

ལྷན་ཁྲིམས་

༄༅། ལྷན་ཁྲིམས་འཛུགས་པའི་རྩོགས་པ་བཞུགས་པ་
ཞེས་པུ་བ་བཞུགས་སེ། །

ལྷན་ཁྲིམས་ལྷན་ཁྲིམས་

རྩོགས་པ་བཞུགས་པ་



ལྷན་ཁྲིམས་

༡༩༤

ལྷན་ཁྲིམས་

ལྷན་ཁྲིམས་ལྷན་ཁྲིམས་

དེབ་ཅན།

TBHNT333301

སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་ལྷོ་སྐྱིད་གྲུ་བྲས།

སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་སློབ་རྩལ་ལྷོ་སྐྱིད་དེབ་ཏུ་བཞོས།

སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འགྲེམས་སྤེལ་བྲས།

དེབ་ཚད། 15x21

ཡིག་ཚད། 14

ཡིག་གྲངས། 30,457

ང་ཚོའི་འཕྲིན་ལྷན་ཁང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ང་ཚོའི་ཡིག་སྐྱུ་ཁང་།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

ཡུལ་ལྗོངས་ཀྱི་བཞུགས་སྐོར་ལྷན་ཁང་གི་སྐྱོད་ལྷན་ཁང་།

རྩོམ་གྲུབ་ལོ་རྒྱུས་

སྤྱི་བཞེན་རྟོགས་བརྗོད་མེད། རྟོགས་བརྗོད་དཔག་བསམ་འཕྲི་ཤིང་གི་ཡལ་འདབ་མཐའ་
མ་སྟེ། ཡལ་འདབ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་པ་དེ་ཡིན། དཔག་བསམ་འཕྲི་ཤིང་ལོ་རྒྱུན་པ་བཙུག་པ་
འདས་ཀྱི་སློབ་པ་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་གནས་སྐབས་སུ་རྒྱལ་སྐུ་
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བྱ་དཀའ་བའི་སློབ་པ་ལ་སློབ་ཆུལ་དག་སྟེན་དག་གི་ལམ་ལས་བྱང་ས་
བའི་སྟེན་དག་གི་བསྟན་བཙུན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལ་ཡལ་འདབ་བརྒྱ་ཅ་བརྒྱད་ཡོད་པ་ལས་
བརྒྱ་ཅ་བདུན་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་ཚོས་རྒྱལ་སྟེན་དག་མཁན་ཡལ་རྒྱལ་པོ་དགེ་བའི་དབང་པོས་མཛད་
པ་དང་། ཡལ་འདབ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་པ་དེ་སྤྱི་བཞེན་རྟོགས་བརྗོད་འདི་ཉིད་ཡིན་ལ། འདི་ཉིད་
རྒྱལ་པོ་དེའི་སྐུ་སྐྱེ་བའི་དབང་པོས་མཛད་པ་ཡིན། གསུང་རྒྱུན་ལ། ཡལ་རྒྱལ་པོས་སྐུ་གྱི་
སྟེན་དག་གི་རྩོམ་རྒྱལ་དེ་གཞན་ལ་རོམ་སྤྱིར་ཡལ་འདབ་མཐའ་མ་དེ་སྐུ་གྱི་བཞོ་སྐུ་དུ་བཞག་
སྟེ་སྐུ་ལ་ཚོས་བརྒྱལ་བར་གྲགས་ཤིང་། སྐུ་ལོ་ཡལ་ལས་ཀྱང་སྟེན་དག་མཁན་ཆེན་པོ་ཞིག་
ཡིན་པའི་བཤད་སྟོན་ཡོད། སྤྱིར་སྟེན་དག་རི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་སྐྱེད་སྤྱི་གས་གཞན་དུ་བསྐྱུར་ཆེ་
སྟེན་དག་གི་སྟེན་ཆ་བརྒྱལ་བའི་བར་བཤད་ན་ཡང་། བོད་སྐད་དུ་བསྐྱུར་བའི་དཔག་བསམ་
འཕྲི་ཤིང་གི་འགྲུར་དེ་ལོ་རྒྱུན་དག་གི་ཉམས་སུབ་སུམ་ཚོགས་པ་ཡོད་པར་བརྟེན་ལ། དམ་པ་
དང་མཁས་པ་པ་སྟེ་མའི་ཁྱོད་དུ་བསྟན་བཙུན་འདི་ཉིད་སྟེན་གཞན་གི་ཆུལ་དུ་སྐྱེད་སྟོན་དང་ཡོད།
འདིས་སྐྱེ་རྣམས་ཀྱི་ཆེད་དུ་རྒྱལ་བུ་སྤྱི་བཞེན་གྱི་བཞེན་པས་བྱ་རྒྱལ་ལྷན་ཆེན་ལ་སྐྱེ་སྤྱི་ག་བཏང་པ་
ཉིད་བརྗོད་བྱུང་བུས་ཡོད། འདི་དང་སྤོགས་མཚུངས་བ་རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་པོ་དཀའ་བའི་སྐུ་སྐྱེ་
ཀུན་དུ་དགའ་བའི་སློབ་གར་བརྣམས་ཡོད་ལ། རྒྱ་བྱང་བཟ་ཤིས་འབྲེལ་གྱི་མཁས་པའི་དབང་པོ་
ཁྱི་རྒྱ་ནག་པས་ཀྱང་འདི་ཉིད་བརྗོད་བྱུང་བུས་ཏེ་སྟེན་ཆེན་གི་ལམ་ནས་བྱང་ས་པའི་སྤྱི་བཞེན་
རྟོགས་བརྗོད་ཅེས་པ་བརྣམས་ཡོད། བསྟན་བཙུན་འདི། སྤྱི་དགོ་བསྟན་འགྲུར་གྱི་བོད་ཀྱི་ཁོ་ན་
དུ་བཞག་ལ། རྒྱ་གར་གྱི་སྟེན་དག་པ་ལས་ཀྱང་དང་། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་དགོ་སྤོང་ཤིང་སྟེན་རྗོད་རྗོད་
རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བསྐྱེད་ཅིང་ལྷན་ཏེ་གཏན་ལ་པལ་པ་ཡིན་ལོ། །

གནང་བ་སོགས་ཀྱིས། བྱ་ཚང་རིན་པོ་ཆེ་ནས་ཀྱང་ང་ཚོའི་མི་རིགས་འདིའི་ཡབ་མེས་གོང་མ་
དག་གི་བྱུང་བཞག་དེ་དག་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་། གནས་པ་བརྒྱུད་འཛིན་སོགས་དང་།
རང་རིགས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཐུན་ཚམ་ལུ་སྐྱབ་ན་དགོངས་ཏེ། མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་
བ་ཚོགས་སྐོ་འབྲེད་དང་། མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་གསར་འཛུགས་བྱས་
བ་ལགས་ན། འདི་ག་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་གིས་ཀྱང་གཙོ་བོ་བཀའ་བསྟན་གཉིས་ཀྱིས་མཚོན། གཡུང་
རྒྱུད་པོན་དང་བཅས་སའི་ཚོས་བརྒྱུད་རིས་སྲུ་མ་ཆད་སའི་པོད་ཀྱི་མཁས་དབང་དག་གི་བཀའ་
ཚོམ་གྱི་སྒྲིགས་བམ་དག །སར་བསྐྱབ་འགྲེམས་སྲིབ་དང་། ཞོར་དུ་གཞན་གྱི་ཤེས་རིག་ནང་
འབྲེན། དེང་རབས་ཀྱི་ཚོམ་བ་པོ་ཚན་གཞོན་དབྱེར་མེད་ཀྱི་བཅའ་སྡེ་ཚོས་ཀྱང་སར་བསྐྱབ་
འགྲེམས་སྲིབ་གྱི་ཞབས་ལུའི་ལས་གཞི་འདི་གཉེར་བ་ཡིན།

སྤྱིར་སློབ་གཉེར་བ་མང་པོས་འིག་དེབ་གཟུགས་ལ་ལོས་བ་ཆེ་བ་དང་། དེབ་གཟུགས་
ཀྱང་གང་མང་ཞིག་སར་བསྐྱབ་བྱས་ཏེ་རྫོབ་གྱིན་ཡོད་ལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་དཔེ་རིང་ལྟ་སློབ་གྲུབ་
མཁན་རྗེ་ཉུང་དང་། བར་ཤིང་གི་སྤྱོད་སློ་ཡང་རྗེ་རྒྱུད་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པས། བར་ཤིང་མང་པོ་
ཞིག་མཛོད་སྤྲུགས་སྲུ་ས་རྩལ་གྱི་ཁོད་དུ་གཟེམས་འགོ་ཚུམ་བཞིན་ཡོད།

ལྷག་སར་དུ་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་བརྗེ་འཕྲིན་གྱི་དུས་རབས་འདིར་འོད་རླབས་ཀྱི་
འགོས་དང་འགོགས་ཏེ། ཚན་ཅལ་གྱི་ཤེས་རིག་རབ་དུ་དར་བས། མི་རྣམས་ཀྱི་སློབ་རིམ་གོང་
བའི་དངོས་གཟུགས་གང་མང་ཞིག་འབྱུང་བཞིན་ཡོད་ལ། དེ་དང་བསྐྱབ་ནས་སྤོགས་གཞན་ཞིག་
ལ་རྫོབ་ཤོར་དང་། བམ་ཉེས་འབྱུང་གིན་ཡོད་པའང་ཚོས་ཉིད་ཡིན། དཔེར་ན། eBook གས་
སློབ་རྩལ་འཕུལ་དེབ་ཀྱི་བཟོ་རྩལ་འདི་དར་བས། གཟེམས་བཤོ་དག་ལ་སློབ་བཤོ་བ་དང་། སྤྱོད་
བཤོ་བ། གཞུང་ཚན་འཚོལ་སློ་བ། འབྲེར་བཤོ་བ་སོགས་ཀྱིས་མི་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་དབང་བཀྲུག་
སྟེ། འཕུལ་དེབ་ལ་དགའ་ལོས་རྗེ་ཆེར་འགྲོ་བཞིན་བཤོ་བཤོ་ས། འོག་སྟེང་གི་དཔེ་ཆ་ཉར་བའི་དཔེ་
མཛོད་ཁང་གསར་ཆེན་གང་མང་ཞིག་གི་གཏན་ས་མེད་སའི་སྐོ་སྒྲིགས་ཀྱང་། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཚོས་
ཉིད་ལས་ལྡོག་བཅུག་པའང་གང་འཚོས་བྱུང་ཡོད་ན། ང་ཚོ་ཡང་དུས་རབས་ཀྱི་རྗེས་ཟིན་བར་
བྱས་ཏེ་རང་རེའི་ཤེས་རིག་གི་འོད་སྣང་། ལྷན་གཟུགས་ཀྱི་གོ་ལ་འདིར་ལུན་རིང་གནས་བ་དང་།

འཕྲིན་ལས་ཀྱི་འཇུག་པ་རྒྱབ་སྐྱོར་གྱི་འགྲོམ་དང་མཉམ་པ་ཡོང་སྲིད་དང་། གཞིགས་པ་སོ་དག་གི་དགའ་མོས་དང་དུས་བབ་དང་བསྟུན་ཏེ། ང་ཚོས་ཀྱང་བཀའ་བསྟན་གཉིས་ཀྱིས་གཙོ་བོར་བྱས་ཏེ་མོད་གངས་ཅན་གྱི་གནའ་དེང་གི་མཁས་པའི་བརྒྱུད་རྒྱུ་ལྟར་དག་eBook དང་ PDF སོགས་སུ་ཚོམ་སྒྲིག་བྱས་ཏེ་འབྲེམས་སྤེལ་བྱེད་རྒྱུའི་ལས་གཞི་འདི་འདེམ་པ་ཡིན།

སྤྱིའི་ཚ་ཆས་བཀའ་བསྟན་གཉིས་ཀྱིས་མཚོན་མཁས་དབང་སྡེ་མ་དག་གི་གསུང་རབ་གསར་བསྟུན་གྱིས་དེབ་གཞུགས་དཔེ་ཆ་དང་། མྱོག་རྒྱལ་འབྲུལ་དེབ་ཀྱང་གང་མང་ཞིག་འཛོལ་བཞེན་ཡོད་ན་ཡང་། གསར་དུ་བར་བསྟུན་བྱས་པའི་དེབ་གཞུགས་དང་མྱོག་རྒྱལ་འབྲུལ་དེབ་དག་ལའང་ཆད་ལྷག་དང་ལོར་འཇུག་ཏུ་ཞུས་ཆེན་པ་དག་གིས་རང་འདོད་དང་འོས་ཚད་སོགས་ཀྱིས་གང་བྱུང་བཟོ་བཅོས་བརྒྱབ་པ་སོགས། མྱོ་གཏད་ཚོགས་པ་དང་ཁྱེད་ཀྱི་དག་ལ། ཞུས་དག་ཆད་ལྷག་སོང་བའི་གསུང་རབ་ཀྱི་དེབ་གཞུགས་དང་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་ཅང་དགོན་པའི་ཚོད་དུ་སྒྲང་བ་སོགས་དང་། ང་ཚོའི་ལས་གཞི་གཙོ་བོ་དེ་ཡང་བཀའ་བསྟན་གཉིས་དང་མཁས་དབང་སྡེ་མ་དག་གི་གསུང་རབ་དག་ཚོམ་སྒྲིག་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན་པ་དང་། མོད་དུ་བཤད་པ་ལྟར་དམ་པ་སྡེ་མ་དག་གི་བྲལ་རྗེས་གསལ་བའི་པར་ཤིང་དག་གི་འཕྲིན་ལས་མཇུག་སྲུང་གི་ཡོད་པ་སོགས་ཀྱིས། ང་ཚོས་པར་ཤིང་གི་རྒྱན་ལུག་གནས་ལ་འབད་བཅོལ་དང་། ཤིང་པར་གྱི་ནང་དུ་པར་ཤིང་ཆག་པ་དང་། ཡིག་འབྲུ་མི་གསལ་བ། པར་ཡིག་པས་མི་འདོད་དང་བཞོས་འདོད་པ་སོགས་ཀྱིས་ཡིག་འདོད་དེ་བྱུང་ཡོད་ན་ཡང་། པར་ཤིང་མང་ཤོས་ཤིག་ཚོམ་པ་པོ་རང་ཉིད་དམ། རིག་གནས་ལ་ནང་བུན་རྒྱབ་སྐྱོར་པའི་མཁས་དབང་དང་དམ་པའི་སྤྱེས་བྲུ་གང་མང་ཞིག་གིས་ཞུས་དག་བཏང་བ་ཡིན་པས་གང་བྱུང་བཟོ་བཅོས་སོགས་བྱ་རྒྱུ་མེད་པ་དང་། གསུང་རབ་ལས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་འདོད་ན་ཡང་དོན་བྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་འགྱུར་ན། གསུང་རབ་ལ་བསྐྱེད་ལྡན་དང་བཟོ་བཅོས། ཐ་ན་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་ལའང་བཅོས་སྟངས་མེད་པར་སོར་བཞག་བྱ་རྒྱུའི་ཚ་དོན་རྒྱན་འཁྲུངས་བྱེད་རྒྱ་གལ་ཆེ་བ་དང་དགེ་མཚན་ཆེ་བར་མཐོང་སྟེ། ང་ཚོས་དཔེ་རིང་ཆད་ལྷག་ཞིག་མ་དཔེར་བུང་སྟེ་དེ་དང་བྲུ་ཡིག་གཉིས་གཤེན་བསྟུར་བྱས་ཏེ། མ་ཕྱི་རི་མ་རི་བཞེན་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བཟོ་རྒྱུ་དང་། ཡིག་འདོད་མཚོན་མཚན་ཅན་རྣམས་འདོད་བཅོས་བྱས་ཡོད་ན་ཡང་།

