

རྫོགས་ཆེན་སེམས་དོ་ མཛད་ཚུགས།



མཛད་པ་པོ། འདུ་མི་པམ་འངས་དབྱངས་ནམ་རྒྱལ་རྒྱ་མཐོ།

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

རྟོགས་ལྡན་གན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ལུགས་སེམས་ངོ་མཛུ་བ་
ཚུགས་ཀྱི་གདམས་པ་ལུན་སེལ་
སྟོན་མེ་བཀྲགས་སོ། །



ཚུམ་པ་པོ། འབྲུ་མི་པམ་འཇམ་དབྱངས་རྣམ་རྒྱལ་རྒྱ་མཚོ།
མེད་ཀྱིས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོ་འོ་ཚུམ་སྤྱི་གཞུང་།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་དེབ་སྤྱིའི་ཨང་།

SJRB-0278

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚཱ་སྤྱིག་ཁང་གིས་ཁྱེས་བྲེས་བྱས།

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

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

༡༠༡༥ ལོའི་རྒྱ་བདུན་པར་གསར་དུ་ཚཱ་སྤྱིག་བྱས།

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

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཏུ་བྱང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ཡིག་འབྲེལ་ཏུ་བྱང་།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

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

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

དཀར་ཆག

མཛད་པ་པོ་འོ་སྤྲོད།	ii
ཞུ་སྤྱིག་པའི་གསལ་བཤད།	v
རྩོགས་ཆེན་གཞི་ལས་འབྲས་བུ་དོན་ལ་སྤོན་པ་རིག་སྟོང་དོ་རྩེའི་རང་གཏངས།.....	ཉ
རང་རིག་དོགས་གཙོད་དོ་རྩེའི་མེ་ལོང་།	ཉ
སེམས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྤྱོད་བ་སོ་སོར་བརྟག་པའི་དབྱེ་སྒྲོམ་འཁོར་ལོ་མ།.....	ཉ
སེམས་ཀྱི་ངོ་པོ།	ཉ
དོན་རྣམ་པར་ངེས་པ་ཤེས་རབ་རལ་གྱི།.....	ཉ
བདག་མེད་གཉིས་གཏན་ལ་འབེབས་ཚུལ།	ཉ
རིག་འོ་སྤྱོད་ཐབས་ཡེ་ཤེས་སྤྱིང་པོ།	ཉ
བསམ་གཏན་སྒྲོམ་ཚུལ།	ཉ
ཁྲིགས་ཚོད་གནད་ཀྱི་གདམས་པ།	ཉ
དབྱ་མའི་ལྷ་ཁྲིད་ཟབ་མོ།	ཉ
སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན།	ཉ
ཆོས་དབྱེངས་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན།	ཉ
ཐུབ་ཆོག་འཁྲིལ་རྒྱལ་གཉེར་མཛོད།	ཉ
ལས་དང་པོ་པ་ལ་གདམས་པ།	ཉ
པར་བྱང་སྤོན་ཆོག་.....	ཉ

མཛད་པ་པོ་འོ་སྒྲོན།

འདྲུ་མི་པམ་འཇམ་དབྱངས་ནམ་རྒྱལ་རྒྱ་མཚོ།

༡༩༩༤ ལོར་སྤེལ་གྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་གནས་ཡུལ་ཆུ་འཛིན་ཆུང་གི་ས་ཆར་ཡབ་འདྲུ་མགོན་པོ་
དར་རྒྱས་དང་ཡུམ་སྤེང་ཆུང་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་སྐྱུ་འབྱུངས། ལུ་པོ་དཔོན་ལྷ་མ་སྐྱུ་བ་མཆོག་པར་
དར་རྒྱས་ཀྱིས་མི་པམ་རྒྱ་མཚོ་ཞེས་མཆོད་གསོལ།

དབྱང་ལོ་བྱུག་བདུན་ནས་ཡབ་དང་ཞང་པོའི་བྱང་ནས་ཡི་གེའི་འབྲི་སྒྲིག་དང་། སྒྲོམ་གསུམ་
ནམ་རེས་ཐུགས་འཛིན་གནད་བ་དང་། ཅིས་དཀར་ནག་གི་སྒྲིན་འགྲོ་གསལ། དབྱང་གངས་བརྩ་
སྐོར་ནས་ལྷགས་ཚེས་ཡང་ཅི་རིགས་གནད་།

དབྱང་ལོ་བརྩ་གཉིས་ཀྱི་སྐབས་ཡུལ་དེའི་སྤྱི་ལུགས་ལྟར། འོག་མེན་ཨོ་རྒྱན་སྤྱོད་ཕྱོལ་གྱིང་
པའི་ཆོས་བརྒྱད། ཟེ་ཆེན་བསྟན་གཉིས་དར་རྒྱས་གྱིང་གི་དགོན་ལག་ཏུ་གྱུར་བ་འདྲུ་མོ་རྟོར་
གསང་སྤྲུགས་ཆོས་གྱིང་དགོན་དུ་ཆོས་ཁྱེད་མཛད་ཅིང་རབ་ཏུ་བྱུང་།

དབྱང་གངས་བཙུ་བརྩ་བྱུག་གི་སྐབས་དབྱངས་འཆར་གྱི་དཔེ་རྙིང་ཞིག་ལ་ཞག་གས་
གཟིགས་རྟོག་གནད་སྟེ་མཁྱེན་པར་མཛད། འདྲུ་ཆུང་རི་ཁོད་དུ་ལྷ་བ་བཙུ་བརྩ་དུ་འཇམ་དབྱངས་
སྐྱུ་པོང་སྐྱུ་བ་ཅིང་རིལ་བུའི་ལས་སྐྱོར་སོགས་མཛད།

དབྱང་ལོ་བརྩ་བདུན་སྐབས་རྟོག་ཟིང་གིས་འབྲོག་སྟེ་མཐའ་དག་མགོ་ལོག་ཏུ་སོང་བས་རྩེ་
ཉིད་ཀྱང་དེར་བྱོན།

དབྱང་གངས་བཙུ་བརྩ་དང་བརྩ་དབྱང་དུས་སྐུ་ཞང་འགྱུར་བཟང་དང་ལྟན་དུ་ཡུལ་དབྱངས་
ལྷ་ལྟན་དུ་གནས་སྐོར་ལ་བྱོན། དེ་སྐབས་ལྷ་བ་གཅིག་ཙམ་དགའ་ལྟན་དུ་བཞུགས། དེ་ནས་སྟོ་
གནས་རྒྱས་པར་བྱོན་ཞོར་སྟོ་བྲག་མཁར་རྒྱུར་ཕེབས།

ཕྱིར་རང་ཡུལ་དུ་ལོག་མེས་ལཔ་སྐྱབས་མགོན་དབང་ཆེན་དབྱེས་རབ་དོན་རྗེ་འཕུལ་ནས་
མ་ཉིའེ་འཇམ་དཀར་གྱི་མེས་གནང་དང་ཆོས་སྦྱོར་གཤམ་མེས་ཀྱི་སྒྲིག་གཏད་སོགས་གསལ། དཔལ་
སྤྱལ་རིན་པོ་ཆེ་ཨོ་རྒྱན་འཛིགས་མེད་ཆོས་ཀྱི་དབང་པོ་ལས། སྦྱོང་འཇུག་ཤེས་རབ་ལེའུ་གསལ་
བ་དང་ཕྱིས་འགྲེལ་སྒྲིག་སོགས་ཀྱང་མཛད། གཞན་ཡང་རྒྱུད་ལུང་མན་ངག་གི་བཤམས་པའི་
བཤད་བ་གནང་ནས་འགྲེལ་བ་ཆོས་པར་གསུང་བསྐྱལ་དང་། འོད་མདོ་མཆན་བཛོད་སོགས་ཀྱང་
གསལ། འཇམ་དབྱངས་མཁྱེན་བཅེ་དབང་པོ་ལས་མ་ཉིའེ་འཇམ་དཀར་གྱི་མེས་གནང་དང་། སྤ་
མེས་ཅི་རིགས་པར། ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་གཙུག་ལག་གི་སྒྲོ་དུ་མ་དང་། ཉེ་བརྒྱད་
དུ་ཤོན་པའི་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་གཞུང་བྱང་འཕགས་རིགས་དང་། གསང་ཆེན་རྗེ་རྗེ་མེག་པའི་སྒྲིན་བྱེད་
ཀྱི་དབང་། གྲོལ་བྱེད་ཀྱི་ཁྱིད། རྒྱལ་ཉེན་ཀྱི་བཤད་བ། མན་ངག་བྲག་བཞེས་ཀྱི་དམར་ཁྱིད་སོགས་
གསལ།

བསྐྱེད་གར་གྱི་དབང་སྤྲུག་སྒྲོ་གྲོས་མཐའ་ཡས་ལས། སྤ་ཅ་རྒྱ་བ་དང་དཔལ་ཆུའི་བཙོ་བཤའི་
ལག་ལེན་སོགས་ཐུན་མོང་རིག་གནས་དང་། འཇམ་དཔལ་ཆེ་བདག་སོགས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་
པའི་སྒྲིན་གྲོལ་རིགས་དང་། འཇུ་དཔོན་འཛིགས་མེད་རྗེ་མེ་ལས་མདོ་སྤྱད་པའི་བཤད་བ། འབྲས་
གསར་དགེ་བཤེས་ངག་དབང་འབྱུང་གནས་ལས་དབྱ་མ་འཇུག་བ། འཇམ་དབྱངས་སྒྲོ་གཏེར་
དབང་པོ་ལས་ཆད་མ་རིགས་གཏེར། སེར་ཤུལ་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པའི་མཐུན་ནས་མཛོད་ཀྱི་
བཤད་ལུང་སོགས་རིས་མེད་ཀྱི་མཁས་གྲུབ་དུ་མའི་མཐུན་ནས་མདོ་སྤྱད་རིག་གནས་དང་
བཅས་པ་སྤྲུགས་གཏེར་གནང་། རྗེས་ཆེན་གྱི་སེར་དུ་སྤྱ་འབྱུང་རྒྱུད་མའི་ཆོས་སྒྲོར་དང་། དཔལ་
སྤྱངས་ལྷ་རིག་སྒྲོ་བ་སྤྱིང་ནས་གསོ་བ་རིག་བ་དང་། ཅིས་དཀར་ནག་སོགས་རིག་གནས་ཀྱི་སྒྲོར་
ནམས་གསལ། གཞན་རྗེས་ཆེན་ཆེན་མཁས་རིན་པོ་ཆེ་བསྐྱེད་གར་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་དགེ་བའི་
བཤེས་གཏེན་དུ་མ་ལས་ཀྱང་མདོ་སྤྱད་རིག་གནས་དང་བཅས་པའི་སྒྲོར་གསལ་པར་མཛད།

གཞན་དཔལ་རིས་སྒྲོ་བཟང་རབ་གསལ་དང་། དམ་བ་འདི་གཉིས་པན་ཚུན་ལེགས་བཤད་ཀྱི་
འབེལ་གཏམ་བསྐྱར་རིས་གནང་ཡོད་པ་དང་། དཔལ་རིས་སྒྲོ་བཟང་རབ་གསལ་གྱིས། ཆོས་འབྱོར་

སྤྲོན་གྱི་ཕུང་པོ་འཁྲིགས་པའི་སྒོར་། །ཁམས་ཞེས་གྲགས་པའི་གསེར་ལྷན་དཀྱིལ་འཁོར་
དུ། །གྲགས་སྤྲོན་ལྷ་ཡི་རྩ་ཆེན་ལྷིང་བ་ཅན། །ངེས་དོན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོར་ཡིད་རེ་དགལ། །ཀུན་རྟོག་
རྩ་སྤྲུང་མཆེད་པའི་མེ་སྤྲལ་གིས། །རེག་པའི་ཉེས་སྤྱང་སྤྱིང་ནས་འཆག་པའི་བྱིར། །ཁྲི་མེད་རྩ་རྩ་
སྤྲོན་དཀར་མྱ་རེས་འདི། །གང་སྤྲུ་ས་འཛིན་ཡངས་པའི་མཁའ་ལ་བྲེས། །ཞེས་དང་། །བྱད་པར་ནས་
དཔྱོད་བཙོན་པའི་མཐུ་ལྷན་ཞིང་། །མང་ཐོས་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཀུ་སྤྲུ་ཡི། །ཐབ་དོན་འཆོལ་པའི་
ངལ་བ་མང་བསྟེན་བ། །ང་ཡི་མཛའ་ཆེན་མི་པམ་བཤེས་གཉེན་བཞུགས། །ཞེས་སོགས་གསུངས་
ཡོད།

སྤྱུ་ཆེ་པལ་ཆེར་དབེན་གནས་རྣམས་སུ་སྤྲུབ་བ་ཉམས་ལེན་མཛད་ཅིང་མེ་མོད་དཀར་མོ་
སྤྲལ་ཆང་དུའང་ལོ་བཅུ་གསུམ་དུ་བཞུགས་ནས་བསྟེན་སྤྲུབ་མཛད།

དགྲུང་ལོང་གཅིག་པར་རྒྱལ་པོ་ལྷགས་ཀྱི་བསྟན་བཙོས་མཛད། དགྲུང་ལོང་རེ་གཉེས་པ་ས་
སྤེལ་ལོར་དུས་འཁོར་འགྲེལ་ཆེན་བརྩམས། དེའི་བྱི་ལོར་སྤྲོན་འགྲེལ་དབྱངས་ཅན་དགྲེས་པའི་
རོལ་མཆོ་སོགས་བརྩམས།

སྤྱུ་ཆེ་ཉིལ་པོར་འཆད་ཅོད་ཅོམ་གསུམ་གྱི་བྲ་བས་བསྟན་འགྲོལ་པན་པའི་དོན་བསྤྲུབས་
པར་མཛད། །བྱད་པར་དུ་བཙོད་དང་། །གསོ་བ། །ཅིས་རིག་བཅས་ལ་ཕྱག་རྩེས་ཆེ།

སྤོབ་མ་ལ། རྩོ་སྤུལ་རྩོ་རྩེ་དང་། །གཏེར་སྟོན་བསོད་རྒྱལ། །ཀ་ཐོག་སི་རུ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་མཆོ།
རྩོགས་སྤུལ་ལྷ་བ། དཔལ་སྤྲུངས་སི་རུ་སོགས་མང་དུ་བྱུང་།

དགྲུང་ལོ་རྒྱག་ཅུ་རེ་བདུན་པ་ ༡༩༡༩ ལོར་འབྲུ་རི་ཁྱོད་དུ་སྤྲུག་ཤིགས། །ཁོང་གི་གསུང་ཅོམ་
ལ། བར་དུ་བརྟོས་པ་པོ་ཉི་ལྔ་མ་ཅུ་ལྷག་བཞུགས།

༡༩༡༩.༠༥.༠༥ ལ་སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚཱ་མིག་པས་ཕྱོགས་བདུས་བྲས།

ཞུ་སྤྲིག་པའི་གསལ་བཤད།

བོད་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་སུ་སྔོན་སྔོན་མཁས་པའི་དབང་པོ་དག་གི་བཀའ་བློན་ལས། བོད་
མི་རིགས་ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བཅུད་དང་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་དུ་གྱུར་པའི་གསུང་རབ་
ཀྱི་སྤྲིག་སྒྲིག་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་ལྟ་བུ་ལྟར་ལོ་ཞིག་གི་ལྷན་ལྷན་ལྟར་དང་འགྲོགས་
པའི་མིའི་ཉེས་སྤོད་ཀྱི་དབང་གིས་རྩ་ཆེའི་གསུང་རབ་མང་པོ་ཞིག་རྩ་བ་རྒྱུ་ཏུ་བྱེད་ཐེན་པ་དང་།
ལྷག་པོ་ལྟོས་གང་མང་ཞིག་རྩ་བ་རྒྱུ་ཏུ་འགྲོ་ཉིང་ཡོད་པར་བཞེན་དུས་རབས་འདིའི་བོད་མི་ཞིག་གི་
མཆོད་ན་རྩ་ཆེ་བའི་གསུང་རབ་དེ་དག་གཅེས་ཉར་བྱེད་རྒྱུར་བཙོན་དགོས་པ་ནི་དུས་ལ་བབ་པའི་
ལས་འགན་བརྒྱུ་ཏུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པེས། དེ་བས་འདི་ག་སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཙོང་
སྤྲིག་ཁང་ནས་ཀྱང་རྩ་ཆེའི་གསུང་རབ་དེ་དག་ཉར་ཆགས་དང་སྤྱད་སྤྱོད་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཙོང་སྤྲིག་གི་
ལས་ཀ་འདི་གཉེར་བཞིན་ཡོད།

དེར་རབས་ཀྱི་འབྲུལ་ལས་སྐབས་བདེ་དུ་བྱེན་པ་དང་བསྐྱེད་ནས་གསར་དུ་ཙོང་སྤྲིག་གསུང་
པའི་དེབ་དང་འབྲུལ་དེབ་གང་མང་ཞིག་བྱུང་བར་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་དགའ་ལོས་པ་ལྟ་བུར་
སྒྲུང་མོད། སྤྱིར་གསུང་རབ་དཔར་བསྐྱེད་དང་ཞུ་སྤྲིག་གི་སྐབས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་བཙོས་ནོར་
ཤོར་ནའང་ཆབས་ཆེ་བའི་སྤྱོད་ཆ་འབྲུང་སྤྱད་པས་བསྐྱེད་དང་བཙོ་བཙོས་མེད་པར་སོར་
འཛོག་གིས་བདག་ཉར་བྱ་རྒྱ་ཅི་ནས་ཀྱང་གཤེད་ཆེ་བའི་གསུང་པའི་ཡིག་འབྲུ་
གཅིག་བཙོས་དགོས་ལྟར་ནའང་ཁ་གསལ་གྱི་མཆན་ཡིག་འགོད་རྒྱ་ཏུ་ཅད་གཤེད་ཆེ་བའི་ཡིག་

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

མ་ཕྱིར་ཡིག་འོར་མངོན་གསལ་ཅན་བྱུང་ན་བཙུག་ཏེ་མཆན་གྱིས་གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད་ལ། མ་ཕྱི་དང་བར་གཞི་སོ་སོར་ལྷག་ཆད་བྱུང་བ་དང་། ཡི་གེ་མི་འདྲ་བ་བྱུང་བ་སོགས་ལ་མཐའ་མཆན་བཀོད་དེ་གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད།

ཚཱ་སྤྲིག་ཁང་འདི་ནས་ཚཱ་སྤྲིག་བྱས་པའི་དེབ་ཕྱོག་སྐབས་ངེས་དགོས་པ་འགའ་ཞིག་འོ་སྤྱོད་ཅུང་ཙམ་ཞུ་ན། གཞུང་གི་དཔྱད་སྟེན་ཆུགས་[]འདིའི་ནང་དུ་བཅུག་པ་ནི་མ་ཕྱིའི་ནང་གི་འོག་མཆན་དང་དཔྱད་སྟེན་མཆན་ཡིན། ཡང་གཞུང་དཔྱད་སྟེན་ཆུགས་ “ འདི་བཀོད་ཡོད་ན་དེ་ནི་དོ་སྣང་བྱ་དགོས་པའི་ཡི་གེ་འཕྲིན་ཆེན་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་བཤད་ཅིག་བྱས་ཡོད་པ་ཡིན། ཡང་བརྟེན་སྤྱོད་ཀྱི་བཞེད་ལུགས་མི་འདྲ་བ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་ཐ་སྙད་དང་ཐད་སྤྱོད་སྙད་སོགས་མི་འདྲ་བ་ཡང་ཡང་བྱུང་ན་མཆན་གྱིས་གསལ་བཤད་ཐེངས་གཅིག་བྱས་པས་ཆོག་པར་བྱས་ཏེ་རྗེས་མ་རྣམས་ལ་མདུན་དུ་ཆུགས་ ” འདི་བཀོད་པ་ཙམ་ལས་རེ་རེ་བཞིན་མཆན་བྲིས་མེད།

མཐའ་མཆན་ཕྱོག་སྐབས་དེབ་དེ་དབེ་བསྐྱར་བྱས་ཡོད་ཆེ་དེའི་མ་ཕྱིར་བཟུང་བའི་བར་གཞི་ལ་མ་ཕྱི་ཞེས་དང་། བར་གཞི་གཞན་དག་ལ་སྡེ་དགེ་བར་མ་དང་། བཟ་ཤིས་སྤྱོད་པོ། ཞོལ། སྤྱོད་འབྲུམ། ཁྲ་བྱང་བར་མ་རྣམས། སྤྱེ། བཟ། ཞོལ། སྤྱེ། ཁྲ། སོགས་ཀྱིས་མཆོན་བར་བྱས་ཡོད། མཐའ་མཆན་གྱི་ཁོད་དུ་ཆུགས་ཅན་ *བསྐྱབས ལྟ་བུ་བྱུང་ན་མ་ཕྱིའི་ཡིག་འོར་ཞིག་ཞུ་སྤྲིག་པས་བསྐྱབས་སུ་བསྐྱར་བའི་དོན་དུ་གོ་དགོས་ལ། ཡང་ཆུགས་ * འདིས་ཞུ་སྤྲིག་པའི་གསལ་བཤད་ཀྱི་ཆོག་མཆོན་པའི་སྐབས་ཀྱང་ཡོད། ཡང་ཆུགས་ཅན་ -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་ལ། བསྐྱབ *བསྐྱབས སྤྱེ། ༡༠ན་ན་ལ། སྤྱེ། ༡༡བ་ན་ལ། བསྐྱབས ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་ཆེ་དེ་དག་གི་དོན་ནི། མ་ཕྱིའི་འོག་གྲངས་ ༥༩མདུན་ངོས། ཡིག་ཐེང་ ༥པ་ན། བསྐྱབ་ཅེས་བྲིས་ཡོད་པ་མཆོན་ཞིང་། *བསྐྱབས ནི་མ་ཕྱིའི་

