

གྲུང་ཐང་ཚོལ་གཉེར་བསྐྱབ་བྱ།



གྲུང་ཐང་བསྐྱབ་བའི་ཚོན་མ།

ཨིར་བྱིས་ཀིག་ཨ་ཕྱོད་ཆེན་ཨོ་ཏི་ཚོལ་ཨ་ཚོགས་ཁང་།

༡༡། །བསྐྱབ་བྱ་ཚོར་བྱ་བའི་སྒྲིབ་བྱ་བའོད་པ་འི་
ཡམ་ཡིག་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །



གུང་ཐང་བསྐྱབ་བའི་སྒྲིབ་མོ།

༡༩༦༩ ---- ༡༩༩

ཨར་བྲེས་རིག་མཁོན་དྲེད་བློ་བློ་མང་།

SJRB-0279

ཨར་བྲེས་རིག་མཁོན་གྱིས་བྱ་སྤྲོད་བྱས།

ཨར་བྲེས་རིག་མཁོན་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་གིས་འཕུལ་དེབ་ཏུ་བཏོགས།

ཨར་བྲེས་རིག་མཁོན་ཆེན་མོས་འགྲུལ་སྤྲོད་བྱས།

༢༠༡༥ ལོའི་ཟླ་དང་པོར་ཚོམ་སྒྲིག་བྱས།

༢༠༢༢ ཟླ་དྲུག་པར་བསྐྱར་སྒྲིག་བྱས།

ཨར་བྲེས་རིག་མཁོན་དྲེད་བློ་བློ་མང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ཡིག་འབྲེལ་དྲ་བྱང་།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

པར་སྐྱུན་གྱི་བདག་དབང་ཨར་བྲེས་རིག་མཁོན་ཆེན་མོར་ཡོད།

དཀར་ཆག

རྒྱ་རྒྱ་མཐོ་བུ་ལྟ་བུ། B

ལྷོ་ལ་པའི་གསལ་བཤད། C

བསྐྱེད་བྱ་ལོ་སྤྱི་བྱ་བའི་ལམ་ལོག་ཅིས་བྱ་བ། ཉ

པར་བྱས་མོན་མཆོག་..... ཏ

དོ་སློབ་ལྷན་པོའི་བཀའ་སློབ་

གྲུང་མང་དགོན་མཚོག་བསྟན་པའི་སློབ་མཉམས། ༡༧༦༣ལོར་མདོ་སྨད་མངོན་དགོན་སྨད་ཏུ་འཁྲུངས།
དགྲུང་ལོ་ལྔའི་སྐབས་གྲུང་མང་སྐྱ་གོང་མའི་ཡང་སྲིད་ཏུ་ངོས་འཛིན་གནང་། དགྲུང་ལོ་བདུན་གྱི་
སྐབས་བཟ་ཤིས་འབྲིས་ཏུ་གདན་དྲངས་ཏེ་ཚོས་སློབ་ཞུགས་ཤིང་། ལོ་ལྔའི་རིང་ལི་གོ་འབྲི་སློབ་
སོགས་སྦྱངས།

དགྲུང་ལོ་བཅུ་བདུན་གྱི་སྐབས་དབུས་སུ་སློབ་གཉེར་ལ་ཕྱོན་ནས་འབྲས་སྦྱངས་སློབ་མང་གྲ་
ཚང་ཏུ་ཚོས་ཞུགས་ཀྱིས་གཞུང་གསར་ནས་དབུ་ཚུགས་ཏེ། ལོ་དགུའི་རིང་གཞུང་ཆེན་སློབ་གཉེར་
དང་གསལ་སློབ་མངོན།

དགྲུང་ལོ་ཉེར་གཅིག་གི་སྐབས་རྒྱལ་པོ་འཇམ་དཔལ་རྒྱ་མཚོ་ལས་དགོ་སློབ་གི་སློབ་པ་
ཞུས། དབུས་སུ་བཞུགས་ཤིང་མདོ་སྨད་ཀྱི་ཚོས་རྒྱན་ལྷ་པོ་མ་གསལ་པ་མང་པོ་ཞིག་གསལ།

དགྲུང་ལོ་ཉེར་ལྔའི་སྐབས་ལྷ་རམས་པའི་གྲ་སློབ་དམ་བཅའ་མངོན། དགྲུང་ལོ་སོ་གཅིག་གི་
སྐབས་ལྷ་བླ་བཟ་ཤིས་འབྲིས་ཀྱི་ཚོགས་ཆེན་གྱི་ཁྲིའི་ཐེབས།

མདོ་སྨད་ཀྱི་ཚོས་སློབ་མང་ལོར་ཚོས་རྒྱན་འཆད་སླེལ་སོགས་གནང་། སློབ་མ་ལ་སླེལ་ཆེན་
དམ་པ་མང་པོ་བྱུང་། ༡༧༩༣ ལོར་སྐྱ་གཤེགས།

