

རྟེན་འབྲེལ་བསྐྱེད་པ་བཅུགས་སོ།



རྟེན་འབྲེལ་བསྐྱེད་པ་བཅུགས་པས་མཛད།

## ཚེམ་སྒྲིག་ཚེགས་ལུང་།

ཚེམ་སྒྲིག་འགན་འཛིན།	དགེ་བ་ཤེས་སྒོ་བཟང་གྲགས་པ།
ཚེམ་སྒྲིག་ལས་རོགས།	བརྩོན་མ་བསྟན་འཛིན་སྒྲོལ་དཀར།
ཉུངས་པ།	དགེ་བ་ཤེས་སྒོ་བཟང་གྲགས་པ།
པར་བསྟན་བྱེད་པོ།	རྩ་ས་ནང་ཚོས་ངོ་སྤྱོད་ཚེགས་པ།

སྤྱི་ནོར་ ལ་ བོད་ས་ ལ་ སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་ ༢༠༢༠ ལོར་དྲ་  
ལམ་ནས་ནང་ཆོས་བཀའ་དྲིན་སྦྱང་བ།

## དཀར་ཆགས།

---

ཕྱི་ལོ་ལྟར་། .....	I
རྒྱ་མཚོ་ཁ་པའི་རྣམ་ཐར་སྤྱིར་བཏུས། .....	V
རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པ། .....	1
པཎ་གྲུབ་གསོལ་འདེབས། .....	17
སློབ་སྦྱོང་ཚིག་བརྒྱུད་མ། .....	23
སློབ་སྦྱོང་གསལ་བའི་མེ་ལོང་། .....	25
བྱུང་བ་ལྟར་རིས་མེད་རྒྱས་པའི་སློན་ལམ། .....	36



# ཐོན་སྐྱེད།

༣༣། །དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་སྐུ་སྤྱུང་གིས།།

སྟོང་ཉིད་བདུན་ཅུ་པ་ལས།།

དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས།།

སྟོང་པ་ཡིན་པས་དངོས་རྣམས་གྱི།།

རྟེན་འབྱུང་དེ་ནི་དེ་བཞིན་གཤམ་གས།།

མཚུངས་པ་མེད་པས་ཉེ་བར་བསྟན།།

ཅེས་དང་། རྒྱལ་སྤྱི་ཞི་བ་ལྟས།། བདག་བདེ་གཞན་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་  
དག་ཡང་དག་བརྟེན་བར་མ་བྱས་ན། །སངས་རྒྱལ་ཉིད་དུ་མི་འབྱུང་ཅིང་།  
།འཁོར་བ་ན་ཡང་བདེ་བ་མེད། །ཞེས་དང་། སྤྱུག་བསྐྱེད་འདོར་འདོད་སྟོ་  
ཡོད་ཀྱང་། །སྤྱུག་བསྐྱེད་ཉིད་ལ་མངོན་པར་རྒྱུག་ །བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་  
གཉི་ལྷག་པས། །རང་གི་བདེ་བ་དབྱ་ལྟར་འཛོམས། །ཞེས་སོགས་རི་སྐད་  
གསུངས་པ་ལྟར། སྤྱིར་རང་ཅག་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་། སྤྱུག་བསྐྱེད་མི་  
འདོད་པའི་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་གིས་རྟེན་འབྱེད་སྤྱི་རགས་ཀྱི་དོན་ཤེས་པའི་  
སྟོ་ནས་འདོད་པའི་བདེ་བ་སྤྱུག་ཐབས་དང་། མི་འདོད་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་  
སེལ་ཐབས་ལ་འབད་དགོས་པ་ནི་ཆོས་དང་འཇིག་རྟེན་གང་ལ་ལྟོས་ཀྱང་  
མེད་དུ་མི་རུང་བའི་དགོས་དོན་ཡིན་ལ། །སྤྱུག་པར་དེད་གི་སྐབས་སུ་  
འཛམ་གླིང་ཁྱོད་ཡོངས་སུ་ཕྱིན་དུ་ཉེན་ཆབ་ཆེ་བའི་ནད་ཡམས་

དང་། དམག་འབྲུག་ལ་སོགས་པའི་སེམས་ལྡན་སེམས་མེད་ལས་བྱུང་  
 བའི་སྤྱག་བསྐལ་སྣ་ཚོགས་མྱོང་དང་མྱོང་བཞིན་པ་འདི་དག་སེལ་བའི་  
 ཐབས་ལམ་ལ་འབད་དགོས་ཤིང་། ཡང་སྒོས་ཐར་འདོད་ཀྱི་སྐྱེས་བུ་  
 རྣམས་ཀྱི་སྐྱབ་བྱ་ནི་གནས་སྐབས་མངོན་མཐོ་དང་། དེས་ལེགས་ཐར་པ་  
 དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཡིན་པས་དེ་ཐོབ་པ་ལ་ཉམས་སུ་བླང་བར་བྱ་  
 བའི་གཙོ་བོ་ཡང་ཐབས་ཤེས་ཡ་མ་བྲལ་བའི་ཟབ་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་ལ་ཐོས་  
 བསམ་སྒོམ་གསུམ་གྱིས་འབྲུག་དགོས་ཤིང་། རྒྱ་མཚན་དེ་ལྟ་བུས་ན་  
 རང་ཅག་ཁ་བ་གངས་ཅན་པ་རྣམས་ཀྱི་མེ་ཉླ་གང་ལ་སོག་པའི་ལྟ་སྐལ།  
 གཤོང་ས་ལྟ་མའི་རྣམ་འབྱེད་འཕགས་མཆོག་ཕྱག་ན་པརྟོ། གསུབས་  
 མགོན་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་ཐམས་ཅད་མཐུན་ཅིང་གཟེགས་པ་ཆེན་པོ་  
 མཆོག་ལ་དྭ་ས་ནང་ཆོས་རོ་སྟོད་ཆོགས་ཆུང་དང་། བོད་ཁྱིམ་སྟོབ་བྱ་  
 གཉིས་ནས་ལོ་ལྟར་གསོལ་འདེབས་ཞུ་བཞིན་པ་ལྟར། ད་ལམ་མ་འོངས་  
 བོད་ཀྱི་སོན་ཅ་གཞོན་སྐྱེས་སྟོབ་མ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཕྱི་ནང་གི་མི་  
 རིགས་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ་བླ་མོག་ནས་བཀའ་ཆོས་སྦྱལ་གནང་  
 ཡོང་བར་རི་ལྟར་གསོལ་བ་བཏབ་པ་བཞིན། མགོན་པོ་གང་ཉིད་མཇུག་  
 འགན་བཞི་སོགས་སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་མཇུག་བརྒྱའི་འཕྲིན་ལས་ཤིན་ཏུ་  
 རྒྱ་ཆེ་བ་དེ་ལྟ་ན་ཡང་། མཛད་བྱ་བྱུང་བའི་ཐུགས་བསྐྱེད་བྱམས་དང་བཅེ་བ་  
 ཆེན་པོས་འདི་ལོ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༠ ལོའི་དབྱར་ཆོས་ཉིན་གསུམ་རིང་འཇམ་  
 མགོན་ལྷ་མ་ཅོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་མཇུག་པའི་ཐུབ་པ་སངས་རྒྱས་བཙུག་  
 ལྟ་འདས་ལ་ཟབ་མོ་ཉིན་འབྲེལ་གསུངས་པའི་སྒོ་ནས་བསྟོད་པ་ལེགས་  
 བཤད་སྟོང་པོའི་སྟོང་ནས་བཀའ་ཆོས་སྒྲིན་སྦྱལ་གནང་རྒྱའི་བཀའ་བཞེས་

བཟང་པོ་ཇི་ལྟར་ཐོབ་པ་བཞིན་གྱིས་འབངས་བཀའ་ཚོས་པོ་སྤྲིག་ཚོགས་  
 རྒྱུ་རྒྱུ་ནས་། མགོན་པོ་གང་ཉིད་ལ་དགའ་དད་སྤོ་གསུམ་གྱི་སྤོ་ནས་  
 ལག་ཟུང་ཐལ་མོ་སྤྲིང་ཁར་སྤྲུང་ཏེ་ཐུགས་རྗེ་བཀའ་ཤིན་ལྷ་མེད་དུ་ཆེ་ཞེས་  
 ལན་བརྒྱུར་ལྷ་བ་ལགས། །

ཐུག་དེ་བ་འདིའི་ནང་འཁོད་པའི་བརྗོད་དོན་གཙོ་བོ་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་  
 པའི་བཀའ་བསྟན་གྱི་དགོངས་པ་སྤྲི་དང་། ཐུག་པར་དུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་  
 ཚོས་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་མིག་རྒྱུང་བསྐྱེད་སྤྲི་རྒྱ་བསྐྱེད། ཁོང་གསང་  
 སྤོད། ཅེས་རི་སྐྱད་གསུངས་པ་ལྟར། འབྲས་བུ་མདོན་མཐོ་དང་རེས་  
 ལེགས་ལ་མིག་རྒྱུང་རི་ལྟར་སྤྲིང་རྒྱུ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་རང་གཞན་གྱི་དོན་  
 རྒྱུ་པ་པོ་ཆེ་སྤྲི་བ་པ་ལ་སྤོ་རྒྱ་བསྐྱེད་རྒྱུ་ལ། མདོར་ན་དཔལ་ལྷན་ལྷ་བ་  
 གཤམ་པས། ཀུན་རྗེ་བ་དེ་ཉིད་གཤོག་ཡངས་དཀར་པོ་རྒྱས་རྒྱུར་པ། རང་  
 པའི་རྒྱལ་པོ་དེ་ནི་སྤྲི་པོའི་རང་པ་ཡིས། མདུན་དུ་བདར་ནས་དགེ་བའི་  
 རྒྱུང་གི་འུགས་སྤོ་བས་ཀྱིས། རྒྱལ་བའི་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་པ་རོལ་མཚོག་  
 དུ་འགྲོ། ཅེས་རི་སྐྱད་གསུངས་པ་ལྟར། ཉེན་འབྲེལ་བསྤོད་པའི་ཉིང་  
 དགོས་སྤོན་པ་དང་ཚོས་ལ་ཤེས་ནས་དད་པ་འཕེལ་ཐབས་དང་། དེ་དང་  
 འབྲེལ་ནས་བྱམས་སྤྲིང་རྗེ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་གཞན་པར་  
 སྤོད་བཟང་ལ་འབད་བརྩོན་དང་། དེ་དག་གིས་མཚོན་རྒྱལ་བའི་བཀའ་  
 བསྟན་ཡན་ལག་དང་བཅས་པར། ཐོས་བསམ་སྤོམ་གསུམ་ཁ་སྤྲི་ལྟར་མ་  
 སོང་བའི་ཉམས་ལེན་ལ་འབད་དེ། ད་ལམ་རྩ་བའི་ལྷ་མས་རང་གཞན་  
 རོགས་གསུམ་བདེ་བ་ནས་བདེ་བའི་ལམ་ལ་བསྤོད་རྒྱལ་རི་ལྟར་བཀའ་



སྐལ་བ་བཞིན། རོན་གཉེར་ཅན་ནམས་ཀྱིས་དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་སྐུ་  
 སྐུ་བ་ཉིད་བསྟན་འགྲོའི་རོན་དུ་སྤྱར་ཡང་རུར་སྤྲིག་གར་གྱི་ནམ་པར་རོལ་  
 པ་དང་སྒོ་ཀྱན་ནས་མཚུངས་པ་ ཡ་སྐུ་བས་མགོན་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་གང་  
 ཉིད་གྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་ནམ་བཞིའི་དགོངས་རོན་ཤེས་པའི་ཐོག་  
 ནས་བཀའ་བཞིན་སྐུ་བ་པའི་མཆོད་པར་བཙོན་དགོས་པ་ནི་བཀའ་ཆོས་  
 ལྷས་པའི་དགོས་རོན་སྤྱིང་པོ་ཡང་ཡིན་པས་དེ་རོན་དགོངས་འཇགས་  
 འཆའ་ལྷ་རྒྱ་དང་། ད་ལམ་བྱ་ལམ་བརྒྱད་བཀའ་ཆོས་དངོས་སུ་གསན་  
 མཁན་གྱི་ཆོས་ལྷ་བ་ཅམ་མ་ཟད། འཇམ་སྤིང་ཤར་བྱ་བ་གང་སར་  
 བལྷགས་པའི་དུ་ཐོག་བརྒྱད་ནས་གསན་པར་འགྱུར་རུང་གི་རོན་གཉེར་  
 ཅན་མང་པོ་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་ཡང་དམིགས་ཏེ་ཕྱག་དེབ་འདི་ཉིད་ཐོད་  
 ཡིག་དང་། སྐད་ཡིག་གཞན་བཅས་ལ་པལ་བསྐྱར་འགྲེམས་འབྲལ་གང་  
 མང་ལྷས་ཡོད། ལས་གཞི་འདིའི་ཐོག་ཐུགས་ཁུར་ཕྱག་ལས་གནང་  
 མཁན་དང་། ཕྱག་རོགས་གནང་མཁན་སྐད་གཉིས་སྐྱ་བའི་ལོ་རྒྱུ་བ་  
 སོགས་ཆང་མ་ལ་གོ་སྐབས་འདི་བརྒྱད་ནས་ཐུགས་རྗེ་དང་བཀའ་བྲིན་ཆེ་  
 ཞེས་ལྷ་རྒྱ་བཅས། །

ད་ས་ནང་ཆོས་ངོ་སྟོན་ནམ་དགེ་དགའ་ཤར་སྣ་རམས་དགེ་མིང་གློ་བཟང་  
 གྲགས་པ་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༡༠༡༠ ཟླ་ ༡ ཆོས་ ༡༩ ཉིན་གྱིས་འབྲལ་ལྷས་པ་  
 ལགས་སོ།། །



