

ལྷ་མི་ཏའི་འདིགས་བྱེད་སྒྲུབ་བླ་མ་།



སྒྲུབ་དཔོན་ལྷ་མི་ཏ་པ།

མེད་བྱེས་དེག་མཚན་ཆེན་མོ་མཆོག་སྒྲིག་ཁད་།

༡༡། སློབ་དཔོན་ལྷ་ལི་ཏ་བཟླ་ས་མཁའ་དཔལ་རྟོ་རྟེ་འཛིན་ས་
བྱེད་ཀྱི་སྐྱབ་ཐབས་ཆེ་ཆུང་གཏོར་མའི་ཆོ་ག་
དང་བཅས་པ་བཞུགས་སོ། །



སློབ་དཔོན་ལྷ་ལི་ཏ་བཟླ།

མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་དེ་བརྒྱུ་ཡི་ཡང་།

SJRB-0430

མེ་དཀའི་བསྟན་འགྲུར་གྱི་ཤིང་པར་མ་གཞིར་བབྱང་ནས་བསྐྱུགས།
མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚཱ་སྒྲིག་ཁང་གིས་ཁུ་སྐྱིག་བྱས།
མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚཱ་སྒྲིག་ཁང་གིས་འཕྲུལ་དེ་བ་ཏུ་བཞོས།
མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས།
༢༠༢༥་ལྷོ་ ༠༢ པར་ཚཱ་སྐྱིག་བྱས།

མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་བྱང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ཡིག་འབྲེལ་བྱ་བྱང་།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

གཤེབ་སྤྱད་བ། བསྟན་པ་ཚོས་དར།
དཔེ་སྐྱུག་པ། གྲོལ་ཕྱེ་བྱ་མཚོ།

པར་སྐྱུག་གྱི་བདག་དབང་མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོར་ཡོད།

དཀར་ཆག

མཁོད་པ་པོ་རྩོད།	༠༡
ཞུ་ཞིག་པའི་གསལ་བཤད།	༠༣
དཔལ་རྒྱུ་རྩེ་འཁོག་པ་ཕྱི་ཕྱི་ཞུ་བ་ཐངས།	༡
དཔལ་རྒྱུ་རྩེ་འཁོག་པ་ཕྱི་ཕྱི་ཞུ་བ་ཐངས།	༡༥
དཔལ་རྒྱུ་རྩེ་འཁོག་པ་ཕྱི་ཕྱི་གཏོར་མའི་ཆོག	༡༦
པར་བྱ་རྩོན་ཆོག	༡༩

མཐད་པ་རྩ་ལྔ།

སྟོབ་དཔོན་སྐ་ལི་ཏ་བརྩ་ནི་དཔལ་རྣམ་ལྷུ་འཁྲུའི་བརྩེ་ཏ་ཡིན་ཞིང་། འཕགས་པ་སྐ་འི་འཁྲུའི་
འཁྲུངས་ཡུལ་ཡུལ་ཨོ་ཁི་མི་ཤ་ཞེས་བྱ་བར་བྲམ་ཐེད་རིགས་མུ་འཁྲུངས། ལྷ་ལྷུང་རིག་
པའི་གནས་ལྟར་མཁས་པར་བྲས། སྐགས་ཀྱི་ཐེག་པ་ཡང་མང་དུ་ཐོས། སྟོབ་དཔོན་པ་
དཔལ་སྐ་འཁྲུལ་བྱ་བའི་དབང་ལྷས། མེ་ཏོག་འཇམ་དཔལ་ལ་ཐོག་པས་འཇམ་དཔལ་ལྷག་
པའི་ལྷར་བརྟེན། གསང་མཆོན་སྐ་ལི་ཏ་བརྩ་ཞེས་གསོལ།

འཇམ་དབལ་མཚན་བརྗོད་ལས། རྗེ་འཇིགས་བྱེད་འཇིགས་པར་བྱེད། །ཅེས་པ་
དང། གཤིན་རྗེ་གཤེད་པོ་བགལས་ཀྱི་རྒྱལ། །ཞེས་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་ལ་བསམས་ནས་རྗེ་
འཇིགས་བྱེད་ཆེན་པོའི་རྒྱུད་ཡོད་པར་བསམས་ཏེ་དེའི་དོན་བརྗོད་མང་པོར་བྲིས་པར་བརྗོད་
ཏེ་མང་པོར་རྒྱས་མེད་ཀྱང་ཁ་ཅིག་གིས། ལྷ་རྒྱལ་ཡུལ་གྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་རྣམས་ཀྱི་བྱལ་ན་
འདིའི་རྒྱུད་ཡོད་ཟེར་བ་ཟེས་པས་འཇམ་དབྱངས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་ཤིང་ལྷ་རྒྱལ་དུ་བྱོན།
ལས་དུ་ཡུམ་བེ་ཏེ་ལེས་སྤྱལ་པའི་རྒན་མོ་ཞིག་དང་སྤང་དེ་དེས་ཡུང་བསྟན་ཅིང་གྲོགས་
མཛད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷ་རྒྱལ་དུ་བྱོན།

ཡུམ་བེ་ཏ་མིའི་སྐུལ་བ་ཞིག་ལས་དབང་བསྐྱར་བ་ཐོབ་ཅིང་། དེར་སྒྲ་བ་གསུམ་
བསྟོམས་ནས་ཏྲགས་ཐོན་པར་མངོན། དེ་ནས་མུ་རྒྱུ་གི་མཁའ་འགོ་མའི་ཕོ་བྲང་རྩམ་
གཏུར་གྱིན་ནས། གསེན་རྗེ་གསེད་སྟོར་གསུམ་གྱི་རྒྱུད་སྐུལ་འདེན་པར་བཞེད་བ་ལ།
མཁའ་འགོ་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཞག་བདུན་ན་སྟོ་ལ་ཅི་ཙམ་བརྩུང་བར་བྱས་པ་དེ་གཅུང་ཞེས་
ཟེར་བ་ལ། སྟོབ་དཔོན་གྱིས་རྗེ་བཙུན་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པས་གསེན་རྗེ་གསེད་ནག་པོའི་

རྒྱུད་དང་། གཏོང་བྱུག་གི་རྒྱུད་དང་། རྟོག་པ་བརྟན་པ་དང་། རྟོག་གསུམ། ཚུ་ཚྭ་རྩེ་རྟོག་
པ། ཚེས་རྒྱལ་གྱི་རྟོག་པ་སོགས་དང་། གཟུངས་འགའ་ཞིག་ཀྱང་ཐུགས་སུ་རྒྱུད། ད་དུང་
རྒྱུད་ཐམས་ཅད་ཟེན་པར་རྩེ་བཙུན་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པས། འཇམ་དབྱངས་ཁྱོན་ནས་
འཛམ་གླིང་གི་གདུལ་བྱའི་དོན་བྱེད་པར་དེ་ཀའ་ཡོང་གསུངས། དེ་ནས་སྤངས་ཁྱོན་ཏེ་སློབ་
དཔོན་གྱིས་སྐྱབ་ཐབས་ཆེ་ཆུང་དང་། གཏོར་མའི་ཚོགས་སོགས་མཛད། གཤེན་རྩེ་གཤེད་གྱི་
སྐོར་ནམས་འཕགས་པའི་ཡུལ་དུ་ཤིན་ཏུ་དར་བར་མཛད།

བྱུང་བྱེད་གྱི་ཡུལ་དུ་ཐུ་སྟེགས་གྱི་རྒྱལ་ཐོན་ཞིག་ཏུ་ཐུ་སྟེགས་ནམས་དང་བྱུང་བ་
འགྲན་པས་དུག་གསོལ་བ་དང་། དདུལ་ཆུ་འཐུང་བས་ཀྱང་མ་གཏོད་དེ་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་
དད་པར་བྱས་པ་སོགས་ནམ་ཐར་ཐོན་ཆོགས་མང་།

རོལ་པའི་རྩི་རྩི། རྩི་ཅིག་ན་པ་འཕྱིར་བ། རྩི་ཅིག་ན་པ་བར་བ། སློབ་དཔོན་རོལ་པའི་
རྩི་རྩི། ཐུབ་ཆེན་ལ་ལི་ཏ་བཟླ་སོགས་འདི་པའི་མཚན་གྱི་ནམ་གངས་སུ་བཞད།

རྩི་ཡབ་སྲས་གྱིས་སློབ་དཔོན་འདིས་མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་བརྟེན་པ་དང་། རྒྱུད་འདིའི་
སྐོར་ལ་རྒྱུད་སྐུད་པ་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་ཆད་མའི་སྐྱེས་བུར་ཡང་གསུངས།

སློབ་དཔོན་འདི་དང་ཨི་རྩུ་པོ་རྩི། སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས། དག་སློང་མ་དཔལ་མོ་ནམས་
དུས་རབས་པ་མཉམ་པར་གསུངས།

༡༠༢༧།༠༡།༡༤ ལ་མེར་བྱས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྤྱིག་པས་བདུས་བསྐྱིགས་བྱས།

འཁྱུག་པའི་གསལ་བཤད།

པོད་གངས་ཅན་གྱི་ཐོངས་སུ་སྡོན་བྱོན་མཁས་པའི་དབང་པོ་དག་གི་བཀའ་བློན་ལས། པོད་
མི་རིགས་ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བརྩུང་དང་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོར་དུ་གྱུར་པའི་
གསུང་རབ་ཀྱི་སྒྲེགས་བམ་ཁྱིམ་ག་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་སྟེང་ནའང་། དུས་རབས་ཀྱི་འཕེལ་
འགྱུར་དང་འགྲོགས་པའི་མིའི་ཉེས་སྦྱོད་ཀྱི་དབང་གིས་ཅ་ཆེའི་གསུང་རབ་མང་པོ་ཞིག་ཅ་
བརྒྱལ་དུ་བྱེན་ཟིན་པ་དང་། ལྷག་འགྲོས་གང་མང་ཞིག་ཅ་བརྒྱལ་དུ་འགྲོ་ཉིང་ཡོད་པར་བརྟེན་
དུས་རབས་འདིའི་པོད་མི་ཞིག་ལ་མཆོད་ན་ཅ་ཆེ་བའི་གསུང་རབ་དེ་དག་གཅེས་ཉར་བྱེད་
རྒྱུར་བཅོཅ་དགོས་པ་ནི་དུས་ལ་བབ་པའི་ལས་འགན་བརྒྱུག་དུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པས། དེ་
བས་འདི་ག་མེར་བྱས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་ནས་ཀྱང་ཅ་ཆེའི་གསུང་རབ་
དེ་དག་ཉར་ཆགས་དང་སྤྱད་སྟོབ་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཚོམ་སྒྲིག་གི་ལས་ཀ་འདི་གཉེར་བཞིན་ཡོད།

དེང་རབས་ཀྱི་འབྲུལ་ལས་སྐབས་བདེ་དུ་བྱེན་པ་དང་བསྐྱེད་ནས་གསར་དུ་ཚོམ་སྒྲིག་
བྱས་པའི་དེབ་དང་འབྲུལ་དེབ་གང་མང་ཞིག་བྱུང་བརྟེན་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་དགའ་ལོས་
པ་ལྟ་བུར་སྤང་མོད། སྤྱིར་གསུང་རབ་དཔར་བསྐྱེད་དང་འཁྱུག་བྱེད་སྐབས་ཡིག་འབྲུ་
གཅིག་བཅོས་ནོར་ཤོར་ནའང་ཆབས་ཆེ་བའི་སྟོན་ཆ་འབྱུང་སྟེད་པས་བསྐྱེད་ལྟར་དང་བཟོ་
བཅོས་མེད་པར་སོར་འཛོག་གིས་བདག་ཉར་བྱ་རྒྱ་ཅིན་ས་ཀྱང་གལ་ཆེ་ཞིང་། གལ་ཏེ་ནོར་
བར་པས་པའི་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་བཅོས་དགོས་བྱུང་ནའང་ཁ་གསལ་གྱི་མཆན་ཡིག་འགོད་
རྒྱ་ཏ་ཅང་གལ་ཆེ་བ་ཡིན།

