

གསང་སྐད་ཀྱི་ལམ་གྱི་བསྐྱེད་རྒྱུ་
བྱེད་ཆེད་ལྟོང་པ་



མཛད་པ་པོ། ཀེ་ཉི་ལྷ་མེད་བཟླ་བ་ལྟོ་བཟང་པ་མིན་ལས།
མེད་མེས་རིག་མཛད་ཆེན་མོའི་ཚུལ་ལྷོག་ཁང་།

༡༡། རྩོམ་ཆེན་པོ་ལ་མ་གྱི་བསྐྱེད་པ་དོན་གསལ་ཆེན་

བརྒྱུད་ཆེན་མོ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས། །



མཛད་པ་ལོ། ཀེ་རྩི་སྐུ་ཕེང་བརྒྱད་པ་གློ་བཟང་འཕྲིན་ལས།

མེར་བྱེས་རིག་མཛད་ཆེན་མོའི་ཙོང་མཆོག་ཁང་།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་དེབ་སྤྱི་ལའ་།

SJRB-0015

ཉུག་ཚུང་བཀྲ་ཤིས་དབུ་ལ་ལྷན་སྒྲིལ་གི་ཤིང་ལ་གཞི་བཙུག་པ་ལོན།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་གྱིས་ལྷོག་རྩལ་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བཟོས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་གྱིས་ལྷོག་རྩལ་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བཟོས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འབྲེམས་སྤྲེལ་བྱས།

༢༠༡༣ ལོའི་ཆུ་གཉིས་བར་གསལ་དུ་ཙོམ་སྤྱིག་བྱས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཏུ་བྱང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ཡིག་འབྲེལ་ཏུ་བྱང་།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

དཔེ་སྤྱིག་པ། རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཙོམ་སྤྱིག་པ།

དཔེ་བསྐྱར་དང་ལྷོ་དག་པ། དགེ་བཤེས་དམ་ཆས་འོད་ཟེར།

བར་སྐྱོན་གྱི་བདག་དབང་སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོ་ལ་ཡོད།

དཀར་ཆག

རོ་སྟོན་མདོར་བསྟུན།	iii
ཞུ་སྟོན་པའི་གསལ་བཤད།	viii
དོ་མེ་ཐེག་པའི་ལམ་གྱི་བསྟུན་དོན་གསར་ཆེན་བདུད་ཅིའི་སྟོང་པོ།	༡
ཐེག་པ་དེ་ལ་འབྲུག་པའི་སྟོ་བཞི།	༡
སྟོན་རྒྱུད་ལམ་ལ་མཆོན་བཅས་མཆོན་མེད་གཉིས།	༡
ནལ་འབྱོར་རྒྱུད་ལ་རིག་པའི་དབང་ལ།	༡
ཉིང་འཛིན་གསུམ་སོགས་སྟེ་ལི་ནལ་འབྱོར།	༧
ནལ་འབྱོར་ཟླ་མེད་ཀྱི་རྒྱུད་དོན་སྟུང་པའི་ཚུལ།	༡༠
ཟླ་མེད་རྒྱུད།	༡༦
བསྟོམ་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་རྒྱུད་ནམས་དབུ་མར་ཞུགས་གནས་ཐེག་གསུམ་བྱས་པ།	༡༧
གཉིས་པ་རྫོགས་རིམ་ལམ་གྱི་བཟོད་ཚུལ་ལ།	༡༩
གསར་བའི་སྟེ་ཅེར་རྩས་ཐེག་སོག་ཚུལ།	༡༩
ལུག་ཀྱི་བསྟོན་པའི་སོགས་བཞི།	༢༢
དེས་ན་སྟེ་མའི་ལུས་ཀྱི་སྟུང་གཞི།	༢༤
དཔེ་ཡིས་མཆོན་ཚུལ་སྟེ་མའི་ལུས་ཚུལ།	༢༧
བདེན་གཉིས་དབུ་མེད་ཀྱི་རྫོགས་རིམ་འབྲུབ་ཚུལ།	༣༣
པར་བྱང་སྟོན་ཆེན།	༣༧

དོ་སྟོན་མདོར་བསྟུན།

སྐབས་མགོན་ཀི་རྟི་སྐུ་མེད་བརྒྱུད་པ་སྐོ་བཟང་འཕེན་ལས་དགོན་མཆོག་བསྟན་པ་རྒྱ་མཆོ་
མཆོག་ནི། རབ་བྱུང་བཅུ་བཞི་བའི་ས་བྱ་བྱི་ལོ་༡༥༧༧ལོར་ཡུལ་མཆོ་སྟོན་ཅེ་གཞུང་བྱང་སོག་
ཏུ་དོ་མཆར་བའི་རྟགས་མཆན་དུ་མ་བཅས་ཡབ་གཉེར་སྟོན་སྟགས་འཆང་བདེ་ཆེན་དོ་རྩེ་དང་
ཡུལ་རོ་མོ་ཐར་གཉིས་གྱི་སྤྲུལ་སྐུ་བལྟམས། གསུང་བཀོལ་མ་ཐག་མ་ཉི་གསུངས་ཤིང་། རའི་
དགོན་པ་ཤར་ཕྱོགས་ན་ཡོད། ཅས་དང་། ཁྱེད་སྐུ་ཡིན་ཞུས་པར་དབསྟན་པའི་རྒྱལ་མཆན་ཡིན་
སོགས་གསུངས།

ཅུ་མེད་བྱི་ལོ་༡༥༧༩ལོར་སྐུ་བྱང་བཟ་ཤེས་འབྲིལ་དུ་སྟག་ཆང་ལྟ་མོའི་ཆོགས་ཆེན་ཁྱིལ་ས་
ཐོག་པ་བྱུབ་བསྟན་མཐའ་ལས་ཆང་གིས་གཙོས་ཆོགས་འདུལ་ས་སྟེ་ལྟན་འཛོམས། མ་བྱང་བཟ་
ཤེས་འབྲིལ་གྱི་གསེར་ཁྱིལ་ནས་བ་དང་། མཁན་སྐུལ་དུ་མས་གཙོས་གྲྭ་ཆང་བཞིའི་དགེ་འདུན་
ཡོངས་འདུས་པའི་དབུས་སྐུ་ཀུན་མཁུན་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པ་འཇིགས་མེད་རྒྱ་མཆོ་མཆོག་
གིས་ཡ་མཆན་པའི་ལྟས་དུ་མ་དང་བཅས་པ་སྐབས་མགོན་ཀི་རྟི་སྐུ་གོང་མའི་ཡང་སྐུལ་འབྲུལ་མེད་
དུ་དོས་འཛིན་མཛད་དེ་སྐོ་བཟང་འཕེན་ལས་བསྟན་པ་རྒྱ་མཆོ་ཞེས་པའི་མཆན་གསོལ།

ཤིང་སྟག་བྱི་ལོ་༡༥༨༧ལོར་ཡུང་དང་རྟོགས་པའི་མཛོད་འཛིན་པ་རིགས་བརྒྱའི་བྱུང་བདག་
རྩེ་དགོན་མཆོག་སྟོན་ལམ་དཔལ་བཟང་པོའི་ཞལ་སྐུ་ནས་དགེ་བསྟེན་གྱི་སྟོམ་པ་བཞེས། ཀུན་
མཁུན་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པའི་ལྟགས་བཀོད་ལྟར་ལོ་དེའི་བོད་ཟླ་ལྷ་པོའི་ནང་མཆོག་སྐུལ་རིན་
པོ་ཆེ་གདན་ས་སྟག་ཆང་ལྟ་མོ་སྐོང་དགེ་ལྟན་བཟ་ཤེས་འབྲིལ་གྱི་འདུལ་ཆེན་མོའི་མི་
འཇིགས་གདོང་ལྟས་བཏེགས་པའི་ཁྱིལ་འཕང་མཐོན་པོར་ཞབས་བྱུང་བཀོད། སྐུ་གོང་མའི་ཡུང་

བསྟན་ལྟར་མཁན་སྒྲ་ལས་སྡེ་འདུས་མང་ཡོངས་དགོངས་པ་གཅིག་མཐུན་གྱིས་ཐུབ་བསྟན་མཐའ་
ཡས་ཆང་ཡོངས་འཛིན་དུ་བསྐྱོས་ཏེ་ཆོག་སློབ་པ་ནས་དབུ་གཙུག་ས་ཏེ་འདོན་ཆོས་སྤྱོད་ཁག་
ཐུགས་འཛིན་དང་། རིགས་དང་དཀྱིལ་འཁོར་རྒྱ་མཚོའི་མངའ་བདག་མཁན་ཆེན་རྟེན་འཆར་ཡེ་
དགོན་མཆོག་སློན་ལས་དཔལ་བཟང་པོའི་དབུ་དུ་མདོ་སྤྲུག་ས་ཐབ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱུན་གང་ཡོད་ལྷག་
ལུས་མེད་པར་རིམ་གྱིས་གསུམ་། ཡོངས་འཛིན་སྐྱབས་ཐུབ་བསྟན་མཐའ་ཡས་ཆང་མདོ་སྤྲུག་ས་
རིག་གནས་ཀྱང་ལ་མཁས་པས་སྐྱ་ཡོན་མཐའ་དག་སྐྱོང་ལ་མེད་པར་བཙོན་པ་ཆེན་པོས་ལུས་
པས། བྱིས་སུ་རྩེ་ཉིད་གྱིས་བཀའ་ལས། དེད་ཀྱི་དགོ་ཀླན་རིན་པོ་ཆེ་དེ་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་མཁའ་
རྒྱ་དང་། གཞན་ལ་པན་ཆེ་བ་གདུལ་བྱ་སྐྱོང་བའི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་དེ་ལྟ་བུ་དུ་ལྟ་མདོ་དབུས་གང་
དུ་བཅའ་ཀྱང་རྟེན་དཀའ་བ་ལྟ་བུར་ཡོད་ཅེས་ཐལ་མོ་སྤྱོད་བཞིན་ཡང་ཡང་གསུངས་སྐད།

མེ་འབྲུག་གྱི་ལོ་༡༥༦ལོར་ཡེ་རྩེ་དགོན་མཆོག་སློན་ལས་ཆང་ཡས་དགོ་ཚུལ་གྱི་སྒྲོམ་པ་
བཞེས། ཆ་ཁོའི་མ་དགོན་ཀྱ་ལ་རི་བཟ་ཤིས་ལྷན་གྲུབ་གླིང་དུ་སྒྲ་སྒྲུལ་སེར་སྐྱ་དང་ལྷན་མང་པོས་
ཐེབས་བསྐྱེད་དང་བཅས་གྲུབ་དབང་གོང་མ་རིམ་བྱོན་གྱི་ཆོས་ཀྱི་གདན་ཁྲིར་ཞབས་བྲལ་བཀོད།
མཆོག་ཅེ་རྒྱལ་མོ་སྐྱ་དཀར་མས་གདན་ཁུས་ལྟར་འདོད་ཆོས་བསྐྱལ། ཀྱ་ལ་རིའི་རི་ཁྲིད་དུ་འཇམ་
དབྱངས་ཞི་ཁྲོ་སྤྲུགས་སྐྱབ་སོགས་ཀྱི་བསྟེན་མཆམས་ལ་བཞུགས། ལོ་འདིར་དབྱང་ལོ་བརྒྱད་
ལས་མ་སོན་ཀྱང་ལས་ཡོངས་རྩོགས་ཀྱི་གནད་འདུས་པའི་ལས་རིམ་ཆོགས་བཅད་ཤི་ལོ་ཀ་བཅུ་
བཞི་ཅན་ལུགས་ཚུལ་གནད་།

ས་ལུག་གྱི་ལོ་༡༥༧ལོར་ཉར་ཆང་གི་རྩེ་དགོན་དུ་ཆོ་འབྲུལ་སློན་ལས་གསར་འཛུགས་
གནད་སྟེ་སློན་ལས་ཀྱི་ཆོགས་མགོན་དུ་ཞབས་སོར་བཀོད། ཁྲོ་ཁྲོ་སྐྱེད་པའི་ནང་སོགས་སུ་ཐེབས་
ནས་འདོད་ཆོས་ཀྱིས་ཆོམས་པར་མཛད།

ལུགས་སྒྲུལ་གྱི་ལོ་༡༥༨ལོར་རྩེ་བའི་ཆེ་ལུ་དཔོན་མོ་ཨ་སྐྱོང་བཟའ་བདེ་སློན་དང་སློན་པོ་
ཆེ་ལུ་དགོན་གཉིས་སོགས་ནས་གདན་ཁུས་ལྟར་དེ་ཆང་གིས་གཙུག་རྩེ་སྤྱོད་སྐྱེད་ཀྱི་དང་ལྷན་སེར་
སྐྱ་ཡོངས་ལ་ཆོས་སྤྱོད་བསྐྱལ། ལོ་འདི་ནས་ལོ་ངོ་བཅུ་གསུམ་རིང་མཆོན་ཞབས་པ་དང་བཀའ་

རབ་འབྲུམ་ས་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་རྣམས་དང་ལྷན་དབྱ་ཆད་པར་བྱིན་སོགས་གཞུང་ལུགས་
མཐའ་ཡས་བར་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་གྱིས་བཀའ་བརྟག་ཞིབ་བར་མཛད་པའི་མཐུས་མདོ་
སྟགས་རིག་གནས་ཀྱི་དགོངས་དོན་ལ་མཐུན་རབ་ཀྱི་མཐའ་དང་བུལ་བས་མཁས་པའི་བྱ་བ་
གསུམ་སྟེ་འཆད་ཚད་ཚུལ་གསུམ་ལ་འགྲན་པའི་རྒྱ་དང་བུལ་བར་གྱུར།

ས་འབྲུག་བྱི་ལོ་༡༤༦༩ལོར་རྒྱ་རོ་འཇམ་དབྱངས་ཀྱིས་མཁར་དགུར་གདན་བྲངས་ཏེ་ཆོ་
བདུན་དགོན་པ་རྗེ་འདི་ཉིད་ལ་བུལ།

ལུགས་རྟ་བྱི་ལོ་༡༤༧༠ལོར་མེ་ལུ་རྒྱལ་བོ་ལུགས་ཐར་འབུམ་གྱིས་གཙུག་རྒྱལ་སྒོན་རྣམས་
ཀྱིས་ཡང་ཡང་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ལྟར་རྩ་ཡུལ་གཉིད་དགོན་དགེ་ལུན་ལེགས་བཤད་སླིང་བྱག་
བཏབ་པར་དེའི་ཉིང་གཞོན་པར་འགལ་སློང་གི་མཐུན་སྦྱབ་ཀྱི་ཞབས་འདེགས་མེ་ལུ་རྒྱལ་བོ། མགོ་
ལོག་ཨ་སྒྲོང་དཔོན་པོ། ཆ་ཁོ་མཆོག་ཅེ་རྒྱལ་བོ། དབལ་ལུལ་གསེར་རྒྱ་བཅས་རྒྱལ་ཁག་བཞིས་
ཁྱེ་རྒྱ་སོགས་སྟན་ཏུ་བསྐྱངས།

རྒྱ་སྟེལ་བྱི་ལོ་༡༤༧༣ལོར་ཁུ་ཞང་རིན་པོ་ཆེ་རྗེ་བཙུན་དག་དབང་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་མཁར་
པོ་དང་། དགོན་མཆོག་བསྟན་པས་ལས་ཀྱི་སློབ་དཔོན། ཡོངས་འཛིན་བྱབ་བསྟན་མཐའ་ཡས་
ཀྱིས་གསང་སྟོན་སློབ་དཔོན་གནང་སྟེ་དད་པའི་དགེ་འདུན་གངས་ཆང་བའི་དབུས་སུ་བསྟེན་
རྩོགས་ཀྱི་སྟོམ་བ་བཞེས་ཏེ་སྟོམ་བ་གསུམ་གྱིས་བྱགས་ཀྱི་གསང་མཛོད་ཡོངས་སུ་བཀའ་སྟེ།
བསྐྱང་བྱ་རྣམས་ཁས་གྲངས་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་མིག་འབྲས་བཞིན་ཏུ་སྐྱང་བ་ཉམས་བཞེས་ཀྱི་
མཐིལ་ཏུ་བཟུང་།

རྒྱ་བྱ་བྱི་ལོ་༡༤༧༣ལོར་རྩ་ཡུལ་གཉིད་དགོན་དགེ་ལུན་ལེགས་བཤད་སླིང་ཏུ་མཆོན་ཉིད་གྲ་
ཆང་གསང་འཛུགས་ཀྱིས་ཆོགས་ཆེན་མཁན་ཁྱི་དང་པོར་སེ་ར་པའམ་སེར་སྐྱང་དགེ་བཤེས་
དགོན་མཆོག་མཐའ་ཡས་བསྐྱོས།

ལུགས་ཡོས་བྱི་ལོ་༡༤༧༩ལོར་ཉོར་ཆང་གཉིད་དགོན་དགེ་ལུན་བསྟན་འཕེལ་སླིང་ཏུ་མཆོན་
ཉིད་གསང་འཛུགས་མཛད།

ཤིང་རྩ་བྱེ་ལོ་༡༩༩༩ལོར་གདན་ས་སྐྱུག་ཆང་ལྷ་མོ་སྒོ་སྤྱོད་དགེ་ལྡན་བཟ་ཤིས་འབྲིལ་དུ་
ཤིང་བཟའ་སྐྱེ་བྱེད་བརྒྱད་པ་སྒོ་བཟང་བསྟན་པའི་དབང་ལྷུག་ཚུལ་ཁྲིམས་ལུན་ཆོག་པ་དཔལ་
བཟང་པོའི་མདུན་ནས་དཔལ་རྩི་རྩེ་འཛིགས་བྱེད་ལྷ་བརྒྱུགས་མའི་བཀའ་དབང་དང་། ཤིང་ལྷུག་
བྱེ་ལོ་༡༩༩༩ལོར་མཛོད་དགའི་དཔའ་མོ་ཐང་དུ་ཤིང་བཟའ་རྩི་རྩེ་འཆང་ལས་དུས་འཁོར་དབང་
ཆེན་གསན་པ་སོགས་པན་ཚུན་སྒྲོལ་ཏུ་གྱུར།

མེ་སྐྱེལ་བྱེ་ལོ་༡༩༩༩ལོར་རྩ་བ་གཉིད་དགོན་དགེ་ལྡན་ལེགས་བཤད་སྤྱོད་དུ་གསར་སྐྱུགས་
རྒྱུད་པ་སྐྱེ་ཆང་དང་སྐྱུག་ཆང་ལྷ་མོར་དུས་འཁོར་གྲུ་ཆང་གསར་འཛུགས་གནང་བ་དང་། དེ་འབྲེལ་
རྩ་སྤྱོད་ཀྱི་གདོང་རི་དགོན་དགེ་ལྡན་དམ་ཆོས་སྤྱོད་དང་ཆོ་བདུན་དགོན་དགེ་ལྡན་བཟ་ཤིས་ཆོས་
སྤྱོད་སོགས་འབྲེལ་ཡོད་དགོན་སྤྱོད་ཆེ་རྒྱུད་མང་པོར་ཐངས་འགའ་རེ་རིམ་ལེབས་ཀྱིས་དམ་ཆོས་
འདུལ་བ་དང་མཐུན་པའི་འབྲིག་ལམ་ཀུན་སྤྱོད་ཞིབ་གཙང་ངོས་འཆད་ཉན་ཡར་རྒྱས་ཡོང་ཐབས་
སོགས་བསྟན་པའི་མིག་རྒྱ་དུ་འོས་པའི་ཐུགས་རྩེ་བཀའ་བློན་སྒྲོལ་མེད་པས་བསྐྱུངས།

མེ་བྱེ་བྱེ་ལོ་༡༩༩༩ལོར་གདན་ས་སྐྱུག་ཆང་ལྷ་མོ་སྒོ་སྤྱོད་དགེ་ལྡན་བཟ་ཤིས་འབྲིལ་དུ་དང་
ལྷན་སེར་སྐྱེ་འདུས་མང་ལ་དཔལ་དང་པོའི་སངས་རྒྱས་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་དབང་ཆེན་ཐོག་མ་དེ་
གནང་བ་ནས་དུས་འཁོར་དབང་ཆེན་ཐངས་ལྷ་དང་། ཁོང་གིས་བཀའ་ཆོས་རྒྱུད་རིམ་གནང་བ་
བཟང་དུ་མི་ལང་ལ་ཆེ་རིགས་བྱང་རྒྱུ་ལམ་རིམ་ཆེན་པོའི་བཤད་ལུང་རྒྱས་པ་དང་། བྱང་རིམ་
ལེགས་བཤད་སྤྱོད་པོའི་རྩ་བཤད་ངོ་མཆར་བ་ཐངས་འགའ་གས། སྒྲོལ་མ་མཆོད་པ་སོགས་ཀྱི་
བཤད་ཁྲིད་དུ་མ། རྩིས་ཐང་གི་དབང་ལན་གསུམ། མི་འ་བརྒྱ་རྩ་ཐངས་བཞི། རིན་འབྱུང་བརྒྱ་རྩ་
ལན་གཉིས། གསར་འདུས་འཕགས་ལུགས་ཀྱི་དབང་ཉེར་དུག་རྩི་རྩེ་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་དབང་ཞེ་ལྷ།
བདེ་མཆོག་ལུ་རྩེལ་བྱེ་ནང་བསྟོམས་དབང་ཉེར་གསུམ། རྩ་མཁྱིན་ཡང་གསར་དང་གསར་སྐྱུག་
བསྟོམས་དབང་སོ་གསུམ། ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོ་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཆོ་བརྒྱ་གཉིད་ཞལ་ཀྱི་དབང་ཞེ་
བདུན། ཀུན་རིག་གི་དབང་ཉེར་གསུམ། གཞན་ཡང་གདུགས་དཀར་སོགས་རྩུར་བཀའི་དབང་དང་
རྩེས་གནང་སོགས་བསམ་ཀྱིས་མི་ཁྲུབ་པར་གནང་།

གཤམ་ལས་སྐྱེས་པའི་སྒོ་བ་མ་ཡང་པ་སྐྱབས་མཆོག་གི་ད་བཟང་དོན་རྗེ་འཆང་བསྟན་པའི་
དབང་སྒྲུག་ཁོང་ལ་ཆེན་མཆོག་ཏུ་སྤྱུང་ཡོད། ། གྲུབ་དབང་པ་སྐྱབས་མཆོག་ཆེན་པོ་གསལ་
ཐུན་གྱི་མཆོ་སྐྱེས་ཐེངས་ལྷག་པ་ལ་རྗེ་མོ་བཟང་སྐལ་ཐུན་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཆོག་ བསེ་ཁིག་གི་སྐལ་
སྐྱེས་ཐོབ་ཐང་བཟ་ཤིས་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཆོག་དང་། གཙུ་མ་ཁི་ཆེན་སྐལ་པའི་སྐྱེས་ཐོབ་ཐང་འང་མ་
དབྱེད་ས་བསྟན་པའི་ཉེ་ཤིང་། གྲུབ་དབང་ཞབས་དཀར་པའི་སྐལ་སྐྱེས་ཐོབ་ཐང་བཟས་པ་ཆོས་
འཕེལ་སོགས་སྐྱེས་ཐང་ས་ལས་འདས་པ་དང་། མཆོག་ཅེ་རྒྱལ་ཆོན་ མེ་ཏུ་རྒྱལ་ཆོན་། མགོ་
ལོག་ཕྱོགས་ཀྱི་དཔོན་ཁག་ཏུ་མ་དང་། དབས་ཤུལ་ཆང་སོགས་མདོ་སྐད་ཕྱོགས་ཀྱི་བག་ཞན་ཏུ་
མས་ཁོང་གི་ཞབས་པད་མ་བསྟེན་པ་མེད་ཆོད་ཏུ་སྤང་དོ། །

བརྩམས་ཆོས་ཀྱང་གཞུང་ཆེན་མོ་རྣམས་ཀྱི་སློམ་ཆོག་དང་། དཀའ་འབྲེལ། མཐའ་དགོང་།
དོགས་སློང་། ཇིས་ལན། ལྷན་ཅོམ། བསྟོད་ཆོགས། བསྐབ་བྲ། བསང་ཆོག །རྒྱ་བཟོག་བཅས་
བཀའ་ཅོམ་པོད་ཆེན་བརྩ་གཉིས་བརྒྱགས་པ་སོགས་འཆད་ཅོད་ཅོམ་གསུམ་དང་མཁས་བརྩན་
བཟང་གསུམ་གྱི་མཛད་པ་རྣམས་ཐར་མཐའ་ཡས་པ་བདག་གིར་བཞེས་པས་ཀི་རྟེ་མཁས་ཆེན་ཆང་
ཞེས་ལྷན་བྲགས་ཀྱི་དབྱར་ར་ཁྱོགས་བརྩར་བྲགས་པས། ལྷ་ཆེའི་སྤྱིར་གྱོད་སྤྱ་ཁ་མཆུ་ཆེན་པོ་
མཐའ་ཡས་པ་འདུམ་བསྐྱིགས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་མང་པོར་མི་འཛིགས་པའི་སྐྱབས་སྤྱིན་གནང་བ་
བསྟངས་ཀྱིས་མི་ལོངས། མཐར་འབྱུང་བཅོ་སྤྱི་པའི་ཤིང་སྐྱབ་ཆོ་འབྱུལ་རྩ་བ་༡༩པའི་
༡༩༠༥པོར་ཕྱི་ལྷགས་དབྱང་པོར་བདུན་བཞེས་པའི་ཐོག་མཛད་པའི་ཐ་མ་གཟུགས་སྤྱིའི་བཞོད་
པ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་ཐེམ་ཚུལ་བསྐྱན་པའོ།

ཞུ་སྤྱིག་པའི་གསལ་བཤད།

རང་རེ་ཁ་བ་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་སུ། སྔོན་བྱོན་ཆོས་རྒྱལ་ལོ་བཅ་མཁས་པའི་དབང་པོ་
རྣམས་ཀྱི་བཀའ་བློན་ལས། གསུང་རབ་ཀྱི་སྒྲེགས་བཅ་རི་པོའི་གཏོས་དང་མཉམ་པ་ཡོད་ན་ཡང་།
དུས་ཀྱི་འཕེལ་འགྲིབ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་མང་པོ་ཞིག་ཅ་བརྒྱག་ཏུ་ཕྱིན་ཟིན་པ་དང་། གང་མང་
ཞིག་མེད་བརྒྱག་ཏུ་འགྱུར་ཉེན་ཡོད་པས་དེ་ཉིད་སྤང་སྦྱོར་དང་དར་སྤེལ་བྱེད་རྒྱ་ནི། མི་རིགས་
འདི་ཉིད་ཀྱི་དུས་ལ་བབ་པའི་འོས་འགན་ཡིན།

དེ་ཡང་། གསུང་རབ་སྒྲེགས་བཅ་དེ་དག་ནི། རྒྱ་ནེར་དང་རྩལ་མུ། ཟུངས་ཁྲག་བཅས་ཀྱི་
འགྲོ་སྐྱོང་བཏང་ཞིང་། རྩོ་སྤྱོད་ལ་རྩལ་གྱིས་མི་ཆེ་མོས་བསམ་ལ་བསྐྱལ་བའི་མཁས་པ་རིམ་བྱོན་
གྱིས་དབྱེད་ཞིབ་མཛད་ཅིང་། དབྱེད་འབྲས་ལག་ལེན་ལ་བཀའ་བའི་ཉམས་སྦྱོང་དང་གྲུབ་དོན་གྱི་
ཟིན་ཟོན་བྱ་ཡིན་པས་ན། མི་ལོ་སྤྱོད་ཐུག་དུ་མའི་ལོ་རྒྱུས་ལྡན་པའི་མི་རིགས་འདིའི་ཤེས་རིག་གི་
ཉིང་བརྩུད་ཡིན་པ་དང་། གསུང་རབ་སྒྲེགས་བཅ་དེ་དག་གི་བསྟན་དོན་པལ་ལོ་ཆེ་ཞིག་ནི་དེར་གི་
དུས་རབས་འདི་དང་མ་འོངས་པར་ཤིན་ཏུ་མཁོ་ཆེ་ཞིང་། མིའི་རིགས་སྤྱིའི་ཤེས་རབ་དང་ཀུན་
སྦྱོང་ལ་ལམ་སྟོན་བྱེད་ཐུབ་པའི་འོད་སྤང་ལྟ་བུར་གྱུར་ཡོད།

དེ་བས་ན་ ཡགོང་ས་ཡུལ་ས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ཡང་ཡང་བཀའ་གནང་བའི་
དགོངས་དོན་བཞིན། བླ་ཆང་རིན་པོ་ཆེ་ནས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་དྲ་ཆིགས་དང་ཚུམ་སྤྱིག་ཁང་
གསར་འཛུགས་བྱས་ཏེ། བཀའ་བསྟན་གཉིས་ཀྱིས་མཆོན་ཆོས་བརྒྱུད་རིས་མེད་ཀྱི་མཁས་པའི་
བཀའ་ཚུམ་སྤྱིགས་བཅ་དང་། བརྩམས་ཆོས་གསར་རྟིང་གང་མང་ཞིག་ཞུ་སྤྱིག་འཕྲེམས་སྤེལ་གྱི་
ཞབས་ཞུའི་ལས་གཞི་འདི་གཉེར་བ་ཡིན།

དུས་རབས་འདིར་ཆོན་ཅལ་ཤིན་ཏུ་དར་བ་དང་བསྟན་ནས། རྫོག་བདེ་བ་དང་། སྦྱོང་བདེ་བ།
གཞུང་ཆོག་འཛོལ་སྤྱོད་ཀྱི་འབྲེལ་བའི་སྤྱིགས་སྟབས་བདེའི་དབང་གིས་རྫོག་པ་པོ་རྣམས་འབྲུལ་

དེ་ལ་དགའ་མོས་མེ་ཆེར་འགྲོ་བཞིན་པར་བརྟེན། དུས་རབས་ཀྱི་འགྱུར་བའི་ཁ་ཕྱོགས་ཀྱི་དགོས་
མཁོ་དང་བསྐྱེད་པའི་ཞུ་སྒྲིག་གི་ལས་གཞི་འདི་ནི། མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ནོར་ལྟ་བུར་གྱུར་པའི་རང་
རེའི་ཤེས་རིག་འདི་ཉིད་འཇིག་རྟེན་ན་ལུན་རིང་དུ་གནས་པ་དང་། འདིའི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་འཇུག་པ་
ལ་བརྟེན་ནས་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་སུ་ཞི་བདེའི་དཔལ་ཡོན་འདྲན་པའི་ལས་ཀ་རྒྱ་བས་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་
ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་ཆོག་པ་ཡིན་ནོ།

གསུང་རབ་ཞུ་སྒྲིག་བྱེད་སྐབས་མ་བྱི་ཆད་ལྷན་ཞིག་གཞི་རྩར་བཟུང་ནས་ཞུ་སྒྲིག་བྱེད་རྒྱུར་
འབད་བརྩོན་བྱེད་ལོས་ཤིང་། དེ་ཡང་སྡོན་གྱི་སྒོལ་ལ་གསུང་རབ་ཀྱི་བར་ཤིང་ཆོ་སྐབས་ཚུལ་པ་
པོ་རང་ཉིད་དམ། ཡང་ན་གཞན་གྱིས་ཞུས་དག་ཆད་ལྷན་བཏང་སྟེ་ཆོ་བ་ཡིན་པས་ཤིང་པར་ནམས་
སྤྱིའི་ཆ་ནས་དག་པོར་བརྩི་ཆོག་པ་ཡིན། དེ་བས་ན་འདི་ག་ཚུལ་སྒྲིག་ཁང་ནས་ཀྱང་མ་དཔེ་ཆད་
ལྷན་འཆོལ་སྐྱབ་ཀྱིས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་ལ་འང་གང་བྱུང་དུ་བཟོ་བཅོས་མེད་པར་སོར་བཞག་བྱ་རྒྱ་
རྩ་དོན་དུ་བཟུང་ནས་མ་བྱི་མེ་མེ་བཞིན་འབྲུལ་དེ་བ་ཏུ་སྦྱར་བར་འབད་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། མ་
བྱི་ཆད་ལྷན་ལག་སོན་མ་བྱུང་ན་འང་གང་ཟུབ་ཀྱིས་དག་པོ་ཡོང་བར་བརྩོན་བཞིན་ཡོད། གལ་ཏེ་
མ་བྱི་རང་ལ་ནོར་བ་མངོན་གསལ་བྱུང་བ་དང་། དོགས་གནས་སུ་གྱུར་པ། ཡི་གེ་ཆད་ལྷག་བྱུང་བ་
སོགས་ལ་གཤམ་དུ་གསལ་བཤད་ཀྱི་མཆན་བཏོད་ཡོད།

