

འོད་གསལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་
རྣམ་གཞག



མཛད་པ་པོ། བྲག་དཀར་སློ་བཟང་སྟན་འགགས།

སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚཱ་སྒྲིག་ཁང་།

འོད་གསལ་ཇོ་གསེབ་ཆེན་པོའི་རྒྱལ་ གཞུག།



ཚེས་བཅུ་གསུམ་ཁུག་དཀར་ལྷོ་བཟང་སྒྲུབ་གྲགས།
ཤར་བུམ་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚེས་ཁྲིག་ཁང་།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་དེབ་སྤྱིའི་ཨང་།

SJRB-0237

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚཱ་སྤྱིག་ཁང་གིས་ཁྱེད་ཀྱི་བྲས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཚཱ་སྤྱིག་ཁང་གིས་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བཏོགས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འབྲེམས་སྤེལ་བྲས།

༡༠༡༥ ལོའི་རྒྱ་བདུམ་པར་གསལ་དུ་ཚཱ་སྤྱིག་བྲས།

༡༠༡༠ ལོའི་རྒྱ་བདུན་པར་བསྐྱར་སྤྱིག་བྲས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཏེ་བྲང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ཡིག་འབྲེལ་ཏེ་བྲང་།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

གཤམ་བསྐྱར་དང་བཏོགས་པ། རིག་མཛོད་ཚཱ་སྤྱིག་ཁང་།

དེབ་འདིའི་པར་སྐྱེད་གྱི་བདག་དབང་སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོར་ཡོད།

དཀར་ཆག

མཛད་པ་པོ་འོ་སྟོང་།	v
གཞི་ཡི་གནས་ལུགས་བཙུག་པ་མཛད་པ་བསྟན་པ།	༡
གཞི་ཡི་གནས་ལུགས་འབྲུལ་བ་མཛད་པ་བསྟན་པ།	༩
གཞི་ཡི་གནས་ལུགས་གཏན་ལ་འབེབས་པ་ལས་སྐྱེ་བ་མཛད་པ་བསྟན་པ།	༥
གཞི་ཡི་གནས་ལུགས་བར་མཛད་པ་ལྟུང་བ་ཆེན་པོ་མི་དམིགས་པ་བསྟན་པ།	༦
གཞི་ཡི་གནས་ལུགས་བར་མཛད་པ་ལྟུང་བ་ཆེན་པོ་བསམ་པ་འཛད་པ་བསྟན་པ།	༩
གཞི་ཡི་གནས་ལུགས་བར་མཛད་པ་ལྟུང་བ་ཆེན་པོ་བཟོད་པ་མཛད་པ་བསྟན་པ།	༧
གཞི་ཡི་རིག་པ་ཡི་ནས་ལྟན་པ་ཀྱི་དོན་བསྟན་པ།	༡༡
གཞི་ཡི་རིག་པ་ལྟན་པ་རང་བྱུང་པ་བསྟན་པ།	༡༣
གཞི་ཡི་རིག་པ་མ་བཙུག་པ་རང་ལྟོང་བསྟན་པ།	༡༤
ཆོས་ཐམས་ཅད་གཞི་རིག་གཅིག་གི་སྟོང་ཏུ་རྫོགས་པ་གཅིག་ལྟེན་དོན་བསྟན་པ།	༡༧
རྫོགས་ཆེན་གཞི་ལས་འབྲས་ལྟེན་པ་ཀྱི་ཉམས་ལེན་སྟོང་པོར་རྟེན་པ།	༡༤
བར་བྱ་སྟོན་ཆོག་།	༡༧

མཛད་པ་པོ་དེ་སྟོན།

ཐག་དཀར་ལྗོ་བཟང་དཔལ་ལྷན་བསྟན་འཛིན་སྟན་ཐག་ལས། ཐག་དཀར་སྟེ་ཐེང་གསུམ་ལ། གྱི་ལོ་
༡༤༤༤ལོའི་ལྷ་དང་པོའི་ཆེས་གཅིག་ཉིན་དཀར་མཛེས་འཁྲིགས་ལུང་རི་ཁྲིད་དམ་འབྲུག་ལང་
དགོན་དུ་ཐག་པ་སྤར་གྱི་དགོན་ལུང་དུ་ཁྲོད་ཆགས་པ་ཞིག་དུ་ཡབ་བསམ་གཏན་ཆེ་རིང་དང་།
ཡུམ་ཆེ་རིང་མ་གཉིས་ཀྱི་སྤུ་སྟེ་འབྲུངས། དགྲུང་ལོ་བཞིའི་སྐབས་པཎ་ཆེན་བསྟན་པའི་དབང་
ལྷག་གིས་ཐག་དཀར་བྱང་རྩལ་རྒྱལ་མཆན་གྱི་ཡང་སྟེད་དུ་ངོས་འཛིན་མཛད། མཆན་ལ་ལྗོ་བཟང་
དཔལ་ལྷན་བསྟན་འཛིན་སྟན་ཐག་ལས་ཞེས་གསོལ།

དགྲུང་ལོ་ལྔའི་སྐབས་དགེ་ཤུན་དོ་རྩེ་འབྲུམ་ལས་ཡི་གེ་འབྲི་ལྟོག་གསན་སྟོང་མཛད། འབའ་
ལྷག་ཡོངས་འཛིན་ལྗོ་ལྷན་ཆོས་འབེལ་ལས་དག་ཡིག་དང་། སྤུ་རྟགས་སོགས་བྱུང་མོང་གི་རིག་
གནས་དང་། རྒྱལ་བའི་བཀའ་འབྲུང་རིན་པོ་ཆའི་ལྷག་ལུང་ཡོངས་ལྗོ་གས། མདོ་སྟགས་ཀྱི་གཞུང་
ཆེན་དང་གསར་ཉིད་གི་ཆོས་སྟོར་གྱི་བཤད་ཁྲིད་དང་དབང་ལུང་སོགས་གསན། དགྲུང་ལོ་བཅུ་
གཅིག་གི་སྐབས་དུང་མར་ལྷ་ལྗོ་བཟང་དཔལ་ལྷན་བསྟན་འཛིན་རྩལ་ཁྲིམས་ལས་རབ་བྱུང་དང་
དགེ་ལྷལ་གྱི་ཕྱོམ་པ་བཞེས། རྒྱལ་ཤོད་ལྷ་མ་དགོན་མཆོག་བཟང་པོ་ལས་སྤྱ་ཀ་ལྷ་པོའི་རི་མོ་
ཡོངས་ལྗོ་གས་དང་ཕྱེད་སྟོར་སོགས་གསན། ཁང་གསར་དོ་རྩེ་འཆང་ལྗོ་བཟང་མཐུ་སྟོབས་རྒྱ་
མཆོའི་མདུན་ནས་འཛིགས་ཁྱེད་བཅུ་གསུམ་གྱི་དབང་སོགས་གསན།

དགྲུང་ལོ་བཅུ་བདུན་སྐབས་ལྷ་ལྷན་དུ་ཕེབས། འབྲས་སྤྲངས་ལྗོ་སྟེང་ལྷ་ཆང་དུ་ཆོས་ལྷགས་
མཛད། ལྗོ་སྟེང་མཁན་ཆེན་ལྗོ་བཟང་དབང་ལྷག་ཡོངས་འཛིན་དུ་བསྟན་ཏེ་གཞུང་ཆེན་བཀའ་པོད་
ལྷ་ལ་གསན་སྟོང་གནད། ལུབ་དབང་རྣམས་མེད་གེ་ལས་གསོ་བ་རིག་པ་དང་། གཅོད་ཀྱི་དབང་ཁྲིད་
སོགས་གསན། ལྷ་ལྷ་ཁྲི་རྩུང་ལྗོ་བཟང་མཁེན་རབ་ལས་ས་སྤྱའི་གསེར་ཆོས་བཅུ་གསུམ་དང་།

ལས་འབྲས་སོགས་གསལ། དགྲའ་ལོ་ཉི་ཤུ་འཁྲུག་དགའ་ལྡན་ཁྱེད་ཀྱི་ཆེན་གཉིས་པ་རྒྱལ་རོང་ཡེ་
ཤེས་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་མཁན་པོ་མཛད་དེ་བསྟེན་པར་རྫོགས། འཇམ་དབྱངས་མི་པམ་རྣམ་རྒྱལ་
གྱི་མདུན་དུ་ཚོད་ལན་བུལ་བས་མཁས་པའི་བྲགས་པ་རྒྱས། དགྲའ་ལོ་ཉི་ར་གསུམ་གྱི་སྐབས་རང་
ཡུལ་དུ་ཐེབས་ཏེ་བྲག་དཀར་བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་དུ་བཞུགས། སྒྲིང་ཡོངས་འཛིན་མཆོག་སྤུལ་ལས་
བསྟན་འགྲུར་གྱི་ལུང་དང་། ཉ་རྒྱས་མཆོག་སྤུལ་ལས་རྗེ་ཚོང་ཁ་བ་ཡབ་སྲས་གྱི་གསུང་འབྲུམ་
སོགས་གྱི་ལུང་སོགས་རིས་མེད་གྱི་མཁས་བྱུབ་དུ་མ་བསྟེན་ཏེ་མདོ་སྒྲགས་གསར་ཉིད་རིག་
གནས་དང་བཅས་པའི་ལུང་ཁྱེད་མཁན་དབང་སོགས་མཐོས།

དགྲའ་ལོ་ཉི་ར་བདུན་ནས་བརྒྱད་བྲག་དཀར་རི་ཁྲོད་སྤུལ་ནང་དང་། ཆོས་དབྱིངས་དགོན།
བྲག་མགོ་དགེ་ཐར་ལུང་། དཔལ་སྐྱང་སོགས་གདན་སར་མཛད་དེ། བྲམས་ཆོས་སྡེ་ལྗེ་དང་། དབུ་
མ་ཅ་འཇུག་བཞི་གསུམ། རིགས་ཆོགས། བསྟོད་ཆོགས་སོགས་ཀྱི་འཆད་འཁྲིད་མཛད། གཞན་
ཡང་། དཀར་མཛེས་དང་བྲག་མགོ་ཁི་ཉག །གསེར་ཐར་སོགས་གནས་སྤྱོད་མེད་དུ་ཐེབས་ཏེ་
རྒྱལ་བའི་བཀའ་འགྲུར་རིན་པོ་ཆེ་དང་། རྗེ་ཡབ་སྲས་གྱི་གསུང་འབྲུམ་གྱིས་མཆོན་ལྷ་མ་སོ་སོའི་
གསུང་འབྲུམ་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱི་ལྷགས་ལུང་། བདེ་གསང་འཛིགས་གསུམ་དང་། སྤྱིང་ཐེག །ཞི་གཙོད་
སོགས་ཀྱི་དབང་ལུང་ཁྲིད་གསུམ། བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་བཅས་ཀྱི་བཀའ་ཆོས་རྒྱ་ཆེར་
གསུངས་ནས་རིས་སྤུ་མ་ཆད་པའི་གདུལ་བྱ་མང་པོ་བསྐྱངས། སློབ་མའི་གཙོ་བོ། དགེ་བཤེས་
འཇམ་དཔལ་རོལ་བའི་རྫོ་གྲོས་དང་། དགེ་ཐོག་མཆོག་སྤུལ་རྫོ་གྲོས་འགྲུར་མེད་ཆོས་ཀྱི་དབང་
ལྷག་སོགས་བྱུང། དགྲའ་ལོ་རེ་བཞི་པ་༡༩༢༩ལོར་སྤྱི་གཤེགས།

གསུང་ཚོམ་ལ། བསྟོད་ཆོགས། གཞུང་ཆེན་པོ་དུ་ལྷ། སྤྲགས་རྫོགས་སྐོར་གྱི་འབྲེལ་བཤད་
སོགས་ཚུམ་སྒྲིག་པར་ལག་སོན་བྱུང་བ་པོ་ཏེ་བཙུ་དགུ་བཞུགས་ཤིང་དེའི་ནང་དུ་འཇམ་དཔལ་
བདེ་བའི་ཉི་མས་མཛད་པའི་རྗེ་འདིའི་རྣམ་ཐར་ཁ་སྐོང་ཡང་བསྐྱུས་འདུག །རྗེ་འདིའི་རྣམ་ཐར་ལ།
རྩ་ཉོར་སྤུལ་སྤྱི་འཇམ་དབྱངས་བྱུབ་པའི་དབང་པོས་བརྩམས་པ་དང་། འཇམ་དཔལ་བདེ་བའི་ཉི་
མས་མཛད་པའི་རྣམ་ཐར་ཁ་སྐོང་བཅས་འདུག །གཞན་དུང་དཀར་ཆོག་མཛོད་དང་། གངས་ཅན་

མཁས་བྱུང་རིམ་བྱོན་གྱི་མིང་མཛོད་སོགས་སུ་རྩེ་འདིར་མི་སྣ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཀྱི་ནུས་ཐར་འབྱུང་
ངོ།།

༡༠༡༥.༠༧.༡༣ ལ་མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྒྲིག་པས་བྱོགས་བཅུས་བྱས།

ཞུ་སྤྲིག་པའི་གསལ་བཤད།

མོད་གངས་ཅན་གྱི་ཕྱོངས་སུ་ཐོན་ཕྱོན་མཁས་པའི་དབང་པོ་དག་གི་བཀའ་བློན་ལས། མོད་མི་
རིགས་ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བརྩུང་དང་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ནོར་དུ་གྱུར་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་
སྒྲེགས་བཅ་ཁྱིམ་གྲག་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་སྟོང་ནའང་། ཏུས་རབས་ཀྱི་འཕེལ་འགྱུར་དང་འགྲོགས་པའི་
མིའི་ཉེས་སྦྱོད་ཀྱི་དབང་གིས་རྩ་ཆའི་གསུང་རབ་མང་པོ་ཞིག་རྩ་བརྒྱུག་དུ་བྱིན་ཐེན་པ་དང་། ལྷག་
འཕྲོས་གང་མང་ཞིག་རྩ་བརྒྱུག་དུ་འགྲོ་ཉར་ཡོད་པར་བརྟེན་ཏུས་རབས་འདིའི་མོད་མི་ཞིག་ལ་
མཆོན་ན་རྩ་ཆའི་བའི་གསུང་རབ་དེ་དག་གཅེས་ཉར་བྱེད་རྒྱུར་བཙོན་དགོས་པ་ནི་ཏུས་ལ་བབ་པའི་
ལས་འགན་བརྒྱུག་དུ་ཐེད་པ་ཞིག་ཡིན་ངེས། དེ་བས་འདི་ག་སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཙོང་
སྤྲིག་ཁང་ནས་ཀྱང་རྩ་ཆའི་གསུང་རབ་དེ་དག་ཉར་ཆགས་དང་སྤྱང་སྦྱོར་གྱི་ཆེད་དུ་ཙོང་སྤྲིག་གི་
ལས་ཀ་འདི་གཉེར་བཞིན་ཡོད།

དང་རབས་ཀྱི་འབྲུལ་ལས་སྐབས་བདེ་དུ་བྱིན་པ་དང་བསྐྱེད་ནས་གསར་དུ་ཙོང་སྤྲིག་བྲས་
པའི་དེབ་དང་འབྲུལ་དེབ་གང་མང་ཞིག་བྲས་བཅའ་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་དགའ་ལོས་པ་ལྟ་བུར་
སྤང་མོད། སྤྱིར་གསུང་རབ་དཔར་བསྐྱེད་དང་ཞུ་སྤྲིག་བྱེད་སྐབས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་བཙོས་ནོར་
ཤོར་ནའང་ཆབས་ཆེ་བའི་སྦྱོན་ཆ་འབྱུང་སྲིད་པས་བསྐྲུས་ལྷད་དང་བཙོ་བཙོས་མེད་པར་སོར་
འཛོག་གིས་བདག་ཉར་བྱ་རྒྱ་ཅི་ནས་ཀྱང་གཤེད་ཆེ་ཞིང་། གཤེད་ཉེ་ནོར་བར་ངེས་པའི་ཡིག་འབྲུ་
གཅིག་བཙོས་དགོས་བྱུང་ནའང་ཁ་གསལ་གྱི་མཆན་ཡིག་འགོད་རྒྱ་ཏ་ཅང་གཤེད་ཆེ་བ་ཡིན།

འདི་ག་ཙོང་སྤྲིག་ཁང་ལ་མཆོན་ན། པར་གཞི་ཆད་ལྷན་ཞིག་མ་བྱིར་བཟུང་ནས་དེའི་ཡིག་
འགྲོས་སོར་བཞག་གིས་ཙོང་སྤྲིག་བྱེད་རྒྱ་རྩ་དོན་དུ་འཛིན་བཞིན་ཡོད་ལ། དེའི་པར་གཞི་མི་འདྲ་
བ་གཞན་ཡང་ལག་སོན་བྱུང་ན་པར་གཞི་གཞན་དག་ལའང་གང་ཅུས་ཤིག་སྤྱར་བཞིན་ཡོད།

མ་བྱིར་ཡིག་ནོར་མདོན་གསལ་ཅན་བྱུང་ན་བཙོས་ཏེ་མཆན་གྱིས་གསལ་བཤད་བྲས་ཡོད་

ལ། མ་ཕྱི་དང་པར་གཞི་སོ་སོར་ལྷག་ཆད་བྱུང་བ་དང་། ཡི་གེ་མི་འདྲ་བ་བྱུང་བ་སོགས་ལ་མཐའ་
མཆན་བཀོད་དེ་གསལ་བ་བཤད་བྱས་ཡོད།

ཚུམ་སྒྲིག་ཁང་འདི་ནས་ཚུམ་སྒྲིག་བྱས་པའི་དེབ་སྟོན་སྐབས་ངེས་དགོས་པ་འགའ་ཞིག་ངོ་
སྟོང་ཅུང་ཙམ་ཞུ་ན། གཞུང་གི་དཔྱུས་སུ་རྟགས་[]འདིའི་ནང་དུ་བརྟག་པ་ནི་མ་ཕྱིའི་ནང་གི་འོག་
མཆན་དང་དཔྱུས་མཆན་ཡིན། ཡང་གཞུང་དཔྱུས་སུ་རྟགས་ " འདི་བཀོད་ཡོད་ན་དེ་ནི་དོ་སྣང་བྱ་
དགོས་པའི་ཡི་གེ་འཕམ་ཆེག་ཅིག་གི་མདུན་དུ་བཀོད་ཡོད་ལ། དེའི་རྗེས་སུ་མཆན་གྲངས་ཀྱི་མང་
ཡིག་བཀོད་ཡོད་པས་མཆན་གྲངས་དེ་དང་མཐུན་པའི་མཐའི་མཆན་ཡིག་ཏུ་གསལ་བ་བཤད་ཅིག་
བྱས་ཡོད་པ་ཡིན། ཡང་བརྟུན་ཀྱི་བཞེད་ལུགས་མི་འདྲ་བ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་ཐ་སྙད་དང་
ཐད་སྟོར་སྙད་སོགས་མི་འདྲ་བ་ཡང་ཡང་བྱུང་ན་མཆན་གྱིས་གསལ་བ་བཤད་ཐེངས་གཅིག་བྱས་
པས་ཆོག་པར་བྱས་ཏེ་རྗེས་མ་རྣམས་ལ་མདུན་དུ་རྟགས་ " འདི་བཀོད་པ་ཙམ་ལས་རེ་རེ་བཞེན་
མཆན་བྲིས་མེད།