འབྲུག་འདུལ་བའི་ eBook གི་ནང་དུ་ཟུར་མཚན་བཞག་ཆེ་བུར་སྐབས་མི་བདེ་བས། eBook གི་ནང་དུ་ང་ཚོས་ནོར་བཙུན་གྲས་པ་དེ་ཡིག་མདོག་དམར་པོར་བསྐྱར་ཡོད་ལ། PDF ཡི་ནང་དུ་ང་ཚོས་གང་ནོར་བཙུན་གྲས་པའི་མ་སྤྱིའི་ཡི་གེ་འཕམ། རོར་ལྷག་ཏུ་ཐག་བཅད་པའི་གཞུང་ཡིག་གསལ་མ་སྤྱིའི་ཡི་གེ་དེ་མཚུག་དུ་ཟུར་མཚན་གྱི་ངོ་བོར་བཞོད་ཅིང་། ལུ་སྒྲིག་པའི་ནོར་བཙུན་གྱི་ཡི་གེ་དེ་གཞུང་ཡིག་དངོས་སམ་གཞུང་དགུས་གྱི་ཡི་གེ་དང་མི་ནོར་བའི་ཆེད་དུ། གོང་དུ་མཚམས་ཉམས་དང་། འོག་ཏུ་མཚན་གྲངས་སྐྱར་ཡོད་པས། གཞུང་དགུས་སུ་ཤོར་དོགས་དང་ནོར་ས་མེད། མདོར་ན་ PDF ཡི་ནང་དུ་ལུ་སྒྲིག་པས་ནོར་བཙུན་གྲས་ཡོད་པ་ཚང་མར་ཟུར་མཚན་ཡོད་ལ། གཤམ་ཉེ་ང་ཚོས་ནོར་བཙུན་གྲས་པ་དེ་ཉིད་ལ་དོགས་གནས་ཡོད་ཆེ། ཟུར་མཚན་དུ་གསལ་བ་ལྟར་གྱི་མ་ཡིག་དེ་ཚུར་བྲངས་ཉེ་འགྲེལ་བརྒྱབ་ཆོག་ཅིང་། བར་གཞིའི་ནང་གི་ལུ་སྒྲིག་པའི་ནོར་བཙུན་གྱི་ཡིག་འབྲུ་དག་ལྷངས་ཤིང་། ཟུར་མཚན་ལས་ཆད་ཉམས་ཅན་ཞུས་ཤིང་། ཟུར་མཚན་གཞན་དག་ཚུར་བྲངས་ཉེ་གཞུང་དགུས་དང་སྐྱར་ན། གཞུང་དེ་དང་དེའི་མ་སྤྱིའམ་མ་དཔེའི་དཔེ་རིང་དངོས་ཅི་ལྟ་བ་བཞིན་འབྱུང་ངོ་། །འདི་ནི་གསུང་རབ་ལ་བསྐྱེད་དང་བཟོ་བཙུན། ཐ་ན་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་ལའང་བཙུན་ལྟ་མེད་པར་སོར་བཞག་བྱ་དགོས་པའི་ཚ་དོན་རྒྱན་འཁྲུངས་གྲས་པའང་ཡིན་ནོ། །

ཞེས་སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་གིས་ ༢༠༡༥ ལོའི་ཟླ་ ༠༢ པའི་ཚེས་ ༠༥ ལ།

དཀར་ཆག

དོ་སློབ་མདོར་བསྟུན།	iv
ཞུ་སྐྱིད་པའི་གསལ་བཤད།	v
སློབ་ཀྱི་བཞུག་པའི་རྟོགས་བརྗོད།	1
བར་བྱང་སློབ་ཚིག་.....	26

༡༡། རྫོག་གྱི་བཞུག་པའི་རྟོགས་བརྗོད།

༡༡། །རྒྱལ་བའི་དབང་པོས་བསྐྱབས་པ་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་དག་གི་
ཚོགས། །མཚོན་རྟེན་བྱས་སྲུ་གསེར་གྱི་རི་མོའི་ཕྱག་གི་ཁང་བར་ནི། །སངས་
རྒྱས་རྟོགས་བརྗོད་རྣམ་མང་མད་བྱུང་དབག་བསམ་འཇི་ཤིང་འདི། །མིག་གི་
བདུད་ཚི་རབ་སྐྱེད་ཡི་གེའི་རང་བཞིན་དག་ཏུ་འབྱུངས། །

ལེགས་བྱས་གྱིས་གང་བཟ་བའི་གཙུག་ལག་ཁང་ཏུ་དམ་པ་རྣམས་ནི་དགེ་
བའི་སྣང། །བྱུང་བར་གྱིས་ནི་བཟ་བར་བཞོད་ཅིང་དགའ་བའི་རྟོགས་བརྗོད་འཕྲེང་
བ་གཟུགས་ཅན་དག །སྟོང་ཕྱག་རྣམ་གསལ་བསོད་ནམས་རབ་སྐྱུར་འབར་བ་དེ་
ཉིད་དགེ་བའི་དབང་པོ་ཡིས། །བསྐྱལ་བའི་བར་ཏུ་འགོ་བ་དེ་བྲལ་འབྱུགས་པར་མ་
གྱུར་ཅིག་ཅེས་གསལ་བར་བཞོད། །དེ་ཡིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོང། །བརྒྱ་
ཙ་བདུན་པོ་འདི་དག་བྱས། །བཟ་ཤིས་གངས་ནི་རྫོགས་པ་ལ། །གཅིག་ནི་རབ་ཏུ་
འབད་བས་བྱ། །

དེ་ནས་ལྷ་དབང་ཞེས་པ་དེ་ཡི་བྱ། །མིང་གཞན་རྣ་ཀོ་ཞེས་བརྗོད་སྟུན་
དངགས་མཁན། །རྒྱལ་བའི་གཏམ་རྒྱུད་རྒྱ་ཆེ་སྐྱུར་བ་འདིར། །རྟོགས་པ་བརྗོད་པ་
སྟུག་མ་སྟོང་བྱེད་གྱུར། །

མཚམས་སྟོར་གེ་ར་ལ་ཡི་བྱ་མོའི་སྐྱ་ཚོགས་རྣམ་པ་མཚོག་ཏུ་ཡང་དག་
འབྲེལ། །ཅི་ཡང་རབ་ཏུ་དང་བ་རྒྱས་པ་གེ་རིའི་མཛེས་མའི་འགམ་པ་ཤིན་ཏུ་

མཉེན། །རོ་ཡི་གཏེར་གྱུར་གང་གིས་བསྐྱོད་ཆོད་གཡོ་ལྡན་གཏེར་མའི་མིག་གིས་
 ཟེར། །ཡོངས་འདྲིས་ལྷ་བའི་བར་དུ་འགྲོགས་ལྡན་ལེགས་བཤད་ཚུ་གཏེར་དེ་ནི་
 ལུག་བྱར་འོས། །གང་གིས་ཚོ་ཡིག་དག་ལས་གྲུ་གྲུ་ཁོ་ན་མཚོག་ཏུ་བསྐྱབས་ཀྱིས་
 གཞན་པ་ཡིན། །གང་གི་ཁ་ནས་སྤྱི་འཇོག་གི་གསལ་བ་ནས་ཡང་དེས་བར་མི་
 འབྱུང་ཞིང་། །ཁོ་བ་འབར་བས་བཞིན་ནི་མདོག་བྲལ་མི་སྤྱོད་རིག་བྱེད་གཏེར་གྱུར་
 དེ་དག་གིས། །དག་པོའི་གཞོན་པ་བཞིན་དུ་རྒྱ་ཆེ་གཏམ་གྱི་སྤྱོད་དངགས་དག་ནི་
 རི་ལྟར་བརྗོད། །དགོ་དབང་ཞེས་པའི་སྤྱོད་དངགས་མཁན་གྱི་རྟོགས་བརྗོད་དཔག་
 བསམ་འཁྲི་ཤིང་འདི་བྱས་ནས། །དེ་ནི་དམ་པའི་ཚོས་གྱི་སྤོམ་ལས་འདི་དག་རྫོ་
 རྩོས་ལོར་ལྡན་རྫོ་ཡིས་འདྲིན། །རྒྱལ་བའི་ཡོན་ཏན་རྫོགས་བྱེད་བསྐྱེདས་ལས་
 བདག་གིས་བསོད་ནམས་གང་ཞིག་ཉེར་བསྐྱབས་པ། །དེ་ཡིས་སྤྱེ་བོ་འདི་ནི་
 སེམས་ཅན་མཐའ་དག་དགོ་པ་ཉལ་ཏུ་བརྗོད་གྱུར་ཅིག །

འཁོར་བས་ཆེ་བར་ཡོངས་སྤྱུང་ལ་ཞིང་འདོད་པའི་ཆང་གིས་སྤོས་པ་ཉིད་
 འདྲིན་ལ། །གཏི་ལུག་རྒྱས་པའི་ལུན་པ་དག་གིས་མིག་རྩམ་ཉལ་ཞིང་འབ་པ་
 ཉམས་པ་ཡི། །འགོ་བ་རབ་ཏུ་རྟོགས་བར་བསྐྱབ་པ་ཆས་ཤིང་སྤོམ་རྣམས་མ་ལུས་
 འདྲིམས་བྱེད་པ། །འོད་དང་ལྡན་པའི་བཅོམ་ལྡན་སངས་རྒྱས་རབ་ཏུ་སད་པ་ཉིད་
 ལ་ཉལ་ཏུ་བསྐྱོད། །ཀུན་དགའི་གཉེན་གྱུར་ལན་ཅིག་མིན་པར་རྒྱ་ཆེ་ཡིད་ཅན་
 ལ། །ལེགས་བཤད་འོད་གྱི་བདེ་བ་ཀུན་གྱི་ཉེ་བར་བསྐྱབ་པ་སྤྱོད། །དེ་མེད་རང་
 རིག་ཚུ་གཏེར་དག་གི་རྩ་བ་དགོ་བའི་དབང་། །འགས་པ་གསལ་བ་སྤྱེད་བྱེད་ལ་བ་
 ལ་བདག་ནི་ལུག་འཆས་ལོ། །

རྒྱལ་བའི་རྟོགས་པ་བརྗོད་པ་དག་བྱེད་ཆོག་ནི་སྤོམ་པའི་གཏེར། །སྤྱལ་

བྱེད་བསོད་ནམས་རྟོག་པ་དག་གི་མདོན་པར་སྐྱོད་པ་འདི། །ལྷ་མ་ལེགས་བྱས་
 ལྟན་པ་བཀའ་ནི་རབ་ཏུ་སྐྱེན་མཛད་པས། །ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་སྤང་ཏུ་བདག་ལ་
 སྐལ་བའི་ཆ་ཤས་མཛད། །གང་ཞིག་ལུག་ཏུ་རྒྱས་པའི་རྟོགས་བརྗོད་དང་། །གསེར་
 གྱི་གཟུགས་བརྟན་རབ་ཏུ་རྒྱས་པར་གྱུར། །མིག་གི་བདུད་ཅི་བཤ་བའི་རི་མོ་
 ཆགས། །དེ་ནི་གཙུག་ལག་ཁང་ནི་དུས་ཀྱིས་འདལ། །དབྱངས་ཅན་པེར་གྱིས་རྣམ་
 པར་བཤ་བ་ཡི། །རྟོགས་པ་བརྗོད་པ་ཡི་གཤེ་རིམ་པས་གྱིས། །གང་འདི་བསོད་
 བམས་རང་བཞིན་གཙུག་ལག་ཁང་། །དོན་ཆེན་དམ་པ་དགའ་བྱེད་ཡབ་ཀྱིས་
 བསྐྱབས། །སྤྱོད་སུ་ཤོ་ཉིའི་འཕྲེང་བ་རབ་བཞོད་པའི། །གཟུགས་བརྟན་ཚོགས་
 ནི་བརྟན་པ་རབ་ཆགས་པ། །དེ་ནི་ཆུ་དང་མེས་བསྐྱེད་ཉེར་འཆེ་ཡི། །དུས་བཞི་
 འཛིག་གྲང་ཉམས་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །དེ་ལ་རྟོགས་བརྗོད་གཅིག་གི་གཟུགས་བརྟན་
 འདི། །མི་ཟད་བསོད་ནམས་ལ་ཆགས་བདག་གྲང་འགོད། །བདག་ཉིད་ཆེན་ཤོ་
 དེར་གནས་རྗེས་འབྲང་བ། །ཤིན་ཏུ་རྒྱང་ཡང་འབད་མེད་ཆེན་པོར་གྱུར། །ཚོས་
 པའི་སྐྱོགས་ཀྱིས་བཏུང་བའི་བདུད་ཅི་སྟོན་པ་དག་གི་རྒྱན། །དྲི་བཟང་ཁང་པ་
 བཞིན་གྱི་བརྗོད་གནས་སུ་སྐྱོགས་བྱེད་པ། །བྱང་བའི་ན་རྒྱང་དང་མཚུངས་ཡབ་གྱི་
 སྐད་ལ་བཏུད་ནས་ནི། །སྟོན་རྣམས་རྒྱ་ཆེའི་ཁྱད་པར་ལྷག་མ་བདག་གིས་རྫོགས་
 པར་བྱས། །མཛེས་མ་གསར་དུ་འགྲོགས་པའི་དགའ་སྟོན་ཅན་དང་ལྷ་ཡི་མཐུ་ལྟན་
 དཔལ་དང་ནི། །དར་བབ་རྒྱན་གྱི་ཉེ་བར་ཡོངས་སྐྱོད་ཅ་རྒྱལ་སྐྱ་ཡི་ཅེ་དགའ་
 བཏུང་བྱས་ནས། །ལྷས་བཅས་གང་དག་བཅེ་བས་གཞན་གྱི་སྐོག་ནི་བསྐྱབ་པར་
 བསྐྱབ་ལ་རང་གི་ལུས། །ཚོས་མེད་སྐྱེན་པར་བྱེད་ལ་གཡོ་བ་མེད་པ་དེ་ལ་བདག་
 ཅག་ལུག་འཚམ་ལོ། །

