

མཛོད་པ་ལོ། དཔལ་ལྷན་ལྷ་བ་གྲགས་པ།
སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཙོང་ལྷན་གྲག་ཁང་།

༡༡། །དབྱེ་མ་ལ་འཁྱག་པ་དང་དབྱེ་མ་གཤམ་རབ་ལ་
འཁྱག་པ། །



མཛོད་པ་པོ། དབལ་ལྷན་རྒྱ་བ་བྲགས་པ།
མེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཅོ་མ་ལྷོ་གཤམ་པ།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་དེབ་སྤྱིའི་ཨང་།

SJRB-0016

སྡེ་དགེའི་བསྟན་འགྱུར་ལ་གཞི་བཙུག་པ་ཡིན།

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

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོ་སྤྱིག་ཁང་གིས་སྤྱིག་རྩལ་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བཅོས།

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

༡༠༡༥ ཟླ་བརྒྱད་པར་གསར་དུ་ཚཱ་སྤྱིག་བྲེས།

༡༠༡༠ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༡༠ ལ་བསྐྱར་སྤྱིག་བྲེས།

སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཏུ་བྱང་།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ཡིག་འབྲེལ་ཏུ་བྱང་།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

བསྐྱར་སྤྱིག་པ། རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚཱ་སྤྱིག་པ།

བར་སྐྱུན་གྱི་བདག་དབང་སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོར་ཡོད།

དཀར་ཆག

རོ་སྒོ་འདོར་བསྟུན།	ii
ཞུ་སྒྲིག་པའི་གསལ་བཤད།	ix
དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ།	༡
སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་པོ།	༡
སེམས་བསྐྱེད་པ་གཉིས་པ།	༣
སེམས་བསྐྱེད་པ་གསུམ་པ།	༥
སེམས་བསྐྱེད་པ་བཞི་པ།	༦
སེམས་བསྐྱེད་པ་ལྔ་པ།	༧
སེམས་བསྐྱེད་པ་དྲུག་པ།	༧
སེམས་བསྐྱེད་པ་བདུན་པ།	༣༥
སེམས་བསྐྱེད་པ་བརྒྱད་པ།	༣༥
སེམས་བསྐྱེད་པ་དབུ་པ།	༣༦
སེམས་བསྐྱེད་པ་བརྩ་པ།	༣༦
དབུ་མ་ཤེས་རབ་ལ་འཇུག་པ།	༤༧
བར་བྱང་སྒོ་ན་ཆོག་	༥༠

རོ་སྟོང་མདོར་བསྟུན།

དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བ་གྲགས་པ་ལམ་ལྷན་ཅ་ཅ་ཀྱི་ཉི་མཆོག་ནི། རྒྱ་གར་སྟོ་ཕོ་གས་ས་མཆར་ཞེས་བྱ་
བར་བམ་ཟེའི་རིགས་སུ་སྦྱ་འབྱུངས། མཆོན་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་པར་ཞུགས་ནས་བསྟན་
འདྲིན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་ལུང་བསྟན། ཡབ་ཡུམ་གཉིས་ཀྱིས་གནང་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱུང་།
དཔལ་ལྷན་ལེ་རྒྱའི་མཁན་པོ་རྒྱ་བ་མགོན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ལས་ཆོགས་སུ་མ་དགེ་ཚུལ་གྱི་སྟོན་པ་
བཞེས་པས་མཁན་པོ་ཉིད་ཀྱི་མཆོན་ལས་བྱངས་ཏེ་རྒྱ་བ་གྲགས་པ་ཞེས་བཏགས།

དེ་ནས་རིམ་གྱིས་བསྟན་པར་རྫོགས་ཤིང་སྟེ་སྟོང་གསུམ་དང་རྒྱུད་སྟེ་བཞི་ལ་སྦྱངས།
འཕགས་པ་སྦྱ་སྦྱབ་ཀྱི་ཞབས་རུལ་སྦྱི་པོས་གྲངས་ཏེ། མདོ་སྟགས་ཀྱི་མན་དག་རྣམས་གསན། ཇི་
ལྟར་གསན་པ་ལྟར་མདོ་སྟགས་གཉིས་ཀྱི་ལམ་གྱི་ལུས་ལ་སྦྱབ་པར་གཞོལ་བར་མཛད།

ཕྱི་ནང་གི་སྟོན་པ་ཐམས་ཅད་དོར་ནས་བྱང་རྒྱུབ་ཀྱི་སེམས་སྟོན་བཞིན་བཞུགས་པས་ཐ་
མལ་བ་དག་གི་སྣང་བ་ལ་བཟའ་བཏུང་བྱེད་པ་དང་། བཤད་གཅི་འདོར་བ་ཅམ་མ་གཏོགས་བྱ་བ་
གཞན་གང་ཡང་མི་བྱེད་པར་ཉལ་བ་འབའ་ཞིག་ལྟར་མཛད་པ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་ནས་དེ་དག་མ་རངས་
ཏེ། རྒྱ་བ་གྲགས་པ་འདི་ཐོས་བསམ་སྟོན་པ་དང་། དགེ་འདུན་གྱི་ལས་གང་ཡང་མི་བྱེད་པར་ཐོས་
ཀྱིན་ཉལ་སྟོང་པ་ཞིག་བྱུང་བས། དགེ་འདུན་རྣམས་ཀྱིས། འདི་སྣང་སྟེ་ཉེགས་པ་ཡིན་པས། ད་
དུང་སྟེ་གས་པར་སྟོག་པར་འདུག །འདི་སྦྱ་ཐབས་སུ་གནས་ནས་ད་བཟོད་འོ་སྟོལ་ལ་གཞོད་ནས་
འོང། འདི་ནི་ལས་རན་སྟེ་ཤ་ཅན། །སྟེ་གས་ཉིད་ཀྱང་མ་དོར་བས། །དགེ་འདུན་བྱ་བ་མི་བྱེད་དེ།
།འདི་ཡིས་གཞོད་སྟེ་ལ་འདོན་པར་རིགས། །བྱས་པས། ལྷ་ལེ་རྒྱའི་མཁན་པོ་རྒྱ་བ་མགོན་པོས་
འདིའི་རང་ཚུལ་རྟོགས་པས་དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བར་ཐ་མལ་བ་མང་པོ་ཞིག་གིས་སྟོག་གསོག་པར་
འདུག་པས། ཁྱིད་ཀྱིས་སྦྱི་གཉེར་ཅིག་ཀྱིས། ཉི་མ་གྲགས་པ་རོགས་ལ་བཏང་གི་གསུངས་པས་
གཉེར་མཛད་ནས་མ་དེ་དང་བ་ལང་ཐམས་ཅད་རིམ་ལྔ་དུ་བརྟུག་སྟེ་རི་མོའི་བ་ཞིག་བྱས་ནས་

ཡོད་པ་ལ། དགེ་འདུན་རྣམས་ཀྱིས་མ་ཉེ་ལ་སོགས་པ་ནགས་ལ་བརྒྱབ་ནས། ད་འདིས་ཅི་བྱེད་
བལྟའོ་བྱས་པས། ཉི་མ་གྲགས་པས་གཡོག་བྱས་ནས་ཞོ་དང་འོ་མ་མང་པོ་ཁྱིར་བྱུང་བས་ཉི་མ་
གྲགས་ཀྱིས་མ་ཉེ་སོགས་རི་ལ་བརྒྱབ་ནས་ཞོ་དང་འོ་མ་འདི་ཙམ་འོང་བ་ཅི་ཡིན་བྱས་ནས་རི་
ལྟར་བྱེད་བལྟས་པས། རི་མོའི་བ་ལས་བཞོས་ནས་འོང་བ་མཐོང་བ་གསང་ནས་བསྟེད་པས། དེ་
ནས་གཉེར་ཐོན་ནས་འབྲས་ལ་སོགས་པ་མང་པོ་གཏད་པས། ཁྱོད་ཀྱིས་མ་ཉེ་སོགས་རི་ལ་བརྒྱབ་
ནས། འབྲས་དང་མར་ལ་སོགས་པ་མ་ཟད་པ་ཅི་ལས་བྱུང་བེད་པ་ལ། ཉི་མ་གྲགས་ན་རེ། དཔལ་
ལྷན་རྒྱ་བ་གྲགས་པ་ཡིས། རི་མོའི་བ་ལས་ཞོ་བཞོས་ནས། དགེ་འདུན་འཆོ་བ་ལེགས་པར་
བསྟུབས། །བྱས་པས། མཁན་པོ་ན་རེ། སེམས་ལ་དབང་ཐོབ་པས་རི་མོའི་བ་ལས་ཞོ་འཛོ་བ་དོ་
མཆར་ཆེ་གསུངས།

ཡང་ལན་ཅིག ཏུ་རུ་ལྟའི་དམག་བྱུང་ནས་རྒྱ་ལེ་རྒྱར་རྒྱ་བ་བྱེད་ཀྱི་ལམ་ན་སླེབས་ཟེར་ནས།
པ་རྗེ་ཏུ་དང་། རུས་པ་ཙན་ཐམས་ཙན་ལ་དམག་བརྒྱུག་པའི་ཐབས་ཡོད་དམ་ཞུས་པས། ཐབས་མ་
བྱུང་བའི་ཆོ། རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་ཆོས་སྤྱོད་གི་ཐུགས་ཀ་ནས། བྱ་རོག་ཅིག་བྱུང་ནས། རྒྱ་བ་གྲགས་པ་ལ་
རྒྒྱུག་ཐབས་ཞུས་ཟེར་བ་ལྟར་ཞུས་པས། རྒྱ་བའི་ཞལ་ནས་ཐབས་ཡོད་ཀྱིས། རྗེའི་སེང་གེ་གཅིག་
ཀྱིས་ལ། སངས་རྒྱས་པ་རྣམས་ཀྱིས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་གསོལ་བ་ཐོབས། ལྷ་སྟེགས་པ་
རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དབང་ལྷུག་ཆེན་པོ་ལ་གསོལ་བ་ཐོབས་ཤིག་གསུངས་ནས། དེར་རྗེའི་སེང་གེ་
བཙོས་ཟེན་པ་དང་། དེ་གས་ཤིང་། དེའི་ནང་ནས་མི་གཅིག་བྱུང་ནས། དས་བྱ་དགོས་ཟེར་ལེགས་
པ་ཞིག་བཙོལ་ཟེན་པ་དང་། རྒྱ་བ་གྲགས་པ་ལེབས་ནས། རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་བྱང་སྟོགས་སུ་དཔག་ཆད་བཙོ་
ལྷ་པའི་བར་གྱི་རྗེའི་སེང་གེ་བཞག་པ་ཙན་རུ་དམག་རྣམས་སླེབས་བྱུང་བ་ན། དམག་རྣམས་སླེབས་
བྱུང་རོ་བྱས་ཀྱང་སེང་གེ་འཁྱོར་མ་འདོད་པ་ལ། དགེ་འདུན་རྣམས་ན་རེ་འདིས་བསྟུས། འོ་སྟོལ་
ལྱང་རོ་ཟེར་བ་ལ། སྟོབ་དཔོན་རྒྱ་བ་གྲགས་པ་ཀོག་གིས་བཞེངས་ནས་ཙན་དན་གྱི་དབྱུག་པ་
འདོམ་གང་པ་ཞིག་ཁྱིར་ནས་སེང་གེའི་མགོ་ལ་ཐེངས་གསུམ་བརྒྱབ་པས་གཡུ་རལ་ལན་གསུམ་
སྟེགས་དམག་ཐམས་ཙན་བསྟེད་ནས་སེང་གེའི་གདོང་པ་ཁྱེད་ཏུ་སོང་ནས་འདུག་པས། དེའི་རུས་

ཁྱུ་ལ་པོ་སྟོབས་ལྡན་གཞོན་ནུས། དཔལ་ལྡན་རྒྱ་བ་ཁྲགས་པ་ཡིས། །སྟོབས་ལྡན་དོ་ཡི་སེང་གེ་
བསྐྱལ། །ཏུ་རུ་རྒྱ་ཡི་དཔག་བསྐྱོག་ཀྱང་། །འཁྱིལ་མེད་པ་རོ་མཚར་ཆེ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ནས་
དགེ་འདུན་རྣམས་ན་རེ། འདི་རྒྱ་བ་ཁྲགས་པའི་ནུས་པ་མིན། དགེ་འདུན་རྣམས་ཀྱིས་རབ་གནས་
བྱ་དགོས་ཟེར་ནས། རབ་གནས་བྱས་པས་སེང་གེ་སའི་ནང་དུ་རྒྱབ་པས། བཤམ་པོ་ན་རེ། འདི་རྒྱ་
བ་ཁྲགས་པ་སེམས་ལ་དབང་ཐོབ་པའི་བྱིན་རྒྱལ་ལོན་གསུངས།

ཡང་སྟོབ་དཔོན་ནགས་ན་སྟོམ་གྱིན་བཞུགས་སྐབས་ཤིག་ནགས་ལ་མེ་ཤོར་བས་ལུལ་མི་
རྣམས་བཏུ་བྱ་བྱིན་པ་ན། ཤིང་གི་ལྷ་མོ་ཞིག་གིས་རོ་སྟོད་བཏོན་ནས། བྱམས་མགོན་སྟོང་ཐེའི་སྟོ་
ཅན་ཉིད། །མེ་ཡིས་མི་འཆིག་ཚུས་མི་འབྱེད། །རྒྱུད་གིས་འཐོར་བར་ག་ལ་རུས། །ཞེས་ཟེར། མི་
རྣམས་བྱིན་པས། སྟོབ་དཔོན་གྱི་རྩའི་སྤྱི་ལ་བུའི་འདོམ་གང་ཚུན་ཆད་མེས་མ་ཆིག་པར་འདུག་
ཅིང་། སྟོབ་དཔོན་གྱི་ཞལ་ནས། ར་ཡི་རྒྱ་མ་རྒྱ་སྐྱབ་ཀྱིས། །སྟེ་བ་མེད་པའི་མེས་དངོས་པོའི། །བྱད་
ཤིང་ཐམས་ཅད་བསེགས་པ་ཡིན། །མཁའ་པོ་ཡིས་ཀྱང་བསེགས་པ་ཡིན། །ངས་ཀྱང་སྟེ་བ་མེད་
པའི་མེས། །དངོས་པོའི་བྱད་ཤིང་བསེགས་པ་ཡིན། །དངོས་པོའི་མེ་ཡིས་ག་ལ་ཆིག་ །ཅེས་
གསུངས་སོ། །

རྒྱ་ལེ་རྒྱ་ན་བརྟེན་ཏེ་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་། སུ་སྟེགས་ཀྱི་ཀོལ་བ་ཚར་གཅོད་མི་རུས་ན་བྱིར་ཆོས་
འཆད་མི་རུས་ལ། སྟོབ་དཔོན་འདི་ཉིད་བྱིར་ཆོས་འཆད་པ་ན། ལྷོ་ཕྱོགས་ཀྱི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་
ཅ་རྒྱ་གོ་མི་སྟོབ་དཔོན་ཆོས་འཆད་པའི་སར་འོངས་ཏེ་འདུད་པ་མི་བྱེད་པར་འབྱེདས་ཏེ་གནས་པ་
ན་སྟོབ་དཔོན་རྒྱ་བ་ཁྲགས་པའི་དགོངས་པ་ལ་ཚོད་དམ་བཟོ་བར་འདོད་པ་ཞིག་འོངས་པ་ཡིན་
སྟེ་ནས་དེ་ལ། ཕྱོགས་གང་ནས་འོངས། ཆོས་ཅི་ཤེས་ངེས་པས། ལྷོ་ཕྱོགས་ནས་འོངས། ལྷོ་བ་
ཉི། ཤིང་བྱིན་ཚུལ་བརྒྱ་ལྔ་བཅུ་པ། འཇམ་དཔལ་མཚན་བརྟེན་ཤེས་ཟེར། ལྷོ་དང་། མཚན་ཉིད་གྱི་
ཅ་བ་དང་། སྟེགས་ཀྱི་ཅ་བ་སྟོམ་པས། ལུང་རིགས་ལ་མཁས་པར་ཁས་བླངས་ཀྱང་། ཆིག་ཁེངས་
བསྐྱུངས་པར་འདུག་པས། ཅ་རྒྱ་གོ་མི་མིན་ནས་ངེས་པས། དེ་ལྟར་འཇིག་རྟེན་ས་རྣམས་འདོགས་
སོ་གསུངས། འོན་པརྟེན་ཆེན་པོ་ཐོག་བབས་སུ་ཕེབས་པ་མ་ལེགས། བསུ་བ་བྱ་དགོས་པས་རེ་

ཞིག་ཕྱིར་གཤེགས་ཞིག་བསུ་བ་བྱའོ་གསུངས།

ཅ་རྩ་གོ་མིས་བདག་དགེ་བསྟེན་ལ་དགེ་འདུན་གྱིས་བསུ་བ་བྱར་གཤེགས་ཅུང་། ལྷ་གསལ་ན་རེ།
འདི་ལ་ཐབས་ཡོད་དེ་འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གྱི་སྐྱེ་ཞིག་སྐྱུན་འཛེན་པ་ཡིན་པས། དེ་ལ་རྩ་ཡལ་
གཡོ་བ་ཅིང་བྱོན་ཅིག །དགེ་འདུན་གྱིས་འཇམ་དཔལ་གྱི་སྐྱེ་ལ་བསུ་བ་བྱས་པར་འགྱུར་རོ་གསུང་།

ཆོས་འཆད་འཕྲོ་བཅད་དེ། གཞི་བདུངས་བཞི་ཉ་རྣམས་བསགས་ཏེ། འདིར་མཁས་པ་ཆེན་
པོ་ཅ་རྩ་གོ་མི་བྱོན་གྱིས། བསུ་བ་བྱ་དགོས་པས་ཤིང་ཉ་འཆོས་ལ་ཅ་རྩ་གོ་མི་མཆོད་པའི་ཆོགས་
གྱིས་སྐྱུན་བྱོངས་ཞིག་ཅེས་བསྟོས་ཏེ། ཤིང་ཉ་གསུམ་ལས། དབྱས་མ་ལ་ནི་འཕགས་པ་འཇམ་
དཔལ་བཞུགས། གཡས་ན་ལྷ་གསལ་གྱིས་རྩ་ཡལ་གཡོ་བ། གཡོན་ན་ཅ་རྩ་གོ་མིས་རྩ་ཡལ་གཡོ་བ།
མདུན་ནས་དགེ་འདུན་གྱིས་བསུས། སྤྱི་བོ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བཟླ་བའི་ཕྱིར་འོངས། སྟོབ་དཔོན་ཅ་རྩ་
གོ་མིས། འཇམ་དབྱངས་ཕྱོགས་བཅུའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་བ་བྱེ་བ་རྣམས་གྱིས་བསྟོད་པར་གྱུར་
མོད་དེ་ལྟ་ན་འདྲ། ཞེས་སོགས་བསྟོད་པ་ན། འཇམ་དཔལ་གྱི་སྐྱེ་བཟླ་ན་ཞལ་ཕྱིར་ལོག་གིས་བཟླ་
ནས་གསལ་བ་བྱུང་བས་སྤྱི་བོ་རྣམས་གྱིས་སྐྱེ་གཞུགས་པ་གི་འདི་ལྟར་བྱེད་དོ་བྱས་པས་དེ་ལ་ལ་
ལུས་ཏེ་འཕགས་པ་འཇིང་ཡོན་མར་གསལ།

དེ་ནས་ཅ་རྩ་གོ་མི་རྒྱ་ལེ་རྩུབ་བྱོན་པ་ལ་བསྟེན་བཀུར་ཞིང་། སྟོབ་དཔོན་ལྷ་བ་གསལ་པ་དང་
གདན་འཛོམས། བན་ཚུན་ཆོས་ཀྱི་བཟོ་བ་མཛད་པས། སྟོབ་དཔོན་ལྷ་བ་གསལ་པས་གང་བྲིས་པའི་
ལན་ཐོགས་མེད་དུ་བཏབ། ཅ་རྩ་གོ་མིས་སྐྱུན་རས་གཟིགས་ལ་བྲིས་ཤིང་ལན་ཐོགས་བཅས་སུ་
འདེབས། དེའི་ཆེ་དཔལ་ལྡན་ལྷ་བས་གཟིགས་པས། སྐྱུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་རྩོ་སྐྱེ་བཞུགས་པའི་
ཁང་པ་ནས་བྱུང་བས། ལན་ཅིག་དེར་སོང་སྟེ་རྒྱ་བ་ནས་ཉན་པས་འཕགས་པ་སྐྱུན་རས་གཟིགས་
ཀྱི་རྩོ་སྐྱེ་དེས་ཆོས་འཆད་ཅིང་འདུག་པ་དང་། དཔལ་ལྡན་ལྷ་བས་འཕགས་པ་ལ་ཉེ་བྲིང་མི་མང་འ་
འམ་ཞེས་སྟོ་བྱེ་བས་དེ་ཉིད་དུ་རྩོ་སྐྱུར་གྱུར་ཏེ། ཆོས་སྟོབ་བཞིན་པའི་བྲག་སོར་ཀར་རེ་བ་ལ་ལུས་
པས་འཕགས་པ་འཕྲུབ་ཀར་མར་གསལ། དེ་སྐབས་ནས་ཅོད་པ་རང་ཞི།

སྟོབ་དཔོན་གྱིས་སྐྱུན་རས་གཟིགས་ལ་གསོལ་བ་བྲག་ཏུ་བཏབ་པས། མནལ་ལམ་དུ་ཁྱོད་

ནི་འཛམ་དབྱངས་ཀྱིས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པའི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་ངས་བྱིན་གྱིས་སྒོ་བ་
མི་དགོས་ཀྱིས། ཅན་གོ་མི་ལ་ཅུང་ཟད་ཅིག་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་ཡིན་གྱིས་དེ་སྐད་མ་ཟེར་
གསུངས། མན་ལ་སང་ཆེ་དེ་ལྟར་ལགས་ཀྱང་ཞལ་སྟོན་པར་ཁྱེས་པས་ཞལ་མངོན་སུམ་དུ་
བསྟན་ཏོ། །

དེའི་ཆེ་བདག་གི་སྤྱི་གཙུག་དུ་བཞུགས་ལ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཐོང་བར་མཛོད་
ཅིག་ཅེས་གསོལ་བས། སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་ཞལ་ནས་ངས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱང་དུ་
སོང་ཡང་། དེ་རྣམས་ལས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པས་ང་མཐོང་བར་མི་འགྱུར་གསུངས། ཅིས་ཀྱང་
བཞུགས་ཤིག་ཅེས་གསོལ་བ་བཏབ་ནས། འཕགས་པ་སྤྱི་པོར་ཁྱེར་ནས་ཐམས་ཅད་དུ་ཐེབས་
ནས་བདག་གི་སྤྱི་པོན་འཕགས་པ་བཞུགས་སོ། །ཕྱག་མཆོད་ཀྱིས་བྱས་ཀྱང་ལ་ལས་ཅི་ཡང་མ་
མཐོང་། ལ་ལས་བྱི་རོར་མཐོང་། བལ་ཆེ་བས་ཆོས་མང་དུ་བཤད་བས་སྤྱང་སྟོ་ཡིན་ཟེར། ཆང་
ཆོང་མ་ཞིག་གིས་ཞབས་ཅན་མཐོང་བས་ཀྱང་སྤྱན་མོང་གི་དངོས་བྱུང་ཐོབ་པ་ཞིག་བྱུང་ཞེས་གྲག་
གོ། །

རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་མཁན་པོ་འང་མཛོད་པར་བཤད་ཅིང་། སྟོབ་དཔོན་འདིས་འཕགས་པ་སྤྱི་སྤྱི་
ཞབས་ཟེན་ཡོད་མེད་ལ་བྱོགས་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་སྟོན་གྱི་ཆོས་འབྱུང་མང་པོར། འཕགས་པ་སྤྱི་
སྤྱི་ཀྱིས་འཛམ་བྱའི་གླིང་དུ་ལོ་དྲུག་བརྒྱ་བཞུགས་ནས་བསྟན་པའི་དོན་རྒྱ་ཆེར་མཛོད་པས་སྤྱི་
ཆའི་སྟོན་སྐད་པར་གསུམ་གྱི་སྟོབ་མ་རིམ་པ་མང་པོ་ཡོད་པ་ལས། སྤྱི་ཆའི་སྐད་ཀྱི་སྟོབ་མའི་གཙོ་
པོ་བསྟན་འཛིན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཙུག་གི་ནོར་བུ་ལྟ་བུར་གྱུར་པ་ནི་སྟོབ་དཔོན་རྒྱ་བ་གྲགས་པ་ལྟེ།
སྟོབ་མའི་མཐའ་མ་རྒྱ་གྲགས་ལ། ཆོས་ཀྱི་མཐའ་མ་སྟེ་མེད་བསྟན། ཅིས་འཕགས་པ་སྤྱི་སྤྱི་བདེ་
བ་ཅན་དུ་གཤེགས་ཁར་གསུངས་ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །

སྟོབ་དཔོན་འདིས་མདོ་སྤྱགས་གཉིས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་མང་དུ་བཅུམས་པ་ལས། དབྱ་མ་ལ་
འཇུག་པ་རང་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་དང་། དབྱ་མ་རྩ་བའི་འགྲེལ་པ་ཆོག་གསལ་དང་། དཔལ་
གསང་བ་འདུས་པ་རྩ་རྒྱུད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་སྟོན་མ་གསལ་པ་མཛོད་པས་ཆོག་གསལ་དང་འདི་གཉིས་

