

མཛད་ཀྱི།

ལྷན་པ་སྤྱི་མཐོན་དབྱེ་འབྲུག་པ་  
བདེ་བྱེད།

མཛད་ཀྱི།

ལྷན་པ་སྤྱི་པ།



ཨ་མྲེས་ཀུན་དགའ་བསོད་ནམས་ལྷན་པ་སྤྱི་པ་མཛད་ཀྱི།

མཛད་ཀྱིས་རིག་པ་ལྷན་དུ་ཆེན་པོ་ལྷན་པ་སྤྱི་པ་ལྷན་པ་ལྷན་པ།

མེད་ཀྱི།

། རྒྱུ་ལ་བ་གསུམ་གྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བའི་བསྐྱེས་  
དོན་ལོག་ཕྱུང་སློབ་གསལ་འཁྲུག་པ་བདེ་བྱེད་  
ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

མེད་ཀྱི།  
འཁྲུག་གསུམ་།



མེད་ཀྱི།  
༡༧༧

ཕྱི་བྲག་གི་ཡང་།  
༡

ཨ་སྤེས་ཀུན་དགའ་བསོད་ནམས་གྲགས་བ་རྒྱལ་མཚན།

༡༩༣༧ - ?

# དེབ་མངའ།

TBCD163001

ས་སྐྱ་རྒྱལ་ཡོན་མཁུ་གཞུང་འབྲེན་པའི་མཁུ་གཞུང་གི་འབྲེན་པའི་མཁུ་གཞི་བཙུག་པོ་ལུ་ཡིན།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་གྱིས་ལྷོ་གྲུ་བྲས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་གྱིས་ལྷོ་གྲུ་བྲས་ལྷོ་གྲུ་བྲས་ལྷོ་གྲུ་བྲས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འབྲེས་སྐྱེལ་བྲས།

༢༠༡༥ ལོའི་རྒྱ་བ་བདུན་པར་ཚོམ་སྐྱེལ་བྲས།

དེབ་ཚད། 15x21

ཡིག་ཚད། 14

ཡིག་གྲངས། 23,234

ང་ཚོའི་དྲ་ཆིགས་ཀྱི་ཁ་བྲང།

[www.serajeyrigzodchenmo.org](http://www.serajeyrigzodchenmo.org)

ང་ཚོའི་ཡིག་སྐྱེལ།

[serajeyrigzodchenmo@gmail.com](mailto:serajeyrigzodchenmo@gmail.com)

ཡུལ་གྲུ་གྱི་བཀའ་བློན་པོ་ལྷོ་གྲུ་བྲས་ལྷོ་གྲུ་བྲས་ལྷོ་གྲུ་བྲས་ལྷོ་གྲུ་བྲས།

དེ་རྗེས་ཨ་དོར་བསྒྲུབ།

ཨ་སྲེས་ཀུན་དགའ་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་རྒྱལ་མཚན། གྱི་ལོ་༡༥༣༧༥ ལོར་ཡབ་སྐད་གས་  
འཚང་གྲགས་པ་རྫོགས་རྒྱལ་མཚན་དང་། ཡུམ་ལྷང་མོ་སྤྲུམ་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མོ་གཉིས་ཀྱི་སྲས་  
སྲུ་ས་སྐྱེད་ལྷ་ཁང་ཆེན་མོ་ཡུན་ཚོགས་སྤིང་གི་ཁྲི་བྱང་དུ་སྐྱབས་ལུངས།

དབལ་ས་སྐྱེད་གངན་ས་ཆེན་པོའི་ཁྲི་རབས་ཉེར་དུག་པ་དང་། གཤུང་རབས་བརྒྱབ་པ་ཡིན།  
ཡོངས་གྲགས་སུ་མཚན་གཞན་ལ་བདག་ཆེན་དག་དབང་ཀུན་དགའ་བསོད་ནམས་ལྷ།

གཞོན་ཏུ་ནམ་དགེ་བསྐྱེན་དང་དགེ་ཚུལ་གྱི་སྲོམ་པ་སོགས་བཞེས་ན་ཡང་། ས་སྐྱེད་གཤུང་  
རྒྱུད་རིན་པོ་ཆེ་སྲེལ་བའི་བྱིར་དུ་བརྒྱན་མོ་ཁབ་ཏུ་བཞེས་ནས་རིགས་སྲས་བསྐྱུལ།

དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཞུམས་ལ་དད་པ་གསུམ་གྱི་སློན་སུ་བསྐྱེན་ཏེ་མདོ་རྒྱུད་སྐྱི་དང་  
དབལ་ས་སྐྱེད་གསུང་དག་ལམ་འབྲས་དང་བཅས་པ་ལ་སྦྱངས་པ་དབྱིས་བྱིན་པ་མཛད།

དགྲུང་བྲངས་ཉི་ཤུ་ཅེ་དགྲ་ཉེ་ལ་ཤམ་སུ་ཅེ་བཞི་གསུངས། ་ཉེ་ལ་དབལ་ས་སྐྱེད་གངན་ས་  
ཆེན་པོའི་ཁྲི་བ་བཞུགས་ནས་ལོ་ངོ་སྲུམ་ཅུ་ལྷག་གི་རིང་དུ་ཆོས་སྤིང་གཉིས་ཀྱིས་ལེགས་པར་  
བསྐྱུངས།

དགྲུང་བྲངས་སོ་བརྒྱད་པར་ཉེ་ལ་ལར་སོ་གསུམ་པ་གསུངས། ་<<ས་སྐྱེད་གཤུང་  
རབས་ངོ་མཚར་བང་མཛོད་>> > ལྷགས་རྩོམ་མཛད། དགྲུང་ལོ་ཞེ་ལྷཱ་འི་སྐབས་<<དག་ཡིག་མིག་  
དབང་རབ་གསལ་སྐྱང་བ།>> > སོགས་མཛད། འདས་ལོ་མི་གསལ།

# བྱ་སྐྱེག་པའི་གསལ་བཤད།

གངས་ཡེའི་ཤེལ་གྱི་མཚོད་རྟེན་གྱི་སྤོང་བས་སྟུང་བྱས་པའི་རང་རྗེའི་སྤྱི་ལའི་སྐྱོན་རྫོངས་སྟུང་  
ཚོས་རྒྱལ་ལོ་པཎ་རྣམས་དང་ཀུན་རིག་མཁས་པའི་དབང་པོ་དག་གི་བཀའ་འདམས་ལས། གསུང་རབ་  
གྱི་སྐྱེགས་བམ་རི་རབ་གྱི་གཏོས་དང་མཉམ་བ་ཡོད་ན་ཡང་། དུས་གྱི་འབེལ་འགྲིབ་སོགས་གྱིས་  
མང་པོ་ཞིག་འབྱུང་བཞིན་ཟས་སྟེན་བ་དང་། གང་མང་ཞིག་ས་རྩལ་གྱི་ཁོད་དུ་ཆེས་མཐོང་མཐུག་  
གི་གཟིམས་མལ་བསྟེན་ལ་ཉེ་བ་སོགས་གྱིས་དེ་དག་སྦྱར་སྦྱོབ་དང་། གཅེས་ཉར་བྱེད་རྒྱ་ནི་འཕྲིས་  
མེད་ན་སྤྱི་མེད་པའི་དུས་ཡིན་ཞིང་། དེས་རང་རིགས་བསམ་ཡོད་གང་མང་ཞིག་གིས་དེ་དག་བསྐྱར་  
དཔར་དང་། དེ་བ་གཟུགས་པར་སྐྱོན་སོགས་གྱིས་འགྲེམས་སྟེལ་དང་། སྤྱད་སྦྱོབ་བ་ལ་ལེ་བཞིན་བ་  
ནི་དགའ་འོས་པ་དང་། ཡི་རང་གི་ལེགས་སོ་འབྲུལ་བའི་གནས་ཡིན་ལོ།།

སྤོགས་གཞན་ཞིག་ནས་བཤད་ན། མི་རིགས་དེའི་ཤེལ་རིག་གི་ཉིང་བརྩུད་ནི་མི་རིགས་  
དེའི་རྒྱ་སྐོག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཉིད་དར་སྟེལ་དང་སྤྱད་སྦྱོབ་བྱེད་རྒྱ་ཡང་། མི་རིགས་དེ་ཉིད་ཀྱི་འོས་  
འཇག་ཡིན་ན། བསམ་སློབ་རྒྱགས་ལེ་དུ་སྦྱར་བའི་གསུང་རབ་གྱི་སྐྱེགས་བམ་དེ་དག་ནི། ཤེལ་རིག་  
གི་ཉིང་བརྩུད་ཡིན་ལ། མི་རིགས་འདིའི་རྒྱ་སྐོག་ཀྱང་ཡིན་ལོ།། སྟོན་བ་བཙོམ་ལྡན་འདས་གྱི་བཀའ་  
ལས་ཀྱང་། ཤེལ་སྐྱེག་གྱི་སྐྱེགས་བམ་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད། ཡི་གེར་འདྲི་བ་དང་། འདྲིར་བརྩུག་བ་  
སོགས་གྱི་ཕན་ཡོན་ནི་སྟོང་གསུམ་ལོར་གྱིས་བཀའ་སྟེ་སངས་རྒྱས་འབྲུམ་སྟེན་བརྒྱ་ལ་མཚོད་བ་  
ལུལ་བ་བས་ཀྱང་། བསོད་ནམས་ཆེ་བར་གསུངས་བ་སོགས་གྱིས་ཀྱང་གསུང་རབ་གྱི་སྐྱེགས་  
བམ་དག་ཡི་གེར་འདྲི་བ་དང་། འདྲིར་བརྩུག་བ་དག་གི་ཕན་ཡོན་དང་དགོ་མཚན་ཀྱང་མཚོན་ལ།  
དོན་གནད་ཀྱང་གོ་ཐུབ་ལོ།།