ཡིག་འོར་བསྐབ་དེ་ཉིད་ཞུ་སྤྲིག་པས་བསྐྱབས་སུ་བཅོས་ཡོད་པ་མཆོན་བྱེད་དུ་གོ་དགོས། ཡང་
གཞུང་དེའི་ཐད་ཀྱི་སྤྱི་འབྲུམ་པར་མའི་ཐྲེབ་གངས་**༡༠** **༣** **མ** **དུན** **དོས།** ཡིག་ཐེང་**༤** **པ་ན།** **ཐ**་བྲང་
པར་མའི་ཐྲེབ་གངས་**༡༡** **༠** **རྒྱ** **པ་དོས།** ཡིག་ཐེང་**༣** **པ་ན།** **བསྐྱབས་**ཞེས་བཀོད་འདུག་ཅེས་གོ་
དགོས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

ཞུ་སྤྲིག་པའི་ཤེས་ཚད་དང་དོ་སྣང་གིས་མ་འདང་བར་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་འོར་འཁྲལ་ཤོར་བ་
སོགས་གཟིགས་ཆེ་ཀྱན་པན་གྱི་ལས་གཞི་འདིར་རྒྱ་བ་སྐྱོར་དང་ལམ་སྟོན་གྱི་ཆེད་དུ་མཐུན་ལྷན་
ནམས་ནས་འདི་གའི་ཚོམ་སྤྲིག་ཁང་དུ་ཁ་གསལ་གྱི་དོ་སྣོད་དང་ལམ་སྟོན་གནང་བའི་རེ་བསྐྱལ་ཞུ་
རྒྱ་དང་། འདི་ནས་ཀྱང་གང་མགྱོགས་ངང་པར་གཞིར་བསྐྱར་ཞིབ་དང་ལེགས་སྤྲིག་ཞུས་ཏེ་སྤྲུས་
ཀ་ཇེ་ལེགས་སུ་གཏོང་ངེས་ཡིན།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྤྲིག་ཁང་ནས།

བྱི་ལོ་**༢༠****༢༠**ལྷ་**༠****༧**ཆེས་**༡****༥**ལ།

༡༡། རྟོགས་ལྡན་ཀན་པོ་ནམས་ཀྱི་ལྷགས་སེམས་ངོ་མུ་བ་
ཚུགས་ཀྱི་གདམས་པ་ཐུན་སེལ་སྟོན་མེ་བཞུགས་སོ། །

སྒྲ་མ་དང་འཇམ་དཔལ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །

ཐོས་བསམ་སྟོང་བ་རྒྱ་ཆེན་མི་དགོས་པར། །

མན་ངག་ལྷགས་ཀྱིས་སེམས་ངོ་སྟོང་བ་ཡི། །

གྲོང་ལྷགས་པལ་མོ་ཆེ་ཞིག་ཆེགས་ཚུང་དུས། །

རིག་འཛིན་ས་ལ་ག་ཤེགས་”དེ⁽¹⁾ལམ་ཟབ་མཐུ། །

དེ་ཡང་རང་གི་སེམས་འདི་རང་བབས་སུ་ཅི་ཡང་མི་བསམ་པར་བཞག་ནས་དེ་
ཡི་རང་དུ་བྲན་པའི་རྒྱན་བསྐྱར་བ་དེ་ཡི་ཆོ། བཏང་སྟོམས་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་ཤེས་པ་
ཐུན་ནེ་ཐོམ་མེ་བ་ཞིག་འབྱུང་། དེ་ལ་འདི་ཤེས་དེ་ཤེས་ཀྱི་ལྷག་མཐོང་གང་ཡང་མ་
སྟེས་པའི་ཆེ་ན། དེའི་ཆ་ནས་སྒྲ་མ་དག་མ་རིག་པར་མིང་འདོགས་པར་འདུག །དེ་ལ་
འདི་འབྲུ་འདི་ཡིན་གྱི་ངེས་བཟུང་སྒྲ་མ་ཤེས་པའི་ཆ་ནས་ལུང་མ་བསྟན་ཞེས་མིང་
བཏགས། ཅི་ལ་གནས་དང་ཅི་བསམ་པ་སྒྲུར་མེད་པས་ཐ་མལ་བཏང་སྟོམས་ཞེས་
བཏགས་ཏེ། ཡིན་ནི་ཀུན་གཞིའི་རང་དུ་ཐ་མལ་རང་གར་བསྟན་པ་ཡིན། བཞག་
ཐབས་དེ་འབྲུ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་བསྐྱེད་དགོས་ཀྱང་། རང་ངོ་རིག་པའི་

ཡེ་ཤེས་མ་ཤར་བ་དེ་འདྲ་སྒོམ་གྱི་དངོས་གཞི་མ་ཡིན་ཏེ།

ཀུན་སྒོམ་ལས།

ཅི་ཡང་བྲན་མེད་ཐོམ་མེ་བུ་

དེ་ཀ་མ་རིག་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་

ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་གོ། །

དེ་ལྟར་ཅི་ཡང་མ་བྲན་མ་འབྱུང་བའི་ཤེས་པ་ཐོམ་མེ་བ་དེ་འདྲ་སེམས་ཀྱིས་
སྤྱོད་བས་ན། དེ་འདྲའི་དོན་ཤེས་མཁན་དང་མི་བསམ་པར་འདུག་མཁན་ཁོ་རང་ལ་
བབ་ཀྱིས་བལྟས་པས། འབྱུ་བྲན་བྲལ་བའི་རིག་པ་བྱི་ནང་མེད་པར་བྱང་ཐལ་ལེ་བ་
ནམ་མཁའ་དྲངས་པ་ལྟ་བུ། སྤང་བྱ་སྤྱོད་བྱེད་གཉིས་མེད་ཀྱང་རང་གི་རང་བཞིན་
རང་གིས་ཁོ་ཐག་ཆོད་ནས་འདི་ལས་གཞན་ཅི་ཡང་མི་འདུག་སྟུང་བ་བྱུང་ན། དེ་ལ་
བསམ་བཞེད་ཀྱིས་འདི་འདྲ་ཞེས་སྒྲུར་མེད་པས་མཐའ་བྲལ་དང་བཞེད་བྲལ་དང་
གཉུག་མའི་འོད་གསལ་དང་། རིག་པ་ཞེས་བཏགས་ཆོག་སྟེ། རང་ངོ་འཕྲོད་པའི་ཡེ་
ཤེས་ཤར་བས་དུས་ཐོམ་མེ་བའི་ཐུན་བ་⁽²⁾ཏེ། ཉམ་ལངས་པས་བྲིམ་ནང་
མཐོང་བ་ལྟར་རང་གི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ལ་ངེས་ཤེས་སྒྲེས་པས་སོ། །

འདི་ལ་མ་རིག་སྒོ་འདི་⁽³⁾སྤྱབས་འབྱེད་པའི་མན་ངག་ཅེས་བྱའོ། །དེ་ལྟར་
རྟོགས་ཆེ་ཆོས་ཉིད་དེ་ལྟ་བུ་ནི་རང་བཞིན་བབ་ཀྱིས་ཡེ་ནས་གནས་པས་རྒྱ་རྒྱེན་
ཀྱིས་འདུས་མ་བྱས་པ་དང་། དུས་གསུམ་འཕོ་འགྱུར་མེད་པ་ཡིན་པར་ཤེས་ཤིང་།
དེ་ལས་གཞན་དུ་གྱུར་པའི་སེམས་ཞེས་བྱ་བ་རྟུལ་ཅམ་ཡང་ཡོད་པར་མི་དམིགས་

2 དངས

3 སྤྱབ

སོ། །སྲ་མ་ཐུན་ཐོམ་མེ་བ་དེ་ལ་བརྗོད་དུ་མེད་ཀྱང་། ཅི་ཡང་བརྗོད་མ་ཤེས་པས་ཁོ་
ཐག་མ་ཆོད་བ་ཡིན་ལ། དེ་གཞི་ལ་བརྗོད་དུ་མེད་ཀྱང་བརྗོད་མེད་ཀྱི་དོན་ལ་ཐེ་ཆོམ་
མེད་པའི་ཁོ་ཐག་ཆོད་པས། མིག་མེད་དང་མིག་ལྡན་ལྟར་འདི་གཉིས་ཀྱི་བརྗོད་དུ་
མེད་ཚུ་ལ་ཁྱད་ཆེ་བས། ཀུན་གཞི་དང་ཆོས་སྐྱའི་དབྱེ་བ་ཡང་འདིར་གནད་འདུས་
སོ། །

དེས་ན་ཐ་མལ་གྱི་ཤེས་བ་ཞེས་བ་དང་། ཡིད་ལ་མི་བྱེད་བ་དང་། བརྗོད་བྲལ་
སོགས་ལ་ཡང་དག་ཡིན་མིན་གཉིས་ཡོད་པས་སྐྱ་མ་ཐུན་དོན་འཕགས་ཀྱི་གནད་
དེས་པར་བྱས་ན་ཟབ་མོའི་ཆོས་ཀྱི་དགོངས་ཉམས་རྟེན་པར་འགྱུར་རོ། །

སེམས་ངོའི་⁽⁴⁾དུ་རང་བབ་བཞག་ཆེ་ཁ་ཅིག་གིས་གསལ་ཙམ་དེག་ཙམ་
སྒྲིང་རྒྱར་བྱས་ཏེ་ཡིད་ཤེས་ཀྱིས་གསལ་ལོ་སྦྱུང་པའི་རང་དུ་འཛོག་།

ཁ་ཅིག་གིས་སྒྲིང་ཆམ་མེ་བ་ཤེས་བ་སྒྲིང་སོང་བ་ལྟ་⁽⁵⁾དུ་ལ་སེམས་འཛིན་
ཀྱང་། འདི་གཉིས་ཀ་ཡིད་ཤེས་ཀྱི་ཆ་གཟུང་འཛིན་གྱི་ཉམས་ལ་ཞེན་བ་ཙམ་ཡིན་
པས། དེའི་ཆེ་གསལ་བ་དང་གསལ་བར་འཛིན་མཁན། སྒྲིང་བ་དང་སྒྲིང་བར་འཛིན་
མཁན་གྱི་ཤེས་བ་བྲན་འཛིན་གྱི་རྒྱད་བྱེད་དེ་བ་དེའི་བབ་ལ་བལྟས་པས། གཟུང་
འཛིན་དུ་ཞེན་པའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་⁽⁶⁾ལྟར་སྦྱངས་ཏེ་རྗེ་ཞེ་ཡེ་རེ་བ་གསལ་སྒྲིང་
མཐའ་དབྱས་དང་བྲལ་བའི་རང་བབ་ཁོ་ཐག་ཆོད་དེ་དྲངས་སེང་དེ་བ་བྱུང་ན་དེ་ལ་
དེ་གཞི་ཞེས་མིང་འདོགས་ཏེ། འཛིན་བ་ཙན་གྱི་ཉམས་ཀྱི་ཤུན་བ་དང་བྲལ་བའི་དེ་ག་
བ་ཡེ་ཤེས་རྗེན་པར་ཤར་བ་ཡིན་རོ། །འདི་ལ་སྲིད་པའི་བྲ་བ་གཙོད་པའི་མན་ངག་

4 དང

5 རྒྱ

6 ལྟར

ཅེས་བྲལ། །

དེ་བཞིན་དུ་ཡིད་དཔྱད་ཉམས་ཀྱི་སྤྱན་པ་སྣ་ཚོགས་དང་བྲལ་བའི་རིག་པ་
འབྲས་སྒྲེལ་ལྟ་བུ་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རང་བབ་རང་གསལ་གྱི་སྒྲོན་པ་ངོས་ཟེན་པར་
བྲལ། །རིག་པའི་བབ་ངོ་ཤེས་པ་ཙམ་གྱིས་མི་ཚོགས་པར་དེ་གའི་རང་དུ་གོམས་པའི་
གནས་ཆ་བརྟན་དགོས་པས། ཤེས་པ་རང་བབ་བཞག་པའི་བླན་རྒྱན་མ་ཡངས་པར་
སྦྱོང་བ་གལ་ཆེ། དེ་ལྟར་བསྦྱོང་དུས་རེས་ཅི་ཡིན་མེད་པའི་མི་རྟོག་རྒྱན་པོ། རེས་
ལྷག་མཐོང་གི་དྲངས་ཆ་ཐོན་པའི་མི་རྟོག་ཟང་ཐལ། རེས་བདེ་ཉམས་ཞེན་པ་ཙན།
རེས་བདེ་ཉམས་ཞེན་མེད། རེས་སྣ་ཚོགས་གསལ་ཉམས་འཛིན་པ་ཙན། རེས་
དྲངས་གསལ་རྟོགས་མེད་འཛིན་བྲལ། རེས་རྒྱུ་བ་ཉམས་མི་སྤྱད་པ། རེས་འཇམ་
ཉམས་ཡིད་འོང་། རེས་ནམ་རྟོག་ཆེས་འཇུག་ཆེ་བའི་ཕྱིར་འབྲངས་ནས་སྒྲོམ་སྒྲོར་བ།
རེས་འཐེབ་དྲངས་མི་བྱེད་པས་རྟོགས་པ་ཙན་སོགས། ཐོག་མེད་ནས་གོམས་པའི་
ནམ་རྟོག་དང་ལས་རྒྱུད་གི་བླ་བས་སྣ་ཚོགས་རེས་པ་དང་ཆད་བཟུང་མེད་པར་
འབྱུང་བ་ནི། ལམ་རིང་པོར་ཞུགས་པས་བདེ་གཟར་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་གནས་མཐོང་བ་
དང་འབྲས་བུ་གང་ཤར་ཆད་འཛིན་མེད་པར་རང་ལམ་བསྐྱུང་། ལྷག་པར་མ་གོམས་
པའི་དུས་ན་ནམ་རྟོག་སྣ་ཚོགས་མེ་ལྟར་འབར་བ་གཡོ་བའི་ཉམས་ཀྱི་དུས་སུ་དེས་
མ་སྤྱད་པར་བྱས་ཏེ། སྤྲིམ་སྟོང་རན་པོས་⁽⁷⁾རྒྱན་མ་བཏང་བར་བསྐྱུང་བས་ཐོབ་པ་
སོགས་ཉམས་ཕྱི་མ་དག་རེས་བཞིན་འབྱུང་ངོ་། །

འདི་དུས་སྤྱིར་རིག་པ་དང་མ་རིག་པ། ཀྱན་གཞི་དང་ཆོས་སྒྲུ། ནམ་ཤེས་དང་།

ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཁྱད་པར་སྒྲ་མའི་མན་ངག་གི་⁽⁸⁾ཉམས་སྤྱོད་གི་སྤྱོད་ནས་ངོ་འཕྲོད་པ་
གདིང་དུ་བྱས་ནས། སྤྱོད་དུས་ཚུ་མ་བསྐྱལ་ན་⁽⁹⁾དངས་པ་⁽⁹⁾ལྟར། རྣམ་ཤེས་རང་
སར་བཞག་པས་དེའི་ཆོས་ཉིད་ཡེ་ཤེས་རང་བྱུང་དུ་གསལ་བའི་མན་ངག་གཙོ་བོར་
བྱ་དགོས་ཀྱི། བདག་གི་སྒྲོམ་རྒྱ་འདི་རྣམ་ཤེས་སམ་ཡེ་ཤེས་གང་ཡིན་ཞེས་སྤང་
སྤང་གི་དབྱང་ར་དང་དཔེ་ཆའི་གོ་རྟོག་གི་འདུ་འཕྲོ་སྤེལ་བར་མི་བྱ་སྟེ། དེས་ཞི་ལྷག་
གཉིས་ཀ་ཅུང་ཟད་སྤྱི་བ་པར་འགྱུར་རོ། །རང་བབ་འཛོག་པའི་བྱ་བའི་རྒྱན་བརྟན་
པའི་ཞི་གནས་ཀྱི་གོམས་ཆ་དང་། །རང་ངོ་རང་གསལ་དུ་ཤེས་པའི་ལྷག་མཐོང་རང་
ཤུགས་ཀྱིས་འབྲེལ་བའི་རྒྱལ་དུ་གོམས་པ་བརྟན་པོར་སོང་བ་ན། །རང་བབ་ཡེ་
གནས་དང་། རང་བཞིན་འོད་གསལ་གྱི་ཞི་ལྷག་ཡེ་ནས་དབྱེར་མེད་པ་རང་བྱུང་གི་
ཡེ་ཤེས་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་འཆར་བར་འགྱུར་རོ། །འདི་ནི་མཁའ་ལྟར་
མཉམ་པ་ཉིད་ལ་གནས་པའི་མན་ངག་གོ།

དེ་ལྟར་ཡང་དབལ་ས་ར་ཉ་ས། བསམ་དང་བསམ་བྱ་རབ་ཏུ་སྤང་ནས་
སྟ། །བསམ་མེད་བྱ་རྒྱུ་རྒྱལ་དུ་གནས་བྱ་ཞིང་། །ཞེས་བཞག་ཐབས་དང་། སྒྲ་མའི་
ལུང་ལ་བསྐྱིམ་སྟེ་རབ་འབད་ན། །ཞེས་རིག་པ་ངོ་སྤྱད་པའི་མན་ངག་དང་ལྟན་པར་
བྱས་ན། ལྟན་ཅིག་སྤྱེས་པ་འབྱུང་བར་ཐེ་ཆོམ་མེད། །ཅེས་གདོད་ནས་རང་གི་
སེམས་དང་ལྟན་ཅིག་སྤྱེས་པ་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་རིག་པ་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་
འབྱུང་སྟེ། དེ་ནི་ཆོས་ཀྱན་གྱི་ཆོས་ཉིད་དང་ཐ་དད་མེད་པ་གཉུག་མ་དོན་གྱི་འོད་
གསལ་གྱང་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་རང་བབ་བཞག་པ་དང་། རང་ངོ་ཤེས་པའི་རིག་པ་འཕམ་

8 གིས

9 དང

སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ལས་ཆོས་ཉིད་སྤྱོད་ཚུལ་འདི་གནད་བརྒྱ་གཅིག་འདུས་ཀྱི་མན་ངག་
ཡིན། རྒྱན་དུ་སྤྱོད་རྒྱུ་འདེད་ཡིན། གོམས་པའི་ཆད་ནི་མཆན་མོའི་འོད་གསལ་གྱིས་
འཛིན། ཡང་དག་པའི་ལམ་ཡིན་པའི་རྟགས་ནི་དད་པ་དང་སྦྱིང་རྗེ་ཤེས་རབ་སོགས་
རང་ཤུགས་”གྱིས་⁽¹⁰⁾འཕེལ་བས་རྟོགས། བདེ་ཞིང་ཆོག་མཆོད་ཚུང་བ་ནི་རང་གི་
ཉམས་སུ་སྤྱོད་བས་ཤེས། ཟབ་ཅིང་སྦྱར་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་འབད་”ཚུལ་⁽¹¹⁾ཆེན་པོས་
བསྐྱབ་པའི་ལམ་གཞན་ལ་ཞུགས་པ་ནམས་དང་རྟོགས་ཆད་བསྐྱབ་པས་ངེས་པ་ཡིན་
ནོ། །རང་སེམས་འོད་གསལ་བསྐྱོམ་པས་འབྲས་བུ་ཐོབ་རྒྱུ་འདེད་འཕྲོ་གི་ནམ་རྟོག་
དང་དེའི་བག་ཆགས་ཀྱི་སྤྱི་བ་པ་རང་སངས་ཆོ། མཁྱེན་གཉིས་”ཚུལ་⁽¹²⁾མེད་དུ་
རྒྱས་ནས་གདོད་མའི་གཏན་སྤིང་ཟེན་ཏེ་སྦྱ་གསུམ་ལྟན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཟབ་
པོ། གུ་རྒྱུ་ས་མ་ཡུལ།

རབ་ཆོས་མེ་རྩ་ལྷ་ཉམས་ལྷུ་ཐོས་བསམ་ལ་ཆེར་མི་བརྩོན་ཀྱང་སེམས་
ངོའི་ཉམས་ལེན་འདོད་པའི་གྲོང་ལྷགས་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ། རྟོགས་ལྟན་གན་པོ་
པལ་གྱི་ཉམས་སྤྱོད་དཔར་བྲིད་ཀྱི་ཆོས་སྐྱད་གོ་བདེ་དང་བསྐྱབ་པའི་གདམས་པ་ཟབ་
མོ་མི་པམ་འཇམ་དཔལ་རྩོམ་བཞུགས་པ་དགའ་བོ་མཛུགས། །

