

ལྷོ་རྒྱུ།

ལ་མ་ཁི་མ་བདུན་ཚིའི་ལྷོ་རྒྱུ།

། ལ་མ་ཁི་མ་ །



གོང་པོ་ལེ་གེས་བཙུན་ལྷོ་རྒྱུ།

སེ་རྒྱུ་ལ་ཁི་མ་ལ་ཚེན་ཚེན་ལོ་ལོ་ལྷོ་རྒྱུ་ལ་ལ་རྒྱུ།

ཕྱི་རྒྱ།

༄༅། །བྱུང་རྒྱུ་ལ་མ་གྱི་རི་མ་པ་འི་གདམས་པ་ཟུང་ལོ་ནམས་མི་གས་  
སྤྱོད་པ་ལ་ཕྱི་ནས་ཉམས་སྤྱོད་ལེན་རྒྱུ་ལ་དམ་ཚིག་  
བཀའ་ལྟོགས་ལྟོག་པོ་ཞེས་བྱ་བ་བཀའ་ལྟོགས་ལོ། །

།མཚན་ལོ།



ལྷོ་མཚན་ལོ།

༡༩༠

བྱུང་རྒྱུ་ལོ།

༡༡

ཀོང་པོ་ལེ་ཤེས་བརྩམས་ལོ།

༡༩༤༡ - ༡༩༧༤

དེབ་ཡང་།

TBL186011

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་གྲིས་ལྷ་སྐྱིག་བྲས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཚོམ་སྐྱིག་ཁང་གིས་སྐོག་རྩལ་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བཞོས།

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

༡༠༡༥ ལོའི་ལྷ་བདུན་པར་ཚོམ་སྐྱིག་བྲས།

དེབ་ཚད། 15x21

ཡིག་ཚད། 14

ཡིག་གངས། 71,793

ར་ཚོའི་བྲ་ཚིགས་གྲི་ཁ་བྲང་།

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

ར་ཚོའི་ཡིག་སྐྱེལ།

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

པར་སྐྱོན་གྱི་བདག་དབང་སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོར་ཡོད།

# དོ་སློབ་ཕྱོད་འཇུག་

ཀོང་པོ་ཡེ་ཤེས་བཙུན་འགྲུལ་མི། ལྷུ་ལོ་ ༡༧༩༡ ལོར་ཀོང་པོའི་ཡུལ་དུ་སྐྱུ་འཇུངས། དགྲུང་ལོ་  
བརྒྱད་པར་ཡབ་ཡུམ་གཉིས་ཀྱིས་ཡི་གེའི་འབྲི་སློབ་བསྐྱབས། ལོ་དེར་ཀོང་པོ་ཆབ་ཞག་རི་པོ་  
དགའ་ལྡན་དུ་བྱུག་གིས་སློབ་གཉེར་དུ་ལོ་གཅིག་ཙམ་བཞུགས།

དགྲུང་ལོ་དགུ་པར་ལྷ་ལྡན་སློབ་དེ་ཁང་གསར་དུ་བྱུག་གིས་དང། ཅིས། ཚོས་སློབ་སོགས་  
བསྐྱབས་ནས་དགྲུང་ལོ་བཙུན་པར་བཞུགས། དགྲུང་ལོ་བརྒྱ་བདུན་པར་བཅའ་ཆེན་དབལ་ལྡན་ཡེ་  
ཤེས་ཀྱི་བྱང་ནས་དགོ་ཚུལ་ཀྱི་སློབ་པ་མཛོས། དགྲུང་ལོ་བཙུན་པར་འབྲས་སྐྱེད་སློབ་སློབ་གསལ་  
སློབ་དུ་ཚོས་ཞུགས་མཛད་ནས་གཞུང་ཆེན་པོ་དུ་ལྷུང་གསར་སློབ་མཛད།

དགྲུང་ལོ་ཉིར་གསུམ་པར་གཙང་པ་མཁན་ཆེན་ཡེ་ཤེས་དབལ་འབྱོར་ལས་བསྐྱེན་རྫོགས་  
བསྐྱབས། དེ་ནས་དཀའ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཚན་ཀྱི་ཞབས་ལ་གཏུགས་ཏེ་དབེན་གནས་ཁག་ལ་  
སྐྱེད་པ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གཞོལ། དགྲུང་ལོ་དགཅིག་པར་ཀོང་པོ་དགའ་ལྡན་བསམ་གཏན་སློབ་གསར་  
དུ་བྱུག་བཏབ་ཅིང་རྒྱན་དུ་བྱང་རྒྱལ་ལམ་རིམ་བཤད་ཁྲིད་གནང།

དགྲུང་ལོ་དགུ་ལྔ་པར་ཆེ་ཆོག་སློབ་སྐྱེད་སྐྱེད་སྐྱེད་ལོན་སློབ་འབྲལ་དུ་ལོ་གཅིག་  
བཞུགས། རྒྱན་དུ་དབུས་དང་ཀོང་པོ་ཞུལ་དུ་བྱང་རྒྱལ་ལམ་རིམ་བཤད་ཁྲིད་དང་སྐྱེ་མཚམས་ཁོ་  
ནས་བཙུན་པ་མཛད། ལྷུ་ལོ་ ༡༨༡༩ ལོར་སྐྱུ་གཤེགས།

གསུང་རྩལ་ལ། རྟེན་འབྲེལ་བསྟོན་པའི་སྤྲི་ཀ་དང། དཀོན་མཆོག་རྗེས་འབྲེལ་གྱི་མདོ་འགྲེལ་  
སོགས་ཚོས་ཆེན་བརྒྱུག་ལོངས་པའི་པོད་གཅིག་བཞུགས།

# བྱ་སྐྱོན་པ་འི་གསལ་བཤད།

གངས་འི་འཕེལ་གྱི་མཚོད་ཉེན་གྱི་མེད་བས་སྤྲུལ་བྱས་པའི་རང་འཕེལ་སྤྲུལ་མེད་ས་སྤྲུལ་  
ཚོས་རྒྱལ་ལོ་པཎ་རྣམས་དང་ཀུན་རིག་མཁས་པའི་དབང་པོ་དག་གི་བཀའ་འཇུག་ལས། གསུང་རབ་  
གྱི་སྐྱེགས་བམ་རི་རབ་གྱི་གཏོས་དང་མཉམ་པ་ཡོད་ན་ཡང་། དུས་གྱི་འཕེལ་འགྲོལ་སོགས་གྱིས་  
མང་པོ་ཞིག་འབྱུང་བཞིན་ཟེས་སྤྲུལ་བ་དང་། གང་མང་ཞིག་ས་རྒྱལ་གྱི་ཁྲིད་དུ་ཆེས་མཐའ་  
མཚུག་གི་གཟིམས་མལ་བསྟེན་ལ་ཉེ་བ་སོགས་གྱིས་དེ་དག་སྤྲུང་སྐྱོབ་དང་། གཅེས་ཉར་བྱེད་རྒྱ་  
ནི་འབྲིས་མེད་ན་སྤྲུལ་མེད་པའི་དུས་ཡིན་ཞིང་། དེས་རང་རིགས་བསམ་ཡོད་གང་མང་ཞིག་གིས་དེ་  
དག་བསྐྱར་དབང་དང་། དེབ་གཟུགས་པར་སྐྱུན་སོགས་གྱིས་འབྲེམས་སྟེལ་དང་། སྤྲང་སྐྱོབ་ལ་  
རེས་བཞིན་པ་ནི་དགའ་འོས་བ་དང་། ཡི་རང་གི་ལེགས་སོ་འབྲུལ་བའི་གནས་ཡིན་ལོ།

སྤྱིགས་གཞན་ཞིག་ནས་བཤད་ན། མི་རིགས་དེའི་ལེས་རིག་གི་ཉིང་བཅུད་ནི་མི་རིགས་  
དེའི་སྐྱ་སྐྱོག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཉིང་དང་སྟེལ་དང་སྤྲང་སྐྱོབ་བྱེད་རྒྱ་ཡང་། མི་རིགས་དེ་ཉིང་གི་འོས་  
འགན་ཡིན་ན། བསམ་སྐྱོའི་རྒྱགས་སྟེ་ཏུ་སྤྲུང་པའི་གསུང་རབ་གྱི་སྐྱེགས་བམ་དེ་དག་ནི། ལེས་  
རིག་གི་ཉིང་བཅུད་ཡིན་ལ། མི་རིགས་འདིའི་སྐྱ་སྐྱོག་ཀྱང་ཡིན་ལོ། སྟོན་བ་བཙམ་ལྟ་འདས་གྱི་  
བཀའ་ལས་ཀྱང་། ཤེར་བྱིན་གྱི་སྐྱེགས་བམ་རིག་པོ་ཆེ་ཉིང་། ཡི་གེར་འདྲི་བ་དང་། འདྲིར་བཅུག་པ་  
སོགས་གྱི་པན་ཡོན་ནི་སྟོང་གསུམ་ཞོར་གྱིས་བཀའ་སྟེ་སངས་རྒྱུས་འབྲུམ་སྟག་བརྒྱལ་མཚོད་བ་  
སྤུལ་བ་བས་ཀྱང་། བསོད་ནམས་ཆེ་བར་གསུངས་པ་སོགས་གྱིས་ཀྱང་གསུང་རབ་གྱི་སྐྱེགས་  
བམ་དག་ཡི་གེར་འདྲི་བ་དང་། འདྲིར་བཅུག་པ་དག་གི་པན་ཡོན་དང་དགེ་མཚན་ཀྱང་མཚོན་ལ།  
དོན་གནད་ཀྱང་གོ་སྟབས་ལོ།

༧ བོང་ས་༧ སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཀྱང་། ར་རང་སྐྱ་ཆེན་པོ་དང་འདྲུ་ཁང་རྗེག་  
པོ་རྒྱག་རྒྱལ་དེ་ཅམ་དགའ་པོ་མེད། སྐྱ་ཆེན་པོ་བཞེངས་ཏུང་དེས་གསུང་ནི་མི་འབྲོན། དེ་ལས་  
དཔེ་ཆ་མང་པོ་དབང་བསྐྱུན་གྱིས་འབྲེམས་སྟེལ་བྱས་ན་བཟང་། ཞེས་ཚོགས་སྤྲུལ་བཀའ་གནང་བ་  
སོགས་གྱིས། བྲ་ཚང་རིན་པོ་ཆེ་ནས་ཀྱང་ར་ཚོའི་མི་རིགས་འདིའི་ཡབ་མེས་བོང་མ་དག་གི་ལུས་



དང་དུས་བབ་དང་བསྐྱེད་ཉེ། ང་ཚོས་ཀྱང་བཀའ་བསྐྱེད་གཉིས་ཀྱིས་གཙོ་བྱས་ཉེ་བོད་གངས་ཅན་གྱི་གཤམ་དེད་གི་མཁས་པའི་བཅུམས་ཚོས་དག་eBook དང་ PDF སོགས་སུ་ཚོམ་སྒྲིག་བྱས་ཉེ་འབྲེམས་སྟེལ་བྱེད་རྒྱའི་ལས་གཞི་འདི་འདེམ་པ་ཡིན།

སྤྱིའི་ཆ་ནས་བཀའ་བསྐྱེད་གཉིས་ཀྱིས་མཚོན་མཁས་དབང་སྣ་མ་དག་གི་གསུང་རབ་གསར་བསྐྱེད་ཀྱིས་དེབ་གཟུགས་དཔེ་ཆ་དང་། ལྟོག་རྒྱལ་འབྲུལ་དེབ་ཀྱང་གང་མང་ཞིག་འཛོན་བཞེན་ཡོད་ན་ཡང་། གསར་དུ་བར་བསྐྱེད་བྱས་པའི་དེབ་གཟུགས་དང་ལྟོག་རྒྱལ་འབྲུལ་དེབ་དག་ལའང་ཆད་ལྷག་དང་ལོར་འབྲུལ། ལུས་ཆེན་བ་དག་གིས་རང་འདོད་དང་འོས་ཚོད་སོགས་ཀྱིས་གང་བྱུང་བཞོ་བཙོས་བརྒྱབ་པ་སོགས། ལྟོག་ཉེ་ཚོགས་པ་དང་ལུངས་དག་པ། ལུས་དག་ཚད་ལྡན་སོང་བའི་གསུང་རབ་ཀྱི་དེབ་གཟུགས་དང་འབྲུལ་དེབ་ཉ་ཅང་དཀོན་པའི་ཚོད་དུ་སྣང་བ་སོགས་དང་། ང་ཚོའི་ལས་གཞི་གཙོ་བོ་དེ་ཡང་བཀའ་བསྐྱེད་གཉིས་དང་མཁས་དབང་སྣ་མ་དག་གི་གསུང་རབ་དག་ཚོམ་སྒྲིག་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན་པ་དང་། ལོད་དུ་བཤད་པ་ལྟར་དམ་པ་སྣ་མ་དག་གི་བྱུག་རྗེས་གསལ་བའི་བར་ཤིང་དག་གི་འཕྲིན་ལས་མཚུགས་ལྷན་ཀྱིན་ཡོད་པ་སོགས་ཀྱིས། ང་ཚོས་བར་ཤིང་གི་རྒྱན་ཡུན་གནས་ལ་འབད་བཙོན་དང་། ཤིང་བར་གྱི་ནང་དུ་བར་ཤིང་ཆག་པ་དང་། ཡིག་འབྲུ་མི་གསལ་བ། བར་ཡིག་པས་བྲི་ལོར་དང་བཞོས་ལོར་ལོར་བ་སོགས་ཀྱིས་ཡིག་ལོར་རེ་རྒྱང་ཡོད་ན་ཡང་། བར་ཤིང་མང་ལོས་ཤིག་ཚོམ་པ་སོ་རང་ཉིད་དམ། རིག་གནས་ལ་ནང་བྱུན་ཆུབ་པའི་མཁས་དབང་དང་དམ་པའི་སྤྱིས་བྱ་གང་མང་ཞིག་གིས་ལུས་དག་བཏང་བ་ཡིན་པས་གང་བྱུང་བཞོ་བཙོས་སོགས་བྱ་རྒྱུ་མེད་པ་དང་། གསུང་རབ་ལས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་ལོར་ན་ཡང་དོན་སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་འགྲུང་ན། གསུང་རབ་ལ་བསྟེན་དང་བཞོ་བཙོས། ཐན་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་ལའང་བཙོས་ལྷན་མེད་བར་སོར་བཞག་བྱ་རྒྱའི་ཚདོན་རྒྱན་འབྲོངས་བྱེད་རྒྱུ་གལ་ཆེ་བ་དང་དགོ་མཚན་ཆེ་བར་མཛོང་སྟེ། ང་ཚོས་དཔེ་རིང་ཚོད་ལྡན་ཞིག་མ་དཔེར་བཟུང་སྟེ་དེ་དང་བྱ་ཡིག་གཉིས་གསལ་བསྐྱར་བྱས་ཉེ། མ་བྲི་རི་མ་རི་བཞེན་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བཞོ་རྒྱུ་དང་། ཡིག་ལོར་མཛོན་མཚན་ཅན་རྣམས་ལོར་བཙོས་བྱས་ཡོད་ན་ཡང་། འབྲུལ་དེབ་བམ་ eBook གི་ནང་དུ་རྒྱང་མཚན་བཞག་ཆེ་རྒྱང་སྐབས་མི་བདེ་བས། eBook གི་ནང་དུ་ང་ཚོས་ལོར་བཙོས་བྱས་པ་དེ་ཡིག་

མདོག་དམར་པོར་བསྐྱར་ཡོད་ལ། PDF ཡི་ནང་དུ་ང་ཚོས་གང་ཞོར་བཅོས་བྱས་པའི་མ་ཕྱིའི་ཡི་གེའམ། ཞོར་ལྷག་ཏུ་ཐག་བཅད་པའི་གཞུང་ཡིག་གསལ་མ་ཕྱིའི་ཡི་གེ་དེ་མཚུག་དུ་ཟུར་མཆན་གྱི་ངོ་བོར་བཞོན་ཅིང། ལྷོ་ཕྱི་གཤི་ཞོར་བཅོས་གྱི་ཡི་གེ་དེ་གཞུང་ཡིག་དངོས་སམ་གཞུང་དགུས་གྱི་ཡི་གེ་དང་མི་ཞོར་བའི་ཆེད་དུ། ཞོར་དུ་མཆན་སྟགས་དང། འོག་ཏུ་མཆན་གངས་སྐྱར་ཡོད་པས། གཞུང་དགུས་སུ་ཤོར་དོགས་དང་ཞོར་ས་མེད། མདོར་ན་ PDF ཡི་ནང་དུ་ལྷོ་ཕྱི་གཤི་བསམ་ཞོར་བཅོས་བྱས་ཡོད་པ་ཚང་མར་ཟུར་མཆན་ཡོད་ལ། གལ་ཏེ་ང་ཚོས་ཞོར་བཅོས་བྱས་པ་དེ་ཉིད་ལ་དོགས་གནས་ཡོད་ཆེ། ཟུར་མཆན་དུ་གསལ་བ་ལྟར་གྱི་མ་ཡིག་དེ་ཚུར་བྲངས་ཏེ་འགྲེལ་བརྒྱབ་ཆོག་ཅིང། བར་གཞིའི་ནང་གི་ལྷོ་ཕྱི་གཤི་ཞོར་བཅོས་གྱི་ཡིག་འབྲུ་དག་ལྡངས་ཤིང། ཟུར་མཆན་ལས་ཆད་ཉམས་ཅན་རྣམས་སུད། ཟུར་མཆན་གཞན་དག་ཚུར་བྲངས་ཏེ་གཞུང་དགུས་དང་སྐྱར་ན། གཞུང་དེ་དང་དེའི་མ་ཕྱིའམ་མ་དཔེའི་དཔེ་རིང་དངོས་ཅི་ལྟ་བུ་བཞིན་འབྲུང་ངོ། །འདི་ནི་གསུང་རབ་ལ་བསྐྱེད་དང་བཟོ་བཅོས། ཐན་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་ལའང་བཅོས་ལྷན་མེད་པར་སོར་བཞག་བྱ་དགོས་པའི་ཚད་ལྡན་འབྲོངས་བྱས་པའང་ཡིན་ཞོ། །

ཞེས་སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྤྱི་གཤི་ཁང་གིས་ ༢༠༡༥ ལོའི་ཟླ་ ༠༢ པའི་ཚེས་



དཀའ་ཆག

རོ་སྐོད་མདོར་བསྟུན། ..... i

ལྷ་སྐྱིག་པའི་གསལ་བཤད། .....ii

བྱང་ལྷ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་གདམས་པ་ཟབ་མོ་རྣམས་ཚིགས་སུ་བཅད་པའི་སྐོ་ནས་ཉམས་སུ་  
ལེན་ལྷ་ལམ་དམ་ཚོས་བདུན་ཅིའི་སྤྱིང་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། | ..... 1

སྐྱབས་འགྲོའི་རིམ་བཞ། ..... 1

སེམས་བསྐྱེད། ..... 4

ཚད་མེད་བཞི། ..... 5

ཚོགས་ཞིང་གསལ་གདབ་བཞ། ..... 6

བསགས་སྐྱེད་པའི་གནད་བསྟུན་པ་ཡན་ལག་བདུན་པ་བྱ་ཚུལ། ..... 8

དངོས་གཞི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པའི་ཕན་ཡོན། .....14

མ་བསྟེན་པའི་ཉེས་དམིགས། .....15

ཙ་བ་དད་པ་སྐྱེད་བཞ། .....16

བཀའ་འཛིན་རྗེས་སུ་འཇུག་བཞ། .....18

སྐོར་བས་མཉེས་པ་བསྐྱབ་ཚུལ། .....19

དལ་འགྲོར་དོས་བཟུང་བཞ། .....20

---

དལ་འབྱོར་དོན་ཚེ་བར་བསམ་པ། .....	20
དལ་འབྱོར་ཉེད་དཀའ་བ་བསམ་པ། .....	22
དེས་བར་འཆི་བར་བསམ་པ། .....	24
ནམ་འཆི་དེས་མེད་བསམ་པ། .....	26
འཆི་བའི་ཆེ་ཆོས་མ་གཏོགས་གཞན་གང་གིས་ཀྱང་མི་ཕན་པ་བསམ་ཚུལ། .....	27
ཚད་སྤྲུལ་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་སྐྱོན་ཚུལ། .....	27
ཉེ་འཁོར་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་སྐྱོན་ཚུལ། .....	30
གང་དུས་ལྟེ་སྤྲུག་བསྐྱེད་སྐྱོན་ཚུལ། .....	31
ཕི་དྲགས་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་སྐྱོན་ཚུལ། .....	31
དྲུང་འགྲོའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་སྐྱོན་ཚུལ། .....	33
རྒྱབས་འགྲོའི་ཉམས་ལེན། .....	33
ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་གྱི་དད་པ་བསྐྱེད་ཚུལ། .....	35
སྤྱིས་ཁྱ་འཕྲིད། .....	37
མིའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་སྐྱོན་ཚུལ། .....	37
སྣ་མ་ཡིན་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་སྐྱོན་ཚུལ། .....	39
འདོད་ལྡེའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་སྐྱོན་ཚུལ། .....	40
ཁམས་གོང་མ་གཉིས་གྱི་ལྡེའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་སྐྱོན་ཚུལ། .....	41
སྤྲུག་བསྐྱེད་དྲུག་བསམ་ཚུལ། .....	41
སྤྲུག་བསྐྱེད་གསུམ་བསམ་ཚུལ། .....	43
འཁོར་བའི་འདྲུག་འཇིག་བསམ་པ་དང་བར་བར་བསྐྱོད་བའི	

---

---

ལམ་ཉམས་སྲུ་ལེན་ཚུལ་གྱི། .....	44
སྐྱེས་ལྷ་ཆེན་པོ་ལས། དེར་འདུག་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་བསམ་ཚུལ། .....	45
སེམས་སྐྱེས་པ་པ་བསྐྱབ་ཚུལ། .....	45
མར་ཤེས་སྐྱོན་ཚུལ། .....	46
འིན་འཛུགས་སྐྱོན་ཚུལ། .....	47
འིན་པ་ཚོ་སྐྱོན་ཚུལ། .....	48
འཇམ་པ་སྐྱོན་ཚུལ། .....	49
སྤྱིར་རྗེ་སྐྱོན་ཚུལ་གྱི། .....	49
སྐྱུག་བསམས་སྐྱོན་ཚུལ། .....	50
སེམས་བསྐྱེད་སྐྱོན་ཚུལ། .....	50
བདག་གཞན་མཉམ་བཞེདེ་སྐྱོན་སྲུང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་སྐྱོན་གྱི། .....	52
ཕྱིན་འཇུག་སྐྱོན་ཚུལ། .....	53
བསྐྱེད་བཞེས་སྐྱོན་ཚུལ། .....	55
ཞི་གནས་སྐྱོན་ཚུལ། .....	55
སྐྱུག་མཚོན་སྐྱོན་ཚུལ། .....	57
རྗེས་ཚོབ་སྐྱུག་མཚོན་སྐྱོན་ཚུལ། .....	60
རྗེས་ཚོབ་སྐྱུག་མཚོན་སྐྱོན་ཚུལ། .....	60
བར་འཇུག་སྐྱོན་ཚུལ། .....	62

---

༡༢༧། །བྱུང་རྒྱུ་ལ་མ་གྱི་རིམ་པའི་གདམས་པ་ཟབ་མོ་  
ནམས་ཚིགས་སྲ་བཅད་པའི་སྐོན་ས་ཉམས་སྲ་  
ལེན་ཚུལ་དམ་ཚོས་བདུད་ཚིའི་སྦྱིང་པོ་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་པོ། །

༡༢༨། །དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་མ་ལུས་གཅིག་ཏུ་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཅེ་ཅེ་བ་དང་  
བརྒྱད་པར་བཅས་པའི་དཔལ་ལྷན་ལྷན་མ་དམ་བ་ནམས་ལ་སྲུག་འཚོལ་ཞིང་སྐྱབས་  
སྲ་མཚེའོ། །ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་འབྲལ་བ་མེད་པར་རྗེས་སྲུ་གཟུང་དུ་གསོལ།  
དེ་ལ་འདིར་སྐྱལ་བ་དང་ལྷན་པའི་གདུལ་བྱ་ནམས་ཀྱིས་བྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་  
རིམ་པའི་གདམས་པ་ཟབ་མོ་ནམས་ཚིགས་སྲ་བཅད་པའི་སྐོན་ས་ཉམས་སྲ་ལེན་  
ཚུལ་ལྷང་ཟད་བརྗོད་པར་བྱའོ། །

དེ་ལ་དང་པོ་སྐྱབས་འགྲོའི་རིམ་པ་ནི་འདི་ལྟར།

རང་མདུན་མདུང་བྱང་མཚོད་སྤྱིན་རྒྱ་མཚོའི་དབུས། །གདོང་ལུའི་དབང་པོ་  
བརྒྱད་ཀྱིས་ཉེར་བཏེག་པའི། །རིན་ཆེན་གདན་ཁི་མཚོག་ཏུ་ཡངས་པའི་ཁར། །རྩ་  
སྦྱོས་ཉི་ཟླའི་དཀྱིལ་འཁོར་རྒྱས་པའི་སྦྱང་། །མ་ལོར་ལམ་སྟོན་ཅེ་བའི་སྐྱ་མ་

དང་། །དབྱེར་མེད་བཅོམ་ལྡན་སྤྱད་པའི་དབང་པོ་ལོ། །གསེར་གྱི་ལྷན་པོའི་སྤོ་ལྷར་  
 རབ་བཞིན་ཅིང་། །མཚན་དཔེའི་དབལ་འབར་ཚོས་གོས་རྣམ་གསུམ་གསོལ། །ལྷག་  
 གཡས་ས་གཞོན་གཡོན་པ་མཉམ་གཞག་སྟེང་། །བདུད་ཚིས་རབ་ཏུ་གང་པའི་ལྷར་  
 བཟེད་བསྐྱམས། །བལྟ་བས་མི་ངོམས་གཟི་བཞིན་སྤང་པོའི་སྤྱ། །འོད་གྱི་ཏྲ་བའི་  
 དབྱས་ན་སྐྱམ་མེར་བཞུགས། །རྩ་མེད་སྟོན་པ་མཚོག་དེའི་མཐའ་སྐོར་དུ། །བརྒྱད་པ་  
 གསུམ་གྱི་རྩ་མ་མ་ལུས་པ། །རྒྱ་སྐར་ཚོགས་ཀྱིས་རྩ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ། །ཀུན་  
 ལས་བསྐོར་བ་བཞིན་ཏུ་བཞུགས་པར་གྱུར། །དངོས་དང་བརྒྱད་པའི་རྩ་མ་དེ་རྣམས་  
 གྱི། །མཐའ་སྐོར་ཡི་དམ་སྟོན་དང་ཕྱོགས་བཅུ་ཡི། །སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་རྒྱལ་སྐས་  
 ཉན་རང་དང་། །མཁའ་འགོ་ཚོས་སྤང་ཚོགས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྐོར། །སོ་སོའི་  
 གཡས་གཡོན་བཀོད་ལེགས་སྟེགས་ཀྱི་འོད་ལ། །རང་རང་ཞལ་གྱི་སྐོན་ལ་ཉེར་ཐོན་  
 པའི། །རྣམ་དག་སྤང་གི་སྟེགས་བམ་རྩི་སྟེད་པ། །ཡིག་འབྲས་རང་སྤྱིའི་ཚོས་དབྱངས་  
 སྐོག་བཞིན་བཞུགས། །སྤྱད་པ་ཡུལ་དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་སྤྱིའི་ཆ་ལས། །འོད་ཟེར་  
 ཕྱོགས་བཅུ་ཀུན་ཏུ་འཕྲོ་བྱེད་ཅིང་། །འོད་ཟེར་དེ་དེའི་སྟེ་ལས་གངས་མེད་པའི། །སྤྱུལ་  
 པ་འགྲོད་ཅིང་སེམས་ཅན་སྟོན་པར་མཛད། །སྤྱད་པ་རྩིའི་སྤྱན་གྱིས་བདག་ལ་རྩེས་  
 གཟིགས་ཏེ། །རིགས་ཀྱི་ཏུ་ཁྲོད་འཁོར་པའི་སྤྱད་པ་སྤུལ་ལས། །ཐར་བར་འདོད་ནང་  
 ཡིས་བསྐྱབ་པོ་ཞེས། །འཇུག་ལྡན་ཞལ་གྱིས་དབྱེས་པའི་དབྱགས་དབྱང་  
 མཛད། །རང་གི་མཐའ་སྐོར་པ་མ་སེམས་ཅན་རྣམས། །རིགས་ཀྱི་སོ་སོའི་སྤྱད་  
 པ་སྤུལ་གྱིས་གཟིར་ཞིང་། །སྤྱད་པ་འཚོལ་རིག་རིག་མིག་དང་ཉམ་ཐག་པའི། །འོ་དོད་  
 སྟེ་སྤྱད་པ་དང་བཅས་འཁོད་པར་གྱུར། །ཀྱེ་མ་བདག་ནི་ཐོག་མེད་དུས་ཉིད་ནས། །ད་  
 བར་རིགས་ཀྱི་གནས་སུ་འཁོར་འཁོར་ནས། །སྤྱད་པ་སྤུལ་བརྒྱ་ཡིས་རྟག་ཏུ་