གསུང་ཚོམ་ལ། བོད་བརྒྱུད་བཞུགས།

བྱ་སྐྱིད་པ་འི་གསལ་བ་གད།

རང་རྟེན་བརྟེན་མཉམ་ཅན་གྱི་སྤོངས་སྤྱན། རྫོན་འོལ་ཚོས་རྒྱལ་ལོ་བཏ་མཁམ་པའི་དབང་སོ་རྣམས་ཀྱི་
 བཀའ་དེན་ལས། གསུང་རབ་ཀྱི་སྤྲེགས་བམ་རི་པོའི་གཏོས་དང་མཉམ་བཤེན་ལང། དུས་ཀྱི་
 འཕེལ་འགྲེལ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་མང་སོ་ཞིག་ཙ་བརྒྱལ་ཏུ་བྱིན་ཟེན་བཤང་། གང་མང་ཞིག་མེད་
 བརྒྱལ་ཏུ་འགྲུང་ཉེན་ཡོད་པས་དེ་ཉིད་སྤྲོད་སྤོབ་དང་དང་སྤོལ་བྱེད་རྒྱ་ནི། མི་རིགས་འདི་ཉིད་ཀྱི་
 དུས་ལ་བབ་པའི་འོས་འགན་ཡིན།

དེ་ཡང་། གསུང་རབ་སྤྲེགས་བམ་དེ་དག་ནི། རྒྱ་བོ་ར་དང་རྒྱལ་མཉམ་ རྒྱངས་ཐུག་བཅས་ཀྱི་
 འགོ་སོང་བཏང་ཞིང་། རྫོང་སྤྱོད་ཕོལ་རྩལ་གྱིས་མི་ཆེ་ཐོས་བསམ་ལ་བརྒྱལ་བའི་མཁམ་པ་རིམ་བྱོན་
 གྱིས་དབྱེད་ཞིབ་མཚོན་ཅིང་། དབྱེད་འབྲས་ལག་ལེན་ལ་བཀའ་བའི་ཉམས་ལྟོང་དང་བྱ་བ་དོན་གྱི་
 ཟེན་རྫོགས་སུ་ཡིན་པས་ན། མི་ལོ་སྤྲོད་ཐག་དུ་མའི་ལོ་རྒྱུས་ལྗན་པའི་མི་རིགས་འདིའི་ཤེས་རིག་གི་
 ཉིང་བརྒྱན་ཡིན་པ་དང་། གསུང་རབ་སྤྲེགས་བམ་དེ་དག་གི་བརྩན་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་སྤྲོད་
 ལ་ལམ་སྟོན་བྱེད་ཐུབ་པའི་འོད་སྤང་ལྷ་བུར་གྱུར་ཡོད།

དེ་བས་ན་ ལ་གོང་ས་ལ་སྤྱེད་མ་མཁོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཡང་ཡང་བཀའ་གནང་བའི་
 དགོངས་དོན་བཞེན། ལྷ་ཚང་རིན་པོ་ཆེ་ནས་རིག་མཚོད་ཆེན་མོའི་བྲ་ཚོགས་དང་ཚེས་སྤྲིག་ཁང་
 གསལ་འཇུགས་བྱས་ཏེ། བཀའ་བརྩན་གཏིས་ཀྱིས་མཚོན་ཚོས་བརྒྱུད་རིས་མེད་ཀྱི་མཁམ་པའི་
 བཀའ་ཚེས་སྤྲེགས་བམ་དང་། བརྩན་ཚོས་གསལ་རྫོང་གང་མང་ཞིག་ཞུ་སྤྲིག་འབྲེམས་སྤྲེལ་གྱི་
 ཞབས་ཞུའི་ལས་གཞི་འདི་གཉེར་བ་ཡིན།

དུས་རབས་འདིར་ཚན་རྒྱལ་ཤིན་ཏུ་དར་བ་དང་བརྩན་ནས། རྫོག་བདེ་བ་དང་། རྫོན་བདེ་

བ། གཞུང་ཚིག་འཚོལ་སྐྱ་བ། འབྲེང་བདེ་བ་སོགས་སྟབས་བདེའི་དབང་གིས་སྒྲོག་པ་སོ་ཚལས་
འབྲུལ་དེབ་ལ་དགའ་མོས་རྗེ་ཆེར་འཕྲོ་བཞིན་པར་བརྟེན། དུས་རབས་ཀྱི་འགྲུང་བའི་ཁ་སྤོགས་ཀྱི་
དགོས་མཁོ་དང་བསྟན་པའི་ལྷ་སྒྲིག་གི་ལས་གཞི་འདི་ནི། མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་རྣམས་ཀྱི་སྤོངས་ཀྱི་
རང་རྒྱུ་ལོས་རིག་འདི་ཉིད་འཇིག་རྟེན་ན་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པ་དང་། འདིའི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་འཇུག་
པ་ལ་བརྟེན་ནས་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་སུ་ཞི་བདེའི་དབུ་ལོན་འདྲེན་པའི་ལས་ཀ་རྒྱབས་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་
ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་ཚོག་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུང་རབ་ལྷ་སྒྲིག་གྲེང་སྐབས་མ་གྱི་ཚད་ལྡན་ཞིག་གཞི་རྩར་བཟུང་ནས་ལྷ་སྒྲིག་གྲེང་
རྒྱུ་འབད་བརྟེན་གྲེང་ཡོས་ཤིང་། དེ་ཡང་སྒོན་གྱི་སྒོལ་ལ་གསུང་རབ་ཀྱི་བར་ཤིང་རྟོགས་ཚུལ་
པ་སོ་རང་ཉིད་དཔ། ཡང་ན་གཞན་གྱིས་ལྷ་སྒྲིག་དག་ཚད་ལྡན་བཏང་སྟེ་རྟོག་པ་ཡིན་པས་ཤིང་པར་
ཚལས་སྤྱིའི་ཆ་ནས་དག་སོར་བཅི་ཚོག་པ་ཡིན། དེ་བས་ན་འདི་ག་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་ནས་ཀྱང་མ་དག་
ཚད་ལྡན་འཚོལ་སྐྱ་བ་ཀྱིས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་ལའང་གང་བྱུང་དུ་བཟོ་བཅོས་མེད་པར་སོར་བཞག་གྱ།
རྒྱ་ཅ་དོན་དུ་བཟུང་ནས་མ་གྱི་རི་མ་རི་བཞིན་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་རྒྱུར་བར་འབད་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། མ་
གྱི་ཚད་ལྡན་ལག་སོན་མ་བྱུང་ནའང་གང་སྟབས་ཀྱིས་དག་སོ་ཡོང་བར་བརྟེན་བཞིན་ཡོད། གལ་ཏེ་མ་
གྱི་རང་ལ་ཞོར་བ་མཛོན་གསལ་བྱུང་བ་དང་། དོགས་གནས་སུ་སྒྱུར་བ། ཡི་གེ་ཚད་ལྡན་བྱུང་བ་
སོགས་ལ་གཤམ་དུ་གསལ་བཤད་ཀྱི་མཚན་བཞོད་ཡོད།

ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་འདི་ནས་སྒྲིག་སྒྲོར་བྱས་པའི་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་ཚད་ལྡན་གོར་བ་སོགས་བྱུང་བ་
མཛོང་ན་འབྲུལ་མར་ལེགས་བཅོས་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ།

ང་ཚོའི་ཡིག་འབྲེལ་ཏུ་བྱང་ serajeyrigzodchenmo@gmail.com འདིའི་བརྒྱུད་
ནས་འབྲེལ་བ་གནང་བའི་རེ་བསྐྱུལ་ལྷ་རྒྱ་དང་། འདི་ནས་ཀྱང་གང་མཚོགས་པར་གཞིར་བསྐྱར་
ཞིབ་དང་ལེགས་སྒྲིག་ལུས་ཏེ་སྐྱུས་ཀ་རྗེ་ལེགས་སུ་གཏོང་ངེས་ཡིན།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་ནས།
ཕྱི་ལོ། ༢༠༢༣ ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༢༩ ལ།

༡༡། །བསྐྱབ་བྱ་ཉོར་བྱ་ལི་སྒྲིབ་བྱ་བའོད་པ་ལི་
ལམ་ཡིག་ཅེས་བྱ་བ།

༡༡། །རྒྱལ་ཀུན་མཁུན་རབ་གཅིག་བསྐྱས་འཇམ་པའི་དབྱེངས། །དུར་སྒྲིབ་གར་
གྲིས་ནམ་མེད་ཙམ་ཁ་བ། །དངོས་བྱུ་ལ་ཀུན་སྒྲོལ་བཙམ་ལྷན་གཤིན་རྗེའི་
གཤེད། །ནམ་གསུམ་དབྱེར་མེད་ཞབས་ཀྱི་བརྗོད། །གྲུས་པས་འདུད་དོ་བཙམ་བས་
རྗེས་སུ་བྱུངས། །

སྐྱེ་བར་བཏགས་པས་མངོན་རྣམ་ཚངས་པ་དང། །ཁེངས་བྲེགས་འབྱུང་བས་
གཡེང་བའི་འདོད་སྣའི་རིགས། །མ་ཡིན་རྣོགས་ལ་ཚུལ་མ་ཐུན་དོན་གཉེར་ཅན། །སྒྲོ་བ་
གཉེར་ཚུལ་བཞིན་བྱེད་པར་འདོད་ནམས་ལ། །གདམས་ངག་ཅུང་ཟད་སྐྱིན་ལོ་ཉོན་
ཅིག་ཨང། །

དལ་བའི་རྟེན་ཐོབ་རྒྱལ་བའི་བསྐྱན་དང་མངས། །མཚན་ལྷན་བཤེས་དང་ཚོས་
མ་ཐུན་གྲོགས་ཀྱིས་བསྐྱེངས། །མ་ཐུན་རྐྱེན་རྟེན་འབྲེལ་འཛོམས་པ་འདི་འབྲ་བ། །ཡང་
ཡང་རྟེན་པར་དགའ་ལ་དོན་ཆེ་བས། །སྐྱེ་བཤོལ་སྤངས་ཉེ་སྤྱིང་མོ་མོངས་ཤིག་ཨང། །
ལས་ཀྱིས་བསྐྱས་པའི་པ་ཡུལ་ཉེ་དུ་ཀུན། །བཞག་སྟེ་རྒྱང་རིང་ཡུལ་དུ་སོང་ན་

ཡང་། །རྒྱས་མེད་ཡུལ་ནས་དོན་མེད་མཛའ་བཤེས་སོགས། །བསྐྱུས་ཏེ་རྣམ་གཤེད་
བྱེད་པ་སྒྲོན་པ་ཡིན། །འོངས་དོན་ཐོས་བསམ་ལས་ལ་སྤྲིམས་ཤིག་ཨང་། །