འདི་ག་ཚེས་སྤྱི་ཁ་ཁང་ལ་མཆོད་ན། བར་གཞི་ཆད་ལྷན་ཞིག་མ་བྱིར་བརྒྱུད་ནས་དེའི་
ཡིག་འགྲོས་སོར་བཞག་གིས་ཚེས་སྤྱི་ཁ་ཁང་གྱི་ཅ་དོན་དུ་འཛིན་བཞིན་ཡོད་ལ། དེའི་བར་
གཞི་མི་འདྲ་བ་གཞན་ཡང་ལག་སོན་བྱུང་ན་བར་གཞི་གཞན་དག་ལའང་གང་རུས་ཤིག་
སྤྱར་བཞིན་ཡོད། མ་བྱིར་ཡིག་ཞོར་མཛོད་གསལ་ཅན་བྱུང་ན་བཙུན་ཏེ་མཆན་གྱིས་གསལ་
བཤད་བྱས་ཡོད་ལ། མ་བྱིར་དང་བར་གཞི་སོ་སོར་ལྷག་ཆད་བྱུང་བ་དང་། ཡི་གེ་མི་འདྲ་བ་
བྱུང་བ་སོགས་ལ་མཐའ་མཆན་བཀོད་དེ་གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད།

ལས་གཞི་འདིའི་ཐོག་མའི་དུས་སུ་ལས་གཞི་ཏ་ཅང་ཆེ་བའི་དབང་གིས་ཞིབ་སྤྱར་བྱེད་
སྐབས་མཆན་འདེབས་པ་ཙམ་ལས་མ་བྱིར་དབེ་གཞི་གཞན་གྱི་ཤོག་གངས་དང་མདུན་
རྒྱལ་ཡིག་སྤེར་སོགས་གསལ་ཁ་འདོན་མ་བྱུང་བ་རེ་བྱུང་བྱུང་ཡོད་ནའང་བྱིས་སུ་དཔེ་
བསྐྱར་རྒྱས་པ་རྣམས་ལ་གསལ་ཁ་བཏོན་ཡོད།

ཚེས་སྤྱི་ཁ་ཁང་འདི་ནས་ཚེས་སྤྱི་ཁ་ཁང་པའི་དེབ་ཐོག་སྐབས་ངེས་དགོས་པ་འགའ་
ཞིག་ངོ་སྤྲོད་ཅུང་ཙམ་ཞུ་ན། གཞུང་གི་དཔྱད་སྲིད་སྤྱི་ཁ་ཁང་[]འདིའི་ནང་དུ་བཅུག་བཞི་མ་
བྱིར་ནང་གི་ཤོག་མཆན་དང་དཔྱད་སྲིད་མཆན་ཡིན། ཡང་གཞུང་དཔྱད་སྲིད་སྤྱི་ཁ་ཁང་ " འདི་
བཀོད་ཡོད་ན་དེ་ནི་དོ་སྣང་བྱ་དགོས་པའི་ཡི་གེ་འཕམ་ཆོག་ཅིག་གི་མདུན་དུ་བཀོད་ཡོད་ལ།
དེའི་རྗེས་སུ་མཆན་གངས་ཀྱི་ཨང་ཡིག་བཀོད་ཡོད་པས་མཆན་གངས་དེ་དང་མཐུན་པའི་
མཐའ་མཆན་ཡིག་ཏུ་གསལ་བཤད་ཅིག་བྱས་ཡོད་པ་ཡིན། ཡང་བརྗེས་སྤྱོད་ཀྱི་བཞེད་ལུགས་
མི་འདྲ་བ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་ཐ་སྙད་དང་ཐད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སོགས་མི་འདྲ་བ་ཡང་ཡང་
བྱུང་ན་མཆན་གྱིས་གསལ་བཤད་ཐེངས་གཅིག་བྱས་པས་ཆོག་པར་བྱས་ཏེ་རྗེས་མ་རྣམས་
ལ་རེ་རེ་བཞིན་མཆན་བྲིས་མེད།

མཐའ་མཆན་ཐོག་སྐབས་དེབ་དེ་དབེ་བསྐྱར་བྱས་ཡོད་ཆེ་དེའི་མ་བྱིར་བརྒྱུད་བའི་

བར་གཞི་ལ་མ་སྤྱི་ཞེས་དང་། བར་གཞི་གཞན་དག་ལ་སྡེ་དགེ་བར་མ་དང་། བཟ་ཤིས་ལྟོན་
ལོ། ཞོལ། སྤྱ་འབྲམ། ལྷ་བྱང་བར་མ་ནམས། སྤྱི་བཟ་ཞོལ། སྤྱི་ལྷ། སོགས་ཀྱིས་མཆོན་
བར་བྱས་ཡོད། མཐའ་མཆན་གྱི་ཁྱོད་དུ་རྟགས་ཅན་ *བསྐྱབས་ ལྷ་བྱ་བྱང་ན་མ་སྤྱིའི་
ཡིག་ཞོར་ཞིག་ཞུ་སྒྲིག་པས་བསྐྱབས་སུ་བསྐྱར་བའི་དོན་དུ་གོ་དགོས་ལ། ཡང་རྟགས་ *
འདིས་ཞུ་སྒྲིག་པའི་གསལ་བཤད་ཀྱི་ཆོག་མཆོན་པའི་སྐབས་ཀྱང་ཡོད། ཡང་རྟགས་ཅན་
-བསྐྱབས་ ལྷ་བྱ་བྱང་ཆེ་བསྐྱབས་ཆད་པ་དང་། +བསྐྱབས་ ལྷ་བྱ་བྱང་ན་བསྐྱབས་ལྷག་
མ་བྱང་བའི་དོན་དུ་གོ་དགོས།

དཔེར་ན། མཐའ་མཆན་དུ། མ་སྤྱི་ ༥༩ན་ན། བསྐྱབ *བསྐྱབས་ སྤྱི་
༡༠༣ན་ན། ལྷ། ༡༡༠བ་ན། བསྐྱབས་ ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་བྱང་ཆེ་དེ་དག་གི་དོན་
ནི། མ་སྤྱིའི་ཤོག་གངས་ ༥༩མདུན་དོས། ཡིག་སྤྱིའི་ ༥བ་ན། བསྐྱབ་ཅེས་བྲིས་ཡོད་པ་མཆོན་
ཞིང་། *བསྐྱབས་ བྲིས་མ་སྤྱིའི་ཡིག་ཞོར་བསྐྱབ་དེ་ཉིད་ཞུ་སྒྲིག་པས་བསྐྱབས་སུ་བཅོས་
ཡོད་པ་མཆོན་གྱི་དུ་གོ་དགོས། ཡང་གཞུང་དེའི་ཐད་ཀྱི་སྤྱ་འབྲམ་བར་མའི་ལྷེབ་གངས་
༡༠༣མདུན་དོས། ཡིག་སྤྱིའི་ ༥བ་ན། ལྷ་བྱང་བར་མའི་ལྷེབ་གངས་ ༡༡༠རྒྱབ་དོས། ཡིག་སྤྱིའི་
༣བ་ན། བསྐྱབས་ཞེས་བཀོད་འདུག་ཅེས་གོ་དགོས་པ་ལྷ་བྱ་ཡིན།

ཞུ་སྒྲིག་པའི་ཤེས་ཆ་དང་དོ་སྣང་གིས་མ་འདང་བར་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་ཞོར་འབྲུལ་ཤོར་
བ་སོགས་གཟེགས་ཆེ་ཀུན་པན་གྱི་ལས་གཞི་འདིར་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་ལམ་སྟོན་གྱི་ཆེད་དུ་
མཁྱེན་ལྡན་ནམས་ནས་འདི་གའི་ཚུལ་སྒྲིག་ཁང་དུ་ཁ་གསལ་གྱི་དོ་སྣང་དང་ལམ་སྟོན་
གནད་བའི་རེ་བསྐྱལ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། འདི་ནས་ཀྱང་གང་མཁྱོགས་ངང་བསྐྱར་ཞིབ་དང་ལེགས་
སྒྲིག་ཞུས་ཏེ་སྤྲིང་ཀ་རེ་ལེགས་སུ་གཏོང་ངེས་ཡིན།

༢༠༢༣/༡༡/༡༤ལ་སེར་གྲུས་རེག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚུལ་སྒྲིག་ཁང་ནས།

༡༡། འདས་པ་དེ་ལྟེ་འདིགས་ཀྱི་ཀྱེ་ལ་ཐང་ལ།

༡༣། ཁྱུ་གར་རྒྱུ་བྱི་བརྩ་མི་ར་བ་སྐྱ་རྩ་འོ་མོ་གྲ་ བོད་རྒྱུ་བྱི་ དཔལ་རྩི་རྩི་
འཛིགས་བྱེད་བྱི་སྐྱ་བ་ཐབས། དཔལ་རྩི་རྩི་འཛིགས་བྱེད་ལ་བྱག་འཆའ་ལོ། །གཟུགས་
མཆོག་རབ་ཏུ་བྱག་ཤོ་ཆེ། །དཔལ་ལོ་མཆོག་གི་སྤྱོད་ལུས་ཅན། །གདུལ་དཀའ་འདུལ་
བའི་དོན་མཛད་པ། །རྩི་རྩི་འཛིགས་བྱེད་བྱག་འཆའ་ནས། །སྐྱ་བ་བའི་ཐབས་ཀི་ཡང་
དག་པར། །བདག་གིས་ངེས་པར་བརྩོད་པར་བྱ། །

རྟོགས་དགའི་རྒྱད་རྟོག་ལ་བརྟུན་ནས། །འིམ་པ་འདི་ལ་འཇུག་པར་བྱ། །ཕྱ་
སྤུལ་ཆོགས་སོགས་མཆོན་ཉིད་ཅན། །ལྷ་མ་དང་པོ་མཉེས་པར་བྱ། །དོན་འཇིགས་
བྱེད་མཆོག་གི་དོན། །ཐམས་ཅད་སློབ་མར་དེ་བཞིན་ཏེ། །དུས་ཀྱང་དུ་མི་སྟོང་རྩེ་
བ། །ཕྱས་ཅན་ཀྱང་ལ་བསྟོམ་པར་བྱ། །

ཐུགས་པས་ཐོག་མར་ཡངས་ནས་ནི། ཅི་བདེ་བར་ནི་བསྐྱོམ་པར་བྱ། །དང་པོ་
དྲུང་ཁྱོད་ཚུ་འགྲམ་མམ། །ཤིང་གཅིག་གམ་ནི་མཆན་གཅིག་གནས། །བཞི་མདོ་ལམ་
ནི་དེ་བོ་ཡི། ཅེ་མོ་དང་ནི་ཁང་སྟོང་གནས། །མ་མེད་ཁྱིམ་མམ་ཡང་ཐོག་མཇེས། །ཕྱ་
ཡི་ཁང་པ་དག་ཏུ་དང་། །འཕྲུབ་མེད་ས་དང་ཁྱོང་ཁྱེང་སྟོང་། །ཡིད་དུ་ཁོང་བཞི་ཁྱོང་
དག་ཏུ། །འཕོལ་བཞི་སྟེང་སོགས་ལ་འདུག་ནས། །མང་ཀ་ལ་སོགས་གཟུགས་གཞན་