༧ གོང་ས་༧ སྐུབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཀྱང་། ར་རང་སྐྱེ་ཆེན་པོ་དང་འདྲུ་ཁང་  
རིག་པོ་རྒྱག་རྒྱ་ལ་དེ་ཙམ་དགའ་པོ་མེད། སྐྱེ་ཆེན་པོ་བཞེངས་རུང་དེས་གསུང་ནི་མི་འབྲོན། དེ་  
ལས་དཔེ་ཆ་མང་པོ་དབང་བསྐྱོན་གྱིས་འགྲེམས་སྟེལ་བྱས་ན་བཟང་། ཞེས་ཚོགས་སྟེན་བཀའ་

གནང་བ་སོགས་ཀྱིས། ལྷ་ཚང་རིན་པོ་ཆེ་ནས་ཀྱང་ང་ཚོའི་མི་རིགས་འདིའི་ཡབ་མེས་གོང་མ་  
དག་གི་བྱུང་བ་ཞབས་དེ་དག་མི་ཉམས་པོང་འབེལ་དང་། གནས་པ་བརྒྱུད་འཛིན་སོགས་དང་། རང་  
རིགས་ལ་ཞབས་འདེགས་སྒྲན་ཅམ་ལྷ་སྐྱབ་ན་དགོངས་ཏེ། སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་བྲ་  
ཚིགས་སློེ་འབྲེད་དང་། སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྐྱིག་ཁང་གསར་འཛུགས་བྱས་པ་  
ལགས་ན། འདི་ག་ཚོམ་སྐྱིག་ཁང་གིས་ཀྱང་གཙོ་པོ་བཀའ་བསྟན་གཉིས་ཀྱིས་མཚོན། གཡུང་རྒྱུང་  
བོན་དང་བཅས་པའི་ཚོས་བརྒྱུད་རིས་སུ་མ་ཚད་པའི་བོད་ཀྱི་མཁས་དབང་དག་གི་བཀའ་ཚོམ་གྱི་  
སྐྲེགས་བམ་དག །པར་བསྐྱུན་འབྲེམས་སྐྲེལ་དང་། ཞོར་དུ་གཞན་གྱི་ཤེས་རིག་ནང་འཛིན། དེང་  
རབས་ཀྱི་ཚོམ་པ་པོ་ཚན་གཞིན་དུའང་མེད་ཀྱི་བཅམས་ཚོས་ཀྱང་པར་བསྐྱུན་འབྲེམས་སྐྲེལ་གྱི་  
ཞབས་ལྷའི་ལས་གཞི་འདི་གཉེར་བ་ཡིན།

སྤྱིར་སློབ་གཉེར་བ་མང་པོས་ཤིག་དེབ་གསུགས་ལ་མོས་བཞེས་པ་དང་། དེབ་གསུགས་  
ཀྱང་གང་མང་ཞིག་པར་བསྐྱུན་བྱས་ཏེ་སྐོན་གྱིན་ཡོད་ལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་དཔེ་རིང་ལྟ་སློབ་བྱེད་  
མཁན་རྗེ་ཉུང་དང་། པར་ཤིང་གི་སློབ་སློེ་ཡང་རྗེ་རྒྱུང་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པས། པར་ཤིང་མང་པོ་  
ཞིག་མཛོད་སྐྱབས་སུ་ས་རྒྱལ་གྱི་ཁོད་དུ་གཟིམས་འགོ་ཚོམ་བཞིན་ཡོད།

ལྷག་པར་དུ་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་བརྗེ་འཕྲོན་གྱི་དུས་རབས་འདིར་འོད་ཟླ་བས་ཀྱི་  
འགྲོས་དང་འགྲོགས་ཏེ། ཚན་ཅལ་གྱི་ཤེས་རིག་རབ་ཏུ་དར་བས། མི་རྣམས་ཀྱི་སློབ་འཇུག་པོར་  
བའི་དངོས་གསུགས་གང་མང་ཞིག་འབྲུང་བཞིན་ཡོད་ལ། དེ་དང་བསྐྱུན་ནས་སློབ་གཞན་ཞིག་  
ལ་སྐོབ་ཤོར་དང་། བམ་ཉེས་འབྲུང་གིན་ཡོད་པའང་ཚོས་ཉིད་ཡིན། དཔེར་ན། eBook གས་  
སློབ་རྒྱལ་འབྲུལ་དེབ་ཀྱི་བཞེས་པའི་དར་བས། གཟིགས་པ་པོ་དག་ལ་སློབ་བའི་བ་དང་། སློབ་  
བའི་བ། གཞུང་ཚན་འཚོལ་སྐྱབ་ལ། འབྲེར་བའི་བ་སོགས་ཀྱིས་མི་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་དབང་བཀྲུག་སྟེ།  
འབྲུལ་དེབ་ལ་དགའ་མོས་རྗེ་ཆེར་འགྲོ་བཞིན་པ་དེས། ཤོག་སྟེང་གི་དཔེ་ཆ་ཉར་བའི་དཔེ་མཛོད་  
ཁང་གསུམ་ཆེན་གང་མང་ཞིག་གི་གཏན་པ་མེད་པའི་སློབ་སྐྱོལ་ཀྱང་། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཚོས་ཉིད་ལས་  
སློབ་བརྒྱུག་སའང་གང་འཚོམ་བྱུང་ཡོད་ན། ང་ཚོ་ཡང་དུས་རབས་ཀྱི་རྗེས་ཟེན་པར་བྱས་ཏེ་རང་

རེའི་ཤེས་རིག་གི་འོད་སྔེར། ལྷོ་ཕྱོག་གསལ་བཤམ་གྱི་གོ་ལ་འདིར་ཡུན་རིང་གནས་པ་དང་། འཕྲིན་ལས་གྱི་འཇུག་པ་རྒྱབ་སྐྱོར་ལྷོ་ཕྱོག་གི་འགྲོམ་དང་མཉམ་པ་ཡོད་སྟེ་དང་། གཞིགས་པ་སོ་དག་གི་དགའ་མོས་དང་དུས་བབ་དང་བསྟུན་ཏེ། ང་ཚོས་ཀྱང་བཀའ་བསྟན་གཉིས་གྱིས་གཙོ་བོར་བྱས་ཏེ་བོད་གངས་ཅན་གྱི་གནའ་དེང་གི་མཁས་པའི་བརྒྱུན་ལྷོ་ཕྱོག་ཚོས་དག་eBook དང་ PDF སོགས་སུ་ཚོམ་སྒྲིག་བྱས་ཏེ་འགྲེམས་སྟེན་གྱི་ལས་གཞི་འདི་འདེམ་པ་ཡིན།

སྤྱིའི་ཆ་ནས་བཀའ་བསྟན་གཉིས་གྱིས་མཚོན་མཁས་དབང་ལྷོ་ཕྱོག་གི་གསུང་རབ་གསུང་བསྟུན་གྱིས་དེ་བུ་གསལ་བཤམ་དཔེ་ཆ་དང་། སྒྲོག་རྒྱལ་འབྲུལ་དེ་བུ་ཀྱང་གང་མང་ཞིག་འཛོལ་བཞེན་ཡོད་ན་ཡང་། གསུང་དུ་བར་བསྟུན་བྱས་པའི་དེ་བུ་གསལ་བཤམ་དང་སྒྲོག་རྒྱལ་འབྲུལ་དེ་བུ་གསལ་བཤམ་ཆད་ལྷོ་ཕྱོག་དང་ལོ་འཇུག་གིས་རང་འདོད་དང་འོ་ཚོད་སོགས་གྱིས་གང་ལྟར་བཟོ་བཅོས་བརྒྱབ་པ་སོགས། སྒྲོག་ཏུ་ཚོགས་པ་དང་ལུངས་དག་ག། ལུས་དག་ཚད་ལྡན་སོང་བའི་གསུང་རབ་ཀྱི་དེ་བུ་གསལ་བཤམ་དང་འབྲུལ་དེ་བུ་ཏུ་ཅང་དཀོན་པའི་ཚོད་དུ་སྒྲུབ་པ་སོགས་དང་། ང་ཚོའི་ལས་གཞི་གཙོ་བོ་དེ་ཡང་བཀའ་བསྟན་གཉིས་དང་མཁས་དབང་ལྷོ་ཕྱོག་གི་གསུང་རབ་དག་ཚོམ་སྒྲིག་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན་པ་དང་། ལོང་དུ་བཤམ་པ་ལྷོ་ཕྱོག་གི་སྤྱོད་རྒྱུ་ལས་གསལ་བཤམ་པའི་ལོང་དག་གི་འཕྲིན་ལས་མཇུག་སྟེ་ཡོད་པ་སོགས་ཀྱིས། ང་ཚོས་བར་ལོང་གི་རྒྱན་ལྷན་གནས་ལ་འབབ་བརྟེན་དང་། ལོང་བར་གྱི་ནང་དུ་བར་ལོང་ཆགས་དང་། ཡིག་འབྲུ་མི་གསལ་ག། བར་ཡིག་བས་འཇོམ་དང་བརྟེན་ལོང་ལོང་བ་སོགས་ཀྱིས་ཡིག་ལོང་རེ་བྱང་ཡོད་ན་ཡང་། བར་ལོང་མང་ལོས་ལིག་ཚོམ་པ་སོ་རང་ཉིད་དམ། རིག་གནས་ལ་ནང་བྱན་རྒྱབ་པའི་མཁས་དབང་དང་དམ་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་གང་མང་ཞིག་གིས་ལུས་དག་བཏང་བ་ཡིན་པས་གང་ལྟར་བཟོ་བཅོས་སོགས་བྱ་རྒྱུ་མེད་པ་དང་། གསུང་རབ་ལས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་ལོང་ན་ཡང་དོན་ཕྱིན་ཅི་སོག་ཏུ་འགྲུབ་ན། གསུང་རབ་ལ་བསྟེན་དང་བཟོ་བཅོས་ཐན་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་ལའང་བཅོས་སྟེན་མེད་པར་སོང་བཞག་བྱ་རྒྱུའི་ཚད་ལྡན་ལུས་འཁྲོངས་བྱེད་རྒྱུ་གསལ་ཆེ་བ་དང་དགེ་མཚན་ཆེ་བར་མཐོང་སྟེ། ང་ཚོས་དཔེ་རིང་ཚད་ལྡན་ཞིག་མ་དཔེར་བྱུང་

