

# ཐིག་ཀི་ལག་ལེན་དུ་མ་གསལ་བར་ བཤད་པ།



མཆོད་པ་པོ། རོང་མཁོ་བཟང་དམ་ཚུ་ལྷ་མཆོ།  
མེད་ལྷུ་ས་ཡིག་མཆོད་ཆེན་མོའི་ཚུ་ལྷེག་པར།

༡༡། །ཟིག་གི་ལག་ལེན་དུ་མ་གསལ་བར་བཤད་པ་  
བརྗོད་ཅིག་མཐེས་པའི་ཁ་རྒྱན་ཞེས་  
བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །



མཐོང་བ་དོ། རོང་མ་གློ་བཟང་དམ་ཆོས་རྒྱ་མཚོ།  
མེར་བྱེས་དེག་མཐོང་ཆེན་མོའི་ཙོང་མཆོག་ཁང་།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་དེབ་སྤྱིའི་ཨང་།

SJRB-0407

ཨླན་རྒྱན་གླེའི་ཞིང་པར་ལ་གཞི་བཙོལ་བ་ཡིན།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་ཞུ་སྤྲིན་བྱས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་སློབ་རྩལ་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བཞོས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འབྲེམས་སྤྲེལ་བྱས།

༢༠༡༢ ལོའི་ལྷ་བཙུ་གཅིག་པར་གསར་དུ་ཙོམ་སྤྲིན་བྱས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་བྱང་།

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

ཡིག་འབྲེལ་བྱང་།

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

དཔེ་སྤྲིན་ལ། རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཙོམ་སྤྲིན་ལ།

གཤེག་བཟུས་དང་ཞུ་དག་ལ། དགེ་བཤེས་དམ་ཆས་འོད་ཟེར།

བར་སྐྱོན་གྱི་བདག་དབང་སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོ་ལ་ཡོད།

# དཀར་ཆག

|                                                                 |    |
|-----------------------------------------------------------------|----|
| རྩོད་མདོར་བསྟུན། .....                                          | v  |
| ཞུ་སྤྲིག་པའི་གསལ་བཤད། .....                                     | vi |
| ཐིག་གི་ལག་ལེན་དུ་མ་གསལ་བར་བཤད་པ་བཞེད་ཀྱི་མཛེས་པའི་ཁ་རྒྱན། ..... | ༡  |
| འདིགས་བྱེད་ལྟ་བུ་གསུམ་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ཐིག་ཅ། .....               | ༥  |
| དཔལ་རྩོུ་ཐེ་འདིགས་བྱེད་དཔལ་པོ་གཅིག་པའི་ནང་ཐིག་.....             | ༡༩ |
| འཁོར་ལོ་སྟོན་པ་ལྟ་ཞི་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཐིག་ཅ། .....            | ༡༩ |
| ཀུན་རིག་གི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཐིག་ཅ། .....                          | ༡༥ |
| རྒྱད་ཕྱེ་ནས་གསུངས་པའི་ཐིག་སྦྱང་རིང་བྱུང་གི་བྱུང་བར། .....       | ༢༥ |
| གསང་བ་འདུས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་ཚོན་བཤེ་ཚུལ། .....                  | ༢༥ |
| དཔལ་འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་གི་ཚོན་གྱི་རྣམ་གཞག་.....                   | ༢༩ |
| དཔལ་རྩོུ་ཐེ་འདིགས་བྱེད་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་ཚོན་བཤེ་ཚུལ། .....      | ༣༧ |
| ཀུན་རིག་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་ཚོན་བཤེ་ཚུལ། .....                         | ༣༧ |
| དཀྱིལ་འཁོར་བཞི་ཀར་བྱུང་མོང་དུ་མཁོ་བ་བཤད་པ། .....                | ༣༩ |
| ཀུན་རིག་གི་ཕྱི་ཁོར་ཡུག་ལ་འགོད་བྱ་བྱུང་བཤད་པ། .....              | ༣༩ |
| སྤྱིན་སྤེག་གི་ཐབ་ཐིག་འདེབས་ཚུལ། .....                           | ༤༠ |
| རྒྱས་པའི་སྤྱིན་སྤེག་གི་ཐིག་འདེབས་ཚུལ། .....                     | ༤༠ |

|                                                                 |    |
|-----------------------------------------------------------------|----|
| དབང་གི་ཕྱིན་ཐེག་གི་ཐེག་འདེབས་ཚུལ། .....                         | ༤༡ |
| དབང་པོའི་ཕྱིན་ཐེག་གི་ཐེག་འདེབས་ཚུལ། .....                       | ༤༡ |
| ལས་སྒྲ་ཆོགས་པའི་ཐབ་ཐེག་འདེབས་ཚུལ། .....                         | ༤༢ |
| ཁ་འབར་པའི་ཐེག་གི་ལག་ལེན། .....                                  | ༤༢ |
| སྒྲོལ་མ་གཡུལ་མདོས་ཀྱི་ཐེག་འདེབས་ཚུལ། .....                      | ༤༣ |
| གཙུག་རྟེན་སྒྲོག་ཆེན་གྱི་ཐེག་འདེབས་ཚུལ། .....                    | ༤༣ |
| མགོན་པོའི་གཏོར་སྐུའི་ཐེག་འདེབས་ཚུལ། .....                       | ༤༤ |
| བརྒྱ་བཞིའི་ཐེག་འདེབས་ཚུལ། .....                                 | ༤༥ |
| རབ་གནས་ཁྲུས་དཀྱིལ་གྱི་ཐེག་འདེབས་ཚུལ། .....                      | ༤༥ |
| ས་བདག་ལྷོ་འབྲེའི་ཐེག་གདབ་ཚུལ། .....                             | ༤༦ |
| རྡོར་ཐེང་མི་ཏུ་དཀྱིལ་ཆོག་སོགས་ཀྱི་ཐེག་གི་རྣམ་གཞག། .....         | ༤༧ |
| དམར་ནག་གཤིན་རྗེའི་ནང་ཐེག་གི་རྣམ་གཞག། .....                      | ༤༩ |
| ལེ་རོ་ཅ་ནའི་འཇིགས་བྱེད་ཀྱི་ཐེག་གི་རྣམ་གཞག། .....                | ༤༩ |
| ཕུག་རྡོར་འཁོར་ལོ་ཆེན་པོའི་ཐེག་གི་རྣམ་གཞག། .....                 | ༤༩ |
| གདོང་དུག་དང་མ་རྒྱ་ཀ་ལ་གཉིས་ཀྱི་ཐེག་གི་རྣམ་གཞག། .....            | ༤༩ |
| བརྟག་གཉིས་ལས་གསུངས་པའི་ཀྱི་རྡོ་རྗེ་ལྷ་དགུ་བཞི་ཡི་ནང་ཐེག་། ..... | ༥༠ |
| སམ་རྩོལ་འཇིགས་པའི་ཀྱི་རྡོར་གྱི་ཐེག་གི་རྣམ་གཞག། .....            | ༥༠ |
| རྡོ་རྗེ་སྒྲོལ་མ་དང་ཉི་མུས་སྒྲོལ་མའི་ནང་ཐེག་། .....              | ༥༡ |
| གསང་ཡུམ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ཐེག་གི་རྣམ་གཞག། .....                 | ༥༢ |

|                                                                         |    |
|-------------------------------------------------------------------------|----|
| གཙོག་དགུ་སྟེ་ཡི་ནང་ཐེག་.....                                            | ༥༩ |
| སྟེ་གཏུང་དམ་པ་རིགས་བསྐྱེད་ཐེག་.....                                     | ༥༩ |
| ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་སྟོན་རྒྱུད་འབྲུང་འདུལ་གྱི་ཆ་ཐེག་.....                | ༥༩ |
| ཇོ་མ་དཀར་དང་གཟུངས་ལྷ་མེད་ཐེག་གི་རྣམ་གཞག་.....                           | ༥༩ |
| གཏུགས་དཀར་དང་གཙོག་ཏོར་རྣམ་སྐལ་གྱི་ནང་ཐེག་.....                          | ༥༩ |
| དབངས་ཅན་མ་དང་ཞོར་རྒྱུན་ལྷ་མོའི་ནང་ཐེག་.....                             | ༥༩ |
| ལྷ་མོ་རིག་ཐེད་དང་མེད་སྤྱོད་ལྷ་མོར་གོས་སྟོན་དོན་ཞགས་རྣམས་ཀྱི་ཐེག་.....   | ༥༩ |
| རྩ་མགྲིན་བསྐྱེད་ཅོད་པ་ཅད་ལྷུང་ནག་ཇོ་མ་མེར་རྣམས་ཀྱི་ཐེག་གི་རྣམ་གཞག་..... | ༥༩ |
| ཕྱི་དཀྱིལ་གྱི་སྟོན་སྟོར་མོགས་ཀྱི་ཐེག་གི་རྣམ་གཞག་.....                   | ༥༩ |
| དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཐེག་གི་རྣམ་གཞག་.....                   | ༥༩ |
| ཐེག་ལེ་བརྩུག་དང་རྩ་མགྲིན་ཡང་གསང་གི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཐེག་.....             | ༦༠ |
| ནང་ཐེག་འདེབས་ཚུལ།.....                                                  | ༦༠ |
| ཞི་བའི་སྤྱིན་སྟེག་གི་ཐེག་འདེབས་ཚུལ།.....                                | ༦༠ |
| རྒྱས་པའི་ཐབ་ཐེག་འདེབས་ཚུལ།.....                                         | ༦༠ |
| དབང་གི་ཐབ་ཐེག་འདེབས་ཚུལ།.....                                           | ༦༠ |
| དག་པོའི་ཐབ་ཐེག་འདེབས་ཚུལ།.....                                          | ༦༠ |
| དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་སྟོན་བསྐྱེད་གི་རྣམ་གཞག་.....                         | ༦༠ |
| གཉིས་མཉམ་དགུ་མཉམ་ལུགས་ཀྱི་རྩ་བབས།.....                                  | ༦༠ |
| འཛིགས་ཐེད་ལྷ་བརྩུག་སྤྱོད་མཉམ་སྐྱེད་གི་རྣམ་གཞག་.....                     | ༦༠ |

|                                                          |     |
|----------------------------------------------------------|-----|
| དཔལ་འཁོར་ལོ་སྟོན་པའི་སྟོན་བསྐྱར་གི་རྣམ་གཞག .....         | ༧༡  |
| ཀྱན་རིག་སྟོན་བསྐྱར་གི་རྣམ་གཞག .....                      | ༧༧  |
| སྐྱ་གཟུགས་ཀྱི་ཆ་ཆད་ཐེག་ཁང་བརྒྱད་ཀྱི་སྟོན་ནས་བཤད་པ། ..... | ༡༠༦ |
| ཁྱི་དང་རྒྱུ་ཡོལ་གྱི་མཆོན་དོན། .....                      | ༡༡༠ |
| ཁྱི་དང་རྒྱུ་ཡོལ་བསྐྱས་པའི་ལག་ལེན་བཤད་པ། .....            | ༡༡༡ |
| ཡིག་གཟུགས་ཐེག་གི་རྣམ་གཞག .....                           | ༡༡༥ |
| རྣམ་བཅུད་བར་ལྗན་གྱི་ཐེག་འདེབས་ཚུལ། .....                 | ༡༡༦ |
| བདེ་གཤེགས་མཆོད་རྟེན་གྱི་ཐེག་ཆད་བརྗོད་པ། .....            | ༡༤༦ |
| རྫོང་ཐིལ་སོགས་ཐུགས་རྟེན་གྱི་ཆ་ཆད་བཤད་པ། .....            | ༡༥༩ |
| ཅང་ཉེའུ་བཤད་པ། .....                                     | ༡༥༨ |
| ཁ་ལྷོ་ག་བཤད་པ། .....                                     | ༡༥༩ |
| དགའ་གཟར་ལྷགས་ཀྱི་ཆད་དང་དབྱིབས་བཤད་པ། .....               | ༡༥༧ |
| ཐེན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་བརྒྱུད་དུ་གྲགས་པ། .....                 | ༡༦༠ |
| ལྷགས་མཁར་གྱི་ཐེག་འདེབས་ཚུལ། .....                        | ༡༦༣ |
| དཀྱིལ་འཁོར་དང་སྐྱ་གཟུགས་ཐེ་བ་ལ་མཁོ་བའི་ཆོན་སྟོར། .....   | ༡༦༩ |
| པར་བྱང་སྟོན་ཆོག .....                                    | ༡༦༩ |

## དོ་སྟོན་མདོར་བསྟུན།

རོང་ཐ་སློ་བཟང་དམ་ཆོས་རྒྱ་མཚོ་མཆོག་གི། བོད་ཤར་ཕྱོགས་མདོ་ཁམས་སྐ་ལུང་དུ་རབ་  
བྱུང་བཅུ་བཞི་བ་ཤིང་མའང་། ༡༩༤༥ལོར་སྐྱ་འབྱུངས། སྐྱ་ན་ཅུང་དུས་རྗེ་དམ་ཆོག་དོ་རྗེའི་ཡང་སྐུལ་  
དུ་ངོས་འཛིན་མཛད་ནས། དགུང་ལོ་དགུ་ཙམ་ལ་ཐེབས་སྐབས་ལྷན་མ་སྐ་དུ་ཉག་ཕུན་ཆོགས་  
སྒྲིང་དགོན་དུ་ཆོས་ཁྲུགས་མཛད་ནས་བཞུགས་ཁྲི་ལ་མངའ་གསོལ། རོང་ཐ་སྐུབས་མགོན་ཆོས་  
འབྱོར་ལྷན་གྲུབ་དང་རྗེ་བཙུན་ལུང་ལྷོག་པ་སོགས་ཡོངས་འཛིན་དུ་གཙུག་དུ་བཀུར་ནས་གཞུང་  
ཆེན་ལ་ཐོས་བསམ་མཐར་ཐྱིན་བ་གནང་། གསུང་ཚོམ་པོད་བཞི་བཞུགས་པའི་ཁྲིད་ན་མདོ་སྟགས་  
ཀྱི་ཆོས་དང་ཐུན་མོང་བ་སྐྱར་ཅིས་ཐེག་ཅ་སྐྱ་རིག་པ་བཅས་ཆ་ཆང་བའི་སྐོར་བཞུགས། རྗེ་པ་པོང་  
ཁ་བ་དང་འབྲུལ་སྤྱད་སྐུལ་སྐྱ་སོགས་ལ་ཐུན་མོང་བ་སྐྱར་ཅིས་སྐོར་སྟོན་ཁྲིད་གནང་། དགུང་ལོ་ཞེ་  
བདུན་སྐབས་འཛིགས་ཁྱེད་དབང་ཆོག་བཅུམས། དེ་རྗེས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རྙེད་སོན་མ་བྱུང་།

## ཞུ་སྤྲིག་པའི་གསལ་བཤད།

རང་རེ་ཁ་བ་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་སུ། སྤོན་བྱོན་ཆོས་རྒྱལ་ལོ་བཤམ་མཁས་པའི་དབང་པོ་  
རྣམས་ཀྱི་བཀའ་བློན་ལས། གསུང་རབ་གྱི་སྒྲེགས་བམ་རི་པོའི་གཏོས་དང་མཉམ་བཤེད་ན་ཡང་།  
དུས་ཀྱི་འཕེལ་འགྲིབ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་མང་པོ་ཞིག་ཅ་བརྒྱག་ཏུ་བྱིན་ཟིན་པ་དང་། གང་མང་  
ཞིག་མེད་བརྒྱག་ཏུ་འགྱུར་ཉེན་ཡོད་པས་དེ་ཉིད་སྤྱང་སྦྱོབ་དང་དར་སྤེལ་བྱེད་རྒྱ་ནི། མི་རིགས་  
འདི་ཉིད་ཀྱི་དུས་ལ་བབ་པའི་འོས་འགན་ཡིན།

དེ་ཡང་། གསུང་རབ་སྒྲེགས་བམ་དེ་དག་ནི། རྒྱ་ཁོར་དང་རྩལ་ཆུ། ཟུངས་ཁྲག་བཅས་ཀྱི་  
འགྲོ་སོང་བཏང་ཞིང་། རྩོ་སྤྱོད་ལོ་རྩལ་གྱིས་མི་ཆེ་ཐོས་བསམ་ལ་བསྐྱལ་བའི་མཁས་པ་རིམ་བྱོན་  
གྱིས་དབྱེད་ཞིབ་མཛད་ཅིང་། དབྱེད་འབྲས་ལག་ལེན་ལ་བཀའ་བའི་རྣམས་སྤྱང་དང་གྲུབ་དོན་གྱི་  
ཟིན་ཐོ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་ན། མི་ལོ་སྤྱོད་སྤྲུལ་དུ་མའི་ལོ་རྒྱུས་ལྡན་པའི་མི་རིགས་འདིའི་ཤེས་རིག་གི་  
ཉིང་བརྩེད་ཡིན་པ་དང་། གསུང་རབ་སྒྲེགས་བམ་དེ་དག་གི་བསྟན་དོན་པལ་མོ་ཆེ་ཞིག་ནི་དེད་གི་  
དུས་རབས་འདི་དང་མ་འོངས་པར་ཤིན་ཏུ་མཁོ་ཆེ་ཞིང་། མིའི་རིགས་སྤྱིའི་ཤེས་རབ་དང་ཀུན་  
སྤྱོད་ལ་ལམ་སྟོན་བྱེད་ཐུབ་པའི་འོད་སྣང་ལྟ་བུར་གྱུར་ཡོད།

དེ་བས་ན་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྤྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ཡང་ཡང་བཀའ་གནང་བའི་  
དགོངས་དོན་བཞིན། གྲ་ཆང་རིན་པོ་ཆེ་ནས་རིག་མཛད་ཆེན་མོའི་བླ་ཆེགས་དང་ཚོམ་སྤྲིག་ཁང་  
གསལ་འཇུགས་བྱས་ཏེ། བཀའ་བསྟན་གཉིས་ཀྱིས་མཆོན་ཆོས་བརྒྱུད་རིས་མེད་ཀྱི་མཁས་པའི་  
བཀའ་ཚོམ་སྤྲིགས་བཅུ་དང་། བརྒྱུད་ཆོས་གསལ་རྟེན་གང་མང་ཞིག་ཞུ་སྤྲིག་འབྲེམས་སྤེལ་གྱི་  
ཞབས་ཞུའི་ལས་གཞི་འདི་གཉེར་བ་ཡིན།

དུས་རབས་འདིར་ཆོན་རྩལ་ཤིན་ཏུ་དར་བ་དང་བསྐྱེད་ནས། རྒྱོག་བདེ་བ་དང་། སྤྱོད་བདེ་བ།

གཞུང་ཚིག་འཛོལ་སྤྲིན་པ། འབྲེར་བདེ་བ་སོགས་སྐབས་བདེའི་དབང་གིས་སྤྲིན་པ་པོ་ནམས་འབྲུལ་  
དེབ་ལ་དགའ་མོས་རྗེ་ཆེར་འབྲོ་བཞིན་པར་བརྟེན། དུས་རབས་ཀྱི་འགྲུང་བའི་ཁ་ཕྱོགས་ཀྱི་དགོས་  
མཁོ་དང་བསྐྱེད་པའི་ཞུ་སྤྲིན་གི་ལས་གཞི་འདི་ནི། མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ནོར་ལྟ་བུར་གྱུར་པའི་རང་  
རེའི་ཤེས་རིག་འདི་ཉིད་འཛིན་ཏེན་ན་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པ་དང་། འདིའི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་འཇུག་པ་  
ལ་བརྟེན་ནས་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་སུ་ཞི་བདེའི་དཔལ་ཡོན་འབྲེན་པའི་ལས་ཀ་རྒྱལ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་  
ཞེས་ཀྱང་བརྟེན་ཆོག་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུང་རབ་ཞུ་སྤྲིན་བྱེད་སྐབས་མ་བྱི་ཆད་ལྡན་ཞིག་གཞི་ཅར་བཟུང་ནས་ཞུ་སྤྲིན་བྱེད་རྒྱུར་  
འབད་བཅོན་བྱེད་ཐོས་ཤིང་། དེ་ཡང་སྡོན་གྱི་སྒོལ་ལ་གསུང་རབ་ཀྱི་བར་ཤིང་ཆོ་སྐབས་ཅོམ་པ་  
པོ་རང་ཉིད་དམ། ཡང་ན་གཞན་གྱིས་ཞུས་དག་ཆད་ལྡན་བཏང་སྟེ་ཆོ་བ་ཡིན་པས་ཤིང་པར་ནམས་  
སྤྱིའི་ཆ་ནས་དག་པོར་བཅི་ཆོག་པ་ཡིན། དེ་བས་ན་འདི་ག་ཅོམ་སྤྲིན་ཁང་ནས་ཀྱང་མ་དཔེ་ཆད་  
ལྡན་འཛོལ་སྤྲིན་ཀྱིས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་ལའང་གང་བྱུང་དུ་བཅོ་བཙུག་མེད་པར་སོར་བཞག་བྱ་རྒྱུ་  
ཅ་དོན་དུ་བཟུང་ནས་མ་བྱི་རྗེ་མ་རྗེ་བཞིན་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་སྤྲིན་བར་འབད་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། མ་  
བྱི་ཆད་ལྡན་ལག་སོན་མ་བྱུང་ན་འང་གང་བྱུང་གིས་དག་པོ་ཡོང་བར་བཅོན་བཞིན་ཡོད། གལ་ཏེ་  
མ་བྱི་རང་ལ་ཁོར་བ་མཐོན་གསལ་བྱུང་བ་དང་། རོགས་གནས་སུ་གྱུར་པ། ཡི་གེ་ཆད་ལྡན་བྱུང་བ་  
སོགས་ལ་གཤམ་དུ་གསལ་བཤད་ཀྱི་མཆན་བཏོད་ཡོད། ཅོམ་སྤྲིན་ཁང་འདི་ནས་སྤྲིན་སྤྲིན་  
བྱས་པའི་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་ཆད་ལྡན་ཁོར་བ་སོགས་བྱུང་བ་མཐོང་ན་འབྲུལ་མར་ལེགས་བཙུག་ཡོང་  
པའི་ཆེད་དུ། ང་ཚོའི་ཡིག་འབྲེལ་བྱ་བྱུང་ serajeyrigzodchenmo@gmail.com  
འདིའི་བརྒྱུད་ནས་འབྲེལ་བ་གནང་བའི་རེ་བསྐྱལ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། འདི་ནས་ཀྱང་གང་མགྲོགས་པར་  
གཞིར་བསྐྱར་ཞིབ་དང་ལེགས་སྤྲིན་ཞུས་ཏེ་སྤྲིན་ཀ་རྗེ་ལེགས་སུ་གཏོང་ངེས་ཡིན།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཅོམ་སྤྲིན་ཁང་ནས།

བྱི་ལོ། ༢༠༢༡ ལྷ་ ༦ ཆེས་ ༢༩ ལ།

༡༣། །ཐིག་གི་ཡག་ཡིན་དུ་མ་གསལ་བར་བཤད་པ་བརྗོད་ཅིག་  
མཐེས་པ་འི་ཁ་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བ་བརྒྱགས་སོ། །

དཔལ་ལྷན་ཆོགས་གཉིས་ཆ་ཤས་ལེགས་གང་ཞིང་། །དཔལ་ལྷན་ཡོན་ཏན་  
བདུད་ཅིའི་འཇུག་དཀར་ཅན། །དཔལ་ལྷན་དགེ་ལེགས་ཀྱ་སྟེང་བཞད་པའི་  
ཟླ། །དཔལ་ལྷན་འགོ་བའི་སྒྲ་མ་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག །ནམ་དག་རྒྱུད་སྡེ་རིན་ཆེན་འབྱུང་  
བའི་གནས། །བཞོད་བྱེད་ཐབས་མཁས་གཟེངས་ཀྱི་འཇུག་པ་ལས། །སྐྱ་གསུམ་  
བསམ་འཕེལ་དབང་རྒྱལ་ལེན་མཁས་པའི། །དེད་དཔོན་དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མས་དགེ་  
ལེགས་སྟོལ། །དཔལ་ལྷན་རྡོ་རྗེ་སེམས་དཔའི་གནས་ཐོབ་ཕྱིར། །དཀྱིལ་འཁོར་གི་  
དང་བསྐྱབ་པའི་ནམ་གཞག་མཆོག །ཚུལ་བཞིན་བགྱིད་པ་དོན་ཆེན་མཐོང་བས་  
ན། །རྒྱུད་འགྲེལ་མཁས་པའི་བཞེད་གཞུང་འདྲིང་འགོད་བྱ། །

དེ་ལ་ཐོག་མར་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཆེ། །དཔལ་ལྷན་འདུས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་གི་  
པའི་ཚུལ། །རྫོ་བཟང་རྒྱལ་བའི་ཞལ་ལུང་རི་ལྷ་བར། །འགོད་ཀྱི་ལྷ་དང་མཁའ་འགྲོས་  
གནང་བ་སྟོལ། །

དཀྱིལ་འཁོར་གང་དུ་བྱ་བའི་གཞིར། །ཆངས་ཐིག་བཏབ་ལ་དབུས་བཙལ་  
ཏེ། །རི་ལྷ་རིགས་པའི་རྒྱུ་པོར་བསྐྱོར། །དེ་ཡི་མཐའ་ནས་མཐར་ཆད་དེ། །གཡས་  
དང་གཡོན་དུ་བྱ་རྗེས་བྱ། །དེ་སྟེང་ཆངས་ཐིག་གཉིས་པ་གདབ། །རི་ལྷ་རིགས་པའི་

རྒྱུ་པོ་ལ། །སྒོ་ཆད་བརྒྱད་ཀྱི་ཆད་བཟང་ནས། །དེ་འདྲིའི་སྒོ་ཆད་བྱུག་གིས་  
ནི། །ཕྱོགས་བཞི་དུ་ནི་མཆན་མ་བྱ། །མཆན་མ་སོ་སོའི་སྟེང་བཟང་ནས། །ལྟེ་བའི་  
བར་དུ་རྒྱུ་བསྐྱོར་བྱ། །ཉི་ཡི་མཐུག་ནས་མཐུག་གི་བར། །ཟུར་ཐིག་སོ་སོར་བཏབ་  
བྱས་ལ། །དེ་ཡིས་མཐུལ་བཞི་བསྐྱོར་བྱ། །འདི་ལ་འདྲ་མཉན་འགའ་ཡོད་ཀྱང་། །ཐིག་  
སྐྱད་རིང་ཟུང་གཉིས་ཀ་ཡི། །དོན་ཆང་དཔལ་ལྡན་རྒྱུད་པའི་ལུགས། །ཟུར་དེ་སྒོ་ཆད་  
བདུན་དང་ཕྱོགས། །ཞེས་པའི་དོན་དང་འགྲིགས་པ་ཡིན། །

ཅ་ཐིག་མདའ་ཐིག་འདེབས་ཚུལ་ནི། །རིེ་ལྟར་རིགས་པའི་རྒྱུ་པོ་  
དང་། །ཆངས་ཐིག་འཕྲད་མཆོམས་ལ་བཟུང་སྟེ། །ལྟེ་བའི་བར་ཆད་ཟུར་སྟེང་དུ། །བྱ་  
རྩེས་བྱས་ལ་ཕྱོགས་སོ་སོར། །ཅ་ཐིག་བྱ་བཞིར་གདབ་པར་བྱ། །ཉི་ཡི་མཐུག་ནས་  
མཐུག་མའི་མཐུལ། །དེ་བཞིན་མདའ་ཐིག་བྱ་བཞིར་གདབ། །ཆངས་པའི་གཡས་དང་  
གཡོན་དུ་ནི། །སྒོ་ཆད་གཉིས་གཉིས་ཆད་བྱས་ལ། །ཐིག་ནི་གཉིས་གཉིས་བཞི་གདབ་  
བོ། །ཆངས་པའི་གཡས་དང་གཡོན་དུ་ནི། །ཆ་རྒྱུད་གཉིས་རེ་དོར་བ་ཡི། །སྒོ་ཡི་ཆད་  
དེ་དེ་ལས་གཞན། །ཆ་རྒྱུད་རེ་རེའི་ཕྱིར་དུ་ནི། །བཤར་ཐིག་ཕྱོགས་བཞི་སོ་སོར་  
གདབ། །དེ་ཡིས་སྟོན་འཕྲོའི་རིམ་པ་རྣམས། །གཞུང་དུ་མི་གསལ་གསལ་བར་  
བཤད། །

༥ སྐབས་འདིར་འོག་ན་ཉེར་མཁོའི་ཕྱིར། །གངས་ཀྱི་མངོན་བརྗོད་འགའ་ཅུ་  
འགོད། །ཐིག་གཉིས་རྒྱ་དང་རིག་བྱེད་བཞི། །མདའ་ལྷ་རྒྱ་དང་ལོར་ལྷ་བརྒྱད། །ཕྱོགས་  
བཅུ་བྲག་པོ་བཅུ་གཅིག་དང་། །ཉི་མ་བཅུ་གཉིས་མི་བཅུ་བཞི། །རྒྱལ་པོ་བཅུ་བྲག་  
ཉིས་བཅོ་བརྒྱད། །རྒྱལ་བ་ཞེས་པ་ཉེར་བཞིའི་མིང་། །

༥ ཤར་སོགས་ཕྱོགས་བཞིའི་ཐེག་ལེའི་སྟེང་། །སྤང་བུ་བཟུང་ནས་མཛུམ་  
བཞིས། །ཉི་ལོ་མགོ་དང་མཛུག་མའི་མཐའ། །ཆངས་ཐེག་དང་ནི་བྱར་ཐེག་  
གདལ། །བྱར་དེ་སྒོ་ཆད་བདུན་དང་ཕྱོགས། །ཁྱུ་ལ་སོགས་པ་ཅུ་ཐེག་གི། །དབུས་སུ་  
བརྒྱད་ཆ་བྱིས་པ་སྒོ། །ཞེས་པའི་དོན་རྣམས་སྤར་བཤད་ཐེག་། །སྒོ་དེའི་བཞི་ཆ་ཆ་  
ཆུང་སྟེ། །སྒོ་ཡི་ཆད་དེ་ཆ་ཆེན་དང་། །དེ་ཡི་བཞི་ཆར་ཆ་ཆུང་ནི། །རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་  
ཤེས་པར་བྱ། །

༥ ཅུ་བའི་བྱི་རོལ་གཅིག་དང་གཉིས། །གཅིག་གཉིས་གཅིག་དང་གཅིག་གི་  
མཐའ། །ཐེག་བྱག་བྱར་ནས་རོས་སུ་སྟེ། །ཅིག་པ་འདོད་སྒྲུམ་པ་གྲུ་དང་། །འབྲེད་ཤར་  
བུ་མདའ་ཡབ་གྱི། །བྱི་ཐེག་ཡིན་པ་ཤེས་པར་བྱ། །

༥ ཆངས་ལས་རིམ་གྱིས་རིང་བ་ནི། །ཆ་ཆུང་གསུམ་དུ་དང་པོའི་ཐེག་གཉིས་  
ཐེག་ཆ་ཆུང་གཉིས་ཅེར་རེག་། །ཆ་ཆུང་བརྒྱད་དུ་གསུམ་༥ རྟེན་སྟེ། །ཐེག་ལས་  
བྲང་པོའི་ཐེག་གཉིས་ཏེ། །དེ་ནི་ཆ་ཆུང་རེ་ཡི་བར། །དབངས་སུ་ལྟ་སྟེ་དང་པོ་ནི། །རོས་  
ཐེག་ཅེ་མོར་ཡང་དག་རེག་། །དེ་ནི་རྟ་བབས་ཀ་བ་ཡིན། །

༥ ཅུ་བའི་ཅེ་ནས་བྱུང་བའི་ཐེག་། །ཆ་ཆུང་བཞི་སྟེ་རོས་སུ་འད་བཞི། །སྟེང་དུ་འད་  
བཞི་སྟེ་གསུམ་འཁྲོག་པའོ། །སྒོ་དང་སྒོ་ཁྱུད་འགྲམ་དང་ལོགས། །བཞི་ཀ་མཉམ་པ་  
ཏར་སྒོར་གྲགས། །འདི་ལ་སུན་སྒྲུམ་ཀ་འཕན་སོགས། །མེད་པ་རྒྱུད་ཀྱི་དགོངས་  
པའོ། །

༥ ཀ་བའི་ཅེ་ནས་བྱི་རོས་སུ། །ཆ་ཆུང་རེ་རེ་དོར་བར་ཐེག་། །བཙུག་ཅིག་འདི་  
ལ་ལྟ་བུ་དང་། །བདུན་པ་ཆ་ཆུང་བྱེད་དང་གཉིས། །ཞེས་པ་གཉིས་མཉམ་དགྲུ་མཉམ་

གྲི། ཏྲ་བབས་ཐིག་འདི་འདེབས་ཚུལ་ནི། སྒོ་ཆད་གསུམ་པོའི་ཆད་བྱས་པ། སྟེང་  
འོག་གཉིས་པོ་ཆ་རྒྱུད་ལ། བར་པའི་དབྱས་སུ་ཆ་རྒྱུད་གཅིག་གཏེར་བ་པས་ལྷ་པ་  
བདུན་པ་གཉིས། ཆ་རྒྱུད་ཕྱེད་གཉིས་ཤུགས་ཀྱིས་འབྱུང་། གཡལས་གཡོན་བཤར་  
ཐིག་གི་རྒྱུད་དུ། ཐིག་ལྷག་ཆ་རྒྱུད་རེ་རེ་བསྒྲུབ། །

༥ དེ་ནས་ཏྲ་བབས་བྲི་བའི་ཚུལ། དེ་ལ་ཕྱོགས་གཉིས་སུ་ནི་རྒྱུད། ཆངས་  
པའི་གཡལས་དང་གཡོན་དུ་ནི། ཆ་རྒྱུད་ཕྱེད་བཅས་མདའ་ཡི་མཐར། སྒྲུལ་བྱ་ཆ་རྒྱུད་  
ཕྱེད་དང་གསུམ། དེ་ཡང་ཕྱེད་བཅས་མདའ་ནི་ཕྱེད་དུག། ཕྱེད་དང་གསུམ་ནི་ཕྱེད་  
གསུམ་ཡིན་པས་དེ་ཡི་ཁྱད་པར་ཤེས་དགོས། དེས་ཀུན་ལ་རིགས་འབྲེ། ཐིག་ནི་ཆ་  
རྒྱུད་ཕྱེད་དང་བཞི། ཆ་རྒྱུད་དུག་མཐར་གཉིས་པ་དང་། གསུམ་པ་ཆ་རྒྱུད་གསུམ་  
པའོ། ཆ་རྒྱུད་བཞི་མཐར་བཞི་པ་ནི། ཆ་རྒྱུད་ལྷ་སྟེ་མདའ་ཕྱེད་བཅས། གསུམ་དོར་  
ནས་ནི་ཕྱེད་དང་ལྷ། གསུམ་ནས་དུག་པ་ཆ་རྒྱུད་ལྷ། བཞི་ནི་ཆ་རྒྱུད་བདུན་ནམས་  
ཏེ། ཐིག་བཅུ་གཅིག་པར་ཆ་རྒྱུད་ལྷ། །

༥ སྒྲུལ་བྱ་གཉིས་ཀྱི་ཀ་བ་ཡི། ཕྱི་མཐའ་རི་མོ་བྱ་ཚུལ་ནི། སྒྲུལ་བྱ་ལྷ་པའི་  
སྟེང་གི་ནི། རོས་སུ་ཆ་རྒྱུད་ཕྱེད་དང་བཞི། དེ་མཆོམས་ཀ་བ་འོག་མའི་  
མཐའི། བདུན་པའི་འོག་ལ་ཆ་རྒྱུད་གསུམ། སྟེང་གི་ཆ་རྒྱུད་དུག་སྟེང་དུ། ཀ་བ་སྟེང་  
མའི་ཕྱི་མཐའ་འབྱུང་། །

༥ སྒྲུལ་བྱ་ནམས་མཐར་སོན་པའི་ཐིག་ ཁེས་པ་ནང་མཐའ་སོན་ཚུལ་  
ནི། སྒྲུལ་བྱ་གསུམ་སྟེང་ཆ་སྟོན་གཉིས། ལྷ་པའི་སྟེང་ལ་ཆ་རྒྱུད་ཕྱེད། རྒྱུ་དུ་བསྒྲུབ་  
དགོས་ཤེས་བྱས་པ། ལྷ་ཕྱིའི་ཐིག་སྟེ་འཆོལ་བ་ཡི། གཞན་གྱི་མཐའ་དང་ལྷན་ཅིག་

དུ། རིམ་གྱིས་སོན་ལ་དེ་དག་ལས། །ཅུང་ཟད་ཤེས་པར་དཀའ་བ་ནི། །གསུམ་པའི་  
སྟེང་སྟེ་ནས་གྱེན་དུ། །ཆ་ཅུང་གཉིས་པར་སོང་བ་ནས། །འབྲེད་དུ་ཆ་ཅུང་བྱེད་གྱོག་  
པ། །སྦྲར་ཡང་གྱེན་དུ་ཆ་ཅུང་བྱེད། །སོང་ནས་སྤྱན་བཏོག་མའི་སྟེང་། །ཆ་ཅུང་བྱེད་  
གྱི་སར་གཏུགས་ལ། །དེ་ནས་སྤྱན་པའི་ཐིག་སྟེ་ནས། །གྱེན་དུ་རིམ་པས་སོང་བ་  
ཡི། །སྤྱན་བཏོང་མའི་སྟེང་ངོས་སུ། །ཆ་ཅུང་བྱེད་དོར་དེ་མཆམས་ནས། །པན་ཚུན་  
ཅེ་གཉིས་ངོས་སྟེལ་བའི། །གྱོག་པོ་གཅིག་གོ་འདི་ནང་དུའང་། །ཆ་ཅུང་བྱེད་ནས་དེ་  
བཞིན་གཞན། །ཞེས་བ་གྱོག་པོ་ནང་མའི་སྟེ། །གདོང་འཐེན་བྱ་བ་ཕྱག་ལེན་ཡིན། །

༥ ཏྲ་བབས་ཕྱི་མཐའ་སོན་ཚུལ་ནི། །རྒྱལ་པོ་ཉིས་པ་གསུམ་ཉི་མ། །རྒྱལ་པོ་  
ཕྱོགས་དང་མི་རྣམས་གསུམ། །ཕྱོགས་ཉེ་ཐད་ཀར་ཆ་ཅུང་རྣམས། །ཏྲ་བབས་སྤྱན་  
བུའི་རིམ་པའོ། །ཞེས་པའི་སྤྱན་བཏོང་ཏོག་གཉིས། །ཀ་བའི་ཕྱི་མཐའ་སྤར་སོང་  
ལ། །འདི་ནི་ནང་མཐའ་དང་མཉམ་མོ། །དེ་ལྟར་སྤྱན་བྱ་བ་ཅུ་གཅིག་པོ། །ཏོག་ནས་  
བཟུང་སྟེ་རིམ་པ་བཞིན། །གསེར་དང་ཤར་བུ་རིན་ཆེན་དང་། །ཏྲ་མིག་སྤྱན་སྤྱུལ་ཨ་  
རྒྱ། །སྤྱན་བཏོང་བུ་རིན་ཆེན་དང་། །མིག་པ་མཐའ་ཡབ་བཅུ་གཅིག་པོ། །

༥ མཐའ་ཡབ་བྱེད་དུ་བྱས་པའི་ཏོག་ །ཆ་སྤར་རེ་ཡི་བརྒྱ་བཅུ། །སྟེང་མའི་  
མཐའ་གཉིས་བརྒྱ་ནི། །གཉིས་རེ་བྱ་བ་ཕྱག་ལེན་ཡིན། །

༥ དེ་ནས་འདི་ཡི་རྩ་སྒྲོར་ཚུལ། །ཆངས་དང་མཐའ་ཡབ་འབྲེད་པ་ནས། །ཆ་  
ཅུང་བཞི་དང་བཞི་གསུམ་ནི། །གྱེན་དུ་སོང་བ་ནས་བཟུང་སྟེ། །སྦྱད་བཏོང་ཆ་ཅུང་དགྲ་  
དང་ནི། །བཞི་ཆས་གཡས་གཡོན་ཕྱི་རྩ་བསྒྲོར། །ཞེས་པའི་ཀ་བའི་ཕྱི་མཐའ་ནས། །ཕྱི་  
མཐའ་བར་དུ་སྒྲོར་མོ་འཁོར། །

༥ དེ་ནས་ནང་རྩ་སྒྲོར་ཚུལ་ནི། །མདའ་ཡབ་ཆངས་ལས་ཆ་ཚུང་ནི། །བྱེད་  
བཅས་གསུམ་ནས་ཐད་ཀར་གཡས། །དུག་ནས་ཐིག་ཐོག་བཟུང་བྱས་ལ། །སྦྱང་བ་  
བྱེད་བཅས་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས། །དེ་ཐད་གཡོན་ངོས་རྟགས་བྱས་ལ། །གཡོན་བསྒྲོར་  
གཡས་བ་དེ་ལས་ཐོག་ །རྩ་ཅེ་གཡས་གཡོན་དབྱས་རྩ་ཡི། །ཆ་ཐན་གཉིས་ཀྱི་  
མཆམས་སུ་བྱག།

༥ དབྱས་རྩ་སྦྱོང་བཞི། །ཡོད་པའི་རྩ་ཅེ་ཆངས་ཐིག་གི། །གཡས་  
གཡོན་ཆ་ཚུང་བྱེད་རེ་ནས། །སྒྲོ་ཆད་གཉིས་ཐད་ཆངས་ཐིག་གི། །གཡས་གཡོན་ཆ་  
ཐན་གཉིས་པར་གདབ། །མདའ་ཡབ་བྱི་ངོས་སྒྲོ་ཆད་གཅིག་ །མ་གཏོགས་རི་མོ་མི་  
མངོན་བྱ།

༥ དེ་བྱིར་ཆ་ཚུང་རིག་བྱེད་མཐར། །ཞེས་བ་རྩ་ཅེ་ནས་བསྒྲོར་བའི། །ཐིག་  
རྒྱུ་དེ་ནས་གཉིས་ཡིན་ཏེ། །ཆ་ཚུང་གཉིས་གཉིས་དོར་བར་རོ། །བཞི་དོར་བཞི་རྒྱུ་  
པོ་གཞན། །ཞེས་བ་བརྒྱ་དོར་དང་། །འོད་ཐོང་ནམས་ཀྱི་ཆད་བཤད་དོ། །འོན་ཀྱང་  
རྒྱུད་པའི་བྱག་བཞེས་སུ། །བརྒྱ་ཆ་གསུམ་དོར་ནི། །ཆ་གཅིག་འོད་ཐོང་སྒྲོ་ཆད་  
ཡིན།

༥ དེ་ནས་འདི་ཡི་ནང་ཐིག་ནི། །ཆངས་ལས་ཆ་ཚུང་བརྒྱད་མཐར་  
དང་། །བདུན་པའི་མཐའ་རུ་རྒྱུ་པོའི་ཐིག་ །རིམ་བ་གཉིས་བསྒྲོར་ནང་མ་ནི། །དོ་ཐོང་  
བྱི་མ་འོད་ཐོང་ནང་། །དེ་ནས་ཡང་དག་བྱངས་ནས་ནི། །ཐྱོགས་གཞན་ཐིག་གི་  
མཆམས་སོང་བའི། །ཐིག་གཉིས་རིམ་བཞིན་ཆངས་པའི་བྱིར། །ཆ་ཚུང་གཉིས་  
གསུམ་དོར་བའོ། །ཞེས་བ་ཆངས་ལས་གཉིས་མཐར་དང་། །སྦྱར་ཡང་གསུམ་མཐར་

རེ་རེ་སྟེ། །ཕྱོགས་བཞིར་བཏབ་པས་རེ་ལུ་མིག་འབྱུང་། །ཕྱིར་རྒྱུ་ཐིག་ལས་ཕྱི་དོས་  
སྟུ། །ཆ་རྒྱུད་དོར་བར་རྒྱུ་པོའི་ཐིག་ །ཅེས་པ་སྒར་བཤད་འོད་མེད་ཕྱི། །དེ་ནས་ཆ་  
རྒྱུད་གསུམ་དོར་ནས། །རྒྱར་ཐིག་བར་དུ་གནས་པའི་ཐིག་ །རིམ་པ་གཉིས་པའི་  
མཆམས་ཤེས་བྱེད། །ཀྱན་དུ་སོན་པའི་ཆངས་ཐིག་དང་། །རེ་ལུ་མིག་སྒྲུལ་བུའི་རེ་ལྷ་  
དབྱེ། །དེ་ལྟར་དཔལ་ལྷན་འདུས་པ་ཡི། །འཕགས་ལུགས་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཚུལ་  
ཡིན། །

༼འཛིགས་བྱེད་ལྷ་བཅུ་གསུམ་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ཐིག་ཅ། ༽

༥ བཅོམ་ལྷན་རྗེ་རྩེ་འཛིགས་བྱེད་<sup>ཀྱི་</sup> །དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཐིག་བྲུ་ཚུལ་  
ནི། །ཆངས་ཐིག་བཏབ་ལ་དབྱས་བཅའ་ཏེ། །རི་ལྟར་རིགས་པའི་རྒྱུ་པོ་བསྐྱོད། །དེ་  
ཡི་མཐའ་ནས་མཐར་ཆད་པའི། །གཡས་དང་གཡོན་དུ་བྲུ་རྩེས་བྲ། །དེ་སྟེང་ཆངས་  
ཐིག་གཉིས་པ་གདབ། །

༥ ཤར་སོགས་ཕྱོགས་གྱི་ཐིག་ལའི་སྟེང་། །སྒད་བྲུ་བཟུང་ནས་མཐུལ་  
བཞིས། །ཉ་ཡི་མགོ་དང་མཇུག་མའི་མཐར། །ཆངས་ཐིག་དང་ནི་རྒྱར་ཐིག་  
གདབ། །རྒྱར་དེ་སྟོ་ཆད་བདུན་དང་ཕྱོགས། །གསུངས་པའི་དོན་བཞིན་ལག་ལེན་  
ནི། །རི་ལྟར་རིགས་པའི་རྒྱུ་པོ་དེ། །སྟོ་ཆད་བརྒྱད་ཀྱི་ཆད་བཟུང་ནས། །དེ་འབྲས་སྟོ་  
ཆད་བྲུག་གིས་ནི། །ཕྱོགས་བཞི་རུ་ནི་མཆོན་མ་བྲ། །མཆོན་མ་སོ་སོའི་སྟེང་བཟུང་  
ནས། །ལྷེ་བའི་བར་དུ་རྒྱུ་བསྐྱོར་བྲ། །ཉ་ཡི་མཇུག་ནས་མཇུག་གི་མཐར། །རྒྱར་ཐིག་  
སོ་སོར་གདབ་པར་བྲ། །

༥ ལྷ་ལ་སོགས་པའི་ཅ་ཐིག་གི། །དབྱས་སུ་བརྒྱུད་ཆ་ཕྱིས་བསྐྱོ། །སྟོ་དེའི་

བཞི་ཆ་ཆ་ཆུང་སྟེ། །ཞེས་པའི་དོན་བཞིན་གདབ་ཚུལ་ནི། །རི་ལྷོ་རིགས་པའི་ལྷུ་མ་  
པོ་དང་། །ཆངས་ཐིག་འཕྲད་པ་ལ་བཟུང་ནས། །སྟེ་བའི་བར་ཆད་ཟུར་སྟེང་དུ། །བྱ་  
རྗེས་བྱས་ལ་སྟོགས་སོ་སོར། །རྩ་ཐིག་བྱ་བཞིར་གདབ་པར་བྱ། །ཉ་ཡི་མཐུག་ནས་  
མཐུག་མའི་བར། །དེ་བཞིན་མདའ་ཐིག་བྱ་བཞིར་གདབ། །ཆངས་པའི་གཡས་དང་  
གཡོན་དུ་ནི། །སྒོ་ཆད་གཉིས་གཉིས་ཆད་བྱས་ལ། །ཐིག་ནི་གཉིས་གཉིས་བཞི་གདབ་  
བོ། །ཆངས་པའི་གཡས་དང་གཡོན་དུ་ནི། །ཆ་ཆུང་གཉིས་གཉིས་དོར་བ་ཡི། །སྒོ་ཡི་  
ཆད་དེ་དབྱི་བར་བྱ། །གཞན་རྣམས་ཆ་ཆུང་རེ་རེའི་ཕྱིར། །བཤར་ཐིག་སྟོགས་བཞིར་  
སོ་སོར་གདབ། །སྒོ་ཡི་ཆད་དེ་ཆ་ཆེན་དང་། །དེ་ཡི་བཞི་ཆ་ཆ་ཆུང་ཡིན། །

༥ རྩ་བའི་ཕྱི་རོལ་གཅིག་དང་གཉིས། །གཅིག་གཉིས་གཅིག་དང་གཅིག་གི་  
མཐར། །ཐིག་རྒྱག་ཟུར་ནས་ངོས་སུ་སྟེ། །ཐིག་པ་འདོད་སྒྲུལ་པ་གྲུ་དང་། །འབྲེད་ཤར་  
བྱ་མདའ་ཡབ་ཀྱི། །ཕྱི་ཐིག་ཡིན་པ་ཤེས་པར་བྱ། །

༦ ཆངས་ལས་རིམ་གྱིས་རིང་བ་ནི། །ཆ་ཆུང་གསུམ་དུ་དང་པོའི་ཐིག་གཉིས་  
ཐིག་ཆ་ཆུང་གཉིས་ཅེར་རེག་། ཆ་ཆུང་བརྒྱད་དུ་གསུམ་ ༥ སྟེགས་བུའི། །ཐིག་ལས་  
དང་པོའི་ཐིག་བཞི་སྟེ། །གསུམ་ནི་ཆ་ཆུང་ལྔ་བཞི་ལ། །ཆ་ཆུང་བཞི་དེའི་དང་པོ་  
ནི། །དངོས་ཐིག་ཅེ་མོར་ཡང་དག་རེག་། གསུམ་ནི་ཆ་ཆུང་རེ་རེའི་བར། །བཞི་བའི་ཅེ་  
ནས་ངོས་སུ་ཐིག་། ཆ་ཆུང་བཅུ་དང་ལྔ་བའོ། །

༧ རྩ་བའི་ཅེ་ནས་བྱུང་བའི་ཐིག་། ཆ་ཆུང་བཞི་པ་ངོས་སྟེང་དུ། །ཆ་ཆུང་གཉིས་  
གཉིས་ཐད་ཀར་ནི། །ཆ་ཆུང་བརྒྱད་དེ་གསུམ་འབྲོག་པའོ། །

༨ དེ་ལྷོ་སྒོ་དང་སྒོ་ཁྲུད་མཉམ། །འགྲམ་དང་ལོགས་གཉིས་མཉམ་པ་

ཡི། །ཕྱིད་མཉམ་ཞེས་གྲགས་དེ་ལྟར་དང་། །སྒོ་སྒོར་ཅིག་པའི་ཕྱི་ཐུན་པ། །དེ་ནས་ཀ་  
བ་དར་དབྱངས་བཅས། །ཡོད་པའི་ལུགས་བཞིན་མཛད་པ་ཡིན། །

༥ དེ་ནས་རྟ་བབས་བྱ་ཚུལ་ནི། །ལྷ་མཉམ་གསུམ་གསུམ་མཉམ་པའི་  
ལུགས། །མཛད་པའི་བྲག་ལེན་བཞིན་འགོད་པས། །

༥ དེས་ན་གསུམ་པ་བདུན་པ་དང་། །དགྲ་པ་ཆ་རྒྱུད་རེ་རེའོ། །བཞི་པ་དྲག་  
པ་བཅུ་པ་ནམས། །སོ་སོར་ཆ་རྒྱུད་ཕྱེད་ཕྱེད་དོ། །ལྷ་ནི་ཆ་རྒྱུད་ཕྱེད་དང་གཉིས། །

༥ ཞེས་པའི་དོན་བཞིན་ཐིག་འདེབས་ཚུལ། །རྟ་བབས་ཆ་ཆེན་གསུམ་མན་  
ཆད། །ཆ་མཉམ་བརྒྱུད་དུ་བགོ་བར་བྲ། །གསུམ་པ་བདུན་པའི་ཕྱི་མཐའ་དང་། །ལྷ་  
པའི་ནང་མཐར་སུམ་ཆར་གདབ། །དེ་ཡིས་དུམ་བུ་གཅིག་སོ། །གོང་གི་ཆད་  
བཤད་ཇི་བཞིན་འབྱུང་། །གཡས་གཡོན་བཤར་ཐིག་གི་ཟུར་དུ། །ཆ་རྒྱུད་རེ་རེ་ལྷག་  
པར་བསྒྲན། །དེ་ནས་རྟ་བབས་འབྲི་བའི་ཚུལ། །

༥ དེ་ལ་ཕྱོགས་གཉིས་སུ་ནི་རྒྱར། །ཆངས་པའི་གཡས་དང་གཡོན་དུ་ནི། །ཆ་  
རྒྱུད་ཕྱེད་བཅས་མདའ་ཡི་མཐར། །སྒྲམ་བྱ་ཆ་རྒྱུད་ཕྱེད་དང་གསུམ། །ཐིག་ནི་ཆ་རྒྱུད་  
ཕྱེད་དང་བཞི། །ཕྱེད་བཅས་མདའ་ནི་ཕྱེད་དྲག། །ཕྱེད་དང་གསུམ་ནི་ཕྱེད་གསུམ་ཡིན་  
པས། །དེས་ཀྱན་ལ་རིགས་འགྲ། །ཆ་རྒྱུད་དྲག་མཐར་གཉིས་པ་དང་། །གསུམ་པ་ཆ་  
རྒྱུད་གསུམ་པའོ། །ཆ་རྒྱུད་བཞི་མཐར་བཞི་པ་ནི། །ཆ་རྒྱུད་ལྷ་སྟེ་མདའ་ ༥ ཕྱེད་  
བཅས། །གསུམ་དོར་ནས་ནི་ཕྱེད་དང་ལྷ། །གསུམ་ནས་དྲག་པ་ཆ་རྒྱུད་ལྷ། །བཞི་ནི་  
ཆ་རྒྱུད་བདུན་ནམས་ཏེ། །ཐིག་བཅུ་གཅིག་པར་ཆ་རྒྱུད་ལྷ། །

༥ སྒྲམ་བྱ་ནམས་མཐར་སོན་པའི་ཐིག་ །ཅེས་པ་ནང་མཐའ་སོན་ཚུལ་

ཅི། །སྒྲུབ་བྱ་གསུམ་སྤྱི་ཆ་ཐོན་གཉིས། །ལྷ་པའི་སྤྱི་ཆ་ཆུང་ཕྱེད། །ནང་དུ་བསྒྲུབ་  
དགོས་ཤིང་བྱས་ལ། །སྤྱི་ཕྱི་ཐོན་སྤྱི་ཆོས་པ་ཡིས། །གཞན་གྱི་མཐའ་དང་སྒྲུབ་  
ཅིག་ཏུ། །རིམ་གྱིས་སོན་ལ་དེ་དག་ལས། །ཆུང་ཆུང་ཤིང་པར་དཀར་བ་ནི། །གསུམ་  
པའི་སྤྱི་ཆ་སྤྱི་ནས་གྱེན་དུ། །ཆ་ཆུང་ཕྱེད་གཉིས་སོང་བ་ནས། །འཕྲེད་དུ་ཆ་ཆུང་ཕྱེད་  
ཀྱི་གསུམ། །སྤྱི་ཡང་གྱེན་དུ་ཆ་ཆུང་ཕྱེད། །སོང་བ་སྒྲུབ་པ་འོག་མའི་སྤྱི་ཆ་ཆུང་  
ཕྱེད་གྱི་སར་གསུགས་ལ། །དེ་ནས་སྒྲུབ་པའི་ཐོན་སྤྱི་ནས། །གྱེན་དུ་རིམ་པས་སོང་བ་  
ཡི། །སྒྲུབ་པ་གོང་མའི་སྤྱི་ཆོས་སུ། །ཆ་ཆུང་ཕྱེད་དོར་དེ་མཆོས་ནས། །པན་ཚུན་  
ཅེ་གཉིས་དོས་སྤྱི་ལ་བའི། །ཀྱི་གསུམ་གཉིས་གོ་འདི་ནང་དུ་འདྲ། །ཆ་ཆུང་ཕྱེད་ནས་དེ་  
བཞིན་གཞན། །ཞེས་པ་ཀྱི་གསུམ་གོ་འདི་མའི་སྤྱི། །སྤྱི་སོ་བྱ་བ་ཕྱག་ལེན་ཡིན། །

༥ ཏྲ་བའི་སྤྱི་མཐའ་སོན་ཚུ་ལ་ནི། །རྒྱལ་པོ་ཉིས་པ་གསུམ་ཉི་མ། །རྒྱལ་པོ་  
ཕྱོགས་དང་མི་རྣམས་གསུམ། །ཕྱོགས་དེར་ཐད་ཀར་ཆ་ཆུང་རྣམས། །ཏྲ་བའི་སྤྱི་སྤྱི་  
ཕྱི་རིམ་པའོ། །སྒྲུབ་པ་གོང་འོག་ག་བ་གཉིས། །ནང་མཐའ་དེས་ཤིང་སྤྱི་མཐའ་  
ནི། །ཆ་ཆུང་གཉིས་གྱི་མཆོས་ནས་སོ། །དེ་ལྟར་སྤྱི་སྤྱི་བཅུ་གཉིས་སོ། །འདྲ་བུ་  
རིན་ཆེན་མིག་པ་དང་། །གསེར་དང་ཆུ་སྤྱི་གསེར་མིག་པ། །རིན་ཆེན་མིག་པ་  
གསེར་མཐའ་ཡལ། །ཅེས་པའི་མིང་འདོགས་མཛད་པ་ཡིན། །

༦ དེ་ནས་འདི་ཡི་རྩ་སྒྲིག་ཚུ་ལ། །ཆོངས་དང་མཐའ་ཡལ་འཕྲེད་པ་ནས། །ཆ་  
ཆུང་བཞི་དང་བཞི་གསུམ་ནི། །གྱེན་དུ་སོང་བ་ནས་བཟུང་སྟེ། །སྤྱི་པ་ཆ་ཆུང་དགུ་  
དང་ནི། །བཞི་ཆས་གཡས་གཡོན་སྤྱི་རྩ་སྒྲིག། །ཞེས་པ་གྱི་རྩ་སྤྱི་མཐའ་ནས། །སྤྱི་  
མཐའ་བར་དུ་སྒྲིག་མོ་འཁོར། །དེ་ནས་ནང་རྩ་སྒྲིག་ཚུ་ལ་ནི། །མཐའ་ཡལ་ཆོངས་ལས་

ཆ་ཆུང་ནི། །བྱེད་བཅས་གསུམ་ནས་ཐད་ཀར་གཡས། །དུག་ནས་བྱེད་བཅས་བཅུ་  
གཉིས་ཀྱིས། །གཡོན་བསྐྱོར་གཡས་བ་དེ་ལས་ཐོག་དུ་ཅེ་གཡས་གཡོན་དབུས་དུ་  
ཡི། །ཆ་ཐན་གཉིས་ཀྱི་མཆོམས་སུ་བྱལ། །

༥ དབུས་དུ་སྤྱིད་དུ་སྒྲོ་ཆད་བཞི། ཡོད་པའི་དུ་ཅེ་ཆངས་ཐིག་གི། གཡས་  
གཡོན་ཆ་ཆུང་བྱེད་རེ་ནས། །སྒྲོ་ཆད་གཉིས་ཐད་ཆངས་ཐིག་གི། གཡས་གཡོན་ཆ་  
ཐན་གཉིས་པར་གདབ། །ཉ་བབས་བྱི་ངོས་སྒྲོ་ཆད་གཅིག་མ་གཏོགས་རི་མོ་ཆར་མི་  
མངོན། །

༦ དེ་བྱིར་ཆ་ཆུང་རིག་བྱེད་མཐར། །ཞེས་བ་བཞི་ཡི་མདའ་ཡབ་ལས། །ཆ་  
ཆུང་བཞི་ཉེ་དུ་ཅེ་ནས། །ཐིག་རྒྱུ་དེ་ནས་གཉིས་ཡིན་ནོ། །ཆ་ཆུང་གཉིས་གཉིས་  
དོར་བར་དོ། །བཞི་དོར་བཞི་རྒྱུ་ལོ་གཞན། །ཞེས་བ་བརྒྱ་དོར་དང་། །འོད་ཐོང་  
རྣམས་ཀྱི་ཆད་བཤད་དོ། །བརྒྱ་ཆ་གསུམ་དོར་ནི། །ཆ་གཅིག་བྱ་བ་རྒྱུད་སྤང་  
ལུགས། །འོད་ཐོང་གི་ནི་བྱི་རོལ་ཏུ། །དུར་ཁོང་དོན་དུ་ཆ་ཆུང་བཞི། །

༧ དེ་ནས་འདི་ཡི་ནང་ཐིག་ནི། །རྩ་ཐིག་ནས་ནི་ཆ་ཆུང་གཅིག་ནང་དུ་དོར་བར་  
རྒྱུ་པོའི་ཐིག་དེ་ནས་ནང་དུ་ཆ་ཆུང་གཅིག་དོར་བར་སྤར་ཡང་རྒྱུ་པོའི་ཐིག་ལྟེ་བ་  
ནས་ནི་ཕྱོགས་བཞི་དུ། །ཆངས་ཐིག་ཉེད་ནས་ཆ་ཆེན་གཅིག་ཆ་ཆུང་གཅིག་གི་སུམ་  
ཆ་ལེ། །དོར་བར་རྒྱུ་ལོ་ལ་རེག་ཐིག་གཅིག་དང་དེ་ཡི་བྱི་ངོས་སུ། །ཆ་ཆུང་རེ་རེ་དོར་  
བ་ནི། །ཐིག་གཅིག་སྤུ་མ་བཞིན་དུ་ནི། །གདབ་ལོ་ལེའུ་ཆེ་དགུ་ཡི་ཐིག་དེ་ལྟར་  
འཛིགས་བྱེད་བཅུ་གསུམ་མའི། །ཐིག་རྩ་གསལ་བར་བཤད་བྱེན་ཏོ། །

༼དཔལ་ལྔ་རྩེ་འཇིགས་བྱེད་དཔལ་བོ་གཅིག་པའི་ནང་ཐིག༽

༥ དཔལ་བོ་གཅིག་པའི་ནང་ཐིག་ནི། །ཆངས་ལས་ཆ་རྒྱུད་བརྒྱད་མཐར་  
དང་། །བདུན་པའི་མཐའ་རུ་རྒྱུ་པོའི་ཐིག་། །དེ་ནས་ཡང་དག་བྲངས་ནས་ནི། །ཕྱོགས་  
གཞན་ཐིག་གི་མཆམས་སོང་བའི། །ཐིག་གཉིས་རིམ་བཞིན་ཆངས་པའི་ཕྱིར། །ཆ་  
རྒྱུད་གཉིས་གསུམ་དོར་བར་བྱ། །འདི་ནི་ས་གཞི་ལ་མེད་ཀྱང་། །ནམ་མཁའི་རེ་བྱ་  
མིག་རྟོགས་བྱེད་ཡིན། །

༼འཁོར་ལོ་སྒྲོམ་བ་ལྷ་ཨི་པའི་དགྲིལ་འཁོར་གྱི་ཐིག་ཅ།༽

༥ དེ་ནས་འཁོར་ལོ་སྒྲོམ་བ་ནི། །ལྷ་ལྷགས་ལྷ་ནི་རེ་གཉིས་པའི། །དགྲིལ་  
འཁོར་གྱི་ཚུལ་བྱག་ལེན་གྱིས། །བརྒྱན་བ་གསལ་བར་བཤམ་གྱིས་ཉོན། །ཆངས་  
ཐིག་བཏབ་ལ་དབྱས་བཅའ་ཉ། །རི་ལྟར་རིགས་པའི་རྒྱུ་པོ་བསྐྱོར། །དེ་ཡི་མཐའ་  
ནས་མཐར་ཆད་པའི། །གཡས་དང་གཡོན་དུ་བྱ་རྩེས་བྱ། །དེ་སྟེང་ཆངས་ཐིག་གཉིས་  
བ་གདབ། །

༥ ཤར་སོགས་ཕྱོགས་གྱི་ཐིག་ལའི་སྟེང་། །སྤང་བུ་བཟུང་ནས་མཐུལ་  
བཞིས། །ཉ་ཡི་མགོ་དང་མཐུག་མའི་མཐར། །ཆངས་ཐིག་དང་ནི་རྒྱར་ཐིག་  
གདབ། །རྒྱར་དེ་སྟོ་ཆད་བདུན་དང་ཕྱོགས། །གསུངས་པའི་དོན་བཞིན་ལག་ལེན་  
ནི། །རི་ལྟར་རིགས་པའི་རྒྱུ་པོ་དེ། །སྟོ་ཆད་བརྒྱད་གྱི་ཆད་བཟུང་ནས། །དེ་འདྲ་སྟོ་  
ཆད་བྱག་གིས་ནི། །ཕྱོགས་བཞི་རུ་ནི་མཆོན་མ་བྱ། །མཆོན་མ་སོ་སོའི་སྟེང་བཟུང་  
ནས། །ཉེ་བའི་བར་དུ་རྒྱུ་བསྐྱོར་བྱ། །ཉ་ཡི་མཐུག་ནས་མཐུག་མའི་མཐར། །རྒྱར་

ཐེག་སོ་སོར་གདབ་པར་བྱ།

༥ ལྷ་ལ་སོགས་པའི་ཅ་ཐེག་གི། དབུས་སུ་བརྒྱད་ཆ་བྲིས་པ་སྟོ། འོ་དེའི་  
བཞི་ཆ་ཆ་རྒྱུད་སྟེ། ཞེས་པའི་དོན་བཞིན་གདབ་ཚུལ་ནི། འི་ལྷ་རེགས་པའི་རྒྱུ་  
སོ་དང་། ཁྲངས་ཐེག་འཕྲད་པ་ནས་བརྒྱུད་སྟེ། ལྷེ་པའི་བར་ཆད་བྱུར་སྟེད་དུ། བྱ་  
རྩེས་བྲས་ལ་ཕྱོགས་སོ་སོར། ཅ་ཐེག་བྱ་བཞིར་གདབ་པར་བྱ། ཉ་ཡི་མཐུག་ནས་  
མཐུག་མའི་མཐར། མདའ་ཐེག་བྱ་བཞིར་གདབ་པར་བྱ། ཁྲངས་པའི་གཡས་དང་  
གཡོན་དུ་ནི། འོ་ཁྲང་གཉིས་གཉིས་ཆད་བྲས་ལ། ཐེག་ནི་གཉིས་གཉིས་བཞི་གདབ་  
སོ། ཁྲངས་པའི་གཡས་དང་གཡོན་དུ་ནི། ཁ་རྒྱུད་གཉིས་རེ་དོར་བ་ཡི། འོ་ཡི་ཁྲང་  
དེ་དབྱི་བར་བྱ། གཞན་རྣམས་ཆ་རྒྱུད་རེ་རེའི་ཁྲང་། བཤར་ཐེག་ཕྱོགས་བཞི་དུ་ནི་  
གདབ། འོ་ཡི་ཁྲང་དེ་ཆ་ཆེན་དང་། དེ་ཡི་བཞི་ཆ་ཆ་རྒྱུད་ཡིན།

༥ ཅ་པའི་ཕྱི་རོལ་གཅིག་དང་གཉིས། གཅིག་གཉིས་གཅིག་དང་གཅིག་གི་  
མཐར། ཐེག་བྲག་བྱུར་ནས་ངོས་སུ་སྟེ། ཅིག་པ་འདོད་སྣམ་པ་གྲུ་དང་། འདྲེད་ཤར་  
བྱ་མདའ་ཡབ་ཀྱི། ཕྱི་ཐེག་ཡིན་པ་ཤེས་པར་བྱ།

༥ ཁྲངས་ལས་རིམ་གྱིས་རིང་བ་ནི། ཁ་རྒྱུད་གསུམ་དུ་དང་པོའི་ཐེག་གཉིས་  
ཐེག་ཆ་རྒྱུད་གཉིས་ཅེར་རེག་ ཁ་རྒྱུད་བདུན་དུ་གསུམ་ ༥ སྟེགས་བུའི། ཐེག་ལས་  
བྱང་པོའི་ཐེག་གསུམ་སྟེ། དེ་གསུམ་དཔངས་སུ་ཆ་རྒྱུད་ལ། དང་པོ་ངོས་ཐེག་ཡང་  
དག་རེག་གཉིས་ནི་ཁ་རྒྱུད་རེ་རེའི་བར། གསུམ་པའི་ཅེ་ནས་ངོས་སུ་ཐེག་ཁ་རྒྱུད་  
བརྒྱ་དང་ལྷན་བཤོ།

༥ ཅ་པའི་ཅེ་ནས་བྱུང་པའི་ཐེག་ ཁ་རྒྱུད་བཞི་པ་ངོས་སུ་གཉིས། འཛིང་དུ་

གསུམ་སྟེ་ཐད་ཀར་ནི། །ཆ་རྒྱུད་བརྒྱུད་དེ་གསུམ་འཁྲོག་པའོ། །དེ་ལྟར་འགྲམ་ལོགས་  
སྒོ་གསུམ་པོ། །ཐམས་ཅད་མི་མཉམ་པ་ཡི་ལུགས། །སྒོ་སྒོར་ཅིག་པའི་ཕྱིར་ཀ་བ། །དེ་  
ཕྱིར་ཀ་འཕན་གཉིས་ཅམ་ལས། །སྤྱན་པ་མེད་པའི་ལུགས་བཞིན་མཛད། །

༥ དེ་ནས་རྟ་བབས་བྱ་བའི་རྒྱལ། །སྒོ་ཆད་གཅིག་མ་མཛད་པས་ན། །སྒོ་ཆད་  
གཅིག་གི་ཆད་དེ་དག །ཆ་མཉམ་བརྒྱུད་དུ་བགོས་པ་ཡི། །གསུམ་པ་བདུན་པའི་ཕྱི་  
མཐའ་དང་། །ལྷ་པའི་ནང་མཐའ་སུམ་ཆར་གདག། །ལྷ་མཉམ་གསུམ་གསུམ་མཉམ་པ་  
ལས། །གཡས་གཡོན་ཐིག་ལྷག་མི་དགོས་སོ། །རྟ་བབས་སྤམ་བྱ་བྲག་པོ་  
ལས། །དཔངས་སུ་ཆད་ནི་སྒོ་ཡི་ཆ། །གསུངས་པའི་དོན་བཞིན་བྱ་བ་ཡིན། །

༦ ཆངས་པའི་གཡས་དང་གཡོན་དུ་ནི། །ཆ་རྒྱུད་ཕྱེད་དང་ལྷ་དོར་ནས། །སྤམ་  
བྱ་ཆ་རྒྱུད་ཕྱེད་དང་གསུམ། །ཐིག་ནི་ཆ་རྒྱུད་ཕྱེད་དང་བཞི། །གཉིས་པ་དང་ནི་གསུམ་  
པ་ནི། །ཆ་རྒྱུད་ལྷ་ནས་ཆ་རྒྱུད་གསུམ། །བཞི་པ་ཆ་རྒྱུད་བཞི་དོར་ནས། །ཆ་རྒྱུད་  
གསུམ་ ༥ མདའ་ཆ་རྒྱུད་ནི། །ཕྱེད་དང་བཞི་ནས་ཕྱེད་དང་བཞི། །གསུམ་ནས་བྲག་  
པ་ཆ་རྒྱུད་ལ། །དེ་ནས་གསུམ་ནི་ཆ་རྒྱུད་བརྒྱུད། །གཅིག་ནི་བདུན་ཏེ་ཐ་མ་བྲག་ །

༧ སྤམ་བྱ་རྣམས་མཐའ་སོན་པའི་ཐིག །ཅེས་པ་ནང་མཐའ་སོན་རྒྱལ་  
ནི། །སྤམ་བྱ་གསུམ་སྟེང་ཆ་རྒྱུད་གཅིག །བཞི་ལྷའི་སྟེང་དུ་ཕྱེད་རེ་བསྐྱེད། །ལྷ་ཕྱིའི་  
ཐིག་སྟེ་འཆོལ་བ་ཡི། །གཞན་གྱི་མཐའ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ། །བྲག་པའི་མར་ཅེ་སྟེང་རེག་  
ནས། །དེ་ནས་པན་རྒྱན་ངོས་སྟེལ་བྱ། །ཀྲོག་པོ་གཅིག་གོ་འདི་ནང་དུ་འང་། །སྤམ་བྱ་  
དང་པོའི་ནང་མཐའ་ནས། །ཕྱེད་འཐེན་བྲས་པ་ཀྲོག་པོ་ནི། །རྒྱལ་པའི་ཆ་སྟེ་དེ་བཞིན་  
གཞན། །

༥ དེ་ནས་ཕྱི་མཐའ་སོན་ཚུལ་ནི། །སྤུལ་བུ་ལྔ་པའི་སྤྱིང་མཐའ་ལ། །ཆ་སྤུན་གཅིག་ནི་གསར་བསྤུན་ལ། །མི་<sup>༩</sup>དང་རྒྱལ་སོ་<sup>༩</sup>གཉིས་མི་<sup>༩</sup>གཉིས། །བཞི་ནི་རྒྱལ་སོ་<sup>༩</sup>གཅིག་མི་<sup>༩</sup>དང་། །སྤྲེང་ཡང་གཅིག་ནི་ནི་<sup>༩</sup>ཉམས་ལོ། །

༥ ལྔ་མཉམ་གསུམ་གསུམ་མཉམ་བ་ཡི། །རྟ་བབས་འདི་ལ་འོག་ནས་ཡལ། །ཁོར་ལྷ་ཁོར་ལྷ་ནི་མ་དང་། །རྒྱལ་བ་ཁོར་ལྷ་རྒྱལ་བ་དང་། །ནི་མ་ཁོར་ལྷ་ནི་མ་དང་། །རྒྱལ་བ་ཁོར་ལྷ་ཞེས་སུ་བཏགས། །དེ་དོན་ཁོར་ལྷ་ཆ་བྱེད་གཉིས། །ནི་མ་ཆ་གཅིག་རྒྱལ་བ་བྱེད། །ཅེས་བ་སོ་སའི་དབངས་ལ་ནི། །ཆ་རྒྱུད་བྱེད་གཉིས་གཅིག་དང་བྱེད། །ཡོད་པའི་དོན་ཡིན་དེ་དག་ཀྱང་། །སློ་ཆད་གསུམ་པའི་རྟ་བབས་ལ། །དེས་པར་འགྲིགས་ལ་སློ་ཆད་ནི། །གཅིག་པའི་རྟ་བབས་ཆ་དེ་འདྲ། །མེད་ཀྱང་མིང་འདོགས་མཛད་སྟེ་སྤྲེང་། །

༥ དེ་ནས་འདི་ཡི་རྩ་བ་སློར་ཚུལ། །ཆངས་དང་མདའ་ཡབ་འཕྲད་མཆམས་ནས། །ཆ་རྒྱུད་བྱེད་དོར་ཆངས་ཐིག་གི། །སྤྱིང་ནས་ཐད་ཀར་གཡས་གཡོན་དུ། །ཆ་རྒྱུད་བྱེད་དོར་བ་ནས། །ཆ་རྒྱུད་བྱེད་དང་དུག་བ་ཡི། །ཐིག་སྤྲད་བཟུང་ནས་རིམ་བཞིན་དུ། །གཡས་ནས་གཡས་ཀྱི་ཕྱི་རྩ་དང་། །གཡོན་གྱི་ནང་རྩ་ལྟན་ཅིག་སློར། །གཡོན་ནས་གཡོན་གྱི་ཕྱི་རྩ་དང་། །གཡས་ཀྱི་ནང་རྩ་ལྟན་ཅིག་བསློར། །

༥ དབུས་རྩ་སྤྱིང་དུ་སློ་ཆད་གཉིས། །ཡོད་པའི་རྩ་ཅེ་ཆངས་ཐིག་གི། །གཡས་གཡོན་ཆ་རྒྱུད་བྱེད་རེ་ནས། །རྟ་བབས་མདའ་ཆངས་འཕྲད་བ་ཡི། །གཡས་གཡོན་ཆ་སྤུན་གཉིས་རེའི་སར། །བཏབ་པས་དབུས་རྩ་འབྱུང་བ་ཡིན། །རྩ་ཅེ་གཡོན་གཡས་དབུས་རྩ་ཡི། །ཆ་སྤུན་གཉིས་པའི་མཆམས་སུ་བྱག་དབུས་རྩ་བྱོགས་རྩ་སྤྱིང་མཉམ་

ཡང་། །གྲག་པའི་ཆ་ལ་ཆ་གཉིས་འཁུམ། །

༥ ཏྲ་བབས་ཀྱི་ནི་མདའ་ཡབ་ཐེག་། དེ་ཕྱིར་ཆ་རྒྱུད་རིག་བྱེད་མཐར། །རྒྱུ་པོ་  
དེ་ནས་རིམ་བཞིན་ཐེག་། ཆ་རྒྱུད་གཉིས་གཉིས་མཐར་རྒྱུ་རེ། །ཐ་མ་ཆ་རྒྱུད་བཞི་ཡི་  
མཐར། །ཞེས་པ་བསྒྲུ་དོ་རྩ་དང་། །འོད་ཟེང་རྣམས་ཀྱི་ཆད་བཤད་དོ། །བསྒྲུ་ཆ་གསུམ་  
དོ་རྩ་ནི། །ཆ་གཅིག་བྱ་བ་རྒྱུད་སྦྱད་ལུགས། །འོད་ཟེང་གི་ནི་ཕྱི་རོལ་དུ། །དུར་ཁྲོད་  
དོན་དུ་ཆ་རྒྱུད་བཞི། །

༥ དེ་ནས་འདི་ཡི་ནང་ཐེག་ནི། །དབུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་ཐེག་གདབ་པ། །ཆངས་  
དང་རྒྱར་ཐེག་གནས་པ་ལས། །གཞན་མིན་དེ་ཡི་ཆངས་པའི་ཕྱིར། །ཆ་རྒྱུད་གཉིས་  
དོར་ཅ་བའི་བར། །ཐེག་གདབ་རྒྱར་ཀྱི་འགྲམ་དག་ཏུ། །དེ་བཞིན་ཐེག་རེ་གདབ་པར་  
བྱ། །

༥ དེ་ཡང་ལྟེ་བའི་ལོགས་དག་ལས། །སྒོ་ནི་བཞི་བཞི་དེ་ཡི་སྲིད། །ཅེས་པ་ལྟེ་  
བ་ནས་བརྒྱུད་སྟེ། །སྒོ་ཆད་བཞི་ཡི་བར་དུ་ནི། །གཡས་གཡོན་ཐེག་རྣམས་སོང་བའི་  
དོན། །

༥ ལྟེ་བའི་ཕྱི་རུ་ཆ་རྒྱུད་བཞི། །དོར་བ་ཆ་རྒྱུད་བཞི་པའི་ཐེག་། ཐད་ཀར་གདབ་  
པའི་ཐེག་གི་དཀྱིལ། །ཆངས་དང་རྒྱར་ལ་གནས་པ་ཡིན། །སྒྲར་ཡང་དེ་དང་འབྲ་བ་  
ཡི། །འདིར་ནི་ཡང་ནི་ཐེག་ལྷ་ཡང་། །ཆ་རྒྱུད་གཉིས་གཉིས་དོར་བར་རོ། །དེ་བཞིན་  
དེ་རྣམས་དང་དུག་པ། །མཆམས་སུ་ཡང་དག་སོན་པའོ། །

༥ དེ་ནས་ཅིབས་རྣམས་བྲི་བའི་ཚུལ། །ཆངས་པ་དང་ནི་རྒྱར་ཐེག་གི། །  
གཡས་དང་གཡོན་པའི་བདུན་རྣམས་ལས། །ཞེས་པ་འབྲེད་ཐེག་རྣམས་བསྟོམས་

པས། །བདུན་རེ་ཡོད་ཕྱིར་དབྱས་ནས་མཐར། །བརྩིས་པའི་འབྲེད་ཐིག་རྣམས་ལས་  
ནི། །ལྷ་པ་གསུམ་པ་དང་པོ་ཡི། །ཆ་རྒྱུད་གཅིག་གི་མཐའ་ལས་ཐོན། །རང་གི་གཉིས་  
པའི་ཅིར་སོང་ནས། །སྤར་ཡང་འོག་མའི་དབྱས་སོང་མཐར། །བདུན་པ་ཡི་ནི་དབྱས་  
སུ་སོང་། །ཐིག་གཅིག་གྲོག་པོ་ལྷ་རུ་འགྱུར། །དེ་ནང་དུ་འང་ཆ་རྒྱུད་ཕྱེད། །དོར་ནས་  
དེ་བཞིན་གཞན་ཡིན་ནོ། །