# རྩོམ་ཁ་པའི་རྣམ་ཐར་སྦྱིང་བསྟུས།

༡༡། །དང་པོར་རྒྱ་ཆེན་ཐོས་པ་མང་དུ་བཅུལ། །  
 བར་དུ་གཞུང་ལུགས་ཐམས་ཅད་གདམས་པར་ཤར། །  
 ཐ་མ་ཉིན་མཆོན་ཀུན་ཏུ་ཉམས་སུ་སྒྲངས། །  
 ཀུན་གྲང་བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་ཆེད་དུ་བསྒྲུས། །

ཞེས་ངེ་སྐད་གསུངས་པ་ལྟར་རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པ་མཛད་པ་པོ་མཁའ་ཉི་  
 བཅེ་རུས་པའི་བདག་ཉིད་འཇམ་མགོན་ལྷ་མ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་ནི་  
 ཕྱི་ལོ་ ༡༣༥༧ རབ་བྱུང་དུག་པའི་མེ་བྱ་ལོར་བོད་ཤར་ཕྱོགས་མདོ་སྐད་

ཙུམ་ཡིང་ཟ་ཨ་ཆོས་གཉིས་  
 གི་སྤྲུལ་སྤྲུལ་འབྱུངས། ། ཀམ་རྩལ་པའི་རྩི་རྩི་རྩུང་དག་བསྐྱེན་  
 དང་། ཆོས་རྩི་རྩི་གྲུབ་རིན་ཆེན་སོགས་ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་ཉེ་མཆོན་ལ་སྒོ་  
 བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་ཞེས་གསོལ། རྩི་རྩི་འཛིགས་བྱེད་དང་བདེ་  
 མཆོག་སོགས་དབང་གིས་རྒྱུད་སྒྲིན་པར་མཛད། དགྲུང་ལོ་བཅུ་དྲུག་  
 བཞེས་པའི་ཆེ་བོད་དབྱུས་ཅང་ཁུལ་དུ་གཞུང་ལུགས་རབ་འབྱུངས་ལ་  
 སྒོ་བ་གཉེར་ཆེད་དུ་འཕེབས། དགྲུང་ལོ་བཅུ་དགྲུའི་སྤྱིང་པར་ཕྱིན་གྲུ་སྒོར་  
 མཛད། ཡར་ལྷུང་རྣམ་རྒྱལ་དུ་བ། ། ལྷུ་ཕྱི་རྩ་བའི་མཁན་རྒྱུད་དཀའ་བཞི་  
 རྩུལ་ཁྲིམས་རིན་ཆེན་གྱིས་མཁན་པོ་དང་། རྩི་རྩི་མཁན་པོ་ཤེས་རབ་  
 མགོན་པོས་ལས་སྒོ་བ་མཛད་དེ་གངས་ཆང་བའི་དག་འདུན་ལས་བསྐྱེན་  
 པར་རྩོགས་ འཕྱི་གྲུང་སྒྲིན་སྤྱི་རིན་པོ་ཆེ་དང་། ལྷ་མ་འཇམ་དབྱངས་རིན་  
 ཆེན། རྩི་རྩི་ཆོས་རྩི་སྤྲུལ་ལས་རྣམ་རྒྱལ། ལྷུང་ཐང་ལོ་ཙ་བ། ལྷུང་  
 ལུང་མཁན་པོ་སྒོ་གསལ། ལོ་རྩ་བ་ནམ་མཁའ་བཟང་པོ། ལྷུན་སྤྱི་ཆོས་གི་  
 གྲགས་པ་གོང་གསུམ་བདེན་ཆེན་ཆོས་གི་དཔལ་བ། ལྷ་མ་ཁྱུང་པོ་སྤྲུལ་  
 པ། ལྷ་མ་དབྱུ་མ་པ་དཔའ་པོ་རྩི་རྩི་ རྩི་སྤྱི་གྲུབ་ཆེན། མཁན་ཆེན་  
 ཆོས་རྒྱུབས་བཟང་པོ་སོགས་རིས་སུ་མ་མཆིས་པའི་བཤེས་གཉེན་  
 མཁས་པ་མང་པོ་བསྐྱེན་ཉེ། གསོ་བ་རིག་པ་དང་། ཆད་མ། བར་  
 ཕྱིན། དབྱུ་མ། མངོན་པ། འདུལ་བ་སོགས་མདོ་སྤྲུལ་དང་། གསང་  
 བདེ་འཛིག་གསུམ་དུས་འཁོར་ལ་སོགས་པའི་གསང་སྤྲུལ་རྒྱུད་སྤྱི་རྒྱ་  
 མཆོའི་གཞུང་ལུགས་རབ་འབྱུངས་རྣམས་ལ་གསན་བསམ་སྒོ་བ་གཉེར་  
 མཐར་ཕྱིན་པར་མཛད་དེ་མདོ་སྤྲུལ་གསུང་རབ་ཀྱན་ལ་མཁས་པའི་

དབང་པོར་གྱུར། དགེ་ལྷན་ནམ་དཔར་རྒྱལ་བའི་སྤྱིར་སོགས་དགོན་སྡེ་  
 ཕྱག་འདེབས་དང་། དགའ་ལྷན་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་བསྐྱབ་མཆོད། རྗེར་ཕྱིར་  
 གུམས་པ་ཞིག་གསོས། ལྷ་སར་ཆོ་འབྲུལ་སྟོན་ལམ། གཉལ་གྱི་ལུང་ར་  
 ཆེན་མོ་སོགས་མཛད་ཆེན་ནམས་དང་། གསུམ་ཚུལ་ཡང་ལེགས་བཤད་  
 གསེར་གྱི་སྤྱིར་བ་དང་། དབྱ་མ་དགོངས་པ་རབ་གསལ་སོགས་མདོ་  
 རྩོགས་གྱི་གསུང་རབ་དང་། སྤྱག་རིམ་ཆེན་མོ། རིམ་ལྔ་གསལ་སྟོན་  
 སོགས་སྤྱགས་སྤྱོགས་གྱི་གསུང་རབ་མད་དུ་བྱུང་བའི་ལེགས་བཤད་  
 གསུང་འབྲུམ་སོད་བཙོ་བརྒྱད་མཛད་ཅིང་། གང་གི་གསུང་ལས་སྦྱེས་  
 བའི་སྟོབ་མ་ཡང་རྒྱལ་ཆབ་དར་མ་རིན་ཆེན། མཁས་གྲུབ་དགེ་ལེགས་  
 དཔལ་བཟང་། རྗེ་ལེས་རབ་སེང་གི་རྒྱལ་དབང་དགེ་བདུན་གྲུབ་པ་ལ་  
 སོགས་པ་དངོས་སྟོབ་གྲགས་ཆེན་བརྒྱ་དང་ཞི་བརྩ་ཞི་བདུན་  
 དང་། གཞན་ཡང་སྟོབ་མ་དང་ཡང་སྟོབ་མཐའ་ཡས་པ་བྱོན་ཞིང་རྗེ་ཉིད་  
 དགྲུང་གངས་དྲུག་བརྩ་རེ་གསུམ་དུ་འཕེབས་པ་ ༡༩༡༩ ལོད་ཟླ་  
 ༡༠ ཆེས་ ༢༥ ཉིན་དགེ་ལྷན་དུ་ཞི་དབྱིངས་སུ་གཤེགས་ཚུལ་བསྟན་པ་  
 བཅས་གྱི་མཛད་ནམ་མདོར་བསྐྱས་སོ། །

༢༠༢༠ ལོར་ནམ་དགེ་སྟོན་གྲགས་ནས།

# རྟེན་འབྲེལ་བསྟེན་པ།

རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་སློབ་པ་བཟང་གྲགས་པས་མཛད།

༡༡། །ན་མོ་གྲུ་རུ་མཆུ་རྟོ་ལྟ་ཡ།།

༡      གང་ཞིག་གཟིགས་ཤིང་གསུངས་པ་ཡིས།།  
མཆུན་དང་སྟོན་པ་སྒྲ་ན་མེད།།  
རྒྱལ་བ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་།།  
གཟིགས་ཤིང་འདོམས་པ་དེ་ལ་འདུད།།

༢      འཇིག་རྟེན་རྒྱད་པ་རི་སྟེན་པ།།  
དེ་ཡི་རྩ་བ་མ་རིག་སྟེ།།  
གང་ཞིག་མཐོང་བས་དེ་ལྟོག་པ།།  
རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བར་གསུངས།།

༣      དེ་ཆེ་སྟོ་དང་ལྡན་པ་ཡིས།།  
རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ལམ།།  
ཁྱིད་ཀྱི་བསྟན་པའི་གནད་ཉིད་དུ།།  
རི་ལྟར་ཁོང་དུ་ཆུད་མི་འགྱུར།།

༤ དེ་ལྟ་ལགས་ན་མགོན་ཁྱོད་ལ།  
བསྟོད་པའི་སྒྲོལ་ནི་སྤྱེ་ཞིག་གིས།  
བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་གསུངས་པ་ལས།  
ངོ་མཆོར་གྱུར་པ་ཅི་ཞིག་ཉིད།

༥ གང་གང་རྒྱུན་ལ་རག་ལས་པ།  
དེ་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་ཞེས།  
གསུངས་པ་འདི་ལས་ཡ་མཆོན་པའི།  
ལེགས་འདོམས་ཚུལ་ནི་ཅི་ཞིག་ཡོད།

༦ གང་དུ་བརྩུང་བས་བྱིས་པ་ནམས།  
མཐར་འཛིན་འཆིང་བ་བརྟན་བྱེད་པ།  
དེ་ཉིད་མཁས་ལ་སྟོས་པ་ཡི།  
བ་བ་མ་ལུས་གཙོད་པའི་སྒྲོ།

༧ བསྟན་འདི་གཞན་དུ་མ་མཐོང་བས།  
སྟོན་པ་ཞེས་བྱ་ཁྱོད་ཉིད་དེ།  
མ་སྟེས་ལ་ནི་སེལ་བཞིན།  
སྤྱེ་སྟེགས་ཅན་ལའང་གཅུམ་བུའི་ཆོག

༩      ཨེ་མའོ་སྟོན་པ་ཨེ་མའོ་སྐྱབས།།  
         ཨེ་མའོ་སྐྱ་མཆོག་ཨེ་མའོ་མགོན།།  
         ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྲུང་ལེགས་གསུངས་པའི།།  
         སྟོན་པ་དེ་ལ་བདག་ཕྱག་འཆོལ།།

༩      བན་མཛད་ཁྱིད་གྱིས་འགྲོ་བ་ལ།།  
         སྐྱན་པའི་སྦྲད་དུ་བཀའ་སྩལ་བ།།  
         བསྟན་པའི་སྦྱང་པོ་སྦྱང་བ་ཉིད།།  
         དེས་པའི་རྒྱ་མཆོན་ཟླ་མེད་བ།།

༡༠    ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བའི་ཚུལ།།  
         འགལ་བ་དང་ནི་མ་གྲུབ་པར།།  
         མཐོང་བ་འདི་ཡིས་ཁྱིད་གྱི་ལུགས།།  
         རི་ལྟར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་རུས།།

༡༡    ཁྱིད་ནི་ནམ་ཞིག་སྦྱང་བ་ཉིད།།  
         ཉེན་འབྲུང་དོན་དུ་མཐོང་བ་ན།།  
         རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྦྱང་བ་དང་།།  
         བྱ་བྱེད་འཐད་པའང་མི་འགལ་ཞིང་།།

༡༣ དེ་ལས་ལྷོག་པར་མཐོང་བ་ན།  
སྟོང་ལ་བྱ་བ་མི་རུང་ཞིང་།  
བྱ་དང་བཅས་ལ་སྟོང་མེད་པས།  
ཉམ་ངའི་གཡང་དུ་ལྷུང་བར་བཞིན།

༡༣ དེ་ཕྱིར་ཁྱིད་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ།  
རྟེན་འབྱུང་མཐོང་བ་ལེགས་པར་བསྟུགས།  
དེ་ཡང་ཀུན་རྩ་མེད་པ་དང་།  
རང་བཞིན་གྱིས་ནི་ཡོད་པས་མིན།

༡༤ ལྷོས་མེད་ནམ་མཁའི་མེ་ཏོག་བཞིན།  
དེས་ན་མ་བརྟེན་ཡོད་མ་ཡིན།  
ངོ་བོས་བྱུབ་ན་དེ་འབྱུབ་པ།  
རྒྱ་དང་རྒྱེན་ལ་ལྷོས་པ་འགལ།

༡༥ དེ་ཕྱིར་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་ལས།  
མ་གཏོགས་ཆོས་འགའ་ཡོད་མིན་པས།  
རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྟོང་པ་ལས།  
མ་གཏོགས་ཆོས་འགའ་མེད་པར་གསུངས།



༡༩ རང་བཞིན་སྟོག་པ་མེད་པའི་སྤྱིར།  
ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་འགའ་ཡོད་ན།  
སྤྱིར་འདས་པ་མི་རུང་ཞིང་།  
སྟོས་ཀྱན་སྟོག་པ་མེད་པར་གསུངས།

༡༩ དེ་སྤྱིར་རང་བཞིན་རྣམས་བྲལ་ཞེས།  
སེམས་སྤྱི་ཡིས་ཡང་ཡང་དུ།  
མཁས་པའི་ཆོག་སྤྱི་ཡིས་གསུངས་པ།  
འདི་ལ་སྤྱི་ཡིས་འགོང་བར་རུས།

༡༩ རང་བཞིན་འགའ་ཡང་མེད་པ་དང་།  
འདི་ལ་བརྟེན་ནས་འདི་འབྱུང་བའི།  
རྣམས་གཞག་ཐམས་ཅད་འཐད་པ་གཉིས།  
མི་འགའ་འདྲ་བ་སྟོས་ཅི་དགོས།

༡༩ བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས།  
མཐར་ལྟ་བ་ལ་མི་བརྟེན་ཞེས།  
ལེགས་གསུངས་འདི་ནི་མགོན་ཁྱོད་གྱི།  
སྤྱི་བ་ལྟ་ན་མེད་པའི་རྒྱ།