སྟེ་དེ་དང་བྱ་ཡིག་གཉེས་གཤེན་བསྐྱར་བྱས་ཏེ། མ་ཕྱི་རི་མ་རི་བཞིན་འབྲུལ་དེ་བ་ཏུ་བཟོ་རྒྱ་དང་།  
ཡིག་ཞོར་མངོན་མཚན་ཅན་རྣམས་ཞོར་བཅོས་བྱས་ཡོད་ན་ཡང་། འབྲུལ་དེ་བ་བསལ་ eBook གི་  
ནང་དུ་བྱུར་མཚན་བཞག་ཆེ་ལུང་སྟབས་མི་བདེ་བས། eBook གི་ནང་དུ་ང་ཚོས་ཞོར་བཅོས་  
བྱས་པ་དེ་ཡིག་མདོག་དམར་པོར་བསྐྱར་ཡོད་ལ། PDF ཡི་ནང་དུ་ང་ཚོས་གང་ཞོར་བཅོས་བྱས་  
པའི་མ་ཕྱི་འི་ཡི་གེ་འཕྲ། ཞོར་ལྷག་ཏུ་ཐག་བཅད་པའི་གཞུང་ཡིག་གསལ་མ་ཕྱི་འི་ཡི་གེ་དེ་མཇུག་དུ་  
བྱུར་མཚན་གྱི་ངོ་བོར་བཞུགས་ཅིང་། ལྷ་སྒྲིག་པའི་ཞོར་བཅོས་ཀྱི་ཡི་གེ་དེ་གཞུང་ཡིག་དངོས་མམ་  
གཞུང་དཔྱད་ཀྱི་ཡི་གེ་དང་མི་ཞོར་བའི་ཆེད་དུ། ཞོར་དུ་མཚམས་རྟགས་དང་། འོག་ཏུ་མཚན་  
གངས་སྐྱར་ཡོད་པས། གཞུང་དཔྱད་སྟེ་ཞོར་དོགས་དང་ཞོར་ས་མེད། མདོར་ན་ PDF ཡི་ནང་དུ་  
ལྷ་སྒྲིག་པས་ཞོར་བཅོས་བྱས་ཡོད་པ་ཚང་མར་བྱུར་མཚན་ཡོད་ལ། གསལ་ཏེ་ང་ཚོས་ཞོར་བཅོས་  
བྱས་པ་དེ་ཉིད་ལ་དོགས་གནས་ཡོད་ཆེ། ལུང་མཚན་དུ་གསལ་བ་ལྷར་གྱི་མ་ཡིག་དེ་ཚུར་བྲངས་  
ཏེ་འབྲེལ་བརྒྱབ་ཚོག་ཅིང་། བར་གཞིའི་ནང་གི་ལྷ་སྒྲིག་པའི་ཞོར་བཅོས་ཀྱི་ཡིག་འབྲུ་དག་སྐྱངས་  
ཤིང་། ལུང་མཚན་ལས་ཆད་རྟགས་ཅན་རྣམས་སུད། ལུང་མཚན་གཞན་དག་ཚུར་བྲངས་ཏེ་གཞུང་  
དཔྱད་དང་སྐྱར་ན། གཞུང་དེ་དང་དེའི་མ་ཕྱི་འམ་མ་དཔེའི་དཔེ་རིང་དངོས་རི་ལྷ་བ་བཞིན་འབྲུང་  
ངོ། །འདི་ནི་གསུང་རབ་ལ་བསྐྱེད་དང་བཟོ་བཅོས། ཐན་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལས་ཡིག་འབྲུ་  
གཅིག་ལའང་བཅོས་ལྷན་མེད་པར་སོར་བཞག་བྱ་དགོས་པའི་ཅ་དོན་རྒྱན་འགྲོངས་བྱས་པའང་  
ཡིན་ནོ། །

ཞེས་སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཚེན་མོའི་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་གིས་ ༢༠༡༥ ལོའི་ཟླ་ ༠༢ པའི་ཚེས་



# དཀར་ཆག

རོ་སྤོད་མདོར་བསྟུན། .....	iv
ཉུ་སྤྱིག་པའི་གསལ་བཤད། .....	v
སྤོམ་པ་གསུམ་གྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བའི་བསྟུན་དོན་ཁོག་སྤུབ་མོ་གསལ་འཇུག་པ་བདེ་བྱེད་ཅེས་	
བྱ་བ་བཞུགས་སོ།   .....	1
དང་པོ་སོ་ཐར་ལ། .....	2
གཉེས་པ་བྱང་སེམས་སྤོམ་པའི་ཉམས་ལེན་ནི། .....	5
གསུམ་པ་གསང་སྟགས་ཀྱི་སྤོམ་པའི་ཉམས་ལེན་བསྟན་པ་ལ། .....	7
དང་པོ་ནི། .....	7
གོལ་བྱེད་རིམ་གཉེས་ལ། .....	9
དབང་དང་རིམ་གཉེས་ལས་བྱང་བའི་ཡེ་ཤེས་བྱུག་ཆེན་ལ། .....	9
བཞེ་བ་སྤོད་པ་ནི། .....	11
སྤ་བ་འབྲས་བུ་མདོན་ཏུ་བྱེད་པའི་ཚུལ་ནི། .....	12
མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུ་དང་། .....	12
གཉེས་པ་གནས་སྐྱབས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ནི། .....	12
དེ་དག་གིས་ནི་སྤྱིར་བཏུན་དོན་འཆད་པའི་ཚུལ་ལ། .....	14
དགོས་དོན། .....	15
གཞུང་སོ་སའི་བསྟུན་དོན་གཉེས་ལས། .....	15
པར་བྱང་སྤོན་ཆིག་.....	17

༡༡། རྗེ་མ་པ་གསུམ་གྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བའི་བསྐྱེས་དོན་ལོག་  
ཕྱབ་ལྗོངས་ལ་འབྱུག་པ་བདེ་བྱེད་ཅེས་  
བྱ་བ་བཞུགས་ལོ། །

ན་མོ་བླ་མ་རྣམས་ལོ།

ལུང་དུས་བསྐྱེད་པའི་ཉི་མ་ཚོས་གྱི་རྗེ། །

ས་སྐྱུ་པའ་ཆེན་ཞབས་ལ་གྲུས་བཏུང་ནས། །

གང་གི་གསུང་རབ་མཚོག་གི་བསྐྱེས་པའི་དོན། །

ལྗོངས་ལ་འབྱུག་པ་བདེ་བྱེད་འདིར་སྐྱེལ་ལོ། །

དེ་ལ་འདིར་ཚོས་གྱི་རྗེ་ཉིད་གྱི་ཞལ་སྤྲུལ་ས།

སྐྱེ་བ་དུ་མ་སྦྱངས་པ་དང་། །

མཁས་པ་དུ་མ་བསྐྱེད་པ་དང་། །

ནུམ་པར་དཔྱོད་པའི་ལྗོངས་ལྱིས། །

ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་འཛིགས་མེད་ཐོབ། །

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་དོན་དང་ལྡན་པའི་འཇམ་པའི་དབྱངས་གྱི་རྣམ་པར་  
སྐྱེལ་བ་ས་སྐྱུ་བརྗེ་ཏུ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་དཔལ་བཟང་པོ་བས་མཛད་པའི་བསྐྱེད་  
བཅོས་ཆེན་པོ་སྤྲོམ་པ་གསུམ་གྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་སངས་རྒྱས་གྱི་  
བསྐྱེད་པའི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྗོགས་པའི་བསྐྱེད་བཅོས་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་གྱི་བསྐྱེད་

པའི་ཉམས་ལེན་ཐམས་ཅད་སྒྲིམ་པ་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་དུ་འདུས་ཤིང་། སྒྲིམ་པ་  
གསུམ་ནི་བསྟན་བཅོས་འདིའི་བརྗོད་བྱའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྒྲིམ་པ་གསུམ་གྱི་  
ཐ་སྟེན་རྒྱུ་རྗེ་རྗེ་རྗེ་མོ་ལས་བཤད་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུ་དེ་ཉིད་ལས། སྒྲིམ་པ་གསུམ་  
དང་ཡང་དག་ལྟར། །སོ་སོ་ཐར་དང་བྱང་རྩལ་སེམས། །རིག་འཛིན་རང་གི་རོ་  
བོའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