ལ་རྒྱུན་གྱི་མཁའ་པ་ནམས་ཀྱིས་མཁའ་ལ་ཉི་རྒྱ་གཉིས་ས་ལ་གསལ་བ་གཉིས་ཞེས་བརྒྱགས་པར་
 གྲགས། གཞན་ཡང་བཞི་བརྒྱ་པའི་འབྲེལ་བ་དང་། རིག་བ་རྒྱག་ཅའི་འབྲེལ་བ་དང་། དབྱ་མ་ཕྱང་
 རོ་ལུ་བ། རྟོང་ཉིད་བདུན་ཅུ་པའི་འབྲེལ་བ། རྒྱལ་ས་འཁོར་བདུན་ཅུ་བ། རྒྱགས་རྩེ་ཆེན་པོ་ལ་སྟེ་
 རྒྱགས་སུ་གསོལ་བ། གསང་བ་འདུས་པའི་རྫོང་བ་ཡན་ལག་རྒྱག་པའི་འབྲེལ་བ། གསང་བ་འདུས་
 པའི་མཛོན་པར་རྟོགས་པའི་བྱུང་གྱི་འབྲེལ་བ། རྩེ་རྩེ་སེམས་དཔའི་རྒྱལ་ཐངས། ཁོ་པོ་བདུད་ཅི་
 འབྲེལ་པའི་རྒྱལ་ཐངས། རྫོལ་མའི་བརྟེན་པ་སོགས་མཛད་དོ། །

མོད་འབྲུང་ལ། ལྷན་ཐང་བརྟན་འབྲུང་གི་མདོ་ཕྱོགས་ཀྱི་མོད། །༢༡༥༽ བཞིས་དང་།
གསང་སྐབས་ཀྱི་སྒོར། ལྷན་ཐང་བརྟན་འབྲུང་གི་མོད། །༢༡༦༽ རྣམས་སུ་ཡོད།

མཐར་ལྗོངས་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་དུ་བྱོན་ཏེ་ཤོ་རྒྱུ་ནའི་ཡུལ་དུ་ཐུ་སྟེགས་ཀྱི་ཚོལ་བ་མང་པོ་ཆར་
བཅད། བཅའ་ཟེད་དང་ཁྲིམ་བདག་པལ་ཆེར་བསྟན་པ་ལ་བརྟུག་ནས་ཆོས་གཞི་ཆེན་པོ་མང་དུ་བཏབ།
སྤང་གིས་མ་རུ་རྩྭ་ག་ཞེས་བྱ་བའི་རི་ལ་སྤགས་ཀྱི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་དངོས་བྱུང་མཆོག་ཐོབ་པར་
བཞེད་པས། ཡུན་རིང་དུ་བཞུགས་ནས་འཇམ་ལུས་སུ་མོང་བར་སྤགས་ཀྱི་སྟོབ་དཔོན་རྣམས་
འདོད་དེ། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་ན་དགྲའ་ལོ་སུམ་བརྒྱ་བཞུགས་པར་བཤད།

སྒྲོ་བ་དཔོན་པོ་དེ། རྒྱ་གར་གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་ཅུ་འཛིན་པ་འདི་ཅིང་། རྒྱ་མ་དོ་
རྩེ་གདན་བཅས་གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་ཅུ་ལ་བསྟོན་པ་ལས། འཇམ་དཔལ་རྒྱ་ཡི་རྒྱལ་པར་བཞུངས། རྒྱ་
རྒྱལ་དཔོངས་པ་ཐུགས་སུ་ཆུད། རྒྱ་བ་ཐུགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི། རྒྱ་མ་དེ་ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ། ཞེས་
བསྟོན་པ་མཛད་ཡོད།

སྒྲོལ་མ་ལ། རིགས་པའི་ཁྱུ་གྲག་ཆེ་བ། རྣམ་ཐར་ཁ་ཤས་ལྷ་འདི་རྩོམ་ཞུ་ཉེ་འདི་སྒྲུ་མ་དང་། དཔལ་
 མཐོན་སྒྲུ་སྒྲུབ་ཀྱི་དངོས་སྒྲོལ་ཡིན་པར་བཤད་པ་ཞེས་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཆ་ནས་དབྱེད་པོས་པ་དང་། རྒྱ་པ་ཐགས་པ་
 པ་རྩ་ཀྱི་གཉིས་འབྱུང་བ། སྒྲོལ་དམོན་འདི་འཕགས་པ་སྒྲུ་སྒྲུབ་ཀྱི་དངོས་སྒྲོལ་ཡིན་ཡིན་གྱི་བཤད་སྒྲོལ་མི་འདྲ་བར་
 འབྱུང་བ་ཞེས་དབྱེད་པོས་པ་མང་ནའང་འདིར་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ལས་བརྒྱུས་ཏེ་བསྒྲིགས་པ་ཡིན་ནོ། །
 འོགས་མང་དུ་བྱུང་།

སྒྲོབ་དཔོན་འདིའི་ལོ་རྒྱུས་སྒྲོར། ལུ་སྟོན་ཆོས་འབྲུང་དང་། ཏུ་ར་རྒྱ་ཐའི་བྱ་གར་ཆོས་འབྲུང་
། ལམ་རེས་ཐུ་མ་བརྒྱད་པའི་ནམ་ཐར་སོགས་ནམ་ཐར་དང་ཆོས་འབྲུང་སོགས་མང་པོ་ན་རིང་བྱང་
མི་འདྲ་བ་སྣ་ཆོགས་མངལ་རྒྱ་ཡོད་དོ། །

༡༠༧༩.༠༥.༠༣.ལ་མེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྒྲིག་པས་བཅུས་བསྒྲིགས་བྱས།

ཞུ་སྤྲིག་པའི་གསལ་བཤད།

བོད་གངས་ཅན་གྱི་ཕྱོད་ས་སུ་སྤོན་སྤོན་མཁས་པའི་དབང་པོ་དག་གི་བཀའ་བློན་ལས། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བཅུད་དང་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ནོར་དུ་གྱུར་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་སྤྲིག་ས་མ་ཁྱི་སྤྲིག་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་སྟེ་ནའང་། དུས་རབས་ཀྱི་འཕེལ་འགྱུར་དང་འགྲོགས་པའི་མིའི་ཉེས་སྤོད་ཀྱི་དབང་གིས་རྩ་ཆའི་གསུང་རབ་མང་པོ་ཞིག་རྩ་བརྒྱུག་དུ་བྱིན་ཟེན་བ་དང་། ལྷག་འགྲོས་གང་མང་ཞིག་རྩ་བརྒྱུག་དུ་འགྲོ་ཉེར་ཡོད་པར་བརྟེན་དུས་རབས་འདིའི་བོད་མི་ཞིག་ལ་མཚན་ན་རྩ་ཆའི་བའི་གསུང་རབ་དེ་དག་གཅེས་ཉར་བྱེད་རྒྱུར་བརྩོན་དགོས་པ་ནི་དུས་ལ་བབ་པའི་ལས་འགན་བརྒྱུག་དུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ངེས། དེ་བས་འདི་ག་སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྤྲིག་ཁང་ནས་ཀྱང་རྩ་ཆའི་གསུང་རབ་དེ་དག་ཉར་ཆགས་དང་སྤྲང་སྤྲོབ་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཚོམ་སྤྲིག་གི་ལས་ཀ་འདི་གཉེར་བཞིན་ཡོད།

དེར་རབས་ཀྱི་འབྲུལ་ལས་སྐབས་བདེ་དུ་བྱིན་པ་དང་བསྐྱེད་ནས་གསར་དུ་ཚོམ་སྤྲིག་བྲས་པའི་དེབ་དང་འབྲུལ་དེབ་གང་མང་ཞིག་བྲས་བཤལ་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་དགའ་ལོས་པ་ལྟ་བུར་སྤང་མོད། སྤྱིར་གསུང་རབ་དཔར་བསྐྱེད་དང་ཞུ་སྤྲིག་གི་སྐབས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་བཅོས་ནོར་ཤོར་ནའང་ཆ་བས་ཆེ་བའི་སྤོན་ཆ་འབྱུང་གི་ད་པས་བསྐྱེད་དང་བཅོ་བཅོས་མེད་པར་སོར་འཛོག་གིས་བདག་ཉར་བྱ་རྒྱུ་ཅི་ནས་ཀྱང་གཤེད་ཆེ་ཞིང་། གཤེད་ཉེ་ཞོར་བར་ངེས་པའི་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་བཅོས་དགོས་བྱུང་ནའང་ཁ་གསལ་གྱི་མཆན་ཡིག་འགོད་རྒྱུ་ཉར་གཤེད་ཆེ་བ་ཡིན།

འདི་ག་ཚོམ་སྤྲིག་ཁང་ལ་མཚན་ན། པར་གཞི་ཆོད་ལྡན་ཞིག་མ་བྱིར་བཟུང་ནས་དེའི་ཡིག་འགྲོས་སོར་བཞག་གིས་ཚོམ་སྤྲིག་གི་རྒྱུ་རྩ་དོན་དུ་འཛིན་བཞིན་ཡོད་ལ། དེའི་པར་གཞི་མི་འཕྲ་བ་གཞན་ཡང་ལག་སོན་བྱུང་ན་པར་གཞི་གཞན་དག་ལའང་གང་ཅུས་ཤིག་སྤུར་བཞིན་ཡོད།

མ་བྱིར་ཡིག་ནོར་མཛོན་གསལ་ཅན་བྱུང་ན་བཅོས་ཉེ་མཆན་གྱིས་གསལ་བཤད་བྲས་ཡོད་

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

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

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

དཔེར་ན། མཐའ་མཆན་དུ། **མ་ཕྱི། ༥༩ན། བསྐྱབ** ***བསྐྱབས** **སྟེ། ༡༠ནན། རྒྱ།**
སྟེ། ༡༡འན། བསྐྱབས ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་ཆེ་དེ་དག་གི་དོན་ནི། **མ་ཕྱི**འི་འོག་གྲངས་
༥༩མདུནའོས། ཡིག་གྲངས་**༥པ་ན། བསྐྱབ**ཅེས་བྲིས་ཡོད་པ་མཆོན་ཞིང་། ***བསྐྱབས** ནི་མ་ཕྱིའི་
ཡིག་ཞོར་བསྐྱབ་དེ་ཉིད་ཞུ་སྒྲིག་པས་བསྐྱབས་སུ་བཅོས་ཡོད་པ་མཆོན་བྱེད་དུ་གོ་དགོས། ཡང་

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

ལྷ་སྤྲེག་པའི་ཤེས་ཚད་དང་དོ་སྣང་གིས་མ་འདང་བར་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་ཞོར་འཁྲལ་ཤོར་བ་
སོགས་གཟིགས་ཆེ་ཀྱན་པན་གྱི་ལས་གཞི་འདིར་རྒྱ་བ་སྤྱོད་དང་ལམ་སྟོན་གྱི་ཆེད་དུ་མཁྱེན་ལྡན་
རྣམས་ནས་འདི་གའི་ཚུམ་སྤྲེག་ཁང་དུ་ཁ་གསལ་གྱི་དོ་སྤྱོད་དང་ལམ་སྟོན་གནང་བའི་རེ་བསྐྱལ་ཞུ་
རྒྱ་དང་། འདི་ནས་ཀྱང་གང་མགྲོགས་ངང་པར་གཞིར་བསྐྱར་ཞིབ་དང་ལེགས་སྤྲེག་ཞུས་ཏེ་སྤྲེག་
ཀ་རེ་ལེགས་སུ་གཏོང་ངེས་ཡིན།

སེར་གྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚུམ་སྤྲེག་ཁང་ནས།

བྱི་ལོ་**༢༠༢༠**ལྷ་**༠༩**ཆེས་**༡༥**ལ།

༡༣། །དབུ་མ་ལ་འདུག་པ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

༡༣། །ཁྱ་གར་སྐད་དུ། མ་རྒྱུ་མཁུ་བ་ཏུ་ར་ལྷ་མ། བོད་སྐད་དུ། དབུ་མ་ལ་
འདུག་པ་ཞེས་བྱ་བ། འཕགས་པ་འང་མ་དབལ་གཞོན་རྒྱུར་བ་ལ་བྱག་འཆའ་
སོ། ། ཉན་ཐོས་སངས་རྒྱས་འབྲིང་ནམས་སྐབ་དབང་སྦྱེས། །སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་
སེམས་དབལ་ལས་འབྲུངས་ཤིང་། །སྦྱིང་རྗེའི་སེམས་དང་གཉིས་སུ་མེད་ཆོ་
དང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་རྒྱལ་སྐས་ནམས་ཀྱི་རྒྱ། །གང་ཕྱིར་བཅེ་ཉིད་རྒྱལ་བའི་ལོ་
ཐོག་སྐྱེན་ཆོགས་འདིའི། །ས་ཐོན་དང་ནི་སྤེལ་ལ་རྒྱུར་འབྲུག་རིང་དུ། །ལོངས་སྦྱོང་
གནས་ལ་སྤྱོན་བ་ལྟ་བུར་འདོད་སྒྱུར་བ། །དེ་ཕྱིར་བདག་གིས་ཐོག་མར་སྦྱིང་རྗེ་བསྦྱོང་
པར་བགྱི། །

སེམས་བསྦྱེད་པ་དང་སོ།

དང་པོར་ང་ཞེས་བདག་ལ་ཞེན་སྒྱུར་ཅིང་། །བདག་གི་འདི་ཞེས་དངོས་ལ་
ཆགས་བསྦྱེད་བ། །ཐོ་རྒྱུན་འབྱུང་ལྟར་རང་དབང་མེད་པ་ཡི། །འགྲོ་ལ་སྦྱིང་རྗེར་སྒྱུར་
གང་དེ་ལ་འདུད། །འགྲོ་བ་གཡོ་བའི་རྒྱ་ཡི་ནང་གི་རྒྱ་བ་ལྟར། །གཡོ་དང་རང་བཞིན་
ཉིད་ཀྱིས་སྦྱོང་པར་མཐོང་བ་ཡི། །རྒྱལ་བའི་སྐས་པོ་འདི་ཡི་སེམས་གང་འགྲོ་བ་
ནམས། །ནམ་པར་གྲོལ་བར་བྱ་ཕྱིར་སྦྱིང་རྗེའི་དབང་སྒྱུར་ཅིང་། །ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་

སྒྲོན་པས་རབ་བསྐྱོས་དགའ་བ་ལ། །རབ་ཏུ་གནས་པ་དེ་ནི་དང་པོ་ཞེས་བྱ་ལོ། །དེ་
ནས་བརྒྱུད་སྟེ་དེ་ནི་དེ་ཐོབ་གྱུར་བ་ཡིས། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཞེས་བྱའི་སྐྱོ་ཉིད་
ཀྱིས་བསྟུང་དོ། །འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རིགས་སུ་འདྲ་སྐྱེས་པ་
སྟེ། །འདི་ཡི་ཀུན་ཏུ་སྐྱོར་བ་གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པར་གྱུར། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་དེ་ནི་དགའ་བ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་འཆང་ཞིང་། །འདིག་
རྟེན་ཁམས་བརྒྱ་ཀུན་ནས་གཡོ་བར་བྱས་པར་གྱུར་པའང་ཡིན། །ས་ནས་སར་
གཞོན་བྱེད་ཅིང་གོང་མར་རབ་ཏུ་འགོ་བར་འགྱུར། །དེ་ཆེ་འདི་ཡི་རན་འགྲོའི་ལས་
རྣམས་མཐའ་དག་འགག་པར་འགྱུར། །དེ་ཆེ་འདི་ཡི་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོའི་ས་རྣམས་
ཐམས་ཅད་ཟད། །འདི་ནི་འཕགས་པ་བརྒྱད་པ་རི་ལྟ་དེ་ལྟར་ཉེ་བར་བསྟན། །རྫོགས་
པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་ལྟ་དང་པོ་ལ་གནས་ཀྱང་། །སྤུབ་དབང་གསུང་སྐྱེས་དང་བཅས་
རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི། །བསོད་ནམས་དག་གི་དབང་གིས་པམ་བྱས་རྣམ་པར་
འཕེལ། །དེ་ནི་རིང་དུ་སོང་བར་སྒོ་ཡང་ལྷག་པར་འགྱུར། །དེ་ཆེ་དེ་ལ་རྫོགས་སངས་
བྱང་ཆུབ་རྒྱ། །དང་པོ་སྐྱེན་པ་ཉིད་ནི་ལྷག་པར་འགྱུར། །

རང་ཤ་སྟེང་ལའང་གྲུས་པར་བྱས་པ་ཡི། །སྤང་དུ་མི་རུང་དཔོག་པའི་རྒྱར་
ཡང་གྱུར། །སྐྱེ་བོ་འདི་ཀུན་བདེ་བ་མངོན་འདོད་ཅིང་། །མི་རྣམས་བདེ་བའང་ལོངས་
སྟོད་མེད་མིན་ལ། །ལོངས་སྟོད་ཀྱང་ནི་སྐྱེན་ལས་འབྱུང་མཁའ་ནས། །སྤུབ་པས་
དང་པོར་སྐྱེན་པའི་གཏམ་མཛད་དོ། །སྟོང་རྗེ་དཔལ་ཞིང་ཤིན་ཏུ་ཆུབ་སེམས་
ཅན། །རང་དོན་སྤྱར་ལེན་ཉིད་དུ་གྱུར་བ་གང་། །དེ་དག་གི་ཡང་འདོད་པའི་ལོངས་
སྟོད་རྣམས། །སྤྱག་བསྐྱེད་ཉེར་ཞིའི་རྒྱར་གྱུར་སྐྱེན་ལས་བྱུང་། །འདི་ཡང་སྐྱེན་པའི་

སྐབས་ཀྱིས་ནམ་ཞིག་ཆོ། །འཕགས་པའི་སྐྱེ་བོ་དང་མཉམ་པར་བྱ་བ་ལོ། །

དེ་ནས་སྤྱི་ལོ་དག་པའི་དུས་ཀྱི། །དེ་ཡི་རྒྱ་ཆུ་ཅན་ཞི་བར་འགྲོ་བར་
འགྱུར། །འགྲོ་ལ་ཕན་པར་དམ་བཅས་ཡིད་ཅན་རྣམས། །སྤྱི་ན་པས་རིང་པོར་མི་
ཐོགས་དགའ་བ་འཛོམ། །གང་ཕྱིར་བཅེ་བདག་བཅེ་བདག་མ་ཡིན་པ། །དེ་ཕྱིར་སྤྱི་ན་
པའི་གཏམ་ཉིད་གཙོ་བོ་ཡིན། །རི་ལྷོ་ཕྱིན་ཅིག་ཅེས་སྒྲ་ཐོས་བསམས་ལས། །རྒྱལ་
སྐུ་བདེ་འབྱུང་དེ་ལྷོ་ཕྱོད་རྣམས་ལ། །ཞི་བར་ཞུགས་པས་བདེ་བ་ཕྱིན་མིན་ན། །
ཐམས་ཅད་བཏང་བས་ལྷ་ཞིག་སྒྲོས་ཅི་དགོས། །ལུས་བཅད་སྟེར་ཞིང་བདག་གི་
སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས། །གཞན་དག་རྣམས་ཀྱི་དཔུལ་བ་ལ་སོགས་པའི། །སྤྱག་བསྐྱེད་
རང་རིག་ཉིད་དུ་མཐོང་ནས་དེ། །དེ་གཅད་བྱ་ཕྱིར་སྤྱི་ན་དུ་བཙོན་འགྲུས་ཅོམ། །སྤྱི་ན་
པ་སྤྱི་ན་བྱ་ལེན་པོ་གཏོང་པོས་སྟོང་། །འཛིག་རྟེན་འདས་པའི་པ་རོལ་ཕྱིན་ཞེས་
བྲ། །གསུམ་པོ་དག་ལ་ཆགས་སྐྱེས་གྱུར་པས་དེ། །འཛིག་རྟེན་པ་ཡི་པ་རོལ་ཕྱིན་
ཞེས་བསྟན། །དེ་ལྷོ་རྒྱལ་བའི་སྐུ་ཀྱི་ཡིད་ལ་རབ་གནས་ཤིང་། །དམ་པའི་རྟེན་ལ་
འོད་ཆགས་མཛེས་པ་རྟེན་གྱུར་པའི། །དགའ་བ་འདི་ནི་ཞོར་བྱ་རྒྱ་ལེལ་རི་བཞིན་
དུ། །སྤྱན་བ་སྤྱག་པོ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་བསམ་ནས་རྒྱལ། །དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ་
ལས་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་པོའོ། ། །

སེམས་བསྐྱེད་པ་གཉིས་པ།

དེ་ལྟུང་སྤྱན་ཚོགས་ཡོན་ཏན་དག་ལྷན་ཕྱིར། །མི་ལམ་དུ་ཡང་འཆལ་
ཁྲིམས་རིམ་སྤངས། །ལུས་དག་ཡིད་ཀྱི་རྒྱ་བ་དག་གྱུར་པས། །དམ་པའི་ལས་ལམ་
བཙུ་ཆར་སོགས་པར་བྱེད། །དགེ་བའི་ལམ་འདི་ལྷ་ཞིག་བཙུ་ཆར་ཡང་། །དེ་ལ་

ཐུགས་ཏེ་ཕིན་ཏུ་དག་པར་འགྱུར། རྟོན་ཀའི་རྒྱ་ལྟར་ཏྲ་ཏུ་རྒྱས་དག་སྟེ། ཞི་འོད་
ཆགས་པར་དེ་དག་གིས་རྒྱས་མཛེས། གཤམ་ཏེ་དེ་ནི་ཁྱིམ་ས་དག་རང་བཞིན་ལྟ། ཏེ་
ཕྱིར་དེ་ནི་རྩལ་ཁྱིམ་ས་དག་མི་འགྱུར། ཏེ་ཕྱིར་དེ་ནི་ཏྲ་ཏུ་གསུམ་ཆར་
ལའང་། གཉིས་སྒྲོའི་རྩལ་ལ་ཡང་དག་བྲལ་བར་འགྱུར། རྟོན་པས་མོངས་སྟོང་དག་
ནི་འགྲོ་ངན་ནའང་། རྟོན་པོ་རྩལ་ཁྱིམ་ས་རྒྱུ་པ་ཉམས་ལ་འབྱུང་། རྟོན་པ་ཅས་
དངོས་འདུ་ཡོངས་སུ་ཟད་པས་ན། རྟོན་ཆད་དེ་ལ་མོངས་སྟོང་འབྱུང་མི་འགྱུར། །

གང་ཆེ་རང་དབང་འཇུག་ཅིང་མཐུན་གནས་པས། གཤམ་ཏེ་འདི་བདག་
འཛིན་པར་མི་བྱེད་ན། གཤམ་སར་ལྷང་བས་གཞན་དབང་འཇུག་འགྱུར་བ། ཏེ་
ལས་ཕྱི་ནས་གང་གིས་སྟོང་བར་འགྱུར། ཏེ་ཕྱིར་རྩལ་བས་རྟོན་པའི་གཏམ་མཛད་
ནས། རྩལ་ཁྱིམ་ས་རྒྱུ་པ་འགྲོའི་གཏམ་ཉིད་མཛད་པ་ཡིན། ཡོན་ཏན་རྩལ་ཁྱིམ་ས་
ཞིང་དུ་རྒྱས་འཕེལ་ན། འབྲས་བུ་ཉིད་སྟོང་ཆད་པ་མེད་པར་འགྱུར། སོ་སའི་སྟེ་པོ་
རྒྱས་ས་དང་གསུང་སྟེ་ས་དང་། རང་བྱང་རྩལ་ལ་བདག་ཉིད་ངེས་རྒྱས་དང་། རྩལ་
སྒྲུ་ས་རྒྱས་ཀྱི་ངེས་པར་ལེགས་པ་དང་། མཛོན་མཐོའི་རྩལ་ནི་རྩལ་ཁྱིམ་ས་ལས་
གཞན་མེད། རི་ལྟར་རྩལ་མཆོ་རོ་དང་ལྟན་ཅིག་དང་། བཟ་ཤིས་སྒྲན་མ་དང་ལྟན་
ཅིག་བཞིན། ཏེ་ལྟར་རྩལ་ཁྱིམ་ས་དབང་བྱས་བདག་ཉིད་ཆེ། ཏེ་འཆལ་བ་དང་ལྟན་
ཅིག་གནས་མི་འདོད། གང་གིས་གང་ཞིག་གང་ལ་སྟོང་བྱེད་པ། གསུམ་དུ་
དམིགས་པ་ཡོད་ན་རྩལ་ཁྱིམ་ས་དེ། འཛིག་རྟོན་པ་ཡི་པ་རོལ་ཕྱིན་ཞེས་
བཤད། གསུམ་ལ་ཆགས་པས་སྟོང་དེ་འཛིག་རྟོན་འདས། རྩལ་སྒྲུ་ས་རྒྱ་བ་ལས་
བྱང་སྟོང་མིན་སྟོང་པ་ཡི། ཏེ་པལ་གྱུར་བྱི་མ་དང་བྲལ་བྱི་མ་མེད་འདི་ཡང་། རྟོན་

ཀའི་རུས་ཀྱི་རྒྱ་བའི་འོད་ནི་རི་བཞིན་དུ། །འགྲོ་བའི་ཡིད་ཀྱི་གདུང་བ་སེལ་བར་བྱེད་
བ་ཡིན། །དབུ་མ་ལ་འབྲུག་པ་ལས། སེམས་བསྐྱེད་པ་གཉིས་པའོ། ། །

