

༄༅། །སྒྲོལ་དཀར་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོའི་སྐྱབ་ཐབས་
བཟང་ཆོག་ཏུ་བཀོད་པ་བཞུགས་སོ།།





༄༅། །སྒྲིལ་དང་རྩེ་བཅུན་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོའི་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །དེ་ལ་འདིར་རྩོམ་རྩེ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤའི་ལྷགས་ཀྱི་སྒྲིལ་དཀར་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོའི་སྐྱབ་ཐབས་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་མཛད་པ་འདི་བཟླ་གྱི་ཆོག་ཏུ་འགོད་པ་ལ། བཅས་གཤོམ་དང་ཆོག་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ཡིད་དུ་མཆིས་པའི་གནས་ཁང་གི་དོར་བྱས་པའི་ནང་རོལ། གོང་དུ་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྐྱབ་ཐབས་ལྷན་ཉེན་སྲིད་ཀྱི་བྱ་བ་སྒྲིལ་དཀར་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོའི་སྐྱབ་ཐབས་འབྱར་གང་འབྱོར་བཞུགས་སུ་གསོལ། མདུན་དུ་སྐྱགས་བུ་ཉིས་ཅིམ་གོང་མར་ཆོམ་བུ་དཀར་པོ་ཞིག་འགོད། དེའི་མདུན་དུ་དཀར་མངར་ལས་བྱས་པའི་གཏོར་མ་རྒྱུ་པོ་པད་འདབ་བཞི་ལྷན་དཀར་ཅིས་དང་རྒྱན་གྱིས་མཛོས་པ་དང་། ཆབ་སྒྲན་གྱི་བུས་པ་དྲི་བཟང་གི་རྒྱས་དགང་བ། རྒྱག་ཉིས་སྔོན་འགྲོའི་ཉེར་སྐྱད་ལྟ་བུ་བཅས་བཤམ། རང་གི་མདུན་དུ་རོར་དྲིལ་སོགས་ཀྱང་འདུ་བྱའོ། །གཉིས་པ་ཆོག་ནི། རང་ཉིད་བདེ་བའི་སྐྱན་ལ་སྐྱུལ་མོ་ཀྱང་བཅས་ནས་དད་པ་འཇུག་ཀྱང་བཅས་དང་མཚུངས་ལྷན་གྱི་ཀྱན་སྒྲོང་གསལ་བཏབ་སྟེ། ཐོག་མར་ཆོག་སྐྱེའི་སྐྱབས་སེམས་མ་ནམ་བཞི་སྐྱོར་ལན་གསུམ་དང་བསྟོད་ཆོགས་ཇི་ལྟར་འོས་པ་ན།

སྐྱབས་འགོ།

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲིལ་སངས་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་སྐྱུ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །སྒྲིལ་ལོངས་སྤྱད་རྫོགས་པའི་སྐྱུ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །སྒྲིལ་ཕྱགས་རྩེ་སྐྱུ་ལ་པའི་སྐྱུ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །སྒྲིལ་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །མ་ནམ་བཞི་བསྐྱར་འདི་བཀའ་བརྒྱུད་སྐྱུ་ལ་ཆོག་ཟུར་འདྲ་མིན་དུ་བཞུགས་པ་ལས། འགོ་མགོན་གཙང་རྒྱའི་གསུང་རྒྱན་ཤོད་ཚང་པས་ཡི་གེར་བཏབ་པ་བཞིན་ནོ། །

དེན་ས་བརྒྱད་པའི་གསོལ་འདེབས་ནི།

བཅོམ་ལྷན་སྦྲིང་རྗེའི་གཏེར་ཆེན་སྦྲུན་རས་གཟིགས། །འཕགས་པའི་ཡུལ་དུ་
དཔལ་ལྷན་རྒྱ་རོ་པ། །ཁ་བ་ཅན་འདིར་འགྲོ་མགོན་འབྲུག་པ་ཞེས། །སྦྱུལ་པས་
བསྟན་པ་འཛིན་དེར་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །དད་དང་སྦྲིང་རྗེའི་དབང་སོང་ངེས་འབྱུང་
གིས། །འཕགས་པ་དབྱེས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལེགས་སྦྱད་པས། །འདོད་ལ་
སྲིད་པའི་སེམས་ནི་རིང་དུ་བསྐྱད། །བརྒྱལ་ཞུགས་འབྲུག་ཆེ་མེད་དེར་ཕྱག་
འཆའ་ལོ། །གཙུག་ལག་གཞུང་ལུགས་ཇི་སྟེད་ཁོང་དུ་ཆུད། །ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་
པས་སྤང་དོར་ཀུན་ལ་མཁས། །མཉམ་བཞག་དྲི་མེད་སློ་ཡིས་མངོན་སུམ་
གཟིགས། །ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པ་མཐར་སོན་དེར་ཕྱག་འཆའ། །བྱབ་བསྟན་
དྲི་མ་མེད་པའི་བདུད་ཚིའི་ཆུས། །འགྲོ་བའི་ཕྱོངས་པ་མཐར་དག་བཀྲུས་བྱས་
ནས། །སློ་གོས་རིན་ཆེན་རྒྱན་ཆོགས་སྦྱིན་མཛད་པའི། །མི་པམ་པདྨ་དཀར་
པོ་དེར་ཕྱག་འཆའ། །ཁྱོད་ཀྱིས་སྲིད་ཞི་མཉམ་པར་མཁྱེན་པའི་མཐུས། །
དད་པས་བསྟན་ན་མཆོག་གི་དངོས་བྱུང་འབྱུང་། །གཞོད་པ་བགྱིས་ཀྱང་ཕན་
བདེའི་རྒྱར་བྱུར་པ། །འབྲེལ་ཆད་དོན་དང་ལྷན་དེར་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །འཆད་ན་
ལེགས་བཤད་བྱེ་བའི་སྒོ་འབྱེད་ཅིང་། །ཚོད་ན་པས་ཀྱི་གྲོལ་བ་མ་ལུས་
འཛོམས། །ཚོམ་ན་བྱུང་པའི་དགོངས་པ་ཐོགས་མེད་འགོད། །ཕྱོགས་ལས་
རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་དེར་ཕྱག་འཆའ། །འགྲོ་བའི་རེ་བ་བསྐྱོང་མཛད་དཔག་

བསམ་གྱིང་། །རྟག་ཏུ་ཆོས་སྒྲོག་བྱེད་པ་ཆེན་པོ། །བབྱང་ཡས་ཡོན་ཏན་
ཀུན་གྱི་རིན་ཆེན་གཏེར། །དཔལ་ལྷན་དག་དབང་ལོར་བྱ་དེར་ཐུག་འཚལ། །
དེ་ལྟར་བསྟོད་པའི་དགོ་བ་བསམ་ཡས་ཀྱིས། །སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་དཔལ་ལྷན་འབྲུག་
པ་ཡི། །བསྟན་ལས་ཐར་པའི་ལམ་ཀུན་ལེགས་བསྟོད་དེ། །སེམས་ཅན་ཐམས་
ཅད་སྒྲོལ་བའི་བྱེད་པོར་ཤོག །དཔལ་ལྷན་གྱུ་བ་རིགས་ནམ་མཁའི་རྒྱན་ཤར་
བཞིན། །ལེགས་བཤད་འོད་ཟེར་འབྲུམ་སྤག་འབྱེད་པ་ཡིས། །སྐྱེ་དགྲའི་སྤྱིང་
ལུན་འཛེམས་ལ་འགྲན་བྲལ་བའི། །མི་པམ་བསྟན་པའི་ཉིམར་གསོལ་བ་
འདེབས། །རང་བཞིན་གྱུ་བ་དང་སྦྱངས་ཤུགས་རྣམ་དཔྱོད་ཀྱིས། །བསམ་པས་
མི་འཁྱུད་ཐུགས་རྒྱུ་རྩེ་རོལ་མོས་ཀྱང་། །མངའ་བའི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེར་
སྒྲོག་པའི། །མི་པམ་བསྟན་པའི་ཉིམར་གསོལ་བ་འདེབས། །མཐའ་དག་འགྲོ་
རྣམས་འཁོར་བ་ནས་འདོན་ལ། །སྤར་ཡང་སྤུལ་པའི་སྤང་བརྟན་བསྟན་ནས་
ཀྱང་། །མཛད་པའི་ཐིན་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ཡིས། །དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པའི་
བསྟན་པ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག །

ཐེ་ལྷ་དབང་སློ་གྲོས་ལ་བསྟོད་པ་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་བདག་གིས།

སྟོམ་གསུམ་མཛེས་པའི་སྐྱ་མངའ་ཉེས་བྲལ་ཞིང་། །ཟབ་རྒྱས་ཆོས་མུང་
གསུང་གིས་འགྲོ་རྣམས་ཆོམ། །སྤྱིབ་གཉིས་སྤྱིན་བྲལ་ཐུགས་ཀྱིས་ཟབ་དོན་
གཟིགས། །ལྷ་དབང་སློ་གྲོས་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

དག་དབང་བསྟན་འཛིན་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ལ་བསྟོད་པ་ཡབ་ཐེ་བསྟན་པའི་ཉིམས།

འཛིག་ཉེན་དབང་ཐུག་ཐུགས་ཐེའི་རྒྱབས་སྤེང་དབུས། །རྒྱལ་ཀྱན་མཁུན་བཙེའི་
འདབ་སྟོང་རྒྱས་པ་ལ། །ཕན་བདེའི་བྱི་བསུང་ཅི་ཡང་སྟོ་བའི་གཉན། །དག་དབང་
རྣམ་རྒྱལ་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །མཁུན་པས་མ་རིག་མུན་པའི་ཆོགས་
འཛམས་ཞིང་། །བཙེ་བས་གཞན་དོན་ཡལ་བར་མི་འདོར་བར། །རྟུས་པས་
བདུད་དཔུང་འཛམས་བྱེད་ལྷ་ཡི་ལྷ། །དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་
འདེབས། །ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་འཁོར་བ་ལས་སྟོལ་ཕྱིར། །འཆི་མེད་དོ་
ཐེའི་སྐྱ་མཆོག་རབ་བརྟེན་ནས། །ཕྱིན་ལས་རྣམ་བཞིས་འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་
པའི། །ཐེ་སྤྱིད་འཆོ་ཞིང་གཞེས་པར་གྱུར་ཅིག་གུ། །

ཡང་དེ་ལ་བསྟོད་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོས་མི་ལམ་དུ་བསྐྱལ་བ།

ཀྱུ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་སྦྱན་ལྷན་འཛིག་རྟེན་དབང་། །སྟིགས་མའི་དུས་འདིར་འགྲོ་
བ་འདུལ་མཛད་དུ། །གདུང་འདིར་སྦྱུལ་པ་དགུ་བྱ་བ་ལུང་བསྟན་པའི། །སྟིང་པོའི་
གསལ་བྱེད་གཉིས་པར་གསོལ་བ་འདེབས། །ཞིང་འདིའི་གདུལ་བྱ་མ་ལུས་
མཐར་མོན་ཕྱིར། །ཉི་ཟླའི་བགྲོད་པའི་འཕོ་བ་ཀྱན་བཅམ་ནས། །ཉི་མེ་ཆིག་སྟོང་
རྒྱ་ཏིའི་དབྱིངས་སུ་སད། །དོ་རྩེ་ལྟ་བུའི་སྦྱུ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །གང་ཞིག་
ཤེས་བྱ་མ་ལུས་མཁུན་བཙེའི་བདག་ །འགྲོ་མང་གང་འདུལ་གཙུག་ལག་གཞུང་
ལུགས་ཀྱུན། །རབ་གསལ་སྦྱིབ་བྲལ་ཆོས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་འགྲེད། །ཁྱོད་གསུང་
ཆོངས་པའི་དབྱངས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །མཉམ་ཉིད་གྲོང་ལས་མི་འགལ་
དུ་མའི་གར། །གཅིག་དུ་བསྟན་པ་མདོན་པར་བྱང་ཆུབ་དུ། །འཆར་མཛད་ཟུང་
འཇུག་ལམ་གི་མགོན་གཅིག་ཕུ། །ཁྱོད་ཐུགས་སྦྱིབ་གཉིས་བྲལ་ལ་གསོལ་
བ་འདེབས། །དེ་ལྟར་གསོལ་བ་བྲབ་པའི་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱིས། །ཡོངས་འཛིན་
དག་གི་དབང་པོའི་ཞབས་བརྟན་ཞིང་། །བདག་སོགས་གདུལ་བྱར་གྱུར་
པའི་ཞིང་རྣམས་ལ། །ཐེག་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་དུ་གསོལ། །མཁའ་
མཉམ་འགྲོ་ལ་པན་པ་འབྱུང་བ་དང་། །ཐུབ་པའི་བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་
པའི་ཕྱིར། །མཚུངས་མེད་སྤྱི་མ་བསྐྱལ་བརྒྱུར་ཞབས་བརྟན་ཞིང་། །མཛད་པ་
ཕྱིན་ལས་རྟག་དུ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག །ཤེས་བྱ་ཀྱན་གཟིགས་དགེ་ལེགས་དུ་མའི་

