

# དགེ་ལྷན་གྱི་ཆེ་ག་ལེ་ཏུར་བྱས་པ།



མཛད་པ་ལོ། ལྷོ་བ་དཔོན་ལྷུ་ལོད།  
སེར་ལྷུ་ས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོ་ལོ་ལྷོ་མ་རྒྱུ་ག་ཁང་།

༡༡། །འཕགས་པ་གཞི་བམས་ཅད་ཡོད་པར་སྐྱབ་འི་  
དགེ་ཚུལ་གྱི་མི་གཤམ་ཉུང་ཉུང་སྐྱེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
བཞུགས་སོ། །



མཚན་མོ། མཚན་མོ་འཕྲུལ་ལྷོ་མཚན་མོ།  
མཚན་མོ་འཕྲུལ་ལྷོ་མཚན་མོ།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་དེབ་སྤྱི་ལོ་ཨང་།

SJRB-0102

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚཱ་སྤྲིག་ཁང་གི་ས་ཁུལ་གྲུ་སྤྲིག་བྲས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཚཱ་སྤྲིག་ཁང་གི་ས་ཁུལ་དེབ་ཏུ་བཅོས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འབྲེམ་ས་སྤེལ་བྲས།

༢༠༡༧ ལྷ་བུ་གཅིག་པར་གསར་དུ་ཚཱ་སྤྲིག་བྲས།

༢༠༢༠ ལྷ་ ༤ ཆེས་ ༥ ལ་བསྐྱར་སྤྲིག་བྲས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཏྲ་བྲང་།

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

ཡིག་འབྲེལ་ཏྲ་བྲང་།

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

བསྐྱར་སྤྲིག་གི་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚཱ་སྤྲིག་གི།

བར་སྐྱུན་གྱི་བདག་དབང་སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོར་ཡོད།

---

---

# དཀར་ཆག

རོ་སྐྱོད་མདོར་བསྡུས། .....	iv
ཞུ་སྐྱིད་པའི་གསལ་བཤད། .....	vii
འཕགས་པ་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྐྱེ་བའི་དགེ་ཚུལ་གྱི་ཚིག་ལེ་ལུར་བྲས་པ། .....	༡
པར་བྲང་སྐོན་ཚིག་.....	༡༡

# དོ་སློབ་མདོར་བསྟུན།

སློབ་དཔོན་ཚེན་པོ་ཤུག་འོད་མཚོག་ནི། རྒྱན་དུག་མཚོག་གཉེས་ཀྱི་ཡ་གྲུལ་དང་། འདུལ་བ་ལ་  
ཤིན་ཏུ་མཁས་ཤིང་འདུལ་བའི་བསྟན་བཤམ་ལ་ཉ་ཅང་བཀའ་བྱིན་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན།

པོ་རྒྱལ་ཁ་ཤས་སུ་རྒྱ་གར་འབགས་པའི་ཡུལ་གྱི་འུམ་ཕྱོགས་སུ་སྐྱུ་འབྱུངས་པར་  
བཤད། སློབ་དཔོན་འདིའི་པོ་རྒྱལ་མཁ་ཁོང་གི་སྐོར་ཚོས་འབྱུང་སོགས་སུ་གསལ་པོ་མེད་པ་  
དང་། དུས་སྐབས་གང་དུ་བྱུང་མིན་ཡང་མི་གསལ་ཞིང་། རོ་ནང་ཀུན་མཁའེན་གྱི་ཚོས་འབྱུང་དུ།  
རྒྱལ་པོ་གློ་བུ་ལས་རྒྱལ་མིན་པའི་བཅུ་ཞེ་ལྷ་བྱས། རྒྱལ་པོ་འདིའི་སྐྱུ་ཚེའི་འིང་ལ་ཞི་བ་འོད་  
དང་། བསོད་ནམས་གྲགས་ཀྱི་སློབ་མ། སློབ་དཔོན་ཤུག་འོད་འུམ་ཕྱོགས་སུ་འབྱུངས་ནས་ཁ་ཆེའི་  
ཡུལ་དུ་འགྲོ་དོན་མཛད། ཅེས་དང་། རྒྱལ་པོ་འདིའི་འིང་ལ་ནག་པོ་སློབ་པ་རྒྱུད་བ་ཕྱོན། སྐྱུ་ཚེའི་  
བས་རྒྱལ་པོ་རྩམ་བུ་ལའི་རྗེས་སུ་འང་ཅུང་ཟད་བཞུགས་སོ། །སྐབས་འདིར་སློབ་དཔོན་ཤུག་འོད་  
ཀྱི་སློབ་མ་ཤུག་འཁེས་གཉེན་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་བྱུང་། ཞེས་ཀྱང་འབྱུང་དོ། །

དཔེ་ཆ་མང་པོའི་ནང་དུ་མཚོག་གཉེས་ཀྱི་ཡ་གྲུལ་སློབ་དཔོན་ཤུག་འོད་སློབ་དཔོན་ཡོན་  
ཏན་འོད་ཀྱི་སློབ་མར་བཤད་ཀྱང་། འུ་སློབ་ཚོས་འབྱུང་དུ། ཡོན་ཏན་འོད་ཀྱི་སློབ་མ་ཤུག་འོད་ཡིན་  
ཟེར་བ། མི་བདེན་ཏེ། འོད་ལྡན་ལས། བདག་གི་མཁན་པོ་མ་གཟར་གནས་རྒྱན་དུ་བྱུང་བ་གྲགས་  
ཐོབ་པ། །བསོད་ནམས་གྲགས་པ་ལས་ནི་བདག་གིས་མཉན་ནས་རང་གི་འདུལ་བའི་ཚོ་ག་  
ཡི། །རྣམ་པར་བཤད་འདི་གསུམ་རིག་རྣམས་ཀྱིས་བཤད་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་གཞི་མཛད་བསྟན་བཤམ་  
ཡིན། །ཞེས་བ་དང་། གཞན་ཡང་། ལྷ་ས་དག་ནི་འིང་ན་བཞུགས་པ་གྲགས་པས་རྣམ་པར་ཐུབ་པ་  
ཞི་བའི་འོད་ཀྱིས་བདག་ །དུན་པས་དགོངས་པ་མཛད་པར་གྱུར་ཅིག་སྐྱུ་མ་ནས་བདག་གིས་འགྲེལ་  
བ་དོན་གསལ་བྱས་པ་ཡིན། །ཞེས་བསོད་ནམས་གྲགས་དང་། ཞི་བ་འོད་ཀྱི་སློབ་མར་བཤད་  
དོ། །དེའི་སློབ་མ་ཤུག་འཁེས་གཉེན་ཡིན་པར་སུམ་བརྒྱ་པར་བཤད་དོ། །ཤུག་འོད་ཀྱིས་སུམ་

བརྒྱ་པ་དང་དེའི་འགྲེལ་བ་འོད་ལྷན་མཛད་དོ། །འདུལ་བའི་མདོ་ལ་ཚོས་ཀྱི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་རྒྱ་  
ཚེར་འགྲེལ་མཛད་ཅིང་། དེ་ཡོན་ཏན་འོད་ཀྱི་སློབ་མར་ཁ་ཅིག་འདོད་དོ། །ཤུག་འོད་ཀྱི་སློབ་མ་  
སེར་གཤེས་གདོང་ཅན། དེའི་སློབ་མ་རྩི་ན་མི་ཏ་ཡིན་ཟེར་བའང་བརྟག་པར་བྱའོ། །ཞེས་འབྲུང་ངོ། །

ཡང་ཁ་ཤས་ཀྱིས་སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱི་སློབ་མ་འདུལ་བ་རང་ལས་མཁས་པ་ལ་  
སློབ་དཔོན་ཡོན་ཏན་འོད་ཀྱི་ཚབ་ཏུ་ཤུག་འོད་བཟངས་པ་ཡོད་ཀྱང་དེ་མིན་པར་གོང་དུ་འོད་ལྷན་  
གྱི་ལུང་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་ཅིང་། ཚོས་འབྲུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་སོགས་སྟུ། འདུལ་བ་རང་ལས་  
མཁས་པ་ཡོན་ཏན་འོད་ཅེས་འབྲུང་བས་ཀྱང་ཤེས་སོ། །ཡང་ཚོས་འབྲུང་དེར་། འདུལ་བའི་བཤེས་  
རྒྱུད་ནི། བསྟན་པའི་གཏད་རབས་བདུན་གྱི་འོག་ཏུ་ཕྱིར་མི་འོང་། སློབ་མི་འབེབས། ཡོན་ཏན་འོད་།  
ཤུག་འོད་། ཚོས་ཀྱི་བཤེས་གཉེན་གཉིས། སེར་གཤེས་གདོང་ཅན། དེས་དུ་ན་ལྷི་ལ་དང་རྩི་ན་མི་ཏ་  
གཉིས་ཞེས་སྟོད་འདུལ་སྟོད་འདུལ་གཉིས་མ་སྟུན་པར་ཁས་ལེན་པར་སྟོང་ལ་སྟོན་པ་འདས་ནས་ལོ་  
དགུ་བརྒྱ་ན་ཐོགས་མེད་བྱོན་པའི་ལོ་ཚེགས་དང་སྐར་ན་སྟོས་མི་འབེབས་དང་ཡོན་ཏན་འོད་ཀྱི་  
བར་དུ་འགའ་ཞིག་ཆད་པར་དོགས་སོ། །ཞེས་དང་། བོད་གཞན་རྣམས་ཡོན་ཏན་ཤུག་གཉིས་མཚོག་  
གཉིས་དང་གཞན་དུག་རྒྱན་དུག་དུ་འདོད་ཀྱང་ཤེས་བྱེད་མེད་ལ། ལྷ་སྐྱབ་ཐོགས་མེད་གཉིས་  
མཚོག་དང་གཞན་དུག་རྒྱན་དུག་དུ་རྩེ་ཚོས་གྲགས་རྒྱ་མཚོ་བཞེད་པ་ཉིད་ལེགས་ལ། ལྷ་སྐྱབ་  
ཐོགས་མེད་ནི་ལུང་བསྟན་མང་ཞིང་འིང་རྟའི་སོལ་འབྱེད་ཡིན་པས་མཚོག་དུ་གྲུབ་ཅིང་མགོན་པོ་  
མདོན་བྱུང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ལུང་བསྟན། བརྟེན་ཏ་རྣམས་ཀྱི་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པ་ཞེས་  
གྲགས་པ་འདི་དང་སྟེས་ཏུ་དུག་བསྟན་པ་ལ་པན་པ་ཚངས་པར་སྟོད་པ་ལ་གནས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
གྲུབ་སོ། །ཞེས་པ་འདིས་རྒྱན་དུག་ཐོན་ནོ། །དེས་ན་ལྷ་སྟོན་དེ་མཛད་དབྱིག་གཉེན་ཕྱོགས་སྦང་ཚོས་  
གྲགས་ཡོན་ཤུག་གཉིས་སྟེ་དུག །ལྷ་སྐྱབ་ཐོགས་མེད་སྟེ་མཚོག་གཉིས་སོ། །ཞེས་ཀྱང་འབྲུང་ངོ། །

གསུང་རྒྱན་རྣམས་སུ་ཡོན་ཏན་ཤུག་གཉིས་མཚོག་གཉིས་ལ་བཟངས་པ་ནི། འདུལ་བའི་  
བསྟན་པ་ལ་ཕྱག་རྩེས་ཆེ་ཞིང་ཚོས་འདུལ་བ་ནི་ཀུན་གྱི་མཚོག་ཡིན་པས་སོ། །ཞེས་གྲགས་སོ། །

སློབ་དཔོན་འདིས་མཛད་པའི་བསྟན་བཙོས་ལས་བོད་དུ་བསྐྱར་ཞིང་གྲགས་ཆེ་བ་ནི།

དགེ་ལྷན་གྱི་ཚོགས་ལེ་ལུར་བྱས་པ་སྐུམ་བརྒྱ་པ་དང་། དེའི་རང་འགྲེལ་འོད་ལྡན་བམ་པོ་བརྒྱད་པ་  
གཉིས་དུས་རབས་བརྒྱད་པའི་མཇུག་ཏུ་རྒྱལ་པོ་ཁྲི་སྲིད་ལྡེ་ལུ་བཙན་གྱི་དུས་སྐུ་ལོ་རྒྱ་བ་རྩེད་ཀྱི་  
མཚུངས་ཀྱི་ཉ་སྟེ་སྟེ་ལྷའི་དབང་པོ་བསྐྱེད་བས་བོད་སྐད་དུ་བསྐྱེད་པ། བསྐྱེད་ལྡེ་ལུ་མཛོད་ལྷན་གསལ་བོད་  
[ཉ]སར་ཡོད།

༡༩༩༧.༡༡.༡༠ སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་སྐུ་བཅུ་བཅུ་གསལ་བྱས།

---

---

## ཞུ་སྐྱིད་པའི་གསལ་བཤད།

བོད་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་སུ་སློན་སློན་མཁས་པའི་དབང་པོ་དག་གི་བཀའ་བློན་ལས། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བཅུད་དང་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་དུ་གྱུར་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་སྐྲུབ་པ་མ་གླི་སྐྲུབ་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་སྟོང་ནའང་། དུས་རབས་ཀྱི་འཕེལ་འགྱུར་དང་འགྲོགས་པའི་མིའི་ཉེས་སྟོད་ཀྱི་དབང་གིས་རྩ་ཆེའི་གསུང་རབ་མང་པོ་ཞིག་རྩ་བརྒྱུ་ཏུ་སྤྱིན་ཟེན་བ་དང་། ལྷག་འགྲོས་གང་མང་ཞིག་རྩ་བརྒྱུ་ཏུ་འགྲོ་ཉིང་ཡོད་པར་བརྟེན་དུས་རབས་འདིའི་བོད་མི་ཞིག་ལ་མཚོན་ན་རྩ་ཆེ་བའི་གསུང་རབ་དེ་དག་གཅེས་ཉར་བྱེད་རྒྱུར་བརྩོན་དགོས་པ་ནི་དུས་ལ་བབ་པའི་ལས་འགན་བརྒྱུ་ཏུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པེས། དེ་བས་འདི་ག་སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྐྱིད་ཁང་ནས་ཀྱང་རྩ་ཆེའི་གསུང་རབ་དེ་དག་ཉར་ཆགས་དང་སྤྱང་སྟོབ་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཚོམ་སྐྱིད་གི་ལས་ཀ་འདི་གཉེར་བཞིན་ཡོད།

དེར་རབས་ཀྱི་འབྲུལ་ལས་སྐབས་བདེ་དུ་སྤྱིན་བ་དང་བསྐྱུན་ནས་གསར་དུ་ཚོམ་སྐྱིད་གྲས་པའི་དེབ་དང་འབྲུལ་དེབ་གང་མང་ཞིག་བྱུང་བར་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་དགའ་ལོས་པ་ལྟ་བུར་སྤང་མོད། སྤྱིར་གསུང་རབ་དཔར་བསྐྱུན་དང་ཞུ་སྐྱིད་གྲེད་སྐབས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་བཅོས་ནོར་ཤོར་ནའང་ཆབས་ཆེ་བའི་སྟོན་ཆ་འབྲུང་སྲིད་པས་བསྐྱེས་སྤྱད་དང་བཅོ་བཅོས་མེད་པར་སོར་འཛོག་གིས་བདག་ཉར་བྱ་རྒྱ་ཅི་ནས་ཀྱང་གཤམ་ཆེ་ཞིང་། གཤམ་ཉེ་ནོར་བར་པེས་པའི་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་བཅོས་དགོས་བྱུང་ནའང་ཁ་གསལ་གྱི་མཚན་ཡིག་འགོད་རྒྱ་ཉར་ཅང་གཤམ་ཆེ་བ་ཡིན།

འདི་ག་ཚོམ་སྐྱིད་ཁང་ལ་མཚོན་ན། པར་གཞི་ཚད་ལྡན་ཞིག་མ་སྤྱིར་བསྤྱང་ནས་དེའི་ཡིག་འགྲོས་སོར་བཞག་གིས་ཚོམ་སྐྱིད་གྲེད་རྒྱ་རྩ་དོན་དུ་འཛིན་བཞིན་ཡོད་ལ། དེའི་པར་གཞི་མི་འབྲ་བ་གཞན་ཡང་ལག་སོན་བྱུང་ན་པར་གཞི་གཞན་དག་ལའང་གང་རུས་ཤིག་སྤུར་བཞིན་ཡོད།

མ་སྤྱིར་ཡིག་ནོར་མངོན་གསལ་ཅན་བྱུང་ན་བཅོས་ཉེ་མཚན་གྱིས་གསལ་བཤད་གྲས་ཡོད་ལ། མ་སྤྱི་དང་པར་གཞི་སོ་སོར་སྐྱབ་ཆད་བྱུང་བ་དང་། ཡི་གེ་མི་འབྲ་བ་བྱུང་བ་སོགས་ལ་མཐའ་



