

ལོ་ན་གསལ་མཛོེ།

དག་པོ་ཤེས་པའི་ལྷན་ཚོགས་ལྟུང་ལྟུང་།

ལྷན་ཚོགས་ཤིག།

ཤིག།

(དག་པོ་ཤིག)



ས་སྤྱོད་རྒྱུ་ལུག་དགའ་རྒྱལ་མཚོ་ན།

མཛོེ་ལྷན་ཚོགས་ལྟུང་ལྟུང་།

མིག་གནས།

༡༡། །དག་པར་བྱེད་པའི་ཕྱི་བ་ལྷོ་ར་མིག་ཆེན་ལྷ་མཚོ་
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ལྷ་མིག་པ།

མོད།

(དག་མིག་)



ལྷ་མིག་པ།

༤

བྱེད་པའི་ལྷ་མཚོ།

༥

ས་སྐྱ་བཞིན་ཀུན་དགའ་བྱུང་མཚན།

༡༩༥༩ - ༡༩༥༩

དེབ་མངའ།

RNDTD128002

སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྤྲིག་ཁང་གིས་ཞུ་སྤྲིག་བྱས།
སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཚོམ་སྤྲིག་ཁང་གིས་ཚོགས་རྒྱལ་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བཅོས།
སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས།
༢༠༡༧ ལོའི་ལྷ་བཙུ་གཅིག་པར་ཚོམ་སྤྲིག་བྱས།

དེབ་ཚད། 15x21

ཡིག་ཚད། 14

ཡིག་གྲངས། 7.513

ང་ཚོའི་དྲ་ཆིགས་ཀྱི་ཁ་བྱང།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ང་ཚོའི་ཡིག་སྐྱུལ།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

བཟོ་སྐྱབ་པ། ཚོམ་སྤྲིག་པ།

པར་སྐྱབ་ཀྱི་བཀག་དབང་སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོར་ཡོད།

དོ་སྤྱོད་མདོར་བསྟུན།

ཚོས་ཇི་ས་སྐྱ་བརྗེས་ཀྱི་དགའ་རྒྱལ་མཚན་ནི། ལྷི་ལོ་༡༡༤༣ལོར་ས་སྐྱར་འཁོན་གྱི་གཏུང་རྒྱུད་
ལ་བ་དབལ་ཚེན་འོད་མོ་ཆེ་དང་། དུམ་གར་ལུ་མ་ཉི་ཁྲི་ལྷུ་མ་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་སྐྱབས་འགྲུངས།

དགའ་ལོ་རྒྱུད་དུས་ཀྱི་མཚན་ལ་དབལ་ལྷན་དོན་གྲུབ་ལུ་ཞིང་། ཇི་ས་སུ་ཁྲོ་མོ་གྲགས་པ་
རྒྱལ་མཚན་ལས་དགེ་བསྐྱེན་གྱི་སྒོ་མ་པ་བཞེས་ཏེ་མཚན་ལ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་གསོལ།

དགའ་ལོ་རྒྱུད་དུས་ནས་བརྒྱུད་དགེ་བའི་བཞེས་གཉེན་དུ་མ་བསྐྱེན་ཏེ། བཟོ་རིག་པ་དང་།
གསོ་བ་རིག་པ། སྐྱ་རིག་པ། གཏུན་ཚིགས་རིག་པ། བྱང་དོན་རིག་པ་སྟེ་རིག་གནས་ཆེ་བ་ལྡད་དང་།
སྐྱོན་དག །མདོན་བརྗོད། ལྷེབ་སྐྱོད། རྒྲོ་ས་གར། རྣམ་ཅིས་ཏེ་རིག་གནས་རྒྱུད་བ་ལྡ་སོགས་ལྷི་ནང་
རིག་གནས་རྣམས་ལ་སྐྱུངས།

རྒྱ་གར་སྟོལ་སྟོལ་གས་ཀྱི་སྐྱ་སྐྱེགས་པའི་སྟོན་པ་འཕྲོག་གྱེད་དགའ་ལོ་སོགས་མོད་དུ་ཡོང་
སྐབས་མང་ལུ་ལྷི་དྲོད་དུ་ཚོད་པས་བཏུལ།

དགའ་ལོ་ཉིར་གསུམ་པར་ཁ་ཆེ་བཅའ་ཚེན་ལུ་ལྷི་རྒྱུ་ལས་བསྐྱེན་རྫོགས་ཀྱི་སྒོ་མ་པ་
བཞེས། མཁན་པོའི་མཚན་གྱི་མཐའ་ཚན་དུ་བྱས་ནས་རྒྱལ་མཚན་གྱི་མཇུག་ཏུ་དབལ་བཟང་པོ་
སྐྱར་བས་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་དབལ་བཟང་པོ་ཞེས་གྲགས།

དགའ་ལོ་ཉིར་ལྷའི་སྐབས་ས་སྐྱའི་ཁྲིར་ལེབས། ལྷི་ལོ་༡༣༧༧ལོར་སོག་པོའི་རྒྱལ་པོ་ཨོ་
གོ་ཏའི་སྲས་གཉིས་པ་གོ་དན་གྱིས་གདན་ལུ་ལྷུང་ཚ་མོ་འཕྲོ་མགོན་ཚོས་རྒྱལ་འཕགས་པ་དང་།
འཕྲོ་མགོན་བྲག་ན་དོ་རྗེ་གཉིས་བྲག་ལྷིར་ཁྲིད་དེ་ཉིར་རྒྱལ་པོའི་རྒྱལ་ས་ལང་བྱར་ལེབས།

ཁོང་ནི་ས་སྐྱ་གོང་མ་ལྷའི་ནང་གི་བཞེས་དང་ས་སྐྱའི་ཁྲི་རབས་ལས་ཁྲི་འཛིན་བྲག་པ་ཡིན།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་།

དགྲུང་ལོ་བདུན་ཅུར་ཐེབས་པ་ ༡༩༥༡ ལོར་ལང་གྲུ་སྐྱུལ་བའི་སྡེ་ཞེས་བྱ་བར་སྐྱ་
གཤེགས། ཁོང་གི་གསུང་ཚོམ་ལ། བོད་གསུམ་ཙམ་ཡོད།

༡༩༡༥. ༡༡. ༠༣ སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་གི་ཕྱོགས་བཏུས་བྱས།



དེ་བས་འདི་ག་སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྐྱིག་ཁང་ནས་ཀྱང་ཤེས་རིག་གི་ཉིང་
བ་ཅུད་དུ་གྱུར་པའི་རིས་སྤྱི་མ་ཆད་པའི་བོད་ཀྱི་མཁས་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་སྒྲེགས་བམ་དེ་དག་དང་།
ཞོར་དུ་དེད་རབས་ཀྱི་ཚོམ་པ་ལོ་ཁྲོན་གཞོན་དབྱེར་མེད་ཀྱི་བརྩམས་ཆོས་སོགས་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་
ཚོམ་སྐྱིག་གིས་བྱ་རོལ་སྤྱི་བཞག་སྟེ་ཉར་ཚགས་དང་དར་སྤེལ། སྤྱང་སྐྱོབ་ཀྱི་ལས་གཞི་འདི་གཉེར་
གྱིན་ཡོད།

གཉིས་པ། སྐྱོང་གཞི།

རང་རིགས་ལྷག་བསམ་ཅན་གང་མང་ཞིག་གིས་ཚོམ་སྐྱིག་བྲེས་པའི་སྐོག་རྒྱལ་འབྲུལ་དེབ་
ཀྱང་གང་མང་ཞིག་ཐོན་དང་འཛོན་སྤྱི་སྤྱི་ཡོད་ལ། དེ་དང་ལྡན་དུ་གསུང་རབ་པར་བསྐྱུན་གྱིས་ཤོག་
སྟངས་གི་དཔེ་ཆའང་གང་མང་ཞིག་འབྲེམས་སྤེལ་གྱིས་ཁྲུབ་བཅའ་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད།