དཔྱིད། །པས་སྐྱེལ་གཉིས་འཐུང་ཚྭ་གས་ཀྱི་ཁྲད་འགེམས་པའི། །སྤྱ་བའི་སེང་
གེ་དཔལ་ལྷན་དག་གི་དབང་། །བསྟན་འཛིན་རབ་རྒྱས་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་
འདེབས། །རྒྱལ་ཀུན་ཐུགས་རྗེའི་གར་བསྐྱར་དག་གི་དབང་། །འགྲོ་བ་རྣམས་
ལ་ཀུན་དགའི་གཉིན་གཅིག་ལ། །ཐེག་གསུམ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་རྩེར་སོན་
པའི། །ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཆོན་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །སྤྱ་གསུམ་ཡི་
ཤེས་ལྷ་ལྷན་དོ་རྗེ་འཆང་། །མཆོག་གསུམ་ཞི་ཁོ་རྒྱུ་སྤང་མའི་ཆོགས། །གསང་
གསུམ་གཉུག་མའི་ངང་དུ་རོ་གཅིག་པའི། །དག་དབང་རྒྱལ་མཆོན་ཞབས་
ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །རིགས་བརྒྱའི་བྱབ་བདག་དཀྱིལ་འཁོར་ཡོངས་
ཀྱི་གཙོ། །མཆོག་གསུམ་ཀུན་འདུས་མཁྱེན་བརྩེ་རྣམ་པའི་གཏེར། །རི་
མེད་རྒྱལ་བའི་བསྟན་ལ་རྒྱལ་བ་དངོས། །ཤུག་རིན་ཆེན་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་
འདེབས། །དཀར་བརྒྱད་བྱབ་དབང་ཡོངས་ཀྱི་དགོངས་པའི་བཅུད། །དེས་དོན་
ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་བདུད་རྩིའི་རྒྱན། །གང་ཐུགས་གཉུག་མའི་བུམ་པར་ལེགས་
བལྟམས་པའི། །བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཆོའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །དཔལ་
ལྷན་འབྲུག་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱིད་ལ། །དབང་བསྐྱར་འཛིགས་བྲལ་སྤྱ་བའི་
སེལྤེ་ཡི། །རྒྱལ་ཚབ་རིགས་བརྒྱའི་བྱབ་བདག་འཁོར་ལོའི་མགོན། །ཡེ་ཤེས་
སེལྤེའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །སྤྱོད་ཆེ་འཁོར་བ་འཛིག་དང་ཤུག་འི་
ཏོག །གངས་སྤྲོངས་ཕག་སྐྱར་བདེ་གཤེགས་དོར་རྒྱལ་ཞབས། །ཞིང་འདིར་
རྒྱལ་བའི་བསྟན་ལ་རྒྱལ་བ་དངོས། །བསྟན་འཛིན་དོན་བྱབ་ཞབས་ལ་གསོལ་

བ་འདེབས། །ཁྱད་པར་སྟོ་སྟོངས་ཡངས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་འདིར། །ཆོས་སྲིད་
ལུང་གིས་འགོ་རྣམས་བདེར་འཛོལ་བའི། །བཀའ་དྲིན་མཚུངས་མེད་དག་དབང་
རྣམ་རྒྱལ་གྱི། །བརྒྱད་འཛིན་སྤྲོ་མ་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །སྤྲོ་མ་སྒྱུ་
ཁམས་བཟང་བར་གསོལ་བ་འདེབས། །མཚོག་ཏུ་སྒྱུ་ཚོ་རིང་བར་གསོལ་བ་
འདེབས། །སྤོན་ལས་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་གསོལ་བ་འདེབས། །སྤྲོ་མ་དང་འབྲལ་
བ་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྲོབས། །ཤམ་བདེ་འབྱུང་བའི་གནས་གཅིག་ལུ། །བསྟན་པ་
ཡུན་རིང་གནས་པ་དང་། །བསྟན་པ་འཛིན་པའི་སྒྲེས་བྲུ་རྣམས། །སྒྱུ་ཚོ་རྒྱལ་
མཚན་བརྟན་གྱུར་ཅིག །ཆོས་རྩ་ཆེན་པོའི་སྤྲོ་ཡིས་ནི། །སྤྱད་བསྐྱེད་སེམས་
ཅན་མཐར་བཁྱིད་ཤོག །བསྐྱེད་པ་བྱེ་བ་བསམ་ཡས་སུ། །ཆོས་སྟོན་མཛད་ཅིང་
བཞུགས་གྱུར་ཅིག །ཕྱག་འཚལ་བ་དང་མཚོད་ཅིང་བཤགས་པ་དང་། །རྩེས་སུ་
ཡི་རང་བསྐྱེད་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། །དགེ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསམགས་
པ། །ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྟོའོ། །བསྟོད་ཆོགས་ཇི་ལྟར་འོས་པའི་མཐར་
དགས་ལོལ་བྱ། །སྤྲོ་མ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྲོ་མ་རྣམས་པ་ཅོམ་གྱིས་ནི། །སྤྲོ་རྣམས་ཀྱིས་གསོལ་
གསོལ་ལྟར། །སྤྲོ་ཡི་ཆུན་པོ་དག་པ་ཡིས། །དེ་བཞིན་བདག་གིས་སྤྲོ་ལྟས་
གསོལ། ། །ཨོ་སྐྱོ་ཏ་ཐུ་ག་ཏ་ཨ་ལྷི་ཏེ་ཀ་ཏ་ས་མ་ཡ་ཤི་ཡེ་ཏྲོ།

སྤྱི་འགོ་སྐྱབས་སེམས་ནི།

སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་ཆོགས་ཀྱི་མཆོག་རྣམས་ལ། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་
སྐྱབས་སུ་མཆི། །བདག་གིས་བསྟེན་སྐྱབ་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས། །
འགོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འབྲུག་པར་ཤོག། །ལན་གསུམ། རང་ཉིད་སྐྱད་ཅིག་
གིས་རྗེ་བཙུན་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོར་གསལ་བའི་སྤྱིང་ཁར་པད་དཀར་ཟླ་བས་
བརྒྱན་པའི་དབུས་སུ་ཏྲི་ཡིག་དཀར་པོ། དེ་ལས་འོད་འཕྲོས་པས་བཙམ་ལྷན་
འདས་མ་ལ་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཆོགས་དཔག་ཏུ་མེད་
པས་བསྐྱོར་བ་མདུན་གི་ནམ་མཁར་བཟོ་ས་མ་ཇོ། །ཞེས་ཆོགས་ཞིང་སྐྱབ་དངས།

༼རིགས་ལྷ་ཕྱག་རྒྱ༽ །ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ཅོད་པན་གྱིས། །ཞབས་ཀྱི་པརྫོ་ལ་བདུད་དེ། །
མོངས་པ་ཀླན་ལས་སྒྲོལ་མཛད་མ། །སྒྲོལ་མ་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཆིལ་ལོ། །ཞེས་ཕྱག་

བྱས།

མཆོད་ཡོན།



༡༽ ཞི་ཏུ་རེས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨ་རྒྱུ་བྱ་དྲི་རྩོ་སྤྱ་ཁ།

ཞབས་བསྐྱེ།



༢། ཨོྫ་རྩ་ཅེས་པ་རིམ་རྩུ་རྩུ་བྱི་བྱ་བྱི་རྩུ་སྩུ་སྩུ།

མེ་རྟལ།



༣༽ ཨོྭ་རྩ་རེ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་བུ་ཕྱེ་བ་རྩི་ཚུ་སྣ་ན།

ཕྱི་ལོ།



༧ ལོ་རྒྱུ་རིམ་པ་རིམ་རྒྱུ་པེ་པ་རྒྱུ་སྒྲིལ་ལྟེ།

མར་མེ།



༥༽ ཨོྭ་རྩུ་རེ་ས་པ་རི་ལྷ་རུ་ལྷུ་ལོ་གེ་བྲ་ཁྱིཾ་སྣ་ལྷ།

དེ་ཆབ།



༦། ཨོྭ་རྩ་རེ་ས་པ་རི་ལྷ་ར་གཞེ་པ་རྩི་ཚོ་སྣ་ལྟ།

ཞལ་བཤ།



༥༽ ཚུ་རིས་པ་དེ་ལྟ་བུ་གི་ཁྱོད་ཀྱི་མྱ་ངན་

རྩེལ་མོ།



༤། ཨོྫ་རྩ་རེས་པ་རི་ལྷ་ར་ཤུ་པ་རྩྭ་སྤྱ་ལྷ་ལྷ།

ཕྱག་ཐལ་མོ་སྐུར། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་བདག་སྐྱབས་མཆི། སྤྱིག་པ་ཐམས་ཅད་
སོ་སོར་བཞགས། །འགྲོ་བའི་དགེ་ལ་རྗེས་ཡི་རང་། །སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་
ཡིད་ཀྱིས་གཟུང་། །སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་ཚོགས་མཆོག་ལ། །བྱང་ཆུབ་བར་
དུ་བདག་སྐྱབས་མཆི། །རང་གཞན་དོན་གཉིས་རབ་བསྐྱབ་མྱིར། །བྱང་ཆུབ་

སེམས་ནི་བསྐྱེད་པར་བགྱི། །བྱང་ཆུབ་མཆོག་གི་སེམས་ནི་བསྐྱེད་བགྱིས་
ནས། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་མགོན་དུ་གཉེར། །བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་
མཆོག་ཡིད་འོང་སྤྱད་པར་བགྱི། །འགྲོ་ལ་པན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འབྲུག་པར་
ཤོག། །ལན་གསུམ། བཛྲ་མུ་ ༼ཕྱག་གྱ༽ ༼ ཆོག་ས་ཞིང་རང་གནས་སུ་གཤེགས་པར་
གྱུར། །ཅེས་བརྗོད་ཅིང་བསམ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྷན་
པར་གྱུར་ཅིག །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་
དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྲུག་བསྐྱེད་མེད་པའི་བདེ་བ་
དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་སྤྲུག་གི་རྒྱ་ཆགས་
སྤང་ཉེ་རིང་དང་བྲལ་བའི་བྱང་སྦྱོམས་ཆེན་པོ་ལ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པར་གྱུར་
ཅིག །ཅེས་བརྗོད་ཅིང་བསྐྱོམ། ཨོྃ་སྤྱ་བྷཱཾ་ཤ་ཤྱཱཾ་ སྤྱཱཾ་ཤྱཱཾ་ སྤྱཱཾ་ཤ་ཤྱཱཾ་ཨོྃ། ཆོས་
ཐམས་ཅད་མི་དམིགས་པ་སྤྱོད་པ་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་རང་ལས། རང་དང་མདུན་
དུ། པོ་ལས་པདྨ་དཀར་པོ་དང་། ཨ་ལས་ལྷ་བའི་གདན་གི་སྤྱོད་དུ། སྤོན་གི་སྤོན་
ལམ་དང་། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་སྤྲུལ་པའི་ཏྲི་ཡིག་དཀར་པོ། དེ་ལས་འོད་ཟེར་
འཕྲོས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དུས་མ་ཡིན་པའི་འཆི་བ་བསལ། སངས་
རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་མཆོད། འོད་ཟེར་རྒྱུ་འདུས་
ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས། རང་ཉིད་དང་མདུན་རྟོན་བཅོམ་ལྷན་འདས་སྦྱོལ་མ་
ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོ་སྤོན་ཀའི་ལྷ་བའི་འོད་ལྟར་དཀར་བ། བལྟ་བས་མི་ངོམས་
པ་མཛེས་པའི་སྒྱ། ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ཕྱག་ཞབས་བཞིའི་མཐིལ་དང་

བཅས་པའི་སྒྱུན་བདུན་མ། དུག་གཡས་མཆོག་སྒྱིན་དང་། གཡོན་པའི་མཐེབ་
སྒྲིན་གིས་ཡུལ་དཀར་པོའི་རྩ་བ་ཐུགས་ཀར་འཛིན་པ། ཅེ་མོ་གསུམ་དུ་གྱུས་
པའི་དབུས་མེ་ཏོག་ཁ་བྱེ་བ། གཡས་འབུས་པ། གཡོན་མ་བྱེ་བ། རིན་པོ་ཆེའི་
དབུ་རྒྱ། སྒྱུན་རྒྱ། མགུལ་རྒྱ། དུག་གདུབ། ཞབས་གདུབ། ལྷའི་དར་
ཐབ་ཀྱི་སྟོད་གཡོགས་སྒྲིབ་གཡོགས་རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲིལ་རགས་ལ་སོགས་པའི་
རྒྱན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བརྒྱན་པ། དབུ་སྒྲིལ་མཐོན་མཐིང་ལྟག་པར་བཅིངས་པའི་
ལན་བུ་བྱར་དུ་འཕྱང་བ། བརྒྱད་གཉིས་ལོན་པའི་ལང་ཆོ་ཅན་སྒྲིལ་བའི་རྒྱབ་ཡོལ་
ཅན་གིས་པད་ལྷའི་གདན་ལ་དོ་ཇེ་སྒྲིལ་མོ་ཀྱང་གིས་བཞུགས་པ་དྲི་མ་མེད་པའི་
འོད་ཟེར་དཀར་པོའི་དབུས་ན་བཟིང་པའི་སྒྲིལ་བོར་ཨོ། མགྲིན་པར་ཡུལ་ཐུགས་
ཀའི་ཆ་སྟོད་དུ་སྒྲིལ། ཆ་སྒྲིལ་དུ་ཡིད་བཞིན་གི་འཁོར་ལོ་ཏྲུ་ཡིག་གིས་མཆོན་པ་
ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་
སྒྲོལ་མ་དཀར་མོའི་རྣམ་པར་བཟོ་ས་སྤྱི་ལོ། ༡༩༥༩ལོ་ལྷ་མོ་ལྟག་ཀྱི་༡༩མིགས་མེད་
མཁའ་ལྟར་དག་ཅིང་བྱུང་པའི་སྒྲིལ། །ཆོས་སྒྲིལ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུར་དབྱེར་མེད་
ཀྱང་། །ཐབས་དང་ཤེས་རབ་གཟུགས་ཅན་སྒྲུབ་སྟོན་པ། །བཙུམ་ལྷན་འཁོར་
བཅས་འདིར་ནི་གཤེགས་སུ་གསོལ། །མ་ལུས་སེམས་ཅན་ཀྱན་གི་མགོན་
གྱུར་ཅིང་། །བདུད་སྟེ་དབུང་བཅས་མི་བཟད་འཛེམས་མཛད་ལྟ། །དངོས་
རྣམས་མ་ལུས་ཇི་བཞིན་མཁྱེན་གྱུར་པའི། །བཙུམ་ལྷན་འཁོར་བཅས་འདིར་
ནི་གཤེགས་སུ་གསོལ། །ཨོ་པརྟ་ཀ་མ་ལ་ཡེ་སྟོ།

