

༡༩༩། ཉི་ཉོང་བྱང་ཤར་ཁུལ་དུ་སྤྱི་ལོ་༢༠༡༡ཕྱི་ཟླ་༣ཚེས་༡༡ཉིན་
 ས་ཡོམ་འཛིགས་སྐྱེལ་ཅན་གྱི་རྗེ་ས་མཚོ་རྒྱལ་ས་འབྲུགས་ཚབས་དབང་གིས་
 དུལ་མི་མང་པོའི་ཚེ་སློབ་ཤོར་བ་སོགས་ཀྱི་ཚེད་རྒྱལ་ས་ཤོག་ཁྲོ་ནང་
 རྫོ་ཤོ་ཁུ་འཛི་གསང་དགོན་ཚེན་པོར་མཚོད་འབུལ་
 རྫོན་ལམ་རྩེགས་སྐབས་ཀྱི་ཞལ་འདོན་
 བཞུགས་སོ།།



ཉི་ཉོང་དང་ཤར་ཨེ་ཤེ་ལ་ཡའི་སྐུ་ཚབ་དོན་གཅོད་ཁང་
 Liaison Office of His Holiness the Dalai Lama for East-Asia and Japan
<http://www.tibethouse.jp>

༢༠༡༡

བླ་མ་སངས་རྒྱལ་གྱི་མཚུས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་ལྷ་རིའི་བྱུང་བྱུང་རྒྱལ་མེས་སྐུ་དཔལ་
 མེས་སྐུ་དཔལ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྐུ་རས་གཟིགས་དབང་ལྷག་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་
 སྐྱེས་སོ། །རིགས་ཀྱི་བྱ། གང་ལ་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཟབ་མོའི་སྦྱོང་
 པ་སྦྱང་བར་འདོད་པ་དེས་ཇི་ལྟར་བསྐྱབ་པར་བྱ། དེ་སྐད་ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་། བྱང་
 རྒྱལ་མེས་སྐུ་དཔལ་མེས་སྐུ་དཔལ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྐུ་རས་གཟིགས་དབང་
 ལྷག་གིས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་ལྷ་རྒྱུ་ཉིའི་བྱུ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྐྱེས་སོ། །ལྷ་རིའི་བྱ།
 རིགས་ཀྱི་བྱའམ་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་གང་ལ་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཟབ་
 མོའི་སྦྱོང་བ་སྦྱང་བར་འདོད་པ་དེས་འདི་ལྟར་རྣམ་པར་བཟོ་བར་བྱ་སྟེ། ལྷ་རོ་ལྷ་
 མོ་དེ་དག་གྲང་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་བར་རྣམ་པར་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་བཟོའོ། །
 གཟུགས་སྟོང་བའོ། སྟོང་བ་ཉིད་གཟུགས་སོ། །གཟུགས་ལས་སྟོང་བ་ཉིད་གཞན་
 མ་ཡིན། སྟོང་བ་ཉིད་ལས་གྲང་གཟུགས་གཞན་མ་ཡིན་ལོ། དེ་བཞིན་དུ་ཚོར་བ་
 དང་། འདུ་ཤེས་དང་། འདུ་བྱེད་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་སྟོང་བའོ། །ལྷ་རིའི་
 བྱ། དེ་ལྟར་ཚོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་བ་ཉིད་དེ། མཚན་ཉིད་མེད་པ། མ་སྐྱེས་པ། མ་
 འགགས་པ། ཇི་མ་མེད་པ། ཇི་མ་དང་བྲལ་བ་མེད་པ། ཇི་བ་མེད་པ། གང་བ་མེད་
 པའོ། །ལྷ་རིའི་བྱ། དེ་ལྟ་བུས་ན་སྟོང་བ་ཉིད་ལ་གཟུགས་མེད། ཚོར་བ་མེད། འདུ་
 ཤེས་མེད། འདུ་བྱེད་རྣམས་མེད། རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད། མིག་མེད། རྣ་བ་མེད།
 ལྷ་མེད། ལྷུ་མེད། ལྷས་མེད། ཡིད་མེད། གཟུགས་མེད། སྐྱ་མེད། ཇི་མེད། རོ་མེད།
 རེག་བྱ་མེད། ཚོས་མེད་དོ། །མིག་གི་ཁམས་མེད་པ་ནས་ཡིད་ཀྱི་ཁམས་མེད།
 ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་ཀྱི་བར་དུ་ཡང་མེད་དོ། །མ་རིག་པ་མེད། མ་
 རིག་པ་ཟད་པ་མེད་པ་ནས་ཀྱ་ཤེ་མེད། ཀྱ་ཤེ་ཟད་པའི་བར་དུ་ཡང་མེད་དོ། དེ་
 བཞིན་དུ་སྐྱག་བསྐྱེད་པ་དང་། ལྷན་འབྱུང་བ་དང་། འཕོག་པ་དང་། ལམ་མེད། ཡེ་
 ཤེས་མེད། མོ་བ་མེད། མ་མོ་བ་པ་ཡང་མེད་དོ། །ལྷ་རིའི་བྱ། དེ་ལྟ་བུས་ན་བྱང་

ལྷུབ་སེམས་དབང་རྣམས་ཐོབ་པ་མེད་པའི་སྲིད་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ལ་
 བརྟེན་ཅིང་གཞན་ཏེ་སེམས་ལ་སྐྱིབ་པ་མེད་ཅིང་སྐྱེག་པ་མེད་དེ། །བྱིན་ཅི་ལོག་
 ལས་ཤིན་ཏུ་འདས་ནས་སྲུང་ན་ལས་འདས་པའི་མཐར་བྱིན་ཏོ། །དུས་གསུམ་དུ་
 རྣམ་པར་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་
 པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱབ་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ལྷུབ་ཏུ་མངོན་པར་
 རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་སོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་
 སྐགས། དུག་པ་ཆེན་པོའི་སྐགས། སྐྱབ་མེད་པའི་སྐགས། མི་མཉམ་པ་དང་མཉམ་
 པའི་སྐགས། སྐུག་བསྐལ་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་སྐགས། མི་བརྟན་
 པས་ན་བདེན་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་སྐགས་སྐྱུས་
 ག། ཏ་བྱ་སྐྱ། ག་ཏེ་ག་ཏེ་པ་ར་ག་ཏེ་པ་ར་སྟེ་པོ་རྟེ་སྐྱ་སྐྱ། ལྷ་རིའི་བྱ། བྱང་
 ལྷུབ་སེམས་དབང་སེམས་དབང་ཆེན་པོས་དེ་ལྟར་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་
 ཟབ་མོ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །དེ་ནས་བཙུམ་ལྷན་འདས་ཉིང་རེ་འཛིན་དེ་ལས་
 བཞེངས་ཏེ་བྱང་ལྷུབ་སེམས་དབང་སེམས་དབང་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་རྒྱུན་རས་
 གཟིགས་དབང་རྒྱལ་ལ་ལེགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་བྱིན་ནས། ལེགས་སོ་ལེགས་སོ། །
 དུགས་ཀྱི་བྱ་དེ་དེ་བཞིན་ནོ། དུགས་ཀྱི་བྱ་དེ་དེ་བཞིན་ཏེ། རི་ལྷར་ཁྲོད་ཀྱིས་
 བརྟན་པ་བཞིན་དུ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཟབ་མོ་ལ་སྐྱུད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་
 བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱང་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དོ། །བཙུམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་དེ་
 སྐད་ཅེས་བཀའ་སྐུལ་ནས། ཆེ་དང་ལྷན་པ་ལྷ་རི་བྱ་ཉིའི་བྱ་དང་། བྱང་ལྷུབ་སེམས་
 དབང་སེམས་དབང་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་རྒྱུན་རས་གཟིགས་དབང་རྒྱལ་དང་།
 ཐམས་ཅད་དང་ལྷན་པའི་འཁོར་དེ་དག་དང་། ལྷ་དང་མི་དང་། ལྷ་མ་ཡིན་དང་། རི་
 ཟབ་བཙས་པའི་འཛིག་རྟེན་ཡི་རང་ཏེ། བཙུམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ལ་
 མངོན་པར་བསྟོད་དོ། །

