ཐོར་བུ།

བཞེས་སྒྲིགས།

ཡིག་བསྒྱུར།

༼སྒྲིགས་ཡིག༽

དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་ཀླུ་སྒྲུབ།
སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་རྩོམ་སྒྲིག་ཁང་།།

ཐོར་བུ།

༄༅། །བཤེས་པའི་སྤྲིང་ཡིག་ཅེས་བྱ་བ།

ཡིག་བསྐྱུར།

(སྤྲིངས་ཡིག)

སྤྱིའི་ཨང་།
༡༠༡
ཅེ་བྲག་གི་ཨང་།
༡

དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་ཀླུ་སྒྲུབ།

དེབ་ཨང་།

TBUT333301

སྤྱི་དགེའི་ཤིང་པར་ལ་གཞི་བཅོལ་བ་ཡིན།

སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་ཞུ་སྒྲིག་བྱས།

སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཀྱིས་གློག་རྡུལ་འཕྲུལ་དེབ་ཏུ་བཟོས།

སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས།

༢༠༡༥ ལོའི་ཟླ་བ་བཞི་པར་རྩོམ་སྒྲིག་བྱས།

དེབ་ཚད།15x21

ཡིག་ཚད།14

ཡིག་གྲངས།17,733

ང་ཚོའི་དྲ་ཚིགས་ཀྱི་ཁ་བྱང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ང་ཚོའི་ཡིག་སྒམ།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

པར་སྐྲུན་གྱི་བདག་དབང་སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོར་ཡོད།

ཇོ་སྐྱིད་མདོར་བསྡུས།

དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་ཀླུ་སྒྲུབ་ནི། བསྐལ་པ་གྲངས་མེད་པའི་དུས་ནས་ཐུགས་བསྐྱེད་ཅིང་། ཚོགས་གཉིས་བར་མ་ཆད་དུ་བསགས། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་བཟོད་ཀྱིས་མི་ལང་བར་སེམས་ཅན་གྲངས་མེད་པའི་དོན་མཛད་བཞིན་པ་ལས། ཞིང་འདིར་བསམ་བཞིན་དུ་བྱོན་པ་ཞིག་སྟེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་ལུང་གིས་ཟིན་པ་དང་། ཤིང་རྟའི་སྲོལ་འབྱེད་གཉིས་ཀྱི་ནང་ཚན་གྱི་སྐྱེས་བུ་ཞིག་ཡིན།

རྒྱ་གར་ལྷོ་ཕྱོགས་བེདརྦྷ་ཞེས་པའི་ཡུལ་དུ་བཅོམ་ལྡན་འདས་མྱ་ངན་ལས་འདས་ནས་ལོ་བཞི་བརྒྱ་ཙམ་སོང་བའི་དུས་སུ་སྐུ་འཁྲུངས། མཚན་མཁན་གྱིས་ཚེ་རིང་ཞག་ལ་ལོ་བདུན་ལས་མི་ཐུབ་ཟེར་བས། ཕ་མ་གཉིས་ཀྱིས་བུ་ཤི་བའི་རོ་མིག་གིས་མཐོང་མ་བཟོད་པར་གཡོག་དང་བཅས་ཡུལ་གཞན་དུ་བཏང་།

རིམ་གྱི་ཡུལ་དབུས་ཀྱི་དགོན་པ་ཆེ་ཤོས་ནཱ་ལེནྡྲར་ཕེབས་ཏེ་སློབ་དཔོན་བྲམ་ཟེ་ས་ར་ཧ་དང་མཇལ་ཏེ་ཚེ་དབང་ཞུས། གཞན་གསང་བ་འདུས་པ་ལ་སོགས་པའི་གསང་སྔགས་ཀྱི་ཆོས་མང་པོ་གསན། མཁན་པོ་སྒྲ་གཅན་འཛིན་བཟང་པོའི་དྲུང་དུ་དགེ་སློང་གི་སྡོམ་པ་ཞུས་ཏེ་མཚན་དགེ་སློང་དཔལ་ལྡན་ཞེས་གསོལ། ནཱ་ལེནྡྲར་སྡེ་སྣོད་གསུམ་དང་རྒྱུད་སྡེ་བཞིའི་བཤད་སྲོལ་གང་ཡོད་རྣམས་གསན་ཞིང་། གཙོ་བོར་བྱང་སེམས་བློ་གྲོས་རིན་ཆེན་ལ་མདོ་སྔགས་ཀྱི་དམ་པའི་ཆོས་མ་ལུས་པ་གསན།

དེའི་ཚེ་མུ་གེ་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་ན། གནས་བརྟན་སྒྲ་གཅན་འཛིན་གྱི་བཀའ་ལྟར་དགོན་པའི་ཞལ་ཏ་བ་གནང་སྟེ། གླིང་བར་ནས་གསེར་འགྱུར་གྱི་རྩི་བཞེས་ནས་ཟངས་མང་པོ་གསེར་དུ་བསྒྱུར་ཏེ། མུ་གེ་མེད་པའི་ས་ནས་འབྲས་དང་ནས་ལ་སོགས་པ་འཚོ་བའི་ཡོ་བྱད་ཐམས་ཅད་ཉོས་ཏེ། ལོ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་དགེ་འདུན་རྣམས་འཚོ་བས་ཕོངས་པ་མེད་པར་མཛད། དགེ་འདུན་ལ་གནང་བ་མ་ཞུས་པར་ཚོང་བྱས་ནས་འཚོ་བ་སྦྱར་བ་ཆོས་འདུལ་

བ་དང་འགལ་ཞེས་གནས་ནས་བྱུང་། དེ་ནས་ཡུལ་གཞན་དུ་བྱོན་ནས་ལྷ་ཁང་དང་མཆོད་རྟེན་མང་པོ་བཞེངས་ཤིང་།

དགེ་སློང་བདེ་བྱེད་ཅེས་པས་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལྟ་སྤྱོད་གཉིས་ཀ་སུན་འབྱིན་པར་བྱེད་པའི་གླེགས་བམ་མང་པོ་བརྩམས་པ་ལ། དེའི་གཉེན་པོར་ཆོས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་ཏེ་ལྟ་བ་ལོག་པ་དེ་རྣམས་སུན་ཕྱུང་། ཀླུ་རྒྱལ་འཇོག་པོས་ཀླུ་ཡུལ་དུ་གདན་དྲངས་པ་ལྟར་ཕེབས་ཏེ་ཆོས་རྒྱ་ཆེར་བསྟན། ཀླུ་ཡུལ་ནས་འབུམ་གདན་དྲངས། མཉན་ཡོད་སོགས་ཡུལ་དབུས་ཀྱི་གྲོང་ཁྱེར་ཆེན་པོ་རྣམས་སུ་ལྷ་ཁང་དང་མཆོད་རྟེན་མང་པོ་བཞེངས་ཤིང་། རྡོ་རྗེ་གདན་གྱི་བྱང་ཆུབ་ལྗོན་ཤིང་གི་མཐའ་སྐོར་དུ་རྡོའི་དྲ་མིག་གི་ར་བས་བསྐོར།

དཔལ་ལྡན་འབྲས་སྤུངས་མཆོད་རྟེན་ལ་ལྕགས་རིས་བསྐོར་ཞིང་ལྷ་ཁང་བརྒྱ་རྩ་བརྒྱད་བཞེངས། བྱང་སྦྲ་མི་སྣན་དུ་ཕེབས་ནས་འགྲོ་དོན་མཛད། སྐུ་ཚེའི་སྨད་ལ་ལྷོ་ཕྱོགས་དཔལ་གྱི་རིར་བཞུགས་ཤིང་མདོ་སྔགས་ཀྱི་ཆོས་འཁོར་རྒྱ་ཆེར་བསྐོར། ལྷག་པར་ཆོས་དབྱིངས་བསྟོད་པ་སོགས་མཛད་ནས་གདུལ་བྱ་མང་པོ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་ཁྲིད་པར་མཛད་ཅིང་། རྒྱལ་བས་གསུངས་པའི་ངེས་དོན་གྱི་མདོ་རྣམས་སུས་ཀྱང་དོན་གཞན་དུ་བསྒྱུར་མི་ཐུབ་པར་ངེས་པ་བརྟན་པོར་མཛད་དོ།།

དེ་ལྟར་བསྟན་པ་ལ་བྱ་བ་རྒྱ་ཆེར་མཛད་པ་ན། བདུད་སྡིག་ཏོ་ཅན་གྱིས་ཡིད་བསྒྱུར་བའི་རྒྱལ་པོ་བདེ་སྤྱོད་བཟང་པོའི་བུ་གཞོན་ནུ་ནུས་ལྡན་དུ་གྲགས་པས་དབུ་བསླངས་པར། སློབ་དཔོན་གྱིས་དབུ་སྟེར་བར་ཞལ་གྱིས་བཞེས་ཏེ། རྒྱལ་བུ་དེས་དབུ་བཅད་ནས་བཀྲོངས་སོ༔ །དེའི་ཚེ་ཁྲག་འོ་མར་བྱུང་ཞིང་དབུ་དེའི་ཞལ་ནས། ང་ནི་འདི་ནས་བདེ་བ་ཅན་དུ་འགྲོ། །ཕྱི་ནས་ལུས་འདི་ལ་ནི་འཇུག་པར་འགྱུར། །ཅེས་པའི་ཚིག་བྱུང་བར་གྲགས། དེ་ནས་རྒྱལ་བུས་དབུ་སླར་འབྱུར་གྱིས་དོགས་ནས་དཔག་ཚད་གཅིག་ཙམ་དུ་དོར་བ་སློབ་དཔོན་བཅུད་ལེན་གྲུབ་པས་སྐུ་ལུས་དང་དབུ་རྡོ་རུ་གྱུར་ཅིང་། སླར་རིམ་གྱིས་དབུ་དང་སྐུ་ལུས་གཉིས་ཀ་མ་ཉམས་པར་ལོ་རེ་བཞིན་ཇེ་ཉེ་ཇེ་ཉེར་སོང་ནས་མཐར་འབྱར་ནས་སློབ་དཔོན་རང་ཉིད་ཞལ་

བཞུགས་དུས་ལྟར་བསྟན་པ་དང་འགྲོ་བའི་དོན་རྒྱ་ཆེར་མཛད་པར་གསུངས་སོ།།

རྣམ་ཐར་རྣམས་སུ་སློབ་དཔོན་འདིས་ཆོས་སྒྲ་ལན་གསུམ་བསྒྲགས་པར་གསུངས་ལ༏ སྟོན་པ་གཉིས་པ་ལྟ་བུར་གྱུར་པའི་སློབ་དཔོན་འདི་དགུང་ལོ་དྲུག་བརྒྱ་བཞུགས་ཟེར་བ་དང་། སུམ་བརྒྱ་བཞུགས་ཟེར་བའི་བཤད་སྲོལ་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་དེ་གཉིས་ཀ་ལོ་ཕྱེད་ལོ་གཅིག་ཏུ་བརྩིས་པའི་ལུགས་ཡིན་པར་ཏཱ་ར་ནཱ་ཐའི་རྒྱ་གར་ཆོས་འབྱུང་དུ་གསུངས།