བསྒྲིལ། །

མཆོད་དང་བདུད་ཅིང་ལ་སོགས་ཀྱིས། །ཞི་བ་ལ་སོགས་ཁྱད་པར་རྣམས། །ཤ་
རྣམས་ཀྱང་གྱི་གཏོར་མ་ནི། །འབྱུང་པོ་ལ་སོགས་འཛིགས་ལ་སྦྱིན། །དང་པོར་ལྟ་ལ་
བཟོད་པར་གསོལ། །ཞིང་སྦྱོང་ལ་སོགས་ཐམས་ཅད་གཤེགས། །

སྦྱང་གར་རྒྱ་བ་ཉིད་ཀྱིས་གནས། །ཡི་གེ་རྩྱུ་ནི་འབར་བའི་མཆོག། །དེ་ལ་འོད་གྱི་
ཐེང་འཕྲོ་བས། །འཛིགས་བྱེད་ལ་སོགས་བཀྱག་ནས་ནི། །ལྟ་རྣམས་ལག་ན་སོགས་
བ་ཡི། །མཆོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལེགས་པར་མཆོད། །དེ་ཡིས་བཅོམ་ལྟན་འདས་རྣམས་
དབྱེས། །འཁོར་རྣམས་ལ་ཡང་ལྟན་ཅིག་དབུལ། །

སྦྱིག་པ་རྣམས་ནི་བཤགས་པར་བྱ། །སྦྱེས་ཤིང་བྱུང་བ་རྣམས་ནི་བསལ། །མི་
བྱེད་པར་ནི་སྦྱན་སྒར་བཟོད། །དེ་བཞིན་བསོད་ནམས་རྗེས་ཡི་རང་། །བདག་གིས་
བདེ་འགྲོ་ཡོངས་སུ་བསྟོ། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྦྱབས་སུ་འགྲོ། །སེམས་ཅན་
ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བསྐྱེད། །བྱང་ཆུབ་གནས་ལ་དགོད་པར་བབྱ། །བྱང་ཆུབ་
སེམས་ནི་ཡང་དག་བསྐྱེད། །ཆོད་མེད་བཞི་ཡི་ཁང་བཟང་ལས། །མཆོད་པ་བདུན་ནི་
རབ་ཏུ་བྱ། །གཙོ་བོ་མཁའ་ལ་བཞུགས་སུ་གསོལ། །

ལྟ་དང་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཀྱང། །བདག་མེད་པར་ནི་བསམ་པར་བྱ། །དང་
པོར་སྐགས་འདི་བཟོད་པ་ཡིས། །དེ་བཞིན་བདག་མེད་པར་བར་བྱ། །ཇི་སྟེ་སྟེ་ཕ་
འབྱུངས་བ་རྣམས་སྟེ་ཕ་འབྱུངས་ཀྱི་ཇི་སྟེ་ཕ་རྣམས་སྟེ་ཕ་འབྱུངས་ཀྱི་ཇི་སྟེ་ཕ་
ཡིས་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དང་། །བདག་ཉིད་སྦྱོང་པར་རྣམ་པར་བསལ། །

སེམས་ཅན་སྟེ་མེད་བྱ་བའི་ཕྱིར། །སྟོན་གྱི་སྟོན་ལས་པར་བར་བྱ། །སྦྱོང་ལས་

ཡི་གེ་ཡི་དུ་གྱུར། །རྒྱུ་གི་དཀྱིལ་འཁོར་རྣམ་པར་བསམ། །དུ་བའི་མདོག་ཅན་རྫོ་
རྫེའི་གདན། །དེ་དབུས་ཡི་གེ་ཨ་ལས་ཟླ། །དེ་ཡི་སྙིང་དུ་ཡི་གེ་རྩི་ །འཇམ་དཔལ་
གཞོན་ལུ་ཡི་ནི་གཟུགས། །དེ་ཡི་སྙིང་གར་རྣམ་བསམ་བ། །ཡི་གེ་ཨམས་ཉི་དཀྱིལ་
འཁོར། །བདག་དང་ཉི་མ་གཅིག་ཏུ་གྱུར། །དེ་ལས་འོད་ཟེར་རྣམ་པར་འཕྱོ། །དེ་ཅེར་
འོད་ཟེར་རྣམ་འཕྱོ་བ། །འཇམ་དཔལ་གཟུགས་ནི་བསམ་མི་བྱུང། །རྫོ་རྫེ་རལ་གྱི་
གཡས་ན་འཛིན། །གཡོན་པ་ན་ནི་སྤྲེགས་མཚུབ་ཀྱང། །བགགས་དང་བར་ཆོད་
ཡང་དག་གསོད། །སྤར་འདུས་དེ་ཡི་དཀྱིལ་དུ་ཐེམ། །སྤར་ཡང་འོད་ཟེར་སྒྲོས་པ་
ཡིས། །སྒྲོགས་བཅུ་པོར་ནི་ཡོངས་སུ་གནས། །དེ་བཞིན་གཤེགས་དང་བྱང་ལུབ་
སེམས། །རིག་པ་འཛིན་དང་ལྟ་ཡི་ཆོགས། །ཁྲོ་བོ་ལ་སོགས་དེ་དག་ཀྱུན། །སྤར་
འདུས་ཉི་མར་རྣམ་པར་ཐེམ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་དང་འཇམ་པའི་དཔལ། །རིག་པ་
འཛིན་དང་ལྟ་ཡི་ཆོགས། །ཉི་མར་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པར་བསམ། །གཏུག་པ་ཆེན་པོའི་
འོད་འབར་བས། །དཔག་ཆོད་དག་ནི་སྒྲོང་སྤག་བརྒྱུར། །ཐམས་ཅད་བྱུང་བར་རབ་ཏུ་
གནས། །

དེ་ཡི་དབུས་སུ་གཞུག་ཡས་བསམ། །རྒྱར་བཞི་པ་ལ་སྒྲོ་བཞི་བ། །ཉ་བབས་
བཞི་ཡིས་མཛེས་པ་དང། །བ་དན་བྲིལ་བུ་ལ་སོགས་དང། །བྲེང་བ་ལ་སོགས་རྣམས་
ཀྱིས་སྤྲུས། །སྒྲོ་བྱེད་ཀྱི་ནི་སྤག་དག་ཏུ། །རྫོ་རྫེ་རིན་ཆེན་སོགས་ཀྱིས་སྤྲུས། །འཁོར་
ལ་ཉིས་བརྟེན་ཡང་དག་བསམ། །ལྟ་བུར་གཅིག་གིས་མ་ཆོད་དག །བརྒྱ་ཆོབ་
ཡང་དག་གནས། །དེ་དག་སྙིང་ན་ཉི་དཀྱིལ་འཁོར། །ཐམས་ཅད་མཆོག་ཏུ་བསྐྱེད་པ་
ཡི། །མེ་ལྷེ་འབར་བའི་འོད་ཟེར་ཅན། །

དེ་ལ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ཡང་། །ལྷ་བརྩུར་གཅིག་གིས་མ་ཆང་བའི། །ལྷ་རྣམས་དེ་
དཀྱིལ་རོ་སྒྲེང་བསམ། །ཤར་དང་སྒྲོ་དང་བྱབ་དང་ནི། །བྱང་དང་དབུས་སུ་གོ་རིམས་
བཞིན། །མགོ་དང་ལག་པ་རྒྱ་མ་རྒྱུད། །

མེ་སོགས་སྒྲ་བཞི་དག་དུ་ཡང་། །དེ་བཞིན་ཐོད་པ་ཐོད་ཆེལ་བ། །དུར་ཁྲོད་ཀྱི་ནི་
རས་ཀྱང་གཞག། །སྦྱེས་བྲུ་གསལ་ཤིང་བརྩྱགས་པ་གཞག། །དེ་བཞིན་དུ་ཡང་ལྷག་
རྒྱུ་ལེ་མིང་། །

ཤར་ལ་སོགས་པའི་སྒྲུལ་བྲུ་བཞིར། །ཁྱི་དང་མཚོན་ནི་ཅེ་གཅིག་
དང་། །གཏུན་ཤིང་དང་ནི་ཚུ་གི་དང་། །ཅེ་གཅིག་ལྷགས་སུ་མ་ཉེ་དང་། །བ་ལང་
སྒྲན་ཅིག་ཤར་དུ་བརྒྱད། །སྒྲ་རེ་མདའ་དང་དབྱུག་ཏོ་དང་། །ཁ་ཏྲི་འཁོར་ལོ་དེ་བཞིན་
ཞགས། །པག་དང་ཐོང་བྲུ་སྒྲོ་ཕྱོགས་ཀྱི། །སྒྲུལ་བྲུ་ལ་ནི་རིམ་པ་བཞིན། །རྡོ་རྗེ་རྩེ་རྒྱུང་
དང་ནི་ཕྱབ། །གཞུ་དང་བེལ་བྲུ་རྒྱུང་གི་རས། །རྩ་མོ་བྱི་ནི་བྲུ་ཕྱོགས་ཀྱི། །སྒྲུལ་བྲུ་
ལ་ནི་དེ་བཞིན་གྱི། །སྤྲིགས་མཚུ་བ་དང་ནི་འཕམ་ཅེ་གསུམ། །སྤང་ཆེན་སྤྲགས་དང་ཐོ་
བ་དང་། །མདུང་དང་མེ་ཡི་ཐབ་དང་ནི། །ལྷག་དང་སྤྱང་གི་སྒྲན་ཅིག་བརྒྱད། །བྱང་དུ་
རྩྭ་དུ་བསམ་པར་བྱ། །

སྒྲོ་ཡི་ཕྱོགས་སུ་གཞག་པ་ནི། །ཤར་གྱི་སྒྲོ་དུ་བྲུ་ཁོད་གཞག། །སྒྲོ་ཡི་སྒྲོ་དུ་བྲུག་
པ་གཞག། །བྲུབ་དུ་བྲུ་རོག་མེད་གོ་ཡང་། །བྱང་དུ་རྣམ་པར་བསམ་པར་བྱ། །

མེ་སྒྲ་ཁྱུང་ནི་ལེགས་པར་གཞག། །བདེན་བྲལ་དུ་ནི་ཁ་གཞག་གོ། །རྒྱུང་གི་
གནས་སུ་རི་སྒྲིགས་ཏེ། །དབང་ལྡན་དུ་ནི་དེ་བཞིན་བཞད། །ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་རྣམ་
པར་དགོད། །

ཆོ་བའི་གཟུགས་སུ་བསམ་པར་བྱ། །དབུས་ཀྱི་ཆོ་བར་ཡི་གེ་རྩི་ །སྟོན་གྱི་
འཇམ་པའི་གཟུགས་འབྲུག་པར། །

གཏི་མུག་བརྩུན་དང་ཆགས་ཐག་དོག་ །ཤར་སོགས་ལེན་ཆེ་བཞི་ལཱ། །མེ་ཡི་
གྲ་སོགས་རྣམ་བསམ་པ། །སེམས་མ་དོན་དེ་བཞིན་དུ། །རིན་ཆེན་དོར་མ་བསྟོམ་པར་
བྱ། །ཆོས་ཀྱི་དོར་མ་དེ་བཞིན་ཏེ། །ལས་ཀྱི་དོར་མ་རྣམ་བསམ་བྱ། །