༥ ཆངས་ལས་རིམ་བཞིན་རྒྱལ་པོ་<sup>༡༦</sup> དང་། །ནི་<sup>༡༧</sup> ལྷ་<sup>༡༨</sup> ལྷ་མིག་<sup>༡༩</sup> ཆ་རྒྱུད་  
ནི། །དོར་བར་རྒྱུམ་པའི་ཐིག་ལྷོ། །དང་པོ་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་ཡང་། །ཆ་རྒྱུད་ཕྱེད་ཕྱེད་  
དོར་ནས་ཐིག་ །རྒྱུམ་པོ་གསུམ་མོ་ཅིབས་རྒྱུམ་གྱི། །ཐིག་ལས་གཞན་རྣམས་དབྱི་བར་  
བྱ། །ཞེས་གསུངས་རགས་ཅིས་གྱི་དབང་ལས། །ཞིབ་དུ་བྱས་ན་གཙོ་བོའི་  
གནས། །ཆ་སྟན་གཅིག་དང་བཞི་ཆ་གཅིག་ །དེ་མཆོམས་གེ་སར་ཐིག་གཅིག་ཡིན། །

༦ བད་འདབ་ཆ་སྟན་ཕྱེད་གསུམ་དང་། །དེ་ཡི་སྤྱུ་རྒྱུད་བཞི་ཆ་གཅིག་ །ཡིན་  
ལ་གཞན་རྣམས་སྤར་བཤད་ལྟར། །ཕྱི་ནས་རིམ་བཞིན་སྤྱད་དང་གསུང་། །ཐུགས་དང་  
བདེ་ཆེན་འཁོར་ལོ་ཡིན། །བསྐྱེད་ལྟེ་བའི་ཕྱི་ཐིག་དང་། །གེ་སར་ཞེས་པ་དོན་གཅིག་  
པས། །ཐིག་གཅིག་ཁོ་ནར་བྱ་བ་ཡི། །དེ་ལྟར་བདེ་མཆོག་ལྷ་ཨི་པའི། །ཐུགས་གྱི་བྱི་  
ཐིག་བཤད་ཐིན་ནོ། ། ། །

## ༩ ཀུན་རིག་གི་དགྱིལ་འཁོར་གྱི་ཐིག་ཅ།

བཅོམ་ལྷན་ཐམས་ཅད་རིག་པའམ། །ཀུན་རིག་ཐིག་ནི་བཤད་པ་ལ། །ཆངས་  
ཐིག་བཏབ་ལ་དབྱས་བཅའ་ཏེ། །རི་ལྟར་རིགས་པའི་རྒྱུམ་པོ་བསྐྱོར། །དེ་ཡི་མཐའ་  
ནས་མཐར་ཆད་པའི། །གཡས་དང་གཡོན་དུ་བྱ་རྩེས་བྱ། །དེ་སྟེང་ཆངས་ཐིག་གཉིས་

བ་གདབ། །ཤར་སོགས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐིག་ལེའི་སྟེང་། །སྤང་བྱ་བ་བྱུང་ནས་མཛུལ་  
བཞིས། །ཉི་ལོ་མགོ་དང་མཇུག་མའི་མཐར། །ཆངས་ཐིག་དང་ནི་བྱར་ཐིག་  
གདབ། །བྱར་དེ་སྐོ་ཆད་བདུན་དང་ཕྱོགས། །གསུངས་པའི་དོན་བཞིན་ལག་ལེན་  
ནི། །མཛུལ་བཞི་བསྐོར་ལྔ་ར་བཤད་དམ། །ཡང་ན་འདི་ལྟར་བྱ་བ་ཡིན། །རི་ལྟར་  
རིགས་པའི་རྒྱུ་པོ་ཡི། །མཐའ་ནས་མཐའ་བར་ཆད་བ་དེ། །སྤུམ་ཆར་བགོས་པའི་  
ཆ་གཉིས་དང་། །དེ་སྟེང་སྤུམ་ཆ་གཅིག་པ་ཞིག་། །ཆ་བརྒྱད་བགོས་པའི་ཆ་གཅིག་  
བསྐྱན། །དེ་ཉིད་ལྟེ་བ་ནས་བཟུང་སྟེ། །ཕྱོགས་བཞིའི་ཆངས་སྟེང་མཚན་མ་  
བྱས། །མཚན་མ་སོ་སོའི་སྟེང་བཟུང་ནས། །ལྟེ་བའི་བར་བསྐོར་མཛུལ་བཞིས། །ཉི་ལོ་  
མཇུག་ནས་མཇུག་མའི་བར། །བྱར་ཐིག་སོ་སོར་གདབ་བ་ཡིས། །བྱར་ཐིག་སྐོ་ཆད་  
བདུན་དང་ཕྱོགས། །འབྱུང་བ་འདི་འདྲའི་ལྷགས་ཀྱང་ཡོད། །དེ་གཉིས་གང་བྱས་ཆོག་  
བ་ཡིན། །

༥ འོད་ཟེང་མཐའ་ནས་མཐའ་ཡི་བར། །ཆད་མཉམ་ཆ་དགྲུང་བགོ་བ་ནི། །མི་  
བྱང་ཕྱིར་དང་ཕྱི་མ་གཉིས། །ཆད་མཉམ་བརྒྱད་ཀྱི་ཆ་རེ་དང་། །མཉམ་ཕྱིར་ཆ་བཅུར་  
གསུངས་བ་དང་། །ཆ་དགྲུང་གསུངས་བ་མི་འགལ་བས། །ཆངས་པའི་དབྱས་ནས་  
འོད་ཟེང་བར། །རིམ་བཞིན་ཆད་མཉམ་བཞི་དང་ནི། །བཞི་ཆའི་ཕྱེད་དུ་བགོ་བ་ཡིན། །

༦ ཞེས་པའི་དོན་ནི་དཀྱིལ་འཁོར་འདིར། །ཆ་མཉམ་བགོ་བ་གལ་ཆེ་བས། །དེ་  
དག་བགོ་ཚུལ་འདི་ལྟ་སྟེ། །འོད་ཟེང་མཐའ་ནས་མཐའ་ཡི་བར། །ཆ་མཉམ་དགྲུང་  
བགོ་མི་བྱུང་དོན། །སྤྱིར་ན་ཆ་མཉམ་དགྲུང་ཡིན་ཀྱང་། །དུམ་བྱ་བཅུ་ནི་ཡོད་དགོས་  
ཕྱིར། །ཆ་དགྲུང་ཕྱེད་བ་མི་འཐད་ལ། །དེ་ཡང་དབྱས་ནས་ཁོར་ལྷག་གི། །ཕྱི་མཐའི་

བར་དུ་ཆ་བཞི་རེ། །པན་ཚུན་བསྐྱེམས་པས་ཆ་བརྒྱད་འབྱུང་། །རྫོང་འོད་སྤེང་ཆ་  
མཉམ་སྤྱེད། །པན་ཚུན་བསྐྱེམས་པས་ཆ་གཅིག་སྟེ། །ཆ་མཉམ་དགུ་ལས་མི་འདའ་  
ཡང་། །སྤྱོད་པས་རེར་ཆ་མཉམ་བཞི་རེ་དང་། །ཆ་མཉམ་སྤྱེད་རེ་འབྱུང་བའི་སྤྱིར། །དུམ་  
བུ་བཅུ་ནི་ཡོད་པས་ན། །ཆ་བཅུར་བཤད་དང་ཆ་དགུ་ནི། །བཤད་གཉིས་དོན་ལ་མི་  
འགལ་དང་། །མཐའ་ནས་མཐའ་བར་ཆ་དགུ་ནི། །མི་རུང་བ་ཡི་རྒྱ་མཚན་སོགས། །དེ་  
ཡིས་ཞིབ་དུ་ཤེས་བ་ཡིན། །དེ་ལྟར་སྤྱོད་པས་རེར་ཆ་མཉམ་ནི། །བཞི་དང་སྤྱེད་རེ་  
བགོས་བྱས་ལ། །

༥ དང་པོ་གཉིས་པའི་གནས་སུ་ནི། །རིམ་བཞིན་མདའ་ཡབ་ཐེག་གཉིས་  
གདབ། །གསུངས་པའི་དོན་བཞིན་བྱ་ཚུལ་ནི། །

༥ ཆ་མཉམ་དང་པོ་གཉིས་པའི་གནས། །རིམ་བཞིན་མདའ་ཡབ་ཐེག་གཉིས་  
གདབ། །ཆ་མཉམ་གསུམ་པའི་མཐའ་དང་ནི། །རྟ་བབས་མདའ་ཡབ་སྤྱི་མཐའ་  
མཉམ། །ཆ་མཉམ་བཞི་པའི་མཐའ་དང་ནི། །མརྒྱལ་བསྐྱོར་བའི་སྤྱི་མཐའ་དང་། །སྤྱི་ཡི་  
ཁོར་ཡུག་སྤྱི་མཐའ་མཉམ། །དེ་ནས་ཆ་མཉམ་སྤྱེད་པའི་མཐའ། །འོད་སྤེང་མཐའ་དང་  
མཉམ་བ་ཡིན། །ཆ་མཉམ་དང་པོའི་སུམ་གཉིས་ནང་། །སུམ་ཆ་གཅིག་ནི་སྤྱིར་དོར་  
བའི། །མཚམས་དེར་རྩ་ཐེག་ནང་མ་གདབ། །ཆ་མཉམ་གཉིས་པའི་སུམ་གཅིག་  
ནང་། །སུམ་གཉིས་སྤྱི་རུ་དོར་བའི་མཚམས། །གཞལ་ཡས་ཁང་ནི་སྤྱི་མ་ཡི། །རྩ་ཐེག་  
གདབ་པས་འགྲིགས་བ་ཡིན། །

༥ ཆ་མཉམ་བརྒྱད་ཀྱི་ཆ་རེ་ནི། །ཆ་མཉམ་གསུམ་དུ་བགོ་བ་ཡིན། །སུམ་  
ཆ་སྟོ་ཡི་ཆ་དུ་ཡིན་ཏེ། །སྟོ་ལྷུང་དག་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། ། ༥ ཞེས་བསྟོ་ཡི་ཆ་དུ་ཀྱང་

བསྟན། །ཕྱི་ཚད་མཉམ་དང་པོའི་སྤྲུལ་གཉིས་དང་། །གཉིས་པའི་སྤྲུལ་ཆ་དང་པོ་  
ནི། །རིམ་བཞིན་རྩ་བའི་ཐིག་གཉིས་གདབ། །ཅེས་པའི་དོན་ནི་གོང་བཤད་ཟིན། །

ཕྱི་ཚད་ས་པའི་གཡས་དང་གཡོན་དུ་ནི། །སྒོ་ཚད་གཉིས་གཉིས་ཚད་བྱས་  
ལ། །ཐིག་ནི་གཉིས་གཉིས་བཞི་གདབ་པོ། །ཚད་ས་པའི་གཡས་གཡོན་ཆ་གཉིས་  
རེ། །དབྱི་བ་སྒོ་ཚད་བྱི་མ་དང་། །གཞན་རྣམས་ཆ་རྒྱུད་རེ་རེ་བཞིན། །ཐིག་གདབ་  
བཤར་ཐིག་འབྱུང་བ་ཡིན། །ད་དུང་དགྱིལ་འཁོར་ནང་མའི་ཆེད། །བྱི་ཡི་ཆ་རྒྱུད་བྱེད་  
དགོས་པའི། །བཤར་ཐིག་ནང་མའི་མདའ་ཐིག་བར། །རིམ་བཞིན་གདབ་ལ་ནང་མ་  
ཡི། །སྒོ་ཡི་ཚད་ཀྱང་བྱི་མ་ཡི། །ཆ་རྒྱུད་གཉིས་རེ་ཡིན་པ་སོགས། །ཤེས་པར་བྱས་  
ལ་ཐིག་གདབ་པོ། །

ཕྱི་རྩ་བའི་བྱི་རོལ་གཅིག་དང་གཉིས། །གཅིག་གཉིས་གཅིག་དང་གཅིག་གི་  
མཐར། །ཐིག་བྱུག་ཟུར་ནས་ངོས་སུ་སྟེ། །ཅིག་པ་འདོད་སྤྲུལ་པ་གྲུ་དང་། །འབྱེད་ཤར་  
བྱ་མདའ་ཡབ་གྱི། །བྱི་ཐིག་ཡིན་པ་ཤེས་པར་བྱ། །

ཕྱི་ཚད་ས་ལས་རིམ་གྱིས་རིང་བ་ནི། །ཆ་རྒྱུད་གསུམ་དུ་དང་པོའི་ཐིག་གཉིས་  
ཐིག་ཆ་རྒྱུད་གཉིས་ཅེར་རེག་། །ཆ་རྒྱུད་བརྒྱུད་དུ་གསུམ་ ཕྱི་སྟེགས་བྱེད། །ཐིག་ལས་  
བྱང་པོའི་ཐིག་བཞི་སྟེ། །གསུམ་ནི་ཆ་རྒྱུད་ལྔ་བཞི་བ། །ཆ་རྒྱུད་བཞི་དེའི་དང་པོ་  
ནི། །ངོས་ཐིག་ཅེ་མོར་ཡང་དག་རེག་། །གསུམ་ནི་ཆ་རྒྱུད་རེ་རེའི་བར། །ཞེས་པ་ཀ་  
རྒྱུན་ཀ་བ་དང་། །སྟན་པ་བཅས་པའི་ཐིག་རྣམས་འབྱུང་། །

ཕྱི་བཞི་པའི་ཅེ་ནས་ངོས་སུ་ཐིག་། །ཆ་རྒྱུད་བརྒྱུད་དང་ལྔ་ན་པའོ། །རྩ་བའི་ཅེ་ནས་  
བྱང་པོའི་ཐིག་། །ཆ་རྒྱུད་བཞི་པ་ངོས་སྟེང་དུ། །ཆ་རྒྱུད་གཉིས་གཉིས་ཐད་ཀར་ནི། །ཆ་

ཆུང་བརྒྱད་དེ་གསུམ་འཁྲོག་པའོ། །ཞེས་པ་ཕྱེད་མཉམ་ལུགས་བཞིན་ནོ། །

༥ དེ་ནས་དཀྱིལ་འཁོར་ནང་མ་ཡང་། །རྩ་བའི་ཕྱི་རོལ་གཅིག་དང་  
གཉིས། །ཞེས་པ་ནས་བརྒྱད་གཉིས་ཅེར་རེག །ཞེས་པའི་བར་རྣམས་སྤར་བཞིན་  
གདལ། །ཆ་ཆུང་སྒོ་ཆད་ལ་སོགས་པ། །ནང་མ་སྤར་བཤད་བཞིན་དུ་བྱ། །དེ་ནས་མི་  
འབྲེལ་བྱད་པར་ནི། །

༥ ཆ་ཆུང་ལྔ་དུ་གསུམ་ ༥ ལྟགས་བྱའི། །ཐིག་ལས་བྱང་པོའི་ཐིག་གཅིག་  
སྟེ། །དེ་ནི་ཆ་ཆུང་ལྔ་བ་སྟེ། །དོས་ཐིག་ཅེ་མོར་ཡང་དག་རེག །དེ་ཡི་ཅེ་ནས་དོས་སུ་  
ཐིག །ཆ་ཆུང་བརྒྱད་དང་ལྔ་ན་པའོ། །ཞེས་པ་ཀ་བ་སྟུན་པ་སོགས། །མེད་པས་དེ་ལྟར་  
མཇེད་པ་ཡིན། །

༥ རྩ་བའི་ཅེ་ནས་བྱང་བའི་ཐིག །ཆ་ཆུང་བཞི་བ་དོས་སུ་གཉིས། །སྟེང་དུ་  
གསུམ་སྟེ་ཐང་ཀར་ནི། །ཆ་ཆུང་བརྒྱད་དེ་གསུམ་འཁྲོག་པ། །དེ་ཕྱིར་ཕྱི་མའི་བྲམས་  
ལ་ནི། །ཆ་མཉམ་གསུམ་དུ་བཞོ་བར་བྱ། །

༥ དེ་ནས་འདི་ཡི་རྟ་བབས་ནི། །ཀ་བའི་ཅེ་ནས་ཕྱི་དོས་སུ། །ཆ་ཆུང་རེ་རེ་དོར་  
བར་ཐིག །བརྒྱ་གཅིག་འདི་ལ་ལྔ་བ་དང་། །བདུན་པ་ཆ་ཆུང་ཕྱེད་དང་གཉིས། །ཞེས་  
པ་གཉིས་མཉམ་དགུ་མཉམ་སྟེ། །རྟ་བབས་ཆ་ཆེན་གསུམ་པོ་དེ། །དང་པོ་གསུམ་པ་  
བཞི་ཆར་བཞོས། །གཉིས་པའི་དབུས་ནས་ཆ་ཆུང་གཅིག །དོར་བས་གཉིས་མཉམ་  
དགུ་མཉམ་མོ། །གཡས་གཡོན་བཤར་ཐིག་གི་བྱར་དུ། །ཆ་ཆུང་རེ་རེར་ལྷག་པོར་  
བསྒྲན། །

༥ དེ་ནས་རྟ་བབས་བྲི་ཚུལ་ནི། །དེ་ལ་ཕྱོགས་གཉིས་སུ་ནི་རྒྱ། །ཆངས་པའི་

གཡས་དང་གཡོན་དུ་ནི། །ཆ་རྒྱུད་ཕྱེད་བཅས་མདའ་ཡི་མཐར། །སྤུང་བུ་ཆ་རྒྱུད་ཕྱེད་  
དང་གསུམ། །ཐིག་ནི་ཆ་རྒྱུད་ཕྱེད་དང་བཞི། །ཆ་རྒྱུད་དུག་མཐར་གཉིས་པ་  
དང་། །གསུམ་པ་ཆ་རྒྱུད་གསུམ་པ་འོ། །ཆ་རྒྱུད་བཞི་མཐར་བཞི་པ་ནི། །ཆ་རྒྱུད་ལྔ་སྟེ་

༥ མདའ་ཕྱེད་བཅས། །གསུམ་དོར་ནས་ནི་ཕྱེད་དང་ལྔ། །གསུམ་ནས་དུག་པ་  
ཆ་རྒྱུད་ལྔ། །བཞི་ནི་ཆ་རྒྱུད་བདུན་རྒྱུ་ལྟེ། །བཅུ་གཅིག་པ་ལ་ཆ་རྒྱུད་ལྔ། །

༥ །སྤུང་བུ་ལྔ་པའི་སྟེང་གི་ནི། །དོས་སུ་ཆ་རྒྱུད་ཕྱེད་དང་བཞི། །བདུན་པའི་འོག་  
ལ་ཆ་རྒྱུད་གསུམ། །སྟེང་ནི་ཆ་རྒྱུད་དུག་སྟེང་དུ། །ག་བ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱི་མཐར་ནི། །འགྲོ་  
ཆོད་དེས་ཤེས་གསང་འདུས་ལྟར། །

༥ །སྤུང་བུ་རྒྱུ་མཐར་སོན་པའི་ཐིག་ །ཅེས་པ་ནང་མཐའ་སོན་ཚུལ་  
ནི། །སྤུང་བུ་གསུམ་སྟེང་ཆ་སྟན་གཉིས། །ལྔ་པའི་སྟེང་ལ་ཆ་རྒྱུད་ཕྱེད། །ནང་དུ་བསྤུན་  
དགོས་ཤེས་བྱས་ལ། །སྔ་ཕྱིའི་ཐིག་སྟེ་འཆོལ་བ་ཡིས། །གཞན་གྱི་མཐའ་དང་ལྟན་  
ཅིག་སྟེ། །རིམ་གྱིས་སོན་ལ་དེ་དག་ལས། །རྒྱུད་ཐད་ཤེས་པར་དཀའ་བ་ནི། །གསུམ་  
པའི་སྟེང་སྟེ་ནས་གྱེན་དུ། །ཆ་རྒྱུད་གཉིས་པར་སོང་བ་ནས། །འཕྲེད་དུ་ཆ་རྒྱུད་ཕྱེད་  
ཀྱོག་པ། །སྤྲང་ཡང་གྱེན་དུ་ཆ་རྒྱུད་ཕྱེད། །སོང་ནས་སུན་པ་འོག་མའི་སྟེང་། །ཆ་རྒྱུད་  
ཕྱེད་ཀྱི་སར་གཏུགས་ལ། །དེ་ནས་སུན་པའི་ཐིག་སྟེ་ནས། །གྱེན་དུ་རིམ་བས་སོང་བ་  
ཡི། །སུན་པ་གོང་མའི་སྟེང་དོས་སུ། །ཆ་རྒྱུད་ཕྱེད་དོར་དེ་མཆོམས་ནས། །པན་ཚུན་  
ཅེ་གཉིས་དོས་སྟེལ་བའི། །ཀྱོག་པོ་གཅིག་གོ་འདི་ནང་དུའང་། །ཆ་རྒྱུད་ཕྱེད་ནས་དེ་  
བཞིན་གཞན། །ཞེས་པ་ཀྱོག་པོ་ནང་མའི་སྟེ། །གདོང་འཐེན་བྱ་བ་བྱུག་ལེན་ཡིན། །ཏྲ་  
བབས་ཕྱི་མཐའ་སོན་ཚུལ་ནི། །རྒྱལ་པོ་ཉིས་པ་གསུམ་ཉི་མ། །རྒྱལ་པོ་ཕྱོགས་དང་

མི་རྒྱལ་ས་གསུམ། རྩོགས་ཏེ་ཐད་ཀར་ཆ་རྒྱུ་རྒྱལ་ས། རྟ་བབས་སྒྲུལ་བྱའི་རིམ་  
བའོ། ཞེས་པའི་ཐུན་པ་གོང་འོག་གཉིས། ཀྱེ་བའི་ཕྱི་མཐའ་སྤར་སོང་ལ། འདི་ནི་  
ནང་མཐའ་དང་མཉམ་མོ། མདའ་ཡབ་བརྒྱ་ཕྱེད་བགོ་བ། ལ་སོགས་གསང་འདུས་  
སྐབས་ལྟར་རོ། །

༥ དེ་ནས་འདི་ཡི་རྩ་བསྐྱོར་ཚུལ། ཁོངས་དང་མདའ་ཡབ་འཕྲད་པ་ནས། ཁ་  
རྒྱུང་བཞི་དང་བཞི་གསུམ་ནི། རྩོན་དུ་སོང་བ་ནས་བཟུང་སྟེ། སྦྱད་པ་ཆ་རྒྱུང་དགུ་  
དང་ནི། བཞི་ཆས་གཡས་གཡོན་ཕྱི་རྩ་བསྐྱོར། ཅེས་པ་ཀ་བའི་ཕྱི་མཐའ་ནས། ཕྱི་  
མཐའི་བར་དུ་སྐྱོར་མོ་འཁོར། །

༥ དེ་ནས་ནང་རྩ་བསྐྱོར་ཚུལ་ནི། མདའ་ཡབ་ཁོངས་ལས་ཆ་རྒྱུང་ནི། ཕྱེད་  
བཅས་གསུམ་ནས་ཐད་ཀར་གཡས། དུག་ནས་ཐིག་ཐོག་བཟུང་བྱས་ལ། སྦྱད་པ་  
ཕྱེད་བཅས་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས། དེ་ཐད་གཡོན་ངོས་བཏགས་བྱས་ལ། གཡོན་བསྐྱོར་  
གཡས་པ་དེ་ལས་ལྷོག། རྩ་ཅེ་གཡས་གཡོན་དབུས་རྩ་ཡི། ཁ་སྤོང་གཉིས་པའི་  
མཆོམས་སུ་བྱལ། །

༥ དབུས་རྩ་སྤྱིད་དུ་སྐྱོ་ཕྱེད་བཞི། ཡོད་པའི་རྩ་ཅེ་ཁོངས་ཐིག་གི། གཡས་  
གཡོན་ཆ་སྤོང་ཕྱེད་རེ་ནས། སྐྱོ་ཁོང་གཉིས་ཐད་ཁོངས་ཐིག་གི། གཡས་གཡོན་ཆ་  
སྤོང་གཉིས་པར་གདབ། མདའ་ཡབ་ཕྱི་ངོས་སྐྱོ་ཁོང་གཅིག། མ་གཏོགས་རི་མོ་མི་  
མངོན་བྱ། །

༥ དེ་ཕྱིར་ཆ་རྒྱུང་རིག་ཕྱེད་མཐར། ཞེས་པ་རྩ་ཅེ་ནས་བསྐྱོར་བའི། ཐིག་  
རྒྱུ་དེ་ནས་སྤར་བཞི་ཡིན། སྐྱོ་ཁོང་ཕྱེད་དང་ཕྱེད་དང་གཉིས། དེ་ནས་ཕྱེད་དང་

སྤར་སློ་ཆད། །བརྒྱ་ཁོར་ཡུག་རྟོ་རྩ་དང་། །འོད་ཟེང་རྣམས་ཀྱི་ཆད་ཡིན་ནོ། །

༥ དེ་ནས་འདི་ཡི་ནང་ཐིག་ནི། །དབུས་ཀྱི་དགྲིལ་འཁོར་ཐིག་གདབ་  
བ། །ཆངས་པའི་དབུས་ནས་ཆ་རྒྱུད་ནི། །བཙེ་ལྷའི་མཆམས་ནས་གཅིག་བསྐྱོར་  
ལ། །དེ་ནས་རིམ་བཞིན་ནང་དུ་ནི། །ཆ་རྒྱུད་གཅིག་དང་བཞི་དང་ནི། །གཅིག་དང་  
གཅིག་མཐར་ལྷུ་ཐིག་ལྷ། །

༥ དེ་ནས་ཕྱེད་ལྷ་གཅིག་སོང་བར། །ལྷུ་ཐིག་ནང་མའི་མཐའ་ནས་  
མཐར། །རིམ་བཞིན་ཐིག་བརྒྱད་གདབ་པར་བྱ། །ཞེས་པ་ལྷུ་པོ་ནང་མ་ནི། །ཆངས་  
དང་འཕྲད་ལས་ཕྱེད་ལྷ་ནི། །ནང་དུ་འོང་མཆམས་ཐིག་གཅིག་དང་། །དེ་ནས་ཆ་རྒྱུད་  
གཅིག་གི་མཆམས། །ཐིག་གདབ་ལྷུ་པོ་ལ་རེག་པའི། །ཐིག་བརྒྱད་གདབ་པས་ལྷ་  
གནས་ཀྱི། །རེའུ་མིག་དགུ་རྣམས་འབྱུང་བ་ཡིན། །དེ་ཡང་ལྷེ་བའི་གཡས་གཡོན་  
དུ། །ཆ་རྒྱུད་ཕྱེད་གསུམ་ཀ་བ་ལ། །གཅིག་དང་དེ་ནས་ཕྱེད་ལྷ་འབྱུང་། །

༥ འཁོར་ལོའི་ཅིབས་ཀྱི་ས་ཡི་ཆ། །ཆངས་ཟུར་བར་ལ་ཐིག་གཉིས་  
རེ། །འབྱུང་བའི་ཚུལ་ཀྱི་ཐིག་གདབ་ཚུལ། །ཆངས་དང་ཟུར་ཐིག་གིས་བཅད་  
པའི། །བར་སྟོང་བརྒྱད་རྣམས་ཕྱེད་ཕྱེད་བཞོ། །རེ་རེའང་འཁོར་ལོའི་ཅིབས་རེ་  
སྟེ། །དེ་ནས་ཟུར་ནས་ཟུར་ཀྱི་བར། །ནང་གི་ལྷུ་ཐིག་ཆ་བཞིར་བཞོ། །ཕྱི་མའང་དེ་  
ཡི་ཆད་ཀྱིས་བཞོ། །དེ་ནས་ཅིབས་རྣམས་བྲི་བའི་ཚུལ། །ནང་མའི་ཆ་གཅིག་  
མཆམས་ནས་ཐོན། །སློ་ཆད་གཅིག་གི་དབུས་སོང་སྟེ། །ཕྱི་ལྷུ་པོ་བཞི་ཆ་ལྷག་ལུས་  
པའི། །མཆམས་སུ་ཡང་དག་སོན་པའོ། །འདི་ནང་དུ་ཡང་ཆ་རྒྱུད་ཕྱེད། །དོར་ནས་དེ་  
བཞིན་གཞན་བྱ་སྟེ། །ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་འདྲ་བའི་ཅིབས། །བརྒྱ་དུག་ལྷན་པའི་ཐིག་

གདབ་པོ། །དེ་ཡིས་ཀུན་རིག་དགྲིལ་འཁོར་གྱི། །ཐིག་ཐིག་བྱ་ཚུལ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

༼ རྒྱུད་སྡེ་ནས་གསུངས་པའི་ཐིག་སྐྱད་རིང་ཐུང་གི་བྲང་པར། ༽

༥ སྤྱིར་ན་ཐིག་སྐྱད་རིང་ཐུང་གི། །ལུགས་གཉིས་རྒྱུད་སྡེ་ནས་སུ་  
གསུངས། །དེ་ཡི་བྲང་པར་རི་ལྟར་ན། །རི་ལྟར་རིགས་པའི་ལྷུས་པོ་དང་། །ཕྱོགས་  
བཞིའི་མཐུལ་བཅས་པ་ནི། །སློ་ཆད་དུག་རེས་བསྐྱོར་བ་ལ། །སློ་ཆད་ཆ་ཆེན་ཉེར་  
བཞི་དང་། །ཆ་ཆུང་གོ་དུག་འབྱུང་བ་ནི། །ཐིག་སྐྱད་རིང་བའི་ལུགས་ཡིན་ནོ། །རི་ལྟར་  
རིགས་པ་མཐུལ་བཅས། །སློ་ཆད་བཞི་རེས་བསྐྱོར་བ་ལ། །ཆ་ཆེན་བཅུ་དུག་ཆ་ཆུང་  
ནི། །རེ་བཞི་ཐིག་སྐྱད་ཐུང་བའི་ལུགས། །དེ་ལ་རྟ་བབས་སློ་ཆད་ནི། །གཅིག་པ་ཁོ་  
ནར་བྱ་བ་ཡིན། །སྐབས་འདིར་བདེ་གསང་འཇིགས་གསུམ་ལ། །རི་ལྟར་རིགས་པ་  
སློ་ཆད་བཞི། །མཐུལ་ནམས་ནི་སློ་ཆད་དུག་། །དེ་དག་སོ་སོས་བསྐྱོར་བ་ནི། །ཐིག་སྐྱད་  
རིང་ཐུང་གཉིས་ཀ་ཡི། །དོན་ཆད་དཔལ་ལྡན་རྒྱུད་སྐྱད་ལུགས། །ཐུར་ཐིག་སློ་ཆད་  
བདུན་དང་ཕྱོགས། །ནམ་པ་ཀུན་ཏུ་བྲང་མེད་དོ། །ཆངས་ཐུར་བཞི་དང་ཅ་ཐིག་  
བཞི། །ཐིག་ཆེན་བརྒྱད་དུ་གྲགས་པ་ཡིན། །

༥ དེ་ནས་གསང་བདེ་འཇིགས་གསུམ་ཀུན་རིག་དང་བཅས་པའི་གྲིས་པའི་  
དགྲིལ་འཁོར་ལ་ཆོན་བཞེ་ཚུལ་ལས།

༼ གསང་བ་འདུས་པའི་དགྲིལ་འཁོར་ལ་ཆོན་བཞེ་ཚུལ། ༽

དང་པོ་གསང་བ་འདུས་པ་ལ། །དཔུས་ཀྱི་རེ་ཕྱུ་མིག་སྒྲོན་པོ། །དེའི་མཐར་སྐྱམ་  
བྱ་སྒྲོན་པོ་ལ་རྫོགས་ཅན། །ཀ་བ་ནམས་ཕྱོགས་མདོག་ཐུར་ཐིག་གིས་བཅད་པའི་བྱེ་

ནང་གི་བར་ནམས་ཕྱོགས་མདོག་དྲོ་ཕྱེད་རྒྱུ་པོ་ནག་པོ། དྲོ་མེ་ཅེ་གསུམ་མེ་ཕྱི་དྲོ་  
མེ་ལོ་ཁ་དོག་ལྟར། དེའི་ཕྱིར་ཕྱི་ནས་དཀར་སེར་སོགས་ཆོན་སྒྲ་ལྟེ་འོད་ཕྱེད་རེ་ཁྲ་  
མེད་པ། དེའི་ཕྱི་ཆངས་ལས་གཡས་གཡོན་ཆ་ཆེན་རེ་དོར་བའི་སར། བྱམ་པ་སེར་  
པོ་ཆ་ཆེན་རེ་ཡོད་པ་ཕྱོགས་རེར་གཉིས་རེ། འདོད་སྒྲུམ་དམར། མཆོད་སྒྲ་ཕྱོགས་  
མདོག་ཤར་གྱུ་གཞི་དམར་པོ་ལ་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱར་གསུམ་གྱུ་བཞི་སོགས་ཀྱིས་སྒྲས་པ།  
བྱ་ཕྱེད་ཀྱི་གཞི་ནག་པོར་རྩ་སྤྱིན་གི་ཁ་ནས་འཕོན་པའི་བྱ་བ་གཉིས་དང་བྱ་ཕྱེད་  
གསུམ་གཤེབས། རྒྱར་མ་གཏོགས་པའི་ཕྱེད་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་རེ་ནའོ། །དབྱས་སྒྲ་  
རིགས་ལྟེ་ཕྱག་མཆོན། ཤར་བྱ་གཞི་ནག་པོ་ལ། རི་མོ་སྤྱི་རྒྱགས་མགོ་མཐུག་ཐོག་  
པ་ལྟ་བུ་དཀར་པོ་ཕྱེད་དགྲུ་རེ། མདའ་ཡབ་བརྒྱ་ཕྱེད་པའི་དབྱིབས་ཅན་དཀར་པོ་  
ཕྱེད་བཅུ་གསུམ་རེ། ཏྲ་བབས་ཀ་བ་དང་། སྒྲང་རྒྱབ་ཀྱི་ནང་ནམས་ཕྱོགས་  
མདོག་དེའི་ཆ་རྩུང་ཕྱེད་ལ་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་བྱི་ཞིང་ནམ་པར་བཟ་བའི་སྒྲ་བྱེ་སྒྲ་  
ཆོགས་དབང་པོ་ལྟ་བུའི་སྒྲེར་ཞོར་བྱ་སྒྲུམ་ཆོམ་སོགས་བྱ། ཏྲ་བབས་ལ། གསེར་སྒྲུམ་  
སེར་པོ། རིན་པོ་ཆེ་པ་གྱུ་ལྟར། མིག་པ་དང་མ་རྒྱ་མཛེས་ཆོན། ལུན་པ་གཉིས་ནག་  
པོ། ཤར་བྱ་དང་མདའ་ཡབ་སྒྲར་བཞིན། སྒྲེར་བྱ་སྒྲ་ཆོགས་བརྒྱ་དང་རྒྱ་བ་ལ། འཁོར་  
ལོ་སེར་པོ་ཅིབས་བཅུ་པ། འཛིགས་ཕྱེད་ལ་ཅིབས་བཅུད། དེའི་གཡས་གཡོན་ཆ་  
རྩུང་ཕྱེད་དུ་རི་བྲགས་པོ་མོ་སེར་པོ། པོ་ལ་བྱ་གཅིག་ཡོད་པ་མིག་འཁོར་ལོའི་ཅེར་  
བལྟ་བ། དེའི་མཐུག་ཕྱོགས་སྒྲ་མདའ་ཡབ་གཉིས་རེ། སྒྲ་ཆོགས་དྲོ་མེ་བྱ་ཁྲ་ཕྱེད་ན།  
དབྱས་མ་ཕྱོགས་མདོག་གཡས་གཡོན་སྒྲོ་གཡས་གཡོན་གྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པའི་མདོག་ཤར་འཛིགས་གཉིས་ལ་ཕྱོགས་མདོག་ཤར་ལྷུའི་ལྟེ་བ་ལྟར། གེ་སར་སེར།

འདབ་མ་སྒྲ་ཆོགས་བསྒྲ་ལ། གཞན་རྣམས་སྟོགས་དུ་ནས་བཟུང་དམར་སྟོ་ལྡང་སྟེལ་  
བ་གཞི་དམར་སྟེ། དེ་ཁྲ་དཀར་པོ། རྩོམ་ཅི་ཅེ་གསུམ་སེར་པོ། གཞི་མཛེས་ཆོན། དེ་  
ཁྲ་སེར་པོ། འདྲ་སེར་ཅི་དབང་ལྷན་ནས་དཀར་སེར་དམར་ལྡང་སྟོ་སྟེལ་བའི་གཡས་  
བསྐྱོད། དེ་ཁྲ་མི་བྱའོ། །ལྟའི་གདན་ཐུན་མོང་དུ་སྒྲ་ཆོགས་བསྒྲ། ཐུན་མོང་མིན་བ་ལ་  
སྒྲུབ་ཐབས་ལྟར། དེ་ལ་ས་བོན་ཉེ་ཆོས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱའས། མཆན་མའི་ཕྱག་རྒྱ་བྱེད་ན།  
དབྱས་སུ་རྩོམ་སྟོན་པོ་གོས་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་པ། འར་དུ་འཁོར་ལོ་དཀར་པོ་  
ཅིབས་བརྒྱན། ལྟོར་རིན་པོ་ཆེ་ཆད་ཀྱི་སེར་པོ། ལུབ་བསྒྲ་དམར་པོ། བྲང་དུ་རལ་གྱི་  
ལྡང་གྲ། འར་ལྟོར་སྒྲུབ། ལྟོ་ལུབ་དུ་རྩོམ་སྟོན་པོ། ལུབ་བྲང་བསྒྲ་དམར་པོ་ཁ་བྱེ་བ་  
ཅ་སྟོང་དང་ལྷན་པ། བྲང་འར་དུ་ཕྱུགས་སྟོན་པོ། དེམ་བ་གཉིས་པའི་མེར་མེ་ལོང་  
དམར་པོ། བདེན་བྲལ་དུ་མི་མི་སྟོན་པོ། ལྡང་དུ་བྲིའི་དུང་ཆོས་སེར་པོ། དབང་ལྷན་དུ་  
ཞལ་བས་ཀྱི་སྟོང་བཅས་དམར་པོ། དེམ་བ་གསུམ་པའི་འར་དུ་སྒྲུ་འིང་མེ་ཉོག་དཀར་  
པོ་འཁོར་ལོས་མཆན་བ་དང་། འཁོར་ལོ་དཀར་པོ། ལྟོར་རིན་པོ་ཆེ་སེར་པོ་གཉིས།  
ལུབ་དུ་བསྒྲ་དམར་པོ་གཉིས། བྲང་དུ་རལ་གྱི་ལྡང་གྲ་གཉིས། འར་སྟོར་ཐོ་བ་སྟོན་པོ།  
ལྟོ་སྟོར་རྩོམ་མཆན་པའི་དབྱག་བ་དཀར་པོ། ལུབ་སྟོར་བསྒྲ་དམར་པོ། བྲང་སྟོར་  
སྒྲ་ཆོགས་རྩོམ་མེར་རལ་གྱི། བདེན་བྲལ་དུ་ཞགས་པ། ལྡང་དང་དབང་ལྷན་དུ་རལ་  
གྱི་རེ་རེ། འར་སྟོའི་མཆན་མའི། འར་དུ་གཙུག་ཉིང་གྱི་མཆན་ལ། ལུབ་སྟོའི་མཆན་  
མའི་ལུབ་དུ་ཞགས་པ། དེ་ཐམས་ཅད་འོད་ཟེར་གྱིས་བསྐྱོར་བ། རང་སྟོགས་སོ་སོར་  
མགོ་བསྟན་པ། གཙོ་བོའི་མཆན་ལ། ལུབ་དུ་མགོ་བསྟན་པའོ། །ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ་  
ལྟའི་སྒྲུ་ཕྱག་མ་སོགས་འཕོད་པར་གསུངས་སོ། །ཆོན་བྱིན་རྒྱབས་དང་། དེ་མི་འཐོར་

བ་དང་། རི་མོ་ཆད་ལྷག་མེད་པ་སོགས་གཤམ་ཆེད། །

༼དཔལ་འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་གི་ཆོན་གྱི་རྣམ་གཞག༽

དམ་ཆོག་འཁོར་ལོའི་བྱམས་རྣམས་ཤར་དཀར་སོགས་ཕྱོགས་མདོག་།བདེ་  
ཆོན་འཁོར་ལོའི་བསྐྱ་སྒྲ་ཆོགས་བསྐྱ་ལྟེ་བར་ཉི་གདན་ཡོད་པའི་དབང་གིས་དམར་པོ།  
གེ་སར་མེད། ལྷ་ཁྱུང་སྒོ་སྒྲ། གི་གྲུག་གི་སྤང་བ་སྒྲོན་པོ། ལྷགས་འཁོར་གྱི་ཅིབས།  
ལྷ་ཁྱུང་གྱི་རྩོ་སྤང་། ག་བ་བཅས་སྒྲོན་པོ། ལྷགས་འཁོར་གྱི་གཞི་གསུང་འཁོར་གྱི་ལྟེ་  
བ་ཡིན་པས་བར་སྒྲོང་རྣམས་དམར་པོ། གསུང་འཁོར་གྱི་ཅིབས་ལྷ་ཁྱུང། དེའི་བསྐྱའི་  
སྤང་བ། ག་བ་བཅས་དམར་པོ། དེའི་བར་སྒྲོང་སྒྲ་འཁོར་གྱི་ལྟེ་བ་ཡིན་པས་དཀར་པོ།  
སྒྲ་འཁོར་གྱི་ཅིབས། ལྷ་ཁྱུང། དེའི་འཁོར་ལོའི་སྤང་བ་ག་བ་བཅས་དཀར་པོ། དེའི་  
བར་སྒྲོང་རྣམས་ཕྱོགས་མདོག་།འདོད་སྤྲུལ། པ་གྲུ། ལྷ་སྤྱེད། ཤར་བྱ་མདའ་ལ། ཏ་  
བབས་གྱི་ག་བ། མྱང་རྒྱབ་ལྷ་སྤེ་རྣམས་སྤར་ལྟར་དང་། གྲུག་པོ་ལ་རིན་པོ་ཆའི་སྤྲ་དང་  
ལྷན་པ། ཏ་བབས་གྱི་སྤྲུལ་བྲུ། ཆོས་འཁོར་རི་དྲགས། འོག་གཞིའི་སྤྲ་ཆོགས་རྩོ་རྩེ།  
བད་རྩ་སོགས་སྤར་ལྟར་ལ། བསྐྱའི་བར་སྒྲོང་འོག་གཞི་རི་རབ་ཡིན་པས་དཀྱིལ་  
འཁོར་གྱི་བྱང་ནས་དཀར་པོ་སོགས་ཕྱོགས་མདོག་།དེ་ཡི་རེ་ཁྲ་སེར་པོ། རྩོ་རྩོད་  
སྤང་བཅས་སྤར་བཞིན་ལ། མེ་གཡོན་སྒྲོར་བྱེད་པའོ། །

དེ་ནས་མཆོན་མ་འཕོད་པ་ཡང་དབྱུས་སུ་རྩོ་རྩེ་དམར་པོ་སྒྲོན་པོ་གཉིས། བདེ་  
ཆོན་གྱི་ཕྱོགས་བཞིའི་བད་འདབ་ལ་གྱི་གྲུག་ཁ་ནང་བསྐྱ། མཆོམས་བཞིར་ཐོད་པ་  
བདུད་ཅིས་བཀང་བ། འཁོར་ལོ་ཐམས་ཅད་གྱི་ཅིབས་ལ་གྱི་གྲུག་རྣམས་སྒོ་སྒྲ། མོ་  
བཞི་དང་བྲ་བཞིར། སྤྲ་ཆོགས་བསྐྱ་དང་རོ་གདན་ཕྱོགས་མདོག་ལ་གནས་པའི་གྱི་

གྲག་གཙོ་པོ་འཆོན་མ་དང་། སྒོ་མཆོམས་མ་བརྒྱད་རྣམས་ལ་གདན་དང་འོད་ཀོར་  
བྱ་ཞིང་། གཞན་ལ་མི་དགོས། གདན་ལ་ཉི་མ་ཡོད་ན་འོད་དམར་པོ། རྩ་བ་ཡོད་ན་འོད་  
སྟོན་པོ་བྱའོ། །འདོད་སྣམ་གྱི་རིགས་མ་བཅུ་དྲུག་ནི། བི་ཚྭ་མ་སྟོ། སྤིང་བྱ་མ་སེར། ར་  
རྒྱུ་མ་དགའ། ར་ར་མ་ལྗང་། དེ་རྣམས་ཕྱག་བཞིའི་དང་པོ་གཉིས་རོལ་མོ་སོ་སོ་  
དང་། གཉིས་པ་དོ་རིལ་ཅན་ནོ། །བཞད་མ་དམར། སྟེག་མ་སྟོ། སྤྱུ་མ་སེར། གར་མ་  
ལྗང་། དེ་རྣམས་ཕྱག་དང་པོ་གཉིས་པད་ཀོར། འོག་མ་གཡས་ཐོད་པ་གཡོན་ཁ་ལྷོ་ག་  
བསྐྱམས་པ། མེ་ཉོག་མ་དགའ། སྟོས་མ་དུད་ཁ། མར་མེ་མ་དམར་སེར། བྱི་ཆབ་མ་  
དམར། དེ་རྣམས་ཕྱག་དང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་གཡས་མེ་ཉོག་གི་སྟོད། སྟོས་སྟོད། མར་  
མེ། དུང་ཆོས། གཡས་གཉིས་པས་རྒྱ་མ་རུ། གཡོན་པ་གཉིས་ཐོད་པ་དང་ཁ་ལྷོ་  
གའོ། །གཟུགས་མ་དགའ། རོ་མ་དམར། རེག་བྱ་མ་ལྗང་སེར། ཆོས་མ་དགའ། དེ་  
རྣམས་གཡས་དང་པོས་མེ་ལོང་། སྤྱང་ཆང་གི་སྟོད། གོས་སྣ་ཆོགས། ཆོས་  
འབྱུང་། གཞན་རྣམས་སྤར་མེ་ཉོག་མ་ལྷ་བྱའོ། །ཐམས་ཅད་ཞལ་རེ་རེར་སྤྱན་གསུམ་  
མ། གཅེར་མོ་སྒྲ་གོལ་བ། རུས་རྒྱན་ཅན་དང་། ཞབས་གར་སྒྲབས་ཅན་སོགས་ཀྱན་  
ལ་འབྱའོ། །འདི་རྣམས་ཕྱག་བཞི་བྱེད་པ་བདེ་མཆོག་ཁོ་ན་ལའོ། །

༼དཔལ་དོ་རྩེ་འཛིགས་བྱེད་གྱི་དགྱིལ་འཁོར་ལ་ཆོན་བཞེ་ཚུ་ལ། ༽

༼དཔལ་དོ་རྩེ་འཛིགས་བྱེད་ལ། དགྱིལ་འཁོར་གྱི་གཞི་ཕྱོགས་མདོག་། དབྱུས་  
གྱི་རེ་འུ་མིག་སྟོན་པོ། དེའི་གདུང་རིང་གདུང་རྒྱུ་བཅས་སྟོན་པོ། རྩེ་བྱེད་སེར་པོ།  
འདོད་སྣམ་ལ་མཆོད་ལྟ་དུ་མ་ཞལ་ནང་དུ་ཕྱོགས་པ་སོགས་སྤར་བཞེན་ལ། བ་གྲུ་  
གཞི་ལི་ཁྲི་ལ་རེན་པོ་ཆེ་བྱུ་གཞི་སོགས་ཀྱིས་སྤྱས་པ། དུ་བྱེད་ལ། གཞི་ནག་། ཚུ་མིན་

གྱི་ཁ་ནས་ཐོན་པའི་སྐྱད་པ་ནག་པོ་ལས་དམར་པོ། དབུས་དང་སྒོ་གཉིས་ན་ནོར་བུ་  
སུམ་ཆོམ། བད་དུ། བརྒྱ་ཆེས། ཉི་མ་དོ་ཕྱེད་སོགས་དང། སྤྱ་ཕྱེད་གསུམ་ལ་  
དབུས་མ་རིང་བ། དེ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱེར་རྩ་ཡབ། དེ་ལ་རྒྱུད། ལས་ན་སོགས་ཀྱི་རིགས་པ།  
གཞན་ཤར་བུ། མདའ་ཡབ། ཏྲ་བབས་ཀྱི་ཀ་བ། སྒྲང་རྒྱབ། སྒྲ་རེ། སྒྲམ་བུ་བཅུ་  
གཅིག །རི་དྲགས་ཆོས་འཁོར་སོགས་སྤར་ལྟར་ལ། སྒྲ་ཆོགས་དོ་རྩེ། བརྒྱ། དོ་རྩ།  
འོད་ཕྱེད་སོགས་ཀྱང་སྤར་གསང་འདུས་ཀྱི་སྒྲ་བས་དང་འབྲེ་ལ། བད་གི་དབུས་སུ་མེ་  
རྒྱུད་འབྲེས་པའི་དམར་ནག། །དེའི་སྤྱེད་དང་གཞན་ཡང་ཤར་མ་གཏོགས་པའི་གདན་  
ལ། སྒྲ་ཆོགས་བརྒྱ་ཉི་མ་འོད་ཀོར་དམར་པོ། ཤར་དང་ཕྱིའི་བྲ་བཞིར་སྒྲ་ཆོགས་བརྒྱ་  
དང་སྒྲ་གདན། འོད་སྤོན་པོ། དེ་རྣམས་ལ་ལྟའི་མཆན་མ་ནི། དབུས་སུ་དོ་རྩེ་སྤོན་པོ།  
ཤར་དུ་འཁོར་ལོ་ཅིབས་བརྒྱད་དཀར་པོ། ལྟོར་རིན་ཆེན་ཆ་དགུ་མེར་པོ། ལུབ་ཏུ་  
བརྒྱ་དམར་པོ། བྱང་དུ་རལ་གྱི་ལྗང་ལ།

སྒྲོ་བཞིར། ཤར་སྒྲོ་ཐོ་བ་སྤོན་པོ། ལྟོར་དབྱུག་པ་དཀར་པོ། ལུབ་ཏུ་བརྒྱ་དམར་  
པོ། བྱང་དུ་རལ་གྱི་ལྗང་ལ། བད་གི་ཤར་སྒྲོར་འཁོར་ལོ་དཀར་པོ། ལྟོ་ལུབ་ཏུ་དོ་རྩེ་  
སྤོན་པོ། ལུབ་བྱང་དུ་བརྒྱ་དམར་པོ། བྱང་ཤར་དུ་རལ་གྱི་ལྗང་ལ། ལྟོ་བཞིར་བདུད་  
ཅིས་གང་བའི་ཐོད་པ་རེའོ། །

ཏྲ་བབས་ལྟ་མཉམ་གསུམ་གསུམ་མཉམ་པ་ལ། ཤར་བུ་གཞི་སྤོན་པོ་ལ། སྤྱི་  
སྒྲགས་མགོ་མཇུག་སྤྱོག་པ་ལྟ་བུ་དཀར་པོ། རིན་པོ་ཆེ་དམར་པོ་བྲ་བཞི་སོགས་ཀྱིས་  
སྒྲས་པ། མིག་པ་ལྗང་ལ། མིག་རྩེས་ལྟ་བུ་ནག་པོ། གསེར་སྒྲམ་མེར་པོ། རྩ་སྤོན་  
མཛེས་ཆོན། དེ་འབྲོས། གསེར། མིག་པ། རིན་ཆེན། མིག་པ། གསེར། མདའ་ཡབ་

སོགས་སྟོན་མ་རྣམས་ལྟར་རོ། །

དེ་ནས་འདིགས་བྱེད་དང་བདེ་མཆོག་གཉིས་ཀའི་དུར་ཁྲོད། གཡས་གཡོན་གྱི་བསྐྱོར་ཕྱོགས་ཙམ་ལས་གཞན་འབྲ་བས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་ན། དུར་ཁྲོད་བརྒྱད་པོ་རེ་རེ་ལ། རོའི་སྟོང་ལམ་བཞི་སྟེ། ཤིང་ལ་དབྱངས་བས་ལངས་པ། ས་ལ་འབྲེལ་བས་ཉལ་བ། མགོ་མེད་ཀྱིས་འགོ་བ། སྒ་ཤིང་གིས་ཐྲག་བ་དང་སྤྱི་པོ་ནས་ལྷག་པ་སྟོང་བའི་ཚུལ་དང་། ལུས་སྟོང་མེ་འབར་བས་བྱེད་འཆོག་པ། གཞོད་སྟེན་གཡས་ཀྱིས་གྱི་ཐོགས་པ། སྟོན་པོ་ལག་བ་གཉིས་ཀྱིས་སྐྱ་ནས་བརྒྱུད་པ། རོ་ལངས་ལག་གཡས་འགྲམ་བ་ལ་བརྟེན་པ། མཆེ་བ་གཅིགས་བའི་མགོ། རུས་བ་འཐོར་བ། མ་མཐོར་བའི་ཀོང་རུས་གར་བྱེད་པ། ཤིང་གི་མགོར་འོལ་བ་པོ་པོ་གཅིག་ཁ་ཕྱིར་བལྟ་བ། སྤྱལ་བ་ལང་གི་མགོ་ཙན། རུའི་བར་ན་ནོར་བུ་ཡོད་པ། ཐྲག་ལ་འཁྲིལ་བ་སོགས་ཐམས་ཅད་ལ་འབྲ་ཞིང་། རི་བརྒྱད། མཆོད་རྟེན་བརྒྱད། སྟེན་བརྒྱད། ཚུ་བརྒྱད། ལྷ་བརྒྱད། ཤིང་བརྒྱད། དེའི་ཙམ་ཕྱོགས་སྟོང་བརྒྱད། ཅེར་ཞིང་སྟོང་བརྒྱད། ལྷ་བ་ཆེན་བརྒྱད་སོགས། མེ་བརྒྱད་དང་བཅས་བ་སོ་སོའི་ཁྲད་པར་རྣམས་ཞིབ་པར་སྟོས་བསྐྱང་དུ་བཤད་ཐེན་བ་ལྟར་འདིར་ཡང་ཤེས་བར་བྱའོ། །

༼ ཀུན་རིག་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་ཆོན་བཤེ་ཚུལ། ༽

ཀུན་རིག་གི་གཞལ་ཡས་ཁང་ཕྱི་ནང་། ཏྲ་བབས་བསྐྱེ། རོ་རྒྱ། མེ་རི་སོགས་སྟེ་དང་འབྲ་ཞིང་། མེ་འབྲ་བའི་ཁྲད་པར། ནང་གི་འཁོར་ལོ་སྟོན་པོ་ལ། ལྷ་མཆོན་ནི། དབྱས་སུ་འཁོར་ལོ་ཅིབས་བརྒྱད་དཀར་པོ། ཤར་རོ་རྩེ་དཀར་པོ། ལྟོར་རིན་ཆེན་ཆ་དབྱ་སྟོན་པོ། ལྷ་བ་བསྐྱེ་དམར་པོ། བྱང་ལྷ་ཆོགས་རོ་རྩེ་ལྷང་ཁ། ཤར་ལྟོར་སྟེན་གྱིས་

སྤྲུལ་པའི་འཁོར་ལོ་དཀར་པོ། ལྷོ་རུབ་དོན་རྩེ་སྟོན་པོ། རུབ་བྱང་པརྣ་དམར་པོ། བྱང་  
ཤར་ལྷུན་ལ་ལྷང་ཁྲ། ཤར་གྱི་ཅིབས་དང་པོར་དོན་རྩེ་དཀར་པོ། གཉིས་པར་ལྷགས་ཀྱི་  
སེར་པོ། གསུམ་པར་མདའ་གཞུ་དམར་པོ། བཞི་པར་དོན་རྩེ་ལྷང་ཁྲ། ལྷོ་ཅིབས་དང་  
པོར་རིན་ཆེན་སེར་པོ། གཉིས་པར་ཉི་མ་དམར་སེར་ལྷེ་བ་དོན་རྩེ་ས་མཚན་པ། གསུམ་  
པར་རྒྱལ་མཚན་ལོར་བྱའི་ཏོག་ཅན་སྟོན་པོ། བཞི་པར་སེའི་ཐོང་བ་དཀར་པོ། རུབ་  
ཅིབས་དང་པོར་པརྣ་དཀར་དམར། གཉིས་པར་རལ་གྱི་སྟོན་པོ། གསུམ་པར་འཁོར་  
ལོ་སེར་པོ། བཞི་པར་དོན་རྩེ་ས་མཚན་པའི་ལྷེ་དམར་པོ། བྱང་དང་པོར་སྤྲ་ཆོགས་དོན་རྩེ་  
ལྷང་ཁྲ། གཉིས་པར་གོ་ཁབ་གསེར་མདོག། གསུམ་པར་མཆེ་བ་ནག་པོ་དོན་རྩེ་ས་  
མཚན་པ། བཞི་པར་དོན་རྩེ་སེར་པོ། བྱང་གི་ཤར་ལྷོར་དོན་རྩེ་དཀར་པོ། ལྷོ་རུབ་རིན་  
ཆེན་ཐོང་བ་སེར་པོ། རུབ་བྱང་གི་མི་དཀར་དམར། བྱང་ཤར་དོན་རྩེ་ཅེ་གསུམ་ལྷང་ཁྲ།  
ཕྱའི་ཤར་ལྷོར་སྟོན་སྟོན་དཀར་དམར། ལྷོ་རུབ་མེ་ཏོག་སྟོན་སེར་པོ། རུབ་བྱང་མར་  
མའི་སྟོང་བྱ་དཀར་དམར། བྱང་ཤར་བྱ་བྱང་པོར་ལྷང་ཁྲ། བྱང་གི་ཤར་ལྷོར་ལྷགས་  
ཀྱི་དཀར་པོ། ལྷོ་སྟོང་ཞགས་པ་སེར་པོ། རུབ་སྟོང་ལྷགས་སྟོག་དཀར་དམར། བྱང་  
སྟོང་བྱིལ་བྱ་ལྷང་ཁྲ། ལྷ་སྤྲུལ་ནང་མའི་ཤར། ལྷ་ཤིང་མེ་ཏོག་སེར་པོ་བད་ཆའི་གདན་  
ལ། པརྣ་སེར་པོ་སྤྲོན་ཡོད་པ། ལྷགས་ཀྱི་དཀར་པོ། དབྱུག་པ་དཀར་པོ་ནམས་  
གཡས་ནས་རིམ་བཞིན་དང། དེ་བཞིན་བྱ་སྟོང་བྱིལ་སྟོན་དཀར་ལྷང། རལ་གྱི་དཀར་  
པོ། པརྣ་དཀར་སེར་པོ་ཏི་ཡོད་པ། ལོར་བྱ་སྟོན་པོ་ནམས་དང། རུབ་བྱ་བྱམ་པ་དཀར་  
པོ། བད་དཀར་རྒྱ་ཆོས་ཡོད་པ། རིན་ཆེན་དཀར་དམར། དོན་འདི་བྱ་བ་དམར་པོ། བྱང་  
བྱ་ལྷུན་ལ། དོན་རྩེ་ས་མཚན་པ། བྱམ་པ་དཀར་པོ། པརྣ་དམར་པོ་རིན་ཆེན་བཅེགས་

བས་མཚན་པ། རིན་ཆེན་སྟེ་མ་སེར་པོ་རྣམས་རྒྱས་པ་དང་། བསྐྱ་ན་ཆོ་ག་ལྟར་  
རོ། །ལྷ་སྣམ་བར་པར་ལའང་གསེལ་བཅུ་དྲུག་ཕྱོགས་མདོག་ །ལྷ་སྣམ་ཕྱི་མར་ལའང་  
གསེལ་བཅུ་གཉིས་ཕྱོགས་མདོག་ །ཕྱིའི་སྒོ་བཞིའི་གཡས་གཡོན་མདུན་རྒྱབ་སོགས་  
ལ་མགོ་ཐོད་ཤས་གང་བ་དང་། རྒྱབ་ཀྱི་ཁོ་པོ་བཞི་ལ་ལྷགས་ཀྱི་ཞགས་པ་ལྷགས་  
སྒོག་འི་ལ་བྱ་བཅས། གཞན་རྣམས་མཚོན་ཆ་གང་རུང་རེ་བཅས་ཕྱོགས་མདོག་ཡིན།

༼དཀྱིལ་འཁོར་བཞི་ཀར་སྤྱན་མོང་དུ་མཁོ་བ་བཤད་པ། ༽

༥ དེ་ནས་དཀྱིལ་འཁོར་བཞི་ཀར་སྤྱན་མོང་དུ་མཁོ་བ་བཤད་ན། ཏྲ་བབས་ཀྱི་  
མདའ་ཡབ་ནང་མའི་སྟེང་དུ་སྤྱུ་གཏུགས་དཀར་པོ་འཛིན་པ་རེ་རེ། དེའི་ཉླ་ཆ་  
ཆོས་རིན་པོ་ཆེ་དོ་རྗེའི་ཅེ་མོ་ཅན་ནོ། །ཡུ་བ་ཆ་རྒྱུད་གསུམ་པ། གཡོགས་ཆ་རྒྱུད་  
གཉིས་རེ་ཡོད་པའི་གཏུགས། མདའ་ཡབ་ཕྱི་མ་ལ་ཆ་རྒྱུད་གཅིག་གི་རྒྱལ་མཚན་  
གཉིས་རེ། ཏྲ་མིག་གོང་འོག་གཉིས། བ་རྒྱལ་ལྷོ་སྤྱོད་གཉིས་སུ་བྱས་པ་སེར་པོ་ཆ་རྒྱུད་  
གཅིག་པ་ལས་འཐོན་པའི་རྒྱལ་མཚན་དང་བ་དན་སྟེལ་མར་ཕྱོགས་རེར་གཉིས་རེ་  
བསྐྱེམས་བས་ཉི་ཤུ་ཅ་བཞི། རྒྱལ་མཚན་ཉླ་བཅས་ལ་ཆ་རྒྱུད་རེ། ཕྱིའི་བྱར་བཞི་  
ལའང་སྤྱུ་གཏུགས་འཛིན་པ་རེ། ཏྲ་བབས་ཀྱི་གཡས་གཡོན་དུ་དབངས་ཞེང་སྒོ་  
ཆད་རེའི་བྱམ་པ་ལས་འཐོན་པའི་ཤིང་ཡལ་ག་བདུན་ལྔར་ལྷ། དུས་སུ་འཁོར་ལོ་  
སེར་པོ་ཅེབས་བརྒྱད་པ། དེའི་སྟེང་ན་བྱིས་བདག་དཔམ་པོ་མཛོད་འཛིན་པ། ཤིང་  
ཅེར་ནོར་བུ་སེར་པོ། གཡས་སུ་སྒྲུང་པོ་དཀར་པོ། སྟེང་དུ་བྱུང་མེད་སྟོ་སངས།  
གཡོན་དུ་ཏྲ་ལྔར་ལྷ། སྟེང་དུ་དཔག་དཔོན་ནག་པོ་རལ་གྱི་དང་མདུང་ཐོགས་པ་གོ་ཆ་  
ཅན། ཤིང་གི་སྟེང་དུ་བྱུབ་ཆེན་རྒྱན་དུག་ཅན། ཕྱོགས་སོ་སའི་རྒྱལ་བའི་སྐྱ་མདོག་

དང་ཕྱག་རྒྱ་ཅན། དེའི་སྟེང་དུ་སྦྲིན་གྱི་གསེབ་ནས་ལུས་སྟེང་འཕྲོན་པའི་ལྷ་མོ་རྟོག་གི་  
སྟེང་བ་བཟུང་བ་སོགས་དང་། སྒྲུང་རྒྱ་བ་གྱི་རོས་སུ་སྒྲ་བྲེ་ལས་འཕྱང་བའི་བྲ་བ་བྲ་  
བྲེད། བྲ་བའི་དབུས་སུ་འཁོར་ལོ་སོགས་ཕྱོགས་སོ་སོའི་མཆན་མ་གཉིས་རེ། ཏྲ་  
བབས་གྱི་ཀ་བའང་ཕྱོགས་མདོག་། ཀ་རྒྱན་ལ་ཅེར་ནོར་བུ་སུམ་བཅེགས། གཞན་ལྟེ་  
བཅེགས་མཛེས་མཆོན་བགྱིས་པ། ཕྱིའི་བརྒྱ་དཔར་སྟོ་ལྡང་སྟེལ་བ་ལ་ཕྱོགས་བཞི་  
དཔར། མེ་རྒྱུང་སེད། དབང་ལྡན་ནག་། བདེན་བྲལ་ལྡང་། ཕྱོགས་བཅི་ཁིང་མཆམས་  
མི་བཅི་བ་དང་། གཙོད་དཀར་པོ། མེ་སོ་གཉིས། མེ་མཆམས་ནས་དཀར་སེར་དཔར་  
ལྡང་སྟོ་སྟེལ་བ། རྟོ་བའི་རྟོ་རྟོ་བཅུ་བྲལ་སོགས། དུར་ཁོད་ཡོད་ན་དེའི་བར་སྟོང་དཔར་  
པོ་གཙོད་དཔར་སྟ། བརྒྱ་གཉིས་རེ་ལ་མེ་རི། མེ་བཞི་རེ་ལ་དུར་ཁོད་རེ་སོགས་  
དགོས་ལ། དར་ལྟེའི་སྟེར་སྟོག་ཆགས་གྱི་མཆན་མ་ཡོད་པ་རྒྱལ་མཆན། མེད་ན་བ་  
དན་ནོ། ཏྲ་བབས་ལ། བ་དན་ནང་དང་། རྒྱལ་མཆན་ཕྱིར་འཇུགས་པ་སོགས་ཕྱག་  
ལེན་ལྟར་འགོད་པའོ། །

༼ ཀུན་རིག་གི་ཕྱིའི་ཁོར་ཡུག་ལ་འགོད་བྱ་ཅུང་ཟད་བཤད་པ། ༽

༺ དེ་ནས་ཀུན་རིག་གི་ཕྱིའི་ཁོར་ཡུག་ལ་འགོད་བྱ་ཅུང་ཟད་བཤད་ན། འཛེམ་  
སྒྲིང་སོགས་པའི་དབུས་སུ་ཆངས་པ་སེར་པོ་གདོང་བཞི། ལག་བ་དང་པོ་གཉིས་བརྒྱ་  
དང་སྟེང་བ། འོག་མ་གཉིས་དབྱུག་བ་དང་སྟེ་སྒྲུགས་ངང་བ་ལ་ཞོན་པ། བཅུན་མོ་པེ་  
མི་ཐོགས་པ་པོ་ཉ་བརྒྱ། མངག་གཞུག་རལ་གྱི་ཅན་ནོ། །བྱང་སྐྱ་མི་སྦྲན་བྱ་བཞིའི་  
དབུས་ན། དབང་ལྡན་དཀར་པོ་མཁྱིན་སྟོན། ཐོད་བ་དང་ཅེ་གསུམ་ཐོགས་པ། རྒྱ་བྲེད་  
གྱི་ཙོད་པཎ་ཅན། ལྷ་མཆོག་ཞོན་པ། ལྷང་མ་བརྒྱ། པོ་ཉ་མདུ། མངག་གཞུག་ནག་

མོ་མདུང་ཐོགས་པ། ཤར་ལུས་འཕགས་པོ་རྒྱ་གམ་ན། བརྒྱ་གྲིན་སེར་པོ་དོ་རྩེ་ཅན།  
སྤང་པོ་ཞོན་པ། བཅུན་མོ་པེ་མི། མངག་གཞུག་ཡིད་འོང་། མོ་ཉ་གཉིས་རལ་གྱི། ལུ་བ་  
བ་ལང་སྤྱོད་རྒྱུ་པོའི་དབུས། ལུ་བ་འཇུག་ནག་པོ། ལག་དང་པོ་གཉིས་འཁོར་ལོ་དང་  
གཏུགས། འོག་མ་གཉིས་གཞུ་དང་དབུག་པ། མཁའ་ཕྱིང་ལ་ཞོན་པ། བཅུན་མོ་  
གསལ་ཤིང་། མངག་གཞུག་མཆེ་བ། མོ་ཉ་འཁོར་ལོ་ཐོགས་པ། གཙེ་བོ་རྣམས་ལག་  
དང་པོ་ཕྱག་མཆོན་དང་བཅས་ཐལ་མོ་སྦྱར་བའི་ཉམས་ཅན། ཆངས་པའི་གཡས་  
ངོས། ཐགས་བཟང་ངེས། སྟོབས་ལྡན། རབ་དགའ། རྣམ་པར་སྤང་སོགས་ལྟ་མིན་  
རྣམས་ནག་པོ་གྱི་ཕུབ་གོ་ཆ་ཅན་འཁོར་དང་བཅས་པ། གཡོན་རི་བ་སེར་པོ་པེ་མི་  
ཅན། རྒྱན་ལྡན་འཁོར་དུ་མ། བྱང་གཡས་ནམ་མཁའ་ཕྱིང་གཤོག་རྒྱང་ཅན། ཀླང་བ་  
དཀར། རྩེ་བ་སེར། སྒྲིག་མ་དམར། མགོ་ནག །ཐལ་མོ་སྦྱར་བ། རང་འདྲའི་འཁོར་  
རྣམས་སོ། །བྱང་གཡོན་གཞོན་སྦྱིན་གང་བཟང་སྟོ། རོར་བྱ་བཟང་སེར། རོར་སྦྱིན་  
དམར། རྣམ་སྤྲས་སེར། པེ་ཅི་ཀྱུ་ལི་དམར། ཀི་ལི་མི་ལི་ལྗང། སྟོའི་དབང་པོ། སྤྱོད་  
པའི་དབང་པོ་གཉིས་སེར། དེ་རྣམས་པེ་ཇ་ཕུར་ཐོགས་པ་འཁོར་དུ་མ་ཅན་ནོ། །ལྟོ་  
ལུ་བ་ཏུ་སྦྱིན་པོ། མགྲིན་བཅུ་སྟོན་པོ། གཡས་མཆེ་བ་གཡོན་སྤྲིགས་མཇུ་བ། ལུ་བ་  
ཀན་གྱི། ལུ་བ་སྦྱ་དབུག་པ་ཅན། བཅུན་མོ་སོགས་དང་བཅས་པ། ཀྱན་ཏུ་གཏུག་  
ཐམས་ཅད་སྤེང་ཅན་སོགས་འཁོར་དུ་མ་ཅན། ལུ་བ་ཏུ་སྦྱ་མཐའ་ཡས་དམར། རོར་  
རྒྱས་སེར། འཛོག་པོ་དམར། སྟོབས་རྒྱ་དང་བརྒྱ་དཀར། པད་ཆེན་ནག །དུང་སྦྱོང་  
སེར། དིགས་ལྡན་དམར། ཐམས་ཅད་གདེངས་ཀ་དང་། ལག་ཐལ་མོ་སྦྱར་བ་འཁོར་  
དང་བཅས་པ། བྱང་ཤར་དུ་འབྱུང་བོ་དབང་ལྡན་དུད་ལ། ལུ་མཆོག་ཞོན་ནས་ཅེ་

གསུམ་ཐོགས་པ། འཁོར་རི་དྲགས་རྒྱལ་པོ་རི་དྲགས་གཟུགས། གླེམ་བྱེད་གཞོན་  
ལུང་གཟུགས། བརྗེད་བྱེད་མ་གཟུགས། ཁུ་ཚུར་བྲ་གཟུགས། བཅ་བྲ་ཁྲི་གཟུགས།  
སྤལ་པོ་པག་གཟུགས། ར་མི་རྟ་གཟུགས། འདོད་ཅན་དོ་རྗེའི། མཁ་བྲའི། བཞིན་རྒྱས་  
འུག་པའི། གཉལ་ལག་བྲ་གག་གི། བྲ་ནི་འདབ་ཆགས། མིག་འཕྱར་པ་མི། འཇམ་པ་  
རི་དྲགས། མ་མོ་མི་གཟུགས་ཉེ་བཅོ་ལྔའོ། །

སྣོར་ཡི་དྲགས་ཀྱི་སྤེ་ཆན་ཕྱི་སྤྱི་བ་ཅན་སོགས་ལ། འབྲེ་ལ་ལོག་འབྲེན་ནག་པོ།  
སྤྱལ་བཟུང་བ། གཟེའུ་ཐུང་ཐུང་བལྟས་ཀྱི། བེའུ་དར་དཔུངས། ལུ་ཆན་སོགས་ཀྱི་  
སྤེ་འབྲེའི་སྤེ་ཆན། གསེར་རི་བདུན་ལ་གནས་པའི་ལྷ་རྣམས་སོ། །

ཕྱོགས་བཞིར་རྒྱལ་ཆེན་བཞི་ཡོངས་གྲགས་སོ་སོའི་རིགས་མཐུན་ཀྱི་འཁོར་  
དང་བཅས་པ། འར་ཏུ་གཟའ་ཆེན་ཉི་མ་དམར་པོ། བརྒྱ་དང་ཉི་མ་ཐོགས། རྟ་བདུན་  
ཅན་ཀྱི་འིང་རྟ་ལ་ཞོན་པ། རྩ་བ་དཀར་པོ་རྩ་བ་ཐོགས་པ་ངང་བ་ལ། ལྟོར་མིག་དམར་  
དམར་པོ་གཡས་ཀྱི་དང་གཡོན་མི་མགོ་བཟུང་བ་ར་ལ། ལྷག་པ་མེར་པོ་མདའ་གཞུ་  
ཅན་བརྒྱ་ལ། བྱང་ཏུ་ཐུར་བྲ་དཀར་པོ་སྤྱིང་བ་སྤྱི་ལྷགས་བཟུང་བ་བརྒྱ་ལ། བ་སངས་  
དཀར་པོ་སྤྱིང་བ་སྤྱི་ལྷགས་ཅན་བུམ་པ་ལ། ལུབ་ཏུ་སྤེན་པ་ནག་པོ་དབྱིག་པ་བཟུང་  
བ་ཏུས་སྤལ། སྤྱ་གཅན་དམར་ནག་རྩ་ཉི་བཟུང་བའོ། །འར་སོགས་ཕྱོགས་རེར་སྐར་  
མ་བདུན་རེ་སྟེ་རིམ་བས། བ་སྐར་དཀར། བ་ཉི་ལྗང། སྤེན་བྲུག་ལྗང་མེར། ལྷར་མ་  
དམར་སྤྱ། མགོ་ནག་ལག་དཀར། བསམ་སོ་དཀར། རྒྱལ་ལྗང། སྤྱག་དཀར། མཚུ་  
དམར། བྲེ་ལྗང་མེར། དཔོ་ལྗང། མེ་བཞི་དཀར། བག་པ་ལྗང། ས་རི་དཀར། ས་ག་  
ནག་ལ། ལྷ་མཚམས་ལྗང། སྤེན་སྤྱབས་དཀར། རྩ་སྟོད་ནག་ལ། རྩ་སྤྱད་སྤྱ། བྲེ་བཞིན་

དམར་སྒྲ། གྱི་བཞིན་ལྡང་། མོན་གྲུ་ནག། མོན་གྱི་སེར། ལྷམས་སྟོང་ལྡང་། ལྷམས་  
སྟོང་སེར། ལྷམ་གྲུ་སེར་སྒྲ་སྟེ་ཐམས་ཅད་ལྷ་མོའི་ཆས་ཅན་ཐལ་མོ་སྦྱར་བའོ། །

ཡང་སྟེ་བདུན། བརྟན་པ། སྒྲ་ཅུ་ཅན། སྦྱར་བ་བཞི་གི་བཟུང་བའོ། །ཤར་དུ་ཆ་  
དཔྱལ། ལུ་བ་ཏུ་གང་དཔྱལ་རྣམས་ཀྱི་སྦྱང་མ་རྣམས་སོ། །

བགགས་ནི། བྱང་དུ་ཆངས་པ་སེར། སྤོན་པོ་ནག། སྒྲེམ་བྱེད་དམར། བརྟེན་  
བྱེད་སྟོ་སྒྲ། གཞོན་པོ་སེར། གྱི་བ་གཞོན་ནག། མ་མོ་ནག། ལོག་འཛེན་ཐལ་མོ་དོག་  
རྣམས་བཅུན་མོ་དང་བཅས་བའོ། །

བྲང་སྟོང་ནི། སྟོར་མེ་བཞི་རིན་ཆེན་འབར་བ། ལྷག་པ་འཁོར་ལོ། ཡང་དག་  
ཤེས་དོ་རྟེ། མདུན་བཟར་ཅེ་གསུམ། བྱ་བྱ་སྟོམ་བྱ། འགྱུར་མེད་དབྱ་སྟ། ཨི་བྱར་མེ།  
གཡོན་དར་འཁོར་ལོ་བཟུང་བའོ། །སྤ་མེན་ལ། ཤར་དུ་དཀར་པོ་ཅེ་གསུམ། སྟོར་  
སེར་མོ་ཁ་འྲྀ། ལུ་བ་ཏུ་དམར་མོ་དབྱུག་པ། བྱང་དུ་ལྡང་ཁུ་བ་དན་ཅན། གཡོན་ཐམས་  
ཅད་ཐོད་པ་བཟུང་སྟེ་གང་བྱེད་བའོ། །

མ་མོ་བརྒྱད་ནི། ཤར་ཆངས་མ་སེར་མོ། ཞལ་བཞི། བྱག་དང་པོ་གཉིས་དོ་རྟེ་  
དང་བཟང་ཐེང་། འོག་གཉིས་དབྱུག་པ་དང་སྟྱི་སྒྲགས་བཟུང་བ་དང་པ་ལ་ཞོན་པ།  
སྟོར་ཁུ་བ་འཇུག་མ་ནག་མོ། གཡས་གཉིས་དོ་རྟེ་དང་དབྱུག་པ། གཡོན་གཉིས་དུང་  
དང་འཁོར་ལོ་མཁའ་ལྷིང་ལ་ཞོན་པ། ལུ་བ་ཏུ་གདོང་བྱུག་མ། གཡས་གཉིས་དུང་དང་  
དོ་རྟེ། གཡོན་གཉིས་ཁྲིམ་བྱ་དང་རིལ་བུ་མ་བྱ་ལ། བྱང་དུ་བྲག་མོ་དཀར་མོ། གཡས་  
གཉིས་དོ་རྟེ་ཅེ་གསུམ་དང་མཆོག་སྟྱིན། གཡོན་གཉིས་མདུང་དང་རལ་གྱི། སྦྱལ་  
རྒྱན་དང་རིན་པོ་ཆའི་དབུ་རྒྱན་རྩ་ཆེས་ཀྱིས་སྦྱས་པ་ཁུ་མཆོག་ལ། བྱང་ཤར་དུ་ནག་

མོ་ཐོད་ཁྲག་ཅན། འར་སྒྲོར་ནག་མོ་འཁར་གསེལ། སྒྲོ་བྱ་བ་ཟབ་མོ་དོ་རྩེ་དང་མེ་ཏོག་  
ཐེང་བ། ལུ་བྱུག་གི་ཤིང་རྩ་ལ། ལུ་བ་བྱང་སྤྱོད་མོ་མེར་མོ་དོ་རྩེ་དང་བུམ་ཤིང་། མེ་  
ཏོག་ཅན་གྱི་འཁྲོགས་ལ་གནས་པའོ། །

སྤྱོད་མོ་བཞི་ནི། འར་དུ་དགའ་བ་མོ་དཀར་མོ་མདའ་གཞུ་ཅན། སྒྲོར་གསོད་  
བ་མོ་ནག་མོ་གྱི་ཕུབ། ལུ་བ་ཏུ་མག་མོ་མེར་མོ་གཏེར་བཟུང་བ། བྱང་དུ་བྱུབ་བ་མོ་  
དཀར་མོ་གྱི་ཐོད་ཅན་རོ། །

རྣམ་འབྱོར་ལ། བསྐྱ་ཅན་དཔལ་བེ། འཛིགས་བྱེད་མ་འཁོར་ལོ། རྣམ་རྒྱལ་མ་  
རྒྱལ་མཚན། མདངས་ཅན་མ་གཏུགས། འོད་ལྗན་མ་བསྐྱ། ཡིད་འབྱུང་མ་བུམ་ལ། བྱི་མེད་  
མ་དུང་། ཡིད་བཟང་མ་ཉ་ཐོགས་པའོ། །འབྱུང་བཞི་འོ་ལྷ་འར་སྒྲོ་མེ་ལྷ། འཁོར་ལོ། ལུ་བ་ཏུ་  
ལྷ་སྒྲུལ་ཞགས། ལུ་བ་བྱང་རྒྱུང་ལྷ་བ་དན། ལུ་བ་ཏུ་ས་བདག་འཁོར་ལོ་ཅན་རོ། །

ཁྱིམ་ལྷ་ཀུན་སྤངས་སྒྲོམ་བྱ། རིའི་ལྷ་རབ་བཀྲན་རིན་པོ་ཆེ། ཤིང་ལྷ་ཀུན་ནས་  
འོད་ཤིང་ཐོག་ཀུན་རའི་ལྷ་ཀུན་སྤངས་སྒྲོ་བྲོས་ལྷོན་ཤིང་། གནས་ལྷ་སྤྲུལ་འཁོར་  
ལོ། དུར་ཁྱོད་ལྷ་འབྱུང་པོ་འཁོར་ལོ། བྱོང་ལྷ་བསོད་ནམས་དགེ་སྒྲོ་རིན་ཆེན་ཐོགས་  
པའོ། །དེ་རྣམས་བྱང་དུའོ། །