10 གྱི

11 ཚུལ་

12 ཚུལ་

འཇམ་དཔལ་རྒྱུ་གས་པ་ཆེན་པོའི་གཞི་ལམ་འབྲས་བུ་དབྱེར་མེད་
པའི་དོན་ལ་སྒྲིབ་པ་རིག་སྒྲིབ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞེས་བྱ་བ་
བཞུགས།

ཕྱོགས་བཅུ་དུས་བཞིའི་བདེ་གཤེགས་སྤྲུལ་བཅས་ཀྱི།

ཡེ་ཤེས་སྐྱར་བྱུར་གཉིས་མེད་ཚུལ་འཆང་བ།

འཇམ་དཔལ་གཞོན་ནུ་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ངད།

བྱར་མེད་དོན་ལ་ལྷན་གྱིས་བྱུ་བྱུར་ཅིག།

གདོད་མའི་མགོན་པོ་དཔལ་ལྷན་སྤྲུལ་པ་ལ།

མཉམ་ཉིད་ཆོས་སྐྱར་ལྟ་བུའི་མོས་གྲུས་ཀྱིས།

དོན་བརྒྱུད་དགོངས་པའི་བྱིན་རྒྱལ་སྤྲུལ་ལ་འཕྲོས།

རིག་པ་རྩལ་གྱི་དབང་ཆེན་ཐོབ་པར་ཤོག།

ཡེ་ནས་གནས་ཕྱིར་རྩོལ་བས་བསྐྱུ་བ་དང།

དབང་པོའི་བྱུར་པར་སོགས་ལ་མི་སྒྲིབ་ཀྱང།

སྤྲུལ་པ་ཡིད་མ་ཆེས་པ་སེམས་ཀྱི་གསང།

སྤྲུལ་པའི་མན་ངག་སྤྲུལ་པ་མཐོང་བྱུར་ཅིག།

སྤྲུལ་པའི་དབྱེར་པ་ཀུན་རྒྱུ་སྤྲུལ་པ་སྤྲུལ།

བཅའ་ཞིང་སྤྲུལ་པ་རང་ཉིད་ངལ་བའི་རྒྱ།

དམིགས་ཤིང་བསྐྱོམ་པ་བྱིར་ཞིང་འཆིང་བའི་གཟེབ། །

ཟུག་རྩའི་སྒྲོས་པ་ནང་ནས་ཆོད་པར་ཤོག། །

བསམ་བཞེད་བྲལ་ལ་མཐོང་བ་གང་མེད་ཀྱང། །

མ་མཐོང་ལྷག་མར་གྱུར་བ་གང་ཡང་མེད། །

རང་སེམས་ཁོ་ཐག་ཆོད་པ་ཐབ་མའི་དོན། །

མཆོན་པར་དཀའ་བའི་དེ་ཉིད་རྟོགས་པར་ཤོག། །

སྒྲོས་ཀྱན་ཀ་ནས་དག་བྱིར་ཡོད་མཐའ་སྤངས། །

རིག་གཤངས་ལྷན་གྱིས་བྱུང་བས་མེད་མཐའ་བྲལ། །

གཉིས་སུ་བཞེད་ཀྱང་རྟོག་པས་འཇུག་ཚུལ་ཙམ། །

དབྱེར་མེད་བཞེད་བྲལ་མཉམ་པའི་དོན་མཐོང་ཤོག། །

འདི་ན་མཇུག་མོས་ལྷ་བ་ཇི་བཞིན་དུ། །

དང་ཐོར་ཡིད་དཔྱོད་ཆིག་གིས་མཆོན་བྱས་ཀྱང། །

ཆོས་ཉིད་རང་བབས་ཡིད་དཔྱོད་ཡུལ་ལས་འདས། །

རང་གིས་རང་ལ་ལྷན་ཏེ་མཐོང་བར་ཤོག། །

འདི་ལ་བསལ་བར་བྱ་བ་མ་མཐོང་ཞིང། །

བཞག་སྟེ་སྒྲུབ་པར་བྱ་བ་མ་དམིགས་པས། །

དགག་སྒྲུབ་ཚུལ་བས་མ་བསྐྱེད་ཆོས་ཉིད་ངང། །

ལྷན་གྱིས་གནས་པའི་དོན་ལ་འཇུག་པར་ཤོག། །

ཞེས་བྱའི་གཞི་དང་བསྐྱོད་པར་བྱེད་པའི་ལམ། །

རང་བཞིན་གཤེས་ལ་ནམ་མཁའ་ལོ་རིམ་ལས།

འབྲུལ་བས་རྩོ་བཏགས་མ་དག་འཁོར་བའི་ཆོས། །

སྟོན་ནས་བཏགས་པ་ནས་པར་སྟོན་པའི་ཆོས།

སྒྲོ་བྲལ་ཆེས་ཉིད་གཤེས་ཀྱི་བཞུགས་ཚུལ་ལ།

ཐ་མལ་གཤེས་སུ་སོན་ལ་ལྟ་སྒྲིམ་བྲལ། །

གང་ལ་དམིགས་པར་བྱ་བ་ལྟ་བུའི་དུག །

གང་ལ་སྒྲང་དོར་བྱ་བ་སྤྱོད་པའི་འཕྲང།

སྒྲོལ་པའི་གཟེབ་ཏུ་མ་ཚུད་རིག་པའི་གདངས། །

ཞགས་བས་མཁའ་ལ་མདུད་བ་མི་འདོར་བར། །

རང་བཞག་རྣལ་མའི་དོན་ལ་མཁས་གླུར་ཅིག །

དེ་ཆེ་རང་རིག་གཞོན་ཅུ་བུམ་བ་སྐྱའི། །

མཁྱེན་ཆ་རང་འོད་གསལ་བ་འཇམ་པའི་དབྱངས། །

ཤེས་རབ་རང་བྱུང་སྟོན་མའི་སྣང་བ་ཡིས། །

སྐྱིབ་པའི་སྤྱན་བ་འཐེབ་པོ་འཛོམས་གླུར་ཅིག །

མ་བཅོས་འདུས་མ་བྱས་པའི་ཆོས་ཉིད་ལ། །

བཅོས་མའི་ལམ་གྱིས་གསར་དུ་བསྐྱབ་མེད་བས། །

རྒྱ་ལས་མ་བྱུང་མཐར་ཐུག་འབྲས་བུའི་དོན། །

རང་ལ་ཡེ་ནས་གནས་བ་མཐོང་བར་ཤོག །

ཡིད་དཔྱོད་ཆོག་གི་སྤྱན་བ་འཁྲལ་བའི་ལམ། །

རི་ལྗར་བརྗོད་ཀྱང་རྟོག་པའི་བྲ་བ་སྟེ། །

ལྷུང་ལས་མ་བྱུང་རང་གིས་རིག་བྱ་བའི། །

མན་ངག་ཐབ་མོ་སྤྱང་ལ་བསྐྱོམ་བར་ཤོག །

གཟུང་འཛིན་སེམས་ནི་དོ་བོ་ཉིད་གྱིས་འཁྲལ། །

གང་ལྟར་དམིགས་བ་དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་མིན། །

སེམས་ལས་མ་བྱུང་རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་སྐྱ། །

ངེས་བ་དོན་གྱི་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་བར་ཤོག །

རིག་སྒྲོང་རིག་པའི་དབྱིངས་སུ་ཆོས་ཐམས་ཅད། །

མཉམ་པ་ཉིད་གྱུར་ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་ལ། །

ལའོར་འདས་རེ་དོགས་ཞིག་པའི་རང་ཚུལ་དུ། །

མི་གནས་ཆོས་སྐྱའི་གཏན་སྲིད་ཟིན་པར་ཤོག། །

འདི་ལྟར་ལུས་དང་ཡུལ་དུ་སྒྲར་བ་ཡང། །

རབ་རིབ་བཞིན་དུ་རྟོག་པའི་དབང་གིས་སྒྲད། །

མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་རང་མདངས་ཀྱིས། །

ཆོས་ཟད་གདོད་མའི་དབྱིངས་སུ་སྐྱུངས་གྱུར་ཅིག། །

དེ་ཆེ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲ། །

ཚྭ་གས་དུས་སུ་མཐའ་སྲིད་དུ་འགོ་ཀུན་གྱི། །

ཕན་བདེའི་དོན་ཀུན་འཛོལ་བའི་ཡིད་བཞིན་འོར། །

སྒྲིབ་བྲལ་འབྲས་བུའི་མཐར་ཐུག་ཐོབ་པར་ཤོག། །

ཅེས་པ་འདི་ནི་རྒྱ་ན་རྒྱ་གི་ནི་སྐྱ་ར་ཉིའི་ནམ་པར་འབྲུལ་པར་ཡོངས་སུ་གྲགས་
པ་མེ་བཙུན་མ་བདེ་སྒྲོང་ཡེ་ཤེས་དབང་མོས་རབ་ཆེས་མེ་བྲི་རྒྱ་ཆེས་ཀྱི་དུས་དགེ་
བར་བཀ་ཤིས་པའི་ལྷ་རེག་དང་། ཤེས་དཀར་སྒྲོང་བ་རིན་པོ་ཆའི་རྒྱན་ལྷན་བཅས་
བཀའ་ཡིས་བསྐྱལ་བའི་རྒྱན་བྱས་ནས་ཆེས་དེ་ཉིད་ལ་མི་ཤམ་འཇམ་དཔལ་དགྲེས་
པའམ་འོད་གསལ་རྫོང་ཆེ་ཞེས་བྱ་བའི་རྫོགས་པར་གྲིས་པ་སྟེ། རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་
གྲུབ་མཐའི་རང་སྒྲད་ཐུན་མིན་རང་རྒྱ་ཚུགས་པར་གང་ཤར་སྐྱས་པའི་དགེ་བས་

འགྲོ་ཀུན་གདོད་མའི་མགོན་པོ་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ནུའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་གྱུར་
ཅིག། ཐོས་པ་ཅམ་གྱིས་ངེས་པར་གྲོལ་འགྱུར་ཞེས། རྡོ་རྗེ་འཆང་གིས་བསྐྱགས་པ་
ལམ་གྱི་མཆོག། འདི་ཚུལ་སེམས་པར་བྱེད་པ་སྒྲོས་ཅི་འཆལ། ཆོས་ཉིད་བདེན་
པས་སྦྱར་དུ་གྲོལ་བར་འགྱུར། རྩོལ་བཅས་ཐེག་པས་གདུལ་བར་དཀའ་བའི་
ཆོ། ཀུན་བཟང་ཐུགས་ཀྱི་བསྟན་པ་འབྱུང་ཞེས་སུ། བསྐྱགས་པའི་ལུང་བཞིན་སྟོང་
པའི་བསྟན་པ་ཡིས། འཇིག་རྟེན་ཀུན་ཏུ་བྱུང་བའི་རྒྱས་གྱུར་ཅིག། སྐར་མ་རྒྱ་
ལས། ། །

རང་རིག་དོགས་གཙོད་རྡོ་རྗེའི་མེ་ལོང་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས།

ན་མོ་མཆོ་སྒྲི་ཡེ། ཐོས་ཚུང་སྤྱོད་བ་མེད་པ་ནམས། རྡོ་གསེར་ཆེན་རང་རིག་
ཅེས་པ་འདི། དབྱ་མའི་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ལས། ས་མཆམས་དམན་པ་ཞིག་ཏུ་
འཇིག། ཀལ་ཡེ་དབྱ་མར་སྒྲོམས་ཁྱོད་ཀྱི། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་མཉམ་བཞག་ཆོ། རྒྱོ་
རྒྱུན་ཆད་དམ་མ་ཆད་འདོད། རྒྱུན་ཆད་འདུ་ཤེས་མེད་པའི་བསྒྲོམ། བྱི་མ་ལྟར་ན་
སྒྲོས་ཆོས་ཉིད། ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་ཡོད་དམ་མེད། མེད་ན་ཆོས་ཉིད་ངེ་ལྟར་
རྟོགས། ཡོད་ན་དེ་འདྲའི་ཆོས་ཉིད་དེ། ཆོས་ཀུན་དེ་ཉིད་ཡིན་ཕྱིར་ན། ཡུལ་ཅན་
དེའི་ངོར་ཆོས་ཅན་ནམས། མ་འགག་སྤང་བ་ཡོད་དམ་མེད། ཡོད་ན་གཉིས་སྤང་ངེ་
ལྟར་བྱུང། མེད་ན་ཡུལ་དང་བྲལ་བ་ཡི། རྒྱོ་ཡིས་ཉམས་སུ་སྤྱོད་ཞེས་པ། རི་འདྲ་
ཞིག་ལ་མཇུ་བ་མོ་འཇུག།

ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་བྲལ་བ་ཡི། སོ་སོ་རང་རིག་ཡེ་ཤེས་ཅམ། ཡིན་ཟེར་ན་ནི་
དེ་དག་ལ། རང་རིག་ཅེས་སུ་མིང་འདོག་པ། ཡིན་ཕྱིར་རང་རིག་ཅེས་པ་

འདི། །སེམས་ཙམ་ལུགས་ཀྱི་གསལ་རིག་དང་། །ཕྱི་དོན་མེད་པར་མ་ཤེས་
པའི། །ཤེས་པ་ཉི་ཆེ་འཛི་སྤྱོད་ཉིད་དུ། །གོ་བ་གནས་ལུགས་སྤྱོད་མེད་གཏམས། །ཆོས་
དབྱིངས་བསམ་མི་བྱབ་པའི་དོན། །སོ་སོ་རང་གིས་ཉམས་སྤྱོད་བ། །མཉམ་བཞག་
ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་སྟེ། །ཉི་ཆེ་འཛི་ཆོས་ཉིད་ག་ལ་ཡིན། །སེམས་ཙམ་རྣམ་ཤེས་བདེན་
བྱུང་འདོད། །འདིར་ནི་རང་རིག་སྤྱོད་པ་ཆེ། །མངོན་སུམ་སྤྱོད་བས་བྱུང་བ་
ཡིས། །མཆོན་མའི་དམིགས་གཏད་ཞིག་པ་ཡིན། །ཟུང་འཇུག་དབྱིངས་ལ་སུས་
རིག་པ། །དེས་ནི་ཆོས་ཀྱན་དེ་ཉིད་མཐོང་། །ཆོས་ཅན་རེ་རེའི་ཆོས་ཉིད་དག །སོ་
སོར་ཡོད་ན་ཐུག་པ་མེད། །དེ་ཕྱིར་སྤྱོད་བའི་ཚུལ་གྱིས་ནི། །ཟུང་འཇུག་དབྱིངས་ལ་
མཉམ་བཞག་པས། །ཡིད་དཔྱོད་བྱུང་མཐས་བསྐླའ་མང་དུ། །བྱུང་འབྲས་འདི་ན་
མངོན་དུ་གྱུར། །

ཅེས་བཤད་མི་པམ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བས་དཀར་མོ་སྟག་ཆང་རི་ཁོང་དུ་ཐུན་
གསིང་ཞིག་ལ་ཤར་མར་གྱིས་བཏོ། ། །

སེམས་ཀྱི་དཔྱོད་པ་རྣམ་པར་སྤྱོད་བ་སོ་སོར་བརྟག་པའི་དབྱེད་སྒོམ་
འཁོར་ལོ་མ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་མཚུ་བློ་ཡེ། །

སྤྱིད་ན་ཉེས་པ་གང་མཆེས་བ། །

རང་སེམས་ཉོན་མོངས་མཐུ་ཡིས་བྱས། །

ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ཉོན་མོངས་རྒྱ། །

དེ་ཡང་ཚུལ་བཞིན་ཡིད་བྱེད་ཡིན། །

འདི་ལ་དོན་གསུམ་སྟེ། དེ་ལྟར་བསྐྱོམ་པའི་ཚུལ། རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པའི་ཆད། དེའི་
གོ་དོན་ནི། །དང་པོ་ནི། གང་ལ་ལྷག་པར་ཆགས་པའི་ཡུལ། །ཡིད་ཀྱིས་མདུན་དུ་
མངོན་བྱས་ནས། །དེ་ལ་ཕྱང་པོ་ལྔར་བྱས་ཏེ། །ཐོག་མར་ལུས་ལ་རྣམ་པར་
བརྟག་ །ཤེས་ཀྱིས་པ་རྒྱུ་དང་ཆོལ། །དོན་སྟོད་ཡན་ལག་དབང་པོ་དང་། །གཤམ་
སྦྱི་སྦྱིན་བུ་སྐྱ་སེམས་སོགས། །མི་གཙང་ཇུས་རྣམས་ཅི་སྟེད་དང་། །ས་ལ་སོགས་པ་
ཁམས་ཀྱི་ཆོགས། །སོ་སོར་དབྱེ་བ་དུང་བའི་རིགས། །གང་དག་ཅི་སྟེད་མཆིས་པ་
རྣམས། །ཅི་སྟེད་རྒྱལ་གྱི་མཐར་ཐུག་བར། །རིམ་པར་དབྱེ་ཞིང་དེ་རེ་རེ། །ཆགས་
པ་སྦྱེའམ་མ་སྦྱེ་བཟླ། །མི་གཙང་སིལ་བའི་ཇུས་དེ་ལས། །ལུས་ཞེས་བྱ་བ་གཞན་
མེད་པས། །ལུས་ནི་མི་གཙང་འཁྲལ་འཁོར་དང་། །ཅ་དང་བཅིགས་པ་ལུད་ཕྱང་
དང་། །ལྷ་བ་བརྟོས་པ་ལྟ་བུ་ནི། །མཐོང་ཆེ་དེ་དོན་བྲན་བཞིན་འདུག །

རྟོགས་པ་དེ་ཡི་རྒྱུ་ཡལ་ཆེ། །ཆོར་འདུ་འདུ་བྱེད་རྣམ་ཤེས་ཀྱི། །རང་བཞིན་
རེ་རེ་དག་ལ་ཡང་། །དུ་མ་ཉིད་དུ་བྱེ་ཞིང་དབྱེ། །ཚུ་བར་སྦྱིག་རྒྱ་ཚུ་ཤིང་དང་། །རྒྱ་
མ་ལྟ་བུར་མཐོང་བའི་ཆེ། །དེ་ལ་འང་ཆགས་པ་བྱར་མེད་པ། །ཤེས་ནས་རྣམ་རྟོག་དེ་
ཡི་རྒྱུ། །མ་ཡལ་བར་དུ་དེ་བསྐྱུང་བ། །ཡལ་ན་ཆེད་དུ་མི་མཐུང་བར། །སོ་སོར་
བརྟག་པ་གཞན་ལ་སྟོ། །དེ་ལྟར་མི་གཙང་བ་དང་ནི། །སྦྱིང་པོ་མེད་པའི་ཕྱང་པོ་
དེ། །བྱང་ནས་མི་སྟོད་སྐད་ཅིག་གིས། །འཛིག་པ་ལ་ནི་ཡང་དག་བསམ། །སྟོན་བྱང་
མཐའ་མ་མཆིས་པ་ཡི། །འཛིག་རྟོན་ཀུན་ཀྱང་ཞིག་གྱུར་ཏེ། །ད་ལྟ་མ་འོངས་ཀྱང་དེ་
འདྲ། །འདུས་བྱས་ངང་ཚུལ་སྟོ་བའི་རྒྱ། །སྟེ་འགྲོ་ཐམས་ཅད་འཆི་རེས་ཏེ། །ཁྲོ་བྱར་
འཆི་བ་ཆ་མེད་ལ། །སྟིད་པའི་སྣང་བ་འདི་དག་ཀུན། །གནས་སྐབས་འགྱུར་བ་ཅན་དུ་

བསམ། །མདོར་ན་འདྲ་བྱེད་མི་རྟག་པའི། །ནམ་པ་རི་སྟེང་ཡོད་པ་ལ། །རི་ལྟར་རུས་
བ་རེ་རེ་བཞིན། །

