

།། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྨོན་པ་ལ་འཇུག་པ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

སྨོན་དཔོན་ལྷན་ཏ་དེ་བས་མཛད་པ།

ཆུ་གར་སྐད་དུ། བོ་རྟེ་ས་ཏུ་ཅ་ཅུ་ཨ་བ་ཏ་ར། བོད་སྐད་དུ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྨོན་པ་  
ལ་འཇུག་པ། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུག་འཚལ་ལོ།།  
བདེ་གཤེགས་ཚོས་ཀྱི་སྐྱུ་མངའ་སྲས་བཅས་དང་།། བྱུག་འོས་ཀུན་ལའང་གུས་པར་བྱུག་  
འཚལ་ཏེ།། བདེ་གཤེགས་སྲས་ཀྱི་སྨོན་ལ་འཇུག་པ་ནི།། བྱང་བཞིན་མདོར་བསྐྱུས་ནས་ནི་  
བཛྲོད་པར་བྱ།། སྨོན་ཚད་མ་བྱུང་བ་ཡང་འདིར་བཛྲོད་མེད།། སྨོན་སྨོན་མཁས་པའང་

བདག་ལ་ཡོད་མིན་ཏེ། དེ་སྒྱུར་གཞན་དོན་བསམ་པའང་བདག་ལ་མེད།།རང་གི་ཡིད་ལ་  
བསྐྱོམ་སྒྱུར་ངས་འདི་བཅུམས།། དགོ་བ་བསྐྱོམ་སྒྱུར་བདག་གི་དད་པའི་ཤུགས།།འདི་དག་  
གིས་ཀྱང་རེ་ཞིག་འཕེལ་འགྱུར་ལ།། བདག་དང་སྐལ་བ་མཉམ་པ་གཞན་གྱིས་ཀྱང་།།ཅི་སྟེ  
འདི་དག་མཐོང་ན་དོན་ཡོད་འགྱུར།། དལ་འགྱུར་འདི་ནི་རྟེན་པར་ཤིན་ཏུ་དཀའ།།སྐྱེས་  
བྱའི་དོན་སྐྱབ་ཐོབ་པར་གྱུར་པ་ལ།། གལ་ཏེ་འདི་ལ་ཕན་པ་མ་བསྐྱབས་ན།།སྒྲིམ་འདི་  
ཡང་དག་འགྱུར་བར་ག་ལ་འགྱུར།། ཇི་སྟར་མཚན་མོ་ལུན་ནག་སྒྲིན་རུམ་ན།།སྒྲོག་འགྱུ་  
སྐད་ཅིག་རབ་སྒྲུང་སྟོན་པ་སྟར།། དེ་བཞིན་སངས་རྒྱས་མཐུ་ཡིས་བརྒྱ་ལམ་ན།།འཇིག་  
རྟེན་བསོད་ནམས་སྒྲོ་གྲོས་ཐང་འགའ་འབྱུང་།། དེ་སྟེས་དགོ་བ་ཉམ་ཚུང་ཉིད་ལ་ཉག་སྒྲིག་

པ་སྟོབས་ཆེན་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་པ།། དེ་ནི་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་མིན་པ།།དགོ་  
གཞན་གང་གིས་བེལ་གྱིས་གཞོན་པར་འགྱུར།། བསྐྱལ་པ་དུ་མར་རབ་དགོངས་མཛད་པ་  
ཡི།།ཐུབ་དབང་རྣམས་གྱིས་འདི་ཉིད་པན་པར་གཟིགས།། འདིས་ནི་ཚད་མེད་སྐྱེ་བའི་  
ཚོགས་རྣམས་གྱིས།།བདེ་མཚོག་བདེ་སྐྱབ་ཉིད་དུ་ཐོབ་པར་བྱེད།། མྱིད་པའི་སྐྱུག་བསྐྱལ་  
བརྒྱ་སྐྱག་གཞོམ་འདོད་ཅིང་།།སེམས་ཅན་མི་བདེ་བསལ་བར་འདོད་པ་དང་།།  
བདེ་མང་བརྒྱ་སྐྱག་སྟོད་པར་འདོད་པས་ཀྱང་།།བྱང་ཆུབ་སེམས་ཉིད་ཉུག་ཏུ་གཏང་མི་བྱ།།  
བྱང་ཆུབ་སེམས་སྐྱེས་གྱུར་ན་སྐྱད་ཅིག་གིས།།འཁོར་བའི་བཙོན་རར་བསྐྱམས་པའི་ཉམ་

ཐག་རྣམས།། བདེ་གཤེགས་རྣམས་ཀྱི་སྲས་ཞེས་བརྗོད་བྱ་ཞིང་།། འཇིག་རྟེན་སྣ་མིར་  
བཅས་པས་སྤྱག་བྱར་འགྱུར།།

གསེར་འགྱུར་ཅི་ཡི་རྣམ་པ་མཚོགས་སྟེ་བུ།། མི་གཙང་ལུས་འདི་སྤངས་ནས་རྒྱལ་བའི་  
སྒྱུ།། རིན་ཚེན་རིན་ཐང་མེད་པར་བསྐྱུར་བས་ན།། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཞེས་བྱ་བ་རབ་བརྟན་  
གཟུང་།། འགྲོ་བའི་དེད་དཔོན་གཅིག་ལྟ་ཚད་མེད་སྟོས།། ལེགས་པར་ཡོངས་སུ་བརྟགས་  
ན་རིན་ཆེ་བས།། འགྲོ་བའི་གནས་དང་བྲལ་བར་འདོད་པ་རྣམས།། རིན་ཚེན་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་ལེགས་བརྟན་པར་གཟུང་།། དགོ་བ་གཞན་ཀུན་ཆུ་ཤིང་བཞིན་དུ་ནི།། འབྲས་བུ་  
བསྐྱེད་ནས་ཟད་པར་འགྱུར་བ་ཉིད།། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་སྟོན་ཤིང་རྟག་པར་

ཡང་། །། འབྲས་བུ་འབྱིན་པས་མི་ཟད་འཕེལ་བར་འགྱུར། །། སྡིག་པ་ཞིན་ཏུ་མི་བཟད་བྱས་ན་  
ཡང་། །། དཔའ་ལ་བསྟེན་ནས་འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་ལྟར། །། གང་ལ་བསྟེན་ནས་ཡུད་ཀྱིས་སློལ་  
འགྱུར་བ། །། དེ་ལ་བག་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ཅིས་མི་བསྟེན། །། དེས་ནི་དུས་མཐའི་མེ་བཞིན་སྡིག་  
ཆེན་རྣམས་། །། སྐད་ཅིག་གཅིག་གིས་ངེས་པར་སྟེག་པར་བྱེད། །། དེ་ཡི་ཕན་ཡོན་དཔག་ཏུ་  
མེད་པ་དག། །། བྱམས་མགོན་སློང་དང་ལྡན་པས་ནོར་བཟང་བཤམ། །། བྱང་ཆུབ་སེམས་དེ་  
མདོར་བསྐྱུས་ན། །། རྣམ་པ་གཉིས་སུ་ཤེས་བྱ་སྟེ། །། བྱང་ཆུབ་སློན་པའི་སེམས་དང་ནི། །། བྱང་  
ཆུབ་འཇུག་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །། འགྲོ་བར་འདོད་དང་འགྲོ་བ་ཡི། །། བྱེ་བྲག་ཇི་ལྟར་ཤེས་པ་  
ལྟར། །། དེ་བཞིན་མཁས་པས་འདི་གཉིས་ཀྱི། །། བྱེ་བྲག་རིམ་བཞིན་ཤེས་པར་བྱ། །། བྱང་ཆུབ་

སྒོན་པའི་སེམས་ལས་ནི།།འཁོར་ཚེ་འབྲས་བུ་ཚེ་འབྲུང་ཡང་།།རྗེ་ལྟར་འཇུག་པའི་སེམས་  
བཞིན་དུ།།བསོད་ནམས་རྒྱན་ཆགས་འབྲུང་བ་མིན།།གང་ནས་བབྱང་སྟེ་སེམས་ཅན་  
ཁམས།།མཐའ་ཡས་རབ་ཏུ་སྒྲོལ་བའི་སྤྱིར།།མི་ལྡོག་བ་ཡི་སེམས་ཀྱིས་སུ།།སེམས་དེ་ཡང་  
དག་སྦྱངས་གྱུར་བ།།དེ་ནས་བབྱང་སྟེ་གཉིད་ལོག་གམ།།བག་མེད་གྱུར་ཀྱང་བསོད་ནམས་  
ལྷགས།།རྒྱན་མི་འཆད་པར་དུ་མ་ཞིག།ནམ་མཁའ་མཉམ་པར་རབ་ཏུ་འབྲུང་།།འདི་ནི་  
འཐད་པ་དང་བཅས་པར།།ལག་བབྱངས་ཀྱིས་ནི་ཞུས་བ་ལས།།དམན་མོས་སེམས་ཅན་  
དོན་གྱི་སྤྱིར།།དེ་བཞིན་གཤེགས་བ་ཉིད་ཀྱིས་གསུངས།། སེམས་ཅན་ནམས་ཀྱི་སྦྱང་ནད་  
ཅམ།།བསལ་ལོ་སྣམ་དུ་བསམས་ན་ཡང་།།པན་འདོགས་བསམ་བ་དང་ལྡན་ཏེ།།བསོད་

ནམས་དཔག་མེད་ལྡན་གྱུར་ན།།སེམས་ཅན་རེ་རེའི་མི་བདེ་བ།།དཔག་ཏུ་མེད་པ་བསལ་  
འདོད་ཅིང་།།རེ་རེའང་ཡོན་ཏན་དཔག་མེད་དུ།།བསྐྱབ་པར་འདོད་པ་སྣོས་ཅི་དགོས།།པ་འམ་  
ཡང་ན་མ་ཡང་རུང་།།སྐྱུ་ལ་འདི་འདྲའི་ཕན་སེམས་ཡོད།།ལྟ་དང་བྲང་སྲོང་ནམས་གྲང་  
རུང་།།ཚངས་པ་ལ་ཡང་འདི་ཡོད་དམ།།སེམས་ཅན་དེ་དག་ཉིད་ལ་སྣོན།།རང་གི་དོན་དུ་  
འདི་འདྲའི་སེམས་ལྡི་ལམ་དུ་ཡང་མ་ལྡིས་ན།།གཞན་གྱི་དོན་དུ་ག་ལ་སྐྱེ།།གཞན་དག་རང་  
གི་དོན་དུ་ཡང་།།མི་འབྱུང་སེམས་ཅན་དོན་སེམས་གང་།།སེམས་གྱི་རིན་ཆེན་བྱུང་པར་  
འདི།།སྒྲ་ན་མེད་པའི་མཛད་ཅིག་འཁྲུངས།།འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་དགའ་བའི་རྒྱ།།སེམས་ཅན་སྐྱུ་ག་  
བསྐྱུ་ལ་ཅིར་གྱུར་པ།།རིན་ཆེན་སེམས་གྱི་བསོད་ནམས་གང་།།དེ་ལ་ཇི་སྟར་གཞལ་གྱིས་

ལང་།།ཕན་པར་བསམས་པ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་།།སངས་རྒྱས་མཚོད་ལས་བྱུང་འཕགས་  
ན།།སེམས་ཙན་མ་ལུས་ཐམས་ཅད་ཀྱི།།བདེ་དོན་བཙོན་པ་སྣོས་ཅི་དགོས།།སྐྱབ་བསྐྱལ་  
འདོར་འདོད་སེམས་ཡོད་ཀྱང་།།སྐྱབ་བསྐྱལ་ཉིད་ལ་མངོན་པར་རྒྱག།བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་  
གཉི་ལུག་པས།།རང་གི་བདེ་བ་དབྱ་ལྟར་འཛོམས།།གང་ཞིག་བདེ་བས་ཤོངས་པ་  
དང་།།སྐྱབ་བསྐྱལ་མང་ལྡན་དེ་དག་ལ།།བདེ་བ་ཀུན་གྱིས་ཚིམ་པ་དང་།།སྐྱབ་བསྐྱལ་  
ཐམས་ཅད་གཙོད་བྱེད་ཅིང་།།གཉི་ལུག་ཀྱང་ནི་སེལ་བྱེད་པ།།དེ་དང་དགོ་མཚུངས་ག་ལ་  
ཡོད།།དེ་འདྲའི་བཤེས་ཀྱང་ག་ལ་ཡོད།།བསོད་ནམས་དེ་འདྲའང་ག་ལ་ཡོད།།ཕན་བཏགས་  
ལན་སྟོན་གང་ཡིན་པ།།དེ་ཡང་རེ་ཞིག་བསྐྱབས་འོས་ན།།མ་བཙོལ་ལེགས་པར་བྱེད་པ་



ཡི།།བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྣོས་ཅི་དགོས།།འགྲོ་བ་ཅུང་ཟད་ནར་མའི་བས་སྦྱོར་བ།།སྐད་  
ཅིག་བས་ཙམ་སྦྱིན་པར་བྱེད་པ་དང་།།བརྟམ་བཙས་ཉིན་བྱེད་འགྲངས་པར་བྱེད་པ་  
ཡང་།།དགོ་བ་བྱེད་པ་ཡིན་ཞེས་སྐྱེ་བོས་བཀུར།།སེམས་ཅན་གྲངས་མཐའ་ཡས་ལ་དུས་  
རིང་དུ།།བདེ་བར་གཤེགས་ཀྱི་བདེ་བ་སྣ་ན་མེད།།ཡིད་ལ་བསམ་པ་མཐའ་དག་རྗེས་བྱེད་  
པ།།ཉག་ཏུ་སྦྱིན་པ་ལྟ་ཞེག་སྣོས་ཅི་དགོས།།གང་ཞེག་དེ་འདྲའི་རྒྱལ་སྤུས་སྦྱིན་བདག་  
ལ།།གལ་ཉེ་ངན་སེམས་སྦྱེད་པར་བྱེད་པ་དེ།།ངན་སེམས་བསྦྱེད་པའི་གྲངས་བཞིན་བསྐྱལ་  
པར་ནི།།དམྱལ་བར་གནས་པར་འགྱུར་ཞེས་བྱུབ་པས་གསུངས།།འོན་ཉེ་གང་ཞེག་ཡིད་  
རབ་དང་བྱེད་ན།།དེ་ཡི་འབྲས་བུ་དེ་བས་ལྷག་པར་འཕེལ།།རྒྱལ་སྤུས་རྣམས་ལ་དོ་གལ་

ཆེན་པོས་ཀྱང་།།སྒྲིག་པ་མི་འབྱུང་དགོ་བ་ངང་གིས་འཕེལ།།གང་ལ་སེམས་ཀྱི་དམ་པ་རིན་  
ཆེན་དེ།།སྐྱེས་པ་དེ་ཡི་སྐྱེ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཞིང་།།གང་ལ་གཞོན་པ་བྱས་ཀྱང་བདེ་འབྲེལ་  
བ།།བདེ་བའི་འབྱུང་གནས་དེ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི།། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྣོད་པ་ལ་  
འཇུག་པ་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་བཤད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་ལེའུ་དང་པོའོ།།།

རིན་ཆེན་སེམས་དེ་གཟུང་བར་བྱ་བའི་སྤྱིར་།།དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པ་རྣམས་དང་དམ་པའི་  
ཚོས།།དགོན་མཚོག་ཅི་མ་མེད་དང་སངས་རྒྱས་སྤྱིར་།།ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་རྣམས་ལ་ལེགས་  
པར་མཚོན།།མེ་ཏོག་འབྲས་བུ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་དང་།།སྤྲོད་ཀྱི་རྣམ་པ་གང་དག་ཡོད་པ་

དང་། །འཇིག་རྟེན་རིན་ཆེན་རི་སྟོན་ཡོད་པ་དང་། །ཚུ་གཙང་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཅི་ཡོད་  
དང་། །རིན་ཆེན་རི་བོ་དང་ནི་དེ་བཞིན་དུ། །ནགས་ཚལ་ས་སྟོགས་དབེན་ཞིང་ཉམས་དགའ་  
དང་། །སྟོན་ཤིང་མེ་ཏོག་རྒྱན་སྤྲས་སྤྲད་པ་དང་། །ཤིང་གང་འབྲས་བཟང་ཡལ་ག་དུད་པ་  
དང་། །ལྷ་སོགས་འཇིག་རྟེན་ན་ཡང་རི་དང་ནི། །སྟོས་དང་དཔག་བསམ་ཤིང་དང་རིན་ཆེན་  
ཤིང་། །མ་ཚོས་འབྲུངས་པའི་ལོ་ཏོག་རྣམ་པ་དང་། །གཞན་ཡང་མཚོད་པར་འོས་པའི་རྒྱན་  
རྣམས་ནི། །མཚོ་དང་རྗེང་བུ་བརྒྱས་བརྒྱན་པ་དག། ངང་པ་ཤིན་ཏུ་སྐད་སྟོན་ཡིད་འོང་  
ལྡན། །ནམ་མཁའ་རབ་འབྲུམས་ཁམས་ཀྱི་མཐས་གཏུགས་པ། །ཡོངས་སུ་བཟུང་བ་མེད་པ་  
དེ་དག་ཀུན། །སྟོ་ཡིས་སྤངས་ནས་བྱབ་པ་སྟེས་ཀྱི་མཚོག། སྤྲས་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་

ལེགས་འབྲུལ་ན།།ཡོན་གནས་དམ་པ་བྱུགས་རྗེ་ཆེ་རྣམས་གྱིས།།བདག་ལ་བརྩེར་དགོངས་  
བདག་གི་འདི་དག་བཞེས།།བདག་ནི་བསོད་ནམས་མི་ལྡན་བཤེན་ཆེན་ཏེ།།མཚོད་པའི་ཚོར་  
གཞན་བདག་ལ་ཅང་མ་མཆིས།།དེས་ན་གཞན་དོན་དགོངས་པའི་མགོན་གྱིས་འདི།།བདག་  
གི་དོན་སྦྱང་ཉིད་གྱི་མཐུས་བཞེས་ཤིག།རྒྱལ་དང་དེ་སྲས་རྣམས་ལ་བདག་གིས་ནི།།བདག་  
གི་ལུས་ཀྱན་གཏན་དུ་དབྱུང་བར་བཤི།།སེམས་དཔའ་མཚོག་རྣམས་བདག་ནི་ཡོངས་  
བཞེས་ཤིག།གུས་པས་བྱིད་གྱི་འབངས་སུ་མཆི་བར་བཤི།།བདག་ནི་བྱིད་གྱིས་ཡོངས་སུ་  
བབྱང་བས་ན།།སྲིད་ན་མི་འཇིགས་སེམས་ཅན་པན་པར་བཤི།།སྲོན་གྱི་སྒྲིག་ལས་ཡང་  
དག་འདའ་བཤིད་ཅིང་།།སྒྲིག་པ་གཞན་ཡང་སྦྱན་ཆད་མི་བཤིད་དོ།།ལུས་གྱི་ཁང་པ་ཤིན་ཏུ་

ཅི་ཞིམ་པ།།ཤེལ་གྱི་ས་གཞི་གསལ་ཞིང་འཚོར་བ་བསྟར།།རིན་ཚེན་འབར་བའི་ཀ་བ་ཡིད་  
འོང་ལྡན།།ལྷ་ཉིག་འོད་ཆགས་སྒྲ་རེ་བྲེས་པ་དེར།།དེ་བཞིན་གཤེགས་དང་དེ་ཡི་སྲས་རྣམས་  
ལ།།རིན་ཚེན་བུམ་པ་མང་པོ་སྟོས་གྱི་ཚུ།།ཡིད་འོང་ལེགས་པར་བཀང་བ་སྟུ་དང་ནི།།རོལ་  
མོར་བཅས་པ་དུ་མས་སྐྱ་ལྷུས་གསོལ།།དེ་དག་སྐྱ་ལ་མཚུངས་པ་མེད་པའི་གོས།།གཙང་ལ་  
ཅི་རབ་བསྟོས་པས་སྐྱ་ཕྱིའོ།།དེ་ནས་དེ་ལ་ཁ་དོག་ལེགས་བསྟར་བའི་།།ན་བཟའ་ཤིན་ཏུ་ཅི་  
ཞིམ་དམ་པ་འབྲུལ།།གོས་བཟང་སྲབ་ལ་འཇམ་པ་སྣ་ཚོགས་དང་།།རྒྱན་མཚོག་བརྒྱ་ཕྱག་  
དེ་དང་དེ་དག་གིས།།འཕགས་པ་ཀུན་ཏུ་བཟང་དང་འཇམ་དབྱངས་དང་།།འཇིག་རྟེན་  
དབང་ལྷག་སོགས་ལའང་བརྒྱན་པར་བགྱི།།སྟོང་གསུམ་ཀུན་ཏུ་ཅི་ངད་ལྡང་བ་ཡི།།ཅི་

མཚོག་རྣམས་ཀྱིས་བྱུང་དབང་ཀུན་གྱི་སྐྱེ། །གསེར་སྐྱངས་བཙོ་མ་གྱི་དོར་བྱས་པ་  
ལྟར། །འོད་ཆགས་འབར་བ་དེ་དག་བྱུག་པར་བཀྱི། །བྱུང་དབང་མཚོད་གནས་མཚོག་ལ་  
ཡིད་འོང་བའི། །མེ་ཉོག་མཚར་དང་བརྒྱ་དང་། །ལྷུངས་ལ་སོགས་ཅི་ཞིམ་ཐམས་ཅད་  
དང་། །སྤེང་བ་སྤེལ་ལེགས་ཡིད་འོང་རྣམས་ཀྱིས་མཚོད། །སྤོས་མཚོག་ཡིད་འཕྲོག་ཅི་ངད་  
ཁུབ་པ་ཡི། །བདུག་པའི་སྤྱིན་ཚོགས་རྣམས་ཀྱང་དེ་ལ་དབྱུལ། །ཞལ་བས་བཟའ་བཏུང་སྣ་  
ཚོགས་བཅས་པ་ཡི། །ལྟ་བུའོས་རྣམས་ཀྱང་དེ་ལ་དབྱུལ་བར་བཀྱི། །གསེར་གྱི་བརྒྱ་ཚར་དུ་  
དངར་བ་ཡི། །རིན་ཆེན་སྤོན་མེ་རྣམས་ཀྱང་དབྱུལ་བར་བཀྱི། །ས་གཞི་བསྟར་བ་སྤོས་ཀྱིས་  
བྱུགས་པ་དེར། །མེ་ཉོག་ཡིད་འོང་སེལ་མ་དབྲམ་པར་བཀྱི། །གཞལ་མེད་ཕོ་བྲང་བསྟོད་

དབྱངས་ཡིད་འོང་ལྡན།། མུ་ཉིག་རིན་ཆེན་རྒྱན་འཕྲུང་མངེས་འབར་བ།། དཔག་ཡས་ནམ་  
མཁའི་རྒྱན་གྱུར་དེ་དག་གྲང་།། ཐུགས་རྗེའི་རང་བཞིན་ཅན་ལ་དབྱུལ་བར་བགྱི།། རིན་  
ཆེན་གདུགས་མངེས་གསེར་གྱི་ཡུ་བ་ཅན།། ཁོར་ཡུག་རྒྱན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིད་འོང་བརྒྱན།།  
དབྱིབས་ལེགས་བལྟ་ན་སྐྱུག་པ་བསྐྱེད་བ་ཡང་།། ཉིག་ཏུ་ཐུབ་དབང་རྣམས་ལ་དབྱུལ་བར་  
བགྱི།། དེ་ལས་གཞན་ཡང་མཚོད་པའི་ཚོགས།། རོལ་མོ་དབྱངས་སྟོན་ཡིད་འོང་  
ལྡན།། སེམས་ཅན་སྐྱུག་བསྐྱེད་སེམ་བྱེད་པའི་།། སྤྱིན་རྣམས་སོ་སོར་གནས་གྱུར་ཅིག། དམ་  
ཚོས་དགོན་མཚོག་ཐམས་ཅད་དང་།། མཚོད་ཉེན་རྣམས་དང་སྐྱུ་གཟུགས་ལ།། རིན་ཆེན་མེ་  
ཉིག་ལ་སོགས་ཆར།། རྒྱན་མི་འཆད་པར་འབབ་པར་ཞོག། ཇི་ལྟར་འཇམ་དབྱངས་ལ་

སོགས་པས།། རྒྱལ་བ་རྣམས་ལ་མཚོན་མཛོན་པ།། དེ་བཞིན་བདག་གིས་དེ་བཞིན་  
གཤེགས།། མགོན་པོ་སྤྲུལ་དང་བཅས་རྣམས་མཚོན།། ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་རྣམས་ལ་  
བདག་།། བསྟོད་དབྱངས་ཡན་ལག་རྒྱ་མཚོས་བསྟོད།། བསྟོད་དབྱངས་སྟོན་སྟོན་དེ་དག་  
ལ།། དེས་པར་ཀུན་ཏུ་འབྱུང་བྱུང་ཅིག། དུས་གསུམ་གཤེགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀུན་།། ཚོས་  
དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚོག་བཅས་ལ།། ཞིང་རྩལ་ཀུན་ཀྱི་བྱངས་སྟེད་ཀྱི།། ལུས་བརྱུང་པས་ནི་  
བདག་ཕྱག་འཚལ།། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་གཞི་རྣམས་དང་།། མཚོན་ཏེན་རྣམས་ལ་བདག་  
ཕྱག་འཚལ།། མཁན་པོ་དེ་བཞིན་སྟོབ་དཔོན་དང་།། བརྩལ་ཞུགས་མཚོག་ལ་ཕྱག་འཚལ་  
ལོ།། བྱང་ཆུབ་སྟོང་པོར་མཚིས་ཀྱི་བར།། སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཚི།། ཚོས་དང་



བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཡི།།ཚོགས་ལའང་དེ་བཞིན་སྐྱབས་སུ་མཆི།།ཕྱོགས་རྣམས་ཀུན་ན་  
བཞུགས་པ་ཡི།།རྫོགས་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཚུབ་སེམས་།།ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་མངའ་  
རྣམས་ལ།།ཐལ་མོ་སྐྱར་ཏེ་གསོལ་བ་ནི།།ཐོག་མ་མེད་ལྡན་འཁོར་བ་ནས།།ཆེ་རབས་  
འདིའམ་གཞན་དག་ཏུ།།བདག་གིས་མ་འཚལ་སྡིག་བགྱིས་པའམ།། བགྱིད་དུ་སྐྱལ་བ་ཉིད་  
དང་ནི།།གཏི་ལུག་འཁྲལ་བས་བདག་ལོན་ཏེ།།རྗེས་སུ་ཡི་རང་གང་བགྱིས་པ།།ལོངས་པ་དེ་  
ནི་མཐོང་བགྱིས་ནས།།བསམ་པ་ཐག་བས་མགོན་ལ་བཞགས།།བདག་གིས་དགོན་མཆོག་  
གསུམ་དང་ནི།།པ་མའམ་སྐྱ་མ་གཞན་དག་ལ།།ཉོན་མོངས་སྒོ་ནས་ལུས་ངག་དང་།།ཡིད་  
གྱིས་གཞོད་བགྱིས་གང་ལགས་པ།།ཉེས་པ་དུ་མས་སྐྱོན་ཆགས་པའི།།སྡིག་ཅན་བདག་གིས་



སྐྱུང་བ།།དེ་དེ་བྲན་པའི་ཡུལ་དུ་འགྱུར།།འདས་པ་ཐམས་ཅད་མཐོང་མི་འགྱུར།། དེ་ཞིག་  
གསོན་ཆེ་འདི་ཉིད་ལའང་།།མཛེའ་དང་མི་མཛེའ་དུ་མ་འདས།།དེ་དག་དོན་དུ་བྱས་པའི་  
སྡིག་མི་བཟང་གང་ཡིན་མདུན་ན་གནས།།དེ་ལྟར་བདག་ནི་སྣོ་བྱུར་ཞེས།།བདག་གིས་  
རྟོགས་པར་མ་གྱུར་པས།།གཉི་ལྷག་ཆགས་དང་ཞེ་སྐྱུང་གིས།།སྡིག་པ་རྣམ་པ་དུ་མ་  
བྱས།།ཉིན་མཚན་སྡོད་པ་ཡོང་མེད་པར།།ཆེ་འདི་རྟག་ཏུ་གོད་འགྱུར་ཞིང་།།སྣོན་པ་གྱུད་  
ནས་འོང་མེད་ན།།བདག་ལྟ་འཆི་བར་ཅིས་མི་འགྱུར།།བདག་ནི་མལ་ན་འདུག་བཞིན་  
དུ།།གཉེན་བཤེས་ཀུན་གྱིས་མཐའ་བསྐྱོར་གྱང་།།སྡོག་འཆད་པ་ཡི་ཚོར་བ་དག།བདག་ཉིད་  
གཅིག་བྱས་སྡོང་བར་འགྱུར།།གཤེན་རྗེའི་ཕོ་ཉམ་བེན་པ་ལ།།གཉེན་གྱིས་ཅི་པན་བཤེས་ཅི་

མན།།དེ་ཚེ་བསོད་ནམས་གཅིག་སྐྱབས་ན།།དེ་ཡང་བདག་གིས་མ་བསྟེན་ཏོ།།མགོན་པོ་  
བག་མེད་བདག་གིས་ནི།།འཇིགས་པ་འདི་འདྲ་མ་འཚེས་ནས།།མི་རྟག་ཚེ་འདིའི་ཆེད་དག་  
ཏུ།།སྡིག་པ་མང་པོ་ཉེ་བར་བསྐྱབས།།སྐྱེ་བོ་ཡན་ལག་གཅོད་པའི་སར།།དེ་རིང་ཁྲིད་པའང་  
བྱེད་འགྱུར་ཏེ།།ཁ་སྐྱམ་མིག་རྩ་ངན་ལ་སོགས།།སྣ་ལས་གཞན་ཏུ་འགྱུར་སྣང་ན།།གཤེན་  
རྗེའི་པོ་ཉེ་འཇིགས་འཇིགས་ལྟའི་།།འཕྱུགས་ཅན་གྱིས་བཟུང་གྱུར་ཅིང་།།འཇིགས་ཆེན་  
ནད་གྱིས་བྲེབས་གྱུར་པ།།རབ་ཏུ་ཉམ་ཐག་སློབ་ཅི་དགོས།།སྐྱེ་ཞིག་འཇིགས་ཆེན་འདི་ལས་  
བདག་ལེགས་པར་སྐྱོབ་པར་བྱེད་འགྱུར་ཞེས།།བྱེད་འགྲོ་པའི་མིག་བབྱད་ནས།།སྡོགས་  
བཞིར་སྐྱབས་དག་ཚོལ་བར་བྱེད།།སྡོགས་བཞིར་སྐྱབས་མེད་མཐོང་ནས་ནི།།དེ་ནས་ཀུན་

ཏུ་ཡི་བྱུག་འགྲུར།།གནས་དེར་སྐྱབས་ཡོད་མ་ཡིན་ན།།དེ་ཚེ་བདག་གིས་ཇི་སྟར་བྱ།།དེ་  
བས་རྒྱལ་བ་འགྲོ་བའི་མགོན།།འགྲོ་བ་སྐྱོབ་པའི་དོན་བཅོམ་པ།།སྐྱོབས་ཚེན་འཇིགས་པ་  
ཀུན་སེལ་ལ།།དེ་རིང་ཉིད་ནས་སྐྱབས་སུ་མཆི།།དེ་ཡི་བྱུགས་སུ་ཚུད་པའི་ཚོས།།འཁོར་  
བའི་འཇིགས་པ་སེལ་བ་དང་།།བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་ཚོགས་ལ་ཡང་།།དེ་བཞིན་ཡང་  
དག་སྐྱབས་སུ་མཆི།།བདག་ནི་འཇིགས་པས་རྣམ་སྐྱག་ནས།།ཀུན་ཏུ་བཟང་ལ་བདག་ཉིད་  
འབྱུལ།།འཇམ་པའི་དབྱངས་ལའང་བདག་ཉིད་གྱིས།།བདག་གི་ལུས་འདི་དབྱུལ་བར་  
བགྱི།།བྱུགས་རྗེའི་སྐྱོད་པ་མ་འཁྲུལ་བ།།སྐྱུན་རས་གཟིགས་མགོན་དེ་ལ་ཡང་།།ཉམ་ཐག་ང་  
འོས་འོ་དོད་འབོད།།སྡིག་ལྡན་བདག་ལ་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།།འཕགས་པ་རྣམ་མཁའི་སྡིང་པོ་

དང་། །ས་ཡི་སྒྲིང་པོ་དག་དང་ནི། །ཐུགས་རྗེ་ཆེ་མགོན་ཐམས་ཅད་ལ། །སྐྱབས་འཚོལ་སྒྲིང་  
ནས་འོ་དོད་འབོད། །གང་ཞིག་མཐོང་ནས་གཤེན་རྗེ་ཡི། །པོ་ཉ་ལ་སོགས་སྤང་བ་  
ནམས། །སྐྱག་ནས་ཕྱོགས་བཞིར་འབྱེད་བྱེད་པ། །དོ་རྗེ་ཅན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི། །སྡོན་ཆད་  
བྱེད་ཀྱི་བཀའ་ལས་འདས། །ད་ནི་འཇིགས་པ་ཆེར་མཐོང་ནས། །བྱེད་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་  
ལགས་ཀྱིས། །འཇིགས་པ་སྐྱུར་དུ་བསལ་དུ་གསོལ། །ཐ་མལ་ནད་ཀྱིས་འཇིགས་ན་  
ཡང་། །སྒྲན་པའི་དག་བཞིན་བྱ་དགོས་ན། །འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་ཉེས་བརྒྱ་ཡི། །ནད་ཀྱིས་  
ཉག་བཏབ་སྒྲོས་ཅི་དགོས། །དེ་གཅིག་གིས་ཀྱང་འཇམ་སྤིང་ན། །གནས་པའི་མི་ཀུན་བརྒྱག་  
བྱེད་ན། །དེ་དག་གསོ་བའི་སྒྲན་གཞན་ནི། །ཕྱོགས་ནམས་ཀུན་ནས་མི་རྙེད་ན། །དེ་ལ་སྒྲན་པ་

ཐམས་ཅད་མཐུན།། ཟུག་རྩ་ཐམས་ཅད་འབྲིན་པ་ཡི།། བཀའ་ལྟར་མི་བྱེད་སེམས་པ་  
ནི།། འཁོར་ཏུ་གཏི་ལྷག་སྦྱང་པའི་གནས།། གཡང་ས་ཐ་མལ་རྩུང་རྩ་ལའང་།། བག་ཡོད་གནས་  
པར་བྱ་དགོས་ན།། དཔག་ཚད་སྟོང་རྩ་སྦྱང་བ་ཡི།། ཡུན་རིང་གཡང་སར་སྦྱོས་ཅི་དགོས།། དེ་  
རིང་ཁོ་ན་མི་འཆི་ཞེས།། བདེ་བར་འདུག་པ་རིགས་མ་ཡིན།། བདག་ནི་མེད་པར་འགྱུར་  
བའི་དུས།། དེ་ནི་གདོན་མི་བ་བར་འགྱུར།། བདག་ལ་མི་འཇིགས་སུ་ཡིས་བྱིན།། འདི་ལས་ཇི་  
ལྟར་ངེས་ཐར་འགྱུར།། གདོན་མི་བ་བར་མེད་འགྱུར་ན།། ཅི་ལྟར་བདག་ཡིད་བདེ་བར་  
འདུག། ལྡོན་ཚད་སྟོང་སྟེ་ཞིག་པ་ལས།། བདག་ལ་སྟག་པ་ཅི་ཡོད་ན།། བདག་ནི་དེ་ལ་མངོན་  
ཞེན་ནས།། ལྷ་མའི་བཀའ་དང་འགལ་བར་བྱས།། གསོན་ཚེ་འདི་དང་དེ་བཞིན་དུ།། གཉེན་

དང་བཤེས་པ་རྣམས་སྤངས་ནས།།གཅིག་ཕུ་ག་ཤེད་འགོ་དགོས་ན།།མཛེའ་དང་མི་མཛེའ་  
ཀུན་ཅི་རུང་།།མི་དགོ་བ་ལས་སྤྱག་བསྐྱལ་འབྱུང་།།དེ་ལས་ཇི་སྟར་ངེས་ཐར་ཞེས།།ཉིན་  
མཚན་ཉལ་ཏུ་བདག་གིས་ནི།།འདི་ཉིད་འབའ་ཞེག་བསམ་པའི་རིགས།།བདག་ནི་མི་ཤེས་  
གཉི་སྤྱག་པས།།རང་བཞིན་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའམ།།བཅས་པའི་སྤྲིག་པ་གང་ཡིན་ལས།།གང་  
ཡང་རུང་བ་བགྱིས་པ་རྣམས།།མགོན་པོའི་སྤྱན་སྐྱར་མངོན་སུམ་དུ།།ཐལ་སྐྱར་སྤྱག་བསྐྱལ་  
འཇིགས་སེམས་གྱིས།།ཡང་དང་ཡང་དུ་སྤྱག་འཚལ་ཉེ།།དེ་དག་ཐམས་ཅད་བཤགས་པར་  
བགྱི།།འདྲེན་པ་རྣམས་གྱིས་བདག་གི་སྤྲིག་འོངས་པ་ལགས་པར་གཟུང་དུ་གསོལ།།འདི་ནི་



བཟང་པོ་མ་ལགས་པས།།སྒྲོན་ཆད་བདག་ནི་ཡོང་མི་བགྱིད།།བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོང་

བ་ལ་འདྲུག་པ་ལས།།སྒྲིག་པ་བཤམས་པའི་ལེ་ཏུ་སྟེ་གཉིས་པའོ།།།

སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ངན་སོང་གི།།སྤྱུག་བསྐྱེལ་ངལ་བསོའི་དགོ་བ་དང་།།སྤྱུག་བསྐྱེལ་ཅན་

དག་བདེར་གནས་ལ།།དགའ་བས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ་།།བྱང་ཆུབ་རྒྱུར་གྱུར་དགོ་བསགས་

བ།།དེ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ་།།ལུས་ཅན་འཁོར་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་ལས།།དེས་པར་ཐར་ལ་ཡི་

རང་ངོ་།།སྦྱོབ་པ་རྣམས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་དང་།།རྒྱལ་སྐྱེས་ས་ལའང་ཡི་རང་ངོ་།།སེམས་ཅན་

ཐམས་ཅད་བདེ་མཛད་པའི་།།ཐུགས་བསྐྱེད་དགོ་བ་རྒྱ་མཚོ་དང་།།སེམས་ཅན་པན་པར་

མཛད་པ་ལ།།དགའ་བས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ་།།སྦྱོགས་རྣམས་ཀུན་གྱི་སངས་རྒྱས་ལ།།ཐལ་