མཆན་བཀོད་དེ་གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད།

ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་འདི་ནས་ཚོམ་སྒྲིག་བྱས་པའི་དེབ་སློབ་སྐབས་དེས་དགོས་པ་འགའ་ཞིག་དོ་སློང་ཅུང་ཙམ་ཞུ་ན། གཞུང་གི་དཔྱད་སྲིད་སྟེན་ཉམས་ [ ] འདིའི་ནང་དུ་བཅུག་པ་ནི་མ་ཕྱིའི་ནང་གི་འོག་མཆན་དང་དཔྱད་སྲིད་མཆན་ཡིན། ཡང་གཞུང་དཔྱད་སྲིད་སྟེན་ཉམས་ “ འདི་བཀོད་ཡོད་ན་དེ་ནི་དོ་སློང་བྱ་དགོས་པའི་ཡི་གེ་འཇམ་ཚིག་ཅིག་གི་མདུན་དུ་བཀོད་ཡོད་ལ། དེའི་རྗེས་སུ་མཆན་གྲངས་ཀྱི་ཨང་ཡིག་བཀོད་ཡོད་པས་མཆན་གྲངས་དེ་དང་མ་ཐུན་པའི་མཐའི་མཆན་ཡིག་ཏུ་གསལ་བཤད་ཅིག་བྱས་ཡོད་པ་ཡིན། ཡང་བརྟེན་སློང་གི་བཞེད་ལུགས་མི་འདྲ་བ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་ཐ་སྐྱོད་དང་ཐད་སློང་སྐྱངས་སོགས་མི་འདྲ་བ་ཡང་ཡང་བྱུང་ན་མཆན་གྱིས་གསལ་བཤད་ཐེངས་གཅིག་བྱས་པས་ཚོགས་པར་བྱས་ཏེ་རྗེས་མ་རྣམས་ལ་མདུན་དུ་ཉམས་ “ འདི་བཀོད་པ་ཙམ་ལས་དེ་དེ་བཞིན་མཆན་གྲིས་མེད།

མཐའ་མཆན་སློབ་སྐབས་དེབ་དེ་དབེ་བསྐྱར་བྱས་ཡོད་ཚེ་དེའི་མ་ཕྱིར་བསྐྱར་བའི་བར་གཞི་ལ་**མ་ཕྱི** ཞེས་དང། བར་གཞི་གཞན་དག་ལ་སྡེ་དགེ་བར་མ་དང། བཟ་ལེས་སྐྱུན་ཤོ་ ཞོལ། ལྷ་འབྲུག་ལྷ་གྲང་བར་མ་རྣམས། **སྡེ། བཟ། ཞོལ། ལྷ། ལྷ།** སོགས་ཀྱིས་མཚོན་བར་བྱས་ཡོད། མཐའ་མཆན་གྱི་ཚོད་དུ་ཉམས་ཅན་ \***བསྐྱབས** ལྷ་བྱ་བྱུང་ན་མ་ཕྱིའི་ཡིག་ལོར་ཞིག་ཞུ་སྒྲིག་པས་བསྐྱབས་སུ་བསྐྱར་བའི་དོན་དུ་གོ་དགོས་ལ། ཡང་ཉམས་ \* འདིས་ཞུ་སྒྲིག་པའི་གསལ་བཤད་ཀྱི་ཚིག་མཚོན་པའི་སྐབས་ཀྱང་ཡོད། ཡང་ཉམས་ཅན་ -**བསྐྱབས** ལྷ་བྱ་བྱུང་ཆེ་བསྐྱབས་ཆད་པ་དང། +**བསྐྱབས** ལྷ་བྱ་བྱུང་ན་བསྐྱབས་ལྷག་མ་བྱུང་བའི་དོན་དུ་གོ་དགོས།

དཔེར་ན། མཐའ་མཆན་དུ། **མ་ཕྱི། ༥༤ན་༥༧། བསྐྱབས** \***བསྐྱབས** **སྡེ། ༡༠༩ན་༦༧། ལྷ། ༡༡༠བ་༩༧། བསྐྱབས** ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་བྱུང་ཆེ་དེ་དག་གི་དོན་ནི། **མ་ཕྱི**འི་སོགས་གྲངས་**༥༤**མདུན་དོས། ཡིག་ཐེང་**༥**པ་ན། **བསྐྱབས**ཅེས་གྲིས་ཡོད་པ་མཚོན་ཞིང། \***བསྐྱབས** བྱི་མ་ཕྱིའི་ཡིག་ལོར་བསྐྱབ་དེ་ཉིད་ཞུ་སྒྲིག་པས་བསྐྱབས་སུ་བཅོས་ཡོད་པ་མཚོན་གྱིད་དུ་གོ་དགོས། ཡང་གཞུང་དེའི་ཐད་ཀྱི་**སྐྱེ**འབྲུམ་པར་མའི་སྡེ་བ་གྲངས་**༡༠༩**མདུན་དོས། ཡིག་ཐེང་**༦**པ་ན། **ལྷ།**གྲང་

བར་མའི་ལྷེབ་གངས་༡༡༠རྒྱབ་འོས། ཡིག་ལྟེང་ན་པ་ན། བསྐྱབས་ཞེས་བཀོད་འདུག་ཅེས་གོ་  
དགོས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

ལྷ་སྐྱིག་པའི་ཤེས་ཚད་དང་དོ་སྣང་གིས་མ་འདང་བར་འཕྱུལ་དེབ་ཏུ་ལོར་འཁྲུལ་ཤོར་བ་  
སོགས་གཟིགས་ཆེ་ཀུན་པན་གྱི་ལས་གཞི་འདིར་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་ལམ་སྟོན་གྱི་ཆེད་དུ་མཁྲེན་ལྷན་  
རྣམས་ནས་འདི་གའི་ཚོམ་སྐྱིག་ཁང་དུ་ཁགས་ལ་གྱི་དོ་སྣོད་དང་ལམ་སྟོན་གནང་བའི་རེ་བསྐྱུལ་ལྷ་  
རྒྱ་དང་། འདི་ནས་ཀྱང་གང་མཚོགས་ངང་བར་གཞིར་བསྐྱར་ཞེབ་དང་ལེགས་སྐྱིག་ལྷས་ཉེ་སྤྱད་  
ཀ་ཇེ་ལེགས་སུ་གཏོང་ངེས་ཡིན།

སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྐྱིག་ཁང་ནས།

ཕྱི་ལོ་༢༠༢༠ལྷ་འཆེས་༡༥ལ།

༡༡། །འཕགས་པ་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་དགེ་ཚུལ་གྱི་  
ཚིག་ལེ་འུར་བྱས་པ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

༡༡། །རྒྱ་གར་སྐད་དུ། རྒྱ་མཚུངས་པ་མཁ་ལ་སྟེ་བའི་ཤ་མ་ཉེ་ར་ཀུ་རི་ཀུ། མོད་སྐད་  
དུ། །འཕགས་པ་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་དགེ་ཚུལ་གྱི་ཚིག་ལེ་འུར་བྱས་པ།  
ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་ལ་བྱུག་འཚེལ་སོ། །དེས་པར་འཇུང་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་  
སྤྲུལ་བསྐལ་སྟོང་། །འདི་ག་ཚོགས་ལྟ་བུ་གདོན་གྱི་ཅ་བ་འཛོམས། །དཔལ་འཕྲོར་ས་  
དང་མེ་ཉོག་མདའ་ཅན་འཛོམས། །སངས་རྒྱས་ལ་ཞི་མགོས་གཏུགས་བཤད་པར་  
བྱ། །གང་ཞེས་སྟོག་གཅོད་གཞན་གྱི་ཉོར་འཕྲོག་དང་། །མི་ཚངས་སྟོན་བརྟུན་  
བཅོས་པའི་ཆར་ལ་སོགས། །གང་སོགས་མེར་སོགས་མལ་ཆེན་མཚོ་བ་དང་། །ཕྱི་  
འོའ་ཁ་ཟས་དངུལ་ཉིད་སྟོང་བ་སྟེ། །ཉོན་མོངས་དག་གཤུལ་རྒྱལ་གྱི་དུང་ཚུལ་ཁྲིམས་  
ཉེ། །དགེ་ཚུལ་བརྟུལ་ཞུགས་ཚུ་ལོན་བཅིགས་པ་དང་། །འཚི་བའི་མཆེ་བ་འབྲིན་  
པར་གྱིད་པའི་ཐབས། །རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་དཔལ་ལོད་དཔང་བསྐྱར་ཡིན། །འདུ་  
ཤེས་གཙོ་ལ་དོན་ཉིད་རི་བཞིན་ན། །སྤྱང་རྫོགས་དོན་གཉིས་རི་བཞིན་མིན་ན་  
ཚུང་། །ཡིད་ཉིད་སྤྱར་ན་དེས་དང་འདྲ་བར་གཞག། །སྤངས་པའི་སྟོགས་མ་ཐུན་ལྡམས་  
ལ་ཡིད་གྱིར་འཇུག། །གང་ཞེས་རང་བཞིན་གནས་ལ་བསྐྱབ་བཅས་པས། །མི་གཞན་  
ཡིན་ལ་མེར་ནི་འདུ་ཤེས་དང་། །གསལ་བའི་བསམ་བསམ་འཇུག་མེད་གསོད་གྱིད་  
ཅེད། །མི་ཤི་མི་ལམ་མ་གཏོགས་དེ་བརྟུག་འཇུག། །གང་གིས་གསང་སྤྲུལ་ལ་

སོགས་ཐབས་རྒྱལ་སུམ་ལ། །གསོད་བར་སྐྱོར་ལ་ཡི་རང་བས་གསོད་ན། །དེ་ཡང་  
མཐར་འགྲུང་གསང་བར་སྐྱོར་བ་ལ། །ཡིད་ཀྱིས་ཡི་རང་ན་ནི་ཡིད་ཀྱིར་འགྲུང། །དེ་  
བཞིན་བདག་ཉིད་དུད་འགྲོར་མ་སྐྱེན་བ་ཡིན། །

གཟུགས་སྲུ་བསྐྱུར་ནས་སེམས་ཅན་གསོད་བྱེད་ལ། །སྒྲོམ་བཅོམ་སྒྲོམ་  
བཅོམ་ཉིད་དུ་འདུ་ཤེས་ན། །དངོས་གཞིའོ་མིན་ན་སྐྱུང་བ་རྒྱུར་དང་ལྡན། །མི་ལམ་  
བསྐྱབ་པ་མེད་དམ་གསལ་བ་ཡི། །བསམ་པ་མེད་དམ་སྐྱོས་བས་གཤ་ཉེ་གསོད། །དེ་  
ནི་སྐྱུང་བར་མི་འགྲུར་བསྐྱེད་བྱ་ཡིན། །གསོད་པའི་ཡན་ལག་ལྷག་མ་མ་ཚང་  
ན། །སྐྱུང་རྒྱུང་འབྲུལ་མེད་སློབ་ཆགས་གསལ་བསམས་བས། །དེགས་གཞན་བསང་  
བ་ལས་ནི་ཉེས་བྱས་འགྲུང། །མ་བརྟགས་བ་ཡི་རྒྱ་བྱམ་བརྟམ་བ་ལས། །བྱིན་བར་  
གྲུར་ཀྱང་ཉེས་བ་མེད་བ་ཡིན། །གང་གིས་སློབ་ཆགས་བཅས་རྒྱ་ལ་སོགས་  
སྐྱོད། །ཡང་ན་རྒྱ་ཚན་ལ་སོགས་སྐྱུགས་བྱེད་ལ། །བསྐྱར་ཡོད་སྐྱེ་བོ་ཤི་ན་དེ་ལ་  
ནི། །སློབ་ཆགས་རེ་རེ་སྐྱུང་བ་ལྷི་བ་འགྲུང། །ཐ་མལ་བ་ཡི་མིག་ནི་ནད་མེད་  
བས། །རྒྱ་མི་གཡོ་ཞིང་རྫོག་བ་མེད་ལ་བརྟག། །བྱམ་བ་གང་བ་བརྟག་བྱ་ཀུ་ཉ་ཀ  
རྒྱལ་ས་ཀྱིས་རྒྱ་རྒྱུ་ཅན་དག་དང་བར་བྱ། །དི་སྤིད་འདི་ལ་ཡིད་ནི་དག་གྲུར་བ། །དེ་  
སྤིད་བརྟགས་བྱའི་རིང་མིན་སྐྱུང་དུ་མིན། །སྤེད་དུ་འད་དེ་བཞིན་ཡང་དང་ཡང་དུ་  
མིན། །སྐྱོ་བྱར་བ་ཡིས་སློབ་ཆགས་བཅས་ཉེ་མིན། །དེ་བཞིན་ཁྱོན་བ་དག་དང་རྒྱ་  
རའི་རྒྱ། །ལན་ཅིག་བརྟགས་བས་ཉི་མ་ཤར་བར་དུ། །ཐེ་ཚོམ་མེད་བར་སྐྱུད་བར་  
དུང་བ་ཡིན། །དེ་ཡི་ཉེ་འཁོར་འདོམ་གང་ཁོར་ཡུག་གོ། །ཁྱོན་བ་སོགས་གཙང་རྒྱ་  
ཆགས་དམ་ལ་སོགས། །དགེ་སྤོང་དགེ་འདུན་དེ་བཞིན་ཡིད་ཆེས་བ། །ལྷ་ཚར་དུང་

བའི་ཚུ་ཡིན་སྐྱོད་བར་གྱ། །ཚུ་ཚགས་མེད་པ་དག་ཏུ་མི་བྱ་ལོ། །གང་ཞིག་ཚུ་ཚགས་  
 རིམ་ཚགས་གྲུ་གསུམ་ཚགས། །སྤྱང་ཚངས་རིམ་བ་ཞབས་ཚགས་ཅན་དག་  
 གས། །གསལ་ཚགས་དག་གྱང་བོར་ཉེ་འགོ་བྱེད་ན། །དེ་ལ་ཡིད་གྱིས་བྱ་བའི་ཉེས་  
 བྱས་འགྱུར། །གལ་ཉེ་སོང་ན་གསལ་ཚགས་ལ་སོགས་ཡོད། །དེ་ཚེ་རྒྱང་གྲགས་  
 ལྡར་ནི་ཚུ་ཚགས་དག་མེད་པར་འགོ་བྱ་གལ་ཉེ་མེད་ན་ཡང་། །དེ་སྤྱང་འོང་འདོད་  
 དཔག་ཚད་བྱེད་འགོ་བྱ། །གཞུགས་པ་རྣམས་གྱི་ཚིག་གིས་ལམ་རིངས་སྟུ། །སོང་དུ་  
 ཟེན་ཡང་ནམ་ཡང་ཉེས་པ་མེད། །ཚུ་བོའི་འགྲམ་ནས་འགོ་བར་བྱེད་པ་ན། །མཐོང་  
 བས་དག་པའི་ཚུ་འཇུངས་ཉེས་པ་མེད། །རྒྱུན་གྱིས་འབབ་པའི་ཚུ་རྒྱུན་མ་འདེས་  
 པ། །དེ་ནི་རྒྱང་གྲགས་རེ་རེར་ལེགས་པར་བརྟུག་ཤིང་། །གཞན་དུ་འཇུག་དོགས་རེ་རེ་ཁོ་  
 བར་ལོ། །འདི་ནི་ཚུ་ཚགས་མེད་འགོ་ཚུ་ལ་ཡིན་ལོ། །

སྤྱ་བཅས་གོས་དང་ཉེས་རིམ་དག་གིས་ནི། །སློབ་ཆགས་བཅས་པའི་ཚུ་  
 རྣམས་བྱ་བ་བཀག་ཤིང་། །གང་ན་ཚུ་བས་སློབ་ཆགས་མང་བ་དེར། །རིམ་བ་གཅིག་ལྟར་  
 རྣམས་ནི་མི་བྱ་ལོ། །ཁོའི་པའི་ཚུ་དག་འགྲམ་ཆན་ལ་སོགས་དང་། །འདེས་པ་བཅགས་  
 བ་དེ་ནི་ཁ་ཟས་མེད། །གང་ཚེ་ཁྱིམ་པའི་བསྟེ་ས་ཡོད་པའི་ཚུ། །གཙང་ན་ཕྱི་འོང་ཐེ་  
 ཚོམ་མེད་པར་བརྟུང་། །དུ་གྲུ་གྲུ་གསུམ་ལ་གྲུ་གསུམ་གྲུ་སྤྱད་བྱས། །བཏགས་ནས་ཚུ་  
 བེ་ལེགས་པར་བཅག་པར་གྱ། །ལྷི་བ་གཙང་མ་སྐྱམ་པའི་ཕྱེ་མ་ཡིས། །ཚུ་ཚགས་  
 ཤིན་ཏུ་སྤབ་ན་གདབ་པར་གྱ། །ཚུ་དག་འཇོག་པར་བྱ་བྱིར་ཡང་དང་ཡང་། །སློབ་  
 མའི་ཚེ་བ་དག་གིས་བརྟུབ་པར་གྱ། །སློབ་ཆགས་བསྐྱུང་བྱིར་སྤྱགས་གྱི་ལུ་གྲུ་  
 རྒྱུད། །བཏགས་པའི་སྣོད་ནི་འོག་ཏུ་གཞག་པར་གྱ། །དེ་ཡི་སློབ་ཆགས་གཞོད་པ་

