༄༅། །སྒྲོལ་དཀར་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོའི་སྒོ་ནས་ཚེ་སྒྲུབ་
བཞུགས་སོ། །

༄༅། །དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་སྐྱེད་པའི་ཡུམ། །འཕགས་མ་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོ་ཞེས། །དྲན་པས་དངོས་གྲུབ་ཀུན་སྩོལ་མར། །བཏུད་ནས་སྒྲུབ་ཐབས་མདོར་བསྡུས་འགོད། །འདིར་སྒྲོལ་དཀར་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོའི་བསྒོམ་བཟླས་ཉམས་སུ་ལེན་པར་འདོད་པས་མཆོད་གཏོར་རྣམས་ཚུལ་བཞིན་བཤམས། དགེ་སེམས་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་ངང་ནས་མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་སྐྱབས་ཡུལ་མ་ཚང་བ་མེད་པར་གསལ་བཏབ་ལ། རྗེ་བཙུན་སྒྲོལ་མ་ངག་དབང་

༄༅། །གྲགས་པའི་ཞབས། །གསེར་གླིང་པ་དང་ཇོ་བོ་ཨ་ཏི་ཤ །འབྲོམ་སྟོན་སྤྱན་སྔ་པ་དང་བྱ་ཡུལ་བ། །གསོལ་བ་
འདེབས་སོ་ཚེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་སྩོལ། །དྭགས་པོ་ལྷ་རྗེ་བསོད་ནམས་རིན་ཆེན་དང་། །གསུམ་ཐོགས་པ་དང་བཀའ་སྩལ་
ཟླ་མ་ལྷ། །རིན་ཆེན་བཟང་པོ་བདེ་དཔལ་བསོད་ནམས་གྲགས། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་ཚེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་སྩོལ། །ཞེས་
རབ་རྒྱལ་མཚན་མཁྱེན་བརྩེའི་དབང་ཕྱུག་དང་། །དབང་ཕྱུག་རབ་བརྟན་བསོད་ནམས་མཆོག་ལྡན་རྗེ། །ཀུན་མཁྱེན་
ངག་དབང་བློ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་ལ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་ཚེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་སྩོལ། །བློ་བཟང་ཡེ་ཤེས་བསྐལ་བཟང་རྒྱ་

མཆོག་དང་། སྐྱལ་བཟང་རབ་རྒྱས་སྨྲུལ་སྐྱུ་འཕྲིན་ལས་མཚན། བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་སྐྱལ་བཟང་ཡོན་ཏན་ལ། །གསོལ་
བ་འདེབས་སོ་ཆེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་སྩོལ། །གྲགས་པ་ཀླུ་སྒྲུབ་ཚུལ་ཁྲིམས་བྱམས་པའི་དཔལ། །ངག་དབང་འགྱུར་ལྡན་
བདེ་ཆེན་སྙིང་པོའི་ཞབས། །རིགས་ཀུན་ཁྱབ་བདག་ཡོངས་འཛིན་རྣམ་གཉིས་ལ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་ཆེ་ཡི་
དངོས་གྲུབ་སྩོལ། །འཇམ་དཔལ་རྡོ་རྗེ་ངག་ལ་དབང་འགྱུར་ཞིང་། །བློ་གྲོས་བྱམས་བཟང་ཡེ་ཤེས་བདུད་རྩིས་
གཏམས། །བསྟན་འཛིན་རྒྱ་ཆེན་རོལ་མཆོ་མཛེས་པའི་རྒྱན། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་ཆེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་སྩོལ། །སྐྱུ་

༄༅། །གསུམ་རིན་ཆེན་དབང་སྒྱུར་བྱང་འཇུག་མགོན། །གཅིག་ཆོག་ཀུན་འདུས་སྐྱབས་གནས་དྲིན་ཅན་རྗེ། །མཁན་ཆེན་བློ་བཟང་སྨྲ་བའི་དབང་ཕྱུག་ལ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་ཚེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་སྩོལ། །ཞི་རྒྱས་དབང་དྲག་གྲུབ་པ་བརྒྱད་ལ་སོགས། །མཆོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་རིན་ཆེན་བྱེ་བའི་གཏེར། །གྲོལ་མཛད་དྲིན་ཅན་བླ་མའི་ཚོགས་རྣམས་ལ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་ཚེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་སྩོལ། །སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་ཡང་དག་བླ་མ་དང་། །འབྲལ་མེད་ཆོས་ཀྱི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་། །ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྫོགས་ནས། །རྡོ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་མྱུར་ཐོབ་ཤོག །ཞེས་བླ་

བརྒྱུད་གསོལ་འདེབས་བྱ། །དེ་ནས། བདག་དང་འགྲོ་བ་ནམ་མཁའི་མཐའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དུས་འདི་ནས་
བཟུང་སྟེ་ཇི་སྲིད་བྱང་ཆུབ་སྙིང་པོ་ལ་མཆིས་ཀྱི་བར་དུ་དཔལ་ལྡན་བླ་མ་དམ་པ་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །རྫོགས་
པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །དམ་པའི་ཆོས་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །འཕགས་པའི་དགེ་འདུན་
རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །རྗེ་བཙུན་མ་སྒྲོལ་དཀར་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོའི་ལྷ་ཚོགས་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་
ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །ལན་གསུམ། བླ་མ་དང་དཀོན་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་གསུམ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཞིང་སྐྱབས་སུ་

༡བ

༄༅། །མཆོད། །ཁྱེད་རྣམས་ཀྱིས་བདག་གི་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་བརླབ་ཏུ་གསོལ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་
རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཆེད་དུ་རྗེ་བཙུན་སྒྲོལ་དཀར་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོའི་བསྒོམ་
བཟླས་ལ་འཇུག་པར་བགྱིའོ། །ཡན་གསུམ། ཨོཾ་བཛྲ་ཨ་མྲྀ་ཏས་བསངས། ཨོཾ་སྭ་བྷཱ་ཝ་ཤུདྡྷཿསརྦ་དྷརྨཱ་སྭ་བྷཱ་ཝ་ཤུདྡྷོ྅ཧཾ།
སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། སྟོང་པའི་ངང་ལས་ཨོཾ་ལས་རིན་པོ་ཆེའི་སྣོད་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་ཨོཾ་འོད་དུ་
ཞུ་བ་ལས་བྱུང་བའི་མཆོད་ཡོན། ཞབས་བསིལ། མེ་ཏོག །བདུག་སྤོས། སྣང་གསལ། དྲི་ཆབ། ཞལ་ཟས། རོལ་ 7

ཕྱག་དཀར་ཞི་ཕྱུག།

མོ་རྣམས་དྭངས་ཤིང་ཐོགས་པ་མེད་པ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པར་གྱུར། ཨོཾ་ཨཀྵོཾ། ཕཱཏྲཾ། ཕུཥྤེ། རྷུ་པེ། ཨཱ་ལོ་ཀེ
གནྡྷེ། ནཻ་ཝིདྱ། ཤཔྟ། རང་ཉིད་སྐད་ཅིག་གིས་རྗེ་བཙུན་མར་གསལ་བའི་སེམས་དཔའི་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐོར་བ་མདུན་
གྱི་ནམ་མཁར་སྤྱན་དྲངས། འོད་ཟེར་རང་གི་སྙིང་ཁར་ཐིམ། ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ཅོད་པན་གྱིས། །ཞབས་ཀྱི་པདྨོ་ལ་བཏུད་
དེ། །ཕོངས་པ་ཀུན་ལས་སྒྲོལ་མཛད་མ། །སྒྲོལ་མ་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ཨོཾ་ཨཱརྻ་ཏཱ་རེ་ས་པ་རི་ཝཱ་ར་ཨཀྵོཾ་པྲ་
ཏཱིཙྪ་ཧཱུཾ་སྭཱཧཱ། དེ་བཞིན་དུ་ཤཔྟའི་བར་གྱིས་མཆོད། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་བདག་སྐྱབས་མཆི། །སྡིག་པ་ཐམས་ཅད་སོ་སོར་ ༨