སྐོ་གསུམ་དགོ་ལ་སྐྱུར་བྱིར་མིང་དང་དོན། །མ་སྐྱུན་པའི་བཤེས་ཤིག་རང་གི་
དགོ་ཆེན་དུ། །བསྐྱེན་ནས་ཚོས་ཀྱི་བྱ་བ་མ་ལུས་པའི། །རྩ་བར་མཐོང་སྟེ་བཀའ་བཞིན་
བསྐྱུབས་པ་ཡིས། །རྟེན་འབྲེལ་མགོ་ནས་འགྲིག་པར་གྱིས་ཤིག་ཨང་། །

སྤྲིག་གོགས་ཡིན་ཞེས་དུ་ཅན་མི་འབྱུང་གིས། །གཅེས་ཤིང་པན་པའི་ཐོལ་
གྱིས་འཇུག་བསྐྱེན་ནས། །ཅེད་ཚོད་གཤེད་བའི་གོགས་བྱེད་བག་མེད་ཀྱི། །ལས་ལ་
སྐྱོར་དེ་སྤྲིག་པའི་གོགས་ཡིན་པས། །འགོ་བའི་ནད་བཞིན་རིང་དུ་སྐྱོངས་ཤིག་ཨང་། །

ཆ་རྒྱུན་ཡོད་ན་མི་བཟོད་སྐྱུར་དུ་བརྒྱག། །མེད་ན་མི་བཟོད་བྱ་ལོན་སྟོང་འཇུག་
བྱེད། །ཅི་བྱས་ཚོས་ཀྱི་གོགས་སུ་འགྲོ་བ་འདི། །གོགས་ངན་འདུ་འཚོགས་མང་བའི་
སྒྲོན་ཡིན་པས། །བསེ་དུ་ལྟ་བུར་གནས་པར་གྱིས་ཤིག་ཨང་། །

མིང་ལ་མ་སྐྱུན་རྒྱུན་ཟེར་ཡང་ཚོས་སྤྲོགས་ལས། །ཉམས་བྱེད་འདོད་ཡོན་
བདུད་ཀྱི་གཡའ་མོ་སྟེ། །འདོད་རྩེད་ཚུང་ཚོགས་སྐྱོན་བྱོན་དམ་བ་རྣམས། །དབུལ་བས་
མ་མནར་དོན་གཉིས་ཅེར་སོན་པས། །འཕྲལ་སྤྲུགས་ཁེ་ཉེན་གང་ཆེ་དཔྱོད་ཅིག་ཨང་། །

གདོལ་སྐྱོད་ཁྲིམ་པའི་རྗེས་འཇུག་གཡོ་ཁུམ་མཁན། །ཚོས་མིན་སྐྱོད་པའི་ཐར་
སྟེ་མགོ་འཕང་མཐོ། །ལྟོ་སྐྱུ་གོས་རྩུལ་ཐོས་དང་རྩུལ་ཁྲིམས་ཀྱི། །བརྩུང་ལྡན་སྟེ་མའི་
མགོ་བོ་དམའ་ན་ཡང་། །གཏན་གྱི་སྐྱིད་སྤྲུག་འབྲ་འབྲ་མིན་ནོ་ཨང་། །

སྤྲོ་མ་ལ་གྲུས་མཐོ་ལ་སྤྲུག་དོག་མེད། །དམན་ལ་བརྩེ་སོགས་ནད་ནས་དུལ་
སྐྱུར་ན། །བྱི་བལྟས་ཅོལ་རྩུང་སྤྱེ་བོས་མངགས་ཚད་ལ། །མི་ཉམས་གྱོད་ཐོར་སྐྱང་ཡང་

སྒྲོན་མེད་བསམ། །ཕྱི་འཇམ་ཁོང་རྩལ་སྒྲོན་པ་སྒོངས་ཤིག་ཨང་། །

མངོན་མཐོངས་ལེགས་ཡོན་ཉན་ཀུན་གྱི་རྒྱ། །བསྐྱབ་པའི་གཞི་མ་ལྷག་པའི་
རྩལ་ཁྲིམས་འདི། །རྣམ་གྲོལ་དོན་གཉེར་རྣམས་གྱི་སློབ་ཡིན་ཡང་། །རྩལ་འཛོལ་སྒྲོན་
པ་འདི་ཡིས་ཐར་དཀའ་བསམ། །བསྐྱབ་ཁྲིམས་དོ་སྒྲོག་མེད་པར་སྤངས་ཤིག་ཨང་། །

ཀུན་སྒྲོན་གཙང་བས་གཞན་གྱི་ཡིད་དུ་འབྱེད། །སྤྲོ་བ་ཉུང་བས་ཕོག་ཐུགས་
གཡེང་བ་མེད། །དད་བརྩོན་བྱེད་ཤེས་བརྟན་པོས་ཉིན་རེ་བཞིན། །ཡོན་ཉན་ཡར་ཆོས་
རྒྱ་ལྗང་འཕེལ་འགྲུང་བསམ། །སྒྲོ་གསུམ་བག་དང་ལྡན་པར་གྱིས་ཤིག་ཨང་། །