ཡིན་ན་ཡང་དེ་དག་ལས་ཉུང་ཤས་སྤྱད་པའམ་ཆེ་བ་ཞིག་ནི་ཞུས་ཆེན་བ་དག་ལ་རང་སྐྱུ་ཤེར་
བའི་རིག་གནས་ཀྱི་སྤང་གཞི་བརྟན་པོ་ཞིག་མེད་པར་མ་བྱིའེ་ཡི་གོ་གང་བྱུང་བཅོ་བཙུན་བསྐྱབ་བ་
དང་། ཆད་ལྷག་དང་ཞོར་བ་ཉ་ཅང་མང་བས་གསུང་རབ་ཀྱི་སྒྲེགས་བམ་མ་དག་པ་མང་པོ་ཞིག་
འབྱུང་གིན་ཡོད་ལ། མཁས་པ་སྤྱི་མས་ཞུས་དག་བཏང་བའི་གསུང་རབ་དག་གི་ཚད་ལྡན་གྱི་ཡིག་
སྐྱོར་མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་ཁྲུབ་གྱིན་ཡོད།

སྤྱིར་གསུང་རབ་ཀྱི་བར་གཞི་རྙིང་བ་དག་ནི་ཤིང་བར་དང་ལག་བྲིས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ལ།
དེ་དག་ཀྱང་ཚོམ་པ་ལོ་རང་ཉིད་དམ། རིག་གནས་ལ་ནང་བུན་རྒྱུད་པའི་མཁས་དབང་དང་དམ་པའི་
སྤྱིས་བྱ་གང་མང་ཞིག་གིས་ཞུས་དག་བཏང་བ་དང་། རྒྱལ་བྲིས་ཡིན་པས་གང་བྱུང་བཅོ་བཙུན་བྱ་
རྒྱུ་མེད་ལ། གསུང་རབ་ལས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་ལོར་ནའང་ནང་དོན་བྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་གྱུར་ཉེ་ཚབས་ཆེ་
བའི་སྐོན་འབྱུང་རེས་ན། གསུང་རབ་ལ་བསྐྱེས་སྣང་དང་བཅོ་བཙུན། གསུང་རབ་ལས་ཡིག་འབྲུ་
གཅིག་ལའང་བཅོས་སྣང་མེད་པར་སོར་བཞག་བྱ་རྒྱུ་དང་། གལ་ཏེ་གསུང་རབ་ལས་ཐོན་ཡིག་དོག་
གཅིག་ལ་འབྱུང་སྐོག་གཏོང་དགོས་བྱུང་ནའང་དེ་ཉིད་ཁ་གསལ་དང་མ་བྱིའེ་ཡི་གོ་ཉིད་གསལ་

ཁུངས་གཏུགས་ཏེ་ཞོར་བཅོས་དང་འོག་མཚན་འགོད་པ་ལས་འོལ་ཚོད་དམ་རང་དགར་བཟོ་བཅོས་
བརྒྱབ་མེད་ལ། གཤེན་བསྐྱར་གྲེད་སའི་བར་གཞི་གཞན་དེའི་ཡི་གེ་དག་པ་དེ་ཉིད་པར་གཞིའི་
གཞུང་དངོས་སུ་མཚམས་ཉམས་བཅས་བཀོད་ཡོད་པ་དང་། གཞུང་དངོས་ཀྱི་ཡིག་ཞོར་དེ་ཉིད་དང་
བར་གཞི་གཞན་དེའི་ཡི་གེ་དག་པ་དེ་གཉིས་ཀ་ཤོག་གྲངས་སོགས་མཉམ་སྦྲུང་གྱིས་འོག་མཚན་དུ་
བཀོད་ཡོད།

གཤེན་སྐྱར་གྲེད་སའི་བར་གཞི་གཞན་མེད་པའས་བར་གཞི་གཞན་དེར་ཡང་ཞོར་ཡོད་ཆེ་
གཤེན་སྐྱར་གྲེད་མཁན་རང་ཉིད་གྱིས་ཞོར་བཅོས་བྱས་ཏེ་ཞོར་བཅོས་ཀྱི་ཡི་གེ་དེ་ཉིད་པར་གཞིའི་
གཞུང་དངོས་སམ་གཞུང་དགུས་ཀྱི་ཡི་གེ་དང་མི་ཞོར་བའི་ཆེད་སྡོམ་དུ་མཚམས་ཉམས་ཀྱི་དང་
རྗེས་སུ་མཚན་གྲངས་སྦྲུང་ཞིང་། མ་གྱིའི་ཡིག་ཞོར་དེ་ཉིད་མ་གྱིའི་ཤོག་གྲངས་དང་ཡིག་སྐྱང་གར་
ཡོད་ཁ་གསལ་མཉམ་སྦྲུང་དང་། བར་གཞི་གཞན་ཡང་ཡོད་ཆེ་བར་གཞི་གཞན་གྱི་ཡིག་ཞོར་དེ་
ཡང་བར་གཞི་གཞན་དེའི་མིང་། མཚན་ཉམས་ཀྱི་དང་། ཤོག་གྲངས། ཡིག་སྐྱང་བཅས་གར་ཡོད་ཁ་
གསལ་མཉམ་སྦྲུང་གྱིས་འོག་མཚན་དུ་བཀོད་ཡོད།

གལ་ཏེ་གཞུང་ཡིག་གཅིག་ལ་ལག་ལེན་དང་མི་མ་སྐྱོན་པའས་མཐོང་དགོན་སའི་ཡི་གེ་གྲིས་
ཡོད་ནའང་དེ་ཉིད་མ་གྱི་དང་གཤེན་སྐྱར་གྲེད་སའི་བར་གཞི་ཚང་མར་གཅིག་མཚུངས་སུ་ཡོད་ཆེ་
རང་སོར་འཛོག་རྒྱ་ལས་བཅོས་མེད་ལ་འོག་མཚན་སོགས་ཀྱང་བཀོད་མེད།

ཚིག་སྐྱད་སྦྱོར་སྐྱེད་སའ་ལས་བར་གཞི་རྙིང་བ་དག་གི་ནང་དུ་ཚིག་སྐྱད་ཞིང་སོགས་སྦྱོར་
སྐྱེད་སའ་ལ་གཅིག་གྲུར་མེད་པ་དང་། བར་སྦྱོད་ཀྱི་གཞུང་མང་ཆེ་བར་གསལ་བའི་ཐོབ་ཚུལ་སྦྱར་སྦྱར་
མེད་པ་དག་ནི་ཚིག་སྐྱད་དེ་དག་གི་ཐོབ་ཚུལ་གསུངས་པ་སྦྱར་སྦྱར་ཏེ་གཅིག་གྲུར་འོང་ཐབས་བྱས་
ཡོད་ལ། བར་གཞིའི་ཚིག་སྐྱད་ཀྱི་ཡི་གེ་དེ་ཉིད་འོག་མཚན་དུ་བཀོད་ཡོད། གཞན་དུ་བྲག་འདོད་མིན་
སོགས་ཀྱི་ཁྱད་བར་ལས་ཚིག་སྐྱད་སྦྱོར་སྐྱེད་སའི་འདྲ་བར་འབྱུང་བ། དཔེར་ན། ཡིན་གྱང་། ཡིན་
ཡང་ལྟ་བུའི་རིགས་ནི་མ་གྱིའི་བར་གཞིར་གང་ཡོད་སོར་བཞག་བྱས་ཏེ་བར་གཞི་གཞན་གྱི་སྦྱོར་
སྐྱེད་སའི་འདྲ་བ་ཡོད་ཆེ་དེ་ཉིད་འོག་མཚན་དུ་བཀོད་ཡོད། བདག་སྐྱེའི་བ་བ་དང་མིང་མཐའི་བ་བའི་

