



བྱམ་རྒྱུ་ 21 ལཱི་མོད་ ལྷགས་གསེ་རིག་  
དཀོས་ཆུན་སྒྲོབ་གསེའི་འཆར་འགོད་སྒྲོབ་དེབ།

# ཨྱ། ། གནུན་རིམས་གསེ་བ། །

གཞི་སྒྲིག་པ། རྒྱུ་ལྷི་ལྷ་ལྷ་



མི་རིགས་དཔེ་སྒྲིག་ཁང་།



21 世纪藏医本科教育规划教材  
21 世纪藏医本科教育规划教材

# 21 世纪藏医本科教育规划教材

作者：[作者姓名]

主编：[主编姓名]  
副主编：[副主编姓名]



北京：[出版社名称]

# འགོ་བརྒྱུད།

༡༡། ། དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་བོད་ལུགས་གསེར་གྲོལ་དངོས་ཚན་སློབ་གསེའི་འཆར་འགོད་སློབ་དེབ་འདི་  
ནི་བོད་ལུགས་སྒྲན་པའི་ཆེད་ལས་ཀྱི་དངོས་གཞི་ཚན་པས་ (ལོ་ལྔའི་ལམ་ལུགས་) བཀོལ་རྒྱུར་ཡུལ་བ་ཡིན་ལ།  
བོད་ལུགས་སྒྲན་གཉེར་ཆེད་ལས་ཀྱི་དངོས་གཞི་ཚན་པས་ཀྱང་ཆོད་ལྟར་བཀོལ་ཆོག ལུ་འབྲེལ་སློབ་དེབ་འདི་ནི་  
རང་རེའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གཅིག་ལྷན་དང་། ཆོད་ལྟར། ཆ་ཆར་བཅས་ཡིན་པའི་བོད་ལུགས་སྒྲན་པའི་ཆེད་ལས་ཀྱི་  
དངོས་གཞི་ཚན་པའི་སློབ་དེབ་ཐེངས་དང་པོ་ཡིན།

བོད་ཀྱི་གསེར་གྲོལ་པ་ནི་རང་རེའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སློབ་རྒྱུན་གསེར་གྲོལ་དུ་གྱུར་ཆ་གཤམ་ཆེན་ཞིག་ཡིན།  
དེ་ཡང་ཀྱང་རྩ་མི་རིགས་ཀྱི་ཡུལ་རྒྱུར་སློབ་རྒྱུན་རིག་གནས་གོང་དུ་སྒྲིལ་བ་དང་། ཀྱང་གོ་འཁྱེད་ཆོས་ལུགས་པའི་སྒྲི་  
ཆོག་སེའི་ལུགས་ཀྱི་འཕྲོད་བཞུགས་ཕྱི་གཞི་འཛུགས་སྒྲན་བྱེད་པ། བོད་ཀྱི་གསེར་གྲོལ་གི་མཐོ་རིམ་སློབ་གསེར་  
བཅས་རྒྱུར་དང་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་འཆམ་པ་བཅས་ཀྱི་ཆེད། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱང་དབྱི་གསེར་གྲོལ་དོ་དམ་  
ཅུས་ཀྱིས་ཆ་འཛུགས་འོག་བོད་རྒྱུར་སྒྲན་པ། མཆོ་སྒྲན་། ཀན་སྤྱུལ་། སེམས་ཀྱི་ཡུན་ནན་བཅས་ཞིང་རྒྱུར་སྤྲེལ་  
མཉམ་དུ་རྒྱལ་ཡོངས་བོད་ལུགས་གསེར་གྲོལ་དངོས་ཚན་སློབ་གསེའི་འཆར་འགོད་སློབ་དེབ་འདི་ཉིད་ཚུལ་སྤྱོད་  
པར་སྒྲན་བྱས་པ་ལྟེ། ༡༩༩༩ལོའི་ཟླ་༥པར། མཆོ་སྒྲན་ཞིང་ཆེན་འཕྲོད་བཞུགས་ཐིང་དང་མཆོ་སྒྲན་བོད་  
ལུགས་གསེར་གྲོལ་གྱི་ཆེན་མོ་གཉིས་ཀྱིས་ཐིང་དུ་རྒྱལ་ཡོངས་མཐོ་རིམ་གསེར་གྲོལ་གྱི་བོད་ལུགས་གསེར་  
རིག་ཆེད་ལས་དངོས་ཚན་སློབ་དེབ་ཀྱི་ཚུལ་སྤྱོད་མཉམ་སྦྲེལ་གྲས་ཆོག་སྤྲེལ་བ་ལྟེ། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱང་དབྱི་གསེར་  
རིག་དོ་དམ་ཅུས་ཆེན་ཆ་ལ་སེའི་དབུ་ཁྲིད་མི་ལྷན་ཆོག་སྤྲེལ་གྲས་གནང་ནས་གཏམ་བཤད་གནང་། ཆོག་སྤྲེལ་འདུའི་  
ཉིད་མཆོ་སྒྲན་བོད་ལུགས་གསེར་གྲོལ་གྱི་ཆེན་མོས་བསྒྲིགས་པའི་སློབ་དེབ་ཚུལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཆ་འཛིན་ཞེས་པ་དང་།  
སློབ་དེབ་ཚུལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཆ་འཛིན་ཞེས་པ་གཉིས་ལ་གྲོས་འཆམ་བྱུང་། ཆོག་སྤྲེལ་འདུའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱང་དབྱི་  
གསེར་གྲོལ་དོ་དམ་ཅུས་རྒྱལ་ཡོངས་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྲི་བོད་ལུགས་གསེར་གྲོལ་ཆེད་ལས་སློབ་དེབ་ཚུལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཆ་འཛིན་  
ལྷན་ཆོག་སྤྲེལ་བཅུགས་ (གཤམ་དུ་ཚུལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཆ་འཛིན་ཆོག་སྤྲེལ་ཞེས་འབོད) ཤིང་ལུ་འབྲེལ་སློབ་དེབ་འདིའི་ཚུལ་  
སྤྱོད་བྱ་བར་མཁུ་བ་སྒྲན་གནང་། མཆོ་སྒྲན་ཞིང་ཆེན་འཕྲོད་བཞུགས་ཐིང་དུ་ཚུལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཆ་འཛིན་ཆོག་སྤྲེལ་གྱི་  
ཁོངས་གཏོགས་གཞུང་ལས་ཁབ་བཅུགས་ཏེ་སློབ་དེབ་ཚུལ་སྤྱོད་ཀྱི་བྱ་བའི་འགན་བཞེས། ༢༠༠༣ལོའི་ཟླ་

ལམ་། རྒྱལ་ཁབ་ཡུང་དབྱི་གསེ་རིག་དོ་དམ་ཅུས་ཚན་ཅུལ་སྤེལ་འགོ་འཛིན་ལ་བརྟེན་ནས་ཁྱིན་ཏུ་ཏུ་མཐོ་  
རིམ་བོད་ལྷགས་གསེ་རིག་ཆེད་ལས་དངོས་ཚན་སློབ་དེབ་ཙོམ་གྱི་གཞི་མཐུན་སྦྱོར་ཚོགས་འདུ་བསྐྱེད་ཤིང་ཙོམ་གྱི་གཞི་  
གི་གནས་ཚུལ་གསལ་བསྒྲགས་དང་། སློབ་དེབ་ཙོམ་གྱི་གཞི་མཐུན་སྦྱོར་ཚོགས་འདུ་བསྐྱེད་ཤིང་ཙོམ་གྱི་གཞི་  
དང་ཐག་གཅོད་བྱས་པར་ཕ་ཟེད། རིག་གཞུང་ཆེད་མཁས་ཚོགས་པ་བཅུགས་ཤིང་ཁྱེད་ལྟེན་སློབ་དེབ་འདི་ལ་  
དངོས་སྤྱད་སྤྱད་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་བོད་ལྷགས་གསེ་རིག་དངོས་ཚན་སློབ་གསེའི་འཆར་འགོད་སློབ་དེབ་ཅེས་  
པའི་མཚན་གསལ། ཁྱིན་ཏུ་ཚོགས་འདུའི་དགོངས་དོན་ལྟར། ༡༠༠༩ལོའི་ཟླ་༧པར། ཙོམ་གྱི་ལྷུ་ཡོན་  
ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་རིག་གཞུང་ཆེད་མཁས་ཚོགས་པའི་ཚོགས་འདུ་ལན་གྲོ་ཏུ་བསྐྱེད་ཤིང་། ཚོགས་འདུའི་སྐོར་  
སྤྱོད་བསྐྱེད་ཡང་ཡང་བྱས་པ་བརྒྱུད་ཁྱེད་ལྟེན་སློབ་དེབ་འདི་བསྐྱེད་པས་དེབ་ཉེར་ཐུག་ཏུ་བྱེད་ནས་མེ་མོའི་མིང་  
གཏན་ལ་ཕབ། ༡༠༠༩ལོའི་ཟླ་༧པར། རྒྱལ་ཁབ་ཡུང་དབྱི་གསེ་རིག་དོ་དམ་ཅུས་ཀྱིས་སློབ་དེབ་ཉེར་ཐུག་  
གི་གཙོ་གྱི་པ་དང་། གཙོ་གྱི་གཞི་ལ། ཙོམ་གྱི་མི་སྣ་བཅས་དངོས་སྤྱད་བསྐྱེད་པས་ལྷགས་ལྷགས་སློབ་དེབ་  
ཙོམ་གྱི་གཞི་མཐུན་སྦྱོར་དང་ཞིབ་པའི་ལས་བསྐྱེད་གནང་།

ལོ་གཉིས་ལྷག་གི་རིང་ཏུ། རྒྱལ་ཁབ་ཡུང་དབྱི་གསེ་རིག་དོ་དམ་ཅུས་ཀྱི་འགོ་བྱེད་དང་། ཞིང་རྒྱུངས་  
ལྷའི་འཕྲོད་བཞེན་མིང་གི་མཉམ་འབྲེལ། སློབ་དེབ་ཙོམ་གྱི་མི་སྣ་ཡོངས་ཀྱི་ཏུར་བཙོན་ལ་བརྟེན་ནས་སློབ་  
དེབ་ཙོམ་གྱི་གཞི་མཐུན་སྦྱོར་ཚོགས་འདུ་བསྐྱེད་ཤིང་། ༡༠༠༩ལོའི་ཟླ་༩པར། ཙོམ་གྱི་ལྷུ་ཡོན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ཐིམ་  
ཏུ་སྤྱད་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་བོད་ལྷགས་གསེ་རིག་ཆེད་ལས་དངོས་ཚན་སློབ་གསེའི་འཆར་འགོད་སློབ་དེབ་ཀྱི་  
ཁྱེད་ཐག་གཅོད་ཚོགས་འདུ་བསྐྱེད་ནས། གཅིག་ཡུར་དང་ཚད་ལྡན་ཡིན་པའི་ཏུ་སྤྱད་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་བོད་  
ལྷགས་གསེ་རིག་དངོས་ཚན་སློབ་གསེའི་འཆར་འགོད་སློབ་དེབ་ཀྱི་ཁྱེད་ཐག་གཅོད་ཚོགས་འདུ་བསྐྱེད་ནས་དང་ཁྱེད་ཐག་གཅོད་  
བྱེད་ཐབས་ཞེས་པ་གཉིས་ཐོག་མར་གཏན་འཁེལ་བྱས་ཤིང་། དེ་ཉིད་སློབ་དེབ་ཁྱེད་ཐག་གཅོད་བྱེད་པའི་གཞི་འཛིན་  
ཀྱི་ཡིག་ཆར་བརྒྱུད། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་སློབ་དེབ་མེ་མོའི་གཙོ་ཁྱེད་ཐག་གཅོད་འཁེལ་དང་། འཕེལ་འཁྱིལ་བྱེད་  
ཅེས་པ་སོགས་སློབ་དེབ་བཙོན་ཏུ་མི་སྣ་ལྷན་ལྷན་གཏན་འཁེལ་བྱས་ཐོག་ ༡༠༠༩ལོའི་ཟླ་༩པར། ཙོམ་  
གྱི་ལྷུ་ཡོན་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་ལྷན་པས་སློབ་དེབ་ཁྱེད་ཐག་གཅོད་ཚོགས་འདུ་ཐིངས་གཉིས་པ་བསྐྱེད་ནས་མཚོན་ཆ་གསོ་  
བ་ཞེས་པ་སོགས་སློབ་དེབ་བརྒྱུད་ཀྱི་མི་སྣ་ལྷན་ལྷན་གཏན་གནང་བ་ཕ་ཟེད། རིག་གཞུང་ཆེད་མཁས་ཚོགས་པས་  
བོད་ཀྱི་གསེ་རིག་ཡུང་འཕེལ་གྱི་ལོ་ཚོགས་ཐད་ལ་ཆེད་གཉེར་ཞིབ་འཇུག་དང་བསྐོས་ཐིང་བྱས་པ་བརྒྱུད་བོད་ཀྱི་  
གསེ་རིག་ལོ་ཚོགས་ཞེས་པའི་སློབ་དེབ་ཁྱེད་ཐག་གཅོད་ཐད་ལ་དགོངས་འཆར་གཅིག་ཡུར་བྱུང་།

ཁྱེད་ལྟེན་སློབ་དེབ་འདིའི་རིག་ཚན་དབྱེ་སྐབས་གངས་ཅན་གསོ་བ་རིག་པའི་གནས་དང་སྐབས་དང་མདོ་  
སོགས་ཀྱི་ཁྱད་ཚོས་རྒྱུན་འཛིན་དང་། གཞུང་ལྷགས་ཀྱི་མ་ལག་རང་བཞིན་དང་ཆ་ཆོད་རང་བཞིན་གཞིར་

བཞག་ཉིད་དེར་རབས་མཚེའི་མ་གསེའི་གསྐྱབ་གསེའི་ལྷ་དང་ཕྱོད་དང་སྒྲོབ་ཀྱི་ཁྱེས་ཉིད་དང་ཡང་ལྷ་དང་འབྲེལ་  
 གང་ལེགས་བཀྱིས་ཐོག་ བོད་སྒྲོང་པ་བོད་ལྷགས་གསེའི་གསྐྱབ་གྲུ་ཆེན་མོ་དང་མཚོ་སྒྲོན་བོད་ལྷགས་གསེའི་གསྐྱབ་  
 གྲུ་ཆེན་མོ་གཉིས་མཉམ་འབྲེལ་དང་བཞུགས་པའི་རྒྱལ་ཡོངས་བོད་ལྷགས་གསེའི་གསྐྱབ་ལས་ཀྱི་དངོས་ཆ་  
 སྒྲོབ་ཀྱི་དུང་འཛིན་ཞེས་པ་གཞིར་བཟུང་ཉིད་ལ་རབས་ཉིད་གཅིག་པའི་བོད་ལྷགས་གསེའི་གསྐྱབ་དངོས་ཆ་སྒྲོབ་  
 གསེའི་འཆར་འགོད་སྒྲོབ་དེབ་ཆེན་པ་ཉིད་ཀྱག་ཀྱག་ཏན་ལེམ་བྱས་པ་དང་། ཚོམ་སྒྲིག་བྱེད་སྒྲུངས་ཐད་བོད་  
 ལྷགས་སྒྲོན་པའི་ཆེད་ལས་ཀྱི་དངོས་ཆ་ (ཡེ་ལྷའི་ལམ་ལྷགས་) ཟུང་སྒྲིང་གི་དམིགས་ལུས་དང་མཐུན་པར་ཁ  
 རྒྱགས་ནས། དེ་ལྷའི་བོད་ལྷགས་གསེའི་གསྐྱབ་ཆེན་ཀྱི་སྒྲོབ་དེབ་ཚོམ་སྒྲིག་གི་ཉམས་སྦྱང་བཟུ་ལེན་དང་། བོད་  
 ལྷགས་སྒྲོན་པའི་ཆེད་ལས་ཀྱི་སྒྲོབ་ཀྱི་དང་དོན་དང་ཁྱད་ཆོས་ལྟར། གཅིག་གྱུར་གྱི་ཚོམ་སྒྲིག་ཆ་འཛིན་དང་།  
 སྒྲིག་སྒྲུངས། རྣམ་པ། ས་བཅད་འགོད་རྒྱལ་སྐོག་ས་བརྗེས་པ་ཡིན། དེ་ལྷ་དང་ལྷུ་འབྲེལ་སྒྲོབ་དེབ་འདིར་བོད་  
 ལྷགས་གསེའི་གསྐྱབ་གཞི་ཆ་གསུམ་གྱི་ནང་དོན་ཆ་ཆར་ཞིར་སྒྲོབ་ཀྱི་དོས་འཆམ་དང་བཞིན་དང་ཆེན་པོའི་གསྐྱབ་  
 དང་བཞིན་མངོན་གསལ་ཡིན་པ་མ་ཟད། དངོས་ཆ་སྒྲོབ་མ་གསོ་སྒྲུང་བྱེད་པའི་དོན་དངོས་དང་ཡང་མཐུན་  
 པ་བཅས་མདོད་ན་དང་རྒྱལ་གྱི་བོད་ལྷགས་གསེའི་གསྐྱབ་པའི་གཞུང་འཕེལ་རྒྱས་སྒྲིན་པའི་ཁྱེས་དང་གྲུབ་འབྲས་  
 གསར་པ་མཚོན་ཡོད།

འདི་ལྟའི་ལུ་འབྲེལ་སྒྲིག་དེ་བ་ཅིག་ཙམ་སྒྲིག་པར་སྐྱབ་ལུང་པ་ནི་གསར་གཏོང་གི་རང་བཞིན་ལྡན་པའི་ལུ་  
བཞིག་ཡིན་པའི་ཁར། ར་ཆོར་ཙམ་སྒྲིག་གི་དུས་ལུང་ལྷན་ཞིང་ལས་བྲེལ་ཆེ་བ། ཙམ་སྒྲིག་གི་ལྟའི་ཤེས་ལུང་ལྟ་  
ཆོད་ལྱང་དམར་ལྟ་བུས་ནོར་འཕུག་ནོར་ས་འགལ་གྱི་ཆག་ཡོལ་ཐབས་བྲལ་བས་ན་པོད་ལུགས་གསོའི་གསྐྱོབ་བྱིན་  
གནང་མ་ཐོབ་དང་བྱ་ཆེའི་སྒྲིག་པ་པོ་རྣམས་གྱིས་བཞོལ་སྦྱང་ལུང་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་སྒྲོབ་དེ་བ་འདི་ལྟར་ལས་  
ལྟག་པའི་རང་གོང་སྤེལ་དང་། འཐུས་ཆོང་དུ་བཏང་ནས་དུས་རབས་གྱི་རྣམ་པ་གསར་པའི་འོག་གངས་རྒྱང་ས་  
གསོའི་རིག་པའི་འཕྲིན་ལས་རྒྱ་བས་པོ་ཆེ་ཉིད་ལུལ་གྱི་ཀུན་ཏུ་དར་ཞིང་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་གྱི་བདེ་ཐང་གི་གསོས་  
ལུ་སྒྲིག་པར་འཐུར་ཆེད་དགོངས་འཆར་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱལ་སྤྱོལ་གནང་རོགས་ལྟ།

[illegible]

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥

३००९५६१७८९

# 前 言

这套教材主要供藏医学专业本科(五年制)使用,也可供藏药学专业本科试用。该套教材是我国第一套统编、规范、配套的藏医学专业本科教材。

藏医药学是我国传统医药学的重要组成部分。为大力弘扬中华民族优秀传统文化,建设具有中国特色的社会主义卫生事业,适应藏医药学高等教育改革与发展的需要,国家中医药管理局于 2001 年组织西藏、青海、甘肃、四川、云南等省(区)共同编写出版全国藏医本科教育规划教材。2001 年 5 月,青海省卫生厅和青海藏医学院在西宁召开了“全国高等医药院校藏医学专业本科系列教材编写协作会”,国家中医药管理局科技司领导出席会议并讲了话。会议审议并通过了青海藏医学院编写的《教材编写总纲》和《教材编写大纲》。会后,国家中医药管理局成立了全国高等院校藏医学专业教材编审委员会(以下简称编委会),负责该系列教材编写的指导工作。编委会下设办公室挂靠在青海省卫生厅,负责日常工作。2002 年 4 月,国家中医药管理局科技司在成都主持召开了“高等藏医学专业本科教材编写协调会”,通报了教材编写进展情况,协调和解决了教材编写工作中存在的某些问题,成立了学术专家组,并将本系列教材正式定名为“21 世纪藏医本科教育规划教材”。根据成都会议精神,2002 年 9 月,编委会在兰州召开学术专家组会议,经过反复讨论,确定了本系列教材由 26 门教材科目组成,以及每门教材的名称。2002 年 10 月,国家中医药管理局正式下文确定公布了 26 门教材的主编、副主编和编写人员名单,明确了教材编写的任务与分工。

两年多来,在国家中医药管理局的领导和五省区卫生厅的配合下,经过广大编写人员的积极努力,教材编写工作进展顺利。2003 年 3 月,编委会在西宁召开了“21 世纪藏医本科教育规划教材”审定会议,会议研讨形成了统一、规范的《21 世纪藏医本科教育规划教材审定标准》及《审定方法》,为教材的审定工作提供了必要依据。同时还确定了每门教材的主审人员,审定通过了《藏医病机学》等 18 门教材的初稿。2003 年 8 月,编委会在拉萨召开了第二次教材审定会议,原则通过了《藏医外伤学》等 8 门教材的初稿。并组织学术专家组召开专题会议,经过充

分讨论和认真研究,对《藏医药学史》形成了一致的审定意见。

本套教材在学科划分及科目上,充分尊重藏医药传统的学科体系特色,保持藏医药学理论的系统性和完整性,同时紧密结合现代高等医药教育要求和教学规律,并依据西藏藏医学院与青海藏医学院联合编写的《全国藏医学专业本科教学大纲》,确定了“21 世纪藏医本科教育规划教材”由 26 门科目组成。在编写方法上,为符合藏医学专业本科(五年制)培养的目标,汲取有关藏医院校以往所编教材的经验,根据藏医学专业的教学内容和特点,制定了统一的编写大纲、体例、格式和章节,有利于藏医教学工作的顺利进行。

本套教材较好地解决了教学适应性和科学性的关系。注重培养学生解决问题的实际能力,较全面、系统、完整地继承了藏医药学的基础理论、基本知识和基本技能,并反映了我国藏医药学术发展的新水平和新成果。

本系列教材编写和出版是一项创新性的工作,由于时间紧,工作量大,加之编写人员的水平所限,不可避免地存在一些不足之处,热忱希望各地藏医药教学人员和广大读者在使用过程中,提出宝贵意见,以促使本系列教材日趋完善、更加符合新形势下藏医药事业发展的需要。

对本系列教材的编写和出版给予帮助和支持的单位和有关人士以及美国利众基金会表示衷心的感谢!

全国高等院校藏医学专业教材编审委员会

2004 年 6 月

## ཕྱི་མ་གྲིག་གསལ་བཤད།

༡༡། ། གཉན་རིམས་གསོ་བ་ཞེས་པའི་སློབ་དེབ་འདི་ནི་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་བོད་ལྷགས་གསོ་རིག་དངོས་ཚན་སློབ་གསོའི་འཆར་འགོད་སློབ་དེབ་ཀྱི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་ལྟེ། བོད་ལྷགས་སྒྲན་པའི་ཆེད་ལས་ཀྱིས་བཀོལ་རྒྱུར་སྤུལ་བ་ཡིན་ལ། བོད་ལྷགས་གསོ་རིག་གི་ནད་གཞོག་རིག་པའི་ཆེད་ལས་སློབ་གཉེར་བྱེད་མཁན་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་བཟུང་བལྟ་བུས་ཆོག་

སློབ་དེབ་འདིའི་གཙོ་གྲིག་པ་ནི་ཀན་སུཅུ་ཀྱང་དབྱི་གསོ་རིག་སློབ་གྲུ་ཆེན་མོའི་བོད་ལྷགས་གསོ་རིག་སློབ་མིང་གི་དགོན་ཀན་འབྲུམ་རམས་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་མཆོ་མཆོག་ཡིན་ལ། གཙོ་གྲིག་གཞོན་པ་དེ་གའི་སློབ་གྲུའི་དགོན་ཀན་འབྲུམ་རམས་གཞོན་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་མཆོ་དང་ཆེ་རིང་གཉིས་ཡིན། དངོས་སུ་ཚོམ་གྲིག་བྱ་བའི་ལས་ལ་ཞུགས་མཁན་ནི་མཁས་དབང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་མཆོ་དང་། ཆེ་རིང་། རིན་ཆེན་དོན་གྲུབ། རྒྱལ་མ་འཆོ་བཅས་ཡིན། དེ་ཡང་གཙོ་གྲིག་པའི་མཆུ་བཀྲིད་འོག་ཏུ་ལེའུ་དང་པོ་ནས་ལེའུ་བརྒྱད་པའི་བར་ཆེ་རིང་གིས་ཚོམ་གྲིག་བྱས་པ་དང་། ལེའུ་དགུ་པ་ནས་ལེའུ་བཅུ་ལྔའི་བར་རིན་ཆེན་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་ཚོམ་གྲིག་བྱས། ལེའུ་བཅུ་དྲུག་པ་ནས་ལེའུ་གི་ཤུའི་བར་རྒྱལ་མ་འཆོས་ཚོམ་གྲིག་བྱས་ལ། ཀན་སུཅུ་ཞིང་ཆེན་བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་ཞིབ་འཇུག་མིང་གི་མཁས་པའི་དབང་པོ་སྒྲན་པ་འབྲུམ་རམས་པ་གྲུབ་བལྟན་ལགས་ཀྱིས་སློབ་དེབ་འདིར་གཙོ་ཞུས་མཛད།

གྲིག་སྒྲུངས་ཐད་གཙོ་བོ་རྒྱལ་ཡོངས་བོད་ལྷགས་གསོ་རིག་སློབ་གྲུ་ཆེན་མོའི་དངོས་གཞིའི་ཆེད་ལས་ཀྱི་སློབ་ཁྲིད་ཙ་འཛིན་གཞིར་བཟུང་ཐོག བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་གཞུང་ལྷགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱི་མོ་དཔལ་ལྷན་རྒྱུད་བཞི་དང་ལྷེ་སྲིད་སངས་རྒྱལ་ཀྱི་མཆོས་མཛད་པའི་མན་རག་ལྷན་ཐབས་ཀྱི་དགོངས་དོན་ཁང་གཞི་བྱས་ཏེ། རྒྱུད་བཞིའི་འགྲེལ་བཤེས་སྤྱོད་དང་། ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་དང་དེའི་འགྲེལ་བ་རྒྱ་ཐེད། མཁན་པོ་ཆེ་ནམ་མཆོག་གིས་མཛད་པའི་རྒྱུད་བཞིའི་འགྲེལ་ཆེན་དང་སྤྱོད་ཞལ་ལུང་། གྲུང་གོའི་གསོ་རིག་ཀྱང་འདུས་ལས་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་སོགས་འགྲེལ་ཡོད་རྒྱུད་འགྲེལ་ཉམས་ཡིག་ཁག་གིས་བཟུང་བཟུན་ནས་ཚོམ་གྲིག་བྱས་པ་དང་། དེ་ཡང་གཉན་རིམས་ཁག་གི་དོ་བོ་དང་། རྒྱ་ཆེན། དབྱེ་བ། ཉམས་བཅོས་སོགས་གོ་སླབ་འཛིན་གི་ལམ་ནས་བཛོད་ཡོད་ལ་དེར་རབས་སློབ་གསོ་དང་བོད་ལྷགས་གསོ་རིག་གི་དངོས་གཞི་ཆོན་པའི་རྒྱུད་བྱ་དང་དམིགས་ཆད་ལྟར་སློབ་དེབ་ཀྱི་ནང་དོན་ཅུང་རྒྱས་པར་བཞིགས་པའི་ཁྲུལ་བྱས་ཡོད།

འོན་ཀྱང་ང་ཚོའི་གསོ་རིག་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་ཚུ་ཚད་ཅན་ཞིང་དེང་རབས་མཐོ་རིམ་སློབ་གསོའི་སློབ་དེབ་  
ཚུ་མ་སྒྲིག་བྱེད་པའི་ཉམས་སྦྱོང་དཔེ་དེ་པ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་འདི་ལ་ཚད་ཉླག་དང་མ་དག་པའི་ཆ་འབྱུང་བར་  
གདོན་མི་ཟ་བས་ན་སྐྱེ་བའི་དགོས་བྱུང་ན་མས་ཀྱིས་དག་བཅས་དང་སྦྱོན་བརྒྱུད་གནང་པར་མཁུན། །

གཉན་རིམས་གསོ་བའི་སློབ་དེབ་ཚུ་མ་སྒྲིག་ཚུ་རྒྱང་ནས།

སྤྱི་ལོ་༡༩༩༠ལོའི་ཟླ་༤པར།

# དཀར་ཆག

|                                          |    |
|------------------------------------------|----|
| མེ་ཏུ་དང་མོ། བལ་ནད། .....                | 1  |
| ས་བཅད་དང་མོ། རྒྱ་རྒྱུན། .....            | 1  |
| ས་བཅད་གཉིས་པ། ར་མོ། .....                | 2  |
| ས་བཅད་གཉིས་པ། མིང་གི་རྒྱ་མཚན། .....      | 2  |
| ས་བཅད་བཞི་པ། དཔྱེ་བ། .....               | 3  |
| ས་བཅད་ལྔ་པ། ཉན་ས། .....                  | 4  |
| དང་པོ། སྤྱི་ཉན་ས། .....                  | 4  |
| ༡ མ་སྒྲིན་པའི་རིམ་ས། .....               | 4  |
| ༢ རྒྱས་པའི་རིམ་ས། .....                  | 4  |
| ༣ རྒྱང་ས་པའི་རིམ་ས། .....                | 5  |
| གཉིས་པ། ཕྱེ་བྲག་གི་ཉན་ས། .....           | 5  |
| ༡ བབས་ས་གནས་ཀྱི་སྒྲོན་ས་བཙག་ས། .....     | 5  |
| ༢ རིམ་པ་དུས་ཀྱི་སྒྲོན་ས་བཙག་ས། .....     | 6  |
| ༣ བད་གཞིའི་རིགས་ཀྱི་སྒྲོན་ས་བཙག་ས། ..... | 7  |
| ས་བཅད་རྒྱུག་པ། བཙོས་ཐབས། .....           | 15 |
| དང་པོ། སྤྱི་བཙོས། .....                  | 15 |
| ༡ རོག་མའི་བཙོས། .....                    | 15 |
| ༢ བར་གྱི་བཙོས། .....                     | 15 |
| ༣ བ་མའི་བཙོས། .....                      | 16 |
| གཉིས་པ། ཕྱེ་བྲག་གི་བཙོས། .....           | 17 |
| ༡ བབས་ས་གནས་དང་སྤྱུར་བ། .....            | 17 |
| ༢ རིམ་པ་དུས་དང་སྤྱུར་བ། .....            | 19 |

|                                       |    |
|---------------------------------------|----|
| ༡ བད་གཞིའི་རིགས་དང་སྒྱུར་བ། .....     | 21 |
| གསུམ་པ། མཆུག་བསྐྱུལ་བ། .....          | 33 |
| མེད་གཉིས་པ། འབྲུམ་པ། .....            | 35 |
| ས་བཅད་དང་པོ། རྒྱ་རྒྱུན། .....         | 35 |
| ས་བཅད་གཉིས་པ། རོ་རོ། .....            | 35 |
| ས་བཅད་གསུམ་པ། དུམ་པ། .....            | 35 |
| དང་པོ། འབྲུམ་ནག། .....                | 35 |
| གཉིས་པ། འབྲུམ་དཀར། .....              | 36 |
| ས་བཅད་བཞི་པ། རྟགས། .....              | 37 |
| དང་པོ། རྒྱ་རྟགས། .....                | 37 |
| གཉིས་པ། བྱེ་བྲག་གི་རྟགས། .....        | 37 |
| ༡ འབྲུམ་ནག། .....                     | 37 |
| ༢ འབྲུམ་དཀར། .....                    | 38 |
| ས་བཅད་ལྔ་པ། བཙོས་བྲབས། .....          | 38 |
| དང་པོ། རྒྱ་བཙོས། .....                | 38 |
| ༡ བསྐྱེད་སྒྲོལ་ནས་འདོན་པ། .....       | 39 |
| ༢ ཁོང་ནས་ཐུར་འཕུལ་བ། .....            | 39 |
| ༣ ཁོང་ཐོར་ཐུར་རྒྱུར་བ། .....          | 41 |
| ༤ འབྲུམ་རྗེས་བསྐྱུལ་བ། .....          | 41 |
| གཉིས་པ། བྱེ་བྲག་གི་བཙོས་བྲབས། .....   | 42 |
| ༡ རིགས་རྒྱ་རྒྱུལ་ནས་བཙོས་པ། .....     | 42 |
| ༢ བྲབས་སའི་རྒྱ་རྒྱུལ་ནས་བཙོས་པ། ..... | 43 |
| མེད་གསུམ་པ། གཉེན་ནད་མེད་མེ། .....     | 45 |
| ས་བཅད་དང་པོ། རྒྱ། .....               | 45 |
| ས་བཅད་གཉིས་པ། རྒྱ་རྒྱུན། .....        | 45 |
| ས་བཅད་གསུམ་པ། མིང་། .....             | 45 |

|                                        |    |
|----------------------------------------|----|
| ས་བཅད་བཞི་པ། དབྱེ་བ། .....             | 46 |
| ས་བཅད་ལྔ་པ། རྟགས། .....                | 46 |
| དང་པོ། སྤྱི་རྟགས། .....                | 46 |
| གཉིས་པ། བྱི་མགག་རྟགས། .....            | 47 |
| ས་བཅད་དྲུག་པ། བཙོས་ཐབས། .....          | 48 |
| དང་པོ། ཐུག། .....                      | 48 |
| གཉིས་པ། ཟས། .....                      | 49 |
| གསུམ་པ། སྤྱོད་ལམ། .....                | 50 |
| ཡེ་ཤུ་བཞི་པ། གཏུན་ནད་སྐྱབ་ལྟེན། .....  | 51 |
| ས་བཅད་དང་པོ། སྐྱ་སྐྱེན། .....          | 51 |
| ས་བཅད་གཉིས་པ། བཟུང་ཉིད། .....          | 51 |
| ས་བཅད་གསུམ་པ། དབྱེ་བ། .....            | 51 |
| དང་པོ། སྤྱི། .....                     | 51 |
| གཉིས་པ། བྱི་མག། .....                  | 52 |
| ས་བཅད་བཞི་པ། རྟགས། .....               | 52 |
| དང་པོ། སྤྱི་རྟགས། .....                | 52 |
| གཉིས་པ། རྟུང་པར་སྤྱི་རྟགས། .....       | 52 |
| ༡ དོན་འབྲུ། .....                      | 52 |
| ༢ རྟོད་འབྲུ། .....                     | 53 |
| གསུམ་པ། བྱི་མགག་རྟགས། .....            | 53 |
| བཞི་པ། འཕྲོ་འཕྲོ་ཁད་མར་གདགས་པ། .....   | 53 |
| ས་བཅད་ལྔ་པ། བཙོས་ཐབས། .....            | 54 |
| དང་པོ། གསལ་རྟུང་སྤྱི་བཙོས་ཐབས། .....   | 54 |
| ༡ སྤྱི་བཙོས། .....                     | 54 |
| ༢ བྱི་མགག་བཙོས་ཐབས། .....              | 58 |
| གཉིས་པ། རྟུང་རྟུང་སྤྱི་བཙོས་ཐབས། ..... | 60 |
| ༡ རོང་གཞིམ་པ། .....                    | 60 |

|                                               |    |
|-----------------------------------------------|----|
| 1 འབྲུག་པག་ཚན་པ། .....                        | 60 |
| 3 གང་འབྲུམ་པག་ཚན་པ། .....                     | 61 |
| ལེའུ་ཐུག་པ། གཉེན་ཅན་གྲགས་མཛོག་ .....          | 63 |
| ས་བཅད་དང་པོ། ཐུ། .....                        | 63 |
| ས་བཅད་གཉིས་པ། ཐུན། .....                      | 63 |
| ས་བཅད་གསུམ་པ། དབྱེ་བ། .....                   | 64 |
| དང་པོ། དབས་མཐི་དབང་གིས་མིང་ཐད་དུ་ཕྱེ་བ། ..... | 64 |
| གཉིས་པ། རིགས་ཀྱི་དབང་གིས་རོ་བོ་བཟུངས། .....   | 64 |
| ས་བཅད་བཞི་པ། ཉག་ས། .....                      | 65 |
| དང་པོ། སྤྱི་ཉག་ས། .....                       | 65 |
| 1 སྤྱི་ཉག་ས། .....                            | 65 |
| 3 ཅན་ཉག་ས། .....                              | 66 |
| 3 གསང་ཉག་ས། .....                             | 66 |
| གཉིས་པ། ཕྱེ་བྲག་གི་ཉག་ས། .....                | 66 |
| 1 རྩོག་པའི་ཉག་ས། .....                        | 67 |
| 3 གག་པའི་ཉག་ས། .....                          | 67 |
| ས་བཅད་ཐུག་པ། དམུ་ས་ཐབས། .....                 | 68 |
| དང་པོ། སྤྱི་འཕེལ་ཐབས། .....                   | 68 |
| 1 ཁ་ཐབས། .....                                | 69 |
| 3 རྩོད་པམ། .....                              | 69 |
| 3 དམད་ཐབས། .....                              | 69 |
| ༩ ཐ་མ་ཐུང་པའི་འཕེལ་ཐབས། .....                 | 73 |
| གཉིས་པ། ཕྱེ་བྲག་གི་འཕེལ་ཐབས། .....            | 74 |
| 1 རྩོག་པ། .....                               | 74 |
| 3 གག་པ། .....                                 | 76 |
| ལེའུ་ཐུག་པ། ཆམ་རིམ་ས། .....                   | 78 |

|                                       |    |
|---------------------------------------|----|
| ས་བཅད་དང་པོ། ཟུ་རྩེན། .....           | 78 |
| ས་བཅད་གཉིས་པ། དབྱེ་བ། .....           | 78 |
| ས་བཅད་གསུམ་པ། ཉགས། .....              | 79 |
| དང་པོ། སྒྲིམ་གྱི་ཉགས། .....           | 79 |
| གཉིས་པ། སྒྲིམ་གྱི་ཉགས། .....          | 79 |
| གསུམ་པ། རིམ་སྒྲིམ་གྱི་ཉགས། .....      | 79 |
| བཞི་པ། སྒྲིམ་གྱི་ཉགས། .....           | 80 |
| ས་བཅད་བཞི་པ། བཅོས་ཐབས། .....          | 80 |
| དང་པོ། རྒྱང་ཆམ་གྱི་ཉགས། .....         | 81 |
| གཉིས་པ། མཁྱིམ་ཆམ་གྱི་ཉགས། .....       | 82 |
| གསུམ་པ། བད་ཀན་ལས་སྤྱར་པའི་ཉགས། .....  | 82 |
| བཞི་པ། འདུས་པ་ལས་སྤྱར་པའི་ཉགས། .....  | 83 |
| ལྔ་པ། བཅོས་ཐབས། .....                 | 83 |
| ༡ རྒྱང་ཆམ་གྱི་བཅོས་ཐབས། .....         | 83 |
| ༢ མཁྱིམ་ཆམ་གྱི་བཅོས་ཐབས། .....        | 83 |
| ༣ བད་ཆམ་གྱི་བཅོས་ཐབས། .....           | 83 |
| ༤ འདུས་ཆམ་གྱི་བཅོས་ཐབས། .....         | 83 |
| ཡེ་ལྷ་བཀྱུན་པ། གཉན་ནད་ལྷན་གཟེན། ..... | 85 |
| ས་བཅད་དང་པོ། ཟུ་རྩེན། .....           | 85 |
| ས་བཅད་གཉིས་པ། ཉགས། .....              | 85 |
| ས་བཅད་གསུམ་པ། བཅོས་ཐབས། .....         | 86 |
| དང་པོ། ཟུ་རྩེན། .....                 | 86 |
| གཉིས་པ། དཔྱད། .....                   | 87 |
| གསུམ་པ། ཟུ་རྩེན་གྱི་ལམ། .....         | 88 |
| ཡེ་ལྷ་བཀྱུན་པ། གཉན་ནད་ལྷན་གཟེན། ..... | 90 |
| ས་བཅད་དང་པོ། ཟུ་རྩེན། .....           | 90 |

|                                        |     |
|----------------------------------------|-----|
| ས་བཅད་གཉིས་པ། ཉག་ས། .....              | 90  |
| ས་བཅད་གསུམ་པ། བཙོན་ཐང་ས། .....         | 91  |
| དང་པོ། རྩམ་གྱིས་བསྟར་པ། .....          | 91  |
| གཉིས་པ། རྩམ་གྱིས་བཙོན་པ། .....         | 91  |
| གསུམ་པ། རྩམ་གྱིས་བཙོན་པ། .....         | 93  |
| བཞི་པ། དཔུང་གྱིས་བཙོན་པ། .....         | 93  |
| ལྔ་པ། རྩམ་གྱིས་བཙོན་པ། .....           | 94  |
| དྲུག་པ། རྩོད་ལམ་གྱིས་བཙོན་པ། .....     | 94  |
| བདུན་པ། བདུག་བསྟར་པ། .....             | 95  |
| མེ་འུ་དབུ་པ། གཉན་རྩིས་པ་པོ་སྟར་། ..... | 96  |
| ས་བཅད་དང་པོ། རྩམ་གྱིས་བསྟར་པ། .....    | 96  |
| ས་བཅད་གཉིས་པ། ཉག་ས། .....              | 96  |
| ས་བཅད་གསུམ་པ། བཙོན་ཐང་ས། .....         | 97  |
| དང་པོ། རྩམ་གྱིས་བཙོན་པ། .....          | 97  |
| གཉིས་པ། དཔུང་གྱིས་བཙོན་པ། .....        | 97  |
| གསུམ་པ། རྩམ་གྱིས་བཙོན་པ། .....         | 98  |
| མེ་འུ་བཅུ་པ། གཉན་ནད་མི་དབུ་པ། .....    | 99  |
| ས་བཅད་དང་པོ། རྩམ་གྱིས་བསྟར་པ། .....    | 99  |
| ས་བཅད་གཉིས་པ། ཉག་ས། .....              | 99  |
| ས་བཅད་གསུམ་པ། བཙོན་ཐང་ས། .....         | 100 |
| དང་པོ། རྩམ་གྱིས་བསྟར་པ། .....          | 100 |
| གཉིས་པ། རྩམ་གྱིས་བཙོན་པ། .....         | 100 |
| ༡ ཁོང་ནས་བསྟར་པ། .....                 | 100 |
| ༢ རྩམ་གྱིས་བསྟར་པ། .....               | 101 |
| གསུམ་པ། དཔུང་གྱིས་བཙོན་པ། .....        | 101 |
| བཞི་པ། རྩམ་གྱིས་བཙོན་པ། .....          | 101 |

|                                             |     |
|---------------------------------------------|-----|
| ཡེ་འུ་བརྒྱ་གཟིག་པ། གཏུན་ཁྱིམ་སྒྲིལ་བ། ..... | 103 |
| ས་བཅད་དང་པོ། ཟུ་རྩེན། .....                 | 103 |
| ས་བཅད་གཉིས་པ། གནས། .....                    | 103 |
| ས་བཅད་གསུམ་པ། རྟགས། .....                   | 103 |
| ས་བཅད་བཞི་པ། མི་ཚོར་བཞི་རྟགས། .....         | 104 |
| ས་བཅད་ལྔ་པ། བཙོན་ཐབས། .....                 | 105 |
| དང་པོ། ཟླན། .....                           | 105 |
| ༡ ཁོང་དུ་བཏང་བ། .....                       | 105 |
| ༢ ཟུན་སྐྱུག་པ། .....                        | 105 |
| གཉིས་པ། དཔུང། .....                         | 105 |
| ༡ ཟུམ་བཙོན་དང་དུགས། .....                   | 105 |
| ༢ གཏུར་བཞེས། .....                          | 106 |
| གསུམ་པ། ཟས་རྩོད། .....                      | 106 |
| ཡེ་འུ་བརྒྱ་གཉིས་པ། གཏུན་ནད་རྒྱ་མིག་ .....   | 107 |
| ས་བཅད་དང་པོ། ཟུ་རྩེན། .....                 | 107 |
| ས་བཅད་གཉིས་པ། རྟགས། .....                   | 107 |
| ས་བཅད་གསུམ་པ། བཙོན་ཐབས། .....               | 108 |
| དང་པོ། ཟླན། .....                           | 108 |
| གཉིས་པ། དཔུང། .....                         | 108 |
| ༡ ཟློང། .....                               | 108 |
| ༢ ཐུག་པ། .....                              | 109 |
| ༣ མེ་བཙོན། .....                            | 109 |
| གསུམ་པ། ཟས་རྩོད། .....                      | 109 |
| བཞི་པ། བསྐྱར་བ། .....                       | 110 |
| ཡེ་འུ་བརྒྱ་གསུམ་པ། གཏུན་འབྲས། .....         | 111 |
| ས་བཅད་དང་པོ། ཟུ་རྩེན། .....                 | 111 |
| ས་བཅད་གཉིས་པ། དཔྱེ་བ། .....                 | 111 |

|                                                  |     |
|--------------------------------------------------|-----|
| ས་བཅད་གསུམ་པ། རྟགས། .....                        | 112 |
| དང་པོ། མི་འབྲས། .....                            | 112 |
| གཉིས་པ། ཁོང་འབྲས། .....                          | 112 |
| གསུམ་པ། འབྲས་ལོ་བསྐལ་པ། .....                    | 112 |
| ས་བཅད་བཞི་པ། བཙོས་ཐབས། .....                     | 113 |
| དང་པོ། སྒྲན། .....                               | 113 |
| ༡ ཁོང་ཏུ་བཞུགས་པ། .....                          | 113 |
| ༢ མི་ནས་བྱུག་པ། .....                            | 113 |
| གཉིས་པ། དཔུང། .....                              | 114 |
| ༡ མི་འབྲས། .....                                 | 114 |
| ༢ ཁོང་འབྲས། .....                                | 115 |
| གསུམ་པ། བསལ་ཕྱོད། .....                          | 115 |
| ལེའུ་བརྒྱ་བཞི་པ། གཏུན་ནད་འཁྲུམ་བྱ་རྟག་དགྲ། ..... | 117 |
| ས་བཅད་དང་པོ། རྒྱ་རྒྱུན། .....                    | 117 |
| ས་བཅད་གཉིས་པ། རྟགས། .....                        | 117 |
| ས་བཅད་གསུམ་པ། བསལ་ཐབས། .....                     | 118 |
| ས་བཅད་བཞི་པ། བཙོས་ཐབས། .....                     | 118 |
| དང་པོ། སྒྲན། .....                               | 118 |
| གཉིས་པ། དཔུང། .....                              | 119 |
| གསུམ་པ། བསལ་ཕྱོད། .....                          | 119 |
| ལེའུ་བཙོ་ལྔ་པ། གཏུན་ནད་མཐིས་པ་ཅད་རྒྱག་ .....     | 121 |
| ས་བཅད་དང་པོ། རྒྱ། .....                          | 121 |
| ས་བཅད་གཉིས་པ། རྒྱུན། .....                       | 121 |
| ས་བཅད་གསུམ་པ། རྟགས། .....                        | 122 |
| དང་པོ། མི། .....                                 | 122 |
| གཉིས་པ། ཕྱི་བྲག་ .....                           | 123 |
| ས་བཅད་བཞི་པ། བསལ་ཐབས། .....                      | 123 |



|                                                 |     |
|-------------------------------------------------|-----|
| ས་བཅད་དང་པོ། ཟུ་རྩེན། .....                     | 138 |
| ས་བཅད་གཉིས་པ། རྟགས། .....                       | 138 |
| ས་བཅད་གསུམ་པ། བཙོས་ཐབས། .....                   | 139 |
| ཡེ་ཏུ་བརྩ་དབུ་པ། གཏུན་ནད་འབར་འབྱར། .....        | 140 |
| ས་བཅད་དང་པོ། ཟུ་རྩེན། .....                     | 140 |
| ས་བཅད་གཉིས་པ། རྟགས། .....                       | 140 |
| ས་བཅད་གསུམ་པ། བཙོས་ཐབས། .....                   | 140 |
| དང་པོ། ཟླན། .....                               | 140 |
| ༡ ཟུག་ཟླན། .....                                | 140 |
| ༢ ཁོང་ཟླན། .....                                | 141 |
| གཉིས་པ། དབྱད། .....                             | 141 |
| གསུམ་པ། ཟས་རྩྭ་ད། .....                         | 142 |
| ཡེ་ཏུ་ཉི་ཤུ་པ། གཏུན་ནད་རྩ་ཆ་ཕྱུས་འདེབས་པ། ..... | 143 |
| ས་བཅད་དང་པོ། ཟུ་རྩེན། .....                     | 143 |
| ས་བཅད་གཉིས་པ། རྟགས། .....                       | 143 |
| ས་བཅད་གསུམ་པ། བཙོས་ཐབས། .....                   | 143 |
| དང་པོ། ཟླན། .....                               | 144 |
| ༡ ཁོང་ཟླན། .....                                | 144 |
| ༢ ཟུག་ཟླན། .....                                | 144 |
| གཉིས་པ། ཐགས། .....                              | 144 |
| གསུམ་པ། དབྱད། .....                             | 144 |
| བཞི་པ། ཟས་རྩྭ་ད། .....                          | 145 |
| ཡེ་ཏུ་ཉི་ཤུ་གཅིག་པ། གཏུན་རིམས་རམ་རྩ། .....      | 146 |
| ས་བཅད་དང་པོ། ཟུ་རྩེན། .....                     | 146 |
| ས་བཅད་གཉིས་པ། དབྱེ་བ། .....                     | 146 |
| ས་བཅད་གསུམ་པ། རྟགས། .....                       | 146 |
| དང་པོ། ཟུ་རྩེན། .....                           | 146 |

|                                         |     |
|-----------------------------------------|-----|
| གཉིས་པ། ཕྱི་ཕྱག་གི་རྟགས།.....           | 147 |
| ས་བཅད་བཞི་པ། བཙོས་ཐབས། .....            | 147 |
| དང་པོ། དཔྱད། .....                      | 148 |
| གཉིས་པ། ཟུན། .....                      | 148 |
| གསུམ་པ། ཟས། .....                       | 149 |
| བཞི་པ། ལྷོད་ལས། .....                   | 149 |
| ལྷུ་ཉིད་གཉིས་པ། གཉན་རིམས་ལྷུ་གསར། ..... | 151 |
| ས་བཅད་དང་པོ། ལྷ་ལྷོན། .....             | 151 |
| ས་བཅད་གཉིས་པ། དབྱེ་བ། .....             | 151 |
| ས་བཅད་གསུམ་པ། རྟགས། .....               | 151 |
| དང་པོ། ལྷོ། .....                       | 151 |
| གཉིས་པ། ཕྱི་ཕྱག་ .....                  | 152 |
| ས་བཅད་བཞི་པ། བཙོས་ཐབས། .....            | 153 |
| དང་པོ། ལྷོ་བཙོས། .....                  | 153 |
| གཉིས་པ། ཕྱི་ཕྱག་གི་བཙོས་ཐབས། .....      | 153 |

## ལེའུ་དང་པོ། བལ་ནད།

བལ་ནད་ཅེས་པ་ནི་བལ་མོ་ཉེ་ལོ་འབར་མ་ཞེས་མ་ཅིག་དཔལ་ལྷན་ལྟ་མོའི་མཚན་གྱི་ནམ་གངས་ཡིན་པས་  
དེས་གཏོང་བའི་རིམས་ནད་ལ་བལ་ནད་ཅེས་ནད་བདག་གི་མིང་ནད་ལ་བཏགས་པ་ཞིང། འདིར་བལ་ནད་སྐྱེད་  
ཅིང་གྱི་རྒྱ་སྐྱོན་དང་། བད་ལྟར་གྱི་ངོ་པོ། མིང་གི་རྒྱ་མཚན། དེའི་བའི་ནམ་གངས། བད་ཏགས་གྱི་མངོན་  
ཚུལ། འབྲུལ་མེད་གྱི་ངོས་འཛིན། གསོ་བལས་གྱི་ཐུན་དཔུང་སྐོག་སྐོག་ནད་བསྐྱེད་ཉེ་བཤད་པར་བྱའོ། །

## ས་བཅད་དང་པོ། རྒྱ་སྐྱོན།

རིམས་ཞེས་པུ་བའི་ནད་འབྱུང་རྒྱ་སྐྱོན་ནི། ། རྒྱ་བརྒྱ་ཁྲུས་ཀྱི་བ་མར་རྒྱར་ཙ་ན། ། མི་  
རྒྱལ་ས་འདྲོད་པའི་དབང་གིས་ལོག་པར་སྒྲོང་། ། རྒྱལ་ས་པ་རྒྱལ་ས་ནི་རྩོ་རྩེའི་ནད་དམེ་དར། །  
དགེ་འདུན་བཅུན་པ་རྒྱལ་ས་ནི་མེ་འབྲུག་ཕྱེད། ། ལུ་ཉེ་གས་བན་ལོན་རྒྱལ་ས་ནི་རྩོར་ཁ་འཕེན། །  
སྐྱོ་ལོ་རྒྱལ་ས་ནི་མནའ་འཕའ་བན་དམར་ཕྱེད། ། དེ་ཁྲུས་མ་མོ་མ་འའ་འཕྲོ་ཁྲུན་འབྲུགས་ཏེ། །  
ནད་ཀྱི་ཁ་རྒྱར་ས་རྒྱན་ཁྲུ་ཆགས་པ་ལས། ། བལ་ནད་རྒྱ་གཞིར་གཤེད་ལྟོག་འབྲུམ་ནག་འབྱུང་། །  
གཞན་ཡང་ཁྲུས་བཞིའི་འབྱུང་བ་དམན་རྒྱག་ལོག། ། དག་ལུལ་ཁྱི་ཁྲུགས་ཁོ་འཇིགས་རྒྱ་རན་  
འདྲོད། ། ཁ་ཟས་མ་རྩོམས་པ་ཡིས་རིམས་སུ་འབྱུང། །

ཞེས་པ་ཞིང། རིམས་ཞེས་པུ་བའི་ནད་འདི་འབྱུང་བའི་རྒྱ་སྐྱོན་ནི་སྤྱིར་བཏགས་པའི་ནམ་གཞག་རྒྱས་པ་ལེ་  
རྒྱར་དཀར་པོ་མ་བུ་ལས་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་ལྷ་བརྒྱ་བསྐྱུ་བཅུག་བཅུའི་དུས་ཀྱི་ཐ་མ་ཞེས་རིམ་གྱིས་དམན་པའི་གོ་བ་དེ་  
སྒྲོད་ཆར་རྒྱར་ཙ་ན་མི་རྒྱལ་ས་རང་བདེ་འདྲོད་པའི་དབང་གིས་དམ་པའི་ལམ་ལས་ལོག་པ་བཤད་རྒྱུ་དུ་བཤད་  
པ་ལྟར་གྱི་མི་དགེ་བ་བཅུ་སྐོག་སྐོག་ཅིང་ཁྲུ་པར་དུ་བཏུན་པ་ལ་སྤྱིར་མདོ་སྐྱུས་གཉིས་ལས་སྐྱུས་གསར་  
ཉིང་ལ་ཞུགས་པའི་སྐྱུས་པ་རྒྱལ་ས་ནི་རྩོ་རྩེའི་ཐོག་པར་ཞུགས་པའི་དམ་ཚིག་གཅིག་ཡིན་པ་ལ་སྤྱིར་དོར་ནོར་  
ནས་གཅིག་གིས་གཅིག་ནང་ལུལ་དུ་སྐོག་གས་ཐ་ནའང་ལུས་ལ་གནོད་པའི་དམེ་སྐོགས་དང་། མདོ་ཞུགས་ཀྱི་  
དགེ་འདུན་བཅུན་པ་རྒྱལ་ས་ནི་སོ་ཐར་གྱི་སྤོམ་པ་དང་སོས་བསམ་དོན་དུ་མི་གཉེར་བར་རང་རང་གི་ལྟ་བུ་  
སྐོག་སྐོགས་མེ་དང་སྐོན་ཚོགས་ཁམས་ཚན་སྐོགས་རྒྱར་དུ་ཡང་བདག་དུ་བརྒྱང་ནས་འབྲུག་པར་བྱེད།

འཕགས་ཡུལ་དུ་ཐུན་ཉེགས་པ་དང་པོ་དེ་དུ་ཆ་མཐུན་རྟོགས་ལྡན་དང་མཆོད་གནས་སྟེ་གཉིས་ཀྱི་བརྟེན་དང་པོ་ན་པོ་  
 སོགས་ཀྱང་མངོན་སྲོད་འདོད་པ་རྣམས་ནི་བརྟན་ལ་གནོད་ཅིང་ཁོང་བཅུར་མ་རྟོས་པར་རང་སྤངས་པ་མེད་དུག  
 པའི་ལས་བསྐྱལ་པའི་ཚོར་ཁ་འཕེན། རྒྱུ་པོ་རྣམས་ནི་དགོན་མཆོག་དང་ལྟ་འདྲེ་དཔང་བཅུགས་ཀྱི་མནའ་པོར་  
 བས་ཟ། གནས་བྱུང་པར་ཅན་དང་ལྟ་འདྲེ་ཐུག་ཉན་གནས་སར་དཀར་དམར་གྱི་ཐབས་ཞོབ་དང་བཤན་དམར་  
 ཞེས་སྟོག་གཙོད་ཤ་བྲག་འབགས་བཙོག་གི་ལས་བྱེད་པ་དར་བ་དེའི་དུས་སྟོན་པ་རྒྱུ་འཇིག་ལ་དབང་བའི་མཚན་  
 དང་རྩ་འབྲུལ་གྱིས་ནམ་མཁའ་ལ་འགྲོ་བ་ཀྱང་འབྲུགས་ཏེ་རིམས་གཙོར་གྱུར་གྱི་ནད་ཀྱི་ཁ་རྒྱུང་ས་མདོག་སེར་པོ་  
 དམར་པོ་ནག་པོ་རྣམས་བཏང་བས་སློན་པ་ལྟར་དུ་ཆགས་པ་ལས་བསོད་ནམས་དམན་པའི་འགྲོ་བ་ལ་སོག་ཉེ་  
 སེར་པོ་ལས་བལ་ནད་དང་ཆམ་པ། དམར་པོ་ལས་རྩ་གཟེར། བག་པོ་ལས་གས་རྟོག་དང་འབྲུམ་ནག་སོགས་  
 དུས་ཉེགས་མ་ལ་མིང་གངས་ཀྱི་མི་ལང་བ་འབྱུང་། རིམས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དེ་ལས་གཞན་པ་ཡང་དབྱར་དབྱུན་རྩོན་  
 དཔེད་དེ་ནམ་རྒྱུས་བཞིའི་འབྱུང་བའི་ཁམས་དམན་ལྟག་སོག་པ་དང་། རྩོད་ལམ་དུག་ཤུལ་བྱས་པ་དང་ནད་  
 པའི་ནད་རི་སོག་པ་དང་འབྱུང་པའི་དུགས་ཀྱི་གཟེར་འཕྲོག་པ་དང་། ཞེ་སྤང་དུག་པོ་རྒྱེས་ཏེ་ཁྱོ་ཞིང་འབྲུགས་པ་  
 དང་། གཏི་ལྷག་ཅན་སེམས་ཁྱུམ་པའི་དབང་གིས་འཇིགས་སྐྱུག་དང་། ཡིད་གཙུགས་པ་དང་བྲམ་བ་སོགས་ཀྱི་  
 རྒྱུར་ན་གྱིས་གསུང་བ་དང་། ཡུལ་ལ་ལྷག་པར་ཆགས་པའི་འདོད་ཆགས་ཏེ་དུག་གསུམ་གྱི་དབང་དུ་ལྷག་པར་  
 རྒྱུར་བ་དང་ཁ་ཟས་བསིལ་རྟོད་འགངས་རྟོགས་སོགས་མ་རྟོམས་ཤིང་ལུས་ཁམས་དང་མི་མཐུན་པ་བརྟེན་པའི་  
 དབང་གིས་ནད་གི་འབྱུང་བ་འབྲུགས་ཏེ་རིམས་སུ་འབྱུང་རོ། །

## ས་བཅད་གཉིས་པ། རྩ་མོ།

རྒྱ་རྒྱུན་དེ་ཡིས་མཁྱིས་པའི་མེ་དྲོད་བསྐྱང་། །

ཞེས་ས་སྟེ། གོང་དུ་བརྟན་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་དེ་ཡིས་ལུས་ཀྱི་མཁྱིས་པའི་མེ་དྲོད་བསྐྱང་ཞེས་ཆེར་བསྐྱེད་པ་ནི་  
 རིམས་ཀྱི་རྩ་མོ་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན་མེ་དང་རྒྱུང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས་ཤིང་ལ་ཡོད་པའི་མེ་ཁམས་ཆེར་བསྐྱང་ཞིང་བསྐྱེད་  
 བས་མེ་འབར་བ་ལྟ་བུའོ། །

## ས་བཅད་གསུམ་པ། མིང་གི་རྒྱ་མཆན།

རྒྱལ་ལ་བབས་ནས་བད་ཀན་མཁྱིས་པ་རྒྱུང་། ། འཇུག་རྩི་རྒྱག་དུ་རིམ་པས་འཇུག་པ་

འཇམ། ། རྩིས་ཐོག་ཡམས་ཤུ་རིམས་ཀྱིས་འགོས་པའི་ཕྱིར། ། རིམས་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱ་མཚན་མིང་ཏུ་  
བཏགས། །

ཞེས་པ་ལྟེ། དེ་ཡང་ལུས་ལ་འབབ་ཏུ་སྟོན་མར་སྒྱེ་ལ་གནས་པའི་རྩལ་ལ་བབས་དེ་ནས་བད་ཀན་མཁྱིས་  
པ་རྒྱུང་གསུམ་ལ་རིམ་པས་འབབ་ཅིང་སྟོན་མར་ནི་མིག་ན་པ་རྣམ་ཐུག་སོ་བཤད་ལམ་ལྟེ་སྒྱུ་དང་། སལ་ཆེར་རྣམ་  
ན་ནས་ཁྱེད་པ་ནང་གི་འདུག་མོ་ཤ་སྟགས་ཙ་ཏུ་ས་དོན་སྟོང་བྱུག་ཏུ་རིམ་པས་འདུག་པའམ་ནད་དེའི་རྩི་མ་  
དངོས་སམ་ནད་ཡོད་ས་ནས་ཏུ་བརྒྱུང་སྟགས་རྩིས་ཐོག་ན་ཡམས་ཐབས་སུ་རིམ་གྱིས་གཅིག་ནས་གཅིག་ལ་འགོས་  
པའི་ཕྱིར་ན་རིམས་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱ་མཚན་དང་འབྲེལ་བའི་མིང་ཏུ་བཏགས་པ་ཡིན་ནོ། །

### ས་བཅད་མཁེ་བ། དབྱེ་བ།

བལ་ནད་དབྱེ་བ་རྣམ་པ་གསུམ་ཡིན་ཏེ། ། བབས་ས་གནས་དང་སྒྱུར་ཏེ་དབྱེ་བ་དང་། །  
རིམ་པ་ཏུ་ས་དང་སྒྱུར་ཏེ་དབྱེ་བ་དང་། ། བད་གཞི་རིགས་དང་སྒྱུར་ཏེ་དབྱེ་བ་གསུམ། ། དེ་ལ་  
རྒྱུང་མཁྱིས་བད་ཀན་འདུས་པ་དང་། ། གཉན་རིམས་ཞེས་བྱ་རྣམ་པ་ལྟ་བུ་བཤད། ། འདར་བ་  
ཡོད་པ་རྒྱུང་གི་རིམས་ཡིན་ཏེ། ། ལེབ་ཀན་ལྷད་གཟེར་ཞེས་བྱ་མཁྱིས་པའི་རིམས། ། རྫོང་མ་བྱ་  
རྒྱགས་པ་བད་ཀན་རིམས་སུ་བཤད། ། འདུས་རིམས་དབྱེ་བ་རྒྱན་རིམས་ཉག་པའི་རིམས། །  
ཉིན་གཅིག་ཉིན་གསུམ་ཉིན་བཞི་རྣམ་པ་ལྟ། ། མཁྱིས་པ་རྫར་རྒྱག་རིམས་དང་ལྷད་གཟེར་  
དང་། ། རིམས་སྒྱུན་ཏེ་ཏེ་ཉོས་སུ་བཏགས་པ་གསུམ། ། དོན་མཐུན་གཉན་རིམས་མིང་གི་རྣམ་  
གྲངས་ཡིན། །

ཞེས་པ་ལྟེ། བལ་ནད་འདི་ལ་དབྱེ་བ་རྣམ་པ་གསུམ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་བབས་སའི་གནས་དང་  
སྒྱུར་ཏེ་དབྱེ་བ་དང་། རིམ་པའི་ཏུ་ས་དང་སྒྱུར་ཏེ་དབྱེ་བ་དང་། བད་གཞི་གང་ཡིན་གྱི་རིགས་དང་སྒྱུར་ཏེ་དབྱེ་  
བ་དང་གསུམ་ལས་དེ་ལ་ཡང་འབབ་ས་དང་རིམ་པ་ཏུ་ས་གཉིས་ཉགས་གྱི་སྐབས་སུ་བཤད་ཅིང་ནད་གཞི་རྒྱུང་  
དང་མཁྱིས་པ་དང་བད་ཀན་དང་འདུས་པ་དང་གཉན་གྱི་རིམས་ཞེས་བྱ་སྟེ་རྣམ་པ་ལྟ་བུ་བཤད་པ་ལས། འདར་  
བྱུང་ལེར་བྱ་གཉིས་རྒྱུང་གི་རིམས་ཡིན་ལ། ལེབ་ཀན་དང་ལྷད་གཟེར་ཞེས་བྱ་བ་མཁྱིས་པའི་རིམས་དང་།  
རྫོང་མ་བྱ་དང་རྒྱགས་པ་བད་ཀན་གྱི་རིམས་སུ་བཤད་པ་དང་། འདུས་པའི་རིམས་ལ་དབྱེ་བ་རྒྱན་གྱི་རིམས་དང་  
ཉག་པའི་རིམས་དང་ཉིན་གཅིག་པ་དང་ཉིན་གསུམ་པ་དང་ཉིན་བཞི་བ་སྟེ་རྣམ་པ་ལྟ། མཁྱིས་པ་རྫར་རྒྱག་པའི་  
རིམས་དང་ལྷད་གཟེར་དང་རིམས་སྒྱུན་པ་ཏེ་ཏེ་ཉོས་སུ་བཏགས་པ་དང་གསུམ་པོ་དེ་ནི་དོན་དང་མཐུན་པར་

གཉན་རིམ་སྐྱོད་ཡང་མི་རྣམས་སྤྱད་གསལ་པོ་ལོ།

ས་བཅད་ཐུང་།      རྟགས་

དང་པོ། རྒྱ་གཡུ་མ།

॥ इति श्रीमद्भगवद्गीतासूपनिषत्सु श्रीकृष्णार्जसंवादे श्रीभगवत्परोक्षोपाध्यायः ॥

ཞེས་པ་སྟེ། སྤྱི་ལའང་མ་སྒྲིན་པའི་རྟགས་དང་། རྒྱལ་པའི་རྟགས། རྟོང་པ་པའི་རྟགས་དང་གསུམ་ཡོད་

༡ མ་ལྷོན་དཔེ་ཤིང་ལ།

[illegible]

ཞེས་པ་ཤི། དང་པོ་མ་ཐོན་པའི་རིམ་སུ་མངོན་ཚུལ་ནི་ལྷུ་མེར་ཏེ་གང་ལྷན་ལྷན་རིང་ལ་མགོ་དང་  
 སྐར་ལག་གི་ཆོག་ས་གཞིན་པ་དང་ལྷན་ལྷིང་ས་ཐིམ་ལྷིང་ལྷན་ཏེ་ལྷ་པ་མེ་འདྲོད་ཅིང་མི་ལམ་ཟ་མི་མང་པ་དང་  
 གཤམ་མང་ཞིང་ལྷ་པ་ཡང་འཁྲིམ་ས་ལ་ཞེས་པ་ཚུལ་ཏེ་གང་ཡང་མི་རྟོགས་པ་དང་ཏེ་མ་འདྲོད་ནས་ལྷེག་ཅིང་ཁྱད་  
 པར་དུ་མྱོད་དུས་ལྷན་པ་དང་ཁ་ཁ་ལ་མགོ་པོ་ན་ཞིང་ཟས་ཀྱི་དང་ག་ལག་གས་པ་དང་། ཅ་ལྷན་ནི་ཤ་ལ་མཐོ་གས་  
 པ་དེ་ཡང་ལྷན་ཅིག་ལ་གཤོ་ཞིང་ཚུ་མདོ་ག་རྟོགས་མ་ཅན་འོང་ངོ་། །

३ རྒྱལ་པོའི་ཡི་མཁན།

॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥  
 ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥  
 ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥

ཞེས་པ་ལྟེ། བར་དུ་རིམ་མཐུས་ན་ལུས་སྡེ་ལ་རྒྱལ་གྱི་རྒྱ་མཚན་ལ་དང་མིག་གི་མདངས་དཔལ་མེད་ལ་

ཆེ་མཆུང་དང་སོ་ལ་རྟོག་པ་ཆགས་པ། མགོ་ན་ཁིང་ཁ་སྒྲིམ་དང་ཆེ་ལ་ཤེས་པ་ཉོག་པ་འཕགས་ཁྱེད་པ་ཉོག་པ་ལྟར་  
བདང་། རི་ཆུ་མདོག་དམར་ལ་རི་མ་རྟགས་ལ་ཀྲ་ལ་མཐུག་པ་དང་། ཅ་ཆུང་ནམས་སྤལ་གྲིམས་ཤིང་ལྷུང་རྟེ་  
འཕར་བའོང་དོ། །

༩ རྟོང་ས་ལ་འདི་རྟགས།

ཐ་མར་བྱ་འབྲུགས་མཆམས་སྤྱི་བ་རྟོང་ས་ལ་འདི་རྟགས། ། དེ་ཕྱི་དང་རྟོང་པ་ཕྱུང་རྟེན་ཆུང་  
པར་ན། ། ལྷུང་རྟེན་ལ་གཉིད་ཆུང་མགོ་འཕྲོམ་ན་བ་ལྷུང་། ། ཆེ་ནི་དམར་ཆུང་སྒྲིམ་ལ་རྟོང་རྟེན་སྒྲིགས་  
ཕྱིད། ། རྒྱ་འཆལ་སྒྲིབས་སྤྱི་འདར་ཁིང་ཕྱི་རྟོང་ཆེ། །

ཞེས་པ་ཉི། ཐ་མར་བྱ་འབྲུགས་ཀྱི་མཆམས་ལ་སྤྱི་བས་ནས་རྟོང་ས་ལ་འདི་རྟགས་སྤྱི་མགོ་དང་རྟོང་པ་  
དང་ཕྱུང་རྟེན་ནམས་ཆུང་པར་རྟེན་ཁིང་། ལྷུང་རྟེན་ལ་གཉིད་ཆུང་ཁིང་མགོ་འཕྲོམ་ལ་ན་བ་ལྷུང་བདང་ཆེ་  
ནི་མདོག་དམར་ལ་ཆུང་བའི་སྒྲིམ་ལ་རྟོང་རྟེན་སྤྱི་ཕྱིད་པ་དང་གཉེན་ཀྱི་རྒྱ་བ་འཆལ་ལ་སྒྲིབས་སྤྱི་འདར་ཁིང་ཕྱི་  
གཤོད་ཆེལ། །

གཉིས་པ། ཕྱི་བྲག་གི་རྟགས།

༡ བབས་ས་གནས་ཀྱི་རྟོན་ས་བརྟགས།

དང་པོ་བབས་ས་གནས་ཀྱིས་བརྟག་པ་ནི། ། ཐོག་མར་སྤྱི་དང་བ་སྤྱར་འབབ་པ་ཉི། ། བེད་  
ཆུང་སྤྱིད་སྤྱར་ལྷུང་བཆེ་བ་སྤྱུ་ལྷུང་། ། དེ་ནས་ཐུགས་ལ་བབས་ཏེ་ཐུམ་མེད་ཆེད། ། མགོ་རྟེན་  
ཆེགས་གཞི་ན་ཁིང་ཉི་མ་ཉིག། ། དེ་ནས་ཆ་ལ་བབས་ཏེ་ཆ་ཆད་སྤྱི། ། ཆ་འབྲུག་ཤེས་པ་ཕྱིར་ལ་  
སྒྲིམ་དང་ཆེ། ། ཁ་ཁ་ཆུ་མདོག་དམར་ལ་རྟོག་པ་ལོ། ། དེ་ནས་བ་ལ་བབས་ཏེ་མགོ་འཕྲོམ། །  
ལྷུང་སྤྱི་བ་ཆ་བཤེལ་འདོད་ཤེས་པ་ཉོག། ། དེ་ནས་རྟོང་རྟེན་བབས་ཏེ་དང་ག་འགག། ། དྲི་མ་འབྲུ་  
སྒྲིམ་ཆེ་ལ་བད་ཀན་ཆགས། ། དེ་ནས་དོན་ལ་བབས་ཏེ་ཆ་ཆུ་ཆ། ། ཆེ་སྒྲིམ་ཟ་ཕྱི་སྤྱུ་ལ་སྒྲིམ་དང་  
ཆེ། ། དེ་ནས་གཞུག་རྟེན་ལ་བབས་ལ་འདི་རྟགས། ། རྟེན་ལ་ཁ་ཆེ་སྒྲིམ་ལ་སྤྱི་རྟོག་ཆགས། ། ཆ་  
རྟོང་ས་ན་བ་འོན་ལ་ཤེས་པ་ཉོག། །

ཅེས་པ་ཉི། དང་པོ་བབས་ས་གནས་ཀྱི་རྟོན་ས་བརྟགས་པ་ནི་ཐོག་མར་སྤྱི་དང་བ་སྤྱར་འབབ་པ་ལོན་ཏེ་  
ཤེད་ཆུང་ལ་བྱ་བ་ཕྱིད་སྤྱི་མེད་པར་སྤྱིད་པ་སྤྱར་ཁིང་ལྷུང་བཆེ་ལ་བ་སྤྱུ་ནམས་ལྷུང་བདང་དེ་ནས་ཐུགས་པ་

ལ་བབས་ཏེ་ཕུམ་མེར་ཏེ་གང་ཕུམ་གྱིས་ཁྱིར་ཁོ་མོ་དང་ཡན་ལག་གི་རྒྱུ་དང་ཚོགས་གཞི་ན་ཁོར་ཉི་མ་ལ་  
 དགའ་བས་སྟེག་པ་ཉེ་བསྟོར་འདྲ་དོ། ། དེ་ནས་ཙམ་ལ་བབས་ཏེ་ཙམ་ཚུལ་པས་ཙམ་ལ་ཕྱིར་ལ་  
 ཁསྟོམ་དང་ཆེ་བ་དང་ཁ་ཁ་ཁོར་ཆུ་མདོག་དམར་ལ་སྟོག་པའོ། ། དེ་ནས་ཤ་ལ་བབས་ཏེ་མགོ་བོ་འཛོམ་པ་དང་  
 ལུས་ཁྱེ་ཁོར་ཤ་དྲོད་ཆ་ལ་བསེལ་བ་འདྲོད་ཅིང་ཤེས་པ་ཉོག་གོ། ། དེ་ནས་སྟོན་ཏེ་བབས་ཏེ་ཟས་གྱི་དང་ག་  
 འགག་ཅིང་དྲི་མ་འཕྱུ་བའམ་ཡང་ན་སྐམ་ཁོར་ཁྱེ་ལ་བད་ཀན་ཆགས། དེ་ནས་དོན་ལྡན་ལ་བབས་ཏེ་ཙམ་དང་ཆུ་  
 གཉིས་ལ་ཆ་བསྟེ་ཁོར་ཁྱེ་སྐམ་ལ་ཟུ་ཟི་གཏམ་སྒྲུ་ལ་ཁསྟོམ་དང་ཆེའོ། ། དེ་ནས་གཞུག་ཏེ་རུས་ལ་བབས་པའི་  
 ཉགས་ལུ་ལྟག་དང་ཁ་དང་ཁྱེ་སྐམ་ལ་སོ་དྲིག་ཆགས་པ་དང་ཙམ་སྟོང་ས་ཤིང་ན་བའོན་ལ་ཤེས་པ་ཉོག་པ་ནམས་  
 འཕྱུང་དོ། །

### 3 རིམ་པ་རྒྱས་གྱི་སྟོན་པ་བརྟག་པ།

#### (1) བད་ཀན་གྱི་རྒྱས་

རིམ་པ་རྒྱས་གྱི་སྟོན་པ་བརྟག་པ་ནི། ། དང་པོ་ཞག་གསུམ་བད་ཀན་རྒྱས་ཡིན་ཏེ། ། ཆ་བ་  
 མགོ་ལ་བབས་པས་མགོ་བོ་ན། ། རྒྱ་དང་ཆེགས་གཞི་ན་ཁོར་ཕུམ་མེར་ཁྱིར། ། གཡམ་མང་ཁྱིར་  
 ཁྱུང་ཁྱུག་ཅིང་ཉི་མ་ཉེག། ། ཆ་བ་མ་ཁྱིན་དྲངས་སྟོགས་དབྱེ་བའི་རྒྱས། །

ཞེས་པ་ཉེ། རིམ་པ་རྒྱས་གྱི་སྟོན་པ་བརྟག་པ་ལ་ནི། དང་པོ་ཞག་གསུམ་ཆ་གང་འདྲེས་པ་བད་ཀན་  
 དང་རྒྱུར་གྱི་རྒྱས་ཡིན་ཏེ། ཆ་བ་མགོ་ལ་བབས་པས་མགོ་བོ་ན་ཁོར་ཡན་ལག་གི་རྒྱ་དང་ཚོགས་གཞི་ན་ཁོར་ཕུམ་  
 མེར་ཏེ་གང་ཕུམ་གྱིས་ཁྱིར་བ་དང་གཡམ་མང་ཁོར་ཁྱིར་པ་ཁྱུང་བ་ཉེ་བུ་བ་དང་ཟས་ཟུ་མི་འདྲོད་ལ་མོས་ཀྱང་ཁྱུག་  
 བར་བྱེད་ཅིང་ཉི་མ་ལ་དགའ་བས་སྟེག་ཉེ་ཆ་བ་མ་ཁྱིན་བར་ཆ་བ་དང་བད་རྒྱུར་ཆ་གང་འདྲེས་པ་དང་དྲངས་  
 ཉེགས་དབྱེ་བའི་རྒྱས་ཡིན་ནོ། །

#### (2) མཁྲིས་པའི་རྒྱས་

དེ་ནས་ཞག་གསུམ་མཁྲིས་པའི་རྒྱས་ཡིན་ཏེ། ། ཆ་བ་དབང་པོ་མཁྲིས་པ་བབས་ཁ་ཁ་ལ། ། ཁྱེ་  
 ལ་བད་ཆེ་སྟོན་མཆོད་དེག་པ་ཆགས། ། རྒྱ་སྐམ་ན་བམི་གསང་མིག་རྟག་ཆེ། ། རྒྱ་དམར་ཆ་ཁྱིམ་སྒྲ་  
 རྒྱུར་སྐམ་པའི་རྒྱས། །

ཞེས་པ་ཉེ། དེ་ནས་ཞག་གསུམ་ནི་མཁྲིས་པའི་རྒྱས་ཡིན་ཏེ་མཁྲིས་ཆོད་རྒྱ་དྲོན་ལྟར་གནས་པས་ཆ་བ་  
 དབང་པོ་ནམས་གྱི་སྟོན་པ་བབས་པས་ཁ་ཁ་ལ་ཁྱེ་ལ་བད་ཀན་ཆེ་ཁོར་སོ་དང་མཆོད་ལ་དྲིག་པ་ཆགས་པ་དང་རྒྱ་སྐམ་  
 ཁོར་ན་བམི་གསང་པ་ཉེ་སྒྲུ་བམི་ཆོར་ཁོར་མིག་རྟག་ཆེ་བ་ཉེ་མིག་རྟག་ཆེ་བ་དང་། དེ་རྒྱུད་མར་ལ་ཙམ་གྱིས་ཤིང་།

ཆུ་ཉལ་ཆས་ཤིང་ཅིང་སྒྲིམ་པའི་དུས་ཡིན་ནོ།

(༣) གྲག་གི་དུས།

དེ་ནས་ཞག་གསུམ་གྲག་དུས་གྲག་ལ་བབས། ། ཆ་དང་ཆུ་མི་ཆ་བ་ཤོར་བས་ཆེ། ། ཆེ་སྒྲིམ་  
སྒྲིམ་དང་ཆེ་ལ་རྒྱལ་བྱི་མ་ནམ། ། དུས་ཆུ་ཆ་བ་དགུ་ཉལ་བས་ད་པའི་དུས། །

ཞེས་པ་ལྟེ། དེ་ནས་ཞག་གསུམ་ནི་གྲག་གི་དུས་ཡིན་ཏེ་གྲག་ལ་བབས་ནས་ཆོད་པ་རྒྱུད་བར་སོང་བས་ཆ་  
དང་ཆུ་མི་ཆ་བ་ནས་སྒྲིམ་ཞོར་བས་ཀྱང་ཆེ་བས་ཆེ་སྒྲིམ་ཞིང་ཁ་སྒྲིམ་དང་ཆེ་ལ་རྒྱལ་གྱི་དྲི་མ་མན་མས་ཞིང་དུས་ཆུ་བ་  
འབྱུང་བས་ཆ་བ་དགུ་ཉལ་དུ་བས་ད་པའི་དུས་ཡིན་ནོ། །

(༤) རྒྱུད་གྲག་འཐབ་པའི་དུས།

དེ་ནས་ཞག་གསུམ་རྒྱུད་གྲག་འཐབ་པའི་དུས། ། ཆད་ལ་དོན་ལ་བབས་པས་རྒྱ་འཛེལ་  
སྒྲ། ། དན་པ་མི་གསལ་ཆབས་ཆེ་སྒྲག་ཆད་འཛེར། ། བེད་རྒྱུད་ཆ་བྱིང་རོ་ནག་ཆེ་སྒྲིམ་རྒྱལ། །  
ཡང་ན་སྒྲིམ་འབྱོས་གཉེན་ཉལ་བ་ཉེན་དུས་ཡིན། །

ཞེས་པ་ལྟེ། དེ་ནས་ཞག་གསུམ་དོན་ལ་རྒྱུད་གྲག་འཐབ་པའི་དུས་ཡིན་ཏེ་ཆད་པ་དོན་ལ་བབས་པའི་  
རྒྱགས་རྒྱ་འཛེལ་སྒྲ་བ་དང་དན་པ་མི་གསལ་ཞིང་ཆབས་ཆེ་ན་སྒྲག་ཆད་འཛེར་ཏེ་བེད་རྒྱུད་ལ་ཆ་བྱིང་བ་དང་རོ་  
ནག་ཅིང་ཆེ་སྒྲིམ་ལ་རྒྱལ་བ་དང་། ཡང་ན་སྒྲིམ་བའམ་སྒྲན་ཆ་དགས་ན་རྒྱུད་ལ་འབྱོས་པ་སྒྲགས་འབྱུང་བས་ཏེ་ནད་  
གྱི་དྲི་མ་པ་ལ་ཉལ་པའི་སྒྲིམ་ཆུ་ལ་དེ་ཉལ་བས་ལ་འཇམ་གྱིས་གཉེན་ཉལ་བ་ཉེན་དུས་ཡིན་ནོ། །

(༥) རི་ཐང་མཆོམས་ཀྱི་དུས།

དེ་ནས་ཞག་གསུམ་རི་ཐང་མཆོམས་ཀྱི་དུས། ། རུས་ལ་བབས་པས་དཔྱི་རྒྱེད་རུས་རྒྱུད་  
ན། ། བེད་རྒྱུད་གདོང་རྒྱ་མཐོ་འཐོམ་ན་བ་བྱུར། ། གཉིད་རྒྱུད་ལུས་རྒྱལ་བ་ཉལ་གསེ་དུས་  
ཡིན། །

ཞེས་པ་ལྟེ། དེ་ནས་ཞག་གསུམ་ནི་རི་ཐང་གི་མཆོམས་ཀྱི་དུས་ཏེ་རུས་པ་ལ་བབས་པས་དཔྱི་རྒྱེད་དང་  
རུས་རྒྱུད་ནས་ནམ་མཁུ་བེད་རྒྱུད་ཞིང་གདོང་རྒྱ་ལ་མཐོ་བོ་འཐོམ་པ་དང་ན་བ་བྱུར་ལ་གཉིད་རྒྱུད་ཞིང་ལུས་རྒྱལ་  
འབྱུང་ལ་རྒྱུད་ཀྱིས་ཆེ་བས་རྒྱུད་རྒྱ་སྒྲན་པའི་བྱ་ཉལ་གསེ་བའི་དུས་ཡིན་ནོ། །

༣ ནད་གཞིའི་རིགས་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་རྟག་པ།

(༡) རྒྱུད་རིམས།

༡ སྒྱིའི་རྟགས།

དང་པོ་རྒྱུད་རིམས་བརྒྱ་དང་རྒྱེད་པ་ན། ། མགོ་ལུས་ཡན་ལག་ལུས་ཀྱན་བརྒྱུད་སྒྲིམ་

ཡོད། །གཡལ་མར་མགོ་འཁོར་ན་བཟུངས་བཅས། །གཉིད་མེར་ལུང་འགྲམ་མགོ་མོ་རྒྱག་ཅིང་  
གཟེར། །རྒྱ་ལྡང་པགས་པ་བཅེ་ལ་རྒྱལ་མི་འབྱུང་། །རྒྱ་ལག་མགོ་མོ་འདར་ཁིང་གྲ་འཆོལ་  
ཟླ། །ཁ་ཟས་མི་འབྱུང་བཤར་གཅི་མི་བ་ཡིན། །