མནར་མོད་ཀྱང་། །དེ་ལས་ཐར་པའི་སྐབས་ནི་རྟེན་མ་གྱུར། །དེས་སྐབས་ལེགས་  
 དལ་འབྱོར་རྟེན་ཐོབ་ཅིང་། །སྟོན་དང་བསྟན་པ་མཚོག་དང་མཇལ་གྱུར་གྱང་། །སྟོན་  
 མེད་གོམས་པའི་ཉོན་མོངས་བརྗོད་དཀའ་བས། །གཏན་གྱི་བཅོན་ས་ཐེན་པའི་རེ་  
 དང་བལྟ། །དམི་དེ་རིང་མི་འཆིའི་གདེང་མེད་ཅིང་། །གང་དུ་སྐྱེ་ལ་རང་དབང་མ་  
 མཆིས་པས། །གལ་ཏེ་དན་འགྲོའི་གཡང་སར་སྤུང་གྱུར་ན། །དེ་ཡི་སྤྱད་བསྐྱེད་སྐྱོད་  
 ཅིག་བཟོད་དམ་སོམས། །བརྒྱ་ལ་མངོན་མཐོ་སྤྲོ་མིའི་རྟེན་ཐོབ་གྱང་། །སྐྱེ་གན་འཆི་  
 ལ་སོགས་སྤྱད་བསྐྱེད་བརྒྱས། །བར་མཚམས་མེད་པར་མནར་ཞིང་སྐྱར་ཡང་  
 བོ། །དན་འབྱོར་སྤུང་སྤྱིར་མངོན་མཐོར་ཡིད་བརྟན་ཅེ། །དེས་ན་དེས་དལ་འབྱོར་  
 རྟེན་ཐོབ་ཅིང་། །ལམ་སྟོན་བཤེས་གཉེན་མཚོག་གིས་རྗེས་སུ་བཟུང་། །འཁོར་འདས་  
 སྟོན་ཡོན་རིག་པའི་དུས་སྐབས་འདིར། །འདིགས་རུང་འཁོར་བ་འདི་ལས་སྤུང་ཐར་  
 བྱ། །དེ་ཡང་རང་ཉིད་ཐར་པས་མི་ཚོག་སྟེ། །སྲིད་པར་འབྲམས་པའི་འགྲོ་བ་འདི་ཀུན་  
 གྱང་། །རང་གི་ལ་མ་ལ་སྤྱད་ཉིད་ཡིན་ཕྱིར། །འདི་དག་ཀུན་གྱང་སྲིད་ལས་སྐྱོལ་བར་  
 བྱ། །དེས་ན་རང་གཞན་སེམས་ཅན་མ་ལུས་ལ། །ལམ་མེད་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་  
 ཆེན་པོ་ལས། །སྐྱོལ་བའི་སྐབས་དང་སྐྱོབ་པ་གཅིག་ཤུ་བོ། །མཚོག་གསུམ་ཉིད་ལས་  
 གཞན་དུ་མ་མཆིས་པས། །བདག་དང་མཁའ་མཉམ་འགྲོ་བ་མ་ལུས་ལ། །དེང་ནས་རི་  
 སྲིད་བྱང་ཚུབ་སྤྱིང་པོའི་བར། །དངོས་བརྒྱུད་སྐྱེ་མ་རྣམས་ལ་སྐབས་སུ་མཆི། །སྟོན་  
 པ་སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་སྐབས་སུ་མཆི། །ལུང་རྟོགས་དམ་ཚོས་རྣམས་ལ་སྐབས་  
 ལ་སྐབས་སུ་མཆི། །འདས་པས་ཚོགས་དགེ་འདུན་རྣམས་ལ་སྐབས་སུ་མཆིའོ། །བདག་དང་  
 མཁའ་མཉམ་མན་ཆད་ལན་གསུམ་མམ་བདུན་ལ་སོགས་པར་བརྗོད། །དེ་སྤྱིར་  
 སྐབས་སུ་སོང་བས་སྐབས་ལུལ་ཀུན། །དབྱེས་བཞེན་སྐྱེ་ལས་བདུན་ཅིའི་རྒྱན་

བབས་པས། །བདག་གཞན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྤྲིག་སྤྲིབ་དང་། །ནད་གདོན་ཚེ་  
ཡི་འགལ་རྐྱེན་ཡོངས་ཀྱང་ཞིང་། །ཁྱུད་པར་མཚོག་གསུམ་ལ་བརྟེན་ཉེས་ཀྱན་  
དག། །ཚེ་དང་བསོད་ནམས་ལུང་རྟོགས་ཡོན་ཏན་རྣམས། །ཚེས་ཚེར་འཕེལ་ཞིང་  
རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཀྱན། །མཚོག་གསུམ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱབས་འོག་ཚུད་པར་གྱུར།།

སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི།

རང་ཉིད་སྲིད་པའི་བརྩོན་རང་ལས་ཉོན་གྱི། །ཞགས་པས་བཅེངས་ཏེ་མཁར་  
བ་ངི་བཞིན་དུ། །ཡང་ཡང་མར་གྱུར་དེན་གྱིས་བསྐྱེདས་བསྐྱེདས་པའི། །ཉམ་ཐག་  
འགྲོ་བ་ཀྱན་གྱང་དེ་འདྲ་ཉིད། །འགྲོ་འདྲི་སློབ་པའི་ཁུར་ནི་བདག་ཅག་ལ། །བབས་  
གྱང་ད་ལྟའི་གནས་སྐབས་འདྲི་འདྲར་ནི། །གཞན་དག་སློབ་བ་ལྟ་ཞོག་རང་ཉིད་  
གྱང་། །གར་འགྲོའི་གཏོལ་ཡང་ཅུང་ཟད་མི་སྤང་ལ། །དག་བརྩོན་རྣམས་གཉེས་སོབ་  
གྱང་རང་དོན་ཡང་། །མ་རྗེས་གཞན་གྱི་དོན་ཡང་ཉི་ཚེ་ཅམ། །དེས་ན་རང་གཞན་  
དོན་གཉེས་མཐར་ཕྱིན་པར། །རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་ངེས་པར་སོབ་དགོས་ཏེ། །གོ་  
འཕང་མཚོག་དེ་སོབ་ན་རང་ཉིད་ནི། །རྒྱུད་པ་ཀྱན་ཟད་ཡོན་ཏན་མ་ལུས་  
རྗེས། །འབད་ཚོལ་མེད་པར་ནམ་མཁས་གར་ཁུབ་པའི། །མ་རྒན་འགྲོ་པའི་དོན་  
ལྟར་ལུས་པའི་སྤྲིར། །དེས་ན་བདག་གིས་རྗེས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི། །གོ་འཕང་  
ལྷུང་བ་ཉིད་དུ་སོབ་པར་གྱ། །དེའི་སྤྲིར་སྤྲིན་སོགས་སྤོད་པ་རྣམས་པོ་ཆེ། །ཀྱན་  
ལའང་ལུས་མེད་རིམ་གྱིས་བསྐྱབ་པར་བཤྱ། །དེ་ལྟར་གྱང་རྒྱབ་སེམས་མཚོག་  
བསྐྱེད་པའི་མཐུས། །ལྷོ་མ་རྒྱལ་བ་སྐྱས་བཅས་རབ་དགེས་ཏེ། །སྐབ་པའི་དབང་  
པོའི་སྐྱེལས་རང་འདྲ་ཞིག །བདག་ལ་ཐེམ་པས་སྤྲིག་སྤྲིབ་ཀྱན་དག་ནས། །རང་ཉིད་

སྐབ་པའི་དབང་པོའི་སྐྱེ་བུ་གྲུབ། །རང་གི་སྐྱེ་ལས་འོད་ཟེར་སྐྱོགས་བརྒྱུར་འཕྲོས། །མ་  
དག་སྒོའི་བརྒྱུད་ཉེས་སྐྱོན་ཀྱུན་སྦྲུངས་ཏེ། །དག་པ་རབ་འབྲུམས་འབའ་ཞིག་ཉིད་ཏུ་  
གྲུབ། །

ཚད་མེད་བཞི་ལྷེ།

ཤེ་མ་འཕྲོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ལྷེ། །གངས་མེད་སྐྱེ་བར་པན་ཚུན་པ་མ་  
ཏུ། །གྲུར་གྲང་དེ་ལྟར་མ་ཤེས་ཆགས་སྤང་གིས། །ལས་ངན་བསགས་ནས་སྐྱུག་  
བསྐྱེལ་འབའ་ཞིག་སྐྱོང་། །དེ་ལོ་པན་ཚུན་ཆགས་སྤང་དང་བྲལ་ནས། །བཏང་སྒྲོམས་  
ངང་ཏུ་གནས་ན་ཅི་མ་ཏུང་། །གནས་པར་གྲུར་ཅིག་འགྲུར་བར་བདག་གིས་གྲ། །དེ་  
ལྟར་རྒྱས་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱུ་ཏུ་གསོལ། །ཤེ་མ་འཕྲོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་  
ལྷེ། །ཉལ་ཏུ་བདེ་བ་འབའ་ཞིག་འདོད་མོད་གྲང་། །བདེ་བའི་རྒྱ་ལྷེ་དགོ་བར་མ་ཤེས་  
ཤིང་། །ཤེས་གྲང་དགོ་བ་བསྐྱབ་པར་མ་རྒྱས་པས། །བདེ་བས་མོངས་མོད་ལྷེ་བདེ་  
བ་དང་། །བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་ན་ཅི་མ་ཏུང་། །ལྡན་པར་གྲུར་ཅིག་འགྲུར་བར་བདག་  
གིས་གྲ། །དེ་ལྟར་རྒྱས་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱུ་ཏུ་གསོལ། །ཤེ་མ་འཕྲོ་བ་འདི་དག་  
ཐམས་ཅད་ལྷེ། །སྐྱུག་བསྐྱེལ་རྣམས་ཀྱུན་ཏུ་མི་འདོད་གྲང་། །ཤིན་ཏུ་གཉི་སྐྱུག་སྤང་  
དོར་གོ་ལོག་གིས། །མི་དགོ་སྐྱུག་པའི་ལས་ལ་ཉལ་གཞོལ་བས། །སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱིས་  
མནར་དེ་ལྷེ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དང་། །སྐྱུག་བསྐྱེལ་རྒྱ་དང་བྲལ་ན་ཅི་མ་ཏུང་། །བྲལ་བར་  
གྲུར་ཅིག་འགྲུར་བར་བདག་གིས་གྲ། །དེ་ལྟར་རྒྱས་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱུ་ཏུ་  
གསོལ། །ཤེ་མ་འཕྲོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ལྷེ། །འཁོར་བ་སྐྱི་དང་བྱུང་པར་ངན་སོང་  
གོ། །སྐྱུག་བསྐྱེལ་རྒྱ་བཅས་ཀྱུན་དང་བྲལ་གྲུར་ནས། །མཛོན་མཛོད་སེལ་གས་བདེ་



བ་རིམ་བཞིན་དུ། རྫོག་ནས་ཟག་མེད་བདེ་བ་མཚོག་དེ་དང་། །ནམ་ཡང་བྲལ་མ་  
གྲུར་ན་ཅི་མ་དུང་། །མི་འབྲལ་གྲུར་ཅིག་འགྲུར་བར་བདག་གིས་བྲ། །དེ་ལྟར་རུས་  
བར་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། །ཁྱད་པར་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་ནི། །ཁྱད་པར་མཁའ་  
མཉམ་འགྲོ་བ་ཀུན་སྒོལ་གྱིར། །སྐྱུར་བ་སྐྱུར་བར་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྲ། །དེའི་  
གྱིར་བྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཡི། །གདམས་པ་ཟབ་མོ་ཉམས་སྲུ་སྒྲང་བར་བགྱི། །

ཚོགས་ཞིང་གསལ་གདབ་བ་ནི།

འདུག་པ་བདེ་གྱིར་སྐྱུར་གྱི་སྐྱུབས་ལུལ་དེ་ཉིད་མ་བསྐྱུས་པར་འདིར་བྲན་  
ཅོམ་བྱས་པས་འཇུག་པར་གསུངས་ཤིང་། སྐབས་འདིར་སྐྱུན་འབྲེན་ཞུས་གསོལ་རེ་  
བྲ་བར་གསུངས་པས་འདི་ལྟར། མཁའ་ཁྲབ་ཞིང་བཞུགས་དངོས་བརྒྱད་སྒྲ་མ་  
དང་། །ཡི་དམ་ལྟ་ཚོགས་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དང་། །ཉན་རང་དབའ་ལོ་མཁའ་  
འགྲོ་སྐྱུར་མའི་ཚོགས། །མ་ལུས་བདག་ལ་བཅེ་བས་དགོངས་སྲུ་གསོལ། །དབག་  
མེད་བསྐྱལ་བར་བདག་ཅག་རྣམས་གྱི་ཆེད། །ལྷགས་མཚོག་བསྐྱེད་པའི་དམ་བཅའ་  
མ་བསྐྱེལ་བར། །འདབ་བཟང་གཙོ་ལོ་ལྟ་ཡི་ལམ་ལ་བཞིན། །རྩ་འགྲུལ་སྐྱོབས་གྱིས་  
བཅེ་བས་འདིར་གཤེགས་ཤིག །ཅེས་སྐྱུན་བྲངས། །ཞུས་གྱི་ཁང་བ་ཤིན་ཏུ་རྗི་ཞིམ་  
པ། །ཤེས་གྱི་ས་གཞི་གསལ་ཞིང་འཚོར་བ་བསྐྱུར། །རིན་ཆེན་འབར་བའི་ཀ་བ་ཡིད་  
འོང་ལྷན། །ལུ་ཉིག་འོད་ཆགས་སྒྲ་རེ་བེས་པ་དེར། །རྗི་ལྟར་བལྟམས་པ་ཅོམ་གྱིས་  
ནི། །ལྷ་རྣམས་གྱིས་ནི་ཞུས་གསོལ་ལྟར། །ལྷ་ཡི་ཚུ་ནི་དག་པ་ཡིས། །དེ་བཞིན་  
བདག་གིས་སྐྱུ་ཞུས་གསོལ། །ཚོ་སམ་ཉ་ལྷ་ག་ཉ་ཨ་ཟླ་ཤེ་ཀ་ཉ་ས་མ་ཡ་ལྷོ་ཡེ་  
ལྷ་ཚུ། །རྒྱལ་བའི་སྐྱུ་གསུང་སྐྱགས་ལ་ཉོན་མོངས་མི་མངའ་ཡང་། །སེམས་ཅན་སྐྱུས་

དག་ཡིད་གསུམ་ཅི་མ་སྐྱུང་སྐྱུང་དྲུ། །རྒྱལ་བའི་སྐུ་གསུང་ཐུགས་ལ་ལྷུས་ཆབ་འདི་  
 གསོལ་བས། །སེམས་ཅན་ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་ཅི་མ་དག་གྱུར་ཅིག །ཚཱི་སམ་ཏ་  
 ལྷ་ག་ཏ་ཨ་རྟེ་ཤེ་ཀ་ཏ་ས་མ་ལ་ཤྲི་ཡེ་ཨྲཱུྃ། དེ་བཞིན་གཤེགས་དང་དེ་ཡི་སྐས་  
 ཅམས་ལ། །རིན་ཆེན་བུམ་བ་མང་པོ་སྐོས་ཀྱི་ཚུ། །ཡིད་འོང་ལེགས་པར་བཀའ་བ་སྐྱུ་  
 དང་ནི། །རོལ་མོར་བཅས་བ་དུ་མས་སྐྱུ་ལུས་གསོལ། །ཚཱི་སམ་ཏ་ལྷ་ག་ཏ་ཨ་རྟེ་ཤེ་  
 ཀ་ཏ་ས་མ་ལ་ཤྲི་ཡེ་ཨྲཱུྃ། འདི་ནི་ལྷས་མཚོག་དཔལ་དང་ལྷན། །ཐུགས་རྗེ་བྱང་  
 ཚུབ་སྐྱབ་མེད། །ཤྲིན་རྒྱབས་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་ཡི་ནི། །ཅི་འདོད་དངོས་བྱུབ་བསྐྱུལ་དུ་  
 གསོལ། །ཚཱི་སམ་ཏ་ལྷ་ག་ཏ་ཨ་རྟེ་ཤེ་ཀ་ཏ་ས་མ་ལ་ཤྲི་ཡེ་ཨྲཱུྃ། དེ་དག་སྐུ་ལ་  
 མཚུངས་བ་མེད་པའི་གོས། །གཙང་ལ་ཅི་རབ་བསྐོས་པས་སྐྱུ་སྤྱི་ལོ། །ཚཱི་རྩྱུ་ཏྱི་  
 རྗེ་ཨྲཱུ་གྲཱ་ལ་མེ་ཤོ་རྟེན་ཡེ་སྐྱུ། །སྐོ་ཚོགས་དབང་པོའི་གཞུ་ལྟར་རབ་བཟ་  
 ཞིང་། །གང་ལ་རེག་ན་བདེ་བའི་རྒྱར་འགྱུར་བ། །གོས་བཟར་རིན་ཆེན་བདག་སྐོ་  
 སྐྱུར་སྤྱིར་འབྱུལ། །བཟོད་བ་དམ་པའི་གོས་ཀྱིས་བརྒྱན་པར་ཤོག། །རྒྱལ་བ་མཚོན་  
 དཔེའི་རང་བཞིན་རྒྱན་ལྷན་སྤྱིར། །རྒྱན་གཞན་དག་གིས་བརྒྱན་པར་མི་འཚལ་  
 ཡང་། །རིན་ཆེན་རྒྱན་མཚོག་ལུས་བས་འགོ་བ་ཀུན། །མཚོན་དཔེས་བརྒྱན་པའི་སྐུ་  
 ལུས་ཐོབ་པར་ཤོག། །བཅེ་བའི་འཁོར་ཡུག་སྐྱབ་པའི་བ་དན་ཅན། །ཉིང་འཇིན་ཆ་མེ་  
 སྐོབས་པའི་འོད་གསལ་བ། །མཚོག་རྒྱུན་ལོས་པའི་ཉེར་མཁོ་འདི་དག་འབྱུལ། །སྤྱི་  
 བོས་རྣམ་དག་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པར་ཤོག། །བདག་དང་འགོ་ལ་ཐུགས་བཅེའི་སྤྱིར། །ཉིང་  
 ཀྱི་རྒྱ་འཕྲུལ་མ་སྐྱུ་ཡིས་ནི། །རྗེ་སྤྱིད་མཚོད་པ་བདག་བཤྱིད་ན། །དེ་སྤྱིད་བཅོམ་ལྷན་  
 བཞུགས་སུ་གསོལ། །ཞེས་སོགས་བྲ།

དེ་ནས་བསགས་སྐྱེས་ཀྱི་གནད་བསྐྱེས་པ་ཡན་ལག་བརྒྱུན་པ་བྱ་ཚུལ་ནི།

རབ་འབྲུམས་རྒྱལ་བ་གཞན་གྱིས་མ་སྐྱེས་པའི། ཚེད་དུས་འགྲོ་ཞུས་ས་  
བདག་གིས་འདྲེན་བྱ་ཞེས། འིང་འདྲིར་གསང་བ་གསུམ་གྱིས་ཞུས་རོལ་བ། ལྷ་མ་  
སྐྱེས་པའི་དབང་པོར་སྤྲུལ་འཚལ་ལོ། སྲིད་མཚོ་ཉམ་ངའི་སྐོང་དུ་བྱིང་བ་བདག་ཟེན་  
རྒྱུ་མཛོད་སྤྲུལ་གདམས་པའི་ཐབས་མཁས་ཆེས། སྐྱེས་ཀྱིས་རིན་ཆེན་ཐེམ་སྐྱེས་  
ལ་འཁྲིད་མཛད། དངོས་བརྒྱུད་ལྷ་མ་ཞུས་པ་སྤྲུལ་འཚལ་ལོ། གང་ཞེས་བརྗོད་  
པས་བསྐྱེན་ཅིང་རབ་བསྐྱེས་ན། བསྐྱེས་མར་རྟེན་དཀའ་བྱུང་འདྲུག་གོ་འཕང་  
ཡང་། སྐྱེད་ཅིག་ཉིད་ལ་སྐྱོལ་མཛད་རྒྱུད་མྱེ་བཞིའི། ཡི་དམ་སྣ་ཚོ་གསུམ་ཞུས་པ་  
སྤྲུལ་འཚལ་ལོ། གངས་མེད་བསྐྱེས་པར་ཚོགས་གཉིས་གོམས་པའི་མ་སྐྱེས། སྐྱོན་  
ཞུས་ཀྱི་ཟུང་ཡོན་ཉན་མ་སྐྱེས་རྒྱུ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ལྷན་མེད་པའི་མཛད་པ་  
ཅན། སྐྱོན་པ་སངས་རྒྱུས་ཞུས་པ་སྤྲུལ་འཚལ་ལོ། གང་ཞེས་བསྐྱེན་པ་ཉེས་ཀྱི་  
བྱུང་བྱེད་ཅིང་། མཛོན་པར་མཚོ་དང་ངེས་པར་ལེགས་པ་ཡི། སྤྲུལ་ཚོགས་མ་སྐྱེས་  
ཡོངས་སུ་སྤྲེད་བྱེད་པ། སྤྲུང་རྒྱུས་དམ་ཚོས་ཞུས་པ་སྤྲུལ་འཚལ་ལོ། རང་བདེ་  
མི་ལམ་དུ་ཡང་མི་མེམས་ཤིང་། སྐྱེད་དང་སྐྱོག་ལའང་མི་བསྐྱེད་སྐྱེད་སྐྱོབས་  
གྱིས། ཉུག་ཏུ་གཞན་བདེ་འབའ་ཞེས་སྐྱེས་མཛད་པ། རྒྱལ་བའི་སྐྱེས་མཚོག་ཞུས་  
ལ་སྤྲུལ་འཚལ་ལོ། འཕོར་བའི་གནས་ཀྱི་མེ་འོབས་ལྟར་གཟེགས་ཏེ། བསྐྱེས་  
གསུམ་ཚོགས་ཀྱི་བཞེན་པ་ལ་བརྟེན་ནས། ཐར་པའི་སྐོང་དུ་གཤེགས་ཤིང་སོན་  
སྐྱེད་པ། འཕམགས་པ་ཉན་ངར་ཞུས་པ་སྤྲུལ་འཚལ་ལོ། ཉི་ཤུ་ཅུ་བཞིའི་གནས་  
མཚོག་དམ་པ་ན། སྐྱེས་པ་པོ་ལ་ཉུག་ཏུ་བཅེར་དགོངས་ནས། སྐྱེས་ཚོགས་སྐྱེས་པའི་  
གང་གྱིས་ཞུས་རོལ་བ། དབང་པོ་མཁས་འགྲོའི་ཚོགས་ལ་སྤྲུལ་འཚལ་ལོ། དམ་

ཚོས་ཚུལ་བཞིན་སྐྱབ་པ་མཐའ་དག་གི། །འདོད་པའི་རེ་བ་ཡིད་བཞིན་སྐོར་བྱེད་  
 ལ། །མ་དུངས་བདུད་སྡེ་ཕྱེ་མར་བརྒྱལ་བྱེད་པའི། །དམ་ཅན་ཚོས་སྤྱད་ནམས་ལ་  
 ཟུག་འཆའ་ལོ། །མདོར་ན་ཟུག་བྱར་འོས་པ་ཐམས་ཅད་ལ། །ཞིང་གི་གྲངས་དར་  
 མཉམ་པའི་ལུས་སྐྱུལ་ཏེ། །ཡོན་ཏན་ལ་བསྐྱབས་བསྐྱོད་དབྱངས་རྒྱ་མཚོར་  
 བཅས། །མི་བྱེད་དད་གུས་ཚེན་པོས་ཟུག་འཆའ་ལོ། །ལུན་ཚོགས་རིན་ཚེན་བཀོད་  
 ལེགས་སྣོད་ཡངས་སྟུ། །འཆི་མེད་བདུད་ཅི་འི་ཆབ་ཀྱི་མཚོད་ཡོན་གཏམས། །ཡིད་  
 འཕྲོག་བརྒྱས་བརྒྱུན་པའི་རྗེར་བུའི་དོགས། །ཡན་ལག་བརྒྱད་སྟན་ཞབས་བསེལ་  
 རྒྱན་བཟང་འབྲིལ། །ལྷུངས་ཀུ་ལུ་ད་དང་བརྒྱ་སོགས། །ཡིད་འོང་མེ་ཏོག་དུ་མས་ས་  
 གཞི་གང། །བཟང་པོའི་སྟན་གྱི་བྱེ་བྲག་ལས་བྱུང་པའི། །དྲི་ཞིམ་བདུག་སྟོས་སྟོན་  
 གྱིས་བར་སྤང་བྱལ། །ཉི་མ་ལྷ་བཞོན་བུའི་སྤང་བ་དང། །ཚི་བཅུད་སྟོན་མེའི་སྤང་  
 གསལ་ཀུན་ཏུ་བཟ། །ཅན་ཅན་ག་བུར་དྲི་ཡིས་རབ་བསྐོས་པའི། །རབ་བསེལ་དྲི་ཆབ་  
 རྒྱལ་ས་མེད་དལ་གྱིས་གཤོ། །ཁ་དོག་དྲི་ལུས་རོ་བརྒྱའི་དཔལ་སྟན་པའི། །ལྷ་མིའི་  
 བཟའ་བཅའི་ཞལ་ཟས་ཚར་དུ་དངད། །འི་ཟང་སྤྱིར་བུ་སེལ་སྟན་རྩ་སྟུ་སོགས། །ལྷ་  
 ཚོགས་རོལ་མོའི་སྐྱ་ཡིས་ས་གསུམ་གཤོ། །གཟུགས་མཚོགས་སྐྱ་སྟན་དྲི་དང་རོ་ཡི་  
 མཚོག།

དེག་བུའི་འདོད་ཡོན་བྱེ་བྲག་མཐའ་ཡས་དང། །མི་དབང་ལོར་མཚོག་རིན་  
 ཚེན་ནམ་པ་བདུན། །ཉལ་ས་རྗེས་བརྒྱད་ཀྱི་བཀོད་པས་ཞིང་ཀུན་གང། །སྟོན་ལིང་  
 མེ་ཏོག་རྒྱ་མཚོ་ཡིད་འོང་སོགས། །བདག་པོས་མ་བཟུང་མཚོད་རྗེས་ཅི་ཡོད་  
 དང། །བདག་གཞན་ལུས་དང་ལོངས་སྟོད་ཅི་མཆིས་ལ། །མ་ཆགས་མི་ལུས་སྟོ་  
 དགས་དགྲེས་དགུང་འབྲུལ། །ལུབ་གསུང་མདོ་རྒྱད་མན་དག་རྒྱ་མཚོ་ལ། །ཐོས་

བསམ་སྐྱོམ་པའི་དགེ་ཚོགས་ཅི་མཆིས་དང་། །ཀུན་བཟང་མཚོད་སྤྲིན་སྟོབས་ལས་  
ལེགས་བྱུང་པའི། །ངོ་མཚར་མཚོད་ཚོགས་ཞིང་ཀུན་ཁྱབ་པར་འབྱུང། །དེ་ལྟར་དང་  
མོས་ཉིང་འཛིན་གྱིས་བསྐྱུན་པའི། །རྣམ་པར་མཚོད་སྤྲིན་རྒྱ་མཚོ་འདི་འབྲུག་  
གྱི། །རྣམས་རྗེས་བཞེས་ནས་བདག་སོགས་འགོ་ཀུན་ལ། །དངོས་བྱུང་འདོད་དགུའི་  
བྱ་ཚར་དབབ་ཏུ་གསོལ། །

