

# ལུ་བུན་པ། གཟའ་ནད།

གཟའ་ནད་ཅེས་པ་ནི་དོ་བོ་སྐོ་བུར་བུ་སོག་པའི་སྲིད་སྐྱོན་གྱི་ནད་ལ་སྐོན་རབས་གྱི་གྲགས་ཚོད་དེ་བུར་སྐོར་གཟའ་བུ་དུ་ཆེན་པོ་ར་བུ་ལའི་བུ་གྲིབ་སོག་པ་ལས་བྱུང་བའི་གཏམ་རྒྱུད་དང་རྒྱུར་ཞིང་ལས་ལའི་སྐོས་རང་བྱུང་ཁམས་གང་གདོན་འདྲེར་སྐོར་བཏགས་ནས། དེས་ལྷན་ཅན་གྱི་ཁ་སྐྱུགས་ཤིང་སྐོབ་སོགས་གྱི་ནད་གཏོང་བར་བཤད་པས་ནད་གྱི་མིང་བུ་ནད་བདག་གི་མིང་བཏགས་པ་སྟེ། བད་འདིའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་སྟུ་བུར་སྐོར་གི་ནད་དང་། གཟའ་ལྱིལ། ལྟངས་ལྱིལ། ལྱིལ་སྐོན་ཞེས་པ་སོགས་འབྱུང་དོ། །

གཏམ་རྒྱུད་དུ། རྐྱན་ཚོད་དཔོན་ཞིག་དོན་མཐུན་མང་པོ་དང་བཅས་ཉེ་ཁེ་དོན་བུ་སོང་བ་ལས་འབྲེག་དགོན་པ་ཞིག་ཏུ་བྱང་བཏབ་པོ། ། དེར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་མཚོན་སྐོར་སྟུལ་དུ་སྐྱེན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ལས། དེའི་བུ་ལོ་སྐྱུགས་དེར་མེ་བྱུང་བ་ཚོད་དཔོན་འཁོར་དང་བཅས་པས་ཁམས་རྣམས་ལ་ཆུ་སྐྱེལ་དུ་བཅུག་ནས་མེ་བསད། བད་པར་བམ་ལངས་པ་དང་མཚོན་སྐོར་ལྟ་བུས་ཚོག་མི་ཤེས་པ་དེ་མཚོང་བས། ཚོད་དཔོན་ཏུ་བྱང་བྱང་དང་པ་སྐྱེས་ཉེ། དཔེ་བ་འདི་བདེན་ན་བདག་སྲིད་པ་གསུམ་ན་ལྷན་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེ་བར་བྱུར་ཅིག་ཅེས་སྐོན་ལམ་བཏབ་པས། རྐྱན་ལམ་གྱི་མཐུས་པ་ལྟ་སྲིད་དང་མ་སྟུ་མོ་ལས་སྐྱེས་པའི་བུ་སྲིད་བཞིའི་ཆེད་ཚུབ་ཅིང་སྲིད་པ་གསུམ་ན་ལྷན་དང་མཐུ་ཆེ་བར་གྲགས། སེམས་དུལ་བར་མ་བྱུར་པས་ལྱིལ་དུག་འདོན་ཞིང་གཞོན་པ་དང་བཅས་པར་སོང་། ལན་ཅིག་དེས་རྒྱ་བ་བཟུང་བ་ལས་གསང་བའི་བདག་པོས་རྗེ་བཙུན་པས་ལྷན་དུ་མ་བྱུང་དུ་སོང་བ་སྟེ་བཟུང་གྱི་སྐོར་རྒྱ་དང་བཅས་པ་ལ། ལྷ་གཅན་དུ་མ་བྱུང་དམ་གཟའ་བཟུང་རྒྱ་དུས་བཟུང་སོགས་སྟུབ་པར་འདོད། འདི་སྟུམ་གྱི་ཆ་འདོན་པས་སྐྱུང་སྟུལ་དུ་ཡོད་པ་དང་། གཟའ་སྟུ་སྟུན་མོང་ཡིན་པས་སྟུ་ཚོག་གས་ཆེར་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

# སྒྲིབ་བཤམ་པ།

## དང་པོ། རྒྱ་སྒྲིབ།

གཟུང་ནད་ཀྱི་རྒྱ་སྒྲིབ་ནི་རྒྱ་དུ་གདོན་ནད་སྒྲིབ་རྒྱ་ལས་སྐོར་དུ་མ་བཟུན་པ་དང་། དེར་རྒྱ་བཞིའི་  
 འགྲེལ་བཤེ་སྒྲོན་ལས། མི་དགའི་ལས་མང་དུ་བྱས་པ་དང་སྤྲུགས་བཞུག་ཡིན་ན་རང་གིས་བཞེན་པའི་སྤྱང་མ་འཕྲ  
 བ་དང་། གཞན་གྱིས་ཐད་པ། རྒྱ་བོ་ཡིན་ན་ཆེ་ཟད་དཀོར་ནོར་ལ་འབགས་ཤིང་རྒྱ་ཉ་གྲུད་པ་ལས་འབྱུང་བ།  
 ཞེས་དང་། གསོ་རིག་ཀྱང་འདུས་ལས། ཟས་ཤུག་དང་རླུ་ལ་སོགས་པ་དྲོད་བཅུད་ཅན་གྱི་རིགས་བཞེན  
 དུགས་པ་དང་། སྒྲིབ་ལ་མཚུ་ཤེལ་དང་ཉི་ཟེར་སོགས་ཀྱི་འོད་མདངས་སོགས། སྒོ་བྱར་དུ་འགྲུལ་སྒྲིབ་བྱེད་པ་  
 དང་ཤེད་བྱགས་འདོན་པ་སོགས་ཟས་སྒྲིབ་མི་མཐུན་པའི་རིགས་གང་ཞིག་དང་། ལྷས་གྱི་ཁྲད་རྒྱང་སྒྲོམས་པར་  
 མ་གཞན་པ་སོགས་ཀྱིས་ནད་འདི་སྒྲིབ་པ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་དང་། གསོ་རིག་རྒྱ་བཞིའི་འགྲེལ་ཆེན་  
 ལས། དོན་དུ་རྒྱ་དུ་བྱགས་ཆེན་པོར་སོང་བ་གྲིབ་དང་། གྲིབ་བྱགས་ཆེན་པོར་སོང་བ་གཟུང་ཡིན་པས་འཕྲགས་  
 བྱི་ཚ་དཀར་ནག་ལོ། ། ཞེས་གསལ་བ་བཞིན་ཤེས་པར་བྱའོ། །

## གཉིས་པ། དབྱེ་བ།

▲ ① དབྱེ་བ་ས་རྒྱ་མི་རྒྱུད་ནམ་མཁའ་ལ། །

གཟུང་ནད་ལ་རྒྱ་ལས་མེ་གཟུང་དང་རྒྱ་གཟུང་གཉིས་མ་གཏོགས་དངོས་སུ་མ་བཟུན་གྲང་། མན་ངག་  
 ལྷན་ཐབས་ལྟར་ན་དེ་གཉིས་སྤྱོད་དུང་ས་གཟུང་དང་། རྒྱུད་གཟུང་། བམ་མཁའི་གཟུང་བཅས་རྣམས་ལ་  
 པལ་ལྷན་ཡོད་དོ། །

① མན་ངག་ལྷན་ཐབས་ལས་དྲངས།

## གསུམ་པ་ འཛིན་དུས།

འཛིན་དུས་ཚེས་བཞི་བརྒྱད་དམ་བཅུ་གཅིག་དང་། ། བཙོ་ལྷ་བཙོ་བརྒྱད་ཉི་ཤུ་གཉིས་དང་།  
ལྷ། ། ཉི་ཤུ་དགུ་དང་ལྷ་དུས་བརྒྱད་པ་འཛིན། །

རང་རེ་པོ་དུ་གྱི་ལོ་རྒྱ་ལྷག་ཚེས་ལྷ་རྒྱས་ནས་རྒྱ་བ་གཅིག་གི་ནང་དུ་ཚེས་གྲངས་འདི་བརྒྱད་པ་ལྷ་བའི་དུས་  
ཉེ་ཚེས་བཞི་པ་ལྷ་རྒྱས་ལོ་ལོ་དང་བསྟོན། བརྒྱད་པ་དྲུག་ལྷོད་དག་མེད་དག་ལྷ་དང་བསྟོན། བཅུ་གཅིག་  
ལ་རོག་ཉི་བདུད་དང་བསྟོན། བཙོ་ལྷ་ལ་བཞི་ལྷོ་ལོ་ལོ་དང་བསྟོན། བཙོ་བརྒྱད་ལ་བཞི་བཙོ་ལོ་དང་བསྟོན།  
ཉི་ཤུ་གཉིས་ལ་དུ་མཇུག་གཤིན་རྗེ་དང་བསྟོན། ཉེར་ལྷ་ལ་ལྷ་བའི་ལྷ་དང་བསྟོན། ཉི་ཤུ་དགུ་ལ་རྒྱ་གཙན་  
བཞེགས་དང་བསྟོན་པ་བཙོ་བའི་དུས་ཚེས་ལ་གཟུང་བདུད་ཚེས་པོ་ར་རྒྱ་ལའི་གདོན་གྱིས་འཛིན་པའི་ན་འཛིན་  
དུས་ཞེས་བེད། དེ་ཡང་། མཚོ་དུག་རྒྱོན་དང་དེ་ཉིད་ལྷ། ། ལྷ་ཚེས་ལག་མིག་ལྷ་གྲུང་གྲུ། ། ཞེས་པ་ལས་  
ལྷ་དེས་བར་ལྷོ། ། འདིར་མ་གསལ་བའི་གནས་གང་ལའང་འཛིན་ལ་གཞན་ནི་ཚེས་དེ་རྣམས་རྒྱ་ཚོད་གྱི་  
དབང་དང་ཚེས་མར་འཚངས་སོགས་གྱིས་འཇུགས་པ་དང་། ཡང་ཚེས་གྲངས་ནོར་བ་སོགས་ཡིན་པས་ཚེས་  
གྲངས་ལོང་ལས་འདེད་བར་འཛིན་པ་མེད་དོ། ། དེ་དག་བལྟ་བུ་དེ་ཉི་ཚེད་རེ་ལྷ་ལྷ་དུ་བཞོད་པ་གསལ་གསལ་ལ།

གཟུང་བདུད་ཚེས་པོ་ར་རྒྱ་ལའི་གདོན་གྱིས་འཛིན་པའི་དུས་ཚེས་རེ་ལྷ་ལྷ་གྲུང་གྲུ།

ཚེས་གྲངས་	༩	༡	༡༡	༡༥	༡༧	༢༣	༢༥	༢༧
ལྷ་རྒྱུ་ལོ་ཚ	ལྷ	ལྷ	ལྷ	ལྷ	ལྷ	ལྷ	ལྷ	ལྷ
གཟུང་	ལྷ་དང་ལྷོན	དྲུག་ལྷོད་ དག་མེད་ལྷ་	རོག་ཉི	བཞི་	བཞི་	དུ་མཇུག	ལྷ་བའི་ལྷ་	དག་གཙན
བསྟོན་པ་རྒྱ།	ལོ་ལོ	དག་ལྷ	བདུད	ལྷོ་ལོ	བཙོ་	གཤིན་རྗེ	ལྷ	བཞེགས་

བཞི་པ། བརྟག་ཐབས།

༡ ལྷི་རྟགས།

ལྷི་རྟགས་གཞོགས་བཤམ་མིག་ཚ་ལྟར་བ་དང་། ། ཁ་རྒྱགས་ཁ་སྐྱེ་ཅ་དང་དགོད་པར་  
བྱེད། །

བརྟག་པའི་ཐབས་ལས་ལྷི་རྟགས་བསྟན་པ་ནི། གཞོགས་བཤམ་བ་སྟེ་དེ་ངོས་ཀྱི་བྱ་བ་ཉམས་ཤིང་མིག་ཚ་  
ལྟར་བཤམ་གསལ་བ་དང་ཁ་རྒྱགས་པ། ཁ་སྐྱེ་ཞེས་ཁ་ཡོན་པོར་ལྟར་བ། ཅ་བ་དང་དོན་མེད་དགོད་པར་བྱ་བ་  
སོགས་ཀྱི་རྟགས་ཡོད་ཅེས་པའི་དོན་ནོ། ། དེ་ལ་དཔལ་སྤྱང་ས་དཔོན་གཟའ་ལེགས་བསྟན་འཛིན་གྱིས་མཛོད་  
པའི་ཨེ་ལས། ལྷི་རྟགས་ཁ་མིག་སྟེ་བ། ཞེས་པ། ཚ་རྒྱ་འཚོར་སྟེ་མ། དྲིང་བ། རྫོ་སྟེང་འདར་བ། རྫིང་བ།  
ཤེར་བ། ཚ་བ། འགྲུལ་བ། ཟව་བ། མཐོན་བ། འཁོར་བ། དབང་པོ་མིགས་ལ་བ། འཕྱོ། མོད། རྫིང་  
མིང་གའ་བ་རྣམས་འབྱུང་ངོ། ། ཞེས་དང་། མོག་དྲིལ་ལས། དྲང་སྟོང་ནད་ལ་ལྷི་རྟགས་འདི་ལྟར་འོང། །  
དགོད་དང་ཅ་དང་ཤ་ཚ་བ་ཚེ་བ་དང་། ། ཁ་སོ་འདལ་དང་རྒྱང་ལག་བཤམ་བ་དང་། ། བརྟགས་པའི་ཚེན་  
ཚེན་བརྒྱད་ན་ན། ། གཡས་འཁྱོག་གཡོན་འབྲུམས་དཀར་ནག་ཚ་ཅུ་དལ། ། བྲག་ཚ་དལ་བས་མིག་འབྲས་  
གཉིས་ལ་འཁོར། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གོ་བར་བྱ་ལ། གཞན་ཡང་གསོ་རིག་ཀྱི་འདུས་ལས། ལྷི་རྟགས་  
ལ་གསོ་རྒྱུང་བ་དང་མི་རྒྱུང་བ་གཉིས་སུ་ཡོད་པ་ལས།

གསོ་མི་རྒྱུང་བ་ནི། བཅོས་ཡོང་མེད་པར་དུན་མེད་བརྒྱལ་བ་དང་། ཡན་ལག་འགྲུལ་སྟོད་ཡོངས་སུ་  
ཉམས་པ། སོ་བཟན་བྲག་ལྟར་སྟེ་རྒྱགས་ནས་འཚིབ་སོགས་ཀྱི་རྟགས་འབྱུང་བ་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་ནད་འདི་  
སོག་མ་ཐག་ནད་པའི་ལྷས་ལ་གཞན་གྱིས་མ་རེག་པ་དང་མ་རྒྱལ་གོང་དེ་འབྲས་སད་མའདེ་ལ་སྟོས་དཀར་རྟ་སོ་མ་  
མཐེབ་ཚོགས་ཅམ་དང་། ཤིང་མངར། སྤང་རྒྱན་བཅས་ཆ་མཉམ་བརྟགས་པ་ཁོང་དུ་གཏོང་ཡོང་བྱུང་ན་ནད་  
པའི་སྟོག་ཟིན་ནས་བཅོས་སྒྲིག་ཡོད་པ་ཁ་ཤས་འབྱུང་གྲིད་དོ། །

གསོ་རྒྱུང་བའི་གསལ་ཡང་། བད་ཤིན་ཏུ་གཉན་པས་སྟོག་འདོད་བ་ཡོད་ལ། མང་ཤས་འཚོ་སྐྱབས་ན་དེ་  
རྣམས་ཀྱི་ནད་རྟགས་མངོན་ཚུལ་ནི་མིག་ལམ་དུ་བྲོ་སོ་མཐོང་བ་དང་། མཐོ་ཡུ་འཁོར་བ། རྒྱགས་པ་ལངས་པ།  
གཞོགས་བཤམ་ལ་དེ་སྟོགས་ཀྱི་བྱ་བ་ཉམས་ཤིང་། མིག་ཚ་ལྟར་བ་དང་། ཁ་རྒྱགས་པ། ཁ་སྐྱེ་བ་སོགས་འབྱུང་  
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ངོ། །

3 ལྷན་ལྷན་བརྟག་པ།

ལྷན་ལྷན་བརྟག་པ་ནི་ཕྱ་དགུ་ལ་ཟེན། ། སྐད་མ་ཐག་དུ་རྒྱག་ཅིང་རྒྱག་པ་དང་། ། རྩོད་གར་རྒྱ་རྒྱག་བརྒྱབ་པ་མི་དང་ངས་དང་། ། མིག་འཕྲུམ་མི་ཤེས་དུག་ཅུ་ཡར་འདས་པ། ། གསོས་ལྷན་སོས་པར་མི་འཇུག་ལྷན་བར་གྱ། །

ལྷན་ལྷན་གྱི་བརྟག་པ་ནི། གཟའ་བདུད་ཆེན་པོ་རྣམ་གཅན་རྒྱ་བའི་དུས་ཉེ་ཆོས་ཉེ་ཕྱད་གྲུ་ལ་ཟེན་པ་དང་། བདེ་ལོ་མོག་མ་ཐག་དུ་རྒྱག་པ་ཅིང་ཁ་རྒྱག་པ་ལ། རྩོད་གར་རྒྱ་ལྷན་མོ་ལྱི་རྒྱ་རྒྱག་བརྒྱབ་པའི་ཆོ་མི་དང་ངས་པ་དང་། མིག་འཕྲུམ་མི་ཤེས་པ། བརྩོན་པོ་ལྷན་ཅུ་ལས་ཡར་འདས་པའི་ཆས་པོར་རྒྱར་བ་དེ་ནི་གསོས་ལྷན་སོས་པར་མི་འཇུག་པར་སྐར་བར་བྱ་ཞེ། རྩེ་སྐོབ་རིན་པོ་ཆེའི་ལྷན་ཐབས་ལས། ལྷན་ལྷན་བརྟག་པ་ནི་ཕྱ་དགུ་ལ་ཟེན། ། སྐད་མ་ཐག་དུ་རྒྱག་པ་ཅིང་རྒྱག་པ་དང་། ། རྩོད་གར་རྒྱ་རྒྱག་བརྒྱབ་པ་མི་དང་ངས་པ་དང་། ། མིག་འཕྲུམ་མི་ཤེས་དུག་ཅུ་ཡར་འདས་དང་། ། རྒྱག་པའི་གསེབ་དང་ལོག་རྩོད་འབྲག་འཇག་པ། ། ལྷོ་རོར་རྒྱ་ལྷན་བརྒྱབ་ཅིང་ལྷོ་རྒྱ། ། ལྷོ་གས་རྩོད་གའི་བརྩུ་ལོག་པ་དང་། ། མཁྱིམ་པ་འཇུག་འོད་སྐོར་ལག་སྐྱམ་ན་སྐར་། ། ལེས་གསུངས་པ་དང་། རིན་ཆེན་གཉེར་མཛོད་ལས། ཅིག་ཅར་བྱེད་ལ་ལོ་སོ་སོ་རྣམ་ལྷན། ། འཆེ་བ་ལ་ལོ་བཅོས་སུ་ཅི་ཞིག་ཡོད། ། རིམ་གྱིས་ཕོག་པའི་གཟའ་བདེ་ལྷན་ལྷན་པོ་རྩོག་པ། ། དུག་ཉམས་ཤེད་རྒྱང་ཉོལ་ཉོལ་ཡང་ཡང་འདས། ། ལྷོགས་ལུ་མང་འབྲིན་སྐྱིད་ལ་གསོ་བ་དག་པ། ། ལོན་ལྷན་རྣམས་དུད་རིམ་སོ་ཆེར་བསྐྱེད་གསོས། ། རེངས་དང་རྒྱག་གཟེར་ཡོད་དང་དུག་པ་གསལ། ། ཤེད་ཆེ་རྩི་ལྷོ་རྒྱ་རྣམས་རོ་ལེན་པ་ན་མས། ། བཅོས་ལྷན་དུ་འཆོལ་པ་དང་དུ་སྐར། ། ལེས་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། གསུམ་པ་རྒྱེས་པའི་གཡོན་རྩོགས་ཕོག་ན་གཉན། ། ལྷན་མེད་གཡས་ལ་དང་པོར་ཕོག་ན་གཉན། ། ཤེས་པ་འཕྲོ་ཞིང་ངག་རྒྱགས་ཟག་པ་འགགས། ། ཡང་ན་མི་ཕྱབ་པ་རྣམས་གཉན་པ་ཞེ། ། དེ་ལས་གཞན་པ་མི་གཉན་འཆོལ་བར་ལུས། ། ལེས་གསུངས་པ་ལྷན་ཤེས་པར་བྱོའོ། །

ལྷན་ལྷན་མི་རོལ་བའི་རྟགས།

▲ ① མིག་རྒྱན་དགུ་པ་མོ་ལྷན་ཐིག་རྒྱུ་མོ་འདུ། ། ལྷོ་ཕི་ར་མ་ལྷན་གཉིས་རྒྱུ་པ་དང་། ། མིག་རྒྱ་རྒྱག་ལྷན་འབྲག་ཟུམ་བུ་ལོན། །

① ལྷོ་རྩོད་རིན་པོ་ཆེའི་ལྷན་ཐབས་ལས།

ཁ་སྐྱུགས་ཤིང་སློབ་དང་། མིག་ཅ་གུང་ཞེས་གསལ་བའམ་འབྱུང་བ་སྟེ་མིག་ཅ་རྒྱ་མ་བྱས་པ་ཉྱར་དགང་  
བ་དང་། རྒྱལ་མོ་འདལ་བ། ལྷོ་ལོག་གི་ཅ་ར་མ་ལྷུག་གཉིས་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པ་བཅས་སོ། ། གཞན་ཡང་ཨིལ་སྐ  
གཟའ་ཡིན་མིན་ཐེ་ཚོམ་ཟ་ན། གཟའ་དུག་ ཅི་དམར་རྐང་གཅིག་ སྐྱབ་ཟེང་། སྐྱ་ཅི། ཤིང་ཀྱུན། ཀྱི་ལྷོ  
གུར་ཀྱུམ། ལོ་བརྒྱད་རྒྱུ་མཚོགས་རྒྱས་འཕུལ་ལ་བཏང་། དེས་བརྒྱལ་བ་འབྲུ་བ་སྐྱུག་པ་འདར་བ་སོགས་རྒྱང་  
ན་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ལག་ཏུ་སྒྲང་ངོ་། །

### དུག་པ། འབྲུལ་སོ་བསལ་བ།

གཟའ་ནད་འདི་ཅ་དཀར་གྱི་ནད་རིགས་དང་། བརྒྱལ་གཟེར། སྐྱད་གཟེར། རྒྱང་ནད་འགྲམ་པ་  
ཉམས་པ་དང་གཞོགས་གཅིག་གྲུག་པ་སོགས་དང་ནོར་ཉེན་ཆེ་བས་འདི་དག་དང་འབྲུལ་སོ་བསལ་དགོས་པ་  
གཅེས་ཏེ།

ཅ་དཀར་གྱི་ནད་ནི་གཞོགས་ལྷེད་ན་བ་དང་། ཁ་མིག་ཡོན་པོར་འགྱུར་བ། རག་སྐྱུགས་པ། ཡན་ལག་  
ཞེངས་འབྲུམས་པ་བཅས་གཟའ་ནད་དང་མཚུངས་པས་འབྲུལ་སོ་མཆིས་ཀྱང་ཞིབ་ཏུ་བརྟགས་པས་མི་ནོར་ཏེ།  
ཅ་དཀར་ནི་སྐྱད་པ་ལས་གྲུས་པའི་རྩ་རྩི་དང་སྐྱོས་སྲུ་འཇའ་བྱེད་རྩ་སྲུ་གྱུ་ཅན་ཏེ་རྩ་རྩི་དུག་པོར་ནད་འགྱུར་  
རྒྱང་བ་ཡིན་པས་གཟའ་ལས་ནད་ཚབས་རྒྱང་ལ་ཡན་ལག་རྣམས་སྤིད་པ་ཡང་ཡང་འབྱུང་ཞིང་འདར་ལ་ཤིང་ཞན་  
པའོ། །

བརྒྱལ་གཟེར་ནི་མགོ་པོ་འཁོར་ལ་སྐྱུག་པ་སྐྱུགས་པ་དང་། ཡན་ལག་རེངས་འབྲུམས་བྱེད་པ་དང་དབང་  
པོ་འབྲུལ་བ་སོགས་གྲིས་ནོར་ཉེན་ཆེ་ཡང་ཞིབ་ཏུ་དབྱུད་པས་མི་འབྲུལ་ཏེ། གཟའ་ནད་ནི་ཁ་མིག་ཡོན་ཞིང་  
གཞོགས་བཤལ་ལ་མིག་ཅ་གུང་པའོ། །

སྐྱད་གཟེར་ནི་མིག་གི་རྒྱལ་མོ་འདལ་བ་དང་། རྒྱག་ལྡང་བྱེད་པ། དན་མེད་བརྒྱལ་བ། ཡན་ལག་  
རེངས་པ་བཅས་གྲིས་འབྲུལ་སོ་ཆེ་ཡང་། མཁྱིས་རིམས་མགོ་ལ་བབས་པའི་སྐྱད་གཟེར་དེ་ཆ་བརྒྱས་ལ་མགོ་རྒྱག་  
ཆེ་ཞིང་། མིག་གིས་འབྱུར་རྒྱགས་སྲུ་བརྟུ་བ་དང་། དབྱུགས་རྒྱབ་གཉོང་དཀའ་བ་བཅས་སོ། །

རིགས་གྱི་རྒྱང་ནད་འགྲམ་པ་ཉམས་པ་ནི་ལྷོ་ལོག་པས་རག་སྐྱུགས་ནས་སྐྱད་ཀའ་བ་བཅས་གྲིས་ནོར་ཉེན་  
ཆེ་ཡང་། འགྲམ་པ་ཉམས་པ་དེ་ཡ་མགལ་དང་མ་མགལ་གཉིས་གྱི་འབྱེད་འཇུ་མ་བྱ་བ་ཉམས་པའོ། །

རིགས་གྱི་རྒྱང་ནད་གཞོགས་གཅིག་གྲུག་པ་ནི་ཁ་ཡོ་ལ་ཚོགས་མི་ཐོན་པས་སྐྱད་ཀའ་བ་དང་གཞོགས་ལྷེད་  
རེངས་པ་སོགས་གྲིས་ནོར་ཉེན་ཆེ་ཡང་། གཞོགས་གཅིག་གྲུག་པ་དེ་མིག་སྐྱོ་འབྱེད་འཇུ་མ་མི་ཤེས་ལ་གཉིད་ལོག་

ནས་སང་པའི་རྗེས་དང་ས་སྐྱེས་ཕྱེད་པའོ། །

### བདུན་པ། ལྷག་ཉེན།

གཟའ་ནད་ཀྱི་ལྷག་ཉེན་དུ་སྐྱོ་རྒྱུ་དང་། བྱུ་རྒྱུ་དང་། རྒྱིང་རྒྱུ་ཉེ་མདོར་ན་ཉེས་པ་རྒྱུ་ལས་སྐྱུར་པའི་  
ན་ཚའི་རིགས་འབྱུང་སྐྱབས་ན་གཟའ་བཙུག་གི་མཁུག་ཏུ་རྒྱུ་བཙུག་དང་སྐྱོས་སུ་བྱུག་རྒྱུ་སྐྱོས་པར་བྱེད་རྒྱུ་  
དེ་ཉེ་ཅང་གལ་ལོ། །

### བརྒྱུད་པ། བསྐྱུང་བ།

བསྐྱུང་བ་རང་དང་ནད་པ་བསྐྱུང་བ་གཉིས། །

བསྐྱུང་བའི་ཐབས་ལའང་སྐྱེན་པ་རང་ཉིད་གཙོའི་ནད་གཤོག་བྱིས་མི་དང་བཅས་བསྐྱུང་བ་དང་།  
གཞན་ནད་པ་བསྐྱུང་བ་ཞེས་ནད་པའི་ཉེན་བསྐྱུང་བ་དང་སྐྱེན་མི་གཞོན་པའི་བསྐྱུང་བ་བཅས་གཉིས་སུ་ཡོད་  
དོ། །

### ༡ རང་གི་བསྐྱུང་བ།

རང་གི་སྐྱུང་བ་སྐྱེ་ཚེ་དཀའ་བྱ་མེད། ། རྒྱུགས་པའི་གཤམ་སྐྱེས་པ་རྒྱུས་ལ་བཅང་། །  
ཚོ་བར་ཚ་གྲ་རྒྱུ་ལ་སྐྱེ། ཚོ་རྒྱུ་ལ་ལྷོ་རྒྱུ་ལ་ཉིང་བྱི་བྱ་རྒྱུ་ལ་མེ་མོ་བྱིག་བྱིག་སྐྱེ། ཚོ་རྒྱུ་ལ་ལྷོ་  
ཉིང་རྒྱུ་ལ་རྒྱུ་ལ་མེ་མོ་བྱིག་བྱིག་སྐྱེ། ཚོ་ལ་ལ་བཟེད་གནས་པས་གཟའ་གདོན་བྱུང། །

རང་གི་བསྐྱུང་བ་ནི། རྐྱེ་ཚའི་འབྱུང་དང་། དཀའ་བྱ་མེད་ནི་ལྷུང་རྒྱུགས་ཀྱི་རིགས་ཡིན་པར་འདོད་ལ་  
དཔུང་དོན་དུ། ལྷུང་རྒྱུགས་ཞེས་པ་རྒྱུ་མཚོ་ཚེན་པོ་ནས། ། ལྷུང་གི་ཚོར་བུ་མིད་དེ་རྒྱུགས་པ་ཡིན། ། འདི་ལ་  
རིགས་རྒྱ་གཞི་གདན་ལྷུང་རྒྱུ་ལྟེ། ། དཀའ་པོ་དམར་པོ་ལྷུང་བུ་མེད་པོ་སྐྱོ། ། ལྷུང་གི་སྐྱེ་བའི་བསྐྱུང་བ་  
སྐྱེ། ། གཞི་གདན་དཀའ་ལ་ལྷུང་དཀའ་བྱ་མེད། ། དཀའ་དམར་མེད་ལྷུང་སྐྱེ་བའི་ལྷུང་ལྷུང་སྐྱེ། ། ཞེས་  
འབྱུང་ལ། རྗེ་རང་བྱུང་བའི་སྐྱེན་མིང་རྒྱ་མཚོར་དོན་སྲོག་ཚགས་ལས་སྐྱུང་བའི་ཚོར་བུ་བཅུ་ཉེད་དུ། ། ལྷུང་  
མེད་གཟའ་ནད་མལ་ལས་འཛོམས། ། ཞེས་གསུངས་པའི་མིག་གི་རིམ་དུ་ཡོད་པ་དེའོ། ། རྒྱུགས་པའི་གཞིས་  
གཙང་པ་འདྲ་བ་དེ་ལས་རྒྱུང་བ་བྱེད་མ་རྒྱུ་གྲ། གཡང་ང་གཡང་རྒྱུང་ཞེས་པ་དེའི་གཤམ་སྐྱེས་པ་རྒྱུ་དགོས།







དབུལ། ། རྩུག་ཟུག་ཟིན་ན་མ་མེ་མེ་ཡིས་བསྐྱར། ། རྩུག་ན་མདའ་བཀའ་གྱི་སྒྲིག་སྐྱོབ་སྤོང་  
བཞེགས། ། དེས་ལྷན་མ་སྐྱོང་ནད་པ་མཚོར་གར་བཞག། ། འོག་དུ་སྐོག་འཁོར་ལྷོང་དུ་སྐོས་  
བཞེང་ལ། ། དུང་འབྲུང་བ་དང་བསྐྱར་བ་དུས་གཅིག་ལ། །

དེ་ནས་དངངས་སུ་གཞུག་ཐབས་ནི། དང་པོ་མེ་གཟུང་ནི་ཉི་མ་དང་གྱིབ་མའི་མཚམས་སུ་ནད་པ་ཚོ་ག  
ལུང་བཞག་ནད་པའི་མཚོར་བར་བྱས་ཏེ། བད་པའི་ལྷོང་ནས་མེ་དག་ལྷུ་ཡིན་པས་རྩུག་རྩུག་ལ་མེ་མེ་ལྷན་གྱིས་རིམ་  
པར་བསྐྱར་ལ་ལྷོང་ནས་བྲལ། དེ་དང་དུས་མཉམ་དུ་རྩུབ་ནས་དུང་འབྲུང་པ་དང་རྩུབ་ལྷོང་། རྩུག་ནས་ལྷན་གྱིས་  
ཉི་གྱིབ་མཚམས་སུ་བཞག་པའི་ལྷན་དེ་རང་དུ་དབུལ་ལོ། ། རྩུག་ཟུག་ཟིན་ན་རྩུག་མེ་ཡིན་པས་ནད་པའི་  
མཚམས་ལ་མེ་ཡིས་བསྐྱོར་ཞིང་རྩུག་ལྷན་ལ་མདའ་གཞུག་རྒྱ་བཀའ་པས་གཟིར་བདའ་གྱི་སྒྲིག་སྐྱོབ་མཚོན་ཚོགས་ཏེ་རྩུབ་  
སོད་གྱིས་བཞེགས་ལོ་བྱེད་པས་སལ་ཚེར་སོས་པར་འབྱུང་རོ། ། དེས་ལྷན་མ་སྐྱོང་ནད་པ་དེ་མཚོར་གར་  
བཞག་ དེའི་ལྷོང་དུ་སྐོས་ཚས་བཞེང་ལ་དུང་འབྲུང་པ་དང་། གཞན་ཡང་རོ་ལ་མོད་ལ་པོ་རིགས་གང་མང་  
རྩུགས་པ་དང་ནད་པ་དེ་མཚོར་ག་ནས་སོག་འཁོར་ལྷོང་དུ་བསྐྱར་བ་དུས་གཅིག་ལྷན་ནས་དངངས་སུ་གྱིས་  
བཅོས་པར་བྱ་དགོས་སོ། །

3 ཟུག་

ཁ་ཟུག་ཚང་དང་མདའ་ལྷོང་ག་བྲག་ལྷོང་། ། ལྷོང་དང་མདའ་གཟུར་ཞོ་དང་དཀའ་ཚོས་  
བཞེན། ། རྩུག་དཀའ་ལྷོང་དང་ལྷོང་བཞོང་དུ་བཅུང་། །

ཁ་ཟུག་ནི་གར་ཚང་དང་། མདའ་ལྷོང་། ག་བྲག་སོགས་སྤྱང་བདའ་། ལྷོང་ཚི་དང་། མར་གསར། ཞོ་  
དང་བ་བཅས་དཀའ་ཚོས་ཏེ་ག་ཚང་སྐོག་བཅོང་དང་མ་འདྲེས་བ་དཀའ་མངར་གཅོང་མ་བཞེན་པ་དང་།  
གཞན་ཡང་རྩུག་དཀའ་དང་ལྷོང་ཚི་གཉིས་མཉམ་དུ་སྤྱང་བཞོང་དུ་བཅུང་རོ། ། གཞན། མར་གསར་པཏུབ་  
པའི་རྩུ་ཚང་དང་ཚམས་པཏུབ་ཞིང་། ལུས་སྤངས་མེད་པའི་ག་རྩུག་ལྷོང་དུ་བཞེན་པས་ལུས་སྤངས་འཚོ་བར་  
བྱེད་ལ། ཚང་དང་། ག་ལུས་ལ། དེ་བཞིན་ར་སྐག་གི་ག་ ལྷོང་བའི་རྩུ་སྐོམ་རིགས་ཤིན་ཏུ་འཛོམས་དང་།  
ར་ག་སྤྱགས་པ་ལྷོང་ན་བྱ་སྐྱེད་གི་ག་དང་། ཅོག་འི་ག་ ལྷོང་བཅས་བཞེན་ནོ། །

4 རྩུག་ལམ་ལ།

རྩུག་ལམ་མི་གཞན་གྱི་བ་འཛུལ་མེ་ཉི་ལྷོང་། ། མི་ཡིས་མི་ལ་བ་མི་ཚོར་རྩུག་ཚིག་སྤྲ། །  
རྩུག་ལམ་ནི་མི་གཅོང་པའི་རིགས་ཀྱི་གྱིབ་སོགས་ལ་འཛོམས་པ་དང་། མེ་ཉི་གཉིས་སྤྱང་བ། མི་གཞན་

དང་རང་གིས་ཀྱང་ལབ་མང་པོ་མི་ལབ་པ། མི་ཚལ་སྟེ་སྐད་ཚུལ་སྟགས་མེད་པར་སྟོན་ཚིག་སྟོན་བཅོམ། ། རིན་  
 ཚིག་གཉེར་མཛོད་ལས། སྟོན་ལམ་འགྲུལ་བསྐྱུང་དབེན་པར་བསྟེན་པ་བྱ། ། ཏྲ་ལ་མི་ཚོན་ཚུ་བོ་ཆེ་མི་  
 བཀལ། ། ལྷ་རན་བྱིམ་དུ་མི་འགོ་དམར་ལ་འདྲེམས། ། མཛོ་ཅན་ཡུགས་སལ་སྟགས་གིབ་ལ་འདྲེམས། །  
 བྱུང་དུ་མི་འདྲེམ་མཛོ་ཏྲ་སྐལ་རོ་ཅན། ། འབྲས་ནད་ཅན་རྣམས་བྱིམ་དུ་མི་གཞུགས། ། ཞེས་དང་། ལྷན་  
 ཐབས་ལས། སྟོན་ལམ་མི་གཙང་གི་བ་འདྲེམ་མི་ཉི་དང་། ། བཀའ་བཀུགས་ཀྱི་རིགས་རྣམས་མིག་ཡུལ་  
 དང་། ། མིག་ཙང་ཐབས་ཞོད་དམེད་ཡུགས་སའི་འགྲུལ། ། ཀྱུ་སྟོན་ལ་མི་སྟོན་རྣམས་གཏན་དུ་སྟང་། །  
 ཞེས་པ་སྟེ་དེ། །

4 རྩལ་རྒྱ།

རྩལ་རྒྱ་གཉེན་གྱི་སྟང་བཟང་པོ་བྱུག ། ཅན་དན་སྟེ་སྟོན་དཀར་བྱི་རྩལ་བྱུག ། ཡང་ན་  
 དེ་རྣམས་སྟོན་སྟེ་རྩལ་རྩན་བསྟེན་པ། ། ཆང་དང་སྟུར་ལ་ཡུས་ཀྱན་ཡང་ཡང་བྱུག ། རྩལ་  
 འདྲེམས་ལ་སྟགས་རྩལ་རྩལ་བྱུག་བ་བསྟེན་པ། །

རྩལ་རྒྱ་གི་གཉེན་དང་། གི་སྟང་། ཅུ་ཡུར་ལི་རོ་སྟགས་ཀྱི་བཟང་པོ་བྱུག ཅན་དན་དཀར་པོ། སྟེ་  
 སྟོན་དཀར་བཙས་པོ་བཟུང་བྱི་རྩལ་བྱུག ། ཡང་ན་དེ་རྣམས་དང་སྟོན་སྟེ་སྟང་གང་བཟུངས་ལ་རྩལ་རྩན་  
 བསྟེན་པའི་ཐལ་དང་བསྟེན་ཉེ་ཆང་དང་སྟུར་ལ་ཡུས་ཀྱན་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བསྟུ་བ་དང་། རྩལ་པར་དུ་རྟོ་རྟེ་  
 རྣམ་འདྲེམས་དང་། སྟེ་བསྟེན་པ་གཟུང་ཡུམ་ལ་སྟགས་ཀྱི་རྩལ་བསྟུ་བ་ཞི་མཚོག་དུ་བསྟེན་པ་སོ། ། གཞན་ཡང་  
 དག་དབང་བསྟོར་རྟེ་སྟེ་ དུ་སྟོན་ཞི་བརྟོ་ཉི་ཤིང་ཀྱན་དང་། ། རྩལ་གསྟེ་སྟེ་ཅན་དན་གྱུ་གྱུལ་ནག ། སི་ཤི་  
 ཐར་ཅུ་བཟུང་གི་དུང་པས་བདུག ། ཡང་ན་གྱུ་གྱུལ་དཀར་པོ་ནས་ཚིག་དང་། ། སྟང་སྟེ་གསྟེ་བསྟེན་པས་  
 དུང་མེད་མེ་ལ་བསྟེན། ། ལྷགས་ན་སྟེ་ཞེ་དུང་པ་ཁ་ལ་བདུག ། དང་སྟོན་དུག་ཀྱན་ཞི་ཞེད་བདུང་སྟེ་  
 ཡིན། ། དག་པོའི་བདུག་རྣམས་ལ་ཆ་འབའ་ཆ་དང་། ། རྩལ་སྟུང་སྟུང་སྟེ་སྟེ་སྟེ་སྟེ་སྟེ་སྟེ་སྟེ་སྟེ་སྟེ་སྟེ་སྟེ་སྟེ་  
 པོ་སྟེ་སྟེ་སྟེ་བཟུང་པོ་སྟེ་སྟེ་ ། བཞེགས་ཀྱན་ཞེད་ཞིང་རིང་པོར་འགོ་སྟེ་པར་ཞེད། ། ཅན་གསྟེ་སྟེ་པོའི་དུང་  
 ལྷན་དག་ཀྱང་བདུག་པར་བྱེད། །

5 གཟུང་ཚིག་

གཟུང་ཚིག་གཉེན་མ་བྱིན་དང་བྱུང་དགོས་གཉེས། །  
 གཟུང་ཚིག་གཟུང་གཟུང་གཉེན་ལས་ཐར་བ་འགྲུབ་ཞེད་ཀྱི་ཐབས་དེ་ལ་གཉེན་མ་བྱིན་པ་དང་། བྱུང་དུ་

བཅུག་པ་འགྲོལ་བ་ལྟེ་གཞིས་བཅུན་ཡོད་དོ། །

( ༡ ) གཏོར་མ་རྒྱུན་པ།

གང་མང་དང་མོ་རྒྱ་ཚོག་རྒྱུ་བཅས་པ། ། དེ་རྗེས་དཀར་གཏོར་ཞིག་དང་དམར་གཏོར་  
ཞིག ། རྩལ་མ་དང་ཕྱག་རྒྱས་ཀྱིན་རྒྱབས་ལུ་ལུའ་ཀྱིས། ། ཉན་པར་བཤྲག་ཚིང་གེ་ཏ་མར་བུ་  
བཟུས། ། རྩ་གེ་ཏ་གེ་ཏ་རྣམས། ། དེ་རྗེས་རྩལ་མ་ཀྱིས་གཟུང་པ་གཏོར་མ་ཀྱིན། ། རྒྱང་གིས་  
བཟོལ་པ་གཏོར་མ་རྒྱུའ་བུ་བཏར། ། དེ་ཕྱིར་ཉན་པ་དེ་དང་རྒྱབ་རྒྱད་པ། ། རྗེ་བུ་ཕྱག་པ་པ་  
བཏོག་གཏམ་ཁ་བྲི། །

གཟུང་བཅས་གང་ཕྱེད་ན་ཡང་དང་པོ་རྒྱ་ཚོག་རྒྱས་བཅུས་གང་ལུ་བཀྱིས་གཟུང་པ་ལྟེ་དང་གཟུང་པ་གཏོར་  
རྒྱབ་རྒྱུ་ཡིན་པས་དེ་བཅས་ལ་བཟོང་ས་རྒྱ་བསམ། དེ་རྗེས་དཀར་གཏོར་གཅིག་དང་དམར་གཏོར་གཅིག་ཅེས་པ་  
གཟུང་པ་རྒྱ་དང་མེན་པོ་གཞིས་གའི་ཆ་འཛོན་པས་དེ་མཐུན་གྱི་གཏོར་མ་ཡང་རྒྱའི་ཆ་ལ་ཞོ་མར་འོ་མ་རྟེ་དཀར་  
གསུམ་དང་། རྒྱང་བུར་ག་ར་རྟེ་མང་ར་གསུམ་ལས་བྱས་པའི་གཏོར་མ་རྒྱུ་མ་པོ་འཁོར་བརྒྱད་མཐེབ་རྒྱ་བརྒྱད་  
ཀྱིས་བཟོར་བ་གཅིག་དང་། ལྷ་མོན་གྱི་ཆ་ལ་གཤམ་གསུམ་བརྒྱན་པའི་དམར་གཏོར་བུར་གསུམ་པ་འཁོར་བརྒྱད་  
མཐེབ་རྒྱ་བརྒྱད་ཀྱིས་ཟོར་བ་གཅིག་བཤམས་པ། དཀར་གཏོར་ལ་རྒྱ་རྩལ་གྱིས་སྤགས་པའི་རྒྱ་དང་དམར་གཏོར་  
ལ་ཚང་བུ། རྩལ་མ་དང་ཕྱག་རྒྱས་ཀྱིན་གྱིས་རྒྱབས། ཞེས་པ། རྗེ་རྗེས་འབྲང་འབྲུག་གྱི་རྗེ་མིག་ཏུ་  
རྩལ་མ་བུ་གསུམ་རྒྱ་བུ་ག་གིས་ཀྱིན་གྱིས་རྒྱབས་པ་ཞེས་འབྲུང་བ་པ། རྗེས་རྒྱུད་རྣམས་སྲུ་ཉིང་དེ་འཛོན་རྩལ་མ་  
དང་ཕྱག་རྒྱ་གསུམ་ཞེས་ཉིང་དེ་འཛོན་ཞི་རྒྱ་བརྗོད་པའི་དོན་ཅེ་གཅིག་བསམ་ཞིང་གཞན་བུ་མ་ཡིང་ས་པ་རྟེ་  
འདིར་ཡིད་མ་གང་ཕྱེད་གྱི་མངོན་ཉེན་ལས་ཚོགས་དང་བཅས་གསལ་བར་ཕྱེད་པའོ། ། རྩལ་མ་ཞི་ཅེ་རྩལ་མ་  
ལས་རྩལ་མ། རྗེས་པོ། ཉེ་རྗེས་རྣམས་གསལ་དག་འདོན་པའོ། ། ཕྱག་རྒྱ་འི་གང་དགོས་དེ་དང་རྣམ་ཅིག་པའི་  
དོན་ལུས་གྱི་སྒྲོང་ས་སྤབས་བརྒྱུད་བ་རྟེ་གསུམ་གྱིས་ལ་ཐ་ཐ་མལ་བུས་གྱི་གནས་སྤངས་ནས། ཡིད་མ་སོགས་གྱི་  
རང་བཞིན་བུ་ཕྱེད་པའོ། ། འདིར་ཕྱག་ལེན་གྱི་རིམ་པ་ནི། ཐོག་མར་རྒྱབས་སུ་འགོ་བ། དེ་ནས་མེམས་  
བསྐྱེད་ཚད་ལོད་པ་བཞི་སྟོམ། དེ་ནས་ཐ་ཐལ་གྱི་ཞེན་པ་རྒྱུད་དོན་བུ། ལྷ་རྣམས་སྤོང་པར་རྒྱུངས་དེའི་རང་  
ལས་གཏོར་མ་དང་མཚོན་རྗེས་རྣམས་རྒྱུ་ལས་རིན་པོ་མེད་རྣམས་ལྷ་ལྷོ་རྒྱུ་ལས་རོ་བོ་བུ་དུ་རྗེ་རྣམས་པ་གང་ལ་  
གང་དགོས་བདེ་བའི་ཡོ་བྱད་དཔག་ཏུ་ལེད་པར་བསམ། མངོན་པ་བྱུང་རྒྱབ་པ་ལྷ་ལས་རང་ཉིད་ཡིད་མ་གང་  
མོས་སུ་བསྐྱེད་དམ། རྣམ་ཅིག་གིས་པད་རྒྱའི་གདན་ལ་རལ་གྱི་ལྷོ་གྱིས་མཚན་པ་ཡོངས་སུ་རྒྱུར་པ་ལས་རང་ཉིད་  
འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་རྒྱ་མངོན་ལེར་པོ་རྗེ་རྗེས་ལྷུང་གིས་བཞུགས་པ། ལྷོ་རྒྱུ་གྱི་དང་སྟོགས་བམ་འཛོན་  
པ་རིན་པོ་མེད་དང་དར་རྣམས་གྱིས་བརྒྱན་པ། འོད་ཟེར་དཔག་ལེད་འཚོ་བར་སྟོམ་པའི་སྤྱི་པོར་ལྷོ་དཀར་པོ།



གཤམ་པའི་ཡ་ལྷལ་སྒྲུབ་ཤེས་གཏོང་བྱ་ཡིན་སྐྱེལ་པས་དབྱུང་པར་ལྷ། ལ་ཞེས་པ་ལ་རྣོང་འབྲུང་དང་མཚན་གཞིས་  
 ཀར་ད་ཏུ་ལའི་བཟུང་བ་ཚོང་ས་ཤིག་བཅོང་ས་པ་འཁོལ་རྒྱལ་པ་ཚོན་ཅིག་ཅེས་གཟུང་བརྒྱུད་ཀ་ལ་སྒྲུབ་རོ་ཞེས་  
 འབྲུང་བས། འག་ཞེན་ལ་མོ་ཉ་ཉ་ལྷ་ལྷ། དག་ཤི་པལ། ཅ་ཤི་པལ། བམི་ཉ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ། ར་ཏུ་ལ་  
 ཡིས་ཆེས་ཤིང་བཟུང་བ་ཚོང་ས། བཅོང་ས་པ་འཁོལ། རྒྱལ་པ་ཚོན་ཞེས་བྱ། དེ་ནི་ལག་ཤི་བྱིས་ཉི་མ། ཏུར་ཤི་  
 བྱིས་རྒྱལ། སེ་ཤི་བྱིས་ཤིག་དམར། བག་ཤི་བྱིས་ལྷག་པ། སེ་ཤི་བྱིས་སྒྲུབ་བྱ། སེར་ཤི་བྱིས་པ་སངས། ཤར་  
 ཤི་བྱིས་ཤེན་པ་སྤེལ་ཤིས་ཤིག་ལ་འབྲེལ། ། གཏོར་མ་སྤེལ་དུ་བཏར་ཞེས་པ་ལ་རྣོང་མཚན་གཞིས་གར་གཏོར་  
 མ་སྤེལ་ཤི་ཉ་དམར་ལྷར་ལ་བརྒྱུན། སྤིབ་བྱི་སེ་བ་སྤེལ་དུ་འཕམ་སྤོ་མོ་ལ་བཅུ་གས། འངག་མའི་ལྷ་མོ་བརྒྱུན།  
 དེའི་ཉིན་བྱི་གཟུང་དང་མཐུན་པའི་མོས་གཡོགས། འག་གཡས་སྤུད་མར་གཏོར་གཡོན་དུ་དཀར་གཏོར་བསྒྲུབ་  
 ལ་ཉ་བརྒྱས་སྤུ་བཅུག། སེ་དམར་པོས་ཉ་སྤེལ། རི་བག་གར་ཉེ་བའི་སྤོང་པར་བསྒྲུལ། རྒྱ་དུས་དང་  
 བསྐྱེད་པའི་གཏོར་མ་གཏོར་སྤུང་དང་བཅས་པ་དེར་བཞག། སྤྱི་མིག་མི་བསྐྱེད་པར་ལོག་མོ། ། དེ་རྗེས་སྤིག་པ་ཅི་  
 ཡང་ཤི་བྱ་ཞིང་། ། ཞེས་སོགས་བྱི་ཚོས་བཤད། མཚོད་སྤྱིན་གནས་འདིར་གར་ལྷག་པའི། ། འབྲུང་པོས་  
 འོག་རྒྱ་བ་དང་། ། ཞེས་སོགས་བྱིས་སྤྱིར་བསྤྲད། དམིགས་མེད་དུ་བསྐྱེད་ཤིང་བརྒྱུད་པ་རྣམས་སྤྱི་འཕྲོ་སྤུར་བྱ།  
 དེ་རྗེས་སྤྱགས་པ་བསམ་བཞི། དེ་ལྷུ་ལ་ནད་པ་དེ་དང་རྒྱལ་སྤྲད་ལ། ། ཉེ་དུ་ལྷག་པ་ལ་བརྗེས་གཏམ་ཁ་  
 དྲི། ། ཞེས་པ། དེ་སྤུར་གཏོར་མ་བསྒྲུལ་སོང་བའི་ལྷུ་དུ་ལྷག་པའི་ཤིང་ལེབ་ཆེ་བཞིག་དང་ནད་པ་རྒྱལ་སྤྲད་  
 དུ་སྤྲལ། ཉེ་དུ་ལྷག་པ་ལ་བརྗེས་ཅིང་། ། ཤིག་ཤིག་ཅེས་བརྒྱུད་ཅིང་ནད་པ་ལ་གཏམ་ཁ་དྲིས་པས་གཏམ་ཁ་  
 བརྒྱུད་ཅིང་དུ་ན་པ་རྗེད་པར་འབྲུང་རོ། །

(3) ལྷ་དཔྱད་ལ་བ།

ཀ་ རྣོན་འཕྲོ།

དེ་ཡི་རྒྱལ་པོ་གཟུང་ཡི་ལྷ་དཔྱད་ལ་ཉེ། ། སྤྲ་ར་རྒྱ་ཡིས་བཀའ་བའི་ཁ་གདང་དུ། ། གཟུང་  
 བརྒྱུད་གཟུགས་ལ་ཁ་དོག་ས་སོར་བསྒྲུབ། ། (ཤར་དུ་གཟུང་ཉི་མ་སྤྱི་མའི་ག་དམར་པོ་སྤྱག་ན་བརྒྱ་  
 བསྐྱེད་པལ། རྣོར་སྤུར་དུ་སེར་པོ་སྤུ་ཉི། རྒྱལ་དུ་རྒྱ་བ་དཀར་པོ་ཀུ་སྤུ་ད། ལྷ་དུ་ལྷག་པ་སེར་པོ་ལྷུ་ལྷུ་ལ།  
 ཤར་རྣོར་མིག་དམར་དམར་པོ་མེད་སྤུང། རྣོར་བུ་རྒྱ་རྒྱ་ལ་ནག་པོ་སྤུ་པ། རྒྱལ་བྱང་དུ་པ་སྤེས་སངས་དཀར་  
 པོ་བརྒྱ། ལྷ་དུ་ཤིན་པ་སྤོན་པོ་དུ་བྱུག་པ་བསྐྱེད་པའོ། །) ། ཁ་གདངས་རྒྱ་ཡི་ནང་དུ་བརྒྱན་ལ་  
 བཞག། ། ཤར་རང་མིང་དང་རྣོར་པོ་སྤིས་ལ་སྤྲུམ། ། རན་པ་ལྷ་དཔྱད་ཐག་བཏགས་ལ་གཟུགས་དང་  
 རྒྱལ། ། སྤྲ་ར་ཡི་སྤྱི་གས་བཞིར་མར་མེ་བཞི་བཏར་ལ། །

དེའང་ལྷ་དཔྱད་ལ་ཞེས་པའི་འབྲུ་དོན་ནི་ལྷ་ཁ་ཞེས་དམོན་པའམ་མཐུ་བརྒྱལ་པ་སྤེ་གཞན་བྱི་གོད་

པ་བཏང་བའི་དོན་དང་། བྱང་དགོས་ཞེས་མཐུག་ཏུ་གྱི་གོད་པ་འགོལ་བྱེད་དམ་ཞི་བྱེད་གྱི་ཚོགས་སྡེ་མཐུལ་ས་  
 གོལ་བར་བྱེད་པའོ། ། ཉིན་པར་གཏོར་མ་བྱིན་པ་དེའི་རྒྱབ་མོ་གཟའི་བྱང་བཀོལ་དགོས་ཏེ། སླང་བྲག་དོལ་  
 མེད་པ་རྒྱས་བཀར་བའི་ཁག་དང་ས་སྟེ་ཁ་སྟེད་ཀྱི། ཟན་ལ་གཟའ་བརྒྱད་གྱི་གཟུགས་ལ་ཁ་དོག་སོསོར་བརྒྱུར་བ་  
 བྟེ། སླང་འི་ཤར་དུ་ཉི་མ་སྟེ་མ་དོག་དམར་པོ་བརྒྱ་བརྒྱམས་པ། ལྟོ་རུ་ཡུར་བུ་མེར་པོ་བུ་ཉི་བརྒྱམས་པ། ལུབ་དུ་  
 རླབ་དགར་པོ་ལྷ་ལྷུང་བརྒྱམས་པ། བྱང་དུ་རྟུག་པ་མེར་པོ་ལྷ་ལྷུང་བརྒྱམས་པ། ཤར་རྩོར་མིག་དམར་དམར་པོ་  
 མེད་ལྷུང་བརྒྱམས་པ། ལྟོ་རུ་བུ་རྒྱ་ལ་ནག་པོ་བུ་མ་པ་བརྒྱམས་པ། ལུབ་བྱང་དུ་པ་སངས་དགར་པོ་བརྒྱ་  
 བརྒྱམས་པ། བྱང་ཤར་དུ་སྟེན་པ་སྟོན་པོ་དབྱུག་པ་བརྒྱམས་པ་དེ་རྣམས་སླང་འི་ཁག་དང་གི་རྩའི་ནང་དུ་རྒྱུ་ལ་ཁ་  
 བརྒྱན་ལ་བཞག་ རང་གི་མིང་དང་སྟོང་པོ་བྲིས་ལ་སྟོན་པ་སྟེ། ཤར་གྱི་ཉི་མ་ལ་མིང་ཉི་མ་སྟོང་པོ་ཡག་ཤིས་ཀྱི།  
 དེ་བཞིན་རུ་བྱི་རླབ་པ་ལ་མིང་རླབ་པ་སྟོང་པོ་དུར་ཤིས་ཀྱི། ཤར་རྩོར་མིག་དམར་ལ་མིང་མིག་དམར་སྟོང་པོ་སེ་ཤི་  
 ས་ཀྱི། བྱང་གི་རྟུག་པ་ལ་མིང་རྟུག་པ་སྟོང་པོ་སྟག་ཤིས་ཀྱི། ལྟོ་རུ་ཡུར་བུ་ལ་མིང་ཡུར་བུ་སྟོང་པོ་སེ་ཤིས་ཀྱི། ལུབ་  
 བྱང་གི་པ་སངས་ལ་མིང་པ་སངས་སྟོང་པོ་སར་ཤིས་ཀྱི། བྱང་ཤར་གྱི་སྟེན་པ་ལ་མིང་སྟེན་པ་སྟོང་པོ་ཤར་ཤིས་ཀྱི།  
 ལྟོ་རུ་བྱི་རྒྱ་ལ་མིང་རྒྱ་ལ་སྟོང་པོ་འག་ཤིས་ཀྱི། ཅེས་སོ་སོའི་སྟོང་གར་བྲིས་ལ་སྟོན་ནོ། ། རྒྱ་  
 བར་དུ་གཟུགས་ཀྱི་གྲིབ་མ་འོང་བར་བྱ། བར་པར་བྱང་ཐག་བཏགས་ལ་གཟུགས་དང་སྟེལ་བ་བྟེ། བྱང་ཐག་སྟོང་  
 དམར་རམ་གཟའ་སོ་སོའི་མ་དོག་མཐུན་གྱི་བྱང་ཐག་བར་པའི་ན་རྩོགས་ཀྱི་གྲིབ་ལག་དང་གཟུགས་རྣམས་སྟེལ་  
 སླང་འི་རྩོགས་བཞེར་མར་མེ་བཞི་བཞག་པས་གཟུགས་བརྒྱད་གྱི་གྲིབ་མ་རྒྱ་བར་དུ་འོང་བའོ། །

ཁ དངོས་གཞི།

ཇོ་གེ་ཏ་གེ་ཏ་རྒྱ་རུ་ལ་སྟུ་ན། ། བརྒྱ་ཚ་བརྒྱས་ལ་བྱང་བཀོལ་བྱང་ཐག་བཅད། ། ཡག་ཤིས་ཀྱི།  
 དུར་ཤིས་ཀྱི། མེ་ཤིས་ཀྱི། ཐག་ཤིས་ཀྱི། མེར་ཤིས་ཀྱི། ཤར་ཤིས་ཀྱི། འག་ཤིས་ཀྱི། ཅེ་ཤིས་ཀྱི། བརྒྱ་ཚ་  
 བརྒྱས་ཤིང་ཉི་མ་རླབ་བ་དང་། ། མིག་དམར་རྟུག་པ་ཡུར་བུ་པ་མ་སངས། ། སྟེན་པ་རྒྱ་ལ་བརྒྱད་  
 རྒྱང་གིས་བཀོལ། ། བྱང་ཐག་བཅད་དེ་རྒྱ་ལི་ནང་དུ་བརྒྱུད། །

ཇོ་གེ་ཏ་གེ་ཏ་རྒྱ་རུ་ལ་སྟུ་ན། བརྒྱ་ཚ་བརྒྱད་བརྒྱས་ལ་བྱང་བཀོལ་དགོས་པས་བྱང་ཐག་བཅད་པ་བྟེ།  
 ཡག་ཤིས་ཀྱིས་ཉི་མ། དུར་ཤིས་ཀྱིས་རླབ་པ། མེ་ཤིས་ཀྱིས་མིག་དམར། ཐག་ཤིས་ཀྱིས་རྟུག་པ། མེ་  
 ཤིས་ཀྱིས་ཡུར་བུ། མེར་ཤིས་ཀྱིས་པ་སངས། ཤར་ཤིས་ཀྱིས་སྟེན་པ། འག་ཤིས་ཀྱིས་རྒྱ་ལ་གདོད།  
 ཅེ་ཤིས་ཀྱིས་མཐུག་མ་སྟེ་སོ་སོའི་རྩོགས་འོངས་རྩོགས་བརྒྱ་ཚ་བརྒྱས་ཤིང་ཉི་མ་དང་། རླབ་པ། མིག་དམར།  
 རྟུག་པ། ཡུར་བུ། པ་སངས། སྟེན་པ། གདོད་མཐུག་གཅིག་དུ་བྱས་པའི་རྒྱ་ལ་པ་བཅས་བརྒྱད་ལ་བྱང་ཐག་  
 ཚོད་ཅེས་རྒྱ་མཚན་བཤད་དེ་ཚོགས་བཞིན་སླང་གིས་བཀོལ་བ་བྟེ། ཇོ་གེ་ཏ་གེ་ཏ་སྟུ་རུ་འག་ཤིས་ཀྱི། ཅེ་ཤིས་ཀྱི།





འཁོར་བརྒྱད་མཐེབ་ལྷ་བརྒྱད་ལ་སོགས་པའི་ཚོགས་བྱས་ཏེ་གདོན་གྱིས་དང་པོ་རྒྱུ་པའི་ཚོས་གྲངས་དེའི་དུས་སམ་  
རྒྱལ་འདི་དུས་ཀྱི་ཉིན་ཞག་དེ་ལ་རྒྱ་རྒྱུགས་སུ་ཤོང་བྱུང་མ་ལུགས་ལོན་གསོན་པོ་རྒྱུད་དུ་བྱས་ལ་གཏོར་མ་དང་རྟོན་  
གཅིག་དུ་བཏང་། རྒྱུད་ཅེས་མིའམ་དུད་འཕྲོགས་སུ་ཡང་དུང་བ་ཞིག་གི་སྲོག་བསྐྱུ་བའི་ཚབ་གཏོར་བ་གཟུགས་  
ཡོད་པ་ཞིག་གོ། །གཟའ་རྒྱ་དུས་རྒྱ་རྒྱུགས་ནི། གཟའ་རྩིས་རིན་ཚེན་འཁོར་ལོའི་ཡུང་ལས། ཚོས་གཅིག་ཉི་མ་  
དམར་ཐག་ཚད་དུས་རྩོ་རུབ་ནས་བྱང་ཤར་དུ་རྒྱུད། །ཚོས་གཉིས་ཉི་ཤོས་ཤར་ནས་རུབ་དུ། ཚོས་གསུམ་ཉི་  
ཤོས་རྩོ་རུབ་ནས་བྱང་དུ། ཚོས་བཞི་སྲོད་དུས་རུབ་ནས་ཤར་དུ། ཚོས་ལྔ་ཉི་ཕྱེད་བྱང་ནས་རྩོ་དུ། ཚོས་དྲུག་  
སྲོད་ལ་རུབ་བྱང་ནས་ཤར་རྩོ་དུ། ཚོས་བདུན་ནས་གྲང་ལ་བྱང་ནས་རྩོ་དུ། ཚོས་བརྒྱད་ལ་ཤོ་ཤོ་ཤར་ནས་རུབ་དུ།  
ཚོས་དགུ་རྒྱ་རེངས་ཤར་དུས་རྩོ་ནས་རུབ་བྱང་དུ། ཚོས་བཅུ་རྒྱ་རེངས་ཤར་དུས་རྩོ་ནས་བྱང་དུ། བཅུ་གཅིག་  
ནས་གྲང་བྱང་ནས་རྩོ། བཅུ་གཉིས་ཉི་ཤོས་རུབ་ནས་བྱང་ཤར་དུ། བཅོ་ལྔ་ཉིན་ཕྱེད་རྩོ་རུབ་ནས་བྱང་ཤར་དུ།  
བཅུ་དྲུག་སྲོད་ལ་བྱང་ཤར་ནས་རྩོ་རུབ་དུ། བཅུ་བདུན་ཉིན་ཕྱེད་ལ་རུབ་ནས་ཤར་དུ། བཅོ་བརྒྱད་ནས་ཕྱེད་  
ཡོལ་ལ་ཤར་ནས་རུབ་དུ། བཅུ་དགུ་ཉི་མ་ཕྱེད་ཡོལ་ལ་རྩོ་ནས་བྱང་དུ། ཉི་ཤུ་ནས་ཕྱེད་ཤར་རྩོ་ནས་རུབ་བྱང་དུ།  
ཉེར་གཅིག་ཉི་མ་ཕྱེད་ལ་རུབ་ནས་ཤར་དུ། ཉེར་གཉིས་ཕྱེད་ཡོལ་བྱང་ནས་ཤར་རྩོ་དུ། ཉེར་གསུམ་ནས་ཕྱེད་  
བྱང་ནས་ཤར་རྩོ་དུ། ཉེར་བཞི་ཉི་ཕྱེད་བྱང་ནས་ཤར་རྩོ་དུ། ཉེར་ལྔ་རྩོ་རེངས་རྩོ་ནས་བྱང་དུ། ཉེར་དྲུག་ནས་  
གྲང་ཤར་ནས་རུབ་དུ། ཉེར་བདུན་ཉིན་གྲང་རྩོ་རུབ་ནས་བྱང་དུ། ཉེར་བརྒྱད་ལ་ཉི་མ་གཅིག་ལ་དུས་བཞིར་  
དགོས་བའི་ཚོ་རེངས་ཤར་ནས་རྩོ་རུབ་དུ། ཉི་ཤོ་རྩོ་ནས་བྱང་དུ། ཉིན་གྲང་རུབ་བྱང་ནས་ཤར་རྩོ་དུ། སྲོད་  
དང་ཕྱེད་ཡོལ་ཤར་ནས་རྩོ་རུབ་དུ། ཉེར་དགུ་ལ་ཉི་མ་དམར་ཐག་ཚད་ནས་བྱང་ནས་རྩོ་རུབ་དུ། གནམ་གང་  
ཚོ་རེངས་རྩོ་རུབ་ནས་བྱང་ཤར་དུའོ། །ཡང་ཉིན་ཞག་གཅིག་ལ་རྒྱ་དུས་དང་སྲོགས་ནི། ཞོགས་ཕྱེད་རུབ་བྱང་  
ནས་ཤར་རྩོ་དུ། ཤོས་ཚེན་བྱང་ཤར་ནས་རྩོ་རུབ་དུ། ཉིན་གྲང་ཤར་རྩོ་ནས་རུབ་བྱང་དུ། གྲང་ཡོལ་ལ་ཤར་  
ནས་རུབ་དུ། ཉི་མ་ཚེན་རྩོ་ནས་བྱང་དུ། སྲོད་ལ་རུབ་ནས་ཤར། བམ་གྲང་བྱང་ནས་རྩོར་རྒྱ་རྩེ་དུམ་དུ་  
བརྒྱད་དོ། །རྒྱ་དུས་འཕྲོ་སྲོགས་སུ་ཡས་བཏང་ཞིང་། བརྒྱུ་དུས་དང་གདོང་ཐུག་འཛེམ་མོ་ཞེས་བཤད་  
དོ། །ནད་པ་སོས་པའི་རྩིས་སུ་སྤང་བ་མ་མང་ཚོ་ཡུང་གུ་བཞི་གསེར་མདོག་བརྒྱད་གྱིས་མཐུའ་བརྒྱན། ཤོང་  
བཤད་གྱི་དཀར་ཁྲ་མེན་ཚོར་བམེད་པ་དེ་དུས་སུ་བཞག་པ་དེ་ཡུས་ལ་བཏགས་པའི་སྤང་བ་དང་ཡུངས་ཀར་ལ་རྩོ་  
རྩོ་མཐུའ་འཛེམས་དང་། མོ་གེ་ཏ་གེ་ཏ་སྤྲ་ཏུ་ཅི་མང་བརྒྱས་པའི་ཐུམ་ལུ་སྤེ་ཏུ་གདགས། དེ་བྱས་པས་ཕྱིར་མི་  
བརྒྱུ་གཅིང་བརྟན་པར་ངེས་པ་ཡིན་ལོ། །གཞན་ཡང་། ཞེལས། མཐུའ་མ་ཕྱི་རྩིས་བཅད་པ་ནི། །རྒྱུག་  
མའི་ནད་དུ་རྩེ་བྱའི་མདོངས། །གཟུགས་མོ་བྱི་ཐུར་སྲགས་བརྒྱས་པ། །གཙུག་ནས་བཏགས་ན་ཕྱིས་མི་  
རྩོག། སྲོན་གྱི་ལས་ནད་མ་ཡིན་པ། །ཉིན་འབྲེལ་འདི་ཡིས་ཕྱོལ་བར་འཇུག། །ཞེས་བརྟན་པ་དང་། དེ་