སེམས་བསྐྱེད་པ་གསུམ་པ།

ཤེས་བྱའི་བྱད་ཤིང་མ་ལུས་སྒྲེག་བའི་མེ། །འོད་འབྱུང་བྱིར་ན་ས་ནི་གསུམ་
བ་འདི། །འོད་བྱེད་པ་སྟེ་བདེ་གཤེགས་སྤྲུལ་དེ་ལ། །དེ་ཆེ་ཉི་ལྟར་ཟངས་འབྲེལ་སྤང་
བ་འབྱུང་། །གལ་ཏེ་གནས་མིན་འབྲུགས་པ་འགའ་ཡིས་དེའི། །ལུས་ལས་ཤེས་རུས་
བཅས་ཡུན་རིང་དུ། །སྤང་རེ་རེ་ནས་བཅད་པར་གྱུར་ཀྱང་དེའི། །བཟོད་པ་གཙོད་
བར་བྱེད་ལ་ལྷག་པར་སྟེ། །བདག་མེད་མཐོང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ། །གང་
ཞིག་གང་གིས་གང་ཆེ་རི་ལྟར་གཙོད། །གང་བྱིར་ཆོས་ཀྱང་དེ་ཡི་གཟུགས་བརྟན་
ལྟར། །མཐོང་བ་དེས་ཀྱང་དེ་ཡིས་བཟོད་པར་འགྱུར། །གཙོད་པ་བྱས་པས་གལ་ཏེ་
དེར་བཀོན་ན། །དེ་ལ་བཀོན་པས་བྱས་ཐེན་ལྷོག་གམ་ཅི། །དེ་བྱིར་དེ་བཀོན་དེས་
བར་འདིར་དོན་མེད། །འཛིག་ཉེན་པ་རོལ་ཡང་ནི་འགལ་བར་འགྱུར། །སྟོན་བྱས་པ་
ཡི་མི་དགའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་གང་། །ཟད་པར་བྱེད་པར་བཟོད་པར་འདོད་པ་དེ་ཉིད་
གོ། །གཞན་ལ་གཙོད་པ་དང་ནི་ཁོ་བས་སྦྱག་བསྐྱེད་བྱིར། །ས་བོན་ཉིད་དུ་རི་ལྟ་བུར་
ན་ཁིད་པར་བྱེད། །

གང་བྱིར་རྒྱལ་སྤྲུལ་རྣམས་ལ་ཁོ་བ་ཡིས། །སྦྱིན་དང་ཁྱིམས་འབྱུང་དགེ་བ་
བསྐྱལ་བ་བརྒྱར། །བསགས་པ་སྐྱད་ཅིག་གིས་འཛོམས་དེ་ཡི་བྱིར། །མི་བཟོད་ལས་
གཞན་སྤིག་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །མི་སྦྱག་གཟུགས་སུ་བྱེད་ཅིང་དམ་པ་མིན་པར་
དགྱི། །རྩལ་དང་རྩལ་མིན་ཤེས་པའི་རྣམ་དཔྱོད་འཕྲོག་བྱེད་ཅིང་། །མི་བཟོད་པ་

ཡིས་སྒྱུར་དུ་ངན་འགྲོར་སྒྱུར་བར་བྱེད། །བཟོད་པས་བཤད་ཟིན་དང་འགལ་ཡོན་
ཏན་ནམས་བྱེད་དོ། །བཟོད་པས་མཛེས་ཤིང་སྐྱེ་བོ་དམ་པ་ལ། །པངས་དང་ལུགས་
དང་ལུགས་མིན་ཤེས་པ་ལ། །མཁས་པར་འགྱུར་ཞིང་དེ་ཡི་འོག་ཏུ་ནི། །ལྷ་མིའི་སྐྱེ་
དང་སྒྲིག་པ་ཟད་པར་འགྱུར། །སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་དང་ནི་རྒྱལ་སྤྱི་ཡིས། །ཁོ་དང་བཟོད་
པའི་སྐྱེ་ན་ཡོན་རིག་བྱས་ཏེ། །མི་བཟོད་སྤངས་ནས་འཕགས་པའི་སྐྱེ་བོ་
ཡིས། །བསྐྱུགས་པའི་བཟོད་པ་ཏྲག་ཏུ་སྒྱུར་བསྟེན་བྱ། །

རྩོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྐྱོས་ཀྱང་། །གསུམ་དམིགས་ཡོད་
ན་དེ་ནི་འཛིག་རྟེན་པའོ། །དམིགས་པ་མེད་ན་དེ་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཀྱིས། །འཛིག་རྟེན་
འདས་པའི་པ་རོལ་ཕྱིན་ཞེས་བསྟན། །ས་དེར་རྒྱལ་སྤྱི་བསམ་གཏན་མངོན་ཤེས་
དང་། །འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་ཡོངས་སུ་ཟད་པར་འགྱུར། །དེས་ཀྱང་ཏྲག་ཏུ་འཛིག་
རྟེན་པ་ཡི་ནི། །འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་འཛོམས་པར་རུས་པར་འགྱུར། །སྦྱིན་
སོགས་ཆོས་གསུམ་དེ་དག་པལ་མོ་ཆེར། །བདེ་བར་གཤེགས་པས་བྱིས་པ་ནམས་
ལ་བསྐྱུགས། །བསོད་ནམས་ཞེས་བྱའི་ཆོགས་ཀྱང་དེ་དག་ཉིད། །སངས་རྒྱས་
གཟུགས་ཀྱི་བདག་ཉིད་སྐྱེ་ཡི་རྒྱ། །རྒྱལ་བའི་སྤྱི་པོ་ཉི་མ་ལ་གནས་འོད་བྱེད་
འདི། །རང་གཏོགས་སུན་ནམས་དང་པོ་ཡང་དག་བསལ་བྱས་ནས། །འགྲོ་བའི་སུན་
པ་ནམ་པར་འཛོམས་པར་མངོན་པར་འདོད། །ས་འདིར་ཤིན་ཏུ་རྩོད་པར་གྱུར་ཀྱང་ཁོ་
མི་འགྱུར། །དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས། །སེམས་བསྐྱེད་པ་གསུམ་པའོ། ། །

སེམས་བསྐྱེད་པ་བཞི་པ།

ཡོན་ཏན་མ་ལུས་བརྩོན་འགྲུས་རྗེས་འགོ་ཞིང་། །བསོད་ནམས་སྒོ་བྲོས་ཆོགས་

ནི་གཉིས་ཀྱི་རྒྱ། །བཙོན་འགྲུས་གང་དུ་འབར་བར་གྱུར་བ་ཡི། །ས་དེ་བཞི་བ་འོད་ནི་
འཕྲོ་བ་ལོ། །དེར་ནི་བདེ་ག་ཤེགས་སྤྲུལ་ལ་རྫོགས་བ་ཡི། །བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་སྤྲུལ་
བསྐྱོམས་བ་ལས་སྦྱེས་བའི། །སྤང་བ་ཟངས་ཀྱི་འོད་བསྤྲུལ་འབྱུང་ཞིང། །རང་དུ་ལྟ་
བ་དང་འབྲེལ་ཡོངས་སུ་ཟད། །དབུ་མ་ལ་འཇུག་བ་ལས་སེམས་བསྐྱེད་བ་བཞི་
བའོ། ། །

སེམས་བསྐྱེད་བ་ལྔ་བ།

བདག་ཉིད་ཆེ་དེ་བདུད་རྣམས་ཀྱིས་གྱུར། །སྤང་དཀའི་ས་ལ་པམ་བར་རུས་
མ་ཡིན། །བསམ་གཏན་རྣམས་ཅིང་སྒྲོ་བ་ཟང་བདེན་རང་བཞིན། །ཞིབ་མོ་རྫོགས་ལའང་ཤིན་
ཏུ་མཁས་བ་ཐོབ། །དབུ་མ་ལ་འཇུག་བ་ལས་སེམས་བསྐྱེད་བ་ལྔ་བའོ། ། །

སེམས་བསྐྱེད་བ་དྲུག་བ།

མངོན་དུ་སྤྱོད་སྤྲུལ་བར་མཉམ་གཞག་སེམས་གནས་ཏེ། །རྫོགས་བའི་སངས་
རྒྱས་ཆོས་ལ་མངོན་སྤྱོད་སྤྲུལ་ཤིང། །འདི་རྟེན་འབྱུང་བའི་དེ་ཉིད་མཐོང་བ་དེ། །ཤེས་
རབ་གནས་བས་འགོག་བ་ཐོབ་བར་འགྱུར། །རི་ལྟར་ཡོང་བའི་ཆོགས་ཀྱིས་བདེ་སྒྲག་
ཏུ། །མིག་ལྡན་སྦྱེས་བུ་གཅིག་གིས་འདོད་བ་ཡི། །ཡུལ་དུ་ཁྱིད་བ་དེ་བཞིན་འདིར་
ཡང་སྒྲོས། །མིག་ཉམས་ཡོན་ཏན་སྤངས་ཏེ་རྒྱལ་ཉིད་འགྲོ། །རི་ལྟར་དེ་ཡིས་ཆེས་
ཟབ་ཆོས་རྫོགས་པ། །ལུང་དང་གཞན་ཡང་རིགས་བས་ཡིན་བས་ན། །དེ་ལྟར་
འཕགས་བ་སྤྱུ་སྤྱུབ་གཞུང་ལུགས་ལས། །རི་ལྟར་གནས་བའི་ལུགས་བཞིན་བརྫོད་
བར་བྱ། །

སོ་སོ་སྦྱེ་བའི་དུས་ནའང་སྟོང་བ་ཉིད་ཐོས་ནས། །ནང་དུ་རབ་ཏུ་དགའ་བ་

ཡང་དང་ཡང་དུ་འབྱུང་། །རབ་ཏུ་དགའ་བ་ལས་བྱུང་མཆི་མས་མིག་བརྒན་
ཞིང་། །ལུས་ཀྱི་བ་སྤྱུ་ལྡང་བར་གྱུར་བ་གང་ཡིན་པ། །དེ་ལ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་
སྒོ་ཡི་ས་བོན་ཡོད། །དེ་ཉིད་ཉེ་བར་བསྟན་པའི་སྤྲོད་ནི་དེ་ཡིན་ཏེ། །དེ་ལ་དམ་པའི་
དོན་གྱི་བདེན་བ་བསྟན་པར་བྱ། །དེ་ལ་དེ་ཡི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བའི་ཡོན་ཏན་འབྱུང་། །རྟག་
ཏུ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡང་དག་སྒྲངས་ནས་གནས་པར་འགྱུར། །སྦྱིན་པ་གཏོང་བར་འགྱུར་
ཞིང་སྤྲོད་རྗེ་སྟོན་པར་བྱེད། །བཟོད་པ་སྒྲོམ་བྱེད་དེ་ཡི་དགེ་བ་བྱང་ཚུབ་ཏུ། །འགྲོ་བ་
དགྲོལ་བར་བྱ་བྱིར་ཡོངས་སུ་སྡོ་བྱེད་ཅིང་། །རྫོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔལ་
རྣམས་ལ་གྲུས་པར་བྱེད། །

ཐབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེའི་ཚུལ་ལ་མཁས་པའི་སྐྱེ་བོས་ནི། །རིམ་གྱིས་རབ་ཏུ་དགའ་
བའི་ས་ནི་ཐོབ་འགྱུར་བས། །དེ་ནི་དོན་དུ་གཉེར་བས་ལམ་འདི་མཉན་པར་གྱིས། །དེ་
ཉིད་དེ་ལས་འབྱུང་མིན་གཞན་དག་ལས་ལྟ་ག་ལ་ཞིག། །གཉིས་ཀ་ལས་ཀྱང་མ་ཡིན་
རྒྱ་མེད་པར་ནི་ག་ལ་ཡོད། །དེ་ནི་དེ་ལས་འབྱུང་ན་ཡོན་ཏན་འགའ་ཡང་ཡོད་མ་
ཡིན། །སྐྱེས་པར་གྱུར་བ་སྤང་ཡང་སྐྱེ་བ་རིགས་བའང་མ་ཡིན་ཉིད། །སྐྱེས་ཐེན་སྤང་
ཡང་སྐྱེ་བར་ཡོངས་སུ་རྟོག་པར་འགྱུར་ན་ནི། །སྤྱུ་གུ་ལ་སོགས་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་
འདིར་རྟེན་མི་འགྱུར་ཞིང་། །ས་བོན་སྤྲིད་མཐར་ཐུག་པར་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་ཉིད་དུ་
འགྱུར། །རི་ལྟར་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་རྣམ་པར་འཇིག་པར་བྱེད་པར་འགྱུར། །བྱེད་རྒྱ་ས་
བོན་གྱི་ལས་ཐ་དད་སྤྱུ་གུའི་དབྱེབས་དང་ནི། །ཁ་དོག་རོ་རུས་སྒྲིན་པའི་ཐ་དད་ཁྱོད་
ལ་མེད་པར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་སྤར་གྱི་བདག་གི་དངོས་པོ་བསལ་ནས་དེ་ལས་
གཞན། །རོ་བོར་འགྱུར་ན་དེ་ཆེ་དེ་ཡི་དེ་ཉིད་རི་ལྟར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱི་ས་བོན་

ལྷ་གྲུ་འདིར་གཞན་མ་ཡིན་ན། །ས་བོན་བཞིན་དུ་ལྷ་གྲུ་ཞེས་བྱ་དེ་བཟུང་མེད་པ་
འཇ། །ཡང་ན་དེ་དག་གཅིག་པུས་ཇི་ལྟར་ལྷ་གྲུ་འདི་བཞིན་དུ། །དེ་ཡང་གཟུང་དུ་
ཡོད་འགྱུར་དེ་ཕྱིར་འདི་ནི་ཁས་མི་སྤང་། །གང་ཕྱིར་རྒྱ་ཞིག་ན་ཡང་དེ་ཡི་འབྲས་བུ་
མཐོང་བའི་ཕྱིར། །དེ་དག་གཅིག་པ་ཡིན་ཞེས་འདིག་རྟེན་གྱིས་ཀྱང་ཁས་མི་
ལེན། །དེ་ཕྱིར་དངོས་པོ་བདག་ལས་འབྱུང་ཞེས་རབ་ཏུ་བརྟགས་པ་འདི། །དེ་ནིང་
དང་ནི་འདིག་རྟེན་དུ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

བདག་ལས་སྐྱེ་བར་འདོད་ན་བསྐྱེད་པར་བྱ་དང་སྐྱེད་བྱེད་དང་། །ལས་དང་
བྱེད་པ་པོ་ཡང་གཅིག་ནིང་འགྱུར་ན་དེ་དག་ནི། །གཅིག་ནིང་མ་ཡིན་པས་ན་བདག་
ལས་སྐྱེ་བར་ཁས་སྤང་བར། །བྱ་མིན་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པའི་ཉེས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་
ཕྱིར་རོ། །གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་གལ་ཏེ་གཞན་ཞིག་འབྱུང་བར་འགྱུར་ན་ནི། །འོ་ན་མེ་
ལྷེ་བས་ཀྱང་ལྷན་པ་མ་ཐུག་པོ་འབྱུང་འགྱུར་ཞིང་། །ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱང་ཐམས་ཅད་
སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ་གང་གི་ཕྱིར། །སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་མ་ལུས་ལ་ཡང་གཞན་ནིང་
མཚུངས། །རབ་ཏུ་བྱ་བར་རུས་པ་དེའི་ཕྱིར་འབྲས་བུར་ངེས་བཟོད་ཅིང་། །གང་ཞིག་
དེ་བསྐྱེད་རུས་པ་དེ་ནི་གཞན་ནའང་རྒྱ་ཡིན་ལ། །རྒྱད་གཅིག་གཏོགས་དང་སྐྱེད་
པར་བྱེད་ལས་སྐྱེ་བ་དེ་ཡི་ཕྱིར། །སྤྲུལ་ལྷེ་ལྷ་གྲུ་ནས་ལ་སོགས་ལས་དེ་ལྟ་མིན་ཞེ་
ན། །ཇི་ལྟར་ནས་དང་གེ་སར་དང་ནི་ཀིང་ལྷ་ལ་སོགས། །སྤྲུལ་ལྷེ་ལྷ་གྲུ་སྐྱེད་པར་
བྱེད་པར་འདོད་མིན་རུས་ལྷན་མིན། །རྒྱད་གཅིག་ཁོངས་སུ་གཏོགས་མིན་འདྲ་བ་མ་
ཡིན་ནིང་དེ་བཞིན། །སྤྲུལ་ལྷེ་ས་བོན་ཡང་ནི་དེ་ཡི་མིན་ཏེ་གཞན་ནིང་ཕྱིར། །ལྷ་གྲུ་
ས་བོན་དང་ནི་དུས་མཉམ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །གཞན་ནིང་མེད་པར་ས་བོན་གཞན་

བ་ཉིད་དུ་ག་ལ་འགྱུར། །དེས་ན་སྤྱ་གྲུ་ས་ཐོན་ལས་སྦྱེ་འགྲུབ་པར་འགྱུར་མིན་
བས། །གཞན་ལས་སྦྱེ་བ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བའི་ཕྱོགས་འདི་གཏང་བར་བྱོས། །

ཇི་ལྟར་སྤང་གི་མདའ་གཉིས་མཐོ་བ་དང་ནི་དམའ་བ་དག །དུས་མཉམ་མ་
ཡིན་པར་ནི་མིན་པར་མཐོང་བ་དེ་བཞིན་དུ། །བསྐྱེད་པར་བྱ་དང་སྐྱེད་བྱེད་དག་གི་
སྦྱེ་འགྲུབ་འགྱུར་ཞེ་ན། །གལ་ཏེ་གཅིག་ཆེ་ཡིན་ན་འདིར་དུས་གཅིག་མེད་དེ་ཡོད་
མིན། །གལ་ཏེ་སྦྱེ་བཞིན་པ་དེ་སྦྱེ་ལ་ཕྱོགས་བསམ་ཡོད་མིན་ཞིང་། །འགྲུབ་བཞིན་པ་
ནི་ཡོད་ཀྱང་འདིག་ལ་ཕྱོགས་བསམ་འདོད་གྱུར་བ། །དེ་ཆེ་འདི་ནི་ཇི་ལྟར་བྱར་ན་སྤང་
དང་མཚུངས་པ་ཡིན། །སྦྱེ་བ་འདི་ནི་བྱེད་པོ་མེད་པར་རིགས་བའི་ངོ་བོ་འང་
མིན། །གལ་ཏེ་མིག་གི་སྒོ་ལ་རང་གི་སྐྱེད་བྱེད་དུས་གཅིག་པ། །མིག་ལ་སོགས་དང་
ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བ་འདྲ་ཞེས་ལ་སོགས་ལས། །གཞན་ཉིད་ཡོད་ན་ཡོད་ལ་འབྱུང་
བས་དགོས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། །ཅི་སྟེ་དེ་མེད་ཅེ་ན་འདི་ལ་ཉེས་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །སྐྱེད་
པར་བྱེད་པ་བསྐྱེད་བྱ་གཞན་བསྐྱེད་པ་དེ་རྒྱ་ཡིན་ན། །ཡོད་པའམ་འོན་ཏེ་མེད་དང་
གཉི་གའི་གཉིས་བཤམ་ཞིག་བསྐྱེད་གང་། །ཡོད་ན་སྐྱེད་བྱེད་ཅི་དགོས་མེད་ལའང་
དེས་ནི་ཅི་ཞིག་བྱ། །གཉིས་ཉིད་ལ་དེས་ཅི་བྱ་གཉིས་དང་བཤམ་ལའང་དེས་ཅི་
བྱ། །གང་གིས་རང་ལྟ་ལ་གནས་འདིག་ཏེན་ཆད་མར་འདོད་པས་ན། །འདིར་ནི་
རིགས་པ་སྤྱས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ལྟ་གོ་ཅི་ཞིག་བྱ། །གཞན་ལས་གཞན་འབྱུང་བ་ཡང་
འདིག་ཏེན་པ་ཡིས་རྟོགས་འགྱུར་ཏེ། །དེས་ན་གཞན་ལས་སྦྱེ་ཡོད་འདིར་ནི་རིགས་
བསམ་ཅི་ཞིག་དགོས། །

དངོས་ཀྱི་ཡང་དག་བརྒྱན་པ་མཐོང་བ་ཡིས། །དངོས་རྟེན་ངོ་བོ་གཉིས་ནི་

འཇིན་པར་འགྱུར། །ཡང་དག་མཐོང་ཡུལ་གང་ཡིན་དེ་ཉིད་དེ། །མཐོང་བ་བརྟུན་པ་
 ཀུན་རྫོབ་བདེན་པར་གསུངས། །མཐོང་བ་བརྟུན་པ་འང་རྣམ་པ་གཉིས་འདོད་
 དེ། །དབང་པོ་གསལ་དང་དབང་པོ་སྐྱོན་ལྡན་ནོ། །སྐྱོན་ལྡན་དབང་ཅན་རྣམས་ཀྱི་
 ཤེས་པ་ནི། །དབང་པོ་ལེགས་གྱུར་ཤེས་སྟོན་ལོག་པར་འདོད། །གཞོད་པ་མེད་པའི་
 དབང་པོ་དུག་རྣམས་ཀྱིས། །བརྒྱུང་བ་གང་ཞིག་འཛིག་རྟེན་གྱིས་རྟོགས་ཏེ། །འཛིག་
 རྟེན་ཉིད་ལས་བདེན་ཡིན་ལྟག་མ་ནི། །འཛིག་རྟེན་ཉིད་ལས་ལོག་པར་རྣམ་པར་
 གཞག། །མི་ཤེས་གཉིད་གྱིས་རབ་བསྐྱོད་ཟུ་སྟེགས་ཅན། །རྣམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་རི་
 བཞིན་བརྟགས་པ་དང་། །སྐྱུ་མ་སྟེག་རྒྱ་སོགས་ལ་བརྟགས་པ་གང་། །དེ་དག་འཛིག་
 རྟེན་ལས་ཀྱང་ཡོད་མིན་ཉིད། །མིག་ནི་རབ་རིབ་ཅན་གྱི་དམིགས་པ་ཡིས། །རབ་
 རིབ་མེད་ཤེས་ལ་གཞོད་མིན་རི་ལྟར། །དེ་བཞིན་བྱི་མེད་ཡེ་ཤེས་སྤངས་པའི་
 གྲོས། །བྱི་མེད་གྲོ་ལ་གཞོད་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །གཏི་ཟུག་རང་བཞིན་སྟོབ་ཕྱིར་ཀུན་
 རྫོབ་སྟེ། །དེས་གང་བཅོས་མ་བདེན་པར་སྤང་དེ་ནི། །ཀུན་རྫོབ་བདེན་ཞེས་སྟབ་པ་
 དེས་གསུངས་ཏེ། །བཅོས་མར་གྱུར་པའི་དངོས་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་འོ། །

རབ་རིབ་མཐུ་ཡིས་སྒྲི་ཤད་ལ་སོགས་པའི། །འོ་པོ་ལོག་པ་གང་ཞིག་རྣམ་
 བརྟགས་པ། །དེ་ཉིད་བདག་ཉིད་གང་དུ་མིག་དག་པས། །མཐོང་དེ་དེ་ཉིད་དེ་བཞིན་
 འདིར་ཤེས་གྱིས། །གལ་ཏེ་འཛིག་རྟེན་ཆད་མ་ཡིན་ན་ནི། །འཛིག་རྟེན་དེ་ཉིད་མཐོང་
 བས་འཕགས་གཞན་གྱིས། །ཅི་དགོས་འཕགས་པའི་ལམ་གྱིས་ཅི་ཞིག་བྱ། །སྒྲི་པོ་
 ཆད་མར་རིགས་པ་འང་མ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་ཀུན་འཛིག་རྟེན་ཆད་མིན་དེ་ཡི་ཕྱིར། །དེ་
 ཉིད་སྐབས་སུ་འཛིག་རྟེན་གཞོད་པ་མེད། །འཛིག་རྟེན་དོན་ནི་འཛིག་རྟེན་གྲགས་ཉིད་

གྱིས། །གལ་ཏེ་སེལ་ན་འཛིག་ཉེན་གྱིས་གནོད་འགྱུར། །གང་ཕྱིར་འཛིག་ཉེན་ས་བོན་
ཅམ་བཏབ་ནས། །བདག་གིས་བུ་འདི་བསྐྱེད་ཅེས་སྒྲུབ་ཤིང་ཅིང་། །ཤིང་ཡང་བཙུགས་
སོ་སྒྲུབ་དུ་རྟོག་དེས་ན། །གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་འཛིག་ཉེན་ལས་ཀྱང་མེད། །གང་ཕྱིར་སྐྱེ་
གྱུ་ས་བོན་ལས་གཞན་མིན། །དེ་ཕྱིར་སྐྱེག་ཆེ་ས་བོན་ཞིག་པ་མེད། །གང་ཕྱིར་
གཅིག་ཉིད་ཡོད་མིན་དེ་ཕྱིར་ཡང་། །སྐྱེག་ཆེ་ས་བོན་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་མི་བྱ། །

གལ་ཏེ་རང་གི་མཚན་ཉིད་བརྟེན་གྱུར་ན། །དེ་ལ་སྐྱུར་བས་དངོས་པོ་འཛིག་
པའི་ཕྱིར། །སྟོང་ཉིད་དངོས་པོ་འཛིག་པའི་རྒྱར་འགྱུར་ན། །དེ་ནི་རིགས་མིན་དེ་ཕྱིར་
དངོས་ཡོད་མིན། །གང་ཕྱིར་དངོས་པོ་འདི་དག་རྣམ་དཔལ་དུ་བྱེད་ན། །དེ་ཕྱིར་བདག་ཅན་
དངོས་ལས་ཚུ་རོལ་དུ། །གནས་སྡོད་མ་ཡིན་དེ་ཕྱིར་འཛིག་ཉེན་གྱི། །ཐ་སྙད་བདེན་
ལ་རྣམ་པར་དཔལ་མི་བྱ། །དེ་ཉིད་སྐྱབས་སུ་རིགས་པ་གང་ཞིག་གིས། །བདག་དང་
གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་རིགས་མིན་པའི། །རིགས་དེས་ཐ་སྙད་དུ་ཡང་རིགས་མིན་
པས། །ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་གང་གིས་ཡིན་པར་འགྱུར། །དངོས་པོ་སྟོང་བ་གཟུགས་བརྟན་
ལ་སོགས་པ། །ཆོག་པས་ལ་ལྟོས་རྣམས་མ་གྲགས་པ་ཡང་མིན། །རི་ལྟར་དེར་ནི་
གཟུགས་བརྟན་སོགས་སྟོང་ལས། །ཤེས་པ་དེ་ཡི་རྣམ་པར་སྐྱེ་འགྱུར་ལྟར། །དེ་
བཞིན་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྟོང་ན་ཡང་། །སྟོང་ཉིད་དག་ལས་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བར་
འགྱུར། །བདེན་པ་གཉིས་སུ་འང་རང་བཞིན་མེད་པའི་ཕྱིར། །དེ་དག་རྟག་པ་མ་ཡིན་
ཆད་པའང་མིན། །གང་ཕྱིར་རང་བཞིན་གྱིས་དེ་མི་འགག་པ། །དེ་ཕྱིར་ཀུན་གཞི་མེད་
ཀྱང་འདི་རྒྱས་ཕྱིར། །ལ་ལར་ལས་འགགས་ཡུན་རིང་ལོན་ལས་ཀྱང་། །འབྲས་བུ་
ཡང་དག་འབྱུང་བར་རིག་པར་གྱིས། །མི་ལམ་དམིགས་པའི་ཡུལ་དག་མཐོང་ནས་

