

རྩེ་བཅུ་དྲུག་པ་རིག་པའི་རྩོ་རྩེའི་སྤྲ་མའི་ནྣ་ལ་
འབྱོར་སྐྱ་བཞིའི་ལྷ་གྲ་སྦྱེད་བྱེད་བདུད་ཅིའི་ཆར་རྒྱན། །



འགྲེལ་པ། །

སྐྱ་བཞིའི་གོ་འཕང་འཕྲོ་བྱེད། །

མཛད་པ་པོ། སྐྱབས་རྩེ་སངས་རྒྱས་མཉན་པ་རིན་པོ་ཆེ། །

དཔལ་ལྡན་ལྷ་ལྷ་དབང་ཀམ་པ་མཆོག་ནས་སྤྲུལ་བའི་སྒྲོན་སྒྲིང་།

རིག་པའི་རྩོམ་ཆེའི་སྒྲ་སྒྱུ་བ་སྒྱུ་བཞིའི་སྒྱུ་ལྟ། །



འབྲེལ་བ། སྒྱུ་བཞིའི་གོ་འཕང་ཐོབ་བྱེད། །

མཛད་པ་པོ། སྒྱུ་བས་རྩོམ་སངས་རྒྱས་མཉན་པ་རིན་པོ་ཆེ།



BENCHEN SUNGRAB GYUNPEL KHANG

དཀར་ཆག །

༥ དཔལ་ལྷན་དབང་ཀམ་པ་ཨོ་རྒྱན་ཕྱིན་ལས་དོ་རྩེ་མཆོག་ནས་སྤུལ་བའི་ཕྱོད་སྒྲིང་།

རིག་པའི་དོ་རྩེའི་སྒྲ་སྒྲུབ་སྒྲ་བཞིའི་བྱ་བ། །

འགེལ་པ། སྒྲ་བཞིའི་གོ་འཕང་ཐོབ་བྱེད། །

སྒྲུབས་རྩེ་སངས་རྒྱས་མཉན་པ་རིན་པོ་ཆའི་ནམ་ཐང་།

Copyrights

༥ དཔལ་ལྔ་ཀྱལ་དབང་ཀམ་པ་ཨོ་རྒྱན་ཕྱིན་ལས་རྩི་རྩེ་མཆོག་ནས་སྤུལ་ བའི་ཕྱིན་སྤོང་བཞུགས་སོ།།

ལྔ་ཀྱལ་མཆོག་བཅུ་དྲུག་པ་ཀམ་པ་རང་བྱུང་རིག་པའི་རྩི་རྩེ་མཆོག་ནས་མཛད་པའི་སྤུལ་མའི་ནལ་འབྱོར་འདི་
ནི་ཕྱིན་སྤོངས་ཀྱི་ཆོན་ལ་བྱུང་པར་ཅན་ཞིག་དང་དམིགས་བསལ་མཆོན་དོན་མཆིས་པ་ཞིག་སྟེ། མགོན་པོ་
གང་གི་ཞལ་སློབ་དུ་མ་ཞིག་ནས་རྒྱན་གྱི་ཉམས་བཞེས་སུ་སྤུལ་མའི་ནལ་འབྱོར་འདི་ཉིད་ཁོ་ནར་གཅིགས་
ཆེར་འཛིན་ཅིང་བཙོན་བཞིན་པ་ཡིན།

འདི་ཉིད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་ནི་སྤྱབས་རྩེ་སངས་རྒྱས་མཉན་པ་སྐྱུ་ཕྱིང་བཅུ་པ་མཆོག་ནས་མཛད་དེ། མཉན་པ་སྐྱུ་
ཕྱིང་ན་རིམ་ནམས་ནི་དཔལ་ལྔ་ཀྱལ་སྐྱུ་ཕྱིང་དུ་མ་དང་ཆེས་སྤྱགས་འདྲིས་ཆེ་བ་ཙམ་མ་ཟད་
སྐྱབ་བརྒྱད་ཀམ་ཀྱི་ཆོང་གི་གསེར་འཕྲེང་གི་ཁྲིད་དུ་བཞུགས་པའི་སྤུལ་བྱུང་པར་ཅན་ཞིག་སྟེ། དེ་ཡང་
མཉན་པ་སྐྱུ་ཕྱིང་དང་པོ་བྱུབ་ཐོབ་སངས་རྒྱས་མཉན་པ་བཀྲ་ཤིས་དཔལ་འབྱོར་ནི། ཀམ་པ་སྐྱུ་ཕྱིང་བདུན་
པ་རྩི་ཆོས་གྲགས་མཆོའི་སྤྱགས་ཤིན་དུ་ཉེ་བའི་ཞལ་སློབ་ཞིག་དང་། ལྷག་པར་རྒྱལ་དབང་སྐྱུ་ཕྱིང་བརྒྱད་པ་
རྩི་མི་བསྐྱོད་རྩི་རྩེ་རྩི་བའི་སྤུལ་མ་ཡིན།

སངས་རྒྱས་མཉན་པ་སྐྱུ་ཕྱིང་བཅུ་པ་འདི་ཉིད་སྐྱུ་ན་རྒྱུང་དུའི་དུས་ནས་དཔལ་ལྔ་ཀྱལ་དབང་ཀམ་པ་སྐྱུ་
ཕྱིང་བཅུ་དྲུག་པ་ཆོན་པོ་རྩི་རྩེ་རང་བྱུང་རིག་པའི་རྩི་རྩེ་མཆོག་ནས་རུམ་བཏེག་དུ་བདག་སྐྱོང་གིས་ངོས་
འཛིན་མཛད་པ་དང་བློ་སྟོན་མངའ་གསོལ་ཡང་རུམ་བཏེག་ཉིད་དུ་བསྐྱུངས། རིན་པོ་ཆེ་གང་ཉིད་ཀམ་ཕྱི་
རྒྱ་ལ་རྒྱའི་མཐོ་རིམ་བཤད་བྱ་ཆོན་མོའི་སློབ་གཉེར་ཐེངས་དང་པོའི་གྲས་དང་། རིང་ནས་ལྔ་ཀྱལ་མཆོག་གོང་
མའི་ཞལ་སྤུལ་ནས་དབང་ལུང་བྲིད་ཀྱི་རིམ་པ་དུ་མ་ཞིག་སུམ་པ་གང་བྱོའི་ཚུལ་དུ་གསན་བཞེས་མཛད་པ་
དང་། བྱུང་པར་དུ་སྤུལ་མའི་ནལ་འབྱོར་འདི་ཉིད་ཀྱི་ཉམས་ལེན་གྱི་སྤྱན་མིན་མན་ངག་ནམས་རིན་པོ་ཆེ་ནས་
ལྔ་ཀྱལ་མཆོག་གོང་མའི་ཞལ་སྤུལ་ནས་ཐད་ཀར་གསན་བཞེས་མཛད་ཡོད་སྟབས་གང་གིས་མཛད་པའི་
འགྲེལ་པ་འདི་ཉིད་ཁྱུངས་བཙོན་ལ་ཟབ་གནད་ཆེ་བ་ཡིན།

དེ་བཞིན་སྤུལ་མ་ཨོ་རིམ་ཕྱིན་ལས་མཐའ་ཡས་ནས་འདི་ཉིད་ཀྱི་རྩི་རྩེ་མཆོག་མ་ལུས་དཔྱིན་ཡིག་དུ་བསྐྱུར་
བར་ངོས་ནས་བསྤྲུགས་བརྩོད་དང་སྤྱགས་རྩི་ཆེ་ཞེས་བརྩོད་རྒྱ་དང་། དེ་བཞིན་མར་ལིས་ཤེར་ས་གེ

(Marlies Poerschke) ནས་པར་སྐྱན་མཐུན་འགྱུར་བཅུས་པར་ཡང་དེ་མཚུངས་བརྩོད་རྒྱ་ཡིན། ཕྱག་

དེ་ལ་འདིས་སྒྲིབ་པ་ཞིག་ལ་ཕན་ཐོགས་སྒྲུབ་ཆེ་ཡོང་བའི་སྒོན་འདུན་གྲུགས་དྲག་དང་།

སྒྲུབ་མའི་ནལ་འགྱོར་ཉམས་སྒྲུབ་ལེན་ཐབས་ཀྱི་ཕྱག་དཔེ་འདི་ཉིད་བྱིན་སྒྲུབས་ཀྱི་ཚན་ཁ་བྱང་པར་ཅན་ཞིག་
ཡིན་སྟབས། འདི་ཉིད་སྒྲིག་པ་དང་ཉམས་སྒྲུབ་ལེན་པར་འདོད་པའི་སྒྲོབ་མ་ཀྱན་ནས་ཐོག་མར་སྒྲུབ་མ་ཚད་
ལུན་ཀྱི་རྩང་ནས་འདི་ཉིད་ཀྱི་ལུང་དང་མན་ངག་ཟབ་མོ་ཞུས་ཏེ་ཉམས་སྒྲུབ་ལེན་དགོས་པས་དེ་ལྟར་སྒྲོ་ངེས་
མཛོད།

ཀམ་པ་ཨོ་རྒྱན་ཕྱིན་ལས་དོ་རྩེ་ནས། ཕྱི་ལོ་ ༡༠༡༥ ལྷ་བ་བཅུ་གཅིག་པའི་ནང་།

༼བསྟན་འཛིན་རྣམ་རྒྱལ་ནས་དབྱིན་ཡིག་ལས་ཕབ་སྒྱུར་ཞུས།༽





རྩེ་བཅུ་དྲུག་པ་རིག་པའི་རྩེ་རྩེ་ལྷ་མའི་ནལ་འབྱོར་སྤྱོད་བཞིའི་སྤྱོད་ཀྱི་ སྤྱོད་ཕྱིད་བདུད་ཅིའི་ཆར་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།

༣༡ །ན་སོ། །

སྤྱིགས་མའི་གདུལ་དཀའ་འདུལ་མཛད་པ། །

ནམ་འབྲེན་སྒྲ་མར་གྲུས་བདུད་དེ། །

སྐལ་ལྷན་སྒོ་ཡི་ཀྱ་སྤྱད་ཆལ། །

འབྱེད་པའི་བདུད་ཅིའི་ཐིག་ཐོང་སྒོ། །

དེ་ཡང་ཐུན་མོང་གི་ཆོས་དང་འདོད་ཡིད་ཆོས་ཀྱི་བསམ་པ་དང་། །གཞན་གཞོད་གཞིར་བཅས་སྤང་ཞིང་། །གཞན་ཕན་གཞི་དང་བཅས་པ་སྤྱུབ་
པའི་དམ་བཅའ་སྒོན་དུ་བཏང་ནས། །དངོས་གཞི་ནི།

ཨོ་སྤྱ་སྤྱ་མ་ཤུག་སའ་ཉམ་ཉམ་སྤྱ་མ་ཤུག་ཏི།

ཆོས་དབྱིངས་སྤྱོད་མེད་སྒོས་བལ་དབྱིངས་རོལ་ནས། །

གཞོམ་མེད་རྒྱ་དའི་དབྱིངས་ཀྱི་ངང་ཉིད་ལས། །

མདུན་མཁར་ཀུན་བཟང་མཆོད་སྤྱོད་རྒྱ་མཆོའི་དབུས། །

ཡིད་འཕྱོག་སེང་ཁི་པ་སྒྲ་སྒྲ་བའི་སྤྱོད་། །

སྐད་ཅིག་བརྒྱན་རྩོགས་ཅ་གསུམ་འདུས་པའི་སྤྱོད་། །

རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་ཞི་འཇུག་སྤྱོད་སྤྱོད་མཛད་སྤྱོད་། །

