

དག་པར་བྱེད་པའི་སྒྲིབ་ཀྱི་རྩ་
རིན་ཆེན་གྱི་མཆོ།



མཛད་པ་པོ། ས་སྐྱ་བཞིཉ་ཀུན་དགའ་གྱུ་པ་མཆོན།
མེད་ཀྱིས་རིག་མཛད་ཆེན་མོའི་ཚུམ་ལྷིག་ཁང་།

དག་པར་བྱེད་པ་ནི་སྤྲོད་ཀྱིས་ཁོ་ཉ་མེད་ཀྱི་ཕྱོད་

ཆེས་བྱ་བ་བརྒྱུགས་སོ། །



མཛད་པ་པོ། ས་སྐྱ་བཞིའ་ཀུན་དགའ་བྱུང་མཆོད།

མེད་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚུལ་ཁྲིམ་ཁང་།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་དེབ་སྤྲིའི་ཨང་།

SJRB-0092

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་ཁྱེད་ཀྱིས་ཀྱང་།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་ཁྱེད་ཀྱིས་ཀྱང་།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་ཁྱེད་ཀྱིས་ཀྱང་།

༡༠༡༧ ལོའི་ཆུ་བུ་ཕྱི་ལོ་ལ་ཆེས་ཆེན་གྱིས་ཀྱང་།

༡༠༡༧ ལོ་ ༤ ཆེས་ ༡༡ ལ་བསྐྱར་དུ་ཆེས་ཆེན་གྱིས་ཀྱང་།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་དེབ་སྤྲིའི་ཨང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ཡིག་འབྲེལ་དེབ་སྤྲིའི་ཨང་།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

དེབ་སྤྲིའི་ཨང་། རིག་མཛོད་ཀྱིས་ཁྱེད་ཀྱིས་ཀྱང་།

བར་སྐྱོན་གྱི་བདག་དབང་སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་ཁྱེད་ཀྱིས་ཀྱང་།

དཀར་ཆག

རོ་སྟོད་མདོར་བཅུ་མ།	ii
ཞུ་སྟོན་པའི་གསལ་བཤད།	iii
དག་པར་བྱེད་པའི་སྟོན་པའི་ཆེན་ཆུ་མཆོ།	༡
པར་བྱང་སྟོན་ཆེག་	༢

དོ་སྤྱོད་མདོར་བསྟུན།

ཆོས་རྒྱུ་ས་སྐྱ་བརྟེན་ཀྱན་དགའ་རྒྱལ་མཆོན་ནི། ས་སྐྱར་ཡབ་དཔལ་ཆེན་འོད་སོ་ཆེའི་སྤྲུ་སྤྱ་འབྱུངས། རྩེ་དུས་ཀྱི་མཆོན་ལ་དཔལ་ལྷན་དོན་བྱལ་ཞུ་ཞིང་། ཁུ་བོ་གྲགས་པ་རྒྱལ་མཆོན་ལས་དགེ་བསྟེན་གྱི་སྤྲུ་པ་བཞེས་ཏེ་མཆོན་ལ་ཀྱན་དགའ་རྒྱལ་མཆོན་གསོལ། དགྲུང་ལོ་རྩེ་དུས་ནས་བཟུང་ཆད་མ་རེག་པ་དང་། བཞོ་གསོ། སྤྱ་ཅིས། དབུ་པར། འདུལ་མཛོད། གསང་སྟགས་རྒྱུད་ལྟེ་བཞི་ལ་སོགས་པ་ལག་ལེན་འབྲིལ་ཐུབ་པའི་མཁས་པར་གྱུར། རྒྱ་གར་སྟོ་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྲུ་སྟགས་པའི་མཁས་པ་འཕྲོག་བྱེད་དགའ་པོ་སོགས་ཅོད་པས་བརྟལ་ནས་རལ་བ་བྲེགས། དགྲུང་ལོ་ཉིང་གསུམ་པར་ཁ་ཆེ་པའི་ཆེན་པོ་ཀྱེ་རྩ་ལས་བསྟེན་རྫོགས་ཀྱི་སྤྲུ་པ་བཞེས། དགྲུང་ལོ་ཉིང་ལྟེ་སྐབས་ས་སྐྱའི་ཁྱིམ་ཐེབས། དགྲུང་ལོ་རེ་གཉིས་པར་སོག་རྒྱལ་གོ་དན་གྱིས་གདན་ཞུས་ལྟར་ཆ་ཆ་བོ་འགྲོ་མགོན་ཆོས་རྒྱལ་འཕགས་པ་དང་། འགྲོ་མགོན་ཐུག་ན་རྟོ་རྟེ་འཁོར་བཅས་ལང་གྲུང་ཐེབས། ཁོང་ནི་ས་སྐྱ་གོང་མ་ལྟེ་ནང་གི་བཞི་པ་ཡིན། ༡༩༥༡ ལོར་ལང་གྲུང་སྤྱལ་པའི་སྤྲུ་ཞེས་བྱ་བར་སྐྱ་གཤེགས། ཁོང་གི་གསུང་ཅོམ་ལ། བོད་གསུམ་ཅམ་ཡོད། ཁོང་གི་རྣམ་ཐར་རྒྱས་པ། འགྲོ་མགོན་ཆོས་རྒྱལ་འཕགས་པས་མཛད་པའི་རྣམ་ཐར་དང་། མཁན་ཆེན་རིན་ཆེན་དཔལ་གྱིས་མཛད་པའི་རྣམ་ཐར། ས་སྐྱའི་གདུང་རབས་བཅས་སྤྲུ་གསལ་ལོ།

