

# དབྱེ་མ་བཞི་བརྒྱ་བའི་ཚིག་ལེན་ཁྱེས་པ།



མཚན་པ་པོ། ལྷོ་བ་དཔོན་འབགས་པ་ལྷ།  
ཨིར་བྱེས་ཀྱི་ག་མཚན་ཚིག་ལེན་ཁྱེས་པ་ཁྱེ།

། འཇཉན་པཚས་པའི་འབྲུ་པ་ཞེས་བྲ་པའི་  
མེག་ཤེའུཤ་བྲས་པ་པའུཤས་སྐ།



མཚན་པ་ཤོ། མེའུཤ་པའི་འཇཉན་པའི་འབྲུ་པ་  
མེག་ཤེའུཤ་ཤེའུཤ་ཚེན་མེའི་ཚེམ་ཤེའུཤ་འཇཉན་པའི་

མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་དེ་བཞུགས་པར་།

SJRB-0104

ཕྱི་དགོའི་སྟན་འགྲུའ་པར་མའི་དཔེ་རིང་གཞིར་བརྒྱུར་གིས་བསྐྱོགས།  
མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྒྲིག་ཁང་གིས་འཕུལ་དེ་བ་ཏུ་བཞོས།

མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འབྲེམས་སྒྲིལ་བྱས།

༢༠༡༤ ཟླ་བ་དུག་པར་ཚོམ་སྒྲིག་བྱས།

༢༠༡༩ ཟླ་གཉིས་པར་བསྐྱར་སྒྲིག་བྱས།

མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་དྲ་བྱུང་།

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

ཡིག་འབྲེལ་དྲ་བྱུང་།

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

བསྐྱར་སྒྲིག་པ། རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྒྲིག་པ།

པར་སྐྱོན་གྱི་བདག་དབང་མེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོར་ཡོད།



---

---

རབ་བྱེད་བཅུ་གཉིས་པ་ལྟ་བུ་དགག་པ་བསྐྱོམ་པ་བསྟན་པ།	༡༤
རབ་བྱེད་བཅུ་གསུམ་པ་དབང་པོ་དང་དོན་དགག་པ་བསྐྱོམ་པ་བསྟན་པ།	༡༧
རབ་བྱེད་བཅུ་བཞི་པ་མཐར་འཛིན་པ་དགག་པ་བསྐྱོམ་པ་བསྟན་པ།	༡༩
རབ་བྱེད་བཅོ་ལྔ་པ་འདུས་བྱས་ཀྱི་དོན་དགག་པ་བསྐྱོམ་པ་བསྟན་པ།	༡༦
རབ་བྱེད་བཅུ་དྲུག་པ་སློབ་དཔོན་དང་སློབ་མ་རྣམས་ལ་གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྟན་པ།	༡༤
མཚུགས་བྱང་།	༡༧
འགྲུང་བྱང་།	༡༧
ཤར་བྱང་སློབ་ཚིག་།	༡༩

## རྩ་སྐྱོད་མདོར་བཟུངས།

སློབ་དཔོན་ལྷ་རྒྱལ་དེ་ཨའམ་སློབ་དཔོན་འཕགས་པ་ལྷ་ཉི་མགོན་པོ་ལྷ་སྐྱབ་དངོས་དང་ཁྱད་མེད་  
དུ་བཅི་ཞིང་། བོད་དུ་ཡོངས་གྲགས་ལྟར་ན། སི་རྒྱ་སྤྱི་ལོ་རྒྱལ་པོའི་སྤྱི་དམངས་ཚལ་དུ་བརྒྱུ་ལས་  
བརྟུས་ཏེ་སླེས་ཤིང་། རྒྱལ་པོས་ཀྱང་སྲས་ཀྱི་དོད་དུ་བསྐྱེད་ས། མཐར་མགོན་པོ་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱི་སློབ་མར་  
ལྷུང་བར་བཤད།

རྗེ་བཙུན་ཏུ་ར་རྒྱ་ཐའི་རྒྱ་གར་ཚོས་འབྱུང་དུ། སི་རྒྱ་ལའི་སྤྱི་ལོ་རྒྱལ་པོ་བརྟུ་ཤི་གི་ཞེས་བྲ་བ་  
ཞིག་ལ་སྲས་མཚན་དང་ལྷན་པ་ཞིག་བྱུང་། ཆེར་སླེས་ནས་རྒྱལ་ཚབ་ཀྱི་ས་ལ་བཞག་ཀྱང་རབ་ཏུ་  
བྱུང་བ་ལ་ལྷག་པར་མོས་པར་ལྷུང་ཏེ། རལམ་པོ་ཏེ་མ་དེ་མ་ཞེས་བྲ་བ་ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་བསྐྱེན་  
པར་རྫོགས། སྤྱི་སྤྱོད་གསུམ་པོ་མཐའ་དག་ལ་སྐྱུང་བ་གནང་།

ཡུལ་སྤྱ་ཚོགས་ཀྱི་ལྷ་ཁང་དང་མཚོད་ཉེན་དག་བཟོ་བའི་ཕྱིར་རྒྱ་གར་དུ་ཕྱོད། མགོན་པོ་ལྷ་  
སྐྱབ་རྒྱལ་ལ་པོ་བདེ་བྱེད་ཀྱི་ས་ནས་ལྷོ་ཕྱོགས་དཔལ་ཀྱི་རིར་གཤེགས་པའི་ཚེ་མཇལ་ཏེ། དཔལ་ཀྱི་  
རིར་སློབ་དཔོན་གྱི་ཞབས་པད་བསྐྱེད་ཞིང་བརྟུད་ལེན་ལ་སོགས་པའི་དངོས་བྱུབ་མང་པོ་ཐོབ། ཁྱད་  
པར་དུ་མདོ་ལྷགས་ཀྱི་གཞུང་མཐའ་དག་ལ་དཀྱིས་ཕྱིན་པར་སྐྱུངས་ཤིང་། མགོན་པོ་ལྷ་སྐྱབ་སྐྱ་  
འདལ་ཁར་བསྐྱེན་པ་གཏང་།

ལྷོ་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱུད་རྣམས་སུ་སློབ་མ་དང་ཉན་བཤད་ལ་སོགས་པས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་  
མཛད་ཅིང་། གཞུག་ལག་ཁང་ཉེ་ཤུ་ཅ་བཞི་བཞེངས་ཏེ་དེ་དག་ཏུ་སྐྱེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་གཞི་རེ་རེ་  
བཙུགས། བྲམ་ཟེ་སྐབ་དཀའ་ནག་པོ་རྩོད་པས་པམ་པར་བྲས་ཏེ་སློབ་མར་ལྷུང་བ་སློབ་དཔོན་  
དཔལ་པོ་ཡིན།

ན་ལེ་རྒྱར་ཡུན་རིང་དུ་བཞུགས་ཤིང་། ལྷ་ཚེ་སྐད་ལ་ལྷོ་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱུད་དུ་གཤེགས་ནས་  
སེམས་ཅན་གྱི་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཛད་དེ་ཡུལ་གཞི་དང་ཉེ་བའི་རི་གར་མ་ཞེས་བྲ་བར་སྐྱ་གཅན་

འཛིན་བཟང་པོ་ལ་བསྟན་པ་གཏད་ནས་སྐྱེ་འདས། སློབ་མ་གྲགས་ཆེ་བ། སློབ་དཔོན་དཔལ་པོ་  
སོགས་མང་ངོ། །

སློབ་དཔོན་འདིས་བསྟན་བཅོས་གང་མང་བརྩམས་པ་ལས། བོད་འབྲུང་ལ། དབྱ་མའི་ལྷ་བ་  
རྒྱས་པར་བཤད་པ་དབྱ་མ་བཞི་བརྒྱ་བ། དེ་མདོར་བལྟས་ནས་བཤད་པ་དབྱ་མ་ལག་པའི་ཚད། དེ་  
ལ་ཚོད་པ་སྤོང་བ་འབྲུལ་བ་བརྒྱུག་པའི་གཏན་ཚིགས་གྲུབ་པ། མཚན་ཉིད་དང་སྤྲུགས་ཀྱི་གྲུབ་མཐའི་  
ཆམ་གཞག་སྟོན་པ་ཡེ་ཤེས་སྤོང་པོ་ཀུན་ལས་བཏུས། གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ལྷ་སྤོང་གཏན་ལ་འབེབས་  
བ་སྤོང་བ་བལྟས་པའི་སྟོན་ལ། དེ་རིགས་པས་སྐྱབ་པ་སེམས་ཀྱི་སྤྱི་བ་སྤོང། སྟོན་གྲེད་དབང་གི་ཚོ་  
ག་ལ་དོ་རྗེ་གདན་བཞིའི་དགྲིལ་ཚོག་སྤོང་པོ་མདོར་བསགས། བསྐྱེད་རིམ་སྟོན་པ་དོ་རྗེ་གདན་བཞིའི་  
སྐྱབ་ཐབས་སོགས་སྤང་ཐང་བསྟན་འབྲུང་གི་སྤྲུགས་སྤོགས་པོད་། ཟ ། བ་དང་། མདོ་སྤོགས་པོད་  
། ཅ ། བའི་ནང་དུ་བཞུགས་ཡོད།

སློབ་དཔོན་འདིའི་ལོ་རྒྱུས་སྟོན། འཇུག་ཚོས་འབྲུང་དང་། རྗེ་བཙུན་ཏུ་ར་རྒྱ་ཐའི་རྒྱ་གར་  
ཚོས་འབྲུང་གཉིས་སུ་གསལ།

## ལྷ་སྒྲིག་པའི་གསལ་བཤད།

རང་འཇུག་གཤམ་ཅན་གྱི་སྡོང་ས་སྟུ། རྩོན་བྱོན་ཚོས་རྒྱལ་ལོ་བཏམ་མཁས་པའི་དབང་  
པོ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་འཇུག་ལས། གསུང་རབ་ཀྱི་སྒྲིགས་བམ་འི་པོའི་གཏོས་དང་མཉམ་བ་ཡོད་ན་  
ཡང་། དུས་ཀྱི་འཕེལ་འགྲིབ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་མང་པོ་ཞིག་ཙམ་རྒྱ་བྱེད་བྱེད་བ་དང་།  
གང་མང་ཞིག་མེད་བརྒྱལ་ཏུ་འགྱུར་ཉེན་ཡོད་པས་དེ་ཉིད་སྲུང་སྐྱོབ་དང་དང་སྡེལ་བྱེད་རྒྱ་ནི།  
མི་རིགས་འདི་ཉིད་ཀྱི་དུས་ལ་བབ་པའི་འོས་འགན་ཡིན།

དེ་ཡང་། གསུང་རབ་སྒྲིགས་བམ་དེ་དག་ནི། རྒྱ་ལོར་དང་རྩལ་མུ། ལུངས་ཐམ་བཅས་  
ཀྱི་འགྲོ་སོར་བཏང་ཞིང་། ལྷོ་སྐྱ་གོལ་རྩལ་གྱིས་མི་ཆེ་མོས་བསམ་ལ་བརྒྱལ་བའི་མཁས་པ་  
རིམ་བྱོན་གྱིས་དབྱུང་ཞིབ་མཚད་ཅིང་། དབྱུང་འབྲས་ལག་ལེན་ལ་བཀའ་བའི་ཉམས་སྲོང་  
དང་གྲུབ་དོན་གྱི་ཟེན་མོ་ལྷ་བྱ་ཡིན་པས་ན། མི་ལོ་སྡོང་ལྷག་དུ་མའི་ལོ་རྒྱུས་ལྡན་པའི་མི་རིགས་  
འདིའི་ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བཅུད་ཡིན་པ་དང་། གསུང་རབ་སྒྲིགས་བམ་དེ་དག་གི་བསྟན་དོན་  
པལ་ལོ་ཆེ་ཞིག་ནི་དེད་གི་དུས་རབས་འདི་དང་མ་འོངས་པར་ཤིན་ཏུ་མཁོ་ཆེ་ཞིང་། མིའི་རིགས་  
སྤྱིའི་ཤེས་རབ་དང་ཀུན་སྲོད་ལ་ལམ་རྩོན་བྱེད་ལུབ་པའི་འོད་སྣང་ལྷ་བྱུང་གྱུར་ཡོད།

དེ་བས་ན་ ལ་གོང་ས་ལས་ལྷན་མཁོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གིས་ཡང་ཡང་བཀའ་གནང་བའི་  
དགོངས་དོན་བཞིན། ལྷ་ཚང་རིན་པོ་ཆེ་ནས་རིག་མཚོད་ཆེན་མོའི་འཇུགས་དང་རྩོམ་སྒྲིག་  
ཁང་གསལ་འཇུགས་བྱས་ཏེ། བཀའ་བསྟན་གཉེས་ཀྱིས་མཚོན་ཚོས་བརྒྱུད་རིམ་མེད་ཀྱི་  
མཁས་པའི་བཀའ་རྩོམ་སྒྲིགས་བམ་དང་། བརྒྱམས་ཚོས་གསལ་རྩིང་གང་མང་ཞིག་ལྷ་སྒྲིག་  
འགྲེམས་སྡེལ་གྱི་ཞབས་ཞུའི་ལས་གཞི་འདི་གཉེར་བ་ཡིན།

དུས་རབས་འདིར་ཚོན་ཙམ་ཤིན་ཏུ་དར་བ་དང་བསྟན་ནས། ལྷོག་བདེ་བ་དང་། རྩོད་



བདེ་བ། གཞུང་ཚིག་འཆོལ་སླབ་བ། འབྲེང་བདེ་བ་སོགས་སྐབས་བདེའི་དབང་གིས་སྐྱོག་པ་པོ་  
རྣམས་འཕྲུལ་དེབ་ལ་དགའ་མོས་རྗེ་ཆེར་འགྲོ་བཞིན་པར་བརྟེན། དུས་རབས་ཀྱི་འགྲུང་བའི་ཁ་  
ཕྱོགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་བསྐྱེད་པའི་ཞུ་སྤྲིག་གི་ལས་གཞི་འདི་ནི། མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོར་  
ལྷ་བྱུང་གྲུང་བའི་རང་རེའི་ཤེས་རིག་འདི་ཉིད་འཇིག་རྟེན་ན་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པ་དང་། འདིའི་  
འཕྲིན་ལས་ཀྱི་འཇུག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་སུ་ཞི་བདེའི་དབལ་ཡོན་འཕྲོན་པའི་  
ལས་ཀ་རྒྱབས་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་ཆོག་པ་ཡིན་ལོ། །

གསུང་རབ་ཞུ་སྤྲིག་གྲེང་སྐབས་མ་སྤི་ཚད་ལྡན་ཞིག་གཞི་རྩར་བཟུང་ནས་ཞུ་སྤྲིག་གྲེང་  
རྒྱུང་འབད་བརྟན་གྲེང་ལོས་ཤིང་། དེ་ཡང་ལྗོན་གྱི་སོལ་ལ་གསུང་རབ་ཀྱི་རབ་ཤིང་ཚོ་སྐབས་  
ཚོམ་པ་པོ་རང་ཉིད་དམ། ཡང་ན་གཞན་གྱིས་ཞུས་དག་ཚད་ལྡན་བཏང་སྟེ་རྟོ་བ་ཡིན་པས་  
ཤིང་བར་རྣམས་སྤྱིའི་ཆ་ནས་དག་པོར་བཅི་ཆོག་པ་ཡིན། དེ་བས་ན་འདི་ག་ཚོམ་སྤྲིག་ཁང་  
ནས་ཀྱང་མ་དཔེ་ཚད་ལྡན་འཆོལ་སླབ་ཀྱིས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་ལའང་གང་བྱུང་དུ་བཟོ་བཅོས་  
མེད་པར་སོར་བཞག་བྱ་རྒྱ་རྩ་དོན་དུ་བཟུང་ནས་མ་སྤི་རི་མ་རི་བཞིན་འཕྲུལ་དེབ་ཏུ་སྦྲུང་  
བར་འབད་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། མ་སྤི་ཚད་ལྡན་ལག་སོན་མ་བྱུང་ནའང་གང་ཐུབ་ཀྱིས་དག་པོ་  
ཡོང་བར་བརྟན་བཞིན་ཡོད། གལ་ཏེ་མ་སྤི་རང་ལ་རོར་བ་མངོན་གསལ་བྱུང་བ་དང་། དོགས་  
གནས་སུ་གྱུར་བ། ཡི་གེ་ཚད་ལྡན་བྱུང་བ་སོགས་ལ་གཤམ་དུ་གསལ་བ་བཤད་ཀྱི་མཆན་  
བཀོད་ཡོད།

འཕྲུལ་དེབ་འདིར་ཆད་སྐྱེག་ལོར་བ་སོགས་བྱུང་བ་མཐོང་ན་ང་ཚོའི་ཡིག་འབྲེལ་ཏུ་གྲུང་  
serajeyrigzodchenmo@gmail.com འདིའི་བརྒྱུད་ནས་འབྲེལ་བ་གནང་བའི་  
རེ་བསྐྱུལ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། འདི་ནས་འཕྲུལ་མར་བསྐྱུང་བཅོས་དང་ལེགས་སྤྲིག་ཞུས་ཏེ་སྤུས་ཀ་རྗེ་  
ལེགས་སུ་གཏོང་ངེས་ཡིན།

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

ཕྱི་ལོ། ༢༠༢༢ ལྷ་ ༦ ཚེས་ ༢༩ ལ།

༡༢། །བརྟན་བཅོས་བཞི་བརྒྱ་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཚིག་  
ལེའུར་བྱས་པ་བརྒྱུགས་སོ། །

༡༢། །རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ཅ་རུཾ་ཤ་ཏ་ཀ་སྤྲུ་ཀུ་རི་ཀུ་རྒྱ་ལ། བོད་སྐད་དུ། བརྟན་  
བཅོས་བཞི་བརྒྱ་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཚིག་ལེའུར་བྱས་པ། འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་ལ་  
ལུག་འཚལ་སོ། །

རབ་བྱེད་དང་ཕྱི་རྟག་པར་འཛིན་པ་སྤང་བའི་ཐབས་བརྟན་པ།

གང་ལ་འཇིག་རྟེན་གསུམ་མངའ་བདག་། རང་ཉིད་འཚི་བདག་བྱེད་པོ་མེད། །ཡོང་  
དེས་ནལ་བཞིན་ཉིད་ལོག་ན། །དེ་ལས་མ་རུངས་གཞན་ཅི་ཡོད། །འཚི་བར་བྱ་སྲིད་  
སྲིས་གྱུར་ཅིང་། །གཞན་དབང་འཕྲོ་བའི་ངང་ཅན་ལ། །འཚི་བ་བྱ་བ་སྣང་སྣང་  
སྟེ། །གསོན་བ་བྱ་བ་མིན་སྣང་དོ། །

ཁྱོད་གྱིས་འདས་དུས་སྲུང་དུ་སྟར། །མཚོང་ཞིང་མ་འོངས་གཞན་དུ་ན། །ཁྱོད་  
མཉམ་མི་མཉམ་སྣང་སེམས་དེ། །གསལ་བར་འཇིགས་པའི་འོད་དོད་འབྲ། །གཞན་དག་  
ལ་ཡང་སྲི་མ་སྲུབ་བྱེད། །ཁྱོད་ལ་འཚི་བའི་འཇིགས་མེད་ན། །གཅིག་ལ་གཞོན་གང་དེ་  
ཐག་དོག་སློན་ས་སྲུག་བསྐལ་སྲིད་འགྱུར་རམ། །ནད་བཅོས་ག་བ་གསོ་བྱ་དེས། །དེ་