སྤང་བའི་ཕྱིར། །སློབ་ཆགས་ཡོད་ཆུ་ཐར་བྱེད་པ་ཡི་སྣོད། །ཁ་དང་ཞབས་སུ་ཐག་པ་  
 གཉིས་བཏགས་བས། །སྤྲོད་རྗེའི་དོར་མི་ཁོལ་པའི་ནང་དུ་དཔོ། །འཕགས་བས་འཇིག་  
 ཉེན་མཉམ་དུ་རིལ་བ་དག། །ཁ་ལ་བསྐྱོད་སྟེ་གཏང་ནས་ཆུ་མི་བཏུང་། །ལོ་མ་ལ་  
 སོགས་མི་རྟེན་དཔེན་སོང་སྟེ། །སྐྱོམ་པའི་ཕྱིར་མི་འཕྱུང་ན་ཉེས་པ་མེད། །དུས་དང་  
 དུས་སུ་བྱམ་བ་སྐྱམ་བར་གྱ། །ཞུང་ཤིང་དག་གིས་རབ་ཏུ་བཟུ་བར་གྱ། །བཏུང་བའི་  
 སྣོད་རྣམས་དག་གི་ཁ་རྣམས་ལ། །ཉག་ཏུ་བསྐྱིམས་ནས་ལོ་མ་ལ་སོགས་  
 དག་པ། །སྤྲོད་ནས་ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་བཟུས་ནས་ནི། །ལག་པ་སྐྱམ་པ་ཡོད་  
 ཡང་དག་པ་ཡིན། །རྟོག་མ་ཅན་གྱི་ཆུ་མི་རི་སྤིང་དུ། །བཞིན་གྱི་གཟུགས་སྤང་བར་དུ་  
 བསྐྱིམས་ཉེ་བཅས། །ཁོལ་བ་ལ་སོགས་རྣམས་ནས་ཆུ་སྤངས་ནས། །ཁོལ་བ་ལ་  
 སོགས་བྱེད་དེ་ཆུ་ལྟ་ལ། །སྤྲོད་པའི་རབ་མཐུན་ཚིགས་བཅད་གདོན་བར་གྱ། །འཕྱུང་  
 དང་ཞུས་བྱེད་པ་ནའང་དེ་བཞིན་བརྗོད། །

མུང་ག་ལ་སོགས་འབྲུ་ལ་སློབ་ཆགས་ཡོད། །དེ་ནི་བདེ་དང་བསེལ་བར་  
 དགམ་བར་གྱ། །འོན་ཡང་དེ་ནས་སློབ་ཆགས་མི་འབྲལ་ན། །འོན་ཡང་གནས་ཁང་  
 བར་དུ་བཏུག་སྟེ་གཞག། །ཤིག་རྣམས་དལ་གྱིས་རས་བལ་གཞག་ནས་ནི། །ཅིག་པ་  
 ལ་སོགས་བྱ་ག་རྣམས་སུ་གཞུག། །མ་གུ་ན་དག་དེ་བཞིན་བསེལ་བའི་ས། །རྩ་སྣོན་  
 བཅས་པའི་སློབས་སུ་དོར་བར་གྱ། །གདུག་པ་ལ་སོགས་ཉོན་མོངས་བྱེད་པ་  
 གཞན། །རང་གི་སྣོད་ཡུལ་དག་ཏུ་གཏང་བར་འོས། །མཐར་མུར་དེ་ནི་ཉེས་བྱས་ལྟ་  
 ཅིག་བསྟན། །དེ་ནས་སློབ་གཙོད་སློབས་མཐུན་བཤད་བར་གྱ། །དཔེར་ན་ནང་པ་  
 དག་ལ་དུག་མཚོན་བྱིན། །སྐྱོམ་ལ་སོགས་ལ་མི་འཕྱོད་སྤྲོད་པ་སྟེ། །ཁན་པོ་མཁས་

དང་སྐྱབ་པ་དག་ལ་ཡང་། །དྲིས་ནས་ནད་པ་ལ་ནི་སྐྱབ་དག་སྦྱིན། །དེ་ཡི་རིམ་གྲོ་པ་  
ནི་སྐྱབ་མི་བསྐོ། །མེད་པར་གྱུར་ན་ལེགས་པར་བསྐོ་སྟེ་བསྐོ། །གང་གིས་དེ་ཡི་  
སེམས་ནི་འཆིར་གནས་པ། །དེ་འདྲའི་ཚོས་རྣམས་ནད་པ་ལ་མི་བཤད། །དེ་ལ་རྩེ་  
སྲིད་ལུན་རིང་ཚོས་སྦྱོད་འཚོ། །དེ་སྲིད་དུ་ནི་དགོ་བའི་རྒྱན་འཕེལ་བས། །སོས་པར་  
ཤོག་ཤིག་ལུན་རིང་གསོན་པར་ཤོག །ནད་འཛིགས་ལས་ཐར་བདེ་བར་ཤོག་ཅེས་  
བརྗོད། །གལ་ཏེ་ནད་པ་ན་རེ་སློ་བྱས་ན། །བདག་ནི་འཆི་འགྱུར་ཟེར་ན་དེ་མི་བྱ། །

གདོལ་པ་བཞིན་དུ་སྦྱང་བཟེད་ལ་སོགས་ཕྱིར། །སྦྱིང་བཅེ་མེད་པའི་ཆགས་  
པའི་སེམས་མི་བྱ། །གང་ཆེ་ཉེས་པའི་གཞི་དག་བྱེད་པ་དང་། །ནད་ཀྱིས་གཞན་གྱི་  
ཁྲི་དང་ཁྲིའུ་ལ་འདུག །རྟེན་པར་བྱེད་དམ་ཡང་ན་གཟས་པ་དང་། །རྣམ་པར་འཆེ་  
དང་འཛིགས་པ་ལ་སོགས་བྱེད། །ཁྲིས་པས་བརྒྱལ་ཞུགས་ཅན་ལ་ཟན་མེད་  
བྱེད། །ངལ་བ་སྤུལ་ལམ་རྒྱལ་ལ་ཚོམ་རྒྱན་འབྲུལ། །བསམས་བཞིན་དུ་ནི་འགྲོད་  
པའི་རྒྱལ་དག་བྱེད། །འཆིར་དག་གཡའ་སྐོག་ལ་སོགས་ནགས་མེས་གཏོང་། །འབྲས་  
ནི་མ་སྐྱོན་པར་ཡང་བརྟོལ་བྱེད་དང་། །ཡན་ལག་གཅོད་དམ་དེ་བཞིན་འབྲིགས་ཀྱང་  
རུང་། །དེ་ཡི་ཆེ་ཡང་སློགས་མ་ཐུན་དེ་ལྟར་འདིར། །ཐམས་ཅད་སློག་གཅོད་མ་ཐུན་  
པ་སློགས་ཅམ་ཡིན། །སློག་གཅོད་པ་སློང་བ་སྟེ་བསྐྱབ་པའི་གཞི་དང་པོ་ལོ། ། །

དགོ་རྒྱལ་གང་ཞིག་རྒྱ་བའི་སེམས་ཀྱིས་སྤྱ། །མི་ཡི་རྗེས་སུ་འདུ་ཤེས་མི་  
གཞན་ཞོར། །མ་བྱིན་རིན་ཐང་ཚང་མིས་བདག་གིར་བྱས། །དུར་ཁྲོད་མི་དབང་  
བསོད་སྟོམས་མ་གཏོགས་པ། །བསམས་པ་གང་དེ་ཉིད་སྦྱོར་གཅིག་སུ་ཡིས། །བདག་  
གི་དོན་དུ་རྒྱན་དེའི་གནས་དང་། །དུས་ཀྱི་རིན་ཐང་དབང་གིས་དེ་བསྐྱེལ་བྱ། །དང་

བས་རྒྱལ་བའི་རིང་བསྐྱེལ་རྒྱ་དེ་མི་ལ། །རྒྱ་བ་ལ་ནི་རྒྱ་སེམས་གཙོ་བོ་སྟེ། །དེ་བས་དེ་  
 དང་བྲལ་ན་ཉེས་པ་མེད། །ཡལ་ལག་ལྷག་མ་ཉམས་པས་རྩལ་བར་འགྱུར། །མི་ལམ་  
 ལ་སོགས་དག་ལ་ཉེས་པ་མེད། །སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་བསྐྱེད་བྱ་དང་པོ་ཡི། །སྦྱོར་བ་  
 ལ་ནི་ཉེས་བྱས་རིག་པར་བྱ། །སྤྱི་མའི་སྦྱོར་བ་ལ་ཡང་ཉེས་བྱས་ཡིན། །དངོས་གཞི་  
 ཀུན་ལ་འདི་ནི་དངོས་གཞི་ཡིན། །རྩལ་གཞན་སྤྱིར་སོགས་གདོས་དང་བཅས་པ་  
 ཡི། །རྒྱ་སོགས་མ་རུངས་བྱེད་དང་མི་དབང་བའི། །བསོད་སྦྱོམས་ལེན་པར་བྱེད་  
 བའང་འདི་གཉེན་གྱི། །ཐ་སྦྱད་རྩལ་གྱིས་རྩལ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །གཞན་གྱི་གོས་ལ་  
 སྤྱིན་བཞིན་སྦྱོད་པ་དང་། །སྤྱིན་དང་སྤྱིགས་གྱིས་སྤྱིན་དུ་འཇུག་པ་དང་། །སྤྱིགས་པ་  
 འཇུག་སྤྱིར་འདམ་པར་བྱེད་པ་དང་། །གཞན་སྤྱིར་སྤྱིར་ཉམས་འབྱེད་བྱེད་ན་ཡང་  
 འགྱུར། །སྤྱིགས་བཞིའི་འཕགས་པའི་ཚོགས་ཀྱི་ལོར་དག་ལས། །སྤྱིགས་བཞི་བ་ཡི་  
 དོན་དུ་རྒྱ་ན་ཉམས། །དུར་ཁྲོད་པ་ནི་ཡོངས་འདྲིན་བཅས་པ་ནས། །གོས་ལ་སོགས་  
 པ་རྒྱ་བའང་དེ་བཞིན་ནོ། །

ད་ནི་རྒྱ་བའི་དབྱེ་བ་བསྐྱེད་པར་བྱ། །ས་ནི་གལ་ཏེ་བཅད་པས་བྱ་སྤྱིགས་  
 བ། །གང་ཆེ་བྱིས་པས་དེ་སྦྱོར་བཏང་ཆེ་དེ། །གལ་ཏེ་སྤྱིར་ནི་རྒྱལ་བ་ཉིད་ན་  
 བརྒྱས། །ཡོངས་སུ་སྦྱོར་བའི་དབང་གིས་རྒྱ་བྱེད་ན། །གང་ཆེ་མཚམས་ཀྱི་སྦྱོར་དང་  
 འབྲོར་ན་བརྒྱས། །བདེ་ཡི་སྦྱོར་བས་མི་ལ་རྒྱ་བྱེད་ན། །བདེ་བྱུང་བ་ཡི་དབང་གིས་  
 ལྷུང་བ་ཡིན། །དུད་འབྲོར་གྱུར་བ་བཅེངས་པས་རྒྱ་བ་ནི། །བཅེངས་བཤོལ་ཅམ་གྱིས་  
 བརྒྱས་པར་ཤེས་པར་བྱ། །ལྷུ་ལས་བཀར་དང་བཅེངས་པ་རྒྱ་བ་ན། །ལྷུ་ལས་མི་སྤྱང་  
 གྱུར་ན་བརྒྱས་པ་ཡིན། །གལ་ཏེ་སྤྱི་མའི་གོས་ལ་སོགས་ཁྱེད་ནས། །གོས་པར་སྦྱེད་



དམ་ཡང་ན་འཕྲིད་བྱེད་པས། །རེ་ལྡེ་ལ་སོགས་པས་ཏུ་མི་སྣང་སོང་། །དངོས་གཞིའོ་  
 མངོན་སྲུང་སློབ་པའང་དེ་དང་འབྲ། །སྲུ་ཞིག་ཚུ་བདལ་བ་ལམ་ཐང་ལས་སམ། །ཚུ་  
 བོའི་རྒྱུན་སྤྱོད་ས་རྒྱ་ནའང་དེ་བཞིན་ལོ། །སྣང་སོགས་འགྲམ་མི་སྣང་ལ་ཞེད་ཏུ་  
 བ། །དེ་བཞིན་སྣང་ལ་ས་རོལ་སྤྱིན་འདིར་བརྒྱས། །རྒྱུན་ལས་བརྒྱུག་པ་གྲུ་ནི་འདྲེན་  
 བྱེད་ན། །སྲུ་ཚུགས་ཐམ་བ་ལས་ནི་བརྒྱས་པ་ཡིན། །གསང་སྤྱགས་དག་གིས་བརྒྱ་  
 བྱ་རྒྱ་བྱེད་ན། །རང་གི་མིག་སྤར་སྤར་ན་དེ་བརྒྱས་ཡིན། །རྗེས་ཀྱི་སྣང་ཆ་བྱེད་བར་  
 བྱེད་བ་ན། །གནས་ཀྱི་སྣང་ཆ་ལས་འདས་བརྒྱས་པ་ཡིན། །ལུས་ཀྱི་རྒྱུན་ནི་བཤོལ་  
 བ་ཉིད་ན་ཡིན། །ཤོ་གམ་དག་ནི་ས་ཉིད་འདས་ན་ལོ། །སྐལ་བ་ཐོབ་ཕྱིར་སྤོམ་བཙོན་  
 རྒྱུན་ལོ་ལ། །ལམ་སོགས་སྣོན་པས་གལ་ཉེ་སྤོགས་བྱེད་ན། །སྐལ་བ་ཐོབ་ན་བརྒྱལ་  
 ལྷགས་ཉམས་པར་འདོད། །

ཚུ་ལ་མིན་ཆད་པས་གཙོད་བ་ཚོད་ན་ཡིན། །ལོ་ཉོག་བདག་ལ་ཤོག་ཤིག་  
 གཞན་ལ་མིན། །གཞན་གྱི་ཞིང་ལ་ཚུ་འདྲེན་གཙོད་བྱེད་པ། །རང་གི་ལོག་ཉོག་དག་  
 བེ་ལེགས་གྲུར་ཅིང་། །གཞན་གྱི་ལོ་ཉོག་འགྲིབས་འདིར་དངོས་གཞིར་འགྲུག། །གལ་  
 ཉེ་རྗེས་ལས་བཤལ་ཉེ་རྒྱ་བྱེད་ན། །དོས་གཞན་གྱིས་ནི་དོས་གཞན་ས་མཚམས་  
 ཐམ། །དེ་ཆེ་བརྒྱས་ཡིན་བཏེག་བརྒྱས་ས་འཕགས་ཡིན། །དབྱུག་པ་ལ་སོགས་  
 བརྒྱབ་པས་ཤིང་ཐོག་རྒྱ། །ལོག་ཏུ་སྣང་ན་བརྒྱས་པ་ཡིན་པར་བསྟན། །སྤོགས་མང་  
 དག་དང་འདུས་ཉེ་དེ་བྱེད་ན། །སྐལ་བ་ཐོབ་ན་བརྒྱས་ཡིན་སྤར་མིན་ལོ། །སྤྱི་ལོ་མང་  
 བོའི་རྗེས་རྒྱ་གང་གི་ཆོ། །རེ་ལེའི་སྐལ་བས་རིན་ཐང་ཚང་ན་བརྒྱག། །སྤྱི་ལོ་མང་ལོས་  
 གང་ཆོ་རྒྱ་བྱེད་ན། །དེ་ཆོ་རང་སྐལ་རིན་གྱིས་རྣམ་པར་གཞག། །དགེ་འདུན་དག་ནི་

འོར་གཅིག་སྐྱུན་འབྲ་བས། །དག་འདུན་ཆེད་བྱས་སྐྱེལ་བ་མི་བཏག་སྟེ། །ཞིང་བགོ་  
མང་སྲིང་སྲོམ་བཙུན་མང་སྲིང་རོ། །གཞན་དུ་ལུང་ལས་རིན་ཐང་སྐྱུད་མི་  
འགྲུལ། །གང་ཞིག་བཏུས་སམ་བསྐྱུས་སམ་ནགས་ཚེལ་ལ། །རྒྱུན་སྐྱབས་པ་ཉིད་ན་  
བརྒྱས་པ་ཡིན། །ཤིང་ནི་བཏོན་ནས་རྒྱ་ཞེས་བཤད་པ་ལས། །ཁ་གདངས་ནས་ནི་  
ཉལ་བ་རི་བཞིན་རོ། །