སྐྱོར་སྣངས་ནི་བར་རྙིང་དག་ལས་བྱུང་བའི་སྐྱོར་རྩལ་དེ་ལེགས་པར་མཐོང་བས། མ་སྤྱིའི་བར་གཞིར་བར་རྙིང་དག་ལྟར་སྦྲུང་ཡོད་ཆེ་རང་སོར་བཞག་ཡོད་ལ། བར་རྙིང་དག་དང་མི་མཐུན་བར་བརྟེན་གྱི་གཞུང་ཁ་ཤས་སུ་གསལ་བའི་ཐོབ་རྩལ་ཉེ་བདག་སྤྱིའི་བ་བ་ཆོག་སྤང་གཞན་དབང་ཅན་དུ་བཞེད་པའི་ཐོབ་རྩལ་དེ་ཉིད་ལག་ལེན་བསྟར་ཡོད་པ་དག་ནི་བར་གཞི་གཞན་དང་གཤིབ་བསྟར་དང་། བར་གཞི་གཞན་མེད་ཆེ་གཞུང་ཡིག་པ་བ་དག་འོག་མཚན་དུ་བཞག་སྟེ་གཞུང་དཔྱུས་སུ་བར་རྙིང་དག་གི་སྐྱོར་རྩལ་ལམ་ཆོག་སྤང་རང་དབང་ཅན་གྱི་ཐོབ་རྩལ་དེ་ཉིད་ལག་བསྟར་གྱིས་གཞུང་དཔྱུས་སུ་མཚམས་ཉམས་དང་མཚན་གངས་བཅས་བཟོ་བཅོས་བརྒྱབ་ཡོད།

ཡང་བྱ་ཆོག་སོགས་སྐྱོད་སྣངས་ལ་བརྟེན་གྱི་གཞུང་གི་སྐྱིག་སོལ་དང་། ལག་ལེན་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་བྱ་ཆོག་སྐྱོར་སྣངས་མི་འདྲ་བར་འབྱུང་བ་དག་ཀྱང་མ་སྤྱིར་གང་ཡོད་རང་སོར་བཞག་པ་ལས་སྤོགས་གཅིག་དང་མི་མཐུན་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ཉེ་བཟོ་བཅོས་བརྒྱབ་མེད།

འོག་མཚན་འགོད་སྐབས། ཡིག་གཟུགས་གཅིག་ཉིད་ལ་བར་གཞི་དག་ལས་མི་མཐུན་བའམ་མི་འདྲ་བ་བསྟར་མར་འབྱུང་བ་དང་། འོག་ངོས་གཅིག་གི་ནང་དུ་དེ་འདྲ་མང་དུ་འབྱུང་བ་དག་ལ་བར་ངོས་གཅོད་མ་འོང་བ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་དང་སོ་དེར་འོག་མཚན་བཀོད་ཅིང་གྲགས་ཉམས་སུ་གསལ་བཤམ་སྦྱར་བྱས་ཉེ་གཞན་རྣམས་ལ་གཞུང་དཔྱུས་སུ་མི་མཐུན་བའམ་མི་འདྲ་བའི་ཡི་གེ་དེ་ཉིད་ཀྱི་གོང་དུ་མཚམས་ཉམས་ལས་འོག་མཚན་བཀོད་མེད།

ཤད་འཛོག་སྣངས་ལྟ་བུར་མཚོན་ནའང་། མ་སྤྱིའི་བར་གཞི་ཁ་ཤས་སུ་ཅ་བ་ལུང་འདྲེན་དང་། གཞུང་འགྲེལ་ལྟ་བུར་གང་འགྲེལ་སའི་གཞུང་བྲངས་པ། ཡང་ན་གཞུང་གཞན་ལས་བྲངས་བ་ལྟ་བུའི་མཐུག་ཏུ་དང་ཆོག་བརྗོད་དེ་ཉིད་རྫོགས་མེད་པ་མཚོན་གྱིར་དུ་ཤད་གཉིས་ཐོབ་བ་དག་ལའང་དེ་ཉིད་གཞན་ལས་བྲངས་བ་སོགས་ཤེས་ཆེད་ཤད་གཅིག་ལས་བཞག་མེད་པ་དག་ཀྱང་མ་སྤྱི་ལྟར་རང་སོར་བཞག་ཡོད་ལ། ལྷོ་ར་ཀ་ག་ཤ་གསུམ་ལ་ཆོག་ཤད་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཤད་མི་སྐྱོར་བ་དང་ཉིས་ཤད་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཤད་གཅིག་ལས་སྐྱོར་མི་དགོས་པའི་སོལ་ཡོད་ནའང་། ཤད་བར་རྣམས་སུ་ཤད་ཐོབ་སའི་ཡི་གེ་དེ་གསུམ་ཇེས་ཀྱི་ཡི་གེ་དང་ཆོག་བྲིས་གཅིག་ཏུ་མི་ལོར་བའི་ཆེད་ཤད་བཞག་ཡོད་

བ་ལྟར་འདིར་ཡང་ལག་ལེན་དེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཡོད།

དཀར་ཆག་འཛོག་སྤངས་ལ་མཚོན་ན། གཞུང་གི་ས་བཅད་དམ་གཞུང་ཚན་ཆེ་ཚུང་གཞིར་
བརྒྱུད་གིས་མང་ཉུང་འཚམས་བར་དཀར་ཆག་བསྒྲིགས་ཡོད་ལ། གཞུང་དཔྱུས་སུ་ཡིག་སྤྲད་མི་འབྱུང་
བའི་ཆེད་དུ་ས་བཅད་དེ་ཉིད་རང་སོར་དཀར་ཆག་ཏུ་སོ་འབོད་བྱས་ཡོད། དཀར་ཆག་ཏུ་འགྲོ་རྒྱུའི་
ས་བཅད་ལ་དང་པོ་ནི་ལྟ་བུ་ལས་མེད་ཆོ། དང་པོ་གང་ཡིན་ཅད་བཅོད་བྱས་ཏེ་དེ་ཉིད་གྲུག་རྟགས་
ནང་དུ་བཞག་ཅིང་གཞུང་དཔྱུས་དང་མི་རྣམས་བའི་ཆེད་དེ་ཉིད་ཡིག་རྒྱུང་བྱས་ཡོད། དཔེར་ན། དང་པོ་
༼མཚན་དོན་འོ།༽ ལྟ་བུ། གསུང་འབྲམ་གྱི་དཀར་ཆག་སྐབས། འོག་གངས་རྗེ་མང་དུ་མི་འགྲོ་བ་དང་།
ཚུམ་སྒྲིག་དང་འབྲམ་དེ་བ་ཁ་བྱེ་སྤྲ་བར་དམིགས་ཏེ་གཞུང་ཚན་གང་ཡོད་ཀྱི་མཚན་བྱང་དེ་ཉིད་
དཀར་ཆག་ཏུ་བསྒྲིགས་པ་ལས་ནང་གསེས་ཀྱི་དཀར་ཆག་བསྒྲིགས་མེད།

ཚུམ་སྒྲིག་བྱས་པའི་འབྲམ་དེ་བ་ཀྱི་གཞུང་དཔྱུས་ཀྱི་དཀར་ཆག་ཏུ་སོ་འབོད་བྱས་ཡོད་པ་
དེའི་སྤྲེང་དུ་མཛུ་བ་ལོན་བྱས་ཆེ་སྟོན་གྱི་དཀར་ཆག་ཏུ་བྱིར་སློབ་བྱེད་བ་དང་། དཀར་ཆག་གང་རུང་
ཞིག་གི་སྤྲེང་དུ་མཛུ་བ་ལོན་བྱས་ཆེ་དེའི་དོན་གསལ་བའི་གཞུང་དཔྱུས་སུ་འགྲོ་བ། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱབ་
འོག་གི་སྤྲེང་གི་སྤྲམ་ཆ་གཅིག་ཅུ་ཀྱི་ས་ཁོངས་གང་རུང་ཞིག་ལ་མཛུ་བ་ལོན་བྱས་ཆེ་དཀར་ཆག་
ཏུ་འགྲོ་བ་དང་། མཛུག་གི་འོག་དོས་ཀྱི་འོག་ཏུ་དབུ་གཟིགས་ལ་ཕེབས་པར་ཞུ་ཞེས་བར་མཛུ་བ་
ལོན་བྱས་ཆེ་མཛུ་བ་དོས་ལ་འགྲོ་བ་སྟེ་སློབ་པ་ལོར་སྤྲམ་བའདེ་འོང་ཆེན་ཡར་མར་བན་ཚུན་གྱིར་
སློབ་བྱས་ཆོག་པར་བཟོས་ཡོད་ཅིང་། ལོང་གི་འདི་གའི་བྲ་ཆོགས་དང་ཡིག་སྐྱམ་གྱི་དབྱིན་ཡིག་གི་
ཁ་བྱང་གང་ཞིག་ལ་མཛུ་བ་ལོན་བྱས་ཀྱང་དེ་གཉིས་སོ་སོ་ནས་ཁ་བྱེ་འོང་བར་བྱས་ཡོད།

