

@001A ༄། །བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་གི་ཡོན་ཏན་སེམས་པ་དང་སྤྲུགས་ཏེ་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་ཚུལ་གྱིན་རྒྱབས་སྦྱར་འཇུག་དང་། ཡིད་དགའ་ཆོས་འཛིན་གྱི་ཞིང་གི་བསྐྲུགས་བརྗོད་བཅས་
བཞུགས་སོ།།

@001B ༄༄༄། །ན་མོ་གྲུ་རུ་ཨ་མི་ཏོ་(NGBHA) ལྷ་ཡ། ལྷ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ཞིང་མཆོག་སྒྲོ་འབྱེད་དང་འབྲེལ་བར་ཞིང་གི་ཡོན་ཏན་སེམས་པ་དང་སྤྲུགས་ཏེ་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་ཚུལ་ནི།
བདེ་སྒྲོན་གྱི་གོང་དམ། འཕོ་བའི་དམིགས་

པ་གཙོ་བོར་བྱེད་ན། མདོ་ལས། དེ་ལ་དད་པ་ཞིང་དེར་སྐྱེ། །ཞེས་ཞིང་གང་དུ་འཕོའང་དེར་སྐྱེ་བའི་འདུན་པ་དེའི་རྒྱུ་གཙོ་བོར་གསུངས་པས། འོད་དཔག་མེད་སྤྱི་བོར་སྤྱན་དྲངས་ཏེ་རྩ་དང་
ཐིག་ལེགས་ལ་བཏབ་ཟིན་ནས་གསོལ་

འདེབས་གྱི་གོང་དེར་བྱ་ལ། དེའང་གཡམ་ལ་རྒྱུག་ཅམ་མ་ཡིན་པར་སྒོ་གཏིང་ནས་འཁྲལ་བའི་གདུང་ལྷགས་དང་བཅས། འགྲོ་བའི་མགོན་པོ་ལྷ་གྲུ་མིང་གི་ཡིས། །བསྐྱེད་མེད་བདེན་པར་
གསུང་བའི་མདོ་སྡེ་ལས། །གང་གིས་

ཕྱར་བརྟལ་སྟེད་འཇིག་རྟེན་ཁམས། །བཤེག་ཅིང་བཤེགས་ཏེ་རྟལ་དུ་བྱས་གྱུར་པ། །དེ་བས་མང་བའི་འཇིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་རྣམས། །རིན་ཆེན་བཀའ་སྟེ་སྦྱིན་པ་བྱིན་པས་ནི། །གང་གིས་
དཔག་ཏུ་མེད་པའི་འོད་མཚན་དང་།

བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཡོན་ཏན་བྱུང་འཕགས་རྣམས། །ཐོས་ནས་དགའ་སྟེ་ཐལ་མོ་སྦྱོར་བྱེད་པ། །བསོད་ནམས་འདི་ཡི་ཆར་ཡང་འགྱུར་མ་ཡིན། །དེ་ལྟར་བས་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་དེ་ཡི། །ཡོན་
ཏན་ཐོས་ནས་མགྱ་དང་དད་སྦྱེད་ལ། །བདེ་

བ་ཅན་གྱི་འཇིག་རྟེན་ཁམས་མཆོག་ཏུ། །འགྲོ་བར་བྱ་ཕྱིར་མོས་པ་དྲག་པོ་སྦྱེད། །གསུངས་ཕྱིར་དུས་གསུམ་དགོ་ཆོགས་ཅི་མཆིས་པ། །གཅིག་ཏུ་བསྡོམས་ཏེ་ཞིང་མཆོག་དེར་སྦྱེས་
ནས། །འོད་དཔག་མེད་མགོན་གསུང་གི་

@002A ༄། །བདུད་རྩི་ལ། །འདོད་དགྱུར་སྦྱོད་པའི་རྒྱ་ཅུ་བསྡོམས་བྱ། །མི་མཇེད་ཞིང་ནས་རྟུབ་གྱི་ཕྱོགས་ཉིད་དུ། །བྱེ་བ་ཁྲག་ཁྲིག་བརྒྱ་སྟོང་སངས་རྒྱས་ཀྱི། །ཞིང་ཁམས་རྣམས་
ནི་འདས་པར་གྱུར་པ་ན། །མྱ་ངན་གྱུང་

བདེ་བ་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ཡོད། །དེ་ནི་ས་གཞི་རིན་ཆེན་དུ་མས་སྤྲུམ། །ཤིན་ཏུ་ཉམས་དགའ་ལག་མཐིལ་ལྟ་བུར་མཉམ། །རིན་ཆེན་ལས་གྲུབ་རི་བོ་མ་གཏོགས་པ། །ནག་པོའི་རི་རྣམས་ཀྱིན་
གྲིས་དབེན་ཞིང་གཙང་། །མཛེས་ཤིང་