མཚམས་འདིར་ལྷུང་བའགས་སོགས་བྱ་མིན་སྐོར་དང་སྦྲུང་ཞིང་། དེ་ནས།  
དབག་མེད་སྤྱད་བསྐྱུང་ཀུན་གྱི་རྒྱ་གཅིག་ལ། །སྐོར་གསུམ་བཅས་རང་ཁོ་མ་ཐོའི་  
ལས། །སྐོར་ཚད་བགྱིས་དང་བགྱིད་སྦྱུང་ཅི་མཆིས་པ། །མ་ལུས་སྦྱིང་ནས་བའགས་  
ཤིང་སྐོམ་པར་བགྱི། །དངོས་དང་བརྒྱུད་པའི་སྐྱ་མ་མཚོག་རྣམས་དང་། །རབ་  
འབྲུམས་རྒྱལ་བ་སྐྱས་དང་བཅས་པ་ཡི། །དུས་གསུམ་དང་འགྲེལ་ལེགས་སྦྱུང་རི་  
སྟེང་བར། །ཤིན་ཏུ་གྲུས་ཤིང་དང་བས་ཡི་རང་དོ། །སྲིད་པའི་གཙོང་རོང་ཉམ་ངའི་  
གཉིང་ལྷངས་ཤིང་། །སྤྱད་བསྐྱུང་སྐྱུག་རྩམ་འབྲུག་སོས་ཞོན་སྦྱར་པས། །ཅི་ལྟ་  
གཏོལ་མེད་བདག་དང་འགོ་རྣམས་ལ། །ཐར་ལམ་ཚོས་གྱི་སྦྱང་བ་བསྐྱུན་ཏུ་  
གསོལ། །ཐབས་མཁས་སྤྱད་རྗེས་མཁའ་ཁྱབ་གདུལ་བྱའི་དོར། །གང་འདུལ་  
གཟུགས་སྦྱུའི་རྣམ་འོལ་རི་སྟེང་པ། །འགོ་ཀུན་བྱང་རྩལ་མཚོག་ལ་མ་རེག་  
བར། །རང་རང་གདུལ་བྱའི་མགོན་ཏུ་བཞུགས་སུ་གསོལ། །འདིས་མཚོན་དགེ་བ་རི་  
སྟེང་བསགས་བ་ཀུན། །སྲིད་ལམ་དུ་བ་པའི་མ་རྒྱན་འགོ་འདི་རྣམས། །གཏན་དུ་བདེ་  
བའི་ལམ་ལ་འགོད་པའི་བྱིར། །སྐྱ་མེད་བྱང་རྩལ་སྦྱར་དུ་སོབ་བྱིར་བསྐྱོ། །

མཚམས་འདིར་མཆུལ་དབྱུང། །གསོལ་བ་འདེབས་པ་མན་ངག་བཞིན་བྱ་  
རྩལ་ནི། །དབལ་སྐྱུན་ཅ་བའི་སྐྱ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །བདག་གི་སྦྱི་པོར་པད་སྐྱའི་སྟེང་

བཞུགས་ལ། །བཀའ་འཛིན་ཆེན་པོའི་སློབ་མ་རྗེས་བཟུང་སྟེ། །སྐྱ་གསུང་ཐུགས་བྱི་  
 དངོས་ལྷུང་སྟུང་ཏུ་གསོལ། །བསྐྱེད་བཟང་ཞིང་གི་འཕེན་པ་སྟོང་གི་དབུས། །ཚོད་  
 ཏུས་འཕྲོལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེས་ལྷག་ལ། །ལྷ་མ་ཐུབ་དབང་དོན་རྗེ་འཆང་ཆེན་ལ། །གསོལ་  
 བ་འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །གསང་ཆེན་ལྷ་ཡི་རྣལ་འབྱོར་ལ་  
 བརྟེན་ནས། །སྐལ་ལྷན་ཆེ་གཅིག་རྒྱུད་འཇུག་སར་འཁྲིད་མངོན། །ཉམས་ལེན་བྱིན་  
 རྒྱུ་བས་ལྷ་མའི་ཚོགས་རྣམས་ལ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་  
 རྫོབས། །ཤེར་བྱིན་སྐལ་དོན་རྒྱ་ཆེའི་ལམ་གྱི་གནད། །ཐུགས་རྗེས་བསྟོན་ནས་འཕྲོ་  
 ལ་རྗེས་བསྟན་ལ། །རྒྱ་ཆེན་སྟོད་བརྒྱུད་ལྷ་མའི་ཚོགས་རྣམས་ལ། །གསོལ་བ་  
 འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །མ་རིག་འབྲུལ་པར་འབྲུལ་མ་འཕེ་ལུས་  
 ཅན་རྣམས། །ཟབ་ཞི་སྟོས་བྲལ་ལམ་ཏུ་དེས་སྟོར་ལ། །ཟབ་སོ་ལྷ་བརྒྱུད་ལྷ་མའི་  
 ཚོགས་རྣམས་ལ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །ཟབ་དང་  
 རྒྱ་ཆེའི་གདམས་པའི་སྟོལ་བཟུང་སྟེ། །གངས་ལྗོངས་ཐེག་མཚོག་བསྟན་པ་རྒྱས་  
 མངོན་ལ། །བཀའ་གདམས་བརྒྱུད་པའི་ལྷ་མའི་ཚོགས་རྣམས་ལ། །གསོལ་བ་  
 འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །མདོ་རྒྱུད་དགོངས་འབྲེལ་མ་ལུས་གང་  
 ཟག་གཅིག །འཆང་རྒྱའི་ལམ་ཏུ་སྐྱེལ་ནས་ལེགས་འདོམས་ལ། །དགའ་ལྷན་བཀའ་  
 བརྒྱུད་ལྷ་མའི་ཚོགས་རྣམས་ལ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་  
 རྫོབས། །གངས་མེད་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཐུགས་རྗེ་ཉིད། །ལམ་སྟོན་བཤེས་གཉེན་  
 མཚོག་གི་སྐྱུར་ཤར་ལ། །རྩ་བའི་ལྷ་མ་བཀའ་འཛིན་ཅན་རྣམས་ལ། །གསོལ་བ་  
 འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

དེ་ནས་ཡོན་ཏེན་གཞིར་གྱུར་མའམ། དེ་ལས་ལུང་རྒྱས་ཅམ་བྱེད་པར་སྟོོ་བ།

མ་ཞོར་ལམ་སྟོན་གྲྭ་མ་མཚོག་རྣམས་ལ། །ཐ་མལ་སྟོན་རྟོག་སྐད་ཅིག་མི་སྟེ་  
 ཞིང་། །ཅི་མཛོད་ཡིགས་པར་མཚོང་ཞིང་བཀའ་བྱིན་ཆེད། །དྲན་ནས་བཀའ་བཞེན་  
 ལྷུ་བ་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས། །དལ་འབྱོར་རྟེན་བཟང་དོན་མེད་ཚུད་གསལ་  
 རྩེད། །བག་མེད་སྟོམ་ལས་སྐྱོད་ལྷུང་འགག་ཅིང་། །རྟེན་དཀའ་དོན་ཆེ་སྟོང་ནས་  
 དན་པ་དང་། །དོན་ཆེན་སྟོང་པོ་ཡེན་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས། །དེས་མེད་འཆི་བ་  
 མཚོང་ཡང་པོ་བརྒྱ་རུ། །སྟོད་པར་ཞེན་པའི་རྟོག་འཛིན་དང་བྲལ་ཞིང་། །ལྷུང་དུ་འཆི་  
 ཞིང་ནམ་འཆི་དེས་མེད་པའི། །དང་རྩལ་སྟོང་ནས་དན་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས། །མི་  
 བཟད་གཡང་ས་གསུམ་ལ་རྩུང་བད་ཀྱང་། །ཡང་མེད་པའི་བསམ་སྟོར་ཅད་སོན་  
 ཞིང་། །དན་འགྲོའི་དང་རྩལ་མཚོང་སྟོས་དན་ཅམ་གྱིས། །ཤིན་ཏུ་འཛིགས་པ་སྟེ་བར་  
 བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས། །འཛིགས་ཆེན་མཚོང་ཡང་སྐྱབས་མགོན་མི་འཚོལ་པའི། །བསམ་  
 བརྟག་ཡིད་འདི་ཡོངས་སུ་བྲལ་གྱུར་ཅིང་། །བསྐྱེད་སྐྱབས་གཅིག་རིན་ཆེན་  
 མཚོག་གསུམ་ལ། །སྟོང་ནས་སྐྱབས་སུ་བརྩུང་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས། །ལས་འབྲས་  
 རྣམ་དཔེ་བརྒྱ་ཤུག་སོས་མཚོང་ཡང་། །ཡིད་ཆེས་མེད་པའི་ཐ་སྐོད་སྐོ་འགག་  
 ཅིང་། །དཀའ་ནག་ལས་དང་འབྲས་བུའི་རྩལ་རྣམས་ལ། །བཅོས་མིན་ཡིད་ཆེས་རྟེན་  
 པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས། །འཁོར་པའི་གནས་ལུས་ཡོངས་སྟོང་མཐའ་དག་ལ། །བདེ་  
 པར་མཚོང་ཞིང་ཞེན་པའི་སེམས་བྲལ་ཞིང་། །སྲིད་གསུམ་མ་ལུས་མེ་འོབས་ལྷུང་  
 རྟོགས་ནས། །ཐར་འདོད་དག་ཏུ་སྟེ་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས། །ཐོག་མེད་དུས་ནས་  
 འཁོར་པའི་བཅོན་ར་འདིར། །འཆིང་བྱེད་བདག་འཛིན་དག་འདི་ཡུལ་སོན་ཞིང་། །ཐར་  
 པའི་ལམ་མཚོག་ཚང་ལ་མ་ཞོར་བ། །བསྐྱབ་གསུམ་ཉམས་ལེན་འབྱོངས་པར་བྱིན་  
 གྱིས་སྐྱོབ་ས། །འགོ་རྣམས་བོར་ནས་རང་ཉིད་ཞི་བའི་བདེ། །དོན་དུ་གཉེར་བའི་

དམན་སེམས་མི་སྐྱེ་ཞིང་། །གཞན་དོན་འཁུར་དུ་འབྱེད་བའི་སེམས་མཚོག་  
 མེ། །ལྷུང་བ་ལྷུང་བར་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །འཁོར་འདས་གྲུད་པ་ཀུན་གྱི་རྒྱ་  
 གཅིག་ལྟ། །བདག་ཉིད་གཅེས་འཛིན་གཅོང་ནད་འདི་རྫོན་ཞིང་། །རང་གཞན་སྤུན་  
 ཚོགས་ཡོངས་གྱི་སློབ་གཅིག་ལྟ། །བདག་པས་གཞན་གཅེས་འབྱོར་བར་བྱིན་གྱིས་  
 རྫོབས། །རྒྱལ་ལྷན་སྐྱོད་པ་རྒྱ་མཚོར་འཇུག་པ་ལ། །སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་ལྷམ་པ་མི་  
 སྐྱེ་ཞིང་། །སར་གཞན་དཔའ་ལོ་རྣམས་གྱི་རྣམ་ཐར་ལྟར། །བྱིན་ཏུག་སྐྱོད་ལ་སློབ་  
 བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །རྣམ་དག་བསམ་གཏན་འགྲུབ་ལ་གོགས་གྱི་ལུལ། །བྱིང་  
 བོད་རྣམ་རྟོག་མཚན་མ་ཀུན་ཞི་ཞིང་། །དམིགས་རྣམ་ཀུན་ལ་འདོད་དཔུང་དབང་  
 བསྐྱུར་བའི། །ཉིང་འཛིན་ཚོལ་མེད་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །རྒྱལ་བའི་དགོངས་  
 ཟབ་དོན་ལས་གཞན་ལྷུང་བའི། །ཉལ་ཚད་ལོག་པའི་ལྷ་ངན་མི་སྐྱེ་ཞིང་། །ལྷན་སྐྱོང་  
 རྟོགས་འགྲུར་གདོད་མའི་གནས་ལུགས་མེ། །འཇུག་མེད་ལྷུང་དུ་རྟོགས་བར་བྱིན་  
 གྱིས་རྫོབས། །རྒྱལ་མེད་སྐྱོད་ལ་ལྷམ་སྐྱེ་ལྷུང་བའི་ལམ། །འཚོལ་བའི་ཚོལ་ལ་  
 བརྟེན་པའི་ཡིད་བྲལ་ཞིང་། །འགོ་ཀུན་སྐྱོལ་ལ་ཆེས་ཆེར་རིངས་པའི་སློབ། །གསང་  
 ཚེན་ཐེག་པར་འཇུག་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །དབང་དུས་ཁས་རྒྱངས་བཅས་  
 མཚན་ལས་སྤར་གས་ལས། །འདས་པའི་ཉེས་ལྷུང་རི་མ་ཀུན་བྱུང་ཞིང་། །དམ་ཚིག་  
 སློམ་པ་ལམ་གྱི་གཞིར་མཐོང་ནས། །སློབ་བཞིན་གཅེས་བར་བསྐྱུར་བར་བྱིན་གྱིས་  
 རྫོབས། །སྲིད་པར་ལུན་དུ་སྤྲུག་བསྐྱལ་ལ་སྐྱོར་བ། །ཐ་མལ་སྐྱེ་ལི་བར་དོའི་འདིགས་  
 བལ་ཞིང་། །སློབ་བཅུད་སྐྱུ་གསུམ་རྩི་རྩི་རོལ་པ་རུ། །འཆར་བའི་རིམ་གཉིས་  
 འབྱོར་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །གནས་སྐབས་སུ་ཡང་ལམ་བཟང་སྐྱུབ་པའི་  
 གོགས། །བྱིན་བར་གཅོད་མཚན་མ་ཀུན་ཞི་ཞིང་། །ལེགས་ཚོགས་མ་སྤུན་པའི་



རྒྱུན་རྒྱུས་མ་ལུས་པ། །འབད་མེད་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །ཚེ་  
 རབས་ཀུན་ཏུ་འདི་ལྟའི་ལམ་སྟོན་པའི། །བཤེས་གཉེན་དང་མངལ་དལ་འབྱོར་རྟེན་  
 རོབ་ཅིང་། །ཚོས་བསམ་སྐོམ་པས་ས་ལམ་ལྷུང་བཟོད་དེ། །ཀུན་མཁྱེན་རོབ་ནས་  
 འབྲོ་ཀུན་སྐོལ་བར་ཤོག །ཅེས་གསོལ་བ་འདེབས་ཤིང་ལམ་མཚོག་སྐོ་འབྱེད་དང་  
 བྱིན་རྒྱབས་སྦྲུངས་ཞུས་ཀྱི་དམིགས་རིམ་ཡང་མན་ངག་བཞིན་ཉམས་སྦྱང་  
 རོ། །དེ་ནས་བདེ་ལམ་ནས་འབྱུང་བ་བཞིན་ཚོགས་ཞིང་བསྐྱུ་བ་སོགས་བྱ་བའམ།  
 འངམ་དཔལ་ཞལ་ལུང་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་དེ་དག་མ་གྲུས་ཀྱང་བས་ལོས་པ་  
 དང་བསྟན་ལ།

དངོས་གཞི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པའི་སྐོར་ལོན་ནི།

གྲུང་རྒྱུ་ལམ་མཚོག་ཚང་ལ་མ་ལོར་བ། །འདོམས་པའི་དགོ་བའི་བཤེས་  
 གཉེན་དམ་པ་ནི། །བསམ་དང་སྐོར་བས་རྒྱལ་བཞིན་བསྟེན་པ་ཡི། །སྐོར་ལོན་དེ་ནི་  
 བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་སྟེ། །གྲངས་མེད་བསྐྱལ་བ་རྒྱ་མཚོར་བརྩོན་པ་  
 བརྒྱས། །བསྐྱབས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་རྩེད་དཀའ་རྒྱུང་འཇུག་ཆེ། །ལྷ་མའི་མཐུ་ལ་བརྟེན་ན་  
 སྟིགས་དུས་ཀྱི། །ཚེ་སྤང་གཅིག་ལ་བདེ་སྐྱབ་འབྱུང་བར་གསུངས། །བཤེས་གཉེན་  
 དམ་པ་རྒྱལ་བཞིན་བསྟེན་བྱས་ཆེ། །འདི་ནི་སྤྱད་དུ་སྤིང་ལས་ལོལ་འབྱུང་ཞེས། །བྱ་  
 ལ་སན་བ་བསྐྱབ་བ་མས་མཚོང་བཞིན། །རྒྱལ་བ་མ་ལུས་སྐྱགས་ཡིད་གཉིང་ནས་  
 དབྱེས། །སྐོབ་མས་སྐོབ་རྒྱལ་བཞིན་བསྟེན་པའི་ཆེ། །རྒྱལ་རྣམས་སྐྱབ་མ་བྱངས་  
 ཀྱང་སྐོབ་མའི་སྐྱར། །དབྱེས་བཞིན་བཞུགས་ནས་མཚོད་ཚོགས་ཀུན་བཞེས་  
 ཤིང་། །དེ་ཡི་རྒྱུད་ཀྱང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པར་གསུངས། །དེ་ཆེ་སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་

གྲིབ་རྒྱལ་སྐྱོད། །དང་བའི་སེམས་ཀྱི་བྱ་གར་ལྷགས་པའི་མ་ཐུས། །བདུད་དང་ཉོན་  
 མོངས་ཚོགས་ཀྱིས་མི་ཚུགས་ཤིང་། །ས་ལམ་ཉམས་ཉོགས་མོད་ལ་སྐྱེ་ཞིང་  
 འཕེལ། །དེ་ལ་ཉག་ཏུ་གྲུས་པས་བརྟེན་བྱས་ན། །ཉོན་མོངས་ཉེས་སྦྱོད་ཐམས་ཅད་  
 རང་ཕྱགས་ཀྱིས། །འགག་ཅིང་དཀར་ཚོས་རང་གིས་འཕེལ་འགྱུར་བས། །འདི་དང་  
 གྱི་མར་བདེ་བ་རྒྱ་ཆེན་ཐོབ། །ཆེ་འདིར་སྐྱ་མ་རྩལ་བཞིན་མཉེས་བྱས་པའི། །རྒྱ་  
 མཐུན་འབྲས་བུས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ། །དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་མཚོག་དང་  
 མངལ་འགྱུར་ཞིང་། །ཆང་ལ་མ་ཞོར་དམ་ཚོས་ཐོས་པར་འགྱུར། །མདོར་ན་བཤེས་  
 གཉེན་བསྟེན་པའི་གནས་སྐབས་སུ། །མི་ཞོམ་ལས་ཐར་ལྷ་མིའི་རྟེན་བཟང་  
 རྟེན། །མཐར་ཐུག་འཁོར་བའི་སྐྱབ་གསུལ་ཀུན་ཟད་དེ། །དེས་ལེགས་གོ་འཕང་དམ་  
 པ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །

མ་བསྟེན་པའི་ཉེས་དམིགས་ནི།

དེ་སྟར་བཤེས་གཉེན་རྩལ་བཞིན་བསྟེན་བྱས་པའི། །ཕན་ཡོན་བསམ་མི་  
 རྒྱབ་པ་དེ་བཞིན་དུ། །མ་བསྟེན་པ་དང་བསྟེན་རྩལ་ལོག་པ་ཡི། །ཉེས་དམིགས་དེ་  
 ཡང་བསམ་གྱིས་མི་རྒྱབ་སྟེ། །དགེ་བའི་བཤེས་ཀླུ་ལ་ཀུན་འཕྲིན་ལས་  
 དེ། །རང་གི་སྐྱ་མར་ཤར་བ་ཉིད་ཡིན་སྲིད། །དེ་ལ་མ་གྲུས་རྒྱལ་ཀུན་མ་གྲུས་  
 པར། །གསུངས་སྲིད་དེ་ལས་རྣམ་སྟོན་ལྟེ་བ་གང་། །སྐྱ་མར་ཐོ་སེམས་སྐྱད་ཅིག་གང་  
 སྐྱེས་པ། །དེ་སྟེད་བསྐྱལ་པར་བསགས་པའི་དགེ་བཅོམ་སྟེ། །སྐྱད་ཅིག་དེ་ཡི་གངས་  
 མཉམ་བསྐྱལ་པ་དུ། །དེས་པར་སྐྱེ་ཞེས་དུས་འཁོར་རྒྱད་ལས་གསུངས། །མཚམས་  
 མེད་ལྷ་སོགས་སྟེག་པ་ཆེར་བཀྱིས་ནའང་། །སྐྱགས་ལ་བརྟེན་ན་ཆེ་འདིར་མཚོག་

འབྲུག་གྲང་། །སློང་ནས་སློབ་དཔོན་སློང་བས་ཤམས་པ་ཏུ། །བསྐྱབས་གྲང་དངོས་  
 གྲུབ་ཅི་ཡང་མི་འབྲུག་གསུངས། །ལམ་སློབ་བཤེས་ལ་བརྟམ་སློང་ལྷུང་ལེན་  
 པའི། །གང་ཟག་དེས་ནི་རྒྱད་དོན་བསྐྱབ་པའི་མཚོག། །གཉིད་རྣམས་འདྲ་འཇི་སྦངས་  
 ཉེ་འབད་གྲང་གྲང། །དམུལ་སོགས་བསྐྱབ་དང་འབྲ་བར་རྒྱད་ལས་བཤད། །མཁ་  
 མཚོག་ལ་གྲས་པ་དང་བས་ན། །ཡོན་ཏན་མི་སླེ་སླེས་པ་ཉམས་འགྲུང་ཞིང་། །ཚེ་  
 འདིར་ནད་གདོན་དུས་མིན་འཆི་སོགས་འབྲུང། །ཕྱི་མར་དན་སོང་ལུ་མཐའ་མེད་  
 པར་འབྲུམས། །གལ་ཉེ་བརྒྱ་ལ་བདེ་འགྲོའི་རྟེན་ཚོབ་གྲང། །མ་གྲུས་པ་ཡི་རྒྱ་མཐུན་  
 འབྲས་བུ་དེས། །མི་ཁོམ་གནས་སུ་སླེས་ནས་དམ་ཚོས་དང། །དགེ་བའི་བཤེས་ཀྱི་  
 རྒྱ་ཡང་ཚོས་མི་འགྲུང། །མདོར་ན་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པའི་རྒྱ་ལ་ལོག་ན། །འཁོར་བ་  
 རྒྱི་དང་གྲེ་བཀ་དན་འགྲོ་ཏུ། །གཏན་འབྲུམས་སྐྱབ་བསྐྱལ་འབའ་ཞེག་སྤོང་བ་  
 ལས། །མཚོ་རིས་ཐར་བ་ཚོབ་པའི་སྐབས་མེད་འགྲུང། །དེ་ལྟར་མན་ཡོན་ཉེས་  
 དམིགས་བསམ་འདས་ཤིང། །བདག་གི་ལེགས་ཚོགས་རྩ་བའང་འདིར་སྦྲང་  
 ཟུམ། །དེ་སློབ་རྟོག་ཡིད་ལུལ་མི་རྒྱ་བ། །དད་ཅིང་གུས་བས་བསྟེན་པར་མི་བྲེད་  
 རོ། །

ཅ་བ་དད་བ་སྦྱང་བའི།

བདག་གི་ལམ་སློབ་བཤེས་གཉེན་འདི་རྣམས་ནི། །རི་ལྷུར་ནམ་མཁའི་རྩེ་བ་  
 གཅིག་དེ་ཉིད། །འཇིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་རྩ་རྒྱུང་ཐམས་ཅད་དུ། །འབད་མེད་ཅིག་ཅར་  
 འཆར་བ་དེ་བཞིན་དུ། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཡེ་ལེས་དེ་ཉིད་གྲང། །དག་དང་མ་  
 དག་གཉུལ་བུ་རྣམས་ཀྱི་དོར། །ལོངས་སྤུལ་ཐ་མལ་བཤེས་སོགས་གང་འདུལ་

སྒྱུར། །འབད་མེད་ཉིད་ཏུ་འར་བར་མཛོ་ལས་གསུངས། །བྱང་པར་ལྷགས་ཀྱི་རྒྱུར་  
ལྡོ་ཏུ་མ་ལས། །དུས་མཐར་བྱུང་བདག་རྡོ་རྗེ་འཆར་དབར་ཉིད། །མ་མལ་དགེ་བའི་  
བཤེས་ཀྱི་སྒྱུར་བསྟན་ནས། །སྤྲིགས་མའི་འཕྲོ་བ་འདེན་པར་གསུངས་པའི་སྒྱུར། །སྒྱུ་  
དང་མཛད་པ་རི་ལྷར་བསྟན་ན་ཡང་། །དོན་ཏུ་ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱིས། །བདག་ཅག་ཐར་པའི་ལམ་ལ་རྒྱང་བའི་སྒྱུར། །གང་འདུལ་སྒྱུ་ཏུ་བསྟན་པར་  
གདོན་མི་ཟ། །སློབ་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲུང་བ་འདི་དག་ཀྱང་། །ཤེགས་རྣམས་ལྷན་ཀྱིན་སྒྱུ་  
སྤྲིགས་ཀྱི་དུང་རྣམས་ཀྱིས། །སློབ་ཟད་ཡོན་ཏན་རྫོགས་པའི་སློབ་པ་དེ། །སློབ་ཀྱི་གོང་  
ལུང་མཛོང་བ་རི་བཞིན་ཏུ། །བདག་གི་ལས་ངན་སླེབ་གཡོགས་ཆེས་འཇུག་  
བས། །མཁའ་ལྷན་མི་ཡིས་ཏུང་མེར་མཛོང་བ་ལྟར། །སློབ་བལ་སློབ་ལྷན་ཉིད་ཏུ་  
མཛོང་ཅམ་ལས། །དོན་ཏུ་ཉེས་སློབ་དེ་འབྲེལ་ལ་མངལ། །རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་སློབ་ལྷར་  
སྒྲུང་འདི་དག །རྒྱལ་བས་སེམས་ཅན་དོན་ཏུ་བདུད་སོགས་ཀྱི། །རོལ་བ་ཅིར་ཡང་  
སློབ་པར་གསུངས་པ་ལྟར། །ཆེད་ཏུ་མ་བསྟན་པ་ཡི་དེས་པ་ཅི། །ལས་ངན་སླེབ་  
གཡོགས་འདི་དང་མ་བྲལ་རིང་། །སངས་རྒྱས་མ་ལུས་མངོན་སུམ་མདུན་ཕྱོག་  
ཡང་། །ད་ལྟའི་སྒྲུང་བ་འདི་ཉིད་མ་གཏོགས་པ། །མཚན་དཔེས་བརྒྱན་པའི་སྐྱེ་མཆོག་  
མཛོང་སྐལ་མེད། །དེ་བས་བདག་གི་ཡོངས་འཛིན་འདི་དག་གི། །མཛད་པའི་རྣམ་པ་  
སློབ་ལྷར་སྒྲུང་བ་ཀུན། །བདག་གི་ལས་ངན་འཁྲུལ་པའི་སྒྲུང་བ་འཇལ། །ཡང་ན་ཆེད་ཏུ་  
བསྟན་པ་གང་རུང་ཡིན། །དེ་སྤྱིར་རང་ལ་རི་ལྷར་སྒྲུང་མོད་ཀྱང་། །དོན་ཏུ་སློབ་ཟད་  
ཡོན་ཏན་ཡོངས་རྫོགས་པ། །རབ་འབྲུམས་ཞིང་གི་རྒྱལ་བ་མ་ལུས་པ། །གཅིག་ཏུ་  
འདུས་པའི་རོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །

བཀའ་འདྲིན་རྗེས་སྲུང་བ་ལོ།

དེ་ལྟར་བདག་གི་མགོན་པོ་འདི་རྣམས་ལོ། །རྒྱལ་ཀུན་ངོ་བོར་གྲུང་བ་ཉིད་མ་  
 ཟད། །དམ་ཚོས་བདུད་ཚིས་རྟག་ཏུ་བསྐྱེད་ས་བསྐྱེད་ས་པས། །འདི་ལོ་རྒྱལ་བ་ཀུན་  
 ལས་ཆེས་ལྷག་སྟེ། །འདི་ལྟར་མི་ཞིག་བཙོན་རར་སྐྱབ་བསྐྱུལ་ཆོ། །གང་གིས་བཙོན་  
 །ཁང་དེ་ལས་ལྷུས་ནས་ལོ། །ལོངས་སྤྱོད་སྤུན་ཚོགས་གནས་ལ་སྐྱར་བྱས་ན། །དེ་  
 ཡང་བཀའ་འདྲིན་ཆེ་བར་བྱེད་དགོས་ལོད། །དེས་ན་སྐྱ་མ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་ཅག་  
 ལ། །ངན་སོང་གསུམ་ལས་ཐར་བའི་ཐབས་བསྟན་ཏེ། །དེ་ཞིག་ལྟ་དང་མི་ཡི་དཔལ་  
 འགྱོར་ལ། །འདོད་དགུར་སྤྱོད་བའི་བཀའ་འདྲིན་སྤྱིན་པར་མཇེད། །དེ་ནས་འཁོར་  
 འདས་རྒྱད་པ་ཀུན་ཞི་བའི། །ཐབས་ཚུལ་སྐྱ་ན་མེད་པ་ལེགས་བསྟན་ནས། །སྐྱ་  
 གསུམ་གོ་འཕང་དམ་པར་འཁྲིད་མཇེད་བའི། །བཀའ་འདྲིན་འདི་ནི་ཅི་ཡི་སྤྱིར་མི་  
 ཆོ། །ཚིགས་བཅད་གཅིག་བསྟན་ཡི་གའི་གྲངས་སྟེད་ཀྱི། །བསྐྱལ་པར་མཚོད་ཀྱང་  
 བཀའ་འདྲིན་མི་འཁོར་བར། །གསུངས་ན་ཡོངས་རྫོགས་ལམ་བཟང་ཉེར་བསྟན་  
 པའི། །བཀའ་འདྲིན་འདི་ནི་གང་གིས་གཞལ་བར་རུས། །མེ་དོང་འདྲ་བའི་བྱིམ་ལས་  
 རབ་བྱུང་ནས། །དཔེན་པར་བྱས་སྤོད་པས་གནས་བཅས་ཏེ། །དམ་ཚོས་བདུད་  
 ཚིའི་ངོ་མཚོག་སྤོང་བ་ཡང་། །རྗེ་བཙུན་སྐྱ་མ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་འདྲིན་ལོ། །བསྐྱལ་མར་  
 སྤོང་ཏུ་བཙུག་ཡང་རྟེན་དཀའ་བ། །འཇམ་དགོན་སྐྱ་མའི་བསྟན་དང་མཇམ་བ་  
 དང་། །བསྟན་པའི་ཚུལ་དེར་ཡིད་ཆེས་རྟེན་པ་ཡང་། །ཡོངས་འཛིན་དམ་པ་རྣམས་  
 ཀྱི་བཀའ་འདྲིན་ལོ། །དེ་སྤྱིར་བདག་གི་བཤེས་གཉེན་འདི་དག་ལོ། །ངན་སོང་གནས་  
 ལས་སྤྱོད་བའི་སྤྱོད་པ་ལོ། །འཁོར་བའི་མཚོ་ལས་སྤོལ་བའི་དེད་དཔོན་ལོ། །མཚོ་  
 དེས་ཐར་པར་འཁྲིད་པའི་ས་མཁའ་ལོ། །ཉོན་མོངས་གཙོང་ནད་གསོ་བའི་སྤུན་པ་

དོ། །སྤྱག་བསྐྱེད་མེ་ཆེན་ཞི་བྱེད་ཚུ་རྒྱུན་ནོ། །ལ་རིག་སྤྱན་བ་སེལ་བའི་སྤྱོན་མེ་  
དོ། །ཐར་ལམ་གསལ་བར་སྟོན་བའི་ཉི་མ་འོ། །འཁོར་བའི་བཙོན་རར་བཅེངས་བའི་  
འཁོལ་བྱེད་དོ། །དམ་ཚེས་བྱ་ཆར་འཕེབས་བའི་ཆར་སྤྱོན་ནོ། །གཞོན་སེལ་པན་བ་  
སྤྱབ་བའི་གཉེན་བཤེས་སོ། །རྟག་ཏུ་བྱམས་པས་སྤོང་བའི་པ་མ་འོ། །

སྤོང་བས་མཉེས་པ་བསྐྱེད་ཚུ་ལ་ནི།

དེ་སྤྱང་འཛིག་རྟེན་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་བའི། །པན་བདེ་མ་ལུས་ལྷ་མའི་  
འིན་ཡིན་ཅིང། །འིན་དེ་ནམ་ཡང་འཁོར་བར་བྱས་མིན་ཡང། །བྱས་པ་གཙོ་བྱིར་  
མཉེས་པ་བསྐྱེད་པར་བྱ། །ཞིང་ས་གཤེན་ལ་ས་བོན་བསྐྱེད་བཙོན་སྤྱད། །ཞིང་  
མཚོག་ལྷ་མར་བཀུར་སྟེས་སྟེས་མེད་ཀྱང། །རང་གི་བསོད་ནམས་ཚོགས་ཆེན་སྤྱར་  
རྫོགས་བྱིར། །རྟེན་བཀུར་རིམ་གྲོས་མཚོན་ལ་ཅེས་མི་བཙོན། །འཕགས་པ་ཉན་རང་  
བྱང་སེམས་ཚོགས་ཀུན་དང། །སངས་རྒྱས་མ་ལུས་མཚོན་ཅིང་བཀུར་བ་  
ལས། །རང་ལ་མཐོར་ལམ་སྟོན་ལྷ་མ་ཡི། །བསྐྱེད་གཅིག་མཚོན་བསོད་ནམས་ཆེས་  
སྤྱག་གསུངས། །རྒྱ་རོ་མི་ལ་འཕྲོམ་སྟོན་ས་བཏ་ཇེ། །བྱ་ལུལ་བ་སོགས་དམ་པ་མང་  
བོས་ཀྱང། །ལྷ་མའི་བྱིར་བྱ་ལུས་སྟོག་ལོངས་སྤོང་དག། །སྟོས་མེད་བཏང་བས་ཡོན་  
ཉན་རི་སྤྱར་ཐོག། །དེ་བྱིར་གཅེས་ནོར་ཡོད་དགུས་མཚོན་པ་དང། །སྤྱག་དང་ལྷང་བ་  
སྤྱ་མཉེ་བྱས་འབྱུང་དང། །ཀུས་པར་སྤྱ་ཞིང་བསྟོན་སོགས་ལུས་དག་གིས། །བཀུར་  
སྟེ་རིམ་གྲོའི་ཚུ་ལ་ལ་བཙོན་པར་བགྱ། །ལྟག་པར་ལྷ་མ་མཉེས་སྟོན་གསུམ་བྱི་  
མཚོག་ །ཆང་ལ་མཐོར་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ། །ཉིན་མཚོན་གཤེས་བ་མེད་པར་རབ་  
འབད་དེ། །བཀའ་བཞེན་སྤྱབ་བའི་མཚོན་པས་མཉེས་པར་བྱ། །དེ་སྤྱང་བྱས་པར་



ཆེས། །ཡོངས་གང་བ་ཐོབ་པའི་དཔེ་ཡིས་ཀྱང་། །ཆེས་མཚོན་དུ་མེད་པའི་དོན་ཆེ་  
 ལྟོ། །དུས་གནས་སྐབས་མངོན་མཚོ་ལྟ་དང་མིའི། །དབལ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཅི་  
 འདོད་ཀྱང་། །གང་བསམས་པ་བཞིན་དུ་རྟེན་བཟང་འདིས། །ཆེགས་དགའ་བ་མེད་  
 པར་བསྐྱབ་པར་བྱས། །སྲིད་མངོན་མཚོ་ཅམ་པོར་མ་ཟད་པ། །དབལ་དེས་ལེགས་གོ་  
 འཕང་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི། །རྟེན་ཅམ་སློན་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྟན་ཞིག། །ཐོབ་འདོད་ཀྱང་རྟེན་  
 འདིས་བདེ་ལྷག་བྱས། །གནས་མ་དག་སྟོད་བརྟུང་ལས་འདས་པ། །ཞིང་བདེ་ལ་  
 ཡངས་པ་དགའ་ལྟན་སོགས། །ཡོངས་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་གང་ཞིག་ཏུ། །བསྟོད་  
 འདོད་པར་གྱུར་ཀྱང་འདི་ཡིས་བྱས། །དེར་མ་ཟད་སྐྱེ་ག་ན་འཆི་སོགས། །སྲིད་  
 འཁོར་བའི་སྐྱལ་བསྐལ་མ་ལུས་པ། །གཏན་ཉེར་ཞི་ཐར་པའི་བདེ་བ་ཞིག། །ཐོབ་འདོད་  
 ཀྱང་རྟེན་བཟང་འདི་ཡིས་འགྲུབ། །སྟོན་སྲིབ་གཉིས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ། །ཀུན་  
 རྒྱུད་ཞིང་ཡོན་ཏན་མ་ལུས་པ། །ཡོངས་ལྷན་རྫོགས་སྐྱལ་སུམ་གོ་འཕང་ཡང་། །རྟེན་  
 འདི་ཡིས་བསྐྱབ་ན་བསྐྱབ་པར་བྱས། །སྟོས་ཁམས་ཀྱི་ལྟན་པའི་རྟེན་འདིས་  
 བོ། །རྒྱུད་ཅལ་འཕྲོར་ཟླ་མེད་ལ་བརྟེན་ན། །མཚོག་སྐྱལ་གཉིས་རྒྱུད་འཇུག་པ་དེ་  
 ཉིད། །དུས་ཆེ་རྒྱུད་འདི་ལ་ཐོབ་པར་བྱས། །དོན་དེ་ཕྱིར་དལ་འཕྲོར་རྟེན་བཟང་  
 འདི། །དོན་གནས་སྐབས་མཐར་ཐུག་གར་སྟོས་ཀྱང་། །དོན་ལྟན་ཏུ་ཆེ་ཕྱིར་རྗེ་སྐྱ་  
 མས། །འདི་ཡིད་བཞིན་ལོར་ལས་སྐྱལ་ཅེས་གསུངས། །རྟེན་འདི་འབྲུ་རྟེན་པར་གྱུར་  
 སྐབས་སུ། །ལམ་མཐོངས་ཐར་པ་མི་བསྐྱབ་པར། །ལས་འབྲས་མེད་ཆེ་འདི་ལ་ཞེན་  
 པ། །འདི་ལེགས་པར་བསམས་ན་སྟོན་པ་ཡིན། །འབྲས་དོན་གཉིས་ཅི་འདོད་སྐྱབ་  
 ཚོག་པ། །མགྲོགས་ལ་ལུར་བསྐྱབ་པར་མི་བྱེད་པ། །ཞིང་ལོར་བུའི་སྲིད་དུ་སྐྱབས་  
 གྱུར་ནས། །ལོར་ཡིད་བཞིན་མི་ལེན་པ་དང་མཚུངས། །ད་ཆེ་འདིའི་བྱ་བ་རྒྱང་



བསྐྱིད་སྤྱོད་ཀྱི། །ཚོས་མཐར་ཐུག་གྲུང་རྒྱུ་ལམ་རེམ་ལ། །དུས་ཉིན་མཚན་མེད་བར་  
མོས་སྐྱེད་སྤྱོད་ལ། །རྟོག་དཔེ་འཕྲོད་ཐོབ་བ་དོན་ཡོད་ཀྱི། །

དཔེ་འཕྲོད་རྟོག་དཔེ་དཔེ་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཀྱི།

རྟོག་དཔེ་འཕྲོད་ཐོབ་བར་གྱུར་བ་ཡང་། །སྟོན་གྲུ་གྲུ་ཞ་བོས་རྒྱུར་ཞོན་  
བཞིན། །དུས་ད་རེས་ཁོ་ན་མ་གཏོགས་ལ། །སྐྱེད་ཡང་ཡང་ཐོབ་བར་མི་འགྱུར་  
ཉེ། །སྐྱིད་བདེ་འཕྲོད་ཚམ་ཞིག་ཐོབ་བ་ལའང་། །རྒྱ་དགེ་བ་སྣ་རེ་བསྐྱེད་སྤྱོད་དཔོས་  
ན། །སེམས་དགེ་སྣོ་སྐྱེ་བ་དཔེ་བསྐྱེད་སྤྱོད་ལ། །རྟོག་དཔེ་འཕྲོད་ཐོབ་བར་ཤིན་ཏུ་  
དཔེ། །སྟོན་དཔེ་འཕྲོད་ཐོབ་ལ་དཔེ་འཕྲོད་ཀྱི། །ཚོས་བཙུག་པོ་སོའི་རྒྱ་  
བསྐྱེད་དཔོས། །རྒྱ་དེ་རྒྱུར་སྐྱེ་བ་ཆེས་དཔོན་ཕྱིར། །འབྲས་དཔེ་འཕྲོད་ཚང་བའང་  
ཅིས་མི་དཔོན། །བརྒྱུད་གལ་ཉེ་དཔེ་འཕྲོད་ཐོབ་བའི་རྒྱ། །ཀུན་མ་ཚང་མེད་བར་  
བསྐྱེད་སྤྱོད་ཐོབ་ཀྱང་། །རྒྱུད་ཁོང་ཁོས་གཞུ་ཚོས་སྐྱོད་སོགས། །དེ་འདྲོམས་སྐྱེད་སྐྱོན་  
ལེ་ཤིན་ཏུ་མང་། །སྐྱོན་དེ་འདྲིས་བཙུག་པོ་མ་གྱུར་ཀྱང་། །སེམས་ཉོན་མོངས་ཉེས་  
སྐྱོད་སྐྱོབས་ཆེ་ལ། །ལམ་དགེ་སེམས་ལེགས་སྐྱེད་སྐྱོབས་རྒྱུར་བས། །འབྲས་སྐྱོན་  
ཏུ་གང་སྐྱོན་དེས་པ་ཅི། །རྗེ་རྒྱལ་བའི་བསྐྱེད་སྤྱོད་ལ་འདྲིག་རྟོག་ན། །དུས་རེས་འགའ་ཅམ་  
འབྲུང་ཉིན་སྐར་འདྲ། །དོན་དེ་ལ་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཀྱང་དཔེ་འཕྲོད་ཀྱི། །རྟོག་བཟང་པོ་ཐོབ་བ་  
ཤིན་ཏུ་དཔོན། །སྐྱེད་སྤྱོད་སྐྱོན་བ་བསྐྱེད་སྤྱོད་བདེན་གསུང་དེས། །མར་དན་སོང་འགྲོ་བ་  
ས་ཆེན་རྒྱལ། །ཡར་བདེ་འགྲོད་འགྲོ་བ་སྐྱེད་སྤྱོད་ཀྱི། །སྐྱེད་བཞེས་བའི་རྒྱལ་འདྲར་  
མ་གསུངས་སམ། །ཁོང་དཔེ་ལ་ཡི་དུགས་དུད་འགྲོ་ཡི། །གངས་སྐྱེད་མཐའ་མེད་ལ་  
ལ་སྐྱོས་ན། །རྟོག་དཔེ་འཕྲོད་ཀྱུར་བ་སྣ་མི་ཡི། །ལུས་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་ཚོད་ཏུ་

གསུངས། །ས་མུར་བ་གང་གི་གོ་ས་དུ། །ཚོངས་དུད་འགྲེའི་སེམས་ཅན་རི་ཅམ་  
 འདུག། །ཡུལ་གྲོང་ཁྱིེར་རེ་ལ་མི་ཡི་གངས། །ལར་རི་ཅམ་མང་ཡང་བརྒྱ་སྟོར་  
 ཅམ། །མིའི་ནང་ནས་ཚོས་སྟོར་ཞུགས་པ་དང། །དེར་མ་ཞུགས་པ་གཉིས་མང་ཉུང་  
 ལྟོས། །ཚོས་བྱེད་པར་རྫོམ་པའི་ནང་ནས་གྲང། །དལ་འབྱོར་པ་ཀུན་ཚང་མང་ཉུང་  
 ལྟོས། །དོན་དེ་ལ་དགོངས་ནས་རྒྱལ་བ་ཡིས། །རྒྱ་རྒྱ་མཚོ་ཆེར་གཡེང་གཉམ་ཤིང་  
 གི། །དབུས་བུ་གར་རུས་སྐལ་མཁྲིན་རྒྱད་དང། །ཤེལ་ཁང་ལོགས་སྐབ་མ་ཆགས་པ་  
 དང། །དགྲུང་སྟོན་པོར་ཉེན་སྐར་མཚོང་བ་དང། །ཁབ་ཅེ་མོར་ཡུངས་འབྲུ་གནས་པ་  
 མོགས། །དོན་གོ་བྱེད་དཔེ་ནི་མང་པོས་གྲང། །རྟེན་དལ་འབྱོར་ལུས་འདི་དགོན་པར་  
 གསུངས། །དོན་དེ་ལྟར་རྒྱ་རྒྱ་འབྲས་དཔེའི་སྟོན་ས། །ཆེས་རྙེད་པར་དགའ་བའི་རྟེན་  
 བཟང་པོ། །དུས་ལན་གཅིག་ཅམ་ཞིག་རྙེད་འདི་ལ། །དོན་སྦྱང་པོ་མི་ལེན་སྟོན་སྟོན་  
 དམ། །གནས་མི་ཤོམ་བརྒྱད་ལས་རབ་ཐར་ཏེ། །རྟེན་དལ་འབྱོར་སོབ་སྐབས་འདི་  
 ལྟར་གིས། །གཡེངས་གཡེངས་ཏེ་སྦྱང་པོ་མ་ལོན་པར། །བྱིར་དན་འབྱོར་ལོག་པར་  
 བརྩམས་པ་འདི། །ཞིང་རིན་ཆེན་སྦྱིང་ནས་ལག་སྟོང་དུ། །སྐར་རང་ཡུལ་ལོག་པ་དང་  
 འབྲ་བས། །ལས་འདི་ལས་སྟོངས་པ་གང་ན་ཡོད། །འབྱོར་འདི་ལས་ཆེ་བ་ཅི་ཞིག་  
 ཡོད། །སྦྱིར་དལ་འབྱོར་རྟེན་སོབ་དེ་ལྟར་དགོན། །སྟོས་འཇམ་མགོན་བརྟན་དང་  
 མཇམ་བ་དགོན། །སྐབས་སྐབས་མཚན་ཉིད་ཀུན་ལྡན་དགོན། །ཚོས་ཚང་ལ་མ་ལོར་  
 གཉིས་ལྡན་དགོན། །ནང་རྣམ་འབྲེད་ཤེས་རབ་ལྡན་པ་དགོན། །སྟོང་པའི་ཚོས་ལ་  
 བགོལ་རུང་དགོན། །གོགས་ཐར་པ་དོན་གཉེར་སྦྱེས་བུ་དགོན། །རྟེན་འཚོ་ཆས་  
 ཚོས་བཞིན་འབྱོར་བ་དགོན། །དགོན་མང་དུ་འཛོམས་པའི་དུས་སྐབས་འདིར། །ཆེ་  
 འདི་ཡི་བསམ་སྟོར་ཀུན་པོར་ནས། །ལམ་མའོན་མཐོ་རེས་ལེགས་མ་བསྐྱབས་

ནོན་ཏེ་ལས་པ་ལ་མ་མཆིས་པས། གྲ་གཡེང་བའི་གཞན་དབང་མ་སོང་  
བར། འདྲུས་ཡང་ཡང་མིའི་གྲིས་བསྐྱེད་པ་བསྐྱེད་པ་ལེ། ལམ་འགྲོ་བ་པོ་བ་བསྐྱེད་  
པའི་གྲིས། ལས་པ་ཐབ་མོའི་ཉམས་ལེན་མཐར་ཕྱིན་གྱ། ཏོན་ཏེ་ལྷུང་གྲ་མས་གྲིན་  
གྲིས་རྒྱུ་བས། །

ངེས་པར་འཆི་བར་བསམ་བ་ནི།

དུས་ནམ་ཡང་ཉེད་དཀའ་ཉེད་གྱུར་ན། ཏོན་ཏེ་ཏུ་ཆེ་བའི་ཉེན་བཟང་  
སོ། འདི་མི་ཉེན་སྲུང་དུ་འདྲི་བ་འགྱུར་ཏེ། ལྷ་འདབ་ཅེར་ཆགས་པའི་མེས་མེགས་  
བཞེན། གནས་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་མཐའ་མེད་འདིར། ཉེན་བདེ་འགྲོ་དང་ནི་  
དན་འགྲོ་ཡི། འཕྲུལ་རི་འདྲ་ཞིག་ནི་གྲུང་སྲུང་གྱུར་གྱང། ལམ་པར་འཆི་བ་ཉེད་ལས་མ་  
འདས་སོ། ལམ་པོ་ནམ་མཁའ་དབྱིངས་དང་ས་སྟེང་དང། འོག་གྲུ་མཚོ་རི་རབ་ཁོང་  
སེང་སོགས། འཕྲུལ་གང་འདྲ་ཞིག་ཏུ་གནས་བཅས་གྱང། དེ་ལྟར་འཆི་བ་དག་འདི་ལས་  
ཐར་མི་འགྱུར། ལྷོན་འདས་པའི་རྣམས་ལྷན་དུས་ནམས་དང། ལྷོགས་ལྷ་བདོ་ད་  
ལྷའི་དུས་འདི་དང། ལྷུང་མ་འོངས་དུས་ཚོད་གང་དུ་ཡང། འཆི་བ་དག་གིས་མི་  
བརྗེའི་དུས་སྐབས་མེད། ལྷ་ཚངས་དབང་ལྲུབ་འདྲུག་འཁོར་སྲུང་གི། དཔུང་མཐུ་  
སྟོབས་དང་སྟོང་བ་དེན་མཐུ་དང། ཁོང་སྲུ་མའི་རྣམས་སྲུགས་རྩ་འཕྲུལ་  
སོགས། ལམས་གང་གི་འང་འཆི་བ་བརྒྱུག་མི་ལུས། ཏོར་མོངས་སྟོད་སྟོང་གསུམ་  
འདྲི་གཉེན་གྱི། ལྷོན་གང་བས་སྲུས་གྱང་བསྐྱེད་མེད་ཅིང། རྗེ་སྟོན་པའི་རྒྱལ་ལོས་  
སྟོན་སྲུང་ཡང། འཆི་བ་དག་གི་དེ་དེ་བརྒྱུག་མ་ཡིན། ལྷོན་གྱུང་བའི་སྟེ་རྒྱ་མཚོ་ག་  
དམན་གྱུར། ད་བརྟུག་ན་མིང་གི་སྟུག་མ་ཅོམ། འདྲུས་ད་ལྷ་འཚོ་བའི་འགྲོ་གྲུབ་

།ཀྱང་། །ནམ་ཞིག་ན་གཅིག་གྱང་མེད་པར་འགྱུར། །ཚུར་ཚེ་ལ་སྒྲོན་ཁ་འདེབས་རྒྱ་  
 མེད། །པར་སྐྱད་ཅིག་མི་སྡོད་ཟད་འགྱུར་བ། །དཔེ་མར་མེ་འབར་བ་དང་འབྲེལ། །ད་  
 མི་འཆི་གནས་པའི་གོ་སྐབས་ཅི། །དུས་དང་པོར་མངའ་དུ་ཆགས་པ་ནས། །བར་  
 ཆད་པ་མེད་པར་འཆི་བའི་བྱང་། །དཔེ་རི་གཟར་འབབ་ཚུ་བཞིན་འགྲོ་བ། །བདག་  
 གསོན་ལོ་སྐྱམ་པ་མ་འགྲུལ་ལས། །མི་གང་ཞིག་གསོད་པའི་ས་ཕྱོགས་སུ། །འགྲོས་  
 དལ་མེད་འཁྲིད་པར་བྱེད་གྱུར་བ། །དེའི་བར་སྐབས་འདོད་ཡོན་ལྡན་བུ་རྒྱུར་  
 ཡང་། །སེམས་དགའ་བའི་རྒྱ་རུ་འགྱུར་རམ་ཅི། །དཔེ་དེ་བཞིན་འཆི་བའི་བྱང་ཉིད་  
 དུ། །དུས་སྐྱད་ཅིག་མི་སྡོད་བསྐྱེགས་བཞིན་ལ། །དངོས་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱ་  
 འཛོམས་གྱང་། །ཡིད་དགའ་བར་བྱ་བའི་གནས་འདུག་གས། །དུས་ད་ལྟའི་གནས་  
 ཁང་གཉེན་བཤེས་དང་། །སྐོགས་ལོངས་སྡོད་རྣམས་དང་ལུས་འདི་ཡང་། །དུས་མི་  
 རིང་བཞག་ནས་འགྲོ་དགོས་ན། །ད་མི་ལམ་འབྲེལ་འདིར་ཅི་ཞིག་ཆགས། །ལོ་རྒྱུ་བ་  
 ཞག་དང་དུས་ཚོད་རྣམས། །དཔེ་ཉི་མའི་གི་མོ་རི་བཞིན་དུ། །ཉག་མི་སྐབ་ལུང་  
 ལུང་དུ་འགྲོ་བ། །ད་སྐྱུར་དུ་མི་འཆིའི་གོ་སྐབས་ཅི། །སྐར་བལ་ཆད་རང་ལོ་དེ་ཅམ་  
 འདས། །ཆེ་ལྷག་མའང་གཉིད་སོགས་གྱིས་གཡེངས་ནས། །ཚོས་བྱ་བའི་སྐབས་ནི་  
 ལུང་ཅམ་ན། །ད་ལོང་ཡོད་བྱ་བའི་གནས་འདུག་གས། །རྒྱལ་དེ་ཡང་ཉིན་ཞག་གཅིག་  
 ཉིད་ལ། །ཚོས་རྒྱལ་བཞིན་སེམས་དང་གཡེང་བ་གཉིས། །ཆ་གང་མང་བཏགས་ན་  
 གསལ་འགྱུར་བས། །དོན་འདི་ལ་བསམས་གྱང་ལོང་སྐབས་བྲལ། །དོན་དེ་ཕྱིར་རྒྱུ་  
 གྱིས་བརྒྱུ་མེད་པར། །མཐར་འཇུག་པར་འཆི་ཞིང་དེ་ཡང་ནི། །ལོང་མེད་པར་སྐྱུར་  
 དུ་འཆི་འགྱུར་བ། །དེས་པར་ཚོས་ལ་ཅིས་མི་འབད། །

ནམ་འཆི་དེས་མེད་བསམ་པ་ལོ།

མཐར་དེས་པར་འཆི་བ་ཙམ་མ་ཟད། །དུས་དེ་རིང་ཉིད་དུ་སློབ་བྲལ་  
 ཉེ། །ལུས་དུར་གྱི་གནས་སུ་བཞག་གྱུར་ནས། །སེམས་བར་དོར་མི་སྐྱེ་བས་དེས་  
 མེད་དེ། །སློབ་ཆེ་ལོ་དཔག་མེད་སྐབ་པ་བྱུང་། །སྐྱར་ཆེ་ལོ་བཙུ་ལ་རིང་མཐར་  
 གྲེད། །དུས་ད་ལྟ་ཀླ་གཞོན་གོ་རིམ་མེད། །ད་འཇམ་གླིང་ཆེ་ལ་དེས་པ་ཅི། །དུས་ལྔ་  
 རོ་ཡོད་པ་ཕྱི་རོ་མེད། །རུབ་ཉལ་དུས་ཡོད་པ་ལངས་ཆེ་མེད། །དུས་ད་ལྟ་ཡོད་པ་ད་  
 ལྟ་མེད། །ཆེ་མི་རྟག་ངང་ཚུལ་འདི་དེ་འཛིགས། །གཟུང་གདོང་སྐབ་བྱུང་དང་གཡང་  
 ལ་སྐྱུང་། །ཚུར་གོ་བྱུ་དུབ་དང་མེ་ཡིས་ཆིག །གནས་ཁང་པ་དེ་བས་དང་རྟ་ཡིས་  
 བརྟུངས། །ལུས་རྐང་ལག་ཆག་དང་མཚོན་གྱིས་སྐྱས། །མི་མི་མིན་འགྲོ་བའི་འཆེ་བ་  
 དང་། །ནད་མི་འབྲ་བཞི་བརྒྱ་ཅ་བཞི་དང་། །གདོན་བགགས་དེགས་སྟོང་སྐབ་བརྒྱད་  
 ཚུ་སོགས། །ཕྱི་ནང་གི་འཆི་རྐྱེན་འདི་དེ་མང་། །དེང་སྟོགས་མ་ལྔ་བདེའི་དུས་ཡིན་  
 ཕྱིར། །ཆེ་བསྐྱེད་བའི་ཐབས་ཀྱང་བསྐྱབ་དཀའ་ཞིང་། །ཕྱི་སྐྱེན་གྱི་རུས་པའང་ཉམས་  
 གྱུར་བས། །དོན་དེ་སྤང་གསོན་པའི་རྐྱེན་དེ་ཉུང་། །ཟས་མི་འཕྲོད་དུག་ཏུ་གྱུར་བ་  
 དང་། །སྐྱེན་མི་འཕྲོད་ནད་དུ་གྱུར་བ་སོགས། །གསོན་རྐྱེན་ཡང་འཆི་རྐྱེན་དུ་གྱུར་  
 བ། །འདིར་གསོན་པའི་རྐྱེན་ལ་ཡིད་བརྟན་ཅི། །ཡར་འཆི་རྐྱེན་སྐྱ་ཚོགས་རྒྱུར་གི་  
 བང་། །སློབ་མར་མེ་ལྟ་བུར་གཡོ་བཞིན་དུ། །དུས་གཏན་དུ་སྟོད་འབྲའི་བསམ་སྟོར་  
 ཅན། །འདི་རྟག་འཛིན་གདོན་གྱིས་ཟེན་པར་དེས། །མི་བདག་གི་ལུས་དང་སློབ་འདི་  
 བོ། །དཔེ་རྒྱ་ནང་སྐྱ་བ་རི་བཞིན་དུ། །རྐྱེན་རྒྱུར་དུ་ཙམ་གྱིས་འཛིག་གྲེད་ན། །རིང་  
 གནས་པར་དེ་བ་ཤིན་ཏུ་འཇུག། །ས་རི་རབ་གླིང་བཞི་རྒྱ་མཚོ་སོགས། །ཆེས་  
 འཛིག་དཀའི་ཚོགས་ཀྱང་འཛིག་འགྱུར་ན། །ལུས་རྩ་མའི་སྟོད་དང་འབྲ་བ་འདི། །དུས་

