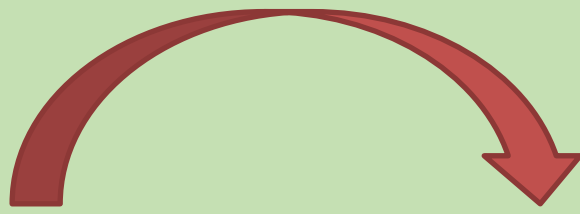


༡༡། །ཟངས་སྒྲིང་དབང་ཕྱག་གི་ལྷགས་ཀྱི་གཏད་རུལ་གྱི་མན་ངག་
ཉམས་སྲུ་ལེན་ཚུལ་ལས་རྗེས་ཀྱི་བྱ་བའི་རིམ་པ་བྱུང་དུ་
ཕྱང་བ་བཞུགས་སོ།།



ཁྱེད་ཀྱི་དང་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་པ།:- ཉག་རེ་ཚེས་དགེ་བཤེས་སྒྲོ་བཟང་བསྟན་པ།
འཕྲུལ་དེབ་དང་རྒྱུ་ལ་འབྲེལ་སྒྲིག་པ།:- ཉག་རེ་གྲགས་པ་གནས་བཟུམ།



ཡགོང་ས་ཡུལ་ས་མགོན་ཆུལ་དབང་བསྟན་འཛིན་ཆུ་མཆོ་མཆོག་དང་། དགའ་ལྡན་ལྟ་
 ཅེ་གྲ་ཆང་གི་ཐུགས་རྗེ་བཀའ་བློན་གྱི་ཞོ་ལས་འཆོ་བ་འཕྲིན་མིང་གི་མཐོང་རི་ཁུར་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་དགའ་
 རྒྱུ་ས་སྤྲིན་གྲུ་ཉེ། རང་ཁོང་ཉལ་རེ་དགོ་ཚུལ་གྲགས་པ་གནས་བཟུང་ནས་སྤྲིན་ཁྱེད་སོགས་བརྒྱད་
 ནས་འཕྲུལ་དེབ་འདི་བཞིན་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ་གཟིགས་བདེ་གཞན་པས་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་བཅོས་
 ཤིང་། འདི་ལ་རང་སྤྲོས་གང་སྤྲོགས་ཀྱིས་ཁྱེད་ཀྱི་ཁུལ་ལགས་ཀྱང་ཁྱེད་ཀྱི་པ་ལ་དགོས་ངེས་ཀྱི་
 ཆ་རྒྱུན་མ་ཆང་བའི་དབང་གིས་ཁོར་འཁུལ་གང་བྱུང་བྱུར་གནས་མཁས་པའི་སྤྲོན་སྤར་བཅོད་པ་མཛད་
 འཆལ་ཞེས་ཁྱེད་ཀྱི་དང་ཆབ་ཅིག་སྤྲོད་མར་ཡང་དཔེ་འདི་སྤར་ཡང་དཔར་བསྟན་གྱིད་ཐུབ་པའི་གོ་
 སྐབས་ཀྱང་རང་གཞན་སྤྲོ་ལ་ཡང་ཡོང་གི་དེ་ལ་པན་པའི་བཀའ་སྤྲོ་བ་དགོངས་འཆར་སྤྲོག་པོ་
 ཡོང་བའི་རེ་བསྟུལ་ཡང་ཁྱེད་ཀྱི་འདོན་སྤྲིན་གོ་ཆོ་ག་འདིའི་རིགས་འགལ་རྒྱུན་མེད་ཅིང་སྤྲོ་འགྲངས་ཉི་
 མས་ངོས་པའི་སྐབས་སྤངས་བྱ་དང་། ནད་གདོན་སོགས་ཀྱིས་གཅེས་དུས་སྤང་བྱར་མཛད་པས།
 སྤངས་སྤང་གང་གིས་སྤྲོགས་ཡིན་པ་མ་ཤེས་ཀྱང་། མ་ཁར་པན་ན་གྱི་ཆོལ་གྱི་དཔེ་བཞིན། མང་པོ་
 ཞིག་ལ་ཉི་ལུང་འཁོར་བའི་སྐབས་ཀྱང་སྤྲོད་སྤྲོམས་སྤྲོ་འཕྲུལ་དེབ་དུ་སྤྲོལ་བ་ལགས་སོ་ཞེས་སྤྲོགས་
 སྤྲིན་པས།



འཕྲུལ་དེབ་བཅོས་ཐོན་པ་རྣམས་སྤྲོ་ལ་དགོས་མཁོ་ཡོད་ན་འོག་དུ་བཀོད་པའི་བྱ་རྒྱུ་ཁ་
 བྱང་ཐོག་འབྲེལ་བ་གནང་ན་རིན་མེད་དུ་ཐུལ་ཆོག །



Telegram No:- +919880006601/+919945740587



WhatsApp No :- +919945740587/+919880006601



Email :- sonamiloveyouu@gmail.com

༡༡། །ཟངས་སྒྲིང་དབང་ཕྱག་གི་ལྷགས་གྱི་གཏང་རུལ་གྱི་མན་ངག་ ཉམས་སྲུ་ལེན་ཚུལ་ལས་རྗེས་གྱི་བྱ་བའི་རིམ་པ་བྱར་དུ་ ཕྱར་བ་བཞུགས་སོ།།