ཞེས་པ་ཞེ། དང་པོ་རྒྱུད་གི་རིམས་ནི་བསྐྱེད་དང་ཤེད་པ་ན་ཁིང་མགོ་ལྷན་དང་ཡན་ལག་མ་ལྷན་པ་ཀུན་ཏུ  
བརྒྱུད་ས་པ་རྒྱལ་ལྡང་ཅིང་གཡལ་མར་ཁིང་མགོ་འཁོར་ལ་ན་བན་ས་རྒྱ་དང་བཅས་ཏེ་གཉིད་མེར་ལ་ལུང་འགྲམ་  
དང་མགོ་མོ་རྒྱག་ཅིང་གཟེར་བ་དང་། ལྷན་གྱི་བསྐྱེད་ལྡང་ཁིང་པགས་པ་བཅེ་ལ་རྒྱལ་མི་འབྱུང་བ་དང་རྒྱ་ལག་  
དང་མགོ་མོ་འདར་ཁིང་གྲ་འཆོལ་རྒྱ་བ་དང་ཁ་ཟས་མི་འབྱུང་ཁིང་བཤར་གཅི་མི་བ་ཞེ་ཡང་ཡང་མི་འབྱུང་བར་ཐོན་  
དགའ་བ་ཡིན་ནོ། །

ཁ རྒྱད་པར་གྱི་རྟགས།

རྒྱད་པར་འདར་བ་རྒྱལ་མེར་ལྷན་རིང་འདར། །མེར་བྱ་གཉིད་མེད་གཞི་ཁིང་འབྲོས་རྒྱལ་  
ལྷན། །

ཞེས་པ་ཞེ། རྒྱད་པར་འདར་བ་རྒྱལ་མེར་ཏེ་མེར་ལྷན་ལྡང་ཅིང་ལྷན་རིང་ཏུ་འདར་བ་དང་། མེར་ལྷན་  
ཉིན་མཆོན་གཉིད་མེད་ཅིང་རྒྱ་ལྡང་གཞི་ཁིང་འབྲོས་རྒྱལ་ལྷན་པ་ནི་ཞེད་རྒྱང་གིས་འབྲོས་པའི་རྒྱལ་ལྷན་ནོ། །

ག བྱེ་བྲག་གི་རྟགས།

རྒྱང་རིམས་པ་བས་ས་རྒྱས་ཡིན་རྒྱས་ཀུན་ན། །རྒྱས་ས་དོན་ཡིན་ལྷེ་རྒྱལ་ཟ་ཟི་མར། །ཐ་  
མར་ལྷོག་ཅར་ལམ་དོན་རྒྱུ་འབྲོས་ལྡང་། །

ཅེས་པ་ཞེ། རྒྱང་རིམས་གང་ཡང་བབས་ས་རྒྱས་པ་ཡིན་པས་རྒྱས་ཀུན་ན་ཁིང་། བར་ཏུ་རྒྱས་ས་དོན་ལྷེ་  
ཡིན་པ་ལྷེ་རྒྱལ་ཁིང་ཟ་ཟི་མར་བ་དང་། ཐ་མར་ལྷོག་ཅར་ལམ་དོན་པས་རྒྱུ་བཅས་འབྲོས་རྒྱལ་ལྷན་པ་ལོ། །

( ༡ ) ར་ཁྲིས་རིམས་གྱི་རྟགས།

ག རྒྱུ་ལྡང་གི་རྟགས།

ར་ཁྲིས་རིམས་པ་མེལ་འདོད་མགོ་ན་ཁ་ཁ་ཁིང་། །ལྷན་ཆ་འབྱུང་ཁིང་བཤར་གཅི་རྒྱགས་མིག་  
མེར། །རྒྱལ་དཔྱུང་ཏི་མན་མ་རྒྱས་ཤིང་རྒྱུ་ཤིང་རྒྱུ་དང་ཆེ། །ལྷན་པ་ཁྲག་བཅས་ཁ་ལ་ཐོར་བ་  
ཤིང་། །

ཞེས་པ་ཞེ། དེ་ཡང་ར་ཁྲིས་རིམས་ནི་བམེལ་བ་འདོད་ཅིང་མགོ་ན་ཁ་ཁ་ཁ་ཁིང་ལྷན་ཆ་ལ་འབྱུང་ཁིང་  
བཤར་བ་དང་གཅིན་དང་པགས་པ་དང་མིག་རྒྱལ་མེར་བ་དང་རྒྱལ་འབྱུང་ཁིང་ཏི་མ་མན་མ་ལ་རིག་པ་བཟི་བ་  
རྒྱུ་རྒྱས་ཤིང་ཁ་རྒྱུ་དང་ཆེ་བ་དང་ལྷན་པ་ཁྲག་དང་བཅས་པ་འབྱུང་ཁིང་ཁ་ལ་ཐོར་བ་ཤིང་བ་ཡིན་ནོ། །

ཁ བྱད་པར་གྱི་རྟགས།

བྱད་པར་མེ་བཟན་རྟོད་གཟེར་ལྟར་བ་དམར། ། རྩ་བྱག་འཇག་ཅིང་ཆད་རྟགས་ཆེ་བ་  
ཡིན། ། བྱད་གཟེར་ཆ་བ་རྒྱས་ལ་མགོ་བྱག་ཆེ། ། རྩར་འབྲམ་རྟག་ཆ་འབྲུག་ཅིང་མཆོགས་མ་  
ཆུ། །

ཞེས་པ་སྟེ། བྱད་པར་མེ་བཟན་ནི་བྱག་རྒྱས་པས་རྟོད་གཟེར་ལ་ལྟར་བ་དམར་བ་དང་རྩ་བྱག་འཇག་  
ཅིང་ཆད་པའི་རྟགས་གཞན་པས་ཆེ་བ་ཡིན། བྱད་གཟེར་ནི་ཆ་བ་རྒྱས་ལ་མགོ་བྱག་ཆེ་ཞིང་རྩར་འབྲམ་གྱི་རྟོད་  
རྟག་ཆ་གཉིས་འབྲུག་ཅིང་མཆོགས་མ་ཆུ་བ་ཡིན་ནོ། །

ག བྱེ་བྲག་གི་རྟགས།

མ་ཁྲིས་རི་མས་དང་པོ་བབས་ས་རྩ་ཡིན་པས། ། རྩ་རྩ་ཆ་ལ་རྩ་རྒྱས་ཆ་ནམས་འབྲུག ། བར་  
དུ་རྒྱས་པའི་ས་ནི་བྱག་ཡིན་པས། ། རྩ་དམར་རྩ་རྟོད་ཆ་ཞིང་རྩ་བྱག་འོང། ། བ་མ་པ་ལ་ཆེར་མ་  
བར་ལ་མ་དོན་པས། ། མ་ཁྲིས་པས་མ་བའི་མེ་དྲོད་ལྱིར་བཏོན་ཏེ། ། རྩེ་སྐམ་མཆུ་བྱང་ཁ་སྐམ་ས་  
དྲིག་ཆགས། ། དང་ག་མི་བདེ་རྟོད་རྒྱགས་བྱེད་པའོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་མ་ཁྲིས་རི་མས་ཀྱི་དང་པོ་བབས་ས་ནི་རྩ་ཡིན་པས་རྩ་རྩ་ཆ་ལ་རྩ་རྒྱས་ཤིང་རྩ་  
ནམས་འབྲུག་པ་དང་བར་དུ་རྒྱས་པར་བྱེད་པའི་ས་ནི་བྱག་ཡིན་པས་དེ་རྩ་དམར་ལ་རྩ་རྟོད་ཆ་ཞིང་རྩ་བྱག་འོང།  
བ་མ་ནི་པ་ལ་ཆེར་བར་མ་བར་ལ་མ་དོན་པས་མ་ཁྲིས་པ་འབྲུག་ཏེ་བྱིས་པའི་མེ་དྲོད་ལྱིར་བཏོན་ཏེ་རྩེ་སྐམ་ལ་མཆུ་  
བྱང་བ་དང་ཁ་སྐམ་ཞིང་སོ་དྲིག་ཆགས་ལ་དང་ག་མི་བདེ་ཞིང་རྟོད་རྒྱགས་བྱེད་པའོ། །

( ༣ ) བད་རི་མས་ཀྱི་རྟགས།

ག རྩའི་རྟགས།

བད་རི་མས་རྩུས་ཤིང་ཆ་བ་དམ་བུས་སྟེ། ། རྩུག་ཅིང་མཆིལ་མ་ལྟར་བ་མང་བ་དང་། །  
ལུས་སྟོམ་སྟེ་ཞིང་གཉིད་ཆེ་དང་ག་འགག ། བཤང་ག་ཅི་སྟེ་དང་མེན་མོ་པགས་མདོག་དགར། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་བད་རི་མས་ནི་རིག་པ་བཟི་བ་ལྟར་རྩུས་ཤིང་ཆ་བ་ནམས་དལ་ལུས་སྟེ་བད་རྩུག་  
ཅིང་མཆིལ་མ་དང་ལྟར་བ་མང་བ་དང་། ལུས་སྟོམ་པ་སྟེ་གཡེལ་བ་འཕྲོད་བཟེད་ཀྱིས་གང་ཡང་བྱེད་སྟོང་  
མི་འདོད་པར་སྟེ་ཞིང་གཉིད་ཆེ་ལ་དང་ག་འགགས་པ་དང་བཤང་བ་དང་ག་ཅིན་དང་། སྟེ་དང་མེན་མོ་དང་  
པགས་པའི་མདོག་ནམས་དགར་བ་འོང་འོ། །

ཁ བྱད་པར་གྱི་རྟགས།

བྱད་པར་མོངས་བུ་ཟ་གྱི་རྟག་རྟག་མང། ། དུན་པ་མི་གསལ་ཤེས་པ་འཕྲིབ་པ་ཡིན། །

ལྷགས་པ་མི་རྒྱུ་མེས་སྤྱོད་ལྷགས། ། དྲི་ཆེན་དྲི་ཆུ་མི་འཁྲོལ་མལ་ཏུ་འཆོར། །

ཞེས་པ་ལྟེ། དེ་ཡང་ཁྱད་པར་ཆོངས་ཏུ་ལ་ནི་རིག་པ་ཆོངས་པར་འབྱུང་བས་ཟ་བྱི་དང་ཉག་ཉག་མང་  
ཞིང་གང་ལུས་དྲན་པ་མིགས་ལ་ལ་མེས་པ་བྱིང་བྱིང་ཏུ་འཐེབས་པ་ཡིན། ལྷགས་པ་མི་རྒྱུ་མེས་པ་དང་སྤྱོད་པ་  
ལྷགས་ཤིང་དྲི་ཆེན་དྲི་ཆུ་མི་ལ་ཁང་སོགས་སྤྱོད་པ་འཁྲོལ་བར་མལ་ཏུ་འཆོར་རོ། །

ག རྩེ་བྱག་གི་རྟགས།

བད་རིམས་དང་ཇོ་བབས་ས་དང་ག་ལྟེ། ། ཁ་མང་ལ་ཟས་མི་འཁྱུ་ལ་དང་ག་འགག། ། བར་  
ཏུ་རྒྱས་ས་ཤ་དང་ལྷད་པ་ལྟེ། ། ཏུས་ཕྱི་ཕྱོས་དང་ལྷགས་པར་འབྱུང་བ་ཡིན། ། བ་མར་འཆོར་ས་  
མ་ལལ་མར་ལམ་དོན་པས། ། རྒྱ་མི་མ་ལལ་སྟེད་ན་ལ་ན་བ་འོན། །

ཞེས་པ་ལྟེ། དེ་ཡང་བད་རིམས་ནི་དང་པོ་བབས་ས་ནི་དང་ག་ཡིན་ཏེ། ཁ་མང་ལ་བ་ལྟེ་རོ་མི་ཆོར་ཞིང་ཟས་  
མི་འཁྱུ་ལ་དང་ག་འགག། བར་ཏུ་རྒྱས་པ་ལ་ཏུས་ཤ་དང་ལྷད་པ་གཉིས་ཏེ་ཤར་རྒྱས་ན་ཏུས་ཕྱི་ལ་རིག་པ་བཟི་བ་  
ལྟར་ཕྱོས་པ་དང་ལྷད་པར་རྒྱས་ན་སྤྱོད་པ་ལྷགས་པར་འབྱུང་བ་ཡིན། བ་མར་འཆོར་བའི་ས་མ་ལལ་མར་ལམ་དོན་  
པས་རྒྱ་མི་བ་ལྟེ་འཆོག་དཀའ་ཞིང་མ་ལལ་སྟེད་ན་ལ་ན་བ་འོན་པར་འབྱུང་བ་ཡིན་རོ། །

(༡) འདུས་རིམས་ཀྱི་རྟགས།

ག སྤྱི་རིམས་ལས།

ག༡ མ་སྤྱིན་པའི་རྟགས།

འདུས་རིམས་ཐོག་མ་དྲངས་མར་བབས་པའི་ཕྱིར། ། དྲངས་མ་བད་མ་ཁྲིས་གཉིས་ཀྱི་གནས་  
ཡིན་པས། ། བད་ཀན་ཤས་ཆེན་མ་སྤྱིན་རྟགས་མི་གསལ། ། དེ་འོག་མ་ལྷ་སྤྱག་པོ་ལྷ་བྱུང་རྒྱང་། །  
མ་ཁྲིས་ཤས་ཆེན་མ་སྤྱིན་རྟགས་འགའ་མེད། ། དེ་འོག་མ་ཁྲིས་ནད་ལྷ་བྱུང་མིག་རྒྱ་མེད། །

ཞེས་པ་ལྟེ། དེ་ཡང་འདུས་རིམས་ནི་ཐོག་མར་དྲངས་མར་བབས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དྲངས་མ་དེ་བད་ཀན་  
དང་མ་ཁྲིས་པ་གཉིས་ཀྱི་གནས་ཡིན་པས་བད་ཀན་ཤས་ཆེན་མ་སྤྱིན་པའི་རྟགས་མི་གསལ་ལ། དེ་འོག་ལྷ་སྤྱག་  
བའམ་སྤྱག་པོ་ལྷ་བྱུང་རྒྱང་བ་ཡང་དེ་དང་མ་ཁོར་བ་གཅིས་ཤིང་མ་ཁྲིས་ཤས་ཆེན་མ་སྤྱིན་པའི་རྟགས་འོག་ལ་  
གསལ་ཞིང་དེ་འོག་ལྷ་སྤྱག་པའི་ནད་ལྷ་བྱུང་མིག་དང་རྒྱ་མེད་བས་མ་ཁྲིས་ནད་དང་མ་ཁོར་བ་དགོས་སོ། །

ག༢ བར་ཏུ་རྒྱས་པའི་རྟགས།

བར་ཏུ་རྒྱས་ཏུས་སེམས་རྒྱགས་ན་བ་འོན། ། གཉིད་འོག་ཏུས་ན་ཟ་བྱི་ལྷ་འཆོལ་འབྱུང་། །  
ཏུད་པ་དམར་སེར་དཀར་ཇོ་འབྱུང་བག་ལྷ། ། སྐར་དང་སྟེད་པ་ཏུས་ཆིགས་མ་ཏུས་ན། ། བྱེ་བ་  
ཆ་འཛེར་སྟེད་པ་ལྷ་རྒྱ་མེད། ། མིག་དམར་ཆིབ་འོགས་ན་ཞིང་སྟོན་དད་ཆེ། ། ཆ་བ་བཤར་གཅི་

རྒྱལ་དང་གཉིད་མི་སྟོམས། ། ཐོར་བ་འབྱུང་ཐོན་དམར་ནག་འབྱུང་ཡང་མི། ། རྒྱུ་མ་ཁྲག་  
མགས་བྱངས་ཀྱན་ལ་གནས་མི། ། བད་ཅན་མི་འདྲ་ལྟ་མཁོགས་ཅིར་ཡང་མི། ། རོས་བྱུང་  
མིན་བསད་འབྱུང་དགའ་ལ་འདྲ་མི། ། རེས་ཤེས་རྩ་བ་མི་གསང་བ་མིས་ཤེས། །

ཞེས་པ་ཞེ། དེ་ཡང་བར་དུ་རྒྱས་པའི་དུས་མེས་ས་རྒྱགས་པ་ཞེ་མི་གསལ་ལ་རྩ་བ་འོན་ཞིང་གཉིད་ལོག་  
པའི་དུས་ན་ཟེ་བྱི་འཆོལ་འབྱུང་བ་དང་། ལུང་པའི་མདོག་དམར་མེར་དང་དགའ་པོ་འབྱུང་བལ་དུ་ལུ་ཞིང་  
ཀར་དང་ཀློང་པ་དང་དུས་མེགས་རྩ་མས་མ་ལུས་པ་ན་བ་དང་། གྲེ་བ་ཆོལ་འཛོམས་ཞིང་སྤྱིད་པ་དང་ལྟ་མཁོ་མང་བ་  
དང་མིག་དམར་ལ་ཅི་བཤོགས་ན་ཞིང་ཁ་སྟོམ་དད་ཆེ་བ། ཆོ་བ་རེས་ཆེ་རེས་རྩུང་ཞིང་བཤར་བ་རེས་འབྱུང་རེས་  
སྐམ། གཅིན་རེས་མང་རེས་ཀྱང་དེ་བཞིན་རྒྱལ་ཀྱང་རེས་མང་རེས་ཀྱང་བ་དང་གཉིད་རེས་ཆེ་རེས་རྩུང་ཞིང་མི་  
སྟོམས་པ་དང་ཐོར་བ་འཕམ་འབྱུང་ཐོན་མདོག་དམར་ནག་འབྱུང་བ་ཡང་མི། ཀྱང་རྒྱུ་མ་ཁྲག་ལ་མགས་པའི་  
ལུས་བྱངས་ཀྱན་ལ་གནས་མིར་ནད་ཀྱི་ཅན་མི་འདྲ་བ་ལྟ་མཁོགས་པར་ཅིར་ཡང་མི། རོས་བྱུང་བ་དང་མིན་  
པ་དང་བསད་པ་དང་འབྱུང་བ་མགས་དགའ་ལ་ས་དང་འདྲ་བས་ཞེ་བ་མིན་ཞིང་འོན་ཀྱང་རེས་ཤེས་ནི་རྩ་བ་མི་  
གསང་ལ་བྱིས་ཤེས་ཤོ། །

༡༩ བམར་སྟོངས་ཅན་གསལ།

མ་མར་ལུས་བྱངས་ལུ་བས་རྒྱལ་མང་འབྱུང་། ། ལྷ་མང་ཕྱི་ཆ་འདར་མིད་སྟོང་ལྷགས་  
འོང་། ། ལུས་གྲང་ཉམ་པ་ལྷ་འམ་མགོ་རྒྱང་ན། ། དེ་དག་ནི་མང་མཆམས་སུ་མེབས་ཅན་གསལ་  
ཡིན། ། བཅོ་བརྒྱད་ནི་བྱ་གཅིག་ན་འཆོ་འཆི་ཕྱེད། །

ཅེས་པ་ཞེ། དེ་ཡང་བམར་ལུས་ཀྱི་བྱངས་ལུ་ནས་མཁྱིས་ཤས་ཆེན་རྒྱལ་མང་དུ་འབྱུང་བ་དང་རྒྱང་ཤས་  
ཆེན་སྐྱབ་པ་མང་ལ་ཕྱི་ཆ་འདར་བ་ཡང་མི། ཅིང་སྟོང་ལྷགས་འོང་། བད་ཀན་ཤས་ཆེན་ལུས་གྲང་ཞིང་དུ་ལ་  
ལུངས་ཀྱི་རྩ་མ་པའི་ཉམ་པ་མདོག་མོ་སྐྱུ་འམ་མགོ་དང་རྒྱང་བ་ན་བ་འབྱུང་ཞིང་དེ་དག་རྩ་མས་སུ་ནི་རི་མང་གི་  
མཆམས་སུ་མེབས་པའི་ཅན་གསལ་ཡིན། ཞག་གྲངས་ནི་དྲངས་མ་ནས་ལུས་བྱངས་བདུན་རིམ་པར་བྱུང་བའི་དབང་  
གིས་ལུས་བྱངས་རེ་རེ་ལ་ཞག་གསུམ་རེ་བབས་པས་དྲངས་མའི་ཞག་གསུམ་བཅད་པའི་ཞག་བཅོ་བརྒྱད་དང་  
དྲངས་མའི་ཞག་གྲང་གཉིགས་ན་ནི་བྱ་གཅིག་འདས་ནས་མཐུག་གཞན་ལ་མ་འཁྱོགས་ཆེ་པ་མཆེར་འཆོ་བ་དང་  
འཆི་བའི་ཤན་ཕྱེད་དོ། །

༢༠ བྱི་མག་གི་ཅན་གསལ།

བྱི་མག་ཅན་གསལ་ལ་རྒྱུན་རིམས་དྲངས་མར་བབས། ། བད་མཁྱིས་ལྷན་པའི་ནད་ཅན་གསལ་འབྱུང་  
བ་མི། ། རྒྱག་ལ་བབས་པ་ཅན་པའི་རིམས་ཡིན་ཏེ། ། རྩ་རྩྱུད་མོ་མཆིན་མི་བདེ་ལྟ་འཁྲུག་འཁྲུག་

| རྒྱུ་མང་ལྟར་པ་མི་གཙང་མིག་རྒྱ་དམར།     | འག་གཅིག་ཆ་བའི་རྒྱག་གཟེར་ལན་གཉིས་ལྟར།     |  
 བ་ལ་བབས་པ་ཉིན་གཅིག་པ་ཞེས་བྲ།     | རྒྱལ་མང་དྲོད་ཆེ་ལྷན་དང་ཤེས་པ་ལྟེ།     | ཆ་བ་ནད་རྒྱག་  
 ཉིན་རེ་ལན་རེ་ལྟར།     | ཆོས་ལ་བབས་པ་ཉིན་གསུམ་པ་ཡི་རིམས།     | རྒྱད་པར་གཉིད་ཆེ་ལྷན་པོ་  
 ཤེན་ཏུ་ལྟེ།     | རྒྱང་མཁྲིས་ཤས་ཆེ་དང་པོ་མགོ་ལ་འབབ།     | བད་མཁྲིས་ཤས་ཆེ་ཞི་དང་རྒྱག་པར་  
 འབབ།     | རྒྱང་དང་བད་ཀན་ཤས་ཆེ་ཞི་དང་པར་འབབ།     | ཉིན་རེ་བདེ་ལ་ཉིན་གཉིས་བསྟུང་ནས་  
 བ།     | རྒྱས་ལ་བབས་པ་ཉིན་བཞི་པ་ཡི་རིམས།     | རྒྱད་པར་ཞི་དང་ཤར་རྒྱས་ཆིགས་གཞི་བ།     |  
 ལྟར་པར་བབས་ཆེ་མགོ་འཁོར་ཆམ་པས་འདེབས།     | ལྷོབས་ཆེ་ཁ་པོ་མིག་སྟེ་གཟུང་པོ་ག་  
 མཚུངས།     | བད་ཀན་ཆེ་ན་བྱིན་པ་ན་བར་བྱེད།     | རྒྱང་ཤས་ཆེ་ན་ལྟར་པར་ལྟར་པ་ན།     | འག་  
 གཉིས་བདེ་ལ་འག་རེ་ན་རེས་བྱེད།     |

ཅས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་བྱེ་བྲག་གི་རྟགས་ལ་རྒྱན་རིམས་རྒྱུ་དྲངས་མང་བབས་པས་ན་བད་མཁྲིས་དང་ལྟན་  
 པའི་ནད་ཀྱི་རྟགས་འབྱུང་བའང་སྤྲིན་ཅིང་ཁྱག་ལ་བབས་པ་ན་རྟག་པའི་རིམས་ཞེས་བྲ་བ་ཡིན་ཏེ་རོ་རྟོད་གཟེར་  
 ལ་པོ་མཆིན་མི་བདེ་ཞིང་སྒྲ་ཁྱག་འཛག་པ་དང་རྒྱུ་མང་ཞིང་ལྟར་པ་ལ་མི་གཙང་བ་སྟེ་ཁྱག་རྟག་འདྲེས་པ་འོང་ཞིང་  
 མིག་རྒྱ་དམར་བ་དང་འག་གཅིག་ལ་འང་ཆ་བའི་རྒྱག་གཟེར་ལན་གཉིས་ཅམ་ལྟར། བ་ལ་བབས་པ་ན་རིམས་  
 ཉིན་གཅིག་པ་ཞེས་བྲ་སྟེ་ལྷན་ལ་རྒྱལ་མང་ལ་ཤར་དྲོད་ཆེ་ཞིང་ལྷན་དང་ཤེས་པ་ལྟེ་བ་དང་ཆ་བའི་ནད་རྒྱག་ཉིན་རེ་  
 ལ་ལན་རེ་ལྟར་ལ། ཆོས་ལ་བབས་པ་ན་རིམས་ཉིན་གསུམ་པ་ཡིན་སྟེ་ལྟར་པར་དུ་གཉིད་ཆེ་ལ་ལྷན་པོ་ཤེན་ཏུ་ལྟེ་  
 ཞིང་རྒྱང་མཁྲིས་གཉིས་ཤས་ཆེ་ན་དང་པོ་མགོ་ལ་འབབ་པ་དང་བད་མཁྲིས་གཉིས་ཤས་ཆེ་ན་ཞི་དང་རྒྱག་པར་  
 འབབ་པ་དང་རྒྱང་དང་བད་ཀན་ཤས་ཆེ་ན་ཞི་དང་པར་འབབ་ཅིང་ཉིན་རེ་བདེ་ལ་ཉིན་གཉིས་རེས་བསྟུང་ནས་  
 བ་ལོ།     | རྒྱས་ལ་བབས་པ་ནི་ཉིན་བཞི་བའི་རིམས་ཡིན་པས་ལྟར་པར་ཞི་དང་པ་དང་ལན་ལག་གི་རྒྱང་རྒྱས་པ་  
 ཆིགས་གཞི་བ་བདང་། ལྟར་པར་བབས་པའི་ཆེ་མགོ་འཁོར་ལ་ཆམ་པས་འདེབས་ཤིང་། ལྷོབས་ཆེ་ན་ཁ་པོ་ལ་  
 མིག་སྟེ་བ་སྟེ་གཟུང་ས་རྒྱམ་མེད་པ་གཟུང་པོ་ག་པ་དང་མཚུངས་པ་ལོ།     | བད་ཀན་ཤས་ཆེ་ན་བྱིན་པ་ན་བར་  
 བྱེད་ཅིང་། རྒྱང་ཤས་ཆེ་ན་ལྟར་པར་དུ་ལྟར་པ་ན་བ་དང་འག་གཉིས་བདེ་ལ་འག་རེ་ལ་ན་སྟེ་རེས་མོས་བྱེད་  
 དོ།     |

#### (4) གཏན་རིམས་ཀྱི་རྟགས།

ཀ་ མིང་གི་རྣམ་གྲངས།

གཏན་རིམས་མཁྲིས་པ་ཆུད་རྒྱག་ཅེས་བྲ་བ།     |

ཞེས་པ་སྟེ། ལྷིའི་གདོན་ཁྲོས་པའི་དུག་ནང་དུ་ཁྱག་སྤྲིན་ལ་འཕྲོས་པའི་དུག་རྒྱངས་ལས་གཏན་རིམས་

ཞེས་ཀྱང་བྱ། མཁྱིས་ཚད་ཅ་ཏུ་རྒྱག་པས་མཁྱིས་པ་ཅར་རྒྱག་ཅིས་ཀྱང་བྱ་བ་དང་གཞན་ཡང་རྒྱ་ནད་མིག་མེར་  
དང་རིམས་སློན་ཏེ་ཏེ་སྐྱེས་མིང་གི་ནམས་གངས་མང་ཏུ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །

ཁ རྒྱུན་བཤད་པ།

ནད་འདི་ལྷ་བདུད་བྱང་ཐུན་རྒྱུན་བྱས་ནས། །

ཞེས་པ་ཞེ། ནད་འདི་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་ནི་ལྷ་བདུད་བཤོས་པའི་ཏུ་དང་སྒོན་དབང་ལྷག་གིས་རྒྱན་ཐེག་  
བྱས་པའི་རྩལ་གྱི་ཐེགས་པ་མེན་དང་སྔོང་བ་ལས་སྒྲེས་པའི་སྲིད་པའི་མཐོ་བདུན་གཙོ་ཆེད། རི་རབ་དང་ཉེ་བ་  
གྱི་ལ་ཤའི་སྲིད་ཏུ་གནས་པར་གྲགས། ཡང་ན་དཔལ་ལྷན་དེ་མ་རྒྱུ་སྐྱེས་མཁུ་ཅ་གསུམ་གྱི་གནས་འདིའི་བྱང་ཤར་  
རྒྱགས་ནས་ལུ་ལེ་དྲིང་གི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་ཡོངས་འདུའི་ཤིང་ལ་བཞེན་ནས་སྒྲན་མོའི་གཟུགས་སུ་གནས་པ་ལ་  
བྱང་སྒྲན་ཞེས་བྱ་བ་དེ་གཉིས་དང་གཞན་ཡང་དཔལ་བདུད་ནི་སྤེལ་བྱུང་གྱི་དཔལ་དང་བདུད་གཉིས་བསྐྱངས་པའི་  
ལས་ཉེ་དེ་ནམས་ཀྱིས་རྒྱུན་བྱས་ནས་བྱང་བར་བཤད་ནོ། །

ག རོ་བོ་དང་ཁྱགས་ཚུལ།

མཁྱིས་ཚད་ལྷ་རོ་བོ་རྩལ་གྱི་སྒྲོན་ཁྱགས་ཏེ། ། ནད་ཏུ་མཚན་མཁྱིས་དོན་སྒྲོན་གཉིས་ལ་  
བབས། ། རང་སར་མི་གནས་ཅ་མིག་ཀྱན་ཏུ་རྒྱག། ། ཡར་ལ་མཐོ་དང་ཐུད་པར་བད་ལུལ་  
འཕྲོག། ། མར་ལ་མཁལ་མ་རྒྱངས་པར་རྒྱ་ལུལ་འཕྲོག། ། དོན་ལ་སྒྲོ་དང་སྒྲིང་ལ་རྒྱང་ལུལ་འཕྲོག།  
། མོ་ཡོང་རྒྱ་མ་སྒྲོན་ཏུ་མཁྱིས་ལུལ་འཕྲོག། ། ཤ་ལྷགས་ལྷིང་ཤོར་སྒྲོབས་དང་ཁ་དོག་འཕྲོག། །  
མཁུག་ཏུ་མཁྱིས་གནས་རྒྱང་གིས་བྱུད་བྱས་ནས། ། རང་གནས་སྒྲོག་ཅར་འཆོར་བས་འཆོ་བ་  
ལྱང་། །

ཞེས་པ་ཞེ། རོ་བོ་ནི་མཁྱིས་ཚད་དང་རྩན་ཅིག་འཕེལ་བ་དེ་ནམས་སྐྱེ་རོ་ལྷི་རྩལ་གྱི་སྒྲོན་ཁྱགས་ཏེ་ནད་  
ཏུ་མཚན་པ་དང་མཁྱིས་པ་ཞེ་དོན་སྒྲོན་གཉིས་ལ་བབས་པས་ཁྱག་མཁྱིས་འདྲེས་པ་རང་སར་རྒྱང་གིས་བསྐྱེད་པས་  
མིག་ནས་པར་ཅ་ཡི་མིག་ཀྱན་ཏུ་རྒྱག་ཏེ་ཡར་ལ་མཐོ་དང་ཐུད་པར་ཁྱགས་ནས་བད་ཀན་གྱི་ལུལ་ཀྱང་འཕྲོག། །  
མར་ལ་མཁལ་མ་དང་རྒྱངས་པར་ཁྱགས་ནས་རྒྱ་ལུལ་ཀྱང་འཕྲོག། ། དོན་ལ་སྒྲོ་བ་དང་སྒྲིང་ལ་ཁྱགས་ནས་རྒྱང་  
གི་ལུལ་ཀྱང་འཕྲོག། ། མོ་ཡོང་དང་རྒྱ་མ་སྒྲོན་ཏུ་ཁྱགས་ནས་མཁྱིས་པའི་ལུལ་ཀྱང་འཕྲོག། ཤ་ལྷགས་ཀྱི་སྐྱིར་  
ཤོར་ནས་སྒྲོབས་དང་ཁ་དོག་ཀྱང་འཕྲོག། མཁུག་ཏུ་མཁྱིས་པའི་གནས་ས་རྒྱང་གིས་བྱུད་པར་བྱས་ནས་རང་  
གནས་སྒྲོག་ཅར་འཆོར་བའམ་ཤོར་བས་འཆོ་བ་ལྱང་རོ། །

ང ཉགས་ཀྱི་རིམ་པ།

ག ༡ དང་པོའི་ཉགས་པ།

དེ་རྟགས་ཀྱི་ཕྱི་ཕྱོད་ཅིང་རྒྱ་བ་ཞེས། ། ཅ་ནི་རྟོང་ལ་ལྷུང་ཞིང་རྒྱ་མེད་ཉིག ། མཁོ་དང་  
ཆིགས་གཞི་ན་ཞིང་བཟུང་ཞིང་། །

ཞེས་པ་ཉི། དེ་རྟགས་ལ་ལྷུང་ཀྱི་ཕྱི་ཕྱོད་ཅིང་། རྒྱ་བ་པས་མ་གྲོ་ཞེས་པ་དང་ཅ་ནི་རྟོང་ལ་ལྷུང་ཞིང་  
དེ་རྟུན་མཛོད་མེད་ལ་ཉིག་པ་དང་མཁོ་དང་ཡན་ལག་གི་ཆིགས་གཞི་ན་ཞིང་བཟུང་ཞིང་པ་ཡིན་ནོ། །

༡༩ བར་གྱི་རྟགས་།

བར་དུ་ནད་རྒྱས་རྒྱ་མི་མཛད་ནག་འདྲ། ། མིག་ཐུན་ཆེ་ལོག་ལྷུང་མོང་གི་མཛད་པས་མེད། ། ཁ་  
ཁ་ལྷུས་ཆ་གཉིད་རྒྱུད་དང་ག་འགག ། མེན་མོ་རྟིལ་དང་ཆེ་མཆུ་དཀར་མེད་འོང་། ། མཁོ་གཟེར་  
ཆེ་མཆུ་འགས་ཤིང་མོ་དྲིལ་ཆགས། ། མཆིན་མཁྱིམ་ཉིང་དུ་འདྲིལ་བ་མཛན་ན་མི་བཟོད། ། ནད་གྱི་  
དྲི་དྲགས་ལྟོབས་དང་གཟི་མཛད་པས་འཆོར། །

ཞེས་པ་ཉི། བར་དུ་ནད་རྒྱས་ན་རྒྱ་མི་མཛོད་མཛད་ནག་འདྲ་ཉི་ལྷུ་བ་རྒྱུད་ལ་རས་དང་བལ་འདབ་བཅུག  
ན་མེད་པོར་འཕྲོ་བ་དང་མིག་ཐུན་དང་ཆེ་ལོག་དང་ལྷུང་མོང་ན་མས་གྱི་ཤ་མཛད་པས་མེད་བ་དང་ཁ་ཁ་ལ་ལྷུས་གྱི་ཤ་  
དྲོད་ཆ་ཞིང་གཉིད་རྒྱུད་ལ་དང་ག་འགགས་པ་དང་མེན་མོ་དང་མོ་རྟིལ་དང་ཆེ་དང་མཆུ་བཞིན་མཛོད་དཀར་ལ་  
ལྷུང་ཆོས་མེད་པོར་འོང་བ་དང་མཁོ་གཟེར་ཞིང་ཆེ་དང་མཆུ་གཉིས་འགས་ཤིང་མོ་ལ་དྲིལ་པ་ཆགས་པ་དང་  
མཆིན་པ་དང་མཁྱིམ་པའི་ཉིང་དུ་འདྲིལ་བ་ན་མཛན་ན་མི་བཟོད་ཅིང་ནད་གྱི་དྲི་དྲགས་ཤིང་ལྟོབས་དང་གཟི་  
མཛད་པས་འཆོར་བར་འགྱུར་རོ། །

༢༠ ཐམ་མེད་རྟགས་།

ཐུན་པའི་ལོང་མེད་བདུན་དགུའི་དུས་ན་འཆི། ། ཐུན་པོ་འགའ་ཞིག་ཐུན་ཕྱིད་དུས་ལ་  
ཟོད། ། ཅ་ཐུན་ཤེས་པ་ཡང་ལ་ལྷུས་ལྟོབས་ཤོད། ། ལྷི་ལི་དྲོད་རྒྱུད་ཐུགས་མཛོད་གཞི་གསེར་ལྷུང་  
མེད། ། དུས་འདས་དང་གནས་སྐབ་པས་རྒྱུག་ཐབས་མེད། ། དེ་ལྱིར་མ་ཐུན་དུས་ན་བྱ་ར་  
ཐུན་པས། །

ཞེས་པ་ཉི། ནད་འདི་ཐུན་པའི་ལོང་མེད་པར་ཞག་བདུན་ན་མཛད་ཀྱི་དུས་ན་འཆི་བར་འགྱུར་གྱིང་ཐུན་  
པོ་འགའ་ཞིག་ནི་ཐུན་ཕྱིད་ཀྱི་དུས་ན་མཛད་བར་ལ་རྒྱག་ཤོད་ཕྱིད་གྱིང་དེ་ལྷུང་ལྷུས་པས་ཅ་ཐུན་པ་ཉི་ལྷུས་ལ་པས་  
ལྷུང་ཞིང་ཤེས་པ་ཡང་ལ་ལྷུས་ཀྱི་ལྟོབས་ཤོད་བ་དང་ལྷི་དྲོད་རྒྱུད་ལ་པགས་པའི་མཛོད་གསེར་ལྷུང་དུ་མེད་པོ་  
མོང་ན་དུས་ལས་འདས་པ་ཉི་ལྷུང་གནས་སྐབ་ཅ་ཐུན་པས་པས་དེ་ལ་བརྒྱག་པའི་ཐབས་མེད་པར་འཆི་བར་འགྱུར་  
པས་དེ་ལྱིར་ན་མ་ཐུན་པའི་དུས་ན་གསོ་བར་བྱ་ར་ཐུན་པས་དགོས་སོ། །

༢༡ རྒྱུད་པར་གྱི་རྟགས་།

ཁྱད་པར་མཐོན་པོས་ཐུད་གཞིར་རྩ་བུ་བཟང་། རྒྱུ་བབས་རྒྱུད་གཞིར་ལ་ཕྱད་པ་  
 མེད། ། མཁའ་བབས་མཁའ་ཞེད་ན་ཞིང་དྲི་རྩ་ཚྲུམ། ། མོ་བར་བབས་ན་ཁ་ཁ་མཁྱིས་པ་རྩུག།  
 རྩུམ་བབས་ན་རྩུག་ཆེ་ཆེན་ཅན་ལྟུ། ། དེ་དག་མི་ལྟུར་ལྟུལ་མེད་ནད་ཉགས་ཡིན། །

ཞེས་པ་ཉེ། ཁྱད་པར་དུ་གཉན་རིམས་མཐོན་པོས་ན་ཐུད་གཞིར་དང་རྩ་བུ་ལེག་ཅིང་། རྒྱུ་བར་  
 བབས་ན་རྒྱུད་གཞིར་ལ་ཕྱད་པ་མེད་པོར་མོང་ཞིང་། མཁའ་མར་བབས་ན་མཁའ་ཞེད་ན་ཞིང་དྲི་རྩ་ཚྲུམ་པ་  
 དང་། མོ་བར་བབས་ན་ཁ་ཁ་མཁྱིས་པ་རྩུག་ཅིང་། རྩུམ་བབས་ན་རྩུག་ཆེ་ཆེན་ཅན་ལྟུ་བ་མོགས་  
 ལྟུང་བས་དེ་དག་རྣམས་ནི་མི་ལྟུར་བར་ལྟུལ་མེད་ཀྱི་ནད་ཉགས་ཡིན་ནོ། །

## ས་བཅད་རྩུག་པ། བཅོས་ཐབས།

### དང་པོ། རྩི་བཅོས།

#### ༡ རྩི་བཅོས་ཐབས།

རྩི་བཅོས་མ་མྱིན་དུས་ལྷ་མ་ཁུ་བཞི། ། ཡང་ན་སྡེ་རྡོ་མ་ཐང་མྱིན་པར་བྱ། ། ཟས་དང་  
 རྩྭ་ལམ་བསིལ་དྲོད་རྩྭ་མས་པར་བཅོས། ། རྩུས་པར་མ་མྱིན་རྩི་བཅོས་ཡེའུར་རྩ། །

ཞེས་པ་ཉེ། རྩི་བཅོས་ལ་མ་མྱིན་པའི་དུས་ལྷ་མ་ཁུ་རྩྭ་ལྷ་མ་ཁུ་བཞི་ཐང་པ་མ་ཡང་ན་ཁྲག་མཁྱིས་ཀས་  
 ཆེན་སྡེ་རྡོ་མ་ཐང་མྱིན་གསུམ་ཉིག་ཉ་ཉེ་ལྷ་ཐང་གིས་མྱིན་པར་བྱ་བ་དང་། (གཅེས་བཅུས་མྱིན་ནོར་དུ། མྱིན་  
 ཡང་མེད་པའི་ཆ་བར་མྱིན་ཕྱེད་ནི། ། ཐང་མ་རྩེས་ལ་གཉེན་པོ་སྒྲན་མེད་ཆེ། ། ཐང་ཆེ་བཅུ་གཉིས་རིམས་ནད་  
 རྩུལ་(འཆི་བདག་གསུལ་རྩུལ་)མོགས། ། ཟས་རྩྭ་དེ་ཐང་མཆོམས་མོགས་ཆ་རྩི་རྩྭ། ། ཞེས་གསུངས་ཀྱང་  
 རིན་ཉིག་ལས་རིམས་ཀྱི་གཙོ་བཙུན་འཛིན་པ་དག་རྩྭ་དཔལ་པོ་བཅུ་བཞི། ཐང་ས་བཟང་ཁྲག་མཁྱིས་ཅན་ལ་  
 ཐང་ཆེ་བཅུ་གཉིས་རིམས་ཐབ་ཀྱང་ཐང་ཆེ་གཉོང་ཐ་ན་ཕྱེད་འགྲོ་བས་པདུན་ཐང་དང་སྡེ་བཙོག་ཁོ་ན་འཛོད་ཆེ་  
 ཞེས་གསུང་)ཟས་དང་རྩྭ་ལམ་གཉིས་བསིལ་དྲོད་ཆ་རྩྭ་མས་པར་བཅོས། རྩུས་པར་ནི་ཆ་བ་མ་མྱིན་པ་དང་རྩི་  
 བཅོས་ཀྱི་ཡེའུར་བརྩོམ། །

#### ༢ བར་རྩི་བཅོས།

བར་དུ་མྱིན་རྩུས་ཉིག་ཉ་གཞིར་མེ་རྟོག། ། དེ་བ་བར་པ་ཉ་དང་མི་གཏུར། ། ལ་ཁུ་ར་མི་  
 ཐང་བཏང་རྩུལ་མང་དུ་བྱང་། ། ཆ་རྩྭ་མས་ཆེན་དེ་རྩྭ་གཏུར་དང་། ། གི་མི་རྩ་གང་གཏུར་གྲུམ་

མོང་པ་དགའ། ། ཉིག་ཏུ་གར་རྒྱུ་ལ་ཐར་གིས་དབུ། ། རྒྱ་ལྷ་རྒྱལ་དཔྱད་ཀྱིས་ཆད་ཀྱིན་  
 ལ་གིས། ། རྒྱུད་རྒྱུ་མིག་རྒྱ་མེར་ན་བཤམ་གྱིས་རྒྱུ། ། འབྲས་བུ་གཏུག་དར་དྲུག་གི་མི་  
 མིང་། ། ལྷ་གཤེས་པ་རྒྱུ་མིག་པ་རྒྱུ། ། ཀྱིས་ཀྱིན་གསུམ་རྒྱུ་མེད་པ་མེལ་བར་བྱེད། ། རྒྱ་  
 རྒྱལ་བུ་ལ་ཐར་དག་པ་མིལ་གྱིས་བཅད། ། ཟས་དར་རྒྱུད་ལ་མ་རྒྱལ་ཆད་རྒྱུ་དར་འབྲ། ། རྒྱ་  
 བར་ཀྱིས་མེ་ཚོག་ལ་ཚོག་པོ་དེ། ། བཅུ་གཏུག་འདས་ནས་འོ་མ་བདུད་རྒྱུ་མཚུངས། །

ཞེས་པ་ཞེ། བར་དུ་རྒྱུན་པ་དར་རྒྱུ་པ་འི་དུས་ཉིག་ཏུ་དར་གསེར་གྱི་མེ་ཉིག་དེ་བཟུང་པར་པ་ཏུ་དར་གི་  
 གཏུར་ཨ་རུ་ར་བཅས་པ་འི་ཐར་བཟང་ལ་རྒྱལ་མར་དུ་དཔྱད་རོ། ། ཆ་བརྒྱུ་མེ་མེ་ན་དེ་བཟུང་པ་འི་རྒྱུ་ག་  
 དུར་དར་གི་ཐར་དར་ཏུ་གར་དར་གུར་གུམ་དར་ཐོང་དགའ་རྒྱ་གར་གྱི་ཉིག་ཏུ་ནམས་དར་གར་རྒྱུར་ལ་ཐོང་གི་  
 ཐར་གིས་དབུ་ལ་ཞིར་རྒྱན་དེ་ཞུ་བཟུང་རྒྱལ་དཔྱད་པ་འདིར་མ་ཟད་ཀྱིས་ཆད་ཀྱིན་ལ་གིས། དེ་ལས་རྒྱུད་རྒྱུ་  
 ཞིང་མིག་རྒྱ་མེར་བན་བཤམ་གྱིས་རྒྱུ་དཀོས་པ་ཞི་མ་བར་རྒྱུར་ཉི་འབྲས་བུ་གཏུག་དར་དྲུག་གི་མི་མིང་  
 ལྷ་གཤེས་པ་དར་རྒྱུ་མིག་པ་རྒྱལ་རྒྱུ་བས་ཀྱིས་ཆད་ཀྱིན་ཉི་གསུམ་རྒྱུ་མེད་པ་འབྲུང་ཞིང་མེལ་བར་བྱེད་  
 པས་རྒྱ་བརྒྱལ་གྱི་རྒྱག་བུ་ལ་ཐར་དག་པ་འི་རྒྱུ་མེལ་གྱིས་བཅད་ཅིང་ཟས་དར་རྒྱུད་ལ་མ་གཉིས་ནི་རྒྱུ་  
 པ་འི་ཆད་པ་རྒྱུ་དར་འབྲུང་དེ་ལ་རྒྱུ་པར་དུ་རྒྱུ་བ་ཀྱིས་མེ་ཚོག་ལ་ཚོག་པོ་དེ་པ་འི་ན་དེ། དེ་ལས་ཞག་བཅུ་  
 གཏུག་འདས་ནས་འོ་མ་བདུད་རྒྱུ་མཚུངས་སོ། །

### ༣ ར་མ་འི་མཚུས།

ཐ་མ་ཀྱི་ཐར་མཚུས་ཀྱི་སྐད་མདུན་བཟུང་། ། ར་མ་རྒྱུད་ཅིང་ཆད་གཏུག་གཤིན་པ་འི་  
 ཐབས། ། ཀྱི་ཐར་མཚུས་ཀྱི་མེ་དུས་གིས་བར་བྱ། ། ཉིག་པན་ཐད་དགའ་རྒྱ་མེ་གྱི་རྒྱུ་མེ། །  
 ར་མ་ཀྱི་རྒྱུ་མེ་རྒྱུ་དྲུག་པ་མ་ཐོར་བཞེགས། ། ཐམ་བར་མཐོ་ན་ཨ་རུ་རྒྱུ་མེ་ཞེད། ། རྒྱ་ཐག་  
 འཇག་ན་མཚེ་མི་ཐམ་བཞེད། ། རྒྱ་ཐག་པ་མཚེ་ཐག་ཐམ་བཞེད། ། རྒྱ་ཐག་པ་མཚེ་ཐག་ཐམ་བཞེད། །  
 རྒྱ་ཐག་པ་མཚེ་ཐག་ཐམ་བཞེད། ། རྒྱ་ཐག་པ་མཚེ་ཐག་ཐམ་བཞེད། ། རྒྱ་ཐག་པ་མཚེ་ཐག་ཐམ་བཞེད། །  
 རྒྱ་ཐག་པ་མཚེ་ཐག་ཐམ་བཞེད། ། རྒྱ་ཐག་པ་མཚེ་ཐག་ཐམ་བཞེད། ། རྒྱ་ཐག་པ་མཚེ་ཐག་ཐམ་བཞེད། །  
 རྒྱ་ཐག་པ་མཚེ་ཐག་ཐམ་བཞེད། ། རྒྱ་ཐག་པ་མཚེ་ཐག་ཐམ་བཞེད། ། རྒྱ་ཐག་པ་མཚེ་ཐག་ཐམ་བཞེད། །  
 རྒྱ་ཐག་པ་མཚེ་ཐག་ཐམ་བཞེད། ། རྒྱ་ཐག་པ་མཚེ་ཐག་ཐམ་བཞེད། ། རྒྱ་ཐག་པ་མཚེ་ཐག་ཐམ་བཞེད། །  
 རྒྱ་ཐག་པ་མཚེ་ཐག་ཐམ་བཞེད། ། རྒྱ་ཐག་པ་མཚེ་ཐག་ཐམ་བཞེད། ། རྒྱ་ཐག་པ་མཚེ་ཐག་ཐམ་བཞེད། །  
 རྒྱ་ཐག་པ་མཚེ་ཐག་ཐམ་བཞེད། ། རྒྱ་ཐག་པ་མཚེ་ཐག་ཐམ་བཞེད། ། རྒྱ་ཐག་པ་མཚེ་ཐག་ཐམ་བཞེད། །  
 རྒྱ་ཐག་པ་མཚེ་ཐག་ཐམ་བཞེད། ། རྒྱ་ཐག་པ་མཚེ་ཐག་ཐམ་བཞེད། ། རྒྱ་ཐག་པ་མཚེ་ཐག་ཐམ་བཞེད། །

ཞེས་པ་ཞི། བ་མ་དེ་ཐང་མཆམས་སུ་བྱུང་ཞོ་བསྐྱེ་མཉེ་རུས་ཐང་སོགས་རྒྱུ་བཅས་འཇམ་པོ་འཕྲོད་མི  
 འཕྲོད་སང་མདའ་བཏར་ལ་ཁ་བས་སྒོད་ཅིང་ཆོད་པའི་གཞུག་གཏོན་པའི་ཐངས་དེ་ཐང་མཆམས་ཀྱི་ལེའུ་ལྟར་  
 ཤེས་པར་བྱ། བུག་པན་ཉེ་ས་སྒྲན་དོ་བོད་ར་ཐང་དཀར་དང་སྒྲ་ལོད་དང་གྱི་ཕྱེ་བཞི། ཆོ་བ་སྒྲོ་བས་ཆེན་གྱི་ཕྱེ་མང་  
 བ་དང་རྒྱུན་བུག་པན་མང་པ་སོགས་སྒྲོ་བས་དང་སྒྱུར་ལ་བྱ་བ་མ་ཤོར་བར་བསྐྱེགས། དེའི་ཐལ་བར་མགོན་ན་  
 ཨ་རུ་བྱུང་ལྟ་བུ་འཛིགས་མེད་ཤིང་། སྒྲ་བྲག་འཇག་ན་མཆོ་བསྐྱེགས་པའི་ཐལ་བ་ཤིང་། སྒོ་ལུ་བ་ལ་རྒྱ་སྐྱེགས་ཀྱི་  
 ཐལ་བ་ཤིང་། ཆིབས་ལོགས་གཞེར་བ་ལ་མ་རྩ་བ་ཤིང་ཐལ་བ་དང་ཤིང་། མིག་དང་རྒྱ་སེར་ན་ཤོ་མང་ཆ་བའི་  
 ཐལ་བ་ཤིང་། ཆོགས་གཞི་ལ་བཟས་ན་རྩ་སྐྱེགས་ཀྱི་ཐལ་བ་ཤིང་། རྩ་མ་འགགས་པ་ན་སྐྱེག་པའི་ཐལ་བ་ཤིང་།  
 རྒྱ་སྐྱེག་པའི་ཆོག་དཀར་ཀའ་བ་ལ་གཞེ་མའི་ཐལ་བ་དང་ཤིང་པའི་དག་རྒྱུ་མི་རིམས་ལ་སྐྱེ་ལོང་སོག་ལུ་གཞུག་རྒྱུ་  
 རྒྱ་རུས་བརྒྱུད་གསུམ་གང་རུང་གི་རྒྱ་བས་སུ་ལ་བཏར་བ་དང་དེ་ཐང་མཆམས་ཀྱི་རུས་སུ་ཆར་ཁྱོར་བ་རེས་  
 དབུལ་ཞིང་ཆར་འབྱུངས་ལ་གཉིད་ལོག་ན། ག་བྱུར་ནག་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་པས་རྒྱུ་དང་ལྷན་པའི་རིམས་  
 རིགས་ཀྱང་ལ་བསྐྱེགས་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུ་པར་དུ་དེ་ཐང་མཆམས་ཀྱི་བདུད་རྩི་རྩ་བུ་ཡིན་ལ། མ་སྒྲིན་པ་དང་དེ་  
 ཐང་མཆམས་གཉིས་ནི་རིམས་ལ་གཅེས་པའི་ལྷིང་མཁས་པས་འདི་གཉིས་ཀྱི་རུས་སུ་སྒྲིམས་ལ་ཤིན་ཏུ་གཞུབ་  
 པས་བཅས་པར་བྱའོ། །

## གཉིས་པ། བྱེ་བྲག་གི་བཅོས།

### ༡ བབས་ས་གནས་དང་རྒྱུར་བ།

བབས་ས་གནས་དང་རྒྱུར་ལ་བཅོས་པ་ནི། ། བ་རྒྱུར་བབས་རུས་རྩོ་རྒྱག་རྒྱ་སྒྲིལ་བཏར། །  
 ། ཁ་བས་བཞིལ་རྒྱགས་མི་བཏར་མིན་པར་དགའ། ། བཞིལ་ཐང་བྱེ་མ་མི་བཞེན་ཆ་བརྟོགས། །  
 རྒྱམ་བརྒྱུད་མི་བཏར་ཆ་བ་རུས་ལ་ཞེན། ། དེ་ནས་རྒྱགས་བབས་མ་རྩ་བཞི་ཐང་བཏར། ། ཆོ་བ་  
 ཆེན་འབྲས་གསུམ་སྒྲེ་རྩིས་ཐང། ། འདི་རུས་མི་བཞེན་ཆ་བ་ཤོར་བྱ་འཆོར། ། རྩྱུ་བརྒྱུད་མི་  
 བཞེན་རྩི་རྩྱུ་ཞེན་པར་འབྱུར། ། བཞིལ་བྱེ་མི་བཞེན་ཆ་བ་སྒྲེ་ལམ་འགག། ། རྒྱུ་པར་གཏར་ག་  
 བགལ་དང་བཞིལ་བརྒྱུད་ཐང། ། ཆོ་བའི་ནད་ལ་བྱེ་འཆོར་རྒྱམ་མི་དབྱུར། ། དེ་ནས་ཆར་  
 བབས་བཟང་བྱག་བ་ག་ག། ། ག་རུར་གར་རྒྱུར་ཐས་སྒྲིལ་བཞིལ་བྱེ་བཞེན། ། འདི་རུས་ཐང་  
 བཏར་དང་ག་འགག་པས་ཐང། ། རྒྱམ་བརྒྱུད་ག་བ་འབྱུར་བཞེགས་ན་ཆོ་བ་འབྲེགས། ། རྒྱུར་  
 ཤོར་རན་རྒྱག་རྒྱུར་ཞེན་གསོ་བ་དགའ། ། བར་བབས་གི་སྒྲིབ་མིལ་གསུམ་ལ་རུར། ། ག་ར་རྒྱུར་

བའི་བསེལ་འཇམ་ཕྱེ་མ་བཞེན། ། བཞེགས་ན་གཞེར་འདེབས་གཏར་ན་རྗེས་མི་ཚད། ། འདི་  
 ཏུས་རྒྱལ་ཏུ་གདོན་པ་ཤིས་པ་ཡིན། ། ཐང་བཏར་རྩལ་ཞེན་བཅུད་ཤོར་མེ་ཏུ་འབར། ། གཏུར་  
 མི་བཏར་རྩལ་འབྲུགས་ཆ་བ་འཛོམ། ། རྩོད་བབས་ཕྱི་ཆོར་ཉིག་ཏུ་གཤེར་མེ་ཉོག། ། ཁོར་ར་ག་  
 ཏུར་ཏུ་གཏུར་ཀ་ར་རྒྱུར། ། རྒྱལ་ཐང་བཞེགས་ར་རྩོད་བཅུད་ཤིན་ཏུ་གཞོད། ། རྩོད་ཏུ་བབས་ཆེ་  
 ཐང་བབས་བཞེགས་པ་ཡིན། ། རྩོད་བབས་ཆ་བ་ར་བ་འཛོམ་ཕྱེ་བྲག་ཤིས། ། གཏུར་ཚན་དན་གི་  
 མིག་ཆོ་ལུས་ལ། ། བསེལ་གཏུམ་ག་ཏུར་ཉིག་ཏུ་ཁོར་ར་དགར། ། ཉོར་ལེན་ཀ་ར་རྒྱུར་བའི་ཕྱེ་མ་  
 བཅུད། ། རྒྱར་མཁའི་ས་བད་ཀན་ཁག་པས་ཆེ་བ་ལ། ། མེ་རྒྱུར་མ་རྒྱལ་གཏར་རྩལ་ཐང་བཞེན་པར་  
 ལ། ། རྒྱལ་གྲངས་རྒྱར་འབྲུགས་བཅུད་ལྷས་ཆ་བར་རྟོག། ། ཏུས་བབས་ཕྱེ་ཁོར་ཏུར་མོ་ཆོ་རྒྱས་  
 བསད། ། ཟས་ཀྱི་རོ་རྩན་བསེལ་ཕྱིས་ཆད་གཞུག་གདོན། ། བསེལ་བྲགས་ཟས་ལེན་རྒྱར་ས་  
 འཇེད་ལ་བཞུལ་འཇུར། ། རྒྱར་འཕེལ་གསར་འཇམ་ཁྱིད་ལ་བྲག་བཏུན་བཞེག། །

ཅེས་པ་ལྟེ། དང་པོ་བབས་ས་གནས་དང་རྒྱུར་ལ་བཅོས་པ་ནི་བ་རྒྱུར་བབས་པའི་ཏུས་ལྟོ་བ་རྒྱུག་པ་དང་  
 བ་རྒྱུབ་རྩོལ་བཏར་ཁོར་ཐང་ཏུ་ཁ་ཟས་ནི་བསེལ་པའི་ཕྱགས་མི་བཏར་ལྟེ་བཏར་ན་རྩོན་པར་དགའ་བར་  
 འཇུར་ཁོར་བསེལ་ཐང་དང་ཕྱེ་མ་མོགས་མི་བཞེན་དེ་བཞེན་ན་ཆ་བ་རྩོགས་པར་འཇུར་བ་དང་རྩུམ་དང་བཅུད་  
 གྱི་རིགས་མི་བཏར་ལ་དེས་ནི་ཆ་བ་ཏུས་ལ་ཞེན་པར་འཇུར་རོ། ། དེ་ནས་སྤྲུགས་ལ་བབས་ན་ཕྱི་རྒྱུད་ཀྱི་མ་རུ་  
 བཞི་ཐང་བཏར་བ་དང་། ཆ་བ་ཆེན་ཨ་བར་རྒྱར་ཉེ་འབྲས་ཏུ་གསུམ་སྟེ་ཁེས་བཅས་ཀྱི་ཐང་བཏར་ལ་འདི་ཏུས་  
 ལ་མི་བསྟེག་ཅིང་བསྟེགས་ན་ཆ་བ་ཁོར་ཏུ་འཛོར་ཁོར་རྟོད་བཅུད་མི་བཞེན་བཞེན་ན་ཅི་ལྟར་ཞེན་པར་འཇུར་བ་  
 དང་། བསེལ་རྒྱུར་གྱི་ཕྱེ་མ་མི་བཞེན་ཉེ་བཞེན་ན་ཆ་བ་ཕྱེ་བའམ་ལམ་འགག་ཅིང་། རྒྱད་པར་ཏུ་རྟོད་རྟོད་གང་  
 ཡང་གཏར་ག་གང་བ་དང་། བསེལ་དང་བཅུད་གྱི་རིགས་སྤང་ཁོར་ཆ་བའི་ནད་ལ་བྱ་འཛོར་བས་རྒྱལ་ཡང་མི་  
 དམུང་རོ། ། དེ་ནས་རྩལ་བབས་ན་ཏུ་གྱུར་ལི་ཤི་རྩ་ཉི་ལྷག་སྟེ་ལ་གོ་ལ་ལྟེ་བཟང་ཏུ་གང་བ་ཤ་ག་ག་ཏུར་  
 དང་ག་ར་ནམས་རྒྱར་བ་བཏར་ཁོར་ཟས་རྩོལ་གཉིས་བསེལ་ཏུ་བཞེན་པ་དང་འདི་ཏུས་སྤྱི་ཐང་བཏར་ན་དང་ག་  
 འགག་པས་སྤང་ཁོར་རྩུམ་བཅུད་བཏར་ན་གས་པར་འཇུར་ལ་བསྟེགས་ན་ཆ་བ་འདྲེགས་པ་དང་ཆང་སོགས་རྒྱུར་  
 ཤོར་ནང་ན་ཁག་ཅར་ཞེན་པས་གསོ་བ་དགའ་ལོ། ། ཤར་བབས་ན་གི་མི་དང་བསེལ་ཏུ་གྱུར་སྟེང་སྟོད་ལ་ལི་ཤི་  
 རྒྱད་ལ་ལྷག་སྟེ་ལ་ཉེ་གསུམ་དང་ཨ་ཏུར་ག་ར་ནམས་རྒྱར་བའི་བསེལ་ལ་འཇམ་པས་ཕྱེ་མ་བཞེན་ཁོར་མེ་བཅོས་  
 གར་ཡང་བསྟེགས་ན་གཞེར་འདེབས་ཤིང་རྟོད་རྟོད་གང་ཡང་གཏར་ན་རྗེས་མི་ཚད་ཅིང་འདི་ཏུས་ལ་རྒྱལ་ཏུ་  
 གདོན་པ་ཤིས་པ་ཡིན་ཁོར་ཐང་བཏར་ན་རྩལ་ཞེན་ལ་བཅུད་ཤོར་ན་མེ་ཏུ་འབར་བར་འཇུར་བ་དང་། གཏུར་གྱི་  
 རིགས་བསེལ་བས་མི་བཏར་ལ་བཏར་ན་རྒྱར་འབྲུགས་ལ་ཆ་བ་འཛོར་རོ། ། རྩོད་ལ་བབས་ན་ཕྱི་ཆོར་དང་

ཏིག་ཏ་དང་གསེར་གྱི་མེ་ཏོག་དང་པོང་ང་དཀར་པོ་དང་། ལིག་ཏུར་དང་ཏུག་མོ་ཁྱུང་རྒྱམས་ཀར་དང་སྒྱར་བ་  
 བཏར་ཁིང་རྩལ་དཔྱད་བ་དང་། སང་གཏོང་བ་དང་བསྐྱེག་པ་དང་བྱོད་བཅུད་ཀྱི་རིགས་ཤིན་ཏུ་གནོད་པས་  
 སྤང་བར་བྱ་ཁིང་། རྫོང་ཏུ་བབས་པ་ཆེན་མུ་རྒྱུད་ཀྱི་རྩམ་ཆ་དང་ཨ་ཏུ་མཆུ་སྤང་ཆ་མཉམ་སྟེ་ཉི་དགའ་ཤིང་  
 མངར་རྒྱམ་ཆ་དང་མི་མི་མིང་ཞེས་པ་དེ་དང་། ཡང་ན་རྩམ་ཆ་དང་ཏུར་བྱིད་ཨ་ཏུ་འི་མང་བཤལ་སྐོགས་བསྐྱེགས་  
 པ་ཡིན། ། དོན་ལ་བབས་ན་ཆ་བར་བ་འབྲིང་བྱེ་བྲག་གིས་རབ་ལག་ཏུར་འབྲིང་ལ་ཅན་དན་དཀར་པོ་མ་མར་  
 གི་མང་གིས་གཙོ་བྱས་ལ་ཏུ་གུར་མི་ཤི་སྟེ་བསེལ་གསུམ་དང་། ལིག་ཏུར་དང་ཏིག་ཏ་དང་པོང་ང་དཀར་པོ་དོང་  
 ལེན་བཅས་ཀར་དང་སྒྱར་བའི་སྤྱེ་མ་གང་རིགས་བསྐྱུད་ལ་བཏར་བ་དང་། རྒྱང་དང་མཁྱིས་པ་དང་བད་ཀན་  
 དང་ཁྲག་གི་ཤས་ཆེ་བ་ལ་གོ་རིམ་བཞིན་ཏུ་མེད་ར་རྫོང་ས་དང་རྩལ་དང་གཏར་ག་གང་ཏུང་ཏུང་བྱེད་བཞེན་པར་  
 བྱེད་རྩལ་གྱི་རིས་སུ་ཤང་ན་རྒྱང་འབྲུག་ལ་བཅུད་སྤམ་ན་ཆ་བར་སྟོག་གོ ། ཏུས་པར་བབས་ན་སྟེ་མོང་ཏུ་  
 རམ་དང་ཞོད་དང་ཤ་ཆོན་པའི་ཁྲ་བས་བསད་ཅིང་དེ་རྣམ་ཟས་ཀྱིས་རྒྱང་གི་དོ་སྤྲོད་ལ་བསེལ་སྤྲོན་གྱིས་ཆོད་པའི་  
 གཞུག་གཏོན་པ་ཤིས་ཤིང་དེ་མིན་བསེལ་བྲགས་པ་དང་ཟས་ཡོན་ལ་གཏད་ན་རྒྱང་ས་འཛད་ཅིང་ལ་བརྒྱལ་བར་  
 འཕྱར་ཁིང་རྒྱང་འཕེལ་ན་ཤ་མར་གསར་འཇམ་གྱི་རིགས་རིམ་གྱིས་བྱིད་ལ་བཏར་ནས་ཆོགས་པ་རྒྱག་པ་དང་  
 བདུན་པ་བསྐྱེག་གོ །

### 3 རིམ་པ་ཏུས་དང་སྒྱར་བ།

རིམ་པ་ཏུས་དང་སྒྱར་བ་ཉེ་བཅོས་པ་ནི། ། བད་ཀན་ཏུས་ཏུ་འབྲས་གསུམ་མ་ཏུ་བཞི། ། རྫོ་  
 ཏུས་ཀྱི་ཆེད་ཏིག་ཏ་རྫོ་འཇམ་བཞེན། ། རྩལ་དཔྱད་ཆ་བའི་པ་བྱིད་གཉེན་ཏུར་བཞེན། ། བཞིས་  
 ཏུས་ཏིག་ཏ་གསེར་གྱི་མེ་ཏོག་དང་། ། ཨ་ཏུ་ར་མི་བསྐྱེས་ཤུངས་བཏར་བར་བྱ། ། བཟང་བྱག་  
 གསེར་གྱི་མེ་ཏོག་བ་ག་། ། ག་ཏུར་ཀར་སྒྱར་བའི་སྤྱེ་མ་བཞེན། ། བཞོ་ལོན་ན་དཔྱལ་ཆ་པ་སྤྱེ་  
 གཏར། ། རྩ་རྒྱག་གྱིས་པས་ཆ་སེལ་སྤྲོ་མི་འབྱི། ། ཁྲག་ཏུས་ག་བར་ཅན་དན་གི་མི་དང་། །  
 བསེལ་གསུམ་ག་ཏུར་ཀར་འི་སྤྱེ་མ་བསྐྱུད། ། ཁྲག་མཁྱིས་རྫོང་ས་ཆེ་རྒྱང་བད་གཏར་ཁིང་སྒྱང་། །  
 བྱིང་འབྲིབས་རྩལ་གཏོན་ཟས་སྒྱུད་བསེལ་ཏུ་བཞེན། ། རྒྱང་ཁྲག་འབབས་ཏུས་རྫོ་ཏི་རྫོང་ཞོ་བ་  
 ལིག་པན་མལ་བ་བར་དཀར་སྒྱར་ལ་བཏར། ། ག་བར་རྒྱལ་རྫོན་གསུམ་དང་རྩྭ་པ་སྒྱུད། །  
 དན་མེད་སྤྱ་འཆལ་མི་ལ་འཁྱིན་ནམ་རྫོམ། ། ཟས་ཀྱིན་ཁྱིམ་ཏུ་སོས་འཁྱིན་མིག་ཆ་བྱང་། ། ག་  
 བར་ཆར་སྒྱར་བཏར་ལ་བྱག་པ་བཞེན། ། པ་ཟས་བསེལ་བྱོད་སྤྱེལ་བཏར་སྟོག་ཆབ་བསྐྱེགས། །  
 སྤྱེད་རྒྱང་ཨ་མོ་གཏར་ལ་རྩལ་རྫོན་གསུམ། ། རྫོ་ཏི་ཀར་སྒྱར་ལ་བཏར་བར་བྱ། ། བརྩ་གསུམ་

པན་ཆད་ཆ་པའི་རི་ཐང་མཆོམས། ། ཆར་གསར་ཆོ་ཁུ་བུ་ཆོ་ཕྱི་ཡོང་ཐང་། ། སད་མདས་རོ་  
ཐུན་ཆ་ཡིས་བྱིད་ལ་ཆོད། ། རྒྱ་ཏུ་ཅན་དན་ག་བུར་ཡིག་པན་ཐམ། ། ཀར་བྱུར་ཆད་ལྷག་ལྷམ་  
བྱིར་བཤིངས་ལ་བཏང་། ། ཆ་བ་ཐོན་ནས་གང་འཛོད་ཟས་ཀྱིས་གསོ། །

ཞེས་པ་ཞེ། རིམ་པ་དུས་དང་སྐྱུར་ཏེ་བཅས་པར་བྱ་བ་ནི་བད་ཀན་གྱི་དུས་ལྷན་པར་སྐྱུར་ཏེ་འབྲས་བུ  
གསུམ་དང་ཕྱི་རྒྱུད་ནས་བཤད་པའི་མ་ཏུ་བཞི་སྐར་ཡང་སྤེའི་ས་དང་ཕྱི་ཆོར་དང་རྒྱ་གར་ཏིག་ཏུ་བཅས་པའི་ཐང་  
རྫོང་འཇམ་བཞེན་ཞིང་རྩལ་དཔུང་ལ་ཆ་བའི་ཁ་བྱིད་ནས་གཞིན་ལྷར་བཞེན་ནོ། ། མཁྱིས་པའི་དུས་ལ་རྒྱ་གར་  
ཏིག་ཏུ་དང་གསེར་གྱི་མེ་ཏོག་དང་ཨ་རུ་ར་བཅས་པའི་བསྐྱས་གང་མ་གྱི་ཐང་བཏང་བར་བྱ་བ་དང་། བཟང་པོ་ཏུ  
གང་གྱུར་གྱུ་མེ་མི་རྫོ་ཏི་སྤྲུག་སྤེལ་ག་གོ་ལ་སྤེ་རྒྱག་དང་གསེར་གྱི་མེ་ཏོག་བ་ག་ག་དང་ག་དུར་ག་ར་རྣམས་སྐྱུར་  
བའི་སྤེམ་བཞེན་ཞིང་མགོ་པོ་ན་ན་དཔལ་བའི་ཆ་ཁ་སྤེམ་གཏར་བ་དང་རྒྱ་ལྷག་བྱས་པས་ཆ་བ་སེལ་ལ་སྤེམ་  
འཕྱི། ། རྒྱག་གི་དུས་ལ་ག་བུར་དང་ཅན་དན་དཀར་པོ་གི་ཐང་དང་ཏུ་བུར་མི་མེ་སྤེམ་སེལ་གསུམ་དང་མིག་  
དུར་དང་གར་རྣམས་གྱི་སྤེམ་བསྐྱུད་ལ་རྒྱག་མཁྱིས་སྤོབས་ཆེན་ཏུང་ཟད་ཅམ་སྤོད་སྤྲད་གང་དུང་ལ་གཏར་ཞིང་  
ཕྱི་རྒྱུད་ལྷར་སྤོས་བཤལ་ཐང་རུ་ལ་བས་སྐྱུར་བ་དང་བྱིང་འབྲེབས་བྱེད་ན་རྩལ་འདོན་ཞིང་ཟས་དང་སྤྱོད་ལ་མ་  
བསེལ་དུ་བཞེན་ནོ། ། རྒྱང་རྒྱག་འཐབས་པའི་དུས་ལ་རྫོ་ཏི་དང་སྤྱིང་ཞོ་ག་ཡིག་པན་དངོས་གྱི་ཐལ་བ་དང་  
བུར་དཀར་རྣམས་སྐྱུར་ལ་བཏང་བ་དང་ག་བུར་དང་ཏུ་གང་པོང་ང་དཀར་པོ་སྤེམ་སྤོན་གསུམ་སྐྱུར་བ་དང་  
ལྷག་པ་སྤྲད། དུན་པ་མེད་པ་དང་སྐྱ་འཆལ་ཞིང་དུང་གི་མིལ་འཛིན་ནམ་ནམ་མཁའ་ལ་ལག་པས་འཛིན་པ་ལྷར་  
སྤོམ་པ་དེ་སྤྲལ། ཟས་བུར་བསྤོད་གྱིས་བྱིན་ན་ཁྱིམ་ལ་སྤེམ་ལྷར་མ་སེལ་འཛིན་པ་དང་མིག་ཆ་བུར་ན་ག་བུར་དང་  
དེ་ལས་ཏུ་གང་མོག་པས་མང་བ་གཞིས་ཆང་དང་སྐྱུར་བ་བཏང་ཞིང་གོས་རྫོན་པོས་བྱིབས་ལ་རྩལ་འདོན། མ་  
ཐོན་ན་སྤོ་སྤེའི་རྒྱང་ས་ལུམས་བུ་རྩལ་ཐོན་ན་ག་བུར་ཐེབས་པ་ཡིན་པས་ནང་བར་རྒྱང་སྤེམ་སམ་ཆོད་པར་མོག་  
གམ་གཞིས་ཀ་ཆོམས་སམ་བཟ། བཅོས་སྤྱིད་མེད་ན་བསྐྱུར་ནས་བཏང་ཞིང་རྒྱང་སྤེམ་ན་བུར་ཆང་། ཆོད་པ་  
སྤེམ་ན་བསེལ་སྤྱོད་གྱི་སྤེམ་བཏང་ལ་ཆོགས་པ་རྒྱག་པ་བསྐྱེག། ཁ་ཟས་ནི་ཉིན་གུང་ལ་བསེལ་སྤྲད་ཤོངས་རྫོད་  
སྤེལ་ལ་བཏང་ཞིང་ནང་རུ་བསྐྱོག་སྤྱི་ཆ་བཞིག་བསྐྱེགས་ཤིང་། དེས་ཀྱང་སྤྱིད་རྒྱང་ན་ཨ་སོག་ཏར་ལ་རྩལ་སྤོན་  
ག་བུར་ཏུ་གང་པོང་དཀར་ཏེ་གསུམ་རྫོ་ཏི་དང་གར་རྣམས་སྐྱུར་ལ་བཏང་བར་བྱ་ཞིང་ཞག་བཏུ་གསུམ་པན་ཆད་  
ལ་ཆ་བའི་རི་ཐང་མཆོམས་ཡིན་པས་ཆང་གསར་བ་དང་གཙོན་པོའི་ཁུ་བུ་རམ་ཞོ་དང་སྤེམ་པོ་གི་ཐང་རྣམས་  
རིམ་གྱིས་སད་མདས་རོ་སྐྱན་ཏེ་ཆ་ཡི་བྱིད་ལ་ཐ་མ་སྤོད་ཅིང་རྒྱ་ཏུ་ར་དང་ཅན་དན་དཀར་པོ་དང་ག་བུར་དང་མིག་  
པན་གྱི་ཐལ་བ་རྣམས་གར་དང་སྐྱུར་བས་ཆོད་པའི་ལྷག་མ་ལྷམ་པའི་བྱིར་བཤིངས་ལ་བཏང་ངོ། ། ཆ་བ་ཐོན་  
ནས་ལུས་ལ་གང་འཛོད་པའི་ཟས་གྱིས་རིམ་པར་གསོད་གསོས། །



ཞེས་པ་ཞེ། སྒོ་ལ་གྱི་བཙུག་དེས་མ་ཐུབ་པར་སྒྲིག་ཆར་ལ་མ་དོན་ནས་སྒྲིབ་ནས་རྫོག་ཏེ་དང་ལྷན་ལྷན་དང་ཕྱི་  
 དང་ལྷན་ཕྱི་སྒྲིག་ཐུག་པར་བྱུང་དག་ནས་ཐུག་པར་བྱས་པའི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་དུལ་བ་དང་ཕྱི་བཅུད་སྒྲིབ་པའི་སྒྲིག་ལྷན་  
 གཞུག་ཆུང་ཞེ་གསུམ་གྱི་སྒྲིབ་རྫོག་ཏེ་བཏང་པ་བཏང་ངོ། ། མ་ཐུབ་ན་གཞུག་ཆུང་ཐུམ་མ་བཟུན་ཆར་ལ་  
 བཟུས་ཐུབ་གྱི་དང་ཕྱི་གར་སྒྲིབ་པ་བྱས་པ་བཏང་པ་ཆོག་སྒྲིག་པ་དང་བཟུན་པ་དང་ལྷན་ཆོང་དང་པོ་  
 དང་ལྷན་པའི་ཕྱི་སྒྲིབ་ཐུག་པ་བཟུག་ཅིང་དེ་ཕྱི་བཙུག་པས་ཀྱང་མ་ཐུབ་པར་སྒྲིག་ཆུང་ལོག་ཏེ་ཆ་སྒྲིབ་པ་རལ་པ་  
 བཟུག་ན་འཆི་བའི་ན་ཞིང་སྒྲིབ་ཏེ་སྒྲིབ་པས་དྲན་པ་གསལ་པ་ཆ་མེད་དེ་སྒྲིབ་པས་བྱས་པ་དང་། ཆུ་དྲུང་སྒྲིབ་  
 ཆུ་སྒྲིབ་ཞིང་རྒྱུ་ལོ་དྲོད་ཀྱང་ཆེད་ཅིང་སྒྲིབ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་པ་འགོག་སྒྲིབ་ཞིང་ན་བ་གསལ་བ་ན་འཆི་བར་འཕྱུར་  
 རོ། །

### (3) མཁྲིས་རིམ་པ་བཙུག་ཆུང་།

ག སྒྲིག་པར་བཙུག་པ།

མཁྲིས་རིམ་པ་དང་པོ་ཏིག་ཏ་བྱི་ཆེར་ཐང་། ། བྱི་ཆེར་ག་ཏུར་ཆ་མཁྲིས་སྒྲིབ་བཟང་དང་། །

ལ་ཏུ་ག་ཏུར་ཏིག་ཏ་སྒྲིབ་བཟང་བཏང་། །

ཞེས་པ་ཞེ། མཁྲིས་པའི་རིམ་པ་ལ་དང་པོ་ཏིག་ཏ་དང་བྱི་ཆེར་བྱི་ཐང་། བྱི་ཆེར་དང་མིག་ཏུར་དང་ཆ་  
 མཁྲིས་དང་སྒྲིབ་བཟང་ཞེ་གསུམ་སྒྲིབ་ཏུ་སྒྲིབ་བཟང་ཞེས་པ་ནི་པར་བཏང་ཞེས་པ་དེ་དང་། ལང་ན་ལ་ཏུ་ར་དང་ག་  
 ཏུར་ཏིག་ཏ་དང་སྒྲིབ་བཟང་ནས་སྒྲིབ་བཏང་ངོ། །

ཁ བར་དུ་བཙུག་པ།

སྒྲིབ་ནས་ག་ཏུར་གྱི་མི་ཅན་དན་གསུམ་། ། ཆར་ལྷོ་བས་སྒྲིབ་པ་བཞི་ལ་གསུམ་ལི་ག་ཏུར་། །

ཏིག་ཏ་ཏུར་ཏུར་གསུམ་མེ་ཐོང་ར་དག་པ། ། རྩོད་མེན་བ་ག་ག་དང་ག་པ་སྒྲིབ་། ། ཆ་བ་ཆེ་ལ་ཆུང་  
 བར་མིག་ཆུ་མེད་། ། འབྲས་གསུམ་སྒྲིབ་ཆ་ཏུར་བྱིད་ཐང་བཟང་བཟང་བྱ། ། ཆུང་པར་མེད་ཆན་ཆུ་ཐང་ག་  
 འཆག་པ་ལ། ། ཅན་དན་མཆི་ཐུག་དོན་མཁྲིས་སྒྲིབ་པ་བཏང་། ། སྒྲིབ་མའི་བར་དུ་སྒྲིབ་པ་ཐུག་མིས་  
 བཟུམ་། ། ཆུ་ལྷོ་ཆུང་ག་ཐེར་ལྷོ་པ་དམར་བ་ན། ། ཅན་དན་དག་པོ་ཏུར་ཏུར་ཆ་ག་  
 དང་། ། ཆུ་ཆུག་པ་ཤིང་ཐུག་ག་པ་སྒྲིབ་ཏུར་ལ། ། ཆེས་ཐུག་འབྲུལ་བཏང་ཆུ་ཆ་ཆུང་ཐང་  
 གཏར་། ། ཐང་པ་ག་ཐེར་ན་ཐུ་འབྲུལ་འབྲུག་ཆ་བཟུག་། ། དཔུང་བའི་ཆ་ལ་ཐང་ཐང་པ་ཐོན་ཅུ་  
 གཏར་། ། ཐུ་ཆེ་ཐང་ཐུ་ཐུར་ཐུ་ཐུ་ལ་ཏུ་པ། ། ཏུག་པ་ཐུར་ཐུན་དག་པ་སྒྲིབ་མཆོག་པས་ལྷོང་  
 བཟུག་། །

ཅེས་པ་ཞེ། བར་དུ་སྒྲིབ་ནས་ག་ཏུར་དང་གྱི་མི་དང་ཅན་དན་དག་པོ་གསུམ་ཆར་པའི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་དང་སྒྲིབ་

ལ་ཅུག་ལེ་མེ་མེ་བཅུ་གསུམ་དང་ལེ་ག་དུར་དང་ཏིག་ཏུ་ག་མོ་ཅུང་གཤེར་གྱི་མེ་ཏོག་པོང་དག་པོ་ཏོང་  
 ལེན་དང་བཤག་དང་ཀར་ནམས་ལྷུར་བབ་ཏང་ཞིང་། ཚ་བ་ཆེ་ལ་ཁུད་པར་དུ་མིག་དང་ཆུ་མེར་ན་ལ་བར་ལྷུར་  
 གསུམ་ཉེ་འབྲས་ལུ་གསུམ་དང་ལྷུམ་ཙ་དུར་བྱིད་བཅས་ཀྱི་ཐང་བཤལ་བྱ་བ་དང་ཁུད་པར་དུ་མཁྱིས་རིམས་ལེ་  
 བཀན་ལྷ་ཁག་འཛག་པ་ལ་ཚན་དན་དམར་པོ་དང་མཆོའི་ཐལ་བ་དོམ་མཁྱིས་ནམས་ལྷུར་ལ་བཏང་ཞིང་སྒྲིན་མ་  
 གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་སྒྲུབ་སྒྲས་བསྐྱམ་། སྒོ་ལུ་ཞིང་སྟོད་གཟེར་ལ་ཁུད་པ་དམར་ན་ཚན་དན་དག་པོ་དང་གུར་གུམ་  
 དང་ཅུག་དང་ཆུ་སྒྲིག་ས་ཀྱི་ཤིང་གི་ཐལ་བ་ནམས་ཀར་དང་ལྷུར་ནས་ཆོས་ཀྱི་ཁྲ་བས་སྤལ་ལ་བཏང་ཞིང་སྒོ་བའི་  
 ཙ་ཅུག་འགོ་ཅུང་ཟད་གཏར་བ་དང་སྒྲུབ་པ་གཟེར་བ་ན་ལུར་འབྲམས་ཀྱི་འཁྲུག་ཙ་བསྐྱེག་ཅིང་དཔལ་བའི་ཙ་ལ་  
 ཡང་ཁྲག་རྒྱང་ས་ཐོན་ཙ་ཅུག་ཏར་བ་དང་། སྒྲ་ཅི་དང་སྒྲུབ་སྒྲོས་དང་སྒྲུར་མོང་གི་ཐལ་བ་ལ་རུར་ཕྱག་པ་དང་  
 སྒྲུབ་ཆུན་དག་པོ་ནམས་ཀར་དང་ལྷུར་ལ་བཏང་བ་དང་མཆོག་མའི་སྟོང་སྟེག་གོ། ། ཟིན་ཏིག་ལས་འབྱི་ལྷག་ས་  
 སྒྲན་ནག་ཆེན་མོ་དང་སྒྲིབ་ཆོག་ ཏིག་ཏུ་བཀྱད་པ། གི་ཏིག་ གི་ལང་བཅུག་ཅིག་ གཅེས་བསྐྱེས་སྒྲིང་ནོར་དུ་  
 སྒྲན་ག་བཅུ་བཞི་ཤོག་ས་བཟང་བར་བཤད་དོ། །

