

# རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་སེམས་ཉིད་ ངལ་གསོ།



མཛོད་པ་པོ། ཀུན་མཁྱེན་སྒྲོང་ཆེན་རབ་འབྱམས།

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

༡༡། །རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་སེམས་ཉིད་  
ངལ་གསོཞེས་བྱ་བ་  
བརྒྱགས་སོ། །



ཚུམ་པ་སོ། ། ཀུན་མཁྱེན་མྱོང་ཆེན་རབ་འབྱམས་པ་འཛིན་པོ་འཛེར།  
མེད་ཀྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོ་འཛིན་ཚུམ་སྒྲིག་ཁང་།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་དེབ་སྤྱིའི་ཨང་།

SJRB-0167

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་སྤྲེལ་བྲས།

༡༠༡༥ ལོའི་རྒྱ་བཅུ་གཅིག་པར་གསར་དུ་ཚཱ་སྤྱིག་བྲས།

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

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཏེ་བྲང་།

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

ཡིག་འབྲེལ་ཏེ་བྲང་།

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

གཤམ་བསྐྱར་དང་བཏོགས་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་སྟོན། .....                                           | ii  |
| ཞུ་སྟེག་པའི་གསལ་བཤད། .....                                        | vii |
| ལེའུ་དང་པོ་དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀར་བ། .....                             | ༡   |
| ལེའུ་གཉིས་པ་ཆེ་མི་རྟག་བ། .....                                    | ༥   |
| ལེའུ་གསུམ་པ་འཁོར་བ་སྟུག་བསྟུག་བ། .....                            | ༩   |
| ལེའུ་བཞི་པ་ལས་རྒྱ་འབྲས། .....                                     | ༡༠  |
| ལེའུ་ལྔ་པ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་བ། .....                        | ༡༠  |
| ལེའུ་དྲུག་པ་སྦྱབས་སུ་འགྲོ་བ། .....                                | ༡༡  |
| ལེའུ་བདུན་པ་ཆད་མེད་བཞི། .....                                     | ༡༢  |
| ལེའུ་བརྒྱད་པ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་བ། .....                 | ༡༤  |
| ལེའུ་དགུ་པ་བསྐྱེད་རྫོགས་ཟུང་དུ་འབྱུག་བ། .....                     | ༡༩  |
| ལེའུ་བརྒྱུ་པ་གཞི་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་མཐའ་གཉིས་ལ་མི་གནས་བ། .....      | ༢༥  |
| ལེའུ་བརྒྱ་གཅིག་པ་ལས་བསམ་གཏན་མི་མེད་པ་ཞི་ལྷག་ཟུང་དུ་འབྲེལ་བ། ..... | ༣༡  |
| ལེའུ་བརྒྱ་གཉིས་པ་ཉིང་འེ་འཛིན་བསྟན་པའི་ཡན་ལག་ཐབས་ལ་མཁས་བ། .....    | ༣༩  |
| ལེའུ་བརྒྱ་གསུམ་པ་འབྲས་ཏུ་སྦྱན་བྱུང་ཆེན་པོ། .....                  | ༤༡  |
| པར་བྱང་སྟོན་ཆོག་.....                                             | ༤༡  |

## མཛད་པ་པོ་འོ་སྒྲིག་།

ཀུན་མཁྱེན་སྒོར་ཆེན་རབ་འབྱམས་པ་འི་མེད་འོད་ཟེར་མཆོག་ནི། གྱི་ལོ་ ༡༣༠༩ ལོར་  
དབུས་གཙང་རུ་བཞི་ལས་གཡོ་རུ་གྲའི་བྱ་སྟོད་གོང་དུ་གཤུང་རུས་རོག་གི་ཡབ་སྲགས་འཆང་  
བསྟན་པ་སྤང་དང་ཡུམ་འབྲོམ་བཟའ་བསོད་ནམས་རྒྱན་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་སྤྱུ་འབྱུངས།

དགྲང་ལོ་ལྔ་ནས་སློབ་དཔོན་དགེ་བའི་སྤྱིང་པོ་ལས་ཡི་གེ་འབྲི་སྟོག་དང་སློབ་གཉེར་གྱི་དབྱ་  
བརྩམས། དགྲང་ལོ་བདུན་པའི་སྐབས་ཡབ་ཀྱི་བྱང་ནས་ཞི་བླ་བཀའ་བརྒྱུད་བདེ་འདུས། ཏ་  
མགྲིན། བྱང་པ་སོགས་ཀྱི་དབང་ཁྲིད་ལུང་ལྷག་བཞེས་བཅས་གསལ། སྟན་དང་རྩིས་སོགས་རིག་  
གནས་སྒྲོར་ཡང་གསལ་བར་མཛད། དགྲང་ལོ་དགུ་པའི་དུས་འདུས་མང་ལྷན་ཉི་མེད་བརྒྱུད་སྟོར་  
བ་གཉིས་བརྒྱ་ཆར་བཏོན་པས་ཐུགས་ལ་ཟེན་པར་གྱུར།

དགྲང་ལོ་བརྒྱ་གཉིས་པ་ལ་བསམ་ཡས་སུ་མཁན་པོ་བསམ་འབྱུབ་རིན་ཆེན་དང་སློབ་  
དཔོན་ཀུན་དགའ་འོད་ཟེར་སོགས་དགེ་འདུན་གངས་ཆང་བའི་དབུས་སུ་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་མཆོན་  
ལ་ཚུལ་ཁྲིམས་སློབ་གསོལ།

དགྲང་ལོ་བརྒྱ་བཞིའི་དུས་ནས་འདུལ་བའི་གཞུང་ལ་ལེགས་པར་སྦྱངས་ཤིང་དོན་གཉེར་  
ཅན་གང་མང་ལ་བཤད་པའང་མཛད།

དགྲང་ལོ་བརྒྱ་བྲག་པ་ལ་སློབ་དཔོན་བཀྲ་ཤིས་རིན་ཆེན་ལས་ལམ་འབྲས་གཉིས་དང་། ལྷ་  
རོ་དང་ནི་ཀུའི་ཆོས་བྲག་གཉིས་དང་། བག་མོའི་ཆོས་བྲག་།བདེ་མཆོག་འིལ་བྱ་བ། བྲག་རྡོར་  
འཁོར་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་དབང་ཁྲིད་གདམས་པ་གསལ། སློབ་དཔོན་དབང་ཡེ་དང་། ཟ་ལུང་རིན་པོ་ཆེ་  
ལས་ཞང་ཆལ་བའི་ཆོས་སྒྲོར། རྟོད་ཆང་བའི་ལམ་ཁྲིད། ཞི་བྱེད་སྤྱ་བྱི་བར་གསུམ་ལ་སོགས་པ་  
གསལ།

དགའ་ལོ་བཅུ་དགུ་པར་གསང་ལུ་ནེ་ཅུ་ཐོག་གི་ཆོས་གྲུ་ཞུགས། མིང་སྟོང་གདན་རབས་  
བཙེ་ལུ་བ་སྟོབ་དཔོན་བཙན་དགོན་པ་དང་། གདན་རབས་བཅུ་དྲུག་པ་སྟོབ་པ་ཆོས་དཔལ་རྒྱལ་  
མཆན་གཉིས་ལས་བྱམས་ཆོས་སྡེ་ལྷ། ཆད་མ་སྡེ་བདུན། ཀུན་བདུས་སོགས་པར་ཆད་ཀྱི་གཞུང་  
ནམས་ལ་ཉན་བཤད་ལོ་དྲུག་མཛད་པ་དང་། མི་གཡོ་བ་དང་དབྱངས་ཅན་མ་ལ་སོགས་པ་ལྷག་  
སྟེ་སྟུབ་པའང་གནང་།

དེ་ནས་གསང་ལུ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་གྲུ་ཆེན་པོ་ནམས་སུ་གྲུ་སྟོར་མཛད་པས་བསམ་ལས་  
ལུང་མང་བ་ཞེས་པའི་གྲགས་པ་བྱུང་།

དབང་ལོ་རྩ་བ་སྟོ་ཐོས་བརྟན་པ་ལས་མདོན་པ་གོང་ལོག་དང་ཉིང་འཛིན་རྒྱལ་པོ་སོགས་  
ཐབ་མོ་མདོ་ལཱའི་བཤད་པ་དང་། ཆད་མ་སྡེ་བདུན་གྱི་ནམ་བཤད། ལྷན་དག་མེ་ལོང་ལ། རྫོས་གར་  
སོགས་ཐུན་མོང་གི་རིག་གནས་དང་མདོ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོས་སྟོར་མང་དུ་གསན།

སྟོབ་དཔོན་གཞོན་ལུ་དོན་འབྲལ་ལས་མདོ་སྟུ་སེམས་གསུམ་དང་། རྟེང་མའི་རྒྱད་འབྲུམ།  
གསང་འདུས་དུས་འཁོར་སྟོར་དྲུག་སོགས་སྟུགས་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱད་སྡེ་མང་པོའི་དབང་ལུང་ཁྱིད་  
གསུམ་ཁྱུ་ཤིང་། ཕྱིས་གསང་བ་སྟོང་པོ་ལ་སྟོང་ཐེག་དང་མ་ཐུན་པའི་ཁྱེ་ཀ་ཕྱོགས་བཅུ་ལྷུ་  
སེལ་ཉི་ལྷའི་སྟོན་གྱི་སྟུང་བ་ཞེས་བྲ་བ་དང་། སྟེ་འོག་འབྲལ་གཉིས་མཛད། སྟོབ་དཔོན་གཞོན་ལུ་  
རྒྱལ་པོ་དང་། སྟོབ་དཔོན་གཞོན་ལུ་དོ་ཨེ། ཀམ་པ་རང་བྱུང་དོ་ཨེ་སོགས་ལས་ཀྱང་། དབྱ་མ་  
རིགས་ཆོགས་དྲུག་དང་། སྟོད་འདུག་བསྟུབ་བདུས། རོ་པོ་བཀའ་གདམས་པའི་ཆོས་སྟོར་སོགས་  
སྟན་རྒྱད་ཀྱི་གདམས་པ་ནམས་དང་། ཁོ་ལུ་ལོ་རྩ་བའི་ཆོས་སྟོར། སྟུབ་ཐབས་རྒྱ་མཚོ། མཁའ་  
འགོ་རྒྱ་མཚོ། དཔའ་པོ་རྒྱ་མཚོ། ཆོས་འབྱུང་བརྒྱ་ཅ། འདུལ་བ་ལུང་། སར་ཕྱིན་རྒྱས་འབྲིང་  
བསྟུས་གསུམ། དོ་ཨེ་གཅོད་པ་སོགས་ཀྱི་ཁྱིད་ལུང་དང་། སྟོར་དྲུག་གེགས་སེལ་དང་བཙས་པ།  
སྟུགས་མ་དོ་སྟོང་། ཐུགས་ཐེ་ཆེན་པོ་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོ། རྒྱད་གསང་བ་འདུས་པ། སི་སྟེ་ཁྱེ། མ་རྩ་མ་  
ལྷ། གཤེད་དམར་ནག་ལ་སོགས་པ་ནམས་ཀྱི་དབང་ཁྱིད་མང་པོ་གསན།

གཞན་སྟོབ་དཔོན་དབང་ཡེ་དང་། ལུག་གསེབ་རིན་པོ་ཆེ། སྟོབ་དཔོན་སྟོན་ཚུལ། རྫོ་མ་

འཇམ་དབྱངས་པ། ས་སྐྱའི་ཁྲ་མ་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཆོན་སོགས་ལས་ཀྱང་ཟབ་ཆོས་མང་དུ་  
གསན་བ་སོགས་གསར་ཉིད་རིས་མེད་ཀྱི་སྒྲ་མ་བཅུ་ལྷག་གཉིས་ལྷག་ཅན་གྱི་བྱང་ནས་དུས་དེར་  
བོད་དུ་བཞུགས་པའི་བཀའ་གཏེར་བསྟན་བཅོས་མན་ངག་སྐྱ་ཆད་སྟན་ཅིས་ལ་སོགས་པའི་མདོ་  
སྤྲུལ་རིག་གནས་སྐོར་ལ་གསན་གཞེས་གནང་།

དགྲའ་ལོ་ཉིར་བདུན་པར་རིག་འཛིན་ཀྱ་མུ་རྩ་འདི་བྱང་ནས་གཏེར་ཆོས་ཀྱ་རུ་ཞི་བཀ་ཕྱིན་  
རྒྱལ་ལ་སྤྱུ་རྒྱུད་དང་། བཀའ་བརྒྱུད། བཀ་མོ་ནག་མོ་སོགས་སྐུབ་ཐབས་མང་པོ་དང་། ཀུན་གྱི་ད་  
རྒྱལ་པོ། ཕྱི་སྐོར་ནང་སྐོར་གསར་སྐོར་གྱི་རྒྱུད་མང་པོ་དང་། ཁྱད་པར་ཡང་གསར་སྒྲ་ན་མེད་པའི་  
དབང་བཞི། ཟབ་མོ་སྟོང་ཐིག་པོད་བཞི། རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་རྒྱུད་བཅུ་བདུན་རྟེན་དང་བཅས་པ།  
མན་ངག་བརྒྱ་དང་བཅུ་དགུ་བཅས་སྐུབ་ཐབས་སྐོར་སོགས་བཀའ་གཏེར་གང་མང་གསན་བ་དང་།  
དམ་པ་དེས་སྐོར་ཆེན་རབ་འབྱམས་ཞེས་མཆོན་གསོལ་གནང་། དགྲའ་ཁ་བ་བབས་དུས་སྟེ་ནང་  
དུ་བཞུགས་ནས་གོས་གདན་གཉིས་ཀྱི་གོ་བཅད་པ་དང་། སྤྱི་ཁྱེད་པ་ཁོ་ན་བརྟུང་བ་ལས་ཟས་  
གོས་གཞན་མེད་པར་ཆོས་ཕྱོགས་ལ་དཀའ་སྤྱད་གནང་བའི་ནམ་ཐར་ཀྱང་སྤྱང་། བསམ་ཡས་  
མཆིམས་སྤྱ་སོགས་དབེན་གནས་ནམས་སྤྱ་ལོ་བདུན་ལ་སྐུབ་པ་སྟོང་མོར་བྱེད་པའི་དམ་བཅས་པ་  
ལྟར་མི་ལོ་བདུན་པར་སྐོར་སྐུབ་བརྒྱས་བརྗོད་ལ་གཞོལ་བར་མཛད།

དགྲའ་ལོ་ཉིར་བརྒྱུད་ལ། རི་མོ་ཅན་དུ་སྟོང་ཐིག་གསུངས། སྐུབ་གནས་རི་ཐོད་དཀར་དུ་ལོ་  
གསུམ་ལ་སྐུབ་པར་བཞུགས་པ་སོགས་སྤྱ་གཞུག་དུ་དབེན་གནས་མང་པོར་སྐུབ་པ་ཉམས་བཞེས་  
གནང་།

དགྲའ་ལོ་སོ་གཅིག་གི་སྐྱབས་སྟེ་ཕུའི་ཤུག་གསེབ་[ཉེ་ཕུ་ཤུགས་གསེབ་ཀྱང་འབྱུང་]། ཉུ་  
རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་སྟོང་ཐིག་གི་སྐོར་ནས་ཟབ་ཆོས་མང་དུ་གསུངས། དགྲའ་ལོ་སོ་གཉིས་པར་བསམ་  
ཡས་མཆིམས་ཕུར་སྐྱལ་ལྡན་བརྒྱུད་ལ་མཁའ་འགྲོ་སྟོང་ཐིག་གི་གདམས་པ་གསུངས། དེ་ནས་  
གངས་རི་ཐོད་དཀར་ཨོ་རྒྱན་རྫོང་འོད་ཟེར་སྟོན་གྱི་སྟེང་ཆལ་དུ་དགོན་གནས་བཅུ་བཅུ་ཅིང་མིང་ལ་  
ལྷོན་རྫོང་དུ་བཅུགས་པར་མཛད།

དེར་བཞུགས་ནས་སྐལ་ལྷན་གྱི་སློབ་མ་མང་པོ་ལ་སྤྱོད་ཐིག་གི་ཆོས་ཀྱི་ཆེར་གསུངས་པ་  
དང་། ལྷ་མ་ཀུ་མ་རྩ་རྩ་སྐྱ་གཤེགས་སྐབས་ལྷ་མའི་ནང་ཉེན་ལ་འོང་གསལ་སྤྱིང་པོའི་བསྟན་པ་མི་  
བྱུང་བའི་ཆེད་དུ། ཐེག་མཆོག་རིན་པོ་ཆའི་མཛོད་བཅུ་མས་བསྟན་ཐུགས་ཏེ། ཡང་ཉིག་སྒྲོར་  
གསུམ། རང་གོལ་སྒྲོར་གསུམ། རལ་གསོ་སྒྲོར་གསུམ། མཛོད་བདུན་སོགས་བསྟན་བཅོས་མང་དུ་  
བཅུ་མས།

བསོད་ནམས་མེད་གེ་དང་སློབ་དཔོན་དཔལ་མཆོག་བཅས་ལ་མདོ་རྒྱུད་དཔར་དུ་བཞག་  
ནས་རྒྱ་བ་གཅིག་གི་བར་དུ་ཚོད་པའང་མཛད།

དབུ་རུ་ཞུ་ཡི་ལྷ་ཁང་ཞིག་གསོ་མཛད། མོན་བུམ་ཐང་དུ་དགེ་འདུན་གྱི་སྤྱི་བཅུ་གས་པའི་  
མཆོན་ལ་ཐར་པ་སྤིང་དུ་བཏགས་ཤིང་ལྷ་འགྲུར་གྱི་དང་རྩོགས་ཆེན་གྱི་བསྟན་པ་སྤེལ།

འདིའི་རྣམ་ཐར་ལ། དེ་ཉིད་ཀྱི་དངོས་སློབ་ལྷན་སློམ་ཆོས་གཤམ་བཟང་པོས་མཛད་པའི་  
[ཀུན་མཁྱེན་ནི་མེད་འོད་ཟེར་གྱི་རྣམ་ཐར་མཐོང་བ་དོན་ལྡན་]སོགས་བཞུགས།

སློབ་མ་ལ། ཞོག་ཐར་སྤིང་བ་མཁས་གྲུབ་བདེ་ལེགས་ཀྱི་མཆོ། མཁས་གྲུབ་ཆོས་ཀྱི་གཤམ་  
པ། མཁས་གྲུབ་བྱུང་བ་གདལ་ལྷན་གྲུབ་སྤྱི་གཤམ་པ་ཐོབ་པའི་མཁས་གྲུབ་གསུམ། ལྷན་སློམ་ཆོས་  
ཀྱི་གཤམ་པ། རྒྱལ་སྤྱི་བཟོད་པ། ལྷ་མ་དཔལ་མཆོག་ལ། ཀུ་རུ་ཡེ་ཤེས་རབ་འབྱུམས། གཞོན་  
བུ་སངས་རྒྱལ་ཏེ་བྱགས་ཀྱི་སྤྱི་ལ། སྤུལ་སྤུལ་དཔལ་འབྱོར་ཀྱི་མཆོ། སློབ་དཔོན་སངས་རྒྱལ་  
ཀུན་དགལ་སློབ་དཔོན་རྩོ་གོས་བཟང་པོ། ལྷག་མགོ་བྱ་བལ་ཆོས་རྩི་སྤྱི་བསྟན་པ་སྤེལ་བའི་བཤེས་  
གཉེན་བཞི། པ་ཆོད་རྩོགས་ལྷན་རྒྱལ་པོ། རྣལ་འབྱོར་པ་འོད་ཟེར་གོ་ཆ། རིག་འཛིན་འོད་ཟེར་རང་  
གོལ། རྒྱ་བཏང་བསོད་ནམས་འོད་ཟེར་ཏེ་གྲུབ་པ་ཐོབ་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་བཞི་སོགས་མང་དུ་བྱུང་།

དགའ་ལོ་ལྷ་བཅུ་ཅ་དུག་པ་ ༡༣༦༣ ལོར་མཆིམས་སྤུ་དཔལ་གྱི་ནགས་ཁོད་དུ་སྤུ་  
གཤེགས། བོད་གངས་ཅན་ཞིང་གི་འཇམ་དབྱངས་རྣམ་གསུམ་གྱི་ཡ་གྲུལ་དུ་བགྱངས།

ཁོང་གི་གསུང་ཅོམ་སྒྲོར་ལ། ཕྱིའི་གནས་སུན་མོང་གི་སྒྲོར་བསྟན་བཅོས་དགའ་བཅུ་གོ་ལྷ།  
ནང་གི་གནས་ཀྱི་ཆེར་བཤད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཆེག་བརྒྱ་ཉེར་བརྒྱད། གསང་བའི་གནས་དེ་ཁོན་

མཆོག་གི་རྣམ་གྲངས་ལ། བསམ་ཡས་ལ། ཚུལ་ཁྲིམས་སྒོ་གྲོས། རྟོག་པའི་བཞིང་། དེ་མེད་  
འོད་ཟེང་། སྒོར་ཆེན་རབ་འབྱུངས་ལ། དག་གི་དབང་པོ། སྒོར་གསལ་དེ་མེད། རྟོག་པེམས་དཔལ་  
སྒོ་གྲོས་མཆོག་ལྷན། དར་ལས་གྲོལ་བཅས་སོ། །

---

vi

## ཞུ་སྤྲིག་པའི་གསལ་བཤད།

བོད་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་སུ་སྡོན་ཤོན་མཁས་པའི་དབང་པོ་དག་གི་བཀའ་བློན་ལས། བོད་  
མི་རིགས་ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བཅུད་དང་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱོན་དུ་གྱུར་པའི་གསུང་རབ་  
ཀྱི་སྒྲེགས་བམ་ཁྱི་ཕྱག་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་སྟོང་ནའང་། ཏུས་རབས་ཀྱི་འཕེལ་འགྱུར་དང་འགྲོགས་  
པའི་མིའི་ཉེས་སྦྱོད་ཀྱི་དབང་གིས་རྩ་ཆེའི་གསུང་རབ་མང་པོ་ཞིག་རྩ་བརྒྱུག་ཏུ་བྱིན་ཟེན་བ་དང་།  
ལྷག་འཕྲོས་གང་མང་ཞིག་རྩ་བརྒྱུག་ཏུ་འགྲོ་ཉིང་ཡོད་པར་བརྟེན་ཏུས་རབས་འདིའི་བོད་མི་ཞིག་ལ་  
མཆོན་ན་རྩ་ཆེ་བའི་གསུང་རབ་དེ་དག་གཅེས་ཉར་བྱེད་རྒྱུར་བཙོན་དགོས་པ་ནི་ཏུས་ལ་བབ་པའི་  
ལས་འགན་བརྒྱུག་ཏུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ངེས། དེ་བས་འདི་ག་སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཙོང་  
སྤྲིག་ཁང་ནས་ཀྱང་རྩ་ཆེའི་གསུང་རབ་དེ་དག་ཉར་ཆགས་དང་སྤྱང་སྦྱོར་གྱི་ཆེད་དུ་ཙོང་སྤྲིག་གི་  
ལས་ཀ་འདི་གཉེར་བཞིན་ཡོད།

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

འདི་ག་ཙོང་སྤྲིག་ཁང་ལ་མཆོན་ན། པར་གཞི་ཆོད་ལྡན་ཞིག་མ་ཕྱིར་བཟུང་ནས་དེའི་ཡིག་  
འགྲོས་སོར་བཞག་གིས་ཙོང་སྤྲིག་གྲེད་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་སྤར་བཞིན་ཡོད།

མཐའ་མཆན་སྟོན་སྐབས་དེ་དེ་དཔེ་བསྐྱར་བྱས་ཡོད་ཆེ་དེའི་མ་ཕྱིར་བསྐྱར་བའི་པར་གཞི་  
ལ་**མ་ཕྱི**་ཞེས་དང་། པར་གཞི་གཞན་དག་ལ་སྟེ་དཔེ་པར་མ་དང་། བཟ་ཤིས་སྒྲུབ་པོ། ཞོལ། སྐུ་  
འབྱུལ། རྒྱ་ཁྱེད་པར་མ་རྣམས། **སྟེ། བཟ། ཞོལ། སྐུ། རྒྱ།** སོགས་ཀྱིས་མཆོན་པར་བྱས་ཡོད། མཐའ་  
མཆན་གྱི་ཁྱོད་དུ་རྟགས་ཅན་ \***བསྐྱབས** ལྟ་བུ་བྱུང་ན་མ་ཕྱིའི་ཡིག་འོར་ཞིག་ལྷ་སྟེག་པས་  
བསྐྱབས་སུ་བསྐྱར་བའི་དོན་དུ་གོ་དགོས་ལ། ཡང་རྟགས་ \* འདིས་ལྷ་སྟེག་པའི་གསལ་བཤད་ཀྱི་  
ཆིག་མཆོན་པའི་སྐབས་ཀྱང་ཡོད། ཡང་རྟགས་ཅན་ -**བསྐྱབས** ལྟ་བུ་བྱུང་ཆེ་བསྐྱབས་ཆད་པ་  
དང་། +**བསྐྱབས** ལྟ་བུ་བྱུང་ན་བསྐྱབས་སྟག་མ་བྱུང་བའི་དོན་དུ་གོ་དགོས།

---

viii

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།** **ཟླ**་བྲང་  
པར་མའི་ཐྲེབ་གངས་**༡༡༠** **རྒྱ**་བོད་ས། 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་སྟོན་དང་ལམ་སྟོན་གནང་བའི་རེ་བསྐྱལ་ཞུ་  
རྒྱ་དང་། འདི་ནས་ཀྱང་གང་མགྲོགས་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་**༢༠༢༠** **ཟླ་****༠༧** **ཆེས་****༡༥**ལ།

# ༡༡། །རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་སེམས་ཉིད་ངལ་གསོ་ཞེས་བྱ་བ་ བཞུགས་སོ། །

## ལེའུ་དང་པོ་དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་བ།

རྒྱ་གར་སྐད་དུ། མ་རྩ་སྟེ་ཅི་རྩ་བེ་སྟུ་རྩ་ལ། བོད་སྐད་དུ། རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་སེམས་  
ཉིད་ངལ་གསོ་ཞེས་བྱ་བ། དཔལ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །

གདོད་མའི་མགོན་པོ་ཡོན་ཏན་གང་ཆེན་མཆོ། །མཁུན་བཙུའི་རང་བཞིན་  
གཏིང་མཐའ་དཔག་ཡས་ཤིང་། །རྒྱལ་བ་རྒྱལ་སྤྱི་ཡིད་བཞིན་འབྱུང་བའི་  
གནས། །པན་བདེའི་སྤྱོད་ཕྱང་འཕྲོ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །འོད་གསལ་ཆོས་སྐྱེ་བྱེ་མེད་  
རྒྱལ་བའི་ཁམས། །མ་རིག་འཛིན་བས་སྤྱིད་བ་འདིར་འབྱམས་ཏེ། །ལས་དང་ཉོན་  
མོངས་ཕྱང་མ་ཐང་དཀྱིལ་དུ། །དུབ་པའི་སེམས་ཉིད་དེ་རིང་ངལ་གསོ་བྱ། །ཐོགས་  
དག་དལ་འབྱོར་རིན་ཆེན་སྤྱིང་པའི་ལུས། །འཕྲོ་བྱུག་ནང་ནས་རྟེན་པར་གིན་ཏུ་  
དཀའ། །རི་ལྗར་ལོང་བས་རིན་ཆེན་གཏེར་རྟེན་བཞིན། །རབ་ཏུ་དགའ་བས་པན་བདེ་  
བསྐྱབ་པར་བྱ། །དལ་དང་འབྱོར་པ་དེ་ཡང་གང་ཞེ་ན། །བདག་ནི་སེམས་དཔྱལ་ཡི་  
དགས་མ་སྐྱེས་ཤིང་། །དུད་འཕྲོ་ཆེ་རིང་ལྟ་དང་སྒྲ་སྒྲོ་དང་། །ལོག་ལྟ་སངས་རྒྱས་  
ཀྱིས་སྟོངས་སྐྱགས་པ་སྟེ། །མི་ཁོམ་བརྒྱད་པོ་དག་ལས་རབ་འདས་ཤིང་། །མིར་

གྱུར་ཡུལ་དབུས་སྐྱེས་དང་དབང་པོ་ཆང་། །ལས་མཐའ་མ་ལོག་གནས་ལ་དད་པ་  
སྟེ། །རང་འབྱོར་དམ་པ་ལྷ་ཡང་ཆང་གྱུར་ཅིང་། །སངས་རྒྱས་བྱོན་དང་ཆོས་  
གསུངས་བསྟན་པ་གནས། །གནས་ཕྱིར་ཞུགས་དང་གཞན་གྱིས་སྤྱང་བཅེ་  
བ། །གཞན་འབྱོར་ལྷ་སྟེ་དལ་འབྱོར་བཙུན་པོ། །རང་ལ་ལེགས་པར་ཆང་བའི་  
གནས་སྐབས་འདིར། །སྤྱིང་ནས་བཙོན་པས་ཐར་པ་བསྐྱབ་པར་བྱ། །གལ་ཏེ་ཆེ་  
འདིར་མན་པ་མ་བསྐྱབས་ན། །བྱིས་ནས་བདེ་འགྲོའི་སྐྱ་ཡང་མི་ཐོས་ཤིང་། །རན་  
འགྲོར་རྒྱུ་རིང་ཡང་དང་ཡང་འཁོར་ཏེ། །སྤང་སྤང་མི་ཤེས་ལོག་པའི་ལམ་འགྲོ་  
ཞིང་། །ཐོག་མཐའ་དུས་མེད་འཁོར་བར་འབྱུངས་འཆལ་ལོ། །དེ་བས་ད་ལྟ་རང་  
དབང་ཡོད་དུས་འདིར། །ལེགས་པའི་ལམ་ལ་མཐུན་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱིས། །དག་  
ཆོས་མི་ཟད་ཆོགས་གཉིས་བསྟེན་བྱས་ཏེ། །སྤྱིང་པའི་གྲོང་ལས་རབ་ཏུ་འདའ་བར་  
མཛོད། །འཁོར་བའི་ཆུ་གཏེར་པ་མཐའ་ཡས་འདི་ལས། །རིན་ཆེན་གྲུ་བོ་ཐོབ་དུས་མ་  
བཞལ་ན། །གཏན་དུ་ཉོན་མོངས་སྤྲུག་བསྐྱལ་དབང་གྲོང་དུ། །རབ་ཏུ་འབྱུགས་ཆེ་  
བདག་གིས་ངེ་ལྟར་བྱ། །དེ་བས་སྤྱུར་དུ་བཙོན་པའི་གོ་བོས་ཏེ། །སེམས་དང་  
སེམས་བྱང་རྩྭ་པ་རབ་ཞིའི་བྱིར། །ཡེ་ཤེས་ངེ་མེད་འོད་གསལ་ལམ་འཛེགས་  
ཏེ། །བྱང་ཆུབ་ལམ་ལ་བར་ཆད་མེད་པར་མཛོད། །གང་ལ་བདེ་ལེགས་ཆོས་ཀྱི་  
གཞིར་གྱུར་བ། །རིན་ཆེན་ངེ་མ་མེད་པའི་སྣོད་རྟེན་ནས། །བདུད་ཅིའི་ཆོས་ཆར་  
བསིལ་བ་མི་འཛིན་ན། །འཁོར་བའི་གདུང་བས་རང་ཉིད་བཞུག་པར་ཟད། །དཔལ་  
ལྷན་བདེ་ཆེན་པན་བདེའི་སྤྱིན་ཆོགས་ཅན། །ཡེ་ཤེས་ཆུ་བསིལ་དམ་པའི་ཆར་ཆེན་  
ཡང་། །དལ་འབྱོར་ས་གཞི་འགྲོ་སེམས་གཙང་མར་འབབ། །དེ་བྱིར་སྤྱོ་བས་སྤྱིང་

ནས་ཆོས་མཛོད་ཅིག །རི་ལྷར་མཆོད་དབུས་གཡེངས་པའི་གཉའ་ཤིང་གི །བྱ་གར་  
བྱས་སྤལ་མགིན་ཅུད་སྲིད་པས་ཀྱང་། །མི་ཉིད་རྟེན་དཀའ་ལྷ་མིའི་སྟོན་པས་  
གསུངས། །དལ་འབྱོར་རིན་ཆེན་ལུས་རྟེན་སྟོས་ཅི་དགོས། །དེ་བས་དེ་རིང་ཉིད་  
ནས་བརྩོན་འཁོར་ལོ། །འདི་ལྷར་མི་ཡི་ལུས་རྟེན་ཅམ་པོ་དང་། །ཁྱད་པར་ཅན་དང་  
མི་ལུས་རིན་པོ་ཆེ། །རིམ་བཞིན་དག་སྤྲིག་མི་ཤེས་ཆོས་མིན་སྟོང་། །དབང་པོ་ཆང་  
ཡང་མི་ལུས་པལ་བ་སྟེ། །ཡུལ་དབུས་སྐྱེས་ཀྱང་མཐའ་འཁོབ་སྒྲོ་ཉིད། །བསྟན་པ་  
མ་ཞུགས་པ་དང་དག་སྤྲིག་འཆོལ། །ཆེ་འདི་གཉེར་ཞིང་འདུ་འཛིན་རྣམ་པར་  
གཡེངས། །མི་བསྐྱེད་འབྱུང་ལ་ཕྱི་མ་རྒྱུད་བསྐྱེད་ཀྱི། །ཐར་བ་མི་གཉེར་དེ་དག་  
ཆོས་ཐོས་ནའང་། །མཆོག་གི་ལུས་མིན་རང་བཞིན་བར་མ་སྟེ། །སྐབས་འགར་དག་  
ལ་ཅུང་ཟད་སེམས་གཞོལ་ཞིང་། །པལ་ཆེར་སྤྲིག་པས་སྟོ་མིག་ཁེབས་པའི་  
ཕྱིར། །རྟགས་ཅམ་བཟུང་བས་རང་གཞན་པན་ཅི་ཡོད། །དེ་དག་བྱིམ་བཤམ་དག་  
སྟོང་གཟུགས་བཟུང་བྱང་། །རན་འགྲོ་རྣམས་ལས་ཅུང་ཟད་འཕགས་པའི་ཕྱིར། །མི་  
ལུས་ཁྱད་པར་ཅན་ཞེས་རྒྱལ་བས་གསུངས། །རབ་མཆོག་སྐྱེ་བོ་དེ་མེད་ཆོས་ཀྱི་  
སྟོང་། །ཐོས་བསམ་སྦྱིང་བའི་དོན་ལ་དབང་འབྱོར་ཞིང་། །རང་ཉིད་བརྟུལ་ནས་གཞན་  
དག་དག་ལ་འགོད། །སྐྱབ་པའི་རི་རྒྱལ་རབ་རྩ་མི་གཡོ་བ། །དྲང་སྟོང་རྒྱལ་མཆོན་  
རྣམ་པ་དེ་དག་ཀྱུན། །བྱིམ་བཤམ་རབ་རྩ་བའི་གཟུགས་སྤེལ། །མི་ལུས་རིན་  
ཆེན་ལགས་པར་སྟོན་པས་གསུངས། །དེ་ཕྱིར་དམ་པ་རྣམས་ལས་ཆོས་ཐོས་  
ཏེ། །ཆོས་བཞིན་བསྐྱབ་ཕྱིར་ཆོས་ལ་གནས་པ་དག །ཆོས་ལྡན་རྒྱན་བསྐྱེད་ཆོས་  
མིན་འགོག་བྱེད་ཅིང་། །ཆོས་དོན་བསྐྱབས་པས་ཆོས་ལ་གནས་པར་མཛོད། །རིང་

མོར་མི་ཐོགས་སྲིད་མཆོ་མཐར་བཀལ་ནས། །ཞི་བའི་སྲིད་ཏུ་སྦྱར་འགོ་སྤང་ན་  
འདལ། །གང་ཞིག་མིར་སྦྱར་དགེ་གོམས་མི་བྱེད་ན། །དེ་ལས་སློ་བྲོས་སྦྱོན་པ་གཞན་  
མེད་དེ། །རིན་ཆེན་སྲིད་ནས་སྦྱང་ལོག་བྱེད་པ་བཞིན། །དལ་འབྱོར་དོན་མེད་ཆུང་  
གསོན་བྱེད་པར་ཟད། །དེ་བས་རྟག་ཏུ་ཞི་བའི་ཆོས་མཛོད་ཅིག། །ཆོས་ཀྱང་སེམས་  
ལ་རག་ལས་དེ་ཡང་ནི། །དལ་འབྱོར་ལ་བརྟེན་ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་། །རྒྱ་དང་  
རྒྱན་རྣམས་ཏུ་མ་ཆོགས་ཏུས་འདིར། །ཆོས་ཀྱི་གཙོ་བོར་རང་གི་སེམས་སྤུལ་  
ཅིག། །འཆི་བས་འདིགས་པའི་སྦྱེ་བ་མཐའ་མེད་དུ། །ཤོངས་དང་སྦྱག་བསྐལ་ཆར་  
བཞིན་འབབ་པ་ཡང་། །དལ་འབྱོར་དོན་མེད་རྣམ་པར་གཤེདས་ལས་བྱུང་། །དེ་ཕྱིར་  
མངོན་མཐོངས་ལེགས་ཆོས་རྣམས་ཀྱལ། །དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་བསམ་ལས་བྱུང་  
བས་ན། །ཉིན་མཆོན་མི་དལ་བཙོན་པས་སྦྱོ་བ་བསྐྱེད། །འདིར་ནི་འདྲེན་པ་མཐོང་བ་  
དོན་ཡོད་ཅིང་། །ཆོས་ཐོས་པ་དང་བསྐྱབ་པའང་དོན་ཡོད་ལ། །ཆེ་འདི་དོན་ཡོད་ཕྱི་  
མ་འབྲས་བཅས་ཀྱལ། །དལ་འབྱོར་ལུས་རྟེན་ལས་བྱུང་དེ་ཡི་ཕྱིར། །རབ་ཏུ་དགའ་བ་  
ཡང་དང་ཡང་སྒོམས་ཤིག། །ལྷར་བཅས་འདིག་ཉེན་དབྱས་ན་འགོ་བའི་གཙོ། །ཉན་  
རང་སྤྲས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བའི་མགོན་པོ་ཡིས། །འཆི་མེད་བདུད་ཅིའི་གོ་འཕང་བརྟེས་  
པ་ཡང་། །མི་ལུས་རིན་ཆེན་མཆོག་ལས་བྱུང་བས་ན། །ལྷ་བས་ལྷག་པའི་ལུས་ཞེས་  
དལ་འབྱོར་བསྐྱགས། །དེ་ཕྱིར་མི་ཉིད་ཐོབ་ལ་སྦྱོ་བ་བསྐྱེད། །རྣམ་པར་མི་རྟོག་བདེན་  
མཐོང་ཡེ་ཤེས་སོ། །ལྷ་མིའི་ནང་ནས་མིར་སྦྱར་རྟེན་སྤྲེ། །རྟོ་རྟེ་ཐེག་པའི་ལམ་ཐབ་  
སྦྱང་པོ་ཡང་། །མི་ཡི་ལུས་རྟེན་འབྲས་བུ་འབྲུབ་པར་སྤྲ། །དེ་ཕྱིར་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་  
ཆོས་ཀྱི་རྟེན། །དལ་འབྱོར་མི་ལུས་མཆོག་ཏུ་འཕགས་པར་གསུངས། །རྗེ་ལྷར་

མོངས་པས་ནོར་མཆོག་རྟེན་པ་ལྟར། །མི་ལམ་ཉིད་ཅེས་དོགས་དང་འཛིགས་བཞིན་  
དུ། །དགའ་ཞིང་སྤོ་བས་དལ་འབྱོར་བསམ་པར་བྱ། །འདི་ཕྱིར་པན་བདེ་དམ་པའི་  
ཆོས་འབྲུག་པོ། །དེ་ལྟར་དགའ་ལེགས་སྟོན་པའི་བདུན་ཅི་འདིས། །འགྲོ་ཀུན་དོན་མེད་  
གཡེང་བ་རབ་ཞིན་ས། །ནགས་མཐར་མོང་སྟེ་ཉོན་མོངས་ཆང་ཆིང་གིས། །དུབ་པའི་  
སེམས་ཉིད་དེ་རིང་པལ་སོས་ཤིག། །རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་སེམས་ཉིད་པལ་གསོ་ལས།  
དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་བའི་ལུ་སྟེ་དང་པོའོ། ། །

### ལེའུ་གཉིས་པ་ཆེ་མི་རྟག་པ།

དེ་ལྟར་རྟེན་དཀའི་དལ་བ་ཐོབ་གྲུར་གྱང་། །སྐད་ཅིག་མི་རྟག་འཛིག་པའི་ཆོས་  
ཅན་ཏེ། །ནམ་པར་བརྟགས་ན་སྤྱང་པོ་འགའ་མེད་ལ། །དབུ་བ་རྩོས་འབྲུ་ཡིད་བརྟན་  
མི་རུང་བས། །ཉིན་མཆོད་ཀུན་དུ་ངེས་པར་འཆི་བ་བསམ། །སྤྲུག་བསྐལ་ཡིད་མི་  
བདེ་བ་ཀུན་གྱི་གཞི། །ཉོན་མོངས་འབྲུང་ཁུངས་ཆེར་གྲུར་ལུས་འདི་ལ། །གོས་རྒྱན་  
མེ་ཏོག་ཐེང་སོགས་བསྐྱབས་གྲུར་ཅིང་། །བཟའ་བརྒྱུང་བཟང་དགུས་མཆོད་ཅིང་  
བསྟེན་བཀུར་ཡང་། །དུས་མཐར་མི་རྟག་འཛིག་ཅིང་འབྲལ་བ་སྟེ། །ཁ་དང་བྱ་གྲོ་ཅེ་  
སྤྱང་ཟས་འདི་ལ། །གཅེས་སྤྲས་རྟག་འཛིན་གཙང་བའི་སེམས་བོར་ལ། །དེ་ལྟ་ཉིད་  
ནས་དམ་པའི་ཆོས་མཛོད་ཅིག། །ས་གསུམ་འབྱོར་བ་དམ་པའི་གཞིར་གྲུར་  
པ། །ཆངས་དང་བདེ་འབྲུང་མིག་སྟོང་དབང་པོ་སོགས། །གྲགས་དང་བསོད་ནམས་  
གཟེ་འོད་འབར་བ་ཡང་། །འཆི་བདག་གནས་ལས་རྒྱལ་བའི་སྐབས་མེད་ལ། །བསམ་  
གཏན་གྲུབ་པས་བསྐལ་པར་གནས་པ་ཡང་། །ལས་ཟད་ཆེ་ན་འཆི་བའི་སྐབས་  
མཆིས་ཤིང་། །ལྟ་དང་ལྟ་མེན་གྲུབ་པ་རིག་སྤྲགས་འཆང་། །མི་དབང་འགྲོ་བ་པལ་བ་

རི་སྟེང་ཀྱང་། །འཆི་བས་འཛིགས་པའི་སྤྱེ་བོ་བ་མཐའ་ཡས། །ཆེ་འདི་མི་རྟག་རོལ་  
པའི་ཆར་སྟེན་ནང་། །འཆི་བདག་སྟོག་གི་སྤེང་བ་གར་བྱེད་ཅིང་། །ཉིན་མཆན་དུས་  
ནམས་འགྱུར་བའི་ཆར་འབབ་པས། །ས་གསུམ་སྤྱུ་གུ་རི་སྟེང་བརྒྱན་བར་  
འགྱུར། །སྟོང་བཅུད་མི་རྟག་སྟིང་བ་ཆགས་འཛིག་གི་ །མེ་བདུན་རྩལ་གཅིག་རྒྱང་  
གིས་འཐོར་བའི་ཆེ། །ཁོར་ལུག་རྒྱ་མཚོ་སྤྱིང་དང་རིས་བསྟོར་བའི། །སྟུན་པོ་རིན་  
ཆེན་བཞི་ཡང་མི་རྟག་ཅིང་། །ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའ་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་བའི་  
སྐབས། །ངེས་པར་བསམས་ཏེ་སྟོང་ནས་ཆོས་མཛོད་ཅིག་ །འཛིག་རྟེན་འཛེན་བ་རང་  
རྒྱལ་སྟོབ་པའི་ཆོགས། །ཐུབ་དབང་སྤྲས་ཀྱིས་བསྟོར་བའི་མགོན་པོ་ནམས། །དངས་  
པའི་མཁའ་ལ་སྟོན་མེད་རི་བོང་འཛིན། །རྒྱ་སྐར་སྤེང་བ་ནམས་ཀྱིས་བསྟོར་བ་  
བཞིན། །ལྷམ་མེ་ལྷང་རེ་ལྷན་ནེར་གསལ་བ་ཡང་། །མི་རྟག་སྤྱང་ན་འདའ་ཚུལ་སྟོན་  
མཛོད་ཅིང་། །བསྟན་པ་རིན་ཆེན་ཉི་མ་དཔག་མེད་ཀྱང་། །སྟོན་རབས་སྟོན་རབས་  
རུབ་པར་གྱུར་ལ་ལྟོས། །རྩ་ཤིང་སྟིང་པོ་མེད་འབྲ་རང་གི་ལུས། །སྤྱུ་པའི་ཁང་བ་འབྲ་  
བ་ཅིས་མི་འཛིག་ །དེ་ཕྱིར་ངེས་པར་འཆི་དང་ནམ་འཆི་དང་། །འདིར་འཆི་འདིས་  
འཆི་ངེས་པ་འགའ་མེད་དེ། །ཆེ་འདི་སྟོན་མེད་རྟག་ཏུ་གོད་འགྱུར་ཞིང་། །འཆི་བའི་  
རྒྱན་མང་འཆོ་བའི་ཤས་ཉུང་བས། །ཆེ་ལ་ལོང་མེད་སྟོ་སྒྲ་བསྐྱངས་བྱས་ཏེ། །དེ་རིང་  
ཉིད་ནས་ཆོས་ལ་བརྟེན་པར་རིགས། །འབྱུང་བཞི་འདུས་པའི་ལྷིང་ཁང་སེམས་བ་  
ཅན། །གཡོ་བའི་ཀུན་རྟོག་སྤྱེ་བོས་བརྒྱན་བ་ཡང་། །རྒྱན་ལས་སྤྱེས་ཕྱིར་འདུས་བྱས་  
འཛིག་པའི་ཆོས། །ཁོར་བྱེད་སྟིང་བ་བཞིན་དུ་མི་རྟག་གིས། །ཐུར་བ་ཉིད་དུ་དམ་པའི་  
ཆོས་མཛོད་ཅིག་ །རི་ལྷར་རྒྱང་དམར་ནང་ཞུགས་མར་མེ་བཞིན། །སྐད་ཅིག་མི་རྟག་