༡༠ འདི་ཀུན་ངོ་བོས་སྟོང་བ་དང་།།  
འདི་ལས་འདི་འབྲས་འབྱུང་བ་ཡི།།  
ངེས་པ་གཉིས་པོ་པན་ཚུན་དུ།།  
གཤམ་མེད་པར་ནི་གྲོགས་བྱེད་བ།།

༡༡ འདི་ལས་ངོ་མཚར་གྱུར་བ་དང་།།  
འདི་ལས་ཆད་དུ་བྱུང་བ་གང་།།  
ཚུལ་འདིས་ཁྱོད་ལ་བསྟོད་ན་ནི།།  
བསྟོད་པར་འགྱུར་གྱི་གཞན་དུ་མིན།།

༡༢ མྱོངས་པས་བྲན་དུ་བབྱང་བ་ཡིས།།  
གང་ཞིག་ཁྱོད་དང་ཞེ་འབྲས་པ།།  
དེ་ཡིས་རང་བཞིན་མེད་པའི་སྒྲ།།  
མི་བཟོད་གྱུར་ལ་མཚར་ཅི་ཡོད།།

༡༣ ཁྱོད་གྱི་གསུང་གི་གཅེས་པའི་མཛོད།།  
བརྟེན་ནས་འབྱུང་བར་ཁས་བླངས་ནས།།  
སྟོང་ཉིད་ང་རོ་མི་བཟོད་པ།།  
འདི་ལ་ཁོ་བོ་ངོ་མཚར་གྱུར།།

༡༩    རང་བཞིན་མེད་ལ་བགྱི་བའི་སྒོ།  
     ཟླ་མེད་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་གི།  
     མིང་ཉིད་གྲིས་ནི་རང་བཞིན་དུ།  
     འཛིན་ན་ད་གོ་སྒྲེ་པོ་འདི།

༢༥    འཕགས་མཆོག་རྣམས་གྲིས་ལེགས་བསྐྱོད་བའི།  
     འཇུག་འོགས་ཟླ་དང་བྲལ་གྱུར་བ།  
     ཁྱོད་དགྲེས་གྱུར་བའི་ལམ་བཟང་དེར།  
     ཐབས་གང་གིས་ནི་བགྱི་བར་བྱ།

༢༦    རང་བཞིན་བཅོས་མིན་སྟོས་མེད་དང་།  
     རྟེན་འབྲེལ་སྟོས་དང་བཅོས་མ་གཉིས།  
     རི་ལྟ་བུར་ན་གཞི་གཅིག་ལ།  
     མི་འགལ་འདུ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར།

༣༧    དེ་ཕྱིར་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་གང་།  
     རང་བཞིན་གྲིས་ནི་གཞོད་མ་ནས།  
     རྣམ་པར་དབེན་ཡང་དེར་སྤང་བས།  
     འདི་ཀུན་སྒྲུ་མ་བཞིན་དུ་གསུངས།

༢༩ ཁྱོད་ཀྱིས་ངེ་ལྟར་བསྟན་པ་ལ།  
གོལ་བ་འགས་ཀྱང་ཆོས་མཐུན་དུ།  
སྐགས་མི་ཉིད་པར་གསུངས་པ་ཡང་།  
འདི་ཉིད་ཀྱིས་ནི་ལེགས་པར་འབྱུངས།

༣༠ ཅེ་སྐད་ཅེ་ན་འདི་བཤད་པས།  
མཐོང་དང་མ་མཐོང་དངོས་པོ་ལ།  
སྒྲོ་འདོགས་པ་དང་སྐར་འདེབས་ཀྱི།  
གོ་སྐབས་རིང་དུ་མཇེད་ཕྱིར་རོ།

༣༡ ཁྱོད་ཀྱི་སྤྱ་བ་ཆེ་མེད་པར།  
མཐོང་བའི་རྒྱ་མཆན་ཉེན་འབྱུང་གི།  
ལམ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་གསུང་གཞན་ཡང་།  
ཆད་མར་གྱུར་པར་ངེས་པ་སྟེ།

༣༢ རོན་བཞིན་གཟིགས་ནས་ལེགས་གསུངས་པ།  
ཁྱོད་ཀྱི་རྗེས་སུ་སློབ་པ་ལ།  
རྒྱད་པ་ཐམས་ཅད་རིང་དུ་གྱུར།  
ཉིས་ཀྱན་ཅ་བ་ཕྱོག་ཕྱིར་རོ།

༣༢ ཁྱོད་གྱི་བསྟན་ལས་ཕྱིར་སྤྱོད་པས་།  
ཡུན་རིང་ངལ་བ་བསྟེན་བྱས་ཀྱང་།  
ཕྱི་ཕྱིར་སྤྱོད་ནམས་ཐོས་པ་བཞིན།  
བདག་ཏུ་ལྟ་བ་བཟོན་ཕྱིར་རོ།

༣༣ ཨེ་མའོ་མཁས་པས་འདི་གཉིས་ཀྱི།  
ཁྱད་པར་ཁོང་དུ་ཚུད་གྱུར་བ།  
དེ་ཆེ་རྒྱུ་གི་ཁོང་ནས་ནི།  
ཁྱོད་ལ་ཅི་ཕྱིར་གྲུས་མི་འགྱུར།

༣༤ ཁྱོད་གསུང་དུ་མ་ཅི་ཞིག་སྒྲོས།  
ཆ་ཤས་རེ་ཡི་དོན་ཅུང་ལའང་།  
འོལ་སྤྱི་ཅུང་གི་ངེས་ཅིང་བ།  
དེ་ལའང་མཆོག་གི་བདེ་བ་སྟེར།

༣༥ གྱེ་ཏུད་བདག་སྒྲོ་སྒྲོངས་པས་བཅོམ།  
འདི་འདྲའི་ཡོན་ཏན་སྤང་པོ་ལ།  
རིང་ནས་སྤྱབས་སུ་སོང་གྱུར་ཀྱང་།  
ཡོན་ཏན་ཆ་ཅུང་མ་འཆལ་དོ།

༣༦ འོན་ཀྱང་འཆི་བདག་ཁར་སྟོགས་པའི།  
སྟོག་གི་རྒྱན་ནི་མ་རུབ་པར།  
སྟོང་ལ་ཅུང་ཟད་ཡིད་ཆེས་པ།  
འདི་ཡང་སྐལ་བ་བཟང་སྟམ་བཞིད།

༣༧ སྟོན་པའི་ནང་ན་རྟེན་འབྲེལ་སྟོན་པ་དང་།  
ཤེས་རབ་ནང་ན་རྟེན་འབྲེལ་ཤེས་པ་གཉིས།  
འཛིག་རྟེན་དག་ན་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་བཞིན།  
ཕུལ་འབྱུང་ལེགས་པར་སྟོང་མཁུན་གཞན་གྱིས་མིན།

༣༨ སྟོང་གི་ངི་སྟེང་བཀའ་སྟུལ་པ།  
རྟེན་འབྲེལ་ཉིད་ལས་བརྩམས་ཏེ་འབྲུག་  
དེ་ཡང་ཟུང་ན་འདའ་ཕྱིར་ཏེ།  
ཞི་འགྲུར་མིན་མཛད་སྟོང་ལ་མེད།

༣༩ གྲེ་མའོ་སྟོང་གི་བསྟན་པ་ནི།  
གང་གི་ན་བའི་ལམ་སོང་བ།  
དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཞི་འགྲུར་ཕྱིར།  
སྟོང་བསྟན་འཛིན་པར་སྟུ་མི་གྲུས།

༧༠ བས་ཚོལ་མཐའ་དག་འཛེམས་བ་དང་།  
ལྷག་འོག་འགལ་འདུས་སྟོང་བ་དང་།  
སྐྱེ་དབྱའི་དོན་གཉིས་སྟེར་བྱེད་བ།  
ལྷགས་འདིར་ཁོ་བོ་སྟོ་བ་འཕེལ།

༧༡ འདི་ཡི་བྱིར་དུ་བྱོད་ཀྱིས་ནི།  
ལ་ལར་སྐྱ་དང་གཞན་དུ་སྟོག  
སྐྱག་བའི་གཉེན་དང་མེངས་སྟོད་ཚོགས།  
གངས་མེད་བསྐྱལ་བར་ཡང་ཡང་བཏང་།

༧༢ གང་གི་ཡོན་ཏན་མཐོང་བ་ཡིས།  
ལྷགས་ཀྱས་ཉ་ལ་ཇི་བཞིན་དུ།  
ཉིད་ཀྱི་ཐུགས་ངངས་ཚས་དེ་ནི།  
བྱོད་ལས་མ་ཐོས་སྐལ་བ་ཞན།

༧༣ དེ་ཡི་ཐུངན་ལྷགས་ཀྱིས་ནི།  
སྐྱག་བའི་བྱ་ལ་མ་ཡི་ཡིད།  
རྗེས་སུ་སོང་བ་ཇི་བཞིན་དུ།  
བདག་གི་ཡིད་ནི་གཏོང་མི་བྱེད།

༧༧ འདི་ལ་འང་ཁྱོད་གསུང་བསམས་པ་ན།  
མཚན་དཔེ་དཔལ་གྱིས་རབ་ཏུ་འབར།  
འོད་གྱི་བྱ་བས་ཡོངས་བསྐོར་བའི།  
སྟོན་པ་དེ་ཡི་ཚངས་དབྱངས་གྱིས།

༧༩ འདི་ནི་འདི་ལྟར་གསུངས་སྟུང་བྱ།  
ཡིད་ལ་བྱུང་བའི་གཟུགས་བརྟན་ནི།  
འཁར་བ་ཅེས་ཡང་ཆ་བ་ཡིས།  
གདུངས་ལ་ཆེ་བའི་བཞིན་དུ་སྟོན།

༨༠ དེ་ལྟར་མཛད་དུ་བྱུང་བ་ཡི།  
ལྷགས་བཟང་དེ་ཡང་མི་མཁས་བའི།  
སྤྱི་བོས་བལ་བ་ཇ་བཞིན་དུ།  
ནམ་པ་ཀུན་ཏུ་འཛིངས་པར་བྱས།

༨༡ ཚུལ་འདི་མཐོང་ནས་བདག་གིས་ནི།  
འབད་བ་དུ་མས་མཁས་པ་ཡི།  
རྗེས་སུ་འབྱངས་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་ནི།  
དགོངས་པ་ཡང་དང་ཡང་དུ་བཅུང་།



༤༩ དེ་ཆེ་རང་གཞན་སྡེ་བ་ཡི།  
གཞུང་མང་དག་ལ་སྦྱངས་བ་ན།  
ཕྱི་ཕྱིར་ཐེ་ཆོམ་བྲ་བ་ཡིས།  
བདག་གི་ཡིད་ནི་ཀུན་ཏུ་གདུངས།

༥༠ ཁྱོད་གྱིས་སྒྲ་མེད་ཐེག་བའི་ཚུལ།  
ཡོད་དང་མེད་བའི་མཐའ་སྦྱངས་ཏེ།  
རི་བཞིན་འབྲེལ་བར་ལུང་བསྟན་བ།  
སྦྱ་སྦྱབ་གཞུང་ལུགས་ཀུན་དའི་ཆལ།

༥༡ འི་མེད་མཁྱེན་བའི་དགྱིལ་འཁོར་རྒྱས།  
གསུང་རབ་མཁའ་ལ་ཐོགས་མེད་རྒྱ།  
མཐར་འཛིན་སྟོང་གི་ཐུན་བ་སེལ།  
ལོག་སྦྱའི་རྒྱ་སྐར་ཐིམ་གཞོན་བ།

༥༢ དཔལ་ལྷན་སྒྲ་བའི་ལེགས་བཤད་གྱི།  
འོད་དཀར་སྒྲེང་བས་གསལ་བྱས་བ།  
སྒྲ་མའི་དྲིན་གྱིས་མཐོང་བའི་ཆོ།  
བདག་ཡིད་གྱིས་ངལ་གསོ་ཐོབ།

༥༣ མཛད་པ་ཀུན་ལས་གསུང་གི་ནི།  
 མཛད་པ་མཆོག་ཡིན་དེ་ཡང་ནི།  
 འདི་ཉིད་ཡིན་ཕྱིར་མཁས་པ་ཡིས།  
 འདི་ལས་སངས་རྒྱས་རྗེས་བློས།

༥༤ སྟོན་དེའི་རྗེས་སུ་རབ་ཏུ་བྱུང་བྱུར་ཏེ།  
 རྒྱལ་བའི་གསུང་ལ་སྦྱངས་པ་མི་དམན་ཞིང་།  
 རྣལ་འབྱོར་སྦྱོང་ལ་བཙུག་པའི་དགོས་པ་ཞིག  
 བྱུང་སྟེ་ཆེན་པོ་དེ་ལ་དེ་ལྟར་གྱུས།

༥༥ སྟོན་པ་སྐྱ་ན་མེད་པའི་བསྟན་པ་དང་།  
 མཛམ་པ་འདི་འབྲས་མའི་བྲིན་ཡིན་པས།  
 དགོ་བ་འདི་ཡང་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ།  
 བཤེས་གཉེན་དམ་པས་འཛིན་པའི་རྒྱ་རུ་བསྟོ།

༥༦ བན་མཛད་དེ་ཡི་བསྟན་པ་འང་སྲིད་པའི་མཐར།  
 བན་རྟོག་རྒྱུང་གིས་རྣམ་པར་མི་གཡོ་ཞིང་།  
 བསྟན་པའི་ངང་ཚུལ་ཤེས་ནས་སྟོན་པ་ལ།  
 ཡིད་ཆེས་རྟེན་པས་རྟག་ཏུ་གང་བར་ཤོག