མཐའ་མཆན་སྟོན་སྐབས་དེབ་དེ་དཔེ་བསྐྱར་བྱས་ཡོད་ཆེ་དེའི་མ་ཕྱིར་བརྒྱང་བའི་པར་གཞི་
ལ་མ་ཕྱི་ཞེས་དང་། པར་གཞི་གཞན་དག་ལ་སྡེ་དགེ་པར་མ་དང་། བཟ་ལིས་སྒྲན་པོ། ཞོལ། སྐྱ་
འབུམ། རྩ་བྱང་པར་མ་རྣམས། **སྟེ། བཟ། ཞོལ། སྐྱ། རྩ།** སོགས་ཀྱིས་མཆོན་པར་བྱས་ཡོད། མཐའ་
མཆན་གྱི་ཁོད་དུ་རྟགས་ཙན་ ***བསྐྱབས** ལྟ་བུ་བྱུང་ན་མ་ཕྱིའི་ཡིག་འོར་ཞིག་ཞུ་སྒྲིག་པས་
བསྐྱབས་སུ་བསྐྱར་བའི་དོན་དུ་གོ་དགོས་ལ། ཡང་རྟགས་ * འདིས་ཞུ་སྒྲིག་པའི་གསལ་བ་བཤད་ཀྱི་
ཆོག་མཆོན་པའི་སྐབས་ཀྱང་ཡོད། ཡང་རྟགས་ཙན་ **-བསྐྱབས** ལྟ་བུ་བྱུང་ཆེ་བསྐྱབས་ཆད་པ་
དང་། **+བསྐྱབས** ལྟ་བུ་བྱུང་ན་བསྐྱབས་ལྷག་མ་བྱུང་བའི་དོན་དུ་གོ་དགོས།

དཔེར་ན། མཐའ་མཆན་དུ། **མ་ཕྱི། ༥༩ན་༥༩། བསྐྱབ** ***བསྐྱབས** **སྐྱ། ༡༠༩ན་༦༩།**
རྩ། ༡༡༠བ་༩༩། བསྐྱབས ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་ཆེ་དུག་གི་དོན་ནི། **མ་ཕྱིའི་འོག་གྲངས་**
༥༩མདུན་ངོས། ཡིག་གྲང་**༥༩ན། བསྐྱབ**ཅེས་བྲིས་ཡོད་པ་མཆོན་ཞིང་། ***བསྐྱབས** ནི་མ་ཕྱིའི་
ཡིག་འོར་བསྐྱབ་དེ་ཉིད་ཞུ་སྒྲིག་པས་བསྐྱབས་སུ་བཅོས་ཡོད་པ་མཆོན་བྱེད་དུ་གོ་དགོས། ཡང་

གཞུང་དེའི་ཐད་གྱི་སྤྱི་འབྲམ་པར་མའི་ཐྲེབ་གངས་**༡༠**ན་མདུན་ངོས། ཡིག་ཐེང་**༤**པ་ན། ལྷ་བང་
པར་མའི་ཐྲེབ་གངས་**༡༡༠**རྒྱུ་བ་ངོས། ཡིག་ཐེང་**༣**པ་ན། **བསྐྱབས་**ཞེས་བཀོད་འདུག་ཅེས་གོ་
དགོས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

ལྷ་སྤྲིག་པའི་ཤེས་ཚད་དང་དོ་སྣང་གིས་མ་འདང་བར་འཕྲུལ་དེབ་ཏུ་ནོར་འཁྲལ་ཤོར་བ་
སོགས་གཟིགས་ཆེ་ཀུན་པན་གྱི་ལས་གཞི་འདིར་རྒྱུ་སྐྱོར་དང་ལམ་སྟོན་གྱི་ཆེད་དུ་མཐེན་ཐུན་
ནམས་ནས་འདི་གའི་ཚུལ་སྤྲིག་ཁང་དུ་ཁ་གསལ་གྱི་ངོ་སྟོན་དང་ལམ་སྟོན་གནང་བའི་རེ་བསྐུལ་ལྷ་
རྒྱུ་དང་། འདི་ནས་ཀྱང་གང་མགྱོགས་ངང་པར་གཞིར་བསྐྱར་ཞིབ་དང་ལེགས་སྤྲིག་ལུས་ཏེ་སྤྲུས་
ཀ་རེ་ལེགས་སུ་གཏོང་ངེས་ཡིན།

སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚུལ་སྤྲིག་ཁང་ནས།

བྱི་ལོ་**༢༠༢༠**ལྷ་**༠༧**ཆེས་**༡༥**ལ།

༡༡། །འོད་གསལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་གཞི་ལས་འབྲས་
གསུམ་གྱི་ནུས་བཞག་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་སྤྱགས་བཅུད་ཅེས་བྲ་
བ་བཞུགས་སོ། །

༡༡། །གཞི་སྤང་འཕོ་མེད་ཁྱབ་བཟུང་རིག་པའི་མཁའ། །སྤྱན་གྱུབ་འགག་
མེད་སྤྱུ་ལེ་ཤེས་ལྡེ། །རང་མདངས་གནས་མེད་སྤྱལ་པའི་སྒྲོས་གར་མཁའ། །རང་
རིག་ངོ་བོ་དཔལ་ལྡན་སྒྲ་མར་འདུད། །

རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ལྟ་བུའི་ཡང་ཅེ་ཡི། །སྤྱགས་བཅུད་རང་རིག་ཀུན་བཟང་
དགོངས་པའི་དོན། །འཁྲལ་མེད་འཆད་ལ་གནས་གསུམ་མཁའ་འགོ་ཡིས། །དབྱེས་
བཞིན་གནང་བའི་གོ་སྐབས་དེ་ཕྱིས་ཤིག །

༼ །གཞི་ཡི་གནས་ལྷགས་བཅོས་སུ་མེད་པ་བསྟན་པ། ༽

རྫོག་ཆེན་མན་ངག་སྡེ་བའི་དགོངས་དོན་གྱི། །སྤྱང་པོའི་མཐར་སྤྱག་རང་རིག་
མ་བཅོས་པ། །ཡེ་ནས་མེད་པའི་དོན་དུ་མ་ཤེས་ན། །གཞི་རིག་བདེན་པར་འཛིན་
པའི་ལས་དུ་གོ་ལ། །གཞི་ཡི་རིག་པ་བདེན་པར་འཛིན་གྱུར་ན། །སྤྱན་གྱུབ་སྤང་ཆ་
འགག་མེད་དོན་མི་ཉོགས། །འགག་མེད་སྤྱན་གྱུབ་དགོངས་དོན་མ་ཉོགས་ན། །ཆོས་
ཟད་དགོངས་པའི་བཅོན་སར་སྤྱན་མི་བྱས། །དེ་ཕྱིར་གཞི་རིག་ཡེ་ནས་མེད་པ་

ཡི། །གནས་ལུགས་ཟབ་མོའི་དོན་གཅིག་རྟོགས་པ་གནད། །

བྱི་ནང་ལམོར་འདས་བདེ་སྤྱག་བཟང་ངན་ཀྱུ། །སྤང་ཙམ་ཉིད་ནས་རོ་བོ་ཉིད་
ཀྱིས་སྤྲོད། །དེ་ཡང་རང་རིག་མ་བཙུག་མ་འབྱུང་བ། །སྤྱི་མེད་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་
རོ་བོ་ལས། །ཡེ་ནས་མ་གཡོས་མི་གཡོ་གཡོ་མི་མངལ། །རང་རིག་རོ་བོ་ཡེ་ནས་
མེད་པ་ལ། །སྤྱི་འཕགས་སྤྱི་ཤར་བཟོ་བཙུག་བྱེད་དུ་མེད། །བཙུག་པས་མི་འཆོས་
འཆོས་པས་གཞི་ཡི་སྤྲོད། །བཙུག་པར་བརྩམས་ན་བཙུག་བྱེད་བཙུག་བྱེད་
ཀྱུ། །གཏན་མེད་ངོས་བཟུང་མེད་པའི་ངང་དུ་ཞིག་དོས་བཟུང་མེད་པ་སྤྱི་ཡིས་རི་
ལྟར་བཙུག་པ། །ལྟ་བུས་མི་བཙུག་སྤྱོད་པས་བཙུག་སྤྱོད་མེད། །སྤྱོད་པས་མི་བཙུག་
འབྲས་བྲས་བཙུག་སྤྱོད་མེད། །དེ་ཡང་དང་པོ་ལྟ་བུས་མི་བཙུག་ཏེ། །ལྟ་བུ་ལྟུང་ལ་
སྤྱོད་པར་བྱེད་དགོས་ན། །

འདི་ནི་བཟླ་བྱའི་ལྟུང་ལས་འདས་པའི་བྱིར། །རི་ལྟར་བཟླ་ཞིང་རི་ལྟར་བཟླས་
པས་མཐོང་། །མཐོང་བ་མེད་ལ་བཟླ་བ་རི་ལྟར་ཚོམ། །མཐོང་དང་ལྟ་བུ་ལྟུང་ལ་རག་
ལས་ན། །ལྟུང་མེད་བཟླ་བ་ཨ་ཐང་ཆད་པའི་རྒྱ། །ལྟ་བུས་མི་མཐོང་བ་ལ་རི་ལྟར་
བཙུག་སྤྱོད་པས་མི་བཙུག་གང་དུ་སྤྱོད་པའི་ལྟུང་། །གཞི་མེད་རྩ་བའང་ངོས་བཟུང་
མེད་པ་ལ། །བཟང་པོ་ཅི་སྤྱོད་བཟང་པོས་པན་མི་ཐོགས། །ངན་པ་ཅི་སྤྱོད་ངན་པས་
གཞོན་མི་རུས། །བཟང་ངན་ཅི་བྱས་གཞིས་ལ་ངོས་བཟུང་མེད། །དོས་བཟུང་མེད་
པའི་སྤྱོད་པ་ལྟུང་དང་བྲལ། །ལྟུང་མེད་པ་ལ་རི་ལྟར་སྤྱོད་པས་བཙུག་པ། །

འདི་སྤྱོད་བྱེད་པའི་གཞི་ཡང་མི་ཉིད་ན། །སྤྱོད་པ་རང་ཡང་བྱེད་པའམ་རྗེས་མེད་
ཀྱུར། །བསྤྱོད་བྱེད་མེད་ཅིང་སྤྱོད་པ་རང་མེད་ན། །སྤྱོད་པ་པོ་ཡང་མོ་གཤམ་བྱེད་

བཞིན། འོས་བཟུང་མེད་པ་སྒྲོམ་པས་ཨ་ཐང་ཆད། འི་ཅམ་བསྒྲོམས་ཀྱང་ངོ་བོ་
མེད་པ་ལས། གཞན་དུ་བཅོས་པའི་གོ་སྐབས་ག་ལ་ཡོད། འབྲས་བུ་མཐར་ཐུག་
བྱས་ཀྱང་ཐུག་པའི་མཐའ། བཅའ་བས་མི་རྟེན་བཟླས་པས་མི་མཐོང་བྱིང། སྐྱེ་ལྔ་
ཡེ་ཤེས་འཕྲིན་ལས་ཟབ་མོ་ཡིས། འིག་པའི་ག་ཤིས་ལུགས་བཅོས་སུ་མ་སྤྱོད་
ཞིང་། ཡེ་ཤེས་ལྔ་ཡིས་རང་འོད་གསལ་གྱུར་ཀྱང་། འོ་བོ་གཞན་དུ་སྤར་ཡང་མ་
བཅོས་ཤིང་། བཅོས་སུ་མེད་ཅིང་འཆོས་པའི་སྐབས་མེད་དེ། དུས་གསུམ་མེད་པ་
དུས་མེད་སློ་འདས་ཡིན། །

གཞི་ཡི་གནས་ལུགས་བཅོས་སུ་མེད་པ་བསྟན་པའི་མེ་འུ་དང་པོ་འོ། ། །

༼གཞི་ཡི་གནས་ལུགས་འབྲུལ་བ་མེད་པར་བསྟན་པ༽

༥ གཞི་ཡི་གནས་ལུགས་འབྲུལ་མེད་རང་གྲོལ་ཉིད། འཁོར་བ་མ་དག་དབང་
གིས་མི་འབྲུལ་ཞིང་། སྤང་འདས་དག་པའི་ལམ་དུ་མི་གནས་པ། འཁོར་འདས་
གཉིས་མེད་བཟང་ངན་གཉིས་སུ་མེད། འེ་དོགས་གཉིས་མེད་འསྐྱོད་འགྱུར་བ་
མེད། གཞི་ཡི་གནས་ལུགས་འཁོར་བར་མི་འབྲུལ་ཏེ། འབྲུལ་གཞི་འཁོར་བ་
དབྱིངས་ལས་མི་གཞན་ཞིང་། དབྱིངས་ཉིད་ཡེ་ནས་འབྲུལ་དང་མ་འབྲུལ་གྱི། སྒྲོས་
པའི་མཚན་མ་རྩལ་ཅམ་རྟེན་པ་མིན། འཆིང་བྱེད་ཉོན་མོངས་འདོད་སྤང་གཉི་ཐུག་
ཀྱན། རང་ངོ་མ་འབྲུལ་འབྲུལ་པའི་གཞི་མི་རྟེན། འབྲུལ་གཞི་མེད་པར་འབྲུལ་བྱེད་
མཁན་པོ་སུ། འབྲུལ་མ་སྤྱོད་ན་ངེ་ཅམ་དུས་སུ་འབྲུལ། འལས་གྱི་ཞགས་པས་འཁོར་
བར་འཆིང་དུ་མེད། འཆིང་བྱེད་ལས་ཀྱང་ནམ་མཁའི་འཇའ་རིས་ལྟར། བརྟག་ཅིང་
དབྱོད་ན་ངོ་བོ་ངོས་བཟུང་མེད། འོས་བཟུང་མེད་པ་འཆིང་བྱེད་མཁན་པོ་

སྟུ། །འཁོར་བའི་གནས་མེད་འཁོར་བ་པོ་ཡང་མེད། །འཁོར་བའི་གཞི་དང་རྒྱ་འབྲས་
སོགས་པ་མེད། །

རང་གི་ངོ་བོ་འདི་ཞེས་བརྒྱུད་མེད་ན། །མ་དག་འཁོར་བས་འབྲུལ་བ་རྗེ་ལྟར་
བྱེད། །འཁོར་བའི་འཁོར་གསུམ་ཡེ་སྟོང་རྩ་བུལ་ལ། །དག་དང་མ་དག་གཉིས་སུ་མི་
དབྱེ་བའི། །དག་པ་སྤྱ་ངན་འདས་ལ་གནས་པ་འང་། །གནས་པའི་ཡུལ་དང་གནས་
མཁན་གནས་པའི་ཚུལ། །གང་དུ་བཅའ་ཀྱང་ནམ་ཡང་མི་རྟེན་ན། །སྤྱ་ངན་འདས་ལ་
གནས་ཞེས་སྟོས་བ་ཡི། །འབྲུལ་བའི་འཁོར་ལོ་རྗེ་ཙམ་བསྐྱོར་གྱུར་གྱང་། །དོན་ལ་
སྤང་འདས་གནས་མེད་མ་འབྲུལ་བ། །གཞི་རིག་ངོ་བོ་འབྲུལ་མེད་ངོས་བརྒྱུད་
བུལ། །དེ་བྱིར་གཞི་དབྱིངས་བཅོས་མེད་འབྲུལ་མེད་ལ། །འཁོར་བ་མི་མངའ་ཡེ་
ནས་འཁོར་མ་སྟོང་། །

འདས་པ་མི་མངའ་འདས་དང་མ་འདས་མེད། །བཟང་པོ་མི་མངའ་བཟང་པོའི་
གཞི་ཡིས་སྟོང་། །ངན་དུ་མི་འཁྲོ་ངན་པས་བཅོས་སུ་མེད། །བཟང་གྱང་མི་པན་སུ་ལ་
པན་པར་བྱ། །ངན་གྱང་མི་གཞོད་གཞོད་པའི་ཡུལ་མི་རྟེན། །དེ་བྱིར་བཟང་ངན་རེ་
དོགས་གཉིས་མེད་ཡིན། །འཕོ་བ་མེད་དེ་གོང་གི་ས་ལམ་དང་། །འབྲས་སུ་སྤྱ་ལྷ་ཡེ་
ཤེས་ལྷ་ཡང་མེད། །འཇུར་བ་མི་མངའ་བཟང་ངན་ངོ་བོ་གཞན། །བསྐྱུར་དུ་མེད་ཅིང་
མི་འཇུར་འཇུར་བ་མེད། །དེ་བྱིར་འཇུར་མེད་རིག་སྟོང་ཆེན་པོ་ཉིད། །འབྲུལ་མེད་
དབྱིངས་ལས་ངོ་བོ་གཡོ་བ་མེད། །

གཞི་ཡི་གནས་ལུགས་འབྲུལ་བ་མེད་པར་བསྟན་པའི་ལེ་ལུ་གཉིས་བའོ། ། །

༼གཞི་ཡི་གནས་ལུགས་གཏན་ལ་འབྲེལ་བ་ལས་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ བསྟན་པ།༽

༥ གཞི་ཡི་རིག་པ་བརྗོད་བྲལ་སྐྱེ་བ་མེད། །ཡུལ་དུས་ཚྭ་གས་དང་གནས་སྐབས་གང་དུ་ཡང་། །སྐྱེ་བ་མེད་དེ་སྐྱེ་བའི་ཡུལ་གང་ཞིག །སྐྱེ་ཡི་ཡུལ་སྤང་གཟུགས་སྤྱི་རོ་རེག །ཐམས་ཅད་བརྟག་ཅིང་དབྱད་པའི་ཡུལ་ལས་འདས། །ནང་གི་ཡུང་པོ་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གི །ཁོག་ཆོགས་མ་ཡུས་གང་ཡང་བཟུང་དུ་མེད། །ཡུལ་འདས་གཟུང་མེད་གང་ལས་སྐྱེས་པ་དང་། །སྐྱེ་བའི་མཁན་པོ་བཅོལ་བས་མི་རྟེན་ཅིང་། །གཟུང་བས་མི་ཐེན་སྐྱོ་འདས་ཆེན་པོ་ལ། །སྐྱེ་ནང་ཡུལ་ལས་སྐྱེས་སྟུམ་མ་སེམས་ཤིག །