ད་ལྟ་མི་འཛིག་དེས་པ་ཅི། །དེང་ལུས་ལ་ནད་མེད་བདེར་གནས་གྲང་། །དག་འཆི་  
བདག་ནས་མཁའ་མི་སྒྲིབ་བཞིན་དུ། །སེམས་སྣང་མེད་གཅིག་ལ་འོང་འགྲུང་གིས། །ད་  
ཡིད་བདེར་གནས་པའི་སྐབས་དང་བུལ། །སང་སྐྱུ་དེངས་ཤར་བའི་དུས་སྐབས་  
དང་། །ཆེ་ཕྱི་མའི་བར་དོའི་ཡིད་གཟུགས་གཉིས། །གང་སྟོན་ལ་འོང་བའི་ཆ་མེད་  
ན། །ད་དམ་ཚོས་ལ་འུར་མི་བྱ་རེ། །

འཆི་བའི་ཆེ་ཚོས་མ་གཏོགས་གཞན་གང་གིས་གྲང་མི་པན་པ་བསམ་ཚུལ་ནི།

དག་འཆི་བདག་དེ་ཡིས་ཟེན་གྲུང་ན། །གནས་ཁབས་གསུམ་སེམས་ཅན་མ་  
ལུས་ལ། །གཉེན་མཛོད་བཤེས་སུ་གྲུང་མཐའ་བསྐྱོར་ཡང་། །གངས་གཅིག་ཅམ་  
འཁྲིད་པའི་རང་དབང་མེད། །ཞིང་སྟོང་གསུམ་རིན་ཆེན་སྣ་བདུན་གྱིས། །འོངས་  
བྱུང་བྱུང་གང་ལ་དབང་ན་ཡང་། །ཁོར་དེ་ལས་ཉིལ་གྱི་འབྲུ་ཅམ་ཞིག །ཆེ་ཕྱི་མར་  
འཁྲེར་བའི་ཐབས་དང་བུལ། །དུས་ལྡན་ཅིག་སྤྲེས་པའི་ལུས་འདི་ཡང་། །གདན་མལ་  
ཆའི་སྟེང་དུ་ཅམ་བཞག་སྟེ། །སེམས་དག་སྤྲིག་ལས་གྱི་རྒྱང་ལྷགས་གྱིས། །གནས་  
རིགས་བྲུག་ཆ་མེད་ལུས་དུ་འཁྲེར། །དོན་དེ་སྦྱང་འཆི་བའི་དུས་གྱི་ཆེ། །ལུས་འོངས་  
སྟོང་གཉེན་གྱིས་གཏན་མི་པན། །དུས་དེ་ཆེ་པན་པའི་དོན་པོ་ནི། །སྐབས་བསྐྱེད་  
དམ་ཚོས་ཉིད་ཡིན་པས། །ད་ཆེ་འདིའི་བྱ་བྲེད་དོན་མེད་པ། །མི་ལམ་དང་འབྲེད་འདིར་  
རྒྱབ་སྟོགས་ནས། །ཚོས་སྟོང་པོ་བྱང་རྒྱབ་ལམ་རིམ་གྱིས། །དཔལ་བྱང་རྒྱབ་པོ་  
འཕང་བསྐྱུབ་པར་བྱ། །དོན་དེ་ལྟར་བྱས་པར་གྱེན་གྱིས་རྒྱོབ་པས། །

ཆ་དཔལ་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་སྐོམ་ཚུལ་ནི།

གྱེ་མ་རྟེན་དགའི་དོན་ཆེའི་རྟེན་འདི་མི་ཉག་སྣུར་དུ་འཛིག་འགྲུང་ལ། །ཤི་

ནས་གར་སྐྱེ་རང་དབང་མེད་པར་ལས་ཀྱི་གཞན་དབང་ཅན་ཡིན་ཞིང་། །ལས་གྲང་  
 མི་དགོ་ཤིན་ཏུ་སྒོ་བས་ཆེ་དགོ་བའི་ལས་ནི་ཉམ་ཚུང་བས། །འདྲིགས་རྒྱུང་རན་  
 འཁྲུང་གཡང་སར་སྐྱུང་ན་དེ་ཡི་སྐྱུག་བསྐྱེད་བཟོད་དམ་ཅི། །འདྲི་ནས་དབག་ཚད་ཏུ་  
 མའི་ས་འོག་སེམས་ཅན་དམུལ་བ་ཞེས་བྱ་བ། །འོག་ནི་ལྷགས་སྲེག་རབ་འབར་ས་  
 གཞི་ལོགས་རྣམས་ལྷགས་སྲེག་ར་བས་བསྐྱོད། །སྙེང་ཏུ་མེ་སྐྱེས་བར་སྐྱུང་བྱུང་ཅིང་  
 རྒྱ་བྲག་དམུལ་བ་རེ་རེ་ཡང་། །ལྷགས་སྲེག་ལས་བྱུང་ཚེག་བ་དང་ནི་ར་བས་ཡོངས་  
 བསྐྱོར་སྐྱོ་བཞིས་བསྐྱམས། །ཡང་སོས་ན་ནི་སེམས་ཅན་དེ་དག་པན་ཚུན་ཤིན་ཏུ་  
 ཁྲོས་གྱུར་ཏེ། །ལས་ལས་གྱུར་བའི་སྐྱ་ཚོགས་མཚོན་ཆས་གཅིག་ལ་གཅིག་བསྐྱུན་  
 བརྒྱལ་ནས་འབྲེལ། །མཁའ་ལས་ཁྱེད་རྣམས་སོས་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་པའི་སྐྱ་  
 འགྲུང་དེ་ཡི་མོད། །སྐྱར་ཡང་སོས་ཤིང་ཡངས་པར་གྱུར་ནས་སྐྱར་བཞིན་སྐྱུག་  
 བསྐྱེད་འཁོར་མོར་སྐྱོང་། །ཐེག་ནག་ན་ནི་ག་ཤིན་རྗེས་སྐྱེས་བྱ་འདྲིགས་རྒྱུང་མང་  
 བོས་རབ་བརྒྱུད་ནས། །ལྷགས་སྲེག་འབར་བའི་ས་གཞིར་བསྐྱེད་ཞིང་ཡན་ལག་སྐྱར་  
 བ་སྐྱར་བརྒྱུད་ཏེ། །གཅེས་པའི་ལུས་ལ་ནག་པོའི་ཐེག་ནི་རྒྱ་གམ་ཏུ་མར་བཏབ་  
 བས་སྐྱ། །དེ་སྙེང་སྐྱ་ཚོགས་མཚོན་ཆས་ག་ཤེགས་ཤིང་གཏུབས་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་  
 ཉམས་སུ་སྐྱོང་། །བསྐྱེས་འཛོམས་ན་ནི་ལྷགས་ཀྱི་རི་ཆེན་སྐྱུག་སེང་སོགས་ཀྱི་  
 གདོང་འདྲའི་བར། །བསྐྱེས་ནས་རི་གཉིས་འཐབ་སྡེ་འཚོར་བས་དེ་ཆེ་བྲག་གི་རྩ་སྐྱུང་  
 འབབ། །ལྷགས་ཀྱི་འཇུལ་འཁོར་ཆེན་པོར་བཏུག་ནས་གྱུར་ཤིང་བཞིན་ཏུ་རབ་  
 འཚོར་ལ། །མཁའ་ལས་རྗོ་ཆེན་རི་འདྲ་སྐྱུང་བས་མནན་ནས་ཤག་བྲག་ལྷེ་མར་  
 འཐབ། །དུ་འབོད་ཅེས་བྱ་སེམས་ཅན་དེ་དག་གནས་ཤིག་འཚོལ་སྐྱིར་འགོས་པ་  
 ལས། །ལྷགས་ཁང་མེ་སྐྱེ་འབར་བ་དག་ནི་གཅིག་དང་ཉིས་རིམ་ནང་ཚུད་དེ། །དེ་མ་

ཐག་ཏུ་སྒོ་ཡང་འགྲིག་ནས་གང་ཏུ་འང་ཐར་བའི་གནས་མེད་པར། །མེ་སྟེང་སྟེང་ཉི་  
 གུན་ཏུ་འཆོག་ཅིང་ཏུ་ཞིང་འཕོད་པས་ཉིན་མཚན་འདལ། །ཚ་བ་ན་ནི་རབ་འབར་  
 ལྷགས་ཟངས་ཤིན་ཏུ་ཡངས་པར་ཉ་བཞིན་སྟེ། །མེས་སྟེག་གསལ་ཤིང་ཅེ་མོ་  
 གཅིག་པས་འཕོངས་ནས་ལྷག་སྟེ་སྟེ་མོར་འབྱེན། །དེ་ཚེ་དབར་བའི་སྒོ་ལྷན་གུན་  
 བས་སྟེང་སྟེང་མེ་སྟེ་རབ་འབར་ཞིང་། །ལྷགས་ཀྱི་ས་གཞི་རབ་ཏུ་འབར་བར་བསྟེང་  
 བས་སྟེགས་ཀྱི་མོ་བས་བདུང་། །རབ་ཏུ་ཚ་བར་འབར་བའི་གསལ་ཤིང་ཅེ་མོ་གསལ་  
 བས་འཕྲིགས་སྟེང་ཅིང་། །ལྷགས་སྟེང་དམར་ཞིང་ཤིན་ཏུ་ཚ་བས་ལྷན་ལ་གོས་  
 བཞིན་ཡོངས་སུ་དགྱི། །ལྷགས་ཟངས་ཆེན་པོ་ཟངས་ལྷན་བསྟོལ་བའི་ནང་ཏུ་འཆོད་  
 ཅིང་ཤ་རུས་གུག། །བལ་ཚེ་གེང་རུས་ས་གཞིར་འགྲེམ་ཞིང་ཤ་བགས་སྟེང་ཚེ་སྟེང་  
 བཞིན་འཆོད། །ཐལ་མེད་ན་ནི་སྟོགས་བཞི་གུན་ལས་རབ་འབར་མེད་ལྟར་ཆེར་  
 འོངས་ཏེ། །ཤ་བགས་རུས་རྒྱས་རྒྱུ་ལ་ཐུག་པར་མར་མའི་སྟོང་བུ་བཞིན་བསྟེགས་  
 བས། །ཉམ་ཐག་ལྷགས་ཀྱིས་སྟོང་འབྱེན་བ་ཡིས་སེམས་ཅན་ཉིད་ཏུ་ཤེས་པ་  
 ཅམ། །ལྷགས་སྟེག་ཞིབ་མ་ལག་ཏུ་གཏད་དེ་འབར་བའི་མེ་འདག་འཁྲབ་ཏུ་  
 འཇུག། །རབ་འབར་མཚོ་བའི་ལྷགས་ཀྱི་རི་ལ་འབབ་ཅིང་སྟེང་ཡང་འཛོག་འཇུག་  
 ཅིང་། །ཁ་ནས་སྟེང་སྟེང་རབ་ཏུ་བརྒྱུངས་ནས་དེ་སྟེང་ལྷགས་ཀྱི་ལྷན་ལྷན་  
 འདེབས། །གཤིན་རྗེའི་སྟེང་ལྷན་གན་ཏུ་བསྟེང་ནས་འབྱེད་སྟེང་འབར་བའི་ཁ་སྟེ་  
 རྟོ། །མོ་སྟེང་འབར་བ་ཁ་རུ་འཇུག་ཅིང་ཁོ་རྩ་བསྟོལ་བ་ཁ་ནས་སྟེང་འཕོར་བའི་སྟེང་  
 བསྟེང་སྟོལ་རྩལ།





ཡུན་ནི་སྤང་ཏུ་ཙམ་མིན་གྲངས་མེད་བསྐྱེད་པར་སྤོང་གྱུར་གྱུར། །རི་སྤིད་མི་དགེ་དེ་  
ཟད་མ་གྱུར་དེ་སྤིད་སྤོག་དང་མི་འབྲལ་བར། །གསུངས་ན་ཤིན་ཏུ་འཇིགས་སྤྲུག་མི་  
སྤེལ་བྱི་སྤེམས་ནི་བེམ་བོ་འཕམ་ཅེ། །

གང་དུལ་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཚུལ་ནི།

དེར་ཡང་མ་ཟད་ཆ་དུལ་གནས་ནས་དཔག་ཚད་ཁྲི་ལྷག་འདས་པ་  
ནོ། །གང་བའི་དུལ་བ་བརྒྱད་ཅེས་བྱ་བ་འོག་གཞི་འབྲུག་འོམ་གྱིས་གང་  
ཞིང་། །སྤོགས་ཀུན་གངས་རིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་ལ་སྤེད་དུ་ཁ་བ་བྱ་ཡུག་  
འཚུ་བ། །རབ་ཏུ་གནག་པའི་སྤུན་པས་འཕྲིབས་ཤིང་རྒྱུར་གྲང་ཆེར་སྤང་གནས་ཉིད་  
དུ། །ཤོས་མེད་གཅེར་བུའི་ལུས་ནི་འདར་ཞིང་རྒྱུར་ནས་ཤིན་ཏུ་འཁྲམ་གྱུར་  
ལ། །སྤྲུགས་པས་ཚུ་བྱར་བརྒྱ་སྤོང་མང་གྱུར་དེ་ཀུན་བརྗོལ་ནས་ཚུ་སེར་ཟག་། །ཨ་ཚུ་  
དང་ནི་གྱི་བྱུང་ཅེས་བྱའི་སྤྲུ་འབྲིན་དུ་ཞིང་སོ་ཡང་ཐམ། །གང་དེག་ཆེ་བས་ལུས་ནི་  
སྤོ་དང་དམར་པོར་རིམ་གྱུར་ཚལ་བར་གས། །ཤིན་ཏུ་གང་བའི་དེག་བྱ་དེ་ཡང་ཞག་  
འགའ་ཙམ་ཞིག་མ་ཡིན་ཏེ། །ཉིལ་ཁལ་བརྒྱད་ཅུའི་བང་བ་ཆེ་ནས་སོ་བརྒྱུར་ཉིལ་དེ་  
སྤང་བ་ཡིས། །དེ་ཟད་ཚུ་བྱར་ཙན་གྱི་ཆེ་ཆོད་གཞན་བདུན་ཉི་ཤུ་འགྱུར་གསུངས་  
ནོ། །དེ་འདྲའི་གནས་སུ་མི་སྤྲེའི་གདེང་ཅི་སྤྲེས་ན་བཟོད་དམ་མི་བཟོད་སོམས། །

ཡི་དྲུགས་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཚུལ་ནི།

གཞན་ཡང་སེར་སྤྲེའི་ཉེས་དམིགས་ལས་གྱུར་ཡི་དྲུགས་ཞེས་བྱ་སྤྲིང་འདྲིའི་  
འོག་། །དཔག་ཚད་ལྡ་བརྒྱ་འདས་པ་ན་ཡོད་གནས་ནི་ཟངས་དམར་ས་གཞི་དག་། །ཉི་  
མས་བསྐྱེད་སྤྲུང་འདོད་ཡོན་གྱིས་དཔེན་སྤྲུང་མ་ཐང་ཆེན་ཡི་སྤྲུག་པར། །ཀུན་

གྲང་ལུས་ནི་སྤོང་དུ་མ་ཚིག་འབྲུ་ཁ་བསྐྱམས་སྤོ་ཆེ་ཡན་ལག་ཟླ། །སྤེ་ཡི་སྤྱི་བ་ཅན་
 སྤོན་འབྲས་རྒྱ་སོགས་མཚོང་ནས་སྤོང་ཕྱིར་རྒྱལ་ས་པ་ན། །སྤྱི་ག་རྒྱུ་ལེ་རྒྱ་ལ་རྗེས་སུ་
 བསྐྱེགས་བཞེན་གང་དུ་འང་མི་སྤྱར་ཉིད་དུ་འགྱུར། །ཡང་ན་རྣམ་ཐག་བཤམ་བཤམ་གཅི་
 འགལ་དུ་མ་མེ་འབར་མདག་མས་གང་སོགས་སྤྱང། །ཡང་ན་སྤྱི་ཚོགས་མཚོན་ཆ་
 འཛིན་པའི་སྤྱང་མས་བསྤྱངས་ནས་སྤོང་མི་འདུག །ནང་གི་སྤྱི་བ་ཅན་ལུས་དང་སྤོ་བ་
 རི་ཡི་གཏོས་སྤྱར་ཆེ་བ་ལ། །ཁ་ནི་ཁབ་མིག་སྤྱ་སྤྱར་རྒྱུར་ཞེད་རབ་དུ་འབར་པ་སྤྱ་
 བས་འགགས། །ཟས་སློམ་རྙེད་གྲང་ཁ་རུ་མི་ཤོང་ཤོང་ཡང་ཁ་ནི་འབར་བས་
 བསྐྱེག །སྤྱ་བས་འགགས་ནས་མགྲིན་པར་མི་ཐར་ཐར་ཡང་དེ་ཡི་སྤོ་མི་ཁེངས། །ཟས་
 སློམ་ཉིད་ལ་སྤྱི་བ་པ་ཡོད་རྣམས་མེ་སྤེའི་སྤོང་ཅན་ཞེས་བྱ་ནི། །སྤོས་པ་དང་ནི་འཕྱང་
 བ་གང་ཡིན་མེ་རུ་འབར་ནས་ཚིག་འགྱུར་ལ། །སྤོན་སྤོན་ཟ་རྣམས་བཤམ་གཅི་
 མཚེས་སྤྱབས་སྤྱལ་ས་རྣམ་ཐག་ལ་སོགས་པ། །མི་གཙང་རྗེ་དང་འབའ་ཞིག་སྤོང་
 ལས་བཟང་པོའི་ཟས་སློམ་སྤོང་སྤྱལ་བལ། །གཞན་ཡང་ལུས་ཆེ་ཡན་ལག་ཟླ་བས་
 ཟས་ཕྱིར་རྒྱལ་ས་བས་རབ་རལ་ཞེད། །དབྱར་དུས་རྒྱ་པའི་ཤོད་གྲང་ཆ་ལ་དགུན་
 དུས་ཉི་མའི་ཤོད་གྲང་གྲང། །བལྟས་པ་ཅོམ་གྱིས་རྒྱ་མཚོ་འདྲེས་ཞེད་འགའ་ཞིག་
 མགྲིན་པ་མདུད་པས་འགག །བསྐྱེས་པས་ལུས་སེམས་ཆེས་ཆེར་གདུངས་ཏེ་རང་
 གི་ཤ་ཡང་བཅད་ཅིང་ཟ། །ཟས་དང་སློམ་གྱི་གཏམ་ཡང་མི་སྤོས་ཤིན་ཏུ་བསྐྱེས་ཤིང་
 སློམ་པ་ཡི། །སྤྱལ་བསྤལ་དག་པོས་རྣམ་ཏུ་གཟེར་ཞེད་དེ་ཡང་ལུན་སྤྱང་ཅོམ་མིན་
 པར། །མི་ཡི་རྒྱ་གཅིག་ཞག་ཏུ་བྱས་པའི་རང་ལོ་སྤྱ་བརྒྱའམ་སྤྱ་སྤོང་དང། །ཁ་ཅིག་
 ཁྱིམ་ཡང་མི་འཚེ་ཞེས་གསུངས་གནས་དེར་སྤྱེས་ན་རི་ཅུག་གྲ། །

དུད་འགྲོའི་སྤྱད་བསྐྱེད་སྐོམ་ཚུལ་ལེ།

ཤིན་ཏུ་ཚོངས་པ་དུད་འགྲོའི་གནས་ཀྱིང་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་མཚོམས་  
 བས། །འོག་གི་ས་གཞིར་སྤྱད་གི་བར་དུ་ལུས་དབྱེ་བས་ཁ་དོག་ཆེ་རྒྱང་སོགས། །མ་  
 དེས་སྤྲོ་ཚོགས་འབྲུ་ཡི་ཕྱང་པོ་ཐང་ལ་སྤྱངས་སྤྱང་གྲངས་མེད་ཅིང་། །གཅིག་གི་ས་  
 གཅིག་མཚན་བསྐྱེད་སྐྱོད་ཀྱང་དཀའ་སྤྱང་མེད་ལུན་པའི་ཁྱད་བྱུང་གནས། །ཁ་འཕོར་  
 ལྷ་མིའི་ལུལ་ན་རྒྱ་རྣམས་འགའ་ཞིག་བཤེས་ཤིང་སྐོམ་པས་གཟིར། །འགའ་ཞིག་ཉི་  
 ལྷགས་བཟོད་དཀའས་གཤུངས་ཤིང་ལ་ལ་ལུན་པར་ཆེ་ཡང་འདལ། །ལ་ལ་ས་དུལ་  
 ཁྱོད་ན་གནས་འཆའ་གཞན་དག་བཤའ་གཅིའི་འདམ་ན་བསྐྱེ། །ཁ་ཅིག་ཆེ་བས་རྒྱང་  
 བ་མིད་ཅིང་རྒྱང་བ་མང་འདུས་ཆེ་བ་ཟ། །ཤ་བགས་སོགས་ལྷིང་གསོད་ལྷགས་མི་  
 འདྲ་སྤྲོ་ཚོགས་ཚུལ་གྱིས་གསོད་པ་དང་། །མི་ཐེག་ཁྱད་ཆེན་དབང་མེད་འགའ་ཞིང་  
 ཞོན་ནས་བཀོལ་དང་བརྟེན་པ་དང་། །སྤྱ་དང་དབང་པོའི་ཆ་ཡང་འདྲེག་ཅིང་སྐོ་བ་  
 དང་ལེ་འཕྲོ་བ་སོགས། །ཤིན་ཏུ་བཟོད་དཀའི་སྤྱད་བསྐྱེད་མང་པོས་ཉིན་མཚན་བར་  
 མ་ཆད་པར་མནར། །དེ་ཡང་ཆེ་ལི་རིང་བར་ཀྱང་རྣམས་བསྐྱེད་པ་ཅམ་ཕྱབ་ཕྱང་མ་  
 དེས། །ལས་ཀྱི་དབང་གིས་སོ་སོའི་སྤྱད་བསྐྱེད་སྤྲོ་ཚོགས་མང་པོ་རབ་འབྲུག་  
 ཅིང་། །ཀུན་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་རྒྱན་ཞིང་གཉི་སྤྱད་རྒྱང་དང་དོར་བུའི་གནས་མི་ཤེས། །ཀྱེ་  
 མ་ཀྱི་ཏུད་དེ་འདྲའི་ལུས་སུ་སྐྱད་ཅིག་སྐྱེས་ནའང་ཇི་སྟར་བཟོད། །

སྤྱབས་འགྲོའི་ཉམས་ལེན་ལེ།

དེ་སྟར་དུས་བ་ཡི་དུགས་དུད་འགྲོ་ཡི། །མི་བཟན་སྤྱད་བསྐྱེད་བཟོད་  
 དཀའ་དེ་དག་ལེ། །མཚོག་གསུམ་མ་གཏོགས་གཞན་ལེ་གང་ཞིག་ལ། །སྤྱབས་སུ་

སོང་ཡང་སློབ་པར་མི་ཅུ་ས་སོ། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱིས་རི་རྩེར་སློབ་པ་  
 བོ། །ཆོས་མི་འདིགས་པ་དེ་སློབ་སྐྱབས་དངོས་ཏེ། །སངས་རྒྱས་རྣམས་མི་ཆོས་དེ་  
 ལྟོན་པ་སོ། །དགེ་འདུན་ཆོས་དེ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་གྲོགས། །དེ་ཕྱིར་བསྐྱེད་  
 སྐྱབས་མཆོག་རྣམ་གསུམ་ལ། །སློང་གི་ཁོང་ནས་སྐྱབས་སུ་མ་བརྟེན་ན། །འདིགས་  
 རུང་དན་འགྲོའི་གཡང་ས་སྐྱི་དང་བེ། །ཁྱད་པར་འཁོར་བའི་འདིགས་ལས་གྲོལ་  
 ཐབས་མེད། །དེ་ཡང་ད་ལྟ་ཉིད་ནས་སྐྱབས་བརྟུང་ལ། །འབད་པར་བྱ་སྟེ་དན་སོང་  
 གནས་ལྷུངས་ན། །དེ་ཆེ་དུ་ཞིང་འོ་དོད་བརྒྱ་བོས་ཀྱང། །དེ་དང་དེ་ནས་སྐྱབས་མགོན་  
 ལུ་ཡང་མེད། །དེ་བས་དེད་ནས་བདག་གཞན་འགྲོ་བ་ཀུན། །སྟོན་མཆོག་སངས་  
 རྒྱས་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི། །དེས་གསུང་དམ་ཆོས་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་  
 མཆི། །དེ་སྐྱབ་དགེ་འདུན་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །དེ་བས་དེད་ནས་ཞེས་  
 སོགས་སྐྱབས་འགྲོའི་དངོས་གཞིའི་ཆོག་རྣམས་ལན་གསུམ་མམ་བདུན་ལ་སོགས་  
 པ་གྱ།

དེ་ལྟར་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་བཅས་ནས། །སྐྱབས་འགྲོའི་བསྐྱབ་  
 རུང་ཚུལ་བཞིན་སློབ་དགོས་པས། །སྟོན་པར་སྐྱབས་སུ་བརྟུང་བས་སྟོན་གཞན་  
 དང་། །འདིགས་རྟེན་རྣམས་གཞན་དག་ལ་སྐྱབས་མི་འཆའ། །སྟོན་པའི་གཟུགས་བརྟན་  
 ཅམ་ལའང་སངས་རྒྱས་སུ། །མོས་ནས་མ་གུས་སྤངས་ཤིང་མཆོད་པར་གྱ། །ཆོས་  
 ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བས་ཆོས་མིན་ལ། །མི་བརྟེན་འགྲོ་ལ་གཞོད་འཆོའི་བསམ་སློང་  
 སྤངས། །དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཡིག་འབྲུ་ཅམ་ལ་ཡང་། །འགོམ་ལུག་ལ་སོགས་སྤངས་  
 བས་གུས་པར་གྱ། །དགེ་འདུན་སྐྱབས་སུ་བརྟུང་བས་སུ་སྟེགས་སོགས། །ལོག་ལྟ་  
 ཅན་གྱི་གྲོགས་ལ་མི་བརྟེན་ཅིང་། །ཆགས་སྤང་མི་བྱ་དུར་སྐྱིག་ཉུགས་ཅམ་

ཞིག །འཆར་ལའང་འཕགས་པའི་དགོ་འདུན་དངོས་ལྟར་མོས། །མཚོག་གསུམ་པན་  
 ཚུན་སྲི་ནང་ཁྱད་ཤེས་ནས། །ཡང་དང་ཡང་དུ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་དང། །བཀའ་ཤིན་  
 ཟན་པས་རྟག་ཏུ་མཚོད་བཅོལ་ཞིང། །བཟའ་དང་བཅའ་བའི་སྤྱད་གྲང་དབུས་བ་  
 དང། །སྦྱང་རྗེ་རྗེས་སུ་ཟན་པས་འགྲོ་གཞན་ཡང། །མཚོག་གསུམ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་ལ་  
 འགོད་བ་དང། །དུས་སྐབས་ཀུན་ཏུ་སྐྱབས་གསུམ་གྲུས་མཚོད་ནས། །གསོལ་བ་  
 འདེབས་ལས་ཐབས་གཞན་སྤོང་བ་དང། །པན་ཡོན་ཤེས་ནས་ཉིན་མོ་ལན་གསུམ་  
 དང། །མཚོན་མོ་ལན་གསུམ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་དང། །བཞད་གད་སྲིང་རམ་སྲོག་གི་  
 སྲིང་ཡང་ལྟེ། །སྐྱབས་གསུམ་མི་གཏང་སྲི་ལོར་འཛིན་པར་བྱ། །སྐྱབས་སུ་སོང་ནས་  
 རྒྱལ་བསྟན་སྤོར་ཚུད་ཅིང། །སྤོམ་གསུམ་ནམ་དག་སྲེ་བའི་རྟེན་དུ་འགྱུར། །ལས་  
 སྲིབ་སྲབ་ཟད་བསོད་ནམས་རྒྱ་ཆེན་ཐོབ། །ངན་འགྲོར་མི་ལྟང་མི་མིན་གྱིས་མི་  
 ཚུགས། །ཅི་བསམ་འགྲུབ་ཅིང་སྦྱར་དུ་འཚང་རྒྱ་སོགས། །པན་ཡོན་བསམ་མི་ཁྲུབ་  
 པར་གསུངས་པས་ན། །སྦྱང་ནས་སྐྱབས་སུ་བཟུང་ཞིང་བསྐབ་བྱའི། །ཀུན་ལས་  
 བདག་གིས་འདའ་བར་མི་བྱའོ། །

ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་གྱི་དད་པ་བསྐྱེད་ཚུལ་ནི།

དན་འགྲོའི་སྐྱལ་བསྐྱེད་དེ་དག་ལ་འཛིགས་ན། །རང་གི་སྐོ་གསུམ་ལ་ལི་རབ་  
 བརྟགས་ནས། །དཀར་ནག་ལས་གྱི་འཇུག་ཚོགས་མོ་ལའང། །ཟན་ཤེས་བག་ཡོད་  
 བརྟན་པོས་བསྐབ་དགོས་ཏེ། །མི་བཟད་སྐྱལ་བསྐྱེད་དེ་དག་རང་ཉིད་  
 གྱིས། །བསགས་པའི་ལས་གྱི་འབྲས་བུ་ཉིད་ཡིན་གྱི། །གཞན་གྱིས་སྤོང་དུ་བརྟག་པ་  
 མིན་པས་ན། །དེ་ནི་སྤྲིག་སྤོང་དགོ་སྐྱབ་ལ་འབད་བྱ། །དེ་ཡང་དཔེར་ན་ཞིང་ས་

གཤམ་མེད་མོ་སྐྱེ། རྒྱུ་ལྷན་ལྷན་མ་ཁྲི་དང་འབྲས་ལ་སོགས། །ས་མོན་སོ་སོར་བཏབ་  
 ལས་སྐྱེ་བྱུ་ལྷོ། །མ་འཚོལ་སོ་སོར་འབྲུང་བ་དེ་བཞིན་དུ། །ལས་ནི་སྐྱི་ལས་བདེ་སྐྱེག་  
 སྐྱི་འབྲུང་ཞིང་། །སོ་སོའི་བདེ་སྐྱེག་ལ་མོ་ཡན་ཆད་ཀྱང་། །དགེ་སྤྲིག་གཉིས་ལས་  
 བས་ཡང་འཚོལ་མེད་འབྲུང་། །རྒྱ་མེད་མི་མ་ཐུན་རྒྱ་ལས་འབྲུང་མི་སྤིང། །ས་མོན་  
 རྒྱུང་དུས་འབྲས་བུ་ཆེར་འཕེལ་བཞིན། །རྒྱ་ཡི་དགེ་སྤྲིག་ལ་མོ་དེ་དེས་ཀྱང་། །ཆེ་  
 རབས་ཀྱངས་མེད་བདེ་དང་སྐྱེག་བསྐྱེལ་སོགས། །འབྲས་བུ་བདེ་སྐྱེག་འིན་ཏུ་མཐའ་  
 ཡས་འབྲུང་། །ས་མོན་མ་བཏབ་འབྲས་བུ་མི་འབྲུང་ལྟར། །དགེ་དང་མི་དགེའི་ལས་  
 འི་མ་བསགས་ན། །འབྲས་བུ་བདེ་སྐྱེག་གང་ཡང་མི་འབྲུང་སྟེ། །མ་བྱས་ལས་དང་  
 འབྲུང་བ་མེད་ཕྱིར་རོ། །ས་མོན་བཏབ་བ་གོགས་ཕྱེད་དང་བལ་ན། །འབྲས་བུ་གདོན་  
 མི་ཟ་བར་འབྲུང་བ་བཞིན། །དགེ་བ་བསགས་པ་ཁོང་ཁོ་ལ་སོགས་པའི། །འཛོམས་  
 ཕྱེད་རྒྱེན་གྱིས་བཅོམ་བར་མ་ལྟར་ན། །འབྲས་བུ་བདེ་བ་རྒྱུད་མི་ཟ་བར་འབྲུང་། །དེ་  
 བཞིན་མི་དགེ་བསགས་པ་འང་བཤགས་སོགས་གྱིས། །དག་ཕྱེད་རྒྱེན་གྱིས་དག་  
 བར་མ་བྱས་ན། །འབྲས་བུ་སྐྱེག་བསྐྱེལ་རྒྱུད་མི་ཟ་བར་འབྲུང་། །དེ་ཕྱིར་ལས་ནི་སོ་  
 སོར་དེས་པ་དང་། །འཕེལ་ཆེ་བ་དང་མ་བྱས་མི་འཕྲད་དང་། །བྱས་པ་ནམ་ཡང་རྒྱང་  
 མི་ཟ་བའི་ཕྱིར། །དགེ་བའི་ལས་ནི་འབའ་ཞིག་ལྟར་གྲངས་འིང་། །དེ་ཡང་སྐྱོ་མོ་ཡན་  
 ཆད་ལ་བརྟམ་དང་། །འདོད་ཅན་ཞོར་གསོག་ཇི་བཞིན་མི་ངོམས་བྱ། །བྱས་རྣམས་  
 ཁོང་ཁོ་སོགས་གྱིས་མི་འཛོམས་བརྟམ། །མི་དགེའི་ལས་ནི་ནམ་ཡང་མི་བྱ་  
 ཞིང་། །དེ་ཡང་སྐྱོ་མོ་ཡན་ཆད་སྟོང་བ་དང་། །བར་དུ་དུག་སྐྱེལ་འོངས་ལྟར་འཇིགས་  
 བྱུ་ཞིང་། །བསགས་ཟིན་སྟོབས་བཞིས་འདག་དེས་ཉིད་དུ་སྐྱུང་། །ཁྱད་བར་མཛོན་  
 མཛོ་ཅོམ་གྱིས་མ་ཆོམས་བར། །བྱང་རྒྱལ་བསྐྱེལ་ལ་ས་ཆོད་འབྲུང་བའི་ཕྱིར། །རྣམ་

སློབ་བརྒྱུད་ལྟོན་ཅེན་མཚོ་ག་ཚོ་བ་པའི་རྒྱ། །ཀུན་ལའང་བདག་གིས་བཙོན་བས་  
བསྐྱབ་བར་བྱ། །དེ་རྣམ་ཅུས་པར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །

### སྐྱེས་བུ་འབྲིང་ལས།

#### མིའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་སྐོམ་ཚུལ་གྱི།

དེ་རྣམ་སྤྲིག་སྐོར་དགེ་ལ་འབད་ན་མཛོན་མཛོའི་ཅེན་ཞིག་ཉིད་མོད་  
གྱང་། །འཁོར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཡོངས་སུ་ཟད་བའི་ཐར་བའི་གནས་དེ་མ་ཚོ་བ་  
ན། །སྐར་ཡང་རབ་འཕྲོར་འབྲུམས་པར་འགྱུར་བྱིང་ཡིད་བརྟན་མེད་པར་མ་ཟད་  
དེ། །ཅེན་དེ་ཉིད་ལའང་བདེ་བའི་སྐྱབས་མེད་སྐྱུག་བསྐྱེད་རང་བཞིན་ཉིད་ཡིན་  
ཏེ། །མི་རྣམས་མངལ་དུ་རྣག་ཁག་ལ་སོགས་རབ་ཏུ་མི་གཙང་བྱིང་ཞིང་། །སྐྱེས་བུས་  
ཡོངས་གང་ཆེས་ཆེར་དོག་བའི་ལྷོད་ལྷང་ཤིན་ཏུ་ཡ་ངའི་ཚོད། །ལུས་ནི་བཙེང་བ་  
བཞིན་དུ་བསྐྱུམས་ཤིང་ཤ་མའི་སྣོད་གྱིས་ཀུན་ནས་དགྱིས། །མ་ཡི་སྣོད་ལམ་  
སོགས་ལ་བཅེན་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་དུ་མ་རིང་དུ་ལྷོང་། །དེ་ནས་ལས་གྱི་རྣམ་སློབ་  
ལས་སྐྱེས་རྒྱུང་གིས་སྐར་དུ་ཁ་བརྟན་ཏེ། །རྩུས་པའི་འབྲུམ་འཁོར་ཤིན་ཏུ་དོག་ཅིང་  
མི་གཙང་བྱིང་འི་སྣོད་གལ་ལས། །འག་ཅིང་རྩུབ་བའི་ཚོར་བ་བཟོད་དགས་ཉམ་ཐག་  
བཞིན་དུ་བཙེས་ནས་གྱང་། །མི་འདོད་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཆར་བཞིན་འབབ་པའི་སྐྱེ་བའི་  
སྐྱུག་བསྐྱེད་འདི་རེ་འདྲིགས། །སྐར་གྱི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་གཞིན་ཅུའི་ལུས་དེ་རིམ་འགྱུར་རང་  
ལུས་འཕོས་པ་ལྟར། །ལུས་སྐྱུར་མདོག་ཉམས་སྐྱུ་རྣམས་དགའ་ཞིང་བདེ་མོར་འཕྲོ་  
ཡང་གོམ་འཕྲོས་འཕྲོར། །འཕྲོ་བས་བྱི་བས་གཉེར་མས་ཁེབས་ཤིང་བགས་པ་དག་



།ཀྱང་ལྷུག་ལྷུག་འབྲུང་། །སོ་སྲིད་འཛོལ་ཞིང་ཟས་ལ་ཡིད་སློན་སྲུ་ལྷེ་ལྷི་བ་ཅིང་བརྗེད་  
 དས་ཆེ། །མིག་ག་ལྷུག་ས་མི་མཛོང་ན་བ་མི་གསལ་ལྡང་འདུག་དཀའ་ཞིང་གཞན་  
 གྱིས་བརྟུལ། །བཟའ་བཏུང་དག་གྲང་འཇུ་དང་སློད་དཀའ་སླེ་བོ་ཀུན་གྱི་ཡིད་མི་  
 འབབ། །དེ་ལོ་ལོ་ལོ་འདི་ལྟར་གྲུང་བས་སྲུང་དུ་འཆི་བར་འགྲུང་སྲུང་བའི། །སྲུག་  
 བསྐལ་ཆེན་པོས་ཉེན་བཞེན་གཟེར་བའི་གསལ་བའི་སྲུག་བསྐལ་འདི་རེ་སྟོ། །འགྲུང་བ་  
 འཇུག་པའི་ནད་གྱིས་བཏབ་སྟེ་བསྐལ་བསྟོད་དཀའ་ཞིང་མལ་དུ་ལུས། །ནད་ལྷག་  
 དག་པོས་ཉལ་དུ་འཇུག་ཞིང་ཉེན་མཚན་མི་འཁྲོལ་དུ་ཞིང་སྟུ། །ཡིད་དགར་འོང་བ་  
 སློད་པའི་དབང་མེད་མི་འདོད་བཟའ་བཏུང་སྟུན་སོགས་སྟེ། །ནད་ཀྱི་ལྷག་དུས་  
 ཉལ་དུ་མཐར་བཞེན་དུང་གཏར་སྟེག་ལ་སོགས་སྟོང་། །སྟོད་ལམ་དག་གྲང་གང་  
 དགར་གྲུང་མེད་མདངས་ཉམས་སྐྱད་དམའ་ལྡང་མི་ལུབ། །ནད་ཀྱི་དབང་གིས་གནས་  
 ལུས་ལོངས་སྟོད་འཁོར་དང་གྲོགས་ཀུན་དག་དུ་འཆར། །ཡིད་མི་བདེ་བས་ཉེན་  
 མཚན་འདའ་ཞིང་ནད་དེས་འཆི་བར་དོགས་པ་ཡི། །སྟུང་བ་ཕྱགས་གྱིས་ཆེས་ཆེར་  
 འོན་པའི་ན་བའི་སྲུག་བསྐལ་འདི་རེ་སྟུ། །ལུས་ཀྱི་ནད་དམ་ཆེན་གཞན་དག་གིས་  
 འཆི་བདག་ཁ་དུ་མའོན་སྟོགས་ཏེ། །གང་དུ་འཆི་ནད་དག་པོས་ཟེན་ནས་མལ་གྱི་ཐ་  
 མར་འདྲེ་སྟོག་ཅིང་། །སྟུན་བས་མ་པན་རིམ་གྲོས་མ་བརྗོག་རང་གཞན་གསོན་པའི་  
 རེ་ཐག་ཆད། །གཉེན་བཤེས་དུ་བས་མཐའ་ནས་བསྐྱོར་ཞིང་རང་གི་གདོང་ཡང་མཆི་  
 མས་བཤལ། །ཁ་ནས་ཐ་མའི་ཆོག་རག་སྟུ་ཞིང་ག་ཤིན་དག་དུར་གྱི་གསོམ་ར་  
 འདིང་། །སྟུ་ཞོམ་ཁ་བསྐྱམས་མིག་ནི་གྲེན་སྟོག་རར་རར་དཔུགས་བཅེགས་ཅི་གྲུང་  
 གྲུང། །གཉེན་ལུས་ལོངས་སྟོད་གྲོགས་ལ་ཆགས་པའི་སྟུང་གྱིས་གདུང་སྟེག་པས་  
 འགྲོད། །གནད་གཅོད་དག་པོས་རྐང་ལག་གཡོ་བ་སོགས་འཆི་བའི་སྲུག་བསྐལ་འདི་

རེ་འཇིགས། །དེ་སྐྱོད་སྐྱེ་ག་ན་འཆིའི་དག་བཞིས་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བཞིན་མཐར་བ་  
 ཡི། །བར་སྐྱབས་སྐྱ་ཡང་སྐྱལ་བསྐྱལ་མང་པོས་བདེ་བར་གཞན་པའི་སྐྱབས་མེད་  
 དེ། །ཞེ་འགས་དག་དང་ཚོམ་རྒྱན་གཅན་གཟན་མི་མིན་མེ་ཚུའི་འཇིགས་བ་  
 སོགས། །འཁོར་ཏུ་མི་སྐྱལ་དག་དང་མང་པས་ཡིད་ནི་སྐྱ་རན་ཁྱུང་བྱར་ཚུད། །ཆེས་  
 ཚེར་པངས་ཤིང་སྐྱིད་ཏུ་སྐྱལ་བའི་གཉེན་བཤེས་ལོངས་སྐྱོད་འཁོར་སོགས་  
 དང་། །རང་དབང་མེད་པར་བྲལ་བར་གྱུར་ཆེ་དེ་ཉིད་བྱན་པས་ཡིད་གཏུངས་  
 ཉེ། །རག་ཏུ་སྐྱེ་སྐྱལ་ཅི་ཡང་འབྲིན་ཞིང་མཆི་མས་མནངས་ཉེ་བརྒྱལ་ཞིང་  
 འབྲེལ། །ཡན་ལག་བདེབས་ཤིང་སྐྱ་ཡང་འབལ་བྱེད་སྐྱ་བ་སྐྱུངས་ཤིང་ཟས་གྲང་  
 གཙོད། །སོ་ནམ་བྱས་གྲང་སྐྱོན་ཐོག་མ་བྱུབ་འཚོ་སྐྱོད་བྱས་གྲང་སྐྱལ་མ་  
 འཕེལ། །ཚོང་ལ་ཞུགས་གྲང་ཁེ་སྐྱོགས་མ་ཐོན་སྐྱིད་དང་སྐྱོང་ཡང་རེ་བ་དེ། །མི་འགྲུབ་  
 བ་སོགས་འདོད་པའི་དངོས་པོ་ངལ་བརྒྱས་བཅའ་ཡང་མི་རྟེན་ཅིང་། །སང་ཐོན་གྱོད་  
 ཆགས་ཁ་མཚུ་ལ་སོགས་མི་འདོད་དངོས་པོ་ཐོག་ཏུ་འབབ། །འཕྱོར་པས་ལོངས་  
 རྣམས་བཟོ་སོགས་ལས་དང་གཞན་གྱི་བྱན་དང་ཁོལ་པོས་མནར། །ལོངས་སྐྱོད་ལྡན་  
 རྣམས་དེ་ཉིད་བསྐྱུང་དང་སྐྱེལ་བ་སོགས་གྱིས་རྟག་ཏུ་ངལ། །གཞན་ཡང་ཆོ་གྲང་  
 བཤེས་སྐྱོམ་དབྱུལ་ལོངས་པན་རྒྱན་འབབ་ཅིང་རྩོད་པ་སོགས། །མི་ཡི་གནས་ནའང་  
 སྐྱལ་བསྐྱལ་མང་འབྲུག་རན་འགྲོའི་འཇིག་རྟེན་དག་དང་མཚུངས། །

སྐྱ་མ་ཡིན་གྱི་སྐྱལ་བསྐྱལ་སྐྱོམ་རྩལ་ལེ།

སྐྱ་མིན་རྣམས་གྲང་སྐྱ་ཡི་དཔལ་འཕྱོར་བྱན་སྐྱམ་ཚོགས་བ་གང་དེ་  
 ཉིད། །སྐྱིང་ལ་ཚེར་མ་སྐྱ་བྱར་རྒྱལ་བའི་སྐྱལ་དོག་མེ་སྐྱེས་ཡིད་གཏུངས་ནས། །སྐྱ་

དང་འཕྲུལ་ཅིང་འདོད་ལ་བརྟེན་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་མི་བཟད་ཉམས་སྲུ་སྐྱོད། །ཤེས་  
རབ་སྤྲོད་ཡང་ཞུ་སྤྲོད་སྤྲོད་བས་ཐར་ལམ་བསྐྱེད་བའི་སྐྱེད་བ་བཟུ། །

འདོད་སྤྲོད་སྤྱད་བསྐྱེད་སྐྱོམ་ཚུ་ལ་ཞེ།

འདོད་བའི་སྤྲོད་ཉམས་གནས་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་སྤྱད་སྤྲོད་ཚོགས་བའི་མོད་  
ཉིད་ཏུ། །སྤྱོད་ལུས་སྤྲོད་ཀྱི་གཞི་མདངས་ཉམས་ཤིང་འདུག་བའི་སྤྲོད་ལ་ཡིད་མི་  
དགའ། །མེ་ཉོག་སྤོང་ཉིང་གོས་ལ་འི་ཚགས་སྤོབ་མེད་ལུས་ལ་རྒྱལ་འབྱུང་  
སོགས། །སྤྱུང་ཏུ་འཆི་བའི་སྤྲོད་ཀྱིས་ཞིབ་ཆེ་མི་ཞུས་འཆི་སྤྲོད་ཀྱིས་ཞིབ་  
སྤྲོད། །རིན་ཆེན་ལས་ཀྱུ་གནས་དང་ཁང་བཟང་བདུད་ཅི་འེ་ཟས་དང་ལོགས་ལ་  
སོགས། །ཆེས་ཆེར་སྤྱོད་ཏུ་འབབ་བ་ཞུས་དང་བྲལ་ནས་འཇིག་རྟེན་ལ་འོལ་  
ཏུ། །འཕྱོ་བར་ཤེས་ཤིང་གང་ཏུ་སྤྱོད་བའི་གནས་ཀྱང་མདོན་བར་རིག་གྱུར་  
ནས། །སྤྱད་དང་བྲལ་བའི་སྤྱོད་དག་པོ་ཤིན་ཏུ་བཟོད་དགའ་འདོད་ཏུ་སྐྱོད། །གཞན་  
ཡང་སྤྲོད་མེད་དུང་དང་འཕྲུལ་ཆེ་ཡན་ལག་ཉིང་ལག་ཆད་བ་དང་། །སྤྲོད་ཀྱི་བྲལ་དང་  
གསོད་བས་སྤྱད་བསྐྱེད་བསོད་ནམས་ཚུང་བའི་སྤྲོད་དག་ཞེ། །སྤྲོད་གཞན་ལོངས་སྤྱོད་  
སྤྱོད་ཆེན་མང་བའི་དབུ་འཕྱོར་མཚོང་ཆེ་སྤྱོད་ཡང་བཞོད། །སྤྱོད་སྤྲོད་མཚུ་ཡིས་  
ཉམས་ཚུང་སྤྲོད་ཉམས་གནས་ནས་སྤྱོད་སོགས་སྤྱད་བསྐྱེད་ཅན། །མདོད་ལ་འདོད་ལ་  
སྤྱད་བར་ཚགས་བས་ལན་སྤྲོད་ཆུ་སྤྱོད་འཕྱུང་བ་སྤྲོད། །འོལ་བ་མེད་བས་ཉག་ཏུ་  
མནར་གྱིར་དེ་ལ་བདེ་བའི་གོ་སྐྱབས་ཅི། །སེམས་ཀྱི་སྤོང་ཆེན་འདོད་འདུན་སྤྱོད་  
ཚུས་ཆེས་ཆེར་སྤྱོད་བར་གྱུར་བ་ཡིས། །དམ་ཚོས་ཞེ་བའི་སྤྱོད་སྤྱོད་ལུས་བའི་  
སྤྱོད་བ་དག་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་དམན། །

ཁམས་གོང་མ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིབ་སྤྱད་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཚུལ་ལོ།

ཁམས་གོང་གཉིས་ན་སྤྱད་བསྐྱེད་དེ་དག་མདོན་གྱི་མེད་པར་བཤམ་ཉལ་  
ཡང་། །སྤྱད་བསྐྱེད་དང་ནི་ཉེས་པའི་ཚ་བ་ཉོན་མོངས་དང་ལྡན་སྐྱིབ་པར་  
བཅས། །འཆི་འཕོ་གནས་ལ་རང་དབང་དང་བྲལ་འདུ་བྱེད་སྤྱད་བསྐྱེད་རྒྱལ་རྒྱ་  
ཆེས། །ཉལ་ཏུ་མཁར་བའི་རང་བཞིན་ཉིད་ལས་སྦྲར་ཡང་སྤྱིར་སྤྱད་ཡིད་བཟླ་  
བྲལ། །མདོར་ན་སྤྱད་དང་མི་ཡི་ཉེན་བཟང་རི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཐོབ་གྱུར་གྱང་། །མཁའ་ལ་  
སྤྱིར་བའི་བྱ་ཡི་ཚུལ་བཞིན་དགོ་བའི་ལས་མཐུ་ཟད་པ་ན། །སྦྲར་ཡང་དཔྱལ་བ་ཡི་  
དུགས་དུང་འགྲོའི་གནས་སུ་སྤྱད་ནས་སྤྱད་བསྐྱེད་ན། །ཤེ་མ་མཐོ་རིས་དཔལ་འགྲོར་  
དེ་ཡང་མི་ཉལ་བསྐྱེད་བའི་རང་བཞིན་ཉིད། །

སྤྱད་བསྐྱེད་དུག་བསམ་ཚུལ་ལོ།

སྒྲོན་ཆད་བདག་གིས་ལུས་སྦྲངས་པ་ཡི་ཤ་རུས་མ་གོད་སྤྱད་པོར་  
མཉམ། །ཞིག་དང་རྒྱ་མེར་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་ན་རྒྱ་མཚོའི་གཉིང་མཐའ་དང་མཚུངས་  
ཤིང་། །ཚངས་དང་བརྒྱ་བྱིན་འཁོར་ལོས་བསྐྱེད་དང་སྤྱི་མི་པལ་བའི་ལུས་སྦྲངས་  
པའང་། །བགྲང་བར་དཀའ་ཡང་མ་ལུས་དོར་ཟེན་ལུས་ཐོབ་པ་ལ་ཡིད་བཟླ་ཅི། །ཆེ་  
རབས་སྒྲོན་མའི་མི་སྤྱད་དག་ཡང་ཆེ་འདྲིའི་གཉེན་གྱིར་པན་པ་བསྐྱེད། །སྒྲོན་མའི་  
གཉེན་ཡང་ཆེ་འདྲིའི་དག་ཡི་དུངས་མར་གྱུར་ནས་སྤྱོད་ལའང་ཚོལ། །འདྲི་ཉིད་དུ་  
ཡང་དག་དང་གཉེན་ཚམས་ཆེ་ཡི་སྒྲོད་སྒྲད་ལོ་རྒྱ་དང་། །ཞལ་རེར་རྒྱད་ཅིག་རྒྱད་  
ཅིག་གིས་འགྱུར་པན་གཞོན་བྱེད་ལ་ཡིད་བཟླ་ཅི། །ཚངས་དབང་འཁོར་བསྐྱེད་  
སྤྱོད་ལ་དབང་བསྐྱེད་ནས་ཞིག་བྲན་དང་ཁོལ་པོར་གྱུར། །སྤྱིར་བཞིན་སྤྱད་བྱེད་ཉི་



མའི་མཐའ་ཉི་མི་མངོན་གསུངས་ན་དེས་ན་མོག་མ་མེད་པ་ནས། །སྲིད་འདྲིར་ཉིང་  
མཚམས་སྐྱར་བའི་མཐའ་ཉི་གང་གིས་མངོན་ལུས་ལེགས་པར་སོམས། །

སྐྱལ་བསྐྱལ་གསུམ་བསམ་ཚུལ་ལ།

དེ་ལྟར་སྐྱལ་བསྐྱལ་སྐྱལ་བསྐྱལ་གྱིས་ནི་སྐྱལ་སེམས་མཁར་བ་ཙམ་མ་  
ཟད། །འཁོར་བའི་གནས་ན་ཟག་བཅས་ཚོར་བ་བདེ་བར་སྐྱར་བ་ཐམས་ཅད་  
ལྱང་། །སྐྱལ་བསྐྱལ་འགགས་ལ་བདེ་བར་སྐྱར་ལས་དོ་བོ་ཉིད་གྱི་བདེ་མིན་  
ཞིར། །ཁྱད་བར་འདུ་བྱེད་སྐྱལ་བསྐྱལ་གྱིས་ནི་ཉག་ཏུ་ཟེན་པ་ཉིད་ཏུ་  
གསུངས། །མངོར་ན་འདེགས་དགའི་ཁྱར་ཆེན་འཁྱར་དགོས་དེ་སྲིད་བདེ་བའི་  
སྐབས་མེད་བཞིན། །ཉིང་ལེན་སྐྱར་འདྲིའང་རི་སྲིད་བཟུང་དགོས་དེ་སྲིད་བདེ་བའི་  
སྐབས་མེད་དེ། །སྐར་པོ་འདི་ནི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་སུ་མའི་གཞན་དབང་ཏུ་སྐྱར་  
ཅིང་། །ཕྱི་མའི་སྐྱལ་བསྐྱལ་ཉོན་མོངས་ཀུན་སྐྱེའི་ས་པོན་རྒྱན་ཆགས་དང་རྣམ་  
བས། །ཆེ་རབས་ཕྱི་མའི་སྐྱེ་སྲིད་དང་ནི་སྐྱལ་བསྐྱལ་ཀུན་ལྱང་འདིས་འདྲེན་  
ཞིང་། །ཆེ་འདིའི་སྐྱེ་གན་འཆི་སོགས་ཀྱི་སྐྱལ་བསྐྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ཉེན་ཏུ་སྐྱར། །སྐྱལ་  
བསྐྱལ་དང་ནི་འགྱུར་བའི་སྐྱལ་བསྐྱལ་རྒྱ་ལས་རྒྱ་ཏུར་རྒྱལ་གྱིས་བསྐྱེད། །ལྱལ་ཙམ་  
ཉིད་ནས་ལས་ཉོན་དབང་སྐྱར་བདེ་མེད་སྐྱལ་བསྐྱལ་རང་བཞིན་གོ། །དེ་སྲིད་སྐྱར་  
པོའི་སྐྱལ་བསྐྱལ་ཀུན་ཟད་ཞི་བ་མཚོག་དེ་མ་ཐོབ་ན། །ཁམས་གསུམ་རིགས་རྣམ་  
གང་ཏུ་སྐྱེས་ལྱང་ཚོར་མའི་དོར་ཏུ་གནས་པ་བཞིན། །སྐྱལ་བསྐྱལ་གསུམ་གྱི་རང་  
བཞིན་ཉིད་ལས་བདེ་བའི་པོ་སྐབས་མ་མཆིས་པས། །དེ་ཉི་འཁོར་བའི་བཙོན་ར་འདི་  
ལས་བདག་ནི་ནམ་ཞིག་ཟར་བར་འགྱུར། །



བསྟན་པའི་ཙུ་བ་ཚུགས་པར་གྱ། །དེ་ལྟར་བྱས་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། །

སྐྱེས་ཏུ་ཆེན་པོ་ལས། །དེར་འཇུག་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་བསམ་ཚུལ་ནི།