༥༦ བཏེན་ནས་འབྱུང་བའི་དེ་ཉིད་གསལ་མཛད་པ།  
 ཐུབ་པའི་ལུགས་བཟང་སྤྱི་བ་ཐམས་ཅད་དུ།  
 ལུས་དང་སྒོག་ཀྱང་བཏང་ནས་འཛིན་པ་ལ།  
 སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་སྟོད་པར་མ་གྱུར་ཅིག

༥༧ འཛིན་པ་མཆོག་དེས་དཀའ་བ་དཔག་མེད་གྱིས།  
 ཉན་ཏན་སྟོང་པོར་མཛད་ནས་བསྐྱབས་པ་འདི།  
 ཐབས་གང་ཞིག་གིས་འཕེལ་བར་འགྱུར་སྟམ་པའི།  
 རྣམ་པར་དཔྱེད་པས་ཉིན་མཆོན་འདའ་བར་ཤོག

༥༨ ལྷག་བསམ་དག་པས་ཚུལ་དེར་བཅོན་པ་ན།  
 ཆངས་དང་དབང་པོ་འཛིག་ཏེན་སྟོང་བ་དང་།  
 ལེགས་ལྡན་ནག་པོ་ལ་སོགས་བསྐྱུང་མས་ཀྱང་།  
 གཡེལ་བ་མེད་པར་ཏྲག་ཏུ་སྒོགས་བྱེད་ཤོག །

ཅེས་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་འཛིག་ཏེན་ཐམས་ཅད་གྱི་མ་  
 འདྲིས་པའི་མཛད་བཤེས་ཆེན་པོ་སྟོན་པ་སྦྲ་ན་མེད་པ་ལ་ཟབ་མོ་ཏེན་ཅིང་  
 འཕེལ་བར་འབྱུང་བ་གསུངས་པའི་སྟོན་པ་བསྟོད་པ་ལེགས་པར་བཤད་པའི་  
 སྟོང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་མང་དུ་སྟོས་པའི་དགེ་སྟོང་སྟོ་བཟང་གྲགས་པའི་  
 དཔལ་གྱིས་གངས་ཅན་ཁོད་ཀྱི་གངས་རིའི་དབང་པོ་འོ་དེ་གྱུང་རྒྱལ་གྱི་ལྷ་ཞོལ་

དཔེན་གནས་ལྷ་སྒྲིངས་མིང་གཞན་ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྒྲིང་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་  
བའི་ཡི་གེ་ས་ནི་ནམ་མཁའ་དཔལ་ལོ། །

## ༡༡། །པཎ་གྲུབ་གསེལ་འདེབས།

འགྲོ་ལ་པན་བཞེད་ཐུགས་རྗེས་རབ་བསྐྱེད་པའི། །སྤངས་རྟོགས་སྦྱོར་  
 པ་མཆོག་བརྟེན་ལྷ་ཡི་ལྷ། །རྟེན་འབྱུང་གཏམ་གྱིས་འགྲོ་རྣམས་  
 འཕྲོ་མཛད་པའི། །ཐུབ་དབང་སྤྲོ་བའི་ཉི་མར་མགོས་ཐུག་འཆོལ། །  
 རྒྱལ་ཡུམ་དགོངས་དོན་མཐའ་བལ་དེ་ཉིད་དོན། །རྟེན་འབྱུང་རིགས་  
 རྩལ་ཟབ་མོས་གསལ་མཁས་པ། །རྒྱལ་བའི་ལུང་བཞེན་ཐེག་མཆོག་  
 དབུ་མའི་སྟོལ། །འབྲེད་མཛད་སྤྱ་སྤྱོད་ཞབས་ལ་གསེལ་བ་  
 འདེབས། །དེ་སྤྲོས་སྤྱ་བོ་མཁས་ཤིང་གྲུབ་པའི་མཆོག་ །ཕྱི་ནང་གྲུབ་  
 མཐའ་རྒྱ་མཆོད་པ་མཐར་སོན། །སྤྱ་སྤྱོད་གཞུང་འཛིན་ཀུན་གྱི་གཙུག་  
 རོར་དཔལ། །རྒྱལ་སྤྲོས་འཕགས་པ་ལྷ་ལ་གསེལ་བ་འདེབས། །  
 འཕའ་བའི་དགོངས་པ་རྟེན་འབྱུང་མཐར་ཐུག་དོན། །བཏགས་ཡོད་  
 མིང་རྒྱང་ཅམ་གྱི་ཟབ་མའི་གནད། །གསལ་མཛད་གྲུབ་པ་མཆོག་གི་  
 སར་གཤེགས་པ། །སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཞབས་ལ་གསེལ་བ་  
 འདེབས། །བདེན་པའི་དངོས་པོ་སྤྱོད་སོགས་མཐའ་བཀག་ཅིང་། །ཆོད་  
 མ་མཐུན་སྤང་ཕྱི་དོན་བཞེད་པ་ཡི། །གྲུབ་མཐའི་སྟོལ་གཏོད་ཡོངས་  
 རྟོགས་པ་རྩེ་ཏ། །སྟོ་དཔོན་ལེགས་ལྷན་འབྲེད་ལ་གསེལ་བ་  
 འདེབས། །རྟེན་འབྲེལ་རྒྱུ་ཉིད་འདི་པ་ཅམ་ཉིད་གྱིས། །མཐའ་  
 གཉིས་སེལ་བའི་སྤང་སྤྲོད་དབུ་མའི་རྩལ། །ཟབ་རྒྱས་འདོམས་  
 མཁས་མདོ་སྤྲུགས་ཡོངས་རྟོགས་ལམ། །རྒྱས་མཛད་ལྷ་བ་གྲགས་

བར་གསོལ་བ་འདེབས། །རོ་མཚར་མད་བྱང་སྟོང་རྩེ་ཆེན་པོའི་  
 ལམ། །ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེའི་རིགས་ཚུལ་རྣམ་མང་གིས། །སྐལ་བཟང་  
 གདུལ་བྱའི་ཆོགས་ལ་སྟོན་མཁས་པ། །རྒྱལ་སྤྱི་ཞི་བ་ལྷ་ལ་  
 གསོལ་བ་འདེབས། །གདུལ་བྱའི་ཁམས་བཞིན་གཉིས་སྟོང་དབྱ་མའི་  
 ལམ། །སྲོལ་གཏོང་དབྱ་ཆོད་རིགས་ཚུལ་འབྱེད་མཁས་ཤིང་། །ཁ་  
 བའི་སྟོངས་སུ་རྒྱལ་བསྟན་སྟེལ་མཛད་པ། །མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོལ་  
 གསོལ་བ་འདེབས། །མཐའ་བྲལ་དབྱ་མའི་ལྷ་དང་ཞི་ལྷ་ག་ཟུང་། །  
 སྟོམ་རིམ་མདོ་རྒྱད་བཞིན་དུ་ལེགས་བཀྲལ་ནས། །གངས་སྟོངས་  
 རྒྱལ་བསྟན་འབྲུལ་མེད་གསལ་མཛད་པ། །པད་མའི་ངང་ཚུལ་  
 ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །བྱམས་པས་རྩེས་བཟུངས་ཐེག་ཆེན་  
 སྟེ་སྟོད་ཀུན། །ལེགས་པར་སྟེལ་མཁས་རྒྱ་ཆེན་ལམ་སྟོན་ཞིང་། །  
 རྒྱལ་བའི་ཕྱང་བཞིན་རྣམ་རིག་ཤིང་རྟའི་སྲོལ། །འབྱེད་མཛད་ཐོགས་  
 མེད་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཆོས་མདོན་སྟེ་བདུན་གཉིས་  
 སྟོང་སྲོལ་བཟུང་ནས། །བྱེ་མདོ་རྣམ་རིག་གྲུབ་མཐའ་གསལ་མཛད་  
 པ། །ཀུན་མཁྱེན་གཉིས་པར་གྲུབ་པའི་མཁས་པའི་མཆོག་། །སྟོབ་  
 དཔོན་དབྱིག་གཉིན་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཐུབ་པའི་གཞུང་  
 ལུགས་དངོས་སྟོབས་རིགས་པ་ཡིས། །སྟོན་ཕྱིར་ཆོད་མའི་སྟོ་བརྒྱ་  
 ལེགས་བྱེ་ནས། །རྣམ་དཔྱོད་སྟོ་མིག་སྟེན་མཛད་ཆོད་མ་པ། །  
 ཕྱོགས་ཀྱི་གླང་པོའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །སྟེ་ནང་ཆོད་མའི་  
 གནད་ཀུན་ལེགས་དགོངས་ཤིང་། །མདོ་སེམས་ཟབ་རྒྱས་ལམ་ཀུན་

དེགས་ལམ་ནས། །དེས་སྒྲིང་མད་བྱང་ཆོས་ཚུལ་འདོམས་མཁས་  
 པའི། །ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཐོགས་  
 མེད་སྐྱེ་མཆེད་ལས་འོངས་ཤེར་བྱིན་དོན། །ཡོད་མེད་མཐའ་བལ་དབྱ་  
 མའི་སྒོལ་བཞིན་དུ། །རྒྱན་གྱི་གཞུང་དོན་སྤང་བའི་སྒོན་མེ་སྤར། །  
 འཕགས་པ་སྒོལ་སྤེའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཡུམ་དོན་  
 འབྱེད་ལ་རྒྱལ་བའི་ལུང་བསྟན་ཐོབ། །མི་པམ་མགོན་པོའི་མན་ངག་  
 རི་བཞིན་དུ། །ཡུམ་གསུམ་ཤེར་བྱིན་གཞུང་མཆོག་གསལ་མཛད་  
 པའི། །སྒོབ་དཔོན་མེད་གོ་བཟང་པོར་གསོལ་བ་འདེབས། །འདུལ་བ་  
 འབྱམ་སྤེའི་དགོངས་དོན་ལེན་བསྐྱུས་ནས། །ཐམས་ཅད་ཡོད་སྤེའི་  
 ལུགས་བཞིན་སོ་སོ་ཐར། །མ་རྗེར་ལེགས་འདོམས་བརྟན་མཁས་  
 མཆོག་གྱུར་པ། །ཡོན་ཏན་འོད་གྱི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །  
 བསྐྱབ་གསུམ་ཡོན་ཏན་རྗེར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་། །འདུལ་བསྟན་བྱི་  
 མེད་རིང་དུ་སྤེལ་བའི་སྤྲད། །རྒྱ་ཆེན་གཞུང་དོན་ལེགས་བཀལ་  
 འདུལ་འཛིན་མཆོག། །ཤུག་འོད་གྱི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །  
 ཐུབ་གསུང་ཐབ་རྒྱས་བཀའ་སྒོལ་མ་ལུས་པ། །སྤྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་  
 ལམ་དུ་འདོམས་མཛད་དེ། །གངས་ལྗོངས་ཐུབ་བསྟན་སྤེལ་བའི་བྱིན་  
 ཅན་རྗེ། །རྩོ་མོ་ཨ་ཉི་ཤ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །དེ་ལྟར་འཛམ་གླིང་  
 རྒྱན་གྱུར་མཁས་པའི་ལུལ། །རྩོ་མཆར་ལེན་བཤད་འབྱུང་གནས་  
 མཆོག་རྣམས་ལ། །མི་བྱེད་དང་བའི་ཡིད་གྱིས་གསོལ་བཏབ་པས། །  
 བདག་རྒྱུད་སྒྲིན་ཅིང་སྒོལ་བར་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབས། །གཞི་ཡི་གནས་

ཚུལ་བདེན་གཉིས་དོན་ཤེས་པས། །བདེན་བཞིས་འཁོར་བ་འདུག་  
 ལྟོག་ངེ་བཞིན་ངེས། །ཚད་མས་བྲངས་པའི་སྐྱབས་གསུམ་དད་པ་  
 བརྟན། །ཐར་ལམ་ཙ་ཙ་བ་ཚུགས་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོབས། །སྤྱག་ཀུན་  
 ཉེར་ཞིའི་ཐར་པ་དོན་གཉེར་བའི། །ངེས་འབྱུང་སྟོ་དང་འགྲོ་ནམས་  
 སྟོབ་འདོད་པའི། །སྟོགས་མཐས་གཏུགས་པའི་སྙིང་རྗེའི་ཙ་ཙ་ཅན། །  
 བཅོས་མིན་བྱང་སེམས་འབྱུང་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོབས། །ཤིང་རྩ་ཆེན་  
 བའི་གཞུང་གི་དོན་ནམས་ལ། །ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པས་པ་རོལ་བྱིན་པ་  
 དང་། །རྩོ་རྗེ་ཐེག་པའི་ཟབ་གནད་ལམ་ཀུན་ལ། །ངེས་པ་བདེ་སྒྲག་  
 རྟེན་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོབས། །སྟེ་ཞིང་སྟེ་བར་བསྐྱབ་གསུམ་ལྟན་པའི་  
 རྟེན། །ལེགས་ཐོབ་བཤད་དང་སྐྱབ་པས་ལུང་རྟོགས་བསྟན། །འཛིན་  
 ཅིང་སྟེལ་ལ་ཤིང་རྩ་ཆེ་ནམས་དང་། །མཚུངས་པར་བསྟན་ལ་བྱ་བ་  
 བྱེད་པར་ཤོག། །འདུས་སྟེ་ཀུན་ཏུ་ཐོས་བསམ་བཤད་སྐྱབ་ཀྱི། །བྱ་  
 བས་དུས་འདའ་ལོག་འཆོ་ཡོངས་སྤངས་པའི། །དམ་པའི་མཁས་གྲུབ་  
 རབ་ཏུ་འཕེལ་བ་ཡིས། །འཛུམ་གླིང་ས་ཆེན་རྟག་ཏུ་མཛེས་གྱུར་  
 ཅིག། །དེ་མཐུས་མདོ་སྒྲགས་ཡོངས་རྫོགས་ས་ལམ་བཟོད། །དོན་  
 གཉིས་ལྟན་གྲུབ་ནམ་མཁེན་རྒྱལ་བ་ཡི། །གོ་འཕང་སྐྱར་བ་ཉིད་ཏུ་  
 ཐོབ་གྱུར་ནས། །ནམ་མཁའ་ངེ་སྟོན་འགྲོ་བའི་དོན་བྱེད་ཤོག །།