མཐོང་གྲོལ་ཞུ་ནག་གསེར་མདོངས་འབྱུང་ཞུ་གསོལ། །

ཕྱག་གཉིས་ཐབས་ཤེས་བྱུང་འཇུག་དོར་དེལ་འཛིན། །

ཆོས་གོས་ནམ་གསུམ་གསོལ་ཞིང་ཞབས་སྤྱོད་ཀྱང་། །

བདེ་སྤྱོད་གཉིས་མེད་དབྱིངས་ལས་མ་གཏོས་པར། །

མཆོན་དཔེའི་རྒྱན་ལྷན་གཟི་བྱན་འབར་བཞིན་བཞུགས། །

ཞེས་སྒོ་གདང་ལིང་འགེལ་ཅི་མཛད་ཁྱེད་མཁྱེན་གྱིས་སྒོས་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ནི།

སྐྱབས་གནས་ཀྱན་འདུས་རིན་ཅན་སྤྲ་མ་ལ།

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་སོགས་འགྲོ་བ་ནམས།

ཚོངས་པའི་ཐུན་པ་ཞི་བར་བྱིན་གྱིས་སྒོབས།

སྐྱེ་མེད་འོད་གསལ་འཆར་བར་མཛད་དུ་གསོལ།

ཅེས་ལན་ཁ་ཤས་བརྗོད་མཐར།

དཔལ་ལྷན་སྤྲ་མའི་གནས་གསུམ་འབྲུ་གསུམ་ལས།

འོད་ཟེར་དཀར་དམར་མཐིང་གསུམ་གཅིག་ཆར་འཕྲོས།

རང་གི་སྒོ་གསུམ་ལ་ཐིམ་དབང་བཞི་ཐོབ།

ཉོན་ཤེས་སྒྲིམས་འདུག་བག་ཆགས་ཀྱན་སྦྱངས་ནས།

ནམ་གྲོལ་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་མཛོད་དུ་བྱས།

མ་བཅོས་གཉུག་མའི་ངང་དུ་ལྷག་པར་བཞག།

ཀམ་པ་མཁྱེན་ནོ།

གངས་མང་བསྐྱེ། སྤྲ་མའི་སྐྱེ་གསུང་བྱགས་དང་རང་གི་ལྷས་ངག་ཡིད་གསུམ་དབྱེར་མེད་བསྐྱེས་ཏེ། འཁོར་གསུམ་མི་རྟོག་པའི་ངང་ཅི་རུས་སུ་
མཉམ་པར་འཛོག་གོ། མཇུག་དུ་དགེ་ཚོགས་གོང་འཕེལ་དུ་བྱ་བའི་བསྐྱེ་སྒོན་ནི།

དགེ་བས་འགྲོ་ཚོགས་མཁའ་མཉམ་ཡིད་ཅན་གྱིས།

ཐོག་མེད་ནས་བསགས་སྒྲིག་ལྷང་བག་ཆགས་དང་།

ཀྱན་བརྟགས་འཁྲལ་པ་ལྷག་མེད་རབ་བསལ་ཏེ།

གཞི་དབྱིངས་ཀྱན་བྱབ་རང་ངོ་ཤེས་པར་ཤོག།

བསྐྱེ་མེད་སྒྲོན་ལམ་རྒྱ་མཆོའི་གོ་བཅན་ཅིང་།

ཡེ་ནས་བྱང་ཆུབ་རྒྱ་མཆོར་ཡོངས་བསྐྱེས་པས།

བསྐྱེ་བྱ་སྐྱེ་བྱེད་རྒྱ་མཆོའི་མཐའ་བལ་ཀྱང་།

འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོ་དོང་ནས་སྐྱགས་སྐྱར་ཅིག།

གཞི་དབྱིངས་བྱབ་བརྒྱལ་འོད་གསལ་འདུས་མ་བྱས།

ལམ་གྱིས་མངོན་གྱུར་ངི་ལྟར་རབ་བཟོད་དེ། །

མཐར་ཐུག་འབྲས་བྱ་མངོན་སངས་རྒྱས་གྱུར་ཅིག །

སྐྱབ་ཞི་སྒྲ་མའི་གོ་འཕང་ཉིད་ཐོབ་ཤོག །

ཅེས་པའང་བྱ་རྟོད་ནམ་རྒྱལ་དོ་རྩེ་ནས། བཀྲ་ཤིས་པའི་ལྷ་རེག་གིས་མཐའ་བརྒྱན་ཏེ་བསྐྱལ་དོར། ཀམ་པའི་མཚན་གྱི་ཟེལ་བྱ་འཕོར་བའི་ཆ་ཤར་
གཏོགས་པ་བཅུ་དྲུག་པས། ས་ཁྱི་རྒྱ་སྟོད་སྒྲ་བའི་ཡར་ཆོས་ལ་ཤར་མར་བྲིས་པ་དགེ་ལེགས་འཕེལ། །



ལྷ་མའི་ནལ་འབྱོར་སྐྱ་བཞིའི་སྐྱ་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་བདུད་ཅིའི་ཆར་རྒྱན་གྱི་
འབྲེལ་བ་སྐྱ་བཞིའི་གོ་འཕང་འཛོལ་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

མཛད་པ་དོ། སྐྱབས་ཇེ་སངས་རྒྱས་མཉན་པ་རིན་པོ་ཆེ།

དེ་རྗེ་འཆང་ཆེན་ཅ་བའི་སྒ་ནི། །
བྱབ་བདག་རང་བྱུང་རིག་པའི་དེ་རྗེ་ལ། །
བདག་ཅག་སྒོ་གསུམ་གྲུས་པས་ཕྱག་འཆའ་ཞིང་། །
སྒོ་གསུམ་ལས་སུ་རུང་བར་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས། །

ཅེས་ཅ་བའི་སྒ་མ་དེ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོ་མཆོག་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་སྟོན་དུ་བཏང་ནས། སྐབས་སུ་བབས་
པ་ནི། རིགས་ཀྱི་བྱབ་བདག་དཔལ་ཤ་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་ཤསངས་རྒྱལ་ཀམ་པ་རྒྱལ་མཆོག་བཙུ་བྱག་པ་
ཆེན་པོ། ཤར་བྱུང་བྱབ་བདག་རིག་པའི་དེ་རྗེ་མཆོག་གི་སྒ་མའི་ནལ་འབྱོར་སྐྱབ་བཞིའི་ལྷ་གྱ་སྦྱེད་བྱེད་
བདུད་ཅིའི་ཆར་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱབ་ཟབ་མའི་འགྲེལ་པ་སྐྱབ་བཞིའི་གོ་འཕང་ཐོབ་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་
བཞུགས་སོ། །

དེ་ལ་སྐྱབས་སེམས་སྟོན་དུ་སོང་ནས། **ཨོ་སྤྲ་ལྷ་མ་**སོགས་སྤྲགས་འདིས་གཟུང་འཛིན་གྱི་ངི་མས་རྣམ་པར་
བསྐྱབས་པའི་ཉེས་ཆོགས་སྦྱངས་པ་ཡིན། དེ་ནས་མདུན་དུ་སྒ་མ་བསྦྱེད་པ། དངོས་གཞི་གསོལ་བ་འདེབས་
པ། དབང་བཞི་ལེན་ནས་རང་ངོ་སྦྱོང་བ། སྒ་མ་རང་སེམས་དབྱེར་མེད་དུ་བསྟེ་བའི་མཆོན་བཟུང་བ་བཅས་
བཞི་ལས།

དང་པོ་ནི་འཁོར་འདས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་གནས་སྤང་གི་ཆ་གང་ཡང་། གདོད་མ་ཉིད་ནས་གཞི་ཡི་བཞུགས་
ཚུལ་**ཆོས་དབྱིངས་**བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་ངང་ནས་ནམ་ཡང་མ་གཡོས། མི་གཡོ། གཡོ་བར་མི་འགྱུར་བ་
ཉི། རྒྱད་སྒ་མ་ལས།

རིན་ཆེན་ནམ་མཁའ་རྒྱ་དག་བཞིན། །
རྟག་དུ་རང་བཞིན་ཉོན་མོངས་མེད། །ཅེས་དང་།

ས་ར་ཏས།

ལྷན་ཅིག་སྦྱེས་གང་བདུད་ཅིའི་པོ། །
རྒྱན་མི་ཆད་པའི་བདག་ཉིད་དོ། །
རྒྱ་པོའི་རྒྱན་དང་ནམ་མཁའ་བཞིན། །
མི་འགྱུར་དུས་རྣམས་ཀྱི་དུ་གནས། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་།

ལམ་གྱི་སྐབས། གཞི་གནས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དེ་ཉིད་ལ་ངོ་ཤེས་པར་བྱེད། དེ་ནས་དེ་ལ་ཡང་ཡང་འདྲིས་ཅིང་
གོམས་པར་བྱ་དགོས་པས། དེའི་ཐབས་ལ་སླ་མ་ཉམས་རྟོགས་ཅན་ཞིག་ལ་བསྟེན། དེའི་ཞལ་སྤྲ་ནས་ཡང་
དག་པའི་ལྷ་སྒོམ་སྟོད་གསུམ་གྱི་མན་ངག་ལེགས་པར་འོད་དེ་རྒྱུད་ལ་དེ་དག་གི་གནད་ཟབ་མོར་བརྟན་པ་
མ་ཐོབ་བར་དུ། ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་གྱི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་ཅིང་། དེའི་འབྲས་བུ་ཆོས་རྣམས་སྐྱེ་བ་མེད་པ་
རབ་ཏུ་རྟོགས་སྟབས་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། འཇུག་པར།

དེ་ཕྱིར་འདི་ལྟར་སྟོན་པས་ཆོས་རྣམས་ཀྱུན། །
གདོད་ནས་ཞི་ཞིང་སྐྱེ་བུ་ལ་རང་བཞིན་གྱིས། །
ཡོངས་སུ་བྱ་ངན་འདས་པ་གསུངས་སྟུར་པ། །
དེ་ཕྱིར་ཏྲག་ཏུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་དང་།

བྱམས་སྟོན་ལས།

མ་སྐྱེས་པ་དང་མི་འབྱུང་དང་། །
རང་བཞིན་མ་མཆིས་གནས་མ་མཆིས། །
རྣམ་རིག་མ་མཆིས་དངོས་མ་མཆིས། །
སྟོང་པའི་ཆོས་ནི་རྟོགས་པར་ཤོག །ཅེས་པ་ལྟར་རོ། །