མོ་སྐྱུར་ཏེ་གསོལ་བ་ནི།།སེམས་ཅན་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ལྷན་འཐོམས་ལ།།ཚོས་ཀྱི་སྒྲོན་མེ་སྐྱར་དུ་  
གསོལ།།རྒྱལ་བ་སྐྱུང་ན་འདའ་བཞེད་ལ།།ཐལ་མོ་སྐྱུར་ཏེ་གསོལ་བ་ནི།།འགྲོ་འདི་སྤོངས་  
པར་མི་འགོད་ཅིང་།།བསྐྱེལ་བ་གྲངས་མེད་བཞུགས་པར་གསོལ།།དེ་ལྟར་འདི་དག་ཀུན་  
བྱས་ཏེ།།དགོ་བ་བདག་གིས་བསགས་པ་གང་།།དེས་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི།།སྐྱུག་  
བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་བསལ་བར་ཤོག།འགྲོ་བ་ནད་པ་ཇི་སྲིད་དུ།།ནད་སོས་གྱུར་གྱི་བར་དུ་  
ནི།།སྐྱུན་དང་སྐྱུན་པ་ཉིད་དག་དང་།།དེ་ཡི་ནད་གཡོག་བྱེད་པར་ཤོག།ཐས་དང་སྐྱོམ་གྱི་ཆར་  
པལ་སྟེ།།བགྲེས་དང་སྐྱོམ་པའི་གཞོན་པ་བསལ།།ལྷ་གའི་བསྐྱེལ་བ་བར་མའི་ཚོ།།བདག་ནི་  
ཐས་དང་སྐྱོམ་དུ་གྱུར།།སེམས་ཅན་སྤོངས་ཤིང་དབྱེལ་བ་ལ།།བདག་ནི་མི་ཟད་གཏེར་གྱུར་

ཏེ། ཡོ་བྱུང་མཁོ་དགུ་སྣ་ཚོགས་སུ། མདུན་ན་ཉེ་བར་གནས་གྱུར་ཅིག། ལུས་དང་དེ་བཞིན་  
ལོངས་སྤོང་དང་། འདུས་གསུམ་དགོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བསྐྱབ་  
སྒྲིབ། མངས་བ་མེད་པར་གཏང་བར་བྱ། ཐམས་ཅད་བཏང་བས་སྤྱ་ངན་འདའ། བདག་སྣོ་  
སྤྱ་ངན་འདས་པ་བསྐྱབ། ཐམས་ཅད་གཏོང་བར་ཆབས་གཅིག་ལ། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་  
བཏང་བ་མཚོག། བདག་གིས་ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ། ལུས་འདི་ཅི་བདེར་བྱིན་ཟིན་  
གྱིས། ཏྲག་ཏུ་གསོད་དང་སྤོང་བའམ། བདེག་སོགས་ཅི་དགར་བྱེད་ལ་རག། བདག་གི་ལུས་  
ལ་ཅེ་བྱེད་དམ། ཚོ་འབྲི་ག་ཞེ་རྒྱ་བྱེད་ཀྱང་། བདག་གི་ལུས་འདི་བྱིན་ཟིན་གྱིས། འདི་ཡི་  
ཁ་ཏས་ཅི་ཞིག་བྱ། དེ་ལ་གཞོད་པར་མི་འགྱུར་བའི། ལས་གང་ཡིན་པའང་བྱེད་དུ་



དང་བྱམ་པ་བཟང་།།རིག་སྒྲགས་བྱུབ་དང་སྒྲན་ཆེན་དང་།།དཔག་བསམ་གྱི་ནི་ཤིང་དག་  
དང་།།ལུས་ཅན་རྣམས་གྱི་འདོད་འཇོར་གྱུར།།ས་སོགས་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་དང་།།རྣམ་  
མཁའ་བཞིན་དུ་རྟག་པར་ཡང་།།སེམས་ཅན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡི།།རྣམ་མང་ཉེར་འཚོའི་  
གཞིར་ཡང་ཤོག།དེ་བཞིན་རྣམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི།།སེམས་ཅན་ཁམས་ལ་རྣམ་  
ཀུན་ཏུ།།ཐམས་ཅད་སྤང་འདས་བར་དུ།།བདག་ནི་ཉེར་འཚོའི་རྒྱར་ཡང་ཤོག།ཇི་སྟར་  
སྡོན་གྱི་བདེ་གཤེགས་གྱིས།།བྱང་ཆུབ་ཐུགས་ནི་བསྐྱེད་པ་དང་།།བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་  
བསྐྱབ་པ་ལ།།དེ་དག་རིམ་བཞིན་གནས་པ་སྟར།།དེ་བཞིན་འགྲོ་ལ་ཕན་དོན་དུ།།བྱང་ཆུབ་  
སེམས་ནི་བསྐྱེད་བགྱི་ཞིང་།།དེ་བཞིན་དུ་ནི་བསྐྱབ་པ་ལའང་།།རིམ་པ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་

བགྱི།།དེ་ལྟར་སྒོ་དང་ལྡན་པ་ཡིས།།རབ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་བཟུང་ནས།།མཇུག་གུང་  
རྒྱས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར།།སེམས་ནི་འདི་ལྟར་གཟེངས་བསྟོད་དོ།།དེང་དུས་བདག་ཚེ་འབྲས་  
བྱ་ཡོད།།མི་ཡི་སྲིད་པ་ལེགས་པར་ཐོབ།།དེ་རིང་སངས་རྒྱས་རིགས་སུ་སྐྱེས།།སངས་རྒྱས་  
སྲས་སུ་ད་གྱུར་ཏོ།།ད་ནི་བདག་གིས་ཅེ་ནས་གུང་།།རིགས་དང་མཐུན་པའི་ལས་བཅུམས་  
ཏེ།།སྐྱོན་མེད་བཅུན་པའི་རིགས་འདི་ལ།།རྟོག་པར་མི་འགྱུར་དེ་ལྟར་བྱ།།ལོང་བས་ཕྱག་  
དར་ལུང་པོ་ལས།།ཇི་ལྟར་རིན་ཆེན་རྟེན་པ་ལྟར།།དེ་བཞིན་ཇི་ཞིག་ལྟར་སྐྱེས་ནས།།བྱང་  
ཆུབ་སེམས་འདི་བདག་ལ་སྐྱེས།།འགྲོ་བའི་འཆི་བདག་འཇོམས་བྱེད་པའི།།བདུད་ཅི་  
མཚོག་གུང་འདི་ཡིན་ནོ།།འགྲོ་བའི་དབུལ་བ་སེལ་བ་ཡི།།མི་བཟང་གཏེར་ཡང་འདི་ཡིན་

ནོ།། འགོ་བའི་ནད་རབ་ཞི་བྱེད་པའི།། ལྷན་གྱི་མཚོག་གྲང་འདི་ཡིན་ནོ།། སྲིད་ལམ་འབྲམས་  
ཤིང་དུབ་པ་ཡི།། འགོ་བའི་ངལ་བསོའི་ལྷོན་ཤིང་ཡིན།། འགོ་བ་ཐམས་ཅད་ངན་འགོ་  
ལས།། ལྷོལ་བར་བྱེད་པའི་སྤྱི་སྤྲེགས་ཡིན།། འགོ་བའི་ཉོན་མོངས་གདུང་སེལ་བའི།། སེམས་  
གྱི་ལྷ་བ་ཤར་བ་ཡིན།། འགོ་བའི་མི་ཤེས་རབ་རིབ་དག། དབྱིས་འབྱིན་ཉི་མ་ཆེན་པོ་  
ཡིན།། དམ་ཚོས་འོ་མ་བསྐྱབས་པ་ལས།། མར་གྱི་ཉིང་ཁུ་ལྷུང་བ་ཡིན།། འགོ་བའི་འགོན་པོ་  
སྲིད་པའི་ལམ་རྒྱ་ཞིང་།། བདེ་བའི་ལོངས་སྤོད་སྤྱད་པར་འདོད་པ་ལ།། འདི་ནི་བདེ་བའི་  
མཚོག་ཏུ་ཉེར་གནས་ཏེ།། སེམས་ཅན་འགོན་ཆེན་ཆོས་པར་བྱེད་པ་ཡིན།། བདག་གིས་དེ་  
རིང་སྐྱོབ་པ་ཐམས་ཅད་གྱི།། ལྷན་སྤར་འགོ་བ་བདེ་གཤེགས་ཉིད་དང་ནི།། བར་དུ་བདེ་ལ་

མགོན་དུ་བོས་ཟེན་གྱིས།།སྟ་དང་སྟ་མིན་ལ་སོགས་དགའ་བར་གྱིས།།བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའི་སྟོན་པ་ལ་འཇུག་པ་ལས།།བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ཡོངས་སུ་བབྱང་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་  
ལེའུ་གསུམ་པའོ།།།

རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་གྱིས་དེ་སྟེ་བྱུང་།།བྱང་ཆུབ་སེམས་རབ་བརྟན་བབྱང་ནས།།གཡེལ་བ་མེད་  
པར་རྟག་ཏུ་ཡང་།།བསྐྱབ་ལས་མི་འདའ་འབད་པར་བྱ།།བབ་ཅོལ་བརྩམས་པ་གང་ཡིན་  
པའམ།།གང་ཞེག་ལེགས་པར་མ་བརྟགས་པ།།དེ་ནི་དམ་བཅས་བྱས་གྱུར་གྱང་།།བྱའམ་  
བཏང་ཞེས་བརྟགས་པའི་རིགས།།སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་དེ་ཡི་སྤྲུལ་།།ཞེས་རབ་ཚེན་པོས་  
གང་བརྟགས་ཤིང་།།བདག་ཉིད་གྱིས་གྱང་བརྟགས་བརྟགས་པ།།དེ་ལ་བཤོལ་དུ་ཅི་ཞེག་



ཡོད།།གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་དམ་བཅས་ནས།།ལས་གྲིས་བསྐྱབ་པར་མ་བྱས་ན།།སེམས་ཅན་དེ་  
དག་ཀུན་བསྐྱས་པས།།བདག་གི་འགྲོ་བ་ཅི་འདྲར་འགྱུར།།དངོས་པོ་པལ་བ་རྩལ་ཟད་  
ལའང་།།ཡིད་གྲིས་སྦྱིན་པར་བསམ་བྱས་ནས།།མི་གང་སྦྱིན་པར་མི་བྱེད་པ།།དེ་ཡང་ཡི་  
དུགས་འགྱུར་གསུངས་ན།།སྒྲ་ན་མེད་པའི་བདེ་བ་ལ།།བསམ་པ་ཐག་པས་མགོན་གཉེར་  
ནས།།འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་བསྐྱས་བྱས་ན།།བདེ་འགྲོར་ངི་ག་འགྲོ་འགྱུར་རམ།།མི་གང་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་བཏང་ཡང་།།དེ་དག་ཐར་བར་མཛད་པ་ནི།།ལས་ཚུལ་བསམ་གྲིས་མི་བྱབ་  
སྟེ།།ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་ཁོ་ནས་མཐེན།། དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ།།ལྷུང་བའི་ནང་  
དུ་སྦྱི་བ་སྟེ།།འདི་ལྟར་དེ་ནི་བྱང་གྱུར་ན།།སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དོན་ལ་དམན།།གང་གཞན་

སྐད་ཅིག་ཙམ་ཡང་འདིའི།།བསོད་ནམས་བར་ཆད་གོགས་བྱེད་པ།།སེམས་ཙན་དོན་ལ་  
དམན་གྱུར་པས།།དེ་ཡི་ངན་འགྲོ་མུ་མཐའ་མེད།།སེམས་ཙན་གཅིག་གི་བདེ་བ་  
ཡང་།།བཞིག་ན་བདག་ཉིད་ཉམས་འགྱུར་ན།།ནམ་མཁའ་མ་ལུས་མཐའ་གྲས་པའི།།ལུས་  
ཙན་བདེ་བཞིག་སྣོས་ཅི་དགོས།།དེ་ཉླར་ལྷུང་བ་སྣོབས་ལྡན་དང་།།བྱང་ཆུབ་སེམས་སྣོབས་  
ལྡན་པ་དག།འཁོར་བར་རེས་ཀྱིས་འདྲེ་བྱེད་ན།།ས་ཐོབ་པ་ལ་ཡུན་རིང་ཐོགས།།དེ་ཉླས་ཇི་  
ཉླར་དམ་བཅས་བཞིན།།བདག་གིས་གུས་པས་བསྐྱབ་པར་བྱ།།དེང་ནས་བཙོན་པར་མ་  
བྱས་ན།།འོག་ནས་འོག་ཏུ་འགྲོ་བར་འགྱུར།།སེམས་ཙན་ཐམས་ཅད་པན་མཛད་  
པའི།།སངས་རྒྱས་གངས་མེད་འདས་གྱུར་ཀྱང་།།བདག་ནི་རང་གི་ཉེས་པས་དེའི།།གསོ་

བའི་སྐྱོད་ཡུལ་མ་གྱུར་ཏོ།།ད་དུང་དེ་བཞིན་བདག་གྱེད་ན།།ཡང་དང་ཡང་དུའང་དེ་བཞིན་  
ཏེ།།ངན་འགྲོར་ནད་དང་འཆི་བ་དང་།།བཅད་དང་བཤུགས་སོགས་སྤོང་བར་འགྱུར།།དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་འབྱུང་བ་དང་།།དད་དང་མི་ལུས་ཐོབ་པ་དང་།།དགོ་གོམས་རུང་བ་དེ་ལྟ་  
བུ།།དཀོན་ན་ནམ་ཞིག་ཐོབ་པར་འགྱུར།།ནད་མེད་ཉི་མ་འདི་ལྟ་བུ།།ཟས་བཅས་འཆི་བ་  
མེད་ཀྱང་ནི།།ཆེ་ནི་སྐད་ཅིག་བསྐྱུ་བ་སྟེ།།ལུས་ནི་ཐང་ཅིག་བརྟན་པོ་བཞིན།།བདག་གི་སྐྱོད་  
པ་འདི་འབྲས་ནི།།མི་ཡི་ལུས་ཀྱང་འཐོབ་མི་འགྱུར།།མི་ལུས་ཐོབ་པར་མ་གྱུར་ན།།སྡིག་པ་  
འབའ་ཞིག་དགོ་བ་མེད།།གང་ཆེ་དགོ་སྤྱད་སྐལ་ལྷན་ཡང་།།དགོ་བ་བདག་གིས་མ་བྱས་  
ན།།ངན་སོང་སྤྱག་བསྐྱལ་ཀུན་སྤོངས་པ།།དེ་ཆེ་བདག་གིས་ཅི་བྱར་ཡོད།།དགོ་བ་དག་ཀྱང་

མ་བྱས་ལ།།སྡིག་པ་དག་གྲང་ཉེར་བསགས་ན།། བསྐྱལ་བ་བྱེ་བ་བརྒྱུར་ཡང་ནི།།བདེ་  
འགྲོའི་སྐྱ་ཡང་ཐོས་མི་འགྱུར།།དེ་ཉིད་སྲིར་ན་བཅོམ་སྡན་གྱིས།།རྒྱ་མཚོ་ཆེར་གཡེངས་  
གཉེན་ཤིང་གི།།བྱ་གར་རུས་སྐལ་མགྲིན་ཚུད་སྟར།།མི་ཉིད་ཤིན་ཏུ་ཐོབ་དཀའ་  
གསུངས།།སྐྱད་ཅིག་གཅིག་བྱས་སྡིག་པས་གྲང་།།བསྐྱལ་བར་མནར་མེད་གནས་འགྱུར་  
ན།། ཐོག་མེད་འཁོར་བར་བསགས་སྡིག་གིས།།བདེ་འགྲོར་མི་འགྲོ་སྡོམ་ཅི་དགོས།།དེ་ཙམ་  
ཁོ་ན་སྤང་གྱུར་ནས།།འདི་ནི་རྣམ་ཐར་མི་འགྱུར་ཉེ།།འདི་སྟར་དེ་ནི་སྤོང་བཞིན་ཏུ།།སྡིག་པ་  
གཞན་དག་རབ་ཏུ་སྐྱེ།།འདི་འདྲའི་དལ་བ་རྟེན་གྱུར་ནས།།བདག་གིས་དགོ་གོམས་མ་བྱས་  
ན།།འདི་ལས་བསྐྱུས་པ་གཞན་མེད་དེ།།འདི་ལས་སྤོངས་པའང་གཞན་མེད་དོ།།གལ་ཉེ

བདག་གིས་དེ་ཉིད་ས་ནས། རྫོང་ས་བས་སྤྱིས་ཀྱང་སྤྱོད་ལུག་ན། འཆི་བར་འགྱུར་བའི་དུས་  
ཀྱི་ཚེ། ལྷ་ངན་ཚེན་པོ་སྤང་བར་འགྱུར། དལུལ་མེ་བཟོད་དགས་ལུན་རིང་དུ། བདག་གི་  
ལུས་ལ་བསྐྱེད་ས་གྱུར་ན། འགྲོད་པ་མི་བཟད་མེ་འབར་བས། སེམས་གདུང་འགྱུར་བ་  
གདོན་མི་བ། འཁོར་ཏུ་ཉེད་དཀའ་པན་བའི་ས། རི་ཞིག་ལྟར་སྤྱོད་ཀྱིས་ཉེད་གྱུར་ནས། བདག་ཉིད་  
ཤེས་དང་སྤྲོད་བཞིན་དུ། ལྱིར་ཡང་དལུལ་བ་དེར་ཁྲིད་ན། ལྷགས་ཀྱིས་རྫོང་ས་བར་བྱས་པ་  
བཞིན། བདག་ལ་འདྲིར་སེམས་མེད་དུ་བཟད། ཅིས་རྫོང་ས་བདག་ཀྱང་མ་ཤེས་ཏེ། བདག་གི་  
ཁོང་ན་ཅི་ཞིག་ཡོད། ཞེ་སྤང་སྤོད་སོགས་དག་རྣམས་ནི། རྒྱང་ལག་ལ་སོགས་ཡོད་མིན་  
ལ། དཔའ་མཛོང་ས་མིན་ཡང་རི་ཞིག་ལྟར། དེ་དག་གིས་བདག་བྲན་བཞིན་བྱས། བདག་གི་

སེམས་ལ་གནས་བཞིན་དུ།།དགའ་མགུར་བདག་ལ་གཞོན་བྱེད་པ།།དེ་ལའང་མི་ཁྲོ་བཟོད་  
བ་ནི།།གནས་མིན་བཟོད་པ་སྤྲད་པའི་གནས།།གལ་ཏེ་སྣ་དང་སྣ་མིན་རྣམས།།ཐམས་ཅད་  
བདག་ལ་དགའ་ལངས་ཀྱང་།།དེ་དག་གིས་ཀྱང་མནར་མེད་པའི།།མེ་ནང་འཁྲིད་ཅིང་འཇུག་  
མི་རུས།།ཉོན་མོངས་སྟོབས་ཆེན་དགའ་འདིས་ནི།།གང་དང་སྤྲད་ན་རི་རབ་ཀྱང་།།ཐལ་བ་  
ཡང་ནི་མི་ལུས་པ།།དེར་བདག་སྤྲད་ཅིག་གཅིག་ལ་འདོད།།བདག་གི་ཉོན་མོངས་དགའ་བོ་  
གང་།།དུས་རིང་ཐོག་མཐའ་མེད་པ་སྟར།།དགའ་གཞན་ཀུན་ཀྱང་དེ་སྟ་བུར།།ཡུན་རིང་བྱུང་  
བ་མ་ཡིན་ནོ།།མ་བྱུན་པར་རིམ་གྲོ་བསྟེན་བྱས་ན།།ཐམས་ཅད་པན་དང་བདེ་བྱེད་ན།།ཉོན་  
མོངས་རྣམས་ནི་བསྟེན་བྱས་ན།།ཕྱིར་ཞིང་སྤྲུག་བསྐྲུལ་གཞོན་པ་བྱེད།།དེ་སྟར་ཡུན་རིང་

རྒྱུན་ཆགས་དགའ་གྱུར་པ།།གཞོན་པའི་ཚོགས་རབ་འཕེལ་བའི་རྒྱ་གཅིག་ཟུ།།བདག་གི་  
སྣང་ལ་ངེས་པར་གནས་འཆའ་ན།།འཁོར་བར་འཇིགས་མེད་དགའ་བར་ག་ལ་  
འགྱུར།།འཁོར་བའི་བཙོན་རའི་སྣང་མ་དཔྱལ་སོགས་སུ།།གསོད་བྱེད་གཤེད་མར་གྱུར་པ་  
འདི་དག་ནི།།གལ་ཉེ་སློབ་གནས་ཆགས་པའི་བྱ་བ་ན།།གནས་ན་བདག་ལ་བདེ་བ་ག་ལ་  
ཡོད།།དེ་ལྟར་ངི་སྲིད་བདག་གིས་དགའ་འདི་མངོན་སུམ་དུ།།ངེས་པར་མ་བཙོམ་དེ་སྲིད་  
བདག་འདིར་བཙོན་མི་འདོར།།རེ་ཞིག་གཞོན་བྱེད་ཚུང་དུ་ལ་ཡང་ཁྱོས་གྱུར་པ།།ང་རྒྱལ་  
བདོ་རྣམས་དེ་མ་བཙོམ་པར་གཉིད་མི་འོང་།།རང་བཞིན་འཆི་བས་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱུར་པའི་  
ཉོན་མོངས་དག།གཡུལ་ངོར་དངར་ཆེ་ནན་གྱིས་གཞོམ་པར་འདོད་པ་ཡང་།། མདའ་མདུང་

མཚོན་གྱིས་སོག་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་བྱུང་བསད་ནས། །དོན་མ་གྲུབ་པར་སྤྱིར་སྤྱོད་གས་འབྱེར་  
བར་མི་བྱེད་ན། །ཉལ་ཏུ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཀུན་གྱི་རྒྱུར་གྱུར་པ། །རང་བཞིན་དབྱར་ངེས་གཞོམ་  
བཅོམ་བདག་ལ་དང་། །སྐྱུག་བསྐྱེལ་བརྒྱ་སྐྱུག་རྒྱུར་གྱུར་གང་གིས་གྱང་། །ཡི་ཚད་སྤྱིད་ལུག་  
མི་འགྱུར་སྣོས་ཅི་དགོས། །དོན་མེད་དབྱ་ཡིས་མ་སྣོལ་བཏོད་པ་ཡང་། །ལུས་ལ་རྒྱན་དང་  
འདྲ་བར་སྣོལ་བྱེད་ན། །དོན་ཚེན་སྐྱུབ་སྤྱིར་ཡང་དག་བཅོམ་གྱུར་པ། །བདག་ལ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་  
ཅི་སྤྱིར་གཞོད་བྱེད་ཡིན། །ཉ་པ་གདོལ་བ་ཞིང་བ་ལ་སོགས་པ། །རང་གི་འཚོ་བ་ཅམ་ཞིག་  
སེམས་པ་ཡང་། །གྲང་དང་ཚེལ་སོགས་པའི་གཞོད་བཅོམ་ན། །འགྲོ་བ་བདེ་སྤྱིར་བདག་ལྟ་  
ཅིས་མི་བཅོམ་། །སྤྱོད་གས་བཏུ་ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི་། །འགྲོ་བ་ཉོན་མོངས་ལས་



བསྐྱེལ་བར།།དམ་བཅས་གང་ཆེ་བདག་ཉིད་ཀྱང་།།ཉོན་མོངས་རྣམས་ལས་མ་གྲོལ་  
བར།།བདག་གི་ཚོད་ཀྱང་མི་ཤེས་བར།།སྐྱ་བ་ཇི་ལྟར་སློན་པ་མིན།།དེ་ལྟས་ཉོན་མོངས་  
གཞོམ་པ་ལ།།ཉལ་ཏུ་སྤྱིར་མི་སྡོག་པར་བྱ།།འདི་ལ་བདག་གིས་ཞེན་བྱ་ཞིང་།།ཁོན་དུ་བབྱང་  
ནས་གཡུལ་སྤང་དེ།།རྣམ་པ་དེ་འདྲའི་ཉོན་མོངས་པ།།ཉོན་མོངས་འཇོམས་བྱེད་མ་གཏོགས་  
སོ།།བདག་ནི་བསྐྱེལ་ས་ཉེ་བསད་གྱུར་ཉམ།།བདག་གི་མགོ་བོ་བཅད་ཀྱང་སྤེལ།།རྣམ་པ་  
ཀུན་ཏུ་ཉོན་མོངས་པའི་།།དག་ལ་འདུད་པར་མི་བྱའོ།།ཐ་མལ་དག་བོ་ཡུལ་ནས་སྤྱང་ཡང་  
ནི།།ཡུལ་གཞན་དག་ཏུ་གནས་ཤིང་ཡོངས་བབྱང་ནས།།རྣམ་པ་བརྟམ་ནས་དེ་ནས་སྤྱིར་  
སྡོག་གི།།ཉོན་མོངས་དག་ཚུལ་དེ་དང་འདྲ་མ་ཡིན།།ཉོན་མོངས་ཉོན་མོངས་ཤེས་རབ་མིག་

གིས་སྤང་།།བདག་ཡིད་ལས་བསལ་གང་དུ་འགྲོ་བར་འགྱུར།།གང་དུ་གནས་ནས་བདག་  
གཞོན་བྱ་སྤྱིར་འོང་།།སྒོ་ཞན་བདག་ལ་བཙོན་པ་མེད་པར་བཟད།།ཉོན་མོངས་རྣམས་ནི་ཡུལ་  
ན་མི་གནས་དབང་ཚོགས་ལ་མིན་བར་ནའང་མིན།།དེ་ལས་གཞན་ནའང་མིན་ན་དེ་དག་  
གར་གནས་འགྲོ་བ་ཀུན་གཞོན་བྱེད།།འདི་ནི་སྐྱུ་འབྲ་དེ་སྤྱིར་སྤྱིང་ལ་འཇིགས་སྤོངས་ཤེས་  
སྤྱིར་བཙོན་པ་བསྟེན།།དོན་མེད་ཉིད་དུ་བདག་ལ་དབྱུལ་སོགས་རྣམས་སྐྱ་ཅི་སྟེ་གཞོན་པ་  
བྱེད།།དེ་ལྟར་རྣམས་བསམས་ཇི་སྐད་བཤད་པ་ཡི།།བསྐྱབ་པ་བསྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་འབད་  
པར་བྱ།།སྐྱན་པའི་ངག་མ་མཉན་ན་སྐྱན་དག་གིས།།བཙོས་དགོས་ནད་པ་སོས་པ་ག་ལ་

ཡོད།།བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤོད་པ་ལ་འཇུག་པ་ལས།།བག་ཡོད་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་  
ལེ་ལུ་བཞི་པའོ།།།

བསྐྱབ་པ་བསྐྱང་བར་འདོད་པ་ཡིས།།རབ་ཏུ་བསྐྱེམས་ནས་སེམས་བསྐྱང་སྟེ།།སེམས་འདི་  
བསྐྱང་བར་མ་བྱས་ན།།བསྐྱབ་པ་བསྐྱང་བར་ཡོང་མི་རུས།།སེམས་ཀྱི་སྐྱང་པོ་ཡན་བཏང་  
བས།།མནར་མེད་གཞོད་པ་བྱེད་པ་སྟར།།སྐྱང་ཆེན་མ་བུལ་ཕྱོས་པ་ཡིས།།འདི་ན་དེ་འདྲའི་  
གཞོད་མི་བྱེད།།ཀུན་ནས་རྒྱ་པའི་ཐག་པ་ཡིས།།སེམས་ཀྱི་སྐྱང་པོ་དམ་བཅགས་  
ན།།འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་མེད་འགྱུར་ཞིང་།།དགོ་བ་ཐམས་ཅད་ལག་ཏུ་འོང་།།སྟག་དང་  
སེང་གོ་སྐྱང་ཆེན་ཅེད།།སྐྱུལ་དང་དབྱ་རྣམས་ཐམས་ཅད་དང་།།སེམས་ཅན་དཔྱལ་བའི་སྐྱང་

མ་དང་། །བྱུང་མ་དེ་བཞིན་སྲིན་པོ་རྣམས། ། སེམས་འདི་གཅིག་ལྷུ་བཏགས་པ་ཡིས། །དེ་  
དག་ཐམས་ཅད་བཏགས་པར་འགྱུར། ། སེམས་འདི་གཅིག་ལྷུ་བཏུལ་བ་ན། །དེ་དག་ཐམས་  
ཅད་ཐུལ་བར་འགྱུར། ། འདི་ལྟར་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་། །སྤྱུག་བསྐྱེད་དཔག་ཏུ་མེད་  
པ་ཡང་། །སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ལོ་ཞེས། །ཡང་དག་གསུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་བསྟན། །སེམས་  
ཅན་དམྱལ་བའི་མཚོན་ཆ་རྣམས། །སྤྱི་ཞིག་གིས་ནི་ཆེད་དུ་བྱས། །སྤྱུགས་སྲིག་ས་གཞི་སྤྱི་  
ཡིས་བྱས། །མོ་ཚོགས་དེ་དག་ཅི་ལས་བྱུང་། །དེ་འདྲ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །སྲིག་སེམས་  
ཡིན་པར་བྱུང་བས་གསུངས། །དེ་ལྟར་འཇིག་རྟེན་གསུམ་པོ་ན། །སེམས་ལས་འཇིགས་པ་  
གཞན་འགའ་མེད། །གལ་ཏེ་འགྲོ་བ་དབུལ་བོར་བས། །སྤྱིན་པའི་པ་རོལ་སྤྱིན་ཡིན་ན། །ད་དུང་

འགོ་བཟུན་ཡོད་ན་སྒྲོན།།སྒྲོབ་པ་ཇི་སྟར་པ་རོལ་སྒྲིན།། བདོག་པ་ཐམས་ཅད་འབྲས་བུས་  
ཉེ།།སྒྲེ་བོ་ཀུན་ལ་གཏང་སེམས་གྱིས།།སྒྲིན་པའི་པ་རོལ་སྒྲིན་གསུངས་ཉེ།།དེ་སྟུང་དེ་ནི་  
སེམས་ཉིད་དོ།།ཉ་ལ་སོགས་པ་གང་ཞིག་ཏུ།།དེ་དག་གསོད་མི་འགྱུར་བར་བསྐྱད།།སྒྲོང་  
བའི་སེམས་ནི་ཐོབ་པ་ལས།།ཚུལ་ཁྲིམས་པ་རོལ་སྒྲིན་པར་བཤམ།།སེམས་ཅན་མི་སྐྱུན་  
ནམ་མཁའ་བཞིན།།དེ་དག་གཞོམ་གྱིས་ཡོང་མི་ལང་།།ཁྲོ་བའི་སེམས་འདི་གཅིག་བཙོམ་  
ན།།དབྱ་དེ་ཐམས་ཅད་ཚོམས་དང་འབྲ།།ས་སྟེང་འདི་དག་གོས་གཡོག་ཏུ།།དེ་སྟེང་གོ་བས་  
ག་ལ་ལང་།།སྟུང་མཐིལ་ཅམ་གྱི་གོ་བས་ནི།།ས་སྟེང་ཐམས་ཅད་གཡོགས་དང་འབྲ།།དེ་  
བཞིན་སྒྲི་རོལ་དངོས་པོ་ཡང་།།བདག་གིས་སྒྲིར་བསྐྱོག་མི་ལང་གི།།བདག་གི་སེམས་འདི་

སྤྱིར་བརྗོད་གྱུ་ལྟེ། །གཞན་རྣམས་བརྗོད་གོ་ཅི་ཞིག་དགོས། །སེམས་གསལ་གཅིག་བསྐྱེད་  
འབྲས་བུ་གང་། །ཚངས་ལ་སོགས་པ་ཡིན་པ་སྟར། །ལུས་ངག་བཅས་པའི་འབྲས་བུ་  
ཡང་། །སྤྱོད་པ་ཞན་པས་དེ་སྟ་མིན། །བཟླས་བརྗོད་དང་ནི་དཀའ་བྱུང་གུ་ཞུ། །ཡུན་རིང་དུས་  
སྤྱ་སྤྱད་བྱས་ཀྱང་། །སེམས་གཞན་གཡེངས་པས་བྱས་པ་ནི། །དེ་ཉིད་རིག་པས་དོན་མེད་  
གསུངས། །གང་གིས་ཚོས་གྱི་གཙོ་བོ་མཚོག། སེམས་གྱི་གསང་འདི་མ་ཤེས་ན། །བདེ་ཐོབ་  
སྤྱུག་བསྐྱེད་གཞོམ་འདོད་ཀྱང་། །དེ་དག་དོན་མེད་གྱི་ནར་འབྲུམས། །དེ་སྟས་བདག་གི་  
སེམས་འདི་ནི། །ལེགས་བབྱང་ལེགས་པར་བསྐྱེད་བར་བྱ། །སེམས་བསྐྱེད་བརྟུལ་ཞུགས་མ་  
གཏོགས་པ། །བརྟུལ་ཞུགས་མང་པོས་ཅི་ཞིག་བྱ། །མ་གྲངས་གྲོལ་བའི་ཁྲོད་གནས་

ན།།བསྐྱེམས་ཉེ་མ་ཡི་བག་བྱེད་བཞིན།།སྐྱེ་བོ་ངན་ཁྲོད་གནས་པས་ཀྱང་།།སེམས་ཀྱི་མ་  
འདི་ཉག་ཏུ་བསྐྱེད་།།མ་ཡི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ རྒྱུ་ཏུ་ཡིས།།སྐྱུག་པའང་མ་ཡི་བག་བྱེད་  
ན།།བསྐྱེད་པ་འཇོམས་རིས་འཇོམས་སྐྱུག་པ་དག།སེམས་ཀྱི་མ་སྟ་ཅེས་མི་སྐྱེད་།།སྐྱེད་པ་འདི་  
འདས་གནས་བྱེད་ན།།སྐྱེ་བོ་ངན་པའི་ཁྲོད་གནས་སམ།།བྱུང་མེད་ཁྲོད་ན་གནས་ཀྱང་  
རུང་།།སྐྱོམ་བཅོམ་བཏུན་པ་ཉམས་མི་འགྱུར།།བདག་གི་རྗེད་དང་བཀུར་སྟེ་དང་།།ལུས་དང་  
འཚོ་བ་མེད་སྐྱེ་ཞིང་།།དགོ་བ་གཞན་ཡང་ཉམས་སྐྱེ་ཡི།།སེམས་ནི་ནམ་ཡང་ཉམས་མི་  
བྱ།།སེམས་བསྐྱེད་འདོད་པ་རྣམས་ལ་ནི།། དན་པ་དང་ནི་ཤེས་བཞིན་དག།ཐམས་ཅད་  
འབད་པས་སྐྱེད་ས་ཤེག་ཅེས།།བདག་ནི་དེ་ལྟར་ཐལ་མོ་སྐྱུར།།ནད་ཀྱིས་དགྲུགས་པའི་མི་

དག་ནི། །ལས་རྣམས་ཀུན་ལ་མ་བྱུ་མེད་པ། །དེ་བཞིན་སྔོངས་པས་སེམས་དགུགས་པ། །ལས་  
རྣམས་ཀུན་ལ་མ་བྱུ་མེད་དོ། །ཤེས་བཞིན་མེད་པའི་སེམས་ལྡན་པའི། ། རྗེས་དང་བསམ་དང་  
སྐྱོམ་པ་ཡང་། །སྐྱོ་དོལ་བུམ་པའི་ཚུ་བཞིན་དུ། །དྲན་པ་ལ་ནི་དེ་མི་གནས། །རྗེས་ལྡན་དང་པ་  
ཅན་དང་ནི། །བཙོན་པ་ལྟར་ལེན་དུ་མ་ཡང་། །ཤེས་བཞིན་མེད་པའི་སྐྱོན་ཆགས་པས། །ལྟར་  
བའི་རྣོག་དང་བཅས་པར་འགྱུར། །ཤེས་བཞིན་མེད་པའི་ཚོམ་ཀུན་དག། དྲན་པ་ཉམས་པའི་  
རྗེས་འབྲང་བས། །བསོད་ནམས་དག་ནི་ཉེར་བསགས་ཀྱང་། །རྒྱན་པོས་སྐྱོགས་བཞིན་ངན་  
འགྲོར་འགྲོ། །ཉོན་མོངས་ཚོམ་རྒྱན་ཚོགས་འདི་ནི། །སྤགས་སྐྱབས་ཚོལ་བར་བྱེད་པ་  
སྟེ། །སྤགས་རྟེན་གྱུར་ནས་དགེ་འཕྲོག་ཅིང་། །བདེ་འགྲོའི་སྐྱོག་གྱང་འཇོམས་པར་བྱེད། །དེ་



བས་བྲན་པ་ཡིད་སློབ་ནས། གུད་དུ་ནམ་ཡང་མི་གཏོང་ངོ་། །སོང་ནའང་ངན་འགྲོའི་གཞོན་པ་  
དག། དྲན་པར་བྱས་ཏེ་ཉེ་བར་བཞག། ལྷ་མ་དང་ནི་འགྲོགས་པ་ལས། །མཁན་པོས་རྗེས་སུ་  
བསྟན་པ་དང་། །འཇིགས་པས་སྐལ་ལྷན་གྱས་བྱེད་ལ། །དྲན་པ་བདེ་སྐྱབས་ཉིད་དུ་སྐྱེ། །སངས་  
རྒྱས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དག། གུན་ཏུ་ཐོགས་མེད་གཟིགས་པར་ལྡན། །དེ་དག་ཐམས་  
ཅད་སྐྱེན་སྲུན། །ཏྲག་པར་བདག་ནི་གནས་སོ་ཞེས། །དེ་ལྟར་བསམས་ནས་ངོ་ཚ་དང་། །གྱུས་  
དང་འཇིགས་ལྡན་དེ་བཞིན་མཐོས། །དེས་ནི་སངས་རྒྱས་རྗེས་དྲན་པའང་། །དེ་ལ་ཡང་དང་  
ཡང་དུ་འབྱུང་། །གང་ཚེ་དྲན་པ་ཡིད་སློབ་ནས། །བསྐྱུང་བའི་དོན་དུ་གནས་གྱུར་པ། །དེ་ཚེ་ཞེས་  
བཞིན་འོང་འགྱུར་ཞིང་། །སོང་བ་དག་ཀྱང་སྤྱིར་འོང་འགྱུར། །དེ་ཞིག་དང་པོར་འདི་འདྲའི་

སེམས། །། འདི་ནི་སྐྱོན་བཅས་ཤེས་བྱས་ནས། །། དེ་ཚེ་བདག་གིས་ཤིང་བཞིན་དུ། །། ཟུངས་ཐུབ་  
བར་ནི་གནས་པར་བྱ། །། དོན་མེད་གཡེང་བར་ལྟ་བུ་ནི། །། རྣམ་ཡང་བདག་གིས་མི་བྱ་སྟེ། །། དེས་  
བར་སེམས་པས་ཉག་ཏུ་ནི། །། མིག་ནི་པབ་སྟེ་བལྟ་བར་བྱ། །། ལྟ་བ་ངལ་བསོའི་ཚེད་དུ་ནི། །། དེས་  
འགའ་ཕྱོགས་སུ་བལྟ་བར་བྱ། །། འགའ་ཞིག་མིག་ལམ་སྤང་གྱུར་ན། །། བལྟས་ནས་འོངས་པ་  
ལེགས་ཞེས་བརྗོད། །། ལམ་སོགས་འཇིགས་པ་བཟླ་བའི་སྤྱིར། །། ཡང་དང་ཡང་དུ་ཕྱོགས་  
བཞིར་བལྟ། །། ངལ་བསོ་ཁ་ནི་སྤྱིར་བལྟས་ནས། །། རྒྱབ་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་བལྟ་བར་བྱ། །། མདུན་  
དང་རྒྱབ་ཏུ་བཟླགས་བྱས་ནས། །། འགྲོའམ་ཡང་ན་འོང་བྱ་སྟེ། །། དེ་ལྟར་གནས་སྐབས་  
ཐམས་ཅད་དུ། །། དགོས་པ་ཤེས་ནས་སྤྱད་པར་བྱ། །། ལུས་ཀྱིས་འདི་ལྟར་གནས་བྱ་ཞེས། །། བྱ་