ལྷ ཏ་ཏུ་སྒྲ། ལྷི་ག་ཏེ་ག་ཏེ་སྒྲ་ར་ག་ཏེ་སྒྲ་ར་སྐ་ག་ཏེ་པོ་རྩི་སྒྲ་ཏུ། འཕགས་
 བ་དགོན་མཚོག་གསུམ་གྱི་བཀའ་ཡི་བདེན་པའི་སྣོན་བས་ཀྱིས་ཕྱིར་བརྗོད་ག་བར་
 གྱུར་ཅིག །མེད་པར་གྱུར་ཅིག །ཞི་བར་གྱུར་ཅིག །རབ་ཏུ་ཞི་བར་གྱུར་ཅིག །
 གཤམ་རིགས་སྣོང་ཕྱག་བརྒྱད་ཅུ་ཞི་བ་དང་། །མི་མཐུན་གཞོན་པའི་རྒྱུན་དང་བལ་
 བ་དང་། །མཐུན་པར་འགྲུབ་ཅིང་ཕུན་སུམ་ཚོགས་གྱུར་པའི། །བཀྲ་ཤིས་དེས་གྱུར་
 དེར་འདིར་བདེ་ལེགས་ཤོག །

༣༡། །འཕགས་པ་བཟང་པོ་སྣོད་པའི་སྣོན་ལས་གྱི་རྒྱལ་པོ་བཞུགས་སོ།།

རྒྱ་གར་སྐད་ཏུ། ལྷུ་ཅུ་ཅུ་ཅུ་པེ་རྩི་རྩི་རྩི་རྩི།

པོད་སྐད་ཏུ། འཕགས་པ་བཟང་པོ་སྣོད་པའི་སྣོན་ལས་གྱི་རྒྱལ་པོ།

འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ཏུར་གྱུར་པ་ལ་ཕྱག་འཚོལ་སོ། །

རི་སྣོད་སྲུང་ག་ཕྱོགས་བཅུའི་འདིག་རྟེན་ན། །དུས་གསུམ་ག་ཤེགས་པ་
 མི་ཡི་སེང་གེ་ཀུན། །བདག་གིས་མ་ལུས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ། །ལུས་དང་དག་
 ཡིད་དང་བས་ཕྱག་བཞིའོ། །བཟང་པོ་སྣོད་པའི་སྣོན་ལས་སྣོན་བས་དག་གིས། །རྒྱལ་
 བ་ཐམས་ཅད་ཡིད་གྱི་མངོན་སུམ་དུ། །ཞིང་གི་རྒྱལ་སྣོད་ལུས་རབ་བརྟུན་པ་
 ཡིས། །རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་རབ་ཏུ་ཕྱག་འཚོལ་སོ། །རྒྱལ་གཅིག་སྣོད་ན་རྒྱལ་སྣོད་
 སངས་རྒྱལ་རྣམས། །སངས་རྒྱལ་སྐྱས་གྱི་དབུས་ན་བཞུགས་པ་དག །དེ་སྣོད་
 ཚོས་གྱི་དབྱིངས་རྣམས་མ་ལུས་ལ། །ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བ་དག་གིས་གང་བར་
 མོས། །དེ་དག་བཏུགས་པ་མི་བཟད་རྒྱ་མཚོ་རྣམས། །དབྱངས་གྱི་ཡན་ལག་རྒྱ་
 མཚོའི་སྐྱ་ཀུན་གྱིས། །རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་བརྗོད་ཅིང་། །བདེ་བར་
 ག་ཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བསྟོད། །མེ་ཉོག་དམ་པ་སྤེང་བ་དམ་པ་
 དང་། །སིལ་སྐྱོན་རྣམས་དང་བྱུག་པ་གདུགས་མཚོག་དང་། །མར་མེ་མཚོག་དང་
 བདུག་སྟོས་དམ་པ་ཡིས། །རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཚོད་པར་བཞི། །ན་བཟང་དམ་

པ་རྣམས་དང་འི་མཚོག་དང་། །སྤེམ་སྤུར་མ་དེ་རབ་མཉམ་པ་དང་། །བཀོད་པ་
ལྷན་པར་འཕགས་པའི་མཚོག་ཀུན་གྱིས། །རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ནི་མཚོད་པར་
བགྱི། །མཚོད་པ་གང་རྣམས་སྤྲེལ་བྱ་ཆེ་བ། །དེ་དག་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་
མོས། །བཟང་པོ་སྤྱོད་ལ་དད་པའི་སྟོབས་དག་གིས། །རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་བྱུག་འཚལ་
མཚོད་པར་བགྱི། །འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཉི་ལྷུག་དབང་གིས་ནི། །སྤྱུ་དང་རྒྱ་
དང་དེ་བཞིན་ཡིད་གྱིས་ཀྱང་། །སྤྲིག་པ་བདག་གིས་བགྱིས་པ་ཅི་མཆིས་པ། །དེ་
དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སོ་སོར་བཤགས། །སྤྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་ཀུན་དང་
སངས་རྒྱས་སྤྲས། །རང་རྒྱལ་རྣམས་དང་སྟོབ་དང་མི་སྟོབ་དང་། །འཕྲོ་བ་ཀུན་གྱི་
བསོད་ནམས་གང་ལ་ཡང་། །དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་ཡི་རང་། །གང་རྣམས་
སྤྱོགས་བཅུའི་འཛིག་རྟེན་སྟོན་མེ་དག །བྱང་ཆུབ་རིམ་པར་སངས་རྒྱས་མ་ཆགས་
བཞེས། །མགོན་པོ་དེ་དག་བདག་གིས་ཐམས་ཅད་ལ། །འཁོར་ལོ་སྤྲོ་ན་མེད་པ་
བསྐྱོར་བར་བསྐྱུལ། །སྤྱང་ན་འདའ་སྟོན་གང་བཞེད་དེ་དག་ལ། །འཕྲོ་བ་ཀུན་ལ་
མན་ཞིང་བདེ་བའི་ཕྱིར། །བསྐྱལ་པ་ཞིང་གི་རྒྱལ་སྟོན་བཞུགས་པར་ཡང་། །བདག་
གི་ཐལ་མོ་རབ་སྤྱར་གསོལ་བར་བགྱི། །བྱུག་འཚལ་བ་དང་མཚོད་ཅིང་བཤགས་
པ་དང་། །རྗེས་སུ་ཡི་རབ་བསྐྱུལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། །དགོ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་
ཅི་བསགས་པ། །ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྟོའོ། །འདས་པའི་
སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་སྤྱོགས་བཅུ་ཡི། །འཛིག་རྟེན་དག་ན་གང་བཞུགས་མཚོད་
གྱུར་ཅིག །གང་ཡང་མ་སྟོན་དེ་དག་རབ་སྤྱར་བར། །བསམ་རྗོགས་བྱང་ཆུབ་རིམ་
པར་སངས་རྒྱས་སྟོན། །སྤྱོགས་བཅུ་ག་མེད་ཞིང་རྣམས་རི་སྟེད་པ། །དེ་དག་རྒྱ་
ཆེར་ཡོངས་སུ་དག་གྱུར་ཅིག །བྱང་ཆུབ་ཤིང་དབང་བྱུང་གཤེགས་རྒྱལ་བ་དང་། །
སངས་རྒྱས་སྤྲས་གྱིས་རབ་ཏུ་གང་བར་ཤོག །སྤྱོགས་བཅུའི་སེམས་ཅན་གང་
རྣམས་རི་སྟེད་པ། །དེ་དག་ཉག་ཏུ་ནད་མེད་བདེ་གྱུར་ཅིག །འཕྲོ་བ་ཀུན་གྱི་ཚོས་