འཛིགས་བྱེད་དག། འར་འཛིགས་བདག་ཁྱོ་པའི་ཉ་མས་ཅན་ཁ་འྲོ། བཅུན་  
མོ་ལྷ་ལ། བྲ་མི་ཏ་དཀར་པོ། རིན་ཆེན་ཆངས་མ་བཅས། སྒྲོར་རྩི་ར་བ་སྒྲོ་ནག་དོ་རྩེ།  
བདེ་སོགས་བཅས་ལ། ལུ་བ་ཀུ་རྩི་ར་དམར་ནག་ཐོད་དབྱུག་རེ་ཕུ་མ་བཅས། བྱང་ཡེ་  
ཤེས་རྩི་ར་ལྗང་ནག་འཁོར་ལོ་ཉི་ཤུ་རི་བཅས། མེར་རྩ་ཤུལ་དམར་ནག་མདའ་གཞུ་  
ཁྲབ་འཇུག་མ་བཅས། སྤྱོད་དུ་བེ་ཏི་སྒྲོན་པོ་དག་སྒྲུ་མ་ར་ཏི་བཅས། རྒྱུང་དུ་ཀུ་ལ་རྩི་

ར་དུད་ཁ་རལ་གྱི། ཉ་ར་མ་བཅས། དབང་ལྡན་དུ་གན་པ་ཉི་ཤོ་ནག་དོ་རྩེ། ཅ་ལྷོ་  
བཅས། ཁྱོ་བོ་ཉམས་ལྡན། ཡུམ་ལ་འབྱུང་བ། གཡོན་བརྒྱུད་པ་ལོ། །

ལྷ་ཆེན་བརྒྱུད་ནི། ཤར་དབང་ལྷ་གནག་པོ་མདུང་ཅེ་གསུམ། ལྷོ་ར་བརྒྱ་བྱིན་  
དཀར་མེར་དོ་རྩེ། ལུ་བ་ཆངས་པ་མེར་པོ་རིན་པོ་ཆེ། བྱང་ཁྱབ་འབྲུག་ནག་པོ་འཁོར་  
ལོ། ཤར་ལྷོ་འདོད་པའི་དབང་ལྷ་གནག་པོ་མདུང་གཡུ། ལྷོ་ལུ་བ་ཆོག་པ་བདག་  
དཀར་པོ་ལྷང་མདོག་དགྲ་སྒྲ། ལུ་བ་བྱང་བྱིང་གི་རི་ཉི་ལུས་པའི་མདོག་ཅན་ལྷོ་ལ། བྱང་  
ཤར་གདོང་དུག་དམར་པོ་བྱིས་པའི་མདོག་གི་གྲུག། རང་འབྲའི་རྩུང་མ་ལ་འབྱུང་པ་ལོ། །

ཕྱོགས་སྐྱོང་བརྒྱུད་ནི། ཤར་བརྒྱ་བྱིན་དམར་མེར་དོ་རྩེ་ཅན་ལྷང་པོ་ལ་ཞོན་པ་  
རྩུང་མ་གཉིས་སོགས་འཁོར་དུ་ལ། ལྷོ་གཤེན་རྩེ་ལྷོ་པོ་པེ་ཅོན་མ་ཉེ་ལ། རྩུང་མ་  
གཉིས་འཁོར་དུ་ལ། ལུ་བ་རྩུ་ལྷ་དཀར་དམར་རིན་པོ་ཆེ་དང་ཞགས་པ་ཅན་རྩུ་སྒྲིན་ལ་  
རྩུང་མ་དང་འཁོར་དུ་ལ། བྱང་དུ་གཞོད་སྒྲིན་མེར་པོ་ནེ་ལུ་ལེ་དང་རིན་ཆེན་སྒྲེ་མ་  
ཐོགས་པ་རྩུང་མ་འཁོར་བཅས། མེར་མེ་ལྷ་དམར་པོ་སྒྲི་ལྷགས་དཔྲུག་པ་ཅན་ར་ལ།  
རྩུང་མ་འཁོར་བཅས། སྒྲིན་པོར་སྒྲིན་པོ་དམར་པོ་རལ་གྱི་ཅན་ཡི་དྲགས་ལ། རྩུང་མ་  
འཁོར་བཅས། རྩུང་དུ་རྩུང་ལྷ་མཁའ་མདོག་བ་དན་དང་རྒྱལ་མཆོན་ཅན་ཤ་བ་ལ།  
རྩུང་མ་འཁོར་བཅས། བྱང་ཤར་དུ་འབྱུང་པོ་ཐལ་མདོག་། གཡལས་གཉིས་ཅེ་གསུམ་  
དང་ཨ་ལ། གཡོན་གཉིས་སྒྲི་ལྷགས་དང་ཐེང་བ་ཅན་མ་ཉེ་ལ། འཁོར་རྩུང་མ་བཅས།  
ལུ་བ་ལུ་ས་ལྷ་མེར་མོ་ལུམ་པ་ཅན་བསྐྱེ་ལ་འདུད་པའི་རྩུང་གིས་གནས་པ་འཁོར་དུ་ལ།  
དེའི་གཡལས་ན་ལྷ་མ་ཡིན་དམར་ནག་གོ་ཆ་རལ་གྱི་ཅན་སྒྲན་ལ་གནས་པ། གཡོན་དུ་  
ལྷ་དཀར་པོ་རིན་ཆེན་སྒྲོད་ཐོགས་པ། བརྒྱ་བྱིན་གྱི་གཡལས་ཆངས་པ་མེར་པོ་གཡལས་

གཉིས་སྒྲེགས་བཅ་དང་སྒྲེང་བ། གཡོན་གཉིས་མཚོག་སྦྱིན་དང་སྦྱི་རྒྱགས་ཅན་དུར་  
བ་ལ། དེའི་གཡོན་དུ་ཉི་མ་དམར་པོ་རྩོམ་དང་བསྐྱེད་སྒྲེང་ན་ཉི་མ་ཡོད་པ་ཐོགས་ལ།  
རྩ་བ་དུན་དང་བཅས་པའི་ཤིང་རྩ་ལ། རྩ་བ་དཀར་པོ་ལག་གཉིས་ན་བསྐྱེད་སྒྲེང་རྩ་བ་  
ཡོད་པ་ཐོགས་པ་ངང་བ་ལ་གནས་པ་སྟེ། འདུལ་འཛིན་པའི་རིག་ཆེན་ལས་འབྱུང་བ་  
མདོ་ཅམ་བྲིས་པའོ། །

### ༼ སྦྱིན་སྒྲེག་གི་ཐབ་ཐིག་འདེབས་ཚུལ། ༽

༺ སྦྱིན་སྒྲེག་ཐབ་ཐིག་འདེབས་ཚུལ་ནི། །ཞི་བ་དབྱུས་ནས་ཤར་ཕྱོགས་  
སྟ། །མཐོ་གང་སྐར་ཡང་སོར་བཞི་གཉིས། །རྒྱུ་པོ་གསུམ་ནི་རིམ་བཞིན། །ཐབ་  
དང་སྟ་རན་ཁ་ཁྲེར་རོ། །དེ་སྒྲེང་སོར་གཉིས་དབྱུས་ཆད་ཀྱི། །ཟུར་ཐིག་སྒྲེང་དུ་བྱ་  
རྩེས་བྱ། །བྱ་བཞིར་བྱས་པ་སྒྲེགས་བྱའི་ཐིག་ཐབ་དབྱུས་སོར་བཞིས་བསྐྱེད། །ལྟེ་  
བ་རྒྱུ་བསྐྱོར་འདབ་སོར་བརྒྱད། །བྱས་པའི་ལྟེ་འདབ་མཉམ་པ་འབྱུང་། །ཐབ་དབྱུས་  
རྩོམ་སོར་བརྒྱད་བྱ། །ཁ་ཁྲེར་རྩོམ་སྒྲེང་བྱ་བཞི་དུ། །རྩོམ་སྒྲེང་རྩོམ་མཚན་པའོ། །

### ༼ རྒྱས་པའི་སྦྱིན་སྒྲེག་གི་ཐིག་འདེབས་ཚུལ། ༽

༺ རྒྱས་པ་དབྱུས་ནས་ལྟོ་ཕྱོགས་སྟ། །ཁྲ་གང་སྐར་ཡང་སོར་བརྒྱད་  
གཉིས། །རིམ་བཞིན་དབྱུས་ཆད་ཟུར་ཐིག་སྒྲེང་། །བྱ་རྩེས་བྱས་ལ་བྱ་བཞི་  
གསུམ། །ཐབ་དང་སྟ་རན་ཁ་ཁྲེར་རོ། །དེ་སྒྲེང་སོར་བཞི་དབྱུས་ཆད་ཀྱིས། །ཟུར་ཐིག་  
སྒྲེང་ན་བྱ་རྩེས་བྱ། །བྱ་བཞིར་བྱས་པ་སྒྲེགས་བྱའི་ཐིག་ཐབ་དབྱུས་འཁོར་ལོའི་ལྟེ་བ་  
ལ། །སོར་བདུན་འཁོར་ཅིབས་སོར་བརྒྱབ་བཞིས། །སྟ་བྱུང་སོར་གསུམ་རྒྱུ་གསུམ་

བྲ། །ཉེ་བ་དེའི་ཆེན་ཆ་དགྲ་དང་། །ཁ་ཁྱེད་ཟུར་གསུམ་གྱ་བཞིས་མཆན། །ཆེ་ཕྱེད་དོ་  
ཇི་སྲར་བཞིན་ནོ། །

༼དབང་གི་སྦྱོན་སྟེག་གི་ཐིག་འདེབས་ཚུ་ལ། ༽

༺ དབང་ལ་དབྱས་ནས་བྱུང་ཕྱོགས་སུ། །ཁྱེ་གང་སྒྲར་ཡང་སོར་བརྒྱད་  
གཉིས། །དབྱས་ཆད་ཤར་ཕྱོགས་ཟུར་གཉིས་ལ། །བྲ་ཇེས་བྲས་ལ་ཐིག་གསུམ་  
གདབ། །དབྱས་ནས་སོར་བྱག་སོར་གཉིས་གཉིས། །ཐིག་སྦྱད་བཟུང་ནས་ཕྱོགས་  
གསུམ་བསྐོར། །ཉེགས་བྲ་རྒྱས་དང་མཚུངས་བ་ལ། །འབྲམ་བ་གཡས་གཡོན་དེས་  
བཟུང་བྲ། །ཐབ་དབྱས་བསྐྱེད་ཐི་བ་ནི། །ཉེ་བ་སོར་བརྒྱད་འདབ་མ་ནི། །བརྒྱབྱག་ཉེ་  
འདབ་མཉམ་པའོ། །ཐབ་དབྱས་ཁ་ཁྱེད་བསྐྱས་མཆན། །གཞན་ནི་སྦྱི་དང་འབྲ་བའོ། །

༼དབྲ་པོའི་སྦྱོན་སྟེག་གི་ཐིག་འདེབས་ཚུ་ལ། ༽

༺ དབྲ་པོ་དབྱས་ནས་བྲང་ཕྱོགས་སུ། །མཐོ་གང་སྒྲར་ཡང་སོར་བྲག་  
གཉིས། །ཐབ་ཀྱི་ཟུར་ཡིན་ཉེ་ཕྱོགས་སུ། །དབྱས་ནས་མཐོ་གང་སོར་བྲག་གཉིས། །དེ་  
ཕྱོགས་ཟུར་ཐིག་གཉིས་ཀྱི་ཕྱིར། །བྲ་ཇེས་བྲས་ལ་དབྱས་ནས་སུ། །ཆངས་ཐིག་ཉེ་  
གི་ཆད་གསུམ་གྱིས། །བྲ་ཇེས་བྲས་ལ་ཐིག་གསུམ་གདབ། །ཐབ་དང་ཟུར་ན་ཁ་ཁྱེད་  
རོ། །ཐབ་ལོགས་སོར་ནི་ཉི་ཤུ་ཡིན། །ཐབ་དབྱས་བསྐྱེད་ཉེ་བ་ལ། །སོར་གཉིས་འདབ་  
མ་སོར་བཞི་བྲ། །དབྱས་དང་ཁ་ཁྱེད་ཁྱོ་བོ་ཡི། །དྲོ་ཇེའི་མཆན་མ་བྲི་བར་བྲ། །ཟུར་  
བཞིར་ཆེ་ཕྱེད་དོ་ཇི་བྲ། །

༼ལས་སྒྲ་ཆོགས་པའི་ཐབ་ཐིག་འདེབས་ཚུལ༽

༺ ལས་སྒྲ་ཆོགས་པའི་ཐབ་ཐིག་ནི། ཞི་བ་དང་མཚུངས་ཕྱོགས་བཞི་  
ཡི། བསྐྱར་འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ། བསྐྱར་ལ་གྱི་ནམས་གྱིས་མཚན། ལུ་རན་སྤྱིང་དུ་  
བསྐྱའི། ཟེའུ་འབྱུ་དང་བཅས་མཛེས་པར་བཀོད། ཅེས་པའི་ཞིབ་ཆ་བཤད་པ་ནི། ལྷ་  
བ་སོར་བཞིས་བསྐྱོར་བ་ལ། རྡོ་རྩེ་སོར་ནི་བརྒྱད་པ་དང་། རྡོ་ནས་སོར་གང་གི་སར་  
དང་། རྡོ་ནས་སོར་དུག་པད་འདབ་བརྒྱད། ཕྱོགས་བཞིའི་མཚན་མ་འགོད་པའོ། རྡོ་  
ནས་སོར་གང་རྡོར་ཐོང་བྱ། ལུ་རན་ཟེའུ་འབྱུ་གི་སར་བཅས། ཁ་ཁྲིར་བསྐྱའི་འདབ་མ་  
ལ། རྡོ་རྩེ་གྲུན་འགྲོང་འགོད་པ་དང་། རྡོ་ཡི་པད་རྩེ་ལྷགས་ཀྱའི་དབྱིབས། བྲ་བའམ་  
དབང་གི་འགྲུགས་པ་ལ། བྲ་བཞིར་ཆུ་ཕྱིད་རྡོ་རྩེ་འོ། ཁ་དོག་རང་རང་ལས་དང་  
མཚུངས། རྡོ་ལྷར་ལས་ནི་ཀུན་འོས་པའི། ལས་ནི་ཐབས་ཅད་ཐིག་འདེབས་  
ཚུལ། གངས་ང་རྒྱས་བཤད་ཀུན་དོར་ནས། དཔལ་འཛིན་གྱིས་བཤད་རང་ལྷགས་  
གྱི། མཁས་པའི་ཕྱག་ལེན་གོ་བསྐྱས་ནས། བཀོད་ལ་རྒྱས་པ་གཞན་དུ་གསལ། །

༼ཁ་འབར་བའི་ཐིག་གི་ལག་ལེན༽

༺ ཁ་འབར་ཐིག་གི་ལག་ལེན་ནི། རྒྱས་ན་དམ་ཆོག་གསུམ་བཀོད་  
མཐུན། བསྐྱར་ན་དུས་ནས་སོར་བཞིས་བསྐྱོར། རྡོ་ཕྱིར་སོར་བཞི་པད་འདབ་  
བརྒྱད། རྡོ་ཕྱིར་སོར་བཞི་འདབ་བརྒྱད་ལྷག རྡོ་ཕྱིར་སོར་བཞི་འདབ་སོ་གཉིས། རྡོ་  
ཕྱིར་བྲ་བཞི་སྐོ་བཞི་ལ། འཕར་དཀར་ལ་སོགས་ཕྱོགས་མདོག་བྲ། འདབ་མ་མཛེས་  
ཆོན་གི་སར་སེར། ལྷ་བ་ལ་ནི་ཆུ་བའི་གངན། རྡོ་ལ་ཆོན་སྤང་སེར་པོ་དང་། འདབ་

བརྒྱད་ཤར་དཀར་ལྟོ་དམར་སེར། རྒྱབ་དཀར་བྱང་དུ་ལྗང་སེར་དང་། ཤར་ལྟོ་དམར་  
སེར་ལྟོ་རྒྱབ་སྟོ། རྒྱབ་བྱང་དཀར་ལ་བྱང་ཤར་སེར། རྟེ་ཕྱིར་འདབ་མ་བཅུ་དྲུག་  
དང་། རྟེ་ཕྱིར་སོ་གཉིས་ཐམས་ཅད་ལ། ཆོན་ཕུང་སེར་སོ་བྱ་བ་དང་། སྟོ་བཞིར་རྒྱལ་  
ཆེན་བྱམས་ཕྱོགས་སྟོང་། རང་རང་མདོག་གི་ཆོན་ཕུང་བྱ། དབུས་སུ་ཐུབ་དབང་སྐྱེ་  
བཞུགས་གསོལ། འབར་མའི་གདན་ལ་ཆོས་འབྱུང་ནི། ཕྱི་ནག་ནང་ནི་དམར་བར་  
ཟེ། ཞོང་མའི་དབུས་སུ་མཆོད་སྟེང་། ཐུབ་དབང་སྐྱེ་བཞུགས་སུ་གསོལ། །

༼སྟོལ་མ་གཡུལ་མདོས་ཀྱི་ཐེག་འདེབས་ཚུལ།༽

༺ སྟོལ་མའི་གཡུལ་མདོས་སྟེགས་ཀྱི་ཁར། སྤང་རྒྱན་སྟོན་པོས་ལེགས་  
བྱགས་ལ། ཆོན་གྱིས་བསྐྱེད་འདབ་བརྒྱད་བྱ། རྟེ་སྟེང་མཆོད་སྟོལ་མའི་སྐྱེ། ར་བཟའ་  
སྟོན་སོ་བྱས་བ་བཞུགས། གདུགས་ནི་དཀར་སོ་འབྲུབ་བ་བཤད། །

༼གཙུག་ཏྲར་རྫོག་ཆེན་ཀྱི་ཐེག་འདེབས་ཚུལ།༽

༺ གཙུག་ཏྲར་བརྫོག་ཆེན་ཐེག་འདེབས་ཚུལ། དབུས་སུ་སོར་བཞིས་བསྐྱོར་  
བ་ལ། བསྐྱེད་འདབ་བརྒྱད་ལྟེ་འདབ་མཉམ། རྟེ་ཕྱིར་སོར་གང་སྐྱེ་ལྷུང་དང་། རྟེ་ནས་  
སོར་བཞིར་དོ་རྩེ་ནི། རྒྱ་གམ་གྱིས་ལ་དེ་ཡི་ཕྱིར། སོར་བཞི་བསྐྱེད་འདབ་མ་  
བརྒྱད། རྟེ་མཐར་སོར་བཞི་འཁོར་ལོ་ནི། ཅིབས་བརྒྱད་དེ་ཡི་ཕྱི་རོལ་ན། བྱ་བཞི་  
སོ་བཞི་བྱ་བའམ། བསྐྱེད་མ་བྱས་བས་ཀྱང་རུང་། ཁདོག་དབུས་དཀར་ཤར་སྟོ་  
སོགས། ཕྱོགས་མདོག་དབུས་སུ་ཆོན་ཕུང་དཀར། འདབ་མར་ཤར་དཀར་ལྟོ་སེར་  
བ། རྒྱབ་དམར་བྱང་ལྗང་དེའི་ཕྱིར་བྱམས། ཤར་ཕྱོགས་སེར་སྟོ་ལྗང་དམར་བ། ལྟོ་

ཕྱོགས་དཀར་མེར་ནག་ལྗང་བ། འབྲུ་ཏུ་དམར་མེར་དཀར་ལྗང་བ། བྱང་ན་དམར་  
མེར་ལྗང་དཀར་འཁོད། །དེ་ཕྱིར་ཤར་བྱ་བ་ཆོན་ཕྱང་དཀར། འབྲུ་གྱི་གཡས་གཡོན་  
མེར་པོ་རེ། །ཆངས་པ་ཡལ་ཡུམ་དོན་དུ་ཡིན། །དོ་རྩེའི་རྩ་བཞིར་རྒྱལ་པོ་བཞིའི། །ཆོན་  
ཕྱང་ཕྱོགས་མདོག་ཅན་རེ་འཁོད། །པད་འདབ་བརྒྱད་ལ་ཤར་མེར་པོ། །ལྷོ་ལྷོན་བྱ་བ་  
དཀར་བྱང་མེར་བ། །ཤར་ལྷོ་དམར་པོ་ལྷོ་བྱ་བ་ལྷོ། འབྲུ་བྱང་ལྗང་ཁྱ་བྱང་ཤར་  
དཀར། །ཅིབས་བརྒྱད་སྒོ་བཞི་ཕྱོགས་མདོག་བཤམ། །བྱང་སྒོའི་གཡས་དང་དགྱིལ་  
འཁོར་གྱི། །གཡས་གཡོན་རྒྱ་བ་གསུམ་ནག་པོ་རེ། །གཡས་སོགས་གསུམ་ལ་གཞི་  
ནག་བའི། །ཆོས་འབྱུང་མེ་རི་བཅས་པ་བྲ། །ལེགས་ལྷན་གསུམ་གྱི་ཆོན་ཕྱང་རོ། །བྱང་  
སྒོའི་གཡས་དེ་གཞོད་སྦྱིན་སྦྱི། །དེ་སོགས་རྒྱས་པར་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

### ༡ མགོན་པོའི་གཏོར་སྦྱབ་གྱི་ཐེག་འདེབས་ཚུལ། ༡

༥ མགོན་པོའི་གཏོར་སྦྱབ་ཐེག་གི་ཚུལ། །ཕྱི་མི་གྲར་གྲུམ་ཇི་བཟང་  
ཚུས། །བྱུགས་པའི་གཞི་ལ་ཆངས་ཟུར་བཏབ། །ཁྱ་གང་བསྐྱོར་ལ་དེ་ནང་དུ། །སོར་  
གསུམ་བཀུམས་ནས་སྒྲར་ཡང་བསྐྱོར། །དེ་ལ་སྦྱི་ལྟར་ཆོས་འབྱུང་ནི། །མེ་རི་བཅས་  
པ་ཅེ་ཚུར་བསྟན། །དེ་མཐར་སོར་གསུམ་རྒྱུ་བསྐྱོར་ལ། །ཁྱ་ཁྱུང་དང་ནི་དེ་ཡི་  
མཐར། །སོར་བཞིའི་གྲ་བཞིར་བྱས་པ་ལ། །དུར་ཁྱོད་མཚན་ཉིད་ཆང་བར་བྲ། །དབྱུས་  
སུ་སྒྲ་ཆོགས་པད་ཉིའི་སྟེང་། །གྱི་གྲུག་སྦྱོན་པོ་རྩེ་རྩེ་མེར། །ལྷེ་བར་རྩྱུ་སྦྱོན་ཆོས་  
འབྱུང་ནག་མེ་རི་དམར་པོ་ཁྱ་ཁྱུང་སྦྱོན། །གྲ་བཞི་ཕྱོགས་མདོག་བྲ་བའི། །ཞི་རྒྱས་  
དབང་ཀུན་འཛ་བའོ། །

༥ འདི་ཡི་དབྱ་པོའི་གཏོར་ཆེན་ལ། །ཆོས་འབྱུང་ནག་པོ་ཅེ་པར་བསྟན། །མེ་

རི་དང་བཅས་དེ་དབུས་སུ། །བད་ཉི་གི་གྲག་ཁ་པར་བསྟན། །ཉེ་བར་རྩྭ་སོགས་སྤར་  
བཞིན་ནོ། །

### ༼བརྒྱ་བཞི་འཛིན་ཐིག་འདེབས་ཚུལ།༽

༺ བརྒྱ་བཞི་འཛིན་ཐིག་ཆེན་བརྒྱད། །བཏབ་པའི་དབུས་ནས་སོར་བྲལ་  
བསྟོར། །དེ་ཕྱིར་སོར་གང་སྤྲུང་དང་། །དེ་ཕྱིར་སོར་བརྒྱད་པད་འདབ་བརྒྱད། །དེ་  
ཕྱིར་རི་རབ་བང་རིམ་བཞི། །སོ་སོར་སོར་ནི་བཞི་རེ་བྲ། །དབུས་སྤྲེད་བཞིན་  
གཤེགས་པ་ཡི། །བྲག་གཡས་འཁོར་ལོའི་མཆན་མ་བཅས། །ལེགས་པར་བྲིའོ་བྲག་  
ནི་དམར། །སྤྲུང་སེར་པོ་བསྐྱེད། །སྤྲོ་ཆོགས་བསྐྱེད་བ་དང་། །རི་རབ་ཕྱོགས་  
མདོག་བྲ་བ་ཡིན། །

### ༼རབ་གནས་ཁྲུས་དགྲིལ་གྱི་ཐིག་འདེབས་ཚུལ།༽

༺ རབ་གནས་ཁྲུས་དགྲིལ་བྲ་ཚུལ་ནི། །རྒྱར་ནི་ཁྲ་བཞི་དབངས་ཁྲ་དོ། །ཡོད་  
པའི་སྟེགས་ཀྱི་སྟེང་དུ་ནི། །ཕྱི་ནས་དཀར་དམར་ནག་པ་ཡི། །ཅིག་པ་རིམ་གསུམ་གྱ་  
བཞི་པ། །སྟོ་བཞི་དང་བཅས་པ་གྲུ་དང་། །འདོད་སྤྲུམ་བྲུ་ཕྱིད་ཤར་བྲ་དང་། །མདའ་  
ཡབ་བཅས་པ་སྤྱི་ལྟར་ལ། །དབུས་སྤྲེད་འདབ་མཉམ་པ་ཡི། །སྤྲོ་ཆོགས་བསྐྱེད་འདབ་  
བརྒྱད་ཅན། །དེ་ཕྱིར་འཕར་མ་གཉིས་ཞེས་པ། །སྤྲུམ་བྲུ་བཞི་གཉིས་རིམ་ཅན། །དེ་  
ལ་ཤར་ནས་གཡས་སྟོར་དུ། །འཁོར་ལོ་རིན་ཆེན་བསྐྱེད་དང་། །རལ་གྱི་དཀར་སེར་  
དམར་ལྗང་ཅན། །མཆམས་བཞིར་ཤར་སྟོ་ནས་རིམ་བཞིན། །འཁོར་ལོ་རྩོུ་རྩོུ་  
དང་། །རལ་གྱི་དཀར་སྟོ་དམར་ལྗང་ཅན། །གཡས་སྟོར་བཞེད་པ་རྩལ་ཆོན་ནས། །ཚུ་

ཆོན་གྱིས་བྲིས་ལེགས་པར་བཀྲམ། །འདི་ནི་ལྷུང་སྤྱིའི་གསུང་ལྟར་རོ། །ཐིག་གི་ཚུལ་  
ནི་སྤྱི་བཞིན་བྲ། །

### ༼ས་བདག་ལྷོ་འབྲེའི་ཐིག་གདབ་ཚུལ༽

༺ ས་བདག་ལྷོ་འབྲེའི་ཐིག་གདབ་ཚུལ། །རི་ཅམ་བཞོ་བའི་ས་དམིགས་  
དེ། །ཆངས་ཟུར་བཏབ་ལ་ཕྱོགས་རེ་རེ། །རང་མཐོ་བཅུ་སོགས་ཆ་ཆེན་ནི། །བཅུ་  
རེ་ཡོད་པའི་གྲུ་བཞིན་བྲ། །ཆ་ཆེན་རེ་ལ་ཆ་ཆུང་ནི། །དགྲུ་རེར་ཕྱེ་བའི་རེའུ་  
མིག་ །མིག་མང་རིས་སུ་ལེགས་པར་བཏབ། །ཕྱོགས་རེར་རེའུ་མིག་དགྲུ་བཅུ་  
རེ། །འབྲུང་ཞིང་དེ་ལས་གནས་ཚུལ་ནི། །དབྱིད་རའི་ཆེས་གཅིག་ཏུ་བ་སྟོད་ཀྱི། །རེའུ་  
མིག་དང་པོ་མགོ་གཏད་ཅིང་། །ཤར་སྟོད་རེའུ་མིག་དང་པོ་ལ། །མཐུག་མ་ཡོད་ལ་དེ་  
ནས་བཟུང་། །གཡས་བསྐྱོར་ཞག་རེར་རེའུ་མིག་རེ། །འཕོ་བས་གནས་ཚུལ་  
ལེགས་པར་རྟོགས། །ལོ་གཅིག་ཞག་གི་གངས་བཞིན་དུ། །སུམ་བརྒྱ་དུག་ཏུ་འཁོར་  
བ་ཡིན། །དབྱིད་གསུམ་མགོ་ཏུ་བ་ཁ་བྱང་བསྟན། །དབྱར་གསུམ་མགོ་བྱང་ཁ་ཤར་  
གྲུ། །སྟོན་གསུམ་མགོ་ཤར་ཁ་ལྟོ་ཕྱོགས། །དགྲུན་གསུམ་མགོ་ལྟོ་ཁ་ཏུ་བ་གྲུ། །གང་  
ལ་འང་མཐུག་མས་བདུན་ཟུར་མནན། །དངོས་གྲུབ་ལེན་པའི་ས་དམིགས་ནི། །ལུས་  
ལ་རང་མཐོའི་ཆ་ཆེན་བཅུ། །ཡོད་ཕྱིར་གདེངས་ཞལ་སྟོང་ཁ་ཡི། །ཆ་གསུམ་ལོག་ཏུ་  
དཀྲུས་མཐོ་གང་། །ཞེང་དུ་མཐོ་ཕྱིར་ས་དམིགས་ཡིན། །བཞོ་ཚུལ་སྤྱོད་བརྒྱུད་མཆོད་  
པ་སོགས། །གཞུང་གཞན་དག་ཏུ་རྟོགས་པར་འཆོལ། །ཞེས་ཐིག་གི་ལག་ལེན་དུ་མར་  
བཤད་པ་བཟོ་རིག་མཛེས་པའི་ཁ་རྒྱན་ཞེས་བྲ་བ་ལས། །ཐིག་གི་རྣམ་གཞག་ཕྱན་  
ཆོགས་བཤད་པའོ། །

༼དོར་ཐོང་མི་ཏ་དཀྱིལ་ཚོག་སོགས་ཀྱི་ཐེག་གི་རྣམ་གཞག༽

༥ དེ་ནས་དོར་ཐོང་མི་ཏ་སོགས། །དཀྱིལ་ཚོག་རྣམས་ལས་འབྱུང་བ་  
ཡི། །དཀྱིལ་འཁོར་ཐེག་གི་རྣམ་གཞག་འགའ། །ཕྱི་དཀྱིལ་སྡེ་མ་རྣམས་མཚུངས་  
ཤིང་། །ནང་ཐེག་མི་འདྲའི་བྱད་པར་བཤད། །དང་པོ་ཡེ་ཤེས་ཞབས་ལུགས་  
ཀྱི། །གསང་འདུས་འཇམ་དཔལ་རྡོ་རྗེའི་ཐེག་ །ཆོངས་ལས་ཆ་ཚུང་བརྒྱད་མཐར་  
དང་། །བདུན་པའི་མཐའ་རུ་རྒྱུ་པོའི་ཐེག་ །དེ་ནས་ཡང་དག་བླངས་ནས་ནི། །ཕྱོགས་  
གཞན་ཐེག་གི་མཚམས་སོང་བའི། །ཐེག་གཉིས་རིམ་བཞིན་ཆོངས་པའི་ཕྱིར། །ཆ་  
ཚུང་གཉིས་གསུམ་དོར་བར་དོ། །ཕྱི་རྒྱུ་ཐེག་ལས་ཕྱི་དོས་སུ། །ཆ་ཚུང་དོར་བར་  
རྒྱུ་པོའི་ཐེག་ །འདི་ནི་འཕགས་ལུགས་ལས་འཇམ་དོར་ལ་མེད། དེ་ནས་ཆ་ཚུང་  
གསུམ་དོར་ནས། །ཟུར་ཐེག་བར་དུ་གནས་པའི་ཐེག་ །གྲུ་བཞི་ལྟ་སྣམ་ཕྱི་ནང་  
དོ། །ཆོངས་སོགས་ཐེག་རོ་དབྱེ་བར་བྱ། །

༥ སྒྲུ་འབྲུལ་སྒྲེག་དོར་ལུགས་འཇམ་དོར། །དཀྱིལ་འཁོར་སུམ་རིམ་ནང་མ་  
ལས། །ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་ཉིས་འགྱུར་ཏེ། །ནང་མ་གཉིས་ལ་རྟ་བབས་མེད། །ཅ་ཐེག་ལ་  
སོགས་ཀུན་རིག་མཚུངས། །ནང་མའི་ནང་གི་རྒྱུ་སྒྲོར་དང་། །ལེའུ་ཆེ་དགུ་བཅས་  
དོར་དབྱིངས་འདྲ། །

༥ འདུས་པའི་རྩྭ་མཛད་ཁྲི་བཅུ་ཅན། །རྡོ་རྗེ་ཐོང་བའི་ལུགས་ལྟར་ན། །དབྱུས་  
ནས་ཆ་ཚུང་ཕྱིད་བཅས་གཉིས། །བསྐྱོར་བ་ལྟེ་དང་དེ་ཕྱིར་ལ། །དོར་ནས་རྒྱུ་བསྐྱོར་  
པད་འདབ་བརྒྱད། །དེ་ཕྱིར་ཕྱོགས་མཚམས་ཐེག་བརྒྱད་སྟེང་། །གཅིག་དོར་ཕྱིད་

བརྒྱད་བརྒྱ་བརྒྱད། །སྤྲུང་ཡང་ཤར་བྱུང་བརྒྱ་རེ། །ཀྱུན་ཀྱང་ཆ་གསུམ་ཉེ་འདབ་  
བརྒྱད། །མི་འདི་ལུགས་ལ་འདི་ཉིད་ནི། །ལི་རོ་ཅ་ནའི་འཛིགས་བྱེད་འད། །

### ༼དམར་ནག་ག་ཤིན་རྗེའི་ནང་ཐིག་གི་རྣམ་གཞག༽

༥ དམར་ལྷུ་ནག་ཀྱང་ག་ཤིན་རྗེའི་ནང་ཐིག་ནི། །ཉེ་བ་ནས་ནི་ཆངས་ཐིག་  
ཉེར། །ཕྱོགས་རེར་ཆ་ཆེན་གཉིས་རེ་ན། །ཟུ་བཞི་ཟུར་ཐིག་ལ་རེག་གདབ། །དེ་ཡི་  
མཐའ་ནས་ནང་དུ་ནི། །ཆ་ཆུང་གཅིག་དོར་ཟུ་བཞིར་གདབ། །ཉེ་བ་དོར་ཐེང་དོན་  
དུའོ། །ཕྱོགས་རེའི་ཆངས་ཉེར་ཆ་ཆེན་རེར། །དབྱུས་ཀྱི་སྤོམས་ལ་ཆ་ཆུང་  
གསུམ། །ཡོད་པའི་རྩི་རྗེའི་དབྱུས་དུ་བྲ། །ཉེ་ཆངས་འབྲད་ལས་ཆ་ཆུང་གསུམ། །སོང་  
བ་ནས་ནི་ཆ་ཆུང་བཞིའི། །སྤྱད་པས་གཡམས་གཡོན་ཕྱི་དུ་བསྐྱོར། །སྤར་ཀྱི་མཆམས་  
ནས་གཡམས་ཕྱོགས་སུ། །ཆ་ཆུང་བྱེད་དང་གཉིས་ནས་ནི། །ཆ་ཆུང་བཞི་ཡིས་གཡོན་  
ནས་བསྐྱོར། །དེ་བཞིན་གཡོན་ནས་གཡམས་སའང་བསྐྱོར། །སྤྲུང་ཡང་ཉེ་ཆངས་འབྲད་  
བ་ནས། །ཆ་ཆུང་གསུམ་ནས་གཡམས་གཡོན་དུ། །ཆ་ཆུང་བཞི་ཆ་དོར་བ་ནས། །ཆ་  
ཆུང་བཞི་ཡིས་གཡམས་གཡོན་བསྐྱོར། །ཅེས་བ་རྩ་བབས་དུ་ཡི་ཚུལ། །བཞིན་དུ་རྗེ་  
བཙུན་ཁྲ་མས་བཞེད། །

### ༼ལི་རོ་ཅ་ནའི་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་ཐིག་གི་རྣམ་གཞག༽

༥ ལི་རོ་ཅ་ནའི་འཛིགས་བྱེད་ནི། །དབྱུས་ནས་ཆ་ཆུང་བཙུགས་མ་ནི། །སོང་  
ནས་རིམ་བཞིན་ནང་དུ་ནི། །ཆ་ཆུང་གཅིག་དང་གཅིག་དང་ནི། །ལྷ་དང་གཅིག་བཅས་  
ཟུམ་ཐིག་ལ། །འཁོར་ཅིབས་ཆངས་ཟུར་དབྱུས་སོང་བའི། །བར་སྟོང་བརྒྱད་རྣམས་

བྱེད་བྱེད་བཞོ། ཅིབས་ཅ་ཆ་གཉིས་དབུས་སུ་ལྷ། །ཕྱི་སྟེ་ཆ་རྒྱུད་བྱེད་གསུམ་གྱ། །དེ་  
ནང་བྱེད་ནས་སྦར་ཡང་ནི། །ཀྲོག་པོ་བྱི་བར་ཆོས་ཀྱི་ནི། །འཁོར་ལོའི་ཅིབས་ལྷར་བྱ་  
བ་ཡིན། །ཕྱི་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་ཕྱག་གཉིས་དེ་བཞིན་དང་། །སྟེ་བར་ཆོས་འབྱུང་ཡོད་  
པའོ། །

### ། ཕྱག་རྟོན་འཁོར་ལོ་ཆེན་པོའི་ཐེག་གི་རྣམ་གཞག་།

ཕྱི་ཕྱག་རྟོན་འཁོར་ལོ་ཆེན་པོ་ལ། །སྟེ་བ་ཆ་གཉིས་སུ་ལྷུང་གཅིག་། །དེ་ཕྱིར་ཆ་  
བཞི་པད་འདབ་བརྒྱད། །དེ་ནས་སུ་ལྷུང་ཆ་རྒྱུད་གཅིག་། །དེ་ཕྱིར་ཆ་བཞིར་ཅིབས་  
བཞིར་བྱ། །དེ་ཕྱིར་ཆ་རེའི་སུ་ལྷུང་གཉིས། །དེ་ནས་ཆ་གཅིག་མཆོམས་ཅ་ཐེག་། །འདི་  
ནི་བྱུར་བཀའི་ལུགས་ཡིན་ལ། །སྟེང་བའི་ལུགས་ལ་བསྐྱེད་ནི། །ཆ་རྒྱུད་གཉིས་སུ་  
མཇུག་པ་ཡིན། །

### ། གཤོད་རླུག་དང་མཐུ་ཀ་ལ་གཉིས་ཀྱི་ཐེག་གི་རྣམ་གཞག་།

ཕྱི་གཤོད་རླུག་མཐུ་ཀ་ལ་གཉིས། །ཅ་ཐེག་ནང་དུ་ཆ་ཆེན་གཅིག་། །རྟོན་ནང་  
ཅིབས་བརྒྱད་བྱ་བ་ནི། །སྟེ་མ་བེ་རེའི་འཛིགས་བྱེད་འབྲ། །

### ། ཨ་རྩེ་རྩ་ནའི་བདེ་མཆོག་དང་ཁ་སྐྱོར་རྟོན་སེམས་ཀྱི་ཅ་ཐེག་།

ཕྱི་ཨ་རྩེ་རྩ་ནའི་བདེ་མཆོག་དང་། །སྟོན་པོ་ཕྱག་གཉིས་དཀར་པོ་  
དང་། །པག་མོ་སོ་བདུན་སངས་རྒྱས་ཐོད། །ལ་སོགས་ལུ་ཨི་བ་བཞིན་ལ། །བདེ་  
ཆེན་འཁོར་ལོ་རྟོན་བ་དང་། །སྐྱེ་འཁོར་བྱི་རྒྱུ་ཅ་ཐེག་རེག་།

ཕྱི་ཁ་སྐྱོར་རྟོན་སེམས་ཅ་ཐེག་ནང་། །ཆ་སྟན་གསུམ་དང་བྱེད་དང་

གསུམ། །ཕྱིད་དང་གསུམ་དང་ཕྱིད་ཕྱིད་མཆོམས། །ལྷུ་བསྐྱོར་བྱས་པ་སྤེལ་ས་  
རིམ། །འཁོར་ལོ་བསྐྱོད་དོར་སྤོང་། །དེ་ནང་དབུས་ནས་ཕྱིད་དང་གཉིས། །ཕྱིད་དོར་  
ངོས་ཐིག་ཀ་བ་སྟེ། །རེ་ལུ་ཐིག་དགུ་གདབ་དེ་དག་ནི། །ཐུགས་གསུང་སྦྱུང་དང་དཔ་  
ཆོག་གི། །འཁོར་ལོ་འབྱུང་བ་ཤེས་པར་བྱ། །

། བརྟག་གཉིས་ལས་གསུངས་པའི་ཤེན་རྗེ་ལྷ་དགུ་བཞི་ཡི་ནང་ཐིག་།

༥ བརྟག་གཉིས་ལས་གསུངས་ཤེན་རྗེ། །ལྷ་དགུ་བཞི་ཡི་ནང་ཐིག་ནི། །ལྷ་  
བ་ནས་ནི་ཕྱིར་ཆ་སྟོན། །ཕྱིད་ལྷ་ཕྱིད་དང་བཅུ་དང་གཅིག་ལྷུ་བསྐྱོར་རིམ་པར་བད་  
ལྷ་དང་། །གེ་སར་འདབ་མ་དོར་སྤོང་དོ། །

༥ མཐུ་མ་ཡ་ཆེ་འབྱིང་གཉིས། །བདེ་མཆོག་ལྷ་<sup>༩༣</sup>ནི་བཅུ་གསུམ་དང་། །བདེ་  
མཆོག་ལྷ་སྟེས་ཏི་ལོ་པའི། །ལྷ་དགུ་པག་མོ་ཞལ་གསུམ་<sup>༩༤</sup>དང་། །ཞལ་གཉིས་  
<sup>༩༥</sup>རྒྱ་རེའི་<sup>༩༦</sup>པག་མོ་དང་། །དབུ་བཅད་<sup>༩༧</sup>དོན་འབྱུང་<sup>༩༨</sup>ལ་མོགས་དང་། །སངས་རྒྱས་  
ཐོད་པ་ལྷ་དགུ་དང་། །རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཆོ་<sup>༩༩</sup>ཏི་མཁྱིན་ནི། །པརྒྱ་གར་དབང་བཅས་པ་  
ནམས། །ཅི་ཐིག་ནང་དུ་ཆ་ཆེན་རེ། །དོར་ནས་འགོད་པ་སྤར་ལྷར་དོ། །

༥ གཉིས་མེད་རྗེ་རྗེའི་བདེ་མཆོག་<sup>༩༩</sup>དང་། །པག་མོ་ནག་མོ་ལྷ་ལྷ་  
གཉིས། །འཁོར་ལོའི་ཆད་ནི་གདོང་དུག་འབྲ། །སྤེལ་ཅི་བས་དུག་ཕྱི་མ་ནི། །ཅི་བས་  
བཞི་བྱ་བ་ཁྱད་པར་ཡིན། །མི་ཉིའི་མཁའ་སྦྱོང་དེ་དང་འབྲ། །

། སམ་རྩོུ་ཏར་གསུངས་པའི་ཤེན་རྗེ་གྱི་ཐིག་གི་ནམ་གཞག་།

༥ སམ་སྤུ་ཏར་གསུངས་ཤེན་རྗེ་<sup>༩༩</sup>ལ། །དབུས་ནས་ཆ་སྟོན་ཕྱིད་དང་

གསུམ། གཅིག་གི་བརྒྱད་ཆ་བཅས་ལྟེ་བར། རྟེན་མི་ཆ་རྒྱུད་བཞི་ཆ་བཅས། །ལྟ་  
དོར་རྒྱུ་བསྐྱོར་འདབ་མ་བརྒྱད། རྟེན་མི་གཅིག་དང་བརྒྱད་ཆ་ལ། རྟོར་སྐྱོར་སྐྱོར་  
ཡང་གཅིག་བསྐྱོར་བ། རྟོར་སྐྱོར་བྱའོ་དེ་བཞིན་དུ། བདག་མེད་<sup>74</sup> ལྟ་མོ་བཙུ་  
དང་། ཉེར་གསུམ་<sup>75</sup> གྱུ་ཅུ་<sup>76</sup> གྱུ་སྐྱོར་དང་། རྟོ་རྟེ་བདུད་ཅི་བཞི་དེ་བཞིན། །

། རྟོ་རྟེ་སྐྱོལ་མ་དང་ཉི་སྐྱུ་སྐྱོལ་མའི་ནང་ཐིག་།

༥ རྟོ་རྟེ་སྐྱོལ་<sup>77</sup> མའི་ནང་ཐིག་ནི། རྟུམ་ནས་ཆ་སྐྱོར་གསུམ་བྱུག་ནས། རྒྱུ་  
བསྐྱོར་ལྟེ་བ་འདབ་བརྒྱད་དོ། །

༥ ཉི་སྐྱུ་སྐྱོལ་<sup>78</sup> མའི་ནང་ཐིག་ནི། རྟུམ་ནས་གསུམ་གཅིག་ལྟ་ལྟ་  
བཅས། རིམ་བསྐྱོར་ལྟེ་བ་གོ་སར་དང་། འདབ་བཞི་འདབ་བརྒྱད་རྟོར་སྐྱོར་དོ། མཐུ་  
<sup>79</sup> མ་ཡ་ཅུ་ཐིག་ནས། ཆ་ཆེན་དོར་དབུས་བརྒྱ་ནི། འདབ་བཞི་སྐྱེ་ལྟར་བྱ་བ་  
ཡིན། མཐུ་མ་ཡ་དཔའ་གཅིག་གོ།

༥ གྱེ་རྟོར་རིགས་བསྐྱུས་<sup>80</sup> རྟོར་སྐྱོར་ལུགས། རྟེན་དཀྱིལ་མ་གཉོགས་ཏེ་  
བབས་མེད། རྟེན་དང་དཀྱིལ་འཁོར་རྒྱུད་ལྟེ། རྟུམ་ནས་བྱེད་བཅས་བཞི་  
མཆོམས་ནས། རྟོར་ཐིག་བཞི་གདབ་དཀྱིལ་འཁོར་ལྟེ། མདའ་ཐིག་འབྱུང་ལ་དེ་  
སོ་སོའི། ལྟེ་བའི་བར་དུ་ཆ་གསུམ་བཞོས། རྟེན་མར་ཅིག་བསྐྱོ་སོགས་བྱ། ལྟུག་  
གཉིས་ལྟེ་བྱེད་འདབ་མ་བྱ། འདབ་བརྒྱད་དཀྱིལ་འཁོར་གུན་ལའོ། །

༥ བདེ་མཆོག་འཁོར་ལོ་<sup>81</sup> བསྐྱུར་བྱུག་ཀྱང་། ཆེ་བའི་ནང་དུ་རྒྱུད་བྱུག་ཏུ། བྱ་  
ཞིང་དེ་ཡང་དབུས་སྐྱོ་ཆད། གཅིག་བསྐྱོར་དཀྱིལ་འཁོར་དབུས་མ་དང་། རྟུ་གྱེ་  
ཆངས་ནས་གཡས་བསྐྱོར་དུ། ཆ་ལྟར་བཞོས་ལ་དེ་སོ་སོར། ཆངས་ཐིག་རེ་གདབ་

དགྲིལ་འཁོར་རེ། །ཐམས་ཅད་གྲུ་བཞི་སྒོ་བཞི་དང་། །ཀུན་དབུས་བསྐྱེད་འདབ་བརྒྱད་  
དང་། །ལྷ་ལྷུད་བཅས་པ་བྱ་བ་ཡིན། །མི་ཉ་དགྲིལ་འཁོར་སོ་སོར་ལ། །དབུས་ལྷ་  
འདབ་བརྒྱད་དེ་ཡི་ཕྱིར། །འཁོར་སོ་ཅི་བས་བཞི་བྱ་བ་ཡིན། །

༥ གདན་བཞི་འཛིན་ལ་འབྱོར་ནས་མཁའ་<sup>༤༡</sup>ནི། །དོ་སྤངས་ལྷགས་ལ་ཅ་ཐེག་  
ནང་། །ཆ་ཅུང་སྤྱད་བཅས་གསུམ་མཆོམས་དང་། །དེ་ནས་གཅིག་དང་གསུམ་དོར་  
བའི། །རྒྱལ་གསུམ་བསྐྱོར་ནང་ཡིང་ཆེ་དགུ། །

། གསང་ཡུམ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ཐེག་གི་རྣམ་གཞག །

༥ གསང་ཡུམ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ཐེག་ །ཅ་ཐེག་ནང་དུ་ཆ་ཅུང་  
བཞི། །གཅིག་གཅིག་མཆོམས་སུ་རྒྱལ་བསྐྱོར་གསུམ། །ནང་མ་དོ་དུ་ཕྱིར་འོད་  
སྤངས་། །དབུས་ནས་གསུམ་དང་གཅིག་དོར་བའི། །ཀ་བ་བྱ་སྟེ་ཡིང་ཆེ་དགུ། །མི་ཉ་འི་  
ལྷགས་ལ་སྤྲ་མ་ལ། །ནང་ནས་ཡིང་ཆེ་བད་འདབ་བརྒྱད། །བཅུ་དྲུག་ཕྱི་དུ་ལྷ་སྤྲུམ་  
དང་། །ཕྱི་མར་ཡིང་ཆེ་འདབ་བརྒྱད་སྤྱད། །

༥ དེ་ནས་རྣམ་འབྱོར་རྒྱུད་མཆོག་ལས། །དོ་རྩེ་དབྱིངས་<sup>༤༢</sup> གྱི་ནང་ཐེག་ནི། །ཕྱི་  
དགྲིལ་ཅ་ཐེག་ནང་སྒོ་ཆད། །གཉིས་དོར་ནང་མའི་ཅ་ཐེག་གདབ། །དེ་ཆས་གཞག་  
བའི་ཐེག་བདུན་བྱ། །ནང་མའི་ཅ་ཐེག་ལ་རེག་རྒྱུམ། །དེ་ནང་གཅིག་དོར་བདུན་དོར་  
སྤངས་། །དེ་ནས་རེ་འུ་མིག་དགུ་བ་བྱ། །བསྐྱེད་འདབ་བཞི་རེ་འགོད་དེ། །དེ་ནི་དོན་གྲུབ་  
<sup>༤༣</sup>འགྲོ་འདུལ་<sup>༤༤</sup>དང་། །ཁམས་གསུམ་<sup>༤༥</sup>རྣམ་རྒྱལ་འཇམ་དཔལ་<sup>༤༦</sup>གསང་། །དཔལ་  
མཆོག་<sup>༤༧</sup>དང་པོ་བཅས་པ་འབྲ། །

༥ ཆོས་དབྱིངས་<sup>༤༨</sup> གསུངས་དབང་དོར་སྤངས་ལྷགས། །རིམ་པ་བཞི་སྟེ་ཕྱི་མ་

ནི། །སློ་བཅས་རྒྱུ་པོ་ཏྲ་བབས་བཅས། །དེ་ནང་རང་རང་བྱེད་བྱེད་ནས། །དོས་ཐིག་  
བཞི་རེ་བྱར་རེག་གང་། །དེ་ནི་རང་རང་ཅ་ཐིག་སྟེ། །བྱ་བཞི་སློ་ལྡན་ཏྲ་བབས་  
སྤང་། །ནང་མའི་ནང་དུ་རྩོད་དབྱིངས་སོགས། །རི་བཞིན་རེ་ལྷ་མིག་དགུ་ལྡན་གྱ། །མི་  
འདི་ལྷགས་ལ་བྱ་བཞི་བ། །སྤུམ་རིམ་ལིང་ཆེ་དགུ་བཅས་བཤད། །

༥ བོ་མིའི་<sup>93</sup> འཇམ་དཔལ་འང་དེ་བཞིན་ནོ། ། ༥ མཚན་བརྗོད་འཇམ་དཔལ་  
”གདམ་ང་ཅན། །ཅ་ཐིག་ནང་དུ་ཆ་རྩུང་གཅིག་ །དོར་ཏེ་གཅིག་བཞི་གཅིག་བྱེད་  
ལ། །བྱེད་ནས་བསྐྱོར་བ་རྒྱུ་པོ་བྱག་ །ནང་ལྟེ་གེ་སར་འདབ་མ་བཞི། །འཁོར་ལོའི་ལྟེ་  
ཅིབས་སྤྲུལ་བྱེད་དོ། །

### ༼གཙུག་དགུ་སྟེ་ཡི་ནང་ཐིག༽

༥ གཙུག་དགུ་སྟེ་<sup>94</sup> ཡི་ནང་ཐིག་ནི། །ཅ་ཐིག་ནང་དུ་ཆ་རྩུང་བཞི། །དོར་ནས་  
དོས་ཐིག་བཞི་བྱར་རེག་ །དེ་ནས་གཅིག་བྱག་གཅིག་དོར་བའི། །རྒྱུ་བསྐྱོར་རིམ་  
བཞིན་ནང་ནས་ནི། །འཁོར་ལོའི་ལྟེ་ཅིབས་སྤྲུལ་བྱེད་དོ། །

༥ ཆེ་དཔག་གསུང་དང་ཕྱག་རྩོར་<sup>95</sup> ཕྱགས། །ཅིབས་བཞི་མ་གཏོགས་དེ་  
བཞིན་ནོ། །༥ ཆེ་དཔག་བྱར་བཀའ་ལྡན་དགུ་ནི། །དབྱས་ནས་ཆ་རྩུང་ལྡང་ནི། །བཙུ་  
དང་གཅིག་བཅས་ལྟེ་བ་དང་། །འདབ་མ་སྤྲུལ་བརྒྱད་ཡིན། །ནམས་ཡིན་ཏེ། །སྤྱན་  
རས་གཟིགས་དང་མི་འཁྲུགས་བ། །བདེ་མཆོག་བྱིལ་ལྷགས་གཤེད་དམར་དང་། །ཀྲི་  
རྩོར་ཐོད་བ་ཅན་སོགས་འབྲ། །

༥ བདེ་བ་ཆེན་པོ་ཡོན་ཏན་<sup>96</sup> ནི། །དབྱས་ནས་ཆ་རྩུང་གཉིས་བྱེད་  
གསུམ། །བྱེད་དང་གཅིག་དོར་རྒྱུ་པོ་ལ། །ལྟེ་བ་སྤྲུལ་ཅིབས་བཞི་དང་། །བྱི་ཡི་སྤྲུ་

ལུང་རྫོང་ཕྱོད་དོ། །དེ་ཕྱིར་ཆ་ཕན་དགྲ་ཡི་སལ། །ཆ་མཉམ་བརྒྱད་བགོས་ལྷ་སྒྲུལ་གྲ། །

༥ མེ་ལྷར་འབར་བའི་ཕྱིན་ལས་ནི། །ལྷེ་ཅིབས་ཆད་སོགས་གཙུག་དགྲ་  
འབྲ། །སྟོགས་བཞིའི་ཆངས་ཐིག་དབྱས་སོང་ཅིབས། །གཡས་གཡོན་གཉིས་རེ་བཅུ་  
གཉིས་གྲ། །རྒྱལ་ཆེན་སྟོགས་སྟོང་བཅུ་<sup>༡༩</sup> བཅས་ནི། །དབྱས་ནས་ཆ་ཕན་བཞི་གཅིག་  
བཞི། །གཅིག་བཞི་གཅིག་ལྷེ་སྒྲུལ་བདུན་བསྐྱོར། །ལྷེ་འདབ་འཁོར་ལོའི་ལྷེ་བ་  
དང་། །ཅིབས་བཅུ་ལྷུང་ལོད་འཕྱོད་དོ། །

༥ བར་སོང་རྒྱ་སྐར་<sup>༢༠</sup> བཅས་བཞི། །ལྷ་སྒྲུལ་ནང་དུ་ལེའུ་ཆེ་དགྲ། །འཇིགས་  
ཐུང་རི་ལྷར་བྲ་བ་ཡིན། །

༥ ལྷག་རྫོང་སྐྱ་<sup>༢༡</sup> བརྒྱད་བཅས་བཞི། །ཟུར་བཀའ་ཆེ་དཔག་དང་འབྲ་ཞིང་། །ལྷ་  
སྒྲུལ་ནང་དུ་འདབ་བརྒྱད་གྲ། །མི་འབྲུགས་<sup>༢༢</sup> བཅུ་གསུམ་མ་དང་ནི། །ཁོ་བོ་མི་གཡོ་  
<sup>༢༣</sup> རྩེ་མཛད་མཚུངས། །

### ༼ ལྷ་གཤུང་དཔ་བ་རིགས་བརྒྱའི་ཐིག ༽

༥ ལྷ་གཤུང་དཔ་བ་རིགས་<sup>༢༤</sup> བརྒྱའི་ཐིག །དབྱས་ནས་གཉིས་དང་ཐུང་དང་  
གསུམ། །ཐུང་དང་གསུམ་དང་ཐུང་གཅིག་བསྐྱོར། །ལྷེ་བ་གེ་སར་འདབ་ལྷེ་  
བ། །ཅིབས་དང་ལྷུང་ལོད་ཕྱོད་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་གསུམ་བགོས་འབྲམས་གསུམ་མོ། །

༥ ཡི་གེ་<sup>༢༥</sup> བརྒྱ་བའི་རྫོང་སེམས་ནི། །ལྷ་སྒྲུལ་ཆ་ཕན་གསུམ་གྱི་ནང་། །ཅིབས་  
བརྒྱད་བེ་རོའི་འཇིགས་ཐུང་འབྲ། །

༥ ཡུམ་ཆེན་<sup>༢༦</sup> དབྱས་དང་འདབ་བརྒྱད་དང་། །སྟོགས་མཚམས་ཤར་བུ་བསྐྱོ་  
ནང་སོགས། །བརྒྱ་འདབ་བཞི་རེ་འགོད་བ། །ལྷེ་འདབ་མཉམ་བར་བྲ་བ་

སོགས། །བདག་མེད་ལྟ་མོ་བཙུང་ལྟ། །

། ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོ་དང་སྤྱོད་རྒྱུད་འབྱུང་འདུལ་གྱི་ཅ་ཐིག་།

༥ ཐུགས་རྩེ་<sup>93</sup>ཆེན་པོ་ཅ་ཐིག་ནང་། །ཆ་ཆེན་གཉིས་དོར་འདབ་བཞི་བྱ། །  
གསུམ་པ་སྤྱོད་རྒྱུད་འབྱུང་འདུལ་ནི། །ཅ་ཐིག་ནང་དུ་ཆ་རྒྱུད་ནི། །བཞི་བཞི་དོར་བའི་  
ལྷ་ལྷམ་རིམ་གཉིས་དབུས། །འཇམ་དོར་རི་བཞིན་ལིང་ཆེ་འགོད། །

༥ ཐུག་དོར་འགོ་བཟང་ནང་ཅིབས་བརྒྱད། །བེ་རོའི་འབྲ་ཡང་འོད་ཐེང་  
མེད། །ཕྱི་རུ་དུག་ཁོར་ཡུག་ཡོད། །༥ རྣམ་འཛོམས་ཅིབས་བཞི་སྤྱི་འགོ་ཡིན། །༥  
བཞི་པ་བྱ་རྒྱུད་རིགས་གསུམ་ལས། །༥ ཁ་འབར་གཟུངས་བརྟེན་ལྷག་<sup>94</sup>སྤྱབ་  
ནི། །འཇམ་འདབ་བརྒྱད་སྤུམ་རིམ་སྟེ། །དབུས་ནས་ཆ་ཐོན་ཕྱེད་དང་གསུམ། །ལྷ་བཞི་  
ཕྱེད་བཅས་གསུམ་དང་གཅིག །རླུམ་ལྷ་རིམ་བཞིན་ལྟེ་འདབ་གསུམ། །དོར་ཐེང་དང་  
བཅས་འགོད་བཤོ། །

། རྩེ་དཀར་དང་གཟུངས་བྲ་ལྷའི་ཐིག་གི་རྣམ་གཞག་།

༥ རྩེ་དཀར་ཅ་ཐིག་ནང་སྟོ་ཆད། །གཅིག་དོར་སྤྱུ་རྒྱུད་དེ་དབུས་སྤྱ། །འཇམ་  
འདབ་བཞི་བྱ་བ་ཡིན། །༥ འོད་ཐེང་ཅན་<sup>95</sup>ནི་དོར་ཐེང་ལུགས། །རྣམ་འཛོམས་བཞིན་  
དང་མི་བྲ་ལ། །ཅ་ཐིག་ནང་དུ་སྟོ་ཆད་གཅིག །དོར་དབུས་འཇམ་འདབ་བརྒྱད་བྱ། །

༥ གཟུངས་ཀྱི་སྤྱང་ལྷའམ་བྲ་<sup>96</sup>ལྷའི་ཐིག །དབུས་ནས་ཆ་ཐོན་སྤུམ་ཆ་  
བཅས། །གཅིག་བསྟོར་ལྟེ་བ་སྤར་བཞིས་བསྟོར། །འདབ་བཞིར་བྱ་ཞིང་དེ་ཡི་  
ཕྱིར། །ཆ་ཕྱེད་དོར་མཆོམས་ཕྱོགས་བཞི་རུ། །སྤར་ལྟར་བརྒྱ་དབུས་མཚུངས་

འགོད། །མི་ཅ་ལྟར་ན་རེ་འུ་མིག་དགྲ། །འཇིགས་བྱེད་ལྟར་དུ་འགོད་པའོ། །

༼གདུགས་དཀར་དང་གཙུག་ཏོར་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་ནང་ཐིག༽

༥ གདུགས་<sup>༣༠</sup>་དཀར་<sup>༣༡</sup>་འདབ་བཞི་<sup>༣༢</sup>་དེ་ཡི་ཕྱིར། །ཅིབས་ནི་བཅུ་དྲུག་བྱ་བ་  
ཡིན། །རྣམ་ཐངས་མི་འདྲ་བ་ཅམ་ལས། །འགོད་པའི་ཆད་སོགས་རྒྱལ་ཆེན་འད། །

༥ གདུགས་དཀར་ཟུར་བཀའ་དབུས་ནས་ནི། །བཞི་དང་གཅིག་བཞི་གཅིག་  
དང་བཞི། །གཅིག་གཅིག་རིམ་བསྐྱོར་ལྟེ་གོ་གདབ། །ཕྱ་ཅིབས་ཕྱ་ལྷུང་རྩོད་ལོ། །

༥ གཙུག་ཏོར་རྣམ་རྒྱལ་འདབ་ཐིག་ནི། །ནང་དུ་འདབ་བཞི་ཕྱི་ཅིབས་  
བརྒྱད། །འགོད་ཚུལ་གདུགས་དཀར་འདྲ་ཐེང་དབྱ། །འགྲམ་ཞིག་ནང་ན་ཅིབས་  
བརྒྱད་དང་། །ཕྱི་དུ་འདབ་མ་བཅུ་དྲུག་མཐར། །ཕྱ་ལྷུང་འོད་སྟངས་བསྐྱེད་པའོ། །

༼དབྱངས་ཅན་མ་དང་ཁོར་རྒྱན་ལྟ་མོའི་ནང་ཐིག༽

༥ དབྱངས་ཅན་དབུས་ནས་ཆ་ཆུང་གཉིས། །བྱེད་དང་བཞི་བྱེད་གཅིག་རིམ་  
བཞིན། །ཁྲུམ་བསྐྱོར་ལྟ་ནི་རིམ་བ་བཞིན། །ལྟེ་ཕྱ་ཅིབས་བཞི་ཕྱ་རྩོད་སྟངས་། །༥ ཁོར་  
རྒྱན་ལྟ་མོའི་ནང་ཐིག་ལ། །སྐོ་ཆད་གཅིག་ལ་རིམ་གཉིས་ཡིན་འདྲ། །ལྟ་སྐྱམ་རིམ་  
གཉིས་དབུས་བསྐྱེད། །འདབ་བརྒྱད་བྱ་བ་སྤྱི་འགོ་ལྟར། །

༼ལྟ་མོ་རིག་བྱེད་དང་སེམྱ་བྱ་གཞོན་སོགས་གྱི་ཐིག༽

༥ ལྟ་མོ་རིག་བྱེད་ནང་འདབ་བརྒྱད། །༥ སེམྱ་བྱ་དང་བྱ་གཞོན་ནི། །བདུན་  
ཅི་ཐིགས་པ་ཞེས་བྱ་དང་། །མཆོད་རྟེན་སྟོན་པོ་ཅན་རྣམས་ནི། །བསྐྱེད་འདབ་བཞི་བྱ་

༼ ཏྲ་མ་གྲིན་བ་སྒྲུ་ཅོད་བཤད་དང་ཁྱུང་ནག་རོམ་སེར་རྒྱམ་ས་གྱི་ཐེག་༽

༼ སྤྱི་དུལ་གྱི་སྒོ་སྒོར་སོགས་གྱི་ཐེག་གི་རྣམ་པ་ལྟག་༽

༩ བྱི་དགྲིལ་ལ་ནི་སྒོ་སྒོར་སོགས། །མཉམ་དང་མི་མཉམ་བྱེད་མཉམ་  
སོགས། །མི་འདྲའི་བྱེད་པར་རྟུ་མ་དང་། །ཉ་བབས་སྒོ་ཆོད་གསུམ་མ་ལ། །གཉིས་  
མཉམ་དགྲུ་མཉམ་བྱ་བ་དང་། །ལྷ་མཉམ་གསུམ་གསུམ་མཉམ་པ་སོགས། །གཞན་  
ཡང་སྒོ་ཆོད་གཅིག་མ་སྟེ། །བྱེད་པར་རྟུ་མས་ནི་གདམ་ང་ཅན། །ཡིན་བྱིར་དགྲིལ་  
འཁོར་ཀྱན་ལ་ཡང་། །གང་འདོད་བྱ་བས་རུང་བ་ཡིན། །དྲར་ཁྱོད་ཡོད་མེད་བྱེད་པར་

དང་། །གདན་དང་ལྷ་ཡི་རྣམ་གཞག་སོགས། །སོ་སོའི་སྐྱབ་ཐབས་རྣམས་ལས་  
ལོངས། །ཞེས་ཐེག་གི་ལག་ལེན་གསལ་བར་བཤད་པ། བཅོ་རིག་མངོས་པའི་ཁ་རྒྱ་  
ཞེས་བྱ་བ་ལས་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཐེག་གི་རྣམ་གཞག་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པའོ། ། །

༼ དུས་གྱི་འཁོར་ལོའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཐེག་གི་རྣམ་གཞག ༽

༥ བདེན་དོན་ཉི་མས་ནང་གི་ཆོངས་ཆེན་འཛོམས། །ཞི་བའི་བསིལ་བས་ཉེས་  
པའི་ཆ་གདུང་བཅེལ། །སྤྱིང་རྗེའི་བླ་བས་ཡིད་ཅན་མ་ལུས་བསྟོམས། །ཁྱབ་བདག་  
དང་པོའི་སངས་རྒྱས་མཆོག་ལ་དད། །འདི་ན་རྒྱད་ཕྱེ་གཞན་དང་བཤད་པའི་  
སྟོལ། །མི་འབྲ་དཔལ་ལྷན་དུས་གྱི་འཁོར་ལོ་ཆེད། །དཀྱིལ་འཁོར་ཐེག་གི་རྣམ་པར་  
བཞག་པའི་ཚུལ། །མཁས་བྱུང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་བཞེད་བཞིན་གྱི། །ཆངས་ཟུར་  
ཐེག་ནི་སྤྱི་ལྟར་གདབ། །ཆངས་ཐེག་དབྱུས་ནས་ཕྱི་མཐའི་བར། །བཅུ་གསུམ་ཆ་  
བཤོས་རེ་རེ་ལ། །སྐྱ་ཡི་སྒོ་འབྱུང་བཅུ་གཉིས་ས། །སུམ་བཤོས་ཐོག་མར་སྐྱའི་ཅ་  
ཐེག་། །བར་བ་པད་ལྷེ་མཐར་དོར་སྟེང་། །སྒོ་ཆད་གཅིག་ནི་འོད་སྟེང་ས། །སྐྱ་ཡི་ཅ་ཐེག་  
ཁྱ་བཞི་པའི། །ནང་དུ་གསུང་བྱགས་བདེ་ཆེན་གྱི། །འཁོར་ལོ་རིམ་བཞིན་སྟེད་སྟེད་  
བཤོ། །གསུམ་ཀའི་སྒོ་ནི་རང་རང་གི། །འཁོར་ལོའི་བརྒྱད་ཆ་ཤེས་བྱ་སྟེ། །བྱགས་  
འཁོར་སྒོ་ཆད་ཆ་རྒྱུད་དུག །གསུང་སྐྱའི་རིམ་བཞིན་ཉིས་འབྲུང་རོ། །ཆ་རྒྱུད་མཐེབ་  
སོར་སྟེད་ཡིན་ཏེ། །འཁོར་ལོ་གསུམ་ཀ་འདི་ཡིས་གཞག། །བྱགས་འཁོར་ནང་ཐེག་  
དབྱུས་ཆངས་སྟེང་། །ཕྱོགས་ཕྱོགས་ཆ་རྒྱུད་གཉིས་དོར་ནས། །རྒྱུ་བསྐྱོར་བསྐྱའི་ལྷེ་  
བ་ཡིན། །དེ་ནས་རིམ་བཞིན་ཆངས་ལས་ཕྱིར། །ཆ་རྒྱུད་བཞི་གཅིག་བཞི་གཅིག་  
བདུན། །བཞི་དོར་ཐེག་དུག་ཟུར་ཐེག་ནས། །ཟུར་ཐེག་བར་དུ་དོས་བཞིར་

གད་བ། །དོས་ཐིག་དང་པོའི་ནང་དུ་འང་། །ཆ་ཚུང་བྱུག་པའི་ཐིག་སྤྱད་ཀྱིས། །ཁྲུམ་  
བསྐྱོར་བསྐྱའི་འདབ་མ་ཡིན། །དེ་ཉིད་ཆ་མཉམ་བརྒྱད་དུ་དབྱེ། །འདབ་མའི་ཕྱི་རོལ་  
ཆ་ཚུང་གཅིག་ །དོར་བ་ཆ་ཚུང་བཞི་བ་ཡི། །ཀ་བ་ཞེང་དུ་ཆ་ཚུང་རེ། །ཕྱོགས་རེར་  
བཞི་བཞི་བརྩ་བྱུག་གི། ། ཕྱོགས་མཆམས་ལྷ་གནས་རེའུ་མིག་བརྒྱད། །གཡས་  
གཡོན་ཀ་བའི་བར་གྱི་ཞེང་། །ཆ་ཚུང་བཞི་བཞི་བྱམ་གནས་བརྒྱད། །ཞེང་དུ་ཆ་ཚུང་  
གསུམ་གསུམ་མོ། །དེ་ཡིས་ཐུགས་འཁོར་ནང་ཐིག་རྫོགས། །

༥ ཕྱོགས་བཞིའི་མཆམས་བཞིའི་རེའུ་མིག་ཏུ། །ཆ་ཚུང་བཞི་བའི་  
བསྐྱའོ། །དོས་ཐིག་བྱུག་པའི་ཕྱི་རོལ་ཏུ། །ཆ་ཚུང་གཅིག་དོར་གསུམ་རྩ་ཐིག། །ཟུར་  
ཐིག་བར་གནས་བརྒྱད་ཆར་སྒོ། །རྩ་བའི་ཅེ་ནས་བྱུང་བའི་ཐིག། །ཆ་ཚུང་བྱུག་པ་དོས་  
སྤེང་དུ་འང་། །ཆ་ཚུང་བྱུག་བྱུག་གསུམ་འབྲོག་པའོ། །རྩ་བའི་ཕྱི་རོལ་གསུམ་ཕྱེད་  
གསུམ། །གསུམ་ཕྱེད་གསུམ་དང་གསུམ་ཕྱེད་དང་། །གསུམ་ཕྱེད་ཆ་ཚུང་དོར་བའི་  
མཐར། །ཐིག་བྱུག་ཟུར་ནས་དོས་སུ་སྒྲེ། །ཆངས་ལས་རིམ་བཞིན་རིང་བའི་ཆ། །ཕྱེད་  
དང་ལྷ་རུ་དང་པོའི་ཐིག། །གཉིས་ཐིག་ཆ་ཚུང་གསུམ་ཅེར་རེག། །བརྩ་གཉིས་དོར་བར་  
གསུམ་སྟེགས་བྱའི། །ཐིག་ལས་དང་པོའི་ཐིག་གཉིས་ཉེ། །ཆ་ཚུང་ཕྱེད་དང་གཉིས་ཀྱི་  
བར། །གཉིས་ཀའི་དབངས་ལ་ཕྱེད་བཅས་བདུན། །དང་པོ་དོས་ཐིག་རྩ་མོར་  
རེག། །དོས་ཐིག་བྱུག་པ་ཟུར་ཐིག་ནས། །ཟུར་ཐིག་བར་དུ་སོན་པའོ། །

༦ ཀ་བའི་ཅེ་ནས་ཕྱི་རོལ་ཏུ། །གཅིག་གཅིག་བཞི་དང་ཕྱེད་གཅིག་  
གསུམ། །ཕྱེད་གཅིག་གཉིས་དང་ཕྱེད་དང་ནི། །ཕྱེད་དང་གཉིས་དོར་ཐིག་བརྩ་  
གཅིག། །གདུང་དང་ཕྱོས་བསྐྱུང་ལྷ་མོའི་གནས། །རིམ་བ་གསུམ་ཉིད་སུམ་བཅེགས་

ཏེ། །རྟ་བབས་ཏར་མིའི་རྒྱ་ཕུབས་སོ། །ཁང་བཅེགས་དང་པོའི་གདུང་གི་སྤྲོད། །ཉེར་  
བཞི་ཚྱོས་བསྐྱང་བཅུ་དྲུག་སྟེ། །ལྷ་མོའི་གནས་གསུམ་ཆ་རྒྱུང་བཞིར། །རྒྱ་དང་  
དཔངས་མཉམ་ཀ་བ་བཞི། །ཞེང་དུ་ཆ་རྒྱུང་རེ་རེའོ། །བཅེགས་མ་བར་མའི་གདུང་གི་  
སྤྲོད། །བཙ་བརྒྱད་ཚྱོས་བསྐྱང་བཅུ་གཉིས་ཏེ། །ལྷ་མོའི་གནས་གསུམ་རྒྱ་དང་  
དཔངས། །ཆ་རྒྱུང་གསུམ་མཉམ་ཀ་བ་བཞི། །རེ་རེའང་ཆ་རྒྱུང་བཞི་གསུམ་  
ཞེང་། །བཅེགས་མ་གོང་མའི་གདུང་གི་སྤྲོད། །ཆ་རྒྱུང་བཙ་ལྷ་ཚྱོས་བསྐྱང་བརྒྱད། །ལྷ་  
མོའི་གནས་གསུམ་རྒྱ་དང་དཔངས། །ཆ་རྒྱུང་གཉིས་མཉམ་ཀ་བ་བཞི། །ཆ་རྒྱུང་སྤྲོད་  
པའི་བར་དུའོ། །ཏར་མི་འདེགས་པའི་གདུང་གི་སྤྲོད། །བཅུ་གཉིས་ཏར་མིའི་རྒྱ་  
ཕུབས་སྟེང་། །བརྒྱད་པར་གསེབ་ཁ་བྱ་བ་དང་། །དེ་སྟེང་ཕུམ་པ་ཆ་རྒྱུང་གཉིས། །

༥ གསུང་གི་ནང་ཐིག་ཐུགས་ཀྱི་ནི། །མདའ་ཡབ་སྤྱི་རོལ་ཆ་རྒྱུང་བདུན། །བཞི་  
དང་གཅིག་དོར་ཐིག་གསུམ་པོ། །ཟུར་ནས་ཟུར་བར་བཏབ་པ་ཡི། །སྤྱི་མ་གསུང་གི་  
ཅ་ཐིག་ཡིན། །ཆ་རྒྱུང་བཞི་དེའི་ཆངས་ཟུར་སྟེང་། །ཆ་རྒྱུང་བཞི་པའི་བསྐྱེད། །ཅ་བའི་  
སྤྱི་རོལ་མདའ་ཡབ་བར། །སྟོ་དང་རྟ་བབས་བཅས་པ་རྣམས། །སྤྱི་མའི་ཆང་ལས་ཉིས་  
འགྱུར་དུ། །བསྐྱེས་པ་སྤྱི་མ་བཞིན་དུ་གདབ། །

༦ སྤྱི་ཡི་ནང་ཐིག་གསུང་དཀྱིལ་སྤྱིར། །ཆ་རྒྱུང་བཅུ་གཅིག་བཅུ་གཉིས་  
གཅིག་དོར་བའི་ཐིག་གསུམ་ཟུར་ནས་ཟུར། །སྤྱི་མ་སྤྱི་ཡི་ཅ་ཐིག་ཡིན། །ལྷ་སྤྲུམ་ཆ་  
རྒྱུང་བཅུ་གཉིས་པའི། །ཟུར་དང་སྟོ་ཡི་གཡས་གཡོན་དུ། །བསྐྱེད་ཆ་རྒྱུང་བཅུ་གཉིས་  
པའི། །རྒྱུམ་པོ་བཅུ་གཉིས་རེ་རེ་ཡང་། །མཐའ་ནས་མཐའ་བར་ཆ་བདུན་  
བཤོས། །དབུས་ཀྱི་ཆ་ནི་སྟེ་བ་སྟེ། །འདབ་མ་བཞི་དང་བརྒྱད་དང་ནི། །བཅུ་དྲུག་ཆ་

རེ་ཕྱི་རྩོལ་རྟའོ། །རྩ་བའི་ཕྱི་རྩོལ་མདའ་ཡབ་བར། །སྒོ་དང་རྟ་བབས་བཅས་པ་  
རྣམས། །གསུང་གི་ཚད་ལས་ཉིས་འབྲུར་རྟ། །བསྐྱེས་པ་སྤྲ་མ་བཞིན་དུ་གདབ། །སྒོ་དང་  
བའི་ཆེ་དང་སེམས་པ་ལ། །རྟ་བབས་སྤར་བཞིན་ངེས་མོད་གྱི། །འབྲི་ཆེ་ཐུགས་གྱི་  
བར་བཅེགས་གྱི། །ལྷ་གནས་དབུས་མའི་ཀ་བ་གཉིས། །ཆ་ཚུང་ཕྱེད་ཕྱེད་ཕྱིར་བསྐྱར་  
ནས། །ཕྱོས་བསྐྱར་ཆ་ཚུང་བཞིན་དེ་ཕྱེ། །གསུང་གི་རྣམ་འབྱོར་མ་ཡི་གནས། །ཕྱོགས་  
བཞིའི་བསྐྱེ་བྱི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ནས་སྐྱ་ཡི་རྟ་བབས་གྱི། །ནང་དུ་སྒོ་ཚད་གཉིས་དོར་  
ཏེ། །བཅེགས་མ་གསུམ་པའི་ཕྱོས་བསྐྱར་དང་། །ཆངས་ཐིག་ཟད་མཚམས་འཕྲད་པ་  
ནས། །ལྷུ་པོ་བད་ཉེ་དེ་ནས་ཕྱིར། །སྐྱ་ཡི་སྒོ་ཚད་ཕྱེད་ས་དཀྱིལ། །གཅིག་ཚུ་གཅིག་  
མེ་གཅིག་ལྷང་ལ། །ཕྱེད་ནས་ནམ་མཁའ་ཉེ་དོ་རྟ། །གཅིག་དོར་འོད་ཐང་ཉེ་ལྷུ་  
པོ། །རྟུག་ནི་བསྐྱོར་བར་བྱ་བའོ། །

༼ཐིག་ལེ་བཅུ་རྟུག་དང་རྟ་མགིན་ཡང་གསང་གི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཐིག༽

༥ གཞན་ཡང་མི་འབྲེད་དཀྱིལ་འཁོར་འགལ། །བཀའ་གདམས་ཐིག་ལེ་བཅུ་  
རྟུག་ནི། །ཕྱི་སྒོ་ཕྱི་དང་འབྲ་བ་ལ། །རྟ་བབས་སྤྲ་མ་བཞི་བྱ་ཞིང་། །དབུས་སུ་བསྐྱེ་  
འདབ་བཞི་བྱ། །གཞན་ནི་ཕྱི་དང་འབྲ་བའོ། །

༥ ལྷ་ཡི་ལྷ་གཅིག་རྟ་མཆོག་རོལ་བ་ཆེ། །ཡང་གསང་ཁྲོས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་  
ཐིག་གདབ་ཚུལ། །ཆངས་ཐིག་དང་པོ་བཏབ་དབུས་བཅའ། །སྐྱི་ལྟར་བྱ་རྩེས་བྱས་པ་  
ལ། །ཆངས་ཐིག་ཟུར་ཐིག་ཀུན་བཏབ་ནས། །དོས་རེར་རི་ལྟར་འཆམས་པ་  
ཡི། །ལོགས་ཐིག་བཞི་བཏབ་མདའ་ཡབ་ཐིག་མདའ་ཐིག་ནས་ནི་ཉེ་བའི་བར། །ཟུར་  
ཐིག་བཞི་རུ་ཆ་གསུམ་བཤོ། །སུམ་ཆ་ཕྱི་མའི་སྤྱང་བཟུང་ནས། །ཕྱོགས་བཞིར་