རྒྱུན་པོ་དོར་བྱས་རྒྱལ་ན་ཉེས་པར་འགྲུལ། །རྒྱུན་པོ་ལ་སོགས་གངས་ལ་  
དོར་བྱེད་དང་། །མཚན་མ་བསྐྱེད་དམ་འབྲིད་པར་བྱེད་པ་དང་། །གནས་གཞན་དག་  
ཏུ་འཛོག་དང་དོར་བྱེད་དང་། །ཚོམས་གཞན་དུ་ནི་འགྲང་ངམ་སྟོན་བྱེད་དམ། །མི་  
རིགས་པ་ཡི་ཐོབ་པ་གྲུབ་བྱེད་དང་། །གཞན་ལ་སྐྱུད་བཏགས་ལ་སོགས་ཚུལ་གྱིས་  
བརྒྱ། །གྲུབ་པ་ཉིད་ན་ཉེས་པ་ཡིན་པར་དགོངས། །སྐྱིས་དང་བརྟམས་དང་གཏམས་པ་  
དག་ལ་ནི། །བསྟོན་པས་ཐག་བཅད་པ་ན་ཉེས་པ་ཡིན། །བཙོལ་ཉེ་གཏམས་པ་རྒྱ་  
བར་བྱེད་པ་ལ། །ཐག་བཅད་པ་ཡི་རབ་དབྱེ་རྣམ་གསུམ་སྟེ། །ཐག་བཅད་པ་དང་  
སྐྱབས་མཉམ་སྐྱབས་པ་ཡི། །འོག་ཏུ་ཐག་བཅད་པ་ལ་ཉེས་པར་འགྲུལ། །སྐྱབས་པའི་  
སྐྱ་འོལ་ཐག་བཅད་དེ་བཞིན་བསྟོན། །སྐྱོར་བའོ་སྐྱབས་པ་འདིར་ནི་དངོས་གཞི་  
ཡིན། །དེ་སྐྱར་བརྒྱ་བའི་དབྱེ་བས་རྒྱ་དབྱེ་བ། །འདི་ནི་འདུལ་བའི་རྒྱ་མཚོ་ལས་  
བཏུས་བསྟན། །རང་གཞན་བར་ཆེན་བརྒྱུད་ལ་སོགས་པ་ཡིས། །གང་ཞིག་རྒྱ་ན་  
ཐམས་ཅད་རྒྱན་མ་ཡིན། །གཞི་ནས་རྒྱན་གྱིས་རྒྱ་བར་བྱེད་པ་ན། །ཀུན་ཏུ་འབྲེལ་  
པར་འབྲུང་བ་གཅིག་ཉིད་དོ། །དེ་བཞིན་འདིར་ནི་ཁ་དོག་གཅིག་གྲུང་གནས། །རི་མོ་  
ལ་སོགས་མེད་པ་སྟེང་མཉམ་གཅིག །སྐྱང་ཆེན་ལ་སོགས་སྐྱོགས་ནི་མི་མངོན་

དང་། རྡོ་རྗེ་ཡོད་པའི་འབྲས་ཅན་ཁ་དོག་མཚུངས། རྩེ་རྣམས་བཟུང་བ་འབྲུང་བ་  
མཉམ་པ་འཇམ། གཞན་རྣམས་ལ་ཡང་འོས་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱད། གསེར་དབུལ་རྣམས་  
ཉམས་བྱས་ཀྱི་བྱེད་ན། ཉམས་བྱས་ངོ་བོ་བརྟུ་བར་བྱ་བར་འདོད། བསད་པ་ཉིད་ནི་  
ནམ་ཡང་བརྟུས་མིན་ཏེ། རྗེ་ནི་རྩེ་བའི་སྤྱོད་པ་ཡིན་པར་བརྟུན། བརྟུ་བྱ་གཅིག་  
ཉིད་དང་ནི་གཞིར་གྱུར་གཅིག རྩེ་བའི་ངོ་བོ་རྗེ་ལྟར་དེ་ལྟར་བཤད། རྗེ་བྱི་བདག་  
པོ་མིའམ་རི་དྲགས་ཞེས། རེས་པ་མེད་ན་དངོས་ཀྱི་དབང་གིས་གཞག །

རྩེ་བོས་ཚོས་གོས་རྩེས་ལ་སོགས་སློགས་ན། རྗེ་ལ་རེ་བ་མེད་ན་བདག་  
གིར་མིན། རྗེ་སྤྱིར་ནན་ཀྱིས་ལེན་ན་དེ་ལ་མཐའ། བསམ་པས་མ་བཅད་བ་ལ་ཉེས་  
པ་མེད། གཞན་ཀྱི་སློབ་མ་དབང་བྱས་དེ་བདག་མིན། གཞན་ཉིད་རྩེ་བ་ནམ་ཡང་  
ཡོད་མ་ཡིན། རྟུན་འགྲོའི་ཚོར་ལ་བདག་དང་རྟུན་འགྲོ་དག ཟས་བཅད་བ་ལ་བདག་  
ནི་རྟུན་འགྲོ་ཡིན། རྗེ་བ་བར་བྱ་སྤྱིར་མེ་སོགས་སློགས་པ་ཡིས། རི་དྲགས་ལ་  
སོགས་བདག་པོ་བརྩོན་པོར་བརྟུན། བཤད་པ་ལས་ནི་རི་དྲགས་མཚོན་སྤྱིར་  
ཡིན། རྗེ་སྤྱིར་སློབ་ཆགས་གཞན་ལའང་འཐད་པ་ཡིན། རྗེ་བ་རྣམས་ཀྱིས་རི་  
དྲགས་གཅེས་པ་ཞིག གཞན་ལག་ཁང་དུ་རྩེ་བ་ཅིང་སྤྱིན་པ་ན། སྤྱི་བས་སུ་འོངས་  
པ་དེ་ལ་བསྐྱུང་བར་བྱ། རྗེ་ནི་ཤི་ན་དེ་དག་རྣམས་ལ་གཏད། སྤྱི་བོ་ཉི་དུས་བརྟུ་  
ཞུགས་ཅན་གང་ཞིག མཐུ་ཡིས་མྱིན་ན་འབད་པས་གཟུང་བར་བྱ། གཞན་ཏེ་རྣམས་  
ཀྱིས་དེ་བསམ་སྤྱི་བོ་གཉེན། མཐུན་པར་ཤེས་ན་གཟུང་བར་མི་བྱའོ། རྟུན་ཀྱི་  
གནས་སུ་རྩེད་པའི་དངོས་པོ་རྣམས། རྗེ་བས་མང་དུ་དབྱར་གནས་པ་ཡང་  
དབང་། གང་དག་དམ་ཚོས་ཚིགས་བཅད་འགའ་འདོན་པ། རྗེ་ཡང་ཚོས་ཀྱི་རྩེད་པ་

དབང་བ་ཡིན། །གཙུག་ལག་ཁང་མང་གནས་པར་ཁས་སྦངས་ཀྱང་། །རྗེད་པ་གཅིག་  
 བས་ལེན་པར་དབང་བ་ཡིན། །གལ་ཏེ་ཐམས་ཅད་དུ་ན་གཙུག་ལག་ཁང་། །རྗེད་པ་  
 གུན་ལས་ཆ་གཅིག་ཅུ་ཞེས་སྦང་། །དགེ་སྦོང་གཅིག་གིས་དེ་དང་འབྲ་བ་  
 ལས། །དགེ་ཚུལ་སྲུང་ཆ་ཅུ་ཞེས་དབང་བར་འགྱུར། །བསྐྱེན་པར་རྫོགས་པར་  
 འདོད་ན་ཆ་གཉིས་ཏེ། །ཟམ་ལ་སོགས་གཏོགས་བཤོ་བ་མ་གཏོགས་སོ། །གཙུག་  
 ལག་ཁང་ནི་གང་ན་གཅིག་གནས་ཀྱང་། །དེ་ཉིད་གཙུག་ལག་ཁང་དེའི་སྐྱལ་བ་  
 དབང་། །སྒྲོམ་བཙུན་ཤི་ན་བཀྱར་སྦྱི་བྱས་ནས་ནི། །དེ་ཤི་བ་ཡི་གོས་ལ་སོགས་པ་  
 བཤོ། །ནད་པའི་ནད་གཡོག་གྱུར་པ་གང་ཡིན་པ། །སྒྲོམ་བཙུན་དེ་ནི་སྦྱང་བཟེད་  
 སོགས་བྱུག་དབང་། །གང་ཆེ་ནད་གཡོག་མང་བ་ཉིད་ཡིན་ན། །དེ་དག་བྱུག་པོ་དེ་  
 དག་སྦྱིར་ཡིན་ནོ། །

ནད་པའི་དོན་དུ་གཞན་དུ་སོང་བ་ལས། །སྒྲོམ་བཙུན་ནད་པ་ཤི་ཡང་བྱུག་པོ་  
 དབང་། །སྒྲོམ་བཙུན་རྣམས་ཀྱིས་གལ་ཏེ་དེ་བཤོས་བསྐྱུས། །སྦྱར་བར་ནད་གཡོག་ལ་  
 བྱི་སྦྱིན་པར་བྱ། །གལ་ཏེ་ནད་གཡོག་བྱུང་མེད་མཚན་ལྡན་ནམ། །ཁྲིམ་པ་ཡིན་ན་དེ་  
 བྱུག་མི་དབང་ངོ། །གལ་ཏེ་སྒྲོམ་བཙུན་བྱུ་ལོན་སྦངས་ཤི་ན། །དེ་ཡི་རྩལ་རྣམས་ལ་ནི་  
 འཁོར་བར་བྱ། །ལག་གི་སྦྱི་ཡིས་དགེ་འདུན་ཆེད་སྦངས་ནས། །ཡི་གེར་བྲིས་བརྟགས་  
 དགེ་འདུན་དག་ལས་གཞལ། །གསོལ་དང་དང་པོ་ཐ་མར་གང་དག་ཡོད། །དེ་དག་དེ་  
 ཤི་བ་ཡི་གོས་རྣམས་དབང་། །ཁོ་བོ་འདས་ནས་སྦྱིན་ཞེས་སྦྱས་ན་ནི། །གལ་ཏེ་ཤི་ན་  
 དེ་ནི་བཤོ་བྱ་སྦྱེ། །སྒྲོམ་བཙུན་བྱུ་ལ་སོགས་པ་སྦྱོས་བྲལ་བྱིར། །སྦྱོས་དང་བཅས་པའི་  
 སྦྱིན་པ་སྦྱིན་པ་མིན། །དད་པས་སྦྱིན་པར་བྱ་བ་བསྐྱུལ་བ་ལས། །བྱ་བ་ཞེས་གིས་ཤོར་

ནས་མ་བྱིན་ན། །དེ་ལི་ན་ཡང་ཚིག་དང་མ་ཐུན་པར་ནི། །དེ་ཡི་རྗེས་ལ་སློམ་བཅོལ་  
རྣམས་ཀྱིས་སྦྱིན། །རང་གི་སྡེ་ཚོན་རྗེས་ནི་འདོད་པ་ལས། །གལ་ཏེ་སློམ་བཅོལ་སྐྱེ་  
བ་མ་བྲལ་ས་ལིང། །སྐྱེ་བ་དེ་ནི་སྡེ་ཚོན་དེའི་ཡིན་ལོ། །

སྐྱེ་བ་ཐོབ་ན་ལི་བའི་སྐྱེ་བ་ཡིན། །གཞན་དུ་གོས་ལ་སོགས་པ་བསྐྱར་  
གྱུར་ན། །དེ་ནི་གང་ལ་བསྐྱར་བ་དེའི་ཡིན་ལོ། །གལ་ཏེ་མི་འདོད་སྐྱར་བར་བྱེད་དབང་  
སྟེ། མི་འདོད་ཀྱང་དེ་དབང་བ་ཁོ་ན་ཡིན། །མ་ཐུན་པ་ཡོད་ན་ལི་བའི་ལོར་རྣམས་  
ལ། །མཚན་རྣམས་ཐ་དད་པ་ནི་མི་དབང་རོ། །སློམ་བཅོལ་གཞན་གྱིས་མངོན་སུམ་  
བསྐྱད་པ་དག། །བསྐྱད་པའི་རྗེས་རྣམས་ལ་ཡང་དབང་བ་ཡིན། །གཙུག་ལག་ཁང་གི་  
མཚན་གཉིས་བར་ལི་ན། །དེ་ཡི་ལུས་འབྲེལ་རས་ལ་སོགས་པའི་རྗེས། །གང་དུ་  
མགོ་བོ་གཞག་པ་དབང་བ་ཡིན། །གཉིས་ཀར་གཞག་ན་དེ་བཞིན་གཉི་གའི་  
ཡིན། །ཁྱིམ་གྱི་ནང་ན་ཡོད་པའི་ལི་བའི་གོས། །ཁྱིམ་བ་དེ་ནི་དད་པས་སྦྱིན་བྱེད་  
པའོ། །གང་གི་མཚན་ན་ལི་བའི་གོས་ཡོད་པ། །དེ་རྣམས་དེ་དག་བྱིན་གྱིས་རྫོབ་  
པ་དབང། །གནས་གཞན་དག་ན་གོས་རྣམས་ཡོད་གྱུར་ཀྱང། །རྗེས་དང་འབྲེལ་དེ་  
བཞིན་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས། །གང་ལ་དེ་ཡི་རྗེས་རྣམས་གཏམས་གྱུར་པའི། །མི་དེ་  
རྗེས་དང་འབྲེལ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན། །གྱུར་ཞུགས་ལྷུང་བ་བྱེད་ལ་སོགས་འདི་གཞུང་  
ངས། །གཏང་ཞེས་གོ་བར་བྱས་ནས་སྦྱིན་པར་བྱ། །

དེ་ལྟར་དེ་སྐད་སྐྱེས་ནས་དེ་བོར་ན། །དེ་ཚེ་རིན་ཉི་མེ་ཚོམ་མེད་པར་  
གཞལ། །སྐད་རིམ་དག་ལས་གོས་ལ་སོགས་པ་སྟེ། །ལྲང་བར་མི་བྱ་དེ་ནི་སྦྱིན་པ་  
མིན། །མོངས་ན་ནད་པས་བདག་གི་རྣམས་ལས་བྲང། །དེ་ཡང་སྐྱར་བྱིན་འདོད་པ་

ཉིད་གྱིས་སོ། །འོར་གྱིས་མོངས་པས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཡི། །དགོར་གྱིས་ཀྱང་  
ཅི་སྐྱོན་གྱི་བྱ་བ་བྱ། །སོས་པ་ཉིད་དུ་གྱུར་ན་བསམ་བཤར་བྱ། །དེ་ལ་འགྱོར་བ་མེད་ན་  
ཉེས་པ་མེད། །ཡུལ་ཚོས་ཆད་པ་སོགས་ཚོས་ལྡན་པས་བསྟན། །རྒྱལ་པོའི་སྐྱལ་  
ཡིན་རྒྱལ་པོས་གནང་བ་རྒྱང་། །དེ་ལ་ཅད་པ་དག་ནི་བྱུང་གྱུར་ན། །སྐྱོན་བཅོམ་བསྐྱོ་  
བར་སྐྱོན་པའི་བཀའ་ལས་མིན། །

ཁབ་ལ་སོགས་པའི་རྗེས་དག་ལྷུང་མཚོང་ན། །དེ་དག་གཞུག་ལག་ཁང་སྐྱོང་  
དག་ལ་གཏད། །དེས་ཀྱང་ཚོགས་རྣམས་ནང་དུ་བསྟན་ནས་ནི། །ཉི་མ་གསུམ་དུ་དེ་  
འོང་བསྐྱད་བྱས་ནས། །གལ་ཉེ་ལེས་པ་མེད་ན་ཚོགས་ལ་དབུལ། །དདུལ་ལ་སོགས་  
པ་ཉི་མ་བརྒྱད་བསྐྱད་ནས། །ཕྱི་ནས་རྒྱ་བ་དུག་ཏུ་མངོད་དུ་གཞག། །ཕྱི་ནས་ཀྱང་ནི་  
སྐྱོད་རྣམས་རབ་ཏུ་བྱ། །དེ་ནས་གལ་ཉེ་དེ་འོངས་སྐྱོང་བྱེད་ན། །འོན་ཀྱང་སྐྱིན་པར་  
བྱ་སྟེ་སྐྱེད་ནི་མེད། །ལག་གི་རྒྱ་ལ་མི་མཁའི་ལིང་ཡོད་ལ། །ཐོབ་ན་དེ་ཡིས་གནང་  
བས་དེ་རྒྱང་བྱ། །དེ་ལྟར་བདག་པོ་ཐ་དད་དེ་འོག་ཏུ། །ཉེས་བྱས་དཔེར་ན་མ་བོས་  
བས་བ་དང་། །རྒྱ་སོགས་ཟིན་པས་སྐྱུག་བལྟལ་གཟེར་བ་ཡི། །སྐོག་ཆགས་བསོད་  
ནམས་བསམ་པས་གཏོང་བྱེད་དང་། །སངས་རྒྱས་རིང་བསྐལ་རིན་ཐང་མེད་གྱུར་  
ཀྱང་། །དེ་ལ་དད་པས་མཚོང་སྐྱིར་རྒྱ་བ་དང་། །དེ་བཞིན་སྐྱིང་རྗེའི་དབང་གིས་  
གདོས་བཏགས་པ། །བཀོལ་བ་ལ་སོགས་བྱས་དང་བཞིག་པ་དང་། །སྐྱུག་རོན་ལ་  
སོགས་ཚང་འཇིག་ལས་ཀྱང་ཡིན། །དེ་ནས་ལྷུང་བ་མེད་པའང་བཤད་པར་བྱ། །ཡིད་  
གཞུགས་བྱས་ནས་གཞན་ལ་གོ་བྱས་ཉེ། །ཡིད་དགེ་བ་ཡིས་ལེན་ན་ཉེས་པ་  
མེད། །སྐོགས་པོ་རབ་འབྱིང་ཐ་མར་གྱུར་པ་ལ། །ཡིད་གཞུགས་བྱ་བར་རིམ་པ་