།ཤི་དོན་རྣམས་ལོ། །མཐུན་པར་གྱུར་ཅིག་ཏུ་བཤང་འགྲུབ་པར་ཤོག། །བྱང་ཆུབ་
 སྲོད་པ་དག་ནི་བདག་སྲོད་ཅིང་། །འགྲོ་བ་ཀུན་ཏུ་སྐྱེ་བ་བཟོན་གྱུར་ཅིག། །ཚེ་རབས་
 ཀུན་ཏུ་འཆི་འཕོ་སྐྱེ་བ་ན། །ཉག་ཏུ་བདག་ནི་རབ་ཏུ་འཐུང་བར་ཤོག། །རྒྱལ་བ་ཀུན་
 །ཤི་རྗེས་སུ་སྲོད་གྱུར་རྟེ། །བཟང་པོ་སྲོད་པ་ཡོངས་སུ་རྗོགས་ཤེད་ཅིང་། །ཚུལ་
 གྲིམས་སྲོད་པ་རྗེ་མེད་ཡོངས་དག་པ། །ཉག་ཏུ་མ་ཉམས་སྲོན་མེད་སྲོད་པར་
 ཤོག། །ལྷ་ཡི་སྐད་དང་སྐྱེ་དང་གཞོན་སྦྱིན་སྐད། །བྲུལ་བྲུལ་དག་དང་མི་ཡི་སྐད་
 རྣམས་དང་། །འགྲོ་བ་ཀུན་ཤི་སྐྱ་རྣམས་ཇི་ཅུམ་པར། །ཐམས་ཅད་སྐད་དུ་བདག་
 གིས་ཚེས་བརྟན་ཏོ། །དེས་ཤིང་པ་རོལ་ཕྱིན་ལ་རབ་བཙོན་རྟེ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་
 བེ་རྣམ་ཡང་བརྗེད་མ་གྱུར། །སྤྲིག་པ་གང་རྣམས་སྤྲིབ་པར་གྱུར་པ་དག། །དེ་དག་མ་
 བྲུས་ཡོངས་སུ་བྱང་བར་ཤོག། །ལས་དང་ཉོན་མོངས་བདུད་ཀྱི་ལས་རྣམས་
 ལས། །ཤོལ་ཁིང་འཛིག་ཉེན་འགྲོ་བ་རྣམས་སུ་ཡང་། །ཇི་ལྟར་བརྗེ་རྒྱས་མི་ཆགས་
 པ་བཞིན། །ཉི་ཟླ་རྣམ་མཁའ་ཐོགས་པ་མེད་ལྟར་སྤྱད། །ཁིང་གི་ཁྲོན་དང་ཕྱོགས་
 རྣམས་ཇི་ཅུམ་པར། །བར་སོང་སྐྱག་བསྐྱེད་རབ་ཏུ་ཞི་བར་བྱེད། །བདེ་བ་དག་ལ་
 འགྲོ་བ་ཀུན་འཕོད་ཅིང་། །འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཞི་པར་བར་སྤྱད། །བྱང་ཆུབ་སྲོད་
 པ་ཡོངས་སུ་རྗོགས་ཤེད་ཅིང་། །སེམས་ཅན་དག་གི་སྲོད་དང་མཐུན་པར་འཇུག།
 །བཟང་པོ་སྲོད་པ་དག་ནི་རབ་སྟོན་ཅིང་། །མ་ཡོངས་བསྐྱེད་པ་ཀུན་ཏུ་སྲོད་གྱུར་
 ཅིག། །བདག་གིས་སྲོད་དང་མཚུངས་པར་གང་སྲོད་པ། །དེ་དག་དང་ཞི་ཉག་ཏུ་
 འགྲོགས་པར་ཤོག། །ལྷས་དང་དག་རྣམས་དང་ཞི་སེམས་ཀྱིས་གྱང་། །སྲོད་པ་དག་
 དང་སྲོན་ལམ་གཅིག་ཏུ་སྤྱད། །བདག་ལ་ཕན་པར་འདོད་པའི་གོགས་པོ་གང་། །
 །བཟང་པོ་སྲོད་པ་རབ་ཏུ་སྟོན་བཞིན་པ། །དེ་དག་དང་ཡང་ཉག་ཏུ་འཕྲད་པར་ཤོག། །
 །དེ་དག་བདག་གིས་རྣམ་ཡང་ཡིད་མི་དམུང་། །སངས་རྒྱས་སྲས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བའི་
 མགོན་པོ་རྣམས། །མངོན་སུམ་ཉག་ཏུ་བདག་གིས་རྒྱལ་བ་བལྟ། །མ་ཡོངས་བསྐྱེད་

པ་ཀུན་ཏུ་མི་སྐྱོད་བཅུ། །དེ་དག་ལ་ཡང་མཚོན་པ་རྒྱ་ཆེར་བསྒྲི། །རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་
 དམ་པའི་ཚོས་འཛིན་ཅིང། །བྲང་རྒྱལ་སྐྱོད་པ་ཀུན་ཏུ་སྤང་བར་བྲེད། །བཟང་པོ་
 སྐྱོད་པ་རྣམས་པར་སྤྱང་བ་ཡང། །མ་འོངས་བསྐྱལ་བ་ཀུན་ཏུ་སྤྱང་བར་བསྒྲི། །སྲིད་
 པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་འཁོར་བ་ན། །བསོད་ནམས་ལེ་ཤེས་དག་ནི་མི་ཟད་རྣེས། །
 ཐབས་དང་ཤེས་རབ་ཉིང་འཛིན་རྣམས་ཐར་དང། །ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་མི་ཟད་མཚོན་
 རྒྱུར་ཅིག །རྒྱལ་གཅིག་སྟེང་ན་རྒྱལ་སྟེང་ཞིང་རྣམས་ཉེ། །ཞིང་དེར་བསམ་གྱིས་མི་
 རྒྱབ་སངས་རྒྱས་རྣམས། །སངས་རྒྱས་སྤྲུལ་གྱི་དབུས་ན་བཞུགས་པ་ལ། །བྲང་
 རྒྱལ་སྤྱད་པ་སྐྱོད་ཅིང་བསྟུ་བར་བསྒྲི། །དེ་ལྟར་མ་ལུས་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་
 ཡང། །སྤྱོད་པ་སྤྱོད་ཅིང་བསྟུ་བར་བསྒྲི། །སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོ་ཞིང་
 རྣམས་རྒྱ་མཚོ་དང། །བསྐྱལ་བ་རྒྱ་མཚོར་སྐྱོད་ཅིང་རབ་ཏུ་འཇུག །གསུང་གཅིག་
 ཡན་ལག་རྒྱ་མཚོའི་སྤྱོད་སྤྱོད་གྱིས། །རྒྱལ་བ་ཀུན་དབྱངས་ཡན་ལག་རྣམས་དག་པ། །
 འགོ་བ་ཀུན་གྱི་བསམ་པ་རི་བཞིན་དབྱངས། །སངས་རྒྱས་གསུང་ལ་རྟོག་ཏུ་
 འཇུག་པར་བསྒྲི། །དུས་གསུམ་གཤེགས་པའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་དག །འཁོར་
 མོའི་ཚུལ་རྣམས་རབ་ཏུ་བསྐྱོར་བ་ཡི། །དེ་དག་གི་ཡང་གསུང་དབྱངས་མི་ཟད་
 ལ། །སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་གྱིས་བདག་གུང་རབ་ཏུ་འཇུག །མ་འོངས་བསྐྱལ་བ་ཐམས་ཅད་
 འཇུག་པར་ཡང། །སྤྱོད་ཅིག་གཅིག་གིས་བདག་གུང་འཇུག་པར་བསྒྲི། །གང་ཡང་
 བསྐྱལ་བ་དུས་གསུམ་ཚད་དེ་དག །སྤྱོད་ཅིག་ཆ་ཤས་གྱིས་ནི་ཞུགས་པར་སྤྱད། །
 དུས་གསུམ་གཤེགས་པ་མི་ཡི་སེང་གེ་གང། །དེ་དག་སྤྱོད་ཅིག་གཅིག་ལ་བདག་
 གིས་བསྐྱ །རྟོག་ཏུ་དེ་དག་གི་ནི་སྤྱོད་ལུལ་ལ། །སྤྱོད་པར་གྱུར་པའི་རྣམས་ཐར་སྤྱོད་པས་
 གྱིས་འཇུག །གང་ཡང་དུས་གསུམ་དག་གི་ཞིང་བཞོད་པ། །དེ་དག་རྒྱལ་གཅིག་
 སྟེང་དུ་མའོན་པར་བསྐྱབ། །དེ་ལྟར་མ་ལུས་སྤྱོད་པ་རྣམས་ཐམས་ཅད་དུ། །རྒྱལ་བ་
 དག་གི་ཞིང་རྣམས་བཞོད་པ་འཇུག །གང་ཡང་མ་འོན་ཅེག་སྤོན་མ་