ཅེས་པ་འདི་བཞིན། སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་ལེགས་པར་བསྟན་  
 པའི་ཟབ་པ་དང་རྩ་ཆེ་བའི་ཆོས་ཚུལ་འདི་དག་ལ་རྒྱ་གར་འབགས་པའི་ཡུལ་



གྱི་མཁས་པའི་དབང་པོ་གོང་སློང་དེ་དག་གིས་ནམ་དཔྱད་ལྟ་བུའི་སྐྱེས་བུའི་  
 སློ་མིག་ནམ་པར་འབྱེད་པའི་ལེགས་བཤད་མདུ་བྱུང་བ་རི་སྟེང་ཅིག་མཛད་  
 དེ་མི་ལོ་ཉིས་སྟོང་ལྔ་བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱུ་ཉེ་བའི་དུས་ད་ལྟ་བར་ཐོས་བསམ་སློང་  
 པའི་གཞུང་དུ་ཉམས་པ་མེད་པར་གནས་ཡོད་པས་མཁས་པའི་དབང་པོ་དེ་  
 དག་གི་བཀའ་འཇིག་རྒྱུ་ཡོད་པ་དང་། མི་སྟེང་དད་པས་དེ་དག་གི་རྒྱུ་  
 སློབ་པར་སློན་ཅིང་། དེར་དུས་འཛམ་གླིང་ཁྱོན་འདིར་ཆོན་རིག་དང་། འབྲུལ་  
 ཆས་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་ཆད་མཐོར་ཕྱིན་ཏེ་འདི་སྤང་འདྲུ་འཛིའི་ནམ་གཤེང་  
 འཁྲུག་ཆེའི་སྐབས་འདིར། རང་རེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱུ་འཛུགས་པ་ནམས་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཚུལ་ལ་ཤེས་ནས་དད་པ་ཐོབ་པ་ཞིག་དགོས་གཤམ་ཤིན་ཏུ་  
 ཆེ་བས་གཞུ་པོའི་སློང་ཐེ་ཆོས་ཀྱི་སློན་ཞིབ་མོར་བརྟགས་ཤིང་དབྱེད་དེ་རྒྱ་  
 མཆོན་འཆོལ་བ་དང་། རྒྱ་མཆོན་མཐོང་ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་གྲོགས་དང་བཅས་  
 པའི་དད་པ་སྐྱེ་བ་ལ། ཡོངས་གྲགས་རྒྱན་དུག་མཆོག་གཉིས་དང་། སངས་  
 རྒྱས་བསྐྱེད་པ་དང་། འཕགས་པ་གྲོལ་སྡེ་ལ་སོགས་པའི་ཟབ་རྒྱས་ཀྱི་གཞུང་  
 ལུལ་དུ་ཕྱིན་པ་འདི་དག་མེད་དུ་མི་རུང་བ་མཐོང་ནས་རྒྱན་དུག་མཆོག་གཉིས་  
 ཀྱི་སྐྱེ་ཐང་གིས་སྒོལ་སྤང་ནས་ཡོད་ལུས་ཐོག་ཟབ་རྒྱས་ཀྱི་སྒྲ་བརྒྱུད་གཞན་  
 དགུ་བསྟན་ཏེ་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་པཎ་གྲུབ་བཅུ་བདུན་གྱི་གིས་སྐྱེ་གསར་བཞེངས་དང་  
 འབྲེལ། མཁས་པའི་སྐྱེས་མཆོག་དེ་དག་ལ་སྟེང་ནས་གྲུས་པའི་གསོལ་  
 འདེབས་འདི་འབྲེལ་ཞིག་འབྲེལ་འདུན་བྱུང་བ་དང་། དོན་གཉེར་ཅན་ཆོས་གྲོགས་  
 འགའ་ཞིག་ནས་ཀྱང་སྐལ་མ་བྱུང་བར་བརྟེན། དཔལ་རྒྱ་ལེ་རྒྱའི་པཎ་ཆོན་བཅུ་  
 བདུན་གྱི་གསོལ་འདེབས་དད་གསུམ་གསལ་བྱེད་ཅེས་པ་འདི་དག་མཁས་  
 པའི་དབང་པོ་དེ་དག་གི་ལེགས་བཤད་སློབ་གཉེར་མཁན་གྱི་གྲལ་མཐར་  
 ཅིང་། མཁས་པ་དེ་དག་གི་ལེགས་བཤད་སློབ་གཉེར་མཁན་གྱི་གྲལ་མཐར་  
 འཁོད་པ། ལྷ་ཀྱའི་དགེ་སློང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཆོས། གནས་བརྟན་སྡེ་པའི་

ལུགས་ཀྱི་སྟོན་པ་བདེ་བར་གཤེགས་ནས་ལོ་གངས་ ༡༥༧༥ བོད་རབ་བྱུང་  
བཅུ་བདུན་པའི་ལུགས་སྐུལ་ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༡ གྱི་ལོ་ ༡༠༠༡ ཟླ་ ༡༡ ཚེས་  
༡༥ ཉིན། རྒྱ་གར་ཉི་མ་ཅལ་མངའ་སྡེའི་ཀང་ར་རྫོང་ཁོངས། རྟ་རམ་ས་ལ་  
ཐེག་ཆེན་ཆོས་སླིང་དུ་གྲུབ་པར་བསྐྱིས་པ་དགེ་བར་གྱུར་ཅིག །།

## ༡༡། །ཁྱོད་ཚོ་གཅིག་པ་རྒྱུད་མ་བཅུགས་སོ།།

༡      བདག་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ། །  
ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ལས་ལྷག་པའི། །  
དོན་མཆོག་བསྐྱབ་པའི་བསམ་པ་ཡིས། །  
རྟག་ཏུ་གཅེས་པར་འཛིན་པར་ཤོག།

༢      གང་དུ་སྦྱ་དང་འགྲོགས་པའི་ཆོ། །  
བདག་ཉིད་ཀྱན་ལས་དམན་ལྟ་བུ་ཞིང་། །  
གཞན་ལ་བསམ་པ་ཐག་པ་ཡིས། །  
མཆོག་ཏུ་གཅེས་པར་འཛིན་པར་ཤོག།

༣      སྦྱིད་ལམ་ཀྱན་ཏུ་རང་རྒྱུད་ལ། །  
རྟག་ཅིང་ཉོན་མོངས་སྦྱིས་མ་ཐག། །  
བདག་གཞན་མ་རུངས་བྱེད་པས་ན། །  
བཅོན་ཐབས་གདོང་ནས་སྦྱོག་པར་ཤོག།

༤      རང་བཞིན་ངན་པའི་སེམས་ཅན་ནི། །  
སྤྲིག་སྦྱག་བྲག་པོས་ལོན་མཐོང་ཆོ། །  
རིན་ཆེན་གཉེར་དང་འབྲུད་པ་བཞིན། །  
རྟེན་པར་དཀའ་བས་གཅེས་འཛིན་ཤོག།

༥      བདག་ལ་གཞན་གྱིས་སྤྲུག་དོག་གིས། །  
གཤེས་སྤྱད་ལ་སོགས་མི་རིགས་པའི། །  
ཁྱོད་ཁ་རང་གིས་ལེན་པ་དང་། །  
རྒྱལ་ཁ་གཞན་ལ་འབྱུང་བར་ཤོག།

༦      གང་ལ་བདག་གིས་པན་བཏགས་པའམ། །  
རེ་བ་ཆེ་བ་གང་ཞིག་གིས། །  
ཤིན་ཏུ་མི་རིགས་གཞོད་བྱེད་ནའང་། །  
བཤེས་གཉེན་དམ་པར་བལྟ་བར་ཤོག།

༧      མདོར་ན་དངོས་སམ་བརྒྱད་པ་ཡིས། །  
པན་བདེ་མ་ནམས་ཀྱན་ལ་འབྱུང་། །  
མ་ཡི་གཞོད་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱན། །  
གསང་བས་བདག་ལ་ལེན་པར་ཤོག།

༨      དེ་དག་ཀྱན་ཀྱང་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི། །  
རྟོག་པའི་ངི་མས་མ་སྤྲུགས་ཤིང་། །  
ཆོས་ཀྱན་སྤྱོད་མར་ཤེས་པའི་སྒྲོས། །  
ཞེན་མེད་འཆིང་བ་ལས་གྲོལ་ཤོག།

དགེ་བཤེས་ཆེན་པོ་སྤྱང་རི་ཐང་པས་མཛད་པའོ། །

## ༡༡། །སློ་སློམ་གསལ་བའི་མེ་ལོང་།

༡༡། །ན་མོ་མཆོ་ལྷོ་ཡེ། །སློ་རིག་རྣམ་གཞག་བཤད་པ་ལ། །  
ཡུལ་ཅན་སློ་དང་ཡུལ་གཉིས་ལས། །སྤྱིར་ན་ཡུལ་ཅན་གྱི་མཆོན་  
ཉིད། །རང་ཡུལ་ཅི་རིགས་ལྡན་པ་ཡི། །དངོས་པོ་དེ་ཡིན་དཔྱེ་བ་  
ནི། །གཞུགས་ཤེས་ལྡན་མིན་འདུ་བྱེད་གསུམ། །བརྗོད་བྱེད་སྤྱི་ཀུན་  
དང་པོ་དང་། །ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་གཉིས་པ་དང་། །གང་ཟག་མཐའ་  
དག་གསུམ་པ་ཡིན། །སློ་ལ་མཆོན་ཉིད་རྣམ་གངས་དང་། །དཔྱེ་བ་  
གསུམ་ལས་དང་པོ་ནི། །རིག་པ་སློ་ཡི་མཆོན་ཉིད་ཡིན། །སློ་དང་  
ཤེས་པ་རིག་པ་དང་། །གསལ་བ་རྣམས་ནི་དོན་གཅིག་ཡིན། །དཔྱེ་  
ན་རྣམ་པ་མང་ཡོད་དེ། །རྟོགས་པའི་སློ་དང་མ་རྟོགས་སློ། །སློ་རིག་  
བདུན་དུ་དཔྱེ་བ་དང་། །ཆོད་མ་དང་ནི་ཆོད་མིན་དང་། །རྟོག་བཅས་  
རྟོག་མེད་སློ་གཉིས་དང་། །མངོན་སུམ་དང་ནི་རྗེས་དབག་དང་། །  
སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གཉིས་སོགས་མང་། །རང་ཡུལ་རྟོགས་དང་  
མ་རྟོགས་ལ། །རྟོགས་དང་མ་རྟོགས་སློ་ཞེས་བྲ། །སློ་རིགས་བདུན་  
ལས་མངོན་རྗེས་དང་། །བཅད་ཤེས་གསུམ་པོ་རྟོགས་པའི་སློ། །  
གཞན་བཞི་མ་རྟོགས་སློ་ཡིན་ལ། །དེ་ཡང་མཁས་པ་ཁ་ཅིག་གིས། །  
ཡིད་དཔྱོད་རྟོགས་སློར་གསུངས་པ་ནི། །ཡིད་དཔྱོད་ཅན་གྱིས་  
རྟོགས་ལ་དགོངས། །རྟོགས་ལ་དངོས་རྟོགས་ཤུགས་རྟོགས་  
གཉིས། །རྣམ་པ་ཤར་དང་མ་ཤར་བར། །ཡུལ་དེ་རྟོགས་ལ་རིམ་

བཞིན་འདོད། །སྤེ་བདུན་ཡིད་ཀྱི་ཐུན་སེལ་ལས། །སྦྱར་བཏང་ཆད་  
 མས་དངོས་ཤུགས་དང་། །མངོན་སུམ་དང་ནི་རྗེས་དཔག་གིས། །  
 དངོས་རྟོགས་ཤུགས་རྟོགས་གསུངས་པ་དེ། །དང་པོ་གོ་ཐོབ་རིག་པ་  
 དང་། །གཉིས་པ་མདོ་སྤེ་བ་ཡི་ཐུགས། །ཡང་ན་བྱི་མ་གཉིས་པོ་  
 བློ། །མངོན་རྗེས་བྱེ་བྲག་པ་ལ་དགོངས། །ཆད་མིན་སྒོ་ཡི་དངོས་  
 ཤུགས་ཀྱིས། །རྟོགས་ཚུལ་གསུངས་པའང་དེས་རིགས་འབྱེ། །སྒོ་  
 རིག་བདུན་དུ་དབྱེ་བ་ནི། །ཡིད་དཔྱོད་སྤང་ལ་མ་ངེས་པ། །བཅད་  
 ཤེས་ལོག་ཤེས་ཐེ་ཆོམ་དང་། །མངོན་སུམ་རྗེས་དཔག་དང་བཅས་  
 བདུན། །དེ་ཡང་རང་ཡུལ་བདེན་པ་ལ། །གསར་དུ་ཞེན་པའི་ཆད་  
 མིན་སྒོ། །ཡིད་དཔྱོད་ཀྱི་ནི་མཆོན་ཉིད་ཡིན། །དབྱེ་ན་རྒྱ་མཆོན་མེད་  
 པ་དང་། །དེ་བཞིན་རྒྱ་མཆོན་འགལ་བ་དང་། །མ་ངེས་པ་དང་མ་  
 གྲུབ་དང་། །ཡིད་ཀྱང་གཏན་ལ་མ་པལ་པའི། །ཡིད་དཔྱོད་དང་  
 བཅས་རྣམ་པ་ལྟ། །མཆོན་གཞི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་སྒྲ། །མི་རྟག་ཅེས་  
 པའི་ངག་ཅུམ་ལས། །སྒྲ་མི་རྟག་པར་འཛིན་པའི་སྒོ། །དེ་བཞིན་དུ་ནི་  
 དེ་སྒྲུབ་ཀྱི། །འགལ་དང་མ་ངེས་མ་གྲུབ་པའི། །རྟགས་ལས་དེ་ལྟར་  
 འཛིན་པ་དང་། །བྱས་པའི་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲ། །མི་རྟག་པ་རུ་  
 འཛིན་པ་ཡི། །ཡིད་དཔྱོད་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེས་གསུངས། །བསྐྱུས་ན་  
 གཉིས་ཉེ་དང་པོ་ནི། །རྒྱ་མཆོན་མེད་པའི་ཡིད་དཔྱོད་དང་། །ཡིད་  
 དཔྱོད་བྱི་མ་བཞི་པོ་ནི། །རྒྱ་མཆོན་ཅན་གྱི་ཡིད་དཔྱོད་དོ། །ཐོས་བྱང་  
 ཅུམ་གྱི་གོ་བ་ནི། །པལ་ཆེར་ཡིད་དཔྱོད་ཡིན་པས་ན། །དེ་རྒྱན་བརྟན་