༡༡༡། དེ་ལྟར་དངོས་གཞིའི་སྐབས་སུ་མ་ཡི་དམ་ཆོས་སྤང་དང་བཅས་པ་མཆོད་གཏོར་
ཕྱལ་ཏེ་འཕྲིན་ལས་བཅོལ་བ་སོགས་སྐབས་བསྟན་གྱིས་རྒྱས་བསྟུས་གང་ལོས་བྱས་ཏེ། ཐུན་རེ་རེའི་
སྐབས་གསེར་སྒྲིམས་ནས་བསྒྲོག་བསྐྱར་བར་ཆོ་ག་བཞིན་བྱ། ཐུན་ཐ་མའི་མཐུག་ཆོས་སྤང་སྤྱི་སྒྲོས་
གྱི་བསྟོད་པ། བསྒྲོག་པ། དུག་ཅུ་མ་འབྱལ་བ་སོགས་དང་། གཏང་རག་མཆོད་བསྟོད། སྟོན་གཤིས་
བཅས་པ་གཞུང་ལྟར་ཉམས་སྲུ་མངས་ནས་སྐྱབ་ཞག་རབ་བདུན། འབྲིང་ལྔ། ཐ་མ་ཞག་གསུམ་
སོགས་ཏྲེ་མ་ཐོན་གྱི་བར་བྱ། འབྲུབ་པའི་ཏྲགས་ནི་ཡིག་རྟིང་ལས། ལྷགས་སྤྲིག་དར་དཀར་ཡོལ་བ་
དང་། །བྲག་ནག་གཙུག་ཤིང་འབྲེལ་བ་དང་། །བྲ་ནག་རྩི་ལ་ཐེན་པ་དང་། །བྲི་ནག་ཐུར་དུ་དེད་པ་
ནམས། །འགོང་པོ་བསྒྲོག་པའི་བལྟས་ཡིན་ནོ། །ཨ་ཙར་གྱར་བྱེད་སྤྲིགས་པ་དང་། །བདུད་བྲ་སྐྱར་ག་
བཟུང་བ་ནི། །བདུད་དང་གཤེན་རྗེ་བསྒྲོག་པའི་བལྟས། །བུད་མེད་དོང་ལ་བཅུག་པ་དང་། །བྲག་
དམར་ཅེ་ནས་བསྐྱེལ་བ་ནི། བཅན་དང་མ་མོ་བསྒྲོག་པའི་བལྟས། །ལྷགས་པ་ལྷགས་སུ་བཅུག་པ་
དང་། །མི་མེད་ཐུར་དུ་དེད་པ་ནི། །རུ་ཏ་སྟོན་པོ་བསྒྲོག་པའི་ཏྲགས། །ལྷ་ཁང་མེ་ཡིས་བསྐྲེགས་པ་
དང་། །བཙུན་པ་དོང་དུ་བསྐྱར་བ་དང་། །ཏྲ་དཀར་ཐུར་དུ་དེད་པ་དང་། །བྲ་དཀར་རྩི་ལ་བཟུང་བ་
ནི། །རྒྱལ་པོ་བསྒྲོག་པའི་ཏྲགས་ཡིན་ནོ། །རྒྱ་མཚོ་གཏིང་ནས་སྐམ་པ་དང་། །ཉ་སྐལ་མགོ་ནས་ཟ་བ་

དང་། །སློག་ཆགས་མང་པོ་བསད་པ་དང་། །དུད་འགྲོ་མང་པོ་བསད་པ་ནི། །དུར་དང་དམ་སྤི་བསྐྱོག་
བའི་རྟགས། །སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ཕྱེ་བ་ཞིང་། །ཚོད་གཏོང་གཏོང་བའི་སྒྲགས་པ་དེའི། །སྤྱིང་སྤྱོན་ཕྱེ་ནི་
བ་བ་ནི། །རང་ག་ཤེད་རང་ལ་འབེབས་པའི་རྟགས། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ཟིན་ནས་ལས་ལ་
སྒྲུར་བའི་ཚོ། ལྷ་དང་། རྩེ་བརྒྱད་ལ་གསེར་སྦྱེམས་བཏང་སྟེ་འདི་ལྟར། བདག་ཅག་འཁོར་དང་
བཅས་པ་ལ་གཞན་གྱི་མནན་གཏད་ཕུང་བཞིག་གི་སྒྲུར་བ་ངན་པ་བྱས་པ་
བཞིག་ཅིག །དེ་དག་གིས་སྒྲུར་བའི་འབྲས་བུ་མེད་པར་གྱིས་ཞིག །ལྷ་གཉན་
དང་རྩེགས་པ་ཅན་བྲིད་རྣམས་དང་། བདག་ཅག་འཁོར་མེད་ཅིང་སྦྱུམ་པར་
བྱས་པ་ཡིན་ནོ། ག་ཤེད་དང་བདུད་དུ་མ་མཛད་པར་ལྟ་དང་དཔལ་མཛོད་ལ་ཞི་
བ་དང་བདེ་ལེགས་སྲུ་མཛོད་ཅིག །ཅེས་བཛོད། འཁོར་ལོར་སྤང་ཅི་ཅུང་བད་བྱག་ལ་འཁོར་
ལོ་གཉིས་གྱི་བར་དུ་མགར་བའི་ཐོ་འོག་མ་སོང་བའི་གསེར་དང་། རིན་ཆེན་ཕྱེ་མ་དུག་རིགས་མེད་པའི་
སྤོན་སྤྱི་ཅུང་བད་བྱག་ལ་ཐོ་འཁོར་འོག །ཐོ་འཁོར་སྤྱིང་དུ་བྱས་ཏེ་སྒྲུབ་བྱ་ཐོ་ཡིན་ན་ཐོག་མར་གཡས་
དང་། ཐོ་ཡིན་ན་གཡོན་ནས་དང་། དེ་ནས་མཐུག་དང་མགོ་ནས་ཉེ་བ་སྟེ་འཁོར་ལོའི་ཉེ་བ་ཉེ་བ་འོག་ཏུ་
མ་སོང་བར་བྱ་བ་ཞི་ཉེ་བ་གདོང་གཅིག་མ་སྟེ་ཡུག་ས་མའི་སྒྲུ་དང་། ལྷ་དང་པ་སྒྲོ་དཔར་གྱིས་རྒྱ་གམ་དུ་
བཅིངས། འཐུག་སྒྲོད་ལ་གཞིགས་པས་གཡས་གཡོན་གང་རིགས་ནས་སྤྱིལ་ཏེ་མགོ་འཐུག་མི་ནོར་
བའི་མཆན་མ་བཏགས། དར་སྒྲོན་དང་དེའི་ཕྱིར་ལ་ཆས་གཏུམ་སྒྲགས་འཆང་རང་ལ་མི་གཞོད་ཆེད་
འོག་བྱས་འཐུམ་སྟེ་བརྒྱ་གཡས་ལ་ལན་གསུམ་བསྒྲོར། འཁོར་ལོ་དེ་གཏད་ཁྲམ་ལ་ལེགས་པར་ཐེབ་
པའི་གནད་རང་འཐག་སྟེ་ཁུང་ནས་བོན་བསྒྲོར་ལན་གསུམ། མི་སྒྲུགས་གྱི་གཏད་ཁྲམ་སྒྲོག་པའི་གནད་