དབུ་ལ་ལྷན་རྒྱུ་ལ་འཛིན་པའི་དབང་། །སྤྱིན་གྱི་རྟོག་མི་སྤྱིན་བཞེན་
དུ། །སྤོར་བའི་གཏུང་བ་འཛོལ་བ་དག །སྤོར་སྤོར་གསེར་དུ་བྱུང་བར་གྱུར། །གང་
གི་དབག་བསམ་ཤིང་ལས་འབྲུངས། །རྟལ་ཏུ་གསར་བ་གསར་བའི་
དབུ། །གྲགས་པའི་མེ་རྟོག་བསོད་ནམས་ཀྱི། །འི་བཟང་རྒྱས་པ་རྣམ་པར་
མངོས། །རྩ་གཏེར་ལ་མི་རྩ་བ་བཞེན། །སྤྱིན་གྱི་བཞེན་པ་དེ་ཡི་སྤྱི། །ཤིན་ཏུ་
རྣལ་པའི་བསོད་ནམས་རྣམས། །གསར་དུ་ཚོགས་པ་བཞེན་དུ་གྱུར། །

དམ་པའི་སྤྱི་ལོ་ལེགས་བྱས་དང་། །ཡོན་ཏན་རྣམས་ལ་དུལ་བས་
དང་། །འབྱོར་བ་རྣམས་གཏོང་བས་བཞེན། །དེ་མི་སྤྱི་ལོ་དེ་ཡིས་མངོས། །དེ་
ཡིས་བྱ་ལ་དབག་བསམ་ཤིང་། །རྒྱལ་སྤིང་ཆེ་དང་བཅས་བཏང་ནས། །དགའ་ལྷན་
སྤྱད་དུ་ཞི་བའི་གནས། །མ་ལ་ཡར་ཞི་དབེན་པས་སོང་། །

ཡབ་མི་བཅུ་མོ་དང་འགྲོགས་ཏེ། །དབུ་བཏང་དགའ་ལྷན་གསེང་
ཆོ། །སྤྱིན་གྱི་བཞེན་པ་འབྱོར་བ་དག །ཚོབ་པ་ཡིས་ཞི་རབ་བསམས་པ། །སྤྱི་ལོ་
བསྟན་པ་དང་བྲལ་བ། །བདག་ལ་དབུ་ལ་ཞི་བའི་མེད་གྱུར། །མིག་གིས་དམན་པ་
དག་ལ་ཞི། །དེ་མོའི་གནས་དག་འབྲས་མེད་བཞེན། །ཡབ་ཀྱི་ཞབས་ལ་གཏུགས་
ཆེ་སེན་མོའི་འོད་ཀྱི་འཕྲེང་བ་ཡིས། །རྣམ་པར་མངོས་པའི་ཚོད་བན་དང་ལྷན་དེ་
ཡི་བཀའ་ཉན་པའི། །རྣ་རྒྱུ་གྱིས་བརྒྱན་དབུ་ལ་ཞི་རི་ལྷན་བདག་ལ་སྤོན་གྱུར་
པ། །ད་ལྟ་འཁོར་ལོས་སྤྱི་བའི་འབྱོར་བ་དག་ལ་དེ་ལྟ་མེད། །ཅེས་བསམས་དེ་ཡི་
འདྲི་ལྟེན་ཞི། །ཀུན་ལ་མན་སྤྱད་རང་ཉིད་ཀྱིས། །དབག་བསམ་རྒྱུང་གསེར་
གྱི་ཆར། །འབེབས་པ་དག་ཏུ་བསྟན་བྱས་ནས། །རྒྱལ་སྤིང་ཆེན་པོ་རབ་བཏང་
སྟེ། །ཡབ་ཀྱི་བསྟོན་གནས་དག་ཏུ་སོང་། །འདྲི་ལྟེན་གསུམ་གྱི་སྤྱིང་ལོ་ཡི། །དབང་

ལྷན་སེམས་ཡངས་རྣམས་ལ་ཅ། །

རྒྱལ་སྲིད་ཆེན་པོ་བཏང་ནས་དེ། །མ་ལ་ཡ་ཡི་རིང་སོང་ཆེ། །དཔག་
བསམ་སྡོན་པས་ས་གཞི་ནི། །གསེར་གྱིས་ཡོངས་བཀང་མཁའ་ལ་སོང་། །སྤྲིན་
གྱི་བཞོན་པས་རི་བོ་ནི། །དཔལ་གྱི་དུམ་བུས་བརྒྱན་པར་ཕྱིན། །པ་མའི་ཞབས་
བད་བསྟེན་པ་ཡིས། །འབྲལ་བའི་གདུང་བ་རབ་ཏུ་བཏང་། །

སྐབས་དེར་ཙུམ་འཁྲི་ཤིང་རྒྱང་གཞོན་གྱིས། །བསྐྱོད་ཅིང་ལྷགས་རིང་
སྐལ་བ་བསྟེན་རྣམས་ལ། །འདོད་པའི་ཕྱོགས་པོར་གྱུར་བ་དཔྱིད་གྱིས་ལི། །མངོན་
བར་འདོད་པའི་སྤྱོད་ཚུལ་རབ་ཏུ་བསྟེན། །

ཁོ་བའི་འདོད་ལྡན་མ་ཡི་མི་མཐུན་ཕྱོགས། །སྣོ་ཕྱོགས་རྒྱང་ནི་ཡང་ཡང་
རབ་ཏུ་ལྡང་། །འཕྲོ་ལ་རྒྱལ་སྐད་ཉ་ཡི་རྒྱལ་མཚན་གྱིས། །རྒྱང་གི་མཚོན་ནི་འབྲལ་
ལ་རབ་སྐྱར་བཞིན། །རྐང་དུག་དཔྱིལ་འཁོར་དག་གིས་མ་སྐྱས་བ། །སྤྲུག་པོས་
རྒྱས་པས་མྱེ་བ་ཉིད་གྱུར་བའི། །རྩ་ཉའི་ཤིང་གིས་མི་སྲེད་ལྷན་རྒྱ་བཅིངས། །ཡང་
ཚོ་ཅན་ལ་མངོན་འདོད་བསྐྱབ་པ་བྱས། །དཔྱིད་གྱི་དཔལ་མོ་དག་གི་རྩ་བའི་
རྒྱན། །རི་བོའི་རོས་ལ་ལྷ་རན་མེད་པ་མཛེས། །ཤོང་ཁྲེར་མ་ཡི་རྐང་བས་རབ་
བསྐྱབ་པས། །ཡལ་འདབ་གསར་བ་དག་ལ་ཚོན་འཕོས་བཞིན། །མཛེས་མའི་ཁ་
ཡི་ཆང་གི་དགའ་ལྡན་བ། །འདོད་པའི་ཐབས་ནི་སྐལ་ལྡན་བདག་ཉིད་ལ། །ཞེས་ཉེ་
བ་ཀྱུ་ལ་ཤིང་མེ་ཉོག་གི། །ཚོལ་གྱིས་དགའ་ཞིང་འཇུ་མ་བའི་དཔལ་སྐྱེས་བཞིན། །

ཁེངས་ལྡན་མ་རྣམས་ཁེངས་པ་རབ་བཏང་ཞིང་། །མི་སྐྱེ་སྐངས་ནས་རྐང་
བ་རབ་བཏུང་དེ། །མཛེས་པོ་དག་ལ་དང་བར་བྱེད་མཚོང་ནས། །སིལ་བྱ་ར་མེ་ཉོག་
གིས་དགོད་བཞིན། །གེ་སར་རྒྱས་པའི་ཁྲུང་བསྟེན་པ་ལྷ་ཤིད། །འབྲེང་བ་མཛེས་

པ་དབྱིང་གྱི་སྲིང་གོ་ཡིས། །ཁེངས་ལྷན་མ་ཡི་ཁེངས་བ་སྐྱང་པོ་ལ། །བསྐྱུན་པའི་
ཁྲག་བསྐོས་སྲིང་མེའི་འསྲིང་བ་བཞིན། །

ན་བར་སྐྱུན་སྐོགས་ཁ་བྱུག་བྱ་མོ་ཡིས། །རེག་ལས་ཤི་རི་ཤ་ས་མིག་གཞི་
གར། །སྐྱ་ལ་གོ་སར་རྩལ་ཚོགས་རྒྱས་པ་ཡི། །མེ་ཉོག་འབྱུང་གནས་དཔལ་གྱི་
དགའ་ཚར་པལ། །བྱང་པའི་ན་རྒྱང་ནས་འབྱུལ་ལོངས་སྐྱོད་ལྷན། །སྐྱང་ཅིས་ལྷོས་
ཤིང་ནམ་པར་འབྲམ་དུས་དེར། །མེ་ཉོག་རབ་རྒྱས་འཁྲི་ཤིང་ཚལ་གྱི་
གཞིར། །རེག་འཛིན་རྒྱལ་པོའི་སྲས་ཤི་ནམ་པར་རྒྱ། །

དེས་དེར་གསེར་ལས་བསྐྱབས་པའི་ཁང་པར་ལ། །བྱུབ་པས་རབ་ཏུ་
གནས་བྱས་ཤིན་ཆེན་གསུགས། །གོ་རྗེ་མཚོད་ནས་རྒྱད་མང་སྐྱ་ལེན་པའི། །རྒྱ་བ་
གསར་བ་ལྟ་བུའི་བྱ་མོ་མཚོང་། །

ཡིད་སྐྱབས་འཚོ་སྐྱད་གོ་རི་མཉེས་པ་ཡི། །སྐྱབ་བྱེད་ལ་ལོ་རབ་ཏུ་གནས་
བྱས་པ། །འདོད་པའི་རྒྱང་མ་གཞན་བཞིན་དེ་མཚོང་ནས། །སྐྱིན་གྱི་བཞེན་པ་ཡ་
མཚན་རྒྱ་ཆེར་གྱུར། །

དེ་ནས་རི་དྲགས་མིག་ཡངས་རོ་ཚ་ཡིས། །དུད་པས་སྐྱ་མཐར་རྒྱད་མང་
པར་བ་ནས། །དལ་གྱིས་པབ་པས་རེག་འཛིན་རྒྱལ་པོའི་བྱ། །མདའ་བཞག་འདོད་
པ་དག་དང་མཚུངས་པ་མཚོང་། །མིག་ཟེར་མཛེས་པའི་རྒྱན་ལྷན་མཛོན་འདོད་
དེས། །པན་རྒྱན་ལྟ་བུར་བྱེད་པའི་རྣམ་འབྱུལ་གྱིས། །ཡིད་ལོ་ཉེ་བར་མཚམས་སྐྱོར་
མོ་ཉ་བཞིན། །དེ་དག་བར་དུ་འགྲོ་དང་ལོང་བ་བྱས། །གསར་མཚོང་ལ་ཡང་སྤྱོདས་
སུ་སྐྱང་བཅས་པ། །འདོད་པ་པད་མཚོའི་དང་པའི་རྒྱལ་མོ་དེས། །སྐྱེ་བ་གཞན་དུ་
གོམས་པའི་རོ་ལས་བཞིན། །དེ་ཡི་ཡིད་མཚོ་ཆེ་ཞིང་དྲངས་པར་ལྷགས། །རིན་

ཆེན་མཁའ་བས་ཀྱི་མེད་རི་མོང་དང་། །བྱ་མོའི་ཚོགས་ཀྱིས་འབེན་ལ་དབྱ་བའི་
མདའ། །རབ་རྒྱས་བརྗོད་གཏུ་བྱུང་བ་བཞིན། །ཆགས་ལྡན་དེ་ཡི་སེམས་ལའང་དེ་
ལྷགས་གྱུར། །

ཕྱོགས་མོ་བྱ་མོའི་གཉེས་པ་དང་བཅས་དེར། །འདོད་པ་གསར་སྦྱེས་རོ་
ཚས་སྦྱུང་བྱེད་ཅིང་། །བརྟན་ཡང་མད་བྱུང་གཟུགས་ཀྱིས་དངས་གྱུར་པ། །རིག་
འདིན་རྒྱ་བས་དབེན་པར་མངོན་ཕྱོགས་སྣམ། །སློབ་ལེགས་ཅི་སྣང་སྟོན་ཏུ་འོང་བ་
པ། །ལེབས་སྣམ་བཀུར་བའི་ཆ་ནི་ཁྱོད་མི་བྱེད། །དམ་པའི་ཀུན་སྟོན་ཡོན་ཏན་
ཀྱིས་མངོས་གཟུགས། །ལེགས་ལྡན་རིགས་ཀྱི་རྗེས་མཐུན་རྣམ་པར་འདོན། །ཁ་
ན་མ་ཚོ་མེད་ལུས་ཁྱོད་ལུས་མཚོག། །དབྱ་བའི་རྒྱན་ནི་གསར་བ་རྒྱ་བ་
རྣམ། །མངོས་པ་སྤྱ་ཉིག་འོར་བུ་ཉིད་འདི་ནི། །རབ་ཏུ་མཚོ་བའི་རིགས་སློབ་གང་
ལས་ཐོས། །ཡང་ན་མངོས་མ་ཁྱོད་ནི་མཚོང་གྱུར་པ། །བདུད་ཅིས་བརྒྱན་པས་རེད་
ལ་རིམ་གྱོ་བྱས། །མངོས་སྤུག་དགའ་སྟེར་རི་མོང་གིས་མཚན་པའི། །རི་མོ་སྤུ་ལ་
ལེབས་པར་སྣམ་བར་བྱེད། །འོན་ཀྱང་དགའ་བས་རེད་ཀྱི་དགོ་མཚན་ཅོམ། །གསལ་
བའི་སྣང་ཏུ་ཁྱོད་ཀྱིས་འདིར་སྟོས་ཤིག། །དམ་པའི་ཕྱོགས་ལྡང་མངོན་ཕྱོགས་བྱེད་
བ་ཡི། །སྤུ་ཡི་རིགས་ནི་ཁྱོད་ཀྱིས་བརྒྱན་པར་བྱས། །

ཞེས་པ་རིག་འདིན་ཅོད་པན་དག་གི་ཚིག། །འདོད་དགོངས་སྟེང་ལོ་ཅན་དེ་
ཐོས་གྱུར་ནས། །རོ་ཚས་དེ་ནི་མི་སྣམ་སྦྱུང་གྱུར་གང་། །དེ་ཚེ་གོགས་མོ་མ་ཉ་ལི་
གས་སྣམ། །གཞོན་ལུ་རིག་འདིན་རྒྱལ་རིགས་བདུད་ཅི་ཡི། །རྩུ་གཏེར་གྱི་ནི་རྒྱ་བ་
ཁྱོད་འདིར་གྲགས། །དེད་ཀྱི་གྲོང་ན་གྲུབ་པའི་ཅེ་དགའ་མས། །ལུས་མེད་ལུས་
ལྡན་ཁྱོད་ནི་སྤུ་ལེན་བྱེད། །དཔག་བསམ་ཤིང་སྟོན་ཅེ་དགས་རབ་གྲགས་