གཡོ་བའི་རང་བཞིན་དང་། གྲོ་བུར་འཆི་རྒྱུ་དག་པོས་གཏུགས་པའི་ཆོ། ལྟན་ཏུ་  
མི་གནས་ངེས་པར་འཆི་བས་ན། གཏུ་ཉིད་ཏུ་དམ་པའི་ཆོས་མཛོད་ཅིག །འཁོར་  
དང་ལོངས་སྤྱོད་ཉེ་བར་འབྲེལ་བའི་གཉེན། །གཟུགས་དང་ལང་ཆོ་དབང་ལྷག་  
རིགས་བཟང་ཡང་། །ཐམས་ཅད་ཐོར་ཉེ་གཅིག་བུར་འགྲོ་དགོས་ཤིང་། །གང་གིས་  
མི་བསྐྱོངས་དཀར་ནག་རྗེས་འབྲང་བ། །དེ་ཆོ་ཆོས་ལས་སྐྱབས་གཞན་འགའ་མེད་  
ན། །དིང་ཏུ་བཙོན་པས་ཅི་ཕྱིར་འདའ་མི་བྱེད། །འདི་ལྟར་འཛིག་ཉེན་སྡུ་ཕྱིའི་རྒྱད་  
སོམས་དང་། །སྤྲ་རབས་སྤྱེ་བོ་དཔག་མེད་འདས་གྲུར་ཅིང་། །དུ་ལྟའི་ས་སྤྱོད་འགྲོ་བ་  
པལ་ཆེར་ཡང་། །ལོ་བརྒྱའི་ནང་ཏུ་ངེས་པར་མི་རྟག་ལ། །མ་འོངས་རྣམས་ཀྱང་ཚུལ་  
དེའི་རྗེས་སུ་འགྲོ། །ཀྱན་རབས་གཞོན་རབས་སྐལ་མཉམ་འདས་ལ་ལྟོས། །བདག་  
ཀྱང་རང་བཞིན་དེ་ལས་མ་འདས་པས། །ངེས་པར་འཆི་བ་སོམས་ནས་ཆོས་མཛོད་  
ཅིག །ས་གསུམ་དཔལ་བ་སྤྲིད་ཅེའི་བར་དག་ན། །འཆི་བདག་གནས་ལས་ཐར་བ་  
འགའ་མེད་དེ། །ཀྱན་ཀྱང་མི་རྟག་འགྲུར་ཞིང་སྤྱིང་པོ་མེད། །ཡིད་བརྟན་མི་རུང་ཤིང་  
རྟའི་འཕང་ལོ་འདྲ། །ཁྱད་བར་མི་ཡི་འཛིག་ཉེན་འཆོ་བ་མང་། །ནད་གདོན་གཞོད་པ་  
ཏུ་མའི་གཞིར་གྲུར་ཅིང་། །མཆོན་དང་མེ་དང་གཡང་ས་གཅན་གཟན་དུག །རྒྱལ་པོ་  
དག་དང་ཆོས་རྒྱལ་ལ་སོགས་ཀྱིས། །འཆོ་བའི་སློག་འཛོམས་ཕུན་ཚོགས་འཛིག་  
པར་བྱེད། །འཆོ་བ་མེད་ཀྱང་སྤྱེས་བུའི་ཆོ་འགྲོ་སྟེ། །ཉིན་མཚན་སྐད་ཅིག་ཐར་ཅིག་  
འགྲུར་བས་ཀྱང་། །འཆི་བདག་གནས་སུ་ཉེ་བར་གྲུར་བ་ནི། །འབབ་ཚུའི་ཆོགས་  
རྣམས་རྒྱ་མཚོར་སྟེག་པའམ། །ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་བྱ་བ་རིར་ལྟར་བ་བཞིན། །ཐས་  
བཅས་འཆོ་བའི་རྒྱུན་རྣམས་ཕུན་ཚོགས་ཀྱང་། །དུག་བཞིན་སྤུག་བསྐྱེད་པའི་

སྐབས་མཆིས་ན། །མི་མ་ཐུན་གཞོན་མང་ཕུན་ཆོག་གས་ཅིས་མི་འཛིག་ །དེས་ན་འཆི་  
བའི་རྒྱུ་དུ་མ་གྱུར་མེད། །གར་འཆི་ཅིས་འཆི་ནམ་འཆི་ཆ་མེད་ཀྱིས། །དོན་མེད་སྒྲུ་  
བ་འཛིག་རྟེན་ཆོས་སྦྲངས་ལ། །སྦྱིང་ནས་མི་རྟག་འཆི་ཆོས་བསྐྱབ་པར་  
མཛོད། །འདིར་ནི་བདག་གིས་དལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་ཅིང་། །སྒྲ་མའི་མན་ངག་གྱུ་འཛིན་  
ཡོད་བཞིན་དུ། །སྤྱག་བསྐུལ་ཚུ་བོ་བཀལ་སྤྱིར་མི་བཅོལ་ན། །དེ་ལས་བསྐྱས་པ་འདི་  
ན་གཞན་མེད་དོ། །གར་སྤྱིར་སྟོན་པས་རབ་བསྐྱལ་ས་རིན་ཆེན་སྟོད། །ཉེས་ཀྱན་  
མཐར་འབྲིན་ཡང་དག་ཐོབ་བཞིན་དུ། །རང་གཞན་དོན་གཉིས་འབྱོར་པ་མི་འཛིན་ན།  
།འཁོར་བའི་བཅོན་རར་རང་ཉིད་འཆིང་བར་ཟད། །ཀྱེ་མ་ཇི་ལྟར་རྟོག་འདོམས་པ་  
བཞིན། །འཛིག་རྟེན་པལ་ཆེར་བསམས་ཤིང་སྟོ་བ་འབེལ། །བསྐྱན་པས་མི་རྟོགས་  
བ་ཤད་པས་གོ་བ་མེད། །སང་ཉིན་འཆི་ཡང་རྒྱན་རིང་རྟག་པར་འཛིན། །འཁོར་བས་  
མི་སྟོ་ངེས་འབྱུང་དུལ་ཅུ་མེད། །ཤེས་བཞིན་ང་རྒྱལ་གོ་བཞིན་འཁྲུལ་པ་  
བྱེད། །འདྲུ་འཛིས་གཡེངས་ལ་ཉོན་མོངས་ཆར་འབེབས་པའི། །འགྲོ་ལ་ནམ་ཞིག་  
བདག་གིས་མན་ཐོགས་འབྱུར། །འདིར་ནི་ངེས་པའི་ཚུ་གཉིར་བཀལ་འདོད་  
ཅིང་། །ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་མཛད་བྱུང་བསྐྱབ་འདོད་པས། །ད་ལྟ་ཉིད་དུ་ངེས་པར་  
འཆི་བ་བསམ། །ཉིན་མཆོན་ཀྱན་དུ་མི་རྟག་འབའ་ཞིག་བསྟོམ། །ཡང་དང་ཡང་དུ་  
ངེས་འབྱུང་སྟོ་ཤས་བསྐྱེད། །དེས་ནི་འདི་སྤྱིར་མན་བདེའི་ཆོས་འབྱུང་ཅིང་། །བཅོལ་  
འབྱས་ཐག་པོས་སྐྱབ་ལ་བཅོལ་པ་དང་། །ཆེ་འདི་སྟོས་ཐོངས་བདག་འཛིན་འཁྲུལ་པ་  
འཛིག་ །མདོར་ན་ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་འབྱུང་། །ཉེས་ཀྱན་མཐར་འབྲིན་  
ཐར་པ་དམ་པའི་རྒྱ། །ཆོས་ཀྱན་ཅ་བ་མི་རྟག་སྟོ་སྒྲ་བསྐྱུངས། །དེ་ལྟར་ཆོས་ཚུལ་སྒྲིག་

གྲིང་སྤྲ་ལས། །ཕན་པའི་གདམས་ངག་ཟབ་ཅིང་སྙན་བསྒྲགས་པས། །འགྲོ་ཀྱན་རྣམ་  
གཤེད་ཉོན་མོངས་ཏྲག་འཛིན་གྱིས། །དུབ་པའི་སེམས་ཉིད་དི་རིང་ངལ་སོས་  
ཤིག། རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་སེམས་ཉིད་ངལ་གསོ་ལས། ཆེ་མི་ཏྲག་པའི་ལེའུ་སྟེ་གཉིས་  
པའོ། ། །

### ལེའུ་གསུམ་པ་འཁོར་བ་སྤྲུག་བསྐྱེལ།

དེ་ལྟར་མི་ཏྲག་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་ཆོས། །རྣམ་པར་འགྱུར་བས་  
ཤིན་ཏུ་སྤྲུག་བསྐྱེལ་ཏེ། །སྤྲུག་བསྐྱེལ་འགྱུར་དང་འདུ་བྱེད་ཉིད་གསུམ་གྱིས། །ཁྲིང་  
ཁྲིང་བྲུག་གི་འགྲོ་ཀྱན་ཉམ་རེ་ཐག། །དི་ལྟར་མེ་ནང་གཅན་གཅན་མི་གྲོད་ཁོད། །རྒྱལ་  
པའི་བཙོན་རར་ཚུད་པའི་འགྲོ་བ་ལྟར། །སྤྲུག་བསྐྱེལ་སྤྲུ་བྱེ་བ་རྒྱུད་མས་མནར་བཞིན་  
དུ། །ད་དུང་ཐར་པའི་སྐབས་མེད་སྡོད་པ་འཕེལ། །བདེ་ཐོབ་སྤྲུག་བསྐྱེལ་བྲམ་འདོད་སྡོ་  
ཡོད་ཀྱང་། །སྤྲུག་བསྐྱེལ་རྒྱ་འབྲས་ཉིད་ལ་མངོན་པར་རྒྱག། །མར་མའི་འོད་ལ་སྤེ་མ་  
ལེབ་བཞིན་དུ། །འདོད་པའི་ཡུལ་ལ་ཆགས་སེད་འཛིན་པས་བསྐྱས། །དེ་བཞིན་རི་  
དགས་བྱང་བ་ཉ་དང་སྤང་། །སྤྲུ་དང་བྱི་རོ་རེག་གིས་བསྐྱེལ་བ་ལྟར། །འདོད་པའི་ཡུལ་  
སྤྲུ་དག་གིས་འགྲོ་བ་བསྐྱས། །ནམ་ཡང་བདེ་མེད་སྤྲུག་བསྐྱེལ་གྱུར་ལ་ལྟོས། །སྤྲུ་དང་  
སྤྲུ་མིན་དཔུལ་བ་ཡི་དགས་མི། །སྤྲོལ་སོང་རིགས་བྲུག་ཟོ་ཚུན་རྒྱུད་མོ་  
བཞིན། །གཅིག་ནས་གཅིག་བརྒྱུད་སྤྲུག་བསྐྱེལ་པ་མཐའ་ཡས། །ཆེ་རབས་བགྲངས་  
ཆེ་སེམས་ཅན་རེ་རེས་ཀྱང་། །མཛའ་བཤེས་དག་དང་བར་མའི་ཁྱར་ཁྱར་  
ནས། །བདེ་སྤྲུག་ཕན་གནོད་སྦྱིན་པ་གྲངས་མཐའ་ཡས། །པ་ཉིད་མར་གྱུར་མ་ཉིད་  
སྤྲིང་མེ་ཉིད། །དེ་ཉིད་བྱར་གྱུར་ངེས་པ་མ་མཆིས་ཤིང་། །མཛའ་པོ་དགར་གྱུར་པ་

ཡང་སྤྱག་པ་མེད། །འདི་ལྟར་འདིག་རྟེན་སྤྱི་ཡོན་ལས་བསམས་ན། །སྟོ་བ་བས་གྲང་  
ཤིན་ཏུ་སྟོ་བ་འཕེལ། །རང་ཉིད་སྟོག་སྤྱར་གྲུང་པའི་ལུས་རྣམས་ཀྱིས། །གཅིག་ཏུ་  
བསྐྱེམས་ཏེ་ཕུང་པོར་བྱར་ཡོད་ན། །སྤྱན་པོ་རིན་ཆེན་བཞི་བས་ཆེས་མཐོ་  
ཞིང་། །དུས་པའི་མཆི་མ་རྒྱ་མཆོ་བཞི་བས་སྤྱག་། །སེམས་དཔྱལ་ཡི་དགས་གྲུང་ཆེ་  
འཕུངས་གྲུང་པའི། །ཟངས་ཁྱུན་རྣག་ཁག་མི་གཙང་ཁུ་བ་རྣམས། །སྟོགས་མཐའ་  
གཏུགས་པའི་ཚུ་གྲུང་ཆར་མི་ཤོད། །དེ་བཞིན་གཞན་རྣམས་དཔག་ཡས་ནས་མཁའ་  
འབྲ། །འདོད་ཕྱིར་མགོ་དང་ཡན་ལག་བཅད་པའི་གྲངས། །འདིག་རྟེན་རྩལ་སྤྱན་སྟེད་  
ཀྱིས་ཆར་མི་ཤོད། །སྟོལ་སོང་གྲུལ་བྱམ་གཞོད་སྤྱིན་ལྟོ་འབྲེ་སོགས། །འགོ་བའི་  
ཁམས་གྲུང་བདེ་སྤྱག་གྲངས་མེད་སྟོང་། །ཆངས་དང་བརྒྱ་བྱིན་བསམ་གཏན་  
གཟུགས་མེད་དང་། །ས་གཞི་རིན་ཆེན་བདུན་གྱིས་ལེགས་སྟོང་བའི། །མི་དབང་  
དཔལ་སྡེ་སྤྱན་ཆོགས་དེ་ཐོབ་གྲང་། །རན་འགོར་ལྷུང་བས་ཆེས་ཆེར་སྤྱག་བསྐལ་  
ལོ། །ཆེ་འདིར་འབྱོར་བ་མཐའ་ཡས་ཉམས་དགའ་བ། །མཐོན་པོའི་རང་བཞིན་ཅན་  
རྣམས་ཆེ་འཕོས་ནས། །དབུལ་བས་ཉམ་ཐག་ཡང་བྲན་ཉིད་གྲུང་པ། །མི་ལམ་འབྱོར་  
བ་གཉིད་སད་མེད་བ་བཞིན། །བདེ་སྤྱག་མི་རྟག་འཁྲུང་བའི་སྤྱག་བསྐལ་ནི། །ཤིན་ཏུ་  
བསམས་ན་ཆེས་ཆེར་སྟོ་བ་འཕེལ། །དེ་བས་གྲོང་ཁྲིམ་གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་  
རྣམས། །འཁོར་བའི་བདེ་ལ་ཆགས་མེད་བྱང་ཚུབ་བསྐྱབ། །ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་  
འདོད་གཟུགས་གཟུགས་མེད་དེ། །སྤང་དང་བྱེད་སྤང་མི་སྤང་གྲོང་ཁྲིམ་ན། །སྤྱག་  
བསྐལ་འཁྲུང་དང་འདུ་བྱེད་གསུམ་གྱིས་གདུངས། །སེམས་དང་ཡིད་དང་རྣམ་ཤེས་  
མཆེད་བ་ཡིས། །ཡུལ་རྣམས་བདེ་སྤྱག་འཁྲུལ་འཁོར་རྒྱན་མི་འཆད། །ཀུན་གཞིའི་

ནམ་ཤེས་ཡིད་དང་སྒོ་ལྗེ་ཤེས། །རིམ་བཞིན་མཆེད་པ་མཆེད་པའི་རིམ་པ་  
ཡིན། །དེ་ལས་སྲིད་པའི་སྤྱག་བསྐལ་རྒྱ་ལྗངས་འབྱུང་། །ཙུ་བ་མ་རིག་གཟུང་འཛིན་  
འབྱུལ་པ་ཅན། །ཡུལ་དང་དོན་དང་སེམས་སྤྱ་བག་ཆགས་པས། །ང་དང་ང་ཡིར་  
འཛིན་པས་འཁོར་བ་བྱུག། །སེམས་ཉིད་འབྱུང་མེད་ཡོངས་བྱུ་ཆོས་སྦྱ་ཡང་། །མ་  
རིག་འཛིན་པས་ཀུན་བརྟགས་གོམས་པ་ཡིས། །མ་དག་གཞན་དབང་ལྟར་སྤང་  
འབྱུལ་པ་ཅན། །ཡུལ་དོན་བདག་གཞན་གཉིས་སྤང་གཉིས་སྤྱ་གཟུང་། །དེ་ལས་སྤྱག་  
བསྐལ་དཔག་མེད་སྦྱན་གྱིས་བྱུག། །ནམ་ཞིག་འབྱུང་མེད་སེམས་ཉིད་དོན་རྟོགས་  
ནས། །ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་ཡོངས་བྱུ་ལམ་བསྐྱོམས་པས། །དག་པ་གཞན་དབང་ཞིང་  
དུ་ལེགས་སོན་ཏེ། །སྲིད་པའི་གྲོང་ལས་ངལ་གསོ་བྱེད་བར་འབྱུང་། །ཨེ་མ་བརྟག་  
དཀའ་འཁོར་བའི་པ་མཐའ་ཡས། །སྲིད་ལམ་དུ་བ་བ་དག་གི་སྤྱག་བསྐལ་ནི། །གང་དུ་  
སྦྱེས་ཀྱང་བདེ་བ་འགའ་མེད་དེ། །མི་དགེས་བསྐྱེད་པའི་འབྲས་བྱ་མི་བཟད་པ། །རང་  
སྤང་ལོག་པས་མི་ལམ་ནང་བཞིན་དུ། །འགྲོ་དུག་སོ་སོར་སྤྱོད་པའི་རང་བཞིན་  
ནི། །མེད་སྤང་འབྱུལ་པའི་སྤྱག་བསྐལ་དཔག་ཏུ་མེད། །རེ་ཞིག་མདོར་བསྐྱས་ལུང་  
བཞིན་བཤད་གྱིས་ཉོན། །ཡང་སོས་ལྷགས་ཀྱི་མདག་མེ་འབར་བའི་སྤྱེང་། །པན་ཚུན་  
འདུས་ནས་མཆོན་གྱིས་སྟོག་དང་འབྲལ། །ཡང་སོས་སྦྱ་ཡིས་སྤང་བཞིན་སྤྱག་  
བསྐལ་བ། །ལས་ཟད་བར་དུ་དེ་ལྟར་སྤྱོད་འཆལ་ལོ། །ཆེ་ཆད་མི་ཡི་ལོ་གངས་ལྷ་  
བཅུ་ལ། །རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞིའི་ལྷ་ཡི་ཉིན་ཞག་གཅིག་ །དེ་ཉིད་སུམ་ཅུ་རྩ་བ་བཅུ་  
གཉིས་ལོ། །ལྷ་བརྒྱས་ཡང་སོས་ཞག་གཅིག་གོང་འཕེལ་བས། །རང་ལོ་ལྷ་བརྒྱར་  
སྤྱག་བསྐལ་བརྟག་དགོས་སོ། །དེ་ཉིད་རབ་ཏུ་དབྱེ་བའི་གངས་བཤད་པ། །མི་ལོ་བྱེ་

བ་སྐྱུ་འབྲུམ་དྲུག་གི་དང་། །སྟོང་སྐྱུ་གཉིས་སུ་ངེས་བར་མདོ་ལས་གསུངས། །ཐིག་  
ནག་འབར་བའི་སོག་ལེས་གཤགས་བཞིན་འབྱར། །འབྱར་བཞིན་གཤོགས་བས་  
ཤིན་ཏུ་སྐྱུ་བསྐལ་བ། །མི་ཡི་ལོ་བརྒྱ་ཙ་གསུམ་ཞག་གཅིག་སྟེ། །དེ་ཡི་ལོ་སྟོང་  
ཐིག་ནག་ཞག་གཅིག་ལ། །རང་ལོ་སྟོང་སྐྱུ་མི་ལོ་བྱེ་བ་སྐྱུ་ས་ཡ་ཉིས་འབྲུམ་དྲུག་  
གི་དྲུག་སྟོང་ཙ། །བརྒྱ་གཉིས་བར་དུ་སྐྱུ་བར་སྟོན་བས་གསུངས། །བསྐུས་འཛོམས་  
བྲག་རི་རྟ་དང་རྩ་མོ་དང་། །སྐྱུ་དང་མེང་གེ་ལ་སོགས་འབྲ་བའི་བར། །རྩལ་སྐྱན་  
བཞིན་འཛོམས་བྱེས་བས་སྐྱར་བཞིན་འཛོ། །ལྷགས་ཀྱི་ལྗོངས་སུ་ཐོ་བས་རྩལ་  
བཞིན་འཐག། །རབ་ཏུ་བཅོར་བས་ཁྲག་གི་རྒྱན་འབབ་བ། །མི་ལོ་ཉིས་བརྒྱ་འཐག་  
བལ་ཞག་གཅིག་སྟེ། །མཆོ་མའི་ཉིས་སྟོང་བསྐུས་འཛོམས་ཉིན་ཞག་གཅིག་རང་ལོ་  
སྟོང་སྐྱུ་གཉིས་སུ་སྐྱུ་བསྐལ་ལོ། །དེ་ཡང་མི་ལོ་བྱེ་བ་སྐྱུ་སུམ་འབྲུམ། །དྲུག་གི་  
བརྒྱད་སྟོང་ཙ་གཅིག་སྐྱུ་བར་གསུངས། །དུ་འབོད་འབར་བའི་མེས་འཆིག་འོ་དོད་  
འབོད། །ལྷགས་ཞུན་བསྐྱོལ་བར་འཆོད་བས་སྐྱུ་བསྐལ་བ། །མི་ལོ་བཞི་བརྒྱ་  
དགའ་སྐྱན་ཉིན་ཞག་གཅིག་དེ་ཡི་བཞི་སྟོང་དུ་འབོད་ཞག་གཅིག་སྟེ། །རང་ལོ་བཞི་  
སྟོང་བར་དུ་སྐྱུ་བསྐལ་བ། །མི་ལོ་བྱེ་བ་སྐྱུ་ས་ཡ་གཉིས་དང་། །བྱེ་བ་སྐྱུ་དྲུག་  
འབྲུམ་བཞི་གི་སྟོང་དང་། །བྱེ་བ་བདུན་སྐྱུ་བར་དུ་སྐྱུ་བའོ། །འབོད་སྐྱོགས་ཆེན་པོ་  
ལྷགས་ཁྲིམ་འབར་བ་རུ། །འབར་བའི་མེས་བསྐྱེགས་གཤིན་རྗེས་འཆོག་བར་  
བབྱེད། །མི་ལོ་བརྒྱད་བརྒྱ་འཐུལ་དགའི་ཞག་གཅིག་སྟེ། །དེ་ལོ་བརྒྱད་སྟོང་དུ་  
འབོད་ཆེའི་ཞག་གཅིག་རང་ལོ་བརྒྱད་སྟོང་ཉིད་དུ་སྐྱུ་བསྐལ་བ། །མི་ལོ་བྱེ་བ་  
སྐྱུ་ས་ཡ་གསུམ་དང་། །བྱེ་བ་སྐྱུ་ལྔ་འབྲུམ་ལྔ་གི་ཉིས་སྟོང་། །དྲུག་ཙ་ཙ་དྲུག་བར་

དུ་སྐྱབ་པ་ཡིན། །ཆ་བ་ལྷགས་ཁང་ནང་ཞུགས་མཁུང་སྤང་གིས། །མྱེད་པ་འགེམས་  
ཤིང་ཐོ་བས་རབ་དུ་བརྟུང་། །འབར་བའི་མེ་ལྷེས་སྤྱི་ནང་ཀུན་དུ་བསྐྱེད། །མིའི་ལོ་  
སྟོང་དང་དུག་བརྒྱ་གཞན་འཕྲུལ་ཞག་། །དེ་ཡི་ལོ་ཁྲི་དུག་སྟོང་ཆ་བའི་ཞག་། །རང་ལོ་ཁྲི་  
དང་དུག་སྟོང་བར་སྐྱབ་པ། །མི་ལོ་བྱེ་བ་སྐག་ས་ཡ་བརྒྱད་དང་། །བཞི་འབྲུམ་དང་ནི་  
བྱེ་བ་ཁྲི་གཉིས་སྐག་། །དུག་སྟོང་ལྔ་བརྒྱ་སྐུམ་ཅུ་སྟེད་མཆིས་སོ། །རབ་དུ་ཆ་བ་  
ལྷགས་ཁྲི་མ་ཉིས་རིམ་ནང་། །འབར་བའི་མེ་དང་མཁུང་ཅེ་གསུམ་པས་བསྐྱེད། །སྤྱི་  
བོ་སྐག་པ་གཉིས་སྤྱང་ལེབ་མས་དགྲིས། །ཟངས་ཆེན་ཁོལ་མར་འཆོད་པས་སྐྱག་  
བསྐྲུལ་བ། །ཆེ་ཆད་བར་གྱི་བསྐྱལ་པ་བྱེད་སྐྱབ་སྟེ། །མི་ལོའི་གྲངས་གྲིས་གཞལ་  
བའི་ཡུལ་ལས་འདས། །འཛིག་རྟེན་ཆགས་གནས་འཛིག་སྟོངས་བསྐྱལ་ཆུང་  
བཞི། །བར་བསྐྱལ་གཅིག་སྟེ་བརྒྱད་ཅུ་བསྐྱལ་ཆེན་ནོ། །མནར་མེད་ལྷགས་ཁང་མེ་  
ལྷེ་འབར་བའི་ནང་། །སེམས་དབྱུལ་ཀུ་ཚོ་སྤྱེ་སྐྱགས་འདོན་པ་ལས། །མེ་དང་སེམས་  
ཅན་སོ་སོར་མཐོང་བ་མེད། །མར་མེ་འབར་བ་སྤྱིང་པོ་ལ་ཞེན་བཞིན། །སྟོག་གི་  
སྤངས་ཅམ་མེ་ནང་དབྱུས་གནས་པ། །བར་བསྐྱལ་གནས་པའི་ཡུན་གཅིག་བརྒྱག་  
དགོས་ཏེ། །དེ་ལས་ཆེ་བའི་སྐྱག་བསྐྲུལ་གཞན་མེད་པས། །མནར་མེད་བསྐྱེད་མེད་  
ཅེས་སྐྱབ་པ་འདད་པ་ཡིན། །གོང་དུ་སྟོས་པའི་དབྱུལ་བ་དེ་དག་ཀྱང་། །རིམ་བཞིན་མེ་  
ལྷེ་བདུན་འཇུར་གྲིས་ཆ་ལ། །འོག་མར་སྤྱི་མའི་སྐྱག་བསྐྲུལ་ལྷག་དང་བཅས། །རི་  
སྟོང་ལས་མ་ཟད་བར་སྐྱག་བསྐྲུལ་སྟོང་། །ཉི་ཆེ་རི་དང་སྟོན་ཤིང་ནམ་མཁའ་  
དང་། །བྲག་བར་མེ་ཆུ་རིམ་མེད་གནས་ནམས་སྟེ། །ཉུང་དུར་གནས་དང་འདུས་དང་  
གཅིག་སྤར་གནས། །དེར་ནི་སྐྱག་བསྐྲུལ་གང་དུང་རེ་རེས་གཏུངས། །དེ་སྤྱིར་ཉི་ཆེ་

བ་ཞེས་བཤད་པ་ཡིན། གཞན་དག་ཆོ་དང་ཁ་ཅིག་འདུས་པ་ཅུང་། །དེ་ཡིས་ཉི་ཆེར་  
འདོད་པ་འཁྲུལ་བ་སྟེ། །བྲག་བར་སྤྲིག་གཟུགས་ཆོ་ཡང་རིང་ཡོད་ལ། །ཉི་ཆེར་  
གཟུགས་ཆོད་འདུས་པའི་ཉན་ཐོས་གཟུགས། །ལྷ་བརྒྱ་པན་ཚུན་མཆོན་གྱིས་  
འདེབས་པར་གསུངས། །ཉེ་འཁོར་མནར་མེད་ཁང་པའི་བྱི་རོལ་བཞིར། །མེ་མར་  
ཟུར་དང་རོ་ཐུགས་མཆོན་ཆའི་ཐང་། །རྩ་པོ་རབ་མེད་བཞི་བཞི་བརྒྱུག་གོ། །མནར་  
མེད་སྟོ་བྱེ་སྟུང་ལས་བྱིར་འཐོན་པས། །འོབས་བཟང་གི་བ་མ་མཐོང་ནས་བྱིན་མ་  
ཐག། །མདག་མེ་འབར་བ་བྱས་མོ་བྱབ་བརྒྱལ་བས། །ཤ་ཀྲ་ཆོག་ནས་རུས་པ་  
ཀྲ་ལྷའི་མདོག་ །ཡང་སོས་སྤར་བཞིན་ཤིན་ཏུ་སྤྲུག་བསྐྱལ་ལོ། །ཡང་ནི་བསིལ་བའི་  
འདས་མཐོང་ཞུགས་མ་ཐག། །རོ་ཐུགས་རུལ་བྱི་ར་བའི་འདས་བྱིང་ནས། །ལྷགས་  
ཟངས་གསེར་གྱི་མཆུ་ཅན་སྤིན་བྱས་འཁྲིགས། །སྤར་ཡང་ཐང་ཉམས་དགའ་མཐོང་  
བྱིན་མ་ཐག། །སྤྲི་གི་འབར་བས་བྱུང་བྱུང་གཏུབས་ཤིང་འཛོ། །ནགས་འདབ་ཡིད་  
འོང་གང་དུ་བྱིན་པ་ལས། །རལ་གྱི་འཛིན་གས་ཆོལ་ལས་རྒྱང་འཁྲུག་པས་བཅོམ། །དེ་  
འདས་རི་པོ་རབ་ཏུ་ཉམས་དགའི་ཅིར། །སྟོན་གྱི་ཡུལ་འབོད་མཐོང་སྟེ་བྱིན་པ་  
ལས། །ལྷགས་གྱི་ཐུར་མ་རྣོན་པོས་ཤ་ཁྲག་གཟགས། །སྟེང་དུ་སོན་ཆོ་བྱ་ཤོད་ལྷང་  
བ་འགོམས། །སྤར་ཡང་རི་ཡི་བྱང་ནས་འབོད་བ་སྟུང་། །འཐུར་དུ་བབས་པས་ཐུར་  
མས་བྱེན་དུ་གཟགས། །ཐང་མཆོམས་སྟེས་བ་བྱུང་མེད་མཆོ་རྣོན་ཅན། །འབར་བས་  
འཁྲུད་དེ་ཤིན་ཏུ་སྤྲུག་བསྐྱལ་ཞིང་། །ཁྱི་དང་ཅེ་སྤྲང་མང་པོས་ཐ་བར་བགྱིད། །ཡང་  
ནི་བསིལ་བའི་རྒྱང་འབབ་མཐོང་ནས། །དགའ་བས་སོང་སྟེ་རབ་ཏུ་འབོག་མ་  
ཐག། །ཐལ་ཆོན་ཤོད་བྱབ་ཤ་རུས་ཆོག་གྱུར་ཅིང་། །འབྲམ་གཉིས་གཤིན་མེད་སྟེས་

བྱས་བསྐྱང་བར་མཐོང་། དེར་ནི་ལོ་སྟོང་མང་པོར་སྤྲུག་བསྐྱལ་ལོ། དེ་ལྟའི་དཔྱལ་  
བར་སྤྲུའི་ག་འདྲིགས་མི་བྱེད། སྲིད་ན་དེ་འབྲའི་སྤྲུག་བསྐྱལ་དཔག་ཏུ་མེད། རང་  
བཞིན་ཤེས་ནས་འདའ་བའི་ཐབས་འཆོལ་ལོ། གྲང་བས་ཉམ་ཐག་པ་ཡང་རྣམ་པ་  
བརྒྱད། གངས་སོགས་ཤིན་ཏུ་གྲང་བའི་གནས་དག་ཏུ། བྱམ་ནག་བྱ་ཡུག་འཇུགས་  
པས་སྐྱབས་པའི་ལུས། རྩ་བུར་ཅན་དང་རྩ་བུར་རྫོལ་བ་ཅན། གྲང་བས་སོ་འཐམས་  
སྐྱེ་སྤྲུགས་ཨ་རྩ་ཟེད། གྱི་དྲུང་ལྷན་ལྷར་གས་བརྒྱ་དང་། བརྒྱ་ཆེ་ལྷར་གས་པའི་  
མ་ནང་དུ། སྲོག་ཆགས་མཚུ་ཞོན་འབར་བས་བ་བཞི། རི་སྲིད་ལས་མཐའ་གཏུགས་  
ཆེ་གཡོ་བར་འགྱུར། ཆེ་ཡི་ཆད་ནི་ཀོ་ས་ལ་ཡི་ཁལ། བརྒྱ་ཆད་ཉི་ཤུ་ཤོད་བའི་  
ཉིལ་རྒྱུད་ནས། ལོ་བརྒྱར་ཉིལ་གཅིག་སྤྱང་བས་བཟད་གྱུར་པ། རྩ་བུར་ཅན་ཆོ་སྤྲུག་  
མ་ཉི་ཤུར་འགྱུར། སེམས་ལྷན་དག་གིས་སེམས་དཔྱལ་འདྲིག་རྟེན་ལས། རབ་ཏུ་  
རྒྱལ་བྱིར་བཅོན་པའི་སྟོབས་སྦྱེད་ཅིག ཡི་དགས་དབྱིངས་མཁར་རྩུ་བས་དབྱིངས་  
གནས་པ། ལུས་ཆེ་རྒྱུད་ལག་སྤྲོ་བ་ཡངས། མཁྱིན་པ་སྤྲོ་བ་ཁབ་ཀྱི་མིག་  
ཅམ་ཁ། ཟས་སྒྲོམ་མི་རྟེན་བཀའ་སྒྲོམ་འབར་བས་གདུངས། སྤྲན་ཤིང་མེ་རྟོག་ལ་  
སོགས་མཐོང་བས་བསྐྱམས། བྱི་རོལ་ཡིད་དུ་མི་འོང་ངན་སྤྲུགས་བ། ཟས་སྒྲོམ་  
མཐོང་ཡང་བསྐྱང་བར་སྤྲང་བ་དང་། བྱང་གི་སྤྲིབ་པས་སྟོ་བར་མེ་འབར་ཞིང་། ཁ་  
ནས་མེ་སྟེ་དྲུད་པར་བཅས་པ་འབྱུལ། སྤྱི་མཐུན་སྤྲིབ་པས་དབྱལ་པོངས་འདྲིགས་  
སྤངས་འཆོ། ཉམ་ངའི་གནས་སུ་མགོན་མེད་སྤྲུག་བསྐྱལ་ཉེན། མཁའ་ལ་རྩུ་བའི་  
ཡི་དགས་འདྲེ་རྣམས་དང་། གཞོད་སྤྲིན་སྤྲིན་པོ་བཅོན་དང་རྒྱལ་པོ་སོགས། ལས་  
ཀྱི་རྩུ་འབྱུལ་ཐོགས་མེད་ཀུན་དུ་རྩུ། གཞོད་པ་སྤྲ་ཆོགས་མཛོན་པར་བསྐྱབ་པ་

སྟེ། །ནད་གཏོང་མདངས་འཕྲོག་ཆེ་ལ་བར་དུ་གཅོད། །ཆེ་ཆད་མི་ཡི་ཆོ་བར་ཉིན་  
ཞག་གཅིག་། །རང་ལོ་ལྷ་བརྒྱ་མི་ལོ་ཁྲི་ལྷ་སྟོང་། །གཤིན་རྗེའི་འཛིག་ཉེན་དག་ཏུ་སྦྱག་  
བསྐལ་ལོ། །དེ་ལྟའི་རང་བཞིན་སྦྱོ་བའི་ཚུལ་མཐོང་ནས། །དོན་མཐུན་སྦྱེ་བོས་ཐར་  
བ་བསྐྱབ་པའི་བྱིར། །སྲིད་པར་དགའ་བའི་སྒོ་གྲོས་རྒྱང་བསྐངས་ཏེ། །དེས་པར་ཞི་  
བ་དམ་པའི་ཆོས་བསྐྱབ་ལོ། །དུད་འགོ་དབྱིངས་གནས་ཆུ་གཏེར་བཞི་ཡི་  
ཁྲོན། །གཅིག་གིས་གཅིག་ཟ་སྦྱག་བསྐལ་དཔག་ཏུ་མེད། །སྦྱིང་བར་སྦྱོར་ནས་རྒྱ་  
མཆོར་གནས་པ་ཡང་། །ཆ་གྲང་བཤེས་སྒོམ་གཅིག་ཟའི་འཆོ་བས་འཛིགས། །ཁ་  
འཐོར་མི་ཡུལ་བྱ་དང་རི་དགས་སོགས། །རྡོ་བས་གཙུག་ཁྲིའི་རང་རང་གཞོད་པས་  
ཉེན། །རྟ་སྐང་རྩ་མོ་ར་དང་བོང་བུ་སོགས། །བཀོལ་སྦྱང་དེག་འཆོག་སྦྱག་བསྐལ་  
མཐའ་ཡས་ཤིང་། །ཤ་དང་པགས་པ་རུས་པའི་བྱིར་འཆི་བས། །རང་བཞིན་སྦྱག་  
བསྐལ་པ་མཐའ་མི་མཛོད་ཞིང་། །ལྷ་རྣམས་ཉིན་མཆོད་བྱེད་པའི་བདེ་སྦྱག་དང་། །ལྷ་  
རོ་བྱི་རོ་འཁྱར་བའི་བདེ་སྦྱག་དང་། །ཁ་ཅིག་གནས་སུ་བྱེ་ཆོན་ཆར་འབབ་ལ། །ལ་  
ལ་གཅིག་ཤར་གྲོགས་བྲལ་བོངས་པས་ཉེན། །པལ་ཆེར་སྒོངས་དང་མཁའ་ལྗིང་  
འཛིགས་ལ་སོགས། །སྦྱག་བསྐལ་རྣམ་པ་སྒྲ་ཆོགས་དུ་མ་ལྟན། །ཆེ་ཡང་མ་དེས་ཁ་  
ཅིག་ཉིན་རེ་ལ། །འཛིག་པོ་ལ་སོགས་བསྐྱལ་བར་གནས་པའང་གསུངས། །འདི་དག་  
བསམས་ནས་བྱོལ་སོང་འཛིག་ཉེན་ལས། །ཐར་འདོད་རྣམས་ཀྱིས་པན་བདེ་བསྐྱབ་  
པའི་བྱིར། །མཛོད་མཐོངས་ལེགས་ལམ་བཟང་སྟོལ་བཏོད་ལ། །ཉིན་མཆོད་བཙོན་  
པས་དགེ་ལ་གཞོལ་བར་མཛོད། །མི་རྣམས་ལ་ཡང་བདེ་བའི་སྐབས་མེད་དེ། །ལྷ་  
ངན་ཡིད་མི་བདེ་དང་འཁྱག་ལ་སོགས། །གཅིག་མ་སངས་པར་གཅིག་གིས་སྦྱག་

བསྐྱལ་དང་། །ཟས་སོགས་དུག་འདྲེས་ཐོས་པས་འགྱུར་བ་དང་། །ཟས་གོས་སྦྱོད་  
ལམ་ཉེས་པས་ནད་སོགས་སྟ། །ཕྱི་མའི་སྟུག་བསྐྱལ་འདུ་བྱེད་མཆོན་བ་སྟེ། །སྟུག་  
བསྐྱལ་ཉིད་གསུམ་དག་དང་དེ་བཞིན་དུ། །སྦྱེ་གན་འཆི་མི་སྟུག་ཐང་བ་དང་། །སྟུག་  
བལ་འདོད་པས་ཐོངས་དང་ཉེ་བར་ལེན། །རྣམ་པ་བརྒྱད་ཀྱིས་སྟུག་བསྐྱལ་ཆད་མེད་  
དེ། །མ་རིག་རྣམ་ཤེས་རྒྱུད་སེམས་ཐེག་ལེར་འདུས། །མེར་བྱར་ལྟར་མཁྲུང་གོར་ཉ་  
རུས་སྐལ་འབྲ། །རིམ་བཞིན་བདུན་ཐག་བདུན་དུ་ཆགས་པའི་ལུས། །མ་ཡི་རལ་དུ་བ་  
བཤེས་སྒོམ་ཆ་གང་སོགས། །ཅུང་ཟད་ཅམ་ལའང་སྟུག་བསྐྱལ་དབག་དུ་མེད། །ཐུན་  
ནག་དོག་ཅིང་ཉམས་ངན་མི་ཞིས། །འབྲམས་པའི་སྟུག་བསྐྱལ་མི་བཟད་བརྟག་དགོས་  
སོ། །བདུན་ཐག་བདུན་ནས་ཉི་ཤུ་ཅ་རུག་བར། །དབང་པོ་ཡན་ལག་བ་སྟུ་ལ་སོགས་  
འགྲུབ། །བདུན་ཐག་སུམ་ཅུ་ཅ་རུག་བར་སྟེད་དུ། །ལུས་ཟུངས་བརྟས་དང་ཆེར་  
བསྐྱེད་གཡོ་བར་བྱེད། །དེ་ནས་རུས་པའི་འབྲུལ་འཁོར་བཅོར་བའི་བར། །ལས་ཀྱི་  
རྒྱུད་གིས་མགོ་མཇུག་ཐོག་པས་བཅའ། །འཆི་བས་ཉེན་པའི་སྟུག་བསྐྱལ་བསྟུས་  
འཛོམས་འབྲ། །བཅས་ནས་རེག་པས་པགས་བ་བཤུས་བ་བཞིན། །ཁྲུས་བྱས་ཤ་  
དུར་སྟུ་གིས་རེག་དང་མཚུངས། །རྣམ་པའི་སྟུག་བསྐྱལ་ཤིན་དུ་བཟོད་དགའ་  
བ། །ལང་ཆོ་ཉམས་པས་ཀྱན་གྱི་ཡིད་མི་འོང་། །སྟོད་སྟོད་མི་ཐེག་འཁོར་བ་ལ་བརྟེན་  
ཅིང་། །ལུས་ཀྱི་ཁོད་ཉམས་ཟས་ཀྱང་འདུ་བར་དགའ། །མཐུ་སྟོབས་ཉམས་པས་འགོ་  
འདུག་བསྟུལ་བསྟོད་དགའ། །འདོད་སར་མི་བྱིན་སྟུ་ཆོགས་རྣམ་པར་འགྱུར། །དབང་  
པོ་ཉམས་པས་མིག་འབྱིབ་གཟུགས་མི་མཐོང་། །སྐྱ་སྐྱད་མི་ཐོས་དྲི་རོ་རེག་མི་  
ཆོར། །བན་བ་མི་གསལ་གཏི་སྟུག་གཉིད་དུ་བྱིང་། །ཡུལ་གྱི་འོངས་སྟོད་ཉམས་