བ་བསྐྱོགས་ནས་དེ་ནས་ནི།།སྐབས་སྲུ་ལུས་འདི་ཇི་ལྟ་བུར།།གནས་པ་ཡིན་ཞེས་བསྟོ་བར་  
བྱ།།སེམས་གྱི་སྤང་ཆེན་ལྷོས་པ་ནི།།ཚོས་ལ་སེམས་པའི་ཀ་ཆེན་ལ།།ཇི་ལྟར་བཏགས་པ་  
མི་འཚོར་བར།།དེ་ལྟར་འབད་པ་ཀུན་གྱིས་བཏག།ཅི་ནས་ཉིང་འཛིན་བཙོན་པ་ནི།།སྤང་ཅིག་  
གཅིག་གྱང་མི་འཚོར་བར།།བདག་གི་ཡིད་འདི་གར་སྤྱོད་ཅེས།།དེ་ལྟར་ཡིད་ལ་སོ་སོར་  
བཏག།འཇིགས་དང་དགའ་སྟོན་སོགས་འབྲེལ་བར།།གལ་ཉེ་མི་རུས་ཅི་བདེར་བྱ།།འདི་  
ལྟར་སྐྱེན་པའི་དུས་དག་ཏུ།།ཚུལ་ཁྲིམས་བཏང་སྟོམས་བཞག་པར་གསུངས།།གང་ཞིག་  
བསམས་ཉེ་བུར་བརྩམས་པ།།དེ་ལས་གཞན་དུ་མི་བསམ་སྟེ།།དེར་གཏད་པ་ཡི་བསམ་པ་  
ཡིས།།དེ་ཉིད་རེ་ཞིག་བསྐྱབ་པར་བྱ།།དེ་ལྟ་ན་ནི་ཀུན་ལེགས་བྱས།།གཞན་དུ་གཉིས་ཀར་མི་

འགྱུར་རོ།།ཤེས་བཞིན་མ་ཡིན་ཉེ་ཉོན་མོངས།།དེ་ལྟ་ན་ནི་འཕེལ་མི་འགྱུར།།བྲེ་མོའི་གཏམ་  
ནི་སྣ་ཚོགས་དང་།།དོ་མཚར་སྟངས་མོ་རྣམ་མང་པོ།།ཀུན་ལ་འཇུག་པར་གྱུར་བ་ན།།དེ་ལ་  
ཆགས་བ་སྤང་བར་བྱ།།དོན་མེད་ས་ཚོ་རྩ་གཙོད་དང་།།ས་རིས་འདྲི་སོགས་བྱེད་གྱུར་  
ན།།བདེ་གཤེགས་བསྐྱབ་བ་དྲན་བྱས་ནས།།སྐྱབ་པས་དེ་ཡི་མོད་ལ་དོར།།གང་ཚེ་བསྐྱོད་  
པར་འདོད་གྱུར་ཏམ།།སྐྱབ་བར་འདོད་པར་གྱུར་ན་ཡང་།།དང་པོར་རང་གི་སེམས་བརྟགས་  
ནས།།བརྟན་པས་རིགས་བ་ལྡན་པར་བྱ།།གང་ཚེ་རང་ཡིད་ཆགས་བ་དང་།།ཁྱོ་བར་འདོད་  
བ་དེ་ཡི་ཚེ།།ལས་སྲུ་མི་བྱ་སྐྱ་མི་བྱ།།ཤིང་བཞིན་དུ་ནི་གནས་པར་བྱ།།ཚོད་དང་ག་ཞར་  
བཅས་བའམ།།གལ་ཉེང་རྒྱལ་རྒྱགས་ལྡན་པའམ།།མཚང་འབྲུ་བ་ཡི་བསམ་བ་དང་།།གལ་

ཏེ་སྐྱོར་འབྲིན་བསྐྱུ་སེམས་སམ།།གང་ཆེ་བདག་བསྐྱོད་ལྟུང་ལེན་པའམ།།གཞན་ལ་སྐྱོད་པ་  
ཉིད་དང་ནི།།གཤེ་བཅས་འགྱུད་དང་བཅས་གྱུར་པ།།དེ་ཆེ་ཤིང་བཞིན་གནས་པར་བྱ།།རྙེད་  
དང་བཀུར་སྟེ་གྲགས་འདོད་པའམ།།གཡོག་འཁོར་དོན་དུ་གཉེར་འདོད་པའམ།།བདག་  
སེམས་རིམ་གྲོ་འདོད་གྱུར་ན།།དེ་ཆེ་ཤིང་བཞིན་གནས་པར་བྱ།།གཞན་དོན་ཡལ་བར་  
འདོར་བ་དང་།།རང་དོན་གཉེར་བར་འདོད་པ་དང་།།སྐྱུ་བར་འདོད་པའི་སེམས་བྱུང་ན།།དེ་  
ཆེ་ཤིང་བཞིན་གནས་པར་བྱ།།མི་བཟོད་ལེ་ལོ་འཇིགས་པ་དང་།།དེ་བཞིན་སྐྱེ་བརྟེན་སྐྱེ་བའི་  
དང་།།རང་གི་སྐྱོགས་ཞེན་སེམས་བྱུང་ན།།དེ་ཆེ་ཤིང་བཞིན་གནས་པར་བྱ།།དེ་ལྟར་ཀུན་  
ནས་ཉོན་མོངས་དང་།།དོན་མེད་བཙོན་པའི་ཡིད་བརྟགས་ནས།།དེ་ཆེ་དཔའ་བོས་གཉེན་པོ་

ཡིས།།དེ་ནི་བརྟན་པར་ག་བྱུང་བར་བྱ།།ཤིན་ཏུ་ངེས་དང་རབ་དད་དང་།།བརྟན་དང་གུས་  
དང་ཞེ་སར་བཅས།།དོ་ཚེ་ཤེས་དང་འཇིགས་བཅས་དང་།།ཞི་ཞིང་གཞན་དགའ་བྱེད་ལ་  
བརྩོན།།པན་ཚུན་མི་མ་བྱུན་གྱིས་བ་ཡི།།འདོད་བ་རྣམས་གྱིས་མི་སྐྱོ་ཞིང་།།ཉོན་མོངས་སྐྱེས་  
པས་འདི་དག་གི།།སེམས་འདི་བྱུང་སྐྱམ་བཅེར་ལྡན་དང་།།ཁ་ན་མ་ཐོ་མེད་དངོས་  
ལ།།བདག་དང་སེམས་ཅན་དབང་བྱས་ཤིང་།།སྐྱུལ་བ་བཞིན་དུ་ང་མེད་པར།།ཡིད་འདི་ཉག་  
ཏུ་ག་བྱུང་བར་བྱ།།རིང་ཞིག་ལོན་ནས་དལ་བའི་མཚོག།ཐོབ་པ་ཡང་དང་ཡང་བསམས་  
ནས།།སེམས་དེ་ལྟ་བུ་རི་རབ་ལྟར།།རབ་ཏུ་མི་གཡོ་ག་བྱུང་བར་བྱ།།བྱ་གོད་ལ་ཆགས་  
བ་ཡིས།།པན་ཚུན་ཀུན་ཏུ་བཤམ་བྱིད་ཀྱང་།། ཡིད་ཁྲོད་མི་དགར་མི་བྱེད་ན།།ད་ལྟ་ཅི་བྱིར་

ཁ་ཏ་བྱེད།།ལུས་འདི་བདག་གིར་བཟུང་བྱས་ནས།།ཡིད་ཁྱོད་ཅི་ཕྱིར་སྤྲང་བར་བྱེད།།ཁྱོད་  
དང་འདི་གཉིས་སོ་སོ་ན།།དེས་གོ་ཁྱོད་ལ་ཅི་ཞིག་བྱ།།མྱོངས་པའི་ཡིད་ཁྱོད་ཅི་ཡི་ཕྱིར།།ཤེང་  
གཟུགས་གཙང་མ་གཟུང་མི་བྱེད།།མི་གཙང་ཚོགས་ཀྱི་འཁྲུལ་འཁོར་འདི།།རུལ་བ་  
བསྐྱངས་ཏེ་ཅི་ཞིག་རུང་།།ཐོག་མར་པགས་པའི་རིམ་བ་འདི།།རང་གི་སློ་ཡིས་ཐ་དད་སྟེ།།ཤ  
ཡང་རུས་པའི་བྱ་བ་ལས།།ཤེས་རབ་མཚོན་གྱིས་གུད་དུ་སྟེ།།རུས་བ་རྣམས་ཀྱང་དབྱེ་  
བྱས་ནས།།རྐང་གི་བར་དུ་བལྟ་བུ་ཞིང་།།འདི་ལ་སྣང་པོ་ཅི་ཡོད་ཅེས།།བདག་ཉིད་གྱིས་ནི་  
བཏྲག་པར་གྱིས།།དེ་སྟར་འབད་དེ་བཙལ་གྱང་དེར།།ཁྱོད་གྱིས་སྣང་པོ་མ་མཐོང་ན།།ད་དུང་  
ཅི་ཕྱིར་ཆགས་ཚུལ་གྱིས།།ཁྱོད་ནི་ལུས་འདི་སྤྲང་བར་བྱེད།།ཁྱོད་གྱིས་མི་གཙང་བཟར་མི་

རུང་།།ཐུག་ཀྱང་བརྟུང་དུ་མི་རུང་ལ།།རྒྱ་སྟོང་གཞི་བ་དུ་མི་རུང་ན།།ལུས་ཀྱིས་ཁྱོད་ལ་ཅི་  
ཞིག་བྱ།།ཉིས་ན་མ་དང་བྱ་གོད་ཀྱི།།ཟས་ཀྱི་དོན་དུ་འདི་བསྐྱུང་རིགས།།མི་འོ་ཅོག་གི་ལུས་  
འདི་ནི།།བཀོལ་བར་བྱ་བ་ཉིད་དུ་ཟད།།འདི་སྟར་ཁྱོད་ཀྱིས་བསྐྱུངས་ཀྱང་ནི།།འཆི་བདག་  
བཅེ་བ་མེད་པ་ཡིས།།སློགས་ཏེ་བྱ་དང་སྲིར་བྱིན་ན།།དེ་ཆེ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཅི་བྱར་ཡོད།།ཐུན་  
གཡོག་བཀོལ་དུ་མི་བརྟུབ་ལའང་།།གོས་ལ་སོགས་པ་མི་སྐྱིན་ན།།ལུས་འདི་བསྟོད་ཀྱང་  
གཞན་འགོ་ན།།ཁྱོད་ཀོ་ཅི་སྟེ་ཉ་ཐང་གསོ།།འདི་ལ་སྤྲ་རྒྱ་བྱིན་ནས་ནི།།ད་ནི་རང་གི་དོན་  
བྱེད་ཚུག། སན་པ་མེད་པར་འདི་ལ་ནི།།ཐམས་ཅད་སྐྱིན་པར་མི་བྱའོ།།འགོ་དང་འོང་བའི་  
ཏེན་ཅམ་དུ།།ལུས་ལ་བྱ་ཡི་སྟོ་བཞག་སྟེ།།སེམས་ཅན་རྣམས་དོན་བསྐྱུབ་པའི་བྱིར།།ཡིད་



བཞིན་གྱི་ནི་ལུས་སུ་བསྐྱུར།།དེ་ལྟར་རང་དབང་ཡོད་གྱིས་ཉེ།།ཉག་ཏུ་འཇུག་པའི་བཞིན་དུ་  
གྱིས།།ཁྱོ་གཉེར་ངོ་བུམ་ཡོངས་ཐོང་སྟེ།།འགྲོ་བའི་བཤེས་དང་གསོང་པོར་གྱིས།།ཁྱི་ལ་  
སོགས་པ་བབ་ཅོལ་དུ།།སྐྱ་དང་བཅས་པར་མི་དོར་རོ།།སྒོ་ཡང་དག་ཏུ་མི་དབྱེ་སྟེ།།ཉག་ཏུ་  
གཅོམ་སྐྱུང་དགའ་བར་བྱ།།ཚུ་སྐྱར་གྱི་ལ་ཚོམ་རྒྱན་དག།སྐྱ་མེད་འཇབ་ཅིང་འགྲོ་བ་  
ཡིས།།མངོན་པར་འདོད་པའི་དོན་སྐྱབ་པ།།ཐུབ་པས་ཉག་ཏུ་དེ་བཞིན་སྐྱུང་།།གཞན་ལ་  
གཞིན་བསྐྱུལ་འདེབས་མཁས་ཤིང་།།མ་བཅོལ་པན་པར་བྱེད་པའི་ངག།གུས་པས་སྐྱི་བོར་  
སྐྱང་གྱིས་ཉེ།།ཉག་ཏུ་རྒྱན་གྱི་སྟོབ་མར་གྱུར།།ལེགས་པར་སྐྱས་པ་ཐམས་ཅད་ལ།།དགོ་  
བར་གསུངས་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ།།བསོད་ནམས་བྱེད་པ་མཐོང་གྱུར་ན།།བསྟོད་པས་

ལེགས་པར་དགའ་བ་བསྐྱེད།།སྒྲིག་ན་ཡོན་ཏན་བརྗོད་བྱ་ཞིང་།།ཡོན་ཏན་བརྗོད་ན་རྗེས་སུ་  
བརྗོད།།རང་གི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་ན་དེ།།ཡོན་ཏན་ཤེས་པར་རིག་པར་བྱ།།ཚུམ་བ་ཐམས་ཅད་  
དགའ་བྱིར་ཉེ།།དེ་ནི་རིན་གྱིས་ཉོ་ན་འང་དགོན།།དེ་ལྟས་གཞན་བྱས་ཡོན་ཏན་གྱིས།།དགའ་  
བའི་བདེ་བ་སྐྱེད་པར་བྱ།།བདག་ལ་འདིར་གོད་ཡོང་མེད་ལ།།པ་རོལ་ཏུ་ཡང་བདེ་བ་  
ཆེ།།ཉེས་པས་མི་དགའ་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཞིང་།།པ་རོལ་ཏུ་ཡང་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཆེ།།སྐྱ་ན་ཡིད་  
ཤེབས་འབྲེལ་བ་དང་།།དོན་གསལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་།།ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་སྤངས་པ་  
དང་།།འཇམ་ཞིང་རན་པར་སྐྱ་བར་བྱ།།མིག་གིས་སེམས་ཅན་སྟ་ན་ཡང་།།འདི་དག་ཉིད་ལ་  
བརྟེན་ནས་བདག་སངས་རྒྱས་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེས།།དང་ཞིང་བྱམས་པའི་ཚུལ་གྱིས་

བལྟ། ཉལ་པར་མངོན་ཞེན་གྱིས་བསྐྱངས་པའམ། ལཱ་ཉེན་པོ་ཡིས་ནི་བསྐྱངས་པ་ཉིད། ཡོན་  
ཉན་དང་ནི་མན་འདོགས་ཞིང་། ལྷུག་བསྐྱལ་བ་ལ་དགོ་ཆེན་འགྱུར། མཁས་ཤིང་དད་དང་  
ལྡན་བྱས་ནས། ལས་རྣམས་བདག་གིས་ཉལ་ཏུ་བྱ། ལས་རྣམས་ཀུན་ལ་སྲུ་ལ་ཡང་། ལྟོས་  
པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། ལྷུན་པའི་པ་རོལ་ལྷུན་ལ་སོགས། ལོང་ནས་ལོང་དུ་བྱུང་ཞུགས་  
སྤྱད། ལྷུང་དུའི་ལྷུང་ནི་ཆེ་མི་གཏང་། ལཱ་ལོ་ཆེར་གཞན་གྱི་དོན་བསམ་མོ། དེ་ལྟར་རིག་བྱས་  
གཞན་དོན་ལ། ཉལ་ཏུ་བཅོམ་པར་གནས་པར་བྱ། ལྷུགས་རྗེ་མངའ་བ་རིང་གཟིགས་  
པས། ལྷུག་པ་རྣམས་ཀྱང་དེ་ལ་གནང་། ལོག་པར་ལྷུང་དང་མགོན་མེད་དང་། ལྷུག་  
ཞུགས་གནས་ལ་བགོ་བྱ་ཞིང་། ལྷུན་པ་ཅམ་དུ་བཟའ་བྱ་སྟེ། ཆོས་གོས་གསུམ་མ་གཏོགས་

བ་སྒྲིན།།དམ་པའི་ཚོས་ནི་སྒྲོད་པའི་ལུས།།སྐྱེ་ཚེ་གས་ཆེད་དུ་གཞོན་མི་བྱ།།དེ་ལྟར་བྱས་ན་  
སེམས་ཅན་གྱི།།བསམ་བ་ལྟར་དུ་རྫོགས་པར་འགྱུར།།སྒྲིང་རྗེའི་བསམ་བ་མ་དག་པར།།  
ལུས་འདི་གཏང་བར་མི་བྱ་སྟེ།།ཅི་ནས་འདི་དང་གཞན་དུ་ཡང་།།དོན་ཆེན་སྐྱབ་པའི་རྒྱར་  
གཏང་ངོ་།།མ་གྲུས་པ་ལ་ཚོས་མི་བཤད།།མི་ན་བཞིན་དུ་མགོ་དགྲིས་དང་།།གཏུགས་དང་  
འཁར་བ་མཚོན་ཐོགས་དང་།།མགོ་བོ་གཡོགས་པ་དག་ལ་མིན།།དམན་ལ་ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེ་  
དང་།།སྐྱེས་པ་མེད་པར་བུད་མེད་མིན།།དམན་དང་མཚོག་གི་ཚོས་རྣམས་ལ།།མཚུངས་  
པར་གྲུས་པས་ཀུན་ཏུ་སྤྱད།།རྒྱ་ཆེན་ཚོས་ཀྱི་སྒྲོད་གྱུར་པ།།དམན་པའི་ཚོས་ལ་སྐྱར་མི་  
བྱ།།སྒྲོད་པ་ཡོངས་སུ་འདོར་མི་བྱ།།མདོ་དང་སྤགས་ཀྱིས་འབྲིད་མི་བྱ།།སོ་ཤིང་དང་ནི་

མཆིལ་མ་དག།དོར་བ་ན་ནི་དག་བ་བར་བྱ།།གཅི་ལ་སོགས་པའང་མོངས་སྐྱོད་པའི།།ཚུ་དང་  
ཐང་ལ་དོར་བ་སྐྱད།།ཁ་བཀང་བ་དང་སྐྱ་བཅས་དང་།།ཁ་གདངས་ནས་ནི་བཟའ་མི་བྱ།།རྐང་  
བ་བརྐང་སྟེ་མི་འདུག་ཅིང་།།ལག་བ་མཉམ་བར་མི་མཉེའོ།།བཞོན་བ་མལ་སྟན་གནས་དག་  
ཏུ།།བུད་མེད་གཞན་དང་གཅིག་མི་བྱ།།འཇིག་རྟེན་མ་དད་གྱུར་བ་ཀུན།།མཐོང་དང་རིས་ཏེ་  
སྤང་བར་བྱ།།སོར་མོས་བད་ནི་མི་བྱ་སྟེ།།གུས་དང་བཅས་པས་གཡས་བ་ཡི།།ལག་བ་དག་  
ནི་ཀུན་གྱིས་གྱང་།།ལམ་ཡང་དེ་སྟར་བསྟན་བར་བྱ།།ལག་བ་ཤས་ཆེར་བསྐྱོད་མིན་  
ཏེ།།ཅུང་ཟད་བསྐྱོད་ལ་སྐྱ་བསྐྱགས་པ།།སེ་གོལ་ལ་སོགས་བད་བྱ་སྟེ།།གཞན་དུ་མ་བསྐྱམས་  
བར་འགྱུར་རོ།།མགོན་པོ་མྱ་ངན་འདས་གཟིམས་སྟར།།འདོད་པའི་ཕྱོགས་སུ་ཉལ་བར་

བྱ། །ཤེས་བཞིན་ལྷུར་དུ་ལྟང་སེམས་ལ། །ཐོག་མ་ཉིད་དུ་ངེས་པར་སྐྱར། །བྱང་ཚུབ་སེམས་  
བའི་སྐྱོད་པ་དག། ཚད་མེད་པར་ནི་གསུངས་པ་ལས། །སེམས་སྐྱོང་བ་ཡི་སྐྱོད་པ་ནི། །ངེས་  
པར་དེ་སྲིད་སྐྱད་པར་བྱ། །ཉིན་དང་མཚན་མོ་ལན་གསུམ་དུ། །ལུང་པོ་གསུམ་པ་གདོན་བྱ་  
ཞིང་། །རྒྱལ་དང་བྱང་ཚུབ་སེམས་བརྟེན་ནས། །ལྷུང་བའི་སྟག་མ་དེས་ཞི་བྱ། །རང་ངམ་  
གཞན་གྱི་དབང་ཡང་རུང་། །གནས་སྐབས་གང་དུ་ཅི་སྐྱོད་ཀྱང་། །བསྐྱབ་པར་གསུངས་པ་  
གང་ཡིན་པའི། །གནས་སྐབས་དེ་ལ་འབད་དེ་བསྐྱབ། །རྒྱལ་སྲས་རྣམས་གྱིས་མི་བསྐྱབ་  
པ། །དེ་ནི་གང་ཡང་ཡོད་མིན་ཉེ། །དེ་ལྟར་གནས་པའི་མཁས་པ་ལ། །བསོད་ནམས་མི་འགྱུར་  
གང་ཡང་མེད། །དངོས་སམ་ཡང་ན་བརྒྱད་ཀྱང་རུང་། །སེམས་ཅན་དོན་ལས་གཞན་མི་

སྤྱད།།སེམས་ཅན་ཁོ་ནའི་དོན་གྱི་སྤྱིར།།ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་སྤྱིར་བསྐྱོདོ།།ཉལ་པར་དགོ་  
བའི་བཤེས་གཉེན་ནི།།ཐེག་ཆེན་དོན་ལ་མཁམས་པ་དང་།།བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བརྟུལ་  
ཞུགས་མཚོག།སློབ་གྲི་སྤྱིར་ཡང་མི་གཏོང་ངོ་།།དཔལ་འབྱུང་བ་ཡི་རྣམ་ཐར་ལས།།སྤྲོ་མ་  
བསྟེན་པའི་ཚུལ་ལྟར་བསྐྱབ།།འདི་དང་སངས་རྒྱས་བཀའ་སྩལ་གཞན།།མདོ་སྡེ་བསྐྱབས་  
ནས་ཤེས་པར་བྱ།།མདོ་སྡེ་རྣམས་ལས་བསྐྱབ་པ་སྤྱང་།།དེ་བས་མདོ་སྡེ་བསྐྱབ་པར་  
བྱ།།ནམ་མཁའི་སྣང་པོའི་མདོ་སྡེ་ནི།།ཐེག་མ་ཉིད་དུ་བསྟུ་བར་བྱ།།གང་སྤྱིར་ཉལ་ཏུ་སྤྱད་པ་  
ནི།།དེ་ལས་རྒྱ་ཆེར་རབ་སྟོན་པས།།བསྐྱབ་པ་ཀུན་ལས་བརྟུས་པ་ཡང་།།དེས་པར་ཡང་  
དང་ཡང་དུ་བསྟུ།།ཡང་ན་རེ་ཞིག་མདོར་བསྐྱས་པའི།།མདོ་རྣམས་ཀུན་ལས་བརྟུས་པ་

བལྟ།།འཕགས་པ་སྐྱ་སྐྱབ་གྱིས་མཛད་པའི།།གཉིས་པོའང་འབད་པས་བལྟ་བར་བྱ།།གང་  
ལས་གང་ནི་མ་བཀག་པ།།དེ་ཉིད་སྐྱད་པར་བྱ་བ་སྟེ།།འཇིག་རྟེན་སེམས་ནི་བསྐྱང་བའི་  
སྤྱིར།།བསྐྱབ་པ་མཐོང་ནས་ཡང་དག་སྐྱད།།ལུས་དང་སེམས་གྱི་གནས་སྐབས་ལ།།ཡང་  
དང་ཡང་དུ་བརྟག་བྱ་བ།།འདི་ཉིད་ཁོ་ན་མདོར་ན་ནི།།ཤེས་བཞིན་བསྐྱང་བའི་མཚན་ཉིད་  
དོ།།ལུས་གྱིས་འདི་དག་སྐྱད་པར་བྱ།།ཚིག་ཙམ་བཟོད་པས་ཅི་ཞིག་འགྲུབ།།སྐྱོན་དབྱེད་  
བསྐྱབས་པ་ཙམ་གྱིས་ནི།།ནད་པ་དག་ལ་ཕན་འགྱུར་རམ།།བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོང་བ་  
ལ་འཇུག་པ་ལས།།ཤེས་བཞིན་བསྐྱང་བར་བྱ་བ་སྟེ་ལེ་ཏུ་ལྡ་པའོ།།།།



བསྐྱེད་པ་སྟོང་དུ་བསགས་པ་ཡི།།སྐྱེན་དང་བདེ་གཤེགས་མཚོན་ལ་སོགས།།ལེགས་སྤྱད་  
གང་ཡིན་དེ་ཀུན་གྱི་ཡིད་ལོང་སྤོང་གཅིག་གིས་འཇོམས་པར་བྱེད།།ཞེ་སྤང་ལྟ་བུའི་སྤྲིག་པ་  
མེད།།བཟོན་པ་ལྟ་བུའི་དཀའ་བྱུང་མེད།།དེ་བས་བཟོན་ལ་ནན་ཏན་དུ།།སྐྱོ་ཚོགས་ཚུལ་གྱིས་  
བསྐྱོམ་པར་བྱ།།ཞེ་སྤང་བྱུག་རྩེའི་སེམས་འཆང་ན།།ཡིད་ནི་ཞི་བ་ཉམས་མི་སྤོང་།།དགའ་  
དང་བདེ་བའང་མི་འཐོབ་ལ།།གཉིད་མི་འོང་ཞིང་བརྟན་མེད་འགྱུར།།གང་དག་ནོར་དང་  
བཀུར་སྟེ་ཡིས།།འཛིན་བྱིན་དེ་ལ་བརྟེན་གྱིས་པ།།དེ་དག་གྱུང་ནི་སྤང་སྤོང་པའི་།།རྗེ་དཔོན་དེ་  
ལ་གསོད་པར་གྲོལ།།དེ་ཡིས་མཇུག་བཤེས་སྟོབས་འགྱུར།།སྐྱེན་པས་བསྐྱེད་ཀྱང་བསྐྱེན་  
མི་བྱེད།།མདོར་ན་སྤོང་བས་བདེར་གནས་པ།།དེ་ནི་འགའ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན།།སྤོང་བའི་དགའ་

ཡིས་དེ་ལ་སོགས། །སྤྱད་བསྐྱེད་དག་ནི་བྱེད་པར་འགྱུར། །གང་ཞིག་བསྐྱེད་ས་ཏེ་ཁོ་  
འཇོམས་པ། །དེ་ནི་འདི་དང་གཞན་དུ་བདེ། །མི་འདོད་བྱས་དང་འདོད་པ་ཡི། །གོགས་བྱས་པ་  
ལས་བྱུང་གྱུར་པ། །ཡིད་མི་བདེ་བའི་བས་རྙེད་ནས། །ཞེ་སྤང་བརྟམ་ཏེ་བདག་འཇོམས་  
སོ། །དེ་ལྟས་བདག་གིས་དག་བོ་དེའི། །བས་ནི་རྣམ་པར་གཞོམ་པར་བྱ། །འདི་ལྟར་བདག་ལ་  
གཞོད་པ་ལས། །དག་འདི་ལ་ནི་ལས་གཞན་མེད། །ཅི་ལ་བབ་ཀྱང་བདག་གིས་ནི། །དགའ་  
བའི་ཡིད་ནི་དགྲགས་མི་བྱ། །མི་དགའ་བྱས་ཀྱང་འདོད་མི་འགྱུར། །དགོ་བ་དག་ནི་ཉམས་  
པར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་བཙོས་སུ་ཡོད་ན་ནི། །དེ་ལ་མི་དགར་ཅི་ཞིག་ཡོད། །གལ་ཏེ་བཙོས་སུ་  
མེད་ན་ནི། །དེ་ལ་མི་དགའ་བྱས་ཅི་མན། །བདག་གམ་བདག་གི་བཤེས་རྣམས་ལ། །སྤྱད་

བསྐྱེད་བརྒྱས་དང་ཚིག་རྩུབ་དང་།། མི་སྣུན་ཞེས་བྱ་མི་འདོད་དེ།།དགྲ་ལ་དེ་ལས་བསྐྱོག་  
བས་སོ།།བདེ་བའི་རྒྱ་ནི་རེས་འགའ་འབྱུང་།།སྐྱུག་བསྐྱེད་རྒྱ་ནི་ཤིན་ཏུ་མང་།།སྐྱུག་བསྐྱེད་  
མེད་པར་རེས་འབྱུང་མེད།།དེ་བས་སེམས་སྤོད་བརྟན་པར་མཐོས།།དཀའ་བསྐྱོག་དང་དང་  
ཀུ་པ།།བསྐྱེད་ས་དང་བཅད་སོགས་ཚོར་བ་ནི།།དོན་མེད་བཟོད་བྱེད་ཐར་བ་ཡི།།དོན་ཏུ་  
བདག་གོ་ཅི་ཕྱིར་སྐྱར་།།གོམས་ན་སྣ་བར་མི་འགྱུར་བའི།།དངོས་དེ་གང་ཡང་ཡོད་མ་  
ཡིན།།དེ་བས་གཞོན་པ་རྒྱང་གོམས་བས།།གཞོན་པ་ཆེན་པོ་བཟོད་པར་བྱོས།།སྐྱེད་དང་ཤ་  
སྐྱང་དག་དང་ནི།།བསྐྱེད་སྐྱོམ་ལ་སོགས་ཚོར་བ་དང་།།གཡན་པ་ལ་སོགས་བཅས་པ་  
ཡི།།དོན་མེད་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཅིས་མ་མཐོང་།།ཆ་གང་ཆར་དང་རྒྱང་སོགས་དང་།།ནད་དང་

འཆི་དང་བརྟེན་སོགས་ལ།།བདག་གིས་བཟེ་རེ་མི་བྱ་སྟེ།།དེ་སྟར་བྱས་ན་གཞོན་པ་  
འཕེལ།།ལ་ལ་བདག་གི་ཁྲག་མཐོང་ན།།དཔའ་བཟོན་སྟག་པར་སྐྱེ་འགྱུར་ཡོད།།ལ་ལ་  
གཞན་གྱི་ཁྲག་མཐོང་ན།།བོག་ཅིང་བརྒྱལ་བར་འགྱུར་བ་ཡོད།།དེ་ནི་སེམས་གྱི་ངང་བཟོན་  
དང་།།སྒྲུབ་མའི་ཚུལ་ལས་གྱུར་བ་ཡིན།།དེ་བས་གཞོན་པ་ཁྱད་བསད་ཅིང་།།སྐྱུག་བསྐྱེལ་  
རྣམས་གྱིས་མི་ཚུགས་བྱོས།།མཁས་པས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་བྱུང་ཡང་ནི།།སེམས་གྱི་རབ་དྲུང་  
རྩོག་མི་བྱ།།ཉོན་མོངས་རྣམས་དང་གཡུལ་འགྱེད་ལ།།གཡུལ་འགྱེད་ཆེ་ན་གཞོན་པ་  
མང་།།སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་ཁྱད་བསད་ནས།།ཞེ་སྒྲུང་ལ་སོགས་དག་འཛོམས་པ།།དེ་  
དག་རྒྱལ་བྱེད་དཔའ་བོ་སྟེ།།སྐྱུག་མ་རོ་ལ་གསོད་པའོ།།གཞན་ཡང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཡོན་ཏན་

ནི།།སྐྱོ་བས་དྲེགས་པ་སེལ་བར་བྱེད།།འཁོར་བ་པ་ལ་སྦྱང་རྗེ་སྐྱེ།།སྡིག་ལ་འཇོམ་ཞིང་དགོ་  
ལ་དགའ།།མཁྲིས་པ་ལ་སོགས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི།།འབྱུང་གནས་ཆེ་ལ་མི་ཁྱོ་བར།།སེམས་  
ཡོད་རྣམས་ལ་ཅི་སྟེ་ཁྱོ།།དེ་དག་ཀུན་ཀྱང་རྒྱུན་གྱིས་བསྐྱེལ།།དཔེར་ན་མི་འདོད་བཞིན་དུ་  
ཡང་།།ནད་འདི་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་སྟར།།དེ་བཞིན་མི་འདོད་བཞིན་དུ་ཡང་།།ནན་གྱིས་  
ཉོན་མོངས་འབྱུང་བར་འགྱུར།།ཁྱོ་བར་བྱ་ཞེས་མ་བསམས་ཀྱང་།།སྐྱེ་བོ་རྣམས་ནི་གྱི་ནར་  
ཁྱོ།།བསྐྱེད་པར་བྱ་ཞེས་མ་བསམས་ཀྱང་།།ཁྱོ་བ་དེ་བཞིན་སྐྱེ་བར་འགྱུར།། ཉེས་པ་ཇི་སྟེད་  
ཐམས་ཅད་དང་།།སྡིག་པ་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་པ།།དེ་ཀུན་རྒྱུན་གྱི་སྟོབས་ལས་བྱུང་།།རང་  
དབང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ།།རྒྱུན་རྣམས་ཚོགས་པ་དེ་དག་ཀྱང་།།བསྐྱེད་པར་བྱ་ཞེས་སེམས་

བ་མེད།།དེས་བསྐྱེད་དེ་ཡང་བདག་བསྐྱེད་ཅེས།།སེམས་བ་ཡོད་བ་མ་ཡིན་ནོ།།གཙོ་བོ་ཞེས་  
བྱར་གང་འདོད་དང་།།བདག་ཅེས་བཏགས་བ་གང་ཡིན་བ།།དེ་ཉིད་བདག་ནི་འབྱུང་བྱ་  
ཞེས།།ཆེད་དུ་བསམས་ཤིང་འབྱུང་བ་མེད།།མ་སྐྱེས་བར་ནི་དེ་མེད་ན།།དེ་ཆེ་སྐྱེ་བར་འདོད་  
བ་གང་།།ཡུལ་ལ་རྟག་ཏུ་གཡེང་འགྱུར་བས།།འགག་བར་འགྱུར་བའང་མ་ཡིན་ནོ།།ཅི་སྟེ་  
བདག་དེ་རྟག་ན་ནི།།མཁའ་བཞིན་གྱེད་བ་མེད་བར་མངོན།།རྐྱེན་རྣམས་གཞན་དང་ཕྱད་ན་  
ཡང་།།འགྱུར་བ་མེད་ལ་ཅི་བྱར་ཡོད།།གྱེད་པའི་ཆེ་ཡང་སྟོན་བཞིན་ན།།གྱེད་པས་དེ་ལ་ཅི་  
ཞིག་བྱས།།དེ་ཡི་གྱེད་བ་འདི་ཡིན་ཞེས།།འབྲེལ་བར་འགྱུར་བ་གང་ཞིག་ཡོད།།དེ་སྟར་  
ཐམས་ཅད་གཞན་གྱི་དབང་།།དེ་ཡི་དབང་གིས་དེ་དབང་མེད།།དེ་སྟར་ཤེས་ནས་སྐྱུལ་སྟེ་



ནམས་མ་ཡིན་སྐྱོད་པ་ཡིས།།རང་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་པ་ཡོད།།གང་ཆེ་ཉོན་མོངས་དབང་གྱུར་  
བས།།བདག་སྐྱུག་ཉིད་ཀྱང་གསོད་བྱེད་པ།།དེ་ཆེ་དེ་དག་གཞན་ལུས་ལ།།གཞོན་མི་བྱེད་  
བར་ཇི་ལྟར་འགྱུར།།ཉོན་མོངས་སྐྱེས་བས་དེ་ལྟ་བུར།།བདག་གསོད་ལ་སོགས་ཞུགས་པ་  
ལ།།སྙིང་རྗེ་བརྒྱ་ལ་མ་སྐྱེས་ན།།ཁྱོ་བར་འགྱུར་བ་ཅིའི་ཐ་ཆོག།གལ་ཏེ་གཞན་ལ་འཆོ་བྱེད་  
བ།།བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ན།།དེ་ལ་ཁྱོ་བར་མི་རིགས་ཏེ།།སྟེག་པའི་རང་བཞིན་མེ་  
བཀོན་འབྲ།།འོན་ཏེ་སྐྱོན་འདི་སྟོ་བུར་ལ།།སེམས་ཅན་རང་བཞིན་དེས་པ་ནའང་།།འོ་ནའང་  
ཁྱོ་བར་མི་རིགས་ཏེ།།མཁའ་ལ་དུད་འབྱུལ་བཀོན་པ་བཞིན།།དབྱུག་པ་ལ་སོགས་དངོས་  
བཀོལ་ཏེ།།གལ་ཏེ་འཕེན་པ་ལ་ཁྱོ་ན།།དེ་ཡང་ཞེ་སྤང་གིས་སྤང་བས།།ཉིས་ན་ཞེ་སྤང་ལ་ཁྱོ་



རིགས།།བདག་གིས་སྒོར་ཆད་སེམས་ཅན་ལ།།འདི་འདྲ་བ་ཡི་གཞོན་པ་བྱས།།དེ་བས་  
སེམས་ཅན་འཆེ་བྱེད་པ།།བདག་ལ་གཞོན་པ་འདི་འབྱུང་རིགས།།དེ་ཡི་མཚོན་དང་བདག་  
གི་ལུས།།གཉིས་ཀ་སྐྱབ་བསྐྱལ་རྒྱ་ཡིན་ཏེ།།དེས་མཚོན་བདག་གིས་ལུས་སྐྱུང་ན།།གང་  
ཞིག་ལ་ནི་ཁྱོ་བར་བྱ།།འབྱུང་བ་མི་ཡི་གཟུགས་འདྲ་བ།།རེག་ཏུ་མི་བཟོད་སྐྱབ་བསྐྱལ་  
ཅན།།སྐྱེད་སྐྱོངས་བདག་གིས་བཟུང་གྱུར་ན།།དེ་ལ་གཞོན་པ་སྐྱུ་ལ་ཁྱོ།།གྱིས་པ་སྐྱབ་  
བསྐྱལ་མི་འདོད་ཅིང་།།སྐྱབ་བསྐྱལ་རྒྱ་ལ་བཀམ་བས་ན།།རང་གི་ཉེས་བས་གཞོན་གྱུར་  
པ།།གཞན་ལ་བཀོན་ཏུ་ཅི་ཞིག་ཡོད།།དཔེར་ན་དམྱལ་བའི་སྐྱུང་མ་དང་།།རལ་གྱི་ལོ་མའི་  
ནགས་ཚལ་ལྟར།།རང་གི་ལས་གྱིས་འདི་བསྐྱེད་ན།།གང་ཞིག་ལ་ནི་ཁྱོ་བར་བྱ།།བདག་གི་