མིག་བདུད་ཚི་བྱམ་བཟང་ལས། བ་མ་མི་བརྗོད་བསྐྱེད་བའི་གདམས་པ་ནི། །རྗེས་དང་ཉིང་འཇིག་སྐྱེས་  
 དང་འཁོར་ལོས་བསྐྱེད། །རང་སྤྱིར་མི་འབྲང་ཉེན་འབྲེལ་ནམ་པ་ལ། །ཞེས་རྒྱས་པར་གསུངས་ཡོད་པ་དག་  
 ལས་ཤེས་པར་བྱོལ། །དེ་ལྟར་གཟུང་རྒྱ་སྐྱེས་པ་ལྟ་བུའི་ཚེད་དུ་རེའུ་མིག་ཏུ་བཀོད་པ་གསལ་གསལ་ལ།

༡༡། །གཟུང་རྒྱ་སྐྱེས་པ་གཟུང་རྒྱས་པ་རྒྱ་སྐྱེས་པ་འཁོར་ལོས་ལྷུང་རྒྱར་བཀོད་པའི་རྟེན་མིག་

ཚེས་གྲངས་	རྒྱ་སྐྱེས་པ།	ཚེས་གྲངས་	རྒྱ་སྐྱེས་པ།
༡	ཉི་མ་དམར་ཐག་ཚད་དུས་ ཚྭ་རྒྱབ་ནས་བྱང་ཤར་དུ།	༡༧	ཉི་མ་ཕྱེད་ལ་རྒྱབ་ནས་ཤར་དུ།
༢	ཉི་ཤོས་ཤར་ནས་རྒྱབ་དུ།	༡༨	ནམ་ཕྱེད་ཡོལ་ལ་ཚྭ་ནས་བྱང་དུ།
༣	ཉི་ཤོས་ཚྭ་རྒྱབ་ནས་བྱང་ཤར་དུ།	༡༩	ཉི་མ་ཕྱེད་ཡོལ་ལ་ཚྭ་ནས་བྱང་དུ།
༤	སྔོན་དུས་རྒྱབ་ནས་ཤར་དུ།	༢༠	ནམ་ཕྱེད་ཤར་ཚྭ་ནས་རྒྱབ་བྱང་དུ།
༥	ཉི་ཕྱེད་བྱང་ནས་ཚྭ་དུ།	༢༡	ཉི་མ་ཕྱེད་ལ་རྒྱབ་ནས་ཤར་དུ།
༦	སྔོན་ལ་རྒྱབ་བྱང་ནས་ཤར་ཚྭ་དུ།	༢༢	ཕྱེད་ཡོལ་བྱང་ནས་ཤར་ཚྭ་དུ།
༧	ནམ་གྱང་ལ་བྱང་ནས་ཚྭ་དུ།	༢༣	ནམ་ཕྱེད་བྱང་ནས་ཤར་ཚྭ་དུ།
༨	སྔོན་ཤར་ནས་རྒྱབ་དུ།	༢༤	ཉི་ཕྱེད་བྱང་ནས་ཤར་ཚྭ་དུ།
༩	རྒྱ་རེངས་ཤར་དུས་ཚྭ་ནས་རྒྱབ་དུ།	༢༥	སྔོན་ཤར་ཚྭ་ནས་བྱང་དུ།
༡༠	རྒྱ་རེངས་ཤར་དུས་ཚྭ་ནས་རྒྱབ་དུ།	༢༦	ནམ་གྱང་ཤར་ནས་རྒྱབ་དུ།
༡༡	ནམ་གྱང་བྱང་ནས་ཚྭ་དུ།	༢༧	ཉི་མ་གྱང་ཚྭ་རྒྱབ་ནས་བྱང་ཤར་དུ།
༡༢	ཉི་ཤོས་རྒྱབ་ནས་ཤར་དུ།	༢༨	སྔོན་ཤར་ཤར་ནས་ཚྭ་རྒྱབ་དུ།
༡༣	ཉི་མ་དམར་ཐག་ཚད་དུས་བྱང་ནས་ཚྭ་རྒྱབ་དུ།	༢༩	ཉི་ཤོས་ཚྭ་ནས་བྱང་དུ།
༡༤	རྒྱ་རེངས་ཤར་དུས་ཚྭ་ནས་རྒྱབ་བྱང་དུ།	༣༠	ཉི་མ་གྱང་རྒྱབ་བྱང་ནས་ཤར་ཚྭ་དུ།
༡༥	ཉི་ཕྱེད་ཚྭ་རྒྱབ་ནས་བྱང་ཤར་དུ།	༣༡	སྔོན་དང་ཕྱེད་ཡོལ་ཤར་ནས་རྒྱབ་དུ།
༡༦	སྔོན་ལ་བྱང་ཤར་ནས་ཚྭ་རྒྱབ་དུ།	༣༢	ཉི་མ་དམར་ཐག་ཚད་དུས་བྱང་ནས་ཚྭ་རྒྱབ་དུ།
		༣༠	སྔོན་ཤར་ལ་ཚྭ་རྒྱབ་ནས་བྱང་ཤར་དུ་རྒྱ་བའོ། །

ས་བཅད་དང་ཕོ་མོ་གཟུང་།

མི་གཟུང་ཞེས་པ་ནི་གཟུང་བརྒྱད་ལས་ཉི་མ་དང་མིག་དམར་ཉི་འཇུང་བ་མེད་རང་བཞིན་གྱི་གཟུང་  
ཁམས་གང་གིས་གཞོན་པར་གསལ་པ་ལས་ལྷན་ཅན་གྱི་ངག་སྐྱབས་པ་དང་། ཁ་མིག་ཡོ་ཞིང་གཞོགས་གཡས་  
ངོས་བཤལ་བ་དང་རྣམ་པར་ལྷན་དྲོད་ཆེ་བ་སོགས་ཀྱི་ལྷན་ལྷོད་པའི་ནད་རིགས་ཤིག་ཡིན།

དང་པོ། རྒྱ་རྒྱུན།

གཟུང་ནད་རྒྱུ་རྒྱུན་ཉི་ཟེར་གསལ་དང་རྒྱལ་ལ་སོགས་པ་དྲོད་བཅུད་ཅན་གྱི་རིགས་བརྟེན་དྲགས་པ་  
དང་། རྒྱུད་ལམ་རྒྱ་མཚོ་ཤེས་དང་ཉི་ཟེར་སོགས་ཀྱི་འོད་མདངས་སོགས་ལ། རྒྱ་ཡུལ་དུ་འགྲུལ་རྒྱུད་ལྱེད་པ་དང་ཤིང་  
འབྲུགས་འདོན་པ་སོགས་ཟེར་རྒྱུད་མི་མཐུན་པའི་རིགས་གང་ཞིག་དང་། ལྷན་གྱི་ཁག་རྒྱུད་རྒྱལ་ལས་པར་མ་གནས་  
པ་བཅས་དང་། རྒྱ་པར་གཟུང་ཉི་མ་དང་མིག་དམར་གང་ལུང་རྒྱ་ཡུལ་དུ་ས་དང་གདོང་ལྷག་རྒྱུང་ཞིང་ཁག་  
མཁྱིམ་ཆ་བའི་ཁམས་འཕེལ་ཟད་འཇུགས་པར་ལྱེད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ནད་འདི་སྤོང་བར་ལྱེད་དོ། །

གཉིས་པ། བད་ཅན་གསལ།

མི་གཟུང་གཞོགས་གཡས་ལ་ཕོ་མོ་རྒྱུ་གཡས་ལྷན་། ། ཆ་བ་ཆེ་ཞིང་མེན་མོ་གཞོབ་རྒྱ་  
ལོང་། །

མི་གཟུང་ནི། གཞོགས་གཡས་ངོས་ལ་སོག་པ་མང་སྟེ། རྒྱ་གཡས་ལྷན་བའམ་གཡས་སྐྱོགས་སྟེ་སྟེ་བ་དང་  
རྒྱ་མི་བདེ་བ། ཆོ་བ་ཆེ་ཞིང་མེན་མོ་གཞོབ་རྒྱ་ལོང་བ་སྟེ་ནག་ཐིག་དང་མེར་ཁྲོད་ལོང་བའོ། ། དེ་བཞིན་ཅ་རྒྱུད་  
ཡ་ཞིང་གི་མས་ལ་འབྲིག་ནས་ཅུང་ཟད་འདར་བར་འཕར་བ་དང་། དྲི་རྒྱུ་མདོག་མར་ནག་དང་འདྲ་ལ་གོ་རུལ་  
གྱི་དྲི་མ་མནམ་པ། ལྷ་བ་མེད་ཅིང་རྒྱངས་པ་ལྷུང་དུ་འཕྲོ་བ་འབྱུང་། དེ་བཞིན་རིན་ཆེན་གཉེར་མཛོད་ལས།  
ལྷེ་ལྷག་མི་གཟུང་མདོག་དམར་སྐྱེ་དང་ཆེ། ། མགོ་ན་སྤོང་རྩོམ་ཞིང་རྒྱུད་ཞིང་རྒྱུག་གཟེར་ཆེ། ། མེ་རིས་དང་ནི་  
ཐིག་ལེ་དམར་པོ་འབྱུང་། ། རྒྱུང་མི་དགའ་ཞིང་བཞིན་འབྱུང་ཚོགས་པ་ཟ། ། ངག་སྐྱབས་སྐྱེལ་གཞོབ་གྱི་དྲི་མ་

འབྱུང་། ། ཞེས་བསྟན་པ་དང་། ཨེལས། མེ་གཟའ་ཡིན་ན་མིག་ཅ་དམར། ། རྩ་བའི་རྒྱབ་ཅ་དམར་ཞིང་  
 རགས། ། སེན་མོ་དམར་རམ་གཞོན་ལོ་ལྟུང་། ། ཅ་ཚུ་ཚ་ཞིང་རྒྱག་གཟེར་ཆེ། ། ཞེས་དང་། ཡང་དེ་  
 ཉིད་ལས། ཕྱི་བྲག་ཏུ་གཡས་ན། རྩོད་ཆེ། མེ་རིས་འབྱུང་། ། ཁ་སྐྱ་སྐྱམ། སོ་དྲིག་ཆེ། སྐྱམ་དང་ཆེ། རྩོས་  
 བས་ན་བ་མེ་གཟེར། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལོ། །

### གསུམ་པ། མི་ཚོར་བའི་ཉམས།

#### ▲ ① སོག་བ་གཡས་ལ་དམར་ཐིག་འབྱུང་བ་འབྱུང་། །

མེ་གཟེར་ཁྱད་པར་བའི་ཉམས་སུ་སོག་བ་གཡས་པར་དམར་ཐིག་འབྱུང་བ་འབྱུང་བ་སྟེ། དཔལ་སྤྱད་ས་  
 དཔོན་ཀྱི་མེས་ལེགས་བསྟན་འཛིན་གྱིས་མཛད་པའི་ཨེལས། མེ་གཟེར་སྟོད་དང་གཡས་ལ་འབབ། ། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་ལྷན་སྟོད་དང་གཞོགས་གཡས་ལོ་སུ་ན་བ་མང་ལ། རྒྱག་གཟེར་ཆེ་ཞིང་སེན་མོར་སེར་ཐིག་  
 འབབ་པ་བཅས་སོ། །

### བཞི་པ། བཅོས་ཐབས།

#### ༡ བཅོས་རྒྱུ་ལ།

སོག་མར་ཁྲག་རྒྱུ་སྟོམས་པའི་སྐྱེན་གཏོང་བ་དང་འབྲེལ་ཅ་དཀར་གསོ་བའི་སྐྱེན་དང་ཁྲག་མཁྱིལ་ཚ་བ་  
 འཛོམས་པའི་གཉེན་པོ་བསྟན་ལ། དེ་ཡང་གཟའ་རིགས་གང་ཡང་རྒྱུང་གིས་སྐྱེས་པ་ཡིན་ཕྱིར་མཚུགས་ཏུ་རྒྱུང་  
 བཅོས་བྱ་དགོས།

#### ༢ གཉེན་པོ།

##### (༡) རིམ་གྱི།

སྤྱི་བཅོས་སྐབས་སྟོམས་པའི་གཟའ་ཚོགས་བྱ་བ་དང་། རོ་རྩེ་རྣམས་འཛོམས། སྤྱི་བཅོས་གཟའ་ལྷན་སྟོམས་  
 གྱི་ཁྲུས་རྒྱུས་བསྐྱེད་པ། ལྷག་པར་དུ་རིན་ཆེན་གཏོར་མཛོད་ལས་གསུངས་པའི་ཚོགས་སྟེ། སྟོད་གཙང་མའི་ནང་དུ་  
 གཟའ་བརྒྱུད་ཀྱི་གཏོར་མ་བཤོས་བྱ་བུར་གསུམ་ཆེ་བ་གཅིག་ལ་བཤོས་ཐུན་བརྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་ལ་གསུག་གིས་

① མན་ངག་ལྷན་ཐབས་ལས་བྱུངས།

བཀུན། དེའི་མཐར་ལྷུང་བཅུ་ཚོགས་གྱིས་བསྐྱོར་བ་དང་འབྲུ་སྣ་ཚང་ལྷུང་ཚོགས་གྱིས་བྲན་པ་བཤམས། དེའི་  
 མཐར་ལྷུག་གི་གཟུགས་དང་། རྒྱལ་དང་། རྒྱུ་དང་། སྐྱེ་དང་། འབྲུག་དང་། ལྷག་དང་། བྱི་དང་།  
 རྒྱང་གི་གཟུགས་རྣམས་བཤམས། ལྷིན་རྒྱུ་ལྷུ་ལ་འདྲི་སྐྱོད་དོ། །སྤྱི་རའི་ལྷུ་གན་དོན་རྗེ་ཡིན། །རའི་  
 འོ་ལྷུ་ལ་གཤེན་རྗེའི་གཤེད། །ལྷ་སྤྱིན་ཕྱེ་བཀུན་ང་ཡི་བྲན། །ར་ལས་ཆེ་བཅོན་སྤུ་ཡང་མེད། །གཟའ་  
 རྣམས་ང་ཡི་བཀའ་ལ་ཉོན། །སྤྱི་ཉི་མ་དམག་དཔོན་མེ་ཡི་གཟའ། །སྤུང་དང་གཏོར་མ་འདྲི་བཞེས་  
 ལ། །མེ་གཟའི་དུག་རྣམས་ད་སྤུངས་ཤིག །ཅེས་བརྗོད་དོ། །གཞན་ཡང་ཨོ་ལས། དེ་ལ་རྒྱ་ཡི་རྟེན་  
 འབྲེལ་ནི། །གཏོར་རྫོང་ཤིན་ཏུ་ཡངས་པ་ལྟ། །དབྱུས་སྤུ་གཟའ་ཚོགས་མཚོ་བོ་དགྲ། །སྤུ་རྫོང་མི་ལ་སྤུ་སྤུང་  
 རྒྱུ་ལ། །ལག་གཉིས་མདའ་གཞུ་ཚོགས་པ་ལ། །མདུན་དུ་བཤོས་རྒྱུང་གར་ཐབས་ལ། །དཀར་དང་དམར་  
 གྱིས་བཀུན་པའོ། །དེ་མདུན་ཡམ་སྐོག་ཕྱིར་ཅན། །རྒྱབ་ཏུ་སྤུ་མགོ་ཁྲག་མིག་མ། །མཚམས་སྤུ་སྤྱིན་མོ་  
 གདོང་མོ་བཞི། །ལྷ་སྤྱིན་ཕྱེ་བཀུན་འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར། །དེ་རྣམས་མདུན་དུ་གཏོར་རྒྱུང་ལེ། །དཀར་དང་  
 དམར་གྱིས་བཀུན་པའོ། །ནད་པ་རང་གི་གཟུགས་སྤུང་ཅིག །གང་ཏུང་བར་དུ་གཞག་པར་བྱ། །མཐར་  
 མམཐེབ་ལྷུས་བསྐྱོར་བའོ། །ནད་པ་ཤར་དུ་ཁ་བལྟས་ལ། །མོ་ལ་དོན་རྗེ་རྒྱ་གཟུང་དང་། །མོ་ལ་བརྒྱ་འདབ་  
 བཀུན་གྱི། །ཚོན་སྤུ་སྤུ་ལྷུས་གཟུགས་སྤུང་དང་། །ནད་པ་དག་གི་སྤྱེལ་ནས་ནི། །དམིགས་པ་འདྲི་བཞིན་  
 བསྐྱོལ་དུ་གཞུག །ནད་པ་རང་གི་སྤྱི་གཙུག་ནས། །རྒྱངས་པ་སྤུ་ལྷུ་ལྷུ་ལ་ཐོན་ནས། །ཚོན་སྤུ་དག་ལ་  
 ཞོན་ནས་ནི། །གཟའ་གཟུགས་དག་ལ་ཐིམ་པར་སྐྱོལ། །སྤོབ་དཔོན་རང་ཉིད་ཨོ་ཅ་ར། །དམར་པོ་  
 བསྐྱོལ་ནས་རྒྱ་ལྷུག་བརྟེན། །གཏོར་མ་བསྐོས་ལ་གཅོང་སར་དོར། །གཟའ་གཟུགས་རང་གནས་གཤེགས་  
 པར་བསྐྱོལ། །ཞེས་གསུངས་པ་རྣམས་ལག་ཏུ་བྲིང་དོ། །

( 3 ) ཟས་རྒྱུད།

ཁ་ཟས་ཚང་དང་མར་རྟིང་དང་ཏུལ་སྤུངས་སྤུ་སོང་བའི་གཞུག་ཚོགས་རྣོ་ཚུར་བའི་རིགས་སྤུང་ལ་མར་  
 གསར་དང་བའོ་ཞོ་རྟེ་ཡང་བསེལ་རྒྱུལ་བའི་རིགས་རྣམས་པར་བསྐྱེན་པ་དང་། རྫོང་ལམ་དབེན་གནས་བསེལ་ས་  
 བསྐྱེན་ཞིང་གཅོང་མར་འདུགསོ། །

( 3 ) རྒྱན།

▲ ① མེ་ལ་སྤུ་ཚི་བྱ་བྱུལ་བྱུར་བྱུལ་གསུམ། །

མེ་གཟའ་ལ་འཁོར་སྤུན་སྤུ་ཚི་གསུམ་པ་གཏོར་བ་དང་། གཞན་ཁྲག་རྫོང་ཉེར་རྒྱུའི་རྟེན་ག་བྱུར་དང་།  
 གི་སྤང་། རྫོང་རི་རྒྱུལ་བ་བསྐྱེབས་པ་དང་། ཅོན་དན་བཅོ་བཀུད། ཁྲག་རྫོན་བཅུ་གཅིག །བསམ་འཕེལ་

① བདུན་རྗེ་བྱུམ་བཟང་ལས་དྲུངས།

ནོར་བུ། ཨ་གར་ནི་བྱ། ཨ་གར་སོ་ལྷ་སོགས་རིགས་པས་འཕྲུལ་ཏེ་གཏོང་།

(༧) དབྱུང།

▲①དབྱུང་ལ་མི་གཟའ་ཡིན་ན་ནང་པའི་མཐུན། །རྩ་རྫོང་གསར་པ་རྩ་གཙང་བཟང་བ་  
ལ། །རིན་ཆེན་བརྒྱུད་པས་བརྒྱུད་པ་ཞབ་བུམ་བཞབ། །ནང་པ་རྩུབ་རྩུབ་སྟེང་གར་རྩ་མཛུགས་  
རྟེན། །རྩ་རྩེ་གཏུང་ཞིང་གོས་ནག་གྱོན་ཏུ་གཞུག། །

མིག་ཟའ་ལ་བསྟེན་ཏུ་མི་རུང་བས་རྩེ་རྩེ་རྩེ་དང་། མཚོགས་ལ། རྩ་རྩེ་རྩེ་ལས་གཏུང་ག་བྱ་བ་དང་།  
རྩ་རྩེ་གཞིག་ལ། རྩལ་ཏོག་དང་གྱི་རྩེ་དཀར་པོའི་བུག་པ་བྱ་བ་དང་། རྩ་དབྱུག་གཡམ་པར་སློས་དཀར་གྱི་  
རྩུང་པ་བཏང་བ་བསྟེན་ཤིང་མར་རྩེ་ལ་སྤྱང་རྩུབ་བསྟེན་པ་བྱུག་ལ། གཡུང་དང་སློས་དཀར་གྱི་བྱུག་པ་བྱ།

### ས་བཅད་གཉིས་པ། རྩ་གཟའ།

རྩ་གཟའ་ཞེས་པ་ནི་གཟའ་བརྒྱུད་ལས་རྩ་བ་དང་རྩུག་པ་སྟེ་འཕྲུང་བ་རྩེའི་རང་བཞིན་གྱི་གཟའི་ཁམས་  
གང་གིས་གཞོང་པ་ལས་ལྷན་ཅན་གྱི་རག་སྐྱབས་པ་དང་། ཁ་མིག་ཡོ་ཞིང་གཞོགས་གཡོན་རོས་བཤལ་བ་དང་  
རྩུག་པར་ལྷན་གྱུར་ཏོང་དང་བཤལ་བ་སོགས་ཀྱི་རྩ་རྩེ་ལ་འཛིན་པའི་ནང་རིགས་ཤིག་ཡིན།

### དང་པོ། རྩ་རྩེ་གཉིས་པ།

གཟའ་ནང་རྩེའི་རྩ་རྩེ་གཉིས་པ། ཟས་ཤ་བྲག་དང་རྩུམ་ལ་སོགས་པ་རྩོད་བཅུད་ཅན་གྱི་རིགས་བརྟེན་དྲགས་  
པ་དང་། རྩོད་ལམ་རྩེ་ཤེས་དང་ཉི་ཟེར་སོགས་ཀྱི་འོད་མངའས་སོགས་ལ། རྩོད་ལམ་རྩེ་ཤེས་པ་དང་  
ཤིང་བྱགས་འདོན་པ་སོགས་ཟས་རྩོད་མི་མཐུན་པའི་རིགས་གང་ཞིག་གམ་ལྷན་གྱི་བྲག་རྩེ་རྩོམས་པར་མ་གནས་  
པ་བཅས་དང་། རྩོས་ལྷན་གཟའ་རྩེ་བཟང་རྩུག་པ་གང་ཏུ་རྩེ་ཤེས་དང་གཞོང་བྱུག་བྱུང་ཞིང་གཤེར་བསེལ་  
གང་བའི་ཁམས་འཕེལ་བྱུང་འཕྲུགས་པར་བྱེད་པའི་རྩེ་གྱིས་ནང་འདི་རྩོད་བཟང་བྱེད་དོ། །

① བུད་རྩེ་རྩེ་ལ་ཟའ་ལས་དྲུང་ས།

གཉིས་པ། བད་ཅུགས།

ཚུ་གཟུང་གཡོན་ལ་ཚོག་ཅིང་ཚུ་གཡོན་བྱང་། ། ལུས་ཀྱན་རྒྱུ་དང་ལུས་ཞིང་ཚུ་ཚུས་  
བྱང་། །

ཚུ་གཟུང་ནི། ལུས་ཀྱི་གཞོགས་གཡོན་ལ་ཚོག་པ་མང་ཞིང་ཚུ་གཡོན་རོས་བྱང་བས་སྐྱེ་མི་བདེ་ལ་ལུས་ཀྱན་  
རྒྱུ་དང་ལུས་བརྟེན་ལས་ལུས་རྒྱུ་དུ་འགོ་བ་དང་ཚུ་ཚུས་ནམས་བྱང་བ་འབྱུང་ངོ། ། འཕམ་ཚེ་རི་ཚུ་  
བདེ་ལ་ལ་ཚུ་ཚུང་འབྲིག་ཅིང་འདར་བར་འཕམ་བདང་། རྒྱུ་ལྡོག་སྐྱེ་ལ་ལྟ་བ་མཆེད་པ་འབྱུང་། མིག་གི་  
བཀྲག་མདངས་སྐྱེ་ལ་མེན་མོའི་མདོག་སྐྱེ་བར་འོང་། ཞེ་ལས། ཚུ་གཟུང་ཚོག་པའི་མཚན་ཉིད་ནི། ། ལུས་ཀྱི་  
རྒྱུ་དང་ནམས་སྐྱེ་ནས་སྐྱེ། ། འབྲུག་འབྲུམ་མང་པོ་འབྱུང་བདང་། ། བ་མདོག་སྐྱེ་བའི་འབྱུང་བདང་། །  
ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་འེངས་པ་དང་། ། འདར་བ་མང་དང་འབྱེལ་བདང་། ། མོན་ཐམ་ཐམ་བྱེད་པ་  
དང་། ། མདོན་ན་ཚ་སྐྱོན་ལྟ་བུ་འབྱུང་། ། ཞེས་དང་། ཡང་། གཡོན་ན། རྒྱུ་ཚུང་། ཁ་རྒྱ་ཚུ་མང་།  
གང་འབྲུམ་འོང་། ཞོ་རྒྱུ་རྒྱུ་མོང་བ། འདར། སྐངས། མོ་སྐྱེ་ཆེ་པ་ནི་ཚུ་གཟུང་། ། ཞེས་གསུངས་པ་  
དང་། ངག་དབང་པ་རྒྱ་རྒྱུ་ཞེས། ཚུ་གཟུང་དབང་པོ་མིགས་ལ་རྒྱུང་ལག་བཤལ། ། མདོག་སྐྱེ་ལ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་  
ཞིང་ལུས་རྒྱུ་ཚུང་། ། ཁ་རྒྱུ་རྒྱ་འཇག་མིག་དང་མེན་རིས་སྐྱེ། ། ལུག་ཚུང་། ཁ་སྐྱེགས་ཀྱང་མང་ལྟར་  
བཤོ། ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

གསུམ་པ། མི་ལོར་བའི་ཅུགས།

▲ ① མེན་མོ་སྐྱེ་བ་ཚུ་ལི་གཟུང་ཏུ་བཤལ། །

ལྷན་པར་ཚུ་གཟུང་ནད་པའི་ལག་མཐེལ་གང་ཚོག་ངོས་ལ་མེན་མོས་ལོན་པར་མནན་རྗེས་སྐྱེ་བ་བྱུང་ན་  
ངེས་སྟེ་དེ་འང་ཚོའི་གཡོན་དང་མོའི་གཡམས་སུ་བརྟེན་དགོས། དཔལ་སྐྱུངས་དཔོན་གཟུངས་ལེགས་བརྟན་  
འཛིན་གྱིས་མཚན་པའི་ཞེ་ལས། ཚུ་གཟུང་གཡོན་དང་སྐྱེད་ལ་འབབ། ། ཅེས་གསུངས་པ་རྣམས་ལྟར་དང་  
གཞོགས་གཡོན་རོས་སྐྱེ་བ་མང་ལ། ཡང་དེ་ལས། ཚུ་གཟུང་མིག་ལ་བཀྲག་བྲིག་འབྱུང་། ། རྒྱུ་ལ་ཆ་ཆེ་སྐྱེ་  
འབྲུག་པ། ། མེན་མོ་སྐྱེ་འཕེན་གཡོན་འབྱུང་། ། ཚ་ཚུ་གང་ཞིང་ལུག་གཟེར་ཚུང་། ། ཞེས་ལུག་གཟེར་ཚུང་

① མན་ལག་རྣམས་ཐམས་ལས་བྱངས།



བྱུང་གྱུང་པམ། ཀམ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་མཛད་པའི་ཡང་ཉིག་ལས། བད་རྟེན་རྣམས་དང་ཚུ་གཟའ་སྐྱབས་པ་  
 ལ། །ཚུ་མེད་སྐྱབ་བརྒྱད་སྐྱབ་ཆེན་མོ་ཉིག་སྐྱུར། །ཞེས་པ་དང་། འཇམ་དཔལ་ཚོས་ཀྱི་བརྟན་འཛིན་  
 འཕྲིན་ལས་ཀྱི་མན་ངག་རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་ལ། ཚུ་གཟའ་གཤམ་པོས་ཕྱོག་པ་ལ། །གཏེ་ཞེ་བྱ་ཉེ་མེད་  
 གཉིས། །ཞོ་ལ་མེ་ཞི་ཚང་དང་རྟུ། །བརྒྱལ་བ་ཉེན་བརྟུ་བཏང་ན་པམ། །ཞེས་གསུངས་པ་རྣམས་  
 བརྟེན་ལ། གཞན་སྐྱབ་སྐྱོད་བྱེད་དང་། ལྷི་རྒྱུད་སྐྱབ་སྐྱབ་ཞི་ལ། ད་ལི་བརྒྱད་པ། བསམ་ཚོད། ལགས་  
 མོ་ལ་སོགས་གཏོང་ངོ། །

(༧) དབྱུང།

▲ ① ཚུ་གཟའ་ཡིན་ན་ས་མེད་རྫོང་ཏུ་བྱུང། །བད་པའི་མཐའ་བརྒྱུད་བརྟན་བརྟུན་ཞག་ལ་  
 བརྒྱ། །སྐྱོ་བོད་ཟུན་ཏུ་བྱུང་གིས་ཏུ་གས་བྱ་ཞིང་། །མཚུག་ཏུ་མེས་བཞེད་གས་མེད་རྒྱུན་པས་  
 འཚོ། །

སྐྱོ་བོད་ཟུན་ཏུ་བྱུང་སོགས་ཀྱིས་བདུག་པ་དང་ཚུ་གཟའ་ལ་གཏར་ཏུ་མི་རྒྱུང་བས་གཞུག་གྱུ་རྒྱུང་རྣམས་སུ་མེ་  
 བཅས་བཞེག་པ་སྟེ་དོད་བཅས་དང་། རྩ་བུ་གཤམ་ཏུ་སྐྱོས་དཀར་གྱི་དུད་པས་བདུག་པ། དེ་མིན་རྟུན་ཐབས་  
 ལས། གྱལ་བག་ལ་ཆ་རྩ་བོ་སྐྱུང་བྱིའི་ལུ། །བོད་བག་ཏུ་དག་སྐྱོག་སྐྱེའི་དུད་པས་བདུག། །གཟའ་རིགས་  
 གང་ཡང་དེ་ཚོར་གསོས་ཞེས་གྲགས། །ཞེས་གསུངས་པ་ཚུ་གཟའ་སོགས་གཟའ་རིགས་གང་ཡང་པན་  
 བོ། །

ས་བཅད་གསུམ་པ། ས་གཟའ།

སགཟའ་ཞེས་པ་ནི་གཟའ་བརྒྱད་ལས་པ་སངས་དང་སྟེན་པ་སྟེ་འབྱུང་བ་སའི་རང་བཞིན་གྱི་གཟའི་  
 །ཁམས་གང་གིས་གཞོད་པ་ལས་ལྷུས་ཅན་གྱི་ངག་སྐྱུགས་པ་དང་། །ཁ་མིག་ཡོ་ཞིང་ལྷུས་པོ་རྣམས་ཏུ་སྐྱེ་ལ་གཅིག་ཏུ་  
 རྫོང་སྐྱེད་འདོད་པ་སོགས་ཀྱི་ཚུ་ལ་སྟེན་པའི་བད་རིགས་ཤིག་ཡིན།

དང་པོ། རྒྱ་སྐྱེན།

གཟའ་བད་རྟེན་གྱི་རྒྱ་སྐྱེན་ཏེ། ཟས་ཤམ་གང་སྐྱུམ་ལ་སོགས་པ་དོད་བརྟུད་ཅན་གྱི་རིགས་བརྟེན་དགས་

① བདུད་རྩི་བྱུང་བཟང་ལས་དྲུངས།

པ་དང་། ལྷོད་ལམ་ཚུ་ཤེལ་དང་ཉི་ཟེར་སོགས་ཀྱི་འོད་མདངས་ཕོག་པ། ལྷོ་བྱར་དུ་འགུལ་ལྷོད་ལྱེད་པ་དང་  
 ཤེད་ཤུགས་འདོན་པ་སོགས་ཟས་ལྷོད་མི་མཐུན་པའི་རིགས་གང་ཞིག་དང་། ལུས་ཀྱི་ཁྲག་རྒྱུ་རྫོམས་པར་མ་  
 གནས་པ་བཅས་དང་། ལྷག་ཏུ་གཟེའ་པ་སངས་དང་སྲིབ་པ་གང་རུང་རྒྱ་བའི་དུས་དང་གདོང་ལྷག་ལྷུང་ཞིང་ལྷེ་  
 བརྟན་ས་ཡི་ཁམས་འཕེལ་བཟང་འཕྲུགས་པར་བྱེད་པའི་ཚུན་གྱིས་ནད་འདི་སྤོང་བར་བྱེད་དོ། །

### གཉིས་པ། བྱད་ཉམས་ལེགས་པ།

▲ ① ལ་གཟེའ་མདོག་མེར་ལུས་ཀྱི་ཆེགས་བཞི་ན། ། མིག་མེར་ཆ་ལྷིམ་ཤེད་རྒྱུད་ཤོད་པ་  
 ཆེ། །

ལུས་ཀྱི་སྤྲད་ལ་སོགས་པས་སྤྲད་བཤལ་བ་དང་། ཤེས་པ་ལྷེ་འཐིབས་ཆེ། མིག་དང་ཤ་མདོག་མེར་ཞིང་  
 དང་ག་འགག་པ་དང་། ལུས་པོ་ལྷེ་ལ་གཅིག་ཏུ་རྫོང་སྤྱིང་འདོད་པ། ལུས་ཤེད་རྒྱུད་ལ་ཤོད་པ་ཆེ་བ། ཚ་རྒྱུད་  
 ལན་རེ་རྒྱུབ་པར་འཕར་བ་དང་། དྲི་རྒྱུའི་མདོག་དུད་ཁ་ཞིག་ཏུ་འཆར་ཞིང་རྒྱ་ལ་འཕྱུར་ལྷོག་མང་བ་འཕྱུར་  
 རོ། ། ལྷན་ཐབས་ལས། ལྷེ་འཐིབས་སྤྲད་བཤལ་ས་ཞེས་དང་། ཞེལ་ས། གཉིད་ཆེད་དང་ག་འགག་ས། ལུས་  
 ལྷེ། ཤ་མེར། རྫོང་སྤྱིང་འདོད། ལུས་རྫོབས་ལྷེ། ལྷ་བ་རྒྱུད་བས་གཟེའོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྷུར་ཤེས་པར་  
 ལ། །

### གསུམ་པ། མི་ཚོར་བའི་ཉམས་ལེགས་པ།

▲ ② གཉིད་འཐིབས་རྫོ་ཆེ་ས་གཟེའི་ཉམས་ལེགས་པ།  
 ས་གཟེའི་ཁྱད་པར་བའི་ཉམས་ལེགས་སུ་ཤེས་པ་ལྷེ་འཐིབས་ཆེ་ཞིང་གཉིད་དུ་ཕྱུར་སྤྲོད་བ་དང་། ལྷོ་བའམ་ཤོད་  
 པ་ཆེ་བར་འཕྱུར་ཞིང་ལུས་པོ་ཤིན་ཏུ་ལྷེ་བས་གཅིག་ཏུ་རྫོང་སྤྱིང་འདོད་པ་བཅས་སོ། །

① བྱད་ལྷེ་ལྷུམ་བཟང་ལས་དྲངས།  
 ② མེལ་ས་དྲངས།

# བཞི་པ། བཅོས་ཐབས།

## ༡ བཅོས་ལྗོངས།

སྡོམ་ལ་བྲག་རྒྱུད་སྡོམ་ལ་པར་བྱེད་པའི་སྡོམ་གཏོར་བ་དང་མཉམ་དུ་བད་ཀན་སྡོམ་རྒྱུ་ལ་ལོ་ལོ་བཞི་གཉེན་པོ་  
བཞེན་པ་དང་། དེ་ཡང་གཟུང་རིགས་གང་ཡང་རྒྱུད་གིས་སྡོམ་བྱིད་པ་ཡིན་སྲིད་མཉམ་ཉུག་ཏུ་རྒྱུད་བཅོས་བྱ་དགོས།

## ༢ གཞེན་པོ།

### (༡) རིམ་པོ།

སྡོམ་བཅོས་སྐབས་ཀྱི་གཟུང་ཚོགས་དང་། རོ་རྩེ་རྣམས་འཚོམས། སྡོམ་བཅོས་གཟུང་ཡུམ་སོགས་ཀྱིས་ལྷན་  
ཚུས་བསྟུ་བདད་། དེ་ཡང་རིན་ཆེན་གཏོར་མཚོད་ལས་གསུངས་པའི་ཚོགས་སྡོམ། རྫོང་གཅོང་མའི་ནང་དུ་གཟུང་  
བརྒྱུད་ཀྱི་གཏོར་མ་བཤོས་དུ་བྱུང་གསུམ་ཆེ་བ་གཅིག་ལ་བཤོས་སྟབ་བརྒྱུད་ཀྱིས་བསྐོར་བ་ལ་ཤ་བྲག་གིས་བརྒྱུ་  
དེའི་མཐར་སྐྱུད་བཅུ་སོགས་ཀྱིས་བསྐོར་བ་དང་འབྲུ་ལྷ་ཚང་སྐྱུད་སོགས་ཀྱིས་བྲན་པ་བཤམས། དེའི་མཐར་སྐྱུག་  
གི་གཟུགས་དང་། ལྷ་ལ་དང་། སྡོམ་དང་། སྐུ་དང་། སྐུ་དང་། འབྲུག་དང་། ལྷ་དང་། རྒྱུ་དང་། རྒྱུ་དང་། རྒྱུ་དང་། རྒྱུ་དང་།  
གཟུགས་རྣམས་བཤམས། ཕྱིན་རྒྱུས་བྱས་ལ་འདི་སྐད་དོ། །རྗེ་ ར་འི་ལྷ་ག་དོ་རྩེ་ཡིན། །ར་འི་ལྷ་ལྷ་  
ག་འི་རྩེ་ཡི་ག་འི། །ལྷ་འི་ལྷ་ལྷ་བརྒྱུད་ར་ཡི་བྲན། །ར་ལས་ཆེ་བཅོན་སྲུ་ཡང་མེད། གཟུང་རྣམས་ར་ཡི་  
བཀའ་ལ་ཉོན། །རྗེ་ སྡོམ་པ་ས་ཡི་གཟུང་ཡིན་ཏེ། །སྐྱུད་དང་གཏོར་མ་འདི་བཞེས་ལ། །ས་ཡི་དུག་  
རྣམས་ད་སྐྱུངས་ཤིག །ཅེས་བརྗོད་པ་དང་། རི་སྐད་དུ། ས་ལ་རམས་དང་བསྐྱབས་ཤིག་པ་ཡིས། །ནང་  
པའི་ལུས་ལ་སྡོམ་ཤིང་རི་མོ་བྱིས། །སྡོམ་སྟགས་སྐྱུར་བས་འབྲུག་ཅིང་སྐྱུད་པས་སྐྱུད། །གཉེང་ཤིང་བརྗོད་  
ཚུལ་ཉེར་གཅིག་བར་དུ་བྱ། །ཞེས་དང་། གཞན་ཡང་རྒྱུད་འབྲེལ་དང་ཉམས་ཡིག་ལག་ནས་གསུངས་པའི་ས་  
གཟུང་ཚོགས་རྣམས་བཞེན་པར་བྱའོ། །

### (༢) ཟས་སྦྱོང།

གཟུང་ནང་སྡོམ་ལ་ཟས་སྦྱོང་སྡོམ་རིགས་ལྷག་ཏུ་སྦྱང་ལ། འབྲུ་རིགས་ཀྱི་མཐར་སྐྱུད་སོགས་ཡང་རྒྱུབ་  
སྐམ་པའི་རིགས་བཞེན་པ་དང་། སྡོམ་ལ་མ་རྒྱུ་གཟུང་དང་པལ་ཆེར་མཚུངས་སོ། །

( ༩ ) ལྷན།

▲ ①ས་ལ་རུ་རྩ་ཉི་ལེ་ཉིག་ཏུ་གསུམ།

ས་གཟའ་ལ་ཁོང་སྐྱོན་རུ་རྩ་གསུམ་པ་དང་། ཞ་གར་རིགས་ཀྱི་རྒྱུར་བ་དང་། བྱང་པར་སྡེ་འཐིབས་ལ་  
ཤུག་ཚོས་དུག་པ། བྱིང་རྒྱགས་ཁ་རྒྱ་མང་བ་ལ་གུ་གུ་ལ་བཞི་པ་གཏོང་། དེ་བཞིན་ཡང་ཉིག་ལས། ས་གཟའ་  
དང་ནི་གང་རྒྱང་གསལ་ཆེན། ། མེ་འབྲུ་ཚ་བ་གསུམ་དང་སྐྱ་སྐྱ་ལྟེ་བས། ། ཞེས་གསུངས་པ་དག་ཁོང་དུ་བསྟེན་  
ནོ། །

( ༡༠ ) དབྱེད།

དབྱེད་དུ་སྟོན་ཐབས་ཀྱི་ཤུད་ག་དགུ་པའི་བྱུག་སྐྱོན་ལུས་ཀུན་ལ་བྱུགས་པ་དང་། གུ་གུ་ལ་བརྒྱད་པའི་དུད་  
པ་སྟར་བ་དུག་པ། བྱང་པར་སྐྱོས་རྒྱས་ལུས་ཡོངས་བསྐྱུ་བ་དང་རྗེས་གཙོད་དུ་བྲག་སྐྱོས་བཞི་པས་བྱུག་པ་ཡུན་  
རིང་བསྟེན་ནོ། །

ས་བཅད་བཞི་པ། རྒྱང་གཟའ།

རྒྱང་གཟའ་ཞེས་པ་ནི་གཟའ་བརྒྱད་ལས་ལྷན་དུ་སྟེ་འབྱུང་བ་རྒྱང་གི་རང་བཞིན་གྱི་གཟའི་ཁམས་གང་  
གིས་གཏོད་པར་གྲགས་པ་ལས་ལུས་ཅན་གྱི་རག་སྐྱགས་པ་དང་། ཁམས་གཏོད་ཞེས་བབ་ཚོས་མང་ལ་སྟོག་ཏུ་ལུས་  
པའི་ཚོགས་ལ་འབབ་པ་སོགས་ཀྱི་ན་རྒྱུ་མཛོན་པའི་ནད་རིགས་ཤིག་ཡིན།

དང་པོ། རྒྱ་རྒྱེན།

གཟའ་ནད་སྦྱིའི་རྒྱ་རྒྱེན་ཏེ། ཟས་གཟུགས་དང་སྐྱུ་མ་ལ་སོགས་པ་སྟོད་བཅུད་ཅན་གྱི་རིགས་བསྟེན་དྲགས་  
པ་དང་། རྒྱུད་ལམ་རྒྱ་ཤེལ་དང་ཉེ་ཟེར་སོགས་ཀྱི་འོད་མདངས་སོག་པ། རྒྱུ་ལུང་དུ་འབྲུལ་རྒྱུད་ལྟེད་པ་དང་  
ཤེད་ཤུགས་འདོན་པ་སོགས་ཟས་རྒྱུད་མི་མཐུན་པའི་རིགས་གང་ཞིག་དང་། ལུས་ཀྱི་ཁྲག་རྒྱང་སྐྱོ་མས་པར་མ་  
གནས་པ་བཅས་དང་། བྱང་པར་གཟའ་ལྷན་དུ་རྒྱ་བའི་དུས་དང་གདོང་སྐྱག་སྐྱུང་ཞིང་ཡང་གཡོ་རྒྱུང་གི་ཁམས་  
འཕེལ་ཟད་འབྲུགས་པར་ལྟེད་པའི་རྒྱེན་གྱིས་ནད་འདི་སྐོང་བར་ལྟེད་དོ། །

① བདུན་མི་བྱུ་བཟང་ལས་དྲངས།

## གཉིས་པ། བྱང་ཉམས་པ།

▲<sup>①</sup>རྒྱུང་གཟུང་གཡམ་མང་གཉིད་མེད་ཅིང་། ། དྲན་པ་མི་གསལ་རྒྱུ་པ་དང་། ། སྐབས་  
 ཡུ་དགོད་ཅིང་མང་ཏུ་སྒྲ། ། གཏམ་རྣམས་ཆལ་ཆོལ་དག་ཏུ་མང་། ། ཟས་རྣམས་ཆོས་ཆད་ཡོག་  
 པ་དང་། ། འོག་རྒྱུང་པ་རྣམ་པར་མི་བྱས་པས། ། ཏི་མ་དག་པའི་རྣམ་པ་བྱེད། ། མདོར་ན་རྒྱུང་  
 རྒྱན་རྣམས་འཕྱུང་། །

རྒྱུང་གཟུང་ལྟེ། མགོ་དང་ཚིགས་རྣམས་ལ་སོགས་པས་མགོ་པོ་ལོའང་ཞིང་གཡམ་མང་བ་དང་། གདོད་  
 མདོག་རྒྱུ་པོར་འཕྱུར། གཉིད་ཡེར་ཞིང་ཤེས་པ་འཕྱོ། དྲན་པ་མི་གསལ་ཤིང་རིག་པ་རྣམས་ལ། གཏམ་འཆལ་  
 འཆོལ་མང་ཏུ་སྒྲ་ཞིང་སྐབས་སྐབས་སུ་དོན་མེད་ཏུ་དགོད་པ། ཚིགས་རྣམས་དང་རྒྱུང་གསང་རྣམས་སུ་ན་བ་  
 དང་། ཤ་འབྲིག་ཅིང་འབྲུག་བཤོང་། ཚའི་རྒྱ་བ་རྣམས་ལ་འབྲིག་པ་དང་། རྒྱ་མདོག་རྒྱུ་སངས་པ། རྒྱ་ཡ་དང་  
 ཏི་མེད་པ་འཕྱུང་ངོ། ། མན་དག་ལྟ་བུ་ཐབས་ལས། མགོར་སོག་རྒྱུང་ལ་ཞེས་དང་། གཞན་ཡང་ཞེས་ལས།  
 གདོད་སྒྲ། རྣམ་དད་རྒྱུང་། གཡམ་མང་། མགོ་ལོའང་། གཉིད་མེད། ཤེས་པ་འཕྱོ། སྐབས་ཅོལ་ཤོང་།  
 དྲན་པ་ཉམས་པ་ནི་རྒྱུང་གཟུང་། །

## གསུམ་པ། མི་ལོར་བའི་ཉམས་པ།

▲རྒྱུང་གཟུང་ཚིག་རྣམས་ན་བ་དང་། ། བབ་ཆོལ་མང་ཏུ་སྒྲ་བའོ། །

རྒྱུང་གཟུང་ཚིག་རྣམས་སུ་ན་བ་དང་འདི་མགོ་དང་ཚིགས་ལ་འབབ་པས་མགོ་ལུ་ལོའང་ཞིང་ལྟག་པར་  
 ཚིགས་རྣམས་ན་བ་དང་། གཏམ་འཆལ་འཆོལ་མང་ཏུ་སྒྲ་བ་དང་། གཉིད་ཡེར་ལ་ཤེས་པ་འཕྱོ་བ་བཅས་  
 སོ། །

## བཞི་པ། བཅོས་ཐབས་པ།

### ༡ བཅོས་རྒྱུ་པ།

སོག་མང་ཐབས་རྒྱུང་རྣམས་པར་བྱེད་པའི་སྐབས་དང་རྣམས་སུ་ཡང་གཡོ་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱུང་སེལ་བའི་གཉེན་  
 པོ་ལྷགས་ཆེར་བཞེན་པ་དང་། བར་ཏུ་ཚ་དཀར་རམ་དབང་ཚ་གསོ་བའི་སྐབས་གཏོང་ལ། མཁུག་ཏུ་རྒྱུང་བཅོས་  
 ཡང་ཡང་བྱེད་པ་གལ་ཆེ།

① ཞེས་པ་དྲངས།



ཞེས་པ་དང་འབྲམས་པ་ལ་བདུད་རྩི་ལྡེ་ལི་ལྷམས་མང་དུ་བྱ། ཡང་ན་ཨ་བྱུག་ གུར་གུམ་རྩ་ལོ་མེ་ཏོག་དང་  
བཅས་པའི་ཚོད་ལྷམས་དང་། རིམོ་ ལྷུང་ཚེད། རི་རླུག་པ། མཁན་པའི་ལྷམས་བྱའོ། །

### ས་བཅད་རྩེ་པ། བམ་མཁའི་གཟའ།

བམ་མཁའི་གཟའ་ཞེས་པ་ནི་གཟའ་བདུད་ཚེན་པོ་རྒྱ་རྩུ་ལ་སྟེ་འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་དང་བཞིན་གྱི་གཟའི་  
ཁམས་གང་གིས་གཞོད་པར་གྲགས་པ་ལས་ལྷམས་ཅན་གྱི་དག་སྤྲུགས་པ་དང་། ཁམས་ལོ་ཞིང་གཞོགས་བཤམ་བ་  
དང་རླུག་པར་རྩུ་བས་བྲག་འཇོག་ལ་བྱང་ཚབས་སྟེ་ཞིང་བཅོས་ལོང་མེད་པའི་ནད་རིགས་ཤིག་ཡིན།

### དང་པོ། ལྷུ་རྩེ་བ།

གཟའ་ནད་རྩེ་བའི་ལྷུ་རྩེ་བ་ཏེ་བམ་གྲགས་དང་རྩུ་མ་ལ་སོགས་པ་དོད་བཅུད་ཅན་གྱི་རིགས་བརྟེན་དུ་གསལ་པ་  
དང་། ལྷོད་ལམ་རྒྱ་ཤེལ་དང་ཉེ་བེད་སོགས་གྱི་ལོད་མདངས་སོགས་པ། ལྷོ་ལུང་དུ་འགྲུལ་ལྷོད་བྱེད་པ་དང་ཤེད་  
ལྷུགས་འདོན་པ་སོགས་ཟས་ལྷོད་མི་མཐུན་པའི་རིགས་གང་ཞིག་དང་། ལྷམས་གྱི་བྲག་རྒྱུད་རྩུ་མས་པར་མ་གནས་  
པ་བཅས་དང་། ལྷོ་སྤྲུག་གཟའ་བདུད་ཚེན་པོ་རྒྱ་རྩུ་ལ་སྟེ་བའི་དུས་དང་གདོད་ལྷུག་ལྷུང་ཞིང་ལྷམས་གྱི་འབྲུང་རྩེ་  
ཁམས་འཕེལ་བཟང་འབྲུགས་པར་བྱེད་པའི་རྩེ་བ་དང་ཡང་ལྷོ་སྤྲུག་ཁམས་འབྲུགས་པའི་དབང་གིས་ནད་འདི་  
ལྷོད་བར་བྱེད་དོ། །

### གཉིས་པ། བྱང་ལྷུགས།

▲ ① ལྷུ་བས་བྲག་འཇོག་བམ་མཁའི་གཟའ་ལུ་བཅུག །

བམ་མཁའི་གཟའ་ནི། བྲག་ལ་སོག་པས་ན་བཏབ་མ་ཐག་ཏུ་རྩུ་བྲག་འཇོག་རྩེ་ཉེན་ཚེ་བར་འབྱུང་བའི་  
རིགས་ཡིན་ཏེ། རི་རྒྱན་དུ། བྲག་པོ་ཚིག་འབྱེད་བམ་མཁའ་ཡིས། ། བཏབ་ལྷུང་བཅོས་སྤྲུ་མེད་པའི་  
གཟའ། ། ཞེས་པ་རྣམ་དང་། ཤོག་བྲིལ་ལས། བྲག་གཟའ་བྲག་གི་རྩ་རྩུས་རྒྱུད་བརྩོངས་ཚོ། ། འཕྲིག་ཅིང་  
འགྲུལ་བས་རྒྱ་རྩུང་འབྲུབ་ཅིང་ཁོས། ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

① མན་དག་རྩུ་བས་ལས་དྲུངས།

## གསུམ་པ། མིའོ་བའི་རྟགས།

ནད་འདི་བཟབ་མ་ཐག་ཏུ་སྣ་ནས་བྲག་འཛག་པ་དང་། བད་ཚབས་མེན་ཏུ་སྡེ་བ། ལུས་ཀྱི་བྲག་ཙ་  
ཐམས་ཅད་རྒྱས་མེད་འགྲུལ་བ་བཅས་སོ། །

### བཞི་པ། བཅོས་ཐབས།

#### ༡ བཅོས་རྒྱུ་ལ།

སོགས་འབྲུག་རྒྱུ་སྣོན་པ་དང་བྱེད་པའི་སྒྲན་དང་སྣོན་ཏུ་ནད་འདི་བྲག་ལ་སོག་པ་ཡིན་པས་བྲག་གི་  
གཉེན་པོ་བྲགས་ཆེར་གཏོར་བ་དང་སྐྱགས་ཉེན་རྒྱུ་བ་ཀྱི་ཐབས་ལ་བཅོལ་བ་དང་། དེ་ནས་དབང་ཚའི་རུས་པ་  
གསོ་ཞིང་གཟུང་རིགས་གང་ཡང་རྒྱུད་གིས་སྤྲིད་པ་ཡིན་མྱེད་མཇུག་ཏུ་རྒྱུད་བཅོས་བྱ་དགོས།

#### ༢ གཉེན་པོ།

##### (༡) རིམ་གྲོ།

གཟུང་ཚོགས་དང་། རྟོ་རྒྱལ་འཛོམས། རྟོ་བཅེགས་གཟུང་ལུས་སོགས་ཀྱིས་བྲག་རྒྱས་བཟུ་བ་སོགས་སྤྱི་  
དང་། སྣོན་ཏུ་རིན་ཆེན་གཏོར་མཛོད་ལས་གསུངས་པའི་ཚོགས་སྟེ། སྣོད་གཙང་མའི་ནད་ཏུ་གཟུང་བརྒྱད་ཀྱི་  
གཏོར་མ་བཤོས་ཏུ་རྒྱུད་གསུམ་ཆེ་བ་གཅིག་ལ་བཤོས་སྟེ་བརྒྱད་ཀྱིས་བསྐྱར་བའི་གྲགས་གིས་བརྒྱན། དེའི་  
མཐར་སྤྱད་བཅུ་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱར་བ་དང་འབྲུ་ལྷ་ཆུང་སྤྱད་སོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་པ་བཤམས། དེའི་མཐར་སྟེགས་གི་  
གཞུགས་དང་། རྒྱལ་དང་། རྟོ་དང་། མག་དང་། འབྲུག་དང་། ལུག་དང་། རྒྱུད་དང་། སྤང་གི་གཞུགས་  
རྣམས་བཤམས། ཕྱི་རྒྱབས་བྲུས་ལ་འདི་སྐར་དོ། ། ལྷོ། འཁོ་ལུག་ན་དྲོ་རྟོ་ཡིན། ། འཁོ་ལྷོ་རྒྱལ་གཤེན་  
རྟོ་ཡིན། ། ལྷོ་སྟེ་རྟོ་ལྷོ་དང་ཡི་བྲན། ། འཁོ་སྟེ་བཅོན་ཏུ་ཡང་མེད། ། གཟུང་རྣམས་འཁོ་བཀའ་  
ལ་ཉོན། ། ལྷོ། རི་རབ་རྒྱན་པོ་འུ་དཔར་གྱི། ། བཞགས་རྣམས་རོལ་པའི་དགྱིལ་འཁོར་ན། ། གཟུང་  
བདུད་ཆེན་པོ་སྤྲུ་གཅོན་འཛིན། ། སྤྲུ་མདོག་དུང་ཁའི་རིགས་པ་ཡ། ། འཁོར་ཏུ་བཞགས་རིགས་བརྒྱད་ཀྱིས་  
བསྐྱར། ། སྤྲུ་ལ་ཁ་རྒྱངས་ཏུ་གཅོན་ཡོད། ། སེམས་ཅན་ཀུན་ཀུན་རྒྱས་པར་བྱེད། ། སྤང་ཆེན་ཏུ་རིང་འདི་  
བཞེས་ལ། ། ལྷོ་སྟེ་ཡོན་བདག་འཁོར་བཅས་ཀྱི། ། ཁ་རྒྱངས་ཏུ་ག་རྣམས་དཔོན་ཅིག ། ཅེས་བཛོད་  
དོ། །

( १ ) ཟས་སྦྱོང།

གཟའ་ནད་སྦྱིའི་ཟས་སྦྱོང་ལྟོང། ཁ་ཟས་འབྲས་སྤྲུག་སྒོ་མོ་དང་མོན་སྒྲིབ་དམར་པོ་ལྟ་བུ་སྦྱུམ་འཇམ་བསེལ་  
ཡང་རིགས་དང་སྦྱོང་ལམ་དབེན་གནས་སྤུ་བསེལ་དྲོད་སྦྱོམས་པ་བཞེན་ནོ། །

( ३ ) ཟླ་བ།

ནམ་མཁའི་གཟའ་འདྲི་བྲག་ལ་ཕོག་པ་ཡིན་པས་ཁོང་སྒྲན་གཡུ་ཐོག་ཐང་དམར་དང། དམར་པོ་གསུམ་  
ཐང། བྲག་ཚད་བཅུ་ཐང། དེ་བཞིན་གྱུར་གྱུམ་བརྒྱད་པ་དང། རྗེ་རྗེ་བ་འབྲུམས། ལྷ་མེད། ལྷ་དམར་  
ཉེར་ལྷ་སོགས་གཉེར་དོ། །

( ༤ ) དབྱུང།

དབྱུང་དུ་རྗེས་ཚེན་བཙོ་བརྒྱད་ཀྱི་སྦྱོར་བ་བདུག་ཅིང་བྲུག་པ་དང་གཉེར་གཉེར་གཉེར་གཉེར་གཉེར་གཉེར་གཉེར་  
རིགས་པས་དབྱུང་དེ་བཞེན་ནོ། །

དེ་ལྟར་གཟའ་གདོན་གྱི་སྤྲུག་ཉན་ཐོར་བུའི་ནད་རྣམས་སྦོས་བཙོས་ཀྱི་གཉེན་པོ་མ་འབྲུལ་བར་བཞེན་ནས་  
བཙོས་དགོས་ཏེ། རི་སྐད་དུ། རིན་ཚེན་གཉེར་མཚོན་ལས། ཡན་ལག་བཙོས་ལ་ནད་བབས་བཙོས་པ་  
དང། ། ཁ་འཐོར་དུམ་བྲིག་བཙོང་ལྷ་བཙོས་ཐབས་གསུམ། ། བབས་བཙོས་སྒོ་བུར་བབས་ན་སྒོ་གསལ་  
འབྱུང། ། ལུང་པ་མང་ན་ཅུག་རྒྱུན་འབྲུམ་དང། ། ལུང་གུམ་ཤིང་མངར་སྒོ་ལོ་དཀར་པོ་ལྷ། ། ཆ་མཉམ་  
སྦྱོར་བ་རྒྱ་སྒོལ་སྤུལ་ལ་བཏང། ། མཚིན་བབས་མིག་འབྲིབ་དབྲུགས་སྤང་མཚིན་པ་ན། ། ལུང་གུམ་ལི་ཤི་དོམ་  
མཁྲིལ་ལི་ཡང་གྲ། ། ཉིག་ཏུ་མཉམ་ལྷན་དུག་གིས་སེལ་བར་བྱེད། ། མཁལ་མར་བབས་ན་མཁལ་མ་གཟེར་  
འབྲུག་བྱེད། ། མཁལ་མ་ཞོ་ཤ་ལྷམ་འབྲུ་བྲེ་གང་བཏང། ། སོ་(བར) བབས་སོ་བམི་བདེ་བས་མི་འཇུ། །  
སྤྲུག་སྤེལ་མ་རྒྱ་དུ་སྤྲུ་དབྱི་མོང་དཀར། ། བཞི་སྦྱར་བཏང་བས་ནད་ལས་གྲོལ་བར་བྱེད། ། སྦྱིང་བབས་སྦྱིང་མི་  
དག་འཛིང་ཅུ་སྦྱིང་འདོད། ། རྗེ་ཉི་གྲུ་གྲུ་དཀར་པོ་ཙན་དན་དཀར། ། ཤེན་སྦྱིང་ཞོ་ཤ་རྣམས་བུར་དཀར་  
བཏང། ། རན་པར་བཏང་བས་སྦྱིང་རྒྱུང་སེལ་བ་ཡིན། ། ཡང་ན་གངས་ཐིག་ཤེན་སྦྱིང་ཞོ་ཤ། ། སྦྱོར་  
དཀར་ཙན་དན་དཀར་པོ་ལྷ་ཡིས་སེལ། ། མཚེར་པའི་ནད་ལ་སྤྲུག་སྤེལ་ལི་ཤི་དང། ། ལྷ་གོར་ཞོ་ཤ་བཏང་  
བས་འཚོ་བར་འབྱུར། ། དེ་དག་སྤེལ་མའམ་རིལ་བུ་ཅི་རིགས་བྱ། ། ཁ་འཐོར་དུམ་དུམ་བྲིགས་ཀྱི་གདམས་པ་  
ནི། ། རྒྱ་ལོང་ན་ཞིང་སྦོ་འབྲོག་གཞོལ། ། བཙོད་ཀྱི་ཐང་གིས་སེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན། ། མགོ་ན་ཅུ་ཉ་དུར་  
བྱིད་མར་དཀར་བྲུག། ། མིག་རྩ་དམར་ན་ག་བུར་ཅུག་དང། ། ལུང་གུམ་སྦྱར་པའི་རྒྱ་ལི་མིག་ལ་བྲུག། །  
ཡང་ན་པི་པི་ཡིང་དང་ཕག་ཚོལ་སྦྱར། ། ཡང་ན་མར་སྦྱིང་རི་ཤིའི་རྩ་བ་སྦྱར། ། གང་ནའི་སར་བྲུག་དུས་པ་  
གཟེར་བཞི། ། ཡང་ན་ར་དུག་བྱང་པ་ལྷ་མཁན་དང། ། ཅུ་ཉ་ཆ་མཉམ་རྒྱུར་བཏང་བཙོང་བཞུམ་བྱ། ། ཆ་

བའི་རྒྱུགས་ལུ་འབྱེན་ལ་བསེལ་གསུམ་མམ། ། ག་ལུར་བཟང་པོ་དུག་གི་ཕྱེ་མ་བཏང། ། གང་རྒྱུགས་རྗེ་ཏི་ཚོ་  
 ནུའི་བཀོལ་ཐང་བཏང། ། རྒྱག་ཏུ་རྒྱུགས་ན་དོ་མ་གྱི་མཁུལ་པ་དང། ། ལྷ་ག་གི་སར་ཕྱེ་མ་བཏང་བས་  
 སན། ། རྒྱག་པ་ཚམ་ལ་རིག་རྒྱགས་དྲག་པོ་བཟུ། ། ཡང་ན་སྐབ་ཕྱེའི་དུད་པ་བདུག་པས་སན། ། ཞེས་དང།  
 ཡང་དེ་ཉིད་ལས། ཟུག་གཟེར་དྲག་པོ་ལ་ནི་གུར་ཀུམ་དང། ། གི་མང་ཚན་དན་དཀར་དམར་སྐྱ་ཚི་དང། །  
 ལྷ་ག་གི་སར་དོ་མ་མཁུལ་བདུན་ཆ་མཉམ། ། རྒྱག་ལྷུང་ནས་བཏང་བས་འཕྲལ་ཟུག་འཚོ་མས། ། རྒྱགས་  
 འབྱེད་འཕྱོན་བུ་དང་ནི་དུལྱོ་མང་དཀར། ། རྫིད་པ་བསྐྱེགས་ཐལ་ལྷེད་དུ་སྐྱ་ཚི་བཏང། ། རྱིའུ་ཞོ་འཕྱང་རྒྱས་  
 འཕུལ་ཁོང་དུ་བཏང། ། སྤང་རྒྱས་བཀང་ནང་དུ་འཕྱོན་བུ་ལ། ། ཟབ་གྱི་སྤུབ་བསྐྱོན་མང་འཚུང་བརྒྱབ་པས་  
 ཕྱེད། ། ཡང་ན་སྐབ་བསྐྱོན་མ་རྫོང་རྒྱག་གིས་བྲལ། ། དེ་ན་མས་གྱིས་ནི་རྒྱགས་པ་ཁ་འབྱེད་འཕྱུར། ། ཁ་  
 འཕྱོག་མིག་སྤྱེད་ན་སྤོང་ཐབས་ནི། ། མེ་ཡིས་འཕྱོག་ན་སྤང་རྒྱག་ལྷུག། ། ག་ལུར་བཟང་པོ་དུག་གམ་  
 བསེལ་གསུམ་བཏང། ། བད་པ་ཁ་སྤུབ་འཕྱང་དུ་བརྒྱག་པས་སངས། ། རྒྱུལ་འཕྱོག་ན་སྤང་རྒྱོན་  
 ལྷུག། ། ཆོ་བ་གསུམ་པོ་བཏང་ལ་ཤོང་རྣམ་འཕྱང། ། ཡང་ན་ཚན་དན་དམར་པོ་དུང་མཁོན་གྱ། །  
 བསྐྱེགས་ཐལ་ཕྱེ་མ་འགམས་པས་གཉིས་ཀར་སན། ། དེས་ནི་མི་སྐབ་ནང་པ་གདོན་ཡིན་སྤང། ། གཟེང་ཡི་  
 བསྐྱོང་སྐྱེ་བརྒྱད་ནང་པོ་ག་པ། ། དེ་ལ་ཆིག་རྒྱག་སྐྱབ་གྱིས་བཅོས་པ་ནི། ། མཚོས་གཡེན་གཟེར་བྱེད་པར་  
 སྐྱོག་ལ་ན། ། མཆིན་ནང་ཡིན་པས་གུར་ཀུམ་ཆིག་རྒྱག་བཏང། ། དག་ལྷ་གཡས་པ་ན་ཞིང་སྤྱོད་ལྷང། །  
 འཚོ་ནད་ཡིན་པས་མི་ཤེ་བཏང་བས་སན། ། བདུད་གྱིས་དྲི་རྒྱུ་འགགས་ཤིང་ན་མ་འཇིང་ན། ། སོ་ནད་ཡིན་  
 པས་མེ་འཕྱེད་ཆིག་ཐང་བཏང། ། སྤོང་པོས་མཚོ་པོ་འཚོ་མས་ཤིང་ཉིན་ཕྱེད་ན། ། ཆོད་པའི་ནད་ཡིན་གི་མང་  
 ཆིག་ལུར་བཏང། ། དམུ་ཡིས་མཚུག་གྱུ་ལུང་ན་ན་མ་ཕྱེད་ལྷང། ། རྫོ་བའི་ནད་ཡིན་ཏུ་གང་བཏང་བས་  
 སན། ། བཅོན་གྱིས་ལག་གཡོན་ན་ཞིང་ཉིན་ཕྱེད་ལྷང། ། མཁམ་མའི་ནད་ཡིན་ག་གོ་ལ་ཐང་བཏང། །  
 གཤེན་རྗེས་དུང་བ་གཡས་གཟེར་ཐོ་རངས་ན། ། སྤོང་རྒྱང་ནད་ཡིན་རྗེ་ཏི་བཏང་བས་སན། ། བསྐྱེགས་  
 གྱིས་ཁ་མིག་ཡོ་ཞིང་སྤོང་མི་དགལ། ། ཉི་རྒྱར་ལྷང་ཞིང་སྤུག་སྤེའི་ཆིག་སྤོང་(ཐང་)བཏང། ། བསྐྱོང་རྒྱ་ནད་  
 ཉགས་དེ་རྣམ་རྫོན་པའི་ཕྱིར། ། སོ་སའི་སྐབ་གྱིས་ཞི་བསྐྱོག་བྱེད་པར་བུས། ། ཞེས་གསུངས་པ་རྣམ་དང།  
 གཞན་གཟེང་གདོན་ནད་ལ་བྱུག་བདུག་བྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་བསྐྱེགས་པས། བདུད་ཚི་བུམ་བཟང་ལས་གསུངས་པའི་  
 མ་བྱུག་མ་སེར་བརྒྱ་གཅིག་དང། ཕྱི་རྒྱད་རྫོ་ཡི་བྱུགས་པ། ཟིན་ཏིག་འཕྱར་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད་དང་བྱུག་པ་ཚ་  
 དཀར་ཀུན་སེལ་སོགས་གྱིས་སྤུར་བྱུགས་བྱ་བཏང། བག་པོ་དུ་རྫོང་དང་རྣམ་ཏུ་རྣམ་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད་སོགས་  
 གྱིས་དུད་པ་བདུག་པས་ཤིན་ཏུ་སན་ནོ། །