པ། །ཚོད་གྱི་གྲགས་པ་ཡོན་ཏན་མཐུ་ཡིས་བརྒྱན། །

རྒྱ་ལྟར་དཀར་བ་འདི་ཡི་ཆ་རྒྱན་དུ། །མིང་པོ་ལོར་གྱི་བཤེས་གཉེན་དག་གིས་བྱས། །སེམས་དབང་ཆེན་པོ་དེ་ཚོད་ཚོགས་མོས་གཏམ། །དར་མའི་ཉེར་སྲོད་བྱ་བས་རི་རྣམ་འོས། །ཁྱད་པར་ཆེ་རྣམས་མཁུན་དུ་བུ་མོ་ཞི། །དོ་ཆས་རྣམ་པར་སྤུལ་བའི་རང་བཞིན་འཇུག། །བུ་མོ་འདི་ནི་བྱུ་བ་རིགས་རྒྱ་གཏེར་གྱི། །རྒྱ་བ་བྱུ་བ་བདག་སྣ་ཚོགས་ལོར་གྱི་སྟེ། །ལང་གི་མཛེས་པ་སྐྱེད་ཆས་དུ་ཅེ་ཆེ། །ཉག་པ་ཉིད་དུ་ཀུ་སྤང་རྒྱས་པར་བྱེད། །མ་ལ་ཡར་སྐྱེས་འཇི་ཤིང་གསར་བཞིན་ཟ། །དང་པོར་འཇུངས་གྱུར་ཡལ་འདབ་ལྟར་དམར་མཆུ། །བདུད་ཅིའི་རང་བཞིན་མ་ལ་ཡ་ཅན་འདི། །ཉག་ཏུ་ལྟ་དང་ལྟ་མིན་མངོན་འདོད་པ། །ཞེས་དེས་སྐྱས་པར་གྱུར་པ་ན། །

ཉུག་རུམ་གཞན་པོ་མངོན་སྟོགས་ཏེ། །ལྷུར་བར་འོང་བའི་འུགས་བཅས་བས། །བྱུ་བ་བདག་བུ་མོ་ལ་སྐྱས་པ། །དགོ་མ་ལོར་གྱི་བཤེས་གཉེན་དང་། །རྣམ་ཅིག་མོ་བྱང་འཁོར་ན་འཁོད། །ཚོད་གྱི་བག་མའི་གཏམ་ལ་ཆགས། །ཡབ་ནི་ཚོད་ལ་ལྟ་བར་འཆོལ། །ཞེས་པ་དེ་ཡིས་བརྗོད་པའི་འབྲམ། །སྟོགས་མོ་དང་བཅས་མིག་བཟང་མ། །ཡིད་ནི་སྤྲིན་གྱི་བཞེན་པ་ལ། །རྣམ་པར་བཤོད་ནས་དལ་གྱིས་སོང་། །

སྟོགས་མོ་སྤྱི་ན་འཁོད་དེ་ལ། །གཏམ་གྱི་ཚོལ་གྱིས་ཡང་དང་ཡང་། །མཛེས་པ་རྣམ་པར་ལྟ་བུ་ཅིང་། །ལེ་ལོའི་གོམ་བས་འགྲོ་བའི་ཆེ། །མངོན་འདོད་གསར་པ་ལ་བཞེན་ཅིང་། །སྤག་དོག་གིས་བཞིན་བརྟན་པ་བཏང་། །

ལམ་དང་མིག་ནི་གཏང་པ་ཡི། །གཞོན་ཏུ་ཡིས་ནི་རབ་བསམས་པ། །ཤེ་

མ་དེ་དྲུགས་སྤྱད་གྲུའི་མིག་། ལ་ཡི་རྩུང་དུ་འགྲོ་བྱེད་མ། ། དེ་ཡིས་འདྲིལ་ས་བཞེན་
ཆགས་བཅས་གྱི། ། ཡིད་ནི་བདག་ལ་གཏམས་པར་བྱས། །

དབུགས་གྱི་ངལ་དུབ་འབད་བས་འགོག་ལ་ཆགས་ཤིང་སྐྱ་མེད་དག་ཏུ་
ནམ་པར་གནས། ། མཐོང་བའི་འདྲིལ་ས་ལས་ཤིན་ཏུ་དོགས་པས་འཇུགས་ཤིང་
དབེན་པ་རུ་ཡང་རབ་འདར་བཅས། ། ཡིད་སྐྱབས་དག་གི་མདའ་ཡིས་རབ་ཏུ་
བསྐྱུན་ཆེ་སྐྱེངས་པ་ཡི་ནི་ཆགས་ཤིང་གནས། ། ལུས་ཟླ་ཚོམ་རྒྱན་མ་དེ་བདག་
ཡིད་ལ་ཞུགས་ལམ་གང་ནས་ནི་ཡོངས་མི་ཤེས། ། ཞེས་པ་ཡུན་རིང་བསམས་
ནས་རྡོ་ལ་འཁོད། །

ཡིད་སྐྱབས་བཀའ་ཡི་ཡུལ་དུ་གྱུར་བ་དེས། ། ལྷན་རྟོག་མིར་གྱིས་མཐུན་ཏུ་
དེ་དྲུགས་མིག་། ། ཡང་ཡང་མངོན་གྱིས་མིག་ནི་གཡོ་མེད་གྱུར། ། དེ་ནས་མེ་རྟོག་
རྒྱལ་དང་རྒྱལ་གྱིས་གང་། ། བྱས་ཚེ་དབེན་པར་རྐང་བའི་མཚོ་སྐྱེས་ཀྱ། ། འཁོར་
ལོ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་མཚན་རྗེས་འབྲངས་ནས། ། དེ་ཡི་རྩུང་དུ་ཅེད་ལྷོགས་གཉེན་
བཟང་ལོངས། །

མངོན་འདོད་གསར་བའི་ཁྱད་པར་བསམས་པ་ཡིས། ། སེམས་ནི་རབ་ཏུ་
བཀག་དེ་དེས་མཐོང་ནས། ། དྲན་པའི་བཀའ་ཡིས་བརྟན་པ་བཅོངས་པ་ལ། ། རོ་
མཚར་བཅས་པའི་རྣམ་འགྲུར་རྒྱ་དག་རྗེས། ། ལྷོགས་པོ་བརྟན་པའི་གཉེར་གྱུར་
ཁྲིད་ལ་ཡང་། ། ཤིན་ཏུ་གཏུང་བའི་གནས་ནི་ཉེར་བསྟན་ཅིང་། ། བསམ་པ་ལ་བརྟེན་
མིག་ནི་གཡོ་མེད་པ། ། བརྟན་མེད་རྣམ་པ་ཅི་ཞིག་ཉམས་སུ་སྐྱོང་། ། ཞེས་པ་ཡིད་
གཏུགས་གནས་ནི་ལྷོགས་པོ་དག། ། རབ་ཏུ་འབད་ཅིང་གྲུས་པས་རྗེས་པ་
ནི། ། ལྷགས་རིངས་མཐུན་ལྷོགས་རྒྱུང་གིས་རྗེས་དཔག་བྱ། །

རྩན་པའི་མདའ་ལྷུང་གཞིན་ལྷན་དེ་ལ་སྐྱེས། །ཕྱོགས་པོ་སྡོན་སྡོན་སྡེ་ལ་
སྡོན་ལྷན་པའི། །བྱེད་པོ་ཡིས་ནི་གཟུགས་གསར་དེ་མོ་དག །བྱུང་དེགས་རྒྱ་མཚོའི་
རྒྱ་པའི་དེ་མོ་བཞིན། །མངེས་པའི་རང་བཞིན་བུ་མོ་བདག་གིས་མཛོང་། །

དེ་ཡི་བཞིན་གྱི་བརྗོད་མངེས་སྐྱུག་རྒྱས་པས་གཞི་བྱིན་ཉམས་པའི་རྒྱ་བ་
དང་། །དེ་ཡི་མིག་དག་མངེས་པས་མིག་གི་དབུ་ནི་རབ་ཏུ་ཉམས་པའི་དེ་དྲགས་
དག །འགས་པ་ཞི་ཞིར་སྐྱུག་བསྐྱེད་མཚའས་པས་མཚའ་མོ་སོ་སོར་སྐྱེར་ས་ཉེ་
ལྷན་པ་ཡི། །བདག་ཉིད་དག་ནི་བསམ་པ་གཡོ་མེད་འགྲོགས་པ་འདི་ཉིད་མཛོང་
བར་བདག་རྟོག་གོ། །མཛོང་བའི་རྣམ་འབྱུང་གསར་པ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། །མིག་གི་
མངེས་པ་རྣ་བའི་རྒྱན་བྱས་དེས། །མངོན་འདོད་གསར་པ་ཉམས་སྐྱོང་བྱེད་
པའི། །རང་གི་རོ་མོ་བདག་ལ་གསལ་བར་བྱས། །དེར་ནི་སྡོད་འདར་ཞིང་གཡོ་
སྐྱེན་སྐྱོད་གསོགས་བར་བྱེད་པའི་འོག་པག་ལ། །འཛིགས་པས་རབ་ཏུ་ཞི་བར་
བྱེད་བཞིན་ཡང་ཡང་གོས་དག་བྱིན་ནས་སྐྱུགས་བར་བྱས། །དོ་ཚས་མི་སྐྱོད་དང་
སྐྱེན་བཞིན་དུད་དེ་ཡི་རྣ་བའི་ལྷན་ལ་ལྷུང་བ་ལ། །འཁོར་ཞིང་རྒྱ་བའི་བྱང་བ་རྣམས་
གྱི་སྐྱ་ཡིས་བདག་ལ་ལེགས་བར་འོངས་སམ་བྱས། །བཞིན་ལ་རྒྱ་བ་བརྒྱ་སྐག་དང་
ནི་མིག་གཉིས་དག་ལ་ལྷན་སྡོན་པའི་འགས། །ལག་པ་དག་ལ་བད་ཅུ་གཞིན་ལུ་
རྐང་བར་བརྗོད་འབྱུང་གནས་རབ་རྒྱས་པ། །ལུས་མཚོག་སྐྱེས་ལ་སྐྱ་རབ་དུལ་
དག་གས་ཉེ་འདོད་པས་རབ་ཏུ་བཞོད་པ་ན། །མེ་ཡི་རང་བཞིན་བཞིན་དུ་དེ་ཡིས་
བདག་ཡིད་མཛོང་བས་སྐྱག་པ་ཅི་སྐྱོད་སྐྱེག །འདོད་པའི་ཀུ་སྐྱད་ཚལ་གྱིས་རྒྱ་བའི་
དེ་མོ་སྐྱ་ཞིག་དེ། །མིག་གི་བརྗོད་རྣམ་པར་རྒྱས་པའི་རྒྱར་ནི་བདག་གིས་
མཛོང་། །གང་གིས་མངེས་པའི་རྣམ་འབྱུང་བདུད་ཅིའི་རྒྱ་པོ་འབྱུངས་པ་ཡིས། །ཚོ་

བའི་དྲུག་རྩ་གསལ་གྱི་ཚོངས་པ་རྟོག་རྩ་རྒྱས་པར་འགྱུར། །མ་ལ་ཡ་ཅན་ཞེས་
བའི་བྱ་མོ་དེ་དྲུགས་མིག་ཅན་དེ། །ཅེ་དགའི་གྲ་མ་མེ་ཉོག་མཚོན་གྱི་རོལ་ཅེད་
སྲིད་མེད་ལ། །དེ་མེད་གྲུབ་དེགས་བདུད་ཅིའི་རྒྱ་གཉེར་དག་གི་རྒྱ་སྐར་བདག་། །རྩ་
ཚོགས་ཚོར་བདག་གི་ཉི་བྱ་མོ་ཡིན་ཞེས་བདག་གིས་ཐོས། །

ཞེས་པ་དེག་འཛིན་རྒྱལ་པོ་དག་གི་བྱ། །ཡིད་བྱུང་གསར་པ་རྒྱས་པའི་
ཚིག་ཐོས་ནས། །དེ་མའི་གཞོན་ཅུ་ཡིད་གཙུགས་དག་གིས། །བྱས་ལྡན་གཉེན་
བཟང་གིས་ཉི་དེ་ལ་སྦྱས། །

ཐོགས་པོ་དགའ་བས་ཁྱོད་ཀྱི་མངོན་འདོད་འདི། །ཡོན་ཏན་མཐུ་དག་
མཚུངས་པའི་གནས་ལ་སྦྱོས། །ལེགས་བྱས་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱི་དེ་བཞི། །དེས་བར་
དམ་པའི་ལམ་རྩ་འགོ་བར་འགྱུར། །ལྟ་ཡི་བྱ་མོ་བལྟས་པས་མི་གཡོ་བ། །ཁྱོད་ཀྱི་
བརྟན་པ་གང་གིས་གཡོ་བཞིན་གྱིད། །དགའ་མའི་བདག་པོ་དག་གི་རྩ་མཚོན་
དེ། །སྐལ་ལྡན་འཛིན་ཉེན་གསུམ་གྱི་མཚོན་བྱ་ཉིད། །འགོ་ལ་ཉ་ཡི་མཚན་མོ་རྒྱལ་
བ་དང་ལྡན་གཅིག་ལྟ་མཚོག་རྩ་མཛེས། །སྡོ་བསངས་སྡེ་ལ་མཚོག་གི་འགྱུར་པ་
འཛིན་པ་དེ་ཉིད་སྐལ་བ་བཟང་། །གང་དང་བྲལ་བས་མཚན་མོ་མོ་མོར་བདུད་ཅིའི་
ཟེར་ཉི་གཟི་བྱིན་ཉམས། །དལ་གྱིས་མེན་མོའི་ཁ་དེས་གསར་པ་སྤ་བ་ཉིད་འཛིན་
ལུས་དང་ལྡན། །བརྟན་པ་སྡེན་ཅིག་ཁྱོད་ཀྱི་འདོད་པ་གང། །དེ་ནི་འབད་མེད་ལག་
པའི་ཅེ་ན་གནས། །བྱུབ་བདག་སྦྱ་ཚོགས་ཚོར་ལས་བྱ་མོ་དེ། །ཁྱོད་ཀྱི་ཡབ་ཀྱིས་
ཁྱོད་ཀྱི་དོན་རྩ་བསྐྱངས། །འདོད་ལྡན་ལྷ་བས་མཚན་མོ་ལ་བཞིན་གང་གི་བྱ་མོ་
ལ། །འགོ་གསུམ་དགའ་བས་ཡང་དག་སྦྱོར་བ་བདག་ཉི་སྐལ་བ་བཟང་། །