ཚུལ་སྒྲིག་ཁང་འདི་ནས་སྒྲིག་སྐྱོར་བྱས་པའི་འབྲུལ་དེ་བ་ཏུ་ཆད་ལྷག་ནོར་བ་སོགས་བྱུང་བ་
མཐོང་ན་འབྲུལ་མར་ལེགས་བཅོས་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ།

ང་ཚོའི་ཡིག་འབྲེལ་ཏུ་བྱང་ serajeyrigzodchenmo@gmail.com འདིའི་
བརྒྱུད་ནས་འབྲེལ་བ་གནང་བའི་རེ་བསྐྱེད་ཞུ་རྒྱུ་དང་། འདི་ནས་ཀྱང་གང་མཁྱོགས་པར་གཞིར་
བསྐྱར་ཞིབ་དང་ལེགས་སྒྲིག་ཞུས་ཏེ་སྤྱི་ལོ་ལྷན་གྱི་ལེགས་སུ་གཏོང་ངེས་ཡིན།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚུལ་སྒྲིག་ཁང་ནས།

བྱི་ལོ། ༢༠༢༡ ལྷ་ ༦ ཆེས་ ༢༩ ལ།

༡༡། རྡོ་རྗེ་ཐེག་པ་འདི་ལ་མ་གྱི་བསྐྱུས་དོན་གསང་ཆེན་བརྟན་

ཆུང་ལྷིང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས། །

༡༡༡། རྡོ་མོ་གྲུ་རུ་མཆུ་རྫོང་ཡ། བདེ་ཆེན་འོད་གསལ་དག་པའི་མཁའ་དབྱིངས་
སྤྱ། འདབ་པོའི་གཞུ་ལྷར་དྲངས་པའི་མཆོན་དཔེའི་སྤྱ། འར་བ་འབྲམས་དགྱིལ་འཁོར་
སློ་ཞིང་སྤྱད་པའི་བདག་རྡོ་རྗེ་ཅན་ཞབས་སྒྲ་མ་མཆོག་ལ་འདུད། སྐལ་བཟང་དབང་
པོ་མཆོག་གྲུར་གདུལ་བྱ་རྣམས། རབས་ཤེས་ཟུང་འབྲེལ་རྡོ་རྗེ་ཐེག་པ་ཡིས། སྐྱུ་
བཞིའི་གོ་འཕང་རིང་མིན་མངོན་བྱེད་པའི། ལམ་གྱི་རྣམ་བཞག་སྦྱིང་པོ་མདོ་ཅམ་
སྤེལ། རམ་འདོད་སྐྱེས་བྱ་ཡོངས་གྱི་འཇུག་དོགས་མཆོག་ སྤུབ་པའི་བསྐྱེད་ལ་
འཇུག་པའི་ཐེག་པའི་སློ། འཕན་ལ་མོས་པར་ཆགས་བྲལ་སྦྱོད་པ་དང་། རྒྱ་ཆེན་ལ་
མོས་ས་དང་པ་རོལ་བྱིན། རབ་མོར་མོས་ལ་ཆགས་བཅས་སྦྱོད་པ་བསྐྱེད། འདེལ་
ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་སྡེ་སྦྱོད་དུ། འདུ་ཞིང་དཔན་ལ་ཉན་རང་ཐེག་པར་དབྱེ། ཐེག་པ་ཆེ་ལ་
རྒྱ་འབྲས་ཐེག་པ་གཉིས། སྤྱི་མ་གསང་ཞིང་སྤྲས་པས་འབྲུབ་པ་དང་། སྦྱོད་མིན་
སྦྱོད་ལུལ་མིན་བྱིར་གསང་པའི་ཐེག་ སྐྱད་དོད་སྦྱང་ནས་ཡིད་ནི་ཐ་མལ་གྱི། སྤྱང་
ཞེན་ལས་སྦྱོབ་སྤགས་གྱི་ཐེག་པ་དང་། རྒྱལ་བའི་གནས་ལུས་འོངས་སྦྱོད་མཛད་པ་
དང་། རྣམ་པ་མ་ཐུན་པར་གཞལ་ཡས་ལྟའི་འཁོར་ལོ། འར་སྤང་མཆོད་རྩས་ལྷན་
བྲུབ་མཛད་པ་ཅན། བསྐྱོམ་བྱིར་འབྲས་བྱའི་ཐེག་དང་རྒྱ་ཆེན་ཐབས། ལྷ་ཡི་སྐྱུ་དང་
ཐབ་མོ་ཤེས་རབ་གཉིས། འབྲེལ་མེད་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱོམ་བྱིར་རྡོ་རྗེའི་ཐེག་ རབས་

མཁས་དུ་མས་བྱུང་འཕགས་ཐབས་ཀྱི་ཐེག་ཤིག་སྤྲུགས་འཆང་བ་རྣམས་ཀྱི་བསྐྱབ་གཞི་སོགས། སྟོན་ཕྱིར་རིག་པ་འཛིན་པའི་སྡེ་སྟོང་དེ། རྒྱུད་ནི་རྒྱུ་ཆགས་དོན་དང་དེ་ལ་ཡང་། །ལམ་ཀྱི་བྱེད་པ་འཇུག་པའི་གཞིའི་རྒྱུད་དང་། སྟོང་བྱེད་ལམ་དང་སྦྱངས་པ་འབྲས་བུའི་རྒྱུ། །གསུམ་ནི་བརྗོད་བྱ་དོན་ཀྱི་རྒྱུད་ཡིན་ལ། །དེ་དག་བརྗོད་བྱར་བྱེད་རྣམས་གཞུང་གི་རྒྱུ། །སེམས་བསྐྱེད་ཕྱིན་དུག་ལ་སོགས་ཐེག་གཉིས་ཀྱི། །ཐུན་མོང་ཡིན་ཅིང་སྤྲ་མ་དེ་ཅམ་ལས། །འབྲས་དང་རྣམ་མཐུན་བསྟོམ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྒྱུ་དང་འབྲས་བུའི་ཐེག་པ་གཉིས་སུ་བཤད། །དེ་ཡང་བཟོད་པའི་དོན་གྱིས་ཐེག་པ་སྟེ། །འདིར་བཟོད་འབྲས་བུའི་ཐེག་ལ་བྱུང་མེད་ཀྱང་། །འདིས་བཟོད་རྒྱུ་ཡི་ཐེག་པའི་བྱུང་བར་ཡིན། །ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་ཤེས་རབ་ཀྱིས་མིན་པར། སྟོན་པས་འབྱེད་བཞིན་ཐེག་ཆེན་གཉིས་ལོ་ཡང་། །ལྟ་བུས་མི་འབྱེད་ཐབས་ཀྱིས་འབྱེད་པས་ན། །པར་ཕྱིན་ཐེག་པར་འབྲས་བུ་ཆོས་སྐྱེད་དང་། །རྣམ་པ་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ལམ་ཡོད་ཀྱང་། །གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེད་རྣམ་མཐུན་ལམ་མེད་པས། །གཞན་དོན་གཟུགས་སྐྱེས་བྱེད་ཐབས་ཀྱི་ལམ། །མི་འབྲའི་བྱུང་བར་ཆེ་བས་རྣམ་པར་དབྱེ། །

།ཐེག་པ་དེ་ལ་འཇུག་པའི་སྟོ་བཞི།།

ཐེག་པ་དེ་ལ་འཇུག་པའི་སྟོ་བཞི་སྟེ། །དམན་འབྲིང་མཆོག་གིས་གདུལ་བྱ་བཞིར་གསུངས་པའི། རྒྱུད་སྟེ་བཞི་འོ་དེ་ལྟར་དབྱེ་བ་ཡང་། །གདུལ་བྱའི་དབང་གིས་འདོད་ཆགས་ལམ་བྱེད་ཚུལ། །བསྟོམ་པའི་ལྟ་མོར་ཁྱོད་བལྟ་ལག་བཅངས་ཀྱི། །དགའ་བ་ལམ་བྱེད་ཅམ་རུས་གདུལ་བྱ་ལ། །འོག་མ་གསུམ་གསུངས་དངོས་དང་བསྟོམ་པ་ཡི། །རིག་མར་མཉམ་སྟོར་ཆགས་པ་ལམ་བྱས་ཏེ། །བདེ་ཆེན་སྟོང་དང་།

སྤྱིར་བཤི་ཐབས་ཤེས་ཀྱི། །ལམ་མཚོག་སྒྲུལ་བར་ལྡན་ལ་སྒྲ་མེད་གསུངས། །དེ་ཕྱིར་
ཚོད་སོགས་རྒྱད་ཀྱི་བད་ཡང་སྒྱུར། །དེས་ན་བསྒྲོམ་པའི་ལྷ་མོར་བལྟས་པ་ཡི། །བདེ་
བ་ཅམ་ཞིག་ལམ་དུ་བྱེད་བྱས་པའི། །གདུལ་བུའི་ཆེད་དུ་གཙོར་གསུང་རྒྱད་དངོས་
སམ། །སྤེར་གཏོགས་གང་རུང་བྱ་རྒྱུད་མཚན་ཉིད་དེ། །རྒྱུད་གཞན་གསུམ་གྱི་ར་
བོའང་དེ་བཞིན་སྒྱུར། །དེ་ལྟའི་འདོད་ཡོན་ལམ་དུ་བྱེད་པའི་ཐབས། །སྤྱིར་དང་ལྷ་ཡི་
རྣལ་འབྱོར་བསྒྲོམ་པའི་ཆོ། །སྒྲས་སོགས་བྱི་ཡི་བྱ་བ་མང་ལྟོས་དང་། །བྱ་བ་དང་ནི་
ཉིང་འཛིན་ཆ་མཉམ་སྤྱོད། །རྣལ་འབྱོར་གཙོ་བོར་གྱུར་དང་བྱ་བ་ལ། །སྤྱོས་མེད་རྣལ་
འབྱོར་གོང་ན་མེད་པ་ཡིས། །འདུལ་བའི་གདུལ་བྱར་གསུངས་ཕྱིར་བྱ་སོགས་
རྒྱད། །རང་རང་གདུལ་བུའི་གཙོ་བོའི་དབང་དུ་བྱས། །མིང་འདོགས་སྤྲ་མ་སྒྲ་མེད་
ནས་གསུངས་ཤིང་། །བྱི་མ་རྒྱུད་སྤྱིར་གྲགས་མཚན་གྱི་དོན། །

༥ བོ་བྱང་ཆེན་པོའི་བྱི་ནང་སྒྲོར་འཇུག་བཞིན། །བསྐྱེད་དང་ཐེག་ཆེན་འཇུག་
སྒྲོ་སྐབས་སེམས་དང་། །གསང་མཁས་འཇུག་སྒྲོ་མཚན་ལྡན་སྒྲོབ་དཔོན་ལས། །སྤྱིན་
བྱེད་དབང་བསྐྱར་མཛོས་ཆེ་སྤགས་ལ་ཞུགས། །ཐེག་བ་རང་རང་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་
འདོད་ལྟོ། །བཙོས་མིན་སྤྱེས་ཆེ་སོ་སོའི་ལམ་ཞུགས་ལྟར། །ཐེག་འདི་གཞན་ལས་
ཁྱད་པར་འཕགས་པའི་ཆོས། །འབྲས་བུ་ལམ་བྱེད་ཚུལ་གྱིས་སེམས་བསྐྱེད་
པ། །གཞུགས་སྐྱར་རྣམ་མཐུན་ལྷ་ཡི་རྣལ་འབྱོར་ལ། །སྤྱིར་བ་ཐོག་མར་སྤྱེས་ཆེ་
སྤགས་ལམ་ཞུགས། །རྒྱུད་སྤྱི་ལོག་མར་ལྷ་ཡི་བསྒྲོམ་བསྐྱེད་ཀྱིས། །སྐྱེད་མོང་དངོས་
བྱུང་མང་བོ་སྐྱར་འབྱུང་ཅིང་། །སྤས་བཅས་རྒྱལ་བས་རྗེས་བཟུང་བྱིན་ཚོ་བས་
པའི། །ཐབས་ཀྱིས་རྒྱལ་སྤས་སྤྱོད་བ་སྐྱར་རྗོགས་གྱང་། །བྱངས་མེད་གསུམ་ལ་མི་

ལྟོས་ཆེ་གཅིག་ལ། །སངས་རྒྱས་འཛོལ་པ་རྒྱ་མེད་ཁོ་ནར་ལྟོས། །བྱ་བའི་རྒྱད་ལ་ཚུ་
དང་ཅད་པན་གྱི། །དབང་གི་སྟོད་རུང་བྱེད་ཅིང་ལམ་འབྲས་གྱི། །ནུས་པ་འཛིག་ལ་
སྟོད་པའི་རྒྱད་ལ་ནི། །རིག་དབང་ལྷ་བསྐྱར་བསྐྱར་བྱའི་སྟོམ་པ་ནི། །བྱང་སེམས་
བསྐྱབ་པའི་གཞི་དང་རང་རང་གི། །རྒྱད་ནས་གསུངས་པའི་དམ་ཆོག་ཚུལ་བཞིན་
བསྐྱར། །བྱ་རྒྱད་ལམ་ལ་མཆོན་བཅས་མཆོན་མེད་གཉིས། །དང་པོར་བསྐྱས་བརྗོད་
ལྟོས་དང་མི་ལྟོས་གཉིས། །སྤྱད་སེམས་དང་བདག་གཞན་གཞི་ལ་གཞོལ། །བསྐྱས་
བརྗོད་ཡན་ལག་བཞི་སྟེ་ཐོག་མ་རུ། །སྟོན་འགྲོའི་བྱ་བའི་རིམ་པ་ལེགས་བཏང་
ནས། །དངོས་གཞི་སྟོང་པ་སྤྱད་དེ་ཡི་གེ་གཟུགས། །ཕྱག་རྒྱ་མཆོན་མའི་ལྷ་དྲུག་ནལ་
འབྱོར་གྱིས། །བདག་ཉིད་ལྷར་བསྐྱེད་རྒྱལ་གསལ་སྤང་བསྐྱབ། །དེ་ནི་བདག་གི་
གཞི་ཡིན་མདུན་གནས་སུ། །གཞལ་ཡས་བསྐྱེད་དེ་ལྷ་ཆོགས་སྤུན་བངས་
པར། །མཆོད་སོགས་བྱེད་པ་གཞན་གྱི་གཞི་ཡིན་ལ། །ལྷ་ཡི་སྤྱགས་ཀར་བཀོད་པའི་
རྒྱ་བ་ལ། །དམིགས་པ་སེམས་ལ་གཞོལ་བའི་ཡན་ལག་དང་། །དེར་བཀོད་སྤྱགས་
ཐེང་སྤྱ་ལ་གཞོལ་བ་སྟེ། །བདག་མདུན་སྤྱད་སྤྱགས་ཀའི་རྒྱ་གདན་དང་། །ཡི་གེ་
གསུམ་ལ་དམིགས་ཉི་ཡིད་བསྐྱས་དང་། །སྤྱགས་སྤྱི་གདངས་ཅམ་ལ་དམིགས་རྒྱ་
བ་གཉིས། །རིམ་བཞིན་གཟུགས་དང་སྤྱར་དམིགས་བསྐྱས་བརྗོད་དེ། །དེ་དག་སྐབས་
སུ་རྒྱུད་གི་འབྱུང་འབྱུག་དག །བསྐྱས་ནས་རྒྱུད་སེམས་ནང་དུ་འཛིན་པ་ལ། །

སྐབས་འདིར་སྟོག་ཙེལ་སྟོམ་པར་བཤད་པ་ནི། །རྒྱ་མེད་སྟོག་ཙེལ་སྟོམ་དང་
བྱེད་ཆེ་སྟེ། །འདིར་ནི་ཞི་གནས་སྤྱར་དུ་འབྱུང་ཆེད་དང་། །རྒྱུད་སྤྱིར་ལྷ་ཡི་ནལ་འབྱོར་
སྤྱགས་པ་ཙམ། །མཆོན་བཅས་སྐབས་ནས་བསྟོམ་ཞིང་རྒྱ་མེད་ལ། །རྩི་རྒྱུད་རྒྱུད་

ནམས་དབུ་མར་སྒོམ་བྱེད་ཅིང་། །ཞུགས་གནས་ཐེམ་བས་འོད་གསལ་འཕྲེན་པའི་
ཆེད། །ལུས་ལ་གནད་དུ་བསྐྱེད་ནས་བསྒོམ་དགོས་བྱིང་། །

གཉིས་པ་བརྒྱུས་བརྒྱུས་མི་ལྟོས་བསམ་གཏན་ལ། །མེ་དང་སྒྲ་གནས་སྒྲ་མཐའི་
བསམ་གཏན་གསུམ། །དང་པོར་སྒྲིང་གར་སྒྲིང་མེ་ཡི་ནང་། །རང་སེམས་ཆོས་ཀྱི་
དབྱིངས་དང་རོ་གཅིག་ལ། །ནམ་པ་སྒྲགས་ཀྱི་སྒྲ་སྒྲོག་ལ་དམིགས་ནས། །སྒྲོག་ཚུལ་
སྒོམ་ཞིང་གོམས་ལས་ཕྱིའི་མཆན་མ། །བཀྲེས་སྒོམ་མེད་ཅིང་ནང་དུ་བདེ་བློ་
འབྱུང་། །སྒྲ་གནས་སྒྲིང་དབུས་སྒྲ་བའི་ལྷ་སྒྲུའི་ནང་། །སྒྲགས་ཀྱི་གདངས་ལ་དམིགས་
ནས་ཅེ་གཅིག་བསྒོམ། །

བརྒྱུས་བརྒྱུས་སྒྲ་ལ་དམིགས་པ་ནི། །ཡིད་བརྒྱུས་བྱས་པའི་དང་
ནས་གདངས་ལ་དམིགས། །འདིར་ནི་འདོན་པའི་ཚུལ་མིན་གདངས་ཅེས་
ལ། །དམིགས་ཏེ་བརྒྱུས་བརྒྱུས་མི་ལྟོས་བསམ་གཏན་བྱིང་། །ལམ་འདི་ལྷ་སྒྲ་ཐུག་ཀྱི་
ཆེན་པོ་དང་། །གསུང་ཐུགས་རིམ་བཞིན་སྒྲགས་དང་དེ་བཞིན་ཉིད། །བསྒོམ་པ་
གསུམ་དུ་འདུ་ཞིང་ལྷ་དུག་སོགས། །བསྒོམ་པ་དང་པོ་ཡིན་ལ་སྒྲ་གཟུགས་
ལ། །དམིགས་པའི་བརྒྱུས་བརྒྱུས་དང་ནི་སྒྲ་བས་འདི་ཡི། །སྒྲགས་སྒྲར་དམིགས་པའི་
ལམ་ནམས་གཉིས་པ་དང་། །སྒྲ་མཐའི་བསམ་གཏན་ལ་སོགས་གསུམ་པའོ། །

ལྷ་ཡི་གཟུགས་སོགས་ནམ་པ་དུ་མ་ཅན། །བསམ་གཏན་གྱིས་ནི་ལྷ་ཡི་
གསལ་སྒྲར་བསྐྱེད། །དམིགས་པ་གཅིག་ལ་འཛིག་པའི་ཉིང་འཛིན་བྱིས། །གནས་ཆ་
བསྐྱེད་ཅིང་ཁོན་སྒྲུངས་སྒྲེ་ཐུགས་སོགས། །ཐེག་པ་སྐྱེད་མོང་ལམ་གྱི་སྒྲ་བས་དང་
འབྲ། །ལྷ་སྒྲུའི་ཉིང་འཛིན་བརྒྱུས་ནས་སྒྲགས་དམིགས་ལ། །སྒྲོག་ཅིང་དེ་ཡང་ཡི་གེ་

གཟུགས་སྒྲ་ལ། །དམིགས་ནས་རག་བསྐྱས་བྱེད་པ་རགས་པ་དང་། །དེར་དམིགས་
ཡིད་ཀྱི་སྒྲོ་བ་སྤྲ་བ་དང་། །བསྐྱས་བརྗོད་མི་ལྟོས་བསམ་གཏན་དང་པོ་གཉིས། །རབ་
ཏུ་སྤྲ་བའི་སྤྲགས་ཀྱི་བསམ་གཏན་ཏེ། །དེ་དག་སྤྲ་མ་བརྟན་ནས་མ་དོར་བར། །ཕྱི་མ་
ཕྱི་མར་སྒྲོ་བ་ཅིང་ཉིང་འཛིན་བསྐྱབ། །དེ་ལྟར་ལྟ་སྐྱེ་ནས་བཟུང་སྤྲ་གནས་
པར། །དམིགས་པ་སྤྲ་རགས་དུ་མར་སེམས་འཛིན་ཅིང་། །རྐྱེད་སྐྱེད་མེད་མིགས་དང་
བཅས་བསྐྱོམ་པའི་མཐུས། །ལུས་སེམས་ལས་རུང་ཤིན་སྐྱེདས་བདེ་བོད་ཀྱིས། །ཟིན་
པའི་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་ཉིང་རེ་འཛིན། །སྐྱེ་ཞིང་ལྟ་སྤྲགས་རྣལ་འབྱོར་དེ་དག་
རྣམས། །ཟབ་གསལ་གཉིས་མེད་ཚུལ་དུ་བསྐྱོམ་དགོས་ཕྱིར། །བདག་མེད་ལྟ་བས་
ཟིན་པའི་ལམ་ཡིན་ཀྱང་། །གཉིས་སྤང་སྒྲོས་བཅས་རྣལ་འབྱོར་གཙོ་ཆེ་ཕྱིར། །མཚན་
མར་བཅས་པའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་བྲ་ལ། །

སྤྲ་མཐར་ཐར་བ་སྟེར་བའི་བསམ་གཏན་ནི། །གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་
བདག་མེད་རྣམ་པ་གཉིས། །དབྱེད་འཛོག་ཆ་མཉམ་སྒྲོ་ནས་ཅེ་གཅིག་དུ། །བསྐྱོམ་
པས་ཞི་ལྷག་རུང་འབྲེལ་མངོན་བྲས་ཏེ། །སྤང་ཕྱོགས་ལྟ་ཡི་རྣལ་འབྱོར་དང་འབྲེལ་
ཡང་། །སྤང་ཕྱོགས་གཙོ་བོར་བསྐྱོམ་ཕྱིར་མཚན་མེད་ལམ། །ལམ་འདིའི་གདུལ་བྲ་
དབང་རྟོན་ཆེའི་རིག་འཛིན། །བསྐྱབ་སྟེ་ཟབ་གསལ་གཉིས་མེད་རྣལ་འབྱོར་
ཀྱིས། །སྤང་བྲ་སྤང་ཞིང་ས་ལམ་བཟོད་ཚུལ་སོགས། །སྤྱིར་བཏང་རང་རྐྱེད་ལུགས་
མཐུན་སྒོམ་རིམ་བཞིན། །གསུངས་ཀྱང་དབྱ་སེམས་མཁས་པ་སོ་སོ་ཡིས། །རང་
རང་ལུགས་སུ་བཀའ་བཞིན་ཁས་ལེན་དགོས། །

༼ སྒྲིང་རྒྱུད་ལམ་ལ་མཆན་བཅས་མཆན་མེད་གཉིས། ༽

༺ སྒྲིང་རྒྱུད་ལམ་ལ་མཆན་བཅས་མཆན་མེད་གཉིས། །བདག་དང་ལྷ་ཡི་དེ་
ཉིད་དབྱེར་མེད་པའི། །ངང་ལས་བདག་དང་མདུན་དུ་ལྷ་ར་བསྐྱེད་པ། །བདག་གཞན་
གཞི་དང་སྤྲུགས་ཀར་ཆེ་བ་དང་། །སྤྲུགས་སྤེང་དགོད་པ་སེམས་དང་སྤྲེལ་གཞིལ། །ཕྱི་
ཡི་ཡན་ལག་བཞིའོ་སྒྲོང་བ་ལས། །ཨ་སོགས་ལས་བྱུང་ལྷ་དང་དེའི་སྤྲུགས་ཀར། །ཆེ་
དཀྱིལ་ནང་དུ་རང་འབྲེལ་བསྐྱོམ་པ་དང་། །སྤྱིང་གར་ཆེ་བ་ཡི་གེ་སྤྲེལ་ལྷ་དུ། །བསྐྱོམ་
པ་ནང་གི་ཡན་ལག་བཞིའི་བཟླས་བཞོད། །འདི་དག་སྐབས་སུའང་རག་དང་ཡིད་
བཟླས་དང་། །རྒྱུད་སྒྲོར་དང་བཅས་དམིགས་པར་སེམས་བཟུང་སྟེ། །ཞི་གནས་
བསྐྱབ་པ་བྱ་རྒྱུད་སྐབས་དང་མཚུངས། །དེ་ནས་བདག་མེད་གཉིས་ལ་དབྱེད་འཛོག་
སྟོམ། །ཆ་མཉམ་བྱས་ཏེ་ལྷག་མཐོང་བསྐྱབ་པ་ཡིས། །སྤང་བྱ་སྒྲོང་ཞིང་དངོས་བྱབ་
སྐྱབ་ཚུལ་འདྲ། །བྱ་སྒྲོང་ལམ་ནས་ལྷ་དང་སྒྲོང་བ་དང་། །རྒྱུད་དང་བཟླས་པའི་ནལ་
འབྱོར་བཞིར་འདུ་ཞིང་། །དང་པོ་གཉིས་ནི་སྤྲུག་གཉིས་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི། །གཙོ་བོ་ཀྱན་རྩེ་བ་
དོན་དམ་ལྷའི་ནལ་འབྱོར། །བཟླས་པ་སྤྲུགས་རྒྱུད་བསྐྱེད་པའི་ཡན་ལག་དང་། །རྒྱུད་
སྒྲོར་ལྷ་ཡི་ནལ་འབྱོར་བཟླས་བྱེད་ཀྱི། །ཡན་ལག་ཡིན་ཕྱིར་གཙོ་བོ་ཡན་ལག་
བཅས། །བསྐྱེད་མཆན་བཅས་མཆན་མེད་གཉིས་སུ་འདུ། །

༼ རྣམ་འབྱོར་རྒྱུད་ལ་རིག་པའི་དབང་ལ། ༽

༺ རྣམ་འབྱོར་རྒྱུད་ལ་རིག་པའི་དབང་ལ་དང་། །སྒྲོབ་དཔོན་དབང་བསྐྱར་
རིགས་ལྷའི་སྒྲོམ་པ་བཟུང་། །སྤྱི་དང་སོ་སོའི་དམ་ཆོག་ཆེ་མེད་དང་། །པལ་ཆེར་འདྲ་

ཞིང་ཁུང་པར་གཞན་དུ་ཤེས། །ཅ་རྒྱུད་དེ་ཉིད་བསྐྱུས་པར་དོར་དབྱེངས་
དང་། །ཁམས་གསུམ་རྣམ་རྒྱལ་འགོ་འདུལ་དོན་གྲུབ་གྱི། །དུམ་བུ་བཞི་སྟེ་རྣམ་སྒྲུབ་
མི་བསྐྱོད་པ། །རིན་འབྱུང་བརྒྱའི་རིགས་བཞི་སེམས་ཅན་གྱི། །བསམ་པ་རྫོགས་བྱེད་
ཆ་ནས་རིན་ཆེན་རིགས། །ལས་སུ་བྱ་བའི་ཆ་ནས་ལས་ཀྱི་རིགས། །དེ་ཕྱིར་རིགས་
ལྷའང་དེར་འདུ་སྐྱེ་བཞི་དང་། །ཡེ་ཤེས་བཞི་དང་བྱང་སེམས་སྦྱིན་པ་དང་། །ཤེས་
རབ་བརྩོན་འགྲུས་པར་ཕྱིན་བཞི་དང་ནི། །སྐྱེད་ཀ་གསུང་ཐུགས་མཛད་པ་ཕྱག་རྒྱ་
བཞི། །བཅས་པ་བསྟན་ཞིང་དུམ་བུ་རང་རང་གི། །གདུལ་བྱའི་དོན་དང་གང་ཟག་
གཅིག་གི་ཡང་། །ཉམས་ལེན་རིམ་པར་བྱིལ་བའི་ཐོབ་བྱེད་ལས། །ཐོབ་བྱའི་འབྲས་བུ་
དང་བཅས་བསྟན་པར་གསུངས། །

ཅ་བཤད་ཕྱོགས་མཐུན་འཕྲོས་རྒྱུད་བཅས་པ་ལས། །བསྟན་པའི་དགྲིལ་
འཁོར་སོ་སོའི་སྒྲུབ་པའི་ཐབས། །དང་སྦྱོར་དགྲིལ་འཁོར་ལས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོག་
སྟེ། །ཉིང་འཛིན་གསུམ་དང་ཕྱག་རྒྱ་རྣམ་པ་བཞི། །ལྷགས་འདིར་དམ་ཡེ་དབྱེར་མེད་
བསྟེམ་པ་ལ། །ཕྱག་རྒྱ་བཞི་ཡིས་རྒྱས་གདབ་གལ་ཆེ་བས། །དམ་རྒྱ་ཆོས་རྒྱ་ཕྱག་
ཆེན་ལས་རྒྱ་རྣམས། །ཐ་མལ་སྒོ་གསུམ་བྱ་བ་སྦྱང་གཞི་དང་། །སྦྱོར་བྱེད་ལུས་ཀྱིས་
སོ་སོའི་ཕྱག་རྒྱ་འཆིང་། །དག་ནས་སྒྲགས་བརྫོད་ཡིད་ཀྱིས་སྟག་པའི་ལྷའི། །སྒྲགས་
གསུང་སྐྱེད་མཛད་པར་དབྱེར་མེད་པའི། །ར་རྒྱལ་དང་བཅས་དང་པོའི་རྩོ་རྩེ་
སོགས། །སོ་སོའི་སྐབས་ཀྱི་དམིགས་པར་ཅེ་གཅིག་ཏུ། །དམིགས་ཏེ་བསྐྱོམ་པས་
སྦྱང་གཞི་དེ་སྦྱོར་ཞིང་། །སྦྱང་འབྲས་སྒྲགས་སོགས་འབྲུབ་པའི་རྣམ་ལྡན་དུ། །བྱས་
པ་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་ཡིས་རྒྱས་བཏབ་དོན། །གྲུབ་པའི་ཆད་ནི་རིམ་བཞིན་ཤིན་སྦྱངས་

གྱིས། །ཟིན་པའི་ཟབ་གསལ་གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་འཕེལ། །རྒྱུད་གི་གདངས་གྱིས་
ཐུགས་གྱི་རང་སྒྲུ་སྒྲོགས། །ལྟ་ཡི་སྒྲུ་ལ་རེག་མཐོང་མཆོན་མ་རྟེན། །སྒྲོ་བསྐྱེད་ཅམ་
གྱིས་ལས་བཞི་འགྲུབ་པའོ། །

ལམ་འདིར་སྒྱུད་གཞིར་རྣམ་མཐུན་མི་བསྒྲོམ་ཀྱང་། །འབས་བྱ་རྣམ་བྱུང་ཕྱོགས་
དང་ཆོས་མཐུན་པར། །མངོན་བྱང་ལྷ་སོགས་ཚུལ་གྱིས་བསྒྲོམ་བ་སྟེ། །མཆོན་བཅས་
མཆོན་མེད་ལམ་གྱི་རིམ་བ་གཉིས། །དང་པོར་རགས་དང་སྤ་ལ་དམིགས་བ་
གཉིས། །རགས་བ་ལྟ་ལ་དམིགས་བའི་རྣལ་འབྱོར་ལ། །བདག་སྒྱུད་ལུས་དང་སྒྱུད་
འཁོར་ཆོགས་ཞིང་སོགས། །སྔོན་དུ་འགྲོ་བས་བསྟེན་བ་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱེད། །

༼ ཉིང་འཛིན་གསུམ་སོགས་ལྟ་ཡི་རྣལ་འབྱོར༽

ཉིང་འཛིན་གསུམ་སོགས་ལྟ་ཡི་རྣལ་འབྱོར་ནི། །ཐུན་བཞིའི་རིམ་བས་གཞན་
དུ་མ་ཡེངས་པར། །ལྟ་ཡི་རྣམ་བ་མངོན་སུམ་ལྟ་བུ་ཡི། །གསལ་སྤང་ར་རྒྱལ་བརྟན་
བརྟན་བར་དུ་བསྒྲོམ། །ཅེ་གཅིག་གནས་ཆ་སྤ་མའི་སྐབས་སུ་བསྐྱེད། །