སློབ་དཔོན་འདིས་མཛད་པའི་བསྟན་བཅོས་ལ། དབུ་མ་རིགས་ཚོགས་སོགས་མདོ་སྔགས་རིག་གནས་སོགས་ཀྱི་སྐོར་མང་ཞིང་། བོད་ཀྱི་གོང་མ་ཁྲི་སྲོང་ལྡེ་བཙན་གྱི་སྐབས་སུ་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་བ་བསྟན་འགྱུར་གྱི་ནང་དུ་ཡོད།

སློབ་མ་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་ཤཱཀྱ་མི་ཏྲ་དང་། ནཱ་ག་བོ་དྷི། ཨཱཪྱ་དེ་ཝ། མ་ཏྲྀ་ཙེ་ཊ། སངས་རྒྱས་བསྐྱངས། ལེགས་ལྡན་འབྱེད། སློབ་དཔོན་དཔའ་བོ་སོགས་མང་དུ་བྱུང་ངོ་།།

སྤྱིངས་ཡིག་འདི་ནི་འཕགས་པས་ཉིད་ཀྱི་མཛའ་བཤེས་དམ་པ་རྒྱལ་བུ་བདེ་སྤྱོད་བཟང་པོ་ལ་གནང་བའི་འཕྲིན་ཡིག་ཅིག་ཡིན།

དཀར"ཆག

ངོ་སྤྲོད་མདོར་བསྡུས། iv

ཞུ་སྒྲིག་པའི་གསལ་བཤད། viii

བཤེས་པའི་སྤྲིང་ཡིག་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།། 1

པར་བྱང་སྨོན་ཚིག...18

ཞུ་སྒྲིག་པའི་གསལ་བཤད།

གངས་རིའི་ཞིལ་གྱི་མཆོད་རྟེན་གྱི་ཐེང་བས་མུ་ཁྱུད་བྱས་པའི་རང་རེའི་སྣ་ལའི་སྨན་ལྗོངས་སུ༑ ཆོས་རྒྱལ་ཡབ་རྗེ་རྣམས་དང་ཀུན་རིག་མཁས་པའི་དབང་པོ་དག་གི་བཀའ་དྲིན་ལས། གསུང་རབ་ཀྱི་གླེགས་བམ་རི་རབ་ཀྱི་གཏོས་དང་མཉམ་པ་ཡོད་ན་ཡང་།དུས་ཀྱི་འཕེལ་འགྱིབ་སོགས་ཀྱིས་མང་པོ་ཞིག་འབྱུང་བཞིའི་ཟས་སུ་ཕྱིན་པ་དང་། གང་མང་ཞིག་ས་རྡུལ་གྱི་ཁྲོད་དུ་ཆེས་མཐའ་མཇུག་གི་གཟིམས་མལ་བསྟེན་ལ་ཉེ་བ་སོགས་ཀྱིས་དེ་དག་མྱུར་སྐྱོབ་དང་། གཅེས་ཉར་བྱེད་རྒྱུ་ནི་འཕྲིས་མེད་ན་སྤྱ་མེད་པའི་དུས་ཡིན་ཞིང་།དེས་རང་རིགས་བསམ་ཡོད་གང་མང་ཞིག་གིས་དེ་དག་བསྐྱར་དཔར་དང་། དེབ་གཟུགས་པར་སྐྲུན་སོགས་ཀྱིས་འགྲེམས་སྤེལ་དང་། སྲུང་སྐྱོབ་ལ་རེམ་བཞིན་པ་ནི་དགའ་འོས་པ་དང་། ཡི་རང་གི་ལེགས་སོ་འབུལ་བའི་གནས་ཡིན་ནོ། །

ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་བཤད་ན། མི་རིགས་དེའི་ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བཅུད་ནི་མི་རིགས་དེའི་བླ་སྲོག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཉིད་དར་སྤེལ་དང་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་རྒྱུ་ཡང་། མི་རིགས་དེ་ཉིད་ཀྱི་འོས་འགན་ཡིན་ན།བསམ་བློའི་རྒྱགས་ཕྱེ་རྟ་གྱུར་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་གླེགས་བམ་དེ་དག་ནི། ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བཅུད་ཡིན་ལ། མི་རིགས་འདིའི་བླ་སྲོག་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །སྟོན་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་བཀའ་ལས་ཀྱང་། ཤེར་ཕྱིན་གྱི་གླེགས་བམ་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད། ཡི་གེར་འདྲི་བ་དང་། འཛིན་བཅུག་པ་སོགས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་ནི་སྟོང་གསུམ་ནོར་གྱིས་བཀང་སྟེ་སངས་རྒྱས་འབུམ་ཕྲག་བརྒྱ་ལ་མཆོད་པ་ཕུལ་བ་བས་ཀྱང་། བསོད་ནམས་ཆེ་བར་གསུངས་པ་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་གསུང་རབ་ཀྱི་གླེགས་བམ་དག་ཡི་གེར་འབྲི་བ་དང་། འཛིན་བཅུག་པ་དག་གི་ཕན་ཡོན་དང་དགེ་མཚན་ཀྱང་མཚོན་ལ། དོན་གནད་ཀྱང་གོ་ཐུབ་བོ། །

༧ གོང་ས་༧སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ཀྱང་། ང་རང་སྐུ་ཆེན་པོ་དང་འདུ་ཁང་རྡིག་པོ་རྒྱག་རྒྱུ་ལ་དེ་ཙམ་དགའ་པོ་མེད། སྐུ་ཆེན་པོ་བཞེངས་རྒྱུ་དེས་གསུང་ནི་མི་

འབྱོན། དེ་ལས་དཔེ་ཆ་མང་པོ་དཔར་བསྐྲུན་གྱིས་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས་ན་བཟང་། ཞེས་ཚོགས་སུ་བཀའ་གནང་བ་སོགས་ཀྱིས། གྲྭ་ཚང་རིན་པོ་ཆེ་ནས་ཀྱང་ང་ཚོའི་མི་རིགས་འདིའི་ཡབ་མེས་གོང་མ་དག་གི་ཤུལ་བཞག་དེ་དག་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་། གནས་པ་བརྒྱུད་འཛིན་སོགས་དང་། རང་རིགས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཕྲན་ཙམ་ཞུ་ཐུབ་ན་དགོངས་ཏེ། སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་དྲ་ཚིགས་སྒོ་འབྱེད་དང་། སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་རྩོམ་སྒྲིག་ཁང་གསར་འཛུགས་བྱས་པ་ལགས་ན། འདི་ག་རྩོམ་སྒྲིག་ཁང་གིས་ཀྱང་གཙོ་བོ་བཀའ་བསྟན་གཉིས་ཀྱིས་མཚོན། གཡུང་དྲུང་བོན་དང་བཅས་པའི་ཆོས་བརྒྱུད་རིས་སུ་མ་ཆད་པའི་བོད་ཀྱི་མཁས་དབང་དག་གི་བཀའ་རྩོམ་གྱི་གླེགས་བམ་དག །པར་བསྐྲུན་འགྲེམས་སྤེལ་དང་། ཞོར་དུ་གཞན་གྱི་ཤེས་རིག་ནང་འདྲེན། དེང་རབས་ཀྱི་རྩོམ་པ་པོ་རྣམ་གཞོན་དབྱེར་མེད་ཀྱི་བརྩམས་ཆོས་ཀྱང་པར་བསྐྲུན་འགྲེམས་སྤེལ་གྱི་ཞབས་ཞུའི་ལས་གཞི་འདི་གཉེར་བ་ཡིན།

སྤྱིར་སློབ་གཉེར་པ་མང་ཤོས་ཤིག་དེབ་གཟུགས་ལ་མོས་པ་ཆེ་བ་དང་། དེབ་གཟུགས་ཀྱང་གང་མང་ཞིག་པར་བསྐྲུན་བྱས་ཏེ་ཐོན་གྱིན་ཡོད་ལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་དཔེ་རིང་ལྟ་ཀློག་བྱེད་མཁན་ཇེ་ཉུང་དང་། པར་ཤིང་གི་སྤྱོད་སྒོ་ཡང་ཇེ་ཆུང་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པས། པར་ཤིང་མང་པོ་ཞིག་མཛོད་ཕུགས་སུ་ས་རྟུལ་གྱི་ཁྲོད་དུ་གཟིམས་འགོ་རྩོམ་བཞིན་ཡོད།

ལྷག་པར་དུ་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་བརྡ་འཕྲིན་གྱི་དུས་རབས་འདིར་འོད་རླབས་ཀྱི་འགྲོས་དང་འགྲོགས་ཏེ། ཚན་རྩལ་གྱི་ཤེས་རིག་རབ་ཏུ་དར་བས། མི་རྣམས་ཀྱི་བློ་ངོར་མི་ཤོང་བའི་དངོས་གཟུགས་གང་མང་ཞིག་འབྱུང་བཞིན་ཡོད་ལ། དེ་དང་བསྟུན་ནས་ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ལ་ཐོབ་ཤོར་དང་། ཕམ་ཉེས་འབྱུང་གིན་ཡོད་པའང་ཆོས་ཉིད་ཡིན། དཔེར་ན། eBook གམ་གློག་རྡུལ་འཕྲུལ་དེབ་ཀྱི་བཟོ་རྩལ་འདི་དར་བས། གཟིགས་པ་པོ་དག་ལ་ཀློག་བདེ་བ་དང་། སྤྱོད་བདེ་བ། གཞུང་ཚན་འཚོལ་སླ་བ། འཁྱེར་བདེ་བ་སོགས་ཀྱིས་མི་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་དབང་བཀུག་སྟེ། འཕྲུལ་དེབ་ལ་དགའ་མོས་ཇེ་ཆེར་འགྲོ་བཞིན་པ་དེས། ཤོག་སྟེང་གི་