བས་ཡོན་ཏན་ཆུང་། །ཟས་སོགས་ཞིམ་སྤོང་དེ་ལས་ལོག་བར་སྤང་། །ཆེ་ཉམས་  
འཆི་བས་འཛིགས་དང་འདྲ་ཤིས་འཁྲུག་། །བྱིས་བཞིན་བཟོད་སྟོབས་ཆུང་ལ་བསྐྱབ་  
མི་བཟོད། །སྦྱུམ་ཟད་མར་མེ་རི་བཞིན་སྦྲར་དུ་འགྲོ། །ན་བའི་སྦྱག་བསྐྱལ་གིན་ཏུ་  
བཟོད་དགའ་བ། །ལུས་ཀྱི་རང་བཞིན་འགྱུར་དང་ཡིད་མི་བདེ། །ཡུལ་ཀྱི་འོངས་སྦྱོད་  
ཡིད་དུ་མི་འོང་ཞིང་། །སློག་དང་བྲལ་བར་དོགས་བས་སྦྲ་རན་སྟེ། །སྦྱག་བསྐྱལ་མི་  
བཟོད་སྟེ་སྦྱགས་འབྲེན་བར་བྱེད། །འཆི་བའི་སྦྱག་བསྐྱལ་གིན་ཏུ་ཆེན་པོ་ཡང་། །ཟས་  
གོས་གཏམ་དང་མལ་ཀྱི་ཐ་མར་ཉལ། །སློག་ལུས་འཁོར་གཡོག་གཉིས་འདུན་འོངས་  
སྦྱོད་འདོད། །གཅིག་བྱ་ས་ཚུགས་མེད་བར་འགྲོ་བས་འཛིགས། །མི་སྦྱག་བ་དང་  
ཟད་བའི་སྦྱག་བསྐྱལ་ཡང་། །ཡིད་དུ་མི་འོང་གཞོད་འཆའི་འཛིགས་བས་  
ཉེན། །བྲམས་ཤིང་སྦྱག་བའི་ཡུལ་དང་བྲལ་བ་ཡང་། །སྦྲ་རན་སྟེ་སྦྱགས་ཡིད་མི་བདེ་  
བའི་གཞི། །ཡོན་ཏན་རྗེས་བྲན་འདོད་བས་གདུང་བར་བྱེད། །འདོད་བ་རྣམས་ཀྱིས་  
འོངས་བའི་སྦྱག་བསྐྱལ་ནི། །དོན་མ་བྱུང་བས་སེམས་ཀྱི་ཟུག་རྩ་ལྡང་། །དབུལ་བས་  
ཉམ་ཐག་བཀྲེས་སྒྲོམ་ཡི་དགས་འདྲ། །གཟུགས་ཆོར་འདྲ་ཤིས་འདྲ་བྱེད་རྣམ་ཤིས་  
ཏེ། །ཉེ་བར་ལེན་བའི་སྤང་པོ་ལྡ་པོ་ཡང་། །ཟག་བཅས་ཉིད་ཕྱིར་སྦྱག་བསྐྱལ་ཀྱན་གྱི་  
གནས། །ཉིན་དང་སྟོད་དང་འབྲུང་ཁུངས་ལགས་བར་གསུངས། །དེ་ལྟར་མི་ཡི་  
འཛིག་ཉིན་མཐའ་དག་ནའང་། །སྦྱག་བསྐྱལ་རྒྱ་འབྲས་ཉིད་ཕྱིར་བདེ་བ་མེད། །དེ་  
ལས་ཐར་ཕྱིར་ལེགས་བའི་ཆོས་བསམས་ཏེ། །འཁོར་བའི་གནས་ལས་ཐར་བའི་  
ཐབས་འཆོལ་ལོ། །ལྷ་མིན་རྣམས་ལའང་བདེ་བའི་སྐབས་མེད་དེ། །དོན་མེད་འཐབ་  
ཚོད་འཁྲུག་ཅིང་ཞེ་སྤང་ལ། །ལྷ་ཡི་དབལ་ལ་མི་བཟོད་སྦྱག་དོག་ལྡན། །གཡུལ་རོར་

སྤྱག་བསྐྱེད་བརྒྱ་ཕྱག་བསྐྱེད་འཆལ་ལོ། །དེ་བས་དགེ་ལེགས་ཞི་བའི་འགྲོ་བ་  
 དག །སྤྱར་བ་ཉིད་དུ་ཐར་པའི་ཆོས་མཛོད་ཅིག །འདོད་ལྷའི་གནས་ན་འད་སྤྱག་  
 བསྐྱེད་ཆད་མེད་དེ། །བག་མེད་འདོད་པས་སྤྱོད་དང་འཆི་འཕོ་ལྷུང་། །མེ་ཉོག་  
 བརྟེངས་དང་སྤྲོན་ལ་ཉམས་མི་དགལ། །གྲོགས་ཀྱིས་སྤོང་དང་བྱི་མའི་གནས་ལ་  
 འཛིགས། །ཆོར་བ་མི་བཟད་ལྷ་ཡི་ཞག་བདུན་འབྱུང་། །ཆངས་རིས་ལ་སོགས་  
 གཟུགས་ཁམས་བསམ་གཏན་ལྷ། །སྤྱ་མའི་ལས་ཟད་སྤྱིད་པ་འོག་མར་ལྷུང་། །འབྱུར་  
 བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་མཐོང་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ། །གཟུགས་མེད་ཞི་གནས་ལས་ཟད་  
 ཚུལ་མཐོང་ནས། །སྤྱིད་པ་བྱི་མར་འདུ་བྱེད་སྤྱག་བསྐྱེད་ལྷན། །མཐོ་རིས་ཐོབ་ཀྱང་  
 ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བས། །སྐལ་བཟང་རྣམས་ཀྱིས་ཐར་པ་བསྐྱབ་པར་བྱ། །འཁོར་  
 བའི་བདེ་ལ་ཆགས་པའི་འགྲོ་བ་ཀུན། །མེ་ཡི་འོབས་སུ་སྤྱིད་པས་གདུང་བར་  
 ཟད། །འདི་ལྟར་ཐར་པ་རང་ལ་རག་ལས་ཤིང་། །ཐར་པའི་ཐབས་ནི་ལྷ་མིའི་སྟོན་པས་  
 གསུངས། །གཞན་གྱིས་སྤོ་བུར་འབྱེན་པའི་སྐབས་མེད་དེ། །གཉིད་སྤྱོད་མི་ལམ་  
 སུས་ཀྱང་དགག་མེད་བཞིན། །གལ་ཏེ་རུས་ན་བདེ་གཤེགས་སྤྱོད་པའི་ཐབས་  
 གྱི། །ཐུགས་རྗེའི་ཟེར་གྱིས་འཁོར་བ་སྤོངས་ཟེན་དེས། །དེ་བས་རང་ཉིད་བརྟོན་པའི་  
 གོ་བཞོས་ཏེ། །ཐར་ལམ་འཛེག་ལ་བརྟོན་པའི་དུས་ལ་བབ། །བྱངས་མེད་འདས་པའི་  
 སངས་རྒྱས་དེ་དག་གིས། །གསོ་བའི་སྤྱོད་ལུལ་མ་གྱུར་བདག་ལྷ་བྱ། །སྤྱིག་པའི་  
 རང་བཞིན་སྤྱིད་ལམ་དགོན་པར་འབྱུངས། །སྤྱར་བཞིན་བརྟོན་པ་མེད་ན་ཡང་དང་  
 ཡང་། །འགྲོ་བུ་གནས་སུ་སྤྱག་བསྐྱེད་བྱེད་འདི་སོམས། །འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་  
 མཁའ་ལྟར་མཐའ་ཡས་ཤིང་། །མེ་ལྟར་མི་བཟད་ལུལ་ལྟར་སྤྱོད་ཆོགས་ལ། །བཟོད་

པའི་སེམས་ཁྱོད་གནས་མིན་སྒྲད་པའི་གནས། །རྩི་ཆ་མི་ཤེས་ཁྲིལ་བག་བྲལ་བ་  
ལ། །ཐུགས་རྗེའི་གོ་སྐབས་འབྲུག་པར་ག་ལ་འབྲུག། །ཐབས་མཁས་མཛད་པའི་ཐིན་  
ལས་དེ་ཡང་ནི། །གདུལ་བྱའི་ལས་རྒྱུན་དག་ལས་འབྱུང་བར་གསུངས། །དེ་བས་  
རང་གི་ཉེས་ཀྱང་ཤེས་བྱས་ཏེ། །འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐལ་སྙིང་ནས་བཞུགས་བྱས་  
ལ། །བདག་དང་འགྲོ་ཀྱང་སྲིད་ལས་ཐར་བྱའི་བྱིར། །ཞི་བའི་ལམ་ལ་ཡང་དག་འཛེག་  
པར་གྱིས། །ད་ལྟའི་སྐྱག་བསྐལ་ཅུང་ཟད་མི་བཟོད་ན། །སྲིད་པའི་སྐྱག་བསྐལ་མི་  
བཟད་རི་ལྟར་བཟོད། །དེ་ལྟར་བཞག་ཀྱང་ཅུང་ཟད་མི་སྐྱོ་བ། །བདག་སྙིང་ལྷགས་ཀྱི་  
གར་བྱ་ཆེན་པོ་འཕྲུག། །རྩི་ཡི་ཁམས་བཞིན་སེམས་པ་མེད་པར་མཛོད། །འཁོར་བ་མི་  
བཟད་སྐྱག་བསྐལ་ཅན་ལྷང་པོ། །ཉོན་མོངས་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་ཀྱན་ཉོན་  
མོངས། །རྣམ་པ་སྣ་ཆོགས་དུ་མའི་འབྱུང་ཁུངས་ལ། །སེམས་ཤེས་སྤྱི་ཞིག་སྲིད་པ་  
འཕེལ་བར་བྱེད། །དེ་བས་སྐྱར་དུ་སྲིད་ལས་རྒྱལ་བར་མཛོད། །དེ་ལྟར་བདེ་འབྱུང་  
ཆོས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་གྱིས། །ཁྱོད་ཁྱེད་གསུམ་གྱི་འགྲོ་བ་རི་སྟེང་ཀྱན། །བདེ་དགའི་  
ཤས་འཆོ་སྣ་ཆོགས་སྐྱག་བསྐལ་གྱིས། །དུབ་པའི་སེམས་ཉིད་དེ་རིང་ངལ་སོས་  
ཤིག་རྩོགས་པ་ཆེན་པོ་སེམས་ཉིད་ངལ་གསོ་ལས། །འཁོར་བ་སྐྱག་བསྐལ་གྱི་ལེའུ་  
སྟེ་གསུམ་པའོ། ། །

### ལེའུ་བཞི་པ་ལས་རྒྱ་འབྲས།

དེ་ལྟར་སྲིད་པའི་བདེ་སྐྱག་མཐོ་དམན་རྣམས། །སྟོན་བསགས་ལས་ལས་  
འབྱུང་བར་ཐུབ་པས་གསུངས། །འཁོར་བར་འདུ་བྱེད་ལས་དེ་དཀར་ནག་  
གཉིས། །དག་དང་མི་དག་བརྩུ་བརྩུའི་རང་བཞིན་ལོ། །དེ་ཡི་ཉེན་གཞི་ཀྱན་གཞི་ལུང་

མ་བསྟན། །མེ་མོང་དང་འབྲུག་མེད་འོ་མེད་སྟེང་། །ཤེས་པ་གསལ་ལ་ཡུལ་དུ་མི་  
 རྟོག་ཅིང་། །འཆར་གཞི་བྱེད་པས་མེ་མོང་དངས་དང་འབྲ། །དེ་ལས་གཟུགས་སོགས་  
 ཡུལ་འཛིན་དབང་ཤེས་ལ། །རང་ངོ་མི་རྟོག་མེ་མོང་གཟུགས་བརྟན་བཞིན། །དེ་རྗེས་  
 གཟུང་འཛིན་ཡུལ་འབྲེད་ཤེས་པ་རྣམས། །སྐྱད་ཅིག་རྗེས་མ་ཐུད་དེ་ལ་འཛིན་མི་  
 འཛིན། །རྟོག་དང་མི་རྟོག་ཉོན་ཡིད་ཡིད་ཤེས་ཏེ། །དེ་ཡང་ཆགས་རྟོག་རགས་པའི་  
 དགེ་སྤྲིག་གིས། །འདོད་པར་འདུ་བྱེད་བག་ཆགས་ཀུན་གཞིར་བརྟེན། །མི་རྟོག་  
 གསལ་སྤང་གཟུགས་སུ་འདུ་བྱེད་ལ། །མི་རྟོག་ཅེ་གཅིག་གཟུགས་མེད་བག་ཆགས་  
 བརྟེན། །འཁོར་བའི་རང་བཞིན་སྒོ་བྱར་སྒྲིབ་པ་གཉིས། །དུས་རྣམས་ཀུན་དུ་ཉེ་བར་  
 བརྟེན་པ་ཡིན། །ཤེས་པ་གང་དུ་འང་མི་རྟོག་ཡེངས་ཐབས་ཆོ། །སྤང་ཡུལ་མི་འཛིན་  
 ཅེ་གཅིག་ཀུན་གཞིའི་དུས། །གསལ་སྤང་གང་ལའང་དེར་འཛིན་མི་འཇུག་པ། །ཀུན་  
 གཞིའི་རྣམ་ཤེས་དངས་གསལ་གཡོ་བ་མེད། །སྒོ་ལྗེའི་ཡུལ་དང་དགག་སྒྲིབ་གཟུང་  
 འཛིན་གྱིས། །ཆོགས་བདུན་ཡུལ་ལ་རགས་པར་རྟོག་པ་ན། །རྣམ་ཤེས་བདུན་ཞེས་  
 ཉེ་བར་བཏགས་པ་ཡིན། །འདི་དག་གོམས་པས་ཁམས་གསུམ་སྤིང་བ་རུ། །སྒོ་  
 གསུམ་འཁྲུལ་ཞིང་སྤྱག་བསྐྱལ་འདུ་བྱེད་ཡིན། །དེ་ཡང་འདོད་པར་ཆོགས་བདུན་  
 གཙོ་བོ་ལ། །གཟུགས་སུ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་གཟུགས་མེད་དུ། །མི་རྟོག་ཀུན་  
 གཞི་འབང་ཞིག་གཙོ་བོར་ལྷན། །གཞན་གཉིས་འཁོར་གྱི་ཚུལ་དུ་བག་ལ་ཉལ། །རང་  
 རང་ས་དེར་ལྷན་པར་ཤེས་པར་བྱ། །འདི་ལྟར་འདོད་ན་མཆོང་མོ་ཉལ་བའི་ཆོ། །ཡུལ་  
 ལྗེའི་ཤེས་པ་རིམ་གྱིས་ཡིད་དུ་ཐིམ། །དེ་ཡང་ཀུན་གཞིར་ཐིམ་པས་མི་རྟོག་པ། །ཅེ་  
 གཅིག་སྤང་ཡུལ་མེད་པའི་རང་དེ་ཉིད། །ཆོས་དབྱིངས་ཐིམ་པས་རང་བཞིན་སྒྲོས་

དང་བཤམ། །སྤར་ཡང་མཆེད་པས་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ལས། །ཡིད་ཉིད་གཅིག་ཕྱ་  
ལངས་པས་སྒྲིལ་མ་སེམས། །སྤྲོ་ཆོག་ས་དགག་སྒྱུ་བ་མེད་བཞིན་སྤང་བར་བྱེད། །དེ་  
ལས་མཆེད་པས་གཉིད་སད་ཆོག་ས་ཐུག་གི། །རྣམ་ཤེས་ཡུལ་ལ་འཇུག་པས་ལས་  
འདུ་བྱེད། །ཉིན་མཆོན་འཁོར་ཡུག་དེ་ལྟར་སྤང་བ་ཡིན། །གཟུགས་སྤྱུ་རང་སའི་  
ཤེས་པས་བསམ་གཏན་བཞི། །ཀུན་གཞིའི་ཤེས་ཉིད་རང་དུ་གནས་པ་ལས། །ཡུལ་  
རྣམས་འཛིན་པའི་ཤེས་པ་སྤྲོ་མོ་རྣམས། །སྤྲོ་བས་འགར་ཉེ་བར་འབྱུང་གིས་པལ་ཆར་  
ནི། །ཉིང་འཛིན་གོམས་པས་ཉེ་བར་གནས་པ་ཡིན། །གཟུགས་མེད་རང་སའི་ཤེས་  
པ་ཀུན་གཞིའི་རང་། །མཁའ་སོགས་རྣམ་བཞི་ཞི་གནས་ཅེ་གཅིག་ཏུ། །ཉེ་བར་གནས་  
པས་ཤིན་ཏུ་སྤྲོ་བ་ཡི། །ཆོར་བ་འདུ་ཤེས་འདུ་བྱེད་རྣམ་པར་ཤེས། །མིང་བཞིའི་སྤང་  
མོར་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་བརྟེན་ནས། །ཞི་གནས་ཅེ་གཅིག་བསྐྱལ་པར་མི་སད་དེ། །རྣམ་  
དཔྱོད་དགེ་བའི་ས་ལོན་འདེབས་པའང་མེད། །དེ་ལྟར་བསམ་གཏན་གཟུགས་མེད་  
སེམས་དེ་ཡང་། །སྤྲོ་མའི་འབྲས་ཡིན་ཟད་ནས་ཆེ་འཕོ་ལ། །དོ་བོ་ལྷང་མ་བསྐྱན་ཡིན་  
གཉི་ཐུག་བྱེད། །འཁོར་བའི་གནས་སུ་བྱིན་ཅི་ལོག་རྒྱུ་འབྲས། །ཡང་ཡང་བསྐྱེད་  
བྱིར་དེ་ལས་ཐར་དགོས་སོ། །འདོད་པའི་སེམས་དེ་གོམས་རྩལ་རི་བཞིན་  
ཉིད། །ཡིན་བྱིར་མཐོ་དམན་ཐར་པའི་རྒྱུ་ཡང་བྱེད། །ཉིན་དུས་པལ་ཆར་ཆོག་ས་  
བདུན་ཤེས་པ་གཙོ། །གཞན་གཉིས་དོ་བོ་གཅིག་པའི་འཁོར་དུ་ཡོད། །དེ་ཡང་  
གཟུགས་འཛིན་མིག་གི་རྣམ་ཤེས་ཏེ། །དེར་གསལ་རྟོག་བྲལ་ཆ་ནི་ཀུན་གཞིའི་  
ཤེས། །དེ་ཡི་མི་རྟོག་ཆ་ཉིད་ཀུན་གཞིའོ། །ལྷག་མ་ཐུག་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཤེས་པར་  
བྱ། །གཉིད་དུ་ཅེ་གཅིག་སྒྲིལ་སད་དུས་ན། །ཀུན་གཞི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ཡིད་

དང་ནི། །ཆོགས་བྱལ་རིམ་བཞིན་གཅིག་དང་གཉིས་གཅིག་དང་། །ཐམས་ཅད་རོ་བོ་  
གཅིག་པའི་དུས་ཞེས་བྲ། །རྟེན་ཆོས་ལས་ཀྱི་རྩ་བ་མ་རིག་པ། །རོ་བོ་འདོད་ཆགས་  
ཞེ་སྤང་གཏི་ཐུག་གསུམ། །དེས་བསྐྱེད་སྤྱིད་པར་འདུ་བྱེད་དཀར་ནག་  
གཉིས། །འཁོར་བར་མཐོ་དམན་ལྷུང་སྤྱིར་མི་དགེ་བ། །དབྱེ་ན་བཙུ་ཉིད་སོ་སོར་སྤང་  
བ་ཡིན། །མི་དགེའི་ལས་བཙུ་ལུས་གསུམ་དག་གི་བཞི། །ཡིད་གསུམ་རིམ་བཞིན་  
སོ་སོར་དབྱེ་བ་ནི། །སྟོག་གཅོད་བསམས་བཞིན་མ་ནོར་གཞན་བསད་ལ། །སྟོགས་  
མ་ཐུན་རྟེན་འཆོག་ལ་སོགས་སྟོག་ལ་འཆོ། །མ་བྱིན་ལེན་པ་གཞན་ནོར་བརྟུ་བ་  
སྟེ། །སྟོགས་མ་ཐུན་གཡོ་སྐྱུས་པ་རོལ་ནོར་ལ་ལེན། །འདོད་ལོག་གཞན་གྱིས་བདག་  
བཟུང་ཉིད་ལ་སྟོད། །སྟོགས་མ་ཐུན་བཟོད་མིན་རྩོལ་སོགས་འབྲིག་པའི་  
ཆོས། །བརྟུན་ཆོག་འདུ་ཤེས་གཞན་བརྟུར་ཆོག་དོན་གོ། །སྟོགས་མ་ཐུན་བྲང་  
སོགས་གཞན་སེམས་སྒྲ་བ་ཉིད། །སྤྲ་མ་པ་རོལ་འབྱེད་ཆོག་སྒྲ་བ་སྟེ། །སྟོགས་  
མ་ཐུན་གཞན་ཆོག་གཞན་རྫོས་མི་མ་ཐུན་བྱེད། །དག་འབྲུལ་བསྟན་བཅོས་དན་དང་  
བྲེ་མའི་གཏམ། །སྟོགས་མ་ཐུན་འབྲེལ་མེད་བརྗོད་སོགས་ཆོས་མིན་གཏམ། །ཆོག་  
རྟུབ་པ་རོལ་ཞེར་འདེབས་རྟུབ་མའི་ཆོག་ །སྟོགས་མ་ཐུན་འཛོམས་སོགས་གཞན་  
ཡིད་མི་བདེའི་གཏམ། །བརྟུན་སེམས་གཞན་འབྱོར་མི་བཟོད་བདག་གིར་  
བྱེད། །སྟོགས་མ་ཐུན་ཐོས་སོགས་པ་རོལ་དཔལ་ལ་བརྟུམ། །གཞོད་སེམས་གཞན་  
ལ་གཞོད་འཆོས་ཞེ་སྤང་ཞིང་། །སྟོགས་མ་ཐུན་པན་པར་མི་འདོད་ཁྱོ་བའི་  
སེམས། །ལོག་ལྟ་ཏག་ཆད་རྒྱ་འབྲས་མེད་པར་བཟླ། །སྟོགས་མ་ཐུན་སྟོ་སྐྱར་  
འདེབས་སོགས་བྱིན་ཅི་ལོག་ །ཡུལ་དང་ཀུན་སྟོང་བསམ་སྟོར་དན་བ་ཡིས། །མི་

དགེའི་ལས་བཅུ་སྟུང་པའི་འབྲས་བུ་ནི། །རྣམ་སྤྲིན་རྒྱ་མཐུན་དབང་དང་བྱེད་པ་  
བཞི། །ལས་བཅུ་རྒྱུད་དུས་དྲུག་འགྲོ་འབྱེད་ཡི་དགས། །ཆེན་པོས་དཔུལ་བར་སྟུག་  
བསྐྱལ་རྣམ་སྤྲིན་འབྲས། །རྒྱ་མཐུན་གཉིས་ལས་གང་བྱེད་དེར་སྟེ་བ། །བྱེད་པ་རྒྱ་  
མཐུན་འབྲས་བུ་ལགས་པར་གསུངས། །མཐོ་རིས་ཐོབ་ནའང་ཆེ་སྤང་ནད་མང་  
ཞིང་། །ཡོ་བྱད་མི་འཁྱོར་དགྲ་དང་སྟུན་མོང་འགྱུར། །ཁྱིམ་ཐབ་མི་མཛེས་དག་རྒྱར་  
འགྱུར་བ་དང་། །སྦྱར་བ་མང་ལ་གཞན་གྱིས་སྟེ་བ་དང་། །གཡོག་འཁོར་མི་འདུས་  
འཁོར་གཡོག་ངན་བ་དང་། །མི་སྟན་ཐོས་དང་འཐབ་མོའི་ཆོག་ཏུ་འགྱུར། །ཆོག་  
གཟུང་མི་འོས་མ་ངེས་སྟོབས་བ་དང་། །ཆོག་མི་ཤེས་དང་འདོད་པ་ཆེ་བར་  
འགྱུར། །པན་པ་མི་ཆོལ་གཞན་གྱིས་གཞོད་པའི་གནས། །ལྟ་བ་ངན་དང་གཡོ་སྟེ་ཆེ་  
བ་སྟེ། །མི་དགེ་བཅུ་ལ་རིམ་བཞིན་གཉིས་གཉིས་ལྡན། །སྤྱོད་པ་རྒྱ་མཐུན་འབྲས་བུ་  
ལགས་པར་གསུངས། །དབང་གི་འབྲས་བུ་ཕྱི་རོལ་ཡུལ་ལ་སྤྲིན། །དེ་ཡང་མ་དག་  
གཞན་དབང་གནས་སྐབས་འདིར། །སྟོག་བཅད་བསམ་ནི་ས་ཕྱོགས་གཟི་བརྗེད་  
རྒྱུར། །སྤྲན་ཤིང་ལོ་འབྲས་མེ་ཉོག་བཟའ་བུར་སོགས། །མ་སྟུང་འདུ་དཀའ་ཆེ་ལ་  
བར་དུ་གཅོད། །མ་བྱིན་ལེན་བསམ་ལོ་ཐོག་འབྲས་མི་སྤྲིན། །སད་སེར་ཐུ་གེས་  
འཛིགས་པའི་ཡུལ་དུ་སྟེ། །ལོག་པར་གཡེམ་བསམ་བཤང་གཅི་འདས་རྩལ་ཁྱོད། །ལྡན་  
སྤྲན་མི་གཙང་བྱིང་སྟེ་བའི་ཡུལ། །དོག་ཅིང་ཉམ་ང་ཉམས་མི་དགའ་བར་སྟེ། །བརྩན་  
གྱིས་ཡུལ་རྣམས་མི་མཐུན་འཛིགས་དང་བཅས། །འཁྱོར་བ་གཡོ་ཞིང་གཞན་གྱིས་  
སྟེ་བར་སྟེ། །སྤྲ་མས་ས་ཕྱོགས་བཟོད་དཀའ་མཐོ་དམན་ཅན། །ངམ་ཕྱོག་གཡང་  
ས་གཙོང་རིང་ལ་སོགས་པ། །རེག་ན་མི་བདེ་སྣ་ཆོགས་ཡུལ་དུ་སྟེ། །རྩལ་མོས་སྟོང་

དུམ་རྫོགས་ལེག་ཆེར་མ་དང་། །རྩལ་དང་ཉལ་ཉིལ་འབྲས་ངན་རྩལ་པ་དང་། །ཆ་སྒོ་ལ་  
སོགས་མི་དགའི་ཡུལ་དུ་སྒྲེ། །བུམ་པས་ལོ་འབྲས་མི་སྤྲོད་དུས་ཆིགས་ལོག་།རིང་  
དུ་མི་བརྟན་མི་གནས་ཡུལ་དུ་སྒྲེ། །བརྟན་སེམས་འབྲས་སོགས་ཉུང་ཞིང་སྤྲོད་པ་  
མང་། །བཟང་པོའི་དུས་ཆིགས་འབྱུར་བ་མཐོང་བར་སྒྲེ། །གཞོད་སེམས་ལོ་ཐོག་  
འབྲས་བྱ་ཆ་ཞིང་ཁ། །རྒྱལ་པོ་ཆོས་རྒྱན་མི་ཆོད་སྤྲུལ་ལ་སོགས། །རང་བཞིན་གཞོད་  
པ་མང་བའི་ཡུལ་དུ་སྒྲེ། །ལོག་ལྟས་རིན་ཆེན་འབྱུང་ཁུངས་མི་ལྟན་ཞིང་། །སྤྲོད་ཤིང་  
མེ་ཉོག་འབྲས་བྱ་ཉུང་བ་དང་། །སྐྱབས་དང་སྐྱོབ་པ་དབྱེང་གཉིན་མེད་པར་སྒྲེ། །སྐྱེས་  
བྱས་བྱེད་པའི་འབྲས་བྱ་མི་དགོ་བ། །གང་བྱས་དེ་ཉིད་འཕེལ་བས་སྤྲུག་བསྐྱེལ་  
བསྐྱེད། །མདོར་ན་རང་བཞིན་མི་དགོ་བཅུ་པོ་རྣམས། །དུག་དང་འབྲས་སྤྲེ་གང་གིས་  
ལོངས་སྤྲད་བ། །ཆེ་འབྲིང་ཆུང་དུས་སྤྲུག་བསྐྱེལ་ཆེར་བསྐྱེད་པས། །དག་བཞིན་རབ་  
ཏུ་སྤང་ལ་འབད་འཆོལ་ལོ། །མཐོ་རིས་འཕེན་པ་དགོ་བའི་ལས་བཅུ་ཡང་། །མི་དགོ་  
བཅུ་སྟོང་སེམས་པ་དགོ་བ་སྟེ། །སྟོག་མི་གཙོད་དང་མ་བྱིན་ལེན་པ་སྤངས། །ལོག་  
པར་མི་གཡེམ་བརྟུན་དང་སྤངས་སྟོང་། །ངག་འབྲུལ་ཆིག་རྩལ་མི་སྤྲོ་བརྟན་སེམས་  
མེད། །གཞོད་སེམས་ལོག་ལྟ་རིང་དུ་སྤངས་པ་སྟེ། །ཆུང་དུས་མི་དང་འབྲིང་གིས་  
འདོད་པའི་ལྷ། །ཆེན་པོས་བསམ་གཏན་གཟུགས་མེད་ཉིང་འཛིན་འབེལ། །ཤོང་མའི་  
ཁམས་གཉིས་བདེ་བ་འཛིན་པར་བྱེད། །འབྲས་བྱ་བཞི་སྟེ་སྤར་གྱི་ལྷོག་པའི་  
དཔེས། །དགོ་བཅུའི་འབྲས་བྱ་མཐོ་རིས་ཤེས་པར་བྱ། །དེ་ལྟར་དགོ་བ་བསོད་  
ནམས་ཆ་མཐུན་བཅུས། །བདེ་འགྲོར་འཕེན་ཞིང་རང་བཞིན་མི་དགོ་བཅུས། །ངན་  
འགྲོར་ལྟར་བའི་རྒྱ་འབྲས་དཀར་ནག་ལས། །ཟང་དོར་བྱེད་པ་འཛིག་ཉིན་དགོ་བའི་

ལམ། །ལྷ་མིའི་ཐེག་པ་ལགས་པར་སྐྱབ་པས་གསུངས། །འདིས་ནི་ཕྱི་མར་བདེ་འགྲོ་  
བསྐྱབ་པས་ན། །ཐར་པའི་རྟེན་དུ་ཡང་དག་བཞག་པར་མཛད། །ལེགས་ལྷན་འགྲོ་བ་  
རྣམས་ཀྱིས་བསྟེན་པར་མཛོད། །ཐར་པའི་དགེ་མཚོག་འཁོར་བ་རིང་དུ་བྱེད། །དེ་  
ཡང་སྲིད་པར་འདུ་བྱེད་མཛོད་མན་ལས། །དཀར་ནག་གཉིས་ཀ་ལས་འདས་ཞི་ལ་  
གཞོལ། །ཐར་པའི་ཆ་མཐུན་ལ་སོགས་ཟག་མེད་རྒྱ། །དགེ་བ་བརྩུ་དང་བསམ་གཏན་  
གཟུགས་མེད་དང་། །པ་རོལ་ཕྱིན་དུག་ལ་སོགས་ལམ་ལྡས་བསྐྱས། །དེ་ཡང་གང་  
ཟག་ཆོས་བདག་མེད་རྟོགས་ནས། །ཐབས་དང་ཤེས་རབ་རྒྱང་འབྲེལ་དགེ་བ་  
ཡིས། །སྲིད་ཞིར་མི་གནས་འགྲོ་བའི་དོན་བྱེད་ཅིང་། །རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་མཐའ་  
ལས་བསྐྱབ་པས་ན། །རྣལ་འབྱོར་དགེ་བ་འཛིག་རྟེན་ཀུན་ལས་འདས། །དེ་ཡང་  
དམིགས་བཅས་བསོད་ནམས་ཆོགས་ཡིན་ལ། །དམིགས་མེད་ཡེ་ཤེས་ཆོགས་ཏེ་  
རྒྱང་འབྲེལ་གྱིས། །སྤྱིབ་གཉིས་སྦྱངས་ནས་སྦྱ་གཉིས་མཛོད་དུ་བྱེད། །དེ་ཡང་སོ་སོ་  
སྦྱེ་བའི་ཟག་བཅས་ཏེ། །འཕགས་པའི་ཟག་མེད་མཉམ་ཇེས་སྦྱོད་ལུལ་ཅན། །རིམ་  
བཞིན་སྦྱད་པས་ཐར་པ་ཐོབ་པ་ཡིན། །ཐར་པ་དགེ་བའི་རྟེན་ནི་རིགས་ཡིན་ལ། །དེ་  
ཡང་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་བ། །དྲི་མེད་ཁམས་ཏེ་རང་བཞིན་གནས་པའི་  
རིགས། །དེ་ཡང་སྤང་ཆ་སྦྱ་གཉིས་དཔེ་རྣམ་དགྲ། །སྦྱིང་ཇེའི་རང་བཞིན་ཡེ་ནས་  
གནས་པ་ནི། །རྒྱས་འགྱུར་རིགས་ཞེས་བདེ་བར་གཤེགས་པས་གསུངས། །ཅ་བ་  
རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་འོད་གསལ་ལ། །འོ་ཐོ་དུག་གསུམ་མེད་པས་དགེ་བ་  
ཡིན། །རིགས་དེ་སད་ལས་སེམས་གཉིས་རབ་བསྐྱེད་དུས། །སྦྱིང་ཇེ་མཛོད་བསྐྱབས་  
ཀུན་རྫོབ་བསོད་ནམས་ཆོགས། །བུམ་སོགས་གསུམ་དབང་བསྐྱེད་རིམ་དག་པ་

སྟེ། རྫོང་པ་རང་བཞིན་དོན་དམ་ཡེ་ཤེས་ཆོགས། བཞི་པ་ཆེག་དབང་རྫོགས་རིམ་  
ལྷག་རྒྱ་ཆེ། ཤེགས་པར་བསྐྱོམས་ཤིང་རིམ་གཉིས་སྟེལ་བ་ཡིས། ཉོན་མོངས་ཡེ་  
ཤེས་གནས་སྤྱར་དགེ་བ་རྣམས། ཆེས་ཆེར་འཕེལ་བས་ཁམས་ཀྱི་སྦྱིབ་སྦྱངས་ཏེ།  
ཆོས་གཟུགས་ངི་མེད་ཉི་མ་མཐོང་བར་འགྱུར། འཛིག་ཉེན་ཆོས་རབ་དགེ་བ་རྣམ་  
པ་བརྟུ། བསམ་གཏན་གཟུགས་མེད་ལ་སོགས་སྤྱང་བཅས་ཆོགས། འཛིག་ཉེན་  
འདས་གང་ཤིན་ཏུ་སྦྱོས་པ་མེད། རྫོན་དམ་ཡེ་ཤེས་ཆོགས་ཏེ་མཉམ་རྗེས་  
ཡུལ། རྩང་དུ་འབྲེལ་བར་སྦྱད་ལས་ལེགས་དགྲ་འགྲུབ། རྟེ་ཡང་སྤྱིད་པར་འདུ་བྱེད་  
དགེ་བ་ལྟར། ཞི་བར་འདུ་བྱེད་ཚུལ་གྱིས་ལས་སུ་བཞག། སྤྱིད་ལས་འདའ་བྱིར་  
ལས་ལས་ཐར་པ་ལགས། ལམ་ཞུགས་དགེ་བ་བརྟུ་ཡི་འབྲས་བུ་ཡང་། རྣམ་སྦྱིན་  
རྒྱ་མཐུན་དབང་དང་བྱེད་ལས་ཏེ། རྟེ་དག་ཚུང་འབྲིང་ཆེན་པོར་སྦྱད་པ་  
ཡིས། གནས་སྐབས་ལྷ་མི་མཐར་སྟག་ངེས་ལེགས་འགྲུབ། རྒྱ་མཐུན་བྱེད་པས་  
ངང་གིས་དགེ་ལ་གཞོལ། རྫོང་བས་ཆེ་རིང་བ་དང་ལོངས་སྤྱོད་ཆེ། མཐུན་པའི་  
བྱིས་ཐབ་དག་ཆེ་མེད་པ་དང་། རྫོང་བ་མི་འབྱུང་པན་ཚུན་མཛའ་བཤེས་  
བཞིན། ཆོག་གཟུང་འོས་དང་ཀུན་གྱི་ན་བར་སྦྱན། ཆོག་ཤེས་བྲམས་ལྡན་ལྟ་བ་  
བཟང་པོར་འགྱུར། དབང་གིས་ཡུལ་བཟང་གཟེ་བཟིན་སུན་སུམ་ཆོགས། བཟའ་  
བཏུང་སྦྱན་སོགས་འདུ་སྦྲེལ་སྦྱ་ཆེ་ཞིང་། རྟོགས་གཙང་སྦྱན་སོགས་ངི་ཞིམ་དང་  
དང་ལྟན། གཞན་གྱིས་མི་སྦྱ་འཛིགས་བལ་གནོད་འཆེ་མེད། སྦྱི་དགྲ་མཐུན་དང་  
རིག་ན་མཆོག་ཏུ་བདེ། དུས་ཀྱི་རྗེས་འགོ་ལེགས་སྦྱིན་འབྲས་བུས་སྦྱག་སྦྱོགས་  
མཉམ་ལ་མཆོ་བསེལ་རྗེར་བུས་བརྒྱན། མེ་ཏོག་འབྲས་མང་བཟང་དགྲ་འཕེལ་བ་

མཛོད་། །ལོ་འབྲས་སྒྲིན་སོགས་རོ་མཆོག་བདའ་བ་དང་། །འབྲུང་ཁུངས་བཟང་ཞིང་  
དབྱང་གཉེན་ལྡན་པར་སྒྱུ། །སྒྲེས་བྱ་བྱེད་པ་དག་ལས་དག་འཕེལ་བས། །ལེགས་  
དགྱའི་བསམ་པ་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་པ་ཡིན། །གཞན་ཡང་སྒྲིན་པས་ཁོངས་སྒྲིད་  
ཁྲིམས་ཀྱིས་བདེ། །བཟོད་པས་གཟུགས་བཟང་བཙོན་འགྲུས་ཡོན་ཏན་  
བརྒྱུད། །བསམ་གཏན་སེམས་ཞི་སྒོ་ཡིས་གྲོལ་བ་འཛོལ། །བྱམས་པས་ཡིད་འོང་  
སྒྲིང་རྗེས་པན་པ་འགྲུབ། །དགའ་བས་ཕུན་ཆོགས་བཏང་སྒྲོམས་རྩྭ་པ་  
མེད། །མདོར་ན་བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཆོགས་རབ་འབྲས། །གནས་སྐབས་མདོན་  
མཐོ་མཐར་ཐུག་ངེས་ལེགས་འགྲུབ། །འདི་ནི་ལམ་བཟང་གིང་རྟ་ཆེན་པོའི་  
སོལ། །དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་ཕུན་ཆོགས་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན། །དེ་ལྟར་སྤྲིད་ཞིང་འདུ་  
བྱེད་ལས་རྣམས་ནི། །སེམས་ལ་བརྟེན་ཞིང་སེམས་ཉིད་འོད་གསལ་ལ། །མཁའ་  
བཞིན་བྱེད་པོ་མི་དམིགས་སྒྲོས་དང་བྲལ། །བདེན་པ་གཉིས་དོན་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་  
བར་འབྲུང་། །གདོད་ནས་རྣམ་དག་མེད་བཞིན་སྤང་བ་ཡི། །ལས་ནི་ཀུན་བྱེད་རི་མོ་  
མཁའ་འཕྲུལ་ཞིང་། །རྟག་ཏུ་རྗེས་འགོ་ལུས་ཀྱི་གྲིབ་མ་འདྲ། །གཞན་དུ་མི་འཕོ་ལུས་ཀྱི་  
བདེ་སྦྱག་བཞིན། །རང་བཞིན་བརྒྱུག་དཀའ་ཆུ་ཁྲུང་འབབ་འཕྲུལ་ཞིང་། །མཐོ་དམན་  
ལྷུང་བྱེད་འགོ་ཀུན་དབང་པོ་འདྲ། །ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་འཕྲ་  
ཞིང་། །དཀར་ནག་མི་འགྱུར་ཀུན་ལྷུངས་འདྲ། །ལས་རྣམས་བརྟགས་ན་ངོ་བོ་འགའ་  
མེད་ཀྱང་། །མི་ལམ་བཞིན་དུ་བདེ་སྦྱག་སྤྲོ་ཆོགས་བྱེད། །སྒྲོས་བཏགས་ལས་རྣམས་  
དངོས་པོ་མཆོད་མ་མེད། །རྒྱ་འབྲས་མི་སྦྲུ་རྟེན་འབྲེལ་ཟབ་མོ་ཉིད། །ཡོད་མིན་མེད་  
མིན་རང་བཞིན་གཉིས་སུ་མེད། །རི་ལྟར་སྤྱད་བ་དེ་ལྟར་རྣམ་བར་སྒྲིན། །འདི་ནི་རི་

སྟེད་རྩི་བཞིན་གཟིགས་པའི་ཡུལ། །རྣམ་ཀུན་མཁའ་བ་དེ་ཡིས་ལེགས་པར་  
གསུངས། །གང་ཞིག་ལས་འབྲས་བྱུང་བ་ལྟར་དག་ལྟ་སྟེགས་ཆད་པར་ལྟ་བའི་  
སྟོབ་མ་སྟེ། །སྟོང་པའི་ལྟ་ལ་གདེང་ཅན་སྟེ་འཆའ་བ། །ཆད་པའི་མཐར་ལྷུང་འོག་ནས་  
འོག་ཏུ་འགྲོ། །ལས་ངན་ཞུགས་པ་དེ་དག་གནས་ངན་ལས། །རྣམ་ཡང་མི་ཐར་བདེ་  
འགྲོ་རིང་བྱེད། །རྒྱ་འབྲས་སྟོང་རྩི་བསོད་ནམས་ཆོགས་འདི་དག་ །འདྲ་དོན་གྱིས་  
པའི་ཆོས་ཏེ་སངས་མི་རྒྱ། །དེས་དོན་བྱར་མེད་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་དོན། །རྣམ་འབྱོར་  
ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོམས་ཤིག་ལོ། །ཆད་པ་ལས་ཀྱང་ཆད་པའི་ལྟ་བ་ཅན། །དམན་  
པ་ལས་ཀྱང་དམན་པའི་ལས་ཞུགས་དག་ །རྒྱ་ཉིད་བཀག་ནས་འབྲས་བུ་བསྐྱབ་པ་  
མཆར། །རྣམ་མཁའ་ཡིན་ན་བསྟོམ་ཡང་ཅི་ཞིག་དགོས། །མིན་ན་བསྟོམས་ཀྱང་ངལ་  
བ་དོན་མེད་དོ། །ཅད་མེད་བསྟོམས་པས་ཐར་བ་ཐོབ་འགྱུར་ན། །རྣམ་མཁའ་ཡིད་  
ཅན་རྣམས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་འགྱུར། །བསྟོམ་པར་ཁས་སྒྲངས་ནས་ཀྱང་རྒྱ་འབྲས་  
འགྱུབ། །དེ་ཕྱིར་ལས་ངན་དེ་འདྲ་རྒྱུང་སྤངས་ཤིག་ །ཡང་དག་ལས་ནི་རྒྱ་འབྲས་རྟེན་  
འབྲེལ་ཏེ། །ཐབས་དང་ཤེས་རབ་མཉམ་སྦྲོར་ལྷན་གྱིས་བྱུབ། །སྤང་ལ་རང་བཞིན་  
མེད་པའི་ལས་འབྲས་ཀྱིས། །སྤང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པའི་ལས་བསྟོམས་ཏེ། །སྤང་ལ་  
རང་བཞིན་མེད་པའི་འབྲས་བུ་འཛོམ། །སྤང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པའི་སེམས་ཅན་  
དོན། །སྤང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པའི་མཛད་པ་ནི། །དག་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཐབས་མའི་རྟེན་  
འབྲེལ་ཡིན། །དེ་བས་དེས་དོན་མདོ་རྒྱུད་སྟོང་པའི་དོན། །ཆོགས་གཉིས་ཟུང་འཇུག་  
རིམ་གཉིས་བསྐྱེད་རྫོགས་ཀྱིས། །སྤྱིར་དུ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སྐྱབ་བྱེད་  
ཡིན། །འདི་ནི་སྤྱིད་པར་འདུ་བྱེད་རྒྱ་འབྲས་ཀུན། །ཆ་དང་བཅས་པ་མ་ལུས་རབ་

སྤངས་ནས། །ཐར་བའི་རྒྱ་འབྲས་ནན་ཏན་སྟོང་པོར་བྲ། །ལྷུང་དུ་མངོན་མཐོངས་  
ལེགས་བྱང་ཚུབ་འགྲུབ། །དེ་ལྟར་བདེ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་ཆར་བསིལ་བས། །འགྲོ་སེམས་  
ས་གཞིར་ཆོགས་གཉིས་རབ་རྒྱས་ཏེ། །ལས་དང་ཉོན་མོངས་ཡོངས་གང་སྤྲིད་པ་  
འདིར། །དུབ་བའི་སེམས་ཉིད་དི་རིང་ལ་སོས་ཤིག་། །རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་སེམས་ཉིད་  
ངལ་གསོ་ལས། །ལས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ལེ་ཏུ་སྟེ་བཞི་བའོ། ། །