དེ་ལྟ་བུའི་བསྟན་བཅོས་ཚེན་པོ་འདིའི་བསྟུན་དོན་ཁོག་ཕུབ་འཆད་པ་ལ་  
དོན་ལྡན་སྟེ། མཚན་དོན་བསྟན་པ། མཚོད་པར་བརྗོད་པ། ཚུལ་པར་དམ་བཅའ་བ།  
གཞུང་དོན་བཤད་པ། མཛད་བྱང་སྒྲོས་པའོ། །

དང་པོ་ནི། སྒྲིམ་པ་གསུམ་གྱི་ཞེས་སོགས་གྱིས་བསྟན། གཉིས་པ་ནི། ལྷ་མ་  
དམ་པ་ཞེས་སོགས་དང་། བདེ་གཤེགས་བསྟན་པའི་གསུང་རབ་སེལ་རྗེའི་སྐྱེ་ཞེས་  
སོགས་ནས། འགྲོ་བའི་ལྷ་མའི་ཞབས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ནས་ཞེས་པའི་བར་གྱིས་  
བསྟན། གསུམ་པ་ནི། དད་ལྡན་སངས་རྒྱས་གསུང་བཞིན་ཞེས་སོགས་གྱིས་བསྟན།  
བཞི་པ་གཞུང་དོན་བཤད་པ་ལ་བཞི་སྟེ། སོ་ཐར་དང་། བྱང་སེམས་དང་། གསང་  
སྟགས་དང་། གཞུང་སྤྱིའི་ཚོད་སྒྲོང་སོགས་གྱི་སྐོན་ནས་དོན་བསྟུ་བའོ། །

དང་པོ་སོ་ཐར་པ།

ཉན་ཐོས་སོ་ཐར་དང་། ཐེག་ཚེན་སོ་ཐར་གཉིས་ལས། ཉན་ཐོས་སོ་ཐར་ལ་  
བསྟན་ཁྲིམས་བདུན་ནི་རྗེ་སྤིད་འཚོའི་མཐའ་ཅན་ཡིན་པས་ཉེན་གྱི་གང་ཟག་གི་  
འཕོས་པའི་ཆེ་གཏོང་བའི་སྐྱབ་བྱེད་རྒྱས་པར་བཤད་ནས་འགྲོ་ཁྲུང་བ་རྣམས་གི་

འཕོས་ཀྱང་རྗེས་སུ་འབྲང་བར་འདོད་པའི་ལོག་རྟོག་དགག་པ་ནི། ཉན་ཐོས་ཐེག་  
ཆེན་ལུགས་གཉིས་ཡོད། །ཅེས་པ་ནས། སྡེ་སྡོད་རྣམ་དབྱེ་མེད་པར་ཟད། །ཅེས་  
པའི་བར་གྱིས་བསྟན།

བསྟེན་གནས་སོ་ཐར་ལ་སྐྱངས་པའི་ལུལ་དང་ལེན་པའི་གང་ཟག་སོགས་  
ཉན་ཐོས་ནང་པན་ཚུན་དང་། ཐེག་པ་ཆེ་ཚུང་མ་འདྲེས་པར་བཤད་ནས། བཀའ་  
གདམས་པ་རྣམས་བསྟེན་གནས་འབྲུལ་བ་དང་། གཞན་ལ་འཚོལ་བ་དང་ལྷ་བསྐྱོམ་  
བ་ཐ་དད་པའི་ལོག་རྟོག་དགག་པ་ནི། བྱེ་བྲག་སྐྱ་བའི་བསྟེན་གནས་ཀྱང་། །ཞེས་པ་  
ནས། ཡི་དམ་བསྐྱོམ་པ་བསོད་ནམས་ཆེ། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན།

ཐེག་ཆེན་སོ་ཐར་ལ། ཚོ་ག་རུབ་པ་དང་མ་རུབ་པ་སོགས་དབྱེ་བ་སོ་སོར་བྱེ་  
ནས་དིང་སང་ལག་ལེན་དུ་འོས་པའི་ཚོ་ག་བྱེ་བྲག་ཏུ་འཆད་པ་ནི། ཐེག་པ་ཆེན་སོ་  
ལས་བྱུང་བའི། །ཞེས་པ་ནས། བྱུང་སེམས་སོ་སོ་ཐར་པར་འགྱུར། །ཞེས་པའི་བར་  
གྱིས་བསྟན།

ཐེག་ཆེན་སོ་ཐར་ལེན་པའི་ཚོ་ག་ལ་འཕྲོས་ནས། ཐེག་ཆེན་སོ་ཐར་གྱི་བསྐྱབ་  
བྱའི་བྱུང་བར་བྱེ་བྲག་ཏུ་འཆད་པ་ནི། དེ་ནས་བྱུང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཡི། །ཞེས་པ་  
ནས། དེ་འདྲའི་རྣམ་དབྱེ་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན། ཞར་ལ་དེའི་  
གཏོང་ཚུལ་ནི་ཐེག་ཆེན་སོ་སོར་ཐར་ཡིན་ཡང་། །ཞེས་པ་ནས། དེ་ཡི་འབྲས་བུ་ཤི་  
ཡང་འབྱུང་། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན།

ཐེག་པ་ཆེ་ཚུང་གཉིས་ཀ་མ་ཐུན་པར་ལས་འབྲས་ལ་སྐྱང་དོར་ཚུལ་བཞེན་དུ་  
བྱེད་པ་ནི་སོ་ཐར་གྱི་བསྐྱབ་བྱའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པས་འཆད་པ་ནི། དེ་ནས་ལས་དང་

རྣམ་སྤོན་གྱི། །ཞེས་པ་ནས། ད་གཞོན་ལས་ཀྱི་རྒྱ་ལྟེང་ལ། །ཤིན་ཏུ་མཁས་པ་ཉིད་  
དུ་ལྟུང། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན། །

ལས་ལྟེང་ལ་ལོ་མཚན་ནས་བོད་ཀྱི་ཞང་གཡུ་བྲག་པ་སོགས་གཤིས་ལ་དགོ་  
སྤྲེལ་ཡོད་པར་འདོད་པའི་ལོག་རྟོག་དང་། འགྲི་ཁུང་པ་ཁ་ཅིག །ལས་ཀྱི་ལྟེང་ལ་  
དཀར་ནག་ཟངས་ཟམ་དུ་འདོད་པའི་ལོག་རྟོག་དགག་པ་ནི་རིམ་པ་བཞིན་དུ། ལྷ་  
སྤྲེལ་གངས་ཅན་པ་རྣམས་ནི། །ཞེས་པ་ནས། མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་དབྱེད་པར་  
བྱ། །ཞེས་པའི་བར་དང་། ཉན་ཐོས་དགོ་བ་པལ་ཆེར་ཡང་། །ཞེས་པ་ནས། མཁས་  
པའི་གཞུང་བཞིན་ཤེས་པར་གྱིས། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན།

བསྐྱབ་བྱའི་ཁྱད་པར་ལ་ལོ་མཚན་ནས། འགྲི་ཁུང་པ་ཁ་ཅིག །ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུད་གི་  
བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཅིག་ལ་བཀག་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡེ་ནས་བཀག་པ་དང་། གཅིག་ལ་  
གནང་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡེ་ནས་གནང་བར་འདོད་པའི་ལོག་རྟོག་དགག་པ་ནི། ཡེ་  
བཀག་ཡེ་གནང་ཞེས་བྱ་བའང་། །སངས་རྒྱས་བསྟན་དང་མཐུན་མ་ཡིན། །ཞེས་པ་  
ནས། བསྐྱབ་པ་འཆལ་དང་ལྷགས་སྦྱོར་བའི། །བྱེད་པོ་སངས་རྒྱས་ཡིན་པར་  
གསུངས། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་དགག་པའི་བསྐྱབ་བྱ་སྤྲེལ་བྱ་ཅན་དང་། གོང་པ་ཅན་  
སོགས་འདུལ་བའི་སྦྱོད་པ་མ་ཡིན་པས་སྤང་དགོས་པ་དང་། བསྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་  
མདོ་བསྐྱལ་སོགས་འདུལ་བའི་གཞུང་དང་མཐུན་པར་བྱ་དགོས་པར་འཆད་པ་ནི།  
སྤྲེལ་བྱ་ཅན་དང་གོང་པ་ཅན། །ཞེས་སོགས་དང་། མདོ་བསྐྱལ་ལ་སོགས་བྱ་བ་  
ཀུན། །འདུལ་བའི་གཞུང་དང་མཐུན་པར་གྱིས། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན།

བོད་དག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་དང་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་བསྟན་བཅོས་རྣམ་

དག་ལ་ཉན་བཤད་བྱེད་པར་ལྷན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་རང་དགར་སྐྱར་བའི་བསྟན་  
བཅོས་ལ་ཉན་བཤད་བྱེད་པ་ནི་ཆེར་ལྷན་ཞིང་འབྲུལ་བ་ཡིན་པས་དེ་བཀག་ནས་  
ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་མ་ཉོར་བར་བསྐྱབ་ཚུལ་འཆད་པ་ནི། ལ་ལ་རྫོགས་པའི་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི། །ཞེས་པ་ནས། འདི་ནི་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ཡིན། །ཞེས་པའི་བར་  
ཀྱིས་བསྟན། དེ་རྣམས་ཀྱིས་སྐབས་དང་པོ་སོ་ཐར་སྒྲོམ་པའི་བསུས་དོན་ཁོག་ལུབ་  
བཤད་ཟིན་ཏོ། །