དེ་ལྟར་གོང་དུ་བཤད་ཟིན་གྱི་དོན་རྣམས་དངོས་བསྟན་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་རབ་ཏུ་བརྗོད་དེ། དེ་ནས་སྟོང་
ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡང་། ཅི་མེད་ཅང་མེད་རྟོག་མེད་ཅམ་དུ་ལྷས་པ་མིན་པ། སོ་སོ་རང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་
དང་རྣམ་དབྱེར་ཡེ་ནས་མི་བྱེད་པ་ལ་ངང་གིས་གནས་ཤིང་། སྟོ་བུར་འཁྱལ་པའི་སྐྱེ་གྱིས་ནམ་ཡང་གཤེས་
ལ་གོས་མ་ཐོང་བས་ན་སྟོས་བྲལ་ཞེས་བརྗོད་ལ། དེས་རང་བཞིན་གསལ་བའི་ཆ་སྟོན་ཅིང་། དེ་ཡང་ཕྱག་
ཆེན་སྟོན་ལམ་དུ།

བཟང་ཞེན་ཉམས་ཀྱི་འཛིན་པ་རང་སར་གྲོལ། །
ངན་རྟོག་འཁྱལ་པ་རང་བཞིན་དབྱིངས་སུ་དག། །
ཐ་མལ་ཤེས་པ་སྤང་སྤང་བུལ་ཐོབ་མེད། །
སྟོས་བྲལ་ཆོས་ཉིད་བདེན་པ་རྟོགས་པར་ཤོག །ཅེས་དང་།
ཤེས་རབ་འབྲུག་རྒྱལ་གྱིས་ཀྱང་།

ཕྱི་སྒྲིབ་བ་གཞུགས་བརྟན་སྟོང་པ་དང་། །
ནང་རིག་པ་སློ་ལས་འདས་པ་གཉིས། །
གདོད་བྱང་འཇུག་ཏུ་གནས་པ་ངོ་ཤེས་པས། །
ལྷ་བ་མཐའ་བྲལ་གྱི་དོན་ལ་རང་བྱན་ཚུད། །ཅིས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དེ་ལྟར་གསལ་སྟོང་འདྲ་འབྲལ་མེད་པའི་**དབྱིངས་**ལས། འབད་ཚྱལ་དང་བྲལ་བའི་འགག་མེད་གྱི་**རྩལ་**རྩལ་
སྒྲ་ཆོགས་སུ་ཅེན་**ནས།** བདེ་སྟོང་གི་དགའ་བ་རབ་ཏུ་བཞད་པ་ཐབས་དང་ཚྱལ་བ་ལས་བྱང་བ་མ་ཡིན་པ།
དེ་ཡང་ཡས་བྱོན་དང་མས་བརྟན་གྱི་དགའ་བས་རྐང་མཐེབ་ནས་སྤྱི་གཙུག་ཏུ་སོན་པས། འབྲས་བུའི་དགའ་
བར་རིག་སྟེ་རྩ་གཙོ་མོ་གསུམ་དང་། འཁོར་ལོ་བཞིའི་མདུད་པ་ཕྱ་རགས་ཀྱན་རང་སར་གྲོལ་བས་གསང་
སྒྲགས་པོ་ཉའི་ལམ་དུ་མངའ་དམ་པར་བརྟེན་ཏེ་**གཞོན་དུ་མེད་**པའི་རྒྱལ་སར་བརྟན་པ་འཕྲོལ། འོན་ཀྱང་།
ངེས་ཀྱི་དུ།

རྒྱ་མཚོ་ཚུ་སྤྱན་གནས་གྱི་རྒྱབས། །
དུས་ལས་ཡོལ་བར་འགྱུར་སྤིད་ཀྱང་། །
གདུལ་བར་བྱ་བའི་སྤྱི་རྒྱུ་ལ། །
སངས་རྒྱས་དུས་ལས་ཡོལ་མི་མངའ། །ཞིས་པ་ལྟར།

རྒྱ་དཔེ་རང་སྤྱི་བསྐྱེད་པའི་རྒྱུ་གྱིས་འགོ་ལ་རྩིས་སུ་རབ་ཏུ་ཆགས་པས་དམིགས་པ་མེད་པའི་སྟོང་རྩི་
ཆེན་པོའི་**དབྱིངས་**གྱི་རྩལ། ཉམ་ང་དང་བྲལ་བའི་ཐུལ་གཞོན་སྤྱི་གསལ་མཐའ་མེད་པའི་བཅེ་ཆེན་བྱང་འཇུག་
ངང་ཉིད་ལས་སྐད་ཅིག་གིས་**མདུན་**གྱི་ནམ་**མཁའ་**། དངོས་འདྲིན་དང་མཚན་འདྲིན་གྱི་འབག་བཙོག་གིས་
མ་གོས་པར། ཟག་མེད་**ཀྱན་དུ་བཟང་**པོའི་སྟོང་ནས་སྤུལ་པའི་གནམ་ས་གང་བའི་**མཚོད་**པ་འཛད་དུ་མེད་
པ་**སྤྱིན་**གྱི་སྤྱང་པོ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ལྟར་དང་། གཏིང་མཐའ་བྲལ་བ་**རྒྱ་མཚོ་**ལྷ་བུ་རབ་ཏུ་གཏམས་ཅིང་
དཀྱིགས་པའི་**དབུས་**སྤྱི་ ལྷ་སོགས་འགོ་བ་རྒྱུས་གྱིས་མཐོང་མ་ཐག་**ཡིད་**ཀྱན་ནས་**འཕྲོག་**པར་བྱེད་པའི་
སེང་གའི་**ཁྱི་**སྟེ། ལྷ་བ་ངན་པའམ་བྱིན་ཅི་ལོག་པའི་ཆོགས་རྒྱུས་འཛོམས་པར་བྱེད་པའི་བར་མཚོན། **པརྒྱ་**
ནི་གཤིས་ལ་སྟོན་གྱིས་མ་གོས་པའི་བད། **སྤྱི་**ནི་འགོ་བའི་ཉོན་མོངས་པའི་ཆ་གདུང་སེལ་བྱེད་གྱི་བད། དེ་
དག་གི་**སྟོང་དུ་སྐད་ཅིག་ཉིད་དུ་བརྟན་རྫོགས་**ཏེ། སྤྱི་མའི་སྤྱི་རིམ་བཞིན་དུ་བསྐྱེད་པའི་ཚྱལ་བར་མི་བརྟན་
པར། སྟོ་བུར་དུའམ་ལམ་གྱིས་སྤྱི་ཡི་ཆ་ཤས་བ་སྤྱི་སྤྱི་མོ་དང་བཅས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་གསལ་འདེབས་པ་
སྟེ། དེ་ཡང་སྟོན་འབྲུང་ལས།

བསྐྱེད་པའི་རིམ་པའི་དགྲིལ་འཁོར་བསྐྱོམ།
བརྟུལ་འབྲིང་དག་གིས་བསམ་པར་བྱ།
ཚོན་པོ་སྐད་ཅིག་ནམ་པ་ཡིས།
སེམས་ཅམ་ཉིད་ཀྱི་དགྲིལ་འཁོར་ཏེ།
སྐད་ཅིག་ནམ་པའི་ནལ་འབྱོར་གྱིས།
རྫོགས་པའི་རིམ་པ་བསྐྱོམ་པར་བྱ། །ཞེས་པ་ལྟར།

བསྐྱེད་པའི་རིམ་པ་འདི་ལ་དབང་པོ་བརྟུལ་འབྲིང་ནམ་གསུམ་ཡོད་པ་ལས། དང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་རིམ་གྱིས་
བསྐྱེད་པ་དང་། ཚོན་པོས་སྐད་ཅིག་གིས་གོང་སྐྱེད་བྱེད་པ་གསུངས་པ་ཡིན། གཞན་ཡང་ནལ་འབྱོར་རྫོགས་
ཐོང་ཏུ་གསུངས་པ་ལྟར། སྐད་ཅིག་གིས་བསྐྱེད་པ་ལ། ཟབ་མོ་བསྐྱེད་རིམ་མམ་མི་ཟབ་པའི་རྫོགས་རིམ་
ཞེས། དབང་ཚོན་གྱི་ལྷ་ཡི་ནལ་འབྱོར་གསུངས་པའང་ཡོད་པས། གང་ལྟར་བསྐྱོམ་བྱ་ནི་**ཆ་བ་གསུམ་འདུས་**
པའི་སྐྱེཞེས་གསུངས་ཏེ། ཕྱིན་ཤུགས་ཀྱི་ཆ་བ་སྤྲུལ་། དངོས་གྲུབ་ཀྱི་ཆ་བ་ཡི་དམ། ཐིན་ལས་ཀྱི་ཆ་བ་ཆོས་
སྐྱོང་དེ་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན། རི་སྐད་ཏུ།

སྤྲུལ་སངས་རྒྱས་སྤྲུལ་མ་ཆོས།
དེ་བཞིན་སྤྲུལ་མ་དགེ་འདུན་ཏེ།
ཀུན་གྱི་བྱེད་པོ་སྤྲུལ་ཡིན། །ཞེས་དང་།

སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་སྐྱེ།
རྡོ་རྗེ་འཇིན་པའི་ངོ་བོ་ཉིད། །ཞེས་དང་།

མཐའ་དག་ཡོན་ཏན་རྫོགས་པའི་སྤྲུལ་མ་ བོ།
སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་ཐུགས་རྗེ་ཡེ་ཤེས་ཁམས།
གདུལ་བྱའི་ཡུལ་ལ་སྐྱེས་བྱའི་གཞུགས་ཀྱིས་བྱོན།
དངོས་གྲུབ་ཀུན་གྱི་ཆ་བ་སྤྲུལ་ན་མེད། །ཅིས་པ་ལྟར།

དེ་ལྟ་བུའི་དགོན་མཆོག་ཀུན་འདུས་ཀྱི་ངོ་བོ། **ཆ་གསུམ་ཀུན་འདུས་ཀྱི་བདག་ཉིད་དེ་ནི།** **རྒྱལ་བའི་དབང་**
པོ་སྐྱེབདུད་བཞིའི་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་ཞིང་། འབྲས་བུ་འཆི་མེད་རྟག་བརྟན་སྤྲུལ་ན་མེད་པར་དབང་བརྟེན་
པའི་སྐྱེས་མཆོག་ སྤྲུལ་མའི་ཡང་སྤྲུལ་། གོང་མའི་ཡང་གོང་མ། རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཐིན་ལས་ཀྱི་རང་གཞུགས་

ཡདཔལ་ཀྱལ་དབང་ཡཀམ་པ་ཆེན་པོ་བཅུ་དྲུག་པ་ཡར་བྱང་བྱལ་བདག་རིག་པའི་རྡོ་རྗེ་མཆོག་ ཐུགས་
ཟག་པ་མེད་པའམ་དམིགས་པ་མེད་པའི་སྤྲིང་རྗེ་ཆེན་པོས་གདུལ་བྱ་རིགས་ཅན་གསུམ་ནམ་ཡང་མི་འདོར་
བ་མཆོན་ཐྱིར། **ཞི་བ་དང་འཇུག་པའི་ཡོན་ཏན་ཏེ།** ཞི་བ་ནི་རང་དོན་དུ་སྤངས་པ་སྤུན་ཆོགས་དང་། འཇུག་
པ་ནི་གཞན་དོན་དུ་བཅེ་སྟོང་བྱང་འཇུག་གི་ཡོན་ཏན་མངའ་དབང་འབྱོར་བ། དེ་ལྟའི་ཞི་འཇུག་གི་ནམ་
པར་ཤར་བའི་ཞལ་དཀྱིལ་**སྟོན་**ཀའི་**སྒྲ་བ་**ལྟར་མངོས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་**མདངས་**དང་ལྡན་པ། དབུ་ལ་
དུས་གསུམ་ཀྱལ་བའི་ཡེ་ཤེས་གི་རང་སྤང་ལས་བྱལ་བའི་སྐལ་པ་ཤིན་ཏུ་ལྡན་པ་དག་བཙོས་མ་མ་ཡིན་པའི་
མོས་གུས་གིས་མངལ་ཅམ་གིས་སམ་**མཐོང་བ་**ཅམ་གིས་རྒྱད་མ་རིག་པ་ལས་**གྲོལ་**རུས་པ་སྟེ། དེའང་འཇམ་
དཔལ་མཆོན་བརྗོད་ལས།