སྒོ་ཡིས་གསལ་པོར་རིམ་གྱིས་བསམ། །གང་ཆེ་ཆགས་ཡུལ་ཕྱང་པོ་དེ། །སྒོག་
དང་ཚུ་ཕྱར་སྒྲིན་ལྟ་བུ། །གཡོ་བ་ཉིད་དུ་མཐོང་བ་ན། །རི་སྟེང་ནམ་རྟོག་དེ་ཡི་
རྒྱན། །མ་ཡལ་བར་དུ་དེ་ཉིད་བསམ། །དེ་ནས་དུ་མར་གྱུར་བ་ཡི། །ཕྱང་པོ་སྤྲད་ཅིག་
རེ་རེར་ཡང་། །སྤྱག་བསམ་ཉིད་གྱི་ངོ་བོ་འཕམ། །བདེ་བར་སྤང་ཡང་འགྱུར་བ་
དང་། །སྤྱག་བསམ་ཕྱི་མའི་རྒྱར་འགྱུར་གྱི། །ཕྱང་པོ་སྤྱག་བསམ་གཞི་ཡིན་ལ། །སྟེང་
ན་མཆིས་པའི་སྤྱག་བསམ་ཀྱན། །རི་ལྟར་རུས་པ་བསམ་བྱས་ནས། །དེ་ཀྱན་ཕྱང་
པོའི་སྒྲིན་ཡིན་ཕྱིར། །ཟག་དང་བཅས་པའི་ཕྱང་པོ་ལ། །ཁབ་ཅེ་ཅམ་གྱི་ཆ་ཤས་
ཀྱང་། །སྤྱག་བསམ་སྒྲིན་མེད་མ་མཆིས་པས། །ཕྱང་པོ་འདི་ནི་སྤྱག་བསམ་
གྱི། །འབྱུང་གནས་མི་གཙང་འདམ་དང་ནི། །མེ་འོབ་སྒྲིན་གླིང་འབྲུའོ་ཞེས། །རྟོགས་
བ་དེ་ལ་རི་སྟེང་གནས། །དེ་མཐར་སྤྱག་བསམ་བསྟན་གྱུར་བ། །དུ་མ་མི་རྟག་ཕྱང་པོ་
འདིར། །བདག་ཅེས་བྱ་བ་གང་ཡིན་ཞེས། །དབྱེད་པས་བདག་གི་སྟོང་བ་ཡི། །འབབ་
ཚུ་ཆར་དང་ཁང་སྟོང་ལྟར། །མཐོང་ན་ངེས་ཤེས་དེ་ཡི་ངང་། །རི་སྟེང་མ་ཡལ་དེ་ངང་
འདུག །ཡལ་བར་གྱུར་ཆེ་སྤྲར་ཡང་ནི། །གོང་བཞིན་རིམ་བས་དབྱེད་པར་བྱ། །

རེས་འགའ་གོ་རིམ་མེད་པར་ཡང་། །སྒྲ་ཆོགས་དབྱེད་པས་གང་རུང་
བསམ། །ཡང་ནས་ཡང་དུ་འདི་དོན་བརྟག །རེས་འགའ་གཞན་གྱི་ཕྱང་པོར་
བསམ། །རེས་འགའ་རང་གི་ཕྱང་པོར་བརྟག །རེས་འགའ་འདུས་བྱས་ཀྱན་ལ་
དབྱེད། །གང་ལ་ཆགས་ཀྱང་དེ་སྟན་དབྱེད། །མདོར་ན་དབྱེད་པ་འདི་བཞི་པོ། །མིན་

པའི་རྣམ་རྟོག་སྤངས་ནས་སྟུ། དབྱུང་པའི་འཁོར་ལོ་བར་མེད་བསྟོར། ཅི་ཙམ་
དབྱུང་བཞིན་ངེས་པ་སྟེ། འདི་འདྲའི་དམིགས་པ་སྣ་ཆོག་པ་ལ། འཤེས་པ་གསལ་པོ་
རྒྱ་བ་ཡིས། རྩ་ལ་མཆེད་པའི་མེ་བཞིན་དུ། རྒྱུན་མ་ཆད་པར་འཇུག་པར་བྱ། སྟོན་
ཆེ་བདག་གིས་དུས་ཀུན་ཏུ། རྩ་ལ་མིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཡིས། སྣ་ཆོག་པ་རྟོག་པ་
རྒྱུན་འཇུག་ལ། དེ་ཡི་ཆབ་ཏུ་འདི་བཞག་བྱ། །

གལ་ཏེ་དུབ་པར་གྱུར་ནས་སྟུ། གཉེན་པོའི་དབྱུང་པའང་མི་འཇུག་ལ། ཉོན་
མོངས་དག་ཀྱང་མི་སྟེ་ན། བཏང་སྟོམས་ཉིད་དུ་ངལ་གསོ་བྱ། དེ་ཞིག་ངལ་བས་
སོར་ཅུད་ནས། སྤར་ཡང་གོང་བཞིན་སོ་སོར་བརྟག། སོ་སོར་བརྟགས་པའི་རྟོགས་
པ་འདི། དབྱུང་བཞིན་འཤེས་བཞིན་ཀུན་ཏུ་གནས། གལ་ཏེ་བརྟེན་པར་གྱུར་པའི་
སྐབས། ཉོན་མོངས་སྟེ་བར་གྱུར་པ་ན། དག་པོ་མཐོང་ཆེ་མཆོན་བཞིན་དུ། སོ་
སོར་བརྟག་པ་སྤང་བར་བྱ། ལུན་པ་ལ་ནི་སྤང་བ་བཞིན། སོ་སོར་བརྟག་པ་འདི་ལྟ་
བྱ། ཅུང་ཟད་ཀྱིས་ཀྱང་ཉོན་མོངས་ལ། གཞོད་པ་ཆེན་པོ་སྟོས་ཅི་འཆལ། །

འདུས་བྱས་འཁོར་བའི་ཉེས་པ་རྣམས། ཅི་ཙམ་མཐོང་བ་དེ་ཙམ་ལ། བྱ་ངན་
འདས་པ་འདུས་མ་བྱས། ཞི་བསིལ་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཤེས། གཉིས་པ་རྒྱུད་ལ་སྟེས་
པའི་ཆད་ནི། རྣམ་ཞིག་གོམས་ནས་རང་གཞན་གྱི། སྤང་པོ་ལྡ་དང་འདུས་བྱས་
ཀུན། དུ་མ་ཉིད་དང་མི་རྟག་དང་། སྟུག་བསྐྱལ་ཉིད་དང་བདག་མེད་པ། འང་གིས་
ཁོང་དུ་ཅུད་བྱས་ནས། ཆེད་དུ་འབད་པ་མེད་པར་ཡང་། སྤང་བ་ཐམས་ཅད་རྣམ་
མྱོལ་དུ། སྤྱར་ཆེ་ཉོན་མོངས་མགོ་གཞོན་འགྱུར། ཉོན་མོངས་སྐབས་དང་བྲལ་བས་
ན། དེ་ཆེ་རྟོགས་མེད་ཡིད་ཀྱི་མཆོ། རང་དབང་དག་དང་མཐུན་གྱུར་ནས། ཞི་

གནས་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་རེག །ཅེ་གཅིག་སེམས་ཀྱི་དངོས་པོ་ཡི། །དེ་ཉིད་བཟུས་ན་
ལྷག་པར་མཐོང་། །འདི་ནི་ཐེག་གསུམ་སྤྱོད་མོང་གི །དང་པོར་འཇུག་པའི་ལམ་ཡིན་
ནོ། །

གསུམ་པ་གོ་དོན་ནི།གང་ཆེ་རྟེན་འབྱུང་སྒྱུ་མ་ལྟའི། །ཆོས་ཀྱན་གདོད་ནས་མ་
སྐྱེས་པས། །ཆོས་བདག་མེད་པའི་སྟོང་ཉིད་ལ། །ཐ་དད་གཅིག་སོགས་མཐའ་གཉིས་
བྲལ། །དབྱེར་མེད་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་དབྱིངས། །བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྦྱིང་པོ་འང་
དེ། །དེ་ཉིད་རྟོགས་ན་སྤིང་ཞིའི་མཐར། །མི་གནས་ཐུང་འདས་ཆེན་པོ་འབྱུག། །དེ་ནི་
མཆོག་ཏུ་དག་དང་བདེ། །འདུས་མ་བྱས་ཆེན་ཡོངས་སུ་རྟག །བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་
ཡོན་ཏན་གྱི། །པ་རོལ་བྱིན་པ་སྒྲ་ན་མེད། །སྒྲ་མེད་ངེས་གསང་སྦྱིང་པོའི་དོན། །དོན་
གྱི་ལྷན་སྐྱེས་བདེ་ཆེན་དབྱིངས། །རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་ཉིད་ལ་ཐུག །

དེ་ཡི་ངང་ནས་ཆོས་ཀྱན་རྫོགས། །དེ་ཉིད་སྒྲ་མའི་མན་ངག་གིས། །ཐད་ཀར་ངོ་
སྟོད་རྫོགས་ཆེན་ལུགས། །དེ་བྱིར་ཐེག་ཆེན་མདོ་དང་སྤྱགས། །སྤྱོད་མོང་ལམ་སྦྱོར་
སྟོན་འགོ་དུ། །འདུས་བྱས་འཁྱལ་པའི་སྤྱབ་བཤེགས་ནས། །སོ་སོར་བརྟག་པའི་
ལམ་འདི་བཟང་། །དང་པོ་སོ་སོར་བརྟག་པའི་མ་སྤྱས། །ཉོན་མོངས་སྐྱེ་བའི་མཆོན་མ་
བཤེགས། །ཕྱང་པོ་སྟོང་པར་ངེས་ཤེས་ནས། །ཁམས་གསུམ་ལ་སྟོན་ཆགས་པ་
བྲལ། །དེ་ནས་རིམ་བཞིན་དམིགས་མཆོན་ཀྱན། །ཉེ་བར་ཞི་བའི་སྟོང་པ་ཉིད། །སྤང་
གཉེན་ཀྱན་ལ་མི་སྟོན་པས། །མཐར་འཛིན་ཆགས་པ་ཀྱན་བྲལ་འབྱུང། །ཆགས་མེད་
སྦྱིང་རྗེས་རྣམ་ཆགས་པས། །ཆོས་དབྱིངས་མཐའ་ལ་བྱ་བཞིན་དུ། །སྤིང་པར་
འཛིགས་མེད་གང་རྒྱ་བ། །རྒྱལ་སྤྱས་མཆོག་གི་གོ་འཕང་ཐོབ། །འདི་ལྟར་འཕགས་

བའི་ལུང་བཞིན་དུ། །ཞི་ལྷག་ལམ་གྱི་སྒྲོན་འགོ་དུ། །སེམས་གྱི་དཔྱོད་པ་རྣམས་སྒྲོང་
བའི། །ཐེག་གསུམ་ལམ་གྱི་གཤམ་གནད་བཤད། །སེམས་གྱི་དཔྱོད་པ་རྣམས་སྒྲོང་
བའི། །སོ་སོར་བརྟག་པ་རི་གོམས་པ། །དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་ཉོན་མོངས་ཆུང་། །ཉོན་མོངས་
རི་ཅམ་སྤབ་པ་བཞིན། །དེ་ལྟར་ཞི་གནས་འབྱུང་བ་སྒྲ། །

རི་ལྟར་མེ་ཡིས་སྒྲོང་བའི་གསེར། །ཤིན་ཏུ་བརྟུང་བ་རུང་བ་བཞིན། །ཆགས་
མེད་སེམས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། །གང་གིས་ལྷ་ཡི་ལོ་སྒྲོང་དུ། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་
ལ་ཅི་དགོས་པའི། །ཡོ་བྱད་ཐམས་ཅད་སྒྲིན་པ་བས། །གང་གཞན་སེ་གོལ་གཏོགས་
ཅམ་དུ། །མི་རྟག་སྒྲོང་པ་བདག་མེད་པ། །དཔྱོད་ན་སྤྲ་མའི་བསོད་ནམས་
ལས། །གངས་མེད་འཕགས་པར་མདོ་ལས་གསུངས། །ཐེག་ཆེན་ཆོས་གྱི་སྒྲོམ་བཞི་
པོ། །བརྗོད་ན་ཆོས་ལུང་བརྒྱད་ཁྲི་དང་། །བཞི་སྒྲོང་རྟོགས་པར་མཉམ་གསུངས་
ཕྱིར། །འདི་བཤད་འདི་དོན་ལེགས་བསྐྱོམས་ན། །མདོ་སྤེ་བྱེ་བ་བརྒྱ་མང་པོའི། །དོན་
གནད་ཚུལ་བཞིན་བསྒྲོམ་པའི་ཕྱིར། །ཟབ་དང་རྒྱ་ཆའི་ཤེས་རབ་མཛོད། །ཆེགས་
མེད་ཐོབ་ནས་ལྷུང་དུ་གྲོལ། །འདི་བཤད་དགེ་བས་སྒྲིགས་མ་ཡི། །སྒྲོན་གྱིས་ལྷག་
པར་གཙུག་པ་རྣམས། །ཆགས་བྲལ་ཆོས་གྱི་བདུད་ཅིའི་མཐུས། །ཞི་བའི་གོ་འཕང་
རིག་ལྗུང་ཅིག །

ལྷགས་ཡོས་སྒྲིན་ལྷའི་ཆོས་བཅོ་བརྒྱད་ལ་མི་པམ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བས་བྲིས་པ་
མདྒྱའི། །

སེམས་གྱི་ངོ་བོ།

ན་མོ་གྲུ་རུ་མཆུ་བྱི་ཡེ། །ཆོས་ཉིད་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་ལ་བརྗོད་དུ་མ་

མཆིས་ཀྱང་ཆོས་ཉིད་ཟབ་མོའི་དོན་ལ་འདྲུག་པར་འདོད་པའི་སྐལ་བ་ཟང་ནམས་ལ་
རེ་ཞིག་ཆོག་གིས་མཆོན་ཏེ་བསྟན་ན། སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། རིག་པ་འདུས་
མ་བྱས་པའི་རང་ངོ་རྗེན་པར་སྒྲ་མའི་བྱིན་རྒྱལ་ས་ཞུགས་ཤིང་མན་ངག་གིས་ངོ་
འཕྲོད་པ་ལ་བྱ་བ་ཡིན། དེའི་ངོ་བོ་ཅི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། ངོ་བོ་སྤོང་བ་དམིགས་སུ་མེད་པ།
རང་བཞིན་གསལ་བ་ལྟོན་གྱིས་བྱུང་བ། ཐུགས་རྗེ་ཀྱན་བྱུང་འགགས་པ་མེད་པ། སྐྱ་
གསུམ་དབྱེར་མེད་ཀྱི་རིག་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་བྱིར། ཡིན་པ་ཅིར་ཡང་མེད་པའི་རིག་པ་
འདི། །ནམ་པར་འཆར་རྩལ་ཅིར་ཡང་མ་འགགས་པས། །ཞེས་རིག་འཛིན་དགའ་རབ་
དོ་རྗེའི་འདས་རྗེས་ལས་གསུངས་སོ། །

དེ་ཡང་རྩུར་བསྟུས་ན། སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཡེ་ནས་རང་བབ་ཀྱི་ཡིན་ལུགས།
གཉུག་མའི་རིག་པ་བཟོ་བཅོས་དང་བྲལ་བ་རྒྱ་ཡན་པ་འདི་ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་དགག་
ཕྱོགས་ནས་མཆོན་ཏེ་བརྗོད་ན། གཟུང་བྱུང་ཡོད་པ་མིན། ཆད་པའི་མེད་པ་མིན། དེ་
གཉིས་ཀ་ཆོགས་པ་མིན། གཉིས་མིན་གྱི་སྤང་གསུམ་པའང་མིན་ཏེ། འདི་ཞེས་སྒྲོས་
པ་གང་གི་འང་ངོ་བོར་དམིགས་སུ་མེད་པའི། ཡིན་པ་ཅིར་ཡང་མེད་པའི་ལྟ་བུ་ཞེས་
སོ། །ཉམས་སུ་སྤྱོད་པའི་ངོ་བོ་སྐྱབ་ཕྱོགས་ནས་བརྗོད་ན། སྤོང་ཏེ་རེ་བ། གསལ་
སལ་ལེ་བ། དྲངས་སོང་ངེ་བ། མཉམ་ཁད་དེ་བ། ཡངས་བྱུང་ལེ་བ། དཔེས་མཆོན་
ན། མཐའ་དབུས་མེད་པ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ། གསལ་བ་རྒྱ་མ་ཆད་པ་མཁའ་ལ་ཉི་མས་
བྱུང་བ་ལྟ་བུ། བྱིན་པ་མེད་པ་ཤེལ་གོང་ལྟ་བུ། འཛིན་ཞེན་མེད་པ་བར་སྤང་གི་བྱ་
རྗེས་ལྟ་བུ། སྐྱེ་འགག་མེད་པ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་སོགས་སོ། །གདམས་པ་འདི་ལ་ལོག་
རྟོག་ལྟོག་པའི་སྒོ་ནས་བརྗོད་ན། རིས་སུ་མ་ཆད་པའི་གསལ་བ་ཆེན་སོ། །དམིགས་

སུ་མེད་པའི་སྟོང་བ་ཆེན་པོ། སོ་སོར་དབྱེ་བ་མེད་པའི་ཟུང་འཇུག་ཆེན་པོ་སོགས་སོ། །

དོན་གྱི་ཚུལ་བརྗོད་ན། ཆོག་གི་མི་མཆོན་པས་བརྗོད་དུ་མེད་པ། རྣམ་ཤེས་གིས་མི་ཤེས་པས་བསམ་དུ་མེད་པ། མཐའ་ལ་མི་གནས་པས་སྒྲོས་བྲལ་ཆེན་པོ། ཐམས་ཅད་ཀྱན་ཡིན། ཀྱན་མིན། ཐམས་ཅད་དེའི་རང་། དེ་ཡང་མིན་སོགས་མཐར་བརྗོད་པ་དང་བྲལ་ཏེ་སོ་སོར་རིག་ལ་གནས་པའོ། །མཆོན་པའི་མིང་ནི། ཀ་དག་ལྷན་གྱུ་ལ། དེ་བསྐྱས་ན་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་ ཡོན་ཏན་གྱི་ལྷན་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོན་པས་ཀྱན་གྱི་ཅེར་བྱིན་པས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་སོགས་སོ། །བདས་བསྟན་ན། ཉི་མ། མེ་ཤེལ། ཤེལ་གོང་། རྣམ་མཁའ་མཆོ་བ་མོ་སོགས་གིས་ངོ་སྤྲད་པར་བྱའོ། །ཞོར་བྱ་རང་ལག་ཐོབ་པ་ལ། །གཞན་པས་འདོར་ཀྱང་ཁོང་ཁྱོ་ཅི། །ཆོས་ཀྱན་ཅེ་མོའི་མན་ངག་ལ། །རང་སྐལ་མ་ཆད་སྐལ་བ་བཟང་། །གཞན་པ་གཤེགས་ཅི་ལ་ཁྱོ། །མི་པམ་པས་སོ། །

དོན་རྣམ་པར་ངེས་པ་ཤེས་རབ་རལ་གྱི་བཞུགས་སོ། །

གྲུབ་མཐའ་འཁྲུལ་བ་ལྷན་པ་མིན། །ཞོར་བ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་སྤངས། །དོན་གསུམ་ཐེ་ཆོམ་མེད་པའི་སྒྲོ། །འཇམ་དཔལ་མཁྱེན་པའི་གཏེར་ལ་འདུད། །¹ ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་རྟོགས་དཀའ་བ། །བདེ་གཤེགས་བསྟན་པའི་བདུད་ཅི་ནི། །གང་གིས་སྤང་བར་འདོད་པ་ལ། །སྒོ་བྲོས་སྤང་བ་རྣམ་པར་སྤྱི་ན། །² སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་བསྟན་པ། །བདེན་པ་གཉིས་ལ་ཡང་དག་བརྟེན། །འཛིག་རྟེན་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་དང་། །དམ་པའི་དོན་གྱི་བདེན་པའོ། །³ བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལ། །མ་རྟོར་

ངེས་པའི་སྒྲོས་འཇུག་ན། །དེ་མེད་ཆད་མ་རྣམ་གཉིས་ཀྱི། །མིག་བཟང་མཆོག་ཏུ་
བསྐྱབ་པར་བྱ། །༤ རི་ལྟར་སྤང་བ་འདི་དག་ནི། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྲུང་ཚུལ་གྱིས་
སྒྲེ། །ལྟོས་པ་མེད་གང་ནམ་མཁའ་ཡི། །པར་བཞིན་དུ་སྤང་མི་འགྲུབ། །༥ རྒྱ་ཡི་
ཆོག་ས་པ་ཆངས་བས་ནི། །འབྲས་བུ་སྐྱེད་པའི་བྱ་བ་བྱེད། །རི་སྟེང་འབྲས་བུའི་
བདག་ཉིད་ཀྱིས། །རང་རང་རྒྱ་ལ་ལྟོས་པ་ཉིད། །༦ དེས་ན་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་
དག། །གནས་དང་གནས་མིན་ཚུལ་ཤེས་པས། །འཇུག་དང་ལྟོག་པར་བྱེད་པས་
ན། །བཟོ་སོགས་དང་ནི་བྱུང་པའི་མཐའ། །༧