སྤ་བ་ཕྱག་མཆོན་ལ་དམིགས་ཉིང་འཛིན་ནི། །ལྟ་ཡི་རྣལ་འབྱོར་སྔོན་བཏང་
ལྟའི་ཕྱག་མཆོན། །དྲི་རྩེ་སྤ་མོ་སྤ་ཅེ་ལ་སོགས་སུ། །བསྒྲོམ་ལ་བྲན་ཤེས་བརྟན་པོས་
ཅེ་གཅིག་ཏུ། །བྲིང་ཞོད་བྲལ་བར་ཅེ་གཅིག་གོམས་བྱས་པས། །ལུས་སེམས་ཤིན་
སྒྱུད་ས་བདེ་བས་ཟིན་པ་ཡི། །ཞི་གནས་འགྲུབ་ཅིང་སྤར་ཡང་དམིགས་ཏེན་ལས། །སྒྲོ་
བསྐྱེད་སྒྲོ་ནས་ཉིང་འཛིན་ཅལ་སྤྱིང་བྱ། །མཆོན་མེད་བསྒྲོམ་ཚུལ་ཅ་བཤད་གཉིས་གྱི་
དོན། །དེ་བཞིན་དྲོ་རྩེ་རིན་ཆེན་པལྒྲུ་ཡི། །རིགས་བཞིར་མི་འདྲའི་བསྒྲོམ་ཚུལ་
གསུངས་པ་ལྟར། །སོ་སོར་རྟོག་པས་དབྱེད་ནས་སྤྱིང་བ་དང་། །མི་དབྱེད་ཅེ་གཅིག་

འཛིག་པའི་བསྐྱོམ་ཚུལ་གཉིས། །ཆ་མཉམ་བྱས་ཏེ་སྟོག་ཚུལ་རྒྱང་སྦྱར་
བཅས། །བདག་མེད་གནས་ལུགས་དོན་ལ་དམིགས་པ་ཡི། །ཞི་ལྷག་རྒྱང་འགྲེལ་ཏིང་
འཛིན་མཛོན་བྱས་ཏེ། །སྤང་སྟོགས་ལྷ་ཡི་རྣལ་འབྱོར་སྟོགས་ལྷན་པའི། །ཡེ་ཤེས་དེ་
ཡིས་སྤང་བྱ་མཛོན་གྱུར་དང་། །མཐོང་སྟོམ་སྤང་བྱ་རིམ་གྱིས་འཛོམས་པའི་
ཚུལ། །སྤར་བཞིན་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་གོང་ལོག་གི། །ཞི་ལྷག་སྦྱབ་ཚུལ་ཞིབ་པར་
བྱམས་ཆོས་དང་། །ས་སྤེའི་དགོངས་དོན་སྤྱན་མོང་ལམ་རིམ་བཞིན། །དེ་ལྟའི་ལམ་
རྣམས་ལྷ་དང་རང་གི་རྒྱད། །ཉེ་བར་བྱེད་པས་བསྟེན་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། །དེ་ནས་བསམ་
གཏན་བསྐྱེད་བརྩོན་སྟེག་གིས། །འཛིག་ཉེན་འཛིག་ཉེན་འདས་པའི་དངོས་གྲུབ་
རྣམས། །སྦྱབ་ཚུལ་རྒྱད་དང་དགོངས་འགྲེལ་ལས་ཤེས་བྱ། །རྒྱད་དང་འགྲེལ་བར་
གོང་ལོག་དཔྱགས་པ་དང་། །ཐོར་བྱར་གསུངས་རྣམས་གཏུལ་བྱའི་ཉམས་ལེན་
དུ། །རིམ་ཏེ་ལམ་གྱི་སྟོན་རྒྱང་བྱ་བ་དང་། །སྟོན་དུ་གྱུར་ནས་དམ་སྟོམ་བསྤང་བ་
དང་། །དེ་ལ་གནས་ནས་བསྟེན་པ་བྱ་ཚུལ་དང་། །དེ་ནས་དངོས་གྲུབ་རིམ་རྒྱབ་
པའི་ཚུལ། །བཞི་རུ་བསྐྱེད་ཏེ་རྒྱད་དོན་མ་ལུས་པ། །གདམས་པར་འཆར་བའི་ཐབས་
ལ་འབད་དགོས་པར། །གསང་སྟགས་ལམ་གྱི་རིམ་པར་གསུངས་པ་ཉིད། །རྒྱད་ཕྱེ་
གོང་ལོག་ཀུན་ཏུ་ཤེས་པར་བྱ། །

༼ རྣལ་འབྱོར་ཁྲ་མེད་གྱི་རྒྱད་དོན་སྤྱད་པའི་ཚུལ། ༽

༺ རྣལ་འབྱོར་ཁྲ་མེད་རྒྱད་དོན་སྤྱད་པའི་ཚུལ། །མང་ཡང་ཡེ་ཤེས་རྟོ་རྟེ་ཀུན་
བརྟུས་ལས། །ཆགས་ཅན་ཐེག་པས་འཆར་རྒྱའི་ཚུལ་བཞི་ཡིས། །བསྐྱེད་པར་
གསུངས་བཞིན་རྒྱད་དང་སྤྱིར་གཞི་དང་། །དེས་པའི་ཆོག་དང་རྒྱ་སྟེ་རིམ་པ་

བཞིན། །ཆགས་བྲལ་ཐེག་པ་ས་འདོད་པར་འཆང་རྒྱ་ཆེ། །དང་པོར་མི་ཡི་རྒྱད་ཏུ་
འབྱུངས་པ་དང་། །ཁབ་ནས་བྱུང་ཆེ་ཆ་ལུགས་གཅིག་པ་ཡི། །སློང་གཞི་དང་ནི་འདུལ་
བའི་ཀུན་སྦྱོང་ལ། །དེས་པར་གནས་དང་འབྲས་བུའི་ཉེ་རྒྱ་རུ། །ཆོས་ལ་སྦྱོང་པ་བཞི་
རྣམས་དཔེར་མཛད་ནས། །ཆགས་ཅན་ཐེག་པ་ས་འཆང་རྒྱའི་ཚུལ་འདི་ཡང་། །ལུས་
ལ་ཐ་མལ་སྒྲུང་ཞེན་ཟེལ་མཉན་ནས། །སྣ་ཡི་ར་རྒྱལ་བརྟན་པ་དང་པོ་དང་། །སྣ་ཆོག་གས་
སྣ་རྣམས་གསང་ཆེན་རིགས་གཅིག་ཏུ། །ཟད་ཅིང་ཆོས་ཀུན་སྦྱོང་ཉིད་འོད་གསལ་
དུ། །རོ་གཅིག་པ་གཉིས་སྣ་སོགས་ཆོས་ཀུན་གྱི། །གཞི་རྩ་ཡིན་པས་སློང་གཞིའོ་
དབང་དང་ནི། །དམ་ཆོག་བསྟེན་པའི་གནས་ཕྱིར་དེས་པའི་ཆོག །འབྲས་བུའི་ཉེ་རྒྱ་
སྦྱོང་པ་བཞི་བ་སྟེ། །རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱེད་རིམ་སློང་གཞིས་རྩོགས་རིམ་དང་། །

ཆོག་གི་སྐད་དོད་པ་ཉ་གནས་ལའང་། །འཇུག་ཕྱིར་དབང་དང་དམ་ཆོག་
བསྟེན་པ་ནི། །དེས་པའི་གནས་དང་སོགས་འབྲིན་སྦྱོང་པ་རྣམས། །འབྲས་བུར་ཉེ་བར་
སྦྱོར་བས་རྒྱ་ཡིན་ལ། །འབྲས་བུའི་སྐྱ་གཉིས་འོད་ཟུང་རྩོགས་རིམ་དུ། །འདུ་བར་
གསུངས་བཞིན་འདིར་ཡང་སྦོད་རུང་དབང་། །དམ་ཆོག་དང་ནི་ལམ་ལ་སློབ་ཚུལ་
དང་། །སོགས་འབྲིན་སྦྱོང་པ་འབྲས་བུ་འཛོལ་ཚུལ་ཏེ། །དོན་ཆེན་ལྡ་ལས་དང་པོ་
དབང་བསྐྱར་ནི། །གསང་ཆེན་བཤད་དང་སློམ་པའི་སྦོད་རུང་དུ། །བྱེད་ཅིང་དངོས་
བྱུང་ཀུན་གྱི་རྩ་བ་སྟེ། །དེ་མེད་རྒྱུད་དོན་ཤེས་ནས་ལམ་བསློམ་ཀྱང་། །དངོས་བྱུང་
མཆོག་ཐོབ་མི་སྲིད་པ་མོ་ཅམ། །ཐོབ་ཀྱང་དཔོན་སློབ་གཉིས་ཀ་དཔུལ་བར་འགྲོ། །དེ་
ཕྱིར་དབང་ནོད་བྱ་ཞིང་དེ་ལ་ཡང་། །ཐོག་མར་དཔོན་སློབ་པན་ཚུན་བརྟག་དགོས་
ཤིང་། །བརྟག་བྱའི་སློབ་དཔོན་སྣགས་དང་བསམ་གཏན་ལ། །གཞོལ་བ་རིམ་བཞིན་

བསྐྱེད་རིམ་རྫོགས་རིམ་པའི། །སློབ་དཔོན་ཡིན་ལ་སྔ་མ་ལྟའི་རྣལ་འབྱོར། །ཐུན་
བཞིར་བསྐྱོམ་པས་བརྟན་ཅིང་དག་བསྐྱེད་རྫོགས། །ཕྱི་མ་དེར་མི་ལྟོས་ཤིང་ཟུང་
འཇུག་དང་། །སྐྱུ་ལུས་བསམ་གཏན་ཙམ་གྱིས་ལྟའི་རྣལ་འབྱོར། །འབྲུག་ཅིང་སྔ་མའི་
ཡོན་ཏན་ལྷག་བཅས་ལྷན། །དེ་འདྲ་དགོན་ཕྱིར་སློབ་དཔོན་བསྐྱེད་རིམ་པ། །དེ་ཉིད་
བཅུ་སོགས་མཆོན་ཉིད་ཆང་བའམ། །ཡོན་ཏན་ལྷག་ཅིང་དབང་ཐོབ་དམ་སྒྲིམ་
གནས། །བརྒྱད་པའི་ཕྱག་བཞེས་དབང་བསྐྱར་ཆོག་པ་མཁས། །བསྟེན་སོང་ལྷ་ཡིས་
གནང་ངམ་མ་བཀག་དགོས། །བརྟག་བྱའི་སློབ་མ་ལ་ཡང་དགྱིལ་འཁོར་དུ། །གཞུག་
བ་ཙམ་ལ་སྟོད་བརྟག་མི་འཆའ་ཞིང་། །བྱང་སྒྲིམ་ཙམ་སྤང་སློབ་མའི་དབང་ཙམ་
དང་། །སྔགས་སྒྲིམ་འཛིན་རུས་སློབ་དཔོན་དབང་ཡང་བསྐྱར། །དམ་སྤང་རུས་མིན་
བརྟག་པ་གཙོ་ཆེ་བྱིར། །སྐབས་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་སྤང་འདོད་དོན་གཉེར་དང་། །ཐེག་པའི་
མཆོག་འདིར་དད་པ་བརྟན་པོ་དགོས། །མ་བརྟག་དབང་བསྐྱར་འདི་ཕྱིར་ཕྱང་བ་
ཡི། །ཉེས་དམིགས་ཆེ་བྱིར་བཅུ་གཉིས་པར་བརྟག་གསུངས། །

ཐོག་མར་སློབ་མས་དབང་གི་གསོལ་གདབ་ཅིང་། །སློབ་དཔོན་གྱིས་ཀྱང་
སློབ་མར་བསྤང་བ་བྱ། །དེ་ནས་བསྟེན་པའི་ལས་ལ་འཇུག་གསུངས་ཤིང་། །ཐུན་སོང་
མཆོག་གི་དངོས་བྱུང་སྐྱབ་པ་ཡི། །བསྟེན་པ་དོ་རྩེ་བཞི་དང་ཡན་ལག་དུག་གསུངས་
ཕྱིར་རིམ་གཉིས་ལམ་ལ་སློབ་པ་ཉིད། །བསྟེན་པ་ཡིན་ཕྱིར་དབང་དང་རབ་གནས་
སོགས། །བྱེད་པོ་ཙམ་གྱི་བསྐྱབ་བྱུང་འཛིན་པ་འབྱུལ། །བསྟེན་སོགས་མ་སོང་དགྱིལ་
འཁོར་ལས་བྱེད་པ། །དངོས་བྱུང་ཉམས་ཤིང་བདག་ཉིད་སུན་འབྲེན་པར། །གསུངས་
ཕྱིར་ཐུན་བཞིའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་འབད་དེ། །ལྷ་ཡི་ང་རྒྱལ་གསལ་སྤང་བསྐྱབ་པ་

ནི། །བསྐྱེད་པའི་གཙོ་བོ་ཡིན་ཞིང་བསྐྱེད་པའི་གྲངས། །ལས་རྩང་ཅམ་ལ་གཙོ་འབྲས་
འཁོར་ཁྲི་སོགས། །གྲངས་བསྐྱེད་རྫོགས་པ་ཁ་སྐོང་སྤྱིན་སྟེག་བཅས། །བསྐྱོམ་བསྐྱེས་
བྱས་པས་ལྷ་ཡིས་གནང་བ་འཇམ། །ལྷ་ཡི་རྣལ་འབྱོར་བརྟན་པས་སེམས་དག་
པའི། །མཚན་མ་གང་རྩང་བྱང་བས་ལས་བྱེད་གསུངས། །

ཆོ་ག་དངོས་ལ་ས་དང་སྟ་གོན་དང་། །དངོས་གཞིའི་ཆོ་གའོ་དང་པོར་ས་
བརྟག་བསྐྱང་། །སྤྱང་བཟུང་སྤྱང་ཞིང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ལ། །བརྟག་ལ་ཕྱོགས་
དང་མཚན་ཉིད་ས་དང་ཆུ། །ཁ་དོག་སྐོན་ས་བརྟག་སོགས་སྐབས་དང་སྤྱར། །བསྐྱང་
ལ་མངོན་པའི་བདག་པོ་ལས་སྤྱོད་དང་། །མི་མངོན་བདེ་གཤེགས་ཞིང་སྤྱོད་ས་ལྷ་
ལ། །མཚན་ཅིང་གནང་བ་ཁྱུ་བའོ་སྤྱང་བ་ལ། །བརྟོས་ནས་སྤྱང་དང་རྩས་སྟགས་ཉིང་
འཛིན་གྱིས། །སྤྱང་དང་སྤྱེ་མེད་དག་པས་སྤྱངས་པའོ། །

དང་པོར་ཆེར་མ་ལ་སོགས་པའི་བྱག་རྩ། །དབྱུང་བྱིར་བརྟོ་ཞིང་བྱས་གཏིར་
གཞུག་པ་དང་། །ལྟོ་འབྱེད་གནས་ཚུལ་བརྟགས་ནས་བརྟོ་བ་གཉིས། །གཉིས་པར་ཆོ་
གའི་གཞུང་བཞིན་རྩས་སྟགས་དང་། །ཉིང་རེ་འཛིན་དང་ས་ལྷ་བསྐྱེས་སྤྱེ་
སྤྱོད་། །གསུམ་པ་ཆོས་ཀྱན་རོ་གཅིག་སྤྱོད་པར་མོས། །ས་བཟུང་དཀྱིལ་འཁོར་ས་
གཞིར་སྤྱེད་རྣལ་འབྱོར། །བསྐྱོམ་ཞིང་སྤྱོད་མས་གསོལ་གདབ་དཀྱིལ་འཁོར་
འདེགས། །ལངས་ཉེ་བགེགས་ལ་བཀའ་བསྐྱོད་སྤངས་སྟབས་སོགས། །ལྷ་བར་སྤྱང་
འཁོར་བསྐྱོམས་ནས་བགེགས་སྤྱོད་དང་། །ལྷ་བྱ་བསྐྱེད་ཅིང་གདབ་པས་བགེགས་
བལ་བྱ། །རས་བྱིས་སོགས་ལ་བརྟག་བསྐྱང་སྤྱང་མི་དགོས། །ས་བཟུང་སྤྱང་ཞིང་བྱིན་
གྱིས་བརྒྱབས་པ་རྣམས། །སྟ་གོན་བཞིར་བཅས་རྫོགས་པར་བྱེད་པའཇམ། །ཡང་ན་

བུམ་པ་སྒོ་བ་མ་སྟ་གོན་ཅེས། །བྲེད་སོགས་བྱུག་ལེན་མི་འད་སྐབས་དང་སྒྱུར། །སྟ་
གོན་ལ་མི་ས་ལྟ་དཀྱིལ་འཁོར་ལྟ། །བུམ་པ་སྟ་གོན་ལྟ་ལ་གསོལ་བ་གདབ། །སྒོ་བ་མ་
སྟ་གོན་རྣམས་ཉེ་གཉིས་པ་ལ། །ལྟ་གནས་ངེས་པའི་ཕྱིར་དུ་ཐིག་གདབ་ཅིང་། །ངེས་
ནས་ལྟ་བསྐྱེད་མཆོད་སོགས་བྱ་བ་དང་། །གསུམ་པར་བུམ་པའི་ཆད་གངས་ཇེས་
སོགས་དང་། །འགོད་ཚུལ་བསྒྲིམ་བསྐྱས་ཇོགས་པར་བྱ་བའོ། །

བཞི་བ་སྟ་གོན་ལྟ་མཆོད་གསོལ་བ་གདབ། །ཐོག་མར་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་
ཞུགས་དབང་ནོད་ཅིང་། །བར་དུ་དཀྱིལ་འཁོར་རྣམ་པའི་ལམ་བསྐྱོམ་པས། །མཐར་
ཡང་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི། །རྣམ་པར་འཆང་རྒྱ་དེ་ཕྱིར་གྱི་ཐིག་
དང་། །བསྐྱེད་སོགས་དཀྱིལ་འཁོར་རྣམ་བཞག་ཤེས་པ་གཅེས། །ལྟ་བར་ཀྱན་སྒྲོང་
བཅོས་ཤིང་ནང་དབང་བསྐྱུར། །གསོལ་གདབ་འཛིན་དུ་གཞུག་དང་སྒོམ་པ་
བཟུང་། །བྲིན་རྒྱབས་སོ་ཤིང་འདོར་ཞིང་འཁྱོར་ཚུ་སོགས། །གསུམ་སྒྲིན་སྒོ་བ་
བསྐྱེད་ཅིང་སྒྲུང་བུས་ཉེ། །མི་ལམ་བརྟག་པར་གདམས་པའི་སྟ་གོན་སྐབས། །སྐབས་
སྒོམ་འཛིན་དང་མི་འཛིན་ལུགས་སྒོམ་གཉིས། །སྒོ་བ་དཔོན་བདག་འཇུག་སྒོ་བ་བྱང་
སྒོམ་ལྟར་དུ། །གནས་ནས་སྐབས་སྒོམ་འཁོག་པ་འཐད་པར་གསུངས། །དངོས་གཞིར་
ཡེ་ཐིག་གདབ་ཅིང་ཆོན་བཞེ་བ། །བུམ་པ་དགོད་ཅིང་དཀྱིལ་འཁོར་བརྒྱན་པ་
དང་། །བསྐྱུབ་ཅིང་མཆོད་ནས་སྒོ་བ་མར་དབང་བསྐྱུར་བའོ། །

དཀྱིལ་འཁོར་སྐྱབ་ཚུལ་རང་ཉིད་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི། །དབུས་སུ་འདུག་མོས་
བདག་མདུན་དལུས་གཅིག་ཏུ། །བསྐྱུབ་ཅིང་ར་རྒྱལ་འཛོག་པ་བདག་མདུན་
དང་། །འཇུག་པ་ཐ་མི་དད་དེ་འཛིགས་བྱེད་བཞིན། །བདག་མདུན་སོ་སོར་བསྐྱབས་

ནས་མདུན་བསྐྱེད་ལ། །ང་རྒྱལ་འཛིན་པ་འཇུག་པ་ཐ་དད་དང་། །བདག་མདུན་ཐ་མི་
དད་དེ་འཕགས་ལུགས་ཀྱི། །འདུས་པ་བཞིན་ནོ་བདག་མདུན་རིམ་བསྐྱབས་
ནས། །མདུན་བསྐྱེད་གཙོ་བོར་ང་རྒྱལ་མི་འཛིན་པ། །བདག་མདུན་འཇུག་པ་གཉིས་
ཀ་ཐ་དད་དེ། །བདེ་མཆོག་སོགས་ལ་དུ་རི་ཀ་བས་བཞེད། །ལྷ་བ་བ་སོགས་མདུན་
བསྐྱེད་གཙོ་བོ་ལ། །ང་རྒྱལ་འཛིན་པས་ཐ་མི་དད་དུའང་གསུངས། །དེ་ལྟར་བསྐྱབ་
ནས་སོ་སོའི་ཡེ་ཤེས་པ། །རྟོག་ལྟར་བཅས་གཞུག་ཅིང་དབང་བསྐྱར་ཏེ། །རྒྱས་
གདབ་ཕྱི་ནང་གསང་བ་དེ་ཉིད་དང་། །ཕྱི་ནང་གཏོར་མས་ལྟ་རྒྱུས་མཉམས་པར་
བྱ། །དབང་བསྐྱར་བ་ལ་ཐོག་མར་སློབ་དཔོན་ཉིད། །འཇུག་ཅིང་དབང་རྣམས་རྫོགས་
པར་མྱེད་པ་བྱས་ཏེ། །དངོས་བྱུང་ཁྱེད་ཞིང་བདེན་པས་བྱིན་རྒྱབས་བྱ། །དེ་ནས་སློབ་
མ་གཞུག་པའི་རིམ་པ་རྣམས། །སློན་དུ་བཏང་སྟེ་དབང་བཞི་རྫོགས་པར་
བསྐྱར། །དབང་ལ་སློན་བྱེད་རྒྱ་དང་གྲོལ་བྱེད་ལས། །གྲོལ་བ་འབྲས་བྱའི་དབང་
གསུམ་དང་པོ་ནི། །སྐགས་ལམ་ཉན་སློམ་དངོས་བྱུང་བསྐྱབ་སོགས་ལ། །དབང་བར་
བྱེད་ཅིང་སྐགས་ཀྱི་འཇུག་སློབ་དུ། །བྱུང་པའི་ཡོན་ཏན་སློན་བྱེད་དབང་དུ་འཛོག་གཙོ་
བོར་ལུས་ཀྱི་བྱི་མ་རགས་པ་རྣམས། །སློང་ཞིང་བསྐྱེད་རིམ་བསློམ་ལ་དབང་བ་
དང་། །སྐྱུ་ཡི་རྩོལ་ལྟ་རྣམས་འཛོག་པ་ཡི། །ཡོན་ཏན་རྒྱ་ཡི་བྱམ་དབང་རོ་ཐོ་
སྟེ། །དབྱེན་སུན་མོང་རིགས་པའི་དབང་ལྟ་དང་། །སུན་མིན་སློབ་དཔོན་དབང་བསྐྱར་
མཐའ་རྟེན་བཅས། །བྱམ་དབང་དགྲ་དང་བཅུ་གཅིག་སོགས་སུ་བཤད། །

དེ་བཞིན་དག་དང་ཡིད་སྦྱིབ་རགས་པ་དང་། །སློག་སུམ་བྱི་མ་སྤྱིའི་སྤྱི་བ་
རྣམས། །སློང་ཞིང་མ་དག་སྐྱུ་ལུས་མན་ཆད་ཀྱི། །རྫོགས་རིམ་དང་ནི་དོན་དམ་འོད་

གསལ་དང་། སློབ་པའི་ཟུང་འདུག་བསྐྱེད་ལ་དབང་བྱེད་ཅིང་། །འབྲས་བུ་གསུང་དང་
 ཐུགས་ཀྱི་རྟོ་རྟེ་དང་། །སྤྱི་ཐུགས་ཟུང་འདུག་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱུ། །འབྲུབ་པའི་ལག་རྒྱུ་
 འཛིག་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས། །རིམ་བཞིན་སྤྱི་མ་གསུམ་ཀྱི་རོ་བོར་འཛིག་ །དེ་གསུམ་
 ལ་ཡང་སློབ་མས་ཐོབ་ཚུལ་སོགས། །ཅི་རིགས་དབང་གིས་དབྱེ་བ་དུ་མར་
 ཡོད། །དེས་ན་སྤྲོད་ཐོལ་འབྲས་བུའི་དབང་བཞི་ཡི། །རྟོགས་པར་ཐུགས་ཀྱི་ལམ་
 རྣམས་རྫོགས་པར་འདུ། །ལྷ་ལ་དབང་བསྐྱུར་རབ་གནས་ཆོ་ག་དང་། །ལྷ་ཆིམ་དངོས་
 བྱལ་སྤྱུབ་བྱེད་སྤྱིན་སྟེག་དང་། །ཉམས་ཆག་སྒྲོང་ཞིང་ལྷ་མཉེས་ཆོགས་འཁོར་
 དང་། །ཆ་ལུགས་མི་ཉམས་ཡན་ལག་རྟོ་བྱིལ་སོགས། །རྣལ་འབྱོར་ཡོ་བྱད་ཆད་དང་
 འཆང་བའི་ཚུལ། །གཞན་ལས་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ་ཉམས་སུ་སྒྲངས། །དེ་ལྟར་དབང་
 གིས་སྟོད་རུང་བསྐྱབས་བྱས་ནས། །དམ་ཆོག་བསྐྱུང་བ་དངོས་བྱལ་ཀྱན་གྱི་
 གཞི། །གཞན་དུ་བསྐྱལ་པར་འབད་ཀྱང་མི་འབྲུབ་པས། །ཅུ་ལྷང་རྣམ་བཤད་སོགས་
 ལས་ཤེས་བྱས་ཏེ། །རིགས་ལྡ་སྤྱི་ཡི་ཅུ་ལྷང་སྟོམ་པོ་སྟོང་། །སོ་སོའི་བཅུ་དགུ་སྟུང་
 བསྟེན་བཟུང་བ་ཡི། །དམ་ཆོག་བསྐྱུང་ཞིང་དག་པའི་ཐབས་ལ་འབད། །

༼ གྲ་མེད་རྒྱུད༽

༺ གྲ་མེད་རྒྱུད་ཀྱན་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་གྱི། །ཡེ་ཤེས་རྩལ་དུ་འདོན་ཕྱིར་
 གཉིས་མེད་རྒྱུད། །དབྱེན་རྣལ་འབྱོར་པ་མའི་རྒྱུད་གཉིས་ཏེ། །སྤྱི་ལུས་གཙོ་བོར་
 སྟོན་པའི་རྒྱུད་དངོས་སམ། །དེ་ཡི་སྟེར་གཏོགས་དང་ནི་སྤྱི་དེ་ཉིད། །རྩལ་དུ་མི་འདོན་
 འོད་གསལ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི། །རྒྱུད་དང་དེ་ཡི་སྟེར་གཏོགས་གང་རུང་ནི། །རིམ་
 བཞིན་པ་མའི་རྒྱུད་ཀྱི་རོ་བོར་འཛིག། །རྒྱུད་དོན་བཤད་ཐབས་མན་ངག་རྒྱན་བདུན་

ཏེ། གང་ཞིག་བཤད་པར་བྱ་གཞི་'སྒྲེང་བསྐྱེད་རྒྱུ། བཤད་དོན་ལམ་དུ་རིམ་བ་
'འཆང་རྒྱ་ཚུལ། གཞུང་དོན་འགྲེལ་ཚུལ་'མཐའ་དྲུག་ཚུལ་'བཞི་འེ་རྒྱུ། གང་ལ་
དོན་གང་འཆང་པ་'འཆང་ཚུལ་རྒྱུ། རྒྱུད་ལ་འཕྲུག་པའི་གང་ཟག་'ཉན་སྟེ་
རྒྱུ། བཤད་དོན་བདེན་གཉིས་'ངེས་པའི་རྒྱན་རྣམས་ཏེ། གང་སོར་རྒྱུད་ཀྱི་མཆོན་
དང་གཏུལ་བྱ་དང་། མཛད་སོ་ཆོག་དོན་དགོས་པའི་བྱད་པར་ལྷ། གཉིས་པ་སྤར་
བཤད་རྒྱུད་དང་སྒྲེང་གཞི་སོགས། ཆགས་བཅས་འཆང་རྒྱུའི་ལམ་གྱི་རིམ་བ་
སྟེ། གང་དང་དམ་ཆོག་བསྐྱེད་རྒྱུ་གས་འབྲས་བཅས་སྤྲད། །

གསུམ་པར་གཞུང་གི་ཆོག་དོན་སོ་སོ་དུ། འཆང་པ་མཐའ་དྲུག་རྒྱན་ལ་བྱང་
ངེས་དང་། གཞུང་གི་དགོངས་མིན་སྒྲུ་ནི་རིམ་བཞིན་པ། ཡིན་མིན་གཉིས་ཏེ་དྲུག་
ནི་རིམ་བ་བཞིན། རྒྱུ་ཞེས་ཆོག་གཅིག་ཉིད་ལ་མི་འབྲེད་དོན། གཉིས་ལས་ཆོག་དེའི་
ངེས་ཟེན་དོན་བཤད་པ། ཆོག་དེའི་བྱང་པའི་དོན་དང་དོན་གཉིས་ལས། རྒྱུ་ཟེན་
དོན་དང་མི་མཐུན་དོན་གཉིས་པ། རྒྱུ་པའི་བཤད་པ་ཆོག་དེའི་ངེས་པའི་དོན། རྒྱུད་
སྟེ་འོག་མར་སྤྲད་མོང་མ་གྱུར་པའི། རྒྱུ་པའི་བཤད་པ་ཆོག་དེའི་ངེས་པའི་དོན། རྒྱུད་
སྟེ་འོག་མར་སྤྲད་མོང་མ་གྱུར་པའི། རྒྱུ་པའི་བཤད་པ་ཆོག་དེའི་དགོངས་བཤད་དང་། རྒྱུ་དེ་རྒྱུ་ཚུལ་དེ་ལྟར་
མ་ཡིན་པར། བྱང་ཟད་རྒྱུ་པ་དགོངས་མིན་བཤད་པ་སྟེ། གཏུལ་བྱ་དབང་སོ་
མཆོག་དམན་ཆེད་རིམ་གསུངས། གཏུལ་འཁོར་ཆོག་ལས་ཆོགས་ལ་སོགས་
པ། གསལ་བར་རྒྱུ་པ་སྒྲུ་རིམ་བཞིན་པ་དང་། རྒྱུ་བར་མ་གྲགས་རྒྱུ་པ་འབའ་ཞིག་
གིས། བཙུག་པ་བསྐྱེད་པའི་བཤད་པ་ཆོག་དེ་ཡི། རྒྱུ་ནི་རིམ་བཞིན་མ་ཡིན་བཤད་པ་
སྟེ། བྱང་ངེས་ཆོག་གཅིག་འཕྲུག་གྲང་གཞན་སོ་སོ། བཞི་པ་གཞུང་ཆོག་གཅིག་དོན་

རྫོགས་པ་རྒྱ། །འཆད་པ་ཚུལ་བཞིའི་རྒྱ་ལ་ཡིག་དོན་ནི། །ཆོག་དེའི་ཡི་གེའི་དོན་གྱི་
ཐོབ་ཆོད་ཅུམ། །སྟོན་པའི་བཤད་པའོ་སྤྱི་དོན་བསྐྱེད་རིམ་པ། །མན་ཆད་གང་ཡང་
རུང་དང་ཐུན་མོང་བའི། །དོན་གྱི་བཤད་པ་ཡིན་ཞིང་དེ་ལ་ཡང་། །བསྐྱེད་རྫོགས་པ་
དང་རྒྱ་སྤེ་གོང་འོག་དང་། །མདོ་ཐུགས་ཐུན་མོང་སྤྱི་དོན་གསུམ་དུ་ཡོད། །ཆོག་
དེའི་དོན་བཞིའི་ནང་ནས་སྤྲུལ་དོན་གསུམ། །གང་རུང་སྟོན་པ་ཆོག་དེའི་སྤྲུལ་བཤད་
དེ། །འདོད་ཆགས་ཆོས་སྤྲུལ་ཀུན་རྫོབ་སྤྱུ་མ་དང་། །སྤང་བ་སེམས་སྤྲུལ་སོ་སོར་གཞི་
ལམ་གཉིས། །དོན་བཞིའི་ནང་ནས་འབྲས་བུའི་སྤྱུ་འོད་གཉིས། །གང་རུང་སྟོན་པའི་
བཤད་པ་མཐར་ཐུག་གི། །བཤད་པ་ཡིན་ལ་མཚན་གཞི་གཞན་ལས་ཤེས། །