ག ཐམས་པཅས་པ།

ཐམ་པོ་བར་ལམ་དོན་ཐང་བཤལ་བྱ། ། དེ་ཆེས་རྒྱ་ ཏི་ཤིང་གུན་ག་གོ་ལ། ། ཐར་ཆང་  
 བཏང་ལ་ཆོ་ཁྲ་ཆང་འཇམ་བཞེན། ། དེ་ལྟར་མ་བཅས་པོ་བའི་མེ་ཤིན་ས། ། ཁ་ཟས་མི་འཇུ་སྟོང་  
 རྒྱག་ས་བྱེད་ན་འཆི། ། ཤོང་བཞིན་རྒྱ་ལོན་ཏིག་ས་ཆང་འཆོ་བར་ངེས། །

ཞེས་པ་ཉེ། ཐམ་པོ་བར་ལམ་དོན་ན་ལ་རུ་མཆུ་སྒྲུང་དུར་བྱིད་ལྷུམ་ཙ་བཅས་པའི་ཐང་བཤལ་བྱ། དེའི་  
 ཆེས་ལ་རྒྱ་ཏི་དང་ཤིང་གུན་དང་ག་གོ་ལ་ནམས་ལུ་རམ་གྱི་ཆང་གིས་སྤལ་ནས་བཏང་ལ་ཤ་ཆོན་པའི་ཁྲ་བ་དང་ཆང་  
 འཇམ་གྱང་བཞེན་དགོས་ཤིང་དེ་ལྟར་དུ་མ་བཅས་ན་པོ་བའི་མེ་ཤིན་ས་ཁ་ཟས་མི་འཇུ་ཞིང་སྟོང་རྒྱག་བྱེད་པ་ལྟར་  
 ན་འཆི་བར་འཇུར་ལ་ཤོང་བཞིན་དུ་རྒྱ་ལོན་པའི་ཏིག་ས་ཆང་ན་འཆོ་བར་ངེས་སོ། །

(3) བད་རིམས་བཅས་ཆུལ།

ག ཐོག་མར་བཅས་པ།

བད་གན་རིམས་ལ་དང་པོ་མ་ཅུ་བཞི། ། ཕྱི་ཆེར་ག་དུར་བཤག་དང་གྲ། ། གྲ་སྒྲུང་བར་བ་  
 ཏུ་མི་སྒྲིན་ཐང་བཏང་། ། སྒྲུང་བར་བྱ་ཞིང་ནང་རུབ་ཆུ་སྒྲོལ་བཏུང་། །

ཞེས་པ་ཉེ། བད་གན་གྱི་རིམས་ལ་དང་པོ་ཕྱི་ཆུད་ལྟར་གྱི་མ་ཅུ་བཞི། ཕྱི་ཆེར་དང་ལེ་ག་དུར་དང་བཤག་  
 ཀ་དང་གྲ་སྒྲུང་དང་གྲ་སྒྲུང་དང་པར་བཏང་བཅས་པའི་སྒྲིན་ཐང་བཏང་ལ་ཟས་མ་བཞེན་པར་སྒྲུང་བར་བྱ་ཞིང་ནང་  
 རུབ་དུ་ཆུ་བསྒྲོལ་བཏང་དོ། །



པ་ཤོང་གི་རྟགས་དུན་པ་གསལ་བ་དང་རྟ་རྒྱུ་ཆེ་ལ་དབྱགས་རིང་ཞིང་ལྷ་ཆུ་ཆད། མཆུ་དང་ཕྱེ་རྫོན་སྒྲ་ཙ  
བརྟན་པ་སྟགས་ཆང་ན་འཆོབ་ཡིན་ནོ། །

(༩) འདུས་རིམས་བཅས་ཆུལ།

༡ སྤྱི་བཅས།

སྤྱི་བཅས་སྤྱིན་དང་ཞིབ་པ་གསོ་བ་གསུམ། །

སྤྱི་བཅས་དེ་ལ་སྤྱིན་པ་དང་ཞིབ་པ་བྱ་བ་དང་གསོ་བ་གསུམ་དུ་ཡོད་དོ། །

༡༧ སྤྱིན་ཕྱེད།

དང་པོ་སྤྱིན་ཕྱེད་དངས་མར་འབས་པ་ཡིས། ། མོ་བའི་རྒྱུད་ཉམས་ཙུང་ལམ་འགགས་པའི་  
ཕྱིར། ། ཅི་རིགས་སྤྱང་བྱ་ནང་བྱལ་ཆ་སྒྲིལ་བུར། ། འབྲས་གསུམ་ཡོས་བྱལ་སྤྱོད་བཅས་ཙུང་བ་  
བཟང་། ། བཅའ་སྒྲིལ་ཆེར་པར་པ་ཏ་གསུམ་ལ། ། རྒྱ་སྤྱང་བཞེབས་ཏེ་བསྒྲིལ་ཐང་ཆེ་འཇམ་  
དང་། ། སྤྱི་རྒྱུ་སྤྱང་ཙུང་མཁྱིས་སྤྱང་བཟང་། ། བད་རྒྱུད་ཆེན་མཆོ་བཞི་ཐང་ཉི། ། བྱལ་  
མཁྱིས་ཆེན་འབྲས་བྱལ་གསུམ་ཐང་བཟང་། ། ཟས་སྤྱོད་ཆ་བྱལ་གཉིས་སྤྱང་རྒྱ་འཇམ་བཞེན། །

ཞེས་པ་ཉི། དང་པོ་སྤྱིན་ཕྱེད་དེ་ཡང་དྲུངས་མལ་འདུས་རིམས་བཅས་པས་སོ་བའི་རྒྱུད་ཉམས་ཏེ་དྲུངས་  
མཆུ་བའི་ཙུང་ལམ་རྒྱལས་འགགས་པའི་སྤྱིར་ཞག་ཅི་རིགས་པར་སྤྱང་བར་བྱ་ལ་ནང་བྱལ་ཏུ་ཆུ་བསྒྲིལ་བུར་བ་  
དང་འབྲས་སམ་ཡང་ན་ཡོས་བྱལ་གསུམ་དང་སྤྱང་དང་གོ་སྤྱོད་ཏུ་སྤྱི་རྒྱུད་དང་བཅས་པའི་ཆ་བཟང་། བཅའ་སྒྲི་  
དང་བྱེ་ཆེར་དང་པར་པ་ཏ་གསུམ་ལ་སྤྱང་སྤྱང་བཞེབས་ཏེ་བསྒྲིལ་བའི་ཐང་ཆེ་འཇམ་པ་དང་ཡང་སྤྱི་རྒྱུ་དང་སྤྱང་  
སྤྱང་དང་ཙུང་མཁྱིས་དང་སྤྱང་ཐང་བཟང་ཞིང་བྱུང་པར་བད་རྒྱུད་ཤས་ཆེན་སྤྱི་རྒྱུད་ཉམས་བྱལ་བཞི་ཐང་  
བཟང་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ་བྱལ་དང་མཁྱིས་པ་ཤས་ཆེན་ཨ་བར་སྤྱང་ཏེ་འབྲས་གསུམ་བྱལ་ཐང་བཟང་ལ་ཟས་དང་  
སྤྱོད་ལམ་ཤིན་ཏུ་ཆ་དྲགས་པ་དང་དེ་བཞིན་གྱང་དྲགས་པ་གཉིས་སྤྱང་ལ་རྒྱ་འཇམ་བཞེན་པས་ཆོག་གོ། ། མན་  
ངག་ཉམས་ཐབས་སྤྱ། འདུས་པའི་རིམས་འདི་དྲུངས་མར་འབབ་པའི་སྤྱིར། ། བད་འདི་ངོས་འཛིན་བརྟག་  
དག་འཛད་ལུན་རིང་། ། བཅས་བྱལ་གཉིན་པོས་སྤྱི་བས་བྱུང་འདི་ག་ཉི། ། ལྷོ་བས་ཆེ་སྤྱིན་ཡོང་མེད་པའི་ཆ་  
རིམས་ལ། ། བཅན་དུག་སྤྱི་རྒྱུ་ལྱལ་གྱི་ཤད་དང་། ། རེ་རྒྱག་བྱུང་ག་ཆུ་ཙུང་ཐང་བྱལ། ། དུང་བྱིད་ཅུག་དང་  
གི་མི་ཨ་རུ་རྒྱལས། ། དྱི་རྒྱུས་རིམ་བྱལ་བྱལ་རིམ་ཙམ་དུ་བསྒྲིལ། ། དྲག་པོ་བཅུ་གསུམ་ཞེས་པའི་སྤྱིར་བ་  
འདིས། ། ཆ་བག་ཉམས་རིམས་སྤྱི་དང་བྱུང་པར་དུ། ། བལ་ནད་རིམས་ཀྱང་དྲག་པོའི་ལམ་ནས་འདྲིན། །  
ལྷོ་བས་རྒྱུད་ཤོང་གི་སྤྱི་བག་ཉེར་ཡུ་དང་། ། ཟླ་ཤེལ་རྒྱུ་བྱལ་སྤྱིར་བ་ཉམས་པ་སྤྱང་། ། ཅེས་བཤད་དོ། །

གཤམ་མཁོན་ལྟགས་

དེ་ཡི་མཁོན་ལྟགས་རྒྱལ་གཡོས་རྒྱལ་མེད་མངས་། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་མཁོན་པའི་ལྟགས་ལ་རྒྱལ་གཡོས་ཤིང་རྒྱལ་མེད་ཏེ་གང་ཤུམ་མངས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཁ་༡ ཞི་བྱེད།

དེ་ཞོག་བར་ཏུ་ཞི་བས་བཅས་བྱ་སྟེ། ། དེ་ཡང་བཅས་པའི་དུས་ལ་གསལ་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཞིས། །

ཞེས་པ་སྟེ། ཞོག་བཤད་མཁོན་པའི་ལྟགས་ལྟགས་པའི་རྒྱུ་མེད་དེ་འོག་ཏུ་བར་ཏུ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་སྐོ་  
ནས་བཅས་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། དེ་ཡང་བཅས་པའི་དུས་ལ་གསལ་པ་དང་རྒྱུ་ཡིན་པ་གཞིས་ཡོད་དོ། །

ག་༡ གསལ་བཅས་

གསལ་དུས་ཤིས་པའི་སྐོ་བས་ཤིས་བཅས་པ་དང་། ། མ་བའི་སྐོ་བས་དང་རྒྱུ་ནས་བཅས་པ་  
གཞིས། ། ཤིས་པའི་སྐོ་བས་རྒྱུ་ལྟར་མཁོན་བད་ཀན་གསུམ། ། གང་གསལ་ཆེ་བ་སྐོ་བ་ཞི་བར་  
བྱ། ། མ་མཉམ་བད་མཁོན་རྒྱུ་གསུམ་ཤིས་པས་བཅས་། ། རྒྱུ་པ་སྟེ་ཤིས་མཁོན་པ་མ་ཏུ་  
ར། ། བད་ཀན་མི་མི་མིང་གི་ཆིག་ཐང་བཏང་། ། མ་མཉམ་པ་པ་འབྲས་པ་གསུམ་ཐང་  
བཏེན། ། ཟམ་སྒྲིང་སྒྲན་དཔུང་དེ་མི་གཉེན་ཤོར་རྒྱུ། ། མ་བའི་སྐོ་བས་དང་རྒྱུ་ཏེ་བཅས་པ་  
མི། ། དུས་དུས་ན་ཆོད་ནད་ཁམས་ཟམ་སྒྲིང་ཤིས། ། མ་སྐོ་བས་ཆེ་རྒྱུ་གཞིས་ཤིས་འབྲུག་བའི་  
ཤིས། ། སྐོ་བས་ཆེ་མཁོན་དུས་བཏང་བའི་ཤོར་མེད་པས། ། ཞག་གཅིག་རྒྱུ་དུས་ནད་པར་གསལ་  
གཞིན། ། དེ་མི་ནད་པར་གསལ་ཤིང་རྒྱུ་ཤིས་ཤིས་དང་། ། རྒྱུ་ཤིས་ཤིས་ནད་པར་ཏྲོང་མེན་བཤམ་  
ཤིས་རྒྱུ། ། དེ་ཤིས་པ་བའི་བད་མཁོན་པས་པ་ཤིས་པ། ། ག་པར་རྒྱུ་མེན་གསུམ་ཐ་བཏུན་པ་  
པམ། ། ཤིན་ཆེན་ཞགས་པ་ཤིས་ཤིས་མ་སྐོ་བས་རྒྱུ། ། ཟམས་ཤིས་མཉམ་བཏང་ཆེས་པ་ཆད་པམ་  
པམ་པ། ། སྐོད་ཆད་ཆེ་ན་མངམ་བའི་སྐོ་བས་རྒྱུ། ། སྐོད་གཞིར་ཤིང་པ་དམར་མེད་གནས་  
རྒྱུ་གཏང་། ། མ་བའི་རྒྱུ་ཤིས་གདོན་ཆག་ཏོང་མ་ཆེད་མི་ཏུ། ། སྐོ་བས་རྒྱུ་ཤི་སྐོ་བ་པ་ཏྲོ་  
པ། ། ཏྲོང་མེན་སྐོ་བ་ཤིས་ཤིས་པ་ཤིས་པ་གསུམ། ། བཟོས་ཤིས་པ་ཏྲོང་ཆེས་གཅོ་ཏོ་བརྒྱུད་པ་  
པ། ། ཐུ་ཤང་པར་པ་ཏྲོ་དང་དུག་མོ་ཏུང་། ། བཏྲོ་པ་དང་ཆ་མཁོན་པ་སྐོ་བ་པ་ཏྲོང་། །

ཞེས་པ་སྟེ། གསལ་དུས་དེ་ཡང་རྒྱུ་ལྟར་མཁོན་བད་ཀན་གསུམ་སྟེ་ཞེས་པའི་སྐོ་བས་ཤིས་བཅས་པ་དང་ཆེ་  
བའི་སྐོ་བས་ཆེ་རྒྱུ་དང་རྒྱུ་ནས་བཅས་པ་གཞིས་ལས་ཞེས་པའི་སྐོ་བས་དང་རྒྱུ་ཏེ་བཅས་པར་རྒྱུ་དང་མཁོན་  
པ་བད་ཀན་གསུམ་ལས་གང་གསལ་ཆེ་བའི་སྐོ་བ་ཞི་བར་བྱ་ལ། མ་མཉམ་ན་བད་ཀན་དང་མཁོན་པ་རྒྱུ་གསུམ་  
ཤིས་པས་བཅས་དགོས་པ་རྒྱུ་པ་སྟེ་ཤིས་དང་མཁོན་པ་ལ་མ་ཏུ་ར་བད་ཀན་པ་མི་མིང་ནམས་ཤི་ཆིག་ཐང་

བཏང་བ་དང་འདྲ་བ་དེ་དག་གསུམ་ཆ་མཉམ་པ་ལ་ཨ་བར་རྒྱུར་ཏེ་འབྲས་བུ་གསུམ་གྱི་ཐང་བཞེན་ཁིང་ཟས་སྦྱོང་  
 དང་སྒྲན་དཔྱད་གཉིས་ཆ་བཞི་ཡང་དེའི་གཞིན་པོར་རྒྱུར་ཏེ་གང་ལ་གང་འཆོམ་རིག་པས་དཔྱོད་དགོས་སོ། །  
 ཆ་བའི་སྟོབས་ཆེ་ཆུང་དང་རྒྱུར་ཏེ་བཅོས་པར་བྱ་བ་ནི་ཡུལ་ཆ་དུགས་དུས་སྟོན་དཔྱིད་ན་ཆོད་དར་མ་སྟགས་ཡིན་  
 མིན་དང་ནད་ཀྱི་ཁམས་ཟས་སྦྱོང་སྟགས་བྱས་པ་གོང་དུ་བཤད་པ་རྩུར་གྱིས་ཆོད་པའི་སྟོབས་ལ་ཆེ་བ་དང་ཆུང་བ་  
 གཉིས་སུ་འབྱུར་བའི་ཕྱིར་སྟོབས་ཆེ་བར་སྒྲིན་པའི་དུས་བསྐྱགས་ནས་བཞད་པའི་ལོང་མེད་པས་ཞག་གཅིག་རིང་  
 རྒྱུར་བར་བྱས་ལ་དེའི་ནང་པར་བཤང་དང་རི་དྲགས་ཀྱི་ཤགས་པར་པ་སྒྲིན་ཁིང་དེའི་ནང་པར་གསེར་གྱི་ཕྱད་ཕྱའི་  
 རྒྱགས་ཀྱིས་ཀྱང་བ་དང་རྒྱགས་བྱས་པའི་ནང་པར་རྟོང་མེན་དང་དུར་ཕྱིད་ཀྱི་བཤམ་གྱིས་རྒྱང་བ་དེས་སོ་བའི་  
 བདག་ནད་མཁྱིས་པ་བསམ་པར་བྱས་ལ། ག་ཕྱར་དང་ཚུགས་པོར་དང་དགར་པོ་སྟེ་རྒྱུ་སྒྲོན་གསུམ་མམ་གྱི་མི་  
 བྱར་ཀྱམ་བཞུན་པས་ལྷ་བའོ་མ་མཁྱིས་སྒྲ་ཅི་བཞུན་པས་བདུན་པའམ་རིན་ཆེན་ཞགས་པ་ཞེས་ཕྱི་རྒྱུད་ནས་བཤད་  
 པའི་ག་ཕྱར་བཅུ་བཞི་བུས་བྱང་ས་བཟང་རན་དང་ཆ་སྟོབས་ཆེ་ཆུང་སྟགས་རྒྱུར་ལ་སྐབས་སྐབས་སུ་སྒྲན་བཏང་  
 རྟེན་བའི་རྗེས་ལ་ཆོད་པའི་ལམ་རྒྱལ་དུ་གདོན་ཏེ་བསམ་བཏང་། རྟོན་གྱི་ཆོད་པ་ཆེ་བ་ན་མངར་བའི་སྟོན་ཏེ་  
 རྒྱན་འབྲུམ་དང་དུར་ཕྱིད་ཀྱིས་རྒྱུར་བ་དང་སྟོན་དུ་གཟེར་ཁིང་ཕྱད་པ་དམར་མེར་གྱིད་ན་ནད་དམིགས་ཀྱི་སྟེ་  
 གནས་རྒྱུར་ལ་གཏར་དགོས་ཀྱང་ཆ་བའི་རྒྱང་ས་པ་གདོན་ཅམ་ལས་ཁྲག་བོངས་ཆེར་མི་རུང་ཁིང་སྟོབས་རྒྱུར་ལ་བྱ་  
 གྱི་ཞེས་པ་སྟག་ཆོར་དང་སྒྱུར་པ་དང་པ་རྟོ་ལ་སྟེ་རྒྱ་ཁྲུང་དང་རྟོང་མེན་དང་སྒྲོན་མེ་ཤིང་དང་སྒྲ་སྒྲང་དང་ཨ་བར་  
 རྒྱུར་ཏེ་འབྲས་བུ་གསུམ་བཅས་བསྟོལ་བའི་གྲངས་ཐང་བཏང་རྗེས་ཕྱི་རྒྱུད་ཀྱི་གཙུག་པོ་བསྐྱུད་པ་ལ་སྒྲ་སྒྲང་དང་  
 པར་པ་ཏ་དང་དུག་མོ་ཁྱུང་པ་རྟོ་ལ་སྟེ་རྒྱ་ཁྲུང་དང་སྟེ་མཁྱིས་ན་མས་བཞུན་ལ་བཏང་བའོ། །

ག ༩. རྟོན་བཅོས།

སྒྲ་གཅིག་པར་འདས་རིམས་རྟོན་ཆ་བ་ན་མས། ། སྟེ་ལྟེས་ཁི་ཁི་ཁིང་དང་འབྲས་བུ་  
 གསུམ། ། ཐང་མང་བཏང་རྗེས་ཏི་ཕུ་ཆ་ཐ་རྒྱུར། ། སྐབས་སུ་རྒྱལ་དུ་ཁྲུང་མིག་རྒྱ་མེར་ན་  
 རྒྱུར། ། བཤད་གཅི་སྟེན་འགགས་པ་ལ་བྱ་གྱིད་དང་། ། གཟེ་མ་འོ་མ་ཁྱུང་རྟོན་བསྟོལ་བ་མན། །  
 མདོག་སྟོ་བ་སྐམ་དང་ག་བདེ་བ་ན། ། ཆ་བ་ཕྱི་དུ་ཕྱིར་བས་རྒྱ་རྒྱག་མན། ། ཆ་ཁྱིད་ན་འབྱོར་སྟེ་  
 ན་རྒྱང་བདག་གཏར། ། ཆིགས་གཞི་རྒྱས་པ་ན་སྒྲངས་རྒྱ་ཕྱམས་བྱ། ། རིམས་རྗེས་རྒྱ་རྒྱང་ས་ན་  
 གང་ཏེ་གཏར། ། བྱར་ཀྱམ་ག་ར་མར་གསར་རྒྱ་སྒྲན་བཏང། ། བྱ་ཁྲན་རྟག་པ་རྟོང་མེན་རྒྱ་  
 རྒྱག ། ཀོ་མེར་ན་ཁིང་གཟེར་ན་མཆན་དུགས་བྱ། ། ཤེད་མེད་སྒྲང་ཆད་སྟེས་ན་སྒྲང་འབྱོན་  
 བཏང། ། རྒྱངས་བདེ་རྟོ་སྒྲང་དྲོད་བྱལ་འཇམ་ཆིབྱ། ། སྟོབས་མེད་གཏིང་ཆད་མ་ཐོན་རྒྱང་སྟེས་  
 ན། ། ཏིག་ཏུ་འི་སྟན་མར་སྒྲང་ཆི་རྒྱུར་ལ་བཞེན། ། མདོད་ན་ཆ་བ་ནད་རྒྱངས་ཀྱན་འབྱེལ་

ཕྱིར། ། མོར་བྱ་མཆོག་མ་ལེས་འབྱུང་བས་ན། ། ཆ་བ་མྱི་དང་འབྲལ་ཏེ་ནད་མྱ་བས་ལ། །

ཞེས་པ་ཉྱེ། ཟླ་བ་གཅིག་པུ་འདས་པའི་རིམ་ས་རྒྱུད་པའི་ཆ་བ་ནམས་ལ་སྒྲེད་པ་དང་མི་མི་མིང་དང་ཨ་  
བར་མྱར་ཏེ་འབྲས་བྱ་གསུམ་གྱི་ཐང་མང་དུ་བཏར་རྗེས་མྱི་རྒྱུད་ཀྱི་གུ་བར་ཉི་ཤུ་ཆ་ལྟ་མྱར་ལ་སྐབས་སུ་རྒྱལ་དབྱུང་  
བདང་མིག་དང་ཚུ་མདོག་མེར་ན་མྱི་བཙོས་སྐབས། མྱེད་ཚུར་མིག་ཆ་མེར་ན་བཤལ་གྱིས་སྤྱུང་ས། ། ཞེས་  
པའི་སྒྱུར་བས་སྤྱུང་བ་དང་བཤར་བ་དང་གཅིན་དང་མྱེན་ནམ་འོག་རྒྱུད་འགགས་པ་ལ་བྱ་གྱི་ཉྱེ་ཉྱེ་ག་ཆེར་དང་  
ག་ཆེ་མའོ་མ་ཤུར་མ་རྒྱུད་པ་རྒྱལ་ས་སྐོལ་བ་པན་པ་དང་། མདོག་མྱོ་ཞིང་མ་སྐོལ་ལ་དང་ག་བདེ་བ་ན་ཆ་བ་མྱི་ཏུ་  
བྱེད་བ་ཡིན་པས་ན་ཚུ་ལྷག་གིས་བྱབ་ན་པན་ཞིང་། ཆ་འབྲིད་ཅིང་ན་ལ་འབྲེང་བ་ཉྱེ་ལྷག་ས་ལ་ཉྱེ་ལྷམ་བྱེད་ན་  
གང་བ་བས་ལ་ཅུང་ཟད་གཏར་བ་དང་། ཆོག་ས་ག་ཞི་དང་ཏུས་པ་ན་ཞིང་སྤངས་ན་བདུད་ཅི་ལྷའམ་བཤིས་ཚུའི་  
ལུམ་ལ་བྱ་བ་དང་། རིམ་ས་གྱི་རྗེས་སྒྲུའི་ཆ་བ་སྤངས་པ་ན་གང་ཉི་ཤུ་གཏར་ཞིང་ཤུར་ཀྱམ་དང་གར་མར་གསར་  
དང་མྱར་པའི་མྱ་སྒྲན་བཏར་བ་དང་བྲག་ལྷན་དང་ལྷག་མ་ནག་པོ་དང་ཉོང་ལེན་རྒྱལ་ས་ཁྱི་ལྷ་བྱུང་བ་བྱས་པ་བྱས་  
གོ་མེར་ན་ཞིང་ག་ཆེར་བ་ན་ཆ་དགར་བ་མོས་པའི་དུག་ས་བྱ་བ་དང་། ཤེད་མེད་ཅིང་སྤྲད་གྱི་ཆད་པ་སྤྱིས་པ་ན་  
ནི་ཏུ་ཏུ་བར་པའི་ཉྱེད་ལྷམ་ཆ་དང་འོ་མའི་སྤྲད་འབྲེན་བཏར་བ་དང་། ཟུངས་ཟད་ཅིང་ག་ཉིད་མེད་པ་ལ་འོ་སྤྲད་  
དོད་དང་བྲལ་ན་མྱི་རྒྱུད་སྒྲེ་འཇམ་གྱི་འཇམ་ཅི་བྱ་ཞིང་ལུས་གྱི་སྒྲོ་བས་མེད་ཅིང་གཏིར་གི་ཆད་པ་མ་ཐོན་པར་རྒྱུར་  
སྤྱིས་ན་མྱི་རྒྱུད་གྱི་ཉི་ག་ཉི་སྤྲན་མར་སྤྲང་ཅི་དང་སྤྲང་ལ་བ་ཉྱེན། མདོར་ན་ཆ་བ་དེ་ནད་དང་ཟུངས་ཀྱན་ལ་  
འབྲེལ་བའི་མྱིར་ཐོར་བྱའི་ནད་མཆོག་མ་ལེས་པ་ཏུ་མ་འབྱུང་གིད་པས་ན་ཆ་བ་མྱི་དང་པན་ཚུན་གཤམ་དུ་  
བཞོད་པ་ལྟར་འབྲལ་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ་ནད་མྱ་རྒྱལ་ས་བས་ལ་ལོ། །

## ང་། ཟུངས་གསོ་བ།

ཐ་མ་རི་ཐང་མཆོམས་སུ་ཟུངས་གསོ་ཉྱེ། ། འདུས་རིམ་ས་ཡིན་ཕྱིར་རེས་མེད་འབྲལ་ས་  
ཆེ། ། ལེགས་པར་བརྟགས་ནས་ཁ་ཟས་རིམ་གྱིས་སྤོད། ། འདུར་སྤར་སྒྲོ་བྱིད་འབྲང་ལ་མ་ཐོར་  
གཅེས། །

ཞེས་པ་ཉྱེ། ཐ་མ་ཆ་བ་ཟད་རྒྱུད་སྤྱིས་པའི་རི་ཐང་གི་མཆོམས་སུ་ཟུངས་གསོ་བར་བྱ་དགོས་ཏེ་འདུས་  
པའི་རིམ་ས་ཡིན་པའི་མྱིར་རེས་མེད་དུ་འབྲལ་ས་ཆེ་བས་ལེགས་པར་བརྟགས་ནས་ཁ་ཟས་རྒྱལ་ས་རིམ་གྱིས་སྤོད་པ་  
ལས་འདུ་སྤར་སྒྲོ་བྱིད་ཀྱི་འབྲང་ལ་མ་ཐོར་བ་ཤིན་ཏུ་གཅིས་དགོས་སོ། །

## ཁ་བྱེ་བྲག་གི་བཙོས།

དེ་ནས་འདུས་རིམ་ས་བྱེ་བྲག་གསོ་བ་ནི། ། རྒྱན་རིམ་ས་པ་ཏྲོལ་གསུམ་པའི་ཐང་བཏར་  
ཞིང་། ། རྒྱད་པར་བད་གན་གས་ཆེ་སྤྱོད་ཅིང་སྤྱུལ། ། མི་འབྱུ་མི་ག་འགགས་ན་སྤྱུགས་གྱིས་

ཏྲང་། ། བཤེས་པ་བས་མིག་རྒྱ་མེད་ན་བཤེས་ཀྱིས་རྒྱང་། ། རྟོན་ཁྲོས་མོ་བར་རྒྱག་ལ་མོ་ཤེས་  
 བསད། ། རྟག་པའི་རིམས་ལ་རྟོང་ལེན་ལྷ་བ་རྒྱུད། ། གར་བཤེས་རྒྱ་ལ་ཅི་རན་རིག་པས་  
 གཏར། ། ཉིན་གཅིག་པ་ལ་ལྷ་མཉམ་བརྒྱད་པ་བཏར། ། གཙོ་མོ་རྒྱལ་མར་དཔུང་ཞིང་རྒྱ་རྒྱལ་  
 རྒྱ། ། ཉིན་གསུམ་པ་ལ་བཅའ་མ་བཞི་མར་བཏར། ། ཁྱིའུ་པ་ཚུ་བ་རྒྱུད་དང་རྒྱུད་པ་ཁྱིན། །  
 ཉིན་བཞི་པ་ལ་ལྷོ་ཤེས་གསུམ་མར་བཏར། ། ལྷོ་ཤེས་ཐག་ལྷན་རྒྱུད་ལྷགས་མཁན་རྒྱུད་ཐག། །  
 རྒྱ་ལ་རྒྱ་ལོ་མའི་འཇམ་ཅི་ལ། ། ཆོགས་པ་ཁ་ཁྱེ་རྒྱག་གཞིར་གང་ཆེ་བའི་ཐག། ། ལྷད་པར་བཤེས་  
 བ་རྒྱ་བཤེས་བཏར་བའམ། ། རྒྱ་རྒྱུ་ལྷ་རིལ་དྲུགས་ལྷ་ནང་རྒྱ་རྒྱང་། ། རྒྱེས་ལ་རྒྱ་བ་འབྲས་ལྱའི་  
 རྒྱུན་མར་རྒྱུད། ། གྲུན་ལ་པ་རྟོ་ལ་དང་སྤྱ་ཅེ་ཤེས། ། ལྷ་མཉམ་ཤིང་མངར་ལ་རྒྱ་རྒྱུ་དང་ལྷ། ། པ་  
 རྟོ་ལ་ལྷ་འདིའི་མར་ཁྱེ་གང་རིགས་མན། ། རིམས་གང་ཅིས་ཀྱང་རྒྱ་བ་མི་ཆོག་ན། ། འཆོ་དགའ་  
 ལག་པའི་རྒྱ་ལ་ལན་འགའ་གཏར། ། ཉིན་གཅིག་མི་གཏར་བཞི་ལོ་རང་རང་རྒྱ། ། གཏར་བས་  
 རིམས་ཀྱི་རྒྱ་བ་རྒྱུད་ནས་འདོན། ། གྲུན་ལ་རི་མང་མཆོམས་སྤྱ་གཟབ་པ་གཅེས། །

ཞེས་པ་ལྷ། དེ་ནས་འདུས་པའི་རིམས་ལྷོ་ཐག་དྲུག་མོ་བན། རྒྱུན་རིམས་ལ་པ་རྟོ་ལ་ལྷོ་རྒྱ་ཁྱུང་དང་དྲུག་  
 མོ་ཁྱུང་རྟོང་ལེན་གསུམ་པའི་མར་བཏར་ཞིང་ཁྱུང་པར་དྲུ་བད་ཀན་ཤས་ཆེན་ལྷོག་ཅིང་རྒྱུག་པ་དང་མི་འདུ་བར་  
 ཡིག་འགགས་པ་ན་མོ་ཆད་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྱིས་དྲུས་པ་དང་། བཤེས་པར་བཤེས་པས་མིག་དང་རྒྱ་མེད་ན་  
 དྲུང་ལྱིད་རྒྱུན་འབྲུམ་ལྱི་རྒྱུད་ལྱི་རྒྱུ་བཞི་མར་བཅས་ཀྱི་བཤེས་ཀྱིས་རྒྱུད། རྟོན་ཁྲོས་པས་མོ་བར་རྒྱག་ཆེ་པ་ལ་མོ་ལྷོ་  
 ཞེས་པ་རྒྱ་ཁྱུང་ཐག་དང་ཁྱུང་མ་རིལ་ལྱུང་བས་བསད་ཅིང་རྟག་པའི་རིམས་ལ་རྟོང་ལེན་དང་རྒྱ་ཁྱུང་ལྷ་མཉམ་བ་  
 རྒྱ་གརྒྱ་པ་དང་ལྷོ་རྒྱ་ལྷ་བ་རྒྱུད་ལགར་བཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ལ་ཅི་རན་པར་རིགས་པས་གཏར་ཞིང་ཉིན་གཅིག་པ་ལ་ལྷ་མཉམ་  
 དང་པ་རྟོ་ལ་ལྷོ་རྒྱ་ཁྱུང་དང་འབྲས་ལྱུང་བར་རྒྱུད་གསུམ་ནིམ་པ་དྲུག་ཁྱུང་རྒྱུན་འབྲུམ་བཅས་བརྒྱད་པ་བཏར་བ་  
 དང་གཙོ་མོ་ལ་རྒྱལ་མར་དྲུ་དཔུང་ཞིང་རྒྱ་རྒྱུ་ལྷོ། ། ཉིན་གསུམ་པ་ལ་བཅའ་མ་ཅན་དན་དགར་པོ་ཉིག་ཏེ་  
 ཤེས་བཅས་བཞི་མར་བཏར་བ་དང་ལྱི་དྲུག་མོས་དགར་ལྱུང་ལྱིར་ཐག་ལྷན་དྲུག་ཁྱུང་ལོང་དང་འབྲས་ལྱུང་བར་  
 རྒྱུར་གསུམ་ནམས་ཉེ་བཅུ་བ་རྒྱུད་དང་རྒྱུར་ལ་ཁྱིན། ཉིན་བཞི་པ་ལ་ལྷོ་ཤེས་རྒྱ་མཉམ་རྒྱུ་དྲུ་ལྷོ་གསུམ་མར་བཏར་  
 ཞིང་ལྷོ་ཤེས་དང་ཐག་ལྷན་རྒྱུར་བལྱགས་ལ་མཁན་པ་རྒྱ་རྟོན་མོར་ལྷངས་པས་ཐན་ཞིང་རྒྱ་རྒྱུ་དང་ལྷ་ཁྱུ་དང་ལོ་  
 མའི་འཇམ་ཅི་ལྷ་བ་དང་ཆོགས་པ་ཁ་ཁྱེ་ན་རྒྱག་གཞིར་གང་ཆེ་བར་བའི་ཐག། ལྷད་པར་བཤེས་པ་ན་ལྱི་རྒྱུད་འཁྱིའུ་  
 ས་འཛིན་ལྷ་པའི་རྒྱ་བཤེས་བཏར་བའམ་རྒྱ་རྒྱུ་ཆོན་ནམ་ལྱུས་ཀྱང་ལ་ལྷ་རིལ་གང་རིགས་ཀྱི་དྲུགས་ལྷ་བ་དང་ནང་རྒྱ་  
 བས་ལྱི་རྒྱུད་ལྷ་རྒྱུད་ཞིང་རྒྱེས་ལ་ལྱི་རྒྱུད་ལྷ་རྒྱ་ལ་ལྷ་དང་འབྲས་ལྱུགས་མོའི་རྒྱན་མར་རྒྱུར་ཞིང་ཀྱང་ལ་པ་རྟོ་  
 ལ་མོང་བཤད་དང་སྤྱ་ཅེ་ཤེས་ཉེ་ལེན་དང་རྒྱ་མཉམ་དང་ཤིང་མངར་དང་ལྷ་རྒྱུ་རྒྱུ་དང་ལྷ་བཅས་པའི་པ་རྟོ་ལ་ལྷ

བའདིའི་ཐང་རམ་སྟེ་མ་གང་རིགས་པམ། རིམས་གང་ཡང་ཅི་བྱས་ཀྱང་ད་དྲང་ཆ་བམི་ཆག་ན་འཆོ་དགའ་བ་  
ཡིན་པས་ལག་པའི་མཁྱིམ་ཆ་གཤམ་རིངས་དང་སྟན་ལུ་ལ་པན་འགའ་གཏར་བར་བྱ་དགོས་ཏེ། དེ་ཡང་གལ་  
བབས་པའི་རིམས་ཉིན་གཅིག་པ་གཏར་ན་རྗེས་མི་ཆོད་པར་བྱེད་འགྲོ་བས་མི་གཏར་ཞིང་གཞན་བཞི་པོའི་རྒྱན་  
རིམས་ནི་དྲངས་མར་བབས་པས་དྲངས་མ་བད་མཁྱིམ་གྱི་ཡུལ་ཡིན་པས་གཤམ་རིངས་རང་ཆ་དང་ཉག་པའི་  
རིམས་ཁྲག་ལ་བབས་པས་ཁྲག་ཆ་རྩ་བུར་ལ་མོགས་གང་རྒྱས་དང་ཉིན་གསུམ་པ་ཆོལ་ལ་བབས་པས་ནད་ཉགས་  
དང་བརྒྱན་ལ་མགོ་བོའི་རང་ཆ་གསེར་མདུང་དང་། ཉིན་བཞི་བརྩས་པ་ལ་བབས་པས་རྩས་པའི་ཆ་བ་མཁས་  
མའི་ཆ་ལ་བྱིན་གཞུག་རང་ཆ་ཡིན་པ་དེ་ནམས་གཏར་བས་རིམས་ཀྱི་ཆ་བ་ཆད་ནས་འདོན་ཞིང་དེ་ཀྱན་ལ་རི་མང་  
གི་མཆོམས་སྟུག་བཟང་པ་གཅེས་སོ། །

(4) གཉན་རིམས་བཅོས་པ།

ག རྩི་བཅོས།

གཉན་རིམས་བཅོས་ཐབས་རྩི་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས། ། རྩི་བཅོས་དང་ཁོ་རྩི་འབྲོས་འབྲང་  
བཞུ། ། གཉིས་པ་གཉིན་པོ་རྒྱུད་བས་བསད་པ་དང་། ། གཞུམ་བས་རྩ་དཔྲུག་བཞི་བས་ནད་  
སྟག་བས་ལ། ། དང་ཁོ་རྩི་འབྲོས་འབྲང་བཞུམ་པ་ནི། ། མི་རྩི་མཁྱིམ་པ་སྟ་ཆེ་ཐོང་ར་  
དགར། ། རྩི་བས་ཆོས་སྟན་བྲག་བྱན་ཡུང་བ་ནམས། ། ཐོ་བསྟུད་རྩི་པ་རྒྱངས་པ་ཐོང་རྩ་  
བཏང་། ། རྩིན་བྱེད་ཐང་དང་ཉག་པ་རྒྱད་པར་གིས། ། རྩྱད་སྟོ་མཆོགས་མ་བྲག་པ་བརྒྱ་གཞུམ་  
པ། ། ནང་ཐོང་འཕར་རྩི་བ་བཞི་ལྟས་མནན། ། དེས་ནི་རྩི་འབྲོས་འབྲང་འགོགས་པར་  
བྱེད། ། གཉིན་པོ་འཇིན་པ་ཐོང་རའི་མེ་རྩྱུ་དང་། ། རྩྱུ་རྩྱུ་ཨ་རྩི་གཞེན་ཆ་ལས་བསྟེད། །  
རྩི་ཆུའི་རིམ་བྱ་ཕན་ཙམ་ཐོངས་འགའ་བཏང་། ། ཆུའི་རྩི་ཆད་ཆེན་གསེད་པའི་རྩྱུས། །  
གཞེར་བས་པ་རྩི་དཔྲུག་མ་ཐོངས་བསྟུད་པ་རྒྱང་། ། བསྟུད་པར་མི་འབྲུག་སྟག་རྒྱང་ཉམས་ཏེ་  
འཆི། ། འགས་འབྲུ་མརྩིག་མེད་རྩི་ཆོ་རྩི་ཆོན་རྩྱུས། ། མཁྱིམ་པ་ཐོན་རྒྱང་མིག་མེད་བསྟུད་པ་  
བཏང་། ། འབྲོངས་ན་མིག་རྩིན་འབྲུལ་པ་དགར་ཐོར་འགྲོ། ། བྱེ་མ་གི་མི་ཡུར་ཀྱམ་རྩྱུ་མ་  
བྱང་། ། རྩྱུ་མེན་རིག་རྩི་རྩྱུ་ཐོང་ར་དགར། ། རྩི་ཆེ་བྱ་བྱུང་རྒྱུ་ཆ་རྩི་འབྲུ། ། ཞིབ་  
བཏགས་རྩི་བཞིར་རྒྱས་བསྟུལ་ཆད་རྩྱུ་འཆོམས། ། ཆ་ཡང་ག་བྱར་རྩྱུ་རྩྱུ་རྩྱུ་ཞིག་བྱུར་  
ཐང་། ། གཉན་མ་ཐོད་པར་གཏར་དང་དགར་མར་ཐང་། ། འབྲས་བྲག་ཐོས་བྲག་བསྟོལ་  
བྲངས་རྩི་གྲོག་བཏང་། །

ཞེས་པ་ཞེ། གཉན་རིམས་བཅོས་པའི་ཐབས་ལ་རྩི་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས་ལས། རྩི་བཅོས་ལ་ཡང་དང་པོ་

ཅའི་འཕྲོས་འཕྲང་བཞུགས་པ་དང་། གཉིས་པ་གཉིན་པོ་གང་འཕྲོད་སྐྱེད་བས་བསད་པ་དང་། གསུམ་པས་ནད་  
 གྱི་རོ་དབྱུང་བ་དང་། བཞི་བས་ནད་ལྟག་བསལ་བ་བཞི་ལས། དང་པོ་ཅའི་འཕྲོས་འཕྲང་བཞུགས་པ་ནི། མི་  
 རོམ་གྱི་མཁྲིས་པ་སྒྲིལ་དང་ཐོང་དཀར་པོ་སྒྲུབ་དང་མཚོན་ཉིད་ཚང་བར་བསྐྱབས་པའི་བདུད་རྩི་ཚོས་སྒྲན་  
 བས་དག་སྒྲོང་རམ་ཐགས་པ་མཚོན་ཉིད་ནན་པའི་དྲི་ཆེན་དང་ཐག་ཉུག་ཡུང་བ་ནམས་བྱིས་པ་ལོ་བརྒྱད་གྱི་དྲི་ཆུ་  
 ལ་སྐྱེད་ས་ལ་ཁོང་དུ་བཏང་། མིན་བྱེད་གྱི་ཐང་བྱི་ཆུད་ནས་བཤད་པའི་གཟེར་ཤས་ཆེན་གཟེར་ཐང་གསུམ་པ་  
 འཕྲུགས་གྱི་སྐབས་ཉུང་དང་། ཆུང་ཆེན་མ་ལུ་བཞི་ཐང་། ཐག་མཁྲིས་ཤས་ཆེན་སྒྲེ་ཤེས་བཞི་ཐང་ནམས་གང་  
 རིགས་དང་ལྟག་པ་སྒྲུབ་པར་ཤིས་ཤིང་། ལྟག་པའི་སྐད་སྒྲོང་དང་མཚོག་མ་དང་ཆོགས་པ་དུག་པ་དང་བཅུ་གསུམ་  
 པ་དང་ནང་ལོང་གི་འཕར་ཅ་གཉིས་ནམས་སྒྲུབ་བཞི་ལས་བསྐྱབ་དགོས་ཏེ། དེས་ནི་ཅའི་འཕྲོས་འཕྲང་ནམས་  
 འགག་པར་བྱེད་དོ། གཉིན་པོའི་སྒྲན་འཛིན་པ་བཅུན་དུག་དཀར་པོ་ཆ་གཅིག་ཐོང་བ་ནི་ནག་པོ་ལ་བྱ་བས་དེའི་  
 མེ་ཏོག་ཆ་གཉིས་དང་ལྟག་དུག་པ་ཆ་གསུམ་དང་། ཨ་རུ་ཆ་བཞི་སྒྲིས་པ་དང་མའི་ཤ་ཆེན་ཆ་ལྷ་ཆས་བསྐྱེད་པ་  
 ཡིན་ཏེ་དྲི་ཆུས་རིལ་བྱ་སྒྲན་མ་ཅམ་བྱས་ལ་ཐང་ས་འགའ་བཏང་བས་ལུས་སྒྲིཁིང་རྩལ་ལ་སྒྲིམ་དུ་ཆེན་ཆེན་གཉན་དེ་  
 གསོད་པའི་རྟགས་ཡིན་པས་གཟེར་བཤལ་འཕྲུགས་ཚད་གཟེར་སྒྲུབ་སྐབས་གྱི་གཉིན་པོ་ལྷ་སྐྱེད་རམ་ཆེན་མོས་ར་  
 དབྱུང་ཁིང་མ་ཐེབས་ན་བསྐྱར་ལ་སྐྱར་སྐྱེད་བ་དང་། བསྐྱར་ཡང་མི་འདུག་ན་སྒྲོག་གི་ཆུང་ཉམས་ཏེ་འཆི་བ་ཡིན་  
 ལ། ལེགས་པར་འཕྲུཁིང་མདོག་མེར་ལ་དྲི་ཆེན་ནད་གྱི་རོ་ཐོན་པའི་རྟགས་ཡིན་ཅིང་མཁྲིས་པ་ཐོན་ཆུང་ལ་མིག་  
 མེར་ན་བསྐྱར་ལ་བཏང་ཁིང་འཕྲོངས་པ་ན་མིག་སྒྲིན་དེ་འཕྲལ་ལ་མདོག་དཀར་པོར་འཕྲོཁིང་། ཟླ་མ་ལ་གི་སྤི་  
 དང་གྲུར་གྲུམ་དང་དུག་མོ་ཉུང་ཉོང་ལེན་དང་ཏིག་ཏ་དང་སྒྲིར་ཤུན་དང་ཐོང་དཀར་པོ་གྱི་ཟླ་དང་གྲུ་གྲུལ་ནག་  
 པོ་དང་རྩམ་ཅ་དང་སྒྲོ་བྲུ་སྒྲེ་སྒྲོ་བ་ཤིང་གི་མེ་ཏོག་ནམས་ཁིང་དུ་བཏགས་ལ་དུས་གྲུང་གཉིས་དགོངས་ཞོགས་  
 བཞིར་ཆུས་ལུལ་ནས་བཏང་ན་ཚད་པའི་ལྟག་འཛོམས་ཤིང་ནད་དེ་ཆ་བ་ཡིན་ཡང་ག་སྐར་ནི་སྒྲོག་ཆུང་དུ་སྒྲོག་  
 པའི་ཕྱིར་སྐར་བར་བྱ་ཁིང་གཉན་མ་གསོད་པར་སྒྲོད་སྒྲུབ་གང་ཡང་གཏར་བ་དང་དཀར་གྱི་རིགས་དང་མངར་  
 ནམས་སྐར་བ་དང་འབྲས་སྐྱག་དང་ཡོས་གྱི་སྐྱག་པ་བསྒྲོལ་གངས་དང་ཆུ་ལ་ཅམ་པ་སྐན་བྱ་བཏང་པའི་ཆུ་སྒྲོག་  
 ནམས་བཏང་ངོ། །

ཁ བྱེ་ཐག་གི་བཅོས།

བྱེ་ཐག་གར་བབས་ནད་གྱི་དམིགས་བརྟག་ལ། ། མཁོར་བབས་དོམ་མཁྲིས་གངས་ཐིགས་གི་  
 སྤི་དང་། ། ཨ་བྱག་ཐོང་ར་ཀ་ར་སྐྱེད་ལ་བཏང་། ། མཚོགས་མ་སྐྱེད་སྒྲོ་སྐྱེད་འབྲམ་མེ་མིས་  
 མནན། ། རྩ་ཐག་འཛག་ན་གྲུར་གྲུམ་དོམ་མཁྲིས་དང་། ། མཆེ་ཐལ་རྩ་མོ་ཐད་དཀར་གྱི་ཟླ་  
 བ། ། རོ་རྟེག་མེར་ཐོ་ཀ་ར་སྐྱེད་ལ་བཏང་། ། རྒྱུར་བབས་ཐན་དན་གྲུར་གྲུམ་ཆུ་གང་དང་། །

[illegible]

ཞེས་པ་ཤི། རིམ་མཐོང་གི་ཐུག་གང་ཏུ་བབས་པའི་ནད་ཀྱི་དམིགས་ལེགས་པར་བརྟག་ལ་མགོར་བབས་  
 བཤོམ་མཁྲིས་དང་གངས་མིགས་དང་གི་མི་དང་ཨ་བྱ་ག་དང་པོར་བ་དཀར་པོ་ག་ར་རྣམས་སྦྱར་ལ་བཏར་ཞིང་།  
 མཆོག་མ་དང་ཉལ་པའི་ཐུད་སྒོ་ལྷུང་འབྲམ་གཉིས་སྟེགས་མེས་མཐོན་པ་དང་ལྷ་ཁྱེད་འཇག་པ་ན་ལྷུང་ཀྱུ་མ་དང་།  
 དོམ་མཁྲིས་དང་མཆོའི་ཐལ་པ་དང་རྩ་ལོ་དང་ཐུད་དཀར་པ་དང་ཀྱི་ལྷེ་བའི་བྱེ་ག་མེར་པོ་དང་ག་ར་རྣམས་སྦྱར་ལ་  
 བཏར་། སྒོར་བབས་ན་ཅན་དན་དཀར་པོ་དང་ལྷུང་ཀྱུ་མ་དང་ཐུག་དང་སྦྱིར་ལྷན་དང་ཤིང་མངར་དང་པོར་  
 བ་དཀར་པོ་དང་ག་ར་རྣམས་སྦྱར་ལ་བཏར་ལ་ཐུག་འགོ་དང་སྒོད་ཀ་གཉིས་གཏར་། མཐལ་མར་བབས་ན་སྤྱི་  
 དང་ལྷུང་ཀྱུ་མ་དང་ཐུག་སྒྲེལ་དང་སྦྱིར་ལྷན་དང་ཐུག་ལྷན་དང་ཞི་དགའ་སྟེ་ལྷལ་པ་དང་ཨ་རུ་ར་ལྷག་པ་ཆོར་མ་  
 ཅན་རྣམས་སྦྱར་ལ་བཏར་ཞིང་ཆོགས་པ་བཅུ་བཞི་པ་དང་དེ་ནས་གཡས་གཡོན་ཆོན་རེ་ལྷན་རེ་གཞལ་པའི་ཙ་  
 བ་གཉིས་བཅས་བསྟེན་མ། སོ་བར་བབས་པ་ལ་སྦྱིད་དང་ཁྱད་པར་གཉིས་ལས་སྦྱི་ཏུ་སོ་བར་བབས་པའི་རིམས་  
 ཀྱི་རིགས་རྣམས་ལ་ཕག་རིམ་བསྟེན་པའི་ཐལ་པ་དང་དོམ་མཁྲིས་སྦྱར་ལ་བསྟེན་པའི་ཤིང་སྤྱི་དང་ཏུག་མོ་ཏུང་།  
 བཙོད་དང་མིག་ཏུར་དོམ་མཁྲིས་དང་པོར་བ་དཀར་པོ་སྦྱིར་པའི་བར་ལྷན་རྣམས་སྦྱར་ཞིང་། ཁྱད་པར་མིག་  
 མེར་སྟེགས་གཉན་རང་ཏ་ཅང་ཤས་ཆེ་པའི་རྟགས་སྦྱང་ན་བསད་པའི་རྟེན་ལ་གོང་བཤད་ལྷུང་གཟེར་བཤལ་ལྷ་  
 སྦྱིར་པ་མཆོན་མོས་སྦྱང་ལ་ཕག་རིམ་དང་ཐུད་དཀར་དང་ཉོར་ལེན་དང་སྒོ་དེ་པ་དང་བཞི་ཁྱད་པ་རེ་རེ་སོ་སོར་

མ་འདྲིས་པར་བསྐྱེགས་པའི་ཐལ་བ་བ་དམར་ཟལ་གྱི་རྒྱས་འདམ་ཐགས་སུ་བྱས་པའི་ཕྱེ་མ་ནམས་ཀ་རས་ཁ་སྒྲན་  
 ལ། རིམས་དང་ཚད་པ་ཀུན་ལ་བསྐྱེགས་ཤིང་བྱད་པར་དུ་འདུས་རིམས་ཀྱི་རིམས་སྒྲོན་ཏེ་ཏེ་རྟོ་སྐྱེས་གཉན་གྱི་  
 རིམས་པོ་བར་བབས་པའི་བདུད་ཅི་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞིང་མཁྱིས་པའི་ཡུལ་རྒྱུད་གིས་སྐྱེས་པ་ལ་ཁ་དུ་ཚྭ་རྩ་བཅས་  
 པའི་ཐང་དང་བྱར་མ་གྱི་ཆར་བསྐྱེབས་ལ་བཏང་ཞིང་ཕག་རིལ་དུ་བ་མ་ཤོར་བར་བསྐྱེགས་པ་ལ་ག་ཁུར་ནག་པོ་  
 ཞེས་པ་དེ་ཆར་དུ་སྒྱུར་བ་བསྐྱེགས་ཤིང་མ་ཞུ་བས་རྒྱ་བྱས་སྐྱེག་ཅིང་སྒྱུག་པ་དང་ཟས་མི་འཇུ་བ་ལ་ཕྱི་རྒྱུད་ཐང་གི་  
 རེའུ་ལྟར་གྱི་རྒྱམ་ཚྭ་བཞི་ཐང་བཏང་ཞིང་ཨ་དུ་རྒྱམ་ཚྭ་པི་ལིང་ག་མེར་མེའི་ཐང་གི་བཤལ་བྱ་ལ། རྒྱམ་ར་བབས་ན་  
 དང་པོ་ཐར་ཁུ་རྒྱུ་ཅི་རེ་ལྷག་ཨ་དུ་དུག་ཏུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྱི་བཤལ་བཏང་ལ་དེ་རྗེས་གཉེན་པོ་སྐྱེས་གིས་བསད་པའི་དུས་  
 པ་དང་རྒྱ་དུས་དང་སྒྲ་ཅི་དང་ཚོས་སྒྲན་ནི་བདུད་ཅི་སྒྲན་རྒྱ་བཙུལ་བཞིན་དུ་བྱས་པའི་ཚོས་སྒྲན་བྱུང་ན་རབ་དང་  
 ཚབ་དུས་ལུགས་སྐྱེས་ཀྱི་བདུད་ཅི་རིལ་བུ་འང་ཚད་ལྡན་བྱུང་ན་དུང་ཞིང་མ་ཁས་བཙུན་བཟང་གསུམ་འཛོམ་  
 པའི་སྒྲ་མའི་དྲི་ཆེན་གྱིས་ཀྱང་དུང་བར་བཤད་པ་གང་དུང་དང་པོར་ར་དག་པོ་དང་རྒྱུ་ཅི་རྒྱུ་ལྱི་བཤལ་བཏང་ལ་  
 བཏང་བར་བྱུང་། །

### གསུམ་པ། མཇུག་བསྟུན།

རིམས་ཆད་དང་པོ་མ་སྒྲིན་སྒྲན་གསན་འཁེབས། ། བར་དུ་ཆ་བ་སྒྲིན་རྒྱས་གཞི་ལ་  
 གཞོན། ། ཐ་མར་གཞུག་རྒྱན་ཐོར་བུའི་ཞབས་རྟོག་བྱེད། ། དེ་ཕྱིར་ཐོར་བུ་ནད་ཀྱི་བསལ་ཐབས་  
 གཅེས། ། རིག་པས་ཆ་བ་སྒྲིན་དང་འབྲུལ་ཏེ་བཅོས། །

ཞེས་པ་སྟེ། རིམས་ཆད་ལ་དང་པོ་མ་སྒྲིན་པར་སྒྲོན་ཚུད་པ་ལ་མགོན་ལ་སྒྲན་གསན་འཁེབས་པ་ལྟར་  
 བྱ། བར་དུ་ཆ་བ་སྒྲིན་ཞིང་རྒྱས་པའི་ཆོ་གཞི་བཟུང་བའམ་མགོན་ལ་གཞི་གཞོན་པ་ལྟར་བཅོས་ཤིང་ཐ་མར་  
 གཞུག་རྒྱས་ཐོར་བུའི་ནད་སེལ་བ་མགོན་ལ་ཞབས་རྟོག་བྱེད་པ་ལྟར་དགོས་པས་དེའི་ཕྱིར་ན་ཐོར་བུའི་ནད་ཀྱི་  
 བསལ་བའི་ཐབས་གཅེས་པས་དེ་ནམས་ནི་རིགས་པས་ཆ་བ་སྒྲིན་བཅོས་ཀྱི་སྒྲ་གཉན་ཐོར་བུ་བསལ་བ་དང་། ཕན་  
 ཚུན་གར་དགོས་མཉམ་པོར་ལོངས་སྤྱོད་པའམ་སྒྲིན་འཇུག་ཏེ་བྱ་བ་བྱེད་པ་ལྟར་བཅོས་པར་བྱུང་། །

## བསམ་གཞིགས།

- ༡ རིམས་ནད་ཀྱི་རྒྱ་སྐྱོན་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་ནད་ཀྱི་ཁ་རྒྱས་སྤྱི་དུ་ཆགས་པ་ལས་སྤྱི་དང་པ་ཡིན་ཅེས་པའི་ཚུལ་ཆོག་དེར་ལོ་རྒྱུས་དང་། ད་ཡོད། རོན་དངོས། ཚན་རིག་བཅས་གང་དག་གི་དོན་སྤྱིར་ལྟ་ཡོད་ནམ། ཅི་ལྟར་ཟུར།
- ༢ རིམས་ནད་ཀྱི་ནད་སྤྱི་རྒྱ་རྒྱ་ལོ་དང་མིང་གི་རྒྱ་མཚན་དེ་རི་ལྷོ་སྤྱི་དང་པ་ཡིན་ནམ།
- ༣ རིམས་ནད་སྤྱི་དེ་དེ་ལ་ལོ་དེ་ཆོད་ནད་ནས་གང་དང་ཅི་ལ་རྒྱ་མཚན་གི་རང་བཞིན་དང་། གནོད་འཚེ་རང་བཞིན། འཇིགས་སྤྱི་རང་བཞིན། རྒྱ་ལོ་གི་རང་བཞིན། ལྷག་པར་ནད་ན་ཆོད་ཀྱི་ཁྱད་པར་མོགས་གང་ལྟར་ཡོད་ནམ།
- ༤ ཉེས་པའི་རིམས་དང་གཉན་རིམས་གཉིས་པའི་བར་ཀྱི་ནད་སྤྱི་རྒྱ་རྒྱ་ལོ་དང་པ་ཡིན་ཅེས་པའི་ཁྱད་པར་གང་ཡོད་ནམ། ཅི་ལྟར་ཟུར།

## ལེབ་གཉིས་པ། འབྲུམ་པ།

འབྲུམ་བུ་འཛིན་པ་ཞེས་པ་ནི་ནད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་ལུས་ལ་འབྲུམ་པ་འབྲུང་བའི་གཉན་རིམ་གྱི་མིང་རྟོག་པ་རེད།

### ས་བཅད་དང་ཚ། རྩུ་རྩེན།

འབྲུམ་བུ་འཛིན་པ་ནི་རྩུ་དང་འབྲུང་བ་ལ། །

ཞེས་པ་སྟེ། འབྲུམ་བུ་འཛིན་པ་ནི་རྩུ་རྩེན་རིམ་སྒྲོག་དུ་བཤད་པ་ལྟར་རྩུ་དང་འབྲུང་བ་ལོ། །

### ས་བཅད་གཉིས་པ། རྩེ་ཚ།

རྩེ་ཚ་པ་རྩུ་མེད་ལ་བཟུང་ནས། ། རུས་རྒྱུ་ལེ་གཉིང་ནས་རྩེ་བར་ཕྱེད། ། རྩེ་བཟུང་འབྲུམ་བུ་ལོང་ཕྱིར་མིང་དུ་བརྒྱུད། །

ཅེས་པ་སྟེ། རྩེ་ཚ་པ་རྩུ་མེད་ལ་བཟུང་ནས་ལུས་ཀྱི་ལྷན་ཕྱིར་ཕྱེད་པར་འབྲུམ་པ་ནམས་རུས་པ་དང་རྒྱུ་དང་ལྷན་པ་ཞེས་པ་རུས་པ་བརྒྱུ་ཚེས་འབྲུང་བ་དེའི་གཉིང་སྐྱེས་ཐམས་ཅད་ནས་རྩེ་བར་ཕྱེད་ཅིང་། ལུས་ལྷན་ཐམས་ཅད་དུ་རྩེ་གསལ་པར་ལྷན་པས་མཐར་རྩུ་ལོང་བ་ཡིན་ཞིང་། རྩེ་བཟུང་འབྲུམ་བུ་ལོང་བ་དེའི་ཕྱིར་འབྲུམ་བུ་ཞེས་མིང་དུ་བརྒྱུད་ཅིང་བཏགས་སོ། །

### ས་བཅད་གསུམ་པ། དུའི་བ།

#### དང་པོ། འབྲུམ་ནག་

དུའི་བ་ནག་ཚོ་དཀར་ཚོ་རིགས་གཉིས་ཏེ། ། རག་ཚོའི་རིགས་གསུམ་སྐྱེད་ས་པ་སྐྱེད་གཉན་

དང་། ། གྲག་སྐམ་ཆེལ་ཏེ་ཟངས་གཟེར་སྒྲ་བྱ་ཅན། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེལ་དབྱེ་བསྟེན་སྒྲིབ་ནས་པོ་དང་དཀར་པོ་སྟེ་རིགས་གཉིས་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ་དེའི་ནང་ནས་  
ནག་པོའི་རིགས་ལ་འདར་གསུམ་ཡོད་དེ་སྒྲངས་པ་སྒྲང་གི་གཉའ་བ་ལྟ་བུ་སྒྲལ་ལམ་གཉེར་མ་ཅན་དང་། གྲག་སྐམ་  
ཆེལ་ཏེ་ཞེས་དང་། ཟངས་གཟེར་གྱི་དབྱིབས་ལྟ་བུ་སྒྲ་བྱ་ཅན་དང་གསུམ་མོ། །

## གཉིས་པ། འབྲུམ་དཀར།

དཀར་པོའི་རིགས་གསུམ་གྱི་ཤར་སྒྲ་ཤར་དང་། ། རྫོག་མགོ་སྒྲི་རྒྱམ་སིབ་བྱ་གོབ་ཅེས། །

ཞེས་པ་སྟེ། དཀར་པོའི་རིགས་ལ་འདར་གསུམ་ཡོད་དེ་ཤར་སྒྲ་ཤར་དང་། རྫོག་མགོ་སྒྲི་རྒྱམ་དང་། སིབ་  
བྱ་གོབ་ཅེ་སྟེ་ཡོངས་བསྟོན་སྒྲ་གསོ། ། ཡ་རུའི་ཐོང་མཛེས་ལས། སྒྲང་གཉའ་ནི། སྒྲལ་ལམ་གཉེར་མ་འབྲུང་  
སྟེ་པགས་པ་མཐུག་པོར་སྒྲངས་ནས་འབྲུམ་བྱ་མི་ཐོན་པ། ཅེལ་ཏེ་ནི། ལྷལ་སྒྲང་དུ་ཏེ་ཆིག་ཟེར་བའི་སྟོག་ཆགས་  
ཏེ་ལྷག་སྟགས་ལ་བཟུང་བ་དེའི་ལུས་ཀྱི་མདོག་དབྱིབས་འདྲ་བ། ཤར་སྒྲ་ཤར་ནི། སེར་དོག་ལྟར་དཀར་རིལ་ལེ་བ།  
རྫོག་མགོ་ནི། དམག་མི་ནམས་ཀྱིས་མགོ་ལ་གྱུན་པའི་ལྟ་དབྱིབས་ལྟ་བུ། སིབ་བྱ་གོབ་ཅེ་ནི། འབྲུམ་བྱའི་  
དངོས་པོ་རྒྱུང་ལ་པགས་པ་མཐུག་ཅིང་སྟག་སིབ་བྱ་ནི་ཁོང་སྒྲང་དང་གོབ་ཅེ་ནི་གྲངས་ཉུང་དུ་ཐོར་བའི་དོན་  
དུ་མཛད་པ་མི་རིགས་ཏེ། སིབ་བྱ་ཞེས་ཆང་དུ་དང་གོབ་ཅེས་འགྲེལ་བའི་དོན་ཡིན་པས་འབྲུམ་བྱ་ཕྱོས་ལུས་  
ཀྱན་བྱུང་པའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། སྐབས་འདིར། སིབ་བྱ་གོབ་ཅེ་འདི་ལ་ཐོར་སིབ་ཅེས་ཀྱང་བྱ་ལ། འདི་  
ལ་སྟེ་བྱ་ཞེས་པ་དོན་གཅིག་དུ་འདོད་པ་མི་རིགས་ཏེ། སིབ་བྱ་ནི་འབྲུམ་བྱ་རིགས་སྒྲག་གི་ནང་ཆོན་དང་སྟེ་བྱ་ནི་  
དེ་དང་རིགས་མི་གཅིག་པའི་བེ་གེ་ཡིན་ཅིང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་གཅིག་ཐར་ཀྱང་གང་མ་ཐར་པ་དེ་སྒྲང་འགོ་བས་  
མདོན་སྒྲུམ་དང་འགལ་བའི་ཕྱིར། ཡན་ཐོར་ཡན་ཞེས་པ་འབྲུམ་བྱ་དང་སྟོགས་འདྲ་བའི་ཐོར་འབྲུམ་ཞིག་ཡོད་  
པ་བེ་གེ་དང་དོན་གཅིག་དུ་འདོད་པ་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། ཐོར་པ་ན་དེ་ཡམས་ཐབས་སྒྲུ་འབྲུང་ལ་ཐར་རྒྱ་ཡང་མེད་  
ཅིང་སིབ་ལ་ན་གཅིག་ཐར་ན་ཐར་གོ་ཆོད་པའི་ཕྱིར། ད་ལྟ་འབྲུམ་བྱ་དམར་རྒྱུ་མང་པོ་འབྲུང་ནས་ཐར་རྒྱ་མེད་  
པ་ཞིག་ལ་བེ་གེ་ཞེས་འདོད་པ་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། དེ་ཐོར་ཡན་ཞེས་པའི་འབྲུམ་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བེ་གེ་ཡིན་  
ན་ལན་གཅིག་གིས་ཐར་བར་འགྲེལ་པ་གཉིས་ཀར་བཤད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཡན་གཅིག་གིས་ཐར་བའི་འབྲུམ་བཤད་  
ལ་འབྲུམ་ཆེན་དང་བེ་གེ་གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་གཉིས་ལན་གཅིག་གིས་ཐར་བ་ཡང་ལྟ་བུའི་གཏིང་ནས་  
སྒྲིས་ཤིང་ལུས་རྒྱངས་ཐམས་ཅད་ལ་ལྷགས་སྟོག་དུ་རྫོགས་པར་བྱུང་བའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རུས་  
ཀྱང་ལྟ་བུའི་གཏིང་ནས་སྒྲིབ་བཤད་ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་ད་ལྟ་ཁྱེད་ཆེན་མོ་སྟགས་ལྷལ་འགའ་ཞིག་

文化部共享工程专用

ནི། ། ཕྱི་དུ་མི་ཐོན་བྱུང་ཆེ་ལུས་ཀྱན་སྐྱངས། ། ཆུ་མེར་ནག་པོ་ཉིས་ཀྱན་འདུས་ལས་བསྐྱེད། །  
 ཐག་སྐམ་ཆེ་ལ་ཉེ་མིག་ནི་དམར་ནག་མཐུག། ། ཟངས་གཟེར་ཐུ་བྱ་ཅན་ནི་དཀྱིལ་དུ་ཤོང་། ། དེ་  
 གཉིས་ཐག་དང་མཁུས་པ་ལས་ཐུང་ཡིན། ། ཐུང་པར་མགོ་ན་ཅ་ཆུ་ཕྱི་ཕུལ་ཅ། །

ཞེས་པ་ཉེ། བ་མཐུ་ཐག་གི་ཉགས་ལ་དཀར་ནག་གཉིས་ལས་ནག་པོའི་རིགས་ལ་ཡང་སྐྱངས་པ་སྐྱང་  
 གཞུང་ནི་འབྱུམ་པ་ཕྱི་དུ་མི་ཐོན་པར་ནང་དུ་བྱུག་ཆེ་ཁིང་ལུས་ཀྱན་སྐྱངས་ལ་ཆུ་མེར་ནག་པོ་ཉིས་ཀྱན་ཉེ་འདུས་པ་  
 ལས་བསྐྱེད་པའོ། ། ཐག་སྐམ་ཆེ་ལ་ཉེ་ནི་འབྱུམ་པའི་དཀྱིལ་ས་ཏུ་ཆོག་གམ་ཆེ་ལ་ཉེ་བེར་པའི་མིག་གི་རིགས་ལུས་  
 ལ་འབྱར་བ་འདྲ་ལ་མདོག་ནི་དམར་ཁིང་ནག་ལ་མཐུག་པ་དང་། ཟངས་ཀྱི་གཟེར་བྱ་འདྲ་བ་ཅེ་མོ་ཤོང་བའི་ཐུ་  
 བྱ་ཅན་ནི་འབྱུམ་པའི་དཀྱིལ་དུ་ཤོང་ཡོད་པ་དེ་གཉིས་ཀ་ཐག་དང་མཁུས་པ་ལས་ཐུང་པ་ཡིན་ཁིང་ཐུང་པར་དུ་  
 མགོ་ན་ལ་ཅ་ཆུ་དང་ཕྱི་ཕུལ་ནམས་ཆའོ། །

### ༩ འབྱུམ་དཀར་།

དཀར་པོ་ཚོག་མགོ་ཕྱི་ཐུམ་ཆེ་ལ་འཚོལ། ། བར་ཐུ་བར་དཀར་ལ་མཐུག་པ་ཉེ། ། སྐབ་ཐ་  
 ཀོབ་ཅེ་ཅམ་ཅེམ་མཐུག་ཀོབ་འབྱུང་། ། བད་རྒྱར་ལས་ཐུར་ནད་བྱུག་ཆམ་པ་འདྲ། ། ཆད་པའི་  
 ཉགས་རྒྱར་མ་ལོག་བཅོས་མི་དགོས། །

ཞེས་པ་ཉེ། དཀར་པོའི་ནང་ཚན་ཞུ་དཀྱིལ་ས་ཚོག་མགོ་ཕྱི་ཐུམ་ནི་ཆེ་ལ་འཚོལ་བ་ཉེ་བར་ཡངས་པ་དང་།  
 བར་ཐུ་བར་ཞེས་དོག་ལྟར་དཀར་སྐལ་ལེ་བའི་འབྱུམ་མདོག་དཀར་ལ་མཐུག་པ་འབྱུང་བ་ཡིན་ཉེ་དེ་དང་སྐབ་ཐ་  
 ཀོབ་ཅེ་ནི་ཅེམ་ཅེམ་མཐུག་ཀོབ་དུ་འབྱུང་ཁིང་དཀར་པོ་གསུམ་པོ་དེ་བད་རྒྱར་ལས་ཐུར་བ་ཡིན་ཉེ་ནད་བྱུག་ནི་  
 ཆམ་པ་དང་འདྲ་ལ་ཆད་པའི་ཉགས་རྒྱར་བས་བས་སྐྱོད་སྐགས་ཀྱིས་མཐོག་ན་བཅོས་མི་དགོས་སོ། །

## ས་བཅད་ཐུ་པ། བཅོས་ཐབས།

### དང་པོ། སྤྱི་བཅོས།

དེ་དག་བཅོས་ཐབས་སྤྱི་དང་ཕྱེ་ཐག་གཉིས། ། སྤྱི་བཅོས་དང་པོ་མ་སྤྱིན་ཐུ་མོ་དཔེ། ། ནད་  
 རྒྱས་ཆ་བཤོར་ནས་ཕྱིར་ལ་དབུལ། ། ཁོང་མོར་ཕྱིར་དང་མ་མ་འབྱུམ་ཆེས་བསུབ། །

ཞེས་པ་ཉེ། སྤྱི་བཅོས་དེ་ལའང་དང་པོ་མ་སྤྱིན་པའི་སྐབས་སུ་བསྐྱེད་ནམས་ཀྱི་མོ་དཔེ་བདད་། ནད་རྒྱས་

ནས་ཆོ་བ་ཤོར་ནས་མིར་ལ་དབུ་ལ་བ་དང་འབྲུམ་པ་ཤོར་དུ་ཤོར་ན་མིར་ལ་དབུ་ལ་བ་དང་ཐམ་འབྲུམ་པ་ཤོར་རྒྱུ་ལ་བ་དང་བཞིར་ཤོར་དགོས་སོ། །

## ༡ བཟུང་མོ་ཞུས་འདོན་ལ།

དང་པོ་མཆོད་ཀྱི་མེ་འཁྲུག་འབྲུམ་ལ། ཉིག་ཏུ་བ་བ་ཀ་དང་མིག་ཏུར། ། བཟུང་ཐང་  
རྒྱ་མོ་ལུ་ལ་གར་ཉི་མེད་བཏང་། ། མཐོན་བྱ་རྒྱལ་འདོན་བལ་དང་མེ་མིས་མྱ། ། མཐོན་མེད་པས་  
འབྲུམ་པ་མྱར་མྱར་མྱ། ། ཉན་ཉོབས་ཆེ་བ་ནམས་ལ་ཐེངས་འགའ་བཟུགས། ། འདི་དུས་དབྱེད་  
མཆོག་རྒྱལ་ལས་ཐུག་པ་མེད། ། ཆག་ཆེ་མེ་ཐུག་ལོ་མ་བཏབ་པ་དང་། ། འོ་ཟན་དར་གསར་རྒྱ་  
རྒྱལ་ཆབ་ཆ་བཞེན། ། ཉིན་ཉུང་མ་ལུས་མི་བཤེར་རྒྱད་ལ་མྱར། ། བྱང་དང་མེར་ལུས་ཐོག་ན་  
འབྲུམ་པ་མྱོག ། བཟུང་ཤོར་འབྲུམ་པ་མི་མེ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་འབབ། ། གལ་ཏེ་ཤོར་ན་ཐུན་ཐུན་ཆོད་  
ཆུན། །

ཞེས་པ་ཞེ། དང་པོ་མཆོད་ཀྱི་བཞི་མེ་འཁྲུག་འབྲུམ་ལ་བར་མུར་གསུམ་ཉིག་ཏུ་དང་བ་བ་ཀ་དང་མིག་  
ཏུར་ནམས་བཟུས་པའི་ཐང་རྒྱ་མོ་ལུ་ལ་གར་ཐམ་ཉི་མེད་ལ་བཏང་བ་དང་། མཐོན་བྱ་བ་དང་རྒྱལ་གདོན་ལ་  
བལ་དང་མེས་མེས་བས་བཟུང་མོ་མེད་པས་འབྲུམ་པ་མིར་མྱར་དུ་མྱེ་ལ། དེ་ཡང་ནད་ཀྱི་ཉོབས་ཆེ་བ་ནམས་ལ་  
ཐེངས་གཅིག་མིན་པའི་འགའ་ཡང་བཟུགས་ཤིང་འདི་དུས་མུ་དབྱེད་ཀྱི་མཆོག་ལ་རྒྱལ་འདོན་པ་ལས་ཉུག་པ་  
གཞན་ན་མེད་ཅིང་ཡོས་བརྒྱངས་པའི་ཆག་ཆེ་དང་མེ་ཐུག་ཅེས་རྒྱུག་ལ་ལོ་མ་བཏབ་པ་དང་། འོ་མའི་ཟན་  
དང་དར་བགས་པ་དང་རྒྱ་བཞོལ་དང་ཆབ་ཆ་བཞེན་ལ་ཉིན་དང་བྱ་བ་མོ་མ་ལུས་པ་ཁྱོན་པ་སོགས་མིག་མེར་  
བར་རྒྱུ་ལ་མྱོར་དགོས་ཤིང་ཡང་མོ་དང་མེར་ལུས་ཐོག་ན་འབྲུམ་པ་དེ་ནང་ལ་མྱར་དུ་མྱོག་པར་འབྱུར་ཞིང་  
བཟུང་ཀྱི་རིགས་ཤོར་ན་འབྲུམ་པ་མི་མེ་བར་ནད་དུ་རྒྱུ་ལ་བབས་པས་མྱར་བ་གཅེས་ཤིང་གལ་ཏེ་ནད་དུ་  
ཤོར་བ་ན་ཐུན་ཐུན་འཁྲུག་པར་ཐུན་ཐུན་ཆོད་མ་མྱེན་ནོ། །

## ༢ རོང་ཞུས་ཀྱིར་འབྲུམ་ལ།

དེ་རྒྱུས་ཆ་བ་འབྲུམ་ལ་ཐང་མེ་གཉིས། །

ཞེས་པ་ཞེ། དེ་རྒྱུས་ཆ་བ་ཤོར་ནས་མིར་ལ་འབྲུམ་པ་ལ་ཐང་དང་མེ་གཉིས་སོ། །

(༡) ཐང་།

དང་པོ་ལུག་རྒྱར་རྒྱར་ཐོག་ལུག་ཤོར་ཐང་། ། གཡེར་ཤིང་ཐང་གིས་འབྲུམ་པ་མྱར་ལ་

འབྲུལ། །

ཞེས་པ་ལྟེ། དང་པོ་ཐང་ནི་མེ་རྟག་ལུག་མིག་རྒྱུད་པ་དང་། རྒྱུ་མོ་རྒྱུད་མེས་ཏུ་  
བཤད་པ་རྒྱུད་དང་གཤེར་གྱིང་གཙོར་སྒྲོས་བཞི་ཐང་གིས་འབྲུལ་པ་ཕྱིར་ལ་འབྲུལ་བར་བྱལ། །

(༩) བྱི་མ།

བྱི་མས་ཆ་བ་འབྲུལ་ལ་རྩི་ཆི་གཉིས། །

ཞེས་པ་ལྟེ། བྱི་མས་ཆ་བ་ཕྱིར་འབྲུལ་བ་ལ་རྩི་རྩྭ་དང་ཆི་རྩྭ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། །

༡ ཆི་རྩྭ་ད།

ཆི་རྩྭ་ད་ཅན་དན་གི་མི་ལ་བྱ་ད། ། རྩི་རྩྭ་ག་ད་བྱ་ད་ཀྱམ་ཐུ་ཆི་དང་། ། བཟེ་བྱ་ག་ད་ཐུ་ད་  
ལ་ག་ད་ས་རྒྱུ་ད་དུ་ལ། །

ཞེས་པ་ལྟེ། ཆི་རྩྭ་ད་ལ་ཅན་དན་དག་པ་ལ། གི་མི་ ཡ་བྱ་ད། རྩི་རྩྭ་ བྱ་ད་ཀྱམ་ ཐུ་ཆི་  
བཟེ་བྱ་ད་ག་ད་པོ་དང་ག་ད་ནམས་རྒྱུ་ད་ལ་ག་ད་ས་རྒྱུ་ད་ལ་ཐོས་ལ་བྱ་ད་ལ་ལྟེ་ད་དུ་ལ་ལོ། །

༢ རྩི་རྩྭ་ད་ལ་པོ་ཕྱེ་བཞི།

རྩི་རྩྭ་ད་ལ་པོ་ཕྱེ་བཞི་མ་ཆ་ལ་དག་པ་དང་། ། ཐུ་ཆི་ཆ་ལ་ག་ད་ཐུ་ད་ཆ་ད་གིས་ད་དུ་ལ། །  
བྱ་ད་བྱ་ད་ས་བྱ་ད་ཆ་ད་ཆ་བ་ནད་རྩྭ་ད་ས་ད་དག ། ཆི་ལི་དོན་རྩྭ་ད་ཆ་བ་མེ་ལ་བར་བྱེད། ། རྩི་ལས་  
རྩི་མེ་ད་ཐོས་ཞིང་བྱིར་ལ་འབྲུལ། ། བྱ་ད་རྩྭ་ད་ས་ཆེན་རྩི་ཆི་རྩྭ་ག་རྩྭ་ད་མ་ཆོག ། འབྲུལ་བ་ལ་ཐོན་  
ལས་རྒྱུ་ད་ས་བྱ་ད་བྱ་ད་ལྟེད། ། བྱ་ད་འབྲུལ་གིང་མང་པ་པོ་མང་པ་ཐོས་ལ་བྲུག །

ཅེས་པ་ལྟེ། རྩི་རྩྭ་ད་ལ་པོ་ཕྱེ་བཞི་ལེ་མ་ཆ་ལ་དག་པ། ཐུ་ཆི་ ཆ་ལ་དང་། ག་ད་ནམས་རྒྱུ་ད་ལ་  
ཆ་ད་གིས་ད་དུ་ལ། བྱ་ད་བྱ་ད་ས་བྱ་ད་ཆ་ད་ནམས་ཆ་བའི་བྱ་ད་ལྟེ་རྩྭ་ད་ས་དང་ད་པ་ག་ཏེ་བཏང་བ་དེ་རྩྭ་ལྟེ་  
ཆི་ལ་དོན་དང་རྩྭ་ལྟེ་ཆ་བ་མེ་ལ་བར་བྱེད་ཅིང་། རྩི་ས་རྩྭ་ད་ནམས་ཐོས་གིང་བྱ་ད་ཕྱིར་ལ་ཐུ་ལ་ལ་བྱ་ད་རྩྭ་ད་ས་ཆེ་  
ན་རྩི་དང་ཆི་གཉིས་རྩྭ་ག་རྩྭ་ད་ཏུ་བཏང་ན་མ་ཆོག་ཏུ་འབྲུལ་ཞིང་བྱིར་ལ་ཐུ་ལ་ལ་བྱ་ད་ས་རྩྭ་ད་ས་ཐོན་པ་ད་ལས་རྒྱུ་ད་ས་གིང་ག་ད་  
བྱ་ལ་ལྟེད་ན་བྱ་ད་འབྲུལ་ཞེས་བྱ་ད་མའི་འབྲུལ་པོས་འཛིན་པ་འདར་མཆིས་ཏུ་ད་འབྲུལ་སྒྲིགས་དང་གིང་མང་པ་  
གཉིས་པོ་མང་པ་ཐོས་ལ་བྲུག་གོ། །

བཟེ་བྱ་འབྲུལ་པའི་དག་པ་འབྲེལ་ལས། རྩི་ལི་རྩྭ་ད་པོ་ཕྱེ་བཞི་ནི་རྩྭ་ད་མཁར་བས་སྐལ་རྩྭ་ད་ག་ད་སྐྱུག་  
མ་དུར་ཆེ་དག་པ་སྐྱུག་ལ་བཞེད། འདི་བཞི་རྩྭ་ད་ལ་གཅིག་པ་ད་ག་ལྟུང་ས་པས་ཙོང་ཞི་གང་ལ་ཐིགས་གཉིས་བརྒྱན་  
པས་མགོ་ལི་སྐབས་སྐྱུག་ལིན། འབྲུལ་སྐབས་རྩི་མེར་འབྲུལ་འདྲིན་ལིན་བྱིར་སྐལ་མ་བཟང་འདྲ། ཞེས་གསུངས་  
སོ། །

### 3 ཁོར་ཁོར་ཕྱིར་བྱུང་བ།

འབྲུམ་པ་སྐྱེ་འཕྲོན་དུ་ཡོག་པ་འཕམ། ། འབྲུམ་རྫོགས་སྒྲུབ་ཡོག་ཁོར་ནས་ཕྱིར་བྱུང་བ། །  
འཕྲིམ་པ་ནས་ཙམ་ཀར་སྒྲུབ་ཁོར་དུ་བྱུང་། ། རྒྱལ་དབྱུང་དེ་རྫོང་རྫོང་ཆིག་པར་བྱུང་ལ། ། དབྱལ་  
ཆུ་བཞི་ནས་བཞུན་ལ་ལྷག་པ་སྒྲུབ། ། བྱན་བསྐྱེད་བྱག་ཡར་བྱུང་བས་ཕྱིར་འབྲུམ་བྱེད། །  
འབྲུམ་པ་རྫོགས་ནས་ཤི་བ་ལལ་དུ་མེད། །

ཅེས་པ་ལྟེ། འབྲུམ་པ་སྐྱེ་འཕྲོན་དུ་ཡོག་པ་འཕམ་འབྲུམ་པ་རྫོགས་ནས་སྒྲུབ་ཡོག་པ་ཁོར་ནས་ཕྱིར་བྱུང་བ་  
ལ་འཕྲིམ་པ་དཀར་པོ་ནས་ཙམ་དང་ཀར་སྒྲུབ་པ་ཁོར་དུ་བྱུང་ནས་རྒྱལ་དབྱུང་ཞིང་། དེའི་རྫོང་ལ་རྫོང་སྒྲུབ་དང་  
རྫོང་སྒྲུབ་གང་ཅུང་ལ་དབྱལ་ཆུ་བཞིས་བཞིག་པ་བཞི་ནས་ཞེས་པ་སྒྲུབ་མེད་ཁྱོན་གྱི་བཞི་ཆའི་ཅིས་བཞུན་ལ་རྫོང་སྒྲུབ་  
གྲོ་རྒྱུད་གིས་དབྱལ་བ་དང་རྫོང་སྒྲུབ་གཤེད་ཤིང་ཆིག་ཐང་གིས་དབྱལ་བ་གཞིས་ལྷག་པ་སྒྲུབ་དེ་བྱུན་བསྐྱེད་ལ་སྒྲོ་  
དང་དཀོར་མོ་སྒྲོད་སོར་ངས་ལྱུང་གཞིས་ཏེ་བྱག་ཡར་བྱུང་བས་ཕྱིར་འབྲུམ་པར་བྱེད་ཅིང་འབྲུམ་པ་དོན་འཕྲོ་  
རྫོགས་ནས་ཤི་བ་ལལ་ཆེད་མེད་དོ། །