ནི། །སང་ཀྱང་སྒྲིབ་ལ་ཆགས་པ་སྤྱི་འགྱུར་བ། །དེ་བཞིན་འགགས་ཤིང་རང་བཞིན་
ཡོད་ཅིན་པའི། །ལས་ལས་ཀྱང་ནི་འབྲས་བུ་ཡོད་པ་ཡིན། །རི་ལྷར་ཡུལ་ནི་ཡོད་ཉིད་
མིན་མཚུངས་ཀྱང་། །རབ་རིབ་ཅན་གྱིས་སྤྱོད་ཀྱང་རྣམ་པར་ནི། །མཐོང་གི་དངོས་
གཞན་རྣམ་པར་མ་ཡིན་ལྟར། །དེ་བཞིན་སྤྱིན་ལས་སྤྱིར་སྤྱིན་མིན་ཤེས་གྱིས། །དེའི་
ཕྱིར་རྣམ་སྤྱིན་མི་དགེ་ནག་ཤེའི་ལས། །རྣམ་སྤྱིན་དགེ་ཉིད་དགེ་ལས་ཡིན་མཐོང་
ཞིང་། །དགེ་མི་དགེ་མེད་སྒོ་ཅན་མཐར་འགྱུར་ཏེ། །ལས་འབྲས་རྣམས་ལ་སེམས་པ་
དགག་པ་མཛད། །

ཀུན་གཞི་ཡོད་ཅིང་གང་ཟག་ཉིད་ཡོད་ལ། །ཕྱང་པོ་འདི་དག་འབའ་ཞིག་ཉིད་
ཡོད་ཅེས། །བསྟན་པ་འདི་ནི་དེ་ལྷར་ཆོས་ཟབ་དོན། །རིག་པར་མི་འགྱུར་གང་ཡིན་
དེ་ལའོ། །འཛིག་ཆོགས་ལྟ་དང་བྲལ་ཡང་སངས་རྒྱས་གྱིས། །རི་ལྷར་ང་དང་ང་ཡི་
བསྟན་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་དངོས་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་མོད་ཀྱི། །ཡོད་ཅེས་བྲང་དོན་
ཉིད་དུ་བསྟན་པ་ཡིན། །གཟུང་བ་མེད་པས་འཛིན་པ་མ་མཐོང་ཞིང་། །སྤྱིད་གསུམ་
རྣམ་ཤེས་ཙམ་དུ་རབ་རྟོགས་པས། །ཤེས་རབ་ལ་གནས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་
དེས། །རྣམ་ཤེས་ཙམ་དུ་དེ་ཉིད་རྟོགས་པར་འགྱུར། །

རི་ལྷར་རྒྱུད་གིས་བསྐྱལ་བས་རྒྱ་མཚོ་ནི། །ཆེ་ལས་ཆུ་རྒྱལ་པས་འབྱུང་བ་དེ་
བཞིན་དུ། །ཀུན་གྱི་ས་ཐོན་ཀུན་གཞི་ཞེས་བྱ་ལས། །རང་གི་རྒྱས་པས་རྣམ་ཤེས་
ཙམ་ཞིག་འབྱུང་། །དེ་ཕྱིར་གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་གང་། །དངོས་པོ་བཏགས་པར་
ཡོད་པའི་རྒྱར་གྱུར་ཅིང་། །ཕྱི་རོལ་གཟུང་བ་མེད་པར་འབྱུང་འགྱུར་ལ། །ཡོད་དང་
སྒོས་ཀུན་ཡུལ་མིན་རང་བཞིན་ཡོད། །ཕྱི་རོལ་མེད་སེམས་དཔའར་ན་གང་དུ་

ཡོད། །མི་ལམ་ཇི་བཞིན་ཞེན་དེ་བསམ་བྱ། །གང་ཆེ་ང་ལ་མི་ལམ་ན་ཡང་
སེམས། །ཡོད་མིན་དེ་ཆེ་ཁྱོད་ཀྱི་དཔེ་ཡོད་མིན། །གལ་ཏེ་སང་ཆེ་མི་ལམ་བློ་ལས་
ཡོད། །ཡོད་ན་བྱི་རོལ་ཡུལ་ཡང་དེ་བཞིན་འགྱུར། །རི་ལྟ་ཁྱོད་ཀྱིས་ངས་མཐོང་
སྟམ་བློ་བ། །དེ་འདྲ་བྱི་རོལ་ལ་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན། །

གལ་ཏེ་གཉིད་ནང་མིག་སྒྲོ་མི་སྲིད་པས། །ཡོད་མིན་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཁོ་ན་
ཡོད། །དེ་ཡི་རྣམ་པ་བྱི་རོལ་ཉིད་དུ་ཞེན། །མི་ལམ་ཇི་བཞིན་དེ་བཞིན་འདིར་འདོད་
ན། །རི་ལྟ་ཁྱོད་ཀྱི་བྱི་ཡུལ་མི་ལམ་དུ། །མ་སྐྱེས་དེ་བཞིན་ཡིད་ཀྱང་སྐྱེས་པ་
ཡིན། །མིག་དང་མིག་གི་ཡུལ་དང་དེས་བསྐྱེད་སེམས། །གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་
ནི་བརྒྱན་པ་ཡིན། །རྣ་སོགས་གསུམ་པོ་ལྟག་མའང་སྐྱེ་བ་མེད། །མི་ལམ་ཇི་ལྟར་དེ་
བཞིན་སང་འདིར་ཡང་། །དངོས་རྣམས་བརྒྱན་ཡིན་སེམས་དེ་ཡོད་པ་ཡིན། །སྲོད་
ཡུལ་མེད་ཅིང་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱང་མེད། །འདི་ན་རི་ལྟར་སང་བཞིན་རི་སྲིད་དུ། །མ་
སང་དེ་སྲིད་དེ་ལ་གསུམ་པོ་ཡོད། །སང་པར་གྱུར་ན་གསུམ་ཆར་ཡོད་མིན་
ལྟར། །གཉི་ལྟག་གཉིད་སང་ལས་དེ་དེ་བཞིན་ནོ། །

དབང་པོ་རབ་རིབ་བཅས་པས་སྒྲོ་གང་གིས། །རབ་རིབ་མ་ཐུ་ལས་སྐྱ་རྣམས་
གང་མཐོང་བ། །དེ་སྒྲོ་ལ་ལྟོས་གཉིས་ཆར་བདེན་པ་སྟེ། །དོན་གསལ་མཐོང་ལ་གཉི་
གའང་བརྒྱན་པ་ཡིན། །གལ་ཏེ་ཤེས་བྱ་མེད་པར་སྒྲོ་ཡོད་ན། །སྐྱ་དེའི་ཡུལ་དང་མིག་
ནི་རྗེས་འབྲེལ་བའི། །རབ་རིབ་མེད་ལའང་སྐྱ་ཤད་སྒྲོར་འགྱུར་ན། །དེ་ལྟ་པ་ཡིན་དེ་
བྱིར་དེ་ཡོད་མིན། །གང་བྱིར་མཐོང་བ་དག་ལ་སྒྲོ་བྱས་ནི། །སྒྲིན་མེད་དེ་ལྟར་དེ་ལ་
སྒྲོ་མི་འགྱུར། །ཤེས་བྱ་ཡོད་དངོས་བྲལ་བས་མིན་ཞེན། །བྱས་དེ་མེད་པས་འདི་ནི་

འགྲུབ་མ་ཡིན། །སྤྲེལ་ལ་རྒྱས་པ་སྤིང་བ་ཡོད་མ་ཡིན། །མ་སྤྲེལ་ངོ་བོ་ལ་ཡང་རྒྱས་
ཡོད་མིན། །བྱད་པར་མེད་པར་བྱད་པར་ཅན་ཡོད་མིན། །ཚོ་གཤམ་བྱ་ལའང་དེ་ནི་
ཡོད་པར་ཐལ། །གལ་ཏེ་འབྱུང་བར་འགྱུར་བས་བསྟན་འདོད་ན། །རྒྱས་པ་མེད་པར་
འདི་ཡི་འབྱུང་འགྱུར་མེད། །པན་ཚུན་དོན་ལ་བརྟེན་པའི་བྱུང་བ་ནི། །བྱུང་མིན་ཉིད་
ཅེས་དམ་པ་རྣམས་གྲིས་གསུངས། །

གལ་ཏེ་འགགས་པའི་རྒྱས་མིན་ལས་འགྱུར་ན། །གཞན་གྱི་རྒྱས་པ་ལས་གཞན་
འབྱུང་བར་འགྱུར། །རྒྱན་ཅན་རྣམས་དེར་པན་ཚུན་ཐ་དད་ཡོད། །དེ་ཕྱིར་ཐམས་ཅད་
ཀུན་ལས་འབྱུང་བར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་དེར་ནི་རྒྱན་ཅན་ཐ་དད་ཀྱི། །དེ་དག་ལ་རྒྱན་ཐ་
དད་མེད་དེའི་ཕྱིར། །ཉེས་མེད་ཅེ་ན་འདི་ནི་བསྐྱབ་བྱ་ཞིག། །ཐ་མི་དད་རྒྱན་སྐབས་མི་
རིགས་ཕྱིར་རོ། །བྱམས་པ་ཉིད་སྤྲེལ་ལ་བརྟེན་ཆོས་རྣམས་ནི། །གཞན་ཉིད་ཕྱིར་ན་
རྒྱད་གཅིག་གཏོགས་མིན་ཏེ། །གང་དག་རང་མཆོན་ཉིད་གྲིས་སོ་སོ་བ། །དེ་དག་རྒྱད་
གཅིག་གཏོགས་པར་རིགས་མ་ཡིན། །མིག་ལྗོངས་སྤྱི་བ་རང་རྒྱས་གང་ཞིག་ལས། །དེ་
མ་ཐག་ཏུ་ཀུན་ནས་སྤྱི་འགྱུར་ཞིང། །རང་གི་རྣམ་ཤེས་རྟེན་གྱི་རྒྱས་དེ་ལ། །དབང་པོ་
གཟུགས་ཅན་མིག་ཅེས་བྱ་བར་རྟོགས། །འདི་ན་དབང་པོ་ལས་བྱུང་རྣམ་པར་རིག་ཕྱི་
གཟུང་མེད་པར་རང་གི་ས་བོན་ལས། །སྤྱོ་སོགས་སྣང་ཉིད་འབྱུང་བར་མ་རྟོགས་
ནས། །སྤྱི་བོས་ཕྱི་རོལ་གཟུང་བར་སེམས་ཁས་ལེན། །

མི་ལམ་ན་ནི་གཟུགས་དོན་གཞན་མེད་པར། །རང་རྒྱས་སྤྲོན་ལས་དེ་ཡི་
རྣམ་ཅན་སེམས། །འབྱུང་བ་རི་ལྟར་དེ་བཞིན་སད་ལའང་འདིར། །ཕྱི་རོལ་མེད་པར་
ཡིད་ནི་ཡོད་ཅེ་ན། །རི་ལྟར་མིག་མེད་པར་ནི་མི་ལམ་དུ། །སྤྱོ་སོགས་སྣང་བའི་ཡིད་

སེམས་འགྲུང་དེ་ལྟར། མིག་དབང་མེད་པར་རང་གི་ས་ཐོན་ནི། སྤྲིན་ལས་འོང་བ་
ལ་འདིར་ཅེས་མི་སྟེ། གཤམ་ཏེ་ཁྱོད་ལྟར་མི་ལམ་དྲུག་པ་ཡི། རྒྱས་པ་སྤྲིན་ཡོད་སང་
པར་མེད་འགྲུར་ན། དྲུག་པའི་རྒྱས་སྤྲིན་རི་ལྟར་འདིར་མེད་པ། རྟེ་ལྟར་མི་ཆེ་མེད་
ཅེས་ཅེས་མི་རིགས། རི་ལྟར་མིག་མེད་འདི་ཡི་རྒྱ་མིན་ལྟར། མི་ལམ་དུ་ཡང་
གཉིད་ནི་རྒྱ་མ་ཡིན། རྟེ་ཕྱིར་མི་ལམ་དུ་ཡང་དེ་དངོས་མིག་བརྒྱན་པའི་ཡུལ་ཅན་
རྟོགས་པའི་རྒྱར་ཁས་སྤང། འདི་ཡིས་ལན་ནི་གང་དང་གང་བཟབ་པ། རྟེ་དང་དེ་ནི་
དམ་བཅའ་མཚུངས་མཐོང་བས། རྟོན་འདི་སེམས་བྱེད་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་
ནི། འགར་ཡང་དངོས་པོ་ཡོད་ཅེས་མ་བསྟན་ཏོ། །

རྣལ་འབྱོར་བ་ཡིས་སྤྲོ་མའི་མན་ངག་ལས། གཏང་རུས་ཀྱིས་གང་ས་གཞི་
མཐོང་བ་གང་། རྟེར་ཡང་གསུམ་ཆར་སྟེ་བ་མེད་པར་མཐོང་། འོག་བ་ཡིད་ལ་བྱེད་
པར་བསྟན་ཕྱིར་རོ། ཁྱོད་ཀྱི་དབང་སྟོང་ཡུལ་རྣམས་རི་ལྟར། རྟེ་ལྟར་མི་སྟེ་གཡིད་
ཀྱི་ཡང་འགྲུར་ན། རྟེ་བཞིན་ཡུལ་དེར་སྟོ་གཏད་ཅིག་ཤོས་ཀྱིས། རྟོགས་འགྲུར་དེ་
ནི་བརྒྱན་པར་ཡང་མི་འགྲུར། རབ་རིབ་དང་ལྷན་དབང་པོ་ཅན་མཚུངས་པ། རྒྱ་
འབབ་སྤྱང་ལ་ཡི་དྲགས་རྣག་སྟོ་ཡང་། མདོར་ན་རི་ལྟར་ཤེས་བྱ་མེད་དེ་བཞིན། སྟོ་
ཡང་མེད་ཅེས་དོན་འདི་ཤེས་པར་ཀྱིས། གཤམ་ཏེ་གཟུང་མེད་འདྲིན་བ་ཉིད་བྲལ་
ཞིང་། གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་པའི་གཞན་དབང་དངོས་ཡོད་ན། འདི་ནི་ཡོད་པར་གང་
གིས་ཤེས་པར་འགྲུར། མ་བརྒྱང་བར་ཡང་ཡོད་ཅེས་བྱར་མི་རུང་། རྟེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་
སྟོང་བར་བྱུང་མ་ཡིན། གཤམ་ཏེ་ཕྱི་དུས་དྲན་པ་ལས་བྱུང་ན། མ་བྱུང་བསྐྱུབ་པར་བྱ་
ཕྱིར་བརྟོད་པ་ཡི། མ་བྱུང་འདི་ནི་སྐྱུབ་པར་བྱེད་པ་མིན། རང་རིག་པ་ནི་བྱུང་ལ་

རག་མོད་ཀྱི། །དེ་ལྟ་འདྲ་བའི་བྲན་པ་རིགས་མིན་ཏེ། །གཞན་ཕྱིར་མ་ཤེས་རྒྱད་
ལ་སྦྲེས་པ་བཞིན། །གཏན་ཆེགས་འདིས་ནི་ཁྱད་པར་དག་ཀྱང་འཛོམས། །གང་ཕྱིར་
གང་གིས་ཡུལ་སྤོང་འགྱུར་དེ་ལས། །བྲན་པ་འདི་གཞན་ང་ལ་ཡོད་མིན་པ། །དེ་ཕྱིར་
ང་ཡིས་མཐོང་སྟམ་བྲན་འགྱུར་ཏེ། །འདི་ཡང་འཛིག་རྟེན་ཐ་སྙད་ཚུལ་ལུགས་
ཡིན། །དེའི་ཕྱིར་རང་རིག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། །ཁྲིད་ཀྱི་གཞན་དབང་གང་གིས་འཛིན་
པར་འགྱུར། །

བྱེད་པོ་ལས་དང་བྱ་བ་གཅིག་མིན་པས། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་འཛིན་པར་རིགས་
མ་ཡིན། །གལ་ཏེ་སྦྲེ་བ་མེད་ཅིང་མ་ཤེས་པའི། །བདག་ཅན་གཞན་དབང་ངོ་མོའི་
དངོས་ཡོད་ན། །གང་གིས་ན་འདི་ཡོད་པར་མི་རིགས་པ། །གཞན་ལ་མོ་གཤམ་བྱས་
གཞོད་ཅི་ཞིག་བྱ། །གང་ཆེ་གཞན་དབང་ཅུང་ཟད་ཡོད་མིན་ན། །ཀྱན་རྫོབ་པ་ཡི་
རྒྱར་ནི་གང་ཞིག་འགྱུར། །གཞན་གྱི་ལྟར་ན་རྩལ་ལ་ཆགས་པ་ཡིས། །འཛིག་རྟེན་
གྲགས་པའི་རྣམ་གཞག་ཀྱན་ཀྱང་བརྒྱག། །སློབ་དཔོན་སྤྲུལ་ཞབས་ཀྱི་ལམ་ལས་
ནི། །བྱེ་པོ་ལྟར་ལ་ཞི་བའི་ཐབས་མེད་དོ། །དེ་དག་ཀྱན་རྫོབ་དེ་ཉིད་བདེན་ལས་
ཉམས། །དེ་ལས་ཉམས་པས་ཐར་པ་བྱུང་ཡོད་མིན། །ཐ་སྙད་བདེན་པ་ཐབས་སུ་བྱུར་
པ་དང་། །དོན་དམ་བདེན་པ་ཐབས་བྱུང་བྱུར་པ་སྟེ། །དེ་གཉིས་རྣམ་དབྱེ་གང་གིས་
མི་ཤེས་པ། །དེ་ནི་རྣམ་རྟོག་ལོག་པས་ལམ་ངན་ཞུགས། །རི་ལྟར་ཁྲིད་ཀྱིས་གཞན་
དབང་དངོས་འདོད་ལྟར། །ཀྱན་རྫོབ་ཀྱང་ནི་བདག་གིས་ཁས་མ་སྐྱབས། །འབྲས་
ཕྱིར་འདི་དག་མེད་ཀྱང་ཡོད་དོ་ཞེས། །འཛིག་རྟེན་ངོར་བྱས་བདག་ནི་སྤྲུལ་བར་བྱེད། །

རི་ལྟར་ཕྱང་པོ་སྐྱབས་ནས་ཞིར་ཞུགས་པ། །དབྱ་བཙུམ་རྣམས་ལ་ཡོད་པ་

མིན་དེ་ལྟར། །འཛིག་རྟེན་ལ་ཡང་མེད་ན་དེ་བཞིན་འདི། །འཛིག་རྟེན་ལས་ཀྱང་ཡོད་
ཅེས་བདག་མི་སྟུ། །གལ་ཏེ་ཁྱོད་ལ་འཛིག་རྟེན་མི་གཞོད་ན། །འཛིག་རྟེན་ཉིད་སྟོས་
འདི་ནི་དགག་པར་གྱིས། །ཁྱོད་དང་འཛིག་རྟེན་འདིར་ནི་ཚོད་གྱིས་དང་། །ཕྱི་ནས་
སྟོབས་ལྷན་བདག་གིས་བརྟེན་པར་བྱ། །

མངོན་གྱུར་མངོན་སྟོགས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔལ་ཡིས། །སྲིད་གསུམ་རྣམ་
ཤེས་ཙམ་དུ་གང་རྟོགས་པ། །རྟག་བདག་བྱེད་པོ་བཀག་པ་རྟོགས་ཕྱིར་དེས། །བྱེད་
པ་པོ་ནི་སེམས་ཙམ་ཡིན་པར་རྟོགས། །དེ་ཕྱིར་སྟོ་ལྷན་སྟོ་ནི་འཕེལ་བྱའི་ཕྱིར། །ལང་
ཀར་གཤེགས་མདོ་དེ་ལས་ཀྱན་མཁྱེན་གྱིས། །ཐུ་སྟེགས་སྟོ་མཐོན་རི་འཛོམས་ངག་
རང་བཞིན། །དོ་རྩེ་འདི་ནི་དགོངས་པ་བཅད་ཕྱིར་གསུངས། །དི་བཞིན་རང་གི་བསྟན་
བཅོས་དེ་དེ་ལས། །ཐུ་སྟེགས་རྣམས་ཀྱིས་གང་ཟག་སོགས་དེ་དག་སྦྲས་པ་དེ་དག་
བྱེད་པོར་མ་གཟིགས་ནས། །རྒྱལ་བས་སེམས་ཙམ་འཛིག་རྟེན་བྱེད་པོར་
གསུངས། །དེ་ཉིད་རྒྱས་ལ་སངས་རྒྱས་བསྟན་དེ་བཞིན། །དེ་བཞིན་སེམས་ཙམ་
གཙོར་གྱུར་འཛིག་རྟེན་ལ། །མདོ་ལས་སེམས་ཙམ་ཞེས་གསུངས་གཟུགས་ནི་
འདིར། །འགོག་པ་དེ་ལྟར་མདོ་ཡི་དོན་མ་ཡིན། །

གལ་ཏེ་འདི་དག་སེམས་ཙམ་ཞེས་མཁྱེན་ནས། །དེ་ལས་གཟུགས་ཉིད་
དགག་པར་མཛད་ན་ནི། །སྤྲུང་ཡང་དེ་ལས་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་སེམས། །གཏི་
ཐུག་ལས་ལས་སྦྱེས་པར་ཅི་ཕྱིར་གསུངས། །སེམས་ཉིད་ཀྱིས་ནི་སེམས་ཙམ་
འཛིག་རྟེན་དང་། །སྟོད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་ཤིན་ཏུ་སྣ་ཆོགས་འགོད། །འགྲོ་བ་མ་ལུས་
ལས་ལས་སྦྱེས་པར་གསུངས། །སེམས་སྤངས་ནས་ནི་ལས་ཀྱང་ཡོད་མ་ཡིན། །གལ་

ཏེ་གཟུགས་ཡོད་མོད་ཀྱི་དེ་ལ་ནི། །སེམས་བཞིན་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་ཡོད་མ་ཡིན། །དེས་
ན་སེམས་ལས་གཞན་པའི་བྱེད་པ་པོ། །བརྫོགས་གི་གཟུགས་ནི་བཀག་པ་མ་ཡིན་
ནོ། །འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་དེ་ཉིད་ལ་གནས་ལ། །ཡུང་པོ་འཇིག་རྟེན་གྲགས་ཏེ་ལྷ་ཆར་
ཡོད། །དེ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་འཆར་བར་འདོད་པ་ན། །རྣལ་འབྱོར་པ་ལ་དེ་ལྷ་འབྱུང་མི་
འགྱུར། །གཟུགས་མེད་ན་ནི་སེམས་ཡོད་མ་འཇིན་ཅིག །སེམས་ཡོད་ཉིད་ན་འང་
གཟུགས་མེད་མ་འཇིན་ཅིག །དེ་དག་ཤེས་རབ་རྩ་ལ་མདོར་སངས་རྒྱས་
ཀྱིས། །མཚུངས་པར་སྤངས་ཤིང་མདོན་པའི་ཆོས་ལས་གསུངས། །བདེན་གཉིས་
རིམ་པ་འདི་དག་བཞིག་ནས་ཀྱང་། །ཁྱོད་ཀྱི་མུས་ནི་བཀག་པས་འབྱུང་མི་
འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་དེ་ལྟའི་རིམ་པས་དངོས་གདོད་ནས། །དེ་ཉིད་མ་སྐྱེས་འཇིག་རྟེན་
སྐྱེས་རིག་བྱ། །

མདོ་སྤེ་གང་ལས་ཕྱི་རོལ་སྤང་ཡོད་མིན། །སེམས་ནི་སྤྲོ་ཆོགས་སྤང་རོ་ཞེས་
གསུངས་པ། །གཟུགས་ལ་ཤིན་ཏུ་ཆགས་གང་དེ་དག་ལ། །གཟུགས་བརྫོགས་པ་སྟེ་དེ་
ཡང་བྱང་དོན་ཉིད། །འདི་ནི་སྟོན་པས་བྱང་དོན་ཉིད་གསུངས་ཤིང་། །འདི་ནི་བྱང་དོན་
ཉིད་དུ་རིགས་པས་འཐད། །རྣམ་པ་དེ་ལྟའི་མདོ་སྤེ་གཞན་ཡང་ནི། །བྱང་དོན་ཉིད་དུ་
ལུང་འདིས་གསལ་བར་བྱེད། །ཤེས་བྱ་མེད་ན་ཤེས་པ་བསལ་བ་ནི། །བདེ་ལྷག་རྟེན་
ཅེས་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས། །ཤེས་བྱ་མེད་ན་ཤེས་པ་བཀག་འབྱུང་
པས། །དང་པོ་ཤེས་བྱ་དགག་པ་མཛད་པ་ཡིན། །དེ་ལྟར་ལུང་གི་ལོ་རྒྱས་ཤེས་བྱས་
ཏེ། །མདོ་གང་དེ་ཉིད་མ་ཡིན་བཤད་དོན་ཅན། །བྱང་དོན་གསུངས་པའང་རྟོགས་ནས་
བྱང་བྱ་ཞིང་། །སྟོང་ཉིད་དོན་ཅན་ངེས་དོན་ཤེས་པར་གྱིས། །གཉིས་ལས་སྐྱེ་བའང་

རིགས་པའི་རོ་ཐོ་མ་ཡིན་གང་གི་ཕྱིར། །བཤད་ཟིན་ཉེས་པ་དེ་དག་ཐོག་ཏུ་འབབ་པ་
ཡིན་ཕྱིར་རོ། །འདི་ནི་འཛིག་རྟེན་ལས་མིན་དེ་ཉིད་ཏུ་ཡང་འདོད་མིན་ཏེ། །གང་ཕྱིར་
རེ་རེ་ལས་ནི་སྐྱེ་བ་འབྱུང་བ་ཡོད་མ་ཡིན། །གལ་ཏེ་རྒྱ་མེད་ཁོ་ནར་སྐྱེ་བར་ལྟ་ཞིག་
འབྱུར་ན་ནི། །དེ་ཆེ་མཐའ་དག་རྟག་ཏུ་ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱང་སྐྱེ་འབྱུར་ཞིང་། །འབྲས་
འབྱུང་ཆེད་ཏུ་འཛིག་རྟེན་འདི་ཡིས་ས་ཐོན་ལ་སོགས་ནི། །བརྒྱ་ཐག་དག་གི་སྒྲོ་ནས་
སྤྱད་པར་བྱེད་པར་ཡང་མི་འབྱུང། །

གལ་ཏེ་འགྲོ་བ་རྒྱ་ཡིས་སྒྲོང་བར་གྱུར་ན་ནས་མཁའ་ཡི། །ལྷ་ཐུང་ལ་ཡི་བྱི་
མདོག་རི་བཞིན་གཟུང་ཏུ་མེད་ཉིད་ན། །ཤིན་ཏུ་ཆེས་བཟའི་འཛིག་རྟེན་འཛིན་པའང་
ཡིན་དེའི་ཕྱིར། །རང་གི་སྒྲོ་བཞིན་འཛིག་རྟེན་རྒྱ་ལས་ཡིན་པར་ཤེས་པར་
གྱིས། །འབྱུང་བ་དེ་དག་བདག་ཉིད་གང་ཞིག་གིས་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲོའི། །ཡུལ་ཏུ་འབྱུར་
བ་དེ་ཡི་བདག་ཉིད་ཅན་ནི་མ་ཡིན་ན། །གང་ལ་ཡིད་ཀྱི་སྤྱན་པ་མ་སྤྱག་པོ་འདི་ཉིད་ཏུ་
ཡོད་པ། །དེས་ན་རི་ལྟར་འཛིག་རྟེན་པ་རོལ་ཡང་དག་རྟོགས་པར་འབྱུང། །འཛིག་
རྟེན་པ་རོལ་འགོག་པར་བྱེད་པའི་དུས་སུ་བདག་ཉིད་ནི། །ཤེས་བྱའི་རང་བཞིན་ཕྱིན་
ཅི་ལོག་ཏུ་ལྟ་བར་རྟོགས་བྱ་སྟེ། །དེ་ཡི་ལྟ་བའི་རྣམ་པའི་རྟེན་མཚུངས་ལུས་དང་ལྡན་
ཉིད་ཕྱིར། །གང་ཆེ་འབྱུང་བའི་བདག་ཉིད་ཡོད་ཉིད་ཁས་ལེན་དེ་ཆེ་བཞིན། །འབྱུང་
བ་དེ་དག་རི་ལྟར་ཡོད་མིན་དེ་ལྟར་བཤད་ཟིན་ཏེ། །གང་གི་ཕྱིར་ན་གོང་ཏུ་རང་
གཞན་ལས་དང་གཉི་ག་ལས། །སྐྱེ་དང་རྒྱ་མེད་སྤྱན་མོང་ཏུ་ནི་བཀག་ཟིན་དེ་ཡི་
ཕྱིར། །མ་བཤད་འབྱུང་བ་འདི་དག་ལྟ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཕྱིར་ན་
བདག་དང་གཞན་དང་གཉི་ག་ལས་སྐྱེ་དང་། །རྒྱ་ལ་མ་སྟོས་ཡོད་པ་མིན་པས་དངོས་

ནམས་རང་བཞིན་བྲལ། །གང་ཕྱིར་སྤྲོད་ཆོག་པ་དང་མཚུངས་གཏི་ཐུག་སྤྲུག་པོ་
འདྲིག་ཏེན་ལ། །ཡོད་པ་དེས་ན་ཡུལ་ནམས་ལོག་པ་དག་ཏུ་སྤང་བར་འགྱུར། །དེ་
ལྟར་རབ་རིབ་མཐུ་ཡིས་འགའ་ཞིག་སྐྱ་ཤད་ཆེ་གཉིས་དང་། །མ་བྱའི་མདོངས་དང་
སྤང་མ་ལ་སོགས་ལོག་པར་འདྲིན་བྱེད་པ། །དེ་བཞིན་དུ་ནི་གཏི་ཐུག་སྤྲོད་ཀྱི་དབང་
གིས་མི་མཁས་པས། །འདུས་བྱས་ལྟ་ཞིག་སྤྲོད་ཆོག་པ་སྤྲོད་ཀྱིས་ནི་ཆོག་པ་པར་
འགྱུར། །གལ་ཏེ་གཏི་ཐུག་བཞེན་ནས་ལས་བྱུང་གཏི་ཐུག་མེད་པར་དེ། །མི་འབྱུང་
ཞེས་བྱུང་མི་མཁས་ཁོ་ནས་ཆོག་པ་པར་གོར་མ་ཆག།

སྤྱོད་བཟངས་ཉི་མས་ཐུན་པ་སྤྲུག་པོ་ནམ་པར་བསལ་བ་ཡི། །མཁས་པ་དག་
ནི་སྤོང་ཉིད་ཁོང་དུ་ཚུད་ཅིང་གོལ་བར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་དངོས་ནམས་དེ་ཉིད་དུ་མེད་
ན། །ཐ་སྙད་དུ་ཡང་མོ་གཤམ་བྱ་དེ་བཞིན། །དེ་དག་མེད་པ་ཉིད་འགྱུར་དེ་ཡི་
ཕྱིར། །དེ་དག་རང་བཞིན་གྱིས་ནི་ཡོད་པ་ཉིད། །གང་དག་རབ་རིབ་ཅན་སོགས་
ཡུལ་གྱུར་པ། །སྐྱ་ཤད་ལ་སོགས་དེ་དག་མ་སྤྲེས་པས། །དེ་ཞིག་དེ་དག་ཉིད་ལ་
བཅད་བྱ་སྟེ། །ཕྱི་ནས་མ་རིག་རབ་རིབ་རྗེས་འབྲེལ་ལའོ། །གལ་ཏེ་མི་ལམ་བྱི་ཟའི་
གོང་ཁྲེར་བཅས། །སྤྲིག་རྒྱའི་ཚུ་དང་མིག་འཕྲུལ་གཟུགས་བརྟན་སོགས། །སྤྲེ་མེད་
མཐོང་ན་ཡོད་ཉིད་མིན་མཚུངས་ཀྱང་། །ཁྱོད་ལ་དེ་ལྟར་དེར་འགྱུར་དེ་མི་རིགས། །དེ་
ཉིད་དུ་འདི་དེ་ལྟར་སྤྲེ་མེད་ཀྱང་། །མོ་གཤམ་བྱ་ལྟར་གང་ཕྱིར་འདྲིག་ཏེན་གྱི། །མཐོང་
བའི་ཡུལ་དུ་མི་འགྱུར་མ་ཡིན་པ། །དེ་ཡི་ཕྱིར་ན་སྤྲུལ་འདི་མ་དེས་པའོ།

མོ་གཤམ་བྱ་ལ་རང་གི་བདག་ཉིད་གྱིས། །སྤྲེ་བ་དེ་ཉིད་དུ་མེད་འདྲིག་ཏེན་
དུའང་། །ཡོད་མིན་དེ་བཞིན་དངོས་འདི་ཀུན་ངོ་བོ། །ཉིད་གྱིས་འདྲིག་ཏེན་དེ་ཉིད་དུ་

མ་སྐྱེས། །དེ་ཕྱིར་འདི་ལྟར་སྟོན་པས་ཆོས་རྣམས་ཀྱིས། །གདོད་ནས་ཞི་ཞིང་སྐྱེ་བལ་
རང་བཞིན་གྱིས། །ཡོངས་སུ་སྤྲོད་པ་ལས་པ་གསུངས་སྒྱུར་པ། །དེ་ཕྱིར་ཏྲག་ཏུ་སྐྱེ་
བ་ཡོད་མ་ཡིན། །བྱམ་སོགས་འདི་དག་དེ་ཉིད་དུ་མེད་ཅིང་། །འཛིག་རྟེན་རབ་ཏུ་
གྲགས་པར་ཡོད་ཅི་བཞིན། །དེ་བཞིན་དངོས་སོ་ཐམས་ཅད་འགྱུར་བས་ན། །སོ་
གཤམ་བྱ་དང་མཚུངས་པར་ཐལ་མི་འགྱུར། །

གང་ཕྱིར་རྒྱ་མེད་པ་དང་དབང་ཕྱག་གི། །རྒྱ་ལ་སོགས་དང་བདག་གཞན་
གཉི་ག་ལས། །དངོས་རྣམས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པ། །དེ་ཕྱིར་བརྟེན་ནས་རབ་
ཏུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །གང་ཕྱིར་དངོས་སོ་བརྟེན་ནས་རབ་འགྱུར་བས། །རྟོག་པ་འདི་
དག་བརྟག་པར་མི་བྱས་པ། །དེ་ཕྱིར་རྟེན་འགྱུར་རིགས་པ་འདི་ཡིས་ནི། །ལྷ་རན་བ་བ་
མཐའ་དག་གཅོད་པར་བྱེད། །རྟོག་རྣམས་དངོས་སོ་ཡོད་ན་འགྱུར་བ་སྟེ། །དངོས་སོ་
ཅི་ལྟར་མེད་པར་ཡོངས་དབྱུང་བྱེད། །དངོས་སོ་མེད་པར་འདི་རྣམས་མི་འགྱུར་
དཔེར། །བྱད་ཤིང་མེད་པར་མེ་ཡོད་མིན་དེ་བཞིན། །སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ནི་རྟོག་
པས་བཅིངས། །མི་རྟོག་རྣལ་འབྱོར་པ་ནི་གྲོལ་འགྱུར་བས། །རྟོག་རྣམས་ལོག་པར་
སྒྱུར་བ་གང་ཡིན་དེ། །རྣམ་པར་དཔྱོད་པའི་འབྲས་བུར་མཁས་རྣམས་
གསུངས། །བསྟན་བཅོས་ལས་དབྱུང་ཚོད་ལ་ཆགས་པའི་ཕྱིར། །མ་མཛད་རྣམ་གྲོལ་
ཕྱིར་ནི་དེ་ཉིད་བསྟན། །གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་རྣམ་པར་བཤད་པ་ན། །གཞན་གཞུང་འཛིག་
པར་འགྱུར་ན་ཉེས་པ་མེད། །རང་གི་ལྷ་ལ་ཆགས་དང་དེ་བཞིན་དུ། །གཞན་གྱི་ལྷ་ལ་
འཇུག་གང་རྟོག་པ་ཉིད། །དེའི་ཕྱིར་འདོད་ཆགས་ཁོང་ཁྱོ་རྣམ་བསལ་ཏེ། །རྣམ་དཔྱོད་
པ་ནི་སྒྱུར་དུ་གྲོལ་བར་འགྱུར། །

ཉོན་མོངས་སྒྲིན་རྣམས་མ་ལུས་འཛིག་ཆོག་པ་ལ། །ལྷ་ལས་བྱུང་བར་སྒོ་
 ཡིས་མཐོང་གྱུར་ཅིང་། །བདག་ནི་འདི་ཡི་ཡུལ་དུ་རྟོགས་བྱས་ནས། །རྣལ་འབྱོར་པ་
 ཡིས་བདག་ནི་འགོག་པར་བྱེད། །ཟ་པོ་རྟག་དངོས་བྱེད་པོ་མིན་པའི་བདག་ །ཡོན་
 ༡ན་བྱ་མེད་ལུ་སྟེགས་རྣམས་ཀྱིས་བརྟགས། །དེ་དབྱེ་ཅུང་ཟད་ཅུང་ཟད་ལ་བརྟེན་
 བས། །ལུ་སྟེགས་ཅན་རྣམས་ལུགས་ནི་ཐ་དད་འགྱུར། །མོ་ག་ཤམ་བྱ་ལྟར་སྦྱེ་བ་དང་
 སྒལ་བྱིར། །དེ་ལྟར་གྱུར་པའི་བདག་ནི་ཡོད་མིན་ཞིང་། །འདི་ནི་རར་འཛིན་རྟེན་དུ་འང་
 མི་རིགས་ལ། །འདི་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་ཡོད་མི་འདོད། །གང་ཕྱིར་བསྟན་བཅོས་
 བསྟན་བཅོས་ལས་དེའི་བྱེད། །ལུ་སྟེགས་རྣམས་ཀྱིས་གང་བསྟན་དེ་ཀུན་ལ། །རང་
 གྲགས་མ་སྦྱེས་གཏན་ཆོག་ཀྱིས་གཞོད་པ། །དེ་ཕྱིར་དེ་བྱེད་ཀུན་གྱི་ཡོད་མ་
 ཡིན། །དེ་ཕྱིར་སྤང་པོ་ལས་གཞན་བདག་མེད་དེ། །སྤང་པོ་མ་གཏོགས་དེ་འཛིན་མ་
 གྲུབ་བྱིར། །འཛིག་རྟེན་རར་འཛིན་སྒོ་ཡི་རྟེན་དུ་ཡང་། །མི་འདོད་དེ་རིག་མིན་པའང་
 བདག་ལྟའི་བྱིར། །གང་དག་དུད་འགྲོར་བསྐྱལ་མང་སྦྱེས་གྱུར་པ། །དེས་གྱང་མ་སྦྱེས་
 རྟག་འདི་མ་མཐོང་ལ། །རར་འཛིན་དེ་དག་ལ་ཡང་འཇུག་མཐོང་སྟེ། །དེས་ན་སྤང་པོ་
 ལས་གཞན་བདག་འགའ་མེད། །སྤང་པོ་ལས་གཞན་བདག་གྲུབ་མེད་པའི་
 བྱིར། །བདག་ལྟའི་དམིགས་པ་སྤང་པོ་ཁོ་ན་ལོ། །

ཁ་ཅིག་བདག་ལྟའི་རྟེན་དུ་སྤང་པོ་ནི། །ལྷ་ཆར་ཡང་འདོད་ཁ་ཅིག་སེམས་
 གཅིག་འདོད། །གལ་ཏེ་སྤང་པོ་བདག་ན་དེ་ཕྱིར་དེ། །མང་བས་བདག་དེ་དག་གྱང་
 མང་པོར་འགྱུར། །བདག་ནི་རྣམས་སུ་འགྱུར་ཞིང་དེར་ལྟ་བ། །རྣམས་ལ་འཇུག་པས་
 བྱིན་ཅི་ལོག་མི་འགྱུར། །སྤང་ན་འདས་ཆེ་དེས་པར་བདག་ཆད་འགྱུར། །སྤང་ན་

འདས་སྒོན་སྐད་ཅིག་དག་ལ་ནི། །སྤྱེ་འཛིག་བྱེད་པོ་མེད་པས་དེ་འབྲས་མེད། །གཞན་
གྱིས་བསགས་ལས་གཞན་གྱིས་ཟ་བར་འགྱུར། །དེ་ཉིད་དུ་རྒྱུད་ཡོད་ན་སྒོན་མེད་
ན། །སྤར་རྣམ་དཔུང་ཆེ་རྒྱུད་ལ་ཉེས་བཤད་ཟིན། །དེའི་ཕྱིར་སྤང་པོ་དང་སེམས་
བདག་མི་རིགས། །འཛིག་རྟེན་མཐའ་ལྷན་ལ་སོགས་མེད་ཕྱིར་རོ། །

ཁྱོད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བདག་མེད་མཐོང་བ་ལ། །དེ་ཆེ་ངེས་པར་དངོས་རྣམས་
མེད་པར་འགྱུར། །རྟག་བདག་སློང་ན་དེ་ཆེ་དེ་ཡི་ཕྱིར། །ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་སམ་སྤང་པོ་
བདག་མི་འགྱུར། །ཁྱོད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བདག་མེད་མཐོང་བ་ཡིས། །གཟུགས་སོགས་
དེ་ཉིད་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། །གཟུགས་ལ་དམིགས་ནས་འཇུག་ཕྱིར་འདོད་
ཆགས་སོགས། །སྤྱེ་འགྱུར་དེ་ཡི་ངོ་བོ་རྟོགས་མེད་ཕྱིར། །གང་ཕྱིར་སྒྲོན་པས་སྤང་
པོ་བདག་གོ་ཞེས། །གསུངས་པ་དེ་ཕྱིར་སྤང་པོ་བདག་འདོད་ན། །དེ་ནི་སྤང་པོ་ལས་
གཞན་བདག་འགོག་སྟེ། །གཟུགས་བདག་མིན་སོགས་མདོ་གཞན་གསུངས་ཕྱིར་
རོ། །གང་ཕྱིར་གཟུགས་ཆོར་བདག་མིན་འདུ་ཤེས་ཀྱང་། །མ་ཡིན་འདུ་བྱེད་རྣམས་
མིན་རྣམ་ཤེས་ཀྱང་། །མིན་པར་མདོ་གཞན་ལས་གསུངས་དེ་ཡི་ཕྱིར། །མདོར་
བསྟན་སྤང་པོ་བདག་ཅེས་བཞེད་མ་ཡིན། །སྤང་པོ་བདག་ཅེས་བརྗོད་ཆེ་སྤང་རྣམས་
ཀྱི། །ཆོགས་བ་ཡིན་གྱི་སྤང་པོའི་ངོ་བོ་མིན། །མགོན་མིན་འདུལ་བའམ་དབང་པོ་
ཉིད་ཀྱང་མིན། །དེ་མེད་ཕྱིར་དེ་ཆོགས་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཆེ་དེ་ཡི་ཡན་ལག་ཆོགས་
གནས་རྣམས། །ཤིང་རྟ་ཉིད་འགྱུར་ཤིང་རྟ་དང་བདག་མཚུངས། །

མདོ་ལས་སྤང་པོ་བརྟེན་ནས་ཡིན་གསུངས་པ། །དེ་ཕྱིར་སྤང་པོ་འདུས་ཅམ་
བདག་མ་ཡིན། །དབྱིབས་ཤེན་དེ་གཟུགས་ཅན་ལ་ཡོད་ཕྱིར། །ཁྱོད་ལ་དེ་དག་ཉིད་

བདག་ཅེས་འགྲུར་གྱི། །སེམས་སོགས་ཚོགས་ནི་བདག་ཉིད་འགྲུར་མིན་ཏེ། །གང་
 བྱིང་དེ་དག་ལ་དབྱིབས་ཡོད་མ་ཡིན། །ལེན་པོ་རང་ཉེར་ལེན་གཅིག་རིགས་དངོས་
 མིན། །དེ་ལྟར་ན་ལས་བྱེད་པོ་གཅིག་ཉིད་འགྲུར། །བྱེད་པོ་མེད་ལས་ཡོད་སྟུང་སྟོ་
 ཡིན་ན། །མ་ཡིན་གང་བྱིང་བྱེད་པོ་མེད་ལས་མེད། །གང་བྱིང་ཐུབ་པས་བདག་དེ་ས་
 ལུ་མེ། །རྒྱུད་དང་རྣམ་ཤེས་ནམ་མཁའ་ཞེས་བྱ་བ། །ཁམས་དྲུག་དང་ནི་མིག་སོགས་
 རིག་པ་ཡི། །རྟེན་དྲུག་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཉེར་བསྟན་ཞིང་། །སེམས་དང་སེམས་བྱུང་
 ཚོས་རྣམས་ཉེར་བཟུང་ནས། །དེས་གསུངས་དེ་བྱིང་དེ་ནི་དེ་རྣམས་དང་། །དེ་ཉིད་
 མ་ཡིན་ཚོགས་ཙམ་ཉིད་མིན་ཏེ། །དེ་བྱིང་རང་འཛིན་སྟོ་དེ་རྣམས་ལ་མིན། །

བདག་མེད་རྟོགས་ཚེ་རྟག་པའི་བདག་སྟོང་ཞིང་། །འདི་ནི་རང་འཛིན་རྟེན་
 དུའང་མི་འདོད་བ། །དེའི་བྱིང་བདག་མེད་ཤེས་པས་བདག་ལྟ་བ། །ཅིས་ཀྱང་འབྲིན་
 ཞེས་སྟེ་བ་ཤིན་ཏུ་མཆར། །རང་བྱིན་ཅིག་ཕྱག་སྟུང་གནས་མཐོང་བཞིན་དུ། །འདི་
 བ་སྤང་ཆེན་མེད་ཅེས་དོགས་བསལ་ཏེ། །སྟུང་གི་འཛིགས་པའང་སྟོང་བར་བྱེད་པ་
 བྱི། །ཀྱེ་མ་གཞན་གྱི་གནས་པོར་གྱུར་ཉིད་དོ། །ཕྱང་པོ་བདག་ཡོད་མ་ཡིན་བདག་ལ་
 ཡང་། །ཕྱང་པོ་དེ་རྣམས་ཡོད་མིན་གང་བྱིང་འདིར། །གཞན་ཉིད་ཡོད་ན་རྟོག་པ་
 འདིར་འགྲུར་ན། །གཞན་ཉིད་མེད་དེ་བྱིང་འདི་རྟོག་པའོ། །བདག་ནི་གཟུགས་ལྡན་
 མི་འདོད་གང་བྱིང་བདག་ །ཡོད་མིན་དེ་བྱིང་ལྡན་དོན་སྟོར་བ་མེད། །གཞན་ན་
 གནག་ལྡན་གཞན་མིན་གཟུགས་ལྡན་ན། །བདག་ནི་གཟུགས་ལས་དེ་ཉིད་གཞན་
 ཉིད་མེད། །གཟུགས་བདག་མ་ཡིན་བདག་ནི་གཟུགས་ལྡན་མིན། །གཟུགས་ལ་
 བདག་མེད་བདག་ལའང་གཟུགས་ཡོད་མིན། །དེ་ལྟར་རྣམ་བཞིར་སྤང་ཀྱན་ཤེས་བྱ་

སྟེ། །དེ་དག་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་ཉི་ཤུར་འདོད། །ལྟ་རི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་རྣམ་རྒྱུ་
ཡིས། །བཙུང་བདག་གང་དང་ལྷན་ཅིག་འདིག་འགྱུར་བ། །འདིག་ཆོགས་ལྟ་རི་ལྷན་
སྟེག་ལ་གནས་པའི། །ཅེ་མོ་མཐོ་བར་གྱུར་བ་འདི་དག་གོ། །ཁ་ཅིག་དེ་ཉིད་གཞན་ཉིད་
རྟག་མི་རྟག །ལ་སོགས་བརྗོད་མེད་གང་ཟག་རྣམས་ཡོད་འདོད། །རྣམ་ཤེས་བྱུག་གི་
ཤེས་བྱར་དེ་འདོད་ཅིང་། །དེ་ནི་རང་འཛིན་གཞིར་ཡང་འདོད་པ་ཡིན། །གང་ཕྱིར་
གཟུགས་ལས་སེམས་བརྗོད་མེད་མི་རྟོགས། །དངོས་ཡོད་བརྗོད་མེད་རྟོགས་པ་མ་
ཡིན་ཉིད། །གལ་ཏེ་བདག་འགའ་དངོས་པོར་གྲུབ་འགྱུར་ན། །སེམས་ལྟར་གྲུབ་
དངོས་བརྗོད་དུ་མེད་མི་འགྱུར། །

གང་ཕྱིར་ཁྱོད་སྤངས་དངོས་པོར་མ་གྲུབ་པའི། །དོ་བོ་གཟུགས་སོགས་ལས་
བརྗོད་མེད་འགྱུར་བས། །བདག་གང་སྤང་བོ་ལས་བརྗོད་མེད་འགྱུར་ཏེ། །རང་གིས་
ཡོད་པར་གྲུབ་པར་རྟོགས་མི་བྱ། །ཁྱོད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་རང་བདག་ལས་གཞན་
ནི། །མིན་འདོད་གཟུགས་སོགས་ལས་གཞན་དངོས་འདོད་ཅིང་། །དངོས་ལ་རྣམ་པ་
དེ་གཉིས་མཐོང་གྱུར་བ། །དེ་ཕྱིར་བདག་མེད་དངོས་ཆོས་དང་བྲལ་ཕྱིར། །དེ་ཕྱིར་
རང་འཛིན་རྟོན་ནི་དངོས་པོ་མིན། །སྤང་ལས་གཞན་མིན་སྤང་བའི་ངོ་བོ་མིན། །སྤང་
བོ་རྟོན་མིན་འདི་ནི་དེ་ལྷན་མིན། །འདི་ནི་སྤང་བོ་རྣམས་རྟོན་གྲུབ་པར་འགྱུར། །ཤིང་
རྟ་རང་ཡན་ལག་ལས་གཞན་འདོད་མིན། །གཞན་མིན་མ་ཡིན་དེ་ལྷན་ཡང་མིན་
ཞིང་། །ཡན་ལག་ལ་མིན་ཡན་ལག་དག་དེར་མིན། །འདུས་པ་ཙམ་མིན་དབྱིབས་
མིན་རི་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཆོགས་ཙམ་ཤིང་རྟ་འགྱུར་ན་ནི། །སེམས་སྤང་གནས་ལ་
ཤིང་རྟ་ཉིད་ཡོད་གྱུར། །གང་ཕྱིར་ཡན་ལག་ཙམ་མེད་ཡན་ལག་དག །མེད་པས་

དབྱིབས་ཙམ་ཤིང་རྟ་རིགས་པའང་མིན། ཁྱོད་དབྱིབས་ཡན་ལག་རེ་རེ་སྤར་ཡོད་
 གུར། རི་བཞིན་ཤིང་རྟ་གཏོགས་པའང་དེ་བཞིན་ན། དེ་བར་གྱུར་པ་དེ་དག་ལ་
 རི་ལྟར། རྟ་ལྟར་ཡང་ནི་ཤིང་རྟ་ཡོད་མ་ཡིན། རྟ་གལ་ཏེ་ཤིང་རྟ་ཉིད་དུས་
 འདིར། འཕང་ལོ་སོགས་ལ་དབྱིབས་ཐ་དད་ཡོད་ན། འདི་གཟུང་འགྱུར་ན་དེ་ཡང་
 ཡོད་མིན་ཏེ། རྟེ་ཕྱིར་དབྱིབས་ཙམ་ཤིང་རྟ་ཡོད་མ་ཡིན། གང་ཕྱིར་ཁྱོད་ཀྱི་
 ཆོགས་པ་ཅང་མེད་པས། དབྱིབས་དེ་ཡན་ལག་ཆོགས་ཀྱི་མ་ཡིན་ན། གང་ཞིག་
 ཅེ་ཡང་མ་ཡིན་དེ་བརྟེན་ནས། འདིར་ནི་དབྱིབས་སུ་ལྟ་ཞིག་ཅི་ལྟར་འགྱུར། ཁྱོད་
 ཀྱི་འདི་ནི་རི་ལྟར་འདོད་དེ་ལྟར། མི་བདེན་པ་ཡི་རྒྱ་ལ་བརྟེན་བྱས་ནས། འབྲས་
 སུའི་རྣམ་པ་མི་བདེན་རང་བཞིན་ཅན། ཐམས་ཅད་ཀྱང་ནི་སྐྱེ་བར་ཤེས་པར་
 གྱིས། འདིས་ནི་གཟུགས་སོགས་དེ་ལྟར་གནས་རྣམས་ལ། སུམ་སྒོ་ཞེས་བྱའང་
 རིགས་པ་མ་ཡིན་ཉིད། སྐྱེ་བ་མེད་པས་གཟུགས་སོགས་ཀྱང་ཡོད་མིན། རྟེ་ཡི་
 ཕྱིར་ཡང་དེ་དག་དབྱིབས་མི་རིགས། རྟེ་ནི་དེ་ཉིད་དུ་འཕ་འཛིག་རྟེན་དུ། རྣམ་པ་
 བདུན་གྱིས་འགྱུར་འགྱུར་མིན་མོད་ཀྱི། རྣམ་དབྱུང་མེད་པར་འཛིག་རྟེན་ཉིད་ལས་
 འདི། རང་གི་ཡན་ལག་བརྟེན་ནས་འདོགས་པ་ཡིན། ཤིང་རྟ་རང་ཡན་ལག་ལས་
 གཞན་འདོད་མིན། རྟེ་ཉིད་ཡན་ལག་ཅན་ཏེ་ཆ་ཤས་ཅན། ཤིང་རྟ་དེ་ཉིད་བྱེད་སོ་
 ཞེས་འགྲོར་བསྟན། སྐྱེ་སོ་རྣམས་ལ་ལེན་སོ་ཉིད་དུའང་བྱུང། འཛིག་རྟེན་གྲགས་
 པའི་ཀུན་རྫོབ་མ་བཟླག་ཅིག །

རྣམ་བདུན་གྱིས་མེད་གང་དེ་རི་ལྟ་བུར། ཡོད་ཅེས་རྣམ་འབྱེར་པས་འདིའི་
 ཡོད་མི་རྟེན། རྟེས་དེ་ཉིད་ལའང་བདེ་སྒྲག་འཇུག་འགྱུར་བས། འདིར་དེའི་བྱུང་བ་

དེ་བཞིན་འདོད་པར་བྱ། །ཤིང་རྩ་ཡོད་ཉིད་མིན་ན་དེ་ཡི་ཆོ། །ཡན་ལག་ཅན་མེད་དེའི་
ཡན་ལག་ཀྱང་མེད། །ཤིང་རྩ་ཆོག་ན་ཡན་ལག་མེད་དཔེ་བཞིན། །སློ་མེས་ཡན་ལག་
ཅན་བསྐྱེད་པ་ཡན་ལག་གོ། །དེ་བཞིན་འཛིན་རྟེན་གྲགས་པས་ཕྱང་པོ་དང་། །ཁམས་
དང་དེ་བཞིན་སྐྱེ་མཆེད་དུག་བརྟེན་ནས། །བདག་ཀྱང་ཉེ་བར་ལེན་པོ་ཉིད་དུ་
འདོད། །ཉེར་ལེན་ལས་ཡིན་འདི་ནི་བྱེད་པ་པོ་ཡང་ཡིན། །དངོས་ཡོད་མིན་ཕྱིར་འདི་
ནི་བརྟེན་མིན་ཞིང་། །མི་བརྟེན་ཉིད་མིན་འདི་ནི་སྐྱེ་འཛིན་མིན། །འདི་ལ་རྟག་པ་ཉིད་
ལ་སོགས་པ་ཡང་། །ཡོད་མིན་དེ་ཉིད་དང་ནི་གཞན་ཉིད་མེད། །གང་ལ་རྟག་ཏུ་འགྲོ་
རྣམས་རང་འཛིན་སློ། །རབ་ཏུ་འབྱུང་ཞིང་དེ་ཡི་གང་ཡིན་དེར། །ང་ཡི་འཛིན་སློ་
འབྱུང་བའི་བདག་དེ་ནི། །མ་བརྟགས་གྲགས་པར་གཉི་ལྷག་ལས་ཡིན་ནོ། །གང་ཕྱིར་
བྱེད་པོ་མེད་ཅན་ལས་མེད་པ། །དེ་ཕྱིར་བདག་གི་བདག་མེད་པར་ཡོད་མིན། །དེ་
ཕྱིར་བདག་དང་བདག་གི་སྟོང་ལྟ་ཞིང་། །རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་
འབྱུང། །

བྱམ་པ་སྣམ་བུ་རེ་ལྟེ་དམག་དང་ནགས་ཆལ་སྒྲིང་བ་ལྟོན་ཤིང་དང་། །ཁང་
བྱིས་ཤིང་རྩ་ཐན་དང་འགྲོན་གནས་ལ་སོགས་དངོས་རྣམས་གང་དག་དང་། །དེ་
བཞིན་གང་དག་སྟོན་སྐྱེ་འདིས་བསྟན་པ་དེ་རྣམས་རྟོགས་བྱ་སྟེ། །གང་ཕྱིར་སྐབ་
དབང་དེ་ནི་འཛིན་རྟེན་ལྷན་ཅིག་ཅོད་མི་མཛད་ཕྱིར་རོ། །ཡོན་ཏན་ཡན་ལག་འདོད་
ཆགས་མཆོན་ཉིད་དང་ནི་བྱང་ཤིང་ལ་སོགས་དང་། །ཡོན་ཏན་ཅན་ཡན་ལག་ཅན་
ཆགས་དང་མཆོན་གཞི་མེ་ལ་སོགས་དོན་དག །དེ་རྣམས་ཤིང་རྩའི་རྣམ་དབྱེད་བྱས་
པས་རྣམ་བདུན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། །དེ་ལས་གཞན་དུ་གྱུར་པར་འཛིན་རྟེན་

གཤམ་པའི་སྒོ་ནས་ཡོད་པ་ཡིན། །གལ་ཏེ་རྒྱ་ཡིས་བསྐྱེད་པར་བྱ་བསྐྱེད་དེ་ལྟ་ན་དེ་
 རྒྱ་ཡིན་ཞིང་། །གལ་ཏེ་འབྲས་བྱ་མི་བསྐྱེད་ན་ནི་དེ་མེད་རྒྱ་མེད་ཅན་དུ་
 འགྱུར། །འབྲས་བྱ་ཡང་ནི་རྒྱ་ཡོད་ཀྱང་ན་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་དེ་ཡི་ཕྱིར། །གང་ལས་
 གང་ཞིག་འགྱུར་བ་གང་ཞིག་ལས་སྤར་གང་ཞིག་འགྱུར་དེ་སྟོས། །གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱི་
 རྒྱ་ཡིས་སྤང་ནས་འབྲས་སྐྱེད་བྱེད་ན་དེ་ཡི་ཆོ། །དེ་དག་རྣམས་བ་གཅིག་པས་སྐྱེད་
 བྱེད་འབྲས་བྱ་ཐ་དང་མེད་འགྱུར་ཞིང་། །སོ་སོར་ན་ནི་རྒྱ་འདི་རྒྱ་མིན་ནམས་དང་
 ཁྱད་པར་མེད་འགྱུར་ལ། །གཉིས་པོ་འདི་དག་སྤངས་ནས་རྟོག་བ་གཞན་ཡང་ཡོད་
 པར་འགྱུར་མ་ཡིན། །ཅི་སྟེ་ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིས་འབྲས་བྱ་སྐྱེད་པར་མི་བྱེད་དེ་ཕྱིར་
 འབྲས། །ཞེས་བྱ་ཡོད་མིན་འབྲས་བྱ་ལ་རྒྱ་ནི་རྒྱ་མེད་ཅན་འགྱུར་ཡོད་པའང་
 མིན། །གང་ཕྱིར་འདི་དག་གཉིས་ཆར་ཡང་ནི་སྒྱུ་མ་དང་འབྲེད་དེ་ཡི་ཕྱིར། །བདག་ལ་
 སྒྲོན་དུ་མི་འགྱུར་འཛིག་རྟེན་བ་ཡི་དངོས་པོ་ནམས་ཀྱང་ཡོད། །སུན་འབྲིན་འདིས་
 སུན་དབྱུང་བྱ་སྤང་ནས་འབྲིན་ནམ་མ་སྤང་བར། །ཡིན་ཞེས་ཉེས་བ་འདི་ནི་ཁྱོད་
 ལའང་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནམ། །གང་ཆེ་དེ་སྐྱད་སྤྲེལ་ཞིང་རང་སྟོགས་ཁོ་ན་ནམ་
 འཛོམས་པ། །དེ་ཆེ་ཁྱོད་ཀྱིས་སུན་དབྱུང་སུན་ནི་འབྲིན་པར་རྣམས་མ་ཡིན། །

གང་ཕྱིར་རང་གི་ཆོག་ལའང་ཐལ་བ་མཚུངས་པའི་ལྷག་ཆོད་ཀྱིས། །རིགས་
 བ་མེད་པར་དངོས་མཐའ་དག་ལ་སྒྱུར་འདེབས་དེ་ཡི་ཕྱིར། །ཁྱོད་ནི་སྐྱེ་བོ་དམ་པས་
 བཞེད་མི་འགྱུར་ཞིང་གང་གི་ཕྱིར། །ཁྱོད་ལ་རང་སྟོགས་མེད་པས་སུན་ཅི་ཕྱིན་དུ་
 ཆོ་ལ་བའང་ཡིན། །སུན་འབྲིན་པས་སུན་དབྱུང་བྱ་མ་སྤང་སུན་ནི་འབྲིན་བྱེད་
 དམ། །འོན་ཏེ་སྤང་ནས་ཡིན་ཞེས་སྒྲུས་ཟེན་ཉེས་བ་འདིར་གང་ལ། །དེས་པར་སྟོགས་

ཡོད་དེ་ལ་འགྱུར་གྱི་བདག་ལ་ཕྱོགས་འདི་ནི། །ཡོད་པ་མིན་པས་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་
འདི་ནི་སྲིད་མ་ཡིན། །རི་ལྷར་ཁྱོད་ཀྱིས་ཉི་མའི་དགྱིལ་འཁོར་ལ་ཡོད་ཁྱད་པར་
རྣམས། །གཟུགས་བརྟན་ལ་ཡང་གཟས་གཟུང་ལ་སོགས་རྣམ་འཆེ་མཐོང་འགྱུར་
ལ། །ཉི་མ་དང་ནི་གཟུགས་བརྟན་རྣམ་པ་སྤང་དང་མ་སྤང་བར། །མི་རིགས་མོད་ཀྱི་
བརྟན་ནས་ཐ་སྙད་ཅམ་ཞིག་འབྱུང་འགྱུར་ཞིང་། །མི་བདེན་བཞིན་དུའང་རང་གི་བྱད་
བཞིན་མཛེས་པར་བསྐྱབ་བྱའི་ཕྱིར། །དེ་ནི་ཡོད་པ་རི་ལྷར་དེ་བཞིན་འདིར་ཡང་
ཤེས་རབ་གདོང་། །སྤྱང་བར་བྱ་ལ་རུས་པ་མཐོང་བར་གྱུར་པའི་གཏན་ཆིགས་
ནི། །འཐུང་བ་དང་བལ་ལས་ཀྱང་བསྐྱབ་བྱ་རྟོགས་ཞེས་ཤེས་པར་བྱ། །

གལ་ཉེ་རང་གི་བསྐྱབ་བྱ་གོ་བྱེད་གཏན་ཆིགས་དངོས་བྱུང་དང་། །དངོས་སུ་
གོ་བྱ་ཉིད་འགྱུར་བསྐྱབ་བྱའི་ངོ་བོའང་ཡོད་འགྱུར་ན། །སྤང་བ་ལ་སོགས་རིགས་པ་
ཉི་བར་སྦྱར་བར་འགྱུར་ཞིག་ན། །དེ་ཡང་ཡོད་པ་མིན་པས་ཁྱོད་ཀྱི་ཡི་ཆད་འབའ་
ཞིག་ཡིན། །དངོས་རྣམས་མཐའ་དག་དངོས་པོ་མེད་པར་རྟོགས་སུ་གཞུག་པར་
ནི། །རུས་པ་ཆེས་སྤྲི་རི་ལྷ་དེ་ལྷར་རང་བཞིན་གཞན་དག་ལ། །ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བདེ་
ཆུག་ཏུ་ནི་རུས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རྟོག་གོ་ངན་པའི་བྱ་བས་འཛིག་རྟེན་ཅི་སྟེ་འདིར་
གཙོལ་བྱེད། །སུན་འབྲེན་ལྷག་མ་གོང་དུ་བསྟན་པ་ཡང་ནི་ཤེས་བྱས་ནས། །སྤང་བ་
ལ་སོགས་ཕྱོགས་ཀྱི་ལན་གྱི་ཆེད་དུ་འདིར་གཏང་བྱ། །སུན་ཅི་ཕྱིན་དུ་གྲོལ་བ་བ་
ཡང་རི་ལྷར་ཡོད་མིན་པ། །དེ་སྐད་སྤར་བཤད་ལྷག་མ་ཕྱོགས་འདི་ཉིད་ཀྱིས་རྟོགས་
པར་བྱ། །

བདག་མེད་འདི་ནི་འགོ་བ་རྣམ་དགོལ་ཕྱིར། །ཆོས་དང་གང་ཟག་དབྱེ་བས་

ནམ་གཉིས་གསུངས། །དེ་ལྟར་སྟོན་པས་སྒྲར་ཡང་འདི་ཉིད་ནི། །གདུལ་བ་ནམས་ལ་
 བྱེ་སྟེ་ནམ་མང་གསུངས། །སྒྲོས་དང་བཅས་པར་སྟོང་བ་ཉིད། །བཅུ་དྲུག་བཤད་ནས་
 མདོར་བསྡུས་ཏེ། །སྒྲར་ཡང་བཞེར་བཤད་དེ་དག་ནི། །ཐེག་ཆེན་དུ་ཡང་བཞེད་པ་
 ཡིན། །གང་ཕྱིར་དེ་ཡི་རང་བཞེན་དེ། །ཡིན་ཕྱིར་མིག་ནི་མིག་གིས་སྟོང་། །དེ་བཞེན་
 རྒྱ་བ་སྒྲ་དང་ལྟེ། །ལུས་དང་ཡིད་ཀྱང་བསྟན་པར་བྱ། །ཐེར་བྲག་གནས་པ་མ་ཡིན་
 དང་། །འཛིག་པ་མ་ཡིན་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། །མིག་ལ་སོགས་པ་དྲུག་པོ་ཡི། །རང་བཞེན་
 མེད་ཉིད་གང་ཡིན་པ། །དེ་ནི་ནང་སྟོང་ཉིད་དུ་འདོད། །གང་ཕྱིར་དེ་ཡི་རང་བཞེན་
 དེ། །ཡིན་ཕྱིར་གཟུགས་ནི་གཟུགས་ཀྱིས་སྟོང་། །སྒྲ་དང་བྲི་རོ་རེག་བྱ་དང་། །ཆོས་
 རྣམས་ཉིད་ཀྱང་དེ་བཞེན་ནོ། །

གཟུགས་སོགས་རང་བཞེན་མེད་པ་ཉིད། །ཕྱི་རོལ་སྟོང་བ་ཉིད་དུ་
 འདོད། །གཉིས་ཆར་རང་བཞེན་མེད་ཉིད་ནི། །ཕྱི་ནང་སྟོང་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཆོས་
 རྣམས་རང་བཞེན་མེད་པ་ཉིད། །མཁས་པས་སྟོང་བ་ཉིད་ཅེས་བསྟན། །སྟོང་ཉིད་དེ་
 ཡང་སྟོང་ཉིད་ཀྱི། །དོ་བོས་སྟོང་པར་འདོད་པ་ཡིན། །སྟོང་ཉིད་ཅེས་བྱའི་སྟོང་ཉིད་
 གང་། །སྟོང་ཉིད་སྟོང་ཉིད་དུ་འདོད་དེ། །སྟོང་ཉིད་དངོས་པོའི་སྒྲ་ཅན་ཀྱི། །འཛིན་པ་
 བརྗོད་ཕྱིར་གསུངས་པ་ཡིན། །སེམས་ཅན་སྟོང་ཀྱི་འཛིག་ཉེན་ནི། །མ་ལུས་བྲབ་
 བྱེད་ཉིད་ཕྱིར་དང་། །ཆོད་མེད་དཔེ་ཡིས་སྤྲུམ་ཐམ་ནི། །མེད་ཕྱིར་ཕྱོགས་རྣམས་
 ཆེན་པོ་ཉིད། །འདི་དག་བཅུ་ཆར་ཕྱོགས་རྣམས་ཀྱིས། །སྟོང་བ་ཉིད་ནི་གང་ཡིན་
 དེ། །ཆེན་པོ་སྟོང་བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། །ཆེན་པོར་འཛིན་པ་བརྗོད་ཕྱིར་གསུངས། །དེ་ནི་
 དགོས་པ་མཆོག་ཡིན་པས། །དོན་དམ་སྤྱང་ན་འདས་པ་ཡིན། །དེ་ནི་དེ་ཡིས་སྟོང་

ཉིད་གང་། རྟེན་ཅོན་དམ་སྟོང་ཉིད་དེ། བྱང་མཉམས་དངོས་སྟོང་ཅན་གྱི། འཛིན་པ་
བསྐྱོག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། རྟོན་དམ་མཁུན་པས་དོན་དམ་པ། སྟོང་པ་ཉིད་ནི་བསྐྱུན་
པ་མཛད། རྟེན་ལས་བྱུང་བྱིར་ཁམས་གསུམ་པོ། འདུས་བྱས་ཡིན་པར་ངེས་པར་
བསྐྱད། རྟེན་ནི་དེ་ཡིས་སྟོང་ཉིད་གང་། རྟེན་འདུས་བྱས་སྟོང་ཉིད་གསུངས། །

གང་ལ་སྐྱེ་གནས་མི་ཉག་ཉིད། རྟེན་གཞི་མེད་པ་འདུས་མ་བྱས། རྟེན་ནི་དེ་
ཡིས་སྟོང་ཉིད་གང་། རྟེན་འདུས་མ་བྱས་སྟོང་ཉིད། གང་ལ་མཐའ་ནི་ཡོད་མིན་
པ། རྟེན་མཐའ་ལས་འདས་པར་བཅོམ། རྟེན་ཁོ་ནས་སྟོང་པ་ཉིད། མཐའ་ལས་
འདས་པ་སྟོང་ཉིད་བསྐྱད། རྟོག་མ་དང་པོ་ཐ་མ་མཐའ། རྟེན་གཞི་མེད་པས་འཁོར་བ་
ནི། རྟོག་པ་ཐ་མ་མེད་པར་བཅོམ། འགྲོ་འོང་བྱལ་བྱིར་མི་ལམ་ལྟའི། སྤྲིད་འདི་དེ་
ཡིས་དབེན་ཉིད་གང་། རྟེན་ཐོག་མ་དང་ཐ་མ། མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དོ་ཞེས། བསྐྱུན་
བཅོས་ལས་ནི་ངེས་པར་བསྐྱད། རྟོར་བ་ཞེས་བྱ་འཐོར་བ་དང་། འཁོར་བ་ལ་ནི་
ངེས་པར་བཅོམ། རྟོར་མེད་སྟོང་པ་མེད་པ་སྟེ། འགའ་ཡང་འཁོར་མེད་གང་ཡིན་
པའོ། རྟོར་བ་མེད་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས། རྟེན་སྟོང་པ་ཉིད་གང་ཡིན། རྟེན་དེའི་བྱིར་ན་
དོར་མེད་པ། སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བར་བཅོམ། །

འདུས་བྱས་ལ་སོགས་ངོ་བོ་ཉིད། གང་བྱིར་སྟོབ་མ་རང་སངས་
རྒྱུས། རྒྱལ་སྤྱི་དེ་བཞེན་གཤེགས་རྣམས་ཀྱིས། མ་མཛད་དེ་བྱིར་འདུས་བྱས་
ལ། སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད། རང་བཞེན་ཉིད་དུ་བསྐྱུད་པ་སྟེ། རྟེན་ཉིད་ཀྱིས་
དེ་སྟོང་ཉིད་གང་། རྟེན་རང་བཞེན་སྟོང་པ་ཉིད། ཁམས་བཅོ་བརྒྱད་དང་རེག་བྱག་
དང་། རྟེན་ལས་བྱུང་བའི་ཚོར་བ་བྱུག གཟུགས་ཅན་གཟུགས་ཅན་མིན་དེ་

བཞིན། །འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་ཆོས་རྣམས། །ཆོས་དེ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་
 གྱི། །དེ་དག་གིས་དབེན་སྟོང་ཉིད་གང་། །གཟུགས་རུང་ལ་སོགས་དངོས་མེད་
 གང་། །དེ་ནི་རང་མཆོན་སྟོང་བ་ཉིད། །གཟུགས་ནི་གཟུགས་རུང་མཆོན་ཉིད་
 ཅན། །ཆོར་བ་སྟོང་བའི་བདག་ཉིད་ཅན། །འདུ་ཤེས་མཆོན་མར་འཛིན་བ་སྟེ། །འདུ་
 བྱེད་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པའོ། །ཡུལ་ལ་སོ་སོར་རྣམ་རིག་པ། །རྣམ་ཤེས་རང་གི་
 མཆོན་ཉིད་དོ། །ཕྱང་པོ་སྤྲུག་བསྐྱེད་རང་མཆོན་ཉིད། །ཁམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་སྤྲུལ་
 གཏུག་འདོད། །སྟེ་མཆེད་རྣམས་ནི་སངས་རྒྱུ་ཀྱིས། །སྟེ་བའི་སྒོར་གྱུར་ཉིད་དུ་
 གསུངས། །ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་གང་། །དེ་ནི་འདུ་འཛོམས་མཆོན་ཉིད་
 དོ། །གཏོང་བ་སྦྱིན་པའི་བ་རོལ་བྱིན། །ཚུལ་ཁྲིམས་གཏུང་མེད་མཆོན་ཉིད་
 བཟོད། །ཁྲི་མེད་མཆོན་ཉིད་བཙོན་འགྲུས་ཀྱི། །ཁ་ན་མ་ཐོ་མེད་ཉིད་དོ། །བསམ་
 གཏན་སྤྱད་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན། །ཤེས་རབ་ཆགས་མེད་མཆོན་ཉིད་དེ། །པ་རོལ་
 བྱིན་པ་དུག་རྣམས་ཀྱི། །མཆོན་ཉིད་འདི་དག་ཡིན་པར་བརྗོད། །བསམ་གཏན་རྣམས་
 དང་ཆད་མེད་དང་། །དེ་བཞིན་གཞན་གང་གཟུགས་མེད་པ། །དེ་དག་ཡང་དག་
 མཐེན་པ་ཡིས། །མི་འཁྲུགས་མཆོན་ཉིད་ཅན་དུ་གསུངས། །བྱང་ཆུབ་སྟོབས་ནི་
 སུམ་ཅུ་བདུན། །དེས་པར་འབྱུང་བྱེད་རང་མཆོན་ཉིད། །སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་
 བློ། །དམིགས་པ་མེད་པས་རྣམ་དབེན་ཉིད། །མཆོན་མ་མེད་པ་ཞི་ཉིད་དེ། །གསུམ་
 པའི་མཆོན་ཉིད་སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་། །གཏི་སྤྲུག་མེད་རྣམ་ཐར་རྣམས་ཀྱི། །མཆོན་ཉིད་
 རྣམ་པར་གྲོལ་བྱེད་པའོ། །