### ལེ་ཏུ་ལྷ་པ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པ།

དེ་ལྟར་ལས་འབྲས་མ་ནོར་ལེགས་བའི་ལས། །དམ་བ་རྣམས་ལ་ཉེ་བར་  
བསྟེན་ལས་འབྱུང་། །དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཉན་རང་ཆོགས། །བྱང་ཚུབ་  
གསུམ་བརྟེས་དགེ་བའི་བཤེས་ལས་བྱུང་། །སྤྲིད་ན་མངོན་མཐོང་བདེ་བའི་ཤས་ཐོབ་  
པ། །དེ་ཡང་དམ་བ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་། །དེ་ཕྱིར་སྟེ་ཐོ་དམ་བ་བསྟེན་བར་བྲ།  
།རི་ལྟར་ཅ་རྩན་ཤིང་ལ་འཁྲི་ཤིང་དང་། །མི་གཙང་འདས་དུ་བརྟེན་བའི་ཀྱ་ཤ་  
ལྟར། །དམ་བ་བསྟེན་བས་རང་ཉིད་དམ་བར་འགྱུར། །ངན་བ་བསྟེན་བས་རང་ཉིད་  
ངན་བར་འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་སྟེ་ཐོ་དམ་བ་བསྟེན་བ་དང་། །སྤྲིག་བའི་བཤེས་གཉེན་  
སྤངས་ལ་ནན་ཏན་བྲ། །དམ་བ་དེ་ཡང་ཆོས་ཚུལ་དུ་ཞེན། །འཇིག་རྟེན་འདྲན་ཕྱིར་  
ཀྱན་དང་ཆ་མ་ཐུན་ལ། །འཇིག་རྟེན་འདས་ཕྱིར་ཀྱན་དང་ཆ་མི་མ་ཐུན། །སྟོ་གསུམ་  
སྟོད་པ་ཀྱན་ལས་བྱུང་བར་འཕགས། །ཞི་སྟུ་ཀྱན་སྟོད་གཙང་ཞིང་སྟོན་མེད་ལ། །ཐེ་  
ཆོམ་གཙོད་མཁས་གསུང་སྟན་ཅི་མ་མེད། །ཐུགས་ནི་རབ་ཞི་ཀྱན་མཁུན་ཡེ་ཤེས་  
མཛོད། །ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་ཐོས་དང་སྟོང་རྩེ་ཆེ། །ཤེས་རབ་རྒྱ་ཆེ་དགོངས་སྟོད་  
ནས་མཁའ་འབྲ། །སྟོན་ལས་ཆད་མེད་འབྲེལ་ཆད་དོན་དང་ལྡན། །བྱམས་ལྡན་སྟོ་

ངལ་སྤངས་ཤིང་ཏྲུ་ཏུ་བཅོན། །འགྲོ་བའི་ཁ་ལོ་གེན་ཏུ་བསྐྱར་ལ་བཏེན། །བྱང་པར་  
གསང་སྤྲུགས་སྒྲ་མའི་མཚན་ཉིད་ནི། །དབང་དང་སྒོམ་པ་དམ་ཆོག་གཙང་ལྷན་  
ཞིང་། །རྒྱུད་དོན་མན་ངག་རྒྱ་མཚོའི་པ་རོལ་བྱིན། །བསྟེན་སྒྲུབ་ལས་སྦྱོར་འཕྲིན་  
ལས་མངའ་བརྟེན་ཤིང་། །ཉ་སྒོམ་སྦྱོད་འབྲས་ཉམས་རྟོགས་བྱོད་ཆད་ཐོབ། །བཅེ་  
ཆེན་ཐབས་མཁས་གདུལ་བྱ་སྤྲིན་གྲོལ་འགོད། །བརྒྱུད་པའི་བྱིན་རྒྱལས་སྤྲིན་ཕུང་མ་  
ཡལ་བ། །དེ་འདྲའི་མཁས་གྲུབ་དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མ་བསྟེན། །གང་གི་ཡོན་ཏན་ཤིན་ཏུ་  
མཐའ་ཡས་ཏེ། །འགྲོ་བའི་གཉེན་གྱུར་སྤྱོད་པ་ཙམ་རབ་བསྤྲུགས་ན། །སྤྲིད་མཚོ་  
སྦྱོལ་བས་གྲུ་ཆེན་མཉེན་པ་སྟེ། །ལམ་ཁྲུགས་རྣམས་ཀྱི་དེད་དཔོན་སྒྲ་ན་མེད། །རྒྱུད་  
པ་སེལ་བས་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་སྟེ། །ལས་དང་ཉོན་མོངས་མེ་འཛིལ་བདུད་ཅིའི་  
ལྷ། །ཆོས་ཆར་བསིལ་བས་ཆར་སྤྲིན་བཟང་པོ་སྟེ། །འགྲོ་ཀུན་དགའ་བསྐྱེད་ལྷ་ཡི་ར་  
པོ་ཆེ། །དུག་གསུམ་ནད་སེལ་སྤྲན་པའི་རྒྱལ་པོ་སྟེ། །མ་རིག་སྤྲན་སེལ་སྤྲིན་མེ་འོད་  
པོ་ཆེ། །སྦྱེ་དགའི་བདེ་འབྱུང་དཔག་བསམ་ཤིང་ཆེན་ཏེ། །འདོད་དགུ་ལྷན་གྲུབ་རིན་  
ཆེན་བྱམ་པ་བཟང་། །བྱམས་ཆེན་ཉི་མ་འོད་ཟེར་དཔག་མེད་དེ། །གདུང་སེལ་སྒྲ་བ་  
པན་བདེའི་འོད་དཀར་ཅན། །དགོངས་སྒྲོང་ཡངས་པས་བྲི་མེད་མཁའ་འདྲ་ལ། །ཉིང་  
འཛིན་འོད་གསལ་གཟའ་སྐར་ལྷན་གྲུབ་འདྲ། །མཁའ་བཅེའི་རང་བཞིན་དཔག་མེད་  
མཚོ་འདྲ་ཞིང་། །སྤྲུགས་རྗེའི་རྒྱལས་ཆེན་གཡོ་བས་རྒྱ་ཁྱུང་འདྲ། །རྣམ་གཡེང་མི་  
བསྐྱོད་གངས་རིའི་དཔལ་འདྲ་ཞིང་། །མཚོག་ཏུ་མི་གཡོ་རི་རྒྱལ་ལྷན་པོ་འདྲ། །སྤྲིད་  
གནས་མི་གོས་འདམ་སྦྱེས་པད་འདྲ་ཞིང་། །ཀུན་ལ་སྤྲུགས་སྦྱོམས་བྱམས་སྤྲུག་པ་  
མ་འདྲ། །ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་རིན་ཆེན་གཉེར་འདྲ་ཞིང་། །འཛིག་རྟེན་འཕྲེན་པས་

རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་འདྲ། །དེ་འདྲའི་སྒྲ་མ་དབལ་ལྡན་ཆོས་ཀྱི་རྩེ། །གང་ན་བཞུགས་  
ནམས་སངས་རྒྱས་ཀྱན་དང་མཉམ། །མཐོང་ཐོས་དྲན་རེག་འཁོར་བ་ཕྱིར་བསྐྱེལ་  
ཞིང་། །རྒྱབས་ཆེན་ཐིན་ལས་ཁུར་ཆེན་དབག་ཏུ་མེད། །ས་ཆེན་འགྲོ་བ་ཀྱན་གྱི་ཉེན་  
བཞིན་ནོ། །དཀོན་མཆོག་བཞི་པ་སྒྲ་མ་སངས་རྒྱས་ཉེ། །དཀྱིལ་འཁོར་དབང་ལྷག་  
ཉེ་བུ་ཀ་དབལ་ཉིད། །སྐྱགས་དུས་འགྲོ་བ་གདུལ་དཀའི་དོན་མཛད་པས། །གདུལ་  
བྱའི་རོང་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱན་བས་ལྷག། །དངོས་གྲུབ་ཅ་བ་དོན་རྩིས་དཔོན་ལ། །སྒྲོ་  
གསུམ་ཐོལ་མེད་གཙང་མའི་སྤྱི་བོས་བསྟེན། །དེ་དག་གིས་ནི་རན་འགྲོའི་ལམ་  
འགོག་ཅིང་། །བདེ་འགྲོའི་སྐྱས་འཇུགས་འདི་ཕྱིར་པན་བདེ་མཛད། །ཡང་དག་དོན་  
སྟོན་སེམས་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །ཆེ་འདིར་སྤྲོན་གྲོལ་ལམ་ལ་འགོད་པས་  
ན། །ཉག་བཟླ་འཕོ་འགྲུར་མེད་པའི་དད་པ་ཡིས། །དུས་ནམས་ཀྱན་དུ་སྐྱོང་ལ་མེད་  
པར་བསྟེན། །རི་ལྷར་ནད་པས་སྤྲོན་པའི་རྒྱལ་པོ་དང་། །དམངས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་འགྲོན་  
པོས་སྐྱེལ་མ་དང་། །ཆོང་པས་དེད་དཔོན་གྲུ་པས་གཉེན་པ་ལྷར། །ཉོན་མོངས་ཞི་  
ཕྱིར་ཉེས་ཀྱན་གཞོད་བྲལ་ཕྱིར། །སྐྱེ་ཤིས་འཇིགས་ཕྱིར་དོན་གཉེས་ལྷན་གྲུབ་  
ཕྱིར། །སྲིད་མཆོ་བཀལ་ཕྱིར་སྒྲ་མ་བསྟེན་པར་བྱ། །སྒྲ་མ་སྤྲོན་པ་གདམས་དག་སྤྲོན་  
དང་ནི། །རང་ལ་ནད་པའི་འདུ་ཤེས་ཉེར་བཞག་སྟེ། །ནན་ཏན་བཙོན་པ་སྤྲོན་ཉིད་  
བསྟེན་ཚུལ་དང་། །ཞི་བདེ་ནད་ལས་གྲོལ་བའི་འབྲས་ཐོབ་བཞིན། །བསྟེན་ཚུལ་  
གཞན་ནམས་ཚུལ་དེས་དབག་བྲས་ལ། །དག་པའི་འདུ་ཤེས་བཞི་ཡིས་བསྟེན་པར་  
བྱ། །གཞན་དུ་སྐལ་རན་སྒོལ་མ་ཉེས་ཀྱན་གཞི། །དད་དང་རོ་ཆ་ཁྲེལ་མེད་སྙིང་རྩེ་  
ཆུང་། །རིགས་དང་རང་བཞིན་ཀྱན་སྐྱོད་སྐལ་བ་དན། །སེམས་དང་ལས་དང་ཉོན་

མོངས་དྲུག་ལྔ་རགས། །ཆོས་དང་ཆོས་མིན་དགེ་སྤྲིག་བསྐྱབ་པ་འཆལ། །སྒྲོམ་དང་  
དམ་ཆིག་མི་བསྐྱར་གཉེན་པོ་མེད། །རབ་མོངས་སྒྲོ་བྲོས་རྒྱུད་ཁིང་དགང་དགའ་  
བ། །ཁྲི་དང་ཆིག་རྩུབ་འཕེལ་བ་དེ་དག་གིས། །ཁྲ་མ་རི་དགས་ཆོས་ལ་སྒྲ་ཅི་  
དང་། །རང་ལ་རྩོན་པ་ནན་ཏན་མདའ་འཕེན་དང་། །ཆོས་བྱུང་འབྲས་བྱུ་གཞན་དུ་  
འཆོང་བའི་རྩུལ། །འདུ་ཤེས་ལོག་པ་ལྔ་ཡིས་བསྟེན་བ་ནི། །དམ་ཆིག་མེད་པས་འདི་  
ཕྱིར་སྤྲུག་བསྐྱལ་འཛོལ། །ལ་ལས་ཐོག་མར་མ་བརྟགས་བབ་བཅོལ་འཇུག། །གསར་  
ངེས་ཡོན་ཏན་བརྗོད་ཅིང་ཕྱི་ནས་སྒྲོད། །ཁ་ཅིག་འབྲས་མས་ངོ་སྟོག་ངན་གཡོའི་  
རྩུལ། །ཟུར་གྱིས་སྒྲ་མ་ཉེ་འཁོར་སྤྲོན་འབྲིན་བ། །དེ་དག་གིས་ནི་འབྲས་བྱུ་མནར་  
མེད་ཉིད། །སྐལ་བཟང་སྒྲོབ་མ་དད་དང་ཤེས་རབ་ཆེ། །བརྩོན་འགྲུས་བག་ཡོད་བྲན་  
དང་ཤེས་བཞིན་ལྷན། །བཀའ་ལས་མི་འདའ་སྒྲོམ་དང་དམ་ཆིག་བསྐྱར། །སྒྲོ་གསུམ་  
དུལ་ཁིང་སྤྲིང་རྩེ་པན་སེམས་ཆེ། །ཁོང་ཡངས་སྒྲོ་རིང་གཏོང་པོད་དག་སྤྲང་  
ཆེ། །བརྟན་ཁིང་མོས་གྲུམ་ཆེ་བ་དེ་དག་གིས། །རྟག་དུ་སྒྲ་མའི་ཡོན་ཏན་བྲན་བྱ་  
ཁིང་། །སྒྲོན་ལ་མི་རྟོག་མཐོང་ཡང་ཡོན་ཏན་བསམ། །རང་སྤྲང་ཡིན་ངེས་ཁོང་ལ་མི་  
མངའ་ཞེས། །སྤྲིང་ནས་བསམ་ཁིང་བཤགས་བསྐྱམ་གཉེན་པོ་བསྟེན། །སྒྲ་མ་མི་  
མཉེས་ཆ་དང་བཅས་སྤྲང་ཁིང་། །རི་ལྟར་མཉེས་པའི་ཐབས་ལ་འབད་པར་བྱ། །སྒྲ་  
མས་བཀའ་སྤུལ་ནམ་ཡང་མི་བཅག་ཅིང་། །སྒྲ་མའི་ཉེ་འཁོར་སྤྲུག་བའང་སྒྲ་མ་  
བཞིན། །སྒྲ་མའི་འཁོར་གཡོག་སྒྲོབ་མར་མི་བསྐྱུ་ཁིང་། །ཆོས་བཤད་དབང་བསྐྱར་  
ལ་སོགས་ཁུས་ཏེ་བྱ། །སྒྲ་མའི་སྤྲོན་སྤྲང་ལུས་ངག་ཡིད་བསྐྱམ་ཁིང་། །ཀར་པ་བརྒྱུད་  
དང་སྤྱིལ་བྱུང་བྱུང་མི་བསྟན། །ངོ་འཇུག་མི་གནག་ཁྲོ་གཉེར་བསྟན་མི་བྱ། །བབ་ཅོལ་

མི་སྣ་བརྟན་ཆོག་པ་མ་དང་། །གཞན་གྱི་སྦྱོན་བརྗོད་མི་སྣ་རྩ་བ་མོའི་ཆོག་ །མ་  
བརྟགས་འབྲེལ་བ་མེད་ནམས་སྣ་མི་བྱ། །སྤྱི་མཐོང་རྣམས་ལ་བརྟུལ་མེས་མི་བྱ་  
ཞིང་། །སྤེར་བཅས་གཞོད་མེས་མཆ་དང་བཅས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ། །སྤྱི་མཐོང་མཛོད་སྦྱོད་སྣ་  
ཆོགས་ཆོ་འབྲུལ་ལ། །ཁ་ཞེ་འཛོལ་བས་འབྲུལ་བར་མི་བརྟག་ཅིང་། །འདི་ནི་མི་  
རིགས་ཁོང་རང་མཛོད་མོད་སྣ། །ཅུང་ཟད་འགལ་འདྲུ་ཉེས་སྦྱོན་ལོག་ལྟ་  
དོར། །གལ་ཉེ་སྤྱི་མ་སྤང་བར་མདོན་ན་ཡང་། །རང་སྦྱོན་ཡོད་དེས་བརྟགས་ལ་  
བཞགས་བསྐྱེད་བྱ། །སྦྱི་གཙུག་བསྐྱོམས་ལ་གསོལ་བ་དག་པོ་གདལ། །དེ་ཡིས་  
མཉེས་ཤིང་དངོས་བྱུང་སྤྱར་དུ་འཛོལ། །སྤྱི་མ་མཐོང་ཆེ་ལྡང་དང་བྱུག་འཆལ་  
ཞིང་། །བཞགས་ཆེ་སྣ་སོགས་མཁོ་བའི་ཡོ་བྱད་དཔུལ། །སྣ་བར་སྤྱི་བས་བསྦྱོད་  
ཅིང་ཐལ་མོ་སྦྱོར། །བཞགས་ཆེ་ལྡང་དང་ཞབས་འབྲིང་བསྐྱེད་བཀྱར་བྱ། །རྟག་ཏུ་བར་  
དང་ཤེས་བཞིན་བག་ཡོད་ཅིང་། །གྲུས་དང་འཛིགས་བཅས་ཞུས་བས་གནས་བར་  
བྱ། །དེ་ལྟར་བག་མ་གསར་བའི་ཚུལ་བཞིན་དུ། །སྤྱོད་གསུམ་ཞི་བས་སྤྱི་མཐོང་  
འདུག་གི། །འབྲུང་ཞིང་གཡེང་ལ་ཆོད་བག་བྱ་བ་མིན། །སྤྱོད་གསུམ་རིས་མ་ཡིན་ཁེ་དང་  
གྲགས་བས་མིན། །གཡོ་སྤྱུས་མ་ཡིན་དེ་བཞིན་ཚུལ་འཆོས་མིན། །དོ་སྤྱོད་མ་ཡིན་  
ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་མིན། །རང་ལ་འབྱོར་བ་ཡོད་ན་སྤྱི་མ་མཆོད། །ལུས་དག་ཞབས་  
རྟག་བསྐྱེད་བཀྱར་སྤྱི་ཞུ་དང་། །ཆེ་འདི་སྤྱོད་བཀྱར་བསྐྱེད་བས་མཉེས་བར་  
བྱ། །གཞན་གྱིས་མི་སྣ་བརྗོད་ནའང་དེ་བསྐྱོག་ཅིང་། །བྱས་བ་མེད་ན་སྤྱི་མ་ཡང་  
ཡོན་ཏན་བསམ། །ན་བ་དག་ཅིང་སྤྱི་མ་རྣམས་ལ་བསྐྱེད། །དེ་ལ་མི་བཞིན་བག་  
མེས་སྤྱི་བ་མིན། །དེས་ནི་ཆེ་རབས་ཀྱི་དུ་ཕན་བ་འབྱུག། །དམ་བ་ནམས་དང་སྤང་

ཅིང་ཆོས་རབ་ཐོས། །ས་དང་ལམ་དང་གཟུངས་དང་ཉིང་དེ་འཛིན། །སྤྲ་ཆོགས་ཡོན་  
ཏན་འགྱོར་བས་ཡོངས་གང་ཞིང་། །འགྲོ་ལ་ཞི་བདེའི་དགའ་སྟོན་འབྱེད་པ་ཡིན། །དེ་  
ལྟར་དམ་པ་རྣམས་ལ་ལེགས་བརྟེན་བས། །སྤྲིག་པའི་བཤེས་གཉེན་ངན་བཤང་ཀྱུན་  
དུ་སྤང་། །དེ་ཡང་སྤར་བཤད་ཡོན་ཏན་མི་ལྟན་ཞིང་། །ལོག་པའི་སྦྱོན་མང་སྤྲོམ་དང་  
དམ་ཆོག་འཆལ། །བྱམས་དང་སྤྲིང་རྩེ་ཤེས་རབ་ཐོས་པ་རྩུང་། །ལེ་ལོ་སྦྱོམ་ལས་མི་  
ཤེས་ང་རྒྱལ་ཆེ། །ཀོ་ལོང་གཏུག་རྩལ་ཉོན་མོངས་དུག་ལྡ་རགས། །ཆེ་འདི་དོན་  
གཉེར་བྱི་མ་རྒྱང་རིང་འཕང་། །ཆོས་ལྟར་སྟོན་ཡང་ཆོས་མིན་ཐོག་པོའི་རིགས། །མི་  
གཙང་ཕུང་པོ་ལྟ་བུའི་སྤྲོ་མ་ནི། །གཏུལ་བུའི་བུང་བ་མང་ཡང་རིང་དུ་སྤང་། །དད་ལྡན་  
ལོག་ལམ་ངན་འགྱོར་འབྲིད་བས་ན། །ཐར་ལམ་འདོད་བས་ནམ་ཡང་བསྟེན་མི་  
བྱ། །སྤྲིག་པའི་གྲོགས་པོ་དེ་ཡང་སྤང་བྱ་སྟེ། །རི་ཙམ་འགྲོགས་པ་དེ་ཙམ་སྤྲིག་པ་  
འཕེལ། །དགོ་བ་འགྲིབ་ཅིང་ཉོན་མོངས་ཆར་བཞིན་འབབ། །བདེ་འགྲོ་འགོག་ཅིང་  
ངན་འགྲོའི་འབབ་སྟེགས་ཏེ། །དམ་པ་སྟོད་ཅིང་དཀར་པོའི་ཆོས་ལ་སྤང་། །ངན་པ་  
བསྟོད་ཅིང་ནག་པོའི་ཆོས་ལ་བསྟེན། །སྤྲལ་མཉམ་མི་དགོ་སྟོད་རྣམས་བསྟུགས་པ་  
སྟེ། །རྟག་ཏུ་ལོག་ལམ་ངན་འགྱོར་འབྲིད་བས་ན། །ཆོ་མིག་ལྡན་བས་རིང་དུ་སྤང་བར་  
བྱ། །སྤྲིག་པའི་བཤེས་གཉེན་གྲོགས་བཅས་སྤངས་པ་ཡིས། །འདི་ཕྱིར་བདེ་ཞིང་  
ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་འབྱུག། །རྟག་ཏུ་དགོ་འཕེལ་ཐར་ལམ་ཐབ་མོ་བཟུང་། །སྟེ་བོ་ངན་  
པ་ནམ་ཡང་མི་མཐོང་ཞིང་། །བདེ་གཤེགས་སྤྲས་གྱིས་བསྐྱོར་བའི་མགོན་པོ་  
ཡིས། །བདག་ལ་དགོངས་ཤིང་བྱིན་གྱིས་རྫོབ་བར་མཐོང་། །བདེ་བར་ཆེ་ཡི་དུས་  
བྱས་མཐོ་རིས་འགྲོ། །དེ་སོགས་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་ཡོན་ཏན་ལྡན། །དགོ་བའི་

ཐོགས་པོ་དམ་པ་རྟག་ཏུ་བསྟེན། །དེ་དག་གིས་ནི་དགེ་བའི་ལས་འཕེལ་ཞིང་། །སྤྲིག་  
དང་ཉོན་མོངས་འབྲིབ་ལ་ཉེས་པ་འགོག། །སྤྲིང་ལས་མཐར་འབྲིན་མངོན་མཐོངས་  
ལེགས་འབྱུག། །ཆེ་འདིར་བདེ་ཞིང་སྤྱི་མ་འབྲས་དང་བཅས། །རྟག་ཏུ་དོན་ཡོད་ལྷ་  
མིའི་འདྲན་པར་འབྱུར། །དགེ་བའི་བཤེས་དང་དགེ་ཐོགས་བསྟེན་པ་ཡིས། །དགེ་  
ཆོགས་འཕེལ་ཞིང་འབྲས་བྱ་བདེ་བ་འཛོལ། །སྤྲིང་ན་མི་འཛིགས་པན་བདེ་དཔག་  
མེད་ཅིང་། །འགྲོ་བའི་དོན་གཉིས་འབྱོར་པ་མཐའ་ཡས་འབྱུག། །འདི་ནི་རྣམ་འདྲན་  
རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་པ་སྟེ། །སྤྲིགས་མའི་དུས་སུ་དེ་ལྟར་སྤང་བ་ཡིན། །དེ་བས་རི་སྤྲིང་  
བྱང་རྒྱབ་སྤྲིང་པོའི་བར། །སྤྲེ་བོ་དམ་པ་རྣམས་ལ་བསྟེན་པར་བྱ། །དེ་ཡིས་དག་སྤང་  
ཐོགས་མེད་འཆར་བ་དང་། །བྲམས་དང་སྤྲིང་རྩེ་བྱང་རྒྱབ་སེམས་འབྱོརས་  
ཤིང་། །ཉམས་དང་རྟོགས་པ་རང་བཞིན་གོང་དུ་འཕེལ། །གཞན་དོན་དཔག་མེད་ཅི་  
བསམ་ཆོས་བཞིན་འབྱུག། །རི་ལྟར་བསྐྱོམ་ཞིང་གསོལ་བ་གདབ་པ་ནི། །རྒྱན་དུ་  
ཆོགས་བསགས་སྤྲིབ་པ་སྤྲོད་བ་ལ། །ཉིན་མོ་སྤྱི་གཙུག་མཆན་མོ་སྤྲིང་ནང་དུ། །ཅ་  
བའི་སྒྲ་མ་གང་མོས་ཡི་དམ་དང་། །མཁའ་འགྲོ་གཉིས་མེད་མཆན་དཔེས་བརྒྱན་  
པའི་མཐར། །བརྒྱད་པའི་སྒྲ་མ་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོས་བསྐྱོར། །ཡིད་ཀྱིས་མཆོད་  
ཅིང་འདོད་དོན་གསོལ་བ་གདབ། །མཆན་དེ་རྒྱ་སྐད་ཐོག་མར་ཨོ་སྤྲིན་ཞིང་། །ཐ་  
མར་ལྷ་མྱོ་གང་འདོད་ཤམ་བྱར་གདགས། །ནད་གདོན་སྤྲིག་སྤྲིབ་ཞི་བར་འདོད་པ་  
ཡིས། །ཐམས་ཅད་དཀར་པོ་འདྲ་ཟེར་རབ་འཕྲོས་པས། །མི་མཐུན་ཐོགས་ཞི་དངོས་  
གྲུབ་ཐོབ་པར་བསམ། །ཆེ་དཔལ་འབྱོར་སོགས་རྒྱས་པའི་ལས་འདོད་པས། །སེར་  
པོ་འདོད་དགའི་ཆར་པ་འབེབས་པར་བསམ། །དབང་དང་དགུག་པ་ལ་སོགས་དབང་

རྣམས་ལ། །ཐམས་ཅད་དམར་པོ་འོད་ཟེར་ལྷགས་ཀྱི་འཛུལ། །བགེགས་དང་གདོན་  
སོགས་ཚར་བཅད་མངོན་སྤྱོད་ལ། །ཐམས་ཅད་མཐིང་ནག་འོད་ཟེར་མཆོན་ཆ་  
འགྲོ། །མེ་དབྱང་ཅིབས་སྟོང་འཁོར་ལོས་འདྲོམས་པར་བསམ། །སྤྲལས་བརྒྱས་སྟོང་  
གསུམ་གཡོ་འགྲུལ་ལྷེག་ཅིང་འཕར། །ལས་རྣམས་བྱུང་ཅིང་ལྷག་པའི་བསྐྱེད་རིམ་  
བསྐྱོལ། །རྗེས་རྣམས་རིམ་བསྐྱེད་མི་དམིགས་སྟོང་པའི་རང་། །དར་ཅིག་སྟོང་ལ་དགེ་  
བ་བྱང་ཚུབ་བསྟོ། །སོ་སོའི་ལས་དང་རྗེས་མ་སྤྱན་རྟགས་རྣམས་འབྱུང་། །འདི་ནི་ཟབ་  
ལམ་བདེ་ཆེན་རྒྱ་མཆོ་ཡིན། །ཁྱད་པར་ནད་གདོན་བར་ཆད་འཆི་བསྐྱེད་ཆོ། །མདུན་  
ཀྱི་ནམ་མཁར་བད་སྟོང་སེལླེའི་ཁྱི། །མི་འཇིགས་ཡངས་པ་ཅན་སྟེང་སྤྲ་མ་  
དང་། །སངས་རྒྱས་དབྱེར་མེད་འཇུག་མཉམས་ལྷན་པ་ལ། །བརྒྱད་པའི་སྤྲ་མ་བྱང་  
སེམས་མཁའ་འགྲོས་བསྐྱོར། །འོག་ཏུ་རིགས་བྱུག་ལན་ཆགས་སྟོང་རྗེའི་  
མགོན། །དུས་གསུམ་པ་མ་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་བསམ། །རང་སེམས་སྤྱི་གཙུག་  
རྩྭ་འཛོན་དཔའ་བོའི་སྒྲ། །ཚུ་གི་ཐོད་པ་ཐོགས་པའི་རྣམ་པ་ཡིས། །ལུས་ཀྱི་ཐོད་པ་  
སྟོན་མཆོམས་མཛོད་སྤྱར་བཅད། །ཐོད་པའི་སྤྱིད་བུ་གསུམ་སྟེང་བཞག་པའི་  
ནང་། །ལུས་ཀྱི་ཤ་ཁྲག་དུས་པས་ཁེངས་པ་ལ། །བདུད་ཅིའི་ཆར་བབ་འོག་ནས་མེ་  
འབར་བས། །ཐོད་པ་སྟོང་གསུམ་དང་མཉམ་བདུད་ཅིས་ཁེངས། །རང་སེམས་དཔའ་  
བོ་གངས་མེད་སྤྲུལ་པ་ཡིས། །ཐོད་པས་ཐམས་ཅད་དུས་མཉམ་བདུད་ཅི་བཀྲ། །ཞི་  
བའི་མགོན་མཉེས་ཆོགས་རྫོགས་དངོས་བྱུང་ཐོབ། །སྤྱིད་པའི་མགོན་མཉེས་ཐོག་  
མེད་ལན་ཆགས་འཁོར། །ཁྱད་པར་གང་གཞོད་གདོན་མཉེས་བར་ཆད་ཞི། །ཐམས་  
ཅད་མཉེས་པའི་འོད་ཟེར་བདག་ལ་ཐོག། །ནད་ཞི་གདོན་ཞི་བར་ཆད་རང་སར་

ཞི། །འཆི་བ་སྐྱུས་ཤིང་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་བསམ། །རྗེས་ལ་ཐམས་ཅད་མི་  
དམིགས་སེམས་ཀྱི་ངང་། །སེམས་ཉིད་མི་དམིགས་ཆོས་དབྱིངས་མཉམ་པར་  
གཞག། །སྐྱུ་མའི་རང་བཞིན་དག་པས་བསྟོ་བ་བྱ། །འདིས་ནི་མི་མ་སྐྱུན་རྒྱུན་རྣམས་ཞི་  
བ་དང་། །ཆོགས་ཆེན་རབ་རྫོགས་སྐྱིབ་གཉིས་བྲལ་བ་སྟེ། །བྱིན་རྒྱབས་ཆད་མེད་  
རྟོགས་པ་རྒྱད་ལ་སྟེ། །བདག་འཛིན་མེད་ཅིང་ངེས་འབྱུང་སྟོ་སྟ་མུང་། །བསམ་པ་  
འབྲུབ་ཅིང་སྤང་སྤིང་སྒྲ་མར་འཆར། །གནད་གཅོད་མེད་ཅིང་འཆི་ཀའི་འོད་གསལ་  
འབྲུབ། །བར་དོར་གྲོལ་ཞིང་དོན་གཉིས་ཕྱན་སྐྱུལ་ཆོགས། །དེ་ཕྱིར་སྒྲ་མ་བསྐྱུབ་ལ་  
ནན་ཏན་བྱ། །གང་གིས་བསྐྱེད་རིམ་བསྐྱལ་པར་བསྟོམས་པས་ཀྱང་། །སྒྲ་མ་སྐྱད་  
ཅིག་བྲན་པ་མཆོག་ཏུ་གསུངས། །དཔལ་ལྷན་འབྱོར་པ་དམ་པའི་གཞིར་གྱུར་  
པ། །ཡོན་ཏན་ཡོངས་གང་པན་བདེའི་སྤྱིན་ཆོགས་ཅན། །ས་གསུམ་བདུད་ཅི་དམ་  
པའི་ཆར་འདོད་པས། །ཐུགས་རྗེའི་རང་ཅན་རྣམས་ལ་བརྟེན་པར་བྱ། །ཐོག་མེད་  
དུས་ནས་ཉི་བར་གོམས་པ་ཡི། །ཡིད་མཁའི་ཉོན་མོངས་གདུང་བ་ཞི་བའི་ཕྱིར། །ཁོར་  
བཟང་རྟག་ཏུ་དུ་བཞིན་ཆོས་ཆོལ་བས། །སྟོང་ལ་སྤངས་ལ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་  
བསྟེན། །དེ་ལྟར་དོན་སྟོང་དབང་པོའི་རྒྱད་སྟོང་ལྷན། །སྐལ་བཟང་ན་བའི་བདུད་ཅིར་  
ལྷུང་བ་ལས། །ཉེས་གྱུར་ལོག་པའི་ལམ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིས། །དུབ་པའི་སེམས་ཉིད་དེ་  
རིང་ངལ་སོས་ཤིག། །རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་སེམས་ཉིད་ངལ་གསོ་ལས། །དགེ་བའི་  
བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པའི་ལུ་སྟེ་ལྟ་བུའོ། ། །

## ལེ་ཏུ་བྲུག་པ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ།

དེ་ལྟར་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལེགས་བསྟེན་ནས། །ཐར་པའི་ལམ་ལ་རིམ་

གྲིས་བསྐབ་པར་བྲ། །ལམ་རྣམས་ཀྱན་གྱི་གཞི་རྟེན་སྐབས་སུ་འགྲོ། །སྐྱེས་བུ་ཆུང་  
རྣམས་ངན་འགྲོས་འཇིགས་པ་སྟེ། །འབྲིང་གཉིས་སྲིད་པས་འཇིགས་དང་ཆེན་པོ་  
རྣམས། །འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐལ་ཆ་དང་བཅས་མཐོང་ནས། །གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་  
མི་བཟོད་ཞི་བདེས་འཇིགས། །རྒྱལ་སྤྱས་ཐེག་པ་ཆེ་རྣམས་འགྲོ་བའི་ཕྱིར། །སྐབས་  
སུ་འགྲོ་བྱེད་གསུམ་དང་བསམ་པ་གསུམ། །པལ་པ་མཆོག་དང་ལྷ་ན་མེད་  
བའོ། །དུས་ཀྱང་བསམ་པའི་རྗེས་འགྲོ་ཆུང་དུ་རྣམས། །ཕྱི་མའི་བདེ་འབྲས་བར་དུ་  
འགྲོ་བ་སྟེ། །འབྲིང་གཉིས་གནས་སྐབས་རི་སྲིད་འཆོ་བ་དང་། །མཐར་ཐུག་ཉན་རང་  
འབྲས་ཐོབ་བར་དུ་འགྲོ། །མཆོག་རྣམས་བྱང་ཆུབ་བར་དུ་རྟག་འགྲོ་ཞིང་། །ཡེ་ཤེས་  
གཞལ་མེད་བསམ་ཡས་བར་དུ་འོ། །ཡུལ་རྣམས་གཉིས་ཏེ་སྤྱན་མོང་རྒྱ་དང་  
ནི། །སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་འབྲས་བུའི་སྐབས་གནས་གཉིས། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུར་དམ་  
འཆའ་དེ་ཡང་ནི། །དུས་གཞན་འབྲུབ་འདོད་རྒྱ་ཡི་ཐེག་པ་དང་། །ད་ལྟ་ཉིད་བྱབ་རང་  
སེམས་འབྲས་བུའི་ཚུལ། །རྡོ་རྗེ་ཐེག་པ་དག་གི་དབྱེ་བས་བཞག །མཆོན་ཉིད་ཐེག་  
ལས་དེ་ཉིད་གསུངས་པ་ནི། །མིང་ཅ་མ་མ་སྤྱན་པས་སྟོགས་གཅིག་ངེས་པར་བྲ། །རྒྱ་  
ཡི་ཡུལ་ནི་དམིགས་བཅས་དཀོན་མཆོག་གསུམ། །སངས་རྒྱས་སྤྱལ་སྐྱེ་མཆོག་  
ཡིན་མཆོན་དཔེས་བརྒྱན། །ཆོས་རྣམ་གཉིས་ཏེ་བྲི་མེད་ལུང་གི་ཆོས། །མདོ་དང་  
རྒྱད་ཕྱེ་ཐེག་པ་སྣ་ཆོགས་དོན། །གསུང་རབ་ཡི་གེར་སྤང་བའི་གཟུགས་བརྟན་  
ཡིན། །དེ་ཡང་མདོ་ཕྱེ་གསུང་རབ་བརྟན་གཉིས་ཏེ། །མདོ་ཕྱེ་དབྱངས་བསྟན་ལུང་  
བརྟན་ཆོགས་སུ་བཅད། །ཆེད་བརྗོད་རྟོགས་པ་བརྗོད་དང་དེ་ལྟར་བྱང་། །སྦྱིང་གཞི་  
ཤིན་ཏུ་རྒྱས་དང་སྐྱེས་རབས་བཅས། །གཏན་པབ་མད་དུ་བྱང་བའི་ཕྱེ་རྣམས་

སོ། །རྒྱུད་ནི་བྱ་སྤྱོད་ནལ་འབྱོར་བྱལ་བ་རྒྱུད། །ཐབས་ཤེས་གཉིས་མེད་པ་མ་གཉིས་  
སྤྱ་མེད། །ནང་བ་སྤྲུགས་ཏེ་ནལ་འབྱོར་ཆེན་པོའོ། །དེ་ཡི་ཡི་གེ་སྒྲེགས་བཅ་ལ་  
སོགས་ཡིན། །རྟོགས་པའི་ཆོས་ནི་ས་ལམ་བསྐྱེད་རྫོགས་ཏེ། །གཟུངས་དང་ཉིང་  
འཛིན་ཡེ་ཤེས་སྙིང་པོ་ཅན། །ཐུགས་རྗེའི་རང་བཞིན་ཐབས་ཚུལ་དཔག་མེད་དོ། །དེ་  
ཡང་རབ་དགའ་བྱི་མེད་འོད་བྱེད་པར། །འོད་འཕྲོ་སྤྱང་དགའ་མངོན་གྱུར་རིང་ཏུ་  
སོང་། །མི་གཡོ་ལེགས་པའི་སློབ་གྲོས་ཆོས་ཀྱི་སྤྲིན། །སློབ་པའི་ས་བཅུ་བཅུ་གཅིག་  
ཀུན་ཏུ་འོད། །སྤྱལ་སྤྱེའི་ས་སྤྲེ་རྒྱ་ཡི་ཐེག་པས་བཞག །རྫོ་རྗེའི་ཐེག་པར་ཡོན་ཏན་  
རིགས་དབྱེ་བས། །བཅུ་གཉིས་ལ་སོགས་ནམ་གཞག་དཔག་ཏུ་མེད། །ཆོགས་སྤྱོར་  
མཐོང་སྒྲོམ་མི་སློབ་ལམ་ལུ་དང་། །རིམ་གཉིས་ལ་སོགས་ཟབ་མོ་སེམས་ཀྱི་  
ཡུལ། །དམ་ཆོས་ཉི་མ་བྱི་མེད་འོད་མངའོ། །དགེ་འདུན་ཉན་རང་སྤྱེས་བྱ་བྱང་བཞི་  
དང་། །རྒྱལ་སྤྲུལ་སང་གནས་ཕྱི་སྤྲེ་མཁའ་འགྲོ་དང་། །གསང་སྤྲུགས་རྗེས་སློབ་འགྲོ་  
བ་ནང་ཏུ་འདོད། །འདི་དག་དམིགས་པའི་ཡུལ་ཏེ་ནམ་མཁའ་བསམ། །ཁྱད་པར་སླ་  
མ་སངས་རྒྱས་གཙོ་བོར་འདོད། །ནམ་པ་དངོས་ཡིད་གསང་བས་རབ་མཆོད་  
དེ། །བདག་དང་འགྲོ་ཀུན་གྲུས་པས་ཐལ་སྤྱར་ཞིང་། །སླ་མ་སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་  
དགེ་འདུན་ལ། །བྱང་ཆུབ་བར་ཏུ་གཞན་དོན་སྤྱབས་སུ་འགྲོ། །སྙིང་ཁོང་རུས་པའི་  
གཉིང་ནས་ཡང་ཡང་བྱ། །དབྱེས་ཤིང་འོད་ཟེར་བཤེ་བས་རང་གཞན་གྱི། །སྒོ་  
གསུམ་སྤྱིབ་སྤྱངས་དངོས་བྱལ་ཐོབ་པར་བསམ། །དེ་ཡིས་བསོད་ནམས་ཆོགས་  
རྫོགས་གཟུགས་སྤྱ་འབྲུག། །མཐར་ཐུག་འབྲས་བུའི་སྤྱབས་གནས་ཆོས་སྤྱ་  
སྤྲེ། །སངས་རྒྱས་ཆོས་ཆོགས་སྙིང་པོ་དོན་གྱི་ལྷ། །རང་སེམས་འོད་གསལ་སྤྱོས་

ཀུན་བྲལ་བ་ཡིན། །དེ་ཡི་ལམ་འབྲེར་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ནི། །རྒྱ་ཡི་མཐུན་རྗེས་  
ཐམས་ཅད་རང་གི་སེམས། །དོན་ལ་འགྲོ་བུ་འགྲོ་བྱེད་གཉིས་མེད་པས། །རི་བཞིན་  
ངང་ལ་དེ་བཞིན་མཉམ་པར་གཞག། །ཡུལ་སེམས་གཉིས་སུ་འཛིན་ན་མཐར་ཐུག་  
མིན། །འབྲས་བུའི་སྐྱབས་འགྲོ་སློན་བ་མེད་པ་ཡིན། །དེས་ནི་ཡེ་ཤེས་ཆོགས་  
རྫོགས་ཆོས་སྐྱེ་འཕྲོ་བ། །རྗེས་སྤང་མི་ལམ་སྐྱེ་མར་བསྡོ་བ་བྱ། །བསྐྱབ་བུ་གཉིས་  
ལས་རྒྱ་ཡི་རིམ་པ་ནི། །སློག་དང་རྒྱལ་སྤྱིད་བྱ་དགའ་ལ་སོགས་ཕྱིར། །ཁྲ་མ་དང་ནི་  
དགོན་མཆོག་སྤང་མི་བྱ། །ཁྲ་མར་སྐྱབས་སོང་མཆོད་འོས་མི་སྤྲུའིང་། །དམ་པ་  
ནམས་ལ་སྐྱར་འདེབས་མི་སྟན་སྤང་། །སངས་རྒྱས་སྐྱབས་སོང་ལྷ་གཞན་ཐུག་མི་  
བཅུལ། །ཆོས་ལ་སྐྱབས་སོང་སེམས་ཅན་འཆོ་བ་སྤང་། །དགེ་འདུན་སྐྱབས་སོང་སུ་  
སྟེགས་ཅན་མི་འགྲོགས། །དེ་དག་གཟུགས་ལའང་དད་པས་རབ་མཆོད་ཅིང་། །ཉིན་  
མཆོན་རྗེས་བྲན་ཏྲག་པར་སྐྱབས་སུ་འགྲོ། །འབྲས་བུའི་བསྐྱབ་བུ་མཉམ་ཉིད་ནན་ཏན་  
བྱ། །བཟང་ངན་མི་རྟོག་མཆོག་དམན་ཁྲ་དོར་མིན། །སློས་ལ་མི་བརྟེན་ཆོས་ཉིད་  
གཉུག་མར་སྤྱང་། །ཐམས་ཅད་ལྷན་རྫོགས་དཀྱིལ་འཁོར་གཅིག་ཏུ་སྤྱད། །གཏོར་རྒྱ་  
བཏགས་པ་ཁས་ལེན་འདས་པ་དང་། །མཆོན་ཉིད་པ་ནི་ལོག་ལྷ་སྐྱེས་པས་  
གཏོར། །བསྐྱབ་བུ་ཉམས་པས་དམན་པར་ལྷུང་བ་སྟེ། །བག་ཡོད་བྲན་པས་བསྐྱིམས་  
ཏེ་ཁྲ་དོར་བྱ། །སྐྱབས་གཞན་གང་གིས་སྤྲུབ་དེ་མཐོང་ནས། །ལྷག་པར་ཐུགས་  
རྗེའི་ལྷ་ལ་དད་པ་ཉིད། །ཆེ་རབས་ཀུན་དུ་འཛིགས་བྲལ་སྐྱོབ་པ་སྟེ། །དེ་ལས་ཐན་  
བདེ་བྱེད་པ་གང་ཞིག་ཡོད། །དེ་ནི་སེམས་གཅོང་དད་པའི་ས་གཞི་ལ། །བསོད་  
ནམས་ཡེ་ཤེས་ཆར་རྒྱས་ལེགས་བྲན་ཏེ། །ཆོས་ཁམས་དགེ་བའི་རྒྱ་གྲུ་ཆར་འཕེལ་

བས། །རྒྱལ་བའི་ཕུན་ཚོགས་ལོ་ཤོག་སྤྲིན་པར་བྱེད། །ཆོས་རྒྱལ་དགེ་བའི་ཆ་ཁྲིལ་  
ཡོད་ཤེས། །བག་ཡོད་བླ་པ་ཡོན་ཏན་ཆོགས་མང་ཞིང་། །གཟུངས་སྤྲིན་ཡེ་ཤེས་ཉི་  
མ་སེམས་ལ་འཆར། །མི་ལམ་ན་ཡང་མི་འབྲལ་མཐོང་བ་དང་། །ཆེ་རབས་བླ་ཞིང་  
རིགས་དང་འབྱོར་བས་མཛེས། །འགྲོ་ཀུན་དགའ་བས་དོན་གཉིས་སྤྲོན་གྱིས་  
བྱུང། །མཐར་ཡང་རང་ཉིད་ལུས་ཅན་ཀུན་གྱི་སྐྱབས། །དབྱང་གཉེན་བྱེད་པས་སྐྱ་  
གསུམ་འབྱོར་བ་འཛིན། །སྐྱབས་སོང་ཡོན་ཏན་གལ་ཏེ་གཟུགས་མཆིས་ན། །ནམ་  
མཁས་ཆེས་ལྷག་བསོད་ནམས་པ་མཐའ་ཡས། །ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་  
གཞིར་གྱུར་བ། །དེ་ལ་མཁས་པ་སྤྲི་ཞིག་བརྟེན་མི་བཅུད། །ཉེས་སྤོང་ཞི་བ་འགྲོ་བ་  
ཀུན་གྱི་གཉེན། །དད་བརྒྱའི་སྤྱི་བོས་རབ་ཏུ་བྱུག་འཆལ་ཞིང་། །ས་གསུམ་བསོད་  
ནམས་འབྲེན་མཆོག་དཔག་བསམ་ཤིང་། །ཤན་བདེའི་འབྱུང་གནས་དེ་ལ་སྐྱབས་སྤྲི་  
མཆི། །དེ་ལྟར་བདེ་ཆེན་ཡོན་ཏན་མཆོག་བསྐྱགས་པས། །སྤྱི་དགུ་དམ་པའི་སྤྱོད་ལ་  
ལེགས་གཞོལ་ཞིང་། །ཉེས་སྤྱར་དམན་པའི་ཡུལ་ལ་བརྟེན་བ་ཡིས། །དུབ་པའི་  
སེམས་ཉིད་དེ་རིང་ངལ་སོས་ཤིག །རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་སེམས་ཉིད་ངལ་གསོ་ལས།  
སྐྱབས་སྤྲི་འགྲོ་བའི་ལེ་ཏུ་སྤྲོ་བྱུག་པའོ། ། །