ལས་གྲིས་བསྐྱལ་བྱས་ནས།།བདག་ལ་གཞོན་བྱེད་རྣམས་འབྱུང་སྟེ།།དེས་ནི་སེམས་ཅན་  
དམྱལ་འདོང་ན།།བདག་གིས་དེ་དག་མ་བརྒྱག་གམ།།འདི་དག་ལ་ནི་རྟེན་བཅས་  
ནས།།བཟོད་པས་བདག་སྡིག་མང་དུ་འབྱུང་།།བདག་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་དག་ནི།།ཡུན་རིང་  
སྐྱུག་བསྐྱལ་དམྱལ་བར་འདོང་།།བདག་ནི་དེ་ལ་གཞོན་བྱེད་ལ།།དེ་དག་བདག་ལ་ཕན་  
འདོགས་ན།།སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཅི་ཡི་སྤྱིར།།མ་རུངས་སེམས་ཁྲོད་ཁྲོ་བར་བྱེད།།གལ་ཏེ་བདག་  
ལ་བསམ་བ་ཡི།།ཡོན་ཏན་ཡོད་ན་དམྱལ་མི་འགྲོ།།གལ་ཏེ་བདག་གིས་བདག་བསྐྱུངས་  
ན།།དེ་དག་ལ་འདིར་ཅི་ཞིག་བྱུང་།།འོན་ཏེ་ལན་དུ་གཞོན་བྱས་ན།།དེ་དག་བསྐྱུངས་པར་མ་  
གྱུར་ལ།།བདག་གི་སྦྱོད་པའང་ཉམས་པར་འགྱུར།།དེས་ན་དགའ་བྱུབ་ཞིག་པར་

འགྲུར། །ཡིད་ནི་ལྷུས་ཅན་མ་ཡིན་པས། །སྐྱུས་གྲང་གང་དུའང་གཞོམ་མི་རུས། །ལྷུས་ལ་  
མངོན་པར་ཞེན་པས་ན། །ལྷུས་ནི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དག་གིས་གཞོད། །བརྟམ་དང་ཚིག་རྩུབ་སྐྱབ་  
དང་། །མི་སྟོན་པ་ཡི་ཚིག་དེ་ཡིས། །ལྷུས་ལ་གཞོད་པར་མི་འགྲུར་ན། །སེམས་ཁྱོད་ཅིའི་སྐྱིར་  
རབ་ཏུ་ཁྱོ། །གཞན་དག་བདག་ལ་མི་དགའ་བ། །དེས་ནི་ཚེ་འདིའམ་ཚེ་གཞན་ལ། །བདག་ལ་  
བ་བར་མི་བྱེད་ན། །བདག་ནི་ཅི་སྐྱིར་དེ་མི་འདོད། །རྟེན་པའི་བར་ཆད་བྱེད་པའི་སྐྱིར། །གལ་ཏེ་  
འདི་བདག་མི་འདོད་ན། །བདག་གིས་རྟེན་པ་འདིར་འདོར་གྱི། །སྒྲིག་པ་དག་ནི་བརྟམ་པར་  
གནས། །བདག་ནི་དེང་ཉིད་ཞེ་ཡང་སྐྱེའི། །ལོག་འཚོས་ཡུན་རིང་གསོན་མི་རུང་། །བདག་སྟོ་  
ཡུན་རིང་གནས་གྲུར་གྲང་། །འཚི་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དེ་ཉིད་ཡིན། །མི་ལམ་ལོ་བརྒྱར་བདེ་

སྟོང་ནས།།སད་པར་གྱུར་པ་གང་ཡིན་དང་།།གཞན་ཞིག་ཡུད་ཅམ་བདེ་སྟོང་ནས།།སད་  
པར་གྱུར་པ་གང་ཡིན་པ།།སད་པ་དེ་དག་གཉིས་ཀ་ལའང་།།བདེ་བ་དེ་ནི་སྐྱེར་འོང་མེད།།ཆེ་  
རིང་ཆེ་སྤང་གཉིས་ཀ་ཡང་།།འཆི་བའི་དུས་ན་དེ་འབྲར་བཟད།།རྟེན་པ་མང་པོ་ཐོབ་གྱུར་  
ཏེ།།ཡུན་རིང་དུས་སུ་བདེ་སྤྱད་ཀྱང་།།ཆོམ་པོས་སློབས་པ་ཇི་བཞིན་དུ།།སྐྱེན་མོ་ལག་པ་  
སྟོང་པར་འགོ།།གལ་ཏེ་རྟེན་པས་གསོན་གྱུར་ན།།སྡིག་བཟད་བསོད་ནམས་བྱ་ཞེ་ན།།རྟེན་པའི་  
དོན་དུ་སློབས་གྱུར་ན།།བསོད་ནམས་བཟད་སྡིག་མི་འགྱུར་རམ།།གང་གི་དོན་དུ་བདག་གསོན་  
པ།།དེ་ཉིད་གལ་ཏེ་ཉམས་གྱུར་ན།།སྡིག་པ་འབའ་ཞིག་བྱེད་པ་ཡི།།གསོན་པ་དེས་གོ་ཅི་ཞིག་  
བྱ།།གལ་ཏེ་སེམས་ཅན་ཉམས་བྱེད་པས།།མི་སྙན་སྐྱ་ལ་སློབ་ཞེ་ན།།གཞན་ལ་མི་སྙན་བརྗོད་

ལའང་ཁྱོད།།དེ་བཞིན་ཅི་སྟེ་ཁོ་མི་བྱེད།།མ་དད་གཞན་ལ་རག་ལས་བས།།དད་པ་མེད་ལ་  
ཁྱོད་བཟོད་ན།།ཉོན་མོངས་སྐྱེས་ལ་རག་ལས་བས།།མི་སྟོན་སྐྱེ་ལ་ཅིས་མི་བཟོད།།སྐྱེ་  
གཟུགས་མཚོད་ཉེན་དམ་ཚོས་ལ།། འབྲུལ་ཞིང་འཇིག་པར་བྱེད་པ་ལའང་།།བདག་གིས་  
ཞེ་སྤང་མི་རིགས་ཏེ།།སངས་རྒྱས་སོགས་ལ་གཞོད་མི་མངའ།།སྤྲོ་མ་གཉེན་ལ་སོགས་པ་  
དང་།། བཤེས་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་རྣམས་ལའང་།།སྤྲོ་མའི་ཚུལ་གྱི་རྒྱེན་དག་ལས།།འགྱུར་  
བར་མཐོང་ནས་ཁོ་བ་བརྗོད།།ལུས་ཅན་རྣམས་ལ་སེམས་ཡོད་དང་།། སེམས་མེད་གཉིས་  
ཀས་གཞོད་བྱས་ན།།སེམས་ཡོད་ཅི་སྟེ་བཀར་ཏེ་བཀོན།།དེ་བས་གཞོད་པ་བཟོད་པར་  
གྱིས།།ལ་ལ་ཚོངས་བས་ཉེས་པ་བྱེད།།ལ་ལ་ཚོངས་ཏེ་ཁོས་གྱུར་ན།།དེ་ལ་སྐྱོན་མེད་གང་

གིས་བྱ། ལྷོན་དང་བཅས་དེ་གང་ཞིག་ཡིན། །གང་གིས་གཞན་དག་གཞོན་བྱེད་པའི། །ལས་  
དེ་ལྷོན་ཆད་ཅི་སྲིད་བྱས། །ཐམས་ཅད་ལས་ལ་རག་ལས་ན། །བདག་གིས་འདི་ལ་ཅི་སྟེ་  
བཞོན། །དེ་ལྟར་མཐོང་ནས་ཅི་ནས་གྲང་། །ཐམས་ཅད་པན་ཚུན་བྱམས་སེམས་སུ། །འགྱུར་  
བ་དེ་ལྟར་བདག་གིས་ནི། །བསོད་ནམས་དག་ལ་བསྐྱེམས་ཏེ་བྱ། །དཔེར་ན་སྲིམ་ཚིག་གྱུར་  
པའི་ཚོ། །སྲིམ་གཞན་ཞིག་ཏུ་སོང་ནས་ནི། །རྩ་སོགས་གང་ལ་མཆེད་བྱེད་པ། །དེ་ནི་ལྷུང་སྟེ་  
འདོར་བར་རིགས། །དེ་བཞིན་གང་ལ་སེམས་ཆགས་ནས། །ཞེ་སྤང་མེ་ནི་མཆེད་གྱུར་  
པ། །བསོད་ནམས་འཚིག་པར་དོགས་པ་ཡིས། །དེ་ནི་དེ་ཡི་མོད་ལ་དོར། །གསད་བྱའི་མི་ཞིག་  
ལག་བཅད་དེ། །གལ་ཏེ་ཐར་ན་ཅིས་མ་ལེགས། །གལ་ཏེ་མི་ཡི་སྐྱུག་བསྐྱུལ་གྱིས། །དཔྱུལ་བ་

བྲལ་ན་ཅིས་མ་ལེགས།།ད་ལྟའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་འདི་ཙམ་ལའང་།།བདག་གིས་བཟོད་པར་མི་  
རུས་ན།།དེས་ན་དཔྱལ་བའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་རྒྱ།།ཁྱོ་བ་ཅི་སྟེ་བསྐྱོག་མི་བྱེད།།འདོད་པའི་དོན་དུ་  
བསྐྱེག་ལ་སོགས།།དཔྱལ་བར་སྟོང་སྐྱག་སྟོང་གྱུར་གྱང་།།བདག་གིས་རང་གི་དོན་དང་  
ནི།།གཞན་གྱི་དོན་ཡང་མ་བྱས་སོ།།འདི་ནི་དེ་ཙམ་གཞོད་མིན་ལ།།དོན་ཆེན་དག་གྱང་  
འགྲུབ་འགྱུར་བས།།འགྲོ་བའི་གཞོད་སེལ་སྐྱག་བསྐྱེལ་ལ།།དགའ་བ་འབའ་ཞིག་འདིར་བྱ་  
རིགས།།གཞན་གྱིས་ཡོན་ཏན་ལྡན་བསྟོད་ནས།།གལ་ཏེ་དགའ་བའི་བདེ་ཐོབ་ན།།ཡིད་སྟོང་  
གྱང་ནི་དེ་བསྟོད་ནས།།ཅིའི་སྤྱིར་དེ་ལྟར་དགའ་མི་བྱེད།།སྟོང་གྱི་དགའ་བའི་བདེ་བ་  
འདི།།བདེ་འབྱུང་ཁ་ན་མ་ཐོ་མེད།།ཡོན་ཏན་ལྡན་པ་རྣམས་གྱིས་གནང་།།གཞན་སྐྱུད་པ་ཡི་

མཚོག་གྲང་ཡིན།།གཞན་ཡང་དེ་ལྟར་བདེ་འགྱུར་ཞེས།།གལ་ཏེ་ཁྱོད་བདེ་འདི་མི་འདོད།།སྐ  
རན་སྐྱེན་སོགས་སྤངས་པའི་སྤྱིར།།མཐོང་དང་མ་མཐོང་ཉམས་པར་འགྱུར།།རང་གི་ཡོན་  
ཏན་བརྗོད་པའི་ཚེ།།གཞན་ལ་བདེ་བའང་འདོད་པར་བྱེད།།གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་  
ཚེ།།རང་ལའང་བདེ་བ་མི་འདོད་བྱེད།།སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་འདོད་པས།།བྱང་ཚུབ་  
ཏུ་ནི་སེམས་བསྐྱེད་ནས།།སེམས་ཅན་རང་གིས་བདེ་ལྡན་ན།། དེས་གོ་ཅི་སྟེ་ཁོ་བར་  
བྱེད།།འདི་ག་ཏེན་གསུམ་མཚོད་འཚང་རྒྱ་བར།།སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་འདོད་ཅེ་ན།།བསྐྱེན་  
བཟུང་དན་དོན་ཅམ་མཐོང་ནས།།ཅི་སྤྱིར་དེ་ལ་གདུང་བར་བྱེད།།གསོ་བྱ་གང་ཞིག་ཁྱོད་  
གསོ་བ།།ཁྱོད་ཉིད་གྱིས་ནི་སྐྱེན་བྱ་དེ།།གཉེན་གྱིས་འཚོ་བ་ལྡན་གྱུར་ན།།དགར་མི་འགྱུར་



བར་སྐྱར་ཁྲོའམ།།དེ་ཅི་འགྲོ་ལ་མི་འདོད་ན།།དེ་ལ་བྱང་ཚུབ་འདོད་གང་ཡིན།།གང་ཞིག་  
གཞན་འགྱུར་ཁྲོ་དེ་ལ།།བྱང་ཚུབ་སེམས་ནི་ག་ལ་ཡོད།།གལ་ཏེ་དེས་དེ་ལས་རྙེད་དམ།།སྒྲིན་  
བདག་སྲིམ་ན་གནས་གྱུར་བ།།ཀུན་ཏུ་འང་དེ་སྲོད་ལ་མེད་ན།།སྒྲིན་མ་སྒྲིན་རུང་དེས་ཅི་  
བྱ།།བསོད་ནམས་དང་ནི་དད་བའམ།།རང་གི་ཡོན་ཏན་ཅིའི་སྒྲིར་འདོད།།རྙེད་པར་གྱུར་བ་  
མི་འཇོན་བ།།གང་གིས་ཁྲོ་བར་མི་བྱེད་སྒྲོས།།སྲོད་ནི་རང་གིས་སྒྲིག་བྱས་ལ།།སྐྱུང་ན་མེད་  
པར་མ་ཟད་གྱི།།བསོད་ནམས་བྱས་བ་གཞན་དག་དང་།།ལྟན་ཅིག་འགྲན་པར་བྱེད་འདོད་  
དམ།།།།བམ་པོ་གཉིས་བ།།།།

གལ་ཏེ་དག་ཞིག་མི་དགའ་ནའང་།།དེ་ལ་སྲོད་དགར་ཅི་ཞིག་ཡོད།།སྲོད་ཀྱི་ཡིད་སྣོན་ཙམ་  
གྱིས་ནི།།དེ་ལ་གཞོད་པའི་རྒྱར་མི་འགྱུར།།སྲོད་ཀྱི་འདོད་པས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དེ།།གྲུབ་ནའང་  
སྲོད་དགར་ཅི་ཞིག་ཡོད།།གལ་ཏེ་འཆོངས་པར་འགྱུར་ཞེ་ན།།དེ་ལས་སྤང་བའང་གཞན་ཅི་  
ཡོད།།ཉོན་མོངས་ཉ་བས་བཏབ་པ་ཡི།།མཆིལ་བ་འདི་ནི་མི་བཟད་གཟེ།།དེས་བཟུང་སེམས་  
དཔྱུལ་བུམ་པར་ཡང་།།དཔྱུལ་བའི་སྤང་མས་བདག་འཆོད་ དེས།།བསྟོད་དང་གྲགས་པའི་  
རིམ་གྲོས་ནི།།བསོད་ནམས་མི་འགྱུར་ཆེར་མི་འགྱུར།།བདག་སྟོབས་མི་འགྱུར་ནད་མེད་  
མིན།།ལུས་བདེ་བར་ཡང་མི་འགྱུར་རོ།།བདག་ནི་རང་དོན་ཤེས་གྱུར་ན།།དེ་ལ་རང་དོན་ཅི་  
ཞིག་ཡོད།།ཡིད་བདེ་འབའ་ཞིག་འདོད་ན་ནི།།རྒྱན་སོགས་ཆང་ཡང་བསྟེན་དགོས་

སོ།། གྲགས་པའི་དོན་དུ་འོར་གཏོང་ཞིང་།། བདག་ཉིད་ཀྱང་ནི་གསོད་བྱེད་ན།། ཚིག་འབྲུ་  
ནམས་གྲིས་ཅི་ཞིག་བྱ།། འི་ན་དེས་གོ་སྟེ་ལ་བདེ།། བྱེ་མའི་ཁང་བྱ་དེ་བ་གྱུར་ན།། གྲིས་པ་  
ནམས་ནི་ག་ཚད་དུ་།། དེ་བཞིན་བསྟོད་དང་གྲགས་ཉམས་ན།། རང་གི་སེམས་ནི་གྲིས་པ་  
བཞིན་།། དེ་ཞིག་སྐྱ་ལ་སེམས་མེད་བྱིར་།། བདག་ལ་བསྟོད་སེམས་ཡོད་མི་སྲིད།། བདག་ལ་  
གཞན་དགའ་ཞེས་གྲགས་པ།། དེ་ནི་དགའ་བའི་རྒྱ་ཡིན་གྱང་།། གཞན་ནམ་ཡང་ན་བདག་  
ལའང་རུང་།། གཞན་དགའ་བདག་ལ་ཅི་ཞིག་པན།། དགའ་བདེ་དེ་ནི་དེ་ཉིད་གྱི།། བདག་གིས་  
དེ་ལས་འགས་མི་འཐོབ།། དེ་བདེ་བ་ཡིས་བདག་བདེ་ན།། ཀུན་ལའང་དེ་བཞིན་བྱ་དགོས་  
ན།། ཅི་ལྟར་གཞན་ལ་དགའ་བ་ཡིས།། བདེ་བར་གྱུར་ན་བདག་མི་བདེ།། དེ་བས་བདག་ནི་

བསྟོད་དོ་ཞེས།། རང་གི་དགའ་བ་སྐྱེ་འགྱུར་བ།། དེ་ཡང་དེ་ལྟར་མི་འཐད་པས།། གྲེས་པའི་  
སྟོད་པ་ཁོ་ནར་ཟད།། བསྟོད་སོགས་བདག་ནི་གཡེང་བར་བྱེད།། དེས་ནི་སྐྱོ་བའང་འཇིག་པར་  
བྱེད།། ཡོན་ཏན་ལྡན་ལ་སྐྱག་དོག་དང་།། ལུན་སུམ་ཚོགས་པའང་འཇིག་པར་བྱེད།། དེ་སྱིར་  
བདག་གི་བསྟོད་སོགས་ནི།། གཞིག་སྱིར་གང་དག་ཉེར་གནས་པ།། དེ་དག་བདག་ནི་ངན་སོང་  
དུ།། ལྷུང་བ་བསྐྱུང་སྱིར་ཞུགས་མིན་ནམ།། བདག་ནི་གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་ལ།། རྟེན་དང་བཀུར་  
སྟེས་འཆིང་མི་དགོས།། གང་དག་བདག་བཅིངས་གྲོལ་བྱེད་པ།། དེ་ལ་བདག་ནི་ཇི་ལྟར་  
ཁོ།། བདག་ནི་སྐྱག་བསྐྱེལ་འཇུག་འདོད་ལ།། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ནི་བྱིན་བརྒྱབས་བཞིན།། མི་  
གཏོང་སྐོ་འཕར་ཉིད་གྱུར་པ།། དེ་ལ་བདག་ནི་ཇི་ལྟར་ཁོ།། འདི་ནི་བསོད་ནམས་གོགས་བྱེད་

ཅེས།།དེ་ལ་འང་།ཁྱོ་བར་རིགས་མིན་ཏེ།།བཟོད་མཚུངས་དཀའ་ཐུབ་ཡོད་མིན་ན།།དེ་ལ་  
བདག་ནི་མི་གནས་སམ།།གལ་ཏེ་བདག་ནི་རང་སྐྱོན་གྱིས།།འདི་ལ་བཟོད་པར་མི་བྱེད་  
ན།།བསོད་ནམས་རྒྱ་ནི་ཉེར་གནས་པ།།འདི་ལ་བདག་གོགས་བྱེད་པར་ཟད།།གང་ཞིག་གང་  
མེད་མི་འབྱུང་ལ།།གང་ཞིག་ཡོད་ན་ཡོད་འབྱུང་བ།།དེ་ཉིད་དེ་ཡི་རྒྱ་ཡིན་ན།།ཇི་ལྟར་དེ་ལ་  
གོགས་ཞེས་བྱ།།དུས་སུ་བྱིན་པའི་སྤོང་མོ་བས།།སྐྱོན་པའི་གོགས་བྱས་ཡོད་མ་ཡིན།།རབ་  
ཏུ་འབྱིན་པར་བྱེད་བྱུང་བ།།རབ་བྱུང་གོགས་ཞེས་བྱར་མི་རུང་།།འཇིག་རྟེན་ན་ནི་སྤོང་བ་  
མོད།།གཞོན་པར་བྱེད་པ་དཀོན་པ་སྟེ།།འདི་ལྟར་མར་གཞོན་མ་བྱས་ན།།འགའ་ཡང་གཞོན་  
པ་མི་བྱེད་དོ།།དེ་བས་ངལ་བས་མ་བསྐྱབས་པའི་།།ཁྱིམ་དུ་གཏེར་ནི་བྱུང་བ་ལྟར།།བྱུང་ཚུབ་

སྒྲོད་པའི་ཐོགས་གྲུར་པས།། བདག་གིས་དག་ལ་དགའ་བར་བྱ།།འདི་དང་བདག་གིས་  
བསྐྱབས་པས་ན།།དེ་ཕྱིར་བཟོད་པའི་འབྲས་བུ་ནི།།འདི་ལ་ཐོག་མར་བདར་འོས་ཏེ།།འདི་  
ལྟར་དེ་ནི་བཟོད་པའི་རྒྱ།།གལ་ཏེ་བཟོད་བསྐྱབ་བསམ་མེད་པས།།དག་འདི་མཚོད་བྱ་མིན་ཞེ་  
ན།།འགྲུབ་པ་ཡི་ནི་རྒྱར་རུང་བ།།དམ་པའི་ཚོས་ཀྱང་ཅི་སྟེ་མཚོད།།གལ་ཏེ་དག་འདི་གཞོད་  
བྱ་བའི།།བསམ་ཡོད་མཚོད་བྱ་མིན་ཞེ་ན།།སྒྲོན་པ་བཞིན་དུ་པན་བཅོན་ན།།བདག་གིས་  
བཟོད་པ་ཇི་ལྟར་འགྲུབ།།དེ་བས་རབ་དུ་སྒྲང་སེམས་ལ།།བཏེན་ནས་བཟོད་པ་སྐྱེ་བས་  
ན།།དེ་ཉིད་བཟོད་པའི་རྒྱ་ཡིན་པས།།དམ་པའི་ཚོས་བཞིན་མཚོད་པར་འོས།། དེ་ཕྱིར་  
སེམས་ཅན་ཞིང་དང་ནི།།རྒྱལ་བའི་ཞིང་ཞེས་བྱབ་པས་གསུངས།།འདི་དག་མགུ་བྱས་མང་

པོ་ཞིག་། འདི་ལྟར་ ལྷན་ཚོགས་པ་རོལ་གྱིན།། སེམས་ཅན་རྣམས་དང་རྒྱལ་བ་ལས།། སངས་  
རྒྱལ་ཚོས་འགྲུབ་འདྲ་བ་ལ།། རྒྱལ་ལ་གུས་བྱེད་དེ་བཞིན་དུ།། སེམས་ཅན་ལ་མིན་ཅི་ཡི་  
ཚུལ།། བསམ་བཤི་ཡོན་ཏན་རང་གིས་མིན།། འབྲས་བུ་ལས་ཡིན་དེས་མཚུངས་  
བར།། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་འང་ཡོན་ཏན་ཡོད།། དེའི་གྱིར་དེ་དག་མཉམ་བ་ཡིན།། བྱམས་  
སེམས་ལྡན་ལ་མཚོད་བ་གང་།། དེ་ནི་སེམས་ཅན་ཆེ་བ་ཉིད།། སངས་རྒྱལ་དང་བཤི་བསོད་  
ནམས་གང་།། དེ་ཡང་སངས་རྒྱལ་ཆེ་བ་ཉིད།། སངས་རྒྱལ་ཚོས་འགྲུབ་ཆ་ཡོད་བ།། དེས་  
ན་དེ་དག་མཉམ་བར་འདོད།། ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་མཐའ་ཡས་བཤི།། སངས་རྒྱལ་རྣམས་དང་  
འགའ་མི་མཉམ།། ཡོན་ཏན་མཚོག་ཚོགས་གཅིག་ལུ་ཡི།། ཡོན་ཏན་ཤས་ཅམ་འགའ་ཞིག་

ལ།།སྒྲུང་ནའང་དེ་ལ་མཚོན་དོན་དུ།།ཁམས་གསུམ་སྤུལ་ཡང་ཚུང་བར་འགྱུར།།སངས་  
རྒྱལ་ཚོས་མཚོག་སྐྱེ་བའི་ཤས།།སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཡོད་བས་ན།།འདི་ཙམ་དག་གིས་ཆ་  
བསྟུན་ནས།།སེམས་ཅན་མཚོན་གྱི་རིགས་པར་འགྱུར།།གཞན་ཡང་གཡོ་མེད་གཉེན་  
གྱུར་ཅིང་།།ཕན་པ་དཔག་མེད་མཛད་རྣམས་ལ།།སེམས་ཅན་མགུ་བྱ་མ་གཏོགས་  
པ།།གཞན་གང་ཞིག་གིས་ལན་ལོན་འགྱུར།།གང་སྤྱིར་སྐྱེ་གཏོང་མནར་མེད་འཇུག་པ་  
ལ།།དེ་ལ་ཕན་བཏགས་ལན་ལོན་འགྱུར་བས་ན།།དེ་བས་འདི་དག་གཞོན་ཆེན་བྱེད་ན་  
ཡང་།།ཐམས་ཅད་བཟང་དགུ་ཞིག་ཏུ་སྐྱུང་བར་བྱ།།དེ་ཞིག་བདག་གི་རྗེར་གྱུར་ཉིད་ཀྱང་  
ནི།།གང་སྤྱིར་རང་གི་སྐྱེ་ལའང་མི་གཟེགས་པ།།དེ་ལ་སྤོངས་པ་བདག་གིས་རི་སྟར་ན།།ང་



རྒྱལ་བྱ་ཞིང་བྱན་གྱི་དངོས་མི་བྱ།།གང་དག་བདེ་བས་བྱུབ་རྣམས་དགྲེས་འགྱུར་  
ཞིང་།།གང་ལ་གཞོན་ན་མི་དགྲེས་འགྱུར་འགྱུར་བ།།དེ་དག་དགའ་བས་བྱུབ་པ་ཀུན་དགྲེས་  
ཞིང་།།དེ་ལ་གཞོན་བྱས་བྱུབ་ལ་གཞོན་པ་བྱས།།རི་ལྟར་ལྷུས་ལ་ཀུན་ནས་མེ་འབར་  
བ།།འདོད་པ་ཀུན་གྱིས་ཡིད་བདེར་མི་འགྱུར་བ།།དེ་བཞིན་སེམས་ཅན་གཞོན་པ་བྱས་ན་  
ཡང་།།བྱུགས་རྗེ་ཆེ་རྣམས་དགྲེས་པའི་ཐབས་མེད་དོ།།དེ་བས་བདག་གིས་འགྲོ་ལ་གཞོན་  
བྱས་པས།།བྱུགས་རྗེ་ཆེ་ཀུན་མི་དགྲེས་གྱུར་པ་གང་།།སྤྲིག་དེ་དེ་རིང་སོ་སོར་བཤུགས་  
བགྱི་ཡིས།།མི་དགྲེས་གང་ལགས་དེ་བྱུབ་བཟོད་པར་གསོལ།།དེ་བཞིན་གཤེགས་རྣམས་  
དགྲེས་པར་བགྱི་སྦྱང་དུ།།དེང་ནས་ངེས་བརྟུལ་འཛིག་ཉེན་བྱན་དུ་མཆི།།འགྲོ་མང་དོག་

བས་བདག་གི་སྲིར་འཚོག་གམ།།འགྲུམས་ཀྱང་མི་བསྡོམ་འཇིག་རྟེན་མགོན་དགེས་  
མཛོད།།འགྲོ་བ་འདི་ཀུན་གྱིས་ལྷོད་པ་བདག་ཅན་དེས།།བདག་ཏུ་མཛོད་པ་འདི་ལ་ཐེ་ཚོམ་  
མེད།།སེམས་ཅན་དོ་བོར་མཐོང་བ་འདི་དག་ཉིད།།མགོན་དེ་བདག་ཉིད་ཅི་སྲིར་གྲུས་མི་  
བྱེད།།འདི་ཉིད་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་མཉེས་བྱེད་ཡིན།།རང་དོན་ཡང་དག་སྐྱབ་པའང་འདི་  
ཉིད་དོ།།འཇིག་རྟེན་སྐྱུག་བསྐྱེད་སེམས་བའང་འདི་ཉིད་དེ།།དེ་ལྟས་བདག་གིས་རྟོག་ཏུ་འདི་  
ཉིད་བྱ།།དཔེར་ན་རྒྱལ་པོའི་མི་འགའ་ཞིག་སྐྱེ་བོ་མང་ལ་གཞོན་བྱེད་ཀྱང་།།སྐྱེ་བོ་མིག་རྒྱང་  
ལོང་པོ་དག་ཀུས་ཀྱང་སྲིར་གཞོན་མི་བྱེད་དེ།།འདི་ལྟར་དེ་གཅིག་མ་ཡིན་གྱི།།རྒྱལ་པོའི་  
མཐུ་སྟོབས་དེ་ཡི་དབྱང་།།དེ་བཞིན་གཞོན་བྱེད་ཉམ་རྒྱུང་བ།།འགའ་ཡང་ཁྱད་དུ་བསད་མི་

བྱ། འདི་ལྟར་དཔྱལ་བའི་སྤང་མ་དང་། ཐུགས་ཇི་ལྟར་རྣམས་དེ་ཡི་དབྱུང་། དེ་ལས་  
དམངས་ཀྱིས་རྒྱལ་གཏུམ་བཞིན། སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་མགུ་བར་བྱ། རྒྱལ་པོ་ལྟ་ཞིག་  
ཁྲིམ་ན་ཡང་། སེམས་ཅན་མི་མགུ་བྱས་པ་ཡིས། རྩོད་བར་འགྱུར་བ་གང་ཡིན་པ། དཔྱལ་  
བའི་གཞོན་པ་དེས་བྱེད་དམ། རྒྱལ་པོ་ལྟ་ཞིག་མགུ་ན་ཡང་། སེམས་ཅན་མགུ་བར་བྱས་པ་  
ཡིས། འཕྲོབ་བར་གྱུར་བ་གང་ཡིན་པ། སངས་རྒྱས་ཉིད་སྤྱིན་མི་སྤྱིད་དོ། སེམས་ཅན་མགུ་  
ལས་བྱུང་བ་ཡི། མ་འོངས་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་ལྟ་ཞིག་ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་དཔལ་ཆེན་  
དང་། ཐུགས་དང་སྤྱིད་འགྱུར་ཅིས་མ་མཐོང་། འཁོར་ཆེ་བཟོན་པས་མངོས་སོགས་  
དང་། རྣམ་མེད་པ་དང་ཐུགས་པ་ཡིས། ཞིན་ཏུ་ཡུན་རིང་འཆོ་བ་དང་། འཁོར་ལོས་སྤྱུར་

བའི་བདེ་རྒྱས་ཐོབ།།བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྲོད་པ་ལ་འཇུག་པ་ལས།།བཟོད་པ་བསྟན་པ་  
ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་ལེ་ལུ་དྲུག་པའོ།།།།

དེ་ལྟར་བཟོད་པས་བཙོན་འགྲུས་བཅུམ།།འདི་ལྟར་བཙོན་ལ་བྱང་ཆུབ་གནས།།རྒྱང་མེད་  
གཡོ་བ་མེད་པ་བཞིན།།བསོད་ནམས་བཙོན་འགྲུས་མེད་མི་འབྱུང་།།བཙོན་གང་དགོ་ལ་སྟོ་  
བའོ།།དེ་ཡི་མི་མ་ཐུན་སྟོགས་བཤའ་བྱ།།ལེ་ལོ་ངན་ལ་ཞེན་པ་དང་།།སྦྱིད་ལུག་བདག་ཉིད་  
བརྟམ་པའོ།།སྟོམ་ལས་བདེ་བའི་རོ་སྤང་དང་།།གཉིད་ལ་བརྟེན་པའི་སྲེད་པ་ཡིས།།འཁོར་  
བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་མི་སྟོ་ལ།།ལེ་ལོ་ཉི་བར་སྦྱེ་བར་འགྱུར།།ཉོན་མོངས་རྒྱ་པས་བཤོར་ནས་  
ནི།།སྦྱེ་བའི་རྒྱར་ནི་ཆུད་གྱུར་ནས།།འཆི་བདག་ཁར་ནི་སོང་གྱུར་པ།།ཅི་སྟེ་ད་དུང་མི་ཤེས་

སམ།།རང་སྡེ་རིམ་གྱིས་གསོད་པ་ཡང་།།ཁྱོད་གྱིས་མཐོང་བར་མ་གྱུར་ཏམ།།འོན་ཀྱང་  
གཉིད་ལ་བརྟེན་པ་གང་།།གཞོན་པ་དང་ནི་མ་ཉེ་བཞིན།།ལམ་ནི་ཀུན་ནས་བཀག་ནས་  
སྲུ།།འཆི་བདག་གིས་ནི་བསྟུས་བཞིན་དུ།།ཇི་ལྟར་ཁྱོད་ནི་བཟང་གཤམ་ཞིང་།།འདི་ལྟར་གཉིད་  
ལོག་ཇི་ལྟར་དགའ།།སྐྱུར་བ་ཉིད་དུ་འཆི་འགྱུར་བས།།ཇི་སྲིད་དུ་ནི་ཚོགས་བསག་བྲ།།དེ་ཚེ་  
ལེ་ལོ་སྤངས་ཀྱང་ནི།།དུས་མ་ཡིན་པར་ཅི་ཞིག་བྲ།།འདི་ནི་མ་བྱས་བརྩམས་པ་དང་།།འདི་  
སྤྱད་བྱས་པར་གནས་པ་ལ།།སྒྲོ་བུར་འཆི་བདག་འོངས་ནས་ནི།།གྱི་ཉུང་བཅོམ་ཞེས་  
སེམས་པར་འགྱུར།།སྐྱུང་ན་ཤུགས་གྱིས་སྤངས་པ་ཡི།།མིག་དམར་གདོང་ལས་མཆི་མ་  
འཇོག། ཉེ་དུ་རེ་ཐག་ཆད་པ་དང་།།གཞིན་རྗེས་ལོ་ཉའི་བཞིན་ལ་སྲུ།།རང་སྡེ་ག་དུན་པས་

གདུང་བ་དང་། །དམུལ་བའི་སྐྱ་ནི་ཐོས་པ་ཡིས། །སྐྱག་པས་མི་གཙང་ལུས་གོས་ཤིང་། །སྐྱོས་  
བར་འགྱུར་ཆེ་ཅི་ཞིག་བྱ། །སྐྱོད་ནི་ཉ་གསོན་འགེ་བ་སྟའི། །ཆེ་འདིར་འཇིགས་དང་ལྡན་གྱུར་  
ན། །སྐྱིག་བྱས་དམུལ་བ་མི་བཟད་པའི། །སྐྱག་བསྐལ་རྣམས་ནི་སྐྱོས་ཅི་དགོས། །ཚུ་ཚན་གྱིས་  
ནི་རེག་པ་ན། །གཞོན་ལ་ཅན་ལ་རབ་ཆ་བའི། །དམུལ་བ་ཡི་ནི་ལས་བྱས་ནས། །ཅི་སྐྱིར་འདི་  
སྟར་བདེ་བར་གནས། །བཙོན་མེད་འབྲས་བུ་འདོད་པ་དང་། །བཟེ་རེ་ཅན་ལ་གཞོད་མང་  
ཞིང་། །འཆི་བས་བཟུང་བཞིན་སྟ་འདྲ་བ། །ཤི་ཅུད་སྐྱག་བསྐལ་དག་གིས་བཙོམ། །མི་ཡི་གྱ་  
ལ་བཏེན་ནས་སུ། །སྐྱག་བསྐལ་ཚུ་བོ་ཆེ་ལས་སྐྱོལ། །གྱུ་འདི་སྐྱི་ནས་སྟེད་དགའ་  
བས། །སྐྱོངས་པ་དུས་སུ་གཉིད་མ་ལོག། དགའ་བའི་རྒྱ་ནི་མཐའ་ཡས་པའི། །དམ་ཆོས་དགའ་

བའི་མཚོག་སྤངས་ནས།།སྤྱུག་བསྐྱེལ་རྒྱ་ཡིས་གཡེང་བ་དང་།།དགོད་སོགས་ལ་སྤོད་ཅི་  
སྤྱིར་དགའ།།སྤྱིད་ལུག་མེད་དང་དཔུང་ཚོགས་དང་།།སྤྱིར་སྤང་བདག་ཉིད་དབང་བྱ་  
དང་།།བདག་དང་གཞན་དུ་མཉམ་པ་དང་།།བདག་དང་གཞན་དུ་བརྗེ་བར་གྱིས།།བདག་  
གིས་བྱང་ཚུབ་ག་ལ་ཞེས།།སྤྱིད་ལུག་པར་ནི་མི་བྱ་སྟེ།།འདི་ལྟར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
ནི།།བདེན་པ་གསུང་བས་བདེན་འདི་གསུངས།།སྤྱང་བྱ་ཤ་སྤྱང་བྱང་བ་དང་།།དེ་བཞིན་  
སྤོན་བྱར་གང་གྱུར་པ།།དེས་གྱང་བཙོན་པའི་སྟོབས་བསྐྱེད་ན།།བྱང་ཚུབ་ཐོབ་དགའ་སྤྲ་  
མེད་འཐོབ།།བདག་ལྟ་རིགས་གྱིས་མིར་སྐྱེས་ལ།།ཕན་དང་གཞོད་པ་ངོ་ཤེས་པས།།བྱང་  
ཚུབ་སྤོད་པ་མ་བཏང་ན།།བདག་གིས་བྱང་ཚུབ་ཅིས་མི་འཐོབ།།འོན་ཏེ་རྐང་ལག་ལ་སོགས་

བ།།བཏང་དགོས་བདག་ནི་འཇིགས་ཤེ་ན།།སྦྱི་དང་ཡང་བ་མ་དབྱུང་བར།།སྒོངས་པས་  
བདག་ནི་འཇིགས་པར་བཟད།།བསྐྱལ་བ་བྱེ་བ་གངས་མེད་དུ།།ལན་གངས་དུ་མར་བཅད་པ་  
དང་།།དབྱུག་དང་སླེག་དང་གཤགས་འགྱུར་གྱི།།བྱང་ཚུབ་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་རོ།།བདག་  
གིས་བྱང་ཚུབ་སྐྱབ་བ་ཡི།།སྐྱུག་བསྐྱལ་འདི་ནི་ཚོད་ཡོད་དེ།།བྱུག་རྩ་ཁོང་བསྐྱུག་གཞོན་  
བསལ་སྤྱིར།།ལུས་མ་བཏོད་པའི་སྐྱུག་བསྐྱལ་བཞིན།།སྐྱུན་པ་ཀུན་གྱང་གསོ་དབྱུང་  
གྱིས།།མི་བདེ་བ་ཡི་ནད་མེད་བྱེད།།དེ་བས་སྐྱུག་བསྐྱལ་མང་པོ་དག།གཞོམ་སྤྱིར་མི་བདེ་  
ཚུང་བཟོད་བྱ།།གསོ་དབྱུང་ཕལ་བ་འདི་འདྲ་བ།།སྐྱུན་པ་མཚོག་གིས་མ་མཛད་དེ།།ཚོ་ག་  
ཤིན་ཏུ་འཇམ་པོ་ཡིས།།ནད་ཚེན་དཔག་མེད་གསོ་བར་མཛད།།ཚོད་མ་ལ་སོགས་སྐྱུན་པ་