སྟོབས་རྣམས་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་ནི། །གཏན་ལ་འབེབས་པའི་རང་བཞིན་

གསུངས། སྐྱོབ་པའི་མི་འཛིགས་པ་རྣམས་ནི། ཤིན་ཏུ་བརྟན་པའི་ངོ་བོ་ཡིན། སོ་
སོ་ཡང་དག་རིག་རྣམས་ནི། སྐྱོབས་སོགས་ཆད་མེད་མཆན་ཉིད་ཅན། འབྲོ་ལ་
པན་པ་ཉིད་སྐྱབ་པ། བྱམས་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་ཏོ། སྤྱག་བསྐྱེལ་ཅན་རྣམས་ཡོངས་
སྐྱོབ་པ། སྤྱགས་རྗེ་ཆེན་པོ་འོ་དགའ་བ་ནི། རབ་དགའི་མཆན་ཉིད་བཏང་སྟོམས་
ནི། མ་འདྲེས་མཆན་ཉིད་ཅན་ཞེས་བྱ། སངས་རྒྱས་ཆོས་ནི་མ་འདྲེས་པ། བརྩ་
དང་བརྒྱད་དུ་གང་འདོད་དག། གང་ཕྱིར་སྟོན་དེས་མི་འཕྲོགས་པ། ཇེ་ཕྱིར་མི་
འཕྲོགས་རང་མཆན་ཉིད། རྣམ་ཀྱན་མཁྱེན་ཉིད་ཡེ་ཤེས་ནི། མཛོན་སུམ་མཆན་
ཉིད་ཅན་དུ་འདོད། གཞན་ནི་ཉི་ཆེ་བ་ཉིད་ཀྱིས། མཛོན་སུམ་ཞེས་བྱར་མི་འདོད་
དོ། གང་ཞིག་འདུས་བྱས་མཆན་ཉིད་དང་། འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་གང་། ཇེ་
དེ་ཁོ་ནས་སྟོང་བ་ཉིད། ཇེ་ནི་རང་མཆན་སྟོང་བ་ཉིད། ཇེ་ལྟར་བ་འདི་མི་གནས་
ཤིང་། འདས་དང་མ་འོངས་ཡོད་མ་ཡིན། གང་དུ་དེ་དག་མི་དམིགས་པ། ཇེ་ལ་མི་
དམིགས་པ་ཞེས་བརྗོད། མི་དམིགས་པ་དེ་རང་ངོ་བོ། ཇེ་ཡིས་དཔེན་པ་ཉིད་གང་
དེ། ཐེར་བྱག་གནས་མིན་འཛིག་མིན་པས། མི་དམིགས་ཞེས་བྱའི་སྟོང་ཉིད་དོ། །

རྒྱན་ལས་བྱུང་ཕྱིར་དངོས་རྣམས་ལ། འདུས་པ་བ་ཡི་ངོ་བོ་མེད། འདུས་
པ་བ་ནི་དེ་ཉིད་ཀྱིས། སྟོང་ཉིད་དངོས་མེད་སྟོང་ཉིད་དོ། ཇེ་དངོས་པོའི་སྐྱས་ནི་མཛོར་
བསྐྱས་ན། སྤང་པོ་ལྷ་རྣམས་བརྗོད་པ་ཡིན། ཇེ་རྣམས་དེ་ཡིས་སྟོང་ཉིད་གང་། ཇེ་
དངོས་སྟོང་བ་ཉིད་དུ་བཤད། མཛོར་བསྐྱས་ན་ནི་དངོས་མེད་པ། འདུས་མ་བྱས་
ཆོས་རྣམས་ལ་བརྗོད། ཇེ་ནི་དངོས་མེད་དེས་སྟོང་ཉིད། ཇེ་དངོས་པོ་མེད་པ་སྟོང་ཉིད་
དོ། རང་བཞིན་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་ནི། རང་བཞིན་ཞེས་བྱའི་སྟོང་ཉིད་དེ། འདི་ལྟར་རང་

བཞིན་མ་བྱས་པས། །རང་བཞིན་ཞེས་ནི་བྱ་བར་བསྟད། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་
བྱང་བ་ལས། །མ་བྱང་ཡང་བྱང་དངོས་སུ་ནི། །དངོས་པོ་ཀུན་གྱི་སྟོང་པ་ཉིད། །གཞན་
གྱི་དངོས་པོར་རབ་ཏུ་བསྐྱབས། །ཡང་དག་མཐའ་དང་དེ་བཞིན་ཉིད། །དེ་བཞིན་
དངོས་པོའི་སྟོང་ཉིད་དོ། །ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་ཚུལ་ལས། །དེ་དག་དེ་སྐད་རབ་ཏུ་
བསྐྱབས། །དེ་ལྟར་སློ་བྱོས་ཟེར་གྱིས་སྤང་བ་གསལ་བྱས་པ། །རང་གི་ལག་ན་གནས་
པའི་སྐུ་བྱ་ར་བཞིན་དུ། །སྲིད་གསུམ་འདི་དག་མ་ལུས་གདོད་ནས་སྐྱེ་མེད་
པར། །རྟོགས་དེ་ཐ་སྟད་བདེན་པའི་སྟོབས་གྱིས་འགོག་པར་འགྲོ། །ཉག་ཏུ་འགོག་
པར་རྟོགས་པའི་བསམ་གཏན་ཡིན་མོད་གྱི། །འགྲོ་བ་མགོན་མེད་པ་ལ་སྤྲིང་ཇེའང་
སྐྱེད་པར་བྱེད། །དེ་གོང་བདེ་གཤེགས་གསུང་སྐྱེས་སངས་རྒྱས་འབྲིང་བཅས་
ནི། །མ་ལུས་པ་རྣམས་སློ་ཡིས་པམ་པར་བྱེད་པའང་ཡིན། །ཀུན་རྫོབ་དེ་ཉིད་གཤེགས་
ཡངས་དཀར་པོ་རྒྱས་གྱུར་པ། །རང་པའི་རྒྱལ་པོ་དེ་ནི་སྐྱེ་བའི་རང་པ་ཡིས། །མདུན་
དུ་བདར་ནས་དགོ་བའི་རྒྱང་གི་ཤུགས་སྟོབས་གྱིས། །རྒྱལ་བའི་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་
པ་རོལ་མཚོག་ཏུ་འགྲོ། །དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས་སེམས་བསྐྱེད་པ་བྱག་པའོ། ། །

སེམས་བསྐྱེད་པ་བདུན་པ།

རིང་དུ་སོང་བ་འདིར་ནི་སྐད་ཅིག་དང་། །སྐད་ཅིག་ལ་ནི་འགོག་པར་འཇུག་
འགྲུར་ཞིང་། །ཐབས་གྱི་པ་རོལ་ཕྱིན་ལེགས་འབར་བ་ཐོབ། །དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ་
ལས་སེམས་བསྐྱེད་པ་བདུན་པའོ། ། །

སེམས་བསྐྱེད་པ་བརྒྱད་པ།

ཡང་ཡང་སྤང་དགོ་ལས་སྤྲག་ཐོབ་བྱའི་ཕྱིར། །གང་དུ་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པ་ཉིད་

འགྱུར་བ། །མི་གཡོ་དེ་ལ་བདག་ཉིད་ཆེ་དེ་འཇུག །འདི་ཡི་སྟོན་ལས་ཤིན་ཏུ་དག་
འགྱུར་ཞིང་། །རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་འགོག་ལས་སྟོང་བར་མཛད། །ཆགས་པ་མེད་
པའི་སྟོན་སྟོན་རྣམས་དག་དང་ལྷན་ཅིག་མི་གནས་ཕྱིར། །ས་བརྒྱད་པ་ལ་དི་མ་དེ་
དག་རྩར་བཅས་ཉེ་བར་ཞི་འགྱུར་ཞིང་། །ཉོན་མོངས་ཟད་ཅིང་ཁམས་གསུམ་སྒྲ་མར་
གྱུར་ཀྱང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ནི། །འཕྲོར་པ་མཁའ་ལྷར་མཐའ་བྲལ་མ་ལུས་ཐོབ་
པར་བྱས་མ་ཡིན། །འཁོར་བ་འགགས་ཀྱང་དབང་རྣམས་བཅུ་པོ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཞིང་
དེ་དག་གིས། །སྤིད་པའི་འགོ་བར་རང་གི་བདག་ཉིད་སྣ་ཆོགས་སྟོན་པར་བྱེད་པར་
འགྱུར། །དབྱུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས་སེམས་བསྐྱེད་པ་བརྒྱད་པའོ། ། །

སེམས་བསྐྱེད་པ་དགུ་པ།

དགུ་པ་ལ་ནི་དེའི་སྟོབས་ལྷ་ཞིག་མཐའ་དག་རྫོགས་པར་དག་འགྱུར་
ཞིང་། །དེ་བཞིན་ཡང་དག་རིག་ཆོས་རང་གི་ཡོན་ཏན་ཡོངས་སུ་དག་བའང་
འཐོབ། །དབྱུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས་སེམས་བསྐྱེད་པ་དགུ་པའོ། ། །

སེམས་བསྐྱེད་པ་བཅུ་པ།

བཅུ་པའི་ས་ལ་དེ་ཡིས་ཀུན་ནས་སངས་རྒྱས་རྣམས་ལས་དབང་བསྐྱར་
བ། །དམ་པ་ཐོབ་ཅིང་ཡེ་ཤེས་ལྷག་པར་མཆོག་ཏུ་འབྱུང་བར་འགྱུར་བའང་
ཡིན། །ཆར་སྤྱིན་རྣམས་ལས་རྩ་ཆར་འབབ་པ་དི་ལྷར་དེ་བཞིན་འགོ་རྣམས་
ཀྱི། །དགེ་བའི་ལོ་ཐོག་ཆེད་དུ་རྒྱལ་སྤྱས་ལས་ཀྱང་ལྷན་གྲུབ་ཆོས་ཆར་འབབ། །དབྱུ་
མ་ལ་འཇུག་པ་ལས་སེམས་བསྐྱེད་པ་བཅུ་པའོ། ། །

དེའི་ཆེ་འདིས་ནི་སངས་རྒྱས་བརྒྱ་མཐོང་ཞིང་། །དེ་དག་གིན་གྱིས་

བརྒྱབས་ཀྱང་འདི་ཡིས་རྟོགས། །དེ་ཉིད་ཆོ་ན་བསྐལ་བ་བརྒྱར་གནས་ཤིང་། །སྟོན་
དང་ཕྱི་མའི་མཐར་ཡང་ཡང་དག་འཇུག། །སྟོ་ལྟན་ཉིད་འཛིན་བརྒྱ་ཕྱག་སྟོ་མས་བར་
འཇུག་ཅིང་གཏོང་བྱེད་དེ། །འཛིག་རྟེན་ཁམས་བརྒྱ་འདི་ཡིས་ཀྱན་ནས་གཡོ་ཞིང་
སྤང་བར་བྱས། །དེ་བཞིན་རྩ་འབྲུལ་གྱིས་དེ་སེམས་ཅན་བརྒྱ་ཕྱག་སྟོན་བྱེད་
ཅིང་། །བརྒྱ་ཕྱག་གངས་དང་རྩེས་འབྲེལ་ཞིང་དག་ཏུ་ཡང་འགྲོ་བར་འགྱུར། །དེས་ནི་
ཆོས་ཀྱི་སྟོ་རྣམས་ཡང་དག་འབྱེད་བྱེད་སྤྱབ་དབང་སྤྲས། །རང་གི་ལུས་ལ་ལུས་
རྣམས་ཀྱན་ནས་སྟོན་པར་བྱེད་པའང་ཡིན། །རང་གི་འཁོར་དང་བཅས་པས་མཛེས་
འབྱོར་ལུས་ནི་རེ་རེ་ཞིང་། །རྒྱལ་བའི་སྤྲས་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་དག་དང་རྩེས་སུ་འབྲེལ་
པའང་སྟོན། །སྟོ་ལྟན་རབ་ཏུ་དགའ་བར་གནས་པས་ཡོན་ཏན་དེ་དག་ནི། །ཐོབ་པར་
གྱུར་ནས་དེ་བཞིན་ཁོ་ནར་བྲི་མ་མེད་གནས་པས། །དེ་དག་སྟོང་ནི་ཡང་དག་འཐོབ་
པར་འགྱུར་ཏེ་ས་ལྗེ་པོ། །འདི་དག་རྣམས་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡིས་ནི་འབྲུས་
ཕྱག་དང་། །བྲེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་འཐོབ་ཅིང་དེ་ཡིས་བྲེ་བ་སྟོང་འགྱུར་འཐོབ། །

དེ་ནས་བྲེ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་སྟོང་འགྱུར་ཡང་འཐོབ་བྲེ་བ་ཕྱག་ །ཁྲིག་ཁྲིག་ཕྱག་
བརྒྱར་རྟོགས་པར་སྦྱར་དང་སྦྱར་ཡང་སྟོང་ཕྱག་ཏུ། །ཡང་དག་པར་ནི་སྦྱར་བ་མཐའ་
དག་རབ་ཏུ་འཐོབ་པར་འགྱུར། །མི་གཡོའི་སར་གནས་རྣམ་རྟོག་མེད་པ་དེས། །སྟོང་
གསུམ་བརྒྱ་ཕྱག་སྟོང་བསྟོམས་འཛིག་རྟེན་ན། །རྩལ་ཆད་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་དེ་རྣམས་
དང་། །གངས་མཉམ་ཡོན་ཏན་དག་ནི་འཐོབ་པར་འགྱུར། །ལེགས་པའི་སྟོ་བྲོས་ས་ལ་
གནས་པ་ཡི། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དེས་སྤར་བསྟན་ཡོན་ཏན་དག་ །གངས་མེད་བརྒྱ་
ཕྱག་སྟོང་ཏུ་ཡང་དག་པར། །བསྟོམས་པ་ཕྱག་བརྒྱའི་རྩལ་ཆད་ཐོབ་པར་འགྱུར། །རེ་

ཞིག་བཅུ་པ་འདིར་དེའི་ཡོན་ཏན་དག། །ངག་གི་སྤྱོད་ལུལ་ལས་ཆེས་འདས་གྱུར་
 ཞིང་། །ངག་གི་སྤྱོད་ལུལ་མ་ཡིན་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཡོད་པ་དེ་
 སྤྱོད་འགྱུར། །བ་སྤྱི་ཁྱུང་བྱུང་བྱུང་ཆུབ་སེམས་རྣམས་དང་། །ལྷན་ཅིག་རྫོགས་
 སངས་རྒྱས་སྤྱོད་བྱུང་འདས་དང་། །དེ་བཞིན་ལྷ་དང་ལྷ་མིན་མི་དག་གྱུར། །སྤྱོད་
 ཅིག་སྤྱོད་ཅིག་ལ་ནི་སྤྱོད་པར་བྱས། །

གང་ཕྱིར་ནམ་མཁའ་འི་མ་མེད་ལ་རྒྱ་སྤང་གསལ་བར་འགྱུར་བའི་
 ཕྱིར། །སྤྱོད་ཆེ་སྤྱོད་པས་བཅུ་བསྐྱེད་པའི་ས་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་སྤྱོད་ཡང་འབད་གྱུར་
 ཞིང་། །འོག་མིན་དུ་ནི་གང་གི་དོན་དུ་འབད་གྱུར་གོ་འཕང་མཆོག་ཞི་བ། །ཡོན་ཏན་
 མཐའ་དག་མཐར་ཐུག་མཆུངས་པ་མེད་དེ་ཁྱོད་ཀྱིས་བརྟེས། །དེ་ལྟར་སྤྱོད་ཀྱི་དབྱེ་
 བས་མཁའ་ལ་དབྱེ་བ་མེད་དེ་ལྟར། །དངོས་བྱས་དབྱེ་བ་འགའ་ཡང་དེ་ཉིད་ལ་མེད་
 དེ་ཡི་ཕྱིར། །རོ་མཉམ་ཉིད་དུ་ཡང་དག་ཐུགས་སུ་ཆུད་པར་མཛད་གྱུར་ནས། །མཁུན་
 བཟངས་ཁྱོད་ཀྱིས་སྤྱོད་ཅིག་གིས་ནི་ཤེས་བྱ་ཐུགས་སུ་ཆུད། །གང་ཆེ་ཞི་བ་དེ་ཉིད་
 ཡིན་ན་དེ་ལ་སྤྱོད་ཤིང་འཇུག་མི་འགྱུར། །སྤྱོད་མ་ཞུགས་པར་ཤེས་བྱའི་ལུལ་ཅན་ངེས་
 པར་རིགས་པའང་མ་ཡིན་ལ། །ཀུན་ནས་ཤེས་མེད་པ་ནི་ཤེས་པར་དེ་ལྟར་འགྱུར་ཏེ་
 འགལ་བར་འགྱུར། །མཁུན་པོ་མེད་པར་ཁྱོད་ཀྱིས་གཞན་ལ་འདི་ལྟ་འོ་ཞེས་སུ་ཞིག་
 སྤྱོད། །གང་ཆེ་སྤྱོད་མེད་དེ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་སྤྱོད་པར་བྱེད་པ་དང་བྱལ་བ། །དེ་ཆེ་དེ་རྣམས་
 བརྟེན་ལས་དེ་ཡིས་དེ་ཉིད་རྫོགས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། །དེ་ལྟར་སེམས་ནི་གང་གི་རྣམ་པ་
 ཅན་དུ་འགྱུར་བ་དེ་ཡིས་ལུལ། །དེ་ཡོངས་ཤེས་པ་དེ་བཞིན་ཐ་སྤྱོད་ཉེ་བར་བརྟེན་
 བས་རིག་པ་ཡིན། །

དེ་ཡི་མོངས་སྤྱོད་རྫོགས་སྤྱོད་བསོད་ནམས་ཀྱིས། ཟིན་དང་སྤྱུལ་པ་མཁའ་
གཞན་ལས་དེའི་མཐུས། སྤྱོད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་དེ་ཉིད་སྟོན་འབྱུང་བ། དེ་ལས་འཛིག་རྟེན་
ཀྱིས་ཀྱང་དེ་ཉིད་རིག། རི་ལྟར་རྩ་མཁའ་སྟོབས་ཆེན་ལྡན་པས་འདིར། ཡུན་རིང་
འབད་པས་ཆེས་བསྐྱོར་འཁོར་ལོ་ནི། དེ་ཙམ་ད་ལྟ་སྤྱེས་པ་མེད་བཞིན་
དུའང་། འཁོར་ཞིང་བྱམ་པ་ལ་སོགས་རྒྱར་མཐོང་ལྟར། དེ་བཞིན་ད་ལྟ་སྤྱེས་ཙམ་
མེད་བཞིན་དུ། ཆོས་ཀྱི་བདག་ཅན་སྤྱོད་ཉིད་ལ་བཞུགས་དེའི། འཇུག་པ་སྤྱོད་པོའི་
དགོ་དང་སྟོན་ལས་ཀྱི། བྱད་པར་ཀྱིས་འཕངས་ལས་ཆེས་བསམ་མི་བྱུང་། འཤེས་
བྱའི་བྱད་ཤིང་སྐམ་པོ་མ་ལུས་པ། བསྐྱེད་པས་ཞི་སྟེ་རྒྱལ་རྣམས་ཆོས་སྤྱོད་
སྟེ། དེའི་ཆེ་སྤྱོད་པ་མེད་ཅིང་འགག་པ་མེད། སེམས་འགག་པ་དེ་སྤྱོད་ཡིས་མངོན་
སུམ་མཛད། ཞི་སྤྱོད་པས་མེད་ཤིང་ལྟར་གསལ་གྱུར་ཅིང་། ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་
རི་བཞིན་རྣམས་མི་རྟོག། འགྲོ་གྲོལ་བར་དུ་འཛིག་རྟེན་འབྱོར་སྤྱད་ཏྲག། འདི་ནི་སྤྱོད་
དང་བྲལ་ལ་སྤྱང་བར་འགྱུར། སྤྱབ་དབང་དུས་གཅིག་ཁོ་ནར་དེའི་རྒྱ་
མཐུན། གཞུགས་སྤྱོད་གཅིག་ལ་རང་གི་སྤྱོད་གནས་སྐབས། སྤྱར་འགགས་གསལ་
དང་མ་འཆོལ་བྱུང་ཚུལ་ནི། མ་ལུས་ཀྱིས་བཟ་མཐའ་དག་སྟོན་པར་མཛད། །

སངས་རྒྱུས་ཞིང་ཅི་འདྲ་དེར་བྱུང་དབང་དང་། དེ་དག་སྤྱོད་མཐུ་སྟོབས་
ཅི་འདྲ་དང་། ཉན་ཐོས་དགོ་འདུན་རི་སྟེང་རི་ལྟ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་རྣམས་དེར་
གཞུགས་ཅི་འདྲ་དང་། ཅི་འདྲའི་ཆོས་དང་དེ་བདག་ཅི་འདྲ་དང་། ཆོས་ཐོས་སྤྱོད་པ་
གང་ལ་སྤྱད་པ་དང་། སྤྱོད་གང་རི་ཅམ་དེ་དག་ལ་ལུལ་བ། དེ་ནི་མ་ལུས་སྤྱོད་གཅིག་
ལ་སྟོན་མཛད། དེ་བཞིན་ཆུལ་བྱིས་པ་བཟོད་བཙོན་ཉིང་འཛིན་དང་། འཤེས་རབ་

སྤྱི་ཆེ་མུར་གྱི་གནས་སྐབས་གང་། །མ་ཆང་མེད་དེ་དག་ཉིད་སྤྱི་བ་ཀྱུན། །སྤྱི་
བ་སྤྱི་ཁྱེ་ཁྱེ་བྱེ་བྱེ་ལས་ལ་བར་སྟོན། །སངས་རྒྱས་གང་དག་འདས་དང་འབྱུང་
འབྱུང་གང་། །གང་དག་ད་ལྟར་ནས་མཁའ་མཐུན་ཐུག་པར། །གངས་མཐོན་ཆོས་
སྟོན་སྤྱི་བ་ཐུག་གིས་བཟུང་བའི། །འགྲོ་དབུགས་འབྱེན་ཞིང་འཛིག་རྟེན་བཞུགས་
པ་དང་། །དང་པོའི་ཐུགས་བཟུང་བྱེད་ཆུབ་སྟེང་པོའི་བར། །དེ་དག་སྤྱི་བ་ཀྱུན་དངོས་
རྣམས་མིག་འཕྲུལ་གྱི། །རང་བཞིན་མཐུན་ནས་བདག་བཞིན་བ་སྤྱི་ཡི། །ཁྱེ་བྱེ་
དུས་གཅིག་ལ་ནི་གསལ་བར་སྟོན། །

དེ་བཞིན་དུས་གསུམ་བྱེད་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་། །རང་རྒྱལ་འཕགས་པ་
ཉན་ཐོས་མ་ལུས་གྱི། །སྤྱི་དང་དེ་ལྟ་སྤྱི་པོའི་གནས་སྐབས་ནི། །ཐམས་ཅད་བ་
སྤྱི་ཁྱེ་ཁྱེ་བྱེ་བྱེ་གཅིག་ཆེ་སྟོན། །དག་པ་འདི་ནི་བཞེད་པར་འཇུག་པ་ཡིས། །རྟུལ་
གཅིག་ལུལ་ལ་མཁའ་གདུགས་འཛིག་རྟེན་དང་། །འཛིག་རྟེན་མཐའ་ཡས་ཕྱོགས་
ཁྱབ་རྟུལ་སྟོན་མོད། །རྟུལ་རགས་མི་འབྱུང་འཛིག་རྟེན་མི་འབྱུང་། །རྣམ་རྟོག་མི་
མངའ་བྱོད་གིས་སྤྱི་མཐའ་བར། །སྐད་ཅིག་དེ་རེ་རེ་ལ་སྤྱི་བ་སྟོན་སྟོན་ཆོགས། །དེ་སྟེང་
སྟོན་པ་དེ་སྟེང་འཛིན་བྱེད་སྤྱི་ཡི། །མ་ལུས་རྟུལ་གང་དེ་དག་ལ་གངས་མེད། །

གནས་དང་གནས་མིན་མཐུན་སྟོན་བས་དང་། །དེ་བཞིན་ལས་རྣམ་སྟོན་སྟོ་
དང་། །མོས་པ་སྟོན་ཆོགས་ཐུགས་ཆུད་དང་། །སྟོན་ཆོགས་ཁམས་ནི་མཐུན་སྟོན་
དང་། །དེ་བཞིན་དབང་མཆོག་མཆོག་མ་ཡིན། །མཐུན་དང་ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་
དང་། །བསམ་གཏན་རྣམ་ཐར་ཉིང་འཛིན་དང་། །སྟོན་པར་འཇུག་སོགས་མཐུན་
སྟོན་བས་དང་། །སྟོན་གནས་ཐར་པ་མཐུན་པ་དང་། །དེ་བཞིན་འཆི་འཕོ་སྟོན་སྟོ་

དང་། ཟུག་རྣམས་ཟད་པ་མཐའ་སྟོབས་སྟེ། སྟོབས་ནི་བཅུ་ལྔ་འདི་དག་གོ། རྒྱ་
གང་ཞིག་ལས་གང་ཞིག་ངེས་པར་སྟེ་འགྱུར་བ། དེ་ནི་དེ་ཡི་གནས་སུ་དེ་མཐའ་
རྣམས་ཀྱིས་གསུངས། །བཤད་པ་ལས་བསྒྲིག་གནས་མིན་ཤེས་བྱ་མཐའ་ཡས་
བ། མཐའ་བ་ཐོགས་པ་སྤངས་པ་དེ་ནི་སྟོབས་སུ་བཤད། །འདོད་དང་མི་འདོད་དེ་
ལས་བསྒྲིག་དང་ཟད་དངོས་ཀྱི། །ལས་དང་དེ་ཡི་རྣམ་སྤྲིན་ཤིན་ཏུ་སྣ་ཆོགས་
ལའང་། མཐའ་བ་རྒྱས་མཐུ་ཐོགས་མེད་སོ་སོར་འཇུག་འགྱུར་བ། །དུས་གསུམ་
ཤེས་བྱ་བྱ་བ་མཐོང་དེ་ནི་སྟོབས་སུ་འདོད། །