### 4 འབྲུམ་རྫོགས་བསྐྱུབ་པ།

ཐ་མར་ནད་འགོ་རྫོགས་ནས་རྫོགས་བསྐྱུབ་པ། ། འབྲུམ་པའི་ཕྱ་བ་ནས་ཅིང་རྒྱན་ཆེན། ། བ་  
ཕྱུང་པ་ཡོག་དེས་མའི་ཐལ་བ་དང་། ། རྫོང་བ་མེད་ཀའི་ཐལ་བ་བྱུང་བ་ལས་སྐྱེམ། ། མཐིམ་བཞིར་  
རྫོན་དང་རྫོན་མ་ལལ་ཆེད་སྐྱེམས། ། གཞིད་རྒྱུད་གཡལ་མང་ལྷས་འདར་གཤེས་པ་ཡང་། ། ཆ་རྒྱའི་  
ཆ་བ་བྱིན་ས་ཁ་ཟས་སྒྲོད། ། བྱན་མར་གསར་འཇམ་ག་གསར་མར་གསར་སྒྲུབ། ། དང་པོ་བྱིད་  
ལ་ཐ་མར་སྐྱག་པར་བྱུང་། ། ཆར་མངས་ནགས་ཏེ་འབྲུམ་ཕྱལ་བ་བས་ན། ། ཁ་ཐོམས་ཙམ་  
ལས་ཡོག་འབྲུང་ལྱང་བར་བྱ། ། འདི་མན་ཁ་ཟས་བཟང་ན་བསྐྱོངས་པ་སྐྱེན། ། གདོང་པའི་ཕྱ་བ་  
གྲོགས་ནས་དྲི་རྒྱས་བསྐྱུ། ། ར་ལག་ཆེལ་བྱ་ཆེད་རྫོན་སྒྲུབ་བསྐྱུག །

ཅེས་པ་ལྟེ། ཐ་མར་ནད་ཀྱི་འགོ་རྫོགས་ནས་འབྲུམ་རྫོགས་བསྐྱུབ་པ་ལ་འབྲུམ་པའི་ཕྱ་བ་ནས་ཅིང་རྒྱན་ཆེན་  
བསགས་ཅིང་རྒྱན་ཆེ་བ་ན་ཤར་དང་། བྱུང་མོང་། ཡོག་མོ། དེས་མ་བཅས་པའི་ཐལ་བ་དང་རྫོང་བ་མེད་ཀའི་  
ཐལ་བ་བྱུང་བ་ལས་སྐྱེམ་ཞིང་རྒྱུད་གཡལ་བཞིར་ཕྱིར་རྫོན་པ་དང་དོན་པ་རྫོན་མ་ལལ་ཆེད་སྐྱེམས་པ་དང་  
གཞིད་རྒྱུད་ལ་གཡལ་མང་ཞིང་ལྷས་འདར་ལ་གཤེས་པ་ཡང་བ་དང་ཆ་རྒྱའི་ཆ་བ་བྱིན་ས་འདུག་ན་ཁ་ཟས་རྒྱམས་  
སྒྲོད་དགོས་ཏེ་བྱན་མར་གསར་འཇམ་དང་ག་གསར་བ་དང་མར་གསར་བ་སྒྲུབ་རྫོགས་ནས་དང་པོ་བྱི་རྟེ་ཆ་རྒྱུང་དུ་

ནས་རིམ་པས་བསྐྱེད་ལ་ཐ་མར་རྩལ་པར་བཏང་ཞིང་ཆང་ནི་མང་ན་ནགས་ཏེ་འབྲུམ་པའི་ཕྱལ་བ་པས་ན་ཁ  
ང་མས་ཅམ་ལས་བག་ཐེད་དུ་ཕོག་འབྲུང་སྤང་བར་བྱ་ཞིང་། འདི་མན་ནས་ཁ་ཟས་བཟང་ན་ལུས་ཤིང་པསྤངས་  
པ་སྐྱེན་པས་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་དང་། གདོང་པའི་ཕྱལ་ཤོགས་ནས་རང་གི་དྲི་རྩལ་བསྐྱེད་ཞིང་ར་ཕག་གི་ཆོས་ལྟ་  
ཆོར་ཐོན་གྱི་ཕྱི་མ་ལྟར་བལྟགས། །

## གཉིས་པ། ཕྱི་ཕྱག་གི་བཅོས་ཐབས།

ཕྱི་ཕྱག་བཅོས་པ་རིགས་དང་བབས་སྒྲིལ། །

ཞེས་པ་སྟེ། ཕྱི་ཕྱག་དུ་བཅོས་པ་ལས་རིགས་ཀྱི་སྒྲིལ་ནས་བཅོས་པ་དང་བབས་སྒྲིལ་ནས་ཀྱི་སྒྲིལ་ནས་བཅོས་  
པ་དང་གཉིས་ཡོད་དོ། །

## ༡ རིགས་ཀྱི་སྒྲིལ་ནས་བཅོས་པ།

### (༡) བཅོས་ཐབས།

རིགས་བཅོས་སྤངས་པ་སྤང་གཏའི་འབྲུམ་པ་ལ། ། བཟེ་གོ་སྤང་གཏའི་གོ་བ་མེད་ཅམ་  
བཟེགས། ། ཐན་ཕྱི་བཟེས་པ་སྤྱི་སྒྲིལ་ཉལ་སྤྱད་སྒྲིལ། ། སྤངས་པ་ཆེ་ན་གང་ཉིད་ཆ་ལ་  
གཏར། ། དུར་ཕྱིད་རྟོང་མེན་སྤྱོད་དགར་དུག་ལུས་པའི། ། རིམ་བྱ་བ་རྩལ་འབྲུམ་པའི་བབས་  
ཀྱིས་སྤྱང། ། ཆོས་ཏེ་ཕྱག་དང་ཟངས་གཟེར་འབྲུང་བ་ལ། ། བཟང་དུག་སྤྱི་ཆེ་ཕག་རིམ་ཁྱ་བ་  
དང་། ། ར་ཁྱག་སྤྱང་པའི་རྩལ་མདའ་བཏང་བ་ལས། ། ཏིག་ཏུ་དུག་ཏུར་རྟོང་མེན་བ་ག་།  
གང་གི་ཆེ་སྤྱང་སྤྱི་ལ་བཟུན་པ་བཏང་། ། ཕིན་དུ་ཆ་བ་ཆེ་ན་ག་ཏུར་བཟུན། ། དགར་ཁ་སེ་འབྲུ་  
སྤྱད་རྟོ་སྤྱང་བཟུན། །

ཞེས་པ་སྟེ། རིགས་ཀྱིས་བཅོས་པ་ལས་སྤངས་པ་སྤང་གཏའི་འབྲུམ་པ་ལ་རི་དྲགས་བཟེ་ཏུ་རི་གོ་བ་དང་  
སྤང་འོག་ཅན་གྱི་གཏའི་གོ་བ་མེད་མེད་ཅམ་བཟེགས་པ་ཐན་ཕྱི་དང་བཟེས་པ་སྤྱི་སྒྲིལ་རྟོ་ཆེ་གཉིས་གང་དུར་ལ་  
ཉལ་སྤྱད་ལུས་པས་སྒྲིལ་ཞིང་སྤངས་པ་ཆེ་ན་སྤངས་པ་དང་གང་ཉིད་ཆ་ལ་གཏར་བ་དང་། དུར་ཕྱིད་དང་།  
རྟོང་མེན། སྤྱོད་དགར། དུག་ལུས་པ་སྤྱི་དང་དུག་པའི་མེ་ཏོག་ནས་ཀྱི་རིམ་བྱ་བ་ལི་རྩལ་ལུས་པའི་བབས་ཀྱིས་  
སྤྱངས། རྒྱག་སྤངས་ཆེ་ལ་ཏེ་ཕྱག་འབྲུང་བ་དང་ཟངས་གཟེར་འབྲུང་བ་གཉིས་ལ་ཅུག་དང་། ཏུར་ཏུ་མ་སྤྱོད་པ་བཟང་  
དུག་དང་སྤྱི་ཆེ་དང་ཕག་རིམ་སྤྱོད་ཀྱི་ཁྱ་བ་དང་ར་ལི་ཁྱག་དང་སྤྱང་བའི་རྩལ་གི་མདའ་བཏང་བ་ལས་ཏིག་ཏུ་

[illegible]

(3) अभिप्रायः

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ।  
 ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ।  
 ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ।

ཞེས་པ་སྟེ། བླ་པོའི་རིགས་ལུས་སྒྲངས་ཤིང་སྒྲན་གྱིས་སྤྱིར་མ་སོན་ན་ཞག་པདུན་ན་འཆི་བ་དང་།  
 ལུས་པ་དམར་ཐིག་ཤར་བ་འབྱུང་པར་མ་སོང་ན་ཞག་ལྔ་ན་འཆི་ཞིང་། བླ་པོའི་པལ་ལྷན་ཏུ་མ་སོང་ན་ཞག་  
 དགུ་ན་འཆི་བ་དང་། དཀར་པོ་སྒྲུ་ཤར་དེ་པའང་ཟས་བཟུམས་ཆེས་པའམ་དུགས་ན་འཆི་བ་ཡིན་ཞིང་འབྱུང་ཏུ་  
 སྤྱིར་རྒྱགས་ནས་སོང་ཏུ་སྤྱིར་ལོག་པ་ནི་ལས་གྱི་འཆི་བ་ཡིན་ཞེས་བུམ་། །

३ गगनसुखीश्वरगणेशाय नमः ।

[illegible]

གདུག་པ་འབྱམ་པའི་ནད་འཛམས་ཕྱེད། །

ཅེས་པ་ལྟེ། བབས་ས་གནས་དང་སྐྱར་ཏེ་བཙོས་པ་ལ། འོན་ཏྲེ་ལ་བབས་ན་སྐྱོ་ཁིང་འདྲར་ལ་དངངས་  
པ་རྒྱང་ཏུ་འབྱུང་བས་དེ་ལ་ཆེ་སྐྱར་སྐྱིའི་ཉིང་ཏུ་ག་བྱར་བཞུན་ལ་བཏང་ཁིང་དེས་མ་ཐུབ་པར་སྐྱོ་ཁིང་འཆིག་ན་  
འཆི་བ་ཡིན། སྐྱར་བབས་ན་སྐྱེ་ལྡང་ལ་གཟེར་ཁིང་ལྷན་པ་ན་ག་ཏུ་འབྱུང་ན་སྐྱོ་ཡོད་དེ་ཤིང་མངར་གཉིས་ཆེ་  
སྐྱོར་ལ་བཞུན་པ་བཏང་ཁིང་དེས་མ་ཐུབ་པར་མིན་པ་འགགས་ན་འཆི་བ་ཡིན། མཆིན་པར་བབས་ན་མིག་  
དམར་ལ་མཆིན་ཉིང་གཟེར་བ་འབྱུང་བས་དོ་མ་མཁྲིས་དང་བྲག་ལྷན་དང་། ཁ་ཆེའི་བྱར་ཀྲུམ་རྣམས་བཞུན་པ་  
གཏོང་ཁིང་དུན་པ་འཐིབས་ཀྱིན་ཏུ་བྲག་ཏུ་འཐུ་བའམ་སྐྱག་ན་འཆི་བ་ཡིན། རྒྱུ་མར་བབས་ན་མཁྲིས་པ་འཐུ་  
ཁིང་སྐྱག་པར་ཕྱེད་པས་བཙོད་དང་སྐྱེ་ཡོད་ཀྱི་ལྷན་རྣམས་བཞུན་ལ་བཏང་ཁིང་བྲག་ཏུ་འཐུ་ན་སྐྱོད་དོས་དེ་  
འཆི་བ་ཡིན། དེ་དག་ཀྱང་གྱི་འདྲིང་དམ་གཉིན་པོ་ཉིང་ཏུ་དཔུལ་རྒྱ་སྐྱོད་བཏུལ་ལ་མཆ་བཏུལ་ཤིས་ཤིང་མིག་ཏུ་  
འབྱམ་པ་བྱུང་ན་ག་བྱར་དང་སྐྱེ་བྱུག་ཅིང་། ཡང་ན་དོ་མ་མོ་མེད་དེ་མི་བྱེ་བྱུག་ ཡང་ན་དོ་མ་མཁྲིས་དང་  
ཏིཆ་བཏུལ་བ་དང་སྐྱེར་བའི་ཁར་དང་ར་གན་དང་དུང་། མི་བྱེ་ཁོར་སྐྱར་ལ་བྱུགས་ཤིང་མིག་གི་རྣག་དང་  
འཇབ་འཇིབ་ཕྱག་རོན་གྱི་སྐྱོས་བྱུབ་པ་དང་ག་བྱར་དང་བྱར་ཀྲུམ་གྱི་རྒྱས་བསྐྱེད་ཁོད་པའི་ནད་རྒྱ་བྲགས་པས་  
བཏུག་ གྱི་བར་བབས་ན་སྐྱེ་ཆོད་ཆོན་མོས་ཡང་དང་ཡང་ཏུ་བཏུག་པ་དང་། སྤྱད་ག་ ཏུ་རྟ། རྒྱ་རྒྱའི་སྐྱེ་མ་  
གདབ་པ་དང་། ཆར་བོང་གི་ཐང་བཏང་ལ་རྟ་གསེབ་སྐྱོན་པོའི་སྤངས་ཀྱི་ཁྲ་བའང་བཏུང་། དེས་ཀྱང་མ་ཐུབ་  
ན་འབྱམ་པ་ཀྱིང་བྱས་བཞུར་རྗེས་སྐྱོན་སྐྱོན་ཕྱད་ག་དང་རྒྱ་རྒྱའི་སྐྱེ་མ་བཏུབ། རྒྱང་པར་བབས་ན་རྒྱ་རྒྱ་དང་ཏུ་རྟ་  
དང་ཉི་དག་འཕྲེ་ལྷམ་པ་དང་སྐྱེ་རྣམས་བསྐྱས་པའི་ཐང་བཏང་བར་བྱ་ཁིང་། རྒྱ་རྒྱ་དང་སྐྱེ་རྒྱ་དང་སྤྱད་ག་  
དང་ཏུ་རྟ་བཞི་རྒྱས་ཁྲ་བ་བྱས་སྐྱར་བ་ཆ་བྱད་རྒྱ་འགག་ལས་བཤད་པའི་གསང་བའི་གཅེའུས་རྒྱང་པར་བསྐྱལ་བ་  
སོགས་དེ་དག་རྣམས་ཀྱིས་གདུག་པ་འབྱམ་བའི་ནད་རྣམས་འཛམས་པར་ཕྱེད་དོ། །

བསམ་གཞིགས།

- ༡ འབྱམ་ནད་གསོ་ཐབས་ཀྱི་རིག་པ་འདིས་ཐོན་པའི་མོ་རྒྱས་ཀྱི་དོན་ཉིང་དེ་རི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
- ༢ འབྱམ་ནད་ཅེས་པ་དེའི་འགོས་ཁྲབ་རང་བཞིན་དང་གནོད་འཆོའི་རང་བཞིན་བཅས་གང་འདྲ་ཡིན་  
ནམ།
- ༣ དེང་ཏུས་འབྱམ་ནད་ས་ཉིང་ཏུ་མཐོང་རྒྱ་མེད་པར་སྐྱར་ཡོད་པ་དེའི་ཐོག་ནས་གནད་དོན་གང་ཞིག་  
གསལ་བཤད་ཕྱིན་གྱི་ཡོད་ནམ།

## ལེའུ་གསུམ་པ། གཉན་ནད་ལེག་གེ

གཉན་ནད་ལེག་གེའམ་སིབ་པའི་ནད་ཅེས་པ་ནི་ཁྲག་དང་རྩ་མེད་ལ་གཉན་ཚད་བབས་པས་གཞུགས་པོ་  
ཡོངས་སུ་འབྱུང་བ་སིབ་པའི་འབྱུང་བས་ན་སིབ་ཅེས་མིང་ཆགས་པ་ཡིན། ནད་དེ་མང་ཆེ་བ་བྱིས་པ་ལ་བྱུང་གི་ཡོད།

### ས་བཅད་དང་པོ། རྩ།

རྩ་ནི་དེམས་ཚད་རྩི་དང་འདྲ་བ་ལ། ། རྩད་པར་ལྷན་ལ་གནས་པའི་རྩ་མེད་ཁྲག ། རྩེད་ཀྱི་  
གཉན་ནད་ཚད་པ་བབས་པར་འདོད། །

ཅེས་པ་མྱེ། དེ་ཡང་རྩ་ནི་དེམས་ཚད་རྩི་དང་འདྲ་བ་ཡིན་ལ་ཁྲད་པར་གྱི་རྩ་མེད་ལ་གནས་པའི་རྩ་མེད་  
དང་ཁྲག་ལ་གཉན་ཚད་བབས་པ་ཡིན་ནོ། །

### ས་བཅད་གཉིས་པ། རྩེན།

རྩེན་ནི་མི་གཙང་ཐབ་གཞོབ་དམ་སེལ་གྱིས། ། ས་བདག་མ་མོ་མཁའ་འགྲོ་འབྲུགས་ལས་  
ལྷང་། ། དྲིས་ཐོག་ཡམས་སུ་དེམས་ལྟར་འགོས་པར་བྱེད། །

ཅེས་པ་མྱེ། དེ་ཡང་དེའི་རྩེན་ནི་ཡུལ་དུས་ཟས་སྦྱོད་སོགས་མི་གཙང་བ་དང་། ལྟ་འདྲེ་རྩ་གཉན་གནས་  
སར་དཀར་དམར་གྱི་ཐབ་གཞོབ་དང་འབག་བཅོག་གྱི་ལས་བྱས་པ་དང་། རྩོམ་ཐོག་པར་བཞུགས་པའི་དམ་  
ཆོག་གཅིག་ཡིན་པ་ལ་བྱུང་དོར་ནོར་ནས་དམ་སེལ་བྱགས་པའི་རྩེན་གྱིས་ས་བདག་དང་མ་མོ་མཁའ་འགྲོ་གྲུན་  
འབྲུགས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པ་དང་། དེའི་དྲིས་ཐོག་པ་ཙམ་གྱིས་ཡམས་སུ་དེམས་ལྟར་དུ་འགོས་ཤིང་མཆོད་  
པར་བྱེད་དོ། །

### ས་བཅད་གསུམ་པ། མིང་།

ལྷན་གྲན་འབྲུམ་པ་རྩུང་ཏམ་བག་བག་ལ། ། དྲང་རྩྱང་རྩམས་གྱིས་ལེག་གེའི་མིང་ཏུ་  
བཏགས། ། འབྲུམ་པ་སིབ་པས་རྩྱངས་འདིར་སིབ་པར་བརྩོན། །

ཅེས་པ་མྱེ། དེ་ཡང་ནད་འདི་བྱུང་བའི་ནད་པའི་མགོ་ལྷན་ཐམས་ཅད་གྲན་ཏུ་འབྲུམ་པ་དམར་ལེབ་རྩུང་

ཅུས་བག་བག་ལ་བྱུང་པར་འབྱུང་བས་ན་མོན་གྱི་དྲང་མོར་རྣམས་ཀྱིས་ནད་དེའི་མིང་ལ་ལེག་གེ་ཞེས་བཏགས་པ་  
དང་། འབྱུང་པ་དེ་ཉིད་ཀྱང་སིབ་སིབ་མང་དུ་འབྱུང་བའི་མྱིར་མྱིས་སྤྲུག་ངས་ཅན་མོར་ས་འདིར་སིབ་ཁིར་ཞེས་  
བརྟེན་པ་ཡིན་ནོ། །

## ས་བཅད་བཞི་ལ། དེའི་བ།

དེའི་བ་རྒྱུ་ལ་ལྟུང་པར་འཕགས་མཆོག་སྤྱུ་སྤྱུབ་ཀྱིས། ། བབས་སའི་རྩོ་ནས་དེའི་བ་རྣམས་པ་  
བརྒྱད། ། གསུངས་ཤིང་གཞན་དུ་ལེག་གེ་སྤྱུན་བཅུན་བཤད། ། འཕྱིར་དུ་ལེག་གེ་དག་ར་ནག་ཁ་  
ཐོ་གསུམ། ། མདོར་བསྟུན་ལེག་སྤྱུ་ལེག་དམར་གཉིས་སྤྱུ་འབྱ། ། རྒྱབས་འདིར་འཕྱིར་དུ་དེའི་  
བའི་རོས་འཛིན་བཤད། །

ཅུས་པ་ལྟེ། དེ་ཡང་ལེག་གེ་ནད་ཀྱི་དེའི་བ་ནི། རྒྱུ་ལ་འཕགས་མཆོག་སྤྱུ་སྤྱུབ་ཀྱིས་བབས་སའི་གནས་  
ཀྱི་རྩོ་ནས་དེའི་བ་རྣམས་པ་བརྒྱད་དུ་གསུངས་ཤིང་གཞན་དུ་ལེག་གེ་སྤྱུན་བཅུན་དུ་དེའི་བ་ཡོད་མོད་ཀྱང་། འཕྱིར་  
དུ་དེའི་བ་བད་གནད་དང་བརྟེན་ས་པ་ལེག་གེ་དག་ར་ཡོད་དང་། རྒྱག་མཁྱིས་དང་བརྟེན་ས་པ་ལེག་གེ་ནག་པོ། རྒྱང་  
དང་རྒྱ་མེར་དང་བརྟེན་ས་པ་ལེག་གེ་ཁྲ་པོ་བཅས་རྣམས་གསུམ་དང་། མདོར་བསྟུན་ལེག་གེ་སྤྱུ་པོ་དང་དམར་  
པོ་གཉིས་སྤྱུ་འབྱས་དུང་རྒྱབས་འདིར་འཕྱིར་དུ་དེའི་བ་རྣམས་པ་གསུམ་གྱི་རོས་འཛིན་དག་བཤད་པར་བྱུང་། །

## ས་བཅད་ལྔ་ལ། ཉག་ས།

### དང་པོ། མྱི་ཉག་ས།

ཉག་ས་ལ་མྱི་དང་ཕྱི་བྱག་རྣམས་པ་གཉིས། ། མྱི་ཉག་ས་མཆོ་རྒྱུ་རྒྱུ་དང་མཆོག་ས་གཞི་ན། ། རྩོ་  
དང་མྱི་དང་པ་འབྱུང་ཞིང་རྣམས་པ་འབྱ། ། བཅེ་ཞིང་བྱང་ཕུམ་ཕྱི་དང་པ་གསུབས་འབྱུག་ ། རྩོ་དང་ག་  
མཆོ་ལམ་ཟ་བྱི་མང་། ། ར་ཉི་བྱངས་སྤྱུར་གཉིས་རྒྱག་འབྱུར་མོག་ཕྱི་དང་། ། རྩོ་མདོག་ལེས་མེད་  
མོན་ཀྱང་དམར་མེར་ཉིག་ ། ག་མདངས་དམར་རྣམས་ཉིང་དུ་དམར་མིག་འབྱུང་། ། ཉད་འདི་  
ཐེབས་མ་ཐག་ནས་མིག་རྩ་དམར། ། རྩོར་པ་ཞེག་གཞིག་མོན་ནས་ལམ་ཆེར་རྣམས། །

ཞེས་པ་ལྟེ། དེ་ཡང་སིབ་ཁིར་ནད་འདི་ཉིད་རོས་བསྐྱུང་བའི་ཉག་ས་ལ་མྱི་ཉག་ས་དང་ཕྱི་བྱག་གི་ཉག་ས་

བཅས་ནས་པག་ཉིས་ཡོད་པ་ལས། ལྷི་ཡི་རྟགས་ལ་མགོ་ན་བ་དང་བརྒྱ་ཤར་ཤིང་པའི་ཆོག་ས་གཞི་ནས་པ་བ་  
 དང་། ཆ་བརྒྱས་པ། རྫོ་ལུ་བ་དང་རྫིང་པ་ཡང་ཡང་བྱེད་པ། རྫ་ཆུ་མང་དུ་བཞུར་བ། ལུས་ཉོ་བ་པ་སོགས་  
 རོག་མར་ཆམ་པའི་ནད་དང་འདྲ་ཞིང་། ལུས་བཅེ་བ་དང་། སྲང་ཤུམ་བྱེད་པ། ཤལ་ལྷུབས་ལ་ཆ་འབྱུག་རྒྱག་  
 པ། ལྷི་ཡི་རྫོང་གི་དུས་ལ་ཤོད་ཆ་ཞིང་། མཆོན་གཉིད་དུས་སུ་རྩི་ལམ་ཟུ་བུ་མང་བ། ཅ་ནི་གྲངས་ཆུང་ཞིང་།  
 ཤའི་གཉིང་ནས་རྒྱག་ལ་འཁྱུར་ཞོག་བྱེད་པ། དྲི་ཆུ་འི་མདོག་མཐའ་གཅིག་དུ་མ་ངེས་ཀྱང་དམར་སེར་ཉོག་པ་  
 དང་། ཤལ་ལྷུ་མདོག་དམར་ཞིང་སྐམ་པ་དང་། དམར་ཐིག་འབྱུར་བ། བད་འདི་ཐེབས་མ་ཐག་དུ་མིག་ཅ་  
 དམར་པོར་འཁྱུར་བ་དང་། ཐོར་བ་དེ་ཉིད་ལུས་ཀྱན་ལ་བྱུང་པར་དོན་ཆར་རྗེས་ཞག་གཅིག་ནས་པ་ལ་ཆེ་བ་སྐམ་  
 པ་མ་ཟད། བྱུང་པར་དུ་མིག་རྒྱག་མང་ཞིང་མིག་ཅ་དམར་པོ་ཆགས་པ་དང་ཁ་ཟས་ལ་དང་ག་ཞན་ཅིང་ཟས་སྐྱམ་  
 མིང་དཀའ་བ། སྐད་འཛོར་བ། ཐོག་མར་རྒན་ལུག་དང་ཁ་ཡི་ནང་འགྲམ་དང་། ཤེ་བའི་ཐེབས་སོགས་ལ་  
 ཐོར་བ་རྒྱ་ཐིག་བྱུང་བ་དང་མཉམ་དུ་རིམ་བཞིན་ན་རྒྱབ་དང་མཆོན་འོག་སྐམ་ཐིང་སོགས་ལུས་ཀྱན་ལ་ཐོར་བ་  
 དམར་ཞིབ་ཀྱིས་བྱུང་པར་འཁྱུར་བ་དང་། འདི་ལ་དོན་རྫོང་སོགས་བབས་སྐྱའི་བྱུང་པར་གྱི་ནད་རྟགས་འདྲ་  
 མིན་དག་འབྱུར་བ་དང་། གཉན་དང་བསྐྱོངས་ན་རྫོ་མང་ལ་རྫོང་གཟེར་ཞིང་བྱུང་པ་དམར་སེར་འབྱུར་བ་དང་།  
 ཤེས་པ་འབྲུལ་ལ་ལྷེ་གཞུང་ནག་ཅིང་དབྱགས་སྐུ་ཐུང་། རྒྱ་མར་བབས་ན་དུང་ཁུ་ཤེ་ཁུ་ལ་འབྲུ་ཞིང་། བཤིས་  
 བབས་ཐུང་བྱུང་། ཐོ་བར་བེ་སྐབས། འདུས་པར་འཇའ་ཆོན་ཞག་ཅན་འབྲུ་བཡིན་ནོ། །

## གཉིས་པ། བྱེ་བྲག་གི་རྟགས་པ།

བྱེ་བྲག་ལེག་གེ་དཀར་པོ་བད་ཀན་བརྒྱུད་ས། ། ཟས་ལེན་སྐྱམ་དད་རྒྱུར་ལ་ཐོར་བ་  
 དཀར། ། ཅ་བདེ་རྒྱ་དྲངས་ལུས་ཡང་དབང་པོ་གསལ། ། ལེག་གེ་ནག་པོ་བྲག་དང་མཐིས་པར་  
 བརྒྱུད་ས། ། ཅ་རྒྱ་ཅ་ལ་སྐྱམ་དད་ཟས་མི་ཞིམ། ། ཐོར་བ་དམར་པོ་ནག་རྩམ་སྐམ་པ་དཀར། །  
 གཉིད་མེད་ཤེས་པ་འཐིབས་ལ་ཆེག་པ་ཟ། ། ལེག་གེ་ཁྲ་པོ་རྒྱུར་དང་རྒྱ་མེད་བརྒྱུད་ས། ། ཅ་རྒྱ་  
 ནད་རྟགས་མི་མཐུན་ཅི་ཡང་མིད། ། ཐོར་བ་རྒྱ་ཆོག་ས་སྐྱམ་དད་ཤན་པར་རྒྱག་ས། ། གཉིད་དང་  
 ཟས་ལ་འཕེལ་འཐིབ་བྱེད་པ་ཡིན། །

ཞེས་པ་སྟེ། བྱེ་བྲག་སོ་སོའི་རྟགས་ལ་ལེག་གེ་དཀར་པོ་བད་ཀན་དང་བསྐྱོངས་པས་ཁ་ཟས་ལེན་ཞིང་སྐྱམ་  
 དད་རྒྱུར་ལ་ཐོར་བ་དཀར་པོ་དཀར་རྒྱ་ཤས་ཆེ་བ་དང་། ཅ་བདེ་ལ་རྒྱ་མདོག་དྲངས་པ། ལུས་ཡང་ཞིང་དབང་པོ་གསལ་  
 བ། ལེག་གེ་ནག་པོ་བྲག་དང་མཐིས་པ་བརྒྱུད་ས་པས་ཅ་དད་རྒྱ་ལ་ཆ་བའི་རྟགས་འབྱུར་བ་དང་། སྐམ་བུར་

བར་དད་པ། ཁ་ཟས་ལ་རོ་མི་ཞིམ་པ་ཤོ་བ། མོར་པའི་མདོག་དམར་ལ་ནག་ཉམས་ཡོད་ཅིང་སྐམ་པ་དག་ལ།  
གཉིད་མེད་ཅིང་ཤེས་པ་འཐིབས་ལ་དོན་མེད་དུ་ཚིག་པ་ཟ་བ་སོགས་འབྱུང་། རེག་གི་ཁྲ་པོ་རྒྱུང་དང་རྒྱ་སེར་  
བསྐྱོངས་པས་སྒྲ་ནད་ཉགས་སོགས་མཐའ་གཅིག་དུ་མ་ངེས་པ་ཅི་ཡང་འབྱུང་མིན་ཅིང་། མོར་པའི་མདོག་  
ཤུང་རྒྱ་ཚོགས་འབྱུང་བ། སྐྱམ་དད་ཆེ་བྱུང་སྐྱམ་རིགས་མ་བུར་ཤུང་བཤུན་རྒྱགས་པ་གཉིད་སྐབས་རེ་འཕེལ་  
ལ་སྐབས་རེ་འགྲིབ་པ་དང་ཟས་ཤུང་སྐབས་རེ་དང་གཅིག་སྐབས་རེ་རྒྱུང་བ་ལྟེ་འཕེལ་འགྲིབ་བྱེད་པ་ལོ། །

## ས་བཅད་བྱུག་པ། བཙོས་བབས།

བཙོས་པའི་བབས་ལ་སྐྱན་དང་ཟས་རྒྱུད་གསུམ། །

ཞེས་པ་ལྟེ། དེ་ཡང་བཙོས་པའི་བབས་ལ་སྐྱན་གྱིས་བཙོས་པ་དང་། ཟས་གྱིས་བཙོས་པ་དང་། རྒྱུད་  
ལ་སྐྱིས་བཙོས་པ་དང་གསུམ་ཡོད་དོ། །

## དང་པོ། ལྷན།

ཐོག་མར་རྩ་སྐྱེ་ཆ་མོ་མོ་ཐོངས་འགའ་བཟང་། ། དེ་ནས་མ་རྩ་བཞི་བར་བཞེན་བྱ་  
ཞིང་། ། ཐག་མཐིམ་གས་ཆེ་འབྲས་བྱ་གསུམ་ཐང་ལ། ། ཤུ་ཤུལ་བཞུན་པའི་བཞུས་ཐང་ཐོངས་  
འགའ་བཞུགས། ། མགོ་ཐོ་གཟེར་ན་ཨ་ཤུག་གཟེར་མེ་རྟོག་། མགོ་ཐང་གསུམ་ཞེས་བཞུན་ལ་  
བཟང་བར་བྱ། ། ཤུ་རྒྱུང་ཐུ་ཞེས་ཉག་ག་ཤུ་ཤུལ་ནག་། དུལ་རྩ་ཤུ་ཤུ་ཞེས་ཐོང་ཡོན་དང་། །  
གི་མི་ཐུང་ཆེ་བཞུན་པའི་རྒྱུར་ཞེ་ལ། ། དཔའ་ཐོ་བཙུ་གསུམ་ཞེས་བྱ་བྱང་པའི་ཤུགས། ། ཤུ་བ་ཆ་  
ན་ཆར་ཐོར་ཐང་གིས་འབྲལ། ། གཞན་དུ་རྩ་སྐྱེ་ཆ་མོ་མོ་དུལ་བར་བྱ། ། ཡང་ན་ཐུང་ཆེ་  
བཙུ་གཉིས་པ་ཡང་འཛུ། ། ཡང་ན་ཨ་རྩ་བཞིན་པ་ཐུང་ཆེ་དང་། ། ཐ་ཆེ་བཞི་ཞེས་བཞུས་  
གསུམ་རྩ་ཐོང་དག་། ། ཆན་དན་ཐག་བྱུན་དུག་བཙས་ཏེ་བཟང་། ། གཞན་ཡང་དུལ་རྩ་  
རིན་ཆེན་རྒྱུར་བ་འཛུ། ། ཐོག་གི་རྒྱུར་ཐོར་ཤུ་གསུམ་གཟེར་དང་། ། ཐིང་ཐོག་ལ་སོགས་  
འབྱུང་བས་འདོགས་ལ་གཟབ། ། ཐོག་མཐའ་བར་དུ་རྩ་སྐྱེ་གསུམ་ཡོད་དང་། ། རྩ་སྐྱེ་རྒྱུར་བ་  
མེ་རྟོག་གཟེར་པས་ཐུང་། །

ཞེས་པ་ལྟེ། དེ་ཡང་ཐོག་མར་རྩ་བསྐྱེ་ཆ་མོ་མོ་ཐོངས་འགའ་བཟང་། དེ་ནས་མ་རྩ་བཞི་བར་བཞེན་བྱ་

ཐང་གང་རུང་ལན་འགར་བཞེན་ནས་སྒྲིན་པར་བྱས། བྱམ་མཁྱིམ་ཤས་ཆེན་འབྲས་བྱ་གསུམ་ཐང་གི་ཉེང་ལ་གྱུ  
 གུལ་བསྐྱོན་པའི་བསྐྱུས་ཐང་ཐེངས་འགའ་བཞེན་པ་བཏུགས་ལ། བྱེ་མ་དབྱལ་ཆུ་བརྒྱད་སྟུང་ཆུ་སྐོལ་གྱི་དབྱལ  
 མགོ་པོ་གཟེར་ན་ཨ་བྱ་གདང་གཟེར་གྱི་མེ་ཉོག་མགོ་ཐང་གསུམ་པའི་ཉེང་བསྐྱོན་ལ་བཏར་བར་བྱ། བྱེ་མ་གཤེག  
 གི་དཀར་པོ་ལ་བྱ་ཁྲུང་ལ་བའི་ཉེང་སྐྱུ་ཤ་ཤ་གདང་། གྱུ་གུལ་ནག་པོ། དབྱལ་ཆུ། ལྷ་ལྷི། གྱི་ལྷེ། ཉོང་ལེན། གི་  
 མི། སྤང་ཙི་བསྐྱོན་པའི་སྟུང་ཉེ་ལ་དཔའ་པོ་བཏུགསུམ་ཞེས་བྱ་བ་བྱང་པ་སྐྱོན་ཐིངས་པའི་ལྷགས་ཡིན་པས་དེ་  
 ཟུག། གེ་བ་ཆ་ཞིང་སྐམ་ན་ཆར་པོང་བསྐྱུས་པའི་ཐང་གིས་འཕུལ་ལ་གཞན་དུ་ཆུ་སྐོལ་ཆ་མོས་དབྱལ་བར་བྱ།  
 ཕན་བདེ་སྟེ་མ་ལས། དཀར་ཁྲ་གཉིས་ལ་ཨ་རུ་བཙུ་ལ་བཏར་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བཞེན་པར་བྱའོ། ། ཡང་ན་  
 བེག་གི་ནག་པོ་ལ་སྤང་ཙི་བཏུགསུམ་པ་ཡང་འཕྲོད་ལ་ཡང་ན་ཨ་རུ་དང་འཛིན་པ། སྤང་ཙི། སྤང་ཙི་དང་བཞི་ཡི་  
 ཉེང་ལ་བསྐལ་གསུམ་དང་སྟོལ་དཀར་པོ། ཅན་དན། བྱ་ཁྲུང་། དུག་མོ་ལྷུང་བཅས་བཞེད་པས་ཉེ་བཏར་བ་  
 དང་། ཕན་བདེ་སྟེ་མ་ལས། ནག་པོར་ཨ་རུ་བཏུ་བྱུག་བྱེ་མ་བཞེན་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བཞེན་དགོས།  
 གཞན་ཡང་བེག་གི་ཁྲ་པོ་ལ་མན་རྒྱུད་གྱི་དབྱལ་ཆུ་རིན་ཆེན་སྟུང་བའི་བྱེ་མ་འཕྲོད་པས་ནད་བབས་དང་བསྐྱོན་  
 བསྐྱུས་གཉན་ཆད་སོགས་འཛོམས་པར་བྱ་དགོས། བེག་གི་སྟུང་དུ་དུས་ལྟར་གསོ་བཅོས་མ་བྱས་པར་ཟས་བཅུད་  
 བཞེན་པ་སོགས་གྱིས་སྟུང་ཤོར་ཞེས་གྱེ་བར་གྱེ་གས། ཆུ་མར་བབས་པ་རྒྱ་གཟེར་དང་མིག་ལ་ལིང་ཉོག་ སྟོ་ཆད་  
 སོགས་འབྱུང་བས་སྐྱུ་མ་དགོས་སོ། ། ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་ཆུ་གང་སོགས་གང་པོ་དང་དོ་སྐྱོན་གྱི་སྟུང་ཉེ་  
 སོགས་གྱིས་པོ་བའི་མེ་དྲོད་གསོད་པའི་ཕྱིར་སྤང་བར་བྱའོ། ། ཟུངས་སྟོབས་ཞན་པའི་རིགས་ལ་གཙོ་བརྒྱད་  
 གཡུང་ལ་ཅན། ཅན་དན་བརྒྱད་པ། སྟོན་པོ་གསུམ་སྟུང་སོགས་གང་འོས་གཏོང་བ་དང་། ནག་སྟེ་མ་ལ་ག་  
 བྱར་ཉེར་ལ་བཞེན། ཐོར་པ་མ་སྐམ་བར་དུ་ལུས་དྲོད་ལ་བསྐྱོར་བ་གལ་ཆེ། ནད་སྟོབས་ཆེ་བས་ཞི་དཀར་ན་སྟོ་  
 མ་རྟ་རིས་སྤངས་བར་བྱའོ། །

## གཉིས་པ། ཟས།

ཟས་ནི་ཡང་ཞིང་འབྲུ་སྤྲ་འཇམ་གྲང་བཞེན། ། བ་དང་དཀར་མངར་ཆ་རྒྱུད་ཐུང་བར་  
 བྱ། ། འདོགས་རིགས་གང་ལྷུང་བེག་གི་དང་སྐྱུགས་ན། ། རང་རང་ལེའུར་བཤད་དང་སྟེལ་ལ་  
 བཅོས། ། རྗེས་ལ་ལྷུང་ན་རང་བཅོས་རྒྱང་པས་དེད། །

ཅས་པ་ལྟེ། དེ་ཡང་ཁ་ཟས་ངོ་པོ་ཡང་ཞིང་འབྲུ་སྤྲ་བ་དང་བསྐོལ་གྲང་འཇམ་པའི་རིགས་བཞེན་ལ། བ་  
 དང་དཀར་མངར་ཆ་རྒྱུད་གྱི་རིགས་དང་བཅུད་ཆེན་གྱི་རིགས་སྤང་ལ་འདོགས་རིགས་ཉེ་སྤྱ་གཉན་གྱི་རིགས་གང་

བྱུང་ལེག་གི་དང་རྒྱལ་མ་ན་གང་ལྟར་པ་དེ་རང་རང་གི་ལེའུར་རི་སྐད་བཤད་པ་དང་སྤེལ་ལམ་འཕྲུལ་ལ་བཅོས་  
པར་བྱ་ལ། རྒྱལ་མ་ན་མ་ཡིན་པ་ལེག་གི་ལེས་ལྟར་ན་རང་བཅོས་རྒྱུད་བསམ་ཚིག་པར་གསུངས་སོ། །

## གསུམ་པ། རྩོད་ལམ།

མཆུག་གི་རྩོད་ལམ་ཆ་བ་ལྷི་དང་མཐུན། ། ལན་ན་འདི་ལ་ལྷ་ཁག་འཇག་པ་ལོང་། ། ལག་  
གི་འཛམ་བྱ་ལྷ་ལ་ཁག་གཅོད་བཟང་། ། དེ་ཡིས་ལེག་གི་ལྷ་གཉན་ནད་ལས་ཁྱོ་ལ། །

ཞེས་པ་ཉི། ལེག་གི་ནད་མཆུག་གི་རྩོད་ལམ་ཆ་བ་ལྷི་དང་མཐུན་ལ། ལྷིར་ནད་འདི་ལ་ལྷ་ཁག་འཇག་  
པས་གཙོ་པོ་ལེག་གི་བཅོས་བྱ་ལ་ཞོར་དུ་ལྷ་ལ་ཁག་གཅོད་བཟང་བ་ནི་མན་རྒྱུད་ཀྱི། ལྷན་ལ་མ་ཁན་སྤྱེ་འམ་སྤྱེ་  
མ་འེར་བྱ་ཡི། ། མགོ་ལ་ལྷར་ལྷམ་དོམ་མཁྲིས་ཟབ་མགོན་ཐལ། ། རྗེ་ལྷ་བྱུགས་པ་སྤྲུགས་སུ་སྤེབས་པ་  
བཟངས། ། ཞེས་པ་སོགས་ཀྱིས་བཅོས་ན་དེ་ཡིས་ལེག་གི་ལྷ་གཉན་ཀྱི་ནད་ལས་ཕོ་པ་བར་འཕྱར་རོ། །

## བསམ་གཞིགས།

- ༡ ལེག་གི་ལེ་ནད་ཀྱི་རྒྱ་ཁྱིན་དང་ཁྱེད་པར་ཀྱི་ནད་ཉགས་གང་དང་ཅི་ཡིན་ནམ།
- ༢ ལེག་གི་ལེ་ནད་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་དུས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་འགོས་ཁྱབ་ཀྱི་རང་བཞིན་རི་ལྷར་ཡིན་ནམ།
- ༣ ལེག་གི་ལེ་ནད་ཀྱི་བཅོས་ཐབས་ཀྱི་ཅ་དོན་དང་ཐབས་རྒྱས་ཀྱི་གཉེན་པོའི་ནམ་གངས་བཅས་རི་ལྷར་  
ཡིན་ནམ།

## མེད་བཞི་པ། གཉན་ནད་སྐྱ་གཟེར།

དེ་ཡང་སྐྱ་གཟེར་ཞེས་པ་ནི་གཉན་ནད་མེས་སྐྱ་མར་བབས་པས་སྐྱ་མ་གཟེར་ཞིང་འཁྱུ་བས་ན་སྐྱ་གཟེར་ཞེས་  
ལྟ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ།

ས་བཅད་དང་པོ། སྐྱ་མེད།

སྐྱ་གཟེར་སྐྱ་ནི་དེ་མས་ཆད་སྐྱ་དང་འདྲ། །

ཞེས་པ་ཉེ། དེ་ཡང་སྐྱ་གཟེར་གྱི་སྐྱ་ནི་དེ་མས་གྱི་ཆད་པ་སྐྱ་དང་འདྲ་བ་ལས་སྐྱེར་དུ་མེད་དོ། །

ས་བཅད་གཉིས་པ། མཆན་ཉིད།

རང་མཆན་ཆད་ཐུང་དུ་བབས་པ་ལ། ། གཉན་ནད་ཆུ་མེར་མཁྱིས་ཆད་བསྐྱར་བ་ཡིས། །

སྐྱ་མ་གཟེར་ཞིང་འཁྱུ་བས་སྐྱ་གཟེར་ཡིན། །

ཞེས་པ་ཉེ། རང་མཆན་ཆད་ཐུང་དུ་བབས་པས་གཉན་ནད་དང་ཆུ་མེར་མཁྱིས་ཆད་ནས་ས་  
བསྐྱར་བས་སྐྱ་མ་གཟེར་ཞིང་འཁྱུ་བ་དང་སྐྱ་གཟེར་དུ་བརྒྱུད་དོ། །

ས་བཅད་གསུམ་པ། དེའུ་བ།

དེའུ་བ་སྐྱ་དང་ཕྱེ་བྲག་རྣམ་པ་གཉིས། །

ཞེས་པ་ཉེ། དེ་ཡང་དེ་དེ་དེའུ་བ་ལ་སྐྱ་དང་ཕྱེ་བྲག་རྣམ་པ་གཉིས་སོ། །

དང་པོ། སྐྱ།

སྐྱ་ལ་དོན་འཁྱུ་བ་དང་མྱོད་འཁྱུ་བ། ། རྩལ་ས་ཆེན་རྩལ་ས་ཆུང་རྣམ་པ་བཞི་ཏུ་འཁྱུར། །

ཞེས་པ་ཉེ། དེ་ཡང་སྐྱ་ལ་དོན་རྣམས་འཁྱུ་བ་དང་མྱོད་ཏུ་གཞིས་འཁྱུ་བ་དང་རྩལ་ས་ཆེན་ཏུ་འཁྱུ་བ་དང་

སྒྲིབས་ཀྱི་འཕྲིན་ལྗོངས་ལ་བཞིན་འབྱུང་བའོ། །

### གཉིས་པ། བྱི་བྱག

བྱི་བྱག་དཔྱེ་བ་རྒྱ་པ་ཐེར་རྒྱ་ལ་མེད་དང་། ། རྒྱ་ལ་མེད་རྒྱ་རྒྱགས་ཞེས་བྱ་བ་ཞི་བྱ་བཤད། །

ཅེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་བྱི་བྱག་དཔྱེ་བ་ཡང་རྒྱ་པ་ཐེར་དང་། རྒྱ་ལ་མེད་དང་། རྒྱ་ལ་མེད་དང་། རྒྱ་  
རྒྱགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་དང་བཞིན་འབྱུང་བཤད་དོ། །

### ས་བཅད་བཞི་པ། རྟགས་ཀྱི་

#### དང་པོ། རྟི་རྟགས་ཀྱི་

དེ་རྟགས་དང་པོ་མཚན་དང་མཚན་གཞི་ན། ། རྒྱ་མེད་ཁྱིམ་ཞིང་རྒྱ་མ་ན་པ་འབྲུ། ། འབྲུ་  
བཞི་མོངས་རྒྱང་འབྲུ་དུས་བྱག་གཞིར་ཆེ། ། དམར་མེད་ཟ་བྱ་རྒྱག་པ་པེ་རྒྱབས་འབྲུ། ། ཆ་མི་  
ཡངས་རྒྱར་གྱི་མས་པ་ཆ་རྒྱད་ཞེས། ། རྒྱ་མེད་དམར་མེད་ཆ་དང་བཞེབས་ནས་འབྲུང་། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་དེ་རྟགས་ཀྱི་རྟི་རྟགས་ནི་དང་པོ་མཚན་དང་ཡན་ལག་གི་ཚོགས་གཞི་ན་བ་དང་རྒྱལ་  
མེད་ཁྱིམ་ཞེས་ཡང་རྒྱ་མེད་ཅིང་རྒྱ་མ་ན་པ་འབྲུ་བ་དང་འབྲུ་བའི་མོངས་རྒྱང་པ་དེ་ཁར་འབྲུ་བའི་དུས་ལྟ་བྱག་  
གཞིར་ཆེ་བ་དང་ཁ་དོག་དམར་མེད་དང་ཟ་བྱ་འབྲུ་བའམ་ཡང་རྒྱག་པེ་ལ་པེ་རྒྱབས་འབྲུ་བ་དང་། ཆ་རྒྱད་མ་  
ལ་མཚོགས་པར་འཕར་བ། ཆ་རྒྱད་ཞེས་ཞིང་རྒྱབས་སུ་འདར་བ། དེ་རྒྱུ་མེད་དམར་མེད་ཆ་དང་བཞེབས་  
ནས་འབྲུང་བ་དང་། དེ་མ་དུགས་ལ་རྒྱངས་པ་ཆེ་བ། གྲུ་པ་མ་ལུག་ཅིང་ཆ་མོག་བྱེད་པ་འོ། །

### གཉིས་པ། རྒྱད་པར་གྱི་རྟགས་ཀྱི་

#### ༡ རྟི་རྟགས་ཀྱི་

རྒྱད་པར་རྟི་རྟགས་ཀྱི་ཆེ་འབྲུ་མོངས་རྒྱང་། ། མི་ཐག་གཞིབས་དང་ག་མོག་བཤམ་བ་  
འབྲུ། །

ཞེས་པ་ཉི། དེ་ཡང་ཁྱད་པར་དོན་ལྡན་འབྲུ་ན་བྱུག་ཆེ་ལ་འབྲུ་བའི་བོངས་རྒྱུང་ཞིང་སོ་བྲག་ག་ཞིབས་པ་  
འདྲ་བ་དང་ཡང་ན་ལྷག་ཉུ་བས་ད་མ་ཁད་ཕྱི་གའི་ཁོག་པ་རྒྱས་བཤམ་བའི་ཁྱབ་འདྲ་བའི་མདོག་འབྲུའོ། །

### ༩ རྫོན་པ་བྲུ།

རྫོན་འབྲུ་དམར་མེར་བཟུ་ལེ་རྫོབས་འབྲུ། ། རྒྱག་རྒྱུང་གྲངས་ཁྱུང་རྫོབས་ལྡན་ཆ་བ་ཆེ། །  
གྲངས་མང་རྒྱག་ཆེ་རྫོབས་རྒྱུང་དེ་ལས་རྫོག། །

ཅས་པ་ཉི། དེ་ཡང་རྫོན་ནམ་པ་བྱུག་པོས་འབྲུ་ན་མདོག་དམར་མེར་རམ་ཡང་ན་བཟུ་འདྲ་བའམ་ལེ་  
རྫོབས་ཅན་འབྲུ། རྒྱག་རྒྱུང་ཞིང་དེ་ཡང་གྲངས་ཁྱུང་བ་དང་རྫོབས་ལྡན་ནི་དུད་ཁུ་འབྲུ་བ་དང་རྒྱ་ཤུན་འོང་ལ་ཆ་  
བ་ཆེ་ཞིང་འབྲུ་བའི་གྲངས་མང་ལ་རྒྱག་ཆེ་ཞིང་། རྫོབས་རྒྱུང་བའི་ནད་ཉགས་དེ་ལས་གོ་རྫོག་འབྲུང་ཉི་འབྲུ་བའི་  
གྲངས་ཁྱུང་ལ་ན་བྱུག་རྒྱུང་བའོ། །

## གསུམ་པ། ཕྱེ་བྲག་གི་ཉགས།

ཕྱེ་བྲག་རྒྱ་གཞིར་བོངས་རྒྱུང་མང་ཡང་འབྲུ། ། འབྲུ་བའི་དུས་ན་ཁྱད་པར་རྒྱག་ག་ཞེས་  
ཆེ། ། རྒྱ་འཁོར་ཤུན་དུ་བཅད་ནས་བོངས་ཆེར་འབྲུ། ། རྒྱ་མ་གཏུབས་རྣམ་རྒྱག་ཆེ་འབྲུས་རྗེས་  
བདེ། ། རྒྱ་འཁོག་རྒྱག་རྒྱུང་ལྡར་དུ་བ་མེད་པ་ལ། ། འབྲུ་བའི་བོངས་དང་ཆ་རྒྱུ་ཆ་བ་རྒྱུང་། །  
རྒྱ་རྒྱགས་མི་འབྲུ་མོ་འགག་གཏུབས་རྣམ་ཕྱེད། །

ཅས་པ་ཉི། དེ་ཡང་ཕྱེ་བྲག་དུ་རྒྱ་གཞིར་ནི་བོངས་རྒྱུང་ཞིང་ཡང་ཡང་འབྲུ་བ་དང་འབྲུ་བའི་དུས་ན་ཁྱད་  
པར་རྒྱག་དང་གཞེར་ཆེའོ། ། རྒྱ་འཁོར་ནི་ཤུན་དུ་བཅད་ནས་བོངས་ཆེ་བར་འབྲུ་ཞིང་རྒྱ་མ་གཏུབས་སོང་རྣམ་  
པའི་རྒྱག་ཆེ་ཞིང་འབྲུས་པའི་རྗེས་ལ་བདེའོ། ། རྒྱ་འཁོག་ནི་རྒྱག་རྒྱུང་ཞིང་ལྡར་དུ་བ་མེད་པ་ལ་འབྲུ་བའི་བོངས་  
དང་ཆ་དང་རྒྱུང་ཆ་བའི་ཉགས་རྒྱུང་དོ། ། རྒྱ་རྒྱགས་ནི་མི་འབྲུ་བར་སློལ་འགག་ཅིང་རྒྱ་མ་གཏུབས་རྣམ་ཕྱེད་  
པ་འབྲུང་དོ། །

## བཞི་པ། འཆོ་འཆི་ཁད་མར་གདགས་པ།

ནད་འདིས་ཐེབས་མ་ཐག་དུ་བརྩ་ཆ་རྫོས། ། རྒྱག་ཆེ་བཅར་ལ་ཐེབས་ཤིང་མིག་མི་

གསལ། ། མིག་གི་མདངས་ཤོར་ནག་ཅིང་ཕྱགས་ལྷུ་ལྷོས། ། ཟས་མི་འདྲ་དེ་ཅིང་རྩ་མེད་རྒྱུ་དྲོད་དང་  
བལ། ། ལྷུ་མེད་མེད་ཀྱང་མལ་ནས་ཕྱིར་ལ་འབྱང། ། སྐབས་ལྷུ་ཕྱིགས་བྱས་འདྲེབས་ན་འཆི་  
བའི་རྟགས། ། འདི་རྣམས་མིན་པའི་ནད་རྟགས་ཅི་སྟོན་ཀྱང་། ། རྒྱལ་པས་རྩལ་བཞིན་བཅས་  
ན་འཆི་བ་ཡིན། །

ཞེས་པ་ལྟེ། གཞན་ཡང་ནད་འདིས་སྒྲིབས་མ་ཐག་ཏུ་བརྟ་ཆ་ཕྱོས་ཤིང་ཕྱག་གཟེར་ཆེ་བ་དང་བཅར་ལ་  
སྒྲིབས་ཤིང་མིག་མིགས་པ་བ། མིག་གི་མདངས་ཤོར་ནས་ནག་ཅིང་ཕྱགས་ལྷུ་ལྷོས་པ་དང་། ཁ་ཟས་མི་འདྲ་  
ཅིང་རྩ་མེད་རྒྱུ་དྲོད་དང་བལ་བ་དང་། ལྷུ་སྟོབས་འཆོར་བས་མེད་མེད་ཀྱང་མལ་ནས་ཕྱིར་ལ་འབྱང་བ་དང་།  
སྐབས་ལྷུ་ཕྱིགས་བྱས་འདྲེབས་པ་སྟགས་ཀྱང་ན་འཆི་བའི་རྟགས་ཡིན་པས་ནད་རྟགས་འདི་རྣམས་མིན་པའི་གཞན་  
པའི་གོང་བཤད་ཀྱི་ནད་རྟགས་ཅི་འདྲ་སྟོན་ཀྱང་ལྷུ་མལ་པས་རྩལ་བཞིན་ཏུ་བཅས་ན་འཆི་བ་ཡིན་ནོ། །

## ས་བཅད་ལྔ་པ། བཅོས་ཐབས།

བཅོས་པའི་ཐབས་ལ་གསར་རྟོག་དྲུས་དང་ལྷུར། །

ཞེས་པ་ལྟེ། དེ་ཡང་བཅོས་པའི་ཐབས་ལ་གསར་པ་དང་རྟོག་པ་དྲུས་དང་ལྷུར་ནས་བཅོས་པར་བྱ་དགོས་  
པ་གཉིས་སོ། །

## དང་པོ། གསར་དྲུས་ཀྱི་བཅོས་ཐབས།

གསར་པའི་བཅོས་ལ་ལྷུ་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས། །

ཞེས་པ་ལྟེ། གསར་པའི་བཅོས་དེ་ལ་ཡང་ལྷུ་དང་བྱེ་བྲག་ཏུ་བྱེ་བྲག་གཉིས་ཡོད་ནོ། །

## ༡ ལྷུ་བཅོས།

ལྷུ་ལ་བཅོས་ཐབས་ནད་རྟོགས་ཆེ་རྒྱུ་གིས། །

ཞེས་པ་ལྟེ། ལྷུ་ལ་བཅོས་པའི་ཐབས་དེ་ལ་ཡང་ནད་ཀྱི་རྟོགས་ཆེ་རྒྱུ་གིས་གཉིས་ཏུ་བྱེ་བྲག་ལྟེ་བཤད་  
ནོ། །

(१) ལྟོང་མ་ཆེན་གྱི་བཙུན་།

ལྟོང་མ་ཆེན་ནད་ལ་བཙུན་ཚུལ་རྣམ་པ་བརྟན་། ལྟོང་གི་ཆི་ཕྱང་མཁུས་པའི་མི་བསད་  
ཅིང་། ལྟོང་ལྟུང་ལྟོང་ནད་དངོས་གཉེན་པོས་བསད་། མཆིན་པའི་ཟགས་བཟུམ་ལྟུང་པའི་  
ཁ་དོག་ལྟོང་། བཟུང་ཆུ་ཁོའི་ལྟོན་ལམ་བཅད་པ་ལོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་དེ་ལ་ལྟོང་མ་ཆེན་གྱི་ནད་ལ་བཙུན་ཚུལ་རྣམ་པ་བརྟན་ཡོད་དེ། ལྟོང་གི་ཆི་ཕྱང་བ་  
དང་། མཁུས་པའི་མི་བསད་པ་དང་། ལྟོང་གི་ལྟུང་བ་དང་། ལྟོང་དངོས་དེ་གཉེན་པོས་བསད་པ་དང་།  
མཆིན་པའི་ཟགས་མ་བཟུམ་པ་ལྟུང་མི་ཆོད་པས་བཟུམ་པ་དང་། ལྟུང་པའི་ཁ་དོག་ལྟོན་ལམ་བཅད་པ་  
དང་། བཟུང་ཆུ་ཁོའི་ལྟོན་ལམ་བཅད་པ་ལོ། །

༡ ལྟོང་གི་ཆི་ཕྱང་བ།

དང་པོ་ལྟོང་གི་ཆི་ཕྱང་ཆིག་ཕྱབ་གསུམ། །

ཞེས་པ་སྟེ། དང་པོ་ལྟོང་གི་ཆི་ཕྱང་ན་ལྟུང་པས་ཆི་ཕྱང་ཆིག་ཕྱབ་དེ་པོར་ལྟོང་པོ་མ་ལམ་མ་ལྟོང་ན་  
གསུམ་གྱིས་ཏིལ་དཀར་གྱིས་ཆོབ་ཕྱེད་པ་དང་། དེ་མ་མཁུས་ཏིལ་ནག་གསུམ་ཆ་མཉམ་གངས་ལྟར་ལྟར་བ་  
བཟང་།

ཁ མཁུས་པའི་ཆོབ་བསད་པ།

མཁུས་པའི་མི་བསད་ཀྱང་ཀྱམ་བརྟན་པ་གཉིས། ། དུས་བཞི་རྟག་པ་ལྟོང་ལ་བཟང་བར་  
བྱ། །

ཞེས་པ་སྟེ། མཁུས་པའི་ཆོབ་བསད་པ་ལ། ཀྱམ་ཀྱམ་དང་། ལྟག་པ། ལྟུང་ལ། ལྟག་ཏིག་ཏ། བའི་  
༡ བཟུང་ཆུ་བཅས་ལྟག་པོ་ཆོད་པའི་ལྟོང་མ་ལྟོང་ནས་ཆེན་གྱིས་། ལྟོང་ཚན་དན་དཀར་པོ། བཟག་མི་  
གིས་ཁ་བཟུར་བརྟན་པ་ལྟོང་བ་གཉིས་དུས་བཞི་ལྟོང་པ་ནི་ཆིག་ཕྱབ་ནང་ལྟོང་དང་ཀྱམ་བརྟན་པ་ཀྱམ་  
གཉིས་རྟག་པ་ལྟོང་ལ་བཟང་བར་བྱོལ། །

༢ ལྟོང་ལྟུང་ལྟོང་བ།

དེ་ལོག་ལྟོང་ཕྱེད་ཆིག་ཕྱབ་རྣམ་པ་གསུམ། ། ལྟུང་མདོག་ལྟོན་གྱིས་ཁ་བཟུར་ལྟུང་ཕྱི་  
ལྟོང་། ། ལན་གཅིག་ལན་གཉིས་གང་དགོས་ནད་ལྟོང་མ་ལྟོང་། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ལོག་ལྟོང་ཕྱེད་ལ་ཆིག་ཕྱབ་ཐར་ལྟུང་ཚ་རེ་ལྟག་རྣམ་པ་གསུམ་ལོ་བཟུང་དེ་ལྟོང་དཔུལ་  
ཞིང་། ལྟུང་མདོག་ལྟོན་གྱིས་བཟུར་བ་ནི་དམར་ན་ལྟོང་དང་ལྟུང་གསུམ་མེར་ན་དུག་ལྟོང་དང་དེ་མ་མཁུས་ལྟག་

ན་རེ་རལ་དང་ཁྱག་རྒྱུ་ལ་ལྟུང་དང་མི་མཁྱིས་ཤེས་པའི་སྐབས་སྤྱག་སྒྲེལ་དང་ཐོག་རྩལ་གྱིས་ཁ་བརྒྱུད་ལ་རྩལ་དེ་  
སྤྱང་དགོས་ཏེ་ལན་གཅིག་དང་ལན་གཉིས་གང་དགོས་པ་ནད་ཀྱི་སྟོབས་དང་སྤྱད་རོ། །

ང བྱད་དངོས་གཉིན་པོས་བསད་པ།

སྤྱང་ས་རྩེས་གཉིན་པོ་ཆེག་བྱལ་རྣམ་པ་གསུམ། ། བྱན་རྒྱུད་བྱངས་མང་བཟང་ལ་དངོས་པོ་  
བསད། ། བྱིན་རྩུ་བྱུག་ཆེ་རྒྱ་ཞབས་རྒྱ་རྩོས་བཟུག་ ། བོང་ར་རྒྱ་འབྲུག་ས་སྤྱང་ས་པའི་སྤྱད་འདྲིན་  
བཟང་། ། གཞང་ཁ་ལྷག་ན་ཤིང་ལེག་ཁ་རྩོམ་བྱ། །

ཞེས་པ་ཉེ། སྤྱང་ས་པའི་རྩེས་ལ་གཉིན་པོ་ཆེག་བྱལ་རྣམ་པ་གསུམ་ནི་སྤྱན་མ་སོང་བ་རྒྱ་གཟེར་རང་གིས་  
ཤི་བའི་ཐོད་པ་ཐོག་རྩལ་རྒྱ་རྩལ་ཏེ། དེ་ཉིད་རྩུ་རྩུ་ཆེ་སྒྲི་ཆེ་བྱག་འུན་གོང་བཤད་ཆོས་སྤྱན་དང་རྩུག་རྩལ་བསྐྱན་  
ན་མཆོག་རྩུ་ལན་ཏེ་སྤྱན་གྱི་བྱན་རྒྱུད་རྩུ་བྱངས་མང་ཙམ་བཟང་ལ་དངོས་པོ་རྣམས་བསད་ཅིང་བྱིན་རྩུ་བྱུག་ཆེན་  
རྒྱ་ཞབས་ལ་རྒྱ་རྩོས་གང་མོས་བཟུག་ཅིང་བོང་ར་དང་གྱི་ལྷེ་དཀར་པོ་ཉོང་ལེན་བཅས་གྱི་ལྷེ་མ་རྒྱ་འབྲུག་ས་ཏེ་བྱང་  
མོར་སྤྱང་པའི་སྤྱད་འདྲིན་ཏེ་ནི་རྩུ་ཏ་བཟང་བ་དང་། གཞང་གི་ཁ་ལྷག་ན་ཤིང་ལེག་གིས་ཁ་བསྐྱམ་པར་  
བྱལ། །

ཅ མཆིན་པའི་ཟགས་བསྐྱམ་

མཆིན་པའི་ཟགས་རྩོམ་གྱར་གྱུ་དགྲ་བ་དང་། །

ཞེས་པ་ཉེ། དེ་ནས་ཐོད་པའི་སྟོབས་རྒྱུད་ཟད་ཙམ་རྩུ་ཆག་པར་མངོན་ནས་མཆིན་པའི་ཟགས་བསྐྱམ་ལ་  
གྱར་གྱུ་འུགས་། བལྟེ་ག་ སྤྱམ་འུགས་། མཆོ་རྒྱུ་གྱི་ཆོག་སྤྱུ་ར་མཆོལ་དོམ་མཁྱིས་བྱག་འུན་ཉིད་གྱུ་  
བ་བཟང་རོ། །

ཆ འབྲུ་པའི་མདོག་བརྒྱུད་པ།

འབྲུ་མདོག་སྤྱར་བྱེད་ཉུག་པ་སྤྱད་ལ་བཟང་། ། ཟས་སྒྲོམ་ནས་སྒྲོན་ཅར་བརྟུངས་ཆོས་པ་  
ལ། ། བ་རའི་འོ་མ་བག་ཙམ་བཟང་པ་དང་། ། བ་ཆ་མེད་པའི་རྒྱ་ལྷག་བཞེན་པར་བྱ། ། དཀར་  
མངར་རྩལ་སྤྱར་བྱོད་བརྟུད་མཐའ་དག་སྤྱང་། །

ཞེས་པ་ཉེ། འབྲུ་མདོག་སྤྱར་བྱེད་ལ་དམར་ན་བྱ་རྒྱུད་དང་ཆོས། མེར་ན་རྩུག་འུར་དང་དོམ་མཁྱིས་།  
ཤེས་པའི་སྤྱག་སྒྲེལ་དང་ཐོག་རྩལ། སྤྱག་ན་རེ་རལ་དང་ཁྱག་རྒྱུ། ཟུག་ལ་ལྟུང་པའི་འབྲས་བྱུད་རེ་མཁྱིས་  
ཏེ་གུན་ལ་ཀར་སྤྱར་བ་ཉུག་པ་སྤྱད་ལ་བཟང་རོ། ། ཟས་སྒྲོམ་ནི་ནས་སྒྲོན་པོ་མ་བཟོས་པ་རྩེན་པ་བཅར་རྩུ་  
བརྟུངས་པ་ཆོས་པར་བྱས་པ་ལ་བ་དང་རའི་འོ་མ་བག་ཙམ་ཉེ་སྤྱན་བཟང་པ་དང་བ་ཆ་མེད་པའི་སའི་རྒྱ་བསྒྲོལ་  
བྱངས་ལ་རྩམ་པ་སེལ་ཙམ་བཟང་བཞེད་གྱུགས་པ་ལ་ཤོག་ཅེས་བཞེན་པར་བྱ་ཞིང་། དཀར་མངར་དང་རྩལ་སྤྱར་



གངས་ཐང་རམ་ཐུམ་རྒྱུ་ལ་བཏང་། །

ཞེས་པ་ཞེ། བར་དུ་ཆ་བརྒྱུ་ལ་ལུ་བས་ད་པ་ལ་ཉིག་ཏུ། བོང་ང་དགར་པོ། སྤྲོ་ལོ་དགར་པོ། རྩོམ་ལོན་  
དང་བཞི་པོ་གཙོ་བོ་སྤང་ཅིང་སྤམ་ཆ་སྤྱད་བཤམས་ཤིང་ཐང་རམ་ཡང་ན་ཐུམ་གཉིས་རྒྱུ་ལ་ལ་བཏང་  
ངོ། །

ག ཐམ་རྒྱུ་པོ་ལྷན་ལམ་གཙོ་བོ་པ།

ཐམ་ཆ་བའི་སྤྲོ་བས་ཆག་བཅད་རན་དུས། ། རྒྱུ་བའི་མེ་ཉོག་གཙོ་བོ་ལྷན་ཆ་སྤྱད། ། བ་  
ཡར་འོ་མར་བཏང་བཏང་རྒྱན་ལམ་གཙོ་བོ། ། ཡང་ན་ལྷ་དུས་ཆོས་སྒྲན་ཐོད་པ་དང་། ། ཐོག་  
དུས་རྒྱལ་པོ་ཡིན་པས་སྤམ་གཉིས་བཏང་། ། ཐུ་ཅི་དོམ་མཁུས་ཙམ་ལྷག་ཐོང་ང་དགར་། ། ཅི་  
དམར་རྒྱ་ཆ་ལྷག་ལྷན་སྤམ་ཆ་བཏང་། ། འབྲུ་མདོག་དམར་ན་མེ་ཉོག་ལྷ་རྒྱུ་ཞང་ཐོབ། ། སེར་པོ་  
དུག་ཏུ་ཟ་ལྷ་སྤྲོ་འབྲུ་ཐོབ། ། རྒྱ་པལ་རྩེ་པལ་ལེ་སྤྲོ་བས་སྤྲོ་ཐོབ་ཐོབ། ། གངས་རྒྱུ་ལམ་  
དུལ་བསྤྱད་ཆ་བ་གཙོ་བོ། ། འབྲུ་བའི་ཆོགས་ཤིང་ཆད་སྤྲོ་ལྷག་ཤི་བ་དང་། ། ཀ་ར་སྤྱད་ལ་བ་འོ་  
བསྐྱལ་གངས་དབུལ། ། རྩོམ་ལོན་འབྲུ་བ་གཙོ་བོ་ལྷན་བཏང་ཕྱེད། །

ཅེས་པ་ཞེ། ཐམ་ཆ་བའི་སྤྲོ་བས་ཆག་ཅིང་བཅད་རན་པའི་དུས་སྤྱིར་པའི་མེ་ཉོག་དང་གཙོ་བོ་སྤང་ཅི་  
དོ་བའི་སྤམ་ཆ་སྤྱད་བཤམས་པའི་འོ་མར་བཏང་བཤམས་པས་རྒྱན་ལྷི་ལམ་གཙོ་བོ་དོ། ། ཡང་ན་ལེར་པོ་ལྷ་  
དུས་དང་ཐོང་བཤད་བཏུད་ཅི་ཆོས་སྒྲན་དང་བཤད་མ་ཐག་པའི་རང་མེ་ཉོག་པ་དང་ཐོག་དུས་བཞི་པོ་རྒྱལ་པོ་  
ཡིན་པས་ཆ་སྤམ་གཉིས་བཏང་བཏང་སྤམ་ཅི་དང་དོམ་མཁུས་དང་ཙམ་ལྷག་དང་ཐོང་ང་དགར་པོ། རེ་སྤྲོ་ཅི་  
དམར། རྒྱ་ཆ། ལྷག་ལྷན་རྒྱལ་སྤམ་ཆ་གཉིས་བཏང་བཏང་། དེ་ཞིང་ཁ་བསྤྱད་འབྲུ་བའི་མདོག་དམར་ན་  
མེ་ཉོག་ལྷ་རྒྱུ་ཞང་བཞེབས་པ་དང་། སེར་པོ་ལ་དུག་མོ་ཏུང་དང་། ཟ་ལྷ་ལ་སྤྲོ་བའི་འབྲུ་ལྷ་བཞེབས་པ་དང་།  
མདོག་རྒྱ་བཤམས་ལ་རེ་རལ་དང་། ལེ་སྤྲོ་བས་འབྲུ་བར་སྤྲོ་ཐོབ་དང་བཞེབ་པ་གངས་རྒྱུ་ལམ་སྤྱད་པས་རྒྱ་ལོང་གི་  
དུལ་བཤམས་ལ་ཆ་བ་གཙོ་བོ་ཅིང་འབྲུ་བའི་ཆོགས་བར་འབྲུངས་ཤིང་ཞིང་ཆད་པའི་སྤྲོ་ལ་ཤི་བཏང་སྤྲོ་དེ་  
རྒྱལ་སྤྱད་པ་དང་སྤྱད་ལ་བའི་འོ་མ་བསྐྱལ་ནས་གངས་པའི་དུལ་བས་ནད་ཤི་རོ་འདོན་ལ་འབྲུ་བ་གཙོ་བོ་ཅིང་  
སྤམ་བཏངས་པར་ཕྱེད་དོ། །

3 རྒྱུ་བྱག་གི་བཙོན་ཐངས་པ།

རྒྱུ་བྱག་བཙོན་ཐངས་རྒྱ་པལ་རྩེ་པལ་གཉིས། ། སྤང་ཅི་རྩོམ་ལོན་ཐོང་ང་སྤམ་ཆ་  
ཉིག ། ལྷག་རྒྱུ་སྤྲོ་ལོང་པ་ཏ་བསྤྱད་ཐང་། ། ཆ་ཁ་སྤྲོ་དང་མི་འབྲུལ་ཐ་བར་ཕྱེད། །

དམར་ཟེལ་བ་ཡི་ལོ་མ་མར་དཀར་བསྟུལ། ། རྒྱལ་མི་ནང་ཙི་མི་འཛད་འབྱེད་པར་བྱེད། །

ཅེས་པ་ཉེ། དེ་ཡང་བྱེད་པ་ཉེ་བཅས་པའི་ཐབས་ལ་རྒྱ་གཞིར་དང་རྒྱ་ལམ་གཉིས་ལ་སྤྱེད་བདུན་པ་  
ཞེས་སྤང་ཙི་དོ་པོ་དང་། ཉོང་ལེན། སོང་ར་དཀར་པོ། ལུ་མ་ཐུ་ཉིག་ སེར་པོ་བྲག་རྒྱུད། སྤྱོད་དཀར་པོ་  
པར་པ་ཏ་ན་མས་བསྟུལ་པའི་ཐང་བཏང་བས་ཙུ་ཁ་བསྟུལ་པ་དང་། མི་འབྱུལ་ལ་སྤྱོད་ཅིང་རྒྱ་མདོག་  
དམར་ཟེལ་ཅན་གྱི་བ་ཡི་ལོ་མ་དང་མར་དཀར་པོར་བསྟུལ་ལ་བཏང་བས་རྒྱ་མི་ནང་ཙི་མི་འཛད་པར་འབྱུང་  
འབྱེད་པར་བྱེད་དོ། །

### (༢) རྒྱ་གཞིར།

ཁྱད་པར་རྒྱ་གཞིར་རྒྱ་བཤམ་བཙོད་ཁྲུལ། ། ཡུར་ཀུམ་ལུ་ལྷུ་ལ་ཀ་ར་ཤ་བྱེད་རྒྱུར། ། སེར་པོ་  
གི་མི་ རྒྱ་ལྷུ་ཤ་བྱེད་རྒྱུར། ། ཁྲག་ཏུ་འབྱུ་ན་དོ་མ་མཁྱིས་ཤ་བྱེད་རྒྱུར། །

ཞེས་པ་ཉེ། ཁྱད་པར་རྒྱ་གཞིར་ལ་མདོག་རྒྱ་བཤམ་ལམ། བཙོད་གྱི་ཁྲུ་བ་འདྲ་བ་ལ་ཡུར་ཀུམ་དང་  
ལུ་ལྷུ་ལ་དང་ཀ་ར་བཅས་པ་སྤྱེད་བདུན་པ་དང་རྒྱུར་བ་དང་། སེར་པོ་ལ་གི་མི་དང་རྒྱ་ལྷུ་ཤ་བྱེད་རྒྱུར་བཤིང་གི་མེ་  
ཉིག་དམར་རྒྱུད་དེ་སྤྱེད་བདུན་པ་དང་རྒྱུར། ཁྲག་ཏུ་འབྱུ་བ་འཕ་ཞག་ཅན་ལུང་ན་དོ་མ་མཁྱིས་སྤྱེད་བདུན་  
པ་དང་རྒྱུར་བ་པོ། །

### (༣) རྒྱ་ལམ་ར།

རྒྱ་ལམ་ར་ཙུ་ཙ་ཏུ་ཁྲུ་ཐམ་ཁྲུ་འདྲ། ། ཡ་ཏུ་མ་རྒྱ་རྒྱུར་རྒྱེར་བུན་བ་ལེ་ག ། གསེར་གྱི་མི་  
ཉིག་ཤ་བྱེད་རྒྱུར་ལ་བཏང་། ། ཁྲག་ནག་ཤེ་ཏུ་ལ་འབྱུ་ན་བ་ཤ་ག ། སྤྱོད་པ་ཤ་བྱེད་རྒྱུར་བའི་  
བསྟུལ་ཐང་བཏང་། །

ཞེས་པ་ཉེ། རྒྱ་ལམ་ར་ལ་མདོག་རྒྱ་ཙུ་ཙ་ཏུ་ཁྲུ་ཐམ་ཁྲུ་འདྲ་བ་ལ་ཁྲུ་ན་ཡ་ཏུ་མ་རྒྱ་རྒྱུར་དང་  
རྒྱེར་བུན་དང་བ་ལེ་ག་དང་གསེར་གྱི་མི་ཉིག་ན་མས་སྤྱེད་བདུན་པ་དང་རྒྱུར་ལ་བཏང་། ཁྲག་ནག་ཤེ་ཏུ་ལ་  
ཏུ་འབྱུ་ན་བ་ཤ་ག་སྤྱོད་པ་ཤ་བྱེད་བདུན་པ་དང་རྒྱུར་བའི་བསྟུལ་ཐང་བཏང་དོ། །

### (༤) རྒྱ་ལམ་ལ།

རྒྱ་ལམ་ལ་དམར་པོར་འབྱུ་ན་ཡུར་ཀུམ་དང་། ། དོ་མ་མཁྱིས་ཀར་རྒྱུར་པོར་ར་མིག་ཐང་  
བཏང་། ། རྒྱ་ལམ་ལ་ཐུག་ལྷེ་ལ་ཀ་ར་རྒྱུར། །

ཞེས་པ་ཉེ། རྒྱ་ལམ་ལ་ལམ་ལམ་དམར་པོར་འབྱུ་ན་ཡུར་ཀུམ་དང་དོ་མ་མཁྱིས་ཀར་རྒྱུར་བ་དང་པོར་  
ར་དཀར་པོ་ལེ་མིག་ཐང་བཏང་། རྒྱ་ལམ་ལ་ཐུག་ལྷེ་ལ་དང་ཀ་ར་རྒྱུར་བ་པོ། །

### (༥) རྒྱ་ལྷུ་ལ།

རྒྱ་ལྷུ་ལ་ཡ་ཏུ་མ་རྒྱ་རྒྱུར་བ་ལེ་ག ། བསྟུལ་ཁྲུར་གསེར་གྱི་མི་ཉིག་ལུ་མ་ཐུ་ཉིག ། ཉིག་ཏུ་

ཁོང་དཀར་མོ་བཀྱེད་ལ་བཀྱེད་། ། ཁོང་ཚ་གཉིས་གཏར་ཁྱོད་པའི་རྩ་དྲགས་བྲ། ། དེ་མིས་  
འབྲུག་མ་འདོད་ན་གཉན་བཤལ་བཀྱེད་། །

ཞེས་པ་ཞེ། རྩ་ལྷགས་ལ་ཡ་རྩ་མཆུ་རྩུང་དང་བའི་ག་གཉིས་བསྐྱུས་པའི་ཁྱ་བར་གསེར་གྱི་མེ་ཉྱ་དང་  
ལྷ་མཆུ་ཉྱ་ཉྱ་ཉྱ། ཁོང་དཀར་མོ་གས་བཀྱེད་ལ་བཀྱེད་བཀྱེད་། ཁྱང་པ་གཡས་གཡོན་གྱི་ཡོང་ཚ་གཉིས་  
གཏར་ལ་གངས་རྩ་གང་མོ་ཁྱོད་ལྷ་ལ་པས་རྩ་ཞབས་ལྷ་རྩ་དྲགས་བྲ་ཞིང་དེས་འབྲུ་བར་མ་འདོད་ན་ལྷ་རྩ་  
རྩ་མ། དེ་ལྷ་ཞེ་འབྲུ་བའི་མིག་ལྷ་བ་གསུམ་གྱི་ཞེང་དུ་ཡ་བྲག་དང་། ཉོང་ལེན། དུག་ལྷས་པ་རྣམས་དྲི་རྩར་  
ལྷ་བའི་གཉན་བཤལ་བཀྱེད་བར་བྲལ། །

## གཉིས་པ། རྩིང་དུས་གྱི་བཙས་བཤལ་

### ༡ དོ་ཤོ་གཞོན་པ།

རྩ་ཁྱོད་ལར་འདས་རྩ་དེམས་རྩིང་པ་རྣམས། ། མཁྱིས་ཁྱེ་བདུན་ནམ་ཡི་རྩ་བཞི་ཐང་  
བཞེན། ། འབྲུ་བ་དྲི་བཙས་དྲགས་ཡོད་བཤལ་གྱིས་རྩུང་། ། ཁྱེ་ལྷག་འབྲས་དང་རྩ་ཁྱོག་བསྐྱེད་  
གྲངས་རྣམས། ། ཁོངས་རྩུང་གྲངས་མང་བཀྱེད་ཞིང་གཞོད་བཤལ་བསྐྱུང་། །

ཞེས་པ་ཞེ། དེ་ཡང་དེ་ལ་རྩ་བཞེད་ཙམ་པར་འདས་པའི་རྩ་དེམས་རྩིང་པ་རྣམས་ལ་ཁྱེ་རྩུང་ཉྱར་གྱི་  
མཁྱིས་ཁྱེ་བདུན་པའམ་ཡང་ན་ཡི་རྩ་བཞི་ཐང་བཞེན་པ་དང་འབྲུ་བ་དེ་ཡང་དྲི་བཙས་དྲགས་པ་ཡོད་ན་བཤལ་  
གོང་གི་དུལ་དྲི་རྣམས་ལྷ་རྩུང་སྐྱུང་སྐྱུང་། ཁྱེ་ལྷག་དང་འབྲས་དང་བསྐྱེད་གྲངས་ལ་རྩམ་པ་མདོག་འབྲུར་ཙམ་  
བཀྱེད་པའི་རྩ་ཁྱོག་དང་བསྐྱེད་གྲངས་རྣམས་ཐོངས་རྩུང་ལ་གྲངས་མང་ཐོར་བཀྱེད་ཞིང་མོ་བར་གཞོད་པའི་བཤལ་  
གོང་བཤལ་རྣམས་བསྐྱུང་རོ། །

### ༢ འབྲུ་བ་གཞོན་པ།

ཆ་བ་ཆོགས་ནས་བཙད་དུས་ཞེབ་པའི་ཆེ། ། ཆོང་ཞི་ཆེ་མར་གཞ་རྩུང་དང་གཡུམ། །  
ཡང་ན་མེ་ཉྱ་བྲ་རྩུང་ག་རྩུས་བསྐྱུས། ། བ་ཞོ་ལྷག་པ་ལྷིན་དང་འབྲས་ཡོས་ཁྱེ། ། ཆོས་པར་  
བཙོས་པ་ཙེ་བྱར་བཀྱེད་བར་བྲ། ། ཡང་ན་ད་དྲིག་ག་ལེད་མོན་ཆ་ར། ། ལྷག་དང་བ་རམས་  
འབྲས་ལྷག་བཀྱེད་པ་འམ། ། ཡང་ན་གཞོད་ཁྱག་ཞོད་ཁྱག་རྩུང་ལ་བཀྱེད་། ། ཡང་ན་བ་རམས་  
བྲ་རྩུང་བསྐྱུས་ཁྱུ་ལ། ། ལྷག་དང་ད་དྲིག་ག་ལེད་མོན་ཆ་ར། ། ཞིབ་བཀྱེད་པས་བཀྱེད་པ་ཙེ་བྱར་

ཡང་ཡང་བཏང་། །

ཞེས་པ་ཞེ། དེ་ཡང་ཚ་བ་ཚོགས་ནས་འབྲུ་མདོག་སྒོ་ལ་སྒྲ་བཅས་བཅད་པའི་དུས་ལ་སྒྲེབ་པའི་ཆེ་ཙམ་ཞི་  
རེ་སྒོན་ཅི་དམར། གཞུང་དང་གསུམ་མཐ་ཡང་ན་མེ་ཏོག་བྱ་རྒྱུ་དང་(ག་བ་དགོ་བ་སོགས་ཀྱི་སྒྲུ་ལུ) ག་  
ཅུས་ནི་ནད་པ་རང་གིས་འབྲུས་པའི་དྲི་ཆེན་དུ་འགའ་ཞིག་འདོད། འགའ་ཞིག་སྤྱི་འཇམ་ལེའུ་སྒྲེས་འབྲུ་ལྟོ་མ་  
ལ་བཞེད་ཅིང་། སྒྲན་དཔུང་རྒྱ་བའི་རྒྱལ་པོ་ལས། ག་བ་དག་དང་དགོ་བ་དང་། ། བོང་བྱ་རྒྱ་དང་རི་བོང་  
གི ། སྒྲུ་ལུ་ཞོ་བཙུང་དག་དང་སྒྲུ་ལ། ། འབྲུ་བ་གཙོད་པའི་སྒྲན་མཚོག་ཡིན། ། ཞེས་པར་བསྐྱུས་པ་  
དང་། ཡང་ན་བ་ཞོ་དང་རི་བོང་གི་སྒྲན་པ་སྒྲིན་དང་འབྲས་ཡོས་ཀྱི་ཕྱེ་རྣམས་ཚོས་པར་བཙུང་ལ་ཅེ་གུར་ཞེས་  
རྒྱུ་དུ་ཡང་ཡང་དུ་བཏང་བར་བྱ། ཡང་ན་ད་འིག་དང་། ཀ་ལེད་དང་། མོན་ཆ་ར་དང་སྒྲག་དང་ཐ་རམ་  
རྣམས་འབྲས་སྒྲག་ལ་བཏབ་པ་འཇམ་ཡང་ན་གཙོད་ཀྱི་ཁྲག་དང་གཡག་རྒྱོད་ཀྱི་ཁྲག་ལ་སྒྲུར་ཏེ་བཏང་ལ། ཡང་ན་  
ཐ་རམ་དང་བྱ་རྒྱུ་གཉིས་བསྐྱུས་པའི་ཁུ་བ་ལ་སྒྲག་དང་། ད་འིག་ ཀ་ལེད། མོན་ཆ་ར་ཞིབ་དུ་བཏགས་པ་  
བཏབ་པ་ཅེ་གུར་ཏེ་སྒྲན་རྒྱུ་གངས་མང་དུ་བརྩེ་ཙམ་ཡང་ཡང་བཏང་ངོ། །