ཅོད་པཎ་བཟང་པོ་མཐོན་ཀའི་ཆེ།
སྒྲ་མཆོག་མཐོན་ཀ་ཆེན་པོ་འཆང་།
འོར་བུ་ཆེན་པོ་འོད་ཆགས་དཔལ།
སངས་རྒྱལ་སྤུལ་པའི་རྒྱན་དང་ལྡན།
འཇིག་རྟེན་ཁམས་བརྒྱ་ཀུན་བསྟོད་པ།
རྩུ་འཕྱུལ་རྒྱུ་པའི་སྟོབས་ཆེན་ལྡན།
དེ་ཉིད་བྲན་པ་ཆེན་པོ་འཆང་།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གི་ཡོན་ཏན་མངའ་བའི་དབུ་ལ་**ལྷ་ནག་གསེར་གི་མདོངས་**ཅན་གིས་སྤྲས་པ། རོ་བོ་ནི་
ཡེ་ཤེས་གི་མཁའ་འགོ་མ་**འབུམ་**གི་དབུ་སྒྲིམ་**ལྷ་སྟེ།** དབུ་ལྟའི་ནམ་པར་གསལ་བ་དབུ་ལ་གསོལ་བ། **ཐུག་**
གཉིས་ཐབས་བདེ་བ་ཆེན་པོ་དང་། **ཤེས་**རབ་སྟོང་པ་ཉིད་ཡེ་ནས་དབྱེར་མི་བྱེད་པ་བྱུང་དུ་**འཇུག་པ་**མཆོན་
པའི་བརྟུང་། **རྡོ་རྗེ་དང་དྲིལ་བུ་**ཐུགས་ཀར་བསྟོལ་སྟབས་སུ་**འཛིན་པ།** སྐུ་ལ་**ཆོས་གོས་ནམ་གསུམ་གསོལ་**
ཞིང་སྟེ། རྗེས་འཇུག་པ་ནམས་ལ་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ལ་འཇུག་པའི་ལམ་གི་རིམ་པ་ཐོག་མར་ཆོས་འདུལ་བ་
ནས། གཉིས་མེད་རྒྱུད་བར་ལྟ་སྟོད་ཡ་མ་བྲལ་བར་བསྐྱབ་དགོས་པར་བསྟན་པ་ཡིན། **ཞབས་སྐྱིལ་གྱང་ནི།**
འཁོར་འདས་གཉིས་གི་མཐར་མི་གནས་པ་དང་། དེ་ལས་རབ་ཏུ་འདས་པ་སྐུ་གཉིས་བྱང་འཇུག་གི་རྒྱལ་
ཐབས་ལ་དབང་བརྟེས་པའི་བར། ཐུགས་**བདེ་**ཆེན་ལྟན་ཅིག་སྒྲིམ་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་། ནམ་པ་ཀུན་གི་མཆོག་
དང་ལྡན་པའི་**སྟོང་པ་**ཉིད། གདོད་ནས་གཟུང་འཛིན་སོགས་རྟོག་པའི་དྲི་མ་ཕྱ་རགས་གིས་གོས་མ་ཁྱོང་
བས། **གཉིས་མེད་བྱལ་བརྟུང་ཆེན་པོའི་དབྱིངས་ལས་**ནམ་ཡང་མ་གཡོས། མི་གཡོ། གཡོ་བར་མི་འགྱུར་བའི་

ཆོས་ཉིད་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་རོལ་པར་ཏེ། ལྷ་ལི་ཀྲ་ལི་ཚུ་སྤང་ཆེན་པོའི་རྒྱུད་ལས།

མ་རྟོར་ལམ་མཆོག་སྒྲིང་པོ་དོན་གྱི་བད། །
ཆོག་ལམ་ཆད་པ་རྟོགས་མེད་ཤིང་རྟའི་སྟོལ། །
དོན་གྱི་བསྐྱེད་བཞེད་སྤྲེལ་པའི་བསྐྱེད་སྤྱབ་ཟབ། །
དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་ཐུགས་ཀྱི་ཉིང་ཁུ་ཡིན། །ཞེས་དང་།

ས་ར་ཏ་ཞབས་ཀྱི་བཙུན་མོའི་དོ་ཏར།

བསམ་མེད་ཡུལ་ལ་བརྟག་ཏུ་མེད། །
ཡུལ་མེད་སྒྲོམ་པར་ག་ལ་འགྱུར། །
སྒྲོམ་མེད་ཉིད་ཀྱང་ཡོད་མ་ཡིན། །
དེ་ཡི་དོན་ལ་གང་འདྲིས་པ། །
སངས་རྒྱུ་ཀུན་གྱི་ཐུགས་དང་མཉམ། །ཞེས་དང་།

ནལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཐུག་བེར་སྤྲེལ་པས་ཀྱང་།

རིག་པ་གཞི་ལ་དག་པས་རྫོགས་སངས་རྒྱུ་ཅེས་བཞེད། །
ཆོས་སྒོ་བདེ་སར་སྒྲོལ་བས་ཐུ་ངན་འདས་ཅེས་བེར། །
མ་བཅོས་མ་བསྐྱར་སྤང་ཐོབ་ཀུན་ལས་ཡོངས་སུ་གྲོལ། །

ཅེས་སོགས་གསུངས་པའི་དོན་བཞིན་དུ། དེའི་ངང་ལས་དག་དང་མ་དག་གི་གདུལ་བྱ་ནམས་ཐབས་ལ་
ཡོངས་སུ་མཁས་པས་འདུལ་བའི་ཕྱིར། **མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ཀྱི་རྒྱན་གྱིས་སྤྲོས་ཤིང་།** ཐུན་མོང་གི་ཡོན་ཏན་
སྣ་ཆོགས་སུ་**ལྷན་པའི་གཟེ་བྱིན་རབ་ཏུ་འབར་བཞིན་དུ་བཞུགས་པར་མོས་ཤིང་།** ལུས་གྲས་པའི་ཐུག་དག་
གྲས་པའི་བསྟོད་པ། ཡིད་གྲས་པའི་གསོལ་འདེབས། སྤྲེལ་མ་བྱེད་ཉིད་ཁོ་ནར་སྒོ་གཏད་ཡིད་ཆེས་ལིང་གིས་
བཀལ། ཅི་གསུངས་ཆད་འདྲིན་དང་། ཅི་མཛད་ལེགས་མཐོང་། བདག་ལ་སྦྱིད་སྦྱག་ལེགས་ཉེས་གང་བྱུང་
ཡང་སྤྲེལ་མ་བྱེད་ཀྱིས་མཐུན་སྒྲུལ་པའི་བཅོས་མིན་སྒོས་གསོལ་བ་ཞེ་ཐག་པ་ནས་བཏབ་ན། འཐེབ་རྒྱ་ཡོད་
ངས་ཀྱི་རྩི་བཙུན་དམ་པ་བྱེད་ཁོ་ན་ཡིན་པར་སྒོ་ཐག་བཅད། རེ་དྲོགས་བདེ་པས། ད་དངོས་གཞི་གསོལ་བ་
འདེབས་པ་ནི། དཀོན་མཆོག་ཀུན་འདུས། ཚ་གསུམ་གཅིག་འདུས། ཀུན་འདུས་ཡིད་བཞིན་གྱི་རྒྱལ་པོ་སྤྲེལ་
མ་རིན་པོ་ཆེ་བྱེད། **སྤྱབས་གནས་གཅིག་ཆོག** དུས་གསུམ་སངས་རྒྱུ་ནམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཀུན་འདུས་པ།

བདག་སོགས་སེམས་ཅན་ལས་ཉོན་གྱི་གཞན་དབང་དུ་འཕྱན་ཅིང་སྤྲུལ་མཐའ་མེད་པའི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་ཁོལ་
པོར་སྒྱུད་པའི་ལས་ངན་པ་ཅན་རྣམས་ལ་བཀའ་**དྲིན་**བསྐྱེད་པའི་བར་དུ་འང་གཞུལ་བར་དཀའ་བའི་བདག་
ཉིད་**ཅན་**ཀྱི་ཅ་བའི་**སྤྲུལ་ལ།** འདི་ནས་བཟུང་བྱང་ཆུབ་སྣང་པོ་ལ་མ་རེག་གི་བར་དུ་སྣང་ཁྱེད་རུས་པའི་
གཏིང་ནས་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་པར་ཤེས་པས་**གསོལ་བ་འདེབས་**པ་ལགས་ན། བཅེ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་སྒྲོང་ནས་
ངེས་པར་གསུན་གྱིན་ཡོད་དོ་སྟུང་པའི་ངེས་ཤེས་ཐེ་ཆོམ་དང་བྲལ་བར་རྒྱུད་ལ་སྒྲེས་**སོ།** |དེའི་ཕྱིར་ན་
བདག་སོགས་སྤྱད་པའི་སྤྱད་དུ་འཕྱོམ་པའི་**འགྲོ་བ་རྣམས།** རི་རྒྱུད་དུ།

སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་སངས་རྒྱས་ཉིད། །
འོན་ཀྱང་སྒོ་བྱར་དྲི་མས་བསྐྱིབ། ཁྱེད་དང་།

ཕྱག་ཆེན་སྒོན་ལམ་ལས།

འགྲོ་བའི་རང་བཞིན་རྟག་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱང་། །
མ་རྟོགས་དབང་གིས་མཐའ་མེད་འཁོར་བར་འབྱམས། །
སྤྱད་བསྐྱེད་སྤྲུལ་མཐའ་མེད་པའི་སེམས་ཅན་ལ། ཁྱེས་པ་ལྟར།

རྫོངས་པའི་སྤྱད་སྤྱད་ཅི་ཡང་མི་ཤེས་པའམ་རང་སེམས་གདོད་ནས་དག་པའི་སངས་རྒྱས་ཡིན་པ་མི་ཤེས་
པའི་དྲི་མ་རང་བཞིན་མེད་པ་དང་། དྲི་མ་གཤེས་ལ་མ་ཞུགས་པ་སྟེ། རྒྱུད་སྤྲུལ་མར།

སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་གང་ཡིན་པ། །
དེ་ནི་ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་འགྱུར་མེད་དེ། །
ཡང་དག་མིན་རྟོག་ལས་བྱུང་འདོད་ཆགས་སོགས། །
སྒོ་བྱར་དྲི་མས་དེ་ཉོན་མོངས་མི་འགྱུར། །