ཚུམ་སྒྲིག་བྱེད་པའི་མཉེན་ཆས་ ID ནང་དུ་ཚུམ་སྒྲིག་དང་། འབྲམ་དེ་བ་ཁ་བྱེ་སྤྲ་བ། སློབ་པ་
པོས་སློབ་སློབ་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་འབྲམ་དེ་བ་ཀྱི་འོག་དོས་རེ་རེར་དོན་ཚན་ཆེ་ཚུང་ལ་དབགས་ཏེ་
ཡིག་སྤྲེང་མང་པབ་ཡོད་ལ། འོག་གངས་རྗེ་ཅང་མང་བའི་གཞུང་དག་ལ་ཡིག་སྤྲེང་མང་པབ་པ་དེས་
འོག་གི་ཡིག་སྤྲེང་དང་འོག་གངས་རྗེ་མང་དུ་མི་འགྲོ་བར་བསམ་སློབ་གཏོང་དགོས་པས་དོན་ཚན་ཆེ་
འབྲིང་ཚུང་གསུམ་གང་རུང་ཞིག་གི་མཛུག་ཡིན་མིན་ལ་མ་བཟོས་པར་གཞུང་མཚན་གང་རུང་

ཞིག་ནས་མར་བབ་ཡོད།

འོར་བཙུན་སོགས་མ་ཕྱིའི་གཞུང་དུ་སྐྱེས་པའི་གཞུང་ཡིག་ལ་འབྲུང་བ་ཆེ་ཆུང་གང་འདྲ་
ཞིག་བཏང་ནའང་ཡི་གེ་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྲོལ་དུ་མཚམས་ཉམས་ཏེ་དང་། རྗེས་སུ་མཚན་གངས་སྦྲུང་ཏེ་
དེ་ཉིད་མ་ཕྱིའི་གཞུང་ཡིག་དང་མི་འོར་བར་བྱས་ཡོད་ལ། མ་ཕྱིའི་གཞུང་ཡིག་ཉིད་མ་ཕྱིའི་ཤོག་
གངས་དང་ཡིག་སྐོར་མཉམ་སྦྲུང་གིས་འོག་མཚན་དུ་བཀོད་བ་དང་། གཞུང་དུ་སྐྱེས་པའི་མཚམས་
ཉམས་དང་མཚན་གངས་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་བཞག་ཡོད་པའི་ཡི་གེ་དེ་ཉིད་བར་གཞི་གཞན་ལས་བྱུང་
བ་ཡིན་ཆེ་འོག་མཚན་དུ་བར་གཞི་གང་ཡིན་གྱི་མཚན་ཉམས་མཉམ་སྦྲུང་བྱས་ཡོད། གཞུང་ཡིག་
མཚན་ཉམས་ཅན་གང་ཞིག་ལ་འོག་མཚན་དུ་མ་ཕྱིའི་འོར་བཙུན་སོགས་ཀྱི་ཡི་གེ་དེ་ཉིད་དང་།
མཚན་ཉམས་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་དེ་ཉིད་བར་གཞི་གཞན་གྱི་ཡིན་ཆེ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཤོག་གངས་དང་ཡིག་སྐོར་
མཉམ་སྦྲུང་བྱས་ཏེ་འོག་མཚན་དུ་འདྲ་བཀོད་ཡོད་ལ། གཞུང་དུ་སྐྱེས་པའི་མཚན་ཉམས་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་
གང་ཞིག་འོག་མཚན་དུ་རང་ཉམས་སྦྲུང་ཡོད་པ་དག་ནི་གཤིབ་སྦྲུང་བྱེད་མཁུ་གྱི་ཡིན།

གཞན་ལྷ་སྒྲིག་པས་འོར་བཙུན་གྱི་ཡི་གེ་དང་། མཚམས་ཉམས་མཚན་གངས་རྣམས་
སྐྲངས་ཏེ་མཚན་གངས་ལྟར་གྱི་འོག་མཚན་གྱི་གཞུང་ཡིག་དག་ཚུར་བྲངས་ཏེ་གཞུང་དུ་སྐྱེས་དང་
སྦྲུང་བ། གཞུང་དེ་དང་དེའི་མ་ཕྱིའམ་གཞི་བཙུན་སའི་བར་གཞི་དངོས་རི་མ་རི་བཞིན་འབྲུང་ངོ་། །

ལྷ་བ། ཉམས་ལེ་བྱེད་པ།

༡༧༽ (一) ཉམས་ལེ་བྱེད་ཆད་ཀྱི་མཚམས་འབྲེད་བྱེད་ཀྱི་ཉམས་སུ་སྦྲུང་ཡོད། མཚམས་གང་ནས་
འོར་བ་དང་ཆད་པའི་མཚམས་དེར། ཉམས་ལེ་བྱེད་དང་གང་གི་བར་དུ་འོར་བཙུན་གྱི་མཚམས་
དེར་མཚན་གངས་སྦྲུང་ཡོད།

༡༧༽ (二) ཉམས་ལེ་བྱེད་ཆད་ཉམས་སུ་སྦྲུང་ཡོད། མ་ཕྱི་དང་བར་གཞི་གང་རུང་ཞིག་ལས་ཆད་བ་དག་
ལ་འོག་མཚན་དུ་ཆད་ཡིག་དེའི་ཤོང་དུ་ཉམས་ལེ་བྱེད་འབྲུང་ཞིང་། ཉམས་ལེ་བྱེད་པའི་ཡི་གེ་དེ་ཉིད་མ་
ཕྱིའམ་བར་གཞི་དེར་ཆད་ཡོད་པ་སྟོན།

ག༽ (+) ཉགས་འདི་ལྷག་ཉགས་སུ་སྤྱད་ཡོད། མ་གྱི་དང་བར་གཞི་གང་རུང་ཞིག་ལས་ལྷག་བ་དག་ལ་འོག་མཚན་དུ་ལྷག་ཡིག་དེའི་ཤོད་དུ་ཉགས་འདི་འབྱུང་ཞིང་། ཉགས་འདིས་ཡི་གེ་དེ་ཉིད་མ་གྱི་འཕམ་བར་གཞི་དེར་ལྷག་ཡོད་པ་སྟོན། འབྲུལ་དེ་བ་ཀྱི་བར་གཞིའི་གཞུང་ཡིག་གི་ནང་དུ་འདི་ལ་མཚན་གྲངས་མ་གཏོགས་མཚམས་ཉགས་མེད།