དོན་ཅོན་པོ་དོར་ལ་གྱི། །བྱམས་པ་དང་ནི་འཇམ་དཔལ་གཞག་ །ཡེ་ཤེས་སྐྱ་
དང་དག་དབང་ལྷུག་ །ཆོ་བའི་འོད་དང་ཡེ་ཤེས་མཆོ། །ཤར་དུ་བརྒྱད་པོ་དེ་དག་
གཞག་ །སྟོ་ཕྱགས་སུ་ནི་གཞག་བྱ་བ། །དོན་སྣ་ཆོགས་དོར་གཞོན་སྟེ། །དོན་ཁུ་
ཚུར་དོན་ཆོས། །དོན་སྐྱར་བ་ཅོན་དོན། །དོན་རྒྱ་དང་བའི་འོད། །ཁུ་ཕྱགས་དེ་
བཞིན་བརྒྱད་གཞག་པ། །དོན་སྐྱ་བ་དོན་སེམས། །དོན་རྒྱལ་པོ་དོན་ཆགས། །དོ་
ནི་ལེགས་དང་དོར་རིན་ཆེན། །ཉི་མའི་འོད་དང་དོར་ཉི་མ། །བྱར་དུ་ཡང་ནི་བརྟེན་བྱ་
བ། །དོན་དཔལ་དང་དོན་བཞད། །སྟོས་ཀྱི་སྒྲུང་པོ་ཡེ་ཤེས་རྟོག་ །ཐམས་ཅད་ཐབས་
ཀྱིས་འགྲོ་མིང་དང་། །རྒྱ་མཆོའི་སྟོ་གྲོས་ལེགས་པར་གཞག་ །སྟོ་གྲོས་མི་ཐད་བསྟོམ་
པར་བྱ། །བདུད་ཅི་འོད་དང་བརྒྱད་གཞག་གོ། །

ཤར་ལ་སོགས་པའི་སྟོ་བཞི་དུ། །དོན་ལྷགས་ཀྱ་དོན་ཞགས། །དོན་ལྷགས་
སྟོག་དོན་འིལ། །རིམ་པ་བཞིན་དུ་བསྟོམ་པར་བྱ། །

མེ་ལ་སོགས་པའི་གྲ་དུ་ཡང་། །དོན་གཞོད་མཛེས་གཙུག་ཏོར་དང་། །དོན་རྩྱ་
མཛད་དེ་བཞིན་དུ། །དོན་གཞན་གྱིས་མི་སྦྱབ་པའོ། །

ཤར་གྱི་ཕྱོགས་པ་ཐམས་ཅད་གཞག་ །དེ་བཞིན་སྟོ་བ་ཐམས་ཅད་སེལ། །སྟོན་པ་

ཐམས་ཅད་དམར་པོ་ཡིན། །བྱང་ནི་ཐམས་ཅད་ལྗང་གྲུ་ཡིན། །

འདི་དག་ས་བོན་ཡི་གེ་ནི། །ཨོ་ཨྲོ་རྒྱུ་ཁྲི། སེ་རྩྭ་ཀྱི། །འི་ཁྲི་མི་མི། རྒྱུ་བྱི་ཅི་རྒྱུ།
བོ་ཡི་རྒྱུ་རྒྱ། རྩྭ་ཉི་ཉི་རྒྱ། རྒྱ་བྱི་རྩྭ་རྩྭ། སྒྱ་རྩྭ་བྱི་བྱི། ཀྱི་ཉི་བྱི་རྒྱུ། སེ་སྒྱ་ཨོ་ཨྲོ་ཨོ་ཨྲོ་སྒྱ་
རྒྱ། སྒྱ་ཨྲོ་རྒྱུ་ཨ་ཞེས་བཤོ། །

དེ་ནས་ཡི་གེ་ཨ་སོགས་ནི། །ཡི་གེ་ཏ་ཡི་མཐར་ཐུག་པ། །འདི་དག་ཐམས་ཅད་
ཡོངས་གྲུང་ལས། །གོང་གི་ལྷ་རྩ་རྒྱས་བསམ་བྱ། །ཡང་ནི་དེ་བཞིན་ཀུན་ལ་ཡང་། །ཡི་
གེ་ཨ་ལས་ཉི་དགྲིལ་འཁོར། །དེ་བཞིན་ཉི་མའི་དགྲིལ་འཁོར་ལས། །འོད་ཟེར་དག་ནི་
རྒྱས་འཕྲོས་པས། །ཕྱོགས་བཅུ་ཀུན་དུ་བཞུགས་པ་ཡི། །དེ་བཞིན་གཤེགས་དག་
ཡང་དག་བསྐྱུལ། །ཐམས་ཅད་དགྲེས་བྱས་སྦྲར་ཡང་ནི། །བསྐྱུས་ནས་ཉི་མ་དག་ལ་
ཐེམ། །དེ་ལ་ཞུགས་པ་བརྟན་བར་བསྐྱོམ། །

རྒྱས་པར་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་བསམ། །དེ་ཡིས་རང་བཞིན་དག་པའི་མིང་། །འོད་
གསལ་བ་ཡི་ཉིང་རེ་འཛིན། །དེ་ལ་ཡང་ནི་འཇམ་དབལ་སོགས། །དེ་བཞིན་གཤེགས་
པ་ལ་སོགས་ཀུན། །གཙུག་ལ་བསྐྱོར་ནས་ལྷན་ཅིག་ཏུ། །དེ་བཞིན་དུ་ནི་ཐེམ་ནས་
ཀྱང་། །ཉི་མའི་དགྲིལ་འཁོར་དུ་བསམ་བྱ། །འོད་ཟེར་འབར་བའི་གཟུགས་ཅན་
ནོ། །དེ་ཡི་དགྲིལ་དུ་གཙུག་སོགས་ཀྱི། །ས་བོན་ཡི་གེ་རྒྱས་བསམ་བྱ། །ཡི་གེ་རྒྱུ་ནི་གཙུག་
བོ་སྤྱིན། །སྤྱིང་བོ་ཐམས་ཅད་ཉི་མ་ལ། །ཨོ་རྒྱུ་རྒྱུ་མེ་གྱི་རྒྱ་ན་ན།

གཉི་ཐུག་སོགས་ཀྱི་དགྲིལ་འཁོར་ལོ། །ཡ་ཤེ་ཡ་རྩ་ནི་རྩ་མ་ཡ། །ཤར་དུ་ཡང་
དག་བསམ་བར་བྱ། །ཡ་མ་རྩ་རྩ་ས་དེ་མེ་ཡ། །དེ་བཞིན་ལྷོ་ཡི་ཕྱོགས་སུ་གནས། །ཡ་
མེ་དོ་རུ་ཏུ་ཡོད་ཡ། །རུ་ཕྱོགས་སྐྱམ་བུ་ལ་ནི་སྤྱིན། །ཡ་ད་ཡོ་ནི་ར་ཡ་ཤེ་ཡ། །བྱང་དུ་

ལྷ་དེ་གཞག་པར་བྱ།

ཡ་སྒྲུག་ཀ་སྒྲོ་བཞི་བྱ། །ཤར་ལ་སོགས་པ་རྣམ་བསམ་བྱ། །ཨོ་ཨོ་ཨོ་ཨོ་མེ་ལ་
སོགས་པའི་བྲུ་བཞི་བྱ། །ཐམས་ཅད་འོད་ཟེར་ལྷ་རང་བཞིན། །

དབུས་སོགས་ཤར་ཕྱོགས་དཀར་པོ་ཡིན། །སེར་པོ་དམར་པོ་ལྷང་གུའི་
མདོག་ལྷོ་དང་རྒྱབ་དང་བྱང་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་ཐམས་ཅད་འོད་ཟེར་ནི། །རྣམ་པར་
འཕྲོ་བར་བསམ་པར་བྱ། །

སྔོན་བརྗོད་དེ་བཞིན་གཤེགས་ལ་སོགས། །སྤར་ཡང་བསྐྱས་ནས་གཞུག་པར་
བྱ། །དབུས་ཀྱི་ཡི་གེ་ལས་ཁོ་བོའི། །རྫོང་ཆེན་པོ་ཁ་དོག་གཞག་ལྷོད་ཟེར་འབྱེད་པར་
རྣམ་བསམ་བྱ། །དེ་བཞིན་རྫོང་ཆེན་པོའི་གཞུགས། །སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཁོ་
བོ། །རིག་པའི་ལྷ་མོ་ནམ་མཁའ་སྤྱང་། །ཉིལ་གྱི་གང་བྱ་བཞིན་གང་བར། །གནས་པར་
བསམ་པར་བྱ་བ་ཡིན། །དེ་བཞིན་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པས། །སེམས་ཅན་ཡོངས་
སུ་སྤོན་པར་ཡང་། །བརྟལ་ནས་བྱང་ཆུབ་ལ་གཞག་སྟེ། །ཡང་བསྐྱས་འོངས་ཏེ་རྫོང་
ལ། །ཐེམ་པར་རྣམ་པར་བསམ་པར་བྱའོ། །འཁོར་བ་གནས་པ་བྱས་པ་ནི། །སྔོན་
དུ་བརྗོད་པའི་མགོ་སོགས་བརྒྱ། །འོད་ལྷར་ཁ་དོག་བྱང་པར་སྐྱར། །འོད་ཟེར་རང་
བཞིན་རྣམ་བསམ་བྱ། །སོ་སོ་རིགས་ཀྱི་ལྷ་བཞིན་བྱ། །ནམ་མཁའ་སྤྱང་དུ་གནས་པ་
ནི། །ཉིལ་གྱི་གང་བྱ་བཞིན་ཉི་མའི། །གདན་ལ་མཛོན་པར་གནས་པར་བསྐྱོམ། །དེ་
ཡིས་འཕྲོ་དོན་བྱས་ན་ཡང་། །འོངས་ནས་རང་ལ་གཞུག་པར་བྱ། །སྤར་ཡང་ཉི་མའི་
དཀྱིལ་འཁོར་ལ། །ཐམས་ཅད་འོག་ཏུ་རང་གནས་སྟེ། །རང་མཚན་ལྷན་ཅིག་ཡོངས་
སུ་བྱུར། །གཙུག་པོ་ལ་ནི་བསྐྱོར་ནས་གནས། །སྤར་བ་ཉིད་དུ་སྐྱུ་བྱ་རྫོགས། །

སྒྲིབ་ཀྱི་མཛོད་པའི་རང་བཞིན་ཅན། །གཙོ་བོ་བསྟན་པ་དེ་བཞིན་འདིར། །སྒྲུབ་པ་
པོས་ནི་དེ་བཞིན་བསྟོམས། །དེ་ནི་དོན་ཡི་ནི་གཟུགས། །ཞལ་དགུ་པ་ནི་རྟག་ཏུ་བྲག་མ་
ཉེ་ཡི་ནི་གཟུགས་ཅན་ཏེ། །འཛིག་པའི་མེ་དང་མཉམ་པའི་འོད། །ཐམས་ཅད་བྲག་པོའི་
བདག་ཉིད་གཟུགས། །དཔལ་ཆེན་དོན་ཡི་འཛིགས་བྱེད་དོ། །ཁམས་གསུམ་པོ་ནི་ཟ་
བར་བྱས། །རྣམ་པར་གཅིགས་པའི་ཞལ་བཟང་པ། །ལྷགས་འདིལ་བ་ནི་གཟེ་བཟིང་
ཆེ། །དོན་མེ་དང་མཉམ་པར་འཕྲོ། །རྣམ་པར་གཅིགས་པ་བྲག་པོར་གཅིགས། །ཁྱོ་
གཉེར་ཞལ་བཟང་སྤྲོ་བཟང་སྒྱུ་། །འཛིག་པ་ཆེན་པོའི་དུས་དང་མཉམ། །འབྲུག་
གི་སྒྲ་དང་རྟག་ཏུ་མཆུངས། །མི་ཡི་ཁྲག་དང་རྐང་དང་ཞག། །ཆིལ་བྱ་སྒྲ་པ་ཟ་རང་
བཞིན། །འཛིག་རྟེན་འཛིག་རྟེན་འདས་སོགས་པའི། །ལྷ་ལ་བསྟེན་པར་བྱེད་པའི་
གཙོ། །བརྒྱ་བྱིན་ཆངས་དབང་བེཏུ་དང་། །གཞོན་ལུ་བེཏུ་ཡ་ཀ་སོགས། །ཐམས་
ཅད་ཡང་ནི་གསོལ་བར་བྱེད། །ཐོད་པ་ཡིས་ནི་ཐོད་དུ་བྱས། །ལྷ་ལ་འཛིགས་པ་ཆེན་
པོར་བྱེད། །པོ་གྱི་སྒྲ་ནི་སྒྲོགས་པ་ཡིན། །ཤིན་ཏུ་ཁྲིས་པ་ཡི་ནི་གཟུགས། །ཐོད་པའི་
འཕྱང་འཕྱལ་དག་གིས་བརྒྱན། །ཁམ་པ་ཤིན་ཏུ་ཡང་དག་བཟུངས། །