སྤྲ་རབས་བསྐྱལ་བ་དུ་མ་འདས་གྱུར་ཁྱུང་། །གཞི་རིག་མ་སྐྱེས་སྐྱེས་པ་མཐོང་མ་ཁྱུང་། །མཐོང་ན་མཐོང་བའི་མཁན་པོ་སྤྲ་ཞིག་གིས། །མཐོང་ཞེས་བརྟག་ན་རྟུལ་ཅམ་ངོས་བཟུང་མེད། །ད་ལྟར་མ་སྐྱེས་སྐྱེས་པའི་དངོས་པོ་གང་། །སྤྲ་ཡིས་ཡུལ་བྲས་སྤྲ་ལ་བསྟན་ཏུ་ཡོད། །མ་ངོངས་བར་ཡང་སྐྱེ་བའི་སྐབས་མེད་དེ། །སྐྱེ་ན་སྐྱེ་བྱེད་རྒྱ་རྒྱུ་སྤྲ་འདུ་བྱེད། །མེད་པ་བསྐྱེད་རུས་མཁན་པོ་སྤྲ་ཞིག་ཡོད། །བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་མཁན་ཀུན་སྟོང་ན། །འདི་ནི་སྐྱེ་བ་ཡིན་ཞེས་ཅི་སྟེ་བརྗོད། །དེ་བཞིན་ཤར་སྟོ་རུབ་བྱང་སྟེང་དང་འོག །གང་ལས་སྐྱེ་སྟེ་ཚྭ་གས་ཁྱུང་ཅི་ཞིག་ཡིན། །ཚྭ་གས་ཉིད་བདེན་མེད་ཆོག་ཏུ་བརྗོད་ཅམ་ལ། །ཚྭ་གས་ལས་གཞི་རིག་སྐྱེ་ཞེས་དོན་ཅི་ཡོད། །སྐྱེ་བའི་ཚྭ་གས་མེད་སྐྱེ་བའི་རིག་པ་མེད། །ཚྭ་གས་དང་འབྲེལ་མེད་ཚྭ་གས་ཀྱིས་བྲས་པ་མེད། །དེ་ཕྱིར་ཚྭ་གས་ལས་སྐྱེ་བ་ཡང་མི་རུང་། །གནས་

སྐབས་འདི་ཙམ་ཞིག་ཏུ་གཞི་རིག་གནས། །གནས་ཚུལ་འདི་ཡིན་གནས་མཁན་འདི་
ཡིན་གྱི། །ནམ་མཁའ་མེ་ཏོག་ཚུལ་ལ་བརྟག་པ་བཞིན། །དོས་བཟུང་མེད་ཅིང་བཟོང་
བའི་དོན་ལ་མ་མཆིས། །དེ་ཕྱིར་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་གཞི་རིག་ལ། །སྐྱེ་བ་ཡོད་ན་ཡོད་
མེད་ཡིན་མིན་གྱི། །མཐའ་བཞི་གང་ཡང་རུང་ལས་སྐྱེ་དགོས་པས། །ཡོད་ལས་སྐྱེ་
ན་ཡོད་རྒྱའི་དངོས་པོ་གང་། །མེད་ལས་སྐྱེ་ན་མེད་པ་སྤྱད་བསྐྱེད་ཅུས། །གཉིས་
ལས་སྐྱེ་ན་ཡོད་མེད་གཉིས་གང་ཞིག། །གཉིས་མིན་ལས་སྐྱེ་གཉིས་མ་ཡིན་དེ་
གང་། །གང་ཞིག་བཟོང་ཅིང་གང་ནས་བསམ་ན་འང་། །ཡོད་མེད་ཡིན་མིན་མཐའ་
ལས་འདས་པའི་ཕྱིར། །མཐའ་བཞིའི་དོས་འཛིན་ནམ་མཁར་སྤར་འཇུ་ལ། །འཛིན་
པར་རུས་ན་བདག་ཀྱང་དེ་ལ་བརྟེན། །སྐྱེ་མེད་ཆོས་ལ་སྐྱེ་བར་མ་འཛིན་པར། །སྐྱེ་
མེད་རང་སར་བཞག་ན་གུ་རེ་ཡངས། །

གཞི་ཡི་གནས་ལུགས་གཏན་ལ་འབེབས་པ་ལས་སྐྱེ་བ་མེད་པ་བསྟན་པའི་
མེུ་གསུམ་པའོ། ། །

༼གཞི་ཡི་གནས་ལུགས་བར་མེད་ཕྱལ་བ་ཆེན་པོ་མི་དམིགས་པ་ བསྟན་པ། ༽

༥ དེ་ལྟར་གཞི་དབྱིངས་སྤང་མེད་ཆེན་པོ་དང་། །སྤང་ཞིང་སྤིང་པའི་ཆོས་ཀྱན་
ངོ་མོ་གཅིག་། །བར་མེད་ཕྱལ་བ་ཆེན་པོར་གནས་པ་ལ། །མི་དམིགས་མི་བསམ་ཆོག་
གིས་བཟོང་ལས་འདས། །བཟོང་འདས་ཕྱལ་བ་ཆེན་པོའི་དོན་རྟོགས་ན། །ལས་ཀྱིས་
མི་བསྐྱེད་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་མི་འཆིང་། །སྤྱི་བ་པས་མི་སྤྱི་བ་འཁོར་བར་ལུང་དུ་
མེད། །ལུང་འདས་མི་འཇུག་གང་ཤར་རང་གྲོལ་ཏེ། །གང་ནས་བསམས་ཀྱང་གུ་

ཡངས་སྒོ་བདེ་ཡིན། །སྤང་མེད་སྤང་སྤིད་བར་མེད་ཕྱལ་ཡས་ལ། །ཡུལ་སྤང་གང་
ཞིག་ཡུལ་ཅན་གང་ཞིག་ཡིན། །ཡུལ་སྤང་ཕྱལ་བ་ཡུལ་ཅན་རང་བཞིན་ཏེ། །ཡུལ་
ཅན་རང་བཞིན་མེད་པ་ལས་གཞན་པའི། །ཡུལ་སྤང་རགས་པ་བདེན་བདེན་རྟག་རྟག་
ཅིག་ཁོགས་སུ་བཅའ་མེད་བཅའ་བས་རྟེན་པ་མིན། །

ཡུལ་སྤང་ཤར་གྲོལ་སྟོང་བའི་རང་བཞིན་ལ། །ཡུལ་ཅན་གང་གིས་ཅི་ལྟར་རྟོག་
པར་བྱེད། །བརྟག་ཅམ་ཉིད་ནས་བརྟག་པའི་ཡུལ་སྤང་དང་། །རྟོག་བྱེད་ཡུལ་ཅན་རང་
ཡུལ་རྗེས་མེད་འགྲོ། །ཡུལ་ཅན་རང་བཞིན་སྟོང་བའི་ངོ་བོ་ལས། །ཁོགས་སུ་ཡུལ་
སྤང་རགས་པ་བཞག་ཏུ་མེད། །ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་བར་གྱིས་ཆོད་གྱུར་ན། །ཡུལ་
དང་ཡུལ་ཅན་རང་གི་ངོ་བོ་ནས། །བར་དང་བཅས་པའི་ཆོས་སུ་བྱུབ་དགོས་
ལ། །དེས་ན་དེ་གཉིས་ངོ་བོ་ཐ་དད་པས། །ངོ་བོ་བདེན་པར་བྱུབ་པ་ལས་མ་
འདས། །བདེན་པར་བྱུབ་ན་ངོ་བོ་བདེན་མེད་གྱི། །གནས་ལུགས་ཟབ་མོ་གཏན་ནས་
མི་སྤིང་འགྱུར། །གནས་ལུགས་མེད་ན་རིག་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱང་། །འཐད་པར་མི་འགྱུར་
རིག་པའི་ངོ་བོ་ནི། །ཀ་ནས་དག་པའི་དོན་དུ་ཅི་སྟེ་རུང་། །རིག་པ་ཀ་ནས་དག་པ་མི་
རུང་ན། །རང་བཞིན་ནི་བཅས་འོད་མི་གསལ་བར་འགྱུར། །

རང་བཞིན་ནི་མའི་སྟོན་དང་བཅས་པ་ལ། །སྟོང་བྱེད་གཉེན་པོ་གཏན་ནས་མི་
རྟེན་བྱིར། །ས་ལམ་ཡོན་ཏན་མ་ལུས་གཏན་མི་འཐད། །དེ་བྱིར་སྤང་མེད་སྤང་བ་
གནས་ལུགས་གྱི། །ངོ་བོ་སྟོང་བ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་ལ། །བར་དུ་སྟོང་བ་གཅིག་གི་རང་
བཞིན་དུ། །ཤེས་ན་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་དམིགས་སུ་མེད། །ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་མི་
དམིགས་ཅ་བྲལ་ལ། །དམིགས་ཚུལ་འདི་ཞེས་དམིགས་པའི་དུས་འདི་

ཞེས། །དམིགས་བྱེད་མཁན་པོ་སྤྱི་ན་སྒྲོམ་ཤིག །དམིགས་ཚུལ་ཡོད་ན་བར་
དང་བཅས་པ་འཕྲ། །བར་མེད་གང་ཡིན་བར་དང་བཅས་པ་ལ། །པན་ཚུན་བྲད་པར་
མེད་ཅིང་འབྲེལ་བ་མེད། །ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་ཐ་སྙད་གྱིས་ཀྱང་སྟོང་། །བར་མེད་ཡིན་
ན་བར་མེད་ཡུལ་ཡས་ལ། །དམིགས་བྱ་དམིགས་བྱེད་དམིགས་ཚུལ་བདེན་མེད་
ལ། །དམིགས་པའི་ཚུལ་གྱི་སྒྲོ་འདོགས་འཐད་མ་ཡིན། །དམིགས་པའི་དྲུས་ནི་འདས་
དང་ད་ལྟ་བ། །མ་འོངས་གང་ཡིན་འདས་པར་ཐལ་བེན་ཅིང་། །ད་ལྟ་མི་གནས་མ་
འོངས་བྱང་མ་བེན། །དྲུས་གསུམ་གང་དྲུ་དམིགས་པ་འཐད་མ་ཡིན། །དམིགས་བྱེད་
མཁན་པོ་སྤྱི་ན་དམིགས་ཅམ་ནས། །དམིགས་ཚུལ་དམིགས་དྲུས་དམིགས་བྱེད་
མ་ལུས་པ། །དམིགས་པ་མེད་ན་བར་མེད་མི་དམིགས་པའི། །ཡུལ་ཡས་ཆེན་པོའི་
དོན་འདི་ཤེས་པར་གྱིས། །

གཞི་ཡི་གནས་ལུགས་བར་མེད་ཡུལ་བ་ཆེན་པོ་མི་དམིགས་པ་བསྟན་པའི་
ལེའུ་སྟེ་བཞི་པའོ། ། །

། གཞི་ཡི་གནས་ལུགས་བར་མེད་ཡུལ་བ་ཆེན་པོ་བསམ་དུ་མེད་ བར་བསྟན་པ། །

༥ བར་མེད་ཡུལ་བ་ཆེན་པོ་བསམ་དུ་མེད། །བསམ་ན་བསམ་བྱའི་ཡུལ་དང་
སེམས་བྱེད་གྱི། །ཤེས་པ་བར་བཅས་བར་མེད་གང་ཞིག་ཡིན། །བར་དང་བཅས་ན་
པན་ཚུན་འབྲེལ་མེད་འགྱུར། །ཤེས་བྱ་ཤེས་བྱེད་བར་དང་མ་བཅས་ན། །རྣམ་དབྱེ་
མེད་པ་པན་ཚུན་གཅིག་ཏུ་འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་ཤེས་པ་གང་གིས་ཡུལ་གང་ཞིག
།བསམ་པ་ཅམ་ནས་སེམས་བྱེད་ཤེས་པ་འང་། །རང་ཡལ་རྗེས་མེད་གཏད་སོ་མེད་

བར་འགྱུར། །བསམ་པ་ཅམ་ནས་རང་ཡུལ་གྱུར་བ་སྟེ། །བསམ་བྱ་ཡུལ་ཉིད་བདེན་
བ་རྟུལ་ཅམ་ཡང་། །རི་སྟེང་ནམ་མཁའ་ངོས་བཟུང་མེད་པ་དང་། །རི་བོང་རྩ་ཡི་ཁ་
དོག་དབྱིབས་ལ་སོགས། །དམིཌ་བ་རི་བཞིན་བཟུང་དུ་མེད་གྱུར་ན། །འཛིན་བ་གང་
ཞིག་གཟུང་འཛིན་གཉིས་མེད་ཀྱིས། །རང་ཡལ་བར་མེད་ཕྱལ་བ་ཆེན་པོ་ཡིན། །

བསམ་པའི་ཡུལ་ལ་དབྱད་བས་མི་རྟོན་ཅིང་། །དབྱད་པའི་རྗེས་མེད་ནམ་
མཁའི་བྱ་རྗེས་བཞིན། །དབྱད་པ་མེད་ཅིང་དབྱད་པའི་རྗེས་ཀྱང་མེད། །གང་ལ་
དབྱད་ཀྱང་དབྱད་བྱ་དཔྱོད་བྱེད་ཀྱང་། །རྗེས་མེད་བར་མེད་ཕྱལ་བ་ཆེན་པོ་
ཡིན། །རང་ཡུལ་རྗེས་མེད་དབྱད་པའི་ངོས་བཟུང་མེད། །མེད་པའི་ཆོས་ལ་དམིགས་
པའི་གཏང་སོ་བྲལ། །གང་ལ་གཏང་ཅིང་ཤེས་བ་གང་གཏང་བ། །རི་བོང་རྩ་ཡི་གཉེར་
མ་ཅི་བ་བཞིན། །གཏང་མེད་བར་མེད་ཕྱལ་བ་ཆེན་པོ་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་གཞི་ཡི་གནས་
ལུགས་གང་དུ་ཡང་། །མི་བསམ་མི་བཞག་བསམ་བྱའི་ཡུལ་ལས་འདས། །

གཞི་ཡི་གནས་ལུགས་བར་མེད་ཕྱལ་བ་ཆེན་པོ་བསམ་དུ་མེད་བར་བསྟན་
པའི་ལེ་བྱ་སྟེ་ལྔ་པའོ། ། །

༼གཞིའི་གནས་ལུགས་བར་མེད་ཕྱལ་བ་ཆེན་པོ་བརྗོད་དུ་མེད་བར་ བསྟན་པ༽

༥ བསམ་ལས་འདས་པའི་གཞི་དབྱིངས་བརྗོད་དུ་མེད། །བརྗོད་ན་བརྗོད་བྱའི་
ཆོག་དེ་གང་ཞིག་ཡིན། །ཆོག་གི་སྐད་ཅིག་སྔ་ཕྱི་བར་གསུམ་གྱི། །སྔ་ལ་འདི་ཞེས་
བསྟན་དུ་ག་ལ་ཡོད། །སྐད་ཅིག་སྔ་མའི་སྔ་ནི་འགགས་ཟེན་ཅིང་། །ཐལ་བའི་སྔ་དེ་སྔ་
ཡིས་ཉན་དུ་བཏུབ། །བར་མའི་སྔ་ཡང་དེ་མ་ཐག་ཉིད་དུ། །འགག་པར་འགྱུར་ན་དེ་

ཡང་རི་ལྷར་ཉན། །སྐད་ཅིག་ཕྱི་མའི་སྤྲི་ཉི་མ་སྤྱེས་པས། །སྤྱེས་མ་ཟེན་པའི་གདངས་
དེ་རི་ལྷར་ཉན། །ཉན་དུ་མེད་པའི་སྤྲི་དེ་རི་ལྷར་བཞོད། །མཉན་བྱ་མེན་པའི་སྤྲི་ཉི་ཡོད་
གྱུར་ན། །སྤྲི་ཞེས་ངོས་བཟུང་མེད་ཅིང་ཐ་སྙད་མེད། །མཉན་དུ་མེད་པའི་སྤྲི་ཡིས་ཅི་
ཞིག་བཞོད། །བཞོད་དུ་མེད་པའི་སྤྲི་ཡི་སྤྲང་བ་ཡང་། །སྤྲང་མེད་གཞི་དབྱིངས་བར་
གྱིས་མ་ཆོད་པ། །དབྱིངས་དང་རོ་གཅིག་བཞོད་དུ་མེད་པ་ཡིན། །བཞོད་མེད་ཆིག་
ནི་བྲག་ཅ་ལྟ་བུ་སྟེ། །བྲག་ཅ་མ་སྤྲང་ཡང་བྲག་པ་ཉིད་གྱིས་སྟོང་། །བཞོད་དུ་མེད་པ་
བཞོད་བྱའི་ཡུལ་མེད་ཅིང་། །བཞོད་པའི་གནས་མེད་ཆོད་པ་པོ་ཡང་མེད། །

བཞོད་བྱའི་ཆིག་ལས་གཞན་པའི་བཞོད་པ་གང་། །བཞོད་པ་ལས་གཞན་བཞོད་
བྱའི་ཆིག་ཀྱང་མེད། །བཞོད་བྱ་ཆོད་བྱེད་ཆོད་པ་པོ་གསུམ་ཡང་། །ཐ་མི་དད་ཅིང་
ཅུང་ཟད་ཅ་མ་ཞིག་ཀྱང་། །བར་དུ་མི་ཆོད་ཐམས་ཅད་ཕྱལ་བ་སྟེ། །ཆོད་བྱེད་ལས་
གཞན་བཞོད་བྱའི་ཡུལ་མེད་དེ། །ཆོད་བྱེད་ཆིག་གིས་བཞོད་ཆེ་བཞོད་བྱ་ཞེས། །སྤྱོ་
འདོགས་ཅ་མ་ལས་མ་བཞོད་བཞོད་བྱ་མེད། །བཞོད་བྱ་ལས་གཞན་ཆོད་བྱེད་ཉིད་
མེད་དེ། །བཞོད་བྱ་ལ་བརྟེན་ཆོད་བྱེད་ཆིག་འབྱུང་གིས། །བཞོད་བྱ་མེད་པ་ཆོད་བྱེད་
རང་ངོས་ནས། །བྱུབ་པར་མེད་པ་བྲག་སྟོང་སྟེ་མེད་ཡིན། །བཞོད་བྱ་ཆོད་བྱེད་གཉིས་
ལ་མ་བརྟེན་པའི། །ཆོད་པ་པོ་མེད་འདི་ནི་ཆོད་པོ་ཞེས། །བཟ་ཡིས་ནམ་པར་བཞག་
པ་ཅ་མ་ཞིག་ཡིན། །བཞོད་བྱ་མེད་པར་ཆོད་བྱེད་ཆིག་བྱུབ་ན། །ཆིག་དེས་ནམ་པ་
ཀུན་ཏུ་བཞོད་པ་ལས། །མ་བཞོད་གོ་སྐབས་ཅུང་ཟད་མེད་པར་འགྱུར། །ཆོད་བྱེད་
མེད་པར་བཞོད་བྱ་བྱུབ་གྱུར་ན། །བཞོད་བྱ་ནམ་ཡང་མི་བཞོད་པ་ཏུ་འགྱུར། །