ཀ

༄༅། །བཤགས། །འགྲོ་བའི་དགེ་ལ་རྗེས་ཡི་རང་། །སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་ཡིད་ཀྱིས་བཟུང་། །སངས་རྒྱས་ཆོས་
དང་ཚོགས་མཆོག་ལ། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་སྐྱབས་མཆི། །རང་གཞན་དོན་ནི་རབ་བསྒྲུབ་ཕྱིར། །བྱང་ཆུབ་
སེམས་ནི་བསྐྱེད་པར་བགྱི། །བྱང་ཆུབ་མཆོག་གི་སེམས་ནི་བསྐྱེད་བགྱིས་ནས། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདག་
གིས་མགྲོན་དུ་གཉེར། །བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་མཆོག་ཡིད་འོང་སྤྱད་པར་བགྱི། །འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་
ཤོག །ཞེས་ལན་གསུམ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱུ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག །སེམས་ཅན་ཐམས་

༡

ཅད་སྡུག་བསྔལ་དང་སྡུག་བསྔལ་གྱི་རྒྱུ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྡུག་བསྔལ་མེད་པའི་བདེ་
བ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉེ་རིང་ཆགས་སྡང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྙོམས་ལ་
གནས་པར་གྱུར་ཅིག །ཞེས་ཚད་མེད་བཞི་བསྒོམ་པ་སྔོན་དུ་བཏང་། དེ་ནས། ཨོཾ་སྭ་བྷཱ་ཝ་ཤུདྡྷཿསརྦ་དྷརྨཱ་སྭ་བྷཱ་ཝ་ཤུདྡྷོཧཾ། སྟོང་པ་
ཉིད་དུ་གྱུར། སྟོང་པའི་ངང་ལས་པཾ་ལས་པདྨ་དཀར་པོ་དང་ཨཱཿལས་ཟླ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྟེང་དུ་རང་གི་སེམས་
ཉིད་ཡི་གེ་ཏཱཾ་ཡིག་དཀར་པོ་དེ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་བྱས། ཚུར་འདུས་ཡོངས་སུ་

༡༡

༄༅། །གཟུར་པ་ལས་རང་ཉིད་འཕགས་མ་ཡིད་བཞིན་གྱི་འཁོར་ལོ་སྐུ་མདོག་དཀར་མོ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་མ་གཡས་མཆོག་སྦྱིན་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་དང་། གཡོན་མེ་ཏོག་ཨུཏྤ་ལའི་ཡུ་བ་ཐུགས་ཀར་མཐེབ་སྲིན་གྱིས་འཛིན་པའི་སྣན་གྱི་ཐད་དུ་ཁ་བྱེ་བའི་ཡལ་ག་གསུམ་དུ་གྱེས་པའི་དབུས་མ་ཁ་ཤག་གིས་བྱེ་བ་གཡས་སྤྱད་ནས་འབྲས་བུ་ཡོད་པ། གཡོན་ཁ་མ་བྱེ་བ་དེ་གསུམ་གྱིས་དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་མཚོན་པ། རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་དང་དར་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་ན་བཟའ་ཅན། ཟླ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་སྐྱ་བྲང་པོར་བསྟེན་པ། ཞབས་རྡོ་རྗེའི་སྐྱིལ་ཀྲུང་གིས་བཞུགས་པ། དེའི་

11

སྤྱི་བོར་ཨོཾ་དཀར་པོ། མགྲིན་པར་ཨཱཿདམར་པོ། ཐུགས་དཀར་ཧཱུྃ་སྔོན་པོ། སྙིང་གར་ཟླ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྟེང་དུ་ཏཱཾ་ཡིག་དཀར་པོ་དེ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། ལྷོ་ཕྱོགས་པོ་ཏཱ་ལ་ནས་རྗེ་བཙུན་མ་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོ་ལ་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐོར་བ་སྤྱན་དྲངས། རྣམ་འདྲེན་ཀུན་གྱི་གསང་གསུམ་རྟག་པའི་བཅུད། །རྣམ་པ་ཡིད་འཕྲོག་མཚན་དཔེའི་རྒྱན་ལྡན་སྐུ། །རྣམ་རོལ་མཐའ་ཀླས་བཀོད་པས་གཤེགས་སུ་གསོལ། །མ་ལུས་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་མགོན་གྱུར་ཅིང་། །བདུད་སྡེ་དཔུང་བཅས་མི་བཟད་འཇོམས་མཛད་ལྷ། །དངོས་རྣམས་

༄༅། །མ་ལུས་ཡང་དག་མཁྱེན་གྱུར་པའི། །བཅོམ་ལྡན་འཁོར་བཅས་གནས་འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ། །ཛཿཧཱུྃ་
བཾ་ཧོ་གཉིས་སུ་མེད་པར་གྱུར། །སྔར་ཡང་ཐུགས་ཀའི་ས་བོན་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། །དབང་གི་ལྷ་རྣམས་སྤྱན་
དྲངས། །ཁྱེད་རྣམས་ཀྱིས་བདག་ལ་མངོན་པར་དབང་བསྐུར་དུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། དེ་རྣམས་
ཀྱིས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་རྩིས་གང་བའི་བུམ་པ་ཐོགས་ནས། ཨོཾ་སརྦ་ཏ་ཐཱ་ག་ཏ་ཨ་བྷི་ཥེ་ཀ་ཏ་ས་མ་ཡ་ཤྲཱི་ཡེ་ཨཱཿཧཱུྃ།
ཞེས་བདུད་རྩིའི་རྒྱུས་དབང་བསྐུར། ལུས་གང་དྲི་མ་དག །རྒྱུའི་ལྷག་མ་སྤྱི་གཙུག་ཏུ་གནས་པ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་

ལས། འོད་དཔག་མེད་ཀྱིས་དབུ་རྒྱན་པར་གྱུར། མཆོད་པ་གོང་ལྟར་བྱིན་གྱིས་བརླབ། ཨོཾ་ཨཱརྱ་ཏཱ་རེ་ས་པཱ་རི་ཝཱ་ར་ཨརྒྷཾ་པྲ་ཏཱིཙྪ་ཧཱུཾ་སྭཱཧཱ། དེ་བཞིན་དུ་ཤབྡའི་བར་གྱིས་མཆོད། འཁོར་བ་ལས་སྒྲོལ་ཏཱ་རེ་མ། །ཏུཏྟཱ་རེ་ཡིས་འཇིགས་བརྒྱད་སྒྲོལ། །ཏུ་རེས་ན་བ་རྣམས་ལས་སྒྲོལ། །སྒྲོལ་མ་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །རབ་འབྱམས་རྒྱལ་བའི་མཁྱེན་བརྩེའི་འཕྲིན་ལས་རྣམས། །རབ་མཛེས་ཡིད་འོང་ལྷ་མོའི་སྐུར་བསྟན་ནས། །རབ་མང་འགྲོ་ལ་ཆེ་དང་མཆོག་སྩོལ་མ། །རབ་དཀར་ལྷ་མོ་ཨུཏྤལ་བསྣམས་ལ་བསྟོད། །མཚན་གྱིས་གཟིགས་ཀྱང་མཐར་བྱེད་ཐུན་པའི་དཔུང་། །ལྟག་མ་མེད་པར་བཅོམ་

༄༅། །དང་ལྡན་གཅིག་ཏུ། །ཚེ་དཔལ་ཡེ་ཤེས་སྣང་བའི་མཆོག་སྟེར་བ། །ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོའི་ཞབས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །དེ་ནས་བཟླས་པ་བྱ་བ་ནི། རང་ཉིད་འཕགས་མ་སྒྲོལ་དཀར་དུ་གསལ་བའི་སྙིང་གར་འཁོར་ལོ་དཀར་པོ་རྩིབས་བརྒྱད་པ་ལྟེ་བ་དང་མུ་ཁྱུད་རིམ་པ་གསུམ་དང་བཅས་པ་ལྟེ་བར་ཟླ་བའི་སྟེང་དུ་རང་གི་སེམས་ཧཾ་ཡིག་དཀར་པོའི་མཐར་ཨོཾ་དང་ཧའི་བར་དུ་ཚུད་པའི་སྤྱིལ་ཚིག་གིས་བསྐོར་བ། རྩིབས་བརྒྱད་ལ་ཏཱ་རེ་ཏུཏྟཱ་རེ་ཏུ་རེ་སྭཱ་ཞེས་པའི་ཡིག་འབྲུ་བརྒྱད། མུ་ཁྱུད་ནང་མ་ལ་ཨཱ་ལི་གཡོན་བསྐོར། བར་མ་ལ་ཀཱ་ལི་གཡས་སྐོར། ཕྱི་མ་ལ་རྟེན་འབྲེལ་སྙིང་པོ་