ཁྱི་རྒྱུའི་སློ་འོག་ལ་བོན་བསྐྱོར་ལན་གསུམ། སྐྱབ་བྱ་ལ་མི་ལྷོག་པའི་ཕྱིར་ཕོའི་བརྒྱ་གཡས་དང་། མོའི་
བརྒྱ་གཡོན་ལ་ལན་གསུམ། ཞིང་ཁང་གི་གཏན་ཁམ་ལྷོག་པའི་གནད་ཕྱི་སློའི་གཡའ་ཤིང་གི་བྱ་གཤམ་
ཐེམ་འོག་ནས་བོན་བསྐྱོར་ལན་གསུམ་བྱ། དེ་དག་གི་ཆེ། ཚི་རྩྱ་འིག་ཁྲིམ་རྩྱེ་ མ་ཁི་མ་ར་རྩྱེ་
མ་ར་དུན་རྩྱེ་ རྩྱོ་རག་ཅེ། འཁྱོ་རྩྱེ་ །མ་ར་ཡ་ཡ་མ་ར་ཅ་གི་ལ་ཡ་རྩྱེ་
བདག་ཅག་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་གཞོད་པར་སེམས་པ་ཐམས་ཅད་
གྱི་རང་མཐུ་རང་ལ་ཟུག་ཅིག །རང་རུས་རང་ལ་ཕོབ་ཅིག །རང་སློག་རང་གི་
ཆོད་ཅིག །རང་ཤ་རང་གི་ཐོས་ཤིག །རང་ཁྲག་རང་གི་འཐུང་ཞིག །དག་པོ་ཁོ་
རང་གི་ལྷ་སྐྱང་ཁོ་རང་གི་གཤེད་དུ་ཕོབ་ཅིག །བདུད་དུ་ཕོབ་ཅིག །སཐ་རྩྱེ་
བརྒྱུག་དག་ལ་མ་ར་ཡ་ཅད། ཞེས་སོགས་སྐགས་འདི་འཁོར་ལོ་སྐྱང་རུ་དང་ཁྱི་ཐོད་སོགས་
ལ་འཇུག་དུས་དང་། སྐྱ་དུས་རྣམས་དང་ལྷག་པར་ཐེབས་བརྒྱུག་གནད་གཞིའི་སྐབས་སུ་ཤུགས་དག་
དུ་གང་མང་བརྒྱབ་བ་གནད་ཆེ། བརྒྱུན་ཅུལ་སྐྱང་རུ་དང་སྐམ་ཅུལ་ཁྱི་ཐོད་དང་། ལྷ་ས་རའི་ཐོད་པར་
བཅུག་གསུངས་ཀྱང་སྐམ་རྒྱུན་ཅུལ་གཉིས་ཀ་སྐྱང་རའི་ནང་དུ་སྐྱབ་བྱག་ལེན་དུ་སྐྱང་། གང་ལྟར་ཡང་
རུང་། འབྲུ་སྐྱན། ཟས་སྐྱ། རིན་ཆེན་སྐྱ་ལ། དར་སྐྱ་ལཱའི་བཀང་། གཏེར་ཆེན་འགྲུར་མེད་དོ་རྗེས་ཟབ་
གནད་ཁྱད་པར་བ་ནི། །རུ་ཐོད་ལ་སོགས་པར་སྐྱ་སྐྱན་ཇ་མར་གྱིས་ཕྱི་ནང་ཁྲབ་པར་བྱགས། །འཁོར་
ལོ་མ་བཅུག་གོང་དུ་འདས་པའི་མི་ལ་མི་གཞོད་པའི་ཕྱིར་ཡོས་ཆེག་མ་བདུན། ད་ལྟའི་མི་ལ་མི་གཞོད་
ཕྱིར་ཡོས་གས་མ་བདུན་ལྷག །མ་འོང་པའི་མི་ལ་མི་གཞོད་ཕྱིར་ཡོས་རག་བདུན་ལྷག །དེའི་རྗེས་
འཁོར་ལོ་བཅུག །དེ་རྗེས་རིན་ཆེན་སྐྱ་ལ་སོགས་གོང་གི་རྗེས་དང་། །ཆེ་བལ་ཞབས་མ་སོགས་འཇུག་