དག་ལ་ཁྱོད་མི་འཛིགས་མོད། །ཆད་པ་བྱེ་མ་བཅོར་མེད་པས། །ཁྱོད་ཆེས་གསལ་བར་  
དེ་ལ་འཛིགས། །གསལ་ད་པར་བྱ་བའི་ལྷགས་རྣམས་ལྟར། །འཆི་བ་ཀྱུན་གྱི་ཐུན་མོང་  
ཞིང་། །གཞན་ཡང་འཆི་བར་སྐང་གྱུར་ན། །ཁྱོད་ལ་འཆི་བདག་འཛིགས་ཅིས་  
མེད། །དུས་ལ་ངེས་པ་མེད་པའི་བྱིར། །བདག་ཉམ་སྦྲུམ་དུ་སེམས་ན་ནི། །ནམ་ཞིག་  
དུས་ན་འཆི་བདག་གིས། །ཁྱོད་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་པར་འགྱུར། །

མ་འོངས་པ་ཡི་དོན་ལྟ་ཞིང་། །གསོན་པ་ཟད་པ་མ་ཡིན་ན། །བདག་ཉིད་འཚོང་ལ་  
བདག་ཉིད་ནི། །རྣམ་དཔྱོད་ལྡན་ཞེས་སུ་ཞིག་སྤྲོ། །བདག་ཉིད་གཏའ་མར་བཞག་གསུ་  
ཏེ། །སྤྲིག་ལས་ཅི་ཡི་བྱིར་ན་བྱེད། །ངེས་པར་ཁྱོད་ནི་མཁས་རྣམས་ལྟར། །བདག་ལ་  
འདོད་ཆགས་བྲལ་བར་ཟད། །སུ་ལའང་གསོན་པ་ཞེས་བྱ་བ། །སེམས་གྱི་སྐྱད་ཅིག་  
ལས་གཞན་མེད། །སྤྱོ་བོས་དེ་ངེས་མི་རིག་པ། །ངེས་ན་བདག་ཉིད་ཤེས་པ་དཀོན། །ཁྱོད་  
རིང་གསོན་པ་ལ་དགའ་ཞིང་། །ཆན་ཉིད་ལ་ཁྱོད་མི་དགའ་ན། །ཨེ་མ་ཁྱོད་སྤྱོད་སྤྱོ་བོ་  
ནི། །འབྲ་ལ་དམ་པ་ལྟ་བུར་སྤང། །

ཁྱོད་རང་འཆི་ལ་སྲུང་ན་ན། །སུ་སོགས་རྣམས་བྱིར་ཅི་སྤྲེ་ཡིན། །རང་ཉིད་སྤོ་བུ་  
སྤོ་བོ་ནི། །ཅི་ལྟ་བུར་ན་སྤང་མི་འགྱུར། །གང་ཆེ་འགའ་ཞིག་མ་བཅོལ་བར། །རང་ཉིད་  
བུར་གྱུར་དེ་ཡི་ཆེ། །མ་བྱིས་ཉིད་དུ་དེ་འགྲོ་བ། །རིགས་པར་མི་འགྱུར་མ་ཡིན་ནོ། །གཏེ་  
ལྷག་བྱིར་ན་བྱ་ཡི་ནི། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པར་ཟད། །འདི་ཡི་འགྲོ་བར་སྤོ་བོ་  
ཉིད། །ཆས་པས་སྟོན་པར་བྱེད་པར་འགྱུར། །རི་ལྟར་པ་ལ་བུ་སྤྲུག་པ། །དེ་ལྟར་དེ་ལ་  
སྤོ་མ་ཡིན། །འཛིག་རྟོན་འདི་ནི་འོག་དུ་འགྲོ། །དེ་བྱིར་མཐོ་རིས་ཀྱང་རྟེན་དགའ། །གང་  
ཆེ་རྗེས་སུ་མི་མ་ཐུན་པ། །འགའ་ཡང་སྤྲུག་ཅིས་བྱ་ཡོད་མིན། །

དེ་ཚེ་ཚགས་པ་འཚོང་དང་ནི། །འབྲ་བ་འབའ་ཞིག་སྐྱེ་བར་ཟད། །བྲལ་བས་བསྐྱེད་  
 པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ནི། །མི་རྣམས་སྣོང་ལས་སྐྱར་ལྡོག་སྟེ། །ཚགས་ལ་འབྲ་བ་སྐྱེད་  
 བྲལ་བ་ཡིས། །མཚོན་པའི་མི་བརྟན་པ་ཉིད་སྟོན། །གཞོན་པས་གཟེར་བ་བྱས་ཟེན་  
 གྲང་། །ཡོན་ཏན་མེད་སྣམ་ལེས་བཞིན་བྱ། །ཚོད་བདག་ཉིད་ལ་སྤྱི་འཚོས་འགྲུལ། །དེ་  
 ཡང་བདག་ལ་མི་རིགས་སོ། །སྐྱུག་བསྐྱེད་རྣམས་པར་འགོད་ལྟ་བུར། །འཛིག་ཉེན་འདི་  
 བྱི་ཡོངས་སུ་འབྱུང། །སྐྱུག་བསྐྱེད་གྲུར་པའི་སྐྱེ་བོ་ལ། །སྐྱུག་བསྐྱེད་འགོད་པས་ཅི་  
 ཞིག་གྲ། །གང་གི་འདུ་བ་དག་འཕྲིན་དེའི། །འབྲལ་བ་ཅི་ལྟར་དག་འཕྲིན་ལོ། །འདུ་བ་  
 དང་ནི་འབྲལ་བ་དག། །སྣོན་ཅིག་རྒྱ་བར་སྤང་མིན་ནས། །འདས་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་མིན་  
 ལ། །མ་འོངས་ཐ་མ་ཡོད་མིན་ན། །ཅིས་ན་ཚོད་ཀྱིས་འདུ་མཐོང་ཞིང་། །རིང་བོར་གྲུར་  
 གྲང་བྲལ་བ་མིན། །

སྐྱེད་ཅིག་ལ་སོགས་དུས་དེ་རྣམས། །དེས་པར་དག་དང་འདྲར་འགྲུར་ཉ། །དེས་  
 བ་དག་གྲུར་དེ་དག་ལ། །རྣམ་ཀུན་ཚོད་འདོད་ཚགས་མི་བྱ། །སྐྱོང་ན་བྲལ་བའི་  
 འཛིགས་པ་ཡིས། །ཁྱིམ་ནས་དེས་པར་མི་འབྱུང་ན། །མཁས་པ་སུ་ཞིག་དེས་པར་  
 བྱི། །བྱ་དགོས་ཚད་པས་བྱེད་པར་འགྲུལ། །ཚོད་འདི་བྱས་ནས་གསལ་བར་བྱི། །ནགས་  
 སུ་འགྲོ་བྱ་སྣམ་སེམས་ན། །གང་ཞིག་བྱས་གྲང་གཏང་བྱ་བ། །དེ་བྱས་ཡོན་ཏན་ཅི་  
 ཞིག་ཡོད། །བདག་ནི་འཚོའི་སྣམ་སེམས་པ། །གང་ལ་དེས་པར་ཡོད་གྲུར་པ། །དེ་ནི་  
 ཚགས་པ་ཡོངས་བཏང་བྱིར། །འཚི་བདག་ལ་ཡང་ག་ལ་འཛིགས། །

བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་རྣམ་འགྲོར་སྤྱོད་པ་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས་རྟག་པར་འཛིན་པ་  
 སྤང་བའི་ཐབས་བསྟན་པ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་དང་པོའོ། །

རབ་བྱེད་གཉིས་པ་བདེ་བར་འཇིག་པ་ལྷན་བའི་

ཐབས་བཟུང་བ།

ལུས་ནི་དག་ལྟར་མཐོང་མོད་ཀྱི། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་དེ་བསྐྱུང་བ། །ཁྲིམས་ལྷན་ལྷན་  
 རིང་འཚོ་བ་ནི། དེ་ལས་བསོད་ནམས་ཚེན་པོ་བྱེད། །མི་རྣམས་སྤྱག་བསྐྱེད་ལུས་ཉིད་  
 ལས། །སྤྱོད་ཞིང་བདེ་བ་གཞན་ལས་ན། །སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤོང་གྱུར་བ། །ཁོག་བ་ལ་  
 ཁྲོད་ཅི་སྟེ་གྲུས། །ཁང་ཆེ་བདེ་བ་སྤྱག་བསྐྱེད་ལྟར། །ཤེས་ཆེར་མི་ལ་མི་འཇུག་ན། །དེ་  
 ལྟར་སྤྱག་བསྐྱེད་ཚེན་པོ་དེ། །རྒྱུ་རྩེ་སྤྱུ་རྩེ་སེམས་བྱེད་དམ། །འཇིག་རྟེན་བདེ་ལ་  
 མཐོན་སྤོགས་ཤིང། །བདེ་གྱུར་དག་གྱུར་རྟེན་དགའ་སྟེ། །དེས་ན་སྤྱེ་པོ་འཇིག་འདི་  
 ལ། །སྤྱག་བསྐྱེད་རྗེས་སུ་སྤྱེགས་པ་འད། །སྤྱག་བསྐྱེད་འདོད་ལས་རྟེན་འཇུར་  
 གྱི། །འདོད་ལས་བདེ་བ་གལ་ཡིན། །ཁྲོད་ཅིས་དཀོན་པ་ལ་གྲུས་ཤིང། །མོད་ལ་ཅི་སྟེ་  
 ཁྲོད་མི་འཇིགས། །

བདེ་བར་གྱུར་བའི་ལུས་པོ་ནི། །སྤྱག་བསྐྱེད་ལྷོད་ཏུ་འཇུར་བདེ། །ལུས་ལ་གྲུས་  
 དང་དག་ལ་གྲུས། །དེ་དག་གཉིས་ནི་མཚུངས་པར་སྤང། །ལུས་ནི་ཤིན་ཏུ་འགོར་བས་  
 གྱུར། །བདེ་བའི་བདག་ཏུ་མི་འཇུར་ཏེ། །རང་བཞིན་གཞན་གྱིས་ཟེལ་གཞོན་ཅེས། །འབྲ་  
 བ་འཇིགས་པ་མ་ཡིན་ལོ། །མཚོག་ལ་ཡིད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཏེ། །མ་མ་རྣམས་ལ་ལུས་  
 སྤྱེས་སོ། །སྤྱག་བསྐྱེད་གཉིས་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་འདི། །ཉིན་རེ་ཉིན་རེ་འཇོམས་པར་  
 བྱེད། །བདེ་བ་རྟོག་པའི་དབང་གྱུར་ཅིང། །རྟོག་པ་སྤྱག་བསྐྱེད་དབང་གྱུར་བ། །དེ་སྤྱིར་  
 ཀུན་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས། །ཤིན་ཏུ་སྟོབས་ལྡན་ཅི་ཡང་མེད། །རི་ལྷ་རི་ལྷར་དུས་འགོ་  
 བ། །དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་སྤྱག་བསྐྱེད་འབེལ། །དེ་སྤྱིར་བདེ་བ་ལུས་འདི་ཡི། །གཞན་པོ་ལྟ་གྱུར་

སྤང་བར་འགྲུང། །

སྤྱུག་བསྐྱེད་གྱི་མི་རྒྱུ་མང་སོ། །ནད་རྣམས་དང་གཞན་སྤང་གྲུང་བ། །དེ་སྟེང་ཏུ་  
ཅི་མི་རྣམས་ལ། །བདེ་བའི་རྒྱ་དག་སྤང་མ་ཡིན། །འཕེལ་བཞིན་པ་ཡི་བདེ་བ་ལས། །དི་  
སྤང་བསྐྱེད་པ་མཐོང་གྲུང་བ། །དེ་སྤང་སྤྱུག་བསྐྱེད་འཕེལ་བཞིན་ལས། །བསྐྱེད་པ་  
ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལོ། །རྐྱེན་དང་སྙན་ཅིག་བདེ་བ་ལས། །བསྐྱེད་པ་མཐོང་གི་སྤྱུག་བསྐྱེད་  
ལ། །རྐྱེན་རྣམས་ཉིད་དང་སྙན་ཅིག་ཏུ། །བསྐྱེད་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལོ། །

ཁྱོད་འཆི་བཞིན་ལ་དུས་སོང་ཞིང། །འགྲོ་བ་དང་ཅི་འགྲོར་འགྲུང་ན། །འཆི་བཞིན་  
བ་ནི་བདེ་འགྲུང་ཞེས། །རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་རིགས་མ་ཡིན། །ལྷུས་ཅན་རྣམས་ལ་བཀྲུས་  
སོགས་ཀྱི། །གཞོན་པ་རྟག་ཏུ་ཡོད་གྲུང་ན། །གཞོན་བཞིན་བ་ནི་བདེ་འོ་ཞེས། །རྣམ་པ་  
ཀུན་ཏུ་རིགས་མ་ཡིན། །རུས་པ་མེད་པས་འགྲུང་ཀུན་ལ། །ཚོགས་པ་ཞེས་བྱ་སྐྱེ་  
འགྲུང་ཉེ། །འགལ་བ་རྣམས་ལ་བདེ་འོ་ཞེས། །རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་མི་རིགས་སོ། །

གང་སོགས་རྣམས་ལ་སྤྱིར་འཆོས་པ། །རྟག་ཏུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། །བརྒྱུག་བཞིན་  
བ་ནི་བདེ་འོ་ཞེས། །རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་རིགས་མ་ཡིན། །འབད་སྡོལ་མེད་པར་སྤྱོད་པ་  
ཞེས། །བྱ་འགའང་ས་སྟངས་ཡོད་མིན་ན། །ལས་བྱེད་བདེ་བ་ཡིན་ལོ་ཞེས། །རྣམ་པ་  
ཀུན་ཏུ་མི་རིགས་སོ། །འདི་དང་གཞན་ཏུ་བདག་ཉིད་ནི། །རྟག་ཏུ་སྤྲིག་ལས་བསྐྱུང་བར་  
བྱ། །ངན་འགྲོ་ཡོད་ན་བདེ་བ་ཞེས། །རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་རིགས་མ་ཡིན། །གཞོན་པ་སོགས་  
ལ་མི་རྣམས་ཀྱི། །བདེ་བ་རྟག་ཏུ་ཡོད་མིན་ཉེ། །དང་སོར་གང་ལ་རྩོམ་མེད་པ། །དེ་ལ་  
མཐར་འཕེལ་ག་ལ་ཡོད། །

གསེར་གྱི་སྤོང་ཏུ་སྤྱུག་པ་ལ། །དི་སྤང་འགའ་ཞིག་དགར་འགྲུང་བ། །དེ་བཞིན་

སྤྱག་བསྐྱེད་ཕྱིར་བཙོན་པ། །བདེ་ལོ་སྤྲུལ་དུ་སེམས་པར་བྱེད། །བརྟམས་པས་སྐྱེས་  
བ་ལྗོན་འགྲུང་ན། །སྤྱག་བསྐྱེད་རྩོམ་བའང་བདེ་ཅི་ཡོད། །དེ་ཕྱིར་སྐབ་བས་སྐྱེ་འདྲིག་  
དག། །སྤྱག་བསྐྱེད་ཡིན་ཞེས་གསུངས་བ་སྤྲུལ། །སོ་སོའི་སྐྱེ་བོས་སྤྱག་བསྐྱེད་འི། །བདེ་  
བས་གཡོགས་སྒྲུབ་མི་མཐོང་ན། །གང་གིས་སྤྱག་བསྐྱེད་སྐྱིབ་འགྲུང་བ། །བདེ་བ་ཞེས་  
བྱ་ཅི་ཡང་མེད། །

ཁྱོད་སྤྱག་ཆགས་བྲལ་མེད་དོ་ཞེས། །སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་བསྐྱུན་བྱ་དེས། །དེས་པར་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་རྣམས་གྱིས། །གཉི་སྤྱག་ཀུན་གྱི་ཐ་མར་གསུངས། །མི་རྟག་བ་ལ་དེས་  
བར་གཞོད། །གང་ལ་གཞོད་ཡོད་དེ་བདེ་མིན། །དེ་ཕྱིར་མི་རྟག་གང་ཡིན་པ། །ཐམས་  
ཅད་སྤྱག་བསྐྱེད་ཞེས་བྱར་འགྲུང། །

རྣམ་འབྱོར་སྐྱོད་བ་བཞི་བརྒྱ་བ་ལས་བདེ་བར་འདྲིན་བ་སྤང་བའི་ཐབས་བསྐྱུན་  
བ་སྐྱེ་བ་ཏུ་བྱེད་བ་གཉིས་པའོ། །།

རབ་བྱེད་གསུམ་པ་གཙང་བར་འཇིན་པ་སྤྱིན་ཅི་ལོག་  
སྤང་བའི་ཐབས་བསྐྱུན་པ།

ཡུན་ནི་མིན་ཏུ་རིང་བོས་ཀྱང། །ཡུལ་ལ་སྤར་སྤྱག་ཡོད་མིན་ཏེ། །སྤྱན་བ་རན་  
སྤར་ཁྱོད་ཡུལ་ལ། །ངལ་བ་འབྲས་བུ་མེད་པ་འབྱུང། །བསྐྱེན་བར་བྱེད་པ་འགའ་ཞིག་  
ལ། །ས་སྤོད་ལྗོན་བ་མེད་རི་བཞིན། །བསྐྱེན་བཞིན་བ་ཡི་མི་རྣམས་ལ། །འདོད་རེ་  
འཕེལ་བའང་དེ་བཞིན་ལོ། །བྱུང་མེད་ཀུན་ལ་འཁྲིག་བ་ལ། །ཐ་དད་རྩུང་ཟད་ཡོད་མིན་  
ཞིང། །གསུགས་གཞན་གྱི་ཡང་ལོངས་སྐྱོད་ན། །ཁྱོད་ལ་མོ་མཚོག་གིས་ཅི་བྱེད། །

གང་ལ་གང་ཡིད་ལོང་འགྲུང་བ། །དེ་ནི་དེ་ཡིས་འཆོངས་བར་རྫོམ། །ཁྱི་སོགས་

ནམས་ལའང་སྐྱེན་མོང་བས། །སློབ་མོས་ངན་བ་ཁྱོད་ཅི་ཆགས། །ཁྱེད་ལ་ཡན་ལག་ཀུན་  
མཛེས་མོ། །གང་དེ་སྤར་ཀུན་སྐྱེན་མོང་ན། །དེ་རྙེད་ཁྱོད་ལ་ངོ་མཚར་ལྟར། །རི་ལྟར་  
ཡང་ནི་འགྲུར་བ་མིན། །ཡོན་ཏན་ལྡན་བ་སྤུག་བ་དང་། །བསྐྱོག་བ་ལ་ནི་བསྐྱོག་མཚོང་  
ནས། །ནམས་བར་གནས་མེད་སྤྲ་མ་འཕ། །ཅིག་ཤེས་ལས་ནི་གང་ཞིག་བདེ། །སྐྱེན་པོའི་  
འདོད་ཆགས་ཡོན་ཏན་དང་། །ལྡན་བ་འབའ་ཞིག་ལ་མི་སྟེ། །རྒྱ་མེད་བ་ལས་འཇུག་  
ནམས་ཀྱི། །ལྟོག་བ་རྒྱ་ལས་ག་ལ་ཞིག་། །རི་སྤྱིད་གཞན་ཤེས་མ་སྤུར་ན། །དེ་སྤྱིད་དེ་ནི་  
ཁྱོལ་སྤུག་། །ནད་ངན་དང་མཚུངས་བྱུང་མེད་ནི། །རྟག་ཏུ་རྒྱུན་ལས་བསྐྱུང་བར་བྱ། །