ཅེས་གསུངས་པའི་དོན་ལེགས་པར་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པས་དེ་ལྟའི་སྒོ་བྱར་བའི་དྲི་མ་རང་སར་**ཞི་བའམ་**སྤྱུལ་
མདུད་རང་སར་གྲོལ་བ། འབྲུག་རྩམ་རྒྱུ་བའི་དཔེ་ལྟར། སྤྱི་བ་བྱེད་ཀྱི་ཉེས་ཆོགས་དག་ཐུབ་པར་**བྱིན་**
གྱིས་རྫོངས་ཅིག དེ་དག་ཉེ་བར་ཞི་བའམ་དག་པས། སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་**སྤྱི་བ་མེད་**པ་སྟེ། ཉེ་ལོ་པས།

མི་བསམ་མི་མཐོ་བརྟག་དཔྱད་མི་བྱ་ཞིང་། །
མི་སྒྲོམ་མི་དཔྱོད་རེ་དོགས་མི་བྱ་བར། །

དེར་འཛིན་སྒོ་ཡི་འདུ་བྱེད་རང་སར་གྲོལ།
དང་པོའི་ཆོས་ཉིད་སྒྲིང་དུ་དེ་ཡིས་ཐེབས། །ཅིས་དང་།

སྒོ་བ་དཔོན་ནག་པོ་པས།

རྣམ་པར་ ཉོག་པ་ཉིད་འཁྲུལ་ཏེ།
ཡུལ་དང་མཁན་པོ་གཉིས་མ་གྲུབ།
མི་ཉག་བརྩན་པས་བདེན་པ་མེད།
དེ་བས་དེ་ཉིད་འཁྲུལ་པའི་ལམ།

ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་སྒྲིང་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་དང་། **འོད་གསལ་**ཞེས་བྱ་བ་ནི། རྒྱལ་བ་མི་ཉི་པས།

དེ་ཕྱིར་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཉིད།
ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་ངང་ཉིད་ལས།
དེ་ལ་བཙས་ཤིང་བསྐྱར་དུ་མེད།
གང་གིས་དེ་ཉིད་མངོན་ཉོགས་ན།
སྤང་སྲིད་ཐམས་ཅད་ཕྱག་རྒྱ་ཆེ།
ཆོས་སྐུ་ཁྱབ་གདལ་ཆེན་པོ་འོ། །ཞེས་དང་།

ཆད་མེད་བདེ་ཆེན་རང་བཞིན་ཤེས་རབ་ནི།
ཉི་ཟླའི་འོད་བཞིན་ཕྱོགས་དང་བྲལ་བ་སྟེ།
ཀྱི་ཉོན་ལ་འགྱུར་རང་བྱུང་ངོ་མཆར་ཆེ།

ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ལྟའི་ཡུལ་སེམས་གཉིས་འཛིན་ཀྱི་ངོ་མ་ཕྱ་རགས་མཐའ་དག་ཟད་པས་སེམས་ཀྱི་མཆོན་
ཉིད་སྒྲིང་པ་དང་། རང་བཞིན་འོད་གསལ་དབྱེར་མེད་ཟུང་འདུག་ཆེན་པོ་རྒྱུད་ལ་**འཆར་བར་མཛད་དུ་**
གསོལ་ཅེས་པའི་གསོལ་འདེབས་འདི་ཡི་དོན་སེམས་རྒྱུད་ལ་མ་འབྲེས་བར་དུ་ལན་གངས་དུ་མ་བསྐྱར་
དགོས། དེ་ནས་དབང་བཞི་ལེན་ནས་རང་ངོ་སྒྲིང་བ་ནི། དེ་ལྟར་གོང་དུ་ལེགས་པར་གསལ་བཏབ་པའི་
དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མའི་སྐུ་ཡི་གནས་གསུམ་དུ་ཨོ་ཨུཌྱི་གི་**འབྲུ་གསུམ་ལས།** དག་བྱེད་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་རང་
གཞུགས་**འོད་ཟེར་དཀར་དམར་མཐིང་གསུམ་ཅིག་ཅར་འཕྲོས་ཏེ་རང་གི་སྒོ་གསུམ་སོ་སོ་ལ་ཐིམ་པས།** སྐུ་
གསུང་ཐུགས་གསུམ་དང་དེ་གསུམ་དབྱེར་མི་བྱེད་པའི་དབང་བཞི་ཐོབ། དག་བྱེད་ཉོན་རྒྱིབ་**ཤེས་རྒྱིབ་སྒྲོམས་**

འཇུག་གི་སྒྲིབ་པ་བཀ་ཆགས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ཀུན་སྦྱངས་ནས། འཕྲོ་བ་བྱ་འབྲས་བྱའི་སྐྱེ་གསུམ་ཤུགས་ལ་བཞུན་
ནས། དངོས་སུ་བཞུན་པ་ནམ་གྲོལ་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་མངོན་དུ་བྱ་བ་ནི་དབང་བཞི་སྒྲང་བའི་སྒོ་ནས་བྱིན་སྐབས་
རྒྱད་ལ་འཇུག་པའི་རིམ་པ་ཡིན།

དེ་ཡི་དོན་ནི། སྐྱེ་མའི་བྱིན་སྐབས་དབང་གི་སྒྲིང་ནས་འཕྲོ་བ་དགོས་ལ། དེར་མ་བཞེན་པར་བྱིན་སྐབས་
རྒྱད་ལ་འཇུག་པ་དཀའ། དེའི་རིམ་པ་ལའང་། རྒྱད་མ་སྒྲིན་པ་སྒྲིན་པར་བྱེད་པ་རྒྱའི་དབང་། སྒྲིན་པ་ཉམས་
སུ་ལེན་པ་ལམ་གྱི་དབང་། སྒྲངས་པའི་འབྲས་བྱ་མཆོག་ཐོབ་པ་འབྲས་བྱའི་དབང་ཞེས་གྲགས། ཡིན་ནའང་
འདིར་བྱིན་སྐབས་འཕྲོ་བའི་དབང་ངམ། རྒྱུགས་པ་ཆེན་པོའི་སྐབས་རིག་པ་རྩལ་གྱི་དབང་ཞེས་གྲགས་པ་དེ་
ཉིད་སྐྱེ་མ་རྩི་རྩེ་འཆང་དངོས་སུ་མཐོང་ཞིང་། དེར་གསེལ་བ་བཏབ་སྟེ་དབང་བཞི་ནང་ཟབ་མོ་ཉིང་ངེ་
འཛིན་གྱིས་སྒྲངས་པས། རྒྱུགས་པའི་ཡེ་ཤེས་རང་བྱུང་རྒྱད་ལ་བསྐྱེད་ཅིང་། དུག་ལྗེའི་གཙོང་ནད་རང་སར་
དག་པའི་ཐབས་ཀུན་གྱི་མཐར་ཐུག་པ་བྱིན་སྐབས་ཀྱི་འཇུག་སྒོ་དེ་བས་ཟབ་པ་གཞན་མེད་པས། ལམ་ཟབ་
མོ་སྐྱེ་མའི་ནལ་འཕྱོར་དུ་གྲགས་པའི་དོན་དེ་ཡིན།

དེ་ལྟར་དབང་བཞིའི་ཉམས་ལེན་ལ་དབང་དམ་པའི་ས་རོལ་དུ་སོན་པས་རྩི་རྩེའི་ལྷས་ཀྱི་ཡུལ་ཉི་ཤུ་རྩ་བཞི་
ལ་དཔའ་བོ་དང་མཁའ་འགོ་སྒྲིན་ལྟར་འདུ་ཞིང་། ལྟ་མ་སྒྲིན་སྟེ་བརྒྱད་ཟེལ་གྱིས་མནན་ཏེ་བཀའ་བཞིན་
བསྐྱབ་པའི་དམ་ཆོག་གཉན་པོའི་གཉེར་གཏད་ཀྱི་སྤང་མར་བསྐྱར་བའི་བྱད་ཆོས་ཀྱང་འདིའི་ཉམས་ལེན་ཁོ་
ན་ལ་བཞེན་ནས་འབྱུང་བས། རྒྱད་སྟེ་འོག་མའི་ལྷགས་ལྟར་ཐུན་མོང་གི་དངོས་བྱུང་དག་ལ་བཞེན་ནས་
མཐར་གྱི་འབྲས་བྱ་མཆོག་ལ་སྦྱོར་བའི་ལམ་ལ་བཞེན་མི་དགོས། གཞན་ཡང་རྒྱད་སྟེ་གོང་མའི་ལྷགས་
བཞིན་དབང་གསུམ་པའི་དཔེའི་ཡེ་ཤེས་ལ་བཞེན་ནས་དོན་གྱི་ཡེ་ཤེས་ངོ་སྟོང་པ་ཡང་མི་དགོས་ཏེ། ཆོས་སྐྱེ་
རྩི་རྩེ་འཆང་ནས་བཟུང་རྩི་རྩེ་ལ་ཐུག་གི་བར་དོན་རྒྱད་ཀྱི་བྱིན་སྐབས་ལ་ལྟ་མ་ཞུགས་པའི་
རྒྱུགས་པ་མཆོག་ལྟན། རྩི་རྩེ་སྟོབ་དཔོན་ཁོ་ན་ལ་ཡིད་བྱེད་ཤེས་ཀྱི་མོས་གྲུས་དཀ་པོས་དབང་བཞི་ལེན་
ནས་སྤྲུགས་ཡིད་དབྱེར་མེད་དུ་བསྐྱེས་ཏེ། བྱིན་སྐབས་འཕྲོ་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་དོན་དམ་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་
ཡེ་ཤེས་སམ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་འོད་གསལ་ཆོས་སྐྱེ་རྒྱད་ལ་སྐྱེ་བྱས་པ་ཡིན་པས། འདི་ཉིད་གནད་ཆེ་བར་འཛིན་
དགོས་སོ།

ད་བཞི་པ་སྐྱེ་མ་རང་སེམས་དབྱེར་མེད་དུ་བསྐྱེ་བའི་མཆན་བསྐྱེ་བ་ནི། སེམས་མ་བཅོས་པར་ངང་གཞག་སོ་
མ་གཉུག་མའི་ངང་དུ། འདས་པའི་རྗེས་མ་བཅད། མ་འོངས་མདུན་མི་བསྐྱེ། ད་ལྟའི་ཤེས་པ་ཅན་ནི་བ་
འདིའི་སྒྲིང་དུ་རྩི་ལ་མེད་སྤྲུག་པར་བཞག་སྟེ། ཀམ་པ་མཁྱེན་ནོ་ཞེས་པའི་མཆན་བསྐྱེ་བ་ལ་འཇུག་དགོས།

དེ་ཡང་དཔལ་ས་ར་ཉའི་ཞལ་ནས།

ཡིད་ལ་མི་བྱེད་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ།

བསྐྱོམ་རྒྱ་རུལ་ཅམ་མེད་པས་མི་སྐྱོམ་སྟེ།

སྐྱོམ་མེད་དོན་དང་འབྲལ་མེད་སྐྱོམ་པའི་མཆོག།

གཉིས་མེད་ལྷན་སྐྱེས་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་རོ། །ཞེས་དང་།