ཀྱན་ཀྱང་དེ་ཡི་ཙམ་ཅན། །དེ་ཕྱིར་དེས་ནི་འཛིག་རྟེན་དང་། །འཛིག་རྟེན་འདས་
པའི་བསྐྱབ་བྱ་བསྐྱས། །རྟེན་འབྲུང་ཚུལ་གྱིས་གང་སྐྱེས་པའི། །༨ ཆོས་ཀྱན་རང་རང་
ངོ་བོ་ཡིས། །ཐུན་མིན་གནས་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན། །སྲ་ག་ཤེར་ངོ་སོགས་ཐ་སྟང་
ཀྱི། །ཆོས་ཉིད་འདི་ལ་བསྟོན་དུ་མེད། །༩ ཆོས་གཅིག་ལ་ཡང་ཆོས་སྣ་ཆོག་ས། །སྐྱབ་
དང་སེལ་བའི་ཐ་སྟང་ཀྱི། །རྣམ་གཞག་ཤིན་ཏུ་མཐའ་ཡས་དོན། །རང་རང་ངོ་བོ་ཉིད་
གྱིས་གནས། །༡༠

མངོན་སུམ་གྱིས་ནི་ཡོངས་བཟུང་དོན། །གང་ལ་ལྟོག་པའི་སྟོན་པ་ནི། །རྣམ་
བཏགས་ཐ་དད་ལྟ་བུའི་ཆོས། །རྟོག་བཅས་ཡིད་གྱིས་བྱེ་ཞིང་སྒྲུབ། །༡༡ དངོས་པོའི་
རྣམ་དང་ལྟོག་པས་བཏགས། །རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་ལས་ནི། །ཤེས་བྱ་རྣམས་ཀྱང་
རྟོགས་བྱ་སྟེ། །དེ་ལས་སྒྲོས་པའི་རྣམ་གཞག་མང་། །༡༢ དེ་ལྟར་རྒྱ་འབྲས་ངོ་བོའི་
ཆོས། །ཡང་དག་ཉིད་དུ་རྣམ་བཏགས་ན། །སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་མི་དམིགས་ཤིང་། །ལྟོས་
ནས་སྐྱེ་བ་དག་ཀྱང་མེད། །༡༣ རང་རང་ངོ་བོར་སྤང་བ་ཡང་། །ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་སྟོང་

བ་ནི། རྒྱལ་ཐང་གསུམ་ལྟན་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས། འོན་དམ་བ་ཡི་ཆོས་ཉིད་དོ། ༡༩
བྱ་བ་བྱེད་དང་སྟོས་བ་ཡང་། འདོས་པོའི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་བས་ན། རིགས་པའི་
མཐའ་ནི་ཆོས་ཉིད་ལ། སྤྱག་ནས་རྒྱ་མཆན་འཆོལ་དུ་མེད། ༡༥ དེ་ལྟར་བདེན་
གཉིས་ཆོས་ཉིད་ལ། རྗེས་སུ་མཐུན་པར་གང་གཞལ་བ། འདོས་པོའི་སྟོབས་ལས་
བྱུང་བས་ན། འཐད་བ་སྐྱབ་པའི་རིགས་བ་ཡིན། ༡༦ རི་ལྟར་སྤང་དང་རི་ལྟར་
གནས། རང་གི་ངོ་བོ་མངོན་སུམ་མཐ། མངོན་པར་སྤང་བ་ལ་བརྟེན་ནས། མི་བསྐྱ་
གཞན་ལ་རྗེས་སུ་དཔག་། ༡༧ མངོན་སུམ་ཉིད་ན་རྣམ་བ་བཞི། མ་འཁྲུལ་དབང་པོ་
ཡིད་རང་རིག་ རྒྱལ་འབྱོར་དང་བཅས་དེ་ཡི་ཡུལ། རང་མཆོད་སྤང་བྱིར་རྟོག་མེད་
བའོ། ༡༨

གལ་ཏེ་མངོན་སུམ་མེད་བ་ན། རྟགས་མེད་དེ་བྱིར་རྗེས་དཔག་མེད། རྒྱ་ལས་
སྦྱེ་དང་དེ་འགག་སོགས། སྤང་ཆོད་འདི་ཀུན་མི་སྲིད་ལ། ༡༩ དེ་ལྟ་ན་ནི་དེ་ཉིད་
ཀྱི། རྟོང་སོགས་གང་ལ་བརྟེན་ནས་ཤེས། ཐ་སྙད་ལ་ནི་མ་བརྟེན་པར། འདམ་པའི་
དོན་ནི་རྟོགས་མི་འགྱུར། ༢༠ དབང་ལྡེ་ལས་སྦྱེས་སྒོ་གང་གིས། རང་ཡུལ་གསལ་
བར་ཉམས་སྟོང་བ། འདབ་པོའི་མངོན་སུམ་དེ་མེད་ན། འོང་སོགས་བཞིན་དུ་དོན་
མི་མཐོང་། ༢༡ ཡིད་དབང་ལས་སྦྱེས་བྱི་ནང་ཡུལ། གསལ་བར་གཅོད་བ་ཡིད་
མངོན་སུམ། འདེ་མེད་ཆོས་ཀུན་སྤུན་མོང་དུ། ཤེས་པའི་རྣམ་རིག་མེད་པར་
འགྱུར། ༢༢ ལུང་བཞིན་ལེགས་པར་བསྟོམས་བ་ཡི། མཐར་སྤྱག་རང་ཡུལ་གསལ་
སྟོང་བ། རྒྱལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་དེ་མེད་ན། ཤལ་པའི་ཡུལ་འདས་དོན་མི་
མཐོང་། ༢༣ མངོན་སུམ་སྟོང་བས་གཟུགས་ལ་ནི། རྟོ་འདོགས་གཅོད་བ་རི་ལྟ་

བ། །རང་སེམས་ལ་ཡང་དེ་ཡོད་ན། །དེ་ཤེས་གཞན་ཡོད་ཟུག་མེད་འགྲུར། །༣༧

དེ་ཕྱིར་གསལ་རིག་ངོ་བོ་ཡིས། །ཡུལ་ཤེས་བཞིན་དུ་རང་ཉིད་ཀྱང་། །ལྟོས་པ་
མེད་པར་རང་གསལ་བ། །འདི་ལ་རང་རིག་ཅེས་སུ་བརྗོད། །༣༨ མངོན་སུམ་གཞན་
གྱིས་ཉམས་སྤྱོད་གང་། །མངོན་སུམ་ཉིད་དུ་ངེས་བྱེད་བ། །རང་རིག་ལས་ཡིན་དེ་
མེད་ན། །ཚུལ་གཞན་གང་གིས་འགྲུབ་མི་འགྲུར། །༣༩ རྗེས་དཔག་མངོན་སུམ་ཅ་བ་
ཅན། །མངོན་སུམ་རང་རིག་ཉིད་གྱིས་ངེས། །མ་འཁྲུལ་སྒོ་ཡི་ཉམས་སྤྱོད་ལ། །ཟུག་
ནས་སྒྲུབ་བྱེད་གཞན་དུ་མེད། །༣༠ དེ་ཕྱིར་རྟོག་བྲལ་མ་འཁྲུལ་པའི། །མངོན་སུམ་
དག་ལ་བརྟེན་ནས་སུ། །མངོན་དུ་གྱུར་པའི་ཆོས་རྣམས་ལ། །སྟོ་འདོགས་རྣམ་པར་
སེལ་བར་བྱེད། །༣༡ ཡུལ་རྣམས་དོན་གྱི་སྤྱི་བཟུང་ནས། །མིང་དང་བསྐྱེས་ཏེ་རྟོག་
བྱེད་བ། །རྟོག་བཅས་ཡིད་ཡིན་དེ་དག་གིས། །ཐ་སྙད་སྣ་ཆོགས་རྒྱས་པར་བྱེད། །༣༢
བརྗོད་མི་ཤེས་པའི་སྟེ་བོས་ཀྱང་། །སྟོ་ལ་དོན་གྱི་སྤྱི་སྣང་བ། །མིང་དང་འདྲེས་རུང་
རྟོག་པ་དེས། །དོན་ལ་འཇུག་ལྟོག་བྱེད་པ་ཡིན། །༣༣ རྟོག་བཅས་ཡིད་ནི་མེད་པ་
ན། །དགག་སྒྲུབ་ཐ་སྙད་ཀྱན་མེད་ཕྱིར། །རྗེས་སུ་དཔག་དང་བསྐྱེས་པའི་གནས། །གང་
ཡང་བསྟན་པར་མི་བྱས་སོ། །༣༤ རྟོག་པས་མ་འོངས་དོན་གཉེར་སོགས། །མངོན་
གྱུར་མིན་པའང་འཇལ་ཞིང་སྒྲུབ། །རྟོག་བཅས་རྗེས་དཔག་མེད་གྱུར་ན། །ཐམས་ཅད་
བཅས་མ་ཐག་བཞིན་འགྲུར། །༣༥

གང་ལ་བརྟེན་ནས་གང་གོ་བྱས། །རྟགས་ཡིན་དེ་ཡང་ཕྱོགས་ཆོས་དང་། །རྗེས་
འགྲོ་ལྟོག་པའི་བྲལ་བ་སྟེ། །ཚུལ་གསུམ་ཆང་ན་འཁྲུལ་བ་མེད། །༣༦ མངོན་རྗེས་
ཆད་མས་གཏན་པབ་པའི། །རྟགས་ལས་ལྟོག་ཏུ་གྱུར་པ་འགའ། །རྗེས་སུ་དཔོག་པར་

བྱེད་པ་ཡང་། །འབྲེལ་བའི་དབང་གིས་བསྐྱབ་བྱ་གང་། །༣༩ འབྲེལ་བ་འབྲས་དང་
རང་བཞིན་རྟགས། །མི་དམིགས་པའམ་འགལ་དམིགས་པས། །དགག་བྱ་འགོག་པ་
མ་དམིགས་རྟགས། །དེ་ལྟར་རྟགས་གསུམ་དག་ཏུ་གནས། །༤༠ ཡང་དག་ཏུ་ན་སྒང་
བ་ཀྱན། །ཡེ་ནས་མཉམ་པ་ཉིད་ཕྱིར་དང་། །རྒྱད་དག་པ་ན་དག་མཐོང་བས། །དག་
པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཏུ་གནས། །༤༡ དངོས་པོ་བརྟེན་ནས་སྦྱེ་བ་སྦྱེ། །དངོས་མེད་
བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་དངོས་དང་དངོས་མེད་པ། །རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་
ཀྱིས་སྟོང་། །༤༢ གནས་ལུགས་དོན་ལ་སྟོང་གཞི་དང་། །སྟོང་པ་ཐ་དད་ཏུ་མེད་
པས། །སྒང་སྟོང་དབྱེར་མེད་བརྗོད་དང་བྲལ། །སོ་སོ་རང་གིས་རིག་བྱའོ། །༤༣ སྐྱབ་
པའི་རྣམ་པ་རྗེ་སྟེན་པ། །ཡོད་དང་ཡིན་པར་སྐྱབ་ལ་འདྲ། །དགག་པའི་རྣམ་པ་རྗེ་སྟེན་
པ། །མེད་དང་མ་ཡིན་དགག་པས་བསྐྱས། །༤༤ ཆད་མ་ལ་བརྟེན་དགག་སྐྱབ་
ཀྱི། །རྣམ་གཞག་ཚུལ་བཞིན་ངེས་བྱས་ནས། །གཞན་ལའང་རིགས་པ་དང་མཐུན་
པར། །སྐྱབ་དང་སུན་འབྲེན་སྤྲོ་བར་བྱེད། །༤༥ སུན་འབྲེན་ལ་ནི་ཚུལ་གསུམ་
པའི། །གཏན་ཆོགས་རང་རྒྱད་འགོད་པ་དང་། །པ་རོལ་ཁས་སྒྲངས་ལ་བརྟེན་
ནས། །ཐལ་བའི་རག་གིས་སུན་འབྲེན་པའོ། །༤༦ ཐ་སྐྱད་ལ་ཡང་གནས་སྒང་
དག །མི་མཐུན་སྒང་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། །མ་དག་ཚུ་རོལ་མཐོང་བ་དང་། །དག་པའི་
གཞིགས་པ་ལ་བརྟེན་པའི། །༤༧ ཀུན་ཏུ་ཐ་སྐྱད་ཆད་མ་གཉིས། །མི་དང་ལྟ་ཡི་མིག་
བཞིན་ནོ། །དེ་གཉིས་ཀྱི་ནི་ཁྱད་པར་ཡང་། །ངོ་བོ་རྒྱ་འབྲས་ལས་ཀྱིས་དབྱེ། །༤༨
ཉི་ཆེའི་དོན་ལ་མི་བསྐྱའི་སྟོ། །རང་ལུལ་ཚུལ་བཞིན་བརྒྱང་ལས་སྟེ། །ཚུར་
མཐོང་ལུལ་ལ་སྟོ་འདོགས་སེལ། །སྐྱབས་དོན་ཡོངས་སུ་འཛིན་པའོ། །༤༩ རྒྱ་ཆེ་

བ་ཡི་ཡེ་ཤེས་ནི། །རི་ལྷའི་ཆོས་ཉིད་དམིགས་ལས་སྒྲེ། །བསམ་མི་བྱབ་ལུལ་སྒྲོ་
འདོགས་སེལ། །རི་སྙེད་མཁུན་པའི་འབྲས་ཅན་ནོ། །༡༥ དོན་དམ་ལ་ཡང་རྣམ་
བྲངས་དང་། །རྣམ་བྲངས་མིན་པའི་ཚུལ་གཉིས་ཀྱིས། །དེ་འཇལ་དོན་དམ་དཔྱད་
བྱེད་ཀྱི། །ཆད་མ་དེ་ཡང་གཉིས་སུ་འགྱུར། །༡༦ སྒྲ་མ་ལ་བརྟེན་བྱི་མར་
འཇུག །མིག་སྒྲོན་དག་པའི་ཚུལ་བཞིན་དུ། །ཆད་པའི་མིག་ནི་རྣམ་སྤངས་ཏེ། །དག་
དང་མཉམ་པའི་དོན་མཐོང་བྱ། །༡༧ རྟོག་པ་མེད་དང་རྟོག་བཅས་སེམས། །ཆོ་
གཉིས་ཆི་ལམ་ཐག་སྒྲུལ་བཞིན། །འབྲུལ་དང་མ་འབྲུལ་ཆ་ཡོད་ཕྱིར། །ཆད་མ་ཆད་
མིན་རྣམ་གཞག་བྱུབ། །༡༨ ཆད་མ་ཆད་མིན་མེད་གྱུར་ན། །འབྲུལ་ཕྱིར་རྩལ་དང་མ་
འབྲུལ་བདེན། །རྣམ་དབྱེ་གཏན་ནས་མི་སྲིད་པས། །བྲུབ་པའི་མཐའ་ནི་ཡོད་མི་
སྲིད། །༡༩ ཡང་དག་ཉིད་དུ་དབྱེད་བྱས་ན། །མདོན་རྗེས་ཆད་དང་ཆད་མིན་
སོགས། །རྣམ་གཞག་རི་ལྷ་རི་ལྷ་བར། །སྒྲོས་པ་དེ་ལྷ་དེ་ལྷར་ཡང་། །༢༠ རོ་བོ་ཉིད་
ཀྱིས་སྟོང་བྲུབ་པ། །དེ་ཕྱིར་སྒྲོས་པ་ཀུན་བལ་ཉིད། །མེ་ཡི་ཆ་བ་རི་བཞིན་དུ། །ཐ་
སྟངས་སྒྲོས་པ་ཀུན་ལ་གནས། །༢༡ དེས་ན་སྤང་དང་སྟོང་པ་ནི། །འབྲུལ་མེད་ཆོས་ཀུན་
ལ་གནས་པས། །ཐབས་དང་ཐབས་བྱུང་ཉིད་ཡིན་སྟངས། །གཅིག་བཞག་ཅིག་སོས་
སྒྲུབ་མི་བྱས། །༢༢ ཆད་མ་ཆད་མིན་མ་དབྱེད་པར། །འཇིག་རྟེན་མཐོང་བ་ཅུ་ཞེས་
གིས། །དོན་དམ་ཉིད་ལ་འཇུག་ཅེ་ན། །དེ་ལྷར་བཞག་པ་མེད་མོད་ཀྱི། །༢༣ འདི་
ལས་འདི་འབྱུང་མཐོང་བ་ནི། །འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་མདོན་སུམ་ལ། །དེ་བརྟེན་དོན་
དཔོག་རྗེས་དཔག་ཕྱིར། །མིང་མ་བཏགས་ཀྱང་དོན་མི་སྟོང་། །༢༤ ཐ་སྟངས་ཆད་མ་
གཉིས་མེད་ན། །དག་པའི་གཞིགས་པ་རྩལ་འགྱུར་ཞིང་། །མ་དག་མཐོང་བའི་དྲུང་ལ་

ཡང་། །དཀར་མེར་བདེན་རྩྱ་མི་འཐད་དོ། ༡༥

དོན་དམ་དཔྱད་བྱེད་གཉིས་མེད་ན། །བདེན་གཉིས་ཟུང་འཇུག་མི་ཤེས་
ཤིང་། །དོན་དམ་སྒྲོས་པའི་མཐར་ཐུང་ལ། །དེ་ཡང་རང་གིས་རང་ཉིད་འཇིག་ ༡༦
གཞལ་བྱ་ཀུན་རྫོབ་མ་བྱུང་ཅིང་། །འཇལ་བྱེད་སྒོ་དང་རང་རིག་ཀྱང་། །དབྱེད་ན་མ་
བྱུང་ཆུ་ཆེ་འདྲ། །མཐར་ཐུག་བདེན་པ་དབྱེར་མེད་པའི། ༡༧ །བདེན་གཅིག་ཟུང་
འདས་ཡང་དག་མཐའ། །ཆོས་ཀུན་དེ་ལ་མཐར་ཐུག་ཕྱིར། །ཤེས་དང་ཤེས་བྱ་
དབྱེར་མེད་སྟུ། །ཡེ་ཤེས་སྣང་བ་མཐའ་དབྱས་བྲལ། ༡༨ །དེ་ལྟར་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་
བའི། །ཤེས་རབ་མིག་བཟང་བཟང་དན་ནས་སུ། །བདེ་བར་གཤེགས་དང་དེ་ཡི་
སྤྲུལ། །སྒོ་བྲོས་ཆེ་རྣམས་གང་ནས་ནི། ༡༩ །གཤེགས་པའི་ལམ་བཟང་མཐོང་བྱ་
སྟེ། །འདི་ན་མདོ་སྤགས་ཐེག་པའི་ཚུལ། །རྟེན་དཀའ་དུས་སུ་རྟེན་པ་ལ། །འབྲས་བྱ་
མེད་པར་མ་བྱེད་ཅིག་ ༢༠ །འདི་ལྟར་རིགས་པ་རྣམ་བཞི་དང་། །ལྟན་པ་སྒོ་བྲོས་སྣང་
བ་ཅན། །གཞན་བྱིད་མི་འཛོག་རྣམ་དཔྱོད་དེས། །རྟོན་པ་བཞི་ནི་དེས་པར་སྦྱེད། ༢༡
དེ་འདྲའི་སྒོ་དང་མི་ལྟན་ན། །མིག་མེད་དམིགས་བྱུང་བརྟེན་པ་བཞིན། །གྲགས་ཕྱིར་
ཆོག་ཕྱིར་རྟོགས་སྤེའི་ཕྱིར། །རྟོན་པ་བཞི་ལས་གོ་བསྒྲོག་འགྲུང་། ༢༢ །དེས་ན་གང་
ཟག་དག་ལ་ནི། །མི་རྟོན་ཆོས་ལ་རྟོན་བྱ་སྟེ། །ཡང་དག་རིགས་པས་བྱུང་བའི་
ལམ། །སྤྲུལ་པ་དེས་གྲོལ་སྤྲུལ་པས་མིན། ༢༣ །གང་གིས་ལེགས་པར་སྤྲུལ་པ་ན། །སྤྲུ་
པོ་ཇི་ཞིག་ལྟར་ཀྱང་རུང་། །བདེ་གཤེགས་ཉིད་ཀྱང་འདུལ་དབང་གིས། །གསལ་ན་པ་
སོགས་སུ་སྤྲུལ་པ་བཞིན། ༢༤ །གལ་ཏེ་ཐེག་ཆེན་དོན་སོགས་ལས། །འགལ་བར་
བསྟན་ན་སྤྲུལ་པ་པོ། །ལྟར་སྣང་བཟང་ཡང་མི་མན་ཏེ། །བདུད་གྲིས་སྤྲུལ་པའི་སངས་

ཀྱས་བཞིན། ༡༦༥ ཆོས་ལ་ཐོས་བསམ་བྱེད་པ་ནའང་། ཆིག་ལ་མི་རྟོན་དོན་ལ་
རྟོན། རྟོན་རྟོགས་ན་ནི་ཆིག་གི་ལམ། རི་ལྷར་བརྟེན་ཀྱང་ལག་ལ་བཞེད། ༡༦༦