བཏབ་པ་རྩ་བའི་ཐིག་། རྩ་ཐིག་མདའ་ཐིག་བར་བྱེད་དགོས། །ནང་མ་དབུས་དོར་  
མཐའ་གཉིས་གདབ། རྩིག་པ་འདོད་སྒྲུལ་པ་གྲུ་འབྱུང་། །ཕྱི་མ་བྱེད་བགོས་དེ་ཡི་  
ཕྱི། །བྱེད་བགོས་བྱ་བྱེད་ཤར་བྱ་དང་། །མདའ་ཡབ་འོང་ལ་ཆངས་གཡས་གཡོན། །ཆ་  
ཆེན་གཉིས་གཉིས་གདབ་པར་བྱ། །ནང་བྱ་བྱེད་གདབ་ཕྱི་བཞིར་བགོས། །སྒོ་དང་སྒོ་  
ཁྱུང་འབྲམ་དང་ལོགས། །ཐུན་པ་ཀ་བ་ཀ་རྒྱན་ནོ། །མདའ་ཡབ་ཕྱི་རོལ་ཆ་ཆེན་  
གཉིས། །ནང་མ་ཆ་སྒན་བཞི་བྱ་བགོ། །རྟ་བབས་བང་རིམ་བཞི་ཡིན་ལ། །ཕྱི་མ་དབུས་  
དོར་མཐའ་གཉིས་གདབ། །བརྒྱ་ཆོས་འཁོར་བ་རྩ་གསུམ་དང་། །གདུགས་དང་ཆར་  
ཁེབ་ཏོག་བཅས་སོ། །རྟ་བབས་ཕྱི་མཐའི་རིམ་པ་ནི། །དང་པོ་ཀ་རྒྱན་མཐའ་དང་  
མཉམ། །དེ་རྗེས་གསུམ་པོ་དེ་རེས་བྱུང་། །མིག་གསུམ་བསྐྱོར་ཚུལ་རྟ་བབས་  
ཀྱི། །སྒྲུལ་བྱ་གཉིས་པའི་ཕྱི་ཐིག་དང་། །ཆངས་ཐིག་འཛོམས་པ་ནས་བཟུང་སྟེ། །ཆ་སྒན་  
གཉིས་ཀྱིས་དབུས་མ་བསྐྱོར། །སྒྲུལ་བྱ་དང་པོའི་ཕྱི་ཐིག་དང་། །ཆངས་ཐིག་འཛོམས་  
པའི་གཡས་གཡོན་དུ། །ཆ་སྒན་གཉིས་དེ་ཕྱིན་པ་ནས། །ཆ་སྒན་དེ་རེས་གཡས་  
གཡོན་བསྐྱོར། །དེ་ནས་ནང་བྱ་བྱེད་རེས་བསྐྱོར། །དེ་སྟེང་བརྒྱ་ཆ་སྒན་གཅིག་རྒྱ་  
ཆད་ཆ་སྒན་གཉིས་པ་བྱི། །དེ་སྟེང་ཆ་སྒན་གཉིས་ཀྱི་སར། །ཆོས་འཁོར་བ་རྩ་གསུམ་  
དངོས་གཞིའོ། །

དེ་སྟེང་ཆ་གཅིག་ཏོག་གདུགས་སོགས། །རྒྱ་ཆད་རི་ལྟར་འཆམས་པར་  
བྱ། །སྒྲ་ཆོགས་དོ་རྗེའི་བྱ་བསྐྱོར་ཚུལ། །ཆངས་ཕྱིར་གསུམ་ཕྱིན་མདའ་ཕྱིར་  
གཅིག་ཕྱིན་ཏེ་ཀ་རྒྱན་ཅེ་ནས་བསྐྱོར། །དེ་ནས་འབྲེང་གཉིས་ཕྱི་བྱ་གཅིག་ཕྱིན་ཏེ་  
སྒྲ་མའི་ཆད་ཀྱིས་བསྐྱོར། །དེ་ནས་ཁོར་ཡུག་བསྐྱོར་ཚུལ་ནི། །དབུས་ནས་བཟུང་སྟེ་

དབུས་རྩེ་ཅེར། །བསྐྱོར་བ་ཉི་དྲུལ་དེ་ཡི་ཕྱིར། །ཆ་ཆེན་སྤེད་དང་གཅིག་དང་  
སྤེད། །གཅིག་རྒྱལ་ས་རིམ་བསྐྱོར་བསྒྲ་དང་། །དུར་ཁོང་རྩོད་རྩེ་རིམ། །

### ༼ནང་ཐིག་འདེབས་ཚུལ༽

༥ དེ་ནས་ནང་ཐིག་འདེབས་ཚུལ་ནི། །ཅ་ཐིག་ནང་དུ་ཆ་ཆེན་རེ། །དོར་བ་ལྷ་  
ཆད་ཐིག་ཏུ་འགྱུར། །འབྲུ་ཐིག་མཆམས་ནས་ཆ་སྤོན་གཅིག་། །བསྐྱོར་བ་མགོ་ཆོན་སྤོང་  
བའི་ཐིག་། །དེ་ནས་ལྟེ་བའི་བར་སྤེད་བགོ། །ནང་མའི་ནང་མཐའ་ཆ་སྤོན་བསྐྱོར། །ཟླ་  
གས་ཐོང་སྤོང་ཅི་བས་རྒྱལ་ས་སོ། །ལྟེ་བའི་སྤྱ་ཁུད་ནང་ཐིག་དང་། །རྒྱབ་ཀྱི་ཆངས་ཐིག་  
འཕྲད་བ་ནས། །ལྟེ་བར་ཆད་བའི་སྤེད་བྱ་ཡིས། །གཡས་དང་གཡོན་དུ་མཆན་མ་  
བྲ། །དེ་ཉིད་ཤར་ཀྱི་ཆངས་ཐིག་དང་། །སྤེལ་བས་ལྟེ་བའི་ཆོས་འབྱུང་རོ། །ནང་ཅིག་  
བྲག་པོའི་ཐོང་མཁར་ནི། །འབྲུ་ཐིག་སྤྱི་དུ་ཆ་སྤོན་རེ། །བཏབ་བ་ཐོང་བ་རིམ་གསུམ་  
པ། །དེ་སྐོ་རྒྱན་མེད་ཟང་ཐལ་ཡིན། །དེ་ལ་ཆོན་ཀྱི་བཤེ་ཚུལ་སོགས། །གཞན་ལས་  
ལེགས་པར་རྟོགས་པར་འཆལ། །

### ༼ཞི་བའི་སྤྱི་ན་སྤེལ་གི་ཐིག་འདེབས་ཚུལ༽

༥ འདི་ཡི་ཞི་བའི་སྤྱི་ན་སྤེལ་ཐིག་། །ཆངས་ཟུར་སྤྱི་ལྟར་བཏབ་བ་ལ། །དབུས་  
སོར་བཞིས་བསྐྱོར་དེ་དབུས་སྤྱ། །འབྲུ་གསུམ་སྤྱི་ལྟར་དབུས་བསྒྲ། །དེ་ཕྱིར་སོར་བྲག་  
བསྐྱོར་བ་ལ། །འཁོར་ལོ་ཅི་བས་བཞིར་བྲ་བ་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་སོར་དོས་བསྐྱོར་སྤྱ་  
ཁུད། །དེ་ཕྱིར་ཁ་ཁུར་སྤྱ་རན་ལ། །སོ་སོར་སོར་ནི་བཞི་རེས་བསྐྱོར། །སྤྱ་རན་རྩོད་རྩེ་  
སྤོང་བས་བསྐྱོར། །དེ་ནས་ཉེགས་བྲ་སོགས་སྤྱི་ལྟར། །འཁོར་ལོའི་ཅི་བས་ལ་ཁོ་པོ་

བཞི། །དེ་ཡི་ཕྱི་རོལ་སྤྱུ་ཁྱུད་ལ། །སྒོ་མ་བཞི་ཡི་ཆོན་ཕུང་འགོད། །ཅིབས་རྒྱམས་  
ཕྱོགས་མདོག་དབུས་ཀྱི་ནི། །བྱ་གསུམ་རྒྱ་གམ་རྒྱམས་དམར་ནག །

### ༼ རྒྱས་པའི་ཐབ་ཐིག་འདེབས་ཚུལ། ༽

༺ རྒྱས་པ་དབུས་ནས་ཁྱུ་གང་མཆམས། །བྱ་བཞིར་བཅད་ལ་དེ་ཕྱིར་བྱ། །ཕྱ་  
རན་ཁ་ཁྱེར་སོར་བརྒྱད་རེ། །སྤྲེགས་བྱ་སོར་དོ་ཀུན་བྱ་བཞི། །ཁ་ཁྱེར་རིན་ཆེན་ཐེང་  
བས་བསྐོར། །དབུས་སྤྱེ་ལ་འཁོར་ཅིབས་སོགས། །ཞི་བ་ཇི་བཞིན་བྱ་བ་ཡིན། །ལྷ་  
མཆོན་བསྐྱེ་ཆོན་ཕུང་སོགས། །སྤར་ལྷར་དགོད་པ་ཤེས་དགོས་སོ། །

### ༼ དབང་གི་ཐབ་ཐིག་འདེབས་ཚུལ། ༽

༺ འདི་ཡི་དབང་གི་ཐིག་བྱ་ཚུལ། །ཆངས་ཟུར་བཏབ་ལ་དབུས་ནས་ནི། །ཁྱ་  
གང་ཤར་མིན་ཕྱོགས་རྒྱམས་བསྐོར། །དེ་ཕྱིར་སོར་ནི་བརྒྱད་རེ་ཡིས། །ཕྱ་རན་ཁ་  
ཁྱེར་སྤར་ལྷར་བསྐོར། །ལྷོ་བྱང་ལྷེ་བའི་རྒྱ་ཆད་ཀྱི། །སྤམ་ཆའི་སྤྱད་པས་ལྷོ་འཁོར་ཆངས་  
ཐིག་ལྷེ་བ་འཕྲད་པར་བཟུང་བྱས་ལ། །ཤར་ལྷོ་ཕྱོགས་སྤྱུ་རྒྱམ་ཐེང་བསྐོར། །སྤར་  
ཡང་སྤྱ་རན་ཁ་ཁྱེར་ཀྱི། །ཆད་བསྐྱར་དེ་བཞིན་བསྐོར་བྱས་པས། །མཆེ་བ་གཉིས་  
གཤེན་པའི་མོ་འབྱུང་། །བྱང་ཤར་ཕྱོགས་སྤྱུ་འད་དེ་བཞིན་བསྐོར། །དེ་རྒྱམས་ཤར་འཁོར་  
ཐིག་གིས་སྤྲེལ། །རྒྱ་གམ་སྤམ་རིམ་ལེགས་པར་འོང་། །དབུས་སྤྱེ་ལྷ་གནས་མཆོན་  
མ་སོགས། །ཞི་བའི་སྐབས་ལྷར་བྱ་བ་ལོ། །ཞིབ་ཆ་དཔེ་ལྟ་རིས་ཇི་བཞིན་བྱ། །

## ༼དག་པོའི་ཐབ་ཐེག་འདེབས་ཚུལ༽

༥ དག་པོའི་ཐབ་ཐེག་གྲ་བའི་ཚུལ། །ཆངས་དང་ཟུར་ནམས་སྦྱི་ལྟར་  
གདབ། །དབྱས་ནས་སོར་མོ་བཅུ་དྲུག་གིས། །བསྐྱོར་ཞིང་སྐར་ཡང་སོར་དྲུག་  
རེ། །བསྐྱན་པའི་ལྷུ་མ་པོ་གཉིས་རིམ་བསྐྱོར། །དེ་དག་ནམས་ལ་ཆོས་འབྱུང་ནི། །སྦྱས་  
རིམ་སྦྱི་ལྟར་བྱས་པ་ཡིས། །ཐབ་དང་སྦྱ་རན་ཁ་ཁྱེར་འབྱུང་། །ཁ་ཁྱེར་དོ་རྩེ་ཐོད་སྐྱས་  
དང་། །ལྷགས་ཀྱུ་ནམས་ཀྱི་ཐོང་བས་བསྐྱོར། །དབྱས་སྦྱ་ཆོས་འབྱུང་འཁོར་ལོ་  
དང་། །སྦྱ་ཁྱུང་ལྷ་དགྲའི་མཆན་མ་བཅས། །སྦྱ་མ་ནམས་ལྟར་བྱ་བ་ཡིན། །ཆོན་སྤང་  
ལྷ་ཡི་ཁ་དོག་དང་། །དབྱས་སྦྱ་པར་དམར་པོ་དང་། །བྲ་བཞིར་ཆུ་ཆོས་དོ་རྩེ་  
མཆན། །ལ་སོགས་ཀུན་ལ་སྦྱར་བ་ཡིན། །ཐབ་ཀྱི་ཁ་དོག་ལ་སོགས་པ། །རང་རང་  
ལས་དང་མཐུན་པའོ། །འདི་དག་བེ་རོའི་ཞལ་ཁྱིད་སོགས། །བརྒྱུད་ལྷན་དམ་པའི་  
ཕྱག་བཞེས་ལྟར། །བཀོད་པ་འདི་ཡིས་དགེ་གྲུང་ཅིག །ཅེས་ཐེག་གི་ལག་ལེན་གསལ་  
བར་བཤད་པ་བཟོ་རིག་མཛེས་པའི་ཁ་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བ་ལས། །རྒྱུད་ཐེ་གཞན་དང་  
བཤད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ། དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཐེག་དང་། །བཀའ་  
གདམས་ཐེག་ལེ་བཅུ་དྲུག །རྟ་མགིན་ཡང་གསང་ཁྲིས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར། །ཞར་བྱང་  
ལས་བཞེའི་ཐབ་ཐེག་གི་ནམ་གཞག་སོགས་བཤད་པའོ། ། །

༥ ཆོས་དབྱིངས་སྦྱོས་པ་ཉེར་ཞེའི་ནམ་མཁའ་ལ། །རྟེན་དང་བརྟེན་པ་སྦྱ་མའི་  
སྦྱིན་བཀོད་ནས། །མཆོག་ཐུན་དངོས་བྱ་བ་བྱ་ཆར་འཛིན་པ་ཅན། །བདེ་སྟོང་དོ་རྩེའི་  
གནས་ལ་ཡིད་རབ་དད། །ཆེ་གཅིག་ཉིད་ལ་བྱང་འཇུག་ཆེན་པོ་ནི། །སྦྱ་བ་ལ་མེད་མི་  
དུང་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི། །ནམ་གཞག་སྦྱི་དང་ཁྱུང་པར་སྐྱོས་བསྐྱང་བའི། །ནང་གི་

ཉིང་འཛིན་སྐྱབ་པར་དོན་དུ་ཆེ། །དེ་ཕྱིར་དེ་ལ་ཡིད་རབ་གཞོལ་བ་དང་། །ཕྱི་རོལ་འདུ་  
བྱེད་བསོད་ནམས་བགྱིད་པའི་སྦྲད། །རྒྱུད་དང་བྱུབ་པའི་དགོངས་པ་རི་བཞིན་  
དུ། །འཇམ་མགོན་ལྷ་མའི་བཞེད་གཞུང་འཆད་ལ་སྒྲོ། །དེ་ཡང་རྣམ་སྤང་མངོན་བྱང་  
གི་རྒྱུད་ལས། བསྐྱལ་བ་བྱེ་བ་དུ་མ་རུ། །སྤྲིག་པ་གང་ཞིག་སྒོན་བྱས་པ། །དཀྱིལ་  
འཁོར་འདི་འབྲུ་མཐོང་བ་ཡིས། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཟད་འགྱུར་ན། །ཞེས་པ་མཐོང་བ་  
ཅམ་ལ་ཡང་མན་ཡོན་ཆད་མེད་པའི། །དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་འཁོར་ལོ་ཚུལ་རི་ལྟ་བུས་  
བསྐྱོམ་པ་དང་། །ཟང་ཟིང་གི་ནོར་ལ་སྤྱིང་པོ་སྦངས་ཏེ་བཟོ་ཡི་འདུ་བྱེད་ཀྱིས་སྒྲོས་  
བསྐྱང་བཞེངས་པ་སོགས་དགོས་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་སྒྲོས་ཀྱིས་མི་ལོང་བས་དེ་ལྟར་ན།  
འདིར་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་རྣམ་གཞག་ཆད་དང་དབྱིབས་ཀྱི་ངེས་པ་དག་འཆད་པར་  
འདོད་ལ། །དེ་ལ་ཡང་འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལྷུང་ལས། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་འདུས་པའི་  
ཚུལ། །གསང་ཆེན་གསང་བ་ཆེས་གསང་བ། །གོང་ན་མེད་པའི་ལྷུང་ཆེན་པོ། །ཞེས་  
རྒྱུད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ། །དེ་ལས་གོང་ན་མེད་པའི་རྒྱུད་སྤེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡང་  
ཅེར་གྱུར་པ།

### ༼དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་སྒྲོས་བསྐྱང་གི་རྣམ་གཞག༽

དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་སྒྲོས་བསྐྱང་གི་རྣམ་པར་གཞག་པ་ལ། རྒྱུད་སྤེའི་  
དགོངས་པ་བཀའ་ཚུལ་གྱི་དབང་ལས་མཁས་པ་སོ་སོའི་ལུགས་འབྲུ་མིན་གྱི་དབྱེ་བ་  
དང་། །དེ་འཐད་མི་འཐད་ཀྱི་དགག་སྒྲུབ། རྒྱབ་རྟེན་ཆད་མའི་ལུང་འབྲེན་སོགས་དགོས་  
གལ་ཆེན་འདྲ། །ལས་དང་པོ་བ་མགོ་བོ་འཁོར་བའི་རྒྱ་རུ་འགོ་བར་སྤང་བྱིར། །འདིར་  
རྒྱལ་བ་ཅོང་ཁ་བ་ཡབ་སྤྲས་ཀྱིས་ལུང་རིགས་རི་མ་མེད་བས་རྒྱུད་ཀྱི་དགོངས་པ་

གཏན་ལ་ཐབ་པ་དམ་པ་ལྷ་མ་རྣམས་ཀྱིས་བྱག་བཞེས་སུ་མཛད་པ་ནི་ལྷ་བ་བཞིན་  
འགོད་པ་ལ། འདི་ལ་དང་པོ་ཐིག་གི་རྣམ་གཞག་རྣམས་ལེགས་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་  
དགོས་མོད། དེ་དག་ནི་བཤད་ཐིག་པ་ལྷར་ལ། འདིར་སྒྲོམ་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་གོ་བདེ་  
བར་ནག་འགྲོམ་རྒྱུ་འབབ་ཏུ་བཀོད་པ་ནི།

དང་པོ་གཞལ་ཡས་ཁང་གི་འོག་གཞིའི་སྤྲེལ་གསལ་དོ་རྗེའི་ལྷེ་བ་བྱ་བཞི་མཐའ་  
ནས་མཐའ་བར་སྒྲོ་ཆད་བརྒྱ་གཉིས། དཔངས་ལ་སྒྲོ་ཆད་ལྷ་ཁ་དོག་སྒྲོན་པོ། ཕྱོགས་  
སོ་སོའི་དབྱས་ནས་དབྱས་རྩ་བྱ་བཞི་སྤིད་དུ་སྒྲོ་ཆད་བཞི། ཞེད་དུ་ཅེ་ལ་ཆ་སྤན་  
གཅིག་དབྱས་ལ་སྒྲོ་ཆད་གཅིག་ཆེད་དཀྱིས་གསུམ་ཡོད་པ། ཅ་བ་ཆ་སྤན་གསུམ་  
ཡོད་པའོ། ཕྱོགས་རྩ་རྣམས་ཀྱི་ཅ་བ་ཆ་སྤན་གཉིས། སྒྲོམས་སར་གསུམ་དབྱས་རྩ་  
ལས་ཕྱིར་ཆ་ཆེན་རེ་ལྷག་ཅམ་སོང་མཆམས་སུ་ཅ་བ་བྱག་པ། རྒྱ་སྤིན་གྱི་ཁ་ནས་  
ཐོན་པ་སྤིད་དབྱས་རྩ་དང་མཉམ་ཡང་། གྲུག་པའི་ཆས་ཆ་སྤན་གཉིས་ཀྱིས་མཆམས་  
སུ་ཅེ་བྱག་པ། དེ་ལྷར་རྩ་ལྷ་པ་དང་། ཡང་ན་སྤྲོད་འོག་གི་རྩ་མེད་པའི་རྩ་གསུམ་པར་  
བྱ་བའི་ལྷགས་ཀྱང་ཡོད། རྩ་རྣམས་ཀྱི་ཁ་དོག་ནི། ཕྱོགས་མདོག་བྱ་བ་དང་རྩ་ཁྱེད་  
པ་གདམ་ང་ཅན་ཡིན་པས། ལྷ་མ་ལྷར་ན་ཤར་གྱི་རྩ་ཐམས་ཅད་དཀར་པོ་སོགས་  
ཤེས་སྒྲ་ཞིང་། རྩ་ཁྱེད་ན། དབྱས་རྩ་རྣམས་ཕྱོགས་མདོག་ གཡལས་གཡོན་གྱི་རྩ་  
སྒྲོ་གཡལས་གཡོན་གྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་མདོག་སྟེ། ཤར་ལ་མཚོན་ན་ཁ་ཕྱི་ལྷས་  
ཀྱི་གཡལས་རྩ་མེད། གཡོན་རྩ་ལྷར་གྱུར་བྱ་བ་རྩ་གསུམ་མའི་དབང་དང་། རྩ་ལྷ་པ་ལ།  
འོག་རྩ་དམར། སྤྲོད་རྩ་དབྱས་ཀྱི་རྒྱལ་བའི་མདོག་སྟེ་སྒྲོན་པོ། དེས་ཕྱོགས་གཞན་  
གསུམ་ཡང་རིགས་འགྲེལ། །རྩའི་ཁོང་སེང་རྣམས་སུ་ཐེམ་སྐྱས་བར་རིམ་ཉི་ཤུ་དང་

བཞི་གདམ་ང་ཡིན་ཡང་། གསང་འདུས་ལ་ཉི་ཤུ་བ་ཟུག་ལེན་ཡིན། བང་རིམ་རེའི་  
དབངས་ལ་ཆ་ཐུན་རེ། བང་རིམ་སྟེང་མའི་ཞེང་ལ་སྒོ་ཆད་གཅིག་ལྟེ་བ་དང་ཁད་  
མཉམ་པ། ལྷག་ལ་བཅུ་དགུ་ཞེང་ལ་ཆ་ཕྱེད་རེ། ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྲིད་ལ་ཆ་རྒྱུད་བཅུ་  
དྲུག་རེ་བྱའོ། །ཐེམ་སྐྱས་རེར་གདང་བྱ་བཞི་རེ་ཡོད་པའི་སེང་སྐྱས་རེ་བྱ་ལ། འདི་ཡང་  
བང་རིམ་བཞི་བ་ལས་ཉི་ཤུ་བ་སེང་སྐྱས་མེད་པ་ཉིད་མཛེས་སོ། །ཤར་གྱི་ཐེམ་སྐྱས་  
ལ་འཁོར་ལོ། ལྟོར་རིན་པོ་ཆེ། ལུབ་ལུ་བསྐྱ། བྱང་དུ་སྒྲ་ཆོག་གས་རྩོུའི་མཆན་མ་ཡོད་  
པར་བྱའོ། །

ཐོགས་སོ་སའི་སྒྲ་ཆོག་གས་རྩོུའི་ལྟེ་བའི་ཟད་མཆམས་ནས་ནང་དུ་ཆ་ཐུན་  
བདུན་རེ་སོང་མཆམས་སུ་ཅིག་པ་བྱི་ནས་རིམ་བཞིན་དཀར་སེར་དམར་ལྗང་སྟེ་  
བའི་ལྷ་སྐྱགས་ཀྱི་ཞེང་ཆ་ཐུན་གཅིག་པ། དབངས་སུ་ཆ་ཐུན་བཅུ་གསུམ་པ་བྱ་བཞི།  
ཐོགས་སོ་སའི་དབུས་ནས་བརྒྱད་ཆ་བྱིས་པའི་སྒོ་བཞི། དེ་སོ་སའི་གཡས་གཡོན་  
ནས་བྱིར་ཆ་ཐུན་བཞི་སོང་བའི་སྒོ་ལྷུད། དེ་ནས་གཡས་གཡོན་དུ་ཆ་ཐུན་བཞི་རེ་  
སོང་བའི་སྒོ་འགྲམ། དེ་ནས་བྱིར་ཆ་ཐུན་བཞི་རེ་སོང་བའི་སྒོ་ལོགས་ཀྱི་ཅིག་པའི་ཟད་  
མཆམས་དང་། ལྟེ་བའི་ཟད་མཆམས་མཉམ་པར་འབྱུང་ངོ་། །ཅིག་པའི་བྱི་རོལ་ལུ་ཆ་  
ཐུན་བདུན་ལས་མེད་པས་སྒོ་ལྷུད་དང་། སྒོ་ལོགས་ལ་ཆ་ཐུན་བཞི་རེ་འགྲོ་ས་མེད་  
པའི་སྒྲིན་མེད་དེ། སྒོ་ལྷུད་ཀྱང་ཅིག་པའི་ནང་མཐའ་ནས་བཟུང་དགོས་པས་སོ། །ཅིག་  
པའི་སྟེང་དུ་པ་གྱུའི་ཞེང་ཆ་ཐུན་ཕྱེད་གཉིས། ཕྱེད་ཅིག་པ་ལས་བྱིར་ཐལ་བ་དབངས་  
ཆ་ཐུན་གཅིག་། དེའི་གཞི་དམར་པོ་ལ་རིན་པོ་ཆེ་ལུར་གསུམ། བྱ་བཞི། རྒྱ་གམ། ཐེག་  
ལེ་སོགས་ཀྱིས་སྤ་བཏབ་པ། དེའི་སྟེང་དུ་རྩོུའི་སྟེང་པའི་ཀ་བ། དེའི་སྟེང་དུ་སྤ་ཉིག་

དམར་པོའི་བྲེ། དེའི་སྟེང་དུ་སྐྱུག་གི་གཞུ། དེའི་མཚོག་མ་གཉིས་སུ་ཤེལ་གྱི་ཀ་ཚུང་  
རེ། དེའི་སྟེང་དུ་བེདྲུའི་བྲེ་རེ།

༥ དེའི་སྟེང་དུ་དདུལ་གྱི་གཞུ་སྟེ་རིན་པོ་ཆེ་བདུན་རྒྱུ་མ་སྟེ་ནང་གཉིས་  
སྐྱུག་ས། ཟུར་བཞིར་རྫོའི་སྟེང་པོའི་ཀ་བ། དེའི་སྟེང་དུ་ཐུ་ཉིག་གི་བྲེ། དེའི་སྟེང་དུ་སྐྱུག་  
གི་གཞུ་བསྟོལ་མ། དེའི་མཚོག་མ་བཞིར་ཤེལ་གྱི་ཀ་ཚུང་རེ། དེའི་སྟེང་དུ་བེདྲུའི་  
བྲེ་རེ། དེའི་སྟེང་དུ་དདུལ་གྱི་གཞུ་འཁྱོག་པོར་བཏར་བ། དེའི་སྟེང་དུ་གསེར་སྐྱམ་ལེབ་  
མོ་སྐྱམ་བྱ་ལྟ་བུ་ཐམས་ཅད་བཏར་བ་ལ་གསེར་གྱི་སྐྱ་རགས་ཟེར་ཞིང་། དེ་འབྲས་སྟེང་  
ནས་སྟེང་དུ་ཆར་བཞི་བཅེགས་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་དཔངས་ལ་ཆ་སྟན་གཉིས། མོ་མོའི་  
དཔངས་ལ་ཆ་སྟན་རེ་རེའི་བྲེ། ཞེང་གཅིག་གམ་བྲེད་གཉིས། ཅིག་པའི་ནང་མཐའ་  
ནས་ནང་མཐའི་བར་ལ་ཆ་སྟན་མོ་གཉིས་ཡོད་པས་དེའི་བྲེད་བཅུ་བྲུག་དང་། ཅིག་  
པའི་ཅ་བ་ནས་གསེར་གྱི་སྐྱ་རགས་སྟེང་མའི་བར་ལ་ཡང་ཆ་སྟན་བཅུ་བྲུག་སྟེ་རྒྱ་བྲེད་  
དཔངས་མཉམ་མོ། །དེའི་སྟེང་དུ་ལྷམ་སྟེ་བཀལ་བའི་སྟེ་ཆ་སྟན་བྲེད་གཉིས་མ་ལོངས་  
ཅམ་བྱིར་ཐལ་བ་ལ་ཚུ་སྟོན་མ་ཀ་ར་ཡི་ཁ་བྲས་པའི་ཁ་འགྲུག་ནས་ཁ་འགྲུག་དུ་  
འཕྱང་བའི་རིན་པོ་ཆའི་བྲ་བ་གཉིས་གཤིབས། དེའི་དབྲས་དང་གཡས་གཡོན་དུ་  
གསེར་གྱིས་བསྐྱམས་པའི་རིན་པོ་ཆེ་རྫོག་ཆེ་བ་རེ་དང་དེ་ལས་ཚུང་ཅམ་རེ་ཡོད་པ།  
གཞན་རྒྱུ་མ་སྟེ་ལས་ཚུང་ཅམ་རེ་ཁད་སྟོམས་པར་བསྐྱེགས་པའི་དབྲས་སུ་རིན་པོ་  
ཆེ་རྫོག་ཆེ་བ་རེའི་སྟེང་དུ་བྲུག་ལེན་མཐོང་རྒྱན་ལྟར། རྫོ་རྫོ། འཁོར་ལོ། རིན་པོ་ཆེ།  
པ་སྐྱ། སྐྱ་ཆོགས་རྫོ་རྫོ་སོགས་འགོད་བ་དང་། རྒྱ་བྲེད་ལ་སྐྱམ་གཤིབས་ལྟར་ན། ཚུ་  
སྟོན་གྱི་ཁ་དབྲས་ནས་རྒྱ་བྲེད་སྐྱམ་གཤིབས་གྱི་དབྲས་མའི་སྟེར་ཞོར་བྱ་

དང་། གཡས་གཡོན་གྱི་སྒྲེང་རྩལ་དང་། དེལ་བྱ་རྩལ་ཅན་སོགས་སྟེལ། ལྷ་  
གཤེགས་ལྷར་ན། དབྱས་མ་ལ་ལོར་བྱ། དེའི་སྐྱོ་གཉིས་ན་གོས་སྒྲ་ཆོགས་པའི་འཕན།  
དེའི་སྐྱོ་གཉིས་མེ་ཏྲག་སྒྲ་ཆོགས་པར་བྱ་བའོ། །དྲ་བ་དང་བྱ་བྱེད་དེ་དག་གི་སྟེ་པ་གྱའི་  
སྒྲེང་ཐད་དང་མཉམ་པར་འབྱུང་བ། གསེར་གྱི་སྟེ་རགས་གྱི་སྒྲེང་དུ་བྱ་འདབ་སྒྲ་མོ་  
ཞེང་ཆ་སྟན་གཉིས་པ། དེ་ཡང་ཐོག་བཀའ་པའི་བྱར་ནམས་སྟེ་གྱུད་དུ་འདོགས་པ་  
ཞེང་ལ་ཆ་སྟན་བྱེད་ཆུ་སྟན་ལས་ཀྱང་བྱིར་ཐལ་བའི་བྱི་མཐའ་ནས་འབྱུང་བའི་ཤར་བྱ་  
དཀར་པོ་མཆུ་མེད་པའི་སྟེ་སྒྲགས་མགོ་འཇུག་ལྟོག་པ་ལྟ་བུ་ཆ་ཆུང་རེ། བྱ་འདབ་གྱི་  
སྒྲེང་ན། བད་འདབ་བྱེད་པའི་དབྱིབས་ཅན་གྱི་མདའ་ཡབ་དཀར་པོ་གྲེན་དུ་བསྐྱངས་  
པ་རེ་རེའི་རྒྱ་དཔངས་ཆ་སྟན་རེ་དང་མཐུག་རྩམ་ཆ་བྱེད་བྱས་པ་ཤར་བྱ་གར་ཡོད་གྱི་  
སྒྲེང་ཐད་དུ་བསྒྲིགས་པའོ། །སྟོ་ལོགས་གྱི་ཅིག་གཤོང་གཡས་གཡོན་གྱི་ནང་འགྲམ་  
དུ་བྱམ་པ་ལས་ཐོན་པའི་ཀ་བས་བཏེག་པའི་གདུང་དཔངས་ཞེང་ཆ་སྟན་གཅིག་ཤིང་  
དུ་ཆ་སྟན་བཅུ་གཉིས་པའི་སྟེ་གཉིས་གསེར་གྱི་སྟེ་རགས་སྒྲེང་མ་གཉིས་ཏ་བཏོལ་  
ནས་སོང་བ་འདྲ་ཞིང་བྱམ་པ་ཀ་བ་བྲེ་གཞུ་གདུང་བཅས་པའི་དཔངས་ལ་ཆ་སྟན་བཅུ་  
དྲུག་ཡོད་པས་གསེར་སྒྲམ་དང་མཉམ་པར་བཞེད་ལ། སྟོ་ལོགས་གྱི་ཅིག་གཤོང་  
གཉིས་གྱི་བར་ལ་ཀ་བ་དང་གདུང་ཡོད་པ་ལས་ཅིག་པ་པ་གྱུ་གསེར་སྒྲམ་ཤར་བྱ་  
མདའ་ཡབ་སོགས་གང་ཡང་མེད་པ་ནི། འདིར་འགྲམ་ལོགས་སྟོ་དང་མཉམ་པའི་བྱན་  
མོང་མ་ཡིན་པའི་ལུགས་སོ། །ཅིག་པའི་འགྲམ་ནས་འདོད་སྒྲམ་དམར་པོ་དཔངས་  
ཞེང་ཆ་སྟན་གཉིས་རེ་ཡོད་པ་སྟོ་ཁྱུད་ལ་བྱུག་པར་བསྟོར་བ། ཐེམ་སྒྲམ་སྒྲེང་མའི་སྒྲེང་  
ནས་ཆ་ཆུང་གཅིག་ནང་དུ་དོར་བ་སྟོ་དང་ཏ་བབས་གཉིས་གྱི་བར་སྟོང་དང་། དེ་ནས་

ཆ་ཐོན་གསུམ་ལ་སྟེགས་བྱ་བྱ་བཞི་རྩམས་ཆ་ཐོན་གཅིག་ཞེང་ཆ་ཐོན་གསུམ་ཡོད་  
པ། དེའི་སྟེང་ན་བྱམ་པ་ལས་འཛོན་པའི་ཀ་བ་མཐའ་གཉིས་སྤྲིང་དབུས་ལྷིང་བ་སྟོའི་  
གཡས་གཡོན་དུ་གཉིས་རེ་སྟེ། སྟོགས་རེར་རྟ་བབས་ཀྱི་ཀ་བ་བཞི་རེ། བྱམ་པ་ཀ་བ་  
དང་བཅས་པའི་དབངས་ལ་ཆ་ཐོན་ལྷ། སྟོམས་སུ་ཆ་རྒྱང་གཅིག་ཀྱི་ཀ་བ་རེའི་སྟེང་ན་  
གཏུང་རྒྱང་རེ། དེ་ཡང་སྤྱིར་ཆ་རྒྱང་བྱེད་གསུམ། ཞེང་ཆ་རྒྱང་གཅིག་པ་ལ་འདོགས་  
པའི་དར་དབྱངས་གོས་སྣ་ཆོགས་ལ་བསྒྲིགས་པའི་བྱེ་བྱར་ལྟ་བུའི་རོས་ལ་སྤང་པོ་ཆེ།  
དེའི་སྟེང་ན་སེང་གའི་སྤར་མོ་གཅིག་སྤང་པོའི་མགོ་ལ་བཏབ་པ་སྤར་མོ་གཅིག་གཏུང་  
ལ་འཆང་བའི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པ་ནི་ཀ་རྒྱན་མིན་ཡང་ཀ་བའི་སྟོ་ན། གྲིས་ཆ་གཞན་ལ་  
ཡོད་པ་ལྟར་རོ། །གསང་འདུས་ལ་ཐེག་གི་བྲག་ལེན་ལྟར་ཀ་བའི་སྟོ་ན་དར་དབྱངས་  
བྱས་ཀྱང་ཆོག་ལ། འདིའི་གཏུང་ཡང་མ་བྱས་ཀྱང་རུང་རོ། །གཏུང་མི་བྱེད་ཅིང་དར་  
དབྱངས་བྱེད་ན་ཤར་བུ་ལ་འདོགས་པ་ཡིན་ནོ། །གྲིས་ཆ་ལ་གཏུང་གི་ས་ཁོངས་མེད་  
ངེས་པར་ཡིན་ཀྱང་སྟོས་བསྤང་ལ་གཏུང་བྱེད་པའི་ལྷགས་ཡོད་པ་སྟེགས་རིམ་  
སོགས་སུ་འབྱུང་ལ་དེར་མ་ཟད་སྤར་མ་འགའ་ཞིག་གི་བྲག་ལེན་དུའང་མཛད་ཡོད་  
འདུག་པས། འདིར་དེའི་ཤེས་བྱེད་ཅམ་དུ་གྲིས་ཀྱི་དགོས་ངེས་པ་ནི་མིན་ནོ། །

### ༼གཉིས་མཉམ་དགུ་མཉམ་ལྷགས་ཀྱི་རྟ་བབས།༽

དེ་ནས་གཉིས་མཉམ་དགུ་མཉམ་ཀྱི་ལྷགས་བཞིན་རྟ་བབས་སྣམ་བུ་བརྩ་  
གཅིག་བཤད་པ་ལ། གཏུང་ཡོད་ན་དེའི་སྟེང་དང་མེད་ན་ཀ་བའི་སྟེང་དུ། གསེར་སྣམ་  
སེར་པོ་སྟེད་ལ་ཆ་ཐོན་བྱེད་གསུམ། དབངས་སུ་གཅིག་ཀྱི་གཡས་གཡོན་སྟེ་མཐའ་  
ནས་སྟེ་མཐའི་བར་གཞལ་བས་ཆ་རྒྱང་བརྩ་བུག་ཀྱི་བཞིན་ནང་མཐའ་ནས་ནང་

མཐའི་བར་གཞལ་བས་ཆ་རྒྱུད་བཅུ་གཅིག་། དེའི་སྟེང་དུ་ཤར་བུ་གོང་ལྟར་གྱི་རི་མོས་  
མཆན་པ་དཀར་པོ་ལ་སྟོན་པོའི་རི་མོ་ཡོད་པ། དེའི་སྟེང་ན་རིན་པོ་ཆེ་གཞི་དམར་པོ་ལ་  
རྩར་གསུམ་གྱུ་བཞི་ལོགས་གྱིས་སྤྲུམ་པ་དེ་གཉིས་སྟོང་ལ་ཆ་སྟོན་གསུམ་རེ། དཔངས་  
ཆ་སྟོན་རེ། རྩར་མཐའ་ནས་པན་ཚུན་བར་ཆ་སྟོན་བཅུ་གཉིས། དེའི་སྟེང་རྟ་མིག་ལྷང་གྱུ་  
ལ་རྟའི་མིག་རིས་ནག་པོ་ཡོད་པ་སྟོང་ལ་ཆ་སྟོན་ལ། དཔངས་ལ་གཅིག་། ཤར་བུ་རིན་  
ཆེན་མིག་པ་གསུམ་གྱི་མཐའ་མཉམ་ལ། མིག་པའི་རྩར་མཐའ་པན་ཚུན་བར་ཆ་བརྒྱད།  
གསུམ་པོའི་གྱི་མཐའ་ནས་གཞལ་བས་ཆ་རྒྱུད་བཅོ་བརྒྱད་དོ། །

ཐུན་སྒྲུལ་ནི་བར་སྟོང་སྟེ་དཔངས་ཆ་རྒྱུད་བྱེད་གཉིས་ཀ་བའི་གྱི་མཐའ་ནས་  
གྱི་མཐའ་བར་ལ་ཆ་རྒྱུད་བཅུ་བཞི། ཀ་བ་ཞེང་ཆ་སྟོན་རེ་ཡོད་ཀྱིར། ཀ་བའི་རྩར་མཐའ་  
པན་ཚུན་བར་ཆ་རྒྱུད་བཅུ་གཉིས། དེས་ཐུན་སྒྲུལ་ཤུགས་གྱིས་འབྱུང་། ཀ་བ་ནམས་  
ཐྱོགས་མདོག་གྱི་རྩར་དུ་གཉིས་སྤྱིགས། ཀ་བ་དེའི་སྟོ་སྟེ་རྩར་གི་བར་སྟོང་ལ། སེལ་  
དང་། སེལ་རྒྱུ་ཀར་པ་བརྒྱད་པ། མ་བྲ། མིའམ་ཅི་པོ་མོ་ལོགས་གྱིས་སྤྲུམ་པ་གོང་མ་  
འདེབས་པའི་ཚུལ་ཅན། དེའི་སྟེང་མ་རྩ་སྟོང་ཆ་སྟོན་ལ། དཔངས་ལ་གཅིག་། རྩར་  
མཐའ་པན་ཚུན་བར་ཆ་སྟོན་བྱག་། གྱི་མཐའ་པན་ཚུན་བར་ཆ་སྟོན་བཅུ་བྱག་། ལ་དོག་  
སྤྱ་ཆོགས་པ་སྟེ་སྤྱག་གི་རི་མོ་ཅན། ཡང་དེའི་སྟེང་གི་ཐུན་སྒྲུལ་སྤར་ལྟར་དཔངས་ཆ་  
བྱེད་གཉིས། ཀ་བའི་གྱི་མཐའ་ནས་གྱི་མཐའི་བར་ཆ་བཅུ་གཉིས། རྩར་མཐའ་པན་ཚུན་  
བར་ཆ་བརྒྱ། འདིའི་སྟེང་ངོས་ནས་པན་ཚུན་འབྲེལ་ཞིང་། འོག་ངོས་ནས་མ་འབྲེལ་  
བར། ཤྱོག་པོས་བར་ཆོད་པའོ། འདི་ཡན་གྱི་སྤྲུལ་ཤུགས་བར་མ་ཆད་པར་ཐལ་  
རྒྱགས་སུ་ཡོད་པའི་ཤར་བུ་རིན་ཆེན་མིག་པ་གསུམ་དང་དཔངས་ཆ་སྟོན་རེ། སྟོང་།

དུ་ཆ་བཅུ་བཞི་རེ། ཁ་དོག་དང་རི་མོ་སོགས་སྤར་རི་ལྟར་རོ། ཁ་དང་ཡབ་སྲིད་ལ་ཆ་  
སྟན་བཅུ། དཔངས་སུ་གཅིག །དཔངས་ཞེང་ཆ་སྟན་རེ་ཡོད་པའི་བསྐྱེད་པའི་  
དབྱིབས་ཅན་དཀར་པོ་སྤྱི་ནང་དུ་བཅུ་རེ། མཐའ་གཉིས་སུ་གསུམ་རེ་བསྐྱིགས་པའི་  
འདབ་མ་རེའི་མཐུག་རམ་ཆ་སྤྱེད་རེ། དེའི་སྟེང་དུ་ཐོག་བཀའ་པ། དེའི་དབུས་སུ་པད་  
ཆའི་གདན་ལ་འཁོར་ལོ་སེར་པོ་ཅིབས་བཅུ་པ་ཡུ་བ་དང་བཅས་པའི་དཔངས་ལ་ཆ་  
སྟན་གཅིག་ཡོད་པ། དེའི་གཡས་གཡོན་ཆ་སྤྱེད་རེ་ན། རི་དྲགས་པོ་མོ་སེར་པོ། མིག་  
འཁོར་ལོའི་ཅེ་ལ་ལྷ་བ་མགྲིན་པ་དང་བཅས་པའི་དཔངས་ལ་ཆ་སྟན་གཅིག །དེའི་  
ལུས་ལ་ཡང་ཆ་སྟན་གཅིག་གོ། རི་དྲགས་པོའི་མགོ་ལ་བསེ་དུ་ལྷ་བུའི་དྲ་གཅིག་ཡོད་  
པ། དེའི་མཐུག་པའི་མཐར་མདའ་ཡབ་གཉིས་རེ་ཡོད་པའོ། །

མཁས་བླུ་འུ་འུ་ཆེ་དང་། དྲགས་པོ་དགེ་བཤེས་སོགས་ཀྱིས་འདིའི་མདའ་  
ཡབ་གཉིས་པོ་ལས་ངོས་དང་ཟུར་གྱི་མདའ་ཡབ་སོགས་མ་བཤད་ཀྱང་འདིར་ལུང་  
སྟེའི་ཁྱིད་ཡིག་ལྟར་རོ། །ཏྲ་བབས་ཀྱི་ནང་སྒྲུབ་ཀྱི་ཀྲོག་པོ་ནི་ནང་མཐའ་རི་ལྟར་  
དུ་ཆ་སྟན་སྤྱེད་པའི་ཀྲོག་པོ་སེར་པོ་ལ་རིན་པོ་ཆེ་དུ་མས་སྤྱོད་བཤུབ་པ་མར་སྟེ་གསེར་  
སྟེ་ཀྱི་སྟེང་ཟུར་ནས་གདོང་འཐེན་བྱ་བ་ཕྱག་ལེན་དང་། སྒྲུབ་ཀྱི་ངོས་སུ། སྲིད་  
ཆ་སྟན་དྲུག་པའི་སྒྲ་སྟེ་ནམ་པར་བཀྲ་བ་ཞེང་ལོག་ཀྱི་དང་མཉམ་པའི་སྟེར་རིན་པོ་ཆེས་  
སྤྱས་པའམ། ལྷ་སྲིན་གྱི་ཁ་ནས་འཕྱུང་བའི་དྲ་བ་དང་དྲ་སྤྱེད་སོགས་ཀྱང་ཡོད། ཏྲ་  
བབས་ཀྱི་ཀ་བ་དང་། སྒྲུབ་ཀྱི་ནང་ནམས་སྟོགས་མདོག །རི་དྲགས་ཀྱི་མཐུག་  
གི་མདའ་ཡབ་ནང་མའི་སྟེང་དུ། སྤྱི་ལུ་ཁ་ནང་བལྟས་ཀྱིས་བཟུང་བའི་གདུགས། ཡུ་བ་  
ལ་ཆ་སྟན་གསུམ། དར་ལྗེའི་ཤམ་བུ་དང་བཅས་པའི་གཡོགས་ལ་ཆ་གཉིས། རྒྱ་ཆེས་

རིན་པོ་ཆེ་རྫོང་འཛིན་ཆེ་མོ་དང་བཅས་པའི་རྟོག་བྱས་པ། མདའ་ཡབ་ཕྱི་མའི་སྟེང་དུ་བྱམ་  
བ་ལས་འཛོན་པའི་ཆ་རྒྱུད་གཅིག་ཡོད་པའི་རྒྱལ་མཆན་དང་བ་དན། དེ་བཞིན་དུ་  
མིག་པ་གཉིས་དང་། སྐར་ན་གྱི་སྟེང་དུ་ཕྱི་ནང་དུ་རྒྱལ་མཆན་དང་བ་དན་གཉིས་  
གཉིས་ཏེ་རྟོག་བབས་དེའི་སྟེང་ན་རྒྱལ་མཆན་བཅུ་དྲུག་རེ། བ་དན་བཅུ་དྲུག་རེ།  
གཞུགས་གཉིས་རེ་ཡོད། དེ་ལས་ཉུང་བའི་ལུགས་ཀྱང་ཡོད་འདྲོ། །རྟོག་བབས་གྱི་  
སྒྲུལ་བྱ་རྣམས་ཞིང་ཆ་སྐྱེན་གསུམ་རེ་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ནས་ཐོག་འབྲུབ་ཚུལ་ལ། རྩ་ཐིག་དང་ཆངས་ཐིག་འཕྲད་པ་ནས་ནང་དུ་སྒྲོ་  
ཆད་གཅིག་། དེ་ནས་གཡས་གཡོན་དུ་ཆ་སྐྱེན་ལྔ་རེ་སོང་མཆམས་སྟེ། འར་དུ་འཁོར་  
ལོ། ལྟོར་རིན་པོ་ཆེ། ལུབ་ལྷ་པོ། བྱང་དུ་རྒྱ་གམ་གྱིས་མཆན་པའི་ཀ་བ་དཀར་མེར་  
དམར་ལྗང་གཉིས་རེ་བྲེ་གཞུང་དང་བཅས་པའི་དཔངས་ཆ་སྐྱེན་བཅོ་ལྔ། དེའི་སྟེང་དུ་  
ཐལ་རྒྱུག་ལྷ་སོང་བའི་གཞུང་རིང་སྤྱིད་ཆ་སྐྱེན་སོ་བཞི་དཔངས་ཆ་སྐྱེན་རེ་ཡོད་པ་  
བཀའ་བའི་སྒྲེར་གསེར་གྱི་སྒྲེ་རགས་སྟེང་མ་གཉིས་ལ་ཏ་བརྟོལ་ནས་གསེར་སྒྲིང་  
འོག་མ་གཉིས་ལ་བཀའ། སྒྲོ་ཁྱུད་གཡས་གཡོན་དུ་བཀའ་བའི་སྒྲོ་ཁྱུད་ཕྱི་ནང་དུ་  
གཞུང་གཉིས། སྒྲོ་ལོགས་གཡས་གཡོན་གྱི་སྒྲེར་བཀའ་བའི་གཞུང་གོང་བའད་གྱི་  
སྟེང་དུ་ལྷམ་སྒྲེ་ཕྱི་མ་དང་། ལྷམ་སྒྲེ་ནང་མ་སྒྲོ་ཁྱུད་གྱི་གཞུང་ཕྱི་མ་དང་སྒྲོ་འབྲུམ་  
གཡས་གཡོན་ལ་བཀའ་བའི་སྒྲོ་ཁང་གི་ཐོག་འབྲུབ། སྒྲོ་ཁྱུད་གྱི་གཞུང་ཕྱི་ནང་གི་  
བར་ལ་ལྷམ་བཞི་འབྲེད་ལ་བཏང་བས་ཁོ་ཁང་གི་ཐོག་འབྲུབ། ལྷམ་སྒྲེ་ཕྱི་མ་གསེར་  
སྒྲུལ་དང་སྒྲོ་ཁྱུད་གྱི་གཞུང་ནང་མ་ལ་བཀའ་ཞིང་ལྷམ་སྒྲེ་ནང་མ་གཞུང་རིང་ལ་བཀའ་  
ཏེ། ཕྱི་བྲམས་བྱ་བཞི་པའི་ཐོག་འབྲུབ། འདི་ལ་ཕྱོགས་རེ་རེ་ལྷམ་ཉེར་བརྒྱད་རེ་ཡོད་

བར་བཤད། སློ་ཁྱད་གི་གདུང་བྱི་མའི་འོག་དུ་སློའི་རུ་བཞི་སློ་སྒྲེགས་དང་བཅས་པ་  
 བྱི་ཆེ་བྱིར་བྱེས་པའི་ཡ་ཐེམ་གི་སྟེང་དུ་ཤར་དུ་འཁོར་ལོ། སྟོར་རིན་པོ་ཆེ། ལུབ་དུ་  
 པ་སྒྲ། བྱང་དུ་སྒྲ་ཆོགས་དོན་རྒྱལ་མ་ཆ་སྟན་དེ་ཡོད་པ་བཞི་བསྒྲིགས་གཉིས་བཅེགས་  
 བྲ། རུ་བཞི་ལ་ཆ་སྟན་བྱེད་པ། སློ་སྒྲེགས་གཉིས་ལས་སྒྲེགས་བྲ་དེ་དེ་ལ་ཞེང་ཆ་སྟན་  
 བྱེད་གཉིས་སློ་འགྲམ་དང་བཅས་པའི་དཔངས་ཆ་སྟན་བཅུ་གསུམ་དེ་ཡོད་པའོ། །ཙ  
 ཆངས་འཕྲད་པ་ནས་ནང་དུ་སློ་ཆད་གཉིས་དང་། དེ་ནས་གཡས་གཡོན་དུ་ཆ་སྟན་  
 གཉིས་དེ་སོང་བར། ཀ་ཚུང་བྲེ་གཞུ་འཁྱོག་དང་བཅས་པའི་དཔངས་ཆ་སྟན་བཞི་དེ་  
 ཡོད་པ་ཕྱོགས་དེ་གཉིས་དེ་བཅུ་གསུམ་པའི་སྟེང་དུ་གདུང་འཁོར་རྒྱུ་པོ་དང་། དོན་རྒྱུ་  
 མཆོན་པའི་གདུང་བཞི་མིག་མང་རིས་སུ་བཏང་བའི་རྩམ་ཞེང་ཆ་སྟན་དེ་ཡོད་པ་སྟེ་ལྷ་  
 སྒྲམ་ནང་མ་གར་བྲ་རྒྱུ་པོའི་ཐོག་འབྲུག། འོག་དུ་ཀ་ཚུང་གི་བར་དོན་རྩེ་ཅེ་གསུམ་པའི་  
 བྲེང་བས་བཀང་ལ། གར་བྲ་རྒྱུ་པོའི་སྟེང་མཐར་ཡང་དོན་རྩེ་ཅེ་གསུམ་པའི་བྲེང་བ་ཆ་  
 སྟན་གཅིག་གིས་རྒྱུ་པོར་བསྟོར་བའི་བར་འོག་གི་ཀ་ཚུང་གི་ཐད་དུ་བཅུ་གསུམ་པའི་  
 ཤར་དུ་འཁོར་ལོ། སྟོར་རིན་པོ་ཆེ། ལུབ་དུ་པ་སྒྲ། བྱང་དུ་རྒྱ་བམ་གྱིས་མཆོན་པའི་ཀ་  
 བ། དཀར་སེར་དམར་ལྗང་ཕྱོགས་དེར་གཉིས་དེ་བྲེ་གཞུ་འཁྱོག་གདུང་འཁོར་རྒྱུ་  
 པོ་བཅས་པའི་དཔངས་ཆ་སྟན་བཅུ་བྲུག། །གཞུ་འཁྱོག་གི་སྟེང་གི་གདུང་འཁོར་ལ་  
 རུག་པའི་གདུང་བཞི་མིག་མང་རིས་སུ་ཡོད་པ་ལ་ལྷམ་དང་བྲལ་འདམ་སོགས་མེད་  
 བར་གདུང་གི་འོག་དུ་གནམ་རྒྱུ་བྲའོ། །དེ་ལྷ་བྱའི་སྟོ་བྲང་གི་གདོང་སྟེ་འོག་གི་ཀ་  
 བའི་ཐད་དུ་བཅུ་གསུམ་པའི་ཀ་བ་གསེག་ཀ་ཅན་གཉིས་གཉིས། ཆ་སྟན་བྲུག་པ་ཅེ་  
 གཉིས་གཉིས། ཆ་སྟན་བྲུག་པ་ཅེ་གཉིས་གི་བར་སློ་ཆད་ཅམ་གྱིས་མ་རེག་པར་དེ་ལ་

སྒྲོག་གཏུང་བཏང་བའི་སྟེང་དུ་གཏུང་གི་སྟེ་མོ་སྟོ་བྱང་དུ་བྱུག་པ་ཞིང་ཆ་ཐོན་བཞི།  
སྟེང་དུ་བཅུ་དྲུག་ལྟག་ཅུམ། དབངས་སུ་གཅིག་ཡོད་དམ་སྟུམ་ལ། འདིའི་དབངས་  
མཁས་པ་འགས་ཆ་ཐོན་བྱེད་གཉིས་དང་། འགའ་ཞིག་གིས་ཀ་བ་གསེག་ཁ་ཅན་  
གཏུང་དང་བཅས་པའི་དབངས་ལ་དྲུག་ཏུ་བཤད་ཡུང་། རྒྱ་མཉམ་དབངས་མཉམ་དུ་  
ཆ་ཐོན་སོ་གཉིས་རེ་ཡོད་དགོས་ཕྱིར། སྟེ་མ་ལ་བྱེད་ལྟག་པ་དང་། སྟེ་མ་ལ་གཅིག་  
ཆད་དམ་སྟུམ་པས་དབྱེད་དགོས་ལ། གཏུང་དེའི་སྟེ་མོ་རྒྱ་སྟོན་གྱི་མགོ་བྱ་བ་བྱུག་  
བཞེས་དང་། སྟེ་བྱུམས་བྱ་བཞི་པའི་ཁ་གདངས་ལ་ཀ་རྒྱུང་གེ་སྟུམ་དང་བཅས་པའི་  
དབངས་ལ་ཆ་རྒྱུང་ལྟ་ཡོད་པར་བར་ཐག་རི་ལྟར་འཆོམས་པ་བཅུགས་པའི་སྟེང་ནས་  
གཏུང་སྟོགས་བཞིར་བྱ་བཞིར་བཏང་བ་ལ་ལུམ་གྱི་མར་སྟེ་དང་། ཡར་སྟེ་ཤར་རུབ་  
གྱི་སྟོགས་ནས་སྟེང་གི་གཏུང་རིང་དང་། ལྟོ་བྱང་ནས་སྒྲོག་སྟང་ལ་བཀལ། འདི་ལ་  
བྱར་ལུམ་སོགས་ཞལ་ལས་ཤེས་དགོས་སོ། །དེ་ལྟར་རྒྱ་སྟོན་གྱི་ཐོག་སྟུམས་པས་  
སྟེ་བྱུམས་གྱི་ཐོག་ལོན་ཅུམ་རེ་བྱའོ། །རྒྱ་སྟོན་གྱི་མཐར་པད་འདབ་བྱེད་པའི་  
དབྱིབས་ཅན་གྱི་རྒྱ་སྟོར་དང་། འོག་ཏུ་ཤར་བུའི་རྣམ་པ་སོགས་བྱ་ཞིང་། གཏུང་རིང་  
གི་སྟེང་དབྱས་འདུས་པའི་རྒྱུད་བཞུགས་པའི་ཁང་བྱ་བྱ་བཞི་རིན་པོ་ཆེ་ལས་བྱུབ་པ།  
རྒྱར་ཆ་ཐོན་གསུམ། དབངས་སུ་གཉིས། དེའི་སྟེང་དུ་རིན་པོ་ཆེ་ཆ་དགུ་པ་ཆ་ཐོན་  
གཅིག་དེའི་སྟེང་དུ་རྟོ་རྟོ་རྟོ་ལྟ་པའི་རྟོག་ལ་ཆ་ཐོན་གཅིག་བྱའོ། །ཡར་ལུགས་གཅིག་  
ལ་ཆ་དགུ་པའི་འོག་ཏུ་རིན་པོ་ཆེ་བརྒྱ་རྒྱ་ག་སོགས་ཡོད་པར་གསུངས། སྟེ་མ་ལྟར་  
ན། རྟོ་རྟོ་རྟོ་རྟོ་རིན་པོ་ཆེ་གསུམ་ལ་སྟོ་ཆད། ཁང་བྱ་ལ་གཉིས། འོག་གི་གར་བྱ་  
རྒྱུ་པོ་ལ་བཅུགས་པའི་ཀ་བ་གེ་སྟུམ་གཏུང་བཅས་ལ་བཅོ་ལྔ་བྱ་བར་གསུངས་

སོ། །འདི་ལ་ཆ་སྟོན་ད་དུང་ལྷག་པར་སྒྲུབ་བས་དབྱེད་པར་བྱའོ། །

ཅིག་པའི་འགྲམ་དུ་ཆ་སྟོན་བཞི་དོར་ནས་ལྷ་སྒྲམ་རྩེ་བདུན་འབྱུང་བ་སྟེ། དེ་  
ཡང་རིམ་བུ་གཉིས་པའི་གྲུ་ལ་ཆ་རྩེ་གི་བཞི་ཆ་རེའི་མཐོ་དམན་བྱ་བར་གསུངས་  
སོ། །ཕྱིའི་གྲུ་བཞིའི་གཡས་གཡོན་ན་ཆངས་ཐེག་ལས་གཡས་གཡོན་དུ་སྒྲོ་ཆད་རེ་  
དོར་བའི་སར་བྱམ་བ་སེར་པོ་སྒྲོ་ཆད་རེ་ཡོད་པ་ཕྱོགས་རེར་གཉིས་རེ་འགོད་དགོས།  
གཞལ་ཡས་ཁང་གི་སྟེང་གི་གཡས་གཡོན་དུ། གསེར་བྱམ་ལས་འཛོན་པའི་རིན་པོ་  
ཆའི་ཡུ་བ་ལ་དར་ལྗེ་སྒྲུབ་གཤེབས་སྒྲུབ་ཁྱག་གི་འཁྱོག་དང་ལྗན་པའི་སྟེང་། ངང་བ་  
དང་། སེང་གེ་རྒྱུ་བ་བརྒྱད་པ། ལྷ་མ་བའི་མཁའ་ལྗིང་། ཉ་སྟུ་ཅན། རྩ་སྟོན་དུང་གི་  
ལུས་ཅན་སོགས་མཆོན་མ་ཡོད་པ། ཅེར་རྒྱ་བྱེད་རིན་པོ་ཆེ་དང་། རྟོ་རྟེ་ཅེ་ལྷ་བྱེད་  
པའི་རྟོག་ཅན་གྱི་རྒྱལ་མཆོན་དང་། སྟོག་ཆགས་གྱི་མཆོན་མ་མེད་པའི་བ་དན། ཡུ་  
བ་རྟོག་དང་བཅས་པ་ཆ་སྟོན་གཉིས་ལྷག་ཅན་གཉིས་རེ་སྟེ་ཕྱོགས་རེར་བཞི་རེ་ཡོད་  
ལ། ལུང་རྣམས་སུ་སྟེ་ལུ་ཁ་ནང་བལྟས་གྱིས་བཟུང་བའི་ཡུ་བ་ཆ་སྟོན་གསུམ།  
གཡོགས་ཆ་སྟོན་གཉིས། རྟོག་སྒྲུབ་དང་འབྲུ་བའི་གདུགས་དཀར་པོ་རེ། ལུང་རྣམས་  
གྱི་ནང་སྟེ་རྟོར་བྱ་དགའ་འབྲིལ་བྱ་བ་དང་། ལུང་གྱིས་བཀའ་བའི་སྟེང་བལ་མ་དང་  
ཐོག་འདམ་བྱ་བ་ནི་ཕྱོགས་ཀུན་ལ་ཤེས་དགོས་སོ། །

འདོད་སྒྲམ་ལ། མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་བརྒྱུག་ཞལ་ནང་དུ་ཕྱོགས་བུ་རུས་རྒྱན་  
ཅན། དེ་ཡང་གྲུབ་ཆེན་རྩ་ལྗོངས་ལས། དི་མི་འགྲིང་མ་སྟོན་མོ་སྟེ། །ལྷ་མ་གྲིང་བྱ་  
སེར་མོ་ཉིད། །གར་མ་སྟོན་མོ་ལྷང་ཁུ་ཉིད། །སྟེག་དང་རྩ་རྩ་དཀར་ཞིང་དམར། །གར་  
མ་ལག་བ་བད་དགོར་ཉི། །ལྷ་མ་ཉིང་ཉིང་ཤག་དང་བཅས། །བདུག་བ་མ་སྟོ་མེ་རྟོག་

དཀར་མེ་མེ་ཡི་འོད་དང་འབྲ། གྲི་མ་རོ་མ་ཁ་དོག་དམར་པ། རེག་དང་མེ་ཉོག་  
ལྷང་དང་དཀར་པ། ཆོས་མ་དཀར་དང་རང་ཉག་ས་གྱི། ཀྱུན་གྱང་ལག་པ་གཉིས་  
པའོ། ཞེས་པ་ལྟར་བྱའོ། རྟིག་པའི་ཕྱི་ནང་གི་ཟུར་རྣམས་སུ་རྒྱ་ཕྱེད་དཀར་པོ། རིན་  
པོ་ཆེ་དམར་པོ་ཟུར་བརྒྱད་པ། རྩོུ་མེར་པོ་ཕྱེད་པའམ་ཡོངས་རྩོག་ས། དེ་རྣམས་ཆ་  
ཤན་རེ། ཉ་བབས་གྱི་གཡས་གཡོན། འདོད་སྤུམ་གྱི་ཕྱིར། བྱམ་པ་དཔངས་དང་རྩོ་  
བའི་རྒྱར་སྒྲོ་ཆད་རེ་ཡོད་པ་ལས་འཕྲོན་པའི་དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་དབྱས་དང་མཐར་  
ཡལ་ག་བདུན་ཡོད་པའི་དབྱས་བྲིམ་བདག་དམར་པོ་མཛོད་འཛིན་པ་ཁ་ནང་ལྷ།  
མཐའི་ཡལ་ག་བྱུག་ལ་འཁོར་ལོ་མེར་པོ་ཅིབས་བརྒྱད་པ། ཁོར་བྱ་སྒྲོན་པོ་ཟུར་  
བརྒྱད། བྱད་མེད་སྒྲོ་སངས། སྤང་ཆེན་དཀར་པོ་མཆེ་བ་བྱུག་ལྷན། ཉ་ལྷང་གྲ།  
དམག་དཔོན་ལྷག་པོ་གོ་ཆ་ཅན་རལ་གྱི་དང་མདུང་ཐོག་ས་པ། ཤིང་གི་སྤྲོད་དུ་བྱུབ་  
ཆེན་རྒྱན་བྱག་ཅན། དེ་ཡང་རང་རང་སྟོགས་གྱི་རྒྱལ་པའི་མདོག་དང་ཕྱག་རྒྱ་ཅན།  
དེའི་སྤྲོད་དུ་སྤྲིན་གྱི་གསེབ་ནས་ལུས་ཕྱེད་འཕྲོན་པའི་ལྷ་མེ་ཉོག་གི་སྤྲོད་བ་བཟུང་བ་  
རྣམས་ཁྱོན་བརྒྱད་རེ་ཡོད་དོ། །སྤྱོད་ཆོག་སྤོ་རྩེའི་འོག་གཞི། བསྐྱའི་ལྷེ་བ་ལྷང་གྲ་གེ་  
སར་མེར་པོ། འདབ་མ་སྟོགས་བཞེར་དམར། མེ་རྒྱུང་གཉིས་མེར། དབང་ལྷན་  
ནག། བདེན་བལ་ལྷང་། སྟོགས་གྱི་རྩ་ཅེ་ནས་བཟུང་སྟེ་དམར་སྒྲོ་ལྷང་སྟེལ་བ།  
མཆམས་གྱི་བསྐྱའི་ཁ་དོག་རང་སོར་བཞག་པ། ཁྱོན་འདབ་མ་རེ་བཞི། དེའི་ཕྱིར་རྩོ་  
རྩ་ལ་རྩོུ་བཟུང་གྲེལ་བ། དེའི་ཕྱི་རོལ་ཏུ་འོད་སྤྲོད་རམ་མེ་སོ་གཉིས། དབང་ལྷན་  
ནས་གཡས་བསྐྱོར་གྱི་དཀར་མེར་དམར་ལྷང་སྒྲོ་སྟེལ་བ། འོད་སྤྲོད་ལ་ཞེང་སྒྲོ་ཆད་  
གཅིག། རྩོ་རྩ་ལ་གཉིས། བསྐྱའི་འདབ་མ་ལ་གཉིས། འདབ་མའི་ཕྱི་མཐའ་ནས་ཕྱི་

མཐའི་བར་སྒོ་ཆད་ཉེར་གཅིག་ཤེ་བའི་ཕྱི་མཐའ་ནས་ཕྱི་མཐའི་བར་སྒོ་ཆད་ཉི་ཤུ་རྩ་  
རྒྱ་ལ་ཆ་ཆུང་གཅིག་དང་། བད་འདབ་ལ་གསུམ་བྱེད་པའི་ཕྱག་བཞེས་ཀྱང་ཡོད། གང་  
ལྟར་ཀྱང་འོད་མེད་གི་མཐའ་ནས་མཐའ་སྒོ་ཆད་ཉེར་བཞི་ཆ་ཆུང་གོ་བྱུག་ཤེ་ཐེག་སྤྱད་  
རིང་བའི་ལུགས་སོ། །བསྐྱའི་བར་སྒོར་ནི་ཆོས་འབྱུང་གི་ནང་མཆོན་བྱེད་ཡིན་པས་  
དམར་པོར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་གསང་བ་འདུས་པ་འཕགས་ལུགས་ཀྱི་ལྟོས་བསྐྱར་  
གི་རྣམ་པར་བཞག་པ་བཤད་ཅིན་ལ། ལྟའི་གདན་དང་། ལྟའི་སྐྱ་མདོག་ཕྱག་མཆོན་སོ་  
སོའི་མཆོན་དོན་སོགས་གལ་ཆེན་འདྲ། སྐྱབ་ཐབས་དང་བསྐྱེད་རིམ་སོགས་ལས་  
འབྱུང་བ་ལྟར་ལ་སྒོམ་པ་དང་ལྟོས་བསྐྱར་གི་ཆེ་གཙུག་ཏྱར་འཁོར་བསྐྱར་བྱ་  
ཕྱི་ནང་དུ་དང་། གཞོད་མཛེས་གར་བྱ་རྒྱུ་པོའི་ཁོར་སེར་གི་དབུས་སུ་འགོད་དེ་  
གཞན་རྣམས་གོ་སྒྲ་བས་མ་བཞུགས་ལ། འདི་རྣམས་གོ་སྒྲ་བ་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་  
བསྐྱེད་རིམ་ཆེན་མོ་དངོས་ཀྱབ་བྱ་ཆོ། ལྟར་སྐྱའི་ཁྱིད་ཡིག་ལྟོས་བསྐྱར་གི་སྒྲོར་  
སོགས་ཡིག་ཆ་དུ་མ་དང་བསྐྱེད། དཔལ་ལྷན་སྤྱད་བྱེད་པའི་ཕྱག་བཞེས་གྲིས་ཆ་ལ་  
རི་ལྟར་ཡོད་པ་ལྟར་གྱིས་བྱར་བརྒྱན་ནས་བཞུགས་པའོ། །

༼འཛིགས་བྱེད་ལྟ་བུ་གསུམ་མའི་ལྟོས་བསྐྱར་གི་རྣམ་གཞག༽

༥ དེ་ནས་དཔལ་རྩོམ་འཛིགས་བྱེད་ཆེན་པོ་བཅུ་གསུམ་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་  
ཀྱི་རྣམ་གཞག་འཆད་པ་ལ། གཞལ་ཡས་ཁང་གི་འོག་གཞིའི་སྒྲ་ཆོགས་བསྐྱའི་ལྟེ་བ་  
ལྟར་གྱ་བྱ་ཆ་ལྟར་བརྒྱན་ཅུ་གེ་སར་སེར། བད་འདབ་ཕྱོགས་བཞི་དཔར། མེ་ཆུང་  
སེར། དབང་ལྷན་ནག །བདེན་བྲལ་ལྟར་བྱས་པའི་ཕྱོགས་རྒྱ་ནས་གཡས་སྒྲོར་དུ་  
དཔར་སྒོན་ལྟར་སྒྲེལ་བའི་རེ་བཞི། ཞེང་ཆ་ལྟར་གསུམ་མཐའ་ནས་མཐའ་ཆ་ཆུང་བྱ་

དྲུག་ཕྱེད་པ་ཕྱག་ལེན་དང་། དེའི་སྟེ་བར་རྩོམ་པ་སྟོན་པོ་གྲུ་བཞི། མཐའ་ནས་  
མཐའ་ཆ་ཆེན་བཅུ་གཉིས། དཔངས་ཆ་ཆེན་ལྷ། ཕྱོགས་བཞིའི་དབྱས་ནས་དབྱས་ཏེ།  
ཅ་བར་ཆ་ཐོན་གསུམ། དབྱས་ལ་བཞི། ཅེ་ལ་གཅིག་། དབྱས་ནས་ཕྱོགས་སོ་སོར་ཆ་  
ཐོན་དྲུག་སོར་བ་ནས་ནང་མཐའ་ཐོན་པའི་ཕྱོགས་ཏེ་ཅ་བར་ཆ་གཉིས། དབྱས་ལ་  
གསུམ། ཅེ་ལ་གཅིག་ལས་དཔན་ཅུ་ལ། ཏུ་ཐམས་ཅད་སྤྱི་ལ་བཅུ་དྲུག་རེ་ཡོད་  
ཡང་། ཕྱོགས་ཏུ་གྲུག་པའི་ཆས་གཉིས་འབྲུམ། ལྷ་སྤྱི་གྱི་ཁ་ནས་འཕྱོན་པ། ཏུ་  
ནམས་ཕྱོགས་མདོག་ཅན་ནོ། ལྟེ་བའི་དབྱས་ནས་ཕྱོགས་སོ་སོར་ཆ་ཆེན་བཞི་རེ་  
སོར་མཆམས་སྟུ། ཕྱི་ནས་དཀར་སེར་དཔར་ལྡང་སྟེ་བའི་ཅིག་པ་ལྷ་སྟགས་ཞེང་ཆ་  
ཐོན་གཅིག་། དཔངས་བཅུ་གསུམ། དེའི་སྟེང་པ་གྲུ་གཞི་དཔར་པོ་ལ་རིན་པོ་ཆེ་ཟུར་  
གསུམ་གྲུ་བཞི་སོགས་ཀྱིས་སྟུས་པ་ཞེང་ཆ་ཐོན་ཕྱེད་གཉིས་ཕྱེད་ཅིག་པ་ལས་ཕྱིར་  
ཐལ་བ། དཔངས་ཆ་ཐོན་གཅིག་། དེའི་སྟེང་གསེར་གྱི་སྒྲ་རགས་བཞི་བཅུ་གསུམ་ཞེང་  
ཆ་ལྡང་ཕྱེད་གཉིས་རིན་པོ་ཆེ་བདུན་ལྷན་འོག་ཏུ་དོའི་སྟེང་པོ་སྟུག་པའི་ཀ་བ་ཕྱི་ནང་  
རྒྱང་བསྐྱིགས་ཅན། དེ་ལ་སྟུ་ཉིག་དཔར་པའི་བྲེ། དེའི་སྟེང་སྟུག་གི་གཞུ་འབྲེད་ལ་  
བཏང་། དེའི་མཆོག་མ་གཉིས་སྟུ་ཤེལ་གྱི་ཀ་རྒྱང་རེ། དེ་ལ་བཱེུ་བའི་བྲེ། དེའི་སྟེང་  
དབྱལ་གྱི་གཞུ་གཞུང་ལ་བཏང་བ་བར་ཐག་རི་ལྷར་མཆམས་པ་དང་ཟུར་བཞིར་ལྡང་  
ལྷར་ཀ་བ་དང་བྲེའི་སྟེང་། སྟུག་གི་གཞུ་བསྟོལ་ལ། དེའི་མཆོག་མ་བཞིར་ཤེལ་གྱི་ཀ་  
བ་བྲེ་བཅས་ཀྱི་སྟེང་དབྱལ་གྱི་གཞུ་འབྲོག་། དེའི་སྟེང་གསེར་སྟུམ་ལེབ་མོ་བརྒྱངས་  
པ། དེ་འདྲ་བཞི་བཅུ་གསུམ་པའི་དཔངས་ཆ་ཐོན་གཉིས། ཅིག་པའི་ཅ་བ་ནས་འདི་བར་  
ཆ་བཅུ་དྲུག་། དབྱས་ནས་ཅིག་འབྲུམ་བར་ཡང་བཅུ་དྲུག་སྟེ་རྒྱ་ཕྱེད་དཔངས་མཉམ་

མོ། །རྩ་ཆ་ངས་འབྲད་མཆམས་ནས་ནང་དུ་ཆ་ཕྱན་རེ་སོང་བར། གཞི་ནག་པོ་ལ་  
གསེར་གྱི་རྩོ་རྩེས་གང་བའི་སྒྲིབ་བ་རྒྱུ་པོ། དབུས་ནས་ཕྱོགས་སོ་སོར། ཆ་རྒྱང་  
བཞི་དང་སྟུང་ཆ་རེ་སོང་བའི་མཆམས་སུ་སྤར་ལྟ་བུའི་སྟུང་བུ་མིག་མང་རིས་སུ་  
བཏང་བའི་སྟེ་རྩོ་སྒྲིབ་རྒྱུ་པོ་ལ་བྱུག་པ། དེ་རྣམས་དབངས་ཞེང་ཆ་ཕྱན་རེ། རྒྱུ་པོ་  
དང་སྟུང་བུ་འབྲད་མཆམས་ནས་ཐོན་པའི་ཀ་བ་ཞེང་ཆ་ཕྱན་རེ། དབངས་བཅུ་གཉིས་  
རེ་ཡོད་པ་ཕྱོགས་རེར་གཉིས་རེ་ཕྱོགས་མདོག་འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ་བ་སྒྲ། རལ་གྱི་སོ་  
སོས་མཆོན་པ། དེའི་སྟེང་གྲོ། གཞུ་ཐུང་། གཞུ་རིང་འཁྲོག་པོར་བཏང་བ་གསུམ་ཀའི་  
དབངས་ཆ་ཕྱན་གཉིས། དེའི་སྟེང་སྤར་ལྟ་བུའི་གདུང་རྒྱུ་གདུང་རིང་མིག་མང་རིས་  
བཅས་དབངས་ཆ་རྒྱང་རེ་ཡོད་པ་བཀལ། གདོང་རིང་གི་སྟེ་སོ་སོར་གསེར་སྟུང་དང་  
སོ་གཉིས་ལ་ཉ་བཏོན་ནས་བཀལ། དེ་ནས་ཐོག་དབུབ་བ་ནི། ལྷམ་གྱི་ཕྱི་སྟེ་གསེར་  
སྟུང་ལས་ཆ་རྒྱང་ཕྱེད་གཉིས་ཕྱིར་ཐལ་བ་ལ་རྩ་སྟོན་གྱི་ཁ་བྱས་པ་རྩམ་ཞེང་ཆ་ཕྱེད་  
རེ་ཡོད་པ། ཕྱོགས་རེ་ཉེར་བརྒྱད་ཀྱི་ནང་སྟེ་གདུང་འཁོར་དང་གདུང་རིང་ལ་བཀལ་  
ནས་ཆ་ཕྱེད་ཀྱི་བྲལ་འདས་བྱས་ལ་ཕྱི་ཁྲམས་བྱ་བཞིའི་ཐོག་དབུབ། ཡང་གདུང་  
འཁོར་ལ་ལྷམ་སྟེ་ཕྱི་མ་དང་། རེ་འུ་མིག་བྱ་བཞི་བ་དང་གདུང་གི་སྟེ་གཡས་གཡོན་ལ་  
ལྷམ་སྟེ་ནང་མ་བཀལ་བའི་སྟེར་ལོར་བྱ་མེ་འབར་དང་དགའ་འབྲིལ་བྱ། ལྷམ་རྣམས་  
ཕྱོགས་མདོག་ཐོག་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀའི་རྩར་རྣམས་སུ་དབངས་ཆ་ཕྱན་ཕྱེད་དང་ཞེང་  
ཆ་ཕྱན་རེ་ཡོད་པའི་རྩར་ལྷམ་ཁ་བོ་ཕྱེད་ཕྱེད་ཕྱོགས་མདོག་ །ནང་སྟེ་རེ་འུ་མིག་བྱ་  
བཞི་ལས་ཆ་ཕྱན་རེ་ནང་དུ་ཐལ་བའི་སྟེང་ན་བཅུ་གས་པའི་རྒྱ་ཕེབས་འདེགས་ཕྱེད་ཀྱི་  
ཀ་བ་གསེག་ཁ་ཅན་སོ་སོའི་མགོ་དབུས་སུ་དུད་པ་ཞེང་ཆ་ཕྱན་རེ་དང་དབངས་བཅུ་

རེ་ཡོད་པ། མས་ནས་ཆ་དགུ་སོང་མཆམས་སུ་སྒྲོག་ཐུང་སྒྲོ་བྱང་དུ་བཏང་། ཀ་བ་  
ནམས་ཅེ་ཆ་ཐན་གཉིས་ཀྱིས་མ་རེག་པའི་སྟེང་དུ་གདུང་ལེབ་ཞེང་ལ་སྒྲོ་ཆད་རེ།  
སྟེང་བཅུ་ཡོད་པ་བཀལ་བའི་སྟེ་སྒྲོ་བྱང་དུ་སོང་བ་ལ་ཁྱུང་མགོ་རྩའི་བར་ནོར་བུ་ཡོད་  
པ་བྱ་ཞིང་། རེ་བུ་མིག་གྲུ་བཞིའི་ཁ་གདངས་སུ། ཀ་ཚུང་གེ་གཞུ་དང་བཅས་པའི་  
དཔངས་ཆ་ཐན་ལྔ་རེ་བར་ཐག་རི་ལྟར་འཆམ་པ་བཀོད་པའི་སྟེང་ཆ་ཐན་གཅིག་པའི་  
གདང་ལེབ་ཕྱོགས་བཞིར་བཏང་། སྒྲོག་ཐུང་གི་མཆམས་ནས་གདུང་འཁྱོག་བཞི་  
བཏང་བའི་སྟེ་འོག་གི་གདུང་ལེབ་ལ་བཀལ། རྒྱ་ཕིབས་ཀྱི་ལྷམ་སྟེ་སྟེང་གི་གདུང་ལེབ་  
དང་འཁྱོག་གདུང་ལ་བཀལ། འོག་སྟེ་འོག་གི་གདུང་ལེབ་ལ་བཀལ་བ་ཤར་བུབ་ཀྱི་  
ངོས་དང་། སྒྲོ་བྱང་གི་ལྷམ་ཡར་སྟེ་སྒྲོག་ཐུང་དང་མར་སྟེ་འོག་གི་གདུང་ལེབ་ལ་  
བཀལ། སྒྲོག་ཐུང་གི་ཐོང་དུ་བར་སྟོང་ལུས་པ་ཁྱུང་མགོའི་ཁ་ནས་འཕྱང་བའི་བྲ་བ་བྲ་  
བྱེད་ཀྱིས་བསྐྱིབ་པར་བྲ། སྟེང་གི་གདུང་ལེབ་ཀྱི་དབུས་སུ་རྒྱུད་བཞུགས་པའི་ཁང་  
ཚུང་རྒྱ་དཔངས་སྒྲོ་ཆད་རེ་སྒྲོ་ཤར་དུ་བཞུན་པ། དེའི་སྟེང་ནོར་བུ་སེར་པོ་ཆ་དགུ་བ་  
ཆ་ཐན་གཅིག་། དེའི་སྟེང་རྩོ་རྩེ་པ་ལམ་ལས་གྲུབ་པའི་རྩོ་རྩེ་ཅེ་ལྔ་ཡོངས་རྩོགས་ཆ་  
ཐན་གཅིག་པའི་ཉོག་། དེ་ལྟར་ཐུར་ལྷམ་ནས་ཉོག་གི་བར་ཆ་ཐན་བཅུ་དྲུག་། ཀ་བ་  
གསེག་ཁའི་གྲུག་པའི་ཆ་ལ་ཆ་ཚུང་བྱེད་གཉིས་འཁུམ་པའི་དབང་གིས་བྱེད་བརྒྱད་  
དུ་བཅིས་པའོ། །

དེས་ན་ཅིག་པ་པན་ཚུན་བར་ཆ་ཐན་སོ་གཉིས། ཅིག་པའི་ཅ་བ་ནས་ཉོག་གི་  
བར་ཡང་སོ་གཉིས་ཉེ་རྒྱ་དཔངས་མཉམ་མོ། །ཕྱིའི་ལྷམ་སྟེ་ཆ་སྟེན་གྱི་ཁ་འགྲུག་ནས་  
ཁ་འགྲུག་ཏུ་འཕྱང་བའི་བྲ་བ་གཉིས་གཤེབས། དབུས་སུ་ནོར་བུ་སྟོམ་པོ་བརྒྱས་པ་

དང་། ལྷ་བའི་དབུས་སུ་ཆུ་ཕྱེད་རིན་པོ་ཆེ་དོ་རྩེ་རྣམས་ཀྱིས་མཆན་བཤམ། འཁོར་ལོ།  
དོ་རྩེ་རིན་པོ་ཆེ། བརྒྱ་རལ་གྱི་རྣམས་ཀྱིས་མཆན་པ། ཁ་དབུས་ནས་ལྷ་ཕྱེད་གསུམ་  
གྱི་སྟེང་། རིལ་བྱ་དང་རྩལ་གྱིས་མཆན་པ། ལྷ་གཤེབས་ལྟར་ན། དབུས་སུ་རིན་པོ་  
ཆེ། དེའི་སྒོ་གཡས་གཡོན་འབམ། དེའི་གཡས་གཡོན་མེ་ཉོག་གི་སྤྱང་བ་སྟེ། དབུས་  
མ་རྣམས་ཀྱིས་པ་གྲུ་ལ་རེག་ཙམ་བྱའོ། །ལྷུ་མ་སྟེའི་སྟེང་སྤྲར་ཡང་ལྷུ་མ་སྤྱང་སྤྱང་ཆ་  
སྟན་གཉིས། དབངས་ཆ་སྟན་ཕྱེད་རེ་ཡོད། ཆ་སྟན་ཕྱེད་འོག་མ་ལས་ཕྱིར་ཐམ་བ།  
དེའི་སྟེང་བྱ་འདབ་ཆ་སྟན་གཉིས་པ་ཁོར་ཡུག་དུ་ཡོད་པའི་འོག་སྟེར་ཤར་བྱ་དཀར་པོ་  
དབངས་ཆ་སྟན་རེ། དབྱིབས་སྟེ་སྟེགས་མགོ་མཐུག་ཐོག་པ་ལྟ་བུ་འཕྱང་བ། བྱ་  
འདབ་ཀྱི་སྟེང་དུ་མདའ་གཡམ་དཀར་པོ་བད་འདབ་ཕྱེད་པའི་དབྱིབས་ཅན་གྱེན་དུ་  
བསྐྱངས་པ། དབངས་ཞེང་ཆ་སྟན་རེ་འཕུག་རམ་ཕྱེད་རེ་ཡོད་པའོ། །མདའ་ཡམ་གྱི་  
སྟེང་ཟུར་བཞིར་སྟེ་འུ་ཁ་ནང་ལྷས་གདུགས་བཟུང་བ། སྟེ་འུ་ཡུ་བ་གདུགས་ཉོག་  
བཅས་དབངས་ཆ་སྟན་གསུམ་རེ། གཡོགས་ལ་གཉིས་ཡོད་པ། སྟེའི་གཡས་གཡོན་  
དུ། གསེར་བུམ་ལས་འཛོན་པའི་རྒྱལ་མཆན་རེ་དང་བ་དན་རེ་སྟེ་སྟོགས་རེར་རྒྱལ་  
མཆན་གཉིས། བ་དན་གཉིས་རེ། འདི་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར། རིན་པོ་ཆེའི་ཡུ་བ་ལ་དར་  
སྟེ་སྟུམ་གཤེབས། དེ་སྟུམ་འཁྱོག་གི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པ་ཅེར་ཆུ་ཕྱེད་རིན་པོ་ཆེ་དོ་རྩེ་  
ཕྱེད་པའི་ཉོག་བཅས་གཉིས་ཀ་ལ་འདྲ་ཡང་། དར་སྟེའི་སྟེར་སྟོག་ཆགས་ཀྱི་མཆན་མ་  
ཡོད་པར་རྒྱལ་མཆན་དང་། མེད་པར་བ་དན་ནོ། །སྟོག་ཆགས་ཀྱང་། སེལྟེ་དང་  
མཁའ་ཕྱིར་འདུས་པའི་སྟུ་གུ་སེལྟེ་རྒྱང་བ་བརྒྱད་པ་སྟེ་སེལྟེའི་རྒྱང་ལག་བཞི། མཁའ་  
ཕྱིར་གི་སྟེར་མོ་གཉིས། གཤོག་པ་གཉིས་ཉེ་བརྒྱད། སེལྟེའི་གདོང་ལ་མཁའ་ཕྱིར་གི་

དུ་མཆུ་ཡོད་པ་ལ་གར་རྩ་ཞེས་ཀྱང་ཟེར། དུང་དང་ཆུ་སྤྱོད་འདུས་པའི་སྤྱ་གུ་ལུས་  
དུང་ལ་ཆུ་སྤྱོད་གྱི་མགོ་ཡོད་པ་སྟེ། ཆུ་སྤྱོད་མ་གར་ཞེས་ཀྱང་ཟེར། ཉ་དང་སྤུས་  
འདུས་པ་ལས་ཉ་ཡི་མགོ་ལ་སྤུས་གྱི་མཆེ་བ་ཡོད་པ། ལུས་སྤྱ་དང་ལྷན་པ་ཞིག་གོ།  
ཕྱོགས་བཞིའི་ཕྱི་པའི་དཔུས་ན་བརྒྱད་ཆ་ཕྱིས་པའི་སྒྲོ། ཕྱི་པའི་ནང་འགྲམ་ནས་  
ཕྱིར་སྒྲོ་ཆད་སོང་བའི་སྒྲོ་ལྟར། དེ་ནས་གཡས་གཡོན་དུ་ཆ་སྤོང་གཉིས་རེ་སོང་བའི་  
སྒྲོ་འགྲམ། དེ་ནས་ཕྱིར་གཉིས་རེ་སོང་བའི་སྒྲོ་ལོགས་ཏེ་བྱེད་མཉམ་པའི་ལུགས་  
དང་། སྒྲོ་ལྟར་གྱི་ནང་རོས་ཕྱི་བྱམས་ཀྱི་ལུས་སྟེ་ཕྱི་མ་འགོ་ལ་བའི་གཏུང་། ཕྱི་རོས་སྒྲོ་  
ཁང་གི་ལུས་སྟེ་ནང་མ་འགོ་ལ་བའི་གཏུང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ལུས་བཞི་འབྲེད་ལ་  
བཏང་། སྒྲོ་ལོགས་ཀྱི་སྟེར་གར་དཔངས་ཆ་སྤོང་བཅུ་གཅིག་རེ་ཡོད་པའི་སྟེར་དུ་  
གཏུང་དཔངས་ཞེང་ཆ་སྤོང་རེ་ཡོད་པ། སྤྱིད་ཕྱི་རོས་ནས་ཆ་སྤོང་བཅུ་དང་། ནང་ནས་  
མངོན་པར་བརྒྱད། དེའི་སྟེང་ཕྱི་པ་ཆ་སྤོང་གཅིག་པ་གུ་གསེར་སྒྲོ་སོགས་རི་ལྟ་བ་  
ཡོད་ལ། དེ་ལ་ལུས་སྟེ་ཕྱི་མ་དང་། སྒྲོ་འགྲམ་གཏུང་དང་བཅས་པ་ལ་ནང་མ་བཀལ་བ་  
སྒྲོ་ཁང་གི་ཐོག གཏུང་དེའི་འོག་ཏུ་བཞུགས་ཆ་སྤོང་བྱེད་རེ། འགྲམ་པའི་དཔངས་ལ་  
བཅུ་གསུམ་རེ། སྒྲོ་སྟེགས་ཞེང་ཆ་སྤོང་བྱེད་གཉིས་རེ་ཡོད་པ་གཉིས་བསྟེན་པ་ཅན་  
ཕྱི་ཆེ་ཕྱིར་གྲུས་པ་དཔངས་བཅུ་གསུམ་མ་ལོངས་ཅམ་ཕྱོགས་མདོག ལུ་ཐེམ་དང་  
གཏུང་གི་བར་འཁོར་ལོ་དཀར་པོ། དེན་པོ་ཆེ་སེར་པོ། བརྒྱ་དམར་པོ། དལ་གྱི་ལྗང་  
གུ་སོགས་ཕྱོགས་སོ་སོར་གཉིས་བཅེགས་གཉིས་གཤིབས། དཔངས་ཞེང་ཆ་སྤོང་  
རེ་ཕྱག་མཚན་རེ་རེ་ལ་ཡོད་པ། ཕྱི་པའི་ཕྱི་འགྲམ་དུ་འདོད་སྤྲུལ་དམར་པོ། དཔངས་  
ཞེང་ཆ་སྤོང་གཉིས་རེ། དེའི་སྟེང་ན་ཞལ་ནང་གཟིགས་ཀྱི་མཚོད་པའི་ལྷ་མོ་ཕྱོགས་རེ་

བཞི་རེ། ཅིག་པའི་བྱི་ནང་གི་རྩར་ནམས་སྟ། རྒྱ་ཆེས་དཀར་པོ། རིན་པོ་ཆེ་རྩར་  
བརྒྱད་དམར་པོ། རྩོམ་ཅི་ལྟ་མེད་པོ་ནམས་ཀྱིས་མཆོན་པའོ། །སྤྲོ་ཆོག་སྤོ་རྩེའི་རྩེ་  
བར་དུ་རིན་པོ་ཆེའི་ཐེམ་སྤྲོས་བང་རིམ་བཞི་པ། རེ་རེའི་ཞེང་ཆ་སྤོན་གསུམ་རེ།  
དཔངས་ཆ་སྤོན་ལྟ་རེ་སྤོན་དུ་བཅུ་དྲུག་རེ་ཡོད་པ། ཐེམ་སྤྲོས་གོང་མ་དང་རྩོམ་རྩེའི་ལྟ་  
བ་མཉམ་པ། བང་རིམ་རེ་ལ་གཡས་གཡོན་དུ་གདང་བྱ་བཞི་པ་ཅན་གྱི་ཐེམ་སྤྲོས་རེ།  
བང་རིམ་སྤོང་མའི་གཡས་གཡོན་གྱི་སྤོང་ཞེང་ཆ་སྤོན་གསུམ་རེ་ཡོད་པའི་སྤོང་གསུམ་  
བྱ་བཞི་པ་རེ། དེའི་སྤོང་བྱམ་པ་ལས་འཕོན་པའི་ཀ་བ་དབྱས་སྤོངས་པ་བྱི་ནང་དུ་  
གཉིས་རེ་སྤོང་བྱ་བྱས་རེ་ལ་ཀ་བ་བཞི་རེ། ཀ་བ་གཉིས་ལ་བར་སྤོང་ཆ་སྤོན་རེ་སྤོང་གསུམ་  
བྱ་བྱམ་པ་ཀ་བ་བཅས་ཀྱི་དཔངས་ཆ་སྤོན་དྲུག །དེའི་སྤོང་ཤར་བྱ་བཞི་སྤོན་པོ་ལ་  
སྤོང་ལྟ་བྱས་རི་མོས་མཆོན་པ། སྤོང་ཆ་རྩེད་གསུམ་དཔངས་སྤོང་གཉིས་ནང་  
མཐའ་ཀ་བ་ལས་ཆ་རྩེད་ཀྱིས་ནང་དུ་འཕགས་པ། དེའི་སྤོང་རིན་པོ་ཆེ་དམར་པོ་  
ལ་བྱ་བཞི་བྱ་གསུམ་སོགས་ཀྱིས་སྤོང་པ་དཔངས་སྤོང་གཉིས་སྤོང་ཆ་རྩེད་གསུམ་  
པ། དེའི་སྤོང་ཆིག་པ་གཞི་ལྟ་ལ་ཉའི་ཆིག་རྩེས་ལྟ་བུའི་རི་མོ་མཆོན་པ་དཔངས་  
ཆ་སྤོན་རེ། སྤོང་ཆ་སྤོན་གསུམ། དེའི་སྤོང་གསེར་སྤོང་མེད་པོ། དཔངས་ཆ་སྤོན་སྤོང་།  
སྤོང་དུ་ལྟ། རིན་པོ་ཆེ་ཆིག་པ་གསེར་གསུམ་གྱི་མཐའ་མཉམ་ཞིང་ཤར་བྱ་ལས་སྤོང་  
ཆ་སྤོན་གཅིག་ཐལ་བ་དེའི་སྤོང་བར་སྤོང་སྤོང་གཞན་ལ་སྤོང་སྤོང་བརྩོད་མེད་ཡིན་  
ཀྱང་། འདིར་རྩེ་སྤོན་ཅས་བྱ་སྤོང་། འོག་གི་གསེར་སྤོང་གྱི་སྤོང་ལས་ནང་དུ་ཆ་སྤོན་  
གསུམ་འོང་མཆོམས་སྤོང་སྤོང་བྱ་གོང་མ་འདེགས་པའི་ཀ་བ་ཞེང་ཆ་སྤོན་གཅིག་  
དཔངས་སྤོང་གཉིས་ཡོད་པར་འཇུག་པ། བར་སྤོང་ནམས་མཛེས་ཆོན། དེའི་སྤོང་

གསེར་སྒྲུ་དཔངས་ཆ་བྱེད་སྤྱད་ཏུ་ཆ་རྒྱུ་ལ། འོག་གི་གསེར་སྒྲུ་གྱི་ཕྱི་མཐའ་  
ལས་ཆ་རྒྱུ་གཅིག་གི་ཐུང་བ། ཡང་དེའི་བར་སྟོང་སྒྲུ་སྒྲུ་ཡིན་ཡང་། འདིར་མིག་  
བ་ཞེས་བཞོད་དེ། གསེར་སྒྲུ་གྱི་མཐའ་ལས་ནང་དུ་ཆ་སྒྲུ་གསུམ་འོངས་མཆོམས་  
སྒྲུ་སྒྲུ་བྱ་གོང་མ་འདེགས་པའི་ཀ་བ་དཔངས་ཞེང་ཆ་སྒྲུ་རེ་ཡོད་པར་འཇུགས།  
བར་སྟོང་དུའང་སྒྲུ་ལྟར་མིག་པའི་རི་མོ་བྱ། དེའི་སྟེང་རིན་པོ་ཆེ་དམར་པོ་སྒྲུ་ལྟར་  
གྱི་རི་མོ་ཅན་དཔངས་ཆ་བྱེད་གཉིས། དེའི་སྟེང་མིག་བ་ཁ་དོག་སོགས་སྒྲུ་ལྟར་  
དཔངས་ཆ་སྒྲུ་རེ། དེའི་སྟེང་གསེར་སྒྲུ་སྒྲུ་ལྟར་དཔངས་ཆ་སྒྲུ་བྱེད་འདི་གསུམ་  
ཕྱི་མཐའ་ནས་ཕྱི་མཐའི་བར་ཆ་སྒྲུ་བཅུ་བཞི་རེ་བར་མ་ཆད་བ་ཐལ་རྒྱུ་ཏུ་ཡོད་པ།  
དེའི་སྟེང་མདའ་ཡབ་དཔངས་ཆ་སྒྲུ་བྱེད་གཉིས། སྤྱི་དེ་མཐའ་ནས་མཐར་ཆ་རྒྱུ་  
བཅུ། དེའི་ཕྱི་ནང་དུ་དཔངས་ཆ་སྒྲུ་བྱེད་གཉིས་དང་ཞེང་ཆ་སྒྲུ་རེ་ཡོད་པའི་བད་  
འདབ་བྱེད་བ་བཅུ་རེ། གཡས་གཡོན་གྱི་མཐའི་ངོས་སུ་ཡང་གོང་མཆུངས་གཉིས་རེ་  
དང་། དེའི་ནང་དུའང་གཉིས་རེ་སྟེ་འདི་གཉིས་མཐུག་ཇམ་ཡང་ཆ་སྒྲུ་རེ་རེ་དགོས་  
འདྲ་ཞིང་། ངོས་གྱི་མདའ་ཡབ་རྣམས་མཐུག་ཇམ་ཆ་སྒྲུ་བྱེད་རེ་གསུངས་སོ། །

སྤང་རྒྱུ་གྱི་ཀྲོག་པོ་ཡང་ཆ་བྱེད་རེ་ནང་མཐའ་རི་ལྟར་དུ་འོང་ཞིང་ཁ་དོག་  
སེར་པོ་ལ་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲུ་ཆོགས་གྱིས་སྤྱ་བཏབ་བའོ། །འདིའི་སྟེ་ཡང་ཤར་བྱའི་དབྱས་  
ནས་སྤར་སོ་ལྟ་བུའི་ཕྱག་ལེན་ཡོད་པ། སྒྲུ་བྱ་བཅུ་གཅིག་པོ་ཐམས་ཅད་གྱི་ཞེང་ཆ་  
སྒྲུ་གསུམ་རེའམ་བཞི་རེ་གདམ་ང་ཅན་ལ། དཔངས་དང་རི་མོ་སོགས་ལྟ་མཉམ་  
གསུམ་གསུམ་མཉམ་གྱི་ལུགས་ཡིན་ནོ། །

མདའ་ཡབ་གྱི་བར་སྟོང་དུག་གི་ཆ་ལ་སྒྲུ་བྱ་ལེབ་མོས་བཀའ་ལ། དབྱས་སུ་

པད་ཆེད་ཉིད་དུ་འཁོར་ལོ་སེར་པོ་ཅིབས་བརྒྱད་པ་དཔངས་ཞེང་ཆ་ཐན་གཉིས་རེ་  
ཡོད་པ། དེའི་གཡམས་གཡོན་དུ་རི་དྲགས་པོ་མོ་ཉལ་སྟབས་མགྱིན་པ་གྲེན་དུ་ཕྱོགས་  
ཉེ་མིག་འཁོར་ལོའི་ཅིར་བལྟ་བ་མགྱིན་པ་དང་བཅས་པའི་དཔངས་ཆ་ཐན་ཕྱེད་  
གཉིས་རེ་ཅམ་ཡོད་པ། དེའི་མཐུག་མའི་ཕྱོགས་མདའ་ཡབ་ནང་མའི་སྟེང་དུ་སྟེན་  
གཏུགས་འཛིན་པ་ཁ་ནང་བལྟ། མདའ་ཡབ་ཕྱི་མ་གཉིས་དང་། གསེར་སྟེན་གོང་ལོག་  
གསུམ་གྱི་སྟེང་དུ་བྱམ་པ་ལས་འཛོན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་དང་བ་དན་ཕྱི་ནང་དུ་བསྒྲིགས་  
ཉེ་ཡོད་པའི་དབྱིབས་དང་ཆོད་སོགས་སྤར་བཤད་པ་ལས་པལ་ཆེར་ཤེས་སོ། །

རྟ་བབས་གྱི་གཡམས་གཡོན་སྒྲ་ཆོགས་རྩོམ་ཉེ་ལྟེ་པའི་སྟེང་དུ། གསེར་བྱམ་  
ལས་འཛོན་པའི་དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་ཡལ་འདབ་དུག་པའི་དབྱུས་སུ་བྱིས་བདག་  
དམར་པོ་ནོར་བུ་འཛིན་པ་ཁ་ནང་བལྟ། ཡལ་འདབ་རྣམས་སུ། འཁོར་ལོ་སེར་པོ་  
ཅིབས་བརྒྱད་པ། བྱད་མེད་སྟོ་སངས། སྤང་ཆེན་ཐལ་ཀར་མཆེ་བ་དུག་པ། དམག་  
དཔོན་ནག་པོ་གྱི་ཐོགས་པ། རྟ་མཆོག་ལྡང་ཁྲ། རིན་པོ་ཆེ་བྱར་བརྒྱད་སེར་པོ་རྣམས་  
བཀོད་པ། དེའི་ཕྱི་ངོས་གྱི་བར་སྤང་ལ་བྲུབ་ཆེན་རང་ཕྱོགས་གྱི་རྒྱལ་བ་སོ་སོའི་རྣམ་  
པ་ཅན། དེའི་སྟེང་གི་ནམ་མཁར་སྤྲིན་གྱི་གསེབ་ན་ལུས་ཕྱེད་འཛོན་པའི་ལྷ་མེ་ཉོག་གི་  
སྟེང་བ་བརྒྱུད་བ་སོགས་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་དོ། །

ལོག་གཞི་སྒྲ་ཆོགས་པསྟེའི་ཕྱི་ངོས་དུ་སྤང་འཁོར་མཆོན་པའི་རྩོམ་ཉེ་ལྟེ་ལྷ་བ་ཆ་  
ཐན་གཅིག་གི་སར་རྩོམ་བཅུ་དྲུག་ཅམ་གྱི་བྲུལ་ཡོད་པས་དེ་ལྟར་དང་། སྟོམ་པའི་ཆེ་  
ན་གངས་མེད་པ་ཉིད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་མའི་ལྷ་བ་ཞེང་སྟོ་ཆོད་རེ་མེ་མཆོམས་ནས་  
བཅུམས་ཉེ་དཀར་སེར་དམར་ལྡང་སྟོ་སྟེལ་པའི་མེ་སོ་གཉིས། དེའི་ཕྱིར་སྟོ་ཆོད་

གཅིག་པའི་དུར་ཁྱོད་དེ། ཤར་དུ་གཏུམ་བཤ། རྫོང་ཤར་རུས་ཅན། ལུབ་ཏུ་དྲོ་ཞིང་ལའང་  
བ། བྱང་དུ་ཆང་ཆིང་འཁྲིགས་པ། དབང་ལྷན་དུ་ཉ་ཉ་ཞོད་པ། མེར་བག་གིས་ཆལ།  
བདེན་བཤ་དུ་ཐུན་པ་བཤ། རྫོང་དུ་གི་མི་གི་མིའི་སྤྲ་སྤྲོག་པ་སོགས་དུར་ཁྱོད་  
བརྒྱད། དེ་ན་རོའི་སྤྱོད་ལམ་བཞི་ཆང་བ་དགོས་པས། རོ་མགོ་མེད་ཀྱིས་འགོ་བ།  
འགགས་ཏེ་ཤིང་ལ་དབྱངས་པས་ལངས་པ། ས་ལ་འབྱེལ་བས་ཉལ་བ། གསལ་ཤིང་  
ལ་བསྐྱོན་པ་ནི་འདུག་པའོ། །དེར་མ་ཟད་ལུས་བྱེད་འཆིག་པ། གཅིགས་པའི་མགོ།  
རོ་རྣམས་གཅན་གཟན་གྱིས་ཟ་བ། རོ་ལངས་ལག་པ་འགྲམ་པ་ལ་རེག་པ་དང་། ཤར་  
རུས་གར་བྱེད་པ་རུས་པ་འཛོར་བ། རོ་བྱ་ཞོད་ཀྱིས་ཐོགས་པ་སོགས་དང་། གཞོད་  
སྤྱོན་གྱི་ཐོགས་པ། སྤྱན་པོ་རང་སྤྲ་ནས་བཟུང་བ། གཅན་གཟན་དང་། དུར་བྲ་སྤྲ་  
ཆོགས་པ་སོགས། སྤྲལ་བ་སྤྲང་གི་མགོ་ཅན་བཤ་ལ་འཁྲིལ་བ་དུའི་བར་དུ་ནོར་བུ་  
ཡོད་པ། བཤ་གི་ཅེར་འོལ་པ་པོ་མོ་གཉིས་གཅིག་གིས་ཁ་བྱིར་བལྟ་བ་རྣམས་ནི་དུར་  
ཁྱོད་ཀྱང་ལ་སྤྱི་བྱུང་ཏུ་ཆང་བ་དགོས་ལ། དུར་ཁྱོད་སོ་སོའི་བྱུང་པར་ཡང་། དུར་ཁྱོད་  
ཀྱི་དབུས་སུ་ཤར་དུ་རིན་པོ་ཆེ་སྤྲ་བདུན་ཀྱི་ལྷན་པོ། ལྷོར་མ་ལ་ཡ་སེར་པོ། ལུབ་ཏུ་  
ཀེ་ལ་ཤ་དཀར་པོ། བྱང་དུ་མཐུང་ལྷང་གྲ། དབང་ལྷན་དུ་དབང་ཆེན་ནག་པོ། མེར་  
སྤོས་ངད་ལྷང་སེར་པོ། སྤྱན་པོར་གངས་ཅན་དཀར་པོ། རྫོང་དུ་དཔལ་ཀྱི་རི་སྤྲོན་པོ་  
སོགས་རི་བརྒྱད། རིའི་རོས་སུ་བྱང་ཆེན་ཀྱི་མཆོད་རྟེན་དཀར་པོ་བརྒྱད། རིའི་ཅེར་  
ཤར་དུ་སྤྲོག་པ། ལྷོར་གཡོ་བ། ལུབ་ཏུ་བཤ། བྱང་དུ་ཆེར་སྤྲོག་པ། བྱང་ཤར་དུ་  
བརྟན་པ། མེར་གང་བ། བདེན་བཤ་དུ་འཕེབས་པ། རྫོང་དུ་གཏུམ་པོ་སོགས་སེར་  
སྤྲོན་ལྟ་བུའི་སྤྲོན་བརྒྱད། རིའི་གཡས་སུ་ཆུ་བརྒྱད། དེ་ལ་གནས་པའི་ཤར་དུ་ནོར་

ཀླས་དཀར་པོ། ལྷོར་བརྒྱ་དཀར་པོ། ལུབ་ཏུ་ཀོ་ཏ་སྟོན་པོ། བྱང་དུ་འདྲིལ་པོ་དམར་  
པོ། ལྷོར་དུ་དྲུང་སྟོང་སེར་པོ། དབང་ལྷན་དུ་བརྒྱ་ཆེན་པོ་དཀར་པོ། མེར་མཐའ་ཡས་  
སྤྲེལ་ཆོག་མཛད་གྱི། སྟོན་པོར་རིགས་ལྷན་དཀར་པོ་སོགས་སྤྲད་སྤྲུལ་མཐུག་སྤྲུལ་གྱི་  
གདེངས་ཀ་ལག་པ་ཐལ་མོ་སྤྱར་བའི་བར་དུ་ལོར་བྱ་འདྲིན་པའི་སྤྲུབ་བྱས། དེའི་  
གཡས་སྤྱ་ཤར་དུ་སྤྲུལ་ཤིང་། ལྷོར་ཨ་མ། ལུབ་ཏུ་ཆུ་ཤིང་། བྱང་དུ་ཐུང་མེད་པའི་  
ཤིང་། བྱང་ཤར་དུ་བྱ་གྲོ་ཆ། མེར་ཀ་རུ། ལྷོ་ལུབ་ཏུ་པ་ཏ་པ་ཀ། ལུབ་བྱང་དུ་ཨ་ལྷན་  
སོགས་ཤིང་བྱས། ཤིང་གི་རྩ་བར། ཤར་དུ་དབང་པོ་དམར་སེར་དོ་རྩེ་འདྲིན་པ་  
སྤྲང་པོ་ལ་ཞོན་ལ། ལྷོར་གཤིན་རྩེ་སྟོན་པོ་དབྱུག་པ་འདྲིན་པ་མ་ཉེ་ལ། ལུབ་ཏུ་ཆུ་ལྷ་  
དཀར་པོ་སྤྲུལ་ཞགས་འདྲིན་པ་ཆུ་སྟོན་ལ། བྱང་དུ་གཞོད་སྟོན་སེར་པོ་ནེ་ལུ་ལེ་འདྲིན་  
པ་མི་ལ། བྱང་ཤར་དུ་དབང་ལྷག་དཀར་པོ་ཅེ་གསུམ་འདྲིན་པ་སྤྲང་ལ། མེར་མེ་ལྷ་  
དམར་པོ་སྤྲང་བ་སྤྲུལ་ཞགས་འདྲིན་པ་ར་ལ། ལྷོ་ལུབ་ཏུ་སྟོན་པོ་སྟོན་པོ་གྱི་འདྲིན་པ་  
མཐོ་སྤྲང་གི་ཐོད་ཅན་རོ་ལངས་ལ། ལྷོར་དུ་ལྷོར་ལྷ་དུད་ཁ་བ་དན་སེར་པོ་འདྲིན་པ་ཤ་  
བ་ལ་ཞོན་པ་ཐམས་ཅད་ཞལ་གཅིག་བྱས་བཞིའི་དང་པོ་གཉིས་ཐལ་མོ་སྤྱར་བ།  
གཡས་འོག་མས་སོ་སོའི་བྱས་མཆན་དང་། གཡོན་འོག་མས་ཐོད་པ་འདྲིན་ཉེ་ཡུམ་  
ལ་འཁྱུད་པ་སྟེ་སྟོགས་སྟོང་བྱས། ཤིང་གི་རྩ་མོར། ཤར་དུ་སྤྲང་པའི་གདོང་ཅན་  
དཀར་པོ། ལྷོར་མ་ཉེའི་གདོང་ཅན་ནག་པོ། ལུབ་ཏུ་ཆུ་སྟོན་གྱི་གདོང་ཅན་དཀར་པོ།  
བྱང་དུ་མའི་གདོང་ཅན་སེར་པོ། བྱང་ཤར་དུ་སྤྲང་གི་གདོང་ཅན་དཀར་པོ། ཤར་ལྷོར་  
པའི་གདོང་ཅན་དམར་པོ། ལྷོ་ལུབ་ཏུ་རོ་ལངས་ཀྱི་གདོང་ཅན་ནག་པོ། ལུབ་བྱང་དུ་ཤ་  
པའི་གདོང་ཅན་ལྷང་ལ། ཐམས་ཅད་ལུས་སྟོད་ཤིང་གསེབ་ནས་འདྲིན་པ་ཞལ་གཅིག་

ཐུག་གཉིས་གཡས་གཏོར་མ་བྱ་གསུམ་དང་། གཡོན་ཐོད་པ་བཟུང་བ། རིའི་གཡོན་  
དུ་བྱུ་ཐོབ་རུས་རྒྱན་དང་ཐོར་ཅོག་ཡོད་པ། ཐོར་ཅོག་གི་གསེབ་ཏུ་རྒྱང་སྤྱོད་བཅུག་  
པ། དུང་གི་ན་རྒྱན། སྐྱ་ལྷག་མ་གཤིགས་པ། ཐོད་སྐྱམ་གྱི་དབུ་རྒྱན་གཅིག་རེ་ཡོད་པ་  
གཡས་རྒྱ་མ་རུ། གཡོན་ཐོད་པ། བྱ་མོ་ན་ཁ་ལྷོ་གཡོད་ལ་གཅེར་བུར་གནས་པ་  
བརྒྱད། དེའི་གཡོན་ན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེར་མཚོན་པའི་མེ་དབུང་བརྒྱད་སོགས་འཛིགས་  
སུ་རུང་བའི་དུར་ཁྲོད་རྣམས་ཁ་ནང་དུ་བལྟ་བ་དགོས་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་རྟེན་གཞལ་ཡས་  
ཁང་དུ་དུར་ཁྲོད་དང་བཅས་པའི་མཚོན་དོན། རྣམ་བུང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་  
དང་། དེར་འཇུག་པའི་ལམ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་རྣམ་འབྱོར་པ། དེའི་ཅ་ཐིག་རྒྱང་  
གསུམ་ལམ་གྱི་ངོ་བོ། ལམ་མཐར་ཕྱིན་པའི་སངས་རྒྱས་སོགས་མཚོན་པའི་དོན་  
རྣམས་ཤིན་ཏུ་མང་ཞིང་གལ་ཆེ་ནའང་སོ་སོའི་བསྐྱེད་རིམ་སོགས་ལས་རྟོགས་པར་  
མཇེད་དགོས་ལ། འདིར་འབྲི་བར་མ་རུས་སོ། །

དེ་ལྟར་རྟོ་རྟེ་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་རྟེན་གཞལ་ཡས་ཁང་བཤད་ཐིག་ལ་བརྟེན་པ་  
ལྟའི་རྣམ་གཞག་གདན་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཀྱང་འདིའི་སྐྱབ་ཐབས་སོགས་སུ་ཤིན་  
ཏུ་གསལ་ལོ། །འདིར་བཀོད་པ་ཡང་རྟེ་སྐྱ་མ་ཡབ་སྐྱས་ཀྱིས་རྒྱུད་དོན་གཏན་ལ་ཐབ་  
པ་དང་། མན་ངག་གི་རིམ་པ་བཅས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་རྟེ་བཅུན་དབུལ་རྒྱ་བ་ཆེན་པོས་  
མཇེད་པའི་བསྐྱེད་རིམ་ལྟར་བཀོད་ལ། ཏ་བབས་ལྷ་མཉམ་གསུམ་གསུམ་མཉམ་གྱི་  
བསྐྱང་ཚུལ་གཞན་དང་སློ་བསྐྱེན་ནས་རང་རྫོས་གང་དཔོག་བཀྱིས་ལ་གཞན་དུ་ཡིག་  
ཆ་སྐྱ་མ་པལ་ཆེར་གཉིས་མཉམ་དགུ་མཉམ་གྱི་ལུགས་ལྟར་འཆད་འདུག་པས་འདི་  
རིགས་ལ་མ་ཤེས་པའི་ནོངས་པ་གང་འདུག་རྣམ་དཔྱོད་དང་ལྟན་པ་རྣམས་ཀྱིས་

འཆོས་པར་མཛད་དགོས་ལ། གཞན་ཡང་དདུལ་རྒྱའི་གསུང་དེ་དང་། སྒྲིབ་རྒྱུད་པའི་  
ཕྱག་ལེན་ཅུང་མི་འདྲ་བ་རྣམས་ནི། དཔལ་ལྷན་རྒྱུད་ལྷན་ཕྱག་བཞེས་ལྟར་བགྱིས་  
པའི་ཁྱལ་ལགས་སོ། །

### ༼དཔལ་འཁོར་ལོ་སྒྲོམ་པའི་སྒྲོམ་བསྐྱར་གི་རྣམ་གཞག༽

༥ དེ་ནས་བཙུག་ལྷན་འདས་དཔལ་འཁོར་ལོ་སྒྲོམ་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་སྒྲོམ་  
བསྐྱར་བའི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ་ལ། གཞལ་ཡས་ཁང་གི་འོག་གཞིའི་སྒྲ་ཆོགས་པར་  
ནི་ཐེག་སྐྱད་རིང་བའི་ལུགས་ལྟར་སྒྲ་གསལ་འདུས་ཀྱི་སྐབས་སུ་བཤད་པ་ལྟར་ལ།  
འདབ་མ་རྣམས་ཤར་གྱི་རྩ་ཅི་ནས་བཟུང་གཡོན་སྒྲོར་དང་། བར་སྒྲོང་ནི་འོག་གཞི་རི་  
རབ་མཆོན་པས་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་བྱང་ནས་ཤར་དཀར། ལྷོ་སྒྲོ། ལུབ་དཔར། བྱང་  
སེར་བ་དགོས། སྒྲ་ཆོགས་དོན་མེད་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་སྐབས་རི་ལྟར་ལ། རྩ་བྱང་ཕྱོགས་  
མདོག་གདམ་ང་། ཅིག་པ་སྒྲོ་སྒྲོ་ཁྱུད་སོགས་སྒྲ་བཞེན་ལ། སྒྲོ་འགམ་ལ་ཆ་ཐོན་  
གཉིས་སྒྲོ་ལོགས་ལ་གསུམ་བྱེད་པ་མི་མཉམ་པའི་ལུགས་ལྟར་ཕྱག་ལེན་དང་། སྒྲོ་  
ལོགས་ཀྱི་སྒྲེར་ཀ་བ་གདུང་། དེ་སྒྲེར་ཅིག་པ་ཐལ་རྒྱག་ཏུ་སོང་བ། བ་གྲུ་གསེར་གྱི་  
སྐར་གསེར་བཞེ་སོགས་དང་འདིའི་བར་རྒྱ་བྱེད་དཔངས་མཉམ་བཅས་འཛིགས་བྱེད་  
དང་འདྲའོ། །

འོན་ཀྱང་མི་འདྲ་བའི་བྱེད་པར་ནི། སྒྲོ་ལོགས་ཀྱི་སྒྲེའི་གདུང་གི་སྒྲེར་དུ་ཅིག་པ་  
དཔངས་ཆ་ཐོན་བཞེ་བྱས་པ་དང་། སྒྲོ་ལོགས་ཀྱི་སྒྲེའི་བར་པ་གྲུ་གསེར་སྒྲུམ་དང་  
བཅས་པ་ཡོད་པའི་སྒྲེར་ཁང་མཉམ་ལ་སྒྲོ་ཁང་གི་སྒྲེར་པ་ཅིག་པ་ཁོན་ལས་པ་གྲུ་  
གསེར་སྒྲུམ་སོགས་མི་བྱེད་པ་བཞེད། སྒྲོ་ཁྱུད་ཀྱི་སྒྲེར་གྱི་སྒྲེར་དུ་གདུང་རེ་ཡོད་པ་དེ་

གསེར་སྒྲུལ་སྟེང་མ་གཉིས་ལ་ཏུ་བརྟོལ་ནས་བཀལ་བ་སོགས་འདིགས་བྱེད་དང་འདྲོ།

དམ་ཆེག་འཁོར་ལོའི་ནང་གི་ཟུར་བཞིའི་སྟེང་དུ་ཅུང་ཟད་གྲུག་པའི་གཏུང་  
འཁྲིག་གི་སྟེ་སྟོ་ཁྱུང་པན་ཚུན་གྱི་གཏུང་ནང་མ་ལ་འཁྱུང་བ་བྱ་ཆད་གྱི་ཚུལ་དུ་བཏང་  
དགོས་སོ། །སྟོ་ཁྱུང་གྱི་གཏུང་གི་མའི་འོག་ཏུ་ཕུ་བཞི་སྟོ་སྟེགས་ཡ་ཐེམ་གྱི་སྟེང་དུ་  
འཁོར་ལོ་སོགས་འདིགས་བྱེད་དང་འདྲ། ཟུར་རྣམས་སུ་ཟུར་ལྷམ་ཁ་ཐོ་ནང་སྟེ་བྱ་  
ཆད་དང་གྱི་སྟེ་གསེར་སྒྲུལ་ལས་ཆ་སྟན་བྱེད་གཉིས་ཀྱིར་ཐལ་བ་ལ་ཚུ་སྟོན་གྱི་ཁ་  
བྱས་པ་དང་། འོགས་རེར་ལྷམ་ཉི་ཤུ་ཙ་གཉིས་རེ་ཡོད་པའི་ནང་སྟེ་བྱ་ཆད་དང་ཟུར་  
ལྷམ་ལ་བཀལ་ཞིང་གྱི་སྟེ་གསེར་སྒྲུལ་ལས་ཐལ་བ་ལ་ཚུ་སྟོན་གྱི་ཁ་ཡོད་པར་བྱ། སྟོ་  
ཁྱུང་གཡས་གཡོན་གྱི་བར་དུ་ལྷམ་བཞི་འཕ་གཉིས་འཕྲེད་ལ་བཏང་བའི་སྟེར་པན་  
ཚུན་ཡང་ཚུ་སྟོན་གྱི་ཁ་བྱ་བ་དང་། སྟོ་ཁང་གི་ལྷམ་རྣམས་གཞུང་ལ་བཏང་བའི་སྟེ་སྟོ་  
ཁྱུང་གྱི་གཏུང་གི་མ་དང་སྟོ་འགམ་གྱི་གསེར་སྒྲུལ་ལ་བཀལ། གྱི་མ་སྟོའི་ཡ་ཐུབས་གྱི་  
ཅིག་པ་ལ་བཀལ་བའི་སྟེར། ཚུ་སྟོན་མི་བྱེད་དེ་ཏུ་བབས་གྱི་པག་ཏུ་འགྲོ་བས་  
སོ། །གཞན་ལྷམ་ཐམས་ཅད་གྱི་སྟེ་གྱི་རོལ་ཏུ་ཐལ་བ་གྲུན་ལ་ཚུ་སྟོན་གྱི་ཁ་བྱ་བ་  
དང་། ནང་སྟེ་རོར་བྱ་དགའ་འཁྲིལ་གྱིས་མཆོན་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ལྷམ་རྣམས་གྱི་  
སྟེང་དུ་དཔ་མ་བཀམ་པ་དང་། རིན་པོ་ཆེའི་དཔ་འདས་གྱིས་གཡོགས་པ་སོགས་གྱི་  
དཔངས་ལ་ཆ་སྟན་བྱེད་དཔ་གཅིག་བྱས་ལ། ལྷམ་རྣམས་ལ་ཆ་བྱེད་རེའི་དཔངས་  
དང་། གཏུང་རྣམས་ཆ་སྟན་རེའི་དཔངས་ཞིང་བྱ་བ་ཡིན་ལ། དེས་སྐྱུ་འཁོར་གྱི་ཐོག་  
གིས་ཅུང་ཟད་མ་ཁེབས་པའི་དཔ་ཆེག་གི་འཁོར་ལོའི་ཐོག་དང་། ཁོ་ཁང་། སྟོ་ཁང་  
དང་བཅས་པའི་ཐོག་འབྲུབ་ཚུལ་སོང་ལ། དེའི་སྟེང་དུ་ལྷམ་ཐུང་པད་ཐུང་གྱི་རྣམ་པའི་

བྱ་འདབ། དེ་ལས་འབྱུང་བའི་ཤར་བྱ་དཀར་པོ། ལྷམ་སྒྲེ་ཆུ་སྤྲིན་གྱི་ཁ་ནས་བྲ་བྲ་  
བྲེ། བྱ་འདབ་གྱི་རྩ་བར་མདའ་ཡབ་དཀར་པོ་སོགས་འཛིགས་བྲེད་དང་འབྲེ། །

བྱ་འདབ་གྱི་འོག་དུ་གསེར་གྱི་མེ་མོང་ལ་བཏགས་པའི་གོས་སྒྲ་ཚོགས་པའི་  
འཕན་རྒྱུད། དེའི་གཡས་གཡོན་དུ་མེ་ཉོག་གི་བྲེང་བ་རེ་འདོགས་བ་དང་། མདའ་ཡབ་  
རེའི་དབྱས་རྒྱུད་ཟད་མཐོ་བ་དང་། དབྱུང་བ་གཉིས་རྒྱུད་ཟད་དམའ་བ་མཐོ་དམན་གྱི་  
མཛེས་ཁྱད་སོགས་བཤད་པས་འདིའི་མི་འབྲ་བའི་ཁྱད་པར་ཡིན་ནམ་སྒྲུལ། མདའ་  
ཡབ་གྱི་བྱར་གྱི་གདུགས་དང་ཕྱོགས་སོ་སའི་བ་དན་རྒྱལ་མཚན། ཅིག་པའི་བྱི་ནང་  
གི་བྱར་རྣམས་སུ་ཆེ་བྲེད་དོ་ཟེ། འདོད་སྒྲུལ། སྒྲ་ཚོགས་དོ་ཟེའི་བུའི་བར་གྱི་ཐེམ་སྒྲས་  
བར་རིམ་བཞི་པ། སེང་སྒྲས་རྣམས་ཀྱང་འཛིགས་བྲེད་དང་འབྲེ། །

རྟ་བབས་གྱི་ཀ་བ་འཇུགས་པའི་གཞི་སྟེགས་བྲུ་བཞི་དབངས་འདོད་སྒྲམ་  
དང་མཉམ་པར་བཞེད། གཞན་ཀ་བ་དང་། གདུང་ཡོད་མེད་གདམ་ང་ཅན་དང་། ཀ་  
འཕན་སོགས་གསང་འདུས་ལྟར་ལ། རྟ་བབས་དངོས་ནི་བྲུག་ལེན་ལ་སློ་ཆད་གཅིག་  
མ་དང་། དེ་ལྟ་མཉམ་གསུམ་གསུམ་མཉམ་གྱི་བྲུགས་ལྟར་མཛད་པས་དེ་ལྟར་ན་གོང་  
དུ་འཛིགས་བྲེད་གྱི་སྒྲུབས་སུ་བཤད་པ་དེ་ལྟར་ལ། སློ་ཆད་གསུམ་མ་དང་གཅིག་  
མའི་དབངས་ཁྱད་དང་། རྒྱར་ཡང་གསུམ་མ་ལྟ་བུའི་བཤར་ཐེག་གི་བྱར་གྱི་ཐེག་སྒྲག་  
པོར་བསྒྲན་མི་དགོས་པར་ཐེག་གི་སྒྲུབས་སུ་འབྱུང་བ་བཞིན་ལས་གཞན་ཁྱད་པར་  
མེད་པས་བསྐྱང་བའི་ཆུ་ཡང་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པར་འོང་ལ། སློ་ཆད་གསུམ་མ་མཛད་ན་  
གཉིས་མཉམ་དགུ་མཉམ་གསང་འདུས་ལས་བཤད་པ་ལྟར་རོ། །

རྟ་བབས་སོ་སའི་ཁདོག་དང་རི་མོ་ཞིང་ཆད་རི་དྲགས་ཚོས་འཁོར་གདུགས། རྒྱལ་

མཆན་བ་དན་སྒྲང་རྒྱབ་ཀྱི་རྣམ་པར་བཀྲ་བའི་སྒྲེ་སོགས་གོང་བ་ཤད་དང་འབྲེལ་བ་སྒྲང་  
རྒྱབ་ཀྱི་ཀྲོག་པོ་ནི་སྒྲུལ་བྱ་ལོག་མའི་དབུས་ནས་ཕྱེད་འཐེན་དུ་མཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །

འདོད་སྒྲུལ་ལ་འགོད་པའི་མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་ནི། བེ་ཨི་མ་སྟོན་མོ། སྤིང་བུ་མ་  
སེར་མོ། རྩ་རྒྱུམ་མ་དམར། རྩ་རྩ་མ་ལྗང། དེ་རྣམས་ཕྱག་བཞིའི་དང་པོ་གཉིས་རོལ་  
མོ་སོ་སོ་དང། འོག་མ་གཉིས་རྩོད་ཀྱི་ལ་བཟུང་བ། བཞད་མ་དམར། སྤྲེག་མ་སྟོ། སྟོ་  
མ་སེར། གར་མ་ལྗང། དེ་རྣམས་ཕྱག་དང་པོ་གཉིས་པད་ཀོར། འོག་མས་གཡས་ཐོད་  
བ་གཡོན་ཁ་ཁྱི་ག། མེ་ཉླ་མ་དཀར། སྟོས་མ་དུད་ཁ། མར་མེ་མ་དམར་སེར། དེ་  
ཆབ་མ་དམར། དེ་རྣམས་གཡས་དང་པོས་མེ་ཉླ་གི་སྟོད། སྟོས་སྟོད། མར་མེ། དེའི་  
དུང་ཆོས་སོགས། གཡས་གཉིས་པས་རྩ་མ་རུ། གཡོན་བ་གཉིས་ཐོད་བ་དང་ཁ་ཁྱི་  
ག། གཟུགས་མ་དཀར། རོ་མ་དམར། རེག་བྱ་མ་ལྗང་སེར། ཆོས་མ་དཀར། དེ་རྣམས་  
གཡས་དང་པོས་མེ་ལོང། སྤྲང་ཆང་གི་སྟོད། གོས་སྒྲ་ཆོགས། ཆོས་འབྱུང་རྣམས་  
དང། གཡས་འོག་རྩ་མ་རུ་དང། གཡོན་གཉིས་ཐོད་བ་དང་ཁ་ཁྱི་ག་ཐོགས་བ། ཐམས་  
ཅད་ཞལ་གཅིག་མ། སྟུན་གསུམ་ཅན། གཅེར་མོ་སྐྱ་གྲོལ་བ། རུས་རྒྱན་དང་ལྷན་བ།  
ཞབས་གར་སྟུབས་ཅན་ནོ། ཏྲ་བབས་ཀྱི་གཡས་གཡོན་དུ་བྱམ་བ་དཔག་བསམ་གྱི་  
ཤིང། དེ་ལ་གནས་པའི་རྒྱལ་སྤིང་བདུན། དེའི་སྟེང་གི་བྱུ་བ་ཆེན། དེའི་སྟེང་གི་སྤྲིན་  
གསེག་ནས་ལུས་ཕྱེད་ཐོན་པའི་ལྷ་དང། བད་རྩའི་ཕྱིར། རྩོ་མེ་རི་དུར་ཁྱོད་སོགས་  
གཡོན་སྟོར་དུ་བཀོད་པ་ཅམ་ལས་སྤར་འཛིགས་ཕྱེད་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་བཤད་པ་ལྟར་རོ། །

དེ་ནས་འདི་ཡི་སྟུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ནང་གི་འཁོར་ལོ་དང་ཐོག་འབྲུབ་ཚུལ་  
ནི། དེ་ཡང་དམ་ཆོག་འཁོར་ལོའི་འོག་གཞི་ཤར་དཀར། བྱང་ལྗང། རུབ་དམར། ལྷོ་

མེད། དབུས་སྟོ་བ། དེ་ལས་སྐྱ་ཡི་འཁོར་ལོའི་འོག་གཞི་ཆ་སྟན་གཉིས་ཀྱིས་འཕགས་  
བ་ལ་སྐྱ་ཡི་འཁོར་ལོ་དཀར་པོ་ཅིབས་བརྒྱད་པའི་ཐུ་བྱུང་ལ་འཁོར་ལོ་དཀར་པོའི་  
སྒྲེང་བས་བསྐྱོར་བ་ཅིབས་ཀྱི་བར་སྟོང་རྣམས་ཅད་དམ་ཆོག་འཁོར་ལོའི་ལྟེ་བ་ཡིན་  
བས་ཕྱོགས་མདོག་ །དེའི་གཞི་ལས་གསུང་གི་འཁོར་ལོའི་འོག་གཞི་ཆ་སྟན་གཅིག་  
གིས་འཕགས་བ་ལ་གསུང་འཁོར་དམར་པོ་ཅིབས་བརྒྱད་པའི་ཐུ་བྱུང་ལ་བསྐྱོར་དམར་  
པོའི་སྒྲེང་བས་བསྐྱོར་བ་ཅིབས་ཀྱི་བར་སྟོང་རྣམས་སྐྱ་འཁོར་གྱི་ལྟེ་བ་ཡིན་བས་  
དཀར་པོ། དེ་ལས་ཐུགས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་འོག་གཞི་ཆ་སྟན་བྱེད་ཀྱིས་འཕགས་བ་ལ་  
ཐུགས་འཁོར་སྟོན་པོ་ཅིབས་བརྒྱད་པའི་ཐུ་བྱུང་ལ་དོ་ཇེ་སྟོན་པོའི་སྒྲེང་བས་བསྐྱོར་  
བ། ཅིབས་ཀྱི་བར་སྟོང་རྣམས་གསུང་འཁོར་གྱི་ལྟེ་བ་ཡིན་བས་དམར་པོ། དེ་ལས་  
བདེ་ཆེན་འཁོར་ལོའི་འོག་གཞི་ཆ་སྟན་གཅིག་གི་བཞི་ཆས་འཕགས་བ་ལ་བསྐྱོར་འདབ་  
མ་བརྒྱད་པ། ཕྱོགས་བཞིའི་འདབ་མ་དམར། མེ་རྒྱུད་གཉིས་མེད། བདེན་བྲལ་  
ལྗང་། དབང་ལྡན་ནག་ །གེ་སར་མཚོན་པའི་རི་མོ་མེད། ལྟེ་བ་ལྗང་། བྱེད་ཐུ་བྱུང་སྟོན་  
པོ་ལ་གྱི་གུག་གི་སྒྲེང་བས་བསྐྱོར་བའོ། །འཁོར་ལོ་དངོས་གཞི་རྣམས་ནི་འོག་གཞི་  
ལས་ངོ་མཐོང་ཅེས་ལས་ལྷག་བར་མཐོ་བའི་དབངས་ཆད་མ་བཤད་དོ། །བདེ་ཆེན་  
འཁོར་ལོའི་བསྐྱེད་ལྟེ་བ་ལྗང་བྱེད་ཡིན་ཡང་སྟོང་ན་ཉི་དགུའལ་ཡོད་བས་དམར་པོར་བྱ་  
བ་གསུངས་སོ། །

དེ་ཡང་འཁོར་ལོའི་ཅིབས་རྣམས་ལ་གནས་པའི་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་མཐོ་དམར་གྱི་  
ཆོད་ཀྱང་འོག་གཞིའི་བྱུང་པར་ལས། དམ་ཆོག་འཁོར་ལོའི་ལྷ་རྣམས་གཙོ་བོའི་  
ཞབས་ཀྱི་ཐད། སྐྱ་འཁོར་གྱི་ལྷ་རྣམས་གཙོ་བོའི་ལྟེ་བའི་ཐད། གསུང་འཁོར་གྱི་ལྷ་

ནམས་གཙོ་བོའི་སྤྲོད་ཁའི་ཐད། ཐུགས་འཁོར་གྱི་ལྷ་ནམས་གཙོ་བོའི་མགིན་པའི་ཐད།  
བདེ་ཆེན་འཁོར་ལོའི་རྣལ་འབྱོར་མ་བཞི། བསྐྱའི་ཟེུ་འབྲུ་འཛིགས་བྱེད་དུས་མཆན་  
སོགས་གྱི་ཆས་གཙོ་བོའི་དབྱལ་བའི་ཐད་དུ་ཡོད་ལ། འོག་གཞིའི་བྱེད་པར་ལས་ལྷ་  
ནམས་གྱི་བར་ཆོད་ལ་ཆ་ཆེན་རེ་ཡིན་པས་མཐོང་མན་གྱི་བྱེད་པར་མེད་དོ། །འཁོར་  
ལོ་ནམས་གྱི་རྒྱ་ཆད་ཀྱང་དབྲུས་གྱི་བསྐྱའི་ལྷ་བའི་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་ཆ་སྟན་གཅིག་  
དང་བཞི་ཆ། འདབ་མ་བྱེད་གསུམ། ལྷ་བྱེད་བཞི་ཆ། བསྐྱེམས་པས་བདེ་ཆེན་འཁོར་  
ལོའི་བྱེད་ཆ་སྟན་བཞི། ཐུགས་གྱི་འཁོར་ལོའི་ཅིབས་ལ་ཆ་སྟན་བྱེད་བཞི། དེའི་ལྷ་  
བྱེད་ལ་བྱེད་བསྐྱེམས་པས་ཐུགས་འཁོར་གྱི་ཅིབས་ལྷ་བྱེད་བཅས་ལ་ཆ་སྟན་བཞི།  
དེ་བཞིན་དུ་གསུང་འཁོར་དང་ཐུགས་འཁོར་ལ་ཡང་ཆ་སྟན་བཞི་རེ་སྟེ། དབྲུས་གྱི་  
ཆངས་ཐིག་ནས་སྒྲོ་ཡི་བར་ཆ་ཆེན་བཞི་ཡོད་དོ། །

དེ་ནས་ཐོག་འབྲུབ་ཚུལ་ནི། ལྷ་འཁོར་གྱི་ཅིབས་གྱི་བར་སྒྲོང་གི་ནང་མཐའ་ལྷ་  
བའི་ཟད་མཆོམས་སུ་ཀ་བ་དཀར་པོ་ཞིང་ཆ་སྟན་རེ་དབངས་ལ་བཅུ་གསུམ་ཡོད་པ་  
བརྒྱད། དེའི་སྤྲོད་ན་གེ་གཞུ་ཐུང་གཞུ་རིང་གཞུང་འཁོར་རྒྱུ་པོ་དང་བཅས་པའི་  
དབངས་ལ་ཆ་སྟན་གསུམ། གཞུང་དང་ཀ་བ་ནམས་འཁོར་ལོས་མཆན་པ། དེའི་  
གཞུང་འཁོར་ལ་ལྷ་སྟེ་ནང་མ་དང་། དམ་ཆོག་འཁོར་ལོའི་ཁ་གདངས་ལ་དབངས་  
ཆ་སྟན་གཉིས་རེ་ཡོད་པའི་ཀ་རྒྱུད་གེ་སྤལ་གཞུང་འཁོར་བཅས་ཡོད་པ་ལ་བྱེ་སྟེ་  
བཀལ། བྱེ་སྟེ་གཞུང་ལས་ཐལ་བ་ལ་རྒྱ་སྟོན་དང་། དེའི་ཁ་ནས་འབྲུང་བའི་རིན་པོ་  
ཆའི་བྲ་བྲ་བྱེད་སོགས་བྱ་ཞིང་། ཀ་རྒྱུད་ནམས་བར་ཐག་རི་ལྷ་ར་འཆོམ་པ་དགོས་  
ལ། ལྷ་སྟེ་གྱི་སྤྲོད་པའ་འདམ་སོགས་བྱ་ཡོ། །ཐོག་དང་ལྷ་ས་སོགས་དཀར་པོ་ཁོ་ནར་བྱ།

དེ་བཞིན་དུ་གསུང་ལའོར་གྱི་བར་སྟོང་གི་ནང་མཐར་ཀ་བ་དམར་པོ་བརྒྱད་གེ་གཞུ་  
གཏུང་ལའོར་བཅས་པའི་དཔངས་སྟར་ལྟར་ལ། དེའི་གཏུང་ལའོར་ལ་ལྷམ་སྟེ་ནང་མ་  
དང་། སྟེ་ལའོར་གྱི་ཁ་གདངས་ལ། ཀ་རྒྱུད་གེ་སྟེ་ལ་གཏུང་ལའོར་བཅས་པའི་དཔངས་  
ཆ་སྟན་རེ་ཡོད་པ་ལ་སྟེ་སྟེ་བཀལ་བ་དང་། གྲུ་འདམ་སོགས་བྱས་པའི་གསུང་ལའོར་  
ཐོག་འབྲུབས། འདི་ལ་བརྒྱས་མཆོན་བ་དང་ཁ་དོག་དམར་པོ་བྱའོ། །དེ་ནས་སྟེ་གས་  
ལའོར་གྱི་བར་སྟོང་གི་ནང་མཐར་ཀ་བ་གེ་གཞུ་གཏུང་ལའོར་བཅས་སྟར་ལྟར་གྱི་  
དཔངས་ཞེང་ཅན་ལ་ལྷམ་སྟེ་ནང་མ་དང་། གསུང་ལའོར་གྱི་ཁ་གདངས་ལ་ཀ་རྒྱུད་གེ་  
སྟེ་ལ་གཏུང་ལའོར་བཅས་གྱི་དཔངས་ཆ་བྱེད་ཅན་ལ་སྟེ་སྟེ་བཀལ་བ་གྲུ་འདམ་  
སོགས་སྟར་ལྟར་རོ། །འདི་ལ་དོ་རྩེས་མཆོན་བ་དང་ཁ་དོག་སྟོན་པོ་བྱའོ། །

དེ་ནས་བདེ་ཆེན་ལའོར་ལོའི་བད་འདབ་གྱི་ཕྱིའི་སྟེ་ལྷུང་སྟེ་དུ་ཀ་བ་གེ་གཞུ་  
གཏུང་ལའོར་བཅས་དཔངས་ཞེང་སྟར་ལྟར་ཅན་ལ། གཏུང་བཞི་མིག་མང་རིས་སྟེ་  
བཏང་བར་བྱ་ལ། འདིའི་ལྷམ་སྟེ་སྟེ་མ་གཏུང་ལའོར་དང་། བད་སྟེ་རེ་ལྷུང་མིག་གྱུ་བཞི་  
ལ་བཀལ་ཏེ་གྲུ་འདམ་བྱའོ། །འདི་ལ་གྱི་གྲུག་གིས་མཆོན་བ་དང་ཁ་དོག་སྟོན་པོ་  
བྱའོ། །དེ་ལྟར་རྒྱ་མཐོང་ཀ་བདེ་ཅན་གྱི་མཐོང་ཁ་ལྷ་བྱུ་མཐོ་དམན་རིམ་བ་བཞི་ཡོད་  
ལ་དབྱས་མ་དེ་སྟེ་གས་ལའོར་གྱི་ཐོག་ལས་ཆ་སྟན་བཞི་ཆ་ཞིག་གིས་འཕགས་པར་  
བྱའོ། །རེ་ལྷུང་མིག་གྱུ་བཞི་པའི་ཁ་གདངས་ལ་ཀ་རྒྱུད་གེ་སྟེ་ལ་དང་བཅས་པ་ལ་དཔངས་  
སྟོ་ཆོད་གཅིག་ །དེ་ལ་གཏུང་བཞི་བཏང་། རེ་ལྷུང་མིག་གྱུ་བཞི་པའི་ལྷུང་བཞིའི་ལྷམ་གྱི་  
ནང་སྟེ་ཆ་སྟན་བྱེད་གཉིས་ཅམ་ནང་དུ་གྲུ་འདམ་བ་ལ་བརྒྱགས་པའི་ཀ་བ་གསེག་ཀ་ཅན་  
དཔངས་ཆ་སྟན་བདུན་ཡོད་པ་ཞིག་བརྒྱགས་ལ་སོ་སོར་སྟོག་སྟེ་ལྷུང་ཡང་གཏོང་། དེའི་

སྟེང་ན་གདུང་ལེབ་ཞེང་ཆ་སྤན་གསུམ་དཔངས་གཅིག་དང་བཞི་ཆ་ཡོད་པ་གཏོང་། ཀ་  
བ་གསེག་ཁ་ཅན་གྱི་ཆ་སྤན་ལྔ་མཆམས་ནས་འཁྲོག་གདུང་སྟོན་པའི་སྟེ་འོག་གི་  
གདུང་ལེབ་ལ་བཀལ། དེ་ནས་ལྷམ་རྒྱུ་མཆམས་གྱི་ཡར་སྟེ་སྟེང་གི་གདུང་ལེབ་དང་འཁྲོག་  
གདུང་སོགས་ཅི་རིགས་པར་བཀལ། མར་སྟེ་འོག་གི་གདུང་ལེབ་ལ་བཀལ་བའི་སྟེ་  
རྒྱ་སྟོན་དང་བྲ་བ་བྲ་བྱེད་བྲ། སྟེང་གི་གདུང་ལེབ་གྱི་སྟེར་ཡང་རྒྱ་སྟོན་ནས་ཁྲུང་མགོ་  
ཡོད་པའི་ཁ་ནས་ཀྱང་བྲ་བ་བྲ་བྱེད་སོགས་དགོས་ལ། གདུང་ལེབ་དེའི་དབུས་གསེར་  
གྱི་ཁང་བྱ་རྒྱུ་བཞི་པའི་ནང་དུ་འདིའི་ཙ་བཤད་གྱི་རྒྱུད་བཞུགས། དེའི་སྟེང་པད་  
རག་གི་བསྐྱའི་དབྱིབས། དེའི་སྟེང་ཞོར་བྱ་ཆ་དགུ་པ། དེའི་སྟེང་དོ་ཇེ་ཅེ་ལྔ་སྟོན་པོ་སྟེ་  
འོག་གི་དཔངས་ལ་ཆ་སྤན་བཞི་བྲ་བར་གསུངས་སོ། །

དེ་ལྟར་སྟེང་གི་གདུང་ལེབ་དང་། ཁང་རྒྱུད་གཉིས་ལ་དཔངས་ཆད་མ་བྱུང་ལ།  
དཔལ་ཆོག་འཁོར་ལོའི་འོག་གཞི་ནས་འོག་གི་བར་ལ་རྒྱ་དཔངས་མཉམ་པའི་དབང་  
གིས་ཆ་སྤན་སོ་གཉིས་ནི་སྤར་དཔངས་ཆད་བཤད་པ་རྒྱུ་མཆམས་གྱིས་ཆང་བས་ཇི་ལྟར་  
ཡིན་སྟུམ་ན། ཀ་བ་གསེག་ཁ་ཅན་དཔངས་སུ་ཆ་སྤན་བདུན་ཡིན་ཀྱང་གྲུག་པའི་ཆས་  
ཆ་སྤན་བྱེད་གཉིས་ཙམ་འཁྲུམ་པ་དགྱིལ་འཁོར་གཞན་ལ་བཤད་པས་དེའི་རིགས་  
འབྲ་བས་ན། གདུང་ལེབ་དང་ཁང་བྱ་རྒྱུད་གཉིས་ལ་དཔངས་ཆ་སྤན་བྱེད་གཉིས་ཙམ་  
ཡིན་ནས་སྟུམ་ཡང་ལེགས་པར་དབྱུད་དགོས། རྒྱ་ཕིབས་གྱི་དབྱིབས་ལའང་། མཆོད་  
རྟེན། རྩོད་དང་། ཁང་བཟང་རྒྱ་ཕིབས་ཅན་དང་། གུར་གྱི་རྒྱམ་པ་སྟེ་བཞེར་གསུངས་  
པས། འདི་ནི་ཁང་བཟང་རྒྱ་ཕིབས་ཅན་གྱི་རྒྱམ་པ་ཅན་དེ་ཡིན་པར་བཞེད་ལ། ཇེ་རག་  
དབང་བྱམས་པ་རིན་པོ་ཆེས་འདིའི་ཁྲིད་ཡིག་ལྟར་ན། རྒྱ་ཕིབས་ནི་གདུང་ལེབ་སྟེང་

གི་ཁང་བྱ་ཆུང་དེ་ཁོ་ན་ལ་ངོས་བཟུང་བ་ལྟར་སྤང་ཡང་། དེ་ནི་རང་གིས་གོ་བ་ལེན་མ་  
ཤེས་པས་ཡིན་ཆོད་འདུག་སྟེ་དཀྱིལ་འཁོར་གཞན་ཐམས་ཅད་ལ། ཀ་བ་གསེག་ཀ་ཅན་  
གྱིས་བཏེག་པའི་གདུང་ལེབ་དང་བཅས་པ་ལ་ཐོག་བཀབ་པ་དེ་ལ་གསེར་སོགས་གྱིས་  
དལ་འདམ་ལྟར་གཡོགས་པ་ལ་རྒྱ་ཕིབས་སུ་ངོས་བཟུང་མཛད་པས། འདིར་ཡང་གོང་  
གི་ལྷ་མ་རྣམས་ཀྱི་སྟེང་གསེར་གྱིས་གཡོགས་པའི་རྒྱ་ཕིབས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་གཞུང་ལ་ལར་རྒྱ་ཕིབས་ཀྱི་ཁ་དོག་སྟོན་པོར་བཤད་པས་དེ་ལྟར་ན།  
རིན་པོ་ཆེ་སྟོན་པོས་གཡོགས་པའི་རྒྱ་ཕིབས་བྱ་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནས་བརྟེན་པ་  
ལྟའི་བཀྲུགས་ཚུལ་གདན་དང་བཅས་པ་ནི་སྐྱབ་ཐབས་ལྟར་ཤེས་སྟོན། །དེ་ཡང་དམ་  
ཆོག་འཁོར་ལོའི་ལྷ་རྣམས་ནས་ཁ་གདོང་མ་སོགས་བཞི་ཁྲི་ཁང་དང་། ག་ཤིན་ཇེ་  
བརྟན་པ་སོགས་བཞི་སྐྱེ་འཁོར་གྱིས་མ་ཁེབས་པའི་གཞལ་ཡས་ཁང་གི་རྩར་རྣམས་  
སུ་བཀྲུགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་དཔལ་འཁོར་ལོ་སྟོན་པ་ལྷ་རེ་གཉིས་པ་ལྷ་མི་པའི་  
ལྷགས་ཞེས་གྲགས་པ་དེ་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་རྣམ་གཞག་རྣམས། དུགས་པོ་དག་  
བཤེས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་དང་། ཇེ་རག་དབང་བྱམས་པ་རིན་པོ་ཆེའི་བྲིད་ཡིག་སོགས་ལ་  
གཞིར་བྱས། དཔལ་ལྷན་རྒྱུད་བླ་སོགས་ཀྱི་ཕྱག་ལེན་མཐོང་རྒྱུད་ཀྱིས་རྩར་བརྒྱན་  
ནས་བྲིས་སོ། ། །

## ༼ ཀྱན་རིག་ཁྲོས་བསྐྱང་གི་རྣམ་གཞག ༽

༥ དེ་ནས་རྣམ་འབྱོར་རྒྱུད་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཁྱབ་བདག་རྣམ་སྤང་ཆེན་པོའས། ཀྱན་  
རིག་རྣམ་པར་སྤང་མཛད་ཀྱི་ཁྲོས་བསྐྱང་རི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནི། འོག་གཞིའི་སྤ་  
ཆོགས་བརྒྱ་དང་། དེའི་སྟེང་སྤ་ཆོགས་རྩོ་རྩེ་སོགས་དཔངས་ཞེང་སོགས་གོང་མ་

ནམས་ལྟར་ལ་དོ་རྗེའི་ལྟེ་བ་བློ་བུ་གི་ནམ་པ་ཁ་དོག་དཀར་པོ་དང་བསྐྱེད་བར་སྤྱོད་  
 ཡང་འོག་གཞི་རི་རབ་ཡིན་པས། ཤར་དཀར། སྒོ་སྒོ། ལུབ་དམར། བྱང་མེར་བ་  
 དགོས་ལ། རྩ་གསུམ་མ་ཐུག་ལེན་དུ་མཛད་ལ། ཁ་དོག་ཕྱོགས་མདོག་ཀུན་ལ་ཡས་  
 ཁང་གི་ཕྱི་ལ་འདི་རྒྱ་དཔངས་སོགས་ཀྱང་གཞན་དང་འདྲ་ཞིང་། ཕྱི་ནས་རིམ་བཞིན་  
 སྒོ་མེར་དམར་ལྗང་དཀར་བ་དང་། བ་གྲུ། གསེར་གྱི་སྐར་རགས་སོགས་ཀྱང་གོང་  
 མཚུངས་ལ། སྒོ་བཞིའི་རྩ་ཆངས་འཕྲད་པ་ནས་ནང་དུ་སྒོ་ཆད་གཅིག་དང་། དེ་ནས་  
 གཡས་གཡོན་དུ་ཆ་ཕྱན་ལྡེ་རེ་སོང་མཚམས་སྟུ། ཀ་བ་ཕྱོགས་མདོག་ཅན་ཕྱོགས་རེ་  
 གཉིས་རེ་སྟེ་བརྒྱད། ཀ་བ་བློ་གཞུ་དང་བཅས་པའི་དཔངས་ཆ་ཕྱན་བཅོ་ལྔ་ཡོད་ལ།  
 དེ་ལ་དཔངས་ཞིང་ཆ་ཕྱན་རེ་ཡོད་པའི་གདུང་རིང་བཞི་ཕྱོགས་བཞིར་ཐལ་མར་  
 བཏང་བ་ལ་ལུས་སྟེ་ནང་མ་དང་། ཕྱི་སྟེ་གསེར་གྱི་སྐར་རགས་ལ་བཀལ། དེ་ལ་ཆུ་སྤྲིན་  
 བྱ་བ་དང་བྱ་བ་བླེད་སོགས་དང་། བྱ་འདལ། ཤར་བྲུ། མདའ་ཡབ། དེ་ལ་གདུགས་  
 དང་། རྒྱལ་མཚན་དང་བ་དན་སོགས་དབྱིབས་དང་ཆ་ཆད་གངས་སོགས་གཞན་  
 ནམས་ལྟར་ལ། གོང་གི་གདུང་རིང་ཡང་ཤར་ལུབ་གྱི་ཀ་བའི་བར་དུ་གདུང་བཏང་བའི་  
 རེ་ལུ་མིག་ཅན་མ་ཡིན་ལ། ཕྱོགས་སོ་སོའི་ཀ་བའི་སྟེང་ནས་གདུང་བྱང་སོ་སོ་སོའི་  
 བན་ཚུན་གྱི་གསེར་སྐྱམ་ལ་སྟེ་བཀལ་བའི་དབུས་གྱི་མཐོང་ཁ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་དཀྱིལ་  
 འཁོར་ནང་མ་ཚུད་པ་དེ་འདྲ་དགོས་ལ། ཡང་ན་གདུང་སྟེ་གསེར་སྐྱམ་ལ་མི་བཀལ་བ།  
 ཤར་གྱི་གདུང་སྟེ་བན་ཚུན་སྟོ་བྱང་གི་གདུང་སྟེ་ལ་འཕྲད་པའི་གདུང་འཁོར་བྱ་བཞིར་  
 བྱས་ཀྱང་ཆོག་འདྲ་བར་སྤྱང་ཡང་རང་བཟོ་ཡིན་པས་དབྱེད་དགོས་སོ། །

ཕྱོགས་སོ་སོའི་སྒོ་ཡི་ནང་སྟེ་ལས་ཕྱིར་ཆ་ཕྱན་བཞི་རེ་སོང་བའི་སྒོ་ཁྱད་

དང་། དེ་ནས་གཡས་གཡོན་དུ་ཆ་སྐྱོན་གཉིས་རེ་སོང་བའི་སྒོ་འབྲམ་དེ་ནས་ཕྱིར་  
གཉིས་རེ་སོང་བའི་སྒོ་ལོགས་སྟེ་སྟེང་མཉམ་པའི་ལུགས་དང་། དེ་ནས་ཁོ་ཁང་དང་སྒོ་  
ཁང་གི་ཐོག་འབྲུབས་ཚུལ། སྒོ་ཡི་རུ་བཞི། སྒོ་སྟེགས། སྒོ་རྒྱ་སོགས་འཛིགས་སྟེང་  
ལྟར་ལ། སྒོ་རྒྱ་བྱང་ངོས་སུ་སྒྲ་ཆོགས་རྩོམ་བྱའོ། །སྒོ་ལོགས་ཀྱི་སྒྲེར་ནང་དུ་ཀ་བ་  
དབྱས་ལྗེར་བ་དཔངས་ཆ་སྐྱོན་བཅུ་གཅིག །དེའི་སྟེང་གི་གདུང་དཔངས་ཆ་སྐྱོན་རེ།  
གདུང་གི་སྟེང་ནས་ཅིག་བ་དཔངས་ཆ་སྐྱོན་བཞི་ཡོད་པ་བཏང་བ་ལ་སྒོ་ཁང་གི་ལྷམ་  
སྟེ་ཕྱི་མ་འགལ་བ་སྒོ་གདོང་དུ་བ་གུ་སོགས་མེད་པའི་བདེ་མཆོག་དང་འབྲ། འདོད་  
སྒྲམ་ནི་རྩེ་བཀའ་འགྲུར་བས་ཆ་སྐྱོན་རེའི་དཔངས་ཞེང་བྱ་བར་གསུངས་ཀྱང་། ཐིག་  
ཅ་ནམས་སུ་ཆ་སྐྱོན་གཉིས་རེ་བྱ་ཚུལ་འབྱུང་བ་ལྟར་བྱ་ལ། དེ་ལ་མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་  
སོགས་གསང་འདུས་ལྟར་རོ། །ཅིག་པའི་ཕྱི་ནང་གི་ཟུར་ནམས་སུ་སྒྲ་སྟེང་རྩོམ་རིག་  
མོ་ཆེ་སོགས་ཀྱང་སྒྲུར་དང་འབྲ་ལ། སྒོ་བཞི་སོ་སོའི་མདུན་དུ་སྒྲ་ཆོགས་རྩོམ་རིག་ལྟེ་བ་  
དང་དཔངས་མཉམ་པའི་སྟེགས་བྱ་བྱ་བཞི་ལྟེ་བ་དང་འབྲེལ་བ་ལ་བྱམ་བ་ནས་འཛོན་  
པའི་ཀ་བ་དབྱས་ལྗེར་བས་བཏེག་པའི་རྟ་བབས་སྒོ་ཆོད་གསུམ་པ། གཉིས་མཉམ་  
དགུ་མཉམ་སྒྲུར་གསང་འདུས་ལ་བཤད་པ་རི་ལྷ་སྟེའི་དཔངས་ཞེང་རི་དྲགས་ཆོས་  
འཁོར་དང་བཅས་པ་གདུགས་དང་རྒྱལ་མཆོན་བ་དན་སོགས་ཀྱི་རྒྱན་ཅན། ཐམས་  
ཅད་སྒྲུར་དང་འབྲ་བ། རྟ་བབས་དང་སྒོ་ཡི་བར་དུ་ཆ་སྐྱོན་གཅིག་གིས་མ་རེག་པར་  
བྱའོ། །རྟ་བབས་ཀྱི་གཡས་གཡོན་དུ་བྱམ་བ་དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་ལ་གནས་པའི་  
རྒྱལ་སྟོན་སྒྲ་བདུན། དེའི་མཐར་བྱུང་ཆེན། དེའི་སྟེང་ན་སྒྲིན་གསེབ་ལས་ལུས་སྟེང་  
འཛོན་པའི་ལྷ་མོ་རྟོག་གི་སྟེང་བ་བཟུང་བ་སོགས་སྒྲུར་བཤད་ནམས་དང་འབྲ་ལ།

དགྲིལ་འཁོར་ནང་མའི་འགྲོ་ཚུལ་ནི། དགྲིལ་འཁོར་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་སྒོ་ཆད་  
གཅིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་ལྟ་སྒྲུལ་རིམ་པ་གསུམ་བྱེད་དགོས་པས། ལྟ་སྒྲུལ་རེ་རེའི་ཞེང་ཆ་  
ཆུང་རེ་དང་སྒྲུལ་ཆ་རེ། དཔངས་སྒྲུ་ཆ་ཆུང་གསུམ་གསུམ་མཆོད་རྟེན་གྱི་བར་རིམ་ལྟ་  
བུ་བྱ་དགོས་ལ། ལྟ་སྒྲུལ་ནང་མ་དང་། སྒར་དགྲིལ་འཁོར་ཕྱི་མའི་བྲམས་ཐོག་བཀའ་པ་  
བྱེད་མཉམ་པར་འོང་ལ། དེ་མཆོམས་ནས་དགྲིལ་འཁོར་ནང་མའི་འོག་གཞི། རྒྱ་སྒོ་  
ཆད་བྱུག་དང་། དཔངས་ལྟ་སྒྲུལ་ནང་མ་ལས་ཀྱང་ཆ་སྒན་གསུམ་གྱིས་མཐོ་བའི་སྟེང་གི་  
ཟུར་ནས་ནང་མའི་ཅིག་པ་པ་གྲུ་གསེར་སྒྲུལ་བྱ་འདབ་ཤར་བྱ་མདའ་ཡབ་སྒོ་ཁང་  
སོགས། བྱི་མའི་ཆ་སྒན་རེའི་བྱེད་ལ་ནང་མའི་ཆ་སྒན་རེ་ཅིས་པའི་ཆ་སྒན་གྱི་དཔངས་  
ཞེང་སོགས་སྒར་ཕྱི་མ་འི་ལྟ་བར་བྱ་ལ། བྱེད་པར་སྒོ་འོགས་ལ་ཆ་སྒན་གསུམ་རེ་ཡོད་  
པར་བྱས་པས་གོང་གི་ལྟ་སྒྲུལ་ནང་མའི་མཆོམས་སྒྲུ་ཐོན་པ་ཡིན་ལ། སྒོ་ལ་རྟ་བབས་  
མེད་པའི་དབང་ལས་ཀ་བ་ཀ་རྒྱན་སྒྲུབ་པ་སོགས་འོང་དོན་མེད་དོ། །