ང༽ (.....) ཉགས་འདི་མ་གྱིའི་བར་གཞིར་ཡིག་འབྲུ་མི་གསལ་བ་དང་། བར་གཞིའི་གཞུང་དཀྱུས་སུ་ཡིག་གྲུང་གི་མཐའ་མ་ཡིན་པའི་༼ཤིང་བར་རྣམས་སུ་བཞོད་པ་དེ་རྫོགས་མེད་པ་གང་ཞིག་ཡིག་གྲུང་དེའི་མཐའ་བར་སྟོང་རྩུང་ཡོད་ཆེ་རྗེས་སུ་ཆོག་བཞོད་ལྷག་པའི་ཉགས་ལ་ཆོག་ཁ་ཤས་འཛོག་སྲོལ་ཡོད་པ་དེ་མ་ཡིན་པའི་༽ཡིག་མཚམས་གང་རུང་ཞིག་ཏུ་བར་ལྷ་བས་ཡི་གེ་གང་ཞིག་འོར་བཙོས་སོགས་བྱས་པའི་ཚབ་ཏུ་བར་གཞིའི་ཡིག་མཚམས་གང་ཞིག་ལ་བར་སྟོང་ངམ་ཆོག་ཁ་ཤས་བཞག་ཡོད་པ་དག་གམ། དེར་ཡི་གེ་ཆད་པ་སོགས་གང་ཡིན་གསལ་མོར་མ་ཤེས་བ་དག་ལ་དེའི་ཚབ་ཏུ་ཉགས་འདི་སྤྱད་ཡོད། གཞུང་ཡིག་ཏུ་ཉགས་འདི་ཡོད་པ་དེར་མ་གྱིའི་བར་གཞིའི་ནང་དུ་མཚམས་དེར་ཡི་གེ་མི་གསལ་བའམ་ཡི་གེ་ཆད་པ་སོགས་མཚོན།

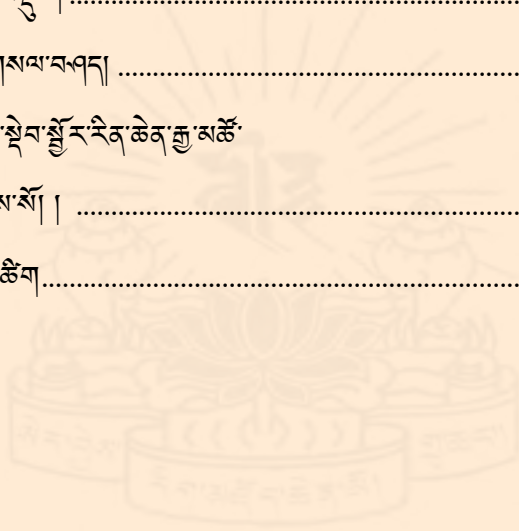
ཅ༽ (*) ཉགས་འདི་ནི་ལྷ་སྐྱིག་པའི་རང་ཉགས་སུ་སྤྱད་ཡོད། ལྷ་སྐྱིག་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ལྷ་སྐྱིག་བ་རང་ཉིད་ཀྱིས་གསལ་བ་ཤད་དང་། ལྷ་སྐྱིག་པས་མ་གྱིའི་གཞུང་ཡིག་གི་ནང་དུ་འོར་བཙོས་བྱས་ཏེ་བར་གཞིའི་གཞུང་དཀྱུས་སུ་བཞག་པའི་ལྷ་སྐྱིག་པའི་འོར་བཙོས་ཀྱི་ཡི་གེ་དེ་འོག་མཚན་དུ་འང་བཞག་ཡོད་ལ། དེ་ཉིད་ལྷ་སྐྱིག་པའི་ཡིན་པ་མཚོན་གྱིད་དུ་འང་ཉགས་འདི་སྤྱད་ཡོད།

ཆ༽ མཚན་གྲངས་ནི་གསར་བསྐྱིགས་ཀྱི་བར་ཅའི་གཞུང་ཡིག་མཚན་ཅན་དེ་དང་འོག་མཚན་མན་ཚུན་ཐོ་གཏུག་གྱིད་ཡིན། འདིས་འོར་བ་སོགས་ཀྱི་མ་མཐའི་ས་མཚམས་ཀྱང་སྟོན།

ང༽ བར་གཞིའི་མཚོན་ཉགས་ལ་བར་གཞི་དེའི་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་མཚན་གྲང་དང་སོ་སྤྱད་ཡོད།

དཀར་ཆག

རོ་སྐྱོད་མདོར་བཅུ་ལྟ་སྟེ།	i
ལྷོ་སྐྱོད་པའི་གསལ་བཤད།	iii
དག་པར་བྱེད་པའི་སྐབ་སྐྱོད་རིན་ཆེན་གྱི་མཚོ་	
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། 	1
པར་བྱང་སྐོན་ཆེད།	9



༡༡། །དག་པར་བྱེད་པའི་སྒྲིབ་སྐྱོར་རིན་ཆེན་གྱི་མཚོ་
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

༡༢། །ཚོ་བདེ་ལེགས་སྐྱུར་ཅིག །

སྐྱིར་ནི་བོད་གྱི་ཡི་གེ་ལ། །དབྱུངས་དང་གསལ་བྱེད་གཉིས་སྐྱུར་བྱེ། །དབྱུངས་
ཡིག་ཨི་ཨུ་ཨེ་ཨོ་བཞི། །གསལ་བྱེད་ཀ་སོགས་སྐྱུར་ཅུ་ཡིན། །

གསལ་བྱེད་ཡི་གེ་སྐྱུར་ཅུ་ལས། །རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཅུ་དབྱུང་ལ། །དེ་ལས་
སྐྱོན་འཇུག་ལྔ་དབྱུང་བྱ། །ག་ད་བ་མ་འ་སྐྱོན་འཇུག། །ག་ང་ད་ན་བ་མ་ལ། །ར་ལ་ས་
ཀླུ་ས་རྗེས་འཇུག་གོ། །ད་ས་གཉིས་ནི་ཡང་འཇུག་སྟེ། །ད་ནི་ན་ར་ལ་གསྐྱུར་དང། །ས་
ནི་ག་ང་བ་མ་ང་འཇོག། །

སྐྱུ་རུ་ར་དུ་ན་ལ་ཏུ། །ལ་དོན་ཀླུ་ས་བ་བདུན་དུ་འདོད། །ས་སྐྱུ་ག་བ་ད་བྲག་
ཏུ། །ང་ད་ན་མ་ར་ལ་དུ། །འདང་མཐའ་མེད་ར་དང་བྱ། །

གི་གྱི་གྱི་འི་ཡི་ལྔ་སོ། །ཀླུ་དབྱེ་དུག་བ་འབྲེལ་སྐྱུ་དང། །དེ་ཀླུ་ས་ས་མཐའ་

ཅན་ལྷ་ནི། །རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་པའི་སྒྲ། །སྒྲོར་ཚུལ་ན་མ་ར་ལ་གྱི། །ད་བ་ས་གྱི་
གང་གི། །འདད་མཐའ་མེད་འི་དང་ཡི། །

ཀྱང་ཡང་འང་གསུམ་རྒྱན་སྤྱད་དེ། །ག་ད་བ་ས་དག་མཐར་ཀྱང་། །ངན་མ་ར་
ལ་མཐར་ཡང་། །འདད་མཐའ་རྟེན་མེད་པའི་མཐར། །འང་དང་ཡང་གཉིས་སྐབས་
བསྐྱེད་སྒྲོལ། །

དེ་ཉེ་སྟེ་གསུམ་ལྷག་བཅས་ཉེ། །ན་ར་ལ་ས་དག་མཐར་ཉེ། །ད་དེ་གང་བ་མ་
ལ། །མཐའ་མེད་རྣམས་ལ་ས་སྟེ་འཕྲོལ། །

སྤང་དང་རྣམ་དབྱེ་ལ་སྐྱོང་ས་ན། །སྟེ་བ་ལེགས་ཚིག་སྟེང་སྟེ་ལ་ལུས་མིན། །དེ་
ལྷིང་བརྟེན་སྒྲོད་གཞུང་དོན་ལ། །བཙོན་བ་དག་པོས་བསྐྱབ་བར་འཚལ། །