འདིར་སྐྱས་པ།

སྐྱབ་བསུལ་མི་ཟད་འཁོར་བའི་བཅོན་ར་ཆེན་པོ་ནས། །  
གཏན་དུ་ཐར་པའི་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་སྒྲོམ། །  
གཞན་ལ་གཞོན་པའི་བསམ་སྐྱོར་ངན་བ་ཀུན་སྦངས་ཏེ། །  
འདོད་ཚུང་ཆོག་ཤེས་ལྷན་དུ་བསྟེན་པ་སོ་ཐར་སྒྲོམ། །

གཉེས་པ་བྱུང་སེམས་སྒྲོམ་པ་འི་ཉམས་ལེན་ཉི།

སྦྱིར་སེམས་བསྐྱེད་ལ། ཉན་ཐོས་ལུགས་དང་། ཐེག་ཆེན་ལུགས་གཉེས་ལས།  
དང་པོ་ལ་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་གསུམ་དང་། ཕྱི་མ་ལ་དབུ་སེམས་  
གྱི་ལུགས་གཉེས་ཡོད་ཅིང་། དེ་གཉེས་ལ་ཡང་དང་པོ་ལེན་པའི་ཆོག་དང་བསྐྱབ་བྱ་  
སོགས་ཐ་དང་དུ་ཡོད་ཅེས་སྦྱིར་བསྟན་པ་ནི། སེམས་བསྐྱེད་ལ་ནི་ཉན་ཐོས་  
དང་། །ཞེས་པ་ནས། བསྐྱབ་པར་བྱ་བའང་སོ་སོར་ཡོད། །ཅེས་པའི་བར་ཀྱིས་བསྟན།  
ཆོ་གའི་སྐབས་སུ་བཀའ་གདམས་པ་ཁ་ཅིག །སེམས་ཅོམ་ལུགས་གྱི་

སེམས་བསྐྱེད་སྐྱེ་བོ་ཀུན་ལ་བྱེད་པ་དང། རོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་ཚོ་གས་ལེན་པའི་  
ལོག་རྟོག་དགག་པ་ནི་རིམ་པ་བཞིན་དུ། སེམས་ཅམ་པ་ཡི་སེམས་བསྐྱེད་ལྟེ། །ཞེས་  
དང། རོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་ཅེས་བྱ་བ། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན།

བསྐྱེད་བྱའི་སྐྱབས་སུ་དབུ་སེམས་སུན་མོང་དུ་ལྷུང་བའི་རྣམ་བཞག་སྦྱིར་  
བསྟན་པ་དང། འགྲི་ཁུང་པ་ཁ་ཅིག །བདག་གཞན་བཞེ་བའི་བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་  
བསྐྱོམ་དུ་མི་རུང་བར་འདོད་པའི་ལོག་རྟོག་དགག་པ་ནི་རིམ་པ་བཞིན་དུ། དེ་ལྟར་  
སེམས་ཅམ་དབུ་མ་གཉིས། །ཞེས་སོགས་དང། བྱང་རྒྱལ་སེམས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་  
ལ། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན། དེ་ལྟར་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཚོ་ག་དང། བསྐྱེད་བྱའི་  
ལོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་མ་འཚུགས་པ་དགོས་ཚུལ་གྱེ་བྲག་  
ཏུ་འཚད་པ་ནི། སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་འཚུགས་ན་སངས་མི་རྒྱ་  
བར་བསྟན་པ། གནད་འཚུགས་པ་མ་དག་པའི་སྦྱིན་སོགས་ངོས་བཟུང་བ། ལྷག་  
བསམ་དག་པས་ཐོས་བསམ་སྐྱོམ་མ་འཁྲུལ་བར་བྱེད་པར་གདམས་པ་གསུམ་རིམ་  
པ་བཞིན་དུ། བྱང་རྒྱལ་སེམས་ཀྱི་གནད་འཚུགས་ན། །ཞེས་སོགས་དང། སངས་  
རྒྱལ་དགོངས་པ་མི་ཤེས་པར། །ཞེས་སོགས་དང། མདོར་ན་སངས་རྒྱལ་གསུང་  
རབ་དང། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན། དེ་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱབས་གཉིས་པ་བྱང་སེམས་  
སྐྱོམ་པའི་བསྐྱེད་པ་དོན་ཁོག་སྤུབ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

འདིར་སྦྱས་པ།

མ་གྲུང་འགྲོ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་དངོས་རྒྱ་བསལ་སྤྲད་དུ། །  
རོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་ཀུན་མཁྲེན་སངས་རྒྱལ་ཡིད་བྱེད་ལྗོས། །

རང་ཉིད་རྟག་ཏུ་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་སེམས་སྤངས་ཏེ། །  
གཞན་པའ་བསམ་སྐྱོར་རྒྱུན་ཏུ་བརྟན་པ་བྱང་སེམས་སྐྱོམ། །

གསུམ་པ་གསང་སྤྲུལ་སྤྱི་སྐྱོམ་པའི་ཉམས་ཡིན་བརྟན་པ་ཡ།

སློབ་བྱེད་ལོར་བ་མེད་པའི་དབང་བཞི། ལྗོལ་བྱེད་འཇུག་པ་མེད་པའི་རིམ་པ་  
གཉིས། དབང་དང་རིམ་གཉིས་ལས་བྱུང་བའི་ཡེ་ཤེས་ལྷག་ཀྱང་ཆེན་པོ། ལྷག་ཆེན་  
གོམས་པ་ལས་འཁོར་འདས་བསྐྱེད་པའི་སྐྱོད་པ་སྤྱད་པ་ཡ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ས་ལམ་  
བསྐྱོད་དེ་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་རྒྱལ་དང་ལྷ་ལས།

དང་པོ་ནི།

རྡོ་རྗེ་སྤེལ་པའི་ཉམས་ཡིན་ཐམས་ཅད་སློབ་ལོལ་གཉིས་སུ་འདུས་པ་ལས།  
སློབ་བྱེད་ཀྱི་དབང་ལོ། ལྷ་མ་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་གིས་རྒྱུད་སྤེལ་ས་  
གསུངས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་ཚོགས་འཇུག་པ་མེད་པས་དབང་བསྐྱར་བ་ལ་བརྟེན་  
སློབ་མས་སྤྲུལ་སྐྱོམ་སྐྱོབ་པ་དེ་ལ་འཛོགས་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་པ་ལོ། རྡོ་རྗེ་སྤེལ་པའི་  
ལམ་ཞུགས་ཏེ། །ཞེས་པ་ནས། དེ་ཡི་སྐྱོམ་པ་གསུམ་ལྡན་འཇུག། །ཞེས་པའི་བར་  
ཀྱིས་བརྟན།

དེང་སང་པོད་འདིར་ནི་ལྷག་ཀྱང་པ་ཁ་ཅིག །འིན་རྒྱལ་ས་ཅམ་སློབ་བྱེད་ཀྱི་  
དབང་དུ་འདོད་པ། བྲངས་དེས་མེད་པ་དབང་བསྐྱར་བྱེད་པ། དཀྱིལ་འཁོར་མ་དག་  
པར་དབང་བསྐྱར་བྱེད་པ། ཚོགས་མ་དག་པས་དབང་བསྐྱར་བྱེད་པ། དབང་བསྐྱར་  
མེད་ཀྱང་ཟབ་ལམ་བསྐྱོམ་པ། དབང་པོ་རབ་འབྱིང་བྱེད་ལས་སྐྱེ་བ། སེམས་བསྐྱེད་