དང་པོ་ཐོས་པའི་སྒྲོན་མེ་མ་སྤར་ན། །ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་སྲིད་པའི་སྒྲོན་
མཚང་དང་། །རྣམ་བུང་ཐར་པའི་ལམ་གྱི་བཤོད་རྩལ་སོགས། །སྤང་དོར་རི་ལྗང་བྱ་བ་
མི་ཤེས་བསམ། །ཐོས་པས་སྒོ་མིག་སྤངས་པར་གྱིས་ཤིག་ཨང་། །

དོན་གྱི་ཀུན་པོ་ཆོག་གི་འཁར་བ་ལ། །བརྟེན་ཕྱིར་གཞུང་ཆོག་སྒོ་འདྲིན་མི་
བྱེད་པར། །དཔེ་སྒྲོག་ཚམ་དང་དག་སྒྲོས་ཐན་ཐུན་གྱིས། །ཉིན་རེ་འགྲོ་ཐབས་དེས་ཡང་
མི་བན་བསམ། །དཔེ་འདྲིན་སྒྲོར་སྤངས་ཡུན་དུ་གྱིས་ཤིག་ཨང་། །

གཞུང་ཆོག་མང་དུ་བཟུང་སྟེ་བསྐྱར་ན་ཡང་། །དོན་ལ་མི་སེམས་རིམ་གྱིའི་
ཆོས་སྒྲོག་དང་། །ཞེ་ཚོའི་འདོན་བ་ལྷ་བུ་བརྒྱ་ཚར་གྱིས། །བརྗོད་བྱའི་གནད་ལ་སྒྲོ་
འདོགས་མི་ཆོད་བསམ། །དོན་ལ་བརྟག་དཔུང་ཞིབ་མོ་གྱིས་ཤིག་ཨང་། །

ཀུན་བུང་འཇུག་ལྡོག་རྩལ་ལ་མ་ཚོངས་ཤིང་། །ཆོགས་གྱི་དབྱུང་སྤྲོ་སྤྲོ་
མཁས་དཔལ་འདོད་ན། །ད་ལྟ་བཟུང་བརྟུང་ཉིད་གྱི་བདེ་བ་ལ། །ཆགས་པའི་སྒྲིད་ཆོས་
འདི་ཡིས་མི་འགྲུབ་བསམ། །དཀའ་སྤྱད་སྤྱུག་དུས་བཟོད་པར་གྱིས་ཤིག་ཨང་། །

ཉེན་རེ་ཟམ་གྱང་མི་དྲན་བརྟོན་འགྲུས་རྩོམ། །ཞུགས་མ་ཐག་ནས་མཁམས་པའི་
གོ་འཕང་འདོད། །ཞག་གསུམ་ལོན་ཆེ་རྗེས་མེད་གཡེང་བས་ཁྲེད། །དེ་འབྲ་དེ་ལ་ཅི་
ཡང་མི་ཡོང་བས། །བརྟོན་པ་ཚུ་ཤོད་ཚུན་བཞིན་སྟེན་ཅིག་ཨང་། །

དགོར་དང་སྤྱི་བ་པས་བྱིང་ཞིང་རྟུགས་པའི་སྟེང་། །ད་རུང་ཟམ་དང་གཉིད་ཀྱི་
ཚོད་མི་རིག། །ལང་ཤོར་སློང་ན་འཕྲོ་ཞིང་ཚོད་པའི་ཐོག། །ཕྱི་ཕྱིར་འཆལ་གཏམ་དུ་མས་
གཡེང་བ་སོགས། །དགག་བྱའི་རིགས་ལ་བསྐྱབ་བྱར་མ་འདྲིན་ཨང་། །

སློབ་ཡོན་སླང་དོར་རང་གིས་མི་བྱེད་བར། །བྲགས་སྐམ་འུད་ཀྱི་རྗེས་སུ་
འབྲང་ན་ཡང་། །ཉེས་སློབ་སུ་ཡིས་ལག་པས་མི་སེལ་ལ། །ཡོན་ཏན་སུས་གྱང་ཁ་རུ་
མི་སྐྱབ་པས། །སྐྱབ་པོ་ཚུ་སྐྱ་གར་ཁྲིད་མ་བྱེད་ཨང་། །

ཟབ་ཟབ་མན་ངག་ཟེར་དགུ་ཚོལ་བ་དང་། །ཐོབ་ཐོབ་མང་པོའི་རྣམ་གྲངས་
གསོག་བྱེད་ཅིང་། །སྐྱ་སྐྱན་སྐྱན་ཅེས་སོགས་ལ་མགོ་འཁོར་བ། །གཞུང་ལུགས་ཐོས་
བསམ་རྣམ་པའི་གོགས་ཡིན་པས། །རྩ་བ་ཤོར་ནས་ཡལ་ག་མ་འདྲིན་ཨང་། །

རང་རང་གཞུང་གི་བརྗོད་བྱ་དགོས་དོན་སོགས། །མ་མཐོང་འགགས་འགྲེད་
ཚིག་འབྲི་སྐྱམ་པོ་དང་། །རིགས་པས་དཔྱད་བ་མི་བཟོད་གོ་ཐོབ་ཀྱི། །བམ་བའད་
འདིས་གྱང་བརྟམ་འག་མི་ཚོད་པས། །གོ་རིགས་རྒྱང་དུ་འབྲེལ་བར་སྦྱོངས་ཤིག་ཨང་། །