ག་ར་ཀུ་ཤུའི་ཞལ་ཟས་དང་། །ག་བ་ཀོ་བ་ག་རྒྱང་ཡིན། །སྒྲོར་བ་སྒྲོར་དང་སྒྲོར་
མཛོད་དང་། །ས་མཐའ་སྒྲོར་བ་ས་སྒྲོར་ཡིན། །རྒྱལ་བའི་སྐྱེ་ནི་ས་སྐྱ་ལ། །རྒྱན་མ་དག་
ནི་ར་རྒྱུ་ཡིན། །ཀུ་ཚོ་བྱེད་བ་ཀུ་རྒྱང་ལ། །སྐྱགས་བ་དག་ནི་ལ་སྐྱགས་ཡིན། །བཀྲ་
ཤེས་ཚོན་བཀྲ་བས་འཕུལ་བཀྲ། །མགོ་བོའི་སྐྱ་ནི་ས་སྐྱ་ཡིན། །

མགོ་མཇུག་མགོ་ནི་མ་མགོ་ལ། །ནད་སོགས་འགོ་བ་འ་འགོ་ཡིན། །དུས་ཚོད་
སྐྱ་བ་ས་སྐྱ་ལ། །སྐྱགས་ལ་མངའ་བ་མ་མངའ་ཡིན། །བརྟེན་བྱའི་ར་ལ་ར་ལ། །བྱངས་
གྱི་སྐྱ་ནི་ལ་སྐྱ་ཡིན། །གོང་མས་མངགས་བ་མ་མངགས་ལ། །སྐྱགས་འདྲེན་བ་དང་
སྐྱགས་བ་སོགས། །ས་སྐྱགས་ཡིན་བས་ཤེས་བར་བྱ། །

གོང་མའི་བྱང་ནི་ད་བྱང་ལ། །སྐྱང་བྱང་འཛོམས་བ་ག་བྱང་ཡིན། །བྱང་དུ་
མཇུག་བ་མ་མཇུག་ལ། །བྱ་ལོན་འཇུག་བ་འ་འཇུག་ཡིན། །འབྲུ་ལི་གོ་ནི་ག་གོ་ལ། །མེ་

དང་ཉི་མ་དངོ་ཡིན། །ཤིང་གི་འཁན་ས་འ་འཁན་ལ། །མཁན་པོ་མཁས་པའི་དབང་པོ་
དང། །མཁར་གྲང་ལ་སོགས་མ་ཡིས་འབྲུལ། །དུས་ལས་འདའ་བ་འ་འདའ་ལ། །ལུང་
པའི་མདའ་དང་འཕེན་པའི་མདའ། །མ་མདའ་ཡིན་པས་ཤེས་པར་བྱ། །

གནམ་གྱི་ཟླ་བ་ལྷོགས་གྱི་ཟླ། །ཚོག་པ་ལྷུམ་པོ་ཚོ་བ་དང། །ཚོས་གར་ལ་
སོགས་ཟ་ལ་འདོགས། །གཞུང་གྲང་དང་ཚུ་གྲང་སོགས། །གཞུང་ཡིན་པས་ཤེས་པར་
བྱ། །

ས་བདག་སྐྱའི་ཀ་གཡེལ་ལ། །ལེན་པའི་སྐྱའི་ག་སྐྱའ་སྐྱ། །ཚོན་པོ་དག་ཉི་བ་
ཚོན་ལ། །རན་པས་སྐྱ་བ་ས་སྐྱ་ཡིན། །འབྲུང་བའི་རྒྱུད་ཉི་ར་རྒྱུད་ལ། །ཡི་གེ་སྟོག་པ་ག་
སྟོག་ཡིན། །ཤོན་པའི་སྟོག་པ་ས་སྟོག་ལ། །ཚོ་ལྷོ་སྟོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་
ལེབ་མོར་སྟེབ། །སྟེགས་བམ་སྟེགས་ཤིང་སྟེགས་ཐག་དང། །སྟེང་བུ་སྟེན་པ་སྟོག་
དམར་དང། །སྟེ་བ་སྟེང་མ་སྟེང་བཞི་སོགས། །ག་ལ་ལ་འདོགས་ཤེས་པར་བྱ། །

ཡིད་དགའ་བ་ཉི་ད་དགའ་ལ། །དུད་འགྲོའི་སྐྱ་ཉི་ས་སྐྱ་ཡིན། །ཚོད་མ་ཚན་པོ་ར་
ཚན་ལ། །དཔོན་པ་དག་ཉི་ད་དཔོན་ཡིན། །རྒྱལ་ཚལ་བ་ར་ཚལ་ལ། །ལུས་ཀྱི་སྐལ་བ་
ས་སྐལ་ཡིན། །མང་དུ་བསྐྱེན་པ་ས་བསྐྱེན་ལ། །སྐྱུག་པའི་སྟོད་དང་སྟོད་བཅུད་
ཚམས། །ས་སྟོད་ཡིན་པས་ཤེས་པར་བྱ། །

ནམ་མཁའི་གཟའ་ཉི་ག་གཟའ་ལ། །ཁ་རུ་བཟའ་བ་བ་བཟའ་ཡིན། །ཤོང་མས་
གནང་བ་ག་གནང་ལ། །མངོན་སྐྱེན་སྐྱང་བ་ས་སྐྱང་ཡིན། །ས་བདག་གཉན་ཉི་ག་གཉན་
ལ། །སྐྱ་སྐྱེན་སྐྱང་སྐྱེན་སྐྱེན་ལྷོ་དང། །སྐྱེན་དག་ལ་སོགས་ས་སྐྱེན་ཡིན། །གདོང་གི་
གཉེར་མ་ག་གཉེར་ལ། །བཞིན་རས་སྐྱེར་བ་ས་སྐྱེར་ཡིན། །འདིང་བའི་སྐྱེན་ཉི་ས་སྐྱེན་

ལ། །གཏན་འདུན་གཏན་ཚིགས་ག་གཏན་ཡིན། །མིག་གིས་སྒྲ་བ་ལ་སྒྲ་ལ། །ཞོན་པའི་
ཏྲི་ར་ཏྲི་ཡིན། །སྒྲ་མ་བསྟེན་བ་ས་བསྟེན་ལ། །གཞན་ལ་བརྟེན་བ་ར་བརྟེན་ཡིན། །

ལྷགས་རིགས་ཞེ་ཞ་རྒྱང་ལ། །འཕྱར་བའི་བྱ་ནི་བ་བྱ་ཡིན། །འཕྱར་བའི་ར་ནི་
ར་རྒྱང་ལ། །སྒྲོན་ཤིང་སྒྲུང་གུ་ལ་སྒྲུང་ཡིན། །གྲུན་ལ་འབྲེན་བ་ད་འབྲེན་ལ། །དངོས་
རྗེས་འབྲེན་བ་ག་འབྲེན་ཡིན། །རྣམ་པ་མང་པོ་ར་རྣམ་ལ། །སྤྲོ་ཚོགས་དག་ནི་ས་སྤྲོ་
ཡིན། །

དུས་ཀྱི་དབྱར་ནི་ད་དབྱར་ལ། །གཡར་དམ་གཡོར་བ་ག་གཡོར་ཡིན། །ཁོག་
པའི་སྤྲིང་ནི་ས་སྤྲིང་ལ། །གསར་རྩིང་རྩིང་ནི་ར་རྩིང་ཡིན། །གཙོད་པའི་གྲི་ནི་ག་གྲི་
ལ། །མནན་པའི་བྱི་དྲི་ཡིན། །གཞན་ལ་སྟེར་བ་ས་སྟེར་ལ། །

མཛོད་ཀྱི་གཏེར་ནི་ག་གཏེར་ཡིན། །དངོས་པོ་འཛོད་པ་འ་འཛོད་ལ། །བྱ་བ་
མཛོད་དང་ཁང་པའི་མཛོད། །མཛེས་མ་ལ་སོགས་མ་ཡིས་འཕྱུལ། །སེམས་ཀྱི་རྩོག་བ་
ར་རྩོག་ལ། །ཁྱུངས་སུ་གཏོགས་བ་ག་གཏོགས་ཡིན། །པོར་བའི་སྟོར་བ་ས་སྟོར་
ལ། །གཏོར་མ་གཏོར་བ་ག་གཏོར་ཡིན། །