ཐུག་གྱི།



༡༽ ཨོ་ཨུ་ཅུ་ཏཱ་རེ་ཨུ་ལྷི་ཤ་ཏཱི་ཚྭ་སྤྱ་ཏྲ།



༢༽ ཨོ་ཨུ་ཅུ་ཏཱ་རེ་སྤྱ་ཏྲི་ཤ་ཏཱི་ཚྭ་སྤྱ་ཏྲ།



༣༽ ཨོ་ཨུ་ཅུ་ཏཱ་རེ་སྤྱེ་ཤ་ཏཱི་ཚྭ་སྤྱ་ཏྲ།



༤༽ ཨོ་ཨུ་ཅུ་ཏཱ་རེ་ཏྲུ་ཤེ་ཤ་ཏཱི་ཚྭ་སྤྱ་ཏྲ།



༥༽ ཨོ་ཨུ་ཅུ་ཏཱ་རེ་ཨུ་ལེ་ཀེ་ཤ་ཏཱི་ཚྭ་སྤྱ་ཏྲ།



༡། ལོ་ལྷུ་རྩ་རྩ་རིག་རྩེ་པ་རྩི་རྩ་རྩ་



༢། ལོ་ལྷུ་རྩ་རྩ་རིག་རྩེ་པ་རྩི་རྩ་རྩ་



༣། ལོ་ལྷུ་རྩ་རྩ་རིག་རྩེ་པ་རྩི་རྩ་རྩ་

ཐུག་རྩེ།



བཟོ་ལྷུ་ལ་ལོ།



བཟོ་ལྷུ་ལ་ལོ།



༤༥ མཛོད་པུ་ཀྱ་ལ་ས་པ་རི་ཕྱ་བ་ར་རྩ་པེ་བྲ་རྩྭ་སྤྱ་ལྷ།



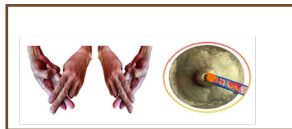
༤༦ མཛོད་པུ་ཀྱ་ལ་ས་པ་རི་ཕྱ་ར་ལྷ་ལོ་ཀེ་བྲ་རྩྭ་སྤྱ་ལྷ།



༤༧ མཛོད་པུ་ཀྱ་ལ་ས་པ་རི་ཕྱ་ར་གཞུ་བྲ་རྩྭ་སྤྱ་ལྷ།



༤༨ མཛོད་པུ་ཀྱ་ལ་ས་པ་རི་ཕྱ་ར་ནི་མི་བྲ་བྲ་རྩྭ་སྤྱ་ལྷ།



༤༩ མཛོད་པུ་ཀྱ་ལ་ས་པ་རི་ཕྱ་ར་ཤུ་བྲ་རྩྭ་སྤྱ་ལྷ། ཞེས་པས་མཆོད།

ཕྱག་ཐལ་མོ་སྒྱུར། སའ་ཏ་སྐྱ་ག་ཏ་ཨ་རྟི་ཤིཙུ་ཏུ་མི། ཇི་ལྟར་བལྟམས་པ་ཅམ་གྱིས་
ནི། །ལྷ་རྣམས་ཀུན་གྱིས་བྱས་གསོལ་ལྟར། །ལྷ་ཡི་ཚུན་དག་པ་ཡིས། །དེ་
བཞིན་བདག་གིས་སྐྱེ་བྱས་གསོལ། །ཇོ་སའ་ཏ་སྐྱ་ག་ཏ་ཨ་རྟི་ཤི་ཀ་ཏ་ས་
མ་ཡ་གྱི་ཡེ་རྩྱ། རྒྱ་ལག་མ་ཡར་ལུད་པ་ལས་འོད་དཔག་ཏུ་མེད་པས་དབྱ་
བརྒྱན་པར་བྱར།

དེ་ནས་མཆོད་པ་ནི།



ཇོ་ཨུཏུ་ཏུ་རེས་པ་རི་ལྷ་ར་ཨ་རྟི་བྲ་ཏི་རྩོ་སྐྱ་ཏུ།



ཇོ་ཨུཏུ་ཏུ་རེས་པ་རི་ལྷ་ར་བྲ་ཏི་བྲ་ཏི་རྩོ་སྐྱ་ཏུ།

ལྷ་མོ་ལྷ་བ་ལྟར་དཀར་གཟུགས། །མཆོར་སྐྱག་ལང་ཆོས་སྟེམས་པའི་གར། །
མེ་ཏོག་སྤེང་བས་སྒྲིབ་ཐོལ་གྱིས། །མཐོ་རིས་མདུན་ས་བཞིན་དུ་མཆོད། །



ཨོ་ཨུཾ བཟླ་སྤྲེའི་སྤྱི་སྤྱི་པཌ།

ལྷོ་མོ་ནམ་མཁའ་ལྷུང་མཐིང་གཟུགས། །དྲི་ཞིམ་ངད་པ་འཕྱལ་བའི་གར། །
བདུག་སྒྲོས་ཐེང་བས་སྒྲིབ་ཐོལ་གྱིས། །མཐོ་རིས་མདུན་ས་བཞིན་དུ་མཆོད། །



ཨོ་ཨུཾ བཟླ་སྤྲེའི་སྤྱི་སྤྱི་པཌ།

ལྷོ་མོ་མཆོམས་སྒྲིན་ལྷུང་དམར་གཟུགས། །ཉིན་བྱེད་འབུམ་གི་འོད་འཕྲོའི་
གར། །མར་མེའི་ཐེང་བས་སྒྲིབ་ཐོལ་གྱིས། །མཐོ་རིས་མདུན་ས་བཞིན་དུ་
མཆོད། །



ཨོ་ཨུཾ བཟླ་སྤྲེའི་སྤྱི་སྤྱི་པཌ།

ལྷོ་མོ་མར་གད་ལྷུང་ལྷུང་གཟུགས། །རིག་པས་སིམ་བྱེད་བྱུག་པའི་གར། །དྲི་
ཆབ་ཐེང་བས་སྒྲིབ་ཐོལ་གྱིས། །མཐོ་རིས་མདུན་ས་བཞིན་དུ་མཆོད། །



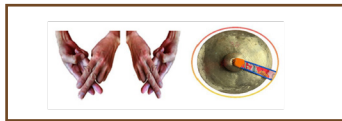
ཨོ་ཨྲཱཾ། བཟླ་གཞེ་རྩྱུ་རྩྱུ་པ།

ལྷ་མོ་གསེར་ལྷ་ར་སེར་བའི་གཟུགས། །མ་མཚུར་རོ་བརྒྱ་མངར་བའི་གར། །
ཞལ་བས་སྤེད་བས་སྤྱི་བ་ཐོལ་གྱིས། །མཐོ་རིས་མདུན་ས་བཞིན་དུ་མཆོད། །



ཨོ་ཨྲཱཾ། བཟླ་ནི་མེ་དུ་རྩྱུ་རྩྱུ་པ།

ལྷ་མོ་བེ་རྒྱར་ལྷ་ར་སྤྲོ་གཟུགས། །སྙན་འགྱུར་སྤྱུ་སྤྱུ་སྤྱུ་ག་པའི་གར། །རོལ་མོ་འི་
སྤེད་བས་སྤྱི་བ་ཐོལ་གྱིས། །མཐོ་རིས་མདུན་ས་བཞིན་དུ་མཆོད། །



ཨོ་ཨྲཱཾ། བཟླ་ཤལ་རྩྱུ་རྩྱུ་པ། ཅེས་པས་མཆོད།

ཞེས་རྒྱལ་སྤིང་སྒྲ་བདུན་དང་།

འཛམ་བུའི་གསེར་ལས་རང་བྱུང་སྟེ་བ་ལྷུམ། །ཅིབས་སྟོང་མུ་ཁུང་མཆོག་ཏུ་
ནམ་འཕྲུལ་བ། །མཁའ་ལ་རབ་འཕགས་ཕྱོགས་ལས་རྒྱལ་བྱེད་པའི། །འཁོར་
ལོ་རིན་ཆེན་ནམ་མཁའ་བཀའ་སྟེ་འབུལ། །

འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ།



ཨོྭ་ཨུཊ་ཏུ་རེ་ས་པ་རི་ཤ་ར་ཅཏྱ་རཏྭ་པ་ཏྲིཙྪ་སྒྲ་ཏུ།

ཐལ་དཀར་མཆོག་བྱུག་པ་ལྷ་འོད་ཅན། །ཁྱེད་ཕུན་ཆོགས་ཡུད་ཀྱིས་མཁའ་
ལས་ནས། །ས་ཆེན་རྒྱ་མཚོའི་སྐྱ་རགས་ཅན་བསྐྱོར་བའི། །སྒྲུང་པོ་རིན་ཆེན་
ནམ་མཁའ་བཀའ་སྟེ་འབུལ། །

སྒྲུང་པོ་རིན་པོ་ཆེ།



ཨོྭ་ཨུཊ་ཏུ་རེ་ས་པ་རི་ཤ་ར་ཅཏྱ་རཏྭ་པ་ཏྲིཙྪ་སྒྲ་ཏུ།

སྒྲུབ་ལ་མ་བྱའི་མགིན་འདྲ་ཡིད་འོང་ཞིང་། །གསེར་གྱི་རྒྱན་ལྷན་མགྲོགས་པ་
ཡིད་ལྷ་བྱས། །ཐོ་རངས་ས་རྣམས་བསྐྱོར་ཏེ་སྤྲུང་ལྷོག་པའི། །རྟ་མཆོག་རིན་
ཆེན་ནམ་མཁའ་བཀའ་སྟེ་འབུལ། །

རྟ་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ།



ཨོྭ་ཨུཊ་རྟ་རེས་པ་རི་ཁ་ར་ཨ་ཤ་ཤ་ར་རྟ་བླ་རྟི་རྩོ་སྤྱ་རྟ།

ཀུན་རྟ་སྤྱོ་བ་སྤྲུང་བྱེད་བྱི་རྩུ། །ཉིན་མོར་བྱེད་པ་འོད་ཀྱིས་རྣམ་གཞོན་ཅིང་།
བསམ་པ་རྩོགས་བྱེད་ལེགས་སྤྲུངས་ཆ་བརྒྱད་པ། །འོར་བུ་རིན་ཆེན་ནམ་
མཁའ་བཀའ་སྟེ་འབུལ། །

འོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ།



ཨོྭ་ཨུཊ་རྟ་རེས་པ་རི་ཁ་ར་མ་ཁི་ར་རྟ་བླ་རྟི་རྩོ་སྤྱ་རྟ།

འཆི་མེད་བྱ་མོ་བཞིན་དུ་གཟུགས་མཛེས་ཤིང་། །རེག་པ་མཚོག་གིས་ལུས་
སེམས་བདེ་བྱེད་པ། །སྒྱུ་རྩལ་ཀྱན་ཤེས་སྤྲུ་མཁས་ཇི་བཟང་གཏེར། །བཙུན་མོ་
རིན་ཆེན་ནམ་མཁའ་བཀའ་སྟེ་འབུལ། །

བཙུན་མོ་རིན་པོ་ཆེ།



ཨོྭ་ཨུཊ་ཏུ་རེས་པ་རི་ལྡ་ར་སྤྲུ་རྩུ་བ་ཏུ་རྩྭ་སྤྲུ་ལྷ།

ཕུར་བུའི་སྒོ་ལྡན་མཛེས་ཤིང་ཡིད་གཞུངས་པ། །ཁོར་ཡུག་གཏེར་གྱི་འདོད་
དགའ་འཇུད་བྱེད་ཅིང་། །དེས་པ་སྤྲུ་པའི་ཆོག་འབྲིན་སྤྲུ་མིག་ཅན། །བྱིམ་
བདག་རིན་ཆེན་ནམ་མཁའ་བཀའ་སྟེ་འབུལ། །