ལྷ་པ་འཆད་ཚུལ་མཐར་ཐུག་ཚུལ་བཞི་ལས། །དང་དོན་དགོངས་མིན་སྒྲིའི་
བཞིན་པ་དང་། །ཡིག་སྤྱི་ཆོགས་བཤད་གཞན་ནམས་སྟོབ་བཤད་ཀྱི། །གང་ཟག་ལ་
འཆད་ཐུག་པ་ཉན་པ་ལོར། །ཨ་ཐུལ་པད་དཀར་པ་སྒྲ་ཅན་དན་དང་། །རིན་ཆེན་ལྟ་བུའོ་
དང་སོ་བཞི་དང་ནི། །ལྷ་པ་རིམ་བཞིན་ཆོགས་སྟོབ་གདུལ་བྱར་འཛོག། །བདུན་པ་
བཤད་དོན་མཐར་ཐུག་བདེན་པ་གཉིས། །ཟུང་འཇུག་འཛོལ་ལ་ཡ་གཉིས་སོ་སོ་
དང་། །དབེན་གསུམ་བསྐྱེད་རིམ་དབང་སོགས་སྟོན་འགོ་བའི། །ལྷ་ལྷའི་རྒྱ་འབྲས་
འབྲེལ་མཚུངས་བདེན་གཉིས་ཀྱི། །ལམ་གྱི་གནད་ལ་ངེས་པ་རྟེན་པ་སྟེ། །དེས་ན་སྒྲ་
མའི་མན་དག་སྤེ་མིག་གིས། །རྒྱ་དང་དགོངས་འབྲེལ་མཛོད་ཀྱི་སྟོ་ཕྱེ་ནས། །རིམ་
གཉིས་ནོར་ལ་འདོད་དགུར་སྟོད་དགོས་པས། །མན་དག་ནམ་དག་ཡིན་ན་གཞུང་དོན་
ལ། །དེས་པ་བདེ་སྒྲག་སྟེར་བར་བྱས་དགོས་ཀྱི། །མན་དག་བསྟེན་ཀྱང་དེ་ལྟར་མི་
བྱས་ན། །སྟོ་སྟོན་དོན་སྟོན་གང་རུང་བུར་བའི་ཉགས། །དེ་ལྟར་རྒྱ་དོན་ཐོས་དང་

བསམ་བ་ཡིས། །གཏན་ལ་པབ་ནས་ཉམས་ལེན་གདམས་ངག་ཏུ། །ཁྱེད་ཉེ་རིམ་
གཉིས་ཉམས་སྲུ་ལེན་དགོས་ལ། །ཐབས་དང་ཐབས་བྱང་གཉིས་ཀ་མ་བཙོས་
པའི། །རྒྱལ་འབྱོར་རྫོགས་རིམ་བསྐྱོམ་པའི་སྒྲིབ་དུ་ནི། །ཆུ་པོའི་པ་རོལ་བཟོད་པའི་
གཟིངས་བཞེན་དུ། །བཙོས་མའི་ལྷ་ཡི་རྒྱལ་འབྱོར་བསྐྱོམ་དགོས་པས། །སྒྲིབ་བྱེད་
རིམ་པ་དང་པོར་སྒྲོབ་ཆུ་ལ་ལ། །རང་འབྲས་རྫོགས་རིམ་སྐྱེ་བའི་སྒྲིབ་བྱེད་
གང་། །བསྐྱོམ་པས་རྒྱང་རྣམས་དབྱ་མར་ཞུགས་གནས་ཐིམ། །བྲས་ལས་བྱང་མིན་
སྐྱེ་ལི་བར་དོ་གསུམ། །གང་རུང་རྣམ་མཁུན་སྒོ་ཡིས་གསར་བཟགས་ནས། །བསྐྱོམ་
པའི་རྒྱལ་འབྱོར་བསྐྱེད་རིམ་ངོ་པོ་སྟེ། །རྒྱུད་ཀྱི་དགོངས་དོན་པཌ་བྱུང་བཞེད་པའི་
སྟོལ། །བསྐྱེད་རིམ་དམིགས་རྣམ་འབྲེལ་མིན་མང་མཆིས་ཀྱང་། །གཞི་ཡི་འཆི་བ་བར་
དོ་སྐྱེ་བ་དང་། །

ལམ་དང་འབྲས་བྱའི་ཆོས་ལོངས་སྤྲུལ་པའི་སྐྱུ། །སྤྱང་གཞི་སྦྱོར་བྱེད་འབྲས་
བྱར་ངོ་འཕྲོད་དེ། །བསྐྱོམ་པས་སྤྱང་གཞི་དེ་དག་སྤྱར་སྦྱོར་ཞིང་། །ལམ་འབྲས་སྐྱུ་
གསུམ་སྤྱར་དུ་འབྲུབ་འབྲུར་བའི། །དགེ་ཅ་སྒྲིབ་བྱེད་ཐབས་སྲུ་ངེས་འཕྲོ་ཞིང་། །ཡིད་
ངོར་ཐ་མལ་སྒྲོད་བཅུད་སྤང་ཞེན་གཉིས། །འགོག་ཏུས་དག་པའི་སྤང་ཞེན་བརྟན་པོ་
ཞིག །བསྐྱུབ་པར་བྱེད་པ་བསྐྱེད་རིམ་ཐམས་ཅད་འབྲ། །དེ་ཕྱིར་སྦྱོར་བ་ཆོགས་
བསག་སྤང་འཁོར་སོགས། །སྦྱོར་བའི་རིམ་པ་རང་རང་ལུགས་བཞེན་བསྐྱོམ། །ཡིད་
ངོར་ཐ་མལ་སྒྲོད་བཅུད་སྤང་སོགས་ཀྱི། །སྤང་བ་ཀྱན་བསྐྱུས་སྦྱོར་བའི་ངེས་ཤེས་
བཅས། །འོད་གསལ་ཆོས་སྐྱའི་ར་རྒྱལ་འཛིན་པ་དང་། །སྒྲོན་ལམ་དབང་གིས་ལྷ་སྐྱུ་
རྣེད་སོགས། །ཡིད་ངོར་ལོངས་སྤྱར་སྤང་ཞིང་རགས་པའི་སྐྱུས། །གཞན་དོན་བསྐྱུབ་

ཕྱིར་མངལ་གྱི་གནས་སྐབས་སོགས། །ཆོས་མཐུན་རྒྱས་བསྟུས་ཅི་རིགས་དང་སྦྲར་
བཤེ། །སྦྱལ་སྦྱེའི་རྣལ་འབྱོར་དང་བཅས་བསྐྱོན་པའི་མཐུས། །རང་ལ་འབྱུང་འབྱུང་སྦྱེ་
ཤི་སོགས་སྦྱོང་ཞིང། །ལམ་གྱི་སྦྱོང་གསུམ་སྦྱར་འབྲུབ་དགེ་ཅ་སྟེ། །འབྲས་བུའི་སྦྱོང་
གསུམ་འབྲུབ་པའི་རྩས་བ་འཛོག། །དེ་ཕྱིར་སྦྱོང་གསུམ་ལམ་འཁྱེར་རྣལ་འབྱོར་ཏེ། །སྦྱོང་
གསུམ་འདོད་ཆགས་ཆོས་ཀྱིས་ཐོབ་བསྟན་ཕྱིར། །རིག་མར་སྦྱོར་བ་དང་བཅས་
ཐབས་ཤེས་རབ། །གཉིས་མེད་དང་པོར་སྦྱོར་བའི་ཉིང་འཛིན་དང། །འབྲས་བུས་
མཛད་པ་སོགས་དང་རྣམ་མཐུན་བར། །དཀྱིལ་འཁོར་ལས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོག་བསྐྱོན་
ཚུལ་ཏེ། །ཉིང་འཛིན་གསུམ་དང་བསྟེན་སྦྱབ་ཡན་ལག་བཞི། །དོན་བཞི་དང་དེ་ཉིད་
ཞེ་དགུ་དང། །ཡན་ལག་དྲུག་དང་རྣལ་འབྱོར་བཞི་ལ་སོགས། །མི་འབྲེལ་ཆིངས་
རྣམས་གཞན་དུ་ཤེས་པར་བྱ། །

སྦྱང་བུའི་གཙོ་བོ་ཐ་མལ་སྦྱང་ཞེན་གཉིས། །གཉེན་སོ་མཆོག་གི་ར་རྒྱལ་གཙོ་
བོ་དང། །གསལ་སྦྱང་བསྐྱོན་པ་དེ་ཡི་ཡན་ལག་སྟེ། །གོ་མས་པས་སྦྱོང་བའི་འགལ་རྒྱུན་
གཞན་མེད་ཆེ། །ཉེན་དང་བཞེན་པའི་ར་རྒྱལ་གང་བཟུང་བར། །ར་རྒྱལ་འཕོ་བར་རྩས་
དང་གསལ་བཏབ་ཆེ། །དེ་ལྟར་བཏབ་བཞེན་གསལ་བར་སྦྱང་བ་ཡིས། །ཡིད་ངོའི་ཐ་
མལ་སྦྱང་བ་བསྐྱོག་དགོས་ཤིང། །དེ་ཡང་བསྐྱེད་རིམ་གསལ་དུ་བསྐྱོན་པ་
ནས། །རགས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་གསལ་བར་ཡུད་ཅུང་རེས། །འཆར་མི་རྩས་པའི་
བར་ནི་ལས་དང་པོ། །རགས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་གསལ་བར་མངོན་སུམ་དུ། །ཅིག་
ཆར་འཆར་བ་ནས་བཟུང་སྦྱེ་མཆེད་ལྷ། །ལ་སོགས་སྦྱང་བའི་ལྷ་ལ་དེ་ལྟར་དུ། །མི་རྩས་
ཡེ་ཤེས་རྩང་ཐད་བབས་པ་དང། །སྦྱང་བའི་དེ་ལྟར་མངོན་དུ་བྱེད་རྩས་པ། །ཡེ་ཤེས་

ཅུང་ཟད་དབང་བ་ཞེས་བྱ་ལ། །དེ་ལ་རིམ་བ་གཉིས་ཀའི་སྐབས་ཡོད་ཅིང་། །བསམ་
གཏན་ཙམ་གྱིས་འགྲོ་དོན་བྱེད་ཀྱས་ལ། །ཡེ་ཤེས་དབང་ཐོབ་རྗེས་རིམ་ཁོ་ནའི་
སྐབས། །དེ་ལྟར་གནས་སྐབས་བཞི་ལས་སྤྱི་གཞི། །གནས་སྐབས་དང་པོ་གཉིས་
ལ་བྱེད་ཀྟོད་ཀྱི། །གཉེན་པོར་བསྐྱོམ་ཞིང་གཙོ་བོར་མི་བསྐྱོམ་ལ། །

གསུམ་པའི་སྐབས་སུ་ཞི་གནས་སྐབས་པའི་བྱེད་། །གཙོ་བོར་བསྐྱོམ་ཞིང་དང་
པོ་གཉིས་ཀྱི་ཆོ། །ཐེག་ལེ་ཙམ་དང་གནས་སྐབས་གསུམ་པ་ནས། །དེ་ནང་དཀྱིལ་
འཁོར་བསྐྱོམ་པའི་སྤྱི་མོ་དང་། །དེ་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་ནས་སྤྱོད་བསྐྱེད་བསྐྱེད། །དེ་ལྟར་
བསྐྱོམ་པས་གནས་དང་དམིགས་ཉེན་གྱི། །གནད་ཀྱིས་རྒྱུང་སེམས་ནང་དུ་གནས་
བྱེད་ཅིང་། །ལུས་སེམས་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པས་ཐེན་པ་ཡི། །ཞི་གནས་སྐབས་བར་འབྲུབ་
ལ་སྤྱོད་བསྐྱེད་སོགས། །སོ་སོར་རྟོག་པས་དབྱེད་སྐྱོམ་བྱས་པ་ལས། །ལྷག་མཐོང་སྐྱེད་
དུ་འབྲུབ་ཅིང་དེར་མ་ཟད། །ཤོད་སྐྱོས་གནད་ཀྱིས་རྒྱུང་སེམས་དུལ་བའི་མཐུས། །ཞི་
ལྷག་ཅིག་ཆར་འབྲུབ་པའང་ཡོད་པར་གསུངས། །རགས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་རི་ལྟར་
གསལ་བཏབ་པའི། །ཆོད་ལས་ཆད་ལྷག་མེད་པའི་གསལ་སྒྲུང་དང་། །མཆོག་གི་ང་
རྒྱལ་བཙུན་མིན་དང་བཙས་པར། །སྤྱོད་བསྐྱེད་མར་སྤྱོད་ཆེ་བསྤྱོད་རིམ་ཐོབ། །དེ་
ལྟར་རགས་དང་སྤྱི་བའི་ལྷན་འབྲེལ་ལྷན་སྐྱོམ་པས་མཆོག་གི་ང་རྒྱལ་གསལ་
སྒྲུང་གིས། །ཐུན་གྱི་མགོ་མཐུག་འབྲེལ་ཤིང་སྤྱི་རགས་ཀྱི། །དཀྱིལ་འཁོར་ལྷན་པ་
གསལ་བར་ཤར་བ་ལ། །བྱེད་ཀྟོད་བྱལ་བར་ཉིན་ཞག་བྱལ་ཆའི་བར། །གནས་ཆེ་དེ་
དང་དེ་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ། །ལོ་རྒྱུ་ལ་སོགས་ཅི་ཙམ་འདོད་ཀྱི་བར། །འཛོག་པར་ཀྱས་
ཆེ་སྤྱི་རགས་མཐའ་དུ་བྱེད། །

༼བསྐྱོམ་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་རྒྱུད་རྣམས་དབུ་མར་ཞུགས་གནས་ཐེམ་གསུམ་
བྱས་པ།༽

༥ བསྐྱོམ་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་རྒྱུད་རྣམས་དབུ་མ་རུ། །ཞུགས་གནས་ཐེམ་
གསུམ་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བའི། །སྐྱོབ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་རྩོགས་རིམ་གྱི། །རོ་
མོར་འཛོག་ལ་དེ་ཡང་འཕགས་ལྷགས་ཀྱི། །འདུས་པར་མཆོཅ་ན་གཞི་ཡི་གནས་
ཚུལ་དང་། །ལམ་གྱི་བཟོད་ཚུལ་གཉིས་ལས་དང་པོ་ལ། །ལུས་སེམས་སོ་སོ་སྤུན་
མོར་གནས་ཚུལ་དང་། །ལུས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་གྱི་བྲག་བཤད་པ་གསུམ། །ལུས་
སེམས་སོ་སོར་རགས་སྤྲ་ཤིན་ཏུ་སྤ། །རགས་པ་འབྱུང་ལུས་སྟོ་ལྡེ་རྣམ་ཤེས་
སོགས། །སྤྲ་བ་ཅ་ཐེག་རྒྱུད་དང་རང་བཞིན་གྱི། །རྟོག་པར་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་
སེམས་ལ་སོགས། །ཤིན་ཏུ་སྤྲ་བ་སྟོར་གཞིའི་རྒྱུད་དང་སེམས། །སྤུན་མོར་རགས་པ་
ལུས་སེམས་ཆོགས་ཅམ་དང་། །སྤྲ་བ་འཁོར་འདས་ཀུན་གྱི་གཞིར་གྱུར་བའི། །ཤིན་
ཏུ་སྤྲ་བའི་རྒྱུད་སེམས་ཉིད་ལ་འཛོག་གྱི་བྲག་ཅ་རྒྱུད་ཐེག་པའི་གནས་ཚུལ་ལ། །སྟོང་
གའི་རོ་རྒྱུད་དབུ་མ་ཕྱོགས་བཞི་རུ། །སུམ་སྟོར་འདོད་མ་བྲིམ་མ་གཏུམ་མོ་
དང་། །རྒྱལ་བལ་མ་སྟེ་ཐོག་མའི་ཅ་བརྒྱད་ཆགས། །ཕྱོགས་བཞིའི་ཅ་ལས་མཆོམས་
བཞིའི་ཅ་གྲེས་པ། །སྟོང་གའི་ཅ་འདབ་བརྒྱད་དེ་དེ་ལས་ཀྱང་། །

གསུམ་དུ་གྲེས་པ་ཉེར་བཞིའི་གནས་ཀྱི་ཅ། །དེ་ལས་གསུམ་དང་སྟོང་དུ་གྲེས་
པ་ལས། །བདུན་ཁྲི་ཉིས་སྟོང་ཅ་སྟེ་དེ་དག་ཀྱང་། །བྱང་སེམས་དཀར་དམར་རྒྱུད་
རྣམས་འབབས་པ་ཡི། །སྤྱུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་ཅ་རུ་འདུ་བར་བཤད། །རོ་རྒྱུད་གཉིས་
ཀྱིས་དབུ་མ་ལ་འཁྲུང་བའི། །མདུད་པའི་གནས་སུ་ཅ་ཡི་འཁོར་ལོ་ལ། །སྟོང་གར་

མདུད་པ་གསུམ་དང་གཞན་རེ་རེ། །སྤྱི་མགྱིན་སྤྱིང་གཉེ་བ་གསང་གནས་སྤྱ། །བདེ་
ཆེན་ལོངས་སྤྱོད་ཆོས་དང་སྤྱལ་བ་དང་། །བདེ་སྤྱོད་འཁོར་ལོ་རྩ་འདབ་རིམ་པ་
བཞིན། །སོ་གཉིས་བཅུ་དྲུག་བརྒྱད་དང་རེ་བཞི་དང་། །སོ་གཉིས་རྣམས་ཏེ་རྩ་འཁོར་
ཆེ་བ་ལྟ། །སྤྱིན་དབུས་རྒྱུང་འཁོར་འདབ་དྲུག་མགྱིན་སྤྱིང་བར། །མེ་འཁོར་རྩ་འདབ་
གསུམ་དང་ནོར་བུའི་དབུས། །རྩ་འདབ་བརྒྱད་པ་རྣམས་ཏེ་རྒྱུང་བ་གསུམ། །གཞི་ལ་
འཆི་དུས་ཁོ་ནར་ལས་དབང་གིས། །སྤྱིང་གའི་མདུད་གྲོལ་དབུ་མར་རྒྱུང་རྒྱ་ལ། །དུལ་
བྲལ་མར་ཡང་དེ་མཚུངས་རྒྱ་བར་གསུངས། །རྒྱུང་ལ་མངལ་དུ་ཆོ་བ་དང་པོ་
ལྟ། །སློག་འཛིན་སྤྱ་ལས་སློག་འཛིན་རགས་བ་དང་། །དེ་ལས་ཐུར་སེལ་མཉམ་
གནས་གྲེ་རྒྱ་དང་། །ཁྱབ་བྱེད་སྤྱེ་ཞིང་རིམ་བཞིན་སྤྱིང་ག་དང་། །གསང་གནས་ཉེ་
མགྱིན་ལུས་ཀུན་ཁྱབ་བར་གནས། །དེ་ནས་ཆོ་ལྟར་རྒྱ་བ་རྣམས་བར་རྒྱ། །ཡང་དག་
རབ་ཏུ་རེས་བར་རྒྱ་བ་ཡི། །ཡན་ལག་རྒྱུང་རྣམས་རིམ་བཞིན་སྤྱེ་བར་བཤད། །ཐིག་
ལེ་དཀར་དམར་ཐོག་མར་སྤྱིང་གར་ཆགས། །དེ་ལས་ཆ་རེ་ཆད་པ་སྤྱི་བོ་དང་། །ཉེ་
བར་གནས་ཤིང་གཞན་ཡང་སྤྱིང་ག་དང་། །ནོར་བུའི་དབུས་ན་གཉིད་འཐུག་མགྱིན་
གསང་ན། །མི་ལམ་སྤྱི་བོ་ཉེ་བར་སད་པ་དང་། །སྤྱི་བོ་གསང་བར་བཞི་བའམ་སྟོམས་
འཇུག་གི། །གནས་སྐབས་བསྐྱེད་པའི་ཐིག་ལེ་རྣམས་ཀྱང་གནས། །

༼གཉིས་པ་རྩོགས་རིམ་ལམ་གྱི་བསྐྱོད་ཚུལ་ལ། ༽

གཉིས་པ་རྩོགས་རིམ་ལམ་གྱི་བསྐྱོད་ཚུལ་ལ། །སྤྱིང་གཞིའི་ཡི་གེ་བཞི་བརྒྱར་
རྒྱད་དོན་ཀུན། །འདུ་ཞིང་དེ་ཀུན་ཨེ་མི་དོན་དུ་འདུ། །དེ་ཕྱིར་རྩོགས་རིམ་གཙོ་མོ་ཨེ་
མི་ལ། །ཐོབ་བྱ་ཐོབ་བྱེད་འཇོན་བྱེད་ཨེ་མི་གསུམ། །དང་པོ་རྒྱུད་ཀྱི་སྟོན་པ་བཞུགས་

བ་ཡི། རྟེན་དང་བརྟེན་བ་ཨེ་དང་མི་གི་དོན། རྟེན་ཡི་དེས་དོན་རྒྱལ་བའི་ཐུགས་རྒྱུད་
གི། འཆད་འགྱུར་བདེ་སྟོང་བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་ལས། རྟོག་བྱེད་ལས་ལ་ཨེ་
དང་མ་ཡི་དོན། རྟོང་བ་ཉིད་དང་བདེ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་གཉིས། ཐེག་ལེའི་དོན་བཞིན་
དབྱེར་མེད་སྦྱོར་བ་སྟེ། རྒྱུ་འོད་ཟུང་འཇུག་ལས་ཡང་དེ་ལྟར་མཆོན། །

འདྲེན་བྱེད་རྟགས་ལ་སྤྱི་དང་ནང་གཉིས་ལས། རྟེན་པོ་རིམ་བཞིན་ཡུམ་དང་
ཡབ་གི་རྟགས། མཉམ་སྦྱོར་ལྟ་སོགས་སྦྱོ་བ་ཐེག་ལེའི་དོན། རྟེན་ལ་སྦྱི་བོ་སྟེ་བའི་
ཅ་འཁོར་ནི། བྱ་གསུམ་ཨེ་དང་སྟོང་མ་གྱིན་ཅ་འཁོར་གཉིས། རྒྱུ་པོ་མ་ཡིས་
མཆོན་ཞིང་དེ་དག་ལ། གནད་བསྐྱུན་བདེ་ཆེན་འདྲེན་བ་ཐེག་ལེའི་དོན། རྟེན་ལྟ་
ནང་རྟགས་གི་ཨེ་མི་ལས། འཕམ་འབྲས་ཨེ་མི་འདྲེན་བར་རྒྱུད་དོན་ཀྱུན། འདུ་ཞིང་
གདུལ་བྱ་རིན་ཆེན་ལྟ་ཡིས། བདེ་སྟོང་སྦྱོར་བའི་སྟོང་བ་ཐལ་འགྱུར་ལུགས། རྟོང་
ཉིད་སྤྱོད་མོར་དེས་ཤིང་བད་དཀར་སོགས། གདུལ་བྱ་གཞན་གྱིས་སེམས་ཅན་རང་
རྒྱུད་པས། འདོད་པའི་སྟོང་དང་སྦྱོར་བའང་ཡོད་པར་གསུངས། བདེ་བའང་སྤྱི་ནང་
ཐེག་བ་ཆེ་ཆུང་དང་། མདོ་ཐུགས་རྒྱུད་སྟེ་གོང་ཐོག་ཐུན་མོང་བའི། བདེ་བ་ཅན་དང་
རྒྱང་ནམས་དབྱ་མ་རུ། ཐིམ་མིན་ཕྱག་རྒྱར་བསྟེན་པའི་བདེ་བ་ཡང་། མ་ཡིན་ལུས་
ལ་གནད་དུ་བསྐྱུན་བ་ལས། རྟོག་རྒྱང་རྒྱང་ནམས་རྒྱ་ཁྱིར་བཅུད་སྟོབས་ཀྱིས། གདུལ་
མོས་བྱང་སེམས་ཞུ་བའི་བདེ་བ་ཉིད། རྟོག་ཚུལ་ཡུལ་ཅན་ལྟ་སྟེས་བདེ་ཆེན་
དེས། རྟོང་ཉིད་ཡུལ་བྱས་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་སྦྱོར། རྟོང་རྟགས་སྟོང་དང་བདེ་བ་རོ་
བོ་གཅིག བྱུ་བ་བདེ་གཅིག་དུ་སྟེས་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྦྱོར། འཕམ་དང་འབྲས་བུའི་
བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་ཀྱི། མ་ཡིས་མཆོན་དོན་རྒྱུ་མའི་སྦྱ་དེ་ཉིད། རྒྱ་མེད་ལས་

འདིར་ངེས་པར་སྐྱབ་དགོས་ཏེ། །དོན་ཏུ་གཉེར་བའི་གཙོ་བོ་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ། །ཆོ་
གཅིག་བསྐྱབ་ལ་དེ་ཡི་རིགས་འདྲའི་རྒྱ། །རྒྱུང་ལས་སྐྱབ་ཚུལ་འདི་ལས་གཞན་མེད་
ཟེར། །འཆི་ལས་བར་དོ་བྱུང་བཞིན་འོད་གསལ་མཐུག། །སྐྱེ་ལུས་བྱུང་བ་སྐྱུང་གཞིའི་
གནད་ཀྱིས་ཀྱང་། །རྒྱུད་སྡེ་གོང་འོག་ཀུན་ཏུ་སྟོང་ལས་སྟོར། །ལྡང་བར་བཤད་པ་
རྩོགས་པའི་རིམ་པའི་སྐྱབས། །དངོས་སུ་བཞེངས་པའང་འདི་ལས་གཞན་མེད་
ཟེར། །རྩོགས་རིམ་མཐོན་པོར་མཉམ་གཞག་ཆིག་བྲིས་དུ། །སྐྱོང་ལས་ཆོགས་གཞན་
གསོག་ལ་མི་སྟོས་པའང་། །ཆོས་གཟུགས་ཉར་ལེན་ཐབས་ཤེས་དབྱེར་མེད་
པའི། །གནད་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱབ་སྟེ་རིགས་པ་བཞི། །

དེ་ཉིད་ཅུལ་བཏོན་གསལ་བར་སྟོན་པ་ནི། །འདུས་པ་ལས་སྟོན་མེད་ཟེར་
རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ། །མཆོན་གྱི་དོན་ལའང་ཚུལ་བཞིའི་བཤད་པ་འདུག །བྲེ་བྲག་ལུགས་
འདྲའི་རྩོགས་པའི་རིམ་པ་ལ། །དོར་བཞུས་སེམས་དམིགས་སྐྱེ་འོད་ཟུང་འདུག་གི།
།རིམ་ལྡར་བྱས་ཆོ་ལུས་དབེན་དང་པོར་བསྟུ། །ལུས་དབེན་བཟང་བས་བྲག་དང་
བསྐྱེད་རིམ་ཡང་། །བཟང་ཆོ་ལུས་དག་དབེན་པ་སེམས་དམིགས་སྟུ། །བསྟུས་པའི་
རིམ་ལྡར་རྒྱུད་དོན་མ་ལུས་འདུ། །སོར་བསམ་ལུས་དབེན་སྟོག་ཚོལ་དག་དབེན་
སྟོར། །འཛིན་པ་འོད་གསལ་རྗེས་བྲན་ལུགས་སྟོག་གི། །སྤང་བ་ནམས་དང་ཉིང་འཛིན་
ཟུང་འདུག་སྟེ། །རིམ་ལྡས་སྐྱོར་བ་ཡན་ལག་བྲག་ཀྱང་བསྟུས། །རིམ་པ་གཉིས་ཀ་སྐྱེ་
ཤི་བར་དོ་དང་། །ནམ་མཐུན་དགོས་ཤིང་རྩོགས་རིམ་མཐུན་ཆབ་ཆེ། །ལམ་གྱི་རིམ་
ལྡས་གསུམ་ཤེས་ཆེད་དུ། །གཞི་ཡི་རིམ་ལྡང་བཤད་ཅིང་གཉིད་དུས་ཀྱི། །བསྟེ་བ་
ཤེས་ཆེད་ཉིན་ཞག་གཅིག་གི་ཡང་། །རིམ་ལྡས་གསུམ་འཛོག་ཚུལ་ཤེས་པར་

བྱ། །ལམ་དངོས་དབེན་གསུམ་བདེན་གཉིས་རྫོགས་རིམ་ལས། །ཆ་ཤས་མང་
ཆོགས་ལུས་ཀྱི་སྒྲ་བཤད་དུ། །ཡོད་པའི་ཕྱང་ལྡན་ཁམས་བཞི་སྐྱེ་མཆེད་དུག །ཡུལ་ལྔ་
ཡེ་ཤེས་ལྔ་རྣམས་དབེན་གཞི་ཡི། །ལུས་ཏེ་རགས་པ་ཉེར་ལྔ་ཞེས་བྱ་ལ། །གང་ལས་
དབེན་ན་ཐ་མལ་སྤང་ཞེན་ལས། །དེ་དག་བདེ་སྟོང་རྒྱས་བཏབ་ལྟར་བསྟོམ་པ། །དབེན་
པའི་དོན་ཡིན་དང་པོ་ཉི་ཤུ་ལ། །ལྔ་ལྔར་སྤེལ་ནས་པ་རིགས་བརྒྱ་དང་། །ས་རྩ་མེ་
རྒྱང་རྣམ་ཤེས་ཁམས་ལྔ་དུ། །བསྐྱུས་ནས་ལྟར་བསྟོམ་དེ་ཉིད་རིགས་ལྔ་དང་། །དོ་རྩེ་
གསུམ་བསྟོམ་གསང་བར་རིགས་གསུམ་དང་། །གསང་ཆེན་རིགས་གཅིག་ལུས་
དབེན་རྣམས་སུ་ཡོད། །བསྟོམ་རྩལ་བསྐྱེད་རིམ་མཐར་ཕྱིན་རྣལ་འབྱོར་བས། །ལུས་
དུས་ཡུལ་རྒྱང་གནད་བཞི་དང་ལྔན་པས། །ཁོར་བུ་རྩྭ་ཀྲིའི་དབུས་སུ་དམིགས་ཏེན་
ལ། །ཅེ་གཅིག་དམིགས་པས་རྒྱང་རྣམས་དེར་འདུ་ཞིང་། །

དབུ་མར་ཞུགས་ཏྲགས་མཉམ་རྒྱ་ཤེད་མཚུངས་དང་། །གནས་ཏྲགས་སྣ་བྲག་
རྒྱ་བ་ཆད་པ་དང་། །ཐིམ་ཏྲགས་ས་རྩ་མེ་རྒྱང་རིམ་ཐིམ་པས། །སྤྲིག་རྒྱ་དུ་བ་མཁའ་
སྤང་མར་མེ་ལྟའི། །ཏྲགས་རྣམས་འབྱུང་ཞིང་སྟོང་པར་མཉམ་བཞག་སྟེ། །རྩེས་ཐོབ་
ཆོས་ཅན་གང་སྤང་སྟོང་པ་དང་། །བདེ་བའི་རྣམ་རོལ་རོ་གཅིག་དུ་མ་དང་། །དུ་མ་རོ་
གཅིག་རྩལ་གྱིས་ཡེ་ཤེས་དེའི། །གཟུང་རྣམ་རིགས་བརྒྱ་སོགས་སུ་འཆར་བར་
བསྐྲུབ། །དེ་ཆེ་རྒྱང་རྣམས་རྩྭ་ཀྲིར་ཐིམ་སྟོབས་གྱིས། །བྱང་སེམས་ཞུ་བས་ཡས་
བབས་མས་བརྟན་གྱི། །དགའ་བ་འདྲེན་ཞིང་ཡས་བབས་དགའ་བཞི་དང་། །སྟོང་བཞི་
བང་སྟོད་རྩལ་དུ་འབྱུང་བའང་གསུངས། །དེ་ལས་མས་བརྟན་དགའ་བ་མཆོག་གྲུར་
ཅིང་། །མས་བརྟན་དགའ་བཞི་ལྟན་སྐྱེས་ཁོ་ནར་གསུངས། །སྟོང་གའི་ཅ་མདུད་ལྟོད་