ཡིད་འོང་རྣམ་དག་ཞིང་གི་མཐའ། །རིན་ཆེན་བདུན་གྱི་ཆུ་ཤིང་ལྗོན་པ་དང་། །རིན་ཆེན་ཏ་ལའི་ཤིང་གི་འཕྲེང་བ་ཡིས། །ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་བས་སྐྱར་མས་ལྷ་བ་བཞིན། །བདག་སོགས་ཀྱིན་
གྱི་རྣམ་དཀར་དག་ཚོགས་ཀྱང་། །ཁྱོད་

གྱི་དག་ཚོགས་རྒྱ་མཚོ་དང་འབྲེས་མཐུས། །མི་གཙང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཉེས་ཚོགས་མཐར་བསྐྱེད་དེ། །ལྗོན་མཛེས་རིན་ཆེན་རི་བོས་བསྐྱོར་བའི་མཐིལ། །མི་འོང་ངོས་ལྟར་མཉམ་ལ་དྲངས་
ཤིང་གསལ། །ཕྱོགས་མཚམས་ཀྱིན་ཏུ་

གོ་སྐྱབས་ཆེས་ཡངས་པས། །མིག་དང་ཡིད་ལ་སྤྱོད་བའི་མཚོག་སྤྱིན་པ། །ཞིང་མཚོག་བདེ་བ་ཅན་དེར་སྐྱེ་བར་ཤོག། །གསེར་དཔུལ་བཱེཿ_(RYYA) དང་ཤེལ་དང་སྤྱག་ །ཕྱ་ཏིག་དམར་པོ་དོ་ཡི་
སྤྱིང་པོ་སྤྱེ། །རིན་ཆེན་བདུན་ལས་གྲུབ་

པའི་ལྗོན་པ་ལ། །ཡིད་ལ་བསམ་དགའི་རྒྱན་བཟང་དཔག་མེད་འཕྱང་། །ཤིང་གི་རྩ་བ་སྒྲོང་བྱ་ཡལ་ག་སོགས། །འཇམ་ཞིང་རིག་ན་བདེ་སྟེར་བྱི་ཞིམ་ལྡན། །བྱི་ཡི་བཞོན་པས་བསྐྱེད་ཆོ་
རྒྱན་སྟན་པའི། །མཉན་པས་ཆོག

@002B མི་ཤེས་པའི་སྒྲ་རྣམས་འབྱུང་། །དཔག་བསམ་ལྗོན་པའི་ཆོགས་གྲིས་རྩོལ་མེད་དུ། །བྱིན་པའི་ལྷ་ཡི་གོས་དང་རྒྱན་གྲིས་སྒྲས། །མེ་ཏོག་སིལ་མར་བཀྲམ་བྱས་འཛིན་མའི་
ངོས། །མནན་ན་ནེམ་པས་ལུས་སེམས་བདེ་དགའ་སྐྱེད། །བྱུང་པར་བྱི་ཞིམ་རྒྱང་གིས་

བསྐྱལ་བ་ལས། །ཞོར་བྱའི་ཡལ་འདབ་བསྐྱེད་པའི་སྟན་འབྱུང་དབྱངས། །རྩ་བའི་བཅུད་ལེན་ཟབ་མེའི་དོན་ལྡན་པས། །ཏྲག་ཏུ་ཆོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་སྐྱེད་བྱུར་ཅིག །དག་པའི་སེམས་ཅན་
རྣམས་ཀྱི་ཉེར་འཛིན་གཞི། །ཡིད་འཛིན་ཏ་མ་ལ་དང་ཨ་ཀ་རུ། །རྒྱ་སྒྲོས་

ཅན་སྐྱལ་སྟེང་གིས་བསྐྱོས་པའི། །ཉལ་འགྲོའི་རྒྱན་རྣམས་སྒྲ་སྟན་སྟོག་ཅིང་འབབ། །དྲངས་བསིལ་ཆབ་གྲིས་བྱི་མ་ཀུན་སྒྲོང་ཞིང་། །ལྷ་ཏིག་ལུ་བ་འཐོར་བའི་རྒྱབས་འཕྲེང་དང་། །འཛོ་
སྟོག་གར་གྲིས་རྩོན་པའི་བྱ་ཆོགས་ཀྱང་། །གདངས་སྟན་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ་