ཞུ་སྤྲིག་པའི་གསལ་བཤད།

བོད་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་སུ་སྡོན་བོན་མཁས་པའི་དབང་པོ་དག་གི་བཀའ་བློན་ལས། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བརྟན་དང་འགྲོ་བ་མེད་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ནོར་དུ་གྱུར་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་སྒྲེགས་བས་ཁྲི་ཕྱག་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་སྟོང་ནའང་། ཏུས་རབས་ཀྱི་འཕེལ་འགྱུར་དང་འགྲོགས་པའི་མེད་ཉེས་སྟོང་གྱི་དབང་གིས་ཅ་ཆེད་གསུང་རབ་མང་པོ་ཞིག་ཅ་བརྒྱག་ཏུ་བྱིན་ཟེན་བ་དང་། ལྷག་འཕྲོས་གང་མང་ཞིག་ཅ་བརྒྱག་ཏུ་འགྲོ་ཉིང་ཡོད་པར་བརྟན་ཏུས་རབས་འདིའི་བོད་མི་ཞིག་ལ་མཆོན་ན་ཅ་ཆེ་བའི་གསུང་རབ་དེ་དག་གཅེས་ཉར་བྱེད་རྒྱུར་བཙོན་དགོས་པ་ནི་ཏུས་ལ་བབ་པའི་ལས་འགན་བརྒྱུག་ཏུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ངེས། དེ་བས་འདི་ག་སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཙོང་སྤྲིག་ཁང་ནས་ཀྱང་ཅ་ཆེད་གསུང་རབ་དེ་དག་ཉར་ཆགས་དང་སྤྱད་སྟོབ་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཙོང་སྤྲིག་གི་ལས་ཀ་འདི་གཉེར་བཞིན་ཡོད།

དེར་རབས་ཀྱི་འབྲུལ་ལས་སྐབས་བདེ་དུ་བྱིན་པ་དང་བསྐྱེད་ནས་གསར་དུ་ཙོང་སྤྲིག་གུས་པའི་དེབ་དང་འབྲུལ་དེབ་གང་མང་ཞིག་ཁུབ་བཅུལ་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་དགའ་ལོས་པ་ལྟ་བུར་སྤང་མོད། སྤྱིར་གསུང་རབ་དཔར་བསྐྱེད་དང་ཞུ་སྤྲིག་གི་འགྲེས་ལས་ཡིག་འབྲུག་གཅིག་བཅོས་ནོར་ཤོར་ནའང་ཆབས་ཆེ་བའི་སྟོན་ཆ་འབྱུང་སྤྱད་པས་བསྐྱེད་དང་བཅོ་བཅོས་མེད་པར་སོར་འཛོག་གིས་བདག་ཉར་བྱེད་རྒྱུ་ཅི་ནས་ཀྱང་གཤེད་ཆེ་བའི་ཡིག་འབྲུག་གཅིག་བཅོས་དགོས་བྱུང་ནའང་ཁ་གསལ་གྱི་མཆན་ཡིག་འགོད་རྒྱུ་ཉ་ཅང་གཤེད་ཆེ་བ་ཡིན།

འདི་ག་ཙོང་སྤྲིག་ཁང་ལ་མཆོན་ན། པར་གཞི་ཆོད་ལྷན་ཞིག་མ་བྱིར་བརྒྱུད་ནས་དེའི་ཡིག་འགྲོས་སོར་བཞག་གིས་ཙོང་སྤྲིག་གི་དུང་རྒྱུ་ཅ་དོན་དུ་འཛིན་བཞིན་ཡོད་ལ། དེའི་པར་གཞི་མི་འད་བ་གཞན་ཡང་ལག་སོན་བྱུང་ན་པར་གཞི་གཞན་དག་ལའང་གང་ཅུས་ཤིག་སྤྱར་བཞིན་ཡོད།