བཞོད་བྱ་ཆོད་བྱེད་ལས་གཞན་ཆོད་པ་པོ། །བྱུབ་ན་ཅི་ཡང་མི་བཞོད་པ་ཞིག་

གིས། །བརྫོད་པ་རི་མོའི་གཟུགས་བརྟན་བཞིན་དུ་འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་གང་ཡང་བརྫོད་
མེད་བར་མེད་ཀྱི། །ཕྱལ་བ་ཆེན་པོའི་དོན་འདི་རྫོགས་གྱུར་ན། །ཆད་པ་མ་ཡིན་སྟོང་
བ་སྤང་བ་ཉིད། །རྟག་པ་མ་ཡིན་སྤང་ལ་སྟོང་བ་ཉིད། །འགལ་འདུ་མ་ཡིན་སྤང་སྟོང་
བར་མ་ཆོད། །ཕྱལ་ཡས་ཆེན་པོ་རྟག་ཆད་ལས་འདས་པའི། །སྟོོས་པ་ཉེར་ཞི་ཟབ་
མོའི་དོན་འདི་ལ། །རྟུན་དུ་གཡོ་མེད་ལྷག་པར་གནས་པར་གྱིས། །

གཞིའི་གནས་ལུགས་བར་མེད་ཕྱལ་བ་ཆེན་པོ་བརྫོད་དུ་མེད་པར་བརྟན་པའི་
ལེའུ་སྟེ་དུག་པའོ། ། །

༼གཞི་ཡི་རིག་པ་ཡེ་ནས་ལྷན་གྲུབ་ཀྱི་དོན་བསྟན་པ།༽

༥ དེ་ལྟར་ཡེ་ནས་ཅི་ཡང་མ་གྲུབ་པའི། །མེད་པ་ཆེན་པོ་ངོས་བཟུང་མེད་པ་
ཡང་། །གཞི་སྤང་བར་མེད་ཕྱལ་བ་ཆེན་པོ་སྟེ། །གང་དུ་འང་མི་རྟོག་བར་མེད་ཐོག་
མེད་ཀྱི། །སྤང་སྟོང་ཆེན་པོ་རྟག་ཆད་ལས་འདས་པའི། །རང་རིག་མ་བཅོས་ལྷན་གྲུབ་
རྫོགས་པ་ཆེ། །ཡེ་ནས་ལྷན་གྲུབ་རང་བྱུང་རང་ཤར་ཡིན། །གཞི་ཡི་རིག་པ་ཡེ་ནས་
ལྷན་གྲུབ་སྟེ། །ཡེ་ནས་ཀ་དག་སྤྱད་ཀྱང་བྱས་པ་མེད། །ཅི་སྟེ་བྱས་ན་བྱེད་པ་པོ་སྤྱ་
ཡིན། །

གཟུགས་ཅན་གཟུགས་མེད་སེམས་ལྷན་སེམས་མེད་པ། །སྤྱ་ཡིས་བྱས་ཞེས་
དོན་འདི་རྫོགས་པར་གྱིས། །བྱེད་པོ་གཟུགས་ཅན་ཡིན་ན་གཟུགས་ཅན་དེ། །གང་
ཡིན་གང་ལས་སྦྱེ་དང་གང་དུ་གནས། །གང་དུ་འགག་ཅེས་ངོས་བཟུང་མི་འཆོལ་
ན། །ངོས་བཟུང་མེད་པའི་བྱ་བ་ཅི་སྟེ་བྱེད། །བྱེད་པོ་གཟུགས་མེད་ཡིན་ཆེ་གཟུགས་
མེད་པ། །ཞེས་ཀྱང་གང་ཡིན་གང་ནས་བྱུང་བ་དང་། །གང་གནས་གང་དུ་འགྲོ་ཞེས་

ངོས་བཟུང་མེད། །སེམས་ལྡན་བྱེད་པ་པོ་ཞེས་བཅའ་བཞི། །སེམས་དེ་གང་ཡིན་དེ་
དང་ལྡན་ཚུལ་གང་། །ལྡན་བྱ་སེམས་དེ་གང་སྐྱེས་གང་གནས་དང་། །གང་དུ་འགག་
ཅེས་བཅའ་ཆེ་མེད་གྱུར་ན། །ལྡན་བྱ་སེམས་མེད་དེ་དང་ཅི་སྟེ་ལྡན། །ལྡན་བྱ་ལྡན་
བྱེད་བྲལ་ལ་བྱེད་པོ་ཅི། །སེམས་མེད་བྱེད་པ་པོ་ཞེས་བཛོད་གྱུར་ན། །སེམས་མེད་
པ་ལ་བྱ་བ་བྱེད་འདོད་གང་། །བྱ་བ་བྱེད་པ་སེམས་ལ་རག་ལས་ན། །སེམས་མེད་བྱ་
བ་ཡོད་ན་དུས་ཀྱན་ཏུ། །བྱ་བ་མཐའ་དག་མི་བྱེད་དུས་མེད་འགྱུར། །ལས་དང་བྱ་བ་
བྱེད་པ་པོ་མཐའ་དག་ནམ་མཁའི་ངོས་སུ་བེར་གྱིས་རི་མོ་བཞིན། །བྱེད་པར་བརྩམ་
ཡང་ཅུང་ཟད་གྲུབ་ཏུ་མེད། །དེས་ན་རང་རིག་ཡེ་ནས་ཀ་དག་ནི། །སྤྲུལ་ཀྱང་མ་བྱས་
བྱེད་མེད་བྱར་མེད་ཡིན། །

བྱས་ན་བྱེད་པོ་སྤྲུལ་ཡིན་ནམ་ཞིག་བྱས། །བྱེད་དུ་མེད་དེ་ངོས་གཟུང་མེད་པའི་
ཕྱིར། །ངོས་མ་ཐེན་ན་བྱ་བ་རི་ལྟར་བྱེད། །སྤྲེད་དུ་སྤྲུལ་བྱ་བྱ་བ་ཅི་ལྟར་ཚོམ། །སྡོན་
ཆད་མ་བྱས་ད་ལྟར་མི་བྱེད་པ། །གང་དེ་སྤར་ཡང་ཅི་ལྟར་བྱ་བར་བྱས། །བྱ་རྒྱ་ངོས་
བཟུང་མེད་པ་བྱར་བརྩམ་པ། །ནམ་མཁའི་མེ་ཉླ་འཕུ་བར་ཚོམ་པ་བཞིན། །དེ་ལས་
རིག་པ་ཡེ་ནས་སྤྲུལ་གང་གིས། །མ་བྱས་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཆེན་པོ་ཡིན། །ལྷན་གྱིས་
གྲུབ་ལ་སྤྲུལ་བྱ་བ་ཚོམ། །བྱེད་དུ་ཅི་དགོས་བྱ་དང་བྱེད་པ་ཡིས། །བཙོས་སྤྲུལ་མེད་
པ་མ་བཙོས་ལྷན་གྱིས་གྲུབ། །

གཞི་ཡི་རིག་པ་ཡེ་ནས་ལྷན་གྲུབ་ཀྱི་དོན་བསྟན་པའི་ལེ་ཏུ་སྟེ་བདུན་པའོ། །

༼གཞི་ཡི་རིག་པ་ལྷན་གྲུབ་རང་བྱུང་དུ་བསྟན་པ༽

༥ ཡེ་ནས་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་རིག་པ་དེ། །རྒྱ་ལས་མ་བྱུང་ཁྱེན་གྱིས་མ་བསྐྱེད་

སའི། །རང་བྱུང་ཡིན་ཏེ་རྒྱ་ལས་བྱང་བྱུང་ན། །བརྒྱད་རྒྱ་མེད་དེ་འོག་མ་མེད་པ་
ནས། །རིག་པ་རང་བྱུང་མེད་སའི་དུས་མེད་ཕྱིར། །བརྒྱད་རྒྱའི་དུས་ནས་རྒྱ་འབྲས་
རིག་པ་ཡང་། །ཁྱུ་ལ་ན་དུས་མཉམ་པ་ལ་རྒྱས་ཅི་བྱ། །དངོས་རྒྱ་མེད་དེ་ཡི་ནས་རང་
བྱུང་ཏུ། །ཡོད་ཕྱིར་དངོས་རྒྱས་དངོས་འབྲས་ཇི་ལྟར་བསྐྱེད། །ཁྱུ་ལ་ཐོན་པ་ལ་དངོས་
རྒྱས་མཐོ་ཅི་ཡོད། །ཉེར་ལེན་མེད་དེ་ཉེ་བར་སྒང་བཞི། །ཡི་ནས་རང་བྱུང་རྒྱ་ལ་
རག་མ་ལས། །དེ་ལ་ཉེ་བར་ལེན་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན། །ཉེ་བར་མ་སྒངས་པ་ཡང་རང་
བྱུང་ཏུ། །ཡོད་ན་དེ་ལ་ཉེར་ལེན་རྒྱས་ཅི་བྱ། །རྒྱ་ཡོད་པ་ལ་རྒྱ་ལས་སྔ་བ་དང་། །རྒྱ་
དང་དུས་མཉམ་རྒྱ་ལས་ཕྱི་བ་འདྲ་། །མ་ཡིན་རྒྱ་ལས་མི་སྔ་རྒྱ་ཉིད་དང་། །བར་
བཅས་མ་ཡིན་གནས་ལུགས་རོ་གཅིག་པ། །དུས་མཉམ་མ་ཡིན་དུས་ལས་འདས་པ་
ཡིན། །ཕྱི་བའང་མ་ཡིན་དུས་མེད་ལྷན་གྱུ་ཡིན། །གཞི་ཡི་རིག་པ་དུས་གསུམ་དུས་
མེད་པ། །རྒྱུན་གྱིས་མ་བསྐྱེད་རྒྱ་རྒྱུན་མ་གྱུ་ལྟེ། །རིག་པ་ལྷན་གྱུ་ཐོག་མཐའ་
དབྱས་མེད་ན། །ཐོག་མ་མེད་ལ་ཐོག་མའི་རྒྱ་རྒྱུན་གང་། །རྒྱ་རྒྱུན་གང་གིས་ཐོག་མ་
མེད་པ་ཞིག །ཇི་ལྟར་སྐྱེད་ལུས་བསྐྱེད་སའི་དངོས་པོ་མེད། །

དམིགས་སའི་རྒྱུན་མེད་རིག་པ་དམིགས་གཏང་བྲལ། །དམིགས་བྱ་དམིགས་
བྱེད་བར་མེད་མཉམ་གནས་ཆེ། །དམིགས་པ་ཅི་འཆར་ཡུལ་མེད་ཅ་བྲལ་
ལ། །དམིགས་རྒྱུན་གང་ཡིན་དམིགས་པ་གང་ཡིན་སྟོས། །དམིགས་ཅམ་ཉིད་ནས་
དམིགས་གཏང་ཀུན་ཞིག་ན། །དམིགས་པ་པོ་ཡང་བཅའ་བས་རྟེན་མི་
འགྱུར། །བདག་པོ་གང་ཡིན་དེ་ཡི་རྒྱུན་གང་ཡིན། །

བདག་བྱ་མེད་པར་བདག་པོ་ཅི་སྟེ་འདོགས། །བདག་མེད་བདག་རྒྱུན་བྱ་བ་

གང་ཞིག་ཡིན། །རང་རིག་སྒྲུབ་བྱུང་བ་དག་རྒྱུན་ལ་མ་སྟོས། །སྤྲུལ་ཀྱང་བྱར་མེད་བྱ་
ཚོལ་བལ་བ་ཡིན། །དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་ཡང་ཡོད་མིན་ཏེ། །རང་རིག་བྱུང་བ་དེ་མ་
ཐག་མི་སྤིད། །སྤར་མེད་དེ་མ་ཐག་ཏུ་གསར་སྤྱེས་ན། །སྒྲུབ་གྱིས་ཅི་འབྲུབ་རྒྱ་
བཙུག་པའི་བྱིད། །དེ་ལ་རང་རིག་པ་འདྲ་ཅི་འདོགས་སྟེ། །གཞན་གྱིས་བྱས་ན་རང་
རིག་ཅི་སྟེ་བཟོད། །དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་ལ་མ་རག་པ། །གདོད་མ་ཉིད་ནས་རང་བྱུང་
རིག་པ་ཡིན། །

གཞི་ཡི་རིག་པ་སྒྲུབ་བྱུང་བ་དང་བྱུང་བ་སྒྲུབ་པའི་ལེའུ་སྟེ་བརྒྱད་པའོ། ། །

༼གཞི་ཡི་རིག་པ་མ་བཙུག་སྒྲུབ་རང་གྲོལ་བསྒྲུབ་པ༽

༥ གཞི་གནས་ལེ་ཤེས་རིག་པ་ཆེན་པོ་ནི། །ཡེ་ནས་སྒྲུབ་བྱུང་བ་དང་བྱུང་བ་
ཤར་ཡིན། །དག་པ་ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་། །མ་དག་འཁོར་བའི་ཆོས་ཀྱན་
རང་ཤར་ཡིན། །མ་དག་སྤྲོ་ཆོགས་ཤར་བས་སྤྲིག་པ་མེད། །དག་པའི་ཡོན་ཏན་ཅི་
ཤར་བཟང་བྱ་མེད། །བཟང་བཅ་གང་གིས་བསྐྱུར་བྱ་མེད་པ་ཡིན། །གཞི་རིག་འཁོར་
འདས་ཀྱན་གྱི་འཆར་གཞི་ཡིན། །མ་དག་སྟོད་བཅུད་འགྲོ་བ་རིགས་བྱུག་
དང་། །འབྱུང་བ་བཞི་དང་འབྱུང་འབྱུར་ལ་སོགས་པ། །ཅིར་ཡང་སྤང་ཞིང་གར་ཡང་
གནས་ས་མེད། །ནམ་ཡང་མི་འགག་རང་ཤར་ཆེན་པོ་ཡིན། །

ཅིར་ཡང་སྤང་སྟེ་སྤྲུལ་ཡིས་དགག་པར་བྱས། །སྤང་དང་སྤང་གཞི་བར་མེད་
མཉམ་གནས་ལ། །སྤང་གཞི་ལས་གཞན་སྤང་བ་སྤེར་བྱ་མེད། །སྤང་བ་ཐ་དད་ཟུར་བྱ་
བྱུང་པ་ལ། །སྟོང་ལུགས་མེད་དེ་སྤང་བའི་གཞི་ཅ་སྟོང་། །སྤང་བའི་གཞི་མེད་སྤང་བ་
འཆར་གྱར་ན། །སྤང་དང་མི་སྤང་ནས་དབྱེ་མེད་པ་བྱ། །དུས་ཀྱན་སྤང་བ་འབའ་ཞིག་

པར་འགྱུར་ཞིང་། །སྤང་བའི་ཆོས་ཀྱན་འགྱུ་བ་སྤྲ་ཆོགས་ཀྱི། །རླེན་དུ་མི་འགྱུར་
སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ། །དང་པོ་ཉིད་ནས་སྒོ་བྱར་ངི་བལ་འགྱུར། །སྤང་བའི་གཞི་
མེད་འཆར་བའི་སྤང་བ་མེད། །སྤང་མེད་སྤང་བ་དགག་ཏུ་མེད་པ་ལ། །རང་སྤང་རང་
ཤར་དོན་དུ་ཆང་བ་ཡིན། །འཆར་གཞི་འཆར་བྱ་ཐ་དད་གཏན་མེད་ལ། །སྤང་བ་ཅི་
ཡང་འཆར་དུ་བརྟུབ་པ་ཡིན། །འཆར་གཞི་འཆར་བྱ་རྣམ་དབྱེ་ཐ་དད་ལ། །སྤང་བ་
ཅིར་ཡང་འཆར་དུ་མི་བརྟུབ་སྟེ། །འཆར་གཞི་འཆར་བྱ་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་
ཕྱིར། །འཆར་གཞི་རིག་པ་ལྟན་གྲུབ་ཆེན་པོ་ལས། །འཆར་བྱ་སྤང་བ་ཐ་དད་མེད་
གྱུར་ན། །འཆར་གཞིའི་རང་ལ་འཆར་བའི་སྤང་བ་ཆང་། །འདི་ནི་འཆར་དུ་མེད་པ་
འཆར་བ་ཡི། །དོན་དེ་གཞན་སྟོགས་འཆར་དུ་ཡོད་པ་ཞིག །འཆར་བར་འདོད་ཀྱང་
རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ལ། །འཆར་དུ་མེད་པར་འཆར་བ་ཁྱད་ཆོས་ཡིན། །

རིག་པའི་དབྱིངས་ལ་དཔུལ་བར་ལྷགས་སྟེག་དང་། །དཔུལ་བའི་སེམས་ཅན་
སྟུག་བསྐལ་སྒྲོང་བ་འཆར། །འཆར་བ་ཇི་བཞིན་འཁྲུལ་སྤང་ཡིན་མོད་ཀྱང་། །མ་
འཁྲུལ་བ་ཞིག་འཁྲུལ་བར་སྤང་བའི་ཕྱིར། །འཁྲུལ་སྤང་དབྱིངས་ལས་མི་གཞན་
འཁྲུལ་བ་ཉིད། །རང་སར་དག་ཕྱིར་འཁྲུལ་བ་སྤང་བར་འཐད། །ཅི་སྟེ་འཁྲུལ་བ་འཁྲུལ་
བ་ཉིད་ཡིན་ན། །འཁྲུལ་བ་ཉིད་ལ་སྟུ་ཡིས་བཙོས་སྟུ་རུས། །རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་འཁྲུལ་བ་
འབའ་ཞིག་ཕྱིར། །འཁྲུལ་བ་སྤངས་པའི་སངས་རྒྱུ་མི་སྤྲིད་འགྱུར། །འཁྲུལ་བ་
འཁྲུལ་བ་ཉིད་མིན་མ་འཁྲུལ་ཉིད། །མ་འཁྲུལ་བ་ལ་འཁྲུལ་བ་སྤང་མོད་ཀྱང་། །འཁྲུལ་
བ་མ་ཡིན་མ་འཁྲུལ་བ་ཉིད་ཡིན། །འཁྲུལ་བ་དཔུལ་བའི་གནས་དང་སྟུག་བསྐལ་
སོགས། །མ་འཁྲུལ་ཉིད་ཕྱིར་མ་དག་གནས་ཞེས་བྱ། །མ་དག་པ་འང་མ་དག་པ་ཉིད་