བཞིན་དུ་བསྐྱབ། །ཐ་མ་ལ་ནི་ཐ་མ་འབྲིང་ལ་འབྲིང། །ཐ་མ་དང་སྟེ་དང་པོ་མཐའ་དག་  
ཉིད། །སློབ་མ་ལ་སོགས་ར་ལུག་ཞོར་གྱི་རྒྱད། །ཚོམ་རྒྱན་གྱིས་སློབ་སྦྱང་རྗེའི་  
རྗེས་མ་ཐུན་པས། །རྩུ་འབྲུལ་བསྟན་ནས་ཤོད་བྱེད་ཉེས་མེད་དེ། །འི་འི་ཡིང་དབང་  
ས་ལ་སོགས་བཞིན་ནོ། །

གང་ཚེ་གཙུག་ལག་ཁང་གི་བྲམས་ན་ཚང་། །སློང་མེད་ན་སློམ་བཙུན་བསལ་  
བར་བྱ། །དཔེ་ཅམ་ཡིན་པས་སློམ་གྱི་ཚང་ཡང་ཡིན། །དེ་ནི་མ་གྱིན་སློབ་སྦྱང་མ་ཐུན་  
བཤད་པར་བྱ། །གང་གིས་བ་དན་མལ་སྟོན་སོགས་བྱིན་ནས། །ཡིད་ལ་གཙགས་པའི་  
མེ་ནི་འབར་བྱེད་ན། །བསྐྱམ་བུ་ལས་ཐར་བུ་བྱིར་དེ་ལ་ནི། །སླར་སྦྱིན་བུམ་རྩུམ་མ་  
ལུས་ཞི་བར་བྱ། །གཞན་བ་མེད་པར་གཞན་གྱི་གོས་སློང་དང་། །ཁྲིམ་དུ་སྟན་ལས་མ་  
བསྐྱབས་འདུག་པ་དང་། །བརྒྱལ་ལུགས་ཅན་ལ་གོས་སོགས་བྱིན་ནས་ཁྲོས། །སྤང་  
དང་ལྡན་པའི་བསམ་པས་འཕྲོག་པ་དང་། །ལྷུང་བཟེད་ལ་སོགས་བརྟམ་པས་ནན་གྱིས་  
སློང་། །བཞད་གང་གྱིས་ནི་ལྷུང་བཟེད་ལ་སོགས་སྟེད། །ཁྲོས་པས་སློམ་བཙུན་གཙུག་  
ལག་ཁང་འབྲིན་སོགས། །རྒྱན་པོས་སྦྱེ་བོ་མེད་པར་བོར་ལེན་དང་། །སློམ་བཙུན་སྟ་  
ནས་འཁོད་ལ་བྱིས་མནན་ནས། །མལ་དང་སྟན་ལ་སློང་པར་བྱེད་པ་དང་། །རྩེད་པ་དག་  
ཀྱང་གཞན་དུ་བསྟོར་བྱེད་པ། །གཞན་གྱི་རྗེས་སློབ་སྦྱང་མཐུན་པའི་དཔེས་ཡིན་ནོ། །མ་  
བྱིན་པར་ལེན་པ་སློང་བ་སྟེ་བསྐྱབ་པའི་གཞི་གཉིས་པའོ། ། །།

གང་ཞིག་འཇིགས་མེད་པོ་ཚ་མེད་ཆགས་བྱིར། །ཡན་ལག་ཆ་ཀུན་གཟུང་  
བར་བཟོད་པ་ཡི། །ལམ་ནི་གཞུག་ཏུ་རུང་དང་མ་ཉམས་པའི། །བགས་པ་སྐྱ་གུའི་ཁ་  
དང་སོ་ལས་པར། །ཞོར་བུ་ནད་མེད་ལས་རུང་བུད་ནས་ནི། །ཆགས་པས་རེག་པའི་

བདེ་རྒྱལ་སྐྱོད་དེ་ཉམས་སྤྱོད། །འདིར་ཡང་ཐ་མལ་མི་ལམ་མིན་བསྐྱབ་བཅས། །ཞེས་  
སྐྱོད་ཕྱི་མ་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་ལོ། །

རང་གི་སྐྱོད་ཡང་གཞན་གྱི་ལམ་རང་ཉིད་ཀྱི། །སྐྱོད་ལུ་ལྟོ་ལོ་ལ་སོགས་པའི་  
སྐྱོད་བ་ཡིས། །བྱུང་བ་བདག་གིར་བྱེད་ནའང་རྒྱལ་ལུ་ལྟོ། །དངོས་གཞི་དོ་རྗེ་མངོན་  
བར་བཅོམ་པ་ཐོབ། །བྱུང་མེད་ལ་སོགས་མ་རྒྱལ་སྐྱོད་ལྟོ་ལོ་དུ། །ལི་དང་  
གཞི་གསུམ་དང་རྟེན་བྱེད་ཆད་ན་ཡང་། །འབྱུང་བར་མེད་དེ་དུམ་བུར་སྐྱོད་བ་  
ལས། །མཚམས་མངོན་མིན་པའི་བྱུང་བ་དང་དངོས་གཞིར་འབྱུང། །སྐྱོད་པའི་  
མཚམས་ནི་མངོན་བར་གྱུར་བ་དང་། །ཤག་ལ་སོགས་པ་བསྐྱེད་པ་སྐྱོད་མེད་མ། །དེ་  
བཞིན་མགོ་བོ་བཅད་པའི་ཁ་ལ་ཡང་། །ཀུན་ཏུ་བཤགས་པར་བྱ་བའི་རྒྱུད་བར་  
འབྱུང། །གོས་ཀྱིས་དཀྱིས་དང་དགུག་པར་བྱས་པ་དང་། །ལམ་ལ་མ་རེག་པར་ཡང་  
རྒྱུད་བར་འབྱུང། །གོས་སྐྱུག་དག་གིས་ཡིན་ན་རྒྱུད་བར་འདོད། །སྐྱོད་མོས་དངོས་  
གཞི་ཡིན་ན་དེ་ལགལ་མེད། །སེམས་བྱུང་ཡིད་ཀྱིས་བྱ་ཡིན་སོ་ལ་སོགས། །རེག་  
པའི་གཞི་ཡི་བར་དུ་སྐྱོད་བ་ཡིན། །

སོ་སོགས་མཚམས་ལས་པར་ནི་དངོས་གཞི་ཡིན། །འབྱིག་པ་ལ་ནི་འདུ་  
ཤེས་གཙོ་བོ་བྱ་མེད། །མི་ཚངས་སྐྱོད་སྐྱོགས་དོ་བོ་བསྐྱུན་པ་ནི། །དཔེར་ན་བསམས་  
བཞིན་ཁུ་བ་འབྱེད་པ་དང་། །འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ནི་འབྱུང་དང་རྒྱུར་སྐྱེགས་  
དང་། །འབྱིག་པའི་ཚིག་རྒྱལ་སྐྱོད་པར་བྱེད་པ་དང་། །ཉལ་ལོམ་ཁྲིམ་དུ་སྐྱུང་མོ་ལྟ་  
སྐྱུར་དང་། །ཚོད་པས་གནས་པ་ཉིད་དང་སྐྱུན་བྱེད་དང་། །ཁྲིམ་དག་ཏུ་ནི་མཚན་མོ་  
འབྱུན་ཅིང་རྒྱ། །མིག་རྒྱུར་གཞི་བ་དང་སྐྱེགས་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །ཡང་དང་ཡང་དུ་བྱུང་



མེད་གདོང་མི་ལྷ། །རེག་པའི་དུག་ལ་ནམ་ཡང་རེག་མི་བྱ། །གལ་ཏེ་ཚུ་དང་མེས་འཆི་  
 དེ་ཡི་ཆོ། །དེ་སའི་འདུ་ཤེས་བྱས་ཏེ་རེག་པར་བྱ། །མོ་ཡི་བརྟུལ་ལྷགས་ཅན་ལའང་  
 ལྷོ་མ་བཙོན་གྱིས། །དེ་མཐོང་ཆགས་ན་དེར་ནི་གནས་མི་བྱ། །རྫོ་སོགས་ཡན་ལག་  
 འཁྲི་ཤིང་མི་བརྟུང་སྟེ། །འདོད་ཆགས་མེ་ནི་མི་སྤྱུག་ཚུས་ཞིང་འགྲུང། །བྱད་མེད་  
 གནས་བསྟམས་འཇུང་ལ་རང་གིས་ནི། །ཚུ་ནི་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་སྦྱིན་མི་བྱ། །རང་  
 ལག་གཅེར་བུ་མོ་ལ་ཟས་ལ་སོགས། །མི་སྦྱིན་ལུང་བ་སྦྱིན་ཞིང་འགྲུང་མི་རུང། །མི་  
 ཆགས་མིག་གིས་བྱད་མེད་ཆོས་བསྟན་བུའི། །མིག་ཚུགས་སུ་ནི་བཞེན་ལ་བསྟོ་མི་  
 བྱ། །བྱད་མེད་རྣམས་དང་ཉལ་འདུག་འགྲོ་ལ་སོགས། །སྤང་བུ་སྦྱེས་བ་ཡོད་ན་ཉེས་  
 པ་མེད། །མི་ཚངས་སྦྱོང་བ་སྦྱོང་བ་སྟེ་བསྐྱབ་པའི་གཞི་གསུམ་པའོ། ། །།

གང་ཞིག་ལྷ་མ་བརྗོད་སྒོ་མ་མི་ཆོས་ལས། །ལྷ་མ་ཞེས་བྱ་དེ་བདག་ལ་ཡོད་  
 ཅེས། །མི་ལ་བརྟུན་ཟེར་གཞན་གྱིས་གོ་ན་ནི། །མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་མ་གཏོགས་དེ་  
 བསྟོལ་བྱ། །བསམ་གཏན་ལ་སོགས་མངོན་ཤེས་འབྲས་བཅས་པའི། །ཡོན་ཏན་  
 རྣམས་འདིར་མི་ཆོས་ལྷ་མར་བསྟན། །དེ་ཡི་རྗོད་པར་བྱེད་པ་རྣམ་མང་དག །དེ་ནི་  
 བཤད་པར་བྱ་ཡིས་མཉན་པར་གྱིས། །ལྷ་ལ་སོགས་མཐོང་བདག་ལ་ལྷ་ལ་  
 སོགས། །ལྷ་བྱེད་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཉིད་ལ་སོགས་ཤེས་སོ། །ཟག་པ་ཟད་པའི་ལྷ་དང་  
 དེས་རྣམས་དང། །བདག་ཉིད་ལྡན་པར་བྱེད་པ་བརྗོད་པ་ཡིན། །དེར་དག་བཙོན་གང་  
 ལྷན་བཟུང་ལ་སོགས་དབང། །དེར་ནི་ཁོ་ལོ་ཡང་དབང་གཞན་མ་ཡིན། །ལྷ་དང་ཐོབ་  
 ལས་ཡོངས་སུ་ཉམས་སྦྱོལ་ཡིན། །བདག་ནི་དགེ་སྦྱོང་ཚུལ་གྱི་ལམ་ཉམས་ཡིན། །དེ་  
 ལྷ་དང་ལྷ་མ་བརྗོད་ཆོག་སྦྱོང་བ་ལས། །དངོས་གཞིས་བཙོན་ཞིང་སེམས་ཅན་དུས་ལ་

སྤོང་འགྲུམ། །སྤྱག་དར་ཁོད་ཀྱི་འདྲེ་དང་རྒྱ་མཚན་ལེ། །རང་གི་མཚན་ཉིད་འདྲིན་ལ་  
སྤོང་བ་རྒྱུད། །དཔེར་ན་བརྟུལ་ཞུགས་ཅན་གང་ལྟའི་སྤྱོད་སྤྱོད། །ཡོད་ཅེས་གཞན་ལ་  
སྤོང་བཏགས་ཟེར་བའང་ཡིན། །ང་ཡིན་ཚིག་མ་ཚང་བས་དེ་རྒྱུང་ལ། །ང་ཡིན་ཚིག་  
འགྲུང་བས་ནི་དངོས་གཞིར་འགྲུམ། །

སྤྱོད་སྤྱོད་བརྟུན་པ་ལས་ཀྱང་ཡིན་ཏེ་དཔེར། །ཀྱུང་ཏུ་སྤྱོད་ལས་བསམས་  
ནས་བདག་སྤོང་བ་པའམ། །ལམ་དུ་འདུག་ནས་བདག་ནི་ལམ་གནས་ཞེས། །ཟེར་བ་ལ་  
སོགས་དག་ལའང་དེ་དང་འདྲ། །མ་ལ་ཤེས་ཁོད་ཀྱང་ང་འདྲ་ན། །འོ་ན་ཕྱིར་འོང་བ་  
ཡི་འབྲས་ལྡན་ཡིན། །ད་ལྟར་ནི་དེ་ལྟར་འཕགས་མིན་ཞེས། །ཟུར་གྱི་སྤོང་བ་བརྟུན་  
བ་ལས་ནི་རྒྱུད། །ཁོ་བོས་དེར་འདིར་བསམ་གཏན་སྤོང་མས་མ་ཞུགས། །དེ་བཞིན་  
ཁང་ཚད་མིན་ཏེ་ལས་པར་མིན། །ཁྱིམ་དེ་གང་གི་ཡིན་པ་དེ་ཆགས་བྲལ། །དེ་ཉིད་  
ངའི་ཡིན་ང་ཉིད་ཆགས་བྲལ་མིན། །བརྟུན་བ་གལ་ཏེ་དཀྱིལ་བཅོམ་བདག་གི་  
བས། །བཞེས་ཤིག་ཟེར་ཏེ་དེ་བཞིན་མི་སྤྱོད་ལེན། །གཞན་གྱིས་བཟུང་བ་ཟད་དམ་ཞེས་  
དེས་ན། །མི་སྤྱོད་ནམ་པས་དང་དུ་ལེན་བྱེད་ཡིན། །དེ་ལྟར་སྤྱོད་སྤོང་བ་བརྟུན་  
བ་བསྟན། །ད་ནི་བརྟུན་དུ་སྤྱོད་བ་གཞན་ཉོན་ཅིག། །གང་ལས་གཞན་པའི་འདུ་ཤེས་  
ཉིད་སྤྱོད་དོན། །གོ་བའི་མི་ལ་སྤྱོད་བ་དེ་བརྟུན་ཡིན། །བརྟུན་ཞེས་བྱ་བའི་ཚུལ་དེ་  
ཚིག་ཡིན་ཡང་། །དག་གིས་གོ་འགྲུང་གལ་ཏེ་ལུས་ཀྱིས་ཀྱང་། །གོ་བྱེད་ཉེས་བྱས་  
ཉིད་དེ་འོན་ཀྱང་རྒྱུད། །འདི་ལྟར་འདིར་ནི་ཚིག་འཇུག་མེད་པས་སོ། །

རང་གིས་རིག་བ་གང་ཡིན་མཐོང་བ་ཡིན། །ཡིད་ཆེས་ལས་སོས་གང་ཡིན་  
སོས་བ་ཡིན། །རྟགས་མ་ངེས་བ་འདྲིན་པར་དགོས་བ་ཡིན། །གཞི་འདི་དག་གིས་

སྐྱུ་མ་ལ་ཉེས་པ་མེད། །གཞན་གྱིས་གང་ཉིད་བརྗོད་པར་བྱའོ། །བཅེ་བར་  
འདོད་པས་གཞན་དང་གཞན་མ་ཡིན། །གལ་ཏེ་གཤེད་མས་གསད་བྱ་བློས་པ་  
ན། །འདི་ན་དེ་ཚེ་དེ་ལ་འདི་སྐད་བརྗོད། །ཚུར་ཤོག་སེལ་མོལ་མ་གནས་མཐོང་ཡང་  
དག་ཏུ། །ཚོད་ཀྱི་ལུས་ཅན་དག་ཏུ་མ་མཐོང་ངོ། །གཞོད་པར་གྱུར་པ་རྣམས་ལས་  
ཡོངས་བསྐྱར་བྱིང། །དེ་སོགས་བརྟག་པས་སྐྱུ་མ་ཉེས་པ་མེད། །བརྟུན་སྐྱར་གཏོགས་  
པའི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བསྟན་ནས། །དེ་ནི་བརྟུན་སྐྱའི་སྤོགས་དང་མཐུན་པ་བརྗོད། །དེས་  
ན་ཚོས་དང་མཐུན་པའི་ལན་གདབ་བྱའི། །བཅེ་བྱིར་མི་སྐྱ་བར་ནི་འདུག་མི་བྱ། །