### ལེ་ཏུ་བདུན་པ་ཆད་མེད་བཞི།

དེ་ལྟར་སྐྱབས་སོང་རྟེན་གྱི་གང་ཟག་གིས། །བྱམས་པའི་ས་གཞིར་སྤྲིང་  
རྩེའི་མེ་ཏོག་བཟུམ། །དགའ་བའི་གྲིབ་བསིལ་བཏང་སྟོམས་རྩ་གཙང་གིས། །འགྲོ་ལ་  
པན་ཕྱིར་རང་གི་སེམས་སྦྱང་ངོ། །དེ་ཡང་ཐར་པའི་ལམ་དང་མ་འབྲེལ་ན། །ཆངས་  
པའི་གནས་པ་བཞི་སྟེ་སྤྱིད་པའི་རྒྱ། །ཞི་བའི་ལམ་གྱིས་ཟེན་པའི་དེ་རྣམ་བཞི། །སྤྱིད་

པའི་ཚུ་གཉེར་འདའ་བྱིར་ཆད་མེད་བཞི། །དམིགས་ཡུལ་མཐའ་ཡས་འགྲོ་བ་ཆོས་  
ཉིད་ལ། །རྣམ་པ་ཀུན་བྱུང་དམིགས་བཅས་དམིགས་པ་མེད། །སྤྲ་མ་ཆད་ཡོད་ཅུང་  
ཟད་འགྲོ་བ་ལ། །དམིགས་རྣམ་མ་དག་དམིགས་བཅས་ཆད་པའི་རྒྱ། །འདི་ནི་  
དམིགས་མེད་ཐར་པར་གཞོལ་བས་ན། །སྦྱིང་རྗེའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱིས་བསྐྱབ་པར་  
བྱ། །བདེ་བ་མི་ལྡན་སྤྱད་བསྐྱལ་གྱིས་ཉམ་ཐག །སྦྱིད་ཅིང་འབྱོར་ལ་ཉེ་རིང་ཆགས་  
སྤང་ཅན། །བྱམས་དང་སྦྱིང་རྗེ་དགའ་བ་བཏང་སྦྱོམས་ཡུལ། །རྣམ་པ་བདེ་ཐོབ་སྤྱད་  
བསྐྱལ་བྲལ་བ་དང་། །དགའ་དང་མི་འབྲལ་སེམས་སྦྱོམས་ལས་རྩུང་འདོད། །སྒྲོམ་  
ཚུལ་གོ་རིམས་ངེས་པ་མེད་ན་ཡང་། །དང་པོའི་གང་ཐག་ཐོག་མར་བཏང་སྦྱོམས་  
ཉེ། །ཉེ་རིང་བསྦྱམས་ནས་དེ་ནས་གཞན་གསུམ་སྒྲོམ། །དེ་ཡང་དམིགས་ཡུལ་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ། །སྒྲོ་ཡི་རྣམ་པ་འདི་ལྟར་བཏག་པར་བྱ། །ད་ལྟ་པ་དང་མ་  
དང་བཤེས་ལ་ཆགས། །དགྲ་ལ་སྤང་བ་འདི་འདྲའི་སེམས་ཁྲོད་དན། །ཐོག་མཐའ་  
དུས་མེད་འབྲམས་ཆེ་དགྲ་འདིས་ཀྱང་། །པ་མ་ལ་སོགས་བཤེས་བྱས་པན་པ་  
བསྐྱབས། །དེ་ཡི་བྲིན་ལན་གཞོད་སེམས་སྒྲོམ་བྱེད་དམ། །གཉེན་འདིས་ཀྱང་ནི་དགྲ་  
བྱས་གཞོད་པ་བསྐྱབས། །ད་ལྟ་ན་ཡང་དེ་ཡི་སྤྱད་བསྐྱལ་འགོ་དེ་ཡི་ལན་དུ་པན་པ་  
རི་ལྟར་རིགས། །བར་མ་ཡང་ནི་མཛའ་དང་མི་མཛའ་འགྱུར། །པན་གཞོད་མ་ངེས་  
ཆགས་སྤང་རིགས་པ་མིན། །དེ་བས་ཐོག་མར་མཛའ་བཤེས་ཕྱོགས་རྣམས་  
ལ། །བར་མ་བཞིན་དུ་ཆགས་པ་སྤང་བྱ་ཞིང་། །དེ་ནས་དགྲ་ལ་བར་མ་བཞིན་དུ་  
ནི། །སྤང་བ་སྤངས་ལ་ཉེ་རིང་མེད་པར་བྱ། །བར་མའི་ཕྱོགས་ལ་འང་གཉི་སྤྱད་དགོལ་  
བའི་བྱིར། །འགྲོ་བའི་ཉོན་མོངས་མཉམ་དུ་སེལ་བའི་སྒྲོ། །སྦྱིད་དང་བྲལ་བ་དེ་འདྲ་

ནམ་པར་བསྐྱོམ། །ཐམས་ཅད་བདེ་འདོད་སྤྲུག་བསྐྱེལ་འདོར་འདོད་གཅིག་ །འོན་ཀྱང་  
མི་ཤེས་སྤྲུག་བསྐྱེལ་རྒྱ་ལ་སྤྱོད། །ཀྱེ་མ་ཉམ་ཐག་འགྲོ་བའི་ཉོན་མོངས་ཆོགས། །བག་  
ཆགས་བཅས་ཀུན་ཞི་ལ་སེམས་སྟོམས་ཤོག །ཆགས་སྤང་བྲག་པོས་གཟིར་བའི་  
ལུས་ཅན་ཀུན། །ཉེ་རིང་སེམས་སྟོམས་ཆགས་སྤང་བྲལ་བར་ཤོག །ཅེས་བསམ་  
འགྲོ་བ་གཅིག་ནས་གཉིས་དང་གསུམ། །ཡུལ་བྱ་གཅིག་ནས་སྤིང་གཅིག་སྤིང་བཞི་  
ནས། །སྟོང་གཅིག་གཉིས་གསུམ་འདིག་རྟེན་ཀུན་ལ་བསྐྱོམ། །འབྱོངས་པའི་ཆད་ནི་  
བདག་གཞན་དབྱ་གཉིན་མཉམ། །རྗེས་ལ་དམིགས་པ་མེད་པའི་བཏང་སྟོམས་  
ཡུལ། །ཐམས་ཅད་སེམས་ཉེ་སེམས་ཉིད་ནམ་མཁའ་འདྲ། །དོན་དམ་མ་སྐྱེས་སྟོང་  
པའི་ངང་དེ་ལ། །སློ་ཡི་ནམ་བ་སྟོས་དང་བྲལ་བར་གཞག །འབྱོངས་པའི་ཆད་ནི་ཐབ་  
ཞིའི་རྟོགས་པ་སྐྱེ། །འབྲས་བུ་ཉེ་རིང་རྟོག་པ་མེད་པའི་སེམས། །གནས་ལུགས་དོན་  
ལ་རང་བཞིན་ལྷན་གྱིས་བྲལ། །དེ་ལྟར་ཀུན་ལ་སེམས་སྟོམས་བྱུང་བ་ན། །རང་ཉིད་  
མ་ལ་བདེ་དང་སྤང་འདོད་ལྟར། །ལུས་ཅན་ཀུན་ལ་འང་དེ་བཞིན་བསམ་པར་  
བྱ། །བྲམས་པའི་དམིགས་ཡུལ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ། །ནམ་བ་གནས་སྐབས་  
ལྷ་མའི་བདེ་བ་དང་། །མཐར་ཐུག་བྱང་རྒྱུ་བདེ་དང་འཕྲད་པར་ཤོག །སྙམ་དུ་  
གཅིག་ནས་འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་བར། །ཕྱོགས་མཐའ་གཏུགས་པར་དེ་སྟེང་བསྐྱོམ་པར་  
བྱ། །རྟགས་ནི་ཀུན་ལ་བྱུང་བའི་བྲམས་པ་མཆོག །བྲུ་གཅིག་བཅེ་བའི་མ་བས་ལྷག་  
པ་འབྱུང་། །དེ་རྗེས་ཐམས་ཅད་མཉམ་པའི་ངང་ལ་གཞག །དམིགས་པ་མེད་པའི་  
བྲམས་པ་ཆེན་པོ་སྟེ། །བྲམས་དང་སྟོང་བ་བྱུང་དུ་རྒྱུད་པ་རྟགས། །འབྲས་བུ་མཐོང་ན་  
ཡིད་འོང་དག་པ་འཛོལ། །བྲམས་པས་འགྲོ་ལ་བྱུང་བའི་རྗེས་ཉིད་དུ། །པ་མའི་སྤྲུག་

བསྐྱལ་སྒོམ་མི་བཅོད་པ་བཞིན། །འགྲོ་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་བསམ་ལ་སྦྱིང་རྩེ་བསྐྱེད། །དེ་  
ཡང་བདག་གིས་པ་མ་རིན་ཅན་རྣམས། །བདག་གི་ཆེད་དུ་སྤྲིག་པའི་ལས་བྱས་  
བས། །ཆ་གང་བཤེས་སྒྲོམ་གསལ་གཅད་ལས་ཀྱིས་མཁར། །སྤྱི་ཤོན་འཆིའི་ཆུ་ཆེན་  
འབྲུག་པར་བྱིང་། །སྤྱག་བསྐྱལ་སྤྲ་ཆོགས་དུ་མས་ཉམ་རེ་ཐག །དེ་ལས་ཐར་འདོད་  
ཞི་བའི་སེམས་མེད་ལ། །ཡང་དག་ལམ་སྟོན་དགོ་བའི་བཤེས་མེད་བས། །མཐའ་  
མེད་འཁོར་བར་འབྱམས་པ་སྦྱིང་རེ་རྩེ། །འདི་དག་མཐོང་ནས་ཡལ་བར་འདོར་མོད་  
དམ། །དེ་བས་བདག་གི་ལུས་དང་ལོངས་སྦྱོང་དང་། །དུས་གསུམ་དགོ་བས་འགྲོ་  
བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་དག །སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་བྲལ་བར་ཤོག་ཅིག་ཅས། །སྦྱིང་ཁོང་དུས་  
པའི་གཉིད་ནས་བསམ་པར་བྱ། །འགྲོ་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་མི་བཅོད་རྟགས་སུ་  
བཞག། །དམིགས་མེད་སྦྱིང་རྩེས་དེ་རྩེས་མཉམ་པར་གཞག། །རྟགས་ནི་སྦྱིང་ཉིད་སྦྱིང་  
རྩེ་བྱུང་དུ་འབྲེལ། །འབྲས་བུ་གཞོད་སེམས་རྣམ་འཆོ་བྲལ་བའི་སེམས། །ལས་རྒྱང་  
གཞོད་ནས་དག་པ་ཉིད་དུ་འབྱུག། །དེ་ལྟར་སྦྱིང་རྩེས་བརྒྱན་པའི་འགྲོ་བ་ལ། །རང་  
རང་བདེ་བས་གནས་ཏེ་དགའ་བ་བསྒྲོམ། །དེ་ཡང་དམིགས་ལྷལ་བདེ་ལྷན་སེམས་  
ཅན་ཏེ། །རྣམ་པ་ཨེ་མ་འགྲོ་བ་འདི་དག་ཀུན། །བདག་གིས་བདེ་ལ་དགོད་པ་མ་  
དགོས་པར། །རང་རང་བདེ་བ་དག་གིས་རྟེན་པ་རབ། །དེ་ནི་དེང་ནས་བྱང་ཆུབ་སྦྱིང་  
པའི་བར། །བདེ་ཞིང་སྦྱིད་པ་འདི་དང་མི་འབྲལ་ཤོག། །སྤྲུམ་དུ་གཅིག་ནས་ཀུན་ལ་  
བསྒྲོམ་པར་བྱ། །རྟགས་སུ་སྤྲག་དོག་མེད་ཅིང་དགའ་བ་སྦྱེ། །དེ་རྩེས་མི་དམིགས་  
བསམ་གཏན་དགའ་བ་ཉིད། །ལུས་ངག་སེམས་ལ་ཞི་བདེ་ལྷན་གྱིས་བྱུག། །འབྲས་  
བུ་འགྱོར་པས་བརྟན་ལ་དགའ་བ་འབྱུག། །དེ་ལྟར་གོམས་རྩེས་བྱམས་ནས་རིམ་པར་

བསྐྱོམ་། །དེ་ཡིས་བཞི་པོའི་ཞེན་པ་རིམ་གྱིས་འགོག་། །བྱམས་བསྐྱོམས་གཉིན་བཞིན་  
ཀུན་ལ་ཆགས་པ་ན། །སྙིང་རྗེས་སྤྱད་བསྤེལ་རྒྱ་འབྲས་ཞེན་པ་ལོག་། །སྙིང་རྗེ་དཔན་  
བས་དམིགས་དང་བཅས་པ་ན། །དམིགས་མེད་དགའ་བས་སྦྱོར་བ་རྣམ་པར་  
འགོག་། །དགའ་བས་སེམས་གཡེངས་སྦྱོར་ལ་འཆེལ་བ་ན། །ཉེ་རིང་ཆགས་བྲལ་  
བཏང་སྦྱོམས་ཆེན་པོ་བསྐྱོམ་། །བཏང་སྦྱོམས་བར་མ་ལུང་མ་བསྟན་བཞིན་ན། །སྤར་  
བཞིན་བྱམས་སོགས་རིམ་པས་བསྐྱོམ་པར་བྱ། །དེ་ཡིས་འབྱོངས་པར་སྦྱ་ཞིང་  
བརྟན་པ་འཛོལ། །གོམས་པ་ཤིན་ཏུ་བརྟན་པའི་རྣལ་འབྱོར་པས། །རིམ་དང་རིམ་མིན་  
སྤེལ་མ་ཐོད་ཀྱལ་བསྐྱོམ་། །དེ་ཡིས་རྟོགས་པ་སོ་མར་བོགས་འབྱིན་ཞིང་། །ཤིན་ཏུ་  
བརྟན་པས་ཆེས་བརྟན་ཉིད་ཏུ་འགྱུར། །དེ་ལྟར་བསྐྱོམས་པའི་འབྲས་བྱ་བཞི་དག་  
ལས། །རྣམ་སྤྲིན་མངོན་མཐོ་ངེས་ལེགས་གཉིས་འཛོལ་ལ། །འདོད་པར་སྣ་མིའི་ལུས་  
འབྲུབ་པན་བདེ་བྱེད། །རྒྱ་མཐུན་བྱེད་པས་དེ་ཉིད་བྱེད་པ་དང་། །སྤོང་བས་མི་མཐུན་  
སྤོགས་བྲལ་བདེ་བ་འཛོལ། །དབང་གིས་ཡིད་འོང་བདེ་ཞིང་རབ་དགའི་ལུལ། །འགྲོ་  
བ་མཐུན་ཅིང་འབྱོར་བས་བརྒྱན་པར་སྦྱེས། །བྱེད་པས་བཞི་པོ་ཆེས་ཆེར་རབ་  
འཕེལ་བས། །རང་གཞན་དོན་གཉིས་འབྱོར་བ་ལྟན་གྲུབ་འགྱུར། །བྱམས་པས་ཞེ་  
སྤར་མེད་ཅིང་འོངས་སྤྱོད་རྫོགས། །མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་རབ་ཏུ་ཐོབ་པར་  
འགྱུར། །འོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་སྦྱ་ནི་མཆན་དཔེས་བརྒྱན། །སྙིང་རྗེས་འདོད་  
ཆགས་མེད་ཅིང་ཆོས་ཀྱི་སྒྱ། །སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་མངོན་ཏུ་བྱེད། །ཆོས་ཀྱི་སྦྱ་  
ནི་སྟོབས་སོགས་མ་འདྲེས་ཆོས། །དགའ་བས་སྤྲག་དོག་མེད་ཅིང་སྦྱལ་པའི་སྒྱ། །བྱ་  
གྲུབ་ཡེ་ཤེས་དཔ་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །སྦྱལ་པའི་སྦྱ་ནི་མ་ངེས་སྣ་ཆོགས་

གཟུགས། །ལྷན་གྱིས་བྱུང་བའི་སྐྱེ་སྤྱོད་ལས་ཡིན། །བཏང་སྟོམས་ང་རྒྱལ་མོངས་  
མེད་ངོ་བོ་ཉིད། །མཉམ་ཉིད་ཆོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་མངོན་དུ་བྱེད། །ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་  
ཆོས་ཉིད་སྒྲོས་དང་བལ། །དེ་ལྟར་བྱམས་སོགས་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་  
ཤིང་། །མཚུངས་བལ་ལྷ་མིའི་སྟོན་པས་རབ་བསྐྱགས་མཛད། །དེ་དག་མི་ལྡན་ལས་  
དེ་ཕྱིན་ཅི་ལོག། །སྟོན་པ་གཞན་ལ་སྐྱབས་སོང་ལམ་ངན་ཡིན། །དེས་གཟུང་ལམ་ནི་  
ཐར་བ་བྱི་མ་མེད། །དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་སྤྱི་བྱེད་གཤེགས་ལྟལ་ཡིན། །རྒྱ་ཡི་ཐེག་  
པས་ས་བོན་ལྷ་གྲུ་བཞིན། །ཐབས་ཤེས་སྐྱེ་གཉིས་བསྐྱེད་པར་འདོད་ན་ཡང་། །འབྲས་  
བྱེད་ཐེག་པས་སྐྱེ་ཡི་སྐྱིབ་པ་གཉིས། །སེལ་བྱེད་རྒྱན་གྱི་རྣམ་པར་ཁས་ལེན་  
པས། །ཐབས་ཉིད་སྤྱིང་རྗེ་ཆད་མེད་ལམ་ལ་བརྟེན། །དོན་ལ་གཅིག་སྟེ་སྟོང་ཉིད་སྤྱིང་  
རྗེ་ཅན། །རྒྱ་འབྲས་གཉིས་ཀས་མཐུན་པར་ཉམས་སུ་ལེན། །གཞན་ཡང་ཐོག་མེད་  
དགེ་བ་ས་བོན་ཚུལ། །མ་བྱས་ཡེ་ནས་གནས་པར་མདོ་ནས་གསུངས། །དེ་དང་སྐྱེ་  
གསུམ་ཡེ་ལྡན་གྲོ་བུར་གྱི། །སྐྱིབ་པས་བསྐྱིབས་ཏེ་སེལ་འདོད་སྐྱགས་ཉིད་  
མཚུངས། །མདོར་ན་མདོ་རྒྱད་ལམ་རྣམས་གཅིག་ཉིད་དུ། །མཁས་བྱུང་རྣམས་ཀྱིས་  
ཕྱི་ནང་བཤད་པ་མཛད། །དེ་ཕྱིར་རྒྱལ་སྤྱས་དམ་པའི་རྗེས་འགྲོ་ཞིང་། །ཆད་མེད་  
རྣམ་པ་བཞི་ལ་འབད་པར་མཛོད། །དེ་ལྟར་ལེགས་གསུངས་ཞི་བའི་རང་བཞིན་  
གྱིས། །འགྲོ་ཀླན་སེམས་ཀྱི་རྣྗོག་པ་རབ་ཞི་ནས། །ལམ་གོ་ལ་ལོག་དང་དམན་པར་  
ཞུགས་པ་ཡིས། །དུབ་པའི་སེམས་ཉིད་དེ་རིང་ངལ་སོས་ཤིག། །རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་  
སེམས་ཉིད་ངལ་གསོ་ལས། །ཆད་མེད་བཞིའི་ལེའུ་སྟེ་བདུན་པའོ། ། །

## ལེ་ལུ་བརྒྱད་པ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ།

དེ་ལྟར་ཆོད་མེད་ལེགས་པར་གོ་མས་པ་ཡིས། །ཆོས་ཀྱི་ཅ་བ་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་གཉིས་བསྐྱོམ། །དེ་ཡང་ཉོན་མོངས་སྲིད་མཆོ་མཐར་འབྱིན་ཞིང་། །འདིགས་  
དང་མྱ་ངན་སྤྲིག་ཀྱི་སེལ་བྱེད་དེ། །ལས་དང་སྤྱུག་བསྐལ་འདུ་བྱེད་ནམ་པར་  
འཛོམས། །སྲིད་ནས་ཞི་བར་འགྲོ་བ་འདེན་བྱེད་ཡིན། །གང་ལ་སེམས་དཔའ་མཛོན་  
གྱུར་མེད་ན་ཡང་། །སྤྱིང་རྗེའི་དགེ་རྒྱུན་གོང་ནས་གོང་འཕེལ་ཞིང་། །མཉམ་གཞག་  
ན་ཡང་ཐབས་ཤེས་ཟུང་དུ་འབྲེལ། །ལུས་དག་ཅོམ་པ་ཐམས་ཅད་དོན་ཡོད་  
ཅིང་། །ལྟར་བཅས་འདིག་རྟེན་ཀྱི་མཆོད་སྦྱོང་འགྱུར། །དགེ་གཞན་འབྲས་བུ་  
དམན་ཉེ་ཟད་པ་ལྟར། །རིན་ཆེན་སེམས་ཟེན་དགེ་བ་མི་ཟད་འཕེལ། །རི་ལྟར་རྒྱ་  
མཆོ་དངས་པའི་ཆུ་འབབ་དང་། །ས་གཞི་བཟང་པོར་ལོ་ཐོག་ཕུན་ཚོགས་  
བཞིན། །ཀྱན་གྱི་ཅ་བ་ས་པོན་སྤྱིང་རྗེའི་བདག་སྲིད་པ་ན་ཡང་བདེ་བའི་འབྲས་མང་  
ཞིང་། །ཞི་བའི་རང་བཞིན་བྱང་ཆུབ་མཆོག་གི་རྒྱ། །རིན་ཆེན་སེམས་ལེགས་བསྐྱེད་  
ལ་འབད་པར་མཛོད། །དེ་ནི་དཔལ་རྒྱས་ཡིད་བཞིན་བུམ་པ་བཟང་། །འགྲོ་བའི་ནད་  
གསོ་བདེ་འབྱུང་སྤྲན་གྱི་མཆོག་ཡི་ཤེས་ཉི་མ་གདུང་སེལ་རྒྱ་བ་སྟེ། །མཁའ་བཞིན་  
བྱི་མེད་ཡོན་ཏན་རྒྱ་སྐར་ཆོགས། །རྟག་ཏུ་པན་བདེ་བྱེད་པའི་རང་བཞིན་ལ། །བསམ་  
ཡས་བསོད་ནམས་སྤྲིན་ཆོགས་དཔག་ཏུ་མེད། །རྒྱལ་བའི་ཡོན་ཏན་ཤིན་ཏུ་མད་  
བྱུང་དང་། །ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལྟར་དཔག་ཡས་རྒྱ་ཆེད། །སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་ཆོད་  
མེད་འགྲོ་བའི་བྱིར། །ཡང་དག་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་འདོད་པ་སྟེ། །སྟོན་དང་འཇུག་  
པའི་རང་བཞིན་གཉིས་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་བསམ་བས་སྟོན་དང་སྟོར་བས་བྱུང། །འགྲོ་

བར་འདོད་དང་འགྲོ་བ་ཉིད་བཞིན་ནོ། །སྟོན་པ་ཆད་མེད་བཞི་ཡི་རོ་བོ་ལ། །འཇུག་པ་  
པ་རོལ་ཕྱིན་པ་བྱུག་ཏུ་འདོད། །གང་གིས་ཕྱོགས་མཐའ་གཏུགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
ལ། །བསྐྱལ་བ་བྱེ་བ་མང་པོར་བསྟེན་བཀུར་ཏེ། །རང་ཉིད་ལེགས་པ་ཅམ་ཞིག་དོན་  
གཉེར་བའི། །བསོད་ནམས་དེ་ཡིས་སྟོན་པའི་ཆར་མི་ཤོད། །འགྲོ་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་  
ཉུང་ཟད་སེལ་བའི་སྟོ། །སྐད་ཅིག་སྐྱེས་པས་ངན་སོང་ཐར་གྱུར་ཞིང་། །ལྷ་མིའི་བདེ་  
བ་དཔག་མེད་སྤྱོད་བར་གསུངས། །དེ་བས་འཇུག་པའི་པན་ཡོན་མཐའ་ཡས་  
ཏེ། །དངོས་སུ་སྦྱོར་བས་ཡང་དག་བྱུང་བའི་བྱིར། །སྐད་ཅིག་སྦྱོར་བས་བྱུང་བའི་  
སེམས་མཆོག་གིས། །བསྐྱལ་བ་མང་པོའི་ཆོགས་གཉིས་བརྒྱམས་པར་བཤད། །དེ་  
བྱིར་གངས་མེད་གསུམ་སོགས་གསུངས་པ་ཀུན། །སྤྱར་དུ་རྫོགས་དང་རིང་དུ་  
རྫོགས་པ་དང་། །ཆེ་གཅིག་གྲོལ་བ་སྟོ་ཡི་སྟོབས་ལ་རག་ །དེ་ཡང་ཐབས་དང་བཙོན་  
འབྲས་ཤེས་རབ་མཆོག་ །གསུམ་གྱིས་བསྐྱབ་གང་སྒྲ་མེད་སྟོབས་ཆེའོ། །འདི་ནི་  
སྤྱང་རྗེའི་ལྟོན་ཤིང་སྤྱང་པོ་ཅན། །འགྲོ་བའི་ཁུར་ཆེན་ལེགས་པར་བྱེར་བ་ནི། །ཆངས་  
སོགས་འཇིག་རྟེན་ན་ཡང་སྟོན་མེད་ཅིང་། །རང་གི་བྱིར་ཡང་མི་ལམ་མ་མིས་  
ན། །གཞན་བྱིར་སྟོས་ཅི་འཆལ་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས། །སྤྱན་མེད་པ་འཁྲུངས་ལ་  
དགའ་བ་བསྐྱེད། །དེ་ཡང་དགེ་བའི་བཤེས་ལས་འབྱུང་བ་སྟེ། །ཡིད་བཞིན་དག་ལས་  
འདོད་དགུའི་ཆར་འབབས་བཞིན། །སྟོན་བྲལ་ཡོན་ཏན་རྫོགས་པའི་སྒྲ་མ་  
ཡིས། །སྐལ་བཟང་སྟོབ་མ་སྟོ་བ་བསྐྱེད་བ་ནི། །འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་ཐར་པའི་  
པན་ཡོན་སོགས། །ཐོག་མ་བར་དང་མཐར་དགེའི་ཆོས་རྣམས་དང་། །བྱང་ཆུབ་  
སེམས་གྱི་བསྐྱགས་པ་མཐའ་ཡས་བརྫོད། །གནས་གཅོང་མཆོད་པས་མཛེས་ཤིང་།

ཉམས་དགའ་བར། །རྒྱལ་བའི་སྐྱ་གཟུགས་ལ་སོགས་སྟ་གོན་བྲ། །ནམ་མཁའི་  
གནས་སུ་ནམ་མཁའ་གང་བ་ཡི། །རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་རྒྱ་མཚོའི་སྤྱན་ཕྱང་  
བསམ། །འདི་ནི་རང་གི་སེམས་སྟོབས་ཀྱི་མེད་དང་། །མཁའ་བཅའི་དབང་ལྷག་  
ནམས་ཀྱི་ཐུགས་རྗེ་ཡིས། །རྗེ་ལྷ་ར་བསམ་བ་དེ་བཞིན་འབྱུང་བར་གསུངས། །དེ་  
ནས་ཐལ་སྐྱར་མེ་ཏོག་སྤྲུམ་བཀའ་ནས། །སྤྱན་པར་བཞུགས་གསོལ་ཁྱས་རྒྱན་གོས་  
སོགས་དབྱལ། །ཡིད་འོང་རྗེས་བྱའི་ནང་ན་གནས་བ་ཡི། །འཆར་ཀའི་བསྐྱེད་ཁ་འབྱས་  
ཁྱེ་འབྱ་བ། །ལག་གཉིས་སྤྱི་བོར་ཐལ་སྐྱར་བསྟོད་དབྱངས་བཅས། །ལུས་དཔག་མེད་  
བར་སྐྱལ་ནས་གྲུས་ཕྱག་འཆོལ། །ས་འདི་རིར་བཅས་རྒྱ་མཚོའི་རྩལ་སྟེད་  
དུ། །བསོད་ནམས་དེ་འབྱ་འཛིག་རྟེན་གསུམ་ན་མེད། །ལུས་བཏུད་དབང་ཆེན་བར་  
ཀྱི་རྩལ་ནམས་དང་། །མཉམ་བའི་གངས་སྟེད་འཁོར་ལོས་སྐྱར་འགྲོ་ཞིང་། །མཐར་  
ཐུག་ཞི་བ་མཆོག་གི་གོ་འཕང་འཛོལ། །དངོས་སུ་འབྱོར་དང་ཡིད་ཀྱིས་ནམ་སྐྱལ་  
བའི། །མཆོད་བ་སྐྱེ་མེད་རྒྱ་ཆེན་ནམས་ཀྱིས་མཆོད། །མེ་ཏོག་སྤྲུམ་དང་མར་མེ་ཞལ་  
ཐས་ཆུ། །སྐྱ་རེ་འཕན་ལྷིང་གཏུགས་དང་རོལ་མེའི་སྒྲ། །རྒྱལ་མཆོན་རྩ་ཡབ་རྩ་རྩ་ལ་  
སོགས་དང་། །ལུས་དང་ལོངས་སྟོད་མཁོ་དགའི་ཡོ་བྱད་ཀྱིས། །འགྲོ་བའི་སྐྱ་མ་  
དགོན་མཆོག་སྤྲས་བཅས་མཆོད། །ལྷ་སོགས་འཛིག་རྟེན་ཀུན་ན་ཡིད་འོང་  
བའི། །གཞལ་མེད་ཁང་བཅུགས་རིན་ཆེན་པ་བ་ཅན། །སྐྱ་གར་སིལ་སྤྲན་བསྟོད་  
དབྱངས་ཆར་འབབ་ཅིང་། །རྒྱན་མཆོག་བརྒྱ་ཕྱག་མངའ་བ་ནམས་ཀྱིས་  
མཆོད། །རིན་ཆེན་རི་བོ་ནགས་ཆོལ་བསྐྱའི་མཆོ། །རང་མེའི་འགྲོས་ཀྱིས་གཉེར་བ་  
དེ་དག་དང་། །སྤྲན་སོགས་ཀྱི་ཞིམ་ངད་ལྷང་དཔག་བསམ་ཤིང་། །མེ་ཏོག་འབྲས་བུ་

དུང་པའི་ཆོགས་ཀྱིས་མཆོད། །འདབ་སྟོང་གཡོ་བས་བྱང་བ་བཟུང་བ་ཡི། །ལག་  
པའི་གདུ་བུ་ཀྱ་མཁའ་མཆོན་ཞིང། །སྤྱོད་བལ་ཉི་ལྔའི་ཟེར་གྱིས་རབ་བྱེ་བའི། །ཡུལ་  
ལ་སོགས་ཡིད་ཡོད་རྣམས་ཀྱིས་མཆོད། །ཅན་ཅན་བསིལ་བས་ཁ་ཡི་སྤྱུབས་བསྐྱོད་  
པའི། །བྱི་ཞེས་སེར་བུ་བདེ་བའི་དང་རྣམས་དང། །ཡུག་དང་བྲག་རི་སྤྲོད་ལྗོངས་  
ཉམས་དགའ་བ། །རྩ་བསིལ་རྩེར་བུ་གང་བ་རྣམས་ཀྱིས་མཆོད། །སྟོན་ཀའི་མཆོན་  
མོ་དཀར་བའི་རི་བོར་འཛིན། །གཟུང་བལ་རྩ་སྐར་ཤིང་བས་བསྐྱོར་བ་དང། །ཉིན་  
བྱེད་ཡོད་སྟོང་བ་བས་མཛེས་འབར་བ། །སྤྱིང་བཞིའི་འཛིན་རྟེན་རྒྱུར་རྣམས་  
ཀྱིས་མཆོད། །ཁོར་ཡུག་རིར་བཅས་བྱེ་བ་སྤྲག་བརྒྱའི་ཞིང། །མ་ལུས་ཡོངས་བཀོད་  
འདོད་དགུས་འབྱོར་བ་དང། །ཕྱོགས་བཅུའི་ཞིང་ཁམས་རྩ་མཆོའི་རྩལ་སྟེང་  
ཀུན། །སློ་ཡིས་སྤངས་ཉི་མུབ་དབང་སྤྲས་བཅས་མཆོད། །བྱམ་བཟང་དཔག་བསམ་  
ཤིང་དང་འདོད་འཛོའི་བ། །རྒྱལ་སྤྱིད་བདུན་དང་བཟ་ཤིས་རྩས་བརྒྱད་དང། །ཉི་  
བའི་རིན་ཆེན་བདུན་སོགས་རྩ་ཆེ་བས། །ཡོན་གནས་དམ་པ་མུགས་རྩེ་ཆེ་རྣམས་  
མཆོད། །ཉིང་འཛིན་ཡིད་གྱིས་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་བྱུང་བར། །བྱི་ནང་གསང་བའི་  
མཆོད་སྤྱོད་རྩ་ཆེས་མཆོད། །མེ་ཉོག་སྤྱོད་མཛེས་ལྗོངས་ཁང་མཛེས་འབར་  
བ། །སྟོས་དང་སྤྲོད་སྤྱར་བདུད་ཅིའི་སྤྱོད་ལྷུང་དང། །གཟི་ལྷན་སྤྱོད་མ་ཞལ་ཟས་རོལ་  
མོའི་སྤྱོད། །བསྟོད་དབྱངས་ཡན་ལག་རྩ་མཆོའི་སྤྱོད་གྱིས་མཆོད། །འཇུག་པའི་སྤྱོད་  
ཅན་ཤིན་ཏུ་མཐའ་ཡས་བ། །སྤྲེག་མོ་ཤིང་ཐོགས་རིན་ཆེན་སྤྱུ་གར་སོགས། །མཆོད་  
པའི་ལྷ་མོ་སྤྲོ་ཆོགས་སྤྱོད་འཕྲོ་བས། །རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་མ་ལུས་མཉེས་སྤྱར་  
ཅིག །ཐོག་མེད་དུས་ནས་གོམས་པའི་བག་ཆགས་ཀྱིས། །ལས་དང་ཉོན་མོངས་སྤྲེག་

བ་ཅི་བགྱིས་པ། །སྲིད་པའི་རྒྱུ་རྒྱུ་དེ་ཀུན་བཤགས་པར་བགྱི། །འགྲོ་བའི་བསོད་  
ནམས་ཕུང་པོ་མཐའ་ཡས་ལ། །རྟག་པར་བདག་ནི་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ་། །མ་ལུས་སྦྱེ་  
དགྲའི་ཆོགས་རྣམས་བསྐྱལ་བའི་ཕྱིར། །ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་སྒྲ་མེད་བསྐྱོར་བར་  
བསྐྱལ། །དིང་ནས་སྲིད་པའི་རྒྱ་མཆོ་མ་སྟོངས་བར། །སྤང་ན་མི་འདའ་རྟག་ཏུ་  
བཞུགས་པར་གསོལ། །དགེ་བ་དེ་ཡིས་བདག་དང་འགྲོ་བ་ཀུན། །མ་ལུས་ཕུམ་  
གཅིག་སངས་རྒྱས་འབྱུང་བར་ཤོག །རི་ལྟར་ཁྲུས་ཀྱིས་སྦྱངས་པའི་རས་ཡུག་  
དག། །ཆོན་ཀྱིས་བསྐྱར་བས་ཁ་དོག་གསལ་བ་བཞིན། །དེ་ལྟར་སྟོན་དུ་འགྲོ་བས་  
སེམས་སྦྱངས་པའི། །རྒྱུད་ལས་དངོས་གཞིའི་སེམས་མཆོག་གསལ་བར་སྦྱེ། །འདི་  
ནི་བསོད་ནམས་འབྲས་བྱ་ཆད་མེད་དེ། །ཆོས་དབྱིངས་རི་བཞིན་ནམ་མཁའི་  
དབྱིངས་ཀུན་ཁྲབ། །དེ་ནས་སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་ཆོགས་མཆོག་ལ། །ལན་གསུམ་  
བར་དུ་སྦྱབས་སུ་འགྲོ་བུས་ཏེ། །མགོན་པོ་སྤྲས་དང་བཅས་རྣམས་དགོངས་སུ་  
གསོལ། །རི་ལྟར་སྟོན་གྱི་བདེ་གཤེགས་སྤྲས་བཅས་ཀྱིས། །བྱང་ཆུབ་སྤྱུགས་བསྐྱེད་  
བསྐྱལ་ལ་གནས་པ་ལྟར། །དིང་ནས་བདག་གིས་འགྲོ་ལ་ཕན་དོན་དུ། །བྱང་ཆུབ་  
སེམས་བསྐྱེད་བསྐྱལ་ལ་གནས་པར་བགྱི། །མ་བཀྲལ་བ་རྣམས་བདག་གིས་བསྐྱལ་  
བར་བགྱི། །མ་གྲོལ་བ་རྣམས་བདག་གིས་དགོལ་བགྱི་ཞིང་། །དབུགས་མ་སྦྱང་  
རྣམས་བདག་གིས་དབུགས་དབྱུང་སྟེ། །སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་སྤང་ན་འདས་ལ་  
འགོད། །དེ་ལྟར་ཉིན་དང་མཆོན་མོ་ལན་གསུམ་དུ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་གཉིས་བསྐྱེད་  
ལ་འབད་བར་བྱ། །བརྗོད་བ་དང་པོས་སྟོན་བ་སེམས་བསྐྱེད་ལ། །གཉིས་པས་འཇུག་  
བ་སེམས་བསྐྱེད་གསུམ་བ་ཡིས། །གཉིས་ཀ་བརྟན་ཞིང་དག་བ་ཐོབ་པར་

འགྲུར། །དེང་ནས་བདག་ནི་འགྲོ་ཀུན་ཉེར་འཛོའི་གཞི། །རྒྱལ་སྤྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའི་མིང་ཡང་ཐོབ། །སྲིད་ན་མི་འདིགས་འགྲོ་བའི་དོན་བྱེད་ཅིང། །རྟག་ཏུ་པན་པ་  
འབའ་ཞིག་སྤྱར་ལེན་པས། །མི་ཡི་སྲིད་པ་དོན་དང་བཅས་པར་གྱུར། །དེ་ནི་སེམས་  
གཙང་དགེ་བའི་ས་གཞི་ལ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་གཉིས་སྤྱུ་གྱུ་རབ་བསྐྱེད་དེ། །དེ་  
གཟུང་དག་པ་སྤེལ་བྱིར་བཙོན་པར་བྱ། །འགྲོ་བའི་སྤྱག་བསྐལ་བདག་གིས་སྤང་བ་  
ཞིང། །བདག་གི་བདེ་བས་འགྲོ་བ་བདེར་གྱུར་ཏེ། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་དེ་དང་མི་འབྲལ་  
ཤོག། །སྤམ་དུ་གཏོང་ལེན་སྤེལ་མར་སྤྱང་བ་ཞིང། །སློན་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ཆད་མེད་  
བཞི་པོ་བསྐྱོམ། །དེ་ཡི་མི་མ་སྤུན་ཕྱོགས་སྤང་སེམས་བསྤྱང་བྱ། །འཇུག་པའི་བསྐྱབ་  
བྱ་པ་རོལ་བྱིན་དུག་སྤྱད། །དེ་ཡི་མི་མ་སྤུན་ཕྱོགས་སྤང་བཙོན་པར་བྱ། །རྟག་ཏུ་བན་  
དང་ཤེས་བཞིན་བག་ཡོད་གྱིས། །མི་དགེ་སྤང་ཞིང་དགེ་ཆོས་རྒྱ་མཆོ་བསྐྱབ། །བྱང་  
ཆུབ་སེམས་གཉིས་མི་ཉམས་བསྐྱབ་བྱ་སྟེ། །ལོག་པར་ལྟ་སོགས་རྒྱལ་པོའི་ལྷུང་བ་  
ལ། །ཁྱོང་སོགས་སློན་པོའི་ལྷ་དང་པལ་པའི་བརྒྱད། །སྤུན་མོང་གཉིས་ཉེ་ཉི་ཤུ་ལྷུང་  
བྱེད་ལ། །དེ་དང་ཕྱོགས་མ་སྤུན་ཉེས་བྱས་ཤེས་པར་བྱ། །དེ་དག་མི་ལྷན་ལྷུང་དང་  
ཉེས་མེད་དེ། །དགེ་བའི་ཕྱོགས་མ་སྤུན་བསྐྱབ་བྱར་ཤེས་པར་བྱ། །མདོར་ན་ནག་  
པོའི་ཆོས་བཞི་སྤང་བྱ་ཞིང། །དཀར་པོའི་ཆོས་བཞི་དག་ལ་ནན་ཏན་བྱ། །མཆོད་  
པོས་སྤྱུ་དང་འགྱུར་བ་མེད་ལ་བསྐྱེད། །དམ་པ་རྣམས་ལ་མི་སྤུན་སྒྲིག་པ་དང། །འགྲོ་  
བའི་ནང་ན་གཡོ་དང་སྤྱིས་སྤྱོད་པ། །ནག་པོའི་ཆོས་བཞི་ལགས་པས་སྤང་འཆའ་  
ལོ། །དམ་པ་བསྟེན་ཞིང་ཡོན་ཏན་བསྐྱགས་པ་བརྫོང། །སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་ཡང་  
དག་དགེ་ལ་བསྐྱལ། །རྒྱལ་སྤྱི་རྣམས་ལ་སློན་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད། །ལྷག་པའི་

བསམ་བསམ་འགྲོ་ལ་ཕན་བདེ་བྱེད། །དཀར་པོའི་ཆོས་རབ་བཞི་པོ་བསྟེན་པར་  
མཛད། །རང་དོན་ལས་ཀྱང་གཞན་ཕན་གཙོར་འདྲིན་པ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
རྣམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་སྟེ། །གཞན་དོན་འགྱུར་ན་ལུས་དག་མི་དགེ་བདུན། །གནང་བའི་  
སྐབས་ཡོད་དོན་ལ་དགེ་བ་ཡིན། །ཡིད་གསུམ་ནམ་ཡང་གནང་བའི་སྐབས་མེད་  
དོ། །རང་དོན་ཞི་བདེ་འདོད་པའི་དགེ་བ་ཡང་། །རྒྱལ་སྤྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་  
ལྟར་བ་སྟེ། །གཞན་ཕྱིར་ཕན་ན་མི་དགེ་གང་ལགས་པ། །དེ་ཡང་བསྐྱབ་བྱ་ལགས་  
པར་རྒྱལ་བས་གསུངས། །རྒྱལ་སྤྱི་དེ་ཡང་རྣམ་པ་གསུམ་ཉིད་དེ། །རང་ཉིད་གྲོལ་  
ནས་འགྲོ་བ་སྦྱོལ་འདོད་པ། །རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་། །རང་དང་  
འགྲོ་བ་མཉམ་དུ་ཐར་འདོད་པ། །བྱ་བ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་། །འགྲོ་བ་  
བསྐྱལ་ནས་རང་ཉིད་ཞི་འདོད་པ། །རྗེ་པོ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
གསུམ། །རིམ་བཞིན་གངས་མེད་སུམ་ཅུ་ཅ་གསུམ་དང་། །བདུན་དང་གསུམ་གྱིས་  
གྲོལ་བ་ཐོབ་པ་ནི། །དབང་པོའི་རིམ་པ་ལགས་པར་མདོ་ལས་གསུངས། །རྒྱལ་སྤྱི་  
རྣམས་ཀྱིས་ཀུན་ལ་བསྐྱབ་པ་སྟེ། །གཙོ་བོར་པ་རོལ་བྱིན་པ་དུག་ལ་བསྐྱབ། །འགྲོ་བ་  
དབྱུལ་བས་ཉམ་ཐག་མཐོང་ནས་ནི། །ཟས་གོས་རྟ་དང་ཤིང་རྟ་སྒྲང་པོ་སོགས། །མཁོ་  
དབྱུའི་ཡོ་བྱད་དཔག་མེད་གཏོང་བ་སྟེ། །བྱ་དང་བྱ་མོ་ལ་སོགས་གཏོང་བ་ཆེ། །མཁོ་  
དང་མིག་སོགས་ཤིན་ཏུ་གཏོང་བ་སྟེ། །ཟང་ཟིང་དང་ནི་ཆོས་ཀྱིས་ཕན་པ་  
བསྐྱབ། །དེས་ནི་རང་གི་སེར་སྒྲའི་ཆོགས་འཛོམས་ཤིང་། །གཞན་གྱི་འགྱོར་བ་ཉེ་  
བར་སྦྱེ་བར་འགྱུར། །ལྷག་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱིས་ནི་རྒྱད་བསྐྱམས་ཤིང་། །སེམས་  
ཀྱི་དགེ་བ་ཞི་བ་རྣམས་བསྐྱབས་པ། །ཤེས་རབ་ཀྱིས་ནི་དོན་གཉིས་སུ་ཆོགས་