པ་ཟབ་གནད་བྱད་པར་ཅན་ཡིན་ནོ། །མདོར་འཕངས་པའི་ཅེ་མོ་ནང་དུ་བསྟན་པའི་ནལ་ལ། །ཕྱི་ཆས་
གཞང་ཆོང་མའི་དོར་ན། །ཡུག་ས་མའི་དོར་ན་ངེས་པར་དགོས། །རྩ་ལྷོ་ནམས་རོ་གཡམ་ལ་རྩོམ་རྩ་
གམ་གྱིས་དང་། སྤྱ་ཆོལ་གྱིས་ཁ་ལེགས་པར་བཀག་ནས་ཆུ་མི་ཞོར་བ་བསྐྱམས་པ་ནམས་ཕྱི་ཐུམ་རེ་
བས་སྤྱིལ་ནས་རིང་ཆ་སྒྲ་ལྟ་གམ་དུ་བཅེངས་པས་སྤྱིར་ཤིང་གི་རྩ་གམ་བྱ། ཆོན་ཡིན་ན་ངེ་གཞན་
གྱི་མི་མདོན་པར་བཅེངས་པ་ལ་ལ་ཆས་རྩས་བཏབ། ཁའི་མདུད་མཆོམས་སུ་ལ་ཆས་རྩས་བཏབ་
ཞེས་པ་ཐེའུ་རི་མོ་རྩ་གམ་ཡོད་པ་འདེབས། ཡང་ན། ཐེའུ་དུག་ཤོག་གྲུ་བཞི་ལ་དུག་ཁག་གི་རྩྱ་ཡིག་གི་
དབུ་ཞབས་བྱར་དུ་བསྟན་པས་རྩས་བཏབ། ཞི་རུལ་ལ་རྩྱ་ཡིག་མཆོལ་གྱི་གྱི་བར་བྱའོ། དེ་ནས་སྤྱ་བའི་
སྐབས། སྤེ་བརྒྱད་སྤྱི་དང་། སྤྱ་ཐེབས་ཡོད་པའི་ཉ་སྟོང་སོགས་གྱི་དུས་གཉན་ཞིག་དང་བསྟན་དགོས་
པ་ཡོད་པའི་གནས་སལ། མིན་ཡང་ལྟ་སྤྱ་གཉན་པོ་གནས་པའི་རྟེན་དང་། ས་རྩོམ་རི་བྲག་སོགས་ལ་སྤྱ་
བ་དང་། མཆོ་དང་ཆུ་མིག་ལྟེང་ཀ་ཟབ་མོ་སྤྱར་བ་གང་རིགས་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་སྐྱམ་ག་ཞེར་གང་བྱེད་གྱི་
གནས་དེར་བྱིན་ལ། རྩས་དང་ཡོ་བྱད་ནམས་འདུ་བར་བྱས་ཏེ། དེའི་ཉིན་རྩབ་ཆོས་གྱི་རིམ་པ་བྱིར་
བསྒྲིག་ངན་སྤགས་འཁོར་ལོས་གཙོས་བསྒྲིག་སྤྱར་རིགས་དང་། ཡུལ་ལྟ་གཞི་བདག་ལ་བསངས་
གསོལ་འཕྲིན་བཙོལ་བསྐྱང་བ་རྩལ་བའི་བཀའ་སྒྲིག་པ་སོགས་འཁོས་དཔག་དང་བསྟན་རྩབ་ཆོས་
རིགས་ནམས་རྩ་གང་ཆེ་བྱ། གཏན་རུལ་སྤྱ་བའི་དུས་གོས་ཕྱི་ནང་བསྒྲིག། །རང་གི་སྤྱ་བྲག་གཡས་
ནས་རྩྱང་རྩྱ་བ་དང་བསྟན་གདོང་བཙོས་ཁག་དང་། སྤྱ་ཅི་བསྐྱེས་ལ་བྲུགས། དཔལ་བར་མ་བྱའི་མདོང་
དང་། ཀུ་ཤ་གཞེར་མོས་ཕྱི་ཐུར་ནམས་གཞེར། སྤྱོན་སྤགས་ཆས་སུ་བཞུགས། དེ་མིན་སྤྱབ་གྲོགས་
དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་ཞུ་ལྟམ་གྱོན། གསེར་སྤྱེམས་མདའ་དར་བསངས་དང་སྤོས་སྤྱ་རྩ་སིལ་
སྤྱག་མི་རྐང་གྲིང་བུ་སོགས་གྱིས་སྤྱ་རྩ་ཆེར་དང་བཅས་འདིགས་རྩམས་གྱི་སྤྱོན་སྤ། རང་ཉིད་ཡི་དམ་
གྱི་བསྐྱང་འཁོར་སྤོམས། སྤགས་བསྐྱེས་བཞིན་རུལ་སྤྱ་སར་ཐེབས་པ་ནས་སྤྱབ་ཁང་ནང་དུ་མ་སྤེབས་