ལྷ་མ་མཁན་པོ་མི་ཡི་དབང་ལྷུག་དང་། །སངས་རྒྱས་དགེ་འདུན་གནས་  
བརྟན་དག་གི་བཀའ། །བརྟགས་ནས་རིགས་པ་ཉིད་ལ་ཚིག་བཞིན་བྱ། །གལ་ཏེ་ཚོས་  
བཞིན་མིན་ན་བད་སྤྱད་བྱ། །རང་ངམ་གཞན་ནམ་གཉི་གས་སྐྱེ་བོ་ལ། །འདྲེ་སྐད་མི་  
སྟན་པ་དག་མི་བྱའོ། །མི་སྐྱུག་མཆེ་བ་གཅིགས་པའི་སྐད་དག་གིས། །གལ་ཏེ་མན་  
བྱིར་བྱེད་ན་ཉེས་པ་མེད། །ཡལ་གཟུགས་བཅའ་དང་མནའ་དང་མི་སྐྱར་བཅས། །དེ་  
བཀའ་ཡིན་པས་ལམ་དུ་འགྲོ་བ་ན། །མི་སྐྱུ་ཉིད་དམ་ཚོས་ཀྱི་གཏམ་བྱ་ཡི། །བྱད་  
མེད་ལ་སོགས་གཏམ་ཚུལ་མཐུན་མི་བྱ། །ངལ་སོས་གྲས་པས་སངས་རྒྱས་ཚིགས་  
བཅད་གཤོན། །མཚན་མོ་འདུག་ན་རྒྱད་གསུམ་པ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཏེ་གཞན་གྱི་སྣ་ཡི་  
གནས་དག་མཐོང་། །དེར་ནི་སེ་གོལ་གཏོགས་ཏེ་ཚིགས་བཅད་གཤོན། །མཛེས་པོ་  
འབྲེད་དང་རྟུབ་པའི་ཚིག་དག་ནི། །སྐྱོན་ནས་སྐྱ་བ་ལ་སོགས་སྤང་བར་བྱ། །འདུལ་  
བར་དབྱེན་འདི་ཉེས་བྱས་གསུངས་གྱུར་བ། །དེ་ནི་ཡིད་ཀྱིས་ཉེས་བྱས་ཡིན་གཞན་  
མིན། །བརྟུན་དུ་སྐྱ་བ་སྤོང་བ་སྟེ་བསྐྱབ་པའི་གཞི་བཞི་བའོ། ། ། །

འབྲས་བུ་ལ་སོགས་ཁྱེད་པ་བཅོས་པ་ནི། །བཅོས་ཆང་རྒྱན་ཆང་བུ་རམ་ཆང་འབྲས་  
 བསྟན། །ཆེན་པོ་གསལ་མཚན་པ་བུ་བ་སྐྱུར་བའི་ཆང་། །སྤྱོད་འགྲུར་རྩ་མཚོ་ག་གིས་  
 གྲང་བཏུང་མི་བྲ། །སྐྱུར་བའི་ཆང་དང་བཅོས་ཆང་གཉིས་འདྲིར་བསྟན། །དེ་ལོ་ཏ་བ་ལ་  
 སོགས་བསྐྱོག་སྤྱིར་རོ། །སྤྱོད་འགྲུར་སྤོས་པས་མ་རེད་ཉམས་པ་ཡིན། །བག་མེད་  
 སྤོས་པས་སྤོར་བའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །གང་ཞིག་སྤྱོད་འགྲུར་ལེས་པས་སྤོས་འབྲུང་  
 བ། །འབྲུངས་ལ་སྤོས་ན་ཉེས་བྱས་ཉིད་ཡིན་ནོ། །བྱ་རྩ་དང་ཉི་མའ་མ་ཟ་བ་ལས། །དེ་  
 དང་འབྲ་བར་ཉེས་བྱས་དོན་ལ་འཛོམས། །པལས་ཀྱི་དོན་གྲུ་འམ་རྩ་སོགས་སྤོས་སྤྱེད་  
 གང་། །གལ་ཏེ་ཟ་ན་རྩུང་བ་ཉིད་དུ་འགྲུར། །གང་ལ་སྤོས་འགྲུར་ཁྱེད་འཛོམ་རྩ་  
 ཡོད། །སྤོས་འགྲུར་ཁྱེད་པ་མིན་ཡང་བཏུང་མི་བྲ། །ལུས་ལ་བསྐྱུད་དང་མཁུར་བར་སྤྱོད་ས་  
 པ་ནི། །ན་བ་མ་གཏོགས་སྤོས་ཁྱེད་པ་མི་བྲ་འོ། །གལ་ཏེ་སྤོས་དང་དེ་ཡི་ཁ་དོག་  
 ཚེས། །མ་སྐྱུར་བའམ་སྤོས་པར་འགྲུར་བའི་ཁྱེད་པ་ཡི། །དངོས་པོར་མ་རེད་ཉམས་འབྲུང་  
 ཉེས་མེད་དེ། །འདི་ལྟར་འདྲིར་ནི་སྤོས་འགྲུར་སྤྱང་བུ་ཡིན། །སྤོས་པར་འགྲུར་བའི་  
 སྤོགས་མ་སྐྱུར་དཔེར་བྱས་ནས། །དེ་ག་བཅོང་གེ་ལུ་དང་སྤོག་སྤྱི་ཡིན་པར་བཤད། །དེ་  
 ཡང་ནད་ལ་མཁུར་པས་ལུང་ལོག་པས། །གནང་ངོ་དད་མེད་མི་ཡི་མངོན་སུམ་  
 མིན། །གཙུག་ལག་ཁང་གི་སྤྱི་རོལ་དཔེར་སྤོགས་སྤྱ། །ཁང་བ་བྱས་ནས་བུ་བའི་ཆེད་  
 དུ་འཇུག། །དེ་ཡང་དགོ་འདུན་མལ་སྟན་རྣམས་ལ་ནི། །ནམ་ཡང་ལོངས་མི་སྤྱུད་པར་  
 བཀའ་སྤྱུལ་ཏོ། །ལུས་ལ་རྩི་དང་ཉིད་དང་བྲལ་འོག་ཏུ། །རང་བཞིན་གནས་སྤྱིས་གཙུག་  
 ལག་ཁང་འཇུག་བྲ། །སྤོས་པར་འགྲུར་བ་སྤོར་བ་སྤྱེ་བསྐྱབ་པའི་གཞི་ལྟ་བུ་འོ། ། །།

ལྟོ་གར་སྤྱུ་དང་རོལ་མེའི་སྤྱ་ཡང་རུང་། །བརྟུལ་ཞུགས་ཅན་གྱིས་རང་རམ་

གཞན་གྱི་མི་ལ། །འདི་འདྲར་འཁོར་བ་ལ་ཆགས་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་གལ་ཏེ་བྱེད་  
 བ་ཉམས་བྱས་འགྲུབ། །མཚོན་པའི་ཆེད་དུ་འང་རོལ་མོའི་སྐྱ་དང་ནི། །སྐྱ་ཕྱོས་ཞེས་  
 བྱི་མི་བརྗོད་འོན་ཀྱང་ནི། །སྐྱ་དང་སྐྱ་མི་དབང་པོས་ཞབས་རུལ་གཏུགས། །སངས་  
 རྒྱས་ལ་ནི་མཚོན་པ་ཕྱོས་ཞེས་བརྗོད། །ཚོས་སྐྱོག་བྱེད་པའི་སྐྱ་ནི་ཉེས་པ་  
 མེད། །སྟོན་པའི་ཡོན་ཏན་སྐྱོག་པའང་དེ་བཞིན་ནོ། །དམ་ཚོས་ཆེད་དུ་སྐྱ་ནི་མི་ཤེས་  
 བ། །དབེན་པར་སོང་སྟེ་རབ་ཏུ་བསྐྱབ་པར་བྱ། །མཚུ་འབྲུང་ལ་སོགས་གར་སོགས་  
 ཕྱོགས་མ་ཐུབ་ཡིན། །བྱིའུ་ལུལ་དང་ནི་རིང་དུ་འགོ་བྱེད་དང། །སྟེང་དུ་འབྲུང་དང་  
 མཚོང་དང་རྒྱག་ལ་སོགས། །ཅེད་མོའི་རྒྱ་ཡིན་པས་ན་དེ་བཀག་གོ། །འཕགས་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་དགོང་ན་སོ་སྦྱང་སྟེ། །དེ་བཞིན་སྐྱ་དག་ཆེན་པོར་མི་བྱ་འོ། །ལག་པའམ་  
 ཚོས་གོས་ཀྱི་ནི་མཐའ་མ་ཡིས། །ཁ་དག་རབ་ཏུ་བཀག་སྟེ་སྐྱལ་བར་བྱ། །སྐྱན་པས་  
 ལུང་སོག་པས་སམ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར། །དབེན་པའི་ཕྱོགས་སུ་རྒྱལ་ནའང་ཉེས་མེད་  
 དོ། །གང་དུ་བྱུང་མེད་དམག་མི་རྣམས་བྱེད་པའི། །འཇུག་ངོགས་དེ་ནི་རིང་པོར་སྐང་  
 བར་བྱ། །སྐྱ་གར་ལ་སོགས་པ་སྟོང་བ་སྟེ་བསྐྱབ་པའི་གཞི་རྒྱག་པའོ། ། །

གང་ཞིག་སྟོས་བྱུག་མེ་ཉོག་སྟེང་བ་དང། །དེ་བཞིན་ལུས་མདོག་ཁ་དོག་བྱ་  
 བ་དག །མི་གཙང་སྟོན་གྱི་ལུས་ལ་འཆང་བྱེད་ན། །ཚོངས་པ་དེ་ནི་ཉེས་བྱས་ཉིད་  
 ཀྱིས་གཟེར། །འདབ་ཆལ་གསུམ་དང་གོས་ལ་འདུག་བྱེད་དང། །སེན་མོ་བྱི་དོར་  
 མིག་སྐྱན་མཚུ་བསྐྱར་དང། །གཡན་པ་མ་གཏོགས་སོ་སྐག་ལོང་བྱ་ལས། །ཡན་  
 ལག་འདུད་ལ་སོགས་པ་ཉེས་བྱས་ཡིན། །ནད་པས་བདེན་པར་འདུག་ནས་སྐྱ་བྱ་  
 སྟེ། །འདྲིག་ཉེན་མ་དང་འགྲུར་བ་བརྗོད་ཕྱིར་རོ། །དད་ལྡན་དག་གིས་རྐང་བ་སྟོས་

ལྷགས་ལ། །སྦྱིན་བདག་གི་ནི་སྦྱོག་ཏུ་བཟུ་བར་གྱ། །འབགས་པས་མེ་ཉོག་ཟི་ནི་ཞིམ་  
 བོ་དག། །མི་པན་སྦྱམ་བསྐྱམ་འདོད་ཆགས་སྦྱོས་མ་ཡིན། །དེ་ནི་སྦོས་སོགས་ཕྱོགས་  
 མ་སྐྱེན་སྐྱབས་ཡིན་པས། །ཚུ་ལ་སོགས་པར་བཞིན་ལ་བཟུ་མི་གྱ། །དེས་ནི་ལུས་ཀྱི་  
 སྤ་སྦྱིའི་གནས་སྐྱབས་དང་། །མ་ལ་སྦྱ་བ་ལྟུང་བ་མེད་པར་འཇུང། །མཚོད་སྦྱིར་  
 ཐོགས་བྱུག་རིས་ཤིག་སྦྱད་ལ་སོགས། །སྦྱབ་སྦྱབ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་སྦྱང་བར་  
 གྱ། །རིམས་སོགས་ཞི་བར་བྱ་སྦྱིར་དཔུང་གཡོན་ལ། །སྦྱགས་ལ་སོགས་པའི་སྦྱད་  
 བ་ལ་སོགས་བཅང་། །རིམས་དང་བྱལ་ནས་སྦྱད་པ་བཞོལ་ནས་ནི། །བྱ་ག་གཙང་  
 མའི་ཕྱོགས་སུ་བཞག་པར་གྱ། །སྦོམ་བཙོན་དག་གིས་གཏུགས་བཟ་བཅང་མི་  
 གྱ། །ཤོང་དུ་དེ་བསྐྱེད་བའང་བཀག་པ་ཡིན། །ལོ་མ་ལས་ནི་བྱས་བའམ་སྦྱུག་མའི་  
 གཏུགས། །ཡུ་བའང་གཏུགས་ཀྱི་ཚད་དུ་བཤད་པ་ཡིན། །སྦོས་ལ་སོགས་པ་སྦོང་བ་  
 སྦེ་བསྦྱབ་པའི་གཞི་བདུན་པའོ། །།

མལ་ཆེན་མཐོན་པོ་དག་ལ་ཉལ་བྱེད་ལ། །ཉེས་བྱས་བཟ་མི་ཤིས་པས་རེས་པར་  
 གཟིར། །ཞུ་གང་ལས་ལྷག་ཚད་ནི་མཐོན་པོ་ཡིན། །རིན་ཆེན་ལ་སོགས་རྐང་པ་སྦྱས་  
 ཆེན་ཡིན། །སྦྱན་མཐོན་རིན་ཆེན་འོད་གྱིས་མཛེས་པ་ལ། །འདུ་བྱེད་འཛིག་པའི་ངང་  
 ཅན་འདིར་བསམས་ཉེ། །འཛེགས་ནས་ཚོས་བསྐྱབས་པ་ནི་སྦྱིན་བྱ་སྦེ། །བདེ་  
 གཤེགས་ཚོས་ཀྱི་མཚོད་བྱ་ཡིན་པས་སོ། །ཁྱིམ་པས་རིན་ཆེན་འོད་འབར་བྱས་བྱིན་  
 བའང་། །མི་རྟག་ཉིད་དུ་བསྦྱོམ་པས་འདུག་པར་གྱ། །གཞོད་སྦྱིན་གནས་དང་ལྷ་ཁྱིམ་ལྷ་  
 གནས་སུ། །སྦོམ་བཙོན་འདུག་ནའང་ཉེས་པ་མེད་པ་ཡིན། །མཐོན་པོ་ལ་སོགས་  
 ཕྱོགས་མ་སྐྱེན་ཉེན་ཉལ་ཡིན། །གཉིད་ཀྱི་ནང་དུ་གྱུར་བ་ཡུང་ཅམ་གཙང་། །ན་དང་དེ་ཡི་

ནད་གཡོག་མ་གཏོགས་པ། །བརྟམ་ཞུགས་ཅན་ནི་མར་མེས་ཉལ་བ་བཀག། །གདིང་བ་  
 མེད་བར་ཉལ་བར་རིགས་མ་ཡིན། །ཡུལ་གྱི་དབུས་སུ་མལ་སྟན་གོ་སྟོན་གས་  
 མིན། །ཁྱིམ་དག་ཏུ་ནི་སྟན་ཅམ་ཁོ་ན་དབང་། །ཡུལ་གྱི་མཐའ་འཁོབ་དག་ཏུ་གཉི་ག་  
 དབང་། །སྤང་ཆེན་ཏྲ་དང་སྟག་དང་སེང་གེ་དང་། །སྤེལ་བྱི་ལའི་བགས་བཤང་རུང་མ་  
 ཡིན། །མཆིལ་ལྷམ་བལ་བ་ཇ་དང་ལུན་ཇའི་འཇག །རྩ་ལ་སོགས་ལས་བྲས་བཤང་  
 བཅང་མི་བྱ། །གཙུག་ལག་ཁང་སྤེང་གནས་ཁང་ཁྲམས་རྣམས་སྟ། །ཤིང་ལས་བྲས་  
 ལྷམ་རྟག་ཏུ་མི་གནང་ངོ། །བཤང་དང་གཅི་བའི་ཁང་བའི་སྟོགས་དང་ནི། །ཁྱིམ་ནང་  
 བཅས་མ་བསྟར་བར་ཉེས་པ་མེད། །མཇེ་ཅན་གྱིས་ནི་དགོ་འདུན་ཁྱི་སོགས་  
 སྤང་། །དགོ་འདུན་རྣམས་དང་འདུ་སོགས་དེ་བཞིན་ནོ། །དགོ་འདུན་སྤྱི་བོ་མེད་བར་དེ་  
 བཞག་སྟེ། །སྟན་གྱི་སྤྱོད་བ་དག་གིས་བསྐྱུང་བར་བྱ། །ནད་གཡོག་གིས་ཀྱང་ནད་བ་  
 ཐམས་ཅད་ལ། །གསོན་བ་རྙེད་བར་དཀའ་བ་རྟོགས་བྲས་ཏེ། །རང་བཞིན་ཁ་ན་མ་ཐོ་མ་  
 གཏོགས་བསྐྱིམ། །བཅས་བའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བས་ཀྱང་བསྐྱུང། །མལ་མཐོན་པོ་ལ་སོགས་  
 བ་སྤོང་བ་སྟེ་བསྐྱབ་བའི་གཞི་བརྒྱད་བའོ། ། །།

རང་སྤིང་སྐྱ་རེངས་དང་པོ་སོགས་བརྒྱང་ནས། །ཉི་མ་བྱེད་བར་འདིར་ནི་  
 དུས་ཡིན་ཏེ། །དེ་ཡོལ་གང་ཞིག་དུས་རུང་བ་བྱེད་དེ། །ཉེས་བྲས་སྟོན་གྱི་གོང་བུའི་  
 ཟས་རྣམས་ཟ། །སྤྱིགས་བ་ཟས་བཅས་བྱུང་ན་པོར་བྲས་ནས། །འབད་བ་དག་གིས་  
 ཁ་ནི་བཟུ་བར་བྱ། །ལས་གྱི་དབང་གིས་མིད་བ་གཉིས་ཡོད་ན། །བསྐྱུང་བདག་  
 བཞིན་ཅི་དགར་མིད་པར་བྱ། །གལ་ཏེ་འདི་ལ་བརྟམ་ཞུགས་གནས་བའི་ཆེ། །ཉི་མ་  
 གཅིག་ཀྱང་འདོད་ཡིན་དེ་ཡི་ཆེ། །ནད་བ་ལ་ནི་མཁས་བའི་ལུང་ཉིད་དུས། །ཤོངས་