ནང་མའི་ཐོག་འབྲུབས་ལྷགས་ནི། ནང་མའི་སྒོ་བཞིའི་རྩ་ཆོངས་འབྲུད་པ་ནས་  
ནང་དུ་ཆ་སྒན་བྱུག །དེ་ནས་གཡས་གཡོན་དུ་ཆ་སྒན་བཅུ་རེ་སོང་བའི་མཆོམས་སྒྲུ་  
ཀ་བ་གཞུ་དང་བཅས་པ་དཔངས་ཆ་སྒན་བཙོ་ལྟ་རེ་ཡོད་པ་བཙུགས། ཀ་བ་བཞི་པ་  
དེའི་སྟེང་ན་གཞུང་རིང་དཔངས་ཞེང་ཆ་སྒན་རེ་ཡོད་པ་བཀའ་བའི་སྟེ་རྣམས་གསེར་  
གྱི་སྐྱ་རགས་སྟེང་མ་གཉིས་ལ་རྟ་བཏོན་ནས་བཀའ། དེའི་སྟེང་ནས་ཕྱོགས་རེ་རེ་ལ་  
ཉི་ཤུ་རྩ་བརྒྱད་རེ་ཡོད་པའི་ལྷུ་མ་ཕྱོགས་མདོག་ཅན་ནང་སྟེ་གཞུང་རིང་དང་། བྱི་སྟེ་  
གསེར་གྱི་སྐྱ་རགས་ལ་དང་སྒོ་བྱེད་ཀྱི་གཞུང་གི་ནང་སོགས་སྒར་ལྟར་ལ། དེའི་  
གཞུང་ནང་མ་ལ་བཀའ་བའི་བྱིར་མཛོན་པའི་ལྷུ་མ་རྣམས་ཀྱི་སྟེར་ཆུ་སྟོན་དང་བ་བ་

བྱེད་སོགས་དགོས་སོ། །ལྷམ་སྟེ་ནང་མ་ལ་ཉི་མེད་ཀྱི་དོན་ལྟར་། རྩོམ་སོགས་རང་ཕྱོགས་  
ཀྱི་མཆན་མ་རྣམས་སྟེལ་མར་བྱའོ། །དེའི་སྟེང་དུ་དལ་འདམ་སོགས་ལེགས་མར་  
བྱའོ། །པོ་བྱང་གི་ནང་དུ་འཁོར་ལོ་སྟོན་པོ་སྟེ་བ་ལ་ཞེང་སྟོ་ཆད་ལྡ་དཔངས་སུ་སྟོ་ཆད་  
གཅིག རྩིབས་བཅུ་དྲུག རྩིབས་ཀྱི་ཞེང་ལ་སྟོ་ཆད་གཅིག །ལྷ་ཁྱུང་ལ་ཆ་སྟན་  
གཅིག །ལྷ་ཁྱུང་གི་མཐའ་ནས་མཐའ་སྟོ་ཆད་བྱེད་བརྒྱད། དེ་ཡི་དབུས་ནས་རིགས་  
ལྡ་ཡབ་ཡུམ་བཞི་རྣམས་བཞུགས་པའི་གནས་ཞེང་སྟོ་ཆད་བྱེད་ལྡ། དཔངས་ཆ་སྟན་  
གསུམ་ཡོད་པའི་གར་བུ་རྒྱུ་པོ། དེའི་མཐའ་སྟོར་དུ་དཔངས་ཞེང་ཆ་སྟན་རེ་ཡོད་  
པའི་དོར་བྱང་རྒྱུ་པོ་ལ། དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ཀ་བ་གཞུ་རྩོམ་གྱི་དབུས་རྒྱུ་དང་བཅས་  
པའི་དཔངས་ཆ་སྟན་བཅུ་དྲུག་ཡོད་པར་བྱ། ཀ་བ་ཕྱོགས་རེར་གཉིས་རེ་སྟེ་ཀ་བ་  
བརྒྱད་ཡོད། དེ་ཡང་ཆངས་དང་དོར་བྱང་རྒྱུ་པོ་འཕྲད་པ་ནས་གཡས་གཡོན་དུ་ཆ་  
རྒྱུང་བྱེད་གསུམ་རེ་སོང་མཆམས་སུ་ཀ་བ་ཞེང་ཆ་སྟན་རེ་ཡོད་པའོ། །

དེའི་ལྷོ་བྱང་གི་ཀ་བ་བཞིའི་སྟེང་ན་རྒྱ་ཕིབས་འདེགས་བྱེད་ཀྱི་ཀ་བ་དཔངས་  
སྟོ་ཆད་གཉིས་པ་གསེག་ཁ་ཅན་རེ་བཅུགས་པ་མགོ་ནང་དུ་འདུད་པར་བྱེད། ལྷོ་བྱང་  
དུ་སྟོག་ཐུང་ཡང་གཏོང་། ཕྱི་བྱམས་ཀྱི་ཁ་གདངས་ལ་ཀ་རྒྱུང་གེ་ཕུལ་དང་བཅས་པ་  
བར་ཐག་ཇི་འཆམས་དང་། དཔངས་ཆ་རྒྱུང་བརྒྱད་རེ་ཡོད་པ་བཅུགས་པའི་སྟེང་ན་  
གཞུང་བཞི་འཁོར་མར་བཏང་བ་ལ་རྒྱ་ཕིབས་ཀྱི་ལྷམ་སྟེ་ཕྱི་མ་དང་། ཡར་སྟེ་ཤར་  
བུབ་དུ་གསེག་ཁ་ཅན་གྱི་སྟེང་ན་གཞུང་རིང་ཞེང་སྟོ་ཆད་གཅིག་དང་དཔངས་ཆ་རྒྱུང་  
གཅིག་སྟེ་དུ་སྟོ་ཆད་བྱེད་ལྡ་ཅམ་ཡོད་པ་ལྷོ་བྱང་དུ་བཏང་བ་ལ་བཀལ། ལྷོ་བྱང་དུ་  
སྟོག་ཐུང་ལ་བཀལ། རྒྱ་ཕིབས་ཀྱི་ཐོག་གཡོགས་པའི་མར་སྟེ་རྣམས་སུ་ཤར་བུ་

མདའ་ཡབ་སོགས། རྒྱ་ཕིབས་སྤྱིའི་བཀོད་པ་ལྟར་ཤིན་ཏུ་མངེས་པར་བྱ་བ་  
དང་། ལྷམ་གྱི་མར་སྒྲེ་རྣམས་ལས་བ་བ་བྱེད་སོགས་ཀྱང་འབྱང་བར་བྱེད་དོ། །སྤྱང་  
གི་གཏུང་ལེབ་ཀྱི་དབྱས་སྤྱ་གསེར་གྱི་ཁང་རྒྱང་དཔངས་སྒོ་ཆད་གཅིག་ཞེང་ཆ་སྒན་  
གསུམ་ཡོད་པ་དང་། དེའི་སྤྱང་ན་པར་དང་འཁོར་མའི་གདན་ལ། འོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་  
དམར་སོ་ཆ་བརྒྱད་པ་དེའི་སྤྱང་ན་རྗེ་རྗེ་སྒོན་པོ་ཅེ་ལྷ་པའི་ཉིག་ །དེ་གཉིས་ཀྱི་དཔངས་  
ལ་གསུམ་བུའོ། །ཉི་ཀ་ཆེན་ལས་གཏུང་རྒྱུས་ཀྱི་སྤྱང་ན་གཏུང་བཞི་མིག་མང་རིས་སྤྱ་  
བཏར་བ་དང་། དེ་ལ་ལྷམ་གྱི་ནང་སྒྲེ་དང་བྱི་སྒྲེ་ནང་མའི་ཅིག་པ་ལ་བཀལ་བ་སོགས་  
བཤད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་ཀ་བ་རྒྱ་ཕིབས་འདེགས་བྱེད་ཀྱང་རེ་འུ་མིག་དབྱས་མའི་ཁ་  
གདངས་ལ་ཡོད་དོ། །བྱི་ཡི་སྒོ་སོ་སོའི་མདུན་ན་ཐེམ་སྤྱས་བང་རིམ་ཉི་ལྷ་པ་དཔངས་  
ཆ་ཆེན་ལྷ་དང་ཞེང་ཆ་སྒན་བྱེད་གཉིས་རེ་ཡོད་པ་སྤྱོགས་རེར་གཉིས་རེ་རྗེ་རྗེའི་རྩའི་  
བར་ནས་བཅུགས་པ་དགོས་ལ། འདིར་དཀྱིལ་འཁོར་གཞན་དང་མི་འབྲ་བར་ཐེམ་  
སྤྱས་སྤྱ་བ་སྤྱོགས་རེར་གཉིས་རེ་ཡོད་འདྲའོ། །

རྗེ་བཀའ་འགྲུར་བས་དཔངས་ཆ་སྒན་ལྷ་གསུངས་པ་ནི་ཡིག་འོར་རམ་ཡང་  
ན་རང་གིས་གོ་བ་ལེན་མ་ཤེས་པ་སྟེ། ལྷ་ཆོགས་རྗེ་རྗེའི་ལྷེ་བའི་དཔངས་གསལ་བར་  
མ་བཤད་ཀྱང་། དཀྱིལ་འཁོར་གཞན་ལྟར་ན་དཔངས་སྒོ་ཆད་ལྷ་ཡོད་པས། ཐེམ་སྤྱས་  
དཔངས་ཆ་སྒན་ལྷ་ཡིས་མི་སྤེལས་པར་འགྲུར་ལ། ཡང་ན་རྗེ་རྗེའི་ལྷེ་བའི་དཔངས་ཆ་  
སྒན་ལྷ་ཙམ་ལས་མེད་པ་ཞིག་འོར་དགོས་པར་འདུག་ན། དེ་འབྲ་དཀྱིལ་འཁོར་གང་  
ལ་ཡང་མི་སྤྱང་བས་དབྱད་དགོས་ལ། གལ་ཏེ་དེ་འབྲའི་སྤྱངས་དེ་སྒོན་མ་མཐོང་  
ཡང་། མ་མཐོང་བྱིར་ན་མེད་པ་མིན། །ཞེས་པ་ལྟར་སྤྱར་འཆོལ་དགོས་སོ། །སྒོ་ནང་

མ་ལ་ཡང་ལྷ་སྐུམ་གསུམ་དང་འོག་གཞི་བཅས་བང་རིམ་བཞི་ལ་ཡང་། ཐེམ་སྐུམ་  
འོས་ཆད་རེ་དགོས་ལ། འདི་ཡང་རྗེ་བཀའ་འགྲུར་བས་ཐེམ་སྐུམ་དབངས་སྒོ་ཆད་རེ་  
གསུངས་སོ། །བད་རའི་མཐའ་ཕྱིའི་ཁོར་ལུག་དཀར་པོ་སྒོ་ཆད་ཕྱེད་གཉིས་པ་  
དང་། དེའི་མཐར་རྫོང་ཆ་གཉིས། དེའི་ཕྱིར་འོད་ཟེང་ཆ་ཆེན་གཅིག་། དེ་ལ་ཡང་རྫོང་  
བཅུ་དུག་སྒྲེལ་བ་དང་། མེ་སོ་གཉིས། བརྒྱ་རེ་བཞི་སོགས་ཕྱག་ལེན་ལ་སྤང་བས། དེ་  
ལྟར་ལེགས་ལ། དེ་སོ་སའི་དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་ཀྱང་སྤྱི་ལྟར་རོ། །

བརྟན་པ་ལྟའི་ཆོགས་མགོན་ཐབས་པ་དང་བཅས་པ། ཕྱིའི་ཁོར་ལུག་ལ་  
གནས་པའི་འཛིག་རྟེན་པའི་ཆོགས་བཅས་གལ་ཆེན་འདྲ་། འབྲི་བར་མ་ལྟོངས་པས།  
འིག་ཆེན་དང་འོག་ཏུ་ཡང་ཅུང་བྲིས་པ་སོགས་ལས་རྟོགས་དགོས་སོ། །དེ་ལྟར་འིག་  
ཆེན་དང་། རྗེ་ཆུ་མ་བཀའ་འགྲུར་བས་མཛད་པའི་འདིའི་ལྟོས་བསྐྱང་བཞེངས་ཚུལ་  
སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་བྲིས་པའོ། །

དེ་ལྟར་རྒྱུད་སྤེལ་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་བདེ་གསང་འཛིགས་གསུམ་ཀུན་རིག་གི་  
ལྟོས་བསྐྱང་གལ་ཆེ་ཞིང་། རང་གིས་ཀྱང་ལག་ལེན་དུ་ཐེབ་རེས་པ་དག་བྲིས་ལ། རྣམ་  
དཔྱེད་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་འདི་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་དཀྱིལ་འཁོར་སལ་ཆེ་བའི་  
ལྟོས་བསྐྱང་ཀྱང་འུགས་ལ་རྟོགས་རུས་ཤིང་། སྤྱ་འགྲུར་ལུགས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་མི་  
འདྲ་བ་མཆིས་ཀྱང་། རྗེ་དུ་ཙའི་མཆོན་ཅན་གྱིས་མཛད་པའི་རྟ་མགིན་གྱི་ལྟོས་བསྐྱང་  
བཞེངས་ཚུལ་སོགས་ལ་དབག་ན་རིགས་འགྲེ་སྦྱར་ཤེས་པ་ཡོད་དོ། །

སྐུམ་པ། རྣམ་བྱང་ཡོན་ཏན་སུམ་ཅུ་ཅ་བདུན་སོགས། རྣམ་པ་མང་པོར་  
མཆོན་པའི་ཕྱི་དཀྱིལ་གྱི། རྣམ་གཞག་དུ་མ་བཀོད་པའི་དགེ་མཆོན་གྱིས། རྣམ་ཀུན་

མཆོག་ལྷན་དཔལ་དུ་སྦྱར་འདུག་ཤོག །ཅེས་ཐིག་གི་ལག་ལེན་དུ་མར་བཤད་པ་བཙོ་  
རིག་མཛེས་པའི་ཁ་རྒྱན་ལས་སྒོས་བསྐྱར་གི་སྐོར་ཅུང་ཟད་བཤད་པའོ། ། །

༼སྦྱ་གཟུགས་ཀྱི་ཆ་ཆད་ཐིག་ཁང་བརྒྱད་ཀྱི་སྐོར་ནས་བཤད་པ།༽

སྦྱ་མ་ཆེ་དང་དོན་གྱི་འོད་གསལ་བ། །གཉིས་མེད་གཅིག་གྱུར་ཆོས་སྦྱའི་རྒྱ་  
མཆོ་ལས། །འོངས་སྤྱོད་རྫོགས་དང་སྦྱལ་པའི་རྒྱབས་གཡོ་བ། །གཉིས་མེད་གཉིས་  
སྦྱར་བ་དེ་ལ་སྐོན། །དེ་ཡི་ཕྱིར་ན་བསོད་ནམས་རྩ་ན་མོ། །འགྲུགས་ཕྱིར་ལེགས་  
བཤད་ལྟ་ལས་ལས་འོངས་པ། །པན་བདེ་ཙྰན་ལྷོན་པའི་གསུང་མངར་པོ། །ལྷག་  
བསམ་བློ་བཞེན་གྱིས་བྱངས་རོ་མཆར་སྦྱབ། །དེ་ལ་འདིར་འོངས་སྦྱལ་གྱི་སྦྱ་ཡི་ཆད་ཀྱི་  
ངེས་པ་དག་བརྗོད་པ་ལ། །འདིའི་བརྗོད་ཀྱང་ཀྱང་། སྦྱ་གཟུགས་གང་ཡིན་དེའི་རང་སོར་  
བཅུ་གཉིས་ལ་ཞལ་ཆད་དམ། མཐོ། ཐལ་མོ། མཐིམ་ཆ་ཆེན་ཟེར་ཞིང་། རང་སོར་ལ།  
སོར་སོ་དང་། ཆ་ཅུང་། དེའི་བཞི་ཆ་ལ་རྟེན་པ། བརྒྱད་ཆར་ནས་གང་ཟེར་རོ། །

ཐིག་ཁང་དང་པོ། ལྷ་མ་དང་སངས་རྒྱས་སོགས་སྦྱ་བྱང་པོར་བཞུགས་པ་ལ།  
དང་པོ་ཆངས་ཐིག་བཏབ། དེ་ལ་སོར་བདུན་ཅུ་ཡོད་དབང་གིས། །འབྲེད་ཐིག་དང་པོ་  
འོར་བྱའི་ཉིག་གི་ཐིག །དེ་ནས་སོར་གཉིས་ན་གཙུག་ཉིར་ཐིག །དེ་ནས་སོར་བཞི་ན་  
ཐོད་དཔངས་ཐིག །དེ་བཞིན་བྱ། དེ་ཙམ་ན་སྦྱ་མཆོམས། སོར་བཅུ་གཉིས་ན་གོས་གོ།  
སོར་བཞི་ན་མཐིམ་ཐིག །སོར་བཅུ་གཉིས་ན་སྤྱིང་ཁའི། །ཡང་བཅུ་གཉིས་ན་ལྷོ་བ།  
སོར་བཞི་ན་ལྷོ་འོག །སོར་བརྒྱད་ན་གསང་གནས། སོར་བཞི་ན་ཞབས་བསྐྱེལ་  
མཆོམས། སོར་བཞི་ན་ལྷས་མའི་འོག་མཐའི་ཐིག་སྦྱེ་འབྲེད་ཐིག་བཅུ་གཉིས། །ཡང་  
དཀྱུས་ཐིག་འདེབས་ལུགས་ནི། ཆངས་པའི་གཡས་གཡོན་ན་སོར་བཅུ་གཉིས་རེ་ལ་

ཐག་པའི་ཐིག་། དེ་ནས་སོར་བཞིན་དབྱང་པའི་ནང་། དེ་ནས་གཉིས་ན་དབྱང་པའི་  
ཕྱིར། དེ་ནས་བརྒྱད་ན་ཤུས་མོའི་ཕྱི་ཐིག་སྟེ་གཡས་གཡོན་ཆངས་བཅས་བསྟོམས་  
པས་དབྱ་ནི་དཀྱུས་ཐིག་གོ།

ཀོས་ཀོའི་ཐིག་དང་དབྱང་པའི་ནང་ཐིག་འཕྲད་མཆམས་ནས། ཆངས་དང་  
ཤུས་མོའི་འོག་ཐིག་འཕྲད་མཆམས་བར་གཡས་གཡོན་གཉིས་ཀ་ནས་བཏབ་པས་བྱ་  
གསུམ་ཅེ་བྱར་བསྟན། དེས་མཆན་ཅ་ཅིབ་ལོགས་ཀྱི་ཞེང་རྟོགས། ཡང་ཐག་པའི་ཐིག་  
དང་ཤུས་མོའི་ཕྱི་ཐིག་འཕྲད་ས་ནས་ཕྱིར་སོར་དོ་སོར་བ་ནས། ཀོས་ཀོའི་ཐིག་  
དང་། ཆངས་པ་འཕྲད་སར་བཏབ་པས་བྱ་གསུམ་ཅེ་གྲེན་བསྟན། དེས་ལྷ་བྱར་གྱི་ཞེང་  
རྟོགས། བྱ་གསུམ་གཉིས་སོ་འཕྲད་ས་ནས་སྐྱེད་པའི་ཆད་ཤེས། ཡང་ལྷ་ཆངས་འཕྲད་  
ས་ནས། གསང་གནས་དང་ཤུས་མོའི་ཕྱི་འཕྲད་མཆམས་བར་ཕྱོགས་གཉིས་ཀ་ནས་  
བཏབ་པས་སྐྱེལ་ཁྱེད་གི་བཟའི་རི་མོ་རྟོགས། གསང་གནས་དང་དབྱང་པའི་ནང་འཕྲད་  
མཆམས་ནས། བྱར་གསུམ་ཅེ་གྲེན་བསྟན་གྱི་འོག་བྱར་སོ་སོར་བཏབ་པས། གཡས་  
གཡོན་བསྟོམ་མཆམས་དེས་སྐྱེལ་ཁྱེད་བསྟོམ་མཆམས་རྟོགས་ཏེ་བྱར་ཐིག་གོ།

༥ ཞལ་ཐིག་ནི། ཞལ་གྱི་ཐད་ཆངས་ཐིག་ནས་ཕྱོགས་གཉིས་ཀར་སོར་བྱལ་  
སོར་བ་ན། སོར་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་སྤྱད་ཆད་ཅན་རེ་དང་། དེ་ནས་ཕྱིར་སོར་དོ་ནའང་དེ་  
འདྲ་རེ་བཏབ་པས་འགྲམ་པ་དང་སྟན་གྱི་ཕྱི་མཐའ་རྟོགས། ཆངས་དང་ཀོས་ཀོ་འཕྲད་  
མཆམས་ནས་ཕྱོགས་གཉིས་ཀར་སོར་དོ་སོར་མཆམས་ནས། ཆངས་དང་སྐྱ་  
མཆམས་འཕྲད་སར་བཏབ་པས། སྤྱན་པའི་ནང་ཅེ། སྟན་གྱི་ནང་བྱར། འདས་གྱི་རྟེང་  
པ། ཞལ་གྱི་བྲ། ཀོས་ཀོའི་ཞེང་རྟོགས་ཤེས། ཡང་ཆངས་དང་སྐྱ་མཆམས་འཕྲད་ས་

ནས་འོག་ཏུ་སོར་གསུམ་ན་སློན་མ། དེ་འོག་ནས་གང་ན་སྐྱུལ། དེ་འོག་ནས་བྱེད་ན་  
སྐྱུལ་གྱི་མས། དེ་འོག་ནས་བྱེད་བཞིན་པ་འངས་གྱི་ཅེ་སྟེ་འཕྲེད་ཐིག་བཞི་བཏང་།  
ཆངས་དང་སྐྱ་མཆམས་འཕྲད་ས་ནས། འངས་ཅེ་འཕྲེད་ཐིག་གི་ཅེ་སོ་སོར་བཏང་།  
ཀོས་ཀོའི་ཐིག་དང་ཆངས་བ་འཕྲད་ས་ནས་གཡས་གཡོན་དུ་སོར་དོ་སོར་བ་ནས།  
སློན་མའི་ཐིག་གི་ཅེ་སོ་སོར་བཏང་བས། སྟོང་དུ་བསྐྱོལ་མ་གཉིས་དང་། འོག་ཏུ་  
བསྐྱོལ་མ་གཅིག་འབྱུང་། སྐྱ་མ་གཉིས་ནི་སྐྱུལ་སོ་སོའི་བྱི་ཟུར་དང་། འོག་མས་ཡ་  
མཚུའི་ཅེ་རྟོགས་སོ། །ཐིག་ཁང་འདི་ལ་ས་གནོན་མཉམ་གཞག་གི་འགྲོས་སུ་བཤད་  
ཀྱང་། བྱུག་གི་འགྲོ་ཚུལ་ཤིན་ཏུ་མང་བས་བྲིས་མ་ལྟོངས་ཤིང་། དེ་དག་མཐོང་རྒྱ་  
ལྡར་གལ་ཆེད། །

༥ ཐིག་ཁང་གཉིས་པ། བདེ་མཆོག་གྱི་རྫོང་དུས་འཁོར་སོགས་གྱི་ཐིག་ལ་  
ཆངས་ཐིག་བཏང་། དེའི་གཡས་གཡོན་ཞལ་ཆད་རེའི་ཐིག་ལྗེ་རེ་གདབ་ལ། གཡས་  
གྱི་ཞལ་ཆད་དང་པོ་དང་། གཡོན་གྱི་ཞལ་ཆད་གཉིས་བ་བྱེད་དུ་བཞོས་བའི་ཐིག་སྟེ་  
དཀྲུས་ཐིག་བཅུ་གསུམ། འཕྲེད་ཐིག་ལ། དང་པོ་རྫོང་བྱའི་ཐིག་དེ་ནས་སོར་བཞིན་  
གཙུག་ཏོར། བཅུ་གཉིས་ན་ཐོད་དཔངས། བཞིན་སྐྱ་མཆམས། བཅུ་གཉིས་ན་ཀོས་  
ཀོ། བཞིན་མཁྱིན་པ། བཅུ་གཉིས་ན་ཐུགས་ཀ། བཅུ་གཉིས་ན་ལྟེ་བ། བཞིན་ལྟེ་  
འོག་། བཅུ་གཉིས་ན་གསང་གནས། བཅུ་གཉིས་ན་ཤུས་མོ། བཞིན་རྩེ་ངར། བཅུ་  
གཉིས་ན་རྩེ་ངར་དབུས། བཅུ་གཉིས་ན་ཞབས་པོ་ལ། བཞིན་ཞབས་མཐིལ་གྱི་ཐིག་  
སྟེ། འཕྲེད་ཐིག་བཙུལ། །

དེ་ནས་རྫོང་བྱའི་ཅེ་ཐིག་དང་ཆངས་ཐིག་འཕྲད་མཆམས་ནས་གཡས་སུ་

སོར་ལྷ་ན་མཆན་མ་དང་། མགིན་ཐིག་ལོག་ཆངས་སྟེང་ནས་ཐུར་དུ་སོར་དུག་དེ་ནས་  
གཡོན་དུ་སོར་དུག་ན་མཆན་མ། དེ་གཉིས་ཐིག་གིས་སྟེལ། དེ་ནས་ཆངས་གསང་  
འབྲད་མཆན་ན་སྟེལ་བས། འགྲིང་ཐིག་སྟེ་འགྲིང་ཆད་སྟོན། ཞལ་ཐིག་ནི་གཡས་  
ཀྱི་ཞལ་ཆད་དང་པོ་དང་ཆངས་པ་འབྲད་ས་ནས་ལོག་དུ་སོར་བྱེད་བཞིའི་སར་མཆན་  
མ། ཡང་གཡོན་ཀྱི་ཞལ་ཆད་དང་པོའི་ཐིག་དང་། རྩོད་ཁྲིས་འབྲེད་པ་ནས་གུན་དུ་སོར་  
བྱེད་བཞིའི་སར་མཆན་མ། དེ་གཉིས་སྟེལ་བས་ཞལ་འགྲིང་བའི་སྐྱ་མཆན་མ། ཡང་  
གཡས་ཀྱི་ཞལ་ཆད་དང་པོ་དང་མགིན་ཐིག་འབྲད་པ་ནས་གུན་དུ་སོར་གསུམ། དེ་ནས་  
ནང་དུ་སོར་གསུམ་བསྐྱམས་པའི་སར་མཆན་མ། གཡོན་དུ་ཞལ་བྱེད་དོའི་ཐིག་དང་  
ཀོས་ཀོའི་ཐིག་འཛོམས་ནས་གུན་དུ་སོར་བཞིའི་སར་མཆན་མ། དེ་གཉིས་སྟེལ་བས་  
ཀོས་ཀོའི་ཐིག་། འགྲིང་ཞལ་ཀྱི་ཆངས་ཐིག་ནས་གཡས་གཡོན་སོར་དུག་རེ་ན་མགིན་  
ཐིག་། དེ་ནས་སོར་དོ་རེ་ན་སྟོན་ཀྱི་ཐིག་། དེ་ནས་གཡས་གཡོན་སོར་བཞི་རེ་ན་ཐུར་  
ཞལ་ཀྱི་ཐིག་སྟེ་སྐར་ཡང་གཡོན་དུ་སོར་དོ་ན་རྒྱབ་ཞལ་ཀྱི་དུས་ཐིག་བྱའོ། །

ཕྱག་གི་སྒྲོར་ཐིག་ལ། ཐུགས་ཀའི་ཐིག་དང་ཆངས་པ་འཛོམས་ནས་གཡས་  
སྟེ་སོར་དུག་། དེ་ནས་གུན་དུ་སོར་བྱེད་བཞི་ནས་བཟུང་སྟེ་སོར་ཉི་ཤུས་བསྒྲོར་ཏེ།  
ཡས་མས་དུས་ཀྱི་ཞལ་དང་པོའི་ཐིག་ལ་རེག་པར་བྱ་བ་བྱ་མའི་ཆོག་མཆན་ས་  
སོ། ། ཡང་མཆན་དེ་ནས་སོར་བཅུ་དུག་བསྟན་ནས་བསྟོམས་པས་སོར་སོ་དུག་  
གིས་བསྒྲོར་བ་ཡར་སྟེ་གཡས་ཀྱི་ཞལ་ཆད་དང་པོ་དང་། མར་སྟེ་ཞལ་ཆད་གཉིས་  
པའི་ཐིག་ལ་རེག་པ་ནི་མཁྲིག་མའི་ཐིག་། ཡང་མཆན་དེ་ནས་སོར་ཞེ་གཉིས་པའི་  
སྟེད་པས་སྐར་ཀྱི་ཡས་མས་དང་འདྲ་བ་བྱས་ནས་བསྒྲོར་བས་ཕྱག་གི་བྱ་སྒྲོར་རོ། །

གཡོན་ཕྱག་ནི། སྤྱགས་ཚངས་འཕྲད་ས་ནས་གཡོན་དུ་ཞལ་བྱེད་གཉིས། དེ་  
ནས་བྱེད་དུ་སོར་བྱེད་དུག་ན་བཟུང་སྟེ་སོར་ཉི་ཤུ། སོར་དུག་ཤེ་གཉིས་གསུམ་  
གྱིས་བསྐྱོར་བ། གཡོན་གྱི་ཞལ་ཚད་གཉིས་པའི་ཐིག་ལ་རེག་པར་བྱའོ། །ཚངས་  
གསང་འཕྲད་ས་ནས་འོང་བུའི་ཐིག་དང་གཡས་གྱི་ཞལ་ཚད་གསུམ་པ་འཕྲད་སར་  
བཏབ། དེ་ནས་ཕྱིར་སོར་བཞི་ནས་སྤྱགས་ཚངས་འཛོམས་སར་བཏབ་པས། གཡས་  
བརྒྱུད་གི་ཚད་ཉོགས། སྟེ་འོག་དང་། གཡོན་གྱི་ཞལ་ཚད་དང་སོ་འཕྲད་ས་ནས།  
གཡོན་གྱི་ཞལ་ཚད་གཉིས་པ་དང་། བརྒྱ་ཐིག་འཛོམས་སར་བཏབ། ཚངས་གསང་  
འཛོམས་ས་ནས། སྤྱས་ཐིག་དང་གཡོན་གྱི་ཞལ་བྱེད་དེའི་ཐིག་འཕྲད་མཆམས་པར་  
བཏབ་པས་གཡོན་གྱི་བརྒྱ་དང་། བརྒྱའི་ནང་གི་མར་སྟེ་ནས། འོང་བུ་དང་གཡོན་གྱི་  
ཞལ་ཚད་དང་སོ་འཛོམས་སར་བཏབ། འོང་བུ་དང་གཡོན་གྱི་ཞལ་བྱེད་དེའི་ཐིག་འཛོམས་  
ས་ནས་ནང་དུ་སོར་བཞི་འོང་བ་ནས་བརྒྱའི་ཕྱི་ཐག་གི་མར་ཅེ་བར་བཏབ་པས་  
ཞབས་གཡོན་བསྐྱམས་གྱི་ཚད་ཉོགས། འདིའི་ཁོངས་སུ་མ་རྩ་ཡ་སོགས་དང་སྔོང་  
ཁྲིས་པའི་ཉམས་ཅན་གྱི་ཡི་དམ་བཞེངས་སྟབས་ཅན་རྣམས་འདུས་པའོ། །

༥ ཐིག་ཁང་གསུམ་པ། སྤྱན་རས་གཟིགས་སོགས་ཕྱག་སྟོང་དབུ་མང་གི་ཐིག་  
ནི། ཚད་གང་འདོད་གྱི་ཚངས་ཐིག་བཏབ་ལ། འཕྲད་ཐིག་དང་སོ་རྫོང་བུའི་ཅེ་ཐིག་ཤེ་  
ནས་རིམ་བཞིན། སོར་བྱེད་ན་གཙུག་ཏྱར་གྱི་ཐིག་ཤེ་སོར་གང་ན་ཐོད་ཁྲིམ། སོར་བྱེད་  
དོ་ན་སྐྱ་མཆམས། སོར་བཞི་ན་སྟེང་ཞལ། དེ་བཞིན་དུ། སོར་དོ། དུག་ཤེ། བརྒྱད།  
བཞི། བརྒྱད་དེ་ཞལ་གཉིས་པ་གསུམ་པ་བཞི་པ་རྣམས་གྱི་སྐྱ་མཆམས་དང་ཞལ་  
རྣམས་ཉེ་འཕྲད་ཐིག་བཙུག་ཅིག་ཤེ་ནས་སོར་བཞི་ན་ཅེ་ཞལ་གྱི་སྐྱ་མཆམས། བཙུ་

གཉིས་ན་གྲོས། བཞིན་མགིན་པ། བཅུ་གཉིས་ན་ཐུགས་ཀ ། བཅུ་གཉིས་ན་མྱེ་བ།  
བཞིན་མྱེ་ལོག ། བཞིན་དཔྱི། བརྒྱད་ན་གསང་གནས། ཉེར་བཞིན་བརྒྱ། བཞིན་བྱས་  
སོ། ཉེར་བཞིན་བྱིན་པ། བཞིན་བོལ་ཏེ་འཕྲེད་ཐེག་བཅུ་གཉིས་སོ། །

ཡང་ཆངས་པའི་གཡམས་གཡོན་དུ་སོར་དོན། རྟེན་ཞལ་གྱི་འགྲམ་ཐེག ། དེ་  
བཞིན་དུ་སོར་གསུམ་ན་སྤྱལ་སྤྱེའི། བྱེད་བཞིན་སོངས་སྤྱེའི་འགྲམ་ཐེག ། དེའི་གཡམས་  
གཡོན་དུ་སོར་བྱེད་ན་དེའི་བྱར་ཞལ། ཆངས་པའི་གཡམས་གཡོན་དུ་སོར་བཞིན་  
རྒྱས་པའི་ཞལ་འགྲམ། དེ་ནས་སོར་དོན་དེའི་བྱར་ཞལ། ཡང་ཆངས་པའི་གཡམས་  
གཡོན་དུ་སོར་དུག་ན་ཆོས་སྤྱའམ་རྩ་ཞལ་གྱི་འགྲམ་ཐེག ། དེའི་གཡམས་གཡོན་དུ་  
སོར་བཞིན་དེའི་བྱར་ཞལ་དང་མཆན་ཅེ་བྱན་མོང་གི་ཐེག ། འདི་ཡན་སོ་སའི་  
མཆོམས་ཤེས་བྱེད་ལས། ཐེག་རིང་སོ་སེ་དགོས། དེ་ནས་སོར་བཞིན་དཔྱད་པའི་  
ཕྱི། དེ་ནས་སོར་བརྒྱད་ན་རྩ་བྱག་འབྲེལ་མཆོམས་ཏེ། དཔྱད་ཐེག་རིང་སོ་གཡམས་  
གཡོན་གྱི་གཉིས་རེ་དང་། ཆངས་ཐེག་སྟེ་ལྷོ་ཁོ་ནའོ། ། ཐུགས་ཀའི་ཐེག་དང་མཆན་  
ཅེའི་ཐེག་འཕྲེད་མཆོམས་ནས་བྱེད་དུ་སོར་དོ་སོང་བ་ནས་བཟུང་། རྩ་ཞལ་གྱི་སྤྱ་  
མཆོམས་ཐེག་དང་། དཔྱད་པའི་ཕྱི་ཐེག་འཕྲེད་མཆོམས་ནས་ལོག་དུ་སོར་བྱེད་ནས་  
བསྐྱོར་ཏེ། མར་སྟེ་ཡང་དེ་ཉིད་ལ་གཏུགས་པས་རྩ་བྱག་གི་ཕྱི་ཐེག་དང་། དེའི་ཕྱིའི་  
སོར་བཞིན་བཞིན་སྟེ་རིམ་པ་ལྷ་ཐེག་དེ་ཉིད་ལ་གཏུགས་པས། སྤྱལ་བྱག་ལྷག་མ་ནམས་  
གྱི་འགྲོ་ཆད་ཉོགས། དེ་ལྟར་རིམ་པ་ལྷ་སོ་འཁོར་ལོའི་ཅིབས་ལྟར་ཆ་དུག་དུ་བགོ།  
ནང་མའི་ཆ་རེ་རེའང་བཅུ་གཉིས་ནས་བཟུང་། ཕྱི་མ་ཉི་ཤུའི་བར་དུ་སྟེ་བཅུ་གཉིས།  
བཅུ་བཞི། བཅུ་དུག ། བཅོ་བརྒྱད། ཉི་ཤུ་སོགས་སུ་བགོས་པས་ཤེས་བྱས་

སོ། །འདིའི་ཁོངས་སུ་གདུགས་དཀར་སོགས་ཕྱག་སྟོང་ཅན་རྣམས་ཀྱང་འདུས་སོ། །

༥ ཐེག་ཁང་བཞི་པ་དོ་རྗེ་པག་མོ་ལ་ཆངས་ཐེག་གི་གཡས་སུ་སོར་བཅུ་  
གཉིས་དང་བཅུ་གཉིས་དང་གཉིས་ན་ཐེག་རེ་སྟེ་གསུམ། གཡོན་དུའང་སོར་བཅུ་  
གཉིས་དང་། བདུན་ན་ཐེག་རེ་སྟེ་ཐེག་གཉིས་བཅས་དཀྱུས་ཐེག་དྲུག །འབྲེད་ཐེག་ལ།  
ཐོད་དབངས་ཀྱི་ཡས་ཐེག །དེ་ནས་རིམ་བས། སོར་གསུམ། བཅུ་གཉིས། གསུམ།  
བཅུ་གཉིས་བཅུ་གཉིས། བརྒྱད། གསུམ། བཅུ་གཉིས། གཉིས། གསུམ། བཅུ་གཉིས།  
གསུམ། བཅུ་གཉིས། བཅུ་གཉིས་བཅས་ན། ཐེག་རེ་སྟེ་འབྲེད་ཐེག་བཙོ་ལྷ། ཆངས་དང་  
འབྲེད་ཐེག་དང་པོ་འཛོམས་ནས། གཡོན་དུ་སོར་བྱེད་གཉིས་ནས། གཡས་ཐེག་དང་  
པོའི་ཡར་ཅེ་ནས་འོག་དུ་སོར་ཉར་བཞི་དེ་ནས་གཡོན་དུ་སོར་བྱེད་གསུམ་སོར་བ་ན་  
ཐེག་བཟང་། དེའི་མཆམས་ནས་གཡོན་ཐེག་དང་པོ་དང་བརྒྱ་འབྲེད་མཆམས་ཀྱི་བར་  
བཟང་བས། སྐུའི་འགྲིང་ཐེག་འོང་མཆམས་དེ་ནས་ཀྱེན་དུ། གཡས་ཐེག་གཉིས་པ་དང་  
མགྲིན་ཐེག་འབྲེད་མཆམས་སུ་བཟང་བས། གཡས་ཀྱི་སྟ་ཟུར་རྟོགས། གཡོན་ཐེག་  
གཉིས་པ་དང་སྟེ་གོང་འབྲེད་པ་ནས་ཐུགས་ཆངས་འཛོམས་སར་བཟང་བས། ཕྱག་  
གཡོན་པའི་མས་རིས་འབྱུང་། གཡོན་ཐེག་གཉིས་པའི་ཡར་ཅེ་ནས་འོག་དུ་སོར་སུམ་  
ཅུ་སོར་བ་ནས། གཡས་དང་པོ་དང་། འབྲེད་ཐེག་ཐ་མ་འཛོམས་སར་བཟང་བས།  
ཞབས་གཡས་བསྐྱུས་པའི་ཞབས་མགོ་དང་། གཡོན་བརྒྱད་པའི་ཞབས་མགོ་འབྲོ་ཚོད་  
ཤེས། གཡོན་གཉིས་སུམ་མོ་འབྲེད་མཆམས་ནས། གཡས་གཉིས་པ་དང་། འབྲེད་ཐེག་  
ཐ་མ་འཛོམས་སར་བཟང་བས། ཞབས་གཡོན་པའི་རར་གདོང་འབྱུང་། ཞལ་བྱིམ་སོགས་  
འོག་སྒྲོལ་མ་སོགས་ལ་རིགས་འདྲ་བྱས་པས་ཤེས་ཀྱས་སོ། །

༥ ཐིག་ཁང་བཞི་པ་དེ་ལས་བཞུགས་སྟབས་ཅན་སྒྲོལ་མ་ལྡང་མའི་ཐིག་ནི།  
ཆངས་ཐིག་ནས་གཡས་སུ་སོར་བྱག་ཞལ་གང་། སོར་བྱག་ཡང་བྱག་ན་དང་། གཡོན་  
དུ། སོར་བྱག་ཞལ་གང་། སོར་བྱག་ན་ཐིག་རེ་སྟེ་དཀྲུས་ཐིག་བརྒྱད། འཕྲེད་ཐིག་ལ་  
ཁོར་བུའི་ཆེ་ཐིག་། དེ་ནས་སོར་དོ། སོར་དོ། སོར་དོ། སོར་བཞི། སོར་གསུམ་ཞལ་  
གང་། སོར་གསུམ། ཞལ་གང་། ཞལ་གང་། སོར་གསུམ། ཞལ་གང་། སོར་བརྒྱད།  
སོར་བཞི། སོར་བཞི་སྟེ་འཕྲེད་ཐིག་བཙུ་ལ། ཆངས་དང་ཆེ་ཐིག་འཛོམས་ས་ནས་  
གཡས་སུ་སོར་བྱེད་བཞི་ནས། གཡོན་ཐིག་དང་སོ་དང་། མགིན་ཐིག་འཕྲད་མཆམས་  
བར་བཏབ་པས་འགྲིང་ཐིག་སྟོད། དེ་ནས་སྟེ་ཆངས་འཕྲད་མཆམས་བར་བཏབ་པས་  
འགྲིང་ཐིག་སྟོད། འགྲིང་ཐིག་དང་ཐུགས་ཐིག་འཕྲད་ས་ནས། གཡོན་ཐིག་གཉིས་པ་  
དང་སྟེ་ཐིག་འཛོམས་ས་བར་བཏབ་པས་ཕྱག་གཡོན་པའི་ཕྱག་ངར་གྱི་མས་རིས་  
འབྱུང་། གཡས་ཐིག་གསུམ་པའི་མར་ཆེ་ནས། གྲེན་སོར་བཅུ་གསུམ་སོང་བ་ནས།  
ཆངས་མགིན་འཕྲད་མཆམས་བར་བཏབ་པས་ཕྱག་གཡས་རྒྱུད་གི་ནང་ཐིག་། གཡོན་  
ཐིག་ཐ་མའི་མར་ཆེ་ནས་གྲེན་སོར་ཉེར་བཞི་སོང་བ་ནས། ཆངས་སྟེ་འཕྲད་ས་བར་  
བཏབ་པས། ཞབས་གཡོན་བསྐྱམ་གྱི་བརྒྱའི་ཡས་རིས་འབྱུང་། གཡས་ཐིག་ཐ་མའི་  
མར་ཆེ་ནས་གྲེན་སོར་ཉེར་གཉིས་སོང་བ་དང་། ཐུགས་ཆངས་འཛོམས་ས་ནས་གཡོན་  
དུ་སོར་བྱེད་གསུམ་འཛོམས་པའི་བར་བཏབ་པས། ཞབས་གཡས་བརྒྱུད་གི་དུས་མའི་  
འོང་ཆོད་དང་། དེའི་མར་ཆེ་ནས། གཡས་ཐིག་དང་སོའི་མར་ཆེ་བར་བཏབ་པས་  
ཞབས་གཡས་པའི་ངར་གཤོང་གི་ཆད་སྟོན། གཡས་དང་སོའི་མར་ཆེ་ནས་གྲེན་སོར་  
བཅུ་བྱག་སོང་བ་ནས། གཡོན་ཐ་མ་དང་མགིན་ཐིག་འཛོམས་ས་བར་བཏབ་པས། སྟེའི་

གཡོན་ངོས་ཀྱི་དབྱིབས་སྟོན། འཕྲེད་ཐིག་དྲུག་པ་དང་། ཞལ་གྱི་འབྲིང་ཐིག་འཕྲང་  
མཆམས་སུ་སོར་བཅུ་གཉིས་པའི་དབྱལ་ཐིག་ཀོ་རུ་ཁ་དང་། དེ་ནས་འོག་ཏུ་ཡང་  
སོར་བཅུ་གཉིས་ན་དེ་ལྟ་བུའི་ཀོ་རུ་ཁའི་ཚུལ་དུ་འདེབས་པ་དང་། དེ་དག་པན་ཚུན་  
སྒྲེལ་བས། ཞལ་ཐིག་གྲུ་བཞི་པ་འབྱུང་ཞིང་། དེའི་ནང་ཐིག་སོགས་སྤྱི་འགོ་ལྟར་  
རོ། །ཚུལ་དེས་ཞལ་ཆད་དགུ་པ་ཅན་གྱི་ལྟ་དང་ལྟ་མོ་འབྲིང་བས་བཞུགས་པ་ཀུན་  
མཆོན་པར་རུས་སོ། །

༥ ཐིག་ཁང་ལྔ་པ་ལས་ཁོ་བོ་སྤྱི་དང་བྱང་པར་བྱལ་དོར་གྱི་ཐིག་འདེབས་ཚུལ་  
ནི། ཆངས་ཐིག་གཡས་སུ། སོར་བཅུ་གཉིས་དང་། སོར་དྲུག་།སོར་དྲུག་།སོར་བཅུ་  
གཉིས་ན་དང་། གཡོན་དུ། སོར་བཅུ་གཉིས། དྲུག་།དྲུག་།བཅུ་གཉིས་ན་ཐིག་རེ་སྟེ་  
དཔྱུས་ཐིག་དགུ་ འཕྲེད་དུ་དབྱ་སྒྲའི་ཅེའི་ཐིག །དེ་ནས་སོར་བཅུ་གཉིས། སོར་བཅུ་  
གཉིས། སོར་བཞི། སོར་བཅུ་གཉིས། སོར་བཅུ་གཉིས། སོར་བཅུ་གཉིས། སོར་བཞི།  
སོར་བཅུ་གཉིས། སོར་བཞི་ནམས་སུ་ཐིག་རེ་སྟེ། སྐྱ་ཅེ། སྐྱ་མཆམས། ཀོས་ཀོས།  
མགྲིན་པ། བྱགས་ཀར། ཞེ་བ། གསང་གནས། བྱས་སོ། རྗེ་ངར། ཞབས་དབངས་ཏེ་  
བཅུ། སྐྱ་ཅེ་ཆངས་དང་འཕྲང་མཆམས་ནས། གཡོན་དུ་སོར་བྱེད་གསུམ་ནས།  
བྱགས་ཀའི་གཡས་ཀྱི་གྲུ་བཞིའི་དབྱས་བར་བཏབ། དེ་ནས་ལྟེ་ཆངས་འཕྲང་ས་བར་  
བཏབ་པས་འབྲིང་ཆོད་སྟོན། སྐྱ་མཆམས་དང་གཡས་ཐིག་ཕྱི་མ་འཕྲང་མཆམས་  
ནས་འོག་ཏུ་སོར་གསུམ་ནས། གཡས་དང་པོ་ཀོས་འཕྲང་མཆམས་བར་བཏབ། ཡང་  
སྟོན་མའི་མཆམས་ནས་འོག་ཏུ་སོར་ལྔ་སོར་བ་ནས། གཡས་དང་པོ་དང་མགྲིན་ཐིག་  
འཕྲང་ས་ནས་འོག་ཏུ་སོར་དྲུག་སོར་བ་ན་བཏབ་པས་བྱག་གཡས་རྟོགས། གཡོན་

དང་པོ་དང་མགིན་ཐིག་འཛོམ་ས་ནས། ཐུགས་ཀ་དང་གཡོན་གསུམ་པ་འབྲང་  
མཆམས་སུ་བཏབ། དེ་ཉིད་ནས་འོག་སོར་བཞི་སོར་བ་ནས། ཐུགས་ཆངས་འབྲང་  
ས་བཏབ་པས་ཕྱག་གཡོན་པ་རྟོགས། ཕྱག་གཡོན་པའི་ཐིག་འོག་མ་དང་། གཡོན་  
ཐིག་དང་པོ་འཛོམ་ས་ནས། རྗེ་རར་གྱི་ཐིག་དང་གཡོན་ཐིག་ཏུ་ཕྱི་མ་འབྲང་མཆམས་  
སུ་བཏབ། དེའི་མར་སྟེ་ནས་ནང་དུ་སོར་བྱེད་ལྷ་འོང་བ་ནས་ཆངས་གསང་འབྲང་  
མཆམས་བར་བཏབ་པས་ཞབས་གཡོན་བརྒྱུད་གི་ཆད་སྟོན། ཆངས་གསང་དེ་ནས་  
གཡམས་དང་པོ་དབྱུག་ཐིག་དང་འབྲང་ས་བར་བཏབ། ཡང་གཡམས་དང་པོ་དང་ལྷེ་ཐིག་  
འབྲང་ས་ནས། གཡམས་གསུམ་པ་གསང་གནས་ཀྱི་ཐིག་འཛོམ་ས་བར་བཏབ། དེ་ཉིད་  
ནས་གཡམས་གཉིས་པ་རྗེ་རར་དང་འབྲང་ས་ནས་ནང་དུ་སོར་བྱེད་གཉིས་འོང་སར་  
བཏབ་པས། ཞབས་གཡམས་བསྐྱམ་པའི་ཆད་སྟོན། མགིན་ཐིག་དང་གཡམས་གཉིས་པ་  
འཛོམ་ས་ནས་ཕྱིར་སོར་དོ་སོར་བ་ནས། ཆངས་དང་རྗེ་རར་གྱི་ཐིག་འབྲང་མཆམས་  
བར་དུ་བཏབ་པས་སྐྱེ་འབྱུང་བའི་ཆད་རགས་པ་རྟོགས། འབྱུང་ཐིག་དང་སྐྱེ་མཆམས་  
འཛོམ་སར་སོར་བཅུ་གཉིས་པའི་འབྲེད་ཐིག་ཀོ་རུ་ཁ། ཡང་སོར་བཅུ་གཉིས་ན་དེ་ལྟ་  
བྱ། དེ་གཉིས་འབྲམ་ཐིག་གིས་སྟེལ་བས་ཞལ་བྱིས་འབྱུང་། དེས་མཆོན་ནས་ཁོ་པོ་  
འབྱུང་ཐབས་ཅན་ཀུན་ལ་རིགས་འདུའོ། །

༥ ཡང་ཐིག་ཁང་ལྷ་པ་རྟོ་རྗེ་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་ཐིག་འདེབས་ཚུལ་ནི། ཆངས་  
ཐིག་གི་གཡམས་སུ་སོར་བཅུ་གཉིས། སྟག །སྟག །བཅུ་གཉིས་ན་ཐིག་རེ་སྟེ་བཞི།  
གཡོན་དུ་སོར་སྟག །སྟག །བཅུ་གཉིས་བཅུ་གཉིས་ཏེ་བཞི། བསྟོམས་པས་དགུས་  
ཐིག་དགྲ། འབྲེད་ཐིག་ལ། རྟོར་བུས་ཅེ་ཐིག །དེ་ནས་སོར་དོ་ན་གཙུག་ཏྱིར་བཞི་ན་

ཐོད་དཔངས། སོར་བཞིན་འངས་དཔལ་གྱི་ཀྟོས། སོར་བཞིན་ཐོད་དཔངས། བརྒྱད་  
ན་སྤན་ཞལ་གྱི་ཀྟོས། ལྷག་ན་ཐོད་དཔངས། བཙུ་གཉིས་ན་མ་ཉེདེ་ཀྟོས། བཞིན་  
མགིན་པ། ལྷག་ན་མཆན་ཅེ། ལྷག་ན་ཐུགས་ཀ། བཙུ་གཉིས་ན་ཉྟེ་བ། བཙུ་གཉིས་  
ན་གསང་གནས། གཉིས་ན་བརྒྱའི་གཤ། བཞིན་ལྷས་མོ། བཙུ་གཉིས་ན་ཐེ་ངར། བཞི་  
ན་ཞབས་དཔངས་ཉེ་བསྐྱེམས་པས་བཙུ་བདུན་ནོ། །

གཡོན་དང་པོའི་ཅེ་ལས། ཐུགས་ཆངས་ནས་གཡས་སུ་སོར་ལྷག་སོར་བ་ན་  
བཏབ། དེ་ནས་ཆངས་གསང་འཕྲད་ས་བར་བཏབ་པས་འགྲིང་ཐིག་འབྱུང་། གཡོན་  
དང་པོ་དང་ཐུགས་ཐིག་འཕྲད་མཆམས་ནས། ཐེ་ངར་གྱི་ཐིག་སྟེང་། གཡོན་ཐིག་ཐ་མ་  
ནས་ནང་དུ་སོར་ཐུད་དང་ལྷ་འོང་བར་བཏབ་པས་ཞབས་གཡོན་བརྒྱད་གི་ཕྱི་རིས།  
དེའི་མར་ཅེ་ནས་ནང་དུ་སོར་ཐུད་ལྷ་འོང་བ་ནས། ཆངས་གསང་འཕྲད་ས་བར་བཏབ་  
པས་ནང་རིས་འབྱུང་ངོ་། །གཡས་དང་པོ་དང་ཉྟེ་ཐིག་འཕྲད་མཆམས་ནས། གཡས་  
གསུམ་པ་དང་བརྒྱའི་གཤ་འཛོམ་བར་བཏབ། དེ་ཉིད་ནས། གཡས་གཉིས་པ་ཐེ་ངར་  
ཐིག་དང་འཕྲད་ས་ནས་ནང་དུ་སོར་དོ་འོང་སར་བཏབ། ཆངས་གསང་འཛོམ་པ་ནས།  
གཡས་དང་པོ་ལྷས་ཐིག་འཕྲད་སར་བཏབ་པས་ཞབས་གཡས་བསྐྱེམ་གྱི་ཕྱི་ནང་  
རྟོགས། ཅ་བའི་ཞབས་དེ་ལས་ཞབས་ལྷག་མ་རྣམས་ཕྱི་ཐིག་ནས་རིམ་པར་  
འབྲིའོ། །གཡས་གཉིས་པ་དང་མཆན་ཅེ་འཕྲད་མཆམས་ནས་བཟུང་སྟེ་སོར་བཙུ་  
ལྷས་བསྐྱོར་བས་གཡས་ཀྱི་གྲུ་མོ། ཡང་དེ་ནས་སོར་ཉེར་བདུན་གྱིས་བསྐྱོར་བས་  
མཐིག་མ། སོར་གཅིག་གིས་བསྐྱོར་བ་ཕྱག་མགོ་སྟེ་ཕྱག་གཡས་འབྱུང་ལ། གཡོན་  
དང་པོ་དང་། མཆན་ཅེ་འཕྲད་མཆམས་ནས་ལྷར་ལྷར་རིམ་གསུམ་དུ་བསྐྱོར་བས།

ཕྱག་གཡོན་འབྱུང་ངོ། །

ཞལ་ཐིག་ནི། ཞལ་གསུམ་ཀའི་ཐོད་དཔངས་དང་འགྲིང་ཐིག་འབྲུང་མཆམས་  
སུ་དབལ་ཐིག་། ཀྟོས་དང་འགྲིང་ཐིག་འབྲུང་མཆམས་སུ་ཀྟོས་ཐིག་རྣམས་འགྲིང་ཐིག་  
གི་འགྲོས་ལྟར་གསེག་ཁ་བྱས། དེའི་དང་པོ་འཇམ་དཔལ་གྱི་ཞལ་གྱི་ཡས་མས་ལ་  
སྲིད་སོར་བྱལ། །སྲིན་ཞལ་གྱི་ཡས་མས་ལ་སོར་བརྒྱད། ཅ་ཞལ་གྱི་ཡས་མས་ལ་  
སོར་བཅུ་གཉིས། དེ་རྣམས་འབྲམ་ཐིག་གིས་སྒྲེལ་བས་ཞལ་བྲིམ་གསུམ་འབྱུང་  
ངོ། །སྟེང་མའི་གཡམས་གཡོན་སོར་གང་ན་སྟུན་ཐིག་། །སྲིན་ཞལ་ལ་སོར་བྱེད་གཉིས་  
ན་སྟུན་ཐིག་། ཅ་ཞལ་གྱི་འབྲམ་ན་སོར་གཉིས་ལ་སྟུན་ཐིག་། དེའི་གཡམས་ན་སོར་དོ་རེ་  
བྱས་པའི་གཡམས་ཞལ་གསུམ། གཡོན་ངོས་བྱེད་དོ། །དོ་དོན་གཡོན་ཞལ་གསུམ།  
འདི་རྣམས་ཅ་ཞལ་གྱི་འབྲམ་པ་དང་དཔངས་འབྲུའོ། །འདིས་ཁོ་བོ་དབུ་དང་ཕྱག་  
ཞབས་མང་བ་རྣམས་མཆོན་བྱས་པའོ། །

༥ དཔག་ཐོར་མ་སོགས་ཞོན་པ་ཅན་ཡང་ཐིག་ཁང་ལྔ་པར་གཏོགས་པས། དེ་  
ཡི་ཐིག་ནི་ཆངས་ཐིག་གི་གཡམས་སུ་སོར་བརྒྱད། བཞི། གསུམ། གཉིས། བཅུ་གཉིས།  
བརྒྱད། བརྒྱད་རྣམས་སུ་ཐིག་རེ། གཡོན་དུ་ཡང་སོར་བྱལ། །བྱལ། བཞི། བཅུ་གཉིས།  
བརྒྱད་ན་ཐིག་རེ་སྟེ་བསྟོམས་པས་བཅུ་གསུམ། འཕྲེད་དུ་དབུ་སྐྱའི་ཅེ་ཐིག་། བཅུ་  
གཉིས་ན་སྐྱ་མཆམས། བཅུ་གཉིས་ན་ཀྟོས། བཞི་ན་མགྲིན་པ། གཉིས་ན་མགྲིན་  
འོག་། བཅུ་གཉིས་ན་ཐུགས་ཀ། བརྒྱད་ན་ཉྟེ་གོང་། བདུན་ན་གསང་གནས། སོར་དོ་  
ན་བྱས་ཐིག་། བཅུ་གཉིས་ན་རྩེ་ངར། བཞི་ན་ཞབས་མགོ། བཅུ་གཉིས་ན་བཞོན་པའི་  
རྒྱུ་ཐིག་དང་པོ། བྱལ་ན་རྒྱུ་ཐིག་གཉིས་པ་སྟེ་བཅུ་གསུམ། གཡོན་དང་པོའི་ཅེ་ནས།

གཡས་དང་སོའི་མགྱིན་ཐིག་འཛོམ་ས་དང་། དེ་ལོག་སོར་དོན་སྒྲུབ་ཀྱི་ཐིག་གོང་མའི་  
ཅེ་ནས་ནང་དུ་སོར་ལྷ་འོང་མཆམས་སུ་བཏབ་པས་འགྲིང་ཆད་རྟོགས། གཡས་  
གཉིས་མགྱིན་ལོག་འབྲུད་ས་ནས། གཡས་ཕྱི་མའི་ཅེ་ནས་ཕྱིར་ལོག་ཏུ་སོར་ཉི་ཤུ་  
སོར་བ་ན་བཏབ་པས། བྲག་གཡས་ཀྱི་ཆད་རྟོགས། གཡས་དང་སོ་ལྷ་གོང་འཛོམ་ས་  
ནས། ལྷ་གོང་དང་གཡོན་ཕྱི་མ་འཛོམ་ས་ནས་ལོག་ཏུ་སོར་དུག་སོར་བ་རུ་བཏབ་  
པས། བརྒྱ་གཡོན་པའི་འགྲོས། གཡོན་ཕྱི་མ་དང་ལྷ་གོང་འཛོམ་ས་ནས། གཡས་  
གསུམ་པ་བཞོན་པའི་རྒྱུ་ཐིག་དང་སོ་འབྲུད་སར་བཏབ་པས་ཞབས་ངར་གཡོན་པའི་  
ཕྱི་རིས་འབྱུང་། གཡས་བཞི་པ་ལྷ་ཐིག་འཛོམ་ས་ནས། གཡོན་དང་སོ་ཞབས་ངར་  
འབྲུད་ས་བར་བཏབ་པས་ཞབས་གཡས་པའི་ངར་གཤོང་གི་ནང་རིས། ལྷ་གོང་དང་  
གཡས་བཞི་པ་འཛོམ་ས་ནས། གཡོན་ཐ་མའི་མར་ཅེ་བར་བཏབ་པས། བཞོན་པའི་  
མགྱིན་པ་རགས་ཅམ་སྟོན། སྒྲ་མཆམས། འགྲིང་ཐིག་ཁྱེད་ས་གསུམ་འཛོམ་སར་  
སོར་བཅུ་གཉིས་པའི་གསེགས་ཐིག་བཏབ། འགྲིང་ཐིག་ཀྱིས་འཛོམ་ས་ཡང་དེ་བཞིན་  
བཏབ་པ་འགྲམ་ཐིག་གིས་སྒྲེལ་བས་ཞལ་བྲིས། དེའི་སྒོ་ན་སོར་གཉིས་ཀྱི་སྟུན་ཐིག་  
རེ་ཡང་བྱའོ། །སྟུན་དང་ཞལ་སོགས་ཞིབ་པར་གཞུང་རྣམས་དང་མཐོང་རྒྱན་ལས་  
རྟོགས་པར་འཆཛ་ལོ། །

༥ ཡང་ཐིག་ཁང་ལྷ་པ་ལས། ཏ་མགྱིན་དང་ཕྱར་པ་སོགས་མཚོན་ཕྱིར།  
དཔེ་ཏུ་རིས་རྒྱུར་དུ་བཀོད་ཀྱང་པལ་ཆེར་ལྷ་མ་ཕྱག་རྟོག་གི་སྐབས་བཞིན་ཡིན་ལ་  
ཞལ་དང་ཡུམ་སོགས་མི་འབྲ་བ་རྣམས་དཔེ་ཏུ་རིས་ལྟར་ལ། ཞིབ་ཆ་གཞན་དུ་  
བལྟའོ། ། ༥ ཐིག་ཁང་དུག་པ་ལ་གྱུར་སོགས་མི་སྤྱང་གི་གཟུགས་ཅན། རལ་པ་ཞལ་

གང་། ཞལ་ཞལ་གང་། མགིན་པ་སོར་བཞི། སྙིང་ཁ་ཞལ་གང་། ལྷོ་བ་ཞལ་གང་། བརྒྱ་  
སོར་བརྒྱད། རྗེ་ངར་སོར་བརྒྱད། ཞབས་དཔངས་སོར་བཞི།

༥ ཡང་འདི་ལས་ཆོགས་བདག་སོགས་ཀྱང་། རོད་དཔངས་སོར་གསུམ།  
ཞལ་ཆ་ཆེན། མགིན་སོར་གསུམ། སྙིང་ཁ་ཆ་ཆེན། ལྷོ་བ་ཆ་ཆེན། བརྒྱ་ཆ་ཆེན། ལུས་  
མོ་སོར་གསུམ། རྗེ་ངར་ཆ་ཆེན། ཞབས་མགོ་སོར་གསུམ། ཡང་ཐེག་ཁང་འདི་ལ་རྒྱ་  
ཏུ་ལ་དང་། ལྷུ་ཆེན་སོགས། རྩ་ཞལ་མན་ཆད་དེ་དང་འབྲ་བ་ལ། རྒྱ་ཏུ་ལྷོ་ལྷོ་ཞལ་  
ནམས་དང་། ལྷུ་ལྷོ་གདེངས་ཀ་སོགས་ཐེག་ཁང་ན་མེད་པར། ལྷོ་ས་དབྱེད་དགོས་པ་  
དང་། ལྷོ་བ་ནས་དབྱི་མགོ་སོར་གསུམ། དེ་མན་ཆད་ཞལ་དོ་དང་སོར་གསུམ་ལ་སྤྱུལ་  
འབྲུག་བྱ་བཤོ། །

༥ ཡང་འབྲུང་འབྲུལ། སྤྱད་དཔངས་མི་ཐེ་བའི་ཞལ་མཐོ་གང་། དེ་ནས་ལྷོ་བ་མཐོ་  
གང་། དེ་ནས་ཞབས་ཀྱི་བར་མཐོ་གང་ལྷོ་མཐོ་གསུམ་ཁོ་ནར་བྱེད་པ་འགྲིང་ལུགས་  
ཀྱི་ནམ་པ་ཅན་དང་། རོ་ལངས་བརྒྱད་སྟོར་ཀྱི་འཁོར་སོགས་མཐོ་བཅུ་གཅིག་ཏུ་བྱེད་  
པའང་ཡོད་དོ། །༥ ཐེག་ཁང་བདུན་པ། ཉན་ཐོས་དང་མི་དགུས་མ་སོགས། སྤྱད་དཔངས་  
སོར་བཞི་གདོང་མཐོ་གང་། མགིན་པ་སོར་བཞི། སྙིང་མཐོ་གང་། ལྷོ་བ་མཐོ་གང་། གསང་  
གནས་མཐོ་གང་། བརྒྱ་སོར་བཅོ་བརྒྱད། ལུས་མོ་སོར་གསུམ། རྗེ་ངར་སོར་བཅོ་  
བརྒྱད། ཞབས་སོར་གསུམ་བྱེད་པ་སྟེ་ཁྱུ་བཞི་ཡོད་ལ། མགིན་པ་སོར་དོ་ཡང་བཤད་  
པས་དེ་ལྟར་ན་འགྲིགས་ལ་སྤྱུ་མ་ལྟར་ན་སྤྱུ་ལ་སོར་དོ་ཅམ་ལྟག་བར་བྱས་པཤོ། །རང་  
སངས་རྒྱས་ནི་གཙུག་ཏྱོར་ཅུང་ཟད་རེས་དེ་ལས་འཕགས་པཤོ། །

༥ ཐེག་ཁང་བརྒྱད་པ་ལས་བཤད་པའི་དོན་ཆེ་མོང་ནི། གཡོན་སྟེང་གཡས་

འོག་བྱས་པའི་དོ་རྩེ་སྤྱིལ་ཁྱུང་ཡོངས་གྲགས། ཕྱིན་པ་གཡམས་སྟེང་གཡོན་པ་བཞག་  
ལ་བྱས་མོ་དམད་པ་བསྐྱེད་སྤྱིལ་ཁྱུང་། བརྒྱ་གཡོན་སྟེང་རྒྱང་གཡམས་བཞག་པའི་  
སེམས་དཔའི་སྤྱིལ་ཁྱུང་། རྒྱང་གཡོན་སྤྱིལ་ཁྱུང་གཡམས་བྱས་མོ་དྲང་པོར་སྤྱོད་པ་  
དཔའ་པོའི་འདུག་སྟངས། རྒྱང་གཡོན་སྤྱིལ་ཁྱུང་། རྒྱང་མགོ་གཡམས་བརྒྱ་གཡོན་སྟེང་  
བཞག་པ་དཔའ་པོའི་འདུག་སྟངས། ཁྱིལ་གནས་ནས་ཞབས་གཉིས་དྲང་པོར་འཛོག་  
པ་བཟང་པོའི་འདུག་སྟངས། གཡོན་སྤྱིལ་ཁྱུང་གཡམས་འགྱིང་པ་གཡམས་རོལ། དེ་ལས་  
ལྷོག་པ་གཡོན་རོལ། རྒྱང་པ་ཁ་སྐྱར་བ་བདེ་གཤེགས་ཅན། གཡམས་བརྒྱང་པ་  
དང་། གཡོན་བརྒྱང་པ་གཉིས་རང་མཐོ་ལྗེའི་བར་ཅན་ནོ། །

སོར་མོ་ལོགས་སུ་བསྟན་པ་ནི། ཉིང་པ་སྤྱད་དེ་བྱས་མོ་རང་པའི་གཤོག་པ་  
ལྟར་བྱ་བ་ཉིང་རྒྱུ། མཉམ་པར་བཞག་པ་མཉམ་པའི་རྒྱང་སྟབས། ལྟན་ལ་ཉིང་པ་  
གཉིས་མཐོ་གང་གིས་མ་རེག་པས་འགྱིང་བ་རྒྱལ་རོལ་སོགས་བཤད་ལ། ལྱས་རྒྱན་  
སོགས་བཤད་ཀྱང་། གོང་དུ་སོང་བེན་ཞིང་། ཞི་བ་ལ་རེན་པོ་ཆེ། དུར་ཁྲིད་ཆས་ཅན་  
ལ་རུས་རྒྱན། ཆེར་ཁྲིས་པ་ལ་སྐྱལ་སྐྱུ་མ་སོགས་འཆོལ་བའི་རྒྱན། གཞོན་ཅུའི་ཆས་  
ཅན་མེ་ཉོག་གི་རྒྱན་སོགས་ཡོད་དོ། །

### ༼ཁྱིའི་དང་རྒྱབ་ཡོལ་གྱི་མཆོན་དོན།༽

༺ ཁྱིའི་དང་རྒྱབ་ཡོལ་ལ། རྒྱས་པ་ཁྱི་བཅེགས་ཉིང་གཅིག་སོགས་དང་། རྒྱབ་  
ཡོལ་ལའང་། བྱ་ཁྲུང་། ལྷ་ལྷག །ཆུ་མིན། མི་རྩུང་། ལྷང་པོ། དེ་དྲགས་སོགས་པར་  
ཕྱིན་དུག་མཆོན་པ་སོགས་ནི། སོ་སོར་ཆ་མཉམ་པར་བགོས་ནས་མཐར་སྐྱེའི་གི་  
ཐེང་བ་དང་པ་ཀྲས་བསྐྱོར་བ་སོགས་བཤད་ལ། ཁྱི་ལའང་། ལྷོབས་བརྒྱ་མཆོན་པ་སྟེ་

སེལ། ཡང་སོ་སོར་རིགས་བཞི་སྒྲུང་པོ། དབང་བཅུ་ཉ་མཆོག་སྒྲོན་གནས་ཤེས་པ་  
ཤང་ཤང་སོགས་འདེགས་བྱེད་རྣམས་དང་། བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོས་མཆོན་པ་རྟོར་བྲ།  
དོན་དམ་ཉི་མ། ཀུན་རྫོབ་རྩ་བ། སྒྲོན་གྱིས་མ་གོས་པ་བརྒྱ་སོགས་དང་། གཞན་ཡང་  
དར་གྱི་འཕོལ་གདན། རུང་མ་ཐུན་གྱི་གདིང་བ་སོགས་རྣམ་གངས་མང་ངོ། །

### ༼ ཁྱི་དང་རྒྱ་བ་ཡོལ་བ་སྤྱུས་པའི་ལག་ལེན་བཤད་པ། ༽

༥ འདིར་ཁྱི་དང་རྒྱ་བ་ཡོལ་བ་སྤྱུས་པའི་ལག་ལེན་ཅུང་ཟད་བཤད་ན། ཁྱི་  
དབངས་རི་ཅམ་འདྲོད་པའི་ཆངས་ཐེག་དེ་ལ་ཆ་བཅུ་དྲུག་བགོས་པའི་ཆ་རེ་ནི་འདིའི་  
ཆ་ཅུང་དུ་བྲས་ལ། དང་པོ་འོག་དུ་དབངས་ཆ་ཅུང་གསུམ་དང་། རྒྱ་བ་ཆངས་ཐེག་གི་  
གཡས་གཡོན་དུ་ཆ་ཅུང་ཉེར་གཅིག་རེའི་སྟེགས་བྲ། དེ་སྟེང་དབངས་ཆ་ཅུང་གཅིག་  
རེ་དང་། རྒྱ་བ་གཡས་གཡོན་དུ་བཅུ་དགུ་རེ། བཅུ་བདུན། བཅོ་ལྔ་རེ་ཡོད་པའི་ཐེས་  
སྐས་གསུམ། དེའི་སྟེང་དབངས་ཆ་ཅུང་དྲུག་ །རྒྱ་བ་གཡས་གཡོན་བཅུ་གསུམ་རེའི་  
གདོང་ཆེན། དེའི་སྟེང་དབངས་ཆ་ཅུང་རེ་དང་རྒྱ་བ་བཞི་དང་། བཅོ་ལྔ་རེ་གཡས་  
གཡོན་དུ་ཡོད་པའི་གཟུང་སྐམ་དང་། བད་ཅུང་། དེ་སྟེང་དབངས་ཆ་ཅུང་གཉིས་  
དང་། རྒྱ་བ་གཡས་གཡོན་དུ་བཅུ་དྲུག་རེ་ཡོད་པའི་བ་གམ་བྲ་ཁིང་། གདོང་ཆེན་ངོས་  
སུ་སེལ། སོགས་གང་འོས་དང་། འདེགས་བྱེད་ཀྱི་བར་དུ་རྟོར་བྲས་སྤྱུས་པའི་ཀ་བ། བ་  
གམ་པད་ཅུང་སོགས་རེམ་བ་གཞན་ལའང་། བརྒྱ། བ་ཀ། བ་ཆོམ་སོགས་དང་། ལྟ་  
རྩས་ཀྱི་ཁྱི་ཁེབས་སོགས་བཞོད་པས་མཛེས་བ་དང་། དེའི་སྟེང་དུ་བརྒྱ་རྩ་ཉི་སོགས་  
སྐབས་སུ་གང་བབ་བྲ་བ་ཡིན། རྒྱ་བ་ཡོལ་ལ། སྤྱིའི་མཛོད་སྤྱིའི་སྟེང་དུ་སོར་གང་  
བསྐྱུན་པའི་ཆངས་སྟེང་ནས། ཞལ་ཆད་ལྷའི་རྩམ་བསྐྱོར་བྲ་བ་རྒྱན་དྲུག་གི་མཐའ་

ཁྱོད་རགས་ཅམ་ཡིན་ལ། ཅེ་དང་གཏུང་སྟེང་ཞོར་བུ་སོགས་དེར་མ་གཏོགས་  
ཤིང་། མཛོད་སྟུང་ཆངས་པ་འཛོམ་ས་ནས་གཡས་གཡོན་དུ་ཞལ་ལ་སོར་གསུམ་  
ན་མཆན་ལ། ཁྱིའི་སྟེང་གི་གཡས་གཡོན་ནང་དུ་སོར་དོ་སོར་བ་ན་མཆན་ལ། མཆན་  
མ་གཉིས་སྟེལ་བ་ནི་རྒྱན་དུག་གི་མཐའ་ཁྱོད་ཡིན་ནོ། །

རྒྱན་དུག་པོ་སོ་སོར་འགོད་ཚུལ་ནི་མཐོང་རྒྱན་ལྟར་ལ་ད་དུང་ཡང་། མེ་ཉིག་  
དང་། འཇའ་སྒྲིན་སོགས་ཤིན་ཏུ་མཛེས་པར་བྱའོ། །ཁྱུང་སྟུལ་ཟ་བ། སྟུག་དངས་ཀ་ཅན།  
དེ་ལོག་གཏུང་སྟེང་དུ་རྒྱ་སྒྲིན་བ་ཀྱས་མཆན་ལ། གཏུང་ཞོར་བུས་སྟུལ་ལ། གཡོགས་  
དང་བཅས་ལ། མཛེས་པའི་བུ་རྒྱུང་ཤིང་ལོའི་གོས་གྲོན་ལ། དི་དྲགས་ཤེ་རལ་ཅན་ར་  
གཅིག་ལ། སྒྲང་པོ་རྒྱན་ཅན་སྟེང་བུམ་པ་བཟུང་བ་སོགས་རགས་ཅམ་སོ། །

༥ རྒྱབ་ཡོལ་རྒྱམ་པོ་ཅམ་བཛོད་པ་ནི། སྒྲིན་མཆམས་སྟེང་དུ་སོར་གང་བསྟན་  
པའི་ཆངས་སྟེང་ནས་ཞལ་ཆད་གཉིས་ཀྱིས་བསྟོར་བ། དབུ་འོད་ཀྱི་པ་ཀྱའི་ཕྱ། ཞལ་  
གང་གིས་བསྟོར་བ། པ་ཀྱའི་ནང་འབྱུང་ཞིང་། དེའི་བར་སྟུ་ཉིག་གི་སྟེང་བ་དང་། པ་ཀྱ་  
ཞོར་འཛིན་སོགས་འགོད་ལ། སྟུགས་ཀའི་ཆངས་སྟེང་ནས་ལོག་ཏུ་སོར་དུག་སོར་  
བའི་ཆངས་ཐིག་ནས། ཞལ་ཆད་བཞིས་རྒྱམ་པོར་བསྟོར་བས་སྟུའི་འོད་དམ་རྒྱབ་  
ཡོལ་གྱི་ཕྱ་མཐའ་འབྱུང་། རྒྱམ་པོ་དེའི་ལོག་ཅུང་ཟད་ལུམ་པ་བད་གདན་ལ་གཏུགས་  
པ་དང་། ཡང་གནས་དེ་ཉིད་ནས་ཞལ་ཆད་གསུམ་ཀྱིས་བསྟོར་བས། རྒྱབ་ཡོལ་གྱི་  
ནང་མཐའ་འབྱུང་ལ། དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་སྟུ་ཉིག་གི་སྟེང་བ་གཉིས་དང་། པ་ཀྱ་ཆེན་  
པོ་ཞོར་བུས་མཆན་པ་དག་བྱ་ཞིང་། དབུ་འོད་དང་། རྒྱབ་ཡོལ་གྱི་གཞུང་རྣམས་སྟུ་  
འོད་ཟེར་གྱི་རྣམ་པ་གསེར་གྱི་རི་མོ་ཕྱ་ཞིང་མཉེན་པ་དག་བྱ་བ་སོགས། འགོད་པ་

གང་མངོས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་སྟོན་ཐིག་ཚད་འདི་ཉིད་ཀྱང་། དཔལ་དུས་ཀྱི་  
འཁོར་མོའི་རྒྱད་ལས་སོར་མོ་བརྒྱ་ཉེར་ལྔ་པ་བསྟན། བདེ་མཆོག་བཤད་རྒྱུད་སྟོན་  
འབྱུང་ལས། སོར་མོ་བརྒྱ་ཉི་ཤུ་པ་སྟེ། ཐལ་མོ་བརྒྱ་པར་བཤད་ལ། དེ་ལས་དབྱེ་བའི།  
ཐལ་མོ་བརྒྱ་གཉིས་པ་དང་དགུ་པ་ཡང་བཤད་ལ། རྒྱུད་གདན་བཞི་ནས་ཀྱང་དེ་དང་  
འབྲེལ་བ་། གཤམ་ནི་ཐེག་ཤེད་དམར་ནག་གི་རྒྱད་ལས། ཞལ་ཚད་བརྒྱད་པ་བསྟན་  
པས། དེ་ནས་སོར་མོ་བརྒྱ་ཉེར་ལྔ་པ། བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་པ། ཐལ་མོ་བརྒྱ་གཉིས་པ།  
དགུ་པ། བརྒྱད་པ་རྣམས་ནི་རྒྱད་ལས་དངོས་སུ་བསྟན་ལ། ཡང་ཐལ་མོ་དུག་པ་དང་།  
ཞལ་ཚད་གསུམ་པ་གཉིས་ནི། སྟོན་རྒྱ་གར་ནས་བྱུང་བའི་སྟེ་གཟུགས་ཚད་  
ལྟར་ལ་དཔག་ནས། བོད་ཀྱི་མཁས་བླ་བ་སྔ་མ་དག་གིས་བཤད་ལ།

ཡང་ཞལ་ཚད་ལྔ་པ་ནི། རྩ་རྒྱུ་སོགས་བལ་མོའི་མཁས་པའི་ལུགས་  
ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་རྒྱད་ལས་བསྟན་པའི་ལྔ་དང་བོད་ཀྱི་ལུགས་གཉིས། བལ་མོའི་  
ལུགས་ཉེ་དབྱེ་བ་བརྒྱད་པོ་འདི་ཁོ་ན་ལས། ཐིག་གི་དབྱེ་བ་མི་འབྲ་བ་གཞན་མེད་ལ།  
མཁས་པའི་དབང་པོ་སུ་སྟོན་སོགས་ཀྱིས། ཐིག་ཁང་བརྒྱ་གཅིག་ཏུ་བཤད་ཀྱང་། དབྱེ་  
བ་སྔ་མ་བརྒྱད་པོ་འདི་ལས་མི་འདའ་སྟེ། ཐིག་ཁང་དང་པོར་སྒྲ་མ་སངས་རྒྱས་རྣམས་  
དང་། གཉིས་པ་ལོངས་སྟེ་རིགས་ལྔ་སོགས་སོར་མོ་བརྒྱ་ཉེར་ལྔ་པ་དང་། གསུམ་པ་  
བྱང་སེམས་ཞི་བ་རྣམས་སོར་མོ་བརྒྱ་ཉི་ཤུ་པ། བཞི་པ་དུས་འཁོར་སོགས། སངས་  
རྒྱས་ཁྲིམ་པའམ། དང་སྟོང་ཁྲིམ་པ་རྣམས་ཐལ་མོ་བརྒྱ་གཉིས་པ། ལྔ་པ་སྟོན་མ་  
སོགས་རིགས་ཀྱི་ཡུམ་རྣམས། ཐལ་མོ་དགུ་པ། དུག་པ་གཤམ་ནི་ཐེག་ཤེད་སྟོན་པ་རྣམས་  
དང་། བདུན་པ་ཕྱག་རྡོར་སོགས་གཞོད་སྟེན་ཁྲིམ་པ་རྣམས་ཐལ་མོ་བརྒྱད་པ། བརྒྱད་

བ་སྤྱི་ཤོ་ཁྲིས་བ་ལེགས་ལྷན་ནག་ཤོ་སོགས་ཐལ་མོ་དྲུག་བ་ཆོགས་བདག་སོགས་  
མཐོ་ལྷ་བ། བེར་སོགས་ཞལ་ཆད་གསུམ་བ་རྣམས་ཀྱང་བརྒྱད་པའི་ཁོངས་སུ་  
བསྟུན། དགུ་བ་ཉན་རང་སོགས་མི་ཆད་ལས་ཅུང་འཕགས་བ་དང་། ཆངས་བ་དང་  
བརྒྱ་གྲིན་སོགས་ཆ་ཆེན་དགུ་བ་རྣམས་ཐེག་ཁང་བརྒྱ་བ་དང་། བརྒྱ་གཅིག་བ་སྤྱིར་  
བཞིའི་མི་སོགས་ཆུ་ཞེངས་མཉམ་པའི་མཐོ་བརྒྱད་བ་དང་། སྤྱི་མཐོ་བདུན། ཞེང་  
མཐོ་བརྒྱད་དེ་མི་མཉམ་བ་སོགས་ཀྱང་དོན་དུ་ཐལ་མོ་བརྒྱད་པར་རྟོགས་པར་བཤད་  
པས། གོང་གི་དབྱེ་བ་བརྒྱད་ལས་མི་འདའ་ལོ། །