དཔེ་ཆ་ཉར་བའི་དཔེ་མཛོད་ཁང་གྲགས་ཆེན་གང་མང་ཞིག་གི་གཏན་པ་མེད་པའི་སྒོ་གླེགས་ཀྱང་། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ལས་ལྡོག་བཙུག་པའང་གང་འཚམ་བྱུང་ཡོད་ན། ང་ཚོ་ཡང་དུས་རབས་ཀྱི་རྗེས་ཟིན་པར་བྱས་ཏེ་རང་རེའི་ཤེས་རིག་གི་འོད་སྣང་། ཟླུམ་གཟུགས་ཀྱི་གོ་ལ་འདིར་ཡུན་རིང་གནས་པ་དང་། འཕྲིན་ལས་ཀྱི་འཇུག་པ་རླབས་རྒྱལ་གྱི་འགྲོས་དང་མཉམ་པ་ཡོང་སླད་དང་། གཟིགས་པ་པོ་དག་གི་དགའ་མོས་དང་དུས་བབ་དང་བསྟུན་ཏེ། ང་ཚོས་ཀྱང་བཀའ་བསྟན་གཉིས་ཀྱིས་གཙོ་བྱས་ཏེ་བོད་གངས་ཅན་གྱི་གནའ་དེང་གི་མཁས་པའི་བརྩམས་ཆོས་དག་eBook དང་ PDF སོགས་སུ་རྩོམ་སྒྲིག་བྱས་ཏེ་འགྲེམས་སྤེལ་བྱེད་རྒྱུའི་ལས་གཞི་འདི་འདེམ་པ་ཡིན།

སྤྱིའི་ཆ་ནས་བཀའ་བསྟན་གཉིས་ཀྱིས་མཚོན་མཁས་དབང་སྔ་མ་དག་གི་གསུང་རབ་གསར་བསྐྲུན་གྱིས་དེབ་གཟུགས་དཔེ་ཆ་དང་། གློག་རྡུལ་འཕྲུལ་དེབ་ཀྱང་གང་མང་ཞིག་འཐོན་བཞིན་ཡོད་ན་ཡང་། གསར་དུ་པར་བསྐྲུན་བྱས་པའི་དེབ་གཟུགས་དང་གློག་རྡུལ་འཕྲུལ་དེབ་དག་ལའང་ཆད་ལྷག་དང་ནོར་འཁྲུལ། ཞུས་ཆེན་པ་དག་གིས་རང་འདོད་དང་འོལ་ཚོད་སོགས་ཀྱིས་གང་བྱུང་བཟོ་བཅོས་བརྒྱབ་པ་སོགས། སྔོ་གཏད་ཚིག་པ་དང་ཁུངས་དག་པ༑ ཞུས་དག་ཚད་ལྡན་སོང་བའི་གསུང་རབ་ཀྱི་དེབ་གཟུགས་དང་འཕྲུལ་དེབ་ཏ་ཅང་དཀོན་པའི་ཚོད་དུ་སྣང་བ་སོགས་དང་། ང་ཚོའི་ལས་གཞི་གཙོ་བོ་དེ་ཡང་བཀའ་བསྟན་གཉིས་དང་མཁས་དབང་སྔ་མ་དག་གི་གསུང་རབ་དག་རྩོམ་སྒྲིག་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན་པ་དང་། གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་དམ་པ་སྔ་མ་དག་གི་ཕྱག་རྗེས་གསལ་བའི་པར་ཤིང་དག་གི་འཕྲིན་ལས་མཇུག་སྡུད་ཀྱིན་ཡོད་པ་སོགས་ཀྱིས། ང་ཚོས་པར་ཤིང་གི་རྒྱུན་ཡུན་གནས་ལ་འབད་བརྩོན་དང་། ཤིང་པར་གྱི་ནང་དུ་པར་ཤིང་ཆག་པ་དང་། ཡིག་འབྲུ་མི་གསལ་བ།པར་ཡིག་པས་བྲི་ནོར་དང་བཀོས་ནོར་ཤོར་བ་སོགས་ཀྱིས་ཡིག་ནོར་རེ་ཟུང་ཡོད་ན་ཡང་། པར་ཤིང་མང་ཤོས་ཤིག་རྩོམ་པ་པོ་རང་ཉིད་དམ། རིག་གནས་ལ་ནང་བྱན་ཆུབ་པའི་མཁས་དབང་དང་དམ་པའི་སྐྱེས་བུ་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་ནོར་ན་ཡང་དོན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་འགྱུར་ན། གསུང་རབ་ལ་བསྒྲེ་ལྷད་དང་བཟོ་བཅོས། ཟ་ན་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་ལའང་བཅོས་ལྷད་མེད་པར་སོར་བཞག་བྱ་རྒྱུའི་རྩ་དོན་རྒྱུན་འཛིན་བྱེད་རྒྱུ་གལ་ཆེ་བ་དང་དགེ་མཚན་ཆེ་བར་མཐོང་སྟེ། ང་ཚོས་དཔེ་རིང་ཚད་ལྡན་ཞིག་མ་དཔེར་བཟུང་སྟེ་དེ་དང་བུ་ཡིག་གཉིས་གཤིབ་བསྡུར་བྱས་ཏེ། མ་ཕྱི་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་འཕྲུལ་དེབ་ཏུ་བཟོ་རྒྱུ་དང་། ཡིག་ནོར་མངོན་མཚན་ཅན་རྣམས་ནོར་བཅོས་བྱས་ཡོད་ན་ཡང་། འཕྲུལ་དེབ་བམ་ eBook གི་ནང་དུ་ཟུར་མཆན་བཞག་ཆེ་ཙང་སྐབས་མི་བདེ་བས། eBook གི་ནང་དུ་ང་ཚོས་ནོར་བཅོས་བྱས་པ་དེ་ཡིག་མདོག་དམར་པོར་བསྒྱུར་ཡོད་ལ། PDF ཡི་ནང་དུ་ང་ཚོས་གང་ནོར་བཅོས་བྱས་པའི་མ་ཕྱིའི་ཡི་གེའམ། ནོར་ལྷག་ཏུ་ཐག་བཅད་པའི་གཞུང་ཡིག་གམ་མ་ཕྱིའི་ཡི་གེ་དེ་མཇུག་དུ་ཟུར་མཆན་གྱི་ངོ་བོར་བཀོད་ཅིང་། ཞུ་སྒྲིག་པའི་ནོར་བཅོས་ཀྱི་ཡི་གེ་དེ་གཞུང་ཡིག་དངོས་སམ་གཞུང་དཀྱུས་ཀྱི་ཡི་གེ་དང་མི་ནོར་བའི་ཆེད་དུ། གོང་དུ་མཚམས་རྟགས་དང་། འོག་ཏུ་མཆན་གྲངས་སྦྱར་ཡོད་པས། གཞུང་དཀྱུས་སུ་ཞོར་དོགས་དང་ནོར་ས་མེད། མདོར་ན་ PDF ཡི་ནང་དུ་ཞུ་སྒྲིག་པས་ནོར་བཅོས་བྱས་ཡོད་པ་ཚང་མར་ཟུར་མཆན་ཡོད་ལ༑ གལ་ཏེ་ང་ཚོས་ནོར་བཅོས་བྱས་པ་དེ་ཉིད་ལ་དོགས་གནས་ཡོད་ཚེ། ཟུར་མཆན་དུ་གསལ་བ་ལྟར་གྱི་མ་ཡིག་དེ་ཚུར་དྲངས་ཏེ་འགྲེལ་བརྒྱབ་ཆོག་ཅིང་།པར་གཞིའི་ནང་གི་ཞུ་སྒྲིག་པའི་ནོར་བཅོས་ཀྱི་ཡིག་འབྲུ་དག་ཐྣངས་ཤིང་།ཟུར་མཆན་ལས་ཚད་རྟགས་ཅན་རྣམས་ཕུད། ཟུར་མཆན་གཞན་དག་ཚུར་དྲངས་ཏེ་གཞུང་དཀྱུས་དང་སྦྱར་ན། གཞུང་དེ་དང་དེའི་མ་ཕྱིའམ་མ་དཔེའི་དཔེ་རིང་དངོས་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་འབྱུང་ངོ་། །འདི་ནི་གསུང་རབ་ལ་བསྒྲེ་ལྷད་དང་བཟོ་བཅོས། ཟ་ན་དམ་པའི་གསུང་རབ་ལས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་ལའང་བཅོས་ལྷད་མེད་པར་སོར་བཞག་བྱ་དགོས་པའི་རྩ་དོན་རྒྱུན་འཛིན་བྱས་པའང་ཡིན་ནོ། །

ཞེས་སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་རྩོམ་སྒྲིག་ཁང་གིས་ ༢༠༡༥ ལོའི་ཟླ་ ༠༣ པའི་ཚེས་ ༠༥ ལ།

༄༅། །བཤེས་པའི་སྤྲིང་ཡིག་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

༄༅༅། །རྒྱ་གར་སྐད་དུ། སུ་ཧྲི་ད་ལེ་ཁ། བོད་སྐད་དུ། བཤེས་པའི་སྤྲིང་ཡིག །འཇམ་དཔལ་གཞོན་ནུར་གྱུར་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

ཡོན་ཏན་རང་བཞིན་དགེ་འོས་བདག་གིས་ནི། །བདེ་བར་གཤེགས་པའི་གསུང་བསྟན་ལས་བྱུང་བའི། །བསོད་ནམས་འདུན་སླད་འཕགས་པའི་དབྱངས་འདི་དག །ཅུང་ཟད་ཅིག་བསྡེབས་ཁྱོད་ཀྱིས་གསན་པའི་རིགས། །ཇི་ལྟར་བདེ་གཤེགས་སྐུ་གཟུགས་ཤིང་ལས་ཀྱང་། །བགྱིས་པ་ཅི་འདྲ་འང་རུང་སྐྱེ་མཁས་པས་མཆོད། །དེ་བཞིན་བདག་གི་སྙན་ངག་འདི་ངན་ཡང་། །དམ་ཆོས་བརྗོད་ལ་བརྟེན་སླད་སྨད་མི་བགྱི། །ཐུབ་པ་ཆེན་པོའི་བཀའ་ནི་སྙན་དགུ་ཞིག །ཁྱོད་ཀྱི་ཐུགས་སུ་ལྟ་ཡང་ཆུད་མོད་ཀྱི། །རྡོ་ཐལ་ལས་བགྱིས་དཀྱུང་ཟླའི་འོད་ཀྱིས་ནི། །ཆེས་དཀར་ཉིད་དུ་ཅི་སྟེ་མི་བགྱིད་ལགས། །རྒྱལ་བས་སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་དང་། །གཏོང་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་ལྷ་རྗེས་དྲན་པ་དྲུག །རབ་ཏུ་བཀའ་སྩལ་དེ་དག་སོ་སོ་ཡི། །ཡོན་ཏན་ཚོགས་ཀྱིས་རྗེས་སུ་དྲན་པར་བགྱི། །དགེ་བའི་ལས་ལམ་བཅུ་པོ་ལུས་དང་ནི། །ངག་དང་ཡིད་ཀྱིས་རྟག་ཏུ་བསྟེན་བགྱི་ཞིང་། །ཆང་རྣམས་ལས་ལྡོག་དེ་བཞིན་དགེ་བ་ཡི། །འཚོ་བ་ལ་ཡང་མངོན་པར་དགྱེས་པར་མཛོད། །ལོངས་སྤྱོད་གཡོ་བ་སྙིང་པོ་མེད་མཁྱེན་ནས། །དགེ་སློང་བྲམ་ཟེ་བཀྲེན་དང་བཤེས་རྣམས་ལ། །སྦྱིན་པ་ཚུལ་བཞིན་