བྱིམ་བདག་རིན་པོ་ཆེ།



ཨོྭ་ཨུཊ་ཏུ་རེས་པ་རི་ལྡ་ར་བུ་རུ་རྩུ་བ་ཏུ་རྩྭ་སྤྲུ་ལྷ།

སྟེད་མེད་བྱ་ཡི་སྟོབས་ལྡན་དཔའ་བ་དང་། རྟུལ་མེད་ཡིད་ལ་བརྟུས་པའི་དོན་
རྣམས་ཀྱན། མེད་ལ་སྦྱབ་ཅིང་པས་སྟོལ་མེད་བྱེད་པ། སྟོན་པོ་རིན་ཆེན་ནམ་
མཁའ་བཀའ་སྟེ་འབྱུང་། །

སྟོན་པོ་རིན་པོ་ཆེ།



ཨོྭ་ཨུཊ་ཏུ་རེས་པ་རི་ལྷ་ར་ཁྲ་རཏྭ་པ་ཏྲིཙྪ་སྣ་ཏུ།

འོད་ཟེར་གྲིས་སྒྲི་རལ་གྲི་པགས་པ་འཇམ། འདག་པའི་ནགས་ཚལ་གོས་ནི་
ཡིད་རྗེས་འགོ། མཐུ་ལྡན་མཆིལ་ལྷམ་ཁང་བྱིམ་གཞལ་དུ་མེད། འེག་འཇམ་
གཟིམས་ཆ་ནམ་མཁའ་བཀའ་སྟེ་འབྱུང་། །

བུམ་པ།



ཨོྭ་ཨུཊ་ཏུ་རེས་པ་རི་ལྷ་ར་ཁྲ་པ་རཏྭ་པ་ཏྲིཙྪ་སྣ་ཏུ།

སྒྲོལ་དཀར་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོ་འི་སྐྱབ་ཐབས།

༼རིགས་ལྷ་ཕྱག་རྒྱ༽ བད་ཅན་དྲུང་ལྟར་རབ་དཀར་སྒྲོ་བཞིན་མ། །དཔལ་གི་བེན་
ཐོགས་ནས་སྒྲིམས་པ་ཡིས། །འཕགས་མཆོག་ཐུགས་ལ་དབྱེས་པའི་རྒྱས་
བཏབ་པའི། །བཀྲ་ཤིས་དམ་པས་ཀྱན་ཏུ་ཤིས་གྱུར་ཅིག །

དཔལ་བེན།



ཨོྭཱུཿ ཏཱ་རེས་པ་རི་ལྷ་ར་ཤྲི་བརྩུ་བ་ཏིཙྪ་སྐྱ་ཏཱ།

འཛིགས་བྱེད་ཀྱང་འོད་ལྡན་ལུས་སྤྲ་མ། །གསེར་གི་འཁོར་ལོ་འཆང་བའི་
རྣམ་འགྱུར་གིས། །འཕགས་མཆོག་ཐུགས་ལ་དབྱེས་པའི་རྒྱས་བཏབ་པའི། །
བཀྲ་ཤིས་དམ་པས་ཀྱན་ཏུ་ཤིས་གྱུར་ཅིག །

འཁོར་ལོ།



ཨོྭཱུཿ ཏཱ་རེས་པ་རི་ལྷ་ར་སྐྱ་མཆོ་ཅཀྲ་བ་ཏིཙྪ་སྐྱ་ཏཱ།

འོད་ཅན་མཐོན་མཐིང་བཅུ་དྲུག་ལང་ཚོ་མ། །འིན་ཆེན་འདབ་བརྒྱ་བཟུང་ནས་
རོལ་ཅིད་ཀྱིས། །འཕགས་མཆོག་ཐུགས་ལ་དབྱེས་པའི་རྒྱས་བཏབ་པའི། །
བཀྲ་ཤིས་དམ་པས་ཀྱན་ཏུ་ཤིས་གྱུར་ཅིག །

མེ་ཏོག



ཨོྭ་ཨུཊ་ཏུ་རེས་པ་རི་ཁྲ་ར་པདྨ་རྒྱུ་ར་པ་ཏྲིཚྭ་སྤྱ་ཏུ།

ནམ་རྒྱལ་སྤྱོ་སྤྱོ་འདོད་པའི་དབྱངས་མཁན་མ། །རྒྱལ་མཆོན་སྦྱང་ཞིང་ག་མ་
ཀས་བཅིངས་སྤྱུས། །འཕགས་མཆོག་ཐུགས་ལ་དབྱེས་པའི་རྒྱས་བཏབ་
པའི། །བཀྲ་ཤིས་དམ་པས་ཀྱན་ཏུ་ཤིས་གྱུར་ཅིག །

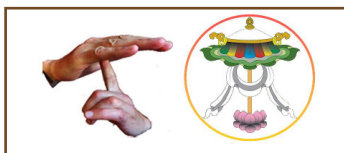
རྒྱལ་མཆོན།



ཨོྭ་ཨུཊ་ཏུ་རེས་པ་རི་ཁྲ་ར་རྒྱན་རྩྭ་ཇ་པ་ཏྲིཚྭ་སྤྱ་ཏུ།

མདངས་ལྡན་ལི་ཁྲིའི་རྩལ་འཆང་མིག་ཡངས་མ། །ལུ་ཏིག་གཏུགས་དཀར་
བསྐྱོར་ཞིང་བྱུར་མིག་མདས། །འཕགས་མཆོག་ཐུགས་ལ་དགུས་པའི་རྒྱས་
བཏབ་པའི། །བྲ་ཤིས་དམ་པས་ཀུན་ཏུ་ཤིས་གྱུར་ཅིག །

གཏུགས།



ཨོྭཱཱུ་ཏུ་རེས་པ་རི་ཕྱ་ར་སི་ཏུ་ཏ་པ་ཏ་པ་ཏི་ཚྭ་སྐྱ་ཏུ།

དཀར་ཤམ་མཆོམས་སྤྲིན་མདོག་ཅན་གཟུགས་མཛེས་མ། །གཏེར་གི་བུམ་
པས་ལག་བྲེལ་ཅེ་འཛ་ཡིས། །འཕགས་མཆོག་ཐུགས་ལ་དགུས་པའི་རྒྱས་
བཏབ་པའི། །བྲ་ཤིས་དམ་པས་ཀུན་ཏུ་ཤིས་གྱུར་ཅིག །

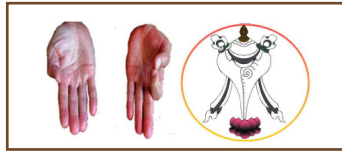
བུམ་པ།



ཨོྭཱཱུ་ཏུ་རེས་པ་རི་ཕྱ་ར་ཞི་རྒྱུ་ཏུ་ཏ་པ་ཏི་ཚྭ་སྐྱ་ཏུ།

དྲི་མེད་མཐུད་མདངས་ལྷན་དཔལ་ལྷན་མ། །གཡས་སུ་འབྲིལ་བའི་དུང་
བསྐྱམས་འཛོལ་གྱིས། །འཕགས་མཆོག་ཐུགས་ལ་དབྱེས་པའི་རྒྱས་
བཟབ་པའི། །བྱ་ཤིས་དམ་པས་ཀྱན་ཏུ་ཤིས་གྱུར་ཅིག །

དུང་དཀར།



ཨོྭཱུཿ ཏཱ་རེས་པ་རི་ལྷ་ར་ཤེད་ཤེད་པ་ཏྲིཙྪ་སྐྱ་ཏཱ།

ཡིད་གཞུངས་མ་བྱའི་མགིན་འདྲ་དགའ་སྦྱིད་མ། །གསེར་གི་ཉ་འཛིན་འབྲིང་
གཟུགས་སྒྲོག་འདྲ་བས། །འཕགས་མཆོག་ཐུགས་ལ་དབྱེས་པའི་རྒྱས་
བཟབ་པའི། །བྱ་ཤིས་དམ་པས་ཀྱན་ཏུ་ཤིས་གྱུར་ཅིག །

གསེར་ཉ།



ཨོྭཱུཿ ཏཱ་རེས་པ་རི་ལྷ་ར་ཀ་ན་ཀ་མཐུ་པ་ཏྲིཙྪ་སྐྱ་ཏཱ། །ཞེས་བྱ་ཤིས་ལྷ་མོ་བརྒྱད་ཀྱིས་མཆོད།

དེན་ས་གཏོར་མ་འབྲུལ་བ་ནི།

ཨོ་སྤ་གྲུ་མ་ཤུ་རྩེ་ སྤ་གྲུ་མ་ཤུ་རྩེ་ ཨོ་སྤ་གྲུ་མ་ཤུ་རྩེ་། གཏོར་མ་རྣམས་མི་
དམིགས་ཏེ་སྤོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། སྤོང་པའི་ངང་ལས། ཨོ་ཨུཾ་ཧྱུྃ། ཞེས་ལན་གསུམ་གྱིས་
ཐིན་གྱིས་བརྒྱབས། ཨོ་ཏཱ་རེ་ཏཱ་རེ་ཏཱ་རེ་ཨི་དེ་ལྷ་ལི་ཏྭ་ཁ་ཁ་ལྷ་ཏི་ལྷ་ཏི། ཞེས་ལན་བདུན་གྱིས་

ཐུལ།

ཆགསུམ་གཏོར་མ་ནི།

ཧྱུྃ། ལྷ་དང་ལྷ་མིན་གཞོན་སྦྱིན་ཏེ་འཕྲེ་གྲུལ། འཕྲེ་མ་ཁའ་ལྷིང་དང་འདབ་
བཟང་ལུས་སྦྱུལ་པོ། འི་ཟ་སྦྱིན་པོ་གདོན་གི་རིགས་རྣམས་དང་། གང་དག་
ས་ལ་གནས་པའི་རྩུ་འབྲུལ་ཅན། བདག་ཅག་ཕུས་མོ་ས་ལ་བཅུགས་ནས་
ནི། ཐལ་སྦྱར་ཁྱེད་རྣམས་ལ་ཡང་གསོལ་འདེབས་ན། འབྲུ་སྦྱད་བཅས་ཤིང་
གཡོག་འཁོར་བཅས་པ་རྣམས། གསན་ནས་ཕན་འདོགས་སྦྱད་དུ་འདིར་སྦྱོན་
ཅིག འབྲུང་པོ་གང་དག་རི་རབ་སྤྲོད་གནས་དང་། དག་འབའི་ཆལ་དང་ལྷ་
ཡུལ་ཀུན་གནས་དང་། ཤར་ཕུག་རི་དང་ཉི་མའི་ཁྱིམ་རྣམས་དང་། ཁྲོད་ཁྲོད་
ཀུན་ན་གང་དག་གནས་པ་དང་། རྩུ་པོ་ཀུན་དང་རྩུ་པོའི་མདོ་རྣམས་དང་། རི་
ཆེན་ཆེན་གྱི་ལྷ་ག་པར་གང་གནས་དང་། རྩིང་དང་མཚོ་དང་ལུ་མ་ལྷོང་ཀ་
དང་། ཁྲོན་པ་དང་ནི་ངམ་གྲོག་ཆུ་མིག་དང་། ཁྲོད་དང་ཕུགས་ལྷས་དང་ནི་

ནགས་ཚལ་དང་། །ཁང་སྟོང་དང་ནི་ལྷ་ཡི་ཁང་པ་དང་། །གང་དག་གཞུག་ལག་
ཁང་དང་མཆོད་རྟེན་གནས། །བསོད་རྣམས་བྱིས་དང་སྤང་པོའི་ཁང་རྣམས་
དང་། །གང་དག་རྒྱལ་པོའི་དཀོར་ཁང་གནས་པ་དང་། །སྤང་དང་བྱམས་དང་
གྲོང་གི་མདུན་ས་དང་། །གང་དག་ཤིང་གཅིག་རྩེ་དང་ལམ་ཆེན་གནས། །དུར་
ཁྲོད་དང་ནི་ནགས་ཚལ་ཆེ་གནས་དང་། །སེང་གི་སྤང་ཆེན་དེད་ཀྱི་གནས་རྣམས་
དང་། །གང་དག་འཇིགས་རུང་དགོན་པ་ཆེ་གནས་དང་། །ཚུ་སྤྱིང་མཆོག་དག་
ཏུ་ནི་གནས་བྱས་དང་། །གང་དག་འབྲོག་དགོན་དུར་ཁྲོད་དག་ན་གནས། །དག་འ་
ཞིང་མགུ་ནས་དྲི་མ་མེ་རྟོག་འཕྲང་། །སྤྱོད་དང་མེ་རྟོག་མར་མེ་གུས་སྤུལ་བ། །
འདི་དག་བསྐྱོམས་ཏེ་སོ་སོར་བཞེས་ནས་ཀྱང་། །ལས་འདི་དག་གི་འབྲས་བུ་
མཆིས་པར་མཛོད། ། སྤྱི་ །ཤར་ཕྱོགས་དོ་རྩེ་ཅན་གི་ལྷ་ཆོགས་བཅས། །གཏོར་
མ་སྤུལ་བ་འདི་དག་བཞེས་སུ་གསོལ། །མེ་དང་གཤེན་རྩེ་བདེན་བུལ་སྤིན་
པོའི་བདག །ཚུབ་དག་རྒྱུང་བདག་ཞོར་གི་བདག་པོ་དང་། །དབང་ལྡན་ལྷ་སྟེ་
འབྲུང་པོའི་བདག་པོ་དང་། །སྟོང་གི་ཉི་ཟླ་ཚངས་པ་ཆེན་པོ་དང་། །ལྷ་རྣམས་མ་
ལུས་ས་ཡི་ཁྱུ་བདག་དང་། །རི་ཡི་ལྷ་དང་གསང་བའི་ཆོགས་འདུས་ལ། །སོ་
སོར་གཏོར་མ་སྤུལ་བ་འདི་བཞེས་ལ། །རང་རང་གི་ནི་ཕྱོགས་སུ་བཞུགས་
ནས་ཀྱང་། །རང་གི་བུ་སྤྲད་གྲོགས་དང་གཡོག་འཁོར་དག །དབྱུང་དང་སྤྲེར་
བཅས་མཉེས་ནས་བཞེས་སུ་གསོལ། །སྤྱོད་དང་མེ་རྟོག་གཏོར་མ་ཞལ་བས་
ནི། །འདི་དག་བཞེས་ཤིང་སོ་སོར་བསྐྱམས་ནས་ཀྱང་། །བྱ་བ་འདི་ནི་འབྲས་བུ་