གྱི་བར་སྐྱབ་བ་མི་བྱ། རི་ཚུ་མཆི་མ་རྣམས་ཕྱིར་མི་འདོད། སྐྱ་ས་སྐྱེབ་ནས་ཐོག་མ་རྒྱུད་ཕྱག་གསུམ་བ་
བཏོན། དེ་ནས་ཡི་དམ་ཆོས་སྐྱོང་ལ་འཕྲིན་བཅོལ་ནན་ཏན་དུ་བྱ་ཞིང་། འབྲུབ་ན་ལྟ་བུ་ལས་གྱི་ཆོ་ག་
ཅི་རིགས་གཏང་། སྤེ་བརྒྱུད་ལ་གསེར་སྐྱེམས་ཕུལ། ས་ལ་མནན་ཆེ་འབྲུབ་ན་ལྟོ་འབྲེ་བརྟགས་བ་བྱ།
ལྟ་བུ་གདངས་དང་ལྟན་པས་བཅོས་རྣམས་ས་ཁུ་བྱེད་དང་དོའམ། ཁུ་དོ་ལོངས་བ་མནན་པའི་སྐབས་
བཞིན་བཞོ་ཏེ། གཡམ་སྐྱོམ་སྤྱོད་ལ་བཞག། ལྷུའི་གཏོར་མ་ལྷུ་སྐྱན་ལོ་མཆོད་སོགས་དང་། གཞི་བདག་
གང་ཡིན་དེའི་མཆོད་གཏོར་མཐུན་རྗེས་ཁྱད་པར་བ་སོགས་ལེགས་པར་བཤམས། ལྷུའི་གཏོར་ཆོག་
རྒྱས་པར་གཏང་ཞིང་གཞི་བདག་གི་མཐུན་རྗེས་རྣམས་སྐྱགས་དུག་ཕྱག་རྒྱ་དུག་གིས་བྱིན་གྱི་བརྒྱབ་
ལ། གཞི་བདག་གང་ཡིན་ལ་སྐྱུར་དང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བཞིའི་མཆོན་བརྗོད་ལན་གངས་མང་
པོས་བསྐྱོས། རྗེས་སྐྱ་གཙན་གདོང་དང་མ་ཐུག་པར་གཟའི་རྒྱབ་ཕྱོགས་སུ་ཁ་བལྟས་ཏེ། དུམས་སྤྱིང་
རྗེ་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དང་ལྟན་ཞིང་ལྷུའི་ང་རྒྱལ་བརྟན་པོས་གསེར་སྐྱེམས་དང་། དག་བསྐྱུལ། དམོད་བྱ་
སོགས་བྱས་ཏེ། དེ་ནས་སྐྱོབ་དཔོན་གྱི་ལག་གཡམ་སུ་མདའ་དར་དང་། གཡོན་དུ་འཁོར་ལོ་བཅས་
ཐོགས་ཏེ་གནས་བཞི་དེའི་བདག་པོ་གང་ཡིན་དེ་མདུན་དུ་གསལ་པོར་དམིགས་ཏེ། སྐད་གསང་མཐོན་
པོའི་སྐོ་ནས་བཀའ་སྐོ་བ་ནི། ༄ ཏོ། དུས་གསུམ་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ཐོག་མེད་སྐྱིབ་
བལ་དུ་མཁྱེན་ཅིང་ཐེགས་པའི་བདག་ཉིད་དུག་ལྟན་བརྒྱུད་པའི་སྐྱ་མ་ཡི་དམ་
རྒྱལ་བ་ཞི་ཁྱོ། སྐབས་གནས་དཀོན་མཆོག་རྣམ་གསུམ། མ་ཆོགས་མཁའ་
འགོ་རྒྱ་མཆོ། དམ་ཅན་ཆོས་སྐྱོང་སྤང་མ། རོར་ལྟ་གཏོར་བདག་ཡུལ་ལྟ་གཞི་
བདག་གི་ཆོགས་དང་བཅས་པ་མི་མདོན་དག་པའི་སྐྱོང་ནས་ནམ་མཁའ་ས་

གཞི་བར་སྒྲུང་གི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་གང་བའི་ཚུལ་དུ་མངོན་སུམ་དུ་བཞུགས་
པ་བྱེད་ནམས་ཀྱིས་བསྐྱེད་བདེན་པའི་དབང་མཛོད་ཅིག །འདི་མཆམ་སྐྱབ་
གྲོགས་ནམས་ནས་རྩ་རོལ་ཁུར་ཆེས་བྱ། བྱད་པར་དུ་ཡང་ཡུལ་རིས་དང་ས་
ཕྱོགས་འདི་དག་གི་ཕྱི་ནང་ཁོར་ཡུག་ཀྱན་ལ་དབང་བསྐྱར་བའི་ལྷ་སྐྱ་བདུད།
བཙན། གཞིན་རྗེ། མ་མོ། གཟའ། རྒྱལ་པོ། དཔུ་ཐེུ་རང་། འགོང་པོ། བྲེ་པོ།
ས་བདག །ས་སྤྱོད། གཉན། དམ་སྤྱོད། དཀོར་བདག །གསོན་འདྲེ་པོ་མོ་ལ་
སོགས་པ་སྒྲུང་སྤྱོད་ལྷ་སྤྱོད་སྤྱོད་བརྒྱད་ཐམས་ཅད་དང་། བྱད་པར་ས་བདག་སྐྱ་
གཉན་ལ་སོགས་པ་དང་ཚུ་ལ་དབང་བསྐྱར་བའི་གཞིའི་བདག་པོ་ཐམས་ཅད་
སྒྲུན་གྱི་དབང་པོ་མ་ཡེངས་སྒྲུན་ནེར་གསོན་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་དགོངས་ཤིག །རྩ་
རོལ་ཁུར་ཆེས་བྱ། བདག་དང་རྒྱ་སྐྱར་ཡོན་གྱི་བདག་པོ་འཁོར་དང་བཙས་པའི་
སྤྱོད་བྱེད་རང་སྒྲུང་ཞིང་སྤྱོད་པའི་ལྷ་འདྲེ་ཐམས་ཅད་ལ་དོ་མ་བསྐྱོས། འགྲན་མ་
བཙུག །སྐྱས་པ་ཁས་མ་ཉེས། བྱད་པ་ལག་གིས་མ་ཉེས། འགྲོ་བ་རྒྱུད་གིས་མ་
ཉེས། བསམ་པ་ཡིད་གྱིས་མ་ཉེས། དགོས་སུ་ས་འདིར་ས་བདག་གཞི་འདི་ཡི་
གཞི་བདག་གཉན་པོ་བྱེད་ནམས་ལ་ཆེ་བ་ལ་བསྐྱར་བཅོས། བར་པ་ལ་
འགྲོགས་ལུགས། རྒྱུད་བ་ལ་བྱམས་སྐྱོང་། གང་ལ་གང་འོས་གྱི་སྒྲོན་སྐྱོག་