ལའང་།།འདྲེན་པས་ཐོག་མར་སྒྲིབ་བར་མཛད།།དེ་ལ་གོམས་ནས་སྤྱི་ནས་ནི།།རིམ་གྱིས་  
རང་གི་ཉལ་ཡང་གཏོང་།།གང་ཆེ་རང་གི་ལུས་ལ་ནི།།ཚོད་སོགས་ལྟ་བུའི་སྒོ་སྤྱེས་པ།།དེ་ཆེ་  
ཉལ་སོགས་གཏོང་བ།།དེ་ལ་དགའ་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད།།སྤྲིག་པ་སྤངས་སྤྱིར་སྤྲུག་བསྐྱེལ་  
མེད།།མཁས་པའི་སྤྱིར་ན་མི་དགའ་མེད།།འདི་ལྟར་ལོག་པར་རྟོག་པ་དང་།།སྤྲིག་པས་  
སེམས་དང་ལུས་ལ་གཞོན།།བསོད་ནམས་གྱིས་ནི་ལུས་བདེ་ལ།།མཁས་པ་ཡིས་ནི་སེམས་  
བདེ་ན།།གཞན་དོན་འཁོར་བར་གནས་ཀྱང་ནི།།སྦྱང་རྗེ་ཅན་དག་ཅི་སྟེ་སྒྲོ།།འདི་ནི་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་སྟོབས་གྱིས།།སྒོན་གྱི་སྤྲིག་པ་ཟད་བྱེད་ཅིང་།།བསོད་ནམས་རྒྱ་མཚོ་སྤྱད་བྱེད་  
སྤྱིར།།ཉན་ཐོས་རྣམས་པས་མཚོག་ཏུ་བཤམ།།དེ་བས་སྒྲོ་ངལ་ཀུན་སེལ་བའི།།བྱང་ཆུབ་

སེམས་གྱི་ཏྲ་ཞོན་ནས།།བདེ་ནས་བདེ་བར་འགྲོ་བ་ལ།།སེམས་ཤེས་སུ་ཞིག་སྐྱིད་ལུག་  
འགྱུར།།སེམས་ཅན་དོན་འགྲུབ་བྱ་སྤྱིར་དཔུང་།།མོས་བཏྲན་དགའ་དང་དོར་བ་ཡིན།།མོས་  
བ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་འཇིགས་བ་དང་།།དེ་ཡི་ཕན་ཡོན་བསམ་བས་བསྐྱེད།།དེ་ལྟར་མི་མ་བུན་  
སྤྱོད་ས་སྤངས་ཏེ།།མོས་དང་ང་རྒྱལ་དགའ་དང་དོར།།སྐྱུར་ལེན་དབང་སྐྱུར་སྤོབས་གྱིས་  
ནི།།བཙོན་འགྲུས་སྤེལ་སྤྱིར་འབད་བར་བྱ།།བདག་དང་གཞན་གྱི་ཉེས་བ་ནི།།དཔག་མེད་  
བདག་གིས་གཞོམ་བྱ་སྟེ།།གང་དུ་ཉེས་བ་རེ་རེ་ལའང་།།བསྐྱེལ་བ་རྒྱ་མཚོ་བདེ་འགྱུར་  
བ།།ཉེས་བཅད་ཚུམ་བ་དེ་ཡི་ནི།།ཆ་ཡང་བདག་ལ་མ་མཐོང་ན།།སྐྱུག་བསྐྱེལ་དཔག་དུ་མེད་  
པའི་གནས།།བདག་གོ་ཅིའི་སྤྱིར་སྤྱིང་མ་གས།།བདག་དང་གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་ནི།།མང་པོ་

བདག་གིས་བསྐྱབ་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་ཡོན་ཏན་རེ་རེ་ཡང་། །། བསྐྱལ་བ་རྒྱ་མཚོར་གོམས་འགྱུར་  
ན། །། བདག་ནི་ཡོན་ཏན་ཆ་ལ་ཡང་། །། གོམས་བ་ནམ་ཡང་མ་སྐྱེས་ཏེ། །། ཇི་ཞིག་ལྟར་ཉེད་སྐྱེ་བ་  
ནི། །། བདག་གིས་དོན་མེད་བྱས་བ་མཚར་། །། བདག་གིས་བཅོམ་ལྡན་མ་མཚོད་ཅིང་། །། དགའ་  
སྟོན་ཆེན་པོའི་བདེ་མ་བྱིན། །། བསྐྱལ་ལ་བྱ་བ་མ་བྱས་དང་། །། དབུལ་པོའི་བསམ་བ་རྫོགས་མ་  
བྱས། །། འཇིགས་ལ་མི་འཇིགས་མ་བྱིན་དང་། །། ཉམ་ཐག་བདེ་མ་བྱིན་ན་བདག། མ་ཡི་  
མངལ་དུ་བྱུག་རྟུ་དང་། །། ལྷག་བསྐྱལ་འབའ་ཞིག་སྐྱེད་པར་བཟད། །། བདག་ནི་སྟོན་དང་ད་ལྟར་  
ཡང་། །། ཚོས་ལ་མོས་དང་བྱལ་བ་ཡིས། །། རོངས་བ་འདི་འདྲ་བུང་བར་གྱུར། །། ལྷ་ཞིག་ཚོས་ལ་  
མོས་བ་གཏོང་། །། དགོ་བའི་ཕྱོགས་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །། རྩ་བ་མོས་བར་བྱབ་པས་གསུངས། །། དེ་

ཡི་ཙ་བ་ཏྟག་ཏུ་ནི།།རྣམ་སྒྲིན་འབྲས་བུ་བསྐོམས་པས་སོ།།སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཡིད་མི་བདེ་བ་  
དང་།།འཇིགས་པ་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་དང་།།འདོད་པ་རྣམས་དང་བྲལ་བ་ནི།།སྒྲིག་པ་སྐྱོད་  
ལས་འབྱུང་བར་འགྱུར།།ཡིད་ལ་བསམས་པའི་དགོ་བྱས་པས།།གང་དང་གང་དུ་འགོ་  
འགྱུར་བ།།དེ་དང་དེར་ནི་བསོད་ནམས་དེས།།འབྲས་བུའི་ཡོན་གྱིས་མངོན་མཚོད་  
འགྱུར།།སྒྲིག་པ་བྱེད་པ་བདེ་འདོད་ཀྱང་།།གང་དང་གང་དུ་འགོ་འགྱུར་བ།།དེ་དང་དེར་ནི་  
སྒྲིག་པ་དེས།།སྐྱུག་བསྐྱེལ་མཚོན་གྱིས་རྣམ་པར་འཇོམས།།རྒྱ་ཆེ་བྱི་བཟང་བསེལ་བའི་  
བརྒྱའི་སྣང་པོར་གནས།།རྒྱལ་བའི་གསུང་སྟོན་ཟས་གྱིས་གཟི་བརྗིད་བསྐྱེད་བྱས་པ།།ཐུབ་  
འོད་གྱིས་རྒྱས་བརྒྱལ་བ་ལས་བྱུང་ལུས་མཚོག་ཅན།།རྒྱལ་བའི་མདུན་གནས་བདེ་གཤེགས་

སྐྱུ་སྐྱུ་དགོ་བས་འགྱུར།།གཤེན་རྗེའི་སྐྱེས་བུས་པགས་པ་མ་ལུས་བཤུས་པས་ཉམ་ཐག་  
ཅིང་།།རབ་ཏུ་ཚ་བའི་མེ་ཡིས་བལྟས་པའི་བཟངས་ལྷན་ལུས་ལ་སྐྱུགས་གྱུར་ལ།།འབར་བའི་  
རལ་གྱི་མདུང་ཐུང་གིས་བསྐྱུན་ཤིང་ཡི་དུམ་བུ་བརྒྱུར་སྐྱུགས་ཤིང་།།ཤེན་ཏུ་འབར་བའི་  
སྐྱུགས་གྱི་ས་གཞིར་སྐྱུང་བ་མི་དགོ་མང་པོས་འགྱུར།།དེ་བས་དགོ་ལ་མོས་བྱ་ཞིང་།།གུས་  
པ་ཉིད་དུ་བསྐྱོམ་པར་བྱ།།དོ་རྗེ་རྒྱལ་མཚན་ཚོ་ག་ཡིས་།།བརྩམས་ནས་ང་རྒྱལ་བསྐྱོམ་པར་  
བྱ།།དང་པོར་འགྱུར་བ་བཏྟགས་ནས་ནི།།བརྩམ་མམ་ཡང་ན་མི་བརྩམ་བྱ།།མ་བརྩམས་པ་  
ཉིད་མཚོག་ཡིན་གྱི།།བརྩམས་ནས་སྡོག་པར་མི་བྱའོ།།སྐྱེ་བ་གཞན་དུ་དེ་གོམས་ཤིང་།།སྡོག་  
དང་སྐྱུག་བསྐྱུལ་འཕེལ་བར་འགྱུར།།གཞན་དང་འབྲས་བུའི་དུས་ཀྱང་ནི།།དམན་འགྱུར་དེ་

ཡང་འགྲུབ་མི་འགྲུར།།ལས་དང་ཉོན་མོངས་རྒྱས་པ་སྟེ།།གསུམ་པོ་དག་ལ་ང་རྒྱལ་  
བྱ།།བདག་ཉིད་གཅིག་བྱས་བྱའོ་ཞེས།།འདི་ནི་ལས་གྱི་ང་རྒྱལ་ཉིད།།ཉོན་མོངས་དབང་མེད་  
འཇིག་རྟེན་འདིས།།རང་དོན་སྐྱབ་པར་མི་རྒྱས་པས།།འགྲོ་བས་བདག་སྟར་མི་རྒྱས་ཏེ།།དེ་  
བས་བདག་གིས་འདི་བྱའོ།།གཞན་དག་དམན་པའི་ལས་བྱེད་ན།།བདག་ཉིད་ཀྱང་ནི་ཇི་སྟར་  
འདུག།ང་རྒྱལ་གྱིས་ནི་མི་བྱེད་དེ།།བདག་ལ་ང་རྒྱལ་མེད་པ་མཚོགས།།ཉེ་བའི་སྐྱལ་དང་སྤང་  
གྱུར་ན།།ཁྱ་ཡང་མཁའ་སྤྲོད་ལྟ་བུར་སྦྱོད།།གལ་ཏེ་བདག་ཉིད་ཉམ་ཚུང་ན།།སྤང་བ་ཚུང་  
དུའང་གཞོན་པར་བྱེད།།ཞུམ་བཅས་རྩོལ་བ་དོར་བ་ལ།།ཕོངས་ལས་ཐར་པ་ཡོད་དམ་  
ཅི།།ང་རྒྱལ་རྩོལ་བ་བསྐྱེད་བྱས་ན།།ཆེན་པོ་ཡིས་ཀྱང་བྱབ་པར་དགའ།།དེ་བས་སེམས་ནི་

བཏྟན་པ་ཡིས།།ལྷུང་བ་རྣམས་ནི་གཞོམ་བྱ་སྟེ།།བདག་ནི་ལྷུང་བས་ཕམ་བྱས་ན།།ཁམས་  
གསུམ་རྒྱལ་འདོད་བཞད་གད་འགྱུར།།བདག་གིས་ཀུན་ལས་རྒྱལ་བྱ་སྟེ།།བདག་ལས་སུ་  
ཡང་རྒྱལ་མི་བྱ།།རྒྱལ་བ་སང་གའི་སྲས་བདག་གིས།།ང་རྒྱལ་འདི་ལ་གནས་པར་བྱ།།འགྲོ་  
གང་ང་རྒྱལ་གྱིས་བཅོམ་དེ།།ཉོན་མོངས་ང་རྒྱལ་ཅན་མ་ཡིན།།ང་རྒྱལ་ཅན་དགའི་དབང་མི་  
འགྲོ།།དེ་དག་ང་རྒྱལ་དག་དབང་འགྱུར།།ཉོན་མོངས་ང་རྒྱལ་གྱིས་ཁེངས་ནས།།ངན་འགྲོར་  
ང་རྒྱལ་གྱིས་ཁིད་ཅིང་།།མི་ཡི་དགའ་སྟོན་བཅོམ་པ་དང་།།གཞན་གྱི་ཟན་ཟའི་བྲན་དང་  
ནི།།སྟེན་པ་མི་སྤྲུག་ཉམ་ཚུང་དང་།།ཐམས་ཅད་དུ་ནི་བརྟམས་པར་འགྱུར།།ང་རྒྱལ་གྱིས་  
ཁེངས་དགའ་ཐུབ་ཅན།།དེ་ཡང་ང་རྒྱལ་ཅན་གཏོགས་ན།།དམན་པ་ཅི་འདྲ་ཡིན་པ་

སྒྲོལ་།།གང་ཞིག་ང་རྒྱལ་དག་ལས་རྒྱལ་བྱིར་ང་རྒྱལ་འཆང་།།དེ་ནི་ང་རྒྱལ་ཅན་དང་རྣམ་  
རྒྱལ་དཔའ་དེ་ཉིད།།གང་ཞིག་ང་རྒྱལ་དག་བདོ་བ་ཡང་དེས་བཅོམ་སྟེ།།འགྲོ་ལ་འདོད་བཞིན་  
རྒྱལ་བའི་འབྲས་བུ་རྫོགས་པར་བྱེད།།ཉོན་མོངས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཁྲོད་གནས་ན།།རྣམ་པ་སྟོང་དུ་  
སྒན་གཟུགས་ཏེ།།ལ་ལ་སོགས་པས་སང་གི་བཞིན།།ཉོན་མོངས་ཚོགས་ཀྱིས་མི་ཚུགས་  
བྱ།།ཉམ་ང་ཆེ་ཐང་བྱུང་བྱུང་གྱུང་།།མི་ཡིས་མིག་ནི་བསྐྱུང་བ་སྟར།།དེ་བཞིན་ཉམ་ང་བྱུང་  
བྱུང་གྱུང་།།ཉོན་མོངས་དབང་དུ་མི་འགྱུར་བྱ།།བདག་ནི་བསྐྱེགས་ཏེ་བསད་བྱུང་  
ཏམ།།བདག་གི་མགོ་བོ་བཅད་གྱུང་སྐྱེའི།།རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་ཉོན་མོངས་པའི།།དག་ལ་འདུད་  
པར་མི་བྱའོ།།དེ་བཞིན་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ།།རིགས་པ་ལས་ནི་གཞན་མི་



སྤྱད།། ཅེད་མེའི་བདེ་འབྲས་འདོད་པ་ལྟར།། འདི་ཡི་བྱ་བའི་ལས་གང་ཡིན།། ལས་དེ་ལ་ནི་  
ཞེན་བྱ་སྟེ།། ལས་དེས་མི་ངོམས་དགའ་བར་བྱ།། བདེ་བའི་དོན་དུ་ལས་བྱས་ཀྱང་།། བདེ་  
འགྱུར་མི་འགྱུར་གཏོལ་མེད་ཀྱི།། གང་གི་ལས་ཉིད་བདེ་འགྱུར་བ།། དེ་ལས་མི་བྱེད་ཇི་ལྟར་  
བདེ།། སྤྱ་གྱིའི་སོར་ཆགས་སྤང་ཅི་ལྟའི།། འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་མི་ངོམས་ན།། རྣམ་སྒྲིན་བདེ་  
ལ་ཞི་བ་ཡི།། བསོད་ནམས་ཀྱིས་ལྟ་ཅི་སྟེ་ངོམས།། དེ་ལྟས་ལས་ཚར་སྟེན་བྱའི་སྟེར།། ཉི་མ་  
སྟེད་དུས་གདུངས་པ་ཡི།། སྤང་ཆེན་མཆོ་སྤང་མཆོར་འཇུག་ལྟར།། ལས་དེ་ལ་ཡང་འཇུག་  
བར་བྱ།། ལྟོབས་ ཉམས་པ་དང་རྗེས་འབྲེལ་ན།། སྤྱར་བྱའི་དོན་དུ་དོར་བར་བྱ།། ལེགས་པར་  
ཟེན་ན་སྟེ་མ་དང་།། སྟེ་མ་འདོད་པས་དེ་སྤང་བྱ།། འཐབ་རྩིང་དགྲ་དང་སྟེན་ཅིག་ཏུ།། གཡུལ་

དོར་རལ་ཁ་ལྟགས་པ་བཞིན།།ཉོན་མོངས་མཚོན་ལས་གཟུར་བྱ་ཞིང་།།ཉོན་མོངས་དག་  
ནམས་འཇིགས་པར་བཏགས།།གཡུལ་དུ་རལ་གྱི་ལྷུང་གྱུར་ན།།འཇིགས་པས་ལྷུང་དུ་ལེན་  
པ་ལྟར།།དེ་བཞིན་དྲན་པའི་མཚོན་ཤོར་ན།།དམྱལ་བའི་འཇིགས་དྲན་ལྷུང་དུ་སྒང་།།ཇི་ལྟར་  
ཁྲག་ལ་རྟེན་བཅས་ནས།།དུག་ནི་ལུས་ལ་བྱབ་གྱུར་པ།།དེ་བཞིན་སྲགས་ནི་རྟེན་གྱུར་  
ན།།ཉེས་པས་སེམས་ལ་བྱབ་པར་འགྱུར།།ཡུངས་མར་བཀང་བའི་སྣོད་བསྐྱར་ལ།།རལ་གྱི་  
ཐོགས་པས་དུང་བསྐྱད་དེ།།འོ་ན་གསོད་བསྐྱེགས་འཇིགས་པ་ལྟར།།བརྟུལ་ཞུགས་ཅན་  
གྱིས་དེ་བཞིན་བསྐྱེམ།།དེ་བས་པང་དུ་སྐྱལ་འོངས་ན།།ཇི་ལྟར་རིངས་པས་ལྷུང་བ་ལྟར།།དེ་  
བཞིན་གཉིད་དང་སྣོམས་འོངས་ན།།ལྷུང་དུ་དེ་དག་བསྐྱོག་པར་བྱ།།ཉེས་པ་དུང་བར་རེ་རེ་

ཞིང་།།བདག་ལ་སྦྱང་ནས་ཅི་ནས་གྱང་།།བདག་ལ་སྦྱིས་འདི་མི་འབྱུང་བ།།དེ་ལྟར་བྱ་ཞེས་  
ཡུན་རིང་བསམ།།དི་ལྟར་གནས་སྐབས་འདི་དག་ལ།།འཇམ་པ་གོམས་པ་ཉིད་འགྱུར་  
ཞེས།།རྒྱ་འདི་ཡིས་ནི་སྤང་བའམ།།རིགས་པའི་ལས་ནི་འདོད་པར་བྱ།།ཅི་ནས་ལས་བྱེད་  
སྟོན་འོལ་ནས།།ཐམས་ཅད་ལ་ནི་མ་བྱ་ཡོད་བ།།དེ་ལྟར་བག་ཡོད་གཏམ་འཇམ་ཉེ།།བདག་ཉིད་  
སྤང་བ་ཡང་བར་བྱ།།དི་ལྟར་རྒྱུང་ནི་འགོ་བ་དང་།།འོང་བས་ཞིང་བལ་དབང་སྦྱར་བ།།དེ་  
བཞིན་སྟོ་བས་དབང་བསྦྱར་ཉེ།།དེ་ལྟ་ན་ནི་འགྲུབ་པར་འགྱུར།།བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་  
སྟོན་པ་ལ་འདུག་པ་ལས།།བཙུན་འགྲུས་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་ལེ་ལུ་བདུན་པའོ།།།།

དེ་ལྟར་བཙོན་འགྲུས་བསྐྱེད་ནས་ནི། །ཡིད་ནི་ཉིང་ངེ་འཇིན་ལ་བཞག། སེམས་ནི་རྣམ་པར་  
གཡེངས་པའི་མི། །ཉོན་མོངས་མཆེ་བའི་སྤྲུག་ན་གནས། ། ལུས་དང་སེམས་ནི་དབེན་པ་  
ཡིས། །རྣམ་པར་གཡེང་བ་མི་འབྱུང་ངོ་། །དེ་བས་འཇིག་རྟེན་སྤང་བུ་ཞིང་། །རྣམ་པར་ཉོག་པ་  
ཡོངས་སུ་དོར། །ཆགས་པའི་སྤྱིར་དང་རྟེན་སོགས་ལ། །སྲེད་པས་འཇིག་རྟེན་མི་སྤོང་སྟེ། །དེ་  
བས་འདི་དག་ཡོངས་སྤོང་ལ། །མཁས་པས་འདི་ལྟར་སྤྱད་པར་བྱ། །ཞི་གནས་རབ་ཏུ་ལྡན་  
པའི་ལྷག་མཐོང་གིས། །ཉོན་མོངས་རྣམ་པར་འཇོམས་པར་ཤེས་བྱས་ནས། །ཐོག་མར་ཞི་  
གནས་བཙའ་བུ་དེ་ཡང་ནི། །འཇིག་རྟེན་ཆགས་པ་མེད་ལ་མངོན་དགས་འགྲུབ། །མི་རྟག་སུ་  
ཞིག་མི་རྟག་ལ། །ཡང་དག་ཆགས་པར་བྱེད་པ་ཡོད། །དེས་ནི་ཆེ་རབས་སྤོང་སྤྲུག་ཏུ། །སྤྲུག་

བ་མཐོང་བར་ཡོང་མི་འགྱུར།།མ་མཐོང་ན་ནི་དགར་མི་འགྱུར།།ཡིད་ཀྱང་མཉམ་འཛོག་མི་  
འགྱུར་ལ།།མཐོང་ཡང་ངོམས་བར་མི་འགྱུར་བས།།སྒར་བཞིན་སྲིད་བས་གདུང་བར་  
འགྱུར།།སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཆགས་བྱས་ན།།ཡང་དག་ཉིད་ལ་ཀུན་ནས་སྐྱིབ།།སྐྱོ་བའི་  
སེམས་ཀྱང་འཛིག་བར་བྱེད།།ཐ་མལ་མྱ་ངན་གདུང་བར་འགྱུར།།དེ་ལ་སེམས་བ་འབའ་  
ཞིག་གིས།།ཆེ་འདི་དོན་མེད་འདའ་བར་འགྱུར།།ཉྱག་བ་མེད་བའི་མཛེའ་བཤེས་  
གྱིས།།གཡུང་རྒྱུང་ཚོས་ཀྱང་འཛིག་བར་འགྱུར།།བྱིས་དང་སྐལ་བ་མཉམ་སྦྲིད་ན།།དེས་  
བར་ངན་འགྲོར་འགྲོ་འགྱུར་ཉེ།།སྐལ་མི་མཉམ་བར་བྲིད་བྱེད་ན།།བྱིས་བ་བསྟེན་བས་ཅི་  
ཞིག་བྱ།།སྐད་ཅིག་གཅིག་གིས་མཛེའ་འགྱུར་ལ།།ཡུང་ཅམ་གྱིས་ནི་དགར་ཡང་

འགྱུར། །དགའ་བའི་གནས་ལ་ཁོ་བྱེད་པས། །སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་མགུ་བར་དཀའ། །པན་པར་སྦྱས་  
ན་ཁོ་བར་བྱེད། །བདག་ཀྱང་པན་ལས་སྒྲོག་པར་བྱེད། །དེ་དག་ངག་ནི་མ་མཉམ་ན། །ཁོ་བས་  
ངན་འགྲོར་འགྲོ་བར་འགྱུར། །མཐོ་ལ་སྤག་དོག་མཉམ་དང་འབྲན། །དམའ་ལ་ང་རྒྱལ་བསྟོད་  
ན་རྒྱལ་ས། །མི་སྟོན་བརྗོད་ན་ཁོང་ཁོ་སྐྱེ། །ནམ་ཞིག་བྱིས་ལས་པན་པ་འཐོབ། །བྱིས་དང་  
འགྲོགས་ན་བྱིས་པ་ལས། །བདག་བསྟོད་གཞན་ལ་སྟོད་པ་དང་། །འཁོར་བར་དགའ་བའི་  
གཏམ་ལ་སོགས། །མི་དགེ་ཅིས་ཀྱང་ངེས་པར་འབྱུང་། །དེ་ལྟར་བདག་དང་གཞན་བསྟེན་  
པ། །དེས་ནི་སྤང་བར་འགྱུར་བར་ཟད། །དེས་ཀྱང་བདག་དོན་མ་བྱས་ལ། །བདག་ཀྱང་དེ་དོན་  
མི་འགྱུར་བས། །བྱིས་ལས་ཐག་རིང་བྱོལ་བར་བྱ། །སྤང་ན་དགའ་བས་མགུ་བྱས་ཏེ། །འཛིས་

ཆེན་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་བར།། ཐ་མལ་པ་ཙམ་ལེགས་པར་བྱ།། བྱང་བས་མེ་ཉོག་སྤང་ཅི་  
བཞིན།། ཚོས་གྱི་དོན་ཙམ་སྤངས་ནས་ནི།། ཀུན་ལ་སྡོན་ཆད་མ་མཐོང་བཞིན།། འདྲིས་པ་མེད་  
པར་གནས་པར་བྱ།། བདག་ནི་རྟེན་མང་བཀུར་སྟེ་བཅས།། བདག་ལ་མང་པོ་དགའ་འོ་  
ཞེས།། དེ་འདྲའི་སྟེམས་པ་འཆང་གྱུར་ན།། ཞི་བའི་འོག་ཏུ་འཛིགས་པ་སྟེ།། དེ་བས་རྣམ་པར་  
སྤོངས་པའི་ཡིད།། གང་དང་གང་ལ་ཆགས་གྱུར་པ།། དེ་དང་དེ་བསྡོངས་སྟོང་འགྱུར་དུ།། ལྷུག་  
བསྐྱལ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཞིང་ལྡང་།། དེ་བས་མཁས་པས་ཆགས་མི་བྱ།། ཆགས་པ་ལས་ནི་  
འཛིགས་པ་སྟེ།། འདི་དག་རང་བཞིན་འདོར་འགྱུར་བས།། བརྟན་པར་གྱིས་ཉེ་རབ་ཏུ་  
ཉོགས།། རྟེན་པ་དག་ནི་མང་བྱུང་ཞིང་།། འགགས་དང་སྟན་པ་བྱུང་གྱུར་ཀྱང་།། རྟེན་དང་

གྲགས་པའི་ཚོགས་བཅས་ཏེ། གང་དུ་འདོད་བའི་གཏོལ་མེད་དོ། བདག་ལ་སྟོན་པ་གཞན་  
ཡོད་ན། བསྟོན་པས་བདག་དགར་ཅི་ཞིག་ཡོད། བདག་ལ་བསྟོན་པ་གཞན་ཡོད་ན། སྦྱང་  
བས་མི་དགར་ཅི་ཞིག་ཡོད། སེམས་ཅན་མོས་པ་སྣ་ཚོགས་པ། རྒྱལ་བས་ཀྱང་ནི་མི་མགུ་  
ན། བདག་འདྲ་ངན་བས་སྟོས་ཅི་དགོས། དེ་བས་འཇིག་རྟེན་བསམ་པ་བཏང་། སེམས་ཅན་  
རྟེན་པ་མེད་ལ་སྟོན། རྟེན་པ་ཅན་ལ་མི་སྟན་བཟོད། རང་བཞིན་འགྲོགས་དཀའ་དེ་དག་  
གིས། དགའ་བ་ཇི་སྟར་སྐྱེ་བར་འགྱུར། གང་སྤྱིར་བྱིས་པ་རང་དོན་ནི། མེད་པར་དགའ་བ་  
མི་འབྱུང་བས། བྱིས་པ་འགའ་ཡང་བཤེས་མིན་ཞེས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
གསུངས། རྣགས་ན་རི་དྲགས་བྱ་རྣམས་དང་། འཁོར་རྣམས་མི་སྟན་ཟོད་མི་བྱེད། འགྲོགས་





གྲང་། །། རྒྱུང་དུ་ཉེར་འགྲོ་མི་འགྲུར་བ། །། དེ་ལྟ་བུར་ནི་འགྲུར་བ་འོང་། །། ལུས་འདི་གཅིག་ལུ་  
བྱུང་བ་ཡང་། །། ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ལ་རུས་དག། ཞིག་སྟེ་སོ་སོར་འགྲེས་འགྲུར་ན། །། མཛེའ་  
བ་གཞན་དག་ཅི་ཞིག་སྟོས། །། སྐྱེ་ན་གཅིག་ལུ་སྐྱེ་འགྲུར་ཞིང་། །། འཆི་ནའང་དེ་ཉིད་གཅིག་འཆི་  
སྟེ། །། ལྷུག་བསྐྱེད་སྐྱེས་གཞན་མི་ལེན་ན། །། གོགས་བྱེད་མཛེའ་བས་ཅི་ཞིག་བྱ། །། ལམ་དག་ཏུ་  
ནི་ལྷགས་པ་རྣམས། །། ཇི་ལྟར་གནས་ནི་འཛིན་བྱེད་ལྟར། །། དེ་བཞིན་སྲིད་པའི་ལམ་ལྷགས་  
པའམ། །། སྐྱེ་བའི་གནས་ནི་ཡོངས་སུ་འཛིན། །། འཇིག་རྟེན་ཀུན་ནས་གདུང་བཞིན་དུ། །། ཇི་སྲིད་  
སྐྱེས་ལུ་བཞི་ཡིས་ནི། །། དེ་ལུས་དེ་ནི་མ་བཏེག་པ། །། དེ་སྲིད་དུ་ནི་ནགས་སུ་སོང་། །། བཤེས་མེད་  
འཁོན་པའང་མེད་བྱས་ནས། །། ལུས་འདི་གཅིག་ལུ་དབེན་གནས་ཏེ། །། ལྟན་ནས་ཤི་དང་འབྲར་

བཅིས་ན། །འཁོར་ལང་མུ་ངན་བྱེད་པ་མེད། །རླུང་ན་འཁོར་པ་སྐྱུ་དག་ཀྱང་། །མུ་ངན་གཞོན་པ་  
བྱེད་མེད་པས། །འདི་ཡིས་སངས་རྒྱས་རྗེས་བྲན་སོགས། །སྐྱུས་ཀྱང་གཡེང་བར་འགྱུར་བ་  
མེད། །དེ་བས་འཁོར་ཏུ་མདངས་དགའ་བའི། །ནགས་ཚེས་ཚེགས་རྒྱུང་བདེ་སྦྱིད་ཅིང་། །གཡེང་  
བ་ཐམས་ཅད་ཞི་བྱེད་པར། །བདག་ཉིད་གཅིག་ཏུ་གནས་པར་བྱ། །བསམ་པ་གཞན་ནི་ཀུན་  
བཏང་སྟེ། །བདག་ལ་སེམས་པ་གཅིག་ཏུ་ཡིས། །སེམས་ནི་མཉམ་པར་གཞག་སྦྱིར་  
དང་། །དུལ་བར་བྱ་སྦྱིར་བཅོམ་པར་བྱ། །འཇིག་རྟེན་འདི་དང་པ་རོལ་ཏུ་འང་། །འདོད་པ་  
ནམས་ནི་སྐྱུང་ཁྲོལ་སྦྱིད། །འདིར་ནི་གསད་དང་བཅིངས་དང་གཅོད། །པ་རོལ་ཏུ་ནི་དཔྱལ་  
སོགས་སྐྱབ། །པོ་ཉ་པོ་ཉ་མོ་ཡིས་སྦྱོན། །གང་སྦྱིར་དུ་མར་གསོལ་བཏབ་ཅིང་། །སྦྱིག་པ་ནམས་

སམ་གྲགས་མིན་ལའང་།།གང་གི་དོན་དུ་མ་འཇེམས་པར།།འཇིགས་པ་ལ་ཡང་བདག་  
ལྷགས་ཤིང་།།རྗེས་ཀྱང་ཟད་པར་བྱས་ཀྱུར་ཏེ།།གང་ལ་ཡོངས་སུ་འཁྱུད་པས་ན།།མཚོག་  
ཏུ་དགའ་འགྱུར་དེ་དག་ཉིད།།ཀེང་རུས་ཉིད་ཡིན་གཞན་མིན་ན།།རང་དབང་དང་ནི་བདག་  
མིན་ལ།།རབ་ཏུ་འདོད་ཅིང་ཡོངས་ཞེན་ནས།།ཅི་སྤྱིར་སྤྱི་ངན་འདས་མི་འགྲོ།།གང་ཞིག་དང་  
པོ་འབད་དེ་བཏེག།དངས་ཀྱང་ངོ་ཚས་འོག་ཏུ་ལྟ།།སྡོན་ནི་མཐོང་ངམ་མ་མཐོང་ཡང་།།གོས་  
ཀྱིས་གདོང་ནི་གཡོགས་པར་འགྱུར།།ཁྱོད་ཉོན་མོངས་པའི་གདོང་དེ་ནི།།ད་ལྟ་མདོན་སུམ་  
གྱུར་པ་བཞིན།།བྱ་གྲོལ་གྱིས་བསལ་བྱས་མཐོང་ནས།།ད་ལྟ་ཅི་སྤྱིར་འབྱེད་བར་  
བྱེད།།གཞན་རྣམས་མིག་གིས་ལྟ་ན་ཡང་།།གང་ཞིག་ཡོངས་སུ་བསྐྱུངས་ཀྱུར་པ།།རི་སྤིང་

དེ་ནི་དེས་ཟ་ན།།སེར་སྒྲ་ཅན་སྤོད་ཅིས་མི་བསྐྱུང་།།འཕྲི་ལི་ལུང་པོ་འདི་མཐོང་ནས།།བྱ་གོད་  
དང་གཞན་ཟ་བྱེད་ན།།གཞན་གྱི་ཟས་ལ་མེ་ཏོག་གི།།སྤོང་བ་ཅན་རྒྱན་གྱིས་མཚོད།།རུས་  
གོང་ཉིད་དུ་མཐོང་ནས་ནི།།མི་འགྲུལ་ཡང་དེ་སྤོད་སྐྱབ་ན།།རོ་ལངས་བཞིན་དུ་འགའ་ཡིས་  
ཀྱང་།།བསྐྱོད་པར་གྱུར་ན་ཅིས་མི་འཇིགས།།གང་ལ་གཡོགས་ཀྱང་འདི་ཆགས་བ།།དེ་མ་  
གཡོགས་ན་ཅིས་མི་འདོད།།དེ་ལ་དགོས་པ་མེད་ན་ནི།།གཡོགས་པ་ལ་ནི་ཅི་སྤྱིར་  
འཁྱུང།།ཟས་ནི་གཅིག་དུ་ཉིད་ལས་ནི།།གཤམ་དང་ཁ་ཚུ་བྱུང་གྱུར་ན།།དེ་ལས་གཤམ་ལ་མི་  
དགའ་ཞིང་།།ཁ་ཚུ་ལ་སྤོད་ཅི་སྤྱིར་དགའ།།ཞིང་བལ་རེག་ན་འཇམ་པ་ཡི།།སྐྱས་ལ་དགའ་  
བར་མི་བྱེད་པར།།འདྲི་ང་འཇག་པ་མ་ཡིན་ཞེས།།འདོད་སྤྲན་མི་གཙང་བ་ལ་སྤོངས།།འདོད་

ལྡན་ངན་པ་སྐྱོངས་པ་རྣམས།།ཤིང་བལ་རེག་ན་འཇམ་པ་ལའང་།།ཉལ་པོ་བྱ་བར་མི་རུས་  
ཞེས།།དེ་ལ་ཁྱོ་བ་དག་ཏུ་བྱེད།།གལ་ཏེ་མི་གཙང་ཆགས་མེད་ན།།རུས་གཟེབ་རྒྱས་པས་  
སྐྱེལ་བ་ལ།།ལ་ཡི་འདམ་གྱིས་ཞལ་ཞལ་བྱས།།གཞན་སྤོང་ཅི་ཕྱིར་པང་དུ་འཁྱུད།།སྤོང་ཉིད་  
མི་གཙང་མང་ཡོད་པ།།དེ་ཉིད་ལ་སྤོང་གཏན་སྤོང་ཅིང་།།མི་གཙང་རྒྱལ་པ་གཞན་དག་  
ལའང་།།མི་གཙང་བརྟམ་པས་འདོད་པར་བྱེད།།བདག་ནི་ལ་འདི་ལ་དགའ་ཞེས།།རེག་དང་  
བལྟ་བར་འདོད་ན་གོ།།སེམས་མེད་པ་ཡི་རང་བཞིན་གྱི།།ལ་ནི་སྤོང་གོ་ཅིས་མི་  
འདོད།།འདོད་པའི་སེམས་གང་ཡིན་པ་དེ།།རེག་དང་བལྟ་བར་མི་རུས་ལ།།གང་ཞིག་རུས་  
དེ་ཤེས་པ་མིན།།དོན་མེད་འཁྱུད་དེས་ཅི་ཞིག་བྱ།།མི་གཙང་རང་བཞིན་གཞན་གྱི་ལུས།།མི་

རྟོགས་པོ་མཚར་མི་ཆེ་ཡི།།རང་ཉིད་མི་གཙང་ཉིད་ཡིན་པར།།རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་པོ་  
མཚར་ཆེ།།སྒྲིན་བྲལ་ཉི་ཟེར་གྱིས་སྤྱེ་བའི།།བརྒྱ་གཞོན་ལུ་སྤངས་ནས་ནི།།མི་གཙང་ཞེན་  
བའི་སེམས་གྱིས་ནི།།མི་གཙང་གཟེབ་ལ་ཅིའི་སྤྱིར་དགའ།།ས་སྤྱོད་མི་གཙང་གིས་གོས་  
བ།།གལ་ཉེ་རེག་པར་མི་འདོད་ན།།གང་ལས་དེ་ནི་བྱུང་བ་ཡི།།ལུས་ལ་ཇི་ལྟར་སྤོད་རེག་  
འདོད།།གལ་ཉེ་མི་གཙང་ཆགས་མེད་ན།།མི་གཙང་ཞེད་ལས་བྱུང་གྱུར་ཅིང་།།དེ་ཡི་ས་བོན་  
དེས་བསྐྱེད་བ།།གཞན་སྤོད་ཅི་སྤྱིར་པར་དུ་འཁྱུད།།མི་གཙང་ལས་བྱུང་མི་གཙང་སྒྲིན།།ཚུང་  
དུའང་སྤོད་འདོད་མི་བྱེད་ལ།།མི་གཙང་མང་པོའི་རང་བཞིན་ལུས།།མི་གཙང་སྐྱེས་པའང་  
འདོད་པར་བྱེད།།སྤོད་ནི་རང་ཉིད་མི་གཙང་ལ།།སྤོད་མི་བྱེད་པར་མ་བཟད་ཀྱི།།མི་གཙང་རྒྱལ་