དོན་རྟོགས་སྒྲུབ་དུ་བརྟེན་འདོད་ཀྱིས། བད་སྦྱར་དོན་གྱིས་དེར་གོ་ན། བྱིར་
ཞིང་ཆིག་གི་སྒྲོས་པ་རྣམས། ལྷུང་ལེན་སྒྲུབ་ཏེ་དེས་ཆོལ་མཚུངས། ༡༦༧ ཆིག་
ལ་འཆེལ་ནས་ཆིག་སྒྲོས་ན། རྣམ་རྟོག་མ་ཟད་བར་དུ་འཕེལ། རྟོན་ལས་བྱི་བྱིར་
གཡེལ་འགྱུར་བས། བྱིས་པ་རང་ཉིད་ངལ་བའི་རྒྱ། ༡༦༨ ཤིང་འོན་ཞེས་པའི་ཆིག་
གཅིག་ལའང་། ཡུལ་སོགས་བྱེ་ན་ཟད་པ་མེད། དེ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་དེ་གོ་ན། སྒྲ་ཡི་
དགོས་པ་དེར་ཟད་དོ། ༡༦༩ མཚུབ་མོས་ལྷ་བ་བསྟན་པ་ན། བྱིས་པས་མཚུབ་མོ་
ཉིད་ལ་ལྷ། ཆིག་ཅམ་ལ་ཞེན་ལྷན་པོ་དག ཤེས་སྣང་ན་ཡང་ཤེས་དུས་དཀའ། ༡༧༠
དོན་ལ་རྣམ་པར་འཇུག་པ་ན། བྱང་དོན་དེས་དོན་ཤེས་བྱས་ནས། བྱང་བའི་དོན་ལ་
མི་རྟོན་བར། དེས་པའི་དོན་ལ་བརྟེན་བྱ་སྟེ། ༡༧༡ ཀུན་མཁྱེན་ཉིད་ཀྱིས་ཀུན་མཁྱེན་
ནས། གདུལ་བྱའི་ཁམས་དབང་བསམ་པ་དང་། མཐུན་པར་ཐེག་པའི་རིམ་པ་
ནི། སྐྱས་ཀྱི་གདང་བྱ་བཞིན་དུ་བསྟན། ༡༧༢ དགོངས་གཞི་གང་ལ་དགོངས་ནས་
སྟུ། ལྷེམ་དགོངས་དགོངས་པ་བརྒྱད་ལྟ་བུ། སྐྱ་རི་བཞིན་ལ་ཆད་མ་ཡིས། གཞོད་
གང་དགོས་བྱིར་གསུངས་པ་ཡང་། ༡༧༣ ཡོད་བྱིར་བྱུབ་མཐའ་བཞི་དང་ནི། མཐར་
བྱིན་རྟོ་རྟེ་ཐེག་པའི་བར། འོག་མས་མ་རྟོགས་ཆ་གང་ཡིན། གོང་མས་གསལ་བར་
བྱས་པ་ཡི། ༡༧༤ ལུང་བཞིན་རིགས་པས་ཆེས་བྱུབ་བར། མཐོང་ནས་དེས་པའི་
དོན་འཛིན་པ། ལྷ་ལས་འོ་འབྱེད་ངང་པ་བཞིན། ཁྲོ་མཆོག་རྒྱལ་གསུང་རྒྱ་མཆོར་
རོལ། ༡༧༥

ཟབ་མོ་དོ་རྗེའི་ཐེག་པ་ཡང་། །མཐའ་དྲུག་ཚུལ་བཞིས་རྒྱས་བཏབ་པ། །བརྒྱད་
པའི་མན་ངག་དང་འགྲོགས་པའི། །དྲི་མེད་རིགས་པས་གཏན་ལ་བབ། །༢༦ ཆོས་
ཀུན་ཡེ་ནས་དག་པ་དང་། །མཉམ་ཉིད་ཆེན་པོ་བྱུང་འཇུག་པ། །ཡང་དག་ཆད་མ་
གཉིས་ཀྱིས་ནི། །གཏན་ལ་དབབ་པའི་དོན་གང་ཡིན། །༢༧ པ་རོལ་བྱིན་དང་བསྐྱེད་
པ་དང་། །རྫོགས་དང་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ཡི། །ཚུལ་དུ་ཆོག་སྦྱི་སྤྲས་མཐར་གྱི། །གནད་
ལ་འགལ་མེད་འཇུག་པ་ཡིས། །༢༨ དོན་ལ་ངེས་པའི་གདིང་ཐོབ་པ། །སློ་ལྷན་
མཆོག་དེ་རྒྱལ་བའི་སྤྲས། །འཛད་མེད་ཆོས་གཏེར་འཆང་བ་ཡི། །ལུང་རྟོགས་བསྟན་
པའི་རྒྱལ་མཆོན་ཡིན། །༢༩ རེས་དོན་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ན། །སྤྲོད་ཀྱི་རྗེས་འབྲངས་
ག་བྱུང་འཛིན་སེམས། །ནམ་པར་ཤེས་ལ་མི་རྟོན་པར། །གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་ཉིད་ལ་
རྟོན། །༤༠ དམིགས་པ་ཅན་གྱི་བདག་ཉིད་ནི། །བཟུང་དང་འཛིན་པའི་རང་བཞིན་
སེམས། །དེ་དེས་གང་དམིགས་དེ་ལྟར་རྒྱུན། །ཆོས་ཉིད་དོན་ལ་དངོས་མི་རེག །༤༡
དངོས་པོར་དམིགས་དང་དངོས་མེད་དམིགས། །གཉིས་སུ་དམིགས་དང་གཉིས་
མིན་དམིགས། །དེ་ལྟར་དམིགས་ཀྱང་དམིགས་པ་སྟེ། །དམིགས་པས་གང་བཟུང་
བདུད་གྱི་ནི། །༤༢ སྤྱོད་ལུལ་ཡིན་ཞེས་མདོ་ལས་གསུངས། །དགག་དང་སྦྱབ་པ་
གང་གིས་ཀྱང་། །དམིགས་པ་འཛིག་པར་མི་རུས་ལ། །བསལ་བཞག་མེད་པར་
མཐོང་ན་གྲོལ། །༤༣ ག་བྱུང་དང་འཛིན་པ་ཀུན་གྲལ་ཀྱང་། །རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་རང་
འོད་གསལ། །མཐའ་བཞིའི་སྒྲོས་པ་ཀུན་ཁེགས་པ། །འདི་ནི་ཡེ་ཤེས་མཆོག་ཏུ་
གསུངས། །༤༤ ཉི་མའི་གཟུགས་ལ་དཔྱུས་ལོང་བཞིན། །བྱིས་པས་དེ་སྟོན་མཐོང་
མ་སྟོང་། །དེ་ལྟར་བསམས་ཀྱང་མི་ཤེས་པས། །བྱིས་པ་ནམས་ནི་སྒྲག་པ་སྟེ། །༤༥

འོན་ཀྱང་ཡང་དག་ལུང་དང་ནི། །མཐའ་ཀུན་འགོག་པའི་རིགས་པ་དང་། །སྒྲ་མའི་
མན་དག་སྟོབས་ལས་ནི། །མིག་ཐོབ་བཞིན་དུ་རང་ལ་སྤང་། །༡༢། དེ་ཆེ་དེ་བཞིན་
གཤེགས་པ་ཡི། །ཆོས་ཀྱི་བདུན་ཅིའི་རོ་ཕྱོང་བའི། །དད་པས་དགའ་བ་རྒྱས་པའི་
མིག་ཁད་གཤེགས་ཡེ་ཤེས་སྐྱར་གཏོད་ཟེད། །༡༣།

[illegible]

ལེགས་པར་བཤད་པས་འགྲོ་བ་ཀུན། །ཆོས་པར་བྱེད་པ་སྟོབས་པའི་
གཏེར། །དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་རིན་ཆེན་མཛོད། །ཡོངས་སུ་སྤང་བ་ཆོས་ཀྱི་གཏེར། །༤༦
དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་རིགས་རྒྱུན་ནི། །མི་གཙོད་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་གཏེར། །སྦྱི་
མེད་མཉམ་པའི་ཆོས་ཉིད་ལ། །བཟོད་པ་ཐོབ་པ་སྦྱབ་པའི་གཏེར། །༤༧ དེ་ལྟར་མི་
འབྲལ་མི་ཟད་པའི། །གཏེར་ཆེན་བརྒྱད་ལ་དབང་འབྱོར་གང་། །སྤས་བཅས་རྒྱལ་
བས་བསུགས་བཞིན་དུ། །འཛིག་ཉེན་གསུམ་གྱི་མགོན་པོར་འགྱུར། །༤༨ ཆད་མར་
གྱུར་པ་རྒྱལ་བའི་གསུང་། །ཆད་མ་དག་གིས་བྱུབ་པས་ན། །ཆད་མའི་ལམ་ནས་
ངེས་བསྐྱེད་པས། །ཆད་མའི་གསུང་གི་བདེན་འབྲས་མཐོང་། །༤༩

གཟིགས་པ་ལིན་ཏུ་རྣམ་དག་ཅིང་། །ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་མཐར་མོན་ལ། །བདེ་
བར་གཤེགས་པས་ལམ་བསྟན་ནས། །བདག་གིས་གང་བརྟེས་བདུད་ཅིའི་རོ། །༡༠༠
འདི་དག་རིགས་པ་བཞི་དང་ནི། །རྟོན་བཞིའི་སྟོན་མཁའ་ལོག་ཅེས། །བདུད་ཅིའི་
བགོ་བཤའ་འདིར་མཛད་ཀྱང་། །སྦྱིགས་མའི་དབང་གིས་དེར་སང་ནི། །༡༠༡ དེ་
ལས་བསྐྱོག་པའི་ཚུལ་གྱིས་ནི། །བསྟན་པའི་རོ་མཆོག་མཁའ་དཀའ་བར། །མཐོང་ནས་
ལྷག་པའི་བསམ་བློ་དང་། །བསྟན་ལ་མཆོག་ཏུ་གྱས་པའི་སྟོས། །༡༠༢ འདི་ལྟར་
བསམ་བློ་ལས་བྱུང་བའི། །ཤེས་རབ་ཇི་མེད་སྦྱེད་པའི་ཚུལ། །ཅུང་ཟད་བརྗོད་པའི་
དགོ་བ་ཡིས། །འགྲོ་ཀུན་འཇམ་དཔལ་ཉིད་གྱུར་ཅིག །༡༠༣ འཇམ་དཔལ་སྤྲོ་བའི་ཉི་
མར་མཛོད་ཕྱོགས་པའི། །སྦྱིང་གི་ཚུ་སྦྱིས་དད་པས་བཞད་པ་ན། །ལེགས་པཤད་
སྤང་ཅིའི་རྒྱལ་དམར་སྤང་བ་འདིས། །སྐལ་བཟང་བྱང་བའི་དགའ་སྟོན་འཕེལ་གྱུར་
ཅིག །༡༠༤

ཅེས་པ་འདི་ནི་སྤྲུལ་སྤྱོད་ལོང་པ་བཞིན། ཉེ་ཆར་མཁས་པ་ལྷག་བསམ་
རྒྱལ་མཆན་གྱིས་བསྐྱེད་ནས་སྐྱོང་གི་ལོ་རྩེར་སྒྲགས་པའི་ཉེར་དགུའི་ཉིན་
གཅིག་ལ་འཇམ་དཔལ་དགེས་བས་བྲིས་པ་མངྒ་ལོ། །

སྒྲོ་ཀ་བརྒྱ་དང་བཞི་ཡོད་དོ། ། །

བདག་མེད་གཉིས་གཏན་ལ་འབེབས་ཚུལ་བཞུགས།

འཇམ་དཔལ་ལ་བྱུག་འཆལ་ལོ། །རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྤང་པོ་ལྷ་ལ་དམིགས་ནས་ངོ་
སྤྲུལ་པའི་སྒོ་དེ་རང་འཛིན་ཡིན་ལ། དེའི་ཞེན་ཡུལ་དེ་གང་ཟག་གི་བདག་གམ་ང་
ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་མ་བརྟག་མ་དཔྱད་པར་ཡོད་སྤྲུལ་དུ་ཞེན་པ་ཙམ་ལས་དོན་དུ་ཐག་ཁ་
ལ་སྤྲུལ་ལྟར་བྱུབ་མ་སྐྱོང་བ་སྟེ། བདག་གི་གདགས་གཞི་སྤང་པོ་ལྷ་ནི་དུ་མ་དང་མི་
རྟག་པ་ཡིན་ཞིང་། བདག་ནི་སྤྲུལ་ནས་འདིར་འོང་། འདི་ནས་པ་རོལ་ཏུ་འགྲོ་བའི་
རྟག་པ། བདག་གཅིག་བྱ་ཞིག་ཡོད་སྤྲུལ་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་སྤང་པོའི་ཆོགས་པ་ལ་དེ་
བརྟགས་པ་ཙམ་ལས་དོན་དུ་མ་བྱུབ་པོ། །

དེས་ན་ཡུལ་ཅན་ངོ་སྤྲུལ་པའི་སྒོ་དེ་བདག་འཛིན་ཡིན་ལ། དེའི་ཞེན་ཡུལ་དེ་
ལ་བདག་ཅེས་བྱའོ། །ཐག་ཁ་ལ་སྤྲུལ་མེད་པ་ལྟར་སྤང་པོ་ལ་བདག་ཏུ་བརྟགས་པ་
ཙམ་ལས། །བདག་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་མ་བྱུབ་པར་ཤེས་པ་འདི་བདག་མེད་ཀྱི་ལྟ་
བའོ། །ངའམ་བདག་ཅེས་བྱ་བ་དེ་ལས་གཞན་པའི་འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་
ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་ཆོས་ཞེས་བྱ་ཞིང་། །ཆོས་དེ་དག་མ་བརྟག་ཉམས་དགའ་བ་ཙམ་
དུ་བདེན་པར་ཡོད་ཡོད་ལྟ་བུར་ཞེན་ན་ཡང་། གཅིག་དུ་བྲལ་ལ་སོགས་པའི་རིགས་
པས་བརྟགས་ན། སྤྲུལ་དང་རགས་པའི་དངོས་པོ་གང་དུ་འང་མ་བྱུབ་པར་གཞི་མེད་

ཅ་བྲལ་དུ་ཤེས་ན་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེས་ན་དགག་བྱ་གང་
ཟག་དང་ཆོས་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་བྱལ་བའམ་བདེན་པར་བྱལ་
བ་དེ་ལ་གང་ཟག་དང་ཆོས་ཀྱི་བདག་ཅེས་བྱ་ལ། བདག་གཉིས་པོ་དེར་སྒོ་འཁྲལ་
བས་གཟུང་བ་ཙམ་ལས། དབྱེད་ན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་བྱལ་བ་ནི་གང་ཟག་དང་ཆོས་ཀྱི་
བདག་མེད་པ་ཞེས་བྱའོ། །བདག་མེད་པ་དེ་ལྟར་རྟོགས་པའི་སྒོ་དེ་ལ་བདག་མེད་
རྟོགས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། གཟུང་བ་བདག་གཉིས་དང་། དེའི་ཡུལ་ཙན་བདག་འཛིན་
གཉིས་ཡིན་ལ། བདག་ཏུ་འཛིན་པ་གཉིས་པོ་བྱང་ནས་འབྱེན་པ་ལ། ཡུལ་བདག་
གཉིས་པོ་མ་བྱལ་བའི་ཚུལ་རིགས་པས་གཏན་ལ་པལ་ནས་བདག་མེད་གཉིས་པོ་
དེའི་ཡུལ་ཙན་བདག་མེད་རྟོགས་པ་རང་རྒྱུད་ལ་བསྐྱེད་དགོས་སོ། །

མདོར་ན་རང་འཛིན་འདི་འཁོར་བའི་ཅ་བ་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་
གནས་ཡིན་ཞིང་། དེའི་གཉེན་པོ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་ནི་ཐར་ལམ་ཅ་བ་
ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རང་བཞིན་མ་བྱལ་བར་ཤེས་
པའི་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ལས་ཤེས་བྱའི་སྤྲིབ་པ་མཐའ་དག་ཀྱང་
སྟོང་བར་བྱེད་པས་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་ཅ་བ་ཡིན་ལ། སྟོང་བ་དང་ཉེན་འབྱུང་
དབྱེར་མེད་པའི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་བརྗོད་བྲལ་མཉམ་པ་ཆེན་པོ་ལ་ངེས་པ་གཏིང་
ནས་མ་ཚུགས་ཀྱི་བར་དུ་ལྟ་བ་སྤྱང་བར་བྱའོ། །དགག་བྱ་བཀག་པ་ཙམ་གྱི་མེད་
དགག་གི་གོ་ཡུལ་ཙམ་ནི་རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་དམ་ཞེས་དོན་དམ་པ་མཚན་ཉིད་པ་
ལ་འཇུག་པའི་སྒོ་ཙམ་ཡིན་གྱི། གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་མིན་ལ། ཟུང་འཇུག་རབ་
ཏུ་མི་གནས་པའི་དབྱ་མཐམ་རྣམ་གྲངས་མ་ཡིན་པའི་དོན་དམ་ནི། བདེན་གཉིས་

དབྱེར་མེད་པའི་གནས་ལུགས་སོ་སོ་རང་གིས་རིག་པར་བྱ་བ་སྟོས་པའི་དྲ་བ་མ་
ལུས་པ་ཞི་བའི་བདག་ཉིད་ཡིན་ནོ། །

མདོར་ན་རིག་པས་དབྱད་པའི་གོ་ཡུལ་དུ་འཁོར་འདས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་
སྒྲུབ་ནི་སྒྲུབ་ཡང་། བཏག་ཅིང་དབྱད་ན་རྒྱལ་སྤངས་ཅམ་ཡང་མ་གྲུབ་པར་ངེས་པའི་
སྟོན་མ་སྒྲུབ་བ་དང་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་པ་འགལ་མེད་དུ་གྱུར་པའི་དངོས་པོ་ཐམས་
ཅད་ཚུ་ཁྱེད་དང་མི་ལམ་སྒྱུ་མའི་སྒྲུབ་བ་ལྟ་བུར་ཡིན་ཐག་ཆོད་པའི་ངེས་ཤེས་ཡང་དག་
པ་སྟེས་པའི་ཆེ་ཆེས་ཐོབ་སྒྱུ་མ་ལྟ་བུའི་ངེས་ཤེས་དང་མཚུངས་པ་སྟེ། དབྱ་མའི་གོ་
ཡུལ་ལེགས་པོ་བྱུང་བ་ཡིན་ཀྱང་། དེ་ཙམ་གྱིས་སྟོས་བྲལ་དབྱ་མ་ཆེན་པོ་སོ་སོ་རང་
གིས་རིག་པར་བྱ་བའི་ཆོས་དབྱིངས་ཀྱི་དོན་མཐོང་བ་མིན་པས། ཟུང་འཇུག་བརྗོད་
པ་དང་བྲལ་བའི་རང་ཞལ་མཇལ་ནས་དགག་སྒྲུབ་ཀྱི་ཉོག་པའི་འཛིན་སྒྲུངས་མ་ལུས་
པ་རྒྱབ་པའི་མཉམ་བཞག་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་སྟོས་བྲལ་ལ་ངེས་པ་ཁྱད་པར་ཅན་
འཛོངས་ན་ཐོས་བསམ་གྱི་སྟོན་མ་ལྟ་བུའི་དབྱད་པ་རྫོགས་པའི་ཆོད་དེ་ཙམ་ལ་
གསུངས་ཀྱང་། སོ་སོ་རང་རིག་པའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཆོས་དབྱིངས་དེ་སྤྲད་དང་ཆོག་
གི་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་ཁ་བྱིར་བལྟས་ཀྱི་དབྱད་པ་ཙམ་གྱིས་གནད་མི་ཕྱིག་པས་
གཞན་པལ་གང་གི་སྒོ་ཡུལ་ལས་ཤིན་ཏུ་འདས་པར་མཐོང་ཞིང་སྒྲ་མའི་མན་ངག་
དང་ལྗན་པའི་སེམས་ཀྱི་བཞག་ཐབས་ལ་མཁས་པ་དག་གིས་བདེ་ལྷག་ཏུ་ངེས་པ་
འཛོང་རྒྱས་པ་འདི་ལ་དབག་ནས་ལམ་གྱི་གནད་མ་ལོག་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་
པ་མི་པམ་བས་སོ། །

རིག་ངོ་སྤྱོད་ཐབས་ཡེ་ཤེས་སྤྱོད་པོ་བཞུགས་སོ། །

དཔལ་གདོད་མའི་མགོན་པོ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །རིག་ངོ་སྤྱོད་བ་ལ་ངོ་ཤེས་
ཅལ་རྫོགས་བརྟན་བ་ཐོབ་གསུམ་རིམ་གྱིས་འོང་བས། དང་པོ་སྤྱོད་མའི་མན་ངག་གིས་
རིག་པའི་རང་ཞལ་རྗེན་བ་ཡིད་དཔྱོད་དང་བྲལ་ཏེ་མཐོང་བའི་བར་དུ་ཞུན་ཐར་
བཅད། ཐག་ཆོད་ནས་རང་གིས་དེའི་ངོ་བོ་སྤྱོད་བ་ཁོ་ན་གལ་ཆེ་སྟེ། ངོ་ཤེས་བ་ཙམ་
གྱིས་མི་ཆོག་སྟེ་ཅལ་རྫོགས་དགོས།