བསམ་འགྱུར་མེད་དང་པོར་སྒྱུར་བ་ལགས་ཀྱང་སྒྲིན་ནས་ལན་ཆགས་པའི་
གཞོན་ཁྱེད་གྱི་དགྲ་བགེགས་དང་། དམ་ཉམས་པའི་བན་བོན་སྒྲགས་པ་ངན་པ་
འགའ་ཞིག་གིས་མི་བདེན་བརྟུན་གྱི་དབྱ་བ་སྒྲོར། བདེན་འགྲིགས་འགྲིགས་སྲུ་
བསྒྲིགས་ནས་ལྷ་མའི་བར་སེལ་བཅུག །ལས་འབྲས་ཁྱུང་དུ་བསད། གཞན་
སྒྲིན་གནམ་ལ་འབྱར། རང་སྒྲིན་ས་ལ་སྤྲུལ། མི་བདག་བདག་ཏུ་རེ། བདག་པོ་
སྒོ་ཕྱིར་བཏོན། བསམ་ངན་ཁོག་ཏུ་བསྒྲོམ། སྒྱུར་ངན་ལག་ཏུ་སྒྲངས་ནས་རྒྱ་
སྒྱུར་བསྟོས་པར་བཅས་པ་མིང་མེད་གཏན་བརྒྱག་ཏུ་བྱེད་པའི་རྗེས་སྒྲགས་
དམིགས་པའི་འཁྲུལ་འཁོར་བཅུ་མ་སྟེ་གཞི་བདག་གཏན་པོ་བྱེད་ནམས་ལ་
གཉེར་དུ་གསོལ་འདུག་པ་དེ་བཞིན་ལགས་ན། སྒྲགས་འཆང་ནལ་འབྱོར་པ་
བདག་གི་ལྷག་བསམ་ངེ་མ་མེད་པའི་སྒོ་ནས་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་ཀྱི་གསུངས་
པའི་ཉེས་འཛོམ་ཅི་སྤྲོད་གྱི་ཡིག་འབྲུ་བདུད་ཅིའི་རང་གཟུགས་གསར་པ་ཉིང་
འཛོལ་སྒྲགས་རྒྱས་བྱིན་བྱིས་བརྒྱབས་པའི་མཐུན་པའི་རྗེས་དང་བཅས་པ་འདི་
ཉིད་བདེན་པའི་མན་ངག་གིས་བཀྲོལ་ཏེ་སྤུལ་བར་བྱེད་པ་ལགས་ན། །འཆམ་
འདིར་སྒྲིན་རུལ་ཡིན་ན་ཁར་མི་འཆོར་བའི་གཏིང་རྩོད་བཏགས་ནས་མཆོ་ནང་དུ་
བསྐྱུར། སྐམ་རུལ་ཡིན་ན་དོར་ནང་དུ་སྐྱུར། ཐལ་མོ་བརྒྱབ། ལྷ་ཀྱག །གཡས་

གཡོན་དུ་སྐྱ་སྒྲན་དང་། འབྲུ་སྒྲ་སོགས་བཅུགས་ནས་རོ་གཡམ་དོ་རྗེ་རྒྱ་གམ་
བྲིས་པས་ཁ་བཀག། ས་བྲིས་དགུ་དང་། མཐུན་རྗེས་རྣམས་རིམ་བ་བཞིན་དུ་
སྐྱག། ས་ཁོད་མཉམ་ནས་མི་མདོན་པར་བྱ། རྗེན་རུལ་ཡིན་སྐྱ་སྒྲན་དང་འབྲུ་
སོགས་དཀར་གསུམ་གྱི་རིགས་མཆོ་ནང་དུ་བསྐྱར། ཉི་མ་དེ་རིང་ནས་བཟུང་
ཉེ་ལྷ་མིའི་མཐུན་སྦྱར་དམ་ཆེ་ག་གཅིག་དུ་སྒྲིལ་བ་ཡིན་པས་བྲིད་རང་རྣམས་
ཀྱང་ཀོ་ལོང་མ་ཆེ། རུ་མ་ང་། ཐག་མ་དྲོགས། གནོད་གདུག་ངན་པའི་བསམ་
སྦྱར་བཏང་ཉེ་མན་བ་དང་ཞི་བ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་དང་ལྡན་པར་མཛོད་
ཅིག། བདག་དང་ཡོན་བདག་ཆེ་གོ་མོ་མི་ནོར་འཁོར་དང་བཅས་པའི་ལུས་ངག་
ཡིད་གསུམ་སྒྲ་སྒྲོག་ཆེ་བསོད་སོགས་བྲིད་རང་རྣམས་གྱི་བཟུང་བ་ཐོངས།
བཅིངས་པ་ཁྲོལ། བསྐྱམས་པ་སྒྲོད། མནན་པ་ཐེགས། ཐོས་པ་སྐྱག། །ཞི་བ་
གསོས། བསམ་སྦྱར་ངན་པའི་མནན་གཏད་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་བར་མཛོད།
ལུས་གྱི་དབང་པོ་བཅིངས་པ་ཁྲོལ། ངག་གི་དབང་པོ་བཅིངས་པ་ཁྲོལ། ཡིད་གྱི་
དབང་པོ་བཅིངས་པ་ཁྲོལ། སྒྲ་བཅིངས་པ་ཁྲོལ། རུས་བཅིངས་པ་ཁྲོལ། །མིང་
བཅིངས་ཁྲོལ། མཁར་རྗེ་དབང་ཐང་བཅིངས་པ་ཁྲོལ། ཁྲོལ་ཁྲོལ་ཞེས་བ་དང་འོག་གི་
མཛོད་ཅིག་ཞེས་པའི་མཆམས་སྲུ་རོལ་མོ་ཁྱར་ཆེམས་དང་། སྒྲོབ་དཔོན་ནས་གཡམ་དར་དང་ཐལ་