### ༣ གྲང་འབྲུམས་གཙོད་པ།

འབྲུ་བྲགས་སྒྲོད་ཀྱི་དྲོད་ཤོར་གྲང་འབྲུམས་ན། ། མེ་འབྲུ་ཐུ་རྒྱུར་རྒྱ་མོང་གསར་ལ་  
བཞེག ། ཁ་ཟས་ལྷག་དང་བ་ལང་རི་དྲགས་ག ། མ་རུལ་གསར་པའི་ཆེ་ཁུ་ཁོངས་རྒྱུར་  
བཏང་། ། གསར་འཇམ་སྒྲ་བ་རྒྱ་སྒྲིགས་ཤིང་ཐལ་རྒྱུར། ། ཙུང་ཞིའི་ཕྱེས་བྲན་ཁ་སྒྲོམ་བག་རེ་  
བཞེན། ། འབྲུ་བ་མ་ཚོད་བར་དུ་ཟས་སྒྲོད་གཟབ། །

ཅེས་པ་ཞེ། དེ་ཡང་འབྲུ་བྲགས་པའི་སྒྲོད་ཀྱི་དྲོད་ཤོར་བའམ་གང་བ་འབྲུམས་ན་མེ་འབྲུ། སྒྲག་སྒྲེལ་  
ཤིང་ཚ། དི་དི་ལིང། བཅའ་མ་ཉེ་ལེ་སྒྲུར་ལ་རྒྱ་གསར་ཚོགས་པ་བཅུ་བདུན་པ་དང་མོང་གསར་བཅུ་དྲག་པ་  
དང་མདུན་ཉེ་བ་ནས་ཚོན་དོ་རེ་གཡས་གཡོན་དུ་གཞལ་བ་རྣམས་བསྐྱེག་གོ ། ཁ་ཟས་ལ་ལྷག་དང་བ་ལང་དང་  
རི་དྲགས་ཀྱི་ག་མ་རུལ་མ་སྒྲུངས་པར་གསར་པའི་ཆེ་ཁུ་དེ་མོང་ས་རྒྱུར་དུ་བཏང་བ་དང་ཆང་གསར་འཇམ་དང་  
ཤིང་སྒྲ་བ་དང་རྒྱ་སྒྲིགས་ཀྱི་ནད་གི་ཤིང་ཐལ་སྒྲུར་བ་དང་ཙུང་ཞིའི་ཕྱེས་བྲན་ཁ་སྒྲོམ་པའི་དུས་སྒྲུ་བག་ཙམ་རེ་  
བཞེན་ཅིང་། དེ་ཡང་འབྲུ་བ་མ་ཚོད་པའི་བར་དུ་ཟས་དང་སྒྲོད་ལམ་གཟབ་པར་བྱའོ། །

## བསམ་གཞིགས།

- ༡ ལྷ་གཟེར་ནད་ཀྱི་གཙོ་ཕོད་ལྷ་ལྷེན་དང་ནད་ལྷ་རྩེ་པོ་ཡི། དེ་ཕྱི་བའི་རྣམ་གངས་སོགས་ཁི་ལྷ་རྩེ་ལྷ་མ།
- ༢ ལྷ་གཟེར་ནད་ཀྱི་འཕྱོ་ལྷ་ཡི་རང་བཞིན་དང་། ལྷ་ལ་མཐོང་གི་རང་བཞིན། ལྷ་ཆ་བས་དང་ཁ་  
འག་གི་རང་བཞིན་སོགས་གང་འདྲ་ཡིན་ནམ།
- ༣ ལྷ་གཟེར་ཀྱི་ནད་ཉགས་ལྷེ་དང་དེའི་ནང་ནས་དོན་འབྲུ་དང་ལྷ་གཟེར་ཀྱི་ནད་ཉགས་དེར་བྱད་  
འཕགས་ཀྱི་རང་བཞིན་གང་ལྟ་ཡོད་ནམ།
- ༤ ལྷ་གཟེར་ཀྱི་ལྷ་ལྷེན་དེ་དག་གི་ནང་ནས་ལྷ་ལྷེན་དང་ལྷ་ལྷེན་ལྷ་ལྷེན་ལྷ་ལྷེན་དང་ལྷ་ལྷེན་  
གང་དང་གང་ཡོད་ནམ།
- ༥ ལྷ་གཟེར་ཀྱི་ནད་འདི་དང་ལྷེན་བཟང་གི་ཆད་འབྲུའམ་ལྷ་ཆད་ཀྱི་ནད་པར་དེ་ཕྱི་འབྲེད་ཁི་ལྷ་ལྷེན་  
དཀོས་སམ།

## ལེའུ་ཐུ་པ། གཉན་ནད་གཤམ་སྒྲིག

གཤམ་པའི་ནད་ཅེས་པ་ནི་གཉན་ནད་ཀྱི་བདེ་བ། རྩེ་རྩུང་ལ་བབས་ཏེ་འགགས་པ་ལྟར་བྱེད་པ་ལ་གཤམ་པ་  
ཞེས་བརྗོད་དོ། རྩེ་པའི་ནད་ཅེས་པ་ནི་གཉན་ནད་ཤ་པགས་ལ་བབས་ནས་སྒྲངས་ཤིང་འཕེལ་བ་ལྷུང་བའི་  
ནད་ཅིག་རེད།

### ས་བཅད་དང་ཕོ། རྩུ།

རྩུ་ནི་ཁྲག་གནས་དུག་ཅན་གྱི་ཕ་བདུན། ། ཟངས་ལྟར་དམར་ཞིང་མ་ལ་བལྟས་མི་  
མཛོན། ། རྒྱད་ཅིག་ཙམ་ལ་མགོ་རྒྱུ་བྱུས། །

ཞེས་པ་རྩུ། དེ་ཡང་གཤམ་སྒྲིག་སྐོས་གཉན་ནད་ཀྱི་རྩུ་ནི། འཕྲོ་བ་རང་གི་ལུས་ལ་ལྟན་སྒྲིས་སྒྲུབ་ག་  
ལ་གནས་པའི་དུག་ཅན་གྱི་ཕ་བདུན་ཡོད་དེ་མདོག་ཟངས་མ་ལྟར་དམར་ཞིང་དབྱིབས་མོ་ཁབ་ལྟར་རྒྱུ་ལ་  
ཕྱབ་ལ་བལྟས་པས་བལྟར་མི་མཛོན་པ། རྩུ་བས་རྒྱད་ཅིག་གིས་མགོ་ནས་རྒྱུ་མཐིམ་གྱི་བར་བྱ་བ་པར་རྩུ་བྱས་པ་  
དེ་རྩུ་ནི་གིས་མ་བལྟར་ན་ཙམ་རྩུ་བས་སྐོས་བསྐྱེད་ལ། བལྟར་ན་ལུས་རྒྱངས་ལ་ཐོས་པའི་དུག་གིས་ནད་བསྐྱེད་  
པ་དེ་ལོ། །

### ས་བཅད་གཉིས་པ། རྩུན།

དེ་ལ་རྩུན་ནི་རྩུང་མཐིས་བད་ཀན་འདུས། ། རྩུད་བྱེད་ལུས་དུས་ཟས་རྩུད་གཞོན་རྩུན་  
གྱིས། ། རྩུན་འབྲུགས་ལུས་རྒྱངས་ཐོས་པས་གཉན་ནད་འབྱུང་། ། དེ་རྩུད་དཀར་མངར་གཞོན་  
ཅིང་དུག་གིས་འཛུམས། །

ཞེས་པ་རྩུན། དེ་ལ་རྩུན་ནི་རྩུང་མཐིས་བད་ཀན་ལྟར་འདུས། རྩུད་བྱེད་ཀྱི་རྩུན་གཤམ་སྒྲིག་རང་བཞིན་གྱིས་  
གནས་པའི་ལུས་དང་རྩུན་སྐོས་སྐོས་ནས་རྩུད་དུས་མངར་རྩུད་སྐོས་ཟས་དང་ཐབ་གཞོབ་སྐོས་སྒྲིད་ལམ་  
དང་ཐེ་བརྟུང་དང་གཉན་སྐོས་གཞོན་རྩུན་གྱིས་ཁྲག་མིན་དེ་དག་ཁྲོས་ཤིང་འབྲུགས་པར་བྱས་ནས་ལུས་རྒྱངས་

མོས་པས་ཤིན་ཏུ་གཉན་པའི་ནད་ཏུ་འབྱུང་ལ་དེའི་མིར་དཀར་མངར་གྱིས་མིན་སྟོབས་བསྐྱེད་པས་གནོད་ཅིང་  
དུག་གི་རིགས་རྒྱས་པ་ནི་བས་མིན་ཏུ་འཛོམས་པ་ཡིན་ནོ། །

## ས་བཅད་གསུམ་ལ། དབྱེ་བ།

### དང་པོ། བབས་སའི་དབང་གིས་མིང་བ་དད་དུ་སྟེ་བ།

དབྱེ་བ་བབས་ས་མིང་གིས་བ་དད་དེ། ། མགོ་ལ་བབས་ན་ཟླད་གཟེར་ཞེས་བྱ་ཞིང་། ། བྱེ་  
བར་གཤག་པ་རྩ་ཉྱེད་གཟེར་བྱུང་སྟེ། ། ས་བར་གཉན་ཟླད་རྒྱ་མར་རྒྱ་གཟེར་ལ། ། ཟླགས་ལ་མེ་  
དབལ་ཆེགས་ལ་མེན་བྱ་སྟེ། ། ལྷ་ལ་ལྷ་ལོག་ཤར་བབས་སྟོག་ཤར་བབད། ། ཤ་རྒྱས་རྒྱས་ལེ་མ་  
འབྱལ་བྱིར་འབྲས་ཞེས་བྱ། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་དབྱེ་བ་སྟེ་ན་བབས་སའི་དབང་གིས་བ་དད་དུ་ཡོད་དེ་མགོར་བབས་ན་ཟླད་གཟེར་  
ཞེས་བྱ་ཞིང་། བྱེ་བར་བབས་ན་གཤག་པ། རྩ་ཉྱེད་ལ་བབས་པ་ན་གཟེར་བྱུང་ཞེས་པ་དང་། ས་བར་བབས་ན་མེ་  
ལོག་གཤ་གཉན་ཟླད་དང་། རྒྱ་མར་བབས་ན་རྒྱ་གཟེར། ཟླགས་ལ་བབས་ན་མེ་དབལ་དང་། ཆོགས་ལ་  
བབས་ན་ཆེན་བྱ་སྟེ། ཤ་དང་། ལྷ་ལ་བབས་ན་ལྷ་ལོག་དང་། ཤར་བབས་པ་སྟོག་ཤར་བབད། ཤ་རྒྱས་དང་  
རྒྱས་ལེ་མ་ལ་འབྱལ་བའི་མིར་འབྲས་ཞེས་སྟེ་བ་བཅས་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་མོགས་གཉན་ནད་ཀྱི་རིགས་རི་སྟེད་  
ཅིག་འབྱུང་ངོ། །

### གཉིས་པ། རིགས་ཀྱི་དབང་གིས་ངོ་ལོ་བསྟར་སྟེ་ལ།

འོན་ཀྱང་འདི་ཏུ་གཤག་སྟོག་གཉིས་སྟེ་བསྟེ། ། སྟོག་པའི་དབྱེ་བ་འབྱུང་བ་ནད་གཞི་  
རིགས། ། འབྱུང་བས་དབྱེ་ན་ས་མེ་རྩ་རྒྱུང་བཞི། ། ནད་གཞིས་དབྱེ་ན་དཀར་ནག་ཆ་ས་  
གསུམ། ། རིགས་ཀྱིས་དབྱེ་ན་ཁྱོད་དང་ཡང་ཁྱོད་དང་། ། ཡམ་བྱ་ཡམ་མོ་ཞེས་བྱ་བཞི་ཏུ་  
བབད། ། གཤག་པ་མོ་སྟེ་དང་གཉན་གཤག་གོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། འོན་ཀྱང་དེ་དག་ཐམས་ཅད་རྒྱུད་འདི་ཏུ་གཤག་པ་དང་སྟོག་པ་གཉིས་སྟེ་བསྟེ་པས་སྟོག་པའི་  
དབྱེ་བ་ལ་འབྱུང་བ་དང་ནད་གཞི་དང་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་གསུམ་ལས་འབྱུང་བས་དབྱེ་ན་ས་དང་མེ་དང་རྩ་དང་

རྒྱུད་དང་བཞི། བློ་གཞི་མི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་ན་དཀར་པོ་དང་ནག་པོ་དང་ཁྲ་པོ་གསུམ་རིགས་ཀྱིས་དབྱེ་བ་ན་ཚོད་  
དང་ཡང་ཚོད་དང་ཡམ་བྱ་དང་ཡུ་མོ་ཞེས་བྱ་བ་བཞི་རུ་བཤད་དོ། གཤམ་པ་ལ་དབྱེ་ན་པོ་དང་མོ་དང་བྱ་དང་  
གཉན་གཤག་བཞི་འོང་ངོ། །

## ས་བཅད་བཞི་པ། ཉགས།

བཙག་བའི་ཐབས་ལ་སྒྱིད་དང་ཕྱེ་ཐག་གཉིས། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་དེ་ནམས་ངོས་འཛིན་པའི་བཙག་ཐབས་ལ་སྒྱིད་དང་ཕྱེ་ཐག་གཉིས་སོ། །

## དང་པོ། སྒྱི་ཉགས།

སྒྱི་རྩ་རོས་བཟུང་སྒྱི་ནང་གསང་བ་གསུམ། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་སྒྱི་ཉགས་ལ་འདྲ་ངོས་བཟུང་བ་སྒྱི་དང་ནང་དང་གསང་བ་གསུམ་སོ། །

## ༡ སྒྱི་ཉགས།

སྒྱི་ཉགས་སྐྱངས་དབྱིབས་འབྲུམ་པ་རྩ་བུར་འདྲ། ། ཉ་རྒྱལ་རྩུམ་རྩིག་རྩ་ཐུང་ཐུང་  
དང་། ། ར་རྩུང་རྩུམ་རྩུར་སྐྱངས་ཉམ་ང་འཇིགས། ། ཁ་རྩིག་དམར་རམ་ནག་རྩུག་ཁ་རྩིག་  
སྐྱངས། ། ར་ཕྱགས་ཕྱུམ་མེར་ཁྱེར་དང་ཆེགས་གཞི་ན། ། མགོ་ན་ཁ་ཁ་འཕྱུ་འདར་སྒྱིང་མི་  
དགའ། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་སྒྱི་ཉགས་ནི་སྐྱངས་པའི་དབྱིབས་འབྲུམ་པ་དང་རྩ་བུར་འདྲ་བ་དང་། ཉ་དང་རྒྱལ་  
དང་རྩུམ་དང་རྩིག་པ་དང་རྩུང་དང་། ཐུང་མེད་ན་རྩུང་མེད་རྩུམ་རྩུར་སྐྱངས་པ་མཚོང་  
ན་ཉམ་ང་ལ་འཇིགས་ཤིང་ཁ་རྩིག་ནི་དམར་རམ་ཡང་ན་ནག་པའམ་སྒྱུག་པོ་དང་ཁ་རྩིག་སྐྱངས་པ་དང་། ར་  
ཕྱགས་ལ་ཕྱུམ་མེར་ཁྱེར་བ་སྟེ་གང་ཕྱུམ་དང་ཆེགས་གཞི་ན་བ་དང་མགོ་ན་ལ་ཁ་ཁ་ཞིང་ཤེས་པ་འཕྱུ་ལ་ཕྱུས་འདར་  
ཞིང་སྒྱིང་མི་དགའ། །

3 གྲང་ལྷན་ལ།

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । ॐ श्री गुरुभ्यो नमः । ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ।  
 ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ।  
 ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ।  
 ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ।

རེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ནང་གི་རྟགས་ལ་ཡང་ཅ་དང་ཆུད་དེ་ག་བྱ་དང་ཆུན་མང་པའི་ལས། ཅ་ཀྱི་ཁ་པ་  
 ཆུག་ཅིང་གཏིང་ན་གྱི་མས་ལ་ཁོང་ན་འདར་བ་དང་། རེས་པ་པར་བརྟག་ན་དུམ་ཆད་ཅིང་འབྱིག་སྟོང་འཕྱུར་།  
 ཁྱད་པར་དུ་གཏིང་དུ་མ་ཁྱད་ན་ས་ལྟོག་དང་། ཆུ་མེར་གྱི་ཅ་ལྟར་འབྱིག་སྟོང་བྱེད་ན་ཆུ་ལྟོག་ རེས་པ་མེད་ཅིང་  
 ཆུད་ལྟར་གཤོ་བ་ཆུད་ལྟོག་ ཆད་པའི་ཅ་ལྟར་འདུག་ན་མེ་ལྟོག་བྱེད་ས་འཛིན་པ་ཡིན། དེ་ཆུ་འཛིན་ག་ནག་ཅིང་  
 ཁྱད་ས་པ་འཁྱིབ་ས་པ། གྲུ་ལ་འཕྱུག་ས་ན་ས་ལྟོག་མི་བྱུབ་པ། ཡང་ན་སྟོང་གྱི་ཁར་དྲུང་ས་མིང་གཏིང་ན་རྟོག་ས་པ་  
 དེ་མ་མེན་ཏུ་ཆེ་བ། ད་ཀྱུག་ས་གྱུར་ཆུ་བ་མེད་པ་འདར་གྱིད། རེས་བྱ་སྒྲུང་ས་པ་དེར་རེས་གྱུར་ཆོར་བ་མེད་པ་འཕམ་  
 ཡང་ན་རེས་མི་བྱུབ་པའི་པོ་སྟོང་པ་ཆུར་ལ་དྲོད་མེན་ཏུ་ཆོར་མ་ཡང་ན་མེན་ཏུ་གྲང་པར་འཕྱུར། ཆུན་མང་རམ་ཆུ་  
 སྒྲུང་ས་ནི་བརྟག་པ་རམ་སྟོག་ཆུ་ཏེ་སྟོག་པའི་མེ་མང་གི་སྟེང་ཁ་འཁོར་སྒྲུང་ས། འཁྱིད་སྒྱུ་བྱི་ཆེ་རྟམ་ས་བྱེད་ཡང་  
 བ་རེས་བྱ་རྟམ་ས། ཐ་མ་བ་སྒྱུ་ལྟོག་ཅིང་མ་ན་སྟོང་ཆོག་ས་པའི་འགམ་གཞིས་དང་། མིག་མ། འགམ་མ། ལྷེ་ཅ་  
 སྟོག་ས་འགྲུལ་བ་དང་། སྐལ་བ་སྟོག་འདབ་དང་མཆོན་ཁྱད་དུ་དམར་ཐིག་འཕྱུར་དོ། །

༣ གསལ་རྟགས།

གསང་ཉགས་ཉག་ཏེ་གཟུང་བཟང་དངས་འདར་ཡིན།

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་གསར་རྟགས་ནི་རྟག་པོ་ལྷ་མིའམ་བྱང་ཕུགས་ལ་ཤུགས་ཤུད་གསུམ་མི་གསུམ་པ་ནང་  
བསྐྱེད་པས་པ་དང་འདྲ་བའི་རྟགས་ལྟར་ན་ཡིན་གོ། ।

གཉིས་པ།      རྩེ་བྲག་གི་རྟ་པ་ས།

[illegible]

ཁེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ཕྱི་སྐད་གི་ཉན་ས་ལ་སྟོན་པ་དང་གསུང་པ་གཉིས་ཡོད་དོ།

## 2 རྟོག་པའི་རྟགས།

རྟོག་པའི་རྟགས་ལ་ས་རྟོག་སྤངས་པ་རྟན་ལྔ། ། སྤངས་མ་དོག་སྤོར་པའི་མགོ་མོ་ནག་མོར་  
འོང། ། མེ་རྟོག་དམར་ཆ་མཆོད་སྟེན་མེས་ཆོག་འདྲ། ། ཆ་རྟོག་འཇམ་པའི་ལ་ཆ་བྱར་ཆ་སེར་  
འཇག། རྟོག་རྟོག་སྟེ་གསོལ་མི་པ་རྟན་འཕར་ཞིང་བྱེད། ། དགའ་པོ་ཁྱེད་ཆུང་ཆ་ཆ་ཕྱི་ཕྱུང་  
ལྱང། ། བྱག་པོ་ཁྱེད་ཆེ་ཆ་ཆ་ཕྱི་ཕྱུང་ཆ། ། ཁ་པོ་རྟགས་འདྲིས་ཁྱེད་གཞེས་སྤང་བྱུང་བྱེད། །  
སྤོར་མི་འཁྲོས་སྟེན་ནད་དྲག་སྤངས་པ་སྟེན། ། ཡང་སྤོར་མི་ཁོང་བྱེད་འཆོར་ལ་ཁོ། ། ཡམ་  
བྱ་སྤངས་པ་འབར་འབྱར་ཡམས་ཐབས་འོང། ། ཕྱ་མོ་ཕྱ་པ་རྟན་ནད་ཁྱེད་ཆུང་པ་འཕྲ། ། ཡང་  
ན་རྟོག་པ་འདྲིས་ཞིང་འབྱུང་པ་འོ། ། ལ་ལ་རྟོག་པ་གཉིད་པོ་ཞེས་སྟེ་འདྲིས་ས། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་རྟོག་པའི་རྟགས་ལས་ས་རྟོག་སྤངས་པོ་བརྟན་ལ་སྟེ་ཞིང་སྤངས་པོ་འཕྲིག་དང་སྤོར་  
པའི་མགོ་མོ་ནག་མོར་འོང་བ་དང་། མེ་རྟོག་ལ་མ་དོག་དམར་ཆ་མཆོད་པ་སྟེན་ཞིང་མེས་ཆོག་པ་དང་འདྲ་བར་  
འོང། རྟོག་ཁྱི་འཇམ་ལ་བསེལ་བ་ཆུ་བྱར་ཁྱེད་ཆུང་ཆ་སེར་འཇག རྟོག་ཁྱི་མ་དོག་སྟེ་སེལ་ལ་སྤངས་པོ་  
མི་བརྟན་འཕར་ཞིང་བྱེད། དགའ་པོ་ཁྱེད་ཆུང་ལ་ཆ་ཆ་དང་ཕྱི་ཕྱུང་ལྱང་བར་འོང། བྱག་པོ་ཁྱེད་ཆེ་ཆ་ཆ་  
ཆུང་ཕྱི་ཕྱུང་ཆ་བ་དང་། ཁ་པོ་ཁྱེད་རྟགས་དེ་རྟགས་འདྲིས་ནས་ཡོད་ལ་ཁྱེད་དང་གཞེས་སྤང་བྱུང་བྱེད།  
རྟོག་སྤོར་མི་འཁྲོས་པ་སྟེན་ལ་ནད་དྲག་ཅིང་སྤངས་པ་ཡང་སྟེན་ནོ། ། ཡང་སྤོར་མི་ཁོང་བྱེད་འཆོར་པ་སྟེན་ལ་  
འཁོར་ལ་ཁོ་ལོ། ། ཡམ་བྱ་ཁྱི་སྤངས་པ་འབར་འབྱར་ལུན་ལ་ཡམས་ཐབས་སྟེ་འོང། སྤང་གཉན་ཕྱ་མོ་ཁྱི་སྟེ་ལ་  
བརྟན་ཞིང་ནད་ཁྱེད་ཆུང་པ་ཡང་ན་སྤོར་པ་སྟེ་ལ་འདྲིས་ཞིང་འབྱུང་པ་འོ། ། དེའི་མིང་བྱ་ལ་ལ་རྟོག་པ་གཉིད་  
པོ་ཞེས་སྟེ་འདྲིས་ས། །

## 3 གྲག་པའི་རྟགས།

གྲག་པ་པོས་པ་བྱུང་ཆེ་རྟོང་པར་གན་མ་བྱུག ། ཆེ་མཆུ་འབྲུམ་དང་རྟན་ཕྱགས་སྤོར་པ་  
ཆགས། ། བྱི་པ་རྟན་འགགས་ཐམ་དང་རྟོམ་མི་ཐར། ། རྟན་པར་པོ་གྲག་རྟན་ཆེན་གར་པ་  
འདྲ། ། མོ་གྲག་རྟན་སྤོར་པ་བྱུང་ཕྱ་ཕྱེ། ། རྟག་ག་ཞོ་ཆལ་གཏོར་པ་འདྲ་བར་འོང། ། གཉན་  
གྲག་པ་ལྷི་རྟེ་མའི་གཞུང་འདྲ་འཕྲ། ། རྟན་ཐལ་རྟན་དང་ཁོ་མའི་མིག་དང་འདྲ། ། མིག་ལ་མ་  
སྤོར་པ་སྟེ་ཕྱི་རྟགས་ལ་བྱུང། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་གྲག་པའི་རྟོག་པ་ཁྱི་པ་མཆོར་གཉན་ནད་སྟེ་དང་འདྲ་ལ། རྟན་པར་གྲག་པའི་ཆ་

བྱི་ཐུང་དང་སྒྲོམ་ལ་འཕར་འཕྲོ་ཆད་ཅིང་འབྱིག་རེ་བྱེད་ལ་སྒྲོགས་སུ་གཏོར་བ་དང་འདྲ། ལུ་ནི་ཕལ་ཆེར་ཁྲག་  
 དང་མཐུན་ལ། མི་ཚོར་བའི་ཉན་ས་སུ་ཆུ་ལ་ཁྲག་རིས་འོང། ལྷེ་ཉིང་དུ་བད་ཀན་མཐུག། ལྷེ་དང་མཐུན་  
 འགམ་དང་རྒན་ལུགས་ལ་ཐོར་པ་ཆགས། བྱི་བད་སྐད་འགག་ཅིང་། ཟས་སྒྲོམ་མིད་པར་མི་ཐར། མགོ་  
 བོན་ཁེང་ཆེ་འདར་བྱེད་ལ་བ་སྒྲུ་གཤོབ་སོགས་འོང་བ་ཡིན་ནོ། ། ཐུང་པར་སོ་གག་ཆད་པ་དང་ས་ཡིས་བསྐྱེད་  
 ཅིང་དབྱིབས་ཟས་ལ་སྒན་མ་བཏབ་པ་དང་འདྲ། ལུས་ན་ཐོར་པ་ཆེ་ལ་སྒྲུ་ཆོལ་སྐར་ཆེན་ཤར་བ་བཞིན་དུ་འཕྲོ་  
 མོག་གཞི་མེད་དང་ཁྲག་གིས་བསྐྱེད་ཅིང་མདོག་དམར་ལ་རྒྱ་ཆེ་བ་དབྱིབས་རྒྱ་མོར་ཉེ་ཐོར་བཀ་སྒྲུབ་པ་ཉྩ་བུ་འབྱུང་  
 བ་ཡིན་ཉེ། ལུས་ན་ལྷེ་རྒན་ཆོལ་ནག་པོར་འགྲོ། དུག་གཞི་ལྷུང་དང་རྒྱང་གིས་བསྐྱེད་ཅིང་ལྷུང་དང་རྒྱང་འཐབ་  
 པས་ཐོར་པ་དཀར་ཡལ་ལེ་བཞོཆལ་གཏོར་བ་འདྲ་བར་འོང། ལུས་ན་ཁབ་བབས་པ་བཞིན་ནོ། ། གཉན་  
 གག་ནི་ལྷུང་དང་ཆོབས་བསྐྱེད་ཅིང་ཐོར་པ་ཉ་ཆ་རྟོལ་བ་དང་འདྲ། ལུས་ན་རལ་གྱི་ལྷ་མཁེས་པ་བད་ཉིང་ལྷེ་  
 རལ་གྱི་སོག་ཉིས་པའི་གཞུང་འདྲ་བ་ཉ་རྒྱབ་པོད་པ་སྒྲུབ་དེ་བའམ་ཁུས་སྒྲལ་རྒྱབ་ཉྩར་འབར་འབྱུང་དང་གྲོ་  
 རྒྱག་གི་བད་པོ་བོའི་མིག་དང་འདྲ་བ་ལྷེ་མེ་འབྱེད་པ་དང་གང་ཉྩར་ཁུང་མིག་གིས་བཟོ་བལ་མཐོགས་པ་འཕའེ་  
 མ་སྒྲུབ་ན་ལྷེ་ཉི་ཉན་ས་བཟོ་རེག་དྲི་བ་བྱས་ལ་ངོས་བཟུང་དོ། ། དེ་ཡང་སོ་གག་མོད་དང་། མོག་ག་སོལ་བྱུང་ན་  
 བེན་ཁུག་ཉན་པར་བཤད། ཡང་གག་པ་དེ་རྫོང་ལ་ཤོར་ཉན་ས་ནི་མིག་དམར་ཁིང་བྱུན་ལ་སྒྲོག་ན་ཡར་རྫོང་ལ་  
 ཤོར་ཉན་ས་ཡིན། མཐུབ་ན་སྐད་པའི་རྒྱ་མཆོར་ཤོར་བས་རྩ་ནས་ཁྲག་དང་རྒྱ་མོར་དྲི་མི་ཁེམ་པ་འཆག་ཅིང་སྒྲུ་  
 འཆོལ་སྒྲུ། ཡང་ན་མིག་ནི་མཐུང་ཆོགས་ཉ་རེ་བཟོ་ཁིང་རྒྱག་གཟེར་རྒྱང་ལ་དབྱགས་མི་བདེ་ན་གག་པ་མར་རྫོང་  
 ལ་ཤོར་ཉན་ས་ཡིན། མཐུབ་པར་སྒོག་ཆ་དང་ཉིང་ལ་ཤོར་ན་ཤེས་པ་སྒྲུབ་དང་། ལྷེ་བྱུང་ལ་ལྷེ་གཞུང་ནག་ཅིང་  
 མིག་གི་གཟི་མདངས་ཉམས་པ་སོགས་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །

ས་བཅད་ལྗེ་པ། བཅོས་ཐབས།

དང་པོ། ལྷེ་ཉི་བཅོས་ཐབས།

བཅོས་པའི་ཐབས་ལ་སྒྲོག་པ་གག་པ་གཉིས། ། ཟས་སྒྲོད་བསད་སྒྲུང་བཞི་ནི་ལྷེ་ཁུ་རྒྱག། །  
 ལྷུང་པར་སྒྲོག་པ་རྒྱག་པ་བཞེག་པས་བཅོས། ། ལྷེ་རྒྱད་འབྱུམས་དང་རྒྱ་མོར་མོག་པ་མཉན། །  
 གག་པ་ཞི་བཟུ་བཅད་པ་གཏུམ་ལྷུས་བཅོས། ། ཡར་རྫོང་མར་རྫོང་ཤོར་བབས་མོག་གཉན་  
 གཅེས། །

ཞེས་པ་ཞེ། དེ་ཡང་བཙུག་པའི་ཐབས་ལ་ཡང་ལྟོག་པ་དང་གཤམ་པ་གཉིས་སུ་ཡོད་པ་ལས། ཟས་དང་  
 རྒྱུད་ལམ་དང་བསད་པ་དང་རྒྱུད་བ་བཞིན་མི་འཁྱུག་ཅིང་ཁྱུད་པར་དུ་ལྟོག་པ་ལ་བྱག་པ་དང་བསྐྱེག་པ་ས་བཙུག་  
 བྱེད་པ་དང་ཁྱུད་འགྲོས་དང་འབྲམས་པ་དང་རྒྱ་མེད་ནག་པོ་ལོག་པ་མཛན་ནོ། ། གཤམ་པ་ལ་ཞིབ་དང་བཟུབ་  
 དང་བཅད་པ་གསུམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་བཙུག་པ་དང་། ཡར་རྫོང་ལྷུང་པ་དང་མར་རྫོང་ལྷུང་པ་ཤོར་བའམ་བབས་སའི་  
 ལོག་གཞོན་གྱུར་གཅིས་པར་བྱའོ། །

## ༡ ཁ་ཟས།

དང་པོ་ཁ་ཟས་དཀར་མངར་དུ་ལ་རྒྱུར་ལྷང་། ། བྱེ་རྫོང་དུ་ལ་བྱག་རྒྱུ་གྲོག་བཞེན་པར་བྱ། །  
 ཞེས་པ་ཞེ། དེ་ཡང་ཁ་ཟས་ནི་དཀར་དང་མངར་དང་དུ་ལ་རྒྱུར་གྱི་རིགས་སྤང་ཞིང་བྱེ་རྫོང་དང་ཡོས་དུ་ལ་  
 གྱི་བྱག་པ་དང་རྒྱུ་གྲོག་ཞེ་བཞོལ་གྲངས་ལ་རྩམ་པ་མདོག་འབྱུར་ཅམ་བཏབ་པ་རྩམས་བཞེན་པར་བྱའོ། །

## ༢ རྒྱུད་ལམ།

རྒྱུད་ལམ་ཆགས་པ་ཉིན་གཉིད་དུག་ཤུལ་དང་། ། ཏ་ཞོན་ཁྲོ་འཆིག་རྒྱ་གཡ་མི་ལྷག་  
 ལྷང་། །

ཞེས་པ་ཞེ། དེ་ཡང་རྒྱུད་ལམ་ནི་ཆགས་པ་རྒྱུད་པ་དང་ཉིན་པར་གཉིད་ལོག་པ་དུག་ཤུལ་གྱི་ལས་དང་ཏ་  
 ཞོན་པ་ལེམས་ཁྲོ་བ་འཆིག་པ་རྒྱ་བཟུལ་བམི་རུང་ངམ་གཞན་གྱིས་མི་ལྷག་པའི་རྒྱུད་ལམ་གྱི་རིགས་སྤང་ངོ་། །

## ༣ བསད་ཐབས།

བསད་ཐབས་མཐུན་པ་རྒྱན་གྱིས་བསད་པ་དང་། ། མི་མཐུན་གཉེན་མས་བསད་པར་བྱ་བ་  
 དང་། ། ལུས་པ་ལྷགས་ཀྱིས་བསད་པ་རྩམ་པ་གསུམ། །

ཞེས་པ་ཞེ། དེ་ཡང་བསད་པའི་ཐབས་ལ་རྩམ་པ་གསུམ་ཞེ། མཐུན་པ་རྒྱན་གྱི་སྒྲོ་ནས་བསད་པ་དང་མི་  
 མཐུན་པ་གཉེན་པའི་སྒྲོ་ནས་བསད་པར་བྱ་བ་དང་། ལུས་པ་ལྷགས་གྱི་སྒྲོ་ནས་བསད་པ་དང་རྩམ་པ་གསུམ་  
 ལོ། །

### (༡) མཐུན་པ་རྒྱན་གྱི་སྒྲོ་ནས་བཙུག་པ།

མཐུན་པ་ཐུ་ཆི་བཟང་དུག་ཤུལ་ལྷག་། ཆ་ན་གཤམ་གི་མི་ཅན་ན་བཞུན། ། བྱང་ན་ཤུ་  
 དག་ཤིང་ཤུན་བཞུན་པར་བྱ། ། ཡང་ན་ཡ་ཤུག་ལྷག་ཤུལ་ཤུལ་ལྷག་། ཐུ་ཆི་ཤུ་དག་ཡ་ཤུ་རྒྱུར་ལ་



གསུམ་གྱིས་ཅམ་པ་མི་འགག་རྒྱུ་གཞོན། སྤྱི་འབྲུ་གཅིག་གིས་མཁྱིས་པ་སེལ་ལ་ཆང་མི་གཞོན། རྒྱ་གཡེར་གཅིག་གིས་ཅ་ཁ་འབྲེད་ལ་བད་ཀན་གཞོན་ནད་ལོག་མེད་པ་བས་དེ་བཞི་རྒྱུ་དང་སྤྱར་ལ་བཏང་བས་རྒྱུ་མཁྱིས་བད་ཀན་སོགས་ཉེས་པའི་ཁ་གཞོན་གོང་དུ་བཤད་པའི་རྒྱ་མི་གཞོན་པ་སོགས་ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་དང་ལུ་ལོ། །

བཟུ་བ་ལ་བྱར་དཀར་ཆང་དང་སྤྱར་བ་ལུ་ལ་གང་བཏང་བས་རྒྱུ་གཞོན་ཕྱིར་བ་སྤྱད་ལ་གཉིན་པོས་སྤྱར་གསོད་པ་སྤྱེལ། ། བསད་པ་ལ་སྤྱན་དང་། སྤྱར་ཆད། བཏང་བའི་ཐབས་གསུམ་ལས། སྤྱན་ནི་སྤྱི་འཛིན་དང་ནད་འཛིན་དང་གསང་འཛིན་གསུམ་ལས། སྤྱི་འཛིན་བོང་དུག་པ་འཕར་དུག་པ་སྤྱི་མཉེ་མེ་རྟོག་སྤྱན་དེའི་ཅ་བ་དུས་སྤྱབ་ཆོས་པ་ནི་དགུན་དུས་བཞོས་པ་དང་། ནད་འཛིན་ནི་ཅ་བ་ལ་མགོ་དགུ་དང་བདུན་དང་ལུ་ལུ་གསུམ་པ་སྤྱི་ལ་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། གསང་འཛིན་ནི་འབྲས་བུ་ས་ལ་བྱུལ་བ་དེ་ལོ་གཅིག་ལ་སྤྱིས་པའི་ཅ་བ་མཐེབ་དོག་འདྲ་བའོ། ། བཞོ་དུས་དེ་ནམས་སྤྱི་ཅ་བ་ཆ་མེད་པར་བྱས་ལ་ཞག་བདུན་ལ་མེ་སྤྱན་ཉི་དུ་བ་ལ་བདུག་གོ། ། སྤྱར་ཐབས་ནི་འཛིན་པ་གང་དུང་ནས་དོག་འབྱིར་པོ་ཅམ་གཅིག་ ཀར་དེའི་སྤྱེད་བཟར་བའི་སྤྱེ་མ་དང་སྤྱར་བ་ལོ་བརྒྱུད་ཁྱེད་ལམ། དག་སྤྱོད་གི་དྲི་རྒྱར་སྤྱར་རོ། ། བཏང་བའི་ཐབས་ལ་མ་སོད་ཀྱི་བར་དུ་བསྐྱར་ཁིང་བཏང་བས་སྤྱན་དེ་སོང་བ་དང་དུལ་དུ་བྱུང་ཁིང་སོད་པའི་རྟགས་ནི་ལྷས་དང་སྤྱི་སྤྱོད་ཅིང་སོར་མོ་རེངས་པ་དང་ནད་ཀྱི་རྒྱག་ཆོགས་ལ་སྤྱངས་པོ་ཆོམས་ཤིང་དུལ་རྒྱར་ལུ་ལྱུང་བ་ཡིན། འཛིན་པའི་སྤྱན་ལྟག་པའི་དུག་རོ་སེལ་བ་འམ་སྤྱན་ནད་རྒྱར་ལོག་པ་གཞོན་པ་ནི་མིང་པོ་བདུན་ཀྱི་སྤྱིར་གཅིག་མ་སྤྱི་བྱག་སྤྱུ་ཏ་པོ་དགུན་དུས་ཅ་བ་དང་དབྱར་མེ་རྟོག་སྤྱོད་བསྤྱི་དབྱར་དགུན་དུས་དང་བསྤྱན་པའི་སྤྱན་དེ་བོད་རྩ་སྤྱི་ལྟག་དང་སྤྱར་བས་སྤྱན་ལོག་ནམས་འཛིན་ཤིང་སོད་པའི་རྟགས་མེད་ཀྱང་དུག་སྤྱན་ལན་གསུམ་བཏང་བའི་རྒྱེས་སྤྱི་དུས་དེར་ཏ་པོ་དང་དུལ་རྟོག་སྤྱོད་དེ་རེ་གཏོང་བ་ངེས་པར་གཅིས་སོ། ། དེ་ཡང་རྒྱུང་བའི་སྤྱོད་བ་འདི་ལ་དམན་པ་དང་། ལྷག་པ་དང་། ལོག་པ་གསུམ་དུ་འབྱུར་ཉི་གང་ཞེན་དམན་པ་ནི་ནད་མ་སོད་པར་སྤྱན་ལུས་བད་པ་དཔེར་ན་གཡལ་གོད་དེ་འབྱོར་གཞོར་བའི་དུས་རྒྱུ་ཆད་པ་དང་འདྲ་བ་དང་། སྤྱོད་བ་ལོག་པ་ནི་ནད་མེད་པར་སྤྱན་བཏང་བ་དཔེར་ན་འབྱོར་གཡལ་མེད་པར་རྟུག་པ་དང་འདྲ་བའོ། ། དེ་བཞིན་དུ་ལྷག་པ་ནི་ནད་དེ་སོད་ཀྱང་སྤྱན་བཏང་བས་སྤྱན་ནད་ལྷང་བ་དཔེར་ན་གཡལ་སོད་ཀྱང་བར་ལྷག་པ་ལྷགས་རྩ་ལ་གཞོན་པ་དང་འདྲ་བས་རྒྱ་མཆོན་དེའི་སྤྱོད་ན་འདི་ལ་མཁས་པས་དམན་ལྷག་ལོག་སྤྱོད་མེད་པར་གཟབ་པར་རིགས་ཉི་ཉེན་ཆེའོ། །

ཁ གཙོ་འཁོར་སྤྱགས་པ།

གཙོ་འཁོར་བཅས་ལ་གཉིན་པོ་ཡོད་མེད་གཉིས། ། མེད་པ་འཛིན་པ་བྱ་དག་ར་བྱག་སྤྱེ། །  
 མི་ཡི་དཀྱི་དུས་ཐལ་བ་བཞི་སྤྱར་ཉི། ། བྱན་ཆད་ནད་སྤྱར་དྲི་རྒྱས་སྤྱངས་ལ་བཏང་། ། དུལ་དུ་བྱུང་སྤྱན་ནད་བྱུང་ན་སོད་པ་ཡིན། ། མ་སོད་བསྐྱར་ཁིང་སོད་ན་ལོག་གཞོན་གཅིས། ། གཙོ་

འཁོར་གཉེན་པོར་བཅས་ལ་བཅན་ཏུ་ག་དང་། ། ཡ་ཏུ་ཐུ་ཅི་ཕུ་ཟི་ཏུ་ཀུ་ལ་ནག ། བཟང་ཏུ་ག་ཏུ་  
 ཏུ་ཤིང་ཀུན་ཏུ་དག་ནམས། ། དྲི་རྒྱུ་རྒྱུ་བའི་རིལ་བྱ་ཕྱན་ཅམ་བྱ། ། དུལ་ཆུ་བརྒྱན་པར་  
 མཆོག་ཏུ་ཤིས་པ་ཡིན། ། མ་སོད་བར་ཏུ་བཏང་ཞིང་རྩལ་ཏུ་དབྱུང་། །

ཞེས་པ་ལྟེ། དེ་ཡང་གཙོ་འཁོར་བཅས་པའི་རྒྱུར་བལ་གཉེན་པོ་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་གཉིས་ལས། མེད་  
 པ་ལ་འཛིན་པ་དང་ཏུ་དག་དང་ར་ཐུག་གི་སྡེ་ཞེས་མཆོན་མར་ཆགས་པའི་དྲིག་པ་དང་མེད་དེ་ཕྱི་རུས་ཀྱི་ཐལ་པ་  
 དང་བཞི་ཐུར་ཏི་ཐུན་ཆོད་ནད་དང་ཐུར་བ་རྒྱུར་ཐུངས་ལ་བཏང་ཞིང་གོ་ལ་གྱིས་བྱིབས་པའི་རྩལ་བྱུང་ལ་སྒྲན་  
 བད་བྱུང་ན་ནད་དེ་སོད་པ་ཡིན་ཞིང་མ་སོད་ན་བརྒྱུར་ཞིང་སོད་པའི་ཏུགས་བྱུང་ན་ལོག་གཞོན་གོང་བཤད་ལྟར་  
 གཅེས་ལ་ལན་ཁ་ཤས་ནས་ཀྱང་སོད་ཏུགས་མེད་ན་འཆི་བ་ཡིན་ཞིང་། གཙོ་བོ་དང་འཁོར་གྱི་གཉེན་པོར་བཅས་  
 པའི་རྒྱུར་བལ་བཅན་ཏུ་ག་དང་ཡ་ཏུ་ར་དང་ཐུ་ཅི་དང་ཕུ་ཟི་དང་ཀུ་ཀུ་ལ་ནག་སོ་རྣམས་ཐུན་བཞི་བཞི། ཏུ་གུར་  
 ཡི་ཤི་ཐུག་སྡེ་ལ་གཞོ་ལ་རྩ་ཏི་ལྟེ་བཟང་ཏུ་ག་ཐུན་དེ་དེ་དང་། ཏུ་ཏུ་དང་ཤིང་ཀུན་ཏུ་དག་ནག་སོ་གསུམ་ཡང་ཐུན་  
 བཞི་བཞི་རྣམས་སྟོན་གཙང་ངམ་ལོ་བརྒྱད་དྲི་རྒྱུར་རྒྱུར་བའི་རིལ་བྱ་ཆེ་རྒྱུར་ཕྱན་མཚམ་བྱ་བ་དང་། དེ་ལྟར་  
 དུལ་ཆུ་རྒྱུར་རུས་བཤིག་པ་བརྒྱན་ན་གཉན་གང་ལ་ཡང་མཆོག་ཏུ་ཤིས་པ་ཡིན་ཏི་རྒྱུ་མེར་སྐྱེས་པ་དང་ནག་མི་  
 འབྱུང་ལ་གསོད་ཀྱང་བའི་ནད་སེལ་ཞིང་འདི་ནི་ལྷ་རྒྱུན་པའི་དུལ་ཆུ་བཅུ་བཞི་བ་དང་ཁྱད་པར་ཆེར་མེད་ཅིང་  
 བད་མ་སོད་ཀྱི་བར་ཏུ་བཏང་ཞིང་རྩལ་ཏུ་དབྱུང་ངོ། །

ག མང་རྒྱུར་ཆེན་མོ།

མང་རྒྱུར་ཆེ་གཅིག་ལུས་གཉིས་བྲངས་པའི་ཤས། ། གཙོ་བུས་གཏུག་པ་ཅན་གྱི་ཤ་རྣམས་  
 དང་། ། ཐུ་ཅི་ཕུ་ཟི་ཕུ་ཟི་ལ་སོགས་པ། ། རྩ་ཅི་ཐོ་ཡི་དྲི་རྒྱན་རྒྱ་ཆོགས་དང་། ། སེང་ལྡིང་ལ་  
 སོགས་ཆེར་མ་ཅན་རྣམས་དང་། ། བཅན་ཏུ་ག་ལ་སོགས་ཏུ་ག་རྒྱ་ཆོགས་ཆད་དང་། ། ཆད་ཏུ་  
 རྒྱུར་ཏི་ཅི་བཞིན་བཏགས་བྲས་ལ། ། དྲི་རྒྱུ་རྒྱུ་བའི་རིལ་བྱ་ཕྱན་པར་བརྒྱུད། ། གཉན་  
 བད་མ་ལུས་ནད་རིགས་ཀུན་ལ་འགྲོ། ། ཁྱད་པར་གཤམ་ཞོག་འཛོམས་པའི་གཉེན་པོ་ཡིན། །

ཞེས་པ་ལྟེ། དེ་ཡང་མང་རྒྱུར་ནི་ཆོ་གཅིག་ལ་ལུས་གཉིས་བྲངས་པའི་སྟོག་ཆགས་ཀྱི་རིགས་ཀྱི་ཤ་ཆེ་སྟེད་  
 མཆིས་ཀྱང་འདིར་ལྷ་གཉན་གྱི་གཉེན་པོ་རྒྱུར་སོ་ཐུལ་བར་སོང་བའི་མཁུག་མ་ཡོད་པའི་ཤས་གཙོ་བུས་གཏུག་པ་  
 ཅན་ཞེས་ཤིག་ལ། སྟོན་ ཏུ་ལྷ། བམེ་རྒྱུར། རྒྱལ། རིགས་པ། སག་པ། བྱ་མ་བྱིའུ། ས་མང་། སྟོན་  
 རྟེན་ལོ། བྱ་ཆོད། ཏུག་པ། ཏུ་ཏུ། ཉ། བྱ་རོག་ མི་རྟ་བྱི་སོགས་ཀྱི་ཤ་རྣམས་གང་འཛོམས་དང་། ཐུ་ཅི་  
 ཀུ་ཀུ་ལ། ཕུ་ཟི་ནག་སོ་ལ་སོགས་པ་དང་། རྩ་ཅི་ཏི་ཆོ། དུལ་ལོ། བ་ཏུ། ཐུལ་རྒྱུ་བ་སོ་ཐུལ་སོགས་དང་།  
 ཅི་ནི་ཏུག་དང་། ཀུར་ཀུམ། རྩ་ཏི། གཞོ་ལ། ཡི་ཤི་ ཐུག་སྡེ་ལ། ཤིང་ཀུན་སོགས་ཅི་རྒྱན་དང་། རྩ་ཅི་མེང་

文化部共享工程专用

གཉིས་པ། རྩེ་བྲག་གི་བཙོས་ཐབས།

[illegible]

३५ ।

[illegible]

ལ། རྒྱལ་མི། དེས་མའི་ཐལ་བ་རྟེན་ལ། ཀ་ར། རྫོག་པའི་ཐལ་བ་མར་དགར་བཅས་ལྷུང་བའམ་ཡན་ལག་  
 ལེའུ་འེ་རྫལ་མི་གང་རིགས་ལྷུག་ལ་བཅས། རྫག་ཕྱེར་ལ་ལྷུས་ནན་དེ་བ་དང་ཆེང་ས་མོགས་ཀྱང་ཡན་ལག་གི་རྫ  
 བཅས་རྫར་གྱིས་དལུག་ རྒྱད་པ་ལག་དོན་བཅས་ཞོ་དར་ལྷུང་མ་ལྷུང་བས་བསྐྱར་བའམ་ཡང་ན་ལྷུང་མ་ལྷུགས་  
 རྫེས་བྲན་ལ་བུག་ འབྲམས་པ་ནི་དོན་ལ་འབྲམས་ན་རྫ་དྲག་ཅིང་དལུགས་རྫམས་པ་རྫོད་པ་འབྱུང་བས་དོན་  
 གང་ལ་འབྲམས་པ་དེའི་རྫ་མེ་བཅས་འབྲོས་འབྱར་བཅད་ལ་ཁོང་དུ་ཤོར་བའི་རྫ་ལ་མེ་གད་བུར་ཆང་བཏང་  
 བས་བསྐྱས་ལག་ཉེན་པོ་བོང་ར་ནག་པོའི་ཕྱེ་མས་བསད་དོ། ། རྫོད་ཀྱི་ཀྱང་འབྲམས་ན་དང་ག་མི་བདེ་ལ་འབྲུ་  
 ཁིང་རྒྱག་པར་ཕྱེད་པས་དེ་ལ་ཕྱི་བཅས་རྫམས་ཀྱི་རྟེང་གར་བབས་དེའི་ག་ཉེན་པོ་བསྐྱབ་པའི་བཤལ་གྱིས་རྒྱང་བ་  
 ལོག་ག་ནོན་གྱི་དམ་པ་ཡིན་ནོ། ། རྒྱལ་མི་ནག་པོར་ལོག་པ་ན་རྫོ་ཁིང་འཁོག་པར་ཕྱེད་ལ་མིག་རྫོག་ཅིང་རྫ་ནས་  
 ཀྱང་རྒྱལ་མིར་དང་ཁྱག་འཛག་ན་མི་རྒྱུད་རྫར་གྱི་རྫ་བཤལ་བཏང་ཁིང་། ག་ཤུར་རྒྱལ་ལྷོན་ལྷུང་ལ་ཆོགས་པ་དུག་པ་  
 དང་བུན་པ་དགར་ནག་མཆམས་རྫམས་ལྷུ་བསྐྱེག་པར་བྱ་ཁིང་། དེ་རྫར་བྱས་ཀྱང་བཅས་ལྷུད་མེད་ན་ལས་  
 གྱིས་འཆིབ་ཡིན་ནོ། ། ག་ཞན་ཡང་ཉམས་ཡིག་ལས། རྫོག་པའི་བཅས་ཐབས་ལ་རྫོག་པའི་དུས་ལྷུ་རྫ་བསྐྱལ་  
 ཡན་ལག་འབྱང་། དེ་ནས་རྫེར་པའི་ཆོག་ཐང་དང་། མེ་རྟོག་ག་ལྷུ་ཐང་ག་རྟོང་བ་དང་། ལུལ་ནག་བཟུད་  
 པའི་རྟེང་ཆ་ན་ག་ཤུར་དང་གི་མི། ཤར་ན་ཤུ་དག་དང་ཤིང་ལུན་བསྐྱབ་པ་བཏང་། ཆ་ཤས་ཆེན་ཤང་ཆེ་བཟུ་  
 ག་ཉིས་མེངས་འགའ་བཏང་། དེ་ནས་དུལ་རྫ་བཅ་བཟུད་ནད་མ་སོད་པའི་བར་དུ་བཏང་ལ་རྒྱལ་དུ་བྱང་། ཡང་  
 ན་དུལ་རྫ་མེད་པལ་ཅན་དང་། ཐན་པ་ལུན་ཐན། རྫག་ཤ་ཉིར་ལ། རྫུང་ལ། ཐ་ཉིར་ཁ་ལ། རྫུང་ལ་ཐ་དོག་  
 པའི། རྫན་ནག་འབྲལ་འཁོར་ཆེན་མོ། ཡ་གར་སོ་རྫ་སོགས་ལུས་རྫུངས་དང་ནད་རྫོབས་རྫུང་ལ་བཏང་བར་  
 བྱུང་། །

### ༩ གག་ལ།

གག་པའི་བཅས་ཐབས་ཞི་བཞུ་བཅད་པ་ནི། ། ཞི་བ་རྫ་བཅོད་འཇིམ་པ་མོ་ཆོས་གདབ། །  
 བཞུ་བ་ཆ་ལ་རྫ་རྫ་མཆུར་ག་ཉིས་གདབ། ། བཅད་པ་རྫ་རྫ་ཕྱེད་ཤུ་དག་གདབ། ། དེས་མ་ཆོད་ན་  
 རྫོང་ཤུས་བཞུར་རྫེས་བསྐྱེག་ ། གག་པ་ག་ཉན་ཆད་ཕྱེ་བར་འགགས་པའི་ཕྱིར། ། འདི་ལ་དཔུང་  
 མ་ཆོག་རྫོངས་འབྲ་ག་ཞན་ན་མིད། ། ནད་མོག་ཡར་རྫོང་ཐུད་ལ་ཤོར་བ་ན། ། རྫ་ནས་རྫ་མིར་  
 འཇག་ཅིང་རྫ་འཆོལ་ལ། ། དེ་ལ་རྫ་བཤལ་བཏང་ལ་རྫ་མིར་རྫུང་། ། མར་རྫོང་ཉིང་ལ་ཤོར་ན་  
 ཤོས་པ་རྫོ། ། རྫེ་ག་རྫུང་ནག་ལ་ག་ཤར་རྫུང་རྫོན་རྫུང་། ། དེ་ལ་རྫེད་མེད་ཆེ་བཟུང་ཐང་བར་བྱ། །

ཞེས་པ་རྟེ། དེ་ཡང་གག་པའི་བཅས་ཐབས་ལ་ཞི་བ་དང་བཞུ་བ་དང་བཅད་པ་གསུམ་ཡོད་ལ། ཞི་བ་ལ་  
 རྫ་རྫོ། བཅོད་ འཇིམ་ལ། མོ་ཆོས་ཉེ་རྫ་རྫེགས་རྫམས་ཀྱི་ཕྱེ་མ་གདབ། བཞུ་བ་ལ་ཆ་ལ་དང་རྫ་རྫོད་མིར་

མཚུར་དང་ནག་མཚུར་གཉིས་ཀྱི་ཕྱི་མ་གདབ། བཅད་པ་ལ་མུ་མོ། འུ་དག་གསུམ་གྱི་ཕྱི་མ་གདབ་ཅིང་  
 དེས་མཆོད་ན་ཤོད་བྱས་བཞུར་བའི་རྗེས་ལྷགས་ཀྱི་ཉེལ་བས་བསྐྱེད། གས་པ་ནི་གཉན་ཆོད་མེ་བར་བབས་ནས་  
 འགགས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་འདི་ལ་དབྱད་མཆོག་གོང་གི་རོ་དབྱུང་བའི་སྒྱུར་སྐྱབ་ཆེན་མོ་དང་ལྷུང་ལྷུང་ལྷག་ཤ་  
 གྲུ་གྲུ་ཐར་ཅུ་རེ་ལྷག་བསྐྱབ་པས་སྒྱུར་སྐྱེ། ཡང་ན་གཉན་བཞུལ་ཆེན་མོ་སྒྱུར་ལ་སྒྱུར་སྐྱེ། བད་ལོག་ནས་ཡར་  
 རྫོང་མྱུང་པ་ལ་ཤོར་བ་ཡིན་ན་སྒྲན་སྒྲན་ཆུ་སེར་དྲི་མི་ཁྱིམ་པ་འཛག་ཅིང་སྤྱོད་ཆོས་མང་ཏུ་སྒྲུ་བས་དེར་ཕྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲན་  
 སྒྲན་བཏར་ལ་ཆུ་སེར་སྒྱུར་སྐྱེ། སྤྱི་བོའི་གཙུག་དང་། ཡུད་སྒྲོ། སྒྲིན་མཆོམས་ན་མས་བསྐྱེད། མར་རྫོང་སྒྲིང་ལ་  
 ཤོར་ན་ཤེས་པ་སྒྲོ་ཁོང་སྒྲེ་གཞུང་ནག་པོར་སོང་ན་ག་བྱུར་རྒྱལ་སྒྲོན་གསུམ་པ་ཕྱི་རྒྱུད་ལྷུང་སྒྱུར་ཁོང་། ཅེ་རྒྱུད་གི་  
 མགོ་དང་། ཨོལ་མདུད། སྒྲེ་སྒྲོང་། ཆོགས་པ་དུག་བདུན་དཀར་ནག་མཆོམས་ན་མས་སུ་ཐེ་བཅའ་བྱ། དེ་ལ་  
 ཡང་སྒྱེད་མེད་ན་ཆེ་བད་པ་ཡིན་པས་འཆོ་འཆི་སྒྲོན་ནས་སྤང་བར་བྱའོ། །

བསམ་གཞིགས།

- ༡ གས་སྒྲོག་ནད་ཀྱི་རྒྱ་ཁྱེན་དེ་རི་ལྷུང་ཡིན་ན་མ།
- ༢ གས་སྒྲོག་གི་ནད་ལ་དབྱེ་བ་ཏུ་མཆིས་སམ།
- ༣ གས་སྒྲོག་ནད་ཀྱི་རྒྱུ་དང་བྱེ་བྲག་གི་ཉགས་རི་འདྲ་ཡིན་ན་མ།
- ༤ གས་སྒྲོག་གི་ནད་ལ་སྤྱི་ཏུ་རྒྱུག་པའི་བཅས་ཐབས་དང་སོ་སོར་བཅས་ཐབས་རི་ལྷུང་ཡིན་ན་མ།

## ལེབ་བྱུག་པ། ཆམ་རིམས།

རྒྱལ་འཕྲུབ་གི་བ་ཕྱོག་སྟགས་རྒྱ་རྒྱུན་ཅི་རིགས་པའི་སྒོ་ནས་སྒྲ་བྲག་གཡས་གཡོན་གཉིས་ཀྱི་རྩི་རྒྱུད་གི་ཙ་  
གཉིས་ཆམ་ལ་ཕབ་ནས་བྱེད་ལས་ཉམས་པར་བྱུང་བ་དེ་རིམ་བཞིན་ལུས་ཡོངས་ལ་བྱུབ་སྟེ་འགོས་བྱུབ་ཆུང་བའི་  
ནད་ལ་ཆམ་པ་དང་། དེའི་ནང་ནས་རིགས་གཅིག་རིམས་ནད་སྦྱིད་དང་འདྲ་བ་འགོས་བྱུབ་ཆེ་བ་དེ་ནི་ཆམ་རིམས་  
ཀྱི་ནད་ཡིན་ནོ།

### ས་བཅད་དང་ཕོ། རྒྱ་རྒྱུན།

ཆམ་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་རིམས་སྦྱི་འདྲ་བ་ལ། ། རྒྱུད་པར་མི་གཙང་བྱས་སྦྱིད་ཁ་བྱས་འདྲེས། ། རྒྱལ་  
འཕྲུབ་གི་བ་ཕྱོག་རྒྱུན་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ཆམ་པའི་རིམས་ནད་འདི་ནི་རྒྱ་དང་རྩི་པོ་སྟེ་རིམས་ནད་སྦྱིད་དང་ཚུགས་འདྲ་བ་དང་།  
རྒྱུད་པར་བྱེད་མི་གཙང་བའི་བྱས་དང་སྦྱོད་ལམ་དང་ཁ་བྱས་སྟགས་འདྲེས་པ་དང་། རྒྲ་བྲག་གཡས་གཡོན་གཉིས་  
ནས་མར་ཙ་རྩི་པོ་པ་དང་རྒྱུད་པར་གཉིས་ཀྱི་སྒྲ་བྲག་སྟེ་ཁ་བྱས་དང་སྟེ་ལྟ་ལྟ་པ་ལ་རྒྱལ་འཕྲུབ་པ་དང་མི་གཙང་  
བའི་བྱས་དང་གི་བ་ཕྱོག་པ་དང་། གདོན་སྟགས་ཀྱི་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། ། ཡན་ལག་བརྒྱུད་པ་ལས། དེ་  
ཡང་རྒྲ་བྲག་གཡས་གཡོན་རྩི་རྒྱུད་གཉིས། ། མར་ལ་ཁ་བརྒྱས་བྱས་དང་སྟེ་ལྟ་ལྟ་པ་དང་སྟེ། ། དེ་ལ་མི་གཙང་  
བྱས་སྦྱོད་ཁ་བྱས་འདྲེས། ། རྒྱལ་འཕྲུབ་གི་བ་ཕྱོག་རྒྱུན་ལས་ཙ་དེ་ཉིད། ། ཆམ་ལ་འབབ་བས་ཆམ་པ་ཞེས་སྟེ་  
བཤད། ། གཞན་ཡང་སྦྱིད་ལྱེད་རྒྱུན་ནི་འདི་ཉམས་སྟེ། ། བ་མོ་རྒྱུད་དང་སྦྱོ་བརྒྱགས་འཇིགས་དངངས་  
དང་། ། གཉིད་ཡར་གཉིད་ལོག་སངས་མཐོ་བྲགས་པ་དང་། ། རྒྱ་མང་འབྱུངས་དང་ཉལ་པོ་བྲགས་པ་  
དང་། ། རྒྱག་དང་མཆིལ་མ་བཀག་དང་བྱད་པ་ཡིས། ། རྒྱུད་པས་ཆེ་བས་ནད་འབྱུགས་ཆམ་པ་བརྒྱེད། །  
ཅས་བཤད་དོ། །

### ས་བཅད་གཉིས་པ། དེའི་བ།

དེའི་བ་ཀྱི་ཆམ་སྦྱོ་ཆམ་རིམས་ཆམ་དང་། ། རྒྱ་ཆམ་དག་དང་རྒྱམ་པ་བཞི་ཡིན་ནོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ཆམ་པའི་དབྱེ་བ་ལ་གྱེ་ཆམ་དང་། སྒྲོ་ཆམ་དང་། རིམ་ས་ཆམ་དང་། ལྷ་ཆམ་དང་།  
ནམ་པ་བཞི་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །

### ས་བཅད་གསུམ་པ། ཉག་ས།

#### དང་པོ། གྱེ་ཆམ་གྱི་ཉག་ས།

དེ་ཉག་ས་དང་པོ་གྱེ་བ་རྒྱན་མཚུངས་ཆ། ། བར་དུ་རྣ་རྩ་འཇག་ཅིང་མཚུངས་བ་འགག། ། བ་མ་  
ལྷིད་པ་མང་དུ་བསྐྱེད་ཅིང་འོང་། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་གྱེ་ཆམ་གྱི་ནད་ལ་དང་པོ་གྱེ་བ་དང་རྒྱན་མཚུངས་ནམ་ས་ཆ་ཞིང་། བར་དུ་རྣ་རྩ་འཇག་  
ཅིང་མཚུངས་བ་འགག་ལ། བ་མ་ས་ལྷིད་པ་ཡང་ཡང་དུ་བསྐྱེད་ནས་འོང་རོ། །

#### གཉིས་པ། སྒྲོ་ཆམ་གྱི་ཉག་ས།

སྒྲོ་ཆམ་དང་པོ་གྱེ་བ་ཆ་ཞིང་འཇེར། ། བར་དུ་སྒྲོ་མང་མགོ་དང་ཐང་བྱུང་ན། ། བ་མ་ནག་  
དུ་ལྷ་ཞིང་སྒྲོ་མང་ལྷུང་། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་སྒྲོ་ཆམ་གྱི་ཉག་ས་ནི་དང་པོ་གྱེ་ཆམ་དང་འདྲ་བར་གྱེ་བ་ཆ་ཞིང་རྒྱན་འཇེར་བ་དང་།  
བར་དུ་སྒྲོ་བ་མང་བ་སྟེ་མང་དུ་ལྷ་ཞིང་མགོ་དང་ཐང་བྱུང་སྟག་ས་ནས་ན་ལ་དེའི་དུས་སུ་བཅས་མ་ཐུབ་ན་བ་མ་  
ལྷུང་པ་ནག་དུ་ལྷ་ཞིང་སྒྲོ་གཅོང་གི་ནད་དུ་འགྱུར་རོ། །

#### གསུམ་པ། རིམ་ས་ཆམ་གྱི་ཉག་ས།

རིམ་ས་ཆམ་མགོ་དང་ཆེག་ས་གཞི་བྱིན་ཏུ་ན། ། རྩ་རྩྭ་མི་བདེ་བ་རྩ་རྩྭ་ཤིན་པ་རྩྭ་རས་སྟམ་  
ལྷེད། ། ཁ་ཁ་དང་ག་མི་བདེ་ཤར་ལྷུང་ལྷེད། ། རྩྭ་ལ་ག་ཆ་མི་ལམ་ཟ་མི་མང་། ། དེ་ལ་བྱག་  
ལྷུང་བཅུད་ཤིན་ལྷུང་ལྷུང་ན། ། ཆམ་པ་ལྷུང་ཤིན་ཞེས་བྱ་བེ་བ་མང་། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་རིམ་ས་ཆམ་གྱི་ཉག་ས་ལ་ལྷུང་གྱི་མགོ་དང་ཆེག་ས་གཞི་དང་བྱིན་ཏུ་ནམ་ས་ན་བ་དང་།

རྟོག་མི་བདེ་ཞིང་བརྒྱ་དང་ཞིང་པ་རྣམས་བརྒྱ་དང་པའི་སྐྱམ་ཁྱེད་པ་དང་ཁ་ཁ་བདང་དང་ག་མི་བདེ་བ་དང་  
 བྱང་ཕྱམ་ཁྱེད་པ་དང་། མྱོད་མྱེ་དུས་སྤྱུ་མ་ཆོ་བ་དང་མྱེ་ལམ་ཟེ་མཆོང་བ་དེའི་དུས་སྤྱུ་སྤྱོད་ལམ་དྲག་ཕྱལ་གྱི་ལམ་  
 མོགས་ཕྱུས་པ་དང་ཟས་བཅུད་ཅན་གྱི་རིགས་ཤོར་ན་ནད་དེའི་སྤོབས་ཆེ་ཆེར་རྒྱས་པར་ལྷུང་ན་ཆམ་པ་རྒྱུར་ཤོར་  
 ཞེས་ལྷུ་བར་ལྷུར་ནས་མི་བཤང་མང་ངོ། །

## བཞི་པ། རྣ་ཆམ་གྱི་རྟགས།

རྣ་ཆམ་རྣ་ཆ་གཤམ་པ་རྣ་ཆམ་དང་། །

ཞེས་པ་ཉི། དེ་ཡང་རྣ་ཆམ་གྱི་རྟགས་སུ་རྣ་ཕྱག་གི་ནང་ཆོ་བ་དང་གཤམ་པ་དང་རྣ་ཆམ་པ་འོང་བ་  
 མོགས་གྱི་རྟགས་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །

## ལ་བཅད་བཞི་པ། འཛིན་ཐབས།

འཛིན་ཐབས་ཀྱི་ཆམ་ཐམ་སྟོན་གཤམ་པ་ལ་མ་འཛོ། ། རྣ་ཆམ་ལ་ཏུ་ར་མི་ཐམ་ལྟར་བྱ། ། རྣ་  
 མ་མིག་མངར་ལྟར་རྒྱན་ལྟར་ཐབས་བཟུང་། ། རྣ་བ་ཆ་འཛིན་མི་གྱུག་པ་རྒྱུར། ། རྣ་ཕྱག་དུ་ཆམ་  
 བཞུག་པ་མ་ཆོད་ན། ། ཉི་ཕུ་ཆ་ཐམ་ཆ་བཞི་གཉིད་འཛོན་ལ། ། བྱུང་དགར་གསར་འཇམ་  
 བ་མིལ་བཅུད་སྟོར་བྱས་གསོ། ། ཆམ་རིམས་སྟུང་བར་འབྱུག་པ་རྣ་ཆོས་འབྱུང་། ། འབྱུག་པ་གསུམ་  
 དར་མེ་འཕྲོ་ཉིག་ཉ་དར། ། ར་ཕྱ་ཉོར་མེན་ཐབས་བཟུང་རྣ་ཕྱ་དྲ་རྒྱུར། ། ཆ་བ་མྱིན་གསོད་དུས་  
 གཅིག་ཁྱེད་པ་ཡིན། ། དྲི་བཟང་བཞི་དར་ནོ་རྒྱུར་ཆམ་པ་མེལ། ། མེ་འབྱུ་རྒྱ་ཕྱ་རྒྱུར་དེ་བཞིན་  
 རོ། ། འ་ཕྱ་དྲ་ཉིག་ཉར་ལྟ་ཆ་བ་གསུམ། ། མིར་དཀྱིམ་ཆ་ཅི་ལྟ་ཆ་གཉིས། ། དྲི་བཟང་བཞི་  
 ལ་ཆ་ཁྱེད་ཀ་ར་རྒྱུར། ། ཕྱད་པ་ཆམ་པ་རྒྱས་དར་དུགས་མི་བདེ། ། འཛོམས་པར་ཁྱེད་ཅིང་  
 ཟུད་ཉོན་མི་ག་འབྱེད། ། རྣ་ཆམ་མོས་གྱི་རྒྱུར་པས་བདུགས་ན་མཉ། ། རྣ་འབྱུལ་ཆབ་ཆ་ཁྱེ་  
 ཆོད་ནོ་དར་བཞིན། ། དྲག་ཕྱལ་ཉིན་གཉིད་དྲོད་བཅུད་ལྟར་བར་བྱ། ། འབྱུལ་ས་ནས་རིམས་  
 ལམ་འབྱུགས་ལྟ་ཤོར་བ་ན། ། འཛོན་པས་རང་རང་ག་ཁྱེད་བཞིན་འཛོན་པར་བྱ། །

ཞེས་པ་ཉི། ཆམ་པ་འཛོན་པའི་ཐབས་ལས་ཀྱི་ཆམ་གྱི་འཛོན་ཐབས་ལ་ཐབས་དང་སྟོན་ལམ་གཤམ་པས་  
 ལས་ཆེར་འཛོཞིང་། ཡང་ན་རྣ་ན་ཤོར་དགར་བཞི་ཐང་དང་། མི་གྱུག་པ་དང་། ལྷུང་མེན་དུ་བཟུང་དང་།

རིམ་བུ་དང་། སྤང་བྱ་བཅོམ་ལོགས་སྐབས་བརྟུན་བཞེན་དགོས། སྒྲིམ་ལ་ཨ་རུ་རའི་ཁམས་ལྷན་པར་བྱ་བ་  
 དང་། སྒྲིམ་དཀར་པོ་དང་མིང་མངར་དང་སྤང་བྱ་རྣམས་ཀྱི་གང་ཐང་བཏང་ཁིང་གི་བཙུག་འཛོལ་ལ་མི་ཤི་བྱུག་  
 པ་ཞི་བྱུང་ལྷན་ལྷན་བཞེན། མཐུག་ཏུ་ཆམ་པ་ཉིང་ཁིང་ཆམ་གན་ལ་སོང་ནས་ལུང་པ་མཚོན་ན་གཤུག་ཤིང་  
 ལུས་ཚེ་བའི་གཏིང་བཏོན་ལ། ལུང་དཀར་དང་ཟས་གསར་འཇམ་གྱི་རིགས་ཏེ་བསེལ་བཅུད་ཅན་གྱིས་སྒྲིམ་  
 གསོ། ཡང་ན་ཅན་དན་བཟུང་པ། ལུག་ལྷན་བཟུང་པ། འབྲུགས་སྒྲིམ་ཀྱན་སེལ། སྤང་བྱ་བཅོམ་ལོགས་  
 ཀྱན་སེལ་ལོགས་ཀྱང་སྐབས་བརྟུན་བཞེན་དགོས། རིམས་ཆམ་ལ་དང་པོ་སྤྱང་བར་གནས་ཁིང་ཆུ་བརྒྱུལ་བཟུང་  
 བདང་། འབྲས་བུ་གསུམ་དང་སྟེ་ཉེས་དང་ཉིག་ཏ་དང་མ་བྱ་དང་ཉོང་ལེན་བཅས་ཀྱི་ཐང་བཏང་། རུལ་  
 དབྱུང་ཁིང་ཚེ་བ་སྟོན་པ་དང་ཚེ་བ་གསོད་པ་དུས་གཅིག་ཏུ་བྱེད་པ་ཡིན། དྲི་བཟང་བཞི་ནི། རྩ་བེར་ལས།  
 མིང་ཚེ་ཞོད། ལུག་སྟེལ་ཞོག་སུམ། གར་པ་འཕྲོད་ལུག་ ཅུག་ཞོ་བཟུང་དོག་སྤངས་པ་དེ་ཞོད་ལྷན་ནས་  
 བཏང་བས་ཆམ་པ་སེལ་བར་བྱེད་དོ། ། ཡང་ན་སེལ་བྱུང་ལྷན་ཏུ་རྩ་བེར་ལྷན་པས་ཀྱང་ཆམ་པ་སེལ། བཟུ་  
 དང་དེ་ཉིག་དང་ཉེར་བྱུང་སྤྱུང་བ་ཡི་ཡིང་དང་པོ་བེས་ཏེ་ཚེ་བ་གསུམ་དང་། རིང་དཀར་པོ་དང་དེ་ཉི་  
 མོང་དང་ཅི་ཏུ་གར་ལས་བསྟེས་པ་ཆག་ཉིས། དྲི་བཟང་བཞི་ལ་ཆུམ་དེ་གར་དང་ལྷན་བཞུང་བས་ལུང་པ་  
 དང་ཆམ་པ་བྱས་པ་དང་དཔུགས་མི་བདེ་བ་རྣམས་འཛོམས་ཁིང་སྤང་སྟན་པ་དང་ཡིག་འབྲེད་པར་བྱེད་དོ། །  
 ཡང་ན་སྤང་ཅི་བཅུ་གཉིས་དང་། ལྷན་གཉིས་དཀར་དཀྱུ་ལོགས་ནད་བབས་ལ་སྟོས་ནས་བཞེན་དགོས། རྩ་ཆམ་ལ་  
 ཡོས་ཀྱི་རྒྱངས་པས་བཟུགས་ན་པན། ཆུ་འབྲུལ་ཁེས་ཆུ་འཕྲུལ་འཁོར་གྱི་རིགས་ཀྱི་དབྱུད་དང་སྟོད་ལམ་འག་  
 འུལ་གྱི་ལས་དང་ཉིན་གྱང་གི་དུས་སུ་གཉིད་ལོག་པ་ལོགས་ཏོད་བཅུད་ཀྱི་རིགས་རྣམས་སྤང་བར་བྱའོ། ། ཟས་  
 བྲི་ཆམ་ཚེ་སྟེ་ཆ་འཇམ་པོ་དང་སྟེ་ཆོད་དང་བ་རའི་ཞོད་དང་དར་བ་ལོགས་བཞེན་དགོས་ལ་ཟས་སྟོད་ལོག་པས་  
 འབྲམས་འབྲུགས་སུ་མོར་ན་བཙོན་པའི་སྒོ་ནས་འབྲམས་འབྲུགས་རང་རང་གི་གཞུང་ནས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་  
 བཅོས་པར་བྱའོ། ། ཡང་ན་གྲུང་ཀྱམ་བཅུ་གསུམ། རྩ་བེར་པ་འཛོམས། ཞོར་བཟུང་ཐང་། ལུང་ལྷན་  
 ལོགས་ནད་སྟོབས་དང་བརྟུན་ནས་བཅོས་དགོས་སོ། །

མན་རག་ལྷན་ཐབས་ལས། དེ་ལྷན་ཞོང་དུ་བཤད་ཟིན་པའི་གྲེ་ཆམ་དང་སྒྲིམ་དང་རིམས་ཆམ་དང་རྩ་  
 ཆམ་སྟེ་བཞིའི་སྟེང་དུ་རྒྱང་ལས་ལྷན་བཟུང་བ་དང་། བཀྲིས་པ་ལས་ལྷན་བཟུང་བ་དང་། བད་ཀན་ལས་ལྷན་བཟུང་བ་དང་། འདུས་  
 པ་ལས་ལྷན་བཟུང་བའི་ཆམ་པ་སྟེ་བཞི་དུ་གསུངས་པའི་རྟགས་དང་བཅོས་ཐབས་གཉིས།

### དང་པོ། རྒྱང་ཆམ་གྱི་རྟགས།

བྱི་བྱ་རྒྱང་ལྷན་ཞིང་པ་རྟག་དུ་འབྱུང་། ། རྩ་འགག་བྱུག་ཅིང་རྒྱང་འབྲམ་སོ་ལྷན་ན། །

མིན་མ་ ལྷའི་བར་མིན་པ་རྒྱ་ལྷམ་ཕྱེད། ། རྒྱ་འགགས་གཉིད་ནས་མིན་ཅིང་མཆིལ་རྣམས་  
འཇག། །

ཅེས་པ་ལྟེ། དེ་ཡང་རྒྱུད་ཤས་ཆེ་བར་གྱུར་བའི་ཆམ་པའི་རྟགས་ནི་སྤྱིད་པ་རྟག་ཏུ་འབྱུང་ལ་རྣམ་འགགས་  
ཅིང་ན་རྟག་ཕྱེད་ལ་ལྷུང་འབྲམ་དང་སོ་དང་ལྷན་པ་ན་ལ། མིན་མ་དང་རྣའི་བར་མིན་ཏུ་རྒྱ་ལྷམ་ཕྱེད། རྒྱ་  
འགགས། མཐར་མིན་རྟགས་སུ་མཆིལ་མ་དང་རྣམས་ལུང་མང་ཏུ་འཇག་པ་ཡིན་ནོ། །

### གཉིས་པ། བཤིས་ཆམ་གྱི་རྟགས།

མཤིས་ལྷུང་མགོ་དང་ཆོགས་གཞི་ཕྱིན་ཏུ་ན། ། རོ་རྩྭ་མི་བདེ་བརྒྱ་རྒྱུ་བརྒྱུད་མ་  
ཕྱེད། ། ཁ་ཁ་དང་ག་མི་བདེ་བརྒྱ་བུམ་ཕྱེད། ། རྩྭ་ལ་ཤ་ཆ་མི་ལམ་ཟ་ཟི་མང། ། ལྷ་ཆེ་རྟག་  
ཅིང་རྣམས་འབྱུང་པ་འབྱུང་། ། མཆིལ་རྣམས་དམར་སེར་ཉིད་ཏུ་འཇག་པ་ལོ། །

ཞེས་པ་ལྟེ། བཤིས་པ་ལས་གྱུར་བའི་ཆམ་པའི་རྟགས་སུ་མགོ་དང་ཆོགས་གཞི་ཕྱིན་ཏུ་སོགས་ན་ཞིང་།  
རོ་རྩྭ་མི་བདེ་ལ་བརྒྱ་རྒྱུ་བརྒྱུད་མ་ཕྱེད། ཁ་ཁ་ལ་དང་ག་མི་བདེ་ཞིང་གྲང་བུམ་ཕྱེད། རྩྭ་ལ་ཤ་རྩྭ་ཆ་  
ཞིང་མི་ལམ་ཟ་ཟི་མང་པ། ལྷ་ཆེ་རྟག་ཅིང་རྣམས་འབྱུང་པ་འབྱུང་། མཆིལ་མ་དང་རྣམས་ལུང་དམར་སེར་  
ཉིད་ཏུ་འཇག་པ་ལོ། །

### གསུམ་པ། བད་ཀན་ལས་གྱུར་པའི་རྟགས།

བད་ཀན་ལྷུང་པ་མང་ལ་དབྱགས་མི་བདེ། ། རྩྭ་ཅིང་ལྷུང་ཕྱི་མི་ག་འཆུས་པ་དང་། ། ཁ་  
མང་ལ་གཡལ་ལ་མཆིལ་རྣམས་རྣམ་དཀར་འཇག། །

ཅེས་པ་ལྟེ། བད་ཀན་ལས་གྱུར་པའི་རྟགས་ནི་ལྷུང་པ་མང་ལ་དབྱགས་རྒྱུ་གཉིད་མི་བདེ་བ་དང་།  
རྣམས་ཅིང་ལྷུང་ཕྱི་ལ་ཡིག་འཆུས་པ་དང་། ཁ་མང་ལ་ཞིང་གཡལ་ལ་མཆིལ་མ་དང་རྣམས་རྣམ་ཅན་དཀར་པོ་  
འཇག་ནོ། །

## བཞི་པ། འདུས་པ་ལས་ཐུར་པའི་རྟགས།

འདུས་པ་ཀྱན་གྱི་རྟགས་ལྟན་ཞི་རྒྱུང་ལྟན། ། བྱང་ནང་ཆོར་མེད་མིག་དམར་རྩ་བ་  
གཡའ། ། བྱང་བ་དག་དང་དབྱུགས་ཀྱི་དྲི་མི་ཞིམ། །

ཞེས་པ་སྟེ། འདུས་པ་ལས་ཐུར་བ་ནི་དེ་གསུམ་གྱི་རྟགས་དང་ལྟན་ཞིང་ཞི་རྒྱུང་ལྟན་པ། བྱང་པར་དུ་  
བྱང་ཁོག་ནང་ལ་ལྷས་སེམས་ཀྱི་ཆོར་བ་མེད་ཅིང་། མིག་དམར་ལ་རྩ་བ་གཡའ་ཞིང་ཟ་འཕྲུག་ལངས་པ། བྱང་  
པ་དང་དབྱུགས་ཀྱི་དྲི་མངན་པ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །

## ལྔ་པ། བཅོས་ཐབས།

### ༡ རྒྱུ་ཆམ་གྱི་བཅོས་ཐབས།

ཆམ་པ་རྒྱུ་ཤས་ཆེ་བ་ལ། ཐང་ཆེན་ཉིར་ལ། ཡག་ར་སོ་ལ། བྱུར་བྱང་། ཡག་ར་བཅོ་ལ་སོགས་གང་  
འོས་ཀྱི་ཆམ་པའི་སྟན་དང་ཉྱལ་སྟོན་གྱིས་བཅོས།

### ༢ མཁྲིས་ཆམ་གྱི་བཅོས་ཐབས།

ཆམ་པ་མཁྲིས་ཤས་ཆེ་བ་ལ། ཉིག་ཏ་བརྒྱད་པ། མན་ངག་བསེལ་སྟོར། སྤང་ཅི་བཅུ་གཉིས། གི་མི་  
དགུ་བ་སོགས་མཁྲིས་སྟན་དང་། ཆམ་པའི་སྟན་གཉིས་གང་ལག་འཆམ་གྱིས་ཉྱལ་པ་སྟོན་ནས་བཅོས་དགོས།

### ༣ བད་ཆམ་གྱི་བཅོས་ཐབས།

བད་ཀན་ཤས་ཆེ་བའི་ཆམ་པ་ལ། ཅང་ཞི་རྒྱག་པ། ཟླ་ཤེལ། ཀ་ལོ། སྤང་བཅུ་བཅོ་ལ། བདུད་ཉིག་  
སོགས་གང་འཆམས་ཀྱི་ཆམ་པའི་སྟན་དང་ཉྱལ་སྟོན་གྱིས་བཅོས་པར་བྱ།

### ༤ འདུས་ཆམ་གྱི་བཅོས་ཐབས།

འདུས་པ་ལས་ཐུར་པའི་ཆམ་པའི་ནད་ལ་ཆམ་པའི་སྟན་དང་ཉེས་གསུམ་གང་ཤས་ཆེ་བའི་གཉེན་པོའི་  
མདེ་ལ་བརྒྱར་ཏེ་ཉྱལ་སྟོན་གྱི་སྟོན་ནས་བཅོས། ཟས་དང་སྟན་སོགས་བསེལ་དྲོད་སྟོམས་པས་བཅོས་དགོས་ཏེ།