འཇུག་བྲལ་གཞུང་རེ་དེས་བརྒྱང་གཞིར་བྱས་ནས། །གཞན་རྣམས་དེ་དང་
སྐྱར་ཉེ་དཔྱོད་བ་ལས། །གང་བྱང་དཔེ་ལ་སྟུ་ཞིང་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །རྗེས་སུ་འབྲངས་བ་
ཤེས་རབ་འཆལ་འགྲུར་བས། །རང་ལུགས་གཏད་སོ་ཡོད་པར་བྱིས་ཤིག་ཨང་། །

དཔྱད་པས་དེས་བ་ལམ་ཅམ་རྟེན་ན་ཡང་། །ཚོས་ཚུལ་ཟབ་པས་ཐག་གཅོད་

མི་སྲ་ཞིང། །འགྲིག་འགྲིག་མང་བོས་རྣམ་རྟོག་རྒྱ་སྐྱེད་པས། །དབྱུང་པ་མ་ཐལ་གཞུང་
ལ་འཁྲིལ་བཞིན་དུ། །རྒྱས་བསྐྱུས་འཚམ་པའི་དབྱུང་རྩལ་གྱིས་ཤིག་ཨང། །

མ་རིག་ལྷན་སེལ་ཐོས་པའི་མེ་སྲར་ཅིང། །ད་རྒྱལ་དུ་བའི་ངོ་བོར་འཁྲིལ་བ་
ཡིས། །ཕྱི་ཕྱིར་སྐྱོན་ཡོན་མཐོང་བ་སྐྱིབ་བྱེད་ལ། །ཚོས་སྲ་སོང་ན་ཤེས་རྒྱུད་དུ་ལ་
དགོས་པས། །སྟེ་མ་འོང་བ་མགོ་འབང་མ་མཐོ་ཨང། །

མཐོན་བའི་སྐྱང་ལ་རྩ་བོ་མི་ཆགས་པས། །དམན་ས་བཟུང་སྟེ་གྲུས་པའི་
བརྒྱལ་ཞུགས་གྱིས། །ཚོས་མ་ལྷན་གྲོ་ཁ་མཐོ་བ་ཐམས་ཅད་ལས། །སྐོ་སྐྱེད་གང་ལོན་
བྲེ་གསོག་ཕུལ་གསོག་གིས། །སྐོ་འདོགས་འཕྲལ་དང་འཕྲལ་དུ་ཚོད་ཅིག་ཨང། །

དབུ་ཚོད་རྒྱང་དུ་འཇུག་པའི་ལྷ་བ་དང། །ཚོས་མའོན་མའོད་དང་པ་རོལ་གྱིན་
པའི་སྐོམ། །བརྟན་པའི་ནང་མའོད་འདུལ་བའི་སྐྱོད་བ་རྣམས། །མ་ཚང་བསྐྱབ་གསུམ་
ལ་བྲལ་འགྲུང་བའི་ཕྱིར། །བཀའ་ཤིན་ལྷ་ལ་ཚང་བར་སྐྱོངས་ཤིག་ཨང། །

དཀའ་བས་བསགས་པའི་མང་ཐོས་འོར་བུ་ཡང། །བརྗེད་ངས་རྒྱན་བོས་དལ་
གྱིས་འཛོམས་བྱས་ཏེ། །རིན་ཆེན་གྲིང་ནས་སྟོང་བར་ལྡོག་སྲིད་པས། །རྒྱན་དུ་གོམས་
འདྲིས་འཇན་ཤེས་བརྟན་བོ་ཡིས། །གང་ཤེས་བརྗེད་བ་མེད་པར་སོགས་ཤིག་ཨང། །

སྟོགས་དུས་སྐོ་དང་བསོད་ནམས་དམན་པའི་ཕྱིར། །ལྷག་པའི་ལྷ་དང་ཡི་དམ་
ཚོས་སྲུང་ལ། །ཅེ་གཅིག་གསོལ་འདེབས་ཕུག་མཚོད་མཐུལ་སོགས། །ཚོགས་
བསགས་སྐྱིབ་སྐྱོང་འབད་བ་འགྲུ་བོ་ཡིས། །ཞིང་གི་མཐུ་ལ་རྒྱབ་རྟེན་གྱིས་ཤིག་
ཨང། །

ལྷན་མོང་ལམ་སྐྱུངས་སྐོན་དུ་མ་སོང་ཞིང། །གཞུང་དོན་ལྷ་བའི་སྐོ་མིག་མ་སྐྱེ་

བར། །ཚོ་གའི་ངག་འདོན་གུང་བ་ཅམ་ཞིག་གིས། །གསང་སྤྲུགས་འཆང་བའི་གུལ་དུ་
མི་ཚུད་པས། །བརྟན་ལ་རིམ་བ་བཞིན་དུ་སྒོ་བས་ཤིག་ཨང། །