སྟེ་བ་དག་ནི་ས་སྟེ་ལ། །སྐྱུ་ཁམས་བདེ་བ་བ་བདེ་ཡིན། །དབང་དུ་སྐྱུད་བ་ས་
སྐྱུད་ལ། །བར་ཚད་བདུད་ནི་བ་བདུད་ཡིན། །ནང་དུ་གཤེགས་བ་ག་གཤེགས་
ལ། །སྟེག་བ་བཤགས་བ་བ་བཤགས་ཡིན། །མཐོ་བའི་སྐང་ནི་ས་སྐང་ལ། །སྐྱེ་སྐྱོད་
དགང་བ་ད་དགང་ཡིན། །

གནས་ནས་སྤྲགས་བ་ས་སྤྲགས་ལ། །དབག་ཏུ་མེད་བ་ད་དབག་ཡིན། །པགས་
བ་འབྲི་ཚེ་པགས་རྒྱང་ལ། །སྟག་སྟགས་སོགས་ལ་ལ་སྤྲགས་འབྲི། །དབལ་འབྲུའ་དཔེ་

ཆ་ལ་སོགས་པ། །ད་ཡིས་འཕུལ་བས་ཤེས་པར་གྱ། །ལྡོན་ཤིང་སྟག་པ་དུང་འགྲོའི་
སྟག་ །ས་སྟག་ཡིན་པས་ཤེས་པར་གྱ། །

དམིགས་ལུལ་དམིགས་བསལ་ད་དམིགས་ལ། །དུང་འགྲོའི་མིག་པ་ར་མིག་
ཡིན། །འཚོ་བྱེད་སྟན་པ་ས་སྟན་ལ། །སྟུ་ས་ཀ་དམན་པ་ད་དམན་ཡིན། །ཁང་པའི་སྟོ་ནི་
ས་སྟོ་ལ། །སྐལ་དུ་བལོ་བ་བ་བལོ་ཡིན། །མགྲོགས་པར་འགྲོ་བ་མ་མགྲོགས་ལ། །ཡར་
ལ་འགྲོགས་པ་འ་འགྲོགས་ཡིན། །

བྱལ་ཏུ་བཞེས་པ་བ་བཞེས་ལ། །དུས་ཀྱི་གཞེས་པ་ག་གཞེས་ཡིན། །ན་ཚོད་
གཞོན་པ་ག་གཞོན་ལ། །བཞོན་ཏུ་བཞོན་མ་བ་བཞོན་ཡིན། །ཤིང་གི་སྟུགས་མ་ས་
སྟུགས་ལ། །གཉུག་མར་གནས་པ་ག་གཉུག་ཡིན། །ཉེ་བའི་གཉེན་དང་བཤེས་གཉེན་
དང་། །གཉེན་སོ་ལ་སོགས་ག་གཉེན་ལ། །ཚུར་ལ་བསྟེན་པ་ས་བསྟེན་ཡིན། །ཟླིག་པ་
ཚོན་པ་ཚུངས་པ་ཚ། །ར་ལ་ལ་འདོགས་ཤེས་པར་གྱ། །

གཡང་ས་གཡང་ལོར་ག་གཡང་ལ། །དབྱངས་ལེན་པ་ནི་ད་དབྱངས་
ཡིན། །མིག་འཕུལ་སྟུ་མ་ས་སྟུ་ལ། །ལུས་ཀྱི་རྒྱ་མ་ར་རྒྱ་ཡིན། །རིན་ཆེན་མཚལ་ནི་
མ་མཚལ་ལ། །ཞེ་སའི་འཚལ་ནི་འ་འཚལ་ཡིན། །རྒྱ་མཚོ་དག་ནི་མ་མཚོ་ལ། །སྟུགས་
ཐོག་འཚོ་བ་འ་འཚོ་ཡིན། །རྟ་སོགས་འཚེར་བ་འ་འཚེར་ལ། །འགྲོག་གི་མཚེར་ས་མ་
མཚེར་ཡིན། །

རིན་ཆེན་གསེར་ནི་ག་གསེར་ལ། །བསེར་བྱ་ལྡང་བ་བ་བསེར་ཡིན། །འཛིན་
བྱེད་རྟེ་དང་སོ་ཡི་རྟེ་ལ། །ཐོབ་བའི་རྟེ་དང་སོགས་ར་མགོ་ཡིན། །སྟན་བའི་སྟ་ནི་ས་སྟ་
ལ། །སྤང་བའི་དག་ནི་ད་དག་ཡིན། །གོང་མའི་གསུང་ནི་ག་གསུང་ལ། །ཁྲི་བསུང་དག་

ཅི་བ་བསྐྱང་ཡིན། །བྱ་བ་བཤོལ་བ་བ་བཤོལ་ལ། །ཞིང་ཚོ་གཤོལ་ནི་ག་གཤོལ་ཡིན། །

སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ས་བསྟན་ལ། །མི་འགྲུང་བརྟན་པ་ར་བརྟན་ཡིན། །རིབ་
ཆེན་གཟི་ནི་ག་གཟི་ལ། །ཆང་གིས་བཟི་བ་བ་བཟི་ཡིན། །ཁ་ལ་མངར་བ་མ་མངར་
ལ། །ཚར་དུ་དངར་བ་ད་དངར་ཡིན། །འབྲུང་བའི་དོ་ནི་ར་དོ་ལ། །དར་བའི་བདོ་ནི་བ་
བདོ་ཡིན། །འདྲེག་པའི་སྐྱས་ནི་ས་སྐྱས་ལ། །ཚུ་ཡི་རྟའི་ར་རྟའི་ལ། །

སྐྱུག་བསྐྱལ་བ་ནི་ས་བསྐྱལ་ལ། །མངས་ནས་སྐྱེས་པ་མ་མངས་ཡིན། །ལུས་
ཀྱི་མ་ནི་ར་མ་ལ། །ཁ་སྐྱ་སྐྱ་ར་ས་སྐྱ་ཡིན། །མི་གསོད་དཔེ་བོ་ད་དཔེ་ལ། །ལུས་ཀྱི་སྐྱེ་
བ་ས་སྐྱེ་ཡིན། །

ལྷང་མ་ལྷུག་མ་གཞུ་བྱེད་ལྷུག། །ལྷེབ་དང་ལྷུགས་དང་ལྷེ་ལ་སོགས། །ལ་མགོ་
ཅན་གྱི་ལྷ་ཡིན་ནོ། །གཙོང་ནད་སློག་གཙོད་གཙོང་རོང་དང་། །གཅེར་བྱ་གཅེས་སྐྱུག་
ག་ཡིས་འཕྱུལ། །འདོགས་པའི་རྟོད་ནི་ར་རྟོད་ལ། །ལུས་ཀྱི་སྟོད་ནི་ས་སྟོད་ཡིན། །

ཚོད་པོ་བྱ་ཚོད་ར་ཚོད་ལ། །གད་མོ་དགོད་པ་ད་དགོད་ཡིན། །ཡོད་དེ་མེད་དེ་
དེ་རྒྱང་ལ། །ལུས་དང་ས་ཡི་ལྷེ་བ་དང་། །རང་ཐག་ལྷེ་བ་ལ་ལྷེ་ཡིན། །གངས་ཀྱི་སྟོང་
སྐག་ས་སྟོང་ལ། །བརྒྱང་བ་གཉོང་བ་ག་གཉོང་ཡིན། །

མདུན་དུ་བཤམས་པ་བ་བཤམས་ལ། །གོས་ཀྱི་གཤམས་དང་གཤམར་སྐྱར་
སོགས། །ག་ཡིས་འཕྱུལ་བས་ཤེས་པར་བྱ། །མཚོག་དཀར་གཞུ་ནི་ག་གཞུ་ལ། །སྐྱེང་
མོ་བྱེད་པ་ག་སྐྱེང་ཡིན། །ཟས་སྟོང་བ་ནི་ས་སྟོང་ལ། །གྲོད་པ་ལྟོགས་པ་ལ་ལྟོགས་
ཡིན། །