གཡས་སྐོར་དུ་འཁོད་པའི་ས་བོན་དང་ཡིག་འབྲུ་ཐམས་ཅད་འོད་ཟེར་བདུད་རྩིའི་རང་བཞིན་ཟིལ་པ་ཐྲིམ་མེ་བ་
དང་། །རང་གི་སྤྱི་བོར་རིགས་བདག་རྒྱལ་བ་ཚེ་དཔག་མེད་སྐུ་མདོག་དམར་པོ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ཀྱིས་གསེར་
གྱི་བུམ་པ་འཆི་མེད་བདུད་རྩིའི་རྒྱུན་གྱིས་གང་བ་མཉམ་གཞག་གི་སྟེང་ན་འཛིན་པ། དར་དང་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་གྱིས་
བརྒྱན་པ། ཞབས་རྡོ་རྗེའི་སྐྱིལ་ཀྲུང་གིས་བཞུགས་པར་གྱུར་པའི་ཐུགས་ཀར་ཧྲཱིཿཡིག་དམར་པོས་མཚན་པ། དེ་
ལས་འོད་ཟེར་དམར་པོ་ལྷུགས་ཀྱུ་ལྟ་བུ་ཐོགས་བཅུར་འཕྲོས། རང་གི་ཚེ་མི་དང་མི་མ་ཡིན་རྣམས་ཀྱིས་འཕྲོག་པ་

༄༅། །དང་། བརྐུས་པ་དང་། ཡར་བ་དང་། འཁོར་བ་ཐམས་ཅད་དང་། འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་ལྔའི་བཅུད། སེམས་
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཚེ་དང་བསོད་ནམས་སྲིད་པ་གསུམ་གྱི་བཀྲག་མདངས་གཟི་བརྗིད་སོགས་འཇིག་རྟེན་ཁམས་
ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་། བླ་མ་རྒྱལ་བ་སྲས་བཅས་ཀྱི་སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་བྱིན་
རླབས་ཐམས་ཅད་ཁ་དོག་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་པའི་བདུད་རྩི་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྣམ་པར་བསྡུས་ཏེ་བཀུག །ཕྱག་
གི་བུམ་པའི་ནང་དུ་ཐིམ། ཐིམ་པ་ལས་ཀྱང་བདུད་རྩི་དཀར་ཆིལ་གྱིས་ལྟུད་ནས་རང་གི་སྤྱི་བོའི་ཚངས་བུག་ནས་

ཞུགས་ཏེ་སྙིང་ཁའི་འཁོར་ལོ་སྔགས་ཕྲེང་ས་བོན་དང་བཅས་པ་ལ་ཐིམ། དེ་ལས་བདུད་རྩིའི་རྒྱུན་བབས་པ་ལུས་ཀྱི་
ནང་ཐམས་ཅད་གང་ཞིང་ཕྱི་ཐམས་ཅད་བཀྲུས་པས། ཐོག་མེད་ནས་བསགས་པའི་སྡིག་སྒྲིབ་ནད་གདོན་ཚེའི་བར་
ཆད་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་བྱང་ཞིང་དག །ཚེ་དང་བསོད་ནམས་དམ་སྡོམ་ཉམས་པ་ཐམས་ཅད་སོར་ཆུད། འཆི་
མེད་ཚེའི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་གྱུར། ཨོཾ་ཏཱ་རེ་ཏུཏྟཱ་རེ་ཏུ་རེ་མ་མ་ཨཱ་ཡུར་པུཎྱེ་ཛྙཱ་ན་པུཥྚིཾ་ཀུ་རུ་སྭཱ་ཧཱ། ཅི་ནུས་བཟླས། དེ་
ནས། རང་གི་ཕྱི་རོལ་ཏུ་གནམ་ལྕགས་ལས་གྲུབ་པའི་འཁོར་ལོ་དཀར་པོ་སྦུབས་ཅན་ཞ་ཐེབ་ཁ་སྦྱར་བ་ལྟ་བུ་སྟེང་འོག་ཕྱོགས་མཚམས་ཀྱི་རྩིབས་བཅུ་རྩེ་མོ་རྣོ་ཞིང་

༡༩

༄༅། །གཡས་སྐོར་དུ་མགྱོགས་པར་འཁོར་བས་གནོད་བྱེད་ཐམས་ཅད་དུམ་བུར་གཏུབ་ཅིང་། འོད་ཟེར་གྱི་མེ་ལྕེ་འབར་ཞིང་འཁྲུགས་པས་གདོན་བགེགས་ཐམས་
ཅད་བྱེ་སྙོ་མེར་བསྲེགས་པ་བཞིན་གཞོབ་ཐུལ་ཐུལ་ཚིག་པར་བསམ། སླར་ཡང་སྙིང་གའི་སྔགས་འཁོར་ལས་འོད་ཟེར་དཀར་པོའི་ཚོགས་དཀར་ཁྲོམ་གྱིས་འཕྲོས། ལུས་
ཀྱི་ནང་ཐམས་ཅད་གང་། ནད་གདོན་སྡིག་སྒྲིབ་དང་ཆེའི་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་ཞི་བར་བྱས། འོད་ཟེར་བ་སྤྱུའི་སྒོ་ནས་ཕྱིར་འཕྲོས། ལུས་ཀྱི་ཕྱི་ནས་འོད་ཟེར་དཀར་པོའི་
གུར་ཁྱིམ་གྱིས་བསྐོར་བས་ཞི་བའི་ལས་ཐམས་ཅད་གྲུབ་པར་བསམ། ཡང་འོད་ཟེར་སེར་པོའི་ཚོགས་འཕྲོས། ལུས་གང་ཆེ་དང་བསོད་ནམས་ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་
གྱི་ཤེས་རབ་ལ་སོགས་རྒྱས་པར་བྱས། ཕྱིར་འཕྲོས་གུར་ཁྱིམ་དཀར་པོའི་མཐའ་ནས་འོད་ཟེར་སེར་པོའི་གུར་ཁྱིམ་གྱིས་བསྐོར་བས་རྒྱས་པའི་ལས་ཐམས་ཅད་གྲུབ་

19

བར་བསམ། ཡང་འོད་ཟེར་དམར་པོའི་ཚོགས་འཕྲོས། ཁམས་གསུམ་དབང་དུ་བསྡུ་བའི་མཐུ་དང་ལྡན་པར་བྱས། ཕྱིར་འཕྲོས་སེར་པོའི་མཐའ་ནས་འོད་ཟེར་དམར་པོའི་
གུར་ཁྲིམ་གྱིས་བསྐོར་བས་དབང་གི་ལས་ཐམས་ཅད་གྲུབ་པར་བསམ། ཡང་འོད་ཟེར་མཐིང་ཁའི་ཚོགས་འཕྲོས། མངོན་སྤྱོད་ཀྱི་ལས་ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པའི་མཐུ་དང་
ལྡན་པར་བྱ། ཕྱིར་འཕྲོས་དམར་པོའི་མཐའ་ནས་འོད་ཟེར་མཐིང་ཁའི་གུར་ཁྲིམ་གྱིས་བསྐོར་བས་དྲག་པོའི་ལས་ཐམས་ཅད་གྲུབ་པར་བསམ། ཡང་འོད་ཟེར་མཆིན་ཁའི་
ཚོགས་འཕྲོས། ལས་དང་དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནུས་པ་བརྟན་པོར་བྱས། ཕྱིར་འཕྲོས་ལྗང་གུའི་མཐའ་ནས་འོད་ཟེར་མཆིན་ཁའི་གུར་ཁྲིམ་གྱིས་བསྐོར་བས་དེ་ཐམས་
ཅད་བརྟན་པར་བྱས་པར་བསམ། འོད་ཀྱི་གུར་ཁང་དྲྭ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དབྱིབས་སྒོང་ང་ལྟ་བུ་དུམ་བུ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པ། སྲ་ཞིང་མཁྲེགས་པ་བསྐལ་པའི་རླུང་གིས་ཀྱང་