མཆིས་པར་མཛོད། རྒྱུ་ གང་དག་མཆན་མོ་རྒྱ་བ་ཡི། །འབྱུང་པོ་རྣམས་དང་
ཤ་བ་དང་། །སྒྲིན་པོ་ཤ་ཇེན་བ་དང་། །སེམས་ཅན་རྣམ་པ་སྒྲ་ཚྲགས་པ། །
ལྷོན་ཤིང་གཤམ་པ་སོགས་གནས་པ། །དེ་དག་དེ་ལ་གཏོར་མ་ནི། །བཟའ་བ་ཤ་
ཆང་ལ་སྤྱག་དང་། །འབྲས་ཆན་འབྲས་སུ་མང་པོ་དང་། །མཆོད་སྦྱིན་འདི་ཡིས་
མགྲུ་བྱོས་ལ། །གཞོད་པའི་བསམ་པ་ཞི་བ་དང་། །བདག་ཅག་རྣམས་ལ་ཕན་
པའི་ཡིད། །དེ་རིང་ཕྱིན་ཆད་བསྐྱེད་པར་གིས། །

བསྟོད་པ་ནི།

།རྒྱུ་ལ་ཕྱ་ཕྱག་རྒྱ། །འཁོར་བ་ལས་སྒྲོལ་ཏུ་རེ་མ། །ཏུ་རྒྱུ་རེ་ཡིས་འཛིགས་བརྒྱད་
སྒྲོལ། །ཏུ་རེས་ན་བ་རྣམས་ལས་སྒྲོལ། །སྒྲོལ་མ་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ། །པུ་
དཀར་པོ་འདི་དབྱས་གནས་པ། །ཁྱེ་བའི་གཟུགས་ཀྱི་གདན་སྟེངས་སུ། །དོ་ཇེ་
སྦྱིལ་ཀྱང་བཅས་མཛད་མ། །མཆོག་སྦྱིན་མ་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ། །སྟོན་ཀའི་ཁྱེ་
བའི་མདངས་བཀྲ་ཞིང་། །ཁྱེ་བ་ལ་ནི་རྒྱབ་བརྟེན་མ། །རྒྱན་རྣམས་ཐམས་ཅད་
ཡོངས་སུ་ཚྲོགས། །ཞུ་ཏུལ་བསྐྱམས་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ། །བཙུངས་པོ་ན་པའི་
ལུས་དང་ལྡན། །ཚྲོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱན་དེ་ཡི་སྤྱས། །འདོད་སྦྱིན་ཀྱན་ནི་འཆང་
བའི་ཡུམ། །འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཆོལ། །འཁོར་ལོ་དཀར་པོ་འོད་
ཟེར་དཀར། །ཕྱིབས་བརྒྱད་ལ་ནི་ཡི་གེ་བརྒྱད། །ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་བའི་རྣམ་པ་

ནི། རང་གི་སྤྲིང་ཁར་པད་རྒྱའི་གདན་ལ་འཁོར་ལོ་དཀར་པོ་ཕྱི་བས་བརྒྱད་པ་མ་ཟུང་དང་བཅས་པའི་ལྷོ་བར་རྒྱུ་ཡིག་དཀར་པོ། ཕྱི་བས་བརྒྱད་པ་ལྷ་རྩེ་ཉུང་རྩེ་རེ་སྤྱ་རྩེ་ཞེས་པའི་ཡི་གེ་བརྒྱད་པོ་ལ་དོག་ཀུན་དལ་ར་དཀར་འཁོར་གྱི་རྩེ་དུ་འཇམ་པས་བསྐྱར་བཀག་ལས་བཏབ་སྟེ།

ཨོྭ་རུ་རུ་རུ་རུ་རུ་རུ། ༩༡༠ རྒྱལ་པོ་བཟང་།

༼སྒྲོལ་མ་ཉི་ཤུ་ཙ་གཅིག་གི་བསྟོན་པ།༽
ཨོ་ཨེ་བརྩུན་མ་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །



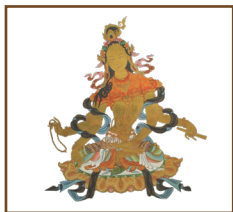
ཕྱག་འཆའ་སྒྲོལ་མ་ཟུར་མ་དཔའ་མོ། །སྤྱན་ནི་སྐད་ཅིག་སྒྲོག་དང་འདྲ་མ། །
འཛིག་རྟེན་གསུམ་མགོན་ཚུ་སྐྱེས་ཞལ་གྱི། །གེ་སར་བྱེ་བ་ལས་ནི་བྱུང་མ། །



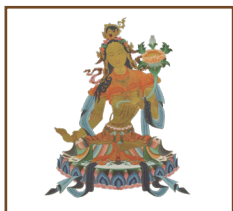
ཕྱག་འཆའ་སྟོན་ཀའི་ལྷ་བ་ཀུན་ཏུ། །གང་བ་བརྒྱ་ནི་བརྟེན་པ་འཛི་ཞལ་མ། །
སྐར་མ་སྟོང་ཕྱག་ཚོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས། །རབ་ཏུ་ཆེ་བའི་འོད་རབ་འབར་མ། །



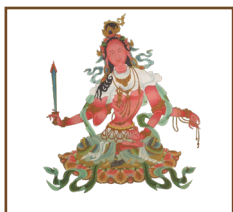
ཕྱག་འཆའ་སེར་སྟོ་ཚུན་སྐྱེས་ཀྱི། །པདྨས་ཕྱག་ནི་རྣམ་པར་བརྒྱན་མ། །
སྤྱན་པ་བརྟེན་འགྲུས་དཀར་ཐུབ་ཞི་བ། །བཟོད་པ་བསམ་གཏན་སྟོན་ཡུལ་ཉི་མ། །



ཕུག་འཆའ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གཙུག་ཏྲར། །མཐའ་ཡས་རྣམ་པར་རྒྱལ་
བ་སྦྱོད་མ། །མ་ལུས་པ་རོལ་བྱིན་པ་ཐོབ་པའི། །རྒྱལ་བའི་སྲས་ཀྱིས་ཤིན་ཏུ་
བསྟེན་མ། །



ཕུག་འཆའ་ཏུར་ར་རྩྱུ་ཡི་གོ །འདོད་དང་ཕྱོགས་དང་ནམ་མཁའ་གང་མ། །
འཇིག་རྟེན་བདུན་པོ་ཞབས་ཀྱིས་མནན་ཏེ། །ལུས་པ་མེད་པར་འགྲུགས་པར་
ལུས་མ། །



ཕུག་འཆའ་བརྒྱ་སྦྱིན་མེ་ལྷ་ཚངས་པ། །རླུང་ལྷ་སྣ་ཚོགས་དབང་ཕུག་མཆོད་
མ། །འབྲུང་པོ་རོ་ལངས་ནི་ཟ་རྣམས་དང་། །གཞོད་སྦྱིན་ཚོགས་ཀྱིས་མདུན་
ནས་བསྟོད་མ། །



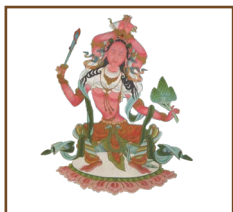
ཕུག་འཆའ་ཏུ་ཅེས་བྱ་དང་པུ་ཀྲིས། །ཕ་རོལ་འབྲུལ་འཁོར་རབ་ཏུ་འཛོམས་
མ། །གཡས་བསྐྱམ་གཡོན་བརྒྱུད་ཞབས་ཀྱིས་མནན་ཏེ། །མེ་འབར་འབྲུག་མ་
ཤིན་ཏུ་འབར་མ། །



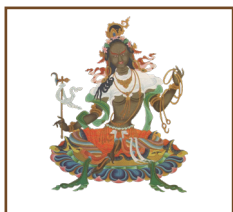
ཕུག་འཆའ་ཏུ་རེ་འཛིགས་པ་ཆེན་པོས། །བདུད་ཀྱི་དཔའ་བོ་རྣམ་པར་འཛོམས་
མ། །ཁུ་སྐྱེས་ཞལ་ནི་ཁྲོ་གཉེར་ལྡན་མཛད། །དབྱ་བོ་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་
གསོད་མ། །



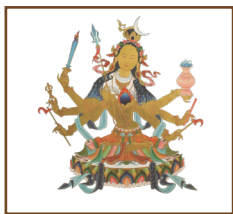
ཕུག་འཆའ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་མཆོན་ཕུག་རྒྱུ་འཛི། །སོར་མོས་སྤྲུགས་ཀར་
རྣམ་པར་བརྒྱན་མ། །མ་ལུས་ཕྱོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་བརྒྱན་པའི། །རང་གི་འོད་
ཀྱི་ཆོགས་རྣམས་འབྲུག་མ། །



ཕུག་འཆའ་རབ་ཏུ་དག་པ་བཟིན་པའི། །དབུ་རྒྱན་འོད་གྱི་ཕྱེད་བ་སྤེལ་མ། །
བཞད་པ་རབ་བཞད་ཏུ་རྒྱ་རྩིས། །བདུད་དང་འཇིག་རྟེན་དབང་དུ་མཛད་མ། །



ཕུག་འཆའ་ས་གཞི་སྒྱུར་བའི་ཚོགས་རྣམས། །ཐམས་ཅད་འགྲུགས་པར་རུས་
པ་ཉིད་མ། །ཁྲོ་གཉེར་གཡོ་བའི་ཡི་གེ་རྩི་གིས། །ཤོངས་པ་ཐམས་ཅད་རྣམ་
པར་སྒྲེལ་མ། །



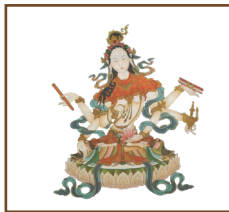
ཕུག་འཆའ་ལྷ་བའི་དུམ་བུའི་དབུ་རྒྱན། །བརྒྱན་པ་ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་འབར་
མ། །རལ་པའི་ཁྲོད་ནས་འོད་དཔག་མེད་ལས། །རྟག་པར་ཤིན་ཏུ་འོད་རབ་
མཛད་མ། །



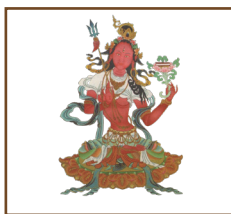
ཕུག་འཆལ་བསྐལ་པ་ཐ་མའི་མེ་ལྟར། །འབར་བའི་ཐེང་བའི་དབུས་ན་གནས་
མ། །གཡས་བརྒྱུད་གཡོན་བསྐལ་ཀུན་ནས་བསྐྱོར་དགའི། །དབྱ་ཡི་དཔུང་ནི་
རྣམ་པར་འཛུམས་མ། །



ཕུག་འཆལ་ས་གཞིའི་ངོས་ལ་ཕུག་གི །མཐིལ་གྱིས་བསྐྱུན་ཅིང་ཞབས་གྱིས་
བརྟུང་མ། །ཁྲོ་གཉེར་ཅན་མཛད་ཡི་གོ་རྒྱུ་གིས། །རིམ་པ་བདུན་པོ་རྣམས་ནི་
འགོམས་མ། །



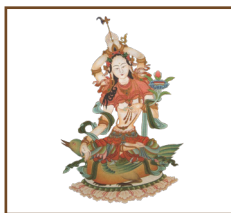
ཕུག་འཆལ་བདེ་མ་དག་མ་ཞི་མ། །མུ་ངན་འདས་ཞི་སྦྱོད་ཡུལ་ཉིད་མ། །
སྒྲུ་ཨོ་དང་ཡང་དག་ལྡན་པས། །སྤྲིག་པ་ཆེན་པོ་འཛུམས་པ་ཉིད་མ། །



ཕུག་འཆའ་ཀུན་ནས་བསྐྱར་རབ་དགའ་བའི། །དབྱ་ཡི་ལུས་ནི་རབ་དུ་
འགོམས་མ། ཡི་གེ་བརྒྱ་པའི་རག་ནི་བཀོད་པའི། །རིག་པ་རྩྱ་ལས་སྒྲོལ་མ་
ཉིད་མ། །