ཞེས་པ་བརྟོག་ནས་གྲུབ་པའི་བདག་པོ་བྱས་དང་དགའ་བས་གང། །བྱ་མོ་

ཡིས་ནི་བག་མའི་དགའ་སྟོན་དེ་ཉིད་སྐྱོད་བར་གྱུར། །ཐོགས་པོ་ནང་བར་ཁྱོད་གི་
ཅེ་དགའི་དགའ་སྟོན་ཡངས་པ་དག །མངོས་མ་དང་འཕྲོགས་བདུད་ཅིའི་འབྲས་བུ་
ལྷན་པ་དེ་གྱུར་སྟེ། །གང་ལ་ཡོན་ཏན་མཚུངས་པ་འཕྲོགས་པ་དག་ནི་མཚོང་བས་
ན། །སྤེལ་པོ་ཤིན་ཏུ་ཡུན་རིང་གྲེད་པོ་བཟུགས་པ་གྲེད་པར་འགྱུར། །

ཞེས་པ་ཕྲོགས་པོའི་ཚིག་དེ་ཐོས་གྱུར་ནས། །དགའ་བའི་རང་བཞིན་
ཡངས་པ་འབྲས་བུས་ཏེ། །ཉིན་མོའི་སྐྱག་མ་དུ་མའི་དུས་མཚུངས་བར། །སྒོ་ཡིས་
རྟོག་ཅིང་རང་གི་གནས་སུ་སོང་། །དེ་ནས་ཐུན་མཚམས་བུ་མོ་དང་། །འཕྲོགས་
བས་གྱུར་གྲུམ་འཕོས་པ་བཞིན། །ནམ་མཁའ་ཡི་ནི་སྤྲེད་ཚེས་དུ། །ཉི་མ་ཆགས་
ཏྱག་ལྷན་བར་གྱུར། །བརྒྱ་ཅན་དགའ་ཉིན་མོའི་མཐར། །བྱབ་རིའི་རོས་ལ་འཁོད་པ་
ན། །དེ་ཡི་མཐུག་ཏུ་ཐུན་མཚམས་ནི། །རྐང་པ་བསྟེན་པ་ལ་ཆགས་མངོས། །དེ་
ནས་བྱབ་ཕྲོགས་ཚུ་གཏེར་དུ། །ཉིན་མོའི་དབང་སྐྱག་རབ་སྐྱུང་ཆེ། །དེ་ལས་འཕྲོང་
བས་ཐེགས་པས་བཞིན། །སྐར་མ་རྣམས་གྱིས་ནམ་མཁའ་གང་། །དལ་གྱིས་ཐུན་
བ་ཚུང་དུ་གང་། །མཚན་མོས་སྲིད་པའི་སྐྱོད་དག་ལས། །ཐུན་མཚམས་དམར་བའི་
ཆང་འཕྲངས་ནས། །སྤོས་པ་བཞིན་དུ་སྐད་ཅིག་འབྲུམས། །དེ་ནས་བདེ་སོགས་
མངོས་པ་ཡི། །ཅེ་དགའ་གནས་པ་ཤར་གྱི་སྤོགས། །ཟླ་འཆར་སྐར་བ་ཉེ་བ་
ན། །ཅན་དག་གིས་མཚན་བཞིན་མངོས། །དེ་ནས་བདུད་ཅི་སྐྱོད་པ་ནི། །ལོངས་
སྐྱོད་ཅན་གྱི་ལོངས་སྐྱོད་གི། །སྐལ་བཟང་ཅེ་དགའ་བྱད་པར་ཅན། །སྤོ་བསངས་
གདོང་གི་བྱད་ཅན་ཤར། །ཟླ་བའི་ཅེ་དགར་མངོན་སྤོགས་པའི། །ཀྱུ་ཐུད་ལྷན་པ་
མཚོང་གྱུར་ནས། །ཐོ་བས་ལྷུ་བ་བཞིན་བརྒྱ་ཅན། །གཟི་བྱིན་ཉམས་ཤིང་རྩམ་པར་
གྱུར། །ཟླ་བའི་ཐེག་ལེ་གསར་པ་དང་། །སྐར་མའི་ཚོགས་གྱི་དོ་ཤལ་ཅན། །སྤོ་

བསངས་མ་དེ་སྲུབ་པ་ནི། །དུལ་བའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཉིད་གྱུར། །

དེ་ནས་མཚན་དེ་ཁང་བཟང་དུ། །སྲིད་ལྡན་མ་ལ་ཡ་ཅན་མ། །གཉིད་མེད་
ཐུན་གྱི་བཞོན་པ་ཡི། །བསམ་གཏུན་ལྡན་པས་རབ་བསམས་པ། །བདག་ནི་བག་
མར་ཉེ་བ་ཡི། །བར་ན་གནས་པའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས། །མཚན་མོ་འདི་ནི་སྲུབ་བརྒྱ་
དང་། །ལྡན་པ་བཞིན་དུ་ཡོངས་མི་འཛད། །ཤེ་མ་ནམ་མཁའི་སྲིད་མོས་ཚལ། །རྒྱ་
རྒྱར་མེ་ཉོག་འཇུག་ལྡན་པ། །རི་བོང་ཅན་འགྲོགས་དགའ་བ་ཡི། །མཚན་མོ་ཡིས་
ནི་གཏོང་མི་བྱེད། །ཤིན་ཏུ་རིང་བའི་མཚན་མོ་འདི། །བདག་གི་དགའ་བའི་གེགས་
ལྷ་གྱུར། །རང་ཉིད་བདེ་བའི་རོང་ཆགས་པ། །སྤྱ་ཡིས་གཞན་གྱི་གདུང་བ་
ཤེས། །ཞེས་པ་དེ་ཡི་བསམ་པ་ནི། །གདུང་བྱེད་རྗེས་སྤྱ་འབྲེལ་བ་ཡི། །དོར་བཞིན་
དུ་ནི་མཚན་མོ་དེ། །དལ་གྱིས་མཐོང་བ་མིན་པར་གྱུར། །

དེ་ནས་སྐྱུ་རེངས་གོས་དང་ལྡན། །ཤེལ་བས་རྒྱ་བའི་མེ་མོང་
ཐགས། །དགའ་སྟོན་ཉེ་བ་ལ་ཆས་བཞིན། །སྤང་བ་ལྡན་པ་ཐོ་རེངས་མཛེས། །བརྗོ་
ཅན་གྱི་དགའ་བ་ཤར། །མཚན་མོ་སྲུབ་པ་ཞི་བ་ན། །འབྱུང་པོ་ཐམས་ཅད་བདེ་བའི་
སྣང། །མིག་གི་དགའ་སྟོན་དག་ཏུ་གྱུར། །དེ་ནས་བརྗོ་ལྡན་པ་ཡིས། །ཉིན་བྱེད་
ཐེང་འཛིན་ལ་ཞུགས་ཆོ། །འུང་བའི་ན་རྒྱང་འགྲོགས་པ་ཡིས། །བག་ཤིས་སྐྱུ་དག་
རབ་ཏུ་བསྐྱུལ། །

དེ་ནས་སྤུབ་པའི་བདག་པོ་ནི། །སུན་ཚོགས་མང་བའི་ཁྲིམ་དག་ཏུ། །བྱ་ཕོ་
བག་མའི་དགའ་སྟོན་དག །རྩོམ་པའི་ཆས་ནི་རབ་ཏུ་བསྐྱར། །ཅི་སྟེ་སྤུབ་པའི་ན་
རྒྱང་གིས། །སྤྱ་ཡི་གོས་དང་རྒྱན་རྣམས་ཀྱིས། །བྱ་ཕོ་བརྒྱན་པ་མཐོང་གྱུར་
ནས། །སྤྱ་ཕོ་རྣམས་ཀྱིས་པན་རྒྱན་སྤྲུས། །འདི་ནི་བྱ་ཕོ་རབ་མཛེས་པ། །དོ་ཤལ་

ལྷན་གྱིས་རབ་ཏུ་བསྐྱིབས། །མངོས་སྤྱད་སྐྱིབ་བར་བྱེད་པ་ཡི། །ཤིན་ཏུ་མང་བའི་
རྒྱན་གྱིས་ཅི། །སློགས་མོ་ལུས་ལ་བྱ་བའི་རོས་ལ་རིན་ཆེན་འཕྲེང་བའི་ལྷན་གྱིས་
ཅི་ཞིག་བྱེད། །ཁྱོད་ནི་བཟང་བར་རྒྱན་ལ་མཁས་ཏེ་མིག་བཟང་དགལ་མིག་སྐྱོན་
འདིས་ཀྱང་ཅི། །བཞིན་རས་སྐྱ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་དག་ལ་ཁྱོད་གྱིས་འབད་ནས་
དགའ་བར་བསྐྱབས་པའི་མཚོན། །སྤྱི་ཅི་དག་གི་དོག་པ་རྣམས་ནི་འུ་མ་ཆགས་པ་
བྱེད་པ་འདི་ལ་ལྟོས། །

དེ་ལྷན་ཀུན་རྟོགས་བརྗོད་པ་ཡིས། །སློགས་མོས་རྒྱན་གྱི་རྣམ་འབྲུལ་
ལྟོ། །བཟང་ཤིས་སྦྱང་ཏུ་བརྟགས་གྱུར་པ། །ཤིན་ཏུ་ཚུང་བ་དག་ཀྱང་མངོས། །

དེ་ནས་ནམ་མཁའ་གཞལ་ཡས་ཁང་། །འོར་ལ་འཕྲེང་བའི་ཟེར་འཕྲེང་
ཅན། །དོ་ཤལ་པ་གམ་ཅན་ལྟ་བུས། །སྐྱིན་གྱི་བཞུག་པ་རབ་ཏུ་འོངས། །ཡོན་ཏན་
ལ་གྱུས་འདིག་རྟེན་གསུམ་གྱིས་མཚོན། །གྲུབ་པའི་མགོན་པོས་མཚོན་བར་གྱུར་
པ་དེས། །རིག་འཛིན་འཕྲེང་བ་བརྒྱ་སྟག་རྗེས་འབྲང་ཞིང་། །བསྐྱར་བྱས་བཟང་ཤིས་
ས་གཞི་དག་ཏུ་བྱིན། །དེ་ནས་རིན་ཆེན་གཞལ་ཡས་ཁང་གནས་པ། །ཡིད་སྐྱེས་ཅེ་
དགའི་འཇི་ཤིང་བྱ་མོ་ལ། །བག་མ་ལ་དགའ་མངོས་པའི་ཆ་དག་གིས། །སློགས་ལ་
རྒྱན་དག་སྦྱར་བ་བཞིན་ཏུ་འོངས། །སློགས་མོའི་ལགས་པས་བསྐྱོད་པའི་རྩ་ལབ་
ཅེས། །རབ་པའི་ལྷན་ལ་ཡལ་འདབ་སྤྱང་གྱུར་པ། །འགྲམ་བར་རེག་པས་སྐྱད་ཅིག་
དེ་རབ་མངོས། །རྟགས་ཡོན་སྐྱ་བས་བརྒྱན་པའི་མཚོན་མོ་བཞིན། །དེ་ནས་བག་
མའི་དགའ་སྦྱོན་ཆེན་པོ་ལ། །ཚོ་ག་བཞིན་ཞུགས་གྲུབ་བདག་བྱ་མོ་ཡི། །ལག་
བཟུང་རེག་པ་གསར་པའི་བདུད་ཅི་ཡིས། །རིག་འཛིན་རྒྱལ་པོའི་བྱ་ནི་དགའ་བར་
གྱུར། །

ཁྱོད་ལྷག་དེ་དག་ལུས་ནི་བག་མའི་ཚེ། །དོ་ཤལ་ཆེ་འོས་རིན་ཆེན་ལ་
 འཕོས་མཛེས། །མཛེས་བས་སྒྲིང་ལ་གོ་སྐྱབས་ཐོབ་ལྷུང་ནས། །པན་རྒྱན་རབ་ཏུ་
 དང་བས་ལྷགས་པ་བཞིན། །བག་མའི་ཚོ་གས་རབ་ཏུ་སྐྱར་བྱས་པ། །མཚོད་ཡོན་
 བརྟེན་པ་དེ་དག་སྐྱལ་པོའི་བྱམས། །སྐྱུ་དང་གར་ལྡན་མཐོ་རིས་སྐྱར་མཛེས་
 བ། །རིན་ཆེན་སྐྱོན་བཞོད་དགའ་སྐྱོན་འོས་པར་སོང་། །དེ་ནས་དགའ་སྐྱོན་སྐྱོ་བའི་
 ལྷན་པར་གྱིས། །གར་གྱིས་ངལ་བཞིན་འདབ་བསྐྱའི་སྐྱར་ཅི་འཕྱུངས། །ཆ་ཟེར་
 ལྡན་པའི་ཟེར་འཕྱེད་ལུབ་རི་ཡི། །དོས་ལ་འཁོད་པས་དཔལ་གྱིས་ངལ་གསོ་བརྟེན། །

དེ་ནས་འོད་ཆགས་ཉིན་མོའི་དཔལ་དང་ལྷི། །ཆགས་སྐྱབ་སྐྱབ་མཚམས་
 དག་ལྷན་ཁྲིད་བྱས་ནས། །འོད་ཟེར་འཕྱེད་པ་བསྐྱེད་ཆས་ལ་ཆགས་བཞིན། །སྐྱབ་
 པོའི་པ་རོལ་རོས་ཀྱི་ས་གཞིར་སོང་། །སྐྱུ་སྐྱར་གཡོ་སྐྱབ་མཚན་མོ་རི་དྲུགས་
 མིག་ཉིན་མོའི་མཚུག་ཏུ་གོས་སྐྱོན་སྐྱབ་པ་མཐོང་། །འཛིགས་ཤིང་འཁྱུལ་བས་
 ཡང་ཡང་སྐྱོགས་རྣམས་སྟ། །རྣམ་པར་བལྟ་ཞིང་མངོན་པར་འགྲོ་བ་བཞིན། །དེ་
 ནས་ཤར་གྱི་རི་ཅེར་རི་སོང་ཅན། །འོད་ཟེར་འཕྱེད་པ་ཤེས་ཀྱི་བ་བས་
 བསྐྱམས། །བ་གམ་ཆེར་འཛེགས་དགའ་སྐྱོན་ཆེན་པོ་ལ། །སྐྱལ་པའི་བྱ་མོའི་གར་
 ལ་བལྟ་བ་བཞིན། །སྐྱུ་སྐྱར་སྐྱུ་དང་འབྲས་ལོས་མེ་ཉོག་གཏོར། །མཚན་མོའི་རྒྱ་
 བས་བག་མར་གྲངས་པ་དེར། །སྐྱར་ཅིའི་བརྒྱལ་ལྷགས་སྐྱར་ཅིའི་ལྷོས་པ་ཅན། །ཀྱ་
 ལྷན་འབྱུང་གནས་ཅི་ཡང་རབ་དགར་གྱུར། །