དར་མར་རང་གིས་བྱས་བ་གང། །དེ་ནི་རྒྱན་པོར་མི་འདོད་ན། །རི་ལྟ་བུར་ན་གྲོལ་  
བ་ནམས། །དེ་ལ་ཤིན་ཏུ་གདུང་མི་འགྲུར། །མ་ཆགས་བ་ལ་བདེ་མེད་ཅིང་། །དེ་ཡང་  
སྐྱེན་མིན་ལ་མེད་ན། །གང་ཡིད་རྟག་ཏུ་སྤྱིར་སྟོགས་པ། །དེ་ཡི་བདེ་བ་ཅི་འདྲ་ཞིག་། །ཁྱོད་  
ལ་གུས་བཞེན་རྟག་བར་ནི། །མོ་དང་ལྡན་ཅིག་སྤང་བ་མེད། །འདི་ང་གཞན་གྱི་མ་ཡིན་  
ཞེས། །ཡོངས་འཛིན་འདི་ཀོ་ཅི་ཞིག་ཡིན། །གལ་ཏེ་འདོད་ཆགས་བདེ་ཡིན་ན། །བྱུང་  
མེད་དག་གིས་དགོས་མེད་འགྲུར། །

བདེ་བ་དོར་བྱ་ཞེས་བྱ་བར། །རི་ལྟར་ཡང་ནི་མ་མཚོང་ངོ། །བྱུང་མེད་ལྡན་ཅིག་  
སྟོར་ན་ཡང་། །བདེ་བ་གཞན་ལས་སྟེ་འགྲུར་ན། །དེ་རྒྱ་མཚར་མོ་ཉིད་ཡིན་ཞེས། །སྐྱེན་  
པོ་མིན་བ་སྤུ་ཞིག་འཛིན། །མཛེ་པོ་འཇུག་བཞེན་འདོད་ཆགས་ཀྱིས། །མདོངས་བས་  
འདོད་བའི་སྐྱོན་མི་མཚོང་། །ཆགས་བྲལ་ནམས་ལ་མཛེ་པོ་ལྟར། །ཆགས་ཅན་སྤུག་  
བསྐྱེད་ལྡན་བར་སྤུང་། །མགོན་མེད་བཤེས་བས་ཉེན་ནམས་ལ། །སྤུ་གེར་བྱ་བ་གང་  
འགྲུང་བ། །དེ་ནི་བྱུང་མེད་སྤང་བའི་ཚོ། །སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་གཡོ་བ་ཡིན། །རྟོགས་བ་



ཡིས་ནི་ཁ་ཅིག་ལ། །བཤང་ཁང་ལ་ཡང་ཆགས་སྐྱེ་ཞིང། །བྱང་མེད་ལ་ལ་ལ་ཆགས་  
བ། །འགའ་ཞིག་འགའ་ལ་སྐྱབ་དོག་བྱེད། །མི་གཙང་བ་ལ་གཉི་སྐྱབ་ནི། །འབྱུང་ཞིང་  
ཁོ་བ་འབྱུང་རིགས་ཀྱི། །རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་འདོད་ཆགས་ནི། །འབྱུང་བར་རིགས་པ་མ་  
ཡིན་ལོ། །

མི་རྣམས་མ་གཏོགས་མི་གཙང་བའི། །སྣོད་ནི་སྣོད་པར་འབྱུང་འབྱུང་ན། །གང་  
ལ་མི་གཙང་འབྱུང་འབྱུང་བ། །དེ་ནི་སྣོད་པར་ཅིས་མི་སེམས། །དངོས་པོ་གཙང་བ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི། །ཐ་མ་གང་དུ་དམིགས་གྱུར་བ། །དེ་ལ་གཙང་བ་ཡོད་དོ་ཞེས། །སྒོ་ལྡན་  
མི་ནི་སྐྱ་ཞིག་སྒྲ། །གང་ཞིག་བཤང་ཁང་ནང་འདུག་ཅིང། །དེ་མེད་པར་ནི་མི་གནས་  
བར། །མི་གཙང་བ་ཡི་སྲིན་དེ་ལ། །སྒོངས་ལས་རྒྱུགས་པ་སྐྱེ་བར་བྱེད། །ཐབས་གང་  
གིས་ཀྱང་ལུས་ཀྱི་ནི། །ནང་སྐྱབས་གཙང་བར་མི་འབྱུང་ན། །ཁྱོད་ནི་ནང་ལ་འབད་  
བྱེད་བ། །དེ་ལྟར་བྱི་རོལ་ལ་མ་ཡིན། །

གལ་ཉེ་མཛེ་ཅན་བཞིན་དེ་ལྟར། །གཅིན་ཅན་ཀུན་ལ་མཚུངས་མིན་ན། །མཛེ་ཅན་  
ངེ་བཞིན་གཅིན་ཅན་དེ། །དེ་ལྟར་མི་ཀུན་གྱིས་སྣོད་འབྱུང། །ཡན་ལག་ཉམས་པ་འགའ་  
ཞིག་ནི། །སྒྲ་ཡི་ཚབ་མས་དགའ་འབྱུང་ལྟར། །མི་གཙང་བྱིར་འཚོས་མེ་ཉོག་  
ལ། །སོགས་པ་འདོད་ཆགས་དེ་བཞིན་འདོད། །གང་དུ་འདོད་ཆགས་བྲལ་སྐྱེ་བ། །དེ་  
གཙང་ཞེས་གྱུར་མི་རིགས་ལ། །དེས་པར་འདོད་ཆགས་རྒྱུར་གྱུར་བའི། །དངོས་དེ་  
གང་ནའང་ཡོད་མ་ཡིན། །མདོར་ན་མི་རྣམས་མི་གཙང་དང། །སྐྱབ་བསྐྱལ་བ་དང་བདག་  
མེད་ཅེས། །བྱ་བ་བཞི་པོ་ཐམས་ཅད་ནི། །གཅིག་ཉིད་ལ་ནི་སྲིད་པར་འབྱུང། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྣམ་འབྱོར་སྣོད་བ་བཞི་བརྒྱ་བ་ལས་གཙང་བར་འཛིན་

པ་སྲིན་ཅི་ལོག་སྤྱང་བའི་ཐབས་བསྟན་པ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་གསུམ་པའོ། །།

རབ་བྱེད་བཞི་པ་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ལྷང་བའི་ཐབས་བསྟན་པ།

བདག་གམ་བདག་གི་སྟུང་འཕྲུལ་པ། །སྲིད་པར་དམ་པ་སྲུ་ལ་འགྲུབ། །གང་སྲིད་  
ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ། །ཡུལ་རྣམས་ཐམས་ཅད་མཚུངས་སྲིད་རྟོ། །ཚོགས་བྲན་  
བྱུང་ཚོས་སྟབས་གྲུབ་པ། །སྲིད་ཀྱི་འཕྲུལ་པ་ཅི་ཞིག་ཡིན། །གང་ངམ་དེ་ཏུ་བྱ་བ་  
ནི། །དབང་ཏུ་བྱས་ལ་རག་ལས་འགྲུབ། །རི་སྟར་གསོ་བྱ་འཕྲོ་བ་ཐོབ་པ། །རྗེ་པོ་གཏོང་  
པོར་སེམས་དེ་བཞིན། །རྗེ་པོ་སྲིན་བྱ་བྱིན་བྱས་ནས། །བདག་ནི་གཏོང་བ་པོ་སྟུང་  
ཚོས། །

གཞན་རྣམས་ཀྱིས་ནི་སྲུག་བསྐྱེད་གནས། །སྲིད་ལ་སྲིན་ཅི་ལོག་ཏུ་བྱ། །གཞན་  
ཀྱི་ལས་ཀྱིས་འཚོ་སྲིད་ཀྱི། །དགའ་བ་གང་གིས་བསྐྱེད་པར་འགྲུབ། །འཛིག་རྟེན་གྱི་ནི་  
བསྐྱེད་པོ་དང་། །བསྐྱེད་བྱང་ས་བདག་སྤྱང་གྲུབ་ན། །ཅི་སྟེ་གཅིག་གིས་འཕྲུལ་ཡོད་  
ཅིང་། །ཅི་སྟེ་གཞན་གྱི་འཕྲུལ་བུ་མིན། །རིགས་ཀུན་ནང་ནས་རང་ལས་ལ། །དགའ་  
བས་འཚོ་རྣམས་རྟེན་པ་དགལ། །གལ་ཏེ་སྲིད་ལ་མི་དགེར་འགྲུབ། །དེས་ན་སྲིད་ལ་  
འགྲོ་བཟང་དགོན། །གཞན་གྱིས་བསྐྱེད་ཏེ་བྱེད་པ་གང་། །དེ་ནི་ས་སྟེངས་སྐྱབ་ཞེས་  
བྱ། །སྲིད་དང་མཚུངས་པའི་གཞན་དབང་གཞན། །འགའ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

བསྐྱེད་བར་ལ་རག་ལས་ཞེས། །འཛིག་རྟེན་ལ་ནི་སྐྱ་ལེན་ཞིང་། །རང་ཉིད་ཀྱིས་  
གྲང་སྟེག་བྱེད་ན། །དེ་མཚུངས་བཅེ་མེད་སྲུ་ཞིག་ཡོད། །སྐྱེ་པོ་སྐྱེག་ཏེ་བྱེད་རྣམས་  
ལ། །གལ་ཏེ་བཅེ་བ་བྱ་མིན་ན། །བྱིས་པ་སོ་སོའི་སྐྱེ་པོ་ནི། །ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་བྱང་མི་  
འགྲུབ་རྟོ། །བདག་ཉིད་དགའ་བ་བསྐྱེད་པ་ཡི། །རྒྱ་ནི་གང་ཏུ་མེད་མི་འགྲུབ། །ཡུང་ལ་

---

སོགས་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་མཉམས་ཀྱིས། །བསོད་ནམས་མིན་པའང་འཇིག་ཡོད་མིན། །ཡང་དག་  
སྤང་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ། །གལ་ཏེ་ས་བདག་ཚོས་ཡིན་ན། །ཉོན་མོངས་གཞོ་མཁན་རྣམས་  
ལ་ཡང་། །ཅི་སྟེ་ཚོས་སྤྱུ་འགྲུང་མ་ཡིན། །

འཇིག་རྟེན་ས་བདག་རག་ལས་ཀྱི། །ས་བདག་དེ་ནི་སྤྲོད་དེ་དཔེར། །དམ་བས་  
འཇིག་རྟེན་ཀུན་གྱི་མ། །སྲིད་པ་ཡི་ནི་སྲིད་པ་བཞིན། །རླུན་མིན་རྒྱལ་སྲིད་མི་ཐོབ་  
ལ། །རླུན་ལ་བརྟེ་བ་ཡོད་མིན་ན། །བསྐྱུང་པོ་ཡིན་ཡང་མི་ཡི་བདག། །བརྟེ་བ་མེད་ལ་  
ཚོས་མི་གནས། །བྱང་སྲོང་རྣམས་ཀྱི་སྲོད་པ་ཀུན། །མཁས་པས་བྱེད་པ་མ་ཡིན་  
ཏེ། །གང་གི་ཕྱིར་ན་དེ་དག་ལ། །དམན་འབྲིང་བྱུང་འཕགས་ཡོད་ཕྱིར་པོ། །སྤང་གྱི་ས་  
བདག་དགོ་རྣམས་ཀྱིས། །འཇིག་རྟེན་བྱ་ལྟར་བསྐྱུངས་པ་དེ། །རྩོད་དུས་ཚོས་ལ་བརྟེན་  
རྣམས་ཀྱིས། །དེང་སང་རི་དྲགས་དགོན་པར་བྱས། །གྲགས་སྤྱོད་བའི་རྒྱལ་པོ་  
ལ། །གལ་ཏེ་སྤྲིག་པ་ཡོད་མིན་ན། །རྒྱན་པོ་གཞན་རྣམས་ལ་ཡང་དེ། །དང་པོ་ཉིད་དུ་  
ཡོད་མ་ཡིན། །

ཆང་སོགས་དག་ལ་བདོག་པ་ཀུན། །ཡོངས་གཏོང་མཚོད་པ་མ་ཡིན་ན། །གཡུལ་  
ངོར་བདག་ཀྱང་ཡོངས་གཏོང་བ། །མཚོད་པ་སྣམ་དུ་སེམས་སམ་ཅི། །རྒྱལ་པོ་འཇིག་  
རྟེན་མགོན་ཁྲིད་ལ། །མགོན་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། །མགོན་ཉིད་དེ་ཡིས་བདག་ཉིད་  
ནི། །མ་བཏང་སྤྱོད་ཞིག་དགའ་བར་འགྲུང། །རྒྱལ་པོ་ཤི་བར་གྲུང་བ་ལའང་། །གྲགས་  
པས་ཡོན་ཏན་འགའ་མི་འབྱུང། །ཁྲིད་ཡོན་མེད་དང་བྱི་འཚོད་ལ། །གྲགས་པ་ཆེན་པོ་  
ཅི་སྟེ་མེད། །གང་ཆེ་ཀུན་གྱི་དབང་སྤྱུག་ཉིད། །བསོད་ནམས་ཀྱིས་བསྐྱེད་དེ་ཡི་  
ཚོ། །འདི་ནི་དབང་སྤྱུག་རྟེན་མིན་ཞེས། །བརྗོད་པ་རྟེན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འཚོ་བའི་ཐབས་

སོ་ཚོག་ལ་ཡང་། འཛིག་རྟེན་ན་ནི་རིགས་ཞེས་བསྟན། །དེས་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
ལ། །རིགས་ལས་དབྱེ་བ་ཡོད་མ་ཡིན། །འདས་དུས་ཤིན་ཏུ་རིང་བ་དང་། །མི་མོ་རྣམས་  
ཡིད་གཡོ་བ་སྟེ། །དེ་ཕྱིར་རྒྱལ་རིགས་ཞེས་བྱ་བ། །རིགས་ལས་འགའ་ཡང་ཡོད་མ་  
ཡིན། །

གལ་ཏེ་ལས་ཀྱི་དམངས་རིགས་ཀྱང་། །རྒྱལ་རིགས་ཞེས་བྱར་འགྱུར་ན་  
ནི། །ལས་ཀྱིས་དམངས་ཀྱང་བྱམ་ཟེར་ནི། །གང་གིས་འགྱུར་བ་མིན་པར་  
སེམས། །རྒྱལ་པོ་སྟེག་ལ་དབང་སྤྱུག་ལྟར། །འགོང་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། །གཞན་གྱི་  
དོན་དུ་མཁས་པ་ནི། །སྤྱ་ཞིག་བྱི་མར་འཛོམས་པར་བྱེད། །དབང་སྤྱུག་གིས་བསྐྱེད་ང་  
རྒྱལ་ནི། །མཉམ་དང་ཁྱད་པར་འཕགས་པ་ཡི། །པ་རོལ་རུས་ལྡན་བལྟ་བུ་སྟེ། །དམ་  
པའི་སྤྱིང་ལ་མི་གནས་སོ། །

རྣམ་འཁྱོང་སྤྱོད་པ་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་སྤང་བའི་ཐབས་བསྟན་  
བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཞི་པའོ། །།

རབ་བྱེད་ལྔ་པ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དབའི་རྒྱུད་པ་བསྟན་པ།

སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་གཡོ་བ་ནི། །རྒྱ་མེད་འགའ་ཡང་ཡོད་མིན་ཏེ། །དབྱུགས་  
ཀྱང་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ནི། །སྣོན་སྣོན་ཁོ་ནར་ཡང་དག་འབྱུང་། །འཛིག་རྟེན་ཀུན་ལ་  
འཆི་བདག་སྟེ། །རི་ལྟར་འཛིགས་པ་སྐྱེད་འགྱུར་བ། །དེ་བཞིན་ཀུན་མཁྱེན་སྟོན་འདི་  
ནི། །འཆི་བདག་ལ་ཡང་འཛིགས་པ་བསྐྱེད། །ཐུབ་ལ་མཛད་དང་མཛད་མིན་  
དང་། །གསུང་བྱ་གསུང་བྱ་མིན་མངའ་བ། །དེས་ན་ཀུན་མཁྱེན་ཀུན་མཁྱེན་ནི། །མིན་  
ཞེས་བྱ་ལ་རྒྱ་ཅི་ཡོད། །སེམས་མ་རྟོགས་པ་འགྲོ་སོགས་ལ། །གང་ཕྱིར་བསོད་ནམས་

ལ་སོགས་པ། །མ་མཐོང་དེ་ཕྱིར་ལས་ཀྱན་ལ། །ཡིད་ནི་དོན་སོར་བསྐྱབ་པར་བྱ། །

བསམ་པས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ལ། །དགོ་འམ་འོན་ཏེ་མི་དགོ་བྱང་། །ཐམས་  
ཅད་དགོ་ལེགས་ཉིད་འགྱུར་ཏེ། །གང་ཕྱིར་ཡིད་དེའི་དབང་གྱུར་ཕྱིར། །བྱང་ཚུབ་  
སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་སོ། །ས་སྟེངས་སྐྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་ནི། །འཁོར་ལོས་སྐྱུར་བ་  
ཉིད་འགྱུར་བ། །དེ་དག་བསོད་ནམས་ལས་ཁྱད་འཕགས། །རིན་ཆེན་རང་བཞིན་  
མཚོན་ཉེན་ནི། །འཇིག་རྟེན་རྟེན་མཐོ་འགས་བྱས་པ། །དེ་བས་སེམས་བསྐྱེད་བཅུག་  
འདུལ་སོ། །མཚོག་ཏུ་བཀྲའས་པར་བརྗོད་བ་ཡིན། །དེ་ལ་མན་འདོད་སྒྲ་མ་ཡིས། །སྒོ་བ་  
མ་ལ་ནི་སྤི་ལུ་བྱ། །