སོར་མ་སོང་བར། །མས་བརྟན་ཆ་མཐུན་ཅམ་ལས་རྫོགས་མི་རུས། །དེ་ལྟར་བསྐྱོམ་
བས་དབྱ་མར་བྱང་རྩལ་སེམས། །བབས་བས་བྱང་པར་ཅན་གྱི་རེག་བྱ་སྟེ། །དེ་ཡིས་
དམིགས་རྒྱུན་བྱས་ནས་ལུས་ཚོར་དང་། །དེ་ཡིས་དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་བྱས་པ་
ཡིས། །ཡིད་ཚོར་བདེ་བ་སྟེ་ཞིང་ཡིད་ཤེས་དེ། །སྟོང་ཉིད་སྤྲོད་ཅེ་གཅིག་མཉམ་
པར་འཛིག། །སོ་སོར་སྐད་དོད་སྟེང་ནས་ཡང་ཡང་ལ། །འཇུག་ཕྱིར་བདེ་སྟོང་རྒྱས་
བཟུང་ལུལ་ལྟ་བོ། །དབང་ཤེས་ལྡན་ཀྱང་ཡང་ཡང་ལོངས་སྟོང་གི། །ལུལ་དུ་སྤྱད་
ཅིང་གང་ཤར་བདེ་སྟོང་གི། །ངོ་བོར་བལྟ་བ་སོ་སོར་སྤྱད་པའི་དོན། །དེ་མཐུས་ལུལ་
སོགས་ལྟ་དུ་བལྟ་བ་ཡི། །རྣལ་འབྱོར་བསམ་གཏན་ཡིན་ཏེ་དེ་ལ་ཡང་། །ལྟ་ཡི་ངོ་བོར་
རྟོགས་དང་ཞལ་བྱལ་སོགས། །ཞིབ་ཏུ་དཔྱོད་དང་བདེ་བས་སྟོང་པ་ཉིད། །རྟོགས་པའི་
ཡིད་བདེ་དགའ་བའི་ཡན་ལག་དང་། །

མཚུངས་ལྟན་ལུས་སེམས་ལས་རུང་དུ་བྱེད་པའི། །བྱེད་ཚོས་ཤིན་ཏུ་སྤྱངས་
པའི་བདེ་བ་སྟེ། །དགའ་བདེ་དེ་གཉིས་དང་འབྲེལ་སྟོང་བཞི་དང་། །བྱང་པར་འོད་གསལ་
ཅེ་གཅིག་ཡན་ལག་གི། །འདི་གསུམ་མཉམ་གཞག་དོན་དམ་ལྟ་སྟོམ་ཚུལ། །དང་པོ་
གཉིས་དང་སོར་སྤྱད་རྩིས་ཐོབ་ཏུ། །ཀུན་རྫོབ་ལྟ་ཉིད་གཙོ་བོར་བསྐྱོམ་པ་སྟེ། །ཡན་ལག་
ལྟ་ཡང་མཉམ་རྩིས་སོ་སོར་འཛིག། །ལུས་དབེན་བསྐྱེད་རྫོགས་གཉིས་ཀའི་ཆ་ཡོད་
དེ། །སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་གཟུང་རྣམ་ལྟའི་རྣམ་པར། །ཤར་དང་མ་ཤར་གཉིས་དང་ཤར་
བ་ལའང་། །ཁྱེད་པེས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་ཡིན་མིན་གཉིས། །བདེ་བ་ལ་ཡང་རྒྱང་རྣམས་
དབྱ་མ་རུ། །ཐིམ་ནས་བྱང་བའི་བདེ་བ་ཡིན་མིན་གཉིས། །གཉིས་ཚན་གསུམ་གྱི་བྱི་མ་
གསུམ་པོ་ཡི། །སྐྱོན་སྤང་སོགས་ལྟར་བསྐྱོམ་ལུས་དབེན་ནི། །བསྐྱེད་རིམ་ལ་ཡང་

ཡོད་ཅིང་བྱི་མ་ཡི། །དང་པོའི་སློན་ས་ཕུང་སོགས་ལྟར་བསློམ་པའི། །ལུས་དབེན་
རྫོགས་རིམ་ཉིད་ལ་འཛོག་པར་གསུངས། །

འོན་ཀྱང་དེ་འདྲིའི་ཉིས་ཚན་གསུམ་ཆར་ཡང་། །བསྐྱེད་རིམ་སྐབས་སུ་འབྱུང་
བ་ཡོད་ཕྱིར་ན། །རླུང་རྣམས་རྩུ་རྒྱུ་ཐེམ་པའི་ཁྱུ་བདེ་ཡིས། །སྤྱིང་ཉིད་རྫོགས་པའི་
གཟུང་རྣམས་ལྟར་ཤར་པའི། །རྫོགས་པ་བསྐྱེད་རིམ་སྐབས་སུ་སྐྱེས་པ་རྣམས། །རྫོགས་
རིམ་ལས་དུ་འཛོག་པར་གསལ་སློན་གསུངས། །བསྐྱེད་རྫོགས་ལས་ཀྱི་འཕོས་ཆད་
སོགས་ལ་དབྱུང། །བསྐྱེད་རིམ་བསྐྱེས་པ་བྱེད་ལ་ལྟའི་རྣམ་འབྱོར། །སློན་དུ་འགྲོ་
བཞིན་རྫོགས་རིམ་ལྟའི་རྣམ་འབྱོར། །ལུས་དབེན་མཐར་ཕྱིན་དོན་དེའི་བསྐྱེས་པར་
འབྱུག། །གཞན་ཡང་སློན་དུ་རྩུ་རྒྱུའི་མར་སྣ་སོགས། །ཅ་འཁོར་གཞན་ལ་གནད་དུ་
བསྐྱེན་པ་ཡིས། །སྤྱིང་གའི་ཅ་མཐུད་འགྲོལ་བར་སྒྲ་བའི་ཕྱིར། །ལུས་དབེན་དབེན་པའི་
རྣམ་འབྱོར་གོ་རིམ་དེས། །རླུང་སྒྲགས་དབྱེར་མེད་དོར་བསྐྱེས་བསྐྱོས་པ་ལ། །རླུང་
དང་སྒྲགས་ཀྱི་དེ་ཉིད་ཤེས་དགོས་པས། །གཟུང་འཛིན་རྣམ་རྫོགས་བསྐྱེད་པའི་ལྷོག་ཆ་
ནས། །ཉིན་བྱེད་མཚན་བྱེད་བར་དུ་ང་བཞི་རུ། །སྤྱེ་བས་བརྒྱ་ཅ་བརྒྱད་སོགས་
གསུངས་ན་ཡང་། །རླུང་བརྒྱར་འདུ་བས་སྒོལ་ཐུར་བྱེན་རྒྱ་དང་། །མཉམ་གནས་བྱེད་
བྱེད་ཅ་བའི་རླུང་སྒྲ་ལོ། །རིམ་བཞིན་མི་བསྐྱེད་རིན་འབྱུང་འོད་དཔག་མེད། །དོན་གྲུབ་
རྣམས་སྤང་མགོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་རླུང་། །སྤྱོག་འཛིན་རྒྱ་ཁམས་སྣ་བྱུག་གཉིས་ཀ་
ནས། །དལ་བར་རྒྱ་ཞིང་བྱེན་རྒྱ་མེ་ཁམས་པ། །གཡས་ནས་དྲག་རྒྱ་མཉམ་གནས་
རླུང་གི་ཁམས། །གཡོན་ནས་དལ་གྱིས་རྒྱ་ཞིང་ཐུར་སེལ་ནི། །ས་ཁམས་སྣ་བྱུག་
གཉིས་ནས་དྲག་དུ་རྒྱ། །བྱེད་བྱེད་ནམ་མཁའི་ཁམས་ཏེ་གཞི་ལ་ནི། །འཆི་དུས་མ་

གཏོགས་མི་རྒྱ་ཁ་དོག་ནི། །རིམ་བཞིན་དཀར་མེར་དམར་ལྗང་སྟོན་པོར་བཤད། །རྒྱ་
ཚུལ་ཅ་བའི་རྒྱུད་རེས་གཙོར་བྱས་ནས། །གཞན་གསུམ་འཁོར་དུ་རྒྱུད་པའི་ཚུལ་
གྲིས་རྒྱ། །དཔེར་ན་གྲེན་རྒྱ་གཙོ་ཆེ་གཞན་གསུམ་ཡང་། །ཁ་དོག་དམར་མདངས་
ཆགས་པ་འཇའ་ཆོན་བཞིན། །ཞག་རེར་རྒྱུད་གི་འབྲུང་འབྲུག་གཅིག་བཅིས་པ། །ཉི་
ཁྲི་ཆེག་སྟོང་དུག་བརྒྱར་ཐུན་བྱེད་པ། །ཉེར་བཞིར་བགོས་པའི་ཐུན་བྱེད་རེ་
ལ། །མགོན་པོ་རེ་རེའི་རྒྱུད་གིས་གཙོ་བྱས་ནས། །གཞན་གསུམ་བཞི་ཆ་རེ་བཅས་
དགུ་བརྒྱ་རེ། །རྒྱ་ཞིང་རང་རང་ཡུལ་གྱི་རྒྱུད་དེ་ཉིད། །ཐོག་མར་བྱས་ནས་ལྷ་མོ་
ནམས་གྱི་རྒྱུད། །ཉིས་བརྒྱ་ཉེར་ལྔ་བ་རེ་རིམ་བཞིན་རྒྱ། །

དཔེར་ན་གྲེན་རྒྱ་གཙོ་ཆེ་གོས་དཀར་པོ། །སྟོལ་མ་སྐྱུན་མ་མ་སྐྱ་གི་ཡི་
རྒྱུད། །རིམ་བཞིན་སྐྱ་ཡི་བྱ་གའི་སྟེང་དང་ལོགས། །དབུས་དང་མཚུལ་བདར་ནས་
རིམ་བཞིན་རྒྱ། །དེ་ལྟར་མགོན་པོའི་རྒྱུད་ངམ་འབྲུང་ཆེན་གྱི། །དཀྱིལ་འཁོར་དང་ནི་
ཅ་འདམ་འཕོ་བ་ནི། །ཉེར་བཞིར་བྱེད་ཀྱང་སྟོག་ཐུར་མཉམ་རྒྱུའི་ཕྱིར། །སྐྱ་བྱག་
གཡས་གཡོན་འཕོ་བ་བཅུ་གཉིས་ཏེ། །འཕོ་ཆེན་ཉེར་བཞི་དང་ནི་འབྲུང་རྒྱུད་གི་འཕོ་
རྒྱུད་གོ་དུག་ཡོད་པར་ལུགས་འདིར་བཤད། །ཡན་ལག་རྒྱུད་ནམས་སུམ་སྟོར་མ་ལ་
སོགས། །སྟོགས་བཞིའི་ཅ་དང་རྩལ་བྲལ་མ་ལ་གནས། །དེ་ལྟར་དང་ནི་སྟོག་འཛིན་
རགས་པ་སྟེ། །དུག་ལ་གཟུང་འཛིན་ནམ་རྟོག་བསྐྱེད་པ་ཡི། །སྟོག་ཆས་བྱེ་བས་རྒྱུད་
ནི་བཅུ་གཉིས་ཡོད། །ནམ་ཤེས་ཡུལ་ནམས་རང་སྟོབས་ཀྱིས་འཛིན་པའི། །རྒྱས་པ་
ཡོད་ཀྱང་ཡུལ་ལ་རང་སྟོབས་ཀྱིས། །བསྟོན་པའི་རྒྱས་མེད་རྒྱུད་ནམས་དེ་ལས་
སྟོག་དེ་ཕྱིར་རྒྱུད་སེམས་ངོ་པོ་གཅིག་ཆོགས་ནས། །ཡུལ་ལ་བསྟོན་ཅིང་འཛིན་པར་

བྱེད་པས་ན། །རྒྱུད་གིས་སེམས་ཀྱི་བཞེན་པ་བྱེད་པར་གསུངས། །བདེན་འཛིན་དང་
 བྱི་བཞེན་བའི་རྒྱུད་རིམ་བཞིན། །མདོ་སྤྲུགས་ཐུན་མོང་ཡིན་མིན་འཁོར་ཅ་སྟེ། །སྦྱི་
 ཤི་བར་དོའི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་ཡང་། །རྒྱུད་གི་སྦྱི་འཛིན་ཉིད་ཀྱིས་བྱེད་པར་
 གསུངས། །མངལ་དུ་རྒྱུད་བརྩམས་ཀྱང་མ་བཅས་པར། །འབྱུང་འཇུག་མི་བྱེད་
 བཅས་ནས་འབྱུང་འཇུག་དང་། །དབྱེད་སྤྲུགས་ལ་གདངས་ཀྱིས་ངག་གི་སྦྱི་བརྗོད་
 བྱེད། །དོར་བཞུས་བྱུང་ཆེ་སྤྲུགས་ཀྱི་གདངས་སུ་འབྱུང། །ཐིམ་པས་གཞི་དང་ལམ་
 ཀྱི་འོད་གསལ་འཆར། །བྱེ་བྲག་སྟོག་འཛིན་ཀྱིས་བྱི་རྒྱུད་གཞན་ནམས། །དབང་པོའི་
 སྐྱོར་འབྲེན་ཆེ་བསྐྱེད་འཆོ་བར་བྱེད། །བྱེན་རྒྱུས་རྒྱུད་ནམས་སྟོད་དུ་འབྲེན་པ་
 དང་། །བཟའ་བརྟུང་བྱ་བ་བྱེད་ལ་མཉམ་གནས་ཀྱིས། །ཟས་ལ་དྲངས་སྟྭགས་འབྱེད་
 ཅིང་དྲངས་མ་ནམས། །ལུས་ལ་འགྲེམ་བྱེད་ཐུང་སེལ་བ་ཤང་གཅི་སོགས། །འཕྲེན་
 འཛིན་བྱེད་ཅིང་བྱེད་གཡོ་འགྲུལ་སོགས། །ཡན་ལག་རྒྱུད་གིས་དབང་ཤེས་
 དུལ་འཛིན་བྱེད། །ལམ་དུས་ཅ་བའི་རྒྱུད་གི་དོར་བཞུས་ཀྱིས། །འཕྲིན་ལས་བཞི་དང་
 བྱེད་པར་སྦྱི་ལུས་འབྱུག།

ཡན་ལག་རྒྱུད་ལ་དོར་བཞུས་བྱས་པ་ཡིས། །མདོན་ཤེས་ལྷ་འབྲུབ་ལུལ་དུ་
 སྤང་བ་ཀུན། །བདེ་ཆེན་འབར་བའི་གྲོགས་སུ་འཆར་བར་བྱེད། །སྤྲུགས་ལ་བརྟུག་གི་
 རྩ་ལི་ཀྲ་ལི་སོགས། །བྱང་དོན་སྤྲུགས་དང་ཅ་ནང་སོ་སོ་དུ། །དབྱེད་སྤྲུགས་ལ་
 གདངས་མི་གསལ་བར་སྟོག་པའི་རྒྱུད། །ངེས་དོན་སྤྲུགས་བརྟུའི་གཞི་ཡིན་བརྟུ་བའི་
 ཚུལ། །འབྱུག་གསུམ་ལ་སོགས་རང་རང་རྒྱུད་སྟེ་ནས། །བཤད་བཞིན་བརྟུ་བ་བྱང་དོན་
 སྤྲུགས་བརྟུ་དང་། །འཇུག་གནས་ལྷང་གསུམ་སྤྲུགས་ཀྱི་རང་གདངས་སུ། །སྟོག་པའི་

རྩོམ་བཞུས་ངེས་དོན་བརྟུ་ཚུལ་ལོ། །བརྟུ་གཞི་དང་ནི་བརྟུས་པའི་སྒྲགས་ཆུམས་
 ལས། །ཨི་དང་ལྷ་པོའི་སྒྲགས་དང་གསལ་བྱེད་ཆུམས། །སྦྱེས་པའི་ཡི་གེ་ཡིན་ལ་
 དབྱངས་ཆུམས་དང་། །ལྷ་པོའི་སྒྲགས་དང་སྒྲུ་ཆུམས་བྱེད་མེད་དང་། །རི་མི་བཞི་དང་
 པོ་མོ་ཐུན་མོང་སྒྲགས། །རྩྱི་ཆུམས་མ་ནིང་ཡི་གེར་འཛོག་པ་ཡིན། །གཞན་ཡང་སྒྲུམ་
 ལ་སོགས་པ་རིགས་བཞི་དང་། །སྦྱེད་སྒྲགས་སྦྱིང་པོ་ལ་སོགས་མང་ཡོད་ཀྱང་། །ལྷ་
 ཆུམས་རྩོ་རྩེ་གསུམ་དུ་འདུ་བའི་བྱིར། །ས་ཐོན་འབྲུ་གསུམ་སྒྲགས་ཀྱི་གཙུ་
 དང་། །བྱེད་ལས་བསྐྱེད་རིམ་སྦྱོེ་གསུམ་བྱིན་ཆུབས་སོགས། །རྩོགས་རིམ་རྩོར་
 བཞུས་མཆོག་ཐུན་དངོས་བྱུ་བ་འབྱུ་བ། །

དང་ངེས་ལྷགས་ནམས་ཀུན་གྱི་ཅ་བ་ནི། །ཨ་ཐུང་ཡིན་ཏེ་དེ་ཉིད་དབྱངས་
 གསལ་གྱི། །སྟོན་ཏུ་ཞུགས་ལས་མིང་ཆིག་སོགས་སུ་འབྲུག། །སྟིང་གའི་སྟོན་པའི་ན་
 སིན་ཏུ་སྤྲ་བ་ལ། །ངེས་དོན་ཨ་ཐུང་ཞེས་བྱ་དེ་ཉིད་ནི། །སྟེེས་ལུང་ལྷན་ལས་འཇུག་
 པའི་སྟུང་ནམས་གྱི། །ཅ་བ་ཡིན་ཕྱིར་དག་ཀུན་ཅ་བ་སྟེ། །རང་ཉིད་ཡི་གེའི་ངོ་བོར་མ་
 གྲུབ་ཀྱང་། །དེ་ལས་སྟུང་བྱུང་དབྱངས་གསལ་གདངས་ལྷུང་ནས། །མགྲིན་པར་སྟེབ་
 ཆེ་བརྟེན་བྱ་གསལ་བར་སྟོན། །མི་སྟོན་སྟུང་སེམས་ངོ་བོ་གཅིག་སྟོན་དཔེ། །དག་
 དཔེན་བསྟོམ་ཚུལ་སྟོན་ཅོལ་ནམ་བ་གསུམ། །སྟིང་གའི་ཅ་བའོར་དབྱས་གྱི་རྒྱ་རྒྱའི་
 བང་། །ཐིག་ལེ་དཀར་དམར་དབྱས་སུ་མི་སྟོན་པའི། །སྟུང་སེམས་མཆོད་ལྟེན་རྩི་
 དམ་ཨ་ཐུང་གི། །སྟུགས་ཐིག་ཅམ་དང་སྟུགས་འཁོར་དང་བཅས་པའི། །སྟུགས་གྱི་
 ཐིག་ལེའི་སྟོན་ཅོལ་བསྟོམ་བ་དང་། །གདོང་གི་སྟུ་ཆེར་འོད་ཐིག་སྟོན་ཅོལ་
 ཞེས། །སྟིང་གའི་མི་སྟོན་པ་ལས་བྱུང་ཚུལ་གྱི། །འབྱུང་འབྱུག་གནས་པའི་སྟུང་གི་

གདངས་རྒྱལ་ས་ནི། །ཡི་གེ་གསུམ་གྱི་གདངས་སུ་ཤར་བ་ལ། །ཡིད་ཀྱིས་ཉན་པའི་
ཚུལ་གྱིས་བསྟོམ་པ་ཡིས། །དོན་དེའི་བསྐྱེད་པ་མཛད་ག་བཞིན་བསྟོམ་པས། །རྒྱུ་
སྤྲུལ་ཐ་དད་ཞེན་པ་འགོག་བྱེད་ཅིང་། །དོན་དེའི་སྤྲད་དོད་བཞིན་ཏུ་རྒྱུང་དང་
སྤྲུལ། །དབྱེར་མེད་སྤྱོད་ཕྱིར་དོན་དེའི་བསྐྱེད་པར་བྲགས། །

༼གསང་བའི་སྤྲ་ཅེར་རྩས་ཐིག་སྟོག་ཚེལ།༽

གསང་བའི་སྤྲ་ཅེར་རྩས་ཐིག་སྟོག་ཚེལ་ནི། །ཡབ་ཡུམ་རྒྱ་རྒྱའི་མར་སྤྲ་འབྲང་
མཆམས་སུ། །བྱང་སེམས་འཛིན་དང་ཐིག་ལེ་བསྟོམ་པ་སྟེ། །སྟོག་ཚེལ་སྤྲ་མ་གཉིས་
ཀྱིས་སྦྱང་ག་ཡི། །ཅ་མདུད་སྟོད་ཐོར་བྱེད་ཅིང་གསུམ་པ་འདི། །དེ་ཡི་བོགས་འདོད་
མཆོག་ཏུ་སོང་བ་ཡིས། །སྦྱང་གའི་ཅ་མདུད་ཐོལ་བས་འོད་གསལ་འཆར། །དོར་
བསྐྱེད་བྱས་པས་སྤྲུག་སྤུབས་བསལ་བ་བཞིན། །སྦྱང་གའི་མ་རིག་སྟོང་འི་སྤུབས་
འབྱེད་ཅིང་། །སྟོག་ཐུར་བསྐྱེད་པས་ཅ་མདུད་མ་ལུས་ཐོལ། །

དེས་ན་སྦྱང་གར་སྟོག་ཐུར་བསྐྱེད་ཚུལ་ནི། །ངེས་དོན་སྤྲུལ་བཏུའི་སྦྱང་ནས་
ཤེས་དགོས་པས། །ཞོ་ལ་ཨ་ཨ་མ་གསུམ་འདུས་པ་ལྟར། །སྦྱང་གའི་སྟོག་འཛིན་
མགྱིན་པའི་བྱེན་རྒྱ་དང་། །སྤྱི་ཐོར་བྱང་སེམས་རིམ་བཞིན་དེའི་ངེས་དོན། །ཞུམ་ལྷིག་
ཨ་གཉིས་ཏ་རྒྱལ་མ་འདུས་པ་ལྟར། །སྟོག་འཛིན་བྱེན་རྒྱ་གསང་བའི་ཐུར་སེལ་
གསུམ། །རྒྱུ་ཡིག་ཏ་ཨ་མ་གསུམ་འདུས་པ་ལྟར། །ངེས་དོན་ཐུར་སེལ་བྱེན་རྒྱ་སྟོག་
འཛིན་གསུམ། །དེ་རྒྱལ་སྤྱི་མགྱིན་སྦྱང་གའི་ཅ་འཁོར་གྱི། །དབྱེད་མར་སྤྲད་པ་འབྲུ་
གསུམ་གནས་གསུམ་དུ། །བཞོད་པའི་ངེས་དོན་ཡིན་ལ་དེ་དག་གིས། །ཅ་མདུད་ཐོལ་
བས་ཀྱན་རྟོག་རྒྱུང་རྒྱལ་ས་འབྲིབ། །རྩིས་ཐོབ་ཏུ་ཡང་དབྱེད་མ་འབའ་ཞིག་ཏུ། །རྒྱུང་རྒྱ་

གཟུང་འཛིན་ཆུང་ཆོག་འཛོག་པར་བྱེད། །སྤྲུག་ཐེག་བསྐྱོམ་པས་མཆོན་མ་ལྟ་འཕ་
བརྒྱད། །དྲོད་བརྒྱུས་ཆུང་ཆོག་འཛོག་པར་བྱེད། །ཉིན་ཞག་གཅིག་གི་ཆུང་ཆུང་
ཆ་མཉམ་ཆུ། །ཆ་འཁོར་ཆུང་བཅས་གསལ་པོར་མཐོང་བ་དང་། །ཆུང་ཆུང་ཐེག་
ནས་ཐེག་པ་དཔེན་ཆོག་པ་འཛོག་། །ཆུང་གདངས་དོ་རྩེ་གསུམ་དུ་རང་གིས་
འཆར། །སྤོང་གསུམ་ཆུང་ཆུང་རང་ལུས་ནང་དུ་འཇུག། །རང་གི་ཆུང་གིས་སྤོང་
གསུམ་འགོངས་ཀྱས་ཤིང་། །འབྱུང་བཞིའི་ཆུང་ལ་དབང་བསྐྱུར་ཉག་ཆུང་ཆུང་
དང་། །ཡན་ལག་ཆུང་གི་དྲོད་བརྒྱུས་མཐར་ཕྱིན་པས། །དབང་པོ་སོ་སོར་དབང་ཤེས་
འཕོ་བ་སོགས། །ཉམས་སྤོང་སྤྱི་ཚུལ་ཆུང་ཆུང་གིས་བྱ་ཞིང་། །ལྷང་འཇུག་གནས་
གསུམ་ཆོད་མཉམ་གོམས་པས་མཐར་ཕྱིན། །དེམ་གྱིས་གནས་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་
ཞིང་། །ཐུང་ཐེག་ཆུང་གིས་གཏུམ་མོ་སྤྱོད་བཞིས། །བདེ་བསྐྱེད་ཀྱང་ཆོག་བསྐྱེད་
སོགས་ཡོན་ཏན་མང་། །

ནལ་འཁྱོར་དེ་གསུམ་བསྐྱོམ་པས་སྤོང་གསུམ་ཆོ། །ཆོལ་བའམ་བསྐྱེད་པར་
བྱེད་པས་སྤོང་ཆོལ་དང་། །ཡང་ན་སྤོང་གསུམ་ཆུང་ཆུང་རོ་རྒྱུད་ནས། །རྒྱ་བ་དབྱ་
མར་ཆོལ་བའམ་འཇུག་པས་སོ། །ཆོ་གཅིག་ཟུང་འཇུག་འབྱུང་ལ་ཐེག་པ་གྱི་
ནི། །ཀྱང་རྩོད་དོན་དམ་གནས་ལུགས་མཛོན་སུམ་དུ། །ཆོག་པ་དགོས་ཤིང་བྲ་བ་
གཏུག་མའི་ཐེག་པས། །བདེ་ཆོད་པོ་བསྐྱེད་དེ་སྤོང་བ་ཉིད། །མཛོན་སུམ་ཆོག་པ་མའི་
ཡེ་ཤེས་སྤྱི་བཞི། །ཕྱི་ནང་ཐབས་གྱིས་བདེ་ཆོད་འཇུག་པ་ལ། །ལྟོས་ཕྱིར་སྤྱོད་ལམ་
ལས་གཞན་ལ་མེད། །གཏུག་མ་འོད་གསལ་མཛོན་དུ་འགྱུར་བ་ལ། །སྤོང་གསུམ་ཡེ་
ཤེས་སྤྱི་ཚུལ་ཤེས་དགོས་པས། །ཐེག་པ་ཐུན་མོང་སྤྱོད་ཐུན་མེད་ཀྱི། །མིང་གི་

ནམ་གངས་དུ་མ་ཡོད་ན་ཡང་། །རིམ་བཞིན་སྒྲོལ་ལྷ་བྱའི་སྤང་བ་དང་། །ཉི་འོད་ལྷ་
 དུ་གསལ་བར་མཆེད་པ་དང་། །འོད་གསལ་ལ་ཉེ་ཡུལ་མི་གསལ་བར་སྒོ་བ། །དེ་ཕྱིར་
 སྤང་མཆེད་ཉེར་སྒོ་བ་ཅེས་བྱ་ཞིང་། །ཀུན་རྟོག་སྤང་མཆེད་སྤང་བཅས་ཀྱིས་སྤྲོང་
 བས། །སྤྲོང་བ་གསུམ་དང་དེ་བཞིན་བདེ་བའི་ཤས། །རྒྱུང་དང་ཆེ་དང་བར་མར་འབྲུག་
 བས་ན། །ཆགས་བྲལ་ཆགས་པ་ཆགས་པ་བར་མར་བཤད། །ལུགས་འབྲུང་སྤྲོང་བ་
 གསུམ་པོ་གང་རུང་ལ། །རང་རྒྱུ་ཀུན་རྟོག་བཞོན་བཅས་ཐེམ་པ་ལས། །བྱུང་ཞིང་སྤྲོན་
 གནམ་གཡའ་དག་སྒྲོལ་ལྷ་ཀྱིས། །བྱུང་བ་ལྷ་བྱའི་སྤྲོང་སངས་སྤང་བ་ལས། །གཞན་
 བའི་གཉིས་སྤང་རགས་པ་འགག་པ་ཡི། །ཡིད་ཤེས་ལུགས་འབྲུང་སྤང་བ་དང་པོ་
 རྟེ། །དེ་བཞིན་རང་རྒྱུད་སྤང་མཆེད་སྤང་དང་བཅས། །ཐེམ་ལས་བྱུང་ཞིང་ཉི་འོད་སྤྲོད་
 ཀྱི་སྤྲུག་ །འབྲུག་པོས་བྱུང་འབྲུང་སྤྲོང་སངས་ཞེས་སྤྲུང་ཏེ། །ལུགས་འབྲུང་མཆེད་
 ཐོབ་མཆོན་ཉིད་ཤེས་པར་བྱ། །རང་རྒྱུ་མཆེད་ཐོབ་འོད་གསལ་སྤང་བཅས་
 ལས། །བྱུང་བའི་བྱུང་པར་སྤྲུང་ཞིང་གཞན་སྤང་ལྷ་ཀྱིས། །རིམ་བཞིན་ལུགས་སྤྲོག་སྤང་
 གསུམ་མཆོན་ཉིད་འཛོག་ །གཞི་ལ་འཆི་དུས་དངོས་དང་གཉིད་དུས་སུ། །ཆ་འབྲ་
 འཆར་ཞིང་སེམས་དབེན་མཐར་ཐུག་དུས། །མཆོན་ཉིད་པ་དང་དེ་སྤྲོན་ཐེས་མཐུན་
 འཆར། །རང་བཞིན་རྟོག་པ་སོ་གསུམ་བཞི་བཅུ་བདུན། །དང་པོ་ཆགས་བྲལ་རང་
 ཡུལ་མི་འདོད་བ། །

‘ཆེ་’འབྲང་’རྒྱུང་གསུམ་དང་ནི་ཡིད་’འབྲོ་འོང་། །ཡིད་འོང་དང་བྲལ་སྤྲུང་
 སེམས་བྱུང་ཡང་། །‘ཆེ་’འབྲང་’རྒྱུང་གསུམ་’ཞི་དང་’ཁོད་པ་དང་། །’སྤྲུག་དང་
 ’’ཞེན་པ་’ཆེ་’འབྲང་’རྒྱུང་’གསུམ་དང་། །’འདོད་ཡོན་ལེན་འདོད་ཡིད་གཉིས་

^{༡༢}ཟ་བ་དང། །^{༡༤}ཟས་^{༡༥}སྒྲིམ་འདོད་དང་ཆེར་བ་བདེ་སྤྱག་དང། །བཏང་སྒྲིམས་^{༣༠}ཆེ་
^{༣༡}འབྲིང་^{༣༣}ཆུང་དང་རིག་སོ་^{༣༣}དང། །རིག་བྱ་^{༣༥}རིག་བྱེད་^{༣༤}གསུམ་ལ་རྟོག་པ་
གསུམ། །རིག་དང་མི་རིག་སོ་སོ་^{༣༦}རྟོག་པ་དང། །རྩ་ཆ་^{༣༧}ཤེས་དང་སྦྱང་རྩེ་
^{༣༨}དམིགས་^{༣༩}བྱར་བཅེ། །སྤྱག་^{༣༠}དང་འཕྲད་འདོད་དོགས་དང་^{༣༡}བསགས་འདོད་
^{༣༢}དང། །ཕྱག་དོག་^{༣༣}རྣམས་ནི་སྤང་བའི་རང་བཞིན་དང། །

མ་ཐོབ་ཡུལ་ལ་ཆགས་དང་^{༣༤}ཐོབ་ལ་^{༣༥}ཞེན། །དགའ་བ་^{༣༦}ཆེ་^{༣༧}འབྲིང་^{༣༨}ཆུང་དང་
^{༣༩}རངས་དང་^{༤༠}མགྲ། །རོ་མཆར་^{༤༡}ཤོད་དང་^{༤༢}ཆོས་ཞིང་རོམས་པ་དང། །^{༤༣}འབྲུད་དང་
^{༤༤}འོ་དང་^{༤༥}འཛིབ་པ་རྣམས་འདོད་དང། །^{༤༦}བརྟན་^{༤༧}བརྟོན་^{༤༨}ར་རྒྱལ་བྱ་བ་^{༤༩}རྩོགས་
བྱེད་འདོད། །^{༥༠}དཔྱོག་འདོད་གཞན་འཛོམས་^{༥༡}སྦྲེབས་དང་^{༥༢}སྦྲོ་བ་དང། །ལྟན་ཅིག་
བྲེགས་པས་མི་དགའ་སྦྱོད་འདོད་པ། །^{༥༣}ཆེ་^{༥༤}འབྲིང་^{༥༥}ཆུང་དང་བྲེགས་པ་འཕམ་^{༥༦}ཅོད་
འདོད་དང། །ཅེ་འདོད་^{༥༧}སྒྲིག་དང་^{༥༨}ཞེ་འགྲས་^{༥༩}དགེ་ལ་ཅོལ། །ཆོག་གསལ་^{༦༠}གོ་
འདོད་^{༦༡}བདེན་དང་^{༦༢}མི་བདེན་སྒྲ། །^{༦༣}ཡིད་མ་ངེས་བར་བརྟན་དང་^{༦༤}ཡུལ་མི་
ལེན། །^{༦༥}སྦྱོན་དང་^{༦༦}ལེ་ལོ་ཅན་བསྐྱལ་^{༦༧}དཔའ་བར་འདོད། །^{༦༨}རྩ་ཆ་མེད་དང་^{༦༩}སྦྱ་
དང་^{༧༠}ལྟ་དན་གཏུག། །^{༧༡}མི་བསྐྱེད་མཐོ་འཆོམས་པ་དང་^{༧༢}གྲ་གྲ་སྒྲེ། །མཆེད་པའི་རང་
བཞིན་བཞི་བཅུ་དེ་བཞིན་བྱ། །