དེ་ནས་ཉམས་དགའ་དགའ་སྐྱོན་ཆེན་པོ་དེར། །འཕྱེད་བ་དོ་ཤལ་རབ་
 འབར་དབྱ་བ་གཡོ། །སྐྱལ་པའི་ན་རྒྱང་འཛིག་རྟེན་རྣམ་པར་མཛེས། །རྒྱ་ཤར་
 བདུད་ཅིའི་རྒྱ་མཚོ་འབྱུང་བ་བཞིན། །

དེ་ནས་སྤོང་དགའ་སྟོན་ཆེན་པོ་ནི། །ཡོངས་སུ་རྒྱས་ཆེ་བློགས་དང་མྱད་
པ་ཡིས། །ཉི་འོད་གཞིན་བྱས་མི་མེད་ཆོགས་ཀྱིས་བཞིན། །བྱབ་པའི་མྱོང་དུ་མྱོང་
པའི་ཚེ་དགའ་བྱུང་། །

དགའ་སྟོན་ཆེན་པོ་མདུན་དགའ་བའི་ས། །ཉི་མ་དུག་ནི་དལ་གྱིས་རབ་
འདས་ཏེ། །ཉི་མ་བདུན་གྱི་དང་པོ་རི་འོས་ལ། །རིག་འཛིན་རྒྱལ་པོའི་བྱ་ནི་རྣམ་
པར་རྒྱ། །

དེར་ནི་གདེངས་ཀའི་ལོར་བུའི་འོད་ཟེར་དག །རབ་གསལ་བྱ་བའི་སྤྲང་བ་
རྒྱས་བྱེད་ལ། །རྣམ་པའི་དགྱིལ་འཁོར་ཡོངས་རྫོགས་བཞིན་རས་ཅན། །རྣམ་གཞིན་མ་
དང་བཅས་པ་མདུན་དུ་མཛོང་། །

མཆི་མ་སྤུག་པོར་རབ་འབབ་ཐེགས་པ་ཡི། །སྤེང་བས་བྱ་མའི་དགྱིལ་
འཁོར་དགྱིགས་གླུར་ཅིང་། །རབ་དག་སྤྲ་བཞིན་གྱིས་བཅོམ་འདྲ་བ་དེའི། །སྤྲིང་རྗེའི་
ཆོ་འེ་རབ་ཏུ་གསང་བ་ཐོས། །

ཀྱི་ཏུད་མཉེས་གཤིན་ས་འོག་ལོར་བུའི་སྟོན། །རི་རྒྱར་ཁྱོད་ནི་བཟླ་ག་ལ་ཉེ་
བ་ཐོབ། །ཁྱོད་གདོང་རྩ་སྤྲེས་ཀྱི་དགའི་ཆོགས་བཞིན་མཛེས། །འདི་ནི་བདག་
གིས་སྤྱི་ནས་གང་དུ་མཛོང་། །ཀྱི་ཏུད་དགའ་མའི་དགའ་བའི་འཁྲི་ཤིང་
དཀྱིད། །ཡིད་སྤུབ་མཚམས་སྤྱོད་པོ་ཉ་ལང་ཆོ་འདིར། །རི་ག་གཉེན་གྱི་སྟོག་གླུར་
ཁྱོད་ཟ་གླུར། །དུས་ཀྱི་གཉེས་འཕྱང་གིས་བཅོམ་ཏུ་ཉ་བཞིན། །

ཞེས་བ་དེ་ཡི་སྤྲིང་རྗེའི་སྤྲ་ཐོས་ནས། །སྤྲ་བཞུག་རྒྱ་ནང་དུ་རབ་རྒྱལ་
པ། །རིག་འཛིན་རྒྱལ་པོའི་བྱ་ཡི་མཛོན་སྟོགས་ཏེ། །དེ་ལ་བཟོད་དགའི་སྤུག་བསྐྱེད་
རྒྱ་དག་བྱིས། །

མ་མ་ཁྱོད་གྱི་ཚོ་དེ་བྲག་པོ་འདི། །སྤྱུག་བསྐྱེད་བྲག་པོའི་གསལ་ལྟེང་ཅི་
ལས་སྐྱེས། །དགེ་བའི་གཟུགས་ཅན་དམ་པ་འདི་ལ་ཁྱོད། །བྲག་པོ་ཀྱན་ཏུ་འབྲུག་
ཅི་ཞེས་དགོས། །དེས་པར་དགེ་བ་དག་ལ་འོས་པའི་ལུས། །སྐྱེ་བོ་བཟང་པོ་དང་
འཕྲོགས་བདེ་བ་སྟེང། །རྣམ་པ་འདི་ལྟ་བུ་ནི་རབ་འཛོམས་པའི། །རྒྱུད་པའི་གནས་
ཉིད་རབ་ཏུ་མི་འལྷུང་རོ། །

ཞེས་པ་དེ་ཡིས་སྤྱུག་བསྐྱེད་དུག་འཕྲོས་འབྱུགས། །བཙུང་བའི་རང་བཞིན་
དེ་ཡིས་ཤེས་ལ་དེས། །འབྲལ་བས་འདྲིགས་ནས་བྱ་ཡི་བཞིན་ལ་མིག །ལུང་བ་
བཙུགས་བཞིན་དེ་ལ་རབ་སྐྱེས་པ། །

བཙུང་བའི་མཐུན་མེད་པར་གྱུར་པ་དེད་གྱི་ནི། །སྤྱུག་བསྐྱེད་མེད་དག་ཚོས་
བས་ཁྱོད་ལ་ནི། །ལས་ངན་སྐྱེན་པ་ཉེར་གནས་བཟོད་དཀའ་ཡི། །རྣམ་པ་འདི་ནི་
བདག་ལ་དུས་མེན་ལྟར། །རྒྱ་ཆེ་བྲགས་འབར་དུང་སྐྱོད་རིགས་ཉིད་གྱི། །སྐྱུ་བྱ་
བདག་གི་བྱ་གཞིན་འདི་ལ་ནི། །བྲེད་པོ་གདུག་པས་རྩ་བ་འཛོམས་པ་ཡི། །སྤྱ་གྱི་
རྟོན་པོ་འདི་ནི་ཆས་སུ་བྱས། །རྟག་ཏུ་ཟ་བར་སྟོན་བྲེད་མཁའ་སྤྱིང་ལ། །ཐམས་
ཅད་བརྒྱལ་བ་བསྐྱུང་སྐྱེད་རེ་མོས་གྱི། །གདེངས་ཅན་འདྲེན་པ་དག་གིས་སྐྱུ་དེ་
ནི། །གོས་དང་རྟགས་གྱིས་མཚན་པ་སྤྱིང་བར་བྱེད། །གང་འདི་ཁ་བའི་རི་ནི་བཀོད་
པ་ཡི། །ལུང་པོ་བ་རོལ་མཚོང་མིན་མཚོང་གྱུར་པ། །འདི་ནི་གདེངས་ཅན་ལུས་ཚོས་
དོར་བ་ཡི། །ཀེང་རུས་སྤང་བས་བསྐྱུབས་པའི་རུས་ལུང་ཡིན། །མཐར་བྱེད་པོ་ཡི་
བྱང་དུ་སོང་གྱུར་ཞིང། །གོས་དམར་བཀའ་ནི་རབ་ཏུ་བརྒྱང་བྱས་པ། །བདག་གི་བྱ་
འདིས་དེ་རིང་རིམ་གྱིས་ནི། །འདྲེད་རིགས་རྩ་བ་འཛོམས་པའི་རེས་འདི་ཚོབ། །

ཅེས་པ་འདྲིགས་པས་སྐྱུར་དུ་སྐྱུ་བྲེད་ཅིང། །བྱ་དེ་ཡི་ནི་དབུགས་དག་

འབྲིན་གྱི་ལ། །དེ་ཡིས་དེ་ནི་གོས་འདབ་གྱིས་བསྐྱིབས་ནས། །སྤྱིར་རྗེས་རུ་རྒྱ་
གསར་མོར་ཚོ་དེ་བཞེན། །ཀྱི་དྲུང་དྲུང་གི་གཙུག་ལྷན་འགྲོ་བའི་རྒྱན། །གསར་བར་
འགྲོ་ལ་འདི་སྣང་ཁྲིད་རིང་ཅི། །ཞེས་བརྗོད་བྱ་ཡི་མཚན་བཟུང་དེ་ཡི་ནི། །ཐག་
བར་བཞེན་བཞོད་མ་དེ་ཚོངས་པར་གྱུར། །དམ་གྱིས་འདྲ་ཤེས་ཚོབ་ཅིང་སྐྱུག་མ་
དོ། །འེུ་གཅིག་ལྡན་པ་བཞེན་གཞོན་ཅུས་མཚོད། །

དེ་ཡི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ནས་མེ་རྒྱོག་པའི་ཐབས། །བཅེ་བས་བརྒྱན་པའི་རྒྱོ་
ཡིས་རབ་བསམས་པ། །སྤྱིར་རྗེས་དམན་པ་གང་གིས་ཉལ་ཏུ་ནི། །གཞན་དག་
བཅོམ་ནས་ལུས་ངན་གསོ་བྱེད་པ། །ཀྱི་མ་འདབ་ཆགས་དབང་གིས་འདབ་པ་
ནི། །གཏུག་པས་རྗེས་སུ་འབྲེལ་འདི་རབ་ཏུ་དམན། །བྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་བ་བྱ་
མེད་ཀྱི། །མ་འདི་དེས་བ་ཉིད་ཏུ་འཚོ་མ་ཡིན། །གཞོན་ཏུ་འེན་ཏུ་གཞོན་པའི་ལུས་
ཅན་འདི། །རང་གི་ལུས་བྱིན་བདག་གིས་བསྐྱུང་བར་བྱ། །སྐྱད་ཅིག་འདི་བསམས་
དེ་ཡིས་དེར་སྐྱུས་པ། །

མ་གཅིག་ཁྲིད་ནི་བྱ་བཅས་རང་སར་སོང། །ལྷ་དག་གསོད་པའི་གནས་
སུ་བདག་མཆི་ཡིས། །གོས་དམར་མཚན་མ་འདི་ནི་བདག་ལ་སྦྱོལ། །ཞེས་པ་བཅེ་
ལྡན་དེ་ཡིས་བརྗོད་ཅམ་ལ། །ཡན་ལག་འཁྲི་ཤིང་འདར་དེས་དེ་ལ་སྐྱུས། །

འགལ་བ་འདི་ནི་ཁྲིད་གྱིས་བརྗོད་མི་བྱ། །ཁྲིད་ནི་དྲུང་གཙུག་ལས་སྐྱུག་
བདག་གི་བྱ། །བདེ་མེད་ལས་ཀྱི་ཉེར་གནས་གཉིང་མེད་མཚོ། །རྫོངས་པའི་རྩ་
རྒྱལ་སྐྱོན་པར་བདག་འཇུག་གོ། །ཉེས་པ་བྱེད་པ་རྣམས་ལ་སྐྱུག་བསྐྱེད་ནི། །དུས་
མིན་སྐྱོགས་ཀྱི་རྩོ་བ་བཟོད་དཀའ་ལྟུང། །དམ་པའི་སྤྱིང་སྤྱོད་སུ་ཚུ་གཉིར་ཁྲིད་ཀྱི་
ལུས། །འགྲོ་བའི་མིག་དང་སྐྱོག་གྱུར་བསྐྱེད་པ་ནི། །འདིག་གྱུར་མི་འདིག་མའོན་

ལྷན་ཉེན་གྱིད་གྱི། །བདུད་ཅི་ཉེ་འདི་ཡེགས་པར་ལྷན་གྱུར་ཅིག།

ཅེས་པ་དེ་ཡིས་བརྟུན་ཅིང་འབད་བ་དེས། །རྗེས་སུ་བཅིངས་བྱས་རང་
ལུས་སྦྱིན་པ་ལ། །ལང་ཚེ་སེམས་སྦྱོང་གཡོ་བ་མེད་གྱུར་པ། །དེ་ཚེ་དུང་གཙུག་
གིས་ཀྱང་དེ་ལ་སྦྱས། །མཁའ་སྤིང་ཟས་སུ་བདག་སྦྱོས་དང་པོར་གྱུ་བ། །འདི་ལ་
གྱེད་པོ་ལ་ནི་ཅི་ཞིག་གྱ། །རྒྱ་མེད་མཉེས་གཤིན་དག་ལས་གནས་མིན་
འདིར། །ཁྱོད་ནི་ལོག་པའི་བསམ་བ་བྱར་མི་འོས། །ཁྱོད་ཀྱི་ལུས་ནི་ལོན་ཉན་རྒྱན་
དང་ལྷན། །རྣམ་བཟང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་བདུད་ཅིའི་གཉེར། །སྤིང་གསུམ་འཚོ་
བ་ཡིས་ཀྱང་བསྐྱུང་བྱ་འདི། །རྣམ་མཚའས་བདག་དོན་རི་རྣམ་གཉང་བར་
འོས། །སྤིང་པའི་ནགས་ཚལ་འདིར་ནི་བདག་ལྟ་གྱ། །ཀ་ཤིའི་འདབ་མ་དང་
མཚའས་ཉག་ཏུ་འབྱུང། །བདུད་ཅིའི་སྦྱོན་རྒྱར་གྱུར་པ་ཡོངས་འདུའི་ཤིང། །ཁྱོད་
རྣམ་གྱི་སྤྱི་ནས་འཁྱུངས་མ་ཡིན། །སྤྱི་གཞན་བསོད་ནམས་ཐོང་གི་རྒྱལ་བཟང་
ཁྱོད། །བདུད་ཅི་བདུད་ཅིའི་ཟེར་མཚོང་དང་བར་མཛོད། །བདག་གི་སྤྱུགས་ཁལ་
དག་གིས་ཡིད་གདུང་འདི། །བདག་ཉིད་ཀུན་གྱིས་ཁྱོད་ནི་ཡོངས་མ་མཛད། །རྒྱ་
མཚོའི་དུང་དུ་ལུས་བཞོད་གོ་ཀཾ། །འགྲུ་སྦྱར་དུ་སྤྱིན་ནས་སྤྱུག་འཚལ་ཉེ། །མ་
ནི་ས་འོག་ཁང་པར་རྣམ་སྤྱིངས་ནས། །མཁའ་སྤིང་རྩོད་ཤེས་སྦྱོ་མེད་བདག་མཚོའོ། །
ཞེས་བརྟུན་མགོ་ཡིས་སྦྱིན་གྱི་བཞུག་པ་ལ། །རབ་ཏུ་བདུད་ནས་སྦྱི་ནི་མ་
དང་བཅས། །རྗེ་རྒྱལ་མཚོ་པོའི་ལག་པས་དབྱ་བའི་སྤོང། །རབ་བཞོད་གོ་
ཀཾའི་ངོས་སུ་སོང། །

དེག་འཛིན་བདག་པོ་དག་གི་བྱ་ཡང་དེར། །དེ་ཡི་སྦྱོག་ནི་རབ་བསྐྱུངས་
དེས་པ་ཡི། །འགྲོ་བ་མདུན་དུ་ཉུག་ཏུ་མ་དག་ནི། །ལག་ན་གོས་དམར་ཐོགས་