གཅེར་བྱ་ཞབས་ནི་བཅུ་བྲག་སྟེ། །གཡོན་པའི་ཞབས་ཀུན་བརྒྱུད་བ་
ཡིན། །འདར་ཞིང་གཡོ་བར་ཡང་དག་སྒྲོར། །འཛིགས་པ་ཆེན་པོ་ཡི་ནི་སྒྲ། །ཐམས་
ཅད་འབར་བ་བྱེན་དུ་བཟུངས། །

ཕྱག་ནི་སྒྲུལ་ཅུ་ཅ་བཞི་སྟེ། །གཉིས་ཀྱིས་སྒྲུང་པོའི་བགས་ཆོན་
འཛིན། །གཡས་ཀྱི་དང་པོ་གྱི་གྲག་འཆང་། །གཉིས་པ་དོན་ཅེ་གཅིག་པ། །གསུམ་པ་
གཏུན་ཤིང་དེ་བཞིན་ནོ། །བཞི་པ་ལྷ་པ་བྲག་པ་ནི། །ཆུ་གྱི་ཅེ་གཅིག་སྟ་རེའོ། །བདུན་

པ་མདུང་ཅེ་བརྒྱད་པ་ན། མདུང་སྟེ་དགུ་པ་ལྷགས་ཀྱི་ལོ། དེ་བཞིན་བཅུ་པ་དབྱུག་
ཏོལ། བཅུ་གཅིག་པ་ན་ཁ་ལྷོ་ག། དེ་བཞིན་བཅུ་གཉིས་ལོའང་ལོལ། བཅུ་གསུམ་པ་
ནི་དོན་སྟེ། བཅུ་བཞི་པ་ན་ཐོ་བལ། བཅོ་ལྷ་པ་ན་རལ་གྱི་སྟེ། བཅུ་དྲུག་པ་ན་རེ་ལུ་
ཆུང་ངོ། གཡོན་པའི་དང་པོ་ཐོད་པ་སྟེ། གཉིས་པ་ན་ནི་མགོ་བོལ། གསུམ་པ་སྤུབ་
སྟེ་བཞི་པ་རྒྱུ་། ལྷ་པ་དེ་བཞིན་ཞགས་པའོ། དྲུག་པ་གཞུ་སྟེ་བདུན་རྒྱ་ལ། བརྒྱད་
པ་བྲིལ་བྱ་དགུ་ནི་ལག། བཅུ་པ་ན་ནི་དུར་ཁྲོད་རས། བཅུ་གཅིག་སྟེ་སྤུབ་གསལ་
ཤིང་བཅུ་གས། བཅུ་གཉིས་པ་ན་མེ་ཐབ་བོ། བཅུ་གསུམ་པ་ན་ཐོད་ཆལ་ཏེ། བཅུ་
བཞི་པ་ན་སྒྲིགས་མཛུབ་བོ། བཅོ་ལྷ་པ་ན་ལམ་ན་ཅེ་གསུམ། བཅུ་དྲུག་པ་ན་ཆུང་གི་
རས། རིམ་བཞིན་བསྐྱོམ་སྟེ་གཞན་ཡང་ནི།

གཡས་ཀྱི་རྒྱུ་པ་དང་པོས་མི། གཉིས་པ་ཡི་ནི་མ་ཉེལ། གསུམ་པ་ཡིས་ནི་
བ་ལང་སྟེ། བཞི་པས་དེ་བཞིན་བོད་བྱལ། ལྷ་པས་རེ་ལོ་དྲུག་པས་ཁྲི། བདུན་པས་
ལྷག་སྟེ་བརྒྱད་སྤྱང་གི། གཡས་ཀྱི་རྒྱུ་པས་དེ་དག་ཞོན། གཡོན་ཀྱི་རྒྱུ་པ་དང་
པོ་ཡིས། བྲ་ཁྲོད་གཉིས་པས་ལྷག་པའོ། གསུམ་པས་བྲ་རོག་བཞི་པས་སིང་། ལྷ་
པས་ཁྲུང་སྟེ་དྲུག་པས་ཁྲ། དེ་བཞིན་བདུན་པས་རི་སྟེགས་ཏེ། བརྒྱད་པ་ཡིས་ནི་
བཞད་ཡིན་ལོ། རིམ་པ་བཞིན་དུ་ཞོན་པའོ།

དཔལ་ཆེན་དོན་མཛད་ཀྱི་སྒྲུབ་ཐབས། དང་པོ་མ་ཉེལ་གདོང་པ་སྟེ། ཉག་
པོ་ཁོ་བ་གཡས་པ་ཡི། རྩ་རྩ་ན་ནི་ཞལ་གསུམ་སྟེ། གཡས་ཀྱི་དང་པོའི་ཞལ་ནི་
སྟེ། དེ་ཡི་གཡས་དམར་སེར་པོ་དང་། གཡོན་པའི་རྩ་རྩའི་ཞལ་གསུམ་ནི། དཀར་
དང་དུད་ཀ་ནག་པོལ། ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་ཁོས་པ་སྟེ། ཞལ་གཅིགས་པར་ནི་ནས་

པར་བསམ། །རྩ་གཉིས་ཀྱི་ནི་དབུས་མའི་ཞལ། །བརྒྱད་པ་ཡིན་ཏེ་དམར་པོའོ། །ཞལ་
ནས་ཐུག་རྣམས་འཛག་པ་ནི། །ཤེན་ཏུ་དེ་བཞིན་བསྐྱོམ་པར་བྱ། །དེ་ཡི་སྟེང་དུ་ཀུན་
བཟང་གི། །ཞལ་ནི་རྩུང་ཟད་སེར་བའོ། །རྩུང་ཟད་ཙམ་ནི་ཁྲོ་བའི་གཟུགས། །གཞོན་
བུའི་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་པའོ། །གཙུག་ཕུད་ལྟ་ལེ་ཅེ་མོ་ཙམ། །དབྱུ་པ་ཡིན་ཏེ་དབུས་ཀུན་
དུའོ། །ཞལ་རྣམས་ཐམས་ཅད་སྒྱུན་གསུམ་པར། །བདག་ཉིད་དེ་བཞིན་བསྐྱོམ་པར་
བྱ། །

འཁོར་གྱི་ཚུལ་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །མིང་དང་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་
བརྗོད། །ཤར་གྱི་མིང་ནི་དོ་རྩེ་མགོ། །ལྟ་ལོ་དོ་རྩེ་ལག་པའོ། །རྒྱལ་གྱི་དོ་རྩེ་རྒྱ་མ་
སྟེ། །བྱང་ནི་དོ་རྩེ་རྒྱུ་པའོ། །མེ་ལྷའི་དོ་རྩེ་ཐོད་པ་མོ། །བདེན་བྲལ་དོ་རྩེ་ཐོད་ཆལ་
མ། །རྒྱུང་དུ་དུར་ཁྲོད་རས་པའོ། །དབང་ལྷན་མདུང་ཅེར་བསྐྱོན་པའོ། །

ཕྱི་རིམ་ཤར་ཕྱོགས་སྒྲུབ་བྱ་ལ། །དེ་བཞིན་རིམ་པར་བསྐྱོམ་བྱ་བ། །དོ་རྩེ་གྱི་དང་
དོ་ཅེ་གཅིག །དེ་བཞིན་དོ་རྩེ་གཏུན་ཤིང་དང་། །དོ་རྩེ་རྒྱ་གྱི་མཚོན་ཅེ་གཅིག །དོ་རྩེ་
ལྷགས་ཀྱུ་དེ་བཞིན་གཞན། །དོ་རྩེ་མ་ཉེ་དོ་རྩེ་བ། །ཤར་ན་གནས་པ་བརྒྱད་ཀྱིའོ། །སྒྲུབ་
བྱ་དང་པོར་ཤེས་པར་བྱ། །

ལྟ་ལོ་དོ་རྩེ་སྟེ་དང་། །དོ་རྩེ་མདའ་དང་དོ་རྩེ་དབྱུག །དོ་རྩེ་ཁ་རྩྭ་དེ་བཞིན་ཏེ། །དོ་
རྩེ་འཁོར་ལོ་དོ་རྩེ་ཞགས། །དེ་བཞིན་དོ་རྩེ་པག་པ་ཡང་། །དོ་རྩེ་བོང་བྱ་བརྒྱད་པའོ། །

རྒྱལ་ཏུ་དོ་རྩེ་དོ་རྩེ་བྱ། །དོ་རྩེ་བྱལ་དང་དོ་རྩེ་གཞུ། །དོ་རྩེ་བྱལ་བྱ་དེ་ནས་ཡང་། །དོ་
རྩེ་རྒྱུང་གི་རས་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དོ་རྩེ་ར་མོར་ཤེས། །དོ་རྩེ་ཁྲི་ནི་བརྒྱད་པའོ། །

བྱང་གི་དོ་རྩེ་སྒྱིགས་མཐུ་བ་དང་། །དོ་རྩེ་འཕན་ཅེ་གསུམ་པ་དང་། །དོ་རྩེ་སྒྲང་

པགས་དོ་ཐོ་བ། རྫོང་མདུང་དང་རྫོང་མེ་ཐབ། རྫོང་ལུག་ནི་དེ་བཞིན་ཏེ། རྫོང་
སྤང་གི་བརྒྱད་པའོ། །

གནས་བཞི་རུ་ནི་བསྐྱེལ་པར་བྱ། །ཤར་སྐྱོ་སྤྱང་བ་བྱ་ཆོད་དོ། །སྤྱི་སྤྱང་བ་
ལུག་པ་སྟེ། ལུབ་ཀྱི་སྤྱང་བ་བྱ་རོག་གོ། །བྱང་གི་སྤྱང་བ་མེད་ཡིན་ནོ། །

མེ་གྲར་ཁྱུང་ནི་ལེགས་པར་གཞག། །བདེན་བྲལ་གྱི་ནི་ཁ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་སྤྱང་
གི་རི་སྐྱེགས་བསྐྱང་། །དབང་ལྷན་བསྐྱང་བ་བཞད་ཡིན་ནོ། །

མིང་གི་ཐོག་མ་ཀུན་རྫོང་། །དང་པོ་གཟུགས་མདོག་ནག་པོར་བརྫོད། །དེ་རྣམས་
ཁ་དོག་གཅིག་ཡིན་ཏེ། །ཕྱག་གཉིས་པ་ལ་ཞལ་གཅིག་པའོ། །རང་གི་མིང་བཞིན་
ཕྱག་མཆོད་འཛིན། །གཡས་བསྐྱེལ་ཞབས་ཀྱིས་བརྟན་པར་བཞུགས། །ཐམས་ཅད་
རོ་ཡི་གདན་ལ་བཞུགས། །སྤྱན་གསུམ་པ་ནི་ཆེར་དག་པ། །དབུ་སྐྱ་ཁམ་པ་འབར་
བའོ། །ཐམས་ཅད་ཐོད་པས་བརྒྱན་པ་སྟེ། །བཙེམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཞལ་དུ་བཞུ། །ཆེར་
འཇུགས་པ་ནི་བཞད་པའི་ཞལ། །ཞལ་ནས་པོ་གྱི་སྐྱ་སྐྱོགས་འཕྱོ། །བཙེམ་ལྷན་དེ་
བཞིན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །དེ་བཞིན་གཅེར་བྱ་མཆོད་གུན་འགྲུང་། །