རྣམས། །དེ་དག་རིམ་བར་འཚོང་རྒྱ་ལམོར་ལོ་བསྐྱོད། །མྱ་ངན་འདས་པ་རབ་ཏུ་ཞི་
 མཐའ་སྟོན། །མལོན་པོ་ཀུན་གྱི་རྒྱུ་དུ་བདག་མཆིའོ། །ཀུན་ཏུ་སྤྱོད་བའི་རྩ་ལསྤུལ་
 ལྟོབས་རྣམས་དང། །ཀུན་ནས་སྟོ་ཡི་ཐེག་པའི་སྟོབས་རྣམས་དང། །ཀུན་ཏུ་ཡོན་
 ཏན་སྦྱོང་བའི་སྟོབས་རྣམས་དང། །ཀུན་ཏུ་བྱུང་བ་བྱམས་པ་དག་གི་སྟོབས། །ཀུན་
 རས་དགོ་བའི་བསོད་ནམས་སྟོབས་རྣམས་དང། །ཆགས་པ་མེད་པར་གྱུར་བའི་
 ཡེ་ཤེས་སྟོབས། །ཤེས་རབ་ཐབས་དང་ཉིང་འཛིན་སྟོབས་དག་གིས། །བྱང་ཆུབ་
 ལྟོབས་རྣམས་ཡང་དག་སྦྱབ་པར་བྱེད། །ལས་ཀྱི་སྟོབས་རྣམས་ཡོངས་སུ་དག་
 བྱེད་ཅིང། །ཉོན་མོངས་སྟོབས་རྣམས་ཀུན་ཏུ་འཛེམས་པར་བྱེད། །བདུད་ཀྱི་
 ལྟོབས་རྣམས་སྟོབས་མེད་རབ་བྱེད་ཅིང། །བཟང་པོ་སྦྱོང་བའི་སྟོབས་ནི་རྩོགས་
 པར་བཤུ། །ཞིང་རྣམས་རྒྱ་མཚོ་རྣམ་པར་དག་བྱེད་ཅིང། །སེམས་ཅན་རྒྱ་མཚོ་
 དག་ནི་རྣམ་པར་སྟོལ། །ཚོས་རྣམས་རྒྱ་མཚོ་རབ་ཏུ་མཐོང་བྱེད་ཅིང། །ཡེ་ཤེས་
 རྒྱ་མཚོ་རབ་ཏུ་རྟོགས་པར་བྱེད། །སྦྱོང་བ་རྒྱ་མཚོ་རྣམ་པར་དག་བཤུད་ཅིང། །
 སྟོན་ལམ་རྒྱ་མཚོ་རབ་ཏུ་རྩོགས་པར་བྱེད། །སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོ་རབ་ཏུ་མཚོང་
 བཤུད་ཅིང། །བསྐྱལ་བ་རྒྱ་མཚོར་མི་སྟོལ་སྤྱད་པར་བཤུ། །གང་ཡང་དུས་གསུམ་
 གཤེགས་པའི་རྒྱལ་བ་ཡི། །བྱང་ཆུབ་སྦྱོང་བའི་སྟོན་ལམ་གྱེ་བྲག་རྣམས། །བཟང་
 པོ་སྦྱོང་བས་བྱང་ཆུབ་སངས་རྒྱས་ནས། །དེ་ཀུན་མ་ལུས་བདག་གིས་རྩོགས་པར་
 བཤུ། །རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་སྤྲས་ཀྱི་སྤྱ་བོ་བ། །གང་གི་མིང་ནི་ཀུན་ཏུ་བཟང་ཞེས་བྲ། །
 མཁས་པ་དེ་དང་མཚུངས་པར་སྦྱད་པའི་ཕྱིར། །དགོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་
 ཏུ་བསྟོ། །ལུས་དང་དག་དང་ཡིད་ཀྱང་རྣམ་དག་ཅིང། །སྦྱོང་བ་རྣམ་དག་ཞིང་
 རྣམས་ཡོངས་དག་པར། །བསྟོ་བ་བཟང་པོ་མཁས་པ་ཅི་འདྲ་བ། །དེ་འདྲར་བདག་
 ཀྱང་དེ་དང་མཚུངས་པར་ཤོག །ཀུན་ནས་དགོ་བ་བཟང་པོ་སྦྱད་པའི་ཕྱིར། །འཇམ་
 དཔལ་གྱི་ནི་སྟོན་ལམ་སྦྱད་པར་བཤུ། །མ་འོངས་བསྐྱལ་བ་ཀུན་ཏུ་མི་སྟོལ་བར། །དེ་