རོ་མིན་ཞེས་གསུངས། །སྤང་ལ་མ་ངེས་པ་ཡི་སྒོ། །རང་གི་འབྲུག་  
 ཡུལ་རང་མཆོན་ནི། །གསལ་བར་སྤང་ཡང་མ་ངེས་པའོ། །དབྱེ་ན་  
 གསུམ་སྟེ་དེར་གྱུར་པའི། །དབང་མངོན་ཡིད་མངོན་རང་རིག་  
 གསུམ། །དེ་ལ་རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་ནི། །གང་སྤང་ཐམས་ཅད་  
 ངེས་པས་ན། །སྤང་ལ་མ་ངེས་པ་མེད་དོ། །དེ་འདྲའི་དབང་མངོན་ལ་  
 ཡང་ལྷ། །ཡིད་ནི་གཞན་དུ་སྟོགས་དུས་ཀྱི། །སོ་སྟེའི་གཟུགས་འཛིན་  
 དབང་མངོན་ནས། །རིག་འཛིན་དབང་མངོན་བར་ལྷ་འཇམ། །སོ་སྟེའི་  
 རྒྱད་ཀྱི་དབང་མངོན་ལྷའི། །སྐྱད་ཅིག་ཐ་མ་ལྷ་བྱའོ། །སོ་སྟེའི་དུས་  
 མཐའ་སྐྱད་ཅིག་མའི། །ཡིད་མངོན་དང་ནི་རང་རིག་ཀྱང། །སྤང་ལ་མ་  
 ངེས་པ་ཡིན་ལ། །འཕགས་པའི་འདིར་བསྟན་ཡིད་མངོན་ནི། །ཆད་  
 མར་རིགས་པའི་རྒྱན་ལས་གསུངས། །དེ་འདྲའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་  
 ནི། །རྒྱང་འཕེན་པ་དང་གཅེར་བྱ་པའི། །རྒྱད་ཀྱི་རྗེས་དཔག་ཆད་མ་  
 དང་། །ལོག་པའི་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ། །ཉམས་སུ་སྤྱོད་བའི་རང་  
 རིག་དང་། །རང་སྡེ་བྱེ་བྲག་སྤྲ་བ་ཡི། །རྒྱད་ཀྱི་རང་རིག་ལྷ་བྱ་  
 དང་། །སོ་སྟེའི་རྒྱད་ཀྱི་རང་རིག་གི། །སྐྱད་ཅིག་ཐ་མ་ལྷ་བྱ་མང་། །  
 རྟོགས་ཟེན་རྟོགས་པའི་ཆད་མིན་གྱི། །རིག་པ་བཅད་ཤེས་ཀྱི་མཆོན་  
 ཉིད། །དབྱེ་ན་མངོན་སུམ་རྗེས་དཔག་གི། །རྒྱན་དུ་གྱུར་པའི་བཅད་  
 ཤེས་དང་། །དེ་གཉིས་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི། །བཅད་ཤེས་དང་  
 བཅས་གསུམ་དུ་ཡོད། །དང་པོ་ལ་ཡང་དབང་ཡིད་དང་། །རང་རིག་  
 རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་གྱི། །བཅད་ཤེས་ལ་སོགས་དུ་མ་ཡོད། །

རིམ་བཞིན་དབང་མངོན་ལྷ་པོ་དང་། །གཞན་སེམས་ཤེས་པའི་མངོན་  
 ཤེས་དང་། །རྒྱན་དང་ལྷན་པའི་རང་རིག་དང་། །སྒྲོབ་པའི་རྣལ་  
 འབྱོར་མངོན་སུམ་གྱིས། །སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་ལྟ་བུའོ། །མངོན་སུམ་  
 སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་ནི། །དེ་བཞི་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི། །བཅད་ཤེས་  
 ལུ་ནི་འཛིག་ཡུང་རུང་། །གཉིས་པ་རྗེས་དཔག་ཆད་མ་ཡི། །སྐད་  
 ཅིག་གཉིས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། །གསུམ་པ་མངོན་རྗེས་སོ་སོ་ཡིས། །  
 བངས་པའི་ངེས་ཤེས་ལྟ་བུ་དང་། །ཆད་མ་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་  
 བཞིན། །བསྐྱུ་ན་རྟོག་པ་བཅད་ཤེས་དང་། །རྟོག་མེད་བཅད་ཤེས་  
 གཉིས་སུ་འདུས། །ལོག་ཤེས་མཆོན་ཉིད་རང་གི་ཡུལ། །ཕྱིན་ཅི་  
 ལོག་ཏུ་འཛིན་པའི་སྒྲོའོ། །དབྱེ་ན་རྟོག་པ་ལོག་ཤེས་དང་། །རྟོག་མེད་  
 ལོག་ཤེས་གཉིས་སུ་ཡོད། །རང་གི་ཞེན་ཡུལ་ལ་འབྱུང་བའི། །ཞེན་  
 རིག་དང་པོའི་མཆོན་ཉིད་དང་། །རང་གི་འཛིན་སྐྱངས་ལ་འབྱུང་  
 བའི། །གསལ་སྒྲུང་ཅན་གྱི་རིག་པ་དེ། །རྟོག་མེད་ལོག་ཤེས་གྱི་  
 མཆོན་ཉིད། །དང་པོ་ཆོས་དང་གང་ཟག་གི། །བདག་འཛིན་རྣམ་  
 གཉིས་ལྟ་བུ་དང་། །གངས་རི་སྒྲོན་པོར་སྒྲུང་བ་ཡི། །དབང་ཤེས་ལྟ་  
 བུ་གཉིས་པ་ཡིན། །ཆད་མ་ཡིད་གྱི་སྒྲུན་སེལ་ལས། །ལོག་རྟོག་རྟོག་  
 པ་ལོག་ཤེས་དང་། །སྒྲོ་འདོགས་གསུམ་པོ་དོན་གཅིག་དང་། །དོན་  
 མི་འགྱུར་གྱི་ཐེ་ཆོམ་ཡང་། །རྟོག་པ་ལོག་ཤེས་ཡིན་པར་གསུངས། །  
 རང་གི་ཡུལ་ལ་མཐའ་གཉིས་སུ། །དོགས་པའི་སེམས་བྱུང་ཐེ་ཆོམ་  
 ལྟ། །དོན་འགྱུར་མི་འགྱུར་ཆ་མཉམ་པའི། །ཐེ་ཆོམ་གསུམ་ཡོད་རིམ་



བ་བཞིན། །སྤྲེལ་མི་རྟག་གམ་སྟུམ་པ་དང་། །དེ་བཞིན་རྟག་གམ་སྟུམ་  
 པ་དང་། །རྟག་གམ་མི་རྟག་སྟུམ་པའི་སྒྲོལ། །ཐེ་ཚོམ་ལ་ནི་ཅ་ཉོན་  
 གྱིས། །བྱུང་པར་བཞེད་དང་ཉོན་མོངས་ཅན། །ཡིན་མིན་གཉིས་སུ་  
 བྱེ་བའང་ཡོད། །རང་མཚན་དང་ནི་སྤྱི་མཚན་ཉིད། །རིམ་བཞིན་སྤང་  
 ཡུལ་བྱེད་པའི་སྒྲོ། །མངོན་སུམ་དང་ནི་རྟོག་པ་ལོ། །དེ་ཡང་རྟོག་བྲལ་  
 མ་འབྲུལ་བའི། །རིག་པ་མངོན་སུམ་གྱི་མཚན་ཉིད། །དབྱེ་ན་དབང་  
 མངོན་ཡིད་མངོན་དང་། །རང་རིག་རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་བཞི། །  
 འབྲུལ་རྒྱ་བཞི་སྟེ་རྟོན་དང་ཡུལ། །གནས་དང་དེ་མ་ཐག་རྒྱེན་ལའོ། །  
 བདག་རྒྱེན་དབང་ལོ་གཟུགས་ཅན་ལས། །བྱུང་བའི་མངོན་སུམ་  
 དབང་མངོན་ཏེ། །དེ་ལ་གཟུགས་འཛིན་དབང་མངོན་ནས། །རིག་བྱ་  
 འཛིན་པའི་དབང་མངོན་བར། །ལྷ་ཡོད་དེ་རྣམས་རེ་རེ་ལའང་། །ཆད་  
 མ་དང་ནི་བཅད་ཤེས་དང་། །སྤང་ལ་མ་ངེས་པ་གསུམ་ཡོད། །  
 བདག་རྒྱེན་ཡིད་དབང་ལ་བརྟེན་ནས། །བྱུང་བའི་མངོན་སུམ་ཡིད་  
 མངོན་ཏེ། །གཟུགས་འཛིན་ཡིད་མངོན་སོགས་ལྷ་ཡོད། །རྟོག་པ་དང་  
 བྲལ་མ་འབྲུལ་བའི། །འཛིན་རྣམ་རང་རིག་མངོན་སུམ་སྟེ། །དེ་  
 གཉིས་ལ་ཡང་གོང་ལྟར་དུ། །ཆད་མ་ལ་སོགས་གསུམ་གསུམ་  
 བཤད། །དེ་ལ་རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་ནི། །བདག་རྒྱེན་ཞི་ལྷག་བྱང་  
 འབྲེལ་གྱི། །ཉིང་འཛིན་བསྐྱེམས་སྟོབས་ལས་བྱུང་བའི། །འཕགས་  
 པའི་རྒྱུད་གྱི་མངོན་སུམ་ཡིན། །རྟོན་གྱི་སྟོན་ནས་དབྱེ་ན་ནི། །ཉན་རང་  
 ཐེག་ཆོན་འཕགས་པའི་གསུམ། །ངོ་བོའི་སྟོན་ནས་རེ་རེ་ལའང་། །

མཐོང་སྒྲོམ་མི་སྒྲོབ་ལམ་དང་གསུམ། །ཡུལ་གྱི་སྒྲོན་ས་གཉིས་ཡིན་  
 ཏེ། །རི་ལྷ་རི་སྟེང་མཁེན་པ་ལོ། །སྒྲོག་སྒྲོག་ས་མཐོན་སུམ་ལྟར་སྤང་  
 བེ། །འབྲུལ་དང་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་དང་། །རྗེས་དཔག་རྗེས་སུ་དཔག་  
 ལས་བྱུང་། །བྲན་དང་མཐོན་འདོད་ཅེས་བྱ་ལོ། །མཐོན་སུམ་ལྟར་སྤང་  
 རབ་རིབ་བཅས། །ཞེས་གསུངས་དང་པོ་དྲུག་པོ་མི། །རྟོག་པ་མཐོན་  
 སུམ་ལྟར་སྤང་དང་། །ཐ་མ་རབ་རིབ་ཅན་གྱི་སྒྲོ། །རྟོག་མེད་མཐོན་  
 སུམ་ལྟར་སྤང་སྟེ། །གོ་དོན་རིགས་རྒྱན་སོགས་སུ་སྟོས། །རྟོག་མེད་  
 མཐོན་སུམ་ལྟར་སྤང་དང་། །མེད་པ་གསལ་སྤང་ཅན་གྱི་སྒྲོ། །རྟོག་  
 མེད་ལོག་ཤེས་དོན་གཅིག་གོ། །དེ་ཡང་སྤྱོད་དོན་འབྲས་བུ་དུ། །འཛིན་  
 པའི་ཞེན་རིག་རྟོག་པ་སྟེ། །དབྱེ་བ་རྟོག་པ་དོན་མཐུན་དང་། །རྟོག་པ་  
 དོན་མི་མཐུན་དང་གཉིས། །མིང་སྦྱར་དོན་སྦྱར་རྟོག་པ་གཉིས། །བརྟ་  
 རྟོན་ཅན་གྱི་རྟོག་པ་དང་། །དོན་གཞན་ལ་ནི་སྦྱོ་འདོགས་དང་། །སྒྲོག་  
 ཏུ་བྱུང་པའི་དོན་ཅན་གྱི། །རྟོག་པ་གསུམ་སོགས་དབྱེ་ཚུལ་མང་། །  
 གཞན་ཡང་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་གྱི། །རྟོག་པ་གསུམ་ཡོད་དོན་  
 རིམ་བཞིན། །སྐྱ་སྐྱ་ཅམ་གྱིས་འཛིན་པ་དང་། །དོན་ལ་བསམས་ནས་  
 དེས་རྟེན་དང་། །བསམ་བྱུང་དོན་ལ་ཡང་ཡང་དུ། །འབྲིས་པའི་གོང་  
 སའི་ཞེན་རིག་གོ། །ཆོད་མའི་གངས་ལ་མང་ཉུང་གི། །ལོག་རྟོག་བྱུང་  
 ཚུལ་འདི་ལྟ་སྟེ། །རྒྱང་འཕེན་པ་དང་གཅེར་བུ་བས། །མཐོན་སུམ་  
 ཆོད་མ་གཅིག་ཅམ་འདོད། །གངས་ཅན་པ་ནི་མཐོན་རྗེས་དང་། །སྐྱ་  
 བྱུང་ཆོད་མ་གསུམ་ཡིན་ཟེར། །རིགས་པ་ཅན་པས་དེ་གསུམ་