དེ་ལྟར་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་ལེགས་བསྐྱབ་ན། །རང་ཉིད་སྲིད་པའི་མཚོ་ལས་  
གོལ་མོད་ཀྱང་། །སེམས་ཅན་འཁོར་བར་མནར་ལ་མི་སེམས་བར། །རང་ཉིད་དེ་  
ལས་གོལ་བྱིར་བཙོན་པ་ནི། །མ་གཞན་བཙོན་རར་རྒྱུད་པ་ཡལ་བོར་ནས། །རང་ཉིད་  
ཅི་ཐར་བྱེད་པ་རི་བཞིན་དུ། །དེ་ལས་ཁེལ་གཞུང་རྒྱུད་པ་སུ་ཞིག་ཡོད། །དེ་བས་འགོ་  
ཀུན་བདག་གིས་སྐྱོལ་བར་གྱ། །

སེམས་སྟོམས་པ་བསྐྱབ་ཚུལ་ནི།

དེ་ཡང་ད་ལྟ་འགོ་བ་འདི་དག་ཀུན། །དག་གཉེན་བར་མར་སྤང་ཞིང་དེར་ཞེན་  
ཉེ། །དག་ལ་སྤང་དང་གཉེན་ལ་ཆགས་པ་དང་། །བར་མའི་འགོ་ལ་བཏང་སྟོམས་སྐྱེ་  
མོད་ཀྱང་། །ད་ལྟ་དག་ཏུ་སྤང་བ་འདི་དག་གིས། །སྟོན་ཆེ་ལན་གངས་མང་ཏུ་མ་བྱས་  
ཉེ། །འོ་མས་གསོས་ཤིང་བཅེ་བས་བསྐྱངས་པ་སོགས། །ལན་པ་བསྐྱབ་ཅིང་གཞོད་  
པ་ཀུན་ལས་སྐྱོབ། །ད་ལྟ་གཉེན་ཏུ་སྤང་བ་འདི་ཀུན་ཀྱང་། །སྟོན་ཆེ་དག་ཡི་རྟེན་  
མར་གྱུར་ནས་ནི། །གསོད་དང་བརྟེན་དང་གསོན་པོར་ཟ་བ་ཡང་། །ལན་གངས་ཏུ་  
མར་བྱས་པ་ཉིད་ཏུ་གསུངས། །ད་ལྟ་བར་མར་སྤང་བ་འདི་དག་ཀྱང་། །ཆེ་རབས་ཏུ་  
མར་དག་གཉེན་སྟོམས་སུ། །གྱུར་ནས་ཁོ་བས་གཞོད་པ་བསྐྱལ་བ་དང་། །བཅེ་  
བས་ཐན་བཏགས་པ་ཡང་གངས་མཐའ་ཡས། །དེ་སྲིད་འགོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་  
ནི། །གང་ལ་ཆགས་ཤིང་གང་ལ་སྤང་བར་གྱ། །དེ་ཞི་ཆགས་སྤང་རིས་སུ་མི་གཙོད་



བར། །ཐམས་ཅད་རང་གི་གཉེན་ཏུ་སེམས་སྟོམས་བསྟེ། །གལ་ཏེ་དག་གཉེན་དེས་བ་  
མེད་པའི་སྲིད། །གཞོན་པ་བྱ་དང་མན་པ་བསྐྱབ་པ་ནི། །གང་ཡང་མི་རིགས་བཏང་  
སྟོམས་སུ་སྟོན་པ། །རིགས་སོ་སྣམ་ན་དེ་ནི་རིགས་མིན་ཏེ། །སྟོན་ཆེ་དགའ་གྱུར་  
ཀུན་ནས་འཆེ་བ་ནི། །པ་མར་མ་ཤེས་འཁྲུལ་པས་ཁོ་མི་རིགས། །སྟོན་ཆེ་གཉེན་  
གྱུར་པན་པ་བསྐྱབ་པ་ནི། །དོན་ལ་གནས་སྲིད་པན་པན་ཅེས་མི་བྱ། །

མར་ཤེས་སྟོམ་ཚུལ་ནི།

དོན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དོན་ཏུ་ན། །རང་གི་མ་ཏུ་གྱུར་པ་ཅེ་ཞེ་ན། །རང་  
གི་སྐྱེ་བའི་ཐོག་མའི་མཐའ་མེད་བར། །གངས་མཐའ་མི་མངོན་ལུས་གྲངས་དེ་སྲིད་  
དོ། །གལ་ཏེ་སེམས་ཅན་མཐའ་ཡས་དེ་ཡི་སྲིད། །ཐམས་ཅད་རང་གི་མར་གྱུར་མི་  
འཐད་དོ། །སྣམ་ན་འཐད་དེ་སེམས་ཅན་གངས་མེད་བཞིན། །རང་གི་སྐྱེ་བའང་གངས་  
མཐའ་མེད་པས་སོ། །དེ་ཡི་རྒྱ་མཚན་སེམས་འདི་འདི་ཅེས་ནས། །གྲུབ་ཅེས་ཐོག་  
མཐའ་བསྐྱབ་ཏུ་མེད་པའི་སྲིད། །ལུས་གྲངས་པ་ཡི་མཐའ་ཡང་མི་མངོན་ལ། །དེ་ཆེ་  
དོད་གཤེད་སྐྱེས་དང་རྩལ་སྐྱེས་སུ། །སྐྱེ་བར་གྱུར་པའི་སྐབས་ནམས་མ་གཏོགས་  
པ། །མངལ་སྐྱེས་སྐྱོང་སྐྱེས་གང་ཏུ་ལུས་གྲངས་གྱུར། །པ་དང་མ་དེ་དེས་པར་དགོས་  
པའི་སྲིད། །ཐམས་ཅད་རང་གི་མ་ཏུ་རིགས་བས་གྱུབ། །ཀུན་མཁྲིན་རྣམས་མི་གསུང་  
བ་དེ་ཡིས་གྱུར། །འཁོར་བར་འཁྲུལ་ས་པའི་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །སྟོན་ཆད་  
གནས་འདིར་མ་སྐྱེས་ཞེས་བྱ་དང། །ལུས་ནི་འདི་འདྲ་བཞིག་མ་གྲངས་དང། །པན་  
ཚུན་པ་མ་སྐྱབ་ཆེ་གཉེན་བཤེས་སུ། །གྱུར་མ་སྟོང་བ་དང་ཡིས་མ་མཐོང་  
ཞེས། །གསུངས་སྲིད་ལུང་གིས་གྲུབ་པ་དེ་བས་ན། །འགྲོ་བ་འདི་ཀུན་བདག་གི་མར་

རྒྱུ་རྒྱུ་མཚན་དེས་ན་ཆེ་འདིའི་པ་མ་ཡང་། །ཤི་ནས་ངོ་མི་ཤེས་ལྟར་འགྲོ་བྱུང་  
གྲང་། །སྤྲེ་ཤི་འཕོས་པས་ངོ་མི་ཤེས་མ་གཏོགས། །དོན་དུ་འིབ་གྱིས་བསྐྱུངས་པའི་  
མ་ཤ་སྟག་།

འིབ་འིབ་བསྐྱོམ་ཚུལ་གྱི།

འིབ་འིབ་གྱིས་འི་ལྟར་བསྐྱུངས་སྟུང་ན། །དེ་ཡང་ཆེ་འདིའི་མ་ཚན་འདི་ཉིད་  
གྱིས། །དང་པོ་ཁོག་ཏུ་རྒྱ་དགུ་ངོ་བཅུའི་བར། །འི་ལྟར་ལག་ན་རིན་ཆེན་སྟོད་ཐོགས་  
ལྟར། །འགྲོ་འཆག་ཉལ་འདུག་སྟོད་ལམ་ཐམས་ཅད་དུ། །བདག་ལ་གཞོད་དོགས་  
བག་ཚོན་ཆེན་པོ་དང་། །བཟའ་བཏུང་སོགས་གྲང་གང་དགའ་བྱུང་མེད་བར། །པན་  
ནམས་བསྟེན་ཅིང་གཞོད་ནམས་འབད་ནས་སྟོད། །དེ་ནས་བཅས་ཆེ་སྟུག་བསྐྱུང་  
བཟོད་དགའ་བས། །མནར་ཡང་རང་གི་སྟུག་བསྐྱུང་མི་སེམས་བར། །ཡིད་བཞིན་  
འོར་བུ་ཉིད་པ་འི་ལྟ་བར། །གཅེས་པར་བཟུང་བས་ཐོག་མར་འིབ་དུ་ཆེ། །བཅས་  
པར་གྱུར་ནས་བ་སྐྱུ་ཟིང་དེ་བ། །རང་གི་མི་གཅང་དོར་བའང་མི་ཤེས་ཤིང་། །པན་  
དང་གཞོད་པ་སྤྲོ་མོའང་མི་ཤེས་པ། །དེ་ཉིད་འབད་པ་དུ་མས་གསོ་བར་བྱེད། །དེ་  
ཡང་ལུས་བཅུད་འོ་མ་ལྟར་བྱེད་ཅིང་། །འགྲོ་འོད་བཅར་འཇམ་པའི་གོས་གྱིས་  
སྤྲིལ། །འགྲོ་ཆེ་རྒྱབ་དང་འདུག་ཆེ་པར་དུ་ཁྱུར། །སྤྲེ་ཡིས་ཟས་བསྟོད་སྐྱབས་གྲང་ཁ་  
ཡིས་གྱིས། །མི་གཅང་བ་ཡང་ལག་པས་སེལ་བྱེད་ཅིང་། །རང་གི་བུ་ཞེས་སོར་སོ་  
བཅུ་ཡིས་གཡེང་། །བཅེ་སེམས་གྱིས་བསྐྱུངས་བྱམས་པའི་མིག་གིས་བསྟུག་། །སྟོན་  
པའི་མིང་ནས་བོས་ཤིང་འཇུ་མ་གྱིས་བསྐྱུས། །མེ་ཚུ་གཡང་པའི་འཇིགས་པ་ལས་  
སྟོབ་ཅིང་། །བདག་ཀི་ན་ལས་མ་རང་ན་བ་དང་། །བདག་ཀི་ཤི་ལས་མ་རང་ཤི་དགའ་

སོགས། །སྒྲིང་ནས་མྱེད་པས་བར་དུ་འིབ་དེ་ཆེ། །དེ་ནས་དེམ་གྱིས་ན་རུ་སོན་པའི་  
 ཆོ། །ཟ་ལུགས་འཇུང་ལུགས་འགོ་ལུགས་སྡོད་ལུགས་སྡོལ། །འབྲུགས་དུས་ལོས་  
 དང་བཤེས་དུས་ཟས་སྒོམ་གྱིན། །སྤྲིག་སྤུག་གིས་བསྐྱུབ་ཚོར་རྣམས་རང་གིས་  
 །ཡང་། །སྒྲིང་མ་སོད་པ་ཀུན་ཡང་པངས་མེད་དུ། །བདག་ལ་སྒྲིབ་སོགས་ཐ་མར་འིབ་  
 ཆེ་ཞིང་། །ཆེ་འདི་ཁོ་ནར་མ་ཟད་ཆེ་རབས་གཞན། །མར་སོར་ཡང་ཉི་དེ་ལྟར་འིབ་  
 གྱིས་བསྐྱུངས། །འདི་ཡིས་རི་ལྟར་འིབ་གྱིས་བསྐྱུངས་པ་བཞིན། །རྒྱུད་ལྡེའི་འགོ་བ་  
 འདི་དག་ཀུན་གྱིས་ཡང་། །མི་རུ་ཡུར་པའི་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ། །དེ་དེ་  
 བཞིན་དུ་ཡང་ཡང་འིབ་གྱིས་བསྐྱུངས། །མི་ལས་གཞན་པའི་མངས་སྐྱེས་སྒོར་སྐྱེས་  
 གྱི། །སྐྱེ་བར་ཡུར་པའི་སྐབས་ནའང་འདི་དག་གིས། །རང་གི་ཤེས་ཚོད་ལུས་ཚོད་  
 དང་བསྐྱུན་པའི། །གཞོན་སེལ་པན་པ་བསྐྱུབ་པའང་དབག་ཏུ་མེད། །

འིབ་གཞོ་སྒོམ་ཚུལ་ལྟེ།

དེ་ལྟར་འགོ་འདི་བདག་ལ་འིབ་ལིན་ཏུ། །ཆེ་ཡང་འིབ་གཞོ་མེད་པར་ཡལ་  
 བོར་བ། །དེ་ནི་མ་རབས་སྡོད་ཚུལ་ཐ་ཆད་དེ། །དེ་བས་བདག་གིས་འིབ་གཞོ་ཅེས་མི་  
 ལྟ། །ཉོན་མོངས་གདོན་ཆེན་དག་སོས་སེམས་སྡོལ་ཞིང་། །ཐར་ལམ་མིག་གསལ་བཤེས་  
 གཉེན་དམིགས་ལུས་སོར། །ཉེས་སྡོད་གྱིས་འཁྱོར་ངན་འགྲོའི་གཡང་ས་ཏུ། །ཚོགས་  
 བླམས་ཡལ་བར་འདོར་བ་རི་ལྟར་སོང། །འོན་ཡང་འཁོར་བའི་བདེ་ལ་སྡོར་བའི། །མ་  
 བླན་རང་གི་འང་སྡོན་ཆད་མང་སྡོང་ཡང་། །བསྐྱུས་སྤྲིང་འིབ་གཞོ་ཡང་དག་ཏུ་མི་  
 འཇུག། །དེ་སྤྲིང་ཐར་པའི་བདེ་ལ་དགོད་པར་བགྱི། །

བྱམས་པ་སྐོམ་ཚུལ་ནི།

དེ་ཡང་མ་ཀའ་འདི་རྣམས་བདེ་འདོད་ཀྱང་། །པལ་ཆེར་དེའི་རྒྱ་དགེ་བར་མ་  
ཤེས་ཤིང་། །ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱི་འད་སྐྱབ་པར་མི་བྱེད་ལ། །བསྐྱབ་ཀྱང་ཉོན་མོངས་  
དབང་གིས་བསྐྱབ་མ་རུས། །དེ་ཕྱིར་མ་བྱས་ལས་དང་མི་འཕྲད་ཕྱིར། །ངན་འགོ་  
རྣམས་ནི་ཉལ་ཏུ་བདེ་བས་ཕོངས། །བདེ་འགོ་རྣམས་ཀྱང་སྐྱབ་བསྐྱལ་བདེ་བ་  
རྟུ། །མཐོང་ལས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་བདེ་བས་དབེན། །དེས་ན་འདི་དག་ཀུན་མཁྱེན་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི། །བདེ་བ་མཚོག་དང་དེ་ཡི་རྒྱུར་གྱུར་པ། །ལམ་བཟང་རྣམས་དང་ལྡན་ན་ཅི་  
མ་རུང་། །ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག་འགྱུར་བར་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབས། །

སྒྲིབ་རྗེ་སྐོམ་ཚུལ་ནི།

དེ་བཞིན་འདི་ཀུན་སྐྱབ་བསྐྱལ་མི་འདོད་ཀྱང་། །པལ་ཆེར་དེའི་རྒྱ་མི་དགེར་  
མ་ཤེས་ཤིང་། །ཤེས་ཀྱང་མི་སྐོང་སྐོང་ལ་ཞུགས་ན་ཡང་། །སྐོང་བར་མི་རུས་མི་  
དགེ་ཉིད་སྐྱད་པས། །ལས་ནི་བྱས་པ་ཚུད་མི་ཟ་བའི་ཕྱིར། །དཔྱལ་བ་རབ་ཏུ་ཆོ་དང་  
གང་བས་གཏུང་། །ཡི་དུགས་བགེས་ཤིང་སྐོམ་པས་ཀུན་ཏུ་གཟིར། །དུད་འགོ་གསོད་  
བཀོལ་ཤིན་ཏུ་མོངས་པས་མནར། །མི་རྣམས་སྐྱེ་ག་ན་འཆིའི་སྐྱབ་བསྐྱལ་འཇུག། །ལྟ་  
མིན་སྐྱབ་དོག་འཐབ་ཚོད་ལས་ཀྱིས་མནར། །འདོད་ལྟ་འཆི་འཕོའི་སྐྱ་ངན་དག་པོས་  
སྐྱོ། །གཞུགས་དང་གཞུགས་མེད་འདུ་བྱེད་སྐྱབ་བསྐྱལ་ཅན། །དེས་ན་འདི་དག་སྐྱབ་  
བསྐྱལ་དེ་ཀུན་དང་། །དེ་ཡི་རྒྱུར་གྱུར་ཉོན་མོངས་རྒྱ་བཅས་དང་། །ད་ལྟ་ཉིད་དུ་བྲལ་  
ན་ཅི་མ་རུང་། །བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག་དེ་ལྟར་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབས། །

ལྷག་བསམ་སྒྲོམ་ཚུལ་ནི།

དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་། །བུལ་ཞིང་བདེ་དང་ལྡན་  
 བར་གྱུར་ཅིག་གུ། །སྤྲུལ་བའི་སྒྲོམ་ལམ་ཅན་གྱིས་མི་ཚོག་པར། །དེ་ལྟར་འགྱུར་བར་  
 བདག་གིས་བྱ་དགོས་སོ། །དེ་ཡི་རྒྱ་མཚན་ཆེ་འདིའི་མ་ཚད་གྱི། །བདེ་བསྐྱེད་སྤྲུག་  
 བསྐྱེད་བདག་གིས་བསམ་པ་དགོས་བཞིན། །སེམས་ཅན་གུན་གྱི་འདུག་བསྐྱེད་  
 སེལ་བ་དང་། །བདེ་བ་བསྐྱེད་བ་བདག་གིས་བྱ་དགོས་ཏེ། །སེམས་ཅན་ངོས་ནས་  
 བདེ་བ་འདོད་པ་དང་། །སྤྲུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་པར་ནི་མཉམ་གྱུར་ལ། །རང་གི་ངོས་  
 ཉན་འདོད་གྱིས་བསྐྱེད་པ་དང་། །མར་གྱུར་བ་ཡང་ཐམས་ཅད་མཚུངས་སྤྱིར་  
 རོ། །དེས་ན་འགྲོ་བ་འདི་དག་མ་ལུས་པ། །སྤིང་དང་ཞི་བའི་རྒྱུད་པ་ཐམས་ཅད་  
 ལས། །བསྐྱེད་ནས་གུན་མཚུན་གྲོ་འཕང་དམ་པ་རྒྱ། །འགྲོད་པའི་ཁྲུང་ཆེན་བདག་  
 གིས་འབྲེང་བར་གྱ། །

སེམས་བསྐྱེད་སྒྲོམ་ཚུལ་ནི།

འོ་ན་བདག་ནི་ལས་ཉོན་གཞན་དབང་ཅན། །གར་སྐྱེའི་གདེང་ཡང་མེད་ན་  
 སེམས་ཅན་གཞན། །སྤིང་ལས་བསྐྱེད་ནས་སྐྱེ་མེད་བྱང་རྒྱུ་ལ། །འགྲོད་པའི་ཁྲུང་  
 ཆེན་རི་ལྟར་འབྲེང་སྤྲུལ་ན། །བདག་ལ་ད་ལྟ་དེ་འདྲའི་རུས་པ་ནི། །མེད་པར་མ་ཟད་  
 ཉན་རང་དག་བརྟམ་གྱི། །གོ་འཕང་ཐོབ་ཀྱང་འགྲོ་གུན་གུན་མཚུན་སར། །འགྲོད་པའི་  
 རུས་པ་ནས་ཡང་ཡོད་མིན་ཏེ། །དམན་པའི་དག་བརྟམ་གཉིས་ཀྱང་ཉོན་སྤྱིབ་  
 ཅོམ། །སྤངས་ལས་ཤེས་བྱའི་སྤྱིབ་པ་མ་སྤངས་པས། །སྤྱོན་ནི་སྤྱོད་པ་རེ་ཅན་ཞིག་  
 ཟད་པ་དང་། །ཡོན་ཏན་ཡང་ནི་སྤྱོད་པ་རེ་ཅན་ཞིག་རྫོགས། །དེ་སྤྱིར་རང་དོན་ཡང་

བོ་མ་རྫོགས་ལ། །གཞན་གྱི་དོན་ཡང་སེམས་ཅན་ཉི་ཚེ་བའི། །དོན་ཅམ་མ་གཏོགས་  
 འགྲོ་བ་མ་ལུས་པའི། །དོན་བསྐྱབ་བ་ཡི་མཚུ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །འོ་ན་སེམས་ཅན་  
 མ་ལུས་སྲིད་མཚོ་ལས། །སློབ་བའི་རྒྱས་བ་སྲུ་ལ་ཡོད་ཅེ་ན། །དེ་ཡི་རྒྱས་བ་སངས་  
 རྒྱས་འབའ་ཞིག་ལས། །གཞན་དག་སྲུ་ལའང་ཡོད་བ་མ་ཡིན་ལོ། །གཞན་དོན་ཅམ་  
 ཏུ་མ་ཟད་རང་གི་དོན། །སྤངས་རྫོགས་ཡོངས་སྲུ་རྫོགས་བའང་སངས་རྒྱས་  
 ལས། །གཞན་མེད་སྲིད་ན་དོན་གཉིས་གང་བསྐྱབ་ཀྱང་། །གོ་འཕང་མཚོག་དེ་དེས་  
 བར་ཚོབ་དགོས་ཏེ། །དེ་ཉིད་ཚོབ་ན་སྐྱུ་ཡི་ཡོན་ཏན་ནི། །མཚན་དཔེས་སྐྱས་ཤིང་  
 བམ་ཡང་འཕོ་འགྱུར་མེད། །སེམས་ཅན་དེ་དེའི་མཉུན་ཏུ་འང་སྐྱའི་བཀོད་པ། །ཏུ་མ་  
 ཅིག་ཅར་ཉིད་ཏུ་སྟོན་བར་རྒྱས། །གསུང་གི་ཡོན་ཏན་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །ཅིག་  
 ཅར་དོན་དེ་རྒྱས་ཀྱང་དབྱངས་གཅིག་གིས། །སོ་སོའི་སྐྱད་ཏུ་དོན་དེ་སྟོན་རྒྱས་  
 ཤིང་། །སྐྱུ་ཡི་ཆ་ཀུན་ལས་ཀྱང་གསུང་དབྱངས་འབྱུང་། །ཐུགས་གྱི་ཡོན་ཏན་མཁྲིན་  
 བས་ཚོས་ཀུན་གྱི། །གནས་ལུགས་མདོན་སྲུ་ཉིད་ཏུ་གཟིགས་བཞིན་ཏུ། །རི་སྟེང་  
 ཤེས་བུའི་བྲེ་བྲག་མ་ལུས་ལ། །ལག་མཐེལ་གནས་པའི་རྗེས་བཞིན་གསལ་ལེར་  
 གཟིགས། །བཙེ་བའི་ཡོན་ཏན་རི་ལྗར་མ་གཅིག་གིས། །བྱ་ལ་རྗེས་སྲུ་བཙེ་བའི་ཚུལ་  
 དེས་ཀྱང་། །འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་བྱམས་པའི་ཐུགས་རྗེ་དེའི། །བརྒྱ་པག་ཆར་ཡང་མི་སོད་  
 བ་ཏུ་གསུངས། །འཕྲིན་ལས་ཚོས་གྱི་དབྱིངས་ལས་ནམ་ཡང་ནི། །གཡོ་བ་མེད་  
 བཞིན་གང་འདུལ་རོལ་བ་ཏུ། །དབག་བསམ་ཤིང་དང་ཡིད་བཞིན་ལོར་བུ་  
 ལས། །འདོད་དགུ་འབྱུང་བཞིན་འབད་ཚོལ་མེད་པར་འབྱུང་། །དེ་ཡང་ཏུས་འགར་  
 འབྱུང་ཞིང་འགའ་ཞིག་ཏུ། །མི་འབྱུང་བ་ཡི་ཉི་ཚེ་མ་ཡིན་པར། །རི་སྲིད་སེམས་ཅན་  
 གནས་བ་དེ་སྲིད་ཏུ། །ནམ་ཡང་རྒྱན་ཆད་མེད་བ་ཉིད་ཏུ་འབྱུང་། །ཞེ་མ་གོ་འཕང་

མཚོག་དེ་ཚོ་བ་ན་ཞི། །རང་ཡང་ཡོན་ཏན་དེ་སྟར་སྟོན་གྱུར་ལ། །མ་ཚུན་སེམས་ཅན་  
འདི་དག་མ་ལུས་པའི། །དོན་ཡང་ལུན་སུམ་ཚོགས་པར་བྱེད་བྱས་སྲིད། །བདག་  
གིས་སྐྱུར་བ་སྐྱུར་བར་ཉིད་དུ་ཡང་། །རང་དང་གཞན་གྱི་དོན་གཉིས་མཐར་སྲིབ་  
པའི། །གོ་འཕང་མཚོག་དེ་ཅི་ནས་ཚོབ་པར་བྱ། །ཚོབ་པར་གྱུར་ཅིག་འགྱུར་བར་བྱིན་  
གྱིས་རྣོ་བས། །དེ་ནས་འོག་གི་སྲིབ་དྲུག་ལ་འཇུག་གོ། །

བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་སྐོན་སྲིབ་གྱུར་ཚུབ་གྱི་སེམས་སྐོན་སྲིབ་སྐོན་གྱ།

བཏར་སྐོན་སེམས་མར་ཤེས་ཅིན་ཅན་རྣམས་སྐྱུར་བཞིན་སྐོན་དུ་བཏར་ནས་འདི་  
སྟར། དེ་སྟར་འགྲོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ཞི། །རང་གི་ཅིན་ཅན་པ་མ་ཉིད་ཡིན་  
སྲིད། །འདི་དག་ཡལ་བར་དོར་ནས་རང་ཉིད་ལ། །གཅེས་པར་འཇིན་པ་འདི་ནི་  
རིགས་མིན་ཏེ། །བདག་ཉིད་གཅེས་པར་འཇིན་འདི་རང་ཉིད་གྱི། །སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱང་  
གྱི་རྒྱ་རུ་གྱུར་པ་དང་། །གཞན་དག་གཅེས་པར་འཇིན་འདི་རང་ཉིད་གྱི། །བདེ་བ་  
ཀྱང་གྱི་རྒྱ་རུ་སྐྱུར་སྲིབ་མོ། །གཞན་ཡང་འཁོར་འདས་བདེ་བ་རི་སྐྱེད་ལ། །དེ་ཀྱང་  
གཞན་བདེ་འདོད་པ་ལས་འབྱུང་ཞིང་། །སྲིད་དང་ཞི་བའི་གྱུར་པ་རི་སྐྱེད་ལ། །ཀྱང་  
གྱུར་རང་བདེ་འདོད་ལས་འབྱུང་བར་གསུངས། །མདོར་ན་གྱིས་རྣམས་རང་ཉིད་  
གཅེས་འཇིན་པས། །སྐྱུག་བསྐྱེད་ཅ་སྐོང་འཇུག་པ་འདི་ལྟར་གྱུར། །སྐབ་རྣམས་  
གཞན་དག་གཅེས་པར་འཇིན་མཛད་པས། །སྐྱུན་ཚོགས་བདེ་བའི་གོ་འཕང་བརྟེན་  
མིན་ནམ། །དེ་སྲིབ་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལ་ཡང་མི་འདོད་ན། །རང་ཉིད་གཅེས་པར་འཇིན་  
འདི་ལོར་དགོས་ཤིང་། །བདེ་བ་ཚོག་ཤེས་མེད་པར་སྐྱུང་འདོད་ན། །གཞན་དག་  
གཅེས་པར་འཇིན་ལ་འབད་དགོས་མོ། །དེ་བས་བདག་གི་མ་ཚུན་འདི་དག་གི། །སྐྱུག་

བསྐྱེད་ཀྱི་དང་དེ་ལི་རྒྱ་ཐམས་ཅད། །བདག་གི་རྩེ་དུ་སྦྱིན་ནས་དེ་དག་  
ཀྱི། །སྤྱོད་བསྐྱེད་རྒྱ་དང་བཅས་ལས་ཐར་གྱུར་ཅིག །བདག་ལ་གནས་སྐབས་དང་  
ཅི་མཐར་སྤྱོད་ལེ། །བདེ་བའི་ཚོགས་དང་དགོ་བ་གང་མཆིས་པ། །ཐམས་ཅད་འགྲོ་བ་  
འདི་དག་ལ་སྦྱིན་ནས། །དེ་ཀྱང་བདེ་བ་མཚོག་དང་སྤྱོད་གྱུར་ཅིག །ཅེས་གཏོང་བའི་  
སྦྱོན་སྤྱོད་ལ་དང་། །ལེན་པའི་སྦྱོན་སྤྱོད་རྩེ་རྩེ་སྦྱོན་ཚུ་ལ་དེ་ལྟར་བྱས་ནས། །དེ་  
ནས་སྤྱོད་བསྐྱེད་དང་སེམས་བསྐྱེད་སྤྱོད་ལྟར་ཉམས་སུ་སྦྱངས་ལ་སྦྱིན་ཏུ་གཞན་  
འདྲའོ། །