ནས་འོང་བ་མཐོང་། །

དེ་ནས་ཉུག་རུམ་པ་དེས་བྱུག་འཚལ་ནས། །བཟ་གིས་གོས་རྒྱུད་དེ་ནི་དེ་
ལ་ལུལ། །དགའ་སྟོན་ཞག་བདུན་དག་གི་ཞུས་ཀྱི་སྦྱང། །ཚོ་ག་བརྟུར་བས་སྐྱོན་
པར་མཐོང་ཅེས་སྒྲུས། །

བཟང་པོ་སྟོན་ལ་ཁྱེད་སོང་རྗེས་ནས་ནི། །ཚོགས་འགོར་མེད་པར་བདག་
འོང་གེས་པར་མཐོང། །

ཅེས་བརྗོད་ལྷུང་དུ་དེ་བཏང་དགའ་བ་ཡི། །གཞོན་ཅུ་སྟོང་སྟོབས་སྒོ་ཡིས་
རབ་བསམས་པ། །སྐྱེད་གསོད་པའི་རྟོགས་གྱུར་གོས་དམར་རྒྱུད། །འདོད་པ་
འདི་ནི་འབད་པ་དང་བལ་བར། །ཨ་ལ་བདག་གིས་ཐོབ་པས་ལྷུང་ཉིད་དུ། །ལག་
འགྲོ་དག་ཡི་དོ་ཅན་འགྲོ་བར་བྱ། །

ཞེས་བསམས་གཙུག་གི་མོར་བྱའི་འོད་ཟེར་ནི། །རབ་འབར་ཚོགས་
མཚུངས་གོས་ནི་སྐྱེ་བོར་བཞོད། །གཞན་གྱི་སྒྲ་གོས་དག་ཏུ་ཆགས་བྱས་
ཉེ། །མཁའ་སྤྱིང་བབས་རྟོགས་སྒྲན་པའི་དོ་ཅན་སོང། །བརྒྱན་ཆགས་སྐྱུལ་གྱི་ཞག་
གི་བརྟུང་ཞིང་། །དོས་ནི་ཁྱེད་གིས་དམར་བ་དེར་སྐྱོན་ནས། །འཛོགས་ཉེ་
མཁའ་སྤྱིང་འོང་བ་མཐོན་འདོད་པས། །དེ་ནི་ལུས་ཀྱི་སྟོད་བསྐྱེབས་རྣམ་པར་
གནས། །

དེ་ནས་གསེར་གྱི་ཁུ་བའི་རྩ་རྒྱལ་ལྟར། །མཛེས་པའི་སྟོག་འགྲུ་ཚོགས་
ཀྱི་སྐྱོན་དག་ནི། །རབ་ཏུ་གསལ་བར་གྱུར་བཞིན་གང་གིས་མཁའ། །རྟ་གདོང་མེ་
འབར་རྒྱ་མཚོའི་ཚུ་བཞིན་གྱུར། །

དེ་ནས་གཞོག་པ་བསྐྱོད་པས་རབ་བསྐྱེད་རྒྱས་པར་རབ་དགྱིགས་རྒྱུད་གི་

ཚུ་གཉེར་འཇུག་བྱེད་ཅིང་། །ཉེ་མའི་འོད་ཟེར་གྱིས་མཐུན་གསེར་གྱི་རི་མོ་དང་།
མཚོངས་འདབ་ཆགས་དབང་མོ་རིང་ནས་མཐོང་། །གང་གིས་དམན་པའི་འཕྲོས་
དག་གིས་ནི་སློབ་པ་མཐའ་དག་གྲུགས་པར་གྱུར་ཅིང་ས་འཛིན་གྱི། །ཆེ་མའི་ཆ་
དག་གྱུར་པའི་སྐྱ་དྲག་གཞོན་པས་འཛིགས་པ་བཞིན་ཏུ་ས་གཞི་བཇུགས་པར་
གྱུར། །

དེ་ནས་རི་མོ་འཛིགས་ཏུ་དོ་རྗེ་བཞིན། །བརྟན་པའི་ལུས་ཅན་དེ་ཡི་རྒྱལ་
ཏུ་ལོ། །དོ་རྗེ་སྣང་དག་སྤེར་མོ་སྐྱགས་གྱུ་འཛི་ཆེ་ལོ། །དག་པོར་སྐྱབ་བྱེད་སྐྱ་དབང་
དག་དག་གྱུར། །འབྲུལ་པ་མཁའ་སྤེར་དག་གིས་བསྐྱབ་ཞིང་ལུས་ནི་གཏུབས་པར་
གྱུར་མོད་གྱུར། །གཞན་སྟོག་བསྐྱུང་ལ་རབ་མང་སྐྱ་ལོང་གིས་བསྐྱབ་ལུས་ཅན་
གཞོན་ཏུ་དག །བརྟན་པ་ཡངས་པས་ཉག་ཏུ་བདག་གི་ལུས་འདི་སྐྱག་བསྐྱུ་གྱིས་
གཟེར་བའི། །གཏུང་བ་སྐྱབ་པའི་ཚོགས་རྣམས་བསྐྱུང་བའི་ཉེར་འཁོར་གྱུར་ཅིག་
ཅེས་པ་བསམས། །

དེ་ནས་སྐྱག་ཚོམ་འཛིགས་ཏུ་སྐྱ་སྐྱབ་ཁ་ཡིས་མངོན་བཅོམ་ཞིང་། །དེས་
པར་གཏུབས་གྱུར་དེ་ནི་གཡོ་མེད་ཉིད་སྟོབས་བརྟན་ལྡན་ཆོ། །ལག་འགྲོ་འདི་ནི་སྐྱ་
ཞེས་དེར་ནི་འདབ་ཆགས་རྒྱལ་ལོ་དག །ཡ་མཚན་པ་ཆགས་རྣམས་དེས་སྐྱང་
གཡོ་བ་མེད་པར་གྱུར། །དེ་ནས་འདབ་ཆགས་བདག་ལོ་རབ་དྲག་ཉི་མའི་སྤང་བ་
བཞིན། །གཟི་བྱིན་སེར་སྐྱ་རྒྱ་ཚེན་ཚོགས་གྱིས་སྟོགས་ནི་སེར་བྱེད་པས། །སྐྱར་
ཡང་མངོན་བཏབ་སྐྱུར་ཏུ་དེ་ཡི་མགོ་ཡི་དུམ་བུ་དག །ཁོར་བྱ་འོད་དམར་རབ་
འབར་ཐུག་རྒྱུན་ལྟ་བུར་རབ་གསལ་སྤངས། །

གནས་སྐབས་དེར་ནི་གཞོན་ཏུ་ཡིས། །ཉ་རི་ཅུན་ཉགས་ཚལ་དུ། །སྐྱིན་

གྱི་ཉོག་མོ་བཅུན་མོ་དང་། །ལྷན་ཅིག་མནའ་མ་དང་ལྷན་གནས། །རྩུ་གཉེར་ཟླ་བ་
འདོད་པ་བཞིན། །བྱ་མོ་བལྟ་བར་འདོད་གྲུང་ཅིང་། །སྤྱིང་ལ་དོགས་པ་གནས་པ་
ཡིས། །བསམ་བསམ་ལོན་པ་བཞིན་སྐྱས་པ། །

གྱེ་མ་ཅི་ཞིག་ད་དུང་ཡང་། །བྱ་མོ་སྤྱིན་གྱི་བཞེན་པ་དག། །རི་མཚོག་མཐའ་
ལ་བལྟ་བ་ཡི། །དགེ་མཚན་ཅན་དེ་མ་མཐོང་དོ། །རི་འདིའི་རོས་ལ་མཁའ་སྤྱིང་
གིས། །དུས་འདི་འབར་བ་རབ་ཏུ་ཞུགས། །གང་གིས་ནམ་མཁའ་མི་བཟད་
པའི། །སྤོགས་སྤེལ་འབར་བ་ལྟ་བུར་ཉོགས། །འཛིགས་པས་ལུས་ཉམས་ལག་
འགྲོ་གང་། །ཟ་འདོད་གདེངས་ཅན་དག་ཡིས་ཤི། །ཀྱུན་ཏུ་འཁྲིགས་ཀྱིད་བསྐྱུན་
པའི་སྒྲ། །འཛིགས་སྐྱ་རུང་བ་དུས་འདིར་འཇུག། །དེ་ལྟར་ཐེ་ཚོམ་རབ་བྱས་
ཤིང་། །འཛིགས་བཅས་དོགས་པ་ལ་གནས་ཆེ། །

གཅུག་གི་ལོར་བྱ་ཐག་གིས་བསྐྱོས། །མཁའ་ལས་དེ་ཡི་མདུན་ཏུ་
སྤྱང་། །མི་བཟད་པ་ཡི་ལྟས་རབ་བཞིན། །མདུན་ཏུ་ག་དང་སྤྱད་དང་ཤི། །ཐག་བཅས་
ཀྱིས་གང་དེ་མཐོང་ནས། །འཕྲལ་ལ་དེ་ཉི་བརྒྱལ་བར་གྱུར། །

བདག་པོའི་གཅུག་གི་ལོར་བྱ་དག། །སྤྱང་མཐོང་མ་ལ་ཡ་ཅན་ཡང་། །སྤོངས་
པས་མངོན་བཅོམ་སྐྱབ་མོ་དང་། །ལྷན་ཅིག་ས་གཞི་དག་ཏུ་སྤྱང་། །

དལ་གྱིས་འདུ་ཤེས་ཐོབ་གྲུང་ནས། །བཅུན་མོ་མནའ་མ་དུགས་སྤྱང་
སྟེ། །སྤོ་ལྷན་རིག་འཛིན་བདག་པོ་ཡིས། །ཐེ་ཚོམ་བསམས་ནས་རབ་སྐྱས་པ། །

བྱ་མོ་སྤྱིན་གྱི་བཞེན་པ་དག། །རང་ཉིད་སོང་སྟེ་བདག་གིས་བལྟ། །མཁའ་
སྤྱིང་དུས་ཤི་འཛིགས་རུང་འདི། །ལུས་ལ་ཐེ་ཚོམ་སྟེར་བྱེད་ཡིན། །གཅུག་གི་ལོར་
བྱ་འདི་སྤྱང་ཡང་། །ངས་པ་ཉིད་དུ་མི་བརྟག་སྟེ། །འདི་ཉི་གདེངས་ཅན་མཁའ་སྤྱིང་

གིས། །ཟ་བ་དག་གི་ཡིན་ཡང་སྲིད། །འཛིགས་པའི་རྒྱུར་གིས་བསྐྱུན་བ་ཡི། །རྒྱ་
སྐར་རབ་ཏུ་གཡོ་བ་བཞིན། །གདེངས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ལོར་བྱ་བེ། །རྟག་ཏུ་འདི་ལྟ་
དེས་བར་སྤྱང་། །

ཞེས་པ་བརྗོད་ནས་དེ་ག་འཛིན་དབང་། །དེ་གཉེས་དང་འགྲོགས་རྗེས་
འབྲང་བཅས། །གདེངས་ཅན་གསོད་པའི་རྣོ་བ་ཅན། །ས་འཛིན་དག་གི་དོས་སྐྱ་
སོང་། །

གནས་སྐབས་དེར་ལོ་དུང་གི་གཞུག། །གསོད་པའི་གོས་དམར་དག་དང་
ཐུན། །ཆུ་གཏེར་དོགས་སྐྱ་གོ་ཀ་རྟེན། །ཕྱག་འཆམ་ནས་ལོ་སྤྱར་དུ་སོང་། །

ཐུན་གྱི་བཞུག་པ་མཁའ་ལྗིང་གིས། །བསྐྱུན་ཅིང་གཏུབས་པ་མཐོང་གྱུར་
ནས། །ཀྱི་ཏུད་བཅོམ་མོ་བསྐྱུས་སོ་ཞེས། །རྣམ་པར་སྤྱ་ཞིང་ས་ལ་འབྱེལ། །ཡང་
ཡང་དེ་ཕྱག་སྐྱ་བརྟན་གྱི། །ཚོ་དེ་དག་དང་ལྡན་བྱེད་ཅིང་། །མཆི་མ་རབ་ཟགས་དེ་
ཡིས་ལོ། །ལྟ་ལྟེན་སྐྱ་ཡིས་ཚོ་དེ་བྱས། །ཀྱི་ཏུད་རྒྱ་མེད་གཉེན་གྱུར་གདུང་བ་ཅན་
ཀྱི་སྤྱིང་རྗེ་བསོད་ནམས་དག་གི་མཚམས། །གཞན་གྱི་གདུང་བ་ཞི་བྱེད་སོག་རབ་
སྐྱུན་ལ་མངོན་སྲོགས་མཉེས་གཤིན་འདི་ལོ་ཅི། །ཀྱི་ཏུད་རྒྱ་ལ་བཟང་གཏེར་དག་
ཁོད་དང་བྲལ་བས་འགོ་བ་དག་ལོ་སྐྱུན་བར་གྱུར། །བདུད་ཅིའི་ཟེར་ལོ་སྐྱ་གཅན་
གྱིས་ཐོས་ནས་མཁའའི་མཛེས་པ་ལྟ་བུ་དག་ལ་བརྟེན། །གཞན་ལ་བརྟེན་བས་སོག་ལོ་
བསྐྱུབ་པར་བསྐྱུབ་ལ་གྱེ་མ་སོག་ལོ་གཏོང་བྱེད་པ། །ཁོད་ཀྱི་ཕྱས་ལོ་བསྐྱུལ་པའི་
བར་གནས་གྲགས་པའི་རང་བཞིན་དག་ཏུ་ཡང་དག་སྐྱེས། །ཁོད་ཀྱི་སྤྲིག་ཅན་དུང་
གི་གཞུག་ལོ་སྤྲིག་པའི་འདམ་རྩལ་དོག་ཅིང་ཉམ་ང་བ། །རྟག་ཏུ་འཆི་དང་བརྟེན་
པའི་གནས་གྱུར་འཛིགས་དུང་སྤྱད་པའི་ཁོངས་སྐྱ་ཅི་སྤྱད་འབངས། །

ཞེས་པ་སྤྱི་ཚུལ་རབ་སྐྱེ་ཞིང་། །མཁའ་སྤྱིང་བྱང་དུ་འགྲོ་བ་ཡི། །གདེངས་
ཅན་གྱིས་ནི་སློབ་གྲི་ཉོག་། །རྗེས་འབྲང་བཅས་པ་འོང་བ་མཛོང་། །

དེ་ལ་བྱང་བའི་མཐའ་བཤད་ནས། །སྐྱེ་ནི་སྤྱང་ན་གྱིས་འབྲུགས་
པས། །དབྱང་བ་སྐྱངས་ནས་འདབ་ཆགས་གྱིས། །གང་ཟག་ལ་ནི་སྤྱད་བཅས་
སྐྱས། །