གང་ཕྱིར་ངེས་མན་མི་ཤེས་པ། །དེ་ཕྱིར་སྒོ་བ་མ་ཞེས་བྱ་ལོ། །སྒོ་ཡང་འབྱུང་ལོས་  
བཟུང་བ་ལ། །སྐྱན་བ་འཇུག་བ་མིན་བ་ལྟར། །ཐུབ་བ་ཉོན་མོངས་དགྲར་གཟིགས་  
ཀྱི། །ཉོན་མོངས་དང་འབྲེལ་གང་ཟག་མིན། །གང་ཞིག་གང་གང་ལ་དགའ་བ། །དེ་ཡིས་  
དེ་དེ་སྣར་དབྱུང་བྱ། །ཉམས་པར་གྱུར་བ་དམ་ཚོས་ཀྱི། །སྒོ་བ་ནི་ཅིས་ཀྱང་མ་ཡིན་  
ནོ། །རི་ལྟར་མ་ནི་ཁྱད་པར་དུ། །ནད་ཐེབས་བྱ་ལ་གདུང་འགྱུར་བ། །དེ་བཞིན་བྱང་ཚུབ་  
སེམས་དཔའི་བཅེ། །དམ་བ་མིན་ལ་ཁྱད་པར་དུ་ལོ། །ལ་ལའི་སྒོ་བ་མར་འགྱུར་བ་  
སྟེ། །ལ་ལ་ཡི་ནི་སྒྲ་མར་འགྱུར། །ཐབས་རིག་སྣ་ཚོགས་ཐབས་ཀྱིས་ནི། །མ་རྟོགས་  
སེམས་ཅན་རྟོགས་པར་བྱེད། །རི་ལྟར་སྐྱན་བ་མཁས་གྱུར་པས། །ནད་བ་སྐྱབ་མེད་  
དགོན་དེ་བཞིན། །བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྒོ་བས་རྟེན་ནས། །གདུལ་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཤིན་  
ཏུ་དགོན། །བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་ཡུལ་དུ་ནི། །གལ་ཏེ་འགའ་ཞིག་མ་བསྐྱབ་  
བས། །ངན་སོར་འགྲོ་བར་འགྱུར་ན་དེ། །སྒོ་བྱན་གཞན་གྱི་སྣང་བྱར་འགྱུར། །

གང་ཞིག་ཉེན་པ་གཞན་དག་ལ། །སྤྱིར་བཏུ་ལེགས་ཞེས་མི་འདོད་པ། །དེ་རྗེས་  
བཏུ་བས་མགོན་མེད་པ། །དག་ལ་རི་ལྷོ་སྤྱིན་པ་གཏོང་། །འགྲོ་ལ་བཞུགས་གང་ཞིག་  
ལ། །འདིག་ཉེན་སྤྱིར་བཏུ་གནས་ཡོད་པ། །དེ་ལ་སོར་གནས་དག་སྤྱང་ན། །སྤང་ལ་  
བསམ་ཐག་ཅི་ཞིག་ཡོད། །གང་ལ་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་སྤྱ། །མངོན་ཤེས་ལྡོ་ཡང་ཡོད་  
པ། །དེ་ཡི་དམན་པར་དམན་ལྷའི་དངོས། །འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་བྱ་དཀའ་བའོ། །

ཐབས་གྱིས་ཀུན་ཆེ་བསོད་ནམས་གང་། །ཤིན་ཏུ་ལུན་རིང་བསགས་པ་  
དེ། །ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་གཞལ་བྱ་ཡང་། །མིན་ཞེས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་  
གསུངས། །འཆི་དང་ཚོས་དང་སྤྱིར་བཏུ་གཞན། །སྤྱིན་པའི་སྐྱེ་ཡིས་གསལ་བྱེད་པ། །དེ་  
སྤྱིར་བཏུ་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ལ། །སྤྱིན་པའི་སྐྱེ་ཞི་ཏུ་ཉུན། །འདིར་བྱིན་པ་ཡི་སྤྱིན་  
པ་ལས། །འབྲས་བུ་ཆེན་པོ་འབྲུང་འབྲུང་ཞེས། །ལེན་དང་ཡོངས་སུ་གཏོང་བ་ནི། །ཚོང་  
སློབས་བཞིན་ཏུ་སྤྱང་པར་འབྲུང། །གང་ལ་སྤྱང་བྱས་སྤྱིག་པ་ཡང་། །ཡོད་ཉིད་ཡོད་པ་  
མ་ཡིན་པ། །དགོ་བའི་ལས་ཅན་དེ་ལ་ནི། །བསྐྱབ་མིན་ཞེས་བྱ་ཡོད་མ་ཡིན། །

རྒྱབས་ཆེན་ཡིད་ཅན་དེ་ལ་ནི། །འདི་ནའང་གཞོད་པ་ཡོད་མིན་ཉེ། །དེས་ན་དེ་ལ་  
སྤྱིར་བཏུ་། །སྤྱང་ན་འདས་ལ་བྱུང་བར་མེད། །གང་ལ་ཀུན་ཆེ་སེམས་དབང་ནི། །ཉིད་  
ལས་སྐྱེ་བ་ཡོད་ལྟར་པ། །དེ་ལོ་རྒྱ་ཅིས་འདིག་ཉེན་ནི། །ཀུན་གྱི་མངའ་བདག་འབྲུང་  
མ་ཡིན། །སྤུལ་འགྲོ་ལས་ཆེས་སྤུལ་འགྲོ་བ། །འགའ་ཞིག་འདིག་ཉེན་འདིར་ཡང་  
སྤྱང་། །དེས་ན་བསམ་མི་བྱུང་མཐུ་ཡང་། །དེས་པར་ཡོད་ཅེས་རྟོགས་པར་གྱིས། །རྒྱུན་  
ལ་ཤིན་ཏུ་ཐབ་ཚོས་ལ། །སྤྱིག་པ་སྐྱེ་བ་རི་ལྷོ་བ། །དེ་བཞིན་ཞན་ལ་ཤིན་ཏུ་ནི། །མྱོང་  
བྱུང་ཚོས་ལ་སྤྱིག་པ་སྐྱེ། །

རྣམ་འཕྲོར་སྲོད་པ་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྲོད་པ་བརྟན་པ་  
སྟེ་རབ་བྱ་བྲེད་པ་ལྟ་སོ། །

རབ་བྲེད་རྒྱག་པ་ཉོན་མོངས་པ་ལྷང་བའི་ཐབས་བརྟན་པ།

བདེ་བས་འདོད་ཆགས་འཕེལ་འགྱུར་ཞིང་། །སྤྲུག་པས་ཁོ་བ་འཕེལ་འགྱུར་  
ན། །ཅིས་བདེ་དཀའ་སྤུལ་ཅན་མིན་ཞིང་། །སྤྲུག་པ་དཀའ་སྤུལ་ཅན་ཅིས་ཡིན། །འདོད་  
ཆགས་ལས་ནི་སྤྲུད་པ་སྟེ། །ཁོ་བའི་ལས་ནི་ཚོད་པ་སོ། །འབྲུང་བ་ཀུན་ལ་རྒྱང་བཞིན་  
དུ། །གཉི་སྤྲུག་ལས་ནི་གསོས་འདེབས་སོ། །མ་སྤྱད་པ་ལས་འདོད་ཆགས་ནི། །སྤྲུག་  
བསྐྱེད་སྤྱངས་མེད་པས་ཁོ་སྤྲུག་ །ཡོངས་མི་ཤེས་ལས་གཉི་སྤྲུག་སྟེ། །དེ་དག་གིས་དེ་  
དག་མི་ཉོག་ས། །རྗེ་རྣམ་བད་ཀན་ལ་མཁྲིས་དང་། །ལྟན་ཅིག་སྤྱད་པ་མེད་མཐོང་བ། །དེ་  
བཞིན་ཁོས་འདོད་ཆགས་དང་། །ལྟན་ཅིག་སྤྱད་པ་མེད་པར་མཐོང་། །

འདོད་ཆགས་བྱན་བཞིན་བཞོལ་བྱ་སྟེ། །གང་ཕྱིར་མི་བངས་དེའི་སྤྲུག་ཕྱིར། །ཁོ་  
ལ་རྗེ་བོ་བཞིན་ལྟ་སྟེ། །དེའི་སྤྲུག་བངས་པ་ཡིན་ཕྱིར་ལོ། །དང་པོར་གཉི་སྤྲུག་ཡང་དག་  
འབྲུང་། །བར་དུ་ཁོ་བ་འབྲུང་འབྲུང་ཞིང་། །ཕྱིས་ནི་འདོད་ཆགས་འབྲུང་བ་སྟེ། །ཉོན་ལ་  
རིམ་པ་གསུམ་དུ་སོ། །འདོད་ཆགས་མཛུང་མིན་མཛུང་འབྲུང་བ། །དེས་དེ་ལ་ཁྱོད་མི་  
འདིགས་ཏེ། །མི་མན་མཛུང་པོ་ཁྱད་པར་དུ། །སྟེས་བུས་སྤང་བར་བྱ་མིན་ནས། །འདོད་  
ཆགས་རྒྱ་ལས་སྟེ་འགྱུར་ཞིང་། །སྤྲོད་ལས་ཀྱང་ནི་སྟེ་བ་སྟེ། །འདོད་ཆགས་སྤྲོད་ལས་  
སྟེ་བ་གང་། །དེ་ནི་སྤྲུབ་སྤྱོད་ཅིག་ཤོས་མིན། །ཁོ་བ་བརྟན་ཞིང་དེས་བར་ནི། །མི་དགེ་ཉེས་  
ཆེན་བྲེད་པ་སྟེ། །དེ་རྣམ་རྣམ་ཀུན་དབྱེ་ཤེས་པས། །ཉོན་མོངས་རྣམ་མཐར་བྲེད་པར་  
འབྲུར། །

ལུས་ལ་ལུས་དབང་རི་བཞེན་དུ། །གཉི་ལྷག་ཀུན་ལ་གནས་ཀྱང་ཉེ། །དེ་ཕྱིར་  
 ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །གཉི་ལྷག་བཙམ་པས་བཙམ་པར་འགྱུར། །རྟེན་ཅིང་  
 འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་ནི། །མཚོང་ན་གཉི་ལྷག་འབྱུང་མི་འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་འབད་པས་  
 ཀུན་གྱིས་འདིར། །གཏམ་དེ་ཁོ་ན་བསྐྱད་པར་བྱ། །རྟེན་ཉུ་ས་འཛིན་སོགས་དགའ་  
 ལ། །གཏོང་པོ་བོ་གཅིང་ཞིང་འགྱུར། །དེ་འབྲེལ་སོགས་མཚན་ཉིད་རྣམས། །འདོད་  
 ཚགས་ཅན་གྱི་མི་ལ་སྤང། །སངས་རྒྱས་རྣམས་གྱིས་ཚགས་ཅན་ལ། །ཟས་དང་ཚོས་  
 གོས་གཙུག་ལག་ཁང་། །དག་ལེགས་སྤངས་པ་ཐམས་ཅད་དང་། །རྟེན་ཉུ་ལྷ་མའི་ཐང་  
 གནས་གསུངས། །རྒྱས་མེད་ལ་ཁྲིམ་བདག་ཉིད་ལ། །མདོག་མི་སྤྲུག་པ་འབའ་ཞིག་  
 གྲེ། །རྒྱས་པ་གང་ལའང་བརྟེ་མེད་ལ། །དེ་ནི་ཐ་ཚད་ཅེས་བྱར་བརྗོད། །

ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ཡི་སྒྲ། །སྤར་བྱས་སྤྲིག་མཐར་གྲེད་པར་བརྗོད། །ཚོངས་ཤིང་  
 དམ་པ་མ་ཡིན་པ། །བདག་ཉིད་རྣམ་པར་དག་མི་འདོད། །སྤྲོ་བ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ། །ངོ་  
 བོ་ཉིད་གྱིས་གཞོད་མི་གྲེ། །དེ་ཕྱིར་རྣམ་རྟོག་ལས་བྱུང་བ། །གཞན་ལས་ཡིན་མོ་སྤྲོ་  
 དུ་ཚོམ། །རི་ལྷར་གཤེ་བ་པོ་ལ་ནི། །ཚད་པར་བྱ་བ་མདོན་བརྗོད་པ། །དེ་བཞེན་སྤྲོ་  
 པར་སྤྲོ་པོ་ལ། །མཚོད་པར་བྱ་བ་ཅིས་མི་འགྱུར། །ཁྲོད་གྱིས་སྤྲོད་བྱ་མ་སྤྲོས་  
 ཀྱང་། །གལ་ཉེ་གཞན་གྱིས་ཤེས་ན་ནི། །སྤྲོ་པོ་ལ་ཁྲོ་མི་རིགས་ན། །ཡང་དག་མིན་སྤྲོ་  
 ལ་ཅི་སྤོས། །དམན་ལས་མི་སྤྲོ་ཞེས་བྱ་བ། །དེས་པར་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ཉེ། །དེ་ཕྱིར་  
 དམན་བྱུང་མི་སྤྲོ་བ། །ཡན་གང་ཉུང་ཟད་ལྟ་བུར་སྤྲང། །

གཞན་གཞོད་བྱས་པས་བདག་ལ་ནི། །ཡོན་ཏན་རྩེད་ཟད་ཀྱང་མེད་ན། །ཁྲོད་ཁྲོ་  
 ཡོན་ཏན་མེད་པ་ལ། །གུས་པ་ཞེན་པ་རྒྱང་པར་ཟད། །གལ་ཉེ་བརྗོད་པས་འབད་མེད་



བཟུང་། བསོད་ནམས་ཆེན་པོ་ཐོབ་འགྲུང་ན། གང་ཞིག་དེ་ལ་གོགས་བྱེད་པ། དེ་  
མཚུངས་སྒྲིབ་པོ་སྤྲུལ་ཞིག་ཡོད། ཁྲོ་བ་ཞེས་བྱ་བྱུང་བར་དུ། སྒྲོ་བས་ལྡན་དག་ལ་སྤྲེམ་  
འགྲུང། དེས་ན་གཞན་འཛེམས་ཁོ་བ་ལ། ཅི་ནས་ཁྲོད་གྲུས་གྲུང་ཏེ། གང་ཞིག་ཁོ་  
གནས་ལ་བཟོད་པ། དེ་ལ་བསྐྱོམ་པ་སྤྲེམ་བར་འགྲུང། ཡོན་ཏན་གནས་ལ་འཛིགས་  
ཞེས་པ། ཁྲོད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་འབབ་ཞིག་ཡིན། སྤྲུལ་ཞིག་བྱུང་བས་ད་མཐར་བྱས་  
ནས། འཛིག་རྟེན་པ་རོལ་འགོ་བ་ཡོད། དེ་བྱིར་བདག་ནི་སྤྲིག་པ་བས། བརྟམ་པ་  
ལེགས་སོ་སྒྲིམ་དུ་སེམས། གང་གིས་རྣམ་ཤེས་གནས་ལ་སོགས། ཡང་དག་ཏུ་  
རྣམ་ཤེས་པ། དེ་ཡོད་ན་ནི་ཉོན་མོངས་རྣམས། བྱམ་ཡང་སྐྱོ་གྲོས་ལ་མི་གནས། །

རྣམ་འགྲུང་སྤྲོད་པ་བཞི་བརྒྱ་བ་ལས་ཉོན་མོངས་པ་སྤང་བའི་ཐབས་བརྟམ་བ་སྤྲེ་  
རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བྲུག་པའོ། །།

རབ་བྱེད་བརྟམ་པ་མི་ཉིད་ཀྱིས་འདོད་པའི་ཡོངས་སྤྱོད་ལ་ཞེན་  
པ་སྤང་བའི་ཐབས་བརྟམ་པ།

སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་མཚོ་འདི་ལ་མཐའ། རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་འད་ཡོད་མིན་ན། བྱིས་ཁྲོད་  
འདིར་ནི་བྱིར་བ་ལ། འཛིགས་པ་ཅིས་ན་སྤྲེམ་མི་འགྲུང། ཡང་ཚོ་རྒྱ་བ་ཏུ་བྱུང་བྱུར་  
ནས། སྤྱར་ཡང་མདུན་དུ་འབྱུང་བར་འགྲུང། གནས་ཀྱང་འཛིག་རྟེན་འདི་ལ་  
ནི། འགོས་བྱིས་འགྲམ་པ་སྤྲུང་མཛོན། སྤྲིད་པར་ཁྲོད་ལ་རང་འདོད་བྱིས། འགོ་བ་  
གཞན་ཡང་ཡོད་མིན་ན། གཞན་གྱི་དབང་དང་འཛིགས་མེད་པར། སྐྱོད་ལྡན་པར་  
སྤྲུལ་ཞིག་འགྲུང། །

མ་འོངས་ཐ་མ་ཡོད་མིན་ཞིང་། ཀུན་ཚེའང་སོ་སོའི་སྤྲེམ་པོ་སྤྲེ། ཁྲོད་འདས་ཅི་ལྟར་

དེ་བཞིན་དུ། །དེ་ཡང་མི་འགྲུར་དེ་ལྟར་ཤོས། །ཉན་པོ་མཉན་བྱ་འཆད་པོ་རྣམས། །འགྲུར་  
 བ་ལེན་ཏུ་རྟེན་དཀའ་ལྟེ། །དེས་ན་མདོར་ན་འཁོར་བ་ནི། །མཐར་མེད་མ་ཡིན་མཐའ་  
 བཅས་མིན། །པལ་མོ་ཆེར་ན་མི་རྣམས་ནི། །དམ་བ་མ་ཡིན་སྲོགས་ཡོངས་  
 འཛིན། །དེས་ན་སོ་སོའི་སྤྱེ་བོ་རྣམས། །པལ་ཆེར་དེས་བར་ངན་འགྲོར་འགྲོ། །ས་སྟེངས་  
 སྤྲིག་པའི་རྣམ་སྤྲིན་ནི། །ཚོ་འདྲི་ཁོ་ན་ཡིན་བར་མཐོང་། །དེས་ན་སྲིད་བ་གསོད་གནས་  
 དང་། །མཚུངས་བར་དམ་བ་རྣམས་ལ་སྤང་། །རྣམ་ཤེས་གནས་བ་མེད་བ་ལས། །གལ་  
 ཉེ་སྤྱོན་བར་འགྲུར་ན་ནི། །སྲིད་གནས་སྤྱོན་བ་མ་ཡིན་ཞེས། །མཁས་བ་སུ་ཞིག་སྤྱི་  
 བར་འགྲུར། །

འགྲོ་ལ་སོགས་པའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་དག །བརྗོན་ལ་ཉམས་བ་མཐོང་གྲུར་ཉེ། །དེས་  
 བ་ལས་ཀུན་ཟད་བ་ལ། །རྫོགས་ལྡན་བས་རྫོོ་བསྐྱེད་དོ། །གང་ཆེ་འབྲས་བུ་གཅིག་གི་  
 ཡང་། །ཐོག་མའི་རྒྱ་ནི་སྤང་མིན་པ། །དེ་ཆེ་གཅིག་ལ་ཡང་རྒྱས་བར། །མཐོང་ནས་གང་  
 ལ་འཛིགས་མི་འགྲུར། །འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་དེས་བར་ནི། །འགྲུབ་བར་འགྲུར་བ་མ་  
 ཡིན་ཞིང་། །གྲུབ་ལ་དེས་བར་མཐར་འགྲུར་ན། །དེ་ཡི་དོན་དུ་ཅི་སྟེ་འཛོམས། །ལས་ནི་  
 འབད་བས་བྱེད་འགྲུར་ཞིང་། །བྱས་ཟིན་འབད་བ་མེད་བར་འཛིག། །དེ་ལྟར་གྲུར་གྲང་  
 ཁྲོད་ལ་ཀོ། །ལས་ལ་ཆགས་བུལ་འགའ་ཡོད་མིན། །འདས་ལ་བདེ་བ་ཡོད་མིན་  
 ཞིང་། །མ་འོངས་བ་ལའང་ཡོད་མིན་ལ། །ད་བྱུང་བའང་འགྲོ་ཉིད་དེ། །ཁྲོད་ཀྱི་ངལ་འདི་  
 གང་ཕྱིར་ཡིན། །མཁས་བ་རྣམས་ལ་མཐོ་དེས་གྲང་། །དཔྱུལ་བ་དང་མཚུངས་  
 འཛིགས་སྤྱེད་འགྲུར། །རྣམ་བ་ཀུན་ཏུ་དེ་རྣམས་ལ། །སྲིད་གང་འཛིགས་བ་མི་སྤྱེད་  
 དགོན། །