མཐའ་མཆན་སྟོག་སྐབས་དེ་དེ་དཔེ་བརྒྱུད་བྱས་ཡོད་ཆེ་དེའི་མ་ཕྱིར་བརྒྱད་པའི་པར་གཞི་
ལ་**མ་ཕྱི**་ཞེས་དང་། པར་གཞི་གཞན་དག་ལ་སྟེ་དཔེ་པར་མ་དང་། བུ་ཤིས་ལྷན་པོ། ཞོལ། སྤུ་
འབྲུ། ལྷ་ཡང་པར་མ་རྣམས། **སྟེ། བུ་ཞོལ། སྤུ། ལྷ།** སོགས་ཀྱིས་མཆོན་པར་བྱས་ཡོད། མཐའ་
མཆན་གྱི་ཁོད་དུ་རྟགས་ཅན་ ***བརྒྱབས** ལྷ་པུ་བྱང་ན་མ་ཕྱིའི་ཡིག་འོར་ཞིག་ཞུ་སྟེག་པས་
བརྒྱབས་སུ་བརྒྱུད་པའི་དོན་དུ་གོ་དགོས་ལ། ཡང་རྟགས་ ***འདིས་**ཞུ་སྟེག་པའི་གསལ་བཤད་ཀྱི་
ཆིག་མཆོན་པའི་སྐབས་ཡུང་ཡོད། ཡང་རྟགས་ཅན་ **-བརྒྱབས** ལྷ་པུ་བྱང་ཆེ་བརྒྱབས་ཆད་པ་
དང་། **+བརྒྱབས** ལྷ་པུ་བྱང་ན་བརྒྱབས་སྟག་མ་བྱང་པའི་དོན་དུ་གོ་དགོས།

དཔེར་ན། མཐའ་མཆན་དུ། མ་ཕྱི། ལེན་ལ། བསྐྱབ་ *བསྐྱབས་ ལྷ། ༡༠༣ནེ་ལ།
ལྷ། ༡༡༠བཟ། བསྐྱབས་ ཞེས་པ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ཆེ་དེ་དག་གི་དོན་ནི། མ་ཕྱི་མེ་ཤོག་གར་ས་
ལེ་མདུན་ངོས། ཡིག་ཐེང་ལ་ལ། བསྐྱབ་ཅེས་ཁྲིས་ཡོང་བ་མཆོད་ཞེར། *བསྐྱབས་ ཞི་མ་ཕྱི་མེ་

ཡིག་ཐོར་བསྐབ་དེ་ཉིད་ཞུ་སྤྲིག་པས་བསྐྱབས་སུ་བཅོས་ཡོད་པ་མཆོན་བྱེད་དུ་གོ་དགོས། ཡང་
གཞུང་དེའི་ཐད་གྱི་སྤྱི་འབྲུམ་པར་མའི་ཐྱེབ་གངས་**༡༠** **༣** **མཐུན་ཏེས།** ཡིག་ཐོང་**༤** **པ་ན།** རྒྱ་བྲང་
པར་མའི་ཐྱེབ་གངས་**༡༡༠** **རྒྱ་པོས།** ཡིག་ཐོང་**༣** **པ་ན།** **བསྐྱབས་**ཞེས་བཀོད་འདུག་ཅེས་གོ་
དགོས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

ཞུ་སྤྲིག་པའི་ཤེས་ཚད་དང་དོ་སྣང་གིས་མ་འདང་བར་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་ཁོར་འཁྲུལ་ཤོར་བ་
སོགས་གཟིགས་ཆེ་ཀུན་པན་གྱི་ལས་གཞི་འདིར་རྒྱ་བསྐྱོར་དང་ལམ་སྟོན་གྱི་ཆེད་དུ་མཐུན་ལྷན་
རྒྱལ་ས་ནས་འདི་གའི་ཚེས་སྤྲིག་ཁང་དུ་ཁ་གསལ་གྱི་དོ་སྟོན་དང་ལམ་སྟོན་གནང་བའི་རེ་བསྐྱལ་ཞུ་
རྒྱ་དང་། འདི་ནས་ཀྱང་གང་མགྱོགས་ངང་པར་གཞིར་བསྐྱར་ཞིབ་དང་ལེགས་སྤྲིག་ཞུས་ཏེ་སྤྲུས་
ཀ་ཇེ་ལེགས་སུ་གཏོང་ངེས་ཡིན།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚེས་སྤྲིག་ཁང་ནས།

བྱི་ལོ་**༢༠༢༠** **རྩ་ལྔ་མེས་****༡༥**ལ།

དག་པར་བྱེད་པའི་ཕྱི་བ་སྒྱུར་རིན་ཆེན་རྒྱ་མཚོ་ཞེས་བྱ་བ་

བརྒྱགས་སོ། །

ཨོ་བདེ་ལེགས་སུ་གྱུར་ཅིག །སྤྱིར་ནི་བོད་ཀྱི་ཡི་གེ་ལ། །དབྱངས་དང་
གསལ་བྱེད་གཉིས་སུ་དབྱེ། །དབྱངས་ཡིག་ཨི་ཕུ་ཨེ་ཨོ་བཞི། །གསལ་བྱེད་ཀ་
སོགས་སུ་མ་ཅུ་ཡིན། །

གསལ་བྱེད་ཡི་གེ་སུམ་ཅུ་ལས། །རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཅུ་དབྱུང་ལ། །དེ་ལས་
སྟོན་འཇུག་ལྔ་དབྱུང་བྱ། །ག་ད་བ་མ་འ་སྟོན་འཇུག །ག་ད་ན་ཅ་པ་ལ། །ར་ལ་ས་
ཆས་རྗེས་འཇུག་གོ །ད་ས་གཉིས་ནི་ཡང་འཇུག་སྟེ། །ད་ནི་ན་ར་ལ་གསུམ་
དང་། །ས་ནི་ག་ད་བ་མ་འ་འཛོལ། །

སུ་ཅུ་ར་དུ་ན་ལ་ཏུ། །ལ་དོན་ཆས་པ་བདུན་དུ་འདོད། །ས་སུ་ག་བ་ད་འག་
ཏུ། །ད་ད་ན་མ་ར་ལ་དུ། །འ་དང་མཐའ་མེད་ར་དང་ཅུ། །

གི་ཀྱི་གྱི་འི་ཡི་ལྔ་ལོ། །ཆས་དབྱེ་དུག་བ་འབྲེལ་སྒྲ་དང་། །དེ་ཆས་ས་ས་མཐའ་
ཅན་ལྔ་ནི། །ཆས་དབྱེ་གསུམ་བ་བྱེད་པའི་སྒྲ། །སྟོར་ཚུལ་ན་མ་ར་ལ་གྱི། །ད་བ་ས་གྱི་
ག་ད་གི། །འ་དང་མཐའ་མེད་འི་དང་ཡི། །

ཀྱང་ཡང་འང་གསུམ་རྒྱན་སྟུང་དེ། །ག་ད་བ་ས་འག་མཐར་ཀྱང་། །ད་ན་མ་ར་
ལ་མཐར་ཡང་། །འ་དང་མཐའ་རྟེན་མེད་པའི་མཐར། །འང་དང་ཡང་གཉིས་སྐབས་

བསྐྱེད་སྒྲོལ།

དེ་ཉི་མེ་གསུམ་ལྷག་བཅས་ཏེ། ཁ་ར་ལ་ས་འག་མཐར་ཏེ། དེ་གང་བ་མ་
ལ། མཐའ་མེད་རྣམས་ལ་ས་སྐྱ་འཛོལ།

མད་དང་རྣམ་དབྱེ་ལ་སྐྱོངས་ན། སྤེབ་ལེགས་ཆོག་ཐེང་སྤེལ་བྱས་མིན། དེ་
ཕྱིར་བརྟེན་སྤོང་གཞུང་དོན་ལ། བཙུན་བ་འག་པོས་བསྐྱབ་བར་འཆལ།

ཀ་ར་ཀུ་ཤུའི་ཞལ་ཟས་དང་། ཀ་བ་ཀོ་བ་ཀ་རྒྱུད་ཡིན། སྐྱོར་བ་སྐྱོར་དང་
སྐྱོར་མཛོད་དང་། ས་མཐའ་སྐྱོར་བ་ས་སྐྱོར་ཡིན། རྒྱལ་བའི་སྐྱུ་ནི་ས་སྐྱ་ལ། རྒྱུ་
མ་དག་ནི་ར་རྒྱུ་ཡིན། ཀུ་ཚ་བྱེད་བ་ཀུ་རྒྱུད་ལ། རྒྱུགས་བ་དག་ནི་ལ་རྒྱུགས་
ཡིན། བག་ཤིས་ཆོན་བག་བས་འཕྱལ་བག། མགོ་པོའི་སྐྱུ་ནི་ས་སྐྱ་ཡིན། མགོ་
མཐུག་མགོ་ནི་མ་མགོ་ལ། ཉན་སོགས་འགོ་བ་འ་འགོ་ཡིན། དུས་ཆོད་ལྷ་བ་ས་ལྷ་
ལ། རྒྱུགས་ལ་མངའ་བ་མ་མངའ་ཡིན། བརྒྱུད་བྱའི་ར་ལ་ར་ལ། བྱངས་ཀྱི་ལྷ་ནི་
ལ་ལྷ་ཡིན། བོང་མས་མངགས་བ་མ་མངགས་ལ། ལྷགས་འཕྲེན་བ་དང་ལྷགས་བ་
སོགས། ས་ལྷགས་ཡིན་བས་ཤེས་པར་བྱ། བོང་མའི་བྱུང་ནི་ད་བྱུང་ལ། ལྷུང་བྱུང་
འཛོམས་བ་ག་བྱུང་ཡིན། ལྷུང་བྱུང་མཇུག་བ་མ་མཇུག་ལ། ལྷུ་ལོན་འཇུག་བ་འ་འཇུག་
ཡིན། འབྱུ་ཡི་གྲོ་ནི་ག་གྲོ་ལ། མེ་དང་ཉི་མ་དཔྱོད་ཡིན། ཤིང་གི་འཁན་བ་འ་འཁན་
ལ། མཁན་པོ་མཁས་པའི་དབང་པོ་དང་། མཁས་བྱུང་ལ་སོགས་མ་ཡིས་
འཕྱལ། དུས་ལས་འདའ་བ་འ་འདའ་ལ། ལྷུང་པའི་མདའ་དང་འཕེན་པའི་མདའ། མ་
མདའ་ཡིན་པས་ཤེས་པར་བྱ། གནམ་གྱི་ཆོ་བ་ལྷོགས་ཀྱི་ཆོ། ཆོག་བ་ཆུམ་པོ་ཆོ་བ་
དང་། ཆོས་གར་ལ་སོགས་ཟ་ལ་འདོགས། གཞུའི་ལྷུང་དང་ཆུ་ལྷུང་སོགས། ཀ་ལྷུང་

ཡིན་པས་ཤེས་པར་བྱ། །ས་བདག་སྐྱེ་ནི་ག་གཤེས་ལ། །ལེན་པའི་སྐྱེ་ནི་ག་སྐྱེ་
སྐྱེ། །སྐྱོན་པོ་དག་ནི་བ་སྐྱོན་ལ། །ངན་པས་སྐྱེ་བ་ས་སྐྱེ་ཡིན། །འབྱུང་བའི་རྒྱུ་ནི་ར་
རྒྱུ་ལ། །ཡི་གེ་སྐྱོག་པ་ག་སྐྱོག་ཡིན། །གོན་པའི་སྐྱོག་པ་ས་སྐྱོག་ལ། །སྐྱོ་ཕྱོ་ས་སྐྱོ་ལྷན་
བ་སྐྱོ་ཡིན། །ལུས་ཀྱི་སྐྱོ་བ་ལེབ་མོར་སྐྱེ་བ། །སྐྱེགས་བཅ་སྐྱེགས་ཤིང་སྐྱེགས་ཐག་
དང་། །སྐྱིང་བུ་སྐྱེན་པ་སྐྱོག་དམར་དང་། །སྐྱ་བ་སྐྱང་མ་སྐྱིང་བཞི་སོགས། །ག་ལ་ལ་
འདོགས་ཤེས་པར་བྱ། །ཡིད་དགའ་བ་ནི་ད་དགའ་ལ། །དུད་འགྲོའི་སྐྱ་ནི་ས་སྐྱ་
ཡིན། །ཁོད་མ་ཆན་པོ་ར་ཆན་ལ། །དགོན་པ་དག་ནི་ད་དགོན་ཡིན། །རྩ་ལ་རྩལ་བ་ར་
རྩལ་ལ། །ལུས་ཀྱི་སྐྱལ་བ་ས་སྐྱལ་ཡིན། །མང་དུ་བསྐྱན་པ་ས་བསྐྱན་ལ། །སྐྱག་པའི་
སྐྱོད་དང་སྐྱོད་བཅུད་ནམས། །ས་སྐྱོད་ཡིན་པས་ཤེས་པར་བྱ། །ནམ་མཁའི་གཟའ་ནི་
ག་གཟའ་ལ། །ཁ་རུ་བཟའ་བ་བ་བཟའ་ཡིན། །གོང་མས་གནང་བ་ག་གནང་ལ། །མངོན་
སུམ་སྒྲིང་བ་ས་སྒྲིང་ཡིན། །ས་བདག་གཉན་ནི་ག་གཉན་ལ། །སྐྱ་སྐྱན་སྐྱད་སྐྱན་སྐྱུ་
དང་། །སྐྱན་ངག་ལ་སོགས་ས་སྐྱན་ཡིན། །གདོང་གི་གཉེར་མ་ག་གཉེར་ལ། །བཞིན་
རས་སྒྲིང་བ་ས་སྒྲིང་ཡིན། །འདིང་བའི་སྐྱན་ནི་ས་སྐྱན་ལ། །གཏན་འདུན་གཏན་
ཆོགས་ག་གཏན་ཡིན། །མིག་གིས་ལྟ་བ་ལ་ལྟ་ལ། །ཁོན་པའི་རྟ་ནི་ར་རྟ་ཡིན། །སྐྱ་མ་
བསྐྱན་པ་ས་བསྐྱན་ལ། །གཞན་ལ་བརྟེན་པ་ར་བརྟེན་ཡིན། །ལྷགས་རིགས་ཁ་ཉེ་ཁ་
རྒྱུང་ལ། །འབྱུང་བའི་བྱ་ནི་བ་བྱ་ཡིན། །འབྱུང་བའི་ར་ནི་ར་རྒྱུང་ལ། །ལྟོན་ཤིང་ལྟང་
གྲུ་ལ་ལྟང་ཡིན། །བྱེན་ལ་འབྲེན་པ་ད་འབྲེན་ལ། །དངོས་རྩམ་འབྲེམ་པ་ག་འབྲེམ་
ཡིན། །ནམ་པ་མང་པོ་ར་ནམ་ལ། །སྐྱ་ཆོགས་དག་ནི་ས་སྐྱ་ཡིན། །དུས་ཀྱི་དབྱར་ནི་
ད་དབྱར་ལ། །གཡར་དམ་གཡོར་བ་ག་གཡོར་ཡིན། །ཁོག་པའི་སྐྱིང་ནི་ས་སྐྱིང་