འཛོམ། རྫོམ་དང་ཆོས་སྤྱད་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་དེ། རྒྱལ་སྤྱི་རྣམས་ཀྱིས་ཚུལ་  
ཁྲིམས་གསུམ་ཏྲག་བསྟུང་། ཁྲིམ་པས་དགེ་བསྟེན་བསྟེན་གནས་སྟོན་འབྲུག་  
ལ། རབ་ཏུ་བྱུང་བས་དགེ་སྟོང་དགེ་ཚུལ་དང་། དགེ་སྟོབ་མ་ཡི་རྫོམ་པ་གང་ཡིན་  
སྟེང་། བྱང་ཚུབ་སེམས་གཉིས་བསྟུང་བ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡིན། བྱི་ནང་གཞོད་པ་སྤྱ་  
ཆོགས་སྤྱག་བསྟུལ་ལ། རི་མི་སྤྱམ་དང་སྟོང་རྗེས་ཆོས་ལ་སོམ། དམིགས་མེད་  
བཟོད་པ་གསུམ་ཡང་བསྟུབ་པར་བྱ། ཞེ་སྤང་ལྟ་བུའི་སྤྱིག་པ་འགའ་མེད་ལ། བཟོད་  
མཚུངས་དཀའ་ཐུབ་བསོད་ནམས་གཞན་མེད་པས། སྤྱ་ཆོགས་ཚུལ་གྱིས་བཟོད་  
ལ་ནན་ཏན་དུ། ཁྲོ་བའི་མེ་ཆེན་འཛིལ་ལ་བཙོན་པར་བྱ། གཞོད་པའི་ཡུལ་རྣམས་  
མི་བསྟུན་གངས་མེད་པས། རེ་རེ་ཞི་ཡང་གདུལ་བར་ཡོད་མི་ལང་། སེམས་གཅིག་  
བརྟལ་བས་ཐམས་ཅད་དུལ་འགྱུར་བ། སེམས་འདུལ་བརྟལ་ཞུགས་བསྟུང་ལ་ནན་  
ཏན་མཛོད། གཞོད་ལ་བརྟེན་ནས་བཟོད་པའི་ལེགས་པ་འབྱུག། སྟོང་རྗེ་དང་ནི་  
བྱམས་སོགས་ཡོན་ཏན་སྟེ། བྱང་ཚུབ་གྲོགས་གྱུར་དག་ལ་སྟོན་པ་བཞིན། གུས་  
དང་སྟོ་བས་བཟོད་པ་ཉི་བར་བསྟེན། གཞན་ཡང་བདག་ཉིད་མེད་ན་མི་འབྱུང་  
ལ། བྲག་ཅ་བཞིན་དུ་པན་ཚུན་བརྟེན་པ་ཅན། རང་གིས་ཉིས་གྱུར་གཞོད་པའི་  
ཆོགས་རབ་འདི། འཕྲལ་གྱི་རྒྱུན་དང་སྟོན་ལས་རྒྱས་བསྐྱེད་ཕྱིར། འདི་འབྱུང་  
རིགས་ཉི་ལས་ཟད་ཐབས་འདི་ལ། ཅི་ནས་སེམས་འདུལ་གཅིག་ཤུར་བསྟན་  
ཚུགས་བྱ། མི་འདོད་ཐོག་ཏུ་བབ་ལ་མི་དགའ་བཏང་། བཙུག་སུ་ཡོད་ན་མི་དགར་  
ཅི་དགོས་ལ། མེད་ན་པན་པ་མེད་པས་ཅི་བྱར་ཡོད། དེ་བས་རྒྱུན་རྣམས་བཟོད་ལ་  
ནན་ཏན་བྱ། བརྟགས་ན་མཁའ་བཞིན་སྟོང་པའི་རང་བཞིན་ལ། དགའ་དང་མི་

དགའ་ལོར་གོད་ལེགས་ཉེས་མེད། །དེ་ལ་གཉིས་སྟུ་བརྩུང་ཡང་དོན་མེད་  
ཀྱིས། །ཐམས་ཅད་མཉམ་ཉིད་ངང་ལ་ནན་ཏན་མཛོད། །གང་ལ་བརྩོན་པའི་རང་  
བཞིན་དགེ་ལ་སྟོ། །དེ་ལ་དགེ་ཆོས་མི་ཟད་སྤྱིན་བཞིན་འདྲ། །དྲི་ཞིམ་སྒྲུབ་ཆེལ་དུ་  
བྱང་བ་བཞིན། །དེ་ཡི་མི་མ་ཐུན་ཕྱོགས་གང་ལེ་ལོ་གསུམ། །བྱ་བ་ངན་ཞེན་སྦྱིད་  
ལུག་བདག་ཉིད་བརྟམ། །ལེགས་པར་མི་འགྲུབ་ཉེས་ཀྱན་འབྱུང་བའི་གཞི། །ལུན་  
ཆོགས་ཉམས་ལ་རྒྱད་པ་སྟེ་བར་འབྱུང། །བརྩོན་འགྲུས་ལྡན་པ་འཛིག་རྟེན་གྱིས་  
བསྟོད་ཅིང་། །བརྩོན་འགྲུས་ལྡན་པ་མི་ཡི་བསམ་པ་འབྱུང། །བརྩོན་འགྲུས་ལྡན་པ་  
ཡོན་ཏན་ཆོགས་འཕེལ་ཞིང་། །བརྩོན་འགྲུས་ལྡན་པ་བྱ་ངན་འདའ་བར་འབྱུང། །དེ་  
ཡང་འཛིག་རྟེན་དགེ་ཆོས་མཆོག་རྣམས་དང་། །འཛིག་རྟེན་འདས་པའི་ལམ་ནི་གང་  
ཡིན་པ། །ཟག་བཅས་ཟག་པ་མེད་པའི་ཆོས་རྣམས་ལ། །མི་དགེ་སྤང་ཞིང་དགེ་བ་  
བསྐྱབ་པའི་བྱིར། །འབད་རྩོལ་བརྩོན་པས་ཡང་དག་གནས་པར་བྱ། །དེ་སྤྱིད་སངས་  
རྒྱས་མ་ཐོབ་བར་དུ་ནི། །ཆེས་ཆེར་གོང་དུ་ཡང་དག་འགྲོར་ཡོད་པས། །དེ་སྤྱིད་མི་  
དལ་འབད་པས་བརྩོན་འགྲུས་བརྩམ། །བསམ་གཏན་འདོད་པས་རྣམ་གཤེད་འདུ་  
འཛི་སྤང་། །ལུལ་གྱི་དགའ་བ་སྟོན་ཀའི་སྤྱིན་འདྲ་ཞིང་། །སྟོག་ལྟར་མི་བརྟན་གཡོ་  
བའི་རང་བཞིན་ཏེ། །ལོངས་སྟོད་མི་རྟག་སྦྱུ་མའི་ཁང་བཟངས་འདྲ། །ནམ་ཡང་ཡིད་  
བརྟན་མི་རུང་དེ་སྤངས་ཏེ། །སྦྱར་བ་ཉིད་དུ་ཞི་བའི་ནགས་འདབ་བསྟེན། །འདོད་པ་  
རྣམས་ནི་སྤང་གྲོལ་བསྐྱེད་པ་སྟེ། །བསག་དང་བསྐྱང་དང་ཆོལ་བས་སྤྱག་བསྐལ་  
ཞིང་། །ཁེངས་དང་སྤེད་དང་འཇུངས་པས་སེར་སྣ་འཕེལ། །ངན་འགྲོར་འཁྲིད་ཅིང་  
བདེ་འགྲོའི་ལམ་འགོག་པས། །འདོད་པ་རྩུང་དང་ཆོག་ཤེས་ལྡན་པར་བྱ། །ལུས་མ་

རི་སྟེང་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཁྲུ་བ་ལྟར། ཁོར་མང་རི་སྟེང་སྤྲུག་བསྐྱེད་དེ་བས་མང། ཡོ་  
བྱང་བསྐྱེད་སྤྲུག་རྣམས་བདེ་བ་མཐའ་ཡས་ཏེ། འཆེ་བ་ཅུང་ཞིང་དགྲ་རྒྱ་ལ་འཛིགས་པ་  
མེད། གྲུག་གིས་བསྟོད་ཅིང་འཕགས་པའི་ལམ་ལ་གནས། བྱ་བ་ཅུང་ཞིང་སེམས་  
ལས་ཚུང་བས་ན། ཉག་ཏུ་འདོད་པ་ཚུང་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ། བྱིས་དང་འགྲོགས་པའི་  
ཉེས་པ་ཆད་མེད་དེ། སྤྲིག་པ་འཕེལ་ཞིང་མི་དགེ་ངང་གིས་འགོ་དགོ་བ་འགྲིབ་ཅིང་  
ཅོད་དང་ཉོན་མོངས་སྟེ། བྱས་པ་མི་གཞོན་མ་ཡང་མགྲུ་བར་དཀའ། ཉོན་མེད་བྱ་བ་  
མང་ཞིང་འདྲ་འཛིན་གཡེང་། མེ་དང་སྐྱེལ་དང་གཅན་གཟན་ཁྲིད་འབྲ་བའི། བྱིས་པ་  
རྣམས་ལས་ཐག་རིང་འབྲོལ་བར་བྱ། རི་སྟེང་སེམས་ལ་བརྟན་པ་མ་ཐོབ་བར། བྱི་  
རོལ་ཡུལ་གྱིས་རབ་ཏུ་སྐྱ་བས་ན། དབེན་པའི་ནགས་སུ་སྟོ་བས་གནས་པར་  
བྱ། རི་སྟེང་སྐྱེས་བྱ་བཞི་ཡིས་བཏེག་པའི་ལུས། དུད་མོའི་སྒྲ་དང་བཅས་པར་མ་  
སྐྱར་བར། བདག་ནི་ཞི་བའི་དགོན་པར་རབ་བྱོགས་ཏེ། ལུས་སེམས་འདྲ་འཛིན་  
དགྲ་ལས་རྒྱལ་བར་བྱ། ནགས་ནི་ཆུ་གཙང་མེ་ཉོག་འབྲས་མང་ཞིང་། བྲག་རིའི་  
སྤྲུག་དང་རྩོལ་བ་ཁང་བཟངས་མང་། དུད་པའི་ལྗོན་ཤིང་གི་མས་བརྒྱན་པའི་  
ཁྲིད། བྱ་དང་རི་དགས་མང་པོ་གར་བྱེད་ཅིང་། ཆུ་འགྲམ་མེ་ཉོག་བྱང་བ་སྐྱ་ལེན་  
མཛེས། སྟོས་དང་སྐྱན་སོགས་རི་ཞིམ་ངད་ལྡང་ཞིང་། དབེན་ཞིང་ཉམས་དགའ་  
བསམ་གཏན་ངང་གིས་འཕེལ། དུས་བཞིར་དགའ་བས་བསྐྱེད་མཆོ་འབྲ་ཞིང་། སོ་  
ག་དབྱར་དང་སྟོན་དུས་དགུན་དང་དབྱིད། རིམ་གྱིས་འགྱུར་བས་མི་ཉག་སྟོ་གས་  
འཕེལ། དུར་ཁྲོད་རུས་པ་འཐོར་བུའི་ཚུལ་མཐོང་ནས། བདག་གི་ལུས་ཀྱང་དེ་  
འདྲའི་ངང་ཚུལ་ཅན། སོ་སོར་འགྲེས་ཆོས་ཅན་དུ་མཐོང་བར་འགྱུར། འདུས་བྱས་

སྤྱི་ལོ་མེད་པའི་འཁོར་ལ་ལ། དགའ་བའི་སྒོ་བྲོས་གང་ཡིན་རིང་དུ་བྱེད། རྩོད་དང་  
ཉོན་མོངས་མེད་ཅིང་རྟག་ཞི་བས། རང་གི་སེམས་ནི་ལས་རུང་བདེ་བ་འཛོམ། རྟེ་  
འབྲའི་ནགས་ནི་རྒྱ་ལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱུགས། སྲིད་ལ་སྒྲོ་བས་དགོན་པར་རབ་  
ཕྱོགས་ཏེ། ཁོམ་པ་བདུན་ཅུ་མ་མོར་བའི་བསོད་ནམས་ནི། གང་གིས་བསྐྱེད་པ་  
གསྐྱའི་སངས་རྒྱུ་ལ། བསྐྱེད་པར་མཛོད་པའི་བསོད་ནམས་ཕྱང་པོ་ཡིས། སྐྱ་  
མའི་བསོད་ནམས་བརྒྱ་སྟོང་ཆར་མི་པོད། རྟེ་བྱིར་ཞི་བའི་ནགས་འདབ་བསྐྱེད་པར་  
བྱ། རྟེ་རྟེ་སྐྱ་ལ་སྒྲིལ་གྱང་རབ་བཅས་ནས། རྟེ་གཅིག་སེམས་ལ་མི་གཡོ་མཉམ་  
པར་བཞག། བྱིས་པ་ཉེས་སྒྲོད་དོན་རབ་འབྱེད་པ་དང་། རྟེ་བཞིན་གཤེགས་དགའི་  
བསམ་གཏན་དམ་པ་བསྐྱུབ། བསམ་གཏན་བཞི་དང་དེ་བཞིན་གཟུགས་མེད་  
བཞི། ལམ་ལ་ཞུགས་དང་ཞུགས་ཟིན་འཕགས་རྣམས་ཀྱི། ཉིང་འཛིན་གསུམ་གྱི་  
མིང་རྣམས་ཤེས་པར་བྱ། རྟེ་ས་ནི་འདོད་ཡོན་དགའ་བའི་སེམས་སྤང་ཞིང་། རིག་  
དང་མཛོན་ཤེས་ཉིང་འཛིན་མཛོན་པར་འབྱུག། སྐྱ་དང་རྩ་འབྲུལ་སེམས་ལ་རང་  
དབང་བསྐྱུར། ཤེས་རབ་གསུམ་སྟེ་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པ་ཉིད། ལྷག་མཐོང་བྱུང་བས་  
ཉོན་མོངས་ཆོགས་སྤང་ཞིང་། ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གནས་ལུགས་རབ་ཤེས་  
ནས། སྲིད་པའི་བྲོང་ལས་ཐུང་ན་འདས་ཞིར་འགྲོ། སྤྱང་འདི་གདོད་ནས་མ་སྒྲེས་  
གཟུགས་བརྟན་བཞིན། རོ་བོ་མེད་ལ་སྤྱ་ཆོགས་སྤང་བ་སྟེ། རང་བཞིན་དག་པའི་  
རྟེན་འབྲེལ་མཐོང་ནས་ནི། མི་གནས་མཆོག་གི་གོ་འཕང་སྤྱར་དུ་རེག ཤེས་རབ་  
ལྷན་པ་ཐབས་ཀྱིས་བྲོལ་འགྱུར་ཏེ། རི་ལྷར་དུག་ལ་སྐྱགས་ཀྱིས་བཏབ་པ་  
བཞིན། ཤེས་རབ་མེད་ན་ཐབས་ཀྱིས་འཆིང་འགྱུར་ཏེ། སྤྱན་ཉིད་ནད་དུ་སོང་བས་

གདུང་བ་བཞིན། །དེ་ཕྱིར་གནས་ལུགས་རྫོགས་པའི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད། །པ་རོལ་  
ཕྱིན་པ་བྱུག་ལ་སྐྱོད་པ་ན། །སྐྱུ་མའི་སྐྱེ་བོ་ཇི་བཞིན་ཤེས་པར་བྱ། །འཁོར་གསུམ་མི་  
རྫོག་དགེ་པའི་ཆོགས་གཉིས་ཀྱིས། །རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་ཞི་བ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །དེ་  
ལྟར་དགེ་ལེགས་སྤྱིན་གྱི་བཞེན་པ་ཡིས། །འགྲོ་སེམས་གཙང་མའི་ལོ་ཐོག་ལེགས་  
བསྐྱེད་ཏེ། །སྤྱིད་པའི་ཉེས་ཆོགས་དབུལ་བས་རབ་ཐོངས་པའི། །དུབ་པའི་སེམས་  
ཉིད་དེ་རིང་ངལ་སོས་ཤིག། །རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་སེམས་ཉིད་ངལ་གསོ་ལས། །བྱང་  
ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ལེབ་སྟེ་བརྒྱད་པའོ། ། །

### ལེབ་དགུ་པ་བསྐྱེད་རྫོགས་ཟུང་དུ་འཇུག་པ།

དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས། །གསང་སྤྲུགས་ཕྱི་ནང་  
བསྐྱེད་རྫོགས་དོན་ལ་འཇུག། །དེ་ཡང་ཐབས་མང་དཀའ་བ་མེད་ཕྱིར་དང་། །དོན་  
གཅིག་ན་ཡང་འཇུག་ཚུལ་མ་ཐོངས་དང་། །དབང་པོ་ཤིན་ཏུ་རྣམས་པའི་དབང་མཛད་  
དེ། །བྱ་སྐྱོད་ནལ་འབྱོར་ལྷན་མེད་བཞི་བཞུན། །དུས་དང་མི་རིགས་དབང་པོའི་རིམ་  
པ་སྟེ། །རྫོགས་ལྡན་སྤྲུལ་ལྡན་ཉིས་ལྡན་ཚོད་ལྡན་དང་། །བྲམ་ཟེ་རྗེ་ལུ་རིགས་རྒྱལ་  
རིགས་གདོལ་པའམ་དམངས། །རྒྱལ་པོ་འབྲིང་རྣམས་ཤིན་ཏུ་རྣམས་པོ་ལ། །ཁུས་དང་  
གཙང་སྒྲ་གཙོར་སྟོན་བྱ་བའི་རྒྱད། །ལུས་ངག་བྱ་དང་སེམས་ཀྱི་སྟོམ་པ་ཀུན། །ཆ་  
མཉམ་སྟོན་པ་སྐྱོད་པའི་རྒྱད་ཟླ་དང་། །སྟོམ་པ་གཙོར་སྟོན་ལུས་ངག་སྐྱོད་པ་  
ཀུན། །ཐོགས་ཙམ་སྟོན་པ་ནལ་འབྱོར་རྒྱད་དང་ནི། །སྟོ་གསུམ་བྱ་བལ་གཟུང་འཛིན་  
མི་དམིགས་པར། །སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་འོད་གསལ་བརྒྱལ་ཞུགས་མཆོག། །གཙང་  
སྒྲ་རྒྱང་ནམས་རོར་ནི་ནལ་འབྱོར་ཆེ། །དེ་ཡང་བྱ་སྐྱོད་ནལ་འབྱོར་བྱུང་བ་རྒྱད། །ཀྲི་

ཡ་ལྷ་བ་ཡོ་ག་ཞེས་བྱའོ། །དེ་དག་གསང་སྤྲུགས་ཕྱི་སྟེ་ལྷ་རྣམས་ཀྱང་། །ཡབ་ལུས་  
རྒྱང་འབྲེལ་བསྐྱོམ་པར་མི་རུས་ཤིང་། །ཤ་ལྷ་བདུད་ཅི་ལྷ་སོགས་བསྟེན་མི་  
བྱེད། །གཙང་སྤྲ་ཀུན་དུ་སྦྱོད་པས་གནས་བ་ཡིན། །རྣལ་འབྱོར་སྒྲ་མེད་རྒྱད་ལའང་  
གསུམ་ཡིན་ཏེ། །པ་མ་གཉིས་སུ་མེད་པ་སྒྲ་ན་མེད། །བསྐྱེད་རྫོགས་གཉིས་མེད་གཙོ་  
བོར་སྟོན་བ་སྟེ། །མ་རྒྱ་ཨ་རུ་ཨ་ཉི་ཞེས་བྱའོ། །ལྷ་ཡང་འཁྲིལ་སྦྱོར་དམ་རྩས་ཁྱད་  
པར་ཅན། །གཙང་བཙུག་གཉིས་མེད་ཐམས་ཅད་རོ་གཅིག་ཏུ། །དཀྱིལ་འཁོར་གཅིག་  
གི་རོལ་བར་སྟོན་བ་ཡིན། །བྱ་བས་རང་ཉིད་དམན་ལ་ལྷ་ཉིད་མཆོག་ །རྗེ་ཁོལ་ཚུལ་  
དུ་བསྐྱབ་པས་དངོས་གྲུབ་ལེན། །སྦྱོད་པས་རང་དང་ལྷ་གཉིས་མཉམ་པར་བལྟ། །རང་  
ཉིད་དམ་ཆོག་མདུན་དུ་ཡེ་ཤེས་ལྟ། །ཐོགས་པོའི་ཚུལ་གྱིས་དངོས་གྲུབ་ལེན་བ་  
ཡིན། །རྣལ་འབྱོར་དངོས་གཞིར་གཉིས་སུ་མེད་པ་ལ། །སྦྱོར་རྩེས་ལྷ་ནི་དགུག་  
གཤེགས་གཉིས་སུ་བྱེད། །ཚུ་ལ་ཚུ་བཞག་གཉིས་མེད་དངོས་གྲུབ་ལེན། །མ་རྒྱས་  
རྒྱང་དང་བསྐྱེད་རིམ་ཐམས་གཙོ་ལ། །ཨ་རུས་ཁམས་དང་རྫོགས་རིམ་ཤེས་རབ་  
གཙོ། །ཨ་ཉིས་ཐམས་ཅད་གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་གཙོ། །ཀུན་ཀྱང་ཆོས་ཀུན་ཡེ་ནས་  
མཉམ་པ་ཉིད། །ཡིན་པར་ཤེས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཉམས་སུ་ལེན། །བདག་དང་འགྲོ་ཀུན་  
ཡེ་ནས་སངས་རྒྱས་པས། །ཕྱང་པོ་ཁམས་དང་སྦྱེ་མཆེད་ལ་སོགས་ཀུན། །དཀྱིལ་  
འཁོར་གཅིག་ཏུ་གསལ་བཟབ་རིམ་གཉིས་བསྐྱོམ། །དེ་ཡང་སྦྱེ་བཞིའི་རིམ་པས་  
སྐྱོམ་ཚུལ་བཞི། །སྦྱོར་སྦྱེས་བག་ཆགས་སྦྱང་ཕྱིར་སྟོན་འགྲོའི་ཆོ། །སྦྱབས་འགྲོ་  
སེམས་བསྐྱེད་བསྐྱེད་རིམ་མདོར་བསྐྱུས་ནས། །བསོད་ནམས་ཞིང་རབ་སྦྱུན་བྱངས་  
མཆོད་པའི་མཐར། །རང་བཞིན་མེད་བསྐྱོམ་ཆོགས་གཉིས་སྟོན་སོང་ནས། །གདོད་

གྲིས་བསྐྱེད་རྫོགས་རྒྱས་པར་བསྐྱོམ་པ་ནི། །ཐོག་མར་སྒོ་ར་དེ་ལས་བྱ་སྐྱེ་  
བཞིན། །མདོར་བསྟུས་རྒྱས་པའི་བསྐྱེད་རྫོགས་རིམ་པས་བསྐྱོམ། །མངལ་སྐྱེས་  
བག་ཆགས་སྤྱང་བྱིར་བསྟན་པ་ནི། །སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་སྟོང་ལས་ས་ཐོན་  
དང་། །ཕྱག་མཆན་ལས་ནི་སྤྱད་ཅོད་ཟེར་སོགས། །རིམ་གྱིས་རྒྱས་པར་བསྐྱོམ་  
གྱི་སྤར་བཞིན་དུ། །མདོར་བསྟུས་སྟོན་དུ་མི་འགྲོའི་བསྐྱེད་རྫོགས་ནི། །རི་ལྟར་རྒྱང་  
སེམས་ཐིག་ལེ་དཀར་དམར་ལས། །མེར་བྱུར་ལྟར་དང་མཁའ་གྲུང་ལ་སོགས་  
ནས། །ལུས་ཡོངས་རྫོགས་ཏེ་བཅའ་བའི་བར་བཞིན་ནོ། །བོད་གཤེར་ལས་སྐྱེས་  
བག་ཆགས་སྤྱང་བྱིར་བྱིར། །སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་སྟོང་ལས་སྟ་རྣམས་  
གྱི། །མཆན་ཙམ་བརྗོད་ལས་ལྟར་གསལ་བསྐྱེད་རྫོགས་བསྐྱོམ། །རི་ལྟར་བོད་  
གཤེར་འདུས་ལས་གྲུབ་པའི་ལུས། །ཤིན་ཏུ་འགྲུབ་པར་སྤྲོ་བས་བཅའ་བ་བཞིན། །ས་  
ཐོན་ཕྱག་མཆན་སྟོས་པ་དགོས་པ་མེད། །བརྟུས་ཏེ་སྐྱེ་བའི་བག་ཆགས་སྤྱང་བྱིར་  
བྱིར། །སྐད་ཅིག་ཙམ་གྱིས་ཐལ་གྱིས་བསྐྱེད་རྫོགས་བསྐྱོམ། །རི་ལྟར་བརྟུས་སྐྱེས་  
སྐད་ཅིག་སྤར་བ་བཞིན། །མིང་ལས་རིམ་གྱིས་བསྐྱེད་རྫོགས་བསྐྱོམ་མི་དགོས། །དེ་  
ལྟར་སྟོམ་ཚུལ་རྣམ་པ་བཞི་ཉིད་ཀྱང་། །གཙོ་བོར་སྐྱེ་བ་གང་བསྟུས་དེས་བསྐྱོམས་  
ལ། །བག་ཆགས་སྤྱང་བྱིར་ཀུན་གྱིས་དེ་བཞིན་བསྐྱོམ། །ཁྱད་པར་ལས་དང་པོ་ཡི་  
སྟོང་སྐྱེས་བཞིན། །ཅུང་ཟད་བརྟན་པས་མངལ་སྐྱེས་བཞིན་བསྐྱོམས་ལ། །བརྟན་པ་  
ཆེ་བས་བོད་གཤེར་སྐྱེས་བཞིན་བསྐྱོམ། །ཤིན་ཏུ་གོམས་པ་ཡང་དག་བརྟན་པ་  
ཡིས། །རྟུས་སྐྱེས་བཞིན་དུ་སྐད་ཅིག་དགོང་བསྐྱེད་བྱ། །རྫོགས་རིམ་དེ་ཡང་སྤར་  
བཅས་སྤར་མེད་དེ། །བསྐྱེད་རིམ་བསྟུས་ནས་མཁའ་ལ་སྤྱོན་དེངས་བཞིན། །མི་

དམིགས་ངང་དུ་འཛོགས་སྐྱང་བ་མེད། །བསྐྱེད་རིམ་དེ་ཉིད་རྫོགས་པར་ཤེས་བྱ་སྟེ།  
།སྐྱང་དུས་ཉིད་ནས་རང་བཞིན་སྒོམ་དང་བྲལ། །མ་ཡེངས་བསྐྱོམ་པ་སྐྱང་བཅས་རིམ་  
བ་བཞིན། །ལས་དང་པོ་ཡིས་བསྐྱེད་རིམ་ཞེན་པ་དགག། །སྐྱང་ལ་བདེན་པར་ཞེན་  
པའི་གཉེན་པོ་བྱེད། །བརྟན་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྫོགས་རིམ་ཞེན་པ་དགག། །སྐྱང་ལ་  
མཆོན་མར་ཞེན་པའི་གཉེན་པོ་བྱེད། །ཕྱི་ནས་གང་སྐྱང་བསྐྱེད་རིམ་ཐབས་ཉིད་  
ལ། །འཛིན་མེད་ཤེས་པ་རྫོགས་རིམ་ཤེས་རབ་ཉིད། །དུས་རྣམས་ཀུན་དུ་འདུ་འབྲལ་  
མེད་པར་འཆར། །བསྐྱེད་རིམ་སྐྱང་འདིའི་བདེན་ཞེན་འགོག་པ་སྟེ། །རྫོགས་རིམ་སྐྱུ་  
མར་ཞེན་པའི་རྟོག་པ་སྐྱོང་། །གང་ལ་སྐྱང་སྐྱོང་བདེན་ཞེན་མེད་པས་ན། །བསྐྱེད་  
རྫོགས་གཉིས་མེད་རང་བཞིན་དག་པ་ཡིན། །འདི་ནི་མཐར་ཐུག་དོ་རྗེའི་ཐེག་པ་  
སྟེ། །དབང་པོ་རྣོན་པོ་ཆེ་འདིར་རྫོགས་སངས་རྒྱ། །དེ་རྗེས་གདུལ་བྱའི་འཛིག་རྟེན་  
གང་ཡོད་དེར། །སངས་རྒྱས་མཛད་པ་སྣ་ཆོགས་ལྷན་གྱིས་བྱལ། །འདི་ནི་གངས་  
མེད་དོ་རྗེ་འཆང་རྣམས་ཀྱི། །ཉེ་ལམ་སྤྲས་པ་ཤིན་ཏུ་ཐབ་པོ་སྟེ། །སྤྲལ་བཟང་ཆེ་  
འདིར་གྲོལ་འདོད་རྣམས་ཀྱིས་བསྟེན། །དེ་ཡང་གང་ལོས་རྒྱུད་སྟེའི་རིམ་པ་  
ལ། །བརྟེན་ནས་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་བསྐྱེད་པར་བྱ། །ཐོག་མར་རིག་གཏད་རྗེས་  
གནང་དབང་ལ་སོགས། །རང་རང་གཞུང་ནས་གསུངས་པའི་ལུང་མཛོས་ཏེ། །རང་  
གི་སེམས་འདི་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་བྱ། །ཁྱད་པར་མཆོག་གསང་ནལ་འབྱོར་ཆེན་  
པོའི་ལམ། །སྒྲིན་བྱེད་དབང་བཞི་གྲོལ་བྱེད་བསྐྱེད་རྫོགས་ཏེ། །བུམ་དབང་ལུས་དང་  
གསང་དབང་དག་དང་ནི། །ཤེས་རབ་ཡི་ཤེས་ཡིད་དང་ཆོག་དབང་གིས། །བག་  
ཆགས་མཐའ་དག་སྐྱོང་ཞིང་དངོས་བྱལ་སྟེར། །དང་པོ་གསུམ་གྱིས་བསོད་ནམས་

ཆོགས་རྫོགས་ལ། །བཞི་པས་ཡེ་ཤེས་ཆོགས་རྫོགས་དེ་བཞིན་དུ། །ཉོན་མོངས་པ་  
དང་ཤེས་བྱའི་སློབ་ཀྱན་སྦྱང་། །དེ་ཕྱིར་སློབ་བྱེད་དབང་བཞི་ཐོབ་པ་ཡིས། །ཁོ་ལ་  
བྱེད་བསྐྱེད་རྫོགས་དོན་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ། །འདིར་ནི་དབང་རྫོགས་དམ་ཆོག་ལྡན་པ་  
ཡིས། །གཉིས་མེད་ཨ་ཉིའི་དགོངས་པར་འཇུག་འདོད་པས། །བདེ་བའི་སྟོན་ལ་སྦྱིལ་  
ཀྱང་རབ་བཅས་ནས། །སྦྱབས་སུ་འགོ་དང་བྱང་ཚུབ་སེམས་བསྐྱེད་དེ། །ཆོས་རྣམས་  
ཐམས་ཅད་སྟོང་ཞིང་བདག་མེད་པ། །རང་བཞིན་སློབ་དང་བྲལ་བའི་རང་ཉིད་  
ལས། །རྩྱུ་ལས་སྟེང་འོག་ཕྱོགས་མཆམས་ཐམས་ཅད་དུ། །བསྐྱང་བའི་འཁོར་ལོ་  
ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ། །ཅིབས་བཅུ་ཁོ་བོ་བཅུ་ཡིས་མཆན་པ་སྟེ། །ཕྱི་ནང་མེད་པུང་  
འབར་བའི་དབྱས་ན་དཔལ། །ཀྱན་དུ་བཟང་པོའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཆེན་པོ་ནི། །སྟོ་བཞི་  
བྱ་བཞི་རྟ་བབས་བཞིས་བརྒྱན་ཅིང་། །ཅིག་པ་ལྔ་དང་འདོད་ཡོན་སྣམ་བྱ་དང་། །པ་  
གྲ་བ་བྱེད་མདའ་ཡབ་བྱ་བྱས་མཛེས། །ལྷུང་བྱའི་ཐོད་པ་རིན་ཆེན་རྟོ་རྩེའི་ཉོག་དྲུང་  
ཁོད་བརྒྱད་ཀྱིས་བསྟོར་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་དབྱས། །སེང་གེ་སྤང་ཆེན་རྟ་དང་མ་བྱ་  
དང་། །ཤང་ཤང་བརྒྱ་ཉི་ལྔས་སྤྱོད་པའི་སྟེང་། །རིགས་ལྔ་སོ་སོའི་ཡུམ་དང་སེམས་  
དཔའ་བརྒྱད། །སེམས་མ་བརྒྱད་དང་སྟོ་བ་ཡབ་ཡུམ་བརྒྱད། །སྤུབ་པ་དབྱག་རྣམས་  
སོ་སོའི་གནས་བཞུགས་ཉེ། །སྦྱ་མདོག་ཕྱག་མཆན་རྒྱན་རྣམས་རྫོགས་པ་ལས། །ལུ་  
མེད་འོད་ཟེར་ཕྱོགས་མཐའ་གཏུགས་པར་འཕྱོ། །གཙཱོ་བོའི་ཐུགས་ཀར་གཞི་ཡི་ཀྱན་  
དུ་བཟང་། །ཡབ་ཡུམ་འབྲེལ་སྦྱོར་མཆན་དཔེས་བརྒྱན་པའི་སྒྲ། །མཁའ་ལྷར་བྱི་མེད་  
མཐོན་མཐེང་སྦྱིལ་ཀྱང་ཚུལ། །ཆོན་གང་འོད་ཀྱི་གོང་བྱ་འབར་བར་བསྟོས། །དེ་ལས་  
འོད་འཕྲོས་སྤང་སྤིད་སྟོད་བཅུད་སྦྱངས། །ཐམས་ཅད་རྣམ་དག་ལྟ་དང་ལྟ་མོའི་

ངང་། །ཡི་གེ་གསུམ་དང་རིགས་ལྔ་འཛིན་བཞུགས། །བྲག་སྟོང་སྟེ་མེད་བྲག་ཅ་རི་  
བཞིན་ནོ། །དེ་ཉིད་ངང་ལ་མ་བཅོས་མཉམ་བར་གཞག། །རང་སེམས་ཡེ་ནས་ལྟ་ཡི་  
རང་བཞིན་ལ། །ལུས་ནི་དགྲིལ་འཁོར་སྤྱ་ཆོག་གསང་སྤྲུགས་ཉིད། །ཐམས་ཅད་ལྟོན་  
རྫོགས་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་ངང་། །དམ་ཆོག་ཡེ་ཤེས་གཉིས་མེད་དགྲུག་གཞུག་  
མེད། །གཤེགས་གསོལ་མི་དགོས་བཟང་ངན་ལྷང་དོར་མེད། །ཡེ་ནས་དགྲིལ་འཁོར་  
ཡིན་པའི་བདག་ཉིད་ལ། །ཡིན་པར་ཤེས་པའི་ཚུལ་གྱིས་གསལ་འདེབས་ལས། །མ་  
གྲུབ་པ་ལ་ཡང་གྲུབ་བྱེད་པ་མིན། །རྗེས་ལ་ཞེན་པ་ཡོད་ན་རིམ་གྱིས་བསྐྱུ། །གང་  
དུའང་མི་དམིགས་སྟོས་དང་བྲལ་བར་གཞག། །མེད་ན་སྤྱ་མ་ཆུ་ལྷའི་ངང་ཉིད་  
ནས། །དགེ་བ་སེམས་ཅན་དོན་དུ་བསྟོ་བར་བྱ། །སྟོད་ལམ་ཀུན་དུ་སྟོང་གསལ་སྤྱ་  
མའི་ཚུལ། །སྤང་དང་བྲག་པ་ཐམས་ཅད་ལྟ་དང་སྤྲུགས། །འོན་དང་སེམས་པ་ཐམས་  
ཅད་ཡེ་ཤེས་སྤྱ། །སྐྱད་ཅིག་སྐྱད་ཅིག་མ་ཡེངས་ཤེས་པར་བྱ། །ཅ་བ་ཡན་ལག་དམ་  
ཆོག་གཙང་མ་བསྐྱང་། །ཤེས་དང་མི་སྤང་སྤྱད་དང་དང་དུ་ལྷང་། །བསྐྱུབ་པར་བྱ་བའི་  
དམ་ཆོག་ལྟ་ལྟ་སྟེ། །ཉི་ཤུ་ཅ་ལྟ་མདོར་བསྐྱུས་སྤྱ་གསུང་བྲགས། །དེ་ཡང་རང་  
སེམས་རྣམ་དག་ཚུལ་ལ་བསྐྱབ། །

ཉ་དང་གནམ་སྟོང་ཆེས་བརྒྱད་ཉི་ཤུ་དགྲ། །ཆེས་བརྒྱ་ཡར་ངོ་མར་ངོའི་ཉིན་  
དང་མཚན། །བསྐྱེན་སྤྱབ་ཆོགས་མཚོད་བསྐྱང་བཞགས་འབད་པར་བྱ། །རྒྱང་  
སེམས་ཅ་དང་ཐིག་ལའི་རྣལ་འབྱོར་སོགས། །ཡང་ཐབ་གནད་ལ་ནན་ཏན་སྟོང་པོར་  
བྱ། །བདེ་གསལ་མི་རྟོག་ཟུང་འཇུག་ལམ་བསྟོམས་པས། །རྟོ་རྟོ་འཛིན་བ་ཆེ་འདིར་  
རྫོགས་སངས་རྒྱ། །དེ་ལྟར་རབ་གསང་ལྟ་མེད་སྟོང་པོ་འདིས། །ཉི་ཤུ་ཀ་དཔལ་མེང་

དུ་ཉིད་འཆོ་ཞིང་། །འགྲོ་ཀུན་ལས་དང་ཉོན་མོངས་སྲིད་པ་འདིར། །དུབ་པའི་སེམས་  
ཉིད་དེ་རིང་པལ་སོས་ཤིག །

རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་སེམས་ཉིད་པལ་གསོ་ལས། བསྐྱེད་རྫོགས་ཟུང་དུ་འཇུག་  
པའི་ལེའུ་སྟེ་དགུ་པའོ། ། །

ལེའུ་བརྩ་བ་གཞི་རྫོགས་པའི་ཤེས་རབ་མཐའ་གཉིས་ལ་མི་གནས་  
བ།

དེ་ལྟར་བསྐྱེད་རྫོགས་ཟུང་འབྲེལ་ལྷན་འབྲེར་བས། །ཆོས་རྣམས་མ་སྐྱེས་  
སྟོང་པའི་ཚུལ་ལ་འཇུག། དེ་ཡང་སྣང་སྲིད་འཁོར་འདས་ཆོས་རྣམས་ཀུན། །ཡེ་ནས་  
བདག་མེད་སྐྱོས་དང་བྲལ་བ་ལ། །མ་རིག་འཛིན་པས་སྲིད་པ་འདིར་འབྱམས་ཏེ།  
།འཁོར་འདས་བདེ་སྤྱག་སྣ་ཆོགས་སྣང་མོད་ཀྱང་། །སྣང་དུས་ཉིད་ནས་རང་བཞིན་  
སྟོང་པའི་རང་། །སྐྱེ་མ་མི་ལམ་འབྲ་བར་མཁྱེན་པར་མཛོད། །འདི་ལྟར་བྱི་རོལ་སྣང་  
བའི་དངོས་པོ་ཀུན། །སེམས་ལ་སྣང་ཡང་སེམས་སུ་བྱུབ་པ་མེད། །སེམས་ལས་  
གཞན་དུའང་བྱུབ་པ་འགའ་མེད་དེ། །བག་ཆགས་དབང་གིས་གཟུང་འཛིན་གཉིས་  
སྣང་ཡང་། །སྣང་དུས་ཉིད་ནས་གཟུང་འཛིན་གཉིས་མེད་པ། །བཞིན་དང་མེ་ལོང་ནང་  
གི་གཟུགས་བཞིན་ནོ། །དེར་ནི་བྱད་ཉིད་སྣང་ཡང་མ་བྱུབ་ལ། །བྱད་ལས་གཞན་གྱི་  
རྣམ་པ་བཏོད་བྱེད་མེད། །མེད་བཞིན་གཉིས་སུ་སྣང་བ་མཛོན་སུམ་ལྟར། །སྣ་ཆོགས་  
ཆོས་རྣམས་དེ་བཞིན་ཤེས་པར་བྱ། །མ་བརྟགས་ཉམས་དགའ་བརྟགས་ན་ངོས་  
གཟུང་མེད། །ཤིན་ཏུ་བརྟགས་ན་སྤྲ་བསམ་བཛོད་ལས་འདས། །ཡོད་མེད་མི་  
དམིགས་མཐའ་བྲལ་མ་བྲལ་མེད། །སྐྱེ་མའི་ཚུལ་དུ་སྐྱེ་སོགས་སྣང་ན་ཡང་། །སྣང་

དུས་ཉིད་ནས་སྐྱེ་སོགས་རང་བཞིན་མེད། །སྒྲིག་སྒྲུའི་ཆུ་དང་རྩིང་བུའི་ཆ་གཟུགས་  
བཞིན། །ཁྱད་པར་མ་དག་འགོ་བྱས་སྤང་བ་འདི། །མེད་བཞིན་སྤང་བ་བག་ཆགས་  
འཁྲུལ་པའི་གཟུགས། །རབ་རིབ་ཅན་ལ་སྐྱ་ཤད་སྤང་བ་བཞིན། །དེ་བསལ་འདོད་  
པས་བད་ཀན་སྦྱོང་བ་ལྟར། །འཁྲུལ་སྤང་དག་འདོད་མ་རིག་མིང་ཉོག་བསལ། །དེ་ཡི་  
གཉེན་པོར་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས། །འཁོར་བའི་བག་ཆགས་སྦྱོང་པར་ལ་བཟླ་  
ཞིང་། །སྦྱོང་པའི་རང་བཞིན་སྤང་བར་ཐག་བཅད་དེ། །སྤང་སྦྱོང་གཉིས་མེད་བདེན་པ་  
གཉིས་དོན་ཤེས། །མཐའ་གཉིས་གནས་བསལ་དབྱ་མར་བསྐྱབས་པ་ཡིས། །སྤིང་  
ཞིང་མི་གནས་ནས་མཁའི་རང་དབྱ་གྲོལ། །འདི་ནི་རེས་དོན་སྦྱིང་པའི་དམ་པ་སྟེ། །རང་  
བཞིན་རྩོགས་པ་ཆེན་པོའི་གནས་ལུགས་ཡིན། །སྤང་བའི་དངོས་ཀྱིས་པན་གཞོད་  
གཉིས་སྤུ་མེད། །དེར་འཛིན་ཞེན་པས་སྤིང་པར་འཆིང་བས་ན། །སྤྱོད་གས་སྤང་ལ་  
བརྟག་དབྱུང་མི་དགོས་ཀྱི། །འཛིན་པའི་སེམས་ཀྱི་རྩ་བ་བཅད་པར་མཛོད། །སེམས་  
ནི་སྤང་ལ་རང་བཞིན་འགའ་མེད་དེ། །བཅོལ་བས་མི་རྟེན་བལྟས་པས་མཐོང་བ་  
མེད། །ཁ་དོག་དབྱེབས་མེད་དོ་བོ་ངོས་གཟུང་མེད། །བྱི་དང་ནང་མེད་དུས་གསུམ་  
སྐྱེ་འགག་མེད། །ཕྱོགས་དང་རིས་མེད་གཞི་རྩ་དངོས་པོ་མེད། །འདི་ཞེས་མི་མཆོད་  
བསམ་ཡུལ་འདས་པའི་སེམས། །འགགས་པ་མི་དམིགས་མ་སྐྱེས་ཕྱོགས་ན་  
མེད། །ད་ལྟར་མི་གནས་རང་བཞིན་མཉམ་པའི་རང་། །སེམས་ཀྱིས་སེམས་མ་ཆོལ་  
བར་དལ་དུ་ཆུག། །དགག་སྐྱབ་བར་རིག་སྐྱད་ཅིག་ཡིད་ཀྱི་ཡུལ། །སྤང་ཅམ་ཉིད་ནས་  
བྱི་དང་ནང་ནའང་མེད། །བཅོལ་བའི་དོན་ཀྱིས་ཆོལ་མཁན་བྱས་པས་བསྐྱད། །རང་  
གིས་རང་བཅོལ་ནས་ཡང་རྟེན་མི་འགྱུར། །ཡེ་ནས་སྐྱེ་མེད་རང་བཞིན་གཉུག་མའི་