ཉི་ལོ་པས།

གནས་ནི་དབེན་པ་མ་ཡིན་མི་དབེན་མིན།

མིག་ནི་བྱེ་བ་མ་ཡིན་བཅུ་མས་པ་མིན།

སེམས་ནི་བཅོས་པ་མ་ཡིན་མ་བཅོས་མིན།

གཞུག་མ་ཡིད་ལ་བྱར་མེད་ཤེས་པར་གྱིས། །ཅིས་གསུངས་པ་ལྟར།

རང་གི་སེམས་ཀྱི་གཞི་གནས་ཡོན་ཏན་མཐོང་ན། དོན་དམ་གྱི་སྒྲ་མ་འབྲུབ་པ་ཡིན་པས། རེ་དོགས་སོགས་
ཀྱི་མཆོན་མས་མ་བཅིངས་པར་རང་བབས་སོ་མ་ལྷག་པར་འཛོག་པའི་ངང་ནས་མཆོན་སྟགས་བསྐྱར་དགོས།

མཐར་བཟོ་བ་ནི། ཟབ་མོ་ལམ་སྒྲ་མ་བསྐྱབས་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བས་མར་གྱུར་གྱི་རིགས་དྲུག་འགྲོ་ཆོགས་
ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་ཡིད་ཅན་མ་ལུས་པའམ། ཇི་སྟེད་ཅིག་མཆིས་སོ་ཅོག་སྟུག་བསྐྱེད་པའི་རྒྱུད་
ལྷན་གྱིས། ཆོ་རབས་འཁོར་བ་ཐོག་མེད་ནས་རྒྱ་ཀུན་འབྱུང་ལས་ཉོན་གྱིས་ཇི་ཅམ་བསགས་པའི་ལས་སྟོག་
པ་མི་དགེ་བ་དང་། དེའི་འབྲས་བྱ་ངན་འགྱུར་རྒྱུ་བ་དང་། ངན་འགྱུར་གྱུར་བཞིན་དུ་འང་སྐར་ལས་ཉོན་
གྱི་གཞན་དབང་གིས་བསགས་པའི་བག་ཆགས་ངན་པ་དང་། གཉིས་སྒྲ་གི་བག་ཆགས་དེས། དོན་ལ་
མེད་བཞིན་དུ་ཡོད་པར་སྒྲོ་བཏགས་པའི་ཀུན་བཏགས་འབྲལ་པ་ལྷག་མེད་དུ་རབ་དུ་བསལ་ཏེ། གཞི་བདེ་
བར་གཤེགས་པའི་སྤྲིང་པོ་དང་དེའི་དབྱིངས་གཞུང་འཛིན་གྱི་རི་མས་གདོད་ནས་སྤྲིང་པས་འཁོར་འདས་
ཀུན་ལ་བྱབ་པའི་ཀུན་བྱབ་ཀུན་དུ་བཟང་པོ་སེམས་ཅན་གྱི་ཤེས་རྒྱུད་ལ་འདུ་འབྲལ་མེད་པ་རང་ཆས་སུ་
ཡོད་པ་དེ་རང་ངོ་ཤེས་པར་ཤོག །སྟུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་ཞལ་ནས།

གང་སྐྱེས་གཞུག་མ་ཉིད་ཡིན་གྱིར།

གང་ཤར་བྱན་པས་སོར་བཞག་ན།

དེ་ལྟར་སྤྲིང་པ་ཉིད་དག་ཏུ།

ནལ་འབྱོར་རྒྱལ་པོ་གདོན་མི་བ། ཞེས་དང་།

རྒྱད་ལས།

རང་གི་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་འདི།

ངག་གི་སྒྱོད་ལྷལ་ལས་འདས་ཕྱིར།

འདི་ནི་བྱིན་རྒྱལ་ས་རིམ་པ་སྟེ།

ཀུན་མཁྱེན་ཡེ་ཤེས་དེ་ལྟ་བུ། ཞེས་དང་།

གྲུབ་ཆེན་ཉི་མ་སྤུས་པས་ཀྱང་།

ལུས་ལ་བལྟས་པས་སྐྱེ་བ་མེད།

སེམས་ལ་བལྟས་པས་སྒྲོས་དང་བྲལ།

གཉིས་མེད་དོན་གྱི་སྒྲོ་ལས་འདས།

ངས་ནི་ཅི་ཡང་མི་ཤེས་སོ།

ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་དོན་དང་འབྲེལ་བ་ཁོ་ན་ཡིན། རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤྱི་རྒྱལ་སྤྱི་བདེན་པར་སྤྱོད་པ་ཡིན་
པས་བསྐྱེད་པའི་སྒྲོན་ལམ་གང་དང་གང་བཟུང་བ་ནི་ཟད་པ་མེད་པ། ཆད་མེད་པ། གཞལ་མི་ཐུབ་པ་
སྟེ། བཟང་པོ་སྒྱོད་པའི་སྒྲོན་ལམ་ལས།

ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་ཀྱི་པ་ཇི་ཅམ་པ།

སེམས་ཅན་མ་ལུས་མཐའ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ།

ཇི་ཅམ་ལས་དང་ཉོན་མོངས་མཐར་ཀྱར་པ།

བདག་གི་སྒྲོན་ལམ་མཐའ་ཡང་དེ་ཅམ་སོ། ཞེས་དང་།

སྒྱོད་འཇུག་ལས།

ཇི་སྲིད་ནམ་མཁའ་གནས་པ་དང་།

འགྲོ་བ་ཇི་སྲིད་གནས་ཀྱི་པ།

དེ་སྲིད་བདག་ནི་གནས་ཀྱི་པ་ཏེ།

འགྲོ་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་སེལ་བར་ཤོག།

ཅེས་པའི་སྒོན་ལམ་བཏབ་པར་ལྟར། ཀུན་རྫོབ་ཏུ་སྒོན་པའི་ངོ་བོ་དང་། མཚན་ཉིད་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་
དབྱིངས་ལྟར་དང་། དམ་བཅས་པ་དང་རི་ལྟར་ཁས་སྒྲངས་པ་ནམས། རྒྱུན་གང་གིས་ཀྱང་བསྐྱུར་དུ་མི་རུས་
པའི་གྲོ་ཆ་བཙན་ཅིང་། འོན་ཏེ་དམ་པར། འབད་དང་ཐབས་ཀྱིས་འཁོར་གསུམ་དུ་མཚན་མར་འཛིན་པའི་
སྒོན་པ་དང་། བསྡེ་བས་རྒྱས་མི་འདེབས་པར། ཡེ་གདོད་མ་ཉིད་ནས་སྒྲ་ན་མེད་པའི་འབྲས་བུ་བྱང་ཆུབ་
ཡོན་ཏན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་རྒྱ་མཚོ་བཞིན་འཛད་པ་མེད་པར་ཡོངས་སུ་བསྡོམས་པས། གང་ཞིག་བསྡོམས་བྱ་
རྒྱུའི་དགོ་ཆ་དང་། བསྡོམས་བྱེད་པོ། བསྡོམས་པའི་ཡུལ་བཅས་རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་མ་གྲུབ་པ། རི་ལྟར་རྒྱ་མཚོ་
ཆེན་པོའི་གཏིང་མཐའ་བྲལ་ཞིང་གཞལ་བར་མི་རུས་པ་དང་ཆོས་མཚུངས་ཀྱང་། དེ་ལྟར་མ་རྟོགས་པའི་
འགྲོ་བ་ནམས་དངོས་འཛིན་གྱི་གདོན་ཆེན་པོས་བཏབ་སྟེ། མི་འདོད་པའི་གཞན་དབང་གིས་ཁམས་གསུམ་
འཁོར་བར་རྒྱན་རིང་ལ་དོས་བྲག་པ། ཐར་དཀའ་བའི་དུཤུལ་བརྒྱུད་མར་ཡང་ཡང་གཟིར་བ་ལ་བཅེ་ཆེན་
སྟོང་རྗེས་ནམ་ཡང་མི་འདོར་བ། རི་སྐད་དུ། ཕྱག་ཆེན་སྒོན་ལམ་ལས།

འགྲོ་བའི་རང་བཞིན་རྟག་ཏུ་སངས་རྒྱས་ཀྱང་། །
མ་རྟོགས་དབང་གིས་མཐའ་མེད་འཁོར་བར་འབྱམས། །
སྟག་བསྐལ་ལུ་མཐའ་མེད་པའི་སེམས་ཅན་ལ། །
བཟོད་མེད་སྟོང་རྗེ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བར་ཤོག །ཅིས་དང་།

དཔལ་རི་ཁྲོད་པ་ས་ར་ཏས།

རྟོགས་པའི་རང་སྦྱོང་ཅིས་མེད་ངང་དེ་ནས། །
ཚིངས་པའི་འགྲོ་བ་ཉམ་ཐག་མདོན་གྱུར་ཆོ། །
མི་བཟོད་སྟོང་རྗེའི་བྱགས་ཀྱིས་མཆི་མ་འབྱུང་། །
བདག་གཞན་བརྗོད་ནས་པན་པ་ཉིད་ལ་འཇུག །
དོན་ལ་བརྟགས་ན་དམིགས་པ་གསུམ་བྲལ་ནས། །
ཡང་དག་མ་ཡིན་མི་ལམ་སྦྱུ་འདྲ་སྟེ། །
ཆགས་ཐོགས་བྲལ་བས་དགའ་ཞིང་སྦྱོ་མེད་པས། །
སྦྱུ་མ་མཁན་པོས་སྦྱུ་མའི་དོན་བྱེད་མཚུངས། །

ཅེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར། འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་དོང་ནས་སྟུགས་ཏེ། དེ་དག་རྒྱལ་བ་སྦྱུ་བཞིའི་རྒྱ་

མཚོར་བཀོད་ཐུབ་པར་གྱུར་ཅིག། ཁྲིམ་སྒྲུ་གཞི་གནས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་བརྗོད་བྲལ། ཉོན་ཏམ་སྒྲོས་ཚོགས་ཀྱན་ལས་འདས་པའི་དབྱིངས་ཟབ་མོ། རྩོགས་དང་རིས་སུ་མ་ཆད་པར་བྱབ་བརྒྱལ་ཆེན་པོའི་རང་བཞིན། རོ་བོ་འོད་གསལ་ལྷན་སྒྲེས་བདེ་བ་ཆེན་པོ་ཞེས་སམ། མཚན་གཞན་སེམས་ཉིད་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་མཐའ་དང་བྲལ་བའི་གཏུག་མ། གདོད་ནས་རང་ཆས་སུ་ལྷན་གྱིས་བྱབ་པ། རྒྱ་རྒྱུན་དང་ཚོལ་བ་ལས་རབ་ཏུ་འདས་པའི་རང་བྱུང་རིག་པ་འདུས་མ་བྱས་པ་དེ། རྣལ་འབྱོར་ལམ་གྱིས་དཔེ་ཉི་མ་སྤྱིན་ལས་གྲོལ་བ་ལྟར་ལྷན་ཅིག་སྒྲེས་པའི་ཡེ་ཤེས་མངོན་དུ་གྱུར་ཏེ། འབྲུལ་པས་ཡེ་ནས་མ་བཅིངས་པས། ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་གྱིས་གྲོལ་བ་ཡང་མེད། ཉག་ཏུ་གཏུག་མའི་དབྱིངས་ལས་བྱིར་ནམ་ཡང་མ་གཡོས་པས། མི་སྒྲོམ་ངང་གཞག་ཆེན་པོ་དང་མི་འབྲལ་བར་རི་ལྟར་རབ་ཏུ་བགྱོད་དེ། མཐར་ཐུག་འབྲས་བུ་རིག་པ་གཞི་ལ་དག་པས་མངོན་སངས་རྒྱས་གྱུར་ཅིག། ཁྲིམ་སྒྲུ། འོངས་སྒྲུ། སྒྲུལ་སྒྲུ། རོ་བོ་ཉིད་སྒྲུ་ཉེ་སྒྲུ་བཞི་སྒྲུ་མའི་གོ་འཕང་ཉིད་ཐོབ་པར་ཤོག། ཅིག་ཅེས་སྒྲོན་པར་མཛད་པའོ། །རི་རྒྱུད་དུ། ཕྱག་ཆེན་སྒྲོན་ལམ་ལས།