^{༧༣}ཡུལ་ལ་འདོད་དང་མི་འདོད་བར་མ་དང། །^{༧༤}བརྩེད་ངེས་^{༧༥}འཁྲུལ་དང་^{༧༦}སྒྲར་
མི་འདོད་པ་དང། །^{༧༧}སྦྱོད་དང་^{༧༨}ལེ་ལོ་^{༧༩}ཐེ་ཆོས་ཉེར་ཐོབ་ཀྱི། །རང་བཞིན་རྟོག་པ་བདུན་
ཉེ་དེ་དག་གྲང་། །དགེ་དང་མི་དགེ་ལུང་མ་བསྐྱེད་ཅི་རིགས། །སྦྱེ་ཆེ་སྤང་བའི་རྩེས་
དང་ཐེམ་ཆེ་སྦྱོན། །སྤྱི་རིམ་ནས་སྦྱེ་རགས་ནས་སྤྱི་རྩེ་ཐེམ། །ས་མཆོམས་སྦྱོབ་མཐའ་

འོད་གསལ་སྒྲ་ལོགས་པར། རྟོག་པ་ཚན་པ་གསུམ་པོས་སྤང་བ་གསུམ། རོ་བོ་མ་
དད་སྒོ་ནས་མཚོན་བྱེད་པས། མཚན་ཉིད་ཡིན་ཕྱིར་རང་བཞིན་ཞེས་བྱ་ཞིང་། སྤང་
གསུམ་རོ་བོ་མཚོན་སུམ་ངེས་ཀྱས་པའི། ལམ་དུ་མ་སླེབ་གང་ཟག་ལ་མཚོན་
དགོས། མཚོན་ཚུལ་རང་བཞིན་རྟོག་པ་ཚན་གསུམ་ལ། རླུང་གི་གཡོ་བ་ཆེ་ཆུང་
བར་མ་གསུམ། རྟོད་པས་དེ་བསྐྱེད་སྤང་གསུམ་རླུང་ལ་ཡང་། ཆེ་ཆུང་བར་མ་
གསུམ་དུ་ཡོད་པར་དཔོག་དེ་ཕྱིར་ལུགས་ལྡོག་རང་བཞིན་ཚན་གསུམ་པོ། སྤང་བ་
གསུམ་གྱི་འབྲས་བྱར་མཚུངས་པ་ལ། རང་རང་ལག་རྩེས་མི་འབྲ་གོང་བཞིན་
འཛིག། སྤང་གསུམ་ཐབས་མཁས་ལམ་གྱིས་མ་ཟིན་པས། རང་བཞིན་བརྒྱུད་ཅུ་
བསྐྱེད་ཅིང་དེ་ལས་ཀྱང་། འཛིག་ལྟ་ལ་སོགས་ཉོན་མོངས་གཞན་ནམས་སྟེ། དེ་
ཡིས་ལས་བསགས་འཁོར་བར་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐོང་། །

སྤང་གསུམ་ལམ་གྱི་རོ་བོར་བསྐྱེད་པ་ཡིས། རྟོད་གསལ་བཞེན་པར་བཅས་
ལས་སྤྱ་གཉིས་འབྲུག། སྤྱིང་གའི་ཅ་མདུད་དོར་བཟླས་གྱིས་གྲོལ་ནས། ཅ་བའི་རླུང་
བཞེ་མི་ཤིགས་ཐིག་ལེ་ལ། སྤྱད་ཀྱས་མཚམས་ནས་སེམས་དབེན་རྟོགས་པ་
འདེན། ཁང་རྒྱུན་བྱེད་ལ་དམིགས་དོར་བཟླས་དང་། རིལ་འཛིན་རྩེས་གཞིག་
སྤྱད་རིམ་རྣལ་འབྱོར་བསྒོམ། བྱི་རྒྱུན་ལས་རྒྱར་མཉམ་པར་སྤྱར་བ་དགོས། དབང་
དང་བསྐྱེད་རིམ་ལུས་དབེན་སོགས་གྱི་ཆོ། ལས་རྒྱ་བསྟེན་པ་སོང་ཡང་འབྲུང་ལྡོག་
གི། དགའ་བཞེ་ཅམ་དང་འདིར་ནི་སྟོང་པ་གསུམ། དགའ་བཞེའི་རོ་བོར་འདེན་པའི་
ཆེད་ཡིན་པས། དགོས་པ་མི་འབྲ་འདིར་ཡང་ལན་གཅིག་ཅམ། ལྟན་སྤྱིས་མཚོན་
རྩེས་ཡེ་རྒྱ་བསྟེན་པས་འབྲུག། སྐབས་འདིར་རླུང་དང་བྱང་སེམས་སྟོད་སྤྱད་

ནས། །བསྐྱེད་པའི་ལུགས་འབྲུང་དགའ་བ་བཞི་པོ་ལས། །འོད་གསལ་འདྲི་བའི་ལུགས་
ཐོག་དགའ་བ་བཞི། །གཙོ་བོར་མི་འཛོག་རྒྱུད་ཐིམ་གཤམས་བྱེད་ཕྱིར། །

༼ བྱག་རྒྱ་པར་ཅན་སོགས་བཞི༽

བྱག་རྒྱ་པར་ཅན་སོགས་བཞི་དང་ནི། །ལྷན་སྐྱེས་ཞིང་སྐྱེས་སྐྱེས་སྐྱེས་པོ་
ཉ་གསུམ། །རིམ་བཞིན་རྒྱུད་འབྲུག་རྟོགས་པ་ལ་གནས་དང་། །དབེན་གསུམ་སྐྱེ་ལུས་
ཅི་རིགས་ལ་གནས་དང་། །བསྐྱེད་རིམ་རྟོགས་པར་གནས་པའི་བྱག་རྒྱ་ལོ། །སྟོང་
གསུམ་ཡེ་ཤེས་བདེ་ཆེན་དོར་བསྐྱེད་དེ། །སྤང་དོར་དཀར་དམར་ནག་པའི་སྤང་འབྲུང་
ཡང་། །དེས་དོར་སྟོང་ཉིད་འཛིན་སྤངས་ཅེ་གཅིག་བསྟོན། །དེ་ལྟའི་སྟོང་གསུམ་ཁྲད་
པར་ཉར་ཐོབ་སྐྱབས། །དབེན་པ་ཉམས་སྤུལ་ཅི་ཅམ་ཆེ་བ་བཞིན། །འོད་གསལ་དྲངས་
ཤིང་འཐུག་ལ་ལུན་རིང་འདྲེན། །སེམས་དབེན་མན་ཆད་འོད་གསལ་ཉར་ཐོབ་
ཏུ། །བསྐྱེད་པའི་སྟོང་པ་གསུམ་དུ་གཏན་ལ་འབབས། །བདེན་གཉིས་སོ་སོ་བ་དང་
དབྱེར་མེད་ཀྱི། །རྟོགས་རིམ་གཉིས་ལས་དང་པོ་སྐྱེ་ལུས་ལ། །བསྐྱེད་རིམ་མཐར་
ཕྱིན་དབེན་གསུམ་ཉམས་འོག་ཚུད། །རྒྱུད་ཕྱེ་བཞིར་སྤྲངས་བདེན་གཉིས་རྟོགས་
རིམ་ལ། །ལྷག་པར་མོས་པའི་སྟོབ་མས་སྒྲ་མ་ལ། །ཕྱི་ནང་གསལ་མཆོད་བསྟོད་ཅིང་
གསོལ་བཏབ་ནས། །སྐྱེ་ལུས་གདམས་པ་འཆད་སོགས་བྱག་ལེན་བཞིན། །བསྐྱེད་
རིམ་ལུས་དབེན་སྐྱབས་སུ་མོས་ཅམ་ལས། །ལྷ་སྐྱེ་དངོས་མེད་མོས་གཞིའང་འབྲུང་
ལུས་ཅམ། །དབེན་པ་ཕྱི་མ་གཉིས་ཀྱང་རིམ་པ་བཞིན། །རྒྱུད་ནམས་ལས་རྩང་ཅམ་
དང་རང་བཞིན་གྱི། །རྟོག་པས་སྟོང་པའི་སྤང་བ་ཅམ་ལས་མེད། །གནད་འདི་མ་རྟེན་
མཆོག་འབྲུག་མི་སྲིད་ཅིང་། །ལམ་འདི་བྱུང་ན་ཆེ་འདིར་སངས་རྒྱས་འཛོམ། །ཐེག་

འདིའི་ལྷ་མ་ཁྱད་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་དང་། །སྤྱི་ལུས་གཉིས་ལས་ཕྱི་མཆོགས་དཀའ་
 ཞིང་། །ལམ་གཞན་ལ་ཡང་མན་དག་འབྱེར་ཤེས་དགོས། །གཞི་ལ་འཆི་བ་འོད་
 གསལ་རྒྱུ་སེམས་ལས། །བར་དོ་རྒྱངས་ཏེ་འཁོར་བར་ཉིང་མཆོམས་སྒྲིབ། །ཐབས་
 མཁས་ཀྱིས་ཟིན་སྤྱོད་བའི་རྒྱུ་སེམས་དེའི། །རྣམ་འབྱུང་ལམ་དང་འབྲས་བུའི་སྤྱི་
 གསལ་འབྱུང། །སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་རགས་པ་གནས་སྐབས་དང་། །སྤྱོད་བའི་གཉིས་
 མའི་ལུས་གཉིས་སྤྱོད་མའི། །འདོར་ལེན་བྱེད་ཅིང་ཕྱི་མ་དེ་ལས་ལྡོག་གཞི་ཡི་རགས་
 དང་སྤྱོད་བའི་ལུས་སེམས་གཉིས། །གཅིག་གིས་བྱ་བ་བྱེད་ཆེ་གཅིག་ཤོས་
 གཉིས། །བག་ལ་ཞུ་བའི་ཤིན་ཏུ་སྤྱོད་བའི། །རྒྱུ་སེམས་ཆོགས་ཅན་གདགས་གཞི་སྤྱོད་
 མོ་བྱ། །བྱས་ནས་གཉིས་མའི་གང་ཟག་འདོག་པར་གསུངས། །སྤྱོད་བའི་རྒྱུ་སེམས་
 བཞིན་ལག་རྣམ་ཅན་བྱ། །ལངས་པ་གཞི་ལ་འདྲ་ཡོད་དེ་མི་ལས་ལུས། །ཁྱད་བར་ཅན་
 དང་བར་དོའི་ལུས་ལྟ་བུ། །

།དེས་ན་སྤྱི་མའི་ལུས་ཀྱི་སྤྱོད་བའི།།

དེས་ན་སྤྱི་མའི་ལུས་ཀྱི་སྤྱོད་བའི་ཞེ། །མི་ཤིགས་སྒྲིབ་འདྲིན་ཤིན་ཏུ་སྤྱོད་བའི་
 ཉིད། །སྤྱི་ལུས་འབྱུང་ལ་བསྐྱོམ་པས་ལུས་སྤྱོད་རགས། །འབྱེད་བྱས་དགོས་ཏེ་བར་དོ་
 འབྱུང་ལ་ཡང་། །ལས་ཉོན་དབང་གིས་སྤྱོད་རགས་འབྱེད་དགོས་ཕྱིར། །ཁྱོད་འབྱུང་
 སོགས་ཀྱིས་སྤྱོད་རགས་འབྱེད་བྱས་ཀྱང་། །ཡིད་དོའི་ལྟ་སྤྱོད་ཅན་སྤྱོད་བའི་སྤྱོད་
 ཀྱིས། །རྒྱུ་སེམས་ཅན་ཉིད་སྤྱོད་འབྱུང་པས་མཆོག་ཕྱི་ནང་སྤྱོད་ཅན་ལ་བཞེན་
 ཀྱང་ཉོན་རྒྱུང་། །འཆི་རིམ་རི་བཞིན་སྤྱོད་གང་ཐེམ་པ་ཡི། །སེམས་དབེན་མཐར་ཐུག་
 དཔེ་ཡི་འོད་གསལ་གྱི། །བཞོན་པའི་རྒྱུ་གིས་ཉིད་ལེན་སེམས་ཀྱིས་རྒྱུ། །བྱས་པ་

ལ་བརྟེན་ཕྱང་པོ་རྩིས་བཤམས། གོ་ས་ལོགས་སུ་སྐྱུ་ལུས་བྱལ་བ་དེ། །ཁྱད་པར་བཙོ་
མྱར་མཐོ་ཉེ་མྱར་བཤད་པའི། །རྒྱུ་སེམས་ཙམ་ལས་བྱང་བ་^༡རྒྱུ་ཁྱད་པར། །དེ་ཡི་
ལུགས་ལྟོག་ཉེར་ཐོབ་དང་མཉམ་དུ། །^༢བྱལ་བ་དུས་དང་རྣལ་འབྱོར་བཞེད་དབང་
གིས། །རྒྱ་ཁྲིའི་དབུས་ཀྱི་ཐིག་ལེའི་བྱི་དང་ནང་། །ཅི་རིགས་པར་^༣མྱར་གནས་ཀྱི་ཁྱད་
པར་ཉེ། །འདི་ལ་མཁས་པའི་བཞེད་ཚུལ་དུ་མ་ཡོད། །རྒྱུ་སེམས་ཙམ་ལུས་དྲངས་
ཤིང་ཐོགས་མེད་པ། །^༤རོ་བོ་དང་ནི་སྐྱབ་གཞིའི་རང་མདོག་ལྟར། །དཀར་བ་^༥ཁ་དོག་
སོ་སའི་ཞལ་ཕྱག་སོགས། །^༦དབྱིབས་དང་སྐྱུ་ལུས་མ་ཐོབ་སོ་སྐྱེ་ཡིས། །མདོན་སྐུ་
མི་མཐོང་^༧མཐོང་ཚུལ་ཁྱད་པར་དང་། །འདིག་རྟེན་གྲངས་མེད་སྤང་བའི་འོད་ཟེར་
དང་། །དབང་ཤེས་ཡན་ལག་རྒྱུད་ལྡེའི་^༨འོངས་སྟོད་ལྟར། །འོད་གསལ་ངང་ནས་
^༩འཕེན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་འགྲུབ། །མཚན་དཔེ་ནམ་མཁའ་མཛོད་བརྟེན་སངས་རྒྱས་
ལས། །དབང་ཐོབ་ཆེ་འདིར་^{༡༠}འཆང་རྒྱ་ཡོན་ཏན་ཁྱད། །སྐྱུ་སོགས་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་
མཚོན་^{༡༡}དཔེའི་ཁྱད་པར། །བདག་བྱིན་རྒྱབས་དང་ཀུན་རྫོབ་བདེན་བ་དང་། །རྫོ་རྫེའི་
སྐྱུ་སོགས་ཀྱིས་བརྟེན་^{༡༢}ནམ་གྲངས་ཁྱད། །བདག་གི་གདགས་གཞི་སྤྱ་བའི་རྒྱུ་
སེམས་ཉིད། །ལྷ་སྐྱུར་བྱིན་ཀྱིས་བརྒྱབས་པས་དེ་ལྟར་དུ། །བརྟེན་སོགས་^{༡༣}ངེས་པའི་
ཆོག་དང་ལུས་དེ་ཉིད། །བྱལ་ནས་དོན་གྱི་འོད་གསལ་བར་གནས་ཤིང་། །དེ་ནས་
མཁའ་ལ་འཇུག་བཞིན་དག་འགྲུར་བ། །^{༡༤}ཡུན་ཆད་ཁྱད་པར་རྣམས་ཉེ་དེ་དག་ལས། །

། དཔེ་ཡིས་མཚོན་ཚུལ་སྐྱུ་མའི་ལུས་ཚུལ། །

དཔེ་ཡིས་མཚོན་ཚུལ་སྐྱུ་མའི་ལུས་དེ་ནི། །ཡན་ལག་ཉིང་ལག་དབང་སོ་ཀུན་
ཆང་ཡང་། །རྒྱུ་སེམས་ཙམ་ལས་མེད་བ་^༡སྐྱུ་མ་བཞིན། །གདུལ་བྱ་གར་ཡོད་ཁྱབ་

བཞིན། ཁྱི་ལམ་ལུས་ལའང་གཉིད་ཀྱི་འོད་གསལ་ནི། སྡོམ་དུ་འགྲོ་བ་དགོས་ཕྱིར་
ཁྱི་ལམ་གྱི། བསྐྱེད་པའི་སྡོམ་དུ་གཉིད་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་བསྐྱོམ། གཉིད་ཀྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་
རྒྱུང་དབུ་མར། ཐིམ་དང་མ་ཐིམ་གཉིས་ལས་སྤྲུལ་ནི། ལྷ་ལྷག་རྒྱ་བ་ཆད་ཅིང་སྡོང་
བ་བཞི། སྡོང་སྡོམ་ལས་རྒྱས་གཉིད་ཀྱི་འོད་གསལ་དངོས། རྟེན་བསྐྱེད་ཐབས་ནི་
གཉིད་དང་སྤར་བ་ཤད་པའི། སྡོམ་ཚོལ་གསུམ་ལས་དང་པོ་གཉིས་བསྐྱོམ་
པ། ལྷགས་ཉེ་སྡོང་བཞི་བྲངས་ནས་བདེ་སྡོང་སྡོར། གཉིད་ཀྱི་འོད་གསལ་འདུན་
སྡོམ་གྱིས་འཛིན་པར། གཉིད་དུས་སྡོང་བཞི་འབྲེན་པའི་འདུན་པ་སྤྱུངས། སྡོང་
གར་དམིགས་རྟེན་གསལ་བར་སེམས་བཟུང་ནས། གཉིད་དུ་འགྲོ་བ་གོམས་པས་
ངེས་རྒྱུ་འགྲུ། །

ཆེས་འཕུག་གཏན་མི་འབྱུང་དང་མང་སད་པའི། འཕུག་འབྲམས་སྡོང་
འབྲམས་སད་འབྲམས་གོགས་སེལ་དགོས། ཐབས་མཁས་ལམ་གྱིས་ཐེན་པས་
ཆེས་སྤྱར་ཞིང་། སད་པའི་དུས་ཀྱི་སྡོང་བཞིའི་རྟོགས་པ་འཕེལ། འཆི་དུས་སྡོང་བཞི་
ངེས་ནས་དགེ་སྡོར་རྒྱས། རྟེན་གཞི་ཆད་དུ་གཉིད་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་བསྐྱོམ། ཁྱི་ལམ་རྒྱུང་
སྡོམ་འཛིན་ལ་རྒྱུང་དབུ་མར། ཐིམ་པའི་གཉིད་ཀྱི་འོད་གསལ་བཞེན་པའི་
རྒྱུང་། གཞུ་བར་ཚོམ་དང་གཞུ་ལས་པའང་ངེས་པའི་སྡོང་། ཁྱི་ལམ་ལྷ་སྤྱང་ལྷང་བའི་
འཕེན་པ་བཅས། ལྷ་སྤྱང་ལྷང་རྒྱས་འདུན་སྡོམ་གྱིས་འཛིན་པར། ལྷང་བ་ཁྱི་ལམ་
ལྷ་ལྷག་བལྟ་བ་དང་། ཁྱི་ལམ་འཛིན་པའི་འཕེན་པ་རྒྱན་ཆགས་དང་། གཉིད་དུ་འགྲོ་
ཁར་མགྲིན་པའི་རྩ་འཁོར་དབུས། དམིགས་རྟེན་སྤར་བར་སེམས་བཟུང་སྡོམ་གྱིས་
འཛིན། འཆི་དང་བར་དོའི་བསྐྱེད་པ་གཉིས་ཡོད་པའི། དང་པོ་ཆེ་འདིར་སེམས་

དཔེན་རྟོགས་ཐོབ་ཅིང་། །སྤྱོད་པ་མ་བྱུང་བར་དོར་འཁོར་རྒྱ་དེས། །འཆི་ཆེ་དོར་
བརྒྱས་རིལ་འཛིན་རྗེས་གཞིག་གི། །སྤྱད་རིམ་གང་རྩང་བྱས་པས་འཆི་བ་དང་། །ལམ་
གྱི་འོད་གསལ་བསྐྱེད་ནས་འོད་གསལ་དེས། །སྤྱོད་པའི་དོད་ཐུབ་དེ་ཡི་རྒྱུར་སེམས་
ལས། །སྤྱུ་མའི་སྤྱར་ལྡང་རགས་པའི་ལུས་བཟུང་ནས། །རྟེན་དེར་འཁོར་རྒྱ་བར་དོར་
འཁོར་རྒྱའི་ཚུལ། །དབང་ཐོབ་དམ་བསྐྱུང་ལམ་མ་བསྐྱོམ་པ་ལས། །བསྐྱོམ་ཀྱང་བསྐྱེད་
རིམ་ལུས་དཔེན་རྟོགས་དཔེན་གསུམ། །གང་རྩང་ཐོབ་ལ་སེམས་དཔེན་མ་ཐོབ་
པས། །བསྐྱེད་པའི་སྐྱོན་སྤྱོད་གནས་མཆོག་བཟུང་སྟེ། །སྐྱེ་བ་བརྒྱུད་ནས་འཁོར་རྒྱ་དེ་
ལྟ་བུའི། །བསྐྱེད་པ་བསྐྱུན་སྤྱོད་གསུམ་བསྐྱེད་པ་གསུམ། །ཕྱི་ན་སང་གཉིད་འཆི་དུས་བསྐྱེད་
བ་དགུ། །རྟོགས་པའི་མཐོ་དམན་དང་བསྐྱུན་ཉམས་སུ་ལོན། །

གོང་འོག་སོ་སོའི་དམིགས་རིམ་ཞིབ་པར་ནི། །ཁྲིད་ཡིག་ནམས་དང་སྒྲ་མའི་
ཞལ་ལས་ཤེས། །མདོ་ལམ་གངས་མེད་གསུམ་གྱི་ཆོགས་ཀྱི་དོད། །རིམ་བ་གསུམ་
གྱི་སྤྱུ་ལུས་སྤོན་སོང་ནས། །དོན་གྱི་འོད་གསལ་ཉོན་སྤྱོད་ཀྱང་ལྟན་གཉིས། །ཅིག་
ཆར་སྤོང་བའི་རྒྱས་པ་མཐུ་ཅན་གྱུར། །སྤྱུ་ལུས་འོད་གསལ་བཅུག་པའི་སྤྱ་བའི་
རྒྱུར། །ཟག་མེད་རྒྱུར་གྱུར་གཟུགས་སྤྱི་ཉིར་ལེན་བྱེད། །དེ་འདྲའི་སེམས་དེ་ཟག་
མེད་སེམས་གྱུར་ནས། །ཆོས་སྤྱི་ཉིར་ལེན་བྱེད་ཅིང་དེ་འདྲའི་ལམ། །ཆིག་ཁྲིལ་
བསྐྱུངས་པས་ཤེས་སྤྱོད་སྤྱོད་མོ་ཡང་། །སྤོང་ལ་རྒྱུར་ཞིང་མཉམ་བཞག་རྒྱུན་རིང་
ཡང་། །རྗེས་ཐོབ་བསོད་ནམས་ཆོགས་ལ་བསྐྱུལ་མི་དགོས། །འོད་གསལ་གདམས་
པ་ཉན་ཆེ་སྤོབ་དཔོན་ལ། །ཕྱི་ནང་གསང་མཆོད་མཆོན་བྱེད་ཤེར་དབང་དངོས། །ཐོ་
རངས་གསོལ་བཅུ་འོད་གསལ་གདམས་པ་འཕོགས། །ཆེ་ཉི་སྤོད་ཀྱི་སྤྱག་འདས་ཐོ་

རངས་དུས། མངོན་དུ་བྱས་པའི་ཕྱོག་ཆས་ཕྱི་མངོན་བྱང་། སྤང་མཆེད་ཐོབ་
གསུམ་འདས་དུས་མངོན་བྱས་པའི། ཕྱོག་པས་ནང་གི་མངོན་བྱང་ཚུབ་དུ་འཛོག་། སྐྱུ་
ལུས་པ་དེས་འོད་གསལ་བསྐྱེད་ཕྱིར་དུ། ལུས་ཅམ་རིལ་ཐོར་སྤྱད་པའི་རིལ་འཛིན་
དང་། སྒོ་ད་བཅུད་བསྐྱེད་རྗེས་རང་ལུས་འོད་གསལ་དུ། གཞིག་པའི་བསམ་གཏན་
གཉིས་དང་རང་ཉིད་ཀྱི། སྒོ་གསུམ་འགོ་བ་ཀུན་གྱི་སྒོ་གསུམ་དང་། དབྱེར་མེད་
སེམས་དཔལ་དགྲ་བཅེགས་རྣལ་འབྱོར་སོགས། ཕྱི་ནང་ཐབས་ཀྱིས་འོད་གསལ་
མངོན་དུ་བྱེད། རྟེ་ཆེ་མ་དག་སྐྱུ་ལུས་འགག་པ་དང་། ལྷན་སྐྱེས་བདེ་བས་སྒོར་ཉིད་
མངོན་སུམ་རྟོགས། གླ་མེད་མཐོང་ལམ་དང་ནི་ས་དང་པོ། ཐོབ་དང་བདེན་འཛིན་
ཀུན་ལྷན་དངོས་གཉེན་གྱིས། བར་ཆད་མེད་ལམ་སྐྱེས་རྣམས་དུས་མཉམ་འབྱུང་། །

དེ་དང་སྒོ་བ་དང་མི་སྒོ་བ་ཟུང་འཇུག་རྣམས། ཐོག་མར་ཐོབ་པའི་དུས་ལ་ཐོ་
རངས་དགོས། འོད་གསལ་མངོན་བྱེད་ཅམ་ལ་དུས་མ་དེས། བར་ཕྱིན་རང་ལམ་
ཅམ་གྱིས་སྤང་གསུམ་གྱི། གཉིས་སྤང་སྤོ་སྒོར་བར་མི་རུས་ལ། མ་རིག་བག་
ཆགས་སས་བསྐྱེད་ཡིད་ལུས་གྱིས། གཟུགས་སྐྱེད་ཉེར་ལེན་རྒྱ་ཡང་མི་རུས་
པས། ཞེས་སྐྱབ་སྤོ་སྒོར་དང་ཐག་མེད་ཀྱི། རྒྱང་ལས་དག་པའི་སྐྱུ་ལུས་འགྲུབ་པ་
ནི། རོན་གྱི་འོད་གསལ་ལ་ལྟོས་དེའི་ཕྱིར་ན། མདོ་ལམ་ས་བཅུའི་སྤྱིད་པ་ཐ་མ་
བ། རིམ་པ་འདི་ནས་འཇུག་དགོས་དེའི་ཚུལ་ནི། རྒྱལ་བུ་རོན་གྲུབ་མི་གཡོའི་ཉིང་
འཛིན་ལས། ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བས་སེ་གོལ་སྐྱས་བསྐྱངས་ཏེ། མཆོན་བྱེད་ཤར་
དབང་དངོས་བསྐྱེད་འོད་གསལ་བསྐྱེད། རྟེ་ལས་དག་པའི་སྐྱུ་མར་བཞེངས་པ་
ན། ཟུང་འཇུག་གདམས་པ་བསྟན་ནས་ཆོག་དབང་བསྐྱུར། ཐོ་རངས་མི་སྒོ་བ་ཟུང་

འཇུག་ཐོབ་པའི་ཚུལ། །བསྟན་བཞིན་གཞན་ལ་འད་གོ་བར་བྱ་བར་གསུངས། །དེ་འདྲ་
རང་ལམ་དོར་ནས་སྤྲུགས་ལམ་ལ། །ཞུགས་པ་མ་ཡིན་སྟོན་པ་བཏབ་པ་ཅམ། །བྱམ་
གསང་མ་སོང་ཤེར་དབང་བསྐྱར་བ་དང་། །བསྐྱེད་རིམ་མ་སོང་རྫོགས་རིམ་ཐོབ་པ་
དང་། །འོད་ཟུང་ཐོབ་ལ་རིམ་པ་དང་པོ་གསུམ། །སྟོན་དུ་འགྲོ་མི་དགོས་རྣམས་འདིའི་
དམིགས་བསལ། །

༼བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་ཀྱི་རྫོགས་རིམ་འགྲུབ་ཚུལ།༽

བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་རྫོགས་རིམ་འགྲུབ་ཚུལ་ནི། །འོད་གསལ་དེ་ཡི་ཟུང་
གི་ཉེར་ལེན་ལས། །སྐྱུ་ལུས་སྐྱབ་ཆེ་ཟུང་འཇུག་ཐོག་མར་ཐོབ། །དེ་ཆེ་ཉོན་སྐྱབ་
སྤངས་པའི་རྣམ་གྲོལ་ལས། །ཐོབ་དང་རྒྱུད་ལྡན་གང་ཟག་དག་བཅོམ་འགྱུར། །འཁོར་
བ་ཇི་སྤྱིད་རིགས་འབྲུ་མི་འཆད་པའི། །རྟོ་རྩེའི་སྐྱུ་དངོས་ཐོབ་རྣམས་དུས་མཉམ་
འབྱུང་། །ཟུང་འཇུག་དེ་ཉིད་ཉོན་སྐྱབ་སྤངས་པ་དང་། །དག་པའི་སྐྱུ་ལུས་ཟུང་དུ་
འཇུག་པས་ན། །སྤངས་པ་ཟུང་འཇུག་ཅེས་བྱ་དེ་ཉིད་ཀྱིས། །སྤང་ཡང་དོན་གྱི་འོད་
གསལ་མཛོན་བྱས་ཆོ། །སྐྱུ་ལུས་འོད་གསལ་དུས་གཅིག་ཆོགས་པ་ཡི། །རྟོགས་པ་
ཟུང་འཇུག་ཐོབ་ཅིང་དེ་ལྟ་བུའི། །རིམ་གཉིས་ལམ་གྱི་བོགས་འབྲིན་སྟོང་པ་ནི། །ལམ་
འདིའི་བདེ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་བསྐྱེད་པ་ལ། །ཞུ་བདེ་འབྲེན་ཕྱིར་བྱང་སེམས་རྒྱས་དགོས་
ཤིང་། །དེ་ལ་ཕྱི་ནང་འདོད་ཡོན་ལོངས་སྟོང་དགོས། །དེ་ཕྱིར་ཟབ་མོར་མོས་ལ་
ཆགས་བཅས་བསྟན། །ཆགས་སྤང་ལམ་བྱེད་ཡོད་ལ་གཉི་སྤྲུག་ཀྱང་། །ཉོན་མོངས་
གཞན་དང་མཚུངས་ལྡན་འཇུག་པའི་ཕྱིར། །དེ་དག་ལམ་བྱེད་སྟོན་ནས་བཏགས་སུ་
བྱུང་། །ཆགས་སྤང་གནང་ཡང་གཉི་སྤྲུག་དེ་དག་དང་། །མཚུངས་ལྡན་འབྱུང་བས་ཉོན་

མོངས་གཞན་གནང་བའི། །ཞར་བྱང་མ་གཏོགས་སྒོས་སུ་གནང་བ་མེད། །འདོད་
ཆགས་ལས་སྦྱེས་བདེ་སྟོང་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས། །ཆགས་དང་འཛིན་སྒྲངས་འགལ་བས་
སྟོང་མིན་ཡང་། །དེ་རྒྱ་བདེན་འཛིན་ཟད་པར་བྱས་པ་ཡིས། །འབྲས་བུ་འདོད་ཆགས་
ཟད་པར་བྱེད་པ་སྟེ། །ཤིང་ལས་སྦྱེས་པའི་སྤྱོད་བྱས་ཤིང་ཟད་བཞིན། །ལམ་དུ་བྱེད་
རྒྱ་འདོད་ཆགས་དངོས་ཡིན་ཀྱང་། །ཐབས་ལ་མཁས་པས་ཟིན་དང་མ་ཟིན་
ལས། །ཐར་དང་འཁོར་བའི་རྒྱར་འགྱུར་ཀེ་ཏ་ཀའི། །མེ་ཏོག་སྒོས་སྒྲང་དང་ནི་སྒྲང་
པལ་གྱིས། །ཟོས་པའི་བྱུང་ནམས་རིམ་བཞིན་སྒྲ་ཅི་དང་། །ལྷི་བར་འགྱུར་བའི་དཔེ་
དང་སྒྱར་ནས་གསུངས། །རྟེན་གྱི་སྒོ་ནས་རིམ་གཉིས་སྟོད་པ་གཉིས། །རེ་རེ་ལ་ཡང་
སྒོས་བཅས་ལ་སོགས་གསུམ། །