སྦྱིན་ཏུ་གཞན་ལ་སྦྱོན་ཚུ་ལ་ལེ།

དེ་རྩེ་ལོ་སངས་རྒྱལ་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ལ། །ཐོབ་པར་ཤོག་ཅིག་སྦྱིན་པས་མི་  
འབྱུང་བས། །བྱང་སྦྱོན་བཟུང་ནས་བསྐྱེད་བྱ་ལ་འབད་ཅིང་། །རྒྱལ་སྤྱོད་པ་རྒྱ་  
མཚོར་འབྱུག་པར་བྱ། །དེ་ཡང་རྩེད་བཀྱར་སོགས་ལ་མི་ལྟ་བུ། །གང་འཚམས་  
ཚོས་སྦྱོན་ཚོས་ཀྱི་སྦྱིན་པ་དང་། །མི་དང་མི་མིན་འབྱུང་བའི་གཏོང་བ་ལས། །སྦྱོབ་  
པར་བྱེད་པ་མི་འཇིགས་སྦྱིན་པ་དང་། །ལན་དང་ནམ་སྦྱིན་ལ་ཉི་མེ་དེ་བུ། །ལམོ་  
དགུ་རྩེད་པ་ཟང་ཟེང་སྦྱིན་པ་སྦྱེ། །སྦྱིན་པ་ནམ་པ་གསུམ་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ལ། །དེར་  
ནས་བདག་གིས་བཅོམ་པས་བསྐྱེད་པར་བསྐྱེ། །དེ་ལྟར་བྱས་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱུ་  
ཏུ་གསོལ། །

རང་གིས་རི་རྩེ་ལས་སྦྱོན་གསུམ་གྱི། །བསྐྱེད་བྱའི་མཚམས་ལས་  
འདའ་བར་མི་བྱེད་པར། །སྦྱོབ་པར་བྱེད་པ་སྦྱོན་པའི་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་དང་། །ལར་བྱིན་  
ཏུ་གཞན་ལ་སོགས་པའི་དགོ་ཚོས་ནམས། །རང་རྒྱུད་བསྐྱེད་ཅིང་བསྐྱེད་ཟིན་གོང་འཕེལ་



དུ། །བྱེད་པ་དགའ་བའི་ཚོས་སྤྱད་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། །སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱིས་པ་  
བཅུ་གཅིག་གི་སློབ་ས་འགྲོ་བའི་དོན་ཀྱིས་ཚུལ་བཞིན་དུ། །བསྐྱབ་པ་སེམས་ཅན་  
དོན་བྱེད་ཚུལ་ཁྲིམས་ཏེ། །ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱིས་པ་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་ལ། །དེར་ནས་  
བདག་གིས་བརྩོན་པས་བསྐྱབ་པར་བསྟེ། །དེ་ལྟར་བྱས་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་  
གསོལ། །

འགྲོ་བའི་དགའ་བའི་ལངས་ནས་རབ་གསེ་ཡང་། །ཀུན་དཔྱོད་སྣོ་ཡིས་བརྟགས་  
ནས་མི་ཁྲིའི་སྤྱིར་། །གཞོན་པའི་ལན་དུ་བཅུ་པ་སྐྱབ་བྱེད་པ། །གཞོན་པ་རི་མི་སྐྱམ་  
པའི་བཟོད་པ་དང་། །ཟས་གོས་གནས་མལ་སོགས་གྱིས་སོངས་པ་དང་། །ནད་  
སོགས་མི་འདོད་པ་དང་ཚོས་བྱིར་དུ། །སྤྱུག་བསྐྱེད་ལྷུང་བ་སློབ་ས་བཟོད་བྱེད་  
པ། །སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་དུ་ལེན་པའི་བཟོད་པ་དང་། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་སོགས་  
མོས་པའི་ལུས་ཀྱིས་ལ། །ཡིད་ཆེས་མོས་པ་སྤྱིར་ནས་སྤྱིར་བྱེད་བྱེད་པ། །ཚོས་ལངས་  
པར་སེམས་པའི་བཟོད་པ་སྟེ། །བཟོད་པ་ཀྱིས་པ་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་ལ། །དེར་  
ནས་བདག་གིས་བརྩོན་པས་བསྐྱབ་པར་བསྟེ། །དེ་ལྟར་བྱས་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་  
ཏུ་གསོལ། །

སེམས་ཅན་ལེ་རེའི་དོན་བྱིར་བསྐྱེད་མང་དུ། །རབ་འགྲོར་གནས་དང་རྒྱལ་  
བའི་ཡོན་ཏན་རེ། །བསྐྱབ་བྱིར་དུས་རིང་སྲིད་གནས་མི་སློབ་པ། །སློབ་པ་བྱེད་པ་གོ་  
ཚའི་བརྩོན་འགྲུས་དང་། །བྱིན་ཏུག་ལ་སོགས་དགའ་ཚོས་རང་རྒྱུད་ལ། །སྤྱད་བྱིར་  
བརྩོན་པ་དགའ་བའི་སྤྱད་བརྩོན་འགྲུས་དང་། །འགྲོ་བའི་དོན་བྱེད་བཅུ་གཅིག་ལ་བརྩོན་  
པ། །སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་པ་ཡི་བརྩོན་འགྲུས་ཏེ། །བརྩོན་འགྲུས་ཀྱིས་པ་གསུམ་གྱི་  
ཉམས་ལེན་ལ། །དེར་ནས་བདག་གིས་བརྩོན་པས་བསྐྱབ་པར་བསྟེ། །དེ་ལྟར་བྱས་



ལུགས་མ་རྟོགས་ན། །རྗེ་ཙམ་འབད་ཀྱང་སྲིད་ལས་མི་མོལ་བས། །ཡང་དག་ལྟ་བ་  
 རྟོགས་སྲིད་འབད་བར་བྱ། །དེ་ཡང་རང་སེམས་བྱིང་ཚོད་གྲིས་གཡེངས་ན། །གནས་  
 ལུགས་ཟབ་དོན་མཚོང་བ་མི་སྲིད་པས། །བྱིང་ཚོད་སྤངས་སྲིད་དམིགས་པ་གང་རུང་  
 ལཱ། །ཚེ་གཅིག་གནས་པའི་ཉིང་འཛིན་བསྐྱབ་པར་བྱ། །དེ་ལ་ཉིང་འཛིན་སློམ་ལ་མི་  
 སློབ་པའི། །ལེ་ལོ་དང་ནི་དམིགས་པ་བརྗེད་པ་དང། །བྱིང་ཚོད་འདུ་མི་བྱེད་དང་འདུ་  
 བྱེད་དེ། །ཉིང་འཛིན་འགྲུབ་པའི་ཉེས་པ་ལྟ་སློང་བྱིར། །ལེ་ལོའི་གཉེན་པོར་ཞི་གནས་  
 ཉིང་འཛིན་གྱི། །ཡོན་ཏན་མཚོང་བའི་དད་པ་བརྟན་པོ་དང། །དེས་བྲངས་ཉིང་འཛིན་  
 དོན་གཉེར་འདུན་པ་དང། །འདུན་པ་དེས་བསྐྱུལ་ཚོལ་བའི་བརྗོད་འགྲུལ་དང། །ཚོལ་  
 བའི་འབྲས་བུ་ཤིན་སྤངས་དང་བཞི་ལོ། །དམིགས་པ་བརྗེད་པའི་གཉེན་པོར་བྲན་པ་  
 དང། །བྱིང་དང་ཚོད་པའི་གཉེན་པོར་ཤེས་བཞིན་དང། །བྱིང་ཚོད་གཉེན་པོ་འདུ་མི་  
 བྱེད་པ་ཡི། །གཉེན་པོར་འདུ་བྱེད་པ་ཡི་སེམས་པ་དང། །བྱིང་ཚོད་བྲམ་ཆེ་གཉེན་པོ་  
 འདུ་བྱེད་པའི། །གཉེན་པོར་འདུ་མི་བྱེད་པའི་བཏང་སློམས་ཏེ། །ཉེས་པ་ལྟ་སློང་  
 གཉེན་པོ་འདུ་བྱེད་བརྒྱད། །ལེགས་པར་བསྐྱེན་ཅིང་སློམ་བསམ་བྲན་ཤེས་  
 དང། །བརྗོད་འགྲུལ་འདྲིས་པའི་སློབས་བྱུག་ཉིད་དང་ནི། །བསྐྱེམས་ཏེ་འཇུག་དང་  
 ཆད་ཅིང་འཇུག་པ་དང། །ཆད་མེད་འཇུག་དང་སྐྱུན་བྱུབ་འཇུག་བཞི་དང། །འཛོག་  
 དང་རྒྱན་འཛོག་སྐབ་འཛོག་ཉེ་བར་འཛོག། །དུལ་བྱེད་ཞི་བྱེད་རྣམ་པར་ཞི་བྱེད་  
 དང། །ཚེ་གཅིག་ཏུ་བྱེད་མཉམ་པར་འཛོག་པ་སྟེ། །སློབས་བྱུག་ཡིད་བྱེད་བཞི་དང་  
 སེམས་གནས་དགུས། །ལུས་སེམས་ཤིན་སྤངས་བདེ་བས་ཉེར་བྲངས་པའི། །རྣམ་  
 དག་ཞི་གནས་ཉིང་འཛིན་བསྐྱབ་པར་བྱ། །དེ་ལྟར་རུས་པར་བྱིན་གྲིས་བརྒྱབ་ཏུ་  
 གསོལ། །

སྤྲུག་མཐོང་སྒོམ་ཚུལ་ནི།

དེ་ལྟར་ཞི་གནས་ཉིང་འཛིན་གྲུབ་པ་ན། ཉིང་འཛིན་དེ་ལ་གནས་ནས་བདག་  
 མེད་པའི། །དོན་ལ་སོ་སོར་རྫོག་པས་རབ་དབྱེད་དེ། །ལ་རིག་འཇུག་པའི་ཅ་བ་ཚོང་  
 པར་གྱ། །དེ་ཡང་བདག་སོགས་འགྲོ་རྣམས་ཐོག་མེད་ནས། །ད་བར་འཁོར་བའི་  
 གནས་འདིར་རབ་འཁོར་ནས། །སྤྲུག་བསྐྱེད་བརྒྱ་སྤྲུག་དུ་མས་དབང་མེད་  
 དུ། །མཉམ་བ་འདི་ཡི་རྒྱ་ནི་ཅི་སྤྲུལ་ན། །དེ་ནི་སེམས་འདིའི་ངོ་བོ་ལྷང་མ་  
 བསྟན། །ཡིན་ཀྱང་དང་བོར་བདག་དང་གཞན་ལ་སོགས། །སྒོམ་མེད་རང་གི་ངོ་བོས་  
 གྲུབ་སྒོམ་སྒྲེ། །བདག་གཞན་ངོ་བོས་གྲུབ་པར་སྤང་བའི་མཐུས། །བདག་ལ་ཆགས་དང་  
 གཞན་ལ་སྤང་བ་སོགས། །ཉོན་མོངས་ཀུན་སྒྲེ་དེ་ཡིས་ལས་བསགས་ནས། །རིགས་  
 རྒྱལ་གནས་སུ་མགལ་མེ་ལྟར་འཁོར་ནས། །སྤྲུག་བསྐྱེད་ཚུ་གཉེར་བཞིན་དུ་འཇུག་  
 འདི་གྲུང། །དེ་སྤྱིར་འཁོར་བའི་ཅ་བ་མཐར་གཏུགས་ན། །འཁོར་འདས་ཚོས་ཀུན་  
 རྫོག་པས་བཏགས་ཅོམ་དུ། །འཛིན་པ་མེད་པར་རང་རང་ངོ་བོ་ཡིས། །གྲུབ་པར་སྤང་  
 ཞིང་འཛིན་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བས་ན་རང་གི་ལུས་སེམས་གཉིས། །ཚོགས་པའི་  
 ལྷེད་དུ་ང་ཞེས་པར་བཏགས་ཅོམ། །མིན་པར་ང་དེ་ངོ་བོས་གྲུབ་སྤང་གི། །ལུས་དེ་  
 དགག་གྲུ་བདག་ཅེས་གྲུ་བ་ཡིན། །དེ་འདྲའི་སྤང་ཚུལ་ལྟར་དུ་ང་གྲུབ་ན། །ང་དེ་ལུས་  
 སེམས་གཉིས་དང་གཅིག་ཐ་དད། །གང་དུང་ཉིད་དུ་གྲུབ་དགོས་དེ་ལས་  
 གཞན། །གྲུབ་ཚུལ་སྤང་གསུམ་པ་ཞིག་མེད་སྤྱིར་ལོ། །གཅིག་ཏུ་གྲུབ་ན་ལུས་སེམས་  
 གཉིས་ཡོད་བཞིན། །ང་ཡང་རང་རྒྱུད་ཐ་དད་གཉིས་སུ་འགྱུར། །ཡང་ན་ང་གཅིག་  
 ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། །ལུས་སེམས་གཉིས་ཀྱང་ཆ་མེད་གཅིག་ཏུ་འགྱུར། །གཞན་  
 ཡང་ང་དང་ལུས་སེམས་གཅིག་ཡིན་ན། །དབྱེ་བ་གཏན་ནས་མེད་པའི་གཅིག་ཡིན་

དགོས། །དེས་ན་ང་ཡི་ལུས་དང་ངའི་སེམས་ཞེས། །སོ་སོར་འབྲེད་པའི་ཐ་སྙད་མི་  
 འཐད་དོ། །དེ་ཕྱིར་ང་དང་ལུས་སེམས་གཅིག་གྲུབ་ན། །དེ་ལས་གཞན་དུ་འདྲེས་པ་  
 མང་ཡོད་པས། །ང་འཇ་བདག་དེ་ལུས་སེམས་གཉིས་པོ་དང་། །ངོ་མོ་གཅིག་ཏུ་གྲུབ་  
 པ་མ་ཡིན་ལོ། །གལ་ཏེ་ཐ་དད་ཉིད་དུ་གྲུབ་ཅེ་ན། །འདི་ནི་ལུས་སོ་འདི་ནི་སེམས་  
 ཡིན་ཞིང་། །འདི་ནི་ང་ཞེས་སོ་སོར་དགོས་པ་ལས། །དེ་ལྟར་མེད་ཕྱིར་ཐ་དད་དུ་མ་  
 གྲུབ། །དེ་ཕྱིར་ང་དེ་ལུས་སེམས་གཉིས་པོ་དང་། །གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་དུ་འདྲེས་  
 གྲུབ་པས། །ང་ཞེས་བྱ་བ་ལུས་སེམས་གཉིས་ཚོགས་ལས། །བྱང་བ་བདེན་མེད་སྐྱེ་  
 མ་ལྟ་བུ་ལོ། །

དེ་བཞིན་ལུས་ཞེས་བྱ་བའང་ཡན་ལག་ལྔ། །ཚོགས་པའི་ཤ་རུས་ལྷང་པོ་  
 འདིའི་སྣང་དུ། །པར་བཏགས་ཅམ་མིན་ངོ་མོས་གྲུབ་སྣང་དེ། །དགག་བྱ་བདེན་པའི་  
 ལྷང་བ་ཉིད་ཡིན་ལོ། །སྣང་ཚུལ་དེ་ལྟར་གྲུབ་ན་ལུས་དེ་དང་། །ལུས་ཀྱི་ཆ་རྣམས་  
 གཅིག་དང་ཐ་དད་ཀྱི། །རྣམ་པ་གང་རྒྱུད་ཉིད་དུ་གྲུབ་དགོས་ཏེ། །དེ་ལས་གཞན་དུ་  
 གྲུབ་ཚུལ་མེད་ཕྱིར་ལོ། །གཅིག་ཏུ་གྲུབ་ན་ལུས་ལ་མགོ་སོགས་ཀྱི། །ཆ་ཤས་མང་  
 ཕྱིར་ལུས་དེའང་མང་པོར་འགྱུར། །ཡང་ན་ལུས་གཅིག་ཡིན་ཕྱིར་ལུས་ཀྱི་ནི། །ཆ་  
 ཤས་དུ་མའང་ཆ་མེད་གཅིག་ཏུ་འགྱུར། །གལ་ཏེ་ཐ་དད་གྲུབ་ན་རྟེན་ལག་  
 སོགས། །ལུས་ཀྱི་ཆ་རྣམས་སོ་སོར་བསལ་བྱུང་དུ། །ལུས་དེ་འདི་ཞེས་དགོས་  
 བའང་དེ་མེད་ཕྱིར། །ལུས་ཀྱང་ཆ་ཤས་ཚོགས་ལ་བཏགས་པ་ཅམ། །སེམས་ལའང་  
 ལྷས་བྱིན་གྱི་ནི་སེམས་དེ་ཉིད། །ལྷས་བྱིན་རང་གི་སེམས་ཀྱི་སྣ་ཕྱིའི་ཆའི། །སྣང་དུ་  
 བཏགས་ཅམ་མིན་པར་རང་ངོས་ནས། །གྲུབ་པར་སྣང་དེ་དགག་བྱའི་སྣང་ཚུལ་  
 ལོ། །དེ་ལྟར་གྲུབ་ན་ལྷས་བྱིན་རང་ཉིད་ཀྱི། །སེམས་དང་དེ་ཡི་སེམས་ཀྱི་སྣ་ཕྱིའི་

ཚད་ །གཉིས་པོ་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་ཅུང་དུ། །བྱུང་སྟེ་གཞན་དུ་བྱུང་ཐབས་མེད་  
 པས་སོ། །གཅིག་དུ་བྱུང་ན་སེམས་གྱི་སྲ་སྲིའི་ཚ། །མང་བས་སེམས་དེ་མང་པོར་  
 ཐལ་བར་འགྱུར། །ཡང་ན་སེམས་གཅིག་ཡིན་ལྟར་སེམས་དེ་ཡི། །སྲ་སྲིའི་ཚ་རྣམས་  
 ཚ་མེད་གཅིག་དུ་འགྱུར། །ཐ་དད་ཉིད་དུ་བྱུང་ཆེ་སེམས་དེ་ཡི། །སྐད་ཅིག་སྲ་སྲིའི་ཚ་  
 རྣམས་བསལ་ཇེས་སྟུ། །དེ་འདྲའི་སེམས་དེ་འདི་ཞེས་བསྟན་དགོས་ན། །དེ་ལྟར་མེད་  
 སྲིར་སེམས་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་། །རང་གི་སྲ་སྲིའི་ཚ་ལ་བཏགས་པར་ཟད། །དེ་ལྟར་ར་  
 དང་ལུས་དང་སེམས་རྣམས་ལ། །གནད་བཞིས་དབྱེད་ན་རང་བཞིན་ཡོད་མིན་  
 ལྟར། །འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ཚོས་ཀུན་ལའང་། །དེ་བཞིན་དབྱེད་ན་མཁའ་  
 ལྟར་མཐོང་བར་འགྱུར། །མདོར་ན་འཁོར་འདས་ཚོས་རྣམས་མ་ལུས་པ། །མིང་དང་  
 རྟོག་པས་པར་བཞག་ཅམ་ཞིག་ལས། །རང་རང་ལུལ་གྱི་སྟེང་ནས་ཚུར་བྱུང་  
 པའི། །ཚོས་ནི་རྩལ་ཐོབ་ཅམ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །

དེ་ལྟར་ཚོས་ཀུན་རང་ངོས་མ་བྱུང་ན། །འོ་ན་ཡོད་ཚུལ་རྗེ་ལྟར་ཡོད་ཅེ་  
 བ། །སྐྱུ་མ་མི་ལམ་བྲག་ཅ་ཚུ་ལྟར། །སྤང་ཞིང་ངོ་བོས་སྤོང་པའི་ཚུལ་དུ་ཡོད། །དེ་  
 ལྟར་ཡང་ཚོས་ཀུན་གཏན་མེད་དུ། །འགྱུར་བ་མིན་ཉེ་དཔེར་ན་བྲག་ཅ་དེ། །སྐྱུ་  
 རྣམས་ཚོགས་ཆེ་འགྱུར་ཞིང་དབྱེད་པ་ན། །མི་རྟེན་མོད་ཀྱང་མེད་པར་མི་འགྱུར་  
 པ། །དེ་དེ་བཞིན་དུ་ཚོས་རྣམས་རང་རང་གི་ །རྟེན་འབྲེལ་ཚོགས་ཆེ་དེ་དང་དེར་སྤང་  
 ལ། །དོན་དམ་དཔྲོད་པའི་རིགས་པས་དབྱེད་པའི་ཚོ། །གང་དུའང་མེད་ཀྱང་གཏན་  
 མེད་མི་འགྱུར་ངོ། །དབྱེད་ཆེ་མེད་པར་མཐོང་གང་བདེན་མེད་དུ། །མཐོང་བ་ཡིན་གྱི་  
 གཏན་མེད་མཐོང་བ་མིན། །ཐ་སྐད་ཉིད་དུ་ཡོད་པའང་བྲག་ཅ་ལྟར། །ཡོད་གྱི་བདེན་  
 བྱུང་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་མིན། །དེ་སྲིར་ཟབ་དོན་དཔྲོད་པའི་རིགས་ཚུལ་གྱིས། །དབྱེད་

ཚོ་ཚོས་ཀུན་མཁའ་ལྟར་མཐོང་བཞིན་དུ། ཉེན་འབྲེལ་གྱི་ཁྱད་ལྷན་པར་འཐད་པ་  
ཡིད་ །དེས་པ་རྗེད་གང་ལྟ་བུའི་མཐར་ཐུག་གོ། །

རྗེས་ཐོབ་སྐྱེ་མའི་རྣམ་འབྲོར་སྤོང་ཚུལ་ནི།

སྐྱེ་མའི་རྟ་སྤང་མིག་རོར་སྤར་ན་ཡང་། །དེར་མ་ལུབ་པར་དེས་པའི་རྐྱ་  
མཚན་གྱིས། །སྤང་བ་དེ་ནི་སྐྱེ་མར་ཉོགས་པ་བཞིན། །ཚོས་ཀུན་མ་སྤང་ཤེས་པ་  
བསྟོན་མེད་དུ། །སྤང་ཡང་རོ་བོས་སྤོང་པར་དེས་པའི་མཐུས། །རྗེས་ཐོབ་ལུལ་སྤར་  
སྐྱེ་མར་འབད་མེད་དུ། །འཆར་ལས་སྐྱེ་མར་ཤེས་ཚུལ་ལོགས་སུ་མེད། །དེ་སྤར་  
མཉམ་གཞག་ནམ་མཁའི་རྣམ་འབྲོར་དང་། །རྗེས་ཐོབ་ལུལ་སྤར་སྐྱེ་མའི་རྣམ་འབྲོར་  
གཉིས། །རྒྱང་དུ་སླེལ་ཞིང་ཟབ་དོན་ལ་དམིགས་པའི། །ཞི་ལྷན་རྒྱང་འབྲེལ་ལས་  
བཟང་ཐོབ་པར་གྱ། །དེ་སྤར་བྱས་པར་ཕྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། །

དོ་རྗེ་ཐོག་པར་འཇུག་ཚུལ་ནི།

དེས་འབྲུང་གྲང་ཚུབ་སེམས་དང་ལྟ་བུ་སྟེ། །རྒྱན་མོང་ལས་རྣམས་མངོན་དུ་  
གྱུར་བ་ན། །མཚན་ཉིད་ཀུན་སྤོང་དོ་རྗེ་སྟོབ་དཔོན་མཚོག། །མཉེས་པ་གསུམ་གྱིས་  
མཉེས་པར་ཕྱེད་པ་དང་། །དབང་བཞི་མོད་དེ་སྐྱེ་བཞིའི་ས་པོན་བསྐྱུན། །ཟབ་ལས་  
རིམ་གཉིས་རྣམ་འབྲོར་ལ་འབད་དེ། །རྒྱང་འཇུག་གོ་འཐར་སྤུར་དུ་ཐོབ་པར་གྱ། །དེ་  
སྤར་བྱས་པར་ཕྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། །དེ་ནས། །དེར་ནི་རིང་དུ་འབད་ལས་  
ཚོགས་གཉིས་ནི། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྟོན་ལས་ཡང་གྲུལ། །།

སྐྱེས་པ། །ཤེས་སྟོན་ཚད་སྲིད་པ་འདིར། །ཚོ་ཚུན་འབྲུང་མོ་སྤར་འཁོར་  
ཡང་། །ལས་ཚེར་མི་ཁོས་གནས་འབྲུམས་ནས། །འདི་འདྲིའི་ལས་བཟང་དང་མ་

མཇུག། །ད་རེས་དལ་འབྱོར་ཉེན་མོབ་ཅིང་། །བཤེས་གཉེན་དམ་པས་རྗེས་སྲུ་  
བཟུང་། །ལམ་མཚོག་འདི་འདྲ་མཇུག་སྐབས་སྟུ། །དལ་བར་སྡོད་པ་ཤིན་ཏུ་ལྷན། །དེ་  
ཕྱིར་ཚེ་འདིའི་བྱ་བྱེད་ཀླུ་མས། །སྐྱུལ་ཤུན་ལྷ་འུར་དོར་བྱས་ནས། །ལམ་བཟང་འདི་  
ལ་ཉེན་མཚོན་དུ། །འབད་དེ་སྣོད་པོ་ལོན་པར་བྱ། །འདི་ལྟར་བསྐྱུན་པའི་དགེ་ཚོགས་  
མཐུས། །དེར་ནས་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ། །ཚོས་རྩེལ་འདི་དང་མི་འབྲལ་ཞིང་། །འགྲོ་  
ཀུན་ལམ་འདིས་གྲོལ་གྱུར་ཅིག །

ཅེས་བྱང་རྒྱལ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་གདམས་པ་ཟབ་མོ་རྣམས་ས་བཅད་  
སོགས་གྱི་སྒྲོས་པ་དོར་ནས་སྣོད་པོ་གང་ཡིན་ཚིགས་སྲུ་བཅད་པའི་སྣོད་ནས་ཉམས་  
སྲུ་ལེན་རྩེལ་དམ་ཚོས་བདུན་ཅིའི་སྣོད་པོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། རང་གི་ཤར་སྐྱོམ་དུ་  
བྱ་བ་དང་། སྐལ་མཉམ་གཞན་ལའང་ཐན་དུ་རེ་པའི་བསམ་བས་དགེ་སྦྱོང་གི་མ་  
ཤལ་ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་དུ་རྩོམ་བའི་དུར་འབོད་བས་ཤོང་ཡུལ་རི་ཁྲོད་དགའ་ལྷན་  
བསམ་གཏན་སྦྱིང་དུ་སྦྱར་བ་འདི་ཡང་བསྐྱུན་པའི་སྣོད་པོ་ལྷན་པའི་རྒྱལ་མཚོན་  
དུ་གྱུར་ཅིག། །།



པར་བྱུང་སྒྲིབ་ཆིག

རྣམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ།  
 གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཚོས་ཚུལ་དཔ་འབབ་སྤྱང་། །  
 ཚོག་གི་གཞེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི། །  
 རི་མ་ཡོངས་འཇུག་ལེགས་བཤད་བདུད་ཚི་འདི། །  
  
 དཔར་དུ་བསྐྱུན་པའི་རྣམ་དཀར་སྤང་བའི་མཐུས། །  
 ཡང་དག་ཚོས་གྱི་སྐོ་མོ་སྤོང་སྤག་བརྒྱ། །  
 གདངས་ཉེ་རྒྱུད་སྤའི་འགོ་བ་མ་ལུས་བ། །  
 དེས་ལེགས་ནོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག། །

ཅེས་འཇམ་གླིང་ཡངས་པའི་ཁྱོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་རྣམ་འབྲེན་  
 །ལྷ་མོ་སྐྱེའི་རིང་ལུགས་སྐོ་ཀུན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འཕྲུལ་ལྷན་ལེགས་ཚོགས་དུ་  
 མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། རང་བསྟན་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་གྱི་གསུང་རབ་དག་དཔར་དུ་  
 བསྐྱུན་དང་བསྐྱུན་འཇུར་གང་ལའང་སྤྱར་ཚོག་པའི་དགེ་བསྐྱེའི་སྟོན་ཚིག་ཏུ་ལྷ་མོའི་  
 དགེ་སྦྱོང་ཚོས་སྤྱོད་པ་དག་དབང་སྤོ་བཟང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྤྱར་བའོ། །