གལ་ཏེ་གྲིས་པ་འང་རྣམ་ཀུན་ཏུ། །འཁོར་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་ལེས་གྲུང་ན། །རྒྱུད་  
 ཅིག་དེ་ལ་སེམས་དང་ནི། །ལྷན་ཅིག་གཏན་དུ་འཛིན་པར་འགྲུབ། །སེམས་ཅན་རྣོ་  
 བ་ཅན་མིན་དཀོན། །རྣོ་ཅན་སྦྲིང་རྗེ་ལྷན་པ་མེད། །དེས་ན་སྤང་ནས་སྤང་བར་  
 བློ། །འགོ་བ་ལེན་ཏུ་རྒྱུད་དཀར་གསུངས། །འདི་ན་ཡུལ་ལོག་གྲུང་བ་ལ། །ཡུལ་ནི་  
 དམིགས་པར་གྲགས་གྲུང་ཏེ། །སྤྱི་ཅི་ལོག་ཏུ་གྲུང་བའི་ཚོས། །རྒྱ་ཅི་ཞིག་གིས་ཡང་  
 དག་འདོད། །བསོད་ནམས་འབྲས་བུ་སྤྲུལ་བ་སྟེ། །དེ་གཞན་ལས་ཡེ་བསྐྱུང་བུ་ན། །རྟག་  
 ཏུ་གཞན་ལས་བསྐྱུང་བུ་གང་། །དེ་ནི་རི་ལྗང་བདག་གིར་འགྲུབ། །

འཛིན་རྟེན་ཚུ་ལ་ལུགས་གང་དང་གང་། །དེ་དང་དེ་ལ་ཚོས་རྗེས་འཇུག་ །དེ་ཡི་  
 སྤྱིར་ན་ཚོས་པས་ཀྱང་། །འཛིན་རྟེན་སྟོབས་ལྷན་ལྟ་བུར་སྤང་། །ཡུལ་ནི་དགོ་བས་ཡིད་  
 འོང་ན། །ཡུལ་དེའང་རན་པར་བཅི་བ་ཡིན། །གང་ཞིག་བཏང་བ་ལེས་གྲུང་བ། །དེ་སྐབ་  
 བ་ཡིས་ཅི་ཞིག་དགོས། །གང་ལ་བཀའ་ལྷུང་དགོས་མེད་པ། །དེ་ལ་ཚོས་དོན་མེད་པར་  
 འགྲུབ། །གང་ཡང་བཀའ་ལྷུང་དོན་གཉེར་ཉིད། །དེ་ནི་སྦྱེ་ནང་སྤྲོ་ཞེས་བྲ། །མ་འོངས་  
 བ་ཡི་འབྲས་མཐོང་ནས། །ཚོས་འདོད་ཆགས་པས་ཁོད་ཆགས་ན། །མ་འོངས་མཐོང་  
 ཉིད་མཐོང་གྲུང་ན། །འཛིན་པ་མེད་དམ་ཅི་ཞིག་བྱེད། །

སྐྱ་བ་ལྟ་བུའི་བསོད་ནམས་ནི། །རྣམ་ཀུན་རྣམ་པ་དང་མཚུངས་འགྲུབ། །གང་དག་  
 དགོ་བའང་མི་འདོད་པ། །དེ་དག་མི་དགོ་རི་ལྟར་བྱེད། །གང་གིས་འགོ་བ་འཇུག་འཁོར་  
 བྱ། །ཚོགས་འདུ་སྐྱེ་མའི་སྦྱེས་བུ་ལྟར། །མཐོང་བར་གྲུང་བ་དེ་དག་ཆེས། །གསལ་བར་  
 བོ་འཕང་དམ་པར་འགོ། །གང་དག་ལ་ནི་འཁོར་བ་ན། །ཡུལ་རྣམས་གྲིས་གྲང་དགའ་  
 མེད་པ། །དེ་དག་ལ་འདིར་རྣམ་ཀུན་ཏུ། །དགའ་བ་འཕྲང་བ་མ་ཡིན་ཉིད། །

རྣམ་འབྲོར་སྤོང་བ་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས་མི་ཉིད་ཀྱིས་འདོད་པའི་མོངས་སྤོང་ལ་ཞེན་  
བ་སྦང་བའི་ཐབས་བསྟན་པ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བདུན་པའོ། །།

རབ་བྱེད་བརྒྱད་པ་སྟོབ་མ་ཡོངས་སྤྱུ་རྒྱུང་བ།

དེ་ལྟར་མི་མ་སྐྱུན་མི་རྣམས་ལ། །མཛེལ་བ་ཡུན་རིང་མི་གནས་པ། །དེ་བཞིན་ཀུན་  
ལ་སྤྱོན་ཤེས་ལ། །འདོད་ཆགས་ཡུན་རིང་མི་གནས་སོ། །ལ་ལ་དེ་ཉིད་ལ་ཆགས་  
ཏེ། །ལ་ལ་དེ་ཉིད་ལ་སྦང་ཞིང་། །ལ་ལ་དེ་ཉིད་ལ་མོངས་པ། །དེ་སྤྱིར་འདོད་པ་དོན་མེད་  
པའོ། །རྟོག་པ་མེད་པར་འདོད་ཆགས་ལ། །སོགས་ལ་ཡོད་ཉིད་ཡོད་མིན་ན། །ཡང་དག་  
དོན་དང་རྟོག་པ་ཞེས། །སྟོང་ལྡན་པ་སྤྱུ་ཞིག་འདྲིན། །འགའ་ལའང་གང་དང་ལྟན་ཅིག་  
ཏུ། །བཅིངས་པ་ཞེས་བྱ་ཡོད་མིན་ཏེ། །གཞན་དང་ལྟན་ཅིག་བཅིངས་པ་ལ། །བྲལ་བར་  
དེགས་པ་མ་ཡིན་ལོ། །

བསོད་ནམས་རྒྱུང་ཏུ་ཚོས་འདི་ལ། །ཐེ་ཚོམ་ཟ་བར་ཡང་མི་འགྱུར། །ཐེ་ཚོམ་ཟ་  
བ་ཅམ་ཞིག་གིས། །སྲིད་པ་རྩལ་ཤོར་བྱས་པར་འགྱུར། །ཚོས་གང་ཞིག་ལ་ཐུབ་པ་  
ཡིས། །ཐར་པའི་བར་དུ་འཕེལ་བ་ཉིད། །གསུངས་དེར་གང་ལ་གྲུས་མེད་པ། །དེ་ནི་  
གསལ་བར་སྟོ་ལྡན་མིན། །བདག་ནི་ལྷ་དཔལ་འདའ་འགྱུར་ཞེས། །སྟོང་མིན་སྟོང་ལྟར་  
མཛོང་མིན་ཏེ། །ལོག་ལྟས་སྤྱང་ན་མི་འདའ་བར། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་གསུང་  
དོ། །གང་ལས་འདྲིག་རྟེན་བསྟན་འབྱུང་བ། །དེ་ལས་འཇུག་པ་གསུངས་པ་སྟེ། །གང་  
ལས་དོན་དམ་བསྟན་འབྱུང་བ། །དེ་ལས་སྟོག་པ་གསུངས་པ་ལོ། །ཀུན་ཡོད་མ་ཡིན་ཅི་  
བྱ་ཞེས། །སྟོང་ལ་འདྲིགས་པ་སྟེ་འགྱུར་གང་། །གལ་ཏེ་བྱ་བ་ཡོད་ན་ནི། །ཚོས་འདི་  
སྟོག་བྱེད་མི་འགྱུར་དོ། །སྟོང་ལ་རང་སྟོགས་ཆགས་ཡོད་ཅིང་། །གཞན་གྱི་སྟོགས་ལ་

མི་དགའ་བ། །ལྷ་རྒྱ་འདས་པར་མི་འགོ་སྟེ། །གཉིས་སྟོང་ཞི་བར་ཡོད་མི་འགྲུང། །

བྱེད་མེད་ལྷ་རྒྱ་འདས་འགྲུང་ཞིང། །བྱེད་པས་ཡང་སྟོང་འགྲུང་ཉེ་དུས། །བསམ་ཁལ་མེད་པས་ལྷ་རྒྱ་འཕམ། །འདས་པ་ཐོབ་སྣ་ཅིག་ཤོས་མིན། །གང་ལ་འདི་སྟེ་ཡོད་མིན་ས། །དེ་ལ་ཞི་གྲུས་ག་ལ་ཡོད། །རང་ཁྲིམ་ལས་བཞིན་སྟོང་པ་ལོ། །འདི་ནས་འགྲུང་བའདང་བྱ་བར་དགའ། །ལ་ལ་སྟུག་བསྐྱལ་ཟེལ་མནན་ཅིང། །འཆི་བར་འདོད་པ་དག་སྣང་སྟེ། །དེ་ཆེ་དེ་དག་གཉི་སྟུག་སྟེ། །གོ་འཕང་དམ་པར་མི་འགོར་ཟད། །སྦྱིན་པ་དམན་པ་ལ་གསུངས་ཤིང། །འབྲིང་ལ་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུངས་པ་སྟེ། །མཚོག་ལ་ཞི་བ་གསུངས་གྲུང་ས། །དེས་ན་རྟུ་མཚོག་རྟུ་བྱོས། །

བསོད་ནམས་མིན་པ་དང་པོར་བསྐྱོག། །བར་དུ་བདག་ནི་བསྐྱོག་པ་དང། །སྦྱིན་ས་ལྟ་བུ་བསྐྱོག་ས། །གང་གིས་ཤེས་དེ་མཁས་པ་ཡིན། །དངོས་པོ་གཅིག་གི་ལྟ་པོ་གང། །དེ་ནི་ལྟ་བུ་གི་ལྟ་པོར་བཤད། །གཅིག་གི་སྟོང་ཉིད་གང་ཡིན་ས། །དེ་ནི་ལྟ་བུ་གི་སྟོང་པ་ཉིད། །ཚོས་ཆགས་དེ་བཞིན་གཤེགས་རྣམས་ཀྱིས། །མཐོང་ཤིས་འདོད་པ་རྣམས་ལ་གསུངས། །ཐར་པ་འདོད་རྣམས་ལ་དེ་ཉིད། །སྤང་འགྲུང་གཞན་དུ་སྟོས་ཅི་དགོས། །བསོད་ནམས་འདོད་པས་སྟོང་པ་ཉིད། །ལྟ་བུ་ཆེ་བརྗོད་པར་བྱ་མིན་ཉེ། །གནས་མིན་གནས་ལ་སྦྱར་བའི་སྟེན། །དུག་རྟུ་འགྲུང་བ་མ་ཡིན་ནམ། །

དེ་ལྟར་སྟོང་སྟོང་གཞན་གྱིས། །གཟུང་བར་མི་བྱས་དེ་བཞིན་དུ། །འཛིག་རྟེན་པ་ཡི་མ་གཏོགས་ས། །འཛིག་རྟེན་གཟུང་བར་བྱས་མ་ཡིན། །ཡོད་དང་མེད་དང་ཡོད་མེད་དང། །གཉི་ག་མིན་ཞེས་ཀྱང་བསྟན་ཉེ། །ནད་ཀྱི་དབང་གིས་ཐམས་ཅད་ཀྱང། །སྤོང་ཞེས་བྱ་བར་འགྲུང་མིན་ནམ། །ཡང་དག་མཐོང་ན་གནས་མཚོག་ལ། །རྩེ་ཟད་མཐོང་

ན་བཟང་འགྲོ་སྟེ། །དེ་སྤྱིར་ནང་བདག་བསམ་པ་ལ། །མཁས་པས་ཉག་ཏུ་སྒྲོ་སྟོས་  
བསྐྱེད། །དེ་ཉིད་ཤེས་པས་གལ་ཉེ་འདིར། །སྤྱང་ན་འདས་པ་མ་སྐོབ་ཀྱང་། །སྐྱེ་བ་སྤི་  
མར་འབད་མེད་པར། །དེས་པར་སྐོབ་འགྱུར་ལས་བཞིན་ནོ། །བསམས་བཞིན་པ་ནི་བྱ་  
བ་ནི། །ཀྱུན་ལ་གྲུབ་པ་ཤིན་ཏུ་དཀོན། །འདི་ནི་འདམ་མུང་འདས་མེད་མིན་གྱི། །སྐྱོར་དང་  
གྲོལ་རྣམས་རྙེད་པར་དཀའ། །ལུས་ལ་ཡོན་ཏན་མེད་སྟོས་ནས། །འདོད་ཆགས་ལུན་  
རིང་མི་གནས་ཉེ། །ལམ་དེ་ཉིད་གྱིས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །ཟད་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་  
ནས། །རི་རྩམ་ས་བོན་མཐའ་མཐོང་ཞིང་། །དེ་ལ་སྐོབ་མ་ཡོད་མིན་ལྟར། །དེ་བཞིན་རྒྱ་  
ནི་མ་ཚང་སྤིར། །སྐྱེ་བའང་འགྱུར་བར་མི་འགྱུར་ལོ། །

རྣམ་འགྱུར་སྐྱོད་པ་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས་སྐོབ་མ་ཡོངས་སུ་སྤྱང་བ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་  
བརྒྱད་པའོ། །

རབ་བྱེད་དགུ་པ་དངོས་པོ་ཉག་པ་དགག་པ་བརྗོམ་པ་བསྟན་པ།

ཐམས་ཅད་འགྲས་བུའི་དོན་སྐྱེ་བ། །དེས་ན་ཉག་ཡོད་མིན་དེའི་སྤྱིར། །ཐུབ་པ་མ་  
གཏོགས་ཅི་ལྟའི་དངོས། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །གང་ཞིག་གང་ན་ནམ་  
དུ་ཡང་། །མ་བརྟེན་པར་ནི་ཡོད་ཉིད་མེད། །དེས་ན་ནམ་ཡང་གང་ཞིག་ཏུ་འདེད། །ཉག་པ་  
འགའ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །རྒྱ་མེད་པར་ནི་དངོས་པོ་མེད། །རྒྱ་ལྡན་ཉག་པ་ཡོད་མིན་  
པ། །དེས་ན་རྒྱ་མེད་ལས་གྲུབ་ནི། །དེ་ཉིད་མཐུན་པས་གྲུབ་མིན་གསུངས། །མི་ཉག་  
བྱས་པར་མཐོང་གྱུར་ནས། །མ་བྱས་གལ་ཉེ་ཉག་ན་ནི། །བྱས་ལ་ཡོད་པ་ཉིད་མཐོང་  
ནས། །ཉག་པ་ཡོད་ཉིད་མིན་པར་འགྱུར། །

མཁས་པ་སོགས་རྣམས་ཉག་གོ་ཞེས། །སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་དག་གིས་རྟོག་ །མཁས་པ་



མོར་ཡང་མི་འགྱུར། །གང་ལ་དང་པོ་ཡོད་མིན་ཞིང་། །གང་ཞིག་ལ་དཀྱིལ་ཡོད་མིན་  
ལ། །གང་ལ་ཐ་མ་ཡོད་མིན་ས། །མངོན་མེད་དེ་ནི་གང་གིས་མཐོང་། །འབྲས་བུ་ཡིས་  
ནི་རྒྱ་བཞེགས་ས། །དེས་ན་རྒྱ་ནི་རྟག་མ་ཡིན། །ཡང་ན་གང་ན་རྒྱ་ཡོད་ས། །དེ་ན་འབྲས་  
བུ་ཡོད་མ་ཡིན། །ཐོགས་ལྡན་དངོས་པོ་རྟག་པ་ནི། །གང་དུ་འདར་སྤང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། །དེས་  
ན་ནམ་ཡང་སངས་རྒྱུ་རྣམས། །རྒྱལ་མཉམ་རྟག་པ་ཉིད་མི་གསུང་། །འཚིང་དང་  
བཅིངས་དང་ཐབས་ལས་གཞན། །ཐར་པ་གཤམ་ཏེ་ཡོད་ན་ནི། །དེ་ལས་ཅི་ཡང་མི་སྐྱེ་  
སྟེ། །དེས་ན་དེ་ཐར་ཞེས་མི་བརྗོད། །

མྱ་ངན་འདས་ལ་སྤང་པོ་རྣམས། །ཡོད་མིན་གང་ཟག་སྲིད་མ་ཡིན། །གང་དུ་མྱ་  
ངན་འདས་གྱུར་ས། །མ་མཐོང་དེར་མྱ་ངན་འདས་གང་ཞིག །སྲིད་དང་བྲལ་ལ་ཐར་པའི་  
ཚོ། །འཤེས་ཡོད་ཡོན་ཏུ་ཅི་ཞིག་ཡོད། །འཤེས་མེད་པ་ཡི་ཡོད་པ་ཡང་། །གསལ་བར་  
ཡོད་པ་མིན་དང་མཚུངས། །ཐར་པར་བདག་གཅིག་ཡོད་ན་ནི། །འཤེས་ཡོད་ས་པོན་  
སྲིད་པ་ཡོད། །དེ་མེད་ན་ནི་སྲིད་པ་ལ། །བསམ་བཤམ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །སྤྱག་བསྐྱེལ་  
ལས་ཐར་མི་རྣམས་ལ། །གཞན་ལ་ཡོད་པ་མིན་བར་དེས། །དེ་སྤྱིར་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་འདར་  
བདག །ཐད་པ་ལེགས་ཞེས་བྱ་བར་བརྗོད། །འཛིག་རྟེན་པ་འདི་ཉིད་སྐྱེ་ཡི། །དོན་དམ་  
རྣམ་ཀུན་མ་ཡིན་ཏེ། །འཛིག་རྟེན་པ་ལ་རྩེད་ཐད་ཡོད། །དམ་པའི་དོན་ལ་ཡོད་མ་ཡིན། །

རྣམ་འབྱོར་སྲོད་པ་བཞི་བརྒྱ་པོའི་ཚིག་ལེའུར་བྱས་པ་དགག་པ་བསྐྱོམ་པ་བསྟན་  
པ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་དགུ་པའོ། །

རབ་བྱེད་བརྒྱ་པོ་བདག་དགག་པ་བསྐྱོམ་པ་བསྟན་པ།  
གང་ཚེ་ནད་བདག་བྱེད་མེད་མིན། །སྐྱེས་མིན་མ་ཤིང་མ་ཡིན་ས། །དེ་ཚེ་མི་ཤེས་