ཡི་བྱ་བ་མ་ལུས་རྫོགས་པར་བགྱི། རྫོགས་པ་དག་ནི་ཚད་ཡོད་མ་གྱུར་ཅིག། འོན་
ཏུ་རྣམས་ཀྱང་ཚད་གཞུང་མེད་པར་ཤོག། རྫོགས་པ་ཚད་མེད་པ་ལ་གནས་ནས་
ཀྱང་། །དེ་དག་འཇུག་པ་ཐམས་ཅད་འཚོལ་བར་བགྱི། །རྣམ་མཁའི་མཐར་ཐུག་
གྱུར་པ་རྗེ་ཚམ་ལ། །སེམས་ཅན་མ་ལུས་མཐའ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། །རྗེ་ཚམ་ལས་
དང་ཉོན་མོངས་མཐར་གྱུར་ལ། །བདག་གི་སློབ་ལམ་མཐའ་ཡང་དེ་ཚམ་ལོ། །གང་
ཡང་སྲོགས་བཅུའི་ཞིང་རྣམས་མཐའ་ཡས་ལ། །རིན་ཆེན་བརྒྱན་ཏེ་རྒྱལ་བ་རྣམས་
ལ་སྤུལ། །ལྷ་དང་མི་ཡི་བདེ་བ་མཚོག་རྣམས་ཀྱང་། །ཞིང་གི་རྩལ་སྟེང་བསྐྱལ་བར་
ལུལ་བ་བས། །གང་གིས་བསྡོ་བའི་རྒྱལ་པོ་འདི་ཐོས་ནས། །བྱང་ཆུབ་མཚོག་གིས་
རྗེས་སྲུ་རབ་མོས་ཤིང་། །ལམ་ཅིག་ཚམ་ཡང་དད་བ་བསྐྱེད་བ་ནི། །བསོད་ནམས་
དམ་པའི་མཚོག་ཏུ་འདི་འགྱུར་རོ། །གང་གིས་བཟང་སྟོང་སྟོན་ལམ་འདི་བཏབ་
བས། །དེས་ནི་རྣ་སོང་ཐམས་ཅད་སྤངས་བར་གྱུར། །དེས་ནི་གྲོགས་པོ་རྣ་བ་
སྤངས་བ་ཡིན། །སྤང་བ་མཐའ་ཡས་དེ་ཡང་དེས་སྐྱར་མཐོང་། །དེ་དག་རྗེད་པ་རབ་
རྗེད་བདེ་བར་འཚོ། །མི་ཆེ་འདིར་ཡང་དེ་དག་ལེགས་པར་འོང་། །ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་
དེ་ཡང་ཅི་འདྲ་བར། །དེ་དག་རིང་པོར་མི་སྟོགས་དེ་བཞིན་འགྱུར། །མཚོམས་མེད་
ལྷ་པོ་དག་གི་སྟོག་པ་རྣམས། །གང་གིས་མི་ཤེས་དབང་གིས་བྱས་པ་དག། །དེ་
ཡིས་བཟང་པོ་སྟོང་བ་འདི་བརྗོད་ན། །སྐྱར་ཏུ་མ་ལུས་ཡོངས་སུ་བྱང་བར་
འགྱུར། །ཡེ་ཤེས་དང་ནི་གཟུགས་དང་མཚན་རྣམས་དང་། །རིགས་དང་ཁ་དོག་
རྣམས་དང་ལྡན་པར་འགྱུར། །བདུད་དང་སྲ་སྟེགས་མང་པོས་དེ་མི་ཐུག། །འདིག་
རྟེན་གསུམ་པོ་ཀུན་ནའང་མཚོད་པར་གྱུར། །བྱང་ཆུབ་ཤིང་དབང་བྱང་དུ་དེ་སྐྱར་
འགྲོ། །སོང་ནས་སེམས་ཅན་པན་སྦྱིར་དེར་འདུག་སྟེ། །བྱང་ཆུབ་སངས་རྒྱལ་
འཁོར་ལོ་རབ་ཏུ་བསྐྱོར། །བདུད་རྣམས་སྟེ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་བཏུལ། །གང་
ཡང་བཟང་པོ་སྟོང་བ་སྟོན་པ་ལ་འདི། །འཆང་བ་དང་ནི་སྟོན་ཏམ་སྟོག་ན་ཡང་། །དེ་

ཡི་རྣམ་པར་སྤྲིན་བཤང་སངས་རྒྱས་མཁུན། །བྱང་ཚུབ་མཚོག་ལ་སོམ་ཉི་མ་བྱེད་
 ཅིག །འཇམ་དཔལ་དཔལ་བོས་རི་སྒྲར་མཁུན་པ་དང་། །ཀུན་ཏུ་བཟང་བོ་དེ་ཡང་དེ་
 བཞིན་ཏེ། །དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་སློབ་སྤྱིར། །དགེ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་
 རབ་ཏུ་བསྟོ། །དུས་གསུམ་ག་ཤེགས་པའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་གྱིས། །བསྟོ་བ་གང་
 ལ་མཚོག་ཏུ་བསྐྱབས་པ་དེས། །བདག་གི་དགེ་བའི་ཅ་བ་འདི་ཀུན་ཀྱང་། །བཟང་
 བོ་སྤྱོད་སྤྱིར་རབ་ཏུ་བསྟོ་བར་བསྟེ། །བདག་ནི་འཚེ་བའི་དུས་བྱེད་གྱུར་པ་ན། །
 སྤྱི་བ་བ་ཐམས་ཅད་དག་ནི་སྤྱིར་བསལ་ཏེ། །མངོན་སུམ་སྤྲང་བ་མཐའ་ཡས་དེ་
 མཚོང་ནས། །བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དེར་རབ་ཏུ་འགྲོ། །དེར་སོང་ནས་ནི་སློན་ལམ་
 འདི་དག་ཀྱང་། །ཐམས་ཅད་མ་ལུས་མངོན་ཏུ་འགྱུར་བར་ཤོག །དེ་དག་མ་ལུས་
 བདག་གིས་ཡོངས་སུ་བགང་། །འཇིག་རྟེན་རི་སྤྱོད་སེམས་ཅན་པན་པར་བསྟེ། །
 རྒྱལ་བའི་དཀྱིལ་འཕོར་བཟང་ཞིང་དགའ་བ་དེར། །བསྐྱོད་པ་ཤིན་ཏུ་མཛེས་
 ལས་སྤྱེས། །སྤྲང་བ་མཐའ་ཡས་རྒྱལ་བས་མངོན་སུམ་དུ། །ལུང་བསྟན་པ་ཡང་
 བདག་གིས་དེར་ཐོབ་ཤོག །དེར་ནི་བདག་གིས་ལུང་བསྟན་རབ་ཐོབ་ནས། །སྤྱུལ་
 པ་མང་པོ་ལྷེ་བ་ཐྲག་བརྒྱ་ཡིས། །སློ་ཡི་སྟོབས་གྱིས་ཕྱོགས་བརྒྱ་རྣམས་སུ་ཡང་། །
 སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་པན་པ་མང་པོ་བསྟེད། །བཟང་བོ་སྤྱོད་པའི་སློན་ལམ་བཏབ་
 པ་ཡི། །དགེ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསལས་པ། །དེས་ནི་འགྲོ་བའི་སློན་ལམ་
 དགེ་བ་རྣམས། །སྐྱད་ཅིག་གཅིག་གིས་ཐམས་ཅད་འགྲོར་བར་ཤོག །བཟང་བོ་
 སྤྱོད་པའི་སློན་ལམ་བསྟོས་པ་ཡིས། །བསོད་ནམས་དམ་པ་མཐའ་ཡས་གང་ཐོབ་
 དེས། །འགྲོ་བ་སྤྱུག་བསྐྱལ་ཚུ་བོར་བྱིང་བ་རྣམས། །འོད་དཔག་མེད་པའི་གནས་
 རབ་ཐོབ་པར་ཤོག །སློན་ལམ་རྒྱལ་བོ་འདི་དག་མཚོག་གི་གཙོ། །མཐའ་ཡས་
 འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་པན་བྱེད་ཅིང་། །ཀུན་ཏུ་བཟང་བོས་བརྒྱན་པའི་གཞུང་གྲུབ་སྟེ། །
 རན་སོང་རྒྱད་རྣམས་མ་ལུས་སྟོངས་པར་ཤོག ། །འཕགས་པ་བཟང་བོ་སྤྱོད་པའི་སློན་ལམ་གྱི་རྒྱལ་
 བོ་རྣམས་སོ།།