གདེངས་ཅན་ལ་འོས་རྟོགས་ནི་ཚུང་ཟད་ཉིད་ཀྱང་མ་བརྟགས་པར། །རིག་
འཛིན་འདི་ནི་ཅི་སྤྱད་བཅོམ་ཞིང་དེས་བསད་ནམ་མཁའ་སྤྱིང་། །སྤྱོད་གྱིས་དང་
པོར་མ་དབྱང་སྤྱིང་དུ་ཡོངས་རྫོགས་སྤྲིག་པ་ཡིས། །གཏུང་བའི་ལམ་བསྟེན་ལྷུ་
ཚོད་འདི་ཡིས་མཚར་བྱས་མཚར་བ་བྱས། །

འདི་ཚོས་སློབ་གྲི་བཞོན་པ་ནི། །མདུན་དུ་སྤྱིས་ཉམས་མཛོང་གྱུར་
ནས། །སློབ་གྲི་ཉོག་ནི་བཅོམ་ཚོད་དང་། །བཅས་པ་རབ་ཏུ་བརྒྱལ་བར་གྱུར། །

དེ་ནས་མ་ལ་ཡ་ཅན་གྱིས། །མདུན་དུ་མཁའ་སྤྱིང་དག་གིས་སྤྱོ། །དག་
བསྐྱེན་གཏུབས་པའི་དབྱིབས་ཅན་དག། །མཛོང་ནས་འཚོ་བ་སྤྱོད་ཚོབ་གྱུར། །བརྟན་
ཡང་རི་འོད་སྤྱང་བ་བཞིན། །མ་བཅོམ་ན་ཡང་དེ་བཅོམ་བཞིན། །འཚོ་བ་སྤྱོད་ཡང་
འཚོ་མེད་བཞིན། །རབ་ཏུ་འབྲུམ་ཡང་གཡོ་མེད་གྱུར། །བརྟན་པའི་རྫོགས་བཞིན་
བརྒྱལ་བ་ཡིས། །ཡན་ལག་ཀུན་ལ་འབྱུང་ཅིང་བསྐྱམས། །སྤོངས་པས་དབང་དང་
བྲལ་བ་དེ། །ཡུད་ཅམ་ཅི་ཡང་རིག་མ་གྱུར། །

དམ་གྱིས་འདུ་ཤེས་ཚོབ་གྱུར་ཅིང་། །ཐམས་ཅད་གཏུང་བ་སྐྱེ་བ་
ན། །མཁའ་སྤྱིང་ཆགས་བྲལ་སྤྱིངས་པ་ཡིས། །སྤྱང་ན་སྤྱོད་པ་དག་ཏུ་གྱུར། །དེ་
དུས་འཚོ་བ་གཏོང་བར་ནི། །དེས་བྱས་བརྟན་པ་གཞུང་བ་ཡིས། །པ་མ་དག་གིས་

ཐུན་གྱི་མི། །བཞེན་པ་ལུས་ཚོས་པ་སྐྱས་པ། །

བྱ་མིན་འདི་ལ་རབ་ཞུགས་བྱ། །དེད་གྱི་སྲོག་ནི་འཕྲོག་གྲེད་པ། །གཞན་པ་སྐྱེད་རྗེས་རང་ཚུལ་ཅན། །ཁྲོད་གྱི་རྩལ་པོ་འདི་ནི་ཅི། །འཕྲོ་བའི་ཚོགས་ནི་རྒྱད་པ་དག། །བསྐྱར་བའི་རིག་ཆེན་ལུས་འདི་ནི། །དེས་པར་མ་བསྐྱར་བྱ་ཁྲོད་གྱིས། །ལེགས་བྱས་དག་ནི་ཅི་ཞིག་བྱས། །

ཞེས་པ་སྐྱ་བའི་པ་མ་ལ། །སྤྱི་པོ་འདར་བས་བྱལ་འཆམ་ནས། །བཟོད་དགའ་སྲོག་ནི་རབ་གཡོ་ཞིང་། །ཡི་གེ་འཕྲོད་བར་རབ་སྐྱས་པ། །

ཡབ་གཅིག་ཁྲོད་གྱི་བཀའ་མད་བར། །རང་གིས་འདི་བྱས་བདག་གི་ནི། །ཕྱི་མ་མེད་པའི་བྱལ་འདི་ཡིས། །ཁྲོད་ལ་རབ་ཏུ་དང་བ་མཚོན། །སྐད་ཅིག་འདིག་པའི་ལུས་འདི་ནི། །ཡོངས་སུ་འགྱུར་བ་མི་མཚོན་ཆེ། །ལུས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་བ་ཡི། །བཟོད་པ་གཞན་པའ་སྐྱེད་པོ་ཉིད། །ལུས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཆེ་འདི་མཚོགས་པའི་རྒྱད་གི་ཅེ་དགའ་ཡིས། །བསྐྱོད་པའི་འཁྲི་ཤིང་འདབ་མ་ལ་གནས་ཆུ་ཐེགས་རྣམ་པར་གཡོ། །རྒྱན་ཏུ་གཟིང་བ་ལ་པན་བསོད་ནམས་གནས་ལ་ཡོ་བྱད་ནི། །བསྐྱུབས་བྱས་བདུད་ཅི་ཐོབ་པས་བརྟན་པའི་གནས་སུ་འཕྲོ་བར་འགྱུར། །

པ་མ་མཚེ་མ་ཅན་ལ་ནི། །བཟོད་ནས་མདུན་ཏུ་འདབ་ཆགས་དབང་། །འཕྲོད་པ་ཆེན་པོས་རང་གིས་ནི། །ཉེས་བྱས་སྲོད་ཅིང་གནས་པ་དག། །དེ་ཡི་སྐྱེད་སྐྱོབས་འབད་བ་ནི། །ཆགས་བྲལ་སྐྱ་མས་དག་བྱས་ནས། །སྤྱི་ནི་བ་པ་ལས་སྐྲོག་ལ། །ཀུན་ཏུ་རྟོག་པ་བརྟན་པོ་བྱས། །

དེ་ནས་མི་བཟང་མཐའ་ཡི་དབྱུགས། །ཡི་གེ་རབ་ཏུ་འཁྲལ་བ་ཅན། །མིག་ནི་རབ་ཏུ་ལྷུང་བ་དེ། །སྐྱེད་སྐྱོབས་གསལ་བའི་ལྷག་མར་གྱུར། །དེ་ནས་སྲེག་ཁང་

རབ་སྐྱས་པ། །འོས་ཤིང་མེ་རྟོག་གོས་གྱིས་སྐྱས། །

མ་ཡི་མདུན་དུ་མངོན་ཕྱོགས་ཏེ། །འདུག་འདོད་དེ་ཡི་དགའ་མས་
སྐྱས། །བདག་གིས་གྲུས་བས་མཉེས་བྱས་པ། །འབྲུང་པོའི་དགའ་མ་བཙེམ་ལྡན་
མས། །རིག་འཛིན་ཀུན་གྱི་འཁོར་ལོས་སྐྱུར། །མཚོག་ནི་བདག་ལ་རབ་ཏུ་
བྱིན། །གང་ཞེག་ཞག་བདུན་ཉིད་གྱིས་བདག །བྱ་མོ་ཡུགས་པའི་སྐལ་ལྡན་
གྱུར། །དག་པའི་ཚོག་འདི་བདག་ལ་ནི། །ཅི་སྐྱད་བདེན་པ་མིན་བར་གྱུར། །བདག་
གི་སྐྱེ་བ་གཞན་དུ་ཡང་། །འོས་པ་འདི་ཉིད་བདག་གྱུར་ཅིག །ཅེས་བརྗོད་དེ་ཡིས་
མཚུངས་ལ། །མེ་རྟོག་སྦྱིམ་པ་མེ་ལ་གཏོར། །

དེ་ནས་བདུད་ཅིའི་བྱམ་བ་ཡིས། །ལག་པའི་མཚོ་སྐྱེས་བྲེལ་བ་ཡིས། །རི་
སྐྱེས་རང་ཉིད་མངོན་ཕྱོགས་ཏེ། །དགའ་བས་བྱ་མོ་ཁོད་གྱི་བདག །དེ་ནི་འཚོ་ཞེས་
རྗོད་བྱེད་ཅིང་། །བཞིན་གྱི་འོད་གྱིས་ཕྱོགས་བཀའ་སྟེ། །བདུད་ཅིའི་ཆར་རྒྱུན་དག་
གིས་ནི། །སྦྱིན་གྱི་བཞོན་པ་རབ་ཏུ་བསོས། །

རི་སྐྱས་མི་སྐྱར་གྱུར་བ་ན། །སྦྱིན་གྱི་བཞོན་པ་རབ་བསོས་ནས། །བསད་
པའི་སྐྱ་རྣམས་བསོས་བ་ནི། །མཁའ་སྤྲིང་དག་ལ་སྐར་ཡང་ཞུས། །དེ་ནས་དེ་ཡིས་
བདུད་ཅིའི་ཆར། །སྐྱོས་བས་གདེངས་ཅན་ཐམས་ཅད་ནི། །གདེངས་ཀའི་ལོར་བྱའི་
འོད་རྒྱས་པའི། །སྐར་བ་དང་ལྡན་རབ་ཏུ་ལངས། །དེ་ནས་དགའ་དང་སྐད་བྱུང་ཡིད་
སྐྱབས་རྣམས། །མཚུངས་པར་མངོན་པར་སྐྱར་བས་འདར་བྱེད་ཅིང་། །དཔག་
བསམ་འཁྲི་ཤིང་ཡང་དག་རྒྱ་བ་བཞིན། །འབྲུབ་པའི་བྱ་མོ་བདག་པོའི་བྱང་དུ་
སོང་། །

དེ་ནས་ལྷན་པོ་གཤོག་པ་ལྡན་པ་བཞིན། །འདབ་ཆགས་དབང་པོས་

གཞོན་ནུ་མངོན་མཚོད་སོང་། །སྤྲིན་གྱི་བཞེན་པ་དག་ལ་མངོན་སྟོགས་པའི། །བྱང་གི་གཙུག་ནི་བལྟ་བུ་དོན་མ་གྱུར། །

དེ་ནས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྤྲི་ཐོར་ལྷ་ཡི་བདག་པོ་ཡིས། །མཛེས་པའི་ལག་པའི་བརྒྱས་རབ་གཏོར་མེ་ཏོག་རྒྱས་པའི་ཆར། །བྱང་བའི་ཚོགས་ཀྱི་སྤྲི་ཡིས་ཡོན་ཏན་བསྟོད་བྱས་སྐྱོད་བྱངས་བཞིན། །འཆི་མེད་དགའ་བའི་ཚོགས་ཀྱིས་སྟོགས་ནི་ཡོངས་སྤྱོད་གང་བ་བབས། །པ་མ་དག་ལ་བྱག་འཚལ་དེ་དག་ཞབས་ཀྱི་བརྒྱར་གཙུག་གི་ལོར་བྱ་ཆགས། །

དེ་དག་དགའ་བའི་མཆི་མ་ཟགས་པས་དབང་བསྐྱར་དགའ་སྟོན་ལེགས་བར་བསྐྱབས། །སྤྲིང་སྟོབས་ཚུ་གཏོར་བསོད་ནམས་ཚོགས་ནི་ཡོངས་རྫོགས་སྤྲིན་གྱི་བཞེན་པས་སྐྱད་ཅིག་ལས། །གསལ་བར་འཁོར་ལོས་སྐྱར་བའི་དཔལ་གྱི་མཚན་མ་རིན་ཆེན་རྣམས་ནི་ཡང་དག་ཤོད། །དེ་ནས་ལྷ་ཡི་བདག་པོ་གྲུས་པ་དང་ལྷན་པ། །དགའ་བས་མངོན་སྟོགས་རང་གི་སྟོན་ལ་མངོན་དབང་བསྐྱར། །སྐབས་གསུམ་ཚོགས་ཀྱིས་བྱག་བྱར་ལོས་པའི་གྲགས་པ་ཅན། །འཁོར་ལོས་སྐྱར་བ་དེ་ཡིས་ཡུན་རིང་དཔལ་དག་བསྟེན། །དེ་ལྟར་རང་གི་སྤྲི་བ་གཞན་གྱི་ཚུལ་འདི་དག །བསོད་ནམས་ཉེར་བསྟན་དག་ལ་རྒྱལ་བས་གསུངས་པ་ནི། །བདག་གིས་བསྟེན་པས་ལས་དགོ་བའི་མཚོག་ནི་གང་ཐོབ་དེས། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མངོན་བར་འབྱུང་བ་ཉིད་གྱུར་ཅིག །ཅེས་པ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་རྟོགས་པ་བརྗོད་པ་དཔག་བསམ་གྱི་འབྲི་ཤིང་དགོ་བའི་དབང་པོས་མཛད་པ་ལས། དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྲིས་སྤྲི་བའི་དབང་པོས་མཛད་པའི་སྤྲིན་གྱི་བཞེན་པའི་རྟོགས་པ་བརྗོད་པའི་ཡལ་འདབ་སྟེ་བརྒྱ་ཅ་བརྒྱད་པའོ། །

།།

བར་བྱང་སྒྲིབ་ཚིག

རྣམ་ཐོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ། །
 གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཚོས་ཚུལ་དལ་འབབ་སྤྱང་། །
 ཚིག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི། །
 རི་མ་ཡོངས་འཁྲུང་ལེགས་བཤད་བདུན་ཚེ་འདི། །

 དབར་དུ་བསྐྱུན་པའི་རྣམ་དཀར་སྤྱང་པོའི་མཚུས། །
 ཡང་དག་ཚོས་ཀྱི་སྒྲོ་མོ་སྤྱོད་པའི་བརྒྱ། །
 གདངས་ཏེ་རྒྱུད་ལྡེའི་འགོ་བ་མ་ལུས་པ། །
 རེས་ལེགས་ཞོར་ཀྱའི་མཚོན་ལ་དབང་འཕྲོར་ཤོག། །

ཅེས་འཇམ་གྱིང་ཡངས་པའི་ཁྲོན་ལ་འཚེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྒྲོན་རྣམ་འབྲེན་
 །ལྷ་མོ་སྒྲེའི་རིང་ལུགས་སྒོ་ཀུན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འབྲེལ་ཡུན་ལེགས་ཚོགས་
 ཏུ་མའི་ཚེད་དུ་དམིགས། རང་བསྟན་གྱུ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་
 དབར་དུ་བསྐྱུན་དང་བསྐྱུན་འགྱུར་གང་ལའང་སྤྱར་ཚོག་པའི་དགོ་བསྐྱེའི་སྒྲོན་ཚིག་
 ཏུ་ལྷ་མོའི་དགོ་སྤྱོད་ཚོས་སྤྲོ་བ་དག་དབང་སྒོ་བཟང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྤྱར་
 བའོ། །