འབའ་ཞིག་ལས། །ཚོད་བདག་པོ་ལོ་སྒྲུལ་དུ་སེམས། །གང་ཚེ་འབྲུང་བ་ཐམས་ཅད་  
ལ། །པོ་མོ་མ་ཉིང་ཡོད་མིན་གྱི། །དེ་ཚེ་ཅི་སྟེ་དེ་དག་ཉིད། །བརྟེན་ནས་པོ་མོ་མ་ཉིང་  
ཡིན། །ཚོད་ཀྱི་བདག་གང་པའི་བདག་མིན། །དེས་དེ་བདག་མིན་མ་པེས་བྱིད། །དངོས་  
པོ་མི་རྟག་པ་རྣམས་ལ། །རྟོག་པ་སྐྱེ་བར་འབྲུང་མིན་ནས། །སྐྱེ་དང་སྐྱེ་བར་སྐྱེས་བུ་  
ལྟེ། །ལུས་བཞིན་རྣམ་པར་འབྲུང་བར་འབྲུང། །ཚོད་ཀྱི་དེ་ལ་ལུས་ལས་གཞན། །ཉིད་  
དང་རྟག་ཉིད་མི་རིགས་སོ། །

རེག་དང་མི་ལྡན་དངོས་པོ་ལས། །བསྐྱལ་བ་ཞེས་བུ་མི་སྐྱེ་སྟེ། །དེ་བྱིར་ལུས་ཀྱི་  
གཡོ་བ་ལ། །སྟོག་ནི་བྱེད་པ་པོར་མི་འབྲུང། །མི་འཚེ་བ་དང་བདག་རྟག་ག། །འདི་ལ་  
རྒྱ་ལྷི་ཅི་ཡོད་སྒྲུལ། །རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་འདུལ་ཤིང་སྲིན་ལས། །དོ་རྩེ་བསྐྱུང་བུར་མི་འབྲུང་  
ངོ། །སྐྱེ་བ་བྲན་པ་ཡོད་པའི་བྱིད། །གལ་ཏེ་ཚོད་ཀྱི་བདག་རྟག་ན། །སྟོན་བུས་པ་ཡི་མ་  
མཐོང་ནས། །ཚོད་ཀྱི་ལུས་ཀོ་ཅིས་མི་རྟག། །སེམས་པ་ཅན་དང་ལྡན་བདག་ཀྱང། །གལ་  
ཏེ་ཤེས་པོ་ཉིད་ཡིན་ན། །དེ་ཡིས་སེམས་པ་ཅན་སེམས་པ། །མིན་ཞིང་སྐྱེས་བུའང་རྟག་  
མི་འབྲུང། །

བདེ་བ་ལ་སོགས་དང་ལྡན་སྟོག། །བདེ་སོགས་བཞིན་དུ་སྣ་ཚོགས་མཐོང། །དེ་  
བྱིར་བདེ་བ་ལ་སོགས་བཞིན། །རྟག་པ་ཉིད་དུ་འདུལ་མི་རུང་ངོ། །གལ་ཏེ་ཤེས་པ་ཡོད་  
རྟག་ན། །བྱེད་པ་ལོག་པར་འབྲུང་བ་སྟེ། །གལ་ཏེ་མེ་ནི་རྟག་འབྲུང་ན། །བྱུང་ཤིང་གིས་  
དོན་ཡོད་མི་འབྲུང། །རྣམ་ནི་བྱ་བ་རྩེ་བཞིན་དུ། །འཇིག་པའི་བར་དུ་གཡོ་བ་མེད། །དེས་  
ན་སྐྱེས་བུ་ཡོད་ཤེས་པ། །ཡོད་པ་མེད་ཅེས་བུར་མི་རིགས། །གཞན་དུ་ཤེས་པ་ཡོད་  
པའི་ཁམས། །མཐོང་ཞིང་གཞན་དུ་ཤེས་ཡོད་དེ། །ལྷགས་ཀྱི་ལྷ་ཉིད་བཞིན་དེའི་

ཕྱིར། །སྐྱེས་བུ་རྣམ་པར་འགྱུར་བར་འགྱུར། །ཤེས་ཡོད་ཡིད་ཅམ་ཞིག་ལ་སྟེ། །སྐྱེས་  
བུ་ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་ཆེ། །དེ་ཕྱིར་དེ་ཡི་རོ་བོ་ནི། །ཤེས་པ་ཡོད་ཉིད་མིན་ལྟར་  
མཐོང་། །གལ་ཏེ་ཀུན་ལ་བདག་ཡོད་ན། །གཞན་གྱིས་དེ་ཅིས་ངར་མི་རྟོག། །དེ་ཉིད་གྱིས་  
ཅི་དེ་ཉིད་ལ། །སྐྱིབ་ཅེས་བུ་བར་མི་འཐད་དོ། །

གང་གི་ཡོན་ཏན་བྱེད་པོ་དང་། །རྣམ་ཀུན་ཤེས་ཡོད་མ་ཡིན་པ། །དེ་དག་དང་ཅི་  
སྟོན་པ་ལ། །འབྲུག་པར་ཅི་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །ཡོན་ཏན་རྣམས་གྱིས་རྣམ་ཀུན་ལྲ། །ཁྲིམ་  
ལ་སོགས་དག་བྱེད་ཤེས་གྱི། །ཟ་བ་རྣམ་པར་མི་ཤེས་པ། །འདི་ལས་མི་རིགས་གཞན་  
ཅི་ཡོད། །བྱ་བ་དང་ལྡན་ཉག་པ་མེད། །ཀུན་ཏུ་སོང་ལ་བྱ་བ་མེད། །བྱ་བ་མེད་པ་མེད་  
དང་མཚུངས། །བདག་མེད་ལ་ཁྱོད་ཅིས་མི་དགལ། །ལ་ལར་ཀུན་ཏུ་སོང་བར་  
མཐོང་། །ལ་ལར་སྐྱེས་བུ་ལུས་ཅམ་ཞིག་ལ་ལར་རྩལ་ཅམ་ཞིག་མཐོང་སྟེ། །ཤེས་  
རབ་ཅན་གྱིས་མེད་པར་མཐོང་། །ཉག་ལ་གཞོད་པ་ག་ལ་ཡོད། །གཞོད་མེད་ཐར་པ་ག་  
ལ་ཡོད། །དེས་ན་གང་གི་བདག་ཉག་པ། །དེ་ལ་ཐར་པ་མི་རིགས་སོ། །

གལ་ཏེ་བདག་ཅེས་བུ་ཡོད་ན། །བདག་མེད་སྣམ་པ་མི་རིགས་ཤིང་། །དེ་ཉིད་རིག་  
པ་ངེས་པ་ལས། །སྤྱང་ན་འདས་འགྱུར་ཞེས་བུ་འང་བརྟུན། །གལ་ཏེ་སྐྱོལ་བ་ཡོད་ཉིད་  
ན། །དེ་ནི་སྤར་ཡང་མེད་པ་མེད། །མི་སྣུན་པ་ལ་གང་མཐོང་བ། །དེ་ནི་རང་བཞིན་ཞེས་  
བུར་བཤད། །གལ་ཏེ་མི་ཉག་ཆད་ན་ནི། །ད་དུང་རྩ་སོགས་ཅི་སྟེ་ཡོད། །འདི་ནི་གལ་ཏེ་  
བདེན་འགྱུར་ན། །སྤྱ་ལ་འང་གཏི་སྤྱག་ཀྱང་མི་འབྱུང་། །བདག་ནི་ཡོད་པར་གྱུར་ན་འང་  
གཟུགས། །གཞན་ལས་འབྱུང་བར་སྤྲང་གྱུར་ལ། །གཞན་ལས་གནས་པར་སྤྲང་གྱུར་  
ཞིང་། །གཞན་ལས་རྣམ་པར་འཇིག་པར་སྤྲང་། །རི་ལྟར་ས་བོན་བུས་པ་ལས། །སྤྱ་གྱུ་

བྱས་པ་སྐྱེ་འགྲུར་བ། །དེ་བཞིན་མི་རྟག་ཐམས་ཅད་ལེ། །མི་རྟག་དག་ལས་འགྲུར་བར་  
འགྲུར། །གང་སྤྱིར་དངོས་པོ་འཇུག་འགྲུར་བ། །དེས་ན་ཆད་པར་མི་འགྲུར་ཞིང་། །གང་  
སྤྱིར་དངོས་པོ་ལྡོག་འགྲུར་བ། །དེས་ན་རྟག་པར་མི་འགྲུར་ལོ། །

རྣམ་འབྲོར་སྒྲོན་པ་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས་བདག་དགག་པ་བསྐྱོམ་པ་བསྐྱུན་པ་སྟེ་རབ་  
ཏུ་བྱེད་པ་བཅུ་པའོ། །།

རབ་བྱེད་བཅུ་གཅིག་པ་རུས་དགག་པ་བསྐྱོམ་པ་བསྐྱུན་པ།

མ་འོངས་བྱམ་ལ་ད་ལྟར་བའི། །བྱམ་ཡོད་མ་ཡིན་འདས་པ་མེད། །གང་སྤྱིར་དེ་  
གཉིས་མ་འོངས་པ། །དེ་སྤྱིར་མ་འོངས་ཡོད་མ་ཡིན། །གལ་ཏེ་ཞིག་པ་མ་འོངས་  
པའི། །དེ་མོར་མ་འོངས་ལ་ཡོད་ན། །མ་འོངས་བདག་ཉིད་རུ་ཡོད་གང། །དེ་ནི་ཅི་ལྟར་  
འདས་པར་འགྲུར། །གང་གི་སྤྱིར་ན་མ་འོངས་དངོས། །མ་འོངས་བདག་ཏུ་གནས་  
འགྲུར་བ། །དེ་ཡི་སྤྱིར་ན་ད་ལྟར་བར། །འགྲུར་ཏེ་མ་འོངས་ཉིད་མི་སྲིད། །མ་འོངས་པ་  
ཡོད་འདས་པ་ཡོད། །ད་ལྟར་བ་ཡོད་ཅི་ཞིག་མེད། །གང་གི་རུས་ཀྱང་ཡོད་ཉིད་པ། །དེ་  
ཡི་མི་རྟག་ཉིད་གང་ལས། །འདས་པ་ལས་ནི་འདས་གྲུར་བ། །ཅི་ཡི་སྤྱིར་ན་འདས་པར་  
འགྲུར། །འདས་པ་ལས་ནི་མ་འདས་པ། །ཅི་ཡི་སྤྱིར་ན་འདས་པར་འགྲུར། །གལ་ཏེ་མ་  
འོངས་སྐྱེས་ཡོད་ན། །རི་ལྟར་ད་ལྟར་བར་མི་འགྲུར། །ཅི་སྟེ་དེ་ལ་སྐྱེ་མེད་ན། །མ་འོངས་  
རྟག་པར་འགྲུར་རམ་ཅི། །སྐྱེ་བ་མེད་ཀྱང་འཇིག་པ་ལས། །གལ་ཏེ་མ་འོངས་མི་རྟག་  
ན། །འདས་ལ་འཇིག་པ་ཡོད་མེན་ཏེ། །དེ་ནི་རྟག་པར་ཅིས་མི་རྟོག། །འདས་པ་དང་ནི་ད་  
ལྟར་བ། །འདི་ནི་མི་རྟག་འགྲུར་མེན་ལ། །དེ་དག་ལས་གཞན་རྣམ་པ་ནི། །གསུམ་པ་འང་  
དེ་ལ་ཡོད་མ་ཡིན། །

དངོས་པོ་གང་ཞིག་སྤྱིས་སྦྱོར་བ། །དེ་ནི་གལ་ཉེ་སྲུང་ཡོད་ན། །དེ་ཡི་སྤྱིར་ན་ལྷ་སྦྱོར་  
 བ། །རྣམས་ཀྱི་ཕྱོགས་ནི་ལོག་མི་འགྱུར། །གང་ཞིག་འབྱུང་བར་བྱེད་པ་སྟེ། །སྲུང་ཡོད་  
 ཅེས་བྱར་མི་རིགས་ཉེ། །གལ་ཉེ་ཡོད་པ་སྦྱོར་འགྱུར་ན། །སྦྱིས་ཟེན་པ་ཡང་འབྱུང་བར་  
 འགྱུར། །མ་འོངས་པ་ཡི་དངོས་མཐོང་ན། །དངོས་པོ་མེད་པ་ཅིས་མི་མཐོང་། །གང་པ་  
 མ་འོངས་ཡོད་འགྱུར་བ། །དེ་ལ་རིང་བ་ཡོད་མ་ཡིན། །གལ་ཉེ་བྱས་པ་མེད་ཀྱང་  
 ཚོས། །ཡོད་ན་ངེས་སྒོམ་དོན་མེད་འགྱུར། །ཅི་སྟེ་ཅུང་ཟད་བྱེད་ན་ཡང་། །འབྲས་བུ་  
 ཡོད་པ་མི་སྲིད་དོ། །མི་རྟག་ཡིན་ན་རི་ལྷ་བྱུར། །འབྲས་བུ་ཡོད་ཅེས་བྱ་བར་  
 འགྱུར། །གང་ལ་ཐོག་མ་མཐའ་ཡོད་པ། །དེ་ནི་འདིག་རྟེན་མི་རྟག་བརྗོད། །བསྐྱིམ་པ་  
 མེད་པར་ཐལ་འགྱུར་ཉེ། །གྲོལ་ལ་མ་འོངས་ཡོད་མ་ཡིན། །དེ་ལྟ་ཡིན་ན་ཆགས་མེད་  
 པར། །འདོད་ཆགས་ཀྱང་ནི་འབྱུང་བར་འགྱུར། །འབྲས་བུ་ཡོད་ཉིད་གང་འདོད་  
 དང་། །འབྲས་བུ་མེད་ཉིད་གང་འདོད་ལ། །ཁྲིམ་གྱི་དོན་དུ་ཀ་བ་ལ། །སོགས་པའི་རྒྱན་  
 བེ་དོན་མེད་འགྱུར། །དངོས་རྣམས་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བ་ཡང་། །ཡིད་གྱིས་ཀྱང་ནི་འདིན་  
 མི་འགྱུར། །

དེ་ལྟ་ན་ཡང་ད་ལྟར་བ། །ཡོད་པར་མི་མཁས་རྣམས་ཀྱིས་རྟོག་ །གནས་མེད་  
 དངོས་པོ་གལ་ཞིག་ །མི་རྟག་པས་གནས་གལ་ཡོད། །གལ་ཉེ་དང་པོར་གནས་གྱུར་  
 བ། །ཐ་མར་རྟེངས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །རི་ལྷ་རྣམ་ཤེས་གཅིག་གིས་ནི། །དོན་གཉིས་  
 རྣམ་པར་མི་ཤེས་པ། །དེ་བཞིན་རྣམ་ཤེས་གཉིས་ཀྱིས་ནི། །དོན་གཅིག་རྣམ་པར་མི་  
 ཤེས་སོ། །གལ་ཉེ་དུས་ལ་གནས་ཡོད་ན། །གནས་པ་དུས་སུ་མི་འགྱུར་རོ། །ཅི་སྟེ་  
 གནས་མེད་ན་གནས་པ། །མེད་པར་མཐའ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །གལ་ཉེ་མི་རྟག་དངོས་

གཞན་ན། །དངོས་པོ་མི་རྟག་པར་མི་འགྲུང། །གཅིག་ན་མི་རྟག་ཉིད་གང་ཡིན། །དེ་ཉིད་  
དངོས་ཉེ་ག་ལ་གནས། །མི་རྟག་ཉིད་གང་སྟོབས་རྒྱུད་དེ། །གནས་པ་སྟོབས་རྒྱུད་མ་  
ཡིན་ན། །སྲི་བས་དེ་དག་དེས་པར་གོ། །བརྗོད་པར་ཅི་ཡིས་མཐོང་བར་འགྲུང། །

གལ་ཉེ་མི་རྟག་སྟོབས་རྒྱུད་མིན། །དངོས་པོ་ཀུན་ལ་ཡོད་ན་ལོ། །ཀུན་ལ་གནས་  
པ་མེད་པ་འཇགས། །ཡང་ན་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་མིན། །གལ་ཉེ་རྟག་ཏུ་མི་རྟག་ཉིད། །ཡོད་  
ན་རྟག་ཏུ་གནས་ཡོད་མིན། །ཡང་ན་རྟག་པར་གྲུང་བེན་ནས། །སྲི་བས་མི་རྟག་པར་  
འགྲུང་རོ། །གལ་ཉེ་གནས་པ་མི་རྟག་དང་། །ལྡན་ཅིག་དངོས་པོ་ལ་ཡོད་ན། །མི་རྟག་  
ལོག་པར་འགྲུང་བ་འཇགས། །ཡང་ན་གནས་པ་བརྟུན་པར་འགྲུང། །མཐོང་བེན་དངོས་པོ་  
མི་སྣང་ཞིང་། །སྐྱར་ཡང་སེམས་སྐྱེ་མིན་དེས་ན། །འབྲས་པ་ཞེས་བྱ་ལོག་པ་ཡི། །དོན་ལ་  
ལོག་པ་ཁོ་ན་འགྲུང། །

རྣམ་འབྱོར་སྲོད་པ་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས་དུས་དགག་པ་བརྗོད་པ་བརྟན་པ་སྟེ་རབ་  
ཏུ་བྱེད་པ་བཅུ་གཅིག་པའོ། །

རབ་བྱེད་བཅུ་གཅིག་པ་ལྷན་བ་དགག་པ་བརྗོད་པ་བརྟན་པ།

གཟུང་གནས་སྒོ་ལྡན་དོན་གཉེར་བའི། །ཉན་པོ་སྒོད་ཅེས་བྱ་བར་བཤད། །སྐྱ་པོ་  
ཡོན་ཉན་རྣམ་གཞན་དུ། །མི་འགྲུང་ཉན་པོ་ལ་ཡང་མིན། །སྲིད་དང་སྲིད་ཐབས་ཞི་བ་  
ཡི། །ཐབས་དང་དེ་བཞིན་ཞི་གསུངས་ཉེ། །འཇིག་རྟེན་ཡོངས་སུ་མི་ཤེས་གང་། །དེ་ནི་  
རྒྱབ་པའི་ལྷ་བྱུང་མངོན། །ཐམས་ཅད་བཏང་བས་སྤྲོད་ན་ལས། །འདའ་བར་ལ་མཚན་  
ཅན་ཀུན་འདོད། །ཀུན་སུན་འབྲིན་ལ་དེ་དག་ལོ། །མི་དགར་འགྲུང་བ་རྒྱ་ཅི་ཞིག་གང་  
ཞིག་གཏོང་ཐབས་མི་ཤེས་དེ། །ཅི་ཞིག་གཏོང་བར་བྱེད་པར་འགྲུང། །དེས་ན་དེས་པར་