སྤྲུལ་བགྱི་ཕ་རོལ་དུ། །སྦྱིན་ལས་གཞན་པའི་གཉེན་མཆོག་མ་མཆིས་སོ། །ཁྱོད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་མ་ཉམས་མོད་མི་དམའ། །མ་འདྲེས་མ་སྦགས་པ་དག་བསྟེན་པར་མཛོད། །

ཁྲིམས་ནི་རྒྱུ་དང་མི་རྒྱུའི་ས་བཞིན་དུ། །ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞི་རྟེན་ལགས་པར་གསུངས། །སྦྱིན་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་བཟོད་བརྩོན་བསམ་གཏན་དང་། །དེ་བཞིན་ཤེས་རབ་གཞལ་མེད་ཕ་རོལ་ཕྱིན། །འདི་དག་རྒྱས་མཛོད་སྲིད་པའི་རྒྱ་མཚོ་ཡི། །ཕ་རོལ་ཕྱིན་པ་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་མཛོད། །གང་ལ་ཕ་དང་མ་དག་མཆོད་བྱེད་པའི། །རིགས་དེ་ཚངས་བཅས་སློབ་དཔོན་བཅས་པའང་ལགས། །དེ་དག་ལ་མཆོད་གྲགས་པར་འགྱུར་བ་དང་། །སླད་མ་ལ་ཡང་མཐོ་རིས་འགྱུར་བ་ལགས། །འཚེ་དང་ཆོམ་རྐུན་འཁྲིག་པ་བརྫུན་དང་ནི། །ཆང་དང་དུས་མིན་ཟས་ལ་ཆགས་པ་དང་། །མལ་སྟན་མཐོ་ལ་དགའ་དང་གླུ་དག་དང་། །གར་དང་ཕྲེང་བའི་ཁྱད་པར་རྣམས་སྤོང་ཞིང་། །དགྲ་བཅོམ་ཚུལ་ཁྲིམས་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་ཡི། །ཡན་ལག་བརྒྱད་པོ་འདི་དག་དང་ལྡན་ན། །གསོ་སྦྱོང་འདོད་སྤྱོད་ལྷ་ལུས་ཡིད་འོང་བ། །སྐྱེས་པ་བུད་མེད་དག་ལ་སྩོལ་བར་བགྱིད། །

སེར་སྣ་གཡོ་སྒྱུ་ཆགས་དང་སྙོམ་ལས་དང་། །མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་འདོད་ཆགས་ཞེ་སྡང་དང་། །རིགས་དང་གཟུགས་དང་ཐོས་པ་ལང་ཚོ་དང་། །དབང་ཐང་ཆེ་བས་རྒྱགས་པ་དགྲ་བཞིན་གཟིགས། །བག་ཡོད་བདུད་རྩིའི་གནས་ཏེ་བག་མེད་པ། །འཆི་བའི་གནས་སུ་ཐུབ་པས་བཀའ་སྩལ་ཏོ། །དེ་བས་ཁྱོད་ཀྱི་དགེ་ཆོས་སྤེལ་སླད་དུ། །གུས་པས་རྟག་ཏུ་བག་དང་བཅས་པར་མཛོད། །

གང་ཞིག་སྔོན་ཆད་བག་མེད་གྱུར་པ་ལ། །ཕྱི་ནས་བག་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཏེ་ཡང་། །ཟླ་བ་སྤྲིན་བྲལ་ལྟ་བུར་རྣམ་མཛེས་ཏེ། །དགའ་བོ་སོར་ཕྲེང་མཐོང་ལྡན་བདེ་བྱེད་བཞིན། །འདི་ལྟར་བཟོད་མཚུངས་དཀའ་ཐུབ་མ་མཆིས་པས། །ཁྲོད་ཀྱིས་ཁྲོ་བའི་གོ་སྐབས་དབྱེ་མི་བགྱི། །ཁྲོ་བ་སྤངས་པས་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པ་ཉིད། །འཐོབ་པར་འགྱུར་བར་སངས་རྒྱས་ཞལ་གྱིས་བཞེས། །བདག་ནི་འདིས་སྤྱོས་འདིས་གཏག་ཕམ་པར་བྱས། །འདི་ཡིས་བདག་གི་ནོར་ཕྲོགས་གྱུར་ཏེ་ཞེས། །ཁོན་དུ་འཛིན་པས་འཁྲུག་ལོང་རྣམ་བསྐྱེད་དེ། །ཁོན་འཛིན་རྣམ་སྤངས་བདེ་བར་གཉིད་ཀྱིས་ལོག །

སེམས་ཅན་ཆུ་དང་ས་དང་རྡོ་བ་ལ། །རི་མོ་བྲིས་པ་དེ་འདྲར་རིག་པར་བགྱི། །དེའི་ནང་ཉོན་མོངས་ཅན་ལ་དང་པོ་ནི། །མཆོག་སྟེ་ཆོས་འདོད་རྣམས་ལ་ཐམ་མ་གས། །རྒྱལ་བས་སྙིང་ལ་འབབ་དང་བདེན་པ་དང་། །ལོག་པར་སྨྲ་ལྡན་སྐྱེས་བུ་རྣམས་ཀྱི་ནི། །སྦྲང་རྩི་མེ་ཏོག་མི་གཙང་ལྟ་བུའི་ཚིག །རྣམ་གསུམ་བཀའ་སྩལ་དེ་ལས་ཐ་མ་སྤང་། །སྣང་ནས་སྣང་བའི་མཐར་ཐུག་མུན་པ་ནས། །མུན་པའི་མཐར་ཐུག་སྣང་ནས་མུན་མཐར་ཐུག །མུན་ནས་སྣང་བའི་མཐར་ཐུག་གང་ཟག་ནི། །གཞི་སྟེ་དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་དང་པོར་མཛོད། །

མི་ནི་ཨ་མྲའི་འབྲས་བཞིན་མ་སྨིན་ལ། །སྨིན་པ་དང་འདྲ་སྨིན་ལ་མ་སྨིན་འདྲ། །མ་སྨིན་མ་སྨིན་པར་སྣང་སྨིན་ལ་ནི། །སྨིན་པར་སྣང་ཞེས་བགྱི་བ་འདྲར་རྟོགས་མཛོད། །གཞན་གྱི་ཆུང་མ་མི་ལྟ་མཐོང་ན་ཡང་། །ན་ཚོད་མཐུན་པར་མ་དང་བུ་མོ་དང་། །སྲིད་མོའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་བགྱི་ཆགས་གྱུར་ན། །མི་གཙང་

ཉིད་དུ་ཡང་དག་བསམ་པར་བགྱི། །གཡོ་བའི་སེམས་ནི་ཐོས་མཆུངས་བུ་ལྟ་བུར། །གཏེར་བཞིན་སྲོག་དང་འདྲ་བར་བསྲུང་བགྱི་སྟེ། །གདུག་པ་དུག་དང་མཚོན་དང་དགྲ་བོ་དང་། །མེ་བཞིན་འདོད་པའི་བདེ་ལ་ཡིད་འབྱུང་མཛོད། །

འདོད་པ་རྣམས་ནི་ཕུང་ཁྲོལ་བསྐྱེད་པ་སྟེ། །རྒྱལ་བའི་དབང་པོས་ཀྱི་སྨྲའི་འབྲས་འབྲུར་གསུངས། །དེ་དག་སྤང་བགྱི་དེ་ཡི་ལྕགས་སྒྲོག་གིས། །འཁོར་བའི་བརྩོན་རར་འཛིག་རྟེན་འདི་དག་བཅིངས། །གང་དག་དབང་པོ་དྲུག་ཡུལ་རྣམས་ལ་ནི། །རྟག་ཏུ་མི་བརྟེན་གཡོ་དང་གང་དག་ཅིག །གཡུལ་ངོར་དགྲ་ཚོགས་ལ་ས་རྒྱལ་དེ་དག་ལས། །མཁས་རྣམས་དང་པོ་དཔའ་རབ་ལགས་པར་འཚལ། །

བུད་མེད་གཞོན་ནུའི་ལུས་ནི་ལོགས་ཤིག་ཏུ། །དྲི་ང་བ་དང་སྒོ་དགུ་དོད་པ་དང་། །མི་གཙང་ཀུན་སྣོད་འདྲ་བ་དགང་དཀའ་དང་། །པགས་པས་གཡོགས་དང་རྒྱན་ཡང་ལོགས་ཤིག་གཟིགས། །ཇི་ལྟར་མཛེ་ཅན་སྲིན་བུས་ཉེན་པ་ནི༑ །བདེ་བའི་དོན་དུ་མེ་ལ་ཀུན་བསྟེན་ཀྱང་། །ཞི་བར་མི་འགྱུར་དེ་དང་འདྲ་བར་ནི༑ །འདོད་པ་རྣམས་ལ་ཆགས་པའང་མཁྱེན་པར་མཛོད། །དོན་དམ་གཟིགས་པར་བགྱི་སླད་དངོས་རྣམས་ལ། །ཚུལ་བཞིན་ཡིད་ལ་བགྱིད་པ་དེ་གོམས་མཛོད། །

དེ་དང་འདྲ་བར་ཡོན་ཏན་ལྡན་པ་ཡི༑ །ཆོས་གཞན་འགའ་ཡང་མཆིས་པ་མ་ལགས་སོ། །སྐྱེས་བུ་རིགས་གཟུགས་ཐོས་དང་ལྡན་རྣམས་ཀྱང་། །ཤེས་རབ་ཚུལ་ཁྲིམས་བྲལ་བ་བཀུར་མ་ལགས། །དེ་ལྟས་གང་ལ་ཡོན་ཏན་འདི་གཉིས་ལྡན། །དེ་ནི་ཡོན་ཏན་གཞན་དང་བྲལ་ཡང་མཆོད། །འཛིག་རྟེན་མཁྱེན་

པ་རྙེད་དང་མ་རྙེད་དང་། །བདེ་དང་མི་བདེ་སྙན་དང་མི་སྙན་དང་། །བསྟོད་སྨད་ཅེས་བགྱི་འཇིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱད་པོ༑ །བདག་གི་ཡིད་ཡུལ་མིན་པར་མགོ་སྙོམས་མཛོད། །