དུས་ཀྱི་སྒོ་ནས་དབང་དང་ལམ་དུས་གཉིས། །ཁྱི་མར་སྤར་མེད་གསར་དུ་
ཐོབ་ཕྱིར་དང་། །ཐོབ་ཟིན་སོགས་འབྱེན་གཉིས་དང་ཁྱི་མ་ལ། །བསྐྱེད་རིམ་པ་ཡིས་
བྱུང་མོང་དངོས་བྱུང་ཕྱིར། །སེམས་དབེན་པ་ཡིས་རྒྱ་ལུས་རྒྱ་ལུས་པས། །རིམ་པ་
བཞི་པ་སྟོབ་པའི་བྱང་འདུག་པས། །མི་སྟོབ་བྱང་འདུག་ཐོབ་ཕྱིར་བྱེད་ནམས་
ཡོད། །ལས་རྒྱ་འབྲ་འབག་ཆས་གོས་སོགས་ཡོད་ཅིང་། །བརྟ་དང་བརྟ་ཡི་ལན་
སོགས་དང་བཅས་པ། །སྒོས་བཅས་སྟོད་དང་ལས་རྒྱ་སོགས་ཡོད་ལ། །བརྟ་སོགས་
དང་བྲལ་སྒོས་མེད་སྟོད་པ་སྟེ། །འདི་ལ་རྒྱས་འཕྲིང་བསྐྱེད་པ་གསུམ་དུ་ཡོད། །དེ་
དག་ཆེ་ན་རིག་མའི་འདོད་ཡོན་ལ། །སྟེད་དེ་བདེ་སྟོང་ཉིང་འཛིན་ཅེ་གཅིག་
བསྟོམ། །ཤིན་ཏུ་སྒོས་མེད་སྟོད་པ་བྱེད་པ་པོ། །རྒྱལ་སྤེམ་སོགས་དང་བྱུང་མོང་
དངོས་བྱུང་ཀྱང་། །དོན་དུ་མི་གཉིར་ཡོ་བྱད་ཉིལ་འབྲུ་ཅམ། །རང་དོན་མི་འཆང་

རྫོགས་རིམ་རྣམས་འབྱོར་བས། །བྱ་སྤྱ་ཀྱ་ཡི་སྤྲུལ་བསྐྱེད་ཟ་ཉལ་དང་། །བཤང་གཅིར་
འགྲོ་ལས་བྱ་བ་གཞན་ཀྱན་སྤངས། །སྤིང་ག་ནས་བྱུང་ཡེ་རྒྱར་སྟོམས་འཇུག་
ཅིང་། །གཉིད་ཀྱི་འོད་གསལ་ཉིན་མཆན་ཁོར་ཡུག་སྐྱོད་། །

དེ་ལྟར་རིམ་གཉིས་ཐོགས་འབྲིན་སྐྱོད་པར་བཅས། །བསྐྱབས་པའི་འབྲས་བྱ་
མཆོག་ཐུན་དངོས་བྱུབ་གཉིས། །ཁྱད་པར་ལྡར་བཤད་སྟོབ་པའི་བྱུང་འཇུག་
པས། །སྐྱོད་པ་རྣམས་གསུམ་ཅི་རིགས་སྐྱོད་བྱེད་ཅིང་། །མཉམ་ཐེས་དགེ་སྐྱོར་
བསྐྱུངས་པས་འབྲས་བྱ་ཡི། །མཆན་མ་དབང་ཕྱག་ཡོན་ཉན་སོགས་ཐོབ་ནས། །ཐོ་
རངས་བྱི་ནང་ཐབས་ཀྱིས་བྱངས་པ་ཡི། །རྒྱན་མཐའི་འོད་གསལ་སྐྱད་ཅིག་དང་པོ་
དེས། །ཤེས་སྤྱིབ་ཕྱ་ཞིང་ཕྱ་བའི་དངོས་གཉེན་བྱེད། །སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པ་ཡེ་ཤེས་
ཆོས་ཀྱི་སྒྱ། །ལོངས་སྐྱོད་རྫོགས་པའི་སྐྱ་དང་བྱུང་འཇུག་པའི། །ཁ་སྐྱོར་ཡན་ལག་
བདུན་ལྡན་སྐྱ་ཐོབ་སྟེ། །སྐྱལ་སྐྱ་བྱེ་བ་ཐེར་འབྲུམ་འགྲེད་པ་སོགས། །སྐྱ་བཞིའི་གོ་
འཕང་ཅིག་ཆར་མངོན་གྱུར་ཏེ། །དག་པ་གཉིས་ལྡན་དབྱིངས་ལས་གཡོ་མེད་
པར། །ནམ་མཁའ་ཇི་སྲིད་འགྲོ་བའི་དོན་ལ་གཞོལ། །རིམ་གཉིས་ལམ་ལ་ས་ལམ་
འབྲེད་ཚུལ་ནི། །ས་ཡི་འཛོག་ཚུལ་རྒྱད་ལས་མང་གསུངས་ཀྱང་། །རང་ལུགས་ཨ་
རྒྱའི་ཞབས་ཀྱི་བཞེད་པ་ལྟར། །འཕགས་པ་སྟོབ་པའི་ས་དགུ་བརྩུབ་ལ། །བརྩུབ་ཅན་
དང་དེ་ཡི་ཁྱད་པར་ལམ། །དེ་ཡི་བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་དང་བཅས། །བྱི་མ་གཉིས་
ལ་དཔེ་མེད་ས་དང་ནི། །ཡེ་ཤེས་ལྡན་གྱི་ས་ཞེས་བྱ་བར་གསུངས། །དེ་སྟེང་ཀྱན་ཏུ་
འོད་དེ་བརྩུབ་གསུམ་དང་། །མོས་སྐྱོད་ས་བསྐྱེད་བརྩུབ་ཞེར་གསུངས་པའང་ཡོད། །

རིམ་པ་བཞི་པའི་འོད་གསལ་ལས་དང་པོས། །ཉོན་སྤྱིབ་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཆར་

སྤངས་བྱས་ཏེ། །སློབ་པའི་རྒྱང་འདུག་སློམ་ལམ་ས་དགུ་པོ། །བདེ་སྟོང་ཡེ་ཤེས་རྒྱང་
འབྲིང་ཆེ་བ་དགུ་ལ། །ཤེས་སློབ་སློར་དགུ་ལྟེན་ས་སྟོང་བ་འཕམ། །ཅིག་ཆར་སྟོང་བའི་
བཞེད་ཚུལ་གཉིས་སུ་ཡོད། །

གཞན་ཡང་དབང་ལ་ས་རུ་འཛོག་ཚུལ་དང་། །དབྱེ་བསྐྱེད་དབང་གིས་རྣམ་
གངས་མང་གསུངས་ཤིང་། །དོད་ལུབ་སྦྱར་ན་ཐོག་མར་སློན་བྱེད་དུ། །བསློམ་པའི་
བསྐྱེད་རིམ་ས་བདུན་མན་དང་སྟོར། །བསྐྱེད་རིམ་ས་རགས་མཐར་ཕྱིན་ས་བརྒྱད་
པ། །སྟོད་བཅུད་དག་པའི་རྣམ་རེས་ཏུ་བཟླ་བས། །ཞིང་དག་སྟོར་བར་ཆོས་མཐུན་སྟོ་
ནས་སྦྱར། །རག་དབེན་དག་གི་ཅ་བ་རྒྱང་དུལ་བས། །དགུ་བར་སོ་རིག་ཐོབ་དང་ཆོས་
མཐུན་སྦྱར། །སེམས་དབེན་སྦྱུ་ལུས་བཅུ་བའི་དོད་ལུབ་སྟེ། །ལུས་ཀྱི་བག་ཆགས་
བཟང་པོར་བསྦྱར་རུས་ཤིང་། །དོད་ཟེར་ཆེན་པོའི་དབང་བསྐྱར་ཐོབ་པ་བཞིན། །རྒྱང་
སེམས་སྟོ་སྦྱར་བསྦྱར་དང་སངས་རྒྱས་ལས། །དབང་བསྐྱར་ཐོབ་པའི་ཆོས་མཐུན་སྟོ་
ནས་སྦྱར། །དོད་རྒྱང་བཅུ་བའི་དཀྱིལ་སྟོད་དང་སྦྱར་ཏེ། །ཆོག་ས་རྩོག་ས་སྟོར་
བའི་མཐུ་ཆེ་ཞིང་། །ལམ་གཞན་གསང་དུ་སྟོབ་མི་དགོས་པར་མཆུངས། །ཐུན་མོར་
ལམ་སྦྱངས་དབང་ཐོབ་བསྐྱེད་རིམ་ལ། །བསྐྱེད་པས་སྟོང་བ་སྟོ་ཐེན་སྟེས་བ་
ནས། །བསློམ་པས་རྒྱང་རྣམས་དགུ་མར་ཐིམ་པ་ཡི། །བདེ་སྟོང་དངོས་སུ་འཕྲེན་མི་
རུས་པའི་བར། །ཁྲ་མེད་རང་གི་ལམ་གྱི་ཆོག་ས་ལམ་སྟེ། །དེ་འདྲི་རྟོགས་བ་སྟེས་
ནས་རྩོག་ས་རིམ་དུ། །འཕོས་པར་འཛོག་ཀྱང་དབང་རྟོན་བསྐྱེད་རིམ་བར། །རྒྱང་ཐིམ་
ལུ་བདེས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་སོགས། །རྩོག་ས་རིམ་རྟོགས་པ་ཡིན་ཀྱང་གང་ཟག་
དེས། །བསྐྱེད་རིམ་བསློམ་པའི་སྐབས་ཡིན་དེའི་ཕྱིར་ན། །བསྐྱེད་རིམ་པ་རུ་འཛོག་

གས་དབྱང་པར་བྲ། །དེ་ནས་བདེ་བས་སྤྲོད་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ། །མ་རྟོགས་སྒྱུ་ལུས་
ཚུན་ཆད་སྒྲོར་ལམ་སྟེ། །དབེན་གསུམ་སྒྱུ་ལུས་བོད་ཅེ་བཟོད་མཆོག་སྒྲོར། །དོན་གྱི་
འོད་གསལ་ཐོབ་ནས་བྱང་འཇུག་གི། །གཙོ་བོ་རྟོགས་པ་བྱང་འཇུག་མ་ཐོབ་
པར། །མ་ཐོང་བའི་ལམ་དང་དེ་ནས་མི་སྒྲོབ་པའི། །བྱང་འཇུག་མ་ཐོབ་པར་དུ་སྒྲོམ་
ལམ་དང་། །མི་སྒྲོབ་བྱང་འཇུག་རྗེ་རྗེ་འཇིན་པའི་ས། །མི་སྒྲོབ་ལམ་སྟེ་པར་ཕྱིན་ཐེག་
པ་ཡི། །བཙུ་གཅིག་ཀྱང་ཏུ་འོད་དང་དོན་གཅིག་གསུངས། །

དེ་དག་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་འདུས་པའི་ལས། །འབགས་ལུགས་རིམ་ལྡེའི་བཟོད་
ཚུལ་རགས་ཅམ་སྟེ། །སྤྲལ་དེ་རྒྱུད་སྟེ་གཞན་གྱི་རྟོགས་རིམ་རྣམས། །ངོ་བོ་བྱེད་ལས་
དོད་ཐུབ་ཅི་རིགས་པས། །རིམ་པ་ལྡེའི་ལམ་དུ་འདུས་པར་གསུངས། །བྲེ་བྲག་ཡེ་
ཤེས་ཞབས་ལུགས་འདུས་པ་ཡི། །རྟོགས་པའི་རིམ་པ་ཐིག་ལེ་བཞི་རིམ་ཞེས། །མི་
ཤིགས་གསང་བ་སྤྲགས་དང་དེ་ཁོ་ནའི། །ཐིག་ལེའི་རྣལ་འབྱོར་བཞི་ལས་དང་པོ་
གཉིས། །ཐིག་ལེའི་རྣལ་འབྱོར་ཡིན་ལ་གསུམ་པ་ནི། །རྒྱུད་གི་རྣལ་འབྱོར་ཡིན་ཞིང་
དེ་དག་གིས། །རྒྱུད་དང་ཐིག་ལེ་ལས་རུང་བྱས་པ་ལས། །ཐིག་ལེ་བཞི་པས་སྟོང་གའི་
མི་ཤིགས་པར། །རྒྱུད་དང་བྱང་སེམས་ཐིམ་ལས་འོད་གསལ་དང་། །ཡེ་ཤེས་སྒྱུ་
སོགས་སྒྱུབ་པའི་རིམ་པ་སྟེ། །དགའ་བ་བཞི་ཡི་རིམ་པ་ཞེས་ཀྱང་གྲགས། །དཔལ་
འཇིན་གྱིས་མཛད་གཤེད་དམར་རྟོགས་རིམ་ལས། །རྣལ་འབྱོར་བཞི་ཡི་རིམ་པ་ཞེས་
གྲགས་པ། །དམར་ནག་འཛིགས་བྱེད་གསུམ་གར་སྒྱུར་གསུངས་བཞིན། །སྤྲགས་
དང་དམ་ཆོག་དབྱིབས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་དང་། །རྣམ་དག་ཡེ་ཤེས་རྣལ་འབྱོར་རྣམ་བཞི་
ལས། །དང་པོ་ལ་གཉིས་སྤྲགས་ཀྱི་གཞིའི་རྣལ་འབྱོར། །ལྟེ་བར་གནད་བསྒྱུན་རྗེས་

གཞིག་སྤྱད་རིམ་དང་། །འབར་འཛག་དགའ་བཞི་བསྐྱེད་ཅིང་རྗེས་ཐོབ་ཏུ། །གང་སྤང་
བདེ་སྤོང་རོལ་བར་བལྟ་བ་ཡི། །ལུས་དབེན་དོད་ཐུབ་ཡིན་ཞིང་རྟོག་བསྐྱེད་
དང་། །བུམ་ཅན་ལ་སོགས་སྤྱང་གི་རྣམ་འབྱོར་གྱིས། །རྩ་མདུད་འགྲོལ་བྱེད་ཐུགས་
ཀྱི་རྣམ་འབྱོར་དངོས། །དག་དབེན་དོད་ཐུབ་ཡིན་ལ་སྤྱི་ནང་གི། །ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་
སེམས་དབེན་མཐར་ཐུག་གི། །དམ་ཆོག་རྣམ་འབྱོར་འབྲུག་ཅིང་དེ་ལས་
ཀྱང་། །དབྱེདས་ཀྱི་རྣམ་འབྱོར་སྒྲུ་མའི་སྒྲུར་བཞེངས་ཏེ། །རྣམ་དག་ཡེ་ཤེས་རྣམ་
འབྱོར་འོད་གསལ་དང་། །ཟུང་འཇུག་འབྲུག་ཚུལ་འདུས་པའི་ལམ་དང་འབྲ། །

མ་རྒྱུད་བདེ་མཆོག་ལུ་ཨི་པ་ཡི་ལུགས། །རྫོགས་རིམ་རྣམ་འབྱོར་ཆེན་པོ་ཞེས་
བྲགས་པ། །ཐོག་མར་ལྟེ་བའི་སྤྱིན་སྦྲར་སེམས་གཏད་པས། །འབར་འཛག་བདེ་ཆེན་
འཛེན་ཞིང་དེ་ཉིད་ལས། །རྫོགས་པའི་བསྐྱེད་པས་རྩ་རྒྱུད་ལས་རྒྱུད་བྱེད། །རྗེས་གཞིག་རིམ་
པས་འོད་གསལ་ལྷག་ཆུ་ཆེ། །བསམ་གྱིས་མི་བྲུག་བདེན་གཉིས་རྫོགས་རིམ་
འབྲུག། །དེ་ལ་བྱ་ལུགས་ཀྱི་རྫོགས་རིམ་རིམ་པ་ལ། །རང་བྱིན་སྐབས་དང་སྤྱོད་ཆོགས་རྫོ་
རྗེ་ཡི། །རིམ་པ་རྒྱུད་དང་ཐེག་ལའི་རྣམ་འབྱོར་དང་། །ལྷག་ཆུ་བཞེང་བརྟེན་དགའ་བཞི་
བསྐྱེད་པ་ནི། །ཁོར་བྱ་འགོངས་པའི་རིམ་པ་ཞེས་བྱ་ཞིང་། །ནང་གི་འབར་འཛག་རྩ་ལྷ་
རའི་རིམ། །དེ་དག་སྒོ་ནས་འོད་གསལ་བསམ་མི་བྲུག། །མདོན་དུ་བྱེད་ཅིང་བདེན་
གཉིས་རྫོགས་རིམ་འབྲ། །དེ་དག་གིས་མཆོན་རང་རང་རྒྱུད་དང་ནི། །ཆོད་ལྷན་བྲུག་
ཆེན་རྣམས་ཀྱིས་བཀའ་བའི་སྒོལ། །པ་མའི་རྒྱུད་ཀྱི་ལམ་སྒོལ་མང་མཆིས་ཀྱང་། །རིམ་
པ་དང་པའི་རྣམ་འབྱོར་སྒྲུབ་ཐབས་ཆེངས། །མི་འདྲ་ཀུན་ཀྱང་སྒྲུག་སུམ་ལམ་འབྲེང་
གྱི། །སྒོ་ནས་རྫོགས་རིམ་སྤྱི་བའི་སྤྱིན་བྱེད་དུ། །འགྲོར་མཚུངས་དགོས་པའི་སྒོ་ནས་

གནད་གཅིག་འབབ། །དེ་བཞིན་ལུས་ལ་གནད་དུ་བསྐྱབ་པའི་སྒོ། །འདྲ་མིན་མན་ངག་
 རིམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །རྒྱང་རྣམས་མ་ལུས་དབུ་མར་སྤྱད་པའི་ཐབས། །མི་འདྲའི་
 དམིགས་པའི་འབྲུལ་འདེགས་བྱུང་བར་ཅན། །ཀྱུན་ཀྱང་སེམས་དབེན་མཐར་ཐུག་འོད་
 གསལ་ལས། །སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་སོགས་རིམ་པ་བྱི་མ་རྣམས། །འབྲུག་པའི་ལག་རྩིས་དུས་
 འཁོར་ལམ་མ་གཏོགས། །སྒྲ་མེད་ལམ་གྱི་སྒོལ་ཀྱན་འདྲ་བར་གསུངས། །

༥ དུས་གྱི་འཁོར་ལོའི་ལམ་ལ་བྱི་རོལ་གྱི། །གཟའ་སྐར་དུས་སྒྲོར་འདྲིལ་ཉེན་
 རྣམ་བཞག་དང་། །སྤྱོད་པའི་ལུས་གྱི་ཅ་རྒྱང་ཐིག་ལེ་ཡི། །གནས་རྒྱལ་གཉིས་ལ་བྱི་
 བར་དུས་འཁོར་ཞེས། །ལམ་འདིའི་སྤྱང་གཞི་ཡིན་པས་གཏན་ལ་འབབས། །དེ་དག་
 སྒྲོར་བྱེད་གཞན་གྱི་དུས་འཁོར་ལོ། །དབང་དང་རིམ་པ་གཉིས་གྱི་རྣམ་འབྱོར་
 ཉེ། །རྒྱུད་དང་འགྲེལ་པའི་ལེ་འུ་ལུས་རིམ་བཞིན་བསྐྱབ། །སྒོད་དུང་བྱིས་པ་ལྟར་
 འཇུག་དབང་བདུན་གྱིས། །བསྐྱེད་རིམ་བསྐྱོམ་དང་ཐུན་མོང་དངོས་བྱུང་
 དབང་། །མཆོག་དབང་བཞི་ཡིས་རྩོགས་རིམ་བསྐྱེན་སྐྱབ་བཞིན། །དབང་ཞིང་དོ་རྩེ་
 བཞི་ཡི་ས་བོན་འདྲིལ། །སྤྱི་དང་སོ་སོའི་དམ་ཆོག་བརྟུལ་ཞུགས་སོགས། །ལེགས་
 བསྐྱང་རིམ་གཉིས་མན་ངག་ཐོབ་བྱས་ཉེ། །རིམ་པ་དང་ལོའི་བསྐྱེན་པ་ཉེར་སྐྱབ་
 དང་། །སྐྱབ་པ་སྐྱབ་ཆེན་ཡན་ལག་རིམ་བཞིན་དུ། །དཀྱིལ་འཁོར་རྒྱལ་མཆོག་ལས་
 གྱི་རྒྱལ་མཆོག་དང་། །ཐིག་ལེའི་རྣམ་འབྱོར་མ་མོའི་རྣམ་འབྱོར་རྣམས། །སྒོན་དུ་རྣམ་
 ཐར་སྒོ་བཞིའི་ཉིང་རེ་འདྲིལ། །སྐྱད་ཅིག་གཅིག་ལ་མཛོན་པར་བྱང་རྒྱུ་བ། །འཆི་སྤྱིད་
 སྒྲོར་བར་བྱེད་པའི་རྣམ་འབྱོར་དང་། །རྒྱལ་མཆོག་གཉིས་དང་རྣམ་འབྱོར་བྱི་མ་
 གཉིས། །རྣམ་པ་ལྟ་དང་ཉི་ཤུས་བྱང་རྒྱུ་དང་། །སྤྱོད་འབྲུལ་བྱ་བས་མཛོན་བྱང་རྒྱུ་

ཚུལ་དུ། །བསྐྱོམ་བས་སྒོད་བཅུད་ཕྱང་ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་སོགས། །སྒྲོང་ཁིང་རྫོགས་
རིམ་སྐྱེ་བའི་དགེ་ཆ་སྒྲིམ། །སྒོད་བཅུད་ཐ་མལ་སྤང་ཞེན་ཟེལ་མཁན་ཏེ། །ཟབ་གསལ་
གཉིས་མེད་གསལ་སྤང་ང་རྒྱལ་བསྐྱབ། །ཐ་མལ་བར་དོའི་སྤྱིད་པ་སྒྲོང་བ་ཡང་། །སྐྱེ་
འཆིའི་སྤྱིད་པ་སྒྲོང་བའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས། །འབྲུབ་ཕྱིར་བར་དོ་ཁོངས་སྐྱེའི་ལམ་
འབྲེར་ནི། །ལོགས་སུ་མ་གསུངས་གཞི་ཡི་བར་དོ་ཡང་། །སྤྱིད་པར་སྐྱེ་དང་འཆི་བའི་
རིམ་པར་འདུ། །གྲོལ་བྱེད་རྫོགས་རིམ་དོ་རྩེའི་རྣལ་འབྱོར་ལ། །གཞི་ཡི་གནས་ཚུལ་
ལམ་བཟོད་རིམ་པ་དང་། །འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱེད་ཚུལ་རྣམ་པ་གསུམ། །ཆ་ལ་དབུ་
མ་ལྗང་ཁུ་ནམ་མཁའི་ཁམས། །གཙོ་བོར་རྒྱང་འབབ་སྐྱ་གཅན་ཆ་ཞེས་བྲ། །གཡས་
གཡོན་རོ་མ་ཁྲག་འབབ་མེ་ཁམས་དམར། །རྒྱང་མ་རྒྱ་ཁམས་དཀར་པོ་ཁུ་བ་འབབ། །

ཉྱེ་བ་མན་ཆད་དབུ་མ་ཡེ་ཤེས་ཁམས། །སྒྲོན་པོ་དུས་མའི་རྩ་ལམ་དུང་ཅན་
མ། །གཙོ་བོར་ཁུ་བ་འབབ་ཅིང་རྟགས་རྩེར་བྱག །རྒྱང་མ་དབུས་འབྲོག་རྒྱང་ཁམས་
ལྷག་གི་ཅ། །ནག་པོ་རྟགས་ཀྱི་རྩེར་བྱག་བྲི་རྒྱ་འབབ། །རོ་མ་གཡོན་འབྲོགས་ས་ཁམས་
དམར་སེར་ཅན། །བཤའ་སྒྲོར་བྱག་ཅིང་གཙོ་བོར་བཤའ་བ་འབབ། །དེ་དག་རྩ་ཆེན་
བྲག་ཡིན་ཆ་འཁོར་ལ། །གཙུག་ཏྲར་དཔལ་མགིན་སྤྱིང་ག་ཉྱེ་གསང་དུ། །རྩ་འདབ་རིམ་
བཞིན་བཞི་དང་བཅུ་བྲག་དང་། །སོ་གཉིས་བརྒྱད་དང་རེ་བཞི་སོ་གཉིས་རྣམས། །རོ་
རྒྱང་ལྷག་ནས་དབུ་མར་བྲག་ཉྱེ་གནས། །སོར་བསམ་གཉིས་ཀྱི་སྐབས་སུ་སྤྱི་ཐོ་
དང་། །སློག་ཅོལ་རྩེས་བྲན་སྐབས་སུ་ཉྱེ་བ་དང་། །འཛིན་པར་རྩ་འཁོར་བྲག་གཏིང་
འཛིན་སྐབས། །རྒྱ་ཁྲིའི་ཡར་མར་སྒྲ་ཀུན་གནད་དུ་བསྐྱུལ། །རྒྱང་བཅུའི་གངས་ཅ་མ་
གཞན་དང་མཐུན་ན་ཡང་། །རྩ་བ་ཡན་ལག་རྒྱང་གི་ཐ་སྙད་མེད། །སློག་ཕྱར་སྤྱིང་གའི་

ཅ་འཁོར་སྟེང་འོག་གནས། །སྤྱེ་ཁིང་གནས་ལ་རྒྱ་ཆེ་རིམ་པ་བཞིན། །ཅ་འཁོར་ཡན་
མན་ཅ་གསུམ་ནང་དུ་རྒྱ། །ཤར་དང་ཤར་སྟོར་མཉམ་གནས་རུས་སྒལ་དང་། །སྟོང་དང་
སྟོ་བྱལ་གྱེན་རྒྱ་རྩལ་པ་དང་། །བྱང་དང་བྱང་ཤར་བྱང་བྱང་སྒྲིན་དང་། །བྱལ་དང་
བྱལ་བྱང་སྒྲིན་དང་ལོར་ལས་རྒྱ་ལ། །སྟོང་གའི་ཅ་འདབ་རྣམས་སུ་སྤྱེ་ཁིང་གནས། །རྒྱ་ཆེ་
ལུས་ཀྱི་ཅ་གནས་ཐམས་ཅད་དུ། །ཡུར་བར་རྒྱ་བྲངས་བཞིན་དུ་བྱལ་བར་རྒྱ། །ཞག་
རེར་ཅ་འདབ་དང་ནི་སྒྲ་བྱག་གི། །འཕོ་བ་བཅུ་གཉིས་བྱེད་དེ་ཉེ་བ་ཡི། །བར་སྐོར་ཅ་
འདབ་བཅུ་བྱག་གྲུས་པ་ལས། །མཆམས་ཀྱི་ཅ་བཞི་སྟོང་པར་བྱས་པའི་ལྷག །

ས་རྒྱ་མེ་རྒྱང་ནམ་མཁའ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི། །རྒྱང་བྱག་གཡས་གཡོན་འབྲུང་ཕྱོག་
བཅུ་གཉིས་སུ། །འཕོ་ཐེབས་རེ་རེར་སྟོང་དང་བརྒྱད་བརྒྱ་རེ། །བསྟོམས་པས་ཉི་ཁྲི་
ཆིག་སྟོང་བྱག་བརྒྱ་རྒྱ། །འཕོ་མཆམས་རེ་རེར་ད་བྱག་བཞི་ཆ་རེ། །དབུ་མར་རྒྱ་བ་
བསགས་པས་ཞག་གཅིག་ལ། །བྱག་བརྒྱ་དོན་ལྡན་དབུ་མ་ནས་རྒྱ་ཡང་། །འཕོ་བ་བྱར་
དུ་མི་འཛོག་དེ་ལྟ་བུའི། །དབུ་མའི་རྒྱང་ལ་ཡེ་ཤེས་རྒྱང་ཞེས་བྲ། །དབུ་ལ་མཁྱིན་སྟོང་
ག་ཉེ་བ་རྣམས་དང་ནི། །ཉེ་བ་གསང་གནས་ལོར་བྱའི་དབུས་དང་ཅེར། །སད་མི་
གཉིད་འཕྱག་བཞི་པའི་གནས་སྐབས་རྣམས། །བསྐྱེད་པའི་ཐིག་ལེ་གནས་ཤིང་དེ་
དག་ལ། །སྤྱེ་དང་གསུང་ཐུགས་ཡེ་ཤེས་ཐིག་ལེ་འང་ཐེར། །དེ་ལྟར་འཛོག་པའི་རྒྱ་
མཆན་བྱེད་ལས་ནི། །སད་དུས་ལུས་ཀྱི་སྟོང་རྒྱང་དབུ་ལ་བ་དང་། །སྤྱེད་ཀྱི་རྒྱང་
རྣམས་ཉེ་བའི་ཐིག་ལེར་འདུ། །དེ་ཆེ་འཁྲལ་སྤང་སྤྲོལ་ཆོགས་འཆར་བར་བྱེད། །གཉིད་
དུས་སྟོང་སྤྱེད་རྒྱང་རྣམས་མཁྱིན་གསང་དུ། །འདུ་ཁིང་མི་ལམ་དང་ནི་སྤྱེ་བཛོད་
ཀྱི། །རྒྱ་བྱེད་གཉིད་འཕྱག་དུས་སུ་སྟོང་སྤྱེད་རྒྱང་། །སྟོང་ག་དང་ནི་ལོར་བྱའི་ཐིག་ལེར་

འདྲ། གཉིད་འཁྲུག་རྒྱུ་རིང་ཐོབ་པ་མི་གསལ་བྱེད། སྟོམས་འཁྲུག་དུས་སྟེ་བ་
ཅོར་བུའི་ཅེར། བྱང་སེམས་སོན་པས་དགའ་བ་ལྷག་པར་བསྐྱེད། རྟེ་བའི་ཐིག་ལེ་
གཅིག་སྟངས་དང་། བཞི་བའི་གནས་སྐབས་གཉིས་བསྐྱེད་ལུས་པ་ཡོད། ཐིག་
ལེ་བེམ་པོའི་ངོ་བོར་སིམ་ཚུལ་གྱིས། གནས་པའི་རྒྱུང་སེམས་སྤྲ་བ་དེ་དག་
ནམས། སྐྱིབ་པའི་བག་ཆགས་བསྐྱོ་བའི་གཞི་ཡིན་ཞིང་། ཉེ་ལས་ཉོན་མོངས་ཤེས་
བུའི་སྐྱིབ་སོགས་སྐྱེ། སང་པའི་ཐིག་ལེའི་སྟེང་གི་འབྲུལ་སྤང་ནམས། སྤྱངས་ནས་
སྤང་ཙམ་སྟོང་ག་ལྷགས་སྐྱ་ཏུ་འགྱུར། མི་ལམ་འབྲུལ་སྤང་མ་དག་བརྗོད་པ་
སྤྱངས། བརྗོད་པ་ཙམ་ཞིག་གཞོམ་མེད་སྐྱ་ཏུ་འགྱུར། །