དེ་ཡང་དང་པོར་རིག་ངོ་ཤེས་ཀྱང་དེ་ཐོག་མ་བཞག་ན་ནམ་རྟོག་གིས་བར་
བཅད་ནས་རིག་པ་རྗེན་པར་འཆར་དཀའ་འོང་སྟེ། དེས་ན་ནམ་རྟོག་ལ་དགག་སྒྲུབ་
མེད་པར་བཞག་ནས་རིག་པ་མ་བཅོས་པའི་རང་དུ་ཡང་ཡང་འཛོག་ཡུན་བསྐྱར་བ་
གལ་ཆེ། དེ་ལྟར་ཡང་ཡང་གོམས་ནས་ནམ་རྟོག་གི་ས་རྒྱ་བས་ཤུགས་རེ་རྒྱུད་དང་
རིག་ངོ་རྗེ་གསལ་སྤྱོད་བདེ་བྱུང་ན། མཉམ་བཞག་ཏུ་དེའི་ཐོག་ཏུ་ཅི་གནས་དང་།
རྗེས་ཐོབ་རིག་ངོ་བླ་བའི་བླ་བ་བརྟེན། དེ་གོམས་ན་རིག་པའི་ཅལ་རྗེ་རྫོགས་སུ་
འགྲོ་སྟེ། དང་པོར་ནམ་རྟོག་ཤར་ཀྱང་དེ་འགོག་གྱེད་གཉེན་པོ་གཞན་བརྟེན་མི་དགོས་
པར། རང་མལ་བཞག་པས་ཡུན་ཅིག་ན་རང་གོལ་བ་སྒྲུལ་གྱི་མདུད་པ་རང་གིས་རང་
བཤེག་པ་ལྟ་བུ་འབྱུང་། སྤར་ཡང་གོམས་པས་ནམ་རྟོག་ཤར་བས་ཅུང་ཟད་རེ་
རྫོགས་ཀྱང་དེ་མ་ཐག་རང་ཡལ་དུ་འགྲོ་བ་ཚུ་ལ་རི་མོ་བྲིས་པ་ལྟ་བུ་འབྱུང་། དེ་རང་
གོམས་པས་ནམ་རྟོག་ཤར་བས་ཅི་ཡང་མི་གཞོད་པས་ཤར་མ་ཤར་གྱི་རེ་དོགས་
མེད་པ་ཁང་སྤོང་དུ་རྒྱན་མ་བྲིན་པ་ལྟ་བུ་པན་གཞོད་མེད་པའི་ཉམས་འཆར། དེ་རང་
གོམས་པས་ཅལ་རྫོགས་པ་མཐར་ཐུག་སྟེ་མཐར་ནམ་རྟོག་དང་ཀུན་གཞི་འབྱུ་གྱེད་

ཀྱི་རྒྱུ་དང་བཅས་པ་མ་བཅོས་ཆོས་སྐྱར་ཐེམ་ནས་རིག་པས་རང་སར་ཐེན། གསེར་
སྤྱིང་ན་ས་རྩོལ་ལ་བཅའ་ཀྱང་མི་རྟེན་པ་ལྟར། སྤང་སྤྱིང་མ་ལུས་པ་ཆོས་སྤྱིའི་ཞིང་
དུ་ཤར་ཏེ་དག་པ་རབ་འབྱམས་སུ་སོང་བའི་ཆོ་ན་བརྟན་པ་ཐོབ་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ་འཁོར་
འདས་དང་སྦྱེ་འཆིའི་རེ་དོགས་ཅད་ནས་ཞིག་པའོ། །

དེ་ལྟར་ཉིན་སྤང་རྣམ་རྟོག་རིག་པའི་དབང་དུ་འདུས་པའི་གོ་རིམ་བཞིན་མཆོན་
མོར་ཡང་གདམས་ངག་གཞན་བརྟེན་མི་དགོས་པར། མི་ལམ་དང་སྤྲུལ་གྱི་
འོད་གསལ་ཐེན་པ་སོགས་ཆ་མཚུངས་འོང་བ་ཤེས་པར་བྱས་ལ་ཅི་ནས་བརྟན་པ་མ་
ཐོབ་བར་དུ་ཡེངས་མེད་ཀྱི་བཙོན་པ་རྒྱ་པོའི་རྒྱན་ལྟར་མཐུད་དགོས་སོ། །མི་ལམ་
པས་གདམས་པ་དགེ་ལེགས་འབེལ། །

བསམ་གཏན་སྒོམ་ཚུལ།

ཞི་གནས་བདུད་ཅི་འཐུང་འདོད་ན། །ཕྱི་ཡི་འདུ་འཛིའི་རྒྱན་ཐག་མ་བཅད་
ན། །ནང་གི་རྣམ་གཤེད་ས་ལྟོག་ཐབས་མེད། །ནང་གི་རྣམ་གཤེད་ས་རྒྱན་ཐག་
ཆོད། །རྣམ་གཤེད་ས་རྒྱན་ཐག་མ་བཅད་ན། །ཅི་གཅིག་གནས་པའི་སྐབས་མི་
རྟེན། །འཛན་པས་རྒྱ་ལོན་བར་མེད་བཅིགས། །ཅུང་ཟད་སྟོད་ནས་ཤེས་བཞིན་
བརྟེན། །ཡེངས་མེད་ངང་ལ་རྒྱན་ཆགས་སུ། །རི་གནས་ཡུན་བསྐྱེད་བཙོན་པ་
བསྐྱེད། །གོམས་པ་ཆགས་ནས་སྤང་ཡང་སྤྱིམ། །འོག་འགྲུའི་དབྱ་ཆོམས་གནས་ཆ་
བསྐྱེད། །བརྟན་ནས་རི་སྤྱིང་ཙོལ་མེད་དུ། །འཇུག་ཅིང་དེ་ལས་ཤིན་མུངས་ཀྱི། །ཞི་
གནས་དངོས་སུ་མ་བྱུང་བར། །བར་མེད་བཙོན་ཅིག་ཐང་ལྟོད་བྱས། །ཡུན་རིང་
འབྱོར་དགའ་ལྷུ་སྤྱིང་བས། །དང་པོ་བསྐྱར་རྒྱུགས་བཙོན་པ་སྤེལ། །བར་དུ་རྒྱན་

ཆགས་བར་མེད་འབད། །ཐ་མ་སྟོབས་རྩེད་དགའ་འབྲས་སྟོང་། །དེ་ལྟར་འབད་ན་དོན་
བཟང་འབྱུང་། །ཟླ་ ༤ ཆེས་ ༥ ལཱོ།

ཁྲིགས་ཆོད་གནད་ཀྱི་གདམས་པ།

རྒྱུ་མེད་འཇམ་དཔལ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔར་འདུད། །ཁྲིགས་ཆོད་གནད་ཀྱི་
གདམས་པ་བཞད། །ཤེས་པ་མ་བཅོས་རང་སོར་བཞག། །དེ་ཡི་གཤེས་ལ་བབ་ཀྱིས་
བཟླ། །འདི་ཡིན་དེ་ཡིན་དམིགས་གཏད་ཀྱི། །རྣམ་པ་གང་ཡང་མེད་པ་ལ། །བརྗོད་
བྲལ་དེ་ཉིད་སྟོང་བ་ཡི། །རང་གདངས་འགགས་པ་མེད་པ་འདི། །རྣལ་མ་གཤེས་ཀྱི་
བབ་ཡིན་པས། །བསམ་གྱིས་མི་བྲབ་ཆོས་ཉིད་དོན། །རང་བཞིན་འོད་གསལ་ལྷག་
མཐོང་སྟེ། །ལྟ་བུ་རི་བོ་ཅོག་བཞག་ཡིན། །དེ་ཡི་བབ་ལ་གནས་བཞིན་དུ། །བསྟོམས་དུ་
མེད་ལ་ཡེང་བ་མེད། །དགག་སྐྱབ་རྟོག་དཔྱོད་མི་གཞུག་པར། །རྣལ་མ་རང་བབ་ལྷག་
པར་བཞག། །བྱ་ཚུལ་འཆིང་བས་མ་བསྐྱད་པའི། །ཆོས་ཉིད་བབ་ཀྱི་བསམ་གཏན་
ཏེ། །རྣལ་འབྱོར་ནམ་མཁའི་རྒྱལ་པོར་གནས། །སྟོམ་པ་རྒྱ་མཚོ་ཅོག་བཞག་ཡིན། །

དེ་ལྟར་བཞག་ཆེ་ནང་དུ་ནི། །སྣ་ཆོགས་རྣམ་རྟོག་རྒྱ་བ་དང་། །ཕྱི་རོལ་སྤང་བ་
ཅི་ཤར་ཡང་། །དགག་སྐྱབ་མེད་པར་རང་སར་བོར། །གཤེས་ཀྱི་རང་བབ་མ་བརྗེད་
ན། །གང་ཤར་པན་གཞིད་བྲལ་བར་སྤང་། །བཟང་ངན་སྒྲུང་དོར་ཅིས་གདབ་
མེད། །སྟོད་པ་སྤང་བ་ཅོག་བཞག་ཡིན། །གོ་མས་ནས་སྤང་སྟོང་ཆོས་ཐམས་
ཅད། །རིག་སྟོང་ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་པོ། །དེ་ཡི་རང་དུ་འབྱུང་གིས་རྫོགས། །དེ་ནི་ཚུལ་
མེད་ལྷན་གྱིས་བྱུག། །ཚུལ་བས་སྤང་དང་སྒྲུང་བྱ་ཟད། །འཁོར་འདས་རེ་དང་དོགས་
པ་མེད། །གཤོད་མའི་རང་བཞིན་མངོན་གྱུར་པ། །འབྲས་བུ་རིག་པ་ཅོག་བཞག་

ན་མཆོ་གྲི་ཡེ། དཔྱོད་པ་རྣམ་སྤྱོད་སྟོན་སོང་ནས། །གང་ཟག་བདག་མེད་ཚུལ་
ལ་ནི། །ངེས་ཤེས་གནད་དུ་འགྱོད་བའི་ཆོ། །བདག་ཅེས་སྤང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས། །མ་
བརྟག་རྟོག་པས་བརྟག་པ་ལྟར། །སྤང་པོ་ལྟ་དང་འདུས་མ་བྱས། །ཆོས་རྣམས་ཐམས་
ཅད་དེ་བཞིན་དུ། །རྟོག་པས་བརྟགས་ཏེ་འདི་འདི་ཞེས། །སྣ་ཆོགས་ཆོས་སུ་བསྐྱུང་
མོད་ཀྱི། །བརྟག་དོན་བཙལ་ན་མི་རྟོག་དེ། །ཆ་མེད་གཉིས་ཀྱི་མཐར་ཐུག་བར། །ཐ་
ཞིང་ཐ་བའང་མ་བྱུང་བཞིན། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་དབང་གིས་སྤང་། །དངོས་པོ་
བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པ་སྟེ། །དངོས་མེད་བརྟེན་ནས་བརྟག་པ་ཡིན། །

३५

ཆོས་ཉིད་མཐོང་བ་མིན། །དེ་འབྲེལ་ངེས་ཤེས་སྐྱེས་པའི་ཆོ། །སྤྱི་མ་ཙམ་དུ་འཛིན་པ་
ཡང་། །རྟོག་པས་བརྟགས་ཏེ་གཟུང་མོད་གྱི། །གཟུང་བྱའི་ངོ་བོ་མ་གྲུབ་ལ། །འཛིན་
པའི་སེམས་ཀྱང་མི་རྟོད་པས། །འཛིན་མེད་ལྷག་པའི་གཤེས་སུ་བཞག། །དེ་ལྟར་
བཞག་ཆེ་བྱི་ནང་གི། །སྤང་བ་ཐམས་ཅད་མ་འགགས་ཀྱང་། །དེ་འཛིན་མེད་པའི་
གཤེས་ལུགས་སུ། །ཆོས་སུ་བརྟགས་པ་ཇི་སྟེད་པ། །ཡེ་ནས་མ་སྐྱེས་མ་འགགས་
པས། །གཟུང་དང་འཛིན་པ་རྣམས་བྲལ་བའི། །མཉམ་པ་ཉིད་གྱི་དབྱིངས་སུ་
མཉམ། །ཡོད་མེད་ལ་སོགས་ཁས་ལེན་བྲལ། །བརྗོད་མེད་དོན་གྱི་རང་བབས་
ལ། །ཐེ་ཆོམ་མེད་པའི་ཉམས་སྤྱོད་འཆར། །དེ་ནི་ཆོས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དེ། །རྣམ་
གྲངས་མིན་པའི་དོན་དམ་པ། །སོ་སོ་རང་གི་རིག་བྱ་བ། །མཉམ་གཞག་མི་རྟོག་ཡེ་
ཤེས་ཡིན། །དེ་ཡི་རང་ནས་གོམས་པ་ན། །སྤྱོད་དང་རྟོན་འབྱུང་བྱུང་འཇུག་
པ། །བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་གནས་ལུགས་དོན། །དབྱེས་ཆེན་པོའི་རྣལ་འབྱོར་
ཡིན། །

དོན་དེ་སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་ལུལ་དང་། །བྲལ་བ་གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་ནི། །སྤྱིར་བ་
ཉིད་དུ་མངོན་བྱེད་པར། །འདོད་ན་སྤྲུགས་ཀྱི་མན་ངག་བསྟོམ། །འདི་ནི་དབྱེས་མེད་
སྟོམ་རིམ་གྱི། །ཐབ་གནད་མཐར་སྐྱབ་ཡིན་པའི་བྱིར། །དང་པོ་སྤྱོད་པ་རྣམ་སྤྱངས་
ནས། །རིམ་པར་སྤྱོད་པས་གཏན་ལ་དབབ། །སྤང་སྤྱོད་སྤྱི་མེད་ངེས་ཤེས་ཀྱིས། །ལམ་
ནས་གསལ་བཞག་མེད་པའི་དོན། །ཤེས་རབ་པ་རོལ་བྱིན་པའི་དབྱིངས། །མཉམ་པ་
ཉིད་དུ་རྣམ་པར་གྲོལ། །སྟོམ་པའི་གདུང་བའི་སྤྱོགས་གང་ན། །ཆུ་ཡོད་གོ་ཡང་སྟོམ་
མི་སེལ། །དེ་བྱིར་བརྟུང་ན་སེལ་བ་ལྟར། །གོ་སྤྱོད་དེ་འབྲེལ་མཛོད་ལས་གསུངས། །དེ་

ཕྱིར་རིགས་པ་མང་པོ་ཡིས། །རང་ཉིད་ངལ་བའི་གོ་སློམ་ལ། །རེས་འཛོག་མི་དགོས་
རེས་བསྟོམས་ན། །ཟབ་མོའི་བཅོད་པ་ལྟར་དུ་ཐོབ། །

འཇམ་དཔལ་དགེས་པའི་རྩོུ་ཆེ་ཡིས། །ཆུ་འབྲུག་མགོ་རྒྱའི་ཆེས་ཉེར་
དབྱུང། །ཤར་མར་གྱིས་འདིས་འགྲོ་ཀུན་གྱིས། །ཟབ་མོ་དབུ་མའི་དོན་རྟོགས་ཤོག།
མཛུ་ལོ། །

སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན།

སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་སྟོང་གསལ་དབྱེར་མེད་པ། །བརྗོད་མེད་རྩོུ་ཆེ་ནམ་
མཁའ་དཀྱིལ་ལྟ་བུ། །མཐོང་ཁིང་མཐོང་མཁན་ཉིད་ཀྱང་དེ་ཉིད་ལས། །གཞན་ན་མེད་
པར་ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་སྟོང་། །བལྟ་བུ་ལྟ་བུའི་བྲལ་ཡང་རང་གིས་རང་། །ལྷག་མ་
མེད་པར་དུས་གཅིག་མཐོང་བ་ལྟའི། །མཐའ་དབུས་མེད་པའི་ཉམས་སྟོང་ཁྲད་པར་
ཅན། །བྱར་མེད་བྱ་བ་ཐེན་པའི་འབྲས་ཅན་དེར། །མཐོང་བ་ཅི་ཡང་མེད་ཀྱང་མཐོང་
འདོད་ཀྱི། །ལྟ་བ་ཆོལ་བའི་ཞེ་འདོད་གཉིང་ནས་ནི། །རང་གིས་ཞིག་པའི་སྟོ་བདེ་ཁོད་
སྟོམ་ལ། །རེག་པ་འཇམ་དཔལ་དཔལ་པོའི་འོད་བབང་ཡིན། །

མེ་བྱ་རྒྱ་ ༥ ཆེས་ ༡༥ ལ་མི་པམ་པས་གྱིས་པ་མཛུ་ལོ།

ཆོས་དབྱིངས་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན།

ན་མོ་མཆུ་བྱི་ཡེ། མདོ་སྤྲུགས་ཐེག་པའི་རྟོགས་བྱའི་གནད། །ཆོས་དབྱིངས་
མཉམ་པ་ཉིད་ལ་ཐུག། །མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པ་ལ། །དངོས་པོར་ལྟ་བ་རྟོགས་པ་
གནད། །ལྟ་བ་སྟོས་བྲལ་དབུ་མ་དང་། །སྤྲུགས་ལམ་ལྟན་སྟེས་བདེ་ཆེན་གྱི། །གནད་

ལ་གོམས་པས་སྒྲོས་བྲལ་ཤེས། །སྒྲོ་འདས་རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་འཆར། །དེ་ལ་གོམས་
པ་བརྟན་གྱུར་ན། །འཁོར་འདས་ཆོས་ཀྱན་མཉམ་པ་ཉིད། །ཆོས་སྐྱེ་ཐེག་ལེ་ཉག་
གཅིག་དོན། །རང་གི་རྒྱུད་ལ་སྦྱིབ་མེད་འཆར། །ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་མཉམ་པ་
ཉིད། །མཉམ་པ་ཉིད་ལ་སྒྲུང་དོར་མེད། །

མཉམ་ཉིད་གདེང་དུ་གྱུར་པ་ན། །རྟོགས་པ་ཆད་དུ་འབྱོལ་ཞེས་བྲ། །རྟོགས་པ་
ཆད་དུ་འབྱོལ་བའི་ཆོ། །འཁོར་དང་ཕྱ་ངན་འདས་པ་དང་། །བདེ་དང་སྤྱག་བསྐྱེལ་
བདག་དང་གཞན། །ཐམས་ཅད་མཉམ་ཉིད་གོལ་བ་ན། །འཛིགས་མེད་སྤྱོགས་ལས་
རྣམ་རྒྱལ་ཡིན། །སྤྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་གང་། །རིག་འཛིན་དཔའ་བོ་རྒྱལ་
བའི་སྤྲུལ། །ས་རྣམས་སྦྱོང་ཞིང་འགྲོ་བ་འདུལ། །འབྲེལ་ཆད་དོན་དང་ལྡན་པར་
འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་བརྒྱུད་པའི་མན་ངག་གིས། །ཡང་དག་ལྟ་བུ་རྟོགས་བྱས་ལ། །མཆོག་
ཏུ་གོམས་པ་བརྟན་པ་ཡིས། །རྒྱལ་བ་རིག་འཛིན་གྲུབ་མཐར་སྦྱོགས། །དེ་སྐད་
གདམས་པ་སྐལ་བཟང་གི། །འགྲོ་བའི་རྒྱུད་ལ་སྦྱིན་གྱུར་ནས། །ཡང་དག་ལམ་མཐོང་
རིག་འཛིན་གྱི། །དགོངས་པའི་བཅོན་ས་བེན་གྱུར་ཅིག །

ལྷགས་བྱི་རྩེ་བ་བཅུ་གཉིས་ཆེས་ཉེར་དུག་ལ་ཞེ་འཛོེང་བཀྲ་ཤིས་ཆོས་གླིང་དུ་
མི་པམ་པས་བྲལ་བྲིས་པ་མཛྲ་ཡི། ། །

སྤྱབ་ཆོག་བྱིན་རྒྱལ་ས་གཏེར་མཛོད་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་གུ་རུ་ཤུག་ལེ། །དེ་ཡང་མཛོད་ཉིང་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། །འཆག་དང་
འདུག་དང་འགྲེང་དང་ཉལ་བ་ན། །མི་གང་སྤྱབ་པའི་བསྐྱེད་བྱེད་པ། །དེ་ཡི་མདུན་ན་
རྟག་ཏུ་སྦྱོན་པ་བཞུགས། །དེ་ནི་རྒྱ་ཆེན་ལྷ་ངན་འདའ་བར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། །སྐྱེ་

ལུས་དག་ནི་གསེར་གྱི་མདོག་འབྲ་བས། །འཛིག་ཉེན་མགོན་པོ་ཀྱན་ནས་རབ་དུ་
མཛེས། དམིགས་པ་འདི་ལ་གང་གི་སེམས་འཇུག་པ། །བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ནི་
མཉམ་བཞག་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ། བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་པ་
མཚུངས་པ་མེད་པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་རྗེས་སུ་བྲན་པའི་རྣམ་འབྱོར་དུ་བྱ་བ་ནི། འདི་
ལྟ་སྟེ། སངས་རྒྱལ་ཆོས་དང་ཆོགས་ཀྱི་མཚོག་རྣམས་ལ། །བྱང་ཚུབ་བར་དུ་བདག་
ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི། །བདག་གི་སྦྱིན་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས། །འགྲོ་
ལ་པན་བྱིར་སངས་རྒྱལ་འབྲུག་བར་ཤོག །ལན་གསུམ།