ཕུག་འཆའ་དུ་རེའི་ཞབས་ནི་བདེབས་པས། །རྩྱ་གི་རྣམ་པའི་ས་བོན་ཉིད་མ། །
རི་རབ་མརྩ་ར་དང་འབིགས་བྱེད། །འཛིག་ཏེན་གསུམ་རྣམས་གཡོ་བ་ཉིད་མ། །



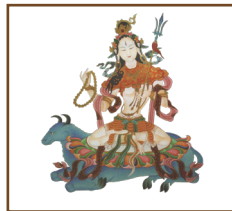
ཕུག་འཆའ་ལྷ་ཡི་མཆོ་ཡི་རྣམ་པའི། །རི་དྲགས་རྟགས་ཅན་ཕུག་ན་བསྐྱམས་མ། །
ཏ་ར་གཉིས་བརྗོད་པའི་ཀྱི་ཡི་གེས། །དུག་རྣམས་མ་ལུས་པར་ནི་སེལ་མ། །



ཕུག་འཆའ་ལྷ་ཡི་ཚྲིག་སྐྱམས་རྒྱལ་པོ། །ལྷ་དང་མིའམ་ཅི་ཡིས་བསྟེན་མ། །
ཀྱན་ནས་གོ་ཆ་དགའ་བའི་བཟླེད་ཀྱིས། །ཚུད་དང་མི་ལམ་ངན་པ་སེལ་མ། །



ཕུག་འཆའ་ཉིམ་ལྷ་བ་རྒྱས་པའི། །སྐྱུན་གཉིས་པོ་ལ་འོད་རབ་གསལ་མ། །
ཏ་ར་གཉིས་བཟླེད་དུངྩ་ར་ཡིས། །འིན་དུ་དག་པོའི་རིམས་ནད་སེལ་མ། །



ཕུག་འཆའ་དེ་ཉིད་གསུམ་རྐམས་བཀོད་པས། །ཞི་བའི་མཐུ་དང་ཡང་དག་ལྷན་
མ། །གདོན་དང་རོ་ལངས་གནོད་སྐྱུན་ཚྲིག་སྐྱམས་རྐམས། །འཛུམས་པ་དུ་རེ་རབ་
མཚྲིག་ཉིད་མ། །ཚ་བའི་སྐྱགས་ཀྱི་བསྟེན་པ་འདི་དང་། །ཕུག་འཆའ་བ་ནི་ཉི་
ཤུ་ཚ་གཅིག ། ཞེས་པའི་བར་གྲངས་ཅི་རྩུས་བཏོན་པའི་མཐུ།

ལྷ་མོ་ལ་གུས་ཡང་དག་ལྟན་པའི། །སྒྲོ་ལྟན་གང་གིས་རབ་དང་བརྗོད་
པས། །སྒྲོད་དང་ཐོ་རངས་ལངས་པར་བྱས་ཏེ། །དྲན་པས་མི་འཇིགས་ཐམས་
ཅད་རབ་སྟེར། །སྒྲིག་པ་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་ཞི་བ། །ངན་འགྲོ་ཐམས་ཅད་
འཛོམས་པ་ཉིད་དོ། །རྒྱལ་བ་བྱེ་བ་སྤྲག་བདུན་རྣམས་ཀྱིས། །ལྷུང་དུ་དབང་ནི་
བསྐྱར་བར་འགྱུར་ལ། །འདི་ལས་ཆེ་བ་ཉིད་ནི་ཐོབ་ཅིང་། །སངས་རྒྱས་གོ་འཕང་
མཐར་ཐུག་དེར་འགྲོ། །དེ་ཡིས་དུག་ནི་དག་པོ་ཆེན་པོ། །བསྟེན་ལ་གནས་
པའམ་གཞན་ཡང་འགྲོ་བ། །ཐོས་པ་དང་ནི་འཕྱངས་པ་ཉིད་ཀྱང་། །དྲན་
པས་རབ་ཏུ་སེལ་བ་ཉིད་ཐོབ། །གདོན་དང་རིམས་དང་དུག་གིས་གཟེར་
བའི། །སྤྱག་བསྐྱེལ་ཚོགས་ནི་རྣམ་པར་སྤངས་ཏེ། །སེམས་ཅན་གཞན་པ་
རྣམས་ལ་ཡང་ངོ། །གཉིས་གསུམ་བདུན་དུ་མངོན་པར་བརྗོད་ན། །བྱ་འདོད་
པས་ནི་བྱ་ཐོབ་འགྱུར་ཞིང་། །ཁོར་འདོད་པས་ནི་ཁོར་རྣམས་ཉིད་ཐོབ། །འདོད་
པ་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཏེ། །བགེགས་རྣམས་མེད་ཅིང་སོ་སོར་འཛོམས་
གྱུར་ཅིག ། ཅེས་པའི་བར་ལན་གཅིག་བརྗོད་པར་གྱུ་ལོ།

ཞལ་ཟས་ཡོ་བྱེད་ཀྱི་མཆོད་པ་འབུལ་ཚུལ་ནི།

༄ སྒྲིལ་མེད་ཀྱི་ཚོགས་མཆོད་དངོས་དང་འདི་ཉིད་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཤེས་དགོས་ཏེ། ཚོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་དངོས་ནི། སྒྲིལ་བླ་མ་འབར་བ། རྒྱ་
 ཐབས་ཤེས་ཀྱི་རྒྱས་ཤ་དང་ཆང་། དམིགས་པ་ཤ་ལྟ་དང་བདུད་རྩི་ལྟ་འོར་བཞིན་དུ་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་ནས། དཔའ་བོ་དཔའ་མོ་མཉམ་
 པར་སྒྱར་བ་སོགས་ཡིན་ལ། འདིར་ནི་སྒྲིལ་རིན་ཆེན་པ་སྤྲིའི་གཞོང་པ། རྒྱ་དཀར་མངར་བཟའ་བཅའ་བརྟུང་བའི་རིགས། དམིགས་པ་ཡོ་
 ཤེས་ཀྱི་བདུད་རྩིར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས་ཕུལ་བ་སྟེ་དེ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་མ་ཤེས་ན། འོ་མཆོད་དུ་བྱེད་པ་དག་གིས་ལོ་ཀེ་ཤར་ག་
 ས་ཅོག་སོགས་བརྗོད་པའི་ཉན་ཆེའོ། ཚོགས་མཆོད་ཞེས་པའི་མིང་ཅིས་ལ་ཉ་ཅང་མི་འགལ་ཏེ་ཞལ་ཟས་མང་དུ་ཚོགས་པའི་མཆོད་པ་
 ཡིན་པས་སོ། །དེ་ལྟར་རྒྱ་མཆོད་ཤེས་པའི་སྒོ་ནས་འབུལ་བ་ལ། སྒྲིལ་ནི་གཅིག་གམ་གཉིས་ནས་བརྒྱ་ཕྱག་གི་བར་ཡང་རུང་སྟེ་སོ་སོར་
 གཤམས་པ་དང་སྒྲིལ་གཅིག་ཏུ་སྤངས་པ་གང་ཡང་རུང་བ་བཤམས་པ་ལ་ཆབ་གྱིས་བྱན། ཨོ་བཟླ་ཨ་མི་ཏ་ཀྱུན་ལི་
 ཏ་ན་ཏ་ན་ཏུ་པཎ། སོགས་ལས་སྤྲགས་གྱིས་བསང་། ཨོ་སྤ་སྤ་མ་ཤུག་སྤ་སྤ་མ་སྤ་སྤ་མ་སྤ་སྤ་མ་སྤ་སྤ་མ་སྤ་སྤ་མ་
 ཤུག་ཏུ་སྤ་སྤ་མ་སྤ་སྤ་མ་སྤ་སྤ་མ་སྤ་སྤ་མ་སྤ་སྤ་མ་སྤ་སྤ་མ་སྤ་སྤ་མ་སྤ་སྤ་མ་སྤ་སྤ་མ་སྤ་སྤ་མ་སྤ་སྤ་མ་སྤ་སྤ་མ་
 ཆེ་བའི་ནང་དུ། ཡོ་བྱེད་རྣམས་གཟུགས་སྒྲིལ་རི་རོ་རིག་བྱ་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལྟ་
 དང་ལྟ་ན་པར་མཆོད་ཁང་རིན་ཆེན་འབར་གྱུར། ཨོ་ཨུ་ཏུ་ཞེས་ལན་གསུམ་བརྗོད།

མཆོད་ཡུལ་སྤྱན་འདེན་པ་ནི།

མཆོད་ཁང་རིན་ཆེན་འབར་བའི་གཞལ་ཡས་འདིར། ཞལ་ཟས་མཆོད་པའི་ཡོ་
 བྱེད་རབ་བཤམས་ཏེ། རྩ་བརྒྱད་སྒྲིལ་རྣམས་དང་དཀྱིལ་འཁོར་ལྟ། མཁའ་
 ཁུབ་ཞིང་གི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་རྣམས་དང་། བཀའ་སྤྲོད་རྒྱལ་ཆེན་སྟེ་བཞི་འཛིན་ཚོགས་
 དང་བཅས། བདག་གིས་དད་པས་གནས་འདིར་སྤྱན་འདེན་ནོ། བུགས་རྩེ་



ཆེན་པོས་དགོངས་ཏེ་གཤེགས་ནས་ཀྱང་། །དབང་དང་བྱིན་རྒྱབས་དངོས་སྒྲུབ་
བསྐྱེལ་དུ་གསོལ། ཞེས་སིལ་སྦྱན་གྱི་སྐྱ་དང་བཅས་ཏེ་སྦྱན་པ་དངས་ལ།

ཞལ་ཟས་ཀྱི་མཆོད་པ་འབུལ་བ་ནི།

སྦྱི་ལས་རིན་ཆེན་ལས་རིན་ཆེན་པ་རྣམས་སྦྱོད་ཡངས་སུ། །དཀར་མངར་བཟའ་
བཅའ་ལྡན་གཞིབ་བདུང་བའི་རྩལ། །འབྲུག་སྐུམ་ཡི་ཤེས་བདུད་ཅིར་བྱིན་
བརྒྱབས་པ། །འདོད་ཡོན་ལྡན་ཞལ་ཟས་ཆོགས་མཆོད་འདི། །ཙྰ་བརྒྱད་
དཔལ་ལྡན་སྒྲ་མ་དམ་པ་དང་། །ཡི་བཞིན་འཁོར་ལོ་འི་དཀྱིལ་འཁོར་ལྷ་ཡི་
ཆོགས། །མཁའ་བྱུང་ཞིང་གི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་དང་། །བཀའ་སྡོད་རྒྱལ་
ཆེན་སྤེལ་བཞིའི་ཆོགས་རྣམས་ལ། །དད་པས་ཕྱུལ་བས་འགོ་བ་འདི་དག་ཀྱུན། །
རྣལ་འབྱོར་ཏིང་འཛིན་ཟས་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག །རྒྱལ་བས་བདུད་བཅོམ་བྱང་ཆུབ་
སངས་རྒྱས་ཏེ། །རྒྱལ་བའི་སྐྱེལ་སྤྱེབས་སྤྱེམས་མི་མངའ་ཡང་། །བདག་
ཅག་བསོད་ནམས་ཞིང་དུ་འབྱུར་སྤྲད་དུ། །ཁ་དོག་དྲི་དང་རོ་བརྒྱ་ལྡན་པ་ཡི། །
སྦྱར་བའི་བཤོས་དང་ཞལ་ཟས་འདི་ཕུལ་བས། །དུས་ཀྱུན་དགེ་བའི་ལོ་ཏྲོག་
འཕེལ་རྒྱས་ནས། །བདེ་བ་ཅན་དུ་པརྫོལས་སྤྱེས་ཏེ། །ཏིང་འཛིན་ཟས་དང་
ཆོས་ལ་ལོངས་སྦྱོད་ཤོག །ཅེས་རོལ་མོའི་སྐྱ་དང་བཅས་ཏེ་འབུལ་བར་བྱལོ།

ཡང་ཚོགས་མཚན་བསྐྱེད་པ་གསལ་པར་སྒྲིལ།

ཨོྭ་ཨུཾ་ཧྲཱི། དེ་ཆེན་པོ་སྒྲིལ་ཡངས་སུ། །ཁ་དོག་དྲི་རོ་ལྷན་པ་ཡི། །དཀར་
 མངར་བཟའ་བཅའ་བཏུང་བའི་ཚོགས། །མཚན་ཏུ་གྱུར་པའི་ཞལ་བས་འདི། །
 ཡེ་ཤེས་བདུད་རྩིར་བྱིན་བསྐྱབས་ནས། །ཡི་བཞིན་འཁོར་ལོའི་སྒྲིལ་ཚོགས་དང་། །
 རྒྱལ་བ་སྐུ་དང་བཅས་ལ་འབུལ། །འགྲོ་བའི་དོན་དུ་བཞེས་སུ་གསལ། །
 དེ་ལྟར་ལུལ་བའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས། །བདེ་བ་ཅན་དུ་སྦྱོས་ནས་གྱུར། །བཟག་པ་
 མེད་པའི་ཉིང་འཛིན་གྱི། །བས་དང་ཚས་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཤོག། ཅེས་སོ། དེ་ནི་ཞལ་བས་ཚོགས་
 མཚན་གྱི་རིམ་པའོ།