ཅམ་གྱིས་གསང་སྤྲུགས་བསྐྱོམ་པ། གཏོར་མ་དང་ཉིང་འཛིན་གྱི་དབང་བསྐྱར་  
 སློན་བྱེད་དུ་འདོད་པ། དབང་བསྐྱར་སྤྱི་ནས་ཁས་ལེན་བྱེད་པ། སེམས་ཉིད་རྟོགས་ན་  
 དབང་མི་དགོས་པར་འདོད་པ། ཚོ་ག་མེད་པ་རྣམས་ལེ་ལུས་དཀྱིལ་ཅམ་ལས་སློན་  
 བྱེད་ལེན་པ། བྱ་རྒྱུད་སོགས་ལའང་དབང་བཞི་དང་རིམ་གཉིས་ཡོད་པར་འདོད་པ།  
 སྤྲུགས་ལ་མོས་པ་ཚོས་སྐྱོར་བྱས་ནས་ཟབ་ལམ་བསྐྱོམ་ཏུང་དུ་འདོད་པ། དབང་  
 བསྐྱར་སྤྱི་བཞིར་འདོད་པ་དང་བཅུ་བཞི་ཅམ་བྱུང་བ་རིམ་བཞིན་དུ་དགག་པ་ནི།  
 དེང་སང་རྗེ་མེས་ལོ་ཡིས། །ཞེས་སོགས་གྱིས་དང་པོ་དང་། དེས་ན་ཉན་ཐོས་ཐེག་  
 པ་དང་། །ཞེས་སོགས་གྱིས་གཉིས་པ་དང་། དེང་སང་བྱིན་རྒྱལ་མི་བྱེད་  
 ཅིང་། །ཞེས་སོགས་གྱིས་གསུམ་པ་དང་། དབང་བསྐྱར་བྱེད་པ་པལ་ཚེར་  
 ཡང་། །ཞེས་སོགས་གྱིས་བཞི་པ་དང་། དབང་བསྐྱར་མེད་ཀྱང་ལམ་ཟབ་མོ། །ཞེས་  
 སོགས་གྱིས་ལྔ་པ་དང་། །ཁ་ཅིག་གང་ཟག་དབང་པོ་རབ། །ཅེས་སོགས་གྱིས་དྲུག་པ་  
 དང་། །ལ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་བྱས་པ་ལ། །ཞེས་སོགས་གྱིས་བདུན་པ་དང་། གཏོར་  
 མའི་དབང་བསྐྱར་ཞེས་བྱ་དང་། །ཞེས་སོགས་གྱིས་བརྒྱད་པ་དང་། འགའ་ཞིག་  
 གསང་སྤྲུགས་ད་ལྟ་སྤྱོད། །ཅེས་སོགས་གྱིས་དབྱུ་པ་དང་། །ལ་ལ་སེམས་ཉིད་མ་  
 རྟོགས་ན། །ཞེས་སོགས་གྱིས་བཅུ་པ་དང་། །ཁ་ཅིག་ཚོ་ག་མེད་བཞིན་དུ། །ཞེས་  
 སོགས་གྱིས་བཅུ་གཅིག་པ་དང་། །ཁ་ཅིག་བྱ་བའི་རྒྱུད་སོགས་ལའང་། །ཞེས་  
 སོགས་གྱིས་བཅུ་གཉིས་པ་དང་། །ལ་ལ་དབང་བསྐྱར་མ་བྱས་ཀྱང་། །ཞེས་སོགས་  
 གྱིས་བཅུ་གསུམ་པ་དང་། །ལ་ལ་དབང་བསྐྱར་སྤྱི་བཞིར་འདོད། །ཅེས་སོགས་གྱིས་  
 བཅུ་བཞི་པ་དབང་བསྐྱར་སྤྱི་བཞིར་འདོད་པ་དགག་པ་བསྟན། །ཞར་ལ་ཁ་ཅིག་

གསང་སྐོགས་ཀྱི་ལྷུང་བ་མེད་པར་འདོད་པ་དགག་པ་ཞི། ཁ་ཅིག་གསང་སྐོགས་  
གསང་བ་ལ། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན།

མོལ་བྱེད་རིམ་གཉིས་ལ།

ཕྱག་རྒྱ་བ་ཁ་ཅིག །སྟོན་གྱི་ལྷུང་ཐོབ་རྣམས་ཐབས་ལམ་རེ་རེ་བས་སྐོལ་བ་  
ཡིན་པས། རིམ་བ་གཉིས་ཆར་སྟོམ་པ་ལ་དགོས་པ་མེད་དོ། །ཞེས་སྐྱབ་རྣམས་  
བཀག་ནས། ས་སྐྱབ་པ་རང་ལུགས་ལ་སྐྱབ་མེད་ཀྱི་ལམ་རིམ་བ་གཉིས་སུ་སྐྱབ་སྟེ་  
སངས་རྒྱུ་བ་ལ་ཐབས་ཤེས་ཆོང་བ་དགོས་སོ་ཞེས་བ་སྟོན་པ་ལ། ཁ་ཅིག་འཇུག་  
དང་མ་འཇུག་མེད། །ཅེས་བ་ནས། དེ་ཕྱིར་འདི་ལ་མཁས་རྣམས་ཀུན། །ཞེས་པའི་  
བར་གྱིས་བསྟན།

དེ་ལས་འཇོས་ནས་བསྟན་པའི་ཅ་བ་སྟོམ་གསུམ་ཡེན་ཚུལ། སྐགས་ཀྱི་ལམ་  
བསྐྱེད་རིམ་དང་གཏུམ་མོ་སྟོམ་ཚུལ། མདོ་སྐགས་ཀྱི་གྲ་མའི་ཁྲད་པར་རྣམས་ལ་  
འཇུག་པ་འགོག་པ་དང་། གནད་ཀྱི་དོན་སྟོམ་པ་དང་མི་ལྡན་ན་དགེ་སྦྱོར་དུ་མི་  
འགྱུར། སེམས་བསྐྱེད་མ་ཐོབ་ན་རྒྱལ་སྐྱེས་སུ་མི་འགྱུར། དབང་བསྐྱུར་མ་ཐོབ་ན་  
གསང་སྐོགས་པར་མི་འགྱུར་ཞེས་བ་ཞི། གང་དག་རབ་ཏུ་བྱུང་འདོད་ན། །ཞེས་པ་  
ནས། སྐགས་པ་དབང་བསྐྱུར་མེད་པ་གསུམ། །སངས་རྒྱུ་བ་བསྟན་པའི་ཚོམ་རྒྱུ་  
ཡིན། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན།

དབང་དང་རིམ་གཉིས་ལས་བྱུང་བའི་ཡེ་ཞེས་བྱུག་ཆེན་ལ།

མཚོན་བྱེད་དཔེ་དང་མཚོན་བྱ་དོན་གཉིས་ཏེ། དང་པོའི་སྐབས་སུ་ཚོགས་

འགའ་ཞེས་གི་བྱེད་པས་རྟོགས་པ་ནང་དུ་ཁ་ཚོམ་པ་ཅམ་ལ་ཕྱག་ཚེན་དུ་འདོད་པ་  
བཀག་ནས། རང་ལུགས་ཀྱི་ཕྱག་ཚེན་དོས་བཟུང་བ་དང་། གཞན་ལུགས་ཀྱི་ཕྱག་  
ཚེན་རྒྱ་ནག་ལུགས་སུ་བསྟན་པ་སོགས་ལོ། ཕྱག་རྒྱ་ཚེན་པོ་སློམ་ན་ཡང་། །ཞེས་པ་  
ནས། གྱིན་རྒྱབས་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཡིན། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན།

དེ་ལས་འཕྲོས་ནས། ཁ་ཅིག་ད་ལྟ་གསང་སྟགས་ཀྱི་ཚོས་ལ་དད་པ་ཚེན་སྐྱེ་  
བ་སྲ་མ་དབང་བསྐྱར་ཐོབ་པ་ཞེས་ཡིན་པས་ད་ལྟ་ཕྱག་ཚེན་གྱི་བསྐྱར་དབང་བསྐྱར་  
བ་མི་དགོས་ཟེར་བ་དགག་པ་ནི། ཁ་ཅིག་སྐྱེ་བ་སྲ་མ་ལ། །ཞེས་པ་ནས། དེ་ལ་ཁོ་བོ་  
ངོ་མཚར་སྐྱེ། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན།

མཚོན་བྱ་དོན་ལ། ཁ་ཅིག་ཞི་གནས་ཅུང་ཟད་ཅམ་དང་། ལྷང་སྟོང་ཟུང་  
འཇུག་གི་རྟོགས་པ་སྲ་མོ་སྐྱེས་པ་ལ་མཐོང་ལམ་དུ་ངོ་སྟོན་བྱེད་པ་དགག་པ་ནི། ལ་  
ལ་ཞི་གནས་ཅུང་ཟད་དང་། །ཞེས་པ་ནས། དེས་ན་ངེད་ཀྱི་མཐོང་ལམ་ནི། །འཕགས་  
པ་མིན་ལ་འབྱུང་མི་སྲིད། །ཅེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན།

ཞར་ལས་འཕྲོས་པ་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་ལག་ལེན་དང་། ཐེག་པ་ཚེ་རྒྱུད་གི་སླ་  
མའི་དབྱེ་བ་དང་། དབང་བསྐྱར་དང་པོ་སོགས་མ་ཐོབ་པར་དེ་དང་དེའི་ལམ་སློམ་པ་  
དགག་པ་དང་། གཏོར་མ་དང་ལུད་མཚོན་གྱི་ལག་ལེན་ལ་འཇུག་པ་འགོག་པ་དང་།  
སྣའི་སྐྱེ་མདོག་དང་ཕྱག་མཚོན་ལ་འཇུག་པ་འགོག་པ་དང་། རབ་གནས་དང་སྐྱིན་  
སྟེག་གསང་འདུས་སོགས་མདོ་ལུགས་སུ་འདོད་པ་དགག་པ་ནི་རིམ་བཤེན་ལོ།  
ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་ལག་ལེན་ཡང་། །ཞེས་སོགས་དང་། ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱི་སླ་མ་  
ནི། །ཞེས་སོགས་དང་། དབང་བསྐྱར་དང་པོ་མ་ཐོབ་པར། །ཞེས་སོགས་དང་།

གཞན་ཡང་གངས་རིའི་ཁྲོད་འདི་ན། །ཞེས་སོགས་དང། སངས་རྒྱལ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་  
ཡིས། །ཞེས་སོགས་དང། ཡི་དམ་ལྟ་ཡི་སྐྱབ་ཐབས་དང། །ཞེས་སོགས་གྱིས་  
བསྟན།

རྟོགས་བྱ་སྒྲོམ་བལ་གྱི་ལྟ་བུ་ལ། ཐེག་བ་རིམ་བ་དགུ་ལ་ལྟ་བུ་བ་ཐ་དད་ཡོད་  
བར་འདོད་བ་དང། དབུ་མ་ནས་བཟུང་སྟེ་གསང་སྟགས་རྒྱུད་སྟེ་བཞི་ལ་ལྟ་བུ་བ་  
དད་ཡོད་བར་འདོད་བ་དང། རྣམ་འགྲུབ་བཞི་ལ་ལྟ་བུ་བ་ཐ་དད་ཡོད་བ་རྣམས་དགག་  
བ་ནི་རིམ་བ་བཞི་ན། ལ་ལ་ཐེག་བ་རིམ་དགུ་ལ། །ཞེས་སོགས་དང། །ཁ་ཅིག་དབུ་  
མའི་ལྟ་བུ་ནི། །ཞེས་སོགས་དང། །གསང་སྟགས་སྟེ་འགྲུབ་བ་རྣམས་ནི། །ཞེས་  
སོགས་གྱིས་བསྟན།