རྗེས་གྱ། བདུད་དང་གཤེད་དུ་མ་མཛད་པར་ལྟ་དང་དཔལ་དུ་མཛོད་ལ། ཞི་བ་
དང་བདེ་ལེགས་སྲུ་མཛོད་ཅིག ། བན་བྱེད་གདུང་སེལ་གྱི་འཁོར་ལོ་མཐུན་པའི་
ཡོ་བྱད་མཆོད་ཆོགས་དང་བཅས་པ་འདིས་ཆོམས་ཞིང་དགེས་པ་མཛོད་ལ།
པ་རོལ་བན་བོན་སྒྲགས་པས་བཅོལ་བའི་རྣམ་སྒྲགས་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་
བསྐྱབ་པའི་འཁྱུལ་འཁོར་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་སའི་སྟོང་དུ་སྦྱར་དུ་རུལ་བར་
མཛོད་ཅིག ། འབྱུང་བ་ཚུའི་སྟོང་དུ་དག་ཅིང་སྦྱར་བར་མཛོད་ཅིག ། འབྱུང་བ་
མའི་སྟོང་དུ་ཆོག་ཅིང་འཛོམས་པར་མཛོད་ཅིག ། འབྱུང་བ་རྒྱང་གི་དཀྱིལ་དུ་
མཐོར་ཞིང་མེད་པར་མཛོད་ཅིག ། འབྱུང་བ་ནམ་མཁའི་སྟོང་དུ་མི་མཛོན་པ་
ཡལ་བར་མཛོད་ཅིག ། དེ་དག་གི་རྒྱས་པ་ཐམས་ཅད་པ་རོལ་བྱེད་པ་པོ་རང་གི་
ཐོག་དུ་བསྐྱར་ཏེ་རང་གཤེད་རང་ལ་ཐོབ་པར་མཛོད་ཅིག ། རང་མཐུ་རང་ལ་
བྱག་པར་མཛོད་ཅིག ། རང་རྒྱས་རང་ལ་བསྐྱོག་པར་མཛོད་ཅིག ། ཅ་གསུམ་
རྒྱལ་བ་ཡོངས་གྱི་བཀའ་མ་བཅག ། རིག་འཛིན་སྒྲགས་འཆང་བདག་གི་དག་
མ་བཅག ། རྒྱ་སྦྱར་ཡོན་གྱི་བདག་པོའི་ངོ་མ་བཅག་པར་ཅི་བཅོལ་བའི་འཕྲིན་
ལས་འདི་དག་ཐོག་མེད་དུ་སྐྱབ་པར་མཛོད་ཅིག ། གལ་ཏེ་དམ་ཆོག་འདི་ལས་
འདས་པར་གྱུར་ན། བཟོ་ཡུལ་གྱི་རྩ་ལྷགས་གྱི་སྒྲིག་པ་མགོ་དགུ་བ་ཁྱེད་

ནམས་གྱི་སྒྲིང་གི་དཀྱིལ་དུ་ཞུགས་ཏེ་སློབ་སྒྲིང་ཙུ་བ་དུམ་བུར་བཅད་ནས་
ལུས་ངག་རྒྱལ་དུ་བརྒྱལ་སྟེ་ངན་སོང་ལུ་མཐའ་མེད་པའི་གནས་སུ་བཟོད་མེད་
གྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་སྤྱིང་བར་ངེས་པས་སྒྲིང་ལ་བརྟག་པར་གྱིས་ཤིག །ཕུ་ན་ག་ཟླ་
མི་བ་ཏི་ཨ་ལ་མ་དུ་རུ་ཙུ་ལ་ན་ཏིག་ནན་ཨེ་རུར་བུམ་ཇ་ས་མ་ར་ཡཟླ། ཞེས་
དང་། ཨོ་རྒྱུ་ཏིག་ཁྲིམ་བྱེ་ ཞེས་སོགས་བརྒྱུག་སྤྱགས་ནམས་གང་མང་བསྒྲ། དེ་ལྟར་སྐད་
བསངས་མཐོན་པོའི་དག་ཅིང་གསལ་བར་བརྗོད་དམ་ལ་བཞག་པས། དེ་དག་གིས་ཀྱང་དམ་ཆོག་
གཉན་པོ་གྲུས་པས་འོད་དེ་ཅི་བཅོལ་གྱིས་ལས་བཀའ་བཞེན་དུ་སྐྱབ་པར་ཁས་སྐྱངས་ཏེ་འཁོར་ལ་
མཐུན་རྗེས་དང་བཅས་པ་རིངས་པའི་ཚུལ་གྱིས་དང་དུ་སྐྱང་བས་རང་གནས་སུ་འབྱེར་བར་བསམ་
ཞིང་། སྐམ་རུམ་རང་གི་ནམ་རྟོག་ཡོད་པའི་ལ་བཅས་སོགས་གྱི་འོག་དུ་སྤྱོད། རྒྱུ་རུལ་རང་གི་ནམ་
རྟོག་ཡོད་པའི་མཆོ་ལ་ཅི་མང་སྐྱུར། དེ་ནས་མདའ་དར་ལག་དུ་ཐོག་ལ་འདི་སྐད་དོ། འོ་ད་ནི་སྤྱ་
ཆོགས་ཐབས་གྱི་སྒྲོ་ནས་སྐྱབ་པའི་འོར་རྗེས་བྱང་པར་ཅན་འདི་རྒྱ་མཆོའི་ཚུ་རོ་
བཞེན་དུ་མི་མངོན་པར་སྒྲོས་ཤིག །གང་དུ་རྒྱ་བའི་ས་སྤྱགས་དེ་ཉིད་དུ་འབྱེར་
ཤིག །ཕོ་ཉ་བཟན་གཡོག་མང་པོ་ལ་བཀའ་ནས་སོང་ཤིག །སྤྱ་འབྲེ་མི་གསུམ་
གྱི་ལག་དུ་མ་འོར་བར་གྱིས་ཤིག །བྱང་པར་སྤྱགས་བོན་ནག་པོའི་ལག་དུ་མ་
གཏོང་ཞིག །གལ་ཏེ་རྒྱ་འཕྲོག་སྤྱིང་གསུམ་གྱི་སྤྱིར་བ་བཅུམས་པར་གྱུར་ན་ད་