ཐུབ་པ་ཡིས། །གཞན་དུ་ཞི་བ་མེད་ཅེས་གསུངས། །

སངས་རྒྱལ་གྱིས་གསུངས་སྒོག་གྲུང་ལ། །གང་ཞིག་ཐེ་ཚོམ་སྐྱེ་འགྲུང་བ། །དེ་  
ཡིས་སྤོང་བ་ཉིད་བསྟེན་ཏེ། །འདི་ཉིད་ཁོ་ནར་ཡིད་ཆེས་བྱ། །གང་གིས་འཛིག་རྟེན་འདི་  
མཐོང་དགལ། །དེ་ནི་གཞན་ལ་སྐྱེན་པ་ཉིད། །གང་དག་དེ་རྗེས་འགྲོ་དེ་དག། །འཕྱི་ཏུ་ཡུལ་  
རིང་བསྐྱུས་པར་འགྲུང། །ལྷ་རན་འདས་པར་རང་འགྲོ་གང། །དེ་ནི་འཕྱི་ཏུ་བྱ་དགལ་  
བྱེད། །འདྲེན་པའི་སྤང་བཞེན་དམ་པ་ནི། །མ་ཡིན་ཡིད་འགྲོ་སྐྱོ་མ་ཡིན། །མ་མཐོང་སྐྱག་  
པ་མི་ཚོམ་སྟེ། །མཐོང་ན་རྣམས་ཀུན་དེ་ལྷོག་འགྲུང། །དེས་ན་ངེས་པར་ཅུང་ཟད་  
ཅིག། །ཤེས་ལ་སྐྱག་པ་བརྗོད་པར་བྱ། །བྱིས་རྣམས་ངེས་པ་ཁོ་ནར་ནི། །འཇུག་བྱེད་  
ཚོས་ལ་གོམས་པ་སྟེ། །དེ་དག་གོམས་པ་མེད་པ་ཡིས། །ལྷོག་བྱེད་ཚོས་ལ་འཛིགས་  
པར་འགྲུང། །གང་ཞིག་གཉི་སྟག་འབའ་ཞིག་གིས། །བསྐྱིབས་འདི་དེ་ཉིད་གོགས་བྱེད་  
པ། །དེ་ལ་དགོ་ལེགས་འགྲོ་བ་ཡང་། །མེད་ན་ཐར་པ་ག་ལ་ཡོད། །རྩལ་ཁྲིམས་ལས་ནི་  
ཉམས་སྐྱེ། །ལྷ་ལས་ཅིས་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། །རྩལ་ཁྲིམས་གྱིས་ནི་མཐོ་རིས་འགྲོ་ལྷ་  
བས་གོ་འཕང་མཚོག་ཏུ་འགྲུང། །

དམ་པ་མིན་ལ་བདག་འཛིན་མཚོག། །བདག་མེད་སྟོན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །གཅིག་ནི་  
དན་འགྲོ་ཉིད་འགྲོ་ལ། །ཐ་མལ་མ་ཡིན་ནི་ཉིད་དུ་ལོ། །ཞེ་སྟོག་ཉམས་པ་མེད་པ་དང་། །ལྷ་  
བ་རན་རྣམས་འཛིག་བྱེད་ཅིང་། །སངས་རྒྱལ་ཀུན་གྱི་ཡུལ་འགྲུང་ལ། །བདག་མེད་  
ཅེས་ནི་བྱ་བར་བརྗོད། །ཚོས་འདི་ཡི་ནི་མིང་ལས་ཀྱང་། །དམ་པ་མིན་པ་འཛིགས་པ་  
སྟེ། །ཞན་ལ་འཛིགས་པ་མི་སྐྱེད་པའི། །སྟོབས་ལྡན་ཞེས་བྱ་གང་ཞིག་མཐོང་། །ཚོས་  
འདི་དེ་བཞེན་གསེགས་རྣམས་གྱིས། །ཚོད་པའི་ཆེད་དུ་མ་གསུངས་ཏེ། །དེ་ལྷའང་

འདིས་ནི་གཞན་སྤྲོ་རྣམས་། སྲེག་སྟེ་མེ་ཡིས་བྱུང་ཤིང་བཞིན། །ཚོས་འདི་གང་གིས་  
ཤེས་ལྟར་པ། །དེ་ནི་གཞན་ལ་མི་དགའ་སྟེ། །དེས་ན་བདག་ལ་ཚོས་འདི་ནི། །འཛིགས་  
བའི་སྒོ་དང་འབྲ་བར་སྦང། །དེ་ཉིད་དུ་བདག་མེད་སྟུང་དུ། །དེ་ལྟར་གང་ལ་དགོངས་  
གནས་པ། །དེ་ནི་ཡོད་པས་ག་ལ་དགའ། །མེད་པས་འཛིགས་བར་ག་ལ་འགྱུར། །

དོན་མིན་ས་བོན་གྱུར་བ་ཡི། །སྤྲོ་སྟེགས་ཅན་མང་མཚོང་ནས་ནི། །ཚོས་འདོད་པ་  
ཡི་སྟེ་བོ་ལ། །སྤྲོ་ཞིག་སྟོང་བཅེ་སྟེ་མི་འགྱུར། །འཁྲུག་གོས་མེད་བུམ་ཟེ་སྟེ། །གསུམ་པོ་  
རྣམས་ཀྱིས་ཚོས་ཡིད་དང། །མིག་དང་རྣ་བ་ཡིས་འཛིན་པ། །དེ་ཕྱིར་སྤྲོ་བ་འདི་གཞུང་  
ལུགས་སྤྲོ། །དི་ལྟར་བུམ་ཟེ་རྣམས་ལ་ཚོས། །ཤལ་ཆེར་ཕྱི་འཚོས་བཞོད་པ་ལྟར། །དེ་  
བཞིན་གཅེར་བུ་རྣམས་ལ་ཚོས། །ཤལ་ཆེར་སྤྲོ་བ་བཞོད་པ་ཡིན། །དི་ལྟར་རིགས་པ་  
ལྟངས་པ་ལས། །བུམ་ཟེར་གུས་པ་སྟེ་བ་ལྟར། །དེ་བཞིན་ཉོན་མོངས་ལྟངས་པ་  
ལས། །གཅེར་བུ་པ་ལ་བཅེ་བར་འགྱུར། །སྤྲོ་བ་སྤྲོ་ལ་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲོ་བ་ཕྱིར། །དི་ལྟར་  
ཚོས་སྤྲོ་མི་འགྱུར་བ། །དེ་བཞིན་སྟེ་བ་ལས་ཀྱི་ནི། །རྣམ་སྤྲོ་ཡིན་ཕྱིར་ཚོས་མ་ཡིན། །

ཚོས་ནི་མ་དོར་ན་མི་འཆེ་བར། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
གསུངས། །སྟོང་ཉིད་སྤྲོ་དན་འདས་པ་སྟེ། །འདིར་ནི་དེ་གཉིས་འབའ་ཞིག་གོ། །རང་  
ཕྱོགས་འཛིག་ཉེན་ཐམས་ཅད་ལ། །སྤྲོས་ས་བཞིན་དུ་སྤྲོ་བ་འགྱུར་ན། །དེ་ཡི་ཕྱོག་བར་  
བྱེད་པའི་རྒྱ། །སྟོང་ལ་གང་གིས་སྤྲོ་བ་བར་འགྱུར། །རིགས་པའི་དོན་ནི་གཞན་ལས་  
ཀྱང། །སྟོ་སྤྲོ་ལེགས་པ་འདོད་པས་ལྟང། །ཉི་མ་ས་སྟོངས་མིག་ལྟན་ལ། །ཀུན་གྱི་སྤྲོ་  
སྤྲོ་མ་ཡིན་ནམ། །

རྣམ་འཕྲོད་སྟོད་པ་བཞི་བརྒྱ་བ་ལས་ལྟ་བ་དགག་པ་བསྐོས་པ་བསྟན་པ་སྟེ་རབ་

ཏུ་བྱེད་པ་བཅུ་གཉིས་པའོ། །།

རབ་བྱེད་བཅུ་གསུམ་པ་དབང་ཕྱོད་དང་དོན་དགག་པ་  
བསྐྱེམ་པ་བཅུ་གཉིས་པ།

གཟུགས་མཐོང་ཆེན་བྱམ་པ་ནི། །ཐམས་ཅད་ཁོ་ན་མཐོང་མི་འགྲུབ། །བྱམ་པ་  
མཐོན་སྲུང་ཞེས་བྱ་བའང་། །དེ་ཉིད་རིག་པ་སྲུ་ཞིག་སྐྱུ། །ཞུས་པར་དབྱེད་པ་འདི་ཉིད་  
ཀྲིས། །སྐོ་མཚོག་ལྡན་པས་བྱི་ཞེས་དང་། །མངར་དང་འཇམ་པ་ཐམས་ཅད་དག །སོ་  
སོར་དགག་པར་བྱ་བ་ཡིན། །གལ་ཏེ་གཟུགས་མཐོང་བ་ཡིས་དེ། །ཐམས་ཅད་མཐོང་  
བར་འགྲུབ་ན་ནི། །མ་མཐོང་བ་ཡིས་གཟུགས་མཐོང་བ། །མཐོང་བ་མིན་པར་ཅིས་མི་  
འགྲུབ། །གཟུགས་ནི་འབའ་ཞིག་ཁོ་ན་ལ། །མཐོན་སྲུང་ཉིད་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། །གང་སྲིད་  
དེ་ལ་པ་འོལ་གྱི། །ཆ་དང་ཚུ་འོལ་དབྱས་ཡོད་ཕྱིར། །

རྒྱལ་ལ་ཆ་ཤས་ཡོད་མེད་ཅེས། །དབྱེད་པ་དེར་ཡང་འཇུག་པར་འགྲུབ། །དེ་སྲིད་  
བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་ཡིས། །བསྐྱེད་བྱ་འགྲུབ་པར་མི་འཐད་དོ། །ཀུན་གྲང་ཡན་ལག་ཏུ་  
གྲུར་ནས། །སྐྱར་ཡང་ཡན་ལག་ཅན་ཏུ་འགྲུབ། །དེ་སྲིད་ཡི་གེ་བཟོད་པ་ཡང་། །འདི་ལ་  
ཡོད་པ་མ་ཡིན་འོ། །གལ་ཏེ་མདོག་ལས་དབྱིབས་གཞན་ན། །རི་ལྟ་བུར་ན་དབྱིབས་  
འཛིན་འགྲུབ། །འོན་ཏེ་གཞན་མིན་ན་ལུས་ཀྱིས། །མདོག་གྲང་ཅི་སྟེ་འཛིན་མི་  
འགྲུབ། །གཟུགས་ནི་སྟེ་ཞིག་མ་གཏོགས་པར། །གཟུགས་ཀྱི་རྒྱ་ནི་མི་སྐྱར་དོ། །གལ་  
ཏེ་དེ་སྟེ་འགྲུབ་ན་ནི། །གཉི་ག་ཡང་ནི་མིག་ཉིད་ཀྱིས། །འཛིན་པར་ཅི་ཡི་སྲིད་མི་  
འགྲུབ། །ས་ནི་བརྟན་ཞེས་བྱ་བར་མཐོང་། །དེ་ཡང་ལུས་ཀྱིས་འཛིན་པར་འགྲུབ། །དེས་  
ན་རག་པ་འབའ་ཞིག་ནི། །ས་འོ་ཞེས་ནི་བྱ་བར་བཟོད། །བལྟ་བུར་སྐྱེས་པས་བྱམ་པ་





སྟེ་འང་ཅི་ཞིག་བྱེད་པར་འགྱུར། །དེ་ལྟ་ཡིན་དང་སྟོན་འདི་ནི། །རྟོག་ཏུ་ཡིད་མེད་ཅི་སྟེ་  
མི་ན། །སྤར་མཚོང་པ་ཡི་དོན་གང་ཞིག་ །ཡིད་ཀྱིས་སྟོན་ཆུ་ལྟར་འཛིན་པ། །དེ་ནི་ཚོས་  
ཀུན་རྣམ་གཞག་ལ། །འདུ་ཤེས་སྤང་པོ་ཞེས་བྱ་ལོ། །མིག་དང་གཟུགས་ལ་བརྟེན་ནས་  
ཡིད། །སྦྱུ་མ་བཞིན་དུ་སྦྱེ་བར་འགྱུར། །གང་ལ་ཡོད་པ་ཉིད་ཡོད་དེ། །སྦྱུ་མ་ཞེས་བྱར་  
མི་རིགས་སོ། །གང་ཚེ་མཁས་པ་ས་སྟེངས་ན། །དོ་མཚར་མིན་པ་འགའ་མེད་པ། །དེ་  
ཚེ་དབང་རྟོགས་དེ་འབྲ་ལ། །ཡ་མཚན་ཞེས་བྱ་ཅི་ཞིག་ཡོད། །མཁའ་མའི་འཁོར་ལོ་  
སྦྱུལ་པ་དང་། །མི་ལམ་སྦྱུ་མ་ཚུ་ལྟ་དང་། །ལུག་རྣལ་ལྔ་གྲག་ཅ་དང་། །སྟོན་ཆུ་སྟོན་  
དང་སྟོན་པ་མཚུངས། །

རྣམ་འབྱོར་སྟོན་པ་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས་དབང་པོ་དང་དོན་དགག་པ་བརྟོམ་པ་  
བརྟན་པ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཅུ་གསུམ་པའོ། །།

རབ་བྱེད་བརྒྱ་བཞི་པ་མཐར་འཇིག་པ་དགག་པ་  
བརྟོམ་པ་བརྟན་པ།

དངོས་པོ་གང་ཞིག་གཞན་འགལ་ལའང་། །རག་ལས་པར་ནི་མི་འགྱུར་ན། །དེ་ཡི་  
བདག་ཉིད་འགྲུབ་འགྱུར་ན། །དེ་ནི་གང་ནའང་ཡོད་མ་ཡིན། །གཟུགས་ཉིད་སུམ་ཞེས་  
གཅིག་མ་ཡིན། །གཟུགས་ལྡན་སུམ་གཞན་ཡོད་མིན་ལ། །སུམ་པ་ལ་གཟུགས་ཡོད་  
མིན་ཞིང་། །གཟུགས་ལ་སུམ་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །གཉིས་མཚན་མི་མཐུན་མཚོང་ནས་  
ནི། །གལ་ཏེ་དངོས་ལས་སུམ་གཞན་ན། །མ་ཡིན་དེ་ལྟར་དངོས་པོ་ཡང་། །སུམ་པ་ལས་  
གཞན་ཅིས་མི་འགྱུར། །

གལ་ཏེ་གཅིག་སུམ་མི་འདོད་ན། །སུམ་པའང་གཅིག་སུ་མི་འགྱུར་པོ། །ལྡན་འདི་

མཚུངས་པ་འདྲ་མ་ཡིན་པ། །དེས་ཀྱང་གཅིག་ཏུ་མི་འགྱུར་རོ། །གང་ཆེ་ཇུས་ཅི་ཅམ་  
གཟུགས་ན། །དེ་ཆེ་གཟུགས་ཆེན་ཅི་སྟེ་མིན། །གལ་ཏེ་སྤྱིར་རྒྱུ་གཞན་མིན་  
ན། །གཞུང་ལུགས་བསྟན་པར་བྱ་བར་འགྱུར། །མཚན་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་མཚན་གཞི་  
ལོ། །གང་ཏུ་སྐབ་པ་ཡོད་མིན་པ། །དེར་ནི་གངས་སོགས་ཐ་དད་པར། །དངོས་པོ་ཡོད་  
པ་མ་ཡིན་ནོ། །

མཚན་ཉིད་རྣམས་དང་སོ་སོ་ནི། །མིན་སྤྱིར་སྤྱུ་པ་གཅིག་མ་ཡིན། །རེ་རེ་སྤྱུ་  
པ་མེད་ན་ལོ། །མང་ཉིད་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །རེག་ལྡན་རེག་དང་མི་ལྡན་དང་། །ལྡན་  
ཅིག་སྤྱོར་བ་ཞེས་བྱ་མེད། །དེ་སྤྱིར་གཟུགས་སོགས་རྣམས་སྤྱོར་བ། །རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་  
རིགས་མ་ཡིན། །གཟུགས་ནི་སྤྱུ་པ་པའི་ཡན་ལག་སྟེ། །དེས་ན་རེ་ཞིག་དེ་སྤྱུ་  
མིན། །གང་སྤྱིར་ཡན་ལག་ཅན་མེད་པ། །དེས་ན་ཡན་ལག་ཀྱང་ཡོད་མིན། །གཟུགས་  
རྣམས་ཀུན་ལ་གཟུགས་ཉིད་ནི། །མཚན་ཉིད་མི་མ་སྐྱབ་མ་ཡིན་ན། །གཅིག་ལ་སྤྱུ་པ་  
ཡོད་འགྱུར་ཞིང་། །གཞན་དག་ལ་མིན་རྒྱ་ཅི་ཞིག །

རོ་སོགས་དག་ལས་གཟུགས་གཞན་ཞིང་། །སྤྱུ་ལས་མིན་ཞེས་ཁྲོད་འདོད་  
ན། །དེ་རྣམས་མེད་པར་རང་མེད་གང་། །དེ་གཟུགས་ལས་གཞན་རི་ལྟར་མིན། །སྤྱུ་  
པ་ལ་ནི་རྒྱ་ཡོད་མིན། །རང་ཉིད་འབྲས་སྤྱུར་མི་འགྱུར་ཏེ། །དེ་སྤྱིར་གཟུགས་སོགས་  
ལས་གཞན་ཏུ། །སྤྱུ་པ་འགའ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །སྤྱུ་པ་རྒྱ་ལས་སྐབ་འགྱུར་  
ཞིང་། །རྒྱ་ནི་གཞན་ལས་སྐབ་འགྱུར་ན། །གང་ལ་རང་ལས་སྐབ་མེད་པ། །དེ་ཡི་གཞན་  
པོ་རི་ལྟར་སྟེ། །འཕྲོད་པ་འདུས་པར་གྱུར་ཀྱང་གཟུགས། །དེ་ཉིད་ཏུ་ནི་མི་འཐད་  
དེ། །དེས་ན་སྤྱུ་པ་བཞེན་ཚོགས་པ། །གཅིག་ཉིད་ཏུ་ནི་མི་རིགས་སོ། །རི་ལྟར་

གཟུགས་སོགས་མ་གཏོགས་པར། །བྱམ་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ། །དེ་བཞིན་རྒྱུང་ལ་  
སོགས་པ་ནི། །མ་གཏོགས་གཟུགས་ཀྱང་ཡོད་མ་ཡིན། །

ཚ་བ་མེ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ། །ཚ་བ་མིན་པ་རི་ལྟར་བསྐྱེག། །དེས་ན་བྱང་ཤིང་ཞེས་  
བྱ་བ། །ཡོད་མིན་དེ་མེད་མེ་ཡོད་མིན། །གལ་ཏེ་ཟེལ་མཐུན་ཚ་བ་ཡང་། །དེ་ཡང་ཅི་སྟེ་  
མེར་མི་འགྱུར། །འོན་ཏེ་མི་ཚ་བ་དངོས་གཞན། །དེ་ལ་ཡོད་ཅེས་བྱར་མི་རུང་། །གལ་  
ཏེ་རྒྱལ་ལ་ཤིང་མེད་ན། །དེས་ན་ཤིང་མེད་མེ་ཡོད་དོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལ་ཤིང་ཡོད་  
ན། །གཅིག་གི་བདག་ཅན་རྒྱལ་ཡོད་མིན། །དངོས་པོ་གང་གང་ཡོངས་བཏགས་པ། །དེ་  
དང་དེ་ལ་གཅིག་ཉིད་མེད། །གང་གིས་གཅིག་ཀྱང་ཡོད་མིན་པ། །དེས་ན་དུ་མ་དག་  
ཀྱང་མེད། །གལ་ཏེ་གང་ན་དངོས་དེ་རྣམས། །མེད་དེར་གཅིག་ཡོད་ཅེས་འདོད་  
ན། །གང་གིས་ཀུན་ལ་གསུམ་ཉིད་ཡོད། །དེས་ན་གཅིག་ཉིད་ཡོད་མ་ཡིན། །