ཞར་ལ་རྒྱུད་སྟེ་བཞིའི་སྐྱབ་ཐབས་ལ་འབྲུལ་བ་དགག་བ་ནི། རྒྱུད་སྟེ་བཞི་ཡི་  
སྐྱབ་བ་ཡང། །ཞེས་བ་ནས། རང་བཟོའི་རྣམ་ཐར་སྟོད་བ་མཚར། །ཞེས་བའི་བར་  
གྱིས་བསྟན།

བཞི་བ་སྟོད་བ་ཞི།

ལྷང་དོར་གཉེས་སུ་དེར་རྟོགས་བའི་རྣམ་འགྲུབ་བ་བརྟན་བ་ཆེན་པོ་ལ་གནས་  
བ་དེས། བར་གྱི་གནས་སུ་མ་ཅུ་ཅ་བདུན་གྱི་རྒྱུད་སེམས་དབུ་མར་ཐེམ་སྟེ་ས་བཅུ་  
གསུམ་བའི་རྟོགས་བ་རྣམས་བཟོད་བར་བྱ་བ་དང། ལྷི་རོལ་འཇམ་བུའི་སྤྱིར་གྱི་བྱ་ལི་  
ར་མ་ལ་ཡ་ལ་སོགས་བའི་ལུལ་རྣམས་དང། དེར་གནས་བའི་མཁའ་འགོ་རྣམས་  
དབང་ཏུ་བསྐྱབ་བར་བྱ་བའི་སྟེ། ལྷི་རོལ་གྱི་ལུལ་ཅན་སོ་བདུན་ཏུ་བརྟུལ་ཞུགས་གྱི་  
སྟོད་བ་ལ་རྒྱ་བ་ཡིན་བ་ལས། བོད་འདིར་ནི་དབང་བསྐྱར་དང་རིམ་གཉེས་གྱི་རྟོགས་

བ་ཅི་ཡང་མེད་པ་ལ་སྐྱོམ་ཆེན་དུ་སྐྱོམ་པ་དག་སྦྱོད་པ་ལ་རྒྱ་བ་དང་། གང་དུ་རྒྱ་བའི་  
གནས་ཀྱང་ཉི་མེ་ལ་གངས་ཅན་དུ་འཇུག་པ་དང་། ཅུ་རི་ལ་རི་འཇུག་པ་རྣམས་  
འགོག་པ་ནི། དབང་བཞི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དང་། །ཞེས་པ་ནས། དུལ་དེར་འགྲོ་བ་  
རྒྱུད་ལས་བཀག། །ཅེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན།

ལྷ་བ་འབྲས་བུ་མངོན་ཏེ་བྱེད་པའི་རྒྱལ་ཞི།

མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུ་དང་།

གནས་སྐབས་ཀྱི་འབྲས་བུ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ལམ་ཐབས་ཤེས་ལུང་  
འཇུག་བསྐྱོམས་པ་ལས། འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ཡང་ལུང་འཇུག་ཡིན་པ་ཞིག་  
ཐོབ་པ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། །ཁ་ཅིག་དཀར་པོ་ཆེག་སྐབ་ལས་འབྲས་བུ་སྐྱེ་གསུམ་འབྱུང་  
བ་འདོད་པ་དང་། ལུང་འཇུག་བསྐྱོམས་པ་ལས་འབྲས་བུ་འོད་གསལ་གཅིག་ཏུ་  
འདོད་པ་དང་། ས་ལམ་མ་བཟོད་པར་འཚོང་རྒྱ་བར་འདོད་པ་དང་། དབང་བཞི་དང་  
ལམ་བཞི་མེད་པར་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བཞི་འདོད་པ་དང་། འབྲས་བུའི་མཐར་ཐུག་འོད་  
གསལ་དུ་འདོད་པ་རྣམས་འགོག་པ་ནི། །ཁ་ཅིག་དཀར་པོ་ཆེག་སྐབ་ལས། །ཞེས་པ་  
ནས། ལྷ་བ་མཐར་ཐུག་ཡིན་པར་གསུངས། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན།

གཉིས་པ་གནས་སྐབས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཞི།

ས་དང་པོ་ཡན་ཚད་ཐོབ་པ་ལ་གྲུབ་ཐོབ་ཅེས་པའི་ཐ་སྐད་མདོ་རྒྱགས་གཉིས་

ཀ་མ་ཐུན་པར་གསུངས། དེ་ལས་གཞན་རྟོགས་ལྡན་ཉིད་ཆེད་དུ་བཟང་བར་མ་  
 གསུངས་ཡང་། ཁ་ཅིག་གྲུབ་ཐོབ་ལས་རྟོགས་ལྡན་བཟང་ཞེས་པ་དང་། ཉམས་ངན་  
 ལ་གོ་བ་འཁྲིང་རྟོགས་པ་བཟང་བར་འདོད་པ་དང་། ཅེ་གཅིག་དང་སྒྲོམ་གྲུལ་སོགས་  
 གི་རྣལ་འབྱོར་བཞི་པའི་རིམ་པ་དང་སྒྲོར་བ་དགག་པ་ཞི་རིམ་པ་བཞིན། ལ་ལ་གྲུབ་  
 ཐོབ་ངན་ཞེས་ཟེད། །ཞེས་སོགས་དང་། ལ་ལ་ཉམས་དང་གོ་བ་དང་། །ཞེས་སོགས་  
 དང་། ཅེ་གཅིག་དང་ཞི་སྒྲོམ་གྲུལ་དང་། །ཞེས་སོགས་གིས་བསྟན། དེ་ཡན་ཆད་  
 གིས་སྒྲོམ་གསུམ་སོ་སོའི་སྐབས་བསྟན་ཟིན་ནས། དེ་གཞུང་སྤྱི་ལ་རྩོད་པ་སྤངས་  
 བ་སོགས་གི་སྐོན་ས་དོན་བསྟུ་བ་སྟོན་ཏེ། དེ་ཡང་ཐེག་པ་རང་ས་ན་བདེན་པས་  
 དགག་སྐྱབ་ལ་ངེས་པ་མེད་དོ། །ཞེས་སྒྲུ་བ་འགོག་པ་དང་། ཚོས་གི་གནད་མ་  
 འཚུགས་པ་གལ་ཆེ་བར་སྟོན་པ་དང་། གནད་བཅོས་པའི་བདུད་རི་ལྟར་བྱང་བའི་  
 ཚུལ་སྐྱེད་གཞི་དང་བཅས་ཏེ་སྟོན་པ་དང་། འཇུག་པའི་གྲུབ་མཐའ་ལྟར་རིགས་གིས་  
 སུན་འབྲིན་པའི་ཚུལ་སྐྱེད་གཞི་དང་བཅས་ཏེ་སྟོན་པ་དང་། རྗེ་བྲག་ཏུ་ལྷུང་གིས་  
 སུན་འབྲིན་པའི་ཚུལ། ལྷུང་སྒྲོར་རི་ལྟར་བྱེད་པའི་ཚུལ། ལྷངས་ནས་མ་བྱང་བའི་  
 གནམས་ངག་དང་། མདོ་རྒྱུད་དུ་གྲགས་པ་རྣམས་ཆོད་མར་མི་རུང་བར་བསྟན་པ།  
 སྤྱི་གཞུགས་རིང་བསྐལ་དང་། སྒོ་བྱང་གི་ལྟས་རྣམས་མཁས་པ་ལ་རིས་ནས་རྟོག་  
 དཔྱོད་བྱ་དགོས་པར་བསྟན་པ་དང་། ཚིག་ལ་འཇུག་པ་དགག་པ་རྣམས་ཞི་རིམ་པ་  
 བཞིན། ཁ་ཅིག་ཐེག་པ་རང་ས་ནས། །ཞེས་སོགས་དང་། ཚོས་གཞན་ལོགས་པར་  
 བསྟན་ན་ཡང་། །ཞེས་སོགས་དང་། དེ་ལ་གནད་རྣམས་བཅོས་པའི་བདུད། །ཅེས་  
 སོགས་དང་། འཇུག་པའི་གྲུབ་མཐའ་སུན་འབྲིན་པའི། །ཞེས་སོགས་དང་། གལ་ཏེ་

ལུང་དང་འགལ་གྱུར་ན། །ཞེས་སོགས་དང་། ལྷན་སོ་མཁས་པར་འཚོས་པ་  
འགལ། །ཞེས་སོགས་དང་། ལྷན་བརྒྱུད་དང་ནི་ཚིག་བརྒྱུད་དུ། །ཞེས་སོགས་དང་།  
རིང་བསྐལ་དང་ནི་ཐུགས་དང་ལྷགས། །ཞེས་སོགས་དང་། དེ་ནས་ཚིག་ལ་འཇུག་  
པ་ཡི། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན། སངས་རྒྱལ་གསུང་རབ་བྱི་མ་མེད། །ཅེས་སོགས་  
ཀྱིས་སྤར་རྒྱ་བོད་དུ་ཚོས་ལོག་གྱུང་བ་རྣམས་སྐྱེས་ཆེན་གོང་མས་བཀག་ཚུལ་རྒྱས་  
པར་བཤད་ནས། དེང་སང་ཚོས་ལོག་འཕེལ་བ་རྣམས་ཀྱང་འགོག་རིགས་པར་  
བསྟན། བདག་ནི་སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་བསམ། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་བཅོས་  
ཚོམ་པའི་ཀུན་སྲོང་ལྷག་བསམ་རྣམ་པར་དག་པ་བསྟན། བདག་གིས་སྐྱེད་ཚད་མ་  
བསྐྱབས། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་ནི་བསྟན་བཅོས་ཚོམ་པའི་རྒྱ་མཁས་པའི་ཤེས་རབ་  
བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

སྤྱི་དོན་ལྔ་པ་མཚན་གྱི་སྐོས་པ་ནི། ལྷོ་མ་བ་གསུམ་གྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ཞེས་  
སོགས་ཀྱིས་བསྟན། དེ་རྣམས་ཀྱིས་སྐབས་གསུམ་པ་རིག་པ་འཛིན་པའི་བསྐྱེས་  
དོན་ཁོག་ལུབ་འཕྲོས་དོན་དང་བཅས་པ་མ་ཚང་བ་མེད་པ་བཤད་བྱིན་ཏོ། །

འདིར་སྐྱས་པ།

- འཇུག་པོར་སྤང་བའི་མ་མལ་སྣོད་བཅུད་སྤང་བ་འདི། །
- སྤང་སྣོད་རང་བཞིན་ལྷ་སྐྱེ་བའི་སྣོད་རོལ་བའི་ངང། །
- རང་བཞིན་འོད་གསལ་འཁོར་འདས་མཉམ་ཉིད་རོ་གཅིག་ཏུ། །
- འཛིན་མེད་གོམས་འདྲིས་རྒྱན་ཏུ་བརྟན་པ་གསང་སྤྲུགས་སྤྲོམ། །

དེ་དག་གི་མ་ཉི་མེད་གཞུང་དོན་འཆད་པ་ནི་རྒྱལ་ལ།

དགོས་དོན།

བསྐྱུས་དོན། ཚིག་དོན། མཚམས་སྦྱར། བཀའ་ལན་དང་ལྷ་ཡོད་པའི་ནང་  
ནས། བསྐྱུས་དོན་གྱི་སྒྲོན་པ་གཞུང་འཆད་ཚུལ་བརྟན་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ཡང་གཞུང་  
སྦྱིའི་བསྐྱུས་དོན་དང་།

གཞུང་སོ་སོའི་བསྐྱུས་དོན་གཉིས་ལས།

འདིར་བཤད་པ་ནི་གྱི་མ་ཡིན་ཏེ། གཞུང་གི་དབུ་ཞབས་མ་ལུས་པའི་དོན་  
བསྐྱུས་པའི་སྒྲོན་པ་ཞོག་ཤུབ་པ་ནི་གཞུང་སོ་སོའི་བསྐྱུས་དོན་དང་། གཞུང་སྦྱིའི་  
ལུས་རྣམས་པར་བཞག་པ་ཅམ་ནི་གཞུང་སྦྱིའི་བསྐྱུས་དོན་ཡིན་པས་སོ། །

དེ་སྐོར་དུ་མཁམས་པ་འཇུག་པའི་སྒྲོ་ལས། བསྐྱུས་པའི་དོན་ལ་རྣམ་གཉིས་  
ཏེ། །ངག་དོན་བསྐྱུས་ཏེ་བསྟན་པ་དང་། །གཞུང་དོན་སོ་སོའི་བསྐྱུས་དོན་ལོ། །དོན་  
འདུས་ཚིག་གསལ་བཟོད་པ་བདེ། །ངག་ཅུང་ཚིག་སྒྲོམས་བཟུང་བ་སྟེ། །བསྐྱུས་དོན་  
ཉིད་གྱིས་གཞུང་གོ་བ། །དེ་འདྲ་གང་གིས་ཤེས་དེ་མཁམས། །ཞེས་སོགས་གསུངས་  
པས་སོ། །

ཐུབ་དབང་གཉིས་པ་ས་སྐྱ་བཤ་ཆེན་གྱི། །གསུང་རབ་མཚོག་གི་བསྐྱུས་དོན་  
ཞོག་ཤུབ་འདི། །ཆོད་ལྡན་མཁམས་པའི་ལེགས་བཤམ་རྒྱ་མཚོ་ལ། །སྒོ་གསལ་འཇུག་  
པ་བདེ་སྲིད་ཞོ་བོས་སྟེལ། །ཤེ་མ་ཟས་གཙང་སྲས་གྱི་བསྟན་པའི་མཇུག། །འདི་ན་  
མའི་ཁྲོན་འདི་ངན་བས་ཁྲུབ་པའི་དུས། །སྒང་དོར་ཤེས་པའི་མཁམས་པ་ཉིན་སྐོར་  
ཅམ། །གྱི་ཅུང་འདི་ལ་བསམ་གྱིན་མཆི་མ་དགྲ། །འོན་ཀྱང་བདག་ནི་ལས་འཕྲོ་ཆེར་



བཟང་བས། །སྒྲོན་མེད་སྒྲ་མ་མཚོག་གིས་རྗེས་བཟང་ཞིང་། །ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་  
འདིགས་མེད་སྒོ་རྒྱས་པས། །དེང་སང་འདི་ན་དཔྱོད་ལྡན་ཀུན་གྱིས་བསྐྱབས། །སྒོན་  
སྒོན་མཁས་པའི་ལེགས་བཤད་རྩ་འཛིན་ལས། །བསྐྱུས་དོན་ངོ་མཚར་ཆར་འདི་ཁོ་  
བོས་པའ། །འདི་ལ་སྐྱལ་བཟང་སྒོ་གསལ་མ་བྱ་རྣམས། །དགའ་བས་ལེགས་བཤད་  
གར་གྱིས་ཀུན་དབྱེས་མཛོད། །

ཅེས་བསྟན་བཅོས་ཆེན་པོ་སྒོམ་པ་གསུམ་གྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བའི་བསྐྱུས་དོན་ཁོག་ལུབ་སྒོ་  
གསལ་འཇུག་པ་བདེ་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི། རིགས་ཐམས་ཅད་དང་དེའི་འཁོར་ཐམས་ཅད་གྱི་  
ཁྱབ་བདག་དུག་པ་དོན་རྗེ་སེམས་དཔའི་ངོ་བོར་གྱུར་པ་རྗེ་བཙུན་སྐྱེས་པ་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱས་རྒྱལ་  
མཚན་གྱི་ཞབས་རུལ་སྤྱི་བོས་ལེན་ཞིང་མི་སྲེད་པའི་དད་པ་ཐོབ་པ་སྤྱི་ས་སྐྱུ་པ་ལྷ་གྱའི་དགེ་སློང་  
བྱམས་པ་དག་དབང་ཀུན་དགའ་བསོད་ནམས་ཐུགས་སྐྱེལ་མཚན་དཔལ་བཟང་བོས། །ཀུ་ལ་དུ་  
ཉིའི་ལོ། ཉེ་མཚུ་ཞེས་པའི་དུས་ཀྱི་ཆོམ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་བའི་རྫོགས་པ་ལྷ་པའི་ཉིན་དཔལ་ས་སྐྱའི་  
གནས་མཚོག་རྩ་མིག་རྗེས་འདི་སྒྲ་བྱང་བདེ་མཚོག་པོ་བྱང་གི་སྐྱབས་འཆང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དག་  
གི་དབང་པོ་ཀུན་དགའ་རིན་ཆེན་གྱི་གཟིམ་རྒྱང་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཉི་འོད་འཁྲིལ་བར་སྐྱུར་བ་འདི་རེ་  
ཞེག་རྫོགས་སོ། །སང་མཚུལ། །།

བར་བྱང་སྒྲིབ་ཚིག

རྣམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ། །  
 གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཚོས་ཚུལ་དལ་འབབ་སྤྱང་། །  
 ཚིག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི། །  
 འི་མ་ཡོངས་འཁྱུད་ལེགས་བཤད་བདུད་ཅི་འདི། །  
  
 དབར་དུ་བསྐྱབ་པའི་རྣམ་དཀར་ཕྱང་པོའི་མཐུས། །  
 ཡང་དག་ཚོས་ཀྱི་སྐོ་མོ་སྣོང་སྤྲུལ་བརྒྱ། །  
 གདངས་ཉེ་རྒྱད་ལྗེའི་འགོ་བ་མ་ལུས་པ། །  
 དེས་ལེགས་ཞོར་ལྷའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།

ཅེས་འཇམ་གླིང་ཡངས་པའི་ཁྱོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་རྣམ་འབྲེན་  
 །ལྷུ་མེ་རྒྱེའི་རིང་ལུགས་སྐོ་ཀུན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འཕྲུལ་ལུན་ལེགས་ཚོགས་དུ་  
 མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། ཉན་བསྟན་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དབར་དུ་  
 བསྐྱབ་དང་བསྐྱབ་འགྱུར་གང་ལའང་སྤྱར་ཚོག་པའི་དགེ་བསྐྱེའི་སྐོན་ཚིག་ཏུ་ལྷུ་འི་  
 དགེ་སྐོར་ཚོས་སྐྱབ་པ་དག་དབང་སྐོ་བཟང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྤྱར་བའོ། །