ལྷ་རྣམས་ཐམས་ཅད་ལ་མཚུངས་པར། །རང་གི་ས་བོན་སྟོང་གར་
དགོད། །དེ་ལས་སྐྱལ་པའི་འོད་འཕྲོ་བས། །ཡེ་ཤེས་འཁོར་ལོ་སྤྱན་དྲང་དོ། །རྩི་
པོ་རྟོ་མེ་ཡི་གོས་དབྱུག། །གཞུག་དང་བཅིང་དང་མཉེས་པར་བྱ། །ཕྱགས་པ་ཡང་ནི་
གཅིག་ཕུན། །དབང་བསྐྱར་བ་ཡང་བསྐྱོམ་པར་བྱ། །མཆོད་པ་སྐྱ་ཆོགས་མཆོད་པར་
བྱ། །བདག་གིས་ཐམས་ཅད་བསྟོད་པར་བྱ། །མི་ཡི་ཤ་ལ་སོགས་པ་དང་། །ཁྲག་གིས་
ཀྱང་ནི་མཆོད་པར་བྱ། །

འདི་ཡི་དགྲིལ་འཁོར་རྫོགས་པ་ནི། །སྙིང་རྗེས་འཁྲུགས་པའི་ཉིང་འཛིན་
གྲིས། །དག་པོའི་ལས་ཀྱི་དོན་དུ་ནི། །སྒྲགས་བརྒྱས་དེ་བཞིན་བྲན་པར་བྱ། །བརྟམས་
པའི་སེམས་ཅན་གདུལ་བར་བྱ། །ཐམས་ཅད་རྗེས་སྤྱུ་མཐུན་པར་བྱ། །

ཨོྭ་མྱེ་ཕྱི་མེ་གི་ཏུ་ན་ན་རྩྱུ་པའ། །ཅེས་པ་ཉི་པའི་སྙིང་པོའི་སྒྲགས། །ཨོྭ་ཡ་མ་རྩ་ཀ་
རྩྱུ་པའ། །ཅེས་པ་ཡང་ནི་སྙིང་པོའི་སྒྲགས། །ཨོྭ་ཡ་མ་རྩ་ཇ་ས་དོ་མེ་ཡ། །ཡ་མེ་དོ་རུ་ཏ་
ཡོ་ད་ཡ། །ཡ་ད་ཡོ་ནི་ར་ཡ་ཁྲེ་ཡ། །ཡ་ཁྲེ་ཡ་རྩ་ནི་རྩ་མ་ཡ་རྩྱུ་རྩྱུ་པའ་པའ་སྤྱུ་སྤྱ། །ཞེས་
པ་དག་ནི་ཙ་སྒྲགས་སོ། །འདི་རྣམས་དེ་ནི་གང་འདོན་པར། །སྒྲགས་བརྒྱས་པར་
ནི་དེ་བཞིན་བྱ། །ཡི་གེ་འབར་བར་བསྐྱོམས་པ་ཡིས། །དངོས་གྲུབ་དག་ནི་ཐུར་བ་
ཡིན། །ཐམས་ཅད་ལ་ནི་དབང་བསྐྱུར་བར། །སྙིང་གར་ཉི་མ་རྣམ་བསམ་བྱ། །ཐམས་
ཅད་ཀྱིས་ནི་འཁོར་བར་ཡང་། །མ་ཉིའི་གདོང་གི་སྙིང་གར་དགོད། །སྙིང་པོའི་སྒྲགས་
སོགས་དང་པོར་ནི། །སྒྲགས་གསུམ་བརྒྱས་པ་ཡང་དག་སྤྱུར། །དེ་བཞིན་སྒྲགས་
ནི་སོ་སོར་བརྒྱས། །སྤྱབ་པ་པོས་ནི་གང་འདོད་བྱ། །སྙིང་པོ་ལ་སོགས་བརྟན་གནས་
པ། །ལྷ་རྣམས་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་དགོད། །

ཤ་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཟ་བ་ན། །དང་པོར་མ་ཉིའི་གདོང་ལ་དབུལ། །གཏོར་མ་
འབྱུང་པོ་ཐམས་ཅད་ལ། །སྒྲགས་བརྒྱས་པས་ནི་ཕྱིན་པར་བྱ། །ཨོྭ་ཐུ་ཙ་ར་ཁྱི་ ཡ་
སྤྱུ་ལ་ཙ་རྩ་ཡ། །མི་ཁེ་ཙ་རྩ་ཡ། །ཏ་སྤྱུར་ནི་གྲ་ལྟ། །ཀ་ད་ཁྲེ་ཏ་དྲེ་གྲ་ལྟ། །རྩྱུ་པ་ཕྱི་ཕྱི་སྤྱུ་
པའ་ལྷུ་ར་དྲེ་གྲ་ལྟ། །ཨོྭ་མྱེ་ཕྱི་མེ་གི་ཏུ་གོ། །ཏུ་ན་ན་དེ། །རྩྱུ་རྩྱུ་པའ་སམ་རྩྱུ་ཉི་
རྩྱུ་ཙ་པའི་སྒྲགས་ཀྱིས་བྱིན་བརྒྱབ་བྱ། །བརྟན་པ་རུ་ནི་བསྐྱོམས་པ་ཡིས། །འདི་ཡིས་
ཐམས་ཅད་རྫོགས་པར་བྱ། །ཉིང་རེ་འཛིན་ནི་བསྐྱུབ་པའི་མིང་། །སྤྱིབ་པ་ཐམས་

ཅད་སེལ་བའོ། །དུས་གསུམ་དུ་ནི་དེ་ལྟར་བསྐྱབ། །རྒྱན་དུ་བརྟན་པར་བསྐྱབ་པར་
བྱ། །ཐམས་ཅད་ལས་ནི་གང་བྱེད་པ། །བདག་ཉིད་མ་ཉེད་ཞལ་གྱིས་སོ། །ཉིང་འཛིན་
གསུམ་ནི་སེམས་གྱིས་བྱ། །འབྲུགས་པའི་འབར་བའི་སེམས་གྱིས་སྒྲོར། །སེམས་
ཅན་མ་སྐྱབ་དང་མི་མ་སྐྱབ་དག །ཡིད་གྱིས་བྱ་བ་རབ་ཏུ་བྱ། །བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་
ཏུ་རབ་གདུལ། །སེམས་ཅན་མཉམ་པར་ཡང་དག་བྱང་། །དམ་པའི་དོན་དུ་རྣམ་
དག་པ། །དུས་ནི་དཔའ་བོ་ཆེན་པོའི་གཞུགས། །ཞལ་བརྒྱུད་སྐྱབ་ཆོད་བརྒྱུད་ཡིན་
འོ། །ཞལ་དགུ་སྐྱབ་ཆོད་སྒྲིལ་ཡིན་འོ། །ཕྱག་དང་ཞབས་གཉིས་ཁྲ་བ་དང་། །ཁྲ་བ་བྱེད་
དང་ཡང་དག་སྒྲོར། །བཞོན་པ་བཅུ་དྲུག་དུས་དང་ནི། །ཁྲ་བ་ཡི་ནི་ཞལ་ཏུ་ཤེས། །ཞལ་
ནི་གཟའ་དགུ་དག་ཏུ་ཤེས། །ཕྱག་ནི་རྒྱ་སྐར་དག་དང་སྒྲུབ། །ཞབས་ནི་འཕོ་བ་བཅུ་
གཉིས་དང་། །དུས་བཞི་ཡང་ནི་དེ་བཞིན་འོ། །མཆོན་ཆ་རྣམས་ནི་སྟོང་པ་དང་། །སྙིང་
རྩེ་དག་ནི་བཅུ་དྲུག་གཉིས། །སྤང་ཆེན་པགས་པ་བགེགས་ཆེན་ཏེ། །དྲག་པོའི་
གཞུགས་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆེ། །སེལ་བར་བྱེད་པའི་གཙོ་བོའོ། །ཁ་དོག་ནག་པོ་བྱམས་
པ་ཆེ། །ཐོད་པའི་རྒྱན་ནི་མི་འགྱུར་བའོ། །དཀྱིལ་འཁོར་ལྷ་ནི་ཐམས་ཅད་དག །རང་
བཞིན་འབྱུང་བའི་དུས་དག་གོ། །སྤགས་གསུམ་དག་པ་སྤྱུ་གསུམ་མོ། །

ལྷ་རྣམས་ཉིད་ནི་རང་མིང་ནི། །དང་པོར་ཨོ་དང་ཧྲི་པཌ་མཐའ། །ཐོད་པར་བརྟུང་
བའི་དུས་དག་གོ། །དཀྱིལ་འཁོར་བྱང་ཆུབ་ཕྱོགས་ཡིན་འོ། །ཞོན་པ་ས་རི་སྟྭ་
ཀ། །མདོག་སོགས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྟེ། །དག་པ་ཐམས་ཅད་ཤེས་པའོ། །འདི་
ནི་དག་པ་ཅུང་ཟད་ཅུང་། །འཇམ་དཔལ་རྒྱུད་ནི་རྒྱས་པ་ཡིན། །

བདག་གིས་སྐྱབ་ཐབས་འདི་བྱས་པས། །བསོད་ནམས་དེ་ནི་གང་ཉིད་པ། །དེ་

ཡིས་འཛིག་རྟེན་བསོད་ནམས་ཤོག། བདག་གི་སྤྱག་བསྐྱེལ་བྲལ་གྱུར་ཅིག། དཔལ་
གྱི་སྒྲོབ་ཐབས་འདི་བསྐྱེལ་བ། རྟོ་རྩེ་འཛིགས་བྱེད་རྟོག་པ་ནི། སྤུམ་བརྒྱ་པ་སྟེ་འཇམ་
དཔལ་གྱི། རྒྱུད་ལས་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཞིག་སྤྱང་། མ་ཆང་ལྷག་པ་གང་ཡིན་བ། བདག་
ལ་ལེགས་པར་བཟོད་པར་མཛོད། སྟོན་དུ་བདག་གིས་གང་ལས་མཛོད། རྟེ་ནི་
མཉེས་པར་བྱ་བ་ཅམ། དཔལ་རྟོ་རྩེ་འཛིགས་བྱེད་གྱི་སྒྲོབ་པའི་ཐབས་སྒྲོབ་དཔོན་ལ་
ཡི་ཏ་བཟླ་འེཞབས་གྱིས་མཛད་པ་རྟོགས་སོ། །

ཀྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་སྒྲུ་ལྷི་དེ་བ་དང་། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་ཅོག་གྱུ་བཅེ་ཤེས་རབ་
ལྷ་མས་བསྐྱེད་ཅིང་ཞུས་ཏེ་གཏན་ལ་པལ་པའོ། །

༡༡། འདས་ལ་དེ་ལྟེ་འདིགས་ཀྱི་དུས་ལ་ཐངས།

༩༩ །ཐུ་གར་སྐད་དུ། ལྷོ་བརྩྭ་མི་ར་མ་སྐྱ་ཆུ་བ། འོད་སྐད་དུ། དབལ་རྩི་རྩི་གས་
མེད་ཀྱི་སྐྱབ་ཐབས། དབལ་གཤིན་རྩི་གཤིད་ལ་ཐུག་འཆམ་ལོ། །

ནམ་ཉིག་བྲ་བ་རབ་བསལ་ཞིང་། །ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཆོ་ལྷོ་མངའ་བའི། །འཇམ་པའི་
དབྱངས་ལ་རབ་བརྟན་དེ། །རྗེ་འཇིགས་ལྷན་སྐྱབ་ཐབས་བཤད། །