མིན། །མ་དག་དག་པ་ཉིད་ཡིན་དག་ཏུ་བྱུང་། །མ་དག་མ་དག་པ་ལ་དག་ཏུ་
མེད། །དག་པའི་གཞི་ལ་མ་དག་སྤང་ཙམ་གྱིས། །སྒྲོ་བུར་དག་བྱ་དག་བྱེད་སྤང་ཙམ་
སྤིད། །དག་བྱ་དག་བྱེད་ཉིད་ཀྱང་མི་སྤིད་མོད། །དག་བྱ་དག་བྱེད་གཉིས་ཉིད་ངོ་
བོས་སྤོང་། །དེ་བྱིར་མ་དག་སྤང་བ་གང་ཤར་གྱིས། །གཞི་རིག་མི་སྐྱིབ་བསྐྱིབ་བྱ་
སྐྱིབ་བྱེད་མེད། །

བསྐྱིབ་བྱ་སྐྱིབ་བྱེད་གཉིས་སུ་སྤིད་གྱུར་ན། །ནམ་ཡང་སྐྱིབ་བྱིར་སྐྱིབ་མེད་ག་
ལ་འཐད། །མ་དག་འཆར་གཞི་གཞི་རིག་ཡིན་མོད་ཀྱང་། །མ་དག་སྤང་བ་གཞི་ལས་
མི་གཞན་པས། །གཞི་ལ་འཆར་ཞིང་གཞི་ཡི་དབྱིངས་སུ་བྱུང། །གཞི་ལས་མ་འཆར་
མ་དག་སྤང་བ་མེད། །མ་དག་སྤང་བ་རིག་པའི་ངོ་ལ་རྩལ་ཡིན། །རིགས་ཐུག་སྤོང་
བཅུད་ལས་དང་ཉོན་མོངས་སོགས། །རིག་པའི་རྩལ་ཡིན་རིག་པ་ལས་མི་
གཞན། །ཅི་སྟེ་གཞི་རིག་དག་པའི་ངོ་བོ་ལ། །མ་དག་འཆར་ན་གཞི་རིག་ཅི་སྟེ་དག
།སྟུམ་ན་དེ་ནི་མོངས་པའི་རང་ཉགས་ཏེ། །དག་པའི་གཞི་ལ་མ་དག་མ་འཆར་ན། །མ་
དག་གཞི་ལ་མ་དག་ཅི་སྟེ་འཆར། །གཞི་མ་དག་ལ་མ་དག་འཆར་གྱུར་ན། །ཐམས་
ཅད་མ་དག་ངོ་བོ་རོ་གཅིག་བྱིར། །དག་དང་མ་དག་ཐ་སྟད་ཅི་སྟེ་འཐད། །དཔེར་ན་
གཟུགས་བརྟན་འཆར་དུ་མི་བྱུང་བའི། །མེ་ལོང་མ་དག་པ་ལ་མ་དག་
གཟུགས། །ཤར་ན་གཞི་མ་དག་ལ་མ་དག་པ། །ཤར་བ་འཐད་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཡོད་མ་
ཡིན། །མ་དག་གཟུགས་བརྟན་མ་དག་མེ་ལོང་ལ། །

མི་ཤར་ཉིད་བྱིར་དེ་ལ་ཤར་བ་དང་། །མ་ཤར་ཐ་སྟད་མི་འཐད་པ་བཞིན་དུ། །མ་
དག་གཞི་ལ་མ་དག་ཤར་མ་ཤར། །ཐ་སྟད་ངེ་ལྟ་བུར་ནི་འཐད་པར་སོམས། །དེ་བྱིར་

གཞི་རིག་ཡེ་ནས་དག་པ་ལ། །མ་དག་སྒྲུང་བ་ཅིར་ཡང་འཆར་རུང་བ། །དཔེར་ན་མེ་
ལོང་གཡལ་ཡི་རིེ་མ་ཀུན། །དག་པའི་རོས་སུ་མ་དག་གཟུགས་བརྟན་ཀུན། །འཆར་
བ་རིེ་བཞིན་མ་དག་སྒྲ་ཆོགས་གཟུགས། །རིེ་ཙམ་འཆར་ཡང་མེ་ལོང་མ་སྐྱེ་བ་
ཅིང་། །མེ་ལོང་མ་དག་པ་རུ་མི་འགྱུར་བ། །རིེ་བཞིན་གཞི་རིག་ཡེ་ནས་དག་པ་
ལ། །མ་དག་སྒྲུང་བ་འཆར་ཡང་མི་སྐྱེ་བ་ཅིང་། །གཞི་རིག་མ་དག་རོ་བོར་འགྱུར་བ་
མེད། །

འཆར་གཞི་གཞི་རིག་དག་པ་ཉིད་ཡིན་ཕྱིར། །འཆར་བྱའི་སྒྲུང་བ་མ་དག་པ་
ཀུན་ཀྱང་། །མ་དག་འཆར་ཡང་དག་པའི་རོ་བོ་ཉིད། །དེ་ཉིད་དེ་དག་རིག་པའི་རོལ་བ་
ཡིན། །རིག་པའི་རོལ་བ་ཞེས་བྱའང་རིག་པ་ཉིད། །མ་དག་སྒྲུང་བ་ཐམས་ཅད་རིག་པ་
ལ། །འཆར་ཞིང་རིག་པ་ཉིད་གྱི་ངང་དུ་ཐིམ། །དེ་ཕྱིར་རིག་པའི་རོལ་བ་འཕམ་ཆོ་འབྲུལ་
ཙམ། །དེ་ཡང་རོལ་བ་རིག་པའི་རོ་བོ་ཉིད། །ཡིན་ཕྱིར་རོལ་བ་སྒྲ་ཆོགས་འཆར་ཚུལ་
ལ། །མ་དག་གྱུར་ཀྱང་རང་བཞིན་དག་པ་ཉིད། །དེ་བཞིན་མ་དག་སྒྲོད་བཅུད་ལས་
ཉོན་ཀུན། །རིག་པའི་འབྲུལ་དང་རིག་པའི་རོལ་བ་ཉིད། །རོལ་བ་རིེ་བཞིན་རྣམ་
འགྱུར་སྒྲ་ཆོགས་པ། །བདེ་སྤྱད་འགྲོ་འགྱུར་སྐྱེ་འགག་གནས་པ་སོགས། །རིག་པའི་
ཅལ་ཡིན་རིག་པ་གཞི་ཉིད་ལས། །གཡོ་བ་མེད་བཞིན་འགྲོ་ཀུན་ལས་ཉོན་
གྱིས། །འཆིང་བ་དམ་པོས་འཁོར་བར་འཆིང་བྱེད་པ། །དེ་དག་རིག་པའི་རོལ་བའི་
ཅལ་ཉིད་ཡིན། །རིག་པ་དག་པའི་རོལ་ཅལ་མ་དག་པ། །དེ་ཙམ་སྐྱོ་བ་སེམས་ཅན་
བསྐྱེ་བ་བཞིན། །བྱེད་པའི་རྒྱ་མཆན་ཅི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། །གཞི་རིག་དག་པས་བསྐྱེ་
བར་མི་སྲིད་ཀྱང་། །འགྲོ་ཀུན་གཞི་རིག་ཀུན་གཞི་མ་རིག་པས། །སྐྱེ་བ་ནས་ཉོག་

ཆོག་གས་འཕྲོ་འདུ་སྒྲ་ཆོག་གས་ཀྱིས། །ལས་ཉོན་འཆིང་བས་ཡང་ཡང་བཅིངས་པ་
ཡིན། །

འགྲོ་བ་རང་རང་སྒོ་བྱར་སྒྲིན་དབང་གི། །མ་དག་སྒྲ་ཆ་འགོག་མེད་ཤར་བས་
བསྐྱུས། །དཔེར་ན་རང་ཉིད་བྱད་བཞིན་ངན་པའི་གཟུགས། །མེ་མོང་ངོས་སུ་འཕོས་
པ་བཞིན་དུ་གྱུར། །མ་དག་སྒྲ་ཡང་སྒྲ་བ་ཇི་བཞིན་དུ། །བདེན་པར་མི་འཛིན་གང་
སྒྲ་དག་པ་ཡི། །དོ་བོ་ཉིད་དུ་རང་བབས་སྒྲིང་གྱུར་པ། །དེ་ལ་འཁྲུལ་བ་མ་དག་
མཆིང་མེད་ཅིང་། །ཐམས་ཅད་སྒྲ་བྱུང་བྱུང་བ་དཔལ་ཆེན་པོར་གནས། །མ་དག་སྒྲ་
བ་ཇི་བཞིན་དེར་བཟུང་ན། །གཞི་དབྱིངས་དག་པའི་ངོ་བོ་ཅི་སྟེ་མཐོང་། །

རོལ་བའི་རྣམ་འགྲུར་རྩལ་ཡིན་ངོ་བོ་གཅིག །རྩལ་དང་རོལ་བ་ཚུ་དང་ཚུ་
རྒྱབས་བཞིན། །མ་བརྟག་རང་གར་འཁྲུལ་སྒྲ་སྒྲ་ཆོག་གས་པ། །བརྟག་ནས་ཡིན་
ལུགས་དོན་ལ་གཞིག་པའི་ཆོ། །དབྱིངས་དང་རོལ་བ་རྩལ་རྣམས་ངོ་བོ་གཅིག །དོ་
བོ་སྟེ་མེད་རང་བཞིན་མ་འགགས་པ། །ལུགས་ཇི་གནས་མེད་ངོས་བཟུང་གཏད་སོ་
བྲལ། །དེ་བཞིན་གཞི་རིག་དག་པའི་སྒྲིང་ཡངས་ནས། །དག་པའི་སྒྲ་བ་སྐྱུ་ལྟ་
ཤེས་ལྟ། །ཆོད་མེད་ཞིང་ཁམས་ལ་སོགས་གང་ཤར་བ། །ཐམས་ཅད་རིག་པ་སྒྲིང་
བའི་རང་བཞིན་ལས། །རོལ་རྩལ་འཇམ་ཆོན་ལྟ་བུ་གཏད་མེད་ཀྱི། །ཉེན་འབྲེལ་མ་
འགག་རང་བཞིན་སྒྲིས་དང་བྲལ། །དག་དང་མ་དག་སྒྲ་བ་སྒྲ་ཆོག་གས་པ། །སྒྲིང་ཡང་
ཤར་ཞིང་ཤར་ཅོམ་ཉིད་ནས་སྒྲིང་། །ཤར་ཐོག་རང་གྲོལ་སྐྱུལ་གྱི་མདུད་པ་
བཞིན། །གང་ཡང་ཤར་ཞིང་གང་ལའང་མི་ཐོགས་པ། །གང་སྒྲ་གཏད་མེད་སྐྱུ་མའི་
ཆོ་འཕྲུལ་བཞིན། །མ་བཙལ་རང་སོར་བཞག་ན་རང་གྲོལ་འདི། །རྒྱུགས་པ་ཆེན་པོ་

རང་གི་བྱད་ཆོས་ཡིན། །

བཅའ་ནས་སྟོང་བ་གཏན་ལ་འབབས་ཀྱི་དུང་། དབུ་མའི་ལུགས་ཡིན་འདི་དང་
ཚུལ་མི་འདྲ། །བཅའ་ནས་རིག་པ་སྟོང་བའི་དོན་མི་མཐོང་། །རིགས་པས་བཅའ་བ་
རྣམ་རྟོག་རང་བཞིན་ཡིན། །བཅའ་བྱ་འཆོལ་ཀྱི་མེད་པར་རང་སར་ཞོག། །རྣམ་རྟོག་
གང་ཤར་མ་བཅོས་སྒྲོམ་ཀྱི་དུང་། །རྣམ་རྟོག་ཆོས་སྐྱར་གྲོལ་ཞེས་སྒྲ་མོད་ཀྱང་། །འདི་
ནི་རྣམ་རྟོག་རྩིས་མེད་རང་བབས་སུ། །བཞག་པའང་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་བྱད་ཆོས་
ཡིན། །དེ་ལྟར་གཞི་རིག་མ་བཅོས་ལྷན་གྱིས་བྱུང་། །ལྷན་བྱུང་བའོ་བཅོས་མེད་པ་སྐྱ་
བཞིའི་དང་། །སྟོང་བ་ཆོས་སྐྱ་འགག་མེད་ལོངས་སྟོན་རྫོགས། །གནས་མེད་སྐུལ་སྐྱ་
དབྱེར་མེད་མི་འགྱུར་བ། །དོ་རྩེའི་སྐྱ་སྟེ་སྟོང་བ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས། །རང་བཞིན་མེ་
ལོང་གསལ་བ་མཉམ་པ་ཉིད། །ལྷན་བྱུང་བྱ་བྱུང་འགག་མེད་སོར་རྟོག་སྟེ། །ཡེ་ཤེས་
ལྷ་ཡང་མ་བཅོས་ལྷན་གྱིས་བྱུང་། །

གཞི་ཡི་རིག་པ་མ་བཅོས་ལྷན་བྱུང་རང་གྲོལ་བསྟན་པའི་ལེའུ་སྟེ་དབུ་པའོ། །

༼ ཆོས་ཐམས་ཅད་གཞི་རིག་གཅིག་གི་སྟོང་དུ་རྫོགས་པ་གཅིག་
པུའི་དོན་བསྟན་པ༽

༥ གཞི་ཡི་རིག་པ་ལྷན་བྱུང་ཆེན་པོ་ནི། །རྣམ་ཡང་འཕྲོ་མེད་རོ་བོ་འགྱུར་བ་
མེད། །བཟང་པོས་བཅོས་མེད་ངན་པས་བསྐྱར་དུ་མེད། །བཟང་ངན་གང་ཡིན་
སེམས་ཀྱི་རོ་བོ་ཉིད། །སྒྲ་ཆོགས་སྤང་བ་གང་ཤར་འདི་ཐམས་ཅད། །གཞི་ཡི་རིག་པ་
གཅིག་གི་རོལ་རྩལ་ཡིན། །མཐའ་དག་རིག་པ་གཅིག་གི་རོ་བོར་རྫོགས། །མ་དག་
སྟོན་ཀྱན་འབྱུང་བ་ལྷས་བསྐྱེད་ཅིང་། །ཆེ་ཆུང་ཡངས་དོག་ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོགས་

བ། །ནམ་འགྲུར་སྣ་ཚོགས་བཟ་ཡང་གཞི་རིག་གི་ །ངོ་བོ་གཅིག་ལས་གཞན་དུ་མ་
འདས་བ། །ཐམས་ཅད་སྐྱེ་མེད་གཞི་དབྱིངས་གཅིག་དུ་བསྐྱུམ། །

མ་དག་འགྲོ་བྱུག་ཁམས་དང་དབང་པོ་དང་། །རིགས་དང་ཀུན་སྦྱོང་སྣ་ཚོགས་
ཐ་དད་ཀྱང་། །ཐམས་ཅད་སེམས་ཉིད་གཅིག་གི་རོལ་རྩལ་ཡིན། །གཞི་རིག་སྐྱེ་བ་
མེད་པའི་སྐྱོང་དུ་བསྐྱུམ། །དེ་བཞིན་དག་པའི་སྦོད་བཅུད་མ་ལུས་བ། །སངས་རྒྱས་
ཞིང་དང་སྐྱུ་ལྔ་ཡེ་ཤེས་ལྔ། །ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་ཀྱང་། །སེམས་ཉིད་
གཅིག་གི་རོལ་རྩལ་ལས་མ་འདས། །གཞི་ཡི་རིག་བ་གཅིག་གི་ངོ་བོ་ཡིན། །སེམས་
ཅན་མཐའ་ཡས་གཞི་རིག་མཐའ་ཡས་ཤིར། །ཐམས་ཅད་གཞི་རིག་གཅིག་གི་རྩལ་
ཡིན་ན། །གཞི་རིག་ཐམས་ཅད་གཅིག་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར། །སྣམ་ན་སེམས་ཅན་
མཐའ་ཡས་གཞི་རིག་ཀྱང་། །དེ་བཞིན་པ་མཐའ་ཡས་པ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། །དེ་ཀུན་སོ་
སོར་ཐ་དད་མ་ཡིན་ཞིང་། །ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་དབྱེར་མེད་རོ་གཅིག་
ཡིན། །དབྱིངས་རིག་ཆེན་པོ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་ལ། །སྤྱོགས་དང་དུས་དང་གནས་
སྐབས་སྣ་ཚོགས་པའི། །བྱད་པར་མེད་པ་བྲབ་བཤལ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། །རྟེན་པ་རྒྱད་
བྱུག་འགྲོ་ཁམས་སྣ་ཚོགས་བ། །སྤང་ཅམ་ཐ་དད་ལྟ་བུ་མ་འགག་པའི། །དོན་འདི་
རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་བྱད་ཆོས་ཡིན། །

དབུ་མ་པས་ནི་ཐ་སྦྱད་སྣ་ཚོགས་བ། །འདི་ཀུན་ཀུན་རྫོབ་ཅམ་དུ་སྤང་བ་
དང་། །དོན་དམ་དབྱེད་པའི་རིགས་ཤེས་གྲིས་གཞལ་ཆེ། །བདེན་པར་གྲུབ་པ་རྟུལ་
ཅམ་མི་རྟེན་བ། །བཞེད་ཀྱང་དེ་ནི་དོན་དམ་རིགས་པ་ཡིས། །གཏན་ལ་འབེབས་པའི་
དབང་དུ་མཛད་པ་ཡིན། །འདིར་ནི་རིགས་པའི་དབྱེད་པ་ལ་མ་ལྟོས། །རང་བབས་

གཉུག་མ་སྐྱོང་བའི་ལུགས་ཡིན་ཕྱིར། །སྤྲོའོགས་ཐ་སྐྱད་སྤང་བ་འདི་ཀུན་
ཀྱང་། །གཞི་ཡི་རིག་པ་གཅིག་གི་ངོ་བོ་ལས། །གཞན་དུ་མི་འཆོལ་དེ་དང་རོ་གཅིག་
ཡིན། །འོན་ཇོགས་ཆེན་ལུགས་སུ་བདེན་གཅིག་ལས། །བདེན་པ་གཉིས་སུ་མེད་
པར་ཐལ་སྟམ་ན། །རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་རང་ལ་བདེན་པ་གཉིས། །རྣམ་དབྱེ་ཐ་དང་
བཞག་དུ་ག་ལ་ཡོད། །འོན་ཀྱང་དང་པོའི་ལས་ཅན་ཁ་བྲངས་ཕྱིར། །སྤང་ཅམ་ཚུལ་
ལ་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱང་བཞག །དོན་དུ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་ཐ་དང་ན། །ཀུན་རྫོབ་
ལས་གཞན་དོན་དམ་ཅི་ལྟར་བཞག །དོན་དམ་ལས་གཞན་ཀུན་རྫོབ་ཅི་ལྟར་བཞག །