སྟེང་། །དཔེ་ཉིར་འཇམ་དང་བཞི་རུ་འདོད། །རྒྱལ་དཔོག་པ་ནི་དེ་  
 བཞི་དང་། །དོན་གྱི་གོ་བའི་ཆད་མ་དང་། །དངོས་པོ་མེད་པའི་ཆད་  
 མ་དང་། །རྒྱག་པོ་ཁོ་ནར་གངས་ངེས་ཟེར། །ཅ་རི་ཀ་པས་དེ་རྒྱག་  
 སྟེང་། །རིགས་པ་དང་ནི་མི་དམིགས་དང་། །ཞེས་གྲགས་པ་དང་  
 སྟིད་པ་དང་། །སྟམ་སེམས་པ་ཡི་ཆད་མ་བཅས། །བརྩ་གཅིག་ཏུ་ནི་  
 གངས་ངེས་ཟེར། །རང་ལྷགས་མངོན་རྗེས་གཉིས་སུ་ངེས། །དེ་ལ་  
 གསར་དུ་མི་སྦྲུ་བའི། །རིག་པ་ཆད་མའི་མཆན་ཉིད་ཡིན། །དབྱེ་ན་  
 མངོན་རྗེས་ཆད་མ་གཉིས། །གཞན་ཡང་རང་ལས་ངེས་པ་དང་། །  
 གཞན་ལས་ངེས་ཀྱི་ཆད་མ་གཉིས། །སྦྲས་བརྗོད་སྟོན་སྦྲས་བྱ་  
 དང་། །ངག་དང་ཤེས་པ་ཆད་མ་གསུམ། །རྟེན་རྟགས་ཡང་དག་ལ་  
 བརྟེན་ནས། །སྟོག་གྱུར་དོན་འཇམ་རྗེས་དཔག་སྟེ། །དབྱེ་ན་དངོས་  
 སྟོབས་གྲགས་པའི་དང་། །ཡིད་ཆེས་རྗེས་དཔག་གསུམ་དུ་བཤད། །  
 རྗེས་དཔག་རྗེས་དཔག་ཆད་མ་གཉིས། །དོན་གཅིག་ཏུ་ནི་ཤེས་པར་  
 གྲ། །རང་གི་གཞལ་བྱའི་ཡུལ་སྟེང་དོན། །གྲུབ་པ་མེད་ན་མི་འབྱུང་  
 བའི། །ངེས་པ་རང་དང་གཞན་སྟོབས་ཀྱིས། །འབྲེན་པའི་ཆད་མ་རང་  
 ལས་དང་། །གཞན་ལས་ངེས་ཀྱི་ཆད་མ་ཡིན། །རང་རིག་རྣལ་  
 འབྱོར་མངོན་སུམ་གྱི། །ཆད་མ་གཉིས་དང་རྗེས་དཔག་དང་། །དོན་  
 བྱེད་སྤང་ཅན་གོམས་པ་ཅན། །གང་རུང་གྱུར་པའི་ཆད་མ་ལ། །རང་  
 ལས་ངེས་ཀྱི་ཆད་མ་ཡིན། །གཞན་ལས་ངེས་ཀྱི་ཆད་མ་ལ། །སྦྲས་  
 བརྗོད་སྟོན་དབྱེ་བ་ནི། །དང་པོ་བ་དང་ཡིད་མ་གཏད། །མངོན་

སུམ་འབྲུལ་རྒྱ་ཅན་དང་གསུམ། །སྤང་བ་རང་དང་བདེན་པ་གཞན། །  
 སྦྱིང་ནི་རང་དང་བྱང་པར་གཞན། །སྤང་བ་ཉིད་ཀྱང་གཞན་ངེས་ཀྱི། །  
 ཆད་མ་གསུམ་སོགས་བཤད་མོད་ཀྱི། །དངོས་བརྟགས་བྱང་པར་བྱེ་  
 བ་གཅེས། །གཞན་ལས་ངེས་ཀྱིས་ཆད་མ་ལ། །ཆད་མས་བྱབ་ཀྱང་  
 ཆོས་དེ་ལ། །གཞན་ལས་ངེས་ཀྱི་ཆད་མ་ལ། །དེ་ལ་ཆད་མ་མ་ཡིན་  
 བས། །བྱབ་པ་ལ་སོགས་ཞིབ་ཆ་དགོས། །ཡུལ་ལ་སྤང་གཟུང་ཞེན་  
 འཇུག་བཞི། །སྤང་ཡུལ་གཟུང་ཡུལ་དོན་གཅིག་ཅིང་། །སྦྱིང་ལ་ཡུལ་  
 ལ་མི་སྟོས་པའི། །སྤྱོད་འཇུག་སྤང་སོགས་མ་གཏོགས། །ཤེས་པ་  
 ཀུན་ལ་སྤང་ཡུལ་ཡོད། །ཞེན་ཡུལ་རྟོགས་པའི་སྟོས་ཆོས་ཏེ། །རྟོག་  
 བ་དོན་མཐུན་ཀུན་ལ་ཡོད། །འཇུག་ཡུལ་ཆད་མས་བཅད་དོན་ཏེ། །  
 ཆད་མ་དང་ནི་དེ་ལྟན་ཀྱི། །སྦྱེས་བྱ་ཀུན་ལ་ཡོད་པ་ཡིན། །རྟོག་པའི་  
 ཞེན་ཡུལ་རྟོག་པ་ལ། །སྤང་ཡང་དེ་ཡི་སྤང་ཡུལ་མིན། །དེ་བཞིན་དེ་  
 ཡི་སྤང་ཡུལ་ནི། །ཞེན་ས་ཡིན་ཡང་ཞེན་ཡུལ་མིན། །དབང་མངོན་  
 རྣམས་ལ་དམིགས་རྒྱུན་དང་། །བདག་རྒྱུན་དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་གསུམ། །  
 གཟུགས་འཛིན་དབང་པོའི་མངོན་སུམ་ལ། །རང་གི་རྣམ་པ་གཏོང་  
 བྱེད་ཀྱི། །རྒྱུན་དེ་དེ་ཡི་དམིགས་རྒྱུན་ཡིན། །མཆོན་གཞི་དཔེར་ན་  
 གཟུགས་ལྟ་བུ། །དེ་འབྲེལ་དབང་མངོན་རང་དབང་བྱ། །སྦྱིང་བྱེད་  
 རྒྱུན་དེ་བདག་རྒྱུན་ཏེ། །ཐུན་མོང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི། །བདག་  
 རྒྱུན་གཉིས་ཡོད་དང་པོ་ནི། །དེ་ཡི་བདག་རྒྱུན་ཡིད་དང་ནི། །གཉིས་  
 པ་མིག་དབང་ལྟ་བུའོ། །དེ་འབྲེལ་དབང་མངོན་གསལ་རིག་ཏུ། །སྦྱིང་

པའི་རྒྱུན་ནི་གསུམ་པ་སྟེ། །དེ་ཡི་སྤྱོད་ལོགས་དེ་མ་ཐག །བྱུང་བའི་  
 ཡིད་ཤེས་ལྟ་བུའོ། །དེ་ཡིས་སྤྱོད་འཛིན་སོགས་ལའང་འདྲ། །སེམས་  
 ཅམ་ལུགས་ལ་བདག་རྒྱུན་དང་། །དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་པལ་ཆེར་འདྲ། །  
 དམིགས་རྒྱུན་ལ་ནི་དངོས་བཟགས་གྱི། །འཛིག་ཚུལ་མི་འདྲའི་བྱང་  
 བར་ཡོད། །འདིར་བསྟན་ཡིད་མངོན་སྤྱེ་ཚུལ་ལ། །དབང་མངོན་སྐྱད་  
 ཅིག་གཉིས་པ་པན། །ཡིད་མངོན་དང་ནི་དབང་ཡིད་གཉིས། །སྤྱེལ་  
 མར་སྤྱེ་དང་འགོས་གསུམ་དང་། །རྒྱུན་གྱི་ཡིད་མངོན་འདོད་ཚུལ་  
 རྣམས། །མི་འདོད་རང་ལུགས་དབང་མངོན་གྱི། །རྒྱུན་མཐའ་ཁོ་ནར་  
 སྤྱེ་བར་བཞེད། །རྟོག་བཅས་རྟོག་མེད་བྱང་བར་ཡང་། །པལ་ཆེར་  
 གོང་སྤོས་ཤེས་པར་བྱས། །དབང་ཤེས་དང་ནི་མངོན་སུམ་གཉིས། །  
 རྟོག་མེད་ཤེས་པ་ཁོ་ན་ཡིན། །ཡིད་ཤེས་ལ་ནི་རྟོག་བཅས་དང་། །  
 རྟོག་མེད་ཤེས་པ་གཉིས་སུ་ཡོད། །སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་  
 བློ། །སེམས་དང་ཡིད་དང་རྣམ་ཤེས་རྣམས། །དོན་གཅིག་མིང་གི་  
 རྣམ་གངས་ཡིན། །དབྱེ་ན་མིག་གི་རྣམ་ཤེས་ནས། །ཡིད་ཀྱི་རྣམ་  
 ཤེས་བར་བྱག་ཡོད། །སེམས་བྱུང་ལྟ་བུ་ཅ་གཅིག་སྟེ། །ཀུན་འགོ་  
 ལྟ་དང་ཡུལ་ངེས་ལྟ། །དག་བ་བཅུ་གཅིག་ཅ་ཉོན་བྱག་ །ཉེ་ཉོན་ཉེ་བྱ་  
 གཞན་འགྱུར་བཞེད། །ཆོར་བ་འདུ་ཤེས་སེམས་པ་དང་། །ཡིད་ལ་  
 བྱེད་དང་རྟོག་པ་ལྟ། །གཙུག་སེམས་ཀུན་གྱི་འཁོར་དུ་བློ། །འགོ་བྱེད་  
 ཀུན་འགོ་ཞེས་བྱའོ། །འདུན་པ་མོས་པ་བློན་པ་དང་། །ཉིང་འཛིན་  
 ཤེས་རབ་ལྟ་བུ་ཡུལ། །བྱེ་བྲག་པ་ལ་འདུག་ངེས་བྱེད། །ཡུལ་ངེས་

ཞེས་པར་བཤད་པ་ཡིན། །དད་དང་ངོ་ཆ་ཞེས་ཁྲིལ་ཡོད། །འདོད་  
 ཆགས་དང་ནི་ཞེ་སྤང་དང་། །གཉི་ཟུག་མེད་པའི་དགེ་ཙུ་གསུམ། །  
 བཙུན་འགྲུས་ཞིན་སྤྱངས་བག་ཡོད་དང་། །བཏང་སྟོམས་རྣམ་པར་མི་  
 འཆེ་རྣམས། །གཉེན་པོ་ངོ་པོ་མཚུངས་ལྡན་སོགས། །ཅི་རིགས་སྟོ་  
 བས་དགེ་བའོ། །འདོད་ཆགས་ཁོང་ཁོང་རྒྱལ་དང་། །མ་རིག་ཐེ་ཆོམ་  
 ལྟ་བུ་དུག །ཅེ་ཉན་ཡིན་ཏེ་སེམས་རྒྱུད་ནི། །ཉོན་མོངས་བྱེད་པའི་  
 གཙོ་བོ་འོ། །ཁྲོ་བ་ཁོན་འཛིན་འཆབ་དང་འཆིག །ཐུག་དོག་སེར་སྟ་  
 རྒྱུ་དང་གཡོ། །རྒྱགས་དང་རྣམ་འཆེ་ངོ་ཆ་མེད། །ཁྲིལ་མེད་རྒྱགས་  
 རྟོད་མ་དད་དང་། །ལེ་ལོ་བག་མེད་བརྗེད་ངས་དང་། །ཞེས་བཞིན་  
 མ་ཡིན་རྣམ་གཡེང་བཅས། །ཉི་ཤུ་ཅེ་ཉན་འཕེལ་སྟེ་དང་། །ཉེ་ཕྱིར་ཉེ་  
 བའི་ཉོན་མོངས་སོ། །གཉིད་འགྱོད་རྟོག་དཔྱོད་གཞན་འགྱུར་ཏེ། །  
 གུན་སྒྲོང་མཚུངས་ལྡན་ཅི་རིགས་ཀྱིས། །དགེ་དང་མི་དགེ་ལུང་མ་  
 བསྟན། །གཞན་དང་གཞན་དུ་གྱུར་བའོ། །མདོ་སྡེ་སྟོད་པའི་དབུ་མ་  
 བ། །ཐལ་འགྱུར་བ་དང་བྱེ་སྟེ་གསུམ། །མདོན་སུམ་ལ་ནི་དབང་ཡིད་  
 དང་། །རྣལ་འབྱོར་མདོན་སུམ་གསུམ་འདོད་དེ། །རང་རིག་མདོན་  
 སུམ་ཁས་མི་ལེན། །མདོ་སྡེ་བ་དང་སེམས་ཅན་བ། །རྣལ་འབྱོར་  
 སྟོད་པའི་དབུ་མ་བས། །དབང་མདོན་ཡིད་མདོན་རང་རིག་དང་། །  
 རྣལ་འབྱོར་མདོན་སུམ་བཞིར་བཞེད་དོ། །འདིར་ནི་མང་དུ་དོགས་  
 པའི་ཕྱིར། །པལ་ཆེར་རྒྱང་གངས་ཅན་ཞིག་བསྟན། །སོ་སོའི་མཚན་  
 གཞི་གོ་དོན་སོགས། །སྤྱི་དོན་རིགས་རྒྱན་སོགས་ལ་སྟོས། །སྤྱི་སྤྱི་