དང་པོར་རེ་ཞིག་སྒྲགས་བ་ཡིས། །དུར་ཁྱོད་དང་ནི་ཆུ་ཡི་འགྲམ། །ཤིང་
གཅིག་དང་ནི་མཚན་མ་གཅིག་ །ལམ་གྱི་བཞི་མདོ་རི་བོའི་ཅེ། །ཁར་སྟོང་དང་ནི་མ་
མའི་གནས། །ལྷ་རྣམས་ཡང་དག་ཅོད་པའི་ས། །ཁོང་ཁྱོད་ཁོང་གི་མཐའ་རྣམས་
དང་། །རང་ཉིད་རྗེས་དགའི་གནས་འདུག་ནས། །འཇམ་དབྱངས་ཁྱིའོ་བསྐྱབ་པར་བྱ། །

རང་གི་སྒྲིབ་གར་བསྒྲུ་ལ། ཉི་མ་ལ་གནས་ཡི་གོ་མཆོག་། ལྷགས་ཀྱི་བདག་ཉིད་
 བླམ་བསྐྱེམས་ཏེ། ལྷ་མ་དང་བཅས་སྟོན་མིགས་བྲ། ཡེ་ཤེས་ལས་གཞན་ཆོགས་
 གྱི་ཕྱིར། ལྷག་འཆོལ་མཆོད་ཅིང་བསྐྱེམ་ཐར་ལྷག་། བླམ་བདུན་བསགས་ནས་དེ་
 རེས་སྟ། ཆོངས་པའི་གནས་ནི་བསྐྱེམ་བར་བྲ། འོ་སྤྱ་མ་ཕྱུགས་མ་རྟུགས་མ་
 ཕྱུགས་ཀྱི། འོ་ཕུ་ཅུ་རུ་རྩ་བ་བཟོ་སྤྱ་མ་ལྷན་གྱི་ཉྱི། ཉོད་པ་ཉིད་དུ་ནས་བསྐྱེམས་
 བས། ཡོ་རྩ་མི་ཡི་གོ་ལས། ལྷ་དང་མེ་དང་ཆུ་དང་ནི། དབང་ཆེན་དཀྱིལ་

འཁོར་བསམ་བར་བྱ། །དེར་ནི་རྩྱ་གི་རྣམ་པ་ལས། །རྩོམ་མེད་མཁའ་མཁའ་ལ་། །དེ་
བཞིན་རྩོམ་མེད་མཁའ་མཁའ་ལ་། །སྒྲུ་ལའ་མེད་མཁའ་མཁའ་ལ་། །དེ་དབུས་གཞོན་མཛེས་
རྒྱལ་པོ་ནི། །བཀའ་ཡི་འཁོར་ལོ་བསྒྲོམ་བར་བྱ། །རྩིབས་བཅུ་རབ་འབར་ཅུང་ཟད་
མེད། །ཁྱོ་བོ་བཅུ་དང་བཅས་པ་བསམ། །གཞོན་མཛེས་ལ་སོགས་ཁྱོ་བོའི་ཆོག་སྒྲིབ་
ཆོག་སྒྲིབ་མེད་མཁའ་མཁའ་ལ། །གཞོན་བཅུང་ཞབས་ཀྱིས་ཡང་དག་གནས། །ཞལ་གསུམ་
ཕྱག་རྒྱ་དང་པོ་ཡི། །ཕྱག་གཉིས་རང་གི་ཤེས་རབ་འཕྱུང། །འདི་ལྟ་བུ་ཡི་འཁོར་
ལོ་འདི། །རྩོམ་མེད་མཁའ་མཁའ་ལྟ་བུས། །བཀའ་གསུང་གི་ཆོག་སྒྲིབ་རྣམས་རབ་ཏུ་
འཛོམས། །གཞོན་མཛེས་དང་ནི་གཞིན་རྩོམ་མཛེས་ལ། །གཞན་གྱིས་མི་སྤྲོད་ཏུ་མཁའ་
དང་། །བཅུ་དང་རྩིབས་རྣམས་དབུས་དང་ནི། །འཁར་ལ་སོགས་པའི་ཕྱོགས་
སུ་བསམ། །འདོད་པ་དབུག་པ་སྒྲིབས་མི་གཞོ། །འཕྱི་མ་ལ་སོགས་མཆོམས་
སུའོ། །གཞོན་མཛེས་དང་རྩོམ་མཛེས་ལ། །དེ་བཞིན་སྒྲིབ་དང་ལོག་ཏུ་བསམ། །དབུས་དང་
འཁར་དང་སྒྲིབ་དང་ལྟ་བུ། །དེ་བཞིན་སྒྲིབ་གི་ཁྱོ་བོ་རྣམས། །མཐིང་དང་དཀར་པོ་དམར་
པོ་དང་། །དེ་ལྟར་སྒྲིབ་པོ་དཀར་དང་དམར། །དཀར་པོ་མཐིང་ག་དམར་པོ་དང་། །དེ་
བཞིན་དམར་དང་མཐིང་ག་དཀར། །མེད་ལྟར་མཐིང་ག་དཀར་པོ་ནི། །གཞོན་སྒྲིབ་
བདེན་བྲལ་རྒྱུ་གི་ཕྱོགས། །མཛོག་རྣམས་དབང་པོའི་ཕྱོགས་ལྟར་ཏེ། །དེ་བཞིན་འཕྱི་
མ་དབང་ལྟར་དང་། །ལོག་རྣམས་དབུས་མ་རྩིབས་ལྟ་བུ། །རྩོམ་མཛེས་པོ་ལོ་ཙཱ་དང་། །དེ་
བཞིན་བསྒྲིབ་རྩོམ་དང་། །ལྟ་གསུང་ལྟ་དབུག་པ་དཔལ་རྩིབས་དང་། །རལ་གྱི་འཁོར་ལོ་རྩོམ་
རྣམས། །གཞུགས་ཀྱི་དང་པོའི་རིམ་བཞིན་དུའོ། །དེ་བཞིན་གཞོན་པ་རལ་གྱི་སྒྲིབ་
གཞོན་པ་ལ་རྩོམ་པོ། །གཞུགས་གཞོན་བར་མ་ཐམས་ཅད་ལ། །རིན་པོ་ཆེ་དང་བསྒྲིབ་

སྒྲེལ། བདག་པོའི་གཡས་གཡོན་ཐ་མར་ནི། །ལྷགས་ཀྱི་དང་ནི་ཞགས་པའོ། རྟེ་
བཞིན་དུ་ནི་རྟ་མགིན་ལ། བསྐྱའི་གནས་སུ་འཁོར་ལོའོ། གཞོད་མཛེས་ལ་སོགས་
ཐམས་ཅད་ལ། །ལྷགས་ཀྱི་བདག་པོས་རྒྱས་བཏབ་སྟེ། གཤེན་རྩེ་གཤེད་དང་རྟ་
མགིན་ལ། རྟེ་བཞིན་སྐྱེད་གསུང་གིས་སོ། རྟེ་ནས་བདག་པོ་ཡོངས་སྒྱུར་ནས། རྟོ་
རྩེ་སེམས་དཔའ་བསམ་བྱས་ཏེ། རྟེ་དང་དང་མཐོང་ག་དམར་པོའི་ཞལ། །ཕྱག་ཕྱག་
དང་པོས་རིག་མ་འཕྱུད། །ལྷག་མ་རྟོ་རྩེ་རལ་གི་དང་། རིན་ཆེན་པར་འཛིན་པའོ། །

དེ་ནས་ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ནི། །མདོག་དཀར་གྱུན་བསྐྱེད་གཟུགས་ཅན་
ལ། རྩ་སྐྱེས་སྣ་ཆོགས་རྟོ་རྩེ་ཡིས། རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་མཁས་པས་བསྐྱོམ། རྟེར་ནི་
སྐྱེད་འཁོར་ལོའོ། རྟོ་རྩེ་འཆང་དང་འབྲ་བ་ཡི། རྟག་པའི་རྒྱལ་བོ་བསམ་པ་ནི། རྟོ་
རྩེ་ལ་གནས་འཁོར་ལོའོ། རྟེ་ལས་བྱུང་བའི་གཞལ་ཡས་ཁང་། གྲུ་བཞི་པ་ལ་སྐོ་བཞི་
པ། རྟ་བབས་བཞི་ཡིས་རྣམ་པར་མཛེས། རྟིལ་བྱ་འཕན་བཅིང་ལ་སོགས་དང་། མེ་
ཏོག་ཐོང་བས་རབ་ཏུ་བརྒྱན། གྲུ་རྣམས་དང་ནི་ཐམས་ཅད་དང་། སྐོ་ལྷུང་དག་གི་
གནས་སུ་ཡང་། རྟོ་རྩེ་རིན་པོ་ཆེ་ཡིས་བརྒྱན། རྟེ་བཞིན་རྒྱ་བ་བྱེད་པས་སོ། རྟེ་ཡི་
དབུས་སུ་འཁོར་ལོ་ནི། རེ་ལྷ་མིག་དགུ་པ་རྒྱུ་པོ་སྟེ། སྐོ་གཅིག་དག་ནི་བཞག་ནས་
ནི། །ལྷག་མའི་སྐོ་ནི་གཅད་པར་བྱ། སྐོ་བཞི་དང་ནི་མཆོམས་རྣམས་སུ། ཡི་དགས་
ཆེན་པོ་དགོད་པར་བྱ། །

དེ་དབུས་དབྱངས་ཡིག་དང་པོ་ལས། །བྱུང་བའི་རྒྱ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་
བསམ། རྟེར་ནི་རྒྱམས་སྒྱུར་པ་ཡི། །འཇམ་དཔལ་གཞོན་ཏུ་བསམ་པ་ནི། གཞོན་
ཏུ་འེ་རྒྱན་གྱིས་རྣམ་པར་བརྒྱན། ཞལ་གཅིག་པ་ལ་ཕྱག་གཉིས་ཏེ། རྟུང་ཟད་སེར་

པོ་ཕྱག་གཡས་ན། །རལ་གྱི་གཡོན་ན་སྒྲིགས་བམ་བསྐྱམས། །དེ་ཡི་ཐུགས་ཀར་
དབྱངས་ཡིག་ནི། །བཙུ་བྱག་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡི། །ཉི་མའི་དགྲིལ་འཁོར་རྣམ་བསམས་
ནས། །དེ་ཡི་འོད་གྱིས་སྒྲིགས་བཙུ་ན། །བཞུགས་པའི་བདེ་གཤེགས་སྤྲས་བཅས་
དང་། །རིག་པའི་ལྷ་མོ་ཁོ་བོའི་ཆོགས། །སྤྱན་བྱངས་འཇམ་དཔལ་དང་བཅས་
བ། །སངས་རྒྱས་ཆོགས་ཀྱན་རབ་བཞུགས་བས། །འོད་ཟེར་བྱག་པོས་ཁྲབ་བ་ཡི། །ཉི་
མའི་དགྲིལ་འཁོར་བསམ་པར་བྱ། །དེ་སྤྱིང་ཁ་དྲོག་དཀར་པོ་རྩྭ། །འོད་ཟེར་ལྷ་དང་
ལྷན་པ་བསམ། །དེ་ཡི་འོད་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཆོགས། །སྤྱོན་བཞིན་སྤྱན་བྱངས་རབ་
བཙུག་ནས། །རྡོ་རྗེ་ཆེན་པོ་རྣམ་པར་བསྐྱོམ། །དེ་ཡི་འོད་ཟེར་ལས་བྱུང་བའི། །སངས་
རྒྱས་སྤྲས་བཅས་ཁོ་བོ་དང་། །རིག་པའི་ལྷ་མོ་ལ་སོགས་བས། །ནམ་མཁའི་ཁམས་
ཀྱན་ཁྲབ་པར་བསམ། །འཕྲོ་ཀྱན་བྱང་ཆུབ་ལ་བཀོད་དེ། །དེ་རྣམས་དང་བཅས་རྡོ་
རྗེ་ལ། །བཙུག་པས་བདག་ཉིད་བཅོམ་ལྷན་འདས། །འཛིགས་བྱེད་སྤྱོ་མདྲོག་ནག་
པོར་བསམ། །ཞལ་དགུ་ཕྱག་ནི་སུམ་ཅུ་བཞི། །བཙུ་བྱག་ཞབས་ལ་གཡོན་བརྒྱང་
བ། །གཅེར་བྱ་མཆོན་མ་གྱེན་དུ་འབྱེད། །ལྷགས་བརྒྱང་གད་མོ་རྣམ་པར་སྐྱོག། །སྤྱན་
གསུམ་དབྱལ་བའི་ཁོ་གཉེར་ཅན། །བསྐྱལ་བའི་མེ་ལྷར་འོད་འབར་ཞིང་། །ཐོད་པས་
བརྒྱན་ཞིང་པོ་གྱི་སྤྱ། །སྐྱོགས་ཤིང་འཛིགས་པ་བསྐྱེགས་པར་མཛད། །གསུམ་པ་ཆེ་
ཞིང་སྤྱ་བརྗེས་བ། །དང་པོའི་ཞལ་ནི་མ་ཉེའི་སྤྱ། །ཁ་དྲོག་ནག་པོ་ཅུང་ཟད་ཁོ། །གཡས་
གྱི་རྩ་ཡི་ཞལ་གསུམ་ནི། །དང་པོ་མཐིང་ག་གཡས་དམར་པོ། །གཡོན་སེར་ཤིན་དུ་
ཁོ་བའོ། །དེ་བཞིན་གཡོན་གྱི་རྩ་བའི་ཞལ། །དཀར་པོ་དུད་ཀ་དེ་བཞིན་དུ། །ནག་པོ་
ཤིན་དུ་ཁོས་བ་ཡིས། །རྩ་གཉིས་དབུས་སུ་ཞལ་དམར་པོ། །འཛིགས་བྱེད་ཞལ་ནས་