སྤང་བ་སྤྲོའོགས་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་དང་། །རང་བཞིན་སྐྱོང་བ་དོན་དམ་བདེན་
པར་བཞག །ཟེར་ན་གཞི་ཡི་རིག་པ་ལས་གཞན་པའི། །སྤང་བ་སྤྲོའོགས་ལོགས་སུ་
བཞག་དུ་མེད། །དཔེར་ན་རས་སྟོན་སྟེང་གི་ཤེལ་འོད་བཞིན། །སྤྲོའོགས་སྤང་བ་
རིག་པ་ལས་ཤར་ཡང་། །རིག་པ་རང་ལས་གཞན་དུ་བཅའ་དུ་མེད། །དེ་ཕྱིར་དོན་
དམ་ལས་གཞན་ཀུན་རྫོབ་ཆོས། །ལོགས་སུ་བཞག་མེད་འདི་པའི་བྲད་ཆོས་
ཡིན། །དོན་དམ་ཡང་ནི་སྤང་བ་ཀུན་རྫོབ་ལས། །ལོགས་སུ་མི་འཆོལ་ཀུན་རྫོབ་སྤང་
བ་ཉིད། །ངོ་བོས་སྐྱོང་ཕྱིར་ཀུན་རྫོབ་དོན་དམ་ཉིད། །དེ་ཕྱིར་བར་མེད་ལྷལ་བ་ཞེས་
བྱ་སྟེ། །དེ་ཡང་རྫོགས་ཆེན་རང་གི་བྲད་ཆོས་ཡིན། །སྤང་བ་གང་ཤར་དོན་དམ་ལས་
མ་འདས། །དེ་ཕྱིར་སྤང་བ་ལས་གཞན་དོན་དམ་མེད། །དོན་དམ་སྐྱེ་མེད་གང་ཡིན་
སྤང་བ་ཉིད། །སྐྱེ་མེད་ལས་གཞན་སྤང་བ་བཞག་དུ་མེད། །

སྤང་དང་སྐྱོང་བ་དབྱེར་མེད་རོ་གཅིག་པ། །རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་བདེན་གཉིས་
ཡིན་ལུགས་དང་། །སྤང་དང་སྐྱོང་བ་ཟུང་དུ་འབྲེལ་ཚུལ་ཏེ། །གཞན་ལ་མ་གྲགས་

ཁྱད་ཆོས་ཐུན་མོང་མིན། །གང་སྤང་ཐམས་ཅད་སྟོང་བ་ཉིད་ཡིན་ཕྱིར། །རང་བྱུང་
རང་ཤར་ཞེས་ཀྱང་བརྟེན་བ་ཡིན། །སྤང་བ་ཤར་ཅམ་ཉིད་ལས་སྟོང་བའི་ཕྱིར། །རང་
གྲོལ་ཆེན་པོ་ཞེས་ཀྱང་བརྟེན་བ་ཡིན། །དག་དང་མ་དག་ཐམས་ཅད་མ་བཅས་
བ། །ཤར་ཡང་ཤར་ལ་དེ་མ་ཐག་གོལ་ཕྱིར། །ལྷན་གྱིས་གྲུབ་བ་ཞེས་ཀྱང་བརྟེན་བ་
ཡིན། །ཐམས་ཅད་གཞི་དབྱིངས་ཉིད་དུ་རྟོག་ཅིག་ཕྱིར། །མཉམ་ཡངས་ཆེན་པོ་ཞེས་
ཀྱང་བརྟེན་བ་ཡིན། །གཞི་རིག་གཅིག་གིས་ཀུན་ལ་ཁྱབ་བའི་ཕྱིར། །ཁྱབ་བརྒྱུ་
ཆེན་པོ་ཞེས་ཀྱང་བརྟེན་བ་ཡིན། །

ཤར་བ་མི་འགོག་སྟོང་བ་མི་སྒྲིབ་ཕྱིར། །ཤར་གྲོལ་དུས་མཉམ་ཞེས་ཀྱང་བརྟེན་
བ་ཡིན། །འཁོར་འདས་ཐམས་ཅད་གཞི་དབྱིངས་རྟོག་ཅིག་ཕྱིར། །འདི་ལ་གཅིག་སུ་
ཞེས་ཀྱང་བརྟེན་བ་ཡིན། །གཅིག་སུའི་ཡིན་ལུགས་ཚུལ་བཞིན་མ་ཤེས་ན། །ཐམས་
ཅད་ཐ་དད་ཉིད་དུ་འབྲུལ་བའི་ཕྱིར། །ཐ་དད་བ་ལ་ཀ་ནས་དག་བ་མེད། །མ་བཅས་བ་
དང་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་བ་མེད། །རང་ཤར་མེད་ཅིང་རང་བྱུང་རང་གྲོལ་མེད། །རྟོགས་བ་
ཆེན་པོའི་ཁྱད་ཆོས་མ་ལུས་བ། །གཅིག་སུ་ལ་ཆང་ཐ་དད་བ་ལ་མིན། །ཐ་དད་བ་ནི་
སྤང་སྟོང་ཐ་དད་ཕྱིར། །སྤང་དང་སྟོང་བ་གཉིས་སུ་གྲུབ་བ་ཡི། །བར་གྱིས་ཆོད་ཕྱིར་
དུས་ཀུན་མ་དག་བས། །ཀ་ནས་དག་བ་ཇི་ལྟ་སུ་ནི་འཐད། །

ཐ་དད་གྱུར་ན་སྤང་སྟོང་དབྱེར་མེད་བ། །ཁྲོས་བཅས་དགོས་ན་མ་བཅས་བ་དེ་
གང་། །ཐ་དད་སྤྱེ་ཁྲོས་བཅས་ནས་འཛོག་བའི་ཕྱིར། །ལྷན་གྱིས་གྲུབ་བ་ཞེས་ཀྱང་རི་
ལྟར་འཐད། །ཐམས་ཅད་སྤྱེ་ཁྲོས་བཅས་ནས་འཛོག་དགོས་ན། །རང་བྱུང་རང་ཤར་
རང་གྲོལ་ཡིན་པར་འགལ། །དེ་ཕྱིར་ཐ་དད་བ་མིན་གཅིག་བ་ཡིན་མིན། །སྒྲེ་འགག་

མེད་ཅིང་ཆད་དང་རྟག་པ་མེད། །འགྲོ་དང་འོང་མེད་སྒྲིམ་པ་ཀུན་བྲལ་དེ། །གཅིག་
ལུའི་དོན་དུ་ཡང་དག་གནས་པ་ཡིན། །ཐ་དད་པ་ལས་དབྱེར་མེད་མི་འཐད་
བས། །གཅིག་ལུར་མི་རུང་གཅིག་པ་དེ་ཉིད་ཀྱང་། །དོན་གཅིག་པ་ཡང་རྣམ་པ་ཐ་
དད་ཕྱིར། །གཅིག་ལུར་མི་རུང་རྒྱ་རྒྱུན་ལས་སྦྱེ་ཡང་། །བཅས་མ་ཡིན་ཕྱིར་གཅིག་
ལུ་ཉིད་མི་རུང་། །འགག་པ་ཉིད་ཀྱང་རྒྱུན་གྱིས་བཞུགས་པའི་ཕྱིར། །གཅིག་ལུར་མི་
རུང་ཆད་པའང་གཏན་མེད་ཕྱིར། །གཅིག་ལུར་མི་རུང་རྟག་པའང་གཏན་མེད་
ཕྱིར། །ལྷག་པར་སྒྲོ་འདོགས་པའི་ཕྱིར་གཅིག་ལུ་རུང་། །མ་རུང་མཐའ་བརྒྱད་སྒྲིམ་
པ་ཀུན་ཞིག་ནས། །སྤང་བ་ཤར་གྲོལ་སྤང་སྟོང་དབྱེར་མེད་པ། །གཅིག་ལུའི་དོན་དུ་
ཡང་དག་གོ་བ་ཡིན། །

དབུ་མ་པ་ཡིས་མཐའ་བརྒྱད་སྒྲིམ་བྲལ་ཡང་། །སྤང་བ་བསྐྱུ་མེད་མ་འགོག་
བཞག་མཛད་ནས། །དེ་ཉིད་ངོ་བོ་སྟོང་བ་རོ་གཅིག་ཀྱང་། །ལྷོག་པ་ཐ་དད་རྣམ་པར་
བཞག་པར་མཛད། །ངོ་བོ་སྟོང་བ་རོ་གཅིག་མཚུངས་ན་ཡང་། །ལྷོག་པ་ཐ་དད་དབྱེར་
མེད་ལྷོག་ཆ་འང་། །ངོ་བོ་ཇི་བཞིན་རང་གྲོལ་ཆེན་པོ་རུ། །གཏན་ལ་འབེབས་པ་
རྫོགས་ཆེན་བྱད་པར་ཆོས། །དེ་ཡང་རིགས་པས་དབྱུད་དང་གནས་ལུགས་
དོན། །གཅེར་མཐོང་ངོ་སྟོང་ཡིན་མིན་ཆ་ནས་འབྱེད། །གཅེར་མཐོང་ངོ་སྟོང་པ་འང་
ལྷག་རྒྱ་ཆེ། །རྣམ་རྟོག་སྤང་བ་གང་ཤར་ཆོས་སྒྱུ་ཡི། །ཡོ་ལང་ཞེས་སྒྲ་གཅོད་ལུལ་པ་
དག་གིས། །རྣམ་རྟོག་ཐོག་རྗེས་ཐད་ཀར་གཅོད་པ་སོགས། །གནས་ལུགས་འཇལ་
བའི་ཐབས་མཁས་ལུལ་བྱུང་གི། །ངོ་སྟོང་ལགས་མོད་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ཡི། །རང་
བབས་མཉམ་གནས་ཆེན་པོར་ངོ་སྟོང་པའི། །བྱད་ཆོས་འདི་ནི་ཀུན་ལས་མཐོ་བ་

ཡིན། །གནས་ལུགས་བྱབ་བདལ་མཉམ་བར་གནས་པ་བཞིན། །མཉམ་གནས་ཆེན་
པོ་རྩོད་བྱས་པ་ལ། །གཅེར་མཐོང་རྩོད་ཨ་ཉི་རྩོགས་ཆེན་ཞེས། །མཁས་བྱབ་
ཀུན་གྱིས་མཆོག་ཏུ་བསྐྱགས་པ་ཡིན། །

ཆོས་ཐམས་ཅད་གཞི་རིག་གཅིག་གི་སྒྲིང་དུ་རྩོགས་པ་གཅིག་ཤུའི་དོན་བསྟན་
བའི་ལེ་བྱ་སྟེ་བཙུ་བའོ། ། །

༼རྩོགས་ཆེན་གཞི་ལམ་འབྲས་བུ་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་སྟོང་པོར་
དྲིལ་བ། ༽

༥ ད་ནི་གནས་ལུགས་ཡེ་དག་ཆེན་པོ་ལ། །མེད་པ་ཞེས་ཀྱང་ཅལ་སྤང་མ་
འགག་པ། །ལྷན་བྱབ་རང་བྱུང་སྤང་དང་སྤང་བ་ཡི། །བར་མེད་མཉམ་གནས་ཐུལ་བ་
ཆེན་པོའི་ངང་། །ཆོས་ཀུན་ཉིད་ལས་མི་གཞན་གཅིག་ཤུའི་དོན། །གཏན་ལ་འབེབས་
བ་ཇི་བཞིན་རྣལ་འབྱོར་བས། །བསམ་གཏན་ཆེར་མ་མེད་པའི་དབེན་གནས་
སྟ། །མཆོན་ཉིད་ལྷན་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཉིད། །རང་གི་སྟོག་བས་ཀྱང་ནི་
གཅེས་བར་བསྟེན། །

ཆོ་སྟོག་རྣམ་བཞིས་ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་ཡང་། །རང་རྒྱུད་ཐ་མོད་ཡིན་ཏུ་དུལ་བྱས་
ནས། །སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་ཐེག་ཆེན་གཞུང་བསྐང་ནས། །སྤྱིག་སྤྱིབ་སྐྱུང་
ཕྱིར་དོར་སེམས་སྟོམ་བཞས་དང་། །བསོད་ནམས་ཆོགས་རྩོགས་སྐྱབས་ཀུན་མཁྲལ་
དང་། །ཀུ་སྤྱི་ཡི་ཆོགས་བསོག་ལམ་ཟབ་མོ། །ཁྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གསོལ་འདེབས་
དབང་བཞི་བྱངས། །ཉེ་ལམ་འཕོ་བ་ལ་སོགས་སྟོན་འགྲོ་ཡི། །ཁྲིད་རྒྱུ་མཐའ་དག་རོ་
པོ་ངེས་བྱས་ཤིང་། །ས་བཙད་གོ་རིམ་གཏན་ནས་མ་འཁྲལ་བ། །དམིགས་པའི་གཙོ་

པོ་གང་ལ་འཛིན་དགོས་དང་། །རི་ཙམ་སྒོམ་དགོས་པ་སོགས་མཆན་ལྡན་གྱི། །སྒྲ་
མའི་བཀའ་དང་རང་གིས་སྤྱོད་བས་དབྱད། །

དངོས་གཞིའི་དུས་སུ་སྡོན་འགྲོ་མི་སྐྱར་ཞིང་། །སྡོན་འགྲོའི་དུས་སུ་དངོས་གཞི་
མི་སྐྱར་བ། །སྡོན་འགྲོ་དངོས་གཞི་ཉམས་ལེན་མ་ལུས་པ། །སྡོན་ཐོག་གཅིག་གས་
ཉིན་ཞག་སྤྲགས་གཅིག་ཏུ། །རང་གི་ཉམས་འོག་ཚུད་པར་བྱ་བ་གནད། །འགའ་ཞིག་
སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཁོ་ན་ལ། །བལྟས་ན་སྡོན་འགྲོ་ལ་སོགས་དེ་ཡི་ཅལ། །ཡིན་པས་
ཤུགས་ཀྱིས་འབྱུང་ཞེས་སྒྲེང་བར་སྒྲུང་། །དེ་དག་བདུད་ཀྱི་ཁ་ནི་ཕྱེས་པའི་ཆོག་
།ཡིན་ཏེ་སྡོན་འགྲོའི་གཞི་ཙམ་བརྒྱུད་པོ་ཞིག་། །མ་བྱས་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཚུལ་བཞིན་
དུ། །བལྟས་ཀྱང་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་མཐོང་མི་བྱས། །ཅི་ཡི་ཕྱིར་ན་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་
ནི། །མཉམ་ཉིད་བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཉིད། །ཡིན་ཕྱིར་སྒྲོ་སྒྲོག་རྣམ་བཞིས་
རྒྱད་བསྐུལ་ནས། །སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས། །ཀྱན་ཁབ་
སྤྲགས་རྗེ་ལྷན་གྲུབ་མངོན་དུ་འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་སྤྲོ་སྤྲོག་གཉིས་སྒྲོ་སྒྲོག་ལས། །དལ་
འབྱོར་རྟེན་དཀའ་ལྟ་བུའི་དམིགས་བསྐྱོར་གཅིག་། །ས་བཅད་གངས་དང་གོ་རིམ་མ་
འོར་བ། །ཚུལ་བཞིན་ལན་གངས་དུ་མར་སྒོམ་བྱས་ནས། །དེ་འགྲོ་མ་ལུས་ཤར་སྒོམ་
ཙམ་དུ་བྱེད། །

གོང་སྟབས་བར་བར་སྐྱབས་སེམས་བརྟན་པོ་ཡིས། །སྤྲོ་བར་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་
ཚུལ་བཞིན་སྒྱུར་ས། །སྟན་མཐར་དགོ་ཙམ་སྡོ་བས་རྒྱས་འདེབས་བྱ། །བཞི་པའི་སྟབས་
ལ་སྤར་བཞིན་སྒྲོ་སྒྲོག་གི། །དམིགས་བསྐྱོར་གཙོ་བོ་གཅིག་ལ་སྒྲོ་གཏད་ནས། །གཞན་
རྣམས་ཤར་སྒོམ་འགོ་བའི་དམིགས་པ་དང་། །གཉིད་ནི་འོད་གསལ་དབྱིངས་སུ་སྤྲ་

བར་བྱ། །དེ་ལྟར་སྒོ་ལྟོག་ལ་སོགས་དམིགས་བསྐྱོར་ནས་ལ། །གཙོ་བོ་གང་དུ་བྱ་བ་
རེས་མོས་སྟུ། །བྱས་ནས་ཐམས་ཅད་སྒོ་ཡི་ཉམས་འོག་ཏུ། །ཚུད་ངེས་བྱས་ནས་ཉིན་
ཞག་སྟགས་གཅིག་ལ། །གིས་སྟོད་མེད་བར་ཚུལ་བཞིན་སྒྲོམ་བ་གཅིས། །དེ་ཡང་
སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་སྒྱུར་བའི་ཆེ། །གང་ཤར་ནས་རྟོག་སྟོན་མའི་རྗེས་མི་གཙོད། །

བྱི་མ་གང་བྱུང་མདུན་བསྟུ་མི་བྱེད་བ། །ད་ལྟའི་ཤེས་རིག་སོ་མ་མ་བཅོས་
བ། །དེ་གའི་རང་ལ་ཡེངས་མེད་རང་བབས་ཀྱི། །བྲན་བས་རྒྱང་སོ་བཙུགས་བ་
རྫོགས་ཆེན་ཀྱི། །ལྟ་བའི་ངོ་བོ་སྒྱུར་ཚུལ་འབྲུལ་མེད་ཡིན། །དེ་དུས་སེམས་ཀྱི་
འཕངས་མཐོ་རྟོག་གི། །མི་བྲན་དགུ་བྲན་སྒྲ་ཆོགས་འབྱུང་བྱུང་ན། །ཞོད་བ་ཡིན་
ཉི་དམིགས་བའི་འཕྲོ་བཅད་ནས། །རེ་ཞིག་ངལ་གསོ་སྤར་ཡང་མ་བཅོས་བའི། །རང་
དུ་ཤེས་བ་དལ་བྱར་འཛོག་བ་གནད། །དེ་དུས་སེམས་ཀྱི་འཕངས་དམའ་སྒོ་ཡུལ་
དུ། །ཅི་བྲན་མེད་བ་ལུང་མ་བསྟན་ཀྱི་རང་། །འབྲམས་ན་ཀུན་གཞི་སྒྲོམ་བ་ཉིད་ཡིན་
བས། །ད་ལྟར་ཤེས་བའི་རང་ལ་གཅེར་བལྟས་བས། །བྲན་བའི་འཕངས་གཏོད་སྒོ་
ངོར་འཆར་ཚུལ་ལ། །མ་བཅོས་སེམས་ཉིད་ངོས་བཟུང་བུལ་བ་ལ། །མཉམ་བར་
བཞག་སྟངས་རང་བབས་བྲན་བ་ཡིས། །རང་ཚུགས་སྟབ་བ་ཀུན་གཞི་སྒྲོམ་བ་
ལས། །འདས་བའི་མན་ངག་བྱུང་བར་འཕགས་བ་ཡིན། །