(བྱ་མདོ་སྤྱུ་བུམས་རྒྱལ།)

བསམ་གཞིགས།

- ༡ གཟུང་ནད་ཀྱི་འཛིན་ཏུ་ས་ཁེ་ས་པ་ཅན་ཏུ་བསྟན་པ་དེའི་རྒྱ་མཚན་དང་། བད་ཚོགས་གི་དངོས་ཡོད་རང་བཞིན། རྒྱ་རྒྱུ་ཀྱི་གཙོ་བོའི་རང་བཞིན། ཞིབ་འཇུག་གི་གསལ་ཚོགས་རང་བཞིན་སོགས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
- ༢ གཟུང་ནད་དང་། ཚ་དཀར། རྒྱང་ནད་བཅས་དབར་གྱི་འབྲེལ་བ་དང་། རྒྱན་མོང་རང་བཞིན། རྒྱད་པར་གྱི་རང་བཞིན་སོགས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
- ༣ གཟུང་ནད་དང་དེང་རབས་གསོ་རིག་གིས་བཤད་པའི་“ལྷན་པར་ཁྲག་ཤོར་བ་”གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་དང་འབྲེལ་བ་དེ་བཞིན་འདྲ་ས་དང་མི་འདྲ་ས་བཅས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
- ༤ གཡའ་ཉེ་གཟུང་ནད་ཀྱི་རོ་རོ་དེ་དེང་རབས་ཀྱིས་བཤད་པའི་ལྷན་པར་ཁྲག་ཤོར་བའི་ནད་དང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་ཆེ། རང་གཞུང་ནས་བསྟན་པའི་གཡང་ལ་རྒྱུར་བ་སོགས་དང་ངས་སུ་གཞུག་པའི་བཙོན་ཐབས་དེ་འཕྲོད་དམ་མི་འཕྲོད། ཅིའི་སྐྱེད།
- ༥ གཟུང་ནད་སོགས་ཐག་རྒྱ་སད་མདའ་བཏང་ན་ཕན་ཡོན་ཅི་ཡོད་དམ།

# ལེན་བརྒྱད་པ། ཟུ་གདོན་གྱི་ནད།

ཟུ་གདོན་གྱི་ནད་དམ་མཛོེ་ནད་ཅེས་པ་ནི་རྩ་སྲིན་སྡེ་བརྒྱད་གྱི་ནད་ཚོན་གསུག་པ་ལྟ་ཆེན་བརྒྱད་གང་ཉེ་  
གིས་གཏོང་བར་གྲགས་པའི་ནད་གྱི་མིང་སྟེ། དོན་དུ་རྩ་སྲིན་ནག་པོ་དང་། དུག་ཅན་གྱི་གཉན་སྲིན་བར་པ་ཉ་  
འདོམས་པའི་ཐུག་རེག་མི་བཟོན་པ། མཐོང་བས་སྐྱུག་ཤོ་བ། བསམ་པས་སྐྱི་གཡའ་བ། ཐོས་ན་ཡང་ཞིང་  
གསོ་དཀའ་བའི་འགོས་ནད་གསུག་པ་ཅན་གྱི་མིང་ཡིན་ནོ། ། དེའང་མཛོེ་ཞེས་པའི་མིང་ནི་ལེགས་སྐྱུར་སྐད་ཅི་  
ཉིང་ལ་ཞེས་པའི་སྐད་དོན་ལས་བྱུང་བ་མཛོེ་འབར་བ་ཞེས་པ་སྟེ། དོན་བརྒྱུར་བྱས་པས་མི་བཟོན་ཅིང་གསོ་  
དཀའ་བ་ཞེས་འབྱུང་ངོ། །

## ས་བཅད་དང་ཕོ། ཟུ་རྒྱུན།

### དང་ཕོ། ཟུ་ཚོགས་དང་ཁོར་ཡུག་གི་རྒྱ་རྒྱུན།

#### ༡ རྒྱ་རྒྱུན།

ལན་ཅིག་ལྟ་བུར་ཐ་མའི་དུས་ཚོད་དུ། ། བསྐྱེད་བའི་ཆ་ཉམས་འབྱུང་བའི་བརྒྱད་མོར་  
བས། ། མི་རྣམས་ཟླ་བའི་ཕྱི་ནས་དབུལ་ཁོར་འབྱུང། །

ལན་ཅིག་ལྟ་བུར་ཐ་མའི་དུས་ཞེས་པ་སངས་རྒྱས་གྱི་བསྟན་པ་ལོ་ལྟ་སྟོང་དུ་གནས་པ་ལ་ལྟ་བུར་བཅུ་  
དུ་བྱས་པའི་ལྟ་བུར་དང་ཕོ་གསུམ་ལ་འབྲས་བུའི་དུས་དང་། བར་མ་གསུམ་ལ་བསྐྱབ་པའི་དུས་དང་། ཐ་མ་  
གསུམ་ལ་ལྟ་བུར་དུས་དང་། དེ་རྗེས་ལྟ་བུར་སྐྱེས་པ་ཉམས་ཅོམ་འཛིན་པའི་དུས་ཞེས་འབྲམ་ཉིག་སོགས་  
སུ་བཤད་པ་རྣམས་དེར་སངས་ལྟ་བུར་ལྟ་བུར་ལྟ་བུར་ཐ་མ་དང་ཉེ་བའོ། ། འདི་བས་ཀྱང་དམན་དུ་སོང་ནས་  
དུས་ལན་ཅིག་ལྟ་བུར་ཐ་མའི་འབྱུར་དེས་པའི་དུས་ཚོད་དུ་བསྐྱེད་བའི་ཆ་ཉམས་ཞེས་པ་བསྐྱེད་བའི་  
སངས་རྒྱས་ཕྱོད་པ་ལ་སྐྱོན་བསྐྱེད་དང་། སངས་རྒྱས་མི་ཕྱོད་པ་ལ་ལུན་བསྐྱེད་དུ་བཤད་ལ། ལྟ་བུར་བསྐྱེད་བའི་



བས། ། ཅི་ཉི་ལྟོ་ལ་འབར་བའི་བསྐལ་བ་དང། །

དེའི་ཚེ་ན་སྤྱི་ལོ་འགའ་ཞིག་ལྷ་རིགས་དང། ལྷ་མིན་དང། ཡི་དྲུགས་སོགས་སུ་གཏོགས་པ་ཡོད་ལ།  
ཕལ་ཚེར་ནི་དུད་འཕྲེའི་རིགས་སུ་གཏོགས་ཤིང་ནང་ཚན་དུ་རྒྱལ་རིགས། རྗེ་རིགས། བུམ་ཟེའི་རིགས།  
དམངས་རིགས་གཞོལ་བ་དང་བཅས་པའོ། ། གཉན་ནི་བོན་ལུགས་ལ་སྲིད་པ་ཆགས་པའི་སོག་མར་གྱུར་བ།  
གཉན་དུང་མགོ་གཡུའི་སློབ་མ་ཅན་ཞེས་པ་ལས་གྲུས་པ་ནི་ཉི་ལྔ་གཟེང་སྐར་ལུ་འདྲིན་པ་དང། སློབ་གྲུང་དུ་  
འདྲིན་པ་དང་གནམ་གཉན། ས་གཉན། རྩོ་གཉན། རྩ་གཉན་སོགས་ལེགས་ཉེས་མང་པོ་སྟོན་པ་དཔག་ཏུ་  
མེད་པ་ཡོད་ཟེར་རོ། ། ས་བདག་ནི་སའི་ལྷ་མོ་བསྟན་མ་དང་དེའི་འཁོར་དུ་གཏོགས་པ་དང་ས་དང་ལྷན་ཏུ་  
གཏུག་མར་གནས་པ་ཅེས་བྱ་སྟེ་སའི་བདག་པོར་རྫོམ་པ་དང། ལྷ་སྲིན་ནི་མི་རྣམས་ལ་སྐབས་འགའ་དུ་ཕན་པའི་  
ལས་གྲེད་པ་ལ་མགོན་དང་ལྷ། སྐབས་འགའ་དུ་གཞོན་པ་ལ་འདྲིའམ་སྲིན་ཞེས་པ་དུ་མ་གནས་པ་སོགས་རང་ལ་  
མི་བདེ་བ་གཞོན་པ་སྣ་ཚོགས་གྱུར་ནས་ཁྲོས་ཤིང་འབྲུགས་པར་གྱུར་པ་ལས། དེག་དུག་དང། མཐོང་དུག ཁ་  
རྒྱུང་སྤྱི་དུག ཡིད་དུ་བསམ་པའི་དུག་སོགས་འཕྲོས་པས་ཅི་ཉི་ལྟོ་ལ་ཞེས་མཐོང་འབར་བའི་སྐལ་བ་དང་  
བའོ། །

༡ ལྷ་གཏོན་གྱིས་ཐིན་པའི་རྒྱག་བསྐལ།

མཐོང་པས་རྒྱག་ཁྲོ་བསམ་པས་སྤྱི་འཇིགས་ཤིང། ། ཐོས་ན་ཡ་ང་དང་རྩོ་དང་གིས་  
མཐོང། ། ཚེ་འདིའི་གཉེན་འདུན་ཀྱན་དང་གསོན་འབྲལ་གྱེད། །

མཐོང་ནད་གྱིས་ཐིན་ན་ནི་མཐོང་བས་རྒྱགས་ཁྲོ་བ་དང། ཡིད་ལ་བསམ་པས་ཀྱང་སྤྱི་འཇིགས་ཤིང་སོས་པ་  
ཅམ་ན་ཡང་ཡང་ལ་རང་གི་རོ་རང་གིས་མཐོང་ཞིང་ཚེ་འདིའི་གཉེན་འདུན་ལ་སོགས་ཀྱན་དང་མཉམ་དུ་འཚོ་བ་  
སྦྱོང་བ་བས་མེད་པས་གསོན་འབྲལ་གྱེད་དགོས་པ་འབྱུང་བའོ། །

གཉེས་པ། ལུས་ཁམས་སྤྱི་ནང་གི་རྒྱ་རྒྱེན།

༡ ལྷ།

རྒྱ་ནི་ལུས་ལ་གནས་པའི་རྒྱ་སེར་ལ། །

མཐོང་ནད་འདིའི་རིང་རྒྱ་ནི་སྤྱི་གཏོན་ན་མ་གོང་དུ་སློམ་མ་ཐག་པ་རྣམས་དང། ཉེ་བར་ལེན་པའི་རྒྱ་ནི་  
གང་ཟག་རང་གི་ལུས་ལ་རྣམ་སྤྱེས་སུ་གནས་པའི་རྒྱ་སེར་ཉེ། རྒྱད་ཀྱི་རྒྱ་སེར་གསོ་བའི་ལེའུར། དང་པོ་གྱུར་

རྒྱལ་ཁབ་ཟུང་སྤངས་མ་དེ། ། མཁྲིས་པ་དམར་རྒྱུར་ལས་ཀྱིས་ཁྲག་ཏུ་འབྱུང། ། ཁྲག་གི་སྟེགས་མ་མཁྲིས་པའི་  
 བར་དུ་གསོག། ། མཁྲིས་པའི་དྲངས་མ་རྒྱ་མེར་ཉིད་ཏུ་འབྱུང། ། གནས་ནི་ཤ་རུས་དོན་རྣོད་སྟེ་བར་  
 ལྷལ། ། ལྷལ་པར་ཤ་མདངས་བར་དང་ཚིགས་པར་གནས། ། ཚད་ནི་རིང་གི་སྟེམ་པ་བཞི་ཏུ་བཤད། །  
 ཅེས་ཁྲག་གི་སྟེགས་མ་ལས་ལྷུང་བའི་ཆ་ནས་མདོག་དམར་པོ་དང་། མཁྲིས་པའི་དྲངས་མ་ལས་ལྷུང་བའི་ཆ་ནས་  
 མདོག་རྒྱ་མེར་གཉིས་འདྲེས་པའི་ཤ་པགས་བར་དང་ཚིགས་མིག་བར་ན་གནས་པའི་འབྱར་བག་རང་བཞིན་གྱི་  
 གཤེར་ཁུད་མར་མེར་ཅན་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །

### 3 རྒྱུན།

དེ་རྒྱུན་རྫོན་གྱི་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྟོན་པ། ། འཕྲུལ་དུ་གདོན་དང་སོག་སྲུག་ལྷུང་བའམ། ། ཟས་  
 ལྷོད་དབང་གིས་འདུ་བ་འབྲུགས་ལྷུར་པས། ། རྒྱ་མེར་ནག་པོ་ལྷུས་ལ་རྒྱས་པ་ཡིན། །

རྒྱན་ཅིག་གྱེད་པའི་རྒྱུན་ནི། རྫོན་གྱི་ལས་རན་བགྱིས་པའི་རྣམ་སྟོན་དང་། འཕྲུལ་དུ་བཤད་མ་ཐག་པའི་  
 གདོན་དང་སོག་སྲུག་ལྷུང་བའམ་ཟས་དང་སྟོད་ལམ་དམན་རྣལ་ལོག་པའི་དབང་གིས་ལྷུས་གྱི་འདུ་བ་འབྲུགས་  
 པར་ལྷུར་ཉེ་བ་མཐའ་རྒྱ་མེར་གྱི་ངོ་བོ་རྣམ་པར་ལྷུར་ནས་ཁྲག་མཁྲིས་དང་བསྐྱངས་པའི་ནག་པོར་ལྷུར་པ་དེ་ཉིད་  
 ལྷུས་ཀྱུན་ཏུ་རྒྱས་པ་ཡིན་ནོ། ། བརྒྱད་པའི་སྟེང་བསྟུས་ལས། ཁ་ཟས་སྟོད་ལམ་ལོག་པ་དང་། ། ལྷུང་པར་དུ་  
 བྱི་མི་འསྟོད་བཞེན། ། དམ་པ་སྟོད་དང་སོག་གཅོད་དང་། ། གཞན་གྱི་དོར་འསྟོག་སོགས་བཞེན་དང་། །  
 སྟེག་པའི་ལས་ནི་འཕྲུལ་བྱས་དང་། ། རྫོན་ཚད་བྱས་པས་ནད་བསྐྱངས་ནས། ། ཞེས་གསུངས་པའོ། །

བེ་རྫོན་ལས། དེ་རྒྱུན་ངོ་བོ་རྫོན་གྱི་ལས་རན་བསྟུབ་གསུམ་དང་འགལ་བའི་ལས་བགྱིས་པ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་  
 པར་སྟོན་པ་དང་། འཕྲུལ་དུ་བཤད་མ་ཐག་པའི་གདོན་དང་སོག་སྲུག་ལྷུང་བའམ་ཟས་དང་སྟོད་ལམ་དམན་  
 རྣལ་ལོག་པའི་དབང་གིས་ལྷུས་གྱི་འདུ་བ་འབྲུགས་པར་ལྷུར་པས་རྒྱ་མེར་ནག་པོ་དེ་ཉིད་ཁྲག་མཁྲིས་དང་བསྐྱངས་  
 བས་རྣམ་པར་ལྷུར་ཉེ་བྱས་ལ་རྒྱས་པ་ཡིན། །

### ས་བཅད་གཉིས་པ། མཚན་ཉིད།

མཚན་ཉིད་ཤ་རྒྱགས་རུས་ཚིགས་ཚ་ཁྲག་དོན། ། རྒྱ་མེར་བསྟུལ་བས་ལྷུས་ཀྱུན་མ་རྒྱངས་  
 ལྷུང། ། མི་བཟོད་གསོ་དཀའ་མཚའ་ཡིན་དུ་བཤད། །

དེའི་མཚན་ཉིད་ནི་སྟེ་ཤ་རྒྱགས་དང་། བར་རུས་ཚིགས་དང་། ཚ་དང་། ཁྲག་སོགས་ལྷུས་ལྷུངས་དང་།

བར་དོན་ལྷོད་ན་མས་སུ་བྱ་བ་ཉེ་ཚུ་མེད་བསྐྱེད་ཞེས་ཐམས་ཅད་རྒྱལ་ཅིང་རུལ་ནས་ལུས་ཀུན་མ་རུངས་པར་བྱེད་  
 པས་མི་བརྗོད་ཅིང་གསོ་དཀའ་བའི་མཛེ་ནད་དུ་བཤད་པ་ལྟེ། རང་འགྲེལ་ལས། ལུས་ཀྱི་ནད་གི་རྒྱུ་རྐྱེད་སྲིད་  
 བདུན་ཡང་མཛེ་ནད་ཀྱིས་རྒྱས་ཏེ་ནད་ཐམས་ཅད་རུལ་བར་འགྱུར་བ་དང་། ལུས་ཀྱི་ཕྱི་ཡང་རུལ་ཏེ་རྒྱགས་ཤིང་  
 རུལ་ནས་དེའི་ནད་དུ་འབྱུང་བའི་ལྷན་ལུས་ཀྱི་སྐྱེ་དང་། པགས་པ་དང་། རྩལ་བསྐྱོད་དང་། ཚ་ཆེན་པོ་  
 དང་རུས་པ་ལ་སོགས་པ་ཀུན་གྱི་ནད་དུ་ལྷན་ལུས་ཀྱི་ལཱ་བར་བྱེད་པ་འདི་ནི་མཛེ་ནད་ཅེས་བྱ་ཡོད། ། ཞེས་  
 དང་། བརྒྱད་པའི་སྒྲིང་བསྐྱེད་ལས། ཚ་ལ་ཐད་ཀར་གུ་མ་ནས་ནི། ། ཤ་དང་པགས་པ་རྩལ་མེད་ཀྱི་ཀྱེ་  
 གནོད་བྱས་སྒྲིང་བར་གྱུར་ནས་ནི། ། དེ་ནས་བྱིར་ནི་འགྱུར་འགྱུར་ཏེ། ། པགས་པའི་མདོག་ནི་མི་སྤྲུག་  
 བྱེད། ། མི་བཟང་དེ་ནི་མཛེ་རུ་བཤད། ། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོ། །

ས་བཅད་གསུམ་ལ། དབྱེ་བ།

དབྱེ་བ་གནས་དང་རིགས་ཀྱིས་བཙེ་བརྒྱུད་འགྱུར། །

གསུགས་སུ་བྱུང་གོད་ནད་དེ་ལ་ནད་ཚན་ཇི་སྟར་ཞེ་ན། གནས་ཀྱིས་དབྱེ་བ་ལ་བཙེ་བརྒྱུད་དང་།  
 རིགས་ཀྱིས་དབྱེ་བ་ལ་བཙེ་བརྒྱུད་དེ་བསྐྱེད་མཛེ་ནད་སུམ་ཅུ་སོ་སུ་གཏུ་འགྱུར་ལོ། །

དང་པོ། བབས་ས་གནས་ཀྱི་དབྱེ་བ།

ལྷན་ལུས་རྩལ་གནས་ཀྱིས་དབྱེ་བ་སྒྱེ་བྱས་ཚི། ། མདོག་སྒྲིབས་ག་ཆེན་ལྷོ་བ་ཚ་དང་ཐུག། །  
 རྩལ་མེད་རུས་ཆེགས་སྐྱོ་བ་མཐད་ཀར་ཁ། ། དོན་ལ་ལྷན་ལུས་པས་དབྱེ་བ་བཅུ་དང་བརྒྱུད། །

ལྷན་ལུས་རྩལ་དང་པོ་གནས་ཀྱིས་སོ་སོར་དབྱེ་བ་སྒྱེ་སྟེ་པགས་པའི་སྐྱེ་བྱན་དང་། པགས་ཞེས་པགས་པའི་  
 བར་མདངས། ཆེ་སྟེ་པགས་པའི་མདངས་དང་། མདོག་དང་། སྒྲིབས་དང་། ཤ་དང་། ཆེན་དང་། རྩལ་  
 དང་། ཚ་དང་། ཐུག་དང་། རྩལ་མེད་དང་། རུས་པ་དང་། ཆེགས་དང་། སྐྱོ་བ་དང་། མཐད་པ་དང་།  
 ཀར་དང་། འབྲུག་དང་། དོན་ལུས་ལྷན་ལུས་པས་དབྱེ་བ་བཅུ་དང་བརྒྱུད་ལོ། །

# གཉིས་པ། ཉེས་པའི་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ།

རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་རྒྱ་པ་བ་རྒྱ་པ་ལྟར་འདྲ་ས་བཤུགས། ། སོ་དང་འདྲ་རྒྱུ་མཛོ་རྒྱ་པ་བུ་ལྟར་ལྟར། ། རི་  
པའི་ལྗོངས་དང་རྒྱ་གསལ་མཛོ་གཅིག་ལུ་དང་། ། འབྲུམ་ལྟར་བ་བཟླ་འབྲས་ལྱིར་མེར་ག་དང་། ། ལུ་བ་  
ཁ་བརྒྱ་བརྒྱ་དགའ་པོ་དང་། ། འབྲུམ་ལུ་གཡན་པ་བཟགས་བ་རྒྱ་གསལ་བ་དང་། ། རོ་ལ་མེ་འབྲ་དང་  
ལུམ་ཚུ་ཚུ་བུ་ག་མོ། །

ཉེས་པའི་རིགས་ཀྱི་སྲིད་བྱེ་བ་ནི། རྒྱ་པ་ལས་རྒྱུར་པའི་མོད་པ་འདྲ་བ་དང་། ཕ་མིས་པ་ལས་རྒྱུར་པའི་ལྷ་  
དུམ་མཛར་འདྲ་བ། བད་ཀན་ལས་རྒྱུར་པའི་རྒྱུ་མཛོ་དང་རྒྱང་བུ་གཉིས། རྒྱ་པ་ཕ་མིས་ལུན་པ་ལས་རྒྱུར་པའི་རི་  
པའི་ལྗོངས་ལྗོངས་ལས་མོག་ཆགས་རི་པའི་ལྗོངས་ལས་འདོད་ཅིང་། འབྲེལ་བ་ལེ་རྒྱུན་ལས། རི་པའི་དེད་པོ་ས་  
ལུ་ལོ་འཕྲོད་ལྟར་བྱི་བ་དང་། ལྗོངས་གཉིས་ཀྱི་རྒྱ་དོད་གཅིག་ལ་རི་པའི་ལྗོངས་འབྲུང་བ་དང་། ལྷ་རོག་གི་རྒྱ་དོད་  
དོད་རྒྱ་བྱུང་བཟུ་དང་། བརྒྱ་ལྷིག་བརྒྱུར་རྒྱ་བས་ཀྱི་ལྷིག་རྒྱུན་ལས་རྒྱ་ལྗོངས་ཀྱི་དམོངས་པ་དེ་རྣམས་ལྷིག་ལྷིག་ལོང་  
མོད་ལུ་མེར་ག་ལྱེད་པ། ཉེས་གཅིག་དང་། བད་ཀན་དང་རྒྱ་པ་ལས་རྒྱུར་པའི་པགས་མཛོ་གཅིག་ལུ་  
དང་། འབྲུམ་ལྟར་དང་། བཟུ་དང་། འབྲས་དང་། ལྱིར་དང་། མེར་ག་ལྗོངས་ག་ བད་ཀན་དང་ཕ་མིས་  
པ་ལུན་པ་ལས་རྒྱུར་པའི་ལུ་བ་དང་། ཁ་བརྒྱ་དང་། བརྒྱ་དགའ་པོ་དང་། འབྲུམ་ལུ་དང་། གཡན་པ་དང་།  
པགས་པ་ལུགས་པ་དང་རྒྱ་གསལ་འདྲེལ་བ་ལས་རྒྱུར་པའི་རོལ་མོ་མེ་འདྲ་རྣམས་ཀྱིས་དབྱེ་བས་  
བཙོ་བརྒྱད་མཛིས་པ་དང་། དེའང་རྒྱ་པ་རྒྱ་པ་ཕ་མིས་བད་ཀན་གསུམ་དང་། ལུན་པ་གསུམ་དང་། འདྲེལ་  
པགཅིག་ལྗོངས་བཤུན་ལུ་བརྒྱུ་ལོག་ལ། དེ་རྣམས་རྒྱ་ལྗོངས་གཉིས་བཅོམས་པས་ལུ་རྣམས་ལུ་རྣམས་ལུ་འབྲུར་ལོ། ། དེ་  
རྣམས་ལས་རྒྱ་པ་མཛོ་མོད་པ་འདྲ་བ་དང་། ཕ་མིས་མཛོ་ལྷ་དུམ་མཛར་འདྲ་བ། བད་མཛོ་རྒྱུ་མཛོ། བད་ཕ་མིས་  
ལས་རྒྱུར་ལུ་བཟླ་དགའ་པོ། རྒྱ་པ་ཕ་མིས་ལས་རྒྱུར་པའི་ལྗོངས་ལས་འདོད་ཅིང་། འདྲེལ་བ་ལས་རྒྱུར་པའི་རོལ་མོ་  
མེ་འབྲས་འདྲ་བ་བཙུན་བཤུན་ལོ་མཛོ་ལྷད་ཆེན་པོའི་གསུམ་ལོ། །

# ས་བཙན་བཞི་པ། བརྟག་ཐབས།

## དང་པོ། ལྷི་རི་བརྟག་ཐབས།

ལྷི་ལ་བྱི་ནང་གསལ་བ་གསུམ་ལྱིས་བརྟག། །



དང་། མེད་བ་བབས་པ་དང་། མདའ་འཕུ་བ་སོགས་མི་བྱད་ཁ་སྤྱི་ཉུགས་དང་། མྱོང་དང་། ལྷ་ཁང་ལྷེར་  
བཟོ་འགྲུལ་བ་སོགས་སོ་གདོན་གྱི་ཉུགས་དང་། བྱད་མེད་དག་གིས་ལུས་ཀྱི་བྱུངས་འབྱེད་པ་སྟེ་སྤྱི་བ་འཕོ་བ་མི་བ་  
མི་ལོ་གདོན་གྱི་ཉུགས་ཏེ། དེ་མཉམས་སྟེ་ཚོར་བའི་རུས་ཡིན་ཏེ་གདོན་གྱིས་འདེབས་པའི་ཉུགས་ཞེས་གདོན་  
གྱིས་གདོན་འགོ་ཚུལ་པའི་རུས་ལ་སྐྱེབས་པ་ཡིན་ནོ། །

( ༩ ) མཚན་ཉིད་ལུས་རག་ཡིད་གཟུམ་ལ་བརྟག་པ།

༡ ཉེན་ལུས་ལ་བརྟག་པ།

ལུས་ལ་བརྟག་པ་བཞིན་ལ་འགྲུར་སྟོན་གྱིད། ། བཀྲག་སྟོན་པ་འཕམ་ཡང་ན་སྟེས་པ་  
དང་། ། རྟོན་མེད་ཐག་སྟེས་སྟེ་ཐག་འཇག་པ་དང་། ། བགས་པ་རེས་འགས་རེས་རྩུབ་རྩུབ་  
གྲང་། ། གཡང་ཞིང་ལྷག་འདོད་ལྷ་སོར་རྩུབ་ལོང་། ། འགྲུལ་འཕྲིག་སོ་མཚོན་མི་བདེ་རུས་  
རྒྱུ་ན། ། ཐུགས་ཚིགས་བསྐྱད་པའི་མཉམས་ལུན་རིང་གནས། །

ཉེན་ལུས་ལ་བརྟག་པ་ནི་བཞིན་ཏེ་གདོན་གི་གཟི་མདངས་ཉམས་པའམ་ཡང་ན་འགྲུར་སྟོན་མང་བ་སྟེ།  
སྐབས་འགར་སྐབས་དང་སྟོན་སྐབས་འགར་དམར་བ་དང་ནག་པ་སོགས་ཐ་མལ་གྱི་བཞིན་མདོག་དང་མི་འདྲ་  
བ་འགྲུང་བ་དང་། བཀྲག་མདངས་སྟོགས་ནས་མེད་པའམ་ཡང་ན་བཀྲག་ཚེར་སྟེས་པ་དང་། རྟོན་མེད་དུ་ཐག་  
གི་གཞི་སྟེས་ཞིང་སྟེ་ཐག་འཇག་པ་དང་། བགས་པ་རེས་འགས་རེས་རེས་རྩུབ་རྩུབ་ཡང་ན་གྲང་བ་དང་།  
གཡང་ཞིང་འཕྲག་འདོད་ལ་ལྷ་སོར་རྩུབ་ལོང་ཞིང་འགྲུལ་འཕྲིག་གྱིད་པ། སོ་མཚོན་མི་བདེ་ཞིང་རུས་རྒྱུ་ན་  
ལ། མཚོན་ཉུགས་བཏབ་པའི་མི་དེའི་བགས་པ་མེས་ཚིགས་པ་དང་། མཚོན་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱད་པའི་མཉམས་  
མི་སོས་པར་ལུན་རིང་དུ་གནས་པའོ། །

༢ བརྟོད་པ་རག་ལ་བརྟག་པ།

རག་ལ་བརྟག་པ་འགྲུར་སྟོན་མང་བ་སྟེ། །

བརྟོད་པ་རག་ལ་བརྟག་པ་ཞེས་སྐད་གདངས་ཀྱི་འགྲུར་སྟོན་ལ་བརྟག་པ་སྟེ། སྐད་གདངས་རེས་ཆེ་ལ་  
རེས་རྩུབ་དང་། རེས་སྟོན་ལ་རེས་སྤྱི་བ་དང་། རེས་འགག་ལ་རེས་གསལ་བ་སོགས་སྐད་རོ་ཤེས་དགའ་བའི་  
འགྲུར་སྟོན་མང་བ་འགྲུང་དོ། །

༣ བརྟོན་པ་ཡིད་ལ་བརྟག་པ།

ཡིད་ལ་བརྟགས་པ་སྟེ་འཕྲུ་མི་དགའ་འཕྲུ། ། རྩོ་ཚིག་འཕྲུ་འདོད་གོང་ཉུགས་གསང་བར་  
བྱེད། ། རང་ཚོར་རུས་ཡིན་གདོན་གྱིས་ཐེབས་པར་རེས། །

ཞེས་པ་ནི། བརྟོན་པ་ཡིད་ལ་བརྟག་པ་ནི་སྟེང་གཙུག་པ་སྟེ་འཕྲུ་ཞིང་སེམས་མི་དགའ་བ་དང་མལ་དུ་

མི་སྲོད་པར་འཕྲོ་ལ་སྲོ་བ་དང་ཚིག་པ་ཟ་བ་དང་། འཕྲོ་འདོད་ཆེ་བ་སོགས་གོང་གི་ཉལ་མ་དེ་རྣམས་གཞན་ལ་  
འཆད་མི་འདོད་པ་གསར་བར་སྐྱབ་ལ་རང་གིས་ཚོར་བའི་དུས་ཡིན་པས་གདོན་གྱིས་ཐེབས་པར་དེས་པ་སྟེ།  
སྟེ་མས་པ་ཆེ་དབང་གི་རྒྱུད་བཞིའི་རྣམ་བཤད་ལས། རྟེ་མ་ཐེ་ལམ་གྱི་དུས་ནི་འདེབས་པའི་ཉལ་མ་ཞེས་གདོན་  
གྱིས་གདོན་པ་འགོ་ཚེས་དུས་དང་། སྟེ་མ་སྟོ་གསུམ་གྱི་ཉལ་མ་ནི་གདོན་པའི་དབང་དུ་སྐྱུར་པ་སྟེ་ཐེབས་ཐེན་པའི་  
ཉལ་མ་སོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་རྟོགས་པར་བྱའོ། །

### 3 བྱང་བརྟག

བྱང་གི་བརྟག་པ་རྣམ་རྟོག་ཅི་འདྲ་ཡང་། །

སྟེ་བྱང་གསར་གསུམ་གྱི་ཉལ་མ་ལས་བྱང་གི་ཉལ་མ་ལ་བརྟག་པ་ལ་ཡང་བཞིན་དེས་གདོད་གི་ཉལ་མ་ལ་  
བརྟག་པ་དང་། དབང་པོ་མིག་གི་ཉལ་མ་ལ་བརྟག་པ་དང་གཉིས་སོ། །

(1) གདོད་ལ་བརྟག་པ།

བཞིན་ཉིད་མེ་མོང་འདྲ་སྟེ་བུ་ལ་ལ་བརྟག་ ། མེ་ཉོག་མོད་སར་རྩ་མི་འཆགས་པར་  
སྐམ། ། རྩ་སྟེ་ག་དམར་སོགས་པ་མདོག་འཕྲུལ་བ་ལ། ། བ་སྟེ་གས་འདྲེ་གས་ནས་མ་ཐེ་མོང་མ་ཐེན་  
རྩེ་མོང་། ། རྩ་མོང་མ་ཐེན་ཚོས་སྟེན་དབྱག་རྣམས་སུ་མང་། ། མེ་ཉོག་སྐམས་ན་དུས་ལས་  
འདས་ཞེས་བྱ། །

བྱང་གི་བརྟག་པ་ནི་རྣམ་རྟོག་ཅི་འདྲ་བ་ཡང་བཞིན་ཉིད་མེ་མོང་འདྲ་བས་ཉལ་མ་གསལ་བར་འོངས་ཏེ།  
གདོད་ལ་རྩུས་བསྐྱེད་ཉལ་མ་འཕྲོ་ དེ་ཡང་མེ་ཉོག་ཅོས་གདོད་མདོག་དུངས་པའི་སྟེང་དུ་རྩ་སྟེ་ག་དམར་བ་  
སོགས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་འོང་བ་སྟེ་དེ་རྣམས་མེ་ཉོག་ཡོད་སར་རྩ་བརྒྱབ་པ་མི་འཆགས་པར་སྐམ་འགོ་བ་དང་། རྩ་སྟེ་ག་  
དམར་བ་སོགས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་འོང་ཞིང་ག་མདོག་འཕྲུལ་བ་ལ་ག་སྟེ་གས་འདྲེ་ག་ཅོས་གཡོ་བའམ་སྐྱངས་པ་མཐེ་པོས་  
མཐེན་ན་འཕྱུ་རྩེས་ཡོད་པ་དང་། མེ་ཉོག་རྣམས་ལས་ཆེར་སྐྱ་གོང་མ་ཐེན་ཚོས་སྟེན་དབྱག་རྣམས་སུ་མང་བར་  
འོང་ལ། མེ་ཉོག་མེད་པར་ག་དུས་སོགས་སྐམ་ཤིང་མཐེན་པས་འཕྱུ་མི་འོང་ན་དེ་ལ་དུས་ལས་འདས་པ་ཞེས་  
བྱའོ། །

(2) མིག་ལ་བརྟག་པ།

གསལ་བར་རྩོན་པ་དབང་པོ་མིག་ཡིན་ཏེ། ། མི་གཞོད་པ་མི་རྩ་དང་གཞོད་པའི་རྩ། །  
གདོན་ཤིགས་འཆུག་རྩལ་ལུས་ཀྱི་ལུགས་ས་དང་། ། ལུབ་དང་མི་ལུབ་པོ་ལུངས་བརྟག་པར་བྱ། །  
སྟེ་དེས་བས་ཀྱང་བྱང་གདོན་གྱི་ཉལ་མ་གསལ་བར་རྩོན་པ་ནི་དབང་པོ་མིག་ལ་བརྟག་པ་ཡིན་ཏེ། མིག་

ལ་ནི་མིག་སྤྱོད་དཀར་པོའི་སྤྱོད་གི་ཚ་རིགས་ལ་བརྟགས་དགོས་པས་ཐོག་མར་འཕྲོག་པོ་བརྟག་པ་ལ་ཐོག་དྲུང་པོ་  
འདེབས་དགོས་པ་ལྟར་གཞོན་པ་བརྟག་པ་ལ་མི་གཞོན་པའི་ཚ་ཤེས་དགོས་པས་གཞོན་མི་གཞོན་བརྟག་པ་ནི།  
མི་གཞོན་པའི་ཚ་ནི་སྤྱིར་མིག་བཀྲག་མདངས་ལེགས་ཤིང་ལྷག་པར་མིག་ཚ་རང་ས་ན་དམར་སིང་འེ་བ་སྤྱོད་དུ་  
དོན་པ་དང་མིག་མདངས་ལོག་པ་ལྷུག་ལྷུག་མི་འོང་བའོ། །གཞོན་པའི་ཚ་ནི་སྤྱིར་མིག་མདངས་ཉམས་ཤིང་  
མཆི་མ་འཇག་ཅིང་མེ་ཉིའི་འོད་མི་བྱུང་ལ། ལྷག་པར་ཚ་དམར་ནག་གམ་སྤྱུག་ནག་གཉིང་དུ་བྱིང་འེ་བ་ཚེ་མོ་གྲུག་  
པ་དང་། ཐོག་ལེན་གཤོས་འཇོག་པོ་བཀལ་བ་རྒྱལ་མོ་ལ་ཁ་བལྟས་པའོ། །གདོན་རིགས་བརྟག་པ་ནི། རང་  
རོང་བྲང་པ་བརྟོན་པ་གསུམ་བྱུང་ན་རྒྱལ་རིགས་ཡིན། བཟུང་གཡས་ནས་འཛིན། ལྷུ་མོ་གཡས་ལ་ཤ་རོ་ཡོད།  
གཟབ་ཤར་གང་རིགས་ཀྱི་ཡིག་ར་ལ་ད་བརྟགས་པ་འདྲ་ན་རྗེ་རིགས་ཡིན། ལྷུ་མོ་གཡོན་ལ་ཤ་རོ་ཡོད།  
འདྲ་ན་བུམ་ཟེ་ཡིན། བྱིན་པ་གཡས་ལ་ཤ་རོ་ཡོད། གཟབ་ཤར་གང་རྩུང་གི་ཡིག་ག་མགོ་ཕྱེ་བ་འདྲ་ན་དམངས་  
རིགས་ཡིན། བྱིན་པ་གཡོན་ནས་འཛིན། ལྷུ་མོ་གཡོན་ལ་ཤ་རོ་ཡོད། སྤྱོག་ཆགས་ཉམས་ཡིག་ཉ་འདྲ་ན་  
གདོལ་བ་ནག་པོ་ཡིན། ཀར་མཐིལ་གཉིས་ལ་འཛིན། ལྷེ་བ་ལ་ཤ་རོ་ཡོད་དོ། །འཕྲུག་རྒྱུ་ལ་ལྷ་གང་ཡིན་  
བརྟག་པ་ནི། ཡིག་གཡལ་ལ་བརྟགས་པ་འདྲ་ན་མི་གཙང་མའོལ་བ་ཡིན། མགོ་དང་ཡན་ལག་དུ་མའི་རྣམ་པ་  
འདྲ་བ་ལ་མགོ་ཉམས་ཡན་ལག་ཉམས་པ་ལྟར་སྤྲང་ན་རེ་འདོད། མིག་མགོ་གཉིས་ཀ་ནག་ལ་ཉིལ་ན་ཀྱའི་ཀྱལ་ཀ  
ཐང་ཤིང་འབྲེལ་བ་འདྲ་ན་བསད་འདོད་དོ་བཟོ། རྒྱལ་མོ་ལ་སྤྱོད་པས་ན་རྣམ་སྤྱོད་འོ། །ལུས་ཀྱི་ལྷགས་ས་བརྟག་  
པ་ནི། ཡས་སྤོད་ནས་འཛིན་ན་ལ་ལུགས་དང་མིག་མགོ་ལ་ཚ་སྤྱོད་འོང། མས་སྤོད་ནས་ལྷགས་ན་མས་མཚུ་  
དང་མིག་མཚུག་ལ་ཚ་སྤྱོད་འོང། རྒྱལ་མོ་སྤྱོད་པས་ན་ཚ་སྤྱོད་བྱུང་ན་མཐུན་པོས་དང་དོན་ལ་ལྷགས། མིག་གི་  
སྤྱོད་ལས་སུ་ཚ་ལ་བྱུང་ན་རྒྱབ་དང་སྤྱི་ཤ་སྤྱོད་པས་ལ་ལྷགས་སོ། །གཡས་གཡོན་གང་བྱུང་ལ་དེ་སྤྱོད་པས་ལྷགས་  
པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ནད་གདོན་བཙོས་པས་སྤུབ་དང་མི་བྱུབ་བརྟག་པ་ནི། སྤུབ་པ་དང་པོ་ནས་བཙོས་སྤུབ་  
པ་དང་། བཙོས་པས་སྤུབ་པའི་རྟགས་གཉིས་ལས་དང་པོ་ནི། ཚའི་ཚེ་མོ་བར་གྱི་མཆོལ་མ་སྤོབས་པ་དང་  
གངས་ཀྱང་བཞེ་གསོ་སྤྱོད་སྤུབ་པའོ། །གཡས་པའི་ཚ་ལེགས་ན་གཞན་མང་ཡང་སྤུབ་པའོ། །གཞོན་པའི་  
ཚའི་མཐའ་ནས་ཡལ་ཚ་བ་ཆད། ཚེ་མོ་གྲུག་ན་བཙོས་སྤུབ་པས་སྤུབ་པའི་རྟགས་ཉེ་ནད་གདོན་ཞི་བར་ངེས་  
པའོ། །ཚའི་ཚེ་རྒྱལ་མོའི་མདངས་ལ་སྤོབས་ན་མི་བྱུབ་བཙོས་པས་མས་ཚ་ལ་སྤྱོད་བྱུང་ཡང་ཡས་ཚ་ལ་སྤྱོད་མི་  
འདུག་ན་མི་བྱུབ་པོ། །ལོ་གངས་བརྟག་པ་ནི། དཀར་ནག་མཚམས་ནས་རྒྱ་རིས་དུག་ཡོང། གདོན་ཚ་ལུག་  
པ་ལ་རྒྱ་གམ་དུ་འོང། དེ་འདྲ་དུ་འདུག་ལས་ལོ་གངས་བརྟེ། བྱིའི་མཆོའི་ཚ་ཆོགས་ལས་ཡང་བརྟེ་སྤྱོད་ཆོགས་  
རེས་ལོ་རེ་སོང་བའོ། །འདི་དག་ནི་རྗེ་གཤུ་ཐོག་པ་རང་གི་མཚན་དུ་བྱུང་བ་ཅུང་ཟད་གསལ་དུ་བྱས་པ་ཡིན་  
ནོ། །

དེ་ལྟར་གསོ་བྱ་བ་དང་པའི་མིག་སྒྲིབ་དཀར་པོའི་སྟེང་གི་ཚ་རིས་ལ་བཞེན་ནས་སྤྱི་གནོད་གྱིས་གནོད་ཡོད་  
མེད་དང་། གནོད་གྱི་རིགས་གང་ཡིན། བད་ཀྱི་འཕྲུག་ཚུལ། ལྷན་གྱི་ལྷན་གསལ། བད་གནོད་བྱས་དང་མི  
བྱུང། དེ་བཞིན་བད་བྱུང་ནས་ལོ་གང་ས་ག་ཚོར་སྒྲིབ་པ་སོགས་བརྟག་པ་སྟེ། བད་ཀྱི་གསོ་རིག་གི་སྤྱོད་མཛུགས་  
ཡིན་པའི་དམིགས་བསལ་གྱི་བརྟག་ཚུལ་ཞིག་གོ། །

### 3 གསང་བརྟག

གསང་བ་སྒྲུབ་ཀྱི་སྐྱོན་ནས་བརྟག་པ་སྟེ། །ལུ་ཟླི་གུ་གུ་ལ་ལུ་དག་སྐྱེ་བཞི། །སྤྱུ་ག་མོ་མར་  
མ་ཉམ་ལ་རས་ལུ་ལྷན། །དྲི་ཚུར་སྐྱེད་མ་ལ་ཞག་གསུམ་སྐྱོམ་ཏུ་བཏུང། །དྲི་ཚུ་ཁྲག་དང་ཚུ་སྐར་  
སྐྱེ་ཚོགས་དང། །རང་གི་མདོད་ལ་ལས་གཞོན་དང་མི་གཞོན་བརྟག། །

གསང་བའི་རྟགས་སྐྱོན་གྱི་སྐྱོན་ནས་བརྟག་པ་ནི། ལུ་ཟླི་དང་། ལུ་གུ་ལ། ལུ་དག་སྐྱེ་བཅས་བཞི་དང་།  
སོས་ཀའི་སྤྱུ་ག་ལོ་མ་འབྲུང་བ་དེ་ཚེ་བཞིན་བརྟགས་པ་ཆ་མཉམ་ལ་རས་སྤྱུ་ལུ་བས་དཀྱིལ་དུ་རྒྱུ་ཚུ་དུ་མ་ལུ་  
གཅིག་བརྟག་ལ། བད་པ་རང་གི་དྲི་ཚུར་སྐྱེད་མ་ལ་ཞག་གསུམ་སྐྱོམ་ཏུ་བཏུང། ཡང་ན་གྱི་སྟེང་དཀར་པོའི་སྟེ་མ་  
སྤྱར་མཚོ་གསུམ་བརྟག་ཏེ་སྐྱོམ་ཡོག་ཚོད་བཏུང་ཞིང་། དེའི་དྲི་ཚུ་བསགས་པ་ཞག་གསུམ་ཁོལ་མར་བཏུང་བ་  
དང་དེའི་རིང་སྐྱོམ་གཞན་སྐྱེད་ཏོ། །དྲི་ཚུ་ཁྲག་དང་ཚུ་སྐར་སྐྱེ་ཚོགས་སྤྱུང་ན་གནོད་པའི་རྟགས་དང་དྲི་ཚུ་  
རང་གི་མདོད་ལས་གཞན་དུ་སྤྱར་བ་གནོད་པ་དང་མ་འབྲུར་བ་མི་གནོད་པར་བརྟག་ཅིང་འདི་ལ་རྒྱུང་འབྲུང་དུ་  
ལུ་ཟླི་གསེར་མདོད་ག་དང་། ལུ་གུ་ལ། ལུ་ཟླི་ ལུ་དག་དང་བཞི་སོས་ཀ་སྤྱུ་མ་འབྲུ་དུ་དང་། ཆ་མཉམ་ལ་ཚེ་  
བཞིན་བརྟགས་ལ་རས་སྤྱུ་ལུ་ལ། དཀྱིལ་དུ་རྒྱུ་ཚུ་དུ་མ་ཞིག་བརྟག་ལ་རང་གི་དྲི་ཚུས་སྐྱེད་མ་ལ་ཞག་གསུམ་  
སྐྱོམ་ཏུ་བཏུང། ཐ་མཁུ་བ་ལ་བཅིང་གྱིན་ཐོན་པར་བྱས་ལ་བཏུང། སྐྱོམ་གཞན་མི་བཏུང་སྐྱེད་ཏོ། །དེ་ལ་  
དྲི་ཚུ་མདོད་ལ་འབྲུར་བ་གནོད་མི་གནོད་པ་ཡིན། ཚུ་སྐར་སོགས་སྐྱེ་ཚོགས་སྤྱུང་ན་གནོད་པ་ཡིན། ཁྲག་དུ་སྤྱུང་  
ན་མི་ཐོན་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལས་ཤེས་བྱུང་། །

དེ་ལྟར་མཛོ་བད་ཀྱི་སྒྲིབ་རྟགས་སྤྱོད་དུ་སྐྱོན་མ་ཐག་པའི་སྟེ་བ་གསང་གསུམ་གྱི་རྟགས་དེ་དག་དང་།  
གཞན་དྲི་ཚུའི་མདོད་གསེང་ལ་སྤྱིས་མ་དང་ཀྱ་ལ་ཤེས་མཁུག་ཅིང་ཤེས་སྤྱོད་ལ། ཚ་རྒྱུད་འདར་ལ་ཞར་ཅིང་  
འཕྲིག་པ་དང་། དེ་ཡང་ཚོ་གསེང་བ་ལས་སྤྱུང་བ་ཡིན་ན་བད་འཕེལ་སྤྱུར་བ་དང་། བད་ཚབས་ཚེབ་ལ། བད་  
འགོས་སྤྱུ་བ་བཅས་གྱི་མཛོ་བཀུ་དང་། སྤང་གསེང་བ་ལས་སྤྱུང་བ་ཡིན་ན་བད་འཕེལ་བྱུང་བ་དང་། བད་  
ཚབས་རྒྱུང་ལ་བད་འགོས་རྒྱ་མེད་པ་འཕེལ་འགོས་དཀར་བ་བཅས་ནི་མཛོ་དཀར་བད་དུ་རྩོམ་འཛིན་བྱེད་དོ། །

# གཉིས་པ། བྱེ་བྲག་གི་བརྟག་ཐབས།

བྱེ་བྲག་བརྟག་པ་དུག་དང་གདོན་རིགས་དང་། ། རླུགས་རྩེའ་བབས་ས་ཉེས་པའི་རིགས་  
ཀྱིས་བརྟག་།

བྱེ་བྲག་གི་བརྟག་ཐབས་དེ་ལའང་ནང་གསེས་སྤྱད་བྱེ་བྲག་གི་རྫོ་ནས་བརྟག་པ་དང་། གདོན་རིགས་ཀྱི་  
རྫོ་ནས་བརྟག་པ། རླུག་རྩེའ་ཀྱི་རྫོ་ནས་བརྟག་པ། བབས་ས་གནས་ཀྱི་རྫོ་ནས་བརྟག་པ། ཉེས་པའི་རིགས་  
ཀྱི་རྫོ་ནས་བརྟག་པ་བཅས་རྣམ་པ་ལྟའི་རྫོ་ནས་བརྟག་པ་ཡིན་པོ། །

## ༡ དུག་གི་རྫོ་ནས་བརྟག་པ།

དང་ཚོ་དུག་གི་རྫོ་ནས་བརྟག་པ་ནི། ། མྱེ་འབྲིབས་ས་དུག་ཡང་ཞིང་གཤོ་བ་རྒྱུར། ། མ་  
ཚེད་མེ་དུག་གྲང་ཞིང་བསེལ་བ་རྒྱ། །

དང་པོར་དུག་གི་རྫོ་ནས་བརྟག་པར་བྱ་བ་ནི། ལྷན་དང་ཤེས་པ་ལྷེ་ཞིང་འབྲིབས་ལ་ལེམ་ཞིང་ག་རྩོལ་ད་  
པ་ས་དུག་དང་། ཡང་ཞིང་གཤོ་ལ་འདྲར་འཕྲིག་དང་རྫོད་པ་འོང་བ་རྒྱུར་དུག་ཚ་ཤེག་ནི་ཚ་རྒྱང་ས་དང་། ཚ་  
བེར། ཚ་རབས། ཚ་ཅག་ཚ་ལྷག་སོགས་འོང་བ་ལྟེ་དུག་གྲང་ཞིང་བསེལ་ལ་རྒྱ་ཐིགས་དང་ཚར་བ་སོགས་  
སོགས་ལྟ་བུ་རྒྱུ་དུག་གོ། ། དེ་རྣམ་རེག་མཚོང་ཁ་རྒྱང་ས་བསམ་པའི་དུག་འཕྲོས་པས། ། ཞེས་མཛེ་ནད་འདི་  
ཉིད་དུག་རིགས་ཡིན་པའི་ཚན་ས་ནད་རྟགས་སྤྱུ་འབྱུང་བ་བཞི་འཕ་ཉེས་པ་གསུམ་རང་རང་གི་མཚན་ཉིད་འཛིན་  
པའི་དུག་གི་མངོན་རྒྱུ་ལ་ཡང་རྫོན་པའོ། །

## ༢ གདོན་རིགས་ཀྱི་རྫོ་ནས་བརྟག་པ།

གདོན་རིགས་དཔྱེ་བ་རྩེ་བ་ཡན་ལག་གཉིས། །  
གདོན་རིགས་ཀྱི་རྫོ་ནས་བརྟག་པ་ལའང་ཡན་ལག་གི་གདོན་དང་། མ་བའི་གདོན་ཉེ་རྣམ་པ་གཉིས་སྤྱུ་  
བརྟག་ཡོད་དོ། །

### (༡) ཡན་ལག་གི་གདོན།

ཡན་ལག་མེ་གྲང་འཕོང་པོ་རྒྱུ་ལ་འབབ། ། དམ་མི་ཤགས་པ་ས་བདག་ག་ལ་འཕྲིན། །  
གཉན་ཚ་བ་སྤྱེ་རིགས་དུག་རྒྱུས་འཕྲིན། །

དེ་ལ་ཡན་ལག་གི་གདོན་ནི་རྩྱུབས་རྒྱུར་བའམ་བསྐྱང་རྒྱ་ཡིན་པས་གདོན་རིགས་མེ་གྲང་དང་འཕོང་པོ་  
གཉིས་རྒྱུ་ལ་འབབ་ཉེ་མཚོ་ལ་རྫོས་པ། གདོང་ལ་ཁྱེ་མ་འོང་བ་དང་བསྐྱེད་ཅེ་གཡའ་ཞིང་གྲང་སིང་བྱེད། དམ་

ཉིད་པགས་པ་ལ་འབབ་ལྟེ་མོར་ཕྱན་འོང་ཞིང་གདོང་པ་དམར་སྟོམ་གྱིད་པ་དང་པགས་རོ་སོགས་འོང། ས  
བདག་ཤལ་འཛིན་པར་གོ་ལེར་ན་ཞིང་འགྲུལ་འཕྲིག་དང་ཤ་སྟེ་མཛད་ཤ་རོ་འོང། གཉན་ནི་ཙམ་ལ་བབས་པས་ཙམ་  
ཀྱན་འཕྲུག་ཅིང་ཟེ་འཕྲུག་གྱིད་པ་དང་ཁྲག་སྐྱེ་མིག་སྟེ་བའོ། ། བསྟུ་རིགས་དྲུག་ནི་ལྷ་གྱེ་བྲག་པ་སྟེ། ཚུ་རྒྱུས་ལ་  
འཛིན་པས་རྒྱང་ལག་ན་འཕྲུམས་དང་ལྷས་ལྱོང་ཞིང་ཚོགས་ཁོལ་ལ་སེན་བཀྲག་ཉམས་པ་སོགས་འཕྲུང་ངོ། །  
དེ་ལྟར་ཡན་ལག་གི་གདོན་ནི་ཤ་པགས་ཙམ་དང་ཚུ་རྒྱུས་སོགས་ལྷས་ཀྱི་ལྷོ་ངོས་སུ་འབབ་ཅིང་ནད་ཚབས་ཀྱང་ཅུང་  
ཚུང་བའོ། །

(3) ཙམ་ལེ་གདོན།

ཙམ་གདོན་རྒྱལ་རིགས་མིད་དུག་གཙུག་ནས་འཕྲུག། རྗེ་རིགས་མཚོང་བའི་དུག་ལྟེ་ཙམ་ནས་  
འཕྲུག། ། བྲམ་ཟེ་ཁ་རྒྱང་ས་དུག་ལྟེ་ལག་པ་གཡོན། ། དམངས་རིགས་རིག་དུག་རྒྱང་པ་གཡས་  
ནས་འཕྲུག། ། གདོལ་པ་མཆེ་བའི་དུག་ཅན་རྒྱང་པ་གཡོན། ། འཕྲུག་དུ་ལྷ་མི་རྒྱལ་པོ་དོན་ལ་  
འབབ། །

ཙམ་ལེ་གདོན་ལས་སྐྱུ་རྒྱལ་རིགས་ནི་ཡིད་ཀྱི་དུག་སྟེ། ལྷི་གཙུག་ནས་འཕྲུག་པས་གཙུག་དུ་ཤ་རོ་འོང་ཞིང་  
དཀར་ལ་སྟེད་པ་དང་། འཕྲུང་བཞི་འདུས་པ་ཡིན་པས་སྟོག་ཚགས་རྒྱན་སོགས་སྣ་ཚོགས་སམ་དཀར་པོ་ཟླི། རྗེ་  
རིགས་ནི་མིག་ནས་དུག་སྟོན་བ་མཚོང་བའི་དུག་ལྟེ་ཙམ་ནས་འཕྲུག་ཅིང་མེད་དུག་མཚིན་པར་འབབ་དམར་པོ་ཟླི།  
བྲམ་ཟེ་ནི་ཁ་རྒྱང་ས་ཀྱི་དུག་ལ་ལག་པ་གཡོན་ནས་འཕྲུག་ཅིང་ཚུ་དུག་ཤས་ཆེ་བས་མཁལ་མ་གཡོན་དུ་འབབ་པ་  
དང་། རྒྱན་དང་སྟོག་ཚགས་སེར་ཤས་ཆེ་བ་ཟླི། ། དམངས་རིགས་ནི་རིག་པའི་དུག་ལྟེ་རྒྱང་པ་གཡས་ནས་  
འཕྲུག་ཅིང་རྒྱང་གི་དུག་ཤས་ཆེ་ལ་ལྷས་སྐྱུར་འབབ། ཡན་ལག་དང་སོར་མོ་རྣམས་ཀྱི་གཞུག་དང་འབྲ། རྒྱང་  
འཛིང་ཞིང་སྟོན་པོ་ཤས་ཆེར་ཟླི། གདོལ་པ་ནི་མཆེ་བ་ལས་འཕྲོས་པའི་དུག་ཅན་ཉེ་རྒྱང་པ་གཡོན་ནས་འཕྲུག་  
ཅིང་ས་དུག་ཤས་ཆེ་མཆེར་པར་འབབ། ལྷུ་དང་སྟོག་ཚགས་རྒྱན་སོགས་ནག་པོ་ཟླི། གཞུག་དུ་ལྷ་གང་ཡིན་པ་  
དེའི་རྒྱལ་པོ་དོན་ལ་འབབ་ལྟེ་རྗེ་རིགས་ལེ་ཁམས་སྟེང་ལ་འབབ། བྲམ་ཟེ་ཚུ་ཁམས་མཁལ་མར་འབབ།  
དམངས་རྒྱང་ཁམས་མཚིན་པར་འབབ། གདོལ་པ་ས་ཁམས་མཆེར་པར་འབབ། རྒྱལ་རིགས་འདུས་པ་ནམ་  
མཁལ་ཁམས་སྟོ་བར་འབབ་ལྟེ་དོན་ལ་སོ་སོ་དང་འབྲེལ་བའི་དབང་པོ་གང་ཡིན་དེ་ཡང་ཉམས་པར་གྱེད་ཅིང་  
ཤེད་འཚོར་ལ་སྟེང་མི་དགའ་བ་སོགས་འཕྲུང་ངོ། ། དེ་ལྟར་ཙམ་ལེ་གདོན་ནི་ལྷས་ཀྱི་ནང་རིམ་ལྟེ་དོན་ལ་པོ་  
དང་གནད་ལ་ཟིན་པས་ནད་ཚབས་ཀྱང་སྟེ་བའོ། །

3 འཇུག་རྒྱུ་ལ་གྱི་སྒྲི་བྱས་པ་རྟག་པ།

འཇུག་རྒྱུ་ལ་རྒྱུ་ལ་གྱི་སྒྲི་བྱས་པ་རྟག་པ། ། གུ་རེ་གུ་ལ་གུ་ལ་གྱི་སྒྲི་བྱས་པ་རྟག་པ་དང་། ། མོང་ས་  
རྒྱུ་དེ་འདྲོད་རྒྱུ་ལ་གྱི་སྒྲི་བྱས་པ་དང་། ། མི་གཙང་མཚོ་ལ་གྱི་སྒྲི་བྱས་པ་རྟག་པ་དང་། ། རྒྱ་  
བསད་པའི་སེམས་གྱི་སྒྲི་བྱས་པ་དང་། ། ལས་གྱི་རྒྱུ་ལ་གྱི་སྒྲི་བྱས་པ་རྟག་པ་དང་། །

འཇུག་པའི་རྒྱུ་ལ་རྒྱུ་ལ་གྱི་སྒྲི་བྱས་པ་རྟག་པ། ། གུ་རེ་གུ་ལ་གུ་ལ་གྱི་སྒྲི་བྱས་པ་རྟག་པ་དང་། ། མོང་ས་  
དུ་རྒྱགས་པ་མི། རྟགས་ཤེས་འོང་ཞིང་ཤེས་མི་འོང་ལ། ཟས་དང་རྒྱུ་དེ་ལ་མ་གཟུགས་པ་དང་། གཟུང་གདོན་གྱི་  
ཚོག་བྱ་དགོས། འོང་ས་རྒྱུ་དེ་འདྲོད་པའི་རྒྱུ་ལ་གྱི་སྒྲི་བྱས་པ་མི། རྒྱ་བྱར་ཁ་ཡོ་མིག་སྒྲི་ཞེས་འོང་ཞིང་འབྲུལ་  
འཕྲིག་བྱེད། མི་ལ་མ་ཟེ་མང་པ་འབྲུང་བས་གདོན་བཅོས་དང་ཚོགས་བསམ་གཟུ། མི་གཙང་མཚོ་ལ་གྱི་སྒྲི་བྱས་  
ལྷགས་པ་མི། རྒྱ་བྱར་དུ་འོང་གེས་པ་མིང་འབྲུལ་འོང་བས་སྒྲུས་དང་བསང་དང་བྱུང་དགོས་བྱུ་དགོས་པ་དང་།  
དོ་བསྐྱོ་བསད་པའི་སེམས་གྱི་སྒྲི་བྱས་པ་མི། དོ་བསྐྱོ་ཞེས་འབྲུ་སེམས་སམ་སྐང་སེམས་ཉེ་དགའ་འཛིན་བསད་  
འདྲོད་གྱི་བསམ་པས་ལྷགས་པ་ལ་བྱ་བ་དང་། དེ་མི་གཙང་མཚོ་ལ་མིག་པ་མིག་པས་བསྐྱེན་སྐྱབ་དང་སྐྱེན་ལྷག་སྐྱོད་བྱ་  
བ་དང་། ལས་གྱི་རྒྱུ་ལ་གྱི་སྒྲི་བྱས་པ་མི། མོང་གསལ་སྐྱར་རྟགས་ཤར་བ་དང་ཚོགས་བསམ་གྱི་བསྐྱོད་ལ་  
འབད་དགོས་སོ། ། དེ་ལྟར་ལྷོ་ནང་རྒྱ་བྱེན་ལས་སྐྱུ་གདོན་ཉིད་ལྷན་ལ་འཇུག་པའི་གུ་རེ་སྐྱོང་མི་འདྲ་བའི་དབང་  
གིས་ནད་ཚབས་སྒྲི་ཡང་སྐྱོ་ཚོགས་སྐྱོན་པ་འོ། །

4 བབས་པ་གཞན་གྱི་སྒྲི་བྱས་པ་རྟག་པ།

བབས་པ་གཞན་གྱི་སྒྲི་བྱས་པ་རྟག་པ་མི། ། རྒྱུ་དང་པལ་ས་པ་རྒྱུ་དང་མདོག་པ་རྒྱུ་ལ། །  
རྒྱུ་ལ་དང་བ་ཚེ་ལ་རྒྱུ་ལ་རྒྱུ་དང་ཐུག ། རྒྱུ་མེད་ལྷན་ཚེ་ལ་སྐྱེ་བ་ཐུག་པའུ་རྒྱུ་ལ། ། ཟར་དང་  
ལྷ་བ་དོན་ལ་རྒྱུ་ལ་པར་བརྟག ། དོན་མི་ཚེ་དང་རྒྱུ་ལ་མ་ཚེ་བ་དང་། མ་ཚེ་ལ་མ་ལས་མ་ལ་  
རྒྱུ་ལ་པར་བརྟག་པར་བྱ། ། མདོད་པ་བསྐྱེད་པུ་གསུམ་གཞན་ལ་འོ་མིས་བྱུང་། །

(1) མཚེ་ནད་རྒྱུ་ལ་བབས་པ།

རྒྱུ་ལ་གསལ་པའི་རྒྱུ་ལ་བབས་པའི་མཚེ་ནད་ཀྱི་རྟགས་སྐྱེ། བསྐྱེ་བྱི་ཞིང་བྱེད་པ་ལ་ལྷོ་མ་སྐྱར་ལྷོ་ཞེས་  
སྐྱར་གི་གཉེན་ལ་བྱེད་ལྷོ་མ་སྐྱར་ལ་ལྷོ་མ་གཉེན་ལྷོ་མ་ལ་བའོ། །

(2) མཚེ་ནད་པལ་ས་ལ་བབས་པ།

པལ་ས་ཞེས་པ་གསལ་པའི་ནང་མར་བབས་པའི་མཚེ་ནད་ཀྱི་རྟགས་སྐྱེ། པལ་ས་པ་གཡེན་ཞིང་རྒྱུ་ལ་སྐྱོང་ལ་

ཕགས་པའི་མདོག་མི་སྤྱོད་པ་དང་། ཕགས་པའི་རིག་བྱ་རྩལ་ལ། རྒྱག་ཐབས་སྤྱོད་བཟུངས་འབྱུང་ངོ། །

( 3 ) མཛེན་དུ་ཚིལ་བབས་པ།

ཚིལ་ཕགས་པའི་མདངས་སྤྱི་མཛེན་དུ་འབྱུངས་པའི་ཉགས་སྤྱི། མོ་བྱང་ཕགས་པ་སོགས་ཀྱི་མདངས་དང་  
ལྷན་ཁམས་ཀྱི་གཞི་མདངས་བཀྲལ་དང་བཟུངས་ཀྱི་ཉམས་པར་བྱེད་དོ། །

( 4 ) མཛེན་དུ་མདོག་ལ་འབྱུངས་པ།

མདོག་ཅེས་སྐབས་འདིར་གཙོ་བོ་གདོང་གི་མདོག་ལ་དགོངས་པར་སེམས་ཏེ། དེའི་ཉགས་སྤྱི་གདོང་  
མདོག་འབྱུང་བ་སྤྱི་བྱ་ཞིང་སྤྱི་བྱ་འོང་ལ་མིག་མདོག་རིན་པོ་ཆེ་གཞི་དང་འདྲ་བར་འོང་ངོ། །

( 5 ) མཛེན་དུ་སྤྱོད་པའི་ལ་བབས་པ།

འདིར་སྤྱོད་པའི་ཞེས་ལྷན་ཀྱི་སྤྱོད་པའི་ལྷན་ཏེ་དེར་བབས་པའི་ཉགས་མི། ལྷན་ཤེད་སྤྱི་ལས་ཞན་ཞིང་  
མེད་པ་དང་ཤེས་པ་ཉམས་པ་དང་སྤྱི་དུ་བསྐྱུར་བཟུངས་འབྱུང་ངོ། །

( 6 ) མཛེན་དུ་ཤ་ལ་བབས་པ།

ལྷན་བྱུངས་བདུན་གྱི་གསུམ་པ་ཤ་ལ་མཛེན་དུ་བབས་པའི་ཉགས་སྤྱི། ཀྱང་པ་དང་། ལག་པ་དང་།  
ཀྱང་ལག་གི་ཚིགས་སྤྱི་འབྱུང་བུ་ཅིག་ཅིག་པོ་འབྱུང་ཞིང་རྣགས་ཏེ་ཀྱང་ལག་གི་ཚིགས་སྤྱི་ནད་ཚབས་སྤྱི་པར་ཆེ་  
བ་དང་། ཤ་སྤྱི་འབྱུང་བའི་གཞི་དང་ལྷན་དུ་འགོ་ཞིང་ཤ་རོ་འོང་བའོ། །

( 7 ) མཛེན་དུ་ཚིལ་ལ་བབས་པ།

དེའང་མཛེན་དུ་ཚིལ་ལ་བབས་པར་སྤྱོད་པ་མི། ལག་པ་ལ། འགོ་མི་རུས། ཀྱང་པ་འཕམ་ལག་པ་རྣགས་  
ཏེ་ཞིག་པར་འབྱུང་ངོ། ། གཞན་ཡང་ལྷན་རིད་པ་དང་ཡན་ལག་འབྱུང་བ་འབྱུང་ངོ། །

( 8 ) མཛེན་དུ་རྩལ་བབས་པ།

དེའང་མཛེན་དུ་རྩལ་ལ་འབྱུངས་པའི་ཉགས་སྤྱི་མི། རྩལ་སྤྱོད་ཞིང་རེངས་པ་དང་། བརྒྱུ་པ་སྤྱི་  
དཀའ་ལ་བཟུག་འབྱུང་བའོ། །

( 9 ) མཛེན་དུ་རྩལ་ལ་བབས་པ།

དེའང་མཛེན་དུ་རྩལ་ལ་བབས་པའི་ཉགས་མི། རྩལ་ཐང་འབྱུག་བྱེད་པ་དང་། འཕམ་སྤྱི་བྱེད་པ། རྩལ་  
པ་དང་། བཤམ་བསྐྱེལ་བར་འབྱུང་ངོ། །

( 10 ) མཛེན་དུ་འབྲུག་ལ་བབས་པ།

ལྷན་བྱུངས་བདུན་གྱི་གཞི་པ་འབྲུག་ལ་མཛེན་དུ་བབས་པའི་ཉགས་སྤྱི། གདོང་པ་དམར་ཞིང་ལྷན་སྤྱི་ལ་  
སྤྱི་འབྲུག་འཛིག་པ་དང་། རེས་འགར་གཏར་ཀྱང་འབྲུག་མི་འབྱུང་ངོ། །