ཁྱོད་ཀྱིས་བྲམ་ཟེ་དགེ་སློང་ལྷ་དང་ནི། །མགྲོན་དང་ཡབ་ཡུམ་དག་དང་བཙུན་མོ་དང་། །འཁོར་གྱི་སླད་དུའང་སྡིག་པ་མི་བགྱི་སྟེ། །དམྱལ་བའི་རྣམ་སྨིན་སྐལ་ནོད་འགའ་མ་མཆིས། །སྡིག་པའི་ལས་རྣམས་སྤྱད་པ་འགའ་ཡང་ནི༑ །དེ་ཡི་མོད་ལ་མཚོན་བཞིན་མི་གཙོད་ཀྱང་། །འཆི་བའི་དུས་ལ་བབ་ན་སྡིག་པ་ཡི། །ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་གང་ལགས་མངོན་པར་འགྱུར། །

དད་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཐོས་དང་གཏོང་བ་དང་། །དྲི་མེད་ངོ་ཚ་ཤེས་དང་ཁྲེལ་ཡོད་དང་། །ཤེས་རབ་ནོར་བདུན་ལགས་པར་ཐུབ་པས་གསུངས། །ནོར་གཞན་ཕལ་པ་དོན་མ་མཆིས་རྟོགས་མཛོད། །རྒྱན་པོ་འགྱེད་དང་འདུས་ལ་ལྟ་བ་དང་། །ལེ་ལོ་སྡིག་པའི་གྲོགས་ལ་བརྟེན་པ་དང་། །ཆང་དང་མཚན་མོ་རྒྱུ་བ་ངན་སོང་བ། །གྲགས་པ་ཉམས་བར་འགྱུར་བ་དེ་དྲུག་སྤང་། །

ནོར་རྣམས་ཀུན་གྱི་ནང་ན་ཆོག་ཤེས་པ། །རབ་མཆོག་ལགས་པར་ལྷ་མིའི་སྟོན་པས་གསུངས། །ཀུན་དུ་ཆོག་ཤེས་མཛོད་ཅིག་ཆོག་མཁྱེན་ན། །ནོར་མི་བདོག་ཀྱང་ཡང་དག་འབྱོར་པ་ལགས། །དེས་པ་བདོག་མང་ཇི་ལྟར་སྡུག་བསྔལ་བ། །འདོད་པ་ཆུང་རྣམས་དེ་ལྟ་མ་ལགས་ཏེ། །ཀླུ་མཆོག་རྣམས་ལ་མགོ་བོ་ཇི་སྙེད་པ། །དེ་ལས་བྱུང་བའི་སྡུག་བསྔལ་དེ་སྙེད་དོ། །རང་བཞིན་དགྲར་འབྲེལ་གཤེད་མ་ལྟ་བུ་དང་། །ཁྱིམ་ཐབ་བརྙས་བགྱིད་རྗེ་མོ་ལྟ་བུ་དང་། །ཆུང་

ཏྭའང་ཤུ་བ་ཚོམ་ཤུན་ལྟ་བུ་ཡི། །ཚུང་མ་གསུམ་པོ་དེ་དག་རྣམ་པར་སྤང་། །སྲིད་མོ་ལྟ་བུར་རྗེས་མཐུན་གང་ཡིན་དང་། །མཛའ་མོ་བཞིན་དུ་སྙིང་ལ་འབབ་པ་དང་། །མ་བཞིན་ཕན་པར་འདོད་དང་བྲན་མོ་བཞིན། །དབང་གྱུར་གང་ཡིན་རིགས་ཀྱི་ལྷ་བཞིན་བཀུར། །

ཁ་ཟས་སྨན་དང་འདྲ་བར་རིགས་པ་ཡིས། །འདོད་ཆགས་ཞེ་སྡང་མེད་པར་བསྟེན་བགྱི་སྟེ། །ཀྲུགས་ཕྱིར་མ་ལགས་བསྙེམས་པའི་ཕྱིར་མ་ལགས། །འཚག་ཕྱིར་མ་ལགས་ལུས་གནས་འབའ་ཞིག་ཕྱིར། །རིག་པའི་བདག་ཉིད་ཉིན་པར་མཐའ་དག་དང་། །མཚན་མོ་ཐུན་གྱི་སྟོད་སྨད་བཟླས་ནས་ནི༑ །མནལ་ཚེའང་འབྲས་བུ་མེད་པར་མི་འགྱུར་བར། །དྲན་དང་ལྡན་བར་དེ་དག་བར་དུ་མནོལ། །བྱམས་དང་སྙིང་རྗེ་དག་དང་དགའ་བ་དང་། །བཏང་སྙོམས་རྟག་ཏུ་ཡང་དག་བསྒོམ་མཛོད་ཅིག །གོང་མ་བཅྙེས་པར་མ་གྱུར་དེ་ལྟ་ནའང་། །ཚངས་པའི་འཇིག་རྟེན་བདེ་བ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །འདོད་སྒྲོ་དགའ་དང་བདེ་དང་སྡུག་བསྔལ་དག །རྣམ་པར་སྤངས་པའི་བསམ་གཏན་བཞི་པོ་ཡིས། །ཚངས་དང་འོད་གསལ་དག་དང་དགེ་རྒྱས་དང་། །འབྲས་བུ་ཆེ་ལྷ་རྣམས་དང་སྐལ་མཉམ་ཐོབ། །རྟག་དང་མདོན་པར་ཞེན་དང་གཉེན་པོ་མེད། །ཡོན་ཏན་གཙོ་ལྡན་བཞི་ལས་བྱུང་བའི་ལས། །དགེ་དང་མི་དགེ་རྣམ་ལྔ་ཆེན་པོ་སྟེ། །དེ་བས་དགེ་བ་སྦྱོད་ལ་བརྩོན་པར་བགྱི། །

ལན་ཚྭ་སྲང་འགས་ཆུ་ནི་ཉུང་དུ་ཞིག །རོ་བསྒྱུར་བགྱིད་ཀྱི་གང་གཱའི་ཀླུང་མིན་ལྟར། །དེ་བཞིན་སྡིག་པའི་ལས་ནི་ཆུང་དུ་ཡང་། །དགེ་བའི་རྩ་བ་ཡང་ལ་

མཁྱེན་པར་བགྱི། །ཞོད་དང་འགྱོད་དང་གནོད་སེམས་རྨུགས་པ་དང་། །གཉིད་དང་འདོད་ལ་འདུན་དང་ཐེ་ཚོམ་སྟེ། །སྒྲིབ་པ་ལྔ་པོ་འདི་དག་དགེ་བའི་ནོར། །འཕྲོག་པའི་ཆོམ་རྐུན་ལགས་པར་མཁྱེན་པར་མཛོད། །

དད་དང་བརྩོན་འགྲུས་དག་དང་དྲན་པ་དང་། །ཏིང་འཛིན་ཤེས་རབ་ཆོས་མཆོག་ལྔ་ཉིད་དེ། །འདི་ལ་མངོན་བརྩོན་མཛོད་ཅིག་འདི་དག་ནི། །སྟོབས་དབང་ཞེས་བགྱི་རྩེ་མོར་གྱུར་པའང་ལགས། །ན་ཆ་འཆི་སྡུག་བྲལ་དང་དེ་བཞིན་དུ༔ །ལས་ནི་བདག་གིར་བྱས་ལས་མ་འདས་ཞེས། །དེ་ལྟར་ཡང་དང་ཡང་དུ་སེམས་པ་ནི། །དེ་ཡི་གཉེན་པོའི་སྒོ་ནས་རྒྱགས་མི་འགྱུར། །གལ་ཏེ་མཐོ་རིས་ཐར་པ་མངོན་བཞེད་ན། །ཡང་དག་ལྟ་ལ་གོམས་པ་ཉིད་དུ་མཛོད། །

གང་ཟག་ལོག་པར་ལྟ་བས་ལེགས་སྤྱད་ཀྱང་། །ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་སྨིན་པ་མི་བཟད་ལྡན། །མི་ནི་ཡང་དག་ཉིད་དུ་མི་བདེ་ཞིང་། །མི་རྟག་བདག་མེད་མི་གཙང་རིག་པར་བགྱི། །དྲན་པ་ཉེ་བར་མ་བཞག་རྣམས་ཀྱིས་ནི། །ཕྱིན་ཅི་ལོག་བཞིར་ལྟ་བ་ཕུང་ཁྲོལ་བ། །

གཟུགས་ནི་བདག་མ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་ཏེ་བདག །གཟུགས་དང་མི་ལྡན་གཟུགས་ལ་བདག་ནས་མིན། །བདག་ལ་གཟུགས་མི་གནས་ཏེ་དེ་བཞིན་དུ༔ །ཕུང་པོ་ལྷག་མ་བཞི་ཡང་སྟོང་རྟོགས་བགྱི། །ཕུང་པོ་འདོད་རྒྱལ་ལས་མིན་དུས་ལས་མིན། །རང་བཞིན་ལས་མིན་ངོ་བོ་ཉིད་ལས་མིན། །དབང་ཕྱུག་ལས་མིན་རྒྱུ་མེད་ཅན་མིན་ཏེ། །མི་ཤེས་ལས་དང་སྲེད་ལས་བྱུང་རིག་མཛོད། །

ཚུལ་ཁྲིམས་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་འཛིན་རང་ལུས་ལ། །ཕྱིན་ཅི་ལོག

པར་ལྟ་དང་ཐེ་ཚོམ་སྟེ། །ཀུན་དུ་སྦྱོར་བ་འདི་གསུམ་ཐར་པ་ཡི། །གྲོང་ཁྱེར་སྒོ་འགེགས་ལགས་པར་མཁྱེན་པར་གྱིས། །ཐར་པ་བདག་ལ་རག་ལས་འདི་ལ་ནི༑ །གཞན་གྱིས་གྲོགས་བགྱིར་ཅི་ཡང་མ་མཆིས་པས། །ཐོས་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་བསམ་གཏན་ལྡན་པ་ཡིས། །བདེན་པ་རྣམ་པ་བཞི་ལ་འབད་པར་མཛོད། །

ལྷག་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལྷག་པའི་ཤེས་རབ་དང་། །ལྷག་པའི་སེམས་ལ་རྟག་ཏུ་བསླབ་པར་བགྱི། །བསླབ་པ་བརྒྱ་རྩ་ལྔ་བཅུ་ལྷག་ཅིག་ནི། །གསུམ་པོ་འདི་ནང་ཡང་དག་འདུ་བར་འགྱུར། །དབང་ཕྱུག་ལུས་རྟོག་དྲན་པ་བདེ་གཤེགས་ཀྱིས། །བགྲོད་པ་གཅིག་པའི་ལམ་དུ་ཉེ་བར་བསྟན། །དེ་ནི་བསྒྲིམས་ནས་མངོན་པར་བསྲུང་བགྱི་སྟེ། །དྲན་པ་ཉམས་པས་ཆོས་ཀུན་འཇིག་པར་འགྱུར། །