བ། །སྒོ་གྲོས་ཞིབ་མེས་སྒྲང་དོར་གྱི། །སྒོ་ཡི་སྤྱ་རིས་འབྱེད་པའི་  
 ཕྱིར། །སྒོ་རིག་སྒོམ་ཆོག་མདོར་བསྐྱས་འདི། །སྒོ་བཟང་མིང་ཅན་  
 ཞིག་གིས་བཀོད། །འདིར་འབད་དགོ་བས་འགྲོ་བ་ཀྱན། །ལེགས་  
 ཉེས་ལྟ་བའི་མིག་ཕྱེན་ས། །མ་ཞོར་ལམ་བཟང་མཐར་ཕྱིན་ཏེ། །ཀྱན་  
 མཁུན་གོ་འཕང་སྤྱར་ཐོབ་ཤོག །ཚུལ་འདི་ལྟག་བསམ་དགོ་བ་ཅན། །  
 དགོ་སྒོང་ངག་དབང་བཟོད་པ་ཡིས། །མཐུན་ཆེན་སྤྱར་ཏེ་བར་དུ་  
 བསྐྱབས། །འདིས་མཆོན་དུས་གསུམ་དགོ་བའི་མཐུས། །ཆེ་འདིའི་  
 བ་མས་ཐོག་དངས་པའི། །མཁའ་མཉམ་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ། །དལ་  
 འཁྱོར་རྟེན་བཟང་རིམ་བརྒྱད་ནས། །སྤྱ་གསུམ་གོ་འཕང་སྤྱར་ཐོབ་  
 ཤོག །

༡༡། །ཐུབ་བསྟན་རིས་མེད་རྒྱས་པའི་སྟོན་  
 ལམ་དང་སྟོང་བདེན་པའི་དབྱངས་  
 སྟན་བཅུགས་སོ། །

༡༡། །སྤྱི་བཞིའི་བདག་ཉིད་ཀྱན་མཁེན་ཉི་མའི་གཉེན། །  
 ཆེ་འོད་དཔག་མེད་འཕགས་མཆོག་སྤྱན་རས་གཟིགས། །  
 འཇམ་དབྱངས་གསང་བདག་སྟོལ་མ་ཁྱོ་གཉེར་ཅན། །  
 རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤྱི་སེམས་དཔའི་ཆོགས་རྣམས་དང་། །  
 གཏད་རབས་ཆེ་བདུན་རྒྱན་བྱག་མཆོག་གཉིས་སོ། །  
 རྒྱབ་ཆེན་བརྒྱན་ཅུ་གནས་བརྟན་བཅུ་བྱག་སོགས། །  
 བསྟན་དང་འགྲོ་ལ་གཅིག་ཏུ་པན་བཞེད་པ། །  
 སྤྱིས་མཆོག་སེམས་དཔའ་མ་ལུས་དགོངས་སུ་གསོལ། །  
 ཐུབ་པ་མཆོག་གིས་གངས་མེད་བསྐྱལ་བ་རུ། །  
 བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཆོགས་གཉིས་རབ་རྫོགས་ཏེ། །  
 མཁེན་བཅེ་རྒྱས་པ་མཐར་སོན་བདེན་པའི་མཐུས། །  
 ཡོངས་རྫོགས་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག། །  
 གངས་རིའི་ལྗོངས་སུ་ཐུབ་བསྟན་སྣང་བའི་སྟོ། །  
 རོག་མར་འབྱེད་མཛད་མཁན་སྟོབ་ཆོས་རྒྱལ་གསུམ། །  
 ལོ་པཎ་རིག་འཛིན་རྗེ་འབངས་ཐུགས་བསྐྱེད་མཐུས། །  
 གངས་ལྗོངས་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག། །



རྒྱ་ཆེན་བཀའ་ཡི་ནོར་བུའི་སྤྲིང་ཁང་དུ། །  
 ཟབ་མེད་སྐྱབ་སྤེ་ཆོས་ཀྱི་གཏེར་ཆེན་པོ། །  
 ཟབ་ཡངས་སྤྲིང་ཏིག་འོད་ཆོན་རབ་ཏུ་འཆར། །  
 གངས་སྤྲོངས་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །  
 ཀ་དག་འོད་གསལ་སྤྲིང་པོའི་སྤྲོང་ཆེན་པོར། །  
 འཁོར་འདས་ཆོས་ཀྱན་ལུབ་ཚུབ་ཐེག་པའི་ཅེ། །  
 ཀྱན་བཟང་གདོད་མའི་རྒྱལ་སར་བསྐྱོད་པའི་ཐབས། །  
 གངས་སྤྲོངས་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །  
 ཟབ་མེད་ལྷ་དང་རྒྱ་ཆེན་སྤྱོད་པའི་བརྒྱད། །  
 ཡོངས་རྩོགས་གདམས་པའི་མཛོད་མངའ་ཨ་རྩི་ཤ། །  
 རྒྱལ་བའི་འབྲུང་གནས་ལས་འོངས་གདམས་པའི་སྔོལ། །  
 གངས་སྤྲོངས་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །  
 སྤེ་སྤྱོད་གསུམ་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་རྒྱལ་བའི་བཀའ། །  
 གདམས་པ་སྦྱེས་བུ་གསུམ་དུ་ལེགས་བསྐྱིགས་པ། །  
 ལྷ་ཆོས་བདུན་བཀའ་གདམས་གསེར་གྱི་ཕྱེང་། །  
 གངས་སྤྲོངས་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །  
 སྤྲ་སྦྱར་མར་བ་བཞད་པ་དོ་རྩེ་སོགས། །  
 འོན་ཀླབས་འབྲུང་གནས་བཀའ་བརྒྱད་ནོར་བུའི་མཛོད། །  
 མཚུངས་མེད་རིམ་འོན་བཀའ་སྔོལ་མད་བྱང་བ། །  
 གངས་སྤྲོངས་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །

འཁོར་འདས་ཆོས་ཀྱན་ལྟན་སྐྱེས་སེམས་ཀྱི་མདངས། །  
 སེམས་ཉིད་སྐྱོས་བྲལ་ཆོས་སྐྱེ་རོ་བོར་རྟོགས། །  
 སྒྲུང་མིད་འཁོར་འདས་ཀྱན་བྱུང་བྱུག་རྒྱ་ཆེ། །  
 གངས་ལྗོངས་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །  
 ཕྱི་ནང་རིག་གནས་མདོ་སྒྲགས་གཞུང་བརྒྱུད་གནད། །  
 འཆད་ཅོད་ཅོམ་བས་བྱུང་བསྟན་སྐྱོང་མཁས་པ། །  
 ལྷ་རིགས་འཁོན་སྟོན་བཅེ་ཆེན་ས་སྐྱ་པ། །  
 གངས་ལྗོངས་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །  
 གསུང་ངག་སྟན་བརྒྱད་ཆད་མ་བཞི་ལྟན་གྱི། །  
 རྒྱ་ལམ་འབྲས་བུའི་ཉམས་ལེན་ཆེས་ཟབ་གནད། །  
 རྣལ་འབྱོར་དབང་སྒྲུག་བྱུང་ཆོས་གདམས་པའི་སྐྱོལ། །  
 གངས་ལྗོངས་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །  
 ཟབ་མོ་དབྱུ་མའི་ལྷ་དང་ཉེར་འབྲེལ་བའི། །  
 གསང་ཆེན་རྟོ་རྗེ་ཐེག་པའི་རིམ་གཉིས་ལམ། །  
 ཟབ་གསལ་སྤེལ་མཁས་སྒོ་བཟང་རྒྱལ་བའི་བསྟན། །  
 གངས་ལྗོངས་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །  
 སྤེ་སྟོད་གསུམ་དང་རྒྱད་སྤེ་བཞི་ཡི་དོན། །  
 ཡོངས་རྫོགས་ལམ་གྱི་རོ་མོ་གོ་རིམ་རྣམས། །  
 མ་ཞོར་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ལུགས་བཟང་མཆོག །  
 གངས་ལྗོངས་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །

མདོ་རྒྱད་གཞན་དང་བཤད་སྟོལ་མི་མཚུངས་པའི། །  
 ཕྱིན་གཞན་གསུམ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཡི། །  
 ལུང་རྟོགས་བཀའ་བབས་བྱ་རྩོམ་གས་བྱང་གི། །  
 གངས་སྟོངས་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག། །  
 མདོར་ན་བཤད་པའི་ཀ་ཆེད་རྣམ་བཅུ་དང་། །  
 སྒྱབ་བརྒྱད་ཤིང་རྟ་སྤྱི་དང་ཞི་བྱེད་སོགས། །  
 མདོ་སྤགས་བྱང་འབྲེལ་མན་ངག་དུ་མས་སྤྱག། །  
 གངས་སྟོངས་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག། །  
 བསྟན་འཛིན་ཞབས་བརྟན་བྱུང་མཐུན་དག་འདུན་རྣམས། །  
 བསྟན་པ་འཁོར་ལོ་གསུམ་གྱིས་སྟོང་བ་དང་། །  
 བསྟན་ལ་དད་པའི་སྤྱེས་བྱས་ས་སྟེང་བྱབ། །  
 རིས་མེད་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག། །  
 འཛིག་རྟོན་ཀུན་ཏུ་དམག་འཁྲུག་ཕྱ་གོ་དང་། །  
 གདུག་རྩབ་བསམ་སྟོང་མིང་ཡང་མི་གྲགས་ཤིང་། །  
 ཡིད་ཅན་བྱམས་ལྡན་སྟོད་བཅུད་དགོ་མཆོན་འཕེལ། །  
 བདེ་དག་འ་རྒྱ་མཆོས་ཕྱོགས་ཀུན་བྱབ་གྱུར་ཅིག། །  
 བདག་གྲང་དེང་ནས་ཡོངས་རྫོགས་བསྟན་པའི་ལམ། །  
 རྒྱ་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཟབ་མོ་ལྷ་བ་ལ། །  
 རོས་བསམ་སྟོམ་པས་གཅིག་ཏུ་བརྩོན་པ་ཡིས། །  
 འཕྲལ་ཡུན་གཏན་བདེའི་ས་ལ་སྤྱར་རེག་ཤོག། །

ཕན་བདེའི་བྱེད་པོ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བར་ཤོག །

བར་ཀྱན་ནས་འཕྲོ་ཞིང་འཇུག་པའི་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་

འདས་ཀྱི་བསྟན་པ། ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་སྤྲུགས་དང་བཅས་པ་ཡོངས་སུ་  
 རྫོགས་པ། ཆོས་ལུན་གངས་ཅན་པའི་གཅེས་ནོར་ཏུ་གྱུར་པ་འདི་  
 ལ། དུས་སྔ་མྱིང་ཡུལ་པའི་དམ་ཆོས་འདོན་པའི་སྟོན་ལམ་གྱི་མཐུ་  
 གྱུ་པའི་བསྟན་འདོན་སྤྱིས་ཆེན་དམ་པ་རང་རང་གིས་བསྟན་པ་  
 འདོན་སྦྱོང་སྤེལ་སྤངས་བཞེད་རྒྱུན་མི་འབྲ་བའི་མིང་བརྟམ་སོ་སོར་  
 ཆགས་པའི་གངས་སྤྱངས་རིས་མེད་རྒྱལ་བསྟན་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཉིད་  
 དུས་ཀྱི་མཐར་ཡུལ་སྤྱི་སྟོས་གདུལ་བྱའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་དཔལ་ཏུ་  
 ཉམས་པ་མེད་པར་དར་འཕེལ་ཡུན་གནས་ཡོང་བའི་གསོལ་འདེབས་  
 སྟོན་ལམ་འདི་འབྲ་ཞིག་བྱུང་ན་སྟམ་པ་སྤར་ནས་ཡོད་ཟུས་ཐོག་བར་  
 འབྲོག་ཆུ་བཟང་འཕྲིན་ལས་རྒྱ་མཚོ་དང་། དད་ལྡན་དོན་གཉེར་ཅན་  
 འགས་བསྐྱལ་མ་བྱུང་བ་དང་། ལྷག་པར་སྔ་འགྱུར་བསྟན་པའི་  
 གསལ་བྱེད་རིས་མེད་རྒྱལ་བསྟན་ལ་སྤྲུགས་བཅོན་ཉམས་བཞེས་  
 མཛད་ཅིང་། སྤྲ་ཆེན་དགོངས་པ་རབ་གསལ་ནས་བརྒྱུད་པའི་སྤྲད་  
 འདུལ་གྱི་སྟོམ་རྒྱུན་འདོན་སྦྱོང་སྤེལ་བའི་འདུལ་འདོན་ཆེན་པོ་རྩ་རོང་  
 ཞུ་དེའུ་འབྲུལ་ཞིག་དག་དབང་ཆོས་ཀྱི་སྟོས་གྲོས་རིན་པོ་ཆེའི་ཞལ་སྔ་  
 བསྟན་བསྐྱལ་མ་མཛད་པ་ལྟར། སྟོན་པའི་ཆོས་ཚུལ་ལ་ཤེས་ནས་དད་  
 པ་ཐོབ་ཅིང་། རིས་མེད་ཡུལ་པའི་བསྟན་པར་དག་སྤྱང་མོས་གྲུས་  
 ཐོབ་སྟེ་ཐོས་བསམ་སྟོམ་པའི་བཅོན་པ་ལྟར་ལེན་པ་ཤུགས་དག་སྦྱོང་  
 བསྟན་འདོན་རྒྱ་མཚོས། ཡོངས་གྲགས་སྟོན་པ་སྤྱང་ན་འདས་ལོ་  
 ༡༥༥༣ རོད་རྒྱལ་ལོ་ ༡༧༡༦ རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་ས་

ཡོས་ལྷ་ ༡ ཆོས་ ༡༣ བྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལྷ་ ༩ ཆོས་

༩༩ ཉིན་འཕགས་ཡུལ་ཉི་མ་ཅལ་མངའ་སྡེ་ཀང་ར་རྫོང་ཁོངས་དྲ་  
རམ་ས་ལ་ཐེག་ཆེན་ཆོས་སྒྲིང་དུ་བྲིས་པ་དེ་དེ་བཞིན་དུ་འགྲུབ་པ་  
ཀྱུལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་པས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ། དགེ་  
ལེགས་འཕེལ། །