ཡང་སྤྱན་ཐང་ཡབ་སྲས་སོགས་ཀྱི་ལུགས་ལ་ཐེག་ཁང་བརྒྱད་དུ་བཤད་བ་  
ལྟར། གཡའ་མེལ་དུ་འང་མི་དབང་ཆེན་པོས་ཀྱང་དེ་ལྟར་མཛད་པའི་ལུགས་བཞིན།  
གོང་དུ་ཐེག་ཁང་བརྒྱད་དུ་བཤད་པའང་། དབྱེ་བ་བརྒྱད་པོ་ལས་མི་འདའ་ཞིང་། མཐོ་  
བདུན་བ་དག་གི་ཁྲངས་ཡང་དུས་འཁོར་ལས་ཟུར་དུ་བཤད་བ་ལྟར་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་ཆད་རྣམས་གིས་སྤྱི་ལྟ་བུའི་དབང་དུ་བྱས་བ་ཡིན་ལ། འབྱར་སྤྱི་ལ་  
སྤྱིར་ལྷ་མ་དེ་དག་ཁོ་ནར་ཡིན་ཡང་། རྒྱབ་བདུན་འཁོར་བའི་ཆད་སོགས་ལྷག་པོར་  
བསྒྲན་དགོས་བ་ཡོད་ལ། དེ་དག་མཁས་པའི་བྲག་རྒྱན་གྱི་ལག་ལེན་དང་མཐོང་རྒྱན་  
ལ་ནན་ཉན་བྱེད་བ་ལས། ཤེས་རིགས་བྱང་པོ་ཡོད་བ་ཙམ་རྒྱ་མཆོན་དུ་བྱས་ནས།  
ཁྲངས་མེད་རང་བཟོའི་རིགས་འབྲུལ་ལས་བྱང་བའི་སྤྱི་གཟུགས་གིས་འབྱར་རྒྱན་པོ་  
ངོ་མཆར་བསྐྱེད་པའི་ལག་ལེན་དག་སྤྱིར་ཀྱང་། དགོས་བ་དང་བན་ཡོན་བྱིན་རྒྱབས་  
ཀྱི་ཆོན་ཀ་སོགས་གང་ལའང་མི་འདྲ་བས། རྒྱ་བོད་མཁས་པའི་བྲག་ལེན་ལ་གཅེས་  
པར་འཛིན་བ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེལོ། །

ནི་མེད་རྒྱུད་མྱེད་དགོངས་པ་དང་། །རྒྱ་ཐོད་ལོ་བཏ་ཆད་ལྡན་གྱིས། །བཞེད་  
པའི་ལས་བཟང་ལ་འཇུག་པ། །དོན་དུ་མཐོང་ནས་ལས་འདི་བསྐྱབས། །འོལ་ཆོད་ལྷན་  
པར་རྟེན་པའི་མདལ། །དགོས་དོན་འབེན་ལས་ཕྱིར་སྟོགས་ཤིང་། །འཁྱོག་པོར་སྦྱོད་  
པའི་ལས་ཅན་འགའ། །དང་པོར་སྟོང་པའི་ཆངས་པར་སེམས། །ཅེས་ཐིག་གི་ལག་  
ལེན་དུ་མར་བཤད་པ་བཟོ་རིག་མངོས་པའི་ཁ་རྒྱན་ཅེས་བྱ་བ་ལས་སྦྱ་གཟུགས་ཀྱི་  
ཆ་ཆད་བཤད་པའོ། ། །

### ༼ཡིག་གཟུགས་ཐིག་གི་རྣམ་གཞག༽

རྒྱལ་བ་ཀུན་དང་རྒྱལ་བའི་ལྷ་གྲ་ཡི། །མཛད་པ་ཀུན་གྱི་མཆོག་གྱུར་གསུང་  
གི་ནི། །འཕྱིན་ལས་རྒྱན་མི་ཆད་པའི་ཐབས་མཁས་མཆོག་ཡི་གེའི་ལས་འདི་བསྟེན་  
བྱ་ཀུན་གྱི་ཕུལ། །དེ་ཕྱིར་དེ་ལ་འཇུག་པའི་ནི་ཐིག་གི། །རྣམ་གཞག་གནའ་དུས་མཁས་  
པའི་ལས་སྟོལ་ལ། །མི་བརྟེན་ལག་པའི་སྒྲོས་གར་བསྐྱར་བ་ཙམ། །བྱིས་པའི་ཐལ་  
མའི་སྦྱན་རྒྱ་ལས་ཅི་ཞིག་དེ་ལྟའི་ཁེ་ཉན་མཐོང་བས་ཡིད་དངས་ནས། །གསུང་རབ་  
ལེགས་པར་འབྲི་ལ་མཁོ་ཆེ་ཞིང་། །མེད་མི་རུང་བའི་ཐིག་གི་ལག་ལེན་འགའ། །འགོད་  
འདི་སྟོ་ལྡན་དགུས་པའི་མཆོད་སྤྱོད་ཡིན། །དེ་ལ་འདིར་ཡི་གེའི་ཐིག་གི་རྣམ་པར་  
བཞག་པ་ལག་ལེན་དུ་ཡོད་པ་སྟོན་གྱི་མཁས་པ་རྣམས་ལ་ཆེས་མང་ཡང་། དེར་དུས་  
ཤིན་དུ་ཉག་ཕྱ་བར་གྱུར་པས། །སྟོན་རབས་ཀྱི་ཡིག་རྟིང་ཆད་ལྡན་དང་། །མཁས་པའི་  
ཕྱག་རྒྱན་མ་ཉམས་པ་རེ་རེ་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཅུང་ཟད་འབྲི་བ་ལ།

༼རྣམ་བཅུ་དབང་ལྷན་གྱི་ཐིག་འདེབས་ཚུལ༽༽

དེ་ཡང་ཐིག་མར་རྣམ་བཅུ་དབང་ལྷན་གྱི་ཐིག་འདེབས་ཚུལ་ནི། རི་ཅམ་བྱེད་  
པའི་ས་ཕྱོགས་གྱི། །གཞུང་ལ་ཆ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་བཏབ། །གཡས་ནས་ཆ་གསུམ་  
ཡིག་འབྲུའི་ཁིང་། །ལྷག་མ་ཆ་བརྒྱད་རྒྱུ་པ་ལ། །རྒྱུད་པའི་བར་སྤྱོད་བརྒྱད་ཆ་  
ཅམ། །དགོས་ཕྱིར་སོ་སོའི་ནང་ངོས་སུ། །བརྒྱད་ཆའི་ཆད་གིས་ཐིག་རེ་བྲ། །འབྲེད་  
ལ་ཆ་ཆེན་ཉེར་བདུན་བཏབ། །ཡིག་མགོ་གདན་རྣམས་མི་ཅི་བའི། །ཡིག་འབྲུ་རྒྱུ་  
པའི་ཆ་བཅོ་ལྔ། །དེ་ལ་ཡིག་འབྲུའི་ཁོག་པ་སོགས། །འདོན་ཕྱིར་སོ་སོའི་ཆ་སྤྱོད་  
ནས། །སྤར་བཞིན་བརྒྱད་ཆའི་འབྲེད་ཐིག་བྲ། །དེ་ནས་སྤྱོད་ནས་རིམ་བཞིན་དུ། །རྒྱ་  
ད་སུམ་འཁྱོགས་ཆ་གཅིག་དང་། །ཐིག་ལེ་འཕ་ནི་ཉི་མ་ནི། །ཆ་གཅིག་གིས་ནི་རྒྱུ་  
པོ་བསྐྱོར། །རྒྱ་ཆོས་སྤྱི་དུ་ཆ་ཆེན་གཅིག་། །ཅི་གཉིས་བཟང་པ་ཆ་གསུམ་ཆད། །མགོ་  
པོ་ཆ་གསུམ་གཡས་ནས་གཉིས། །སོང་མཆོམས་ཏ་ཡི་སྤྱོད་ཏོན་ལ། །ཏ་ལ་ཆ་གཉིས་  
ཁྲ་ལ་གསུམ། །མ་ལ་གཉིས་པོ་བྱེད་གསུམ་རེ། །ཟ་ལ་གཉིས་དང་ར་ལ་གཅིག་། །ཡ་  
ལ་གཉིས་དང་བཅས་པ་ཡིན། །ཡི་གེ་མགོ་འོག་ལུས་རྒྱུད་པ། །ལག་པ་རྣམས་ནི་རྒྱུ་  
པ་དང་། །སྤྱས་མ་ལྟ་བུའི་སྤྱོད་འགོ་དང་། །འོག་འགོ་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་གཙང་བྱེད། །རྒྱུ་  
པ་རྩོགས་མཆོམས་ནས་འབྲེད་དུ། །ཐིག་བྱང་དུས་མའི་གདན་ཡིན་ལ། །དེ་འོག་ཆ་  
ཆེན་བྱེད་པ་དེ། །ཆ་གཉིས་བགོས་པའི་ཐིག་གཉིས་གདབ། །ཉི་མ་རྒྱ་པའི་གདན་  
གཉིས་ཡིན། །དེ་འོག་ཆ་ཆེན་ཟེུ་འབྲུ་དང་། །དེ་འོག་ཆ་ཆེན་གཉིས་བསྐྱོར། །གདན་  
རྣམས་རིམ་གྱིས་མས་ནས་ཡར། །རི་རྒྱུད་བྱས་པའི་མཛེས་ཆས་བསྐྱོར། །དེ་དང་  
མཚུངས་པའི་འོད་ཀོར་ལ། །པ་ཏ་ལ་སོགས་མཛེས་པར་བྲ། །དེ་ལྟར་རྒྱས་པ་མི་བྱེད་

ན། །ཡ་ར་མྱ་ཉི་ལག་བཞིའམ། །ཡ་མྱ་ཉི་ལག་གསུམ་སོགས། །ལག་བ་ལྔ་བཞི་  
གསུམ་བ་ཅུམས། །རྒྱས་བསྐྱུས་རིགས་འགྲེ་བྲས་ཏེ་བྲི། །

ཁ་དོག་ཇི་ལྟར་བྲ་བ་ནི། །རྒྱང་གི་དོ་བོ་ལ་ཡིག་ནག་ །མེ་ཡི་དོ་བོ་ར་ཡིག་  
དམར། །རྒྱ་ཡི་དོ་བོ་ལྷ་ཡིག་དཀར། །ས་ཁམས་མཆོན་པའི་ལ་སེར་སོ། །རྒྱན་པའི་དོ་  
བོ་མ་ཡིག་ནི། །ཁ་དོག་སྣ་ལྔ་སྤྱོད་གས་མདོག་བྲ། །འདོད་གཟུགས་དོ་བོ་མྱ་ཡིག་  
ལྗང། །གཟུགས་མེད་མཆོན་པ་ཉི་ཡིག་སྟོ། །རྒྱ་ཆེས་ཉི་མའི་དོ་བོ་དམར། །ཐིག་ལེ་  
རྒྱ་བའི་དོ་བོ་དཀར། །རྒྱ་ད་རྒྱ་གཅན་དོ་བོ་ནག་ །ཁ་ཅིག་གསང་བ་འདུས་བ་ལས། །ཉ་  
ཡིག་དཀར་པོར་བྲ་ཞེས་བཤད། །དེ་ལྟར་དབལ་ལྟན་དང་པོའི་རྒྱད། །རྒྱ་འབྲུལ་བྲ་བ་  
སོགས་ལས་ནི། །བཤད་པའི་རྣམ་བཅུ་དབང་ལྟན་ཞེས། །སྤྱི་ནང་གཞན་གསུམ་རྟེན་  
བརྟེན་པ། །གཞི་ལམ་འབྲས་བྲ་ཀུན་མཆོན་པ། །ལ་སོགས་དོན་མང་གཞན་དུ་  
གསལ། །འདིར་ནི་བྲི་ཐིག་ཁ་དོག་ཅམ། །ཡིག་རྣམས་དོན་བཞིན་བཀོད་བ་  
ལགས། །ཅེས་རྣམ་བཅུ་དབང་ལྟན་གྱི་ཐིག་ཆད་ཆོགས་བཅད་དུ་བསྐྱེབས་ནས་  
བཤད་ཐིན་ལ།

དེ་ནས་ཐབས་ཤེས་གྱི་དོན་ཐམས་ཅད་ཆང་ཞིང་གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་གྱི་  
ཆོས་ཀུན་མཆོན་པའི་ཨེ་ཨྲི་གྱི་འབྲི་ཚུལ་ཅུང་ཟད་བརྗོད་ན། དེ་ཡང་། ལྟོང་བ་ཆེན་པོ་  
ཡི་གེ་ལྔ། །ཞེས་བ་ཨྲི་ཡིག་ལ་ཡང་ཆ་ཤས་ལྗང་སྤྱོད་ནས་བཤད་བ་ཡིན་ལ། རྣམ་ཤེས་  
སྤྱི་བ་བྲལ་ཆོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་གྱི་རང་བཞིན་ལྷ་ཡི་ཁོག་བ་གྱི་གྲུག་ལྟ་བུ་ནས་  
མཁའ་ཁམས།

ང ཆོར་བ་སྤྱི་བ་བྲལ་མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་གྱི་རང་བཞིན་རྒྱ་ཆེས་མེ་ཁམས།

༥ འདུ་ཤེས་སྤྱིབ་བྲལ་སོར་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཐིག་ལེ་ཚུ་ཁམས། འདུ་  
བྱེད་སྤྱིབ་བྲལ་བྱ་བྲལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རང་བཞིན་རྟང་བ་དབྱུག་པའི་རྣམ་པ་ཅན་རྒྱང་  
ཁམས། ། གཟུགས་སྤྱང་སྤྱིབ་བྲལ་མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རང་བཞིན་མགོ་པོ་ཐོད་པའི་  
རྣམ་པ་ཅན་ས་ཁམས། ༦ དེ་རྣམས་བསྐྱུས་པས་མི་ཡིག་གྲུབ་པ། ༧ ཞེས་འབྲས་  
བྱ་ཡེ་ཤེས་ལྡེ་ཡི་རང་བཞིན་བདེ་བ་ཆེན་པོ་མཆོན་པའོ། །

ཐིག་ལེ་སྟོང་བ་ཡི་གོ་བྱུག་ཁེས་པ། ཅ་ཆ་རྩ་ཉ་ལྟ་སྟེ་རྒྱང་ཁམས་ཀྱི་ཡི་གོ་  
བྱུག་ཁྱ་ཐ་ད་རྩ་ན་ལྟ་ས་ཁམས་ཀྱི་ཡི་གོ་བྱུག་ཁ་པ་བ་རྩ་མ་ལྟ་རྣམས་ཏེ་ཚུ་  
ཁམས་ཀྱི་ཡི་གོ་བྱུག་ཁ་པ་རྩ་རྩ་རྩ་རྩ་རྣམས་ཏེ་མེ་ཁམས་ཀྱི་ཡི་གོ་བྱུག་ཁ་པ་འགྲ་  
རྩ་ལྟ་སྟེ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཡི་གོ་བྱུག་ཁ་པ་ཁ་ག་རྩ་ད་ཉ་སྟེ་ནམ་མཁའི་ཡི་གོ་བྱུག་པོ་དེ་  
རྣམས་མཆོན་པའི་ཡི་གོ་དབྱུག་པའི་རྣམ་པ་ཅན་རེ་རེ་རྒྱང་ས་གཉིས། མེ་ཚུ་གཉིས།  
ནམ་མཁའ་ཡེ་ཤེས་གཉིས། སོ་སོར་བྱུར་གསུམ་དུ་གཤེས་པས་ཨེ་ཡིག་གྲུབ་པ།  
# གཞི་ལམ་ཀྱི་སྟོང་བ་མཆོན་པའོ། །འདི་དག་ཀྱང་རྒྱ་གར་རྩ་རིའི་ཡིག་གཟུགས་  
སུ་བྱས་པར་བཤད་དོ། །

༨ བསེལ་ལྟན་ལྟོང་ས་འདིར་ཡི་གེའི་སྟོལ། བཏོད་མཛད་དཔལ་ལྟན་བྱ་མི་  
དང་། ཡིག་གཟུགས་ཐིག་གི་རྣམ་གཞག་དག་གསལ་མཛད་མཁས་པའི་ཆོགས་  
ཀྱན་མཆོད། །འདིར་ཐོད་ཡིག་དབྱ་ཆེན་གྱི་ཐིག་ཁམས་པ་ཆེན་པོ་ཁྱུང་པོ་གཡུ་ཁྲིའི་  
བྲག་བཞེས། མི་དབང་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཆོས་གཡའ་སེལ་དུ་བཏོད་པར་མཛད་པ་  
ལས། བོ་བདེ་བར་ཆོག་ཆོགས་སྤངས་ཏེ་འཕོད་པ་ལ། ཐོག་མར་རགས་པ་བསེ་བྱ་  
ལྟ་བུའི་ཡི་གོ་ཞེས་ཡིག་མགོ་རིམ་རྩ་བ་ཞི། ཡི་གོ་ཆེ་རྒྱང་རིམ་རྩ་བའི་འབྲི་

གཞི་ལ་མིག་མང་རིས་ལྟ་བུའི་ཐིག་བཏབ་སྟེ། དེ་ལ་ཡི་གེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དབངས་  
ཞེང་དཀར་ཆ་དང་ཡི་གེའི་ནག་ཆ་ཅིས་ཏེ་བརྗོད་པ་ཡིན་པས། ཡིག་མགོ་འདི་ལ།  
ཞེང་བཙུ་གཉིས་དབངས་བརྒྱད། སྤྱལ་སྤེའི་ཐད་མས་སུ་དཀར་ཆ་གསུམ། འཁོར་  
ནག་གི་ཆ་གཉིས། དབྱས་ཀྱི་ནག་ཆ་གཅིག། ཁོང་དུ་དཀར་གཉིས། ཀྲང་གི་ནག་ཆ་  
གཅིག། དེའི་ཁོང་དཀར་གཉིས་ཏེ་ཞེང་བཙུ་གཉིས། སྤྱལ་སྤེའི་ཡས་དཀར་གཉིས།  
མས་སུ་གསུམ། ཡས་མས་དབྱས་བཅས་ནག་ཆ་གསུམ་སྟེ་དབངས་བརྒྱད་དོ། །

ཀ་ནི་ཞེང་བརྒྱད་དབངས་བཙུ་གཉིས་ལས། ཡས་དཀར་གཅིག་དོར། མགོ་  
ཞེང་བདུན། དཀར་གཉིས་ནས་མཆེ་བ་འདོན། མཆེ་བའི་རྩ་བ་ནག་ཆ་གཅིག། མས་  
སུ་གཅིག། དབྱས་ལག་གི་ནག་ཆ་གཅིག། ཀྲང་ཆ་དཀར་གཉིས། ཀྲང་ཆའི་ནག་  
གཅིག་སྟེ་བརྒྱད། དབངས་ལ་མགོའི་ནག་ཆ་གཅིག། མཆེ་ཁོང་དཀར་གསུམ། དེ་  
འོག་དཀར་གཉིས། ཐད་དབྱས་ལག་གི་སྟེ། དེ་འོག་ཆ་བྱག་གི་བར་ཀྲང་བ་སྟེ་བཙུ་  
གཉིས།

ཁ་ནི་དབངས་བརྒྱད་ཞེང་ཕྱེད་བརྒྱད་ལས། མགོ་ནག་ཆ་ཕྱེད་བརྒྱད། ཀྲང་  
བའི་དཀར་ཆ་སྟོད་གསུམ་སྟོད་གཉིས། དབྱང་བའི་ནག་ཆ་གཅིག་སོགས་བའི་སྟོད་  
དཀར་ཕྱེད་གསུམ། སྟོད་ཕྱེད་བཞི། ཡར་འཕུལ་ནག་ཆ་གཅིག། དབངས་སུ་གཉེན་  
ནས་ཡར་འཕུལ་གྱི་ཁོང་དཀར་གསུམ། མགོ་ཆ་གཅིག། གཉེན་ནག་གཅིག། གཉེན་  
འོག་དཀར་གཉིས་ན་ཟག་མཆུ། དེ་ནས་ཆ་གཅིག་བར་ཀྲང་བའོ། །

ག་ནི་ཞེང་བརྒྱད་དབངས་བཙུ་གཉིས་ལས། ཡས་སུ་དཀར་གཅིག། མགོ་ཆ་  
བདུན་སོགས་བའི་སྟོད་དཀར་ཕྱེད་གཉིས། སྟོད་ཕྱེད་བཞི་ལྷག་ཙམ། དབྱང་རྩ་སྟག་

ཆ་གཅིག །དབུས་ལག་རྩ་བ་ནག་གཅིག །ཤར་ཐར་དཀར་གཉིས། ཤར་སྒྲག་ཆ་  
གཅིག་སྟེ་བརྒྱད། དཔངས་གཉེན་གོང་དཀར་གསུམ། མགོ་ནག་གཅིག །གཉེན་ནག་  
ཆ་གཅིག །འོག་ཟག་མཚུའི་ཐད་བར་དཀར་གཉིས། དེ་འོག་ཤར་ཆ་བྱག་གོ།

ར་ནི་ཞེང་བྱག་དཔངས་བརྒྱད་ལས། མགོ་ཞེང་ལྷ། མས་སྒྲ་གཅིག་སྟེ་ཞེང་  
བྱག །ཆ་གཉིས་ན་སྒྲིང་བ། སྟོའི་གཉེན་གོང་དཀར་གསུམ། མགོ་ནག་གཅིག །སྟོའི་  
ནག་ཆ་གཅིག །འོག་དཀར་གསུམ་སྟེ་དཔངས་བརྒྱད། སྟོ་ཞེང་གསུམ་ནས་བགས་  
ཀྱིས་གཞོལ་བའི་ཟག་མཚུ་འདོན།

ཅ་ནི་ཞེང་བདུན་དཔངས་བྱེད་བརྒྱད་ལས། མགོ་ཞེང་བྱེད་ལྷ་ཡས་སྒྲ་དཀར་  
གཅིག །མས་སྒྲ་དཀར་བྱེད་གཉིས། མཚུ་གོང་དཀར་གསུམ། མགོ་ནག་གཅིག །འོག་  
ཏུ་ཆ་བྱེད་གསུམ་འབྲང་བ། མགོ་ཆ་བྱེད་བཞི་ནས་སྟེ། དཀྱིལ་དུ་དཔངས་བཞི་ཞེང་  
དུ་ལྷའོ། །

ཆ་ནི་ཞེང་བརྒྱད་དཔངས་བྱེད་བརྒྱད་ལས། མགོ་ཞེང་ལྷ། ཡས་མས་སྒྲ་དཀར་  
བྱེད་གཉིས་རེ། མིག་གཉིས་ལ་ཞེང་དཀར་བྱེད་བཞི་དམན་ཅེས་རེ། གོང་ཆགས་ཀྱི་ཆ་  
ཞེང་བྱག །མིག་གོང་དཀར་གཉིས། མགོ་ནག་གཅིག །མིག་དཔངས་དཀར་བྱེད་  
གསུམ། གོང་ཆགས་སྒྲག་ཆ་གཅིག །འགོ་འཇུ་མ་སྒྲ་ཆ་བྱེད་གཉིས་སོ། །

ཇ་ནི་ཞེང་བྱག་དཔངས་བརྒྱད་ལས། མགོ་ཞེང་ལྷ། ཡས་མས་སྒྲ་དཀར་བྱེད་  
རེ། སྟོ་ཞེང་ལྷ། ལེ་གྲུ་ཞེང་བཞི། ཡས་མས་སྒྲ་དཀར་རེ། མགོ་ཆ་གཉིས་པ་ནས།  
བྱེན་ཐིག་དང་པོའི་མས་བྱར་བར་དབྱང་བ་འདོན། མགོ་ནག་གཅིག །ལེ་གོང་དཀར་  
གཉིས། ལེ་གྲུ་ནག་གཅིག །སྟོ་གོང་དཀར་གཉིས། སྟོ་ཆ་གཅིག །འོག་དཀར་

གཅིག་དཀྱིལ་ཚང་བར་སྔོང་འཐེན། དེ་ནས་རི་གཞོལ་གྱིས་ཟག་མཆུ་འདོན་ནོ། །

ཉ་ནི་ཞེང་བརྒྱད་དཔངས་བརྩ་གཉིས་ལས། མགོ་བྱེད་བཞི། ཡས་སུ་དཀར་བྱེད་གསུམ། མས་དཀར་གཉིས། ཉ་མགོ་འེ་སྟོད་ཞེང་བྱེད་བཞི། དེ་ཙོག་བཞི་ལྷག་ཅམ། ཁ་ཞེང་གཉིས། སྤྱག་སྟོད་དཀར་བྱེད་གསུམ། དེ་ཙོག་གསུམ་ལྷག་དེ་ཙོག་བདུན། དེ་ཙོག་བྱེད་བདུན། སྤྱག་བྱེད་སྤྱག་ལྷ་རྩམས་ཡས་དཀར་དང་། མས་སྤྱགས་ལ་རྟོགས། དཔངས་སུ་ཉག་སྒྲེ་ཡན་ལ་གསུམ་དབྱས་ལག་གི་སྤྲ་ཡན་ལ་གསུམ། སྟོད་སྤྱབ་སྤྱག་གི་དཀྱིལ་འོན་བའོ། །

ཏ་ནི་ཞེང་སྤྱག་དཔངས་བརྩ་གཉིས་ལས། མགོ་ལྷ། མས་སུ་དཀར་གཅིག་། མགོ་ནག་གཉིས་བའི་དཀྱིལ་ནས་དབྱང་རྒྱང་འདོན། གཞུང་ཤིང་སྟོད་དུ་ཡས་དཀར་བྱེད་ལྷག་། མས་དཀར་བྱེད་ལྷ་གཅིག་ཅམ། སྤྱད་སྤྱབ་སྟོད་དཀར་གསུམ་ལྷག་དེ་ནས་རིམ་བཞིན་བཞི་ལྷ་བྱེད་ལྷ། བྱེད་བཞི་གསུམ། བྱེད་གསུམ་བྱེད་གཉིས། སྤྱད་སྤྱབས་ཀྱི་ཅེ་གཞུང་ཤིང་ཅེས་འོན་པ། དཔངས་གཞུང་ཤིང་ལ་ལྷ། མགོ་ནག་གཅིག་། གཞུང་ཤིང་མན་ལ་སྤྱག་གོ།

ཐ་ནི་ཞེང་སྤྱག་དཔངས་བརྩད་ལས། མགོ་ཞེང་ལྷ། ཐ་སྟོད་དཀར་བཞི། དེ་ཙོག་བཞི་ལྷག་དེ་ཙོག་གསུམ། སྤྱད་འབྲུག་ཆ་བྱེད་ལྷ། སྟོད་བྱེད་བཞི། དཀྱིལ་ནས་དཔངས་གོང་དུ་དཀར་གསུམ། མགོ་ནག་གཅིག་། ཙོག་དཀར་གཉིས། གཉེན་བྱེད་བཞི་འེ་བར་དང་ཐད། དེ་ནས་ཆ་གཅིག་གཞོལ་སྤྱབས་ཟག་མཆུ། གཉེན་ནག་གཅིག་། ཟག་མཆུ་འེ་སྤྱེས་ཟེན་བའི་དཀར་དཀྱིལ་ཚད་དོ། །

ད་ནི་ཞེང་སྤྱག་དཔངས་བརྩ་གཉིས་ལས། མགོ་ཞེང་བྱེད་ལྷ། ཡས་སུ་དཀར་

གཅིག །མས་སྤྱད་ཀར་བྱེད། དཔངས་སྤོང་ཤོང་དཀར་གསུམ། མགོ་སྤྱག་གཅིག །སྤོ་  
ནག་གཅིག །སྤོ་འོག་དཀར་བདུན། སྤོ་ནས་བྱེད་གསུམ་ན་སྤྱེ་མཚམས། དཀྱིལ་  
བར་སྤོ་སྤྱག་བར་པོ། སྤོ་ལྗེ་ནས་ཟག་མཆུ་རིམ་བས་སྤོ། །

ན་ནི་ཞེང་བྱུག་དཔངས་བརྒྱ་གཉིས་ལས། མགོ་ཞེང་བཞི། ཡས་མས་སྤྱ་  
དཀར་རེ། སྤོ་བྱུག་ཡས་དཀར་བྱེད་གསུམ་ལྷག་ཅམ། གཡོན་དཀར་བྱེད་དམན།  
རྒྱ་ཆ་བྱེད་བཞི་ལྷེ་བར་བར་པོ། དེ་ནས་སྤྱེ་ཆད་བྱེད་གཡོན་སྤྱོགས་སྤོར་མོ་འཐེན།  
དཔངས་མིག་གོང་དཀར་གཉིས། མགོ་ནག་གཅིག །མིག་གོང་ནག་གཅིག །མིག་  
དཀར་བྱེད་གསུམ། འོག་གི་ནག་བྱེད། དེ་འོག་དཀར་བྱེད་ལྷ་བར་ཆུ་བབས་ཀྱིས་  
ཟག་མཆུ་འདོན་ནོ། །

བ་ནི་ཞེང་བྱེད་བདུན་དཔངས་བརྒྱད་ལས། མགོ་ཞེང་བཞི། ཡས་མས་སྤྱ་  
དཀར་རེ། ཡས་འཕུལ་ནག་གཅིག །སྤོ་ནས་ཆ་གསུམ་བའི་དཀྱིལ་ནས་ཡས་བྱེད་  
བར་དཔུང་བ། སྤོ་གང་དཀར་གསུམ། མགོ་ནག་གཅིག །སྤོ་འོག་དཀར་གསུམ། སྤོ་  
ནག་གཅིག །ཡས་ནས་དཀྱིལ་བར་བར་པོ། དེ་ནས་རེ་སྤོར་ཟག་མཆུ་ལོ། །

མ་ནི་ཞེང་བདུན་དཔངས་བརྒྱད་ལས། མགོ་ཞེང་བཞི། ཁ་དཀར་གཉིས།  
ཡར་འཕུར་ནག་ཆ་གཅིག །དཔངས་སྤོང་ཤོང་དཀར་གསུམ། མགོ་ནག་གཅིག །སྤོ་  
འོག་དཀར་གསུམ། སྤོ་ནག་གཅིག་འཕྲེད་ལག་ཡར་འཕུར་ཆ་གཉིས་ནས་སྤོ་བྱེད་  
བར་འཐེན།

བ་ནི་ཞེང་བདུན་དཔངས་བརྒྱད་ལས། མགོ་བྱེད་བདུན། ཡས་ཟུར་དཀར་  
བྱེད། ཡས་གསུམ་གྱི་དཀྱིལ་ནས་དཔང་མགོ། ཟུར་གཡས་དཀར་བྱེད་

བཞག་དབངས་སྒྲོ་བོང་དཀར་གསུམ། མགོ་ནག་གཅིག་སྒྲོ་འོག་དཀར་གསུམ། སྒྲོ་  
ནག་གཅིག་སྒྲོ་དཀྱིལ་བར་བྲང་པོ། དེ་ནས་རིམ་སྒྲ་ཟག་མཆུངོ། །

མ་ནི་ཞེང་བདུན་དབངས་བརྒྱད་ལས། ཡས་དཀར་གཅིག་མགོ་ཞེང་བཞི་  
བར་དཀར་གཅིག་ཡར་འཕུལ་ཆ་གཅིག་ཀླང་བྱེད་བཞིའི་བར་བྲང་པོ། དེ་ནས་སྒྲོ་  
ཆད་བྱེད་གཡས་ཕྱོགས་སུ་སྒྲོར་མོར་མིག་བཏོན། དབངས་མིག་གོང་དཀར་གཉིས།  
མགོ་ཆ་གཅིག་མིག་གོང་ནག་གཅིག་མིག་དབངས་དཀར་གསུམ་རེ། འོག་སྒྲག་  
བྱེད་དམན། འོག་དཀར་གཅིག་ཀླང་པའི་འཛོམས་སར་དཀྱིལ། ཟག་མཆུ་རེ་སྒྲོ། །

ཅ་ཆ་ཇ་གསུམ་ཅ་ཆ་ཇ་གསུམ་ལ་པོད་བཏགས་པའོ། །མ་ནི་ཞེང་བདུན་  
དབངས་བརྒྱལས། སྤུབ་ཞེང་གསུམ། སྒྲག་ལ་གཉིས། བར་དཀར་གཅིག་ཡར་  
འཕུལ་ནག་གཅིག་སྤུབ་དབངས་དཀར་གསུམ། མགོ་ནག་གཅིག་སྒྲོ་ནག་  
གཅིག་སྒྲོ་འོག་དཀར་གཉིས། བ་མགོ་ཞེང་ལྷ། གོང་ནས་བཞི་དཀྱིལ་དབྱང་པ། དེ་  
སྒྲེང་མགོ་སྤུབ་ཀྱི་སྒྲག་སྒྲེ། དཀྱིལ་བར་སྒྲོ་བྲང་། དེ་ནས་རེ་སྒྲེ་ཟག་མཆུངོ། །

ཞ་ནི་ཞེང་བརྒྱད་དབངས་བརྒྱུ་གཉིས་ལས། ཡས་དཀར་བྱེད་དོ། །མས་དཀར་  
བྱེད་གསུམ། སྤུབ་ཀྱི་མགོ་ཞེང་བཞི་དཀར་བྱེད་ལྷ། སྤུབ་ལག་དཀར་བྱེད་དོ། །སྒྲག་  
བྱེད་མིག་ཞེང་དཀར་བྱེད་བཞི་སྒྲག་བྱེད་རེ། དབངས་སྤུབ་སྒྲོད་དཀར་བྱེད་གཉིས།  
མགོ་སྒྲག་གཅིག་མིག་སྒྲག་བྱེད། མིག་དཀར་གསུམ་མིག་ནག་བྱེད། འོག་དཀར་བྱེད་  
བྱག་སྤུབ་ལག་སྒྲེ་ཆ་བདུན། དེ་མེན་དཀར་ཆ་ལྷ། ཟག་མཆུ་སྒྲི་ལྟར་རོ། །

ཟ་ནི་ཞེང་བྱག་དབངས་བརྒྱད་ལས། མགོ་ཞེང་བྱེད་བྱག་དབངས་ལེ་གྲུའི་  
གོང་དཀར་གཉིས། མགོ་ནག་གཅིག་ལེ་ཆ་གཅིག་སྒྲོ་བོང་དཀར་གཉིས། སྒྲོ་ནག་

གཅིག །སློ་འོག་དཀར་བཞི། དཀྱིལ་ཐད་མཉེན་འདོན་ནོ། །

ལ་ནི་ཞེང་བདུན་དཔངས་བརྒྱད་ལས། སྤུབ་ཀྱི་དཀར་བཞི། ཉག་གཉིས།  
ཡས་མས་སྤྱ་དཀར་བྱེད་རེ་སྤྱག་མགོ་བཞི། དཔངས་ལེ་གོང་དཀར་གསུམ། སྤྱག་  
སྤྱག་གཅིག །ལེ་ཆ་གཅིག །ལེ་འོག་དཀར་གསུམ་སྟེ་བརྒྱད། ལེ་ཆ་དོ་བང་ལོ། དེ་ནས་  
ཇེ་གཞོལ་གྱིས་ཟག་མཚུལོ། །

ཡ་ནི་ཞེང་བརྒྱད་དཔངས་བརྒྱད་ལས། གཡས་གཡོན་དཀར་བྱེད་གསུམ་རེ།  
སྤྱག་གསུམ་སྟེ་བརྒྱད། སློ་འདི་དཔངས་དཀར་བཞི། སློད་སྤྱག་དང་ལྷ། ཡས་ནས་  
བྱེད་གསུམ་ན་ཟག་མཚུལོ། །

ར་ནི་ཞེང་བརྒྱད་དཔངས་བརྒྱད་ལས། མགོ་ཞེང་ལྷ། ཡས་མས་སྤྱ་དཀར་  
བྱེད་གཉིས་རེ། དཔངས་སློ་གོང་དཀར་གསུམ་མགོ་ཉག་གཅིག །སློ་ཉག་གཅིག །སློ་  
འོག་དཀར་གསུམ། བཞི་མཚམས་ནས་སྟེ་དང་སློ་དཀྱིལ་མན་ཟག་མཚུལོ། །

ལ་ནི་ཞེང་བརྒྱད་དཔངས་བརྒྱད་ལས། སྤུབ་དཀར་གསུམ་སྤྱག་ །སྤྱག་ཆག་  
གསུམ། ཁ་ཞེང་བྱེད་གསུམ། སློ་གོང་དཔངས་དཀར་གསུམ། སྤྱག་སྤྱག་གཅིག །སློ་  
སྤྱག་གཅིག །སློ་འོག་དཀར་གསུམ། སློའི་གང་སྤྱག་ །སྟེ་ན་དཀྱིལ། དེ་ནས་བག་གྱིས་  
བཞོལ་ཟག་མཚུལོ། །

ཤ་ནི་ཞེང་བརྒྱད་དཔངས་བརྒྱད་གཉིས་ལས། ལེ་གུའི་ཞེང་ལྷ། མིག་དཀར་བྱེད་  
བཞི་ཡས་སྤྱག་གཅིག །མས་ནག་བྱེད། དཔངས་ལེ་གོང་དཀར་བཞི། ལེ་ཆ་  
གཅིག །འོག་དཀར་བདུན་ཉེ་བརྒྱད་གཉིས། ལེ་གུ་ནས་ཀར་པའི་བར་ཞེང་དཀར་བཞི།  
ཀར་སྤྱག་གཅིག །ལེ་གུའི་སྟེ་དཀྱིལ་ལོ། །

ས་ནི་ཞེང་དཔངས་བརྒྱད་རེ་ལས། མས་སྤྱ་དཀར་གཅིག །མགོ་ཞེང་བཞི།  
ཁ་དཀར་གཉིས། ཡར་འཕྱར་སྒྲག་གཅིག །མགོ་ཞེང་གསུམ་ནས་འཕྲད་གསུམ་  
གཞུང་གསུམ། ཟུར་དུ་གསེག་པའི་དབྱང་པ། དེ་ནས་གོང་ཟུར་ནས་བག་གིས་  
གཞོལ་བའི་དབྱས་ལག་གི་ཟག་མཆུངོ། །

ཏ་ནི་ཞེང་བདུན་དཔངས་བརྒྱ་གཉིས་ལས། མགོ་ཞེང་ལྷ། ཡས་མས་སྤྱ་  
དཀར་རེ། ཡས་ནས་བཞི་མཆོམས་ལག་པ། དཔངས་གསུམ་པར་འཐེན། དེ་ནས་རེ་  
སྒྱུར་གྱིས་འཕྲེད་དུ་གསུམ། མགོ་ནས་དཔངས་དུག་པར་དབྱས་ལག་གི་སྒྲེ་མཆུ་  
ལྷག །ཞེང་དཀར་ཕྱེད། གསུམ་པ་གཉིས། དེ་ནས་ཕྱེད་དུག །ལྷ་ལྷག་ཕྱེད་ལྷ། བཞི་  
ལྷག །ཕྱེད་བཞི། གསུམ་རྣམས་རིམ་བས་སོ། །དཔངས་སྤབ་གོང་དཀར་གཉིས།  
མགོ་སྒྲག་དང་གསུམ། སྤབ་སྒྲག་དང་བཞི། དེ་འོག་དཀར་བརྒྱད་དོ། །

ཨ་ནི་ཞེང་དབྱ་དཔངས་བརྒྱད་ལས། ཡས་འཕྱར་ནག་གཅིག །ཁ་དཀར་ཕྱེད་  
གཉིས། མགོ་ཕྱེད་བཞི། མས་གྱི་ཁ་དཀར་གཉིས། ཡར་འཕྱར་ནག་གཅིག །བཞི་པའི་  
དགྱིལ་ནས་ཡས་གཉིས་མཐུར་གསུམ་པར་དབྱང་པའི་ཟུར། དེ་ནས་མཐུབ་མཐུར་  
གསུམ་སར་བཀྱག་པའི་ཡས་འཕྱལ། དབྱང་ཅ་ནས་མས་ཟུར་བར་ཟག་མཆུ། དཔང་  
སྟོད་དཀར་གསུམ། ཟུར་སྒྲག་གཅིག །མས་དཀར་དོ། ཟུར་དཀར་བདུན་ནོ། །དེ་ལྟར་  
ཡིག་འབྲུ་སུམ་ཅུ་པའི་ཐེག་གི་ལག་ལེན་བྱ་ཆུང་སོང་ཐེན་ལ། ཐམས་ཅད་སྤྱི་ཁྱབ་ཏུ་  
གཤམ་ཆེ་བའི་མ་ཆོས་ཉི་ཤུ་ཅ་གཅིག་ཞེས་པ། མགོ་རབ་ཀ་བ་ཀ་གཞུ། མགོ་འབྲིང་  
ཐག་རྒྱུ་གིས་བཅད། ཐ་མ་ཟུར་གསུམ་ཆག་མགོ། དབྱང་རབ་སྤགས་ཀར་དོ་རྩེ་  
འཛིན་འདྲ། དབྱང་འབྲིང་མདའ་འཕེན། ཐ་མ་ལག་ཆག་འཕྲེད་ཉལ། མོ་རབ་རྒྱ་ཆོས།

འཕྲིང་མར་དཀར་སེལ་བཅུག །ཐ་མ་སྒྲ་རྩ་གྲག་འདྲ། ཟག་མཆུ་རབ་གསེགས་སྒྲོར་  
ཐུར་ནོ། འཕྲིང་དབྱེའོ་ཕག་སྒྲ། ཐ་མ་སྒྲར་ལོ་སྒྲར་སྒྲ། ཡས་འཕྱར་རབ། རྒྱ་ཁབ་  
བསྒྲངས་འདྲ། འཕྲིང་དབྱུག་པ་འཕྱར་བ། ཐ་མ་ལག་མགོ་བཅད་འདྲ། ཀྲང་པ་རབ་སྒྲོ་  
ལྷགས་ཀྲང་། འཕྲིང་ཁྱི་གྲུའི་མཆུག་མ། ཐ་མ་འོང་འཆུག །མིག་རབ་ཉ་མིག །འཕྲིང་  
ནས། ཐ་མ་ཐུར་གསུམ་ཁོ་མིག་སྟེ་མ་ཆོས་རྣམས་སོ། །

བྱ་ཆོས་བཅུ་དྲུག་ཞེས་པ། ན་རོ་གཉིས་ཆོད། འཆུམ། མཐོ་དམན་མེད་པ་སྟེ་  
གསུམ། འབྲང་བྱ་གསེགས་གྲིས་གཞོལ་བ། སྟོད་སྒྲད་ཕྱེད་པ་སྟེ་གཉིས། གི་གྲ། ལྷུམ།  
འཕྲིལ། འབྲུག་པ་སྟེ་གསུམ། གདན་ཐབས། མདའ་ཚུག །མདུང་ཚུག་གསུམ་ན་  
ཞབས་ཀྱུ་ལ་བཤད་དོ། །

ཀྱ་གྲ་དུ་གསུམ་མདའ་ཚུག །རྩ་བུ་ལྷ་གསུམ་མདུང་ཚུག །སྤ་བྱ་བྱ་སྤ་སྤ་བྱ་  
རྩ་སོགས་རྒྱངས་རྣམས་གདན་ཐབས་ཟེར་དོ། །

ཡ་ཉའི་ཆོས། རབ་ལྷའི་སྤྱན། འཕྲིང་ཕྱང་དྲུང་དོ་ལྷག །ཐ་མ་བྱ་ཆད་ཁ་  
གདངས། ར་ཉ་སེལ་རྩེས་འདྲ་བ། འདོགས་ས་ཀྲང་པའི་ཆད་མཉམ་གཉིས་ཉེ་བྱ་ཡི་  
ཆོས། སྤྱི་ཡི་ཆོས་གསུམ་ཞེས། གཟུགས་དགྲུས་སྤྱུ་མ་ཤོར་བ། དགྲུས་ཉིད་ཆད་དང་  
ལྷན་པ། གཟུགས་དགྲུས་ཤུག་ཕྱེད་པ་སྟེ་གསུམ་སོ། །ཅ་ཆ་ང་ར་འ་རྣམས་རིང་ན་  
སྟོན། ད་ན་ཞ་གསུམ་རིང་ཐུང་གཉིས་ཀ་སྟོན། ཀ་ག་ཤ་ཐུང་ན་སྟོན་ཉེ་རིང་ཐུང་གི་  
ཚུལ། འདོགས་འབྲེལ་ཆ་བཞེ། སྟེང་གི་ཡན་ལག་ལ་ཆ་གཉིས་ཉེ་ཆ་དྲུག་བྱས་ལ་  
སྟོན་རྣམས་སྤངས་ཉེ་མི། གཞན་ཡང་གཅེས་པ་བརྒྱད་དང་། མཛོན་པ་བཅུ་སོགས་  
མང་དུ་བཤད་པར་བྱར་ཡོད་ཀྱང་གཞན་ལས་ཤེས་དགོས་སོ། །

དེ་ལྟར་རྩལ་ཆེན་ནས། དབུ་ཆེན་འདི་ལ། ལྷུང་པོ་ལྔ་རབས་པ། རྫོང་དུས། ཕྱི་  
དར་གསུམ་སོ་སོའི་ལག་རྒྱན་ལས་ཅུང་ཟད་འདྲ་མིན་གྱི་དབྱེ་བ་དང་། རྩལ་རྒྱུང་  
སོགས་ཀྱི་ལག་ལེན་བཅས་དུ་མར་ཡོད་ཀྱང་འདིར་དེ་ཞིག་དེ་ཅུ་མ་སོ། །

བཤུར་མ་ལ། འབྲུ་ཆེན། འབྲུ་རྒྱུང་། འབྲུ་ཆ་གསུམ་ལས་དང་པོ་ལ་ཡང་། ལི་  
ལུགས་དང་ལྡན་ལུགས་གཉིས། ལི་ལུགས་ནི་དེང་དུས་ལག་ལེན་ཆེར་མེད་ལ། ལྡན་  
ལུགས་ཞེས་ལྡན་མ་རྩེ་མང་གི་ལུགས་ཐིག་ཁང་དུ་བྲངས་པ་ཅུང་ཟད་བརྗོད་ན།  
དཔེ་འབྲུ་རིས་ལྟར་ཡི་གེ་སོ་སོར་ཐིག་ལེགས་པར་བཏབ་ལ།

ཀ་ནི་མགོ་ཐིག་བཞི་བ་ནས་གཞུང་ཐིག་གཉིས་བ་དང་འབྲེད་ཐིག་གཉིས་བ་  
འབྲེད་སར་དང་། དེ་ནས་གཞུང་དང་པོ་དང་འབྲེད་གསུམ་བ་འབྲེད་སར་མཆེ་བ།  
འབྲེད་གཉིས་བ་དང་གཞུང་བྲེད་གསུམ་ནས་དབུས་ལག །གཞུང་ལྔ་བ་དང་འབྲེད་  
གཉིས་བ་འཛོམ་སར། མགོ་ཐིག་བཞི་བ་ནས། གཞུང་ལྔ་བ་དང་། དེ་ནས་བྲང་འབྲེན་  
གྱི་རྒྱུང་བ་རིང་པོར་བྱའོ། །

ཁ་ནི་མགོ་ཐིག་བཞི་བ་ནས་གཞུང་དང་པོ་དང་འབྲེད་གསུམ་བ་འཛོམ་སར།  
དེ་ནས་གཞུང་གསུམ་བ་སྔད་ཁྱད་ཐིག་བར་ཁོག་བའམ་རྒྱུང་བ། མགོ་ཐིག་བཞི་བ་  
ནས་གཞུང་བཞི་འབྲེད་ལྔ་འཛོམ་སའི་བར་དབུས་ཆེ་བར་བྱས་ཏེ་འཐེན། ཡང་མགོ་  
ཐིག་བཞི་བ་ནས། གཞུང་བཞི་འབྲེད་ལྔའི་བར་ནང་ནས་བཀྲུག་པའི་ཁ་མིག་སྒོ་ངའི་  
དབྱེ་བས་དཀྱིལ་དཀར་བྲེད་གཉིས་ཀྱི་ཞེང་ཅན་ལོ། །

ག་ནི་མགོ་གཞུང་གཉིས་ནས་འབྲེད་གསུམ་གཞུང་དང་པོ་འཛོམ་ས་དང་སྒྲེལ་  
བའི་མིག་འབྱུང་། གཞུང་འབྲེད་གཉིས་བ་འཛོམ་ས་ནས། གཞུང་བཞི་བའི་བར་འཐེན།

གཞུང་བཞི་བ་ནས། འཕྲེད་གསུམ་གཞུང་ལྔ་འཛོམ་སར་བཏབ། དེ་ནས་ཐུག་ཐིག་  
རིང་པོ་ལོ། །

ང་ནི་མགོ་ཐིག་གཉིས་བ་ནས་གཞུང་དང་པོ་འཕྲེད་གསུམ་འཛོམ་ས། དེ་ནས་  
འཕྲེད་བཞི་གཞུང་དང་པོ་འཛོམ་ས། དེ་ནས་ཁྱད་ཐིག་གི་ཕྱིར་རུར་བར་རོ། །

ཅ་ནི་གཞུང་དང་པོ་འཕྲེད་གཉིས་བ་འཛོམ་ས་ནས་རིམ་གྱིས་གཞུང་གསུམ་  
འཕྲེད་དང་པོ་འཛོམ་ས་དེ་ནས་གཞུང་ལྔ་འཕྲེད་གཉིས་འཛོམ་ས་ནས། འཕྲེད་གསུམ་  
བར། དེ་ནས་གཞུང་བཞི་འཕྲེད་ལྔ་འཛོམ་ས་བར་མཚུ་དང་དེར་གཞུང་གཉིས་འཕྲེད་  
བཞི་འཛོམ་ས་ནས། རྒྱ་ཆེས་ལྟ་བུའི་སྒོ། གཞུང་གསུམ་སྟངས་འཕྲེད་བཞིའི་བར་སྟེད་  
བ་བཅད་བས་ཅུང་ཟད་འཁྲོགས་བཤོ། །

ཆ་ནི་གཞུང་གསུམ་བ་ནས་ཚུ་བབ་གྱིས། གཞུང་དང་པོ་འཕྲེད་གསུམ་འཛོམ་  
སར། དེ་ནས་གཞུང་ཆ་ཕྱེད་གསུམ་འཕྲེད་ལྔ་འཛོམ་སར། གཞུང་གསུམ་འཕྲེད་  
གཉིས་བ་ནས་གཞུང་བཞི་འཕྲེད་དང་པོ་མ་ཟིན་ཅིང་། དེ་ནས་གཞུང་ལྔ་འཕྲེད་གཉིས་  
འཛོམ་སར་མ་ཟིན་ཅིང་། དེ་ནས་འཕྲེད་ཐིག་གསུམ་བཞི་འོན་པར་འཕྲེད་ལྔ་གཞུང་  
བཞི་འཛོམ་ས། གཞུང་གསུམ་སྟངས་མས་སུ་ཉེ་བར་དགྱེལ་བཅད། འཕྲེད་བཞི་བ་ནས་  
གཞུང་གཉིས་འཕྲེད་སར་རུ་ཡས་མ། འཕྲེད་བཞི་གཞུང་བཞི་ཐུག་སར་རུ་མས་མ་སྟེ་  
མིག་གཉིས་ཅན་ནོ། །

ཇ་ནི་མགོ་ཐིག་གསུམ་བ་ནས་གཞུང་གཉིས་པའི་སྟེང་གཞུང་གཉིས་འཕྲེད་  
བཞིའི་ས། དེ་ནས་གཞུང་དང་པོ་འཕྲེད་ལྔའི་སར་འཁྲོགས་དང་བཅས་འཐེན། དེ་ནས་  
ཇའི་ཁྱད་ཐིག་བར་མཉེན་དང་ལྡན་པའི་སྒོ། གཞུང་གསུམ་པའི་སྟེང་ཆ་ཕྱེད་ལྔའི་བར་

ལག་པའོ། །

ཉ་ནི་མགོ་ཐིག་བཞི་པ་ནས་གཞུང་གཉིས་འབྲེད་གཉིས་མ་ཟེན་ཅམ། དེ་ནས་གཞུང་དང་པོ་འབྲེད་གསུམ་འདྲོམ་ས་བར། མགོ་ཐིག་བཞི་པ་ནས་གཞུང་གཉིས་འབྲེད་བཞི་འདྲོམ་ས་བར། དེ་ནས་གཞུང་གསུམ་འབྲེད་ལྗེའི་བར། གཞུང་གསུམ་འབྲེད་གསུམ་འདྲོམ་ས་ནས་བྱུང་ཐིག་གི་ཡས་བྱར་བར་འབྲོགས་དང་བཅས་པའི་སྤྱུག་ཁང་འགྲོའོ། །

ཏ་ནི་མགོ་ཐིག་གསུམ་པ་ནས་འཐེན་པའི་གཞུང་གཉིས་སྟེང་ནས་གཞུང་དང་པོ་འབྲེད་ལྗེ་འདྲོམ་པའི་བྱར་བར། སྟེང་ཆ་བཞི་པའི་དགྲིལ་ནས་གཞུང་འབྲེད་ལྗེའི་དགྲིལ་དང་། དེ་ནས། བྱུང་ཐིག་གི་ཡས་བྱར་བར་འགྲོ་བའི་སྤྱུག་པའོ། །

ཐ་ནི་མགོ་ཐིག་བཞི་པ་ནས་འབྲེད་གཞུང་གཉིས་འདྲོམ་ས་མ་ཟེན་ཅམ། དེ་ནས་གཞུང་གསུམ་འབྲེད་ལྗེའི་འདྲོམ་ས་བར་འབྲོགས་གཉིས་དང་ལྡན་པས་སོང་ལ། དེ་ནས་བྱེན་དུ་འབྲེད་བཞི་གཞུང་དང་པོ་འདྲོམ་པའི་བར། མགོ་ཐིག་བཞི་པ་ནས། འབྲེད་བཞི་གཞུང་དང་པོ་འདྲོམ་པའི་ས་བར་འབྲོགས་དང་ལྡན་པར་འཐེན་པས་མཆུ་སྤྱུག་དང་བཅས་པ་འབྱུང་ངོ། །

ད་ནི་མགོ་ཐིག་གསུམ་པའི་ཡས་ལ་ཁམ་གྱི་བྱར་བྱས་པ་ནས། འབྲེད་བཞིའི་དགྲིལ་གཞུང་དང་པོ་འདྲོམ་ས་དང་། དེ་ནས་བྱུང་ཐིག་གི་ཡས་བྱར་བར་འབྲོགས་ཉམས་ཅན་སྤྱུག་པའོ། །

ན་ནི་མགོ་ཐིག་གསུམ་པ་ནས་གཞུང་ཆ་དང་པོའི་དགྲིལ་བར་ཁམ་བྱེད་དང་། དེ་ནས་གཞུང་གཉིས་པའི་དགྲིལ་འབྲེད་ལྗེ་དང་འདྲོམ་པར་ཁམ་གང་འཐེན། དེ་

ནས་མགོ་ཐིག་ལྷ་པའི་ཡས་བྱུང་བར་ཁམ་སྐྱེད་ཀྱིས་འགྲོ་ཞིང་། མགོ་ཐིག་གསུམ་  
པའི་དཀྱིལ་ནས་ཁྱད་ཐིག་གི་ཡས་བྱུང་བར་ཅུང་ཟད་འཁྱོག་ཉམས་ཅན་གྱི་སྟག་པོ་  
ཁམ་གང་འཐེན་ནོ། །

བ་ནི་མགོ་ཐིག་གཉིས་པ་ནས་གཞུང་དང་པོ་འཕྲེད་སྐྱེད་བཞིའི་སར། དེ་ནས་  
གཞུང་གསུམ་འཕྲེད་ལྷ་འཛོམ་ས་བར། དེ་ནས་མགོ་ཐིག་བཞི་པའི་ཕྱི་བྱུང་ནས་སྟར་  
དུ་སྤར་གྱི་གཞུང་འཕྲེད་ལྷ་འཛོམ་ས་བར་བཀྱག་བཤོ། །

བ་ནི་གཞུང་ཐིག་གཉིས་པའི་ཡས་བྱུང་ནས་གཞུང་ཆ་དང་པོའི་དཀྱིལ་ནས།  
གཞུང་གཉིས་འཕྲེད་ལྷ་མ་ཐེན་ཅམ། དེ་ནས་གཞུང་གསུམ་འཕྲེད་བཞི་འཛོམ་ས་བར་  
ཡར་གསེགས་མགོ་ཐིག་བཞི་པའི་ཕྱི་བྱུང་ནས་གཞུང་བཞི་འཕྲེད་ལྷ་འཛོམ་པའི་སར་  
འཐེན། དེའི་ཡར་ཅེ་གཞུང་ལྷ་འཕྲེད་གསུམ་བར། དེ་ནས་སྤར་གྱི་མར་ཅེར་གཏུགས་  
པའི་མིག་ནས་འདྲ་འོང་ངོ། །

བ་ནི་མགོ་ཐིག་གསུམ་པ་ནས་གཞུང་གཉིས་འཕྲེད་གསུམ་ལྷག་ཅམ། དེ་ནས་  
གཞུང་ཆ་བཞི་དཀྱིལ་དང་འཕྲེད་ལྷ་འཛོམ་སར་འཐེན། ཡང་མགོ་ཐིག་གསུམ་པ་ནས་  
གཞུང་བཞིའི་དཀྱིལ་འཕྲེད་ལྷ་འཛོམ་ས་བར་སོང་བས་ལེགས་པར་འོང་ངོ། །

མ་ནི་མགོ་ཐིག་གསུམ་པ་ནས་གཞུང་དང་པོ་མ་ཐེན་ཅམ། དེ་ནས་གཞུང་ཆ་དང་  
པོ་འཕྲེད་ལྷ་མ་ཐེན་ཅམ། དེ་ནས་གཞུང་གསུམ་འཕྲེད་བཞི་འཛོམ་ས་བར་ཡར་  
གསེག། མགོ་ཐིག་གསུམ་པ་ནས་དེར་གཏུགས། དེ་ནས་གཞུང་འཕྲེད་ལྷ་པ་བར། གཞུང་  
ཐིག་ལྷ་པའི་ཡས་བྱུང་ནས་གཞུང་འཕྲེད་ལྷ་པའི་ཕྱི་བྱུང་བར་སོང་བས་འགྲིག་གོ། །

ཅ་ཆ་ང་གསུམ་ནི་སྤར་གྱི་ཅ་ཆ་ང་གསུམ་ལ་སོ་སོའི་ལག་པ་བཏགས་པའི་

ཁྱད་པར་ནི་རྟོགས་སྒྲོལ། །

ཕྱ་ནི་མགོ་ཐིག་བཞི་པ་དང་གསུམ་པ་ནས་འབྲེད་གསུམ་གཞུང་དང་པོ་འཛོམ་ས། དེ་ནས་ཁྱད་ཐིག་གི་མས་བྱར་བར། མགོ་ཐིག་བཞི་པ་ནས་གཞུང་ལྔ་འབྲེད་གཉིས་འཛོམ་ས་བར་འཐེན་པ་ཁོག་བཤོ། །གཞུང་གཉིས་འབྲེད་གསུམ་འཛོམ་ས་མ་ཐེན་ཅམ་ནས། གཞུང་ལྔ་འབྲེད་གསུམ་འཛོམ་ས་མ་ཐེན་ཅམ་བར་རྗེ་སྐྱར་དང་། གཞུང་བཞི་འབྲེད་གསུམ་འཛོམ་ས་ནས། གཞུང་གསུམ་འབྲེད་བཞི། དེ་ནས་གཞུང་བཞི་འབྲེད་ལྔ་འཛོམ་ས་བར། ཡང་གཞུང་བཞི་འབྲེད་གསུམ་ནས། གཞུང་བཞི་འབྲེད་ལྔ་བར་བཀུག་པའི་མིག་རྒྱུ་པོ་འབྱུང་ངོ། །

ཞ་ནི་མགོ་ཐིག་བཞི་པ་ནས་འབྲེད་གསུམ་གཞུང་དང་པོ་བར། དེ་ནས་ཁྱད་ཐིག་གི་མས་བྱར་བར། ཡང་མགོ་ཐིག་བཞི་པ་ནས་གཞུང་ལྔ་འབྲེད་གཉིས་བར། དེ་ནས་གཞུང་གསུམ་འབྲེད་བཞི་ལྷག་ཅམ་བར་ཁམ་བྱེད། ཡང་གཞུང་བཞི་འབྲེད་གཉིས་མ་ཐེན་ཅམ་ནས། གང་གི་ཁམ་བྱེད་ཅེ་བར་འཁྱོགས་དང་བཅས། ཡང་གཞུང་བཞི་འབྲེད་གཉིས་མ་ཐེན་ཅམ་ནས། གཞུང་ཆ་བཞི་པའི་དབུས་དང་འབྲེད་གསུམ་འཛོམ་ས་དང་། དེ་ནས་སྲུག་པོའི་ཁྱད་ཐིག་གི་ཡས་བྱར་བར་སྲུག་པོ་རིང་པོའོ། །

ཟ་ནི་གཞུང་དང་པོ་འབྲེད་གཉིས་པ་འཛོམ་ས་ནས་རྗེ་སྐྱར་གྱིས་གཞུང་ལྔ་འབྲེད་དང་པོའི་བར། ཡང་གཞུང་དང་པོ་ནས་འབྲེད་པའི་སྟོད་རྗེ་སྐྱར་གྱིས་གཞུང་ཆ་བཞིའི་བར། ཡང་གཞུང་དང་པོ་འབྲེད་ལྔ་འཛོམ་ས་ནས། གཞུང་བཞི་འབྲེད་ལྔ་བར་དེ་གསུམ་གྱིས་མར་སྒྲེ་གཞུང་ཆ་བཞི་པའི་སྟེང་ནས་སྒྲེལ་བཤོ། །

འ་ནི་མགོ་ཐིག་བྱེད་བཞི་ནས། གཞུང་འབྲེད་གཉིས་པ་ལྷག་ཅམ། དེ་ནས་

གཞུང་དང་པོ་འབྲེད་ལྷ་འཛོམས་ས་བར་འཐེན། མགོ་ཐིག་ཕྱེད་བཞི་ནས། གཞུང་བཞི་  
འབྲེད་གཉིས་ལྷག་ཙམ། དེ་ནས། གཞུང་འབྲེད་ལྷ་པའི་ཕྱི་རྩུང་བར་སོང་བའོ། །

ཡ་ནི་མགོ་ཐིག་དང་པོ་ལ་ཁམ་གྱི་ཡས་རྩུང་བྱས་ལ་བྲང་པོར་འབྲེད་ལྷ་མ་  
ཐེན་ཙམ། དེ་ནས་གཞུང་གསུམ་འབྲེད་བཞིའི་བར། ཡང་མགོ་ཐིག་གསུམ་པའི་སྟང་  
ནས་གཞུང་གསུམ་འབྲེད་བཞིའི་བར། དེ་ནས་གཞུང་བཞི་འབྲེད་ལྷ་བར། ཡང་མགོ་  
ཐིག་ལྷ་པར་ཁམ་གྱི་མས་རྩུང་བྱས་ལ། གཞུང་བཞི་འབྲེད་ལྷའི་སར་འགྲོའོ། །

ར་ནི་མགོ་ཐིག་གསུམ་པ་ནས་ཁམ་རྩེ་བྱས་པ། གཞུང་དང་པོ་འབྲེད་ལྷ་  
འཛོམས་ས་བར་གཞུང་གཉིས་པའི་སྟང་ནས་དང་། དེ་ནས་སྲུག་ཐིག་གི་ཕྱི་རྩུང་བར་  
སྲུག་པོ་འགྲོའོ། །

ལ་ནི་མགོ་ཐིག་ཕྱེད་གསུམ་ནས་གཞུང་ཆ་དང་པོ་འབྲེད་གཉིས་བར། དེ་ནས་  
གཞུང་ཆ་དང་པོ་འབྲེད་ལྷ་འཛོམས་ས་བར། ཡང་མགོ་ཐིག་ཕྱེད་གསུམ་ནས་གཞུང་  
བཞི་འབྲེད་ལྷ་འཛོམས་ས་བར་འཁྲོགས་གཉིས་ཀྱི་ཉམས་ཙམ། ཡང་མགོ་ཐིག་ལྷ་པ་ལ་  
ཁམ་གྱི་ཕྱི་རྩུང་བྱས་ནས་གཞུང་ཆ་བཞི་སྟང་ནས། གཞུང་བཞི་འབྲེད་ལྷའི་སར་  
གཏུགས་པས་འོང་ངོ་། །

ཤ་ནི་མགོ་ཐིག་བཞི་པ་ནས་གཞུང་གསུམ་པའི་ཕྱེད་བར། དེ་ནས་གཞུང་  
གསུམ་སྟང་ནས་གཞུང་གསུམ་འབྲེད་བཞི་འཛོམས་ས་བར། དེ་ནས་གཞུང་ལྷ་འབྲེད་  
གསུམ་སར་གྱུན་གསེག། སྦྲར་མགོ་ཐིག་བཞི་པ་གཞུང་ལྷ་འབྲེད་གཉིས་བར། དེ་  
ནས་སྲུག་པོ་རིང་པོ་ཕྱིར་རྩུང་ཙམ་ནོ། །ཡང་གཞུང་དང་པོ་འབྲེད་ལྷ་འཛོམས་ནས།  
ལག་པ་ཁམ་ཕྱེད། གཞུང་གསུམ་འབྲེད་བཞི་བར་རོ། །

ས་ནི་མགོ་ཐིག་གཉིས་པ་ནས་ཁམ་གྱི་མར་ཅེ། དེ་ནས་དང་འཐེན་གྱིས་  
གཞུང་དང་པོ་འཕྲེད་ལྷ་འཛོམ་སར་ཡང་གསེག། ཡང་མགོ་ཐིག་ལྷ་པར་མ་ཅེར་  
བཅོལ་བའི་གཞུང་ལྷ་འཕྲེད་ལྷའི་སར་འཁྲུགས་གྱིས་འགྲོ། དེ་གཉིས་གྱི་བར་སྒོ་སྒྲར་  
པོས་སྒྲེལ་ལོ། །

ཏ་ནི་མགོ་ཐིག་ལྷ་པ་ནས་གཞུང་བཞི་འཕྲེད་བར་ཁམ་བྱེད། དེ་ནས་གཞུང་  
འཕྲེད་གཉིས་པའི་བར་ཁམ་རེ་འབྱུག་དང་བཅས། དེ་ནས་གཞུང་དང་པོའི་ས་ནས་  
གཞུང་གཉིས་འཕྲེད་ལྷ་བར། དེ་ནས་གཞུང་གསུམ་འཕྲེད་བཞི་ལྷག་ཅམ་ཁམ་བྱེད་  
གྱིས་འགྲོ། དེ་ནས་རྩེ་སྒྲར་གྱི་སྲུག་པོའི་བྱང་ཐིག་ཡས་བྱར་བར་བྱལོ། །

ཨ་ནི་མགོ་ཐིག་དང་པོ་ལ་ཁམ་གྱི་ཡས་བྱར་བཅོལ་ནས། གཞུང་དང་པོ་  
འཕྲེད་བཞིའི་བར། དེ་ནས་གཞུང་གཉིས་ལྷག་ཅམ་དང་འཕྲེད་ལྷ་འཛོམ་ས། ཡང་མགོ་  
ཐིག་བཞི་པ་ནས་གཞུང་ཆ་གཉིས་པ་འཕྲེད་གཉིས་བར། དེ་ནས་སྒར་གྱི་སྒྲར་བྱར།  
སྒར་ཡང་མགོ་ཐིག་བཞི་པ་ནས་གཞུང་འཕྲེད་བཞི་འཛོམ་ས་བར། དེ་ནས་གཞུང་  
འཕྲེད་ལྷ་པའི་སར་གསེག། ཡང་མགོ་ཐིག་ལྷ་པ་ལ་ཁམ་གྱི་མར་ཅེ་བྱས་ནས་གཞུང་  
འཕྲེད་ལྷ་འཛོམ་སར་འཐེན་ནོ། །

ཞབས་རྒྱ་ནི་བྱང་ཐིག་དབངས་ལྷ་ཞིང་བརྒྱད་བཏབ། སྲུག་པོ་སྒར་དུའི་སྒྲེན་  
གཞུང་བརྒྱད་འཕྲེད་གསུམ་སར་ཁམ་རེ། དེ་ནས་གཞུང་འཕྲེད་པ་ལྷས་མ་ཐེན་ཅམ་དུ་  
ཁམ་བྱེད། དེ་ནས་བྱེན་དུ་གསེག་པའི་གཞུང་འཕྲེད་དང་པོ་འཛོམ་ས་བར་རྩེ་བྱལོ། །

ཡ་བཏགས་ནི་ཀ་ལྷ་བྱ་ལ་བྱང་ཐིག་གཞུང་བདུན་འཕྲེད་དགུ་བཏབ། སྲུག་  
པོའི་སྒྲེན་ས། གཞུང་ཆ་དང་པོ་འཕྲེད་བརྒྱད་འཛོམ་སར་ཁམ་བྱེད་རེ། གཞུང་དང་པོ་

འཕྲེད་བརྒྱད་ནས་གཞུང་ཆ་གཉིས་དབུས་འཕྲེད་དགུ་འདྲོམ་ས་ཁམ་རེ། སྤར་ཡང་  
ཁྱེན་དུ་གཞུང་བདུན་འཕྲེད་དགུ་འདྲོམ་ས་བར་ཁམ་ཕྱེད་སོང་བས་རྟོགས།

ར་བཏགས་ནི་བྱེད་ཐིག་གཞུང་འཕྲེད་བཅུ་རེ་བཏགས། སུག་པའི་སྤྲེ་ནས་གཞུང་  
དང་པོ་འཕྲེད་ལྔ་འདྲོམ་ས་བར་ཁམ་ཕྱེད། དེ་ནས་བྱེད་ཐིག་གི་ཕྱི་ཟུར་བར་རེ་སྤེ་  
གཞོལ་བྱའོ། །

ལ་བཏགས་བྱེད་ཐིག་གཞུང་བདུན་འཕྲེད་ལྔ་བཏགས། སུག་སྤྲེ་ནས་གཞུང་  
བདུན་འཕྲེད་གསུམ་མ་ཐེན་ཅམ། དེ་ནས་གཞུང་ལྔ་འཕྲེད་བཞིའི་སར། དེ་ནས་གཞུང་  
དང་པོ་འཕྲེད་གསུམ་སར། དེ་ནས་གཞུང་གསུམ་འཕྲེད་ལྔ་བར་སོང་བས་ཤེས།

ལ་བཏགས་ཞབས་ཀྱི་ལ་གསལ་བར་མ་གསུངས་ཀྱང་དཔེ་རིས་ལྟར་བྲ། ལྷ་  
ཆོས་ལྷན་སྐོར་རྒྱ་ད་བཅས་ནི། གཞུང་གསུམ་འཕྲེད་ལྔའི་ཐིག་བཏགས་ལ། གཞུང་ཆ་  
དང་པོ་གཉིས་པ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱ་ཁམ་དབུས་སུ་བཞག་པའི་རྒྱུ་སྐོར། ཆ་ཕྱེད་གཉིས་  
ཀྱི་དཔངས་ཀྱི་རྒྱ་ད་འཁྱོགས་པོ། གཞུང་ཐོག་མཐའ་གཉིས་དང་། འཕྲེད་བཞི་འདྲོམ་  
ས་ལྷག་ཅམ་དུ་བཀྱག་པའི་རྒྱ་ཆོས་སོ། །

ནམ་བཅད་ནི། གཞུང་གསུམ་འཕྲེད་ལྔའི་ཐིག་ལ། རྒྱ་ཁམ་དབུས་ལ་བར་སྐོར་  
དང་། སྤང་འོག་རྒྱ་ཁམ་དབུས་སུ་བཞག་པའི་རྒྱུ་སྐོར་སོ་སོར་རོ། །

ས་མགོ། ར་མགོ། ལ་མགོ་གསུམ་ནི། གཞུང་ལྔ་འཕྲེད་ལྔའི་ཐིག་བཏགས་ལ་  
འཕྲེད་ཆ་གཉིས། སྤང་མའི་ས་ཁྱོན་དང་། འཕྲེད་ཆ་འོག་མ་གཉིས་མིང་གཞིའི་ས་ཁྱོན་  
དུ་བྲ་ཞིང་སུག་པོ་རིང་ཐུང་སོགས་མིང་གཞི་ལ་དཔག་སྟེ་ཤེས་དགོས་སོ། །

གི་གྲ་ནི། གཞུང་དབུག་དཔངས་ལྔའི་ཐིག་བཏགས་ལ། མགོ་ཐིག་གསུམ་པ་ནས།

གཞུང་དང་པོའི་སློང་གཉིས་ས་བར་དང་། དེ་ནས་གཞུང་གཉིས་འཕྲེང་གསུམ། དེ་  
ནས་གཞུང་གསུམ་འཕྲེང་གཉིས་མ་ཐེན་ཅམ་བཀྲལ། །སྤར་མགོ་ཐིག་གསུམ་བ་ནས།  
མས་ཟུར་བར་རེ་སྤར་གཞོལ་བྱ་བ་ཡིན།

ཀེ་ཤའམ་འབྲང་བྱ་ནི་གཞུང་དྲུག་དཔངས་གསུམ་གྱི་ཐིག་བཏབ་ལ། གཞུང་  
དང་པོ་འཕྲེང་གཉིས་པ་འཛོམ་ས་ནས། གཞུང་གསུམ་འཕྲེང་དང་པོ་སོགས་ནས་རིམ་  
བས་རེ་སྤྱར་གྱིས་ཕྱི་ཟུར་བར་རེ་སྤར་བྱའོ། །

སྤྱ་དུའམ་ན་རོནི་གཞུང་ལྔ་སློང་གསུམ་གྱི་ཐིག་བཏབ་ལ། གཞུང་འཕྲེང་དང་  
པོ་ནས་ཁམ་རེའི་ཕྱི་ཟུར་མ་ཐེན་ཅམ་ལ་མཉེན་དང་ལྡན་པས་འགྲུའོ། །

ཡང་འབྲུ་ཆ་སོགས་ཀྱི་ན་རོནི། གཞུང་དྲུག་སློང་གསུམ་གྱི་ཐིག་ལ་ཡས་ཟུར་  
ནས་འབྲང་བྱ་ལྟ་བུ། གཞུང་སློང་གསུམ་འཛོམ་ས་བར། མགོ་ཐིག་དྲུག་བ་ནས།  
གཞུང་སློང་གསུམ་པའི་བར་གཏུགས་པའི་འཁྲོགས་གཉིས་ཅན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཆེ་ལོང་  
ཅམ་སོང་ཐེན་ནས། འབྲུ་ཆ་དང་། འབྲུ་ཆུང་ལྡན་ལུགས་སུ་གྲགས་བ་གཉིས་ཀྱང་  
འདིའི་རིགས་འདྲ་བྱས་པས། ཐིག་ཁང་དུ་དྲངས་པའི་དཔེ་ལུ་རིས་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་  
ཁོང་དུ་ཆུད་བར་འབྱུང་རོ། །

སྐབས་འདིར་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་ཡི་གེ་འབྲི་བའི་ལག་ཆ། འབྲི་རྩས་སོགས་  
གཞུང་གཞན་དུ་བལྟ་དགོས་ལ། སྤྱག་སྤྱག་ཤོག་གསུམ་མ་གཟབ་ན། །ཡི་གེ་གཟབ་  
འདོད་ཡིག་མཁན་འཁྲལ། །ཅེས་བ་ལྟར་ནན་ཏན་བྱ་དགོས་ལ། དེ་ལྟར་གསུང་རབ་  
ཆེན་པོ་དག་རྩལ་ཆེན་དང་རྩལ་ཆུང་། རྒྱ་གར་མཁས་པའི་གཞུང་རྣམས་འབྲུ་ཆེན།  
པོད་ཀྱི་གཞུང་རྣམས་འབྲུ་ཆུང་། ཐེན་ཡིག་གི་རིམ་བ་དག་ལ་མཁྲོགས་ཐིས་སོགས་

ཐོབ་པར་བཤད་ལ། དེ་དག་གྲང་སྒྲིར་ཡིག་ཚུག་ལེགས་པ་ཉིད་གཙོ་ཆེ་ལ། ལེགས་  
པ་ལས་གྲང་མཉམ་བཤ། མཉམ་པ་ལས་གྲང་མགྲོགས་བཤ། མགྲོགས་པ་ལས་གྲང་དག་  
པ་ཉིད་གཙོ་ཆེ་བ་སོགས་མཁས་པའི་བཤད་རྒྱུན་ཡིན་པས་དེ་དག་ལག་ལེན་དུ་ཐེབ་  
པར་འཆའ་ལོ། །

སྒྲོ་གྲོས་རྣམ་པར་གསལ་བའི་གཞི་དང་བརྟེན། །གསུང་རབ་འབྲི་དང་སྒྲོག་  
ལས་གཞན་མིན་ཕྱིར། །མཁས་པ་འདོད་པས་བསྟེན་བྱ་གཅིག་བྱ་འདིར། །མི་འཇུག་  
གྱི་ནང་སྒྲིད་པའི་སྒྲོ་ནི་པལ། །དེ་ཕྱིར་བྱུན་སྒྲིད་ཐོ་རྒྱུང་འདེབས་ཤེས་ཅམ། །སྒྲིང་  
པོར་བྱེད་པའི་དུས་འདིར་མི་དགོས་མོད། །འོན་ཀྱང་ཡ་རབས་མཁས་པའི་ལུགས་  
བཟང་གི། ཕྱོགས་རེ་ཅམ་ཡང་གཞན་སྒྲན་དོན་ཡོད་སྟམ། །འདི་དགའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲང་  
བ་དམ་བ་དེས། །སྒྲིང་ལ་ཉལ་བའི་སྒྲོངས་ཆེན་ལུལ་སྤྱང་ནས། །སྒྲོ་གྲོས་ཀྱན་ནས་  
ཡངས་པའི་དགའ་སྒྲོན་ལ། །ཉག་པར་གནས་པའི་དགའ་མཚན་རྒྱས་སྤྱར་ཅིག །ཅེས་  
ཐེག་གི་ལག་ལེན་དུ་མར་བཤད་པ་བཟོ་རིག་མཛེས་པའི་ཁ་རྒྱན་ཅེས་བྱ་བ་ལས།  
གསུང་རབས་ཡི་གེར་འབྲི་བའི་ཆ་རྒྱུན། ཡི་གེ་ཐེག་འགའ་ཅམ་བཞོད་པའོ། ། །

### ༼ བདེ་གཤེགས་མཚན་རྟེན་གྱི་ཐེག་ཆད་བརྗོད་པ། ༽

གང་ཞིག་ལས་དང་འབྲས་བུའི་ཡོན་ཏན་ཀྱན། །འགྲོ་འདིའི་ལེགས་བཤད་ཞིང་  
དུ་སྒྲང་འཆར་བ། །སྒྲིམ་པར་བཟུང་བའི་མེ་ཉྟག་སྤོས་ཀྱང་། །མཚན་ན་ལེགས་  
བྱས་དཔར་བསྐྱེད་དེ་ལ་འདུད། །དེ་ཕྱིར་དེ་ཡི་ཆད་དང་དབྱིབས་ལ་སོགས། །སྒྲ་  
ཆོགས་ཐེག་བ་རྒྱད་ལྡེའི་རིམ་བ་ཡིས། །བསྐྱེད་དང་ཞུགས་གནས་འབྲས་བུའི་དབྱེ་  
བ་ལས། །རྣམ་པ་མང་ཡང་འདི་དུ་མཁོ་ཆེའི་ཕྱིར། །སྒྲོན་པ་མི་མཆོག་ཁ་ལོ་བསྐྱར་

བ་དེའི། །ལེགས་མཛད་རིན་ཆེན་འགྲོ་བའི་བསོད་ནམས་དཔལ། །རྣམ་བརྒྱད་སྟོན་  
བའི་དགེ་མཚན་ལས་འཕྲོས་བའི། །མཆོད་རྟེན་བཞེངས་བའི་ཆད་ཀྱི་རེས་བར་  
སྤྲོད་། །དེ་ལ་འདིར་བདེ་གཤེགས་མཆོད་རྟེན་བརྒྱད་དུ་གྲགས་བའི་ཐིག་ཆད་བརྗོད་  
བ་ལ། སྤྱལ་སྤྱུ་ཐོང་ཁ་བའི་ལུགས་ཉིད་གཙོ་བོ་དང་། གཡའ་སེལ་ལས་འབྱུང་བའི་  
མཆོད་རྟེན་གྱི་ཐིག་ཆད་སྤར་དང་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་བར་དག་ཀྱང་ཐུང་ཐུང་བཤད་པ་  
དང་བཅས་འགོད་བ་ནི།