(22) མཛེན་དང་རྩལ་ལ་བབས་པ།

དེའི་རྟགས་སུ་ལྷན་པོངས་ཟེ་འབྲུག་གྱེད་པ་དང་། ལྷེ་བ་དང་། རྩལ་དང་རྩལ་ལ་བྱུ་བ་ལོང་  
རྟོ། །

(23) མཛེན་དང་རྩལ་ལ་བབས་པ།

མཛེན་དང་རྩལ་ལ་བབས་པའི་རྟགས་སུ་རྩལ་པ་ཞེས་པ་དང་། ཤ་སྐྱམ་པ་དང་། ལྷན་ཐབས་སུ་ན་  
བ་དང་། མིག་དམར་བ་དང་། རྒྱན་འགགས་པ་དང་། མཛེན་དང་རྩལ་ལ་བའི་རྟགས་ལ་འབྲུ་འབྲུག་གོ། །

(24) མཛེན་དང་ཚིགས་ལ་བབས་པ།

མཛེན་དང་ཚིགས་ལ་བབས་པའི་རྟགས་ནི། ཚིགས་ལ་ལོང་ཞིང་གཤོ་བ་དང་རྒྱངས་པ་སོགས་འབྱུང་  
རྟོ། །

(25) མཛེན་དང་རྩལ་ལ་བབས་པ།

རྩལ་ལ་བབས་པའི་རྟགས་སུ་གདོང་པ་ཚེ་ལ་ལྷན་གྲང་སིལ་གྱེད་ཅིང་གྱེད་པ་འབྲེལ་བར་གྱེད་དོ། །

(26) མཛེན་དང་རྩལ་ལ་བབས་པ།

མཛེན་དང་རྩལ་གྱི་རྩོད་ཆ་ལྡན་པར་ཞུགས་པའི་རྟགས་ནི། ལྷ་གྱི་བ་རྩེ་བྱེད་པ་དང་མགོ་བོ་འཕྲོ་མས་པར་  
འབྱུང་རོ། །

(27) མཛེན་དང་རྩལ་ལ་བབས་པ།

མཛེན་དང་རྩལ་ལ་བབས་པའི་རྟགས་སུ། རྒྱན་འགགས་པ་དང་། ཡན་ལག་བཞིའི་མཐིལ་དམར་བ་དང་།  
མིག་དམར་བ་དང་། རྩལ་ལ་བའི་རྟགས་ལ་འབྲུ་འབྲུག་གོ། །

(28) མཛེན་དང་རྩལ་ལ་བབས་པ།

མཛེན་དང་རྩལ་ལ་བབས་པའི་རྟགས་སུ་ལྷ་གྱི་ལ་ལྷན་པར་ཞུགས་པའི་རྟགས་སུ་ནི། ལྷ་བ་སྐྱམ་རྩེ་མི་འབྱུང་བ་དང་ཡང་  
ན་ལྷག་ནས་རྩུབ་མི་ཚད་པ། དཔང་པོ་མི་ལྡན་བ་དང་། ལྷན་མ་དང་བྱུ་ལ་འབང་མཛེན་དང་འབྱུང་བར་འབྱུང་  
རོ། །

(29) མཛེན་དང་དོན་ལ་བབས་པ།

དོན་ལ་བབས་པའི་རྟགས་ནི་ལེ་མ་ལེ་མ་གྱེད་ཅིང་ལྷེ་བོ་ཅོད་ལྷན་དམར་ལ་ཕོར་པ་ལོང་བ་དང་། ལྷོ་བར་  
ཞུགས་ན་རོ་རྩོད་ལྷེ་ཞིང་རྒྱན་འཛེན་བ་དང་རྩལ་རྩུ་ཕོར་ལོང་། མཚིན་པར་ཞུགས་པས་གཞིང་ཆེ་ལ་ཤེས་པ་  
འཐིབ་ཅིང་མཚིན་མཚང་བ་དང་མིག་དམར་ལ་སླེ་བ་རྩེ་ཕོན་པོར་ལོང་། མཚིན་པར་ཞུགས་པ་མཚུ་ལ་བད་ཀན་  
ཚགས་ཤིང་ལྷེ་རྩོ་བྱེད་གདོང་པ་སློ་བོར་འགྲོ་ཞིང་ཁོག་པ་སློ། ལམ་ལ་མར་བབས་པ་འཕྲུགས་ན་ན་བའོན་

ཞིང་རྒྱུ་པ་བཤལ་བ་དང་མཁལ་ཞེད་འགྲམ་བུ་བཅས་སྒྲུབ་པ་འཕྲུང་བ་རྣམས་ལས་བཟླག་པར་བུམོ། ། རྩི་  
 བགས་དོན་རྫོང་ཕོགས་མཛེན་དང་བབས་ས་དེ་དག་མདོར་བསྐྱུས་ན་ནི་བཅུ་གསུམ་ཏུ་འདུས་ཏེ། ལུས་གནད་རྩི་  
 སོ་དང་། དག་གནད་མཐོན་པ། ཡིད་གནད་རྙིང་། རྙིང་གནད་ལྷོ། རྩོད་གནད་ལྷ། མཚོན་གནད་མིག་  
 མཚོར་གནད་མཚུ། མཁལ་གནད་རྣ་བ། ཡན་ལན་གནད་ནི་ཚིགས་པ། ཚིམ་གནད་དྲིག་བཞི་རྟེ་རྒྱུ་རྒྱུ་པ་དེ་  
 མཛེབ་རྩ་དང་ལག་པའི་གྲུ་ལྟོ། རུས་གནད་སོ། བག་གནད་མཛེབ་དོར་། རྩུས་གནད་མཚོན་མ་རྟེ་བཅུ་གསུམ་སོ་  
 དེ་དག་མ་བདེན་གདོན་གྱིས་གཞོན་པ་དང་། བ་བ་ཞུགས་པ། བ་རོ་ལྷུང་ན་ཞེན་པ་ཡིན་པས་དེ་ལས་ངོས་  
 བསྐྱུང་བ་གཅེས་སོ། །

དེ་རྩུར་མཛེན་དང་ཞུགས་པ་དེ་གནས་ལ་གཙོ་བོ་དེ་དབང་ཏུ་བཙོ་བཙུན་དང་། རྩུས་པས་ཉེར་གཞིས།  
 མདོར་བསྐྱུས་གནད་བཅུ་གསུམ་ཏུ་འཕྲུང་བ་རྟེན་བཟླག་སྐྱུ་གར་ཡང་གསལ་ཚུ་མེར་གྱི་རྟེན་གསལ་གཙོ་བོར་  
 མདོན་པ་ཡིན་ཏོ། །

4 ཉེས་པའི་རིགས་ཀྱི་རྩོད་ཀྱི་བརྟག་པ།

ཉེས་པའི་རྩོད་ཀྱི་མཛེན་རིགས་བཙོ་བཙུན་བརྟག་ ། རྩུར་མཛེན་ཐོད་འདྲ་མཐིས་མཛེན་ཏུ་ཏུ་  
 ར། ། བད་གན་ལས་ལྷུར་རྩུམ་པོ་རྩུར་བུ་གཉིས། ། རྩུར་དང་མཐིས་པར་ལྷན་པའི་རི་གཉི་  
 ལྷོ། ། བད་རྩུར་ལས་ལྷུར་རྩུགས་མཛེན་གཉིས་ཏུ་དང་། ། འབྲུམ་ལྷན་ག་བཟླ་འགྲམ་གྱིར་མེར་ག་  
 ལྷག ། བད་མཐིས་ལས་ལྷུར་བུ་བ་རྩོ་ལ་བཙུ། ། བད་དཀར་འབྲུམ་ཏུ་གཡན་པ་ལྷགས་ལྷགས་  
 ལྷག ། འབྲུམ་པ་ལས་ལྷུར་མོ་མཚོ་མེ་འདྲའོ། །

(2) རྩུར་མཛེན་ཐོད་པ་འདྲ་བཞི།

དབྱིབས་ཚོད་རུས་འདྲ་བ་མདོན་གསུམ་ཅིང་གནག་པ་དང་། རྩུར་སྐྱུས་པ་པའི་གཉིས་ཀྱིས་བཙུ་བུ་ཚེ། བེམ་  
 བེམ་པོར་གྱུར་ཏེ་ཚོར་བའི་བག་མེད། དེར་རྫོབ་དཔོན་གྱི་རང་འགྲེལ་ལས། དེ་ལ་མི་ཚོད་རྩ་བུར་འཕྲུང་བའི་  
 བད་ཐབས་ནི་གཙོ་བོ་གསུམ་ པགས་པའི་མདོན་རྩུབ། བེམ་བེམ་པོར་གྱུར་ཏེ་ཚོར་བའི་བག་མེད། ལུས་རྩུབ།  
 ལུས་ཐོག་གུན་ཏུ་མཛེན་གྱིས་བཟུབ་པར་གང་། ལུས་གུན་གྱི་བསྐྱུ་ལངས་ཤིང་བཙོ། ལྷག་ཅིང་ན་བའི་ཚབས་  
 ཚེ། ལུས་ཚོགས་སྐྱུ་གཡའ་བ་ནི་རྩུང་ལ། མཛེན་གྱིས་རྩུར་ཏུ་མཛེད་ཅིང་བཟུབ་པར་འཕྲུང་བའི་བད་ཐབས་ནི་  
 ཚོད་པ་རྩ་བུ་ཞེས་བུམོ། ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

(3) མཐིས་མཛེན་ཏུ་ལྷན་པ་འདྲ་བཞི།

ཤིང་རྟོག་ཏུ་ལྷན་པ་མིན་པ་རྩུར་དཀར་སྐྱུག་སྐྱུལ་ལ་སྐྱུག་འཇག་ཅིང་མིན་མ་གྱི་བའོ། ། གཞན་ཡང་

ལྷ་པགས་པའི་མདོག་ནི་བར་ས་བཞིན་དཔལ། ཚ་ནམས་ནི་རྒྱ་པོར་འབྱུང། ལྷ་མཁྱི་གཞུག་ཏུ་ལ། ལྷ་མཚེལ་  
ན་བའི་ཚབས་མེ། མཛེ་ནད་རྒྱུར་དུ་འབྱུང་ལ་ལྷ་ས་འཇིག་ཅིང་འབྱུང། འབྲུ་མིན་གྱིས་གང་བ་སོགས་ལྷུང་  
འབྱུང་ངོ། །

(3) བད་ཀན་ལས་རྒྱུར་པའི་རྒྱུ་པོ་ནི།

བད་ཀན་ལས་རྒྱུར་པ་རྒྱུ་པོ་གཡའ་ཞིང། རྣམ་མེ་བ། ལུ་མེར་བགས་ལ། བར་འབྲུས་གང་བ། ལྷ་  
བའི་མཚེལ་མ་གུན་འཇམ་ལ་མེར་པོ་རྣམ་བ་རྒྱུ་པོ་གོར་གོར་པོ་ག་རྣམ་དུ་འབྱུང། དེར་རང་འབྲེལ་ལས།  
མཛེ་ནད་རྒྱུ་པོ་གོར་གོར་པོ་འབྱུང་བའི་ནད་ཐབས་ནི། སན་རྩེན་དུ་མི་འཕོ་བར་མལ་གཅིག་ན་འདུག  
ཉམས་ཤིག་ཤིག་པོ་གོར་བག་དུ་འདུག་ལ། ལྷ་ས་ལྷེ། ལྷ་མཁྱི་ག་མཚེལ་འཇམ། མ་མདོག་དཀར་ལ་ཚ་དཔལ།  
མཛེ་ནད་ལྷ་ས་ཀུན་དུ་རྒྱུར་དུ་མཛེན་ཅིང་འཕྲོ་བ་མ་ཡིན། མཛེ་ནད་སོར་བུ་འདྲ་བ་དེ་དང་སན་རྩེན་འདབ་  
འབྲེལ་ཞིང་འབྱུང་ལ། མཛེའི་ལྷ་བ་རྒྱོ་ཞིང་འབྱུང། ལྷ་ས་ལྷོགས་སུ་གཡའ། རྣམ་དང་ལུ་མེར་བག་བར་  
འབྲུས་གང། ལྷ་བའི་མཚེལ་མ་གུན་འཇམ་ལ་མེར་པོར་རྣམ་བ་རྒྱུ་པོ་གོར་གོར་པོ་ག་རྣམ་དུ་འདུག་པའི་ནད་  
ཐབས་འདི་རྣམ་ལྷེ་བད་ཀན་གྱི་མཛེ་ནད་རྒྱུ་པོ་གོར་གོར་པོར་འབྱུང་བའི་ནད་ཐབས་ཞེས་བྱའོ། ། ཞེས་  
གསུངས་པ་རྣམ་པོ། །

(4) བད་ཀན་ལས་རྒྱུར་པའི་སྐྱུང་བུ་ནི།

ཟེའིང་གཡའ་ལ་སྤེལ་མཁས་རྣགས་པ་དང། སོར་བུ་རྩ་གནག་པ་སྐྱུང་བུ་རྣམ་འབྱུང་ངོ། །

(5) རྒྱང་མཁྱིས་ལས་རྒྱུར་པའི་ཤི་བའི་རྩེ་ནི།

རྒྱང་དང་མཁྱིས་པར་སྐྱབ་པའི་ཤི་བའི་རྩེ་ནི་མཚེལ་དཔལ་བ་དང་ནད་གནག་དཔུས་སྐོ་ལ་མཛོ། ལྷ་གཅེ་  
བ། རྣགས་ཉེ་ལྷ་ས་ཚཱ། འབྲུ་མ་བུ་མང་བ། རྒྱབ་པས་རེག་ན་མི་བདེ་ཞིང་ན་ལ། འབྲུ་མང་བ་སོགས་འབྱུང།

(6) བད་རྒྱུང་ལས་རྒྱུར་པའི་ཐབས་མཛེ་ནི།

མཛེ་ནད་པགས་པ་གཅིག་ལྷ་ཞེས་ཀྱང་བྱ་བས་སྐྱུང་པོ་མཛེའི་པགས་པའལ་གོ་བ་འདྲ་བར་རེག་ཅིང་ལྷུངས་  
ན་སྤེལ་རྒྱུ་པ་གཅིག་ལྷ་དེ་དང། ལྷ་ས་ལ་རྒྱལ་མི་འབྱུང། མདོག་ནི་ཉ་པགས་འདྲ་བ་སོགས་འབྱུང།

(7) བད་རྒྱུང་ལས་རྒྱུར་པའི་འབྲུ་མ་སྐྱབ་ཅན་ནི།

འབྲུ་མ་བུ་ནི་འབྲུ་མ་པ་སྐྱབ་ཅོག་ཅོག་འབྱུང། ལྷ་མཁྱི་ག་མཚེལ་ས་རྒྱུ་ལ་ལྷ་ས་ལ་རྒྱག་རྒྱག་པོར་རྒྱུང་བ་  
རྒྱངས་ན་སྤ། གཡའ་ཞིང་རྒྱབ་ལ་པགས་པའི་མདོག་ནག་པ་སོགས་འབྱུང།

(8) བད་རྒྱུང་ལས་རྒྱུར་པའི་ཤི་བ་བྱ་ནི།

ཤི་བ་བྱ་ནི་ནད་རྒྱབ་རྩེ་པོ་ལ་འཇམ། གཡའ་བས་སྤྱག་ན་སྐོག་པ་འབྱུང། རེག་ན་འཇམ་ལ་པགས་པའི་

མདོག་དཀར། ལ་ལ་ནི་ཟངས་ལྷུང་དམར་བ་ཡང་ཡོད། ཕལ་ཆེར་རོ་སྟོང་དག་ཏུ་འབྱུང་བ་ཡིན།

(༡) བད་རྒྱུང་ལས་རྒྱུར་པའི་འབྲུག་མཛེ་ནི།

འབྲུག་མཛེ་ནི་ཆེན་ལུགས་པོ་རྣམས་སྲུབ་དང། གཡའ་བམར་ཏུ་འབྱུང། རྒྱབ་པར་བྱེད་པ་སོགས་  
འབྱུང་ངོ། །

(༡༠) བད་རྒྱུང་ལས་རྒྱུར་པའི་བྱེད་མཛེ་ནི།

འབྲུག་མཛེ་ལྷུང་ཆེན་ལུགས་པོ་སྲུག་ལུགས་ལྲུབ་ཅིང་གཡའ་བམར་ཏུ་འབྱུང་ངོ། །

(༡༡) བད་རྒྱུང་ལས་རྒྱུར་པའི་མཛེ་ནད་མེར་ག་ནི།

རྐང་པ་དང་ལག་པའི་མཛེ་ལ་སོགས་གསུམ་པ་དང། མི་བཟང་ན་ཞིང་གཡའ་ཚབས་རྒྱུང་བ་སོགས་འབྱུང་  
བས་རྐང་ལག་ཞིག་པ་ཞེས་གྲུང་བུའོ། །

(༡༢) བད་མཁྲིས་ལས་རྒྱུར་པའི་ཕྱབ་བ་ནི།

ཚོར་པ་དམར་པོ་ཅན་ཏེ། རང་འགྲེལ་ལས། ཕྱབ་པའི་ནད་ཐབས་ནི། རིང་ལ་མཛེད་པ། བགས་པའི་  
མདོག་ནི་ཚ་དུར་བའི་འདབ་མ་ལྷུང་རྒྱང་ཚོན་ནམ། ཟར་མའི་མེ་ཏོག་ལྷུང་ཚ་སྟོ་ལ། ཕྱབ་གོར་གོར་པོ་འབྱུང་  
ལ་ལིང་ལིང་པོར་འབྱུང། ཅུང་ཟད་གཡའ་བ་ནི་ཕྱབ་ཞེས་བུའོ། ། ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །

(༡༣) བད་མཁྲིས་ལས་རྒྱུར་པའི་ཟླ་ཁ་བརྒྱབ་བ་ནི།

ཟླ་ཁ་མང་ཞིང་ནག་མང་བ། དམར་སྒྲིག་ཏུ་འགས་བ། འབྲུག་མཛེ་མང་ཏུ་སྐྱེས་པ་སོགས་འབྱུང། དེར་  
སྟོབ་དཔོན་གྱི་རང་འགྲེལ་ལས། ཟླ་ཁ་བརྒྱབ་པའི་མཛེ་ནད་ནི་ལྷུ་ཚོགས་ལ་འབྱུང་གྱི། སྐར་ལྷན་ཚ་ཞིང་ན།  
མཛེ་ནད་འབྱུང་བའི་བྱང་གི་འཁོར་སྟོན་ལ་ནང་ཏུ་ནི་གནག་ ཟླ་ཁ་མང་ཏུ་འབྱུང། རྒྱགས་ཤིང་ཕུལ་ཏེ།  
འབྲུ་འབྲུག་པའི་ནད་འདི་ནི་ཟླ་ཁ་བརྒྱབ་པའི་མཛེ་ནད་ཅེས་བུའོ། ། ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །

(༡༤) བད་མཁྲིས་ལས་རྒྱུར་པའི་པད་དཀར་ཅན་ནི།

པད་དཀར་ཅན་ནི་གཡའ་ལ་ཚ་ཞིང་ན་བ། འབྱུར་འབྱུར་པོར་སྐྱེས་པའི་མཐའ་དམར། དཔུས་  
དཀར། རྒྱག་གིས་རྒྱས་ཏེ། མེ་ཏོག་པརྒྱའི་འདབ་མ་ལྷུང་རྒྱས་ལ་རྒྱག་པོ་དེ་ལྟར་དང་རྒྱུ་མེར་འཛག་པའོ། །

(༡༥) བད་མཁྲིས་ལས་རྒྱུར་པའི་འབྲུག་བྱ་ཅན་ནི།

བགས་པ་སྲུབ་པའི་འབྲུག་པ་དཀར་དམར་གྱིས་རྒྱབ་བོ། ། ཡན་ལག་བརྒྱུད་པའི་སྐྱིང་བསྐྱས་ལས།  
བགས་པ་སྲུབ་པའི་འབྲུག་བྱ་དཀར། ། དམར་བས་གང་བ་འབྲུག་བྱ་ཡིན། ། ཞེས་པའོ། །

(༡༦) བད་མཁྲིས་ལས་རྒྱུར་པའི་གཡའ་པ་ནི།

གྲུ་མོ་སོགས་ལ་ཟླ་འབྲུད་ཅིང་རྒྱ་མེར་འཛག་པ་དང། ལྷག་པར་གཡའ་བ་དང་ན་ཚ་ཆེ། རང་འགྲེལ་

ལས། མཛོལ་དང་གཡལ་པའི་མོལ་མིག་ལྟ་བུ་ཕྱོག་གནག་ལ་ཚ་སྐྱུག་པོ་ཕྱོག་མང་པོ་ག་སྐྱུག་འབྱུང་བ་རབ་རྒྱ  
གཡལ་ཞིང་ལ་ལྷག་ལྷགས་པ་ལྟ་བུ་ལྷི་བཞོན་དང་དཔུང་དོད་དང་། ལག་སོར་གྱི་བར་དང་། ལྷོ་སོར་འབྱུང་བ  
འདི་ནི་མཛོལ་དང་གཡལ་པ་ཞེས་བྱའོ། ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

( ༡༧ ) བད་མཁྲིས་ལས་ལྷུང་པའི་ལགས་ལྷགས་ནི།

སློང་བརྩམས་ལས། མོར་བུ་བཅས་ཤིང་རེག་མི་བཟོད། ། གཡལ་ཞིང་རྫོང་ལ་དང་བཅས། ། དམར་  
ལས་ལགས་པ་ལྷགས་པ་ཡིན། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། མཛོལ་དང་འག་གིས་ལགས་པ་ལྷགས་པ་ཞེས་བྱུང་བུ།  
མོར་པ་མང་ཞིང་རེག་མི་བཟོད་པ། ལྷུས་གཡལ་བར་རབ་རྒྱ་རྫོང་ཞིང་ཚ། བ་ཚ་ཆེ་ལ་དམར་བ། འག་གིས་ལྷགས་  
ནས་ལགས་པ་ལྷོགས་སུ་ལྷགས་པ་འདི་ནི་ལགས་པ་ལྷགས་པའི་མཛོལ་དང་ཅེས་བྱའོ། །

( ༡༨ ) འབྲུས་པ་ལས་ལྷུང་པའི་འོལ་མ་མེ་འབྲུ་ནི།

འོལ་མ་མེའི་འབྲུས་བུ་འབྲུ་བ་སྟོད་དམར་བག་རྒྱའོད། རབ་རྒྱ་ཚོ་བ་བཅས་ཀྱི་རྟགས་འབྱུང་ལ། མཛོལ་  
ནད་ཀྱི་རྟགས་དང་ལྡན་པ། ཤ་མཛོལ་གྱི་རྟགས་ཀྱི་ལྷ་མཚན་དེ་རྣམས་ལ་སྐྱོལ་སུ་བཟུང་བར་སྐྱོང་བ་སྟེ།  
སློང་བརྩམས་ལས། འོལ་མ་མེའི་འབྲུས་བུ་འབྲུ། ། མཛོལ་ཡི་མཚན་མ་ཀྱུན་དང་ལྡན། ། དེ་བས་ཁ་དེག་རྒྱ་མར་  
འབྱུང། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དེ་སྟར་དུག་དང་། གདོན་རིགས། འབྲུག་ཚུལ། བབས་ས་སོགས་ཅི་སྟར་ཡང་དོ་བོའི་སྐོ་ནས་དབྱེ་བ་  
མཛོལ་དང་བཅོ་བརྒྱད་དུ་གཏོགས་པ་དང་། དེའང་ནད་འབྱུང་སྐབས་ཉེས་པའི་ཤས་ཆེ་རྒྱུང་ལས་རང་བཞིན་  
བདུན་དུ་མ་འདུས་པའི་མཛོལ་དང་ཅེག་མི་སྟོད་དོ། །

གསུམ་པ། སྤང་སྤང་ལྷ་བཞིའི་སྐོ་ནས་བརྟག་པ།

སྤང་སྤང་ལྷ་བཞིའི་སྐོ་ནས་བརྟག་པ་བརྟན་པ་ལ་ཡང་། གསོ་སྤང་བའི་ལྷ་དང་། གསོ་ཅམ་པའི་ལྷ།  
གསོ་དགའ་བའི་ལྷ། གསོ་སྤང་བའི་ལྷ་དང་བཞིའོ། །

༡ གསོ་སྤང་བ།

མ་ཁར་བརྒྱད་ཚེ་ནས་བཅོམ་པ་དང་། ། ལྷིང་ཁོ་བཞི་ལ་བྱུགས་པ་དང་། ། ཚེ་མོ་གསུམ་ལ་  
ཟིན་པ་དང་། ། ཆིགས་ཆེན་མ་ཁར་ནས་ལབ་པ་དང་། ། དུག་བཞི་ལྷས་ལ་རྒྱས་པ་དང་། །  
མདངས་གསུམ་ལས་དང་སྤྱོད་གསུམ་གྱི། ། རྩ་གསུམ་པོ་དང་རྩ་མཚོ་རྒྱུས། ། རྩ་སྟོང་མཆིན་

མཚོན་མཁལ་མར་རྒྱས། ། མཐིལ་བཞིའི་རྒྱངས་པ་ཡལ་བ་དང། ། ས་བདག་མེ་བ་ཚགས་པ་  
རྣམས། ། གསོ་བྱ་མི་བྱང་སྤང་བར་བྱ། །

མཁར་བརྒྱད་ཚེ་ནས་བཅོམ་ཞེས་པ་ནི། སྤྱི་གཙུག་དང། སྤོན་དབྱེག་ རྩ་མེ་ ཡ་རྒྱལ། སྤྱིང་ག་ རྟེ  
བ། མཚོན་མ། རྒྱང་མཐིལ་བཅས་གནས་བརྒྱད་པོ་དེ་ནི་ཁམས་ཀྱི་དྲུངས་མ་གནས་སའི་མཁར་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་  
དེ་དག་གི་གནས་སུ་མཛོེ་ནད་ལྷགས་པའི་ཉགས་སུ་ཤ་རྩོེ་འབྱུང་བ་དང། སྤྱིང་པོ་བཞིལ་ལྷགས་པ་ནི། ཡན  
ལག་གི་མཐོ་བའི་རྩ་བ་བཞིལ་ཤ་རྩོེ་བྱུང་བ། ཚེ་མོ་གསུམ་ལ་ཟིན་པ་ནི། སྤྱིམས་པ་ཚོད་བང་གིས། ལྷུས་ཀྱི་ཚེ་  
མོ་ལྷན་པར་ཟིན་པས་སྣ་ཞོམ་པ། ཡན་ལག་གི་ཚེ་མོ་སོར་མོར་ཟིན་པས་སྤུའམ་སྤྱུ་བྱི་བ། སྤྱིའི་ཚེ་མོར་ཟིན་པས་  
སྣ་ཞོམ་པ། ཡན་ལག་གི་ཚེ་མོ་སོར་མོར་ཟིན་པས་མཚུབ་མོ་བྱི་མཚུག་ཏུ་སོང་བ་གསུམ་ཡིན་ནམ་བསམ་གཞན་  
ལྷངས་མ་རྟེན། མཚོན་ལ་ལར་སྣ་ཚེ་མཚོན་མའི་ཚེ་ལ་ཤ་རྩོེ་བྱུང་བ་ཞེས་ཀྱང་འབྱུང་ངོ། ། ཞེས་གསལ་བ་དང།  
འདྲིར་ཡན་ལག་གི་ཚེ་མོ་སོར་མོར་ཟིན་པས་མཚུབ་མོ་བྱི་མཚུག་ཏུ་སོང་བ་ཞེས་དོན་ལ་སོར་མོའི་ཚིགས་སྤྱིར་  
འབྱུང་བ་ལོ། ། ཚིགས་ཚེན་མཁར་ནས་པབ་བཞི། སྤྱི་ཚིགས་དང། ཡན་ལག་ཚིགས་ཚེན་བཅུ་གཉིས་ལ་  
ལྷགས་པ་འམ་བརྟུན་དཔུང་བ་སྤྱོེ་གཉན་གོང་རྣམས་སུ་ཤ་རྩོེ་བྱུང་བའོ། ། དུག་བཞི་ལྷུས་ལ་རྒྱས་པ་ནི། ས་  
རྒྱལ་རྒྱང་སྟེ་འབྱུང་བཞིའི་དུག་ལྷུས་ལ་རྒྱས་པ་སྟེ་སྤྱི་མ་གཉིས་གསོ་བ་ཅམ། མེ་རྒྱང་དཀའ། རྒྱ་རྒྱང་སྤྱི་  
བའོ། ། མདངས་གསུམ་ཡལ་བ་ནི། མིག་མདངས་ཡལ་ཉེ་གཟི་འདྲ། བྱང་མདངས་ཡལ་ཉེ་སྤོ་བ་འདྲ། སོ་  
མདངས་ཡལ་ཉེ་དྲུང་འདྲ་བ་དང། སྤྱི་གསུམ་བྱི་བ་ནི། སྤྱི་དང་སྤྱིན་མ་བ་སྤྱི་གསུམ་བྱི་བའོ། ། རྒྱ་གསུམ་པོར་  
བ་ནི། ཁ་རྒྱུ་མིག་རྒྱ་རྒྱ་གསུམ་མི་བྱུབ་པ་དང་རྒྱ་མཚོའི་དྲི་རྒྱའི་རྒྱངས་སོགས་ཞེས་སྤོ་བར་རྒྱས་ན་སྣ་འབྲང་  
ཞེས་གསེང་འདོལ་སོང་ན་མི་བྱུབ། སྤྱིང་ལ་རྒྱས་ན་སྤྱི་བཅོད་འདྲ་བ་དང་ཚོར་པ་ནག་པོར་སོང་བ་དང་འབྱུམ་  
པ་གཟེར་འདྲ་བ་འབྱུང་བའོ། ། མཚོན་པར་རྒྱས་ན་མིག་ལྷན་སྤོམ་བ་དང་དམར་ཤོག་པ་འོང། མཚོར་པར་  
རྒྱས་ན་མཚུས་མི་སོར་ཁ་རྒྱུ་མི་བྱུབ། མཁལ་མར་རྒྱས་ན་ན་བའོའམ་ཁུ་བ་སྤོམ་མར་ལུག་པ་བཅས་དེ་རྣམས་ནི་གོང་  
བཤད་ཀྱི་སྤྱིའི་རྒྱལ་པོ་དོན་ལ་བབས་པའོ། ། འདི་ལ་སྤྱིམས་པ་ཚོད་བང་གིས། རྒྱ་མཚོ་རྒྱངས་པ་ནི་མིག་གི་  
མས་སྤེལ་སྤྱི་བུ་དུ་འཕྲིག་པའོ་ཞེས་གསུངས། མཐིལ་བཞིའི་རྒྱངས་པ་ཡལ་བ་ནི། རྒྱང་ལག་གི་མཐིལ་ཁ་རྒྱང་  
ནས་བཟུང་པས་རྒྱལ་མེད་ན་ཤ་རྩོེ་ཡོད་ཅིང་རྒྱངས་མེད་པ་དང། ས་བདག་གི་སྤོམ་བ་ཚགས་པ་ནི། སྤྱིར་སྤོམ་བ་  
ཞེས་ལྷུས་ཀྱི་སྤྱི་པགས་སྤོམ་དུ་ཡོད་པའི་ནག་མིག་གི་མིང་ཡིན་ལ། སྤྱིམས་འདྲིར་མཛོེ་ནད་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་ཉེ་ས་  
བདག་གི་གདོན་གྱིས་ཟིན་པའི་ཉགས་སུ་ཤ་རྩོེ་ལྷུས་ལ་སྤོམས་པས་མཁའོན་པ་ལྟ་བུར་ཁ་རྒྱང་གཉིང་རིང་ངམ་རུས་  
པའི་ཐོག་ནས་ཐོར་སྤོམ་གཟེར་བཏབ་པ་ལྟ་བུ་དང། ཤ་རྩོེ་པགས་མེད་འབྱུང་བ་བཅས་དེ་རྣམས་ནི་གསོ་བྱ་མི་བྱང་  
བའམ་གསོ་མི་རུས་པས་སྤང་བར་བྱའོ། ། གཞན་ཡང་མཛོེ་ནད་གསོ་བྱ་མི་བྱང་བའི་ནད་ནི། རྒྱང་དང་མཐིལ་

ལ། བད་ཀན་འདུས་པའི་ནད་གཞི་ཚེན་པོར་གྱུར་ལ་མི་འཚོ་བའི་མཚན་མ་དང་། ལྷས་ངན་པ་ཡང་ལྷུང་བ་  
 དང་། མཛེ་རུས་པའི་ནད་དུ་ཞེན་པ་དང་། ཀར་པ་ལ་ཞེན་པ་དང་། རྩལ་ལ་ཞེན་པ་དང་། འདི་རྣམས་ལྟ་བུ་  
 བྱིན་གསོད་ཀའ་ལྟེ་མི་འཚོ་བས་སྤང་བར་བྱ། རིག་བྱེད་པའི་ལྷགས་ལ། ཐོག་མ་ཁོ་ནར་ནད་བརྟག་ལ། ། དེ་  
 བས་གསོ་བ་བརྩམ་བྱས་ལྟེ། ། གཞན་དུ་རང་དོན་ཉམས་པ་དང་། ། གྲགས་པ་ཉམས་པ་ཉིད་ཐོབ་  
 འཇུག། ། ཞེས་བཤད་མོད། སངས་རྒྱས་པའི་ལྷགས་ལ་ནི། སེམས་ཅན་སྤྱག་བསྐྱེད་ཅན་བསམ་པ་དང་སྦྱོར་  
 བས་སྤང་བའི་སྐབས་མེད་དེ། ཐམས་ཅད་སྤྱིར་རྗེའི་སེམས་ཀྱིས་ཅི་རུས་ངང་གསོད་གོས་པ་ལས་གྱི་ནར་སྤང་བ་  
 བྱི་མ་ཡིན་ཏེ་བཤད་པ་སྐྱེ་ལྷུང་ལས། ལྷ་ངན་ནད་པོངས་སྤྱག་ལ་རུས་པ་མན་གདགས། ། ཞེས་སོགས་གསུངས་  
 པ་ལྟར་ནད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་དམིགས་ནས་ལྷག་པར་འབད་པས་གསོ་བའི་ཐབས་བྱ་དགོས་སོ། ། དེས་ན་  
 བཅོས་ཀྱིས་ལྷས་ལ་མ་པན་ནའང་ཚོས་ཀྱིས་སེམས་ལ་པན་པའི་ཐབས་བྱ་ལྟེ། ལྷན་དང་སྤྱན་པ་ཉིད་དང་ནི། །  
 དེ་ལས་ནད་གཞོག་བྱེད་པར་ཐོག ། ཅེས་དང་། བད་པ་དང་ནི་ཚོས་སྤང་དང་། ། ལྷེས་མཐའི་བྱང་རྒྱལ་  
 སེམས་དཔལ་ལ། ། ཡོན་ནི་གཞལ་དུ་མེད་པ་ཡིན། ། ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་སྦྱིར་རོ། །

དེ་ལྟར་དོན་ལྡན་དང་མདངས་གསུམ་སོགས་ལྷས་ཀྱི་གནད་དང་ཁམས་ཀྱི་དྲངས་མ་འདུས་པའི་ཡུལ་རྣམས་  
 ལུ་མཛེ་ནད་ལྷགས་པའི་རྟགས་བྱུང་བེན་ན་ནི་གསོ་མི་རུས་པར་བསྟན་པའོ། །

3 གསོ་ཚམ་ལ།

དེ་འདྲེས་པ་ནི་གསོ་བ་ཚམ།

ལོང་དུ་སྦྱོས་མ་ཐག་པའི་མཁར་བརྒྱད་ཚེ་ནས་བཅོམ་པ་དང་། ལྷོང་པོ་བཞི་རུ་ལྷགས་པ། དུག་བཞི་  
 ལྷས་ལ་རྒྱས་པ། མདངས་གསུམ་ཡལ་ཞིང་སྤྱ་གསུམ་གྱི་བདང་ས་བདག་སྤྱེ་བ་ཚགས་པ་སོགས་རྟགས་དེ་དག་  
 ལས་དེ་གཞིས་ཅམ་གསོ་སྤྱོད་པའི་རྟགས་དང་འདྲེས་པ་ནི་གསོ་བ་བརྩམ་དགོས་ཤིང་གསོ་བ་ཅམ་སྤྱེ་གསོས་པའང་  
 ལྷིད་པ་ཅམ་སོ། ། དཔེར་ན། ཚིལ་གྱི་ནད་དུ་ལྷགས་པའི་མཛེ་ནད་ནི་ནད་དེ་ལས་མི་ལ་མི་སྦྱིས་པ་ཅམ་དུ་གསོ་  
 རུང་རོ། །

3 གསོ་དཀའ་ལ།

ལྷལ་ཚོའི་ཚོ་བྱང་བཟབ་པ་ལ། ། འབྲས་བུ་སྤྱིན་པའི་རྟགས་མེད་ན། ། དེ་ནི་གསོ་བ་དཀའ་  
 བ་ཡིན། །

ལྷལ་པོའི་ཚོ་བྱང་བཟབ་པ་ལྟར་མི་བདེ་བར་བརྒྱུད་ནས་བསྐྱད་པ་ཀུན་རུ་ལྷབ་ཅིང་ནད་གཞི་ཚེན་པོར་གྱུར་

པ་ལ་ཚོན་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་སྐྱིབ་པའི་རྟགས་མེད་ན་དེ་ནི་གསོ་བ་དཀའ་བ་ཡིན་ཡང་ཐབས་མང་ཡུན་བསྐྱོད་སྟེ་གསོ་དགོས་ཏེ། ཅིའི་སྦྱིར་ཞེན་ལས་དབང་ཉིད་མཐུ་བཅའ་པའི་སྦྱིར་རོ། ། དཔེར་ན། མ་གྲིས་པའི་ནད་ལས་མཛོ་ལྷུང་པ་དང་། རླུང་དང་མ་གྲིས་པ་ལྷ་བྱ་གང་ཡང་རུང་བ་སྟེ་གཉིས་འདྲིས་པ་ལས་མཛོ་ལྷུང་པ་དང་། བྲག་དང་ཤ་ལ་མཛོ་ལྷགས་པ་འདི་ལྟ་བུ་ནི་གསོ་དཀའ་བ་ཡིན་ནོ། །

༧ གསོ་སྦྱང་བ།

དམངས་ནི་གྲོང་ཁ་ཡན་པ་ལ། ། རྟོགས་པ་སྟེ་ཚོགས་གྲངས་མང་ཡང་། ། གོང་ལས་བརྒྱུག་པ་གསོ་བ་སྟེ། །

དམངས་ནི་གྲོང་ཁ་ཡན་པ་སྟེ་གསོ་མང་པོར་བཏབ་ཀྱང་འཕོ་བ་སྦྲུབ་ལྟར་ན་ཕྱགས་རྟོགས་པ་སྟེ་ཚོགས་གྲངས་མང་ཞིང་འགྲུལ་འཕྲིག་སོགས་བྱེད་ན་ཡང་གོང་གི་གྲང་བའི་སྐབས་དེ་ལས་མོ་སྟོག་པ་གསོ་བ་སྦྲུབ་སྟེ་གཏུག་པ་སྦྱུང་བཞེད་ན་ནད་ཀྱིས་ད་རུང་ཕྱགས་ཀྱི་གནད་རྣམས་ཟིན་མེད་པས་སོ། ། དཔེར་ན། བད་ཀན་དང་རླུང་ནད་ཤས་ཆེ་བའི་མཛོ་ནད་དང་། བགས་པ་ཉི་ཆེ་ལ་མཛོ་ནད་ལྷུང་བ་དང་། རླུང་དང་མ་གྲིས་པ་འཕྲ་བད་ཀན་ཡང་རུང་བ་སྟེ་གཉིས་ལས་མཛོ་ནད་ཀྱི་ལྷུང་པ་འདི་རྣམས་ལྟ་བུའི་མཛོ་ནད་ནི་གསོ་དཀའ་བ་ཡིན་ཏེ་གསོ་སྦྱང་བ་ཡིན་ནོ། །

ས་བཅད་ལྷུ་པ། མི་ནོར་བའི་རྟགས།

སྦྱང་སྐྱོན་མ་གྱི་ཁིང་སྟེ་གདོང་ཞོམ་ལ། རྣ་གོང་དང་སྐྱོན་དབྲག་མཐུར་ཚོས་རྣམས་སྦྱེ་ཉོག་མང་པ་དང་དེའང་མེ་ཉོག་ཡོད་པར་རྩུ་མི་ཆགས་པར་སྐྱམ་པ་མ་ཟད་གཡས་གཡོན་ཆའ་གྲིག་ཏུ་འགྱུར་བ་དང་། དག་གི་སྐད་གདངས་ལ་འགྱུར་སྟོག་མང་བ། ཤ་མདོག་འགྱུར་བ་སྟེ་བཀྲག་འཕྲོག་པའཕྲལ་བ་སྦྱེས་པ། བཞིན་རས་དང་རྣ་བ་གཉིས་སྦྱང་ས་ལ་ངོ་མ་མི་སྟོམས་པས་མེད་གེའི་གདོང་དབྱིབས་དང་འདྲ་བའོ། །

ས་བཅད་རྒྱུག་པ། འཁྲུལ་སོ་བསལ་བ།

ནད་འདི་ཚོག་ནས་རྒྱན་བྱས་འཁྲུག་པའི་སྦྱིར། ། མི་གསལ་འཁྲུལ་སོ་མང་བས་བརྟག་པ་གཅེས། ། ཕྱི་ནད་གསང་རྟགས་གསུམ་གྱིས་གཏན་ལ་སོབ། ། ལྷ་རྩ་རྒྱུར་གདོན་འཕྲིག་པར་ནོར་



བསལ་བསལ་ནི་མི་ལོ་རྟེ། ཤ་འབྲུར་ནི་ཤུ་བྲུར་རུལ་འགྲོ། སྲིབ་འབྲུར་ནི་རང་ཞིར་འགྲོ་འཕྲུལ་ཅན་ཏུ་འགྲོ།  
 རྣམས་སྐྱབ་ཀྱི་རུས་པ་ཡིན། གཏིང་འབྲུར་ཞེས་རུས་འབྲུར་ནི་རུས་ལ་འབྲུར་ནས་ཆེད་སྐྱེ་སྐྱེ་རྒྱས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 ཤ་སྐྱང་དང་ལྷ་སྐྱང་རྒྱ་སྐྱང་གསུམ་སྐྱང་པར་མཚུངས་པས་ཕན་ཚུན་ལོ་རྟེ་ར་རེ་སྟེ་ལོ་ལ་ཁད་དམ་ལོ་རྟེ་ཞེན་ཆེ་  
 ཡང་འཕྲང་བསལ་བསལ་ནི་མི་ལོ་རྟེ། ཤ་སྐྱང་ནི་ཉལ་ལེ་ཉལ་ལེ་འོང་ཁ་རྒྱངས་ཡིན། ལྷ་སྐྱང་ནི་མདོག་དམར་  
 བ་ཚ་མེད་རྒྱལ་བ་ཡིན། རྒྱ་སྐྱང་ནི་རྒྱ་བྱུར་འོང་སྟེ་མེ་ཏོག་ཡིན་ནོ། ། ཤ་རོ་དང་པགས་རོ་དང་སྐྱེ་རོ་གསུམ་རོ་  
 ཞེས་ཚོར་བ་མེད་པའི་ཆ་ནས་ཕན་ཚུན་ལོ་རྟེ་ར་རེ་སྟེ་ལོ་ལ་ཁད་དམ་ལོ་རྟེ་ཞེན་ཆེ་ཡང་འཕྲང་བསལ་བསལ་ནི་མི་  
 ལོ་རྟེ། ཤ་རོ་བར་དུ་འོང་ལོ་གསུམ་ལོན་པ་དང་། པགས་རོ་དང་སྐྱེ་རོ་སྐྱེ་རུ་འབྲུང་ལོ་གཉིས་ལོན། རུས་རོ་  
 གཏིང་སྐྱེས་ཡིན་ལོ་བཞི་ལོན། དེ་བཞིན་དུ་འང་ཡོ་བདེ་མིག་སྐྱེ་བ་གཉིས་སྐྱེ་ཡོད་དབང་གིས་ཕན་ཚུན་ལོ་རྟེ་ར་  
 རེ་སྟེ་ལོ་ལ་ཁད་དམ་ལོ་རྟེ་ཞེན་ཆེ་ཡང་འཕྲང་བསལ་བསལ་ནི་མི་ལོ་རྟེ། ཁ་ཡོ་བདེ་མིག་སྐྱེ་བ་ཁད་ཀྱིས་བྱུང་  
 བ་སྐམ་མཚེ་དང་། སྐྱོ་བྱུར་དུ་བྱུང་བ་ཚོན་མཚེ་དང་། ཡང་ན་ཁ་ཡོ་བདེ་མིག་སྐྱེ་བ་ཁད་ཀྱིས་བྱུང་བ་ཞེན་ཆེ་  
 བསལ་གསོ་དཀའ་བ་དང་། སྐྱོ་བྱུར་དུ་བྱུང་བ་ཡས་འདོད་དེ་གསོ་སྤོམ། ། ཅན་དང་ཁམས་འདུས་པ་དང་  
 གདོན་གསུམ་ཕན་ཚུན་ལོ་རྟེ་ར་རེ་སྟེ་ལོ་ལ་ཁད་དམ་ལོ་རྟེ་ཞེན་ཆེ་ཡང་འཕྲང་བསལ་བསལ་ནི་མི་ལོ་རྟེ། ཅན་གྱི་  
 རྒྱལ་བསལ་ནི་རྒྱལ་རྒྱ་དང་བཅས་ཡངས་མེད་དུ་བ་བ་དང་། ཁམས་འདུས་ནི་ཡང་བ་མི་ཚོར་བ་དང་། གདོན་  
 བྱི་ཚོ་ཚིག་སྐྱོང་མི་དགའ་བ་འབྲུང་རོ། ། རྒྱལ་ཀ་དང་། རེ་འདོད་དང་། ཅམ་སྐྱོན་དང་། དོ་བཙོན་བཅས་  
 འདུག་ཚུལ་ཕན་ཚུན་ལོ་རྟེ་ར་རེ་སྟེ་ལོ་ལ་ཁད་དམ་ལོ་རྟེ་ཞེན་ཆེ་ཡང་འཕྲང་བསལ་བསལ་ནི་མི་ལོ་རྟེ། རྒྱལ་ཀ་ནི་  
 ཚེད་མོ་ལྷ་བྱ་སྐྱོང་མི་དགའ་བའི་རྟགས་རྣམས་རེས་འོང་རེས་མི་འོང་བ་དེ་ལ་མཚོར་བ་ལྷར་བྱ། རེ་འདོད་ནི་བ་  
 འདོད་པ་འདི་སྐྱོ་བྱུར་དུ་ཁ་ཡོ་མིག་སྐྱེ་འོང་བས་ཡས་བྱིན། ཅམ་སྐྱོན་ནི་ལས་འབྲས་སྐྱོན་པས་མི་ཚུག་ཅིང་འཆི་  
 ལྷས་འོང་བས་ཚོགས་བསལ་པ་སོགས་དགེ་ལ་བསྐྱེལ། དོ་བཙོན་བ་ནི་ཁོ་དང་འདྲེས་པས་ཁོང་ཚོ་སྐྱེས་ནས་  
 བསད་འདོད་དེ་སྐྱོ་བྱུར་ཡིད་ལ་ཟིན་ཀྱང་རྣམས་སྐྱབ་གཉིས་ཀ་བྱ་དགོས་ཤིང་འདི་དག་རྣམས་གྱི་འཕྲང་ལ་མ་  
 ཤོར་བའི་ནད་རོས་བརྒྱང་བའང་གཅེས་སོ། །

དེ་ལྟར་མཚེ་ནད་འདི་ཚོག་མར་ལྷགས་དུས་སུ་བ་མི་ཚོར་ཞིང་མི་གསལ་ལ། རྩེ་བྲག་པའི་རྟགས་ཁ་  
 ཤས་མཚུངས་པ་ལ་བཞེན་ནས་ཕན་ཚུན་ལོ་རྟེ་ཞེན་ཆེ་བས་སྐྱེ་ནད་གསང་གསུམ་གྱི་སྐོན་ལེགས་པར་བརྟག་ཅིང་  
 འབྲུལ་མེད་ངང་གཏན་ལ་ཕབ་དགོས་ཚུལ་བསྟན་པ་ལོ། །

ས་བཅད་བཟུང་བ། རྒྱ་གཞུང་།

མཛེན་གྱི་སྐྱོ་གཞུང་དུ་སྦྱིར་བཏང་གི་ཕགས་ནད་རིགས་ཉེ་བཞོན་དང་ཕྱ་བ་མཛེན་པ་སོགས་དང་།  
གཙོང་ཆེན་དམུ་མུ། བྲག་མཁྱིམ་ཚེ་བའི་ནད་སོགས་འབྱུང་སྐབས་ལོ། །

ས་བཅད་བཟུང་བ། བཅོས་ཐབས།

དང་པོ། བཅོས་ཚུལ།

བཅོས་ཚུལ་ནི་རྒྱུད་ལས། རྩོམ་འགོ་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་སེར་སྦྱང་བ་དང་། ། དངོས་གཞི་གཏུག་པའི་དུག་ནད་  
གཞོམ་པ་དང་། ། རྗེས་གཙོང་གོ་ལེ་ནད་གྱི་གདོན་ཐབས་དང་། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རོག་མར་རྩོམ་  
འགོ་ནད་གྱི་རྒྱུད་གདོན་གྱི་རྒྱུ་གཉིས་ཀའི་གཞི་རྒྱུ་སེར་ཉིད་རྩོད་ཚ་ནས་སྦྱང་བ་དང་། བར་དུ་དངོས་  
གཞི་ནི་ཟས་སྦྱོང་སྐབས་དཔུང་བཞིར་བཞེན་ནས་གཏུག་པའི་དུག་ནད་དེ་དངོས་སུ་གཞོམ་དགོས་པ་དང་། ཐ་མ  
རྗེས་གཙོང་དུ་གོ་ལེ་ཞེས་ཞོམ་བུར་ན་བའི་ནད་ལྱིར་འདོན་པ་ལོ། ། ལྷག་པར་གཏུག་ནད་འདི་བྱུང་མ་ཐག་ནས་  
དངོས་འཛིན་བྱས་ཏེ་སྐྱ་ས་ནས་གསོ་བཅོས་དང་། དེ་འདྲིམ་མི་ཉེ་འབྲེལ་སོགས་ལ་མི་འགོས་པའི་སྦྱིར་མི་དང་ཁ  
བུལ་བ་དང་། རྒྱུ་སེར་བསྐྱུ་སྦྱང་སྐྱེམ་གསུམ་དང་འབྲེལ་བར་ནད་སྦྱབས་གསོད་སྐབས་གཙོ་ཆེ་བའི་རིགས་དང་།  
ཉེས་གསུམ་ལྡན་འདུས་གང་ཅུང་གི་ནད་ཉགས་དང་བསྐྱབ་པའི་སྐྱོ་ནས་གསོ་བ་གལ་ཆེ།

གཉིས་པ། གཉེན་པོ།

༡ རིམ་རྒྱ།

- (༡) གནོད་པའི་དུས་སུ་བསྐྱུང་བ།
- དང་ཚོ་གནོད་པའི་དུས་སུ་བསྐྱུང་བ་ནི། །
- དང་པོ་གནོད་པ་འགོ་རྩོམ་པའི་དུས་སུ་བསྐྱུང་བ་ལ་འང་གཉིས་ཉེ། ཡི་དམ་སྐྱོམ་བཟུས་ཀྱི་ཐབས་ལ་

བརྟེན་ནས་བསྐྱུང་བ་དང་། བཅུད་ལེན་གྱི་བསྐྱུང་བ་ལས་ལྷོ། །

། ཀ ཡི་དམ་བསྐྱོན་བསྐྱུང་གྱི་བཟུང་།

མ་ཕྱེད་མ་གཟུགས་པ་འདྲུལ་མཚན་འགྲོ་བའི་མཚོན། ། མ་སྐྱོད་ལས་བདག་པོ་ཕྱག་ན་རྒྱ་རྒྱུ་  
ཡི། ། རྟོང་པོ་བསྐྱུང་བས་སྐྱུ་ཡི་དྲུག་རྣམས་སེལ། །

དེ་ལ་ཡིད་དུ་མ་ཕྱེད་ལས་པའི་གཟུགས་པ་ཅན་དེ་འདྲུལ་བར་མཚན་ཅིང་འགྲོ་བའི་མཚོན་ནས་སྐྱུ་བས་སྐྱུ་  
པ་མ་སྐྱོད་ལས་གྱི་བདག་པོ་ཕྱག་ན་རྒྱ་རྒྱུ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་སངས་རྒྱུས་བཟུང་ཅད་གྱི་སྐྱོན་ལས་གང་ལ་གང་  
འདྲུལ་སྐྱོན་པ་མཚོན་པའི་ཆ་ཤས་དང་ལྡན་པ་འཇམ་དཔལ་དབྱེད་ལ། བཙེ་བའི་ཆ་ཤས་དང་ལྡན་པ་སྐྱོན་པས་  
གཟིགས་ཀྱི་ ལུས་པའི་ཆ་ཤས་དང་ལྡན་པ་སྐྱུ་གཞོན་དུ་གསུངས་ལ། རྒྱུད་པར་སྐྱུ་གཞོན་བཟུང་ཅད་གྱི་གཉེན་པོ་  
ཕྱག་ན་རྒྱ་རྒྱུ་ཡིན་པས་དེའི་རིགས་གང་མོས་རང་གི་ཡིད་མ་དུ་བརྒྱུད་ལྟེ། སྐྱུ་བསྐྱོན་ཞིང་སྐྱོང་པོའི་སྐྱུ་གས་བསྐྱུས་  
པས་སྐྱུ་ཡི་དྲུག་རྣམས་སེལ་ལོ། ། རྟེན་ཉིད་རིན་པོ་ཆེའི་མཚན་གཞུག་སྐྱོན་བཟུང་ལས། དང་པོ་བཙེ་བ་བཟུང་གྱི་  
རྒྱལ་པོ་ལྟེ། ། རྒྱུད་ལས་སྐྱུ་གཞོན་སྐྱོང་པོ་བསྐྱུར་གསུངས་ཀྱི་དང་། ། སྐྱོན་ལྟ་བུ་བ་བ་ལྷ་ག་རྒྱ་དང་། ། ཡེ་ཤེས་  
རྒྱུད་ཀྱི་ལས་བསྐྱེན་འཇམ་ལས་པར་བྱ། ། གཞན་ཡང་བད་འདི་སྐྱོན་གྱི་ལས་ཡིན་པས། ། ཚོགས་པས་གས་  
སྐྱོབ་པ་སྐྱུང་ཞིང་གསུག་གི་ལྟེ། ། བདག་གཞན་བརྒྱུད་པའི་བྱེད་ལྡུང་སེམས་མཚོག་བསྐྱོན། ། ལུས་སེམས་ནད་  
གཞོན་རང་བཞིན་མ་སྐྱུ་བཟུང་། ། བདག་ལེད་སྐྱོང་པའི་དོན་ལ་རྒྱུན་དུ་བསྐྱོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་སྐྱོར་དང་།  
ཆ་ལག་བཙེ་བ་བརྒྱུད་ལས། དང་པོ་སྐྱུ་བསྐྱུང་བ་ལྟེ། སྐྱུ་གསུང་སྐྱུ་གས་ཡོན་ཏན་འཇིན་ལས་སྐྱུ་ཡི་བསྐྱུང་བ་སྐྱོ།  
སྐྱུ་ཚ་ག་ལི་མཚོན་གང་ལ། གསུང་རིན་པོ་ཆེས་བྱིས་པའི་གཟུངས། སྐྱུ་གས་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱ་རྒྱུ་མཚོན་གང་ལ།  
ཡོན་ཏན་ཚོན་སྐྱུ་ཡི་སྐྱུ་མ་དུད་པ་ཉི་ཤུ་ཚ་གཅིག་ལ། འཇིན་ལས་མཚོན་ཆའི་འཁོར་ལོའོ། ། དེ་རྣམས་ལ་  
རབ་དུ་གནས་པར་བྱ་བ་ལྟེ། གཟུངས་ལན་གཅིག་གིས་དཔོན་པོ་སྐྱུངས། གཉིས་པས་ས་པོན་གྱི་ཡིག་བསྐྱེད།  
གསུམ་པས་སྐྱུར་བསྐྱེད། བཞི་པས་ཡེ་ཤེས་པ་སྐྱུན་དྲངས་པ་ལ། ཡན་ལག་བདུན་པ་དང་བསྐྱོད་པ་བྱ། ལ་  
པས་གཉིས་སུ་མེད་པར་བསྐྱེ། དུག་པས་དུ་མི་བསྐྱོད་པའི་དུ་རྒྱུ་དང་། ཡིག་འབྲུ་གསུམ་གྱིས་རྒྱས་  
བཏབ་པར་བསམ་ལོ། ། གསུང་ལ་སྐྱོད་དུ་ལྷན་ལེག་འབྲུར་སྐྱུར་པར་བསམ་ལོ། ། སྐྱུ་གས་ལ་སྐྱོད་དུ་  
ལྷན་རྒྱུ་རྒྱུ་པར་བསམ། ཡོན་ཏན་གྱི་འདྲུད་པ་སྐྱུ་ལྷན་ལ། བསམ་འབྲུབ་རིན་པོ་ཆེའི་འཇིན་བར་  
བསམ་ལོ། ། བདུན་པ་དེ་རྣམས་མཉམ་པར་བསམ་ལོ། ། དེ་རྣམས་ལ་སྐྱུ་གཅིག་ཏུ་བྱས་པའི་སྐྱུ་གསུམ་  
མལ། ཉི་ཤུ་ཚ་གཅིག་གམ་བསྐྱུ་ཚ་བསྐྱུ་དུ་བྱས་ལ། དེ་རྣམས་མཚོན་ཉེན་སྐྱོན་པའི་ནད་དུ་བཞུགས་ལ་མཚོན་  
པ་འབྲུལ། གཟུངས་སྐྱོང་བསྐྱུས། གསོལ་བ་བཏབ། ཉེན་འབྲེལ་སྐྱོང་པོས་རབ་གནས་བྱས་ལ། སྐྱུ་ཡི་ལ་ཉེ་  
གཞུག་ཏོར་དུ་གདགས། གཞན་རྣམས་མཉམ་པར་བཅིང་། དེ་ལས་བྱིན་སྐྱུ་བས་འཇམ་ལ་དུ་སྐྱུང་སྐྱོ། བསྐྱུང་བའི་

མཚོགས་ཀྱི་བཤད་དོ། །གཉིས་པ་ཉེན་འབྲེལ་གྱི་བསྐྱེད་བཞི། ལྷི་བྱུང་གྱི་ཚོས་ཉིད་རྣམ་པར་དག་པའི་སྐྱགས་  
གྱིས་ལ་བཅངས་ན། སག་དོན་གྱི་སྒྲིབ་ཤིང། ཏུ་ལྷུ་འོ་མོད་པར་རིན་པོ་ཆེའི་ཁྲོ་གྱིས་ལ་བཅུག་སྟེ། བྱ་ལྷུང་ཏུ་  
ལྷིན་གྱིས་བསྐྱབས་ནས་དགུག་གཞུག་དང་བསྐྱེད་པ་བྱས་ལ། མཚོན་ཁུང་གཡོན་ཏུ་བཅངས་ན་མཚོང་བས་  
འགོ་ས་སོ། །ཤ་རྒྱུ་རྒྱུ་དང་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱེས་ཉེན་འབྲེལ་སྒྲིང་པོ་གསེར་གྱིས་གྱིས་པ་གཙུག་ཏུ་བཅངས་ན་ལྷུ་ཡིས་  
མཚོང་པར་འཇུག་དོ། །ཡིད་མ་སྒྲིང་པོ་གསེར་གྱིས་གྱིས་པ་རུས་སྐྱེས་གྱི་ཁོག་པར་བཅུག་ནས་ལྷུས་ལ་བཅངས་  
ན་སྒྲོགས་ངན་ཐབ། གསེར་མེས་མ་རིག་པ། སག་སྐྱ་དགུགས་དང་མ་བུལ་བ་བྲེགས་པ་མི་སྐྱགས་ཁྲག་མར་  
བཅུག་སྟེ། མོག་ཁར་བཅུགས་ན་ས་བདག་སྐྱ་གཉན་གྱིས་མི་མཚོང་བར་འཇུག་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་རྣམས་  
ལུས། །

ཁ བཅུད་ལེན་གྱི་བསྐྱེད་ཐབས།

ས་རྩོ་སྐྱེ་ལ་བཏུད་ཚི་བཅུད་ལེན་གྱིས། །རྩ་མེར་མི་སྐྱེ་གདོན་རྣམས་ཐུབ་པར་འཇུག། །  
ས་རྩོ་སྐྱེ་ལ་ཞེས་པ་མི་འདྲ་བ་འགའ་རྣམས་སྟེ། འབྲེལ་བ་པོ་སྐྱོན་ལས། ས་རྩོ་སྐྱེ་ལ་ཞེས་སོགས་ལ་འཕྱོག་  
བཤད་ནི་རིན་པོ་ཆེ་ནས་དོས་འཛོན་གསེར་རྩོ་སོགས་རྩོ་སྟེད་དང། རྩེ་ལྷུ་རྩོར་བ་སྐྱགས་སྐྱེ་ཞེས་པའི་རྩོར་བ་བྱ་  
ལྷུང་ལྷུ་པཏུད་ཚི་རིལ་ལུ་རྣམས་ལ་བཞེད་པ་བར་མཚིས་ཏུ་དངོས་ཤི་སྐྱེ་གྱི་མེར་པོ། རྩོ་མ་འོང་ཚོང་ཞི། ལྷུ་ལ་ཚ་  
བ་སྟེད་མོ་ཤག ཅེས་དང། རྩེ་མས་འབྲེལ་ལས། ས་སྐྱེན་ནི་ལྷུ་གྱི་སོགས་དང། རྩོ་སྐྱེན་ཚོང་ཞི་སོགས་དང།  
ལྷུ་ལ་ཚ་བ་སྟེ། དབང་ལག་དང་ཚ་བ་ལྷུ་སོགས་ཞེས་གསལ་ཡང་ཁྲོ་ཏུ་ཚོ་རྣམ་མཚོགས་གི་ལྷུགས་ལྟར་ན་ས་སྐྱེན་  
དང་རྩོ་སྐྱེན་གཉིས་ནི་སྐྱེ་མས་པའི་འདོད་དོན་ལྟར་དང། ཚ་བ་སྟེད་མཉེ་དང་ཉེ་ཤིང་སོགས་ལ་འདོད་པས་དེ་  
དག་དང། བཏུད་ཚི་མེ་ཉོག་ལ་འབྲས་བུ་སོགས་གང་ལ་གང་འཚམས་གྱི་བཅུད་ལེན་མོ་སོའི་ཁུངས་རྣམ་དག་ལས་  
ལྷུང་བའི་གཞུང་འདི་འོ་མོང་འོག་ནས་ལྷུང་བ་བཞིན་ནོ། །བཏུད་ཚི་དགོ་སྐྱོང་རྣམ་དག་གམ་སྐྱེས་ལྷུང་ཅན་  
གྱི་དྲི་ཆེན་ལ་བཅུད་ལེན་གས་པ་གསོ་སྐྱབས་བཤད་པ་ལྟར་བཞིས་པས་རྩ་མེར་མི་སྐྱེ་ཞིང་གདོན་རིགས་རྣམས་  
ཐུབ་པར་འཇུག་དོ། །གཞན་ཡང་ཆ་ལག་བཅོ་བཅུད་ལས། དག་པོ་རྣམས་ཀྱི་བསྐྱེད་བཞི། ལྷུ་ཚི། ལྷུ་གྱི།  
ཤིང་ལྷུ་གསུམ། རྩོ་ཉི། ལྷུ་ཚ། ལྷུ་དག་གསུམ། ལྷུ་ལག བེ་པོར། འཛོན་པ་གསུམ། རྩོ་གསྐྱ་བཅས་བཅུ་  
ལ་ལྷུ་ལྷུ་ལྷུ། ལྷུས་ལ་བཅངས་ན་རྩི་མ་ལལ་བར་རིམས་དང་སག་དོན་ཐུབ། ཏུག་སྐྱ། འཇུ་སྐྱ། གཞོབ་སྐྱ།  
ཁྲག་སྐྱ། རྩོ་སྐྱ། དེ་རྣམས་ཞིབ་པར་སྐྱུར་ལ། འགོང་དང་མའི་སྐྱུར་འོ་སྐྱོང་ཅམ་བསྐོས་ལ་ཏུ་ཏུ་བཅུག་པ་  
དེ་སྐྱས་ལ་བཅངས་ན། གདོན་ཐམས་ཅད་དང་རིམས་གྱིས་མི་ཚུགས་ཉེ། རང་བསྐྱེད་གི་གདམས་པ་ལྷུང་པར་  
དོ། །ཤ་རྩོ། ཤ་ཁྲ། རྩོང་ལྷུ། ལྷུ་བ་ལྷུ་ལ་ལྷུགས་པས་མེལ་མོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

(3) རྟེན་འབྲེལ་མངའ་སྡེ་བསྡུ་བའི་སྒྲུབ་པ་

རྟེན་འབྲེལ་མངའ་སྡེ་བསྡུ་བའི་སྒྲུབ་པ་ལ། །འཕག་གཅིག་གི་དང་རྒྱུ་ལྔ་གཉིས་ཀྱི་ཚན་རྒྱུ། །  
བཅོན་རྒྱུ་ཚན་དེ་ནི་མཚན་སྒྲུབ་པ་རྒྱུ། །བཀའ་བྱིས་ན་ལོ་གསུམ་དང་ལྟ་ལོ་ལ། །དྲི་གསུམ་  
གཞོན་གསུམ་དུ་བས་བཟུག་པར་བྱ། །བཟུང་རྒྱུ་རིམ་བྱ་ལྟ་མོ་ལྷན་ལས་བཟང་། །དྲི་རྒྱུ་  
རྟེན་འབྲེལ་སྐྱབ་འཇུག་དོན་ནད་མེལ། །དང་ག་ལག་གསུམ་སེ་འབྲུ་བཞི་བཟུག་རྒྱུ། །དེ་ལས་  
འཇུག་པར་བྱུ་རྒྱུ་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་། །

རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྐྱབ་འཇུག་མངའ་སྡེ་བསྡུ་བའི་དང་གདབ་པ་ལ། །མི་གྱི་ར་རྟ་མངའ་ལྟུང་བཅས་བཅས་  
ལ། །སྐལ་སྐྱེལ་གྱི་བཀའ་བྱིས། །མི་དང་རི་དུག་སེའི་སྡེ་དུ་བཟང་པོའི་རྒྱུ་རྒྱུ་གཉིས། །སྐྱེལ། །འཇུག་གི་  
ལྱུང་། །སྐྱེལ། །སྐྱེལ། །རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྟུང་དང་བཅོན་རྒྱུ་རྒྱུ་ལས་ཚན་དེ་ནི་མཚན་སྒྲུབ་  
ཚན་དེ་གཞོན་གསུམ་ལ་སྐྱེལ། །སྐྱེལ་སྐྱེལ་མང་ནག་བྱུ་པར་རྒྱུ་ལཱིག་གི་ལྟུང་ལས་ལྷག་པ་སྐྱེལ། །དེའི་ནང་ཚན་དེ་  
ལྷག་ལ། །བཞེད་རྒྱུ་ལོག་རྒྱུ་ལྟུང་པར་བྱ། །རྒྱུ་གཉིས་ལ་བཅད། །རྒྱུ་སྐྱེལ་པོའི་མཚན་སྐྱེལ་དུ་ལཱིག་ལྷག་ལྷག་  
བས་ལོག་རྒྱུ་ལཱིག་སེའི་མང་ལྱུང་དང་སྐྱེལ་ལྷག་དམོས་ལྱུང་ནང་དུ་སྐྱེལ། །ལྷག་ལས་མཚན་བཟང་དུ་སྐྱེལ་བྱུག་  
པ་སྐྱེལ་དམོས་པ་རིག་པས་དཔུང་ཅིང་། །སྐྱེལ་སྐྱེལ་གྱི་བཀའ་བྱིས། །ལྷག་ལས་ལོག་སྐྱེལ། །སྐྱེལ། །འཇུག་གསུམ་  
རྟེན་གསེབ་སྐྱེལ་གྱི་རྟེན་པོ་ལ། །དྲི་རྒྱུ་ལྟུང་དོས་སྐྱེལ་གྱི་རྟེན་ལྷག་སྐྱེལ། །གཞོན་བྱེད་དག་པོའི་དྲི་ །རྟེན་ །  
ལྱུང་ལོག་ལས་སྐྱེལ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་གྱི་དུང་པས་བཟུག་པར་བྱུ་ཞིང་། །བཟུང་རྒྱུ་རིམ་བྱུ་གྱི་ལྷག་ལ་ལོག་པོའི་བཟུང་རྒྱུ་  
གཞོན་པོའི་སྐྱེལ་དུ་སྐྱེལ་ལ་ལྟུང་དུ་རྒྱུ་དུ་སྐྱེལ། །དེ་ལྷག་ལྷག་དང་། །དྲི་རྒྱུ་ལྟུང་ལས་ལྱུང་ལས་ལྱུང་པོའི་རིམ་བྱུ་  
ལྱིབ་སྐྱེལ་སྐྱེལ་ལ་ལྟུང་གོ་སྐྱེལ་ལས་ལྷག་སྐྱེལ་དུ་བཟང་བས་གདོན་འཇོམས་ལྱིབ་སྐྱེལ་གྱི་རྒྱུ་ལས་ལྷག་  
དོ། །འདིའི་ལག་ལེན་རྒྱུ་ལས་སྐྱེལ་བཟུང་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་། །དྲི་རྒྱུ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྐྱེལ་དུ་  
ལོང་པོའི་རྒྱ་མང་སྐྱེལ་མཚོ་མང་སྐྱེལ་སྐྱེལ་ལྷག་ལྷག་གཉིས་ལ་ལྱིས་པས་  
བརྒྱུ་ལས་ལྷག་སྐྱེལ་གཅོད་མཚན་སྐྱེལ་ལས་ལྷག་གཅོད་སྐྱེལ་གྱི་དྲི་རྒྱུ་ལས་ལྱུང་ལས་ལྱུང་། །སྐྱེལ་ལྷག་ལྷག་ལས་  
ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་། །སྐྱེལ་ལས་ལྷག་ །དེ་སྐྱེལ་ལས་ལྱུང་བ་  
རང་གི་དྲི་རྒྱུ་བཟང་བ་བཟུང་ས་ལས་སྐྱེལ་འཇུ་ཞིང་གདོན་ནད་ལས་ལོ། །དང་ག་ལྷག་བ་ལྱུ་རྒྱུ་ལྱུང་སེ་ལྱུ་  
བཞི་བཟུང་བཟུང་ལ་ལྱུ་སྐྱེལ་སྐྱེལ་དོས་སྐྱེལ་བཟང་ལྱུང་སེ་ལྱུ་སྐྱེལ་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་སྐྱེལ་  
བཟུང་བ་བཞེད་ལས་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་  
གང་ལྱུང་སྐྱེལ་བཟང་། །དེ་རྟེན་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་ལྱུང་། །



པས་དག་སྐོང་གཅིག་ལ་ཕྱུལ་བ་བསོད་ནམས་ཆེ་བ་དང་། ཡེ་ཤེས་སྐྱུན་དང་ལྡན་པ་ལ་འོ་དཔག་ཏུ་མེད་དོ། །  
དག་སྐོང་བཞི་ཡན་ཆད་ནི་སྡེ་ཏུ་ཡོངས་པས་དག་སྐོང་གི་དག་འདུན་ཞེས་སོ། ། དེས་མ་མཐའ་འཁོར་དག་སྐོང་  
བཞི་ལྷན་ལྟོ་འདྲེན་པ། སངས་རྒྱལ་གྱི་བཀའ་ལོ་སྟོན་པ་དངོས་ཏེ་ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་ཚད་ནས་འབྲིན་ཅིང་  
ལེགས་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་འབྲུང་གནས་ཡིན་པས་སྟོག་པ་འཕྲུག་པ་རྣམས་ནི། རྟོག་པ་ཞེས་འཇིགས་པ་འཕྲུག་  
པ་ཡིན་པ་དེ་དང་། འདོད་དོན་ལ་སྐྱིབ་པས་སྐྱིབ་པ་དེ་གཉེས་སྦྱང་བའི་ཕྱིར་དོ། ། ཡང་རྟོག་སྐྱིབ་སྦྱང་གིས་  
སེམས་བསྐྱེད་བསྐྱོམ། ། ཞེས་སྦྱར་ཡང་ཏུང་སྟེ། སྦྱོད་འདུག་ལས། རྟོག་པ་སྦྱོབས་ཆེན་ཤིང་ཏུ་མི་བཟང་  
པ། ། དེ་ནི་རྟོགས་པའི་བྱང་རྒྱས་སེམས་མེན་པ། ། དག་གཞན་གང་གིས་སྐྱིལ་གྱིས་གཞོན་པར་འབྱུང་། །  
ཞེས་པས་སོ། །

ཁ རྣམ་པ་སྦྱོན་འདུག་བྱུང་འདུག

ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་མ་ཡིན། ། ལ་མ་ཡི་ཡན་ཆགས་བྱ་ཡི་སྦྱང་དོན་  
བྱ། ། སྦྱི་དང་རྣོས་དང་ཡང་རྣོས་སེམས་བསྐྱེད་པ། ། ལུས་རག་ཡིད་དང་ཡོངས་སྦྱོང་སྦྱིན་རྣོས་  
བཟང་། །

དེ་ཡང་ཁམས་གསུམ་ནི་འདོད་ཁམས་གཞུགས་ཁམས་གཞུགས་མེད་གྱི་ཁམས་གསུམ་སྟེ། འདོད་ཁམས་  
ནི་འདོད་མེད་ཅན་དམུལ་བ་དང་། ཡིད་གསལ་ཏུང་འགྲོ། མི། རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞི། སུམ་ཅུ་ཙམ་གསུམ་  
འཐབ་བྲལ། དག་འ་ལྡན། འསྐྱལ་དག་ལ། གཞན་འསྐྱལ་དབང་བྱེད་མན་གྱི་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་དོ། །  
གཞུགས་ཁམས་ནི་གཞུགས་གྱི་ཁམས་ཙམ་དང་ལྡན་པ་བསམ་གཏན་གྱི་སྟེ། ཚངས་རྒྱུང་ནས་འོག་མིན་པའི་བར་  
རྣམས་སོ། ། གཞུགས་མེད་ཁམས་ནི་གཞུགས་མངོན་གྱུར་པ་མེད་པ་ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་གྱི་སྦྱེ་མཆེད།  
རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་གྱི་སྦྱེ་མཆེད། ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྦྱེ་མཆེད། འདུ་ཤེས་མེད་འདུ་ཤེས་མེད་མིན་གྱི་སྦྱེ་མཆེད་  
བཞི་སྟེ་གྱིད་ཚེ་ཞེས་སོ། ། མདོར་བཤད་དག་དང་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་གཞན་ཏུ་ཡོད་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་པ་དང་མར་མ་གྱུར་པ་མེད་པ་སྟེ། བདག་ཚོག་མ་མེད་པ་ནས་སྦྱང་བས་ཀྱང་པ་མར་དེས། གནས་འདིར་  
ལུས་འདི་མ་སྦྱངས་བྱ་བ་མེད་པས་ཀྱང་པ་མར་དེས། ཐམས་ཅད་པ་མར་བསྟེན་པ་མང་བས་ཀྱང་པ་མར་དེས་  
སོ། ། དེ་དག་རང་གི་པ་མར་གྱུར་བའི་ཏུས་སུ་ལུས་བསྐྱེད་པ། གཞོད་པ་བསམ་པ། འཇིག་རྟེན་བཟུན་པ་  
བཅེ་བས་བསྐྱེད་པ་པ་སྟེ་ག་ཡིན་པས་ཏུན་འཁོར་ཐབས་མེད་པ་ཡིན་ཞིང་། བདག་གིས་དེ་དག་ལ་མན་  
འདོགས་པ་སྟོ་ཞོག་གཞོད་པ་ཁོ་ན་བསྐྱེད་པས་དེའི་ལན་རྒྱུར་ཆགས་པ་བདག་སྟེ་ལུས་སྦྱངས་བའི་དོན་ཏུ་སྦྱིར་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དང་། རྣོས་གཞོན་རིགས་མཐའ་དག་དང་། ཡང་རྣོས་གཞོན་བྱེད་གྱི་སྦྱུ་གཞོན་དེས་  
གཙོ་བྱས་པ་ཐམས་ཅད་དངོས་འཇིག་གྱི་ཉོན་མོངས་པས་སྦྱོ། གཞན་ལ་གཞོད་བྱེད་འབྲུལ་པར་གྱུར་པ་འདི་

དག་བདེ་བ་དང་སྒྲིབ་པར་བྱའོ་སྒྲུབ་པའི་བྱམས་པ། འདི་དག་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལ་ཡོངས་སྤྱོད་ཅིང་ད་  
དྲུང་རྒྱ་བསགས་པ་ལ་མི་བཟོད་པའི་སྒྲིབ་རྒྱུ། འདི་རྣམས་ལ་ཕན་གདགས་པ་ལ་བདག་ལ་རྣམ་སྟོབས་མ་མཆིས་  
པས་འདི་དག་གི་དོན་དུ་ཡང་དག་པར་རྒྱུགས་པའི་སངས་རྒྱས་སོལ་པར་བྱ་སྒྲུབ་དུ་སྒྲིབ་ནས་བྱང་རྒྱལ་མཚོག་དུ་  
སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་སྐྱུག་པའི་བསམ་པ་དང་། བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་ཞེས་བྱ་སྟེ་སངས་རྒྱས་གྱི་ཡོན་ཏན་སྲིབ་ལས་  
མཐའ་དག་གི་དངོས་རྒྱུའོ། །

དེ་ཡང་སྒྲིབ་ཚད་རང་དོན་ཁོན་བྱས་པས་འཁོར་བར་འབྱམས་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་རྒྱུ་དེས་ཚོགས་པས་  
དནི་ལྷན་རག་ཡིད་གསུམ་དང་། ཡོངས་སྤྱོད། དུས་གསུམ་དུ་བསགས་པའི་དགེ་ཅེ་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་  
རྣམས་ལ་བྱིན་ཅིང་སྒྲོས་ལེན་གིས་བཏར་ནས་གཞན་དོན་ཁོན་བྱ་བ་སྟེ་པ་རོལ་དུ་སྐྱིབ་པ་གཅིག་ལའང་ཕར་བྱིན་  
ཐམས་ཅད་འདུས་པར་སྟོའོ། །

ག ལྟ་བ་སྒྲུབ་སྒྲིབ་རྒྱུ་འཇུག

ལྷན་སེམས་ནད་གདོན་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་སྟེ། ། བདག་མེད་སྒྲིབ་པའི་དོན་ལ་རྒྱུན་དུ་  
བཟ། །

དེས་དོན་དུ་ལྷན་སེམས་དང་། བདག་གཞན་ནད་གདོན་ལ་སོགས་པ་འཁོར་འདུས་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་བའི་  
རོ་བོ་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་ཞེས་པ་སྒྲོ་ལྷན་ལམ་འཛིན་སྒྲུངས་རང་རང་གི་རོ་བོ་ལོ་ལོ་མ་རང་གི་རང་བཞིན་ཉེ་དེ་ནི་  
བཟང་རན་ཡོད་མེད་སོགས་གང་དུའང་མ་གྲུབ་ཅིང་གྲུབ་པ་མེད་མོད། ཐ་སྐད་དུ་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་པའམ་  
རང་བཞིན་གྲུབ་པ་མེད་པ་བཤད་པ་གཞིར་བཞག་གོ། །དེ་ཡང་ལྷན་འདི་སྐྱུ་མ་རྗེ་ལམ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་དུས་ནས་རང་  
བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ། སྒྲུབ་ཚམས་དུ་འདོད་ནའང་ལྷན་སོ་སོར་གསེལ། དེ་ཡང་རྒྱལ་སྐབས་གསེལ། རྒྱལ་སྐབས་ཡང་  
སྐྱུགས་དུག་གི་ཆ་ཤས་སྟེ་ན་ལྷན་མི་འགྲུབ་སྟེ། སྤྱོད་འཇུག་རྒྱ། དེ་ཡང་སོར་མོའི་ཚོགས་ཡིན་སྟེ། ། ལག་པ་  
གང་ཞེས་ཡིན་པར་འགྲུ། ། དེ་ཡང་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་ཡིན་ལ། ཚོགས་ཀྱང་རྒྱལ་དུ་དབྱེ་བྱས་ལ། རྒྱལ་  
ཡང་སྐྱུགས་ཚའི་དབྱེ་བ་ཡིས། ། སྐྱུགས་དབྱེ་འང་ཆ་ཤས་དང་བྲལ་སྟེ། ། དེ་ལྟར་མ་ཁའ་བཞིན་ལྷན་མེད་  
ན། ། དེ་ཚོ་སྐྱེས་གང་བྱུང་མེད་གང་། ། དེ་ནི་རྗེ་ལམ་སྐྱུ་བུ་ཡི། ། གཞུགས་ལ་སྤྱོད་སྐྱུ་སྐྱུ་ཞེས་མཆིས། །  
ཞེས་སོ། ། སེམས་ཀྱང་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་སྟེ་དངོས་པོ་དང་མཚན་མར་གྲུབ་པས་ཡོད་མེད་སོགས་དང་བྲལ་  
སོ། ། རིག་རིག་གསལ་གསལ་ཡུལ་ཡུལ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་བའདི་སེམས་ཡིན་ནམ་སྐྱུ་བ་དེ་ཡང་དབྱུང་ཚེ་གང་དུའང་  
མ་གྲུབ་ཀྱང་སེམས་ཡོད་དེ་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་གྲུབ་པོ་ཞེས། ཤེས་བྱ་ཡུལ་དང་སེམས་ཤེས་པ་སྐྱིེའི་རྣམ་ཅིག་དུ་གྲུབ་  
དགོས་ཉེ། དེ་དག་པ་ནི་སྤྱོད་འཇུག་ལས། ཤེས་བྱ་ལས་སྐྱུར་ཤེས་ཡོད་ན། ། དེ་ནི་ཅི་ལ་དམིགས་ནས་  
བསྐྱེད། ། ཤེས་དང་ཤེས་བྱ་རྣམ་ཅིག་ན། ། དེ་ཡང་ཅི་ལ་དམིགས་ནས་སྐྱེ། ། ཡོན་ཏེ་ཤེས་བྱ་རྗེས་སྐྱེ་ཡོད།

དེ་ཚེ་ཤེས་པ་གང་ཡོད་། ། ཞེས་སོགས་མང་པོ་། ། དེ་ལྟར་རྟེན་ལུས་སེམས་མ་ལྷུ་བ་ན། དེ་ལ་བརྟེན་པའི་  
 བྱང་དང་གདོན་གྲང་མི་འལུ་བ་སྟེ། ལྷག་ཏུ་མེ་འདྲ་རྟེན་གསལ་དང་པོ་བོ་དང་བྲལ་ལོ། ། གདོན་ཡང་རང་བཞིན་  
 མ་ལྷུ་བ་སྟེ། གདོན་དང་རང་གི་ལུས་ནི་སྤང་དུ་ས་ནས་སྤྲོང་། སེམས་ནི་སྤང་ཅིག་ཆ་མེད་པོ། ། གདོན་མ་ལྷུ་བ་  
 པས་དེའི་གཞོན་པའང་མི་འལུ་བ་སྟེ་ན་མ་ལམ་འི་པ་རྣམས་བཞིན་ནོ། ། དེས་ན་ལུས་སེམས་བྱང་གདོན་ཐམས་ཅད་  
 གདོན་མ་ནས་རང་བཞིན་མ་ལྷུ་བ་པའི་སྟེང་། དེ་གཞལ་བྱེད་ཀྱི་བདག་གྲང་གང་དུ་འདྲ་མེད་ཅིང་མི་དམིགས་ཀྱི་  
 རྒྱལ་པོ་ཤར་པ་ལ་གདམས་པའི་མདོ་ལས། ལུས་ནི་བདག་མ་ཡིན་ཏེ་ཤ་དང་དུས། འལྷུང་ཆེན་འདུས་པ་སྟེ་རོལ་  
 ཚིག་པ་འདྲ། ། མིང་ནི་བདག་མ་ཡིན་ཏེ་བཏགས་པ་ཅམ། ། སེམས་གྲང་བདག་མ་ཡིན་ཏེ་དངོས་པོ་  
 མེད། ། ཅེས་སྤྲོད་པ་ནི་སྤྲོད་རྒྱུ་སྤྲོད་པ་ལྟ་བུ་ཉི་ཚེ་པའི་སྤྲོད་པ་དང་། ཡོད་པ་བཀག་པའི་སྤྲོད་པ་སྟོགས་  
 གཅིག་སྤྲོད་པ་དང་། སྤྲོད་པ་སྤྲང་པ་མི་ཉེགས་ཆད་ལྟའི་སྤྲོད་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཐམས་ཅད་རྫོལ་ས་མ་  
 འདས་སོ། ། སྤྲོད་པའི་དོན་ལ་རྒྱུ་དུ་བལྟ་བའི་བསྐྱེལ་པ་ནི། སྤྲོད་མཁའ་གྱི་བདག་མ་ལྷུ་བ། སྤྲོད་བྱའི་  
 དངོས་པོ་མ་ལྷུ་བ། སྤྲོད་བྱེད་ཀྱི་གཞེན་པོ་མ་ལྷུ་བ་པ་མཐར་འཇོག་ཐམས་ཅད་ལས་འདས་པ་དེ་ཉིད་རྟེན་ཅིང་  
 འབྲེལ་འལྷུང་གི་དོ་བོར་གནས་ཤིང་རྣམ་པར་སྤང་བ་སྟེ། དུ་མ་ཅུ་ཤེད། གང་གིས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་  
 འལྷུང་། ། འགག་པ་མེད་པ་སྐྱེ་མེད་པ། ། ཆད་པ་མེད་ཅིང་རྟག་མེད་པ། ། འོར་བ་མེད་ཅིང་འགྲོ་མེད་  
 པ། ། ཐང་དང་དོན་མིན་དོན་གཅིག་མིན། ། རྣམས་པ་ཉེར་ཁི་ཁི་བརྟུན་པ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དེ་ལྟར་  
 ཚོས་ཐམས་ཅད་དངོས་པོར་མ་སྐྱེས། དངོས་མེད་དུ་མ་འགག་པ་སྟེ། གཤེས་སྤྲོད་པའི་གནད་ཀྱི་གདངས་ཅིང་  
 ཡང་སྤང་བའམ་འཆར་བས་དག་པའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་རྣམས་ལྷུ་བ། གདངས་ཅིང་ཡང་འཆར་བའམ་སྤང་བའི་  
 གནད་ཀྱི་གཤེས་ཅིང་ཡང་མ་ལྷུ་བ་པ་དེ་གཉིས་སྟེ་མེད། གཉིས་སྟེང་མེད། སོ་སོ་མ་ཡིན་ཐམས་ཅད་པའོ། ། དེ་  
 ལྟར་སྟོན་འཇུག་ནི་ཀུན་རྫོབ་སེམས་བསྐྱེད། ལྟའི་རྣམས་པ་མཐའ་དག་ཞི་བ་ནི་དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད། དེ་  
 གཉིས་སྟེང་བྱེད་མེད་པར་ཡིན་ལ་ཡིན་བཞིན་དུ་ཉམས་སྟེ་བྲངས་པས་སྟིད་ཞི་གཉིས་ལ་མི་གནས་པའི་སངས་རྒྱུས་  
 འལུ་བ་ལོ། ། འདི་དག་ནི་གཞུང་གི་འདོད་རྣམས་དང་བརྟུན་པར་སྟོན་ཐེག་པ་ལྟར་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

3 ཟུག་

ཁ་ཟུག་དཀར་དང་མངར་གྱི་རྣམ་པ་དང་། ། དུལ་སྐྱུར་ལྷ་དང་སྤྲོ་ཆོད་འཇིག་ཟུག་  
 ཐང་། ། འབྲུ་རྟིང་གསར་བ་རྣམས་ཤིབ་སྟེ་བྲུག་དང་། ཆབ་ལྷ་ཤིངས་པོ་བརྟུན་རྣམས་བསྟེན། །  
 ཁ་ཟུག་དཀར་དང་མངར་གྱི་རྣམ་པས་སྟིན་བསྐྱེད་པ་དང་། དུལ་བས་མི་འཇུག་། ལྱུར་བས་རྣམས་  
 བསྐྱེད་པ། ལྷས་རྣམས་བསྐྱེད་པ། ལྷས་བྲག་བསྐྱེད་པ། རྫོལ་གྱིས་རྫོལ་འགག་པ། ཉམས་གཤི་ཤ་དང་ལཱ་པོ་

ཆམས་འཛིག་བསམ་ཡིན་ཏེ་ལུས་འདམས་ཏུ་མ་རུང་བར་བྱེད་པས་སྤང་བ་དང་། འཇུ་རྟིང་ཞེས་སྐྲུ་མའི་འཇུ་མོ་  
ལོན་པ་དང་། བ་གསར་པ་དང་། བ་སྐྲུ་ཡི་བ་བཏང་བའི་སྤེ་བྱུག་དང་། ཚུལ་ཚུལ་མིང་སེལ་པར་བར་ཚོ་བཞེ་ཆམ་  
གི་ཞང་ཡོད་ཅམ་དང་རྒྱ་གྲངས་སྐོག་པ་སྤེ། མདོར་ན་མིང་དང་རྒྱ་མེད་བྲག་མཁྲིས་བསྐྱེད་པའི་བསམ་སྐྲུ་  
རིགས་སྤང་ལ་རུས་པ་ཡང་བསམ་འཇམ་པའི་རིགས་བཞེན་ནོ། །

3 རྒྱུད་ལམ།

རྒྱུད་ལམ་ཆགས་པ་དྲག་ཤུམ་ཉིན་མོའི་གཉིད། ། མི་གཙང་གཉེན་པའི་བྱབ་ཚེད་ཀྱུན་པ་  
འཛེམ། །

རྒྱུད་ལམ་ཆགས་པ་རྒྱུད་པ་དང་། དྲག་ཤུམ་གྱི་ལས་དང་། ཉིན་མོའི་གཉིད་དང་། མི་གཙང་བ་གྲིབ  
བཅོག་དང་། གཉེན་པའི་ས་ཚོགས་ལྷ་སྐབ་ཚེད་རྩེར་རྒྱུད་བྱེད་པ་ཀྱབ་ལ་འཛེམ་པ་སྤེ་རྒྱུད་ལམ་སྤེ་རྒྱུ་བྲག་  
མཁྲིས་རྒྱ་མེད་སྤོང་བའི་རིགས་དང་བཅོག་གི་བཏེ་སྐྱུ་ལ་གནོད་པ་སྐོགས་སྤང་དོ། །

༩ རྩོམ།

ཐུན་གྱི་རྒྱུར་བ་ལ་ཐང་དང་། སྤེ་ལ། རིལ་བུ། རྡོ་བུ། ཐུན་མར་བཅས་རྒྱུར་བ་ལྡོ་ཡོད་དོ། །

( ༡ ) ཐང་གི་རྒྱུར་བ།

༡ སོང་སྤེང་རྡོ་ཐང་།

སོང་སྤེང་གི་ལ་བ་སྤེ་ལྟེ་སེལ་པ་ཏོ་ལ། ། ལྷོ་ཚེད་རྗེ་ཡིས་རྒྱ་སོང་དང་མཚམས་ལ། །

དེ་ཡང་ཐོག་མཚམས་སོང་སྤེང་རྡོ་ཐང་སྤེ་སོང་སྤེང་དང་། ཉིམ་ལ། སྤེ་ལེས། པ་ཏོ་ལ་སྤེ་རྒྱ་བྲུབ། ལྷོ་ཚེད་  
ལུ་འོ་རྒྱུར་བས་རྒྱ་མིར་ཆུ་མར་དང་སེར་སྤེ་ལོ། །

༢ སོང་སྤེང་ཚིག་ཐང་།

སོང་སྤེང་ཚིག་ཐང་མ་ཚེ་ནད་འཚོམས་པའི་མཚོག། །

སོང་སྤེང་ཚིག་ཐང་གི་ཐང་བརྒྱལ་བས་བཏང་ན་ནི་མཚེའི་ནད་རིགས་ཀྱབ་འཚོམས་པའི་མཚོག་ཏུ་འཇུར་  
དོ། །གཞན་ཡང་ཐང་ཚེན་ཉེར་སྤེད་དང་། སྤེ་ལེས་རྡོ་ཐང་། དེ་བཞེན་བརྒྱད་པའི་སྤོང་བ་སྤེ་ལེས་སྤེ་ལེས་པ་  
ནིམ་པ་སོང་སྤེང་གི། སྐབ་པ་གས་བསྐོས་པ་མཚེ་ནད་སེལ། ། ཅེས་གསུངས་པའི་རྒྱུར་ཤུམ་སྤེ་ལེས་པ་  
རྒྱ་རྒྱུད་སོང་སྤེང་བཞེན་པའི་སྤེ་ལེས་བཞེན་ནོ། །





བསྐྱེལ་ནས་བཏང་དགོས་ཀྱིང་དེ་ལྟར་གི་མང་དང་ནག་པོ་ཚང་ཞེས་དྲོད་སྐྱབ་པི་པི་ལིང་གི་མདེུ་ཁ་བརྒྱུར་བའི་  
ཚེ་ཤས་ཚེན་གི་མང་། གང་ཤས་ཚེན་དྲོད་སྐྱབ་པི་པི་ལིང་བཞེན་པ་དང་། ཚེ་གང་ལའང་གྲུ་གྲུལ་ནག་པོ་འི་  
གདོན་གྱི་གཉེན་པོར་གཅེས་པས་ན་མལ་དགོས་། རིལ་བུའི་ཚད་ལྡི། འུག་གི་གཙོ་བྱས་སྐྱབ་མ་རྒྱུང་ཤོས་ཚམ་  
ཞེས་པས་དེ་ཚམ་བྱ་ཞིང་། དེ་ལ་མདོག་བཞེས་གསུ་སྐྱོར་རྒྱས་པ་ལྷི་མ་རྒྱུད་གྱི་རིལ་བུའི་སྐབས་བཤད་དོ། །

ལྷུང་ལྷའི་བཞེན་ཐབས་ནི། ཡིག་འབྲུ་ལྷའི་དབང་སྤྱད་ཞིང་ཉིང་དེ་འཛིན་དང་ལྷན་པས་ཟབ་ནི། རང་  
ཡི་དམ་སྤྱད་དོར་དུ་བསྐོམ་པའི་སྤྱད་པ་དུང་ཁང་གི་གཞུག་ཡས་སུ་པར་དམར་པོ་འདབ་མ་བཞི་པ་སྤྱར་དུ་སྤྱབས་  
པའི་དབྱུང་སྤྱོད་ལ། མདུན་དུ་ལྷོ། གཡས་སུ་ལྷོ། རྒྱབ་དུ་ལ། གཡོན་དུ་ལྷོ། འདི་རྣམས་དགའ་སྤོམ་མེ  
མསོ་སྤྱར་དུ་བཞུན་པར་བསམ་ལ། ཡིག་འབྲུ་ལྷ་པོ་བརྒྱ་ཚ་བརྒྱས། ཡིག་འབྲུ་པོད་དུ་ལྷ་བདུད་ཚིར་སྤྱར་པ་རིལ་  
བྱུ་ལོག་པས་རིལ་བུ་རྣམས་འོད་དུ་ལྷ། བདུད་ཚིར་སྤྱར་པར་བསམ་དེ་ཚོས་པས་སྤྱུས་བདུད་ཚིག་ནས་ནད་  
གདོན་དག་པར་བསམ་ཞེས་མཚན་དུ་སྤྱར་ལ། ལྷི་དང་སྤྱར་ནད་དབྱུང་སྤྱོད་ལྷན་ལྷན་གི་ས་པོ་བཞི་ལ། མདུན་དུ་དོར་  
སེམས་གྱི་ས་པོ་བཞི་ལྷོ། གཡས་སུ་རིག་འབྲུང་གི་ས་པོ་བཞི་ལྷོ། རྒྱབ་དུ་སྤྱར་མཚའི་ས་པོ་བཞི་ལྷོ། གཡོན་དུ་དོན་  
གྲུབ་གྱི་ས་པོ་བཞི་ལྷོ། རྣམས་བསྐོམ་ཞིང་བརྒྱས་ན་ལེགས་ཏེ། འུག་ལྷ་དག་ འབྲུང་ལྷའི་ནད་ཞི། གདོན་ལྷ་  
བྱུལ། ལྷ་ལྷ། ཡེ་ཤེས་ལྷ་སྤྱབ་པའི་དོན་གྱིས་སོ། ། དེ་ལྟར་བྱས་ལ་ཚེས་གཅིག་ནས་བཅའི་བར་དུ་རིལ་བུ་དེ་དེ་  
བྱུབ་མོ་སྤྱུལ་ཡར་ཞེས་ས་སྤོམ་ན་མ་སྤྱེད་ཚོར་དང་ས་ཏེ་ལྷོ་སྤོམ་གསུམ་དུ་བཞེན། བཅུན་ས་ཏེ་ཤུའི་བར་དུ་རིལ་བུ་  
གཉེས་གཉེས་སྤྱུས་སྤྱུལ་ཡར་གོང་ལྟར་བཞེན། ཉི་ཤུ་ནས་སྤྱུལ་ཅུའི་བར་དུ་རིལ་བུ་གསུམ་གསུམ་དུ་ས་བྱུབ་མོ་  
སྤྱུལ་ཡར་ཞེས་བཤད་མ་ཐག་པ་ལྟར་བཏང་ཞིང་དེ་ལྟར་ལྷགས་པའི་དུས་ནས་བརྒྱུང་ཡོའི་བར་དུ་བཞེན་པར་བྱ་  
ཞིང་། ལོ་གཅིག་ཚམ་བཞེན་གྱིང་དེ་བདེ་སྤྱིད་མེད་ན་ཤ་གཉེས་ཤི་བའི། ལྟ་རུ་ལོ་བཞི་ཡོད་པ་ལོ་དོར་ཤི་ལྷོ་  
སྤྱེད་བཅག་བྱས་ལ་ལོ་དུས་བར་དུ་བཞེན་པས་མཛེ་རིགས་བཙོ་བརྒྱད་སེམ་ཞིང་ལྷའི་དུག་ནད་མ་སྤྱུས་གཏན་ནས་  
འཛོམས་སོ། །

ཁ རིན་ཚེན་སྤྱོད་པ།

རིན་ཚེན་སྤྱོད་པ་དེ་དུང་ལྷ་དུག་སྤྱུལ་དང་། ། ལྷ་ལྷི་མེད་སྤྱེད་ཁ་རྒྱབ་ལྷ་པོ་དུག ། ལྷ་མེད་  
སྤྱུལ་གསུམ་གྱི་གྲུལ་བྱ་ལྷུང་སྤྱུར། ། ལྷ་ཡི་གདོན་འཛོམས་ལྷ་མེད་ཚད་ནས་སྤོམ། ། ལྷུང་པར་  
དུང་ལྷ་སྤྱུར་དུ་སྤྱུ་མེན་གསེར། ། ལྷུན་ཤིང་དེ་བ་དུ་ལྷ་ལྷུང་། ། གྲུ་གྲུལ་དགའ་ནག་སྤོམ་ཚེ་སོ་  
མར། ། ཐལ་གཞོན་རྗེ་དག་དང་བཟང་པོ་དུག ། ཚན་དན་དགའ་པོ་གི་ལྷུང་གི་ཚེན་རྣམས། །  
རིལ་བུ་གཅིག་གཉེས་གསུམ་དུ་བསྤྱེད་ལ་བཏང་། ། འདི་ཡིས་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྱོད་ཡིན་ཤིང་  
ཀྱང་། ། ཚེ་འདིའི་མཛེ་ནད་དེས་པར་ཤོལ་ཤེ་བས་འབྱུང་། ། བཏང་ཐབས་ཤོག་གཞོན་རིན་ཚེན་

ལྷན་སྐྱོད་ལྟེ་གུ་ |

དེ་ལ་ཐོག་མར་རི་བོ་ཆེན་དཔལ་ཚུ་ལྟེ་སྤྱི་ལྷན་པ་ལ་དཔལ་ཚུ་དུག་སྐལ་བ་སྤར་བུ་ཞེས་བཤེས་པ་  
དང་ལུ་མེ། སེང་ལྷོང་ཁར་བཟང་པོ་ཅུ་གྲུང་ལི་ཚ་སྤྲུག་གོ་དུག། ཚུ་སེར་སྤོན་སྤོན་ཐལ་ཚོ་གསུམ་གྲུ་ལྲུ་ལ་རྣམས་  
ལུ་བ་རེ། དེ་དག་བྱ་བྱུང་རིམ་བྱ་སྤྱིར་ལ་བཏང་ཞེས་པས་སྤྱིར་ཚུ་ལ་འདི་ལེགས་ཤིང་ལྟེ་གཞོན་འཛོམས་པ་དང་  
ཚུ་སེར་རྣམས་ཚང་ནས་སྐལ་ལོ། | ལྷན་པར་བྱེ་བྲག་གི་སྤྱིར་བ་ནི། དཔལ་ཚུ་སྤར་བཤེས་པ་ཞེས་པ་  
ལེ་ལོ་ལྷོ། གསེར་ཞེས་པ་གི་ཐལ་བ། ཐང་མ་སྤོན་ཤིང་། དེ་བ་དུ་བུ་ཞེས་ལེགས་སྤྱིར་གྲི་སྐྱོང་དེ་འལྲུ་བ་ལྟེ་  
དེ་འལྲུ་སྤོན་ཞེས་ལུག་པ་ཚན་དན་ལ་བཤད་མོད། རོན་དུ་ལྟ་ཤིང་ལུག་པ་འལ་ལུག་དཀར་རོ། | མ་ལྷན་བ་སྤྱི  
དུ་ཚན་དན་ཉེ་ཉག་རོང་ཚན་དན་འཕོད་པ་དེ་འལ་ལུག་དམར་གྱིས་ཚབ་དུང་། ཡ་རུ་བ། གྲུ་གྲུ་དཀར་བག  
སྤོང་། སོ་མ་རྒྱ་ཚ་དང་ཐལ་ག་རོ་རྗེ་གཉིས་སྤྱི་འཛོམས་དང་། བཟང་པོ་ཅུ་གྲུང་ལི་ཚ་སྤྲུག་གོ་དུག། ཚན་དན་  
དཀར་པོ། གི་ལྷན་། ལྷན་ཐོབ་གྱི་དེ་ཆེན་རྣམས་ཞོ་རེ་རེ་སྤྱིར་བ་རིམ་བྱུང་དེ་ལ་བག་ཅིག་གཉིས་གསུམ་དུ་རིམ་  
བྱུ་རིམ་པས་ཚབ་སྤྱི་དུ་ལ་བཏང་ན་འདི་ལ་ལས་གྱི་རྣམ་པར་སྤྱིན་པ་ཡིན་སྤྱིང་ལྷན་ཚོ་འདི་ལེ་མཛོ་བད་གྱི་དབང་དུ་  
མི་འགྲོ་བར་དེས་པར་བཤོལ་ཐེབས་པར་འལྲུར་བས་གཏང་ཐབས་ལོག་གོན་སོགས་སྤྱི་རྒྱུང་རིན་པོ་ཆེདི་སྤྱིར་  
སྤོན་སྤོན་ལས་སྤོན་ཤིག་ཅེས་པ་དེ་ནི་རི་བོ་ཆེན་གྲུང་སྤྱིར་སྤྱིར་རོ། |

གཞུག་ཡང་མཚན་པ་ལྟར་ཐབས་ལས། ཡང་ན་ལྷན་ཚོན་ལྷ་ལི་ལུས་པོ་ལ། | འདུ་སྤོམས་བཟང་པོ་དུག་  
གི་གསོག་པ་ལྷིང་། | ཚུ་སེར་སྤོན་གསུམ་སྤོར་བཞི་ཚུ་སྤོན་གསུམ། | མཚུག་སྤོན་གི་མི་གྲུ་གྲུ་ལ་ར་རྒྱས་ཤིང་། |  
ས་བཏུང་མཚལ་བཏུང་ཞོ་རེ་བྱེད་རྒྱན་བཏགས་འདི། | རྒྱ་ལོད་ཞོ་རེ་རྒྱང་ཞེས་གསུམ་སྤོན་དང་། | གཟའ་  
སོགས་འལྲུང་པོ་ལེ་གོན་ལ་བསྐྱུགས་པ་ཡིན། | ཞེས་གསུངས་པའི་རྒྱ་ལོད་ཞོ་རེ་རྒྱང་དང་། སྤོན་ལྷན་བཅོ་སྤྱི་  
སྤོན་ཞོ་རེ་ལ་བྱ་ཚང་ལྷོ། སེང་ལྷོང་ཉེར་སྤྱི། ལྷ་བདུད་བཅོ་བརྒྱད། དེ་བཞིན་བརྒྱད་པའི་སྤོན་བསྐྱུགས་ལས།  
བྱི་ཏང་ག་ཡི་སྤོན་པོ་དང་། | བཏུ་ར་དང་སྤྱི་དུ་བ། | སྤང་རེ་དན་དེ་སྤང་གསུམ་དང་། | ལྷན་མ་སྤང་ནི་  
བཏུ་གཉིས་དག། | རི་ལིར་བྱས་འདི་བྱིན་གྲུར་བ། | ཞེས་གསུངས་པའི་བྱི་ཏང་ལྷ་པོའི་རིམ་བྱུང་དང་། ཡང་  
ན་རི་བོ་ཆེན་གྲུང་སྤྱིར་། ལྷན་སྤོན་སྤོན་དུ་དཔལ་ཚུ་ཚོ་བཏུ་ལ་དང་། སེང་ལྷོང་། ལུ་ལེན། ཚུ་སེར་སྤོན་གསུམ་  
བསྐྱུག་པ། དེ་སྤོན་ལུ་ལྷི་དང་གྲུ་གྲུ་ལ་བསྐྱུག་པ་སོགས་གང་འཕྲོད་གཏོང་།

( ༡ ) ལྷ་ལྷི་སྤྱིར་བ།

ག ལྷགས་སྤྱི་ལྷ་པ།

ལྷ་ལྷི་སྤྱིར་བ་སྤྱི་གས་སྤྱི་ཅི་ཏུ་ག། | ལྷ་ལྷི་བྱི་ཏང་ག་དང་ཕི་ཕི་ལིང་། | ལྷན་སྤྱིར་ལྷ་ལྷི་སྤྱིར་  
མཛོ་བད་རྒྱས་པ་འཛོམས། |

ལྷགས་སྒྲིལ་པའི་སྡེ་ལུ་སྡེ་དེའི་རྒྱུད་པ་ལ་ལྷགས་སྒྲིལ་དང་། ཅི་ལྟར་གྲུབ་ལྷན་གྱི་ཉལ་ག་ བེ་མི་མིང་  
ནམས་ཤར་དང་རྒྱུད་པའི་སྡེ་ལུ་སྡེ་མཛེ་ནད་ཆེད་རྒྱུ་པ་འཛོལ་མས་སོ། །

ཁ སེང་སྡེ་པ་ཕུ་བཞི།

སེང་སྡེ་རྒྱུ་པ་པ་མ་ཉེ་ཆ་མཉམ་པའི། ། ཁ་རྒྱུད་རྒྱུད་པ་བཟང་བྱུག་གྱི་ཉལ་ག། ། རྒྱ་སེང་  
སྡེ་གསུམ་ཤོད་སྡེ་མེ་ལྟར། ། ཁ་རྒྱུད་བཟང་པའི་སྡེ་ལུ་སྡེ་མཛེ་ནད་འཛོལ་མས། །

སེང་སྡེ་པ་ཕུ་བཞིའི་སྡེ་ལུ་སྡེ་པ་ཉེ། སེང་སྡེ་དང་། ལྷག་ ར་མཉེ་པཅས་ཆ་མཉམ་པའི་ཁ་རྒྱུད་  
དང་རྒྱུད་པ་པ་བཟང་པོ་བྱུག་ གྱི་ཉལ་ག་རྒྱ་སེང་སྡེ་གསུམ་ཤོད་སྡེ་ག་བེ་མི་མིང་། ཅི་ལྟར་ནམས་ཤར་  
ཆེད་ལྟུང་པའི་སྡེ་ལུ་སྡེ་དང་བས་མཛེ་ནད་འཛོལ་མས།

ག ལུ་བྱི་ཉེས་རྒྱུད།

ལུ་བྱི་ཉེས་རྒྱུད་རྒྱུད་ཆ་མཉམ་སྡེ། ། ལྷགས་གཤམ་པ་འཛོལ་པའི་སྡེ་ལུ་སྡེ་མཛེ་ནད་འཛོལ་མས། །

ལུ་བྱི་ཉེས་རྒྱུད་ལྱི་སྡེ་ལུ་སྡེ་ལྷན་ལྟུང་ལྟུང་། ཤར་མི། མར་ནམས་རྒྱུད་པ་ཆ་མཉམ་སྡེ་ཞོ་ཙམ་དུ་བསྐྱེལ་  
བཞུགས་ཤར་མ་ལ་ལྷགས་ཏེ་ཞག་གསུམ་ཙམ་བཞག་ནས་གཡམ་པ་འཛོལ་པའི་སྡེ་ལུ་སྡེ་མཛེ་ནད་འཛོལ་མས་པར་  
འཇུག་པོ། །

(4) སྡེ་གམར་གྱི་རྒྱུད་པ།

སྡེ་གམར་སེང་སྡེ་ཏིག་ཏེ་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུད། ། བཟང་བྱུག་རྒྱ་སེང་སྡེ་གསུམ་ཤོད་ཁ་རྒྱུད་  
བཟང་པོ། ། རྒྱ་སེང་སྡེ་མཛེ་ནད་ལུ་སྡེ་སྡེ་པའི་སྡེ་ལུ་སྡེ་པ་ཉེ། །

ལྷན་ལྟུང་དུ་བཤད་པའི་སེང་སྡེ་པ་ལྟར་པ་དང་། དལུ་པའི་སྡེ་གམར་དཔ། དེ་བཞིན་ཏིག་ཏེ་སྡེ་གམར་ཆེ་  
འབྲིང་གང་པོས་རྒྱུད་པ། བཟང་པོ་ལྟུང་ལེ་རྟེན་ལྟུང་གོ་བྱུག་དང་། རྒྱ་སེང་སྡེ་སྡེ་སྡེ་གསུམ་ཤོད་ཁ་རྒྱུད་  
བཟང་པོས་རྒྱ་སེང་སྡེ་མཛེ་ནད་ལུ་སྡེ་སྡེ་པའི་སྡེ་ལུ་སྡེ་པ་ཉེ། ། གཞན་ཡང་ཆ་ལག་བཅོ་བརྒྱད་ལས། སྡེ་  
མར་རྒྱུད་པའི་ རོ་མ། མར། ལུ་མ། ཤར་དང་བཞི་ཕྱེད་མེད་མེད་པའི་སྡེ་གམར་། ། ལྷན་པ། ལྷན་ལྟུང་  
ལྟུང་པར་གྱི་སྡེ་གམར་། ། འབྲས་ལྷན་ལྟུང་ལྟུང་པར་གྱི་སྡེ་གམར་། ། འཕྲུལ་ལྟུང་ལྟུང་པར་གྱི་སྡེ་གམར་  
པའི་སྡེ་གམར་། ། ལལ་ག་རྟོ་རྟོ་སོ་མར་རྟོ་གཉེས་རར་འདོགས་པའི་སྡེ་གམར་། ། ལྷན་པ་ལྷན་ལྟུང་ལྟུང་  
པའི་སྡེ་གམར་། ། ལྷན་པའི་སྡེ་གམར་ལྷན་ལྟུང་ལྟུང་པའི་སྡེ་གམར་། ། ལྷན་ལྟུང་ལྟུང་པའི་སྡེ་  
གམར་། ། ཞེས་གསུངས་པའི་སེང་སྡེ་ལྟུང་ལྟུང་པའི་སྡེ་གམར་དང་། བརྒྱུད་པའི་སྡེ་གམར་ལས། འཕྲུལ་  
སྡེ་གམར་པ་ག འབྲས་ལྷན་ལྟུང་དང་པ་རྟོ་ལ། ། གན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་། ། ལྷན་ལྷན་དང་མར་བསྐྱེལ་

པ། །སྐྱབ་མར་དོ་རྗེ་ཅན་ཞེས་བྱ། །ཞེས་སྐྱབ་མར་དོ་རྗེ་ཅན་སྐྱབ་མར་དོ་རྗེ་ཅན་བཞེས་པོ། །

4 དཔྱད།

ཐ་མ་མཛེ་ལུམ་མ་པའི་དུས་སྐྱི་རྒྱུད་ལྟར་གྱི་ཚ་རྩེ་རྩོད་དང་རྒྱ་མེར་གདོད་ཚ་དང་གང་རྒྱས་པའི་ཚ་ལ

གཏར་བགའོ་ཆེ་བ་དང་། བརྒྱད་པའི་སྒྲིབ་བསྐྱུ་ལས་མཛེ་ནད་ཅན་གྱི་ལན་མར་སྐྱུར་སྐྱུར་པ། །ཞེས་  
དང་། ཡང་། ལྷ་བ་ཕྱེད་ཅིང་རྒྱལ་སྐྱབ་བཏར་བ་དང་། །ལྷ་བ་རེ་རེ་ནས་གྱི་བསྐྱུར་བཏར་། །མགོ་བོ་  
སྐྱུར་ས་པ་ཞག་གི་གསུམ་གསུམ་དང་། །ལྷ་བ་དུག་དུག་ནས་གྱི་གཏར་གྱི། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞེས་པོ་བོ་  
རྒྱ་མེར་ནག་པོའི་ནད་འདིར་སྐྱུར་བ་དང་གཏར་གཞིས་གཞུག་པར་འཕྲོད་དོ། །

(2) བཤམ།

རྒྱ་མེར་རྩོད་དང་རྒྱ་ནས་རྒྱུར་བ་གྱི། །ལུས་དང་པུས་མཉེ་སྦྲེན་འཕྲོ་སྒྲིབ་དང་འབྲ། །

ནད་གྱི་རྒྱུ་དང་གདོད་གྱིས་སྦྱེན་གཞིས་ཀའི་གཞི་རྒྱ་མེར་རྩོད་དང་རྒྱ་ནས་རྒྱུར་བ་ལ་གྱི་སྐྱུར་དང་པུས་མཉེ་  
སྐྱབ་སྐྱབ་འཕྲོ་སྒྲིབ་ཕྱིད་སྒྲིབ་དང་འབྲ་ཞེས། མན་དག་རྩན་ཐབས་ལས། དེ་རྩར་ཞི་བྱེད་རྒྱུ་གྱིས་མ་སྐྱུར་ན།  
གདོད་བཤམ་དུག་པའི་ལམ་ནས་འབྲེན་པ་ཞེ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞེས་པོ་ཞི་བྱེད་སྐྱབ་གྱིས་མ་སྐྱུར་ན་གདོད་  
བཤམ་ཆེ་རྒྱུང་གང་རིགས་གཏོང་བ་དང་། འདིར་རྒྱུད་དངོས་བསྐྱབ་གྱི་བཤམ་སྐྱུར་གའོ་བོར་འགོད་པ་ལ།

༡ རྩོ་སྐྱུར།

༡༡ བརྒྱུད་སྐྱུར།

བརྒྱུར་དུས་ཕྱིད་རྒྱུ་ཚ་འབྲས་བུ་གསུམ། །སྐྱབ་བུ་བསྐྱུ་ལུས་རྒྱ་མེར་སྐྱབ་གསུམ་  
དང་། །ལུ་ལུ་ཕྱི་ཉར་ག་བཏར་བརྒྱུན་སྐྱུར་སྐྱུར་སྐྱུར་། །

བའི་རྒྱུར་དུས་ཕྱིད། རྒྱུ་ཚ། འབྲས་བུ་གསུམ། སྐྱབ་བུ་རྒྱུ་ལས་གསུམ་སྐྱུར་གྱི་སྐྱབ་སྐྱུར་དུག་  
ཐལ་གའོ་རྗེ་སོ་མ་རྒྱུ་གསུམ་དང་། ལུ་ལུ་ཕྱི་ཉར་ག་རྒྱུ་ལས་བཏར་བལ་རྒྱུན་སྐྱུར་བུའོ། །

༡༢ རྩོ་བསྐྱུ་ལུ་བསྐྱུ་སྐྱུར།

ཡང་ན་འབྲས་བུ་གསུམ་དང་ཚ་བ་ལྷ། །དུས་ཕྱིད་དུས་དོད་ག་བྱ་གྱི་དང་། །ལོར་ལོན་བུ་  
དག་ལོར་ར་ཆེ་དུ་ག་ བ་དུ་སྐྱི་མཚུ་བཏར་གས་ལྷེ་ལ། །མར་དུ་བརྒྱུ་ལ་ལ་རྩོ་ལུ་ལུ་བསྐྱུ་སྐྱུར་སྐྱུར་། །

ཡང་ན་རྩོ་ལུ་ལུ་བསྐྱུ་སྐྱུར་གྱི་འབྲས་བུ་གསུམ་དང་། ཚ་བ་ལྷ་སྐྱུ་ལུ་ལུ་ལོར་སོ་བའི་ས་དུ་ལོར་ལོར་སྐྱབ་ས་  
ལྷེ་ཚ་དང་སྐྱུ་ དུས་ཕྱིད། དུས་དོད་ག་ ལུ་ལུ་ལྷེ་གསུ་ག་རི་རིགས་གཞིས་ལྱི་ལུ་ལུ་སྐྱུ་ལོ་ག་བྱ་ཞེས་པ་དེ་



ཕྱིགས་ན་ རྟོག་གྲིན། རྒྱ་ཚལ་ ལྷན་སྐྱེལ། ལྷན་པ། རྟོག་པ་ནག་པོ་དང་ལྷ་པོ་ཚང་ལ་སྐྱུར་ལ་བཏང་།  
འབྲུངས་ན་འབྲས་སྣ་གསུམ་གྱི་བསྐོལ་བྱ་བཏང་ངོ་། ། ཞེས་དང་། ལྷི་རྒྱུད་བྱང་པ་བདུན་པའི་རྒྱུར་ག  
དཔལ་ལྷན་རྒྱུར་མཁར་བའི་བསེ་རྒྱུར་མཛོེ་ནད་ཀྱན་སེལ་དང་། གདོན་བཤམ་རྗོལ་ལ་ལམ་སོགས་གང་རིགས་  
དབྱེད་དེ་གཏོང་ངོ་། །

(3) གཏར་ག

དབྱེད་བྱ་གང་ཞུགས་ཅ་གཏར་རྒྱངས་པ་དབྱེད། ། རྒྱུད་པར་དབྱལ་ཅ་རྒྱ་མེར་གདོང་ཅ་  
གཏར། །

ལྷི་མ་རྒྱུད་ལས། ལྷ་མེར་ནད་ལ་གདོང་ཅ་ལོ་བ་ཤོང་གཏར། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྷར་དབྱེད་བྱ་དང་པོར་  
ནད་གདོན་གང་བྱ་ཞུགས་པའི་ཅ་དེ་གཏར་ལ་རྒྱངས་པ་དབྱེད་ཞིང་ལྷུད་པར་དབྱལ་ཅ་དང་། ལྷ་མེར་གདོང་ཅ་  
གཉིས་གཏར་དགོས་པ་དང་། ལྷིང་བསྐྱུས་ལས། དབྱལ་བ་ལག་པ་རྒྱང་པ་ལས། ། འདི་ལ་གཏར་ག་གདབ་  
པར་བྱ། ། མཛོེ་ནད་ཚབས་རྒྱུང་ཞལ་ཞལ་གདབ། ། རྩ་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་འབྲལ་དབྱེད་བྱ། ། ཞེས་གསུངས་པ་  
ལྷར་དང་། གསོ་རིག་ཀྱན་འདུས་ལས། དབྱེད་བྱ་གང་ཞུགས་ཀྱི་ཅ་དང་། དམིགས་གནད་གང་ཉེའི་ཅ་ལ་  
གཏར་བ་དང་། རྒྱུད་པར་དབྱལ་ཅ་དང་རྒྱ་མེར་གདོང་ཅ་གཏར་བ་གལ་ཆེ་ཞིང་། རྒྱང་ལག་སོགས་ལ་རབས་  
རྩས་འབྲལ་དབྱེད་བྱ། མཛོེ་ནད་ཀྱི་རིགས་འདི་ལ་གཏར་ག་བྱེད་པ་ལྷག་པར་གལ་ཆེ་བས་ན། ལྷོན་རབས་ཀྱི་སྐྱེན་  
པ་བྱ་མ་ཞིག་གིས་མཛོེ་ནད་གསོ་བའི་ལག་ལེན་ནད་གཏར་སྐྱུང་གཉིས་ཀྱིས་སོས་པ་མང་ལ། དེའི་ནད་ནས་ཀྱང་  
གཏར་ག་གལ་ཆེ་བ་ཕྱོང་བས་སྐབས་པ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

དེ་མེན་ད་དུང་བྱུག་པ་ནི། ཚལ་ག་བཙོ་བ་རྒྱུད་ལས། ལྷུག་པའི་རྒྱུར་བ་ལ། དྲག་པོ་རྣམས་ཀྱི་བྱུག་པ་དང་།  
དི་ཅན་སྐྱོན་གྱི་བྱུག་པ། ཉེན་འབྲེལ་སྐྱེལ་གྱི་བྱུག་པ། ལྷ་མེར་འདོན་པའི་བྱུག་པ། རྒྱངས་པ་འཇིལ་བའི་བྱུག་  
པ། རྩ་བ་འགོག་པའི་བྱུག་པ། མེར་ཁ་གསོ་བའི་བྱུག་པ་ལོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་རྣམས་གང་འཚམ་བསྟེན་པ་  
དང་། གཞན་སྣ་དང་རྒྱངས་པོར་ཡུག་ཤིང་ཁར་དང་སྣོ་སྐྱེལ་ཤིང་ཁན་ཏུ། མེར་སྤེང་ཁན་ཏུ་སོགས་བྱུགས་པ་  
དང་། ཡང་ན་ལྷ་ལྷི་སྤང་གང་དང་། ཡུ་གུ་ཤིང་དཀར་པོ་སྤང་གང་། ལྷ་བ་མེར་ཞོ་ལྷ་པཅས་སྐྱུར་བ་ཞིབ་  
བཏགས་མར་ལ་སྐྱུར་ནས་བྱུགས་པས་རྒྱ་མེར་སྐྱེལ་ཞིང་རྣ་རྩལ་བ་གསོ་བ་དང་། ད་དུང་བརྒྱུད་པ་ཅ་འགྲེལ་  
རྣམས་སྐྱུག་སྐྱུངས་པའི་བྱུག་རྒྱུར་དང་། ལྷ་ལྷི་རིགས་ལྷའི་རྒྱ་ཚལ། མེ་བཙོང་སོགས་གང་པོ་བསྟེན་ནོ། །



འགགས་ལ་མི་རྒྱུད་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བཏང་ཞིང་གི་བའ་འགགས་ལ་མོང་ཅ་གཏར་བ་དང་། དེའི་གཞེན་པོར་འགོ་བའི་སྐྱེན་དཀར་མོ་གསུམ་ཐང་ལྟེ་བོར་དཀར་དང་། མིང་མངས། ཐང་རྒྱན་དཀར་པོ་གསུམ་གྱི་ཐང་དང་། ལི་མི་དུག་པ་སོགས་སྐྱུར་བ་བཞེན་པ་དང་། གཞན་ཡང་རྒྱུད་ལས། གནོད་པ་སྤང་ཞིང་རིམ་བུ་སྐྱེན་མར་བཞེན། ། དེ་ལོས་ནད་ཁ་འཁྲི་ནས་ཆེ་རིང་འཇུག། ། ཞེས་ཟེས་སྤྱོད་གནོད་པའི་རིགས་ལོ་དུས་བར་དུ་སྤང་ཞིང་རྒྱུད་ལྗོངས་རིམ་བུ་དང་མེང་མེང་སྐྱེན་མར་སོགས་མོང་དུ་བཏང་པ་རྣམས་རི་རྒྱན་དུ། ལུས་རྒྱུངས་ནད་དུ་ཇུར་སྤྱིར་སོན་དཀར་བས། ། བཙོན་པས་དར་དུག་ངང་གིས་སྐྱུགས་བསྐྱིང་གཅེས། ། ཞེས་ལུན་བསྐྱིང་ནས་བཞེན་དགོས་ཏེ། དེ་རྣམས་བཞེན་པས་འཁྲི་ནས་ཆེ་རིང་བར་འཇུག་ཞིང་གཏུག་པ་སྤྱིར་གནོད་ནད་ཉིད་སྤྱིར་མི་སྤྲོག་པ་ཡིན་ནོ། །

### ས་བཅད་བརྒྱུ་བ། རྒྱན་གཏོང་བའི་ཚད།

རྒྱན་གཏོང་བའི་བརྒྱུར་ཚད་དེ་ལའང་དང་པོའི་གཏོང་ཚད་དང་། བར་གྱི་གཏོང་ཚད། ཐ་མའི་གཏོང་ཚད་དེ་རྣམས་པ་གསུམ་གྱིས་བསྟན་ནོ། །

### དང་པོ། དང་པོའི་ཚད།

དང་པོ་རྒྱན་གྱི་སྤྱོད་པ་བཞེན་པ་ཡིས། ། རྗེ་བདེར་མོང་ན་ནད་ཞེན་རྒྱུང་བ་ཡིན། ། རད་ཀྱན་རྒྱུང་ན་གདོན་ཞེན་འབྱིང་པོ་ཡིན། ། ལག་གནོད་མེད་ན་གཏོང་ཞེན་ཆེ་བ་ཡིན། ། ལོ་གཅིག་ལོ་གཉིས་གསུམ་གྱི་བར་དུ་སྤྱིན། །

དང་པོ་སྐྱེན་གྱི་སྤྱོད་པ་དེ་རྣམས་བཞེན་པས་རེ་བདེ་ལ་སོང་ན་ནད་ཞེན་རྒྱུང་བ་ཡིན་ཞིང་། རད་དེ་ཀྱན་ནས་སྤོང་ཐུབ་ན་གདོན་ཞེན་འབྱིང་པོ་ཡིན་ཞིང་། སན་གནོད་ཅི་ཡང་མེད་ན་གཏོང་དུ་ཞེན་ཆེ་བ་ཡིན་པས། ཞེན་རྒྱུང་ན་ལོ་གཅིག་ཞེན་འབྱིང་ལ་ལོ་གཉིས། ཞེན་ཆེན་ལོ་གསུམ་གྱི་བར་དུ་སྐྱེན་བཏང་ནས་གསོ་བ་སྤྱིན་དགོས།

གཉིས་པ། བར་གྱི་ཚད།

བར་དུ་མང་བཞེན་བདེ་དང་ཉུང་བཞེན་བདེ། ། གང་མང་བདེ་བ་དེ་ལས་བརྒྱུན་ལ་  
བཞེན། །

དེ་ཡང་བར་དུ་སྐྱབ་མང་ཉུང་གི་བརྒྱུང་ཚད་བཞེན་པ་ལ། སྐྱབ་གྱི་སྐྱུར་བ་ནམས་མང་དུ་བཞེན་པས་མ  
བདེ་ན་ཉུང་དུ་བཞེན་པ་དང་། ཉུང་དུ་བཞེན་པས་མ་བདེ་ན་མང་དུ་བཞེན་དགོས་པ་བཅས་གོ་རྟོག་ནས་བཞེན་  
པ་གལ་ཆེ་ལོ། །

གསུམ་པ། བ་མའི་ཚད།

དེ་རྟོགས་མཐོང་ན་རིམ་བུ་རེ་རེ་དགོ། ། སྤྱི་བས་མི་བདེ་སྐྱོད་འབྲིད་ཤེས་པར་བྱ། ། བསྐྱབ་  
པས་བདེ་ན་མ་ཐོན་ད་དུང་བསྐྱོད། ། སྤྱི་བས་བདེ་ན་ནད་ཀྱི་རྩད་ཐོན་པས། མོ་དུས་བར་དུ་མ་  
བརྒྱུད་རྒྱུན་པར་བཞེན། ། དེ་མིས་མི་རྟོག་གི་རྩེས་ཚོད་པ་ཡིན། །

ནད་སོས་པའམ་ནད་འགོ་ཚོགས་པའི་རྟོགས་ནམས་མཐོང་ན་ནི་ཞག་བཅུ་ལ་རིམ་བུ་རེ་རེ་དགོ། ཞིང་སྤྱི  
བས་མི་བདེ་ན་བསྐྱོན། བསྐྱོན་པས་མི་བདེ་ན་འབྲིད་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་། བསྐྱབ་པས་བདེ་ན་ནད་མ་ཐོན་པས་  
ད་དུང་ལྟུན་བསྐྱོད། སྤྱི་བས་བདེ་ན་ནད་ཀྱི་རྩད་ཐོན་པ་ཡིན་པས། རྗེས་གཅོད་ལོ་དུས་བར་དུ་རྒྱུང་ལྡེའི་རིམ་  
བུ་ནམས་མ་བརྒྱུད་པ་རྒྱུན་པར་ནམ་མཁུན་ལ་རིམ་བུ་རེ་རེ་བཞེན་དགོས་ཏེ། དེས་ནད་མི་རྟོག་ཅིང་སྤྱི་རྗེས་ཚོད་  
པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

ས་བཅད་བཅུ་གཅིག་པ། ནད་སོས་པའི་ཚད།

ནད་འགོ་ཚོགས་པའི་རྟོགས་ལའང་ལུས་ཀྱི་རྟོགས་དང་། མི་ལམ་གྱི་རྟོགས། གསང་བའི་རྟོགས་བཅས་  
ནམ་པ་གསུམ་མོ། །

### དང་པོ། ལུས་ཀྱི་རྟགས།

ནད་འགོ་ཚོགས་རྟགས་སྟོང་ཙམ་པ་དང་། ། ལུས་ཡང་ཁམས་དྲངས་དང་ག་བདེ་བ་  
དང་། ། རྩ་བའི་འཛུགས་དང་རྩི་རྩ་བའི་རྩ་བའི་རྩ་བའི་རྩ་བའི་རྩ་བའི་རྩ་བའི་རྩ་བའི་རྩ་བའི་  
འཛུགས་ ། རྩི་བའི་བྱ་བྱེད་དང་རྟགས་རྩམས་ཁད་ཀྱིས་རྩུབ། །

ནད་འགོ་ཚོགས་པའི་རྟགས་སྟོང་ཙམ་པ་དང་། ལུས་ཡང་ཁམས་དྲངས་ཡང་དང་ག་བདེ་  
བདང་། རྩ་བའི་འཛུགས་དང་། རྩི་རྩ་བའི་རྩ་བའི་རྩ་བའི་རྩ་བའི་རྩ་བའི་རྩ་བའི་རྩ་བའི་  
དང་། རྩི་བའི་བྱ་བྱེད་པ་དང་གཞན་པའི་རྟགས་རྩམས་ཁད་ཁད་ཀྱིས་ཞེས་མི་མ་གྱིས་རྩུབ་པའོ། །

### གཉིས་པ། མི་ལམ་གྱི་རྟགས།

མི་ལམ་ལུས་ལས་སྟོག་ཆགས་འཛོལ་བ་དང་། ། ལུས་བྱས་བཤམ་ལྷུང་རྩ་བའི་འཛུགས་པ་མི། །  
གཞོན་པའི་མི་རྩིས་རྩུབ་དང་རྩམ་བཤམ་འཛུགས། ། ལུས་ལ་མི་འབར་ཉི་མ་ཤར་བ་འཛུགས། །

མི་ལམ་དུ་ལུས་ལས་སྟོག་ཆགས་འཛོལ་བ་དང་། ལུས་བྱས་པ་དང་། བཤམ་ལྷུང་པ་དང་། རྩ་བའི་  
འཛུགས་པ་སོགས་མི་བདང་། ལྷུང་གཞོན་པའི་མི་རྩིས་སྟོག་ཆགས་དང་རྩུབ་ཤིང་སོགས་རྩུབ་པ་དང་། རྩ་  
ཤིང་དང་སྟོག་ཆགས་སྟོང་རྩམས་སྟོང་ཤིང་དེ་རྩམས་མེད་བཤམ་པ་དང་རྩུབ་པ་འཛུགས་པ། ལུས་ལ་མི་  
འབར་ཞིང་ཉི་མ་ཤར་བ་བཤམ་འཛུགས་པོ། །

### གསུམ་པ། གསང་རྟགས།

མིག་རྩ་སངས་ལྷགས་ཆད་བརྱུལ་གང་ལྷུང་རྩམས། ། གཏུག་པ་ལྷུ་མི་གཞོན་དང་བྲལ་བའི་  
རྟགས། །

གསང་བའི་རྟགས་སྟོང་། མིག་རྩ་སྟོགས་པར་འཛུགས་བ་རྩམས་མིག་གི་རྩ་མི་བརྱུད་བཅོམ་རང་སང་  
སངས་ཤིང་ལྷག་པ་དང་། གཞོན་རྟགས་ཀྱི་མིག་རྩ་སྟོགས་སྟོང་མེ་ཆད་པ་དང་། རྩ་བའི་བརྱུལ་བ་གང་ལྷུང་རྩམས་  
གཏུག་པ་ལྷུ་མི་གཞོན་དང་བྲལ་བའི་རྟགས་ཡིན་ནོ། །

སྐྱེམས་འགྲེལ་དུ། མིག་ཅ་ཙྰ་ཚོགས་པར་འགྱུར་བ་རྣམས་རང་གསང་ལྟ་མི་བཅོམ་གྱི་བྱུག་པ་རྣམས་སུ  
སྤར་མལ་ལྟག་པ་དང་། གནོད་ཉགས་གྱི་ཅ་རྣམས་ཅེ་མོ་ཚད་པ་དང་། ཅ་རྣམས་ཅོད་ཀྱལ་མོད་སྤོབས་པ་  
རྣམས། རང་གནས་སུ་བརྟལ་ལམ་བསྐྱས་པ་རྣམས་སོ། ། ཞེས་གསལ།

### ས་བཅད་བརྒྱ་གཉིས་པ། བསྐྱར་བ།

༣༣ རྣོ་མ་རྣོ་ལ་མ་གནས་མལ་གོས་ལ་སོགས། ། གྱི་དང་རེག་ལས་འགོས་ལྱིར་བསྐྱར་བ་  
གཅེས། །

གོང་གི་མཛེ་ནད་དེ་རྣམས་གྱིས་བཏབ་པའི་མི་ཡི་ཟས་རྣོ་མ་ཟ་འཕྲོད་མཉམ་དུ་ཟུག་གཅིག་ཟུམ་  
སྤོད་ལམ་ནི་འཚོ་བ་མཉམ་དུ་སྐྱེལ་བ། ཡང་ན་འབྲེལ་བྱུག་བྱེད་པ། གནས་མལ་གཅིག་གསལ། ལྟན་གཅིག་ལ་  
འདུག་པ། གོས་འདྲེས་པ། མཐུན་འཇུག་འདྲེས་པ་བཅས་དྲི་དང་རེག་པའི་དབང་གིས་ནད་འགོས་པ་དང་།  
གཞན་ཡང་ཤིང་རྩོམ་རྩིང་རྩལ་དང་། ཁང་རྩིང་གོག་རྩལ། འབྲིལ་རྩུ་རྩལ་བརྒྱན་ནས་ནད་དྲི་འགོས་པ་དང་།  
ཡང་ན་ཚྭ་རྩུར་སོགས་ཁྲག་རྩུ་སེར་རྩུ་སེར་པའི་བཟའ་བརྟུང་བསྐྱེད་དུ་གསལ་པ་སོགས་གྱིས་སྤོང་གི་ཡོད་པའི་ལྱིར་  
བ། མིན་བར་གནས་ལྱིར་དེ་རྣམས་འགོག་བསྐྱར་བྱ་རྒྱ་ནི་ཤིན་ཏུ་གཅེས་པ་དང་། གཞན་ཡང་རབ་རྩོང་ཉིད་  
དང་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་བྱང་སེམས། འབྲིང་ཡི་དམ་གྱི་བསྐྱེད་རིམ། ཐ་མཇུག་སྐྱེས་གྱིས་བསྐྱར་བ་  
དང་། ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་རྩིང་པོ་བསྐྱས་པ་ལས། ནད་རྣམས་པལ་ཆེར་ཟས་དང་ནི། ། མལ་གཅིག་རེག་  
སོགས་ལ་བརྟེན་པས། ཐམས་ཅད་འགོ་སྟེ་མིག་ནད་དང་། ། མཛེ་ནི་རྣམས་པར་འགོ་བ་ཡིན། ། ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར། གདུག་པ་སྤྱི་གདོད་ནད་འདི་ཉིད་འགོས་མཆེད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་ན་མ་སྤྱང་རྩོམ་ནས་འགོག་  
བསྐྱར་བྱེད་པ་ཉ་ཅང་གསལ་ལོ། །

(བྱ་མདོ་སྐྱེ་བུ་མས་རྒྱལ་ལ།)

བསམ་གཞིགས།

- ༡ ལྷ་གདོན་ནད་ཀྱི་གསེ་ཐབས་འདིའི་མོ་རྒྱལ་གྱི་དོན་སྤྱིར་དང་ད་ཡོད་པེད་རྒྱུད་ཀྱི་རིན་ཐང་ལྟེ་སྤྱིར་བཏང་གི་རྒྱ་སེར་བྲིག་གི་མ་སོགས་ཀྱི་ནད་རིགས་གསེ་བཙོས་ལྟེད་པར་ཕན་ལུས་གང་ཞིག་ཡོད་དམ།
- ༢ ལྷ་གདོན་ནད་འདི་ཉིད་ཀྱི་ནད་འགྱུར་གྱི་རོ་བོ་དང་། དེའི་གནོད་འཚོའི་རང་བཞིན། འགོག་བཙོས་ཙམ་གཙོད་ལྟེད་རྒྱའི་དགོས་པེས་ཀྱི་རང་བཞིན་སོགས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
- ༣ ལྷ་གདོན་ནད་ཀྱི་སྤྱིའི་བཙོས་རྒྱལ་ཉེ་དེའི་སྤོན་བཙོས་ཀྱི་རྩ་དོན་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
- ༤ རིལ་བུ་བྱ་བྱུང་གི་རྒྱུར་ཚད་དང་ཚོ་གའི་ལག་ལེན་གྱི་རིམ་པ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
- ༥ རྩ་ནང་གསང་གསུམ་གྱི་བརྟག་ཐབས་དང་མིང་གི་འདོགས་ལུགས་དེ་བཞིན་དེ་གསུམ་བར་གྱི་གཙོ་ཕལ་གྱི་བྱུང་པར་བཙོས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
- ༦ ལུས་ལ་སྤོན་སྤྱིས་སུ་གནས་པའི་རྒྱ་སེར་དང་རྒྱ་སེར་ནག་པོ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་ཅི།
- ༧ ལྷ་གདོན་ནད་ཀྱི་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཙོ་བརྒྱུད་པོ་དང་དེའི་རྟགས་ཐབས་བཙོས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

# ལེའུ་དགུ་པ། བྱིས་གདོན།

བྱིས་པའི་གདོན་ནད་ཅེས་པ་ནི་ལྷ་ཚེན་བརྒྱུད་གྱི་ཡ་གྲུལ་གཞོན་ལུ་གདོད་ཏུ་གཤི་རྒྱུལ་བ་ལས་ལྷུང་བའི་  
སྐྱེམ་བྱེད་དང་ས་ག་སོགས་བཅུ་གཉིས་བྱིས་གདོད་པར་གྲགས་ཤིང་བྱིས་པ་ཁོ་ན་ལ་འཕྱུང་བའི་ནད་རིགས་ཏེ།  
བྱིས་གདོན་ནད་གྱི་རྒྱ་རྒྱེན་དང་བརྟག་ཐབས་དེ་བཞིན་རིམ་གྲོའི་ཚོ་ག་ལྟེ་བཙོས་ཐབས་སོགས་རྒྱས་པ་ནི་བྱིས་པ་  
གསོ་བའི་སྐབས་སུ་སྟོན་དགོས་པས། འདིར་བྱིས་གདོན་ཉིད་གདོན་ནད་ཡིན་པའི་ངོས་ནས་གདོན་ནད་གསོ་  
བའི་ཁོངས་སུ་དྲངས་ཏེ་ནད་དེའི་མཚན་ཉིད་གཙོར་བརྒྱུད་ཏེ་རགས་ཙམ་འགོད་པའོ། །

## ས་བཅད་དང་ཕོ། རྒྱ་རྒྱེན།

མན་ངག་ལྟན་ཐབས་ལས། རྒྱ་ནི་དུག་གསུམ་སྟོན་ལས་ནམ་སྐྱེན་ཏེ། ། འབྲུལ་རྒྱེན་པ་མས་ཡ་ག་ཅན་  
བརྟོས་དང། ། འདྲེ་ཅན་ནོར་ཁྱེར་འབྲུལ་གསར་སོགས་ལས་བསྐྱེད། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱིས་པའི་  
གདོན་ནད་གྱི་རྒྱ་ནི་འདོད་ཚགས་དང། ཞེ་སྤང་། གཏི་ལུག་ལྟེ་དུག་གསུམ་དང། རྒྱེ་བ་སྟོན་གྱི་ལས་ངན་པའི་  
འབྲས་བུ་ཚོ་འདི་ཉིད་ལ་རྣམ་པར་སྐྱེན་པ་ལས་ལྷུང་བ་ཡིན་ལ། འབྲུལ་གྱི་རྒྱེན་ནི་བྱིས་པའི་ས་མ་གཉིས་བྱིས་ཡ་  
ག་ཅན་ཏེ་ཤིན་ཏུ་བཀའ་གཉན་ཞིང་ག་དུག་རྒྱུབ་ཅན་གྱི་ལྷ་སྐྱེན་རིགས་དང་བན་བོན་ལྷགས་པ་སོགས་མན་དུ་རེ་  
བའི་རྣམས་ལྟན་ནམས་ལ་བརྟོས་ཞེས་ཚོལ་བ་དང། འདྲེ་ཅན་གྱི་ནོར་ཁྱེར་གྱི་སྟོན་སྐྱབས་མཚུང་བའི་འབྲུལ་བ་  
གསར་པ་བྱིས་དུ་སྐྱེ་བས་པ་སོགས་ལས་བྱིས་པའི་གདོན་ནད་བསྐྱེད་དོ། །

## ས་བཅད་གཉིས་པ། དབྱེ་བ།

བྱིས་པའི་གདོན་ལ་རིགས་བྱིས་དབྱེ་ན་སྐྱེམ་བྱེད་གཞོན་ལུ་གདོད་ཏུ་གཤི་རྒྱུལ་པ་སྐྱེས་བའི་གཟུགས་ཅན་  
རྣམས་ལྟེ་ཞེས་པ་སྐྱེམ་བྱེད་དང། ས་ག་ ལུག་གདོད་། བྱི་གདོད་། ཡི་དུགས་བཙས་ལྟ་དང། ལུང་མེད་

གཟུགས་ཅན་བདུན་ཞེས་བྱ་གདོང་དང་། སྤྱལ་མོ། སྤང་བའི་སྤྱལ་མོ། སྤྱལ་མོ་ལོང་མ། བཞིན་རྒྱས་མ།  
 བཅས་ལྷན་ བཅས་སྐྱམ་པོ་བཅས་བཅུ་གཉིས་ཉེ་རྒྱུད་ལས་དངོས་བཟུབ་བྱིས་གདོན་བཅུ་གཉིས་དང་། དེ་དག་  
 གི་ལས་མཁའ་ནམ་པོ་ཉ་རྒྱལ་པོ་དང་བསེན་མོ་གཉིས་ཉེ་བཅུ་བཞི་དང་དེ་ཉེང་བཅུ་གཉིས་པོའི་རྒྱུ་པ་གཞི་རྣམས་  
 པོ་དང་བཅས་ཚོན་བྱིས་པའི་གདོན་ཚེན་བཅོ་ལྷ་ཉེ། རྟེན་པོ་བསྐྱེད་པ་ལས། ལྷ་ཚེན་བྱིས་ནི་རྒྱལ་པ་ཡིན། །  
 ཞེས་པ་རྣམས་བྱིས་པའི་གདོན་ཚེན་བཅུ་བཞི་དང་རྒྱལ་པ་གཞི་རྣམས་པོ་བཅས་བསྐྱེད་པ་ནས་བྱིས་པའི་གདོན་ཚེན་  
 བཅོ་ལྷའོ། །

### ས་བཅད་གསུམ་པ། མཚན་ཉིད།

དེ་ཡང་རྣམས་བཟུང་གི་ཡ་གྲུལ་སྤྱུ་སྤྱེགས་ཀྱི་ལམ་དུ་གཏོགས་པའི་རྣམས་ཀྱི་གདོང་རྒྱག་ཅེས་རིག་  
 བྱེད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་དུ་རྣམ་འདི་ལ་གདོང་པ་རྒྱག་ཡོད་པར་བཤད་ཅིང་། འབྲུག་པ་ཀུན་མཁྱེན་པ་དང་མ་དགའ་པོས་  
 མཛད་པའི་དཔལ་རྗེ་ཇི་འཇིགས་བྱེད་ཀྱི་གསལ་ཡིག་ལས། དབང་རྒྱག་ཚེན་པོ་དང་ཡུ་མ་གཉིས་སྟོན་པས་  
 རྒྱགས་པའི་དུས་སྤྱད་སྤོང་ཞིག་ཡོན་སྤོང་དུ་བྱུང་བ་ལ་ཡུ་མ་ཁྲོས་ནས་ད་ལྟའི་སྐབས་སྤྲོས་བ་འདི་འདོད་པ་  
 མིན་ནམ་ཟེར་ནས་དུ་ལ་འཇིགས་རང་གི་ཚོས་འབྱུང་ནས་ས་བོན་མེ་འདག་གི་ཤུང་པོར་རྒྱས་ནས་ཁར་བྱིན་པས།  
 དེ་ཁོ་ཚོས་ཉེ་རྒྱུ་མཚོའི་འགྲམ་དུ་རྒྱགས་ནས་ཁ་བརྒྱས་སོ། ། དེ་ཚོའི་གཞོན་ནུ་མ་རྒྱག་གིས་རྒྱ་མཚོར་ལྷུས་བྱས་  
 པས་རྒྱག་མེ་འདག་གི་ཤུང་པོ་དེ་ལ་སྤོས་པས་ཡིད་ཀྱི་བྱ་གཅིག་བྱུང་བས་རའི་བྱ་ཡིན་ཟེར་རྒྱག་པོ་ཚོད་པས་རྒྱག་ག་  
 མཁུ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་གདོང་རྒྱག་རྒྱལ། དེ་ཚོགས་བདག་དང་ཅེ་བས་སོར་རྗེལ་གྱིས་ཚོགས་བདག་གི་མཚེ་བ་  
 གཡས་པ་བཅག་པས་དེ་ཁྲོས་ནས་གསོད་པར་དམ་བཅས་པས་དབང་རྒྱག་གིས་འདི་ལོངས་པ་དང་གསོད། དེ་  
 བར་མ་གསོད་ཅེས་གདམས་པ་ལ་ཉན་པས། དབང་རྒྱག་གིས་དེ་གཞོན་ནུ་ཉིད་དུ་འདུག་པར་བྱིན་བྱིས་  
 བརྒྱབས་པས་ན་གཞོན་ནུ་གདོང་རྒྱག་ཅེས་གྲགས་སོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་རྣམས་གཞོན་ནུ་གདོང་རྒྱག་གི་རྒྱལ་བ་  
 རྟེན་བྱེད་དང་ས་གསོགས་སྐྱེས་པའི་གཟུགས་ཅན་ལྷ་དང་བྱ་གདོང་དང་སྤྱལ་མོ་སོགས་དུད་མེད་ཀྱི་གཟུགས་ཅན་  
 བདུན་ཉེ་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་བྱིས་པ་ཞེས་མའི་མངལ་ལས་སྐྱེས་མ་ཐག་པ་ནས་བཟོད་བཅུ་རྒྱག་བར་ལ་བྱ་བ་དེའི་  
 ལྷས་སེམས་ལ་གཞོད་ཅིང་འཚོ་བར་བྱེད་པ་དང་ལྷས་རག་ཡིད་གསུམ་གྱི་མདོན་རྩེ་རྒྱལ་ལྷན་མ་ཡིན་པ་རྟོན་  
 པར་བགྱིད་པ་ལ་ནི་བྱིས་པའི་གདོན་གྱི་མཚན་ཉིད་ཅེས་བྱའོ། །

# དང་པོ། རྒྱུས་པའི་གཞུགས་ཚན།

## ༡ རྒྱུས་བྱེད།

རྒྱུས་པོ་བསྐྱེད་པ་ལས། རྩོམ་གྱི་རྒྱུས་བྱེད་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། ། གདོན་གྱི་རྒྱུས་པའི་གཞུགས་ཚན་  
 ལ། ། འབྲེལ་བྱེད་གྱི་གཞུགས་ཚན་བདུན། ། ལྟ་ཆེན་གྱི་རྒྱུས་པ་ཡིན། ། ཞེས་པ་ལྟར་རྒྱུས་བྱེད་ཅེས་པ་གྱི་  
 གཞོན་ལུ་གདོང་རྒྱག་གི་རྒྱུས་པ་བཅོ་ལོ་ལྟེ་རྒྱ་རྒྱུས་པ་གཞོན་ལུ་འཕྲ་ཤ་བ་ནག་པའི་གཞུགས་སུ་མངོན་པ་དེས་  
 གཞོན་པ་གདོང་བའི་ནད་ལ་རྒྱུས་བྱེད་གྱི་གདོན་ཞེས་བཏགས་པ་ལྟེ། དེས་གཞོན་པའི་ཉགས་སུ་མགོ་བོ་རྟེ་བ་  
 ཅེས་མགོ་བོ་གཅིག་ཏུ་མི་གནས་པར་རྟེ་བ་ལ། རྒྱུས་པོ་བསྐྱེད་པར། ཡང་ནས་ཡང་ཏུ་མགོ་བོ་རྟེ་བ་ལ། ཞེས་  
 གསུངས་པ་བཞིན་དང་། མིག་གཅིག་ནས་མཆི་མ་འཇོག་པ་དང་རྒྱལ་མང་ལ་རྒྱུགས་ཀྱི་རྒྱུང་ཞིང་སོ་འཆར་བ་  
 དང་མཇིང་པ་རེངས་པ། བཤང་ཁ་སྐྱར་མོས་འཆར་ལ་བུ་ཞོ་མི་འཕྱུང་བ་བཅས་ཀྱི་ཉགས་སོ། །

## ༢ ལ་ག

ས་གཞེས་རྩ་ཆེན་གཞོན་ལུ་གདོང་རྒྱག་གི་རྒྱུས་པའི་གཞུགས་འཇོན་པ་དེ་ལ་ཟེར་བ་དང་། དེས་  
 ཟིན་པའི་ཉགས་སུ་གཞིན་ཁྱགས་དགོས་པའི་དུས་སུ་འདྲ་གཞིན་མེད་ཅིང་རྩན་པ་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་དང་།  
 ལྷ་བར་རྒྱག་པ། མ་ཡི་རུ་མ་དང་རང་གི་ལྷེ་ལ་སོ་འདེབས་པ། མིག་གནས་མཐམ་གྱིན་ཏུ་བལྟ་བ་བཅས་ཀྱི་ཉགས་  
 ཡོད།

## ༣ ལྷག་གདོང་།

ལྷག་གདོང་ཞེས་གཞོན་ལུ་གདོང་རྒྱག་གི་རྒྱུས་པ་བཅུ་གཉིས་ལས་ལྷག་གི་གདོང་འདྲ་བ་བྱ་རོག་གི་  
 གཞུགས་ཚན་དེ་ལ་ལྷག་གདོང་རམ་ཁྱུར་ཚན་ཞེས་འབོད་པ་དང་། དེས་གཞོན་པའི་ནད་ཉགས་སུ་འཕྱུར་སྐྱོ་  
 འབྱེན་ཞིང་ཁོག་པ་སྐོ་ལ་འཕྱུར་གྱེད་པ་དང་། ཀྱང་ལས་གཉིས་འདར་བ། རྫོ་ལུ་བ་མང་ཞིང་མིག་སྤོན་  
 དམར་ལ་རྒྱག་ཅིང་ལས་པ་ཁྱུར་འཆར་བ་བཅས་ཡོད།

### ༡ བྱ་གདོད།

ལྷ་ཚེན་གཞོན་ལུ་གདོད་བྱ་གཞི་སྐྱུལ་བའི་ཡ་གྱུལ་བྱིའི་གདོད་དང་འདྲ་བ་སྐྱེས་པ་ཕོ་ཡི་གཟུགས་འཛིན་པ་  
དེ་ཡ་བྱི་གདོད་དང་། དེས་གཞོན་པ་གཏོང་བའི་ནད་ལ་བྱི་གདོད་གི་གདོན་ཞེས་འབོད་པ་སྟེ། དེས་ཟིན་པའི་  
ཉུགས་སྐྱུལ་འདར་ཞིང་རྒྱལ་འོང་བ་དང་། མིག་འབྱེད་འཇུག་བྱེད་པ་དང་རྐྱེན་དེབ་པ་སྟེ་རྐྱེན་སྐྱུལ་འབྱེན་ཞིང་  
འཇུག་བྱེད་ལ་བཤང་བའི་དྲི་མ་ཚེ་བ་བཅས་སོ། །

### ༥ ཡི་དུགས།

སྤྱིར་ཡི་དུགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ནི་གོང་དུ་འབྱུང་གདོན་སྐབས་སྐྱོས་ཟིན་པ་དེ་ལྟར་ལ། སྐབས་འདིའི་ཡི་  
དུགས་ཀྱི་སྐྱུལ་གཞི་ནི་ལྷ་ཚེན་གཞོན་ལུ་གདོད་བྱ་གདོད་དེའང་སྐྱེས་པའི་གཟུགས་ཅན་ལ་བྱ་བ་དང་། དེས་  
གཞོན་པའི་ཉུགས་སྐྱུལ་དང་ངས་ཤིང་འཇུག་བྱེད་པ་དང་། རྫོ་ལུ་ཞིང་གཡལ་བ་དང་། ཁ་ཁ་བ། ཤུལ་ས་  
སྐམ་པོར་འགོ་བ་བཅས་སོ། །

## གཉིས་པ། བྱད་མེད་གཟུགས་ཅན།

### ༡ བྱ་གདོད།

བྱད་མེད་གཟུགས་ཅན་ལ་དབྱེ་བ་རྣམས་པ་བདུན་ཡོད་པའི་དང་པོ་བྱ་གདོད་ཞེས་པ་ནི། གཞོན་ལུ་གདོད་  
བྱ་གཞི་སྐྱུལ་བ་འདབ་ཚགས་བྱ་ཡི་གདོད་པ་ཅན་ལུ་བྱུག་སྐྱོན་མའི་གཟུགས་འཛིན་པ་དེས་གཞོན་པ་གཏོང་བའི་  
ནད་ལ་བྱ་གདོད་གི་གདོན་ཞེས་འབོད་པ་དང་། དེས་གཞོན་པའི་ཉུགས་སྐྱུལ་ལ་ཚ་བ་སྐྱེ་ལ་འཇུག་ཞིང་བྱེད་དང་  
སྐྱོག་མ་རྐྱེན་བཅས་ལ་འབྱུང་ཐོར་འོང་བ་བཅས་ཀྱི་ཉུགས་ཡོད། ལྷིང་པོ་བསྐྱུས་པ་དང་། དེའི་རང་འགྲེལ།  
འགྲེལ་པ་རྒྱ་ཟེར་སོགས་སྤེར་བྱ་གདོན་ཞེས་གསུངས་འདུག

### ༣ བྱུལ་ཚོ།

གཞོན་ལུ་གདོན་བྱ་གཞི་སྐྱུལ་བ་ཕལ་ནག་གི་གཟུགས་ཅན་དེས་གཞོན་པ་གཏོང་བའི་ནད་ལ་ནི་སྐྱུལ་མའི་  
གདོན་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེས་ཟིན་པའི་ཉུགས་སྐྱུལ་འཇུག་བྱེད་ཅིང་། སྐྱུགས་བྱུལ་བ་དང་། རྫོ་མ་དང་ཚེ་  
བ་བཅས་ཀྱི་ཉུགས་ཡོད།

3 གྲང་བའི་སྤྱལ་ཚོ།

རྩ་ཚེན་གཞོན་ལུ་གདོང་དུ་གཞི་སྤྱལ་བ་ལྟེ་བུ་མེད་ཀྱི་གཟུགས་ཅན་གྲང་བའི་སྤྱལ་ཚོ་ཞེས་པ་དེས་གཞོན་པའི་རྟགས་སྤྱལ་ལ་དང་ཞིང་མིག་རྒྱར་བ་ལྟ་བུ་དང་། ཡན་ལག་ངོས་གཅིག་ཚེ་ལ་ངོས་གཅིག་གྲང་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་བཅས་ཀྱི་རྟགས་ཡོད།

4 སྤྱལ་ཚོ་མོང་མ།

རྩ་ཚེན་གཞོན་ལུ་གདོང་དུ་གཞི་སྤྱལ་བ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ཡ་གྲུལ་ལྟེ་སྤྱེས་མ་བུ་མེད་ཀྱི་གཟུགས་ཅན་སྤྱལ་ཚོ་མོང་བས་ཟིན་པའི་རྟགས་སྤྱལ་ལ་མིག་མིགས་ལ་ལ་སྤངས་ཞིང་འཕྲུ་རྒྱུག་གྱེད་པ་དང་། ཚེ་བསྐྱེ་ཞིང་སྤྱལ་ལུ་ཞོ་འགྱུར་མི་འདོད་པ་བཅས་ཀྱི་རྟགས་ཡོད།

5 བཞིན་རྒྱས།

རྩ་ཚེན་གཞོན་ལུ་གདོང་དུ་གཞི་སྤྱལ་བ་ལྟེ་བུ་ལུག་པའི་གཟུགས་ཅན་དེས་གཞོན་པའི་ནད་ལ་བཞིན་རྒྱས་མའི་གདོང་ཞེས་འབོད་པ་དང་། བཞིན་རྒྱས་མས་ཟིན་པའི་རྟགས་སྤྱལ་བཞིན་ནི་སྤང་ལས་མཛེས་པའི་རྣམ་འགྱུར་སྟོན་ལ། ཚེ་བསྐྱེ་ཞིང་ཁ་ཟས་མི་འདོད་པ་དང་། རྩོ་བ་རྩལ་ལྷོ་བཀག་པོས་ཁྲུབ་པར་འགྱུར་བ་བཅས་ཀྱི་རྟགས་ཡོད་དོ། །

6 བཅས་གྲུ།

རྩ་ཚེན་གཞོན་ལུ་གདོང་དུ་གཞི་སྤྱལ་བ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ནད་གསེས་ཁྱི་སེར་པོའི་གཟུགས་ཅན་དེ་ལ་བཅས་གྲུ་འཕམ་གསོ་བའི་རྩ་ཚོ་ཞེས་བྱ་ལ། བཅས་གྲུས་གཞོན་པའི་རྟགས་སྤྱལ་མདོག་སྟོན་པོར་འཕྲུ་ལ་སྤྱིགས་བུ་འོང་བ་དང་། ཁལོ་ཞིང་ཚེ་བསྐྱེས་ལ་སྤྱགས་མདོག་སྟོན་པར་འགྱུར་བ་བཅས་ཀྱི་རྟགས་ཡོད་དོ། །

7 བཅས་གྲུ་སྐྱེམ་མོ།

རྩ་ཚེན་གཞོན་ལུ་གདོང་དུ་གཞི་སྤྱལ་བ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ཡ་གྲུལ་བུང་མེད་ཀྱི་གཟུགས་ཅན་བཅས་གྲུ་སྐྱེམ་པོས་ཟིན་པའི་རྟགས་སྤྱལ་ལ་ཚེ་བསྐྱེ་བུང་། སྤྱེ་འཕྱིད་ཅིང་བུང་ལ་སྤྲོད་གདངས་རྒྱུར་བ་དང་འཕྲུ་བ་ཁ་དོག་རྩ་ཚོགས་སྤྱལ་ལ་བཅས་ཀྱི་རྟགས་ཡོད།

ས་བཅད་བཞི་ལ། བརྟག་ཐབས།

གདོན་རིགས་སྤྱི་ཉུགས་སྤྱི་ཉུགས་ཏུ་བྱ་བའི་དངངས་ལ་འབྱུང་པ་དང་། གཉིད་རྒྱུ་ཞིང་གཡམ་མང་བ་  
དང་། མ་མཚུངས་སོ་ཡིས་འདེབས་པར་བྱེད་པ་དང་། རྫོང་ཏུ་སེམ་མོས་རང་གི་མའི་ཡན་ལག་ལ་འབྲུང་ཅིང་  
ལུ་མ་འབྲུང་ཏུ་མི་འདོད་པར་ཁ་ལྷན་འདོན་ལ། ལུས་སྤྱི་ཉུགས་མང་དང་བྱེད་ཅིང་། མིག་རྣམས་ཅེས་མིག་གྱུ་  
ཏུ་བརྟེན་ལ་སྤྱི་བར་སྤྱི་བར་བཅས་ནི་སྤྱི་བར་གདོན་གྱིས་ཟིན་པའི་ཉུགས་སོ། ། དེ་ཡང་གྱིས་གདོན་གྱི་བརྟག་ཐབས་  
ལ་དེ་ཏུ་དམར་དགོ་བའི་སེམ་བཟུང་འཛིན་ལུ་མོགས་གྱིས་མཚན་པའི་གྱིས་གདོན་གྱི་འདྲེ་བཅོས་པའི་གདམས་པ་  
སྤྲན་དཔུང་རབ་གསལ་སྤྱོད་མེལ་ས། དེ་རྣམས་སྤྱི་ཉུགས་རགས་པ་ལ། ། ཞིབ་པ་མང་ཏུ་ཡོད་པ་ལས། །  
བཟུང་སྤྱི་ནང་གསང་ཉུགས་གསུམ། ། དང་པོ་སྤྱི་ཉུགས་བཟུང་དོན་ནི། ། གཤེན་རྒྱ་མང་ཞིང་གི་མཚན་  
མང། ། རྫོང་ཆེ་སྤྱད་རྒྱུ་མགོ་བོ་ཞིང་། ། ཉུག་དཔུང་སྤྱི་བར་བྱེད་ཡུལ་ཞེས། ། དཔུལ་བར་མིག་རྣམས་མཐེབ་  
ཆེན་སོ། ། ཀྱང་འཕྲིལ་བུ་བའི་སྤྱད་འབྱུང་ནོ། ། གཉིས་པ་ནང་གི་ཉུགས་བཟུང་པ། ། དོན་མེད་སྤྱོད་དང་  
མོར་དང་སྤྱི། ། མ་ཏུ་གཉིས་ཀར་གྲང་ལུ་བྱེད། ། ས་མ་ཁོ་ཐབས་ཆོག་པ་ཟ། ། རྫོ་མི་ཟེལ་ཟེལ་པ་  
ཆོད། ། གསུམ་པ་གསང་བའི་ཉུགས་བཟུང་པ། ། དཔུགས་མི་བདེ་ཞིང་རོ་སྤྱོད་སོམ། ། སྤྱིང་ཡང་མི་དགའ་  
ཏུ་བར་བྱེད། ། སྤྱོད་པ་མང་ཏུང་འཕེལ་གྱི་བྱེད། ། ཚན་བུར་ཟུན་མར་སོ་སོར་བྱེད། ། མིག་རྣམས་སྤྱོད་ཤིང་  
བྱིང་བའོ། ། སྤྱི་ནང་གསང་གསུམ་ཉུགས་འཛོམ་ན། ། སྤྱི་ཟེལ་པ་ཡི་མར་མེལ་དང། ། དེ་ལ་དགོན་མཚོག་  
མཐུ་ཡང་རྟུགས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཞིབ་ཏུ་བརྟག་པར་བྱའོ། །

ས་བཅད་ལྔ་ལ། བཅོས་ཐབས།

གྱིས་པའི་གདོན་ནད་གསོ་བ་དེ་ལ་ཐོག་མར་ཡས་སྤྱད་གཏོར་མ་སོགས་ཞི་བའི་ཐབས་ཀྱི་སྤྱོད་ནས་གསོ་བ་  
དང་། དེས་སོས་པར་མཐུར་ན་མཐུག་ཏུ་དུག་སྤྱི་བར་བཟུང་པ་དང་མན་པ་སོགས་དུག་པའི་ལས་ཀྱི་སྤྱོད་ནས་  
གསོ་བ་ལས། དང་པོ་ནས་དུག་པའི་ཆོ་ག་བཟུང་ན་གྱིས་པའི་ཆེ་སྤྱོད་ལ་གཞོད་པར་འབྱུང་བས་གཟེབ་དགོས་  
པར་གསུངས་པ་དང་། དེ་མིན་ཟེས་སྤྱོད་སྤྱོད་དཔུང་བའི་གཉེན་པོ་བཟུང་ཚུལ་ནི་སྤྱི་བར་གཞན་ནས་གསུངས་  
པ་རི་བཞིན་ལག་སྤྱང་བྱ་དགོས་སོ། །

(མཚེག)

བསམ་གཞིགས།

- ༡ ལྷིས་གདོན་ནད་གཞི་གསོ་བ་ལ་མ་བྱུ་གཉིས་ལས་གང་གཙོ་བོར་བརྒྱུད་དགོས་སམ། ཅིའི་ཕྱིར།
- ༢ ལྷིས་གདོན་གྱི་རྒྱུ་ལ་གཞི་དེ་སྐྱེས་ལྱེད་གཞོན་ལུ་གདོད་བྱུ་ག་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི།
- ༣ ལྷིས་པར་གདོན་ནད་འབྱུང་བ་ནི་ནང་སེམས་ཀྱི་རྣམ་ཚྭ་གི་རྒྱ་དང་ཕྱི་གདོན་གྱི་འཕྲུལ་རྒྱུན་གཉིས་ལས་གཙོ་བོ་གང་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན་ནམ། ཅིའི་ཕྱིར།

བྱུང་བཤེན།

དང་པོ། བདུད་ཚི་བྱུམ་གཟུང་ལས་གཟུང་བཙོས་ཉེར་མཁོ་འགའ་བརྟུགས་སོ། །

རག་དབང་བད་དོར་གྱིས་མཛད།

ནམ་བཟང་ལྷ་ཅི་ཡེ། ། རྩོམ་འཛིན་པ་ཆེན་པོ་གསང་བའི་བདག ། དྲེགས་པ་རབ་འཛོམས་རྩོམ་ཁྲི་བོ་  
པོའི་རྒྱལ། ། དྲང་སྲོང་ཆེན་པོ་དྲང་སྲོང་གཏུག་པ་ཅན། ། འདུལ་མཛད་ལག་ན་རྩོམ་ལ་སྟུག་འཚལ། །  
འགྲོ་བའི་དུག་གསུམ་ལས་ལ་རབ་སྒྲུང་བའི། ། རྩལ་འཇུག་ཆེན་པོ་རྒྱ་ལ་ཞེས་པ། ། དྲག་ཚལ་འབར་བའི་  
ནད་ཀྱིས་བཏབ་པ་གང། ། གསོ་ཐབས་བདུད་ཚི་ལྷ་བྱུ་འདིར་བཤད་དོ། ། འདི་ལ་རྒྱ་རྒྱུ་ལ་ནད་བརྟུག་གསོ་  
བའི་ཐབས། ། མ་མ་མི་རྩོག་བཟུང་བརྒྱུ་ལ་པ་བཞི། །

༡ རྒྱ་རྒྱུ་ལ།

དང་པོ་གིང་གང་གཟུང་བདུད་འདི་ཉིད་ལོ། ། རྩོམ་པོ་དྲང་སྲོང་བྱ་མོ་ཚངས་སྦྱོང་ཅན། ། རྩོམ་པོའི་  
དབྱེན་གྱིས་རྒྱལ་པོའི་ཆད་པ་ཤོག ། རྩོན་ལམ་ལོག་པས་རྩལ་འཇུག་ཆེན་པོར་གྱུར། ། རྩོགས་མའི་དུས་  
འདིར་ཀུན་གྱི་སྟོན་ལེན་ལྟེད། ། སྲིད་པའི་རྩོམ་པོ་ལྟེ་བརྒྱད་ནམས་དང་བསྐྱོངས། ། རྩལ་ལོ་སྲིད་བཞི་ཀུན་ལ་  
རྩལ་པར་རྒྱ། ། བད་རིམས་འཇུགས་པ་གྱི་ཚོད་ཆར་དུ་འབེབས། ། རྩོན་ཆེ་རྩོམ་པོ་འཆང་དང་གཤེན་རྩོམ་  
གཤེད། ། རབ་ཁྲོས་གཏུམ་པོ་འདི་ཉིད་བསྐྱེད་བའལས། ། ཚལ་པར་གཏུབས་ཉེ་དེས་ཀྱང་འགྲོ་ལ་འཚོ། །  
ནམ་ཤེས་ཚོགས་བརྒྱད་ཤར་གྱི་སྲིད་དུ་རྒྱ། ། ལུས་བརྒྱད་བྱང་སྲིད་ཉོན་མོངས་བརྒྱད་པོ་ལུབ། ། ལུས་ཀྱི་དུམ་  
བྱུ་བརྒྱད་ལོ་སྲིད་འདིར་རྒྱ། ། དེ་ལ་སྲི་ནང་གསང་བ་རྣམ་པ་གསུམ། ། རྩོམ་རྒྱུ་བ་དུས་གཉན་བརྒྱད་པོ་  
ལྟེ། ། ཚོས་བཞིའི་སྲོད་ལ་དུས་གཡོན་མཚོར་སྐྱེ། ། ལུབ་ནས་དྲང་པོར་ཤར་དུ་རྒྱ་བ་ཡིན། ། བརྒྱད་ཀྱི་  
ཉེ་དྲོས་ལག་གཡས་དག་ལྟེ། ། ཤར་རྩོམ་མཚམས་ནས་ལུབ་བྱང་མཚམས་སུ་རྒྱ། ། བཏུ་གཅིག་ནམ་ལྟེད་རྒྱལ་  
བདུད་དུ་སྐྱེ། ། བྱང་ནས་རྩོམ་པོ་སྲིད་སུ་དུག་པོར་འཇུག ། བཙོ་ལའི་ཉེན་ལྟེད་མཁོ་པོ་སྲིད་པོར་  
སྐྱེ། ། རྩོ་ལུབ་ནས་ལོ་བྱང་ཤར་མཚམས་སུ་རྒྱ། ། བཙོ་བརྒྱད་ནམ་ལྟེད་ཡོལ་ལ་མཇུག་མ་ལོ། ། དལ་ལྷ་

བཟུངས་ཏེ་ཤར་ནས་བྱུང་བ་ཏུ་སྐྱེ། ། ཉེར་གཉིས་ཉིན་སྐྱེད་ལག་གཤོན་སྐྱེ་བཅའ་བྱ། ། ལྷུས་ནས་བྱུང་བྱུང་  
 མཚམས་ནས་ཤར་སྐྱོར་འགྲོ། ། ཉེར་ལྷའི་སྐྱེ་རེངས་དཔྱད་གཡམས་གཤིན་རྒྱུ་ལ། ། ལྷོ་ནས་བྱུང་གི་ཚུགས་  
 ལུང་མས་པར་སྐྱེ། ། ཉེར་དགུའི་ཉི་མ་དམར་བག་ཚོད་པའི་དུས། ། མིག་སྤྱིང་མཆོ་བ་བགེགས་དང་བསྐྱོངས་  
 བས་ནི། ། བྱང་ཤར་མཚམས་ནས་ལྷོ་བྱུང་ལྷུང་བར་སྐྱེ། ། དུས་དེར་རྒྱན་ཅིག་ཅམ་གྱིས་སྐྱིབ་པར་བྱེད། །  
 ཉིན་མོའི་སྐྱེ་བ་བཞིས་ནི་མཚམས་བཞི་འཛོམས། ། མཚན་མོའི་འཇུ་བས་ཚུགས་བཞི་འཛོམས་པའི་སྐྱེར། །  
 གཉན་པོ་དུས་བརྒྱད་ཅེས་ནི་རབ་དུ་བརྗོད། ། བང་ལྟར་ཚོས་ལྷའི་སྐྱེ་བྱོ་ཤར་ནས་བྱུང། ། དགུ་ཡི་སྐྱེ་རེངས་  
 བྱུང་བྱུང་ནས་ཤར་སྐྱོ། ། བཅུ་གཉིས་ནས་བྱུང་སྐྱོ་བྱུང་བྱུང་ཤར་འཇུག། ། བཅུ་དྲུག་ཉིན་སྐྱེད་བྱུང་ནས་ལྷོ་བྱུ་  
 སྐྱེ། ། བཅུ་དགུ་ས་འཇུ་བྱོ་བྱུང་ནས་བྱུང་ཤར། ། ཉེར་གསུམ་ཉི་ཤར་ཤར་ནས་བྱུང་ཚུགས་སྐྱེ། ། ཉེར་  
 དྲུག་ནས་སྐྱེད་བྱུང་ནས་ཤར་དུ་སྐྱེ། ། བམ་སྐྱོང་ཚོ་རངས་ཤར་ནས་བྱུང་དུ་སྐྱེ། ། གསང་བར་རྒྱ་བ་གང་ཡང་  
 རུང་བ་ནི། ། ཉ་དང་བྱི་བ་ལྷག་དང་སྐྱེ་དུའི་ཉིན། ། ལྷོ་བས་བསྐྱེད་སྐྱེ་ལྷོ་ལྷོ་དུས་དྲག་ལས་ཤིས། ། སྐྱི་བར་  
 གསང་བའི་སྐྱེ་དུས་འདི་རྣམས་སྐྱེ། ། ལྷུང་གཏོར་བསྐྱེད་བ་གཟུངས་ཚོགས་འབད་པར་བྱ། ། འོང་ཚུགས་སྐྱེ་བ་  
 བསྐྱེད་འགྲོ་བའི་ཚུགས་ཁ་བསྐྱེད། ། དེ་ལས་ལོ་ལོ་ག་གོང་སྐྱེ་དུག་གིས་འཆི། ། གཉན་ཡང་ཚོད་གས་སྐྱེ་  
 དང་ཚོ་ཉ་པ། ། ལྷ་འདེན་ལྷར་སྐྱེ་རབ་བཞི་འབྱིང་བཞི་(དང་)། ། ལྷ་ཆུང་བཞི་ལ་སྐྱེ་དང་བསྐྱེད་སྐྱེ་བ་  
 དུས། ། དབབ་བསད་བད་དུས་ལ་ཚོགས་སྐྱོས་པ་དག། ། ལྷུ་འདིར་ཉེ་བར་ལོ་བམ་ཡིན་པས། ། འཛོམས་  
 བགུ་བའི་དུས་འདིར་བསྐྱེས་ཏེ་བསྐྱེད། ། དྲང་སྐྱོང་ལ་ནི་མཚོང་རེག་ཁ་རྒྱངས་དུག། ། འཆོ་བའི་དུག་དང་  
 བསམ་ངན་སྐྱོར་བའི་དུག། ། མང་དུ་ཡོད་སྐྱེར་འདི་ཉིད་སྐྱེ་བའི་ཚོ། ། སྐྱོ་བོ་གང་དང་གོང་སྐྱེ་སྐྱེ་པ་  
 ལ། ། ལྷུ་འཇུག་ག་དུག་པའི་ནད་གྱིས་སྐྱིབ་པར་འཇུག། །

3 བྱང་ལྷགས།

འདི་ལ་བཟུགས་པ་སྐྱེ་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས། ། སྐྱེ་ལ་ཡིན་མིན་བཟུགས་དང་གསོ་དགའ་སྐྱེ། ། གཉན་དང་  
 མིག་ཉན་བཟུགས་པ་རྣམས་གསུམ། ། དང་པོ་གཟུང་ནད་ཡིན་མིན་བཟུགས་པ་ནི། ། ཁ་ཡོ་མིག་དམར་རྒྱན་  
 འགགས་ཀྱི་མི་ཞིམ། ། ངག་སྐྱེགས་ཡང་ན་འཆམ་ལམ་ལུས་པོ་སྐྱེད། ། ཡན་ལག་ཚོ་བཤམ་གཉན་ཅིང་ཞ་  
 བའམ། ། ཡང་ན་རེངས་སམ་དུན་མེད་ཤིས་པ་སྐྱོར། ། འདི་རྣམས་སྐྱེད་བཟུངས་ཡིས་བཟུགས་པ་ཡིན། །  
 བད་པའི་ལུས་ལ་སྐྱེ་ཚིའི་ཚུ་བྱུགས་པས། ། སྐར་ལ་ན་ཕུ་སོང་ན་གཟུང་བད་ཡིན། ། བད་པའི་བྱི་ཚུས་ལུས་ཀྱི་  
 ལྷོད་དུ་བྱུག། ། ལྷངས་པ་སྐྱེ་ཚོགས་སྐྱེད་བའང་དྲང་སྐྱོང་གཞོད། ། རྒྱ་བའི་སྐྱེ་བྱི་ཚུ་རིས་དམར་བ་  
 དང། ། མིག་སྐྱིབ་སྐྱེད་དུ་མིག་ལོ་བགས་ཤར། ། སེན་མོ་ལ་ནི་མེ་རིས་དམར་པོ་འམ། ། ཡང་ན་བགས་པའི་རི་

མ་ལུང་ན་ཡིན། ། ལྷན་པར་གྲུ་གྲུ་ལ་དཀར་དང་ཅན་དན་དཀར། ། གི་སྤང་བསྐྱེས་པའི་དུད་པ་སྤར་བདུག་  
པས། ། སྤངས་སམ་སྤྱིད་ཅིང་ཉར་ལངས་བྱེད་པ་དང་། ། འདར་རམ་སྤོང་སྐྱགས་བྱེད་ན་གཡའ་(གཟའ)  
ནད་ཡིན། ། སྤར་མ་དཀར་དང་སྤང་སྤམ་ལྷམ་འབྲོགས་ཀྱི། ། དུས་པས་རྒྱུད་(དགོད) དམ་དུའམ་ཡང་ན་  
གཟེར། ། བད་པའི་སྐྱེ་མེན་གཉིས་དང་ལ་ཆ་དང་། ། སོག་མའི་དུད་པས་འདར་སྤངས་བྱེད་པ་སྟེ། ། འདི་  
དག་དང་སྤོང་ནད་དུ་ལེས་པར་བྱ། ། བེན་དུ་བཟུང་བའི་བཟླ་ལྷུ་ལ་ནད་པ་ཡི། ། སྤོང་མཚན་མ་རྒྱ་བའི་རྒྱབ་དུ་  
ས་དཀར་བུག། ། ལུས་ལ་(ས་དཀར་གྱིས་སྐྱེ་ལ་བསྐྱོར་ནས) ག་ཤའི་རིས་དང་བྱང་དུས་སྟེ། (བསྐྱོལ་མ་བྱ)  
གྲུ་གསུམ་རིས་གིས་མདུན་དུ་ཤིང་སྤེའི་མེ། ། (ཚོགས་ཚད་བསགས་པ) སྤར་བའི་བཟུང་ལ་ལམ་གྱི་བཞི་མདོར་  
བསྐྱེལ། ། བདས་པར་འཕྱུང་བའི་ནད་(མེ་རྒྱས་རྒྱགས་ཤིང་གང་ཡིན་པ་དེའི) རྒྱགས་གསལ་བར་  
མཚོང། །

གཉིས་པ་གསོ་བ་དཀར་སྤོང་བཟླ་བཟླ་བའི། ། ཅིག་ཅར་བྱེད་ལ་འཛིན་སོག་ལྷར། ། འཆི་བ་ལ་ནི་བཅོས་སྟེ།  
ཅི་ཞིག་ཡོད། ། རིམ་གྱིས་སོག་པའི་གཟའ་ནད་ལུས་པོ་སྐྱོགས། ། དུན་ཉམས་ཤིང་རྒྱང་ཉོལ་ཉོལ་ཡང་ཡང་  
འདར། ། རྒྱགས་དུ་མང་འབྱེད་བྱེད་ཞ་གསོ་བ་དཀར། ། འོན་ཀྱང་སྐྱབ་(སྐྱབ) དུད་རིམ་གྲོ་ཆེར་བསྐྱེད་  
གསོས། ། རེངས་དང་རྒྱག་གཟེར་ཡོད་དང་དུན་པ་གསལ། ། ཤེས་ཆེ་རྒྱ་ཞིམ་སྐྱབ་པོ་ལེན་པ་རྒྱམས། །  
བཅོས་ན་སྐྱུར་དུ་འཆོ་བས་དང་དུ་བྱང། །

གསུམ་པ་སྐྱེས་པའི་གཡོན་སྐྱོགས་སོག་ན་གཉན། ། དུད་མེད་གཡས་ལ་དང་པོར་སོག་ན་གཉན། །  
ཤེས་པ་འཕྱོ་ཞིང་ངག་སྐྱགས་ཟག་པ་འགགས། ། ཡང་ན་མི་ཐུབ་པ་རྒྱམས་གཉན་པ་སྟེ། ། དེ་ལས་གཞན་པ་  
མི་གཉན་འཆོ་བར་རུས། །

བྱེ་བྲག་མེ་གཟའ་མདོག་དམར་སྐྱེས་དང་ཆེ། ། མགོ་ན་སྤོང་རྩོད་འཕྱུང་ཞིང་རྒྱག་གཟེར་ཆེ། ། མེ་རིས་  
དང་ནི་ཐིག་ལེད་མར་པོ་འཕྱུང། ། སྤྱིང་མི་དགའ་ཞིང་བཞིན་འཕྱུར་ཚོགས་པ་བ། ། ངག་སྐྱགས་སྐྱེ་ལ་གཞོབ་  
ཀྱི་རྩི་མ་འཕྱུང། ། རྒྱ་གཟའ་དབང་པོ་མི་གསལ་རྒྱང་ལག་བཤལ། ། མདོག་སྐྱེ་མཁལ་རྒྱེད་ན་ཞིང་ལུས་དྲོད་  
རྒྱང། ། ཁ་སྤེའི་རྒྱ་འཛག་མིག་དང་མེན་རིས་སྟེ། ། རྒྱག་རྒྱང་ཁ་སྐྱགས་དུང་སྤང་སྐྱུར་བའོ། ། ས་གཟའ་  
མདོག་མེར་ལུས་ཀྱི་ཚོགས་བཞིན། ། མིག་མེར་རྒྱ་སྐྱེས་ཤིང་རྒྱང་གོད་པ་ཆེ། ། ཤིང་གཟའ་གསུམ་པ་སྐྱེས་ཞིང་  
ཤང་དུ་ལ་སྟེ། ། ར་རྒྱས་གཟེར་བཤལ་ཡན་ལག་རེངས་ཞིང་སྤྱིད། ། ར་འཕྱུམ་མགོ་པོ་འཁོར་ཞིང་དང་ཁ་  
ཞན། ། གཡལ་མང་སྤྱད་པར་མཚན་མོན་བར་བྱེད། ། རྒྱགས་གཟའ་རྩོད་སྤང་རེངས་དང་སོ་མཚན་ན། །  
དྲོད་མེད་ཤང་དུ་ལ་སྤང་ཞིང་ཤ་སྐྱགས་མཁྱེད་སྟེ། ། ཤིང་མེས་རྒྱགས་རྒྱ་དང་སྤོང་ལི་གཟེར། ། ཀྱབ་ཀྱང་མེ་རྒྱ་  
གཉིས་ལ་མ་འདུས་མེད། ། དེ་ཡང་ནད་པའི་རྒྱ་སྐྱག་དུས་འཕྱུར་ནི། ། མཚེ་པོས་མཉེས་པའི་ཤུལ་དུ་དམར་

མིག་མེད། ། རྩོམ་གྱི་ལྷོ་ལོ་དཀར་ལོ་དཀར་བཞིན་པའོ། །

### 3 གསེས་མཛད་པ།

དུང་སྤོང་ལོ་དཀར་གྱི་སྐབས་ལོ་སྤྱི་པོ་དཀར། ། འཚོ་མཁས་ཚུ་བ་ཡག་ལག་རྣམས་པ་གཉིས། ། ཚ་བའི་  
བཅོས་ལ་སྐྱབ་དུང་ཚོ་ག་དང། ། རྣམས་དང་ཟས་བཅོས་རྣམས་པ་ལྟ་བུ་བཏུབ། །

སྐྱབ་ལ་བྱུག་བདུག་ཤོང་སྐྱབ་རྣམས་པ་གསུམ། ། རེ་རེ་ལ་ཡང་ཞི་དུག་གཉིས་གཉིས་ལས། ། ཞི་བྱུག་  
སྤང་སྤོས་སྐྱེ་མུང་གི་ཞི་བྱུག། ། རྒྱ་དག་ལོ་ལོ་མཉམ་ཞིབ་བཏགས་ལ། ། ཚ་བ་(མེ)ལྟ་ལྟ་(ལྟ)ན་  
མར་སྐྱུར་བྱུག། ། ཡང་ན་མང་ལྟ་མང་ཤིང་གི་ཡང་གྲ། ། འུ་བྱུག་བྱུགས་འུ་རྩ་འུ་རྩ་དང། ། ལྷག་བྱུག་ལ་ཚ་  
ར་ལི་ལྟ་སྐྱུར་བུ། (བུ)། ། འདི་ལོས་གཟུང་ནད་ཞི་འཚོ་མས་མེ་ཚོ་མ་མེད། ། ལོ་སྐྱེ་རྩེ་དུ་ལེ་སྐྱེ། །  
རྣམས་འདི་མང་ལྟ་རྩེ་རྩེ་དུག་ལ་བཏབ། ། ལྷགས་པས་གཉན་རི་མས་བཞེད་ཕྱེད་ལྱིས་སོག་དང། ། ལྷོ་  
ཕྱེད་གོ་ན་ལྱིས་བཏབ་པའང་སྤོས་བར་བུས། ། དུག་བྱུགས་ཡུགས་སའི་མང་ལ་འག་ཡང་ན་སྐ། ། ས་པོང་  
དུག་པ་སྐ་མི་ནག་པོ་དང། ། གཡེར་མར་ར་བྱུག་ཡུག་བྱུག་གཉིས་ལྱིས་སྤོ། ། དམིག་འུའི་མལ་བ་བདུན་ལྱི་  
སྤོར་བས་བྱུག། ། ཡང་ན་གིར་ཤིའི་སྤོང་འག་ན་ལ་འུའི་ཤ། ། ཡུགས་སའི་དོར་ན་བསྐྱེགས་པའི་གཞོབ་མལ་  
ལ། ། ཚིང་མར་ལ་སྐྱུར་ལ་ནག་སྐྱུར་བར་དུ་བྱུག། ། དུང་སྤོང་ཞི་བཟླ་ཉི་ཤིང་གུན་དང། ། རྒྱ་དག་སྐྱེ་ཚན་  
དན་གུ་གུ་ལ་ནག། ། ལི་ཤི་མར་ལུ་བཟུང་གི་དུང་པས་བདུག། ། ཡང་ན་གུ་གུ་དཀར་པོ་ནས་ཚོག་དང། །  
སྤང་སྐྱུར་གསུམ་བཞེད་སྤང་མེད་མེ་ལ་བསྐྱེག། ། ལྷགས་ན་སྐྱེ་ཕྱེད་དུང་པ་ལ་བདུག། ། དུང་སྤོང་དུག་  
གུན་ཞི་ཕྱེད་བདུང་ཚི་ལིན། ། དུག་པོའི་བདུག་རྣམས་ལ་ཚ་འབའ་ཚ་དང། ། ལྷི་ལུང་སྤོང་བྱུག་སྐྱེ་མ་སྤང་  
སྐྱུར་དང། ། ལུ་མི་ནག་པོ་ལྷམ་སྤོང་བཟུང་པོ་སྤོང། ། བཞེགས་གུན་ཕྱེད་ཞིང་རིང་པོར་འཕྲོས་པར་  
ཕྱེད། ། ཞི་སྐྱབ་སྤྱི་དང་ཕྱེ་བྱུག་ལྟ་དང་གསུམ། ། ལྷི་ལ་བཅོན་དུ་འཚོན་དང་ཕྱེ་མ་གཉིས། ། བཅོན་  
འཚོན་གུ་གུ་ལ་དཀར་པོ་མཐེབ་ཚོགས་ཚམ། ། ལྟ་བུ་བཏུལ་ནས་ནང་སྤོང་དང་པས་བཏུང། ། ལྟ་གཟུང་འཕུ་  
མིག་འཕུར་སྤོག་ཕྱེད་མི་བུས། ། གུ་ལ་ནག་ལྟ་སྤོང་བཏང་བས་མེ་གཟུང་གི་ཤིང། ། ཕྱེ་མའི་སྤོང་བ་གི་མང་གུ་  
གུ་ལ་ནག། ། གཡེར་མར་གསུམ་སྤོང་ཚན་དན་གཉིས། ། བདུན་པོ་སྐྱབ་རེ་ཚ་མཉམ་དེ་ལི་ལྷེད། ། ལྟ་ཉི་  
གུར་གུ་མའི་ཤི་སྐྱུག་སྐྱེ་ལ་དང། ། ལྟ་གང་ག་གོ་ལ་རྣམས་སྐྱབ་གཉིས་ཤེ། ། ཞིབ་བཏགས་སོ་རངས་ལྟ་གང་  
སྤུལ་ལ་བཏང། ། ལྷོར་བའདིས་ཞི་གསོ་ཕྱེད་གཙོ་པོ་སྤོ། ། གི་གང་ལྟ་ལ་འཕུག་གཉེན་པོ་མཚོག་ལིན་ནོ། །  
ཕྱེ་བྱུག་ཤིང་གཟུང་སོགས་ལ་ལྷགས་ཕྱེད་དང། ། ལྟ་གང་གཉིས་ལྱི་སྤོང་བས་ནད་ལས་སྤོལ། ། མེ་ལ་སྐྱེ་གུ་གུ་  
གུར་གུ་མ་གསུམ། ། ལྷགས་ལ་ལྟ་ཉི་ཚན་དན་སྤོང་དཀར་གསུམ། ། སལ་ལུ་ལྟ་ཉི་ལི་ཉི་གཏ་གསུམ། ། ལྟ་ལ་

སྤྱུག་སྤྱེལ་གི་མང་རྒྱུ་ཚུ་གསུམ། ། སྦྱོར་བས་སོ་སོའི་ནད་ལས་ཤོལ་བར་འགྱུར། ། བྱེ་མའི་སྦྱོར་སྤྱོད་གསུར་  
བརྟན་པ་ཡིས། ། མི་གཟའི་ནད་ལ་ཕན་པའི་བདུད་རྩི་ཡིན། ། བྱུང་པར་ཟབ་མོའི་སྦྱོར་བ་སྤྱུལ་  
གཉིས། ། བཅོན་དུག་ཤིང་ཀུན་བཞི་པོ་ཆ་མཉམ་ལ། ། དྲི་རྒྱུ་ལ་སྦྱངས་རིལ་བུ་ཕྱེས་འགྱུ་ཅམ། ། བཅུ་  
གསུམ་རྒྱུ་བསྐོལ་འཕུལ་ལ་ཉིན་གུང་འཕུལ། ། དེས་ནི་གཟའ་ནད་སེལ་བར་ཐེཚོམ་མེད། ། ཞི་སྐྱོན་རང་སྤོག་  
བཟན་ཁིང་ནད་གསོ་ལྷུར། ། ཉེ་སྦྱང་མི་ཤོ་ཤིན་ཏུ་ཤིས་པས་ན། ། ཞི་བཅོས་གཙོ་བོར་ཉམས་སྦྱངས་བར་  
གཅེས། ། དྲག་སྦྱོར་པས་ནག་ར་རོ་རྟ་ནག་ཁྲག། ། བྱི་ནག་ལྷག་ནག་ཁྲག་དང་སྦྱང་ཀའི་ཁྲག། ། སྤྱི་ཁྲག་  
གཙོ་དྲུག་ལྷགས་སའི་མངལ་ཁྲག་དགྲ། ། མི་ཤ་རྟ་ཤ་བྱོལ་དྲུང་ཀའི་ཤ། ། མཛོ་ཤ་སྤོལ་ཤ་དང་སྤོན་བྱའི་  
ཤ། ། བྱི་ཤ་ཉེ་ལོ་སྤུམ་པའི་ཤ་དང་བཅུ། ། བྱུན་རེ་ཆ་མཉམ་དེ་སྦྱོར་བས་བཟང་པོ་དུག། ། གི་མང་སྤྱི་རྩི་གསུར་  
སྤོན་གཉིས་གཉིས། ། ལུ་ཟི་ནག་དང་སྤུབ་ཚོབ་དྲི་ཆེན་རྣམས། ། སྦྱར་བའི་རིལ་བུ་ཤོང་རྣམ་བཏང་བར་  
བྱ། ། སུམ་ཅུའི་སྦྱོར་བས་གདོན་ཀུན་འཛོམས་པར་བྱེད། ། འོན་ཀྱང་ནག་སྦྱོར་དྲག་ལས་ཡིན་པས་ན། །  
རང་སྤོག་ལ་འོངས་འཁྱུ་ལྡོག་ཆེ་ཞིང་རྒྱབ། ། དེ་བྱིར་དྲག་པོའི་སྦྱོར་བ་དག་ལ་འཛེམ། །

དབྱུང་ལ་མེགཟའ་ཡིན་ན་ནད་པའི་མཐར། ། རྩ་རྩོད་གསར་པ་རྒྱ་གཙང་བཀའ་བལ། ། རིན་ཆེན་  
བརྗེར་བས་བསྐོར་ལ་ཞག་བདུན་བཞག་(སྤེ་བརྗེ་རུང་བྱ)། ། བད་པ་རྒྱུར་སྦྱར་སྤྱིང་གར་རྒྱུ་མདའ་རིག། ། ལྷ་རྩེ་  
གཏར་ཁིང་གོས་ནག་ཤོན་ཏུ་གཞུག། ། རྒྱ་གཟའ་ཡིན་ན་ས་སེར་རྩོད་ཏུ་སྦྱག། ། བད་པའི་མཐར་བསྐོར་བདུན་  
བདུན་ཞག་ལ་བརྗེ། ། སྦྱོ་བོར་ཟན་དོན་རྣམས་ཀྱིས་དུགས་བྱ་ཁིང། ། འཇུག་སྦྱང་མེས་བསྤོག་གོས་སེར་ཤོན་  
པས་འཚོ། ། དབྱུང་གཞན་སྤོན་དང་མཐུན་པར་རྩ་ནས་བྱ། ། བད་གཞན་འདྲེས་སོགས་ནད་གཞུག་བཤལ་  
ཀྱིས་སྦྱང། ། གཏར་བསྤོག་དུགས་རྣམས་ཕྱི་ནས་འཛོད་དང་སྦྱར། །

ཚོགས་གཏོར་མ་བྱུང་འཕྲོལ་གཟུངས་ཉེན་འབྲེལ། ། གཏོར་མ་རྒྱ་བའི་དུས་གཉན་བརྒྱད་ལ་བཏང། །  
མཚོད་སྦྱིན་དྲི་མེད་ལག་ལེན་སྦྱིང་པོ་བྱ། ། དེ་ཡི་རྣམ་ཐབས་གཟའ་འཕྲོང་སྦྱང་འཕྲོང་བྱེད། ། འཁྱུ་ལྡོག་རྒྱང་  
ཁིང་ཕན་རྩོབས་ཆེ་བ་ཡིན། ། བྱུང་འཕྲོལ་གཏོར་མ་དང་འབྲེལ་ཚོགས་དངོས། ། རྣམ་ཤོལ་སྤུགས་རྗེའི་རྒྱ་བའི་  
ནད་ཏུ་གསལ། ། གཟུངས་ཀྱི་ཚོགས་བྱུང་འཕྲོལ་དང་འབྲེལ་བ། ། རོ་མཚར་བདུད་རྩིའི་ཆར་རྒྱན་ནད་ཏུ་  
རྩོས། ། ཉེན་འབྲེལ་ནད་པའི་ལུས་དང་དེ་ལས་གཞན། ། དང་པོ་ལུས་ལ་ཉེན་འབྲེལ་བྱ་བ་ནི། ། བལ་ཚོན་  
སྤྲུལ་ཤི་ག་ཤལ་ལུས་ལ་བརྒྱན། ། མགྱིན་པར་ཚོ་དཀར་གྱིས་(ཡི་གེ་གཟབ་མ་བྱ)་ཤིང་ལག་པ་གཡོན། །  
མཚལ་གྱི་རི་གྲི་ལག་གཡས་ཡི་རྒྱང་ལ། ། ཀར་གཡོན་བསྐྱེས་ཡི་གྲིས་ཀར་པ་གཡས། ། རམས་གྱིས་ཀྱི་གྲིས་དེ་  
ཡིས་སེན་པར་འགྱུར། ། (ཉེན་འབྲེལ་སྦྱིང་པོ་ཡང་བརྒྱས) དེ་ལས་གཞན་པའི་ཕྱེ་བྲག་ཁྲུང་པར་གཉིས། །  
ཕྱེ་བྲག་ཤིང་གཟའ་ལ་ནི་རྩེ་དང་། ། རལ་གྱི་སོག་ལེས་བྲེག་པའི་རྒྱུ་དུ་བྱ། ། མི་ལ་རྒྱས་བརྟུན་རྒྱུ་དང་བོས་

ཞེས་སྒྲ། ། སལ་རམས་དང་བ་བླ་བསྐྱེས་པ་ཡིས། ། བད་པའི་ལུས་ལ་རྫོབ་ཤིང་རི་མོ་གི། ། སྐྱོན་སྤྱུགས་སྤྱར་  
 པས་འཕྲུག་ཅིང་སྤྱད་པས་སྤ། ། གཉའ་ཤིང་རྟོག་ཚུལ་ཉེར་གཅིག་བར་དུ་བྱ། ། ལྷགས་ལ་མ་མ་མེས་བསྐྱར་  
 སོལ་བ་གདིང་། ། བཅོག་གམ་མཚལ་གྱིས་ལུས་ལྷག་གོས་དམར་བསྐྱོན། ། ལྷི་བོར་རབ་གྱི་གོང་ལྱར་མར་མེ་  
 སྤར། ། རྒྱལ་སའི་སྤྱིང་བྱིབས་འོག་ཏུ་གདིངས། ། ཤིང་དག་ལྷགས་ལ་ལྷགས་དག་མེ་ཡིན་ཏེ། ། མེ་དག་རྒྱ་  
 ལ་རྒྱལ་ཡི་དག་ཏེ་ས། ། སདག་ཤིང་སྤྱིང་ག་ཤིང་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ལོ། ། རྒྱང་པར་རྟེན་འབྲེལ་ག་ཟུང་ཡི་འབྲུ་སྤར་  
 དགས། ། ཁང་བའི་སྤྱོདས་བཞིར་མཚོ་བཅེགས་རྒྱལ་ཚེབ་བཞིར། ། མངའ་གསོལ་ག་ཟུང་དང་སྤེ་བརྒྱད་  
 སྤར་ས་ཞེས་བསྐྱོ། ། བད་པའི་འགམ་དུ་རྩ་རྩོད་དཀར་པོ་བཞག། ། ལྷས་སུ་མས་སྤྱིང་(འདིར་མི་གསལ་བ་  
 འདུག་ཀྱང་མ་ཡིག་ནགས་འོགས་གྱིས་གསལ་ཁ་མ་ཚོན་དོ) ཁ་བརྟན་བཞག་པར་བྱ། ། བད་པའི་སྤྱིང་དུ་  
 དུག་པ་རིང་པོ་ལ། ། སྤར་དང་ཚགས་སུ་མིག་མང་བཏགས་ནས་ནི། ། འོས་མའི་ནང་དེར་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱུགས་  
 རྟེན་དང་། ། མདའ་དང་ཁབ་བྱང་མཐུའི་སྤོ་མེ་ཡོང་། ། མཚོན་ཏུ་སྤྱོད་མ་དུང་དང་གཡུ་རྩ་མས་བཞག། །  
 བལ་ཚོན་སྤྱོད་ཏེ་དུ་བས་སྤྱིང་པར་བྱ། ། ཁང་བའི་རྟེན་འབྲེལ་ཤིན་ཏུ་ཟབ་པ་ཡིན། །

ལྷགས་གྱི་གསོ་བཟོས་སྤྱོད་དམོན་ནད་པ་གཉིས། ། ལྷག་ན་རྩོ་ལྷོད་(མཚོན་སྤྱོད་དེ་མེད་གྱི་  
 བདག་བསྐྱེད་སྤར་) ཅིང་གསང་སྤྱུགས་བསྐྱོ། ། རྩོ་རྩོ་རྩམ་པར་འཚོ་མས་པའི་ཡང་སྤྱིང་དང་། ། ཚོ་  
 ག་ཟུང་ག་ཏུ་ཏུ་ཏུ་པ་རྩོ་ལགས། ། མང་བསྐྱེས་སྤྱིང་(བའི་) ཚོར་(མ་མཚོ་མིང་) ལ་བཏབ་ནད་པར་  
 ཟབ། ། ག་ཟུང་ག་ཤིང་སྤྱུགས་འདི་ཤིན་ཏུ་ཟབ་པ་ཡིན། ། གཞན་ཡང་དུག་འབྱེན་སྤྱུགས་འདི་  
 མང་དུ་བསྐྱེས། ། ཚོ་རྩོ་ཏུ་ལ་ན་ཁམ་ཤིག་དུག་སྤྱིངས་ནད་ཏེ་ཏུ་ཏུ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད། ། ཚོ་སྤྱོད་སྤྱོད།  
 རྩོ་ལ་ལྱིང་། ལྱིང་སྤྱོད། ཤིག་ཤིག་སྤྱོད། ལྷགས་གྱི་གསོ་བཟོས་བསྐྱེས་མེད་ཟབ་པའི་སྤྱོད། །

ཟས་ནི་མར་གསར་བཏབ་པའི་སྤོ་ཚོད་དང་། ། ཚམ་པ་བཏང་ཞིང་རུལ་སྤྱངས་མེད་པའི་ཤ། ། ལུན་དུ་  
 བསྐྱོན་པས་ལུས་བྱངས་འཚོ་བར་བྱེད། ། ཚང་དང་དཀར་བག་ཤ་རུལ་ར་པག་ཤ། ། མངར་དང་སྤྱོད་བའི་  
 ཟས་སྐོམ་ཤིན་ཏུ་འཛོལ། ། སྤྱོད་ལམ་འགྲུལ་བསྤྱང་དཔེན་པར་བསྐྱོན་པ་བྱ། ། ཏུ་ལ་མི་ཞོན་རྒྱ་པོ་ཚེ་མི་  
 བགས། ། ལྷང་བ་ལྱིང་དུ་མི་འགོ་དམར་ལ་འཛོལས། ། མཚོ་ཚན་ལྷགས་སལ་སོགས་གྱི་བལ་འཛོལས། །  
 ལྱོན་དུ་མི་འཛོལ་མཚོ་རྩ་སྤྱོད་པོ་ཚན། ། འབྲས་ནད་ཚན་རྩམས་ལྱིང་དུ་མིག་ལྷག་གོ། ། དེ་སྤྱོད་བཅོས་ཐབས་  
 ལྷའི་ས་ནད་པ་ལ། ། སྤྱིང་རྟེན་སེམས་གྱིས་བཙོན་འགྲུལ་བསྐྱེད་ལ་གསོ། ། དེས་ནི་འཕྲལ་དུ་ནད་ཞི་སྤྱོད་མ་  
 ནི། ། གསོ་བར་བྱེད་པོ་འང་དགོ་བཞིང་དུ་འབྱུང། ། ཞིག་གསལ་འོར་ལ་སྤྱིང་པའི་བཅོས་མཁུ་གང་། ། དེ་  
 ཞིག་ནད་པ་གསོ་བར་རུས་སྤྱིང་ཀྱང་། ། རྒྱབ་འཕྲུག་འོས་སྤོག་སྤོག་གི་ག་ཤིང་དུ་འོང། ། དེས་ན་གཞན་མན་  
 བསམ་པ་མན་དག་ཡིན། །

ཡན་ལག་བཅས་ལ་ནད་བབས་བཅས་པ་དང་། ། ཁ་འཚོར་དུམ་བྱིག་བསྐྱོང་ལྷ་བཅས་ཐབས་གསུམ། །  
བབས་བཅས་སྐྱོ་བར་བབས་ན་སྐྱོ་གསལ་འབྱུང་། ། ལུང་པ་མང་ན་ཚུགས་རྒྱན་འབྱུང་དང་། །  
གུར་གུམ་ཤིང་མངར་སྐྱོ་ལོ་དཀར་པོ་ལྷ། ། ཆ་མཉམ་སྦྱར་བ་རྒྱ་སྐྱོལ་ལུལ་ལ་བཏང་། ། མཚེན་བབས་མིག་འགྲིབ་དབྱགས་སྤང་མཚེན་པ་ན། །  
གུར་གུམ་ལི་ཤིངོ་མ་མཁུ་མི་ཡང་གྲ། ། ཉིག་ཉ་བྲག་ལྷན་དབྱག་གིས་སེལ་བར་བྱེད། །  
མཁལ་མང་བབས་ན་མཁལ་མ་གཟེར་འབྲུག་བྱེད། ། མཁལ་མ་ཞོ་ཤ་རྩམ་འབྲུ་བྲེ་གང་བཏང་། །  
ཕོ་(བར)བབས་ཕོ་བམི་བདེ་བས་མི་འཇུ། ། ལྷག་སྐྱེལ་མ་རུ་འབྲུ་དབྱི་མོང་དཀར། ། བཞི་སྦྱར་བཏང་བས་ནད་ལས་སྐྱོལ་བར་བྱེད། །  
སྦྱང་བབས་སྦྱང་མི་དག་འཁོང་འབྲུ་སྦྱང་འདོད། ། རྒྱ་ཉི་གུ་གུམ་དཀར་པོ་ཚན་དན་དཀར། །  
ཤ་ཚེན་སྦྱང་ཞོ་ཤ་རྩམས་བུར་དཀར་བཏང་། ། རན་པར་བཏང་བས་སྦྱང་རྒྱུང་སེལ་བ་ཡིན། །  
ཡང་ན་གངས་ཐེགས་ཤ་ཚེན་སྦྱང་ཞོ་ཤ། ། སྦྱོར་དཀར་ཚན་དན་དཀར་པོ་ལྷ་ཡིས་སེལ། །  
མཚེན་པའི་ནད་ལ་ལྷག་སྐྱེལ་ལི་ཤི་དང་། ། ལྷ་གོར་ཞོ་ཤ་བཏང་བས་འཚོ་བར་འབྲུར། །  
དེ་དག་སྐྱེ་མའམ་རིལ་བུ་ཅི་རིགས་བྱ། །

ཁ་འཚོར་དུམ་དུམ་བྱིགས་ཀྱི་གང་མས་པ་ནི། ། རྒྱ་ལོང་ན་ཞིང་སྐྱོ་འཕྲོག་ཀ་ཀོལ། ། བཅོད་ཀྱི་ཐང་གིས་སེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན། །  
མགོ་ན་རུ་ཉ་དུར་བྱིང་མར་དཀར་ལྷག། ། མིག་རྩ་དམར་ན་ག་བུར་ཚུགས་དང་། །  
གུར་གུམ་སྦྱར་བའི་རྒྱུ་ལི་མིག་ལ་ལྷག། ། ཡང་ན་པི་པི་ལིང་དང་པག་ཚོལ་སྦྱར། །  
ཡང་ན་མར་སྦྱང་རི་ཤོའི་རྩ་བ་སྦྱར། ། གང་ནའི་སར་ལྷག་དུས་པ་གཟེར་བཞི། །  
ཡང་ན་ར་དུག་བྱང་པ་རྒྱ་མཁན་དང་། ། རུ་ཉ་ཆ་མཉམ་རྒྱུར་བཏང་བཚོད་བརྒྱལ་བྱ། །  
ཆ་བའི་སྦྱིགས་བུ་འབྲིན་ལ་བསེལ་གསུམ་མམ། ། ག་བུར་བཟང་པོ་དབྱག་གི་སྐྱེ་མ་བཏང་། །  
ཡང་སྦྱིགས་རྒྱ་ཉི་ཚོ་དུའི་བསྐྱོལ་ཐང་བཏང་། ། བྲག་དུ་སྦྱགས་ན་དོ་མ་གྱི་མཁུས་པ་དང་། །  
རྒྱ་གཞེ་སར་སྐྱེ་མ་བཏང་བས་པན། ། སྦྱག་པ་ཚམས་ལ་རིག་སྦྱགས་དུག་པོ་བརྒྱ། །  
ཡང་ན་སྦྱན་ཕྱིའི་དུད་པ་བུག་པས་པན། ། གལ་པ་གཉིང་སྦྱོང་སྦྱོས་དཀར་སྦྱི་གཉིས། །  
ཆ་མཉམ་རྩེ་བཞིན་བཏགས་ལ་རྒྱ་སྦྱར་བཏང་། ། གང་གཞོད་བས་བཞེན་སྦྱང་འབྲུར་གཞུང་བཞིན་བཅས། །  
བྱེར་ན་ནད་ཉགས་མི་གསལ་འཚོལ་པར་སྦྱོན། ། སྦྱང་སྦྱན་ཚི་ལུང་གུ་གུལ་ལ་ཆ་བཞི། །  
ཆ་མཉམ་སྦྱར་པའི་དུད་པས་གསལ་པོར་འབྲུར། ། ལྷག་གཟེར་དུག་པོ་ལ་འཁོར་གུམ་དང་། །  
གི་མང་ཚན་དན་དཀར་དམར་སྦྱི་དང་། ། རྒྱ་གཞེ་སར་དོ་མ་མཁུས་བུན་ཆ་མཉམ། །  
རྒྱ་སྦྱང་སྦྱར་ནས་བཏང་བས་འཕྲམ་ལྷག་འཚོམས། ། སྦྱགས་འབྱེད་འགོན་བུད་དང་(ནི)དབྱི་མོང་དཀར། །  
སྦྱང་པ་བསྐྱེགས་ཐལ་སྦྱང་དུ་སྦྱི་བཏང་། ། བྱིའི་ཞོ་འབྲུང་རྒྱས་འཕྲལ་ཁོང་དུ་བཏང་། །  
སྦྱང་རྒྱས་བཀང་ནད་དུ་འགོན་བུལ། ། ཟན་གྱི་ལུབ་བསྐྱོན་མདའ་རྒྱུང་བརྒྱབ་པས་བྱེད། །  
ཡང་ན་སྦྱབ་བསྐྱོན་སྦྱོང་ལྷག་གིས་བྲབ། ། དེ་རྩམས་གྱིས་ནི་སྦྱགས་པ་ཁ་འབྱེད་འབྲུར། །

ཁ་འཕྲོག་མིག་སྒྲིབ་པ་བྱེད་པ་ལྟར་། ། མེ་ལིས་འབྲུགས་ན་སྐྱེད་རྩལ་ལྷན་། ། གཤུང་བཟང་པོ་ལྷན་།  
གཤམ་བཅིལ་གསུམ་བཟང་། ། བད་པ་ཁ་ལྷན་འབྲུང་དུ་བཅུག་པས་སངས། ། རྩལ་ལིས་འཕྲོགས་ན་སྐྱེད་རྩལ་  
རྩོད་ལྷན། ། ཚ་བ་གསུམ་པོ་(རྩོད་རྒྱུ་རིལ་འཛོལ་གཉིས་སྐད་དང་) བཟང་ལ་ལོང་ལྷན་འབྲུང་། ། ཡང་ན་  
ཅན་དན་དམར་པོ་དུང་མཐོན་བྱ། ། བསྐྱེད་མཁུ་མ་འགམས་པས་གཉིས་ཀར་ཕན། ། དེས་ནི་མི་ཕན་  
བད་པ་གདོན་ཡིན་སྟེ། །

གཟུང་ལི་བཟོང་ས་རྒྱ་སྒྲིབ་བརྒྱན་ནད་པོག་པ། ། དེ་ལ་ཚིག་རྒྱུག་སྐྱེད་གྱིས་བཅོས་པ་ནི། ། མ་ཚོས་  
གཡིན་གཟེར་བྱུང་པར་སྐྱོག་ལན། ། མཚིན་ནད་ཡིན་པས་གྱུར་གྱུ་མཚིག་རྒྱུག་བཟང་། ། དག་ལྷན་གཡས་པ་ན་  
ཞིང་ལྷོ་ལྷན། ། འཚོན་ནད་ཡིན་པས་མི་ཤི་བཟང་བས་ཕན། ། བདུད་གྱིས་དྲི་རྩལ་འགགས་ཤིང་ནམ་(ནད)  
འཛིང་ན། ། སོ་ནད་ཡིན་པས་སེ་འབྱུང་ཚིག་ཟང་བཟང་། ། སྐྱེད་པོས་མཐོན་པོ་འཚོམས་ཤིང་ཉིན་སྟེད་  
ན། ། ཚད་པའི་ནད་ཡིན་གྱི་ཉར་ཚིག་གྱུར་བཟང་། ། དམུ་ལིས་མཚུག་གྱུ་བྱུང་ན་ནམ་སྟེད་ལྷན། ། རྩོ་བའི་  
ནད་ཡིན་ཅུག་བཟང་བས་ཕན། ། བཅོན་གྱིས་ལག་གཡོན་ན་ཞིང་ཉིན་སྟེད་ལྷན། ། མཁུ་མའི་ནད་ཡིན་  
ག་ཀོ་ལ་ཟང་བཟང་། ། གཤིན་རྗེས་དུང་བ་གཡས་གཟེར་སོ་རངས་ན། ། སྐྱེད་རྒྱུང་ནད་ཡིན་རྩོ་ཉི་བཟང་  
བས་ཕན། ། བསྐྱེད་གྱིས་ཁ་མིག་ཡོ་ཞིང་སྐྱེད་མི་དགའ། ། ཉི་ལྷུང་ལྷན་ཞིང་ལྷན་སྐྱེད་ཚིག་སྐྱོ་བཟང་། །  
བཟོང་རྒྱ་ནད་ཉགས་དེ་ལྷན་རྩོན་པའི་ཕྱིར། ། སོ་མའི་སྐྱེད་གྱིས་ཞི་བརྒྱུག་བྱེད་པར་བུས། །

༩ རྩལ་ལིས་སྐྱོག་པའི་བསྐྱེད་ལུགས།

མ་མཐོང་བརྒྱུག་བསྐྱེད་བའི་གདམས་པ་ལ། ། རྩལ་དང་ཉིང་འཛོན་སྐྱེད་དང་འཁོར་ལོས་བསྐྱེད། །  
རང་སྐྱེད་མི་འབྲང་ཉིན་འབྲེལ་རྣམ་པ་ལ། ། རྩལ་ནི་རྩལ་དང་རྩོ་ཉི་རྒྱ་བདད། ། ལུ་མི་སྐྱོག་རྒྱ་ཉ་པོན་ཤི་སྐྱོ་  
དང་། ། སྐྱེད་ཤིའི་སེན་མོ་ལྷན་ལ་བཅངས་པས་བྱུབ། ། ཡང་ན་བདེར་གསེགས་དིང་བསྐྱེད་སྐྱེད་གི་ཤ། །  
རྒྱལ་ཤ་སྐྱེད་ཤིའི་སེན་མོ་རྣམས་ལ་མཛོད་ལ། ། དུང་གི་ཤོ་དང་རྩོ་ཉི་བཅངས་པས་བསྐྱེད། ། ཡང་ན་མ་བཟང་  
(འདྲེ་མོ་ལྷུངས་ཀར) འབྲུ་དང་མེ(མ་བཟོད་སྐྱེད) མེད་དུད། ། མ་བསད་བ(བརྒྱུག་པ) ཤ་དང་གཟུང་  
(ནད་གྱིས་ཤི་བའི་ནི་སྐྱེ་མ་ཞེས་པ) རུས་མཐོན་བྱ་རྒྱུམ། ། འཇག་འབྲུ(དཀར་པོ་སྐྱོ་རྣམས་ཀྱི་སྟེང་བར་  
བརྒྱུས་པ་ཞིག་འོང) མེ་ལོང་དུང་ཤོ་བྱེད་བྱུང་(མིག་དགུ་པ) རྣམས། ། ལྷགས་གྱིས་རབ་གནས་བྱས་ཉེ་ལུས་  
ལ་གདགས། ། འདི་ལིས་གཟུང་གདོན་སྐྱེད་པར་མེ་ཚོམ་མེད། ། ཡང་ན་སྐྱེད་ཤིང་གྱུ་གྱུ་ལུ་ལ་ནག ། སྐྱེ་  
རྩལ་སྐྱོག་རྒྱ་ལྷུངས་ཀར་མི་ཤི་ཤ། ། མི་སྐྱེ་རྩལ་རྒྱ་བྱེད་བྱུང་སྐྱོང་། ། མིག་ལེ་དཀར་དམར་རྣམས་བསྐྱེད་  
སྟེ་མ་བྱ། ། ལུ་མ་པོ་ལུས་འཆང་གྱུ་གར་དྲི་ལྷུངས་པས། ། གདོན་གྱུ་ན་དཔག་ཚད་བརྒྱད་ཤིར་ཕྱེར་ཞིང་།

འཕྲོམ། ། སྐྱུང་ལ་མི་ལྡོག་བསྐྱུང་བ་མཚོག་ཏུ་བྱེད། ། ཉིང་འཛིན་ཉ་མ་གྱིན་ག་མིན་རྗེ་ག་མིན་པོ་ལམ། ། ཡང་  
ན་ལྷག་ན་དོ་རྗེ་བསྐྱོམ་པར་བྱ། ། སྐྱུང་ས་མི་ཡི་དམ་དེ་དག་སྐྱིང་པོ་དང་། ། འདིར་ཡང་བཤད་པའི་དེམ་པ་ཅི་  
ལུས་བཟ། ། ལོ་ག་ཏུ་མ་པོ་ལེ་ག་ཏུ་མ་པོ་ལེ་མ་ཏུ་ག་ཏུ་མ་པོ་ལེ་སུ་སུ་མེ་མི་མིག་མིག། ། གཟའ་ཁ་ཏུ་ཏ་མ་མ་རྒྱ་  
རྒྱ་རྒྱ་སུ་ཞེས་དང་སྐྱོ་ལ་ཡོད་པས་བསྐྱུང་བྱུང་བ། ། མོ་ས་ན་ཅ་ཏི་ཏུ་མཉ། ། ཅེས་བཟུག་ཟུང་ཡི་གཟུང་ས་ནི་  
ཅི་ལུས་འདོན། ། འཕོར་ལོ་པད་མ་འདབ་བརྐྱད་ལུ་ལྷུང་ཅན། ། རྒྱུ་ལ་མེ་རི་གཡོན་འཕོར་གྱིས་པ་ཡི། ། ཉེ་  
བར་ཡང་དང་ག་ཏུ་མ་པོ་གཟའ་སྐྱུང་ས་ལ། ། གང་བསྐྱུང་མིང་གི་ཤམ་ཏུ་ཡོད་པ་གྱི། ། འདབ་མ་བརྐྱད་ལ་ཡ་མ་  
ཤེ་ཏུ་མི། ། ཤན་ལ་རྒྱམས་འབྱུ་རི་དབུ་ཅན་གྱི། ། ལུ་ལྷུང་ལྷ་དི་ཀུ་དི་ཉེན་འབྲེལ་སྐྱིང། ། རྒྱ་གྲུབ་རིགས་  
གསུམ་མཚོན་པའི་སྐྱུང་ས་གྱིས་ཉེ། ། ཡི་གེ་དབུ་རྒྱམས་སྐྱུ་ལ་བརྟན་པར་བྱ། ། བཞིགས་བསྐྱུང་ཡི་ཤེས་འཕོར་  
ལོ་བཀུག་ཅིང་བརྟེན། ། གྱིས་པའི་སྐྱུང་ས་གྱིས་རབ་ཏུ་གནས་བྱས་ཉེ། ། མི་ལག་མ་བརྐྱད་གང་བསྐྱུང་མཉུལ་  
ཏུ་འདོགས། ། གཞན་ནས་འབྱུང་ལྷང་འཕོར་ལོ་འང་ཅི་མང་བཏགས། ། དེས་ནི་ག་ཏུ་ག་པའི་ཏུ་ག་རྒྱང་ས་  
སྐྱུང་པའི་མཚོག། ། སྐྱུང་ས་པའི་སྐྱིང་འབྲེང་བསྐྱུང་ན་ཉེན་འབྲེལ་ནི། ། སྐྱིར་ཏུ་ཡི་དམ་བསྐྱོམ་ཞིང་གསང་  
སྐྱུང་ས་བཟ། ། གདོན་ལ་སྐྱིང་རྗེ་བསྐྱོམ་ཞིང་སྐྱོན་ལམ་གདབ། ། ལྷུང་པར་ལུག་མཚོ་ཁ་བཤད་དབུག་ཅེར་  
བསྐྱོན། ། གདོན་སྐྱོགས་ཁ་བརྟན་བཞག་པས་སྐྱིར་འབྲེང་བྱུལ། ། ལུགས་སའི་གོས་གཤམ་མེར་བསྐྱོག་ཐལ་  
བདང་། ། དཔེ་སྐྱོང་རྒྱ་སྐྱུར་རང་གི་ལུས་ལ་བྱུག། ། མིན་ཏུ་ཟབ་ཉེ་གྲུབ་པར་ངེས་པ་ཡིན། ། དེ་ལྷར་རྒྱ་  
ཐབས་གསོ་བསྐྱུང་རྣམ་པ་བཞི། ། ཉེ་བར་བརྟན་པ་རང་གཞན་བདེ་བར་འཚོ། ། འོན་ཀྱང་ལྷུབ་འཇུག་  
བརྟེན་ན་ཅུང་མི་ཤེས། ། ལྷུང་པར་བསྐྱུང་སྐྱུང་ས་ལ་སྐྱོག་ལ་ཚོལ། ། ཞིབ་ཅོས་ཅམ་ལ་བརྟེན་ན་སྐྱོན་མེད་  
དེ། ། སྐྱིང་རྗེའི་ཤེམས་གྱིས་ཕན་འདོགས་ཅི་ལུས་བྱ། ། དེ་ལྷར་བྱང་སྐྱོང་ནད་གསོ་བདུད་རྩི་བུམ། ། ལུ་  
རྒྱབ་ཤི་མ་ལ་དང་པད་མ་འབྱུང། ། དམ་པ་ལས་འོངས་ཟབ་དོན་གཤམ་སྐྱུང་རྣམས། ། མདོན་ལྷུང་ལག་ལེན་  
གསལ་བར་བརྟན་པ་སྐྱེ། ། ངག་དབང་སྐྱོ་སྐྱོས་པད་མའི་མཚོན་ཅན་ལས། ། ལེགས་འོངས་མན་ངག་བདུད་  
རྩི་མཚོག་འབྱུང་བ། ། གང་དེ་ལྷུབ་འཇུག་འཆི་བདག་ལས་སྐོལ་ནས། ། ལུས་ངག་སེམས་རྣམས་བདེ་ཞིང་  
སེམས་བྱེད་ཡིན། ། འདི་དཔེ་སྐྱིན་གཞོན་དག་བྱེད་རྒྱ་རིས་ཅན། ། དེ་ཡིས་བྱང་སྐྱོང་ཉིན་བྱེད་གྱིས་གདུངས་  
པའི། ། རྒྱེ་བོ་རྣམས་གྱི་ངལ་བ་རབ་བསལ་ནས། ། བདེ་བར་འཚོ་ལུན་བསལ་གནས་ཐོབ་ལྷུང་ཅིག། །  
མཐར་ཐུག་བྱང་སྐྱོང་ཆེན་པོ་རྗེ་འཛིན། ། ཀུན་རྒྱོག་སྐྱིན་བྱེད་དག་ལས་རྣམ་རྒྱུལ་ཞིང་། ། མཚོན་དཔེའི་  
ཤིག་བྱ་བདེ་ཆེན་མེ་འོད་འཕྲོ། ། ལུགས་རྗེའི་སྐྱུལ་ཞགས་ཆེ་འཛིན་ཐོབ་པར་ཤོག། ། ཅེས་བྱ་ལྷུང་ངག་  
དབང་པད་མ་རྣམ་རྒྱུལ་གྱིས་ལེགས་པར་སྐྱུང་པའོ། །

༩ གཟའི་ནད་གསོ་ཐབས་ལས་གཏོར་ཚོགས་མཚན་  
 ཟྱེན་གྱི་མེད་བཞུགས།

ན་མོ་སྒྲིག་ཀྱང་ཡ། སངས་རྒྱལ་གྱུན་གྱི་གསང་འཛིན། ། ལྷོ་བརྒྱན་དྲེགས་པ་འདུལ་མཛད། ། ལག་ན་  
 རྗེ་རྒྱུ་བཏད་ནས། ། གཡའ་(གཟའ)ཡི་གཏོར་ཚོགས་བྲིལ། ། དེ་ལ་འགྲོ་བ་གང་ཞིག་དང་སྤོང་གི་དུག་གིས་  
 འོན་ནས་ལྷ་བཏད་གྱི་ཉམ་ཐག་པར་ལྷུར་ན་དེ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཚོགས་གཏོར་མའི་རིམ་པ་འདི་ལྟར་བྱ་སྟེ། འདི་ལ་  
 གསུམ། ། ཟྱེན་འགྲོ་དང་དངོས་གཞི་རྗེས་སོ། །

༡ ཟྱེན་བསྐྱོ།

དང་པོ་ལ། རི་ལྷར་བཤམ་པ་དང་བདག་བསྐྱེད་གཉིས། ཟླ་གཙང་མའི་ནད་དུ་གཟའ་བརྒྱན་གྱི་  
 གཏོར་མ་བཤོས་བྱ་བྱུར་གསུམ་ཆེ་བ་གཅིག་ལ་བཤོས་སྐབ་བརྒྱན་གྱིས་བསྐྱོར་བ་ལ་གསུག་གིས་བརྒྱན། ། དེའི་  
 མཐར་ཐུད་བཟུ་ཆང་བྱ་བཟུ། དཀར་གཏོར་བཟུ་རྣམས་གྱིས་བསྐྱོར་བ་དང་། འབྲུ་རྩ་དར་རྩ། ལྷ་སྐྱབ།  
 དཀར་གསུམ། མངར་གསུམ། ཆང་སྐྱད་གྱིས་བཟུ་བ་(འོག་གི་གཟུགས་འགྲོས་རྣམས་ཀྱང་)བཤམ་སོ། །

༢ དཔོན་གཞི།

གཉིས་པའི་ཐུགས་པ་བདེ་བའི་ལྷན་ལ་འདུག་སྟེ། ལྷོ་སྐྱོ་སྐྱོ་ལྷོ་བཟུང་དམ་པ་དང་། ། སངས་རྒྱལ་  
 ཚོས་དང་དགོ་འདུན་གསུམ། ། ཡི་དམ་ལྷ་དང་མཁའ་འགྲོ་ལ། ། བདག་དང་འགྲོ་ཀྱན་སྐྱབས་སུ་མཛེ། །  
 (ལན་གསུམ)སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་ལྷུར་ཅིག ། ལྷུག་བཟུལ་ཀྱན་དང་བཤམ་ལྷུར་ཅིག་སོགས་ཅི་མང་  
 གིས་སེམས་བསྐྱེད། ། རྒྱལ་པར་སྐྱོན་ཡན་ལག་བདུན་པ་བྱ། དེ་ནས། ལྷོ་སྐྱོ་སྐྱོ་ལྷོ་སོགས། ། ཚོས་ཀྱན་  
 མི་དམིགས་སྤོང་བའི་དང་། ། རྒྱ་ལ་རྒྱ་བུར་བརྗོད་བ་ལྟར། ། པད་ཉེ་དྲེགས་པའི་གདན་སྤོངས་སུ། ། རང་  
 ཉིད་ལག་ན་རྗེ་རྗེ་འཛིན། ། མཐོང་ནག་ཞལ་གཅིག་ལྷུག་གཉིས་པ། ། ལྷུག་གཡས་གནམ་ལྷུགས་རྗེ་རྗེ་  
 འཕྱང། ། གཡོན་པས་སྤྲིག་མཛུབ་ལྷུང་སྐྱལ་འབྱེད། ། དུར་ཁྲོད་འབར་བའི་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན། ། གཡས་  
 བསྐྱམས་གཡོན་བརྒྱུངས་དོར་སྐྱབས་ཚུལ། ། རབ་འགྲོས་མེད་དུང་དུས་ན་བཞུགས། ། དེ་ཡི་སྐྱི་མཐོན་  
 སྤོང་ག་བྱ། ། ལྷོ་དཀར་ལྷོ་དམར་ལྷོ་མཐོང་གསལ་དེ་ལས་འོད་འགྲོས་ཡེ་ཤེས། ། ལྷུན་དངས་བདག་དང་

གཉིས་མེད་ལྷུང་། ། རོ་རྒྱ་རྩོལ་ལོགས་གྱིས་མཚོད། ལྷོ་ ཉུག་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །  
གསང་བའི་མཚོན་ཚེན་འཛིན་པའི་དཔལ། ། གདུག་པ་ལ་ལུས་འདུལ་མཚོད་པ། ། ལྷུལ་སྒྲིག་རིན་ཚེན་རྒྱན་  
གྱིས་བརྒྱན། ། ཆེལ་བཟིན་པའི་འཇིགས་གཟུགས་ཅན། ། རྩོལ་ལྷུང་ཚེན་རྒྱག་ན་བརྒྱམས། ། ཡེ་ཤེས་མེ  
འབར་སློང་ན་བཟུགས། ། སད་ཉི་ལྷོགས་པའི་གདན་ལ་འབྱུང། ། གདུམ་པོ་སྤྱོད་ལ་ལྷུག་འཚལ་བརྟོད། །  
གོས་སློན་ཅན་ལ་ལྷུག་འཚལ་བརྟོད། ། རྩོལ་ལྷུང་ལ་ལྷུག་འཚལ་བརྟོད། ། གསང་བའི་བདག་ལ་ལྷུག་  
འཚལ་བརྟོད། ། ལྷུག་ལྷུང་ལྷུགས་ལ་ལྷུག་འཚལ་བརྟོད། ། བཟེ་བ་ཚེན་པོས་རྩེས་བརྒྱད་ནས། ། གཟུང་  
དངས་བདག་ལྷུ་གཉན་གྱིས། ། འཚོ་བར་བྱེད་ལས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ། བསམ་པའི་དུག་དང་རེག་པའི་  
དུག ། མཚོན་བའི་དུག་དང་ཁྲོད་ས་དུག ། ལྷུང་བ་རན་པའི་དུག་རྣམས་ཀྱི། ། ཁི་ཁིང་བརྒྱུག་པར་  
མཚོད་དུ་གསོལ། ། ཁེས་བརྟོད། ལྷོང་གར་ཉི་ལྷོང་རྩོལ་ལྷོན་པ། ། འབྲེང་ཐབས་ལྟེ་བར་རྒྱ་ལམ་  
དཀར། ། ལྷགས་གྱི་སྤོང་བས་བརློང་བར་བསམ། ། ལོ་བརྗེ་ཅེ་ཇ་མ་རྒྱ་རོ་ཤ་ཤ་རྒྱ་ལགས། ཅི་འགྲུབ  
བརྒྱས་སོ། ། གཉིས་པ་དངོས་གཞིའི་སྒྲུབས་ནི་གཏོར་མ་བྱིན་རྒྱབས་གཟུང་རྣམས་བརྟེན། ལྷུབ་དྲངས་གཏོར་  
འདུལ་དུག་དབྱུང་གཤེགས།

དང་པོ་ནི། ལྷོ་ གཏོར་སྣོད་མི་དམིགས་དག་པལ། ། གཏོར་མ་ཅི་འདོད་བདུད་ཚིའི་རྒྱ། ། མི་ཟད་  
རིན་ཚེན་གཏོར་གྱི་མཚོག། ། ལྷུབ་འགྲུབ་འབད་མེད་ཚེན་པོར་ལྷུང། ། ལོ་ལྷོ་རྒྱ་ ལན་གསུམ་གྱིས་བྱིན་  
བརྒྱབ། ལྷས་པར་སྣོན། ལྷགས་དུག་ལྷུག་རྒྱ་དུག་གིས་བྱིན་རྒྱབས་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ནི། རང་ཉིད་གསང་བདག་ཚེན་པོའི་མདུན། ། དྲང་སློང་ཚེན་པོ་དུད་ཁལ། ། མགོ་དགྲ་  
མགོ་ལུས་མིག་གིས་གང། ། ལྷོ་པོར་བྱ་རོག་སྤོང་སྤྲོས་གས། ། གཡས་པས་རལ་གྱི་རྒྱལ་མཚན་འཛིན། །  
གཞོན་པ་སྤྲུལ་ཞགས་མདའ་གཞུ་ཚོགས། ། རང་འཚོར་སྤེ་བརྒྱད་ཚོགས་དང་ནི། ། འཚོར་བཅས་མེད་དུང་  
དུས་ན་གསལ། ། འཚོར་གྱི་གཟུང་ཚེན་བརྒྱད་པོ་ནི། ། ཤར་ནས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་བརྟེན། ། པ་སངས་  
དཀར་པོ་ཀྱ་སྤྱང་འཛིན། ། ལྷུང་དུ་སྤོན་པོ་པོ་ཉི་འཛིན། ། རྒྱབ་རབ་དཀར་ཀྱ་སྤྱ་ཉ། ། ལྷག་པ་མེར་པོ་  
ལྷུང་ལ་འཛིན། ། མིག་དམར་ལེ་བཀན་ལུ་སྤོན་འཛིན། ། ལྷུག་ཅན་དུད་ཁལ་པ་འཛིན། ། ཉི་མ་དམར་  
མེར་པད་མ་དབྱུག ། མེན་ནག་དབྱུག་ཏོ་དག་ལྟ་འཛིན། ། ཐམས་ཅད་དྲང་སློང་གཟུགས་ཅན་ལ། ། རིན་  
ཚེན་རྒྱན་སྤུས་ཁི་ཚུལ་ལྷན། ། བཀའ་ཉན་གྱིས་བརྟོད་འཚོད་པར་ལྷུང། ། (ཐམས་ཅད་འཇིག་རྟེན་པ་  
རྣམས་སྤོང་ཅིག་གིས་ལམ་གྱིས་བརྟེན་པས་ཚོག་པ་སྤོང་དཔོན་པད་མའི་གསུང་) རང་གི་སྤོང་ཁའི་འོད་ཟེར་  
གྱིས། ། གཟུང་རྣམས་གནས་ནས་སྤྲུབ་དྲངས་ལྷུང། །

གསུམ་པ་ནི། ལྷོ་ ཁི་བའི་རང་ལས་མ་གཞིས་ཀྱི། ། ཉི་ཏུ་ཀ་དཔལ་སྤྱགས་སྤྲུལ་ནི། ། འཇིག་རྟེན་

དེགས་པའི་གཙོ་བོར་མཛད། ། བསྐྱེད་པ་བསྐྱེད་ཕྱིར་འཇིགས་ཚུལ་སྟོན། ། གཟའ་བདུད་ཚེད་པོ་རྒྱ་རྒྱ  
ལ། ། སྐུལ་པའི་གཟའ་བརྒྱད་འཁོར་དང་བཅས། ། དམ་ཚིག་དམ་པ་རྗེས་དགོངས་ལ། ། མཚོན་པའི་  
གནས་འདི་ལྷུང་གསེགས་སེག། ། རིག་ཚེན་སྤྱིང་པོར་གྲུ་ལྷུབ། ། རྩོམ་མཚང་དང་གསེན་རྗེའི་གསེད། །  
ལག་ན་རྩོམ་མེད་ལྷུག་ལ། ། བཀའ་ལས་མ་འདའ་གནས་འདིར་བྱོན། ། རྒྱ་ལ་པ་ཤ་ལེ་གི། ། ས་མ་ཡ  
རྩོམ་མེད་ལེས་སྐྱེད་བྱངས། ། དམ་ཚིག་པ་དང་གཉིས་མེད་དུ་འཁོར་པར་བསམ།

བཞི་པ་ནི། མི་ལྡོ་རྒྱུ། རྒྱ་རྒྱལ་གཟའ་ཁ་ལ་རྒྱ་ས་སྤྱི་སྤྱིར་ཡིད་བའི་ཉ་ཁ་ཁ་ལྷ་ཉི་ལྷ་ཉི། ལེས་  
ལན་བདུན་ནམ་ཉེར་གཅིག་གིས་འཕྲུལ་ལ་དགེས་པས་བཞེས་བསམས་ལ། རྒྱུ། དྲང་སྤོང་གཟའ་བརྒྱད་འཁོར་  
བཅས་ལ། ། མཚོན་ཕྱིན་གཏོར་མ་འདི་འབྲུལ་གྱིས། ། དགེས་པའི་ཚུལ་གྱིས་བཞེས་ནས་ཀྱང། ། གནོད་  
པའི་བསམ་པ་ཞི་བར་མཛོད། ། རྒྱུ། གཟའ་བདུད་ཚེད་པོ་རྒྱ་རྒྱལ། ། འཇིགས་བྱེད་ཚེད་པོ་དུག་ཚལ་  
ཅན། ། ས་ཞི་སྤོང་ལ་མ་ཞི་སྤོང། ། ལྷ་སྤོང་ཚོགས་པའི་མཐུ་བོ་ཚེ། ། ལྷ་ས་པོ་གཅིག་ལ་མཐོ་བོ་དགུ། ། མཐོ་  
ལྷ་ས་མེད་པར་མིག་གིས་དང། ། སྐྱ་ཞི་འཇིགས་པའི་དུད་ཁ་ལ། ། གཡས་པས་རལ་གྱི་རྒྱལ་མཚན་ཉེ། །  
གཡོན་པས་རྒྱལ་ཞགས་མདའ་གཞུ་འཛོན། ། རང་འཁོར་སྤེལ་བརྒྱད་ཚོགས་དང་ནི། ། འཁོར་བཅས་བདེར་  
གསེགས་མཚོན་གཏོར་བཞེས། ། བདག་ཅག་ཡོན་མཚོན་འཁོར་བཅས་ལ། ། གནོད་ཅིང་སྤོང་པ་མ་མཛོད་  
ཅིག ། ལྷ་གན་རྩོམ་མེད་ལྷུག་ལྷུ། ། རི་ལྷ་ཁས་སྤངས་དམ་བཅས་ལྷུ། ། མཚོན་ཕྱིན་གཏོར་མ་འདི་  
བཞེས་ལ། ། གནོད་པའི་བསམ་པ་རབ་ཞི་ནས། ། སན་བདེ་བྱང་རྒྱབ་སེམས་ལྷན་པས། ། རང་གི་གནས་  
སྤུ་བདེ་བར་དེངས། ། སྤོང་ཚད་གནོད་པ་བྱས་སྤྱུར་ཀྱང། ། བརྒྱུད་པ་ཐོངས་ལ་བཅིངས་པ་ཁྲོལ། །  
མནན་པ་ཁྲོགས་ལ་དུག་རྣམས་སྤྱུར། ། ཕྱིན་ཚད་གནོད་པར་མ་བྱེད་ཅིག ། གལ་ཉེ་གནོད་པ་བྱས་སྤྱུར་  
ན། ། སྤོང་གི་དམ་ལས་འགལ་འཕྱུར་ཞིང། ། ལྷ་གན་རྩོམ་མེད་ལྷུགས་ཁྲོས་ནས། ། སྤོང་ཅིག་ཉིད་ལ་བརྒྱག་  
པར་འཕྱུར། ། དེ་བས་དམ་ལས་མ་འདའ་ཞིག ། འདོད་ཡོན་རྒྱན་མཚོན་འདི་བཞེས་ལ། ། རང་གི་གནས་  
སྤུ་གསེགས་སེག། ། ཉི་ཤག་རྒྱ་རན་ལ་གཙོ་ཉ་རྒྱ། མ་མ་ཡོང་བ་འགལ་ཉ་ཉེ་ཡོ་གེ་ཤེ་ལ་རྩོམ་མེད་ལ་  
(གཞན་ཉ་ལེས་སྤོང) ས་མ་ཡ་ཁ་ལ་ལྷ་ཉི་ལྷ་ཉི། མི་ཤེ་ཉ་ཤེ་རྒྱ་རྒྱལ། རྒྱ་ཅར་ཀ་མ་ཡ། གཟའ་བདུད་  
ཚེད་པོ་རྒྱ་རྒྱལ་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཁྲིད་རྣམས་དམ་ཚིག་རྗེས་ཀྱི་མཚོན་ཕྱིན་གཏོར་མ་འདི་བརྒྱུ་མས་ལ། །  
སན་བདེ་བྱང་རྒྱབ་སྤོང་གི་སེམས་དང་ལྷན་པར་མཛོད་ལ། ། རང་གི་གནས་སྤུ་གསེགས་སེག། ། ཅེས་བཛོད་  
དོ། ། བསྐྱེད་འདི་ཡན་བྱས་པས་ཚོག

ལ་པ་ནི། རྒྱས་པར་སྤོང་། ཐོང་གི་གཏོར་མའི་མཐུར། ལྷག་གི་གཞུགས་དང། རྒྱལ་དང། རྩོམ་  
མག འཕྲུག ལྷག ལྷི། ལྷ་གི་གཞུགས་རྣམས་བཤམ། ཕྱིན་བརྒྱབས་བྱས་ལ་འདི་སྤོང་དོ། ། རྒྱུ། ར

བོ་སྐྱུག་ན་རྗེ་ཤི་བ། ། ར་ལོ་སྐོ་རྒྱལ་ག་ཤིན་ཟེ་འི་ག་ཤིད། ། ལྷ་སྐོན་སྤེ་བརྒྱད་ར་ཡི་བྲན། ། ར་ལས་ཆེ་བཅོན་
 ལྷ་ཡང་མེད། ། གཟའ་རྣམས་ར་ཡི་བཀའ་ལ་ཉོན། ། ལྷོ། གཟའ་བདུད་ཆེན་པོ་ཚྭ་དྲུག་གི་ཡབ། ། རི་རབ་
 ཆེན་པོའི་ཚེ་མོ་ན། ། སྐོན་པོ་ཡལ་མེད་བལ་བལྟགས། ། ལྷ་མདོ་ག་སྐྱུག་ན་ག་འཇིགས་པ་ལ། ། ལྷ་ལ་རེ་ག་
 པའི་དུག་ཆེན་ཡོད། ། སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་གཞོད་པར་བྱེད། ། གཤམ་གཏོར་མ་འདི་བཞེས་ལ། ། ལྷ་སྐོར་
 ཡོན་བདག་འཁོར་བཅས་གི། ། རེ་ག་པའི་དུག་རྣམས་ད་སྐོལ་ཅིག ། ལྷོ། གཟའ་བདུད་ཆེན་པོ་ཚྭ་དྲུག་གི་
 ཡུམ། ། ལྷ་མཚོ་ཆེན་པོའི་གཏིང་རུམ་ན། ། ལྷ་མོ་རྗེ་རྣོག་འཇུ་མ། ། ལྷ་མདོ་ག་དམར་སྐྱུག་འཇིགས་རྒྱལ་
 ལྷོན། ། ལྷ་ལ་མཚོང་བའི་དུག་ཡོད་པས། ། སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་གཞོད་པར་བྱེད། ། དཀར་གསུམ་གཏོར་མ་
 འདི་བཞེས་ལ། ། ལྷ་སྐོར་ཡོན་བདག་འཁོར་བཅས་གི། ། མཚོང་བའི་དུག་རྣམས་ད་སྐོལ་ཅིག ། གཟའ་
 བདུད་ཆེན་པོ་ཡབ་ཡུམ་གི། ། ལྷ་ལས་སྐྱལ་པའི་ཞེ་སྤང་གཟའ། ། གར་སྐོགས་རུས་པའི་ཞིང་ཁམས་གི། །
 ལྷ་བདུད་སྐོས་པའི་དུག་ཡོད་པ་ན། ། གཟའ་ཆེན་ལྷོ་རུ་རྗེ་ནི། ། ལྷ་མདོ་ག་སྐྱུག་ན་ག་འཇིགས་པ་ལ། །
 འཁོར་དུ་ལྷ་བདུད་བརྒྱད་གིས་བསྐོར། ། ལྷ་ལ་ཞེ་སྤང་དུག་ཡོད་པས། ། སེམས་ཅན་ཀུན་ཀྱང་རེངས་པར་
 བྱེད། ། ལྷ་ཆེན་དར་མ་འདི་བཞེས་ལ། ། ལྷ་སྐོར་ཡོན་བདག་འཁོར་བཅས་གི། ། ཞེ་སྤང་དུག་རྣམས་ད་
 ལྷ་རས་ཤིག ། ལྷོ། ལྷོ་སྐོགས་རྗོད་གི་ཞིང་ཁམས་ནས། ། ག་ཤིན་ཟེ་རོལ་པའི་ཞིང་ཁམས་གི། ། གཟའ་
 ཆེན་ལྷ་བའ་འཇུག་ཆེན་པོ་ནི། ། ལྷ་མདོ་ག་སེར་ནག་འཇིགས་པ་ལ། ། འཁོར་དུ་ག་ཤིན་ཟེ་བརྒྱད་གིས་
 བསྐོར། ། ལྷ་ལ་ར་རྒྱལ་དུག་ཡོད་པས། ། སེམས་ཅན་ཀུན་ཀྱང་བརྒྱལ་བར་བྱེད། ། ལྷ་ཆེན་འཇིགས་པ་
 བརྒྱད་གིས་བསྐོར། ། ལྷ་སྐོར་ཡོན་བདག་འཁོར་བཅས་གི། ། ར་རྒྱལ་དུག་རྣམས་ད་སྐོར་ས་ཤིག ། ལུབ་
 ལྷོགས་ལྷག་གི་ཞིང་ཁམས་གི། ། མ་མོ་རོལ་པའི་དུག་ཡོད་པ་ན། ། གཟའ་ཆེན་ལྷ་སྐོར་དུག་པོ་ནི། ། ལྷ་
 མདོ་ག་དམར་ནག་འཇིགས་པ་ལ། ། འཁོར་དུ་མ་མོ་བརྒྱད་གིས་བསྐོར། ། ལྷ་ལ་འདོད་ཆགས་དུག་ཡོད་
 པས། ། སེམས་ཅན་ཀུན་ཀྱང་འཇུགས་པར་བྱེད། ། ལྷོ་གཏོང་དམར་འདི་བཞེས་ལ། ། ལྷ་སྐོར་ཡོན་
 བདག་འཁོར་བཅས་གི། ། འདོད་ཆགས་དུག་རྣམས་ད་སྐོར་ས་ཤིག ། ལྷོ། ལྷ་སྐོར་ལྷ་སྐོར་དུག་པོ་ཞིང་
 ཁམས་གི། ། བདུད་པོ་རོལ་པའི་དུག་ཡོད་པ་ན། ། གཟའ་བདུད་ཆེན་པོ་ཚྭ་དྲུག་གི། ། ལྷ་མདོ་ག་མཚོང་ནག་
 འཇིགས་པ་ལ། ། འཁོར་དུ་བདུད་པོ་བརྒྱད་གིས་བསྐོར། ། ལྷ་ལ་སྐོག་དོག་དུག་ཡོད་པས། ། སེམས་ཅན་
 ཀུན་ཀྱང་འཇུག་པར་བྱེད། ། མག་ཚོང་དར་མ་འདི་བཞེས་ལ། ། ལྷ་སྐོར་ཡོན་བདག་འཁོར་བཅས་གི། །
 སྐོག་དོག་དུག་རྣམས་ད་སྐོལ་ཅིག ། རི་རབ་ལྷན་པོའི་གར་སྐོག་ལོ། ། དག་བསྐོན་རོལ་པའི་ཞིང་ཁམས་
 བ། ། གཟའ་བདུད་དང་སྐོར་ཆེན་པོ་ནི། ། ལྷ་མདོ་ག་དཀར་སེར་འཇིགས་པ་ལ། ། འཁོར་དུ་དག་ལྷ་
 བརྒྱད་གིས་བསྐོར། ། ལྷ་ལ་གཏི་སྐྱུག་དུག་ཡོད་པས། ། སེམས་ཅན་ཀུན་ཀྱང་སྐྱུགས་པར་བྱེད། ། གཤམ་

འབྲུག་ཚོལ་མོ་འདི་བཞེས་ལ། ། རྒྱ་རྒྱུད་ཡོན་བདག་འཁོར་བཅས་ཀྱི། ། གཏི་ལྷག་དུག་རྣམས་ད་ཁོལ་  
 ཅིག ། ལྷོ་རི་རབ་རྒྱལ་པོའི་ལྷ་བྱུང་གི། ། སྲིན་པོ་རོལ་པའི་དགྲིལ་འཁོར་ན། ། གཟའ་བདུད་བིའི་པ་ཏ  
 བྱི། ། རྒྱ་མདོག་རྒྱག་ནག་འཛིགས་པ་ལ། ། འཁོར་དུ་སྲིན་པོ་བརྒྱད་ཀྱིས་བསྐྱོད། ། རྒྱ་ལ་མཚོང་བའི་དུག  
 ཚེན་ཡོད། ། སེམས་ཅན་ཀུན་ཀྱང་རིངས་པར་བྱེད། ། གཟའ་བདུག་དཀར་པོ་འདི་བཞེས་ལ། ། རྒྱ་རྒྱུད་ཡོན་  
 བདག་འཁོར་བཅས་ཀྱི། ། མཚོང་བའི་དུག་རྣམས་ད་ལྷུངས་ཤིག ། ལྷོ་རི་རབ་རྒྱལ་པོའི་བྱུང་བྱུང་  
 བྱི། ། རྒྱ་བཅོན་རོལ་པའི་དགྲིལ་འཁོར་ན། ། གཟའ་བདུད་དུ་བ་མཆུག་རིང་བྱི། ། རྒྱ་མདོག་རྒྱང་ནག  
 འཛིགས་པ་ལ། ། འཁོར་དུ་རྒྱ་བཅོན་བརྒྱད་ཀྱིས་བསྐྱོད། ། རྒྱ་ལ་བརྟམས་པའི་དུག་ཚེན་ཡོད། ། རྒྱ་རྒྱུད་  
 ཡོན་བདག་འཁོར་བཅས་ཀྱི། ། སེམས་ཅན་ཀུན་ཀྱང་འཚིང་ཞིང་ཕྱི་ཕྱི། ། ཀུཀུར་ཚ་འདི་བཞེས་ལ། ། རྒྱ་  
 རྒྱུད་ཡོན་བདག་འཁོར་བཅས་ཀྱི། ། བརྟམས་པའི་དུག་རྣམས་ད་ཁོལ་ཅིག ། ལྷོ་རི་རབ་རྒྱལ་པོའི་བྱུང་བྱུང་  
 བྱི། ། བཤེགས་རྣམས་རོལ་པའི་དགྲིལ་འཁོར་ན། ། གཟའ་བདུད་ཚེན་པོ་སྒྲ་གཅན་འཛིན། ། རྒྱ་མདོག་  
 དུད་ཁ་འཛིགས་པ་ལ། ། འཁོར་དུ་བཤེགས་རིགས་བརྒྱད་ཀྱིས་བསྐྱོད། ། རྒྱ་ལ་ཁ་རྒྱངས་དུག་ཚེན་ཡོད། །  
 སེམས་ཅན་ཀུན་ཀྱང་ལྷོས་པར་བྱེད། ། ལྷུང་ཚེན་དུ་རིང་འདི་བཞེས་ལ། ། རྒྱ་རྒྱུད་ཡོན་བདག་འཁོར་བཅས་  
 ཀྱི། ། ཁ་རྒྱངས་དུག་རྣམས་ད་ཁོལ་ཅིག ། ལྷོ་མིག་དམར་མཁར་ཚོས་གཤེད་མའི་དུག ། ལྷུང་དང་  
 གཏོར་མ་འདི་བཞེས་ལ། ། ཚ་བའི་དུག་རྣམས་ད་ལྷུངས་ཤིག ། རྒྱ་བ་ལྷག་པ་རྒྱ་ཡི་གཟའ། ། ལྷུང་དང་  
 གཏོར་མ་འདི་བཞེས་ལ། ། རྒྱ་གཟའི་དུག་རྣམས་དུག་རྣམས་ད་ལྷུངས་ཤིག ། ཉི་མ་དམག་དཔོན་མེའི་  
 གཟའ། ། ལྷུང་དང་གཏོར་མ་འདི་བཞེས་ལ། ། མེ་གཟའི་དུག་རྣམས་ད་ལྷུངས་ཤིག ། པ་མ་སངས་ནི་  
 ལྷགས་ཀྱི་གཟའ། ། ལྷུང་དང་གཏོར་མ་འདི་བཞེས་ལ། ། རུས་པའི་དུག་རྣམས་ད་ལྷུངས་ཤིག ། ལྷུང་དུ་  
 ཤིང་གི་གཟའ་ཡིན་ཏེ། ། ལྷུང་དང་གཏོར་མ་འདི་བཞེས་ལ། ། ཚ་རྒྱས་དུག་རྣམས་ད་ལྷུངས་ཤིག ། སྲིན་པོ་  
 ས་ཡི་གཟའ་ཡིན་ཏེ། ། ལྷུང་དང་གཏོར་མ་འདི་བཞེས་ལ། ། ས་ཡི་དུག་རྣམས་ད་ལྷུངས་ཤིག ། གཏི་ལྷག་  
 དུག་རྣམས་ད་ལྷུངས་ཤིག ། ཞེ་སྤང་དུག་རྣམས་ད་ལྷུགས་ཤིག ། ད་རྒྱལ་དུག་རྣམས་ད་ལྷུངས་ཤིག །  
 འདོད་ཆགས་དུག་རྣམས་ད་ལྷུངས་ཤིག ། སྤག་དོག་དུག་རྣམས་ད་ལྷུངས་ཤིག ། དུག་རྣམས་ཐམས་ཅད་ད་  
 ལྷུངས་ཤིག ། རྒྱ་རྒྱུད་ཡོན་གྱི་བདག་པོ་རྣམས། ། འཁོར་བཅས་དུག་ལས་གྲོལ་བར་མཛོད། ། བརྒྱུང་པ་  
 ཚོངས་ལ་བཅིངས་པ་ཁོལ། ། མཐུན་པ་བཏེགས་ལ་བསྐྱམས་པ་སྐོད། ། བད་རྣམས་མ་ལུས་ཞི་བར་མཛོད།  
 བཀའ་ཤིས་ལྷན་ལྷན་ཚོགས་པར་མཛོད། ། ཅེས་བཛོད་དོ། །

དུག་པ་ནི། ལྷུང་གཏོར་བད་པའི་མཚོ་ལ་བསྐྱོར་ནས་ལྷུང་བཏང་ཞིང་རོལ་མོ་སྐྱོགས་ལ། ། གཤེགས་  
 གསོལ་འདི་སྐད་དོ། ། ལྷོ་ལྷོགས་ལྷོགས་དེ་ནི་པ་གི་ན། ། ཉི་མ་ཤར་ལྷོགས་པ་གི་ན། ། རྫོང་ལྷུང་གི་

གཞུགས་ཡས་ཁང་། །གཟའ་ཡི་བཞུགས་ས་དེ་ན་ཡོད། །གཟའ་ཡི་གནས་ས་དེ་ན་ཡོད། །གཟའ་གསེགས་  
 དེ་ནི་ཤར་ར། །གཟའ་གཞུ་དེ་ནི་སི་ལི་ལི། །གཟའ་གསེགས་དེ་རུ་གསེགས་པར་འཚམ། །སྟོགས་སྟོགས་  
 དེ་ནི་པ་གི་ན། །ཉི་མ་རྩོ་སྟོགས་པ་གི་ན། །རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་གཞུགས་ཡས་ཁང་། །གཟའ་ཡི་བཞུགས་ས་  
 ལ་སོགས་ཚོགས་རྒྱུ་ལ་འགྲོ། །སྟོགས་སྟོགས་དེ་ནི་པ་གི་ན། །ཉི་མ་རུ་བསྟོགས་པ་གི་ན། །པད་  
 མའ་བར་བའི་གཞུགས་ཡས་ན། །གཟའ་ཡི་བཞུགས་ས་དེ་ན་ཡོད། །གཟའ་ཡི་གནས་ས་དེ་ན་ཡོད། །  
 སྟོགས་སྟོགས་དེ་ནི་པ་གི་ན། །ཉི་མ་བྱང་སྟོགས་པ་གི་ན། །འཇའ་ཚོན་གསལ་བའི་གཞུགས་ཡས་ཁང་། །  
 གཟའ་ཡི་བཞུགས་ས་དེ་ན་ཡོད། །སྟོགས་སྟོགས་དེ་ནི་པ་གི་ན། །ཉི་མ་རྩེང་སྟོགས་པ་གི་ན། །རྩ་ཚོགས་  
 འབར་བའི་གཞུགས་ཡས་ཁང་། །གཟའ་ཡི་བཞུགས་ས་དེ་ན་ཡོད། །གཟའ་ཡི་གནས་ས་དེ་ན་ཡོད། །རང་  
 རང་གནས་སུ་འགོ་རེ་རན། །ད་ལྟ་ཉིད་རུ་གསེགས་སུ་གསོལ། །རྒྱ་ལ་ས་པ་རི་སྤྲ་ར་གཞུ། །ལྷ་ལྷ། །ལྷ་ཏ་  
 ཡག་ཞུ། །ཞེས་པས། །གོ་ར་མས་ཚེས་ནས་རང་གནས་སུ་སོང་བར་བསམ། །གོ་ར་མ་གཟའ་ཡི་འགྲུ་  
 སྟོགས་སུ་གོ་ར་འོ། །

3 རྗེས་ཀྱི་རིམ་པ།

གསུམ་པ་རྗེས་ཀྱི་རིམ་པ་ནི། རང་ཉིད་ལྷག་དོར་གྱི་ལྷགས་ཀར་བསྐྱང་བྱ་ཡོད་པར་བསམས་ལ། སྤང་  
 ལྷགས་འདི་བཟོ། །ཨོ་གཏུམ་པོ་ལེ། གཏུམ་པོ་ལེ། མ་རྒྱ་གཏུམ་པོ་ལེ། སྤྲ་སྤྲ། མེ་མེ། བག་ཤིག་  
 གཟའ་ཁ་མ་རུ་མ་རྒྱ་རྒྱ་ལ། །ཨ་ཡ་མ་རུ་རུ་ཅ་ཤ་ན་ས་མ་ཡ་རྒྱ་སྤ། །ཨ་རྩི་རྩི་རྩི་སྤྲ་སྤ། །ཞེས་སོ། །  
 བད་པ་ལ་བཀྲ་ཤིས་བཟོ། །ཚོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་མི་དམིགས་པ་དག་པ་ཆེན་པོའི་རང་རུ་བཞག་  
 སོ། །དེ་ལས་ལངས་ཏེ་བསྐྱོབ་སྐྱོབ་ལམ་བུའོ། །དེས་གོད་པ་སྤར་བུས་ཞི། །ལྷིས་མི་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ཚུལ་  
 འདི་སྐོབ་དཔོན་པད་མས་མཛད་པའི་དྲང་སྤོང་གི་བཙུགས་ཐབས་རིགས་འགའ་ལས་བཏུས་ཏེ་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་བསྐྱེས་  
 འཚམ་པར་སྤར་བ་ཡིན་ནོ། །འདིར་སྐྱེས་པ། དྲང་སྤོང་ཁྲོས་པའི་དུག་རྒྱངས་ལུན་ནག་གིས། །འགྲོ་མང་  
 གུན་དགའི་གཞི་ལ་ཞེས་པ་ན། །ལང་ཚོད་པལ་གཟིས་གང་བའི་སྐྱེ་བོ་གུན། །ཉམ་ཐག་སྐྱུག་བསྐྱེས་ལང་སྤར་  
 ཞུགས་པར་སྤར། །དེ་འདྲའི་འགྲོ་ལ་མཚོན་སྐྱེན་དེ་མེད་འོད། །ཕན་བདེའི་སྤང་བྱེད་ཤར་བས་སྐྱུག་བསྐྱེས་  
 ལུན། །མལ་ས་སེལ་འདི་ཁོ་བོའི་སྐོ་མཚོ་ལས། །སྤང་མོད་གུན་གྱི་དཔལ་འདི་ཚེས་དོ་མཚར། །ཚུལ་འདི་  
 བྱ་བྱང་དཔོན་པ་བ། །རག་དབང་པད་མ་ཞེས་པས་སྤར། །དགོ་བས་འགྲོ་གུན་དྲང་སྤོང་གི། །བད་ལས་  
 སྐོལ་ནས་བདེ་ལུན་ཤོག །



3 བཅོས་ཐབས།

སྐྱེད་བཅོས་ཀྱི་སྐབས་སྲུང་ག་སྐྱེགས་ན། ལྷ་ལྷུ་ལ། ལྷ་མི། མི་རྒྱུ་ འུ་དག་གླེ། བཀའ་པོ་བཞི་དང་ཐོན་མ་དང་། སྐྱེད་སྐྱེ་གྱི་མཉེས་པའི་དུད་པ་ལྷག་འགའ་ཡང་བཏང་བས་སྐྱེ་ཤེས་སོ། །

ཟས་ལོ་བྱ་པ་སྐྱེད་པ་ཅོ་གའི་གདང་སྐྱོད་བལྟ་བུ་ལོ། ། རྩུ་བལྟོ་མ་བལྟོ་ལྷུ་ ལྷག་སྐྱེ་ལ། ཐལ་དགའ་རྒྱ་ལྷུ་ ལྷག་པ་ཚེར་མ་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཐང་བཏང་བས་ཐོན། དྲི་ཚེན་བལྟོ་མ་བལྟོ། ཤོག་ཤིང་དང་དུར་ལྷིང་གྱི་ཐང་བཏང་ངོ། ། དྲི་ཚེན་དྲི་རྩུ་འབྲམས་ན་དྲོད་སྐྱེ་ལྷི་འཛོང་གི་ཐང་བཏང་། འབྲས་སྤེའམ་ཤིང་ལ། རམ་སུའི་ཚོགས་དགུ་བཏང་ངོ། ། འབྲ་མེད་ཟླ་མཚན་འབྲམས་ན། རོ་མ་མཁུས་ཀྱི་སྐྱེགས་ཀྱི་ལྷུ་ལྷུ་ལ། འབྲེམ་གས་ལུ་སྐྱེ། ཐག་ལྷན་རྣམས་ཀྱི་ཐང་སྤེའི་རིགས་གཏང་ངོ།

ཡང་བྱིམ་མི་ཉེ་འཁོར་སོགས་བསྐྱེད་བའི་དུད་ཇེས་ལ། སྐྱེད་སྐྱེས་ལུངས་དགའ་འུ་དག་ག་སྐྱེ་མ་བལྟོས་པའི་དུད་པ་སྐྱེ་བས་སྲུང་བཏང་ངོ། ། ཡང་། འབའ་ཆ་གྲུ་གྲུ་ལ་དགའ་བཀག་གཉིས་བང་སྐམ་གསུམ་བཏུལ་བ་ཚུ་བལྟོ་དང་། ཐང་བལྟོ་མ་ར་དགའ་སྐྱེར་ལ། ཡན་ལག་ཞུ་ཤེས་དང་སྐྱོད་དོར་གྲུ་གས་པས་ཤིན་ཏུ་ཐོན་ལོ། ། བད་གཞུག་བཤལ་གྱིས་སྐྱེད་ཞེས་ལ། དུག་རོ་འབྱིན་པ་ལ་ཚ་རྩེའི་བཤལ་ཤིན་ཏུ་ཐོན་ཏེ་སྐྱེད་གཞུང་དང་བལྟོ་བལྟོ་ཅིང་གྲུ་གྲུ་བཀའ་པོ་དང་། མཐུའི་མཛོད་སྐྱེད་དུ་བལྟོ་བཀའ་དེ་མེད་གཏར་སྐྱེ་གསུམ་སྐྱེས་ནས་འཛོད་དང་སྐྱེར། ཞེས་པ་ལ། སྐྱེར་སྤེད་གདོན་ལ་གཏར་སྐྱེག་འདི་ཉེན་ཆེ་བས་འཛོམ་ཞིང་། ལྷན་པར་སྐྱེས་ན་སྐྱེས་བཅོས་སྐྱེ་མི་བཏུབ་པས་ནད་མཚུག་ཏུ་བྱེད་བཤེས་སོ། ། དེ་ལ་མེ་གཟའ་ལ་སྐྱེག་ཏུ་མི་རུང་བས་གཏར་ཁ་བཤད། རྩུག་ཟའ་ལ་གཏར་དུ་མི་རུང་བས་སྐྱེག་པའི་དུད་བྱེད། ། དུགས་ནི་གཉིས་གར་རུང་ངོ། ། གཏར་བལྟོ་ཚད་པ་ཆེས་ནས་རྩེད་གཟེར་ན་ཚེ་ལྷུང་གཏར། མཚོ་མེམ་(འཛོམ) ཞིང་ན་ན་མཚོག་སྐྱེད་བྱེད། ལྷ་ཚེ་ལ་ཁྱུ་ལྷུང་ཟད་འདོན། སྐྱོ་ལྷུ་ཁྱུ་ཚོག་སྐྱེད་ན་གཏར། གཞོགས་པ་གཤོན་བྱེད་ཅིང་ན་བུ་སྐྱེད་གཏར། བསྐྱེག་ནི། སྐྱེར་རྒྱུད་ལངས་ན་ཚོགས་པ་དང་པོ་བསྐྱེག་སྐྱེགས་ན་བཏུ་གཉིས་པ་བསྐྱེག་འདིས་ཤུགས་ལ་མི་བྱེད་བཡང་བྱེད། མཚོ་ན་བདང་བྱིང་ན་སྐྱེ་གཏུག་བསྐྱེག་ཁ་མིག་པོ་བལ་རྩ་བའི་གཞུང་ཚ་བསྐྱེག་ཁ་སྐྱེགས་པ་ལ་རྒྱུང་པའི་ག་(དེག) མཚན་སྐྱེ་བསྐྱེག་ཚ་རྩུ་ལགས་ན་མཚུག་གྲུ་སྐྱེད་བསྐྱེག་སྐྱོ་སྐྱེད་མི་བདེ་བ་དང་། སྐྱེད་འཕམ་ལ། ཡིད་འཚུ། སྐྱེད་རྩུང་དུ་འགྲོ་ཅན་པོ་ཡི་གཤོན། མའི་གཡས་ཀྱི་རུ་མའི་དཔུས་ནས་བྱེད་ཏུ་ཚོན་གང་འཇལ་སར་བསྐྱེག་དེས་མ་སྐྱེབ་ན་སྐྱེར་དུ་ཚོན་གང་འཇལ་སར་བསྐྱེག་གོ། ། ཡན་ལག་གི་ཚ་བཤལ་བལ་སྐྱེར་ནི་རྒྱུང་ལག་གི་མཚོ་བོང་སྤེད་གི་སྐྱེ་སར་རྩུགས་བྱས་པས་ཐོན་ལ། ལྷེ་བཀའ་དང་མིག་གསལ་དུ་སྐྱེད་ཞིང་མན་ན་གསུང་དུ་དོད་པ་སྐྱེ་མེད་པའི་སར་མེ་བཅོའ་འགྲོ་སྐྱེ། དེ་ཡང་རྟོར་མེ་བཅོའ་འམ། ཚན་རྩོད་

བྱས་པས་ཕན། གནད་ཤེས་པར་བྱའོ། །

དུགས་ལུམས་ནི། ཡན་ལག་ལ་རེངས་དང། འཁྲུམས་པ་དང། ཚ་རྒྱུད་དང་པགས་པ་ཀོ་བ་ཐམས་  
ཅད་བདུད་ཅི་ལྡེ་ལུམས་མང་དུ་བྱ། ཡང་ན་ཨ་བྱག་ གྲར་ཀུམ་ཚ་ལོ་མེ་ཉོག་དང་བཅས་པའི་ཚོད་ལུམས་བྱ།  
ཡང་ན། རི་ཤོ། སྤྱང་ཚོར། རི་ལྷག་པ། མཁན་པའི་ལུམས་བྱའོ། ། རྙེང་གདོན་གྱི་ནད་ལ་སྤངས་པོ་ཕར་སྤོ་  
ཚུར་སྤོ་བྱེད་པ་མང་དུ་འབྱུང་སྟེ། དེ་ལ་གཉན་ལྟོག་དང་མ་དོར་བར་བྱགས་ལུམས་གང་རིགས་རན་པར་བྱས་  
པས་ཡང་ཞིར་འཕྱུར་ངེས་སོ། ། མདོར་ན་སྤྲོད་དཔུང་དང། གསང་ལྷགས་གྱི་རུས་པ་རྒྱང་འབྲེལ་གྱི་སྒོ་ནས་  
གསོ་བར་བྱེད་པ་གནད་ཡིན་ནོ། ། རོ་མཚར་བདུད་ཅི་ལྷ་བའི་འོད། ། འགོ་བའི་གདུང་སེལ་སྤྲོད་གྱི་  
མཚོག། ། ལྷུམ་བཅོས་གསང་སྤྲོད་རྒྱར་དུ་གཤ། ། སྤོབ་དཔོན་མཉེས་བྱས་ཤེས་པར་བྱོས། ། ཞེས་བྱ་བྱུང་པ་  
ངག་གི་དབང་པོས་ལེགས་པར་བཀོད་པ་དགེ་ལེགས་སྤྱུང་ཅིག་ མི་བསྐྱོད་པའི་དཔེའོ། ། གཞུང་མན་ངག་  
རྒྱར་དུ་གཤ་པའི་རིམ་པ་ནི་འདི་ལོར་འོ། །



ཕྱེད་ལྷན། ། གདམས་པ་མ་བུ་རྣམ་པ་བདུན། ། འཛོམས་ན་འདི་དོན་བདེ་ལྷག་འཕྲུབ། ། དེ་ཡང་བདུན་  
 ཚིའི་བུམ་པ་བཟང་། ། མཚོན་རྒྱན་གྱི་མེད་གཟེང་སྲུང་འཕྲུངས། ། རྣམ་གྲོལ་རྒྱབ་བདུན་ཚིའི་ཚད། །  
 ལྷན་བུ་སྤྲུལ་པའི་མན་དག་དང་། ། ལྷུམ་བཙོས་གསང་བ་འདི་དང་བདུན། ། དག་དབང་རྣམ་བསམ་དག་  
 པའི་རྒྱན། ། ལས་ཐོན་དོ་མཚར་རྒྱ་གཙང་སྟེ། ། དྲང་སྲོང་བུག་གིས་སྤགས་སྲུང་པའི། ། འགྲོ་གང་གི་མ་  
 བསེལ་བྱེད་ཡིན། ། འདི་བཀོད་དགོ་བསའ་འགྲོ་བ་ཀུན། ། རྗེས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་ཤོག། ། ཅེས་བུ་  
 ལྷན་པ་པད་མ་བཟླས་ལེགས་པར་སྲུང་བའོ། ། བུ་རྩ་མཚུ་སྤྲུལ་ཇ་ག་ཉམ། ། ལྷགས་འཆང་མི་བརྒྱུད་པའི་  
 དཔེའོ། །

(བུ་མདོ་སྲུ་བུམས་རྒྱལ།)

གཉིས་པ། གཟའ་གདོན་ནད་ཀྱི་ཉུག་ས་བཙུག་མཛོད་བསྟུས།

དཔལ་ལྷན་པ་དཔོན་ཀླུ་ལེགས་བརྟན་འཛིན་གྱིས་མཛད།

གཟའ་བཙུག་ལ་ཤོག་བྱིལ་ལས། དང་སྲོང་ནད་སྲི་ཉུག་ས་འདི་ལྟར་ལོང། ། དགོད་དང་ཏུ་དང་ཤ་ཙ་  
 བརྟེན་བདང། ། ཁ་སོ་བསྟུན་དང་རྒྱང་ལག་བཤལ་བདང། ། བརྟུག་ས་པའི་ཚོན་དུས་ཚེན་བརྟུད་ན་ན། །  
 གཡས་འཕྱོགས་གཡོན་འཕྱུམས་དཀར་ནག་ཙ་ཏུ་དལ། ། བྲག་ཙ་དལ་བས་མིག་འབྲས་གཉིས་ལ་འཁོར། །  
 རྒྱང་གཟའ་རྒྱང་འདྲ་རྒྱང་གསང་ཐམས་ཅད་ན། ། བྲག་གཟའ་བྲག་གི་ཙ་རྒྱས་རྒྱང་བསྟོན་མཚོ། ། འཕྲིག་  
 ཅིང་འབྲུལ་བས་རྒྱ་རྒྱར་འབྲུབ་ཅིང་ཁོལ། ། བད་ཀན་རྟུན་པས་བྱིང་འཐིབས་རྒྱ་ཡི་མདོག། ། དེས་མེད་ས་  
 དང་རྒྱ་འདྲེས་མིག་ཅིང་འབྲུགས། ། གཡུལ་འདྲ་རྒྱ་དང་མེད་འདྲེས་འཐབ་པའི་ཚོ། ། ར་མ་ལྷག་འདྲེས་རྟུ་བུ་  
 མཚེན་མཚེན་སོགས། ། རྟོན་ལ་བབས་པ་པས་ཚེར་ལོང་མེད་འཚི། ། རྒྱན་བུའི་གཟའ་ནི་ནད་གཞིའི་འོག་ཏུ་  
 གཤ། ། ཁ་ཅིག་དེས་མེད་ནད་རན་མཛོ་ཏུ་འཚི། ། སྲི་བཙུག་དགོས་བཙུག་མན་རག་བཞིན་དུ་བྱ། །  
 གསང་བའི་སྟུན་ལྟར་རང་དོན་དང་སྟུང། ། སྲུང་བའི་འཁོར་ལོ་སྲུང་བོར་ལོ་སྲུང་བསྟོན། ། མི་འབྱུར་ཉུག་ས་  
 སུ་དུག་བྲག་འཁོར་ལོ་གདགས། ། ཞེས་སོ། ། ཉུམས་ཡིག་ལས། ཡང་ཅིག་གཟའ་ནད་ཉུམས་ཡིག་  
 བཤད། ། དེ་ལ་ཉུག་ས་དང་བཙུག་ས་བསྟུན་གཉིས། ། གདོད་སྟུག་ནག་སོ་བཙུག་སུ་མེད། ། བབས་དང་ཟེར་  
 མགཉིས་པོ་འདི། ། དང་སོ་བརྟུག་དང་བར་དུ་གསོ། ། བ་མཚུན་རྗེས་བཅད་པའོ། །

བརྟུག་པ་ལ་ཡང་གསུམ་ཡིན་ཏེ། ། བ་ལྷགས་སྟོན་ནས་བརྟུག་པའོ། ། དང་སོ་བ་ལྷགས་བརྟུག་པ་  
 བོ། ། སྲི་ནད་གཉིས་སུ་ཤེས་པར་བྱ། ། རྒྱ་དུས་བརྟུད་ཀྱི་དུས་སུ་ན། ། ཞེ་འཛིགས་དུ་མི་ཞེས་པ་དང། །  
 རྒྱུད་འདར་བེམ་དང་སྟུ་མ་ཤེས། ། རྒྱག་མེར་མགོ་དང་མིག་རུས་ན། ། ཟེ་མི་འདོད་ལ་ཡང་ན་འདོད། །  
 ལུས་ནི་མེད་ཙམ་ན་བའཕྱུང། ། དེ་ནི་སྲི་ཡི་བརྟུག་པའོ། ། བད་གི་བབས་ཉུག་ས་བརྟུག་པ་བོ། ། བགས་ལ་  
 བབས་ན་ཁ་མིག་ལོ། ། བར་དུ་རྒྱ་རྒྱས་ལ་བབས་ན། ། ཞེ་དངས་འཕྱུམས་སོར་འགྲོ་བ་ཡིན། ། རྟོན་རྒྱང་  
 དགལ་བབས་པས་ན། ། སྟུ་མི་ཤེས་པར་འབྱུང་བ་ཡིན། ། མིག་གིས་མི་མཛོང་མཚེན་ལ་བབས། ། རྒྱ་བས་  
 མི་ཚོས་མཁལ་མར་བབས། ། ཙ་རྒྱ་དག་ནི་སྟུ་མ་པར་བྱེད། ། སྟོ་རྒྱང་སྟོ་བརྒྱགས་པ་ན། ། སོ་བལ་ནི་བབས་  
 པ་ཡིན། ། མཚེར་ལ་བབས་ན་གཞོགས་གཡས་སྟུ་མ། ། རྒྱ་ལོང་ལ་བབས་འཕྱུ་བར་བྱེད། ། གཉིས་པ་སྟོ

ལྷའི་བརྟུགས་ལྗི། ། ས་ཚུ་མེ་རླུང་འབྱུང་བ་བཞི། ། རླུང་མཁྱིས་བད་ཀན་འདུས་པར་སྐྱུར། ། གཉིད་  
འཐིབས་ལྟོ་ཆེ་ས་གཟའི་ཉུགས། ། རླུང་གཟའ་ཕོག་པའི་མཚན་ཉིད་ལྗི། ། ལྷས་ཀྱི་དྲོད་རྣམས་མྱི་ནས་  
སྐལ། ། འབྲུག་འབྲུག་མང་པོ་འབྱུང་བ་དང། ། ས་མདོག་སྐྱོན་པོར་འབྱུང་བ་དང། ། ཡན་ལག་ཐམས་  
ཅད་རེངས་པ་དང། ། མདོར་ན་ཚ་སྐྱོན་རྣུབ་འབྱུང། ། བེ་གཟའ་ལྷས་དྲོད་ཆེ་བར་འབར། ། ལྷས་ལ་མེ་རི་  
འབར་བ་དང། ། ཟས་སྐྱོམ་ཚོས་ན་བ་དང། ། ལྷབས་ལྷད་མང་པོ་འབྱུང་བ་དང། ། ལྷས་ནི་གཡས་ངོས་  
ལ་བ་དང། ། མཚོ་གཟེར་དྲག་ཏུ་འབྱུང་བ་དང། ། ལྷད་པ་གཟུང་འབྱུང་བ་དང། ། རླུང་(རླུང)ནག་རླུང་  
ཏུ་འབྱུང་བ་དང། ། རྣམ་པ་ཏུ་མར་འབྱུང་བ་དང། ། རླུང་གཟའ་གཡས་མང་གཉིད་མེད་ཅིང། ། དྲན་པ་  
མིགས་ལ་རྒྱལ་བ་དང། ། ལྷབས་ལྷད་གོད་ཅིང་མང་ཏུ་སྐྱེ། ། གཏམ་རྣམས་ཆམ་ཆོལ་དག་ཏུ་མང། ། ཟས་  
རྣམས་ཚོས་ཚད་ཕོག་པ་དང། ། འོག་རླུང་བཟམ་པར་མི་བྱས་པས། ། དྲི་མར་བ་པའི་རྣམ་པ་བྱེད། །  
མདོར་ན་རླུང་སྐྱོན་རྣུབ་འབྱུང། ། ལྷས་ལ་བབས་བརྟན་པ་ལྗི། ། བེ་གཟའ་རྣོད་དང་གཡས་ལ་བབ། །  
རླུང་གཟའ་གཡོན་དང་སྐད་ལ་བབ། ། རླུང་གཟའ་ཚིགས་ལ་འབབ་པ་ཡིན། ། ཞིབ་ཏུ་བཤད་ན་འདི་རྣམ་  
འབྱུང། ། བེ་གཟའ་ཡིན་ན་མིག་ཚད་མར། ། རྣམ་པའི་རླུང་ཚད་མར་ཞིང་རགས། ། སེན་མོ་དམར་རམ་  
གཞོབ་རྟོག་འབྱུང། ། ཚ་རླུང་ཞིང་རླུང་གཟེར་ཆེ། ། རླུང་གཟའ་མིག་ལ་ནག་མིག་འབྱུང། ། རྣུབ་ཚ་ཆེ་སྐྱོ་  
འབྲུག་པ། ། སེན་མོ་སྐྱོ་འཕ་ནག་པོར་འབྱུང། ། ཚ་རླུང་ཞིང་རླུང་གཟེར་རླུང། ། རླུང་གཟའ་ཚིགས་  
རྣམས་ན་བ་དང། ། བབ་ཆོལ་མང་ཏུ་སྐྱེ་བའོ། ། གསུམ་པ་འབབ་ལྷགས་ཤེས་པར་བྱ། ། གསུམ་པ་རྣམས་  
ཀྱིས་བརྟུག་པ་ལྗི། ། བད་པའི་རླུང་དང་སེན་མོ་དང། ། ལ་ཆ་བཟེས་པའི་ཏུ་བས་བདུག ། མཚོ་འཕོང་ཁ་རླུ་  
རྣུང་མང། ། ཟེ་ཟེ་མང་ན་དེས་པ་ཡིན། ། ཡང་ན་རྣམས་བརྟུག་འདི་རྣམ་བྱེད། ། བཏུ་ཁྱི་རླུང་ཡུངས་གར་  
གསུམ། ། གཡམ་(རྟོ་ཚན་)ཀྱི་མེ་ལ་བཟེགས་པས་ཤེས། ། ཡང་ན་ཚོད་ཐམ་སྐྱོས་དགར་དང། གཟའ་ཏུག་  
ནག་པོ་ཐམ་ཆེན་དང། ། སྐང་སྐམ་རླུ་ཚ་ཀྱང་རྟོད་དང། ། སྐྱུང་རླུབ་རྣམས་སྐྱབ་རྒྱུད་པོ་འདི། ། མེ་ལ་  
བཟེགས་ལ་ཏུ་བས་བདུག ། ལོང་རྣམ་རླུང་ན་དེས་པ་ཡིན། །

གཉིས་པ་གསོ་ཐབས་བརྟན་པ་ལྗི། ། རླུང་ཚོག་རིམ་གྲོས་གསོ་བ་དང། ། ཟབ་པ་རྟེན་འབྲེལ་གྱིས་  
གསོ་དང། ། ལྱིན་རླབས་བཏགས་གྲོས་གྱིས་གསོ་དང། ། འཚོ་བྱེད་སྐྱབ་གྱིས་གསོ་བའོ། ། དང་པོ་རིམ་  
གྲོས་གསོ་བ་ལྗི། ། གཟའ་ལྷམ་སྐྱོགས་ལ་གཟའ་མཚོད་དང། ། ཚོས་སྐྱུང་སོ་རྣམ་ཚོད་པར་བྱ། ། གཉིས་པ་  
རྟེན་འབྲེལ་གྱིས་གསོ་ལྗི། ། རླུང་དང་མེད་རླུང་རྣམས་ཀྱི། ། རྟེན་འབྲེལ་རྣམ་པ་གསུམ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ལ་རླུ་  
ཡི་རྟེན་འབྲེལ་ལྗི། ། གཏོར་རྣོད་ཤིན་ཏུ་ཡངས་པ་བྱ། ། དབུས་སྐྱུ་གཟའ་མཚོག་མཚོ་པོ་དགུ། ། སྐྱོད་མེ་  
ལ་སྐྱུ་སྐྱུ་དྲུག་ལ། ལག་གཉིས་མང་འགཞུ་ཚོགས་པ་ལ། ། མཏུན་ཏུ་བཤོས་རླུང་གར་ཐབས་ལ། ། དགར་དང་

དམར་གྱིས་བརྒྱབ་པའོ། ། དེ་མཐུན་ཡལ་སྒྲོག་ཕྱིར་ཅན། ། རྒྱལ་ཏུ་སྤྲེལ་མཁོ་བྲག་མིག་ལ། ། མཚམས་སུ་  
 སྲིབ་མོ་གདོང་མོ་བཞི། ། ལྷ་སྲིབ་སྡེ་བརྒྱད་ལོ་རྒྱུད་ལྱིས་བསྐྱོད། ། དེ་ན་མས་མཐུན་ཏུ་གཏོར་རྒྱུ་རེ། །  
 དཀར་དང་དམར་གྱིས་བརྒྱབ་པའོ། ། བད་པ་རང་གི་གཟུགས་སྤྱད་ཅིག། ། གང་ཏུ་བར་ཏུ་བཞག་པར་  
 ལ། ། མཐའ་མམཐེབ་གྱིས་བསྐྱོད་བའོ། ། བད་པ་ཤར་ཏུ་(འོག་ཏུ) ཁ་བརྟམ་ལ། ། སོ་ལ་རྩོ་རྩེ་རྒྱ་གམ་  
 དང། ། མོ་ལ་བརྟ་འདབ་བརྒྱད་གི། ། ཚོན་སྤྱད་རྩ་རྩམས་གཟུགས་སྤྱད་དང། ། བད་པ་དག་གི་སྤྲིལ་བས་  
 བྱི། ། དམིགས་པ་འདི་བཞིན་བསྐྱོད་ཏུ་གཞུག། ། བད་པ་རང་གི་སྤྲི་གུམ་བས་། ། རྒྱུ་ལ་པ་རྩ་སྤྲི་རྩེ་ལ་  
 ཚོན་བས། ། ཚོན་སྤྱད་དག་ལ་ཚོན་བས་བྱི། ། གཟའ་གཟུགས་དག་ལ་མེལ་པར་སྐྱོམ། ། རྒྱུ་བ་དཔོན་རང་  
 ཉིད་སྤྲུ་ཅ་ར། ། དམར་པོ་བསྐྱོད་མས་ནས་རྒྱ་རྩུག་བརྟེག། ། གཏོར་མ་བསྐྱོད་ལ་གཅོང་སར་དོར། ། གཟའ་  
 གཟུགས་རང་གནས་གཤགས་པར་བསྐྱོམ། ། གཉིས་པ་མེ་ཡི་ཉེན་འབྲེལ་བྱི། ། བད་པའི་མཐའ་མ་མེ་ཡིས་  
 བསྐྱོད། ། སྡེ་བརྒྱད་རང་གནས་གཤེགས་པར་བསྐྱོམ། ། གསུམ་པ་རྒྱུར་གི་ཉེན་འབྲེལ་བྱི། ། བད་པ་གཡང་  
 ལ་བརྒྱུར་བའོ། ། བཏགས་སྐོས་སྤྱད་བས་གསོ་བ་བྱི། ། དཔལ་རྩན་སྤྲེ་མའི་ཞལ་ལས་ཤེས། ། འཚོ་བྱེད་  
 རྒྱན་གྱིས་གསོ་བ་བྱི། ། ཁ་ཡོ་མིག་ཡོན་ར་དཀར་མོའི། ། འོ་མ་དང་གི་བཅོང་བསྐྱེགས་ཐལ། ། ལྷུང་བུལ་  
 དག་དང་གསུམ་སྤྱད་བས། ། ལྷུག་པ་བྱས་པས་མེལ་བར་འཇུར། ། དེས་ཀྱང་བདེ་བར་མ་ཇུར་ན། ། ཁ་ཡོ་  
 མིག་ཡོད་བྱེད་འཕྲོལ་བྱི། ། སྤྲེ་རྒྱ་བྱུ་བ་བད་ཏུ་བྱི། ། དཔུས་སུ་གཟའ་གཟུགས་གཏོར་མ་དང། ། ཡོ་རྩ་  
 བཏུག་ཉིས་གཟུགས་བྱས་ལ། ། ཟངས་དམར་རྒྱ་ཡིས་བཀའ་བྱས་བས། ། བད་པར་ཏུ་བརྒྱབ་བྱས་རྩེས་  
 སུ། ། རྒྱ་རྩུག་བརྒྱབ་པས་སྐོལ་བར་འཇུར། ། ཞེད་ས་དག་ལ་འོ་མ་ཏུ་བསྐྱེགས། ། རྒྱ་མ་མཚོ་དང་མཁའ་  
 པ་བྱི། ། གར་ཚང་དག་ལ་སྤྲེགས་ལ་བཏུག། ། ལག་པ་ཞབ་དག་ལ་བྱི། ། སྤྲང་སྐམ་བཅོས་པའི་དུགས་གྱིས་  
 སེལ། ། རྒྱ་མི་ཤེས་ན་གངས་མིགས་བཏང། ། ཟི་ར་ནག་པོ་ཨ་རུ་ར། ། གསེར་མདོག་གཤུར་གཟའ་ཏུག་  
 པ། ། གར་ཚང་དག་གིས་འཕུལ་ལ་བཏང། ། རྒྱ་བཅམ་ལ་རྒྱ་རྩུག་རྟེག། ། རྩ་བའོ་ན་བ་རུ་རྩ་དང། །  
 རྩ་བའི་རྩོ་མདོངས་བཅོས་པ་བྱི། ། རྩ་བར་སྤྲེགས་པས་མན་པར་འཇུར། ། རྩོ་ལ་ཤིང་མངར་ལྷུ་མཁའ་  
 དང། ། རྩོ་ཡོད་ཀར་པོ་ཀར་བཏང། ། ལུས་ལ་རྒྱ་བྱུར་བྱུང་བྱུར་ན། ། ལྷི་རྩེ་བུལ་ཏོག་ཉ་མཁྱིས་པ། ། ལ་  
 ཚད་དེ་བྱི་ལོ་ལང་གྱ། ། ཡོ་གོང་དཔའ་པོ་རྩོང་རོས་དང། ། ལྷ་ཟི་རྒྱུག་མའི་བར་བྱུན་དང། ། ལྷི་བའི་བྱུན་  
 དང་བསྐྱང་ས། ། ལྷ་ལྷུ་ལ་སྤོས་དཀར་སྤྲེག་ཤ་བ། ། ལྷུ་དག་རུ་རྩ་སྤྱད་གི་ལྷུ་བ། ། ར་ཡི་རྒྱ་སྤྱད་རིལ་བུ་  
 ལུས། ། ལྷུ་དཔོངས་མེལ་ལ་བསྐྱེགས་ལ་བཏུག། ། གཟའ་བད་ཀུན་ལས་སྐོལ་བར་འཇུར། །

མཐའ་མ་སྤྲེ་རྩེས་བཅད་པ་བྱི། ། རྒྱུག་མའི་ནང་ཏུ་རྩ་བའི་མདོངས། ། གཟུགས་མོ་བྱི་སྤྱད་སྤྲེགས་  
 བརྒྱས་པ། ། གུམ་གནས་བཏགས་ན་སྤྲིས་མི་སྤོག། ། རྩོན་གྱི་ལས་ཡིན་མ་གཏོགས་པ། ། ཉེན་འབྲེལ་འདི་

ཡིས་ཤོལ་བར་འགྱུར། ། ཞེས་སོ། །

དྲན་འཛིན་ལྷགས་ལྷུ་ལས། ། ཉི་མ་ཡིན་པའི་རྟགས་སུ་མགོ་འཁོར་མིག་འགྲིབ། ། ལྷག་པ་དང་ཐ་མ  
མེར་ས་ཆུ་བྱུར་འབྱུང། ། རླབ་ཡིན་པའི་རྟགས་སུ་ཁ་ལྷ་མཆུ་འབྱུངས། ། རླངས་པ་དང་བརྒྱལ་བའོ། ། ཐ་  
མ་གཤམ་དོག་ནག་ལ་གྲམ་པར་འགོ། ། མིག་དམར་ཡིན་པའི་རྟགས་ལ་མིག་ཡོན་པོར་འགོ། ། ཡན་ལག་ཁོལ  
པོར་ལ་འགོ། ། ཐ་མར་གཟུར་མཛོེ་འོང། ། ལྷག་པ་ཡིན་པའི་རྟགས་སུ་ཡན་ལག་རྫིང་ཅིང་རང་ལར་  
འགོ། ། རླངས་དང་གཟེར་གྱིས་ཁོལ་འབྱུག་གྱེད། ། བཤང་གཅི་ཟག་པ་མི་ཚོར། ། པ་སངས་ཡིན་པའི་  
རྟགས་ལ་ནག་ལ་ཚེའི་རླངས་པ་འོང། ། དུ་རྫིང་འདོད་པ་ཐ་མ་གཤིས་ངན་རང་གཤེད་རང་ལ་དབབ། །  
མྱོན་པ་ཡིན་པའི་རྟགས་སུ་བྱི་དང་འོ་དོད་ཚོར་མི་འདོད། ། ལྷོས་ཤིང་ལུས་པོ་རྫིལ་འཐིབ། ། ལྷུར་ལྷུ་ཡིན་  
པའི་རྟགས་སུ། ། བམ་མཁའ་གྲམ་གྲུམ་གཟེར་བ་དང། ། ཚིགས་པ་ཁོལ་ཁོལ་ན་བ་དང། ། ཅི་རྫོས  
འགྲངས་པར་མི་འབྱུར་རོ། ། གྲིབ་གཟུར་ཡིན་པའི་རྟགས་སུ། ། རྫིང་དང་ཤེལ་དང་ཚག་ཚག་དང། །  
ལྷག་དང་བཤལ་དང་ཚིགས་འཁོར་འོད། ། ལ་ཕོགས་པ་ཡི་མཚོང་རླང་འབྱུང། ། དེ་གྲིབ་གཟུར་ནག་པོ  
གཡོན་ཅན་ཡིན། ། ལྷུང་གྱི་རྫིང་པོ་མན་ངག་དོན་དུ་འདུས། ། ཡང་མྱོན་པ་མགོ་ལ་ཕོག་པ་དེ། ། བད་ཀན་  
དག་དང་ལོར་བ་ཡོད། ། བད་ཀན་མིན་པའི་རྟགས་སུ་ནི། ། ཞེ་རླང་གཞན་བས་ཆེ་བ་ཡིན། ། ས་གཟུར་  
འཆི་རླང་གྱེད་པ་དེ། ། མཁྱིས་པ་ཁྲ་ཡར་ལོར་བ་ཡིན། ། ཁྲ་ཡ་མིན་པའི་རྟགས་སུ་ནི། ། རླངས་ཀྱིས་ཁོལ  
བྱར་གྱེད་པ་ཡིན། ། ལུས་པོ་ལྷོས་ལ་རྫིལ་བ་ཡིན། ། ས་གཟུར་ལྷག་ལུ་ཚེ་ཉལ་དེ། ། དལུ་ཆུ་དག་དང་ལོར་བ  
ཡོད། ། དལུ་ཆུ་མིན་པའི་རྟགས་སུ་ནི། ། ལྷ་ལྷག་ཉག་ཉིག་འབྱུང་བ་ཡིན། ། རླབ་རླང་ལ་ཕོག་པ་དེ། །  
རླང་འགྲམས་དག་དང་ལོར་བ་ཡོད། ། རླང་འགྲམས་མིན་པའི་རྟགས་སུ་ནི། ། ཅ་ཆུ་འཛག་པ་མི་ཚོར་  
རོ། ། ལག་པའི་ཅ་ལ་ཞེན་པ་དེ། ། མཁལ་གྲུམ་དག་དང་ལོར་བ་ཡོད། ། མཁལ་གྲུམ་མིན་པའི་རྟགས་སུ  
ནི། ། མཁལ་ཅ་ལ་ཅན་རྫིང་པ་ཡིན། ། གཟུར་ཆུ་ལུན་པས་གཡོགས་པ་དེ། ། ཆུ་བསགས་དག་དང་ལོར་  
བ་ཡོད། ། ཆུ་བསགས་མིན་པའི་རྟགས་སུ་ནི། ། རླངས་ལ་ན་བྱན་ཆགས་པ་ཡིན། ། ལུས་པོ་རླང་རྫིང་ལ་  
ཆགས། ། ཆུ་གཟུར་དོན་ལ་ལྷགས་པ་དེ། ། རླང་གཟུར་ཕོག་ཅར་ལྷགས་དང་ལོར། ། དེ་མ་ཡིན་པའི་  
རྟགས་སུ་ནི། ། མེད་ཉི་མས་དྲོས་ཚེ་ན། ། ཁ་ཆུ་རྫ་ཆུ་ལྷག་པ་ཡིན། ། ཆུ་གཟུར་རྫ་མར་ལྷགས་པ་དེ། །  
རྫ་ཆན་དག་དང་ལོར་བ་ཡོད། ། རྫ་ཆན་མིན་པའི་རྟགས་སུ་ནི། ། ཚོ་དྲོད་གཞན་པས་ཆེ་བ་ཡིན། ། རླང་  
གཟུར་འབྲམས་ཚེན་ཚེ་བ་དང། ། རྫིང་རླང་དག་ནི་ལོར་བ་ཡོད། ། རྫིང་རླང་མིན་པའི་རྟགས་སུ་ནི། ། ཁ  
ལྷེ་ལ་ཅན་དེ་ག་པ་ཡིན། ། རླང་གཟུར་རླང་དུ་ཕོག་པ་དེ། ། མཁལ་མ་རླང་པའི་ནད་དང་ལོར། ། མཁལ  
རླང་མིན་པའི་རྟགས་སུ་ནི། ། ཅ་ཁ་ཆུ་ཁ་རླངས་པ་ཡིན། ། འདི་ཉིད་བརྟག་ཐབས་ལོར་ལེ་བཅུ་གཉིས

ཡིན། །

གཟུང་ཡིན་མིན་གཅིག་མེད་མེད་ཅུག། གཟུང་དུག་ ཚི་མར་རྒྱལ་གཅིག་ རྒྱ་བཟང་། རྒྱ་རྒྱུ་ བོང་གུ་ལ།  
གྱི་རྩེ། གྱུར་གུ་ལ། ལོ་བརྒྱུད་རྒྱུད་མ་ཞོགས་རྒྱུས་འཕུལ་ལ་བཏང་། དེས་བརྒྱལ་བ་འཕུ་བ་རྒྱུག་པ་འདར་བ་  
སོགས་ལྟར་བ་ཡིན། ཡང་ན་མེན་མོ་དང་ལ་ཆ་བྱང་པའི་དུད་པས་བཏུག། དེས་གཟུང་གི་རྒྱུ་བའུ་ལྟར་བ་  
ཆོམ་མེད། ། ཅེས་དང་། གཟུང་ཡིག་གཏུག་པ་ཞི་བའི་ལྷིང་། ། ཁོང་དུ་རྒྱུན་གཞན་ལ་མོང་དུས། ། རྩོས་  
དཀར་གུ་གུ་ལ་ཞོགས་རྒྱུས་འཕུལ། ། དེ་ཡིས་བཅོམ་བཟུང་འཕུལ་མི་བུས། ། ཞེས་སོ། །

ཡང་གྲངས་མེད་དང་རྩིང་པོ་བརྒྱུས་པའི་རྟོགས་བཅོམ་ནི། གཟུང་གདོན་བརྟག་པ་བུན་མོང་མ་ཡིན་པ་  
ལ། རྒྱ་རྒྱུ་གུ་ལྟར་དཀར་ནག་ལུ་ཟི་ནག་ རླུང་ག་རྩོད་རོས་དུག་པོ་ཞིབ་བཏགས་ལ། གཡའ་ལྷལ་མེ་ལོང་  
དུངས་པའི་རྒྱུ་བ་དུ་རྒྱུག། ། ལོ་ཅོ་དུ་ཨ་ཡ་ཤ་ཤ་སྟུ། ། ཞེས་པ་གསུམ་བཏུན་རྩིས་དང་མེ་ལོང་བཏགས། །  
དུད་པ་བཏུག་ཅིང་ནད་པས་མེ་ལོང་བསྟ། ། དམར་པོ་མཚོང་ན་མེ་ཡིན་རྩོན་པོ་རྒྱ། ། མེར་པོས་ལད་དཀར་པོ་  
ལྷགས་ཀྱི་གཟུང་། ། རྒྱང་གུའི་མདོག་མཚོང་གིང་གི་གཟུང་དུ་འདོད། ། ཤ་ལྷགས་ཁ་ལོ་རྩི་བབས་  
རེངས། ། རྩིང་བབས་དུན་ཉམས་རྩོད་བབས་རྩོད་འགགས་ལ། ། མཚོན་པར་ཁྲག་རྒྱུགས་མིག་འགྲིབ་མཚོང་  
གཞོགས་རྩིས། ། མཁམ་བབས་ན་བའོན་ལ་ཅ་རྒྱུ་རྩོམ། ། མོ་བར་བབས་ན་རྒྱུག་ལ་རྒྱ་མར་འཕུ། །  
བསྐྱོད་ས་རྒྱ་རྒྱལ་པོ་རྩོ་ཞིང་བཏུད་ལ་ལ། ། རྩོན་མོར་ཆགས་པ་རྩོ་གིང་ལྷུ་ལའོཾ། ། མ་མོག་ཡའ་རྩུང་ལྷུ་བ་  
བཤེད་གཅི་འོཾ། ། རྩོན་མོ་རྩོ་འཕྲེ་གདོང་པ་འི་མི་ཞིས། ། དེས་དགོང་དེས་དུ་དག་རྩོ་རྒྱུ་ལ་མོ་ཡིན། །  
རྒྱལ་པགས་པ་འཕུད་ཅིང་ལྷུ་བའོད། ། ཡན་ལག་ལ་ཞིང་ཁ་ལོ་ས་བདག་བསྐྱོངས། ། དོས་ཟིན་དུག་དེ་ཞི་  
དང་རྩོད་བཏང་། ། ལྷུང་བ་གསུམ་གྱི་མཚན་གཟུབ་མོན། ། རྩོན་གུའི་རྩོད་པ་བཟངས་དོ་གི་ཁྲག་དང་། །  
ལྷགས་སའི་མང་ལ་ཁྲག་རྩིས་སྡེར་རྩོད་གྱི་ནང་། ། ལྷུང་མའོ་བལྟས་འུ་བུན་མཚུང་ཅམ། ། ལྷུག་དོར་  
གཟུངས་གྱིས་གྱིན་བརྒྱབས་བཟུང་བ་ལ། ། ཆོས་བརྒྱུད་བཅོམ་རྩོད་དུའི་དུས་ལྷུ་བལྟེན། ། གསོན་བཞི་  
པ་རྒྱུད་བཅུ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་ལ། ། ཞེར་གསུམ་ཞེར་ལྷ་ཞེར་དུ་རྒྱ་རྒྱུ་དུས་བརྒྱུད། ། རིས་ལྷུ་རེ་རེ་གུ་གུ་ལ་བང་  
གིས་འཕུལ། ། རང་རྒྱུང་རིས་ལྷུ་རྩོས་པས་རྩོག་མི་འཕུར། ། གཞན་ཡང་མཚན་གཏང་ལྷུ་ཡི་བྱང་དུ་  
བཅུག། ། ས་བདག་ལྷུ་ཡི་དུག་རྩིས་འདི་ཡིས་འོཾ་མས། ། ཡང་ན་ལུན་མོང་མ་ཡིན་རྩོན་མཚོག་ནི། ། ཡ་  
མེད་གཉེན་(རྒྱ་ནག) ལྷུ་བ་ལྷུ་(རྩོག་རྒྱ) པན་ལུ་ཉ་དང་། ། ལྷུང་ག་ལྷུ་ལ་དཀར་ནག་ཉ་ནག་ཁྲག། ། རྩི་  
ཤ་གི་ཁྲག་རྩོ་གི་གཅོད་གྱི་ཁྲག། ། ཨ་ལུ་ར་རྩིས་ལུན་ཚང་རེ་རེ་ལྷེ། ། རྒྱ་རྒྱུ་ཆ་ག་ཞིབ་པར་བཏགས་པ་  
དེ། ། རིས་ལྷུ་རྩོན་ཅམ་ནམ་མཁམ་མི་མཚོང་རྩོད། ། ཞེན་འབྲེལ་རྩིང་པོ་གསང་བདག་རྩིང་པོ་བརྒྱས། །  
ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལྷུ་ལྷུ་ཤ་ཤ་ག་གཞོ་རི་ལ་ཉི་ནག། ། ལྷུ་ལྷུ་ལ་རྒྱུན་ལ། ། ལྷུ་ལྷུ་ལ་རིག་རྒྱུད། ། ལྷགས་འདི་

བཟངསལ་ཉ་ཡིས་གདབ་བྱ་ཞིང། ། རིལ་བུ་ཕྱག་པོ་རྗེ་བསྐྱེད་པར་བྱ། ། རབ་གནས་བྱས་ལ་པར་བྱ།  
 བཟང་པོར་བཅང། ། དཔེ་པོ་པོ་རེ་མཛེ་ཡུགས་ཉམས་ཅག་(ཆག)ནམས། ། རེག་ཏུ་མི་འཇུག་སྐབ་གྱི་རྒྱས་  
 པ་འཚོར། ། གཅིག་བརྒྱན་ཟབ་མོའི་རིལ་བུ་ལྷན་འདོན་འདིས། ། གཟུང་བད་ཀྱུན་ལས་རེས་པར་སྐོལ་བ་  
 ཡིན། ། རྫོས་དཀར་ཅོང་ཞིག་མེར་མདོག་རྫོག་བསྐྱེད་ཀྱིས་ནམས། ། ཆའི་གསུམ་རེ་གྲུ་ལྷན་ཏེ་གསུམ། །  
 ཆའི་གར་བཞི་འཇུག་ཆང་གིས་འཇུག། ། དྲང་སྲོང་གཟུང་ཡིན་པ་ལས་རྒྱལ་བར་འཇུག། ། ལྷ་ཅི་སྤྱང་བྱུན་  
 སྤང་སྤོས་དུག་རྫོགས། ། སྤྱད་གཙུག་གྲང་ཆུང་མར་སྤྱར་བྱུག། ། བེ་གཟུང་ག་ལྱང་གྲང་གཟུང་དྲོད་སྤོབ་  
 བསྐྱེད། ། རྒྱང་ལག་རེངས་འཇུགས་ལ་སོགས་འདི་ཡིས་སྐོལ། ། སྤྱར་བ་རྫས་བསག་དངོས་གཞི་ཚོ་ག་  
 གཉིས། ། རྫས་ལ་ར་དུག་སྤྱང་བྱུན་ཉ་བག་བྱུན། ། ལ་ཆ་སྤྱད་གཞི་དཀར་རྫོང་མར་སྤྱུན། ། བཅོན་དུག་  
 བདག་མེད་ན་མོའི་མངལ་ཁྲག་དང། ། གཅིག་སྤྱེས་ལྷ་ལྷུང་སྤྱང་བས་ཞག་གསུམ་བདུག། ། དངོས་གཞི་  
 ཟགས་གཞོང་འོ་རྒྱས་གང་བའི་ནང། ། ཉ་རྒྱང་བཅུད་ཅིང་བད་པའི་རྫ་བག་ཡོན། ། གཏང་ལ་མ་ཡེངས་  
 རྒྱགས་འདི་འདྲེན་དུ་གཞུག། ། རྫོང་པོ་ལེ་ཏུ་པོ་ལི། ། སིང་ཏུ་སིང་ཏུ། ། སུ་སུ། བེ་མེ། བྱིག་བྱིག་སུ་  
 ཏུ། ། ཞེས་དང། རྫོ་ཀེ་ཏེ་ཀེ་ཏེ། ཞལ་ར་ཅ་ཀྱི་ཉི་ཉི། ། རྫོ་ཏུ་ལ་ཞལ་བ་ཡི་སུ་ཏུ། ། སྤོམས་སྤྱུབས་འགོ་  
 སེམས་བསྐྱེད་སྤོབ་སོང་ནས། ། གསང་བའི་བདག་པོའི་བསྐྱེད་རིམ་གསལ་བར་བསྐྱེད། ། དེ་ཡི་སྤྱགས་  
 བརྒྱས་རྗེས་ལ་དུག་སྤྱགས་འདི། ། བརྒྱ་སྤྱག་བད་པའི་རྫ་བག་ལས་སུ་བརྗེས། ། རྫོ་ཞིལ་ཞིལ། སྤྱུམ་སྤྱུམ།  
 བཤག་བཤག་ལྱང་ཏུ་ལ་ཉི་ནོན། ། རྫོ་ཏུ་ལ་བྱིག་ རྫོ་ཏུ་ལ་གཏུབས། རྫོ་ཏུ་གཡས་སུ་བཞག། ཅི་ལྟ་ཅད། བད་པ་  
 རང་གིས་བསྐྱེད་པའི་དམིགས་པ་ནི། ། སྤོམས་གསང་བདག་གསལ་བའི་བསྤྱུན་སྤྱུམ། རྒྱག་རྗོར་ཕྱོལ་འོད་བཅས་  
 དཔག་མེད་འཚོས། ། ཁབ་བབ་ལྟར་སྤྱི་གཏུག་རྒྱང་མཛེལ་བར། ལྷས་བད་གང་བའི་འོད་དང་གཟི་བརྗིད་  
 གྱིས། ། བད་གདོན་ཐམས་ཅད་རྫ་བག་ཡོན་ནས་ཐོན། ། རྒྱ་བད་ཉ་རྒྱང་དག་ལ་ཞིམ་པར་བསམ། ། དེ་  
 ལྟར་བྱས་པས་ཕྱོལ་རྒྱགས་འཕྲུལ་དུ་འཇུང། ། ཉ་རྒྱང་བྱུབ་དང་ཕྱག་རོན་བྱང་དུ་བསྐྱུལ། ། ར་ཉིད་ཡིན་ན་ཤར་  
 གྱི་སྤྱུགས་སུ་བསྐྱུལ། ། དེ་རྗེས་དོར་མས་མཚོ་གཏུམས་རྫས་གྱིས་བདུག། ། ཁ་རྫོ་ཞིག་སོགས་ཡོ་བར་གྱུར་པ་  
 ལ། ། སྤྱང་རྒྱ་འཕོད་མཐོང་བ་བྱ་བ་ནི། ། འཇུག་པའི་སྤྱུགས་སུ་སྤྱང་རྒྱ་ཡིས་བཀའ། ། མ་འཇུག་སྤྱུགས་སུ་  
 རྫོང་པའི་རྫོང་བཞག་ལ། ། བད་པ་འཇུག་པ་དེ་ལས་རྫོག་པ་ཡི། ། འཇུག་པའི་མི་གཞུགས་རྒྱ་ཡི་ནང་དུ་  
 གཞུག། ། རྒྱ་ཏུ་བ་རྫོང་པའི་རྫོང་དུ་ཡང་ཡང་དུ། ། བསྐྱུལ་ཞིང་རྫོང་གསུམ་མ་ཟེད་བར་དུ་འདོད། ། ཡང་  
 ཡང་བསྐྱུལ་ལ་ཉེན་འབྲེལ་སྤྱར་མ་ནི། ། སྤྱད་གྱི་ཁོང་པར་ལོང་ག་ཁྲག་བཀའ་གཞུག། ། གང་ནའི་གནས་སྤྱང་  
 བད་པ་དངོས་སུ་བསམ། ། རྒྱགས་སྤྱེག་སྤྱར་མ་རྗེས་པ་ཞལ་གདམས་ཡིན། ། མདུན་རྒྱབ་བད་ལ་སྤྱིང་པ་མར་  
 སྤོས་སྤོན། ། དཔུག་པ་དལ་བྱས་བསྐྱེད་ན་ཞིབར་འཇུག། །



མེམེམེག་མེག་སྐྱུ་ཏུ། ཚི་པ་ཏ་པ་ཏ་ཏུ་ལ་པ་ལྷི་དེ་ཉི་ན་ཨ་ཉི་ཟླ་ཉ་འདི་འཆང་བལ་ཏུང་སྲོང་གཟའི་གནོད་པ་  
སྲུང་ས་མེག་རྒྱ་རྒྱ་སྐྱུ་ཏུ། ཚི་ཉི་མ་སྲུང་ཨ་ཏུ་ཏུ་པའ་པའ་སྐྱུ་ཏུ། ཚི་དམག་དཔོན་པམ་ག་རྒྱ་པ་མི་ཏུ་ཏུ་པའ་  
པའ་སྐྱུ་ཏུ། ། ཚི་མུར་བུ་མི་ནི་མི་མི། ། ཚི་པ་མ་སངས་ཁ་ཤུ་ཤུ། ། ཚི་སྲིན་པ་མི་ཤི་ཤི། ཚི་རྒྱ་ཏུ་ལ་ཏ  
ཏ་རྒྱ་ཏ་རྒྱ། ཚི་པི་མི་པ་ཏུ་མེ་མེ། ཚི་མོ་ནི་མོ་ནི་སྐྱུ་ཏུ། ཚི་ཕྱོ་ཕྱོ་དེ་དུ་ཕྱོ་གཟའ་ཁ་ཏུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ་ཏུ། ཚི་  
ཁ་ཤུང་ཁ་ཤུང་སྐྱུ་ཏུ། ཚི་ཏུ་ཤུང་ཏུ་ཤུང་སྐྱུ་ཏུ། ཨ་ལ་མ་མེ་དུ་ཉི་ཤེན་ལ་ཕྱོ་ཕྱོ་ལྷོ་ལྷོ། ཚི་བཟོ་ཀུན་རྒྱ་རྒྱ་ལྷོ་ཉི་ཤ  
ཏུང་། འདི་འཆང་བཏུང་སྲོང་གཟའི་གནོད་པ་སྲུང་མེག་རྒྱ་རྒྱ། ལྷ་མ་མིན་མེ་བརྒྱད་ཀྱི་གནོད་པ་སྲུང་ས་  
མེག་རྒྱ་རྒྱ་ཀུར་སྐྱུ་ཏུ། ཚི་མི་ལྷོ་ཏུ་པོ་ཏུ། ཚི་གེ་ཉི་གེ་ཉི་ཏུ་ཏུ་ལ་སྐྱུ་ཏུ། རྒྱ་བུ་ཉེན་འབྲེལ་ཡིག་འཕོ་ཕྱོགས་  
གཅིག་བར་གྱི། རྒྱ་ལ་ལ་སྐྱོན་ཆེན། ལུང་ག། ལུ་ཟི་མེར་པོ། ལྷ་ཟི། ཉི་མེར་ཤ། ལུ་ལུ་ལ་ནག་པོ། ལུ་ལ  
ལྷགས། ལྷི་ལྷག་ནམས་བཏུག། རྒྱ་བ་མདུན་གྱི་ཡི་གེ་ནམས་སྲོང་གཅིག་ཏུ་གྱི། ལྷི་ནང་གི་སྐྱུགས་བརྒྱ་ཚ་རེ་  
བརྒྱས་ལ་ཕྱིན་བརྒྱ་བཟུ། མོག་སྲོན་ལ་མཚལ་ལམ་རབ་གམེར་གྱིས་གྱི། མཚུག་ནས་ཤི་པ་ཉེ་ཆོན་སྲུང་རྣ་ལྷས་མི་  
མཚོང་བར་དཀྱིས། ལ་ཆས་ཤི་ལ། ལྷ་ར་བརྒྱེད། རབ་གནས་བྱས་ལ་གདགས་སོ། ། བརྒྱད་པ་ལྷ། ལ་ཚོ།  
ཆག་ཤིན་ཆེན་ཆོས་རྒྱལ། ལྷ་རི་བ། རབ་འབྲུམ་མཚོས་རྗེ། དེས་བདག་ལོ། ། ལྷ་རོག་གི་སྲིང་ནང་ཏུ་སྐྱོན་  
ཆེན་བཏུག། ལུ་མ་སྐྱུགས་བཏུན་རྣོང་པ་གང། ལྷ་ཚིས་ཁ་བཅད་དེ་འདོགས། གམེར། དཏུ་ལ། ལུ་མེན།  
དུང་མོ། འཕྱོན་ལུ་ལུ་མ། མཚུའི་མཚོངས་ནམས་འདོགས། དགར་ལྷ་མེན། ལྷིགས་པའི་རོ་རྩོ་རྒྱུད། ལུ་  
ལུ་ལ། ལུ་ཟི་ནག་པོ། ཚི་གེ་ཉི་གེ་ཉི་ཏུ་ཏུ་ལ་སྐྱུ་ཏུ། གམེར་གྱིས་གྱིས་པ་ནམས་གདགས་སོ། གཚུག་ལག་སྲོང་བས་  
བརྗེད་མོར་བརྒྱས་པའོ། ། བཏུག་པ་ལྷ། ལྷི་ཏུགས་ཁ་མིག་གྱི་བ། ལ་རེངས། ཚ་ཆུ་འཆོར་སྲོམ། ཤིང་བ།  
སྲོ་སྲིང་འདར་བ། ལྷིང་པ། ལེང་བ། ཆོབ། འབྲེལ་བ། ཟི་བ། མཚོན་བ། འཕོང་བ། དབང་པོ་མི་  
གསལ་བ། འཕྱོ། ཚོད། ལྷིང་མི་དགའ་བ་ནམས་འབྱུང་པོ། ། ལྷི་ལྷག་ཏུ་གཡས་ན། རྣོད་ཆེ། མེ་ཤིས་  
འབྱུང། ཁ་རྣ་སྐྱུ་མ། སོ་དེ་གཆེ། ལྷི་མ་དང་ཆེ། མོས་ནས་ན་བཟེགསའོ། ། གཡོན་ན། རྣོད་ཆུང། ཁ་  
རྣ་ཆུ་མང། གང་འབྲུམ་འོང། ལོ་དྲོད་རྣ་རོང་བ། འདར། ལྷངས། སོ་སྐྱོ་ཆེས་པ་ནི་རྒྱ་གཟའོ། །  
གཉིད་ཆེ་དང་ག་འགགས། ལུས་ལྷི། ཤི་མེར། རྣོད་སྲིང་འདོད། ལུས་རྣོབས་ལྷི། ལྷ་བཏུང་བས་  
གཟའོ། ། གདོང་རྒྱ། ལྷི་མ་དང་ཆུང། གཡས་མང། མཚོ་འཕོང། གཉིད་མེད། མེས་པ་འཕྱོ། ལྷ་བཅོལ་  
འོང། དུན་པ་ཉམས་པ་ནི་རྒྱུང་གཟའོ། ། ལྷིང་པར་དུ་སྲོམ་དགར་དང་གངས་མིགས་རྒྱུད། ལྷག་རྣོར་གྱི་  
སྐྱུགས་བཏུབ་འོང་ཏུ་བཏང། ལོད་པ་རང་གི་སྐྱོ་མེན་དང་ལ་ཆའི་དུད་པས་བཏུག་པས་གཟེར་བ། ལྷིང་ཟི་ཤ  
འཕྱིག་པ་སོགས་རྒྱུང་ན་དེས་པ་ཡིན་ནོ། ཡང་སྲོམ་དགར། ལྷོ། ལྷིང་སྲོམ། ལྷིང་སྐྱུ་ལྷི་དུད་པས་བཏུག་  
པས་ཁ་རྣ་སྐྱུ་མ། ཤིང་མར་ན་མེགཟའོ། ། དེ་ལས་སྲོག་ན་རྒྱ་གཟའོ། ། ལྷིང་པའི་གདོང་ཚ་འཕས་དུག་བ

ཡང་གཟུང་། ། གསུགས་ལ་བབས་ན་དབང་པོ་མིགས་ལ། སྒྲ་བདག་ལ། དེ་ཡང་སྐོང་ལ་དྲན་པ་ཉམས། སྒོ་  
བས་སྐད་འགགས། མཆིབ་པས་མིག་འཕྲིབ། བྲག་སྒྲིག་ མཆིང་པས་གཞོག་སྒྲུལ། འཕྲོག་ བསལ་མས་ན་  
བའོན། ཚ་ཚུ་ཕྲོམ། སོ་བས་སྒྲིག་ ཚུ་མས་འཕྲུའོ། ། སྐབ་ཀྱི། སྐབ་ཆེན། ཚུ་ཚོ། སྤང་སྲོལ། རེ་རལ་  
ཡུར་ཡུལ། ཡུག་ཚོར། ཨ་ཏུ་ར། ཡང་ན། སྤུ་ལ། སྲིང་ཡུན། ཚུ་ཚོ། བསྐྱ། རྐོང་རོལ། ཡུར་བ།  
སྐྱེར་བ། སྲོལ་དགར། རེ་ཚོ། ཉུང་ལ། ཡུངས་ སྐྱུར་ཡུན། རེ་རལ། གངས་སྤལ། བྱ་མཉེ། ཉེ་མོ།  
ཕྱོགས། ལྷུ་ལ། སྤལ་བ། རྐོང་མོ། ཡུར་ལ། སྲོལ། སྤྲིག་པ། ཉ། ཉ་ལ་ལ། ཉ་ཁྱི་བྱང་ཚི་སྤལ་ན་མས་  
ཚུ་ལ་བའི་ཚོས་བརྒྱད་ལ་སྐྱུར། ཞོགས་ཚུས་འཕུལ། སྤལ་བ་དུན་ཀྱི་མོ་བརྒྱད་ཚུས་སྐྱུར། རིལ་ཡུ་ཉེར།  
ཡང་ཡུ་སྐྱུར་བ་བཏང་བས། མེག་ཟུང་དང་ག་ཟེར་དམིགས་སེལ། གཟུང་དུག་འདོན་པ་ལ། ཁྱི་སྐྱོན་མཆིང་བ།  
གཟུང་དུག་པ། ཡུ་ལུ་ལ། ཨ་ཏུ་ར། བཀག་བྲག་དང་སྤལ་གཟུང་ཡུ་མཉེ་སྤུགས་བརྒྱས། སྤུགས་ཚུས་འཕུལ་ཉེ་  
བཏང། གཟུང་དང་སྤང་སྲོལ་གྱི་ཚུས་ལུས་བཟ། གཟུང་མདོག་ ཚ་བགསུལ། ཡུངས་ ལ་ཆ། སྲིང་ཡུན།  
གཡེར་ལ། ཚུགས། ཏུ་ཉ། སྲི་ཡང་ཡུ་ སྤུགས་(སྤུ)ཚོལ། ཡུ་མེལ་ཆེ། དན་རོག་བཏུ་བཞི་འཕྲུར། ཚོག་  
སྤུལ་གང། ཡུངས་གར་སྤར་གང། སྐྱུ་ཏུ་ར། ལ་གཞི་སྐོང་གང། ད་བའི་འཕྲུ་ན་མས་མར་དུ་བཅོས། དེ་  
ནས་ཚུ་སྤུགས་ལ་བཅོས་བཏགས། མར་སྐྱུར། བས་མར་ལུག་ ཏུ་བས་བཏུག་ འདིས་གཟུང། བརྒྱལ་བ་ད།  
ཁྱི་སྐྱོན་དུག་ཚན་ལུན་ལ་ས་བའོ། ། སོང་གི་ཆགས་རྐོའི་གཟུང་སྐྱུང་ཟེར་ས་ནས་འདིའི་བར་ལ་ཇི་གཏུག་ལག་  
ཟུང་བའི་བཇིད་སོ་ལས་ཡིན་ཞིང་ལའ་འདི་གས་མར་དུ་མཆོང་དོ། ། ། །

(བྱ་མདོ་སྐྱུ་བྱ་མས་ཀྱུལ།)

ཏུ་མ་ཏམ་ཉེར་གཅིག་པུ་མི་ཚོ་དུ་བྱུགས་གསེ་ཤིག་དཔེ་ས་ཚན་  
སྡོད་གསེ་འི་འཆར་འདོད་སྡོད་ཀྱི་འབྲི་དཀར་ཚབ

རྒྱུ་གཞི་འི་རྒྱུ་

༡ གསེ་ཤིག་མི་རྒྱུ་

གཚལ་ལྷོག་པ། བུ་མས་པ་འཕྲིན་ལས།

གཚལ་ལྷོག་གཞོན་པ། མིག་དམར་ཆེ་བ། ལྷ་འབྲུམ་རྒྱུ་

༢ ལྷ་རྒྱུ་

གཚལ་ལྷོག་པ། ཉི་མ་ཆེ་ཤིང་།

གཚལ་ལྷོག་གཞོན་པ། མིག་དམར་ཆུང་བ།

༣ ཏུ་མ་ཏུ་མ་

གཚལ་ལྷོག་པ། མོ་རྒྱ་ཆེ་ལྷ་

གཚལ་ལྷོག་གཞོན་པ། གཡང་དགའ། དགའ་བའི་དྲོ་

༤ འཕེ་མ་འཕྲིན་ལས་

གཚལ་ལྷོག་པ། རྒྱལ་བཟང་འཕྲིན་ལས།

གཚལ་ལྷོག་གཞོན་པ། སངས་ལོ། འབྲུམ་ལོ།

༥ རྒྱ་ལྷོག་ལྷོག་ལྷོག་

གཚལ་ལྷོག་པ། བདེ་ལོ།

གཚལ་ལྷོག་གཞོན་པ། རྒྱལ་ལོ། དབང་ལྷོག་ལས།

༦ ལྷོག་ཏུ་ལྷོག་

གཚལ་ལྷོག་པ། གམ་ཚོགས་གཉིས།

གཚལ་ལྷོག་གཞོན་པ། ཅི་ལྷ།

༧ མཚུགས་ཀྱི་ཕྱི་དྲུག་།

གཙོ་བོ་ལྟེང་། ལོ་ལྟར་འདམ་ཚོས།

གཙོ་བོ་ལྟེང་བཞེས་པ། འཇུག་ཐང་རྒྱལ།

༨ རྩོམ་པ་རྒྱུ་འཇུག་པ།

གཙོ་བོ་ལྟེང་། བསམ་བློ་བརྒྱུ་ལ།

གཙོ་བོ་ལྟེང་བཞེས་པ། དཀོན་མཆོག་རྒྱལ་མཚན།

༩ ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་ཕྱི་དྲུག་པ།

གཙོ་བོ་ལྟེང་། དཔལ་ལྷན་རྒྱུ་མཚོ།

གཙོ་བོ་ལྟེང་བཞེས་པ། མོ་ལྷོ་མེ་ལ།

༡༠ ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་ཕྱི་དྲུག་པ།

གཙོ་བོ་ལྟེང་། བན་དེ་མོ་ལྷོ་ལ།

གཙོ་བོ་ལྟེང་བཞེས་པ། ལྷན་ཐང་རྒྱལ།

༡༡ རྩོམ་པ་རྒྱུ་འཇུག་པ་གཉེན།

གཙོ་བོ་ལྟེང་། རོ་ཚོགས་མཚན།

གཙོ་བོ་ལྟེང་བཞེས་པ། ལྷན་ཐང་རྒྱུ་ལྷོ། ལྷན་ཐང་རྒྱུ་ལྷོ།

༡༢ ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་ཕྱི་དྲུག་པ།

གཙོ་བོ་ལྟེང་། བསམ་བློ་བརྒྱུ་ལ།

གཙོ་བོ་ལྟེང་བཞེས་པ། ལྷན་ཐང་རྒྱུ་ལྷོ། ལྷན་ཐང་རྒྱུ་ལྷོ།

ལྷན་ཐང་རྒྱུ་ལྷོ།

༡ ལྷན་ཐང་རྒྱུ་ལྷོ།

གཙོ་བོ་ལྟེང་། དཔལ་ལྷན་ལ།

གཙོ་བོ་ལྟེང་བཞེས་པ། བཅོང་ནམས་འཚོ་ལྷོ། ལྷན་ཐང་རྒྱུ་ལྷོ།

༢ ལྷན་ཐང་རྒྱུ་ལྷོ།

གཙོ་བོ་ལྟེང་། ལྷན་ཐང་རྒྱུ་ལ།

- གཚུགས་གཞི་ལ། རིམ་གྱི་ལྷན་ཁུངས་
- 3 ཚུགས་གཞི་ལ།  
 གཚུགས་གཞི་ལ། ལྷན་ཁུངས་ལྷན་ཁུངས་  
 གཚུགས་གཞི་ལ། རིམ་གྱི་ལྷན་ཁུངས་
- 4 གཞི་ལྷན་ཁུངས་གཞི་ལ།  
 གཚུགས་གཞི་ལ། ལྷན་ཁུངས་  
 གཚུགས་གཞི་ལ། རིམ་གྱི་ལྷན་ཁུངས་ ཚུགས་གཞི་ལ།
- 5 ལྷན་ཁུངས་གཞི་ལ།  
 གཚུགས་གཞི་ལ། རིམ་གྱི་ལྷན་ཁུངས་  
 གཚུགས་གཞི་ལ། རིམ་གྱི་ལྷན་ཁུངས་ལྷན་ཁུངས་
- 6 རིམ་གྱི་ལྷན་ཁུངས་གཞི་ལ།  
 གཚུགས་གཞི་ལ། རིམ་  
 གཚུགས་གཞི་ལ། རིམ་གྱི་ལྷན་ཁུངས་ རིམ་གྱི་ལྷན་ཁུངས་
- 7 རིམ་གྱི་ལྷན་ཁུངས་གཞི་ལ།  
 གཚུགས་གཞི་ལ། རིམ་གྱི་ལྷན་ཁུངས་  
 གཚུགས་གཞི་ལ། རིམ་གྱི་ལྷན་ཁུངས་ རིམ་གྱི་ལྷན་ཁུངས་
- 8 རིམ་གྱི་ལྷན་ཁུངས་གཞི་ལ།  
 གཚུགས་གཞི་ལ། རིམ་གྱི་ལྷན་ཁུངས་  
 གཚུགས་གཞི་ལ། རིམ་གྱི་ལྷན་ཁུངས་ རིམ་གྱི་ལྷན་ཁུངས་
- 9 རིམ་གྱི་ལྷན་ཁུངས་གཞི་ལ།  
 གཚུགས་གཞི་ལ། རིམ་གྱི་ལྷན་ཁུངས་  
 གཚུགས་གཞི་ལ། རིམ་གྱི་ལྷན་ཁུངས་ རིམ་གྱི་ལྷན་ཁུངས་
- 10 རིམ་གྱི་ལྷན་ཁུངས་གཞི་ལ།  
 གཚུགས་གཞི་ལ། རིམ་གྱི་ལྷན་ཁུངས་  
 གཚུགས་གཞི་ལ། རིམ་གྱི་ལྷན་ཁུངས་

- ༡༡ བཙུག་རྒྱ་གཞི་བ།  
 བཙུག་ལྷན་པ། ལྷན་གྲུབ་བསྟན་པ།  
 བཙུག་ལྷན་གཞི་བ། བསོད་ནམས་ཚེ་རིང་། བསོད་ནམས་ལྷན་གྲུབ་ཚོགས།
- ༡༢ རྒྱ་ལྷན་གཞི་བ།  
 བཙུག་ལྷན་པ། ལྷན་གྲུབ་པ།  
 བཙུག་ལྷན་གཞི་བ། ལྷན་གྲུབ་དོན་གྲུབ། བཙུག་ལྷན་པ།
- ༡༣ ལྷན་གྲུབ་ལྷན་གྲུབ།  
 བཙུག་ལྷན་པ། བསྟན་པ།  
 བཙུག་ལྷན་གཞི་བ། ཚོགས་པ། རྒྱ་ལྷན་གྲུབ།
- ༡༤ ལྷན་གྲུབ་ལྷན་གྲུབ།  
 བཙུག་ལྷན་པ། ལྷན་གྲུབ་དོན་གྲུབ་ལྷན་གྲུབ།  
 བཙུག་ལྷན་གཞི་བ། ལྷན་གྲུབ་དོན་གྲུབ་ལྷན་གྲུབ་ལྷན་གྲུབ། ལྷན་གྲུབ།

# “二十一世纪藏医本科教育规划教材”系列教材目录

## 基础部分

1. 《藏医药学史》  
主 编 强巴赤列  
副主编 大米玛 楞本嘉
2. 《藏医学概论》  
主 编 尼玛次仁  
副主编 小米玛
3. 《藏医人体学》  
主 编 措如·才朗  
副主编 央嘎 嘎务多吉
4. 《藏医病机学》  
主 编 格桑陈来  
副主编 桑老 本考
5. 《藏医保健学》  
主 编 伟科  
副主编 尕尔考 旺扎
6. 《藏医药理学》  
主 编 尕玛措尼  
副主编 子巴
7. 《藏医外治学》  
主 编 旦切  
副主编 增太加
8. 《藏医诊断学》  
主 编 三智加  
副主编 贡却坚赞
9. 《藏医治疗学》  
主 编 班旦加措  
副主编 大次仁
10. 《藏医伦理学》  
主 编 完德才让  
副主编 兰科加
11. 《四部医典汇论》  
主 编 艾措千  
副主编 尕藏多杰 阿吾尕洛
12. 《天文历算学》  
主 编 桑珠加措  
副主编 贡嘎仁增 仁增

## 临床部分

### 1.《藏医三大基因学》

主 编 旺堆

副主编 索朗其美 南加太

### 2.《藏医内科学》

主 编 多布杰

副主编 多吉 贡郎

### 3.《藏医热病学》

主 编 旦正加

副主编 仁青东周

### 4.《藏医疫病学》

主 编 次智木

副主编 西绕加措 才让

### 5.《藏医五官科学》

主 编 唐卡拉杰

副主编 降拥四郎

### 6.《藏医杂病学》

主 编 尼玛

副主编 端智才让 昂青才旦

### 7.《藏医外科学》

主 编 西绕群培

副主编 央美 普琼次仁

### 8.《藏医儿科学》

主 编 智美

副主编 华尔江 加木科

### 9.《藏医妇科学》

主 编 强巴卓嘎

副主编 明吉措母 央金卓嘎

### 10.《藏医精神病学》

主 编 李先加

副主编 玛久

### 11.《藏医外伤学》

主 编 伦珠旦达

副主编 索朗次仁 索朗平措

### 12.《藏医解毒学》

主 编 拉毛加

副主编 罗藏东主 杨乐

### 13.《藏医方剂学》

主 编 旦科

副主编 才布扎 多杰

### 14.《藏医泻治学》

主 编 加央伦珠

副主编 贡嘎平措 顿珠

རྒྱལ་ཡོངས་མཐོ་རིམ་རྫོང་གྲུ་ཡི་ཤོད་འཁྲུགས་གསོ་རིག་ཚེད་  
 ལས་རྫོང་དེད་ཚོམ་བྱས་ཏུ་ཡོན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་  
 རིག་གཞུང་ཚེད་མཁས་ཚོགས་པའི་མིང་ཤོ།

རྫོང་ཤི་སཱ། འཇམས་པ་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་འཕྲོ་ཚོམ་ཚེད་ཀྱི་མཱ།  
 རྫོང་ས་མཱ། བརྟན་ཤོ། བསམ་གཏན་ཀྱི་མཱ་ཚོམ་ཚེད་ཀྱི་ཚོམ་གྱི། བན་དེ་ཚོམ་ཚེད་ཀྱི།  
 རྫོང་འཕྲུལ་རྒྱལ་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི།

རྒྱལ་ཡོངས་མཐོ་རིམ་རྫོང་གྲུ་ཡི་ཤོད་འཁྲུགས་གསོ་རིག་ཚེད་ལས་  
 རྫོང་དེད་ཚོམ་བྱས་ཏུ་ཡོན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་མིང་ཤོ།

རྫོང་ཤི་སཱ། འཇམས་པ་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་འཕྲོ་ཚོམ་ཚེད་ཀྱི་མཱ།  
 རྫོང་ཤི་སཱ་ཏུ་ཡོན་ལྷན་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི།  
 རྫོང་ཤི་སཱ་ཏུ་ཡོན་ལྷན་གཞོན་པ། འཕྲིན་ཚོམ་ཚེད་ཀྱི། འཕྲིན་ལས་ཀྱི། འཕྲིན་ལས་ཀྱི། འཕྲིན་ལས་ཀྱི།  
 འཕྲིན་ལས་ཀྱི། འཕྲིན་ལས་ཀྱི།

ཏུ་ཡོན་ལྷན་།	ཀྲུ་ཚོགས་གཞི་སཱ།	འཕྲིན་ལས་ཀྱི།	འཕྲིན་ལས་ཀྱི།
	འཕྲིན་ལས་ཀྱི།	འཕྲིན་ལས་ཀྱི།	འཕྲིན་ལས་ཀྱི།
	འཕྲིན་ལས་ཀྱི།	འཕྲིན་ལས་ཀྱི།	འཕྲིན་ལས་ཀྱི།
	འཕྲིན་ལས་ཀྱི།	འཕྲིན་ལས་ཀྱི།	འཕྲིན་ལས་ཀྱི།
	འཕྲིན་ལས་ཀྱི།	འཕྲིན་ལས་ཀྱི།	འཕྲིན་ལས་ཀྱི།

དོན་གྲུབ།	དོན།	གདུགས་དཀར།
པད་མ་བཟུང་འཛིན།	དཔལ་རྒྱལ།	བག་ལྷོ།
བན་དེ་ཚེ་རིང།	དབང་ཚེན་ཚེ་བཏན།	དབང་འདུས།
མིག་དམར་ཚེ་བ།	མིང་སྦྱིད་མཚོ་མོ།	ཚོ་རྒྱུ་ལེ།
ཚུལ་བྲིམས།	<span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ཚུལ་བྲིམས་རྒྱལ་མཚན།</span>	ཚོ་བཀ།
ཚེ་རིང་ཚེ་བ།	མང་ལེན།	ཞང་ཚུལ་བྲིམས་རྒྱལ་མཚན།
ཡུམ་པ།	གཡང་དགའ།	རིག་འཛིན་ཚེ་བ།
ཡིས་རྒྱུ་ཨན།	ཤེས་རབ་ཚོས་འཕེལ།	སངས་རྒྱས།
བསམ་གྲུབ་རྒྱལ།	བསམ་གཏན།	བསོད་ནམས་ལུན་ཚོགས།
བསོད་ནམས་ཚེ་རིང། (བོད་ཡིག་གི་ཀ་མད་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་བསྒྲིགས་པ་ཡིན།)		

གཞུང་ལས་ཁང་།

ཡུལ་རིན། ཚོ་རྒྱུ་ལེ།

ཁོངས་མི། མང་ལེན། བན་དེ་ཚེ་རིང། བུ་མདོ་ལྷ་བུམས་རྒྱལ། དབང་ཚེན་ཚེ་བཏན།

དོན། གདུགས་དཀར། བསམ་གྲུབ་རྒྱལ།

## 全国高等院校藏医学专业教材编审委员会学术专家小组名单

顾 问：强巴赤列 措如·才朗 尼玛

成 员：旦科 桑旦 尼玛次仁 才布扎 完德才让 楞本嘉  
和兴明

## 全国高等院校藏医学专业教材编审委员会名单

顾 问：强巴赤列 尼玛

主任委员：贺兴东

副主任委员：陈资全 阿登 杨殿兴 侯志民 艾措千  
措如·才朗

委 员：三智加 才布扎 大仁增 大米玛 大次仁  
王 炼 扎西泽仁 扎西郎杰 巴 珠 占 堆  
旦 科 旦正加 央嘎 尕藏陈来 尕玛措尼  
尼玛次仁 西绕群培 向·楚程加赞 李福安  
华 江 多布杰 多 杰 次智木 次陈尖参  
李先加 更藏嘉 完德才让 英 巴 旺 堆  
明吉措姆 昂青才旦 图布旦 降拥四朗 星全章  
班玛丹增 索朗平措 索朗次仁 顿珠 唐卡拉杰  
桑 旦 桑 杰 曹正逵 楞本嘉(按姓氏笔画排列)

### 办公室

主任：曹正逵

成员：王炼 完德才让 李先加 昂青才旦 多杰  
星全章 三智加

ཚོམ་ཞིག་འགན་འཁུར་བ།  
责任编辑：  
དེབ་གཞིའི་བཟོ་བཞིན་པ།  
装帧设计：  
པར་ལུས་འགན་འཁུར་བ།  
责任校对：

མེད་ཚང་ན་མགིན་རྟོ་རྗེ།  
西仓·丹真多杰  
ལུ་རུ་རྩེད།  
刘家峰  
བདེ་སྲིད་ལོ་རྟོག།  
李 莉

པ་སངས་དབང་ཚེན།  
巴桑旺庆

## ༡༡ ། ། བདོན་ནང་གསེབ། །

ཚོམ་ཞིག་ལྷན་ཁག།  
ལྷན་ཁག་ལྷན་ཁག།  
དེབ་ཞིག་ལྷན་ཁག།  
འབྲེལ་ལུས་ལྷན་ཁག་ལྷན་ཁག།  
གནས་ལུས།  
ཞུགས་ཞུགས་ལྷན་ཁག།  
ཁ་པར་ལྷན་ཁག།  
འབྲེལ་ལུས་ལྷན་ཁག།  
འབྲེལ་ལུས་ལྷན་ཁག།  
འབྲེལ་ལུས་ལྷན་ཁག།  
འབྲེལ་ལུས།  
འབྲེལ་ལུས།  
འབྲེལ་ལུས་ལྷན་ཁག།  
འབྲེལ་ལུས།  
འབྲེལ་ལུས།  
འབྲེལ་ལུས།

བདོན་ནང་གསེབ་འདི་སྐོབ་དེ་བཞིན་ཚོམ་ཞིག་ཚོམ་ཞིག།  
ལྷན་ཁག་དཔྱད་པའི་ལྷན་ཁག་ལྷན་ཁག།  
ལྷན་ཁག་དཔྱད་པའི་ལྷན་ཁག།  
ལྷན་ཁག་དཔྱད་པའི་ལྷན་ཁག་གི་ཚོགས་འདུ་ལྷན་ཁག་ལྷན་ཁག།  
པེ་ཅིན་ནི་ལི་འཕུལ་ལམ་ལམ་14པ།  
100013  
010-64234411-6509  
ལྷན་ཁག་ལྷན་ཁག་ལྷན་ཁག་ལྷན་ཁག་ལྷན་ཁག།  
ལྷན་ཁག་དཔྱད་པའི་ལྷན་ཁག་གི་ཚོགས་འདུ་ལྷན་ཁག་ལྷན་ཁག།  
པེ་ཅིན་དབྱི་རྩེད་པར་འདེབས་ཚད་ལོད་ལྷན་ཁག།  
787mm × 1092mm 1/16  
15.75  
2004ལོའི་ཟླ་7པར་པར་གཞི་དང་པོ་བཞུགས།  
2004ལོའི་ཟླ་7པར་པེ་ཅིན་རྩེད་པར་ལྷན་ཁག་དང་པོ་བཞུགས།  
0001-4000  
སྤོང་22.00

## 图书在版编目(CIP)数据

藏医精神病学/李先加等编. —北京:民族出版社,  
2004.7

二十一世纪藏医本科教育规划教材

ISBN 7-105-06460-9

I. 藏… II. 李… III. 藏医-精神病学-医学院  
校-教材-藏语 IV. R291.4

中国版本图书馆 CIP数据核字(2004)第 072938 号

## 藏医精神病学 (ZANG YI JING SHEN BING XUE)

编者	藏医精神病学编写小组
校订者	拉卜楞寺医学院
出版发行	民族出版社
地址	北京市和平里北街 14 号
邮编	100013
排版	民族出版社藏文编辑室
印装	北京艺辉印刷有限公司
开本	各地新华书店
网印	787mm × 1092mm 1/16
印张	www.e56.com.cn
版数	15.75
印次	0001-4000 册
定次	2004 年 7 月第 1 版
	2004 年 7 月北京第 1 次印刷
	22.00 元

该书如有印装质量问题,请与本社发行部联系退换  
(藏文室电话:010-64234411-6509)



# 21世纪藏医本科教育规划教材



## ནང་ཁོག་གི་ཕྱོད་དེ།

## 临床部分

ལྷན་གཉེན་ལྷན་གསུང་།

藏医三大基因学

ཁོག་ནང་གསུང་།

藏医内科学

མང་བ་གསུང་།

藏医热病学

གཉེན་ལྷན་གསུང་།

藏医疫病学

ལྷན་ལྷན་གསུང་།

藏医五官科学

ཁོག་ནང་གསུང་།

藏医杂病学

ལྷན་ལྷན་མང་གསུང་།

藏医外科学

ལྷན་བུ་གསུང་།

藏医儿科学

མང་གསུང་།

藏医妇科学

གཉེན་ལྷན་གསུང་།

藏医精神病学

ལྷན་ལྷན་མང་གསུང་།

藏医外伤学

ལྷན་གསུང་།

藏医解毒学

ལྷན་ལྷན་གསུང་།

藏医方剂学

ལྷན་ལྷན་གསུང་།

藏医泻治学

ISBN7-105-06460-9



9 787105 064601 >

ISBN 7-105-06460-9/G · 1259

民文(藏59) 定价: 22.00元