དེ་ནས་ཞལ་བས་ཚོགས་མཚན་གྱི་ལྷག་མ་བསྐྱེད་པ་ཆབ་ཀྱིས་བྲན།

ཨོྭ་ཨུཾ་ཧྲཱི། །ལན་གསུམ། ཨོྭ་ཨུ་ཀཱ་རོ་ལུ་ཁོ་སའ་རྒྱམ་རྒྱུ་ཨུཾ་ཧྲཱི་ཧཱུརྟཱ་ཧཱུརྟཱ་ཧཱུརྟཱ་ཨོྭ་ཨུཾ་ཧྲཱི་
 བཀ་སྒྲུ་རྒྱ། །སྐགས་ལན་གསུམ། གཟུགས་སྒྲིལ་དྲི་རོ་རེག་བྱ་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལྷ་དང་
 ལྷན་པ་འདི་ཉིད། །ལྷག་མ་ལ་དབང་བའི་འབྱུང་པའི་ཚོགས་ཐམས་ཅད་ལ་སྦྱིན་
 བོ། །ཨོྭ་ཨུཾ་ཧྲཱི་བ་ལི་རྟ་ཁ་ཁ་ལུ་ནི་ལུ་ནི། །ཞེས་ལོ་མོའི་སྒྲིལ་དང་བཅས་ཕྱིར་དོ། དེ་ནས། ཡིད་
 བཞིན་འཁོར་ལོའི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ། །ཞལ་བས་མཚན་པའི་བསོད་ནམས་
 ཀྱིས། །བདག་གཞན་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ། །དཀྱིལ་འཁོར་གཅིག་ཏུ་བསྐྱབ་
 པར་ཤོག །ཉེས་ལུང་དྲི་མས་མ་གོས་ཤིང་། །སྐབས་ཆེན་སྤྱོད་པ་ཚོགས་པ་



དང་། །འཕགས་མ་བྱེད་དང་མཉམ་པ་ཡི། །གོ་འཕང་ཆོ་འདིར་ཐོབ་པར་
ཤོག། །ཕ་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་དང་ལྷན་གྱུར་ཅིག། །ངན་འགྲོ་ཐམས་
ཅད་རྟག་ཏུ་སྤོངས་པར་ཤོག། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གང་དག་སར་བཞུགས་
པ། །དེ་དག་ཀུན་གིས་སྒྲོན་ལམ་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག། །འདོད་པའི་དོན་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ནི།
ཕྱག་ཐལ་མོ་སྒྱུར། རྗེ་བཙུན་བཙུམ་ལྷན་འདས་མ་ཐུགས་རྗེ་ཅན། །བདག་དང་མཐའ་
ཡས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི། །སྦྱིབ་གཉིས་བྱང་ཞིང་ཆོགས་གཉིས་སྒྱུར་
རྗེ་གསུམ་ནས། །རྗེ་གསུམ་པའི་སངས་རྒྱུས་ཐོབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །དེ་མ་ཐོབ་
གྱི་ཆོ་རབས་ཀུན་ཏུ་ཡང་། །ལྟ་དང་མི་ཡི་བདེ་བ་མཆོག་ཐོབ་ནས། །ཐམས་
ཅད་མཁྱེན་པ་སྦྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ། །བར་ཆད་གདོན་བགེགས་རིམས་དང་
ནད་ལ་སོགས། །དུས་མིན་འཆི་བ་གྱུར་པ་སྒྲུ་ཆོགས་དང་། །མི་ལམ་ངན་དང་
མཆོན་མ་ངན་པ་དང་། །འཛིགས་པ་བརྒྱད་སོགས་ཉེ་བར་འཆོ་བ་རྣམས། །སྒྱུར་
དུ་ཞི་ཞིང་མེད་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །འཛིག་རྟེན་འཛིག་རྟེན་ལས་ནི་འདས་
པ་ཡི། །བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཐུན་ཐུན་ཆོགས་པ་དང་། །འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་
པའི་དོན་རྣམས་མ་ལུས་པ། །འབད་མེད་ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་པར་མཛད་དུ་
གསོལ། །སྦྱབ་ལ་བཙོན་ཞིང་དམ་ཆོས་འཕེལ་བ་དང་། །རྟག་ཏུ་བྱེད་
སྦྱབ་ཞལ་མཆོག་མཐོང་བ་དང་། །སྤྲོད་ཉིད་དོན་རྟོགས་བྱང་སེམས་རིན་
པོ་ཆེ། །ཡར་ངོའི་ཁྱེད་ལྟར་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པར་མཛད། །འདོད་གསོལ་ནི་བདག་བསྐྱེད་
བསྐྱེད་མ་བྱས་པའི་གོང་ནས་འགྲུལ་ན་འཐད་པར་ མཐོང་བས་འདིར་བཙུགས་པ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ནས་རྗེས་ཆོག་ནི།

ཨོ་ཤུའུ་རྩ་རེ་ས་པ་རི་ཕྱ་ར་ཨུརྟི་པ་རྩིཾ་སྤྱ་རྩ།
ཨོ་ཤུའུ་རྩ་རེ་ས་པ་རི་ཕྱ་ར་པུ་རྩི་པ་རྩིཾ་སྤྱ་རྩ།
ཨོ་ཤུའུ་རྩ་རེ་ས་པ་རི་ཕྱ་ར་པུ་རྩི་པ་རྩིཾ་སྤྱ་རྩ།
ཨོ་ཤུའུ་རྩ་རེ་ས་པ་རི་ཕྱ་ར་རྩུ་པེ་པ་རྩིཾ་སྤྱ་རྩ།
ཨོ་ཤུའུ་རྩ་རེ་ས་པ་རི་ཕྱ་ར་ཨུ་ལོ་ཀེ་པ་རྩིཾ་སྤྱ་རྩ།
ཨོ་ཤུའུ་རྩ་རེ་ས་པ་རི་ཕྱ་ར་གཞུ་པ་རྩིཾ་སྤྱ་རྩ།
ཨོ་ཤུའུ་རྩ་རེ་ས་པ་རི་ཕྱ་ར་ནི་མི་བྱ་པ་རྩིཾ་སྤྱ་རྩ།
ཨོ་ཤུའུ་རྩ་རེ་ས་པ་རི་ཕྱ་ར་ཤུ་པ་རྩིཾ་སྤྱ་རྩ།

༼རིགས་མ་ལྷག་གྱ༽ ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ཅོད་པན་གྱིས། །ཞབས་ཀྱི་པད་མོ་ལ་བདུད་དེ། །
པོངས་པ་ཀུན་ལས་སྒྲོལ་མཛད་མ། །སྒྲོལ་མ་ཡུམ་ལ་ཕུག་འཆའ་བསྟོད། །ཅེས་བསྟོད།
ཨོ་བཟླ་སདྲ་ས་མ་ཡ། མ་རུ་པུ་ལ་ཡ། བཟླ་སདྲ་རྩོལ་པ་རྩིེ། རི་རྩོལ་རྩ་མ།
སུ་རྩོལ་རྩ་མ། སུ་པོ་རྩོལ་རྩ་མ། ཨུ་རུ་རྩོལ་རྩ་མ་སམ། སི་རྩི་སྤེ་པ་ཡཾ་
སམ་ཀམ་སུ་ཅ་མེ་ཅི་རྩི་ཤེ་ཡེ་ཀུ་རུ་རྩི། ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏེ། ལྷ་ག་མན་སམ་ཏ་སྤྱ་
ག་ཏ་བཟླ་སུ་མེ་སྤྱུ། བཟླ་རྩ་མ། མདྲ་ས་མ་ཡ་ས་དུ་ཨུཾ། །ཞེས་ཡིག་བརྒྱ་པས་ལྷག་ཆད་
བསྐྱད། མ་འབྱོར་བ་དང་ཉམས་པ་དང་། །གང་ཡང་བདག་ཕྱོངས་སྒྲོ་ཡིས་ནི། །
བགྱིས་པ་དང་ནི་བགྱིད་སྤྱལ་བ། །དེ་ཡང་བཟོད་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །ལྷག་པ་
དང་ནི་ཆད་པ་དང་། །ཆོག་འི་ཡན་ལག་ཉམས་པ་དང་། །བདག་གིས་ཇི་སྟེད་ཅི་
བགྱིས་པ། །དེ་ཡང་བཟོད་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །

རྟོན་ཡོད་ན།

མདུན་བསྐྱེད་གྱི་ཡེ་ཤེས་པ་རྣམས། །འདིར་ནི་གཟུགས་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ། །འགྲོ་
བའི་དོན་དུ་བཞུགས་ནས་ཀྱང་། །ནད་མེད་ཆོ་དང་དབང་ཕྱུག་དང་། །མཆོག་
རྣམས་སྦྱིན་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །ཞོ་སྲུ་པ་ཏཱི་བཙྰ་ཡེ་སྤྱུ། །ཞེས་བརྟན་བཞུགས་བྱ།

དེ་ནས་བདག་བསྐྱེད་བསྐྱུ་ལྔ་དབྱས་རྗེས།

དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྦྱར་དུ་བདག །ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོ་འགྲུབ་སྦྱར་ནས། །
འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། །དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག །ཁྱོད་ལ་བསྟོད་
ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས། །བདག་སོགས་གང་དུ་གནས་པའི་ས་
ཕྱོགས་སུ། །ནད་གདོན་དབྱལ་ཕོངས་འཐབ་ཚུད་ཞི་བ་དང་། །ཆོས་དང་བྲལ་
ཤིས་འཕེལ་བར་མཛད་དུ་གསོལ། །སོགས་གྱིས་དགོ་ཙྰ་བྱང་རྒྱུབ་ཏུ་བསྟོ། །ཅེས་པའི་བར་གྱིས་འདོད་པའི་དོན་
ལ་གསོལ་བ་བཏབ།

བདེ་བ་ཅན་གྱི་སྦྱོན་ལམ་ནི།

བཙུམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་བཙུམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་
པའི་སངས་རྒྱས་འོད་དཔག་མེད་རྩལ་མེད་ཅིང་རྣམ་པར་དག་པ་བཞུགས་

ཤིང་འཆོལ་གཞེས་ཤིང་ཆོས་ཀྱང་སྟོན་པའི་མཆོག་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །
འོད་ཟེར་མཐའ་ཡས་མངའ་བས་འོད་དཔག་མེད། །དེས་ཀྱན་སྒྲུང་བ་
མཆོག་སྒྲུང་སྒྲུང་མཐའ་ཡས། །འབྲམས་ལྟས་སྐྱེ་ཆོས་ཆོད་པག་མེད་དང་
བཅུས། །སྐྱེ་རས་གཟིགས་གསོལ་སྟོན་པར་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཁྱོད་གང་
མཉེས་པ་ཀུན་ཏུ་བདག་འབྲུལ་ཞིང་། །སྒྲིག་པ་ཐམས་ཅད་བཤགས་
བགྱི་དེང་ནས་བཟུང་། །མགོན་པོའི་མཛད་པ་ཀུན་ལ་ཡི་རང་བས། །དགོ་
བ་ཅི་བྱས་དེ་འབྲུབ་ཕྱིར་བསྟོའོ། །ཁྱོད་སྟོན་འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱག་རྒྱལ་
པོའི་དྲུང་། །ཆོས་ཀྱི་འབྲུང་གནས་ཞེས་བྱུང་དགོསྟོང་དེས། །རང་གི་སངས་
རྒྱས་ཞིང་བཟུང་ཇི་བཞིན་དུ། །བདག་ཀྱང་སྟོན་ལམ་འདེབས་ཀྱི་འབྲུབ་བྱུར་
ཅིག །ཁྱོད་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ར་ཡི་མིང་ཐོས་ཀྱན། །ར་ཡི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་བྱུར་
ཅིག་བཏབ། །དེ་བྱུབ་མཆོན་ཐོས་དད་པའི་ཤེས་ཐོབ་པས། །གང་དྲུང་དེས་
ཀྱང་བྱུར་བའི་སྐབས་དབྱེར་གསོལ། །ཁྱོད་ནི་གཞན་གི་དོན་མཛད་མི་གཡེལ་
དང་། །རྒྱ་མཚོ་དུས་རྒྱབས་མི་ཡོལ་མཚུངས་པས་ན། །ཐུགས་རྗེའི་ལྷགས་རྒྱ་
རིངས་པར་བརྒྱུངས་ནས་སྟ། །བདེ་བ་ཅན་དུ་ཡུད་ཀྱིས་བྱང་བར་མཛོད། །ཁྱོད་
ཞིང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་བྱུར། །རེ་རེས་མ་སྒྲོས་བསྐླལ་བ་ཇི་
སྟེད་དུ། །བསྐྱུགས་ཀྱང་ཟད་པར་མི་འབྱུང་ཡོན་ཏན་ཅན། །བདེ་བ་ཅན་གི་ཞིང་དུ་
སྐྱེ་བར་ཤོག །ཁྱོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ཁམས་ནི་མཐའ་མེད་ལ། །ལྷན་པོ་ཁོར་ཡུག་
མཆོམས་ཡོད་མ་མཆིས་པ། །ཀུན་ཏུ་མཉམ་པ་ལག་པའི་མཐིལ་ལྟ་བུའི། །

བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག། །ཁྱོད་བཞུགས་རིན་ཆེན་སྣ་ཚོགས་གཞི་
 མོའི་སྒྲིང་། །ཞལ་བ་བྱས་འདྲ་དན་སོང་སྣ་མིན་མེད། །བདེན་ས་བདེ་འགྲོ་གང་
 ལ་མིང་ཆགས་པ། །བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག། །ཁྱོད་གནས་སར་མི་
 གནམ་སྣ་མིང་ཅུ་ཁྱད། །སྣ་མོ་བདུན་སྟོང་མདུན་བདར་ཅེ་བ་ཡི། །རིན་ཆེན་
 གཞལ་མེད་སྣ་རྩལ་མལ་སྟན་ཅན། །བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག། །ཁྱོད་
 དབྱུང་སྐྱེད་ཚལ་ནོར་བུའི་ནགས་སྒྲོངས་དང་། །སྒྲོས་ཆུའི་སྒྲུང་ཆེན་སྒྲུལ་པའི་
 བྱ་དང་ནི། །མེ་ཏྲག་གིས་གང་རིན་ཆེན་རི་སྒྲིང་ཅན། །བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དུ་
 སྐྱེ་བར་ཤོག། །ཁྱོད་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཤིང་ཆེན་བཟླ་ན་སྒྲུག། །སྟོང་དང་དུག་བརྒྱའི་
 དཔངས་དང་ཁྱོན་ལྔ་བརྒྱ། །ལེགས་བྱས་ཐམས་ཅད་སྒྲུང་བའི་འཕྲུལ་ཆེན་
 བོ། །བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག། །ཁྱོད་ཡུལ་དུས་དུས་རྒྱུད་གིས་ལྷོན་
 ཤིང་ལས། །མེ་ཏྲག་ཆར་བདེལ་མི་འགྲོང་བདུན་བཙུགས་དཔངས། །མནན་ན་
 སོར་བཞི་ནེམ་གྱུར་བཏེག་འཕར་བ། །བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག། །ཁྱོད་
 ཞིང་ལྷོན་ཤིང་སྒྲུང་དང་རོལ་མོའི་སྒྲིལ། །ཡིད་འབབ་ཆོས་ཀྱི་དབྱངས་སྟོན་སྒྲོས་
 ཟས་དང་། །གོས་རྒྱན་བསམ་ཀུན་མོད་ལ་འབྱུང་བ་ཅན། །བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དུ་
 སྐྱེ་བར་ཤོག། །ཁྱོད་སྟོན་གྱིས་སྟོས་སྟུན་སྟུམ་ཚོགས་པའི་སྒྲིལ། །ཞིང་ཁམས་རྒྱ་
 མཚོར་རྟེན་དཀར་མ་ལུས་པས། །རྣམ་པར་བརྒྱན་ཕྱིར་བཟླ་བས་མི་དོམས་
 པ། །བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག། །ཁྱོད་འཁོར་ལྔ་བརྒྱ་པརྒྱའི་མངལ་
 གནས་དང་། །དེ་ལས་སྐྱེལ་མོ་སྒྲུང་བཅས་མོད་སྐྱེ་གཉིས། །གསེར་མདོག་མཚན་

དཔེས་སྤྲུལ་པ་ཤ་སྟག་པ། བདེ་བ་ཅན་གི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག། ཁྱེད་བསྟན་ཉན་
 ཐོས་དགེ་འདུན་དཔག་མེད་ཅིང་། ཁེམས་དཔའ་དཔག་མེད་སྟོན་ལམ་དཔག་
 མེད་པ། རམས་ཅད་ཆོ་ཡང་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཅན། བདེ་བ་ཅན་གི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་
 བར་ཤོག། ཁྱེད་མཆོད་པ་ལ་བཙོན་ཞིང་སྐྱད་ཅིག་རེ། བརྒྱ་སྟོང་སངས་རྒྱས་
 ཞིང་མུལ་ཆོས་ཉན་པ། ཀྱུན་ཀྱང་མདོན་ཤེས་རྩ་འཕུལ་ཆེན་པོས་བསྐྱེད། འ
 བདེ་བ་ཅན་གི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག། འཇིག་རྟེན་དབང་དང་མཐུ་ཆེན་ཐོབ་སོགས་
 སྤྲུལ། འོད་ཟེར་དཔག་མེད་དེ་བཞིན་གཤེགས་ཉིད་བཞིན། འཕྲོ་བའི་ཕན་
 བདེ་སྦྱོན་ལ་སྟོབས་འགན་པ། བདེ་བ་ཅན་གི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག། ཁྱེད་ཀྱིས་
 སྐྱད་ཅིག་རེ་བསྟན་ཆོས་ཀྱི་གངས། སྤྲུལ་ཀྱང་བགྲང་བར་མི་ལྷས་དེ་འདྲ་
 ལ། རྟག་པར་ཉན་འཛིན་སྟོ་ཆེན་ཆོགས་པའི་གྲ། བདེ་བ་ཅན་གི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་
 བར་ཤོག། ཁྱེད་མཐུས་སྐྱད་ཅིག་རེ་ཡང་ཉིང་འཛིན་སྟོ། བརྒྱ་སྟོང་
 བྱེ་བ་སྟེད་འབྲུབ་དེ་ལྟ་བུས། དཔག་མེད་སྲིད་པར་བསམ་གཏན་སྟོམ་
 པའི་སྤྲིང་། བདེ་བ་ཅན་གི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག། ཁྱེད་བྱིན་སྦྱིབ་པའི་གནས་
 སྐབས་ཀྱུན་འགག་ཅིང་། ཁོད་དུ་སྟེལ་ལ་མཚུངས་པ་མེད་བརྒྱབས་ནས། འ
 ཡོན་ཏན་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་བདག་བཞིན་དུ། བདེ་བ་ཅན་གི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་
 བར་ཤོག། རྒྱལ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་བཟང་ཞིང་དགའ་བ་དེར། བརྗོད་མ་པ་
 ཤིན་ཏུ་མཛེས་ལས་སྦྱིས། སྤྲང་བ་མཐའ་ཡས་རྒྱལ་བས་མདོན་སྤྲུལ་དུ། ལྷང་
 བསྟན་པ་ཡང་བདག་གིས་དེར་ཐོབ་ཤོག། དེར་ནི་བདག་གིས་ལུང་བསྟན་རབ་

ཐོབ་ནས། །སྤྱལ་པ་མང་པོ་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་ཡིས། །སློ་ཡི་སྟོབས་ཀྱིས་ཕྱོགས་
བརྩ་རྣམས་སྲུ་ཡང་། །སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཕན་པ་མང་བཟྱི་ཤོག ། བདེ་བ་ཅན་
ཀྱི་སོན་ལས་དཀོན་མཆོག་བརྟེན་པའི་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་ཞིང་བཀོད་ལས་ཕྱུང་སྟེ་པ་སྒྲིལ་དཀར་པོས་ལོ་གྲོར་རོང་ཕྱོན་ནང་ཞེས་བྱ་བའི་
གཙུག་ ལག་ཁང་དུ་བྱིས་པ་བན་བརྩན་རྒྱལ་བ་བཟང་པོ་ལ་སོགས་པའི་དོན་གཉེར་བ་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བར་བྱུང་ཅིག །

སྟོན་ལམ་གྲུབ་རྒྱལ་མ་ནི།

བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྟོན་ལམ་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་
འཆོལ་ལོ། །ལས་དང་སློ་བྱར་རྒྱུན་ལས་གྱུར་པ་ཡི། །གའོན་དང་ནད་དང་
འབྱུང་པོའི་འཆོ་བ་སོགས། །སེམས་ཅན་ཡིད་མི་བདེ་བའི་ནད་རྣམས་ཀྱུན། །
འཇིག་རྟེན་ཁམས་སྲུ་འབྱུང་བར་མ་གྱུར་ཅིག །ཇི་ལྟར་གཤེད་མས་ཁྲིད་པའི་
བསད་བྱ་བཞིན། །སྐད་ཅིག་གཅིག་ལ་ལུས་སེམས་འབྲལ་བྱེད་པའི། །སློག་
འཕྲོག་ནད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་ཇི་སྟེད་པ། །འཇིག་རྟེན་ཁམས་སྲུ་འབྱུང་བར་མ་
གྱུར་ཅིག །འཆི་བདག་གཤེན་ཇེ་འཁ་ནང་ཚུད་པ་ལྟར། །ནད་ཀྱི་མིང་ཅམ་ཐོས་
པས་སྐྱག་བྱེད་པའི། །ཉིན་གཅིག་པ་དང་རྟག་པའི་རིམས་སོགས་ཀྱིས། །ལུས་
ཅན་ཀྱུན་ལ་གཞོད་པར་མ་གྱུར་ཅིག །གཞོད་པའི་བགོགས་རིགས་སྟོང་ཕྱག་
བརྒྱད་ཅུ་དང་། །སློ་བྱར་ཡེ་འདྲོག་སྐྱམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་དང་། །བཞི་བརྒྱ་ཙུ་བཞིའི་
ནད་ལ་སོགས་པ་ཡིས། །ལུས་ཅན་ཀྱུན་ལ་འཆོ་བར་མ་གྱུར་ཅིག །ལུས་སེམས་
བདེ་བ་མ་ལུས་འཕྲོག་བྱེད་པའི། །འབྱུང་བཞི་འབྲུགས་པའི་སྤྱག་བསྐྱལ་ཇི་

སྟེད་པ། །མ་ལུས་ཞི་ཞིང་མདངས་སྟོབས་ལྡན་གྱུར་ནས། །ཆོ་རིང་ནད་མེད་བདེ་
སྦྱིད་ལྡན་པར་ཤོག། །སྒྲ་མ་དཀོན་མཆོག་རྣམས་ཀྱི་སྤྱགས་རྩེ་དང་། །མཁའ་
འགྲོ་ཆོས་སྦྱོང་སྦྱང་མའི་མཐུ་སྟོབས་དང་། །ལས་འབྲས་བསྐྱུ་བ་མེད་པའི་
བདེན་སྟོབས་ཀྱིས། །སྟོན་ལམ་རི་ལྟར་བཏབ་པ་འབྲུབ་གྱུར་ཅིག། །སྒྲ་མེད་སྒྲ་
མའི་སྤྱགས་རྩེ་དང་། །རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤྱས་རང་རྒྱལ་དང་། །དབྱ་བཙམ་བདེན་
པའི་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱིས། །སྟོན་ལམ་རྣམ་དག་འབྲུབ་པར་ཤོག། །རྩི་རྩེ་འཆང་ཆེན་
ཏིམ྘ེ་རྒྱ་རོ་དང་། །མར་པ་མི་ལ་སྐྱམ་པོ་མཐའ་རྩ་པ། །སྤྱ་སྤྱ་པ་དང་དཔལ་ལྡན་
འབྲུག་པ་སོགས། །བཀའ་བརྒྱུད་སྒྲ་མ་རྣམས་ཀྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །བདག་
གིས་ཆོ་རབས་ཀུན་ཏུ་བསྐྱབས་པའི་ལྷ། །དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་
ཕྱིན་ལས་མ། །རབ་དཀར་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་སྦྱན་བདུན་མ། །ཡུམ་གྱུར་
ཡུལ་བསྐྱམས་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །སྐྱ་ཡི་སྦྱོན་སངས་མཆོན་དང་དཔེ་
བྱད་ལྡན། །གསུང་གི་སྦྱོན་སངས་ཀ་ལ་པིང་ཀའི་དབྱངས། །སྤྱགས་ཀྱི་སྦྱོན་
སྤངས་ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་མཁྱེན། །བཀྲ་ཤིས་དཔལ་འབར་མ་ཡི་བཀྲ་ཤིས་
ཤོག། །ཆོས་སྐྱ་གཟུང་འཛིན་བྲལ་བའི་ངང་ཉིད་ལས། །འཛངས་སྦྱོད་རྩོགས་སྐྱ་
འཇའ་ཆོན་ལྟ་བུ་ལ། །མཆོན་དང་དཔེ་བྱད་ཕྱག་རྒྱ་ལྡ་ཡིས་བརྒྱན། །ཡི་
དམ་ལྷ་ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །ཡུལ་ཉི་ཤུ་རྩ་བཞིའི་མཁའ་
འགྲོ་དང་། །ཁྱད་པར་ཡུ་རྒྱན་དབེན་གནས་སུ། །དམ་ཆོག་ཅན་རྣམས་སྦྱང་
མཛད་པའི། །མཁའ་འགྲོ་མ་རྣམས་ཀྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །བཙམ་ལྡན་འདས་
ཀྱི་སྦྱན་སྡུ་བ། །སྐྱབ་པ་མཛད་པའི་གང་ཟག་ལ། །བུ་བཞིན་སྦྱོང་བར་ཞལ་



སངས་རྒྱས་རྗེ།
ལས་ཚོགས་སློབ་དཔོན།



ནང་ཆོས་ཉམས་ལེན་ལས་ཆོག་གས།

Organization for the Promotion of Buddhist Practices.

**Kuenshey Apartment, 5th Floor.
Babesa, Thimphu: Bhutan.**

**Email: buddhistpractices22@gmail.com
Contact: # +975-77263199 / 77271035**