ལ། །གསར་ཉིད་ཉིད་ནི་ར་ཉིད་ཡིན། །གཙོད་པའི་གི་ནི་ག་གི་ལ། །མནས་པའི་བྱི་ནི་
ད་བྱི་ཡིན། །གཞན་ལ་སྟེར་བ་ས་སྟེར་ལ། །མཛོད་ཀྱི་གཏེར་ནི་ག་གཏེར་ཡིན། །དངོས་
སོ་འཛད་པ་འ་འཛད་ལ། །བྱ་བ་མཛད་དང་ཁང་པའི་མཛོད། །མཛེས་མ་ལ་སོགས་མ་
ཡིས་འབྲུལ། །སེམས་ཀྱི་རྟོག་པ་ར་རྟོག་ལ། །ཁུངས་སུ་གཏོགས་པ་ག་གཏོགས་
ཡིན། །འོར་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་སྤྱད་པ་ས་སྤྱད་ལ། །བར་ཆད་
བདུད་ནི་བ་བདུད་ཡིན། །ནང་དུ་ག་ཤེགས་པ་ག་ག་ཤེགས་ལ། །སྟེག་པ་བ་ཤེགས་པ་
བ་བ་ཤེགས་ཡིན། །མཐོ་བའི་སྒང་ནི་ས་སྒང་ལ། །སྟེ་སྟོད་དགང་བ་ད་དགང་
ཡིན། །གནས་ནས་སྟགས་པ་ས་སྟགས་ལ། །དབག་ཏུ་མེད་པ་ད་དབག་ཡིན། །བགས་
པ་འབྲི་ཆེ་བགས་རྒྱང་ལ། །སྟག་ལྟགས་སོགས་ལ་ལ་སྟགས་འབྲི། །དབལ་འབྲོར་
དཔེ་ཆ་ལ་སོགས་པ། །ད་ཡིས་འབྲུལ་བས་ཤེས་པར་བྱ། །ལྟོན་ཤིང་སྟག་པ་དུད་
འབྲོའི་སྟག །ས་སྟག་ཡིན་པས་ཤེས་པར་བྱ། །དམིགས་ལུལ་དམིགས་བསལ་ད་
དམིགས་ལ། །དུད་འབྲོའི་མིག་པ་ར་མིག་ཡིན། །འཆོ་བྱེད་སྟན་པ་ས་སྟན་ལ། །སྟུས་
ཀ་དམན་པ་ད་དམན་ཡིན། །ཁང་པའི་སྟོ་ནི་ས་སྟོ་ལ། །སྐལ་དུ་བགོ་བ་བ་བགོ་
ཡིན། །མགྲོགས་པར་འགྲོ་བ་མ་མགྲོགས་ལ། །ཡར་ལ་འགྲོགས་པ་འ་འགྲོགས་
ཡིན། །ཕྱག་ཏུ་བཞེས་པ་བ་བཞེས་ལ། །དུས་ཀྱི་གཞེས་པ་ག་གཞེས་ཡིན། །ར་ཆོད་
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། །ཁྲིག་པ་

རྒྱུ་པ་རྒྱུ་པ་མ་ཆེ། ར་ལ་ལ་འདྲེགས་ཤེས་པར་བྱ། གཤམ་ས་གཤམ་ནོར་ག་
 གཤམ་ལ། དབྱངས་ལེན་པ་ནི་ད་དབྱངས་ཡིན། མིག་འཕྱལ་སྒྱུ་མ་ས་སྒྱུ་ལ། ལུས་
 གྱི་རྒྱུ་མ་ར་རྒྱུ་ཡིན། རིན་ཆེན་མཆོལ་ནི་མ་མཆོལ་ལ། ཞེ་སའི་འཆོལ་ནི་འ་འཆོལ་
 ཡིན། རྒྱུ་མཆོ་དག་ནི་མ་མཆོ་ལ། ལྷགས་ཟོག་འཆོ་བ་འ་འཆོ་ཡིན། ཏྲ་སོགས་
 འཆོར་བ་འ་འཆོར་ལ། འཕྲོག་གི་མཆོར་ས་མ་མཆོར་ཡིན། རིན་ཆེན་གསེར་ནི་ག་
 གསེར་ལ། བསེར་བྱ་ལྗང་བ་བ་བསེར་ཡིན། འཛིན་ཤེད་རྩི་དང་སོ་ཡི་རྩིལ། རྩོལ་
 པའི་རྩིད་སོགས་ར་མགོ་ཡིན། ལྷན་པའི་སྒྲ་ནི་ས་སྒྲ་ལ། ལྡང་པའི་དག་ནི་ད་དག་
 ཡིན། གོང་མའི་གསུང་ནི་ག་གསུང་ལ། གྲི་བསུང་དག་ནི་བ་བསུང་ཡིན། ལྷ་བ་
 བཤོལ་བ་བ་བཤོལ་ལ། ཞིང་ཚོ་གཤོལ་ནི་ག་གཤོལ་ཡིན། སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་
 ས་བསྟན་ལ། མི་འགྱུར་བརྟན་པ་ར་བརྟན་ཡིན། རིན་ཆེན་གཟི་ནི་ག་གཟི་ལ། ཁང་
 གིས་བཟི་བ་བ་བཟི་ཡིན། ཁ་ལ་མངར་བ་མ་མངར་ལ། ཁོར་བྱ་དངར་བ་ད་དངར་
 ཡིན། འབྱུང་པའི་རྡོ་ནི་ར་རྡོ་ལ། ཇར་པའི་བདོ་ནི་བ་བདོ་ཡིན། འཛེག་པའི་སྐས་ནི་
 ས་སྐས་ལ། རྒྱ་ཡི་རྒྱ་ནི་ར་རྒྱ་ཡིན། ལྷག་བསྐལ་བ་ནི་ས་བསྐལ་ལ། མངལ་ནས་
 རྩེས་པ་མ་མངལ་ཡིན། ལུས་ཀྱི་མ་ནི་ར་མ་ལ། ཁ་སྒྲ་སྒྲ་ར་ས་སྒྲ་ཡིན། མི་གསོད་
 དམེ་མོ་ད་དམེ་ལ། ལུས་ཀྱི་སྒྲེ་བ་ས་སྒྲེ་ཡིན། ལྷང་མ་ལྷག་མ་གཞུ་ཤེད་ལྷག་ལྷེབ་
 དང་ལྷགས་དང་ལྷེ་ལ་སོགས། ལ་མགོ་ཅན་ཀྱི་ལྷ་ཡིན་ནོ། གཙོང་ནད་སོག་གཙོང་
 གཙོང་རོང་དང་། གཙེར་བྱ་གཙེས་བྱག་ག་ཡིས་འཕུལ། འདྲོགས་པའི་རྟོད་ནི་ར་
 རྟོད་ལ། ལུས་ཀྱི་རྟོད་ནི་ས་རྟོད་ཡིན། རྟོད་པོ་བྱ་རྟོད་ར་རྟོད་ལ། གད་མོ་དགོད་
 པ་ད་དགོད་ཡིན། ཡོད་དེ་མེད་དེ་དེ་རྒྱུང་ལ། ལུས་དང་ས་ཡི་སྟེ་བ་དང་། རང་ཐག་