གསང་ཆེན་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་སྤྲན་ཚོག་རྣམས། །སྒྲོར་བར་བསྐྱེབས་པ་
བསྐྱེད་རྫོགས་རིམ་བ་སོགས། །ཡིན་ཕྱིར་གཞུང་ལུགས་ཆེ་རྣམས་ཡལ་བོར་
ནས། །མན་ངག་ཁོ་ནར་དགའ་བ་གནས་མིན་པས། །རྩ་བ་ཤད་སྦྱར་ཏེ་རྒྱུད་དོན་ཚོལ་
ཅིག་ཨང། །

གསང་སྤྲུགས་དེ་ཡང་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུན་སེལ་ལས། །ཚེ་དང་ནོར་སྦྱབ་དབང་
རྒྱུད་མངོན་སྒྲོན་སོགས། །ཚེ་འདིའི་ལག་ཆ་ཁོ་ནར་འབྲེར་བ་ནི། །ས་མཚོག་ཅན་དན་
སོལ་བར་བྱས་འདྲ་བས། །ཚོས་ཀྱིས་ངན་སོང་བསྐྱབས་བ་མ་བྱེད་ཨང། །

སྤྲུགས་གཞུང་ཐོས་བསམ་བྱས་པའི་ཉིང་དགོས་སྟུ། །རྒྱལ་ཀུན་དགོངས་བ་
གཅིག་གྱུར་རྟག་པའི་བཀའ། །དངོས་བྱུང་རྩ་བ་དམ་ཚིག་བསྐྱེད་བ་འདིར། །འབབ་
པའི་རྒྱལ་ལ་གོ་བ་གཏིང་རྒྱུགས་པས། །གཏན་འདུན་འཚུགས་པ་མེད་པར་གྱིས་ཤིག་
ཨང། །

ཁྱད་པར་ལྟ་བ་སྤྲུགས་མའི་གནས་སྐབས་འདིར། །དམ་བཅའ་ཅམ་གྱིས་
མཁས་རྣོ་སྐྱེ་བོ་ཡི། །སྒོན་མེད་ལེགས་བཤད་སྐྱད་ཀྱི་འཆལ་གཏམ་ཡང། །བསོད་
རྒྱུང་ཤེས་འཆལ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་འགྲོ་བས། །དེ་བོང་ཅལ་གྱི་རྗེས་སུ་མ་རྒྱུག་ཨང། །

འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་ཉིན་བཞིན་གདམས་བ་ཡིས། །རྒྱལ་བའི་དགོངས་
བ་མཐའ་དག་མངོན་གྱུར་པ། །ལྷོ་བཟང་རྒྱལ་བ་ཡིས་ཀྱང་མ་ཐོན་པའི། །གསང་
བཤད་སྤྲུག་མེན་མ་ཡི་སོ་ནམ་དེས། །མན་ལས་གཞོད་བ་ཆེ་བས་སྤྲིམས་ཤིག་ཨང། །

རྒྱལ་པོ་བཅུ་གཉིས་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཅམ་མིན་པ་ལ། །རྒྱལ་པོ་ལ་མཚོན་གཉིས་
ལྷན་ཆེན་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །རང་གཞུང་དབང་པོར་བཞུགས་པའི་མདོ་རྒྱུད་
ཀྱི། །གསལ་བྱེད་རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་ལུགས་བཟང་འདིར། །སྒོ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བྲིས་ཏེ་
འཇུག་ཤིག་ཨང་། །

གར་རྒྱལ་པོ་ལོ་རྒྱུས་སྒོ་བྱེད་པ་བཞིན། །དང་པོ་ཉིད་ནས་གཅིག་
ལེས་གཉིས་ལེས་ཀྱི། །སྲིད་པར་འབྱེད་པའི་དཔུ་རྒྱུ་སོ་སོ་ལྟེན་ལྟེན་ལྟེན་
གདུལ་ཐབས་ཁོ་རྣམས་འབྱེད་པ་ཡིས། །ཐོས་བསམ་ཚོས་སྤྱོད་པར་གྱིས་ཤིག་
ཨང་། །

འཁོར་ལོ་བཞི་ལྟེན་ལྟེན་བཟང་ཐོབ་སྐྱབས་འདི། །འཁོར་བའི་འཆིང་བ་གཅོད་
པའི་དུས་ཡིན་པས། །འཁོར་གསུམ་སྐོར་བའི་ཐབས་ཅམ་མ་ཡིན་པར། །འཁོར་ལོ་
གསུམ་གྱི་དགོངས་དོན་དེས་རྟེན་ནས། །འཁོར་གསུམ་དག་པའི་དགོ་སྤོར་གྱིས་ཤིག་
ཨང་། །

ཚོས་ཀྱི་ཅེ་བ་བསམ་པའི་བཟང་ངན་ཡིན། །ཚོས་ཀྱི་སྐོ་འབྱེད་རྣམ་དག་ཐོས་
པ་ཡིན། །ཚོས་སྤྱོད་སོང་ཚད་འདི་སྤང་ཞེན་ལོག་ཡིན། །ཚོས་ཀྱི་སྤྱིང་པོ་ཐབས་ལེས་
བྱུང་འཇུག་ཡིན། །ཚོས་ལ་ཚོས་བཞིན་སྤོར་པར་གྱིས་ཤིག་ཨང་། །