སྐྱེས་བུ་དེ་ནད་དུ་མངོ་ཤུ་བ། མེ་དཔལ་ཐོངས་ཤིག ། ལུས་གྱི་དབང་པོ་བྱད་དུ་
ཚུག་ཅིག ། ཡིད་གྱི་དབང་པོ་བྱན་མེད་དུ་ཚུག་ཅིག ། མི་རབ་དགྲ་བརྒྱད་ཚུན་
ཆད་ནས་ནད་རིམ་ངན་པས་ཆར་ཆོད་ཅིག ། ཅེས་བཀའ་སྒྲོས་ཆོས་སྐུ་མའི་བསྒྲོག་པ་
སོགས་བསྒྲོག་བསྐྱར་གྱི་རིགས་དང་། བསྒྲོག་སྒྲགས་སོགས་བྱས་ནས། བགེགས་རིགས་སྟོང་
ཕྲག་བརྒྱད་ཅུ་ཞི་བ་དང་། ཞེས་དང་། གདོན་རིགས་གསུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་ཞི་བ་
དང་། མི་མཐུན་གཞོན་པའི་ཞེས་སོགས་དང་། ཡོན་མཆོད་རྣམས་གྱི་ཆོས་དང་ཞེས་
སོགས་བརྗོད་ལ་ལས་གྱི་རྗེས་མི་མདོན་པར་བྱས་ཏེ། སྟོང་དུ་བློ་བརྒྱུད་བ་ནི། རྣལ་འབྱོར་པོ་མའི་ཐེུ་
ཆར་སྐྱེལ། བློ་ར་གྲུ་གསུམ་རྣམ་ཅན་བྱ། བློ་བའི་ལྷར་སྐྱབས་དང་བཅས་ཏེ། དག་ཏུ་འདི་ལྷར་བརྗོད་
པར་བྱ། རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོས་རྣམ་མཁའ་གང་། ། དམ་ཆོག་མཁའ་འགྲོས་
བར་སྒྲུང་གང་། ། ལས་བྱེད་མཁའ་འགྲོས་ས་གཞི་གང་། ། སྒྲ་ཆོགས་མཁའ་
འགྲོས་ཕྱོགས་མཆོམས་གང་། རྒྱུ་ཤར་གྱི་ཕྱོགས་སུ་བློ་ཅིག་བརྒྱུད་། ། བློ་ནི་རྟོ་
རྗེ་མཁའ་འགྲོའི་བློ། ། མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་ངང་དུ་བརྒྱུད་། ། ཉོན་མོངས་ཞེ་སྒྲུང་དག་
ཆོགས་ཞི། རྒྱུ་སྟོ་ཡི་ཕྱོགས་སུ་བློ་ཅིག་བརྒྱུད་། ། བློ་ནི་རིན་ཆེན་མཁའ་འགྲོའི་
བློ། མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་ངང་དུ་བརྒྱུད་། ། ཉོན་མོངས་ང་རྒྱལ་དག་ཆོགས་ཞི། རྒྱུ་
རུབ་གྱི་ཕྱོགས་སུ་བློ་ཅིག་བརྒྱུད་། ། བློ་ནི་བརྒྱ་མཁའ་འགྲོའི་བློ། ། སོར་རྟོག་ཡེ་

ཞེས་ངང་དུ་བརྟུང་། །ཉོན་མོངས་འདོད་ཆགས་དག་ཆོགས་ཞི། རྩེ་བྱང་གི་
ཕྱོགས་སུ་བློ་ཅིག་བརྟུང་། །བློ་ནི་ལས་གྱི་མཁའ་འགྲོའི་བློ། །བྱ་བྱབ་ཡེ་ཞེས་
ངང་དུ་བརྟུང་། །ཉོན་མོངས་ཕྱག་དོགས་དག་ཆོགས་ཞི། ཡོ་ལོ་རྩེ་ལོ་སྟོ་ཟླ་ཡ་
ནན། །དག་བགེགས་སཐ་ཤ་རྩེ་སྟོ་ཟླ་ཡ་ནན། ཞེས་བློ་བརྟུང་། ལྷའི་མཆོད་གཏོར་
རྣམས་ཀྱང་གཙང་སར་གཤེགས་ལ་རང་གནས་སུ་བཏང་། །དམོད་བཙུལ་ཐལ་དེབ་བདེན་བརྗོད་
རྣམས་ཅི་རིགས་སུ་བྱ། །སྤྲུལ་པའི་མཆོམས་ནས་ཕྱིར་འགྲོས་རྒྱུ་ནས་གོམ་པ་གསུམ་རེ་ལ་ལ་རྩོ་
གསུམ་རེ་ཅིག་པའི་མཐོ་བདུན། ཁྱོན་བསྡོམ་གོམ་པ་ཉི་ཤུ་ཙུ་གཅིག་འགྲོ་དགོས། དེ་ནས། ལྷེང་ཡང་
རྩོ་རྗེའི་གྲུང་། ཞེས་པ་ནས། ཡོ་བརྗོད་རྒྱུ་རྒྱུ། ཞེས་བར་བསྐྱར་འཁོར་བསྐྱོམས། དེ་ནས་
གོས་ནང་དུ་བསྐྱར་ནས་ཕྱིར་མིག་མི་བལྟ་བར་སྐྱབ་ཁང་དུ་ལོག་ནས་ནོངས་བཤེགས་དང་། གཏང་
རག་ཆེ་འགྲུགས་སོགས་བྱ་བ་ནི་དག་ལས་བྱས་ཀྱང་བགྱིས་འབྱུང་བའི་གནད་འགག་གོ། ཞེས་འབྱུང་
བ་རྣམས་གཙོ་བོར་དག་རུལ་གྱི་ཉམས་ལེན་བྱ་ཚུལ་ཡིན་ཡང་། ཞི་རུལ་སྐབས་ལ་དེ་དང་མི་འབྲ་བའི་
ཁྱད་པར་ཡོད་པ་མཐུན་པར་འཆོལ་ལོ། །སཐ་མཆོ་ལོ།