ཡོད་དང་མེད་དང་ཡོད་མེད་དང་། །ཡོད་མེད་མིན་ཞེས་བྱ་བའི་ཚུལ། །འདི་ནི་  
མཁས་པས་གཅིག་ཉིད་སོགས། །དག་ལ་རྟག་ཏུ་སྦྱར་བར་བྱ། །རི་ལྟར་རྒྱུན་ལ་བལྟ་  
ཉེས་ན། །རྟག་པ་ཡོད་ཅེས་བྱར་འགྱུར་བ། །དེ་བཞིན་ཚོགས་ལ་བལྟ་ཉེས་པ། །དངོས་  
པོ་ཡོད་ཅེས་བྱ་བར་འགྱུར། །གང་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་ཡོད་པ། །དེ་ནི་རང་དབང་མི་  
འགྱུར་རོ། །འདི་ཀུན་རང་དབང་མེད་པ་སྟེ། །དེས་ན་བདག་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། །འབྲས་བུ་  
མེད་པར་དངོས་པོ་ནི། །ཀུན་ལ་འདུ་བ་ཡོད་མ་ཡིན། །འབྲས་བུའི་དོན་དུ་འདུ་བ་  
གང་། །དེ་ནི་འཕགས་ལམ་འདུས་པ་ལོ། །སྲིད་པའི་ས་བོན་རྣམ་ཤེས་ཏེ། །ཡུལ་རྣམས་  
དེ་ཡི་སྲོད་ཡུལ་ལོ། །ཡུལ་ལ་བདག་མེད་མཐོང་ནས་ནི། །སྲིད་པའི་ས་བོན་འགག་པར་  
འགྱུར། །



མ་ཡིན། །སྐྱེ་དང་གནས་དང་འདྲིལ་བ་རྣམས། །ཅིག་ཅར་འབྱུང་བ་ཡོད་མིན་  
ཞིང་། །རིམ་གྱིས་འབྱུང་བའང་ཡོད་མིན་ན། །ནམ་ཞིག་འབྱུང་བ་ཡོད་པར་འགྲུར། །

སྐྱེ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ལ། །སྐྱར་ཡང་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་སྟེ། །དེ་ཕྱིར་  
འདྲིལ་བ་སྐྱེ་འདྲ་ཞིང་། །གནས་པ་འདྲིལ་དང་འདྲ་བར་སྣང་། །མཚན་ལས་མཚན་གཤི་  
གཞན་ཞེ་ན། །མཚན་གཤི་མི་རྟོག་ཉིད་གང་ལས། །ཡང་ན་གཤི་ཀའང་ཡོད་པ་ཡི། །ངོ་  
བོར་གསལ་བར་ཡོད་མ་ཡིན། །དངོས་པོ་དངོས་ལས་མི་སྐྱེ་སྟེ། །དངོས་པོ་དངོས་མེད་  
ལས་མི་སྐྱེ། །དངོས་མེད་དངོས་མེད་མི་སྐྱེ་སྟེ། །དངོས་མེད་དངོས་ལས་མི་སྐྱེ་  
ལོ། །དངོས་པོ་དངོས་པོར་མི་འགྱུར་ཉེ། །དངོས་མེད་དངོས་པོར་མི་འགྱུར་རོ། །དངོས་  
མེད་དངོས་མེད་མི་འགྱུར་ཉེ། །དངོས་པོ་དངོས་མེད་མི་འགྱུར་རོ། །སྐྱེ་བཞིན་པ་ནི་  
"ཐུང་"སྐྱེས་ཕྱིར། །སྐྱེ་བཞིན་པ་ནི་སྐྱེ་མི་འགྱུར། །ཡང་ན་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བཞིན་  
པ། །ཉིད་ནི་ཡིན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར། །སྐྱེ་བཞིན་པ་ཡི་བདག་ཉིད་ལྟ། །བྱ་བ་སྐྱེ་བཞིན་  
པར་མི་འགྱུར། །སྐྱེ་བཞིན་པ་ཡི་བདག་ཉིད་ལྟ། །མི་བྱའང་སྐྱེ་བཞིན་པར་མི་འགྱུར། །

གང་གི་གཉིས་པོ་བར་མེད་པར། །སྲིད་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར། །དེ་ལ་སྐྱེ་བཞིན་  
པ་མེད་དེ། །གང་ཕྱིར་དེ་ལའང་བར་ཡོད་ཕྱིར། །གང་གི་ཕྱིར་ན་སྐྱེ་བཞིན་པ། །འགགས་  
པས་སྐྱེས་པ་སྐྱེ་འགྱུར་བ། །དེ་ཡི་ཕྱིར་ན་སྐྱེ་བཞིན་པ། །གཞན་ཡང་ཡོད་པའི་ངོ་བོར་  
སྣང་། །གང་ཆེ་སྐྱེས་པ་དེ་ཡི་ཆོ། །སྐྱེ་བཞིན་པ་ལ་སྲིད་པ་མེད། །གང་ཆེ་སྐྱེས་པ་སྐྱེ་  
བཞིན་ན། །དེ་ཆེ་ཅི་ཕྱིར་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །སྐྱེ་བཞིན་པ་ནི་མ་སྐྱེས་པ། །ཁོ་ན་སྐྱེ་ཞེས་བྱ་  
བར་གྲག། །འབྲད་པར་མེད་ཕྱིར་དེ་ཡི་ཆོ། །བྱམ་པ་མེད་པར་ཅིས་མི་རྟོག། །སྐྱེ་བཞིན་པ་

༡ མ་ཕྱི། ༡༦བཅའ། ཐུང་ \*ཐུང་ཡིན་ནས་སྐྱེས།

འི་མ་རྫོགས་ཀྱང་། །མ་སྐྱེས་པ་ལས་སྤྱོད་ལ་གྱུར། །དེ་སྐྱེས་གང་སྤྱིར་སྐྱེས་པ་  
ལས། །སྤྱོད་ལ་གྱུར་སྤྱིར་མ་སྐྱེས་ཏེ། །སྐྱེ་བཞིན་པ་སྤར་མ་གྱུར་ཡང་། །སྤྱིན་ས་ཡོད་  
བ་ཡིན་པར་གྲག། །དེས་ཀྱང་མ་སྐྱེས་པ་སྐྱེ་སྟེ། །མ་གྱུར་ཞེས་བྱ་སྐྱེ་མ་ཡིན། །རྫོགས་པ་  
ཡོད་ཅེས་བྱར་འགྱུར་ལ། །མ་བྱས་པ་འི་མེད་ཅེས་བརྗོད། །གང་གི་ཆོ་བ་སྐྱེ་བཞིན་  
ལ། །མེད་པ་དེ་ཆོ་གང་དེར་བརྗོད། །གང་ཆོ་རྒྱ་འི་མ་གཏོགས་པར། །འབྲས་བུ་ཡོད་པ་  
མ་ཡིན་ལ། །དེ་ཡི་ཆོ་བ་འཇུག་པ་དང་། །ལྷོག་པ་འཐད་པ་ཉིད་མི་འགྱུར། །

རྣམ་འབྱོར་སྤྱོད་པ་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས་འདུས་བྱས་ཀྱི་དོན་དགག་པ་བསྐྱོམ་པ་  
བསྟན་པ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཅོ་ལྔ་བཤོ། །།

རབ་བྱེད་བརྒྱ་བྱག་པ་སྤོབ་དཔོན་དང་སྤོབ་མ་རྣམ་པར་  
གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྟན་པ།

རྒྱ་འགའ་ཞིག་གིས་སྤོར་བ་ཡང་། །སྤོར་བ་མིན་པ་ལྟ་བུར་སྤོར། །རབ་ཏུ་བྱེད་པ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །འདི་ནི་སོ་སོར་འགོག་པར་བྱེད། །གང་ཆོ་སྤྱོད་པོ་བརྗོད་བྱ་  
ནའང་། །སྤོར་བ་ཞེས་བྱར་མི་བྱུང་ངོ་། །གང་ཞིག་རྟེན་ནས་ཀྱུན་འགྱུར་བ། །དེ་ནི་  
གསུམ་པའང་ཡོད་མ་ཡིན། །གལ་ཏེ་སྤོར་བའི་ཉེས་པ་ཡིས། །སྤོར་བ་མ་ཡིན་འགྱུར་  
འགྱུར་ན། །མི་སྤོར་ཉེས་པས་སྤོར་བ་ཉིད། །ཅི་སྟེ་འགྱུར་པར་འགྱུར་མ་ཡིན། །གཞན་  
ཀྱི་ཕྱོགས་ནི་བརྗོད་པ་དང་། །རང་གི་ཕྱོགས་ནི་བསྐྱུབ་པ་སྟེ། །གལ་ཏེ་སུན་འབྱིན་བྱེད་  
ཕྱོགས་གཅིག་དགའ་བ་སྐྱུབ་བྱེད་ལ་ཅིས་མིན། །

གལ་ཏེ་ཡོངས་སུ་བརྟགས་པ་ན། །མེད་གང་དེ་ཕྱོགས་མི་འགྱུར་ན། །དེས་ན་  
གཅིག་ཉིད་ལ་སོགས་གསུམ། །ཀྱུན་ཀྱང་ཕྱོགས་མ་ཡིན་པར་འགྱུར། །གང་དུ་མངོན་

ལུ་མ་གྲིས་བྲམ་དེར། རྟོང་པའི་གཏན་ཚིགས་དོན་མེད་འགྲུ་། །འདི་ན་གཞུང་ལུགས་  
 ལས་བྱུང་བའི། །གཏན་ཚིགས་ཡོད་མིན་གཞན་ཏུ་ཡོད། །མི་སྟོང་མེད་པར་སྟོང་པ་  
 རྒྱ། །གང་ལས་འབྱུང་བ་ཉིད་ཏུ་འགྲུ་། །དི་ལྟ་བུར་ན་ཅིག་ཤོས་རྒྱ། །མེད་པར་གཉེན་  
 བོ་འབྱུང་བར་འགྲུ་། །གལ་ཏེ་ཕྱོགས་ཉིད་ཏུ་འགྲུར་ན། །ཕྱོགས་མེད་ཕྱོགས་གྲིང་  
 བོར་འགྲུ་། །དེ་ལྟར་ཕྱོགས་མེད་ཉིད་མེད་ན། །གང་ཞིག་མི་མ་ཐུན་ཕྱོགས་སུ་  
 འགྲུ་། །གལ་ཏེ་དངོས་པོ་ཡོད་མིན་ན། །མེ་ནི་ཆ་བར་ཅི་ལྟར་འགྲུ་། །ཆ་བ་མེ་ཡང་  
 ཡོད་མིན་ཞེས། །གོང་ཉིད་ཏུ་ནི་བརྗོད་པར་བྲམ། །དངོས་པོ་མཐོང་ནས་དངོས་པོ་  
 རྒྱ། །མེད་པ་ཞེས་བྲ་བརྗོད་འགྲུར་ན། །དེ་ལྟར་ཕྱོགས་ནི་བཞི་ཆར་ལ། །ཉེས་པ་སྤངས་  
 བ་གང་ཞིག་མཐོང་། །

རྒྱ་མ་ཐུན་ལ་ཡང་ཡོད་པའི་དངོས། །གང་ཏུ་མེད་དེར་དི་ལྟར་འབྱུང་། །སངས་  
 རྒྱས་རྣམས་ལ་མེད་ཉིད་ཀྱང་། །དེ་ཉིད་ཕྱིར་ན་མ་འབྲེལ་བའོ། །གལ་ཏེ་ཀུན་ལ་གཉིས་  
 མིན་ན། །གཞན་གང་ཞིག་ལ་ཡོད་དངོས་ཡོད། །གལ་ཏེ་ཕྱོད་ལ་འང་དེ་རིགས་  
 བ། །བརྟམ་བ་གཞན་པོ་ཅི་སྟེ་བྱེད། །དངོས་པོ་ཀུན་གྱི་དངོས་མེད་ལ། །རྣམ་པར་དབྱེ་  
 བ་མི་རིགས་ཏེ། །རྣམ་རྣམས་ཀུན་ལ་གང་མཐོང་བ། །དེ་ནི་རྣམ་དབྱེར་མི་འགྲུར་  
 བོ། །མེད་ཕྱིར་གཞན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་ལན། །བརྗོད་པ་མིན་པར་གྲགས་ན་ལོ། །གཏན་  
 ཚིགས་གྲིས་བརྗོད་རང་ཕྱོགས་ཀྱང་། །ཅི་ཡི་ཕྱིར་ན་སྐྱབ་མི་འགྲུ་། །སུན་འབྱེན་བྱེད་  
 པའི་གཏན་ཚིགས་རྗེད། །སྐྱ་ཞེས་འདིག་ཉེན་བརྗོད་ན་ཡང་། །གཞན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་སྦྱོར་  
 བརྗོད་བ། །ཉིད་ཏུ་ཅི་ཡི་ཕྱིར་མི་རུས། །ཡོད་ཅེས་བྲ་བ་ཅ་མ་ཞིག་གིས། །གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་  
 དངོས་ཡོད་ན། །མེད་ཅེས་བྲ་བ་ཅ་མ་ཞིག་གིས། །མེད་པར་ཡང་ནི་ཅིས་མི་



འགྲུང། །གང་ཕྱིར་ཡོད་བདོག་ཅེས་མིང་བཏགས། །དེ་ཕྱིར་མེད་པར་མི་འགྲུང་  
ན། །གང་ཕྱིར་ཡོད་ཅེས་མིང་བྱས་པ། །དེ་ཕྱིར་ཡོད་པར་མི་འགྲུང་རྟོ། །གལ་ཏེ་ཐམས་  
ཅད་འདིག་ཉེན་པས། །བརྗོད་པས་འདིག་ཉེན་པ་ཡོད་ན། །དངོས་གང་དེ་ཉིད་དུ་ཡོད་  
པ། །དེ་ནི་འདིག་ཉེན་པར་ཅིས་འགྲུང། །གལ་ཏེ་དངོས་ཀྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། །མེད་པ་  
ཉིད་དུ་འགྲུང་ན་ནི། །དེ་ལྟ་ཡིན་དང་ཕྱོགས་རྣམས་ཀྱིས། །དངོས་པོ་མེད་པར་མི་རིགས་  
སོ། །

དངོས་པོ་མེད་ཕྱིར་དངོས་མེད་ལ། །སྲིད་པ་ཡོད་པར་མི་འགྲུང་རྟོ། །དངོས་པོ་  
མེད་པར་དངོས་པོ་ནི། །མེད་པར་གང་ལས་འགྲུབ་པར་འགྲུང། །སྣོང་པ་གཏན་ཚིགས་  
ལས་འགྲུང་པ། །དེ་ཕྱིར་སྣོང་པར་མི་འགྲུང་ན། །དམ་བཅའ་གཏན་ཚིགས་ལས་གཞན་  
ནི། །མ་ཡིན་དེས་ན་གཏན་ཚིགས་མེད། །གང་ཕྱིར་སྣོང་པའི་དབེ་ཡོད་པ། །དེས་ན་སྣོང་  
པར་མི་འགྲུང་ན། །བྱ་རོག་རི་ལྟ་དེ་བཞིན་དུ། །བདག་ཀྱང་ནག་ཅེས་བརྗོད་ཅུས་  
སམ། །གལ་ཏེ་རང་བཞིན་གྱིས་དངོས་ཡོད། །སྣོང་མཐོང་ཡོན་ཏན་ཅི་ཞིག་ཡོད། །ཉོག་  
པས་མཐོང་བ་འཆིང་བ་སྟེ། །དེ་ནི་འདི་དུ་དགག་པར་བྱ། །གཅིག་ཡོད་གཅིག་མེད་ཅེས་  
བྱ་བ། །དེ་མིན་འདིག་ཉེན་པ་ཡང་མིན། །དེས་ན་འདི་ཡོད་འདི་མེད་ཅེས། །བརྗོད་པ་  
ཉིད་དུ་ཅུས་མ་ཡིན། །

ཡོད་དང་མེད་དང་ཡོད་མེད་ཅེས། །གང་ལ་ཕྱོགས་ནི་ཡོད་མིན་པ། །དེ་ལ་ཡུན་ནི་  
རིང་པོ་ནའང། །ལྷན་ཀ་བརྗོད་པར་ཅུས་མ་ཡིན། །

རྣམ་འབྱོར་སྡོད་པ་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས་སློབ་དཔོན་དང་སློབ་མ་རྣམས་པར་གཏན་ལ་  
དབབ་པ་བསྟན་པ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཅུ་དྲུག་པའོ། །།

### མཚུག་བྱང་།

སློབ་དཔོན་འཕགས་པ་ལྷའི་ཞལ་སྲ་ནས་མཛད་པ། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་རྣལ་  
འབྱོར་སློབ་པ་བཞི་བརྒྱ་པའི་ཚིག་ལེའུར་བྲས་པ་རྫོགས་སོ། །

### འབྲུང་བྱང་།

ཁ་ཚའི་ཤོང་བྱེད་དཔེ་མེད་ཀྱི་དབྲུང་རིམ་ཆེན་སྤེལ་པའི་ཀུན་དགའ་ར་བལ། རྒྱ་  
གར་གྱི་མཁན་པོ་སུམ་རྩེ་ན་དང་། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་པ་ཚབ་ཉི་མ་གཤམ་གྱིས་བསྐྱུར་  
ཅིང་བྲས་ཏེ་གཏན་ལ་ཐབ་པ། །

སའམརྒྱལ།

པར་བྱང་སྒྲིབ་ཚིག་ག

ནམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ། །  
གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཚོས་ཚུལ་དལ་འབབ་སྐྱང། །  
ཚིག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི། །  
ཇི་མ་ཡོངས་འཇུག་ལེགས་བཤད་བདུན་ཅི་འདི། །  
དཔར་དུ་བསྐྱུན་པའི་ནམ་དཀར་ཕྱང་པོའི་མཐུས། །  
ཡང་དག་ཚོས་ཀྱི་སྒྲོ་མོ་སྒྲོང་སྐག་བརྒྱ། །  
གདངས་ཉེ་རྒྱུད་ལྗེའི་འགོ་བ་མ་ལུས་བ། །  
རེས་ལེགས་འོར་བུའི་མཚོན་ལ་དབང་འགྱུར་འོག། །

ཅེས་འཇམ་གྲིང་ཡངས་བའི་ཁྲོན་ལ་འཚོ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྒྲོན་ནམ་འཛེན་ལྷུ་གུ་  
སེདྲེའི་རིང་ལུགས་སྒྲོ་ཀུན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འབྲེལ་ལུན་ལེགས་ཚོགས་དུ་མའི་  
ཚེད་དུ་དམིགས། བང་བསྐྱུན་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དཔར་དུ་བསྐྱུན་  
དང་བསྐྱུན་འགྱུར་གང་ལའང་སྐྱར་ཚོག་པའི་དགོ་བསྐྱེའི་སྒྲོན་ཚིག་ཏུ་ལྷུ་གུའི་དགོ་སྐྱོང་  
ཚོས་སྐྱ་བ་དག་དབང་གྲོ་བཟང་བསྐྱུན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྐྱར་བའོ། །