བརྒྱ་ཕྲག

༄༅། །གཞིག་པར་མི་ནུས་པ། བར་མཚམས་ཐམས་ཅད་ཨུཏྤལ་སྔོན་པོའི་མེ་ཏོག་ཁ་ཕྱེ་མ་ཐག་པ་གསར་ཞིང་མཉེན་ལྷུགས་དང་ལྡན་པས་བྱུན་ཡོང་གིས་གཏམས་
པར་བསམ། འདིར་སྔགས་ཅི་ནུས་བཟླས། དེ་ནས། ཨོཾ་བཛྲ་སཏྭ་ས་མ་ཡ། མ་ནུ་པཱ་ལ་ཡ། བཛྲ་སཏྭ་ཏྭེ་ནོ་པ་ཏིཥྛ། དྲྀ་ཌྷོ་མེ་བྷ་ཝ།
སུ་ཏོ་ཥྱོ་མེ་བྷ་ཝ། སུ་པོ་ཥྱོ་མེ་བྷ་ཝ། ཨ་ནུ་རཀྟོ་མེ་བྷ་ཝ། སརྦ་སིདྡྷི་མྨེ་པྲ་ཡཙྪ། སརྦ་ཀརྨ་སུ་ཙ་མེ། ཙིཏྟཾ་ཤྲེ་ཡཾ་
ཀུ་རུ་ཧཱུྃ། ཧ་ཧ་ཧ་ཧ་ཧོ། བྷ་ག་ཝན་སརྦ་ཏ་ཐཱ་ག་ཏ། བཛྲ་མཱ་མེ་མུཉྩ། བཛྲཱི་བྷ་ཝ། མཧཱ་ས་མ་ཡ་སཏྭ་ཨཱཿཧཱུྃ་ཕཊ།
ཅེས་ཡིག་བརྒྱ་བཟླས་ནས། དགེ་བ་འདི་ཡིས་མྱུར་དུ་བདག །ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོ་འགྲུབ་གྱུར་ནས། །འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་

མ་ལུས་པ། །དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག །བསྔོ་བ་དང་སྨོན་ལམ་བྱའོ། །མདུན་བསྐྱེད་བསྒྲུབ་པ་ནི། ཨོཾ་བཛྲ་ཨ་མྲི་ཏས་བསངས། ཨོཾ་སྭ་བྷཱ་ཝ་ཤུདྡྷཿསརྦ་དྷརྨ་སྭ་བྷཱ་ཝ་ཤུདྡྷོ྅ཧཾ། ཆེ་རྫས་རྣམས་མི་དམིགས་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། སྟོང་པའི་ངང་ལས་པཾ་ལས་པདྨ་དཀར་པོ་དང་། ཨཱ་ལས་ཟླ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྟེང་དུ་ཧཱུྃ་ཡིག་དཀར་པོ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། འཕགས་པ་མཆོད། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱས། ཚུར་འདུས་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་འཕགས་མ་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོ་སྐུ་མདོག་དཀར་མོ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་མ་གཡས་མཆོག་སྦྱིན་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་དང་། གཡོན་མེ་ཏོག་ཨུཏྤ་ལའི་

༄༅། །ཡུ་བ་ཐུགས་ཀར་མཐེབ་སྲིན་གྱིས་འཛིན་པའི་སྣན་གྱི་ཐད་དུ་ཁ་བྱེ་བའི་ཡལ་ག་གསུམ་དུ་གྱེས་པའི་དབུས་མ་ཁ་ཞག་གིས་བྱེ་བ། གཡས་སྐྱུད་ནས་འབྲས་བུ་ཡོད་པ། གཡོན་ཁ་མ་བྱེ་བ་དེ་གསུམ་གྱིས་དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་མཚོན་པ། རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་དང་དར་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་ན་བཟའ་ཅན། ཟླ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་སྐྱུ་དྲང་པོར་བསྟེན་པ། ཞབས་རྡོ་རྗེའི་སྐྱིལ་ཀྲུང་གིས་བཞུགས་པ། དེའི་སྤྱི་བོར་ཨོཾ་དཀར་པོ། མགྲིན་པར་ཨཱཿདམར་པོ། ཐུགས་ཀར་ཧཱུྃ་སྔོན་པོ། སྙིང་གར་ཟླ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྟེང་དུ་ཧཱུྃ་ཡིག་དཀར་པོ་དེ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། ལྷོ་ཕྱོགས་པོ་ཏཱ་

ལ་ནས་རྗེ་བཙུན་མ་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོ་ལ་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐོར་བ་སྤྱན་
དྲངས། །རྣམ་འདྲེན་ཀུན་གྱི་གསང་གསུམ་རྟག་པའི་བཙུན། །རྣམ་པ་ཡིད་འཕྲོག་མཚན་དཔེའི་རྒྱན་ལྡན་སྐུ། །རྣམ་
གསལ་ཚེ་སྦྱིན་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོ་ཆེའི། །རྣམ་རོལ་མཐའ་ཀླས་བཀོད་པས་གཤེགས་སུ་གསོལ། །མ་ལུས་
སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་མགོན་གྱུར་ཅིང་། །བདུད་སྡེ་དཔུང་བཅས་མི་བཟད་འཇོམས་མཛད་ལྷ། །དངོས་རྣམས་མ་ལུས་
ཡང་དག་མཁྱེན་གྱུར་པའི། །བཅོམ་ལྡན་འཁོར་བཅས་གནས་འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ། །ཛཿཧཱུྃ་བཾ་ཧོཿ དམ་ཚིག་

༄༅། །པ་དང་གཉིས་སུ་མེད་པར་གྱུར། །སླར་ཡང་ཐུགས་ཀའི་ས་བོན་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། དབང་གི་ལྷ་རྣམས་
སྤྱན་དྲངས། ཁྱེད་རྣམས་ཀྱིས་འདི་ལ་མངོན་པར་དབང་བསྐུར་དུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། དེ་རྣམས་
ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་རྩིས་གང་བའི་བུམ་པ་ཐོགས་ནས། ཨོཾ་སརྦ་ཏ་ཐཱ་ག་ཏ་ཨ་བྷི་ཥེ་ཀ་ཏ་ས་མ་ཡ་ཤྲཱི་ཡེ་ཧཱུཿཧཱུྃ།
ཞེས་བདུད་རྩིའི་ཆུས་དབང་བསྐུར། ལུས་གང་། དྲི་མ་དག །ཆུའི་ལྷག་མ་སྤྱི་གཙུག་ཏུ་གནས་པ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་
ལས། འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་དབུ་བརྒྱན་པར་གྱུར། མཆོད་པ་གོང་ལྟར་བྱིན་གྱིས་བརླབ། རབ་འབྱམས་རྒྱ་མཚོ་དཔག་མེད་