པ་མི་གཙང་ལ།།བརྟམ་པས་གཞན་ཡང་འདོད་པར་བྱེད།།ག་བྱར་ལ་སོགས་ཡིད་འོང་  
དང་།།འབྲས་ཆེན་དག་གམ་ཚོད་མའང་རུང་།།ཁར་བཅུག་སྲིར་སྲུང་བོར་བ་ཡིས།།ས་ཡང་  
མི་གཙང་བཙོག་པར་འགྱུར།།གལ་ཏེ་མི་གཙང་འདི་འདྲ་བ།།མདོན་སྲུམ་གྱུར་གྱང་ཐེ་ཚོམ་  
ན།།དུར་ཁྲོད་དག་ཏུ་བོར་བའི་ལུས།།མི་གཙང་གཞན་ཡང་བསྟོ་བར་གྱིས།།གང་ལས་  
བགས་པའི་ཁ་སྤེལ།།འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་སྐྱེ་འགྱུར་བར།།ཤེས་གྱང་ངི་སྟར་དེ་ཉིད་  
ལ།།སྲིར་ཞིང་དགའ་བ་སྐྱེ་བར་འགྱུར།།ལུས་ལ་བསྐྱུས་པའི་ངྲི་དེ་ཡང་།།ཙཱན་སོགས་ཡིན་  
གཞན་མ་ཡིན།།གཞན་གྱི་ངྲི་དེས་གཞན་དག་ལ།།ཅི་ཡི་སྲིར་ན་ཆགས་པར་བྱེད།།གལ་ཏེ་  
རང་བཞིན་ངྲི་ང་བས།།འདི་ལ་མ་ཆགས་ལེགས་མིན་ནམ།།འཇིག་ཉེན་དོན་མེད་སྲིད་པ་



དག། རི་སྟེ་དེ་ལ་འི་ཞིམ་སྐྱད།། འོན་ཏེ་འི་ཞིམ་ཙཱུན་ན།། ལུས་ལས་འདིར་ནི་ཅི་ཞིག་  
འབྱུང་།། གཞན་གྱི་འི་ས་གཞན་དག་ལ།། ཅི་ཡི་སྤྱིར་ན་ཆགས་པར་བྱེད།། གལ་ཏེ་སྐྱ་སེན་  
འིང་བ་དང་།། སོ་སྐྱ་འིར་བཅས་འདམ་གྱི་འི་ས།། བསྐྱོས་པས་ལུས་གྱི་རང་བཞིན་ནི།། གཅེར་  
བྱ་འཇིགས་པ་ཉིད་ཡིན་ན།། རང་ལ་གཞོད་པའི་མཚོན་བཞིན་དུ།། དེ་འབད་ཅི་སྤྱིར་གྱི་དོར་  
བྱེད།། བདག་ལ་སྐྱོངས་པའི་འབད་པ་ཡིས།། སྐྱོས་པས་ས་འདི་ཀུན་ཏུ་འབྱུགས།། རུས་གོང་  
འབའ་ཞིག་མཐོང་ནས་ནི།། དུར་ཁོད་དུ་ནི་ཡིད་འབྱུང་ན།། གཡོ་བའི་རུས་གོང་གིས་བྱུ་  
པའི་།། གོང་གི་དུར་ཁོད་ལ་དགའ་འམ།། དེ་ལྟར་མི་གཙང་གྱུར་པ་དེའང་།། རིན་མེད་པར་ནི་  
མི་སྟེད་དོ།། དེ་དོན་བསྐྱབས་པས་ལ་ཐང་དང་།། དཔྱུལ་ལ་སོགས་པའི་གཞོད་པར་

འགྲུར།། གྲིས་པ་ཚོར་སྤེལ་མི་རུས་པས།། དར་ལ་བབ་ན་འདིས་ཅི་བདེ།། ཚོར་སོག་པ་ཡིས་  
ཆེ་གཏུགས་ན།། སྐས་ནས་འདོད་པས་ཅི་ཞིག་བྱ།། འདོད་ལྡན་ངན་པ་ཁ་ཅིག་ནི།། ཉིན་རིངས་  
ལས་གྲིས་ཡོངས་དུབ་སྟེ།། བྲིམ་དུ་འོངས་ནས་ཆད་པའི་ལུས།། རོ་དང་འབྲ་བར་ཉལ་བར་  
བྱེད།། ཁ་ཅིག་གྲིས་བགོད་ཉོན་མོངས་དང་།། རིང་དུ་སོང་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་ཅན།། བྱ་སྦྱང་  
འདོད་བཞིན་བྱ་སྦྱང་རྣམས།། བྱུང་ཁོར་ལོས་ཀྱང་མཐོང་མི་འགྲུར།། བདག་ལ་པན་འདོད་  
རྣམ་མོངས་པས།། གང་དོན་ཉིད་དུ་བཅོངས་པ་ཡང་།། དེ་མ་ཐོབ་པར་དོན་མེད་པའི་།། གཞན་  
གྲི་ལས་གྲི་རྒྱང་གིས་བདས།། ལ་ལ་རང་གི་ལུས་བཅོངས་ཤིང་།། དབང་མེད་གཞན་གྲིས་  
བཀོལ་གྱུར་ཉེ།། རྒྱང་མ་དག་ཀྱང་བྱ་བྱང་ན།། ཤིང་རྒྱང་དགོན་པ་བབ་བབ་འབྱུང་།། འདོད་

བས་བསྐྱུས་པའི་སྒྲིལ་བ་དག།འཚོ་འདོད་འཚོ་བར་བྱའོ་ཞེས།།སློབ་སྟོར་དོགས་བཞིན་  
གཡུལ་དུ་འཇུག།ཁེ་སྤྱིར་བྱན་དུ་འགོ་བར་བྱེད།།འདོད་ལྡན་ལ་ལ་ལུས་ཀྱང་བཅད།།ཁ་ཅིག་  
གསལ་ཤིང་ཅེ་ལ་བཅུ་གས།།ཁ་ཅིག་མདུང་ལུང་དག་གིས་བསྐྱུན།།ཁ་ཅིག་བསྐྱེགས་པ་དག་  
ཀྱང་སྣང་།།བསག་དང་བསྐྱུང་དང་བརྒྱག་པའི་གདུང་བ་ཡིས།།འོར་ནི་ལུང་ཁོལ་མཐའ་  
ཡས་ཤེས་པར་བྱ།།འོར་ལ་ཆགས་པས་གཡེངས་པར་གྱུར་བ་རྣམས།།སྲིད་པའི་སྤྱག་  
བསྐྱུལ་ལས་གོལ་སྐྱབས་མེད་དོ།།འདོད་ལྡན་རྣམས་ལ་དེ་ལ་སོགས།།ཉེས་དམིགས་མང་ལ་  
མཚོག་ཚུང་སྟེ།།ཤིང་ཉ་འདྲེན་པའི་སྤྱགས་དག་གིས།།རྩ་ནི་ཁམ་འགའ་བོས་པ་  
བཞིན།།སྤྱགས་ཀྱིས་བསྐྱབས་ནའང་མི་དགོན་པའི།།མཚོག་ཚུང་གང་ཡིན་དེ་དོན་དུ།།དལ་

འགྲོར་ཕུན་སུམ་རྗེད་དཀའ་འདི།།ལས་གྲིས་མནར་བ་རྣམས་གྲིས་བཙོམ།།འདོད་པ་ངེས་  
པར་འཇིག་འགྲུར་ཞིང་།།དམྱལ་ལ་སོགས་པར་སྤང་བྱེད་པ།།ཆེན་པོ་མིན་གྱིར་དུས་ཀུན་  
ཏུ།།དུབ་པའི་ཆོགས་འབྱུང་གང་ཡིན་པ།།དེ་ཡི་བྱེ་བའི་ཆ་ཙམ་གྱི།།ཆོགས་གྲིས་སངས་  
རྒྱས་ཉིད་འགྲུབ་ན།།འདོད་ལྡན་བྱང་ཚུབ་སྦྱོད་པ་བས།།སྤྱག་བསྐྱེལ་ཆེ་ལ་བྱང་ཚུབ་  
མེད།།དམྱལ་སོགས་སྤྱག་བསྐྱེལ་བསམ་བྱས་ན།།འདོད་པ་རྣམས་ལ་མཚོན་དང་ནི།།དུག་  
དང་མེ་དང་གཡང་ས་དང་།།དག་རྣམས་གྲིས་ཀྱང་དཔེར་མི་ཤོད།།དེ་ལྟར་འདོད་ལ་སྦྱོ་བྱས་  
ཏེ།།དབེན་པ་ལ་ནི་དགའ་བ་བསྐྱེད།།ཚོད་དང་ཉོན་མོངས་གྲིས་སྦྱོང་བ།།ཞི་བའི་ནགས་གྱི་  
ནང་དག་ཏུ།།སྐལ་ལྡན་ཟླ་འོད་ཙུན་གྲིས་བསིལ་བའི།།ཡངས་པའི་རྫོ་ལེབ་ཁང་བཟང་

ཉམས་དགའ་བར།།སྐྱ་མེད་ཞི་བའི་ནགས་རྒྱང་གཡོབ་པ་ཡིས།།གཞན་ལ་པན་དོན་སེམས་  
ཤིང་འཆགས་པར་བྱེད།།ཁང་སྟོང་ཤིང་རྩུབ་ཕྱག་དག་ཏུ།།གང་དུ་ཇི་སྲིད་འདོད་གནས་  
ཤིང་།།ཡོངས་འཛིན་བསྐྱུང་བའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་སྤངས།།སྟོམ་པ་མེད་པར་བག་ཡངས་  
སྟོད།།རང་དབང་སྟོད་ཅིང་ཆགས་མེད་ལ།།གང་དང་ཡང་ནི་འབྲེལ་མེད་པར།།ཚོག་ཤེས་  
བདེ་སྟོད་གང་ཡིན་པ།།དབང་པོས་ཀྱང་ནི་དེ་རྟེན་དཀའ།།དེ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་  
ཡིས།།དབེན་པའི་ཡོན་ཏན་བསམ་བྱས་ནས།།རྣམ་ཏོག་ཉེ་བར་ཞི་བ་དང་།།བྱང་ཆུབ་  
སེམས་ནི་བསྐྱོམ་པར་བྱ།།བདག་དང་གཞན་དུ་མཉམ་པ་ནི།།དང་པོ་ཉིད་དུ་འབད་དེ་  
བསྐྱོམ།།བདེ་དང་སྐྱག་བསྐྱེལ་མཉམ་པས་ན།།ཐམས་ཅད་བདག་བཞིན་བསྐྱུང་བར་

བྱ། །ལག་པ་ལ་སོགས་དབྱེ་བ་རྣམ་མང་ཡང་། །ཡོངས་སུ་བསྐྱེད་བྱའི་ལུས་སུ་གཅིག་པ་  
ལྟར། །དེ་བཞིན་འགྲོ་བ་ཐ་དད་བདེ་སྐྱབས་དག། ཐམས་ཅད་བདག་བཞིན་བདེ་བ་འདོད་མཉམ་  
གཅིག། གལ་ཏེ་བདག་གི་སྐྱབས་བསྐྱེད་གྱིས། །གཞན་གྱི་ལུས་ལ་མི་གཞོད་པ། །དེ་ལྟའང་དེ་  
བདག་སྐྱབས་བསྐྱེད་དེ། །བདག་ཏུ་ཞེན་པས་མི་བཟོད་ཉིད། །དེ་བཞིན་གཞན་གྱི་སྐྱབས་བསྐྱེད་  
དག། བདག་ལ་འབབ་པར་མི་འགྱུར་ཡང་། །དེ་ལྟའང་དེ་བདག་སྐྱབས་བསྐྱེད་དེ། །བདག་ཏུ་  
ཞེན་པས་བཟོད་པར་དཀའ། །བདག་གིས་གཞན་གྱི་སྐྱབས་བསྐྱེད་བསལ། །སྐྱབས་བསྐྱེད་ཡིན་  
སྱིར་བདག་སྐྱབས་བཞིན། །བདག་གིས་གཞན་ལ་ཕན་པར་བྱ། །སེམས་ཅན་ཡིན་སྱིར་བདག་  
ལུས་བཞིན། །གང་ཚེ་བདག་དང་གཞན་གཉིས་ཀ །བདེ་བ་འདོད་དུ་མཚུངས་པ་ལ། །བདག་

དང་ཁྱད་པར་ཅི་ཡོད་ན།།གང་སྲིར་བདག་གཅིག་བདེ་བར་བཅོམ་ན།།གང་ཚེ་བདག་དང་  
གཞན་གཉིས་ཀ །སྐྱུག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་མཚུངས་པ་ལ།།བདག་དང་ཁྱད་པར་ཅི་ཡོད་  
ན།།གང་སྲིར་གཞན་མིན་བདག་སྐྱུང་བྱེད།།གལ་ཏེ་དེ་ལ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་བས།།བདག་ལ་མི་  
གཞོད་སྲིར་མི་བསྐྱུང་།།མ་འོངས་པ་ཡི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཡང་།། གཞོད་མི་བྱེད་ན་དེ་ཅིས་  
བསྐྱུང་།།བདག་གིས་དེ་ནི་སྲོང་སྦྱུམ་པའི།།རྣམ་པར་རྟོག་དེ་ལོག་པ་སྟེ།།འདི་ལྟར་ཤི་བའང་  
གཞན་ཉིད་ལ།།སྐྱེ་བ་ཡང་ནི་གཞན་ཉིད་ཡིན།།གང་ཚེ་གང་གི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གང་།།དེ་ནི་དེ་  
ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱུང་ན།།རྐང་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ལག་པས་མིན།།ཅི་སྲིར་དེ་ནི་དེས་བསྐྱུང་  
བྱ།།གལ་ཏེ་རིགས་པ་མིན་ཡང་འདིར།།བདག་ཏུ་འཛིན་པས་འཇུག་ཅེ་ན།།བདག་གཞན་མི་

འགྲུ་གང་ཡིན་དེ། །ཅི་རུས་པར་ནི་སྤང་བྱ་ཉིད། །རྒྱུད་དང་ཚོགས་ཅེས་བྱ་བ་ནི། །སྤང་བ་  
དམག་ལ་སོགས་བཞིན་བརྟུན། །སྤྱད་བསྐྱེད་ཅན་གང་དེ་མེད་པ། །དེས་འདི་སྤྱ་ཞིག་དབང་  
བར་འགྱུར། །སྤྱད་བསྐྱེད་བདག་པོ་མེད་པར་ནི། །ཐམས་ཅད་བྱེ་བྲག་མེད་པ་ཉིད། །སྤྱད་  
བསྐྱེད་ཡིན་སྤྱིར་དེ་བསལ་བྱ། །དེས་པས་འདིར་ནི་ཅི་ཞིག་བྱ། །ཅི་སྤྱིར་ཀུན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་  
ནི། །བརྗོད་པར་བྱ་ཞེས་བཅད་དུ་མེད། །གལ་ཏེ་བརྗོད་ནའང་ཐམས་ཅད་བརྗོད། །དེ་མིན་  
བདག་གྱང་སེམས་ཅན་བཞིན། །སྤྱིར་རྗེ་སྤྱད་བསྐྱེད་མང་གྱུར་པས། །ཅི་སྤྱིར་ནན་གྱིས་  
བསྐྱེད་ཅེ་ན། །འགྲོ་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་བསམ་བྱས་ན། །འདི་ལྟར་སྤྱིར་རྗེ་སྤྱད་བསྐྱེད་  
མང་། །གལ་ཏེ་སྤྱད་བསྐྱེད་གཅིག་གིས་ནི། །སྤྱད་བསྐྱེད་མང་པོ་མེད་འགྱུར་ན། །བཅེ་དང་



ལྟན་པས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དེ།།རང་དང་གཞན་ལ་བསྐྱེད་བྱ་ཉིད།།དེས་ན་མེ་ཉོག་ཟླ་མཛེས་  
གྱིས།།རྒྱལ་པོའི་གཞོན་པ་ཤེས་ཀྱང་ནི།།བདག་གི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་མ་བསལ་ཉེ།།མང་པོའི་སྐྱུག་  
བསྐྱེལ་བྱང་འགྱུར་སྤྱིར།།དེ་ལྟར་རྒྱུད་ནི་གོམས་གྱུར་པ།།གཞན་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཞི་དགའ་  
བས།།བརྒྱའི་མཚོ་རུ་ངང་པ་ལྟར།།མནར་མེད་པར་ཡང་འཇུག་པར་འགྱུར།།སེམས་ཅན་  
ནམས་ནི་གྲོལ་བ་ན།།དགའ་བའི་རྒྱ་མཚོ་གང་ཡིན་པ།།དེ་ཉིད་གྱིས་ནི་ཚོག་མིན་ནམ།།ཐར་  
པ་འདོད་པས་ཅི་ཞིག་བྱ།།དེ་ལྟས་གཞན་གྱི་དོན་བྱས་ཀྱང་།།རྗེས་སེམས་དང་ནི་དོ་མཚར་  
མེད།།གཅིག་ཏུ་གཞན་དོན་ལ་དགའ་བས།།ནམ་སྤིན་འབྲས་བུའི་རེ་བ་མེད།།དེ་བས་ཇི་  
ལྟར་ཟུང་བུ་ན།།མི་སྟོན་ལས་ཀྱང་བདག་བསྐྱུང་པ།།དེ་བཞིན་གཞན་ལ་བསྐྱུང་སེམས་

དང་། །སྒྲིང་རྗེའི་སེམས་ནི་དེ་ལྟར་བྱ། །གོམས་པ་ཡིས་ནི་གཞན་དག་གི། །སྲུ་བ་ལྷག་གི་  
ཐེགས་པ་ལ། །དངོས་པོ་མེད་པར་གྱུར་གྱང་ནི། །བདག་གོ་ཞེས་ནི་ཤེས་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་  
གཞན་གྱི་ལུས་ལ་ཡང་། །བདག་ཅེས་ཅི་ཡི་ཕྱིར་མི་བཟུང་། །བདག་གི་ལུས་ནི་གཞན་དག་  
ཏུའང་། །བཞག་པ་དེ་ལྟར་དཀའ་བ་མེད། །བདག་ཉིད་སྒྲོལ་བཅས་གཞན་ལ་ཡང་། །ཡོན་ཏན་  
ཀྱི་མཚོར་ཤེས་བྱས་ནས། །བདག་འཛིན་ཡོངས་སུ་དོར་བ་དང་། །གཞན་སྤང་བ་ནི་བསྐྱོམ་  
པར་བྱ། །ཇི་ལྟར་ལག་པ་ལ་སོགས་པ། །ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་འདོད་ལྟར། །དེ་བཞིན་འགྲོ་  
བའི་ཡན་ལག་ཏུ། །ཅི་ཕྱིར་ལུས་ཅན་རྣམས་མི་འདོད། །ཇི་ལྟར་བདག་མེད་ལུས་འདི་  
ལ། །གོམས་པས་བདག་གི་སྣོ་འབྱུང་བ། །དེ་བཞིན་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་ཡང་། །གོམས་པས་

བདག་སྒོ་ཅིས་མི་སྐྱེ།།དེ་ལྟ་ན་ནི་གཞན་གྱི་དོན།།བྱས་ཀྱང་ངོ་མཚར་སྒོམ་མི་  
འབྱུང་།།བདག་ཉིད་གྱིས་ནི་བས་ཐོས་ནས།།ལན་ལ་རེ་བ་མི་འབྱུང་བཞིན།།དེ་བས་ངི་ལྟར་  
ཚུང་དུ་ན།།མི་སྟན་ལས་ཀྱང་བདག་བསྐྱུང་བ།།དེ་བཞིན་འགྲོ་ལ་བསྐྱུང་སེམས་དང་།།སྒྲིང་  
རྗེའི་སེམས་ནི་གོམས་པར་བྱ།།དེ་བས་མགོན་པོ་སྐྱུན་རས་གཟིགས།།ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་  
འགྲོ་བ་ཡི།།འཁོར་གྱི་འཇིགས་པའང་བསལ་བའི་སྐྱིད།། རང་གི་མཚན་ཡང་བྱིན་གྱིས་  
བརྒྱབས།།དཀའ་ལས་སྐྱིད་ལྡོག་མི་བྱ་སྟེ།།འདི་ལྟར་གོམས་པའི་མཐུ་ཡིས་ནི།།གང་གི་མིང་  
ཐོས་འཇིགས་པ་ཡང་།། དེ་ཉིད་མེད་ན་མི་དགར་འགྱུར།།གང་ཞིག་བདག་དང་གཞན་  
ནམས་ནི།།སྐྱུར་དུ་བསྐྱབ་པར་འདོད་པ་དེས།།བདག་དང་གཞན་དུ་བརྗེ་བྱ་བར།། གསང་

བའི་དམ་པ་སྐྱད་པར་བྱ།།བདག་ལུས་གང་ལ་ཆགས་པ་ཡིས།།འཛིགས་གནས་ཚུང་  
ལའང་འཛིགས་སྐྱེ་བ།།འཛིགས་པ་སྐྱེ་བའི་ལུས་དེ་ལ།།སྐྱེ་ཞིག་དག་བཞིན་སྤང་མི་  
བྱེད།།ལུས་གང་བགྲམ་དང་སྐྱོམ་སོགས་ནད།།གསོ་བའི་ཚོ་ག་བྱེད་འདོད་པས།།བྱ་དང་ཉ་  
དང་རི་བྲགས་དག།གསོད་པར་བྱེད་ཅིང་ལམ་སྐྱག་བྱེད།།གང་ཞིག་ཁེ་དང་རིམ་གྱི་  
སྒྲིབ།།ཕ་དང་མ་ཡང་གསོད་བྱེད་ཅིང་།།དགོན་མཚོག་གསུམ་གྱི་དགོར་བརྒྱས་ནས།།དེས་  
ནི་མནར་མེད་སྲེག་འགྱུར་ན།།མཁས་པ་སྐྱེ་ཞིག་ལུས་དེ་ལ།།འདོད་ཅིང་བསྐྱུང་དང་མཚོད་  
བྱེད་གྱི།།འདི་ལ་སྐྱེ་ཞིག་དག་བཞིན་དུ།།ལྟ་བར་མི་བྱེད་བརྟམ་མི་བྱེད།།གལ་ཏེ་བྱིན་ན་ཅི་  
སྐྱོད་ཅེས།།བདག་དོན་སེམས་པ་འདྲེ་ཡི་ཚུལ།།གལ་ཏེ་སྐྱད་ན་ཅི་སྐྱིན་ཞེས།།གཞན་དོན་

སེམས་པ་ལྟ་ཡི་ཚོས།། བདག་སྲིད་གཞན་ལ་གཞོད་བྱས་ན།། དམུལ་ལ་སོགས་པར་གསུང་  
བར་འགྱུར།། གཞན་སྲིད་བདག་ལ་གཞོད་བྱས་ན།། སུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཐམས་ཅད་  
འཐོབ།། བདག་ཉིད་མཐོ་བར་འདོད་པ་དེས།། ངན་འགོ་ངན་དང་སྐྱུ་པར་འགྱུར།། དེ་ཉིད་  
གཞན་ལ་སྲོ་བྱས་ན།། བདེ་འགོར་རིམ་གྲོ་ཐོབ་པར་འགྱུར།། བདག་གི་དོན་དུ་གཞན་བཀོལ་  
ན།། བྱན་ལ་སོགས་པ་སྲོང་བར་འགྱུར།། གཞན་གྱི་དོན་དུ་བདག་སྦྱང་ན།། རྗེ་དཔོན་ཉིད་  
སོགས་སྲོང་བར་འགྱུར།། འཇིག་རྟེན་བདེ་བ་ཇི་སྟེད་པ།། དེ་ཀུན་གཞན་བདེ་འདོད་ལས་  
བྱུང་།། འཇིག་རྟེན་སྐྱབས་བསྐྱེད་ཇི་སྟེད་པ།། དེ་ཀུན་རང་བདེ་འདོད་ལས་བྱུང་།། མང་དུ་  
བཤད་ལྟ་ཅི་ཞིག་དགོས།། གྲེས་པ་རང་གི་དོན་བྱེད་དང་།། ཐུབ་པ་གཞན་གྱི་དོན་མཛད་

པ།།འདི་གཉིས་གྱི་ནི་བྱང་པར་སྟོས།།བདག་བདེ་གཞན་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དག།ཡང་དག་བཟེ་  
བར་མ་བྱས་ན།།སངས་རྒྱས་ཉིད་དུ་མི་འགྱུབ་ཅིང་།།འཁོར་བ་ན་ཡང་བདེ་བ་མེད།།འཇིག་  
ཉེན་པ་རོལ་པར་ཞོག་གི།།བྱན་གཡོག་ལས་མི་བྱེད་པ་དང་།།རྗེ་དཔོན་རྒྱལ་པ་མི་སྟེར་  
བས།།ཆེ་འདིའི་དོན་ཡང་འགྱུབ་མི་འགྱུར།།མཐོང་དང་མ་མཐོང་བདེ་འགྱུབ་པའི།།སྐྱུན་  
སྐྱུལ་བདེ་སྐྱིད་ཡོངས་བོར་ཞིང་།།གཞན་ལ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་བྱས་པའི་རྒྱས།།ཚོངས་པས་སྐྱུག་  
བསྐྱེལ་མི་བཟད་ལེན།།འཇིག་ཉེན་དག་ན་འཆེ་བ་གང་ཡོད་དང་།།འཇིགས་དང་སྐྱུག་  
བསྐྱེལ་ཇི་སྟེད་ཡོད་གྱུར་པ།།དེ་ཀུན་བདག་ཏུ་འཇིན་པ་ལས་བྱུང་ན།།འདྲེ་ཆེན་དེས་གོ་  
བདག་ལ་ཅི་ཞིག་བྱ།།བདག་ཉིད་ཡོངས་སུ་མ་བཏང་ན།།སྐྱུག་བསྐྱེལ་སྟོང་བར་མི་རུས་

ཏེ། རྩི་ལྟར་མེ་ནི་མ་བཏང་ན།། སློབ་པ་སྣོང་བར་མི་རུས་བཞིན།། དེ་ལྟས་བདག་གཞོན་ཞི་བ་  
དང་།། གཞན་གྱི་སྐྱབས་བསྐྱེད་ཞི་བུའི་སྤྱིར།། བདག་ཉིད་གཞན་ལ་གཏང་བུ་དང་།། གཞན་  
རྣམས་བདག་བཞིན་གཟུང་བར་བྱ།། བདག་ནི་གཞན་གྱི་དབང་གྱུར་ཅེས།། ཡིད་ཚྱོད་ངེས་  
པར་ཤེས་གྱིས་ལ།། སེམས་ཅན་ཀུན་དོན་མ་གཏོགས་པར།། ད་ནི་ཚྱོད་གྱིས་གཞན་མི་  
བསམ།། གཞན་དབང་མིག་ལ་སོགས་པ་ཡིས།། རང་དོན་སྐྱབས་པར་རིགས་མ་ཡིན།། དེའི་  
དོན་མིག་ལ་སོགས་པ་ཡིས།། དེ་ལ་ལོག་པར་བྱ་མི་རིགས།། དེས་ན་སེམས་ཅན་གཙོར་བྱ་  
སྟེ།། བདག་གི་ལུས་ལ་ཅི་མཐོང་བ།། དེ་དང་དེ་ནི་སློབ་སྣམ་རྣམས་ཀྱང་།། གཞན་དག་ལ་ནི་མན་  
པར་སྤོད།། དམན་སོགས་བདག་ཏུ་བྱས་པ་དང་།། གཞན་ཉིད་ཏུ་ནི་བདག་བྱས་ནས།། རྣམ་

རྟོག་མེད་པའི་སེམས་གྱིས་སྟུ།།སྤྲུག་དོག་འགྲན་དང་ང་རྒྱལ་བསྐོམ།།འདི་ནི་བཀུར་བྱས་  
བདག་ནི་མིན།།འདི་བཞིན་བདག་གིས་མ་རྟེན་ཅིང་།།འདི་ནི་བསྟོད་བྱས་བདག་ལ་  
སྟོད།།འདི་བདེ་བདག་ནི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་ལ།།བདག་ནི་ལས་རྣམས་བྱེད་པ་དང་།།འདི་ནི་བདེ་བ་  
ཉིད་དུ་གནས།།འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་ལ་ཆེ་དང་།།བདག་དམན་ཡོན་ཏན་མེད་པར་  
བྲགས།།ཡོན་ཏན་མེད་པས་ཅི་ཞིག་བྱ།།བདག་ཀུན་ཡོན་ཏན་ལྡན་པ་ཉིད།།གང་བས་འདི་  
དམན་དེ་ཡོད་ཅིང་།།གང་བས་བདག་མཆོག་དེ་ཡང་ཡོད།།ཚུལ་བྲིམས་ལྟ་བ་རྒྱད་སོགས་  
ནི།།ཉོན་མོངས་སྟོབས་གྱིས་བདག་དབང་མིན།།ཅི་རུས་བདག་ནི་གསོ་དགོས་ཏེ།།གཞོན་  
པའང་བདག་གིས་དང་དུ་སྦྱང་།།འོན་ཏེ་བདག་འདིའི་གསོ་བྱ་མིན།།ཅི་སྤྱིར་བདག་ལ་བརྟུས་



བ་བྱེད།།བདག་ལ་དེ་ཡི་ཡོན་ཏན་གྱིས།།ཅི་བྱ་འདི་བདག་ཡོན་ཏན་ཅན།།ངན་འགོ་གདུག་  
བའི་ཁར་གནས་བ།།འགོ་ལ་སྒྲིང་རྗེ་མེད་བས་འདི།།སྲིར་ལ་ཡོན་ཏན་རྫོམ་བ་ཡིས།།མཁས་  
བ་དག་ལ་བསྡོ་བར་འདོད།།བདག་དང་མཉམ་ལ་སྟོས་ནས་ནི།།གང་གིས་རང་ཉིད་སྟག་  
བྱའི་སྲིར།།བདག་གི་རྗེད་དང་བཀུར་སྟེ་ནི།།ཚོད་བ་ཡིས་ཀྱང་ངེས་བར་བསྐྱབ།།ཅི་ནས་  
བདག་གི་ཡོན་ཏན་ནི།། འཇིག་རྟེན་ཀུན་ལ་གསལ་བ་དང་།།གཞན་ཡང་འདི་ཡི་ཡོན་ཏན་  
གང་།།སྐྱུས་ཀྱང་ཐོས་བར་མི་འགྱུར་བྱ།།བདག་གི་སྦྱོན་ཡང་སྐྱ་བྱ་ཞིང་།།བདག་ནི་མཚོད་  
འགྱུར་འདི་ལ་མིན།།བདག་དེང་རྗེད་བ་ལེགས་རྗེད་ཅིང་།།བདག་ནི་བཀུར་འགྱུར་འདི་ལ་  
མིན།།འདི་ནི་མ་རུངས་བྱས་བ་ལ།།ཡུན་རིང་བདག་ནི་དགའ་བས་བསྟ།།འགོ་བ་ཀུན་གྱི་

བཞད་གད་དང་།།ཕན་ཚུན་སྦྱང་བ་དག་ཏུ་བྱ།།ཉོན་མོངས་འདི་ཡང་བདག་དང་ནི།།ལྟན་  
ཅིག་ཏུ་ནི་འགྲན་ཞེས་གྲག།འདི་བདག་ཐོས་དང་ཤེས་རབ་བམ།།གཟུགས་རིགས་ཚོར་  
གྲིས་མཉམ་མམ་ཅི།།དེ་ལྟར་ཀུན་ལ་གྲགས་བ་ཡི།།བདག་གི་ཡོན་ཏན་ཐོས་ནས་ནི།།སྦྱ་ལྡང་  
དགའ་བ་སྦྱེ་འགྱུར་བའི།།བདེ་སྦྱིད་ལ་ནི་ཡོངས་སུ་སྦྱོད།།ཅི་སྦྱེ་འདི་ལ་རྗེད་ཡོད་ཀྱང་།།གལ་  
ཉེང་ཡི་ལས་བྱེད་ན།།འདི་ལ་འཚོ་བ་ཙམ་བྱིན་ནས།།བདག་གི་སྟོབས་གྲིས་དེ་སྤང་བྱ།།འདི་  
ནི་བདེ་ལས་ཉམས་བྱ་ཞིང་།།བདག་གིས་གཞོད་དང་ཉག་སྦྱར་བྱ།།འདི་ཡིས་བརྒྱ་ཐོག་  
ཐམས་ཅད་དུ།།འཁོར་བར་བདག་ལ་གཞོད་བ་བྱས།།ཡིད་ཁྱོད་རང་དོན་བྱེད་འདོད་  
བ།།བསྐྱལ་བ་གངས་མེད་འདས་གྱུར་ཀྱང་།།ངལ་བ་ཆེན་པོ་དེ་ལྟ་བུས།།ཁྱོད་གྲིས་སྦྱག་

བསྐྱེལ་འབའ་ཞིག་བསྐྱབས།།དེ་ལྟར་ངེས་པར་གཞན་དག་གི།།དོན་ལ་རབ་ཏུ་འཇུག་གིས་  
དང་།།ཐུབ་པའི་བཀའ་ནི་མི་སྐྱབས།།དེ་ཡི་ཡོན་ཏན་སྤྱིས་མཐོང་འགྱུར།།གལ་ཏེ་སྤོང་གིས་  
སྒྲ་དུས་སྐྱ།།ལས་འདི་བྱས་པར་གྱུར་ན་ནི།།སངས་རྒྱས་སྐྱོན་སྐྱུལ་བདེ་མིན་པ།།གནས་  
སྐབས་འདི་འདྲར་འགྱུར་མི་སྤིད།།དེ་བས་འདི་ལྟར་གཞན་དག་གི།།ཁུ་བ་ཁྲག་གི་ཐེགས་པ་  
ལ།།སྤོང་གིས་ངར་འཛིན་བྱས་པ་ལྟར།།དེ་བཞིན་གཞན་ལའང་གོམས་པར་གྱིས།།གཞན་  
གི་ཉོག་ཆེན་བྱས་ནས་ནི།།བདག་གི་ལུས་ལ་ཅི་སྐྱང་བ།།དེ་དང་དེ་ཉིད་སྤོངས་བྱས་  
ནས།།སྤོང་གིས་གཞན་ལ་ཕན་པར་སྤོང།།བདག་སྤིད་གཞན་ནི་མི་སྤིད་ལ།།བདག་མཐོ་  
གཞན་ནི་དམའ་བ་དང་།།བདག་ནི་ཕན་བྱེད་གཞན་མིན་ཞེས།།བདག་ལ་སྐྱག་དོག་ཅིས་མི་

བྱེད།།བདག་ནི་བདེ་དང་བྲལ་གྱིས་ཉེ།།གཞན་གྱི་སྐྱབས་བསྐྱེད་ལ་བདག་ལ་སྦྱོར།།གང་ཚེ་འདི་  
ནི་ཅི་བྱེད་ཅེས།།བདག་གི་སྦྱོར་ལ་བརྟུག་པར་གྱིས།།གཞན་གྱིས་ཉེས་པ་བྱས་པ་  
ཡང་།།རང་གི་སྦྱོར་དུ་བསྐྱུར་གྲོས་ལ།།བདག་གིས་ཉེས་པ་ཚུང་བྱས་ཀྱང་།།སྦྱེ་བོ་མང་ལ་  
རབ་ཏུ་ཤོགས།།གཞན་གྱི་བྲགས་པ་སྐྱབས་བརྗོད་པས།།རང་གི་བྲགས་པ་བེལ་གྱིས་  
འོན།།བདག་ནི་བྲན་གྱི་ཐ་མ་སྟར།།དོན་རྣམས་ཀུན་ལ་བཀོལ་བར་གྱིས།།འདི་ནི་སྦྱོར་  
བཅས་རང་བཞིན་ཉེ།།སྦྱོ་བུར་ཡོན་ཏན་ཆས་མི་བསྟོད།།འདི་ཡི་ཡོན་ཏན་ཅི་ནས་  
ཀྱང་།།འགས་ཀྱང་མི་ཤེས་དེ་སྟར་གྱིས།།མདོར་ན་བདག་གི་དོན་གྱི་ཕྱིར།།ཁྱོད་གྱིས་  
གཞན་ལ་གཞོད་བྱས་གང་།།གཞོད་དེ་སེམས་ཅན་དོན་གྱི་ཕྱིར།།བདག་ཉིད་ལ་ནི་འབབ་

པར་གྱིས།། འདི་ནི་གཉའ་བྲག་འགྲུང་ཚུལ་དུ།། འཤེད་བསྐྱེད་པར་ནི་མི་བྱ་སྟེ།། བག་མ་  
གསར་པའི་ཚུལ་བཞིན་དུ།། རྡོ་ཚ་འཇིགས་དང་བསྐྱམས་ཏེ་བཞག། དེ་བྱ་དེ་ལྟར་གནས་བྱ་  
ཞིང་།། དེ་ལྟར་སྤོང་གིས་མི་བྱ་བ།། དེ་ལྟར་འདི་ནི་དབང་བྱ་སྟེ།། དེ་ལས་འདས་ན་ཚར་གཅད་  
བྱ།། འོན་ཏེ་དེ་ལྟར་གདམས་གུང་ནི།། སེམས་སྤོང་དེ་ལྟར་མི་བྱེད་ན།། སྤོང་ལ་ཉེས་པ་ཀུན་  
བསྟེན་པས།། སྤོང་ཉིད་ཚར་བཅད་བྱ་བར་ཟད།། སྤོང་གིས་ཁོ་བོ་གར་བརྒྱག་པའི།། སྟོན་གྱི་  
དུས་དེ་གཞན་ཡིན་ཏེ།། ངས་མཐོང་ད་སྤོང་གང་དུ་འགྲོ།། སྤོང་གི་དེགས་པ་ཀུན་གཞོམ་  
བྱ།། ད་དུང་བདག་ལ་རང་གི་དོན།། ཡོད་སྟུང་སེམས་པ་དེ་དོར་ཅིག། བདག་གིས་གཞན་ལ་  
སྤོང་བཅོང་གིས།། སྐྱོ་བར་མ་སེམས་ཞོ་ལ་སྤུལ།། གལ་ཏེ་བག་མེད་གྲུང་ནས་སྤོང།། སེམས་

ཅན་རྣམས་ལ་མ་གྱིན་ན།། བྱིས་ཁོ་བོ་དམུལ་བ་ཡི།། སྤྱང་མ་རྣམས་ལ་སྦྱིན་དུ་ངེས།། དེ་  
ལྟར་བྱིས་རེ་ལྟ་ཞིག། ཁོ་བོ་གྱིན་པས་ཡུན་རིང་སྤྱག་དེ་ནི་ཁོ་རྣམས་བྱས་  
ཏེ།། བྱིས་རང་དོན་སེམས་པ་གཞོམ།། དེ་སྟེ་བདག་ནི་དགའ་འདོད་ན།། རང་ལ་བདག་  
གིས་དགར་མི་བྱ།། དེ་སྟེ་བདག་ནི་བསྐྱང་འདོད་ན།། གཞན་དག་ཏྱག་ཏུ་བསྐྱང་བར་བྱ།། ཇི་  
ལྟ་ཇི་ལྟར་ལུས་འདི་ནི།། ཡོངས་སུ་སྦྱོང་བར་བྱེད་གྱུར་པ།། དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་ཞིན་ཏུ་ནི།། བཟེ་རེ་  
ཅན་གྱུར་ཉིད་དུ་སྤྱང་།། དེ་ལྟར་སྤྱང་བ་དེ་ཡི་ཡང་།། འདོད་པ་ས་འདི་ཐམས་ཅད་  
གྱིས་།། རྫོགས་པར་རུས་པ་ཡོད་མིན་ན།། དེ་ཡི་འདོད་པ་སུས་བྱེད་རུས།། རུས་མེད་འདོད་  
ལ་ཉོན་མོངས་དང་།། བསམ་པ་ཉམས་པའང་སྦྱེ་བར་འགྱུར།། གང་ཞིག་ཀུན་ལ་སྦྱོས་མེད་