ཚེ་ནི་གནོད་མང་རླུང་གིས་བཏབ་པ་ཡི། །ཆུ་ཡི་ཆུ་བུར་བས་ཀྱང་མི་རྟག་ན། །དབུགས་རྔུབ་དབུགས་འབྱུང་གཉིད་ཀྱིས་ལོག་པ་ལས། །སད་ཁོམ་གང་ལགས་དེ་ནི་ངོ་མཚར་ཆེ། །ལུས་མཐའ་ཐལ་བ་མཐར་སྐམ་མཐར་འདྲུལ་ཞིང་། །ཐ་མར་མི་གཙང་སྙིང་པོ་མ་མཆིས་པ། །རྣམ་པར་འཇིག་དེངས་སྲུགས་པར་འགྱུར་བ་སྟེ། །སོ་སོར་འཇིག་ཆོས་ཅན་དུ་མཁྱེན་པར་མཛོད། །

ས་དང་ལྷུན་པོ་རྒྱ་མཚོ་ཉི་མ་བདུན། །འབར་བས་བསྲེགས་པའི་ལུས་ཅན་འདི་དག་ཀྱང་།ཐལ་བ་ཡང་ནི་ལུས་པར་མི་འགྱུར་ན། །ཤིན་ཏུ་ཉམ་ཆུང་མི་ལྟ་སྨོས་ཅི་འཚལ། །དེ་ལྟར་འདི་ཀུན་མི་རྟག་བདག་མེད་དེ། །སྐྱབས་མེད་མགོན་མེད་གནས་མེད་དེ་སླད་དུ། །འཁོར་བ་ཆུ་ཤིང་སྙིང་པོ་མེད་པ་ལས། །མི་མཆོག་ཁྱོད་ཀྱི་ཐུགས་ནི་དབྱུང་བར་མཛོད། །

རྒྱ་མཚོ་གཅིག་གནས་གཉའ་ཤིང་བུ་ག་དང་། །རུས་སྦལ་ཕྲད་པ་བས་ཀྱང་དུད་འགྲོ་ལས། །མི་ཉིད་ཐོབ་དཀའ་བས་མི་དབང་གིས། །དམ་ཆོས་སྤྱོད་པས་དེ་འབྲས་མཆིས་པར་མཛོད། །

གང་ཞིག་གསེར་སྣོད་རིན་ཆེན་སྦྲུས་པ་ཡིས། །ངན་སྐྱུགས་འཕྱགས་པར་བགྱིད་པ་དེ་བས་ནི། །གང་ཞིག་མི་རུ་སྐྱེས་ནས་སྡིག་པ་དག །བགྱིད་པ་དེ་ནི་ཆེས་རབ་བླུན་པ་ལགས། །

མཐུན་པར་གྱུར་པའི་ཡུལ་དུ་གནས་པ་དང་། །སྐྱེས་བུ་དམ་པ་ལ་ནི་བརྟེན་པ་དང་། །བདག་ཉིད་ལེགས་སྨོན་སྔོན་ཡང་བསོད་ནམས་བགྱིས། །འཁོར་ལོ་ཆེན་པོ་བཞི་ནི་ཁྱོད་ལ་མངའ། །དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པ་ཚངས་པར་སྤྱོད། །ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཐུབ་བས་གསུངས་དེའི་ཕྱིར། །སྐྱེས་བུ་དམ་པ་བསྟེན་བགྱི་རྒྱལ་བ་ལ། །བརྟེན་ནས་རབ་ཏུ་མང་པོས་ཞི་བ་ཐོབ། །

ལོག་པར་ལྟ་བ་འཛིན་དང་དུད་འགྲོ་དང་། །ཡི་དྭགས་ཉིད་དང་དམྱལ་བར་སྐྱེ་བ་དང་། །རྒྱལ་བའི་བཀའ་མེད་པ་དང་མཐའ་འཁོབ་ཏུ། །ཀླ་ཀློར་སྐྱེ་དང་གླེན་ཞིང་ལྐུགས་པ་ཉིད། །ཚེ་རིང་ལྷ་ཉིད་གང་ཡང་རུང་བར་ནི། །སྐྱེ་བ་ཞེས་བགྱི་མི་ཁོམ་སྐྱོན་བརྒྱད་པོ། །དེ་དག་དང་བྲལ་ཁོམ་པ་རྙེད་ནས་ནི། །སྐྱེ་བ་བཟློག་པའི་སླད་དུ་འབད་པར་མཛོད། །

དེས་པ་འདོད་པས་ཡོངས་དང་འཆི་བ་དང་། །ན་དང་ཆ་སོགས་སྡུག་བསྔལ་དུ་མ་ཡི། །འབྱུང་གནས་འཁོར་བ་ལ་ནི་སྐྱོ་མཛད་ཅིང་། །འདི་ཡི་ཉེས་པའི་ཤས་ཀྱང་གསན་པར་མཛོད། །ཕ་ནི་བུ་ཉིད་མ་ནི་ཆུང་མ་ཉིད། །སྐྱེ་བོ་

དགྲར་གྱུར་པ་དག་བཤེས་ཉིད་དང་། །བརློག་པ་ཉིད་དུ་མཆི་བས་དེ་སྐད་དུ༑ །འཁོར་བ་དག་ན་ངེས་པ་འགའ་མ་མཆིས། །

རེ་རེས་རྒྱ་མཚོ་བཞི་བས་ལྷག་པ་ཡི། །འོ་མ་འཐུངས་ཏེ་ད་དུང་སོ་སོ་ཡི༑ །སྐྱེ་བོའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་འཁོར་བ་པས། །དེ་བས་ཆོས་མང་ཉིད་ཅིག་བཏུང་འཚལ་ལོ། །

རེ་རེའི་བདག་ཉིད་རུས་པའི་ཕུང་པོ་ནི། །ལྷུན་པོ་མཉམ་པ་སྙེད་ཅིག་འདས་གྱུར་ཏེ། །མ་ཡི་ཐུག་མཐའ་རྒྱ་ཤུག་ཚི་གུ་ཙམ། །རི་ལུར་བགྲངས་ཀྱང་ས་ཡིས་ལང་མི་འགྱུར། །

བརྒྱ་བྱིན་འཇིག་རྟེན་མཆོད་འོས་གྱུར་ནས་ནི། །ལས་ཀྱི་དབང་གིས་ཕྱིར་ཡང་ས་སྟེང་ལྷུང་། །འཁོར་ལོས་སྒྱུར་བ་ཉིད་དུ་གྱུར་ནས་ཀྱང་། །འཁོར་བ་དག་ཏུ་ཡང་བྲན་ཉིད་དུ་འགྱུར། །

མཐོ་རིས་བུ་མོའི་ནུ་མ་ཧྲེད་པ་ལ། །རེག་པའི་བདེ་བ་ཡུན་རིང་སྤྱོང་ནས་སླར། །དམྱལ་བར་འཐག་གཙོད་དབང་བའི་འཁྲུལ་འཁོར་གྱིས། །རེག་པ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་བསྟེན་འཚལ་ལོ། །ཧྲང་པའི་རེག་པས་ནེམ་པར་བདེ་བཟོད་པ༑ །ལྷུན་པོའི་སྤོ་ལ་ཡུན་རིང་གནས་ནས་ནི། །སླར་ཡང་མེ་མུར་རོ་སྨྱུག་རྒྱུ་བ་ཡི༑ །སྡུག་བསྔལ་མི་བཟད་ཐོག་སྙམ་བགྱིད་འཚལ་ལོ། །མཐོ་རིས་བུ་མོས་འཁྱོངས་ཤིང་དགའ་བ་དང་། །རྣམ་པར་མཛེས་འཚལ་སོན་པར་རྩེས་ནས་སླར། །འདབ་མ་རལ་གྲི་འདྲ་ཚལ་ནགས་རྣམས་ཀྱིས། །ཧྲང་ལག་རྣ་བ་སྣ་གཙོད་འཐོབ་པར་འགྱུར། །དལ་གྱིས་འབབ་པ་ལྷ་ཡི་བུ་མོ་ནི། །གདོང་མཛེས་

གསེར་གྱི་པདྨ་ལྡན་བཞུགས་ནས། །སྐྱེར་ཡང་དམྱལ་བའི་ཆུ་བོ་རབ་མེད་པར། །ཚ་སྒོ་བཟོད་བརླག་ཆུ་ཚན་འཇུག་འཚལ་ལོ། །ལྷ་ཡུལ་འདོད་བདེ་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་དང་། །ཚངས་ཉིད་ཆགས་བྲལ་བདེ་བ་ཐོབ་ནས་སླར། །མནར་མེད་མེ་ཡི་བུད་ཤིང་གྱུར་པ་ཡི། །སྡུག་བསྔལ་རྒྱུན་མི་འཆད་པ་བསྟན་འཚལ་ལོ། །ཉི་མ་ཟླ་བ་ཉིད་ཐོབ་རང་ལུས་ཀྱི། །འོད་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་མཐའ་དག་སྣང་བྱས་ཏེ། །སླར་ཡང་མུན་ནག་སླག་ཏུ་ཕྱིན་གྱུར་ནས། །རང་གི་ལག་པ་བརྐྱང་བའང་མི་མཐོང་འགྱུར། །དེ་ལྟར་ཉོངས་པར་འགྱུར་འཚལ་བསོད་ནམས་ནི༑ །རྣམ་གསུམ་མར་མེའི་སྣང་བ་རབ་བཞེས་ཤིག །གཅིག་པུ་ཉི་མ་ཟླ་བས་མི་བརྫི་བའི། །མུན་ནག་མཐའ་ཡས་ནང་དུ་འཇུག་འཚལ་ལོ། །

སེམས་ཅན་ཉེས་པར་སྤྱད་པ་སྤྱོད་རྣམས་ལ། །ཡང་སོས་ཐིག་ནག་རབ་ཏུ་ཚ་བ་དང་། །བསྡུས་འཇོམས་ངུ་འབོད་མནར་མེད་ལ་སོགས་པའི། །དམྱལ་བ་རྣམས་སུ་རྟག་ཏུ་སྡུག་བསྔལ་འགྱུར། །ཁ་ཅིག་ཏིལ་བཞིན་འཚིར་ཏེ་དེ་བཞིན་གཞན། །ཕྱེ་མ་ཞིབ་མོ་བཞིན་དུ་ཕྱེ་མར་རློག །ཁ་ཅིག་སོག་ལེས་འདྲ་སྟེ་དེ་བཞིན་གཞན། །སྣ་རེ་མི་བཟད་སོ་རྣོན་རྣམས་ཀྱིས་གཤགས། །དེ་བཞིན་གཞན་དག་ཁྲོ་ཆུ་བཞུ་བ་ཡི། །ཁུ་བ་འབར་བ་འཁྲིགས་པ་ལྡུད་པར་བགྱིད། །ཁ་ཅིག་ལྕགས་ཀྱི་གསལ་ཤིང་རབ་འབར་བ། །ཚེར་མ་ཅན་ལ་ཀུན་དུ་རྒྱུད་པར་བགྱིད། །ཁ་ཅིག་ལྕགས་ཀྱིས་མཆེ་བ་ལྡན་པའི་ཁྱི། །གདུམ་པོས་དབད་ཅིང་ལག་པ་གནམ་དུ་བསྒྲེང་། །དབང་མེད་གཞན་དག་ལྕགས་མཆུ་རྣོན་པོ་དང་། །སེན་མོ་མི་བཟད་ལྡན་པའི་ཁྭ་རྣམས་འཐོག །ཁ་ཅིག་སྲིན་བུ་སྦྲུར་བ་སྣ་