ཆད་མེད་བཞི་བསྐྱོམ་པ་སྟོན་དུ་བཏང་སྟེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་
བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཅིག །སྤྱག་བསུལ་དང་སྤྱག་བསུལ་གྱི་རྒྱ་དང་བུལ་
བར་གྱུར་ཅིག །སྤྱག་བསུལ་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག །ཉེ་རིང་
ཆགས་སྤང་གཉིས་དང་བུལ་བའི་བཏང་སྟོམ་ཆད་མེད་པ་ལ་གནས་པར་གྱུར་
ཅིག །ཆོས་ཐམས་ཅད་སྤང་ལ་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་པའི་དོན་ཡིད་ལ་བྲན་པའི་རང་
ནས།

ཨེ་སྟེ་མེད་སྟོང་པ་ཉིད་དང་ཉེན་འབྱུང་གི། །སྤང་བ་འགག་མེད་བྱང་འཇུག་སྐྱུ་
མའི་ཚུལ། །རང་མདུན་ནས་མཁར་མཆོད་སྦྱིན་རྒྱ་མཆོའི་དབུས། །རིན་ཆེན་སངས་ཁྱི་
པད་ཉི་ཟླ་བའི་སྟེང་། །སྟོན་པ་མཚུངས་མེད་ཤུག་སངས་གོ་ནི། །གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་
མཆོན་དང་དཔེ་བྱད་ལྷན། །ཆོས་གོས་གསུམ་གསོལ་རྩི་རྩི་སྐྱེལ་གྱུར་
བཞུགས། །སྤྱག་གཡས་ས་གཞོན་སྤྱག་རྒྱ་ལེགས་བརྒྱངས་ཤིང་། །སྤྱག་གཡོན་
མཉམ་བཞག་བདུད་ཅིའི་ལྷུང་བཟེད་བསྐྱམས། །གསེར་གྱི་རི་ལྟར་གཟི་བཞིན་དཔལ་

འབར་བ། །ཡེ་ཤེས་འོད་ཟེར་བ་ས་མཁའ་དབྱིངས་ཁྲབ། །ཉེ་བའི་སྤྲུལ་བརྒྱུད་གནས་བརྟན་བརྩུག་སོགས། །འཕགས་ཆོགས་རྒྱ་མཚོའི་འཁོར་གྱིས་ཡོངས་བསྐོར་ཞིང་། །དན་པ་ཅམ་གྱིས་སྤིང་ཞིའི་མཐའ་གཉིས་ལས། །རྣམ་གྲོལ་བདེ་བ་མཆོག་གི་དཔལ་སྦྱེལ་བ། །སྦྱབས་ཀུན་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོར་གསལ། །

ཞེས་དེ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྦྱེལ་དམིགས་ཏེ་དེ་ན་དངོས་སུ་བཞུགས་ཡོད་སྟེ་པའི་སེམས་བསྐྱེད་མ་ཐག་དྲུག་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྦྱེལ་ཕྱོགས་དང་དུས་གང་དུ་ཡང་ཉེ་རིང་མི་མངའ་བའི་བྱིར། གང་དུ་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་དུ་ངེས་པར་བཞུགས་པར་འགྱུར་ཏེ། མདོ་ལས། གང་ཞིག་སངས་རྒྱས་ཡིད་བྱེད་པ། །དེ་ཡི་མདུན་ན་དེ་བཞུགས་ཏེ། །ཏག་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས་བྱེད་ཅིང་། །ཉེས་པ་ཀུན་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། རྒྱལ་བ་དེ་ཉིད་ལ་དམིགས་ནས་ཆོགས་བསགས་པ་ཡང་མི་ཟད་པའི་དགོ་ཅ་ཚུད་མི་ཟ་བ་ཡིན་ཏེ། བལ་པོ་ཆེ་ལས། །རྒྱལ་བ་དེ་དག་ཐོས་མཐོང་མཆོད་བ་བྱས་པས་ཀྱང་། །ཆོད་མེད་པ་ཡི་བསོད་ནམས་སྤང་པོ་འཕེལ་བར་འགྱུར། །ཉོན་མོངས་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་སྤང་འགྱུར་དུ། །འདུས་བྱས་འདི་ནང་བར་མ་དོར་ནི་ཟད་མི་འགྱུར། །ཞེས་དང་། དེའི་མདུན་དུ་སྟོན་ལམ་རི་ལྟར་བཏབ་པ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་འགྱུར་སྟེ། །འཇམ་དཔལ་ཞིང་གི་ཡོན་ཏན་བསྟན་པ་ལས། །ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་རྒྱུན་བཞིན་ཏེ། །འདུན་པའི་ཅེ་ལ་རབ་ཏུ་གནས། །གང་གིས་སྟོན་ལམ་ཅི་བཏབ་པ། །དེ་འདྲའི་འབྲས་སུ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཚུལ་རྣམས་ལ་ངེས་པ་བརྟན་པོ་བསྐྱེད་དེ།

སྟོང་རྩེ་ཆེན་པོས་ཅོད་ལྡན་སྟོགས་མའི་ཞིང་། །བཟུང་ནས་སྟོན་ལམ་ཆེན་པོ་

ཐུ་བརྒྱ་བཏབ། །བད་དཀར་ལྷར་བསྐྱུགས་མཆན་ཐོས་ཕྱིར་མི་སྟོག། །སྟོན་པ་ཐུགས་
རྩེ་ཅན་ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ། །བདག་གཞན་སྟོག་གསུམ་དགོ་ཆོགས་ལོངས་སྟོང་
བཅས། །ཀྱན་བཟང་མཆོད་པའི་སྟོན་དུ་དམིགས་ནས་འབུལ། །ཐོག་མེད་ནས་
བསགས་སྟོག་ལྷུང་མ་ལུས་པ། །སྟོང་ནས་འགྱོད་པ་དྲག་པོས་སོ་སོར་
བཞགས། །འཕགས་དང་སོ་སོའི་སྟེ་པོའི་དགོ་བཅི། །དུས་གསུམ་བསགས་ལ་རྩེས་
སུ་ཡི་རང་ངོ། །ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་ཚུལ། །སྟོགས་བཅུར་རྒྱུ་མི་
འཆད་པར་བསྟོར་དུ་གསོལ། །ཁྱོད་ནི་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་ཡེ་ཤེས་སྟུ། །དུས་གསུམ་
འཕོ་འགྱུར་མེད་པར་བཞུགས་མོད་ཀྱི། །གདུལ་བུའི་སྤང་ངོར་སྟེ་འཛིག་ཚུལ་སྟོན་
ཀྱང་། །སྟུལ་པའི་གཟུགས་སྟུ་ཏྲག་ཏུ་སྤང་བར་མཛོད། །བདག་གིས་དུས་གསུམ་
བསགས་པའི་དགོ་ཆོགས་ཀྱིས། །མཁའ་ཁྲབ་འགོ་བ་ཀྱན་ལ་པན་སྤྲད་དུ། །ཆོས་ཀྱི་
རྒྱལ་པོ་ཏྲག་ཏུ་མཉེས་བྱེད་ཅིང་། །ཆོས་རྩེ་རྒྱལ་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ཤོག། །བདག་
ཅག་སྟོགས་མའི་འགོ་བ་མགོན་མེད་ནམས། །ཐུགས་རྩེས་ལྷག་པར་བཟུང་བའི་
བཀའ་འཛིན་ལས། །ཞིང་དང་དུས་འདིར་རིན་ཆེན་ནམ་གསུམ་ཀྱི། །སྤང་བ་རི་སྟེད་
ཁྱོད་ཀྱི་ཐོན་ལས་ཉིད། །དེ་ཕྱིར་སྟུབས་མཆོག་མཚུངས་མེད་གཅིག་བུ་རུ། །ཡིད་
ཆེས་དད་པས་སྟོང་ནས་གསོལ་འདེབས་ན། །སྟོན་ཀྱི་དམ་བཅའ་ཆེན་པོ་མ་བསྟེལ་
བར། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་ཐུགས་རྩེས་རྩེས་འཛིན་མཛོད།

ཅེས་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་དྲག་པོས་སྟོན་པ་དངོས་སུ་བཞུགས་ཡོད་སྟུམ་པའི་
སྟུ་ལ་ཅེ་གཅིག་དུ་དམིགས་ཏེ། ལྷ་མ་སྟོན་པ་བཙུམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་
པ་དག་བཙུམ་པ་ཡང་དག་པར་རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དཔལ་རྒྱལ་བ་ཤུ་ཐུབ་པ་

ལ་ཐུག་ཆལ་ལོ། །མཆོད་དོ། །སྐབས་སུ་མཆོདོ། །

ཐུགས་རྒྱུད་བསྐྱལ་བའི་ཚུལ་དུ་ཤེར་བྱིན་ཡི་གེ་ཉུང་དུ་ལས་གསུངས་པའི་
བཟུང་ནི། ༡་ཏེ་གྲ། ཨི་ཐུ་ནེ་ཐུ་ནེ་མ་རྩ་ཐུ་ན་ཡེ་སྤྲ། ཞེས་ཅི་རིགས་དང་། ཨི་ཐུ་
ནེ་ཐུ་ནེ་མ་རྩ་ཐུ་ན་ཡེ་སྤྲ།

མན་ཆད་ཅི་འབྲུབ་དུ་བསྐྱེདོ། །འདི་དག་གི་སྐབས་སུ་སྟོན་པའི་ཡོན་ཏན་རྗེས་
སུ་བློ་ཉེ། དད་པའི་སེམས་ཀྱིས་ཅེ་གཅིག་དུ་སྐྱེ་ཡི་གསལ་སྣང་ལ་དམིགས་ནས།
མཆོན་བཞེད་པ་དང་། བཟུང་བསྐྱེད་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས།

སྟོན་པའི་སྐྱེ་ལས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འོད་ཟེར་སྣ་ཚོགས་པའི་སྣང་བ་ཆེན་པོས་བདག་
དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱི་བ་བ་ཐམས་ཅད་བསལ་ཞིང་། ཐེག་བ་ཆེན་པོའི་
ལས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྐྱེས་ཏེ་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་ས་ནོན་པར་བསམ།

དེ་ལྟར་ཅི་རུས་སུ་བཅོན་པར་བྱའོ། །ཐུན་མཆོམས་ནམས་སུ་མཐུལ་སོགས་
མཆོད་པ་དང་། ཐུབ་སྟོད་ཀྱི་རིགས་དང་། སྤྱིར་རྗེ་བད་དཀར། རྒྱ་ཆེར་རོལ་བ།
སྐྱེས་རབ་སྣ་ཚོགས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་མཆོན་བརྒྱ་ཅ་བརྒྱད་པ་སོགས་མདོ་
གང་འདོད་ཅི་ལྟར་རུས་པར་བཤགས། །དགེ་བའི་ཅ་བ་ནམས་སྒྲ་མེད་བྱང་ཆུབ་དུ་བསྟོ་
བ་དང་སྟོན་ལས་ཀྱིས་རྒྱས་གདབ་པར་བྱའོ། །

ཕྱི་བདེ་གཤེགས་སྤྱི་བ་བཅས་ཀྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་དང་། །མཛད་པ་སྟོན་ལས་
མཁུན་བཅེ་རུས་པའི་ཚུལ། །སྒྲ་མེད་ཡེ་ཤེས་སྐྱེ་འབྱུང་ཅི་འབྲུ་བ། །དེ་འབྲུ་ཁོ་ནར་
བདག་སོགས་འགྱུར་བར་ཤོག །

ཕྱིར་འགྲོ་འཆག་ཉལ་འདུག་གི་སྐབས་ཀྱི་སྟོན་པ་ཉིད་མ་བཞེད་པར་བློ་བ་

དང་། མཚན་མོ་ཡང་སྟོན་པ་དངོས་སུ་བཞུགས་པའི་སྐྱེ་ཡི་འོད་གྱིས་སྟོགས་ཐམས་
 ཅད་ཉིན་མོ་ཡིན་ཏུ་བྲངས་པའི་དུས་ལྟ་བུར་སྤང་བའི་འདུ་ཤེས་ཀྱི་རང་དུ་གཉིད་ལོག་
 པར་བྱ། དུས་རྒྱན་དུ་སྟོན་པ་ཉིད་གྱིས་རི་ལྟར་སྟགས་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་ལས་བརྩམ་
 རྟེ། དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་
 པར་ཐར་པ་ལ་རྗེས་སུ་གཞོལ་བའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆའི་དམ་བཅའ་སྟོད་
 པ་མེད་པའི་རང་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོད་པ་སྤྱི་དང་། ཁྱད་པར་ཞི་ལྷག་གི་
 རྣལ་འབྱོར་ལ་ཅི་རྒྱས་སུ་བརྩོན་པས་དཔའ་འབྱོར་ཐོབ་པ་དོན་ལྡན་དུ་འགྱུར་ཏེ།
 བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་འདི་ཉིད་ཀྱི་མཚན་ཐོས་པ་ཙམ་ཞིག་གིས་རིམ་གྱིས་བྱང་ཆུབ་
 ཆེན་པོའི་ལམ་ལས་སྤྱིར་མི་ལྟོག་པར་འགྱུར་བ་མདོ་དུ་མ་ནས་གསུངས་ལ། བོད་དུ་
 བསྟན་པའི་བཟུངས་འདི་ལས་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འགྱུར་ཞིང་། གཟུངས་འདི་
 རྟེན་པའི་མཐུས་ཤུགས་ཀྱི་ལ་པོ་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཤིང་། སྟན་རས་གཟིགས་བྱང་
 ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོད་པ་མཚོག་ཏུ་གྱུར་པ་དང་། གཟུངས་འདི་ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་
 བསོད་ནམས་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཆེགས་མེད་པར་འཐོབ་ཅིང་ལས་ཀྱི་སྤྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་
 བྱང་བ་དང་། སྟགས་བསྐྱབ་པ་ན་བགལ་མ་མཆིས་པར་བྱུབ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་
 ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཡི་གེ་ཉུང་དུ་ཞེས་པ་དེ་ཉིད་ལས་གསུངས་ཤིང་།
 བཀའ་གཞན་ལས་ཀྱང་གཟུངས་འདི་ལན་གཅིག་བརྒྱས་པས་བསྐལ་བ་བྱེ་བ་སྟག་
 བརྒྱད་ཁྲིའི་བར་དུ་བྱས་པའི་སྟོག་པ་ཐམས་ཅད་བྱང་བར་འགྱུར་པ་སོགས་པན་
 ཡོན་ཆད་མེད་པ་དང་ལྡན་ཞིང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཤུགས་ལས་སྟོང་པོ་དམ་པ་
 ཉིད་དུ་གསུངས་སོ། དད་པ་བསྐྱེད་པ་དང་ཞི་ལྷག་གི་རྣལ་འབྱོར་ལ་རི་ལྟར་བརྩོན་

པའི་ཚུལ་རྒྱུ་དུ་བཤད་པར་བྱའོ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་བསྐྱབ་གསུམ་ནོར་བུའི་མཛོད་
མངའ་དཔོན་ཨོ་རྒྱན་བསྟན་འཛིན་ནོར་བུ་ནས་བཟླ་ཤིས་པའི་ལྷ་རྩམ་དང་བཅས་ཏེ་
ནན་ཏན་དུ་བསྐྱལ་བ་ཡིད་ལ་འཇགས་པའི་སྟེང་དུ་ཉེ་ཆར་ཡང་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་
ནས་སྐུལ་པའི་སྐུ་འཇིགས་མེད་པད་མ་བདེ་ཆེན་ལ་སྟུན་ཏེ། རིན་ཆེན་དང་པོ་སོགས་
བཟླ་ཤིས་པའི་ལྷ་རྩམ་གྱི་སྐྱེས་དང་བཅས་སྟུར་དུ་བྱུབ་པར་གྱིས་ཞེས་དམ་པ་རྒྱང་
གི་བཀས་བསྐྱལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས། སྟོན་པ་མཆོག་ལ་མི་བྱེད་པའི་དད་པ་ཐོབ་ཅིང་།
དུས་མཐར་ཆོས་སྐྱ་བའི་མིང་ཙམ་འཛིན་པ་ རྒྱ་གཉི་རྩེས་འཇུག་མི་པམ་འཇམ་
དབྱངས་རྒྱ་མཆོས། རྩ་དོ་རྩེ་འཕན་ཕྱག་གི་རི་ཞོལ་ཕུན་ཆོགས་ནོར་བུའི་གླིང་དུ།
ཚུལ་འདི་མཐོང་ཐོས་བྲན་རེག་གི་འགྲོ་བ་རྣམས་གྱི་རྒྱད་པ་སྟོན་པ་སྐབ་པའི་དབང་
པོའི་བྱིན་རྒྱབས་མཆུངས་པ་མེད་པ་མངོན་དུ་འཇུག་པར་གྱུར་ཅིག ། །།

ལས་དང་པོ་པ་ལ་གདམས་པ་བཞུགས།

ཀྱེ་ཏོ། །འཁོར་བའི་བྱ་བ་ཀུན་ལ་སྟོང་པོ་མེད། །མི་བརྟན་གཡོ་བ་སྟོག་གི་སྒྲོས་
གར་མཆུངས། །འཆི་བ་འདི་ཡང་ནམ་འབྱུང་ཆ་མེད་ལ། །ཅིས་ཀྱང་འཆི་རེས་སྟོ་སྟ་
བསྐྱང་ནས་སུ། །སྐྱ་མའི་གདམས་ངག་གནད་དུ་བསྐྱབ་བྱས་ཏེ། །ཅེ་གཅིག་དཔེན་
པར་རང་སེམས་སུ་ཐག་བཅད། །སེམས་ནི་སྟོག་དང་རྒྱང་དང་སྟིན་དང་འབྲ། །མི་
བསམ་དགུ་བསམ་སྟ་ཆོགས་རྟོག་པས་བསྐྱད། །ལེགས་པར་བརྟགས་ན་གཞི་ཅ་
གང་ཡང་མེད། །བར་སྒྲིང་སྟིག་རྒྱ་ལྷ་བྱར་རོ་བོས་སྟོང་། །སྟོང་བཞིན་སྒྲིང་ལ་སྒྲིང་
བཞིན་སྟོང་པ་ཡི། །རང་སེམས་རང་བབས་བཞག་ནས་རྣལ་མར་སྟོང་། །གོམས་པ་
བརྟན་ན་རང་སེམས་གཤེས་ཕྱགས་མཐོང་། །སྐྱ་མར་མོས་གྲུས་ཆེན་བྱིན་རྒྱབས་

འདུག ། ཚོགས་བསགས་སྒྲིབ་པ་སྦྱང་ན་རྟོགས་པ་སྒྲེ། །དེ་བས་ནན་ཏན་འབད་
བས་ཉམས་སུ་ལོངས། །

ལས་དང་པོ་པ་ཁ་ཅིག་གིས་ཉམས་ལེན་གྱི་གདམས་པ་དགོས་ཟེར་བ་ལ་མི་
པམ་བས་བསྐྱབ་བྱར་གྱིས། དགེའོ། ། །

པར་བྱང་སྟོན་ཆོག

ནམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ།
གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཆོས་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་ཉེ་རྒྱུད་ལཱའི་འགོ་བ་མ་ལུས་པ།
རེས་ལེགས་ཞོར་བྱའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།

ཅེས་འདྲམ་གླིང་ཡངས་པའི་ཁྱོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་ནམ་འབྲུག་སེལ་ཤེས་ལུགས་སྟོ་ཀུན་
ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འབྲལ་ཡུན་ལེགས་ཆོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། བྱང་བསྐྱུན་གྲུབ་མཐའ་རེས་མེད་ཀྱི་གསུང་
རབ་དག་དཔར་དུ་བསྐྱུན་དང་བསྐྱུན་འགྱུར་གང་ལའང་སྦྱར་ཆོག་པའི་དགེ་བསྟོན་སྟོན་ཆོག་ཏུ་ལྟུང་དགེ་སྟོང་ཆོས་་
སྒྲ་བ་དག་དབང་སྟོང་བཟང་བསྐྱུན་འདྲིན་རྒྱ་མཚོས་སྦྱར་བའོ།

༡༡། བཅུ་མཐའ་སྐུ་བྱུང་རྒྱུ་ལྟོ་ལྟོ། ཡུལ་ལྟོ་བྱུང་རྒྱུ་ལྟོ་ལྟོ། ལྟོ་བྱུང་རྒྱུ་ལྟོ་ལྟོ།

ཡི་གེ་ཉི་ལུ་ཅ་དྲུག་པ་འདི་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཞུགས་ཆེ་འགོམ་ཡུག་གི་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་འདྲམ་དཔལ་
ཅ་རྒྱུད་ལས་གསུངས་སོ།