རེས་འགའ་ཤེས་བ་ཤིན་ཏུ་བྱངས་གསལ་ཀྱི། །ཅི་ཡང་སྤྱི་བ་གཡོགས་མེད་བ་
སྟམ་བྱེད་ཀྱང་། །དེ་ཡང་ཀུན་གཞིའི་ནམ་ཤེས་སྒྲོམ་བ་ཡིན། །དེ་དུས་སྤར་ཡང་
བྱངས་གསལ་དེ་ག་ཡི། །ངོ་བོར་གཅེར་གྱིས་བལྟས་ནས་མ་བཅོས་བའི། །རང་
བབས་བྲན་བའི་རང་ཚུགས་སྟབ་བྱས་ན། །རྟོག་མེད་ལུང་མ་བསྟན་ཡང་མ་ཡིན་

བ། རྫོག་བཅས་དྲངས་གསལ་འཆིས་པའང་མ་ཡིན་བ། རིག་པ་རང་བྱུང་མ་བཅོས་
ངོ་བོ་དེ་ན། རྩུལ་བཞིན་གནས་པར་འགྱུར་བ་མན་ངག་ཡིན། མི་གནས་ཤུགས་
ཆེར་རྣམ་རྫོག་ཆོད་པ་དང་། ཡང་ན་གཉིད་དང་སྤྲུགས་པས་དུས་འདའ་བ། རྟེ་
གཉིས་གང་བྱུང་མ་བཅོས་རིག་པ་ལ། ཡང་ཡང་གཅེར་གྱི་བཟླ་བ་མན་ངག་
ཡིན། རྟ་ཅང་གནས་པ་ཅི་བྲན་འདི་བྲན་མེད། སྒྲོམ་པ་ཡིན་ནམ་རང་གར་སྒྲོད་པ་
ཡི། རྣམ་དབྱེ་མི་བྱེད་དེ་དུས་བཅོས་མེད་རིག་གཅེར་གྱིས་བཟླས་ནས་བྲན་པའི་
ཤུགས་བསྐྱེད་དགོས། རྫོག་མེད་མ་ཡིན་རྫོག་བཅས་མ་ཡིན་པའི། རང་བབས་
གཉུག་མའི་སྒྲོམ་ཐོག་གནས་པའི་ཆེ། བཅའ་བཅོས་སྒྲོ་བསྐྱ་ཅི་ཡང་མི་བྱེད་
བ། ཐད་ཀར་བཞག་པ་མན་ངག་དམ་པ་ཡིན། །

རྟ་ཅང་རྣམ་རྫོག་འགྱུ་བ་མང་དགས་ནས། གནས་ཆ་མེད་པར་ཆབ་ཆོབ་ཏུ་
གྱུར་ན། རྣམ་རྫོག་གང་ཤར་གཅིག་གི་ངོ་བོ་ལ། ཐད་ཀར་བཟླས་ནས་རང་ཡལ་
འགྲོ་བར་གྱིས། རྟེ་ཡང་གང་ཤར་གཅིག་ལ་བཟླ་བའི་བར། ཆ་འཛོག་མེད་པ་རྣམ་
རྫོག་འཆུ་བ་གྱུར་ན། རྣམ་རྫོག་ཇི་འཕེལ་བཏང་ནས་རྣམ་རྫོག་གི་སྒྲེམས་ཐག་གཅོད་
པ་གནད་གྱི་མན་ངག་ཡིན། གལ་ཏེ་རྣམ་རྫོག་ཅི་ཡང་མི་ཤར་ཞིང་། རྟ་ཅང་གནས་
དགས་ལུང་མ་བཟླན་གྱུར་ན། རིག་པའི་ངོ་ལ་གཅེར་གྱིས་བཟླས་ནས་ནི། བྲན་པ་
ལྷག་ཏུ་རང་བསྐྱེད་དེ་ནས་ནི། རང་བབས་བཞག་དགོས་ད་རུང་ལུང་མ་བཟླན། །

གནས་ཆེ་དགས་ན་ཐོག་མར་སྒྲེམ་པ་ཡིས། རྟེ་སྒྲོད་ཇི་བཞིན་སེམས་འདི་བྱུང་
ས་དང་། བྱུང་མཁན་གནས་ས་གནས་མཁན་འགག་ས་དང་། འགག་མཁན་ལ་
སོགས་ཞིབ་ཏུ་དབྱེད་བྱས་ལ། ཅི་ཡང་ངོས་བརྒྱུད་བྲལ་བའི་ངང་དུ་བཞག་ རྟེ་ལྟར་

གནས་ཆ་རྒྱུ་ན་རྣམ་རྟོག་གི། །འགྲུ་བས་བར་གཅོད་གནས་ཆ་ཆེས་དྲགས་ན། །ཀུན་གཞི་ལུང་མ་བསྟན་དང་རྟུགས་པའི་དང་། །རྒྱ་འབྲམས་འགྲུར་བས་གནས་ཆ་རྒྱུ་དུས་སྟེ། །གཅེར་གྱིས་བལྟས་ལ་ཉིལ་གྱིས་འཛོག་པ་གཅེས། །གནས་ཆ་རྒྱུ་ནས་ཆོད་པ་བྱུང་བའི་དུས། །གཅེར་གྱིས་བལྟས་ལ་ཉིལ་གྱིས་སྒྲིམ་བྱས་ལ། །དེ་ནས་རང་སར་སྟོད་པ་མན་ངག་ཡིན། །གནས་ཆ་ཆེ་རྒྱུ་ན་ཅམ་ཡིན་ན་འང་། །དྲངས་གསལ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་རང་ལུས་ནས། །ལུས་ཤེས་དགའ་བདེ་གནས་སྟུང་བྱེད་དུས་ཀྱང་། །གཅེར་གྱིས་ལྟོས་ལ་ངོས་བཟུང་མེད་པའི་དང་། །རན་ཅམ་སྒྲིམས་ལ་ལྟན་གྱིས་སྟོད་པ་གཅེས། །གཅེར་གྱིས་ལྟ་བ་མན་ངག་ཡིན་མོད་ཀྱང་། །ཤེས་རིག་རང་སར་གནས་དུས་དེ་མི་མཁོ། །

ཉིལ་གྱིས་སྒྲིམ་པ་མན་ངག་ཡིན་མོད་ཀྱང་། །རང་བབས་དྲན་པ་བརྟན་དུས་དེ་མི་མཁོ། །ལྟན་གྱིས་སྟོད་པ་མན་ངག་ཡིན་མོད་ཀྱང་། །གིས་སྟོད་རན་པར་གནས་དུས་དེ་མི་མཁོ། །ཤེས་རིག་རང་སར་མི་གནས་འཛོལ་བྱུང་ན། །གཅེར་གྱིས་ལྟ་བ་དེ་དུས་མཁོ་བ་ཡིན། །རང་བབས་དྲན་པ་མི་བརྟན་ཡེངས་བྱུང་ན། །ཉིལ་གྱིས་སྒྲིམ་པ་དེ་དུས་མཁོ་བ་ཡིན། །སྒྲིམ་སྟོད་རན་པའི་སོ་མཆོམས་མ་བེན་ན། །ལྟན་གྱིས་སྟོད་པ་དེ་དུས་མཁོ་བ་ཡིན། །ཤེས་རིག་གཅེར་གྱིས་མཐོང་བར་བྱེད་པ་ལོ། །

ལྟ་བུ་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་བལྟ་བ་དགོས། །ལྟ་མེད་ཚུལ་གྱིས་ལྟ་བར་མ་ཤེས་ན། །གཅེར་གྱིས་ལྟ་བས་འཛིན་པ་སྤོས་འཆིང་། །གཅེར་གྱིས་ལྟ་བུ་མེད་པ་བལྟས་བྱུང་ན། །བལྟ་མེད་རིག་པ་གཅེར་གྱིས་མཐོང་སྟེ་འོང་། །དྲན་པ་རང་བབས་རང་མལ་ལས་གཡོས་ན། །དེ་ཆེ་ཉིལ་གྱིས་སྒྲིམ་པ་དགོས་མོད་ཀྱང་། །དྲན་པ་རང་མལ་

གནས་ཆེ་སྤྱིམ་གྱུར་ན། །སྤྱིམ་པའི་འཛིན་པ་སྤྲོས་འཆིང་བར་བྱེད། །མ་སྟོང་མ་
སྤྱིམ་ཅམ་གྱིས་སྦངས་པ་གནད། །རང་ཐོག་སྟན་གྱིས་སྟོང་པ་དགོས་མོད་
ཀྱང་། །རང་འོར་རང་བབས་ཚུལ་གྱིས་སྟོང་པ་ལས། །ཆེད་དུ་སྟོང་ནའང་དེར་འཛིན་
སྤྲོས་འཆིང་། །རིག་པ་རང་བབས་སྟོང་དགོས་ཟེར་མོད་ཀྱང་། །རྩི་ཅམ་ཞིག་ལ་
རང་བབས་ཟེར་བ་འདྲ། །ངོས་ཟེན་དཀའ་སྟེ་ཤེས་རིག་ཐད་ཀ་ལ། །གཅེར་གྱིས་
བལྟས་པའང་རང་བབས་ཉིད་མ་ཡིན། །ཉིལ་གྱིས་སྤྱིམ་སྟེ་གནས་པའང་རང་བབས་
མིན། །སྟན་གྱིས་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱང་རང་བབས་མིན། །གཅེར་གྱིས་བལྟ་ལུགས་ཤེས་
པས་མི་ཡོང་གི། །དེ་མ་ཐག་ཏུ་རང་བབས་བཞག་ལུགས་དགོས། །

རང་བབས་བཅའ་བཅོས་མེད་པ་ཡུན་རིང་དུ། །གནས་པ་ལས་དང་པོ་ལ་མི་
འབྱུང་ལ། །རང་བབས་མི་གནས་ནམ་རྟོག་འགྱུ་བ་མང་། །ཡང་ན་རྟོག་མེད་ལུང་མ་
བསྟན་དུ་འབྱམས། །དེ་གཉིས་གང་བྱུང་གཅེར་གྱིས་བལྟ་ལུགས་དང་། །འབྲུག་པའི་
རང་བསྐྱེད་པ་སོགས་ཆད་ལུན་གྱི། །སྤྲོ་མ་སྟོག་ལས་གཅེས་པར་བསྟེན་བྱས་
ནས། །གེགས་སེལ་སོགས་འདོན་མན་ངག་འཆོལ་བ་གནད། །དེ་ལྟར་སྟོམ་ནས་ཡུན་
རིང་སོང་བ་ན། །ཉམས་ལེན་གནད་ཀྱི་གདེངས་ཆད་མ་ཐུན་པར། །སེམས་ཉིད་
བཅོས་མེད་ཚུལ་བཞིན་མཐོང་ཉམས་དང་། །སྤྱང་བ་གང་ཤར་ཐམས་ཅད་བདེན་
མེད་དང་། །སྤྱུ་མ་ལྟ་བུའི་ཅིས་གདབ་མེད་ཉམས་དང་། །ལུས་སེམས་ཐམས་ཅད་
བདེ་བའི་ཉམས་སྤྱང་དང་། །སྤྲུལ་སྤེལ་ཐམས་ཅད་སྟོང་སངས་ཉམས་སྤྱང་
དང་། །སྤྲུལ་སྤེལ་གང་བསམ་གང་ཤར་གང་སྤྱང་ཀུན། །རྟོག་མེད་ཅི་ཡང་ངོས་བཟུང་
མེད་པའི་ཉམས། །ཤར་བ་འོང་སྟེ་དེ་ཡང་སྟོམ་པ་ཡི། །ཡོན་ཏན་ཡིན་མོད་ཚུལ་

བཞིན་སྒྲོམ་པ་ཡི། །བྱུང་བའི་ཉག་ས་མཆོན་མཆོག་ཏུ་སྒྲོམ་མི་རུང་། །

སྐབས་རེ་གཞན་སེམས་ཤེས་པ་ལ་སོགས་དང་། །ཚུ་བྲག་སོགས་ལ་སོགས་
པ་མེད་སྟམ་དང་། །མཛོན་ཤེས་ལུང་བསྟན་གསལ་ལ་བོ་འབྱུང་བ་སོགས། །ས་ལམ་
ཡོན་ཏན་མཆོག་ཏུ་སྐོབ་སྟམ་པ། །མང་དུ་འབྱུང་སྟེ་དེ་ཡིས་རྒྱུད་སྒྲོམ་ནས། །ལམ་ལ་
མི་བཙོན་སྦྱོང་བ་སྐོར་བྱེད། །གཞན་མགོ་བསྐྱོར་ནས་སེམས་ཅན་བསྐྱུ་བ་
མང་། །དེ་དག་བདུད་ཀྱིས་གྲོགས་ཆེར་བྱས་པ་ཡིན། །དེ་དུས་དགེ་བའི་བཤེས་
གཉེན་བཟང་ལོ་ལས། །གོགས་སེལ་ཁྱེ་ཞིང་རང་རྒྱུད་རེས་འབྱུང་དང་། །བྱུང་ཚུབ་
སེམས་བསྐྱེད་ཆོགས་བསགས་སྐྱིབ་སྦྱང་འབད། །སྒོ་ལྗོག་ནས་བཟུང་ཁྲིགས་ཆོད་
སྟོན་གྲལ་བར། །དམིགས་བསྐྱོར་མཐའ་དག་དར་ལ་སྤྱོད་ཉིག་གེད། །རྒྱས་པ་བཞིན་དུ་
ནན་ཏན་ཉམས་སྤྱོད་སྒྲངས། །དམིགས་བསྐྱོར་རེ་ལ་ལོ་གངས་དུ་མ་རུ། །འགོར་གྱང་
དམ་པའི་མན་དག་ཇི་བཞིན་དུ། །རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བའི་ཆོད་དུ་མ་བྱིན་བར། །ཉམས་སྤྱོད་
ལེན་པ་མན་དག་དམ་པ་ཡིན། །དེ་ལྟར་ཇི་བཞིན་སྒྲོམ་ནས་ས་ལམ་གྱི། །ཡོན་ཏན་
བཟོད་ཚུལ་རིམ་པའི་ནམ་བཞག་ནི། །སེམས་ཉིད་སྒྲོས་བྲལ་གསལ་ལ་རྟོག་མེད་
པ། །མཉམ་པར་བཞག་དུས་དང་པོར་ནམ་རྟོག་གི། །འགྱུ་བ་ཤིན་ཏུ་མང་ཞིང་འགྱུར་
ལྗོག་ཆེ། །སྒྲོམ་པའི་ལས་འཕྲོ་མེད་སྟམ་སྦྱག་ལོག་འབྱུང་། །དེ་ནས་ཇི་ཞིག་ཙམ་ན་
བྲན་པ་ཡི། །རོ་བོ་གསལ་ལ་གོ་ཡང་མ་འགག་པ། །རྗེ་ཞེ་ཡེ་རེ་དྲངས་སངས་སྟོང་བའི་
ཉམས། །

འུགས་ཆེ་འཆར་བསྒྲོམ་པའི་དུས་སྤྱོད། །མ་སྒྲོམ་ཐ་མ་རང་གར་འཆར་བ་
འབྱུང་། །འཛིག་རྟེན་ཅེ་གཅིག་རྒྱུད་དུ་འཛིན་ལ་འབྱོར་བ། །སྤར་བཞིན་སྦྱིང་དུས་

བསྐྱེད་ནས་མཉམ་བཞག་པས། །ཉམས་ཀྱི་འཛིན་སྐྱངས་སྒྲ་མ་དེ་ཉིད་ལས། །ཅུང་
ཟད་དྲངས་ཆ་ཆེ་བུ་སོང་ནས་ནི། །མ་སྒྲོམ་གནས་སྐྱབས་འགའ་ལའང་གསལ་སྒྲོང་
ལ། །འབྲས་ཐེན་ནི་ཡེ་རེ་འཆར་བ་འབྱུང་། །འཛིག་ཉེན་ཅེ་གཅིག་འབྱིང་པོའི་རྣལ་
འབྱོར་བྱ། །ཉིང་འཛིན་དེ་ཉིད་སྒྲར་བས་གསལ་དྲངས་ཆེ། །འབད་རྩྭ་རགས་པ་མི་
དགོས་ཉིན་དང་མཆོན། །ཁོར་མོ་ཡུག་ཏུ་དྲངས་གསལ་ཐེན་ནི་བ། །ལྷག་གི་འཆར་
ཞིང་ལུས་བདེ་སེམས་དགའ་རྒྱས། །རྒྱུང་མེད་ཆོར་མེད་རི་བཞིན་རང་གི་
ལུས། །ཡོད་དུ་མི་ཆོར་འཛིག་ཉེན་ཞེན་བ་རྒྱུང་། །རེས་འགའ་རང་རྒྱུད་སྒྲོམ་ལ་ཡིད་
ཆེས་རྟེན། །རེས་འགའ་རང་རྒྱུད་སྒྲོམ་ལ་ཞེ་ཡོད་པའི། །ཉམས་ཀྱི་མཐོ་དམའ་ཤིན་
ཏུ་ཆེ་བ་འབྱུང་། །སྐྱབས་རེ་སངས་རྒྱས་སེམས་ཅན་བཟང་ངན་མེད། །

ཐམས་ཅད་རོ་སྒྲོམས་ཞེས་པའི་སྒྲོང་ལུང་ཆེ། །སྐྱབས་རེ་གསལ་སྒྲོང་རང་ནས་
ལྷ་མི་དང་། །ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོ་མང་པོ་མཐོང་སྐྱམ་གྱེད། །ལུང་བསྐྱན་བརྟུན་གས་
མང་པོ་འབྱུང་ན་ཡང་། །དེ་ནས་ཞི་གནས་ཅམ་གྱི་བྱོད་ཉགས་ལས། །ལྷག་མཐོང་
དངོས་ཀྱི་བྱོད་ཉགས་མ་ཡིན་གྱི། །གང་ཤར་ཅིས་མེད་དེ་རྗེས་མི་འབྲངས་པ། །བདུད་
ཀྱི་སྒྲུ་བྱིད་ཡིན་སྐྱམ་ཡིད་མ་གཏོད། །འདི་ཅམ་མན་ཆད་འཛིག་ཉེན་སོ་སྐྱེས་
པའི། །ལམ་ཅམ་ཡིན་གྱི་རྟེགས་རྫོམ་མེད་བ་དགོས། །