ཚོགས་དང་། ། ༧་སྒྲུང་སྒྲུང་བུ་མཚུ་རིངས་ཁྲི་ཕྲག་དག །རིག་ན་མི་བཟད་རྨ་
སྲོལ་ཆེར་འབྲིན་པས། །ཟ་བར་བགྱིད་ཅིང་འགྲེ་ལྡོག་སྨྲེ་སྔགས་འདོན། །ཁ་
ཅིག་མདག་མེ་འབར་བའི་ཚོགས་སུ་ནི། །རྒྱུན་མི་འཆད་བར་རབ་བསྲེག་ཁ་
ཡང་བགྲད། །ཁ་ཅིག་ལྕགས་ལས་བྱུས་པའི་ཟངས་ཆེན་དུ། །སྤྲིའུ་ཚུགས་འབྲས་
ཀྱི་ཙུང་འཕེད་བཞིན་དུ་འཚེད། །སྡིག་ཅན་དབུགས་འབྱུང་འགགས་པ་ཙམ་ཞིག་
གི། །དུས་ཀྱིས་བར་དུ་ཚོད་རྣམས་དམྱལ་བ་ཡི། །སྡུག་བསྔལ་གཞལ་ཡས་ཐོས་
ནས་རྣམ་སྨྱོང་དུ། །མི་འཇིག་གང་ལགས་རྡོ་རྗེའི་རང་བཞིན་ནོ། །
དམྱལ་བ་བྲིས་པ་མཐོང་དང་ཐོས་པ་དང་། །དྲན་དང་བསླགས་དང་
གཟུགས་སུ་བགྱིས་རྣམས་ཀྱང་། །འཇིགས་པ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ན་མི་བཟད་
པའི། །རྣམ་སྨིན་ཉམས་སུ་མྱོང་ན་སྨོས་ཅི་འཚལ། །བདེ་བ་ཀུན་གྱི་ནང་ན་སྲེད་
ཟད་པ། །བདེ་བའི་བདག་པོར་བགྱིད་པ་ཇི་ལྟ་བར། །དེ་བཞིན་སྡུག་བསྔལ་ཀུན་
གྱི་ནང་ན་ནི། །མནར་མེད་དམྱལ་བའི་སྡུག་བསྔལ་རབ་མི་བཟད། །འདི་ན་ཉིན་
གཅིག་མདུང་ཐུང་སུམ་བརྒྱ་ཡིས། །རབ་ཏུ་དྲག་བཏབ་སྡུག་བསྔལ་གང་ལགས་
པ། །དེས་ནི་དམྱལ་བའི་སྡུག་བསྔལ་ཆུང་ངུ་ལའང་། །འོལ་ཡང་མི་བགྱིད་ཆར་
ཡང་མི་ཕོད་དོ། །དེ་ལྟར་སྡུག་བསྔལ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་ལོ། །བྱེ་བ་ཕྲག་བརྒྱར་
ཉམས་སུ་མྱོང་ཡང་ནི། །ཇི་སྲིད་མི་དགེ་དེ་ཟད་མ་གྱུར་པ། །དེ་སྲིད་སྲོག་དང་
འབལ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །མི་དགེའི་འབྲས་འདི་རྣམས་ཀྱི་ས་བོན་ནི། །ལུས་
ངག་ཡིད་ཀྱི་ཉེས་སྤྱད་ཕྱོད་ཀྱིས་ནི། །ཅི་ནས་དེ་རྡུལ་ཙམ་ཡང་མ་མཆིས་
པ། །དེ་ལྟར་ཉིད་ཀྱི་རྩལ་གྱིས་འབད་པར་མཛོད། །

དུད་འགྲོའི་སྐྱེ་གནས་ན་ཡང་གསོད་པ་དང་། །བཅིངས་དང་བརྡེག་
སོགས་སྡུག་བསྔལ་སྣ་ཚོགས་པ། །ཞི་འགྱུར་དགེ་བ་སྤངས་པ་རྣམས་ལ་
ནི། །གཅིག་ལ་གཅིག་ཟ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་པ༑ །ཁ་ཅིག་མུ་ཏིག་བལ་དང་རུས་པ་
དང་། །ཤ་དང་པགས་པའི་ཆེད་དུ་འཆི་བར་འགྱུར། །དབང་མེད་གཞན་དག་
རྡོག་པ་ལག་པ་དང་། །ལྕགས་དང་ལྕགས་ཀྱུ་འདེབས་པས་བཏབ་སྟེ་བཀོལ། །
ཡི་དྭགས་ན་ཡང་འདོད་པས་ཡོངས་པ་ཡིས། །བསྐྱེད་པའི་སྡུག་བསྔལ་
རྒྱུན་ཆགས་མི་འཚོས་པ། །བཀྲེས་སྐོམ་གྲང་དྲོ་ངལ་དང་འཇིགས་པ་
ཡིས། །བསྐྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་བསྟེན་འཚལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་ཁ་ནི་ཁབ་ཀྱི་
མིག་ཙམ་ལ། །ལྟོ་བ་རི་ཡི་གཏོས་ཙམ་བཀྲེས་པས་ཉེན། །མི་གཙང་གྱི་ནར་
བོར་བ་ཙུང་ཟད་ཀྱང་། །འཚལ་བའི་མཐུ་དང་ལྡན་པ་མ་ལགས་སོ། །ཁ་ཅིག་
པགས་རུས་ལུས་ཤིང་གཅེར་བུ་སྟེ། །ཏ་ལའི་ཡང་རྡོག་བསྐམས་པ་ལྟ་བུ་
ལགས། །ཁ་ཅིག་མཚན་ཞིང་ཁ་ནས་འབར་བ་སྟེ། །ཟས་སུ་འབར་བའི་ཁར་
བབས་བྲེ་མ་འཚལ། །སྨད་རིགས་འགའ་ནི་རྣག་དང་ཕྱི་ས་དང་། །ཁྲག་སོགས་
མི་གཙང་བ་ཡང་མི་རྙེད་དེ། །ཕན་ཚུན་གདོང་དུ་འཚོག་ཅིང་མགྲིན་པ་ནས། །ལྦ་
བ་བྱུང་བ་སྨིན་པའི་རྣག་འཚལ་ལོ། །ཡི་དྭགས་རྣམས་ལ་སོས་ཀའི་དུས་སུ་
ནི༑ །ཟླ་བའང་ཚ་ལ་དགུན་ནི་ཉི་མའང་གྲང་། །ལྗོན་ཤིང་འབྲས་བུ་མེད་འགྱུར་
འདི་དག་གིས། །བལྟས་པ་ཙམ་གྱིས་ཀླུང་ཡང་བསྐམ་པར་འགྱུར། །བར་ཆད་
མེད་པར་སྡུག་བསྔལ་རྟེན་གྱུར་པ། །ཉེས་པར་སྤྱོད་པའི་ལས་ཀྱི་ཞགས་པ་
ནི༑ །སྲ་བས་བཅིངས་པའི་ལུས་ཅན་ཁ་ཅིག་ལོ། །ལྔ་སྟོང་དག་དང་ཁྲི་ཡང་

འཆི་མི་འགྱུར། །དེ་ལྟར་ཡི་དྭགས་རྣམས་ཀྱིས་སྣ་ཚོགས་པའི། །སྡུག་བསྔལ་
རོ་གཅིག་ཐོབ་པ་གང་ལགས་པ། །དེ་ཡི་རྒྱུ་ནི་སྐྱེ་བོ་འཇུངས་དགའ་བ། །སེར་
སྣ་འཕགས་མིན་ལགས་པར་སངས་རྒྱས་གསུངས། །

མཐོ་རིས་ན་ཡང་བདེ་ཆེན་དེ་དག་གི །འཆི་འཕོའི་སྡུག་བསྔལ་ཉིད་ནི་དེ་
བས་ཆེ། །དེ་ལྟར་བསམས་ནས་ཡ་རབས་རྣམས་ཀྱིས་ནི། །ཟད་འགྱུར་མཐོ་
རིས་སླད་དུ་སྲིད་མི་བགྱི། །ལུས་ཀྱི་ཁ་དོག་མི་སྡུག་འགྱུར་བ་དང་། །སྟན་ལ་མི་
དགའ་མེ་ཏོག་ཕྲེང་རྙིང་དང་། །གོས་ལ་དྲི་མ་ཆགས་དང་ལུས་ལས་ནི། །སྔོན་
ཆད་མེད་པའི་རྡུལ་འབྱུང་ཞེས་བགྱི་བ། །མཐོ་རིས་འཆི་འཕོ་སྔོན་བགྱིད་འཆི་
ལྟས་ལྔ། །ལྷ་ཡུལ་གནས་པའི་ལྷ་རྣམས་ལ་འབྱུང་སྟེ། །ས་སྟེང་མི་རྣམས་འཆི་
བར་འགྱུར་བ་དག །སྔོན་པར་བྱེད་པའི་འཆི་ལྟས་རྣམས་དང་འདྲ། །ལྷ་ཡི་འཇིག་
རྟེན་དག་ནས་འཕོས་པ་ལ། །གལ་ཏེ་དགེ་བའི་ལྷག་མ་འགའ་མེད་ན། །དེ་ནས་
དབང་མེད་དུད་འགྲོ་ཡི་དགས་དང་། །དམྱལ་བར་གནས་པ་གང་ཡང་རུང་བར་
འགྱུར། །ལྷ་མིན་དག་ནའང་རང་བཞིན་གྱིས་ལྷ་ཡི། །དཔལ་ལ་སྡང་ཕྱིར་ཡིད་
ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་ཆེ། །དེ་དག་བློ་དང་ལྡན་ཡང་འགྲོ་བ་ཡི། །སྒྲིབ་པས་བདེན་པ་
མཐོང་བ་མ་མཆིས་སོ། །

