེད་ཤོག། །མདོར་ན་མི་འབྲུགས་སྐུ་ལ་བའི་  
ཐུགས་བསྐྱེད་དང་། །སྤྱོད་པ་སྤོན་ལམ་ཇི་བཞིན་བདག་སྤྱོད་ཅིང་། །མདོན་དགའི་ཞིང་མཚུངས་དག་པའི་འཇིག་  
རྟེན་དུ། །བཅོམ་ལྷན་དེ་འབྲའི་གོ་འཕང་མདོན་བྱེད་ཤོག། །ཅེས་ཆོས་ཀྱི་དབང་ཐུག་གིས་སྐུ་ལ་བའི་དོ་རྩེ་མི་འབྲུགས་པའི་སྐྱབ་དཀྱིལ་ལས་  
ལུང་བའོ། །