མནངག་རྒྱུད་ཀྱི་ལྷན་ཐབས་ལས། ཉེས་གསུམ་འདུས་པ་བཅོས་པ་མདེཾ་བརྒྱུད། ཞེས་སོ། །

བསམ་གཞིགས།

- ༡ ཆམ་རིམས་ཀྱི་གཙོ་པོ་ལྷ་ལྷན་དང་ནད་རྒྱུད་ཀྱི་རོ་བོ། འགོས་བྱལ་དང་དུས་ཚིགས་ཀྱི་རང་བཞིན་སོགས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
- ༢ ཆམ་རིམས་དང་རྒྱུད་བཏང་ཆམ་པའི་བར་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་སོ་སོའི་བྱུང་པར་ཀྱི་ནད་ཉགས། ནད་ཚབས་སོགས་གང་འདྲ་ཡིན་ནམ།
- ༣ ཆམ་རིམས་ཀྱི་ནད་རྒྱུད་རོ་བོ་དང་དབྱེ་བའི་ནམ་གངས། དབྱེ་བའི་ནམ་གངས་དེ་ལྟར་བརྒྱན་པའི་རྒྱ་མཚན། དེའི་ཚོས་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་སོགས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
- ༤ ཆམ་པ་དང་ཆམ་རིམས་ཀྱི་གཉེན་པོའི་ལྷན་རྒྱུད་ཀྱི་བྱུང་ཚུང་དང་བཞིན་དང་དེ་གཉིས་པོ་སོ་སོའི་ལྷན་རྒྱུད་ཀྱི་བྱུང་པར་སོགས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

## ལེབ་བརྟན་པ། གཉན་ནད་མྱད་གཟེར།

མྱད་གཟེར་ཞེས་པ་གཉན་ནད་དེ་དག་མགོ་བོར་བབས་ནས་མྱད་པའི་གནས་ལྟལ་དུ་གཟེར་བྱས་དྲག་པོས་  
གཏུང་བའི་ནད་ཅིག་རེད།

### ས་བཅད་དང་ལོ། རྒྱ་རྒྱུན།

རང་རྒྱ་གཉན་ཆད་མྱི་དང་འབྲ་བ་དེ། །

ཅེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་རྒྱ་རྒྱུན་རོ་རོ་རྣམས་གཉན་རིམས་ཀྱི་ཆད་པ་མྱི་དང་འབྲ་བ་དེ་ལྟར་དུ་ཤེས་པར་  
བྱལ། །

### ས་བཅད་གཉིས་པ། རྟགས།

ཕྱར་གོང་ལྟག་པ་གཟེར་དང་འཕར་ཅ་འབྱུག ། མིག་མྱིན་དམར་ལ་ག་ལྷགས་ཀྱི་དྲ་ཆ་  
ཞིང་། ། རྩྭ་དུ་ཞེན་ཅམ་གཟེར་ལ་རྫོ་མར་ཞིང་། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་རྟགས་ནི་མགོ་བོན་ལ་བྱད་པར་ཕྱར་གོང་དང་ལྟག་པ་གཟེར་བ་དང་། འཕར་ཅ་  
འབྱུག་པ་དང་། མིག་མྱིན་དམར་པོར་ཆགས་པ། ག་ལྷགས་ཀྱི་དྲ་ལྟག་པར་ཆ་བ། རོ་རྩྭ་དུ་ཞེན་ཅམ་  
གཟེར་ལ་རྫོ་མར་ཞིང་བ་ཡིན་ནོ། ། གཞན་ཡང་ན་ཚུལ་རྩེ་ཕྱིར་སྤང་ཆེ་རྒྱག་ལྟར་ཡང་ཡང་བྱེད་པ། མིག་  
འབྲས་འབྱར་དུ་བལྟ་བ་དང་འགྲལ་སྒྱུད་ཉམས་པ། ཤེས་པ་འཆོལ་ཞིང་རྫོ་ལ་བརྒྱག་པ། རྫོ་མའི་རེངས་ནས་  
དཀྱིད་གྲུ་དགའ་བ། ཤེས་པ་འཐིབས། གདོང་མདོག་ཉམས་པ། དོན་མེད་དུ་འཆོག་པ་ཟེ་བ། རྫོ་ནང་དུ་  
བརྒྱག་ན་མྱད་པ་གཟེར་བ་སྟགས་དང་། དྲི་རྩེ་མདོག་དམར་མེས་ལ་དྲི་རྩངས་ཆེ་བ་དང་། དེ་ལ་ཕྱར་དུ་  
བཅོས་བྱེད་མ་བྱུང་ན་སྟག་འཕྲོག་པ་ཡང་ཡོད་དེ། རྒྱག་ལེན་རིན་ཆེན་མེད་པ་ལས། གཉན་ཆད་མགོར་བབས་  
མྱད་མྱིན་འབྱུགས་པ་ཡིས། ། མྱད་པ་གཟེར་ཞིང་འབྲལ་དུ་སྟག་འཕྲོག་གམ། ། རྒྱགས་ཤིང་དབང་པོ་མི་  
གསལ་འཐིབས་པ་དང་། ། རྫོ་རྒྱགས་བརྒྱལ་བར་འབྱར་མྱིར་མྱད་གཟེར་ཟེར། ། ཞེས་པ་དང་། སན་བདེ་སྟེ་

མ་ལས། གཉན་རིམས་མཐོང་བཅས་ཡམ་མཐོང་གཟེར་རམ། ། མཐོང་གཟེར་མགོ་འཕྲུལ་ཞེས་བྱའི་གཉན་ནད་  
 བྱི། ། དབྱེ་བ་རྟགས་བཅས་གསུམ་གྱིས་བསྟན་པ་ལས། ། དབྱེ་བ་དཔེ་དང་ལྷན་བའི་རང་བཞིན་གཉིས། །  
 རྟགས་ནི་ལྷན་མོང་ཉམས་པ་གཟེར་བ་དང་། ། མིག་ཅ་དཔར་འབྲུགས་མགོ་མོའི་འཕར་ཅ་འབྲུག ། ལུས་ཤོད་  
 འཕར་ཞིང་ཉམས་པར་མགོ་ཚད་ཆེ། ། སྟོད་གཟེར་སྒྲོ་མང་མོང་དང་ཞེ་མེར་ལངས། ། རྟོག་མ་མང་ལ་གཏུགས་  
 བ་སྟངས་ལྟ་མོང་། ། སྒྲེ་མ་ཞིང་རྒྱས་ཆེན་མནན་ན་གཟེར་བྱུག་ཆེ། ། ལག་པ་ཐུས་ལ་ནོམ་ཞིང་སྤྲེལ་འཕྲུལ་སྤྲེལ། །  
 མཐོང་རྒྱ་རྩེ་རིང་དུང་ལྷ་ལ་ཕྱགས་རྒྱགས། ། ཟས་སྒྲོམ་མི་མེན་མིག་གི་རྒྱལ་མོ་འདུལ། ། རྟགས་རྣམས་ཀྱན་ཚང་  
 ལྷན་བའི་རང་བཞིན་ཅན། ། ཕྱིད་ཅམ་མ་ཐིན་དཔེ་བས་འཕྲུལ་བྱེད་ཅན། ། ཞེས་པ་བཞིན་ཡིན་ལ། ལྱིས་པར་  
 ལྷན་ན་རྟགས་དེ་དག་གི་ཞེང་ལ་དབྲུགས་མི་བདེ་བ། དབྲུགས་དཔེ་མི་སྒྲོམས་པ། འདྲར་ཡེར་ལྷན་བ།  
 མིག་འཕྲར་རྟགས་ལྷ་བལྟ་བ་དང་ཡང་ན་བྱེད་ལ་ཕྱོགས་པ། རྒྱག་པ། མཚོག་མ་འཕྲར་བ་ཕྱགས་ལྱི་རྟགས་ཡོད་པ་  
 ཡིན། བྱད་འདི་མི་ཆེ་རྒྱང་གང་ཞིག་ཡིན་ཏུང་ཏུས་ཐོག་ཏུ་བཅས་མི་བྱེད་པ་འཕར་བཅས་སྟེང་མཐར་སྟེན་པ་ཞིག་མ་  
 ལྷན་ན། དབང་ཕྱོགས་ཏུང་ཉམས་པ་དང་། ཡན་ལག་ལ་རེས་སྤྲེལ་འབྲུར་འཕྲུར་བ་མ་ཟད་སྟོག་ལྷན་འདྲོང་ཉེན་  
 ཆེ་བས་གཟབ་དཔོན་སྟོ། །

## ས་བཅད་གསུམ་པ། བཅོས་ཐབས།

བཅོས་པའི་ཐབས་ལ་སྟན་དབྱང་ཟས་རྒྱུད་བཞི། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་གཉན་ནད་མཐོང་གཟེར་བཅས་པའི་ཐབས་ལ་བཞི་སྟེ། སྟན་དང་། དབྱང་། ཟས་  
 རྒྱུད་ལམ་སྟོ། །

## དང་པོ། སྟན།

སྟན་ནི་དང་ཅོ་མི་ཐོད་འབྲུག་ཏུས་དང་། ། ཐང་སྟོམ་དགའ་མོ་ལྷན་ནག་བྱ་བྱལ་ཐང་། །  
 ཡན་ལག་ལ་བསྟེན་རྟེན་གསུམ་ཅོ་ཐང་སྟོམ་དགའ། ། ཐང་བྱལ་ཕྱིར་བྱན་བྱ་དག་ཡང་ཐང་ཆེ། ། ལྷ་  
 རྒྱུ་ཆེན་དུས་ཆུ་བྱི་ཏུང་ག ། འབྲུག་ཏུས་མི་ཐོད་བཅའ་མ་རྟིག་ཏུ་རྣམས། ། ཐོང་གཉིས་  
 གཙོར་སྟོམ་ཁོང་བྱང་ཏུ་བས་བྱུག ། མ་ཞེ་མན་རག་བྱར་བྱལ་བཙུ་གསུམ་དང་། ། ཡ་བྱག་  
 བསྟན་པའི་ཐང་ཆེ་བཙུ་གཉིས་པ། ། མགོ་ཐང་གསུམ་གྱིས་འབྲུལ་བྱང་ཉམས་སྟངས། ། བྱར་  
 ཀྱལ་ཕྱིར་ཐང་རྟིག་ཏུ་སྟུར། ། ཀ་ར་བྱན་མར་སྟུར་བའི་སྟུར་སྟུར་བྱང་། ། ཡང་ན་ཐང་སྟོམ་



དང་། ། རེ་ལྷག་ལྷག་པ་སྐྱ་བྱལ་ཕྱ་དག་དང་། ། འབྲུག་རྒྱལ་ལྷན་པས་བྱག་པོའི་ལམ་ནས་  
 ལྷན་། ། ཡང་ན་གཙོ་བོ་པོ་ཉ་མིག་ནི། ། རྒྱ་ཆ་མཆུ་དང་ཆ་ལ་ལྷ་མོ་དང་། ། བརྒྱད་འབྲུག་  
 བས་ཀྱི་ལྷོ་མི་ཆ་པ་གསུམ། ། བཞི་ཆ་བཟང་བྱག་དེ་མི་ལྷོད་ཙམ་པ། ། ཆར་ཁྲོམ་གར་ལ་ལྷན་པ་  
 ནད་ཉིང་སོགས། ། མགོ་མོར་བྱག་ས་ལ་ཉེ་ལ་གཙོན་པ་དགྱི། ། རས་གཏུམས་ཉི་ལྷོད་ཙམ་ཏུ་གན་  
 རྒྱལ་བཞག ། སྐབས་ཉག་ས་ཆ་ཉོ་ལྷག་ས་པར་བཤལ་བ་འབྱུང་། ། མགོ་ལ་རྒྱ་བྱར་རྒྱག་ཅིང་རྒྱ་  
 རྒྱག་འཇག །

ཅེས་པ་ལྟེ། དེ་ཡང་དབྱེད་གྱིས་བཅས་པ་ནི། ལྷན་གོང་འཕར་ཙ་དང་མཆོག་ཉིང་ཏུ་མེ་བཅའ་གད་  
 ཅིང་དཔལ་ཆར་རྒྱུ་ས་ཐོན་ཙམ་གཏར་ལ། དེས་མ་བྱུ་ན་བྱག་པོའི་ལམ་ནས་ལྷན་ཏུ་བཤལ་གྱིས་སྦྱོར་བ་དེ།  
 བར་ཏུ་ལྷག་གིས་དང་། རྒྱ་ཆ་ རེ་ལྷག་ ལྷག་པ་ སྐྱ་མི། གྱུ་གྱལ། ཕྱད་ག་དང་། འབྲུག་  
 རྒྱལ་ལྷན་བག་ཏོང་བས་བྱག་པོའི་ལམ་ནས་སྦྱོར་བ་བྱ་བ་དང་། ཡང་ན་གཙོ་བོ་པོ་ཉ་མིག་ཉི་ལྷོད་བདམས་ཁྲད་དང་།  
 ཉ་མིག་ རྒྱ་ཆ་ མཆུ་ ཆ་ལ་ལྷ་མོ་དང་བརྒྱད་འབྲུག་གི་བར་ཏུ། ལྷོ་མི་ཆ་པ་གསུམ་དེའི་བཞི་ཆ་དང་།  
 བཟང་པོ་བྱག་དེ་མི་ལྷོད་ཙམ་པ་རྒྱལ་སྦྱར་བའི་ལྷོ་མ་ཆར་ཁྲོམ་གར་ལ་ལྷན་པ་ནད་ཉིང་སོགས་མགོ་མོར་བྱག་ས་  
 ལ་དེའི་ཉིང་ལ་ཉེ་ལ་གཙོ་བོ་པོ་ཉ་མིག་ས་ཆ་ཉོན་པ་དགྱི་བ་དང་། རས་གྱིས་གཏུམས་ཉི་ཉི་ལྷོད་ཙམ་ཏུ་གན་རྒྱལ་ཏུ་  
 འབྲུག་པར་བྱ་ལ། དེ་ལྷན་བཞག་རྗེས་སྐབས་པའི་ཉག་ས་ནི་ཆ་སྦྱོར་དང་ཉོ་ལྷག་ས་མར་བཤལ་བར་འབྱུང་  
 བ་དང་། མགོ་ལ་རྒྱ་བྱར་རྒྱག་ཅིང་རྒྱ་རྒྱག་ཀྱང་འཇག་གོ། །

### གསུམ་པ། ཟས་དང་སྦྱོད་ལམ།

ཟས་སྦྱོད་གཉན་ཆད་རྒྱས་པ་སྦྱི་དང་མཐུན། ། མཐུག་ཏུ་བྱར་ཀྱམ་བཅུ་གསུམ་བཞེན་གྱང་  
 མིས། །

ཞེས་པ་ལྟེ། དེ་ཡང་ཟས་དང་སྦྱོད་ལམ་ནི་རིམ་སྦྱི་དང་མཐུན་པར་སྤང་སྤང་ཚུལ་བཞིན་ཏུ་ཞེས་པར་བྱ་  
 ལ། མཐུག་ཏུ་སྤང་སྤིན་ལ་མ་སྤང་མི་འབྲུག་ས་ཆེད་གྱར་ཀྱམ་བཅུ་གསུམ་པ་དང་། སྤེལ་ད། ལྷ་དམར་ཉེར་སྤེལ་  
 བས་མ་འཕེལ་ནོར་བུ། སྤྱི་རའི་ཞེས་བཅོན་སོགས་བཞེན་ན་ལེགས་པ་བཅས་ཡིན་ནོ། །

## བསམ་གཞིགས།

- ༡ གཉན་རིམས་སྐད་གཟེར་གྱི་ཁྱད་པར་ནད་ཉགས་དང་ཉེན་ཁའི་རང་བཞིན་ནད་མཐུག་གི་རང་བཞིན་  
མོགས་ཅི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
- ༢ གཉན་རིམས་སྐད་གཟེར་གྱི་བཅོས་ཐབས་ཅི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
- ༣ གཉན་རིམས་སྐད་གཟེར་ལ་དབྱེད་གྱི་མོ་ནས་བཅོས་ན་ཅི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

## ལེའུ་བརྒྱད་པ། གཉན་ནད་སྟོད་གཟེར།

གཉན་ནད་སྟོད་གཟེར་ཞེས་པའི་རོ་བོ་ནི་གཉན་ཚད་ཀྱི་ནད་དེ་དག་རོ་སྟོད་དང་། དོན་སྟོ། ལྷན་པར་  
སྟོ་བར་བབས་པས་སྟོ་ཚད་གཟེར་བྱུང་ཡང་བེར་རོ།

### ས་བཅད་དང་པོ། ཟུ་སྟེན།

རོ་བོ་གཉན་རིམ་སྟོད་དང་འབྲེལ་བ་དེ། །

ཅེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་རོ་བོ་ནི་གཉན་རིམ་སྟོད་དང་འབྲེལ་བ་དེ་ལ་ཁྱེན་དུ་མ་དང་ཟས་སྟོད་སོགས་ཀྱིས་ཞེས་  
པ་འབྲུགས་པས་གཟེར་བྱུང་གི་ནད་འདི་སྟོད་པ་ཡིན་ནོ། །

### ས་བཅད་གཉིས་པ། ཉུག་ས།

ཉུག་ས་ནི་ཟུས་འབྲུགས་ཀླབས་ཀྱི་ཀྱན་ཚར་ཞིང་། ། ཚ་ནི་བྱུང་པ་ཟུད་ཟུད་ལན་མར་  
འཕར། ། གཟེར་འཕེ་ལྷན་པ་འབྲུག་རྟོག་མར་བ་པ། ། ལྷེ་མཆུ་སྟེ་མེར་ལྷས་དང་ཤེས་པ་  
ཡང་། ། གཉིད་རྒྱུ་པ་ཟུ་རྟོག་ཅིང་ཡམས་ཐབས་འབྱུང་། ། དེ་ལ་རྒྱུར་གཉན་ཐག་གསུམ་གང་  
གསུམ་ཆེ། ། ལྷེ་མོར་ཐར་བཏར་ཕན་དང་བཏར་སྟོམས་དང་། ། གཞོད་པ་རིམ་བཞིན་རོས་འཛིན་  
ཤེས་པར་བྱ། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ཉུག་ས་ནི་མོར་གི་ཟུས་འབྲུགས་ཀླབས་ཀྱི་ནད་ཉུག་ས་ནམས་ཚར་ཞིང་། ལྷན་པར་དུ་  
གཟེར་བྱུང་གི་ཚ་ནི་བྱུང་བྱུང་སྟོད་ལན་མར་འཕར་བ་དང་། དེ་ཁྱེད་མར་མེར་དེ་དང་རྒྱངས་པ་ཆེ་བའམ་  
ཡང་ན་སྟག་ནག་དུད་ཁྲ་འབྲེལ་བ་འབྱུང་། ། བད་འདི་སོག་མར་སོག་མ་ཐག་ཏུ་ལྷས་སྟོབས་འཚར་ཞིང་གཟི་  
མདངས་ཉམས་པ་དང་སྟོ་མར་། ལྷན་པ་དམར་མེར་རམ་ཡང་ན་དུད་ཁྲ་འབྲེལ་བ་འབྱུང་ཞིང་མདུན་ཟུབ་གཟེར་  
དཔུགས་བྱུང་ལ་གྱེ་བར་གསོག་པ། ། བུགས་གཟེར་འཕོ་ཞིང་ལྷན་པ་གར་སྟེ་མདོག་སོགས་འབྱུར་རྟོག་མར་བ་  
དང་། ལྷེ་མཆུ་འཕྲོག་སྟེ་ཞིང་མེར་ལ། ལྷས་དང་ཤེས་པ་ཡང་ཞིང་གཉིད་རྒྱུ་ལ་བ་ཟུ་རྟོག་ཅིང་། མི་གཞན་

ལའང་ཡམས་ཐབས་ལུ་འགོ་བདེན་། གང་ལུ་མཁུན་ཅིང་དངངས་འདར་འོང་བའོ། ། སན་བདེ་སྟེ་མ་ལས།  
གཉན་རིམས་དོན་ལ་བབས་པ་གཟེར་བྱང་སྟེ། ། ཉགས་བཙོས་གཉིས་ལས་དང་པོ་སྟེ་ཉགས་ནི། ། ཅ་ཆུད་མ་  
སྟན་ཆུད་མར་ཆངས་པ་ཆེ། ། ཡང་ན་སྟན་གནས་དུད་ཁ་སྟགས་བྱང་འབྱུང་། ། དངངས་འདར་བ་སྟུགས་ཞིང་  
སྟོན་དད་ཆེ། ། ཁ་སྟོ་སྟོན་ལ་དབྱུགས་སྟངས་སྟེང་མི་དགའ། ། སྟོ་གཟེར་ལུད་པ་མི་གཙང་མདུན་ཐུབ་  
གཟེར། ། གཟེར་བ་སྟན་ནས་ལངས་ཤིང་སྟོད་དུ་གཟ། ། རེས་མེད་འཕྲོ་འབྱུར་གར་མཁན་ཐུག་ཆུ་འདྲ། །  
ཡན་སྟོང་སྟག་པ་ཁ་སྟེལ་ན་ཞིང་ཁོལ། ། རྟེ་མཆུ་སོ་སེན་མཐེལ་བ་ཞིའི་བཟག་མདངས་འཆོར། ། རྟེ་མག་ལུད་  
པ་སྟུ་སོ་བ་སྟེང་ལ་ཡོད། ། དམར་ན་སྟོ་བ་མེར་དུགས་མཆིན་མཆོར་དང་། ། དུད་ལུ་སྟོག་ཅའི་གནས་ལ་བབས་  
ཉགས་ཡིན། ། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། ། དེ་ཡང་གཉན་དང་ཁྲག་དང་རྒྱང་གསུམ་གང་ཤས་ཆེ་བར་རོས་  
བཟུང་དཀའ་ན་སད་མདའ་ལ་སྟེ་ཡོང་གི་བང་བཏང་བས་སན་ན་རྒྱང་གཟེར་དང་། སན་གནོད་ཅི་ཡང་མ་བྱུང་  
བར་བཏང་སྟོམས་ཡིན་ན་ཁྲག་གཟེར། མི་སན་པར་གནོད་ན་གཉན་གཟེར་ཤས་ཆེ་བ་ཤེས་པར་བྱའོ། ། རྟེ་  
བྲག་བབས་ས་དོན་སྟོད་དང་ཉེན་ཆེ་རྒྱང་སྟགས་ནི་རྒྱད་ཆེན་འབྲུགས་ཆོད་ལེའུའི་སྐབས་ཀྱི་སྟེང་ལ་བབས་ན་མིག་  
དམར་ན་མཆིན་གཟེར། ། ཞེས་པ་ནས་འཆོར་བར་རེས་ཀྱི་ལེ་ལོ་སྟོངས་ལ་འཆོས། ། ཞེས་པའི་བར་གྱི་རྒྱང་པ་  
ཉེར་བཟུད་པོ་རི་རྩ་བ་བཞིན་བཟུས་པ་ལས་གཞན་མེད་པས་འདིར་བསྐྱར་བསྟོན་མ་བྱས་པས་དེར་གཟིགས་ལ་  
མཐེན་པར་བྱའོ། །

ས་བཙན་གསུམ་པ། བཙོས་ཐབས།

དང་པོ། རྩས་ཀྱིས་བསྟུང་བ།

སྟུང་བྱེད་གཟུང་ལྟ་མི་ལན་རྒྱ་དང་། ། ལུ་ལུལ་ལེགས་སྟུར་གོང་བ་གཤོན་ལ་བཏགས། །  
ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་སྟུང་བྱེད་ནི་གཟུང་དང་། ལུ་ལུ། ལན་རྒྱ། ལུ་ལུལ་སྟགས་ལེགས་པར་སྟུར་ལ་  
སྟེང་གའི་ཐད་ཀྱི་གོང་བ་གཤོན་ལ་འདོགས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ། སྟན་གྱིས་བཙོས་པ།

སྟན་ལ་དང་པོ་སྟེ་རྩས་ལ་བྱ་ར། ། བཙོན་གྱི་བང་གིས་སྟན་ལྟུང་འབྱེད་པར་བྱེད། ། དེ་  
རྩས་ལ་བྱུག་གཟེར་འཆོམས་ཤ་ཆེན་དང་། ། བར་རྩ་རྩ་རྩ་འཇིན་པ་རྩ་ཡི་སྟེང་། ། ཆད་པའི་

ཉམ་མཁའ་མི་མི་ བླ་མི་བཞུགས། ། ཡུ་ཡུལ་ཐང་གིས་འཕྲུལ་ལ་བཀྱང་བའམ། ། རྒྱང་ཉམས་ཐུན་ན་  
 ཉམས་ཐུན་ཐུང་པ་དང་། ། མི་ཐལ་བཞུགས་པ་ཆང་གིས་འཕྲུལ་ལ་བཀྱང་། ། དེ་དག་བསད་དཔྲུང་  
 གཉིས་པོ་ཐུགས་མ་ཉེ། ། གཞེས་ཀྱི་གཉན་འཛམས་འཕྲོ་བའི་ཕྱོག་ཉེས་ཤིང་། ། ཡང་ན་འཛིན་པ་  
 ཁང་ར་ནག་པོ་དང་། ། ཡུ་དག་ཡུ་ཡུལ་ཐུང་པ་གསར་བའི་ཐུན། ། ལུ་ཐི་ཐུན་ནག་པོ་ལྷག་གི་མི་  
 ཐུན། ། ཁ་འཛིན་ཐུང་གཞེས་རྒྱ་ཉི་མེད་ཆེན་དང་། ། མཁུལ་པར་ཐུན་ཅུ་ཉིག་དང་དྲག་མ་  
 ཐུང་། ། བད་ཀན་མ་ཐུ་པ་འཛོལ་མི་དང་། ། འཕྲུས་པ་ཆ་པ་ལ་ཕྱ་ཐག་ཏུ་ན། ། ཉེས་གཞེས་  
 ཉེས་གཞེས་གཞེས་ཐུག་མིག་དང་། ། འཕྲུག་ཏུ་མ་ཆིབ་པོ་གསལ་མཆིན་ཀྱི་གཞེས་པ་ལ། ། ཐུང་དག་  
 ཡུར་ཡུལ་ལྷག་ཐུན་མཁལ་ཆེད་ལ། ། ཐུག་ཐེལ་མཁལ་ལག་གཞེས་ལ་དབང་ལག་དང་། ། ཐེ་ཏེ་མ་  
 ཐུ་ཐུང་གཞེས་ལ་ཅུ་གང་དང་། ། ལ་གསར་རྒྱ་ཉི་མཆིན་གཞེས་ཡུར་ཡུལ་བཞེད་ལ། ། མཆིན་  
 གཞེས་གཞེས་མེ་མོ་གཞེས་ཐུན་ཤིས་འདྲེན་ལ། ། ཐུ་མཁལ་ལ་ཏུ་དྲག་ཏུ་མ་ཐུང་། ། ཐུན་  
 གཞེས་མ་ཐུན་ནག་ཐུན་པ་ཐུང་དག་དང་། ། ཡུ་གཞེས་ཏུ་རྒྱ་ཆ་ཐུན་བའི་ག ། ཐུ་འཕྲུགས་ཆ་  
 བར་ཉིག་ཏུ་ཉེས་ཐུན་དང་། ། ཐུག་རལ་མཁལ་ཐུང་གཞེས་པ་ཐག་དང་། ། ཡུ་ཡུལ་བཞེད་པོ་གས་  
 བར་ཐང་ཁ་བཞུར་བཞེད་ལ། ། གཞེས་མིགས་ཡུན་ལ་འཕྲོ་བའི་དབང་པོ་ཐིན། །

ཞེས་པ་ཉེ། དེ་ཡང་དང་པོ་ཐུན་ཀྱིས་བཅོས་པ་ལ་ཐེ་ཏེ་མ། ཡུ་ བཅོད་བཅས་ཐུན་ཐང་གིས་གཉན་  
 ཆད་ཐུན་ཐུང་འཕྲེད་གཐུལ་ཏུ་ས་གཅིག་ལ་ཕྱེད་ཅིང་། དེ་རིམ་ཨ་ལུག་གཞེས་འཛམས་ ག་ཆེན། ཐར་ཏུ།  
 ཐུན། འཛིན་པ་དང་བཅས་གཉན་པོ་ཐུན་ཀྱི་ཐུན་པ་ཐེན་ལ། དེ་ལས་བཞུར་ཆ་ཐུན་མཆིན་དེ་པོ་ཉེས་པ་གི་  
 མིང་དང་། བླ་མི་བཞུན་པ་ཡུ་ཡུལ་ཐང་གིས་དབུལ། རྒྱང་ཉམས་ཐུན་ན་ཕྱི་ཏུ་ནས་ཐུན་ཀྱི་ཐུང་པ་དང་གོ་ཐལ་  
 བཞུན་པ་ཆང་གིས་ཐུན་ལ་བཀྱང་པས་བཅོས་ཐུན་དེ་དག་བསད་དང་དཔྲུང་བ་གཉིས་ཀ་མཉམ་ཏུ་ཐུགས་མའི་  
 བཅོས་ཐལ་ཐུས་པས་ཐུང་གཞེས་ཀྱི་གཉན་འཛམས་མིང་འཕྲོ་བའི་ཕྱོག་ཉེས་བར་ཕྱེད་དོ། ། ཡང་ན་འཛིན་  
 པ། ཐོང་ནག་ ཏུ་དག་ ཡུ་ཡུལ། བླ་མི། དཔལ་ཐུ། གསར་བའི་ཐུན་ནི་མིང་ཅན་ནག་པོ། ཐུ་ཐི། ཐུ་  
 བལ། ཨ་ལུག་ གི་མིན་མས་ཐུར་བའི་ཉེས་ཁ་བཞུར་རལ་སོ་སོ་ཁོ་ཁོ་འཛིན་ནི་ཐུར་གཞེས་ལ་རྒྱ་ཉི་དང་ཆོལ་ཆེན་  
 ཐུར་བ་དང་། མཁུལ་པ་ལ་ཐུན་ཐུན་ཉིག་དང་དྲག་མོ་ཐུར་ལ་བཀྱང་བར་ཐུ། བད་ཀན་ཅན་ལ་མ་ཐུ་པ་ཏུ་  
 དང་ཅོང་ཞིག་ཉིས་བཞུན་པ་གཉོང་བ་དང་། འཕྲུས་པ་ལ་ཆ་ལ་དང་ཨ་ཏུ་དང་ར་ཐག་ཏུ་རྒྱར་བ་བཀྱང་ལ།  
 ཉེས་གཞེས་ལ་ཐོ་ཐུག་པ་བཞུན། མཉོག་གཞེས་ལ་ཐོ་ཐུག་མིག་དང་འཕྲུག་ཏུ་ས་བཞུན། ཆིབ་པོ་གསལ་གཉིས་དང་  
 མཆིན་ཀྱི་གཞེས་པ་ལ་ཐུང་དག་དང་ཡུར་ཡུལ་ལྷག་ཐུན་བཞུན་པ་བཀྱང་ལ། མཁལ་ཆེད་གཞེས་ན་ཐུག་ཐེལ་  
 དང་ཡན་ལག་གཞེས་པ་ལ་དབང་ལག་དང་ཐེ་ཏེ་མ་བཞེད་པས་པ་དང་། ཐུ་ཐུང་གཞེས་ལ་ཞེས་ཐུ་གཞེས་ལ་ཐུག་

དང་སྒྲིབ་གཞིར་ཨ་གར་དང་རྒྱ་ནི་བསྐྱེད་པ། མཆོན་གཞིར་ལ་གུར་གུམ་དང་། མཆོར་གཞིར་ལ་གསེར་མེ། ས་  
གཞིར་ལ་ཁྲུན་པ་གྲོས་འདེབས་ཏེ་ཐང་ཕྱོད་དང་། རྩུ་མ་ལ་ཨ་རུ། ཏུག་ཏུང་། སྒྲ་ལོ། བཙོང་བསྐྱེད་པ་དང་།  
སྒྲིན་གཞིར་ལ་མཚུར་ནག་ ཐང་ཕྱོད། རྩུང་ཀར་བསྐྱེད་པ་དང་། གྲེག་གཞིར་ལ་རུ་ཏྲ་དང་། རྩུ་མ། སྒྲ་ལ  
བའི་ཤ་བསྐྱེད་པ་ཟེལ། རྩོལ་ཁྲུག་སུམ་ཚེ་བལ་ཏིག་ཏྲ་དང་། རྩོང་ལེན། ཏུག་པ་ལ་བསྐྱེད་པ་དང་། ཡམ་སྒྲུང་  
གཞིར་ལ་ར་ཁྲག་དང་གུ་གུ་ལ་གྲིས་བསྐྱེད་པ་མེག་སར་རང་ཁ་བསྐྱུར་བསྐྱེད་པ་བཏང་བས་གཞིར་གུན་ལ་འཕྲོ་  
བའི་དཔལ་འཕྲིན་ལོ། །

### གསུམ་པ། རྒྱག་སྒྲིས་བཙོས་པ།

རྒྱག་སྒྲིས་གཞིར་བཙོས་རྩུ་རྩོག་ནམ་མ་མཐོང་། ། རྩོ་སྒྲི་ར་ཐང་ཐང་གར་ར་ཏིང་ཏིང་སྒྲ་  
ཏུ། ། ཞེས་པ་མང་བསྐྱེད་གཞིར་ཏིང་མནན་པས་སེལ། ། ཡང་ན་རྩུ་རྩོག་རྩུ་ལྷག་འདི་གྲིས་  
ལ། ། ར་ར་ཏི་མ་ར་ཡ་ཐང་མེ་ ཅེས་གྲིས་གསལ་གྲིས་ཐོང་བཏང་གཞིར་རིག་ས་འཆག། །

ཅེས་པ་སྒྲེ། དེ་ཡང་རྒྱག་སྒྲི་བདེན་ལུས་གྲིས་གཞིར་བཙོས་རྩུ་ལ་ལ་རྩུ་རྩོག་མོ་གནམ་མ་མཐོང་བལ་  
རྒྱག་ས་དེ་མང་ཏུ་བསྐྱེད་པ་བཏང་བསྐྱེད་གཞིར་གང་ཡོད་ཏིང་མནན་པས་གཞིར་སེལ་ཞིང་ཡང་ན་རྩུ་རྩོག་གི་སྒྲིང་ལ་  
རྩུ་ལྷག་གིས་རྒྱག་ས་ཐོང་གི་འབྲུ་བདུན་མ་དེ་གྲིས་ཏེ་གསལ་ནས་ཡང་རྩུ་ལ་ནས་ཐོང་ཏུ་བཏང་ན་གཞིར་རིག་ས་  
འཆག་སྒྲེ་འཆག་ས་པར་འབྱུང་རྩོ། །

### བཞི་པ། དབུད་གྲིས་བཙོས་པ།

དེ་ལྟར་ཞི་བྱེད་རིག་ས་གྲིས་མ་ཞིན། ། རྩུ་ནག་རྩུ་ཆི་རྩུ་ཐི་བྱ་བྱལ་དང་། ། བྱ་དག་རྩུ་ན་ཆེན་  
ཨ་བྱག་ཐང་བྱ་བ། ། རྩོང་རྩོས་ཨ་རུ་མཚུར་གཏིས་ཕྱང་བ་ནམ་ས། ། ཐུག་ལྷན་རྩུ་ས་རྩུ་ས་རིལ་བྱ་  
བ་རིལ་ཚམ། ། གཉན་ཆད་རྩུ་བགས་ཁ་ལ་རྩུ་ས་འདེབས་ཏེ། ། རྩུང་པར་གཞིར་གྲི་རིག་ས་ལ་  
བསྐྱེད་པ་འཇམ། ། ཡང་ན་གཞིར་རྩུ་ན་རྩོར་བ་གང་རིག་ས་ལ། ། ཐང་བྱ་གཙོར་རྩོས་དེ་ཏིང་ཨ་རུ་ཏི་  
མཚུ། ། དེ་རྩུག་བསྐྱེད་པས་ཕྱར་རྩུང་རྩུ་ཆུ་ཆུ་གྲིས། ། རྩུག་རྩུ་མ་གྱུར་ཕྱུ་ཞི་ཞིང་དབུག་ས་ཁ་  
དལ། ། གཞིར་དང་ཁོ་བ་ཞིན་གཉན་མཚོ་ཆོག་ས། ། དེ་ཡང་གཏར་བའི་ཏུས་ཏུ་སྒྲིབ་པ་དེ། །  
ཏུང་པ་རྩུ་རྩུ་དཀར་གསེབ་ཆེ་རྩུང་གཏར། ། ཏུང་པ་ཐག་ཅན་ཏུ་ཕྱར་གསེན་པ་དང་། ། ཏུང་



## བདུན་པ། མཐུག་བསྟུན་པ།

དེ་ལྟར་བཙུག་རྒྱུ་ཆད་ལྟོ་ལས་ཕྱར་བའི་འཆག་། ཆ་དཔ་ལྟར་པ་འཕྱར་པ་གཟེར་བ་  
 ཆོག་མ། ། དེ་ནས་ཙན་དན་གི་མི་བསེལ་གསུམ་དང་། ། ཏིག་ཏུ་བ་ཤ་ཀ་དང་ཀ་ར་རྒྱུད། ། རྒྱ་  
 མར་ཤིང་མའར་འགོག་པ་དག་འཕྱར་བ་ལྟན། ། གཟེར་མེད་ལྟར་པ་གཙང་པ་དང་ག་བདེ། །  
 ལྟས་དང་ཤེས་པ་ཡང་པ་ལྟོང་ཆ་མེད། ། རི་མར་མཆོམས་སུ་སློབ་པས་གསུང་བཅུད་སྟོན། །  
 བཙུག་ཉེས་མ་བྱུང་ནད་རིས་ཟིན་པ་ན། ། བཤམ་གཏར་མི་དགོས་ཞི་བྱེད་སྟོགས་པ་མང་། །  
 དཔྱད་དགོས་ཕྱར་མིན་སྟོན་འགྲོ་བྱེད་སྟོན་ཀྱང་། ། ལས་ལྟ་སྟེ་དང་མཐུན་པར་ཤེས་པར་བྱ། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་དེ་ལྟར་བཙུག་པའི་རྒྱུ་ཆད་ལྟོ་ལས་ཕྱར་བའི་འཆག་པ་དང་ཆ་དཔ་ལྟར་པ་  
 འཕྱར་བ་དང་གཟེར་ཆོག་སྐྱོན་ཙན་དན་དང་། གི་མི་ཕྱག་པ་ ལྟར་ལྟམ། མི་ཤི། ཏིག་ཏུ། བ་ཤ་ཀ། ཀ་  
 ར་རྒྱུད་སྟུར་བ་ལ། རྒྱ་མར་ཤིང་མའར་དང་། ལྟར་པ་འགོག་དག་འཕྱར་བ་ལྟན་པ་བཏང་བས་གཟེར་  
 མེད་པ་དང་། ལྟར་པ་གཙང་པ། དང་ག་བདེ་པ། ལྟས་དང་ཤེས་པ་ཡང་བ་དང་ལྟོང་ཆ་མེད་པ་སྟེ་སེམས་སྟོན་  
 མེད་པ་བྱུང་ན་རི་མར་མཆོམས་སུ་སློབ་པ་ཡིན་པར་གསུང་བཅུད་རིམ་གྱིས་སྟོན། མདོར་ན་ནད་འདི་བཙུག་  
 ཉེས་མ་བྱུང་ཞིང་ནད་རིས་ཟིན་ན་བཤམ་གཏར་མི་དགོས་ཏེ་པཅ་ཡོན་ཞི་བྱེད་ཀྱིས་སྟོགས་པ་འཕམ་བསྟོག་པ་མང་  
 ལ། དཔྱད་ཕྱར་མིན་དང་སྟོན་འགྲོ་དང་བྱེད་སྟོན་ལ་སྟོགས་སྟེ་རྒྱུད་ཀྱི་ལས་ལྟ་སྟེ་དང་མཐུན་པར་ཤེས་པར་  
 བྱོལ། །

### བསམ་གཞིགས།

- ༡ གཉན་ནད་སྟོན་གཟེར་བྱིད་བྱེ་བ་རི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
- ༢ གཉན་ནད་སྟོན་གཟེར་བྱིད་པར་བྱིན་ན་ཉགས་དང་། བབས་ས་དོན་སྟོན་དང་ཞེན་ཆེ་ཆུང་སོགས་རི་  
 ལྟར་ཡིན་ནམ།
- ༣ གཉན་ནད་སྟོན་གཟེར་ལ་ཕྱར་བྱེད་རི་འདྲ་བྱེད་དགོས་སམ།
- ༤ གཉན་ནད་སྟོན་གཟེར་བྱིན་ལ་བཙུག་ཐབས་རི་འདྲ་ཡོད་དམ།

## ཡེའུ་དགུ་པ། གཉན་རིམས་མོ་སྤང་།

མོ་སྤང་ངམ་གཉན་སྤང་བེད་བེད་ནི་མོ་བར་གཉན་བབས་ཏེ་གྲིས་དགུགས་པ་ཉྱ་པུའི་གཟེར་བྱག་ཇ་དྲག་པོ་གཉོང་བའི་ནད་ཅིག་རེད།

### ས་བཅད་དང་མོ། རྩེ་རྩེ།

རྩེ་ནི་གཉན་ཆད་སྤྱི་དང་འདྲ་བ་ལ། ། རྩེན་ནི་མ་ཁུ་རྩལ་གྲང་གདོན་ལས་སྤྱང་། །

ཞེས་པ་སྟེ། མོ་སྤང་གི་རྩེ་ནི་གཉན་རིམས་ཀྱི་ཆད་པ་སྤྱི་དང་འདྲ་བར་འགོས་བྱུང་བར་བརྟེན་ནས་བསྐྱངས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། རྩེན་ནི་ཁ་ཟས་རུལ་སྤངས་ཅན་དང་། རྩེན་ཟས་ཀྱི་རིགས་དང་། བེད་ཏོག་དང་སྤོང་དད་ཀྱི་རིགས་བརྟེན་པ་དང་རྩེ་གྲང་མོ་འཕྱར་བ་སོགས་མི་འཕྲོད་པའི་རིགས་བརྟེན་པས་མ་ཁུ་བ་དང་། རྩེས་འབྱུགས་མི་སྟོམས་པས་རྩལ་གྲང་དང་གདོན་མ་རུང་བ་སོགས་ལས་སྤྱང་བ་ཡིན་ནོ། །

### ས་བཅད་གཉིས་ལ། ཉགས།

དེ་ཉགས་མོ་བར་བྱག་ཆེ་གྲིས་དགུགས་འདྲ། ། མོ་བ་རྩིམ་ལ་ལྷ་འཁྲོམ་བ་རྩེ་རྩེ། ། རྩེ་ཡི་མེད་དང་རྩེ་བའི་མ་ཐང་ཉམས་ཤིང་། ། མིག་གི་གཟེམ་སྤར་དུ་གཞིམ་པར་ཁྱེད། །

ཅེས་པ་སྟེ། ཉགས་ནི་མོ་བར་ན་བྱག་ལངས་ཆེ་གྲིས་དགུགས་པ་ཉྱ་པུའི་གཟེར་བྱག་ཇ་དྲག་པོ་གཉོང་བའདྲ་མོ་བའི་གཞིམས་ཏེ་སྤྱུ་མོང་བ་ལྷར་མ་ཐོགས་པོ་ཆགས་པ། རྩེན་དུ་རྩུག་ཅིང་སྤར་དུ་བཞུལ་པ། ཡན་ལག་གི་ཉག་དང་རུང་འཁྲོས་སམ་འཕྱར་བ་དང་བ་སྤྱུ་ཟིང་ནས་ཁྱེན་དུ་རྩྱེག་པ། རྩེ་གཞོག་གི་མ་ཐང་ཆ་ཉམས་ཤིང་བྱག་པ་དང་མིག་གི་རྩི་མ་ཆག་གམ་སྤར་དུ་ཞོམ་པ། འཕར་ཆའི་རྩེ་བའདྲ་ཉམས་པ་སོགས་ཀྱི་མདོན་ཚུལ་ཡོད་དོ། །

## ས་བཅད་གཞུང་ལ། བཙུང་བཤམ།

### དང་པོ། སྐྱེ་གྱིས་བཙུང་ས་ལ།

སྐྱེ་གྱི་དང་པོ་གར་ནག་ཐག་བྱེད་དང་། ། ལུང་མོར་དྲིས་མའི་གེ་སར་ཐང་བཏར་བས། །  
འདི་ཉིད་ཁོ་ནས་ལམ་ནས་བརྒྱུག་ཀྱང་མིད། ། ཡང་ན་བྱ་ལྷུང་ལྟ་བུ་ཆད་ལྷན་ཉིང་། ། རྒྱུ་ལྷ་གི་  
མིང་གསར་སྐྱེ་མ་ཕྱ་ཙེ། ། ཐང་ཚྭ་འབྱུང་དང་གར་ནག་གི་ཏར་ག ། ལུང་ནག་ཁར་བཅས་  
བའི་སྐྱེ་བའི་ཆད། ། མཐོང་བ་བརྒྱད་པའི་རག་ལས་ཉན་བྱས་པས། ། སྤོ་བའི་གཉན་སྐྱེ་ནད་  
ལས་བྱུང་བར་ཤེས། ། ཡང་ན་ཐང་ཆེས་བྱ་ལྷུང་ལྟ་བུ་ཆད་ཉིང་། ། ཐང་ཚྭ་བརྒྱན་བཏར་གཉན་  
གྱི་མཁོ་ཆོགས་ནས། ། ཏ་ཏ་བྱུག་ཉིང་ཐང་ཚྭ་ཆ་བ་དང་། ། བྱི་ཏར་ག་དང་ལ་ཏ་གི་སྤོ་  
བརྒྱན། །

ཞེས་པ་ལྟེ། སྐྱེ་གྱི་དང་པོ་གར་ནག་དང་ཐག་བྱེད། ལུང་མོར། དྲིས་མའི་གེ་སར་བཙུང་བའི་མི་ཐང་  
བཏར་བས་འདི་ཉིད་ཁོ་ནས་ལམ་ནས་བརྒྱུག་པའང་མིད། ཡང་ན་བྱ་ལྷུང་ལྟ་བུ་ཆད་ལྷན་ཉིང་ལ་རྒྱུ་ལྷ་དང་  
མི་གི་མིང་། ཐང་ཚྭ་འབྱུང་བྱིང་བྱུ་ལྟ། མ་ཕྱ་ཙེ། ཐང་ཚྭ་འབྱུང་། གར་ནག་གི་ཏར་ག ལུང་ནག་  
ཁར་བཅས་མཐོང་བ་བརྒྱད་པའི་རག་ལས་གཞུང་ས་པ་བཞིན་ཉན་བྱས་པས་སྤོ་བའི་གཉན་སྐྱེ་ལས་བྱུང་བར་  
ཤེས་སོ། ། ཡང་ན་ཐང་གི་ཆེས་བྱ་ལྷུང་ལྟ་བུ་ཆད་ཉིང་ཐང་ཚྭ་བརྒྱན་པ་བཏར་བས་གཉན་གྱི་མཁོ་ཆོགས་ཞིན་  
ནས་བྱུང་བ་རྒྱུན་མིང་ས་པའི་ལུགས་གྱི་ཏ་ཏ་བྱུག་ལྷུང་ལྟ་བུ་ཆད་ཉིང་ཐང་ཚྭ་ཆ་བ་དང་ལ་ཏ་གི་སྤོ་  
བརྒྱན་ལྟ་བུ་གསུམ་ཞེས་ལུགས་མིག་དང་། ལ་ཏ་ག ལྷན་ཤེས་སྐྱོར་བ་དང་། ད་ཏུང་རྒྱུན་སྐྱོང་གི་སྐྱེ་གྱི་སྐྱོར་  
ནང་ནས་སྐྱེ་པ་ལྷན་ལྷན་དང་། ཐག་བྱེད། ཏ་ཏུང་ཉི་ལུ་ཡང་ནད་ཉན་ས་དང་བརྒྱན་ནས་གར་ལ་དེ་  
འཆོམས་གྱིས་ལེད་སྐྱོད་བྱེད་པར་བརྟེན་ནས་བཙུང་དམོས་པ་ཡིན་ནོ། །

### གཉིས་པ། དབྱེད་གྱིས་བཙུང་ས་ལ།

བྱ་ལྷུང་ཤིམ་ལུས་བསད་རྒྱུ་ལྟ་བུ་ཆོན་ཆུད། ། མ་ལྷུང་བྱ་གེ་བཅུ་གཞུང་བཤམ་གྱིས་  
ཆོད། །

ཞེས་པ་སྟེ། ཕུ་ཁྱུང་རིལ་བུས་གཉན་ཚད་བསད་རིལ་རྒྱལ་ལྟོན་ཞེས་ཐར་བྱ་དང་ཚུ་ཅ་དང་སྟོན་བྱ་གསུམ་  
གྱི་སྦྱོར་བཏང་བ་དང་། དེས་ཀྱང་མ་ཐུབ་ན་དྲག་པོ་བཅུ་གསུམ་གྱི་བཤལ་གྱིས་སྦྱོར་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

### གསུམ་པ། ཟས་སྦྱོད་ཀྱིས་བཅས་པ།

ཟས་སྦྱོད་གཉན་ཚད་སྦྱི་དང་སྦྱོར་བ་ཤིས། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་སྦྱོར་སྦྱེན་མི་གཅང་བ་དང་འབྱུང་ཀའ་བའི་ཟས་རིགས་དང་གྲང་དང་རྒྱལ་བ་སོགས་  
གྱི་སྦྱེན་ལ་སྦྱང་སྦྱང་བྱ་བ་ནི་གཉན་ཚད་སྦྱི་དང་མཐུན་པར་སྦྱོར་བ་ལེགས་པ་ཡིན་ནོ། །

བསམ་གཞིགས།

- ༡ གཉན་རིམས་ཕོ་སྤང་གི་རྒྱ་སྦྱེན་རི་འདྲ་ཡིན་ནམ།
- ༢ གཉན་རིམས་ཕོ་སྤང་གི་ནད་ཉགས་མངོན་ཚུལ་རི་ཉྩར་ཡིན་ནམ།
- ༣ གཉན་རིམས་ཕོ་སྤང་གི་བཅོས་ཐབས་གང་འདྲ་བྱེད་དགོས་པ་མ།

## ལེན་བརྒྱུ་པ། གཏན་ནད་མེད་བལ།

གཏན་ནད་མེད་བལ་ཞེས་པ་ནི་གཏན་རིམས་པགས་ལ་བབས་པས་འབྱུང་པ་མེ་ཕྱེ་ལྟར་ལྷན་ལ་འཁོར་  
བས་ན་མེད་བལ་ལ་མེ་ཕྱེ་འཁོར་ལོ་ཞེས་ཟེར་བ་ཡིན།

### ས་བཅད་དང་པོ། རྒྱ་རྒྱུན།

རྒྱ་ནི་གཏན་ཆད་མྱི་དང་འདྲ་བ་ལ། ། དེ་རྒྱུན་རྒྱ་སེར་ཆ་བརྒྱར་གིས་བྱས། །

ཞེས་པ་ཉི། འདྲིར་རྒྱ་ནི་གཏན་རིམས་ཀྱི་ཆད་པ་མྱི་དང་འདྲ་བ་ཡིན་ལ་ཁྱད་པར་གྱི་རྒྱུན་ནི་རྒྱ་སེར་ཆ་བ  
རྒྱར་གིས་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །

### ས་བཅད་གཉིས་པ། རྟགས།

བཅེ་འདར་གཤམས་གཤམ་ཞིང་ཆ་ཙག་ལྟེད། ། འབྱུང་པ་དམར་ཞིབ་འབྱུང་ལ་མཆེད་པ་  
རྒྱར། ། མེ་ཕྱེ་གིས་དང་ཆོམ་བྱ་སྒྲིབ་མོད་དང་། ། ཐོར་བྱ་ལ་སྒྲིབ་སྒྲུབ་ཟད་འདྲ་མིན་འབྱུང་། །  
གང་ཡང་རྒྱུད་པར་འཁོར་ན་མིན་ཏུ་རན། ། རྒྱུད་ལག་སྒྲིལ་འཁོར་བ་དེ་ཡང་རན། ། རྒྱུད་ནས་  
པགས་རལ་བ་རྒྱུས་བྱས་པར་བྱགས། །

ཞེས་པ་ཉི། ཐོག་མར་གང་ལྟུང་ཕྱིར་ལྷན་འདར་ལ་བསྐྱབ་བཅེ་ཞིང་པགས་པའི་གནས་གཅིག་ཏུ་བྱ་  
འབྱུག་ལངས་པ་དང་། རྟག་པར་མཆོན་མོར་བྱ་འབྱུག་དེ་བས་ཆེ་བ་དང་། བྱད་བྱད་བྱུང་ཆེས་འབྱུང་པ་  
དམར་ཞིབ་མེ་ཕྱེ་འཁོར་རིས་ཅན་དང་། ཆོམ་བྱ་ཅན་དང་། སྒྲིབ་མོ་ཅན་དང་། མཆོད་རྟེན་གྱི་རིས་ཅན་སྒྲིབ་སྒྲུབ་  
སྒྲིབ་དབྱིབས་བྱུར་མང་ཅན་གྱི་འབྱུང་ཐོར་དམར་པོ་ལེབ་མོ་དོན་པ་དང་། ཆ་བྱག་རྒྱག་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ལྷན་  
གྱི་རྒྱུད་པར་འཁོར་བ་དན་ན་འང་དེ་དེ་ཅམ་ཡིན་ལ། པལ་ཆེར་རྒྱུད་ལག་གི་སྒྲིལ་འཁོར་ཞིང་ལྟ་བཞི་དང་སྒྲིབ་  
བའི་གཞུང་ལ་ཆོམ་པ་འང་འབྱུང་མིན། དུས་ལྟར་བཅོས་མ་བྱུང་ཆེ་རྒྱུད་ནས་པགས་པ་རལ་ཏེ་མར་རྒྱུས་པ་དང་  
རྒྱུས་པ་ལ་ཞེན་པ་སྒྲིབ་སྒྲུབ་འབྱུང་འགྲོ་བ་ཡིན། མདོར་ན་ལྷན་གྱི་ཕྱི་རོལ་ཏུ་བྱུང་ན་རྒྱ་བྱར་མེ་ལོས་འཆོག་པའི་

མཉམ་ཆེ་འབྲམ་ཆེ་ཞིང་མཆོད་པ་ཞིག། བད་ཏུ་པམ་མ་ན་མོ་མེར་ཆེ་པམ་གཏུང་པ་དང་ཟུག་གཟེར་ཆེ་ཞིང་ཏུན་  
པ་ལྟོས་པམ་འཇུང་པ་འདར་ཤོད་པམ་དག་དཔམ་མཐར་པ་འི་རིག་པ་མིན་ཏུ་མཆོད་ན་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །

མ་བཅད་གཏུག་པ།      འཛིན་ཐབས།

དང་པོ། རྒྱལ་སྤྱིའི་བརྒྱུད་བ།

॥ ह्रीं क्लीं त्र्यम्बके नमः ॥ १ ॥ ॥ श्रीगणेशाय नमः ॥ २ ॥  
ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ३ ॥

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ནད་འདི་མ་ལྷུང་པ་འདི་རྩོན་དང་ལྷུང་པ་འདི་ཏུ་མ་ལྷུང་པ་གྱིས་བཟུང་པ་འདི་ཟེ་ཡིག་ནི་  
 ལྷ་མོས་ལ་གྱི་ཁག་གི་ཡིག་འཕྲུང་རྩ་ཁྲོད་པའི་མོ་པ་ཞེས་པ་མང་གིས་ཏེ་ཞོག་པ་པར་རྩོད་པ་ལྷོ་མ་པ་མེད་པ་ལ་གྱི་  
 བད་མོས་ལྷོ་མོ། །

གཉིས་པ། ལྷན་གྱིས་བཅོས་པ།

༡ བོད་ཨ་མ་ལུ་ལྟོ་ལྟོ་

[illegible]

ཞེས་པ་སྟེ། བཅོམ་ཐབས་པས་སྐོས་མར་སྒྲན་གྱིས་ཁོང་བསལ་དགོས་པས། ཁོང་སྒྲན་པ་ལྟ་བུར་ལྟ་བ  
 ཚད་སྒྲན་ཅན་ནམ། ཡང་ན་དེ་ལྟ་བུར་བཅོ་བརྒྱད་པའང་བསྟེན་ན་ལེགས། སྐོས་སྒྲ་ཁོང་བསལ་པ་ལག་ཁྱེད་དང་  
 ལྷན་ཀྱིས། འཛིན་པ། ཁྱེད་ལེན། ཚེས། བཅོད། བྱིང་མངས། བ་ཤུག་སྟེན་མ། ལྷན་སྟེན། ཅན་  
 དན། ལྷི་ལྷེད་ཀར་པོ། སྒྲན་སྟེན། ལྷན་པ། ལྷ་མོ། ལྷ་ལྷ་པ། ལྷེད་ལྷེད་བཅས་སྒྱུར་བའི་ཁོང་བསལ་བ་ལུ་

བདུན་པ་འདི་བསྐྱེད་གྲང་ཆུ་ཡིས་ཕུལ་ན་མེད་བཤ་གྱི་ནད་འཛིན་པ་པའི་མཆོག་ཡིན་པ་དང་། ཡང་ན་གི་མི་  
 གྲང་གུམ་། ཉིང་ལེན་། བཤག་། བེང་མང་། སེང་ལྷེང་། སྤང་མི་། བཅོད་། རྩེ་མོ་། རྩེ་ལྷ་། འཛིན་པ་  
 བཅས་སྦྱར་བའི་བྱང་ཕུགས་གི་མི་བཅུ་གཅིག་པར་གྲགས་པ་འདི་རྩེ་བསྐྱེད་གྲངས་གྱིས་དབུལ་བ་མེད་བཤ་ནད་གྱི་  
 གཉེན་པོ་ཡིན་ནོ། །

### ༩ བྱིལ་བྱུག་པ།

བྱིལ་རྩེ་རྩེ་ཕྱངས་དགར་བྱ་དག་དང་། ། ཉུག་ཤ་བདུད་རྩི་ལོ་མ་བྲག་སྒྲོལ་པ། ། སེང་ལྷེང་  
 ཁར་། མེད་བཤ་བྱུག་པ་དང་། ། ཡང་ན་རྩེ་རྩེ་ཕྱངས་དགར་བྱ་དག་གསུམ། ། ཞོད་དང་གང་རྒྱང་  
 བྲན་བྱུགས་ཉི་མར་བཟེག ། ཁྱི་ལྷད་ཟེད་ཅམ་ལ་ཆ་བྱ་དག་དང་། ། ཉུག་ཤ་ཉི་མུགས་གྱིས་ཁྱིར་  
 རྩེ་མོ་ལོགས། ། ཁྱི་རྩེ་མོ་ཆང་གིས་སྦྱང་ལ་མ་བཟུང་ནས་བསྐྱུས། །

ཞེས་པ་ཞེ། བྱིལ་སྦྱན་གྱིས་བྱུག་པ་ལ་རྩེ་རྩེ་དང་ཕྱངས་དགར་། བྱ་དག ཉུག་ཤ བདུད་རྩི་ལོ་མ་  
 བྲག་སྒྲོལ་པ། སེང་ལྷེང་ཁར་བཅས་སྦྱར་བའི་མེད་བཤ་བྱུག་པ་དང་། ཡང་ན་རྩེ་རྩེ་དང་ཕྱངས་དགར་། བྱ་  
 དག་གསུམ་ཞོད་དང་དར་བཀང་རྒྱང་ལ་སྦྱར་ནས་བྲན་པ་འཕྲུགས་ནས་ཉི་མར་བཟོ་བ་དང་། ཡང་གཅིག་ལ་ཁྱི་  
 ལྷད་ཟེད་ཅམ་དང་ལ་ཆ། བྱ་དག ཉུག་ཤ ཉི་མ་དང་ཉུགས་པས་ཁྱིར་བའི་རྩེ་མོ་བཅས་སྦྱར་བ་ལོགས་ཀྱི་  
 རྩེ་མོ་ཆང་ལ་སྦྱང་ནས་མེད་བཤ་གྱི་འབྲུམ་པའི་མཐའ་ནས་བསྐྱུས་ན་མེད་བཤ་གྱི་ནད་ལས་གྲོལ་བར་འགྱུར་བ་  
 ཡིན། གཞན་ཡང་ལུ་ཟེའི་སྤེམ་ཕུག་ཤིང་ཁར་བཟེག་ནས་བྱུགས་ན་འང་ཕན་པ་ཡིན་ནོ། །

### གསུམ་པ། དབུད་གྱིས་བཅོས་པ།

གང་ཉིའི་རྩེ་ལ་གཏར་བ་གཅེས་པར་བབྱང་། །

ཞེས་པ་ཞེ། དབུད་དུ་གཏར་ག་གཅེས་པར་འཛིན་དགོས་པས་མེད་བཤ་གྱི་འབྲུམ་པ་བྱང་སའི་གནས་  
 དང་གང་ཉི་བའི་རྩེ་ལ་རྒྱངས་ཐོན་ཅམ་གཏར་དགོས་སོ། །

### བཞི་པ། ཟས་སྦྱོད་གྱིས་བཅོས་པ།

ཟས་དང་སྦྱོད་ལམ་གཏན་ཆད་སྦྱི་དང་མཐུན། །

ཞེས་པ་སྟེ། ཟས་སྤྱ་གཉན་ཚད་སྒྱི་དང་འདྲ་བར་དཀར་དང་དམར་དང་མངར་དང་རྒྱར་དང་ཚ་བ་  
 སྟགས་དོད་སྒྱིད་གཉན་མིན་དང་གནོད་པའི་རིགས་དང་རྩལ་སྤངས་སྤྱུར་བ་སྟགས་ལ་འཛོམ་ཞིང་སྒྱིད་ལམ་དུ་  
 དྲག་ཤུལ་གྱི་ལས་དང་ཉན་པར་གཉིད་སྟག་པ་སྟགས་ཚ་བ་སྒྱིད་པའི་ལས་དང་རྒྱར་བརྒྱལ་བ་སྟགས་རྒྱ་ལས་ལ་  
 འཛོམ་དགོས་པས་བསེལ་གནས་མ་འབྲུགས་དལ་བར་འདུག་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

བསམ་གཞིགས།

- ༡ གཉན་ནད་མེད་བལ་གྱི་ནད་ལྟར་རོ་བོ་དང་ཁྱད་པར་གྱི་རྟགས་སྟགས་རི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
- ༢ གཉན་ནད་མེད་བལ་གྱི་བཙས་ཐབས་རི་འདྲ་ཡིན་ནམ།
- ༣ གཉན་ནད་མེད་བལ་གྱི་བསྐྱར་ཐབས་རི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

## ལེབ་བཅུ་གཅིག་ལ། གཉན་རིམས་ཆེན་བྲ།

གཉན་རིམས་ཆེན་བྲ་ཞེས་པ་ནི་འགྲམ་ཆེན་དང་སྒྲེ་མའིང་གི་ཆེན་བྲ་འི་གནས་སྟགས་སུ་གཉན་བྲ་ཏེ་  
སྤངས་པའི་ནད་ཅིག་ཡིན།

### ས་བཅད་དང་ཡ། ཟུ་ཆེན།

ཟུ་ནི་གཉན་ཆད་ཟུ་དང་འབྲ་བ་ལ། ། ཆེན་ནི་བྲག་བྱལ་སྟགས་ཀྱིས་རྒྱང་ཐག་འབྲགས། །  
ཞེས་པ་ཞེ། ཟུ་ནི་གཉན་རིམས་ཟུ་འི་ཟུ་དང་འབྲ་བ་ཡིན་ལ། བྲ་པར་གྱི་ཆེན་ནི་བྲག་བྱལ་གྱི་ལས་  
སྟགས་ཀྱིས་འགྲམས་པའམ་རྒྱང་ཐག་གཉིས་འབྲགས་པ་ཆེན་བྲ་ལ་བཞེན་ཏེ་སྤངས་ཤིང་སྤྱི་ལ་བྲ་བས་  
བྲང་བ་ཡིན་ནོ། །

### ས་བཅད་གཉིས་ལ། གནས།

དེ་ནི་ཆེགས་སུ་བབས་པར་བཤད་ནའང་། ། ལམ་ཆེན་སྒྲེ་མའིང་མིག་བྱར་ཞེས་བྲ། །  
ཞེས་པ་ཞེ། དེ་དག་གཉན་རིམས་ཆོགས་སུ་བབས་པར་བཤད་ནའང་། བབས་ས་དངོས་ནི་སྒྲེ་མའིང་  
དང་མིག་བྱར། མཆན་བྲང་གཉིས། བརྒྱ་བྲག་ཉེ་ཉེས་བཞི་དང་རྒྱ་ཆོལ། རྒྱ་ཆོལ་སྟགས་སུ་ཤས་ཆེན་གནས་  
པ་ཡིན་ནོ། །

### ས་བཅད་གསུམ་ལ། ཉགས།

སྤངས་པའི་མདོག་དང་ཆེ་རྒྱར་ཤ་ཞི་དོད། ། བྲག་གཞེན་ཞིན་པ་དགའ་སྒྲ་འཕེལ་འབྱི་  
སྟགས། ། རྒྱ་ཆོགས་འབྲང་པའི་རིགས་བརྒྱད་གསུངས་མོད་ཀྱང་། ། གནས་དེར་ཟུ་བའམ་བྲང་  
གཤེན་འབྲག་འབྲ་ཞིང་། ། ཕུན་གནས་བབས་སའི་དབང་གིས་རྩ་ཡིན་སྟེ། །

ཞེས་པ་ཉེ། དེ་ཡང་སྐྱངས་པའི་མདོག་ནི་མཁྱིས་པ་ཤས་ཆེར་ལས་མདོག་དཔར་སེར་དང་། རྒྱག་ལྟར་  
 དཔར་པོ། བད་ཀན་རྒྱ་བོ། ཆོལ་ཆེན་དཀར་པོ་སོགས་སུ་འབྱུང་། སྐྱངས་པའི་ཆེ་ཆུང་ནི་ཆུང་ལས་ལྟར་བ་  
 སྐྱངས་དོག་ཆེ་ཞིང་། ཤ་ཆེན་འང་ཆེ། གཞན་པ་ལས་ལྟར་སྐྱངས་དོག་ཆེ་ཆུ་མེད། སྐྱངས་པའི་སྤྱི་ནི་བད་  
 ཀན་ལས་ལྟར་བ་དང་ཤ་ཆེན་དང་འབྲས་མཁྱང་ནམས་སྤྱིང་ཅ་ཆེན་སྤྱི་བཡིན། སྐྱངས་པའི་ཆ་གང་ནི་རྒྱག་  
 མཁྱིས་ལས་ལྟར་བ་ཆོདླ་དེ་ཆེ་ལ། བད་ཀན་དང་ཆོལ་ཆེན་ལས་ལྟར་བ་དྲོད་ཆུང་བཡིན། སྐྱངས་པའི་གཞེར་ནི་  
 བད་ཆོལ་ལས་ལྟར་རྒྱག་གཞེར་ཆུང་ལ། རྒྱག་མཁྱིས་འབྲས་མཁྱང་སོགས་ལས་ལྟར་བའི་རྒྱག་གཞེར་ཆེ་བཡིན།  
 སྐྱངས་པའི་སྤྱི་ཆུ་པ་ནི་རྒྱག་མཁྱིས་ལས་ལྟར་བ་ནག་ཏུ་ལྟར་བར་སྤྱིན་པ་དང་། བད་ཆོལ་འབྲས་མཁྱང་སོགས་  
 ལས་ལྟར་བ་ནག་ཏུ་སྤྱིན་དཀར་བཡིན་པ་སོགས་རིགས་མི་འདྲ་བ་བརྒྱད་སོགས་འབྱུང་བར་བཤད་ནའང་།  
 ཕལ་ཆེར་སྤྱི་མཛེད་དང་མ་མགལ་འོག་ མཆན་ཁུང་དང་བརྒྱ་ཁྱུག་སོགས་ཀྱི་གནས་དེ་དང་དེར་སྐྱངས་པ་སྤྱི་བ་  
 འདྲ་བ་དང་ཉུང་གཤེར་འབྲུག་པ་འདྲ་བ་ཅན་ལྟ་གནས་རིང་བྱུང་དང་བབས་སའི་གནས་ཀྱི་དབང་གིས་དོ་མེན་  
 སྤྱི་བ་ཞིག་ཡིན་ནོ། །

### ས་བཅད་བཞི་ལ། མི་ནོར་བའི་རྟགས།

རོན་གྱིང་གཉན་ཆེན་ཅ་ཆུ་ལྷུ་ལུ་ཆ། ། མགོ་ན་གྱང་ཤུམ་ལྷེད་ཅིང་ཆེགས་གཞིན། ། རྒྱད་  
 བར་འདི་ནི་གཞན་ལས་འགོས་པ་མང་། ། ལ་ལ་སེར་བ་རུས་ཞེས་གཉན་ནད་འབྱམ་ཇ་ཡི། །  
 སྐྱངས་ཇ་དེ་དང་འབྲུལ་བས་བརྟག་པ་གཅེས། །

ཞེས་པ་ཉེ། མི་ནོར་བའི་གཞེར་རམ་འབྲུལ་སོན་གཉན་རིམས་ཆེན་ཤུའི་ནད་ཀྱི་ཅ་དང་ཆུ་དང་ལྷུ་ལུ་  
 བཅས་སུ་ཆོ་བའི་རྟགས་གཅི་ཐོར་སྟོན་པ་དང་། མགོ་ཐོན་ཞིང་གྱང་ཤུམ་ལྷེད་པ་དང་། ཆེགས་གཞིན་ལ་བྱུང་  
 བར་ཏུ་ནད་འདི་ནི་རྟན་སྤྱིས་སུ་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པར་མང་ཆེ་བ་གཞན་ནས་འགོས་བྱུང་བཡིན་ཡང་། ལ་  
 ལ་སེར་བ་རུས་ཞེས་པ་འཕ་གཉན་ནད་འབྱམ་པོ་ཞེས་པའི་སྐྱངས་པ་དེའང་སྤྱི་ཡོད་པས་སུ་སྟོང་འདྲ་བའི་སྐྱངས་  
 པ་བཏོན་པ་ཞིག་ཡིན་པར་གནས་ཀྱི་དབང་གིས་འབྲུལ་སོལྟོད་པས་མ་ནོར་བར་བརྟག་པ་ཤིན་ཏུ་གཅེས་སོ། །

དང་པོ། ལྷན།

2 མོང་བྱ་བཅུད་ལ།

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ।  
 ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ।  
 ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ।  
 ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ।

[illegible]

3 རྒྱ་ལྷན་པུ་ར།

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । नमो भगवते वासुदेवाय । नमो भगवते वासुदेवाय ।  
 नमो भगवते वासुदेवाय । नमो भगवते वासुदेवाय । नमो भगवते वासुदेवाय ।

ཅེས་པ་ནི། ལྷོ་ནུབ་རྒྱལ་ཡུལ་འབྲུག་རྩུབ་དང་ཐུབ་རུལ། མོ་ རྟག་གི་ འཛོལ་པ། མོ་མོའི་གི་  
ལྷོ་ནུབ་ཆོད་ཀྱི་ཤོ་མ་པ་ཙམ་ལྷུང་པ་ལྷུག་པ་ན་གཉན་གྱིས་སྒྲུབ་པ་འི་སློན་ཁྲ་དང་ཐུ་འབྲས་ལྷུག་འདུལ་པ་  
ལ་པ་ཤོ།

གཉིས་པ།      དཔྱད།

༡ རྒྱལ་བཙུགས་དང་རྒྱལ་པོ།

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥

[illegible]

དྲོན་ལ་སྟོན་ལྷ་ཚོགས་པ་དང་འབྲུ་མར་ཐུར་བའི་ཨ་ས་བ་ཡི་དུགས་ཀྱིས་བདུག་པར་བྱ་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

### ༩ གཏར་བསྐྱེད།

མ་ཞི་མེད་ཏུ་མེ་མིས་ཚོས་པར་བསྐྱེད། ། འབམ་པོ་བྱ་བྱ་ཐུང་མས་ནག་ཏུ་འབྲུགས། ། དེ་  
རྒྱུས་གང་ཉེ་ཆེ་ལ་གཏར་བ་འམ། ། རྒྱག་མེད་འབྲུང་བ་བཅད་དམ་བཞོན་རྒྱུས་བསྐྱེད། །

ཅས་པ་ལྟེ། རྒྱ་ནས་བྲུག་པ་འེ་སྒྲན་གྱིས་མ་ཞི་ན་མེན་སྒྲངས་ཉེད་ཏུ་མེ་བཅས་ཚོས་པར་བསྐྱེད་ལ་འབམ་  
པོ་དང་བྱ་བ། ཐུང་མ་བཅས་ཀྱི་རྒྱ་མ་སྒྲངས་པར་ཐུར་ནས་ནག་ཏུ་འབྲུགས་རྒྱུས་རྒྱུ་ཉེ་ནག་ཀྱིར་འདྲེན་དགོས་  
པས་མ་ཉར་གསོ་ཞིང་། དེའི་རྒྱུས་ཏུ་སྒྲངས་པ་དང་གང་ཉེའི་གཏར་དམིགས་ནས་ཐག་དཔྱད་གཏར་ག་བྱ་  
དགོས། ཡང་ན་སྒྲངས་པར་ན་བྲུག་མེད་པར་འབྲུང་ན་དུག་པོའི་དཔྱད་གྱིས་བཅད་ཅིང་བཞོན་རྒྱུས་ཉེལ་པ་  
སོགས་ཀྱིས་བསྐྱེད་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

### གསུམ་པ། ཟས་སྟོན།

ཟས་སྟོན་གཏན་ཚད་ཐྱི་དང་མ་ཐུན་པར་བཅོས། །

ཞེས་པ་ལྟེ། ཟས་དང་སྟོན་ལམ་གྱི་སྒྲངས་བྱང་ནི་གཏན་ཚད་ཐྱི་དང་མ་ཐུན་པར་བཅོས་དགོས་སོ། །

### བསམ་གཞིགས།

༡ གཏན་རིམས་མེན་ཏུའི་རྒྱ་ཁྱེན་རི་ཉར་ཡིན་ནམ།

༢ གཏན་རིམས་མེན་ཏུའི་ནད་ཐུར་གྱི་ངོ་བོ་དང་ཁྱད་པར་གྱི་ནད་ཉགས་སོགས་རི་འདྲ་ཡིན་ནམ།

༣ གཏན་རིམས་མེན་ཏུའི་འབྲུལ་སོ་རི་ཉར་བསལ་དགོས་མཁན།

## ལེའུ་བརྒྱ་གཉིས་པ། གཉན་ནད་ཀྱི་ལོག

གཉན་ནད་ཀྱི་ལོག་གམ་རྒྱུ་རྩོག་ཚོད་པོ་ཅེས་པའི་གཉན་རིམས་ཉམས་ཕྱིན་ལ་བབས་ནས་ཀྱི་ནམས་  
འབྱར་བའི་ནད་ཅིག་ཡིན།

ས་བཅད་དང་མོ། རྒྱ་རྒྱུན།

རྒྱ་རྒྱུན་གཉན་ཚད་རྒྱི་དང་མཐུན་པ་ལ། །

ཞེས་པ་ཉེ། རྒྱ་ནི་གཉན་ནད་རྒྱུ་དང་བསྐྱེད་ས་པ་ཡིན་ལ་རྒྱེན་མངར་རྒྱུ་དང་ཁ་བའི་རིགས་ཀྱིས་སྤོང་  
བ་ཡིན།

ས་བཅད་གཉིས་པ། རྟགས།

ལྷི་རྟགས་གཉན་ཚད་ཀྱི་དང་མཐུན་པ་ལ། ། ཅ་རྒྱུད་སྤ་ལ་རྒྱ་ནི་མར་ནག་འདྲ། ། མགོ་  
ནི་ཕྱུམ་མེར་རྒྱུད་ཞིང་ཆོགས་གཞིན། ། ཡར་ལ་རྒྱུག་ཅིང་མར་ལ་བགལ་བ་དང་། ། ཀྱི་ནམས་  
འབྱར་ཞིང་ཅ་ནམས་འཛོམས་པ་འབྱུང་། ། སྐད་གདངས་འཛོམས་ཞིང་གདོང་བའི་བཀྲག་མདངས་  
ཉམས། ། གདོན་གྱིས་བཏབ་ལྟར་སྤྲ་འཛོལ་རྩ་ཆོགས་ཕྱེད། །

ཅེས་པ་ཉེ། དེ་ཡང་ལྷི་རྟགས་གཉན་ཚད་ཐམས་ཅད་དང་མཐུན་པ་ཡིན་ལ། ཅ་རྒྱུད་སྤ་ལ་རྒྱ་རྒྱུ་  
མདོག་མར་ནག་དང་འདྲ་ཞིང་། རྒྱུད་པར་གྱི་ན་ལྷགས་ནི་མགོ་པོ་ན་བདང་བ་ལྷ་བཅེ་ལ་ཕྱུམ་མེར་རྒྱུད་པ།  
ཆོགས་གཞིན་པ། བད་རྒྱུད་ཤས་ཆེ་བས་ཡར་ལ་རྒྱུག་ཅིང་ཁག་མཁྱིས་ཤས་ཆེ་བས་སྤར་དུ་འབྱུང་བར་ཕྱེད། ཅ་  
རུས་མིག་དུ་འཕྱོས། མིག་ཁོང་དུ་འཕྱོས། རྩེ་ཀན་ཕྱག་དུ་འཕྱོས། སྐད་ཀྱི་གདངས་འཛོམས། རེག་བྱ་གང་  
འདར་དུ་འཛོམས། སེམས་ཟ་བྱི་མིང་ཡོང་དུ་འཛོམས་བ་སྐྱེས་ནད་རྩོགས་ཆེ་བའི་རྟགས་ཡིན་པ་དང་། གདོང་  
པའི་མདངས་ཉམས་ཤིང་གདོན་གྱིས་བཏབ་པ་ལྟར་སྤྲ་འཛོལ་རྩ་ཆོགས་ཕྱེད་པ་སྐྱེས་ཀྱི་རྟགས་ཡོད་པ་ཡིན་  
ནོ། །

# ས་བཅད་གསུམ་པ། བཅོས་ཐབས།

## དང་པོ། སྒྲུག།

སྒྲུག་ནི་དང་པོ་ཕྱུར་ནག་གྲུ་གྲུལ་ཐང་། ། ལན་ལག་ལ་བཞུན་པས་ནད་འདི་ཕྱོགས་ཀྱི་  
ཡིད། ། ཡང་ན་ཕྱར་ཕྱགས་སྒྲུག་མེར་རྒྱུ་བ་བཏང་། ། དཔལ་པོ་ཆེན་ཐུབ་ཕྱི་སྒྲུག་མོར་མོ་  
ཆེན་མ། ། རི་བཅུད་གཏུགས་དག་འཁོར་ལོ་རི་རྩ་བ་དང་། ། འདོད་ཆགས་ཅེ་མོ་ཞེ་སྒྲུག་ཆེན་པོ་  
དང་། ། གཏི་ལྷག་འཁོར་མོ་བཞུགས་མཁུ་པ་དང་། ། མོན་པོ་ཐལ་བ་འདྲི་འཛིགས་ཐང་རྩ་  
དང་། ། བརྟན་པོ་རྒྱུག་པ་རྒྱ་ཅན་ཞེ་བཟམས། ། རྒྱ་རྩུབ་ཐུབ་པ་ཕྱིར་ཐུག་ཁོར་བྱ་བཏང་། །  
རྩ་རྒྱུག་སྒྲུག་པོ་ཐལ་བཅའ་སྒྲུག་དང་། ། རྩ་རྩུབ་ཐུབ་པ་ཕྱིར་ཐུག་ཁོར་བྱ་བཏང་། ། ལྷུ་ན་  
ཕྱི་བཞི་ཞེ་ད་རྒྱུག་དང་། ། སྒྲུག་དང་རམ་བུ་འཛིགས་པོས་འབྲུ་བ་བཅད། །

ཅེས་པ་ཞེ། སྒྲུག་ཕྱིས་བཅོས་པ་ནི་དང་པོ་ཕྱུར་ནག་དང་གྲུ་གྲུལ་གཉིས་ཀྱི་ཐང་ལན་ལག་ལ་བཞུན་པས་  
ནད་འདི་ལོ་གཏོར་ཕྱོགས་པའར་ཡིད་ལ། ཡང་ན་ཁོར་གི་གཏུན་ཕྱི་སྒྲུག་ཕྱི་ཕྱར་ཕྱགས་སྒྲུག་མེར་རྒྱུ་བ་  
མོགས་གཏུན་སྒྲུག་ཕྱི་བཞུན་དམོས། མོས་ཐུ་དཔལ་པོ་བཅུ་གསུམ་ཞེས་དཔལ་པོ་ཆེན་ཐུབ་ནི་སྒྲུག་ཆེན་དང་།  
ཕྱི་སྒྲུག་ཏེ་ལ་བྱ་ར། མོར་མོ་འཛིགས་པ་ཕྱད་ག རི་བཅུད་ནི་ཕྱུར་ནག་གཏུགས་དག་འཁོར་ལོ་རི་རྩ་བ་ནི་རྩ་  
ནག་འདོད་ཆགས་ཅེ་མོ་ཞེ་བྱ་པོ་ཞེ་བ། ཞེ་སྒྲུག་ཆེན་པོ་ནི་རྒྱུག་ཕྱི་ཆེན་མ། གཏི་ལྷག་འཁོར་མོ་ཞེས་པ་གཉིས་  
བཞུགས་པ་ཞེས་པ་མེར་བྱི་མཁུ་པ། མོན་པོ་ཐལ་བ་ཞེ་རྒྱུ་བོན་པ། འདྲི་འཛིགས་ཐང་རྩ་ཞེས་ཐུ་གྲུལ་  
ནག་པོ། བརྟན་པོ་རྒྱུག་པ་ཞེས་པ་པོར་རྒྱུག་པ། རྒྱ་ཅན་ཞེ་བཞུགས་ཐུ་རྩུབ་ཐུབ་པ་ཕྱིར་ཐུག་ཁོར་བྱ་བཏང་།  
ཐུགས་པ་དང་ཁོར་བྱ་ལར་བཏང་དམོས། ཐུད་པར་བྱ་ཐུག་ན་རྩ་རྒྱུག་སྒྲུག་པོ་ཐལ་བཅའ་སྒྲུག་  
རྩ་རྩུབ་ཐུབ་པ་ཕྱིར་ཐུག་ཁོར་བྱ་བཏང་། ལྷུ་ན་ཕྱི་བཞི་ཞེ་ད་རྒྱུག་དང་སྒྲུག་དང་རམ་བུ་  
འཛིགས་པོ་བཅས་བསྒྲུན་ནས་བཏང་དམོས་སོ། །

## གཉིས་པ། དཔུང།

### ༡ སྒྲུག་།

དེ་རྩུབ་ཞེ་བྱེད་མ་ཞེ་སྒྲུག་པ་དེ། ། ཁོར་བཅད་དྲག་པོ་བཅུ་གསུམ་བཏང་བའམ། ། ཁ་ལ་

ཐུས་འདེབས་གང་རུང་བཤམ་གྱིས་སྦྱང་། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་ཞི་བྱེད་གྱིས་མ་ཞིན་སྤྱོད་བྱེད་གྱིས་བཅོས་དགོས་ཏེ་གོང་དུ་བཤད་པའི་དྲག་པོ་བཅུ་གསུམ་གྱི་བཤམ་གྱིས་སྦྱོང་བའམ་ཡང་ན་ཁལ་ཐུས་འདེབས་གྱི་སྦྱོང་བ་སོགས་གང་རུང་གི་བཤམ་གྱིས་སྦྱོང་བར་བྱའོ། །

### ༩ བྱག་པ།

མཐིལ་བཞི་གཞུང་རྒྱུད་བསྐྱ་མཉེནི་བྱག་ས་པ་དང་། ། ལྷ་རྣམས་འཁྱུར་བ་རྣམ་བུས་དམ་དུ་བཅིང་། །

ཞེས་པ་སྟེ། བྱག་པ་ནི་རྒྱལ་ལག་གི་མཐིལ་བཞི་དང་གཞུང་རྒྱུད་ལ་བསྐྱ་མཉེད་དང་བྱག་ས་པ་བྱ་ཞིང་། ལྷ་རྣམས་འཁྱུར་ཞིང་གཟེར་ན་སྤྱུམ་དང་མ་ཁན་པ། རུ་མ། ཡུང་པ། རྣམ་ཅེ་རྣམས་ཞིབ་པར་བརྟུངས་ནས་ཆང་དུ་བཅོས་པའི་འཛིམ་པས་བརྟུམ་ལ་འཇག་གིས་བརྟུམས་པའམ་རྣམ་བུ་སོགས་གྱིས་དམ་དུ་བཅིང་དགོས་པ་དང་། ཡང་ན་གོང་གི་དཔའ་པོ་བཅུ་གསུམ་ཞེས་པ་དེ་ལྷ་འཁྱུར་སར་བྱག་ཀྱང་ཕན་པ་ཡིན་ནོ། །

### ༩ བེ་བཙུག་པ།

མཐིལ་པོར་མིན་ལག་སྟོད་སྟོད་གང་འཁྱུར་གྱི། ། ལྷ་ལྟལ་ལྷ་མཁུག་ཆེག་ས་པ་བྱག་པ་དང་། །  
རྒྱུག་ས་ན་སྤྱི་པོ་སྤྱི་པོ་དཀར་ནག་མཆམས། ། འབྲུ་ན་རྩེ་འོག་ཆོན་གང་མེ་ཡིས་བཟླག །

ཅེས་པ་སྟེ། བེ་བཙུག་པ་ནི་མཐིལ་པོར་དང་མིན་ལག་བཟླག་པ་དང་། སྟོད་སྟོད་གང་འཁྱུར་གྱི་ལྷའི་སྟལ་དང་ལྷའི་མཁུག་དང་ཆེག་ས་པ་བྱག་པ་བཅས་བཟླག་དགོས་ལ། བྱང་པར་རྒྱུག་པ་བྱུང་ན་སྤྱི་པོ་དང་སྤྱི་པོ་དང་། དཀར་ནག་མཆམས་སོགས་བཟླག་ཅིང་། འབྲུ་ན་རྩེ་འོག་ཆོན་གང་ཁག་སུམ་མམ་ཆོན་དོ་ཁག་སུམ་བཅས་མེ་ཡིས་བཟླག་དགོས་སོ། །

### གསུམ་པ། ཟས་སྦྱོང་།

མར་དཀར་བྱག་པ་ལ་སོགས་དྲོད་ཟས་བཟློན། ། སྦྱོང་ལམ་གཉན་ཆད་སྦྱི་དང་མཐུན་པ་ཡིན། །

ཞེས་པ་སྟེ། ཟས་ནི་འབྲས་སམ་ནས་ཐོན་གྱི་ཆག་ཆོད་དང་མར་དཀར་གྱི་བྱག་པ་ལ་སོགས་དྲོད་ཟས་བཟློན་