དོན། །མི་གནས་འགག་པ་མེད་པའི་སེམས་ཉིད་ནི། །དུས་གསུམ་གཞི་རྩ་མེད་པས་  
སྟོང་པའི་ངང་། །སྣ་ཚོགས་འཆར་གཞི་མ་འགགས་སྒང་བ་ལ། །དངོས་པོ་མཚན་  
མར་མེད་པས་རྟག་པ་མེད། །རང་ཤར་འགག་པ་མེད་པས་ཆད་པ་མེད། །གཉིས་དང་  
གཉིས་མེད་མེད་པས་བརྗོད་དུ་མེད། །འདི་ཞེས་བྱུང་པ་མེད་པས་ངོས་གཟུང་  
མེད། །རང་བཞིན་གཤོད་ནས་དག་པར་ཤེས་པར་བྱ། །བརྟགས་པས་མེད་ལྟར་མ་  
བརྟགས་དུས་ནའང་མེད། །རང་བཞིན་གཉིས་མེད་གཤོད་མའི་ངོ་བོ་ལ། །བཟང་ངན་  
མྱང་དོར་རེ་དོགས་མི་དམིགས་པས། །བརྟག་དང་དབྱུང་པས་འདི་ལ་ཅི་བྱར་  
ཡོད། །དུས་གསུམ་ཡིད་ཀྱི་ཚོལ་ཁོ་མ་བྱེད་ཞོག །རྟོག་གེ་སྟོས་པའི་སྤྱན་པས་བསྐྱེད་  
པའི་སེམས། །རྣམ་གཤེད་རྒྱུད་ལྟར་གཡོ་བས་མི་རྟོགས་ཀྱི། །བསལ་གཞག་འགྲོ་  
འོང་མེད་པའི་བྱང་ཚུབ་སེམས། །ཀྱན་བྱེད་ཡེ་ཤེས་བྱི་མེད་ངོ་བོ་ཉིད། །རི་བཞིན་  
བཞག་པས་དེ་བཞིན་མཐོང་བ་ཡིན། །འདིར་ནི་སྣ་ཚོགས་བྱུང་མཐའ་མང་པོ་  
དང་། །བསམ་བརྗོད་རྟོག་པ་དུ་མས་ཅི་ཞིག་བྱ། །ངེས་པའི་དོན་ལ་བྱུང་དང་མ་བྱུང་  
མེད། །མཐའ་དང་དབྱུས་མེད་ཐེག་པའི་རྣམ་དབྱེ་མེད། །མཁའ་བཞིན་རྣམ་དག་རྒྱ་  
ཆད་ཕྱོགས་ལྷུང་མེད། །དེ་ལ་ཡོད་མེད་སྟོས་བརྟགས་འཁྲུལ་པས་ན། །བརྗོད་དུ་མེད་  
གང་རི་ལྟར་བཤད་དུ་ཡོད། །དོན་མེད་གནས་ལ་རབ་རྩ་ངལ་བར་བཟ། །རི་ལྟར་  
མཁའ་དབྱུས་དངས་པའི་སྐྱེད་མོས་ཆལ། །མེ་རྟོག་འབྲས་མང་འབབ་རྩུས་བརྒྱན་པ་  
ཞིག །མངོན་དུ་བསམས་ནས་དེ་ཡི་རྣམ་དབྱེ་དང་། །མཐུན་ཕྱོགས་མི་མཐུན་  
ཕྱོགས་གང་ཅོད་པ་བཞིན། །གང་ཡང་བྱི་མེད་སེམས་ཉིད་དག་པ་ལ། །བཅོས་བསྐྱར་  
བྱི་མས་རྣམ་ཡང་མཐོང་བ་མེད། །དེ་ལ་བསྐྱེད་དང་རྫོགས་པས་ཅི་ཞིག་བྱ། །དང་

བའི་བསམ་གཏན་བསྐྱོམས་བསམ་བསྐྱད་བར་ཟད། གཤོད་ནས་རང་བཞིན་དག་པའི་  
སེམས་ཉིད་ལ། སྤང་གཉེན་བྲལ་ཐོབ་མེད་ཀྱིས་དམིགས་གཏད་ཤོལ། བྱིན་  
གཟུང་འཛིན་མེད་ཀྱིས་ཆེད་འཛིན་ཐོང་། འདི་ཞེས་ངོས་གཟུང་མེད་ཀྱིས་ཞེན་པ་  
ཆོད། ཐོབ་དང་མ་ཐོབ་མེད་ཀྱིས་རེ་དོགས་སྤོངས། གཞི་གནས་འཕོ་འགྱུར་མེད་  
པའི་རིག་པ་ལ། སྣ་ཆོགས་རྒྱུན་གྱི་རྣམ་པ་ཅི་ཤར་ཡང་། ཤར་བ་དེ་ཉིད་རང་གི་  
ཐོག་ཏུ་གྲོལ། རྒྱ་དང་རྒྱབས་བཞིན་ཆོས་སྐྱར་བྱམ་གཅིག་གོ། གང་དུ་བལྟས་ཆེ་  
བལྟ་མཁན་ངོ་བོ་སྟོར། བཅའ་བས་མ་རྟེན་ཡུལ་དང་སྤྱོད་ན་མེད། འཆོལ་མཁན་  
ཉིད་ཀྱང་མི་དམིགས་སྤོས་དང་བྲལ། བྱེད་པོ་མི་གནས་བྱ་བའི་ཡུལ་གྱིས་  
སྟོང་། མཁའ་བཞིན་དེ་མེད་གཤོད་པའི་རང་དུ་བྱིན། ཁྲོག་པའི་གནས་མེད་དེ་ནི་  
གང་དུ་འགྲོ། ཟད་སར་ཐུག་སྟེ་འོང་བ་འགའ་ཡང་མེད། སྤྱས་ཀྱང་མི་མཐོང་ཁོ་པོ་  
གང་ན་འདུག རྟེན་ཤེས་ན་གཞན་ཞིག་དགོས་མི་འགྱུར། ཁྲོལ་བ་རྣམས་ནི་ང་  
བཞིན་འབྲུལ་བ་ཆད། དེ་ནི་མི་འདྲི་སེམས་ཀྱི་གཞི་ཅ་སྟོར། གཏད་མེད་འཛིན་མེད་  
ངེས་མེད་འདི་ཡིན་མེད། སྤུལ་བ་ལྷག་བ་ཡེངས་བ་བྱམ་གཅིག་པ། འདི་ལྟར་  
རྟོགས་ནས་དེ་ནི་སྤྱལེན་ཏེ། དེ་མེད་འོད་ཟེར་ཤར་བས་བསྐྱར་ནས་སོང་། གྲེ་རྟོ་  
གྲོགས་དག་སྤང་བའི་ཡུལ་ལ་ལྟོས། བསམ་ཅད་མ་སྤྱིས་སྟོང་བར་མཉམ་བ་  
ཉིད། ཁེ་ལོང་གཟུགས་བརྒྱན་སྣ་ཆོགས་ཅི་ཤར་ཡང་། ཁེ་ལོང་ངོས་ཡིན་དངས་  
པར་གཅིག་པ་བཞིན། རྟེན་ཤེས་འབྱེད་པའི་ཡིད་ལ་ཆུར་ལྟོས་དང་། སེམས་ནི་མཁའ་  
འབྲུག་སྐྱབ་ཀྱང་དང་བྲལ། མཁའ་ལ་སྤྱིན་རྣམས་བྱང་ནས་ཞིག་ན་ཡང་། རྣམ་  
མཁའི་ཆོ་འབྲུལ་གཉིས་མེད་དག་པ་བཞིན། རང་བཞིན་དེ་མེད་གཤོད་པའི་སངས་

ཀླས་ཏེ། །མ་བྱས་སྒྱུན་གྱིས་བྱུབ་པའི་ཆོས་ཉིད་དོ། །ཡུལ་སེམས་གཉིས་མེད་ཡེ་  
ནས་དག་པ་ལ། །སྤང་སྤང་གཉིས་མེད་ཚྭ་གས་རིས་དགག་སྐྱབ་མེད། །གང་སྤང་  
བདེན་མེད་གང་ཤར་སྤྲོད་པ་ཉིད། །ཐམས་ཅད་མཉམ་ཉིད་གཟའ་གཏད་ཀྱན་དང་  
བལ། །ཡུལ་ལ་རིས་མེད་སྤང་བ་སྤྲོ་ཆོགས་ལྟར། །སྤོ་ལ་གཏད་མེད་ཚྭ་གས་བལ་ཆེན་  
པོ་ཉིད། །རང་བཞིན་རྫོགས་པ་ཆེན་པོར་ཤེས་པར་བྱ། །འདི་ལྟར་སྤང་སྤང་སྤིང་འཁོར་  
འདས་ཆོས་རྣམས་ལ། །འདས་པའི་ཆོས་རྣམས་མི་དམིགས་མཉམ་པ་ཉིད། །མ་  
འོངས་ཆོས་རྣམས་མ་སྐྱེས་མཉམ་པ་ཉིད། །ད་ལྟའི་ཆོས་རྣམས་མི་གནས་མཉམ་པ་  
ཉིད། །དུས་གསུམ་དུས་མེད་གཞི་བལ་མཉམ་པ་ཉིད། །ཐམས་ཅད་ཡེ་ནས་རྫོགས་  
པའི་རང་ཉིད་དོ། །སྤང་སྤིང་འཁོར་འདས་སེམས་ཀྱི་གཟུགས་བརྟན་ཏེ། །སེམས་ཀྱི་  
རང་བཞིན་ཆོས་དབྱིངས་ནམ་མཁའ་ཆེ། །ནམ་མཁའི་རང་བཞིན་དུས་གསུམ་འཕོ་  
འགྱུར་མེད། །འགྱུར་མེད་རང་བཞིན་གཞོད་ནས་སྤང་ན་འདས། །གཞི་ནས་བྱང་ཆུབ་  
ཀྱན་དུ་བཟང་པོ་ཡིན། །སྤང་དང་སྤྲོད་པ་དབྱེར་མེད་གཞོད་མའི་རང་། །གཅིག་དང་དུ་  
མར་མི་དམིགས་སྤྲོས་དང་བལ། །ཚྭ་གས་དང་རིས་མེད་ཐམས་ཅད་མཉམ་པ་  
ཉིད། །སྤང་མཉམ་སྤྲོད་མཉམ་བདེན་མཉམ་བརྟན་པར་མཉམ། །ཡོད་མཉམ་མེད་  
མཉམ་མཐའ་ལས་འདས་པར་མཉམ། །དབྱིངས་གཅིག་གཞོད་ནས་དག་པའི་རང་  
ཉིད་དོ། །སྤོ་ཡིས་བརྟགས་པ་ཐམས་ཅད་ངོ་ཐོས་སྤྲོད། །མིང་རྣམས་སྤོ་བྱུར་རང་  
མཆོན་སྤོ་བཏགས་ཉིད། །བདེན་བརྟན་གཉིས་མེད་ཡུལ་སེམས་འབྲེལ་བ་  
མེད། །གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་མ་གོས་གཟུང་འཛིན་མེད། །རྗེ་ལྟར་མེ་ལོང་གཟུགས་  
བཞིན་སྤང་བ་ནི། །ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་དབང་པོའི་ཤེས་ལ་ཤར། །དེ་ཉིད་བརྩུང་བས་

ཆགས་སྤང་སྤྱིད་པར་འབྱུལ། འན་ཏར་གཏུགས་ན་སེམས་ནི་མ་འཕྲོས་ཤིང་། །ཡུལ་  
གྱི་རྣམ་པའང་སེམས་ལ་ཤར་བ་མེད། །ངོ་བོ་མེད་ཕྱིར་གཉིས་སུ་མ་གྲུབ་པོ། །ཡུལ་  
རྣམས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པར་གཅིག། །སྒྲོ་རྣམས་ཐམས་ཅད་ངོས་གཟུང་  
མེད་པར་གཅིག། །སྤང་སེམས་གཉིས་མེད་གདོད་ནས་དག་པར་གཅིག། །བརྟག་  
དབྱེད་མི་དགོས་གཞི་ནས་གྲོལ་བར་གཅིག། །འཁོར་འདས་གཉིས་མེད་སེམས་གྱི་  
ངང་དུ་གཅིག། །རྩ་བོ་སྣ་ཆོགས་རྒྱ་མཚོའི་ངང་དུ་གཅིག། །ཐམས་ཅད་རོ་མཉམ་ལྟན་  
ཅིག་སྐྱེས་པར་གཅིག། །འབྱུང་བཞིའི་འཕོ་འགྱུར་ནམ་མཁའི་ངང་དུ་གཅིག། །སེམས་  
གྱི་དགག་སྒྲུབ་སྒྲོང་པའི་ངང་དུ་གཅིག། །གང་ཤར་ངང་གྲོལ་གཉིས་མེད་དག་པར་  
གཅིག། །དབང་རྒྱལ་ས་རོལ་བ་རྩ་བོའི་ངང་དུ་གཅིག། །དེ་ལྟར་རྟོགས་ན་སྐྱེས་བུ་  
མཁས་པ་ཡིན། །སྣ་ཆོགས་ངོས་གཟུང་མེད་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི། །རང་བཞིན་  
གཉིས་སུ་མེད་པའི་གཟུགས་བརྟན་ཏེ། །བཟང་ངན་སྒྲང་དོར་མེད་པའི་རོལ་བ་  
ལ། །སྒྲོ་ཡིས་གཉིས་སུ་མ་འཛིན་གང་བདེར་ཞོག། །གཏད་མེད་ཡུལ་ལ་ངེས་མེད་  
སྤང་བ་ཤར། །འཛིན་མེད་རིག་པ་རྣམས་ཡན་ཆེན་པོ་ནི། །རང་བཞིན་རྫོགས་པ་ཆེན་  
པོའི་གནས་ལུགས་ཡིན། །དེ་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་མཉམ་པའི་ངང་བཞིན་གྱིས། །སྒྲོ་བྲལ་  
ངང་དུ་འཛིན་མེད་ལ་བརྒྱས་ནས། །སྟོགས་བྲལ་རིག་པ་ཁོལ་བུར་བཅིངས་པ་  
ཡིས། །དུབ་པའི་སེམས་ཉིད་དེ་རིང་ལས་སོས་ཤིག། །རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་སེམས་ཉིད་  
ངལ་གསོ་ལས། །གཞི་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་མཐའ་གཉིས་ལ་མི་གནས་པའི་ལེ་ལུ་སྟེ་  
བརྩ་བའོ། །     ||

# ལེ་འུ་བཅུ་གཅིག་པ་ལམ་བསམ་གཏན་ནི་མ་མེད་པ་ནི་ལྷག་ཟུང་དུ་ འབྲེལ་བ།

དེ་ལྟར་ཆོས་ཀྱན་མཉམ་པའི་དོན་མཐོང་ནས། གནས་ལུགས་ངང་ལ་རི་  
བཞིན་གཞག་པ་གཅིས། རྟེན་ཡང་དབང་པོའི་རིམ་བས་བསྟན་པ་སྟེ། རྟེན་པོ་ཡང་  
རབ་གནས་ལུགས་རྟོགས་པས་གྲོལ། སྒྲོམ་དང་བསྒྲོམ་བྱ་གཉིས་མེད་དོན་མཐོང་  
ནས། སྒྲུང་སྤྱིད་གཞི་གྲོལ་སེམས་ཉིད་བྱ་ཆོལ་མེད། རྟོགས་བྲལ་རིག་པ་ཆུ་བའི་  
རྒྱན་བཞིན་འཆར། རྟུན་མཆོམས་རིས་མེད་འདི་ཡིན་ངོས་གཟུང་མེད། ཐམས་  
ཅད་རང་གྲོལ་ཀྱན་དུ་བཟང་པོའི་ཞིང་། རྟགས་དང་ཆད་མེད་རང་བྱུང་གཞི་སྒྲོང་  
ཡངས། རི་བཞིན་ངང་ལ་ཡེ་བཞིན་གནས་པས་ན། གོལ་དང་གོལ་ས་རྩལ་སྒྲོང་  
བོགས་འབྲིན་མེད། ཐོབ་དང་མ་ཐོབ་མེད་པར་ཐག་ཆོད་པས། འབྲས་བུར་སྟོན་  
མེད་ད་ལྟ་རྫོགས་སངས་རྒྱས། རྟེན་འབྲེལ་རྣལ་འབྱོར་ནམ་མཁའ་རབ་འབྲམས་  
ཡིན། འབྲིང་དང་ཐ་མས་གོམས་ལ་བཙུན་དགོས་ཏེ། རི་སྤྱིད་བདག་འཛིན་  
དབྱིངས་སུ་མ་རྩལ་བར། རྟེན་སྤྱི་སྒྲོལ་ཐབས་ཀྱིས་བསྒྲོམ་པར་བྱ། རྟུང་པར་  
རྣམ་རྟོག་ངན་པས་སྤྱིད་པར་འབྲིང། རྟེན་ཉིད་གྲོལ་བྱིར་བསམ་གཏན་ཐབས་ལ་  
བརྟེན། བྱིན་པ་ཤེས་རབ་མཐའ་གྲོལ་སྒྲོང་ཡངས་འཆར། ཞི་གནས་ཀྱིས་ནི་ཉོན་  
མོངས་མགོ་གཞོན་ལ། ལྷག་མཐོང་གིས་ནི་ཉོན་མོངས་རྩ་བ་འབྲིན། རེས་ན་རབ་  
ཀྱིས་ངན་རྟོག་ཆོས་སྒྱུར་སྒྲོངས། རབ་ཟང་ངན་མེད་ན་གཉེན་པོ་བསྒྲོམ་མི་  
དགོས། འབྲིང་གིས་ངང་དངས་ཟུང་འབྲེལ་བསྒྲོམས་པ་ཡིས། རབ་ཟང་ངན་རྟོག་པ་  
དབྱིངས་སུ་རྩལ་བྱུང་ནས། ཟུང་འབྲེལ་རྟོགས་པ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་འཆར། ཐ་མས་

ཐོག་མར་ཞི་གནས་བཅའ་བ་ཡིས། །གང་དམིགས་དེ་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་པར་སྒྲ། །དེ་  
ནས་ལྷག་མཐོང་མོ་མོར་རྟོག་བསྐྱོམས་པས། །ཕྱི་ནང་སྤང་སེམས་གཞི་གྲོལ་ཆེན་  
པོར་འཆར། །དེས་ན་དབང་པོའི་རིམ་པ་ཤེས་པ་གཅེས། །དེ་ནི་དབང་པོ་འབྲིང་གི་  
སྒྲོམ་པ་བརྟན། །རི་ལྟར་རྒྱ་ནི་དབང་རྒྱལ་སྟོག་པ་ན། །དངས་པའི་གཟུགས་བརྟན་  
མི་གསལ་གཡོ་བ་ལྟར། །ཡིད་ནི་མི་བསྐྱུན་ཀུན་རྟོག་འབྱུང་ཞིང་གཡོ། །སྤྲ་ཆོགས་  
སྒྲོམ་ལ་ཀུན་དུ་འཆེལ་བ་ན། །སེམས་ཉིད་འོད་གསལ་དངས་པའི་ཡེ་ཤེས་  
དང་། །སྤྱན་དང་མཛོན་ཤེས་གཟུང་སྐར་མི་འཆར་བས། །གཅིག་ཏུ་མི་གཡོ་མཉམ་  
པར་གཞག་པ་གཅེས། །ལུས་ནི་ཆོས་བདུན་རི་རྒྱལ་ལྷ་བྱ་ལ། །དབང་པོ་མཐའ་བྲལ་  
རིང་བུའི་གཟུང་སྐར་འབྲ། །སེམས་ཉིད་སྟོང་གསལ་དངས་པའི་ནམ་མཁའ་  
བཞིན། །བྱིང་གོད་གཉིས་མེད་སྒྲོམ་དང་བྲལ་བར་གཞག། །དེ་ཆོ་རང་བཞིན་གཅིག་  
སྟེ་གདོད་མའི་རང་། །གཟུང་དང་འཇིན་པ་མི་དམིགས་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ། །རི་མེད་འོད་  
གསལ་ཉི་མའི་སྟིང་པོ་ནི། །བདེ་གསལ་མི་རྟོག་མཐའ་དབུས་མེད་པ་འཆར། །སྤང་  
དང་སྟོང་པ་ཐམས་ཅད་བྱམ་གཅིག་ལ། །ཡོད་དང་མེད་པ་ཀུན་གྱི་མཐའ་ལས་  
འདས། །སྲིད་དང་ཞི་བ་གཉིས་སུ་མི་རྟོག་པ། །ཤེས་དང་ཤེས་བྱ་གཅིག་པའི་ངོ་བོ་  
ཉིད། །མཉམ་དང་མི་མཉམ་མེད་པའི་ཆོས་ཉིད་མཐོང་། །འདི་ནི་འཕགས་པའི་བདེན་  
མཐོང་ཡེ་ཤེས་རྒྱ། །ཕྱི་ནས་དེ་བཞིན་ཉིད་མཐོང་སྟོ་མིག་གིས། །རྒྱལ་བའི་ཆོས་སྒྲ་  
ཕུན་ཆོགས་བསྐྱབ་པས་ན། །སྐལ་བཟང་ནམས་ཀྱིས་རྟག་ཏུ་མཉམ་པར་  
ཞོག། །སེམས་ཉིད་མ་སྐྱེས་མཁའ་ལྟར་དག་པའི་རང་། །སེམས་བྱུང་མི་དམིགས་སྤྱིན་  
ཆོགས་དངས་པ་བཞིན། །ཡེངས་མེད་སྒྲོམ་དང་བྲལ་བའི་ཤེས་པ་ཡིས། །རི་བཞིན་

ངང་ལ་ཡེ་བཞིན་མཉམ་པར་ཞོག། དངས་ཤིང་སྟེངས་པ་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུ་ལ། །གཟུང་  
འཛིན་རྟོག་བྲལ་དབང་རྒྱལ་ས་མེད་པར་ཞོག། རྟོང་ཞིང་གསལ་བ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་  
ལ། །ཀྱུན་རྟོག་སྤྱིན་མེད་ཕྱོགས་སྤྱང་བྲལ་པར་ཞོག། །བརྟན་ཞིང་མི་གཡོ་རི་རྒྱལ་ལྟ་  
བུ་ལ། །དགག་སྐྱབ་གཉིས་མེད་རེ་དོགས་བྲལ་པར་ཞོག། །དག་ཅིང་གསལ་བ་མེ་  
ལོང་ལྟ་བུ་ལ། །སྤང་ཡུལ་མ་འགགས་གཟུགས་བརྟན་ལྟ་བུར་ཞོག། །ཡེ་ཕྱོལ་སོར་  
གཞག་འཇའ་ཚོན་ལྟ་བུ་ལ། །བྱིང་ཚོད་གཉིས་མེད་དག་ཅིང་གསལ་བར་  
ཞོག། །གཞན་དུ་མ་ཡེངས་མདའ་མཁན་ལྟ་བུ་ལ། །གཉུག་མའི་ཡེ་ཤེས་སྟོ་བསྐྱ་བྲལ་  
པར་ཞོག། །ཐག་ཚོད་ཤེས་པ་ལས་ཟིན་ལྟ་བུ་ལ། །རེ་དོགས་གཉིས་མེད་སྤྱན་གྱིས་  
བྱབ་པར་ཞོག། །འདི་ནི་རང་བཞིན་དག་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན། །ཞི་གནས་ལྷག་མཐོང་  
བྱང་དུ་འབྲེལ་བ་ཡིན། །སྟེ་མེད་ངང་དེར་གནས་པའི་ཞི་གནས་ལ། །གསལ་སྟོང་  
སྟོས་དང་བྲལ་བས་ལྷག་མཐོང་ཉིད། །དབྱེར་མེད་རོ་བོ་གཅིག་པས་བྱང་དུ་  
འབྲེལ། །དེ་ཆེ་བའི་ཞི་སྟོས་དང་བྲལ་བའི་སེམས། །སྤྱོད་པས་མ་བརྟོད་དུ་མེད་པའི་དོན་  
མཐོང་བས། །སྤང་བའི་ཡེ་ཤེས་ཤིན་ཏུ་མི་རྟོག་པ། །འོད་གསལ་ཤེས་རབ་པ་རོལ་  
ཕྱིན་ཞེས་བྲ། །དེ་ཉིད་མཐོང་བས་སེམས་ནི་རབ་ཞི་ཞིང་། །ཕྱི་ནང་ཆོས་ལ་དགག་  
སྐྱབ་ཞེན་པ་རྩུང་། །རྟོང་པའི་ངང་ནས་སྟོང་རྗེ་ཕྱོགས་མེད་འཆར། །རང་གཞན་དོན་  
དུ་དགོ་ལ་སྟོད་ཅིང་བསྐྱལ། །དཔེན་པར་དགའ་ཞིང་རྣམ་གཡེང་འདུ་འཛི་ཉུང་། །མི་  
ལམ་ན་ཡང་དགོ་བའི་ཆོས་ལ་སྟོད། །དེས་ནི་ཐར་པའི་ལམ་སྤྱ་ཟིན་པ་ཡིན། །དེ་ནས་  
ཆེས་ཆེར་གོང་དུ་གོམས་པ་ཡིས། །སེམས་གསལ་ཡེ་ཤེས་སྟོན་བས་རྒྱ་ཆེ་  
ཞིང་། །སྤང་བ་མི་ལམ་སྤྱ་མར་རབ་ཏུ་རྟོགས། །ཆོས་རྣམས་གཉིས་མེད་ངང་དུ་རོ་

གཅིག་པས། །སྐྱེས་དང་མ་སྐྱེས་མེད་པར་མཛོད་པའི་ཆོ། །མཆེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཤིན་  
ཏུ་མི་རྟོག་པ། །བསམ་གཏན་དགའ་བས་བརྒྱན་པ་ཐོབ་པ་ཡིན། །དེ་ཆོ་ལུས་སེམས་  
སྟོན་བས་རབ་དག་ཅིང་། །ཐབས་དང་ཤེས་རབ་དེ་མེད་རྟོགས་པ་འཆར། །མངོན་  
ཤེས་ལྷན་ཞིང་སྙིང་རྗེས་པན་པ་འབྱུག། །སྲིད་ལ་སྦྱོ་བས་སེམས་ནི་རེས་པར་  
འབྱུང་། །མི་ལམ་ན་ཡང་ཆོས་ཀྱན་དེ་འབར་རྟོགས། །ལུས་ཀྱི་སྤྱོད་ཤིག་སྔ་འབྲུ་  
སྤྱོད་མེད། །བྱིང་རྟོན་བལ་ཞིང་ཉིན་མཆན་ཉིང་འཛིན་འབྱུག། །སྐྱེ་པོ་དེས་ནི་  
འཕགས་ལམ་སྤྱར་དུ་མཛོད། །དེ་ནས་ཆེས་ཆེར་གོམས་པས་སྟོན་བས་ལྷག་ ཉིང་  
འཛིན་རྟོགས་པའི་ཉི་མ་སྟོན་མེད་འཆར། །ཆོས་ཀྱན་ཚུལ་གཅིག་མཉམ་པའི་དོན་  
མཛོད་ནས། །སྤྱོད་དང་མངོན་ཤེས་སྤྱི་བ་པ་མེད་མངའ་བས། །ཞིང་ཁམས་བརྒྱ་སྟོང་  
བྱེ་བ་དཔག་མེད་མཛོད། །དེ་ཆོ་ཟག་མེད་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཏེ། །ཐོབ་པ་ཞེས་བྲུ་  
མངོན་དུ་གྱུར་པ་ཡིན། །དེ་ལས་ཆེས་ཆེར་གོང་དུ་འཕེལ་བ་ཡིས། །རྟོགས་པའི་ཉིང་  
འཛིན་ཡོན་ཏན་གངས་མེད་ཅིང་། །རྟོག་དང་མི་རྟོག་མཉམ་པའི་ཆོས་ཉིད་  
ལས། །གཟུངས་སྤྱིན་ཡེ་ཤེས་དེ་མེད་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་། །མཉམ་པར་གཞག་དང་མ་བཞག་  
གཉིས་མེད་པར། །རྟག་ཏུ་མཉམ་གཞག་སྤྱལ་པ་བསམ་ཡས་སྟོན། །ཆད་མེད་ཞིང་  
དང་ཡེ་ཤེས་གཟིགས་པ་འཇུག། །ཅ་ཁམས་དག་ཅིང་རྒྱང་སེམས་ཡོན་ཏན་  
མཆོག། །ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་དེ་མ་མེད་པ་ན། །ཉེ་བར་ཐོབ་པ་ཞེས་བྱའི་ཡེ་ཤེས་  
ཏེ། །འཕགས་ལམ་རྫོགས་ནས་སྤྱར་དུ་བྱང་ཆུབ་འཛོལ། །འདི་ནི་འོད་གསལ་སྟོང་  
པོའི་ཐེག་པ་སྟེ། །སྐྱལ་བཟང་འབྲས་བྱ་ཆེ་འདིར་གྲོལ་བ་ཡིན། །དབང་པོ་ཐ་མས་  
བསྟོམ་པའི་རིམ་པ་ཡང་། །དང་པོར་ཞི་ལྷག་སོ་སོར་རྩལ་སྤྱང་སྟེ། །བརྟན་པར་གྱུར་

ནས་ཟུང་འདུག་དཔྱེར་མེད་བསྟོམ། །དེ་ཡང་ཐབས་ཚུལ་དཔག་མེད་ཚུལ་ལ་  
བསྟུན། །ཐོག་མར་ཞི་གནས་བཅལ་བའི་རིམ་པ་ནི། །དབེན་པའི་ཚྱོགས་སུ་སྟན་ལ་  
རབ་འདུག་ནས། །དབུགས་དབྱུངས་འདུག་པའི་ཁ་དོག་གངས་རྣམས་ཀྱིས། །ཉིན་  
འགར་རྣམ་རྟོག་འདུལ་ཞིང་གནས་པར་བྱ། །དེ་ནས་བྱམས་སོགས་བཞི་དང་སེམས་  
གཉིས་དང་། །བསྐྱེད་རིམ་དང་ནི་བྲིས་སྐྱ་སྟེགས་བཅ་སོགས། །དག་བའི་ཡུལ་ནི་  
གང་ཡང་རུང་ཞིག་ལ། །དམིགས་པ་ཅེ་གཅིག་མ་ཡེངས་མཉམ་པར་གཞག། །དེ་ལྟར་  
བཞག་པས་སེམས་ནི་ལས་རུང་ཞིང་། །གཞན་དུ་མི་འཕྲོ་གར་གཏད་ཡུལ་ལ་  
ཟེན། །རི་ཅམ་བཞག་པ་དེ་ཅམ་མཉམ་པར་གནས། །ལུས་ངག་སེམས་ནི་དགའ་  
བདེས་ཁབ་པ་ན། །ཅེ་གཅིག་མི་གཡོའི་ཞི་གནས་བྱུང་བ་ཡིན། །དེ་ནས་ལྷག་མཐོང་  
དོན་ལ་བསྟུན་པ་ནི། །ཕྱི་རོལ་སྤང་སྤིང་འཁོར་འདས་ཆོས་འདི་རྣམས། །སྣ་ཆོགས་  
སྤང་བས་མི་ལམ་སྐྱ་འདྲ་ཞིང་། །གཟུགས་བརྟན་སྤུལ་པ་སྐྱ་བརྟན་འི་ཟའི་གོང་། །མིག་  
ཡོར་སྤིག་རྒྱ་འདྲ་ཞིང་སྤིང་པོ་མེད། །སྤང་བས་སྤྲོང་སྤྲེ་རང་བཞིན་སྤྲོང་པའི་  
ངང་། །ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའ་འདྲ་ཞིང་བདག་མེད་པས། །སྤྱེ་མེད་སྤྱོས་དང་བལ་  
བར་མཉམ་པར་བཞག། །དེ་ཡིས་ཕྱི་རོལ་ཆོས་ལ་བདག་མེད་ཅིང་། །གཟུང་དང་  
གཟུང་ཡུལ་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས། །དེ་ནས་ནང་གི་སེམས་ལ་འདི་ལྟར་  
བརྟག། །སྣ་ཆོགས་རྟོག་ལ་ངོ་པོ་མེད་པའི་སེམས། །དགག་བྱུང་བདེན་བརྟན་བདེ་  
སྤྱག་བཏར་སྟོམས་སོགས། །ཡུལ་ལ་འཕྲོ་ཞིང་ངོས་གཟུང་མེད་པ་ཁྱོད། །དང་པོ་  
གང་འོངས་ད་ལྟ་གང་ན་གནས། །ཐ་མ་གར་འཕྲོ་དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་ཅི། །སྟམ་དུ་  
བརྟགས་ཆེ་འདི་ལྟར་མཐོང་བར་འགྱུར། །སེམས་ནི་དང་པོར་སྤྱེ་བའི་རྒྱས་སྤྲོང་

ཞིང་། །བར་དུ་གནས་དང་ཐ་མར་འགག་བས་སྟོང་། །ཁ་དོག་དབྱིབས་མེད་ངོ་བོ་  
ངོས་གཟུང་མེད། །འདས་པ་འགགས་ཤིང་མ་འོངས་མ་སྐྱེས་ལ། །ད་ལྟ་མི་གནས་ཕྱི་  
ནང་གང་ནའང་མེད། །ནམ་མཁའ་འདྲ་ཞིང་སྟོས་དང་བྲལ་བར་ཤེས། །དེ་ཆེ་སེམས་  
ལ་གང་ཡང་མི་བསམ་པར། །ཆད་པ་ངལ་གསོ་བཞིན་དུ་སྟོད་ཀྱིས་སྟོང་། །ཅི་ཡང་མི་  
བསམ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལོར། །ཐམས་ཅད་གཉིས་མེད་མཉམ་པའི་རང་ལ་གཞག། །དེ་  
ཡིས་རང་འཛིན་གང་ཟག་བདག་མེད་ཅིང་། །འཛིན་པའི་སེམས་ལ་རང་བཞིན་མེད་  
པར་རྟོགས། །དེ་ནས་ཟུང་འབྲུག་གཉེས་མའི་ཡེ་ཤེས་ནི། །སྣང་སེམས་གཉིས་མེད་  
ཅུ་དང་ཅུ་ཟླ་བཞིན། །གཉིས་སུ་གཟུང་བས་སྲིད་པར་འབྲུལ་ན་ཡང་། །གཉིས་མེད་  
ཤེས་པས་སྤྱང་ན་འདས་ཞིང་འགྲོ། །དེ་བས་གཉིས་མེད་དོན་ལ་འདི་ལྟར་  
བསྐྱབ། །ཆོས་རྣམས་མ་སྐྱེས་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད། །སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དག་ཅིང་  
བྲི་མ་མེད། །བྲི་མེད་སྟོང་གསལ་སྟོས་དང་བྲལ་བར་གཞག། །དེ་ཡིས་ཉོན་མོངས་  
རྟོགས་པ་རབ་ཞི་ཞིང་། །རྣམ་པར་མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོར་གནས། །རིག་དང་  
མངོན་ཤེས་ཉིང་འཛིན་འབྲུག་འབྲུར་ཞིང་། །གཟུང་འཛིན་གཉིས་མེད་མཐའ་བྲལ་  
དབྱེ་མར་རྟོགས། །དེ་ཆེ་སེམས་ནི་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་ལ། །ཡུལ་ནི་མི་དམིགས་རང་  
བཞིན་སྟོས་དང་བྲལ། །སྟོམ་དང་བསྟོམ་བྱ་མེད་པའི་ཆོས་ཉིད་ལ། །བྱ་རྒྱ་བྱེད་  
མཁན་མེད་པས་གདོད་མའི་རང་། །བྲི་མེད་རང་བཞིན་དག་པའི་སངས་རྒྱས་  
ཡིན། །གཟུང་ཡུལ་མི་དམིགས་རྒྱ་ཟླ་མིག་ཡོར་ལ། །འཛིན་མཁན་མི་དམིགས་གཡོ་  
མེད་ཕྱོགས་ལྟར་བྲལ། །སྣང་སེམས་གཉིས་མེད་པ་རྩོལ་བྱིན་པའི་རང་། །ཟབ་ཞི་  
སྟོས་བྲལ་འོད་གསལ་འདུས་མ་བྲས། །བདུད་ཅི་ལྟ་བུའི་ཆོས་ཉིད་ཁོང་དུ་

ཅུད། །འཛིན་མེད་ཡངས་པའི་ཉིང་འཛིན་གྱ་ཆེན་གྱིས། །སྲིད་གསུམ་རྒྱ་མཆོའི་པ་  
རོལ་བཀལ་བས་ན། །གཞི་བདེའི་སྟེང་དུ་སྒོ་བདེ་རྒྱན་མི་འཆད། །རང་བཞིན་རྫོགས་  
པ་ཆེན་པོའི་རང་དུ་བྱིན། །གནས་པས་ཞི་གནས་ཆོས་སྐྱེས་ཉོང་པ་ལ། །གསལ་བས་  
ལྷག་མཐོང་གཟུགས་སྐྱེས་ལྷང་བ་ཉིད། །ཐབས་དང་ཤེས་རབ་ཆོགས་གཉིས་བསྐྱེད་  
རྫོགས་གྲུབ། །ལྷག་མཐོང་རྫོགས་པའི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་བྱས་ནས། །ཞི་གནས་གྱིས་  
ནི་དེ་ཡི་རང་ལ་གནས། །གང་ཆོ་གཟུང་འཛིན་དངོས་དང་དངོས་མེད་དུ། །སྒོ་ཡི་རྣམ་  
པར་རབ་རྟུ་མི་གནས་པ། །དེ་ཆོ་དབྱིངས་དང་ཡེ་ཤེས་གཉིས་མེད་པར། །སེམས་  
དང་སེམས་བྱུང་དམིགས་པ་མེད་པར་ཞི། །རང་བཞིན་གཤོད་ནས་དག་པའི་སེམས་  
ཉིད་ལ། །གནས་སྐབས་སྒོ་བྱར་ཀུན་རྒྱུ་དག་པ་ན། །སྟོམས་འཕྲུག་དགུ་དང་རྩ་  
འབྲུལ་མངོན་ཤེས་འགྲུབ། །ཉིང་འཛིན་གངས་མེད་གཟུངས་སྤྲིན་ལྷན་གྱིས་  
གྲུབ། །རང་ས་འདོད་པའི་སེམས་གང་ཅེ་གཅིག་པ། །དེ་ལས་རྒྱུ་དང་དཔྱོད་པའི་  
ཉིང་རེ་འཛིན། །དགའ་བདེའི་ཡན་ལག་བསམ་གཏན་དང་པོ་སྟེ། །དེ་ལས་རྒྱུ་མེད་  
དཔྱོད་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན། །སེམས་གསལ་དགའ་བདེའི་རང་བཞིན་གཉིས་པ་སྟེ། །དེ་  
ལས་རྒྱུ་དཔྱོད་གཉིས་མེད་ཉིང་རེ་འཛིན། །དགའ་བདེས་བརྒྱན་པའི་ཡན་ལག་  
གསུམ་པ་སྟེ། །དེ་ལས་དགའ་བ་སྦྱད་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན། །བཞི་པ་མན་ཡོན་ཡན་  
ལག་བཅས་པ་སྟེ། །དེ་ལས་མཁའ་ལྷར་དག་ཅིང་དངས་པའི་སེམས། །རྣམ་མཁའ་  
མཐའ་ཡས་སྟེ་མཆེད་ཐོབ་པར་འགྱུར། །དེ་ལས་ཆོས་ཀུན་སེམས་ཉིད་སྟོས་པ་  
མེད། །རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་སྟེ་མཆེད་ཐོབ་པར་འགྱུར། །དེ་ལས་སྤངས་སེམས་མི་  
དམིགས་སྟོས་དང་བྲལ། །ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྟེ་མཆེད་འགྲུབ་པར་འགྱུར། །དེ་ལས་

ཡོད་མེད་སྒྲིས་ཀུན་བྲལ་བའི་སེམས། །ཡོད་མེན་མེད་མེན་སྒྲེ་མཆེད་འབྲུབ་པར་  
འབྲུར། །དེ་ལས་སྣ་ཆོག་ས་ཉོན་མོངས་སྒྲིས་པའི་སེམས། །རང་བཞིན་འགོག་པ་ཞི་  
བ་ཐོབ་པར་འབྲུར། །དེ་ལྟར་མཐར་གྱིས་སྒྲོམས་འཇུག་དགུ་པོ་ཡང་། །རིམ་དང་  
རིམ་མེན་ཐོད་ཀླལ་ཅལ་སྦྱངས་པས། །རང་གཞན་ལྷ་ཕྱིའི་ཆེ་རབས་ལས་རྣམས་  
དང་། །སེམས་ཀྱི་སྦྱོད་ལུལ་གང་ཡིན་ཤེས་པ་དང་། །འཆི་འཕོ་སྦྱེ་དང་སྦྱིབ་པས་  
ཆོད་ཀྱང་མཐོང་། །གཅིག་དང་དུ་མར་རྩ་ཞིང་རྣམ་པར་འབྲུལ། །ཉོན་མོངས་མེད་ཅིང་  
རི་སྟེང་རི་བཞིན་ཤེས། །ཞིང་རྣམས་བདེ་གཤེགས་སྣས་ཀྱིས་གང་བ་མཐོང་། །དེ་  
ཆེ་སྤང་བ་སྦྱ་མར་རབ་རྟོགས་པས། །སྦྱ་མ་ལྟ་བུའི་ཉིང་འཛིན་ཉིད་དང་ནི། །སེམས་  
ཀྱི་གཏུང་བྲལ་རྟོག་པ་རབ་ཞིའི་བྱིར། །ཁླ་བ་བྲི་མ་མེད་པའི་ཉིང་འཛིན་དང་། །ཆོས་  
ཀུན་མི་དམིགས་མཉམ་པའི་རང་གཅིག་པས། །མཁའ་ལྟར་གོས་པ་མེད་པའི་ཉིང་  
འཛིན་སོགས། །བརྒྱ་སྟོང་གངས་མེད་རབ་དུ་འབྲུབ་པར་འབྲུར། །ལྷག་མཐོང་གིས་  
ནི་རབ་དུ་རྟོགས་པའི་དོན། །ཞི་གནས་དམ་པས་ཅེ་གཅིག་གཟུང་བའི་  
བྱིར། །གཟུངས་དང་ཉིང་འཛིན་བྱང་འབྲེལ་ལྷན་གྱིས་བྱུབ། །ལམ་ལྡེའི་རིམ་པ་  
བཟོད་ལས་བྲོལ་བ་སྟེ། །ཆོག་ལམ་ཆུང་དུར་ལུས་ཆོར་སེམས་དང་ཆོས། །བྲན་  
པ་ཉེ་བར་གཞག་པ་བཞི་བསྟོམ་ཞིང་། །འབྲིང་དུ་འདུན་དང་འབད་ཅོལ་བཅོན་འབྲུས་  
བཞིས། །དགེ་དང་མི་དགའི་ཞེན་བཞི་ཡང་དག་སྟོང་། །ཆེན་པོར་འདུན་སེམས་  
དཔྱེད་དང་བྲན་པ་བཞིས། །རྩ་འབྲུལ་རྟོན་འབྲུབ་ཀྱང་པ་བཞི་པོ་བསྟོམ། །སྦྱོར་ལམ་  
བཞི་སྟེ་བྱོད་དང་ཅེ་མོ་དུ། །དད་བཅོན་བྲན་དང་ཉིང་འཛིན་ཤེས་རབ་ཀྱིས། །དབང་  
པོ་ལྷ་དང་བཟོད་པ་ཆོས་མཆོག་དུ། །དད་སོགས་སྟོབས་ལྷ་རབ་དུ་སྟོམ་པར་

བྱེད། །མཐོང་བའི་ལམ་སྟེ་རབ་ཏུ་དགའ་བའི་སར། །དད་བཙོན་བྲན་པ་ཉིང་འཛིན་  
ཤེས་རབ་དགའ། །ཤིན་ཏུ་སྤྱངས་པ་ཡང་དག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི། །ཡན་ལག་བདུན་པོ་  
དག་ནི་ལེགས་བསྐྱོམ་ཞིང། །སྐྱོམ་ལམ་རྒྱང་འབྲིང་ཆེན་པོ་རེ་རེ་བཞིན། །རྒྱང་དུའི་  
རྒྱང་དུ་རྒྱང་དུའི་འབྲིང་དང་ནི། །རྒྱང་དུའི་ཆེ་སོགས་ས་དགྲ་རིམ་པ་བཞིན། །ཁྱི་མ་  
མེད་དང་འོད་བྱེད་འོད་འཕྲོ་ཅན། །སྤྱང་དགའ་མངོན་གྱུར་རིང་སོང་མི་གཡོ་  
བ། །ལེགས་པའི་སློ་གྲོས་ཆོས་ཀྱི་སྤྲིན་རྣམས་སྟུ། །ཡང་དག་ལྟ་དང་རྟོག་པ་དག་དང་  
ལས། །འཆོ་རྩལ་བྲན་པ་ཉིང་འཛིན་འཕགས་ལམ་བརྒྱད། །དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་ཕྱོགས་  
ཆོས་སྤུམ་ཅུ་བདུན། །སློབ་པའི་ལམ་བཞིར་བསྐྱོམ་པའི་མཚུག་ཐོགས་སྟུ། །མི་སློབ་  
ས་ལ་མི་གནས་བྱ་ངན་འདུ། །དེ་ལྟར་ས་དང་ལམ་རྣམས་མ་བཟོད་པའི། །སངས་  
རྒྱས་དེ་འབྲུག་ཡང་འབྲུང་བ་མེད། །བསྐྱལ་མང་ཆེ་རབས་དུ་མ་ཆེ་གང་གོལ། །དེ་  
དག་ཀུན་གྱང་ལམ་འདིར་བརྟེན་པས་ན། །རྒྱ་འབྲས་ཐེག་པ་གང་ལ་ཞུགས་རྣམས་  
ཀྱིས། །ས་དང་ལམ་རྣམས་མཐུན་ནས་བཟོད་པར་མཛོད། །དེ་ལྟར་ཟབ་ཞི་འོད་  
གསལ་སྤྲིང་པོ་ཡིས། །འགོ་ཀུན་སེམས་ཀྱི་རྟོག་པ་རང་ཞི་ནས། །སྤྲིད་འདིར་ཡུན་  
རིང་སློས་ལ་འཆེལ་བ་ཡིས། །དུབ་པའི་སེམས་ཉིད་དེ་རིང་ངལ་སོས་ཤིག །རྫོགས་  
པ་ཆེན་པོ་སེམས་ཉིད་ངལ་གསོ་ལས། །ལམ་བསམ་གཏན་བྲི་མ་མེད་པ་ཞི་ལྷག་ཟུང་  
དུ་འབྲེལ་བའི་ལེའུ་སྟེ་བརྒྱ་གཅིག་པའོ། །     ༥༥