ཉེ་བ་ལ་ཉེ་ཡིན། །གངས་ཀྱི་སྟོང་ཕག་ས་སྟོང་ལ། །བརྩུང་བ་གཏོང་བ་ག་གཏོང་
ཡིན། །མདུན་དུ་བཤམས་པ་བ་བཤམས་ལ། །གོས་ཀྱི་གཤམ་དང་གཤར་སྦྱང་
སོགས། །གཡིས་འཕྲུལ་བས་ཤེས་པར་བྱ། །མཆོག་དཀར་གཞུ་ནི་ག་གཞུ་ལ། །སྦྱང་
མོ་བྱེད་པ་ག་སྦྱང་ཡིན། །ཟས་སྟོང་བ་ནི་ས་སྟོང་ལ། །ཁྲོད་པ་ལྟོགས་པ་ལ་ལྟོགས་
ཡིན། །ཅེ་མའི་ཏོག་ནི་ཏ་སྦྱར་ཏོག། །རྩུང་བའི་དོག་ནི་ད་སྦྱུ་ཡིན། །བྱང་ཀྱི་སྦྱ་ནི་ས་སྦྱ་
ལ། །ཉན་བྱེད་ན་བ་ར་ན་ཡིན། །དག་འབྲིན་མནའ་ནི་མ་མནའ་ལ། །ན་ཆོད་ན་བྱག་ན་
རྒྱང་ཡིན། །དཔང་པོ་བྱེད་པ་ད་དཔང་ལ། །པང་དུ་སྟོད་པ་པ་རྒྱང་ཡིན། །ཞེ་ཡི་སྦྱ་བ་
ལ་སྦྱ་དང་། །ནང་དུ་སྦྱ་བ་ས་སྦྱ་ལ། །ཚུ་ཡི་ར་ནི་ར་ར་ཡིན། །སྦྱལ་པ་དག་ནི་ས་སྦྱལ་
ལ། །གཡལ་ལ་སྟོད་པ་ག་གཡལ་ཡིན། །སོག་ལེས་བས་པ་ད་བས་ལ། །སྦྱ་རེ་དག་ནི་ས་སྦྱ་
ཡིན། །ལྟ་བསང་བྱེད་པ་བ་བསང་ལ། །གསང་གཏམ་བྱེད་པ་ག་གསང་ཡིན། །མཆོན་
ཆ་གདེང་དང་གདེང་ཐོབ་དང་། །ཁ་གདང་སོགས་ལ་གཡིས་འཕྲུལ། །ཉེས་པ་སྟོན་པ་
ས་སྟོན་ལ། །ཤེས་པ་སྟོ་བ་ས་སྟོ་ཡིན། །གཉིད་ལོག་པ་དེ་ག་གཉིད་ལ། །ཆོད་པས་
ཉིད་པ་ར་ཉིད་ཡིན། །གདམས་ངག་ཞུ་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་
བཅེ་བཅེ་སེམས་བཅོན་འགྲུས་དག །ར་མགོ་བས་འཕྲུལ་ཅན་ཡིན་ནོ། །སེམས་ཅམ་
པ་ནི་ཅམ་རྒྱང་ལ། །ཁ་ཟས་རྩམ་པ་ར་རྩམ་ཡིན། །དབྱས་གཅོང་གཅོང་མ་ག་གཅོང་
ལ། །ལུས་ཀྱི་ར་ནི་ར་ར་ཡིན། །རི་ཁོད་དཔེན་དང་དཔེན་བརྟག་བྱེད། །ད་ཡིས་འཕྲུལ་
བས་ཤེས་པར་བྱ། །འཕྱིགས་པའི་གསོར་ནི་ག་གསོར་ལ། །བསོད་ནམས་བསོད་
སྟོམས་བ་བསོད་ཡིན། །འཆིང་བྱེད་ཞགས་པ་ཞ་ཞགས་ལ། ། བྱགས་མ་དག་ནི་པ་