རྣམ་མང་གཞུང་ལུགས་ཐབས་ཡངས་ཆུ་གཉེན་ལས། །རྣམ་དག་ཐོས་པའི་རོང་
བྱ་ལེན་པའི་ཚུལ། །རྣམ་པར་བཤད་པའི་མིག་སྒྲུབ་ལུང་མ་ཡིས། །རྣམ་གྲོལ་དོན་
གཉེན་ཡོངས་ཀྱི་མིག་ལྟེ་སྤྱོ། །རྣམ་ཀུན་མཁྱེན་པའི་དཔལ་ལ་སྤོར་གྱུར་ཅིག །

ཅེས་མདོ་སྟགས་ཀྱི་གཞུང་ལ་སློབ་གཉེར་བྱེད་ཚུལ་གྱི་བསྟུན་འགྲུབ་ལྟེང་གི་སྤྱི་བོད་པའི་ལམ་ཡིག་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི། སྤྱིར་དེང་སང་བརྟན་པ་སྟོགས་མའི་
 མཐར་མཐོན་པའི་དབང་གིས་ཉམས་ལེན་དགོས་པའི་གཏམ་ཙམ་ཡང་བྱུང། རྩོམ་
 བསམ་དགོས་པའི་གཏམ་ཙམ་ཡོད་ཀྱང་། གང་ལ་རྩོམ་བྱ་བའི་ཡུལ་དང་། རྩོམ་བ་
 རི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་སོགས་ལེགས་པར་ཤེས་པ་ཤིན་ཏུ་དགོན་པར་སྤང་བས། འདི་
 འདྲ་ཞིག་འབྲི་འདུན་སྤར་ནས་ཡོད་པའི་རྩོག་ཉེ་ཆར་དར་ཉན་བའི་ཡིད་ཤོག་ནས་སློ་
 དང་ལྡན་པ་དགེ་སློང་དགོན་མཚོག་དོ་རྗེས་བསྐྱུལ་པའི་དོར་བཅུན་པ་དགོན་མཚོག་
 བརྟན་པའི་སློབ་མེས་རྩོམ་དོན་རྒྱུད་ལ་སྤྱིར་བཏོན་ཉམས་ལེན་མ་བྱུང་། ལྷ་མ་གོང་
 མ་ཞིག་གི་མིང་ཙམ་ལ་སྐྱབས་སུ་མ་མཆི་བར་གྱུ་རྒྱུད་དུས་མའི་ལུགས་བཞིན་
 སློབ་གཉེར་བ་སྟུག་རུས་ཅུང་ཟད་བྱས་པའི་རང་སྤོང་དང་། དམ་པ་གོང་མའི་གསུང་
 རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་རགས་རིམ་ཞིག་བྲིས་པའི་མཚན་སུ་ད་ལྟ་པན་པར་སྤྱོད་ཀྱང་།
 གོ་བ་དགོན་པར་སྤང་བས་དགོས་པ་མི་འདུག་སྟུང་ནས་བཞག་པའི་ཚོ། བརྟན་ལ་
 གཅིག་ཏུ་སྟན་པའི་ལྷག་བསམ་དང་མཁྱེན་རབ་ཀྱི་དབང་སྟུག་དམ་པ་དགོན་པའི་ཁྱི་
 རྩོག་པ་དགོན་མཚོག་རྒྱལ་མཚན་པས་འདིའི་འཕྲོ་བསྐྱངས་ཉེ་ཆ་ཆར་བ་ཞིག་དགོས་
 ཞེས་ནན་ཉན་གནང་བ་བཞིན་མཇུག་གྲུབ་པར་བྱས་པ་འདིས་ཀྱང་དོན་གཉེར་ཙན་
 རྩམས་ལ་པན་རྩོགས་པར་གྱུར་ཅིག །

བར་བྱང་སྒྲིབ་ཚིག

རྣམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ། །
 གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཚོས་ཚུལ་དལ་འབབ་སྐྱེད། །
 ཚོག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི། །
 རྩི་མ་ཡོངས་འཇུག་ལེགས་བཤད་བདུན་ཅི་འདི། །

 དཔར་དུ་བསྐྱུན་པའི་རྣམ་དཀར་ལྷང་པོའི་མཐུས། །
 ཡང་དག་ཚོས་ཀྱི་སྐོ་མོ་སྐོང་སྐྱབ་བརྒྱ། །
 གདངས་ཉེ་རྒྱུད་ལྡེའི་འགོ་བ་མ་ལུས་པ། །
 རེས་ལེགས་ཞོར་བུའི་མཚོན་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག། །

ཅེས་འཇམ་གླིང་ཡངས་པའི་ཁྲོན་ལ་འཚེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་རྣམ་འབྲེན་
 །ལྷ་ལྷ་སེའུ་འེང་ལུགས་སྐོ་ཀུན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འཇམ་ལུན་ལེགས་ཚོགས་དུ་
 མའི་ཚེད་དུ་དམིགས། རང་བསྟན་གྲུབ་མཐའ་འེས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དཔར་དུ་
 བསྐྱུན་དང་བསྐྱུན་འགྲུར་གང་ལའང་སྐྱར་ཚོག་པའི་དགོ་བསྐྱེད་སྐོན་ཚིག་ཏུ་ལྷ་ལྷའི་
 དགོ་སྐྱོང་ཚོས་སྐྱབ་དག་དབང་གོ་བཟང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྐྱར་བའོ། །