བ།།དེ་ཡི་ཡུན་ཚོགས་ཟད་མི་ཤེས།།དེ་བས་ལུས་ཀྱི་འདོད་པ་ནི།།འཕེལ་སྒྱུར་སྐབས་དབྱེ་  
མི་བྱ་སྟེ།།གང་ཞིག་ཡིད་འོང་མི་འཇིན་བ།།དེ་ནི་དངོས་པོ་བཟང་པོ་ཡིན།།ཐ་མར་ཐལ་བའི་  
མཐར་གཏུགས་ཤིང་།།མི་གཡོ་གཞན་གྱིས་བསྐྱོད་བྱ་བ།།མི་གཙང་གཟུགས་ནི་མི་བཟང་  
བ།།འདི་ལ་ཅི་སྒྱུར་བདག་ཏུ་འཇིན།།གསོན་ནམ་ཡང་ན་ཞེ་ཡང་སྒྲུའི།།བདག་ལ་འཁྲུལ་  
འཁོར་འདིས་ཅི་བྱ།།ཐོང་སོགས་འདི་ཁྱད་ཅི་ཡོད་ན།།ཀྱི་ཏུད་ང་རྒྱལ་སེལ་མི་བྱེད།།ལུས་  
ཀྱི་ཁ་ཏ་བྱས་བ་ཡིས།།དོན་མེད་སྐྱབ་བསྐྱལ་ཉེར་བསགས་ནས།།རྗེས་སུ་ཆགས་དང་ཁོང་  
ཁྱོ་བ།།ཤིང་མཚུངས་འདི་ལ་ཅི་ཞིག་བྱ།།བདག་གིས་འདི་ལྟར་བསྐྱུངས་པའམ།།བྱ་གོད་  
སོགས་ཀྱིས་བོས་ཀྱང་རུང་།།ཆགས་མེད་ཞེ་སྒྲུང་ཡོད་མིན་ན།།ཅི་སྟེ་དེ་ལ་ཆགས་པར་

བྱེད།།གང་ཞིག་སྣོད་པས་ཁོ་བ་དང་།།གང་ཞིག་བསྟོད་པས་མགུ་འགྱུར་བ།།གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་  
ཤེས་མེད་ན།།བདག་གིས་གང་གི་ངལ་བ་བྱས།།གང་ཞིག་ལུས་འདི་འདོད་གྱུར་བ།།དེ་དང་  
བདག་བཤེས་ཡིན་ཞེ་ན།།ཐམས་ཅད་རང་གི་ལུས་འདོད་པས།།དེ་ལ་བདག་གོ་ཅིས་མི་  
དགའ།།དེ་བས་བདག་གིས་ཆགས་མེད་པར།།འགྲོ་ལ་པན་སྤྱིར་ལུས་གཏང་བ།།དེས་ན་  
འདི་ལ་ཉེས་མང་ཡང་།།ལས་ཀྱི་སྤྱད་བཞིན་གཟུང་བར་བ།།དེ་བས་བྱིས་པའི་སྣོད་པས་  
ཚོགས།།བདག་གིས་མཁས་པའི་རྗེས་བསྟུགས་ཏེ།།བག་ཡོད་གཏམ་ནི་བྱན་བྱས་ནས།།གཉིད་  
དང་སྐྱབས་པ་བརྗོད་པར་བ།།རྒྱལ་སྐྱེས་བྱུགས་རྗེ་ཆེ་རྣམས་ལྟར།།རིགས་པའི་སྐྱོན་ནི་  
གཟུགས་བྱ་སྟེ།།ཉིན་མཚན་སྤྱད་པར་མ་འབད་ན།།བདག་གི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ནམ་མཐར་



སྐྱེན།།དེ་བས་སྐྱེ་བ་བསལ་བའི་སྐྱེར།།ལོག་བའི་ལམ་ལས་སེམས་སྐྱེན་ཏེ།།ཡང་དག་  
དམིགས་ལ་རྟོག་པར་ཡང་།།བདག་གིས་མཉམ་པར་གཞག་པར་བྱ།།བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའི་སྐྱོད་པ་ལ་འཇུག་པ་ལས།།བསམ་གཏན་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་ལེ་ཏུ་བརྒྱད་པའོ།།  
ཡན་ལག་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི།།ཐུབ་པས་ཤེས་རབ་དོན་དུ་གསུངས།།དེ་ཡི་སྐྱེར་ན་སྐྱེག་  
བསྐྱེལ་དག།ཞི་བར་འདོད་པས་ཤེས་རབ་བསྐྱེད།།ཀུན་རྫོབ་དང་ནི་དོན་དམ་སྟེ།།འདི་ནི་  
བདེན་པ་གཉིས་སུ་འདོད།།དོན་དམ་སྟོ་ཡི་སྐྱོད་ཡུལ་མིན།།སྟོ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཡིན་པར་  
བརྗོད།།དེ་ལ་འཇིག་རྟེན་རྣམ་གཉིས་མཐོང་།།རྣལ་འབྱོར་པ་དང་པལ་པའོ།།དེ་ལ་འཇིག་  
རྟེན་པལ་པ་ནི།།རྣལ་འབྱོར་འཇིག་རྟེན་གྱིས་གཞོན་ཅིང་།།རྣལ་འབྱོར་པ་ཡང་སྟོ་ཁྱད་

གྱིས།།གོང་མ་གོང་མ་རྣམས་གྱིས་གཞོད།།གཉིས་ཀ་ཡང་ནི་འདོད་པའི་དཔེས།།འབྲས་བུའི་  
དོན་དུ་མ་དབྱུང་བྱིར།།འཇིག་རྟེན་པ་ཡིས་དངོས་མཐོང་ཞིང་།།ཡང་དག་ཉིད་དུ་འང་རྟོག་  
བྱེད་གྱི།།སྐྱུ་མ་སྐྱུ་བུར་མིན་པས་འདིར།།རྣལ་འབྱོར་པ་དང་གཇིག་རྟེན་ཅོད།།གཟུགས་  
སོགས་མངོན་སུམ་ཉིད་ཀྱང་ནི།།གྲགས་པས་ཡིན་གྱི་ཚད་མས་མིན།།དེ་ནི་མི་གཙང་ལ་  
སོགས་ལ།།གཙང་སོགས་གྲགས་པ་བཞིན་དུ་བརྟུན།།འཇིག་རྟེན་གཞུག་པའི་དོན་དུ་  
ནི།།མགོན་པོས་དངོས་བསྟན་དེ་ཉིད་དུ།།དེ་དག་སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་མིན།།ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་  
འགལ་ཞེ་ན།།རྣལ་འབྱོར་ཀུན་རྫོབ་ཉེས་མེད་དེ།།འཇིག་རྟེན་ལ་སྟོས་དེ་ཉིད་མཐོང་།།གཞན་  
དུ་བྱུང་མེད་མི་གཙང་བར།།དེས་རྟོགས་འཇིག་རྟེན་གྱིས་གཞོད་འགྱུར།།སྐྱུ་འབྲའི་རྒྱལ་

ལས་བསོད་ནམས་ནི།། ཇི་ལྟར་དངོས་ཡོད་ལ་ཇི་བཞིན།། གལ་ཏེ་སེམས་ཅན་སྐྱེ་འདྲ་ན།། ཞི་  
ནས་ཇི་ལྟར་སྐྱེ་ཞེ་ན།། ཇི་སྲིད་རྒྱུ་རྣམས་ཚོགས་གྲུང་བ།། དེ་སྲིད་སྐྱེ་མའང་འབྱུང་བར་  
འབྱུང་།། རྒྱུ་རིང་ཙམ་གྱིས་ཇི་ལྟར་ན།། སེམས་ཅན་བདེན་པར་ཡོད་པ་ཡིན།། སྐྱེ་མའི་སྐྱེས་  
བྱ་བས་ད་སོགས་ལ།། སེམས་མེད་ཕྱིར་ན་སྡིག་མེད་དེ།། སྐྱེ་མའི་སེམས་དང་ལྡན་པ་  
ལ།། བསོད་ནམས་དང་ནི་སྡིག་པ་འབྱུང་།། རྒྱགས་སོགས་རྣམས་ལ་རུས་མེད་ཕྱིར།། སྐྱེ་  
མའི་སེམས་ནི་འབྱུང་བ་མེད།། སྐྱ་ཚོགས་རྒྱུ་ལས་བྱུང་བ་ཡི།། སྐྱེ་མ་དེ་ཡང་སྐྱ་ཚོགས་  
ཉིད།། རྒྱུ་གཅིག་གིས་ནི་ཀུན་རུས་བ།། གང་ན་ཡང་ནི་ཡོད་མ་ཡིན།། གལ་ཏེ་དོན་དམ་སྲུ་  
ངན་འདས།། འཁོར་བ་ཀུན་རྫོབ་དེ་སྟོན།། སངས་རྒྱས་ཀྱང་ནི་འཁོར་འབྱུང་བས།། བྱུང་



པོ་སྟོ་ཉིད་ལ།།གཞན་ལ་སྟོས་པ་ཡོད་མ་ཡིན།།དེ་བཞིན་འགའ་ཞིག་གཞན་ལ་ནི།།སྟོས་དང་  
སྟོས་མེད་པ་ཡང་མཐོང་།།སྟོ་ཉིད་མིན་ལ་སྟོན་པོར་དེ།།བདག་གིས་བདག་ཉིད་བྱས་པ་  
མེད།།མར་མེ་གསལ་བར་བྱེད་དོ་ཞེས།།ཤེས་པས་ཤེས་ཏེ་རྫོང་བྱེད་ན།།སྟོ་ནི་གསལ་བ་ཉིད་  
ཡིན་ཅེས།།གང་གིས་ཤེས་ནས་དེ་སྐད་བརྗོད།།གང་ཚེ་འགས་ཀྱང་མཐོང་མིན་ན།།གསལ་  
བའམ་ནི་མི་གསལ་བ།།མོ་གཤམ་བྱ་མའི་འགྱུར་བག་བཞིན།།དེ་ནི་བརྗོད་ཀྱང་དོན་མེད་  
དོ།།གལ་ཏེ་རང་རིག་ཡོད་མིན་ན།།རྣམ་ཤེས་བྱ་བར་ངི་ལྟར་འགྱུར།།གཞན་སྟོང་བ་དང་  
འབྲེལ་བ་ལས།།བྱ་འགྱུར་གྱི་བའི་དུག་བཞིན་ནོ།།རྒྱུན་གཞན་དག་དང་ལྡན་པ་ནི།།  
མཐོང་གྱིར་རང་ཉིད་རང་གསལ་ན།།གྲུབ་པའི་མིག་སྟོན་སྟོར་བ་ལས།།བུམ་མཐོང་མིག་

སྐྱོན་ཉིད་འགྱུར་མིན།། ཇི་ལྟར་མཐོང་ཐོས་ཤེས་པ་དག། འདིར་ནི་དགག་པར་བྱ་མིན་  
ཏེ།། འདིར་ནི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་རྒྱུར་གྱུར་པ།། བདེན་པར་ཉོག་པ་བརྗོད་བྱ་ཡིན།། སེམས་ལས་སྐྱུ་  
མ་གཞན་མིན་ཞིང་།། གཞན་མིན་པར་ཡང་མི་བརྟགས་ན།། དངོས་ན་ཇི་ལྟར་དེ་གཞན་  
མིན།། གཞན་མིན་ཞེ་ན་དངོས་པོར་མེད།། ཇི་ལྟར་སྐྱུ་མ་བདེན་མིན་ཡང་།། བསྐྱེལ་བྱ་དེ་བཞིན་  
སྐྱུ་བྱེད་ཡིད།། གཤམ་ཏེ་འཁོར་བ་དངོས་ཉེན་ཅན།། དེ་ནི་གཞན་དུ་མཁའ་འདྲར་འགྱུར།། དངོས་  
མེད་དངོས་ལ་བརྟེན་པས་ན།། བྱེད་དང་སྐྱོན་པར་ཇི་ལྟར་འགྱུར།། ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་ནི་གྲོགས་  
མེད་པར་།། གཅིག་ལྟ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན།། གང་ཆེ་སེམས་ནི་གཟུང་བྲལ་བ།། དེ་ཆེ་ཐམས་  
ཅད་དེ་བཞིན་གཤེགས།། དེ་སྐྱོན་ཡང་སེམས་ཅམ་དུ།། བརྟགས་ལ་ཡོན་ཏན་ཅི་ཞིག་

ཡོད།།སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་ཤེས་ན་ཡང་།།ཇི་ལྟར་ཉོན་མོངས་སྡོག་འགྱུར་ཏེ།། གང་ཆེ་སྐྱུ་མའི་  
བྱུང་མེད་ལ།།དེ་བྱེད་ཉིད་ཀྱང་ཆགས་སྐྱེ་འགྱུར།།དེ་བྱེད་པ་ནི་ཤེས་བྱ་ལ།།ཉོན་མོངས་བག་  
ཆགས་མ་སྤངས་པ།།དེས་ན་དེ་མཐོང་བ་ན་དེ།།སྟོང་ཉིད་བག་ཆགས་ཉམ་ཚུང་ཉིད།།སྟོང་  
ཉིད་བག་ཆགས་གོམས་པས་ནི།།དངོས་པོའི་བག་ཆགས་སྟོང་འགྱུར་ཞིང་།།ཅི་ཡང་མེད་  
ཅེས་གོམས་པས་ནི།།དེ་ཡང་སྤྱི་ནས་སྟོང་བར་འགྱུར།།གང་ཆེ་གང་ཞིག་མེད་དོ་  
ཞེས།།བརྟག་བྱའི་དངོས་པོ་མི་དམིགས་པ།།དེ་ཆེ་དངོས་མེད་ཉེན་བྲལ་བ།།སྟོང་ཡི་མདུན་ན་  
ཇི་ལྟར་གནས།།གང་ཆེ་དངོས་དང་དངོས་མེད་དག།སྟོང་ཡི་མདུན་ན་མི་གནས་པ།།དེ་ཆེ་ནམ་  
པ་གཞན་མེད་པས།།དམིགས་པ་མེད་པར་རབ་ཏུ་ཞི།།ཡིད་བཞིན་ལོར་བྱ་དཔག་བསམ་

ཤིང་། །། ཇི་ལྟར་རེ་བ་ཡོངས་སྐོང་བ། །། དེ་བཞིན་གདུལ་བྱར་སློན་ལམ་གྱི། །། དབང་གིས་རྒྱལ་  
བའི་སྐྱར་སྐྱང་ངོ་། །། དཔེར་ན་ནམ་མཁའ་སྤིང་གི་ནི། །། མཚོད་སྤོང་བསྐྱབས་ནས་འདས་གྱུར་  
བ། །། དེ་འདས་ཡུན་རིང་ལོན་ཡང་དེ། །། དུག་ལ་སོགས་པ་ནི་བྱེད་བཞིན། །། བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པའི་  
རྗེས་མཐུན་པར། །། རྒྱལ་བའི་མཚོད་སྤོང་བསྐྱབས་པ་ཡང་། །། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མྱ་ངན་  
ལས། །། འདས་གྱུང་དོན་ནམས་ཐམས་ཅད་མཛད། །། སེམས་མེད་པ་ལ་མཚོད་བྱས་པས། །། ཇི་  
ལྟར་འབྲས་བུ་ལྡན་པར་འགྱུར། །། གང་སྤྱིར་བཏུགས་པའམ་མྱ་ངན་འདས། །། མཚུངས་པ་  
ཉིད་དུ་བཤད་སྤྱིར་ངོ། །། ཀུན་རྫོབ་བམ་ནི་དེ་ཉིད་དུའང་། །། རུང་སྟེ་དེ་འབྲས་ལུང་ལས་  
ཡིན། །། དཔེར་ན་བདེན་པའི་སངས་རྒྱས་ལ། །། ཇི་ལྟར་འབྲས་བུར་བཅས་པ་བཞིན། །། བདེན་པ་



མཐོང་བས་གྲོལ་འགྱུར་གྱི།།སྣོང་ཉིད་མཐོང་བས་ཅི་ཞིག་བྱ།།གང་སྤྱིར་ལུང་ལས་ལམ་འདི་  
ནི།།མེད་པར་བྱང་ཚུབ་མེད་པར་གསུངས།།གལ་ཏེ་ཐེག་ཆེན་མ་གྲུབ་ན།།སྣོང་གི་ལུང་ནི་རི་  
ལྟར་གྲུབ།།གང་སྤྱིར་གཉིས་ཀ་ལ་འདི་གྲུབ།།དང་པོ་སྣོང་ལ་འདི་མ་གྲུབ།།རྒྱུན་གང་གིས་ནི་  
དེར་ཡིད་ཆེས།།དེ་ནི་ཐེག་ཆེན་ལ་ཡང་མཚུངས།།གཞན་གཉིས་འདོད་པས་བདེན་ན་  
ནི།།རིག་བྱེད་སོགས་ཀྱང་བདེན་པར་འགྱུར།།ཐེག་ཆེན་ཚུང་བཅས་སྤྱིར་ཞེ་ན།།ལུང་ལ་ལྷ་  
སྟེགས་པ་རྣམས་དང་།།ལུང་གཞན་ལ་ཡང་རང་གཞན་དག།ཚུང་བཅས་ཡིན་སྤྱིར་དོར་བྱར་  
འགྱུར།།བསྟན་ཅ་དགོ་སྣོང་ཉིད་ཡིན་ན།།དགོ་སྣོང་ཉིད་ཀྱང་དཀའ་བར་གནས།།སེམས་ནི་  
དམིགས་དང་བཅས་རྣམས་གྱི།།ལྷ་ངན་འདས་པའང་དཀའ་བར་གནས།།ཉོན་མོངས་

སྒྲུང་ས་པས་གྲོལ་ན་དེའི།།དེ་མ་ཐག་ཏུ་དེར་འགྱུར་རོ།།ཉོན་མོངས་མེད་ཀྱང་དེ་དག་  
ལ།།ལས་གྱི་རྒྱས་པ་མཐོང་བ་ཡིན།།རེ་ཞིག་ཉེར་ལོན་སྲིད་པ་ནི།།མེད་ཅེས་ངེས་པ་ཉིད་ཅེ་  
ན།།སྲིད་འདི་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཡང་།།ཀུན་མོངས་བཞིན་དུ་ཅི་སྟེ་མེད།། ཚོར་བའི་རྒྱུན་  
གྲིས་སྲིད་པ་ཡིན།།ཚོར་བ་དེ་དག་ལ་ཡང་ཡོད།།དམིགས་པ་དང་ནི་བཅས་པའི་  
སེམས།།འགའ་ཞིག་ལ་ནི་གནས་པར་འགྱུར།།སྟོང་ཉིད་དང་ནི་བྲལ་བའི་སེམས།།འགགས་  
པ་སྐྱར་ཡང་སྐྱེ་འགྱུར་ཏེ།།འདུ་ཤེས་མེད་པའི་སྟོམས་འཇུག་བཞིན།།དེས་ན་སྟོང་ཉིད་  
བསྟོམ་པར་བྱ།།ངག་གང་མདོ་སྟེ་ལ་འཇུག་དེ།།གལ་ཏེ་སངས་རྒྱས་གསུངས་འདོད་  
ན།།ཐེག་ཆེན་པལ་ཆེར་བྱེད་ཅག་གི།།མདོ་དང་མཚུངས་འདོད་མིན་ནམ་ཅི།།གལ་ཏེ་མ་

གཏོགས་གཅིག་གིས་ནི།། ཐམས་ཅད་སྐྱོན་དང་བཅས་འགྱུར་ན།། མདོ་མཚུངས་གཅིག་གིས་  
ཐམས་ཅད་ནི།། རྒྱལ་བས་གསུངས་པ་ཅིས་མ་ཡིན།། ངག་གང་འོད་སྤང་ཆེན་པོ་  
ལ།། སོགས་པས་གཏིང་དཔོགས་མ་གྱུར་པ།། དེ་ནི་སྤོང་གྱིས་མ་ཏོགས་པས།། གཟུང་བྱ་མིན་  
པར་སྤུ་ཞིག་བྱེད།། མོངས་པས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཅན་དོན་དུ།། ཆགས་དང་འཇིགས་མཐའ་ལས་  
གྲོལ་བ།། འཁོར་བར་གནས་པ་འགྲུབ་འགྱུར་བ།། འདི་ནི་སྤོང་ཉིད་འབྲས་བུ་ཡིན།། དེ་ལྟར་  
སྤོང་པ་ཉིད་སྤོགས་ལ།། སྤུན་འབྲེན་པ་ནི་འཐད་མ་ཡིན།། དེས་ན་ཐེ་ཚོམ་མི་བླ་བར།། སྤོང་པ་  
ཉིད་ནི་བསྐྱོམ་པར་བྱ།། ཉོན་མོངས་ཤེས་བྱའི་སྐྱབ་པ་ཡི།། ལུན་པའི་གཉེན་པོ་སྤོང་པ་  
ཉིད།། ལུར་དུ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་འདོད་པས།། དེ་ནི་ཇི་ལྟར་སྐྱོམ་མི་བྱེད།། དངོས་གང་སྤྱག་

བསྐྱེད་སྐྱེད་པ།། དེ་ལ་སྐྱབ་པ་སྐྱེ་འགྱུར་ན།། ལྷོང་ཉིད་སྐྱབ་བསྐྱེད་ཞི་བྱེད་པ།། དེ་ལ་  
འཇིགས་པ་ཇི་ལྟར་སྐྱེ།། གལ་ཏེ་བདག་འགའ་ཡོད་ན་ནི།། ཅི་ཡང་རུང་ལ་འཇིགས་འགྱུར་  
ན།། བདག་ཉིད་འགའ་ཡང་ཡོད་མིན་པས།། འཇིགས་པར་འགྱུར་བ་སྐྱེ་ཞིག་ཡིན།། སོ་དང་  
སྐྱ་སེན་བདག་མ་ཡིན།། བདག་ནི་རུས་པ་ཁྲག་མ་ཡིན།། ལྷ་བས་མིན་བད་ཀན་མ་ཡིན་  
ཏེ།། ལྷ་སེར་དང་ནི་རྣམ་ཀྱང་མིན།། བདག་ནི་ཞག་དང་རུལ་མིན་ཏེ།། ལྷོ་མ་ཆེན་དག་ཀྱང་  
བདག་མ་ཡིན།། རང་ཁྲོལ་གཞན་ཡང་བདག་མིན་ཏེ།། བདག་ནི་སྤྱི་ས་གཅིན་མ་ཡིན།། ལྟ་དང་  
པགས་པ་བདག་མིན་ཏེ།། རྫོང་དང་རྒྱུང་ཡང་བདག་མ་ཡིན།། ལྷ་ག་བདག་མིན་རྣམ་ཀུན་  
ཏུ།། རྣམ་ཤེས་རྣམ་ཀྱང་བདག་མ་ཡིན།། གལ་ཏེ་སྐྱ་ཡི་ཤེས་རྟག་ན།། ཐམས་ཅད་ཆེན་སྐྱ

འཛིན་འགྲུར། །ཤེས་བྱ་མེད་ན་ཅི་རིག་ནས། །གང་གིས་ཤེས་པ་ཞེས་རྫོང་བྱེད། །གལ་ཏེ་ཤེས་  
མེད་ཤེས་ཡིན་ན། །ཤིང་ཡང་ཤེས་པར་ཐལ་བར་འགྲུར། །དེས་ན་ཤེས་བྱ་ཉེར་གནས་  
པ། །མེད་པར་ཤེས་པ་མེད་ཅེས་ངེས། །དེ་ཉིད་གྱིས་ནི་གཟུགས་ཤེས་ན། །དེ་ཆེ་ཐོས་པའང་ཅི་  
སྟེ་མིན། །གལ་ཏེ་སྐྱ་མི་ཉེ་བྱུང་ན། །དེས་ན་དེ་ཡི་ཤེས་པའང་མེད། །སྐྱ་འཛིན་རང་བཞིན་གང་  
ཡིན་པ། །དེ་གཟུགས་འཛིན་པར་ངེ་ལྟར་འགྲུར། །གཅིག་ནི་པ་དང་བྱ་ཉིད་དུ། །བརྟགས་ཡིན་  
ཡང་དག་ཉིད་མིན་ཏེ། །འདི་ལྟར་སྟོང་སྟོབས་རྩལ་དང་ནི། །ལུན་པ་བྱ་མིན་པ་ཡང་མིན། །དེ་  
ནི་སྐྱ་འཛིན་དང་ལྡན་པའི། །རང་བཞིན་དུ་ནི་མཐོང་མ་ཡིན། །གར་མཁན་སྟ་བུར་ཚུལ་གཞན་  
གྱིས། །དེ་ཉིད་མཐོང་ན་དེ་རྟག་མིན། །གལ་ཏེ་ཚུལ་གཞན་དེ་ཉིད་ན། །གཅིག་ཉིད་དེ་ནི་སྟོན་

མེད་གཅིག་གལ་ཏེ་ཚུལ་གཞན་བདེན་མིན་ན།།དེ་ཡི་རང་གི་རང་བཞིན་སྣོད་ཀྱིས་ཉེན་ཅི་  
ན་དེ་ལྟ་ན།།སྐྱེས་ཀུན་གཅིག་ཏུ་ཐལ་བར་འགྱུར།།སེམས་པ་སེམས་མེད་དེ་དག་  
ཀྱང་།།གཅིག་འགྱུར་གང་སྤྱིར་ཡོད་ཉེན་མཚུངས།།གང་ཆེ་བྱེ་བྲག་སྤྱིན་ཅི་ལོག་དེ་ཆེ་འདྲ་  
བའི་རྟེན་གང་ཡིན།།སེམས་མེད་པ་ཡང་བདག་མིན་ཏེ།།སེམས་མེད་ཉེན་སྤྱིར་བྱམ་སོགས་  
བཞིན།།འོན་ཏེ་སེམས་དང་ལྡན་བའི་སྤྱིར་ཀྱང་།།ཤེས་ན་མི་ཤེས་འཇིག་བར་ཐལ།།ཅི་སྟེ་བདག་  
ལ་འགྱུར་མེད་ན།།སེམས་པས་དེ་ལ་ཅི་ཞིག་བྱས།།དེ་ལྟར་ཤེས་མེད་བྱ་བྲལ་བ།།ནམ་  
མཁའ་བདག་ཏུ་བྱས་པར་འགྱུར།།གལ་ཏེ་བདག་ནི་ཡོད་མིན་ན།།ལས་འབྲས་འབྲེལ་བ་  
རིགས་མིན་ཏེ།།ལས་བྱས་ནས་ནི་ཞིག་པས་ན།།སྲུ་ཡི་ལས་སྲུ་འགྱུར་ཞེ་ན།།བྱ་བ་འབྲས་

གཞི་ཐ་དང་དང་།།དེར་བདག་བྱེད་པ་མེད་པར་ཡང་།།ཡུ་བྱ་གཉིས་ཀ་ལ་གྲུབ་པས།།འདིར་  
བརྩེད་དོན་མེད་མ་ཡིན་ནམ།།རྒྱ་ལྡན་འབྲས་བུ་དང་བཅས་ཞེས།།མཐོང་བ་འདི་ནི་སྲིད་མ་  
ཡིན།།རྒྱུད་གཅིག་ལ་ནི་བརྟེན་ནས་སུ།།བྱེད་པོ་སྲོད་པོ་ཞེས་བྱར་བསྟན།།འདས་དང་མ་  
འོངས་པ་ཡི་སེམས།།བདག་མིན་དེ་ནི་མེད་པའི་སྲིད།།འོན་ཏེ་སྐྱེས་སེམས་བདག་ཡིན་  
ན།།དེ་ཞིག་ན་ཡང་བདག་མེད་དོ།།དཔེར་ན་རྩ་ཤིང་སྡོང་པོ་དག།ཆ་ཉས་སྲེན་འགའ་མེད་  
པ།།དེ་བཞིན་རྣམ་པར་དབྱེད་པ་ཡིས།།བཅོམ་ན་བདག་ཀྱང་ཡང་དག་མིན།།གལ་ཏེ་སེམས་  
ཅན་ཡོད་མིན་ན།།སུ་ལ་སྦྱང་རྗེ་བྱ་ཞེ་ན།།འབྲས་བུའི་དོན་དུ་ཁས་སྦྱངས་པའི་།།སྡོངས་པས་  
བརྟགས་པ་གང་ཡིན་པའོ།།སེམས་ཅན་མེད་འབྲས་བུ་ཡི་ཡིན།།བདེན་ཏེ་འོན་ཀྱང་སྡོངས་

ལས་འདོད།།སྤྱག་བསྐྱེལ་ཉེ་བར་ཞི་དོན་དུ།།འབྲས་བུའི་སྡོང་ས་པ་བརྗོད་མི་བྱ།།སྤྱག་  
བསྐྱེལ་རྒྱ་ཡི་ང་རྒྱལ་ནི།།བདག་ཏུ་སྡོང་ས་པས་འཕེལ་བར་འགྱུར།།དེ་ལས་ཀྱང་བརྗོད་  
མེད་ཅེ་ན།།བདག་མེད་སྐྱོམ་པ་མཚོག་ཡིན་ནོ།།ལུས་ནི་རྐང་པ་བྱིན་པ་མིན།།བརྒྱ་དང་རྐྱེད་  
པའང་ལུས་མ་ཡིན།།སྟོ་དང་རྒྱབ་ཀྱང་ལུས་མིན་ཏེ།།བྲང་དང་དཔུང་པའང་ལུས་མ་  
ཡིན།།རྩིབ་ལོག་ལག་པའང་ལུས་མིན་ཏེ།།མཚན་ཁུང་སྤྲག་པའང་ལུས་མ་ཡིན།།ནང་ཁྲིལ་  
རྣམས་ཀྱང་དེ་མིན་ལ།།མགོ་དང་མགྲིན་པའང་ལུས་མིན་ན།།འདི་ལ་ལུས་ནི་གང་ཞིག་  
ཡིན།།གལ་ཏེ་ལུས་འདི་ཐམས་ཅད་ལ།།ཕྱོགས་རེ་ཡིས་ནི་གནས་གྱུར་ན།།ཆ་རྣམས་ཆ་ལ་  
གནས་འགྱུར་མོད།།དེ་རང་ཉིད་ནི་གང་ལ་གནས།།གལ་ཏེ་བདག་ཉིད་ཀུན་གྱི་ལུས།།ལག་



སོགས་རྣམས་ལ་གནས་ན་ནི། །ལག་སོགས་དེ་དག་ཇི་སྟེང་བ། །དེ་སྟེང་གི་ནི་ལུས་སུ་  
འགྱུར། །སྤྱི་དང་ནང་དུ་ལུས་མེད་ན། །ཇི་སྟར་ལག་སོགས་ལ་ལུས་ཡོད། །ལག་སོགས་  
རྣམས་ལས་གཞན་མེད་ན། །དེ་ནི་ཇི་སྟར་ཡོད་པ་ཡིན། །དེས་ན་ལུས་མེད་ལག་སོགས་  
ལ། །སྒོངས་པ་ཡིས་ནི་ལུས་སྒོར་འགྱུར། །དབྱིབས་སུ་བཀོད་པའི་བྱུང་པར་གྱིས། །ཐོ་ཡོར་  
ལ་ནི་མི་སྒོ་བཞིན། །ཇི་སྟེང་རྒྱུན་ཚོགས་དེ་སྟེང་དུ། །ལུས་ནི་སྐྱེས་སུ་སྟར་སྟངས་བ། །དེ་བཞིན་  
ཇི་སྟེང་ལག་སོགས་ལ། །དེ་ཡོད་དེ་སྟེང་དེར་ལུས་སྟངས་། །དེ་བཞིན་སོར་མའི་ཚོགས་ཡིན་  
སྟེ། །ལག་པའང་གང་ཞིག་ཡིན་པར་འགྱུར། །དེ་ཡང་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་ཡིན་སྟེ། །ཚོགས་  
གྲང་རང་གི་ཆ་སྟེ་བས། །ཆ་ཡང་རྩལ་དུ་སྟེ་བས་ཉ། །རྩལ་དེའང་སྟོགས་ཆའི་དབྱེ་བ་

ཡིས།།སྒྲོགས་དབྱེའང་ཆ་ཤས་དང་བྲལ་སྒྱིར།།མཁའ་བཞིན་དེས་ན་རྩལ་ཡང་མེད།།དེ་  
ལྟར་མི་ལམ་ལྟ་བུ་ཡི།།གཟུགས་ལ་དཔྱོད་ལྡན་སྲུ་ཞིག་ཆགས།།གང་ཆེ་དེ་ལྟར་ལྷུས་མེད་  
བ།།དེ་ཆེ་སྐྱེས་གང་བུད་མེད་གང་།།སྐྱུག་བསྐྱེལ་དེ་ཉིད་དུ་ཡོད་ན།།ཅི་སྟེ་རབ་དགའ་ལ་མི་  
གཞོད།།བདེ་ན་སྐྱུ་ངན་གཏུང་སོགས་ལ།།ཞིམ་སོགས་ཅི་སྟེ་དགའ་མི་བྱེད།།སྒྲོབས་དང་ལྡན་  
བས་བེལ་མནན་སྒྱིར།།གལ་ཉེ་དེ་སྤོང་མ་ཡིན་ན།།གང་ཞིག་ཉམས་སྤོང་བདག་ཉིད་མིན།།དེ་  
ཆེ་ཆོར་བ་ཇི་ལྟར་ཡིན།།སྐྱུག་བསྐྱེལ་སྐྱ་མོ་ཉིད་དུ་ཡོད།།འདི་ཡི་རགས་བ་བསལ་མིན་  
ནམ།།དེ་ནི་དེ་ལས་གཞན་དགའ་ཚམ།།ཞེ་ན་སྐྱ་ཉིད་དེ་ཡང་དེའི།།གལ་ཉེ་འགལ་སྐྱེན་སྐྱེས་  
བས་ན།།སྐྱུག་བསྐྱེལ་སྐྱེས་བ་མིན་ན་ནི།།ཆོར་བར་རྟོགས་བ་མངོན་ཞེན་ཉིད།།ཡིན་ཅེས་བྱ་

བར་གྱུ་བ་མིན་ནམ།།དེ་ཉིད་སྤྱིར་ན་འདི་ཡི་ནི།།གཉེན་པོ་རྣམ་དཔུང་འདི་བསྐྱོམ་སྟེ།།རྣམ་  
བརྟགས་ཞིང་ལས་བྱུང་བ་ཡི།།བསམ་གཏན་རྣལ་འབྱོར་བ་ཡི་ཟས།།གལ་ཏེ་དབང་དོན་  
བར་བཅས་ན།།དེ་དག་གང་དུ་སྤྲད་པར་འགྱུར།།བར་མེད་ན་ཡང་གཅིག་ཉིད་དེ།།གང་ཞིག་  
གང་དང་འསྲད་པར་འགྱུར།།རྟུལ་སྤོང་རྟུལ་སྤོང་ལ་འརྟུག་མེད།།དེ་ནི་སྐབས་མེད་མཉམ་  
བ་ཡིན།།མ་ཞུགས་པ་ལ་འདྲེས་མེད་ཅིང་།།མ་འདྲེས་པ་ལ་སྤྲད་པ་མེད།།ཆ་མེད་པ་ལ་འང་  
སྤྲད་པ་ཞེས།།བྱ་བ་ཇི་ལྟར་འཐད་པར་འགྱུར།།སྤྲད་པ་དང་ནི་ཆ་མེད་པར།།གལ་ཏེ་མཐོང་ན་  
བསྟན་པར་གྱིས།།རྣམ་ཤེས་ལུས་མེད་པ་ལ་ནི།།སྤྲད་པ་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཉིད།།ཚོགས་  
པའང་དངོས་པོ་མེད་སྤྱིར་ཏེ།།སྤྲར་ནི་ཇི་ལྟར་རྣམ་དཔུང་བཞིན།།དེ་ལྟར་རེག་པ་ཡོད་མིན་

ན།།ཚོར་བ་གང་ལས་འགྲུང་བར་འགྲུར།།ངལ་འདི་ཅི་ཡི་དོན་དུ་ཡིན།།གང་གིས་གང་ལ་  
གཞོན་པར་འགྲུར།།གང་ཚེ་ཚོར་པོ་འགའ་མེད་ཅིང་།།ཚོར་བའང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ།།དེ་ཚེ་  
གནས་སྐབས་འདི་མཐོང་ནས།།སྲིད་པ་ཅི་སྲིར་སྲོག་མི་འགྲུར།།མཐོང་བ་འམ་ནི་རེག་པ་  
ཡང་།།མི་ལམ་སྐྱུ་འདྲའི་བདག་ཉིད་ཀྱིས།།སེམས་དང་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་སྲིར།།ཚོར་བ་དེ་  
ཡིས་མཐོང་མ་ཡིན།།སྲར་དང་སྲི་མར་སྐྱེས་པས་ཀྱང་།།དྲན་པར་འགྲུར་གྱི་སྲོང་མ་  
ཡིན།།རང་གིས་བདག་ཉིད་སྲོང་མིན་ལ།།གཞན་དག་གིས་ཀྱང་སྲོང་མ་ཡིན།།ཚོར་པོ་  
འགའ་ཡང་ཡོད་མིན་ཏེ།།དེས་ན་ཚོར་བ་དེ་ཉིད་མིན།།དེ་ལྟར་བདག་མེད་ཚོགས་འདི་  
ལ།།འདི་ཡིས་ཅི་སྲི་གཞོན་པར་བྱས།།ཡིད་ནི་དབང་རྣམས་ལ་མི་གནས།།གཟུགས་སོགས་

ལ་མིན་བར་ནའང་མིན།།ནང་ནའང་སེམས་མིན་སྲི་མིན་ཞིང་།།གཞན་དུ་ཡང་ནི་རྟེན་མ་  
ཡིན།།གང་ཞིག་ལུས་མིན་གཞན་དུ་མིན།།འདྲེས་མིན་ལོགས་སུའང་འགར་མེད་པ།།དེ་ནི་  
རྩུང་བཟང་མིན་དེའི་སྲིར།།སེམས་ཅན་རང་བཞིན་སྲུང་ན་འདས།། ཤེས་བྱ་ལས་སྤར་ཤེས་  
ཡོད་ན།།དེ་ནི་ཅི་ལ་དམིགས་ནས་སྐྱེ།།ཤེས་དང་ཤེས་བྱ་སྟན་ཅིག་ན།།དེ་ནི་ཅི་ལ་དམིགས་  
ནས་སྐྱེ།།འོན་ཏེ་ཤེས་བྱའི་སྲིས་ཡོད་ན།།དེ་ཆེ་ཤེས་པ་གང་ལས་སྐྱེ།།དེ་སྤར་ཚོས་རྣམས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི།།སྐྱེ་བ་རྟོགས་པར་འགྱུར་མ་ཡིན།།གལ་ཏེ་དེ་སྤར་ཀུན་རྫོབ་མེད།།དེ་ལ་  
བདེན་གཉིས་ག་ལ་ཡོད།།དེ་ཡང་ཀུན་རྫོབ་གཞན་གྱིས་ན།།སེམས་ཅན་སྲུང་ན་ག་ལ་  
འདའ།།འདི་ནི་གཞན་སེམས་རྣམ་རྟོག་སྐྱེ།།དེ་ནི་རང་གི་ཀུན་རྫོབ་མིན།།སྲིས་དེ་དེས་ན་དེ་