ན། །མཆོད་ཡོན་ཉེ་སྤྱོད་ཡོད་པ་རྣམས། །བདག་གིས་གུས་པས་བཞམས་པ་འདི། །སྒྲོལ་མ་འཁོར་དང་བཅས་ལ་
འབུལ། །ཨོཾ་ཨཱརྻ་ཏཱ་རེ་ས་པཱ་རི་ཝཱ་ར་ཨརྒྷཾ་པྲ་ཏཱིཙྪ་ཧཱུྃ་སྭཱཧཱ། དེ་བཞིན་དུ་ཚིག་བཅད་སྔགས་དང་བཅས་ཏེ་ཞབས་བསིལ་ནས་ཉེར་སྤྱོད་རོལ་
མོ་དང་བཅས་པ་འབུལ། དེ་ནས་བསྟོད་པ་ནི། འཁོར་བ་ལས་སྒྲོལ་ཏཱ་རེ་མ། །ཏུཏྟཱ་ར་ཡིས་འཇིགས་བརྒྱད་སྒྲོལ། །ཏུ་རེས་ན་བ་
རྣམས་ལས་སྒྲོལ། །སྒྲོལ་མ་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཚལ་བསྟོད། །རབ་འབྱམས་རྒྱལ་བའི་མཁྱེན་བརྩེའི་འཕྲིན་ལས་
རྣམས། །རབ་མཛེས་ཡིད་འོང་ལྷ་མོའི་སྐུར་བསྟན་ནས། །རབ་མང་འགྲོ་ལ་ཚེ་དང་མཆོག་སྩོལ་མ། །རབ་དཀར་

༄༅། །ལྷ་མོ་ཨུཏྤལ་བསྔམས་ལ་བསྟོད། །མཚན་གྱི་གཟིས་ཀྱང་མཐར་བྱེད་སྨུན་པའི་དཔུང་། །ལྷག་མ་མེད་པར་
བཅོམ་དང་ལྡན་གཅིག་ཏུ། །ཆེ་དཔལ་ཡེ་ཤེས་སྣང་བའི་མཆོག་སྟེར་བ། །ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོའི་ཞབས་ལ་ཕྱག་
འཚལ་ལོ། །ཅེས་ཚིགས་བཅད་གསུམ་གྱིས་བསྟོད། རྒྱས་པར་སྒྲོ་ན་ཡན་ལག་བདུན་པ་ཡང་བྱའོ། །དེ་ནས་ལྷའི་ཐུགས་ཀའི་སྔགས་ཕྲེང་གིས་བསྐོར་བ་དང་འོད་
ཟེར་དྲུག་བསྒྲག་གི་དམིགས་པ་གསལ་བཏབ་སྟེ། རང་རྗེ་བཙུན་མར་གསལ་བའི་ཐུགས་ཀའི་ཧཱུྃ་ཡིག་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། མདུན་
བསྐྱེད་ཀྱི་རྗེ་བཙུན་མའི་ཐུགས་ཀའི་སྔགས་ཕྲེང་ལ་ཐོག་དེ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པའི་སྟོད་བཅུད་རྣམས་འོད་ཟེར་

གསེར་ཞུན་མའི་མདོག་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་བཀུག་ནས་སྤྱགས་ཕྲེང་ལ་ཐིམ། དེ་ལས་བདུད་རྩིའི་རྒྱུན་བབས་པས་
བསྐྱབ་བྱ་རླུ་བ་སེར་པོ་ལ་གནས་ཤིང་གོས་སེར་པོར་གསལ་བའི་སྤྱི་བོ་ནས་ཞུགས། ལུས་ཀྱི་ནང་ཐམས་ཅད་གང་།
ཚེའི་བར་དུ་གཅོད་པ་ཐམས་ཅད་ཞི་སྟེ་འཆི་བ་མེད་པའི་ཚེའི་རིག་འཛིན་ཐོབ་པར་གྱུར། ཨོཾ་ཏཱ་རེ་ཏུཏྟཱ་རེ་ཏུ་རེ་མ་
མ་ཧཱ་ཡུར་པུཎྱེ་ཛྙཱ་ན་པུཥྚིཾ་ཀུ་རུ་སྭཱཧཱ། དམིགས་པ་དང་བཅས་སྤྲེལ་ཚིག་སྔར་ཧེ་ཅི་ནུས་བཟླས་པའི་མཐར། ཡིག་བརྒྱས་ཚད་ལྷག་བཀང་། མཆོད་
བསྟོད་མདོར་བསྡུས་བྱའོ། །དེ་ནས་ཐུན་མཚམས་སུ་གཏོར་མ་འབུལ་བ་ནི། ཨོཾ་བཛྲ་ཨ་མྲི་ཏ་ས་བསངས། ཨོཾ་སྭ་བྷཱ་ཝ་ཤུདྡྷཿསརྦ་དྷརྨ་སྭ་བྷཱ་ཝ་

༄༅། །ཤཱུ་ནྱ་ཏཱ། སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། སྟོང་པའི་ངང་ལས་ཨོཾ་ལས་རིན་པོ་ཆེའི་སྣོད་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ནང་
དུ་ཨོཾ་འོད་དུ་ཞུ་བ་ལས་བྱུང་བའི་གཏོར་མ་ཟག་པ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་རྩིའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་གྱུར། ཨོཾ་
ཨཱཿཧཱུྃ། ལན་གསུམ་གྱིས་བྱིན་གྱིས་བརླབ། ཨོཾ་ཨཱཙ་ཏཱ་རེ་ས་པཱ་རི་ཝཱ་ར་ཨི་དཾ་བ་ལིཾ་ཏ་ཁ་ཁ་ཁ་ཧི་ཁ་ཧི། ལན་གསུམ་གྱིས་འབུལ། ཨོཾ་
ཨཱཙ་ཏཱ་རེ་ས་པཱ་རི་ཝཱ་ར་ཨརྒྷཾ་ནས་ཤབྡ་པྲ་ཏཱིཙྪ་ཧཱུྃ་སྭཱ་ཧཱ། བར་གྱིས་མཆོད། རབ་འབྱམས་རྒྱལ་བའི་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟོད། དེ་
ནས། རྒྱལ་བའི་སྲས་པོ་ཨཱཙ་ཏཱ་རེ་མ། །གདུང་ཤུགས་དྲག་པོས་ཐུགས་རྗེའི་རྒྱུད་བསྐུལ་བས། །དམ་རྫས་རོལ་བུ་

བཅོ་ལྔ།

29

འདི་ལ་བྱིན་རློབས་ལ། འགྲོ་རྣམས་སྨིན་ཅིང་གྲོལ་བར་མཛད་དུ་གསོལ། །རྗེ་གཅིག་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་བྱེད་པོ་ཡིས། །འཕགས་མའི་ཐུགས་ཀའི་ཧཱུྃ་ལས་འོད་འཕྲོས་པས། །རྒྱལ་བ་སྲས་བཅས་ཉན་རང་ལ་སོགས་པ། །སྐྱབས་གནས་ཀུན་གྱི་བྱིན་རླབས་ནུས་མཐུའི་ཚོགས། །འོད་དང་འོད་ཟེར་བདུད་རྩིའི་ཆུ་རྒྱུན་དང་། །འཕགས་མའི་སྐུ་ཡི་རྣམ་པར་ཐོགས་མེད་བསྡུས། །རིལ་བུ་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མའི་རྣམ་པ་ལ། །ཆུ་ལ་ཆུ་བཞག་བཞིན་དུ་རོ་གཅིག་གྱུར། །ཞེས་པ་དང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་མ་ཚེ་སྦྱིན་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོས་བདག་དང་སྦྱིན་པའི་བདག་པོ་ལ་འཆི་མེད་

༄༅། །ཚེ་དང་དཔལ་འབྱོར་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་པ་སྩོལ། ཞེས་འདོད་དོན་ལ་གསོལ་བ་བཏབ། སྒྲོལ་
མའི་བཀའ་སྡོད་ཀྵེ་ཏྲ་པ་ལ་དང་། འཇིགས་བྱེད་ཆེན་མོ་ལ་གཏོར་མ་འབུལ་བར་འདོད་ན་འབུལ་གཏོར་ཐུན་མོང་དུ་ཟླུམ་གཏོར་དཀར་པོ་བཤམས་ལ། ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུྃ།
ལན་གསུམ་གྱིས་བྱིན་གྱིས་བརླབས་ནས། རང་ཉིད་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོར་གསལ་བ་ཡི། །ཐུགས་ཀའི་འོད་ཀྱིས་འཕགས་མའི་
བཀའ་སྡོད་མཆོག །ཀྵེ་ཏྲ་པཱ་ལ་མི་དཀར་དར་ཐོད་ཅན། །ཕྱག་གཉིས་བསམ་འཕེལ་དབང་གི་རྒྱལ་པོར་འཛིན། །རབ་
དཀར་གོས་བཟང་མཛེས་པོར་གྱོན་པ་དང་། །ཆོས་སྐྱོང་འཇིགས་བྱེད་ཆེན་མོ་བུད་མེད་གཟུགས། །ཕྱག་གཉིས་