ཆེ་ཆུང་ཇི་ལྟར་འཚམས་བའི་གཞིར། །ཆོངས་དང་འཕྲེད་ཐིག་ལེགས་བར་  
གདབ། །ཆོངས་ཐིག་གཡས་གཡོན་ཆ་ཆེན་བརྒྱད། །མང་ནས་ཉོག་ཅེའི་བར་བཅུ་  
དྲུག །འདི་ནི་བརྒྱད་ཀའི་གཞི་ཡིན་ཏེ། །ཆ་ཆེན་བཞི་ཆ་ཆ་ཆུང་ཡིན། །ས་སྟེགས་  
དཔངས་སུ་ཆ་ཆུང་གསུམ། །རྒྱ་ནི་གཡས་གཡོན་ཉིད་གཅིག་སྟེ། །དེལ་བས་ཆ་ཆུང་  
ཞེ་གཉིས་སོ། །ཐེམ་སྒྲིམ་གསུམ་དཔངས་ཆ་ཆུང་རེ། །གཡས་གཡོན་རྒྱ་ལ་མས་རིམ་  
བཞིན། །བཅུ་དགུ་བཅུ་བདུན་བཙོ་ལྔའོ། །གདོང་ཆེན་དཔངས་སུ་ཆ་ཆུང་  
དྲུག །གཡས་གཡོན་ཆ་ཆུང་བཅུ་གསུམ་རེ། །གཟུང་སྒྲིམ་བད་ཆུང་བ་གས་  
གསུམ། །མས་རིམ་དཔངས་སུ་གཅིག་གཅིག་གཉིས། །རྒྱར་ནི་རིམ་བཞིན་གཡས་  
གཡོན་དུ། །བཅུ་བཞི་བཙོ་ལྔ་བཅུ་དྲུག་སྟེ། །སེང་ཁྱི་བརྒྱ་དཔངས་ཆད་དུ་  
བཤད། །མཆོད་རྟེན་དངོས་ནི་ཚོད་དགེ་ནས། །ཉོག་བར་ཆ་ཆེན་བཅུ་གཉིས་  
དཔངས། །དགེ་བཅུ་དཔངས་སུ་ཆ་ཆུང་གཅིག །གཡས་གཡོན་བྱེད་བཅས་བཅུ་  
གཉིས་ཏེ། །བྱང་ཆུབ་མཆོད་རྟེན་བར་རིམ་བཞི། །དཔངས་སུ་ཆ་ཆུང་གཉིས་གཉིས་  
མཉམ། །རྒྱར་ནི་མས་རིམ་གཡས་གཡོན་དུ། །བཅུ་གཉིས་བཅུ་གཅིག་བཅུ་དང་

དགྲ། །བུམ་སྟན་དཔངས་སྤྱུ་ཆ་རྒྱུད་གཅིག་། །གཡས་གཡོན་རྒྱུད་ནི་བྱེད་དགྲ་  
ལེ། །བུམ་དཔངས་ཆ་རྒྱུད་བཅུ་གཉིས་དང་། །ཆ་རྒྱུད་གཅིག་གི་སྤུམ་ཆ་བཅས། །ཆ་  
རྒྱུད་དགྲ་པའི་ཐད་ཀྱི་རྒྱུད་། །གཡས་གཡོན་ཆ་རྒྱུད་བཅུ་གསུམ་སྟེ། །དེ་ལྟ་གུ་ཆ་རྒྱུད་  
གསུམ་དང་ནི། །གཅིག་གི་སྤུམ་ཆ་བཅས་པའི་དཔངས་། །ཁད་ཀྱིས་རྒྱུམ་པའི་བུམ་  
སྟོན་དང་། །བུམ་སྤྲེད་རྒྱ་མཉམ་གཡས་གཡོན་དུ། །ཆ་རྒྱུད་བརྒྱད་བརྒྱད་བཅུ་གསུམ་  
སྟེ། །རྒྱུམ་པོར་བསྐྱོར་བ་སྤུམ་འགྱུར་ལོ། །བྲེ་གདན་དཔངས་སྤྱུ་ཆ་རྒྱུད་གཅིག་གཡས་  
གཡོན་རྒྱ་ལ་ཆ་རྒྱུད་ནི། །གཉིས་ལ་བཅུ་ཆས་དམན་པར་བཤད། །བྲེ་དཔངས་ཆ་རྒྱུད་  
གཅིག་དང་ནི། །ཆ་རྒྱུད་གཅིག་གི་སྤུམ་གཉིས་བཅས། །བྲེ་རྒྱ་གཡས་གཡོན་ཆ་སྤྲེད་  
གཉིས། །ཆ་སྤྲེད་བཞི་ཆ་རེ་དང་བཅས། །ཕྱེད་ལྡ། །བང་རིམ་དང་པོའི་རྒྱ་ཆད་དང་། །བང་  
རིམ་དེ་ནས་བྲེ་ཅེ་མན། །ཆ་ཆེན་བྲུག་བྲུག་མཉམ་པ་སྟེ། །རྒྱ་ཡི་མཆོད་རྟེན་མཆུ་ཞེང་  
གཡ། །སྟོག་ཤིང་བང་རིམ་བཞི་པར་འཇུག། །འབྲས་བུའི་མཆོད་རྟེན་རྒྱ་དཔངས་  
ནི། །གདུགས་འདེག་པད་དཔངས་ཆ་རྒྱུད་གཅིག་དེ་ཡི་རྩ་བར་ཆ་རྒྱུད་ལེ། །སྟེང་དུ་  
ཆ་རྒྱུད་གཉིས་གཉིས་སོ། །དེ་སྟེང་ཆ་རྒྱུད་བཅུ་བདུན་པོ། །ཆ་མཉམ་བཅུ་བཞིར་  
བགོས་པ་ཡི། །བཅུ་གསུམ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་དང་། །ལྟ་མ་ཐུགས་མེ་མདོ་གཞུངས་  
དཔངས། །སོ་སོར་ཆ་སྤྲེད་རེ་དང་། །ཆ་སྤྲེད་བཅུ་བཞིའི་ཆ་རེ་ཐོག། །འཁོར་ལོ་དང་  
པོའི་གཡས་གཡོན་རྒྱུད་། །ཆ་སྤྲེད་གསུམ་གསུམ་ཐད་ཀར་བྲུག། །རྒྱུམ་སྐྱོར་ཆ་རྒྱུད་  
བཅོ་བརྒྱད་དོ། །འཁོར་ལོ་བཅུ་གསུམ་པ་ཡི་རྒྱ། །ཆ་རྒྱུད་གཅིག་གི་བཞི་གསུམ་  
ལེ། །བསྐྱེལ་བས་ཆ་རྒྱུད་བྱེད་དང་གཉིས། །མཐའ་སྐྱོར་ཆ་རྒྱུད་བྱེད་ལྔའོ། །བཅུ་  
གསུམ་ཆ་མཉམ་རེ་ཡི་དཔངས། །གསུམ་བགོས་སྤུམ་གཉིས་པོ་འཁོར་དང་། །སྤུམ་

ཆ་བར་སྟོང་མོ་འཁོར་ཡིན། །བཙུ་གསུམ་པ་ཡི་གཡས་གཡོན་གྱི། །ཕྱེད་ཕྱེད་  
མཆམས་ནས་ཐིག་བྱང་པོ། །འཁོར་ལོ་དང་པོའི་ ཆ་ཆུང་ཕྱེད་དང་གསུམ་ཅེར་འཛོན། །དེ་  
བཞིན་དེ་ཕྱིར་ སྒྲུབ་ནས་ཕྱེད་དང་། སྟོན་ནས་བཞི་ཆ་ཡིན་པ། ཕྱེད་ཕྱེད་ནས། །ཐིག་བཏབ་སྔ་མ་  
མོ་འཁོར་དང་། །ཕྱི་མ་པོ་འཁོར་མཐའ་རྣམས་རྟོགས། །རིམ་གྱིས་སྤྱིང་མཛེས་བར་  
འགྱུར། །ཐུགས་རྗེ་མདོ་གཟུངས་རྒྱ་དབངས་ནི། །འཁོར་ལོ་བཙུ་གསུམ་པ་དང་  
མཉམ། །སྤྲེད་གྱི་གཞི་གསུམ་འཇམ་པོ་ལ། །སྟོན་དུ་ཅུང་ཟད་གཡེལ་བ་ནི། །བཙུ་བྲུག་  
སུལ་ཅན་བཞི་ཆའོ། །དེ་སྟེང་གཤུགས་དང་ཆར་ཁེབས་དབངས། །སོ་སོར་ཆ་ཆུང་  
ཕྱེད་ཕྱེད་དེ། །གཤུགས་རྒྱར་འཁོར་ལོ་བདུན་པ་དང་། །ཆར་ཁེབས་འཁོར་ལོ་བྲུག་  
པའི་རྒྱ། །ཟ་ར་ཆག་དང་བྲེ་དབངས་མཉམ། །སྟེང་རྒྱ་གཤུགས་དང་མཉམ་པ་ལ། །འོག་  
ཏུ་འཕེལ་ཁ་ཅི་མཛེས་བྲ། །རྒྱ་པའི་དབངས་སུ་ཆ་ཆུང་གཅིག་། །ཅེ་གཉིས་བགྲད་པ་  
གཤུགས་དང་མཉམ། །ཉི་མ་རྒྱ་དབངས་ཆ་སྟན་གཉིས། །ཆ་སྟན་གཅིག་གིས་རྒྱུ་  
པོར་བསྐྱོར། །རྟོག་གི་རྒྱ་དབངས་ཆ་སྟན་གཅིག་ །དེ་ལྟར་མ་ག་རྒྱར་བཞེངས་  
པའི། །བདུད་འདུལ་བྱང་ཆུབ་མཆོད་རྟེན་ཆད། །གཞན་བདུན་བར་རིམ་འགྱུར་བྱང་  
ལས། །སེར་སྒྲིའི་ཆ་ལ་བལྟམས་བད་སྤངས་ནི། །བར་རིམ་བཞི་རྒྱུ་པ་ད་རིས་  
ཅན། །ཤ་ར་རྒྱ་སིར་ཆོས་འཁོར་དུས། །སྟོ་མང་སུམ་ རྩྭ་ ཆའི་སྟོ་འབྱར་ཅན། །བར་  
རིམ་བཞི་པོ་སོ་སོར་དོ། །

གསལ་ལྡན་ལྟ་ལས་བབས་པ་ནི། །བྱ་བཞེར་སྟོ་འབྱར་ཐེམ་སྐྱས་ནི། །སུམ་  
གཤེབས་ཅན་དུ་ཡོད་པའོ། །མཉན་ཡོད་ཆོ་འབྱུལ་བར་རིམ་བཞི། །སུམ་ཆའི་སྟོ་  
འབྱར་ཡོད་པའོ། །འོད་མའི་ཆ་ལ་དུ་དབྱེན་རྒྱུ་པ། །བར་རིམ་བཞི་པའི་རྩར་བཅད་

པ། །སྤུམ་ཆ་དོས་བརྒྱད་མཉམ་པའོ། །

རྩ་མཚོག་སྤང་འདས་མཚོད་ཉེན་ནི། །བང་རིམ་མེད་པའི་རྒྱུ་ལོ་  
དང། །ཡངས་ཅན་སྤྱུ་ཆེ་བྱིན་བརྒྱབས་པ། །རྣམ་རྒྱལ་བང་རིམ་གསུམ་པ་དང། །དགོ་  
བཅུའང་རྒྱུ་ལོ་ཉིད་དུའོ། །ཀྱུན་ལ་མེ་ཉོག་སྤེང་བའི། །གདུགས་འོག་བཏགས་ནས་  
བུམ་སྟོད་བར། །སྤྱེལ་བའི་མཛེས་ཆ་བྱེད་པ་དང། །ཟུར་བཞིའི་རྩོད་འདའངས་ཆ་  
ཆེན། །གཅིག་དང་ཞེང་ལ་ཆ་རྒྱུད་གཉིས། །དེ་སྟེང་རྩོད་མེད་ཁ་ཕྱིར་བཏྲ། །མགྲུལ་དུ་  
གོང་གི་མེ་ཉོག་སྤེང། །འདོགས་པའི་ལུགས་ཀྱང་ཡོད་པའོ། །

གཡའ་ཤེལ་ལས་གསུངས་ཁྱི་ཐིག་ནི། །ས་འཛིན་དཔངས་སུ་ཆ་རྒྱུད་  
གསུམ། །གཡས་གཡོན་བྱེད་བཅས་བྱེད་ཉི་ཤུ་བཅུ་དགུ་རེ། །ཐེམ་སྐྱས་གསུམ་  
དཔངས་ཆ་རྒྱུད་རེ། །གཡས་གཡོན་རྒྱ་ལ་མས་རིམ་བཞིན། །བྱེད་བཅས་བཅུ་བདུན་  
དང་བཅུ་དྲུག་བྱེད་བཅས་བཅུ་བཞིར་བྱེད་པ་དང། །གདོང་ཆེན་དཔངས་སུ་ཆ་རྒྱུད་  
དྲུག་གཡས་གཡོན་རྒྱ་ལ་བཅུ་གསུམ་རེ། །གཟུང་སྐྱམ་བད་རྒྱུད་གཉིས་ཀ་  
ནི། །དཔངས་སུ་ཆ་རྒྱུད་རེ་རེ་དང། །བད་ཆེན་དཔངས་སུ་ཆ་རྒྱུད་གཉིས། །དེ་གསུམ་  
རྒྱ་ལ་མས་རིམ་བཞིན། །བཅུ་བཞི་བཅོ་ལྔ་བཅུ་དྲུག་རེ། །བྱེད་པའི་ཁྱི་ཐིག་གདབ་  
ཚུལ་ཡོད། །བུམ་པའི་སྒོར་བྱིས་བྱ་ཚུལ་ནི། །དཔངས་སུ་ཆ་རྒྱུད་བརྒྱད་ཡོད་  
པའི། །བུམ་པ་ཆངས་པའི་གཡས་གཡོན་དུ། །ཆ་རྒྱུད་གཉིས་རེ་ནས་བྲངས་  
པའི། །བྱེན་གསེག་བཞི་རེ་སོང་བའི་སར། །ཞེང་དུ་གཡས་གཡོན་བྱེད་བཞི་རེ། །དེ་  
ནས་བྱེན་དུ་གཅིག་སོང་བའི། །ཞེང་དུ་གཡས་གཡོན་གསུམ་རེ་སྟེ། །སྐད་ཉག་གས་  
ནི་ཁྲག་མཚམས་འབྱུང་། །རྩེ་མོ་ཆངས་པའི་གཡས་གཡོན་དུ། །ཆ་རྒྱུད་གཉིས་རེ་

བྱས་པ་ནས། །རིམ་གྱིས་ཁྱུག་མཆོམས་བར་དུ་འཐེན། །དེ་ཡིས་སྒྲོར་བྲིམ་ནང་སྒྲོར་  
རྟོགས། །ཕྱི་ཡི་པ་ཏ་བྱམ་དབྱས་ནས། །གྱེན་དུ་ཆ་རྒྱུད་བདུན་གཞལ་བཤེ། །མཆོམས་  
དེར་ཅེ་མོས་སྒྲེབས་པའོ། །དེ་ཡི་ཞེང་ཆད་ཅེ་ནས་བརྒྱད། །གཡས་གཡོན་བསྐྱོམས་  
པས་གཅིག་དང་བཞི། །བྱུག་བརྒྱད་བཅུ་དང་བཅུ་གཅིག་དང་། །བཅུ་གཉིས་བཅུ་  
གཉིས་བཅུ་གསུམ་དང་། །བཅུ་གསུམ་བཅུ་གསུམ་བཅུ་གཉིས་དང་། །བཅུ་གཅིག་  
ནས་ནི་ཅ་བ་བྱུག། །དེ་ལྟར་བགས་གྱིས་བཀྱག་པ་ཡིས། །ཕྱི་ཡི་པ་ཏ་ཁྱུག་མཆོམས་  
བཅས། །ལེགས་པར་འབྱུང་ངོ་གཡལ་སེལ་ལུགས། །དེ་ལྟར་རྒྱ་དང་འབྲས་བྱ་  
ཡི། །མཆོད་རྟེན་གྱི་ནི་རྣམ་བྱང་ཆོས། །མཆོན་པའི་རྩལ་སོགས་གཞན་དུ་བཟླ། །

༥ རང་ལུགས་མཆོད་རྟེན་ཁང་བཅིགས་ཐེག་ །ཞེང་དཔངས་གཉིས་ཀར་ཆ་  
ཆེན་བརྒྱད། །རེ་རེའང་ཆ་རྒྱུད་བཞི་བཞིར་བགོ། །ས་གདན་ཆ་རྒྱུད་སོ་གཉིས་  
བཞི། །གེ་སར་ཉར་བཞི་དང་གཅིག་སྟེ། །ཐེམ་སྐྱས་ལ་ནི་ཉར་གཉིས་གཅིག་ །དཔངས་  
ལ་ཉི་ཤུ་དང་བཅུ་གཉིས། །བད་རྒྱུད་ཉར་གཉིས་དང་བྱེད་གཉིས། །བད་ཆེན་སུམ་ཅུ་  
དང་བྱེད་བཞི། །ཁ་རྒྱན་སོ་གཉིས་དང་གཅིག་གོ། །སྟེང་བྲེ་འོག་མའི་སུམ་ཆ་  
ཡིན། །ཅེས་པ་དདུལ་རྩུ་བཏ་ཆེན་བཞེད། །

༦ ས་ལུགས་ཆངས་རྩར་ཐེག་ཆེན་བཏབ། །ཆེ་རྒྱུད་གང་འདོད་ཅ་ཐེག་  
བཞི། །ཅ་ཐེག་ཆ་ཆེན་ལྔ་ལྔར་བགོ། །ཆ་ཆེན་རེར་ཡང་ཆ་རྒྱུད་བཞི། །གདན་བྲི་ཆ་རྒྱུད་  
ཉི་ཤུ་དང་། །དཔངས་སུ་ཆ་ཐོན་གསུམ་བ་བྱ། །དེ་ཡི་སྟེང་དུ་བྲི་རྒྱུད་ནི། །ཐོགས་བཞི་  
ཕྱི་དུ་ཆ་གཉིས་དོར། །རྒྱ་དཔངས་ཆ་ཐོན་རེ་རེ་བྱ། །དེ་སྟེང་ཁང་ཆེན་རྒྱར་ཆ་  
རྒྱུད། །བཅུ་བྱུག་དཔངས་སུ་ཆ་རྒྱུད་བརྒྱད། །བད་རྒྱུད་དཔངས་སུ་ཆ་ཐོན་བྱེད། །བད་

ཆེན་དཔངས་སུ་བྱེད་དང་བཞི། །དེ་སྟེང་ཁང་བཅེགས་རྒྱ་ཚད་ནི། །བད་ཆེན་རྒྱ་ནི་  
ཆ་གསུམ་བགོ། དབུས་ཀྱི་ཆ་ཡི་སུམ་ཆ་ལ། །ཆ་སྟན་གཅིག་བསྟན་ཁང་བཅེགས་  
རྒྱ། །དཔངས་སུ་བཞི་ཆས་དཔན་པ་ཡི། །ཆ་སྟན་གསུམ་ཡིན་བད་རྒྱུང་དཔངས། །ཆ་  
སྟན་གཅིག་གི་བཞི་ཆའོ། །དེ་སྟེང་བད་ཆེན་ཆ་སྟན་གཅིག་ །དྲིལ་བས་རྒྱ་དཔངས་  
མཉམ་པ་ཡི། །ཆ་སྟན་ཉི་ཤུ་ཉི་ཤུར་མཚུངས། །འདིར་ནི་ལུས་ཚད་བྱ་བཞི་  
མཚོན། །ཡང་ན་སངས་རྒྱས་ཡོན་ཏན་རྫོགས། །མི་མཉམ་མེད་པས་བྱ་བཞི་  
པ། །ཞེས་པའི་དོན་བཞིན་ཡིན་པར་བཞེད། །བད་ཆེན་བད་རྒྱུང་རྒྱ་ཚད་སོགས། །མ་  
བཤད་རིགས་པས་དབྱེད་པའམ། །མཁས་པའི་ངག་ལས་ཐོས་པར་གྱིས། །ས་ལུགས་  
ཐིག་ཚོག་རྒྱ་མཚོ་ལས། །བྱང་བ་བཞིན་དུ་བཀོད་པ་ཡིན། །

༥ ཉན་རང་ལ་སོགས་མཚོད་རྟེན་ནི། །མཚོད་རྟེན་ཏོག་ནས་ས་འཛིན་  
བར། །བྱང་ཆེན་བཞིན་ལ་གདུགས་བདུན་པ། །རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཚོད་རྟེན་  
ཡིན། །གདུགས་བཞི་ཉན་ཐོས་གདུགས་གསུམ་པ། །ཕྱིར་མི་འོང་དང་གདུགས་  
གཉིས་པ། །རྒྱན་ཞུགས་གདུགས་མེད་བེ་སྟེང་དུ། །ཉི་ཟླ་བཞག་པའི་བྲེ་བ་ནི། །སོ་སོ་  
སྟེ་བའི་མཚོད་རྟེན་ཡིན། །

༦ གཞན་ཡང་དུས་འཁོར་ཡེ་ཤེས་ཀྱི། །མཚོད་རྟེན་ཐིག་གི་ལག་ལེན་  
སོགས། །དབྱངས་ཅན་བྱུང་པའི་རྫོང་ལྷུངས། །དེ་དུ་བཟླ་ཞིང་འདི་ཉིད་དུ། །དྲི་བར་  
མ་རུས་དེ་ལས་གཞན། །རིག་པ་མེད་པའི་མཚོད་རྟེན་དང་། །ཀ་ཐོག་རིག་འཛིན་ལུགས་  
མཚོད་རྟེན། །མཚོད་རྟེན་བྱ་རུང་ཁ་ཤོར་སོགས། །མི་འདྲའི་བཀོད་པ་མང་མཆིས་  
རུང་། །ཡི་གེས་འཛིགས་ནས་མ་སྟོས་ལ། །དེས་པ་གཞན་གཞུང་ལས་རྟོགས་འཆ་ལ། །

༼རྫོང་འི་མོགས་སྤྱགས་རྟེན་གྱི་ཆ་ཆད་བཤད་པ།༽

༥ དེ་ནས་རྣལ་འབྱོར་པས་བསྟེན་པར་བྱ་བའི་དམ་ཆོག་གི་ཡན་ལག་རྫོང་  
འི་མོགས་དང་ལུས་རྒྱན་བཅས་ཀྱི་དབྱིབས་དང་ཆད་གཉིས། དང་པོ་ལ་རྫོང་ལྟེ་  
བ་ཟུར་བརྒྱད་པའམ་རྒྱུ་པོ། མཐའ་གཉིས་སུ་སྐྱེད་པ། དེའི་མཐར་བསྐྱེད་དེའི་སྟེང་དུ་  
རྒྱ་དཀྱིལ། དེའི་སྟེང་མཐར་སྐྱེད་བས་བསྐྱོར་བ། དེའི་སྟེང་གི་རྩ་རྣམས་ཅ་ཅེ་སྤྲ་ལ་  
དབྱས་སྟོམས་པ། ཅ་བ་ལས་ཀྱང་ཅེ་སྤྲ་བ། དབྱས་སྟོམས་སར་རི་མོ་གསུམ་པ་  
དབྱས་མཐོ་ཞིང་མཐའ་གཉིས་དམའ་བ། རྩ་རྣམས་ཟུར་བཞི་པ། འོག་ངོས་ཅུང་ཟད་  
རྒྱུ་པ། ཕྱོགས་རྩ་རྣམས་ཚུ་སྟོན་གྱི་ཁ་ནས་འཐོན་པ། སྟོ་གཉིས་སུ་སྐྱེད་བ་ཡོད་པ་  
ཅེ་དབྱས་རྩ་ལ་ཟུག་པ། རྩ་མང་ཅུང་ཡང་པལ་ཆེར་ལྡ་བ་དང་དགུ་པ། ཞི་བཀ་གི་ཁྲད་  
པར། ཅེ་ཟུམ་པ་དང་། གདེངས་པའི་ཁྲད་ཅན་རིན་པོ་ཆེ་དང་ལྷགས་ལས་བྱ་བར་  
བཤད་དོ། །

འདིའི་ཆད་ཀྱང་། ཆེ་ཆུང་གང་འདོད་ལ་ཆ་མཉམ་གསུམ་སྟེ། འཆང་བཟུང་ཆ་  
གཅིག །སྟེང་འོག་གི་རྩ་ལ་ཆ་རེ་རེ། ཆ་མཉམ་རེ་ལ་ཆ་བརྒྱ་གཉིས་སུ་བགོས་ལ། རྫོ་  
རྫོའི་སྟོན་དུ་ཆ་ཆུང་སོ་དུག །སྟེ་བ་སྟོན་དུ་ཆ་ཆུང་བཞི། ཞེང་ལ་དུག །རྒྱུ་སྐྱོར་ཞེང་  
གི་སུམ་འགྲུར་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་འབྲ་བའོ། །

སྟེང་འོག་གི་སྐྱེད་པ། བསྐྱེད་བ་བཅས་ལའང་སྟོན་དུ་ཆ་ཆུང་བཞི། ཞེང་དུ་  
དུག་སྟེ། འཆང་བཟུང་ལའང་ཆ་མཉམ་གསུམ་དུ་བྱ། ཞིབ་དུ་སྐྱེད་བའི་ཞེང་ལ་བཞི།  
བསྐྱེད་ཅ་བ་ལ་ཞེང་ཆ་བཞི། བསྐྱེད་ཅེ་དང་རྒྱ་བ་མཉམ་པའི་ཞེང་དུ་དུག །སྐྱེད་བ་བད་  
རྒྱ་བཅས་པའི་དཔངས་ལ་ཆ་བཞི། དབྱས་རྩ་སྟོན་དུ་ཆ་བརྒྱ་གཉིས་པ་དབྱས་སྟོམས་

སར་སྤེད་གྱི་བཞི་ཆ་ཡང་བཞེད། །སྤྱོད་ས་རྩ་ཆུ་མས་སྤྱོད་ས་གྱི་བསྐྱེད་ཐད་ནས་ནང་  
དུ་བྱུང་བ། ཚུ་སྤོན་གྱི་གདོང་གི་སྤེད་ལ་རྩ་ཡི་བཞི་ཆ་ཚུ་སྤོན་གྱི་སྤྱ་རྩ་ལས་བྱིར་  
འཕགས་པའི་ཞེད། འབྲས་སོ་བའི་ཤུན་པ་དཀྱུས་ལ་བྱེད་མར་བཀས་པའི་བྱེད་དམ།  
ནས་གྱི་བྱེད་སྟེ། སོར་གཅིག་གི་བརྒྱད་ཆའི་ཞེད་ཅན། ཅེ་མོ་བྱུག་མཆུ་མས་སྤྱ་  
ཆོགས་བཤད་ཀྱང་། དབྱས་རྩ་ཆ་བཅུ་གཉིས་བྱས་པའི་ཅེ་ནས་གཉིས་མཆུ་མས་སྤྱ་  
བྱུག་པ། གྲུག་ཆད་ཀྱང་། ཤར་བྱུག་གྱི་རྩེ་བྱི་མཐའི་ནས་བྱི་མཐའི་བར་ལ་ཆ་བཅུ་  
གཉིས། རྩེ་མཆུ་ཞེད་མཉམ་པའང་། ལྟེ་བའི་མཐའ་འཁོར་བའི་སྤྱད་བྱ་བརྒྱད་ས་ན་  
རྩེ་མེད་བྱེད་དང་། རྩེ་གྲུག་ཆེ་བའི་མཐའ་འཁོར་བའི་སྤྱད་བྱ་བརྒྱད་ས་ན། རྩེ་མེད་  
ཆད་ཡོངས་རྩོགས་དང་མཉམ་པ་སོགས་བྱ་སྟོན་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་གྱིས་བཞེད། རྩ་  
དབྱ་བྱེད་ན་སྤྱོད་ས་མཆུ་མས་གྱི་བསྐྱེད་སོ་སོའི་ཐད་ནས་ཐོན་པའོ། །ཡང་ཅེ་  
གཅིག་པ་དང་། ཅེ་གསུམ་པ་སོགས་ཀྱང་བཤད་ལ། མཆོན་དོན་གཞུང་གཞན་དུ་  
གསལ་ལ། དེ་ལྟར་རྩེ་མཐའ་འགོ། སྤྱ་བྱ་བ། མན་སྟེ་སོགས་གྱི་དགོངས་པ་ལྟར་ལ།  
དུས་འཁོར་ལས་འདི་དང་མི་འདྲ་ཅུ་འདྲུང་དོ། །

དེའི་སྤྱེད་དབྱིབས་ཀྱང་། སྤྱེད་གི་རྩེ་མཐའ་ལ། དེའི་འོག་ཏུ་ཤེས་རབ་མའི་  
ཞལ་དབྱ་སྤྱེད་དང་རིན་པོ་ཆའི་དབྱ་རྒྱན་ཅན། རྩེ་འོག་གི་ཁྲ་གདན་ལས་མི་འཕགས་པ།  
ཞལ་གྱི་འོག་ཏུ་བྱུང་བ། དེ་འོག་བྱུང་གདན་བྱ་བཞི་བ། དེ་འོག་སྤོང་གསུམ་པ་བཅེགས།  
དེ་འོག་དབྱུག་པ། དེའི་འོག་ཏུ་དེའི་སྤྱེད་འོག་པ་ཡར་སྤུབ་དབྱས་མཐོ་ལ་མཐའ་དམའ་  
བ། འོག་པ་བྱིངས་ཀྱང་། སྤྱེད་རིམ་གྱིས་གཡེལ་བའི་མཐའ་རྩུང་ཐད་བྱུང་བ། རྩུང་བྱེད་  
ལྷགས་དབྱུག་བྱར་བརྒྱད་པ། རྩེ་མོ་སོགས་རིན་པོ་ཆེ་དང་། འོག་པ་འཁར་བ་ལས་བྱ་

བར་བཤད་དོ། །འདིའི་ཆད་ཀྱང་། རིལ་བྱ་ལ་ཆ་བྱག་ཏུ་བྱས་པའི། སྟོང་གི་དོ་རྩེ་བསྐྱ་  
དང་བཅས་པ་ཆ་གཅིག །ཞལ་བྱམ་པ་གདན་སྟོང་བ་བཅས་པ་ལ་ཆ་གཅིག །དབྱུག་པ་  
ཆ་གཅིག །ཁོག་པའི་སྟོང་གི་བསྐྱ་ལོག་གི་བྱ་བ་བྱ་བྱེད་བསྟོམས་པས་ཆ་གཅིག །དེ་ནས་  
མཐའི་བར་ཆ་གཉིས་ཏེ་བྱག་གོ། གཞུང་ལ་ལར་ཆ་གསུམ་གསུངས་པ་ཡང་འདི་དང་  
གནད་གཅིག་སྟེ། ཆ་རེ་ལ་བྱེད་མར་བཏུབ་པའོ། །རིལ་བྱའི་ཁ་ཡི་རྒྱུ། ཁའི་ཐད་ཀྱི་  
དབྱས་ནས་ཡར་ཕྱབ་བར་ཀྱི་སྟོང་དང་མཉམ་མོ། །

རིལ་བྱ་དེ་ལ་ཡང་ནང་ཆོན། རྟོར་སེམས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རིལ་བྱ་ནི། ཅེ་དགུ་པར་  
གསུང་ཡང་། ལྷ་པ་ཡང་ཡོད། འདིའི་བྱེད་པར། ཁའི་གོང་དུ་སྟོང་བ་གཉིས་ཀྱི་བར་རྩོ་  
རྩེ་སྟོང་བ། ཡར་ཕྱབ་ཏུ་བསྐྱ་འདབ་བརྒྱད་ལ། འར་དུ་སྟོལ་མའི་ས་བོན་གྱི། བྱང་དུ་  
གོས་དཀར་མའི་མི། ལུབ་ཏུ་སྐྱ་མ་གླིང་མི། ལྟོར་སྐྱ་མའི་མི། ལྟོ་ལུབ་ཚྭ་མའི་མི། ལུབ་  
བྱང་ཁྱོ་གཉེར་ཅན་མའི་སྟེ། བྱང་འར་སྟོང་བ་མའི་མི། འར་ལྟོར་རྟོར་རྒྱུ་མའི་མི་  
སོགས་ཡོད་པ། སོགས་ལ་བསྐྱ་རེའི་ཐད་བྱ་བ་བརྒྱད། དེ་སོ་སོའི་བར་དུ་བྱ་བྱེད་  
བརྒྱད། བྱ་བའི་དབྱས་ལ་འར་ནས་བཟུང་། འཁོར་ལོ། རེན་པོ་ཆེ། བསྐྱ། རལ་གྱི།  
ལྷན་པ་སོགས། བྱ་བྱེད་ཀྱི་སྟོང་བསྐྱ། རེན་པོ་ཆེ། བ་ཏ་སྐྱ་གུ་སོགས་ཡོད་ལ། དེའི་  
སྟོང་ན་སྟོང་བ་གཉིས་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་རྩོ་རྩེ་ཉལ་སྐབས་ཀྱི་སྟོང་བ་ཅན་ནོ། །ཤེས་  
རབ་མའི་ཞལ་གྱི་ལ་སྟོགས་པ་དང་། འདིའི་རེན་པོ་ཆེ་བྱེད་སྟོང་བ་ལྟར་རྒྱས་པ། ལྷ་  
གུ་ནི། རེན་པོ་ཆེའི་སྐྱ་བ་ཏ་འབྲེལ་བའི་སྐབས་ནས་སྟོར་ཐོན་པའོ། །

དཔལ་མའི་རིལ་བྱ་ནི་ཅེ་ལྷ་དགུ་གང་རུང་ལ། རྩོ་རྩེའི་སྟོང་བ་སོགས་ཡོད་ལ།  
བྱ་བ་བྱ་བྱེད་མེད་པ། དཔངས་སྐྱ་སོར་དགུ། ཁའི་རྒྱ་ཆད་སོར་ལྷ་བྱ་བའོ། །རིགས་

སོ་སོའི་བྲིལ་བྱ་ལ་གཞན་སྤར་དང་འབྲ་ལ། བ་བའི་ནང་དུ། འཁོར་ལོ། རྗེ། རིན་པོ་  
ཆེ། བསྐྱ། རལ་གྱི་སོགས་རིགས་གང་ཡིན་གྱི་མཆན་མ་དང་། བྲེང་བ་སྟོང་སྟོང་  
གཉིས་ལ་ཡང་། འཁོར་ལོ་སོགས་སོ་སོའི་མཆན་མའི་བྲེང་བ་ཅན། ཅེ་ལྷ་ཁོ་ནར་  
བྱལོ། རྟུང་བྱེད་ནི་ཐམས་ཅད་ལ་འབྲ་བ་ལྷགས་དབྱུག་རྩར་བརྒྱད་ལ། ཅེ་མོའི་དབྱུག་  
ཅུང་ཟད་མཐོ་བ་ཆད་རི་ལྟར་འཆམས་པར་བྱ་ཞིང་། རིགས་སོ་སོའི་བྲིལ་བྱ་ལ། ཅེ་  
མོ་རྗེ་རྩམ་པ་དང་། གདེངས་པ་གཉིས་གདམ་ར་ཅན་ནོ། །

ཞལ་གྱི་འོག་ཏུ་བྱག་པ་བྱས་པ་ནི་བཟོ་བའི་ལག་རྒྱུན་ཅམ་ལས་ཁྱུངས་ཡོད་  
པར་མ་བཤད་དོ། །དེ་ལྟར་རྒྱུད་རྗེ་རྗེ་མཁའ་འགོ། སི་བྱུ་ཏེ་སོགས་ལས་གསུངས་པ་  
ལྟར་ལ། དུས་འཁོར་ལས། རྗེ་རྗེ་བྱེད་པ་ཆ་གཅིག་། ཞལ་བཞི་ཅན་བྱམ་པ་དང་བཅས་  
པ་ཆ་གཅིག་། ཁོག་པ་ཆ་གཅིག་སྟེ་ཆ་མཉམ་གསུམ་པ་བྱལོ། །རྩ་བུམ་གདེངས་གཉིས་  
གདམ་ར་དང་ཞི་བྱག་གི་བྱེད་དོ། །

རྗེ་རྗེ་ལ་ཡང་། རྩའི་ཤར་ཏུ་བ་ཏུ་གཞལ་བའི་ཆད་དང་། དེ་སྤུམ་འཁྱུར་གྱིས་  
རྩའི་བྱིར་འཁོར་བ། དེ་སྤུམ་འཁྱུར་གྱིས་རྗེ་རྗེའི་སྲིད་མཉམ་པ་དང་། རྗེ་རྗེ་ཆ་གསུམ་  
དང་། འཆང་བཟུང་ཡང་ཆ་མཉམ་གསུམ་དུ་བལོ་བ། བྱོགས་རྩ་གཅིག་གི་སྲིད་ཆད་  
དེ་རྗེ་རྗེའི་སྤུམ་ཆར་འཁྱུར་བ་སོགས་བཤད་དོ། །སོར་བཅུ་གཉིས་པ་བྱ་བལོ། །

ལུས་རྒྱུ་གྱི་རྗེ་རྗེ་ཡང་། རྗེ་རྗེ་མཁའ་འགོའི་རྒྱུད་ལས། སྤྱི་བོའི་རྗེ་རྗེ་སོར་  
ལ། རྩ་རྒྱུ་གྱི་རྗེ་རྗེ་སོར་དུག་། དེ་བཞིན་དུ་མགུལ་རྒྱུན་སོར་བཞི། སྤྱིར་ཁའི་རྗེ་རྗེ་  
སོར་ལ། གསང་གནས་ཐད་ཀྱི་རྗེ་རྗེ་སོར་དུག་སྟེ། རྒྱ་རུས་པ་དང་རིན་པོ་ཆེ་ལས་བྱ་  
བར་གསུངས་སོ། །དུས་འཁོར་ལས། རྩ་བ་དང་། མཐེ་བོང་། དབྱལ་བ། མགྱིན་བ།

ཐག་ལ། སྤྱིང་ཁ་ནམས་སུ་འདོགས་པའི་རྫོང་ལ་ཆད་རེམ་བཞིན། སོར་གང་སོར་དོ་  
སོར་བཞི། སོར་ལྷ། སོར་བརྒྱད། སོར་དགུ་ཡི་ཆད་ཅན་དུ་གསུངས་སོ། །ཞི་བཤག་གི་  
དབྱེ་བ་ཆ་མཉམ་གསུམ་དུ་བྱེད་བ་སོགས་སྤར་ལྟར་རོ། །

### ༼ ཅད་ཉེ་ཏུ་བཤད་ལ། ༽

ཅད་ཉེ་ཏུ་བཤད་པ་ནི། རྒྱ་ཤིང་རྫོང་ཅུན་སོགས་ཤིང་དང་། མི་ཡི་ཐོད་པ་  
ལས་བྱ་ཞིང་། ཐོད་པ་ཡང་སྐྱེས་པ་ལོ་བཅུ་དུག །བྱད་མེད་ལོ་བཅུ་གཉིས་པའི་ཐོད་པ་  
ལྷག་སྟོང་། ཆད་ལ་དབངས་སུ་སོར་བཅུ་གཉིས། བཅུ་གཅིག །བཅུ་དགུ་གང་རུང་  
ལ། ཁ་ལ་དབངས་བྱེད་བྱ་བ་དང་། ཐོད་པ་དེའི་གཟུགས་ལས་བྱར་མེད་ལ། ཤིང་ལ་  
དབྱིབས་རྒྱུ་ལོ། གཡོག་སྤྱེའུའི་བགས་ལ། བགས་པའི་ནང་དུ། ཤེས་རབ་མའི་རྩ་  
མཆན་དང་སོ་བྱང་བས་བསྐྱེད་བ་བརྒྱད། དེའི་ལྟེ་བ། རང་རང་གི་ཡི་དམ་གྱི་སྐྱེ།  
བྱག་མཆན། སྤགས། སྤགས་ལ་ཡང་ཅ་སྤགས། སྤྱིང་པོ་ཉིང་སྤྱིང་སོགས་འབོད་ལ།  
བགས་པའི་ངོས་གཅིག་ལ་ལྷ་དེའི་ཡུམ་གྱི་སྐྱེ། བྱག་མཆན། སྤགས་སོགས་བྲི། ཐོད་  
པ་ཡིན་ན་པོ་ཐོད་མོ་ཐོད་སོ་སོར་ཡང་། ཡི་དམ་ཡབ་ཡུམ་གྱི་སྐྱེ་སོགས་འབྲི་བའང་  
བཤད། འཛོག་པའི་ཆེ་ཡབ་སྤགས་སོགས་སྤྱིང་དུ་འོང་བའི་བྲིད། བྲི་ལ་རྩྱུ་སོགས་  
གྱི་མཆན་མ་བྱེད་པའམ། ཡང་ན་རྩྱུང་སྟོང་ནས་འཛོག་པར་བྱའོ། །ཁ་ནས་སྤ་སོགས་  
འབྱུང་སོས་སྟོམ་པ་ལ་བྲག་པ་བཅུ་དུག་རེ་ཡོད་པ་བྱས་ལ། མིའི་སྐྱ་ཐ་ཞིང་གི་མ་པ་  
སྟོལ་མར་སྤྱིང་འོག་ཏུ་བྲིས་པས། ཆོས་འབྱུང་བཅུ་དུག་འབྱུང་རོ། །རྟུང་བྱེད་ཀྱང་  
མཐིང་རེལ་གྱི་ཀྱང་རུས་གཡོགས་གྱིས་རིལ་ནས་སྤྲིའི་སྤྲིད་པས་འདོགས་པར་  
བཤད་ལ། ཞེད་པ་ནས་དར་སོགས་སྐྱ་རགས་སོར་གཉིས་པས་བཅིང་ལ། ལག་

བཟུང་ཡང་གདགས་པར་བྱའོ། །གསང་བའི་རྩ་ཆུང་། རྩ་མ་རྩ་ཞེས་པ་མིང་གི་ནྲ་  
བངས་སུ་བཤད་དོ། །

### ༼ཁ་རྩི་ག་བཤད་པ༽

ཁ་རྩི་ག་ནི། ཡུ་བའི་མར་སྤེ་དོ་རྩེ་ཅེ་གཅིག་པའི་དབྱེ་བས་དང་། ཁ་དོག་དཀར་  
པོ་བརྒྱད་གཞོགས་ཅན། དེའི་སྤྱིང་། བྱམ་བ་དམར་སེར་གང་རུང་། དེའི་སྤྱིང་དོ་རྩེ་རྒྱ་  
གམ་སེར་པོ། དེའི་སྤྱིང་ན་མི་མགོ་ཚོན་བ་དམར་པོ། སྤྱིང་པ་ནག་པོ། སྤྱིང་པོ་དཀར་  
པོ། དོ་རྩེ་ཅེ་ལྷ་ཡོངས་རྩོགས་སྟོན་པོ། བྱམ་བའི་འོག་ཏུ་མི་སྤྱིང་ཆངས་སྤྱད། རིལ་  
ཆུང་། དར་སྒྲ་ཆོགས་པའི་འཕན་ཆུང་སོགས་འདོགས་པ་ཡིན་ནོ། །

ལྷ་བྱམ་ནི། རྒྱ་གསེར་དཔུལ་བངས་རག་རྩེ་སོགས་གང་རུང་ལ་ལྷོ་བའི་ཞེང་  
སོར་བཅུ་དྲུག །མཐའ་བསྐྱོར་དེའི་སྤྱིང་འབྱུང་། དབངས་སུ་སོར་ཉི་ཤུ། དེ་ལས་  
མགྲིན་དབངས་སོར་དྲུག །ལྷོ་བ་གཅིག་ཤུ་དབངས་སོར་བཅུ་བཞི། སྤྱིང་དོས་ཀྱི་  
མཐའ་ནས་མཐར་སོར་བརྒྱད། དེ་ལ་ཆ་མཉམ་གསུམ་དུ་བྱས་པའི་དབྱེ་བས་ལ་བྲུག་པ།  
འོག་ཏུ་འབྱུང་བའི་མཆུ་དབངས་སོར་གཉིས། མགྲིན་བ་སྟོད་རིམ་གྱིས་འཕེལ་བ།  
ཞབས་སྤྱེགས་མ་འབྱར་བ་སོགས་འཇམ་པོ་གསུམ་ལ་འབྲ། རྒྱ་སྤྱེག་བྱེད་ཀྱི་མཆུ་ངར་  
པའི་སྤྱི་འབྲ་བ་འདི། རྩེ་འཕགས་པས་མཇེད་བར་གྲགས་ལ། མགྲུལ་མཆིང་སྟོག་ཐོར་  
ཅོག་གསུམ་བ་བྲ་བ་ཡིན་ལ། རྒྱང་འཇུག་གསལ་བ་ལས་ཆད་འདི་དང་མི་འབྲ་བར་  
བཤད་ཀྱང་གི་མ་ཁུས་སོ། །

## ༼དགང་གཟར་སྤྲུགས་ཀྱི་ཆད་དང་དབྱིབས་བཤད་པ།༽

དགང་གཟར་སྤྲུགས་ཀྱི་ཆད་དང་དབྱིབས་ནི། རྒྱ་ནི་རིན་པོ་ཆེ་དང་། མི་རུས།  
སྤྱིན་སྤྲེག་གི་ཤིང་སོགས་གང་རུང་ལ། ཡུ་བ་སྤྱིད་སོར་ཉེར་བཞི། ཡུ་བའི་ཕྱི་སྤྱིར་རིན་  
པོ་ཆེ་སོར་གསུམ། དེའི་སྤྱིར་རྫོང་ཕྱིད་སོར་གསུམ། གཟར་སྤྲུགས་གཉིས་ཀར་འབྲ་  
ཞིང་། དགང་གཟར་ཀྱི་སྤྱོམས་བྲིལ་བྱ་དང་བཅས་པས་བཟུང་དུ་རུང་བ། སྤྲུགས་གཟར་  
ལ་དེའི་ཕྱིད་། དགང་གཟར་ཀྱི་སྤྱོད་དངོས། གྲུ་བཞི་སོར་བཞི་བ། དབྱས་སུ་སོར་གཉིས་  
པའི་ཟབས་ཅན། དེའི་མཐེལ་རྫོང་ཕྱིད་སོར་དོ་ཡོད་པས་མཆོན་བ། མཐེལ་ཀྱི་རྒྱར་སོར་  
གསུམ། སོར་ཕྱིད་ཀྱི་ཁ་ཁྲེང་ལ་རྫོང་མེའི་ཕྱིད་བ། དེའི་སྤྱིར་མཛེས་ཕྱིད་བསྐྱེད་དབྱིབས་  
སོར་བཞི་བ། སྤྲུགས་གཉིས་ལ་རྫོང་མེའི་སོར་བཞི་བས་མཆོན་བ། དེའི་འོག་དུ་བཟུང་  
འཛུགས་པའི་བྱ་ག་མཐེལ་ཆུང་གི་ཆད་ཅན། སྤྲུགས་གཟར་ལ་ཡང་། ཡུ་བའི་སྤྱིར་བསྐྱེད་  
དབྱིབས་ཀྱི་རྒྱར་སོར་གཉིས། ཟབས་སུ་སོར་གཉིས། དབྱས་རྫོང་ཕྱིད་ཀྱིས་མཆོན་  
པའམ། ཡང་ན་ཐོད་པའི་དབྱིབས་སུ་བྱ་བ་བདག་གི་སྤྱོད་རྫོང་མེའི་འཆང་གི་ཕྱག་བཞེས་  
ཡིན་ནོ། །དེ་ནས་ལུས་རྒྱན་ལས། སྤྱོད་ཀྱི་དཀྱིལ་ཆོག་སོགས་ལས་གསུངས་པའི།  
རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་ནི། རྩོག་ཞུ་ལ། ཐོར་ཅོག་ལྟ་བུ་རིན་པོ་ཆེའི་འབྲུད་མོ་གསུམ་བ། རིན་  
པོ་ཆེའི་རྒྱ་ཅན་ཅེར་རིན་པོ་ཆེ་ལ་གནས་པའི་རྫོང་ཕྱིད་ཀྱི་རྩོག་དང་ལྷན་བ། ཐོད་ལྟར་དཀྱི་  
པའི་མེ་རྩོག་གི་ཕྱིད་བ། རྩ་བའི་རྒྱ་བ་དུ་རྩོག་གཉིས་སུ་མཐུད་ནས། ལྷག་མ་བརྒྱངས་  
པའི་དར་དབྱེད། རྩ་གོང་ལྷན་པའི་གདེངས་ཀ་སོགས་ཡིན་ནོ། །

## ༼རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་བརྒྱན་དུ་བྲགས་པ༽

རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་བརྒྱན་དུ་བྲགས་པ་ནི། དབུ་རྒྱལ། ལྷན་རྒྱལ། མགུལ་རྒྱལ།  
ཕྱག་གཏུབ། ཞབས་གཏུབ། སྤྱ་ཉིག་གི་སེམས་དོ། དོ་ཤལ་རིང་པོ། འོག་པག་སྟེ་  
བརྒྱད། སེམས་དོ། སེ་རལ་ཁ། མཆོད་ཕྱིར་ཐོགས་སོགས་དོན་གཅིག་ལ། འོག་པག་  
གས་སྟེད་རྒྱན་ནི། གཞི་ལེབ་མོ་ལ་སྤྱ་ཉིག་གི་ཆར་ཆར་དུ་མ། དེའི་སྟེར་ཕྱི་ལ་རྒྱང་  
སོགས་ཀྱིས་མཛེས་པ། དབུ་རྒྱན་ནི་ཅེ་སྒན་པ་ཉལ་བསྐྱོར་བའི་དབུས་སྤྱ་རིགས་  
ལྷའི་སྤྱ་བཞུགས་པའི་ཁང་བཟང་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་གཞན་རྒྱན་ཆམས་ནི་རྒྱའི་བྲང་པར་  
ལས། འོག་ཏུ་བཤད་པའི་རུས་རྒྱན་ལྟར་དོ། །

དེ་དག་ནི་པ་རྒྱུད་འདུས་པ་ལས་གསུངས་ཤིང་། ཆལ་འཕྱོར་རྒྱུད་ལའང་དེ་དང་  
འབྲལ། །པ་རྒྱུད་བདེ་དཔེས་དུས་འཁོར་སོགས་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱག་རྒྱ་ཐུག་ནི།  
མགུལ་རྒྱལ། གཏུ་བྲ། རྩ་ཆ། སྤྱ་པོའི་ཁོར་བྲ། མཆོད་ཕྱིར་ཐོགས། ཐལ་ཆེན་གྱི་ཆོམ་  
དུ་སྟེ་ཐུག་། ཡང་ཐལ་བ་སྒངས་པའི་ཕྱག་རྒྱ་ལ། ཡང་རྒྱུད་བརྟག་གཉིས་ལས། ཁོར་བྲ་  
དང་མཆོད་ཕྱིར་ཐོགས་མི་བབྲང་པར་འཁོར་ལོ་དང་སྟེད་རྒྱན་ཡང་གསུངས་སོ། །

དེ་ལས་རུས་རྒྱན་ནི། རྒྱ་མི་རུས་དང་། དེ་ལས་སྤྱི་གཙུག་གི་རྒྱལ། འཁོར་  
ལོ་ཅིབས་བརྒྱད། ལྟེ་བ་ཁོར་བྲ་ཆ་བརྒྱད་དེ་ལ་དོ་རྩེ་ཅེ་ལྷ་རྩོགས་པས་མཆན་པ།  
མདུན་གྱི་ཅིབས་ལྷའི་ཐད། ཐོད་སྐམ་གྱི་དབུ་རྒྱལ། དེ་ལ་དོ་རྩེ་ནག་པོའི་ཕྱིང་བ་སྟོད་  
སྟེད་དུ་གནས་པ། དོ་ཕྱིང་འོག་མ་ལས་རུས་པའི་བྲ་བ་བྲ་ཕྱིད། སོར་གསུམ་པ་ཐུར་དུ་  
འབྱང་བའོ། །མཆོད་ཕྱིར་ཐོགས་ནི། ལྷིང་ཁ་དང་། རྒྱབ་མཛེད། རུས་པའི་འཁོར་ལོ་  
བྲ་བཞི་པ། དབུས་སྤྱ་དོ་རྩེ་ཅེ་གསུམ་པས་མཆན་པ། དེ་ལས་ཐོན་པའི་ཕྱག་གོང་

དང་། མཆན་ཁུང་དུ་བསྐྱོལ་བའི་སྒྲེང་བ་སྤྲུལ་གཤིབས་ཅན་ནོ། །ཀླང་ལག་གི་གདུབ་  
བྱ་དང་། དབྱུང་རྒྱན་ནམས་ནི། དབྱུས་དང་མཐའ་གཉིས་སུ་དོ་རྩེ་རེ་སྟེ་དོ་རྩེ་གསུམ།  
དེ་ལ་རུས་སྒྲེང་ལྷ་རེ་བསྐྱོལ་མ་བཏང་བ། མར་སྟེ་ཤར་བྱ་གཡེར་ཁ་སོགས་ཀྱིས་  
མཛེས་བ། དབྱུང་རྒྱན་སྤིད་རིང་། དེ་ལས་ཀླང་གདུབ། དེ་ལས་ལག་གདུབ་སྤང་བར་  
བཤད་དོ། །

མགྲུལ་རྒྱན་ནི། དབྱུས་དང་མཐའ་དོ་རྩེ་རེ་སྟེ་དོ་རྩེ་གསུམ་དེ་ལ་རུས་སྒྲེང་  
བརྒྱད་བསྐྱོལ་མར་བཏང་བ། དེ་ལས་འབྱུང་བའི་བྱ་བ་བྱ་བྱེད་ཅན། འོག་ལག་ནི། དོ་  
རྩེ་ས་མཆན་བའི་བྱང་བྱ་ལྷ་ལ་སྒྲེང་བ་བརྒྱད་བསྐྱོལ་བ། དེ་ལ་བྱ་བ་ལྷ་དང་བྱ་བྱེད་བཅུ་  
གསུལ་གསུངས་བར། འདི་ཡིག་ནོར་ཉེ། བྱ་བ་ལྷ་དང་། བྱ་བྱེད་བཙེ་བརྒྱད་ཡིན་ཞེས་  
དམ་བ་དུ་མས་གསུངས་བས། བྱི་མ་ལྟར་རམ། ཡང་རྣལ་འབྱོར་རོལ་དགར་གསུངས་  
བའི་ལྷ་མ་ལྟར་བྱས་ཀྱང་། རུས་སྒྲེང་འགྲོ་མི་བདེ་བ་མེད་པས་གང་བདེར་བྱའོ། །དེ་  
ལྟར་བྱ་བྱེད་དབྱུས་མ་རྣམས་རིང་ཞིང་། གཡས་གཡོན་སྤང་བ་སྟེར་ཤར་བྱ་གཡེར་  
ཁ་སོགས་བྱའོ། །

ན་རྒྱན་ནི། དོ་རྩེ་ཅེ་གསུལ་པས་མཆན་བའི་འཁོར་ལོ། དེ་ལ་བྱ་བ་གསུལ་དང་  
བྱ་བྱེད་གཉིས་སྟེལ་བའོ། །

ཐལ་ཆེན་ནི་ལུས་རིལ་སོར་བྱུགས་པའམ། ཡང་ན་སྤྲིན་མཆོམས་སུ་སོལ་  
རིས་གསུལ་བྱ་བའམ། ཁ་ཅིག་གཞི་ཐལ་ཆེན་བྱུགས་པ་ལ། མི་རུས་ཀྱི་ཐལ་བ་  
དགར་སོ་སོར་མོ་ལྷས་སྤངས་ལ། དབྱལ་བར་ལྷ་ཚོས་བྱ་བྱེད་པའང་བཤད་དོ། །དེ་  
ལྟར་རྣལ་འབྱོར་པས་བསྟན་པར་བྱ་བའི་དོར་བྱིལ་སོགས་དང་། ལུས་རྒྱན་གྱི་རྣམ་

གཞག །རྒྱུད་སྡེ་རིན་པོ་ཆེའི་དགོངས་པ་ནི་ལྟ་བར་མཁས་སྤྱབ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
པས་རྣལ་འབྱོར་རོལ་པའི་དགའ་སྟོན་དུ་གསུངས་པ་བཞིན་ལ། ཆིག་ཉུང་ཞིང་གོ་བདེ་  
བར་བཀོད་པ་ལགས་སོ། །དྲི་མེད་ལས་གསུངས་རྒྱལ་བའི་མཆོད་རྟེན་ཆེ། །མགྲིན་  
རིང་གྲགས་དང་ཁང་བུ་བཅེགས་པ་སོགས། །ཕྱག་མཆོན་དོར་བྲིལ་ཅང་ཉེ་ལྷ་ཁྱྱ་  
ག། །ལྟ་བུས་ལུས་རྒྱན་བཅས་ཉེ་ཕྱགས་རྟེན་དུ། །འོས་པའི་དབྱིབས་དང་ཆད་ཀྱི་རེས་  
པ་དག། །ཁེངས་པའི་རང་སྤང་མཐོན་པོས་བྱས་པ་དང་། །ལག་པ་དལ་ནས་ཉེ་རིང་  
འཕུལ་བྱེད་མིན། །ཕྱི་སྦྱེའི་སྤོང་བར་དཔ་པའི་ལམ་སྟོལ་ལས། །ནམ་ཡང་མི་འདའ་  
རང་བཞིན་ཆོས་སྦྱུའི་སར། །འཇུག་ལ་རིངས་པའི་སྒོ་ནི་ཀླན་ལྟར། །དཀར་བའི་རང་  
བཞིན་འགོག་ཏུ་མེད་པ་ཡིས། །བྱས་པས་མཁས་རྣམས་དགྲེས་པ་ཉིད་དུ་  
སེམས། །ཞེས་ཐིག་གི་ལག་ལེན་དུ་མར་བཤད་པ་བཟོ་རིག་མཛེས་པའི་ཁ་རྒྱན་ཅས་  
བྱ་བ་ལས་ཕྱགས་རྟེན་གྱི་ཆ་ཆད་འགའ་ཞིག་བཤད་པའོ། ། །

### ༼ ལྷགས་མཁར་གྱི་ཐིག་འདེབས་ཚུལ། ༽

༺ གཞན་ཡང་གསང་སྤགས་ལས་གྱི་རིམ་པ་ལ། །ཉེ་བར་མཁོ་ཞིང་རྣལ་  
འབྱོར་སྤྱབ་པ་པོས། །བཙོན་བར་འོས་པའི་ཐིག་ཆོག་དུ་མ་ཞིག །འགོད་ལ་ལྟ་དང་  
མཁའ་འགྲོས་གནང་བ་སྟོལ། །ལྷགས་མཁར་བྱར་ནི་བཅུ་དྲུག་པའི། །ཐིག་གི་རིམ་པ་  
འབྲི་བ་ལ། །ཁངས་བྱར་ཐིག་བཞི་སྟེ་ལྟར་གདབ། །ཁངས་པའི་དབྱས་ནས་ཕྱི་རོལ་  
ཏུ། །སོར་སོས་འཇལ་བའི་སོར་ཆད་ནི། །སོར་གཉིས་མཚམས་སུ་རྒྱུམ་ཐིག་  
བྱ། །རང་ཕྱོགས་ཤར་ཅིས་བྱབ་ཕྱོགས་གྱི། །ཁངས་དང་རྒྱུམ་པོ་འཕྲད་བ་ནས། །རྒྱུམ་  
ནང་ཁངས་པའི་བྱེད་ཆད་གྱིས། །གཡས་གཡོན་རྒྱུམ་སྟེང་བྱ་རྗེས་བྱ། །བྱ་རྗེས་སྟེང་

ནས་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི། །ཆངས་དང་ལྷུ་ཐིག་འཕྲད་པའི་སར། །རེག་པའི་ཐིག་གསུམ་  
ངོས་སུ་སྟེ། །བཏབ་པའི་ཆོས་འབྱུང་བྱ་གསུམ་སྟེ། །དེ་ཕྱིར་ཆ་ནི་བཞི་དང་  
བརྒྱད། །བསྐྱར་མཆམས་ཆ་ཕན་གཉིས་དང་བཞི། །དོར་བར་ཆོས་འབྱུང་སྔ་མ་  
བཞིན། །གཉིས་བཏབ་དོན་སྤྲོད་པའི་མེ། །ནང་གི་འཁོར་ལོའི་ཐིག་གདབ་ཚུལ། །སྟེ་བ་  
ནས་ནི་སོར་བཞི་དང་། །བརྒྱད་དང་བཅུ་གཉིས་བཅུ་དྲུག་མཐའ། །ཐིག་ལྷུ་མ་བཞིའོ་  
དེའི་ནང་དུ། །བཅུ་དྲུག་ཅིབས་ཀྱི་ནང་ཐིག་ནི། །ཆངས་ཟུར་ཐིག་བཞི་རེ་རེ་ཡི། །བར་  
དུའང་བཞི་གདབ་ཕྱོགས་ཕྱོགས་བཞི། །བཅུ་དྲུག་དབུས་སོང་རེ་ཁ་བྱ། །བཅུ་གཉིས་  
ཅིབས་ཀྱི་ནང་ཐིག་ནི། །ཆངས་དང་ཟུར་ཐིག་གནས་པ་ལས། །གཞན་དབྱེ་དེ་ཡི་ཕྱི་  
ལྷུ་ཀྱི། །རང་ཕྱོགས་ཤར་ཅིས་ཏུ་བ་ཕྱོགས་ཀྱི། །ཆངས་དང་ལྷུ་ཐིག་འཕྲད་པ་  
ནས། །ལྷུ་ནང་ཆངས་པའི་བྱེད་ཆད་ཀྱིས། །གཡས་གཡོན་ལྷུ་མ་སྟེང་བྱ་རྩེས་  
བྱ། །བྱ་རྩེས་སྟེང་ནས་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི། །ཆངས་དང་ལྷུ་ཐིག་འཕྲད་པའི་སར། །རེག་  
པའི་ཐིག་གསུམ་ངོས་སུ་སྟེ། །བཏབ་པའི་ཆོས་འབྱུང་བྱ་གསུམ་སྟེ། །ཕྱོགས་བཞིའི་  
ཆངས་ཐིག་རེག་བྱས་པའི། །ཆོས་འབྱུང་བསྐྱོལ་མ་བཞི་འབྱུང་སྟེ། །བཅུ་གཉིས་  
ཅིབས་ལ་ཐེ་ཆོམ་མེད། །སྟེ་འཁོར་ནང་གི་ཆངས་ཟུར་ནས། །གཞན་དབྱེ་ཕྱོགས་  
མཆམས་ཐིག་བརྒྱད་པོ། །དབུས་སུ་སོང་བའི་རེ་འུ་མིག་བྱ། །ལྷགས་མཁར་ནང་མའི་  
ནང་ཐིག་ནི། །ཕྱི་ཡི་ཆོས་འབྱུང་ཅིབས་དང་མཚུངས། །གདོད་གི་ཆོས་འབྱུང་ཐིག་  
གདབ་ཚུལ། །སྟེ་བ་ནས་ནི་སོར་སོ་གཉིས། །སོར་བ་སོར་མོ་བཅུ་དྲུག་གིས། །ལྷུ་  
བསྐྱར་དེ་ནང་ཆོས་འབྱུང་ནི། །སྔར་བཞིན་ཅི་མོ་ཤར་བསྟན་བྱ། །དེ་ཕྱིར་སོར་མོ་  
བཞི་དང་བརྒྱད། །བསྟན་ནས་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་བྱ། །

༼དཀྱིལ་འཁོར་དང་སྐྱ་གཟུགས་གི་བ་ལ་མཁོ་བའི་ཚོན་སྦྱར༽

༥ དཀྱིལ་འཁོར་དང་སྐྱ་གཟུགས་གི་བ་ལ་མཁོ་བའི་ཚོན་སྦྱར་ཅུང་ཟད་  
བཤད་པ་ལ། དང་པོར་རྩལ་ཚོན་ཁ་བསྐྱར་ཚུལ། །ར་ཀའི་སྤེམ་ལེགས་བཅག་  
སྟེ། །ཞོད་ཅན་མེད་རང་སྤང་སྟེ། །འགྲི་མོག་བཏབ་པས་དཔར་པོར་འགྱུར། །རྩོམ་  
བྱལ་ཏོག་བསྐྱེད་མཐེང་ཁ། །ཡུང་བསྐྱེད་སྦྱར་ཁ་སྦྱོར་འབྲེས་ལྡང་། །ར་ཀ་འབྲུ་མར་  
ནང་རྩོམ་ནག་མཚལ་སོགས་གང་བསྐྱེད་དེ་མདོག་འཆར། །དེ་ལས་ཅུང་ཟད་སྐྱ་བ་  
སོགས། །རང་རང་བསྐྱེད་ཆད་རིགས་པས་དབྱེ། །

༥ དེ་ནས་ཚོན་སྦྱར་བའི་ཚུལ། །མཐེང་ལྡང་མཚལ་ལི་སྐྱག་པ་ལྟ། །རས་  
ནམས་པ་བདུན་ཀ་རག་ལ། །དེ་ལས་བྱུང་བའི་སྒྲ་ཚོགས་སྦྱར། །བྱ་ཡི་ཚུལ་དང་སྤྱིང་  
དང་གཡོག་ །ཅེས་བའི་བཤད་སྟོལ་འདུག་ནའང་། །གོ་བདེ་ལག་ལེན་ཚུ་འབབ་  
ནི། །དཀར་ལ་མཐེང་ཚུ་བསྐྱེད་འོ་དཀར། །དེ་ལས་ཆེར་བསྐྱེད་འོ་སྟོན་ཟེར། །དཀར་  
ལ་སྤང་ཚུ་བསྐྱེད་འོ་ཁ། །དེ་ལས་ཆེར་བསྐྱེད་འོ་ལྡང་ཡིན། །དཀར་ལ་ལི་ཚུ་བསྐྱེད་  
སེར་སྦྱ། །མཚལ་ཚུ་བསྐྱེད་པས་མཚལ་སྦྱ་ཡིན། །དཀར་ལ་མཚལ་སྦྱ་བསྐྱེད་ཤ་  
དཀར། །དེ་ལས་ཆེ་བསྐྱེད་ཤ་དཔར་ཟེར། །དེ་ལ་རམ་བསྐྱེད་ཆུན་ཤའི་མདོག་ཤ་  
དཔར་བ་ལྟ་བུ་ཤ་ཤེར། །ན་རོས་རམ་བསྐྱེད་མོན་ཁ་དང་། །དེ་ལ་ཆེར་བསྐྱེད་  
མོན་སྟོན་ཟེར། །མོན་ཁ་སེར་སྦྱ་བསྐྱེད་མཚན་ཁ། །དཀར་ཤས་ཆེ་བ་མཚན་  
སྦྱའོ། །མཚན་ཁ་སྐྱག་བསྐྱེད་མཚན་སྦྱག་ཟེར། །དཀར་ལ་སྐྱག་བསྐྱེད་ཐལ་ཀ་  
འབྱུང་། །དཀར་ཤས་ཆེ་བ་ཐལ་དཀར་དང་། །དེ་ལ་མཐེང་སྦྱ་བསྐྱེད་ཐལ་  
སྟོན། །དཀར་ལ་བ་ལྟ་བསྐྱེད་རུས་ཁ། །དཀར་ལ་མཚལ་སྦྱ་བསྐྱེད་པ་དང་། །སེར་

མོ་ཆ་མཉམ་ངང་བ་འབྱུང་། །དེ་ལ་མི་ཁྱི་བསྐྱོན་གསེར་འབྲ། །དཀར་སྟེང་མཆོལ་སྐྱ་བ་  
ཟླ་དང་། །སྒྲག་གསུམ་བསྐྱོན་པས་ཇ་ཁ་ཟེད། །དམར་ཤས་ཆེ་བ་ཇ་དམར་སོགས། །གང་  
ཤས་ཆེ་བ་དེ་མདོག་འབྱུང་། །རམ་དང་བ་སྒྲ་བསྐྱོན་སྐྱར་ལྡང་། །ཇ་ཁ་སྐྱར་ལྡང་བསྐྱོན་  
ཇ་ལྡང་། །ཇ་དམར་སྐྱག་བསྐྱོན་དུད་ཁ་འོང་། །སྟོ་སྐྱ་བསྐྱོན་ན་དུད་སྟོན་སོགས། །གང་  
འདོད་རིགས་པས་དབྱུང་བ་ལེགས། །མཆོལ་སྐྱག་སྐྱག་བསྐྱོན་དམར་ནག་ནི། །ཅུ་ཅུ་  
འབྲ་བ་འབྱུང་བའོ། །དཀར་ལ་སྐྱག་བསྐྱོན་ན་རོས་ཏེ། །དམར་སྐྱ་ལེགས་པར་འབྱུང་བ་  
ཡིན། །ལྡང་ལ་ཀ་ར་བསྐྱོན་སེར་ལྡང་། །འོད་དང་ལྡན་བ་འོང་བར་བཤད། །གཞན་ཡང་  
ཡིག་གིས་སྐྱག་ཆོལ། །མང་དུ་བཤད་ཀྱང་མར་མེད་དུད། །ལེགས་པར་འདུལ་ལམ་རང་  
བཞིན་དུད། །ཆོགས་དང་ཤང་འདུལ་ཡུན་བསྐྱོན་ལ། །ཡོས་ཆོག་སྐྱིན་ཅུང་ཅུང་ཟད་  
བསྐྱོན། །ཆོད་ཟིན་ལེགས་འབྱུང་དེ་ཀས་ཆོག །ཀ་ར་ཅུང་བསྐྱོན་འོད་དང་ལྡན། །མཆོལ་  
ལའང་སྐྱིན་ཅུ་ཅུང་ཟད་བསྐྱོན། །ཀ་ར་མདོག་ལེགས་ཆེར་མི་རུང་། །ཐིས་མཆོལ་ཀ་མི་  
དུག་སྟོར་སོགས། །སྐྱ་ཆོགས་གཞན་དུ་བལྟ་བར་གྱིས། །ཞེས་ཐིག་གི་ལག་ལེན་  
སོགས་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་ཞིང་དཀྱིལ་འཁོར་དང་ཉེན་གསུམ་བཞེངས་པ་ལ་མེད་མི་རུང་  
བའི་ཆོན་གྱི་སྟོར་སོགས་བཤད་བའོ། ། ། །

སྐྱས་པ། །ཤེས་བྱ་རྒྱ་ཆེན་མཐའ་བལྟ་ནམ་མཁའི་ཁམས། །སྟོ་སྟོས་དགུ་  
ཆོགས་ཞགས་པས་སྟོས་མཛད་ཅིང་། །ཉེན་འབྱུང་སྐྱ་ཆོགས་རིག་པའི་སྒྲ་ཉི་དང་། །རྒྱ་  
སྐྱར་བཀྲ་གུ་རྒྱ་ཆེ་བ་འགོད་མཛད་པའི། །རྒྱལ་དང་དེ་སྐྱས་མཁས་དང་བྱ་བ་བ་  
གྱུན། །བཀའ་འདྲིན་རྗེས་སུ་བྲན་པས་ཉེར་བསྐྱལ་ཏེ། །སོར་བཅུའི་མེ་ཉོག་འཇུ་མ་པའི་  
ཐོད་བཅིངས་ནས། །གཅིག་དུ་གྱུས་པས་སྐྱར་ཡང་བྱག་བཞིད་དོ། །འདི་ན་སྟོ་སྟོས་

དམན་པའི་ཚུ་སྤྲེས་ཁ། །དམ་པའི་ལེགས་བཤད་ཉི་མའི་སྤང་བ་ཡིས། །འབྲེད་ལས་  
ལག་པའི་འདུ་བྲེད་སྤང་ཅིའི་བཅུད། །ནམ་འཛིན་གེ་སར་ངོམས་པའི་མཆོད་སྦྱིན་  
སྒྲོས། །བྱལ་ཟེན་བསྐྱབ་པའི་ངལ་བ་ཅི་བྱ་ཞེས། །ཐོས་ལ་གོམས་པའི་མཁས་རྣམས་  
མི་བཤུང་འཆོལ། །གོམས་བ་མེད་པའི་རང་དང་སྐལ་མཉམ་ལགར། །སྦྱོན་དུ་རེ་བའི་  
བསམ་བ་འགོག་ཏུ་མེད། །རྒྱུད་སྡེའི་དགོངས་བ་ཟབ་ཅིང་བརྗིང་བ་དང་། །མཁས་  
པའི་ཕྱག་རྒྱ་མན་ངག་རྣམ་གྲངས་མང་། །དེ་དག་ཡི་གེ་ཉུང་དུས་གསལ་བགྱིད་  
བ། །འདོད་པའི་སྒོ་གོས་དེ་ཡང་གྱི་ནར་འབྱན། །འོན་ཀྱང་འཇུག་པ་བདེ་བའི་ཕྱོགས་  
བརྒྱས་ནས། །མི་དམན་ལྷག་བསམ་ཕྱོགས་གྱི་དང་པོ་ཡིས། །ཉེར་བླངས་བཟོ་རིག་  
ཀྲུང་དར་བགྱིད་པའི། །ལག་ལེན་ཆེ་སྤང་གཞོན་ཏུ་དེང་འདིར་སྤེལ། །གང་ཞིག་ཡིད་  
གྱི་ཁྱེུ་ཚུང་རྣམ་དཔྱོད་གྱི། །ལུས་ཅལ་མ་རྩོགས་ཀྱང་སྒོངས་སུན་པའི་རུལ། །ལུན་  
རིང་མནལ་བས་འཁྲལ་བར་འབྱན་པའི་སྒྲོན། །གང་མཆིས་རྒྱལ་དང་མཁས་པའི་  
མདུན་སར་འཆགས། །ལེགས་བྱས་དག་པའི་རང་བཞིན་གང་ཡོད་དེས། །རང་གཞན་  
སྦྲེ་དང་སྦྲེ་བར་ལྷ་རིག་གི། །ཤེས་རབ་སྤང་བ་རྒྱས་པའི་མཐུ་སྦྱིན་ཏེ། །རྒྱལ་བའི་  
བསྟན་ལ་རི་མོར་བགྱིད་པར་སྒྲོན། །དེ་མཐུས་ཆེ་རབས་མང་པོར་བྲིན་སྦྱིན་  
པའི། །ཡིད་ཅན་མ་ལུས་བདེ་བའི་ལམ་བརྒྱད་ནས། །འབྲས་བུ་བདེ་བ་ཀྱང་མཁྱེན་ཡེ་  
ཤེས་གྱི། །ཁྲོང་དུ་མི་རུང་འཇུག་པའི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིག །

ཀྱང་ཁྱབ་ཆོས་དབྱིངས་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཅལ། །འགག་མེད་ཞི་ཁྱོ་བའི་སྦྱུ་  
འཕྲལ་སྤྲིན། །གངས་ཡས་དཀྱིལ་འཁོར་རྒྱ་མཆོའི་བཀོད་བ་འབྲལ། །ཅིར་ཡང་འཆར་  
བའི་ངོ་མཆར་བསམ་ལས་འདས། །རྒྱལ་བལ་ཡེ་ཤེས་དག་པའི་ཞལ་མེད་

ཁང་། །མཐའ་བལ་ནམ་མཁའི་ཁྱོན་དུ་ཆམ་གདལ་བའི། །ཚད་མཐའ་ཀུན་མཁྱེན་  
གྲིས་ཀྱང་མི་སྤྱོད་ན། །འདི་ཞེས་ངེས་བཟུང་སྤྲུལ་ཀྱང་གཤམ་དཔོག། །ཚོན་ཏེ་སྤ་  
ཆོགས་ཐེག་དང་ཆོན་བརྒྱ་ཡི། །རི་མོས་མཐོང་གྲོལ་དག་པའི་བརྟན་གཡོའི་  
གཟུགས། །སྒྲལ་བཟང་མིག་ལ་ཀུན་དགའི་དབལ་འཛོ་བ། །འདི་གོ་དོ་རྗེ་འཆང་གི་  
ཐབས་མཁས་ཉིད། །དེ་ཕྱིར་རྒྱུད་སྤྲད་ཏེ་ཉོར་ལྷགས་རམ་བ། །ཚུལ་ཁྲིམས་དར་རྒྱས་  
བྱམས་པ་བཟླ་ཤིས་གཉིས། །ལྷག་བསམ་མཁྱོགས་འགོ་བསྐྱལ་པའི་ཤིང་རྩ་  
ཡིས། །ཐེག་ཅའི་བར་གྱི་ཉིན་བྱེད་འདི་ན་བྲངས། །དགེ་བས་ཟབ་མོའི་ལྷ་དང་དོ་རྗེ་  
ཐེག་། །བྱང་དུ་འབྲེལ་བའི་སྒོ་བཟུང་རིང་ལུགས་མཆོག་། །ཚུལ་བཞིན་བཤད་དང་སྒྲུབ་  
པས་སྤྲོད་མཐའི་བར། །མི་ཉམས་དབྱིག་འཛིན་ཁྱོན་ཀུན་བྱུང་བྱུང་ཅིག་། །མ་སྤྲད་རིམ་  
གཉིས་ནལ་འབྱོར་ཆེན་པོ་ལ། །དབང་འབྱོར་རྒྱུད་དོན་རྒྱུད་བཞིན་འཛིན་པའི་  
སྤེ། །དུས་ཀྱི་མཐར་ཡང་གསང་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་ར། །གཞོམ་མེད་ཀུན་དགའི་རོལ་མོར་  
སྤྲོད་བྱུང་ཅིག་། །ཚུལ་འདིར་རྒྱ་སྐྱོར་འབྲེལ་ཐོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱང། །འབྲལ་ཡུལ་  
མདོ་སྤགས་ཐེག་པའི་ལམ་ཞུགས་ནས། །དག་པ་རབ་འབྱམས་མཁའ་བྱུང་དཀྱིལ་  
འཁོར་གྱི། །སྤྱོ་བསྐྱེད་བྱེད་པོ་མཆོག་ཏུ་སྐྱུར་སོན་ཤོག། །

ཅེས་པ་འདི་ཡང་རོང་ག་སྒོ་བཟང་དམ་ཆོས་རྒྱ་མཆོས་མཛད་པའི་དཀྱིལ་  
འཁོར་གྱི་ཡིག་ཅ་འདི་ཉིད་གསལ་ལ་རྒྱས་ཤིང་དོན་གཉིར་ཅན་ནམས་ལ་མཁོ་གལ་  
ཆེ་བར་བརྟེན་རྒྱ་སྐྱོར་གོང་གསལ་བྱང་ནས་མཐུན་གྱིན་སྐྱུར་ཏེ་བར་དུ་བསྐྱུན་པའི་  
དགེ་བསྐྱེད་སྤོན་ཆོག་ཏུ་ཡསྐྱུ་ཅར་མཆོན་ཞབས་དར་ཏན་དགའ་ལྡན་གྱི་བྱང་སྤུལ་  
མིང་པས་སྐྱུར་བའོ། ། །སང་མཛྲ་ལོ།

པར་བྱང་སྒོན་ཆིག

རྣམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོག་ཅིག་དྲ།  
 གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཚོས་ཚུལ་དལ་འབབ་སྒྲུང་།  
 ཚིག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དྲག་གསུམ་གྱི།  
 རི་མ་ཡོངས་འབྱུང་ལེགས་བཤད་བདུད་ཅི་འདི།  
 དབར་དུ་བསྐྱེད་པའི་རྣམ་དཀར་ཕྱང་པོའི་མཐུས།  
 ཡང་དག་ཚོས་ཀྱི་སྒྲོ་མོ་སྒྲིང་ཐག་བརྒ།  
 གདངས་ཏེ་རྒྱུད་ལྗེའི་འགྲོ་བ་མ་ཕྱས་པ།  
 དེས་ལེགས་ཞོར་བྱའི་མཛོད་ལ་དབང་འགྲོར་ཤོག།

ཅེས་འཇམ་གྱིང་ཡངས་པའི་ཁྱོན་པ་འཛེ་མེད་ཞི་བའི་ཤམ་སྟོན་ནམ་འཛིན་ལྟ་སེལྟའི་རིང་  
ལུགས་སྟོ་ཀྱན་ནས་རྒྱས་བ་སོགས་འབྲས་ལུན་ལེགས་ཆོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། བང་  
བསྟན་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དབར་དུ་བསྟུན་དང་བསྟུན་འགྱུར་གང་ལའང་སྦྱར་  
ཆོག་པའི་དགེ་བསྟེན་སྟོན་ཆོག་ཏུ་ལྟའི་དགེ་སྟོང་ཆོས་སྤྲ་བ་དག་དབར་སྟོ་བཟང་བསྟན་འཛིན་  
རྒྱ་མཆོས་སྦྱར་བཤོ།

༡༡། ཁམ་མཁུ་བྱད་རྒྱུ་། ཡའི་བྱད་རྒྱུ་ལྷོ་ཁྱོ་། ཡི་རྒྱུ་ལྷོ་ཁྱོ་།

ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་ཙུག་པ་འདི་དཔེ་ཆ་ལེ་ནང་དུ་བཞུགས་ཆེ་འགོ་ས་ཤུག་གཉེས་པ་མི་འབྱུང་  
བར་འདྲམ་དཔལ་ཙུ་དྭ་ལས་གསུངས་སོ། །