ཕྱགས་ཡིན། །པགས་པ་མཉེན་པ་མ་མཉེན་ལ། །གཞོད་འཆོའི་ཉེན་ཁ་འཕུལ་མེད་
ཉེན། །ཡུལ་སྒྲོངས་ལྷན་ལྷན་ལྷེ་ཡི་ལྷགས། །ལ་མགོ་ཅན་གྱི་རྩ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་འགྲུར་
རྣམ་གཤེད་ར་རྣམ་ལ། །སྣམ་བུ་སྣམ་སྒྲུར་ས་སྣམ་ཡིན། །སྣག་ཚད་གཉི་ས་སྣག་
ལ། །རྣག་ཁྲག་རྣག་ནི་ར་རྣག་ཡིན། །སྒྲོང་དག་ཀྱང་ས་སྒྲོ་ལ། །ཐུགས་གྱི་དགོངས་པ་
ད་དགོངས་ཡིན། །ཁངས་གྱི་བཞི་ནི་བ་བཞི་ལ། །ས་གཞི་དག་ནི་ག་གཞི་ཡིན། །སྐལ་
ལྷན་དག་ནི་ས་སྐལ་ལ། །དུས་གྱི་བསྐལ་པ་བས་འཕུལ་བསྐལ། །དུད་འགོ་གཡི་དང་
རིན་ཆེན་གཡུ། །གཡུལ་ཁ་ལ་སོགས་ག་ཡིས་འཕུལ། །ཅིག་པའི་མང་ནི་ར་མང་
ལ། །འབྲས་བུ་སླེན་པ་ས་སླེན་ཡིན། །མངའ་ཐང་མངའ་ནི་མ་མངའ་ལ། །ར་ཆོ་ར་རྒྱལ་
ར་རྒྱུང་ཡིན། །མཆོན་ཆས་གསོད་པ་ག་གསོད་ལ། །དུས་གྱི་སྟོད་ནི་ར་བཏགས་
སྟོད། །ཕྱེད་ཁ་ཕྱེད་སྒྲོར་ས་ཕྱེད་ལ། །སྒྲོན་ལམ་འདེབས་པ་འ་འདེབས་ཡིན། །

དག་པར་བྱེད་པའི་ཕྱེད་སྒྲོར་རིན་ཆེན་རྒྱ་མཚོ་ཞེས་བྲ་བ་ས་པཏྱ་དགའ་
རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་སྒྲུར་བཤོ། །

པར་བྱང་སྒོན་ཆིག

རྣམ་ཐོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཆོར་རོ་གཅིག་དུ། །
 གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཆོས་ཚུལ་དལ་འབབ་སྤྱང་། །
 ཆོག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི། །
 ཁྱི་མ་ཡོངས་འཁྱུད་ལེགས་བཤད་བདུད་ཅི་འདི། །
 དབར་དུ་བསྐྱེད་པའི་རྣམ་དཀར་ཕྱང་པོའི་མཐུས། །
 ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་སྒོ་མོ་སྤོང་ཐག་བརྒྱ། །
 གདངས་ཏེ་རྒྱ་དུའི་འཕྲོ་བ་མ་ལུས་བ། །
 དེས་ལེགས་ནོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འཕྲོར་ཤོག། །

ཅེས་འདྲམ་སྒྲིང་ཡངས་པའི་ཁྱོན་ལ་འཆེ་མེད་ནི་པའི་ལམ་རྟོན་ནས་འདེན་ལྟ་མེད་འི་རིང་
ལུགས་སྒོ་ཀྱན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འབྲལ་ཡུན་མེགས་ཆོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། བང་
བརྟན་གྲུབ་མཐའ་འཛིན་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དཔར་དུ་བརྒྱན་དང་བརྒྱན་འཕྲུང་གང་ལའང་སྤར་
ཆོག་པའི་དགོ་པ་མྱོའི་སྟོན་ཆོག་ཏུ་ལྟའི་དགོ་སྟོང་ཆོས་རྒྱ་བ་དག་དཔར་སྟོེ་ལམར་བརྟན་འཛིན་
གྱ་མཆོས་སྤར་བའོ།

༣༡ ། བཅའ་སེལ་ཆུ་བུ་རྒྱུ་། ཨ་ཅི་བུ་བུ་བུ་བུ་རྒྱུ་། ཨི་བུ་བུ་བུ་།
ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་ཅུ་ག་པ་བདེ་དཔེ་ཆ་མེ་ནང་དུ་བཞུགས་ཆེ་མགོ་མ་ཡུག་གི་ཉི་ཤུ་ཅུ་མེ་མེ་འབྱུང་བ་
བར་འཇམ་དཔལ་ཅུ་རྒྱུ་ལས་གསུངས་སོ། །