མདའ་དང་ཆེ་ཡི་བུམ་པ་འཛིན། །སྐུ་མདོག་སྔོ་བསངས་དར་དང་རིན་པོ་ཆེའི། །རྒྱན་གྱིས་མཛེས་པར་བརྒྱན་པའི་རྣམ་པ་གཉིས། །སྐད་ཅིག་གནས་འདིར་བཛྲ་ས་མཱ་ཛཿ ཞེས་པས་སྤྱན་དྲངས་ནས། གཏོར་མ་ཕུལ་བ་དགྱེས་པས་བཞེས་པར་བསམ་ལ། ནམ་མཁའ་མཛོད་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་དང་བཅས་ཏེ། ན་མཿསརྦ་ཏ་ཐཱ་ག་ཏ་ཨ་ཕ་ལོ་ཀི་ཏེ་ཨོཾ་སཾ་བྷ་ར་སཾ་བྷ་ར་ཧཱུྃ། ཨོཾ་མཧཱ་ཀྵེ་ཏྲ་པཱ་ལ་ཡ་ཨི་དཾ་བ་ལིངྟ་ཁ་ཁ་ཁ་ཧི་ཁ་ཧི། ཞེས་པ་ལན་གསུམ་གྱིས་ཞིང་སྐྱོང་ཆེན་པོ་ལ་དབུལ། དེ་བཞིན་དུ། ཨོཾ་ཌཱ་ཀི་ནི་མཧཱ་ཀྵཻ་ར་ཕ་ཨི་དཾ་བ་ལིངྟ་ཁ་ཁ་ཁ་ཧི་ཁ་ཧི། ཞེས་པ་ལན་གསུམ་གྱིས་མཁའ་འགྲོ་འཇིགས་བྱེད་ཆེན་མོ་ལ་འབུལ། དེ་ནས། ཨོཾ་བཛྲ་པུཥྤེ། དྷུ་པེ། དཱི་པེ། གནྡྷེ།

༄༅། །ནཻ་ཞི་ཏེ་ཨཱཿཧཱུྃ། ཞེས་བའི་བར་གྱིས་མཆོད། སྟོན་ཆེ་རྗེ་བཙུན་སྒྲོལ་མའི་སྤྱན་སྔ་རུ། །བསྟན་པ་བསྲུང་དང་འགྲོ་
ལ་ཕན་གདགས་ཤིང་། །གང་བཅོལ་འཕྲིན་ལས་སྒྲུབ་པར་དམ་བཅས་པ། །ཞིང་སྐྱོང་འཇིགས་བྱེད་ཆེན་མོ་བཅས་
ལ་བསྟོད། །མཆོད་སྦྱིན་གཏོར་མ་འདི་བཞེས་ལ། །རྣལ་འབྱོར་བདག་བཅག་འཁོར་བཅས་ལ། །ནད་མེད་ཚེ་དང་
དབང་ཕྱུག་དང་། །དཔལ་དང་གྲགས་དང་སྐལ་པ་བཟང་། །ལོངས་སྤྱོད་རྒྱ་ཆེན་ཀུན་ཐོབ་ཅིང་། །ཞི་དང་རྒྱས་ལ་
སོགས་པ་ཡི། །ལས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་བདག་ལ་སྩོལ། །སྲུང་མས་རྟག་ཏུ་གྲོགས་མཛོད་ཅིག །དུས་མིན་འཆི་དང་

ཕྱག་དཀར་མོ་ཕྱག།

ནད་རྣམས་དང་། །གདོན་དང་བགེགས་རྣམས་ཞི་བ་དང་། །རྨི་ལམ་ངན་དང་མཚན་མ་ངན། །བྱ་བྱེད་ངན་རྣམས་མེད་པར་མཛོད། །འཇིག་རྟེན་བདེ་ཞིང་ལོ་ལེགས་དང་། །འབྲུ་རྣམས་རྒྱས་ཞིང་ཆོས་འཕེལ་དང་། །བདེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་དང་། །ཡིད་ལ་འདོད་པ་ཀུན་འགྲུབ་མཛོད། །ཅེས་འཕྲིན་ལས་བཅོལ། དེ་ནས་གཞི་བདག་གཏོར་མ་ནི། ཨོཾ་བཛྲ་ཨ་ཤྲི་ཏས་བསངས། ཨོཾ་སྭ་བྷཱ་ཝ་ཤུདྡྷཿསརྦ་དྷརྨཿསྭ་བྷཱ་ཝ་ཤུདྡྷོ྅ཧཾ། སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། སྟོང་པའི་ངང་ལས་རྒྱ་ལས་རིན་པོ་ཆེའི་སྣོད་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ནང་དུ་ཨོཾ་འོད་དུ་ཞུ་བ་ལས་བྱུང་བའི་གཏོར་མ་དཀར་གསུམ་མངར་གསུམ་

34

བཅོ་བརྒྱད།

༄༅། །ཟག་པ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་རྩིའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་གྱུར། ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུཾ། ལན་གསུམ། ན་མཿསརྦ་ཏ་ཐཱ་ག་
ཏ་ཨ་ཝ་ལོ་ཀི་ཏེ་ཨོཾ་སཾ་བྷ་ར་སཾ་བྷ་ར་ཧཱུཾ། གསུམ་མམ་བདུན། བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྒྱལ་བ་རིན་ཆེན་
མང་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་གཟུགས་མཛེས་དམ་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་
སྐུ་འབྱམས་ཀླས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་ལ་ཕྱག་འཚལ་
ལོ། །ཕུན་ཚོགས་འདོད་ཡོན་ལྷ་ལྡན་པའི། །བདུད་རྩིའི་རྒྱ་མཚོའི་གཏོར་མ་འདི། །ས་ཡི་ལྷ་མོ་བརྟན་མ་

སོགས། །སྟོང་གསུམ་གཞི་བདག་ཚོགས་རྣམས་དང་། །ཚེ་རིང་མཆེད་ལྔ་བསྟན་སྲུང་བཅས། །གངས་ཅན་གནས་
པ་ཐམས་ཅད་དང་། །ཁྱད་པར་ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ཉིད་ཀྱི། །ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་རྣམས་ལ་འབུལ། །བཞེས་ནས་
རྣལ་འབྱོར་ཡོན་མཆོད་ཀུན། །ལས་དང་བྱ་བ་ཅི་བྱེད་ཀྱང་། །ཀོ་ལོང་ཕྲག་དོག་མ་མཛད་པར། །མཐུན་རྐྱེན་ཡིད་
བཞིན་འགྲུབ་པར་མཛོད། །བདག་གི་བསམ་པའི་སྟོབས་དང་ནི། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བྱིན་སྟོབས་དང་། །ཆོས་
ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་སྟོབས་རྣམས་ཀྱིས་། །དོན་རྣམས་གང་དག་བསམ་པ་ཀུན། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཅི་རིགས་