འདོད་ཆགས་སོགས་ཀྱི་འབྱུང་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་འདོད་པ་ནི། །ཤིན་ཏུ་སྣ་
ཆོགས་དམན་འབྲིང་གང་ཡང་བྱད་འཕགས་འདོད། །དེ་ལས་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་
གཡོགས་མོས་ལའང་མཐའ་བ་ནི། །དུས་གསུམ་འགྲོ་བ་མ་ལུས་བྱ་བ་སྟོབས་
ཤེས་བྱ། །སངས་རྒྱས་ཁམས་ཀྱི་རྣམ་པར་དབྱེ་ལ་མཁས་རྣམས་ཀྱིས། །མིག་
སོགས་དག་གི་རང་བཞིན་གང་དེ་ཁམས་སུ་གསུངས། །རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་
རྣམས་ཀྱི་མཐའ་བ་མཐའ་ཡས་ཤིང་། །རྣམ་ཀླན་ཁམས་ཀྱི་བྱད་པར་ལ་འཇུག་
སྟོབས་སུ་འདོད། །

ཀླན་ཏུ་རྫོག་སོགས་ཆེས་རྫོ་ཉིད་ནི་མཆོག་བཞེད་ལ། །འབྲིང་གནས་སྐབས་
དང་རྒྱལ་ཉིད་མཆོག་མིན་པར་བཤད་དང་། །མིག་ལ་སོགས་དང་པན་ཚུན་སྒྲུབ་
རྒྱས་རྒྱབ་པ་ལ། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐའ་བ་ཆགས་མེད་སྟོབས་སུ་
གསུངས། །ལམ་འགའ་རྒྱལ་བ་ཉིད་དང་འགའ་ཞིག་རང་རྒྱལ་གྱི། །བྱང་རྒྱལ་དང་ནི་
ཉན་ཐོས་བྱང་རྒྱལ་ཡི་དྲགས་དང་། །དུད་འགྲོ་སྣ་མི་རྣམས་དང་དཔྱལ་ལ་སོགས་

འགྲོ་བ། །དེ་ལ་མཁུན་པ་ཆགས་མེད་མཐའ་ཡས་སྟོབས་སུ་འདོད། །འཛིག་རྟེན་
མཐའ་ཡས་རྣལ་འབྱོར་གྱི་བྲག་ལ་ཐ་དད། །བསམ་གཏན་རྣམ་ཐར་བརྒྱད་གང་ཞི་
གནས་གང་དག་དང་། །སྟོམས་འཇུག་ཁྱད་པར་གང་དག་གཅིག་དང་བརྒྱད་གྲུང་
པ། །དེ་ལ་མཁུན་པ་ཐོགས་མེད་འདི་ནི་སྟོབས་སུ་བཤད། །རི་སྤྱིད་གཉི་ལྷག་དེ་སྤྱིད་
སྤྱིད་གནས་འདས་བདག་དང་། །སེམས་ཅན་གཞན་རེ་རེ་ཡི་སྤྱིད་པ་སེམས་ཅན་
ནི། །རི་སྤྱིད་དེ་སྤྱིད་མཐའ་ཡས་གཞིར་བཅས་ཡུལ་ཕྱོགས་དང་། །བཅས་རྣམས་ལ་
སྟོ་གང་དང་གང་ཡིན་སྟོབས་སུ་བཤད། །

སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ཅན་རེ་རེའི་འཆི་འཕོ་དང་། །སྟེ་གང་འཛིག་
རྟེན་ལ་གནས་ནས་མཁའ་མཐའ་ཐུག་དང་། །བཟ་མང་དེ་ལ་མཁུན་པ་དུས་དེར་
འཇུག་པ་ཡིས། །མ་ཆགས་རྣམ་ཀུན་ཡོངས་དག་མཐའ་ཡས་སྟོབས་སུ་འདོད། །རྣམ་
ཀུན་མཁུན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྤྱར་དུ་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱི། །ཉོན་མོངས་དང་ནི་བག་
ཆགས་དང་བཅས་འཛིག་འགྱུར་དང་། །སྟོབས་ལ་སོགས་ཉོན་མོངས་སྟོ་ཡིས་
འགོག་པ་ཡང་། །དེ་ལ་མཁུན་པ་ཆགས་མེད་མཐའ་ཡས་སྟོབས་སུ་འདོད། །

རྣམ་མཁའ་མེད་པས་འདབ་ཆགས་ལྟོག་པར་མི་འགྱུར་གྱི། །འདིར་ནི་རང་
མཐུ་ཐད་པས་ལྟོག་པར་འགྱུར་དེ་བཞིན། །སྟོབས་པ་དང་བཅས་སངས་རྒྱས་སྤྱས་
རྣམས་སངས་རྒྱས་ཀྱི། །ཡོན་ཏན་མཁའ་ལྟར་མཐའ་ཡས་མ་བརྗོད་ལྟོག་པར་
འགྱུར། །དེའི་ཕྱིར་བདག་འདྲས་ཁྱོད་ཡོན་འདི་དག་ཅི། །ཤེས་པ་དང་ནི་བརྗོད་པར་
རུས་འགྱུར་རམ། །འོན་ཀྱང་དེ་དག་འཕགས་པ་གྲུ་སྤྱོད་ཀྱིས། །བཤད་ཕྱིར་དོགས་
སྤངས་ཅུང་ཐད་ཅམ་ཞིག་སྤྱས། །ཟབ་མོ་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། །ཡོན་ཏན་གཞན་

ནམས་རྒྱ་ཆེ་བའོ། །ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེའི་ཚུལ་ཤེས་པས། །ཡོན་ཏན་འདི་དག་ཐོབ་པར་
འགྱུར། །སྤར་ཡང་མི་གཡོའི་སྤྱོད་མངའ་ཁྱོད་ཀྱིས་སྤེད་གསུམ་བྱོན་ནས་སྤུལ་ནམས་
ཀྱིས། །གཤེགས་པ་དང་ནི་བལྟམས་དང་བྱང་ཚུབ་ཞི་བའི་འཁོར་ལོའང་སྟོན་པར་
མཛད། །དེ་ལྟར་ཁྱོད་ཀྱིས་འཛིག་རྟེན་གཡོ་བག་སྟོད་ཅན་རེ་བའི་ཞགས་པ་ནི། །མང་
པོས་བཅེངས་པ་མ་ལུས་ཐུགས་རྗེས་སྤྱ་ངན་འདས་པར་བགྱི་བར་མཛད། །གང་
ཕྱིར་འདི་ན་དེ་ཉིད་ཤེས་ལས་བྱི་མ་མཐའ་དག་སེལ་བ་ནི། །ལྟར་བྱེད་གཞན་མེད་
ཆོས་ནམས་དེ་ཉིད་ནམ་འགྱུར་དབྱེ་བའང་བསྟེན་མིན་ཞིང་། །དེ་ཉིད་ལུལ་ཅན་སྟོ་
གྲོས་འདི་ཡང་ཐ་དད་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པ། །དེ་ཡི་ཕྱིར་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་འགྲོ་ལ་ཐེག་པ་
མི་མཉམ་དབྱེར་མེད་བསྟན། །

གང་ཕྱིར་འགྲོ་ལ་ཉེས་པ་སྦྱེད་བྱེད་སྟོགས་མ་འདི་དག་ཡོད་ཀྱང་པ། །དེ་
ཕྱིར་འཛིག་རྟེན་སངས་རྒྱས་སྟོད་ལུལ་གཉིང་ཟབ་ལ་འཇུག་མི་འགྱུར་ཞིང་། །བདེ་
གཤེགས་གང་ཕྱིར་ཁྱོད་ལ་མཁུན་རབ་ཐུགས་རྗེའི་ཐབས་དང་ལྟན་ཅིག་པ། །མངའ་
དང་གང་ཕྱིར་བདག་གིས་སེམས་ཅན་དགྲོལ་ཞེས་ཁྱོད་ཀྱིས་ཞལ་བཞེས་ཏེ། །དེ་
ཕྱིར་མཁས་པས་རིན་པོ་ཆེ་ཡི་སྤྱིང་དུ་ཆས་པའི་སྤྱོད་ཆོགས་ཀྱི། །ངལ་བ་ཉེར་སེལ་
གྲོང་ཁྲིམ་ཡིད་འོང་བར་དུ་ནམ་པར་བཀོད་པ་ལྟར། །ཁྱོད་ཀྱིས་ཐེག་པ་འདི་ནི་སྟོབ་
མ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཚུལ་ལ་ཡིད། །སྤྱར་བར་མཛད་ཅིང་ནམ་པར་དབེན་ལ་སྟོ་སྤངས་
ནམས་ལ་ལོགས་སུ་གསུངས། །བདེ་བར་གཤེགས་པ་མ་ལུས་བྱོགས་ཤིང་སངས་
རྒྱས་ལུལ་དག་ན། །སྤར་བ་རྟུལ་གྱི་རྟུལ་ནམས་བདོག་པར་གྱུར་པ་མི་སྟེད་པ། །བྱང་
ཚུབ་མཆོག་རབ་དམ་པར་གཤེགས་པའི་སྤྱལ་བ་དེ་སྟེད་དེ། །འོན་ཀྱང་ཁྱོད་ཀྱི་

གསང་བ་འདི་ནི་བསྟན་བཟུང་མ་ལགས་སོ། །

རྒྱལ་བ་ཇི་སྲིད་འཛིག་རྟེན་མཐའ་དག་མཆོག་ཏུ་རབ་ཞི་བར། །འགྲོ་བ་མིན་
ཞིང་ནམ་མཁའ་རྣམ་འཛིག་འགྲུར་མིན་དེ་སྲིད་དུ། །ཤེས་རབ་ཡུམ་གྱིས་བསྐྱེད་པ་
དེ་ལ་ཐུགས་བརྩེ་མ་མ་ཡིས། །རྒྱལ་ལུགས་བྱེད་པས་རབ་ཏུ་ཞི་བར་འགྲུར་བ་ག་ལ་
མངལ། །གཏི་ཐུག་སྐྱོན་གྱིས་འཛིག་རྟེན་ཁ་ཟས་དུག་བཅས་ཟ་བ་ཡི། །སྐྱེ་བོ་ཉིད་ཀྱི་
ནང་མི་དེ་ལ་ཁྱོད་བརྩེ་ཇི་ལྟ་བུ། །དེ་ལྟར་དུག་ཐོས་ཉེན་པའི་བྱ་ལ་མ་ཡི་ཐུག་བསྐྱེད་
མིན། །དེས་ན་མགོན་པོ་མཆོག་ཏུ་རབ་ཞིང་ག་ཤེས་པར་འགྲུར་མ་ལགས། །གང་
གི་ཕྱིར་ན་མི་མཁས་དངོས་དང་དངོས་པོ་མེད་པར་ཞེན་པའི་སྒོ་ཅན་གྱིས། །སྐྱེ་དང་
འཛིག་གནས་སྐྱབས་དང་སྐྱག་དང་མི་སྐྱག་བྲལ་བྲད་གྱིས་བསྐྱེད་སྐྱག་བསྐྱེད་
དང་། །སྤྲིག་ཅན་འགྲོ་བ་ཐོབ་པ་དེ་ཕྱིར་འཛིག་རྟེན་ཐུགས་བརྩེའི་ཡུལ་དུ་རབ་དོང་
བས། །བཙུག་ལྷན་ཐུགས་རྗེས་ཁྱོད་ཐུགས་ཞི་ལས་བསྐྱོག་པས་ཁྱོད་ལ་ཐུང་ན་
འདའ་མི་མངལ། །ལུགས་འདི་དག་སྒོར་རྒྱ་གྲགས་གྱིས། །དབུ་མའི་བསྟན་བཙུན་
ལས་བརྟུས་ནས། །ལུང་ཇི་བཞིན་དང་མན་ངག་ནི། །ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་བརྟེན་པ་
ཡིན། །འདི་ལས་གཞན་ན་ཆོས་འདི་ནི། །ཇི་ལྟར་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། །འདིར་འབྱུང་
ལུགས་ཀྱང་གཞན་ན་ནི། །མེད་ཅེས་མཁས་རྣམས་ངེས་པར་མཛོད། །

སྐྱ་སྐྱབ་སྒོ་མཆོ་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེའི་ཁ་དོག་གིས་འཛིགས་པས། །སྐྱེ་བོས་
ལུགས་བཟངས་གང་དག་རྒྱང་རིང་སྤངས་པས་དེ་ཡི་ཆོག་ །འཕུར་བྱས་པའི་ཁ་
འབུས་ཀྱ་སྐྱ་ཏ་ཁ་བྱེ་བའི་ཆུས། །དེ་ལྟར་རྒྱ་བ་གྲགས་པ་རེ་རྣམས་རབ་ཏུ་སྐྱོར་བར་
བྱེད། །དེ་ཉིད་བཤད་ཟིན་ཟབ་མོ་འཛིགས་དུང་འདི་ནི་སྔོན་གོམས་ཉིད་ལས་སྐྱེ་བོ་

ཡིས། །ངེས་པར་རྟོགས་འགྱུར་འདི་ནི་གསལ་བྱ་ཆེ་ཡང་གཞན་གྱིས་སྤྲུགས་སུ་ཆུང་
མི་འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་ཚུལ་ལུགས་རང་སྒོས་སྦྱར་བ་དེ་དག་མཐོང་ནས་བདག་ཏུ་
བརྟེན་པ་ཡི། །གཞུང་ལུགས་རྣམས་ལྟར་གཞན་ལུགས་བཞེད་གཞུང་འདི་ལས་
གཞན་ལ་དགའ་སྟོང་དོར་བར་བྱ། །

སྟོབ་དཔོན་སྐྱ་སྐྱབ་ལུགས་བཟངས་བསྟན་ལས་བདག་གིས་བསོད་ནམས་
ཕྱོགས་ཀྱི་མཐར། །ཁྱབ་ཅིང་ཡིད་མཁའ་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་སྟོར་སྟོན་ཀའི་རྒྱ་སྐར་
ལྟར་དཀར་བའས། །སེམས་ཀྱི་སྐྱལ་ལ་གདེངས་ཀའི་ནོར་བུ་དང་འབྲ་གང་ཞིག་ཐོབ་
བ་དེས། །འཛིག་རྟེན་མ་ལུས་དེ་ཉིད་རྟོགས་ནས་སྦྱར་དུ་བདེ་གཤེགས་སར་བཤོད་
ཤོག།

དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཚུལ་གསལ་བར་བྱེད་པ། སྟོབ་
དཔོན་རྒྱ་བ་གྲགས་པ་ཐེག་པ་མཆོག་ལ་སྤྲུགས་གཞོལ་བ། མི་འཕྲོགས་པའི་མཁའ་
རབ་དང་སྤྲུགས་རྗེ་མངའ་བ། དེ་མོར་བྲིས་པའི་བ་དུས་མ་ལས་འོ་མ་བཞོས་པས་
བདེན་པར་ཞེན་པ་བརྟོག་པར་མཛད་པས་སྦྱར་བ་རྫོགས་སོ། ། །

ཁྱེད་ས་རྣམས་པལ་ཆེར་མདོ་བཞིན་བྲིས། །ཕྱིན་ཆད་སྐྱད་གཉིས་འབྱུང་སྲིད་
ན། །ཅ་འགྲེལ་སྒྲ་དོན་བཞིན་བསྒྱུར་ལ། །གཟུ་ཐོར་བྱོས་ལ་དབྱེད་པར་གྱིས། །ཁ་ཆེའི་
ཡུལ་གྱི་ཐོང་བྱེད་དཔེ་མེད་ཀྱི་དབུས་རིན་ཆེན་སྤྲས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ། ཁ་ཆེའི་
རྒྱལ་པོ་དཔལ་འཕགས་པ་ལྟའི་སྐུ་རིང་ལ། རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ཉི་ལ་ཀ་ཀ་ལ་ཤ་
དང་། ཐོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་པ་ཆབ་ཉི་མ་གྲགས་ཀྱིས་ཁ་ཆེའི་དཔེ་དང་མཐུན་པ་ལྟར་བསྒྱུར།
ཕྱིས་ར་ས་ར་མོ་ཆེར་རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ཀ་ན་ཀ་ལྷན་དང་། ཐོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་དེ་ཉིད་

གྱིས་ཉི་འོག་ཤར་ཕྱོགས་སའི་དཔེ་དང་གཏུགས་ཤིང་ལེགས་པར་བཅོས་ཏེ་གཏན་ལ་
ཕབ་བའོ། ། །

[རོན་གཉེར་ཅན་དག་ལ་དབྱད་གཞིར་དམིགས་ཏེ་དབུ་མ་འཇུག་སའི་རང་འགྲེལ་གྱི་ཙ་བ་ཁོལ་དུ་སྦྱང་བའོ།]

༣༡། དབུ་མ་ཤེས་རབ་ལ་འཇུག་པ་ཞེས་བྱ་བ།

༣༡། ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ལྟར་ན། མ་རྒྱུ་མི་ཀ་ཨ་བ་ཏུ་ར་བླ་རྒྱ་མ། བོད་སྐད་དུ།
དབུ་མ་ཤེས་རབ་ལ་འཇུག་པ་ཞེས་བྱ་བ། འཇམ་དཔལ་གཞོན་ཏུར་གྱུར་པ་ལ་ཕྱག་
འཆའ་ལོ། །

དབུ་མ་ཤེས་རབ་ལ་འཇུག་པའི། འོན་ཏེ་བདག་གིས་བཤད་པར་བྱ། དགག་
སྐྱབ་གཉིས་ཀ་དགག་འབའ་ཞིག འདོམ་ལ་དགག་སྐྱབ་ལག་ཡང་མེད། འདྲེ་ལྟ་བུ་ནི་
གོམས་བྱས་ན། འཕྱུག་སྐྱམ་ཆོག་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར། མ་དགོ་བཅུ་ནི་སྤངས་ནས་
ནི། འགོ་བ་བཅུ་ནི་དང་དུ་སྤངས། འདོམ་པོར་ཞེན་པ་བཀག་ནས་ནི། རང་ལ་བསྐྱབ་
ཏུ་ཅུང་ཟད་མེད། སྤང་བའི་དདོས་པོ་འདི་ཡང་ནི། ཡང་དག་པ་ཡི་རང་བཞིན་
མེད། དུ་མ་དང་ནི་གཅིག་བྲལ་ཕྱིར། སྐྱུ་མའི་སྤང་པོ་ཇི་བཞིན་ནོ། ཆ་གས་སྣ་
ཆོག་པ་གནས་པ་ན། འདྲེ་ལ་སྤང་གཅིག་སུ་ཉིད་མ་ཡིན། འདྲེ་ཉིད་མེད་པས་དུ་མ་
གང་། བཅ་ཚུན་སྤངས་ཏེ་གནས་པས་ན། གཞན་གྱི་དདོས་པོ་ག་ལ་ཡོད། འདྲེ་ཉིད་
མེད་པས་དེ་བསགས་པའི། རགས་པའི་གཟུགས་དང་རྣམས་སོགས་གང་། རྣམ་པ་སྣ་
ཆོག་སྤང་བ་དང་། ཤེས་པ་ཐོན་ཏེ་མི་དང་པས། ཤེས་པ་དུ་མ་ཉིད་དུ་འགྱུར། རྣམ་པ་
བརྩམས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན། ཤེས་པ་དེ་ཡང་བརྩམས་པར་འགྱུར། །

དེ་ལྟར་མེན་ན་བདེན་ཉིད་འགྱུར། འདྲེ་ཉིད་ཕྱིར་ན་སེམས་བྱང་དང་། གཅིག་དང་དུ་
མ་སྤངས་པ་ཡི། འདོམ་པོ་གང་ཡང་མི་གནས་ཏེ། བཅ་ཚུན་སྤངས་ཏེ་གནས་ཕྱིར་

རོ། །མངོན་སུམ་ལ་སོགས་ལགལ་ཞེན། །མ་ཡིན་མ་བཟགས་ཉམས་དགའ་བ། །དེ་ནི་
བདག་གིས་བཀག་བ་མེད། །ཐ་སྙད་ཅམ་ཞིག་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར། །དམ་བཅའ་གཏན་
ཆེགས་ཉིད་མ་ཡིན། །ཡེ་ནས་སྐྱེ་མེད་ངང་ཉིད་ལ། །དགག་བྱ་མེད་ལ་བསྐྱབ་བྱ་
མེད། །མྱ་ངན་འདས་དང་མ་འདས་པ། །སྐྱེ་མེད་ངང་དུ་ཁྱད་པར་མེད། །

སྐྱེ་མེད་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། །སྐྱེ་བའི་དངོས་པོ་མེད་ཕྱིར་རོ། །ཀུན་རྫོབ་
མེད་ལ་དོན་དམ་མེད། །སངས་རྒྱས་མེད་ལ་སེམས་ཅན་མེད། །ལྟ་བ་མེད་ཅིང་སྒོམ་
བ་མེད། །འབྲས་བུ་མེད་ཅིང་སྦྱོད་བ་མེད། །དེ་ཡི་དོན་ནི་བསྒོམ་བྱ་སྟེ། །རྟོག་མེད་སྒོ་
ནི་ངང་ཞིར་གཞག། །དོས་གཟུང་མེད་ཅིང་ཡེངས་བ་མེད། །མཆན་མ་མེད་ཅིང་
གསལ་བར་བསྒོམ། །ལངས་ལ་དངོས་པོར་སྤང་བ་ཀུན། །སྐྱུ་མ་ཅམ་དུ་ཤེས་བྱས་
ནས། །སྒོམ་བ་རྣམ་གསུམ་འབད་པས་བསྐྱང་། །ཡན་ལག་བདུན་བ་ལ་སོགས་
བྱ། །སྦྱིང་རྗེ་པན་སེམས་ཆེ་བར་བྱ། །

ཡུལ་ལ་ཆགས་བ་སྤང་བྱ་ཞིང་། །འགོན་པོའི་ཚུལ་གྱིས་གནས་པར་
བྱ། །སེམས་ཅན་མ་དད་སྤངས་ནས་ནི། །བདག་ཉིད་དགོན་པར་གནས་པར་བྱ། །དེ་
ཡི་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི། །འབྲས་བུ་ཆེན་པོ་ཐོབ་བ་སྟེ། །ཆོས་ཀྱི་སྐྱེད་ལོངས་
སྦྱོད་རྫོགས། །སྐྱུལ་པའི་སྐྱེ་བྱ་གནས་བ་ཡིས། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒོམ་བར་
བྱེད། །དེ་ཕྱིར་འབད་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །དངོས་པོ་ལྟ་བ་ཐག་བཅད་དེ། །བར་དུ་
སྒོམ་པས་ཉམས་སུ་བྲང་། །ཐ་མར་འབྲས་བུ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །དེ་བས་འབད་དེ་
བཙོན་པར་བྱ། །དེ་ལྟར་བདག་གིས་བཤད་འདི་ལ། །ཕྱོགས་འཛིན་བ་ཡི་སེམས་
པོར་ལ། །རིགས་བ་ཡིས་ནི་དབྱད་པར་བྱ། །ཆོས་ལ་སྐྱུར་བ་གདབ་མི་བྱ། །གཡེང་

བ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ནས་ནི། །བསྐྱབ་བ་ལ་ནི་བཙོན་བར་བྱ། །བདག་གིས་འདི་བྱས་
བསོད་ནམས་ཀྱིས། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྲོལ་གྱུར་ཅིག །

དབུ་མ་ཤེས་རབ་ལ་འཇུག་པ་ཞེས་བྱ་བ། སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་རྒྱ་བ་གྲགས་
པས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ། ། །

པ་རྒྱུ་དེ་ཉིད་དང་ལོ་རྒྱུ་བ་འགོས་ཁྲག་པ་ལྷ་བཙས་ཀྱིས་བསྐྱར་བའོ། ། །

བར་བྱང་སྟོན་ཆིག

ནམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ།
གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཚོས་ཚུལ་དལ་འབབ་སྤང་།
ཆིག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི།
དྲི་མ་ཡོངས་འབྱུང་ལེགས་བཤད་བདུན་ཅི་འདི།

དཔར་དུ་བསྐྱུན་བའི་ནམ་དཀར་བྱང་པོའི་མཐུས།
ཡང་དག་ཚོས་ཀྱི་སྒྲོ་མོ་སྟོང་ཐག་བརྒྱ།
གདངས་ཏེ་རྒྱུད་ལྡེའི་འགོ་བ་མ་ལུས་བ།
རེས་ལེགས་ནོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།

ཅེས་འཇམ་གླིང་ཡངས་བའི་ཁྱོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་ནམ་འབྲེན་
ཤུག་སེལ་འེེ་རིང་ལུགས་སྟོ་ཀྱན་ནས་རྒྱས་བ་སོགས་འབྲལ་ཡུན་ལེགས་ཆོགས་དུ་
མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། ནང་བསྟན་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དཔར་དུ་
བསྐྱུན་དང་བསྐྱུན་འགྱུར་གང་ལའང་སྤྱར་ཆོག་པའི་དགེ་བསྟོན་སྟོན་ཆིག་ཏུ་ཤུག་འེེ་
དགེ་སྟོང་ཆོས་སྤྱོད་བཤད་དབང་སྟོ་བཟང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྤྱར་བཤོ།

༡༡། གམས་མཚན་བྱུང་རྒྱུ་ལྟེན། ཨ་ཅིན་བྱུང་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྟེན། ཨོ་ཏུ་རེ་སྤྲུ།

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

ལས་གསུངས་སོ།