བ་ལ་ནི་དུས་མིན་མེད་པ་ཡིན། །ཡ་རབས་རྣམས་ཀྱིས་ཤེད་ཉ་གནང་  
 གང་། །གཞོན་དང་བཅེ་མེད་རོ་སོགས་ལ་ཆགས་དང་། །ཡོངས་སུ་བཅལ་བའི་  
 སེམས་དག་སྤངས་ནས་ནི། །སྤྱང་བཟེད་ཡོངས་པ་དེ་ལ་བརྟགས་ཏེ་བཟུལ། །ནས་  
 ཆལ་སྤྱུལ་ཁུར་འབྲས་ཆེན་ཉ་དང་ཤ། །འདི་དག་སོག་གནས་བྱ་སྤྱིར་བཟུལ་བར་  
 གསུངས། །སྤོང་བྱ་འབྲས་བྱ་ལྷུང་ལ་ལ་སོགས་རྟ། །དེ་དག་བཅལ་བ་དུས་སུ་རུང་བ་  
 ཡིན། །དུས་མི་རུང་བ་རྩ་ཤིང་འབྲས་བྱ་ལ། །སོགས་པའི་བརྟུང་བའི་ཆགས་  
 བཅགས་རུང་རྩལ་བསྤང། །དར་བ་དང་ཅབས་རྩལ་ཁུ་སྤྱུར་བའི་ཚ། །བྱ་རམ་ཤིང་  
 ཁུ་དང་བ་འབྲུ་ཚ་ཡིན། །བྱ་རམ་དང་ནི་འབྲུ་མར་སྤང་ཅི་མལ། །དུགས་དང་ཞག་དང་  
 ཁ་རར་བཅས་ཉིད་ཡིན། །ཡུང་དང་སྐུ་གཤེར་སྤྱང་ལ་སོགས་ཅ། །སྤེ་ཉེས་ཚན་  
 དན་དམར་པོ་སོགས་སྤོང་བྱ། །ནིམ་པ་བ་ཏོ་ལ་སོགས་པོ་མར་བཤད། །

མེ་ཏོག་ད་ཏ་ཀི་དང་བ་ཤ་ཀ། །འབྲས་བྱ་སྤྱུ་རུ་ན་མེ་ཤམ་པ་རུ། །ཨ་རུ་ཀ་  
 ཀོལ་སྤྱུག་སྤེལ་མི་མི་ཡིང། །ཏིལ་སོགས་འགྱུར་བྱེད་དང་ནི་ཚ་ལྷ་དང། །ཐང་རྩ་རྩ་  
 རྩེགས་སྤ་ཅི་ཤིང་ཀུན་དང། །སྤྱ་ཚིལ་བཤེས་པ་བསལ་སྤྱིར་བཟུལ་མིན་གང། །དེ་  
 དག་མ་ཤི་བར་བཅངས་སྤོན་དུ་གསུངས། །དུས་མིན་རུང་དང་དུས་སུ་རང་བསྤེས་  
 གང་། །དེ་ནི་དུས་སུ་རུང་བའི་དབང་གིས་སྤྱེད། །དུས་མིན་སྤོགས་མཐུན་སྤོད་  
 གཞན་ཡོད་པ་དང། །འདིགས་མེད་སྤོགས་སུ་སྤོད་གཅིག་ནས་བཟུལ་ཡིན། །པ་མ་དང་  
 བི་གཅིག་ཏུ་བཟུལ་ལ། །རོ་སྤྱིར་སྤྱེ་བོ་མེད་པར་ཉེས་པ་མེད། །དགའ་བོ་ལ་སོགས་  
 མཛོ་ལས་གསུངས་རྩལ་དང། །འེགས་དང་ཚོད་དང་ལྡན་པས་ཟས་བཟུལ་བྱ། །ཁམ་  
 རྩལ་བཟུལ་ཆེ་བ་རིགས་མིན་ལ། །ཁ་ཁམ་བཅས་པས་ནམ་ཡང་སྤྱ་མི་བྱ། །མི་སྤོན་



མི་བྱ་གཏོར་བར་བྱ་མ་ཡིན། །མཚོད་ཉེན་འདྲ་བྱས་བཅོམ་སྟེ་ཟས་མི་བཟུལ། །སྟག་གིས་ཐོས་པའི་གོད་ཀྱི་ཤ་རྣམས་དང། །ཚེད་དུ་བྱས་པ་དག་ནི་བཟུང་མི་བྱ། །ཁྱ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་ལྷག་མར་བྱས་པའི་ཟས། །གང་ཡིན་དེ་མཚུངས་ཐོབ་འཁོར་པོར་ཉེ་བཟུལ། །ལྷང་བཟེད་གཞི་ལ་རྐང་ཕྱོགས་མཐུན་ལས་མིན། །

མཚིལ་ལྷན་གྱི་བཞེན་མིན་གོས་གཅིག་པས་མིན། །སྤོབ་པས་བསྐྱོན་ལྷན་པས་མཚིལ་ལྷན་སྟེང། །རྐང་པ་བཞག་སྟེ་དེ་ལྟར་འདོད་པར་བཟུལ། །དེ་ཡི་བདག་པོ་འཕེལ་འདྲིམ་བར་བྱེད་པ་ལ། །འདི་འཕེལ་འདི་ལས་བྱེད་ཞེས་བརྗོད་མི་བྱ། །འཕེལ་གས་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེམ་གྱིས་ཐོབ་པ་བཟུལ། །འདིར་ནི་ལྷན་པ་རྣམས་ལ་བཀག་པ་མིན། །ཐོས་པའི་ལྷག་མ་ལས་ནི་ཚང་གཅིག་གཞག་ཚེད་དུ་མི་བྱ་དགག་པའི་རྒྱ་འདིར་ཁ། །འདག་པའི་རྗེས་སམ་རུང་བའི་རྒྱ་རྣམས་ཀྱིས། །ཐོས་ནས་ཁ་ཡང་ཁ་ཟས་མེད་པར་བྱ། །དུས་མ་ཡིན་པའི་ཁ་ཟས་སྟོང་བ་སྟེ་བསྐྱབ་པའི་གཞི་དགུ་བའོ། ། །

དདུལ་དང་གསེར་གྱི་རྣམ་པ་ལེན་བྱེད་ན། །ཉེས་བྱས་འགྲུར་རོ་གོས་དང་རྒྱགས་ཕྱིར་དང། །ལུས་ཀྱི་ཕྱིར་དང་དེ་བཞེན་སྤོབ་ཕྱིར་རམ། །ཚོས་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་ནི་སྤྱད་བ་མེད། །ལེན་པའི་རྗེས་སུ་མ་སྤོབ་པའི་དཔེར་བྱ་ན། །ཚོས་གོས་ལ་སོགས་ཡོད་བཞེན་གོས་སོགས་སྟོང་། །ཁབ་རལ་བ་སོ་རུས་ལ་སོགས་པའམ། །གསེར་གྱིས་སྤྲས་པ་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །རྟེན་འདོད་ཉོ་དང་བཅོངས་ལ་སོགས་མི་བྱ། །དགོས་པའི་འབྲེལ་བ་ཡོད་ན་ཉེས་པ་མེད། །གལ་ཉེ་གོས་དག་ཉོ་བར་འདོད་ན་ནི། །བྱིམ་པ་ལ་བཅོམ་ཉོ་བྱ་རང་གིས་མིན། །གལ་ཉེ་ཉོ་བྱེད་སྤྱོད་པོ་འགའ་མེད་ན། །ཚིག་ནི་གསུམ་གྱི་བར་དུ་བརྗོད་པར་བྱ། །

གས་པས་འཁོགས་དང་ནད་པ་མ་གཏོགས་པ། །སྤྲོམ་བཙུག་གཞན་གྱིས་  
 ལུས་འཁྱུད་བཅང་མི་བྱ། །རྟེན་ཕྱིར་སྤྱོད་ལམ་ཚུལ་འཚོས་ཡིན་པར་བསྟན། །ཆགས་  
 པས་གཞན་ལ་སྤོད་པ་ཐོབ་གྱིས་འདྲེ། །རླུང་དུ་བྱིན་ནས་མང་པོ་ཚོ་ལ་བྱེད་  
 དང་། །གཞན་གྱི་བསྐྱེད་པ་བྱེད་པ་གཞོགས་སྤོང་ཡིན། །རྟེན་པའི་ཕྱིར་ནི་གཙང་  
 དང་སྟོན་པར་སྤྲ། །ཐམས་ཅད་ཁ་གསལ་གྱི་ཡིན་པར་འཕགས་པས་བཤད། །དེ་དག་  
 དཔེ་ཚམ་གཞན་ཡང་ལོག་སྐྱབ་པ། །འཚོ་བར་བྱེད་པ་དག་ནི་རྟག་ཏུ་སྤང་། །གསེར་  
 དངུལ་རེག་པ་སྤོང་བ་སྟེ་བསྐྱབ་པའི་གཞི་བཅུ་པའོ། ། །།

ཁྲིམ་པའི་རྟགས་ནི་སྤང་བ་སྐྱབ་པས་ན། །དེ་ཉམས་སྤོགས་མ་ཐུན་ཡོངས་སུ་  
 སྤང་བར་བྱ། །ཁྲིམ་པ་འདྲ་བར་ཤམ་ཐབས་མི་བཤོ་ཞིང་། །ཁ་དོག་གཅིག་པའམ་ཁ་  
 ཚར་ཅན་དཀར་མིན། །ཕྱི་རོལ་དག་ཏུ་ཚོན་ཅན་གོས་གཡོགས་ན། །དཀར་པོ་འང་  
 ཉིན་པར་བཤོ་བར་གནང་བ་ཡིན། །དགོ་འདུན་ཁྲི་དང་ཁྲི་ཉུ་ལེ་ཉུ་རས་ལ། །གདིང་བ་  
 བཏིང་ནས་སྤྱོད་ནའང་དེ་བཞིན་ནོ། །གོས་རྣམས་ཁ་དོག་བསྐྱར་ཕྱིར་ཚོན་ཅི་  
 གསུམ། །རུར་སྤྲིག་ཅི་དང་སྤོན་པའི་མདོག་དང་བཅས། །མཚལ་དང་དེ་བཞིན་རྒྱ་  
 སྤྲིགས་བཙོད་རྣམས་དང་། །ལུང་ལུམ་དང་ནི་མཐིང་ཤིང་མི་ཁྲི་དང་། །རྩ་ཤིང་ལེ་  
 བཞན་ཅི་རྣམས་མི་རུང་སྟེ། །བརྒྱད་པོ་ཚོན་ཆེན་ཡིན་པས་དེ་བཀག་གྱིར། །མེན་མོ་  
 རྟེན་དང་སྐྱ་གྱིའི་སོ་འདྲ་བར། །ཐོག་བྱ་དེ་ལས་གཞན་གྱི་རྣམ་པར་མིན། །དགོན་  
 པར་གནས་པའི་སྤྱ་དང་ཁ་སྤྱ་དག །སོར་གཉིས་ལས་ནི་སྤྲུག་པར་གཞག་མི་བྱ། །

གོང་མཐའ་དེ་བས་རྒྱུད་སྤྲུག་དེ་བཞིན་ནོ། །སྤྲ་ནི་བ་ལང་སྐྱ་འདྲའི་བྱི་བྱང་  
 སྤང་། །ཕྱིན་པ་མིག་དང་མཚན་ལྷང་ཤེད་སྤྲིན་ལ། །ཐོག་པར་བྱ་བ་ཤིན་ཏུ་ཐག་རིང་

སྤང་། །སྤྱ་ནམས་ཐེག་པར་བྲས་ནས་ཁྲུས་དག་གྲ། །ཡང་ན་ཡན་ལག་ལྷ་པོ་བཟུ་བར་  
 གྲ། །དང་པོ་ཁའམ་མགོ་ནི་ཅི་འདོད་ཐེག་ །དེ་ཡི་འོག་ཏུ་སྤྱ་ཡི་ནང་བྲ་ཞིང་། །ལག་པ་  
 ཏང་པ་སེའ་མོ་འི་རིམ་པས་གྲ། །འདི་ལྟར་འདི་ནི་འབྲེག་མཁའ་ལས་ཡིན་ལོ། །སྐས་  
 ལ་འཛེག་དང་དེ་བཞིན་ཉིན་ཉིན་ལ། །ཤམ་ཐབས་མཐའ་མ་མཉུད་པ་དོར་བར་  
 གྲ། །སྤོམ་བཙོན་གྱིས་ནི་ཁྲུར་སྤྱི་བསྐྱར་མི་གྲ། །ཡང་ཡང་མགོ་པོ་སྐག་པ་ཏེད་པས་  
 མིན། །བཀུག་དང་སྐལ་དང་འདོམས་སྤང་བྲས་པ་དང་། །དེ་བཞིན་ཚོག་ཚོག་པོར་  
 ཡང་འདུག་མི་གྲ། །བསྐྱབ་བཙོས་ལས་གསུངས་སྤྱོད་ལམ་ལྟ་བུར་ནི། །བྲ་ཡིན་  
 འདིར་ནི་དེ་དག་དཔེ་ཅམ་ཡིན། །ཁྲིམ་པའི་ཉགས་སྤོང་བའི་སྤྱོགས་དང་སྐྱབ་པ་སྤྱེ་  
 བསྐྱབ་པའི་གཞི་བཅུ་གཅིག་པའོ། ། ། །

སྤོམ་བཙོན་ཉགས་ནི་ཁས་སྤངས་བརྗོད་པས་ན། །དེར་གཏོགས་ཉམས་པའི་  
 སྤྱོགས་མ་སྐྱབ་སྤང་བྲ་སྤྱེ། །དཔེར་ན་སྤྱ་སྤྱེགས་ཉགས་ནི་སོགས་པ་དང་། །གཅེར་  
 བྱར་སྤྱ་འབལ་ལག་པར་ཐས་ཐ་དང་། །དི་ལ་མཚོན་དང་ཉི་ཟླ་ལྟ་བུའདྲ་དང་། །མེ་ལྷ་  
 བསྐྱེན་པ་ལ་སོགས་སྤང་བར་གྲ། །མཆིལ་མ་ལ་སོགས་སེ་གོལ་གཏོགས་བྲས་  
 ཉེ། །དེ་ནས་སྤང་བའི་སྤྱོགས་དག་ཏུ་ནི་དོར། །བཤའ་བའི་ས་དང་གཅི་བའི་ཉེ་འཁོར་  
 དུ། །སྤྱ་ཚོགས་གཏམ་གྱིས་ཡུན་རིང་གནས་མི་གྲ། །ཁ་ཏོག་བཙོན་སྤྱོགས་ལ་སོགས་  
 དེར་མི་གྲ། །སྤྱད་དག་སྤྱང་སྤྱེ་བཙོགས་ནས་འཇུག་པར་གྲ། །

བཤའ་བའི་ས་དང་གཅི་བའི་ས་དག་གྱང་། །སོ་སོ་ཐ་དང་ཡིན་ཉེ་དེར་མི་  
 བརྗོད། །གཅི་དང་བཤའ་དང་དེ་བཞིན་རྒྱང་དག་ནི། །བྱང་བར་གྱུར་ན་དལ་བྲས་  
 གཏར་བར་གྲ། །འབྱུང་བ་བཀག་པ་ནམ་ཡང་འདོད་མ་ཡིན། །མ་ལ་སྤར་ནི་འཇམ་

མོས་སྤྱིས་ནས་ཀྱང། །ཚུ་མང་དག་དང་ས་ཡིས་ལྷས་བྱེད་དེ། །ལག་པ་གཡོན་པར་  
ས་ནི་ལན་བདུན་རྒྱལ་གས། །དེ་ཡི་འོག་ཏུ་ལག་པ་གཉི་གར་བདུན། །ས་དེ་དག་ཀྱང་སོ་  
སོར་རིམ་པར་གཞག། །དེ་བཞིན་ཚུ་མང་ལག་པ་གཉིས་བརྒྱས་ནས། །དེ་འབད་ལག་  
དར་བྱིན་པ་ལེགས་སྤྱིས་ཏེ། །སྤྱིས་ཀྱང་ལག་པ་གཉི་ག་བརྒྱ་བྱ་ཞིང། །སྤྱི་ནས་རི་ལ་  
བརྟུང་བ་གཉི་ག་ཡིན། །སེམས་ནི་དག་ན་གཙང་བ་ཡིན་པར་བཤད། །དྲི་དང་གོས་  
པ་དག་དང་བྲལ་ཚམ་ཡིན། །