༥ །སྒྲར་གྱི་ཞི་གནས་དགའ་བདེའི་ཉམས་སྒྲོང་ཅན། །སྒྲོང་མ་ཅི་ལ་འབྱུར་བ་ལྷ་
བྱེད། །གཏད་ཡལ་སོང་ནས་ཤེས་རིག་སོ་མ་ཡི། །རོ་བོ་རྟོག་མེད་སྒྲོང་དུ་འཁོར་
འདས་ཀྱི། །ཆོས་ཀུན་དག་སྟེ་རྟོག་ཆད་མཐའ་ལས་འདས། །རང་ངོར་ཁས་ལེན་
ཐམས་ཅད་བྲལ་བ་ནི། །མཐོང་ལམ་རྒྱུང་དུའི་རྣལ་འབྱོར་བྱ་བ་ཡིན། །འདིའི་སྐྱབས་

སྤར་གྱི་སྒྲོམ་པ་ཐོར་སྒྲུལ་དང་། །དེ་གི་སྒྲོམ་མེད་མཆམས་སུ་སྒྲེབ་སྒྲུལ་པའི། །དྲིགས་
རྒྱུ་འབྱུང་སྟེ་བར་ཆད་ཤེས་པ་གནད། །འདི་ནི་ཡུང་མ་བསྐྱེད་གྱི་གཏད་མེད་
མིན། །ཤེས་རིག་རང་ཆོ་ཐེན་པའི་གཏད་མེད་ཡིན། །སྤར་གྱི་གསལ་སྟོང་ནམ་
མཁའི་དགྱིལ་ལྟ་བུ། །རྟག་ཆད་མཐའ་ལས་འདས་པའི་ངོ་བོ་ལ། །དེས་ཤེས་སྒྲེས་
པའི་སྟོང་འཛིན་སྤྲོ་མོ་ཡང་། །སྒྲུལ་གྱི་ཤུན་པ་རི་བཞིན་རྗེན་བྱད་ནས། །གང་ཤར་
ཅེར་འཛིན་བྲན་པས་རྒྱས་བཏབ་ཀྱང་། །མ་དགོས་ནམ་རྟོག་རང་ཤར་རང་སྟོང་
འགྲོ། །བྲན་པ་ཅམ་གྱིས་སྒྲོམ་མེད་རང་སྤྱདས་པ། །མཐོང་ལམ་སྒྲོས་བྲལ་འབྲིང་པོའི་
རྣལ་འབྱོར་ཡིན། །

སྤར་བ་གང་ཤར་སེམས་གྱི་ཆོ་འབྲུལ་དང་། །སེམས་ཀྱང་སེམས་ཉིད་སྟོང་དུ་
བཞག་པ་ཡི། །སྤར་སེམས་ཡུལ་མེད་ཅ་བྲལ་དུ་གྲོལ་བ། །འདི་དུས་རང་ངོར་སྟོང་
འཛིན་སྤྲོ་མོ་ཡང་། །ཞིག་ནས་ཚུ་ལ་ཚུ་བཞག་ལྟ་བུ་ཡི། །གཉིས་སྤར་སྤྲོ་མོ་ཅམ་ཡང་
མེད་འབྲུལ་དང་། །དོན་ལ་ད་དུང་སྟོང་འཛིན་ཏུ་ཅང་གི། །སྤྲོ་མོ་ཡོད་ཕྱིར་འདི་ཡི་དུས་
སུ་ཡང་། །རང་བབས་བྲན་པས་ཡེངས་མེད་སྟོང་བ་གནད། །འདི་དུས་རྗེས་ཐོབ་
དགའ་བ་ཆད་མེད་པ། །འབྱུང་ཕྱིར་རབ་དགའི་ས་སྟེ་མཐོང་ལམ་གྱི། །རྣལ་འབྱོར་
ཆེན་པོ་ཞེས་ཀྱང་བཞོད་པ་ཡིན། །སྟོང་ཉིད་སྒྲོས་བྲལ་དབྱ་མར་མཉམ་འཛོག་
པའི། །སྟོང་འཛིན་སེམས་གྱི་བྲི་མ་ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱང་། །ཡལ་ནས་སྤྲོ་ཆོགས་སྤར་བའི་
འཆར་སློ་ཀླུ། །སེམས་ལ་ཐེམ་པས་གཟུང་ཡུལ་མངོན་འགྱུར་མེད། །སེམས་གྱི་
འགྱུ་བྲན་ཐམས་ཅད་རིག་པ་ལ། །ཐེམ་པའི་ནང་གི་འཛིན་པའི་འདུ་ཤེས་དང་། །བྲལ་
བ་འཁོར་འདས་རྟེན་འབྲེལ་མ་ལུས་པ། །དུ་མ་རོ་གཅིག་ཤར་བ་སྒྲོམ་ལམ་གྱི། །རྒྱང་

དུའི་རྣལ་འབྱོར་ཉིད་དུ་བརྗོད་པ་ཡིན། །

འཁོར་འདས་ཉེན་འབྲེལ་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་ཐོག་ཏུ། རྟོག་པའི་ཡུལ་མིན་སྒོ་འདས་
རྟོག་པ་ཡི། །བསམ་གཏན་དེ་ལ་དེར་འཛིན་ཡིད་ཆེས་པའི། །གཉེན་པོའི་སྤྱི་བ་པ་ཅུང་
ཟད་ཡོད་པ་འང་། །བྲལ་ནས་ཉོན་ཡིད་རྣམ་ཤེས་ཉིད་ཀྱང་དག །སྤང་སེམས་རང་
བྱུང་ཚུད་པའི་རྒྱས་མ་སྤུ་ལས། །རང་བབས་བྲན་པས་སྤེལས་པ་ཅམ་ཉིད་
ནས། །སྤངས་གཉེན་རང་གྲོལ་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གཉིས། །ཐ་དད་མི་འཛིན་མཉམ་
རྗེས་པལ་ཆེར་འབྲས། །རེས་འགའ་མཉམ་རྗེས་རང་མཆན་པ་ཤར་བས། །མཉམ་
བཞག་དུས་སུ་འཁོར་འདས་རོ་སྟོམས་དང་། །རྗེས་ཐོབ་ཆོགས་བརྒྱད་སྟུ་མ་ལྟར་
འཆར་བའི། །སྟོམ་ལམ་འབྲིང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད། །སྤང་སེམས་རོ་
གཅིག་འབྲེས་ནས་ལྟ་བ་ལ། །མཉམ་རྗེས་རེས་འཛིན་ཡོད་པ་དེ་དག་ཀྱང་། །རེ་
བརྟན་རེ་ཞིབ་སོང་ནས་ཉོན་སྤང་ལ། །ཁོར་ཡུག་འབྲེས་ཏེ་སྒོ་བྱར་འཛིགས་སྐྱག་
དང་། །རྒྱུན་ལྷན་ཀྱང་ལ་གཉེན་པོས་འབྲུག་མི་དགོས། །རྗེས་ཐོབ་སྟུ་མའི་རང་ཅལ་
འཆར་བའི། །སྟོམ་ལམ་ཆེན་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་བྱ་ལོ། །

༥ དེ་ལྟར་སྤང་སྤྱིད་འཁོར་འདས་ཆོས་སོ་ཅོག །སྤང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་རང་
རིག་གི། །རོ་བོ་ཀ་དག་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུམ་པ་ཡི། །ཟུང་དུ་འབྲུག་དང་གཉིས་སུ་མེད་པ་
དང་། །བརྗོད་བྲལ་ཅམ་ཡང་འཛིན་པའི་ཁས་ལེན་བྲལ། །ད་ལྟ་ཤེས་རིག་སོ་མ་མ་
བཅོས་པ། །བསྟོམ་བྱ་སྟོམ་བྱེད་མེད་པ་མཉམ་བཞག་དང་། །རྗེས་ཐོབ་རྣམ་པ་དབྱེ་
རྒྱ་མ་མཆིས་པ། །མཉམ་རྗེས་ཉོན་མཆན་ཁོར་ཡུག་འབྲེས་པ་ལས། །གཉིད་དུས་
འབྲུལ་བའི་བྱི་མ་སྤྲུལ་ཅམ། །ཡོད་པ་མི་སྟོབ་རྒྱུང་དུའི་རྣལ་འབྱོར་ཡིན། །

༥ ཉིན་མཚན་ཀུན་ཏུ་འོད་གསལ་ཁོར་མོ་ཡུག་ ། འབྲམས་སྐྱུ་མཚན་སྒྲུང་སྒྲུང་
མཆེད་ཐོབ་གསུམ་གྱི། ། བེམ་རིམ་ལུགས་འབྲུང་ལུགས་ལྡོག་ལ་མ་ལྟོས། ། ཡུལ་
ལྷའི་གཟུང་ཡུལ་རྒྱབ་པའི་ཡིད་གསུམ་གྱི། ། རྩལ་སྒྲུང་བག་ལ་ཞན་ས་གསལ་ཆ་
ཡི། ། གོ་ཡང་མི་བྱེད་འོད་གསལ་ལ་གནས་པའི། ། གཉིད་ཀྱི་འོད་གསལ་སྤྲ་མོའི་
ཉམས་ཤར་བ། ། མི་སྒྲོབ་འབྲིང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་བྱ་བ་ཡིན། ། གཉིས་སྒྲུང་ཤེས་བྱའི་
བྲི་མ་སྤྲ་མོ་ཡང་། ། ཟད་ནས་གཞི་དང་ལམ་གྱི་འོད་གསལ་གཉིས། ། གཅིག་ཏུ་འབྲེས་
ཏེ་བསྐྱོམ་བྱའི་ཆོས་མེད་ཅིང་། ། རྒྱང་དོར་རིས་མེད་ཡིན་མིན་ཅིས་གདབ་བྲལ། ། སྐྱུ་
གསུམ་འདྲུ་འབྲལ་མེད་པའི་དང་ཉིད་དུ། ། ཉིན་མཚན་ཁོར་མོ་ཡུག་ཏུ་ལ་བསྐྱོ་བ། ། མི་
སྒྲོབ་ཆེན་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་བྱའོ། །

༥ རིག་སྒྲོང་དབྱེར་མེད་ཅིང་ཡང་མ་གྲུབ་པ། ། རོ་བོ་སྒྲོང་བ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱུ་ཞེས་
བྱ། ། གནས་དང་མཚན་དཔེ་འཁོར་དང་ཐེག་ཆེན་ཆོས། ། དུས་ངེས་པ་སྟེ་ངེས་པ་ལྔ་
ལྔ་དང་། ། ཀུན་ལ་བཅེ་བའི་སྤྲུགས་རྩི་རྒྱན་མི་ཆད། ། སྤྲུགས་རྩི་ཆེན་པོས་སྤྲུགས་
རྒྱད་ཡོངས་སུ་གང་། ། ཉན་ཡང་འཁོག་མེད་སྐྱུལ་སྐྱུའི་ཡན་ལག་གསུམ། ། སྒྲོང་ཉིད་
སྒྲོང་རྩི་བྱང་འབྲུག་སྒྲོས་བྲལ་བ། ། ཆོས་སྐྱུའི་ཡན་ལག་རྒྱད་པའི་ཆོས་འཁོར་
ལ། ། རྟག་པར་ཡོངས་སྐྱུ་རང་འོད་ཡུམ་དང་སྒྲོེ་བ། ། ཟག་མེད་བདེ་ཆེན་རྒྱན་ཆད་མེད་
པ་སྟེ། ། ཡོངས་སྐྱུའི་ཡན་ལག་གསུམ་སྟེ་ཁ་སྒྲོར་གྱི། ། ཡན་ལག་བདུན་རྩིགས་
ཡོངས་སྒྲོད་རྩིགས་པའི་སྐྱུ། ། བྲིས་འབྲུང་སྒྲེགས་བཅ་ལ་སོགས་བརྩོ་སྐྱུལ་དང་། ། ས་
དང་ལོ་ཏྱིག་སོགས་སྐྱུལ་སྐྱུ་བ་དང་། ། མཛེད་པ་བཅུ་གཉིས་མཛེད་པ་མཆོག་སྐྱུལ་
ཡིན། ། སྐྱེ་དང་འཕོ་དང་ལྷམས་སུ་ཞུགས་པ་དང་། ། བལྟམས་དང་བརྩོ་གནས་མཁས་

དང་བཅུན་མོ་ཡི། །འཁོར་དགེས་རོལ་ཞིང་ངེས་འབྱུང་དཀའ་བ་སྤྱད། །བྱང་ཆུབ་
སྣང་པོར་གཤེགས་ཤིང་བདུད་སྡེ་བཙོམ། །ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་ཞིང་མྱ་ངན་
འདས། །མཛད་པ་བཅུ་གཉིས་སྤིང་བ་ངེ་སྤིང་བར། །སྟོན་མཛད་མཆོག་གི་སྦྱལ་སྦྱ་
ཞེས་བྱ་འོ། །

དེ་གསུམ་དབྱེར་མེད་རོ་མཉམ་བསམ་བཞུང་བཤ། །རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྦྱ་ཞེས་
བཞུང་བ་སྟེ། །མཐར་ཐུག་དོན་གྱི་ཐོབ་བྱ་འབྲས་བུའི་ལམ། །འོད་གསལ་རྫོགས་པ་
ཆེན་པོའི་རིང་ལུགས་ཀྱི། །བསྐྱབ་བྱ་མཐར་ཐུག་རང་རིག་སྦྱ་གསུམ་དང་། །ཡེ་
གནས་སྦྱ་གསུམ་འདུ་བཤ་མེད་པ་ལས། །བསྐྱབ་བྱ་ཡོགས་སུ་འཆོལ་བ་མེད་པ་
ཡིན། །

འོད་གསལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་གཞི་ལམ་འབྲས་བུ་གསུམ་གྱི་རྣམ་བཞག་
ཉམས་ལེན་སྣང་པོར་བྲིལ་བའི་ལེའུ་སྟེ་བཅུ་གཅིག་པའོ། ། །

༥ ཟབ་ཆོས་གཞན་ལ་མ་གྲགས་རྫོགས་པ་ཆེ། །སེམས་ཉིད་གཅེར་མཐོང་རོ་
སྟོང་འཁྲལ་མེད་ལས། །སྟོང་ལྷན་ཆེས་ཆེར་སྟོག་པའི་སྟོམ་ཆེན་གྱི། །ཆོ་ཡི་ཡུལ་
མིན་རང་རིག་སྟོང་མཛོད་གྱི། །མན་ངག་བདུད་ཅིའི་ཐེགས་པ་སྣང་དབུས་སུ། །སེམ་
པ་ཁོ་ནའི་སྟོང་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །སྟོང་ཐོག་དོ་རྩེའི་ཆོག་རྒྱུ་འདི་བསྐྱགས་
སོ། །ལྷ་དང་མཁའ་འགྲོས་གནང་བའི་སྐབས་ཉིད་ཅིང་། །རྩོལ་མེད་སྟོང་བའི་གཏིར་
ཁ་ཁོང་ནས་དོལ། །བཞུང་མེད་དོ་རྩེའི་ཆོག་རིས་འདི་ལྟ་བུས། །དུས་མཐར་རྫོགས་
ཆེན་བསྟན་པ་རྒྱས་བྱུར་ཅིག །

ཅེས་འོད་གསལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་གྱི་རྣམ་བཞག་

དཔེ་ཆའི་ཆོག་རིས་དང་ཡིད་དཔྱོད་ཀྱི་ཆ་བཞག་དང་རྟོག་གཤེད་རིགས་པས་དབྱད་
ཚུལ་ཙམ་དང་། གཞན་གྱི་ཟེར་སྒྲོས་སྐྱོར་བ་ཙམ་གྱི་སྐྱོན་དང་བལ་བ། རང་གི་སྒྲོང་
མཛོད་སྐྱུག་པོ་སྦྱང་གི་སྒྲོམ་བྱ་ལས་གང་ཤར་ཚུལ་མེད་ཤུགས་འབྱུང་དོན་རྗེའི་ཆོག་
ཀར་དུ་སྒེལ་བ་ཀྱན་དུ་བཟང་པོའི་ཐུགས་བརྩུད་ཅེས་བྱ་བ་འདི་འང་རང་གི་སྒྲོབ་མ་ཅེ་
གཅིག་རྫོགས་ཆེན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་ལ་གཞོལ་བ་འོད་གསལ་དོན་རྗེས་རྒྱུད་རིང་མོ་
ནས་བསྐྱུལ་བ་བཞིན་བྲག་དཀར་སྐྱུལ་མིང་སྒོ་བཟང་དཔལ་ལྷན་བསྐྱན་འཛིན་སྐྱན་
བྲགས་གྱིས་རྟོར་བྲག་མགོ་ཆོས་སྡེ་ཆེན་པོའི་ཉེ་ཞོལ་དུ་རང་གི་བསམ་གཏན་གྱི་
སྐྱབ་གནས་སུ་ལེགས་པར་སྐྱར་བ་དགེ་ལེགས་འཕེལ། ། །

པར་བྱང་སྟོན་ཆིག

ནམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ།
གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཚོས་ཚུལ་དལ་འབབ་སྤྱང་།
ཆིག་གི་གཞེགས་མ་རེས་ཀྱང་དྲུག་གསུམ་གྱི།
དྲི་མ་ཡོངས་འཁྱུད་ལེགས་བཞད་བདུད་ཅི་འདི།
དཔར་དུ་བསྐྱུན་པའི་ནམ་དཀར་བྱང་པའི་མཐུས།
ཡང་དག་ཚོས་གྱི་སྟོ་མོ་སྟོང་ཐག་བརྒྱ།
གདངས་ཏེ་རྒྱད་ལྗེའི་འཕྲོ་བ་མ་ལུས་པ།
རེས་ལེགས་ནོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།

ཅེས་འཇམ་གླིང་ཡངས་པའི་ཁྲོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་ནམ་འབྲེན་
ལྷ་ཁྱེའི་རིང་ལུགས་སྟོ་ཀྱན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འབྲལ་ཡུན་ལེགས་ཆོགས་དུ་
མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། ནང་བསྐྱུན་གྲུབ་མཐའ་རེས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དཔར་དུ་
བསྐྱུན་དང་བསྐྱུན་འཁྱུར་གང་ལའང་སྤྱར་ཆོག་པའི་དགེ་བསྟོན་སྟོན་ཆིག་ཏུ་ལྷ་ཁྱེ་
དགེ་སྟོང་ཆོས་སྤྱོད་པ་དག་དབང་སྟོ་བཟང་བསྐྱུན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྤྱར་བཤོ།

༡༡། རམས་མཉམ་བུ་དེ་ལྟར། ཨ་ཅི་ན་ཏུ་དཔྱད་ཅུ་སྟེ། ཡོ་རྒྱུ་རྒྱ།

ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་རྒྱུག་པ་འདི་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཞུགས་ཆེ་འགོ་མ་ཡུག་གི་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་

ཅ་རྒྱུད་ལས་གསུངས་སོ།