ཅེ་མའི་ཉོག་ནི་ཉ་སྐྱར་ཉོག། །ཆུང་བའི་དོག་ནི་ད་སྐྱེ་ཡིན། །བྱང་གྱི་སྐྱ་ནི་ས་སྐྱ་

ལ། །ཉན་བྱེད་རྣ་བ་ར་རྣ་ཡིན། །དག་འབྲེན་མནའ་ནི་མ་མནའ་ལ། །ན་ཚོད་ན་ཟུག་ག་
རྒྱུང་ཡིན། །

དཔང་པོ་བྱེད་པ་ད་དཔང་ལ། །པང་དུ་སྡོད་པ་པ་རྒྱུང་ཡིན། །རྟེན་ལི་སྤྲ་བ་ལ་སྤྲ་
དང། །ནང་དུ་སྤྲ་བ་ས་སྤྲ་ལ། །རྩུ་ལི་རྩ་ནི་ར་རྩ་ཡིན། །སྤྲལ་བ་དག་ནི་ས་སྤྲལ་
ལ། །གལ་ལ་སྡོད་པ་ག་གལ་ཡིན། །སོག་ལེས་དྲས་པ་ད་དྲས་ལ། །སྟེ་དག་ནི་ས་སྟེ་
ཡིན། །

སྟེ་བསང་བྱེད་པ་བ་བསང་ལ། །གསང་གཏམ་བྱེད་པ་ག་གསང་ཡིན། །མཚོན་
ཆ་གདེང་དང་གདེང་ཐོབ་དང། །ཁ་གདང་སོགས་ལ་ག་ཡིས་འདུལ། །ཉེས་པ་སྟོན་པ་
ས་སྟོན་ལ། །ཤེས་པ་སྟོ་བ་ས་སྟོ་ཡིན། །

གཉིད་ལོག་པ་དེ་ག་གཉིད་ལ། །ཚད་པས་རྙིད་པ་ར་རྙིད་ཡིན། །གདམས་དག་
ལྷ་བ་ག་གདམས་ལ། །ཐག་པས་བསྐྱམས་པ་ས་བསྐྱམས་ཡིན། །ཅེད་མོ་ཅེ་བ་ར་ཅེ་
ལ། །གཞོད་པའི་གཅེ་བ་ག་གཅེ་ཡིན། །གངས་བཅི་བཅི་སེམས་བཅོན་འགྲུས་དག །ར་
མཐོ་བས་འདུལ་ཅན་ཡིན་ནོ། །

སེམས་ཅམ་པ་ནི་ཅམ་རྒྱུང་ལ། །ཁ་ཟས་རྩམ་པ་ར་རྩམ་ཡིན། །དཔུས་གཅོང་
གཅོང་མ་ག་གཅོང་ལ། །ལུས་ཀྱི་རྩ་ནི་ར་རྩ་ཡིན། །རི་ཚོད་དབེན་དང་དབེན་བརྟག་
བྱེད། །ད་ཡིས་འདུལ་བས་ཤེས་པར་བྱ། །

འཕྲིགས་པའི་གསོར་ནི་ག་གསོར་ལ། །བསོད་ནམས་བསོད་སྟོམས་བ་བསོད་
ཡིན། །འཚིང་བྱེད་ཞགས་པ་ཞ་ཞགས་ལ། །སྤྲགས་མ་དག་ནི་ས་སྤྲགས་ཡིན། །པགས་
པ་མཉེན་པ་མ་མཉེན་ལ། །གཞོད་འཚེའི་ཉེན་ཁ་འདུལ་མེད་ཉེན། །ཡུལ་སྡོངས་ལྷན་

སྤྱིན་སྤྱེ་ཡི་ལྷགས། །ལ་མགོ་ཅན་གྱི་ང་ཡིན་ནོ། །

རྣམ་འགྲུར་རྣམ་གཤེད་ར་རྣམ་ལ། །སྣམ་བུ་སྣམ་སྣུང་ས་སྣམ་ཡིན། །སྣག་ཚ་
དགའི་ས་སྣག་ལ། །རྣག་ཁག་རྣགའི་ར་རྣག་ཡིན། །སྣོང་དག་ཀྱང་ས་སྣོལ། །ཐུགས་
གྱི་དགོངས་པ་ད་དགོངས་ཡིན། །

གངས་གྱི་བཞི་ནི་བ་བཞི་ལ། །ས་གཞི་དགའི་ག་གཞི་ཡིན། །སྐལ་ལྷན་དགའི་
ས་སྐལ་ལ། །དུས་གྱི་བསྐལ་བ་བས་འཕུལ་བསྐལ། །དུད་འགོ་གཡི་དང་རིན་ཆེན་
གཡུ། །གཡུལ་ཁ་ལ་སོགས་གཡིས་འཕུལ། །

ཅིག་པའི་མང་ནི་ར་མང་ལ། །འབྲས་བུ་སྤྱིན་བ་ས་སྤྱིན་ཡིན། །མངའ་ཐང་
མངའ་ནི་མ་མངའ་ལ། །ང་ཚོ་ང་རྒྱལ་ང་རྒྱུང་ཡིན། །མཚོན་ཆས་གསོད་བ་ག་གསོད་
ལ། །དུས་གྱི་སྣོད་ནི་ར་བཏགས་སྣོད། །སྤེབ་ཁ་སྤེབ་སྣོར་ས་སྤེབ་ལ། །སྣོན་ལམ་
འདེབས་པ་འ་འདེབས་ཡིན། །

དག་པར་བྱེད་པའི་སྤེབ་སྣོར་རིན་ཆེན་རྒྱ་མཚོ་ཞེས་བྱ་བ་ས་བཏུན་ཏུན་དགའ་
རྒྱལ་མཚན་གྱིས་སྣུང་བའོ། ། །།

བར་ཡུང་སློན་ཚིག་

རྣམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ། །
 གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཚོས་ཚུལ་དལ་འབབ་སྐྱེད། །
 ཚིག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཡུང་དུག་གསུམ་གྱི། །
 རི་མ་ཡོངས་འབྱུང་ལེགས་བཤད་བདུད་རྩི་འདི། །

 དཔར་དུ་བསྐྱེད་བའི་རྣམ་དཀར་སྤང་པོའི་མཐུས། །
 ཡང་དག་ཚོས་ཀྱི་སློ་མོ་སྤོང་སྤྲུག་བརྒྱ། །
 གདངས་ཉེ་རྒྱད་ལྗེའི་འགྲོ་བ་མ་ལུས་བ། །
 དེས་ལེགས་ཞོར་བུའི་མཚོར་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།

ཅེས་འཛུམ་སྤིང་ཡངས་བའི་ཁྲོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སློན་རྣམ་འབྲེན་
 ། རྒྱུ་མེད་འདི་དེད་ལུགས་སློ་ཀྱན་ནས་རྒྱས་བ་སོགས་འབྲེལ་ཡུན་ལེགས་ཚོགས་དུ་
 མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། རང་བསྟན་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དཔར་དུ་
 བསྐྱེད་དང་བསྐྱེད་འབྱུང་གང་ལའང་སྤྱར་ཚོག་བའི་དགེ་བསྟེན་སློན་ཚིག་ཏུ་རྒྱུའི་
 དགེ་སྟོང་ཚོས་སྤྲོ་བ་དག་དབང་སློ་བཟང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྤྱར་བའོ། །

༄༅། ། བསྐྱེད་འབྱུང་དུ་སྤྲོ་སྤྲོ། ། ཨ་ཚིན་ཏུ་དུ་སྤྲོ་སྤྲོ། ། ཨོ་ཏུ་རེ་སྤྲོ། །

ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་རྩ་དྲུག་པོ་འདི་དགེ་ཆའི་ནང་དུ་བཞུགས་ཆེ་འགོམ་ཡུག་གི་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་
 དཔལ་རྩ་རྒྱད་ལས་གསུངས་སོ། །