འཁོར་བ་དེ་འདྲ་ལགས་པས་ལྷ་མི་དང་། །དམྱལ་བ་ཡི་དགས་དུད་འགྲོ་
རྣམས་དག་ཏུ། །སྐྱེ་བ་བཟང་པོ་མ་ལགས་སྐྱེ་བ་ནི། །གནོད་པ་དུ་མའི་སྣོད་གྱུར་
ལགས་མཁྱེན་མཛོད། །མགོའམ་གོས་ལ་གློ་བུར་མེ་ཤོར་ན། །དེ་དག་བཟློག་
ཕྱིར་བགྱི་བ་བཏང་ནས་ཀྱང་། །ཡང་སྲིད་མེད་པར་བགྱི་སླད་འབད་འཚལ་

ཏེ། །དེ་བས་ཆེས་མཆོག་དགོས་པ་གཞན་མ་མཆིས། །ཚུལ་ཁྲིམས་དག་དང་བསམ་གཏན་ཤེས་རབ་ཀྱིས། །མྱ་ངན་འདས་ཞི་དུལ་བ་དྲི་མེད་པའི། །གོ་འཕང་མི་རྒ་མི་འཆི་ཟད་མི་འཚལ། །ས་ཆུ་མེ་རླུང་ཉི་ཟླ་བྲལ་ཐོབ་མཛོད། །

དྲན་དང་ཆོས་རབ་འབྱེད་དང་བརྩོན་འགྲུས་དང་། །དགའ་དང་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་དང་ཏིང་འཛིན་དང་། །བཏང་སྙོམས་འདི་བདུན་བྱང་ཆུབ་ཡན་ལག་སྟེ། །མྱ་ངན་འདས་ཐོབ་བགྱིད་པའི་དགེ་ཚོགས་ལགས། །ཤེས་རབ་མེད་པར་བསམ་གཏན་ཡོད་མིན་ཏེ། །བསམ་གཏན་མེད་པར་ཡང་ནི་ཤེས་རབ་མེད། །གང་ལ་དེ་ཉིད་ཡོད་པས་སྲིད་པ་ཡི། །རྒྱ་མཚོ་གནག་རྗེས་ལྟ་བུར་འཚལ་བར་བགྱི། །

ལུང་མ་བསྟན་པ་བཅུ་བཞི་འཇིག་རྟེན་ན། །ཉི་མའི་གཉེན་གྱིས་རབ་གསུངས་གང་དག་ལགས། །དེ་དག་རྣམས་ལ་བསམ་པར་མི་བགྱི་སྟེ། །དེ་ཡིས་བློ་ནི་ཞི་བར་བགྱིད་མ་ལགས། །

མ་རིག་པ་ལས་ལས་ཏེ་དེ་ལ་ས་ནི། །རྣམ་ཤེས་དེ་ལས་མིང་དང་གཟུགས་རབ་འབྱུང་། །དེ་ལས་སྐྱེ་མཆེད་དྲུག་སྟེ་དེ་ལས་ནི། །རེག་པ་ཀུན་དུ་འབྱུང་བར་ཐུབ་པས་གསུངས། །རེག་པ་ལས་ནི་ཚོར་བ་ཀུན་འབྱུང་སྟེ། །ཚོར་བའི་གཞི་ལས་སྲེད་པ་འབྱུང་བར་འགྱུར། །སྲེད་པས་ལེན་པ་བསྐྱེད་པར་འགྱུར་བ་སྟེ། །དེ་ལས་སྲིད་པ་སྲིད་ལས་སྐྱེ་བ་ལགས། །སྐྱེ་བ་ཡོད་ན་མྱ་ངན་ན་རྒ་དང་། །འདོད་པས་ཕོངས་དང་འཆི་དང་འཇིགས་སོགས་ཀྱི། །སྡུག་བསྔལ་ཕུང་པོ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་འབྱུང་སྟེ། །སྐྱེ་བ་འགགས་པས་འདི་ཀུན་འགག་པར་འགྱུར། །

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་འདི་རྒྱལ་བ་ཡི། །གསུང་གི་མཛོད་ཀྱི་གཅེས་པ་ཟབ་མོ་སྟེ། །གང་གིས་འདི་ནི་ཡང་དག་མཐོང་བ་དེས། །སངས་རྒྱས་དེ་ཉིད་རིག་པས་རྣམ་མཆོག་མཐོང་། །

ཡང་དག་ལྟ་དང་འཚོ་དང་རྩོལ་བ་དང་། །དྲན་དང་ཏིང་འཛིན་དག་དང་ལས་མཐའ་དག །ཡང་དག་རྟོག་ཉིད་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་བརྒྱད། །འདི་ནི་ཞི་བར་བགྱི་སླད་བསྒོམ་པར་བགྱི། །སྐྱེ་འདི་སྡུག་བསྔལ་སྲེད་པ་ཞེས་བགྱི་བ། །དེ་ནི་དེ་ཡི་ཀུན་འབྱུང་རྒྱ་ཆེན་ཏེ། །འདི་འགོག་པ་ནི་ཐར་པ་ལགས་ཏེ་དེ། །འཐོབ་བགྱིད་འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་དེ་བརྒྱད་ལགས། །དེ་ལྟར་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་པོ་དག །མཐོང་བར་བགྱི་སླད་རྟག་ཏུ་བརྩོན་པར་བགྱི། །

པང་ན་དཔལ་གནས་ཁྱིམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་། །ཤེས་པས་ཉོན་མོངས་ཆུ་བོ་ལས་བརྒལ་གྱི། །གང་དག་ཆོས་མངོན་བགྱིས་པ་དེ་དག་ཀྱང་། །གནམ་ལས་བབས་པ་མ་ལགས་ལོ་ཏོག་བཞིན། །ས་རྡུམ་ལས་འཐོན་མ་ལགས་དེ་དག་སྟོན། །ཉོན་མོངས་རག་ལས་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོར་བས། །བསྙེངས་དང་བྲལ་ལ་མང་དུ་གསོལ་ཅི་འཚལ། །

ཕན་པའི་གདམས་ངག་དོན་པོ་འདི་ལགས་ཏེ། །ཁྱོད་ཀྱིས་ཐུགས་དུལ་མཛོད་ཅིག་བཅོམ་ལྡན་གྱིས། །སེམས་ནི་ཆོས་ཀྱི་རྩ་བ་ལགས་པར་གསུངས། །ཁྱོད་ལ་དེ་སྐད་གདམས་པ་གང་ལགས་དེ། །བས་པར་དགེ་སློང་གིས་ཀྱང་བགྱི་བར་དཀའ། །འདི་ལ་གང་ཞིག་སྤྱོད་པའི་ངོ་བོ་དེའི། །ཡོན་ཏན་བསྔན་པས་སྐུ་ཚེ་དོན་ཡོད་མཛོད། །ཀུན་གྱི་དགེ་བ་ཀུན་ལ་ཡི་རང་ཞིང་། །ཉིད་

ཀྱི་ལེགས་པར་སྤྱད་པ་རྣམ་གསུམ་ཡང་། །སངས་རྒྱས་ཉིད་ཐོབ་བགྱི་སླད་ཡོངས་བསྔོས་ནས། །དེ་ནས་དགེ་བའི་ཕུང་པོ་འདི་ཡིས་ཁྱོད། །སྐྱེ་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པར་ལྷ་མི་ཡི། །འཇིག་རྟེན་ཀུན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་དབང་མཛད་ནས། །འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་སྤྱོད་པ་ཡིས། །འགྲོ་བ་ཉམ་ཐག་མང་པོ་རྗེས་བཟུང་སྟེ། །འཁྲུངས་ནས་ན་ཆ་འདོད་ཆགས་ཞི་སྤང་རྣམས། །བསལ་ཏེ་སངས་རྒྱས་ཞིང་དུ་བཅོམ་ལྡན་འདས། །འོད་དཔག་མེད་དང་འདྲ་བར་འཇིག་རྟེན་གྱི། །མགོན་པོ་སྐུ་ཚེ་དཔག་ཏུ་མེད་པར་མཛོད། །

ཤེས་རབ་ཚུལ་ཁྲིམས་གཏོང་འབྱུང་གྲགས་ཆེན་དྲི་མ་མེད། །ལྷ་ཡུལ་ནམ་མཁའ་དང་ནི་ས་སྟེང་རྒྱས་མཛད་ནས། །ས་ལ་མི་དང་མཐོ་རིས་ལྷ་ནི་ན་ཚུང་མཆོག །བདེ་དགས་དགའ་བ་ངེས་པར་རབ་ཏུ་ཞི་མཛད་དེ། །ཉོན་མོངས་ཉམ་ཐག་སེམས་ཅན་ཚོགས་ཀྱི་འཇིགས་སྐྱེ་དང་། །འཆི་བ་ཞི་མཛད་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་ཉིད་བརྙེས་ནས། །འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་མིང་ཙམ་ཞི་ལ་མི་བསྙེངས་པ། །མི་བགྲེས་ནོངས་པ་མི་མངའི་གོ་འཕང་བརྙེས་པར་མཛོད། །

བཤེས་པའི་སྤྲིང་ཡིག་སློབ་དཔོན་འཕགས་པ་ཀླུ་སྒྲུབ་ཀྱིས། །མཛའ་བོ་རྒྱལ་པོ་བདེ་སྤྱོད་ལ་བསྐུར་བ་རྫོགས་སོ།། །།

རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོས་སརྦ་ཛྙ་དེ་བ་དང་། ཞུ་ཆེན་གྱི་ལོ་ཙཱ་བ་བནྡ་དཔལ་བརྩེགས་ཀྱིས་བསྒྱུར་ཅིང་ཞུས་ཏེ་གཏན་ལ་ཕབ་པའོ། །

པར་བྱང་སྨོན་ཚིག

རྣམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ། །
གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཆོས་ཚུལ་དལ་འབབ་ཀླུང་། །
ཚིག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དྲུག་གསུམ་གྱི། །
དྲི་མ་ཡོངས་འབྱུད་ལེགས་བཤད་བདུད་རྩི་འདི། །

དཔར་དུ་བསྒྲུན་པའི་རྣམ་དཀར་ཕུང་པོའི་མཐུས། །
ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་སྒོ་མོ་སྟོང་ཕྲག་བརྒྱ། །
གདངས་ཏེ་རྒྱུད་ལྡའི་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ། །
ངེས་ལེགས་ནོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག །

ཅེས་འཛམ་གླིང་ཡངས་པའི་ཁྱོན་ལ་འཆི་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་རྣམ་འདྲེན་ཤཱཀྱ་སེངྒེའི་རིང་ལུགས་སྒོ་ཀུན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འཕྲལ་ཡུན་ལེགས་ཚོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། ནང་བསྟན་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དཔར་དུ་བསྒྲུན་དང་བསྒྲུན་འགྱུར་གང་ལའང་སྦྱར་ཚོག་པའི་དགེ་བསྔོའི་སྨོན་ཚིག་ཏུ་ཤཱཀྱའི་དགེ་སྦྱོང་ཆོས་སྨྲ་བ་ངག་དབང་བློ་བཟང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྦྱར་བའོ། །