པདང་། བསིལ་རྟོད་སེངས་པོད་དང་། རྩུབསྒྲོལ། རུས་ཐང་སོགས་གང་འཕྲོད་ནད་པའི་ཚོད་དང་སྦྱར་ལ་  
བཏང་ཁིང་དཀར་མངར་སྤང་རོ། སྦྱོད་ལམ་ནི་འཁོན་དང་འཐབ་ཚོད་དང་བསེར་བྱ་དང་གང་བ་སོགས་སྤང་  
སྤང་ནི་གཉན་ཚད་སྦྱིད་དང་མཐུན་པའོ། །

### བཞི་པ། བསྐྱུང་བ།

མི་འབྱུང་སྤྱད་ན་ཐོག་སྤྱད་ཐུགས་འདི་ནི། ། ལྷོ་ར་ར་ཏ་ཤི་མ་ཏུ་འི་ཡི་ཆད། ། འི་ཏ་ཆད་  
ཤ་ཉེ་ཏུ་ཡ་གྲ། ཆད་ཚུམ་། ། རྩུད་ག་སྤ་ཆི་ཤིང་ཀུན་སྦྱར་བ་ཡིས། ། རྩུ་ཤོག་ཁྲིས་ལ་རབ་གནས་སྦྱི་  
མཐུན་བྱས། ། ཐུགས་ཁྲིས་རང་བཏགས་ལུས་ལ་བཏགས་པས་བྱབ། །

ཅེས་པ་ཞི། རེས་སུ་མི་འབྱུང་བར་བསྐྱུང་བ་བྱུན་ཐོག་སྤྱད་གི་ཐུགས་ནི་གོང་གི་ཐུགས་ནི་ཤུ་པོ་དེ་ཤུད་ག་  
དང་སྤ་ཆི་དང་ཤིང་ཀུན་སྦྱར་བ་སྤྲུག་ཚུ་ཤིང་ཆུ་ཤོག་ལ་ཁྲིས་ཏེ་རབ་གནས་སྦྱི་མཐུན་པ་བྱས་རེས། ལྷོ་ར་ར་  
ནས་ཡི་ཆད་བར་ཐོག་ཐུགས་སྤོང་སྤག་ཐུ་དང་། འི་ནས་སྦྱུམ་བར་སྤྱད་ཐུགས་སྤོང་སྤག་གསུམ་བཏབ་པ་ཐུགས་  
ཁྲིས་རང་བཏགས་པ་དེ་སྦྱོད་པ་དམར་པོས་པོའི་གཡས་དང་མའི་གཡོན་གྱི་དབྱུང་པར་བཏགས་པས་ངེས་པར་  
བྱབ་པའོ། །

### བསམ་གཞིགས།

- ༡ གཉན་ནད་ཏུ་ལོག་གི་ནད་སྦྱར་གྱི་ར་པོ་དང་བྱད་པར་གྱི་ཉགས་སོགས་རི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
- ༢ གཉན་ནད་ཏུ་ལོག་གི་བཙོས་ཐབས་རི་འདྲ་ཡིན་ནམ།
- ༣ གཉན་ནད་ཏུ་ལོག་གི་བསྐྱུང་ཐབས་རི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

## ལེན་བཅུ་གསུམ་པ། གཉན་འབྲས།

གཉན་འབྲས་ཞེས་པ་ནི་གཉན་རིམས་ཀྱི་གུས་ཅ་ཡི་གནས་དང་ནང་དོན་ཕྱོད་སྐོས་ཀྱི་གནས་སུ་བེམ་  
པོར་སྒྲུབ་ས་ཤིང་དབྱིབས་འབྲས་བྱ་དྲོག་པོ་འདྲ་བ་འབྱུང་བའི་ནད་ཅིག་ཡིན།

### ས་བཅད་དང་པོ། རྒྱ་རྒྱུན།

རྒྱ་ནི་གཉན་ཅད་རྒྱི་དང་འདྲ་བ་ལ། ། དག་ཤུལ་རྒྱུན་དང་ས་བདག་རྒྱ་གཉན་འབྲས། །  
རན་ཁག་རྒྱ་སེར་རྒྱན་བྲ་ལ་སྐོགས་པ། ། རྒྱར་བཞིལ་ཤུལ་གྱི་ལྷན་རྒྱེས་ལྷན་དང་བཞུངས། ། བ་  
རྒྱས་ཅ་ལ་ཞེན་པས་འབྲས་སུ་བཞུང། །

ཅེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ནད་འདིའི་རྒྱ་ནི་གཉན་ཅད་རྒྱི་དང་འདྲ་བ་ལ། རྒྱ་པར་གྱི་རྒྱ་ནི་དག་ཤུལ་གྱི་  
རྒྱ་དང་ས་བདག་དང་རྒྱ་གཉན་འབྲས་སུ་རྒྱར་པ། རན་ཁག་རྒྱས་པ། རྒྱ་སེར་དང་རྒྱན་བྲ་སྐོགས་རྒྱར་གིས་  
བཞིལ་བ་དེ་ལ་ཤུལ་ལ་གནས་པའི་ལྷན་རྒྱེས་ཀྱི་ལྷན་བྲ་དང་བཞུངས་པས་གུས་ཅ་ལ་ཞེན་པས་འབྲས་ནད་ཅེས་  
སུ་བཞུང་དཔའདི་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །

### ས་བཅད་གཉིས་པ། དབྱེ་བ།

དབྱེ་བ་སྐབས་འདིར་ཁྱི་ནང་གཉིས་སུ་བལྟས། ། ཁྱི་ལའང་ག་རྒྱས་ཅ་ཡི་འབྲས་གསུམ་  
ལས། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་གཉན་འབྲས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ནི་སྐབས་འདིར་ཁྱི་འབྲས་དང་ནང་འབྲས་གཉིས་སུ་བལྟས་  
ཡོད་ལ། ཁྱི་འབྲས་ལའང་ག་འབྲས་དང་རྒྱས་འབྲས་དང་ཅ་འབྲས་བཅས་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །

## ས་བཅད་གསུམ་པ། རྟགས།

### དང་པོ། ལྷི་འབྲས།

ལྷི་རྟགས་ཅ་རྒྱུད་ཐ་འདར་སྒྲུང་ས་མནན་ན། ། བ་ཡི་འབྲས་ནི་ཁྱུང་གཤེར་འབྲས་པ་  
འདྲ། ། རྩས་འབྲས་རྩས་པ་མདོག་འབྲུར་ཅི་ཉམས་ཆོས། ། ཡང་ན་རྩས་ཉིང་རྩལ་ལྷི་གཤེར་  
བཟབ་འདྲ། ། ཅ་འབྲས་སྒྲུང་ས་ཤིང་རྒྱལ་ནག་ཆོས་པ་འདྲ། །

ཞེས་པ་ལྷེ། ལྷི་འབྲས་ལྷི་རྟགས་ནི་ཅ་རྒྱུད་ཐ་འདར་བཟབ་སྒྲུང་ས་མནན་ན་ལྷ་བཡིན། བ་ཡི་  
འབྲས་ནི་ཁྱུང་གཤེར་འབྲས་པ་དང་འདྲ། རྩས་པའི་འབྲས་ནི་རྩས་པའི་མདོག་འབྲུར་ཞིང་ཅི་ཉམས་པ་ཆོས་པ་  
དང་ཡང་ན་རྩས་པའི་ཉིང་རྩལ་ལྷི་གཤེར་ལྷ་བཟབ་པ་དང་འདྲ། ཅ་འབྲས་ནི་ཅ་རྒྱུད་སྒྲུང་ས་ཤིང་རྒྱལ་ནག་  
ཆོས་པ་དང་འདྲའོ། །

### གཉིས་པ། ཁྱོང་འབྲས།

ཁྱོང་འབྲས་སྒྲུབ་ལྷུང་རེག་པ་ཐ་བའམ། ། མི་མཛོན་གཏིང་རྒྱལ་ཐས་ལ་འཁེན་པ་ལྷེ། །  
སྒྲིབ་ནས་སྒྲིབ་སྒྲུབ་གཉིས་ཀར་རྟག་རྟོལ་འབྲུར། །

ཞེས་པ་ལྷེ། ཁྱོང་འབྲས་ལྷི་རྟགས་ནི་སྒྲུབ་ལྷུང་རེག་པའི་ཆེ་སྒྲུབ་འམ་མི་མཛོན་ཞིང་གཏིང་རྒྱལ་པ་དང་  
ཐས་ལ་སྒྲིབ་པ་ཆེ་ཞིང་། ལྷ་ལོན་ནས་སྒྲིབ་པའི་ཆེ་སྒྲུབ་གཉིས་ཀར་རྟག་རྟོལ་བར་འབྲུར་འོ། །

### གསུམ་པ། འབྲུལ་སོ་བསལ་པ།

དེ་ཡི་བརྟག་པ་བྱལ་ནག་ཆོང་རྟོས་དང་། ། བ་རྒྱ་ལྷི་མཆལ་མཉམ་ཁྱི་རྒྱུར། ། མ་ཅན་  
མ་མེད་གང་ཡིན་དོགས་སྐྱུག་། མིན་ན་མི་འབྲུར་མིན་ན་འབྲུར་པ་ལ། ། བྱལ་རྒྱ་བ་རྟོ་རྒྱུང་  
ན་འབྲུལ་བ་མེད། །

ཅེས་པ་ལྷེ། ལྷི་འབྲས་སྒྲུང་ས་ཡིན་པ་ལ་བྱུང་པར་དེ་ལ་གཉན་ཞུགས་ཡོད་མེད་ལྷི་འབྲུལ་སོ་རྟོས་ལྷིས་

བསམ་བཞི་གྲུ་གྲུ་ལ་ནག་པོ་དང་། རྩོད་རྩོན་ བསྐྱེ། ལྷ་མི། མཚལ་རྣམས་མཉམ་སྦྲེད་བྱས་པ་ལོ་བརྒྱད་དི་རྩེ་  
དང་སྦྱར་བ་མ་གང་ཡོད་ཀྱི་དོགས་སར་བྱུག་པས་འབྲས་ཡིན་ན་འབྱར་ལ་ལྷུ་ཏུ་ཤ་རྩོད་ན་ཡང་གཉན་འབྲས་  
ཡིན་པར་ངེས་ལ། དེ་ལས་རྩོག་ན་མིན་ནོ། །

ས་བཅད་བཞི་པ། བཅོས་ཐབས།

དང་པོ། སྒྲན།

༡ ཁོང་ཏུ་བརྟེན་པ།

ནད་འདི་འི་རྩེན་ནི་གཙོ་བོ་གཉན་ཡིན་པས། ། ཁོང་སྒྲན་ཏུ་བྱུང་ལྟ་བུ་ཆད་ལྷན་ཉིད། །  
དུལ་རྩེ་རྩེ་བཏུང་བྱང་ལྷན་ལྷན་ནག་དང་། ། ཐག་སྒྲོས་བཅས་པ་བརྟན་བཏང་ཁོང་གཉན་  
བསྟ། ། གཞན་ཡང་ཁོང་བཤད་དུལ་རྩེ་བཅུ་བཞི་དང་། ། རྒྱད་རྩུལ་ལས་བཤད་དུལ་རྩེ་བཙོ་  
བརྒྱད་པ། ། རྩེ་བཏུང་བཙོ་བརྒྱད་པ་སོགས་གང་འཕྲོད་གཏོང་། །

ཞེས་པ་ཉི། ནད་འདི་འི་རྩེན་གཙོ་བོ་གཉན་ཡིན་པས། ཁོང་སྒྲན་ཏུ་བྱུང་ལྟ་བུ་ཆད་ལྷན་ཉིད་ཏུ་  
དུལ་རྩེ་དང་། རྩེ་བཏུང་དོ་ཞི། དེ་ཁ་བྱང་ལྷན་སྒྲུལ་པའི་ལྷན་མོང་ནག་པོ་ཁ་འབྲས་སད་ཀྱིས་མཁྱེད་པའི་  
ཁ་རྩེ་འཕལ་ལོ་མ། ཐག་སྒྲོས་བཅས་བརྟན་པ་བཏང་བས་ཁོང་གཉན་བསྟ་བར་བྱེད་ཅིང་། གཞན་ཡང་ཁོང་  
བཤད་ཀྱི་དུལ་རྩེ་བཅུ་བཞི་དང་། རྒྱད་ཀྱི་དུལ་རྩེ་བཙོ་བརྒྱད། རྩེ་བཏུང་བཙོ་བརྒྱད་སོགས་གང་འཕྲོད་  
པའི་རྩོད་པ་ཁོང་ཏུ་བརྟེན་དགོས་སོ། །

༢ ཕྱི་ནས་བྱུག་པ།

བྱུག་པ་གཤི་འབྲས་ལ་དབྱི་མོང་ལུན། ། རྩུབ་ཀ་ཐར་ཏུ་སྒྱུར་ཚོད་བཞི་རྒྱུར་ལ། ། ཏུས་  
འབྲས་དུལ་ཐར་ས་མེ་འབྲས་རྩེ་རྩེ། ། ཐག་ཆེས་རྣམས་རྒྱུར་རྩེ་འབྲས་དེ་བཞིན་ཏུ། ། རྩེ་རྩེ་  
རྩེ་ཏུས་རྩོད་རྩོས་རྒྱུར་ཚོད་དེ། ། གསུམ་གཤི་ཁ་དང་བཅས་རྒྱུར་ལ་བྱུག །

ཅེས་པ་ཉི། རྩེན་སྒྲུག་སྒྲན་ནི་ཤ་འབྲས་ལ་དབྱི་མོང་ལུན་པ། རྩུབ་ཀ་ལ། ཐར་ཏུ། བེའ་བཅས་  
བཞི་པོ་རྒྱུར་ཚོད་དང་རྒྱུར་ནས་བྱུག་པ་དང་། ཏུས་འབྲས་ལ་དུལ་ཐལ་དང་ཐར་ས་ཐལ། བསེ་འབྲས་ཉི་མ་ནི་  
ཁག་ཅན། བེའ་ རྩེ་རྩེ། ཏུ་ལ། ཐག་ཆེས་བཅས་རྒྱུར་བྱུག་པ་དང་། རྩེ་འབྲས་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏུ་རྩེ་རྩེ།

མུཏུམ། རྩོད་རྩོམ། ལྷན་ཆོད། བྱིབ་བཅས་ལྷན་པ་མོས་མ་ལྷན་པ་དཔོན་མོ། །

གཉིས་པ།      དཔྱད།

२ श्रीगुरुभ्यो

[illegible]

གེས་པ་ཉེ། དེ་ཡང་ཁྱིའི་འབྲས་པའི་མ་ལུས་དང་ཉ་ཤ་སྟུང་། རེ་ལྷག་ཅིང་ཁོ་རྒྱལ་སྐྱུར་པ་གཞིར་  
 བཞག་གི་ཉིང་ལ་ཤ་འབྲས་ཡིན་ན་པུད་ཅི་ལྟ་ཕྱམས་ཀྱིས་འདུལ་དགོས་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཁྱུ་ཁྱིའི་འབྲས་ཡིན་  
 བ་ལི་པི་ཡིང་དང་། ར་མ་ཉེ། འབའ་ཆ། ཁྱུ་སྒྲ་སྒྲ་ཆོག་པ་བསྐྱབ་ནས་ཕྱམས་ཀྱིས་འདུལ་དགོས་པ། ཅ་  
 འབྲས་ཡིན་ན་མཆོལ་དང་ཆོལ། བསེལ་བའི་རྩ་སྒྲ་ཆོག་པ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱམས་ཀྱིས་འདུལ་དགོས་པ། དེ་ཡིས་མ་ཁོ་  
 བ་ཀྱུ་ལ་སྐྱ་དང་པི་པི་ཡིང་། སྔ་བ་རིས། སྐྱོད་། གཤེར་མ། ལྷན་འབྲུ། ལན་ཆ། རྒྱུད་མ། བིཤ།  
 ལྷན་ལྷན་པའི་སྐྱུར་པ་ཞག་ལག་ལ་བཅིངས་ནས་དེ་ཁྱེས་ཆ་ཡོད་ན་སྐྱུ་ཆ། དོམ་མཁྱིས། པི་པི་ཡིང་། སྔ་བ་  
 རིས། དུ་བ། རྒྱུ་ལྷ། སང་ལྷ། དཔྱི་ཡོང་གི་སྐྱུ་ལྷ། དོམ་ལ། རེ་ལྷག་ ལྷེ་ཆ། ལྷ་ལྷོག་ ལྷན་ཆོད་  
 པའི་སྐྱུར་པའི་བཅུ་པའི་འེང་ལྷ་མཆོད་བར་ཁྱུ་ལྷ་ནང་བཞུགས་པ། ཡང་ན་རེ་ལྷག་ བིཤ། ལྷན་ཆོད་ཆ་བ།  
 མ་དང་རེ་ཡོང་གི་ཁྱུ་ན་རྒྱལ་སྐྱུས་ལྷོན་ཁྱུ་པའི་གཤེས་པ་བ། དེ་ལྷ་ཆ་བ། དོམ་མཁྱིས། ལྷ་ལྷོག་དཀར་པོ་ལོག་པ་

文化部共享工程专用

སྒྲིབ་ལམ་ལ་ཚད་གཏུང་དང་ཉིན་པར་གཉིད་ལོག་པ་དང་དྲག་ཤུལ་གྱི་ལས་སོགས་ལའང་འཛེམ་དགོས་སོ། །

བསམ་གཞིགས།

- ༡ གཉན་འབྲས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་དཔྱེ་བ་ཇི་ཉམ་ཡིན་ནམ།
- ༢ གཉན་འབྲས་ཀྱི་ཁྱད་པར་གྱི་ཉགས་ཇི་འདྲ་འབྱུང་ངམ།
- ༣ གཉན་འབྲས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བཙས་ཐབས་ཇི་ཉམ་ཕྱ་དགོས་སམ།

## ལེབ་བཟུ་བཞི་པ། གཉན་ནད་འཇུམ་བྱ་ལྟ་དག།

གཉན་ནད་འཇུམ་བྱ་ལྟ་དག་ཟེར་བ་ནི་གཉན་ཚད་རྒྱུ་ལ་པར་བབས་པས་ལུས་ལྟ་པར་དགྱེ་ཞིང་  
འཐེན་འགྲོ་བ་དང་། ཁག་ཅིག་ས་ཤིང་བཞིན་ཉམས་པར་འགྱུར་བའི་ནད་ཅིག་ཡིན།

### ས་བཅད་དང་པོ། རྒྱ་རྒྱུན།

རྒྱ་རྒྱུན་གཉན་ཚད་རྒྱི་དང་མ་བྱུན་པ་ལ། །

ཞེས་པ་རྟེ། གཉན་ནད་འཇུམ་བྱ་ལྟ་དག་ཡི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ནི་གཉན་ཚད་རྒྱི་དང་མ་བྱུན་པ་ཡིན་ལ།  
ཁྱད་པར་གཉན་རྟིག་པ་ཅན་དེ་ཉིད་མཁྱིས་པ་དང་སྤངས་པ་རྒྱུ་གིས་རྒྱུན་བྱས་ཏེ་མྱུང་ལུང་དང་སྐལ་གཞུང་  
སོགས་ལ་འབབ་ཅིང་། རྒྱུར་མའེས་པ་རྟོ་ཆོག་ས་འབྱུང་རྟེན་བམེད་བཞིན་དུ་འཆི་བའང་ཡོད་དོ། །

### ས་བཅད་གཉིས་པ། རྟག་ས་

རྟག་ས་དང་མངོན་རྒྱུ་ལ་གཉན་ཚད་རྒྱི་བཞིན་རྟེན། ། རྟིང་མི་དགའ་ལ་འབྲལ་བུ་ལས་  
རྟོབས་འཛོར། ། དྲི་རྒྱ་ཁག་གམ་མར་ནག་ལྟ་བུར་འབྱུང་། ། བབྱར་བས་མི་བྱུང་ལྟ་པ་དགྱེད་  
དགྱེད་འགྲོ། ། རྟག་བབྱན་ཞག་ལ་འཇུམ་བཅས་འཆི་བ་མར། །

དེ་ཡང་ནད་འདིའི་རྟག་ས་དང་མངོན་རྒྱུ་ལ་གཉན་ཚད་རྒྱི་དང་མ་བྱུན་པའི་རྟེན་ལ་རྟིང་མི་དགའ་བ་དང་།  
ནད་བྱུང་འབྲལ་བུ་ལས་པོའི་རྟོབས་འཛོར་ཞིང་དྲི་རྒྱ་ཁག་གམ་མར་ནག་ལྟ་བུར་འབྱུང་། མགོ་གཟེར་བ་དང་  
སྐལ་རྒྱུད་ལ་གཟེར་བྱས་ཆེ་བ། བབྱར་བས་མི་བྱུང་པར་གཟེར་ལྟ་པར་དགྱེད་དགྱེད་འཐེན་འགྲོ་བ་དང་།  
ཞག་བབྱན་བབྱན་རྒྱི་བར་མ་བྱུང་ནན་དང་རྟོབས་ཆེན་པོ་རྟེ་འཇུམ་བཅས་སུ་འཆི་བ་མར་དོ། །

## ས་བཅད་གཡུམ་ལ། བཟུང་བཤམ།

ཟུང་ཕྱིད་ལས་སྐར་རྒྱལ་ལ་མིག་འབྱུང་འདི་དྲ།     | ཟུང་ཆུས་ཀྱིས་ལ་ཨ་ནི་བརྒྱ་ཆ་  
བཟུང་ས།     | མཆིལ་མས་གདོད་བཟུང་ཐོ་རངས་ཆེ་ཆེ་བ།     | ཟུང་ཐོ་བཟུང་ཅིང་ན་ཀྱས་བཞེན་ཟུང་  
འཛུད།     |

ཅེས་པ་ཞེ།     དེ་ལས་ཟུང་ཕྱིད་ཀྱི་བཤམ་ལས་སྐར་མ་རྒྱལ་ལ་བཤམ་པའི་ནི་ན་མིག་དྲ་མིག་འདི་རྒྱ་མོག་ལ་  
མིས་ཏེ་ཟུང་ཟུང་ཀྱིས་བར་བཟུང་ལ་ཨ་ནིས་བརྒྱ་ཆ་བཟུང་ས་ཆེས་མཆིལ་མས་གདོད་བཟུང་ཐོ་རངས་ཆེ་ཐོ་རངས་ཀྱི་ཀྱས་  
ཟུང་ཐོ་བ།     དེ་ཟུང་ཟུང་ལས་ཟུང་ཐོ་ལ་འཕྱོག་ཟུང་ཕྱིད་ཟུང་ཅིང་ན་བཤམ་ཀྱས་བཞེན་ཟུང་འཛུད་དོ།     |

## ས་བཅད་བཞི་ལ། བཅོས་བཤམ།

### དང་པོ། ཟུན།

ཟུན་ནི་དང་པོ་ཟུང་ནག་ཟུང་ཕྱལ་དང་།     | ལག་ཟུན་རྒྱ་རྒྱུགས་བཅོད་དང་ཉལ་གཏི་  
བང་།     | ཁྱི་ཕྱིད་ཀྱི་ཟུང་ཆེ་པ་ཆད་ཟུན་ཉེད།     | ཟུང་ནག་རྒྱ་ནག་གསལ་ཟུན་བཟུན་པ་མི།     |  
ཟུན་ནད་ཐོན་པེས་ལན་འགའ་བཟུང་བ་བཟུང་ས།     | ལང་ན་ཟུན་ཆེན་དང་མི་ཕྱག་ཆེར་ཅན།     |  
ཟུང་ཕྱི་ཕྱལ་ཉལ་གཏི་ཟུང་མོར་ནག་།     | ཟུང་ཐོས་གཏི་ཆེན་ཕྱིད་གཏི་ཕྱུར།     | ཟུན་གཏི་ཆེན་ཟུང་བ་  
ཕྱི་ཆུས་དབུལ།     | གཉན་ནད་ཀྱི་ཟུང་དང་ཟུང་པར་འཁྱམ་ཉལ་དཔྱད།     | འཁྱམ་པའི་ཟུང་ཆེ་ཆེ་  
ཟུང་བཞོ་ཆེ་ཆེས།     | ཆད་ཉལ་མ་ཆེན་མོར་དགའ་ཁུག་ཀྱང་དང་།     | གཏི་མོ་མེ་ཟུང་ཀྱང་ཕྱི་ཕྱི་  
ཏིག་ཏུ་བཟུན།     | ཟུང་ཉལ་མ་ཆེན་ན་ཐོས་པའི་ཟུང་དགའ་དང་།     | ཕྱི་ཆེ་ལག་ཐིམ་ཆུང་ཆུང་  
བཟུང་པའི་པའ།     | ཟུང་ཉལ་མ་གཏི་ཆེ་ཆེ་ཉི་ཟུང་།     | ཆ་ཟུང་དང་དང་ཟུང་མ་ཆུང་  
ཉལ་བཟུང་།     |

ཅེས་པ་ཞེ།     ཟུན་ལས་དང་པོ་ཟུང་གིས་བཅོས་པའི་ཟུང་ནག་དང་ཟུང་ཕྱལ། ཕྱི་ཕྱལ། ལག་ཟུན། རྒྱ་  
རྒྱུགས། བཅོད། ཉལ་གཏི་བཅས་ཀྱི་ཟུང་བཞེན་དཔྱད། ཟུན་ལས་ཁྱི་ཕྱིད་ཕྱི་ཕྱལ་ཟུང་ཆེ་བཅོད་ཉལ་གཏི་  
ཉེད་ཀྱི་ཟུང་ནག་དང་། ཟུན་གཏི་ཐོས་གཏི་ཟུན་བཅས་བཟུན་པའི་ཟུང་ཟུན་ནད་ཐོན་པེས་ཅན་ཀྱི་

ལན་འགའ་ལ་བཀྲང་བ་བཟུགས་ཤིང་། ཡང་ན་སྒྲུབ་ཆེན་དང་འུག་ཆེན་། གླུ་མི་ གྲུ་ལྷ་ རྟལ་བ་ ལྷ་ར་  
 བྱ་ག རྟལ་རྟལ་ བཆེན་། འུ་དག ཡ་ཏུ་ རྟུབ་ག རི་ཆེན་བཅས་ལྷུང་པའི་ཕྱི་མོ་མོ་བཟུང་རི་ཆུས་དཔལ་  
 འདིག་ཉན་ནད་ཀྱན་དང་ཁྱད་པར་འཇུ་མ་བུ་རྟུག་དཔུང་གི་ནད་འཛམས་པའི་རྒྱལ་པོའི་རྒྱུར་པ་རྟོ་རྟོ་ཞེས་ལ་  
 ཆོད་པའི་རྟོ་བས་ཆེན་འདིའི་རྟོང་ལ་ཐོང་དགར་དང་ཁྱད་ཆེ་རྒྱས་། གཤམ་གྱི་མེ་རྟོག གླུ་མེད་། རྟོང་མེན་།  
 རྟོག་ཏུ་བཅས་བསྒྲུབ་ལ། རྒྱུང་གི་རྟགས་ཤས་ཆེན་འདིའི་རྟོང་ལ་རྟོག་ཐལ་དང་ལྷད་དགར་། གྱི་ཕྱེ བག་  
 རིལ་རྒྱལ་ལྷན་བསྟེགས་པའི་ཐལ་བ་བཅས་བསྒྲུབ་ལ། ལྷུང་པའི་རྟོ་བས་ཆེན་འདིའི་རྟོང་ལ་གར་ནག་དང་ཆ་བ་  
 ལྷ། རྒྱ་རི་བཅས་བསྒྲུབ་པ་མོགས་ཆེ་ལྷུང་རང་རང་གི་སྒྲུབ་པ་ཐོབ་ཀྱི་སྒྲུབ་དང་རྟུག་པ་རྒྱུད་ནས་བསྟེན་དགོས་པ་  
 ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ། དམུང་།

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । नमो भगवते वासुदेवाय । नमो भगवते वासुदेवाय ।  
 नमो भगवते वासुदेवाय । नमो भगवते वासुदेवाय । नमो भगवते वासुदेवाय ।

ཞེས་པ་སྟེ། དབྱུང་ལས་ཐེངས་ཤིག་ལ་འཛིན་པ་པུག་པ་དང་པུན་པ། རྟག་པ་འཛིན་པ་རྟམས་  
 ལུ་ཐེངས་ཤིག་པ་དང་། གཤམ་ཏེ་རྒྱུད་ནས་མཚོ་བའི་ཆུ་མས་ལུ་རྟམས་ལྱི་ཏེ་ལ་པ་པུར་པ་ཤིག་དཔོན་པ་  
 པ་ཡིན་པ། རྒྱུད་ཀྱི་གཞན་ནས་འཛིན་པ་པུན་པ་པུག་པོ་དང་ཆུ་མས་ལྱི་པ་པུ་ལྱི་པ་རྒྱུད་དཔོན་པོ། །

གཞུང་པ། ཟས་སྤྱོད།

ཡུལ་ལྷན་པ་ཉེན་ཆད་ལྷན་དང་མཁུན་བཞིན།

ཞེས་པ་སྟེ། ཟས་དང་སྟོན་པ་མཁྱིས་ལྷན་ལྷན་ནི་ཤོད་ཅིག་ཉན་ནད་སྟེ་དང་མཁྱེན་པར་གཉན་དང་སྟོན་པ་  
གཞོད་པ་འི་དཀར་མར་དམར་དམར་གྱི་རིགས་དང་དྲག་ལྷན་ཞེས་པ་ལ་འཛོམ་དགོས་པ་ཡིན་ཅོ། །

## འཕམ་གཞིགས།

- ༡ གཉན་ནད་འཛུམ་ཁྱུ་ལྟ་དཔྱེ་ཞེས་པའི་རྩ་གཤིས་རང་བཞིན་གྱི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
- ༢ གཉན་ནད་འཛུམ་ཁྱུ་ལྟ་དཔྱེའི་ནད་ཉགས་མངོན་ཚུལ་གྱི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
- ༣ གཉན་ནད་འཛུམ་ཁྱུ་ལྟ་དཔྱེ་ཞེས་པའི་བཙས་ཐབས་ཀྱི་འདུ་བྱས་ན་ལེགས་སམ།

## ལེའུ་བཙུག་ལ། གཉན་ནད་མཁྱིས་པ་རྩལ་རྒྱལ།

གཉན་ནད་མཁྱིས་པ་རྩལ་རྒྱལ་ཅེས་པའི་ནད་འདི་ནི་ནད་ཀྱི་རྩི་པོ་དང་ནད་ཉགས་མངོན་རྒྱུ་པ་ལ་སྟོས་  
ནས་བཏགས་པའི་མིང་སྟེ། ནད་འདི་རང་བཞིན་ཟས་སྦྱོད་སྦྱོར་གྱིས་མཁྱིས་པ་འཕེལ་ནས་རྩལ་རྒྱལ་པ་ཙམ་  
ཞིག་མ་ཡིན་གྱི། ཟྱའི་གཉན་ནད་མཁྱིས་པ་གྲགས་ཀྱིན་ལ་འཕོས་པའི་དུག་རྒྱངས་ཀྱིས་མཁྱིས་པའི་གོ་འཕྲོག་ནས་  
རྩལ་རྒྱལ་ཤིང་ནད་གདུག་པ་ཙན་དུ་འཕེལ་སྟེར་གཉན་ནད་མཁྱིས་པ་རྩལ་རྒྱལ་ཅེས་བཤད་པ་ཡིན་ལ་ད་དུང་  
མིང་གཞན་རྒྱ་ནད་མིག་སེར་དང་། བྱ་པོ་གསུམ་བཞི་ལ་དུ་རྩལ་གངས་སུ་བཤད་པ་སྟེ། ནད་འདི་བབས་མ་  
ཐག་དུ་མིག་སེར་པོར་འགོ་བ་དང་། གཉན་ཚད་རྒྱང་གསུམ་གཅིག་དུ་བཞི་ལ་ནས་བབས་པས་སུམ་བཞི་ལ་  
དུ་འང་བཏགས་པ་ཡིན།

### ས་བཅད་དང་ཕོ། རྒྱ།

དེ་རྒྱ་གོང་དུ་བརྗོད་ལས་སྟེར་དུ་མེད། །

ཅེས་པ་སྟེ། གཉན་ནད་མཁྱིས་པ་རྩལ་རྒྱལ་འདི་འི་རྒྱ་གོང་དུ་གཉན་ནད་སྟེར་སྐབས་བཞིན་བརྗོད་  
ཟིན་པས་སྟེར་དུ་ནི་ཡོད་པ་མིན། །

### ས་བཅད་གཉིས་པ། རྟེན།

ནད་འདི་རྒྱ་བདུད་བྱང་ཐུན་རྟེན་བྱས་པས། ། མཁྱིས་ཆད་ཕྱི་རྩལ་རྒྱལ་གྱི་སྟེན་བྱས་  
ཏེ། ། ནད་དུ་མཆིན་མཁྱིས་དོན་རྟོག་གཉིས་ལ་བབས། ། རང་སར་མི་གནས་རྩལ་མིག་བྱུང་དུ་  
རྒྱལ། ། ཡར་ལ་མཆོད་དང་ཐུང་ཡར་བད་ཕྱལ་འཕྲོག། ། ཡར་ལ་མཆོད་མ་རྒྱུངས་ཡར་རྒྱ་ཕྱལ་  
འཕྲོག། ། དོན་ལ་སྟེན་དང་སྟེན་ལ་རྒྱུང་ཕྱལ་འཕྲོག། ། རྩལ་རྒྱལ་མཆོད་དུ་མཁྱིས་ཕྱལ་འཕྲོག། །  
གཞུགས་ཕྱིར་གོར་རྟེན་པས་དང་ཁ་དོག་འཕྲོག། ། མཆོག་དུ་མཁྱིས་གནས་རྒྱང་གིས་རྒྱུད་བྱས་  
ནས། ། རང་གནས་སྟེན་རྩལ་འཆོར་བས་འཆོར་བ་བྱུང་། །

ཞེས་པ་ནི། དེ་ཡང་ནད་འདི་ལྷི་བདུད་དང་བྱང་ཐོན་ཁོས་སམ་འབྲུག་ས་པས་སྒྲིབ་བྱས་ནས་ནད་ཀྱི་དུག་  
 རྟེན་གྱི་འཕྲིན་ལྷན་མཐོང་དེ་ལྷན་ཀྱི་ཕྱི་རོལ་རྒྱལ་ཀྱི་སྒྲོལ་བྱུང་། བད་དུ་མཆིན་པ་ཁྲིམ་དོན་སྒྲོལ་གཉིས་ལ་  
 བབས་པར་བྱུང་ནས་ཁྲིམ་ཁྲིམ་དང་བསྐྱོད་ས་ཏེ་རང་སར་མི་གནས་པར་རྒྱང་གིས་སྒྲིབ་ནས་ཅ་མིག་སྤོམ་གྱི་ནད་  
 ཏུ་རྒྱག་ཅིང་། ཡར་ལ་མཁོ་བོ་དང་སྤྱང་པར་སོང་ནས་བད་ཀན་གྱི་ཡལ་འཕྲོག་པ་དང་། མར་ལ་མཁམ་མ་དང་  
 རྒྱང་ས་པར་ཁྲིམ་ནས་རྒྱ་ཁམས་ཀྱི་ཡལ་འཕྲོག་པ་དང་། དོན་སྒྲོལ་དང་སྒྲིབ་ལ་ཁྲིམ་ནས་རྒྱང་གི་ཡལ་འཕྲོག་  
 པ་དང་། རྒྲོན་སོ་བརྒྱ་མའི་ཡལ་དུ་ཁྲིམ་པའི་ཡལ་འཕྲོག་པ་དང་། ལྷི་ཤ་སྤྲུག་ས་ཀྱི་ཡལ་དུ་ཁོར་ནས་རྒྱབ་ས་  
 དང་ཁ་དོག་འཕྲོག་པ་དང་། མཁྲག་ཏུ་ཁྲིམ་པའི་ཡལ་རྒྱང་གིས་རྒྱད་ནས་རང་གནས་སྤོག་ཅར་འཆོར་བའི་ཆོ་  
 བ་འཆོ་བ་ཁྱུང་བར་འབྱུང་འགྲོ་བ་ཡིན་ནོ། །

## ས་བཅད་གསུམ་པ། ཉག་ས།

### དང་པོ། ལྷི།

དེ་ཉག་ས་ཤར་ཤུམ་ལྷེད་ཅིང་རྒྱ་བ་ཞན། ། ཅ་མི་རྒྱོང་ལ་རྒྱུར་ཁིང་ཁོང་ན་འདར། ། ཅ་  
 མ་དོག་དམར་མེར་ཉོག་ཅིང་ཁོང་ནས་ཤོག ། མཁོ་དང་མེག་ས་གཞིན་ཁིང་ཟ་བྱི་ཤོང་། ། བར་དུ་  
 བད་རྒྱས་རྒྱ་མི་མར་ནག་འདྲ། ། མིག་སྒྲིན་སྒྲེ་འོག་ལྱུར་ཁོང་པ་མདངས་མེར། ། ཁ་ཁ་ཡལ་ཅ་  
 བ་ཉིད་རྒྱང་དང་ག་འགག ། མེན་མོ་རྒྱེད་དང་སྒྲེ་མ་རྒྱ་དགར་མེར་ཤོང་། ། མཁོ་གཞིར་སྒྲེ་མ་རྒྱ་  
 འགས་ཤིང་སོ་དྲིག་ཆགས། ། མཆིན་པ་ཁྲིམ་རྒྱོང་དུ་འདྲིལ་བ་མནན་མི་བཟོད། ། བད་ཀྱི་དྲི་  
 དུག་སྒྲོབས་དང་གཞི་མདངས་འཆོར། ། རྒྱན་པའི་ཤོང་མེད་བདུན་དུ་ཁི་དུས་ན་འཆི། །  
 རྒྱན་ཁོ་འགའ་ཞིག་རྒྱན་ལྷེད་དུས་ལ་ཟོད། ། ཅ་རྒྱན་གས་པ་ཤར་ལ་ཡལ་སྒྲོབས་ཤིང་། ། ལྷི་མི་  
 རྒྱོད་རྒྱང་པགས་མདོག་གཞིར་རྒྱར་མེར། ། དུས་འདས་དང་གནས་སྒྲོབས་པས་རྒྱུག་ཐངས་  
 མེད། ། དེ་ལྷིར་མ་རྒྱན་དུས་ན་བྱུང་རྒྱུ་མས། །

ཞེས་པ་ནི། དེ་ཡང་ནད་འདི་ལྷི་ཉག་ས་ལ་ཤར་ཤུམ་ལྷེད་ཅིང་ཞེས་པ་ལྷི་ལ་འཐེབས་པས་བསམ་སྒྲུའི་རྒྱ་  
 བ་ཞན་པ་དང་། ཅ་རྒྱད་རྒྱོང་ལ་རྒྱུར་ཁིང་ཁོང་ན་འདར་བ། དྲི་རྒྱུའི་མདོག་དམར་མེར་ལ་ཉོག་ཅིང་ཁོང་ནས་  
 ཤོག་པ་དང་། མཁོ་དང་ཡན་ལག་གི་ཆོག་ས་གཞིན་ལ། ཟ་བྱི་ཤོང་བ། བར་དུ་བད་རྒྱས་ན་དྲི་རྒྱུའི་མདོག་མར་  
 བག་འདྲ་སྒྲེ་རྒྱ་བ་རྒྱང་ལ་རས་དང་བལ་འདབ་བརྒྱག་ན་མེར་སོང་འགྲོ་བ་དང་། མིག་སྒྲིན་དང་སྒྲེ་འོག་དང་

ལྷན་པོར་རྒྱལ་སྤྱི་ཤེས་པ་ལྟོས་པར་དང་། ཁ་ཁུལ་ལྷན་པོར་ཤིང་གཞིར་རྒྱུར་བ། དང་ག་འགག་པ།  
 སེན་མོ་དང་སྒྲིལ། རྩེད་མཆུ་བཞིའི་མདོག་དཀར་སེར་འོར་བ། མགོ་གཟེར་ལ་རྩེད་མཆུ་གཉིས་འགས་  
 ཤིང་སོ་ལ་དྲེག་པ་ཆགས་པ་དང་། མཆིན་པ་དང་མཁྲིས་པའི་རྩེད་ཀྱི་འདྲིལ་བ་མནན་ན་མི་བཟོད་ཅིང་ནད་ཀྱི་རྩི་  
 དྲགས་པ་དང་རྩྭ་བས་དང་གཟི་མདངས་རྒྱལ་སྤྱི་འཆོར་ཞིང་སྤྱོད་པའི་ཡོང་མེད་པར་ཞག་བདུན་ན་མ་དཔྱེའི་དྲུས་  
 ན་འཆི་བར་འཕྱར་གྱུར། ལྷན་པོར་འག་འཁྱིལ་གིས་སྤྱོད་ཀྱི་དྲུས་ན་མ་ཕྱུང་བར་ལ་རྒྱག་སྤོད་ཕྱིད་གྱུར་དེ་ལྟར་  
 བྱས་པས་ཆ་ལྷན་པ་རྩེ་ཤ་ལ་འཕར་ཕྱུར་ཞིང་ཤེས་པ་ཡང་ལ་ལྷན་པོར་རྩྭ་བས་ཤོར་བ་དང་། ལྷི་རྩྭ་རྩྭ་ལ་  
 པགས་པའི་མདོག་གསེར་རྩྭ་སེར་བར་སོང་ན་བཅོས་པའི་དྲུས་ལས་འདས་པ་རྩེ་རང་གནས་སྤྱོད་ཆར་སྤེལ་པས་  
 དེ་ལ་རྒྱག་པའི་ཐབས་མེད་པར་འཆི་བར་འཕྱར་བས། དེའི་ལྷི་རྩྭ་ན་མ་སྤྱོད་པའི་དྲུས་སྤྱགས་བར་བྱུང་བ་བཞིན་  
 དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

## གཉིས་པ། བྱེ་བྲག

ལྷན་པོར་མགོར་རྩོལ་ལྷན་གཟེར་རྩྭ་ཁྱག་འཇག ། ལྷི་རྩྭ་བབས་རྩྭ་རྩྭ་གཟེར་ལ་ལྷན་པ་  
 མེར། ། ལ་ཁུལ་བབས་ལ་ཁུལ་རྩྭ་ན་ཞིང་ཁྱི་རྩྭ་རྩྭ། ། སྤོ་བར་བབས་ན་ཁ་ཁུལ་ཁྱིས་པ་རྩྭ། །  
 ལྷི་མར་བབས་ན་རྩྭ་ཆེ་ཆེན་ཆེན་འབྱུ། ། དེ་རྩྭ་ས་མི་འབྱུར་འབྱུལ་མེད་ནད་རྩྭ་ས་ཡིན། །

ཞེས་པ་རྩེ། དེ་ཡང་ལྷན་པོར་དུ་མཁྲིས་པ་ཆར་རྒྱག་ཏེ་མགོར་ཤོས་ན་མཐད་གཟེར་དང་། ལྷི་ཁྱག་འཇག་  
 ཅིང་། ལྷི་བར་བབས་ན་རྩྭ་རྩྭ་གཟེར་བ་དང་ལྷན་པ་མེར་པོ་ལྷ་བ། ལ་ཁུལ་མར་བབས་ན་ལ་ཁུལ་རྩྭ་ན་ཞིང་  
 ཁྱི་རྩྭ་རྩྭ་པ་དང་། སྤོ་བར་བབས་ན་ཁ་ཁུལ་བ་དང་མཁྲིས་པ་རྩྭ་ག་པ། ལྷི་མར་བབས་ན་རྩྭ་ཆེ་ཆེན་ཆེན་རྩེ་  
 ལྷན་པ་ཆེར་འབྱུང་བ་སྤྱོད་པ་འབྱུང་བ་དེ་རྒྱལ་སྤྱི་མི་འབྱུར་འབྱུལ་མེད་ཀྱི་རྩྭ་ས་ཡིན་ནོ། །

## ས་བཅད་བཞི་པ། ལྷན་ཐབས།

ལྷན་ཕྱིད་སྤྱོད་དང་བལྟར་བའི་སྤྱོད་ས་འདི་བཟུང་། ། ལྷི་ཆལ་དུ་ཆལ་དུ་སྤྱོད་སྤྱོད་ན་ག་ལ་  
 ན་བ་ལ། ། དྲི་མ་ར་དྲི་མ་རྩེ་རྩེ་རྩེ་ལ་ཐད་ཐད་སྤྱོད་སྤྱོད། ། འདི་ལྷི་རྩྭ་ན་ག་ཤི་ཁྱག་གསུམ་  
 བཅོན་དུ་གསུམ་ས། ། རབ་གནས་སྤྱི་བཞིན་བཅོན་སྤྱོད་ཀྱི་ལྷན་པ་ཡིན། །

ཞེས་པ་རྩེ། བལྟར་ཐབས་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་བལྟར་སྤྱོད་ས་གཉིས་སྤྱོད་ལ། སྤྱོད་སྤྱོད་ནི་ལྷི་ཆལ་དུ་

ཚལ་དུ་སྒྲིལ་ན་གཡུ་ལ་ལེས་པ་འདི་དང་། བསྐྱར་སྐུགས་ནི་མི་མཁོ་མི་མཁོ་ལྟར་གྲུ་ལ་མད་པར་སྒྲིལ་  
 རྒྱུ་ལེས་པ་འདི་ཀྱང་སྐུགས་ཀྱི་མོག་ལ་བྲིས་ཏེ་བྱ་བྱི་པག་ནག་ཉི་ནག་པོའི་ཁྱག་གསུམ་དང་བཅན་དུ་གྲུ་ལ་སྐུགས་  
 བྱགས་ལ་རབ་གནས་སྒྲིལ་བཞིན་བྱས་ནས་བཏགས་ཀྱང་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །

## ས་བཅད་ཆེ་བ། བཅོས་ཐབས།

### དང་པོ། རྒྱུ་བཅོས།

#### ༡ རྒྱན།

##### (༡) ཐང་།

རྒྱན་ནི་དང་པོ་རྩ་ལོ་འཁྱོས་འཕྲུབ་བཞུགས། ། མི་རྩལ་མ་ཁྲིས་པ་ཆུ་ཆེ་ཐང་དང་དགའ། ། རྒྱ་  
 རྒྱུ་ཆོས་རྒྱན་ཐག་བྱུན་ཕྱར་བ་ཞུགས། ། སྒྲིལ་བྱུང་ཆུ་ལ་རྒྱུར་ས་ལ་ཁོར་བྱ་བཏང་། ། རྒྱུ་ལོས་  
 ཆེན་ཐང་བཞི་ཐང་ཉུག་བ་ཞུགས། ། དེ་ཡང་མོད་ལ་བཞུད་ནས་ཐོངས་ཐག་འབྱུང་། །

ཞེས་པ་ལྟེ། དེ་ཡང་རྒྱན་ལས་ཐང་གིས་རྩ་ལོ་འཁྱོས་འཕྲུབ་བཞུགས་པ་ནི་མི་མཁོས་དང་དོམ་མཁྲིས་ལྟ་  
 ཆེ། ཐང་དགའ། རྒྱུ་ལྟ་ ཆོས་རྒྱན་ཉི་རབ་བདུད་ཅི་རྒྱན་སྐྱབ་པོ། ། ཐག་བྱུན། ཕྱར་བ་ཞུགས་པོ་བཞུད་  
 དུ་རྒྱུར་ས་ལ་ཁོར་བྱ་བཏང་། ཡང་ན་སྒྲིལ་ཐོག་ཐང་འཕམ་ཕྱུ་བཞི་ཐང་གཉིས་གང་ཕྱར་ཉུག་པ་ཞུགས་  
 བཞུད་མར་ཐོངས་ཐག་འབྱུང་བཏོ། །

##### (༢) རྒྱུ་མ།

འཛིན་པ་ཨ་ཁུ་གཤེད་མ་ཁོག་མིར་ཅན་ནག ། གི་རྩི་རྩ་ཆེ་བྱི་བ་དུ་རྒྱུས་འཕྲུལ། ། རྒྱན་  
 ནད་ཐོན་པ་གཏུམ་ཡང་བཞུད་བཏང་རམ། ། བོར་གི་འཆི་བདག་གཏུམ་རྒྱུ་ཉི་རབ་དཔུ་  
 བཏང་། ། ཡང་ན་རྒྱན་རྒྱུ་གཏུམ་དགའ་དཀར་པོ་ལོས། ། རྒྱུས་པའི་ཆད་པ་མ་ཕྱུས་འཛིན་པར་  
 བྱེད། ། གཏུམ་ནག་པོས་ཉི་རབ་ཐོག་ཆད་པ་འཛིན་ས། ། གཏུམ་ཐོན་པོས་ཉི་རབ་ཐོག་ལྷི་མཁྲིས་པ་  
 མེད། ། གཏུམ་རྒྱུ་པོས་མ་ཁལ་མ་ཆིན་ཆད་པ་འཛིན་ས། ། ཨ་གཤེད་ཉི་རབ་ཐོག་པའི་ལ་གཏུམ་རྒྱ་  
 མ་ཆིན་དང་། ། ཐོར་དགའ་རྒྱ་ཐོར་འཕྲུག་གི་ཕྱུས་པ་ལོས། ། ཆད་པ་རྒྱུ་འཛིན་པ་མི་ཐོན་མཁོ་  
 ནད་མེད། ། བ་བཞུར་ཆེ་ཉི་རབ་ཐོན་ཐག་འཕྲུགས་འཛིན་ས། ། ཨ་ཕྱུག་ཆེད་ཐོན་གཤེད་དང་རྒྱ་  
 མེད་མེད། ། ཐོར་ནག་ཕྱུ་ཕྱུ་གཉན་པོམས་འཛིན་པ་ལོས། ། ཐག་གཤེད་གཉན་དང་ཉི་གཏུམ་

མཁུས་ཆད་འཛུམས། ། སེ་འབྲུས་མོ་བ་ལྷག་སྒྲེལ་དོན་སྟོང་སྟེའི། ། ཁ་འཛིན་ཡ་ཏུ་གསེར་མདོག་  
འབྲུབ་སྟེམས། ། ཀར་དཀར་པོ་བཞི་འབྲུར་རྟ་ལ་བསྟུན། ། ག་བྱར་བྲག་པོའི་སྟུར་བ་ཉེར་  
གསུམ་འདིས། ། ཉག་པོ་གསུམ་འགྲིལ་ལ་སོགས་གཉན་ཆད་རྒྱུད། ། འཐབ་པའི་རིགས་ཀྱན་ན་  
འོན་གཉིད་འཐིབས་སོགས། ། རྟོད་སྟེང་བར་གྱི་ནད་རིགས་ཀྱན་ལ་བཟུགས། ། རྟ་ཡང་གངས་  
རྒྱ་ཆར་སོགས་ཡ་འབྲུད་མེད། ། སྟན་མོག་ཉེས་པ་མེད་པ་གོང་སྟན་སོགས། ། རྟོད་སྟེང་མཁུས་པའི་  
ལྷག་བཞེས་ཉམས་སྟུང་ཅན། ། དེ་ནས་ཆད་པའི་མེད་པལ་བསད་པ་ལ། ། གོང་བཤད་སྟངས་ཆེ་  
བཟུག་ཉེས་བཏང་བའོ། ། གཙོ་བསྟུད་དེ་བ་ལྷ་བ་བསྟན་ལ་བཏང། ། དེ་རྗེས་གི་མི་གྲུབ་ཀྱིས་  
བྲག་མོ་བྱུང་། ། རྟོང་མེན་རིག་ཏུ་སྟེར་བུན་པོར་ར་དཀར། ། གྱི་སྟེ་བྲག་བྱུན་རྩམ་རྩ་མོ་པའི་  
མོ། ། ཞིབ་བཏགས་བྲུས་བཞིར་བཏང་བས་ཆད་ལྷག་འཛུམས། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་སྟན་ལས་སྟེ་མས་གཉན་གྱི་རིམ་བཞེས་བཞི། འཛིན་པ་དང་ཨ་རུ་ར། མིང་ཅན་  
ནག་པོ། གི་མི། སྟེ་མི། གི་ཤ་བཅས་སྟུར་བ་དེ་རྩམ་འབྲུལ་ལ་སྟན་ནད་མོན་པ་ལན་སྟུམ་ཡང་བསྟུད་ནས་  
བཏང་བའམ་ཡང་ན་གོང་གི་འཆི་བདག་གཡུལ་རྒྱལ་ཉེར་དགྲུ་བ་དང་ཡང་ན་སྟན་རྒྱལ་ག་བྲུར་དཀར་པོ་སྟེ་ག་  
བྲུར་དོས་དེས་རྒྱས་པའི་ཆད་པ་མཁུས་འཛུམས་པར་བྱེད་ལ། ག་བྲུར་ནག་པོ་སྟེ་མག་བྲུན་རྒྱས་བཞེགས་གྱིས་  
སྟེར་དར་སྟོག་ཅིང་ཆ་བའཛུམས། ག་བྲུར་སྟོན་པོ་སྟེ་གཡེའི་མ་ཡིས་སྟོང་གྱི་མཁུས་པའི་ཆ་བའོ། ག་བྲུར་  
སྟེ་གཡེའི་སྟེ་སྟེ་མཁུས་པ་དང་མཆོན་པའི་ཆ་བའོ། ཨ་གར་གྱིས་སྟེར་དར་སྟོག་ཅིང་ཆ་བའང་བའོ། ག་སྟུམ་  
གྱིས་སྟོང་བའང་མཆོན་པའི་ཆ་བའང་། པོར་ར་དཀར་པོས་རྒྱ་མོང་གི་ཆ་བའང་། འབྲུག་གི་བྲུས་པས་ཆ་བསྟེ་  
དང་། མིའི་མོད་པས་མོ་ནད་དང་། བ་ཤ་ཀ་དང་སྟངས་ཆེ་ཉོང་མེན་གསུམ་གྱིས་བྲག་འབྲུགས་པ་འཛུམས་པ་  
དང་། ཨ་བྲུག་ཆོར་སྟོན་གྱིས་གཞེར་དང་རྒྱ་མེར་མེས་བར་བྱེད་ལ། པོར་ནག་དང་གྲུ་གུལ་གྱིས་གཉན་རིམས་  
དང་། འཛིན་པ་ཡིས་བྲག་གཞེར་དང་གཉན་འཛུམས། ཉིག་ཉམས་མཁུས་ཆད་འཛུམས་པ་དང་། སེ་འབྲུས་མོ་  
བའང་། ལྷག་སྒྲེལ་གྱིས་མཁུས་པ་སོགས་གྱི་ནད་སོ། ། དོན་སྟོང་སྟེའི་ཁ་འཛིན་ཨ་རུ་གསེར་མདོག་གིས་འབྲུབ་  
སྟེ་སྟེམས་པ་དང་། ཀར་དཀར་པོ་བཞི་འབྲུར་གྱི་རྟ་ལ་བསྟུན་པའི་སྟེ་མག་བྲུར་བྲག་པོའི་སྟུར་བ་ཉེར་གསུམ་  
པ་འདིས་ནག་པོ་གསུམ་འགྲིལ་ལ་སོགས་གཉན་ཆད་རྒྱུད་གསུམ་འཐབ་པའི་རིགས་ཀྱན་དང་། རྟ་བའོན་པ་  
དང་གཉིད་འཐིབས་སོགས་སྟོང་སྟེང་བར་གསུམ་གྱི་ནད་རིགས་སྟུབ་པར་བཟུགས་པས། སྟན་རྟ་ཡང་གངས་རྒྱ་  
དང་ཆར་སོགས་ཡ་འབྲུད་མེད་པ་སྟེ་དོགས་པ་མེད་པར་འབྲུལ་དགོས། གཞན་སྟན་མོག་སོགས་གྱི་ཉེས་པ་མེད་པ་  
གོང་སྟན་པ་སོགས་སྟོང་སྟེང་མཁུས་པའི་ལྷག་བཞེས་ཉམས་སྟུང་ཅན་བཏང་བའང་། དེ་ནས་ཆད་པའི་མེ་  
དཔལ་གསོད་པ་ལ་གོང་བཤད་སྟངས་ཆེ་བཟུག་ཉེས་གྱི་སྟེ་མག་ཉོང་བའམ་གཙོ་བོ་བསྟུད་པ་ལ་དེ་བཟུང་བ་བསྟན་པ་

བཏང་། དེ་རྗེས་གི་མི་དང་གུར་གུམ། འུག་མོ་ལྷང་། རྩོང་ལེན། ཉིག་ཏ། སྒྱུར་ཤུན། བོང་དགར། གྱི་ཕྱེ་  
ཐག་ལྷན། ལྷུ་མ་ཙ། སེ་བའི་མེ་ཉོག་སོགས་སྒྱུར་བཞིབ་པར་བཏགས་པའི་ཕྱེ་མ་དུས་བཞིར་བཏང་བས་ཚད་  
པའི་ལྷག་མ་འཛོམས་པར་བྱེད་དོ། །

༩ དབྱད།  
(༡) སྒྱུར་།

དེ་ཡིས་མ་ཐུབ་བྱག་པོས་སྒྱུར་བ་ནི། ། སྒྲན་ཆེན་བཞི་འབྲུར་ཅུ་གར་ཐུག་གི་མཉམ། ། གྱི་ག་  
ཤུལ་ནག་ཉིས་འབྲུར་ཤུ་དག་དང་། ། དུར་བྱིད་ལུམ་འབྲུར་རེ་ལྷག་རྩ་ཙུབ་ཤ། ། གཙུ་པོ་ལྷ་  
འབྲུར་རི་གཟར་ཚབ་དང་མཚུངས། ། ལེགས་འབྲུ་མདོག་མེར་བྱི་རྩ་རྩ་ཐོན་ཏེ། ། འབྲོངས་  
རྟགས་མིག་སྒྲིན་འབྲུལ་ལ་དགར་པོར་འགྲོ། །

ཞེས་པ་ཉི། དེས་མ་ཐུབ་ན་དུག་པོ་བཤལ་གྱིས་སྒྱུར་བ་ནི། སྒྲན་ཆེན་བཞི་འབྲུར་དང་ཅུ་གར་གུར་གུམ་  
ཐུ་མི་གི་མི་ཆ་མཉམ་པ། གྱི་ག་དང་གུ་གུལ་གཉིས་འབྲུར། ཤུ་དག་དང་དུར་བྱིད་ལུམ་འབྲུར། རེ་ལྷག་དང་རྩ་  
ཙུབ་པར་ལྷག་ལུམ་གཙུ་པོ་ལྷ་འབྲུར་སོགས་ལྷ་སྒྱུར་བའི་ཕན་ལོན་ནི་རིག་ཟར་གྱི་ཐབ་དང་མཚུངས་ཏེ་ལེགས་པར་  
འབྲུབ་དང་འབྲུབ་པའི་མདོག་མེར་ཞིང་བྱི་རྩ་རྩ་ཐོན་ནས་འབྲོངས་པའི་རྟགས་ལ་མིག་སྒྲིན་འབྲུལ་དུ་དགར་པོར་  
འགྲོབ་སོགས་ཡིན་ནོ། །

(༢) མེ་བཅའ་།

ཐུད་ལྷོ་མཚོགས་མ་དུག་པ་བཅུ་གསུམ་པ། ། ནང་ལོང་འཕར་རྩ་སྒྲ་བས་བཞེག་པར་བྱ། །  
ཞེས་པ་ཉི། མེ་བཅའ་ས་བཅས་པ་ནི་ཐུད་ལྷོ་དང་མཚོགས་མ་དང་ཚོགས་པ་དུག་པ་དང་བཅུ་གསུམ་པ།  
ནང་ལོང་འཕར་རྩ་ནས་སྒྲ་མེས་བཞེགས་པར་བྱའོ། །

༩ བས་སྒྱུད།

ཟས་དང་སྒྱུད་ལམ་གཉན་ཆད་སྒྱི་བཞིན་འཇེམ། ། གཉན་གྱི་དུས་ལྷ་ཆབ་རྩ་རྩར་རྩར་  
དང་། ། དེ་ནས་འབྲས་ཐུག་རིམ་གྱིས་བཏང་བར་བྱ། ། ནད་གཉའ་ཆག་ནས་གསར་བཅུད་མ་  
བཞེན་ན། ། ཐུན་རིང་དུལ་ཆེད་ནད་དུ་སོང་ཉེན་ཡོད། ། དེ་སྒྱུར་ག་གསར་མར་གསར་བག་གི་  
སྒྱུད། ། སྒྱུད་ལམ་དཔེན་ཞིང་ཐུན་ཐང་བྱོ་བའི་གནས། ། ལམ་དུང་ཉིན་གཉིད་ལོག་དང་མི་རྩན་  
སྒྱུར། །

ཞེས་པ་ཉི། ཟས་དང་སྒྱུ་དཔལ་གྱི་བཅོས་ཐབས་གཉན་ཚད་སྒྱི་བཞིན་འཛོམ་དགོས་ཏེ། དང་པོ་གཉན་གྱི་དུས་སུ་ཟས་ལ་ཆབ་ཆུང་ཆུང་བཞེན་པ་དང་། དེ་ནས་རིམ་གྱི་འབྲས་ཐུག་བཏང་དགོས། དེ་རྗེས་ནད་གཉའ་ཆག་ཆེ་གསར་བཅུད་གྱི་ཟས་སྐྱེས་མ་བཞེན་ན་ཡུན་རིང་དཀྱིལ་ཆེ་བའི་ནད་དུ་འགྱུར་བའི་ཉན་ལ་ཡོད་པས་ཤ་གསར་བ་དང་མར་གསར་བ་སྐྱེས་ཀྱང་རིམ་གྱིས་བཞེན་དགོས། སྒྱུ་དཔལ་ལ་དབེན་པའི་གནས་དང་ཐུན་ཁུང་རྫོ་བའི་གནས། ངལ་དུ་བ། ཉིན་གཉིད་ལོག་པ། མི་སྒྲན་པའི་ཆོག་སྐྱེས་སྤང་དགོས་སོ། །

## གཉིས་པ། བྱེ་བྲག་གི་བཅོས་ཐབས།

### ༡ མགོ་ར་བབས་པ།

མགོ་ར་བབས་མགོ་གཟེར་མགོ་ཐང་གསུམ་པའི་ཉིང་། ། གཡའ་གྱི་ཨ་བྱག་འཛིན་པ་རྩོ་ལྷ་ཆུང་། ། རྩོ་མ་ཐུམ་ཐོང་དཀར་གངས་ཐིགས་གསེར་མེ་ཁུན། ། རྩོ་རྩིག་ཐུལ་ཐུང་བས་ཐག་མ་ཐིས་ཀྱི། ། མགོ་དང་ཐུང་པ་ལ་མའི་རིགས་ཀུན་སེལ། ། མཆོགས་མ་ཐིན་ཁུང་ཉྱག་པའི་ཐུང་ལྷོ་བཞེག། །

ཅས་པ་ཉི། བྱེ་བྲག་དུ་བཅོས་པ་ལས་མགོ་ར་བབས་ནས་མགོ་གཟེར་པ་ལ་མགོ་ཐང་གསུམ་པའི་ཉིང་གཡའ་གྱི་ཨ་བྱག་འཛིན་པ། རྩོ་ལྷ་རྩོ་མ་ཐུམ་ཐོང་དཀར་གངས་ཐིགས་གསེར་མེ་ཁུན་ཞེས་ཁུན་པ་རྩོས་འདེབས་ཏེ་ཐང་ལྷོ་ལ། རྩོ་རྩིག་ཐུལ་ཐུང་བས་ཐག་དང་མ་ཐིས་པས་མགོ་ན་བ་དང་ཐུང་ཐིན་ལ་མའི་རིགས་ཀུན་སེལ། དུད་དུ་མཆོགས་མ་དང་ཐིན་ཁུང་དང་ཉྱག་པའི་ཐུང་ལྷོ་ལྷོ་ནས་མེ་བཅོས་བཞེག་དགོས་སོ། །

### ༢ སྤོ་བར་བབས་པ།

སྤོ་བར་བབས་ན་གོང་བཤད་བྲག་ཁུང་རམ། ། ག་ཁུང་ནག་པོའི་ཐལ་སྒྲན་ལག་རིམ་དང་། ། ཐུང་དཀར་ཉིང་ལེན་རྩོ་བ་ཤིང་སྒྲན་བཞི། ། སྒྲན་པ་རྩོ་རྩོ་སྒྲན་བཞེགས་ཐལ་བ། ། དམར་ཐལ་བ་རྩོས་འདམ་བཏགས་ལུས་པའི་ཕྱེ། ། རྩོ་རྩོ་ལུལ་བ་རིམས་ཆད་ཀུན་ལ་བཞེགས། ། ཁུང་པར་འདུས་རིམས་རིམས་སྒྲན་རྩོ་རྩོ་རྩོས། ། གཉན་རིམས་སྤོ་བར་བབས་པའི་བདུད་རྩི་ཡིན། །

ཞེས་པ་ཉི། སྤོ་བར་བབས་པ་ལ་བྲག་ཁུང་རམ་ག་ཁུང་ནག་པོའི་ཐལ་སྒྲན་ཉི་ཤག་ཐུན་དང་ཐུང་དཀར་

ནོང་ལེན། དེ་ག། ཤིང་ཚྭ་བཞི་ཁྱོད་བའི་རེ་སོ་སོར་བསྒྲིགས་པའི་ཐལ་བ་དེ་བ་དཔར་ཐལ་གྱི་དྲི་རྩུས་འདས་  
བཏགས་བྱས་པའི་ཐེ་མའམ་རིལ་བྱ་རྩྭ་སྒྲིལ་གྱིས་འཕྱལ་བས་རིམས་ཚད་ཀྱན་ལ་བཞགས་ཤིང་བྱད་པར་འདུས་  
རིམས་དང་རིམས་སྒྱུན་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཡིག་ཉན་རིམས་དེ་ཕོ་བར་བབས་པའི་བདུད་ཅི་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །

### ༣ རྩུ་མར་བབས་པ།

རྩུ་བབས་འཛིན་པ་མཆོལ་དང་དྲག་མོ་ཁྱུང་། ། ཐོག་རུས་རྩུ་བྱས་སྒྲིའི་ཐོང་ར་དཀར། །  
དོམ་མཁྲིས་བྲག་རྩུ་རྩུར་བ་བསྐྱེལ་གྲངས་དབུལ། ། གཉན་རིམས་རྩུ་མར་བབས་པའི་པ་ལམ་  
ཡིན། །

ཞེས་པ་ལྟེ། རྩུ་མར་བབས་པ་ལ་འཛིན་པ་དང་། མཆོལ། དྲག་མོ་ཁྱུང་། ཐོག་རུས། རྩུ་བྱས། སྒྲིའི་  
ཐོང་ར་དཀར་པོ། དོམ་མཁྲིས། བྲག་རྩུ་རྩུས་རྩུར་བ་བསྐྱེལ་གྲངས་གྱིས་དབུལ་བ་གཉན་རིམས་རྩུ་མར་  
བབས་པའི་བདུད་ཅི་འཕྲོ་རྩེ་པ་ལམ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །

### བསམ་གཞིགས།

- ༡ གཉན་ནད་མཁྲིས་པ་ཅར་རྩུག་ཅས་པའི་ནད་ཀྱི་རོ་ཐོ་དང་རྩུར་ཚུལ་གང་འདྲ་ཡིན་ནམ།
- ༢ གཉན་ནད་མཁྲིས་པ་ཅར་རྩུག་ཅས་པའི་ནད་ཉགས་མཛོན་ཚུལ་ཅི་འདྲ་ཡིན་ནམ།
- ༣ གཉན་ནད་མཁྲིས་པ་ཅར་རྩུག་ཅས་པའི་གསོ་ཚུལ་གྱི་ཅ་དོན་ཅི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

# ལེབ་བཅུ་རྒྱག་པ། གཉན་ནང་དོན་སྟོན་སྒྲིག་སྐུ་ལ་བབས་པ།

གཉན་ནང་གི་རིགས་ནང་དོན་སྟོན་གི་གནས་གང་ཞིག་ལ་བབས་ན་སྟོན་པ་ལྟ་བུར་སྒྲུབ་སྐོར་མཁུགས་པ་དེ་  
དག་ལ་ནང་སྟོན་ཅིས་བྱ་སྟེ། འདི་འི་རྒྱ་བྱེད་མོང་དུ་བརྟེན་ཅིན་པས་འདིར་རྒྱས་སྟོན་མི་བྱ་ཞིང་འདིར་བབས་སའི་  
རྒྱགས་དང་གསོ་ཐབས་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་སྐུ་ལ་བཅུན་པར་བྱའོ། །

## ས་བཅད་དང་པོ། འབབ་སའི་རྒྱགས།

དེ་ནི་རྒྱག་རྒྱུ་བབས་ན་ལྷན་མདངས་འཛོར། ། འབྱར་རྒྱགས་བརྟ་ཞིང་ཁ་སྒྲགས་མཆུ་མི་  
འཇུག། ། ལྷན་དཔེ་རྟག་པ་རེངས་དང་རྒྱལ་རྒྱུ་འཇག་། ། རྒྱག་ནག་འབྱ་རྒྱགས་བྱང་ན་བཀྱན་  
ལ་འཆི། ། མཆིན་བབས་མགོ་ན་ཁ་ཡོ་ས་དྲིག་ཆགས། ། ཉལ་འདུག་མི་ཤེས་ལྷན་རྒྱལ་མཆིན་རྩ་  
འབྱར། ། མིག་དམར་འཇུན་དག་མཆིན་དྲི་གྲིས་གཏུབས་སེམས། ། རྩ་ཁྲག་བབས་རྩེས་སྟེང་  
ཉམས་གཏུམ་ལ་འཆི། ། བཤམ་བབས་སྒྲུབ་ཐབས་ན་ཞིང་རྒྱུ་པ་ན། ། མོར་སྒན་ལྷན་བྱུང་བྱང་  
བྱམ་བཅུང་བསྐྱམ་དགལ། ། བྱེན་དུ་མིག་བསྐྱེད་རྩ་མྱི་མྱིགས་བྱ་མང་། ། རྒྱག་འཇག་གཞིར་བ་མི་  
འཕོ་གསུམ་ལ་འཆི། ། རྩོད་བབས་ལྟེ་ལོག་གཞིར་འབྱུགས་འབྱར་འབྱར་ནས། ། བསྐྱེད་ལོག་  
རྒྱས་ཆིགས་མ་ལྷན་རེངས། ། འབྱུ་ཞིང་ལྷན་རྒྱལ་རྒྱུ་འཇག་འཐམས་སྟོན་དང་ཆེ། ། རྩ་བཅུམས་ཡོང་  
ཁྲག་འདྲིས་འབྱུ་བཀྱན་ན་འཆི། ། གང་དུ་བབས་ཀྱང་བྱེ་བ་འགགས་པ་མང་། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་བྱུང་པར་དུ་རྒྱག་རྒྱུ་བབས་ན་ལྷན་མདངས་འཛོར་བ་དང་། མིག་འབྱར་རྒྱགས་སུ་  
བརྟ་ཞིང་ཁ་སྒྲགས་སྟེང་མཆུ་མི་འཇུག་པ་དང་། ལྷན་དཔེ་ཞིང་རྟག་པ་རེངས་ལ་རྒྱལ་རྒྱུ་འཇག་པ། རྒྱག་ནང་  
འབྱུ་རྒྱག་བྱུང་ན་ཞག་བཀྱན་གྱི་རིང་ནས་འཛོར། ། མཆིན་བབས་མགོ་ན་ཞིང་ཁ་ཡོ་བ། སྐལ་དྲིག་པ་ཆགས་  
སྟེང་ཉལ་འདུག་མི་ཤེས་པ་དང་ལྷན་ལ་རྒྱལ་མང་ཞིང་མཆིན་རྩ་འབྱར། མིག་དམར་ལ་འཇུན་པ་དྲག་ཅིང་  
མཆིན་དྲི་གྲིས་གཏུབས་སྐམ་སེམས་ལ། རྩ་ཁྲག་བབས་རྩེས་སུ་ལྷན་སྟེང་ཉམས་པ་ཞག་གསུམ་ལ་འཆི། བཤམ་  
མར་བབས་ན་སྒྲུབ་ཐབས་ན་ཞིང་རྒྱུ་པ་ན། མོར་སྒན་ལྷན་ལ་བྱུང་བྱང་བྱམ་བྱེད་པ་དང་རྒྱུ་ལྟེད་པ་དང་རྒྱུ་ལྟེད་  
བསྐྱམ་དགལ་ཞིང་མིག་བྱེན་དུ་བསྐྱེད་པ་དྲི་རྩ་མྱི་ཞིང་མྱིགས་སུ་མང་བ་ཁྲག་འཇག་ཅིང་གཞིར་མི་འཕོ་བར་

བཟན་པ་ནི་ཞག་གསུམ་ན་འཆིལ། ། མོད་དུ་བབས་ན་ཉེ་འོག་ཏུ་གཟེར་འཁྱུག་ཅིང་འབར་འབྱར་མང་ཞིང་  
 ལུས་ཀྱི་བ་སྒྱ་ནམས་ཀྱིན་དུ་ལོག་ཅིང་རུས་ཆོགས་མ་ལུས་པ་རེངས་ལ། སྒར་དུ་འཁྱུ་ཞིང་ལུས་ལ་རྩལ་མང་བ།  
 སྐད་འཐམས་པ་ཉེ་འགག་པ་དང་སྒྲིམ་དང་ཆེ་བ། རྒྱ་བཞོམས་ཤིང་ལོང་ཁྲག་འདྲེས་པར་འཁྱུ་བ་ནི་ཞག་བདུན་  
 དུ་འཆི་བ་དང་། བབས་སའི་དབང་གིས་རྩ་ཆོགས་སུ་འགོ་བས་གང་དུ་བབས་ཀྱང་གྲེ་བ་འགགས་པ་མང།  
 ཕན་བདེ་སྟེ་མ་ལས། དང་པོ་ཁོང་སྟོག་ནག་པོ་སྒྱི་རྟགས་ནི། ། ཞག་འགའི་གོང་ནས་ཆོག་པ་ཟ་བ་དང་། །  
 ཁྲོད་དང་ཅུ་འདྲོད་སྐབས་སུ་འཁྱུ་ཁྱུག་འཁྱུང་། ། བད་གཞི་རང་ལ་གང་ཡོད་ཉེང་དུ་གཟེར། ། ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར་རོ། །

ས་བཅད་གཉིས་ལ། བཅོས་ཐབས།

དང་པོ། སྒྱི་བཅོས།

༡ རྩོན།

(༡) ཐང་།

ཐང་ནི་རྩོས་ཀྱི་གསང་རྩན་ཕྱར་ནག་མོ། ། སྤལ་གསུམ་བརྒྱས་ཁྲར་ཟ། ཅིའི་རྒྱིས་བརྒྱར་  
 བ། ། ཐོག་མ་ཐག་ནས་རྒྱ་འཇམ་ཡང་ཡང་བཏང་། །

ཞེས་པ་ཉེ། ཐང་ནི་རྩོས་ཀྱི་གཉིན་པོ་གསང་རྩན་ཕྱར་མོང་ནག་པོ་སྤལ་གསུམ་བརྒྱས་པའི་ཁྲབར་ཟ། ཅིའི་  
 རྒྱིས་བརྒྱར་བ་ཐོག་མ་ཐག་ནས་རྒྱ་འཇམ་ཡང་ཡང་བཏང་ངོ། །

(༢) ལྷེ་མ།

ལྷེ་མ་དོན་རྩོད་སྔ་སྔའི་ཁ་འཛིན་དང་། ། རྩན་ཐན་རྒྱལ་རྩོན་དམག་མི་མཆོན་ཆར་  
 བཅས། ། ཕྱར་བར་བཏང་བས་འཕྲལ་དུ་དེ་རྩོག་ཉེར། ། དེ་ཉིད་མར་དཀར་རྒྱིས་བྲིས་བ་ཐང་དང་  
 བརྩེབས། །

ཞེས་པ་ཉེ། ལྷེ་མ་དོན་རྩོད་སྔ་སྔའི་ཁ་འཛིན་ཉེ་རྒྱལ་རྩོན་དམག་མི་མཆོན་ཆ་དང་བཅས་པའི་རྒྱལ་རྩོན་  
 བཅུ་བདུན་པ་ཕྱར་བར་བཏང་བས་འཕྲལ་དུ་རྩོག་ཉེར་ལ། དེ་ཉིད་མར་དཀར་གྱིས་བྲིས་བ་གོང་གི་ཐང་དང་  
 བརྩེབས་ཏེ་དབྱལ་ལོ། །



ལུས་གཏུམས་ལ་ནངས་མ་དེ་ལ་ལྷ་ལྷ་བཏང་བས་ཁོང་སྟོག་འཛམས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

### ༩ དབྱེད།

དབྱེད་ནི་དུགས་དང་བྱུག་པའི་རྒྱུར་བཞི། །

ཞེས་པ་སྟེ། དབྱེད་ཀྱིས་བཅོས་པ་ལ་ལྷི་མ་རྒྱུད་ཀྱི་དུགས་དང་བྱུག་པའི་རྒྱུར་བ་གང་ཕན་གྱིས་བཅོས་  
དགོས་སོ། །

## གཉིས་པ། བྱེ་བྲག་གི་བཅོས།

### ༡ རྩོག་རྒྱུར་བབས་པ།

བྱེ་བྲག་རྩོག་རྒྱུར་བབས་པ་བཅོས་པ་ནི། ། ལུང་ནག་བརྒྱུས་རྒྱུར་སྒྱུ་ཆི་ཞོ་གང་དང་། ། ལུ་  
དག་ཐུན་ཚམ་བཏང་པ་ཅི་མང་བྱུད། ། གཞེར་སར་སྤར་སྟོས་ལུ་དག་སྒྱུ་ཆི་བྱུག ། ལྷ་མོ་ཐང་  
ནག་འབའ་ཆ་དྲི་རྒྱས་བདུག །

ཅེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་བྱུད་པར་རྩོག་རྒྱུར་བབས་ན་ལུང་ནག་བརྒྱུས་པའི་ལུང་བར་སྒྱུ་ཆི་ཞོ་གང་དང་ལུ་དག་  
ཐུན་ཚམ་བཏང་པ་ཅི་མང་བྱུད། གཞེར་སར་སྤར་སྟོས་ལུ་དག་དང་སྒྱུ་ཆི་ནམས་སྤུར་བས་བྱུགས་པ་བྱ། ལྷ་མོ་  
དང་ཐང་ནག་འབའ་ཆ། དྲི་རྒྱ་བཅས་པའི་དུགས་ཀྱིས་བདུག་གོ། །

### ༢ མཆིན་པར་བབས་པ།

མཆིན་བབས་དང་པོ་རྩོས་ཀྱི་གཉེན་ཚུལ་ཐང་། ། རྩོ་འཇམ་ཡང་ཡང་བྱུད་ལ་བྱུག་བདུག་  
བྱ། ། རྩལ་རྩོན་དམངས་སྟེང་གུར་ཀུམ་བརྒྱན་པ་མཆོག །

ཅེས་པ་སྟེ། རྩལ་རྩོན་དམངས་སྟེང་གུར་ཀུམ་བརྒྱན་པ་མཆོག་ མཆིན་པར་བབས་ན་དང་པོ་རྩོས་ཀྱི་  
གཉེན་པོ་ལུང་ནག་བཅས་པའི་ཐང་རྩོ་འཇམ་ཡང་ཡང་བཏང་ལ་བྱུག་པ་དང་བདུག་པ་གོང་བཞིན་བྱ། ཁོང་  
སྟོག་གཉེན་པོ་རྩལ་རྩོན་བརྒྱ་བདུན་པ་འབངས་དང་བཅས་པའི་སྟེང་གུར་ཀུམ་བརྒྱན་པ་མཆོག་གོ། །

### ༣ མགོ་ལ་བབས་པ།

མགོ་ན་ལ་རྩ་གྲོ་རྩོད་ཀྱི་ཡི་ཡིང་། ། བ་བ་ཀ་དང་ག་ཐར་བར་ལ་བྱུད། ། ཡང་ན་གཉེན་ཚུལ་

ཐང་ལ་གི་མི་ བཏབ། ། མང་བཏང་གི་བ་དུར་ནས་སྒྲོང་བར་འབྱུང། །

ཞེས་པ་ལྟེ། མགོན་པ་ལ་ཡུ་ གོ་སྒྲོང་། དེ་མི་མིང་། བ་ག་ཁོ་ཐང་ལ་ག་དུར་ཐོན་ཏེ་བྱུང། ཡང་  
ན་དུར་མོང་ཐང་ལ་སྒྲུ་ཅི་བཏབ་པའི་གཞིན་པོའི་ཐང་ལ་གི་མི་བཏབ་ལྟེ་མང་དུ་བཏང་ན་གི་བཤང་དུར་ནས་སྒྲོང་  
བར་བྱེད་པར་འབྱུང་བར་གསུངས་སོ།

#### ༡ བཤམ་མར་བབས་པ།

མཤམ་བབས་ཐང་ལ་སྒྲུ་ཆེ་ བཏབ། ། རིལ་བུ་མར་གྱིལ་ཤུག་པ་སྒྲང་སྒྲོས་བྱུག ། ཁྱི་  
ནག་བྱན་དང་མཁན་པ་མཛོ་སྤྱི་དང་། ། འབའ་ཆ་སྒྲིག་སྒྲུབ་བྱུར་སྒྲུབས་འདུག །

ཅེས་པ་ལྟེ། བཤམ་མར་བབས་ན་གོང་གི་གཞིན་པོའི་ཐང་ལ་སྒྲུ་ཆེ་བཏབ་པ་རྒྱལ་ལྗོན་རིལ་བུ་མར་  
དཀར་གྱིས་གྱིལ་བཞོང་དུ་དབྱལ་བ་དང་ཤུག་པ་དང་སྒྲང་སྒྲོས་བྱིས་བྱུག་པ་པོ། ཁྱི་ནག་གི་བྱན་དང་མཁན་པ་  
མཛོ་སྤྱི། འབའ་ཆ། སྒྲིག་སྒྲུབ་བྱུན་བྱུབས་བདུག་པར་བྱའོ། །

#### ༥ རྩོད་བབས་པ།

རྩོད་བབས་གཞིན་པོའི་ཐང་བཏང་བྱུག་བདུག་བྱ། ། སུར་མོང་བུ་བ་མ་གོར་རྩས་ལྷན་  
བཞེགས། ། རྒྱལ་ལྗོན་དམངས་བཅས་མར་དཀར་རིལ་བུ་བསྒྲིལ། ། ཐང་གིས་འཕུལ་མིང་སྒྲ་ཅི་  
ཆང་སྒྲུར་བཏང་། ། ལྷན་རྩམས་གཞན་གྱིས་མ་མཐོང་རྩས་པ་ཆེ། ། ཀྱན་ལ་རྩ་བྱི་བྱི་ས་ཤར་ལྷའི་  
བྱུགས། ། རེངས་ན་བྱུག་པ་གཟེར་སར་དུགས་ཉིད་བཞེགས། ། ཞག་ལྷ་མ་འདས་མ་ཕུག་གོང་བུ་  
བཅས། ། ཟས་སྒྲོད་རྗེས་སྒྲོང་གཏན་ཆད་སྤྱི་དང་མཐུན། །

ཞེས་པ་ལྟེ། རྩོད་བབས་གཞིན་པོའི་ཐང་གོང་བཞིན་དེའི་ལྷེང་བྱུག་པ་དང་བདུག་པ་བྱ། སུར་ནག་རྩས་  
བཞེགས་གི་ཐལ་བ་དང་རྒྱལ་ལྗོན་འབའ་ས་བཅས་མར་དཀར་རིལ་བུ་བསྒྲིལ་བ་ཐང་གིས་འཕུལ་བའམ་སྒྲ་ཅི་  
ཆང་སྒྲུར་བཏང་བའེགས། ལྷན་རྩམས་གཞན་གྱིས་མ་མཐོང་བར་བཞིན་ན་རྩས་པ་ཆེའོ། ། ཀྱན་ལ་རྩ་བྱི་བྱི་  
བྱི་བྱང་ཤར་ལྷས་སའིས་རྫོད་དུགས་བྱ། རེངས་པར་སྒྲུར་ན་བྱུག་པ་བྱ་བ་དང་གཟེར་སར་དུགས་བྱིས་བདུག་པ་  
བཞེགས། མདོར་ན་ཞག་ལྷ་མ་འདས་པ་དང་གཏན་ལ་མ་ཕུག་གོང་བུ་བཅས་དགོས་པར་གསུངས་སོ། ། ཟས་  
དང་སྒྲོད་ལ་མ་གྱི་རྗེས་སྒྲོང་གི་བྱ་བ་རྩམས་གཏན་ཆད་སྤྱི་དང་མཐུན་པར་བྱའོ། །

བསམ་གཞིགས།

- ༡ གཉན་ནད་དོན་སྒྲོད་སོགས་ལ་འབབ་པའི་རྟགས་རྣམས་རི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
- ༢ གཉན་ནད་དོན་སྒྲོད་སོགས་ལ་བབས་རྗེས་སྤྱི་འཚོས་ཐབས་རི་ལྟར་བྱེད་དགོས་སམ།
- ༣ གཉན་ནད་དོན་སྒྲོད་སོགས་ལ་བབས་རྗེས་ཕྱག་གི་འཚོས་ཐབས་རི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

# ཡེ་ཤུ་བརྒྱ་བདུན་པ། གཉན་ནང་ཁ་མེད།

གཉན་ནང་ཁ་མེད་ཅེས་པ་དང་པོ་ནི་གཉན་ནང་དེ་དག་ལ་ཁ་མེད་དང་། སྤྱིན་ཅ་དང་། བསམ་མེད་ཅ་  
སྟགས་ལ་བབས་པའི་ནད་ཅིག་ཡིན།