ཡིས་སིམ་བྱེད་ཤོག། །རབ་འབྱམས་སྟོན་ལམ་སྟོབས་ལས་འོངས་པ་ཡི། །རིན་ཆེན་པརྟོས་བསྐྱུན་པའི་འོད་ཟེར་ཅིར། །དམ་ཆོས་སྤང་ཙྰའི་དགའ་སྟོན་འབྱེད་པ་ཡི། །སྤྱལ་སྤྱུས་གདུལ་
བྱའི་བྱང་བ་ཆོམ་པར་མཛད། །དཔག་ཚད་དུ་མའི་བྱོན་འགོངས་བ་དང་

མའི་ཅིར། །ཕྱེ་བ་བརྒྱ་སྟོང་སོ་དྲུག་གངས་སྟེད་གྱི། །རྒྱལ་རྣམས་འཇའ་ཆོན་འོད་ཕྱིང་ལ་གནས་པས། །དབྱེས་པའི་ཞལ་བསྐྱུན་གསུང་གིས་དབུགས་འབྱིན་ཤོག། །ཡིད་གྱི་རེ་བ་རྫོགས་བྱེད་
འོངས་སྟོད་རྫོགས། །ཡུན་ཆོགས་འབྱོར་བས་ས་དང་བར་སྤྲང་

ཀུན། །མི་མཉམ་མེད་པར་ཡོངས་སུ་དགྱིགས་པ་ནི། །གསེར་གྱི་གཞི་ལ་རྒྱ་གཏོར་ཆེན་པོ་བཞིན། །ཁང་བཟང་གདན་ཁྱིམ་བྱེ་རྣམ་བཟུ་ཞིང་། །མཆོད་རྫས་སྤྲོ་ཆོགས་ཐོགས་བའི་ལྷ་མོའི་
ཆོགས། །མཁོ་དགྲའི་དངོས་པོ་མ་ཆང་མེད་བསྟབས་པས། །ཟུག་

@003A ༄༅། །མེད་དགའ་བདེའི་དཔལ་ལ་རོལ་གྱུར་ཅིག། །དག་པའི་སིམས་ཅན་ལས་བཟང་གིས་སྤྱལ་པ། །མཚན་དཔེའི་རྒྱན་གྱིས་ལུས་ནི་རབ་དུ་མཛེས། །ཡོན་ཏན་དུ་མས་རྒྱུད་
ནི་ལེགས་པར་གཏམས། །གནས་སྐབས་ཀུན་དུ་ཆོས་གྱི་དགའ་

བས་འཛོ། །སློག་བཞིན་འབྲུག་པའི་ཐོགས་མེད་རྩ་འཕྲུལ་གྱིས། །ཞིང་མང་བགྲོད་ནས་རྒྱལ་བའི་སྤྱན་ལྷ་ཅུ། །རབ་འབྲམས་ཆོགས་གཉིས་བསྐྱུན་ནས་སྤར་ཡང་ནི། །རང་གི་ཞིང་དུ་
དགའ་བདེས་རོལ་པར་མཛད། །དེ་ལྟའི་གྲོགས་མཆོག་མངོན་ཤེས་ལྷ་

ལྷན་ཞིང་། །རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་བསོད་ནམས་ལྷག་པར་བྱས། །གསུང་གི་བདུད་ཅི་མུང་བས་ཉིན་རེ་བཞིན། །སྤྲོ་མེད་བྱང་རྒྱལ་ས་ལ་ཉེར་འགྲོ་བ། །དེ་དག་ནམས་དང་སྤྲོད་རྩལ་ལྷ་བ་
ཀུན། །མཚུངས་པར་སྤྲད་དེ་སྤྲོད་རབ་བཙོན་པའི་ཤུགས། །ཉ་གང་སྤྲོ་བའི་

ཟེར་གྱིས་རེག་པ་ཡི། །དབྱར་གྱི་རྒྱ་གཏེར་ཇི་བཞིན་རྒྱས་བྱུར་ཅིག །བྱུང་པར་སྤྲང་མཐའ་ཡས་པའི་ཐུགས་ཀྱི་སྤྲས། །ཕྱག་ན་པར་དོ་རྩའི་འཛིན་པ་སོགས། །ཡི་ཤེས་རྒྱ་མཆོ་སེམས་ཅན་རྒྱ་
མཆོའི་ཕྱིར། །སྤྲིང་སྤྲོ་བས་རྒྱ་མཆོས་མ་ཁྱམ་གོ་བགོས་ཤིང་། །

རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཆོའི་དུང་དུ་ཐུགས་བསྐྱེད་ནས། །ཐོས་བརྒྱ་མཆོ་ཆོལ་བས་ངོམས་པ་མེད། །མ་ལུས་ཆོས་ཆོལ་རྩལ་ལ་རབ་ཏུ་མཁས། །འཇིག་རྟེན་འདས་པའི་གཏམ་གྱི་སྤྲིང་པོ་
རྟོགས། །ཆོས་ཀྱི་གཏམ་ལ་ནམ་ཡང་འཇིགས་པ་མེད། །རྟག་ཏུ་སེམས་

ཅན་གྲོལ་བར་བྱེད་ལ་བརྩོན། །དེ་ནི་འབྲེན་པའི་གཙོ་བོ་འོད་དཔག་མེད། །ཐུབ་མཆོག་དེ་ཡི་རིགས་སུ་སྐྱེས་གྱུར་པ། །རྒྱལ་བའི་གདུང་འཛོལ་གྲགས་ལྡན་དཔའ་བོ་ཆེ། །དག་པའི་ཞིང་གི་
རྒྱལ་སྐྱུ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །བརྩེ་ལྡན་དེ་དག་རྣམས་ཀྱིས་བྱ་

@003B བཞིན་དུ། །བསྐྱེད་པས་མི་མཐུན་བདུད་ལས་རྣམ་རྒྱལ་ཞིང་། །འདུས་པ་གཅིག་ཀྱང་བབྱང་གིས་མི་ལང་བའི། །ཉན་ཐོས་ཆོགས་རྣམས་མཐའ་དག་ཟེལ་མནན་ཏེ། །རབ་
འབྱམས་ཞིང་དུ་སྐྱེལ་པའི་སྐྱོས་གར་གྱིས། །ལུས་ཅན་མོངས་པའི་སྤྱན་པ་དུངས་ཕྱིན་

པའི། །མདོ་སྒྲགས་བྱང་འཇུག་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོན་མེ་སྤར། །ཆོས་ཀྱི་དྲུང་བྱས་ཆོས་ཀྱི་རྩ་ཆེན་བདུང་། །ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་སྤྱིད་པའི་ཕྱིར་བསྐྱེད་ཏེ། །རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་བཞེད་པ་སྒྲོང་གྱུར་
ཅིག་ །ཞིང་མཆོག་དེ་ཡི་ནོར་འཛིན་ལྷེ་བ་ན། །སྤྲེལ་ཆོགས་ནོར་བུའི་

རྒྱན་སྐྱུ་དཔག་བསམ་ཤིང་། །དཔག་ཆད་སྟོང་དང་དུག་བརྒྱར་མངོན་མཐོ་ཞིག་ །ཡལ་འདབ་ཁོར་ཡུག་རྒྱང་གྲགས་ལྡ་བརྒྱར་ཁེབས། །ལོ་འབྲས་མེ་ཏོག་བཞེད་པའི་དྲི་བསྐྱེད་
རྒྱས། །མཐོང་ཐོས་རིག་པས་ཉོན་མོངས་གདུང་སེལ་བ། །དེ་ཡི་རྩ་བར་ཡིད་

འཕྲོག་མ་ཡུ་རས། །བཏེགས་པའི་སྤྱི་འཕང་མངོན་མཐོར་པད་ཆཱའི་སྤྱིང་། །རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་བྱི་རུའི་ཕྱུན་པོ་བཞིན། །མཚན་དཔའི་དཔལ་འབར་གཟི་བྱིན་ལྷང་ངེ་བ། །ཡན་ལག་དྲུག་
རུའི་དབྱངས་ལྷན་ཆོས་གྱི་ཆར། །མཁུན་བཙེའི་སྤྲིན་གྱི་ཕུང་པོ་

ལས་ཐོན་པས། །རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱོད་མར་བཅས་པའི་འཁོར་གྱི་ཆོགས། །རབ་འབྱམས་ཞིང་ནས་ལྷགས་དང་དེར་བཞུགས་པ། །མཐའ་དག་སྤྲིན་ཅིང་གྲོལ་བར་མཛད་བཞིན་དུ། །བགྲང་ལས་
བསྐྱལ་པར་འཆོ་ཞིང་གཞེས་པ་བཞུགས། །བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་

ན་འགྲོ་བའི་སྐྱབས། །ཕྱོན་པའི་དབང་པོའི་རྒྱང་ན་འོད་དཔག་མེད། །རྒྱ་ཆེན་འཁོར་གྱི་དབྱུས་ན་བརྩེད་པའི་སྐྱ། །མཐའ་ཡས་བསོད་ནམས་ཕུང་པོ་སྤྱོད་ལ་འདུད། །འབྲེན་པ་སྤྱོད་གྱི་འོད་
གྱི་ཆོགས། །འཇིག་རྟེན་ཁམས་སུ་ཤོང་གྱུར་བ། །ཀྱེ་མ་རྒྱལ་

@004A ༄༄༅། །བའི་ཞིང་གི་ནི། །རྒྱ་ཁྲོན་ཁོངས་དག་ཤིན་ཏུ་ཡངས། །རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཞིང་གི་ཡོན་ཏན་རྣམས། །སྤྱོད་ཉིད་གཅིག་བྱས་བདག་གིར་མཛད་པས་ན། །མི་མེད་ཞིང་གི་
སེམས་ཅན་འདི་དག་རྣམས། །སྤྲིགས་མ་ལྔ་

ཡི་ཉེས་པས་སྒྲགས་སམ་སྒྲམ། །རབ་མཐོ་རི་ཡི་དབང་པོ་དེ། །རབ་རྒྱས་རྒྱ་བའི་བཞིན་ལྷན་ཞིང་། །རབ་མཛེས་ལྷུང་ལ་སྟོན་པོའི་མིག། །རབ་རྩ་ལྷན་ན་བྱོད་དང་མཚུངས། །མཁུན་བརྩེའི་
ཡོན་ཏན་རྩ་མའི་དཔལ་འབར་ཞིང་། །འཁོར་ཚོགས་དབྱས་

སྤྱ་ལེགས་བཤད་དགའ་སྟོན་འབྱེད། །སྤྱིང་མཐའི་བར་རྩ་གཞན་གྱི་དོན་བཞུགས་པ། །གནས་སྐབས་ཀུན་རྩ་བྱོད་གྱིས་འགྲོ་ཀུན་སྦྱོངས། །མགོན་པོ་བྱོད་གྱི་མཚན་ཙམ་འཛིན་པ་
ཡང་། །ཞིང་ཁམས་གང་རྩ་གནས་ཀྱང་མི་བསྐྱུད་པར། །བདེ་

ལྷན་ཞིང་རྩ་འབྲེན་པར་དམ་བཅས་པ། །བྱུང་པའི་བདེན་པ་བདག་ལ་བསྟན་རྩ་གསོལ། །བྱོད་གྱི་ཐུགས་རྗེའི་བྱི་བཞིན་གྱིས་བསྐྱུལ་བས། །བདག་གི་དགོ་བའི་བྱ་གཟིངས་འདིར་བརྟེན་
ནས། །པ་མ་འབྲེལ་ཐོགས་རིགས་རྩ་གའ་འགྲོ་ཀུན་ཀྱང་། །བདེ་

ལྷན་ནོར་བུའི་སྤྱིང་དེར་སྐྱུལ་བར་ཤོག། །བགྲང་ཡང་བསྐྱུལ་པར་བསགས་པའི་སྟོད་བཅུད་གྱི། །འབྱོར་བའི་ཡོན་ཏན་མཁའ་དང་མཉམ་པ་དེར། །བདག་སོགས་ལུས་ཅན་ཡོངས་གྱིས་ཅི་
དགའ་རུ། །སྟོད་པའི་བགོ་སྐྱུལ་བཟང་པོ་སྦྱར་ཐོབ་

ཤོག། །དེ་ནས་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་འཕྲོ་མཐུད་ལ། སྟོན་ལམ་གྱི་གྲངས་སྟུ་ཚོགས་བཅད་གྱི་རིམ་པ་འདི་དག་བསྐྱར་བར་བྱས་ཀྱང་རུང་ངོ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་དད་བཙོན་སྟོ་དང་ལྡན་པ་རབ་
འབྱམས་པ་དག་དབང་དོན་གྲུབ་དང་དག་སྟོང་

@004B དཀོན་མཆོག་ཆོས་གྲགས་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱལ་བའི་ངོར། དྲིན་རྒྱ་བས་གྱི་བྱད་ཀྱིས་ཞིང་གི་ཡོན་ཏན་པལ་ཆར་རྒྱུ་གྱི་ཆོགས་བཅད་རང་སོར་བཞག་ནས་དེ་དང་མཐུན་པའི་སྟོན་
ལམ་གྱིས་བྱར་བརྒྱན། རྒྱུ་གྱི་ཆོག་ལྷག་པ་ནས་ཀྱང་འགའ་ཞིག་

ཁ་བསྐྱར་སྟེ། ༧བཅུན་པ་དཀོན་མཆོག་བསྟན་པའི་སྟོན་མེས་སྐྱར་བའི་ཡི་གེ་པ་ནི་སྒྲ་གས་རམ་པ་རྒྱ་ལྡན་རྟོ།། །།