༄༅། །བར། །ཐོགས་པ་མེད་པར་འབྱུང་གྱུར་ཅིག །དེ་ནས་གཏང་རག་གི་མཆོད་པ་གོང་ལྟར་བྱིན་གྱིས་བརླབས་ཏེ། ཚིགས་བཅད་སྔགས་
དང་བཅས་པའམ། ཡང་ན། ཨོཾ་ཨཱརྱ་ཏཱ་རེ་ས་པཱ་རི་ཝཱ་ར་ཨརྒྷཾ། པཱདྱཾ། པུཥྤེ། དྷཱུ་པེ། ཨཱ་ལོ་ཀེ་ གནྡྷེ། ནཻ་ཝེདྱ། ཤབྡ་པྲ་ཏཱིཙྪ་
སྭཱ་ཧཱ། ཨོཾ་ཊཱ་ཀི་ཎི་མཎྜ་ཧྲཻ་ར་ཕ་ས་པཱ་རི་ཝཱ་ར་ཨརྒྷཾ། པཱདྱཾ། པུཥྤེ། དྷཱུ་པེ། ཨཱ་ལོ་ཀེ་ གནྡྷེ། ཤབྡ་པྲ་ཏཱིཙྪ་སྭཱ་ཧཱ། ཞེས་
སྔགས་རྐྱང་གིས་འབུལ། འཁོར་བ་ལས་སྒྲོལ་ཏཱ་རེ་མ། །ཏུཏྟཱ་ར་ཡིས་འཇིགས་བརྒྱད་སྒྲོལ། །ཏུ་རེས་ན་བ་རྣམས་ལས་
སྒྲོལ། །སྒྲོལ་མ་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཚལ་བསྟོད། །རབ་འབྱམས་རྒྱལ་བའི་མཁྱེན་བརྩེའི་འཕྲིན་ལས་རྣམས། །རབ་

མཛེས་ཡིད་འོང་ལྷ་མོའི་སྐུར་བསྟན་ནས། །རབ་མང་འགྲོ་ལ་ཚེ་དང་མཆོག་སྩོལ་མ། །རབ་དཀར་ལྷ་མོ་ཨུཥྞཱིཥ་
བསྟམས་ལ་བསྟོད། །སྟོན་ཆེ་རྗེ་བཙུན་སྒྲོལ་མའི་སྤྲུན་སྤུ་རུ། །བསྟན་པ་བསྲུང་དང་འགྲོ་ལ་ཕན་བདགས་
ཤིང་། །གང་བཙལ་འཕྲིན་ལས་སྒྲུབ་པར་དམ་བཅས་པ། །ཞིང་སྐྱོང་འཇིགས་བྱེད་ཆེན་མོ་བཅས་ལ་བསྟོད། །བཅས་
ཀྱིས་བསྟོད། དེ་ནས་ཡིག་བརྒྱ་བཟླས་ནས། མ་རྟེད་ཡོངས་སུ་མ་ཤེས་དང་། །གང་ཡང་ནུས་པ་མ་མཆིས་པས། །འདིར་ནི་བྱ་
བ་གང་བགྱིས་པ། །དེ་ཀུན་ཁྱོད་ཀྱིས་བཟོད་མཛད་རིགས། །ལྷག་པ་དང་ནི་ཆད་པ་དང་། །ཚོ་གའི་ཡན་ལག་ཉམས་

ཀ། ༢༠

༄༅། །པ་དང་། །བདག་གིས་བརྗེད་ངས་ཅི་མཆིས་པ། །དེ་ཡང་བཟོད་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །བདག་ལ་དངོས་གྲུབ་མཆོག་སྩོལ་ལ། །ཉིང་འཛིན་ཀུན་གྱི་འབྲས་བུ་སྩོལ། །སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཅི་འདོད་པའི། །དངོས་གྲུབ་བླ་ན་མེད་པ་སྩོལ། །ཞེས་ནོངས་པ་བཟོད་པ་གསོལ། མདུན་དུ་ཡེ་ཤེས་པའི་རྟེན་ཡོད་ན། འདིར་ནི་རྟེན་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ། །འགྲོ་བའི་དོན་དུ་བཞུགས་ནས་ཀྱང་། །ནད་མེད་ཚེ་དང་དབང་ཕྱུག་དང་། །མཆོག་རྣམས་ལེགས་པར་སྩལ་དུ་གསོལ། །ཨོཾ་སུ་པྲ་ཏིཥྛ་བཛྲ་ཡེ་སྭཱ་ཧཱ། ཞེས་བརྟན་བཞུགས་དང་། །རྟེན་མེད་ན། བཛྲ་མུ་ཡེ་ཤེས་པ་རང་བཞིན་གྱི་གནས་སུ་གཤེགས། དམ་

39

སྒྲོལ་དཀར་ཚེ་སྒྲུབ།

ཚིག་པ་རང་ཉིད་ལ་ཐིམ་པར་བསམམས་ལ། དེ་ནས། རང་གི་ཐུགས་ཀའི་ས་བོན་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས་སྣོད་བཅུད་
ཐམས་ཅད་འོད་དུ་ཞུ་ནས་འོད་ཟེར་མཆིན་ཁའི་གུར་ཁང་ལ་ཐིམ། གུར་ཁྲིམ་དྲུག་དང་བསྲུང་འཁོར་རྣམས་ཀྱང་ཕྱི་
ནས་རིམ་བཞིན་ནང་མར་ཐིམ། བསྲུང་འཁོར་རང་ལ་ཐིམ། རང་ཐུགས་ཀའི་འཁོར་ལོ་དང་། དེ་སྔགས་ཕྲེང་། དེ་
ཧྲཱིཾ་ཡིག །དེ་ཡང་རིམ་བཞིན་མི་དམིགས་པར་གྱུར། སྟོང་པའི་ངང་ལས་རང་ཉིད་རྗེ་བཙུན་མའི་སྐུར་བཞེངས་པའི་
སྤྱི་བོར་ཨོཾ། མགྲིན་པར་ཨཱཿ ཐུགས་ཀར་ཧཱུྃ་གིས་མཚན་པར་གྱུར། དགེ་བ་འདི་ཡིས་མྱུར་དུ་བདག །རྗེ་བཙུན་

༄༅། །སྨྲོལ་མ་འགྲུབ་གྲུར་ནས། །འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། །དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག །དེ་ལྟར་རྗེ་
བཙུན་སྒྲོལ་མར་མཆོད་བསྟོད་དང་། བསྒོམ་བཟླས་བགྱིས་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་ཡིས། །བར་གཅོད་གདོན་བགེགས་
གནོད་པའི་དགྲ་ཞི་ནས། །འཆི་མེད་ཚེ་ཡི་དཔལ་ལ་སྤྱོད་པར་ཤོག །ཁྱོད་སྐུ་མཐོང་ཐོས་དྲན་པ་ཙམ་གྱིས་
ཀྱང་། །དུས་མིན་འཆི་བའི་མཚན་མ་ཀུན་བཅོམ་སྟེ། །ཚེ་རབས་ཀུན་ཏུ་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་ཡིས། །རྗེས་བཟུང་
དམ་པའི་ཆོས་ལ་སྤྱོད་པར་ཤོག །ཞི་རྒྱས་དབང་དྲག་གྲུབ་པ་བརྒྱད་ལ་སོགས། །མཆོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་

མ་ལུས་པ། །མྱུར་དུ་འགྲུབ་སོགས་ཡིད་ལ་སྨོན་པ་ཡི། །རེ་བ་ཇི་བཞིན་ལྷུན་གྱིས་འགྲུབ་གྱུར་ཅིག །ཅེས་སོགས་བསྔོ་
སྨོན་བྱའོ། །ཚེ་རྫས་ཀྱི་གཏོར་མ་གསར་རྙིང་བརྗེ་བ་དང་མཚམས་གྲོལ་བ་སོགས་ཀྱི་ཚེ། མདུན་བསྐྱེད་ཡེ་ཤེས་པ་གཤེགས། དམ་ཚིག་པ་འོད་
དུ་ཞུ་ནས་ཚེ་རྫས་ཀྱི་གཏོར་མའི་རིལ་བུའི་རྣམ་པར་གྱུར། མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་ཚོགས་ཞིང་གསལ་བཏབ་སྟེ།
སྐྱབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད་ཚད་མེད་བསྒོམས་པ་ཡིས། །དཀོན་མཆོག་བྱིན་རླབས་བདག་རྒྱུད་ལ་ཞུགས་ནས། །ཐེག་
པ་མཆོག་གི་ལམ་གྱི་གཞི་ཟིན་ཤོག །ཚོགས་གཉིས་ལེགས་བསགས་སྣང་སྟོང་འཕགས་མའི་སྐུར། །ང་རྒྱལ་བཞག་