ཡོད་དེ། །མིན་ན་ །ཀུན་རྫོབ་མེད་པ་ཉིད། །རྟོག་དང་བརྟག་པར་བྱ་བ་དག། །གཉིས་པོ་པན་ཚུན་  
བརྟེན་པ་ཡིན། །། རི་ལྷར་གྲགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། །རྣམ་པར་དབྱུང་བ་ཐམས་ཅད་  
བརྗོད། །གང་ཆེ་རྣམ་པར་དབྱུང་བ་ཡི། །རྣམ་དཔྱོད་གྲིས་ནི་དཔྱོད་བྱེད་ན། །དེ་ཆེ་རྣམ་དཔྱོད་  
དེ་ཡང་ནི། །རྣམ་དཔྱོད་སྤྱིར་ན་ །ཐུག་པ་མེད། །དབྱུང་བྱ་རྣམ་པར་དབྱུང་བྱས་ན། །རྣམ་དཔྱོད་  
ལ་ནི་རྟེན་ཡོད་མིན། །རྟེན་མེད་སྤྱིར་ན་མི་སྐྱེ་སྐྱེ། །དེ་ཡང་སྤྱ་ངན་འདས་པར་བརྗོད། །གང་གི་  
ལྷར་ན་འདི་གཉིས་བདེན། །དེ་ཉིད་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བར་གནས། །གལ་ཏེ་ཤེས་དབང་ལས་དོན་  
གྲུབ། །ཤེས་ཡོད་ཉིད་ལ་རྟེན་ཅི་ཡོད། །འོན་ཏེ་ཤེས་བྱ་ལས་ཤེས་གྲུབ། །ཤེས་བྱ་ཡོད་ལ་རྟེན་  
ཅི་ཡོད། །དེ་སྟེ་པན་ཚུན་དབང་གིས་ཡོད། །གཉིས་ཀ་ཡང་ནི་མེད་པར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་བྱ་

མེད་པ་མིན་ན།། བྱ་ཉིད་གང་ལས་བྱུང་བ་ཡིན།། བྱ་མེད་པར་ནི་པ་མེད་པ།། དེ་བཞིན་དེ་  
གཉིས་མེད་པ་ཉིད།། ལྷ་གུ་ས་བོན་ལས་སྐྱེ་ཞིང་།། ས་བོན་དེ་ཉིད་ཀྱིས་རྟོགས་བཞིན།། ཤེས་  
བྱ་ལས་སྐྱེས་ཤེས་བ་ཡིས།། དེ་ཡོད་པ་ནི་ཅེས་མི་རྟོགས།། ལྷ་གུ་ལས་གཞན་ཤེས་བ་ཡིས།།  
ས་བོན་ཡོད་ཅེས་རྟོགས་འགྱུར་ན།། གང་སྤྱིར་ཤེས་བྱ་དེ་རྟོགས་པར།། ཤེས་བ་ཡོད་ཉིད་གང་  
ལས་རྟོགས།། རེ་ཞེག་འཇིག་རྟེན་མངོན་སུམ་གྱིས།། རྒྱ་རྣམས་ཐམས་ཅད་མཐོང་བ་  
ཡིན།། པརྒྱའི་སྤོང་བྱ་སོགས་དབྱེ་ནི།། རྒྱ་ཡི་དབྱེ་བས་བསྐྱེད་བ་ཡིན།། རྒྱ་དབྱེ་གང་གིས་  
བྱས་ཤེ་ན།། ལྷ་རྒྱ་དབྱེ་ཉིད་ལས་སོ།། ཅེ་སྤྱིར་རྒྱ་ཡིས་འབྲས་སྐྱེད་རུས།། ལྷ་རྒྱ་ཡི་  
མ་བྱ་ཉིད་ལས།། དབང་སྤྱུག་འགོ་བའི་རྒྱ་ཡིན་ན།། རེ་ཞེག་དབང་སྤྱུག་གང་ཡིན་ས།། འགྱུར་

ནམས་ཞེན་དེ་ལྟ་མོད།།མིང་ཅམ་ལ་ཡང་ཅི་ཞིག་ངལ།།འོན་ཀྱང་ས་སོགས་དུ་མ་དང་།།མི་  
རྟག་གཡོ་མེད་ལྟ་མིན་ཞིང་།།འགོམ་བྱ་ཉིད་དང་མི་གཙང་བས།།དེ་ནི་དབང་ཕྱུག་ཉིད་མ་  
ཡིན།།དབང་ཕྱུག་མཁའ་མིན་གཡོ་མེད་སྲིད།།བདག་མིན་སྲུང་ནས་བཀག་ཟིན་  
སྲིད།།བསམ་མིན་བ་ཡི་བྱེད་པོ་ཡང་།།བསམ་མིན་བརྗོད་བས་ཅི་ཞིག་བྱ།།དེས་བསྐྱེད་  
འདོད་པའང་གང་ཞིག་ཡིན།།བདག་ན་དེ་དང་ས་སོགས་དང་།།དབང་ཕྱུག་ངོ་བོའང་རྟག་  
མིན་ནམ།།ཤེས་བ་ཤེས་བྱ་ལས་སྐྱེ་དང་།།ཐོག་མེད་བདེ་ཕྱུག་ལས་ལས་ཡིན།།དེ་བས་གང་  
ཞིག་སྐྱེས་བ་སྐྱོས།།རྒྱ་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་མིན་ན།།འབྲས་བུའི་ཐོག་མ་ག་ལ་ཡོད།།རྟག་ཏུ་ཅི་  
སྲིད་བྱེད་མིན་ཏེ།།དེ་ནི་གཞན་ལ་སྟོས་བ་མིན།།དེས་བྱས་མིན་གཞན་ཡོད་མིན་ན།།དེས་



འདི་གང་ལ་སྟོས་པར་འགྱུར།།གལ་ཏེ་སྟོས་ན་ཚོགས་པ་ཉིད།།རྒྱ་ཡིན་འགྱུར་གྱི་དབང་  
སྤྱད་མིན།།ཚོགས་ན་མི་སྐྱེ་དབང་མེད་ཅིང་།།དེ་མེད་པར་ནི་སྐྱེ་དབང་མེད།།གལ་ཏེ་དབང་  
སྤྱད་མི་འདོད་བཞིན།།བྱེད་ན་གཞན་གྱི་དབང་དུ་ཐལ།།འདོད་ནའང་འདོད་ལ་རག་ལས་  
འགྱུར།།བྱེད་ནའང་དབང་སྤྱད་ག་ལ་ཡིན།།གང་དག་རྒྱལ་སྐོར་ཏྲག་སྐྱ་བ།།དེ་དག་གྲང་ནི་  
སྒར་བརྗོད་ཟིན།།གཙོ་བོ་ཏྲག་པ་འགྲོ་བ་ཡི།།རྒྱ་ཡིན་པར་ནི་གངས་ཅན་འདོད།།སྦྱིང་སྟོབས་  
རྒྱལ་དང་སྐོར་པ་ཞེས།།བྱ་བའི་ཡོན་ཏན་མཉམ་གནས་ནི།།གཙོ་བོ་ཞེས་བྱར་རབ་བརྗོད་  
དེ།།མི་མཉམ་འགྲོ་བ་ཡིན་པར་བརྗོད།།གཙོག་ལ་རང་བཞིན་གསུམ་ཉིད་ནི།།རིགས་མིན་  
དེས་ན་དེ་ཡོད་མིན།།དེ་བཞིན་ཡོན་ཏན་ཡོད་མིན་ཏེ།།དེ་ཡང་སོ་སོར་རྣམ་གསུམ་



པ་བདེ་ལས་གཞན་མིན་ན།།བདེ་བ་གསལ་བ་མི་རྟོག་ཉིད།།གལ་ཏེ་མེད་པ་འགའ་ཡང་  
ནི།།སྐྱེ་མིན་མེད་སྐྱེར་ཞེས་འདོད་ན།།གསལ་བ་མེད་པར་སྐྱེ་བར་ནི།།སྐྱོད་མི་འདོད་ཀྱང་  
གནས་པ་ཉིད།།གལ་ཏེ་རྒྱ་ལ་འབྲས་གནས་ན།།ཟན་བ་མི་གཙང་བ་བར་འགྱུར།།རས་གྱི་  
རིན་གྱིས་རས་བལ་གྱི།།ས་བོན་ཉོས་ལ་བགོ་བར་གྱིས།།འཇིག་རྟེན་ཚོངས་པས་མ་མཐོང་  
ན།།དེ་ཉིད་ཤེས་གྱིས་གཞག་དེ་ཉིད།།ཤེས་དེ་འཇིག་རྟེན་ལ་ཡང་ནི།།ཡོད་པ་ཅི་སྟེ་མཐོང་མ་  
ཡིན།།འཇིག་རྟེན་ཚད་མ་ཉིད་མིན་ན།།གསལ་བ་མཐོང་བའང་བདེན་མ་ཡིན།།གལ་ཏེ་ཚད་  
མ་ཚད་མིན་ན།།དེས་གཞལ་བརྟུན་པར་མི་འགྱུར་རམ།།དེ་ཉིད་དུ་ན་སྟོང་བ་ཉིད།།སྒོམ་པ་དེ་  
སྐྱེར་མི་འཐད་འགྱུར།།བརྟགས་པའི་དངོས་ལ་མ་རེག་པར།།དེ་ཡི་དངོས་མེད་འཇིན་མ་

ཡིན།།དེ་ཕྱིར་བརྟུན་པའི་དངོས་གང་ཡིན།།དེ་ཡི་དངོས་མེད་གསལ་བར་བརྟུན།།དེས་ན་མི་  
ལམ་བུ་ཞི་ལ།།དེ་མེད་སྣམ་པའི་རྣམ་རྟོག་ནི།།དེ་ཡོད་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཡི།།གོགས་ཡིན་དེ་  
ཡང་བརྟུན་པ་ཡིན།།དེ་བས་དེ་སྟར་རྣམ་དབྱུང་བས།།འགའ་ཡང་རྒྱ་མེད་ཡོད་མ་ཡིན།།སོ་  
སོ་བའམ་འདུས་པ་ཡི།།རྒྱེན་རྣམས་ལ་ཡང་གནས་མ་ཡིན།།གཞན་ནས་འོངས་བའང་མ་  
ཡིན་ལ།།གནས་པ་མ་ཡིན་འགྲོ་མ་ཡིན།།ཚོངས་བས་བདེན་པར་གང་བྱས་འདི།།སྐྱུ་མ་  
ལས་ནི་ཁྱད་ཅི་ཡོད།།སྐྱུ་མས་སྐྱུ་ལ་བ་གང་ཡིན་དང་།།རྒྱ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་གང་སྐྱུ་ལ་བ།།དེ་ནི་  
གང་ནས་འོངས་གྱུར་ཅིང་།།གང་དུ་འགྲོ་བའང་བརྟག་པར་གྱིས།།གང་ཞིག་གང་ནི་ཉེ་བ་  
ཡིས།།མཐོང་འགྱུར་དེ་མེད་ན་མིན་པ།།བཅོས་བྱ་གཟུགས་བརྟན་དང་མཚུངས་པ།།དེ་ལ་

བདེན་ཉིད་ཇི་ལྟར་ཡོད།།དངོས་པོ་ཡོད་པར་གྱུར་པ་ལ།།རྒྱ་ཡིས་དགོས་པ་ཅི་ཞིག་  
ཡོད།།འོན་ཏེ་དེ་ནི་མེད་ན་ཡང་།།རྒྱ་ཡིས་དགོས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད།།བྱེ་བ་བརྒྱ་སྐབས་རྒྱ་ཡིས་  
གྱུར་།།དངོས་པོ་མེད་པ་བརྒྱུར་དུ་མེད།།གནས་སྐབས་དེ་དངོས་ཇི་ལྟར་ཡིན།།དངོས་འགྱུར་  
གཞན་ཡང་གང་ཞིག་ཡིན།།མེད་ཆེ་དངོས་ཡོད་སྲིད་མིན་ན།།དངོས་པོ་ཡོད་པར་ནམ་ཞིག་  
འགྱུར།།དངོས་པོ་སྐྱེས་པར་མ་གྱུར་པར།།དངོས་མེད་དང་ནི་འབྲལ་མི་འགྱུར།།དངོས་མེད་  
དང་ནི་མ་བྲལ་ན།།དངོས་པོ་ཡོད་པའི་སྐབས་མི་སྲིད།།དངོས་པོ་འང་མེད་པར་འགྱུར་མིན་  
ཏེ།།རང་བཞིན་གཉིས་སུ་ཐལ་འགྱུར་སྲིད།།དེ་ལྟར་འགག་པ་ཡོད་མིན་ཞིང་།།དངོས་པོ་འང་  
ཡོད་མིན་དེ་ཡི་སྲིད།།འགྲོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི།།རྟོག་ཏུ་མ་སྐྱེས་མ་འགག་ཉིད།།འགྲོ་



འཇུག་དང་དགའ་བར་བྱེད།། མྱ་ངན་འབད་ཚུལ་ཚུད་པ་དང་།། སན་ཚུན་གཙོད་དང་  
འབྲིགས་པ་དང་།། སྡིག་དག་གིས་ནི་ཚེགས་ཚེན་འཚོ།། བདེ་འགྲོར་ཡང་དང་ཡང་འོངས་  
དེ།། བདེ་བ་མང་པོ་སྐྱད་སྐྱད་ནས།། ཞེ་ནས་ངན་སོང་སྐྱག་བསྐྱལ་ནི།། ཡུན་རིང་མི་བཟད་  
ནམས་སྐྱུ་སྐྱུང་།། སྲིད་པ་ན་ནི་གཡང་ས་མང་།། དེར་ནི་དེ་ཉིད་མིན་འདི་འདྲ།། དེར་ཡང་སན་  
ཚུན་འགལ་བས་ན།། སྲིད་ན་དེ་ཉིད་འདི་འདྲ་མེད།། དེར་ཡང་དཔེ་མེད་མི་བཟད་པའི།། སྐྱག་  
བསྐྱལ་རྒྱ་མཚོ་མཐའ་ལས་འདས།། དེར་ནི་དེ་ལྟར་སྟོབས་ཚུང་ཞིང་།། དེར་ནི་ཚེ་ཡང་བྱང་  
བ་ཉིད།། དེར་ཡང་གསོན་དང་ནད་མེད་ཀྱི།། བྱེད་དང་བགྲེས་དང་ངལ་བ་དང་།། གཉིད་དང་  
འཚོ་དང་དེ་བཞིན་དུ།། བྱིས་དང་འགྲོགས་པ་དོན་མེད་ཀྱིས།། ཚེ་ནི་དོན་མེད་སྐྱར་འདའ་

ཡི། །རྣམ་དཔྱོད་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་དགའ། །དེར་ཡང་རྣམ་གཤམ་གོམས་པ་ནི། །བརྗོད་པའི་  
ཐབས་ནི་ག་ལ་ཡོད། །དེར་ཡང་ངན་སོང་ཆེན་པོར་ནི། །སྤྱང་སྤྱིར་བདུད་ནི་བཙུན་པར་  
བྱེད། །དེར་ནི་ལོག་པའི་ལམ་མང་ཞིང་། །ཐེ་ཚོམ་ལས་ཀྱང་བཀལ་དགའ་སྟེ། །སྤྱར་ཡང་དལ་  
བ་རྣམས་དགའ་ཞིང་། །སངས་རྒྱལ་འབྱུང་རྣམས་ཤིན་ཏུ་དགའ། །ཉོན་མོངས་ཚུ་བོ་སྤང་དགའ་  
སྟེ། །ཞེ་མ་སྤྱུག་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པར་འགྱུར། །དེ་ཉྱར་ཤིན་ཏུ་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཡང་། །རང་སྤྱུག་མི་  
མཐོང་གང་ཡིན་པ། །སྤྱུག་བསྐྱེད་ཚུ་བོར་གནས་འདི་དག། །ཀྱི་ཏུད་སྤྱང་ན་བྱ་བར་  
འོས། །དཔེར་ན་འགའ་ཞིག་ཡང་ཡང་ལྷོས། །བྱས་ཏེ་ཡང་ཡང་མེར་འཇུག་པ། །དེ་ཉྱར་ཤིན་  
ཏུ་སྤྱུག་བསྐྱེད་བར། །གནས་ཀྱང་བདག་ཉིད་བདེར་རྗོལ་བཞིན། །དེ་ཉྱར་ག་དང་འཆི་མེད་



པ།།བཞིན་དུ་སྐྱོད་པས་གནས་ནམས་ལ།།དང་པོ་ཉིད་དུ་བསང་བྱས་ནས།།ངན་སོང་ལྷུང་བ་  
མི་བཟད་འོང་།། དེ་ལྟར་སྐྱབ་བསྐྱལ་མེས་གདུངས་ལ།།བསོད་ནམས་སྤྱིན་ལས་ལེགས་  
བྱང་བའི།།རང་གི་བདེ་བའི་ཚོགས་ཆར་གྱིས།།ཞི་བྱེད་པར་བདག་ནམ་ཞིག་འགྱུར།།ནམ་  
ཞིག་དམིགས་པ་མེད་ཚུལ་དུ།།གྲུས་པས་བསོད་ནམས་ཚོགས་བསགས་ཏེ།།དམིགས་པས་  
སྐྱང་བར་གྱུར་ནམས་ལ།།སྐྱོང་བ་ཉིད་ནི་སྐྱོན་པར་འགྱུར།།བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྐྱོད་པ་  
ལ་འཇུག་པ་ལས།། ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པའི་ལེའུ་སྟེ་དགུ་པའོ།།།  
བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་སྐྱོད་པ་ལ།།འཇུག་པར་ནམ་པར་བརྩམས་པ་ཡི།།དགོ་བ་གང་དེས་  
འགྲོ་བ་ཀུན།།བྱང་ཆུབ་སྐྱོད་ལ་འཇུག་པར་ཤོག།སྤྱོད་ནམས་ཀུན་ན་ལུས་དང་

སེམས། །། སྐྱུག་བསྐྱེལ་ནད་པ་ཇི་སྙེད་པ། །། དེ་དག་བདག་གི་བསོད་ནམས་གྱིས། །། བདེ་དགའ་  
ལྷ་མཚོ་ཐོབ་པར་ཤོག། །། དེ་དག་འཁོར་བ་ཇི་སྙེད་དུ། །། རྣམ་ཡང་བདེ་ལས་ཉམས་མ་  
གུར། །། འགྲོ་བས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡི། །། བདེ་བ་རྒྱན་མི་འཆད་ཐོབ་ཤོག། །། འཇིག་རྟེན་  
ཁམས་ན་དམྱེལ་བ་དག། །། བདེ་དག་ཇི་སྙེད་ཡོད་པ་རྣམས། །། དེ་དག་ཏུ་ནི་ལུས་ཅན་  
རྣམས། །། བདེ་ཅན་བདེ་བས་དགའ་བར་ཤོག། །། བྱང་བས་ཉམ་ཐག་རྩོ་ཐོབ་ཤོག། །། བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའི་སྒྲིན་ཆེན་ལས། །། བྱང་བའི་ཆུ་བོ་མཐའ་ཡས་གྱིས། །། ཆ་བས་ཉམ་ཐག་བསེལ་  
བར་ཤོག། །། རལ་གྱི་ལོ་མའི་ནགས་ཚལ་ཡང་། །། དེ་ལ་དགའ་ཚལ་སྐྱུག་གུར་ཤོག། །། འཕལ་མ་ལི་  
ཡི་སྡོང་པོ་ཡང་། །། དཔག་བསམ་ཤིང་དུ་འཁྱུངས་པར་ཤོག། །། མཐིང་རིལ་དུར་པ་དག་དང་ངང་

པ་དང་། །། བཞད་སོགས་སྐད་སྙན་འབྲིན་པས་མངོས་གྱུར་ཅིག། བརྒྱ་ཇི་བསྐྱུང་ཆེ་ལྡན་མཚོ་  
དག་གིས། །། དམུལ་བའི་ས་སྟོགས་དག་ནི་ཉམས་དགར་ཤོག། སོལ་སྐྱུང་དེ་ཡང་རིན་ཆེན་  
སྐྱུང་པོར་གྱུར། །། ས་བསྐྱེགས་ཤེལ་གྱི་ས་གཞི་བསྐྱར་བར་ཤོག། བསྐྱུས་འཛོམས་རི་བོ་  
ནམས་གྱུང་མཚོད་པ་ཡི། །། གཞུལ་མེད་ཁང་གྱུར་བདེ་གཤེགས་གང་བར་ཤོག། མདག་མ་དོ་  
བསྐྱེགས་མཚོན་གྱི་ཆར་པ་དག། དེང་ནས་བཟུང་སྟེ་མེ་ཏོག་ཆར་བར་གྱུར། །། མན་ཚུན་  
མཚོན་གྱིས་འདེབས་པ་དེ་ཡང་ནི། །། དེང་ནས་ཅེ་སྤྱིར་མེ་ཏོག་འཕེན་བར་ཤོག། ཚུ་བོ་རབ་  
མེད་མེ་དོང་འདྲ་ནང་གྱིང་བ་དག། ཤུ་གུན་ཞིག་གྱུར་ཅུས་གོང་མེ་ཏོག་གུན་དའི་  
མདོག། བདག་གི་དགོ་བའི་སྟོབས་གྱིས་ལྷ་ཡི་ལུས་ཐོབ་ནས། །། ལྷ་མོ་ནམས་དང་སྙན་ཅིག་

དལ་གྱིས་འབབ་གནས་ཤོག།ཅི་སྲིད་འདིར་ནི་ག་ཤིན་རྗེའི་མི་དང་ཁྱ་དང་བྱ་གོད་མི་བཟང་  
ནམས་སྐྱབ་བྱེད།།ཀུན་ནས་སྤུན་བསལ་བདེ་དགའ་སྦྱེད་པའི་མཐུ་བཟང་འདི་གོ་སྲུ་ཡི་  
མཐུ་སྦྱུ་སྟེ།།ཤེན་དུ་བསྐྱུས་ན་ནམ་མཁའི་དགྱིལ་ན་སྤྱག་ན་དོ་རྗེ་འབར་བ་བཞུགས་  
མཐོང་ནས།།རབ་དུ་དགའ་བའི་ཤུགས་གྱིས་སྒྲིག་དང་བྲལ་ནས་དེ་དང་སྤྲོན་ཅིག་འགྲོགས་  
པར་ཤོག།མེ་ཏོག་ཆར་བ་སྒོས་ཚུ་དང་འདྲེས་འབབས་བ་ཡིས།།དམྱལ་བའི་མེ་མདག་ཆེལ་  
ཆེལ་གསོད་བ་མཐོང་གྱུར་ནས།།སྒྲོ་བྱར་བདེ་བས་ཆོམ་བ་འདི་ཅི་བསམ་བ་དང་།།སེམས་  
དམྱལ་ནམས་གྱིས་སྤྱག་ན་བརྒྱ་མཐོང་བར་ཤོག།གྲོགས་དག་འཇིགས་བ་བོར་ལ་རིངས་  
པར་ཚུར་ཤོག་ཅུ་བུའི་ཐད་དུ་ནི།།གང་གི་མཐུ་ཡིས་སྤྱག་བསྐྱུལ་ཀུན་བྲལ་དགའ་བའི་

ལྷགས་ཕྱིན་ལ།།འགྲོ་བ་ཀུན་ནས་ཡོངས་སྐྱོབ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བཅེ་བ་སྐྱེས་གྱུར་  
བ།།གཞོན་ལུ་བྱུར་ལུང་ཅན་འབར་འཇིགས་བ་མེད་པར་བྱེད་བ་སྲུ་ཞིག་ཕྱིན།།སྐོད་ཀྱིས་  
ལྷ་བརྒྱའི་ཚོད་པན་དག་གིས་ཞབས་ཀྱི་བརྗོད་ལ་མཚོད་ཅིང་།།ལྷགས་རྗེས་བརྒྱན་སྤྱན་དབྱ་  
ལ་མེ་ཉོག་དུ་མའི་ཚོགས་ཀྱི་ཆར་འབབས་བ།།ཁང་བཅེགས་ཡིད་འོང་ལྷ་མོ་སྐོང་སྲག་  
བསྐོད་དབྱངས་སྐོགས་ལྡན་འདི་སྐོས་ཞེས།།འཇམ་དབྱངས་དེ་འདྲ་མཐོང་ནས་ད་ནི་  
སེམས་དཔྱལ་ཅ་ཅོ་འདོན་པར་ཤོག།དེ་ལྟར་བདག་གི་དགོ་ཅས་ཀུན་ཏུ་བཟང་ལ་  
སོགས།།བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྐྱིབ་བ་མེད་སྐྱིན་བདེ་བ་དང་།།བསེལ་ཞིང་བྱི་ཞིམ་ངད་  
ལྡན་ཆར་པ་འབབས་མཐོང་ནས།།སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་དེ་དག་མདོན་པར་དགའ་གྱུར་

ཅིག།དུད་འགྲོ་རྣམས་ནི་གཅིག་ལ་གཅིག།ཟ་བའི་འཇིགས་དང་བྲལ་བར་ཤོག།སྒྲ་མི་སྟོན་  
བའི་མི་བཞིན་དུ།ཡི་དྲགས་རྣམས་ནི་བདེ་བར་གྱུར།།འཕགས་པ་སྟུན་རས་གཟིགས་དབང་  
གི།།ཕྱག་ནས་འབབ་བའི་འོ་རྒྱན་གྱིས།།ཡི་དྲགས་རྣམས་ནི་ཚིམ་བྲས་ཤིང་།།ལྷུས་བྲས་  
ཏྟག་ཏུ་བསིལ་བར་ཤོག།ལོང་བ་རྣམས་གྱིས་གཟུགས་མཐོང་ཞིང་།།འོན་པས་ཏྟག་ཏུ་སྒྲ་  
ཐོས་ཤོག།ལྷ་མོ་སྐྱེ་འཕྱུལ་ཇི་བཞིན་དུ།།སྐྱུ་མ་མའང་གཞོད་མེད་བཅའ་བར་ཤོག།གཅེར་བུ་  
རྣམས་གྱིས་གོས་དག་དང་།།བགྲེས་པ་རྣམས་གྱིས་ཟས་དང་ནི།།སྒྲོམ་པ་རྣམས་གྱིས་ཚུ་  
དག་དང་།།བཏུང་བ་ཞིམ་པོ་ཐོབ་པར་ཤོག།བགྲོན་པ་རྣམས་གྱིས་ནོར་ཐོབ་ཤོག།ལྷ་ངན་  
ཉམ་ཐག་དགའ་ཐོབ་ཤོག།ཡི་ཚད་རྣམས་ཀྱང་ཡིད་སོས་ཤིང་།།བཏྟན་པ་སྟུན་སྟུམ་ཚོགས་

བར་ཤོག།སེམས་ཅན་ནད་པ་ཇི་སྟེད་པ།།ལྷུར་དུ་ནད་ལས་ཐར་གྱུར་ཅིག།འགོ་བའི་ནད་ནི་  
མ་ལུས་པ།།ཉྱག་ཏུ་འགྱུར་བ་མེད་པར་ཤོག།སྐྱག་པ་རྣམས་ནི་འཇིགས་མེད་ཤོག།བཅིངས་  
པ་རྣམས་ནི་གོལ་བར་གྱུར།།མ་སྲུ་མེད་རྣམས་ནི་མ་སྲུ་ལྡན་ཞིང་།།སེམས་ནི་པན་ཚུན་མཉེན་  
གྱུར་ཅིག།མགོན་པོ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་ལ།།ཕྱོགས་རྣམས་ཐམས་ཅད་བདེ་བར་ཤོག།གང་  
གི་དོན་དུ་འགོ་བྱེད་པ།།དེ་འབད་མི་དགོས་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག།གྲུ་དང་གྲུ་ཆེན་ཞུགས་པ་  
རྣམས།།ཡིད་ལ་བསམས་པ་འགྲུབ་གྱུར་ཏེ།།ཚུ་ཡི་དོགས་སུ་བདེར་སྤྱིན་ནས།།གཉེན་དང་  
ལྟན་ཅིག་དགའ་བར་ཤོག།ལྷ་ངན་ལམ་གོལ་འབྲམས་པ་རྣམས།།མགོན་པོ་དག་དང་མཉེན་  
གྱུར་ནས།།ཚོམ་རྒྱན་སྐྱག་སོགས་འཇིགས་མེད་པར།།མི་ངལ་བདེ་སྐྱག་འདོང་བར་

འོག།དགོན་སོགས་ལམ་མེད་ཉམ་ང་བར།།བྱིས་པ་རྒན་པོ་མགོན་མེད་པ།།གཉིད་ལོག་  
སྤོས་ཤིང་རབ་སྤོས་ནམས།།ལྟ་དག་སྤང་བ་བྱེད་པར་འོག།མི་དལ་ཀུན་ལས་ཐར་བ་  
དང་།།དད་དང་ཤེས་རབ་བརྩེར་ལྡན་ཞིང་།།ཟས་དང་སྤྱོད་པ་ལུན་ཚོགས་ནས།། ཉག་ཏུ་ཚེ་  
རབས་ཤུན་གྱུར་ཅིག།ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའ་མངོན་བཞིན་དུ།།ལོངས་སྤྱོད་ཚད་པ་མེད་  
པར་འོག།ཚོད་པ་མེད་ཅིང་འཚེ་མེད་པར།། རང་དབང་དུ་ནི་སྤྱོད་པར་འོག།སེམས་ཅན་  
གཟི་བརླིང་ཚུང་དུ་གང་།།དེ་དག་གཟི་བརླིང་ཚེན་པོར་འོག།དཀའ་ཐུབ་ཅན་གང་ག་ལུགས་  
ངན་པ།། ག་ལུགས་བཟང་ལུན་སྤུམ་ཚོགས་གྱུར་ཅིག།འཛིག་ཉེན་བྱད་མེད་ཇི་སྟེད་པ།།དེ་  
དག་སྤྱིས་པ་ཉིད་གྱུར་ཅིག།མ་རབས་ནམས་ནི་མཐོ་ཐོབ་ཅིང་།།ང་རྒྱལ་དག་གྱང་བཅོམ་



པར་ཤོག།བདག་གི་བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ནི།།སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་པ།།སྡིག་  
པ་ཐམས་ཅད་སྦངས་ནས་ནི།།ཉག་ཏུ་དགོ་བ་བྱེད་པར་ཤོག།བྱང་ཆུབ་སེམས་དང་མི་  
འབྲལ་ཞིང་།།བྱང་ཆུབ་སྡོད་ལ་གཞིལ་བ་དང་།།སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་བབྱང་  
ཤིང་།།བདུད་ཀྱི་ལས་རྣམས་སྦྱོང་བར་ཤོག།སེམས་ཅན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི།།ཆེ་ཡང་  
དཔག་མེད་རིང་བར་ཤོག།ཉག་ཏུ་བདེ་བར་འཚོ་འགྱུར་ཞིང་།།འཆི་བའི་སྐྱ་ཡང་གྲགས་མ་  
གྱུར།།དཔག་བསམ་ཤིང་གི་སྡེད་མོས་ཚལ།།སངས་རྒྱས་དང་ནི་སངས་རྒྱས་སྲས།།ཆོས་  
སྙན་སྒྲོགས་པས་གང་བ་ཡིས།།སྡོགས་རྣམས་ཐམས་ཅད་གང་བར་ཤོག།ཐམས་ཅད་དུ་  
ཡང་ས་གཞི་དག།གསེག་མ་ལ་སོགས་མེད་པ་དང་།།ལག་མཐིལ་ལྟར་མཉམ་བུ་རྒྱུ་ལོ།།

རང་བཞིན་འཇམ་པོར་གནས་གུར་ཅིག།འཁོར་གྱི་དགྱིལ་འཁོར་ཡོད་དགུར་ཡང་།།བྱང་  
ཚུབ་སེམས་དཔའ་མང་པོ་དག།རང་གི་ལེགས་པས་ས་སྟེང་དག།བརྒྱན་པར་མཛད་པས་  
བཞུགས་གུར་ཅིག།ལུས་ཅན་ཀུན་གྱིས་བྱ་དང་ནི།།ཤིང་དང་འོད་ཟེར་ཐམས་ཅད་  
དང་།།ནམ་མཁའ་ལས་ཀྱང་ཚོས་གྱི་སྒྲ།།རྒྱན་མི་འཆད་པར་ཐོས་པར་ཤོག།དེ་དག་ཉག་ཏུ་  
སངས་རྒྱས་དང་།།སངས་རྒྱས་སྣམ་དང་མཛད་གུར་ཅིག།མཚོད་པའི་སྤྱིན་ནི་མཐའ་ཡས་  
པས།།འགོ་བའི་སྤྲ་མ་མཚོད་པར་ཤོག།ལྟ་ཡང་དུས་སུ་ཆར་འབེབས་ཤིང་།།ལོ་ཉིག་ལུན་  
སུམ་ཚོགས་པར་ཤོག།རྒྱལ་པོ་ཚོས་བཞིན་བྱེད་གུར་ཅིག།འཇིག་རྟེན་དག་ཀྱང་དར་བར་  
ཤོག།སྤྲོན་རྣམས་མཐུ་དང་ལྡན་པ་དང་།།གསང་སྔགས་བརྒྱས་བཅོམ་འགྲུབ་པར་

འོག།མཁའ་འགོ་སྲིན་པོ་ལ་སོགས་པ།།སྣང་རྗེའི་སེམས་དང་ལྡན་གྱི་ཅིག།སེམས་ཅན་  
འགའ་ཡང་སྤྲུག་མ་གྱི་སྲིག་པར་མ་གྱི་ན་མ་གྱི་།།འཇིགས་དང་བརྟམས་པར་མི་  
འགྱུར་ཞིང་།།འགའ་ཡང་ཡིད་མི་བདེ་མ་གྱི་།།གཙུག་ལག་ཁང་རྣམས་སློབ་པ་དང་།།ཁ་  
ཏོན་གྱིས་རྒྱས་ལེགས་གནས་འོག།ཉག་ཏུ་དགོ་འདུན་མ་ཐུན་པ་དང་།།དགོ་འདུན་དོན་ཡང་  
འགྲུབ་པར་འོག།བསྐྱབ་པ་འདོད་པའི་དགོ་སྣོང་དག།དབེན་པ་དག་གྱང་ཐོབ་པར་  
འོག།གཡེང་བ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ནས་ནི།།སེམས་ནི་ལས་རུང་སྐྱོམ་གྱི་ཅིག།དགོ་སྣོང་  
མ་རྣམས་རྗེད་ལྡན་ཞིང་།།འཐབ་དང་གཞོད་པ་སྣོང་བར་འོག།དེ་བཞིན་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་  
གྱུར།།ཚུལ་ཁྲིམས་ཉམས་པ་མེད་གྱི་ཅིག།ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བས་ཡིད་བྱུང་ནས།།ཉག་

ཏུ་སྡིག་པ་ཟད་བྱེད་འོག།བདེ་འགྲོ་དག་གྱང་ཐོབ་གྱུར་ནས།།དེར་ཡང་བརྟུལ་ཞུགས་མི་  
ཉམས་འོག།མཁས་པ་རྣམས་ནི་བཀུར་བ་དང་།།བསོད་སྦྱོམས་དག་གྱང་རྟེན་པར་  
འོག།རྒྱུད་ནི་ཡོངས་སུ་དག་པ་དང་།།སྦྱོགས་རྣམས་ཀུན་ཏུ་གྲགས་པ་དང་།།ངན་སོང་སྤྱད་  
བསྐྱེད་མི་སྦྱོང་ཞིང་།།དཀའ་བ་སྦྱོད་པ་མེད་པར་ཡང་།།ལྟ་བུ་སྤྱད་པའི་ལུས་ཐོབ་  
ནས་།།དེ་དག་སངས་རྒྱས་སྐུར་ཐོབ་འོག།སེམས་ཅན་ཀུན་གྱིས་ལན་མང་དུ།།སངས་རྒྱས་  
ཐམས་ཅད་མཚོན་བྱེད་ཅིང་།།སངས་རྒྱས་བདེ་བ་བསམ་ཡས་གྱིས་།།ཉུག་ཏུ་བདེ་དང་ལྡན་  
གྱུར་ཅིག།བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་གྱིས་ནི།།འགྲོ་དོན་ཐུགས་ལ་དགོངས་འགྲུབ་  
འོག།མགོན་པོ་ཡིས་ནི་གང་དགོངས་པ།།སེམས་ཅན་རྣམས་ལའང་དེ་འགྱུར་འོག།དེ་



གནས་གྱུར་པ།།དེ་སྲིད་བདག་ནི་གནས་གྱུར་ནས།།འགྲོ་བའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་སེལ་བར་  
འོག།འགྲོ་བའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་གང་ཅིའང་རུང་།།དེ་ཀུན་བདག་ལ་སྒྲིན་གྱུར་ཅིག།བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའི་དགོ་འདུན་གྱིས།།འགྲོ་བ་བདེ་ལ་སྦྱོད་པར་འོག།འགྲོ་བའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་སྒྲིན་  
གཅིག་ལྟ།།བདེ་བ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་གནས།།བསྐྱེད་པ་རྗེད་དང་བཀུར་སྟེ་  
དང་།།བཅས་ཉེ་ཡུན་རིང་གནས་གྱུར་ཅིག།གང་གི་དྲིན་གྱིས་དགོ་སྟོ་འབྱུང་།།འཇམ་པའི་  
དབྱངས་ལ་སྐྱག་འཆའ་ལོ།།གང་གི་དྲིན་གྱིས་བདག་དར་བ།།དགོ་བའི་བཤེས་ལའང་  
བདག་སྐྱག་འཆའ།། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོད་པ་ལ་འཇུག་པ་ལས།།བསྐྱོ་བ་ཞེས་བྱ་  
བའི་ལེ་ཏུ་སྟེ་བཅུ་པའོ།།།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་པ་སློབ་དཔོན་ལྡན་ཏེ་བས་མཛད་པ་རྫོགས་  
སོ།།

རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་སངས་རྒྱལ་ཏེ་བ་དང་། ལྷ་ཚོན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་བརྗེ་དཔལ་བཅེགས་གྱིས་ཁ་  
ཚའི་དཔེ་ལས་བསྐྱུར་ཅིང་ལྷ་ས་ཏེ་གཏན་ལ་ཐབ་པ་ལས། སྤང་གྱི་རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་རྣམ་  
ལྷོ་རྟ་བ་དང་། ལྷ་ཚོན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་བརྗེ་རིན་ཚེན་བཟང་པོ་དང་། ལྷ་ལྷོ་གྲོས་གྱིས་ཡུལ་  
དབྱས་གྱི་དཔེ་དང་འགྲེལ་བ་དང་མཐུན་པར་བཅོས་ཤིང་བསྐྱུར་ཏེ་གཏན་ལ་ཐབ་པའོ།།  
ཡང་དུས་ཕྱིས་རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་སུ་མ་ཏི་གྱི་ཏེ་དང་། ལྷ་ཚོན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་དགོ་སྤོང་སྤོ་  
ལྡན་ཤེས་རབ་གྱིས་དག་པར་བཅོས་ཤིང་བསྐྱུར་ཏེ་ ལེགས་པར་གཏན་ལ་ཐབ་པའོ།།

མཐོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་