བདག་གིས་བྱང་ཚུབ་སློབ་པ་ལ། །འཇུག་པ་རྣམ་པར་བརྟམས་པ་ཡི། །
 དགོ་བ་གང་དེས་འགྲོ་བ་ཀུན། །བྱང་ཚུབ་སློབ་ལ་འཇུག་པར་ཤོག། །སྤྱོད་པ་རྣམས་
 ཀུན་ན་ལུས་དང་སེམས། །སྤྱུག་བསྐྱེད་ནད་པ་རི་སྟེང་ལ། །དེ་དག་བདག་གི་
 བསོད་ནམས་ཀྱིས། །བདེ་དགའ་རྒྱ་མཚོ་ཐོབ་པར་ཤོག། །དེ་དག་འཁོར་བ་རི་སྟེང་
 གྲ། །ཀམ་ཡང་བདེ་ལས་ཉམས་མ་གྲུམ། །འགྲོ་བས་སྐྱ་ན་མེད་པ་ཡི། །བདེ་བ་རྒྱན་
 མི་འཆད་ཐོབ་ཤོག། །འཇིག་རྟེན་ཁམས་ན་དམུལ་བ་དག། །གང་དག་རི་སྟེང་ཡོད་
 པ་རྣམས། །དེ་དག་ཏུ་ནི་ལུས་ཅན་རྣམས། །བདེ་ཅན་བདེ་བས་དགའ་བར་ཤོག། །
 གང་བས་ཉམ་ཐག་རྩོ་ཐོབ་ཤོག། །བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱིན་ཆེན་ལས། །བྱུང་
 བའི་རྒྱ་བོ་མཐའ་ཡས་ཀྱིས། །ཆོ་བས་ཉམ་ཐག་བསེལ་བར་ཤོག་པས་གྱི་ལོ་མའི་
 རགས་ཚལ་ཡང་། །དེ་ལ་དགའ་ཚལ་སྤྱུག་གུར་ཤོག། །ཤལ་མ་མི་ཡི་སློང་བོ་ཡང་། །
 དབག་བསམ་ཤིང་དུ་བརྒྱངས་པར་ཤོག། །འཐིམ་རིལ་དུར་བ་དག་དང་ངང་བ་
 དང་། །བཞད་སོགས་སྐད་སྟོན་འབྱེན་པས་མཛེས་གུར་ཅིག། །བརྒྱ་རི་བསྐྱེད་ཆེ་
 ལུན་མཚོ་དག་གིས། །དམུལ་བའི་ས་སྤོགས་དག་ནི་ཉམས་དགའ་ཤོག། །སོལ་
 ལུང་དེ་དག་རིན་ཆེན་ལུང་བོར་གྲུམ། །ས་བསྐྱེད་ཤེལ་གྱི་ས་གཞི་བསྐྱར་བར་
 ཤོག། །བསྐྱེད་འཛོམས་རི་བོ་རྣམས་གྱུར་མཚོད་པ་ཡི། །གཞལ་མེད་ཁང་གུར་བདེ་
 ག་ཤེགས་གང་བར་ཤོག། །མདག་མཛོད་བསྐྱེད་པས་མཚོན་གྱི་ཆར་བ་དག། །དེད་ནས་
 བརྒྱང་སྟེ་མེ་ཉོག་ཆར་པར་གྲུམ། །སན་ཚུན་མཚོན་གྱིས་འདེབས་པ་དེ་ཡང་ནི། །
 དེད་ནས་ཆེ་སྟེར་མེ་ཉོག་འཕེན་པར་ཤོག། །རྒྱ་བོ་རབ་མེད་མེ་དོང་འབྲ་ནང་གྱིང་བ་
 དག། །ཤ་ཀུན་ཞིག་གྲུར་རུས་གོང་མེ་ཉོག་ཀུན་དའི་མདོག། །བདག་གི་དགོ་བའི་
 ལྷོབས་ཀྱིས་ལྷ་ཡི་ལུས་ཐོབ་ནས། །ལྷ་མོ་རྣམས་དང་སྟོན་ཅིག་དལ་གྱིས་འབབ་
 གནས་ཤོག། །ཅི་སྤྱིར་འདིར་ནི་གཤིན་རྗེའི་མི་དང་ལྷ་དང་བྱ་ཚོད་མི་བཟད་རྣམས་

སྐྱུག་བྱེད། །ཀུན་ནས་སྐྱུན་བསལ་བདེ་དགའ་བསྐྱེད་པའི་མཐུ་བཟང་འདི་གོ་སྤྱི་ཡི་
 བསྐྱུ་སྐྱུ་སྤྱེ། །ཤེན་དུ་བསྐྱུས་ས་སུ་མཁའི་དཀྱིལ་ན་ཕྱག་ན་རྗེ་རྗེ་འབར་བ་
 བཞུགས་མཐོང་ནས། །རབ་ཏུ་དགའ་བའི་ཕྱགས་ཀྱིས་སྤྲིག་དང་བྲལ་ནས་དེ་དང་
 ལྷན་ཅིག་འགྲོགས་པར་ཤོག། །མེ་ཉོག་ཆར་བ་སྤོས་ཚུ་དང་འདྲེས་བབ་བ་ཡིས། །
 དམུལ་བའི་མེ་མདག་ཆེམ་ཆེམ་གསོད་པར་མཐོང་ལྟར་ནས། །སྤོ་བྱར་བདེ་བས་
 ཆེས་བ་འདི་ཅི་བསམ་བ་དང་། །སེམས་དམུལ་རྣམས་ཀྱིས་ཕྱག་ན་བརྒྱ་མཐོང་
 བར་ཤོག། །མྱོགས་དག་འདྲིགས་བ་མོར་ལ་རིངས་པར་ཚུར་ཤོག་ཏུ་འཁྱེད་ཐད་དུ་
 བློ། །ཤར་གྱི་མཐུ་ཡིས་སྤྱུག་བསྐྱུལ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་དགའ་བའི་ཕྱགས་ཕྱིན་
 ལ། །འཕྱོ་བ་ཀུན་ནས་ཡོངས་སྤོབ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་བཅེ་བསྐྱེས་ལྟར་བ། །
 གཞིན་ཏུ་ལྷུང་ལྷུང་ཅན་འབར་འདྲིགས་བ་མེད་པར་བྱེད་པ་ཅི་ཞིག་སྤྲིན། །སྤོད་ཀྱི་
 ལྷ་བརྒྱའི་ཚོད་བན་དག་གིས་ཞབས་ཀྱི་བརྒྱལ་མཚོད་ཅིང་། །སྤྲུགས་རྗེའི་རྒྱན་
 སྐྱོན་དུ་ལ་མེ་ཉོག་དུ་མའི་ཚོགས་ཀྱིས་ཆར་འབབ་ལ། །ཁང་བཅེགས་ཡིད་འོང་
 ལྷ་མོ་སྤོང་སྤྲུག་བསྤོད་དབྱངས་སྤོགས་སྤྲན་འདི་སྤོས་ཞེས། །འཇམ་དབྱངས་དེ་
 འང་མཐོང་ནས་དེ་ཉི་སེམས་དམུལ་ཅ་ཅ་འདོན་པར་ཤོག། །དེ་ལྟར་བདག་གི་དགོ་
 ཅས་ཀུན་དུ་བཟང་ལ་སོགས། །བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་སྤྱིབ་བ་མེད་སྤྲིན་བདེ་བ་
 དང་། །བསེལ་ཞིང་འི་ཞིམ་དང་སྤྲན་ཆར་བ་འབེབས་མཐོང་ནས། །སེམས་ཅན་
 དམུལ་བ་དེ་དག་མདོན་པར་དགའ་ལྟར་ཅིག། །དུད་འགྲོ་རྣམས་ནི་གཅིག་ལ་
 གཅིག་ །ཟ་བའི་འདྲིགས་དང་བྲལ་བར་ཤོག། །སྤྲ་མི་སྤྲན་པའི་མི་བཞིན་དུ། །ཡི་
 དུགས་རྣམས་ནི་བདེ་བར་སྤྲུ། །འཕགས་བ་སྤྲན་རས་གཟིགས་དབང་གི་ཕྱག་
 བས་འབབ་པའི་མོ་རྒྱན་གྱིས། །ཡི་དུགས་རྣམས་ནི་ཆེས་བྱས་ཤིང་། །ལྷས་བྱས་
 རྟུག་ཏུ་བསེལ་བར་ཤོག། །འོང་བ་རྣམས་ཀྱིས་མིག་མཐོང་ཞིང་། །འོན་པས་རྟུག་ཏུ་
 སྤྲ་མོས་ཤོག། །སྤྲ་མོ་སྤྲ་འཕྲུལ་རི་བཞིན་དུ། །སྤྲུམ་མའང་གཞོད་མེད་བཅོང་བར་