༄༅། །ཅིང་རགས་ཕྲའི་གསལ་སྣང་དང་། །ཐུགས་ཀའི་སྤྱགས་ལ་དམིགས་པ་གཏད་པ་ཡིས། །མཚན་བཅས་
རྣལ་འབྱོར་བརྟན་ཅིང་མཐར་ཕྱིན་ཤོག །རིགས་ཀྱི་བདག་པོའི་ཕྱག་གི་ཐུམ་པ་དང་། །སྤྱགས་འཁོར་ལས་བབས་
འཆི་མེད་བདུད་རྩི་ཡིས། །ལུས་ཀུན་གང་བར་བསྒོམས་པས་ཚེའི་བར་ཆད། །བཅོམ་ནས་འཆི་མེད་ཚེ་ལ་དབང་
ཐོབ་ཤོག །སྲོ་བརྟན་སྲུང་བའི་འཁོར་ལོའི་རྩིབས་བརྒྱད་མཐར། །འོད་ཀྱུར་དྲུག་རིམ་བར་མཚམས་ཀྱུཀྲལ་
གྱིས། །ཁྲབ་པར་བསྒོམས་པས་བགེགས་ཀུན་བསྲུང་བ་དང་། །རབ་འབྱམས་ལས་ཀུན་ཐོགས་མེད་འགྲུབ་པར་

ཕྱག་དཀར་ཞི་ཕྱག།

ཤོག །རིགས་སྔགས་རྒྱལ་པོ་ཡི་གེ་བཅུ་པ་ཉིད། །ཡེངས་མེད་སྐྱོན་བྲལ་ཡན་ལག་བཞི་ལྡན་དུ། །བཟླས་ཞིང་མེར་
གནས་ལ་སོགས་བསམ་གཏན་གསུམ། །བསྒོམས་པའི་མཚན་མེད་རྣལ་འབྱོར་མཐར་ཕྱིན་ཤོག །དེའི་མཐུས་
འཕགས་མ་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོ་ཡི། །གསང་བ་གསུམ་གྱི་ངོ་བོར་བདག་གྱུར་ཏེ། །མཁའ་ཁྱབ་འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་
འཆི་མེད་ཀྱི། །བདུད་རྩིའི་དགའ་སྟོན་མཛད་མེད་འབྱིན་པར་ཤོག །ཞེས་བརྗོད། ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་མངའ་བ་གསེར་
གྱི་རི་བོ་འདྲ། །འཇིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་མགོན་པོ་དྲི་མ་གསུམ་སྤངས་པ། །སངས་རྒྱས་པདྨ་འདབ་མ་རྒྱས་འདྲའི་སྤྱན་

༄༅། །མངའ་བ། །འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་དགེ་བའི་བཀྲ་ཤིས་དང་པོ་འོ། །དེ་ཡིས་ཉེ་བར་བསྟེན་པའི་མཆོག་རབ་
མི་གཡོ་བ། །འཇིག་རྟེན་གསུམ་ན་གྲགས་ཤིང་ལྷ་དང་མིས་མཆོད་པ། །ཆོས་ཀྱི་དམ་པ་སྐྱེ་རྒུ་རྣམས་ལ་ཞི་བྱེད་
པ། །འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་དགེ་བའི་བཀྲ་ཤིས་གཉིས་པའོ། །དགེ་འདུན་དམ་པ་ཆོས་ལྡན་ཐོས་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཕྱུག །མི་
དང་ལྷ་དང་ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་མཆོད་པའི་གནས། །ཚོགས་ཀྱི་མཆོག་རབ་ངོ་ཚ་ཤེས་དང་དཔལ་གྱི་ཞིང་། །འདི་ནི་
འཇིག་རྟེན་དགེ་བའི་བཀྲ་ཤིས་གསུམ་པའོ། །ཙ་རྒྱུད་བླ་མ་རྣམས་ཀྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག །ཡི་དམ་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་

ཀྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག །མ་དང་མཁའ་འགྲོ་རྣམས་ཀྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག །ཆོས་སྐྱོང་སྲུང་མ་རྣམས་ཀྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག །ཅེས་

ཤིས་པར་བརྗོད་ཅིང་མེ་ཏོག་གི་ཆར་དབབ་བྱའོ། །ཚེ་རྗེས་རྣམས་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་། རྗེས་ཀྱི་བྱ་བ་རྣམས་མི་མངོན་པར་བྱའོ། །ཅེས་སྒྲོལ་དཀར་

ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོའི་ཚེ་སྒྲུབ་ཀྱི་ཆོ་ག་འདི་ནི་ཁྱབ་བདག་ཧེ་རུ་ཀ་དཔལ་མི་ཡི་ཟློས་གར་བདེ་ཆེན་སྙིང་པོ་དཔལ་བཟང་པོ་མཆོག་དང་དཀྱིལ་འཁོར་རྒྱ་མཚོའི་མངའ་

བདག་ཡོངས་འཛིན་རྡོ་རྗེ་འཆང་བསྟན་གར་གྱི་དབང་ཕྱུག་དཔལ་བཟང་པོ་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་གསུང་ལ་གཞི་བྱས། ཚིག་རིས་རྣམས་སོར་བཞག་ལ་དམ་པ་གཞན་གྱི་གསུང་

གིས་ཀྱང་བརྒྱན་ཏེ། གོང་གསལ་མཁན་ཆེན་རྡོ་རྗེ་འཆང་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་སློབ་བུའི་ཐ་ཤལ་ཆོས་ལྡན་སྒྲོལ་མིང་པས་ཕྱི་ལོ་༢༠༠༥ལོར་བྲིས་པ་འདི་ཡང་འགྲོ་ཀུན་ཉི་བུའི་

༄༅། །དཔེ་སྐྲུན་བདག་དབང་། ལས་གཞི་འདི་ནི་ Awakening Vajra དང་དེའི་འགན་འཛིན་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་དགེ་བཤེས་རྒྱལ་མཚན་ཀུན་དགའ་མཆོག་གི་ལམ་སྟོན་ལ་བརྟེན་ནས་ཨ་རིའི་དཔེ་སྐྲུན་བདག་དབང་ཁྲིམས་ལུགས་འོག་ནས་སྲེལ་བ་ཞིག་ཡིན་པས། ཁྲིམས་ལུགས་འདི་ཉིད་འཛམ་གླིང་ཡུལ་གྲུ་གང་སར་ལག་བསྟར་བྱེད་ཆོག །ལས་གཞི་འདིའི་ཆ་ཤས་ཙམ་ཡང་དྲ་ཐོག་འདི་ནས་སྐད་ཡིག་གཞན་གྱི་ནང་དུ་བསྒྱུར་འགོད་བྱེད་པ་དང་། ཡང་ན། e-book སོགས་གློག་རྡུལ་འཕྲུལ་ཆས་གཞན་སྤྱད་དེ་བརྒྱུད་གཏོང་བྱེད་མི་རུང་། འོན་ཀྱང་། འདི་གའི་ཆོས་ཚོགས་ཀྱི་འགན་འཛིན་ནམ་དེའི་ཁྲིམས་མཐུན་སྐུ་ཚབ་ཀྱིས་གནང་བའི་ཡིག་ཐོག་གི་ཆོག་མཆན་ཡོད་ན། དཔར་སྐྲུན་དང་། པར་སློག་རྒྱབ་པ་དང་། སྒྲ་འཇུག་བྱེད་པ་སོགས་དྲ་མཛོད་འདི་ནས་གནས་ཚུལ་གཞན་མགོ་སྤྲོད་བྱེད་པ་ལ་བཀག་སྡོམ་ཅི་ཡང་མེད། པར་དབང་སྙེར་བདག་ཡིན། COPYRIGHT: This work is copyrighted worldwide, under United States copyright laws, by Awakening Vajra, under the guidance of its Spiritual Director, Khen Rinpoche Geshe Gyalten Kungka. No part of this work may be reproduced or transmitted in any form, in any language or by any means, electronic or mechanical, including, but not limited to: publishing, photocopying, recording or any other information storage retrieval and transmission system without the written permission of Awakening Vajra principals or legal representatives. All rights reserved.