བཙོམ་ལྷན་ནང་གི་གཙང་སྦྲར་གསུངས་པ་ནི། །ལུས་ལ་སོགས་པའི་སྤྱི་ག་  
སྦྲང་གང་ཡིན་པའོ། །བརྟུལ་ལྷགས་ཚན་གྱིས་བཤུང་དང་གཅི་བ་དང། །སོ་ཡི་རྩི་  
བསལ་ཕྱོགས་ནི་དབེན་པར་བྱ། །སོ་ཤིང་དག་ནི་ཚུ་ཡིས་བརྒྱས་བྱས་ནས། །དོར་  
བར་བྱ་འོ་ཚུ་དག་མེད་ན་ཡང། །སྤྱེ་ཡི་རྩི་མས་ཤི་བཞིན་འདྲིར་སྦྲར་ན། །མི་རྩུང་  
བསྐྱེམས་ཏེ་ས་ལ་སྤྱིས་ནས་སོ། །སྦྱང་བཟེད་གཉིས་ཏེ་ས་བྱས་སྤྱུགས་ལས་  
བྱས། །སྦྱང་བཟེད་གཞན་མིན་ཚུང་ཆེ་སྦྱ་བ་མིན། །ཁར་གསེལ་སྦྱ་དང་ལྷན་པ་བཙང་  
བྱ་སྟེ། །དེ་ནི་གོ་བྱེད་ཁྲི་སྦྱོང་ཡིན་པས་སོ། །རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཉམས་པའི་ཕྱོགས་དང་  
མཐུན་པ་སྦྱོང་བ་སྟེ་བསྐྱབ་པའི་གཞི་བཙུ་གཉིས་པའོ། ། །

སྦྲ་མང་གསོལ་བཏབ་སྦྲ་མ་ཉམས་ཕྱོགས་མ་སྤྱན། །རང་གི་སྦྲ་མ་མ་གྲས་དེ་  
ཡིན་པས། །བདག་ཉིད་འདོད་པས་ས་ལྷར་རབ་སྦྱག་དང། །ལུས་པ་བྱས་ནས་སྦྲ་  
མར་རིམ་གྲོ་བྱ། །བཤུང་དང་གཅི་དང་སོ་ནི་དག་བྱ་དང། །མཚམས་ཀྱི་ནང་དུ་རྒྱལ་  
ལ་བྱག་བྱ་དང། །ཚུ་དག་བརྟུང་བར་བྱ་བ་མ་གཏོགས་པ། །ཐམས་ཅད་རྩིས་ནས་བྱ་  
བ་ཡིན་པར་གསུངས། །སྦྲ་མ་བས་སྦྲར་ནངས་པར་ལངས་ནས་ནི། །གདོང་དག་

བཟུམ་ནས་བདེ་གཤེགས་ཕྱག་འཚལ་ཏེ། །དེ་ནས་སྐྱེ་མར་གྲུས་བཅས་ཕྱག་བྲས་  
ནས། །བཏུང་དེ་སྐྱེ་ལ་མ་ཉམས་ཞེས་འདི་ནས། །བྱ་བ་ཉིད་ཀས་ལུང་མཚོས་དེ་ལོག་  
ཏུ། །དེ་ཡི་གནས་ཁང་ཉེ་འཁོར་ཕྱགས་དར་བྱ། །དེ་ནས་རྒྱལ་ལ་དགྲིལ་འཁོར་བྲས་  
ནས་ནི། །དད་པས་འདུད་བཞིན་དུ་ནི་བསྐྱོར་བྱ་ཞིང། །ཉེ་བའི་སྐྱོམ་བཙུན་ཀུན་ལ་  
ཕྱག་བྲས་ནས། དགེ་བས་ལུས་ལ་སྦྱིང་པོ་སྦྱང་བར་བྱ། །སྐྱེ་མ་དག་ལ་བསྐྱེན་བཀུར་  
བྱེད་པ་ན། །ཟས་སྐྱོམ་ལ་སོགས་ཞེས་པོ་ཀུན་ཀྱང་དབུལ། །ཕྱག་བྲའི་ལམ་དུ་སྦྱིན་  
ནའང་ཕྱག་བྲ་སྟེ། །བརྟུལ་ཞུགས་ཅན་དང་མི་མ་སྐྱུན་བཀོལ་མི་བྱ། །

འདི་གཉེན་གསུམ་གྱི་སྟོན་པའི་མི་དབང་གིས། །དེས་ཀྱང་ཨ་ལོག་གྲ་ཞེས་  
བརྗོད་པར་བྱ། །ཀུན་ཞུགས་ཤིན་ཏུ་ཀུན་པོ་སྦྱིད་བྱུང་དང། །ཁྱིམ་བ་སྦྱིད་བ་བྱུང་  
ནའང་སོས་ཞེས་བརྗོད། །གཞོན་ལུང་སྦྱིད་བྱུང་ཨ་ལོ་གྲ་ཞེས་བྱ། །ཀུན་ལ་སྦྱིད་བྱུང་  
ཚིག་གིས་ཕྱག་བྲ་ལོ། །འདི་ལ་བཀུར་སྦྱིས་ཕྱག་བྲ་ཀུན་གཉིས་ཏེ། །ཡན་ལག་སྤྲ་དང་  
སྦྱིད་བཟུང་རང་བཞིན་ནོ། །སྐྱུན་ལུང་སྐྱེ་མའི་སྦྱི་པོས་སར་གཏུགས་པའི། །ཕྱག་  
དག་མི་བྱ་ཚིག་གིས་ཕྱག་བྲ་ལོ། །སྐྱོམ་བཙུན་བཅའ་བ་འགའ་ཞེག་འཚའ་བྱེད་  
ན། །ཕྱག་དག་མི་བྱ་དེས་ཀྱང་ཕྱག་མི་བྱ། །

མི་གཅང་ལམ་གྱི་སྐྱོགས་མ་བཟུམ་བའང་མིན། །གོས་གཅིག་མ་ཡིན་ཟས་  
དང་བཅས་མ་ཡིན། །མདུན་དུ་ཟས་ཐངས་སྐོ་བ་སྦྱོད་བ་དང། །ཁྱིམ་ནས་ཚུལ་  
ཁྱིམས་འཚལ་དང་གཅེར་བྱ་དང། །གཞན་ཡང་ཕྱག་བྲ་མིན་ཡང་བརྟག་བ་ནི། །ཕྱག་  
བྲ་གཉིས་ཏེ་བདེ་གཤེགས་ཀུན་པོ་ཡིན། །གང་སྦྱིར་དེ་དག་སྐྱོམ་པས་ཀུན་མིན་  
པས། །གསང་སྐྱགས་ལ་འང་སྐྱ་གཞན་ཕྱག་མི་བྱ། །དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་འདུད་

བས་སྤྱུག་བྱས་ནས། །གཞན་གྱིས་བྱས་པའི་གསང་སྤྲུགས་བརྗོད་པར་བྱ། །གང་  
ཞིག་སངས་རྒྱས་སྐྱབས་ལོས་དག་ལ་སྐྱབས། །སོང་ནས་གུས་པར་གཞན་ལ་སྤྱུག་  
བྱེད་པ། །དེ་ནི་ལྷ་ལྷའི་རིགས་ཀྱི་རྟགས་དག་ལ། །ཚོ་འདྲི་ཡུལ་འཁོར་ཟས་ནི་འབར་  
བ་ཟ། །ལྷ་མར་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ཉམས་པའི་སྤྱོད་སྤྲུག་དང་མཐུན་པ་སྟེ་བསྐྱབ་པའི་  
གཞི་བཅུ་གསུམ་པའོ། ། །།

དེ་ནས་སྒྲོམ་པ་ཉམས་སྤྱོད་སྤྲུག་མཐུན་འབྲུང་སྟེ། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་མ་  
གུས་དེ་བཞིན་དུ། །ཉི་མ་ལྷ་ལས་ལྷག་པར་མི་གནས་པའམ། །དགག་དབྱེ་དང་ནི་  
གསོ་སྦྱོང་ཉམས་པ་སྟེ། །གལ་ཏེ་མདོན་སྤྲུམ་གསུངས་པ་མེད་སྲུང་ཡང་། །དགག་  
དབྱེ་གསུངས་སྤིང་འདྲིར་ནི་གསོ་སྦྱོང་ཡོད། །དགག་དབྱེ་དག་པར་གོ་བར་བྱ་སྤིང་  
ཏེ། །དེ་ལས་གསོ་སྦྱོང་དོན་ནི་ཐ་དད་མིན། །ཤེ་ཚིག་བདག་ལ་བཅུན་པ་དགོངས་སུ་  
གསོལ། །དེང་འདྲིར་འཕགས་པའི་དགོ་འདུན་གསོ་སྦྱོང་ལགས། །དེང་འདྲིར་དགོ་  
ཚུལ་བདག་གི་འང་ལགས་ཏེ་བདག་ཡང་དག་པར་མཆི་ཞེས་བྱ་སྤྲུགས་ཡིན་ནོ། །

མཆོད་རྟེན་བྱམས་དག་ཅི་རུས་བྱི་དོར་བྱ། །བདུག་པ་མེ་ཉོག་བཟམ་པས་  
དབྲམ་བྱས་ཏེ། །རང་གི་རྒྱུད་བརྟགས་ཐོག་མར་སྒྲོམ་བཅོན་གྱི། །མདུན་དུ་སྐྱབ་བ་  
དག་ནི་བཞགས་པར་བྱ། །ཚུལ་བྱིམས་ལྡན་དང་འདུལ་བའི་ཚོ་ག་ཤེས། །ནད་པ་  
སྦྱིང་རྗེ་འཁོར་ནི་དག་པ་དང་། །ཚོས་དང་ཟང་ཟིང་པན་འདོགས་བཅོན་པ་དང་། །དུས་  
སུ་འདོམས་པ་དེ་ལྟར་ལྷ་མར་བསྤྲུགས། །སྒྲོབ་དཔོན་ལ་གུས་ཚུལ་བྱིམས་ཡོངས་  
དག་དང་། །བསམ་གཏན་དང་ནི་འདོན་ལ་རྟག་བཅོན་དང་། །བྱིམས་ཤིང་དུལ་ལ་  
བརྗོད་དང་ལྡན་པ་ནི། །སྒྲོམ་བཅོན་གནས་པའི་ཚོས་ལྡན་ཤེས་པར་བྱ། །སྒྲོང་ལ་

སོགས་པའི་མིང་སློབ་རིམ་པ་ཡི། །དབྱར་དུ་དབྱར་གནས་དམ་ནི་བཅའ་བར་  
བྱ། །གལ་ཏེ་དེ་ནི་གཞན་དུ་འགྲོ་གྱུར་ན། །ཞག་བདུན་གྱི་ལྷན་བརྒྱུ་ལས་ཏེ་འགྲོ་  
བར་བྱ། །ཚུ་ལ་ཁྲིམས་ཉམས་ལ་བཀུར་སྟེ་མི་བྱ་ཞིང། །དེ་དང་འགྲོགས་དང་མོངས་  
སྟོན་མི་བྱ་ལོ། །ས་མ་སྐྱ་མ་དག་དང་ནད་པ་དག །ཚུ་ལ་ཁྲིམས་ཉམས་སུ་ཟེན་གྱིང་  
བཀུར་སྟེ་བྱ། །

ཉེས་ཚོམ་བྱེད་དང་ཁྲིམ་སུན་འབྲིན་པ་དང། །འདྲིར་ནི་གསུམ་པ་ཚུ་ལ་  
ཁྲིམས་ཉམས་པ་དང། །འཐབ་མོ་སྤངས་ཏེ་གཞི་བརྟུངས་བྱས་ནས། །འདི་ཞིང་ལུལ་  
བ་བཞིན་དུ་ངེས་བསྐྱེད་བྱ། །ཀ་བར་གྱུར་བ་མདོ་སྟེ་འཛིན་གང་དང། །དེ་བཞིན་  
གཞན་ཡང་ཚོ་ག་བཞིན་དབྱེད་བསྐྱེད། །དཔུང་བྱེད་བཏང་ན་སྐར་ཡང་གཞུག་བྱ་  
སྟེ། །གལ་ཏེ་མིན་ན་དེ་སྐལ་རིན་གྱིས་ལྟོང། །གང་དག་གངས་ཅན་ལ་སོགས་བདེན་  
ཚོས་འདོན། །དེ་དག་ལ་ནི་ཁ་ཟས་དུག་ཏུ་འགྱུར། །སངས་རྒྱལ་གསུང་ནི་རི་རྒྱན་  
བསྟན་བཏོན་ནས། །ངེས་པར་དབྱེད་པར་བྱ་བྱིར་གཞན་དག་བསྐྱེད། །སངས་རྒྱལ་དེ་  
ཡི་ཡོན་ཏན་སློབ་པས་བརྗོད། །སློབ་དཔོན་སློབ་དཔོན་ཚིག་དང་ལྡན་པས་སོ། །དོན་  
སོགས་སློབ་པས་ཉེ་བའི་ཚིག་བྱ་སྟེ། །འདུད་བཅས་མཁན་པོར་གྱུར་པའི་མིང་དག་  
བརྗོད། །ཀན་ལ་བཅུན་པ་ཉེ་བའི་ཚིག་གིས་བརྗོད། །གཞོན་ལའང་ཚེ་དང་ལྡན་པའི་  
ཉེ་ཚིག་གིས། །དེ་བཞིན་གནས་བཏུན་ཞེས་བྱའི་ཉེ་ཚིག་བརྗོད། །དེ་ལྟར་འདྲིར་ནི་  
མིང་སློབ་རིམ་པས་ཡིན། །སྟོམ་པ་མཐའ་དག་ཉམས་པའི་སྟོགས་དང་མ་སུན་པ་སྟེ་  
བསྐྱེད་པའི་གཞི་བཅུ་བཞི་པའོ། ། །།

གང་ཞིག་གནང་མེད་དེ་བཞིན་བཀག་མེད་པ། །དེ་ནི་གསུངས་པའི་རྗེས་

མ་ཐུན་བཏགས་ཏེ་གཟུང་། །འདུལ་བ་མདོར་བསྡུས་ཞེས་བྱའི་སློབ་མ་དང་། །འབྲ་  
 བར་གཞན་འདི་བདེ་བར་གཤེགས་པས་གསུངས། །དག་ཚུལ་རྣམས་ཀྱི་ཚོས་  
 ལུགས་བསྡུས་འབྲུང་བའི། །བསོད་ནམས་བདག་ལ་སྐྱེས་དེས་འདིག་ཉེན་  
 འདིའེ། །ལྷན་འཇོག་འོད་བསྟན་ལམ་ནས་རྫོགས་པ་ཡི། །བྱང་ཚུབ་དཔལ་ལྷན་གནས་སུ་  
 འགོ་བར་ཤོག། །ལྷན་འཇོག་བཤེས་གཉེན་དོར་ནི་བདེ་བར་གཤེགས་པས་གསུངས་པའི་  
 བསྐྱབ་པ་ཡི། །རིན་ཆེན་འབར་བ་དག་ནི་འདུལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་ནང་ནས་རབ་བཏུས་  
 ཏེ། །དབང་པོའི་དོ་རྗེས་ལུག་ནས་དེ་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྐྱ་བ་ཡི། །སོ་སོར་  
 དེས་པའི་དབྱེ་བ་དག་གིས་སྲོང་བར་མ་ཐུན་པར་བསྐྱེབས་པ་ཡིན། །འདུལ་བ་མདོར་  
 བསྡུས་ཏེ་བཙོ་ལྷ་བའོ། ། །།

ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྐྱ་བའི་དག་ཚུལ་གྱི་ཚོག་ལེ་ལྷན་གྱིས་ལྷན་པ། མང་དུ་ཐོས་  
 པའི་སློབ་དཔོན་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱིས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ། ། །།



བར་བྱང་སློབ་ཆིག

ནམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ།  
གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཚོས་ཚུལ་དལ་འབབ་སྐྱབ་།  
ཆོག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི།  
དེ་མ་ཡོངས་འཇུག་ལེགས་བཤད་བདུན་ཅི་འདི།  
དཔར་དུ་བསྐྱེད་པའི་ནམ་དཀར་ལུང་པོའི་མཐུས།  
ཡང་དག་ཚོས་གྱི་སློ་མོ་སློང་པས་བརྒྱ།  
གདངས་ཉེ་རྒྱད་ལྟའི་འགོ་བ་མ་ལུས་བ།  
རེས་ལེགས་ཉོར་བུའི་མཚོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།

ཅེས་འཇིག་རྒྱུད་ཡངས་པའི་ཁྲོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སློབ་ནམ་འབྲེན་ལྟ་སྲིད་སྐྱེད་པའི་  
རིང་ལུགས་སློ་ཀྱན་ནས་རྒྱས་བ་སོགས་འཕམ་ཡུན་ལེགས་ཚོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་དམིགས།  
ནང་བསྟན་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་གྱི་གསུང་རབ་དག་དཔར་དུ་བསྐྱེད་དང་བསྐྱེད་འཇུག་གང་ལའང་  
སྐྱར་ཚོག་པའི་དགོ་བསླེའི་སློབ་ཆིག་ཏུ་ལྟའི་དགོ་སློང་ཚོས་སྐྱོ་བ་དག་དབང་སློ་བཟང་བསྟན་  
འཇིག་རྒྱ་མཚོས་སྐྱར་བཤོ།

།།། ཁམས་སམ་རྟུབ་དུ་རྒྱ་རྒྱ། ཨ་ཅི་ལ་འབྱུང་བུ་རྒྱ་རྒྱ། ཏུ་རེ་སྐྱེད།

ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་ཅན་གསུང་འདི་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཞུགས་ཆེ་འགོ་མ་ཡུག་གི་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་ཅན་རྒྱུད་  
ལས་གསུངས་སོ།