གཉིད་འཁྲུག་ཐིག་ལེའི་མི་གསལ་སྐྱིབ་སྤྱངས་ནས། མི་རྟོག་པ་ཙམ་ཐག་
མེད་ལེ་ཤེས་འགྱུར། བཞི་བའི་ཐིག་ལེའི་སྟེང་གི་འཛག་བདེ་སྤངས། བདེ་ཙམ་
མཆོག་མི་འགྱུར་གྱི་བདེ་བར་འགྱུར། སྟོང་བྱེད་སོར་བསམ་རྗེས་ཐོབ་ཆ་གཅིག་
གིས། སང་པའི་སྐྱིབ་སྟོང་སྟོག་འཛིན་མི་ལམ་དང་། རྗེས་ཐོབ་ཕྱོགས་གཅིག་དང་
ནི་ཉིང་འཛིན་གྱིས། གཉིད་འཁྲུག་བཞི་བའི་ཐིག་ལེའི་སྟེང་གི་སྐྱིབ་། སྤྱངས་ཏེ་སྤྱལ་
ལོངས་ཆོས་སྐྱ་ལེ་ཤེས་སྐྱ། སྤྱ་དང་གསུང་སྤྱགས་ལེ་ཤེས་རོ་རྗེ་འགྲུབ། ལམ་གྱི་
དངོས་གཞི་སྟོར་བ་ཡན་ལག་ཟུག་། སོར་བསམ་གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་ག་ལྷགས་མ་གྲུབ་
པ། གསལ་དུ་སྐྱབ་ཅིང་གྲུབ་ཐོབ་བརྟན་བྱེད་པས། ག་ལྷགས་སྐྱབ་ཡན་ལག་ཅས་བྱ་
སྟོག་འཛིན་གཉིས། རོ་རྒྱུང་རྒྱུང་ནམས་དབྱ་མར་བཙུང་བས་ཏེ། གཡོ་མེད་འཛིན་
པས་སྟོག་སྐྱབ་ཡན་ལག་དང་། རྗེས་ཐོབ་མི་འགྱུར་བདེ་བའི་ཉེ་རྒྱ་དང་། ཉིང་འཛིན་
མི་འགྱུར་བདེ་བ་དངོས་ཡིན་པས། བདེ་བ་སྐྱབ་དང་གྲུབ་པའི་ཡན་ལག་ཟེར། ཉིས་

ཚན་གསུམ་རིམ་ཐོག་མ་བར་དང་ནི། །ཐ་མར་དག་བའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་གྲང་
བྲ། །ཡན་ལག་དྲུག་གི་ལམ་རྣམས་སྒོམ་བའི་ཚུལ། །ཡབ་རྗེས་རྟོ་རྟེའི་མགྲར་དུ་
བཞེས་བའི། །སོ་སོར་སྤྱད་དང་བསམ་གཏན་ཡན་ལག་གིས། །ཨ་མ་རྩུ་ཏྲིའི་ཡར་
སྤར་སོག་སྤྱད་ཤེས། །སྒྲ་གཅན་ལམ་ནས་རྒྱང་ལྷགས་མི་བྱེད་བའི། །སྤྱན་གྱིས་སྤྱབ་
བའི་ཟབ་མོའི་རྟོར་བརྒྱས་ཤེས། །བུམ་བུ་ཅན་གྱིས་སོག་དང་ཐུར་སེལ་གཉིས། །དབུ་
མའི་ནང་དུ་ཁ་སྐྱོར་བྱེད་ཚུལ་ཤེས། །འཛིན་པས་ཐེག་ལེ་ལ་ནི་སོག་ལྷགས་
བས། །དག་བའི་སྐྱེལ་སྐྱོད་དང་བསྐྱེད་པ་ཤེས། །རྗེས་སྤྱོད་གཟུགས་ལྷག་ཁྱའི་ཚུ་
སྤྱེས་གྱིས། །མི་འགྱུར་བདེ་བ་ཆེན་པོ་འབྱེད་ཚུལ་ཤེས། །དེ་ཕྱིར་ལྷགས་འདི་དུས་
འཁོར་ཚུལ་སྤྲ་བ། །

ལྷགས་གཞན་དག་ལས་ཁྱད་བར་འཕགས་བ་སྟེ། །དེ་ལྟར་མི་ཤེས་དུས་
འཁོར་ཚུལ་སྤྲ་བ། །དེ་དག་ཚུ་ནང་ཤར་བའི་རྒྱ་གཟུགས་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་དོན་
བཞིན་ཐོག་མར་སོར་སྤྱད་ནི། །འདུས་བ་སོགས་ནས་བཤའ་དང་མི་འབྲ་བར། །དབང་
ཤེས་ལྷལ་ལ་འཇུག་བའི་བཞོན་བའི་རྒྱང་། །དབུ་མར་སྤྱད་ཅིང་འགོག་བས་སོར་སྤྱད་
ཟེར། །གཡས་གཡོན་རྒྱང་རྣམས་དབུ་མར་འཇུད་བྱེད་དེས། །སོག་ཅོལ་ཡིན་ཞིང་
དེ་སྤྱོད་སོར་བསམ་གྱིས། །དབུ་མ་སྤྱངས་ཏེ་རྒྱང་རྣམས་རང་ལྷགས་གྱིས། །དབུ་
མར་འཇུག་པར་ཅོམ་པར་འགྲོ་དགོས་གསུངས། །གནས་ནི་མཆོན་དང་ཉིན་མོའི་དབྱེ་
བ་ཡིས། །སྤྱན་ཁང་དང་ནི་རི་ཅེ་སོགས་སུ་བསྒྲོམ། །ལུས་གནད་ལྷན་པས་ཅ་གསུམ་
འཁོར་ལོ་དྲུག་གསལ་བཏབ་དབུ་མའི་ཡར་སྤྱའི་སྤྱོད་མཆོམས་སུ། །ལྷ་སྤངས་དབང་
མོའི་བྱེད་བཅིངས་དང་བཅས་བས། །ཡིད་མིག་རྒྱང་གསུམ་ཅེ་གཅིག་མཉམ་བཞག་

བས། །དེས་དང་མ་དེས་སྒྲ་ཆོགས་ཉགས་འཆར་ཞིང་། །དབང་པོའི་རྒྱུད་རྣམས་དབྱ་
མར་ཞུགས་པའི་ཉགས། །སྒྲ་བྲག་རྒྱུད་གཉིས་མཉམ་རྒྱ་ཤིང་མཆོངས་དང་། །གནས་
ཉགས་སྒྲ་བྲག་རྒྱུད་གི་རྒྱ་བ་འཆད། །ཐིམ་ཉགས་རུས་སྤལ་ཅངས་བ་སྒྲ་སྤྱིན་
དང་། །ཁོར་ལས་རྒྱལ་དང་མཉམ་གནས་ཀྱི་རྒྱ་དང་། །ཁྱབ་ཁྱེད་སྒྲ་སྒོག་ཐུར་སེལ་
ཐིམ་བ་ཡིས། །དུ་བ་སྤྱིག་རྒྱ་མཁའ་སྤང་མར་མེ་འབར། །ཆེར་འབར་ཆེ་བ་ཉི་མ་སྤྱ་
གཅན་སྒོག་ཐིག་ལེ་སྤྱོན་པོ་ཡུངས་འབྱུ་ཅན་འཆར་ཞིང་། །དེ་ནང་རེ་ཁ་ནག་པོ་སྤྱ་
ཆད་ཅན། །དབྱས་སྤྱོད་གཟུགས་དོར་སེམས་ཡབ་ཡུམ་སྤྱ། །ཐོག་མར་འཆར་ཞིང་
མཆན་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ལ། །ཐོགས་འདོན་ཆད་དུ་ཉིན་པོའི་རྣལ་འབྱོར་བསྒོམ། །

དེ་གཉིས་གནས་སོགས་མ་གཏོགས་དམིགས་རྣམ་འབྲ། །དེ་ལྟར་བསྒོམ་བས་
དུ་བ་སྤྱིག་རྒྱ་དང་། །མཁའ་སྤང་མར་མེ་འབར་འདྲའི་མཆན་ཉགས་བཞི། །འབར་དང་
ཆེ་ཉི་སྤྱ་གཅན་མཆོག་གི་ཆ། །ཐིག་ལེ་སྤྱོན་པོ་དང་བཅས་ཉིན་ཉགས་དུག་རྫོགས་
བར་ཤར་རྗེས་སྤྱར་སྤོས་སྤོང་གཟུགས་སྤྱ། །ནམ་འདོད་ཆེ་ན་འཆར་བ་བྱུང་བའི་
ཆོ། །སོར་སྤྱད་རྣལ་འབྱོར་འབྱོངས་ཤིང་བསམ་གཏན་ནི། །དེ་ལ་ཅེ་གཅིག་མཉམ་
བར་འཛོག་བས་བཏགས། །གནས་དང་འདུག་སྤངས་དམིགས་རྣམ་སྤར་བཞིན་
དུ། །ཐོ་མས་བས་སྤོང་གཟུགས་ཐིག་ལེའི་ཕྱི་ནང་དུ། །སྤོང་གཟུགས་དེས་མེད་སྤྱ་
ཆོགས་འཆར་བ་རྣམས། །དུས་འཁོར་ཡབ་ཡུམ་སྤྱར་བསྤྱར་གཅིག་ལ་གཅིག་ཐིམ་
མཐར་ཅ་བའི་སྤོང་གཟུགས་སྤྱར་བསྤུས་བར། །ད་རྒྱལ་གསལ་སྤང་བསྒོམ་བ་བསམ་
གཏན་དངོས། །སྤོང་གཟུགས་དེ་ལ་ད་རྒྱལ་འཁོར་བ་དང་། །རིག་མཐོང་མཆན་མ་
རྙེད་ཆེ་བསམ་གཏན་འབྱོངས། །རྫོག་དཔྱོད་ལ་སོགས་བསམ་གཏན་ཡན་ལག་

ཟླ། རྟོང་གཟུགས་སྐྱེ་ལ་རགས་དང་ཞིབ་ཏུ་དཔྱད། །སེམས་དང་ལུས་ཀྱི་ཤིན་
སྤངས་ལས་བྱུང་བའི། །ཡིད་ཤེས་དབང་ཤེས་འཁོར་གྱི་བདེ་བ་གཉིས། །དགའ་བདེ་
གཉིས་དང་སེམས་ཅེ་གཅིག་བའོ། །སློབ་རྒྱུ་མར་སྤྱད་པའི་སློབ་ཚུལ་
ལ། །གཞན་རྒྱུ་སྤྱར་དང་འདྲ་ཞིང་རྟོང་གཟུགས་ཀྱི། །འདུས་པའི་བདག་ཉིད་དེ་
དང་རང་ཉིད་ཀྱི། །རྒྱུ་སེམས་དབྱེར་མེད་ར་རྒྱལ་བཞག་བྱས་ནས། །ལྟ་ཡི་སྐྱེ་དང་
ཡི་གེ་སློང་རྟོག་དང་། །རྒྱུ་རྒྱུ་སེམས་སློང་ཐག་ཚུལ་གྱིས་དབྱེལ་བ་ནས། །ནང་ཏུ་འཇུག་
བ་ཨོ་དང་གནས་བ་རྒྱུ། །སྤྱང་ཡང་དབྱེལ་བར་ལྷང་བ་ལྷ་མི་གདངས་སུ། །ཤར་ལ་
ཉན་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོག་བརྒྱས་སློབ། །

གོམས་པས་འཇུག་ལྷང་རེ་བྱུང་གནས་ཡུན་རིང་། །འབྱོར་ས་ཆེ་གནས་བ་
འབའ་ཞིག་ཏུ་འགྲོ་ཞིང་། །རྒྱུ་གདངས་རྟོ་རྟེ་གསུམ་གྱི་ཡི་གེར་འཆར། །སྐྱེ་དེ་ལྟེ་
བར་བྱངས་ཏེ་སློང་འོག་གི། །རྒྱུ་རྒྱུ་སེམས་བསྐྱེམ་པའི་སློབ་སྤྱར་ཁ་སྤྱར་གྱི། །བྱམ་ཅན་
བསྐྱེམ་པས་རྟགས་སོགས་སྤྱར་བཞིན་འཆར། །འབྱུང་ལྟོག་དགའ་བཞི་བྱངས་ཏེ་བདེ་
སྟོང་སྤྱར། །ལྷང་ཆེ་རྟོང་གཟུགས་ཡབ་ཡུམ་སྐྱེ་ཏུ་བཞེངས། །རྒྱུ་བཅུ་ལྟ་འོག་མ་
འདྲེས་སོ་སོ་རུ། །མཛོན་སུམ་མཛོང་ཆེ་བྱམ་ཅན་བརྟན་བ་ཐོབ། །དབུ་མའི་ནང་ཏུ་
རྒྱུ་རྒྱུ་སེམས་གཡོ་མེད་ཏུ། །འཛིན་པར་བྱེད་པ་འཛིན་པའི་ཡན་ལག་ལ། །སྤྱར་བཞིན་
སྟོང་གཟུགས་ལྟེ་བར་གནས་བ་དེ། །གསང་ལྟེ་སྟོང་མགྲིན་དབྱེལ་བ་གཙུག་ཏུ་
གྱི། །ཅ་འཁོར་ལྟེ་བར་བྱངས་ཏེ་སློབ་སྤྱར་བསྟེ། །འབར་འཇག་བདེ་སྟོང་སྤྱོར་སོགས་
གོམས་བྱས་པས། །ལྟེ་བའི་ཅ་འཁོར་དབུས་གྱི་ཐིག་ལའི་ནང་། །སྟོང་གཟུགས་ཡབ་
ཡུམ་དངོས་སུ་ལྷང་བྱས་པར། །ལྷུང་ཆེ་འཛིན་པའི་རྣམ་འབྱོར་བརྟན་བ་ཐོབ། །དེ་

འདྲའི་སྐྱེ་དེ་རྗེས་སུ་བྲན་བྱེད་པའི། རྗེས་བྲན་རྣམ་འབྱོར་ལ་ནི་སྤར་བཞིན་དུ། ཁྱེད་ལོར་དུག་དང་སྤར་ཡང་ཉེ་བའི་དབུས། རྒྱུང་སེམས་བྱང་སེམས་སྟོང་ག་ཟུགས་
དབྱེར་མེད་དུ། བསྐྱོམ་ཞིང་ལྡང་ཆེ་སྟོང་ག་ཟུགས་ཡབ་ཡུམ་ནི། རྒྱུས་མ་བརྒྱད་དང་
བཅས་པའི་སྐྱེར་ལྡང་བའི། འཕེན་པ་དང་བཅས་མཉམ་པར་བཞག་པ་ལས། རྟགས་
བཅུ་བྲངས་མཐར་རེ་ཁ་ནག་པོའི་དབུས། རྒྱུས་ལོར་ཡབ་ཡུམ་རྒྱུས་མ་བརྒྱད་
བཅས་པའི། སྐྱེ་རུ་དངོས་སུ་བཞེངས་ཤིང་དེའི་རྟགས་སུ། གཤམ་མོའི་མེ་འོད་ལྷུས་
ཀྱི་ཕྱི་ནང་ཁུག། བ་སྐྱེའི་སྒོ་ནས་འོད་ལྷ་དཔག་མེད་འཕྱོ། འི་རབ་རྒྱལ་མཉམ་སྟོང་
ག་ཟུགས་ཕྱག་རྒྱར་སྤྱོད། །

དུ་སོགས་རྟགས་རྣམས་གོང་འཕེལ་སོང་བ་ནི། རྒྱུས་མ་བརྒྱད་དུ་གྱུར་དང་
མཉམ་པར་སྤྱོད། ཡན་ལག་དང་པོ་བཞི་ཡིས་ག་ཟུགས་དང་སྟོག་ འདོད་དགྱུར་
དབང་བའི་མཐུ་དང་ལྡན་གྱུར་པས། རྗེས་བྲན་སྐབས་འདིར་མི་འགྱུར་བདེ་བའི་
རྟེན། སྟོང་ག་ཟུགས་ཡབ་ཡུམ་སྐྱེ་རུ་དངོས་བཞེངས་ཏེ། མི་འགྱུར་བདེ་སྟོང་སྤྱོར་
བའི་རྣམ་འབྱོར་སྟོང་། རྗེས་བྲན་པ་ལ་དབང་བོའི་རིམ་པ་གསུམ། ལྟེ་བའི་དབུས་ཀྱི་
སྟོང་ག་ཟུགས་ཡབ་ཡུམ་གཉིས། མཉམ་སྤྱོར་བདེ་ཆེན་འབྲེན་པར་འདྲ་བ་ལ། དབང་
ཚོན་སྟོང་ག་ཟུགས་ཅམ་དང་དབང་འབྲིང་གིས། ཡེ་རྒྱ་བསྟེན་ཅིང་རྒྱལ་བོས་ལས་
རྒྱུང་བསྟེན། དེ་ལྟར་བསྐྱོམ་པས་མཆོག་མི་འགྱུར་གྱི་བདེ། རྐྱད་ཅིག་དང་པོ་ཐོབ་
ཆེ་རྗེས་བྲན་བརྟན། ལུགས་འདིར་སོར་སྤྱད་རྟགས་བཅུ་རྩེགས་པའི་མཐར། སྟོང་
ག་ཟུགས་སྤར་བ་གསར་དུ་བསྐྱབ་བ་དེ། འིམ་གྱིས་སྤྱངས་པས་འབྲས་བུ་སྟོང་
ག་ཟུགས་སྤྱར། བཞེངས་པས་སྐྱེ་མའི་སྐྱེ་ཡི་དོད་ཐུབ་པས། གཞི་ལ་ཡོད་པའི་སྤར་

བའི་རྒྱུ་མོགས་ལས། །བསྐྱབ་བའི་སྤྲུལ་རྒྱུ་ལས་དང་ཚུལ་མི་འདྲ། །རྗེས་བྲན་གྱིས་
བསྐྱབ་སྟོང་ག་ཟུགས་མཉམ་སྦྲུང་བའི། །མི་འགྱུར་བདེ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཞུགས་པ་
ཡི། །ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱོམ་ཚུལ་ལ། །དབང་པོའི་རིམ་པས་བྱི་ཡི་བྲག་
རྒྱ་ལ། །སྟོས་དང་མི་སྟོས་སྤར་དང་འབྲ་བར་གསུངས། །རང་ཉིད་ལྟར་གསལ་ཅ་དང་
འཁོར་ལོ་མོགས། །སྤར་བཞིན་གསལ་བའི་ལྟེ་བའི་ཅ་འཁོར་དབྱས། །དངོས་གནས་
ལ་བཞེངས་སྟོང་ག་ཟུགས་ཡབ་ཡུམ་གཉིས། །སྟོམས་འཇུག་རྒྱུ་གྱིས་རྒྱ་ཁྱིའི་མར་
སྒྲནས། །བྱང་སེམས་དམར་པོ་སྟེང་དང་ཡར་སྒྲནས། །དཀར་པོ་འོག་ཏུ་སོང་བ་ཡར་
མར་སྒྲན། །གོ་ས་བཟུང་ནས་འཕོ་མེད་གནས་པ་ཡི། །མི་འགྱུར་བདེ་བས་སྟོང་ཉིད་
རྟོགས་པ་དང་། །མཚན་དཔེས་སྤྲུལ་བའི་སྟོང་ག་ཟུགས་ཡབ་ཡུམ་གཉིས། །སྐྱེ་བྲགས་
ངོ་བོ་གཅིག་པའི་རྣལ་འབྱོར་སྟོབ། །མོས་སྦྲུང་སྐབས་སུ་ལྟེ་བའི་སྟོང་ག་ཟུགས་
ལ། །སྟོམས་འཇུག་རྒྱུ་གྱིས་བྱང་སེམས་དཀར་དམར་རུལ། །སྟེང་འོག་བཅེགས་
པ་སྟོང་དང་བརྒྱད་བརྒྱ་ཡི། །དབྱེ་བས་མི་འགྱུར་བདེ་བས་སྟོང་པ་ཉིད། །དོན་སྤྱིའི་
ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་། །སྟོང་ག་ཟུགས་སྐྱེ་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་ལྟ་
བྲ། །སྟོང་དང་བརྒྱད་བརྒྱ་དེ་བཞིན་ངོས་སྐལ་གྱི། །སྤང་བྱ་བཀག་པའི་བརྟགས་མིན་
འགོག་པ་དང་། །རང་གི་ངོས་སྐལ་འཇག་བདེ་མགོ་མནན་པ། །དེར་བརྟེན་ཡོན་ཏན་
ཁྱད་པར་ཐོབ་པ་རྣམས། །སྟོང་དང་བརྒྱད་བརྒྱ་འབྱུང་ཞིང་དེ་ཡི་ཆོ། །བྱང་སེམས་
དཀར་པོ་གསང་གནས་ཅ་འཁོར་བྱེད། །སྤེབ་པས་མོས་སྦྲུང་ས་སྟེ་དང་པོའོ། །

དེ་བཞིན་སྟེང་འོག་དཀར་དམར་རུལ་བཅེགས་ནས། །འཕོ་མེད་གནས་ལས་
མི་འགྱུར་བདེ་བ་དང་། །བདེ་དེས་སྟོང་ཉིད་མཛོན་སུམ་རྟོགས་པ་དང་། །སྟོང་

གཟུགས་སྐྱུ་ཐུགས་རོ་པོ་གཅིག་པ་དང་། །ལས་རྒྱང་ལག་དང་མེམ་ཆོས་ཟད་པ་
དང་། །སྒྲིང་ཉིད་རྟོགས་དང་མི་འགྱུར་བདེ་བ་ཡི། །ཁྲོག་ཆས་རིམ་བཞིན་བདེན་འཛིན་
ས་ཐོན་དང་། །འཛིག་བདེའི་ཉོན་སྤྲིབ་སྤངས་པའི་བྲལ་བ་དང་། །དེར་བརྟེན་ཡོན་ཏན་
སྒྲིང་དང་བརྒྱད་བརྒྱ་རེ། །ཐོབ་ཅིང་གསང་བའི་རྩ་འཁོར་གང་བ་ན། །རབ་དགའི་ས་
ཐོབ་དེ་བཞིན་ལྟེ་བ་དང་། །

སྤྱིང་ག་མགྲིན་པ་དབྱལ་བའི་རྩ་འཁོར་ནི། །བྱེད་དང་ཡོངས་རྫོགས་རིམ་
བཞིན་གང་བ་ཡིས། །དྲི་མ་མེད་ནས་ལེགས་པའི་སྒྲོ་གྲོས་བར། །གཙུག་ཏོར་རྩ་
འཁོར་བྱེད་གང་ཆོས་ཀྱི་སྤྲིན། །ཁོས་སྤྱོད་ནས་བཟང་བཅུ་གཅིག་ས་ཐོབ་པས། །དོས་
སྐལ་ཤེས་སྤྲིབ་སྤངས་པའི་བྲལ་བ་སོགས། །རང་རང་སྤངས་རྟོགས་ཡོན་ཏན་སྤར་
བཞིན་ཐོབ། །དེ་ནས་བྱང་སེམས་དཔར་པོས་གསང་བ་དང་། །དཀར་པོས་གཙུག་
ཏོར་རྩ་འཁོར་རྫོགས་གང་ཆེ། །མི་འགྱུར་བདེ་བ་ཉི་ཁྲི་ཆིག་སྒྲིང་དང་། །བྲུག་བརྒྱ་
རྫོགས་ཐོབ་བདེ་དེས་སྒྲིང་བ་ཉིད། །མངོན་སུམ་རྟོགས་དང་སྐྱུ་ཐུགས་རོ་པོ་
གཅིག །རང་རང་སྤང་བྱ་བག་ཆགས་བཅས་སྤངས་པའི། །བྲལ་བའང་དེ་སྤྱིད་ཐོབ་
ཅིང་སྒྲིང་གཟུགས་དང་། །སྤང་པོ་རྟིང་བ་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་ཡི། །འབྲེལ་བ་ཆད་ནས་
བཅུ་བའི་བྱད་པར་ལམ། །བཅུ་གཉིས་ས་ཐོབ་མེམ་ཆོས་ཀྱན་ཟད་དེ། །སྤང་པོ་རྟིང་བ་
མཁའ་ལ་འཇུག་པར་ལམ། །སྤྱི་འཕགས་ས་ཡི་འཛིག་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་། །འདིར་
ནི་མཁས་བྱ་བ་སྤྱི་མཆེད་བཞེད་བཞིན་བཞོད། །གསུམ་པ་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱེད་
ཚུལ་ནི། །དེ་ལྟའི་མཆོག་ཏུ་མི་འགྱུར་བདེ་བ་ཆེ། །ཉི་ཁྲི་ཆིག་སྒྲིང་བྲུག་བརྒྱའི་སྤྱད་
ཅིག་ལ། །བྱི་མའི་བདེ་སྒྲིང་དབྱེར་མེད་ཡེ་ཤེས་དེ། །རྒྱན་མཐའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ཅིང་དེ་

ཉིད་ཀྱི། །སྐད་ཅིག་གཉིས་པར་མི་འགྱུར་བདེ་བ་ཆེ། །རྣམ་མེད་སྟོང་ཉིད་ཕྱག་རྒྱར་
འཁྱུད་པའི་ངང་། །ཇི་སྟེང་ཆོས་ཀྱན་མ་འདེས་མཁྱེན་པ་དང་། །ཁ་སྐྱོར་བདུན་ལྔ་
མཆན་དཔེས་སྤྲུམ་པའི་སྒྱ། །རྣམ་བཅས་སྟོང་ག་ཟུགས་ཕྱག་རྒྱར་འཁྱུད་པ་
གཉིས། །སྒྱ་ཟུགས་རོ་བོ་གཅིག་པའི་བྱང་འཇུག་ཐོབ། །སྤྲུལ་སྤྱུ་ཤེ་བ་ཐེང་འབྲུམ་ཅིག་
ཆར་འབྱེད། །ལྷན་འབྲུབ་མཛད་པ་འཁོར་བ་སྲིད་ཏུ་འཇུག། །འདིར་ནི་རང་རེའི་བཀའ་
སློལ་སྐྱོར་བྱུག་གི། །ལམ་གྱིས་བཟོད་ཚུལ་ཐོ་ཅམ་བཀོད་པ་སྟེ། །ཟུན་མོང་མིན་པའི་
གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་གྱི། །རྣམ་བཞག་མཐའ་ཡས་གཞན་ཏུ་ཤེས་པར་བྱ། །

དེ་ལྟར་འཕགས་ལུགས་རིམ་ལྔ་གཙོར་གྱུར་པའི། །དྲོ་རྩེ་ཐེག་པའི་ས་ལམ་
བཟོད་པའི་ཚུལ། །ཉུང་བསྐྱུས་ཆད་ལྔ་མཁས་པའི་གསུང་བཞིན་ཏུ། །སྐལ་མཉམ་
དོན་གཉེར་ཅན་ལ་པན་ཕྱིར་བཀོད། །གྲོགས་དག་སངས་རྒྱས་ལས་ཀྱང་དཀོན་པའི་
ལམ། །རིག་སྤྲུགས་འཆང་གི་ཚུལ་ལུགས་ཤེས་འདོད་ན། །ཆོག་སྟེང་ཉུང་ཏུའི་སོར་
ཅེ་ཅམ་མིན་པར། །ཡབ་རྩེའི་ལེགས་བཤད་རྒྱ་ཤེས་བལྟ་བར་རིགས། །གསང་ཆེན་
ཆོས་ཚུལ་མཆོ་ལྟར་དཔག་དཀའ་ཞིང་། །བདག་སྟོ་སྟེས་སྦྱངས་སྟོབས་རྒྱུང་བཙོན་
པ་ཞན། །དེ་ཕྱིར་འདི་ལ་ནོངས་པའི་ཆོགས་མཆིས་རྣམས། །སྒྲ་མ་ལྟ་དང་མཁས་པའི་
ཆོགས་ལ་བཤགས། །འདི་གིས་དགེ་བས་བསྟན་པའི་སྟོང་པོ་འདིའི། །བཤད་སྒྲུབ་
དུས་ཀྱི་མཐར་ཡང་དར་རྒྱས་ཤིང་། །རིང་ནས་བྲིན་གྱིས་བསྐྱངས་པའི་འགྲོ་བ་
རྣམས། །ཟབ་མོའི་ལམ་འདིས་བདེ་སྒྲག་སྟོལ་རུས་ཤོག། །བདག་ཀྱང་ཆེ་རབས་སྟེང་
བར་ལམ་བཟང་འདི། །མ་ནོར་སྟོན་པའི་བཤེས་དང་མི་འབྲལ་ཞིང་། །འཇུག་བྲལ་མདོ་
སྤྲུགས་ལམ་གྱི་སྟོང་པོ་རྣམས། །འདྲིན་ཅིང་སྟེལ་པའི་མཐུ་དང་ལྔ་གྱུར་ཅིག་ །ཁྲིམས་

ལྷན་རིག་པ་འཛིན་པས་ས་སྤྱོད་བྱུང་། གསང་ཆེན་རྒྱུད་སྤེའི་དབྱངས་སྟན་སྤྱོད་ཅེར་
སྒྲོགས། གསང་གསུམ་མཁའ་འགྲོས་ལམ་གྱི་སྒྲོགས་མཛད་དེ། རྩུང་འཕྲུག་བདེ་
ཆེན་དགའ་སྟོན་རྒྱས་རྒྱུར་ཅིག ཅེས་དོ་རྗེ་ཐེག་པའི་ལམ་གྱི་བསྐྱེད་པོ་གསང་ཆེན་
བདུད་ཅིའི་སྤྱོད་པོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། རང་གི་གདན་ས་སྟག་ཆང་ལྷ་མོའི་མཆན་ཉིད་
ཟླ་ཆང་སྒོ་གསལ་གྱིང་གི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་མང་པོས་ནན་ཆེར་བསྐྱེད་ཞིང་། ར་
ཡུལ་དགོན་གསར་དགེ་ལྷན་ལེགས་བཤད་གྱིང་གི་རིགས་སྤྱོད་གཉེར་ཅན་འགའ་
ཞིག་ནས་ཀྱང་ཡང་ཡང་བསྐྱེད་བ་བཞིན། ༥ བཅུན་གཞུགས་སྒོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་
ཀྱིས་རང་སྒོ་གསང་ཆེན་ཟབ་མོའི་ཆོས་ལ་བག་ཆགས་འདོག་བྱེད་དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་
པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་བཤད་། རིམ་ལྡན་གསལ་སྒྲོན། བཤེན་པོང་མའི་རིམ་ལྡན་སྤྱོད་པོ་
སོགས་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ་བཀོད་པའི་ཡི་གེ་བཞི་དགེ་སྒོང་ལུང་རིགས་རྒྱ་མཆོས་
བགྱིས་བཤད་སྟངས་ཀྱང་བསྟན་པའི་སྤྱོད་པོ་སྒྲོགས་བཅུར་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་བྱེད་ཀྱས་
པར་བྱུང་ཅིག །

ཨོ་སྤྱོད་སྟོ། སྟག་ཆང་དཔལ་གྱི་ལྷ་མོའི་གནས་མདུན་གྱི། བཟུང་གིས་དཔལ་
ལྷན་སྒོ་གྱིང་ཆོས་བྱ་རུ། བར་འདི་བསྐྱེད་པས་རྒྱལ་པའི་བསྟན་དར་ཞིང་། འབྲེལ་
སྒྲོགས་ཀྱང་ཀྱང་མཁའ་སྤྱོད་ལྷ་མོ་ཞོག །སུ་མཁའ་

པར་བྱང་སྟོན་ཆོག

ནམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ།
གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཚོས་ཚུལ་དལ་འབབ་གླུང་།
ཆོག་གི་གཞེགས་མ་རེས་ཀྱང་དྲུག་གསུམ་གྱི།
དྲི་མ་ཡོངས་འཁྱུད་ལེགས་བཤད་བདུད་ཅི་འདི།

དཔར་དུ་བསྐྱུན་པའི་ནམ་དཀར་ཕྱང་པོའི་མཐུས།
ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་སྒོ་མོ་སྟོང་པ་བརྒྱ།
གདངས་ཏེ་རྒྱུད་ལཱའི་འགོ་བ་མ་ལུས་པ།
ངེས་ལེགས་ཞོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།

ཅེས་འདྲམ་གླིང་ཡངས་པའི་ཁྱོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་རྣམ་འབྲེན་ཤུག་སེའི་རིང་ལུགས་སྟོ་ཀུན་
ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འབྲལ་ཡུན་ལེགས་ཆོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། བང་བསྐྱུན་བྱལ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་གསུང་
རབ་དག་དཔར་དུ་བསྐྱུན་དང་བསྐྱུན་འགྱུར་གང་ལའང་སྦྱར་ཆོག་པའི་དགེ་བསྟོའི་སྟོན་ཆོག་ཏུ་ཤུག་པའི་སྟོང་ཆོས་
སྒྲ་བ་དག་དབང་སྟོ་བཟང་བསྐྱུན་འདྲིན་རྒྱ་མཚོས་སྦྱར་བའོ།

༡༡། །ནམ་མཁའ་སྐྱེད་སྐྱེད། །ཅི་ནུབ་སྐྱེད་སྐྱེད། །ཨོ་འཕྲུལ་སྐྱེད།

ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་རྒྱག་པ་འདི་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཞུགས་ཆེ་འགོ་མ་ཡུག་གི་ཉིས་པ་མི་འབྱུང་བར་འདྲམ་དཔལ་
ཅུ་རྒྱུད་ལས་གསུངས་སོ།