## ས་བཅད་དང་པོ། རྒྱ་རྒྱུན།

རྒྱ་རྒྱུན་རྟོ་རྟོ་གཉན་རྒྱུ་མ་རྒྱན་པ་ལ། ། ལུས་ལ་གནས་པའི་གཉན་བྱིད་ཅ་གསུམ་ཡོད། ། དེ་  
ཡང་རྒྱུད་ཅ་ སྤྱིན་ཅ་ ཁྲག་ཅ་ གསུམ་ཅ། ། རྒྱུད་ཅ་ གསེར་གྱི་རྒྱ་ལྷ་ཅན་ཞེས་བྱ། ། ཁྲག་པ་ཅ་ནས་  
བསམ་མེད་ཀྱང་འབྲེལ་བར་རྒྱ། ། སྤྱིན་ཅ་དཀར་པོ་བསམ་མེན་ས་བརྒྱད་དེ། ། རྩ་མོའི་གསང་བར་  
འབྲེལ་བས་བདེ་བ་རྒྱེད། ། ཁྲག་ཅ་སྤྱིན་ལྷ་མེད་ཅེ་ལྷག་བྱ། ། བསམ་མེན་ས་བརྒྱད་མ་ཁྲིས་པའི་  
ཅ་དང་འབྲེལ། ། འདི་དག་དཔལ་ལྷན་རྒྱུད་ན་གསལ་མེད་ཀྱང་། ། རྩ་འབྲུར་བདུད་ཅེ་ལྷམ་པའི་  
དཀོང་ས་པར་རྩད། ། གདོན་དང་མི་གཙང་རྒྱུད་ལམ་ལ་སྟགས་གྱིས། ། འབྲུགས་པས་ལུས་གྱི་  
རྩན་རྒྱུས་སྤྱིན་བཞེས། །

ཞེས་པ་ཞེ། དེ་ཡང་རྒྱ་རྒྱུན་རྟོ་རྟོ་གཉན་ནང་རྒྱུ་དང་མཐུན་པ་ཡིན་ལ། རྒྱུད་པར་ལུས་ལ་གནས་པའི་  
གཉན་བྱིད་གྱི་ཅ་གསུམ་ཡོད་དེ་རྒྱུད་ཅ་དང་སྤྱིན་ཅ་ཁྲག་ཅ་གསུམ་ཅོ། ། རྒྱུད་ཅ་གསེར་གྱི་རྒྱ་ལྷ་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་  
སྟགས་པ་ཅ་ནས་བསམ་མེད་འབྲེལ་བར་རྒྱ་བག་ཅིག་དང་། སྤྱིན་ཅ་དཀར་པོ་ཞེས་བསམ་མེན་ས་བརྒྱད་དེ་མོ་མོའི་  
གསང་བར་འབྲེལ་བས་བདེ་བ་རྒྱེད་པར་བྱིད་པ་ག་ཅིག་དང་། ཁྲག་ཅ་སྤྱིན་ལྷ་མེད་ཅེ་ལྷག་ཅེས་བྱ་བ་བསམ་མེ་  
ནས་བརྒྱད་མ་ཁྲིས་པའི་ཅ་དང་འབྲེལ་བ་ག་ཅིག་བཅས་གསུམ་ཡོད་འདི་དག་དཔལ་ལྷན་རྒྱུད་ན་གསལ་པོར་མེད་  
ཀྱང་རྩ་འབྲུར་བདུད་ཅེ་ལྷམ་པའི་དཀོང་ས་པར་རྩད་བ་ཡིན། དེ་ལ་གདོན་དང་མི་གཙང་རྒྱུད་ལམ་ལ་སྟགས་  
འདུ་བ་འབྲུགས་པས་ལུས་གྱི་རྩན་རྒྱུས་སྤྱིན་བཞེས་བཅོ། །

ས་བཅད་གཉིས་པ། རྟགས།

[illegible]

གེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་གཉན་མིན་དེ་དག་ལ་པལ་ཚད་དང་སྤྱི་ཚུ་སྟོན་པ་ཞུགས་ན་གང་ཏུ་ཞུགས་པའི་ཚུ་  
 ཡི་ཐད་ཀྱི་ཕྱི་ལ་སྤྲངས་འཁུར་འཁུར་བར་ཕྱེད་ལ། ལམ་ལ་ཚད་ཞུགས་ན་ལམ་ལ་ཚུ་གཟེར་ཞིང་ལམ་ལ་ཁུད་ལ་  
 ཡུར་བ་བཅུག་པ་དང་འདྲ་བར་བྱ་ཞིང་། ཇི་ཆུ་སྟེ་ལ་ཞེད་པ་ཆད་སྟེ་ཕྱེད་པ་དང་། ཆུ་ལ་མ་ཚད་ཆུ་ཡུར་བར་ཆུ་སྟོ་  
 བ་བ་དང་འཁུར་ཏུ་སྤྲངས་པའི་དེ་ཆུ་བསྟོན་པ་ཡང་ན་ཁྱེད་དང་ཆུ་སྟོར་འཇགས་པ་དང་མཐོ་བོ་བྱ་ཞིང་། ཡུས་  
 འདར་བའི་སྟེང་འདྲོད་པ་སྟོན་པ་ཡུར་ལ་སྤྲངས་པ་ལ་ཆེར་གྱིས་ཁུད་གི་ནད་ཏུ་རྟོས་འཇིག་ཅིང་ཕྱོད་པཅས་  
 ཕྱེད། ལམ་ལ་ལམ་ལ་ཚད་ཀྱི་ན་པར་དོགས་ནས་བསྐལ་གཏར་སྟོན་པ་ཚད་པའི་པཅས་ཕྱེད་ཡུར་དེ་དག་གང་ཡུས་  
 ཡུར་མི་པན་པར་ཞག་གསུམ་ཆུ་བ་ལ་སྟོགས་པ་སྟོན་པར་ཕྱེད། བད་འདྲི་བེ་ཆུ་གང་གི་ན་རྟོས་བཟུང་མི་ཐུབ་དེ་  
 གཉན་ནད་རང་ཡུར་ཁོང་ནས་ཡུར་བའོ། །

ས་བཙན་གཏུམ་པ།      བཙོན་ཐབས།

[illegible]

ནག་ཅུ། ། ཞིབ་བཅུགས་ལ་བརྒྱད་ཀྱི་རྩུས་རིལ་བྱ་བ་ཤིལ། ། སྤྱན་གྲངས་མཐུགས་སྤྱད་ནད་  
 རྩེདས་དཔག་ལ་བཅུད། ། གོས་གྱིས་གྱིལ་ལ་ཚོག་པུར་བཞག་བྱས་ལ། ། སྤྱན་དེ་རྩུགས་ན་གདོང་  
 ལ་རྩུ་གྲང་བདེག ། མ་སྤབ་གནམ་རྩུགས་གྱིལ་བའི་བཤལ་གྱིས་སྤྱད། ། ལོག་གནོན་རྩེས་གཙོད་  
 ཟས་སྤྱད་ལ་ཚོགས་ལ། ། གཉན་ཆད་སྤྱི་ཏུ་བཤད་བཞིན་ཤེས་པར་བྱ། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་བཙས་ཐབས་ལ་སྟེར་བཙས་ཞིག་མེད་ན་འཚོ་མི་སྤྱིད་པས་དེ་ལ་སྤྱན་དཔྱད་ཟས་སྤྱད་  
 བཞི་ཡིས་བཟུན་པར་བྱ་ཞི། དང་པོ་ཉི་ཤད་རྩུ་ཞབས་ཅ་རྩུ་སོགས་གཉན་པའི་གནས་ལ་ཁང་རྩིང་དུད་པ་དང་  
 སྤྱི་ཚི་ཁྱི་པག་གི་སྤྱན་གྱི་ཐིག་ལེ་བྱ། སྤྱ་སྤལ་དང་སྤྱད་གནག་པོ་སྤྱི་ཚི་གསུམ་གྱི་བསྐྱེལ་ཐང་བཅུད། དེ་ནས་  
 གསོད་པར་བྱེད་པའི་སྤྱི་སྤྱན་ཉེ་ལ་རུ་ར་སུམ་ཆ། དཔལ་པོ་ནི་སྤྱན་ཆེན་དེའི་བཞི་ཆ། ཟུ་ཡི་རིལ་བྱ་དང་ནག་  
 རིང་ཉི་རྩུ་རྩུ་དང་ར་དུག་སྤྱི་བ་རོས་སྤྱི་ཚི་སྤྱིས་དེ་དང་མཉམ། སྤྱི་ཚི་དང་སྤྱ་སྤལ། སྤྱད་གནག་པོ་  
 གཉན་དུག་པ་ཉི་རྩུ་ག་ག་སྤྱན་ཅ་བ་རྩུམས་ཞིབ་བཅུགས་བྱས་ཉེ་ལ་བརྒྱད་ཀྱི་རྩུས་རིལ་བྱ་བ་ཤིལ་བ་དེ་སྤྱན་  
 གྲངས་དང་མཐུགས་སྤྱད་སོགས་ནད་རྩེདས་དང་སྤྱད་ཉེ་དཔགས་ལ་བཅུད་བའི་རྩེས་སོས་གྱིས་གྱིལ་ལ་ཚོག་པུར་  
 འདུག། སྤྱན་སྤྱི་ག་གྲངས་བྱེད་ན་གདོང་ལ་རྩུ་རྩུག་བདེག་དེས་མ་སྤབ་ན་གནམ་རྩུགས་གྱིལ་བའི་བཤལ་གྱིས་  
 སྤྱད་ས་ཤིང་། ལོག་གནོན་རྩེས་གཙོད་དང་ཟས་སྤྱད་ཀྱི་སྤང་སྤང་སོགས་ནི་གཉན་ཆད་སྤྱི་དང་མཐུན་པར་  
 བཙས་དགོས་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

### བསམ་གཞིགས།

- ༡ གཉན་ནད་ཁ་མེད་ཀྱི་རྩུ་ཁྱེན་རི་ཉུར་ཡིན་ནམ།
- ༢ གཉན་ནད་ཁ་མེད་ཀྱི་ནད་འཁྱར་གྱི་རོ་པོ་དང་ཁྱད་པར་གྱི་རྩུགས་སོགས་རི་འདྲ་ཡིན་ནམ།
- ༣ གཉན་ནད་ཁ་མེད་ལ་སྤྱན་གྱི་སྤྱི་ནས་བཙས་ཐབས་རི་འདྲ་བ་ཞིན་དགོས་སམ།

## ལེབ་བཙུག་པ། གཉན་ནད་འབྱུང་པ།

གཉན་ནད་འབྱུང་པ་ཉག་གཅིག་ཅེས་བྱ་བ་ནི། ནད་ཉག་མངོན་ཚུལ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཞིག་  
ཟེ། རྒྱུ་མཆིང་རྒྱག་མ་སོགས་ལ་སྒོར་འདྲ་བ་སྤངས་ཤིང་། གནས་གཞན་ངེས་མེད་དུ་འང་འཕོ་ཞིང་འབྱུག་པས་  
འབྱུང་པ་ཞེས་སྟེ་བཤད།

### ས་བཙད་དང་པོ། རྒྱ་རྒྱུན།

རྒྱ་རྒྱུན་གཉན་ཚད་རྒྱུ་དང་འདྲ་བ་ལ། །

ཞེས་པ་ཟེ། གཉན་ནད་འབྱུང་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ནི་གཉན་ཚད་རྒྱུ་རྒྱ་རྒྱུན་གྱི་དང་ཚུགས་འདྲ་བ་ཡིན་  
ནོ། །

### ས་བཙད་གཉིས་པ། ཉག་ས།

ཕྱི་དང་སྒོག་མ་མཆིང་བའི་ཕྱེད་ས་སོགས་ལ། ། ཕྱི་དང་འདྲ་བའི་ཕྱེད་ས་འབྱུང་རྒྱུན་འབྱུང་  
ན། ། རྒྱག་པ་ཕྱེད་ཆེ་ལ་རྒྱག་པ་སྒོར་བ་འབྱུང་། ། མ་ཕྱད་རྒྱ་བ་འགོར་ནས་འབྱས་སུ་འབྱུང་། །  
ཐུན་པ་མ་ལ་ཆེར་རྒྱུ་ཕྱེད་ཕྱེད་དང་། ། སེར་རུས་སོགས་མིང་འདོགས་དུ་མ་བྱེད། །

ཅེས་པ་ཟེ། དེ་ཡང་ཕྱི་དང་སྒོག་མ་དང་མཆིང་བའི་ཕྱེད་ས་ལ་སོགས་པ་གང་ཞིག་དུ་ཕྱེད་ས་འབྱུང་རྒྱུ་  
འདྲ་བ་འབྱུང་བ་དང་། རྒྱུ་དང་འབྱུང་ན་རྒྱག་པ་ཕྱེད་ཆེ་ཆེ་ཞིང་རྒྱག་པ་འགོར་བ་འབྱུང་། རྒྱུ་དང་མ་འབྱུང་  
ན་རྒྱག་ཕྱེད་རྒྱ་བ་འགོར་ནས་འབྱས་སུ་འབྱུང་བ་ཡོད་དོ། ། འདི་ལ་སྒྲུབ་པ་ལ་མེད་གྱིས་རྒྱུ་ཕྱེད་དང་ཕྱེད་  
དང་། སེར་རུས་སོགས་མིང་གི་འདོགས་ལྷགས་དུ་མ་ཡོད་དོ། །

## ས་བཅད་གསུམ་པ། བཙུག་ཐབས།

བཙུག་པའི་ཐབས་ལ་ལྷན་དཔྱད་ཟས་སྦྱོང་བཞི། ། ལྷན་ནི་རྒྱུ་ཆའི་ཉིང་ཏུ་བྱ་བུ་པ་  
 བཞུན། ། ཆེད་ཆེ་མཁས་པའི་རྒྱུ་ཏུ་ག་འདི་རང་གཅེས། ། ཕྱིར་བྱུག་མེད་པོ་ཐབ་ལག་གཙུག་  
 ལ། ། ཏུ་ཞི་འཇག་པའི་བཙུན་མོ་མཆེས་མ་ལ། ། ཆ་རྒྱུ་འབྲུག་པའི་དབང་པོ་བཙུན་བྱས་  
 ལ། ། བ་འོད་སྒྲོམ་ཙམ་བསྐྱེད་ལུམ་ས་ཏུ་གཞུག། ། ནད་རྒྱུ་ཕྱིར་ཕྱོད་འབར་འབྱུང་རྒྱུ་ན་  
 འཆོ། ། མ་བྱུག་ཏུ་པོ་བཙུག་གསུམ་བཤམ་གྱིས་སྦྱང། ། ཟས་སྦྱོང་ཕྱི་རྒྱུ་གཉན་ཆད་སྦྱི་དང་  
 མཐུན། །

ཞེས་པ་ལྟེ། དེ་ཡང་བཙུག་པའི་ཐབས་ལ་ལྷན་དཔྱད་ཟས་སྦྱོང་བཞི་ཡི་སྒྲོན་ནས་དང་པོ་ལྷན་ནི་བྱ་རྒྱུ་ལ་  
 བའི་ཉིང་ཏུ་བྱ་བུ་པ་བཞུན་པ་(ལྷང་བྱ་ཆོས་རིམ་)མཁས་པའི་རྒྱུ་ཏུ་ག་དང་། ཕྱི་ལ་བྱུག་ལྷན་ཆུ་ཙ། ཐར་ན།  
 ལྷན་ཆེན་སྦྱར་བ་ཐབ་ལག་སུམ་སྦྱོང་བ་ཞེས་ནས་དུ་སྦྱོང་མ་ཙམ་བསྐྱེད་པ་ལུམ་ས་ཏུ་གཞུག་པ་དང་ནད་རྒྱུ་ཕྱིར་ལ་  
 ཕྱོད་ཞིང་འབར་འབྱུང་རྒྱུ་ན་འཆོ་བ་ཡིན། དེས་ཀྱང་མ་བྱུག་ན་དུ་ག་པོ་བཙུག་སུམ་གྱི་བཤམ་གྱིས་སྦྱང་བ་དང་།  
 ཟས་དང་སྦྱོང་ལམ། ཕྱི་རྒྱུ་འབྲུག་པ་སྒྲུག་གཉན་ཆད་སྦྱི་དང་མཐུན་པར་བྱ་བའོ། །

## བསམ་གཞིགས།

- ༡ གཉན་ནད་འབྱུང་པོ་ཞེས་པའི་ངེས་ཆོག་རི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
- ༢ གཉན་ནད་འབྱུང་པོའི་ནད་ཉག་ས་ཀྱི་མངོན་ཆུང་ཆེ་འདྲ་འབྱུང་ངམ།
- ༣ གཉན་ནད་འབྱུང་པོའི་བཙུག་ཐབས་རི་ལྟར་ཕྱི་དགོས་མམ།

## ལེའུ་བརྩ་དགུ་པ། གཉན་ནད་འབར་འབྱར།

གཉན་རིམས་འབར་འབྱར་ཞེས་པ་ནི་ལྷན་གྱི་གནས་མ་ངེས་པར་སྐྱབས་པོ་འབྱར་དུ་སྐྱབས་པའི་ནད་ཅིག་  
ཡིན།

### ས་བཅད་དང་ཕོ། ཟུ་རྩེན།

རང་ཁོ་གཉན་རིམས་སྤྱི་དང་འབྲ་བ་ལས། ། སྐར་མེད་འདི་དུ་རྟགས་བཅས་གཉིས་ཀྱིས་  
བརྟན། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་གཉན་འབར་འབྱར་གྱི་རོ་བོ་དང་ཟུ་རྩེན་གཉན་རིམས་སྤྱི་དང་འབྲ་བ་ཡིན་པས།  
འདིར་སྐར་དུ་མེད་ལ་རྟགས་བཅས་གཙོ་བོ་བརྟན་པ་ཡིན།

### ས་བཅད་གཉིས་པ། རྟགས།

རྟགས་ནི་ལྷན་གྱི་རྩྱ་ཐང་དེས་མེད་དུ། ། སྐབས་པོ་འབར་འབྱར་འོང་ཞིང་བྱག་གཞེར་  
ཆེ། ། དེས་འགར་གྲང་ཤུམ་ཕྱེད་ཅིང་ཆ་ཆ་ཆ། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་རྟགས་ལྷན་གྱི་རྩྱ་ཐང་གྱི་གནས་མེད་དུ་སྐབས་དོག་འབར་འབྱར་ཆགས་པ་  
དང་། ཐོག་མར་བྱག་གཞེར་ཆེ། སྐབས་དེས་འགར་གྲང་ཤུམ་ཕྱེད་ཅིང་ཆ་བསྟེ་ལ་ཆ་དང་ཆ་ལ་ཆ་བའི་རྟགས་  
སྟོན་པར་ཕྱེད་དོ། །

### ས་བཅད་གསུམ་པ། བཅོས་ཐབས།

#### དང་པོ། སྐན།

#### 2 བྱག་སྐན།

སྐན་ནི་བྱག་པ་མ་ཐིང་ནག་ཁྲོས་པ་དང་། ། འབྲག་ཕྱེ་རྩྭ་གས་ཀྱི་སྐྱབ་གི་རྟག་ལག་ཅན། །

གདོན་གཤེད་ཁོ་མོ་གྱི་མིང་བཟུང་ཆེ་དང་། ། མེད་གེ་ལྷགས་རལ་ཅན་དང་ཉེ་བའི་དྲི། ། མཆན་  
 མིང་འོད་ཅན་འདྲིང་འཛིན་བ་ལྷག་པོ། ། དྲག་གི་མེ་ཉིག་གཉན་འཛམས་དཔའ་མོའི་ཟུང་། །  
 རྒྱལ་མོའི་ཉིང་ཁྱག་བཅུན་མོའི་མཆི་མ་ནམས། ། ཞིབ་བཏགས་ཨེ་ཤྲོས་རྟ་བྱས་ཁྲབ་པར་བྱག་ །  
 ཡང་ན་ལྷོག་པའི་སྐབས་བཤད་བྱག་ཟུན་བཞེན། །

ཞེས་པ་ཉེ། དེ་ཡང་བཅོས་པའི་ཐབས་ལ་སྒྲན་དབྱེད་དང་བས་སྒྲོད་ནམས་པ་བཞི་ལས་དང་པོ་སྒྲན་ལ་བྱག་  
 པ་ནི་མཐིང་ནག་ཁྲོས་པ་ཞེས་པོང་ནག་དང་། འབྲག་ཉེ་ཉེ་དེ་མོའི་ཅ་བ། ལྷགས་ཀྱི་སྤྱང་གི་ནི་སྤྱང་ཆོད་། ལྷག་  
 ལག་ཅན་མཁན་པ་ཉེ་དེ་བཞིན་དུ་སྤྱན་གཙ་བ། རྟ་སྤངས་ཁྲབ། ལྷག་ མགི་ཏ། ཅོང་ཞི། བྲག་བྱུ་ ར་  
 དྲག་ གཉན་འཛམས་དཔའ་པོའི་ལྷག་ག། ར་ཟུང་། རྒྱལ་མོའི་ཉིང་ཁྱག་སྤར་བྱུན་དང་། བཅུན་མོའི་མཆི་  
 མ་ཉེ་སྤྱང་སྤྱང་སྤྱང་བའི་ཕྱེ་མ་ཞིབ་པར་བཏགས་ཉེ་ལོ་བརྒྱད་དེ་རྒྱ་དེའི་བསྐྱངས་རྟ་བྱས་ནས་ན་སར་ཁྲབ་  
 པར་བྱག་པ་དང་ཡང་ན་ལྷོག་པའི་སྐབས་བཤད་པའི་བྱག་སྒྲན་བཞེན་དགོས་སོ། །

### ༩ ཁོང་སྒྲན།

ཁོང་སྒྲན་བྱ་བྱུང་ལ་བཅོད་ལྷན་ཉེད། ། དུམ་ཆུ་ཕྱི་མི་རྩ་དང་བྱ་བྱུང་གྱི། ། མཆན་དང་  
 ཆུ་མེད་སྒྲན་གྱི་ཉེད་མོའི་ཆུལ། ། བཟང་བྱག་གཤོག་བཏགས་ལོ་བརྒྱད་དེ་ཆུས་དབུལ། ། འདི་  
 ཡིས་འཛམས་ཞེས་པོང་སྒྲན་པ་ཡི་ལྷགས། ། ཡང་ན་ནག་ཏུ་བཀྱག་ལ་སྒྲིན་ནས་བརྟོལ། །

ཞེས་པ་ཉེ། ཁོང་སྒྲན་བྱ་བྱུང་ལ་བཅོད་ལྷན་གྱི་ཉེད་ལ་དབུལ་ཆུ་དང་ལུ་མི་བཟན་པ་བྱ་བྱུང་གི་རྩ་ཡི་ཆུལ་  
 དང་བྱ་བྱུང་ནག་པོ་བཟན་པས་མཆུ་ཡི་ཆུལ་བྱས་ཏེ། སྤྱོད་ཐལ་སོར་གསུམ་ཉེད་མོའི་ཆུལ་དང་རྩ་ཡི་ཆུ་བྱར་བྱག་  
 ཀོ་ལ་ཉེ་བཟང་པོ་བྱག་གི་གཤོག་པ་བཏགས་ཏེ་ལོ་བརྒྱད་དེ་ཆུས་དབུལ་སོ། ། གཉན་འབར་འབྱར་ནི་དབུལ་  
 རྒྱང་བཅུ་བདུན་པའི་སྤྱོད་པ་འདི་ཡིས་འཛམས་ཞེས་པོང་སྒྲན་པའི་ལྷགས་ཏེ་པོང་སྒྲན་དཀོན་མཆོག་འཕན་དར་  
 གྱིས། མཆུ་ཉེད་གཤོག་བཏགས་རྩ་ཅན་འདི། ། ཀོང་པོ་བྱར་མཁར་ཆོས་མེའི་ལྷགས། ། དེར་སང་པོང་སྒྲན་  
 ལག་ན་འཆང་། ། ཞེས་པས་ཁྲུངས་བཅོན་ལ་ཕན་ཆེ་བས་གལ་ཆེལ། ། ཡང་ན་དབྱེད་བ་ནག་ཏུ་བཀྱག་ལ་  
 སྒྲིན་ནས་བརྟོལ་ལ་ཟུར་གསོ་བར་བྱའོ། །

## གཉིས་པ། དབྱང་།

མ་བྱུང་དྲག་པོ་བཅུ་གསུམ་བཤམ་གྱིས་སྤྱོད། །

ཞེས་པ་ཉེ། དེས་མ་ཐུབ་ན་ཏུག་པོ་བཅུ་གསུམ་གྱི་བཤལ་གྱིས་སྤྱང་བཤམ་ཆ་བྱང་ཚར་ན་དཔྱད་གྱིས་  
དཔྱད་བར་བྱང་ཁྱང་བྱང་རོ། །

### གསུམ་པ། ཟས་སྤྱོད།

ཟས་སྤྱོད་རྗེས་སྤྱོད་གཉན་ཆད་སྤྱི་བཞིན་དང་། ། མཐུག་ཏུ་འཁྱོགས་ན་དེ་ཡི་གཉེན་པོས་  
བཙས། །

ཞེས་པ་ཉེ། ཟས་དང་སྤྱོད་ལམ་སོགས་གཉན་རིམས་སྤྱི་དང་མཐུན་པར་བཙས་ལ་མཐུག་ཏུ་ནད་དེ་  
གཞན་ཏུ་འཁྱོགས་ན་དེ་དང་དེའི་གཉེན་པོས་བཙས་པར་བྱའོ། །

### བསམ་གཞིགས།

- ༡ གཉན་ནད་འབར་འབྱར་གྱི་ནད་འབྱར་རོ་པོ་དང་བྱད་པར་གྱི་ཉགས་སོགས་རི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
- ༢ གཉན་ནད་འབར་འབྱར་གྱི་བཙས་ཐབས་རི་འདྲ་ཡིན་ནམ།
- ༣ གཉན་ནད་འབར་འབྱར་གྱི་བཙས་ཐབས་བྱུག་སྒྲན་གང་འདྲ་བཞེན་ན་ལེགས་སམ།

# ལེབ་ཉི་ཤུ་བ། གཉན་ནད་རྩ་ཆ་ཤུས་འདེབས་བ།

རྩ་ཆ་ཤུས་འདེབས་ཞེས་པ་རོ་བོ་ནི་གཉན་ནད་དེ་ན་བའི་ཆར་ཁྱགས་པའི་ནད་ལ་ཟེར།

## ས་བཅད་དང་ལོ། རྩ་ཆེན།

རྩ་ཆི་གཉན་ནད་རྩི་དང་འབྲ་བ་ལ། །

ཞེས་པ་ལྟ། དེ་ཡང་རྩ་དང་རྩེན་ནི་གཉན་ནད་ལས་རྩི་རྩེན་དང་འབྲ་བ་ཡིན་ནོ། །

## ས་བཅད་གཉིས་བ། རྟགས།

རྩ་རྩུག་འབྲུགས་ལ་གཟེར་ཞིང་ཟ་འབྲམ་སྐྱངས། ། ཅ་ཁྱིམས་རྩ་དམར་དྲོད་ཆེ་བ་ཆེ་འདར་  
འབྲུང་། །

ཞེས་པ་ལྟ། དེ་ཡང་རྩ་རྩུག་འབྲུག་ཅིང་གཟེར་ལ་ཟ་འབྲམ་དང་ན་ཤལ་གྱི་ཆར་རྩལ་བ་ཤུས་བཏབ་བཞིན་  
སྐྱངས་ཤིང་། ཤུས་འདེབས་རོས་མ་ཟིན་ན་བར་རྩ་སྐྱངས་པ་སོགས་ནད་གཞན་དུ་འབྱུང་བས་ནན་ནས་བཅོས་  
བསྐྱིམ་དགོས། ཅ་ཁྱིམས་ཤིང་རྩ་དམར་བ་དང་། ཤུས་ལ་དྲོད་ཆེ་བ་དང་བསྐྱ་བཅེ་ཞིང་ཤུས་འདར་ཡང་ཡང་  
བྱེད་པ་སོགས་སྟོབས་རྒྱུང་ཡིན་ན་ཞག་འགའ་འདས་རྩེས་རང་བཞིན་དུ་ཞི་ཞིང་། སྟོབས་ཆེན་ན་བའོན་པ་འཕ་  
སྐྱངས་པ་འཕ་སྐྱངས་པོ་ཁོང་དུ་ཤོར་ནས་འཆོད་ཀྱི་ལོ། །

## ས་བཅད་གསུམ་བ། བཅོས་ཐབས།

བཅོས་ཐབས་སྟན་ཆུགས་དབྱེད་ཟས་སྒྲིབ་ལམ་ལ། །

ཞེས་པ་ལྟ། དེ་ཡང་བཅོས་པའི་ཐབས་ལ་སྟན་དང་ཆུགས་དང་དབྱེད་དང་ཟས་སྒྲིབ་སོགས་ལྟ་ཡི་སྟོན་ནས་  
བསྟན་པར་བྱུངོ། །

## དང་པོ། རྒྱན།

### ༡ ཁོང་རྒྱན།

རྒྱན་ནི་ཁོང་ཏུ་ཐུང་ཉིང་གྲ་གྲུལ་དང་། ། ཉུག་ཤ་དུལ་ཆུ་ལྷི་བརྒྱན་ལ་བཏང་། ། ཡང་  
ན་རྒྱན་ཆེན་བཞི་རྒྱུད་གང་ལོས་ཤིས། །

ཞེས་པ་ཉྱེ། རྒྱན་ནི་ཁོང་ཏུ་ཐུང་ཉིང་གྲ་གྲུལ་དང་། ཉུག་ཤ་ དུལ་ཆུ་ ལྷི་བརྒྱན་ལ་བཏང་  
བཞོན་པ་ཐུང་དགྲའི་རྒྱུད་བཞེ་ལ་ལས་པ་བྲང་ཉིང་ལུགས་སོ། །

### ༢ རྒྱག་རྒྱན།

རྒྱག་པ་ཟབ་ལག་ཅན་དང་བྲག་བྱུན་དང་། ། གྱི་རྟོང་ཉུག་ཤ་དྲི་རྒྱ་རྒྱར་ཏེ་རྒྱག ། ཡང་ན་  
རང་རྒྱར་གཉིས་དང་ཁོང་བཞག ། གྲ་གྲུལ་ཉུག་ཤ་བྲང་ག་རྒྱར་བ་རྒྱག །

ཅེས་པ་ཉྱེ། རྒྱག་པ་ལ་ཆུ་ཅ་བྲག་བྱུན། གྱི་ཉྱེ། རྟོང་ལེན། ཉུག་ཤ་རྒྱལ་སོ་བརྒྱད་དྲི་རྒྱ་དང་རྒྱར་བ་  
ལྷི་ནས་རྒྱག ། ཡང་ན་དྲི་ཆེན་དང་དྲི་རྒྱ་དང་ཁོང་བཞག གྲ་གྲུལ། ཉུག་ཤ་ བྲང་ག་རྒྱར་བ་རྒྱག་སོ། །

## གཉིས་པ། རྒྱགས།

བཅན་ཏུག་ཕྱན་ཅམ་ཞིབ་བཏགས་ཆུ་རྒྱར་ལ། ། བཅན་ཏུ་པ་ཡ་ཤ་ལ་པར་ཞེས་པ་ཤི། །  
རྒྱགས་རྟོང་བཏབ་པའི་ཐིགས་པ་རྣ་བར་བྱུག །

ཅེས་པ་ཉྱེ། བཅན་ཏུག་ཕྱན་ཅམ་ཞིབ་མོར་བཏགས་པ་ཆུ་ལ་རྒྱར་བར་བཅན་ཏུ་པ་ཤ་ལ་པར་ཞེས་པའི་  
རྒྱགས་ཏུང་མཐར་ཡང་རྟོང་བཏབ་པའི་ཐིགས་པ་རྣ་བར་བྱུག་སོ། །

## གསུམ་པ། དཔུང།

མ་པན་ཏུ་ཐུང་ཉིང་ཐ་མཚད་ཐུན་ཉིང་། ། ཟ་ལོག་ལོར་གསོལ་ཆུལ་ཐུན་ཆུལ་ལོ་ལ། ། ཏུ་ཞོ་  
ལེག་ལའི་བརྒྱན་མོ་ཡིད་ལོང་ལ། ། ཏུང་ཐོད་བཅིངས་པའི་རྒྱན་ལོས་ཁ་ལོ་བཅས། ། ཏུག་ལོང་

ལམ་ནས་བྱུང་བ་ལ་གཅིས། །

ཞེས་པ་སྟེ། དཔུང་ནི་དེས་མ་སྐྱེས་པ་ལྟ་བུར་ཁྱེད་ཀྱི་ལམ་ནས་བྱུང་བ་ལ་གཅིས་ཅི། དུར་བྱིད། ཐར་བྱ། རེ་ལྷག་  
པ། ལྷག་གི་ཁྱེད་ཀྱི་ལམ་ནས་བྱུང་བ་ལ་གཅིས་ཅི། ལམ་ནས་བྱུང་བ་ལ་གཅིས་ཅི། །

བཞི་པ། ཟས་སྦྱོད།

ཟས་དང་སྦྱོད་ལམ་གཉིས་ཆད་སྦྱི་བཞིན་ནོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། ཟས་སྦྱོད་ཀྱི་སྤངས་སྤངས་ལྷག་ལྷག་དེས་སྦྱི་བཞིན་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

བསམ་གཞིགས།

- ༡ གཉིན་ནད་ན་ཆ་ཕྱུས་འདེབས་ཀྱི་ནད་ཉགས་མངོན་ཚུལ་ལམ་ན་ལྷགས་དང་ནད་སྦྱོབས་ཆེ་བུ་ཕྱིན་ན་  
ཉིན་ཁ་ཅི་འདྲ་འབྱུང་ངམ།
- ༢ གཉིན་ནད་ན་ཆ་ཕྱུས་འདེབས་ཀྱི་བཙས་ཐབས་ཅི་འདྲ་བཞིན་ན་ལྷགས་སམ།
- ༣ གཉིན་ནད་ན་ཆ་ཕྱུས་འདེབས་ཀྱི་སྦྱོར་འགྲོག་བྱིད་སྤངས་ཅི་སྤངས་ཡིན་ནམ།

## ལེབ་ཉེར་གཅིག་པ། གཉན་རིམས་ངམ་རྩ།

གཉན་ནད་ངམ་རྩ་ཞེས་པའི་ནད་འདི་དེ་འབྱུང་བྱངས་ནི་གནད་ལྟ་མོ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཐུབ་མཁའ་མི་འདྲ་  
བའི་ཕྱི་བདང་ནང་བ་གཉིས་ནུས་མཐུ་འགན་པའི་ཆེ་ཕྱི་བས་ཕྱོག་ཆགས་ནག་པོའི་རྒྱུ་ནད་ནད་ཡམས་སྐྱགས་  
ཉེ་ནང་པའི་ཚྭ་གས་སྤྱ་བཏང་བ་ལས་བྱུང་བ་ཚོན་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་དང་ཐུར་བའི་གཉན་ནད་ངམ་འབྲུགས་སམ་ངམ་  
རྩ་ཞེས་སྐྱག་གཟེར་ངམ་ནག་ཅིང་གཞན་ལ་འང་འགོ་བའི་གཉན་རིམས་ཤིག་ཡིན།

### ས་བཅད་དང་ཐོ། རྩ་ཁྲིན།

རང་ཐོ་རྩ་ཁྲིན་གཉན་རིམས་ལྷི་དང་འདྲ། ། གཉན་མཁྱིས་རྩང་གི་རྩ་ཁྲིན་ལས་ཀྱན་  
ཐབ། །

ཅེས་པ་ཞེ། དེ་ཡང་རོ་ལོ་གཉན་རིམས་ལྷི་དང་འདྲ་བ་ལ་ནད་འདི་གཉན་མཁྱིས་རྩང་གི་རྩ་ལ་ཁྲིན་ནས་  
ལས་ཀྱན་ལ་བྱུང་བའི་ནད་ཅིག་ཡིན་ནོ། །

### ས་བཅད་གཉིས་པ། དབྱེ་བ།

དབྱེ་བ་རྩང་མཁྱིས་བད་ཀན་ཐག་རྩ་མེད། ། འདུས་པ་དང་བཅས་རྣམ་པ་བྱུག་གིས་  
བརྟན། །

ཞེས་པ་ཞེ། དེ་ཡང་ནད་འདི་ལ་དབྱེ་བ་རྩང་དང་། མཁྱིས་པ་དང་། བད་ཀན་དང་། ཐག་དང་། རྩ་  
མེད་དང་། འདུས་པ་བཅས་རྣམ་པ་བྱུག་གིས་བརྟན་ཡོད་ནོ། །

### ས་བཅད་གསུམ་པ། ཉག་ས།

### དང་པོ། རྩི་ཉག་ས།

འཁྱི་ཉག་ས་ཆམ་པའི་མརྩོན་རྩལ་འདྲ་བ་ལ། ། གྲང་ཤུམ་ཆིགས་བརྒྱད་གཡའ་ལ་རྩིད་པ་

ལྷན། ། ལྷོ་མོར་ཕྱེན་རྩ་མགྲིན་པ་མི་བདེ་ཞིང་། ། ཆ་སྤྲུམས་ཤེ་བམི་ནད་འབྱུང་ཆ་ཁ་བྱིང་། །  
གཏིང་གི་མས་ཡང་ན་རྟོང་རྟོང་དང་རྟོན་ཡོང་། ། རྩ་ཉི་དམར་མེར་རྩ་བཤལ་རྩ་བཤལ། ། ཡང་  
ན་རྩོ་རྩ་རྩ་བ་ཅན་ཡང་འབྱུང་། ། རྩོ་མདོག་རྩ་ལ་མཐའ་དམར་གཞུང་འབྱུང་མཐའ་། །

ཞེས་པ་ཉི། དེ་ཡང་ནད་འདི་འི་ཕྱི་ཡི་རྟགས་ནི་ཆམ་པའི་མདོན་རྩ་དང་འདྲ་ཞིང་། ཡང་ཤུམ་དང་  
ཆོགས་བརྒྱད་ནས་ན་བདར་གཡའ་ཞིང་རྩྱིད་པ་རྩྱར་བ་དང་། ལྷོ་མོར་བདར་ཕྱེན་རྩ་དང་མགྲིན་པ་མི་བདེ་ལ།  
ཆ་སྤྲུམས་ཤེ་བའི་ནད་རྩ་འབྱུང་བ་དང་། བལྟ་ཆ་ཁར་བྱིང་ལ་གཏིང་གི་མས་པར་འཕར་བའམ་ཡང་ན་རྟོང་  
རྟོན་ལྟ་བུར་འཕར་ཡང་བྱིད། དེ་རྩྱི་མདོག་དམར་མེར་རྩ་བཤལ་རྩ་བཤལ་ཡང་ན་རྩོ་རྩ་བ་ཅན་ཞིག་  
འབྱུང་། རྩོ་མདོག་རྩ་ཞིང་མཐའ་དམར་ལ་ཕྱེ་གཞུང་དུ་འབྱུང་པ་མང་པོ་ཆགས་པ་དང་གཉིད་མེད་བྱི་འཕོ་མ་  
ཕྱིད་པ་སོགས་རྩྱང་ནད་མཐུར་ངོས་བརྒྱབ་བཞིན་ནོ། །

### གཉིས་པ། བྱེ་བྲག་གི་རྟགས།

བྱེ་བྲག་རྩྱར་རྩྱར་གཡལ་མང་དཔྱི་རྟེན་ན། ། དབང་པོ་མི་གསལ་ཁ་གཏོང་གཡོ་ཞིང་  
རྩྱངས། ། བཟིས་པ་ཁ་རྩོམ་མགོ་ན་ལྷས་རྩལ་འབྱ། ། བད་རྩྱར་ལྷས་ཕྱི་རྩལ་ཕྱི་ན་མོ་བ་རྩོས། །  
ཁག་རྩྱར་རྟོང་རྩྱངས་ཤེ་འགགས་མིག་ཆ་དམར། ། རྩ་མོར་ཆོགས་ཁ་རྩོམ་ལ་གྲངས་རྟོས་ན། །  
འདུས་པ་དེ་དག་གྲུན་གྱི་རྟགས་ལྟན་འབྱུང་། །

ཞེས་པ་ཉི། དེ་ཡང་བྱེ་བྲག་རྩྱར་ལས་རྩྱར་བ་ལ་གཡལ་མང་ཞིང་དཔྱི་རྟེན་ན་བ་དང་། མིག་སོགས་  
དབང་པོ་མིག་སྤྱུང་བ་དང་། ཁག་ཏོར་གཡོ་ཞིང་རྩྱ་བ་དང་། བཟིས་པ་ལས་རྩྱར་བ་ཁ་རྩོམ་པ་དང་མགོ་ན་བ།  
ལྷས་ལ་རྩལ་མང་ཞིང་སྤྲུམ་པའི་རྩྱར་དུ་འབྱུང་བའང་ཡོད། བད་ཀན་ལས་རྩྱར་བ་ལ་ལྷས་ཕྱི་ཞིང་ལྱད་པ་རྩལ་  
ཕྱིད་མང་བ་དང་། ཁོང་པ་རྩོམ་འབྱུང་ངོ། ། ཁག་རྩྱར་རྟོང་རྩྱངས་ཤིང་གི་བའམ་གསལ་པ་དང་མིག་ཆ་དམར་  
པོར་འབྱུར་བཞིན། རྩ་མོར་ལས་རྩྱར་བ་ཆོགས་ཁ་རྩོམ་ལ་གྲང་དང་རྟོས་པའི་ཆོན་བ་དང་། འདུས་པ་ལས་  
རྩྱར་ན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གྱི་རྟགས་དང་ལྟན་པར་འབྱུར་ངོ། །

### ས་བཅད་བཞི་པ། བཙོས་ཐབས།

བཙོས་ཐབས་དབྱེད་ཐུན་ཐུན་རྩོད་རྩམ་པ་བཞི། །

ཞེས་པ་ལྟེ། དེ་ཡང་བཅོས་པའི་ཐབས་ལ་དབྱང་དང་སྒྲན་དང་ཟས་སྒྲིད་ལམ་ནམ་པ་བཞིའི་སྒོ་ནས་  
བཤད་པར་བྱའོ། །

## དང་པོ། དབྱང་།

ཐུད་པར་དབྱང་བཅོས་ཐབས་རྩ་ནད་འདིའི་མཆོག་། དང་པོ་ནད་འདི་ཁ་ལ་བབས་པའི་  
བྱས། ། མཁྱིན་པའི་གནས་སུ་ཐབས་རྩས་སྒྱུད་པ་གནད། ། བར་བྱ་ནད་རྒྱས་སྒྲིད་གསང་ཐབས་  
རྩས་བསད། ། ཐམ་སྒྲུག་ཉན་གང་བྱ་བྱེད་ན་ཡང་། ། གང་ག་ཟེར་ཐབས་རྩས་ལེགས་པར་ཐབས་  
ཏེ་སྒྱུད། ། རྒྱ་བྱར་མང་ཐོབས་རྒྱ་མེད་འཇག་ན་བཟང་། །

ཞེས་པ་ལྟེ། དེ་ཡང་ཐུད་པར་གྱི་བཅོས་ལ་དབྱང་གྱི་བཅོས་ཏེ་ཐབས་རྩ་རྒྱག་པས་ནད་འདིའི་གཞིན་པ་  
མཆོག་རྒྱ་བཟུགས་ཏེ། མོག་མར་ནད་འདི་ཁ་ལ་བབས་པའི་བྱས་ན་ཐབས་རྩས་མཁྱིན་པའི་གནས་སུ་སྒྱུད་པ་  
དང་། བར་བྱ་ནད་རྒྱས་པའི་ཆེན་སྒྲིད་གསང་ཐབས་རྩས་བསད་པ་དང་། ཐམ་སྒྲུག་ཉན་གང་བྱ་བྱེད་ན་ཡང་  
གང་ག་ཟེར་པར་ཐབས་རྩས་ལེགས་པར་རྒྱ་བསྒྲིལ་བྱུང་པ་དང་། དེ་དག་ནམས་སུ་རྒྱ་བྱར་མང་བྱ་ཐོབས་ནས་རྒྱ་  
མེད་འཇག་པ་ལོགས་སྒྱུར་ན་མིན་རྒྱ་བཟང་ངོ། །

## གཉིས་པ། སྒྲན་།

སྒྲན་ནི་ནད་འདིར་སྒྲིན་བྱེད་ཐང་མི་དགས། ། ཁ་ཁྲ་ལ་གར་ནག་པོ་ཁྲ་དང་། ། རྒྱ་གར་  
རྩ་ཁྲ་སྒྲིན་ལྷག་སྒྲིལ་བཅས། ། ལ་གར་བརྒྱན་འདི་ཆང་དང་ཕྱས་བཟུང་དང་། ། རྒྱ་ཆན་ལ་  
སོགས་ཆ་གྲང་རྒྱས་ལུལ་པ། ། ནད་འདིའི་གཞིན་པོ་ཁྲ་ཞེས་མཁས་པའི་བྲུགས། ། ཡང་ན་མིང་  
ཅན་ལ་བྲུག་ཆ་གཉིས་ལ། ། རྒྱག་པ་ཆ་ལ་ལྷ་ཕྱ་བྱ་དག་དང་། ། ཁྲ་ཆ་ཆ་མེད་རྒྱ་མེད་གསུམ་  
དང་། ། སྒྲན་ཡང་ཆ་ལྷན་པའི་ཁྲག་སྒྲུབ་འདི། ། སམ་ཕྱ་འཇོགས་པའི་སྒྲན་གྱི་གཆ་ལྷ་  
ཐོང་། ། ཡང་ན་ལ་གར་བཟུང་ལྷོང་ཁྲ་ཁྲ་དང་། ། ཁྲ་སྒྲིན་བཟུན་པ་ཆང་གིས་ལུལ་པར་སྒྲུབ་། །  
ཡང་ན་བའི་བྱེད་རྒྱར་བྱའི་ཁ་ཆར་བྱ། ། ཁྲ་ལྷ་ལ་གར་ནག་པོ་ཕྱ་རྒྱ་བཟུན། ། གཞན་ཡང་ལ་གར་  
སྒྲིལ་བཅོ་ལྷ་སོགས། ། བྱེད་ལ་ལ་གར་བརྒྱན་པའི་ཁ་ཆར་བྱ། ། རྒྱར་ལ་གྱི་པ་མཁྱིན་རྒྱན་ཏེ་གྱ་  
དང་། ། བད་ཀ་ནན་ལེ་པ་ཕྱ་དང་ཁྲག་སྒྲུབ། ། རྒྱ་མེད་པས་ཆེ་མེད་ལྷོང་བཟུན་པར་བྱ། ། རྒྱར་

རྟགས་ལྡན་ན་ཆོགས་གསང་བཟླ་བ་དང་། ། བསྐྱམ་མེ་བྱ་ཡང་མཁས་འགའི་ལྷགས་སུ་སྒྲང་། །  
འདུས་པ་དེ་དག་ཀྱང་གྱིས་གསོ་བར་བྱོས། །

ཞེས་པ་ཞེ། དེ་ཡང་སྤྲན་གྱིས་བཅོས་པ་ལ་སྤྲན་བྱེད་ཀྱི་ཐང་མི་དགོས་ལ་ཡང་ནག་དང་། སྤྲན་ཆེན། ཅུ་  
གང་། རྩ་ཏི། ཡི་ཤི། གོ་སྟོད། སྤྲན་སྤྲེལ་བཅས་བསྐྱེད་ས་པ་ཡག་ར་བདུན་པ་འདི་ཆང་དང་རུས་བཅུད་དང་  
ཆུ་ཚན་ལ་སོགས་ཚ་གང་རྟ་ཡིས་བསྐྱར་ཏེ་འཕུལ་བ་ནད་འདིའི་གཉེན་པོ་ཡིན་ཞེས་འཆོ་བྱེད་མཁས་པ་མཆོ་སྤྲད་  
མཁན་ཆེན་གྱི་ལྷགས་ཡིན། ཡང་ན་མིང་ཅན་དང་ཡ་བྱག་ཆ་གཉིས་དང་སྤྲན་ཤ་ཆ་ཡ་དང་ཡ་རུ། རྩ་དག་ བི་  
ཤ་ཆ་རེ་ཆུ་མེར་སྤྲན་གསུམ། སྤྲན་པོང་ཁྱག་སྤྲར་བའི་བཅུ་གཅིག་པ་འདི་ངམ་རུ་འཛོམས་པའི་སྤྲན་གྱི་གཅོ་བོར་  
སྤྲང་ཞིང་། ཡང་ན་ཡག་ར་བསྐྱར་པའི་སྤྲང་ལ་ཡི་ཤི་དང་གོ་སྟོད་བསྤྲན་པ་ཆང་གིས་ཕུལ་བ་ཡང་སྤྲང་ལ། ཡང་  
ན་ཅུ་གང་བདེ་བྱེད་ཆུང་བྱ་ལ་ཁ་ཆར་དུ་ཡི་ཤི་ ཡང་ནག་ རུ་རྟ་བསྤྲན་པ་བཏང་། གཞན་ཡང་ཡག་ར་སོ་ལྷ་  
དང་བཅོ་ལྷ་སོགས་བཏང་ཆོག་པ་དང་བྱེ་བྲག་རུ་བཅོས་པ་ལ་ཡག་ར་བདུན་པའི་ཁ་ཆར་དུ་ཆུང་ལ་གྱི་ཤ་བསྤྲན་པ།  
མཁྱིས་པར་ཏིག་ཏ། བད་ཀན་ལ་ན་ལེ་ཤམ། ཁྱག་ལ་སྤྲར་རུ་དང་། ཆུ་མེར་ཤས་ཆེ་བ་ལ་སེང་ལྷེང་བསྤྲན་པར་  
བྱ་བ་མདེའུ་ཁ་བསྐྱར་ཏེ་བཅོས་དགོས་ལ། ཆུང་རྟགས་ལྡན་ན་ཆོགས་གསང་བཟླ་བ་དང་བསྐྱམ་མེ་བྱ།  
འདུས་པ་དེ་དག་ཀྱང་གྱིས་གསོ་བར་བྱོར་རོ། །

### གསུམ་པ། ཟས།

ཟས་ནི་ཕྱེ་བྲག་མར་དཀར་བཏབ་པ་དང་། ། ཆུང་རྟགས་ཆེན་ཕྱེ་ཡོང་བྲག་པ་བཞེན། །  
ཞེས་པ་ཞེ། དེ་ཡང་ཟས་ནི་ཕྱེ་བྲག་ལ་མར་དཀར་བཏབ་པ་དང་ཆུང་རྟགས་ཆེན་ཕྱེ་ཡོང་གི་བྲག་པ་  
བཞེན་ནོ། །

### བཞི་པ། སྦྱོད་ལམ།

སྦྱོད་ལམ་རྩོ་གནས་ཡིད་འོང་གྲོགས་བཞེན་བྱ། ། ཞི་དན་རྩ་གྲང་ཇ་དང་ཐང་ཕྱེ་མ། །  
བསེལ་རྩལ་གྲར་བཤལ་ག་བྱར་རྩ་རན་སྤང་། །

ཞེས་པ་ཞེ། སྦྱོད་ལམ་རྩོ་བའི་གནས་དང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་གྲོགས་བཞེན་པར་བྱ། འཛོམས་བྱ་ནི་བསེལ་ལ་  
རྩལ་བའི་ཟས་སྒྲིམ་ཞོ་དང་དར་པ་ར་དང་རྩ་འབྲགས་པ། ཐང་ཕྱེ་མ་སོགས་དང་སྦྱོད་ལམ་ལྟ་རན་དང་སེམས་

ལས་ཀྱི་རིགས་དང་གཏེར་ག་དང་བཤལ་རྣམས་སྤང་བར་བྱའོ། །

བསམ་གཞིགས།

- ༡ གཉན་རིམས་རམ་ཁུ་ཡི་ནད་འཇུར་གྱི་རོ་ཚ་དང་ཁྱད་པར་གྱི་ཉགས་མོགས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
- ༢ གཉན་རིམས་རམ་ཁུ་འི་བཙོས་ཐབས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།
- ༣ གཉན་རིམས་རམ་ཁུ་འི་སྨོན་འཁོག་ཕྱིད་ཐབས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

## ལེབ་ཉིན་གཉིས་ལ། གཉན་རིམས་བྱམ་གསར།

གཉན་རིམས་བྱམ་གསར་ཞེས་པ་ནི་ནད་རྟགས་བྱམ་བྱ་དང་ཆེས་མཚུངས་ཤིང་དུལྱི་ཤིང་ཕུས་ཆོགས་  
ནམས་གཟེར་ཞིང་འགོ་བའི་ནད་ཅིག་ཡིན།

### ས་བཅད་དང་པོ། རྩུ་རྩེན།

རྩུ་རྩེན་ཆ་བ་གསར་ལ་ཉིན་གཉིད་ཤོག ། བཅད་ཤོར་བྱག་ཕུལ་རྩེན་གྱིས་བྱེར་བ་དང་། །  
ཁ་ཅིག་གཉན་ཐུས་ཆར་ནད་གདོན་གྱི་རྩེན། ། ལལ་ཆེར་བལ་ནད་བཙོས་ཉིས་བྱེར་ལས་  
འབྱུང་། ། དེ་བྱེར་ནད་འདི་མཆེད་རྩེན་ལ་ལར་འགོ། །

ཞེས་པ་ལྟེ། དེ་ཡང་བྱམ་གསར་གྱི་ནད་འདི་འབྱུང་བའི་རྩུ་རྩེན་ནི་ཆ་བ་གསར་པའི་ཁུས་ཁུ་ཉིན་པར་  
གཉིད་ཤོག་དང་། བཅད་ཤོར་བ་དང་། སྦྱོད་ལམ་བྱག་ཕུལ་གྱིས་རྩེན་གྱིས་ཆ་བ་བྱེར་བ་དང་། ཁ་ཅིག་གཉན་  
ཐུས་པ་དང་། ཆར་ནད་དང་གདོན་མོགས་གྱི་རྩེན་དང་། དེ་བྱེར་ནད་འདི་མཆེད་པར་རྩེན་པ་དང་། ལལར་  
འགོ་བར་འབྱུང་རོ། །

### ས་བཅད་གཉིས་ལ། དབྱེ་བ།

དབྱེ་བ་འདི་ཡང་དཀར་ནག་རྣམ་པ་གཉིས། །

ཞེས་པ་ལྟེ། དེ་ཡང་དབྱེ་བ་རྩེན་བྱམ་གསར་གྱི་ནད་འདི་ལའང་དཀར་པོ་དང་ནག་པོ་རྣམ་པ་གཉིས་  
ཡོད་དོ། །

### ས་བཅད་གསུམ་ལ། རྟགས།

#### དང་པོ། རྩུ།

རྩུ་ལ་བྱམ་བྱའི་ནད་དང་རྩུགས་འབྲེ་ལ། ། འོན་ཀྱང་ལེས་མེད་བབས་ཕྱགས་རྩུ་ཆོགས་

ཉགས། །འགའ་ཞིག་དཔྱི་དང་རྟེན་པ་བརྒྱ་རྒྱུག །ལ་ལ་རྒྱག་མེད་བྱིང་ཞིང་ཉོབ་པའི་  
 རྩལ། །ཁ་ཅིག་རྟོགས་པའི་རྩལ་རྟོན་རྩལ་འཇག་ །ལལ་ཆེད་ཐོག་མ་མགོ་རྒྱུ་ཆོགས་གཞི་  
 ར། །བརྩེ་འདར་གྲང་ཤུམ་མི་ལམ་ཟ་བྱི་མང་། །དེ་ནས་དཔྱི་རྟེན་ཤུམ་མའི་ཆོགས་ལ་  
 བབས། །བབ་རྩལ་གང་མང་ཉན་འདི་དང་ག་བདེ། །

ཞེས་པ་ལྟེ། དེ་ཡང་ནད་འདི་ངོས་འཛིན་པའི་ཉགས་སྟེ། སྤྱི་ཉགས་དང་ཕྱི་ཤུག་གི་ཉགས་ཏེ་གཉིས་  
 ལས། ཤུམ་གསར་སྤྱི་ལ་བྱུང་པའི་ཉགས་ནི། སྤྱིར་ཤུམ་པའི་ནད་དང་རྩལ་འདྲ་ལ། འོན་ཀྱང་དེས་མེད་ཀྱི་  
 བབས་ཤུགས་མི་འདྲ་བ་རྩལ་ཆོགས་པའི་ནད་ཉགས་ལྟ་བུ་ཞིང་། ནད་པ་འགའ་ཞིག་ལ་དཔྱི་དང་རྟེན་པ་བརྒྱ་རྒྱུ་  
 བྱིང་རྒྱག་འབྱུང་བ་དང་། ལ་ལར་རྒྱག་མེད་པར་ཤུམ་མེས་སྤྱིང་ཞིང་ཉོབ་པའི་རྩལ་རྟོན་ལ། ཡང་ཁ་ཅིག་  
 ལ་རྟོགས་པའི་རྩལ་རྟོན་ཏེ་རྩལ་འཇག་པ་དང་། ལལ་ཆེད་ལ་ཐོག་མར་མགོ་རྒྱུ་ཆོགས་གཞི་ན་བདད་། བ་  
 སྤྱབ་རྩེ་བ། ཤུམ་པོ་འདར་ག། གྲང་ཤུམ་ཕྱེད་ཅིང་མི་ལམ་ཟ་བྱི་མང་བ་དང་། དེ་ནས་དཔྱི་རྟེན་དང་ཤུམ་མའི་  
 ཆོགས་རྣམས་ལ་བབས་ནས་བདེ། །ན་རྩལ་ལྟེ་ཡང་གང་ཡིན་རྒྱུ་དང་ག་བདེ་བར་གནས་པར་གསུངས་  
 སོ། །

## གཉིས་པ། ཕྱི་ཤུག

ཕྱི་ཤུག་དགའ་པོ་རྒྱག་རྒྱུ་ཆ་ཆ་ཤར། །ནག་པོ་རྒྱག་ཆེ་ཆ་རྒྱུ་ཆ་ཉགས་ཆེ། །གཡོ་འམ་  
 ཡང་ན་ཤུམ་ཞིང་ལགས་པ་འབམ། །ལ་ལ་སྤྱི་ད་རྩལ་འབམས་ནས་བརྒྱུང་མི་བྱུང། །སྤྱི་ལ་རྩལ་  
 ཞིང་ཐག་འཇག་འབམ་ཉགས་འདྲ། །རྟོན་གཟེར་རྩལ་འཇག་དང་ལར་ཏའི་ནད། །དུམ་  
 རྒྱུ་ལ་སོགས་སྤྱག་ཉན་འདི་ལ་རྒྱུང་། །

ཞེས་པ་ལྟེ། དེ་ཡང་ཕྱི་ཤུག་སོ་སོའི་ངོས་འཛིན་པའི་ཉགས་ནི། ཤུམ་གསར་དགའ་པོ་ནི་ན་རྒྱག་རྒྱུ་ལ་  
 ར་དང་རྩལ་གྲང་པའི་ཉགས་དང་ལྟ་བུ་ལ། བཤེད་རྒྱག་ཆེ་ལ་ར་དང་རྩལ་ཆོད་པའི་ཉགས་ཤས་ཆེ་བ། ཤུམ་  
 གཡོ་ཞིང་སྤངས་པ་འམ་ཡང་ན་ཤུམ་ཤིང་སྤངས་ནས་པགས་པ་རྩལ་ལ་འབམ་པ་དང་། ལ་ལ་སྤྱི་ད་རྩལ་འབམས་  
 བས་རྒྱུ་ལ་བརྒྱུང་མི་བྱུང་བ་དང་། སྤྱི་ལ་རྩལ་ཞིང་ཐག་འཇག་པས་འབམ་ནད་ཀྱི་ན་ཤུགས་དང་འདྲ་ལ།  
 ཤུམ་ཀྱི་རྟོན་གཟེར་ཞིང་རྩལ་འཇག་པ་དང་། གཉན་པར་པ་ཏ་དང་དུམ་རྒྱུ་ལ་སོགས་སྤྱག་ཉན་ཀྱི་ནད་ཀྱང་  
 འདི་ལ་རྒྱུངས་པར་འབྱུང་སོ། །

## མ་བཅད་བཞི་པ། བཅོས་ཐབས།

### དང་པོ། ལྷི་བཅོས།

བཅོས་ཐབས་ལྷན་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་ཟུང་སྒྲིག་གཟབ། ། ཉན་མ་ཐག་ནས་སྒྲིག་ཏུ་མ་ཐབས་ཀྱི་  
གསུམ། ། མེད་ལྷོང་ག་ཁྱེད་ཐང་བཏང་བྱེད་མི་མིན། ། དེ་རྗེས་ཐབས་གསུམ་སྒྲིག་ཏུ་སྒྲུབ་བྱེད་  
དགའ། ། རྒྱུག་ཐག་བྱེད་ཏིག་ཏུ་མེད་ལྷོང་དང་། ། གི་མི་མོ་མ་ར་དང་ཐལ་ག་རྒྱུ། ། བ་ལེ་  
ག་དང་གི་མེད་རྣམ་པ་གཉིས། ། རྒྱ་མིའི་མཁུན་ཐམས་ཅད་མཆོད་ཏིག་ཞག་ཤིང་། ། ལན་ཤི་  
བཞེན་པས་ནད་འདི་གཞོང་སྒྲིག་མ་གོང་། ། གཤམ་ཏི་གཞོང་མ་སྒྲིག་མ་ཀྱང་བཅོས་པ་སྟེ། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ཟུང་དང་སྒྲིག་པམ་ཐུམ་པའི་སྐབས་ལྟར་ཆུ་མེད་སྒྲིག་ཏུ་ཁྱེད་ཀྱི་ཟུང་སྒྲིག་དགའ་ར་  
སྒྲུབ་ཏུ་རིགས་རྣམས་སྒྲུབ་པ་སྒྲིག་པམ་དུག་ལྷན་པའི་ན་པ་སྒྲུབ་པར་ཚོལ་བཅག་བཞེན། ནད་འདི་ན་མ་ཐག་ཏུ་  
མེད་པ་དང་མ་ཁྱེད་ཀྱི་བཏང་མེད་ཀྱི་མེད་པ་ལྟར་ཐང་བཏང་བས་ནད་བྱེད་མི་མིན་པ་དང་།  
དེ་རྗེས་ཐབས་གསུམ་སྒྲིག་ཏུ་སྒྲུབ་བྱེད་པ་ལྷོང་ཐང་བཏང་བས་ནད་བྱེད་མི་མིན་པ་དང་།  
གི་མི་མོ་མ་ར་རྒྱུ་ཐལ་ག་རྒྱུ། བ་ལེ་ག་གི་མེད་རྣམ་གཉིས། རྒྱ་མི་སྒྲིག་དགའ་ཐོང་ཐག་བཅོས་  
ཞེས་པའི་སྒྲིག་ཏུ་མེད་པ་ལྟར་ཐལ་ལན་ཤི་བཞེན་པས་ནད་འདི་གཞོང་སྒྲིག་མ་གོང་གཤམ་ཏི་གཞོང་མ་སྒྲིག་ཏུ་མིན་  
ཀྱང་སྒྲིག་ནས་རིམ་བཞིན་བཅོས་སྟེ། །

### གཉིས་པ། བྱེ་བྲག་གི་བཅོས་ཐབས།

དགའ་ཐོང་སྒྲིག་ཏུ་བཅོས་ཐབས་ལྷན་པའམ། ། ཉན་མེད་གི་མི་སྒྲིག་པའི་རིན་ཆེན་གྱི། །  
སྒྲིག་པ་དེ་ལྟར་ཆུ་བཅོས་བྱེད་བཞེན་པར་བྱ། ། གིན་ཏུ་རིང་པའི་ཕྱན་དང་ཞ་ཞ་ཐམས་ཤིང་མ། །  
ཟླ་གཉན་ནད་ཀྱི་འཇིགས་དང་སྒྲིག་གཉན་མེད། ། ཁ་ཅིག་དེ་ལྟའི་བཅོས་ཆུ་མི་བྱེད་པར། །  
ཟུང་དང་སྒྲིག་པམ་ག་ལྟར་སྒྲིག་པམ་མེད་སྒྲིག། ། ནད་རིམ་མ་ཁྱེད་སྒྲིག་གཞན་མ་ཆོག་མས་  
གཞོང་། ། ཟླ་གཉན་ནད་ཀྱང་རིམ་མེད་དེ་ལ་འབྱུང་། ། ལམ་ཆེད་འཆི་ཞིང་ཕྱན་ཏུ་སྒྲིག་པ་  
མཆོང་། ། དེ་ལྟར་མཐས་རྣམས་འདི་ལ་ཟླ་དོར་མཆོད། ། ལྷན་དམིགས་གཤམ་ཏི་ལྟར་ཏུ་མི་

བཅའ་པན། ། ཡུན་རིང་ཡོན་ཀྱང་ལྷན་གཞན་ཆེད་མི་འཕྲོད། ། དེ་ཡིས་གོང་གི་ལྷན་ཉིད་ཁ་  
བཟུང་བ། ། རྒྱལ་ལ་བ་གཤམ་དང་མྱོད་ཕྱོད། ། ལྷན་གཟེར་ཉིད་ལེན་གཟེར་གྱི་ལྷན་ཉིད་པ། །  
མེ་ཉམས་མོ་བ་འཆིང་ན་མེ་འབྱུང་ལྷན། ། དཔྱི་དང་རྟོད་པར་ལུག་ལྷེལ་དམར་པོ་གཏུམ། ། དེ་  
མོགས་འབྱུལ་འཁོར་ཁ་བཟུང་གང་དགོས་འལྷན། ། ལྷན་པ་འབྲམས་ན་མོན་ལྷན་གྱི་ཉུ་དང་། །  
ལྷ་ཆུ་ཉིལ་མར་ལྷན་བའི་ལ་ས་མོགས། ། རང་རང་སྐབས་ཐོབ་བཅིས་པ་རིགས་པས་དབྱེད། །  
སྐབས་ལྷ་ལྷན་བའི་ལྷན་ལྷན་པ་བཟེན། ། རྗེས་ལྷ་ཆུ་ཆེན་ལས་གཞན་གཉེན་པོ་མེད། ། ཟས་  
ལྷན་གོང་གི་ལྷན་བའི་ཉུས་དང་བཟུན། །

ཞེས་པ་ལྟེ། རྗེ་པལ་ཉུ་དག་པོ་ལ་སྤྱོད་ལྷན་བཅོ་ལྷ་བཟེན་པ་འཕགས་པོར་གི་མིགས་ལྷན་པ་འི་རིན་  
ཆེན་གྱི་སྤྱོད་པ་དཔུལ་ཆུ་བཅོ་བཟུང་བཟེན་པར་བྱ། དེ་ལྷར་བཟེན་པས་ཤིན་ཏུ་རིང་བའི་ན་ཡུན་དང་། ཞ་  
ཞིང་འབྲམས་པ་དང་རེས་པ་བཅས་ལྷ་གཉན་ནད་གྱི་འཛིགས་པ་དང་སྤྱོད་མོར་བའི་ཉེན་ཁ་མེད་པ་ཡིན་ཞེས་  
གསུངས་པ་དང་། ལྷན་མིང་འཛིན་པ་ཁ་ཅིག་དེ་ལྷ་ལུ་འི་བཅོས་ཆུ་མི་བྱེད་པར་ཟས་དང་སྤྱོད་ལམ་གང་ལྷན་  
སྤྱོད་པ་དང་། བད་པོས་གསལ་པོར་མ་ཟིན་པར་ལྷན་གཞན་དང་གཞན་ལྷ་ཆོགས་པ་གཏོང་བ་  
སོགས་གྱི་ཁྱེན་གྱིས་ལྷ་གཉན་ནད་ལྷན་པེས་མེད་ལྷ་ཆོགས་པ་དེ་ལ་འབྱུང་གི་དེ་ཅིང་། དེ་འི་དབང་གིས་པས་ཆེད་  
འཆིབས་འབྱུང་ཞིང་མ་ཤི་ཡང་སོས་པ་འཁོར་པས་ཉུས་ཡུན་རིང་པོར་སྤྱོད་དགོས་པ་མཐོང་བས་ན། དེ་འི་ལྷན་  
འཆོལ་ཉེད་མ་ཁས་པ་ནམས་གྱིས་ཆུལ་འདི་ལྷ་ལུ་ལ་ལྷན་དོར་མཐོང་ཅིག བད་འདིར་བྱག་དམིགས་གར་ཡོད་གྱི་  
ལྷན་ལྷ་མེད་པའི་བཅོ་ལྷ་བཟེན་པ་ཤིས་པས་ཁྲག་གསལ་ཆེ་བ་ལ་བ་ག་ག་བཟུན་པ་དང་། ལྷ་པ་ལ་སྤྱོད་  
པོ་ལྷན་གཟེར་བ་ལ་ཉོང་ལེན་དང་མིང་ཅན་མེད་པོ། མེ་ཉོད་ཉམས་ཤིང་མོ་བ་འཆིང་པ་ལ་མེ་འབྱུང་། དཔྱི་རྟོད་  
ན་པ་ལ་ལུག་ལྷེལ་དང་དམར་པོ་གསལ་ལྷེ་བཅོད་དང་། འཕྱི་མོག་ ལྷ་ལྷེགས་སོགས་འབྱུལ་འཁོར་གྱི་ཁ་བཟུང་  
ལག་དགོས་པ་ནམས་དེ་འི་སྐབས་ཐོབ་ཏུ་རིག་པས་བཟོར་བར་བྱའོ། ། ལྷན་པ་འབྲམས་ན་མོན་ལྷན་གྱི་ཉུ་  
དང་། ལྷ་ཆུ་ ཉིལ་མར་ལྷན་པས་བདུག་པ་སོགས་རང་རང་གི་སྐབས་ཐོབ་བཅིས་པ་རིག་པས་དབྱེད་དོ། །  
སྐབས་ལྷ་བད་འདི་ལ་ལྷ་ལུ་འི་ནད་གྱི་སྤྱོད་ལྷ་ཉེ་པོར་ཁྲག་ཉིད་ལྷ་དང་བཅུག་ཅིག སྤྱོད་ལྷ་བཅུད་ལྷ་ སང་  
ལྷ་ཉིད་ལྷ། ལྷ་བདུད་བཅོ་བཟུང་། དཔུལ་ལྷན། ལྷ་ལུ་འི་བྱག་གཅིག་ཆེན་མོ་སོགས་བཟེན་དགོས། དེ་  
ལྷར་ལྷན་གྱིས་བཅོས་པ་འི་རྗེས་ལྷ་རང་ལྷན་ཆུ་ཆེན་དང་ཡང་ན་བདུད་ཆི་ལྷ་ལྷམས་ལས་གཉེན་པོ་གཞན་མེད་  
པར་གསུངས་པ་ཟས་སྤྱོད་གཉིས་གོང་གི་ལྷ་ལུ་འི་ཉུས་དང་བཟུན་དགོས་པ་ལོ། །

## བསམ་གཞིགས།

- ༡ གུམ་གསར་གྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དེ་ལྟར་ཡིན་ནམ།
- ༢ གུམ་གསར་གྱི་ཐྱི་ཕྱེ་ཐག་གི་ནད་ཉགས་མངོན་ཚུལ་དེ་འདྲ་འབྱུང་ངམ།
- ༣ གུམ་གསར་གྱི་བཙུན་ཐབས་དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཞིགས་སམ།

ཏུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ཚད་ཁྲུག་ས་གསེར་གི་དངོས་ཆ་ན་  
 གྲོ་བ་གསེའི་འཆར་འཁོད་གྲོ་བ་དེ་བ་བྱི་དཀར་ཆག

ཆར་གཞི་ཁྲི་རྒྱུ་ཏུ།

༡ གསེར་གཞི་ཁྲི་རྒྱུ་ཏུ།

གཞི་ཁྲི་ག་པ། ལུས་ས་པ་འཕྲིན་ལས།

གཞི་ཁྲི་ག་གཞི་ག་པ། མིག་དམར་ཆེ་བ། ལྷ་འཁྲུམ་ལྱུང་།

༢ ཆེ་རྒྱུ་ཏུ།

གཞི་ཁྲི་ག་པ། ཉི་མ་ཆེ་ཤིང་།

གཞི་ཁྲི་ག་གཞི་ག་པ། མིག་དམར་ཆུང་བ།

༣ ཏུས་པ་ཏུས་པ།

གཞི་ཁྲི་ག་པ། ཁོ་རུ་ཆེ་རྒྱུ་ཏུ།

གཞི་ཁྲི་ག་གཞི་ག་པ། གཤམ་དགའ། དགའ་བའི་དོ་རྩེ།

༤ བཟེལ་བཟིག་ཅད།

གཞི་ཁྲི་ག་པ། རྒྱལ་པ་འཕྲིན་ལས།

གཞི་ཁྲི་ག་གཞི་ག་པ། སངས་ལོ། འཁྲུམ་ལོ།

༥ རྒྱུ་པ་ཅད་ཅེད།

གཞི་ཁྲི་ག་པ། པད་ལོ།

གཞི་ཁྲི་ག་གཞི་ག་པ། རྒྱལ་ལོ། དཔར་ལྷགས།

༦ རྒྱུ་པ་ཅེད།

གཞི་ཁྲི་ག་པ། ཀམ་ཆོག་ས་གཉིས།

གཞི་ཁྲི་ག་གཞི་ག་པ། ཅི་ལྟ།

༡ ཆ་བྱུང་དབྱེ།

གཙུག་ལ། རྒྱུ་བཟང་དཔའོས།

གཙུག་གཞིན་ལ། བཅུན་ཐང་ཁྱུལ།

༢ རྩེ་ལྟུང་ཉེ་གས།

གཙུག་ལ། བསམ་ཁྱུལ་ཁྱུལ།

གཙུག་གཞིན་ལ། དཀོན་མཆོག་ཁྱུལ་མཆོན།

༣ གསེ་བྱུང་ཐང་གས།

གཙུག་ལ། དཔལ་ལྡན་ཁྱུལ་མཆོ

གཙུག་གཞིན་ལ། ཆེ་རིང་ཆེ་བ།

༡༠ བྱུང་ཁྱུལ་ལ།

གཙུག་ལ། བན་དེ་ཆེ་རིང་།

གཙུག་གཞིན་ལ། ལྷ་མཁར་ཁྱུལ།

༡༡ མཁྱུག་དོན་ཡོངས་གཏད།

གཙུག་ལ། རོ་ཆོག་མཆོན།

གཙུག་གཞིན་ལ། སྐལ་བཟང་དོ་རྩེ། ཡུ་དཀར་ལོ།

༡༢ གནམ་ལོག་སྐར་ཁྱུལ།

གཙུག་ལ། བསམ་ཁྱུལ་ཁྱུལ་མཆོ

གཙུག་གཞིན་ལ། ཀུན་དགའ་རིག་འཛིན། རིག་འཛིན།

ནད་ཐོག་ལག་ལེན་སྐྱོད།

༡ ཉེས་གསུམ་གསེ་བ།

གཙུག་ལ། དབང་འདུས།

གཙུག་གཞིན་ལ། བསོད་ནམས་འཆི་མེད། རྣམ་ཁྱུལ་ཐང།

༢ རྩོད་ཅད་གསེ་བ།

གཙུག་ལ། རྩོད་ཁྱུལ།

- གཙུག་གཞིན་པ། རིམ་ཀྱུན་ལ།
- 3 མེད་ཀྱིས་།  
 གཙུག་གཞིན་པ། རྩ་མེད་ཀྱིས་།  
 གཙུག་གཞིན་པ། རིམ་ཀྱུན་ལ།
- 4 གཙུག་གཞིན་པ།  
 གཙུག་གཞིན་པ། རྩ་མེད་ཀྱིས་།  
 གཙུག་གཞིན་པ། རིམ་ཀྱུན་ལ།
- 5 གཙུག་གཞིན་པ།  
 གཙུག་གཞིན་པ། རིམ་ཀྱུན་ལ།  
 གཙུག་གཞིན་པ། རྩ་མེད་ཀྱིས་།
- 6 གཙུག་གཞིན་པ།  
 གཙུག་གཞིན་པ། རིམ་ཀྱུན་ལ།  
 གཙུག་གཞིན་པ། རྩ་མེད་ཀྱིས་།
- 7 གཙུག་གཞིན་པ།  
 གཙུག་གཞིན་པ། རིམ་ཀྱུན་ལ།  
 གཙུག་གཞིན་པ། རྩ་མེད་ཀྱིས་།
- 8 གཙུག་གཞིན་པ།  
 གཙུག་གཞིན་པ། རིམ་ཀྱུན་ལ།  
 གཙུག་གཞིན་པ། རྩ་མེད་ཀྱིས་།
- 9 གཙུག་གཞིན་པ།  
 གཙུག་གཞིན་པ། རིམ་ཀྱུན་ལ།  
 གཙུག་གཞིན་པ། རྩ་མེད་ཀྱིས་།
- 10 གཙུག་གཞིན་པ།  
 གཙུག་གཞིན་པ། རིམ་ཀྱུན་ལ།  
 གཙུག་གཞིན་པ། རྩ་མེད་ཀྱིས་།

༡༡ མཚོན་མ་གསོ་བ།

གཙུག་མེད་པ། ལྷན་གྱི་བ་བཟུང་དར།

གཙུག་མེད་གཞོན་པ། བསོད་ནམས་ཆེ་ལེར། བསོད་ནམས་ཕུན་ཚོགས།

༡༢ རྒྱལ་ཅད་གསོ་བ།

གཙུག་མེད་པ། ལྷོ་ལྷོ་བས།

གཙུག་མེད་གཞོན་པ། སྒོ་བཟང་དོན་གྱི་བ། གཡང་ལོ།

༡༣ ཞི་བྱེད་ལྷན་སྦྱོར།

གཙུག་མེད་པ། བཟུང་ལོ།

གཙུག་མེད་གཞོན་པ། ཆེ་བཟ རྒྱེ།

༡༤ སྦྱོར་བྱེད་ལས།

གཙུག་མེད་པ། འཇམ་དབྱངས་ལྷན་གྱི་བ།

གཙུག་མེད་གཞོན་པ། གུན་དགའ་ཕུན་ཚོགས། དོན་གྱི་བ།

# “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

གྲུལ་ཡོངས་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲིབ་ཐོད་ལྷགས་གསོ་རིག་ཆེད་  
 ལས་སློབ་དེབ་ཚོམ་བྱས་ཕྱ་ཡོན་ལྷན་ཆོགས་ཀྱི་  
 རིག་གཞུང་ཆེད་མཁས་ཆོགས་པའི་མིང་ལྟོ།

རྒྱ་འབྲི་ས། བྱམས་པ་འཕྲིན་ལས། ཁྱོ་རུ་ཆེ་ནམ། ཉི་མ།  
 ཁོངས་མི། བཟུང་ཁོ། བསམ་གཏན། ཉི་མ་ཆེ་རིང་། ཆེ་བཟ། བན་དེ་ཆེ་རིང་།  
 ལྷ་འབྲུམ་རྒྱལ། ཉི་ཁིན་མིན།

གྲུལ་ཡོངས་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲིབ་ཐོད་ལྷགས་གསོ་རིག་ཆེད་ལས་  
 སློབ་དེབ་ཚོམ་བྱས་ཕྱ་ཡོན་ལྷན་ཆོགས་ཀྱི་མིང་ལྟོ།

རྒྱ་འབྲི་ས། བྱམས་པ་འཕྲིན་ལས། ཉི་མ།  
 བྱུ་རིན་ཕྱ་ཡོན། ཉི་ཁིན་རུང་།  
 བྱུ་རིན་ཕྱ་ཡོན་གཞོན་པ། ཁྱིན་ཅི་ཆོན། ཡུ་བཏན། ཡང་ཉིན་ཁིན། ཉི་ལྷ་ཁིན།  
 འོ་ཆོགས་ཆེན། ཁྱོ་རུ་ཆེ་ནམ།

|         |                  |                      |                     |
|---------|------------------|----------------------|---------------------|
| ཕྱ་ཡོན། | ཀམ་ཆོགས་གཉིས།    | ཀུན་བཟང་རྒྱལ།        | རྒྱལ་བཟང་འཕྲིན་ལས།  |
|         | ལྷ་བྱམས་རྒྱལ།    | ལྷ་འབྲུམ་རྒྱལ།       | བཟླ་ཤིས་ནམ་རྒྱལ།    |
|         | བཟླ་ཤིས་ཆེ་རིང་། | དག་འདུལ།             | འཇམ་དབྱངས་བསོད་ནམས། |
|         | ཉི་མ་ཆེ་རིང་།    | ཉི་མ་ཁིན་རྒྱལ།       | ཉི་བས་རྒྱལ།         |
|         | བཟུང་ཁོ།         | ཐམ་ག་ངག་དབང་རྒྱ་མཆོ། | བྱུ་བཟུང་།          |

|                   |                                                  |                         |
|-------------------|--------------------------------------------------|-------------------------|
| དོན་གྲུབ།         | དོན།                                             | གདུགས་དཀར།              |
| པད་མ་བཟུན་འཛིན།   | དཔལ་རྒྱལ།                                        | བག་ཤོ                   |
| བན་དེ་ཆོ་རིང་།    | དབང་ཆེན་ཆོ་བརྟན།                                 | དབང་འདུས།               |
| མིག་དམར་ཆེ་བ།     | མིང་མྱེད་མཆོ་མ།                                  | ཆོ་རི་ཀྱིན་ལ།           |
| ཚུལ་ཁྲིམས།        | ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱལ་མཆོན།                             | ཆོ་བཟ།                  |
| ཆོ་རིང་ཆེ་བ།      | མང་ལེན།                                          | ཞང་ཚུལ་ཁྲིམས་རྒྱལ་མཆོན། |
| ཡུམ་པ།            | གཡང་དགའ།                                         | རིག་འཛིན་ཆེ་བ།          |
| ལེས་རྒྱུ་ཨན།      | ཤེས་རབ་ཆོས་འཕེལ།                                 | སངས་རྒྱལ།               |
| བསམ་བློ་བརྒྱལ།    | བསམ་གཏན།                                         | བསོད་ནམས་ཕུན་ཆོག་ལ།     |
| བསོད་ནམས་ཆོ་རིང་། | (བོད་ཡིག་གི་ཀ་མད་ནི་དེ་མ་བཞིན་དུ་བསྒྲིགས་པ་ཡིན།) |                         |

གཞུང་ལས་ཁང་།  
 རྒྱུ་རིན། ཆོ་རི་ཀྱིན་ལ།  
 ཁོངས་མི། མང་ལེན། བན་དེ་ཆོ་རིང་། བྱ་མདོ་ལྷ་བྱམས་རྒྱལ། དབང་ཆེན་ཆོ་བརྟན།  
 དོན། གདུགས་དཀར། བསམ་བློ་བརྒྱལ།

## 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:

དབ་གཞིའི་བསྐྱོད་པ།

装帧设计:

ཕར་ཁུམ་འགན་འཁུར་བ།

责任校对:

མེའུ་ཚང་རྩ་མཁོན་རྩོམ་

西仓·丹真多杰

མེའུ་རྩོམ་

刘家峰

བདེ་ཁྱིམ་མེ་རྩོག

李 莉

བསྐྱོད་འཛིན་ཕུན་ཚོགས།

旦 增 平 措

## ༩༩ | | བཀའ་རྒྱ་རིམ་སྐབས་བཅུ་བའ། |

ཚོམ་ཞིག་མཁུར།

འཁུར་བའི་མཁུར།

དབ་ཕུན་མཁུར།

འཁུར་བའི་ཕུན་མཁུར།

ཕུན་ཕུན་ཕུན།

ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན།

ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན།

ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན།

ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན།

ཕུན་ཕུན།

ཕུན་ཕུན།

ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན།

ཕུན་ཕུན།

ཕུན་ཕུན།

ཕུན་ཕུན།

བཀའ་རྒྱ་རིམ་སྐབས་བཅུ་བའི་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན།

ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན།

ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན།

ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན།

ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན།

100013

010-64234411-6509

ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན།

ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན།

ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན།

787mm×1092mm 1/16

11.875

2004ལོའི་ཟླ་7པར་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན།

2004ལོའི་ཟླ་7པར་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན།

0001-4000

ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན་ཕུན།

## 图书在版编目(CIP)数据

藏医疫病学/次智木等编. —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 7-105-06451-X

I. 藏… II. 次… III. 藏医—瘟疫—防治—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 072947 号

## 藏医疫病学 (ZANG YI YI BING XUE)

|       |                                |
|-------|--------------------------------|
| 编 著 者 | 藏医疫病学编写小组                      |
| 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 政   | 100013                         |
| 排 版   | 民族出版社藏文编辑室                     |
| 印 刷   | 北京艺辉印刷有限公司                     |
| 经 销   | 各地新华书店                         |
| 开 本   | 787mm×1092mm 1/16              |
| 网 址   | www.e56.com.cn                 |
| 印 张   | 11.875                         |
| 版 数   | 0001—4000 册                    |
| 印 次   | 2004 年 7 月第 1 版                |
| 定 价   | 2004 年 7 月北京第 1 次印刷<br>16.50 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



## ནད་ཐོག་གི་སྒྲིང་།

## 临床部分

ཉེས་གསུམ་གསེབ།

藏医三大基因学

ཁོང་ནད་གསེབ།

藏医内科学

ཆ་བ་གསེབ།

藏医热病学

གཉེན་རིམ་གསེབ།

藏医疫病学

ཕྱུ་སྟོང་གསེབ།

藏医五官科学

སྒྲིང་ནད་གསེབ།

藏医杂病学

ལྷན་སྟེན་ཆ་གསེབ།

藏医外科学

ཕྱིས་བ་གསེབ།

藏医儿科学

མོ་ནད་གསེབ།

藏医妇科学

གདོན་ནད་གསེབ།

藏医精神病学

མཚོན་ཆ་གསེབ།

藏医外伤学

དྲུག་ནད་གསེབ།

藏医解毒学

ཞི་བྱེད་མཐོན་སྒྲིང་།

藏医方剂学

སྒྲིང་བྱེད་ལས།

藏医泻治学

ISBN7-105-06451-X



9 787105 064519 >

ISBN 7-105-06451-X/G · 1250

民文(藏50) 定价: 16.50元