སྒྱུར་གཞི་སེམས་ཉིད་གསལ་སྟོང་བྱུང་འདུག་ལ།
སྟོང་བྱེད་ཕྱག་ཆེན་རྟོ་རྟེ་རྣལ་འབྱོར་ཆེས།
སྒྱུར་བྱ་སྟོ་བྱར་འབྲུལ་པའི་རི་མ་རྣམས།
སྒྱུངས་འབྲས་རི་བྲལ་ཆོས་སྒྲུ་མངོན་གྱུར་ཤོག།

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

དེ་ལྟར་ལམ་ཟབ་མོ་སྒྲུ་མའི་རྣལ་འབྱོར་སྒྲུབ་པ་སྒྲུ་བཞིའི་ཐུ་བྱ་སྒྱེད་བྱེད་བདུད་ཅིའི་ཆར་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་དོན་ཟབ་ཅིང་བརྒྱུད་པ། དྲིན་རྒྱབས་ཀྱི་ཚན་ཁ་ནི་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཅན་འདི་ལྟར་ལ། འབྲུལ་དུ་རུས་པའི་ཡོན་ཏན་ཕྲ་མོ་ཅམ་ཡང་བདག་ལྟ་བུ་ལ་མེད་པ་རང་སྟོང་གི་སྒྲོག་ཏུ་མ་གྱུར་པ་དེ་ལྟ་ནའང་། རྒྱུལ་མཚོག་བཅུ་དྲུག་པ་ཆེན་པོའི་ཞབས་འབངས་སུ་གཏོགས་ཅིང་། ཐུགས་རྗེའི་གྲིབ་སེལ་གྱི་འོག་ཏུ་ཉག་ཏུ་འཆོ་བའི་སྒྲལ་པ་མི་དམན་པ་ཞིག་དང་། གཞོན་དུས་རྒྱུལ་དབང་མཚོག་གི་མདུན་ནས་འདིའི་ལྷགས་ལུང་འཕྲོལ་ཅིང་སྒྲུ་འཁོར་གྲལ་དུ་ལྷན་དུ་འདོན་པའི་སྒྲལ་བཟང་འཕྲོལ་པ་ཞིག་ངས་པ་ཅན་ཡིན་པས་ན། དུས་དང་སང་ཕྱགས་གང་སར་བྱིན་ཡང་། རྒྱུལ་མཚོག་བཅུ་དྲུག་པའི་སྒྲུ་པར་མཐོང་གྲོལ་རིན་པོ་ཆེ་མཛལ་དཀོན་པ་དང་། མཚན་ཡང་འབོད་མཁན་ཉུང་ཅམ་མཐོང་བའི་རྒྱུན་དང་། གང་གི་ཞལ་རས་དང་། སྒྲུའི་མཛད་སྟོན། གསུང་གི་ལམ་སོགས་ཉག་ཏུ་ཡིད་ལ་བྲན་ཞིང་། དང་འདོད་ཡིད་ཆེས་མོས་གྲུས་རྣམ་དག་གིས་གསོལ་འདེབས་དང་སྐྱགས་སྒྲུབ་འདི་ཉིན་བསྟར་རེ་བཞིན་མ་ཆད་ཅམ་འདོན་པ་དང་ཡིད་ལ་འཆང་གིན་ཡོད་པས། འདིར་འབྲུལ་ཆུང་གང་ཤེས་གང་བྲན་ཅམ་ཞིག་བྲིས་ཀྱང་དགེ་ལས་སྒྲོན་དུ་མ་མཐོང་བ་དང་། གཞན་གྱིས་ཀྱང་འདི་སྟོག་ན་ཐར་པའི་ས་བོན་རྒྱུད་ལ་འཛོག་ངས་བསམ་པའི་ངས་ཤེས་

དང་། དེ་བཞིན་ཕན་གྱི་ཇིན་ཅན་སྤྱོད་ཆུང་བསྟན་ནས་ཀྱང་འདི་ལྟར་བྲིས་ཅིས་ཡང་ཡང་བསྐྱེད་བའི་རྒྱན་བཟང་པོས། དབྱིན་
ལོ་ ༡༠༡༥ དབྱིན་ཆེ་ ༩ ཆོས་ ༡༥ ནས་འགོ་བཙུགས་ནས་ཆོས་ ༡༥ ཉིན་རྒྱུ་ལས་སྤྱོད་པ་འདི་ཡང་། སྤྱོད་པ་ལ་གསལ་
འདེབས་གང་ཤེས་ཀྱིས་ཡང་ལེའོད་བན་ཆེན་བཤད་གྲུ་འདི་ནང་། ཕན་འབྲུག་སྤྱོད་ཀྱིས་ཆང་དུ་སྦྱོར་བ་སངས་རྒྱས་མཉན་པའི་
མཆན་ཅམ་གོས་པ་དེས་སྤུལ་བ་ལགས་སོ། །



༥ སངས་ཀྱས་མཉན་བ་ལྷ་ཕྱོང་བཅུ་བ་དཔལ་ལྷན་རང་བྱུང་ཕྱིན་
ལས་ཀྱན་བྱབ་བལྟན་བའི་རྒྱལ་མཆན་དཔལ་བཟང་པོ་མཆོག་ནི།

མཆོག་མཆོག་ཀམ་པ་རང་བྱུང་རིག་པའི་རྡོ་རྗེའི་བཀའ་ལྟར་ལས་སངས་རྒྱལ་མཉན་པ་དགུ་པའི་ཡང་སྤྲིད་
ཀྱི་བརྟག་ཡིག་འདི་ལྟར་ཏེ།

བསྟན་པའི་དཔལ་གཅིག་གྲུབ་ཆེན་བེད་པ།
འགྲོ་བྱེད་བསམ་བཞིན་ནམ་འཕྱལ་འདན་མ་གྲུབ།
མཆོག་གི་ཐིན་ལས་གཅིག་བསྟུས་སྟུལ་པའི་གར།
འདི་ནས་ཤར་ཕྱོགས་སྟོ་སྟོངས་ཆོས་ཀྱི་ཁིང་།

སྤྲོ་མ་རྒྱ་གུ་རུ་གྲུབ་པའི་གནས།
བྱིས་བདག་འཕྱོར་དམན་རིགས་རུས་གཙང་ལྡན་པ།
ས་མིང་ཉི་མའི་གཉེན་དང་མཚུངས་པའི་མིང་།
མ་མིང་ཆོས་ཀྱི་མིང་ཅན་བྱུང་འགྲོས་ཀྱིས།

ཁྱེད་འབྲུག་ལོ་ཆད་མ་མཆོག་སྟུལ་ཉིད།
ཐིན་ལས་སྟུལ་པ་སྟུབ་བསྟན་གསལ་བའི་དཔལ།
དོན་བརྒྱད་ལོར་བྱའི་ཕྱིང་བའི་བརྒྱད་འཛིན་ཅིང་།
མཁའ་ཁྲབ་གདུལ་ཁིང་སྤོན་ཅིང་གོལ་བར་སྟོན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།

སྤྱི་ལོ་ ༡༧༥༥ ཉེ་མོད་རབ་བྱུང་བརྒྱ་དྲུག་པའི་ཤིང་པོ་འབྲུག་ལོའི་ཟླ་བ་ ༡༠ ཆོས་༡༥ལ། ཨོ་རྒྱན་གུ་རུའི་སྟུབ་
གནས་འབྲུག་སྤྲོ་ལྟག་ཆང་གི་ཆ་འདུས་བཅན་ཏྲོག་ཆེད་འོག་ས་མཚམས་མཆོད་ཉེན་དུ་ཡབ་སངས་
རྒྱལ་ལེགས་པ་དང་། ཡུམ་ཀམ་ཆོས་སྟོན་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་སྟུ་འབྲུངས། དགུང་ལོ་བཞི་ཡི་སྟེང་མཆོག་
དབང་བརྒྱ་དྲུག་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་སྤྱི་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གཟིགས་པས་རྗེ་སངས་རྒྱལ་མཉན་པ་དགུ་པའི་
ཡང་སྤྲིད་དུ་ངོས་འཛིན་ཀྱི་བཀའ་ལྟར་འབྲུལ་མེད་གནང་བ་དང་། སྟུ་གོང་མ་ཉིད་ཀྱི་འདུལ་ཁིང་ཞེས་
ཆེམས་དང་ཐུགས་སྟོན་ཀྱི་ཉེན་འབྲེལ་ཟབ་མོས་བརྟུང་དང་བཅས་པར་ཞལ་གསལ་ཆ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས། རྒྱ་
གར་དུ་བཞུགས་པའི་བན་ཆེན་སྤྲ་སྤྲ་ནམས་ལ་དཀའ་ཆོགས་མེད་པར་མཆོག་གི་སྟུལ་སྟུའི་ཡང་སྤྲིད་རིན་
པོ་ཆེ་ངོས་འཛིན་ལེགས་པར་ཐོབ། ངོས་འཛིན་གྲུབ་པའི་རྗེས་སུ་མཆོག་དབང་མཆོག་གི་བཀའ་བསྟུལ་ཏེ།
མཆོག་རྗེ་དེའི་མགོ་མཁྱེན་བཅེ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་སྟུ་ཁྱེས་དང་ན་བཟའ་གསོལ་ཁིང་ཆེ་དབང་ཐུལ།
དེ་ལོའི་ཟླ་བ་ ༩ པའི་ཆོས་ ༡༥ ལ། མཆོག་བརྒྱ་དྲུག་པ་ཆེན་པོའི་བཀའ་དགོངས་བཞིན། གང་གི་

གདན་ས་འབྲས་ལྗོངས་རུམ་བུ་གཙུག་ལྷན་གྱི་མཆོག་གིས་ལྷ་བ་ ༩ ཆེས་ ༡༥ ཉིན།
སངས་རྒྱལ་མཉན་པ་སྐྱོ་ཕྱིང་བཅུ་པ་དཔལ་ལྷན་རང་བྱུང་ཕྱིན་ལས་ཀྱི་ཁྱབ་བསྐྱོན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་
དཔལ་བཟང་པོ་ཞེས་མཆོན་གསལ་དང་འབྲེལ་གསེར་བྲིས་མངའ་གསལ་མཛད།

ལོ་ན་དང་བསྐྱོན་གྱིས་པའི་སློབ་སྦྱོང་གང་ཕྱོགས་བསྐྱབས་ནས། དགྲུང་ལོ་བརྒྱད་ལ་རྒྱལ་མཆོག་བཅུ་དྲུག་
པའི་ཞལ་སྤྲོ་ནས་ཀ་ཁ་སྦྱོར་སྒྲོག་དང་འབྲི་སྒྲོག་གིས་མཆོན་ཐུན་མོང་རིག་གནས་དང་། ཤིང་སྟག་གི་ལོར་
དགྲུང་ལོ་བཅུ་གཅིག་ལ་རྒྱལ་མཆོག་ཡབ་སྲས་སྟོན་འཁོར་གྱི་སྐྱེ་མདུན་ནས་དགེ་ཚུལ་གྱི་སྒྲོམ་པ་བཞེས།
དགྲུང་ལོ་བཅུ་གསུམ་ནས་བཟུང་མར་ལྷགས་རྒྱུད་སྤེལ་གྱི་ཆོག་སྒོ་འཛིན་དང་། གདན་སའི་མཐོང་བ་
བརྒྱད་པའི་ཕྱག་བཞེས་འདོན་ཏེ་དབྱངས་ཕྱག་རྒྱ་གར་འཆམ་སོགས་ལ་ཞིབ་པར་སྦྱང་བཅོན་མཐར་ཕྱིན་
པར་མཛད་ནས། དགྲུང་ལོ་བཅོ་བརྒྱད་ལ་རུམ་བུ་གཙུག་གདན་སར་དབུ་མཛད་གསར་སྒྲིམ་གྱི་དགའ་སྟོན་
མཛད་པ་དང་ཆབས་ཅིག་རྒྱལ་མཆོག་བཅུ་དྲུག་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་གཞིགས་གསེས་དགེས་སྦྱོར་
བསྐྱེལ། རྒྱལ་དབང་མཆོག་དགོངས་པ་ཞི་དབྱིངས་སུ་མནལ་རྗེས་སྤར་ནས་རྒྱལ་མཆོག་བཅུ་དྲུག་པ་
མཆོག་ནས་དགེས་བཅེའི་བཀའ་སློབ་གནང་དོན་གཞིར་བཟུང་གིས་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༡ གི་ལོར་དཔལ་ཀམ་ཕྱི་
རྒྱལ་ལྷ་ཆེས་མཐོའི་བཤད་བླ་དགྲུང་ལོ་བཅུ་དགྲུ་ལ་བཞུགས་ཏེ། ཐུན་མིན་ནང་དོན་རིག་པའི་གཞུང་ཆེན་
ཁག་ལ་གསན་བསམ་རྒྱ་ཆེར་གནང་། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༠ ལོར་སློབ་མཐར་ཕྱིན། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༡ ལྷ་བ་ ༣ ཆེས་ ༣༠
ཉིན། བཤད་བླ་ནས་བཀའ་རབ་འབྱམས་པའི་མཆོན་གནས་ལག་བྱེད་ཐེངས་དང་པོ་དང་། ལྷ་ཁ་མཐོ་སློབ་
གྱི་སློབ་དཔོན་ནམ་ལྷ་རྒྱུ་ལག་བྱེད་ཐེངས་དང་པོ་སྟབས་གཅིག་ཏུ་བཞེས།

མདོ་སྟགས་ཆོས་ཚུལ་རྒྱ་མཆོའི་འབྲུང་གནས་ཡོངས་རྫོགས་བསྐྱོན་པའི་མངའ་བདག་རྒྱལ་མཆོག་བཅུ་
དྲུག་པ་ཆེན་པོ་རང་བྱུང་རིག་པའི་རྡོ་རྗེ་མཆོག་དང་། རྒྱལ་མཆོག་རྗེ་དེའི་མགོ་མཁྱེན་བཅེ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་
བཀའ་བྲིན་སུམ་ལྷན་གྱི་རིགས་བདག་ཏུ་བསྟེན་ནས་སྤེལ་དེ་དག་གི་གཅོས། རིས་མེད་གྱི་སྦྱོར་ཆེན་དམ་
པ་དུ་མའི་སྐྱེ་མདུན་ནས་དབང་ལུང་མན་ངག་རྒྱ་ཆེར་གསན་བསམ་མདོ་སྟགས་གསར་རྟོག་གི་ཆོས་ཚུལ་རྒྱ་
མཆོ་ལྷ་བྱས་ཕྱགས་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་གཏམས་ནས་མཁས་པའི་དབང་པོར་གྱུར།

རྒྱལ་མཆོག་རྗེ་འཇམ་མགོན་ཀོང་སྐུ་ལ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་སྐྱེ་མ་གཤེགས་གོང་ཆེས་མཐོའི་གཙུག་ལག་གི་བརྟེ་
གནས་ཀམ་ཕྱི་རྒྱལ་ལྷ་ཆེས་མདོ་ནས་ཐོན་རྗེས་ལོ་གསུམ་གྱི་རིང་ལྷག་བསམ་ནི་ཞུ་བསྐྱབ་དགོས་པའི་བཀའ་
སློབ་ནན་ཏན་བསྐྱེལ་དོན་ལྟར། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༣ ནས་ ༡༩༩༦ བར་ལོ་ངོ་བཞི་ལ་ཉིན་རེར་འཛིན་བྱ་བརྒྱད་ལ་
སློབ་བྲིད། དེ་བཞིན་བཤད་བླའི་འཛིན་སྦྱོང་གི་འཆར་འགོད་དང་བཅས་བསྐྱར་གྱི་ལག་ལེན་འཐབ་རྒྱ་

སོགས་ལའང་ཞབས་ཁྱ་གང་སྐབ་བསྐྱབས་པར་མཛད།

བར་བར་དུ་རུམ་བཏེག་མ་དགོན་གྱི་རྒྱུད་སྡེའི་རྒྱན་ཆོགས་དང་། ཟླ་དུས་ཀྱི་སྐབ་པ་སོགས་ཀྱི་རྩི་རྩེ་སློབ་
དཔོན་གྱི་གནང་བར་མཛད། ད་ལྟ་མ་དགོན་གྱི་ལས་ཐོག་དོར་སློབ་ལ་འཆམ་དང་ཆོ་གའི་ལག་ལེན་
ཐམས་ཅད་སློབ་སྟོན་གནང་སྟེ། མདོར་ན་གདན་ས་རུམ་བཏེག་གི་བཤད་སྐབ་སྡེ་གཉིས་ཀ་མི་ཉམས་གོང་
འཕེལ་དང་ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད་ཀྱིས་ཤད་པལ་རྒྱལ་དབང་ཀམ་པ་ཡི་བསྟན་པ་ལ་ཞབས་ཏོག་སྤྲེལ་
བསྐྱབས་པར་མཛད།

སྤྱི་ལོ་ ༡༩༩༦ མཐུག་ནས་ཁམས་ཀྱི་བན་ཆེན་མ་དགོན་ཉམས་གསོའི་གསར་སྐྱོན་གྱི་བྱེད་སྒྲུབ་ཐད་རུམ་
བཏེག་གདན་ས་དང་། བཤད་བྲལ་ཀམ་སྤྱི་རྒྱ་ལྡན་ནས་དགོངས་ཁུམ་མཛད་ནས་བལ་ཡུལ་བན་ཆེན་དགོན་
པར་གནས་སློབ་མཛད། བོད་བན་ཆེན་དགོན་པར་བཤད་སྐབ་ཀྱི་སྡེ་གཅུག་ལག་ཁང་རྟེན་དང་བརྟེན་པར་
བཅས་པ་དང་། བལ་ཡུལ་ཡང་ལེ་ཤོད་ཨ་ཁུ་ར་དང་སློལ་མ་རང་བྱོན་གྱི་འདབས་སུ་བན་ཆེན་བཤད་བྲལ་
ནང་བསྟན་ཐོས་བསམ་གྱིང་ཞེས་པའི་ནང་ཆོས་སློབ་གཉེར་བཞི་གནས་རྟེན་དང་བརྟེན་པར་བཅས་པ་
གསར་བཞེངས་མཛད།

བསྟན་འགྲོའི་དོན་དུ་རྒྱལ་བའི་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་བསྟན་པའི་སྒོག་གིང་རྒྱལ་བའི་བཀའ་འགྲུར་རིན་པོ་ཆའི་
ལྷགས་ལུང་ལན་བཞིར་འཆད་སྟེལ་མཛད། དེ་བཞིན་ཡུམ་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་གྱི་བཟླག་ལུང་ལན་
གངས་མང་པོ་དང་། རྟིང་མའི་རྒྱུད་འབྲུམ་བོད་བཞི་བཅུ་ཞེ་དྲུག་གི་བཟླག་ལུང་། གཅིག་ཤེས་ཀྱན་གྲོལ་གྱི་
བཀའ་དབང་ཆར་ཁ་ཤས། གཙོད་དབང་བརྒྱ་ཆ་ལན་གསུམ། མདོད་ཆེན་རྣམ་ལུ་ལས་བཀའ་བརྒྱུད་
སྟགས་མདོད། རྒྱ་ཆེན་བཀའ་མདོད། གདམས་ངག་མདོད། རྟིང་ཐིག་ཡ་བཞི་སོགས་ཀྱི་དབང་ལུང་བྲིད་
གསུམ་སྟབས་གཅིག་དུ་བསྐྱལ་བ་སོགས་ཀྱིས་བྱི་རྒྱལ་ཤར་བྱལ། རྒྱ་བལ་འབྲུག་གསུམ། གངས་ཅན་བོད་
དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཉིན་མོ་ལྟར་གསལ་བར་མཛད་པས་སྐལ་ལྷན་གྱི་
གདུལ་བྱ་གངས་ལས་འདས་པ་སྤྱིན་གྲོལ་གྱི་ལམ་ལ་འགོད་པར་མཛད། ད་ལྟའི་ཆར་ཡང་བན་ཆེན་གཞི་
བྱེས་གཉིས་ཀའི་ལྷགས་གཉིས་ཀྱི་བསྟན་པའི་བདག་པོ་མཛད་བཞིན་གསང་གསུམ་གྱི་མཛད་ཐིག་དབྱར་
མཆོ་ལྟར་རྒྱས་ཏེ་ཞལ་འཆོ་བཞིན་བཞུགས་པ་ལགས་སོ། །དགེ་ལེགས་འཕེལ། །ཞེས་བྱ་ཏུ་ཨ་རྒྱ་མི་ཏུས་
བསྐྱེགས་པའོ།

COPYRIGHTS

འབྲེལ་པ། ལྷ་བཞིའི་གོ་འཕང་ཐོབ་བྱེད། །

© Benchen Sungrab Gyunpel Khang and Kyabje Sangye Nyenpa Rinpoche

Cover photo of His Holiness the Sixteenth Karmapa leaving the shrine room after
Mahakala initiation, Rumtek, Sikkim, 1979 © Jobst Koss

Photo of His Holiness the Sixteenth Karmapa performing the Black Crown Ceremony ©
Lars Gammeltoft

Photo of His Eminence Sangye Nyenpa Rinpoche © Bencien Karma Kamtzang Poland

Cover & layout: Beata Tashi Drolkar

ebook by:

dharmaebooks.org