ལེའུ་བརྒྱ་གཅིས་པ་ཉིང་རེ་འཛིན་བསྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་ཐབས་ལ་  
མཁས་པ།

དེ་ལྟར་ཟུང་འབྲུག་བསམ་གཏན་འབྲུབ་པའི་རྒྱ། །ཉིང་འཛིན་མི་གཡོ་ཡན་

ལག་གསུམ་ལ་བསྐྱབ། །གང་གིས་བསྐྱབ་པ་ཆོ་གའི་ཡན་ལག་དང་། །རི་ལྷར་བསྐྱབ་  
པ་ཐབས་ཀྱི་ཡན་ལག་དང་། །གཉིས་མེད་བསྐྱབ་པ་ངོ་ཤེའི་ཡན་ལག་གོ། །གང་གིས་  
བསྐྱབ་པའི་སྤྱེ་པོ་ངེས་འབྱུང་ཅན། །ལུས་ནི་འདྲ་འཛིན་གྲོང་ལས་རྒྱང་བསྐྱངས་  
ཤིང་། །སེམས་ནི་སྤྱོས་པའི་ཆོགས་ལས་རིང་དུ་བསྐྱངས། །དེ་ཡིས་ཉིང་འཛིན་འདི་  
ནི་ལྷར་དུ་འབྱུབ། །དད་ལྷན་ངོ་ཆ་ཤེས་ཤིང་ཁེལ་ཡོད་ལ། །བག་ཡོད་ཚུལ་ཁྲིམས་  
དག་ཅིང་དགོ་ལ་སྟོ། །མང་ཐོས་འདོད་པ་རྒྱང་ཞིང་ཆོག་ཤེས་ལྷན། །དེ་ཡིས་ཉིང་  
འཛིན་འདི་ནི་ལྷར་དུ་འབྱུབ། །ལུས་སེམས་བསྐྱམས་ཤིང་དབེན་པར་གནས་ལ་  
དགལ། །གཉིད་དང་སྟོམ་ལས་སྦྲ་ལ་དགའ་བ་སྤངས། །ཁྱོད་འགྲོད་མེད་ཅིང་གཞན་  
དང་འདྲིས་པ་ཉུང་། །དེ་ཡིས་ཉིང་འཛིན་འདི་ནི་ལྷར་དུ་འབྱུབ། །གྲོང་དང་གྲོང་འདབ་  
སྤྱེ་ཤེའི་འདྲ་འཛིན་མེད། །གནས་དང་དགོན་པར་མང་པོའི་རྟེན་འདྲིས་མེད། །དོན་དང་  
བྱ་བ་སྣ་ཆོགས་བྲེལ་བ་མེད། །དེ་ཡིས་ཉིང་འཛིན་འདི་ནི་ལྷར་དུ་འབྱུབ། །ཆེ་འདིའི་  
བདེ་དང་སྤྱི་པའི་བདེ་འབྲས་དང་། །རང་དོན་ཞི་བ་གཉེར་མིན་འགོ་བའི་སྤྱིར། །སྤྱིང་  
ལས་ཐར་འདོད་ངེས་འབྱུང་སྟོ་ཤས་ཅན། །དེ་ཡིས་ཉིང་འཛིན་མཆོག་འདི་ལྷར་དུ་  
འབྱུབ། །རི་ལྷར་བསྐྱབ་པ་ཐབས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཀྱང་། །གཉིད་རྒྱགས་ཁྱོད་འགྲོད་ཐེ་  
ཆོམ་སྤྱིབ་པ་ལྷ། །སྤངས་ཉེ་ཞི་ལྷག་རྒྱང་འབྲེལ་ཚུལ་གྱིས་བསྐྱབ། །གཉིད་རྒྱགས་  
གཉིས་ཀྱིས་ཞི་གནས་རབ་ཏུ་སྤྱིབ། །ཁྱོད་འགྲོད་གཉིས་ཀྱིས་ལྷག་མཐོང་རྣམ་པར་  
གཡེང་། །ཐེ་ཆོམ་གཉིས་ཀའི་གནོད་བྱེད་མི་མཐུན་སྟོགས། །དེ་ལྷར་ལྷ་ཉིད་བྱིང་  
ཁྱོད་གཉིས་སུ་འདུ། །བྱིང་ན་གསེང་ཞིང་ཁྱོད་ན་ཅེ་གཅིག་བསྟོམ། །ཞི་གནས་མེད་  
པའི་ལྷག་མཐོང་སྟོས་ལ་ཁྱོད། །ལྷག་མཐོང་མེད་པའི་ཞི་གནས་ལུང་མ་བསྟན། །རྒྱང་

འབྲེལ་སྐྱེབ་པའི་གཉེན་པོ་མཆོག་གི་ལམ། །ཞི་གནས་ལུས་ངག་ཡིད་སེམས་དལ་  
བས་འབྲུག། །དེ་ཡང་ཆོས་ཀྱན་རང་བཞིན་མཉམ་པའི་ངང་། །དམིགས་པ་རབ་ཞི་  
གཙོ་བོའི་ཡན་ལག་ཡིན། །དམིགས་པ་གཅིག་ལ་སེམས་འཛིན་འཁོར་གྱི་ཚུལ། །དེ་  
ཡང་སྤང་བཅས་སྤང་མེད་རྣམ་པ་གཉིས། །སྤྱི་ནང་གཉིས་ཏེ་བཞི་ཡིས་ཐེན་པར་  
འབྱུང། །སྤང་བཅས་གཟུགས་སོགས་སྒོ་ལཱ་ཡུལ་རྣམས་ལ། །སྤང་མེད་མི་རྟོག་ཅེ་  
གཅིག་ངང་ལ་འཛོག། །སྤྱི་རོལ་རྡོ་བེད་སྐྱ་གཟུགས་ལ་སོགས་དང་། །ནང་ཉིད་སྤྱིང་  
གར་བསྐྱེད་འཕྱར་འཕྱར་སོགས། །དམིགས་ཡུལ་གཅིག་ལ་ཅེ་གཅིག་སེམས་འཛོག་  
པ། །ཞི་གནས་བསྐྱེབ་པའི་ཐབས་གྱི་ཡན་ལག་ཡིན། །དེ་ཡིས་ཅེ་གཅིག་ཞི་གནས་  
སྐྱེས་པའི་ཆོ། །སྤེལ་ཞིང་བརྟན་སྤྱིར་ལྷག་མཐོང་ཡེ་ཤེས་སྟོ། །བོགས་འབྲིན་སྟོང་  
ལམ་ཀྱན་དང་བསྐྱེད་བ་གཅིས། །སྤྱིངས་ན་ལུས་སེམས་གསེངས་ལ་སྤར་བཞིན་  
བསྐྱོམ། །འདིས་ནི་སྤྱར་དུ་འབྲུག་པར་འབྱུང་བ་ཡིན། །ལྷག་མཐོང་འདོད་པས་  
སེམས་གསལ་དངས་པའི་ངང་། །སོ་སོར་རྟོག་པ་གཙོ་བོའི་ཡན་ལག་ལ། །མི་རྟོག་  
མཉམ་པར་འཛོག་པ་འཁོར་གྱི་ཚུལ། །དེ་ཡང་ཆོས་ཅན་ཆོས་ཉིད་རྣམ་པ་  
གཉིས། །ཆོས་ཅན་སྐྱ་མའི་དབེ་བརྒྱད་བཟླ་བྱ་ཞིང་། །ཆོས་ཉིད་མཁའ་ལྟར་སྟོང་པའི་  
ཅལ་སྤྱང་བྱ། །རི་བཞིན་ངང་ལ་བཞག་པས་ཡེ་ཤེས་འཆར། །སྤྱིངས་ན་སྤྱོད་ཆོགས་  
ཆོས་ལ་ཅལ་སྤྱང་སྟེ། །སྐྱ་མ་སྟོང་པ་གཉིས་མེད་དག་པར་བཟླ། །འཕྲོ་ན་ཞི་གནས་  
ངང་ལ་མཉམ་པར་གཞག། །དེ་ཆོ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་འོད་གསལ་ནི། །སྟོང་གསལ་  
སྟོས་དང་བུལ་བའི་རོ་བོ་མཐོང་། །དེ་ཡིས་སྐྱེབ་གཉིས་སྐྱེན་ལས་གྲོལ་བ་  
འབྲུག། །རེས་འགའ་རྒྱ་མཆོ་ལྟ་བུའི་འོད་གསལ་འཆར། །ཤར་གྲོལ་ངང་དངས་རྟོག་

མེད་སྒྱུན་གྱིས་གྲུབ། །བོགས་འབྲིན་སྟོང་ལས་ཀྱན་དང་དེ་ཉིད་བསྟེ། །འདིས་ནི་ལྷག་  
མཐོང་སྒྲུང་དུ་འགྲུབ་པར་འགྱུར། །ཟུང་འཇུག་ཤེས་པ་འཕྲོ་གནས་མཉམ་པའི་  
ངང་། །གཉིས་ཀར་མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་གཙོ་བོ་ལ། །ཡིང་མེད་སྟོས་དང་བྲལ་བ་འཁོར་  
གྱི་ཚུལ། །རི་ལྷར་ཤར་གནས་དེ་ཡི་ངང་བཞག་པས། །ཤར་བས་གྲོལ་ལ་གནས་  
པས་མཉམ་པ་ཉིད། །ཞི་ལྷག་ཟུང་འབྲེལ་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་འཆར། །སྤང་སྟོང་  
ཐབས་ཤེས་བསྐྱེད་རྫོགས་སྒྱུན་གྱིས་གྲུབ། །སྟེངས་ན་ཞི་ལྷག་སོ་སོར་ཅལ་སྤྱང་  
ཞིང་། །བྱིང་རྟོད་ཆེན་ལྟོག་ལ་བསྟོམ་པར་བྱ། །བོགས་འབྲིན་ནམ་མཁའ་དངས་  
ཤིང་སྤྲིན་མེད་ཆེ། །ཉི་མར་རྒྱབ་ཕྱོགས་མཁའ་ལ་རབ་བལྟས་པས། །སྟོང་གསལ་  
ཤེས་པ་སྟོས་དང་བྲལ་བ་འཆར། །བྱི་རོལ་དཔེ་ཡི་ནམ་མཁའ་དག་པ་ལས། །ནང་གི་  
ཆོས་ཉིད་དོན་གྱི་ནམ་མཁའ་ཆེ། །གསང་བ་འོད་གསལ་སྟོང་པོའི་ནམ་མཁའ་  
སྟེ། །ནམ་མཁའ་སྤུམ་སྤྱགས་དགོངས་པ་ཤེས་པར་བྱ། །གཉིས་མེད་བསྐྱུབ་པ་རོ་  
པོའི་ཡན་ལག་ནི། །ཐམས་ཅད་རོ་མཉམ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་ངང་། །སྤང་ཟླང་མི་བྱ་  
དམིགས་གཏད་ཞེན་པ་དོར། །འཇིན་ཞེན་ཐམས་ཅད་སྲིད་པའི་འདུ་བྱེད་ལ།  
།དམིགས་གཏད་མེད་ན་མཁའ་བཞེན་བཅེངས་གྲོལ་མེད། །རི་ལྷར་གཟུགས་བརྟན་  
སྣ་ཆོགས་མེ་ལོང་ངང་། །དེ་ལྷར་ཆོས་རྣམས་སྣ་ཆོགས་སྟོང་པའི་ངང་། །རི་ལྷར་སྤྲིན་  
རྣམས་སྣ་ཆོགས་ནམ་མཁའི་ངང་། །དེ་བཞེན་དགག་སྐྱབ་སྣ་ཆོགས་སེམས་ཉིད་  
ངང་། །རི་ལྷར་ཚུ་བོ་སྣ་ཆོགས་རྒྱ་མཚོའི་ངང་། །དེ་བཞེན་ཉམས་རྟོགས་སྣ་ཆོགས་  
སྟོམ་པའི་ངང་། །རི་ལྷར་སྐྱུ་མ་སྣ་ཆོགས་སྐྱུལ་པའི་ངང་། །དེ་བཞེན་འཁོར་འདས་སྣ་  
ཆོགས་ཆོས་ཉིད་ངང་། །རི་ལྷར་ཕྱོགས་བརྒྱའི་ནམ་མཁའ་གཞི་བྲལ་ངང་། །དེ་བཞེན་

ཡེ་ཤོལ་ཆོས་རྣམས་ལྟ་བུའི་ངང་། །རྩི་ལྟར་ཚུ་ལ་ཚུ་བཞག་གཉིས་མེད་ངང་། །དེ་  
བཞིན་སེམས་དང་སེམས་ཉིད་དབྱེར་མེད་ངང་། །རྩི་ལྟར་སྣ་ཆོག་སྣ་མི་ལམ་གཉིད་  
ཀྱི་ངང་། །དེ་བཞིན་སྒྲུང་དོར་གཉིས་མེད་སྟོང་པའི་ངང་། །རྩི་ལྟར་མཆོ་དང་དབལ་  
རྒྱལ་ལྟ་བུའི་ངང་། །དེ་བཞིན་རྟོག་དང་མི་རྟོག་མཉམ་པའི་ངང་། །རྩི་ལྟར་ཆོང་པ་  
དོན་གྲུབ་བདེ་པའི་ངང་། །དེ་བཞིན་རེ་དོགས་གཉིས་མེད་འབྲས་བྱའི་ངང་། །ཐམས་  
ཅད་ཕྱམ་གཅིག་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་ངང་། །ཁྲུབ་གདལ་དབྱིངས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཤེས་  
པར་བྱ། །དེ་ལྟར་སྣ་ཆོག་སྣ་གཉིས་མེད་རོ་གཅིག་གིས། །འཕྱོ་ཀྱན་བདག་གཞན་  
གཟུང་འཛིན་ལས་ཤོལ་ཏེ། །འདི་ཞེས་དམིགས་པས་འཁྲུལ་པའི་སྲིད་པ་  
འདིར། །དུབ་པའི་སེམས་ཉིད་དི་རིང་པལ་སོས་ཤིག་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་སེམས་ཉིད་  
པལ་གསོ་ལས། །ཉིང་རེ་འཛིན་བསྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་ལེའུ་སྟེ་  
བཅུ་གཉིས་པའོ། ། ། །

## ལེའུ་བཅུ་གསུམ་པ་འབྲས་བྱ་ལྟན་གྲུབ་ཆེན་པོ།

དེ་ལྟར་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་མཐར་ཕྱིན་ནས། །སྐྱེ་དང་ཡེ་ཤེས་ཐིན་ལས་  
ལྟན་གྱིས་གྲུབ། །སེམས་དང་སེམས་བྱུང་ཀྱན་གཞིར་བཅས་པ་ཀྱན། །ཆོས་ཀྱི་  
དབྱིངས་སུ་འཇུག་པ་རབ་ཞིའི་ཆོ། །དབྱིངས་དང་ཡེ་ཤེས་གཉིས་མེད་རོ་གཅིག་  
གྲུབ། །དེ་ཆོ་དག་པ་གཉིས་ལྟན་སྟོས་ཀྱན་ཞི། །ཤིན་ཏུ་སྦྱེ་མེད་འོད་གསལ་སྦྱིང་བའི་  
ངང་། །གནམ་གང་རྒྱ་བ་དབྱིངས་སུ་བྱུབ་པ་ལྟར། །སྤྱ་བའི་ཡེ་ཤེས་མཁའ་དབྱིངས་  
པརྫོར་འབྱེལ། །གང་དུའང་མི་རྟོག་ཞི་བ་བརྟེན་པའི་ཆོ། །ཆོས་ཉིད་མི་དམིགས་དུས་  
གསུམ་འཕོ་འགྱུར་མེད། །རང་བཞིན་གདོད་ནས་དག་པའི་ཆ་དེ་ལ། །མི་འགྱུར་རྟོ་

རྗེའི་སྐྱེ་ཞེས་བརྗོད་པ་སྟེ། །གཞི་དབྱིངས་ཟད་པའི་ཆོས་ཉིད་མཐར་ཐུག་པའོ། །རང་  
བཞིན་སྒོ་བྱང་སྒྲིབ་གཉིས་ནམ་དག་ཅིང་། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཆོས་ཚུལ་རྒྱ་  
མཚོ་བརྟེས། །སྤངས་དང་རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་མཐར་ཐིན་པས། །སྟོབས་སོགས་པ་  
རོལ་ཐིན་པའི་ཆས་གཞལ་ན། །མངོན་པར་བྱང་རྒྱལ་སྐྱེ་ཞེས་བཏགས་པ་སྟེ། །མ་  
འདྲེས་ཡོན་ཏན་འཆར་གཞི་མཐར་ཐུག་པའོ། །ཤེས་བྱའི་ཡུལ་ལ་དེ་སྒོ་མི་འཇུག་  
ཅིང་། །ཤེས་བྱེད་སྒོ་ལ་འཛིན་པ་མི་དམིགས་ཀྱང་། །ནང་གསལ་མཁའ་དབྱིངས་  
ཁུབ་པའི་སྒྲ་བ་ལྟར། །ཐིམ་ལ་མ་སྤྲུགས་པ་བའི་ཡེ་ཤེས་མཚོག། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
ཆས་འཆར་གཞི་རོ་བོའི་ཚུལ། །དེ་ལས་གཟུགས་སྐྱེ་ནམ་མཁྱེན་མཆེད་འགྱུར་  
ཞིང་། །གཞན་ལ་སྤང་མཛད་ཡོན་ཏན་གཏེར་ཡིན་ཕྱིར། །ཤིན་ཏུ་ཆེས་ཐའི་ཡེ་ཤེས་  
རབ་ཞིའི་ཆས། །ཞི་བ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ཞེས་རབ་ཏུ་བརྗོད། །འདི་དག་ཕྱི་རོལ་ཡུལ་ལ་མི་  
འཇུག་ཅིང་། །ཆད་པ་མ་ཡིན་ཤིན་ཏུ་སྤྲ་བའི་ཕྱིར། །རྟག་དང་ཆད་སོགས་སྤྲ་བཞིའི་  
མཐའ་ལས་འདས། །སྤྲ་བས་མ་བརྗོད་མེད་པ་རོལ་ཐིན་པའི་རང་། །སྟོང་བའི་རང་  
བཞིན་དམིགས་པ་རབ་ཞི་བས། །རྒྱལ་བ་རྣམས་ལས་གཞན་ཀྱི་སྟོན་ཡུལ་  
མིན། །ཆོས་དབྱིངས་ཕོ་བྲང་ཤིན་ཏུ་སྟེ་མེད་ན། །དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་  
རྟག་བཞུགས་ཀྱང་། །གཅིག་གིས་གཅིག་མི་གཟིགས་ཏེ་ཆོས་ཉིད་ཕྱིར། །རང་  
བཞིན་ཟབ་ཞིར་བཞུགས་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན། །དེ་ཉིད་རང་དུ་རྒྱལ་རྣམས་  
དགོངས་སྟོང་གཅིག །བུམ་མཁའ་སྤྱི་ཕྱིའི་ནམ་མཁའ་གཅིག་པ་བཞིན། །འདི་ནི་  
ཆོས་ཉིད་སྟོང་པ་ཤེས་རབ་དང་། །ཡེ་ཤེས་ཚོགས་དང་རྟོགས་རིམ་མཐར་ཐུག་  
པའོ། །དེ་ཉིད་རང་ལས་རང་སྤང་ལོངས་སྟོན་རྟོགས། །གནས་དུས་སྟོན་པ་ཆོས་

འཁོར་བུན་ཆོག་པ་ལས། །གནས་ནི་འོད་གསལ་སྒྱག་པོ་བཞོད་པའི་ཞིང་། །ལྷ་ལྷན་  
འོད་གྱིས་ལྷན་སྒྱག་གསལ་ཞིང་འཆོར། །འཇའ་ཆོན་གདངས་གསལ་ནམ་མཁའ་  
གང་བ་བཞིན། །སྤང་འོག་ཕྱོགས་མཆོམས་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་ཁྲབ་པར། །གཞལ་  
མེད་ཁང་མཛེས་སྒོ་བཞི་རྟ་བབས་ལྷན། །ཅིག་པ་ལྷ་དང་པ་གྲུ་བ་སྤེད་དང་། །མདའ་  
ཡབ་བྲུ་བྲུ་གཙང་ཁང་ལྷར་བྲུས་མཛེས། །འཕན་གདུགས་རྩ་ཡབ་བྲིལ་བྲུའི་སྤང་བ་  
དང་། །སྒྲ་རེ་རྒྱལ་མཆོན་ལ་སོགས་ནམ་མཁའ་གང་། །འདོད་ཡོན་ལྷ་མོ་མཆོད་པའི་  
སྤྲིན་འཕྲོ་ཞིང་། །འོད་ཟེར་འབྲིལ་བས་སྤྱི་ནང་ཀུན་དུ་ཁྲབ། །དབྲུས་དང་ཕྱོགས་བཞི་  
སོ་སའི་ཁ་དོག་ལ། །མ་སྒྲན་པའི་རྒྱན་དང་ཁ་དོག་རྣམ་པར་བཀྲ། །ཆེ་ཆུང་མ་དེས་  
གང་བལྟས་དེ་ལྟར་སྤང་། །གངས་ནི་ཆོད་མེད་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་ཀུན་ཁྲབ། །རི་  
ལྟར་ཉིལ་གྱི་གང་བྲུ་སྤེ་བ་བཞིན། །ཀུན་གྱི་ནང་ན་སེང་གེ་སྤང་ཆེན་རྟ། །ཆ་བྲུ་ཤང་  
ཤང་ཉི་ཟླ་བསྐྱས་སྤྲས། །དུས་ནི་མ་དེས་གཞི་རྫོགས་འཕོ་འཁྱར་མེད། །དུས་གསུམ་  
དུས་མེད་ཀུན་དུ་བཟང་པོའི་དུས། །ཐམས་ཅད་མཉམ་རྫོགས་ཆོས་ཉིད་གདལ་བ་  
ཆེ། །རང་བཞིན་གདོད་ནས་དག་པའི་ངང་ཉིད་དོ། །སྟོན་པ་མཆོན་རྫོགས་དཔེ་བྲད་  
འབར་བའི་སྒྱ། །རྣམ་སྤང་མི་བསྐྱོད་རིན་འབྱུང་འོད་དཔག་མེད། །དོན་གྲུབ་ལྷ་པོ་ལྷ་  
ལྷས་བསྐྱོར་བ་ལ། །ནམ་མཁའ་དབྱིངས་སྤྱག་དོ་རྩེ་སྤྲ་མ་གྱི། །སངས་རྒྱས་སྤྱན་དང་  
གོས་དཀར་དམ་ཆོག་སྒྲོལ། །ཡབ་ཡུམ་མཉམ་སྦྱར་སོ་སའི་རྒྱན་རྣམས་  
རྫོགས། །མཐིང་ག་དཀར་སེར་དམར་ལྗང་འོད་ཟེར་འཕྲོ། །འོག་གཞི་ཞི་བ་སྤྱིང་གཞི་  
ཁོ་པའི་ཚུལ། །བྱུ་བཟླ་བཟླ་བཟླ་ཀར། །ཉེ་དུ་ཀ་དཔལ་ལྷ་ལྷས་བསྐྱོར་བ་ཡང་། །ཤོ་  
སྤྱི་བྲུ་ལྷ་དང་མཉམ་པར་སྦྱར། །དེ་སོགས་རྣམ་པ་བརྫོད་གྱིས་མི་ལང་རོ། །ཆོས་

ནི་རང་བཞིན་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་རང་། །སྤྱི་བསམ་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་སྤྱི་ཉིད་  
དོ། །འཁོར་ནི་ཉིད་ལས་མི་གཞན་རང་སྤང་འཁོར། །སེམས་དཔའ་བརྒྱད་དང་དེ་  
བཞིན་སེམས་མ་བརྒྱད། །སྒོ་བ་བཞི་དང་སྒོ་མ་རྣམ་པ་བཞི། །ཞི་བ་རང་བཞིན་བཞི་  
བཅུ་ཙུག་ཉིས་ལས། །དུག་ནི་གཞན་ལ་སྤང་བྱིང་སྤྱུལ་པ་སྟེ། །གཉིས་ནི་དབྱིངས་ན་  
གནས་བྱིར་ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད། །རང་སྤང་ནི་བ་ལོངས་སྤྱོད་སྤྱུལ་ཙུ་བཞི། །བྱད་པར་འཁོར་ནི་  
ཉི་ཤུ་བཞིར་གནས་སོ། །ཁྲོ་བོའི་འཁོར་ནི་ཀློང་སྤྱི་མེན་བརྒྱད། །སྒོ་སྤྱོད་བཞི་དང་  
དབང་སྤྱུག་ཉི་ཤུ་བརྒྱད། །ཁྲོ་བོ་རང་བཞིན་ལྷ་བཅུ་ཙུ་བརྒྱད་ལས། །བྱད་པར་འཁོར་  
ནི་བཞི་བཅུ་བརྒྱད་དང་བཅས། །འབར་བའི་ཆ་ལུགས་ཟ་བྱེད་རམ་སྟབས་  
ཅན། །ཤིན་རྒྱུ་མི་བཟད་གར་དགུས་རོལ་པའོ། །གཞན་ཡང་ལུས་གྲུབ་དཀྱིལ་འཁོར་  
ངེ་སྟེད་པ། །དེ་སྟེད་རང་སྤང་ལོངས་སྤྱོད་ཞིང་ཁམས་ཡིན། །གཞན་སྤང་གཏུལ་བྱའི་  
ཞི་ཁྲོ་ངེ་སྟེད་པ། །སྤྱུལ་སྤྱུས་བསྤུས་བྱིང་རང་སྤང་ལོངས་སྤྱོད་མིན། །དེ་ལྟར་སྤྱན་སྤྱུས་  
ཆོགས་པ་རྣམ་ལྟའི་ཞིང་། །ཐམས་ཅད་རང་སྤང་ཡིན་བྱིང་བཟང་རན་མེད། །ཀྱན་  
ཀྱང་གསལ་འཆར་ལྷན་སྤྱུག་འོད་ཟེར་འཕྲོ། །ལྷམ་མེ་ལྷན་ནི་ལྷང་ངེའི་ཚུལ་གྱིས་  
བཞུགས། །འདི་ནི་འདེན་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་ལུལ་ཏེ། །གཅིག་གིས་གཅིག་གཟིགས་  
དེ་ཡི་བསྟགས་པ་བརྗོད། །དེ་ལྟར་ཡིད་འོང་ཀྱན་ནས་བཞོད་པའི་ཞིང་། །དག་པའི་  
གཏུལ་བྱ་ཡིས་ཀྱང་མཐོང་མི་རུས། །རང་སྤང་སྤྱོད་གཟུགས་བཞིན་དུ་བསམ་མི་  
བྱུང་། །དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་རང་སྤང་ངོ་། །དེ་ཉིད་རང་ལས་གཏུལ་བྱའི་  
འཛིག་ཉེན་དུ། །འདུལ་བྱེད་སྟོན་པ་རིམ་གྱིས་སྤང་བ་ནི། །རང་བཞིན་འགྲོ་འདུལ་སྤྱི་  
ཆོགས་སྤྱུལ་པའི་སྤྱོད། །རྣམ་པ་གསུམ་གྱིས་འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་དོ། །དེ་ཡང་རང་

བཞིན་སྒྲུལ་སྒྲུའི་སྟོན་པ་ནི། འོག་མིན་མངོན་དགའ་དཔལ་ལྡན་བསྐྱབ་བཅེགས། ལས་  
རབ་བྱུང་པའི་འཛིག་རྟེན་རྣམ་པ་ལྔར། རྣམ་སྤང་མི་བསྐྱོད་ལ་སོགས་རིགས་ལྔའི་  
སྒྲུ། མཆོན་དང་དཔེ་བྱད་འོད་ཟེར་འབར་བ་ལ། ཞི་དང་ཁོ་རྩལ་དཔག་མེད་རྩལ་  
འཆར་བས། འགྲོ་བའི་དོན་གཉིས་སྒྲུན་གྱིས་བྱུང་བར་མཛད། དེ་ཡང་ཡེ་ཤེས་ལྔ་  
ལྔའི་རང་བཞིན་ཏེ། ཆོས་དབྱིངས་མེ་ལོང་མཉམ་ཉིད་སོ་སོར་རྟོག། བྱ་བྱུང་ཡེ་  
ཤེས་རྣམ་པ་ལྔ་པོ་ཡང་། རེ་རེའི་འཁོར་དུ་བཞི་བཞི་ལྡན་པ་སྟེ། ཐམས་ཅད་རོ་  
མཉམ་གཅིག་གི་རང་ཉིད་དོ། ཆོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་ཤིན་དུ་མི་གཡོ་བ། གཟུང་  
འཛིན་སྒྲོས་པའི་མཐའ་ལས་འདས་པ་ཡིན། མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་གསལ་སྟོང་འཆར་  
གཞིའི་རྩལ། ཡེ་ཤེས་ཀུན་གྱི་འབྱུང་གནས་ཆེན་པོ་ཡིན། མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་  
ཆོས་ཀུན་མཉམ་པའི་རང་། འཁོར་འདས་གཉིས་མེད་མཉམ་རྫོགས་ཆེན་པོ་  
ཡིན། ཀུན་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ཤེས་བྱ་མ་འདེས་མཐུན། རི་སྟངས་རི་བཞིན་གཟིགས་པ་  
རྣམ་དག་ཡིན། བྱ་བྱུང་ཡེ་ཤེས་སྤོང་ལས་སྤུན་སྤུམ་ཆོགས། ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་རྟག་  
རྟོགས་མེད་པ་ཡིན། གཤུལ་བྱའི་འཁོར་ནི་ས་བཅུའི་སེམས་དཔའ་ལ། ཆོས་ནི་  
ཉིང་འཛིན་འོད་ཟེར་རབ་བཀྲེ་བས། ས་དེའི་སྤྱིབ་པ་སྦྱོང་བའི་སྟོ་སྟེས་ནས། སེར་  
སྒྲུལ་སོགས་སྤངས་ཏེ་རྒྱལ་ལ་བཟུ། ད་དུང་དེ་འདྲའི་སྟོན་པ་རྣམ་དག་དང་། བདག་  
ཉིད་བྱད་པར་མཐོང་ནས་སྤྱིབ་པ་སྦྱོང་། ཀུན་དུ་འོད་གྱི་བར་དུ་འགོད་པ་  
སྟེ། གཟུགས་བཟང་མེ་ལོང་བསྟན་པས་དོན་མཛད་དོ། དུས་ནི་འགྲོ་བྲོལ་བར་དུ་  
རྒྱན་མི་འཆད། ལོངས་སྒྲུའི་ཞིང་ན་ཁོར་མོར་སྤང་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་རིགས་ལྔར་  
ངེས་པའི་རང་བཞིན་ཡང་། གཤུལ་བྱ་གཏི་ཐུག་ཤས་ཆེར་སྦྱོང་བའི་ཆོ། ཞིང་ནི་

འོག་མིན་སྟོན་པ་རྣམས་སྤང་ལ། །ཆོས་ནི་ཆོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་རྣམས་པར་དག། །དེ་  
བཞིན་ཞེ་སྤང་སྤང་བྱིང་མི་བསྐྱོད་ཞིང་། །ང་རྒྱལ་རིག་འབྱུང་འདོད་ཆགས་འོད་  
དཔག་མེད། །ཐག་དོག་སྤང་བྱིང་དོན་གྲུབ་སྤང་བ་ཡིན། །དེ་ལྟར་སྟོན་པ་འོངས་སྤྱོད་  
རྫོགས་ན་ཡང་། །འཁོར་སོགས་སྟོན་པ་ཉིད་ལས་གཞན་ཡིན་པས། །ཐམས་ཅད་  
འོངས་སྤྱོད་རྫོགས་མིན་དེ་ཡི་བྱིར། །བྱེད་སྒྲུལ་ཉིད་དེ་རང་བཞིན་སྒྲུལ་པའི་  
སྒྲ། །དག་པའི་འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་སྤང་བ་ཡིན། །སར་གནས་རྣམས་ལས་གཏུལ་བྱ་  
གཞན་ལ་མིན། །དེ་བྱིང་བྱེད་སྤང་སྒྲུལ་པའི་སྒྲ་ཞེས་བྱ། །ཞིང་དེ་ཁོད་མཉམ་ཡིད་  
འོང་གཞལ་མེད་ཁང་། །རིན་ཆེན་བདུན་ལྷན་འོད་ཟེར་ཕྱོགས་བཅུར་འགྲོ། །པར་  
ལས་སྒྲེས་རྒྱལ་སྤང་དཔག་ཏུ་མེད། །འོངས་སྤྱོད་སྤང་ཆོགས་འདོད་དགུའི་ཆར་བ་  
འབབ། །དུས་བཞིར་ཆོས་གསུང་བྱི་མེད་གཡེར་ཁའི་སྒྲ། །དཔག་བསམ་རིན་ཆེན་ཆུ་  
མཆོས་རབ་ཏུ་མཛེས། །འདི་ནི་ཞི་བ་རང་བཞིན་སྒྲུལ་པ་ཡིན། །དེ་བཞིན་ཁོ་ཚུ་ལ་  
དཀྱིལ་འཁོར་དཔག་ཏུ་མེད། །མཁའ་འགྲོའི་སྤྱན་དུང་འགྲོ་བའི་མཁའ་སྤྱོད་  
གནས། །ཉེ་དུ་ཀ་དཔལ་རིགས་ལྷའི་ཞིང་ཁམས་ཉིད། །གསང་སྤགས་གྲུབ་ལ་རབ་  
ཏུ་སྤང་བ་ཡིན། །འདི་ནི་དེང་སང་བདེ་ཆེན་མཁའ་སྤྱོད་ཅེས། །མཁས་གྲུབ་རྣམས་ལ་  
རབ་ཏུ་གྲགས་པ་ཡིན། །དེ་ཉིད་རང་ལས་འགྲོ་འདུལ་སྒྲུལ་པའི་སྒྲ། །འགྲོ་དུག་གནས་  
སུ་རང་རང་སྟོན་པར་སྤང་། །དེ་ཡང་བརྒྱ་བྱིན་ཐགས་བཟང་རིས་དང་ནི། །ཤྱུ་ཐུབ་  
པ་སེང་གེ་རབ་བརྟན་དང་། །ཁ་འབར་དེ་བ་ཨ་ཐ་གླང་མགོ་སྟེ། །ཐུབ་པ་དུག་གིས་  
ཕྱོགས་བཅུའི་ཞིང་རྣམས་སྤྱ། །འགྲོ་བ་དུག་གི་རྒྱད་དུག་སོ་སོར་སྤྱོད་། །དེ་ཡང་  
གཙོ་བོའི་གངས་ཉེ་སྒྲུལ་པ་དང་། །ཡང་སྒྲུལ་རྣམས་ནི་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་སྟེ། །ལྟ་

ཡི་གནས་སྤྱུང་གནས་རིས་སོ་སོ་ཏུ། །ཆངས་དང་དབང་ལྷག་འོག་མིན་བར་སྟེད་  
ཏུ། །རང་རང་འདུལ་བྱེད་སྟོན་པའི་ཚུལ་རྣམས་སྤང་། །མི་ལའང་གང་འདུལ་དེ་ལ་  
དེར་སྤང་སྟེ། །ཉན་ཐོས་རང་རྒྱལ་བྱང་རྩལ་སེམས་དབང་དང་། །རྒྱལ་སོ་ལ་སོགས་  
སྤྱུལ་ནས་མི་རྣམས་འདུལ། །ལྟ་མིན་གནས་སྤྱུང་སོ་སོའི་འདུལ་བྱེད་དང་། །དྲ་  
འགྲོའི་རིས་སྤྱུང་བྱ་ལ་བྱར་སྤང་ཞིང་། །རི་དགས་རྣམས་ལ་སེང་གེ་མཆོག་ལ་  
སོགས། །སོ་སོའི་འདུལ་བྱེད་སྟོན་པ་བསམ་མི་བྱལ། །དེ་བཞིན་ཡི་དགས་དཔྱལ་  
བའི་འཛིག་རྟེན་ཏུ། །རང་རང་མ་སྤྱོད་པའི་གཟུགས་ཀྱིས་དོན་མཛད་དོ། །དེ་ལྟར་འགྲོ་  
འདུལ་རྣམས་ལ་ཡེ་ཤེས་གཉིས། །རི་ལྟ་རི་སྟེད་མཁྱེན་པའི་རྣམ་པ་སྟེ། །ཆོས་ཉིད་  
དང་ནི་ཆོས་ཅན་མ་འབྲེས་པར། །སོ་སོར་མཁྱེན་ནས་གདུལ་བྱའི་དོན་གཉིས་  
མཛད། །རི་ལྟའི་ཡེ་ཤེས་སྟོང་པའི་དངོས་མཁྱེན་ནས། །འགྲོ་ལ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཆོས་  
སྟོན་ཞིང་། །རི་སྟེད་ཡེ་ཤེས་སེམས་དང་དབང་པོ་སོགས། །མ་འབྲེས་མཁྱེན་ནས་  
ཆོས་ཚུལ་བསམ་ཡས་སྟོན། །འདི་ནི་མ་དག་འགྲོ་ལ་སྤང་བ་སྟེ། །ཞིང་ནི་འགྲོ་བྱུག་  
འཛིག་རྟེན་བྱུག་རྣམས་སུ། །སྟོན་པ་འགྲོ་འདུལ་རང་སྤང་མ་སྤྱོད་པ་ཡིས། །ཆོས་ནི་མ་  
ངེས་ཐེག་པ་སྤྱ་ཆོགས་ཉིད། །དུས་ནི་གདུལ་བྱའི་སྐལ་བ་མཚུངས་པར་སྤང་། །དེ་  
ལྟར་འགྲོ་བྱུག་འཛིག་རྟེན་བྱུག་སོ་ཡང་། །ལས་དང་བག་ཆགས་དགེ་སྟེན་རྒྱ་འབྲས་  
ཀྱིས། །བདེ་སྤྱུག་མཐོ་དམན་རྣམ་པ་སྤྱ་ཆོགས་ཉིད། །སྟོན་པ་བྱུག་ཀྱང་འགྲོ་སེམས་  
འོད་སྤང་སྟེ། །མི་ལམ་ནང་གི་སངས་རྒྱུས་སེམས་ཅན་བཞིན། །ངོ་བོ་དག་ཀྱང་རྣམ་  
པ་མ་དག་པས། །སྤྱ་ཆོགས་སྤང་ལ་སྤྱུགས་རྗེའི་རོལ་པར་ཤར། །འདི་ནི་ཆད་མེད་  
སྤྱུགས་རྗེའི་སྤྱལ་བ་ཡིན། །སྟིད་པ་རི་སྟིད་མིན་ལས་རྒྱུན་མི་འཆད། །དེ་ཉིད་རང་

ལས་སྒྲུ་ཆོག་སྒྲུ་ལ་པའི་སྒྲུ། །སེམས་མེད་མེས་པོའི་ཚུལ་གྱིས་སྒྲུང་བ་སྟེ། །རིས་སྒྲུ་  
ཐིས་དང་འབྱུང་དང་རང་བྱུན་དང་། །ཡི་གེ་ལ་སོགས་མཛོད་པའི་ཉེན་དང་ནི། །པར་  
དཔག་བསམ་ཤིང་དང་སྦྱེད་མོས་ཆེལ། །ཁང་བཟང་མཆོག་དང་ཀུན་དགའི་ར་བ་  
དང་། །སྒྲུ་ལ་པའི་གྲོང་དང་གྲུ་གཟིངས་ཟམ་བ་དང་། །མར་མེ་ཁོར་བྱ་ཟས་གོས་བཞོན་  
བ་སོགས། །འགྲོ་བའི་དོན་མང་བྱེད་པའི་བེམ་པོར་སྒྲུང་། །གནས་སྐབས་དགའ་སྦྱིད་  
བདེ་བའི་གནས་མཛད་ནས། །མཐར་ཐུག་ཞི་བའི་ལམ་ལ་འགོད་པས་ན། །སྒྲུ་ཆོག་སྒྲུ་  
སྒྲུ་ལ་པས་འགྲོ་དོན་ལྷན་གྱིས་བྲུབ། །གཤུལ་བྱ་མེད་ན་འདུལ་བྱེད་དབྱིངས་སྒྲུ་  
བྲུབ། །རང་སྒྲུང་ལོངས་སྒྲུ་ཆོས་སྒྱུའི་རང་དབྱ་ཐིམ། །ཚུ་སྟོད་མེད་ན་ཚུ་ལྷ་མཁའ་ལ་  
ཐིམ། །ཆོས་ཀྱི་དབང་གིས་ལྷ་བ་དབྱིངས་སྒྲུ་བྲུབ། །གནས་གང་ལྷ་བ་འཕེལ་འགྲིབ་  
མེད་པ་བཞིན། །གཤུལ་བྱ་ཡོད་ན་སྟོན་བཞིན་རིམ་གྱིས་སྒྲུང་། །འདི་ནི་འབྲས་བྱ་  
ལྷན་གྱིས་བྲུབ་པ་ཡིན། །དེ་ལྟར་ཞི་བ་མཆོག་གི་རང་བཞིན་གྱིས། །འགྲོ་ཀུན་སེམས་  
ཉིད་འོད་གསལ་དབྱིངས་གཞོལ་ཏེ། །སྤྱིད་ཞིའི་མཐར་འཛིན་ཉེས་ཆའི་བྲི་མ་  
ཡིས། །དུབ་པའི་སེམས་ཉིད་དེ་རིང་ངལ་སོས་ཤིག །རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་སེམས་ཉིད་  
ངལ་གསོ་ལས། །འབྲས་བྱ་ལྷན་བྲུབ་ཆེན་པོའི་ལེའུ་སྟེ་བཅུ་གསུམ་པའོ། ། ། །

དེ་ལྟར་ལེགས་བཤད་བསོད་ནམས་སྤྱིན་ཆེན་ལས། །ཞི་བདེའི་རང་བཞིན་  
ཆར་གྱི་ཆོག་སྒྲུ་མང་པོས། །ས་གསུམ་འགྲོ་བའི་དགེ་ལེགས་རབ་རྒྱས་ཏེ། །རྒྱལ་  
བའི་འབྲུང་ཆོག་སྒྲུ་ལྷན་གྱིས་བྲུབ་པར་ཤོག །དིང་སང་པལ་གྱི་སྟོ་མིག་མ་དག་  
པས། །སྒྲགས་དང་པ་རོལ་བྱིན་གཞུང་སོ་སོའི་ལམ། །འགལ་བར་འཛིན་པས་  
གཅིག་ཏུ་སྤྱད་མི་ཤེས། །དེ་ཕྱིར་དེ་དག་སྟོགས་རེའི་མིག་ཅན་ཡིན། །འདིར་ནི་རྒྱ་

## པར་བྱང་སྟོན་ཆོག

ནམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཆོར་རོ་གཅིག་ཏུ།  
གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཆོས་ཚུལ་དལ་འབབ་གྲུང་།  
ཆོག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི།  
དེ་མ་ཡོངས་འཁྱུད་ལེགས་བཤད་བདུན་ཅི་འདི།  
  
དཔར་དུ་བསྐྱུན་བའི་ནམ་དཀར་ཕྱང་པོའི་མཐུས།  
ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་སྒོ་མོ་སྟོང་ཕྲག་བརྒྱ།  
གདངས་ཏེ་རྒྱུད་ལྗེའི་འགོ་བ་མ་ལུས་བ།  
རེས་ལེགས་ཞོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།

ཅེས་འཇམ་གླིང་ཡངས་བའི་བྱོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་ནམ་འདེན་ཤུ་ཤེད་རིང་ལུགས་སྟོ་ཀུན་  
ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འབྲལ་ཡུན་ལེགས་ཆོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། བང་བསྐྱུན་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་གསུང་  
རབ་དག་དཔར་དུ་བསྐྱུན་དང་བསྐྱུན་འཁྱུར་གང་ལའང་སྤྱར་ཆོག་བའི་དགེ་བསྟོའི་སྟོན་ཆོག་ཏུ་ཤུ་ཤེད་དགེ་སྟོང་ཆོས་་  
སྤྱ་བ་དག་དབང་སྟོ་བཟང་བསྐྱུན་འཛིན་རྒྱ་མཆོས་ལྷུར་བཤོ།

༡༡། རམ་མཁའ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་སྟོན་ཏེ། ཡོ་རྒྱུད་ལྟ་བུ་སྟོན་ཏེ། ཡོ་རྒྱུད་ལྟ་བུ་སྟོན་ཏེ།

ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་ཅ་དུག་པ་འདི་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཞག་ས་ཆེ་འགོ་མ་ཡུག་གི་ཉིས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་  
ཅ་རྒྱུད་ལས་གསུངས་སོ།