ཤོག། གཉེན་བྱ་ལྷན་གྱིས་གོས་དག་དང་། འགྲེས་པ་ལྷན་གྱིས་ཟས་དང་།
ལྷོ་མ་པ་ལྷན་གྱིས་ཚུ་དག་དང་། འབྲུང་བ་ལྷིམ་པོ་ཐོབ་པར་ཤོག། འབྲེན་
པ་ལྷན་གྱིས་འོར་ཐོབ་ཤོག། རྒྱ་དན་ཉམ་ཐག་དགའ་ཐོབ་ཤོག། ཡི་ཚད་ལྷན་གྱིས་
ཡུང་ཡིད་སོས་ཤིང་། འབྲེན་པ་ལྷན་གྱིས་ཚོགས་པར་ཤོག། སེམས་ཅན་ནད་པ་
རི་སྟེན་པ། རྒྱུར་བྱ་ནད་པས་ཐར་གྱུར་ཅིག། འགྲོ་བའི་ནད་ནི་མ་ལུས་པ། རྟག་ཏུ་
འལྱུང་བ་མེད་པར་ཤོག། རྒྱལ་པ་ལྷན་གྱི་འཛིགས་མེད་ཤོག། འབྲེན་པ་ལྷན་གྱིས་
ལྷོ་མ་པར་འལྱུར། འཕྲུ་མེད་ལྷན་གྱི་འཕྲུ་ལྷན་ཞིང་། སེམས་ནི་པན་ཚུན་
མཉེན་གྱུར་ཅིག། འགྲོན་པོ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་ལ། རྒྱུགས་ལྷན་གྱི་ཐམས་ཅད་བདེ་
བར་ཤོག། གང་གི་དོན་དུ་འགྲོ་བུད་པ། ཉེ་འབད་མི་དགོས་ལྷན་གྱུར་ཅིག། རྒྱ་
དང་རྒྱ་ཚེན་ལྷན་གྱིས་པ་ལྷན་གྱི། ཡིད་ལ་བསམ་པ་གྲུབ་གྱུར་ཏེ། རྒྱ་ཡི་དོགས་སུ་
བདེར་སྤྱིན་ནས། གཉེན་དང་ལྷན་ཅིག་དགའ་བར་ཤོག། རྒྱ་དན་ལམ་གོས་
འབྲེན་པ་ལྷན་གྱི། འགྲོན་པོ་དག་དང་ཐད་གྱུར་ནས། ཚོམ་རྒྱན་སྟག་སོགས་
འཛིགས་མེད་པར། མི་ངམ་བདེ་སྟག་འདོད་པར་ཤོག། ཉེ་གོན་སོགས་ལམ་མེད་
ཉམ་ང་བར། རྒྱུགས་པ་ཀུན་པོ་མགོན་མེད་པ། གཉེན་ལོག་སྤྱོད་ཤིས་རབ་སྤྱོད་
ལྷན་གྱི། རྒྱ་དག་སྤྱང་བར་བུད་པར་ཤོག། མི་དལ་གྱུན་ལས་ཐར་བ་དང་། ཉེ་
དང་ལེས་རབ་བཅེ་ལྷན་ཞིང་། རྒྱས་དང་སྤྱོད་པ་ལྷན་ཚོགས་ནས། རྟག་ཏུ་ཆེ་
རབས་ལྷན་གྱུར་ཅིག། ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའི་མཚོ་དུ་བཞུགས་ཏེ། ལོངས་སྤྱོད་ཆད་
པ་མེད་པར་ཤོག། ཚོད་པ་མེད་ཅིང་འཆེ་མེད་པར། རང་དབང་དུ་ལྷོད་པར་
ཤོག། སེམས་ཅན་གཟི་བུ་ལྷན་ཏེ་ལྷན་དུ་གང་། ཉེ་དག་གཟི་བུ་ལྷན་པོར་ཤོག། ཉེ་
དགའ་ལྷན་ཅན་གང་གཟུགས་རན་པ། གཟུགས་པ་ཐར་ལྷན་གྱིས་ཚོགས་གྱུར་
ཅིག། འཛིག་ཉེན་སྤྱད་མེད་རི་སྟེན་པ། ཉེ་དག་སྤྱོད་པ་ཉེད་གྱུར་ཅིག། མ་རབས་
ལྷན་གྱི་མཚོ་ཐོབ་ཅིང་། རྒྱལ་དག་གྱུར་བཅོམ་པར་ཤོག། འབད་གཟི་བུ་ལྷན་

བཅས་འདི་ཡིས་ནི། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་པ། །སྤྲིག་པ་ཐམས་ཅད་
 །སྤངས་ནས་ནི། །རྟག་ཏུ་དགོ་བ་ལྷེད་པར་ཤོག། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དང་མི་འབྲལ་
 །ཞིང་། །བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པ་གཞིལ་བ་དང་། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་གཞུང་
 །ཞིང་། །འདུད་ཀྱི་ལས་རྣམས་སྤང་བར་ཤོག། །སེམས་ཅན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི། །
 །ཆེ་ཡང་དཔག་མེད་རིང་བར་ཤོག། །རྟག་ཏུ་བདེ་བར་འཚོ་འགྱུར་ཞིང་། །འཚི་བའི་
 །སྐྱ་ཡང་གྲག་མ་གྱུར། །དཔག་བསམ་ཤིང་གི་སྤྱོད་ཚོས་ཚལ། །སངས་རྒྱས་དང་ནི་
 །སངས་རྒྱས་སྲས། །ཚོས་སྣུན་སློགས་པས་གང་བ་ཡིས། །སྤྱོགས་རྣམས་ཐམས་
 །ཅད་གང་བར་ཤོག། །ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་ས་གཞི་དག། །གསེག་མ་ལ་སོགས་མེད་
 །བ་དང་། །ལག་མཐེལ་ལྷུང་མཉམ་བུ་རྒྱུ་ཡི། །རང་བཞིན་འཇམ་པོར་གནས་གྱུར་
 །ཅིག། །འཁོར་གྱི་དྲིལ་འཁོར་ཡོད་དགུར་ཡང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མང་པོ་
 །དག། །རང་གི་ལེགས་པས་ས་སྤོངས་དག། །བརྒྱན་པར་མཛོད་པས་བཞུགས་གྱུར་
 །ཅིག། །ལུས་ཅན་ཀུན་གྱིས་ལྷེ་དང་ནི། །ཤིང་དང་འོད་ཟེར་ཐམས་ཅད་དང་། །འཇམ་
 །མཁའ་ལས་ཀྱང་ཚོས་གྱི་སྐྱ། །རྒྱན་མི་འཆད་པར་ཐོས་པར་ཤོག། །དེ་དག་རྟག་ཏུ་
 །སངས་རྒྱས་དང་། །སངས་རྒྱས་སྲས་དང་སྤྱད་གྱུར་ཅིག། །མཚོད་པའི་སྤྱིན་ནི་
 །མཐའ་ཡས་པས། །འགྲོ་བའི་བླ་མ་མཚོད་པར་ཤོག། །ལྟ་ཡང་དུས་སུ་ཆར་འབེབས་
 །ཤིང་། །འཕྲོ་ཉོག་ལུན་སུམ་ཚོགས་པར་ཤོག། །རྒྱལ་པོ་ཚོས་བཞེན་ལྷེད་གྱུར་
 །ཅིག་འཇིག་རྟེན་དག་ཀྱང་དང་བར་ཤོག། །སྤྲོན་རྣམས་མཐུ་དང་ལྡན་བ་དང་། །
 །གསང་སྤྲུགས་བརྒྱས་བརྗོད་གྲུབ་པར་ཤོག། །མཁའ་འགྲོ་ཕྱིན་པོ་ལ་སོགས་པ། །
 །སྤྱིང་རྗེའི་སེམས་དང་ལྡན་གྱུར་ཅིག། །སེམས་ཅན་འགའ་ཡང་སྤྲུག་མ་གྱུར། །
 །འཇིགས་དང་བརྟམས་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། །འགའ་ཡང་ཡིད་མི་བདེ་མ་གྱུར། །
 །གཙུག་ལག་ཁང་རྣམས་སློག་པ་དང་། །ཁ་ཐོན་གྱིས་བརྒྱན་ལེགས་གནས་ཤོག། །
 །རྟག་ཏུ་དགོ་འདུན་མཐུན་པ་དང་། །དགོ་འདུན་དོན་ཡང་གྲུབ་པར་ཤོག། །བསྐྱབ་པ་