ཐུག་འཇག་བསམ། །དེ་སྟེང་འཇམ་དབལ་གཞོན་ཅུའི་ཞལ། །སེར་བ་ཅུང་ཟད་སྒོ་བ་
སྟེ། །ཟུར་ཕུད་ལྔ་པ་གཞོན་ཅུ་ཡི། །རྒྱན་གྱིས་ལེགས་པར་རྣམ་པར་བརྒྱན། །ཞལ་
རྣམས་ཀྱན་ཡུང་སྦྱན་གསུམ་པོ། །

གཡས་གཡོན་དང་པོའི་ཕྱག་གཉིས་གྱིས། །སྤང་ཆེན་པགས་པ་རྫོན་པ་
བསྐྱམས། །གྱི་གྲག་རྩི་རྩི་ལ་དང་། །གཏུན་ཤིང་རྩ་གྱི་དེ་བཞིན་དུ། །ཀཾ་ཡ་དང་
སྟེ་དང་། །མདུང་དང་མདའ་དང་ལྷགས་ཀྱུ་དང་། །དབྱུག་པ་ཁ་རྩྭ་འཁོར་ལོ་
དང་། །རྫོང་རྫོང་རྫོང་པོ་དང་། །རལ་གྱི་རེ་ཕུ་རྩུང་གཡས་པ་ཡི། །ཕྱག་མཆོན་རྣམས་
ནི་རིམ་བཞིན་བསམ། །དེ་བཞིན་གཡོན་གྱི་ཕྱག་རྣམས་ནི། །ཐོད་པ་དང་ནི་མགོ་བོ་
དང་། །དེ་བཞིན་དུ་ནི་རྒྱུ་པ་དང་། །ཕུབ་དང་དེ་བཞིན་ཞགས་པ་གཞུ། །རྒྱ་མ་བྲིས་
བྱ་མའི་ལག་པ། །དེ་བཞིན་དུར་ཁོད་རས་དང་ནི། །ཅེ་གསུམ་མཆོན་བཅུགས་སྦྱེས་
བྱ་དང་། །མེ་སྟོད་ཐོད་པའི་དུམ་བྱ་དང་། །སྒྲིགས་མཇུ་བ་ཅེ་གསུམ་བ་དན་དང་། །རྒྱང་
གི་རས་རྣམས་རིམ་བཞིན་བསྐྱམས། །

མི་དང་མ་ཉེ་སྤང་དང་ནི། །ཁོང་བྱ་རྩ་མོ་དེ་བཞིན་བྱི། །ཐུག་རེ་ཅེ་སྤང་གཡས་
པ་ཡི། །ཞབས་རྣམས་གྱིས་ནི་རིམ་པས་མནན། །དེ་བཞིན་གཡོན་པའི་ཞབས་རྣམས་
གྱིས། །བྱ་ཁོད་ཕྱག་པ་བྱ་རོག་དང་། །ནེ་ཙོ་ཁ་དང་ནམ་མཁའ་ལྗིང་། །ཁྱིམ་བྱ་བཞད་
རྣམས་རིམ་བཞིན་མནན། །

དེ་ནས་དབང་བསྐྱུར་སྦྱེ་མཆོད་དག་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཅིང་ལུས་ལ་སོགས། །སྦྱུ་
གསུང་ཐུགས་ཀྱི་རྫོང་བསྐྱོམ། །དེ་བཞིན་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔར་བསམ། །

དེ་ནས་རྫོང་དུན་པ་ཡིས། །རྫོང་འཛིགས་བྱེད་ཆེན་པོ་ནི། །སྦྱན་བྲངས་ཡོན་

30

གྲི། སྙིང་པོའི་སྤྲལས་སུ་རབ་ཏུ་བྲགས། །ཡི་གེ་རེ་ལ་འབྲུམ་བཞུས་ན། །ལས་རྣམས་
ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་འབྲུབ། །ཁམས་གསུམ་ལ་ནི་གང་དང་གང་། །ཤིན་ཏུ་མཉམ་
གཞག་རབ་ཏུ་བྲུབ། །

དེ་ནས་བཞུས་པ་བཏང་འདོད་ན། །སྤྱན་བངས་ཁོ་བོ་གཤེགས་སུ་གསོལ། །མི་
རྩ་ལ་རྩ་ལ་སུ་རྩ་ལ་བེ་ལུ་རྩ་པ་རྩ་རྩེ། །གཙུག་གཙུག་སྤྲུའོ། །ཤི་ཏྱི་ཏེ་ན་ཏ་སྤྲུ་གཙུག་སྤྲུ་
བུརྟ་ལུ་བེ་སྤྲུ་ལ་མ་མ་ཀའི་ཀུ་རུ་སྤྲུ་སྤྲུ། །གཤེགས་སུ་གསོལ་བའི་སྤྲལས་སོ། །

གང་གཞན་ལྷག་པའི་སེམས་མེད་ཀྱང་། །བརྩེ་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་འདི་བྲིས་
བའོ། །བསོད་ནམས་དེ་ཡིས་འགྲོ་བ་རྣམས། །འཇམ་དཔལ་དབྱངས་དང་མཚུངས་
པར་ཤོག །དཔལ་དོ་རྩེ་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་ཐབས་རྩོགས་སོ། །

སྒྲུབ་པའི་སྟོབ་དཔོན་ལ་ལི་ཏས་མཛད་བའོ། །

༢༡། །དཔལ་དོན་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་གཏོར་མའི་ཚོ་ག

༢༡། །ཀྱུ་གར་སྐད་དུ། སྤྱི་བཟླ་སྟེ་ར་མ་བ་ལོ་བེ་སྟེ། བོད་སྐད་དུ། དཔལ་
དོན་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་གཏོར་མའི་ཚོ་ག །དཔལ་དོན་འཛིགས་བྱེད་ཁོས་པའི་རྒྱལ་པོ་
ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །གདོད་ནས་དག་པའི་རང་བཞིན་གྱིས། །དོན་འཛིགས་བྱེད་
ཕྱག་འཆའ་འདུད། །

བར་ཆད་ཞེ་སྤྱིར་གཏོར་མ་ནི། །འབད་དེ་ཡང་དག་བཤད་པར་བྱ། །དཔལ་ལྡན་
དོན་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི། །གཏོར་མ་བྱེད་པར་འདོད་པ་ཡིས། །བདུད་ཅི་ལྷ་ལ་སོགས་
པ་ཡི། །རྣམས་ཀྱི་གཏོར་མ་བཤམ་པར་བྱ། །སྤྱོད་པོ་སྤྱོད་ཀྱིས་ཁ་བཏུས་ལ། །སྐད་
ཅིག་ཅམ་གྱིས་འཛིགས་པར་བསྐྱེད། །མདུན་དུ་ཡོ་དང་རྩ་ལས་ནི། །རྒྱང་དང་མེ་ཡི་
དབྱེབས་ཅན་བསྐྱེད། །དེ་ཡི་སྤྱིང་དུ་སྐྱེད་གསུམ་བསམ། །དེ་སྤྱིང་ཨ་ལས་ཐོད་པའི་
སྤོད། །ནང་དུ་ཤ་ལྷ་བདུད་ཅི་ལྷ། །སྐད་ཅིག་ཅམ་གྱིས་བསམ་པར་བྱ། །སྤྱིང་དུ་ཨོ་
ཨྲ་ཨྲ་ཡིག་རྣམས། །གོ་རིམས་ཅི་བཞིན་བསམ་པར་བྱ། །འོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སོགས་རིམ་
བཀྲལ་ལ། །རིམ་པ་བཞིན་དུ་བསྐྱེད་པ་དང་། །དེ་ཉིད་གསུམ་ནི་བརྗོད་པ་ཡིས། །གཏོར་
མ་དག་པར་བསྐྱོམ་པར་བྱ། །དེ་ནས་རང་གི་སྤྱིང་གའི་རྒྱ། །འོད་སྤྱོད་དོན་འཛིགས་
བྱེད་སོགས། །ལྷ་རྣམས་སྤྱན་དངས་མདུན་དུ་བསམ། །རྒྱ་བརྗོད་ལྷ་ནི་བྱེད་གྱིས་

[illegible]

རྫོང་ཡེགས་བྱེད་གཏོར་མ་ཡི། ཆོ་ག་ལུན་ལྷམ་ཆོགས་པ་བརྩམས། །གང་
ཡོད་བསོད་ནམས་དེ་ཡིས་ནི། ཤེམས་ཅན་མ་ལུས་དབྱ་ལས་སྐལ་བར་ཤོག།

སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ལ་ལི་ཏ་བརྒྱ་ས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ། །

པར་བྱང་སྒྲོན་ཆེག

ནམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ།
གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཚོས་ཚུལ་དལ་འབབ་སྤྱང་།
ཆོག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི།
དེ་མ་ཡོངས་འཁྱུད་ལེགས་བཤད་བདུད་ཅི་འདི།
དཔར་དུ་བསྐྱེན་བའི་རྣམ་དཀར་བྱང་བའི་མཐུས།
ཡང་དག་ཚོས་ཀྱི་སྒྲོ་མོ་སྒྲོང་པུག་བརྒྱ།
གདངས་ཏེ་རྒྱུད་ལྷའི་འགོ་བ་མ་ལུས་བ།
ངས་ལེགས་ནོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།

ཅེས་འཇམ་གླིང་ཡངས་བའི་ཁྱོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་རྣམ་འབྲེན་ལྟ་སྒྲུ་སེལྒྲེའི་རིང་ལུགས་སྒྲོ་
ཀྱན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འབྲལ་ལུན་ལེགས་ཚོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། ནང་བསྟན་གྲུབ་མཐའ་རེས་
མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དཔར་དུ་བསྐྱེན་དང་བསྐྱེན་འགྱུར་གང་ལའང་སྦྱར་ཆོག་པའི་དགེ་བསྐྱེད་སྒྲོན་ཆེག་
ཏུ་ལྟ་བུའི་དགེ་སྦྱོང་ཆོས་སྤྱོད་པ་དག་དབང་སྒྲོ་བཟང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྦྱར་བཤོ།