འདོད་པའི་དགེ་སློང་དག། །དཔེན་པ་དག་ཀྱང་ཐོབ་པར་ཤོག། །གཡེང་བ་ཐམས་པ་
ཅད་སྤངས་ནས་ནི། །སེམས་ནི་ལས་ཏུ་སྐྱོམ་གྱུར་ཅིག། །དགེ་སློང་མ་རྣམས་རྟེན་
ལྡན་ཞིང་། །འཐབ་དང་གཞོན་པ་སྤང་བར་ཤོག། །དེ་བཞིན་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཀུན། །
ཚུལ་ཁྲིམས་ཉམས་པ་མེད་གྱུར་ཅིག། །ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བས་ཡིད་བྱུང་ནས། །
ཉལ་ཏུ་སླིག་པ་ཟད་བྱེད་ཤོག། །བདེ་འགོ་དག་ཀྱང་ཐོབ་གྱུར་ནས། །དེར་ཡང་
བརྟུག་ཞུགས་མི་ཉམས་ཤོག། །མཁས་པ་རྣམས་ནི་བཀུར་བ་དང་། །བསོད་སྟོམས་
དག་ཀྱང་རྟེན་པར་ཤོག། །རྒྱུད་ནི་ཡོངས་སུ་དག་པ་དང་། །སློབས་རྣམས་ཀུན་ཏུ་
གྲགས་པར་ཤོག། །ངན་སོང་སྟུག་བསྐྱལ་མ་སྤོང་ཞིང་། །དཀའ་བ་སྦྱད་པ་མེད་པར་
ཡང་། །ལྷ་བས་ལྷག་པའི་ལུས་ཀྱིས་ནི། །དེ་དག་སངས་རྒྱས་སྦྱར་འགྲུབ་ཤོག། །
སེམས་ཅན་ཀུན་གྱིས་ལན་མང་དུ། །སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་མཚོན་བྱེད་ཅིང་། །
སངས་རྒྱས་བདེ་བ་བསམ་ཡས་གྱིས། །ཉལ་ཏུ་བདེ་དང་ལྡན་གྱུར་ཅིག། །བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔའ་རྣམས་གྱིས་ནི། །འགྲོ་དོན་སྐྱབས་ལ་དགོངས་འགྲུབ་ཤོག། །མགོན་
པོ་ཡིས་ནི་གང་དགོངས་པ། །སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་དེ་འགྲོར་ཤོག། །དེ་བཞིན་རང་
སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་། །ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱང་བདེ་གྱུར་ཅིག། །བདག་ཀྱང་འཇམ་
དབྱངས་བཀའ་རྗེན་གྱིས། །ས་རབ་དགའ་བ་ཐོབ་པར་དུ། །ཉལ་ཏུ་ཆེ་རབས་བྲན་
པ་དང་། །རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཐོབ་པར་ཤོག། །བདག་ནི་ཁ་ཟས་གྱི་ནས་ཀྱང་། །ཉམས་
དང་ལྡན་ཞིང་འཚོ་བར་ཤོག། །ཆེ་རབས་ཀུན་དུ་དཔེན་གནས་པར། །ལུན་སུམ་
ལྡན་པ་ཐོབ་པར་ཤོག། །གང་ཆེ་བལྟ་བར་འདོད་པའམ། །རྩུང་ཟད་ཀྱི་བར་འདོད་ན་
ཡང་། །མགོན་པོ་འཇམ་དབྱངས་དེ་ཉིད་ནི། །གོགས་མེད་པར་ཡང་མཐོང་བར་
ཤོག། །སློབས་བརྩའི་ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི། །སེམས་ཅན་ཀུན་དོན་
བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར། །རི་ལྷོང་འཇམ་དབྱངས་སློད་མཛད་པ། །བདག་གི་སློད་པའང་དེ་
འདྲར་ཤོག། །རི་སླིད་ནམ་མཁའ་གནས་པ་དང་། །འགྲོ་བ་རི་སླིད་གནས་གྱུར་པ། །

བར་གྱིས། །མི་མཐུན་ས་གཡོས་ལ་སོགས་པའི། །འབྲུང་བཞིས་གཞོན་བ་ཞི་བ་
དང་། །བཟ་ལིས་བདེ་ལེགས་མཛད་དུ་གསོལ། །

༄༅། །ཚིག་བདུན་གསོལ་འདེབ་དང་བར་ཚད་ལམ་སེལ་བསྐྱུས་པ་བཞུགས་སོ།།

༄ རྩེ་། །ཨོ་རྒྱལ་ཡུལ་གྱི་རུབ་བྱང་མཚམས་མཚན་གཤམ་སྤོང་བོ་ལེལ་
མཚན་མཚོག་གི་དངོས་བྱུབ་བརྟེས་མཚན་འབྲུང་གནས་ཞེས་སུ་གྲགས་པའི་འཕོར་
དུ་མཁའ་འགྲོ་མང་བོས་བསྐོར་མཚན་ཞེས་སུ་བདག་བསྐྱུབ་གྱིས་མཚན་གྱི་རྒྱུ་
བརྒྱབ་ཕྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ་།

གྲུ་རུ་བརྒྱ་སིངྩི་རྩེ་།

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་གྲུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་། དངོས་བྱུབ་ཀུན་བདག་བདེ་
བ་ཚེན་པོའི་ཞབས་མཚན་བར་ཚད་ཀུན་སེལ་བདུན་འདུལ་དག་པོ་རྩལ་། གསོལ་བ་
འདེབས་སོ་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ་། ཕྱི་ནང་གསང་བའི་བར་ཚད་ཞི་བ་དང་།
བསམ་བ་སྐྱུན་གྱིས་འབྲུབ་པར་གྱིན་གྱིས་རྒྱོབས་།

ཨོ་ལྷ་རྩེ་བརྒྱ་གྲུ་རུ་བརྒྱ་སིངྩི་རྩེ་།

༄ དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱུར་དུ་བདག་ །དཔལ་ལྡན་ལྷ་མ་འབྲུབ་གྱུར་ནས། །
འགྲོ་བ་གཅིག་གྱང་མ་ལུས་པ། །དེ་ཡིས་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།

༄ འཇམ་དཔལ་དཔལ་འབོ་མཚན་ལྷ་རྩེ་མཚུན་བ་དང་། །ཀུན་རུ་བཟང་བོ་དེ་
ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། །དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྩེ་ས་སུ་བདག་སྤོང་བ་ཕྱིར། །དགོ་བ་འདི་དག་
ཐམས་ཅད་རབ་དུ་བསྐྱོ། །དུས་གསུམ་གཤེགས་པའི་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་གྱིས། །
བསྐྱོ་བ་གང་ལ་མཚོག་དུ་བསྐྱུགས་པ་དེས། །བདག་གིས་དགོ་བའི་རྩལ་འདི་ཀུན་
གྱང་། །བཟང་བོ་སྤོང་ཕྱིར་རབ་དུ་བསྐྱོ་བར་བགྱི། །

ཕྱི་བྱང་ཚུབ་སེམས་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ། །མ་སྐྱེས་པ་ནམས་སྐྱེ་གྱུར་ཅིག །
སྐྱེས་པ་ཉམས་པ་མེད་པ་དང་། །ལོང་ནས་ལོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག །
ཕྱི་ཕན་བདེའི་འབྱུང་གནས་བསྟན་པ་དར་ཞིང་རྒྱས། །བསྟན་འཛིན་སྐྱེས་བུ་
ཐམས་ཅད་སྐྱེ་ཁམས་བཟང་། །ལུས་ཅན་ཀུན་ལ་བདེ་སྦྱིད་འབྱུང་བའི་གནས། །
སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ཉག་ཏུ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག །