

མཆོད་རྟེན་གསལ་བཤད་
མཆོད་རྟེན་གསལ་བཤད་

རྒྱུ་ལྡན་ལོ་རྒྱུ་ལྡན་ལོ་རྒྱུ་
ལོ་རྒྱུ་ལྡན་ལོ་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུ་
ལྡན་ལོ་རྒྱུ་ལྡན་ལོ་རྒྱུ་



མཆོད་རྟེན་གསལ་བཤད་

著

T202 014-1A

དཔེ་མཛོད་འགན་ཁུར་བ།

责任编辑：

ཁ་བྱང་རྒྱལ་འགོད་བ།

封面设计：

དཔེ་བསྐྱར་འགན་ཁུར་བ།

责任校对：

ངག་དབང་ཕུན་ཚོགས།

阿旺平措

ཀམ་རྟོ་ཚེ་རིང་།

吾 要

ཚེ་རིང་མཚོ་མ།

次仁措姆

༩༩། །རྩེ་ཚོང་ཁ་བའི་གསུང་རྩོམ་སྟན་འགྲུལ་ཡི་
དབྱེད་ས་རེས་ཡིག་སྐད་གསུམ་གྱི་འབྲེལ་བ། །

*

ནོར་བུང་ཨ་ཁུན་གྱིས་བཅུ་མས།

མི་རིགས་དཔེ་སྟར་ཁང་གིས་བསྐྱར་ཞིང་འབྲེམས་སྤེལ་བྱས།
ཡུང་གོའི་མི་རིགས་ཡིག་སྐད་སྟེ་གནས་ཀྱི་ཕྱི་ས་འཁོར་ནས་བསྐྱེད་ས།

1997ལོའི་ཟླ་8པར་པར་གཞི་1 པ་བསྐྱེད་ས།

1997ལོའི་ཟླ་8པར་པེ་ཅིན་དུ་པར་ཐངས་དང་ཡོ་བཀུབ།

དེབ་རེར་སྒྲར་8.00

图书在版编目(CIP)数据

宗喀巴三首诗作浅释:藏文/诺章吴坚编著. —北京:民族出版社,1996

ISBN 7—105—02597—2

I. 宗… II. 诺… III. 佛教寺院文学—诗歌—作品集—中国—藏文 IV. 1299

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (96) 第 01754 号

民族出版社出版发行

(北京市和平里北街 14 号 邮编 100013)

中国民族语文翻译中心微机照排 北京燕文印刷厂印刷

各地新华书店经销

1997 年 8 月第 1 版 1997 年 8 月北京第 1 次印刷

开本:850×1168 毫米 1/32 印张:6.5

印数:0001—4000 册 定价:8.00 元

དཔེ་སྟུང་གསལ་བཤད།

དེ་ཡང་གཞུང་དངོས་ལས་དང་སྟུང་སྒྲ་བས་ཡང་དང་ཡང་། །ནུབ་མཛད་
 དག་ལས་རབ་ཉེན་པ། །སྟུང་དག་གནས་ནམས་ཐ་དག་ལ། །མཁས་པས་སྟུང་
 བསམ་དག་པས་བཅམས། །ཞེས་གངས་ཅན་མཁས་པའི་གཙུག་རྒྱུན་ཤར་ཅོང་
 ཁ་པ་སྒོ་བཟང་གཤམ་པ་མཆོག་གིས་བཤེས་གཞེས་སྟུང་བས་བསྐྱེད་དོར་བཅམས་
 པའི་སྟུང་དག་སྟུང་གི་ཅར་གཤེས་སྟུང་གཏོགས་པ་བྱ་དགའ་བ་ཨའི་དབྱངས་
 དེས་ཀྱི་ཚམ་ཚུལ་བྱུང་པར་ཅན་ལ་བཞེན་ནས་ཐབ་མོ་དབྱུ་མའི་ལམ་དང་འབྲེལ་
 བའི་དམ་ཆོས་སྒྱིད་དར་ལྟག་པར་བྱ་འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་
 སྤངས་སྤང་གི་དོན་རི་ལྟ་བུ་སྟུང་རུས་པ་དེ་རང་རྩེ་རྩེས་འབྱུག་རྒྱམས་ཀྱིས་དེ་
 ལྟའི་བརྒྱད་དོན་ལྟ་ཅི་ཕྱེད་སྟུང་ཁོ་ནའི་དབང་བྱ་བྱང་ནང་ཡིད་ཐང་ཆད་
 པའི་རྒྱ་བྱ་ཐད་ཅིང་། དེ་ལྟ་ནང་འབྲེལ་ཆེན་མོར་བྱང་མོ་རྒྱུན་མཆོག་གིས་
 སྟུང་ཚམ་འདི་ཉིད་ཀྱི་ཁོ་རིམ་རི་བཞེན་འབྲེལ་བྱེད་ཆོག་གི་སྒྲིབ་པས་མ་འབྲིབ།
 འབྲེལ་བྱའི་དོན་རྒྱམས་གཤའ་བྲལ་སྟོན་ཟུང་ལྟར་ཕྱེད་བྲལ་བས་སྟུང་དག་
 ཅན་ལ་ཆོག་སྒྲིབ་དང་། དོན་གཞིར་ཅན་ལ་ཐབ་ཆོས་མཛོན་པ། མདོར་ན་
 སྒྲིབ་བྱ་ཕྱི་མོའི་སྒོ་དོར་འཆམས་པའི་གཞིར་བྱ་གང་ཞིག་སྟེགས་བྱ་འདི་ནས་ཆ་
 ཅམ་རྟེན་བྱུང་བ་དང་། སྟུང་སྒྲ་གསལ་པ་བྱུང་བྱུང་བ་ལ་བཟང་པོའི་རྟོགས་
 པ་བརྒྱད་པ་སྟུང་དག་ཀྱི་རྒྱལ་བའི་སྟུང་པ་ཞེས་བྱ་བ་བཅད་སྟུང་སྟེལ་མའི་
 བདག་ཉིད་ཀྱི་བསྟུང་བཅས་འདིར་ཆ་བའི་ནང་དོན་ཆེ་བ་བཞི་རྩ་བསྟུས་ཡོད་དེ་
 དང་པོ་རབ་བྱུང་རྒྱལ་དང་། གཉིས་པ་རབ་བྱུང་ཁིང་བསྟེན་པར་རྒྱུགས་
 ལས་རྒྱལ་གྱིད་ཆོས་ཀྱིས་བསྐྱངས་པ། གསུམ་པ་ལྱང་དང་རྟོགས་པའི་ཆོས་
 ཀྱིས་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བ། བཞི་པ་དཀོངས་པ་ཡོངས་སྟུང་གསལ་པ་བཅས་

བཞོད་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི་ཚད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཚོན་ཡོངས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་སྟུན་
 ས་གྲགས་པ་བྱང་ཆུབ་འཆོ་བཞེས་སྐབས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་ལ་དབྱེད་གཞིའི་
 རིན་ཐང་ཆེས་ཆེ་བ་ལྟན་ཡོད། ཚུལ་གཞི་འདིའི་ཆོག་བཅད་སོ་སོར་འབྲེལ་བ་
 ས་གང་ཉིད་ནས་ཆོག་རྒྱུ་གང་ཞིག་ཆོག་རྒྱུ་གང་ཏུ་གཏོགས་མིན་དབྱེ་འབྱེད་
 བྱས་པ་དེ་དག་ཆོག་འབྲེལ་སོ་སོའི་མཇུག་མའི་གྲག་ཉགས་ནང་བཅུག་ཡོད་པས་
 གྲོག་པ་པོ་ནམས་ཀྱིས་ཞིབ་མའི་སྒྲ་ཡིས་དབྱེད་པ་གཏོང་རྒྱ་དེ་ནི་གནད་ཏུ་
 ལགས་པས་དགོངས་འཇགས་དང་། ཚུལ་ཀྱི་རྗེ་གྲགས་པ་བྱང་ཆུབ་དཔལ་
 བཟང་པོའི་བསྟོད་པ་ཞེས་པ་དེ་ནི་གསལ་བྱེད་སྟུམ་ཅུའི་བྱ་དཀའི་རྒྱ་ཀྱི་ཐོག་
 བས་གྲགས་པ་བྱང་ཆུབ་དཔལ་བཟང་པོའི་སྒྲ་གསུང་བྲགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལ་གྲས་
 སེམས་ཀྱིས་བྲག་འཆལ་དང་། ཡི་རང་གིས་བསྟོད་ཆོག་འབྲེལ་བའི་ཆོག་སྟོར་
 སྟུན་ཞིང་འཇེབས་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་མཆོམས་སྟོར་དང་བཅས།

མི་རིགས་དཔེ་སྟུན་ཁང་ནས།

དཀར་ཆག

- བཤེས་གཉེན་སྤྱོད་པ་ལ་གདམ་པ་བྱ་དཀར་བ་ཨའི་དབྱངས་ངེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་
བཞུགས་སོ། ། (1)
- རྒྱན་ཕྱ་གཤམ་པ་བྱང་རྒྱབ་དཔལ་བཟང་པོའི་རྟོགས་བརྗོད་རྒྱན་དངགས་
བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་རྒྱན་པོའི་ཆོག་འགྲེལ་གསེར་འོད་འབྱུང་འགྱུར་ཅེས་
བྱ་བ་བཞུགས་སོ། ། (118)
- ཆོས་ཀྱི་རྩེ་གཤམ་པ་བྱང་རྒྱབ་དཔལ་བཟང་པོའི་བསྟོད་པ། (193)

༡༡། །བཤེས་གཉེན་སྤྱོད་པ་ལ་གདམས་པ་ བྱ་དཀའ་བ་ཨ་ཁི་དབྱངས་ལ་ངེས་པ་ ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ཟས་གཙང་སྤྱོད་བསྟན་སྤྱོད་ཡང་དག། །གསལ་མཛད་འཇམ་དབྱངས་
 སྤྱོད་པ་དང་། །རབ་དཀའ་མཛད་སྤྱོད་གསལ་ཚངས་སྤྱོད་མར། །ཡང་ཡང་དད་ལ་
 བསམ་པར་འཆལ། །མང་མང་བཀའ་ནམས་མ་འགལ་བ། །གང་ཟག་གང་
 དག་འཆང་རྒྱ་བར། །བསྟན་པ་ཟབ་ལམ་མན་རག་དག། །གསལ་བར་བཀྲལ་
 ལ་བསམ་པར་འཆལ། །ཟབ་ལམ་ཡང་དག་རབ་གསལ་བ། །མན་རག་གང་
 ལས་ལྷག་པ་གཞན། །མང་མང་དཀའ་བ་བསམ་བྱས་ནས། །ཡང་ཡང་.....
 བསྟན་པ་ནས་བསམ་པར་འཆལ། །ཞེས་ཤིས་པ་བརྗོད་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་བའི་སྟོ་
 བས་སྤྱོད་དོན་གྱིང་བར་བྱ་བ་ནི། །གངས་ཤིན་ཁྲི་ལྷན་དང་གས་སྤྱོད་པའི་
 གཙུག་རྒྱ་རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོ་སྟོ་བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་གྱིས་བཤེས་གཉེན་
 སྤྱོད་པ་ལ་གདམས་པ་ཟབ་ལམ་མན་རག་སྟོན་དང་གས་བྱ་དཀའ་བ་དབྱངས་ཨ་ཁི་
 ངེས་པ་སྟོན་དང་གས་སྤྱོད་རྒྱ་གྱི་ནང་ནས་ཆེས་དཀའ་བའི་ཚྭ་ཚུལ་བྱུང་པར་
 ཅན་ལ་བཞེན་ནས་ཟབ་མོ་དབྱེ་མའི་ལམ་དང་འབྲེལ་བ་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་གནས་
 ལུགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་གསལ་བར་བསྟན་པ་འདིའི་ཐོག་ནས་རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་
 དཔག་པར་དཀའ་བའི་མཁྱེན་རྒྱ་བས་ལ་སྤྱོད་ཀྱང་འགན་པར་མི་རུས་པ་དང་།
 ཁོང་གིས་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་མཛད་པ་མཛད་དུ་བྱུང་བ་ལྟར་
 བཞེས་པའི་བཀའ་དྲིན་སོ་སྟེན་སྟོན་ཡུལ་ལས་འདས་པ་ཡང་མཆོན་ཅིང་། ད་

དུང་བཀའ་ཚུལ་འདིའི་ཐོག་ནས་འཇམ་དབྱངས་མི་ཡི་རྣམ་པ་ལ་བྱ་མི་བཀའ་
 གིན་ཅན་གྱིས་གསར་གཏོད་མཛད་པའི་ད་ལྟའི་བོད་ཡིག་འདི་ལ་གསལ་བྱེད་
 གུམ་བྱ་དང་། དབྱངས་བཞིའམ་དབྱངས་ལྔ་བཞིན་པ་ཡང་རུང་བ་.....
 དབྱངས་གསལ་གུམ་བྱ་སོ་བཞི་ཆ་ཚང་བཞོལ་བར་འདིག་རྟེན་དང་། འདིག་
 རྟེན་ལས་འདས་པའི་དོན་ཇི་ལྟ་བུ་སྟོན་ཅུས་པར་ཐེ་ཚོམ་མི་དགོས་པ་སྟོས་ཅི།
 གལ་སྲིད་དབྱངས་གསལ་ཆེ་གེ་མོ་ཁོ་ནའི་ཕྱེབ་སྐྱེད་ལ་བརྟེན་ནས་བཙམས་པའི་
 བཟུན་བཙོས་གྱིས་ཀྱང་རྒྱ་ཆེའི་དོན་གསལ་པོར་སྟོན་ཅུས་པ་རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་
 པོའི་བཀའ་ཚུལ་འདི་ཉིད་ནི་མཆོན་དཔེ་ཅུས་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་པས་ང་ཚོས་འདི་ལྟ་
 ཕྱི་རོ་མཆར་ལྟན་པའི་ཡི་གེ་འདི་ཉིད་ཀྱི་ཁྱད་དུ་འཕགས་པའི་རོ་མཆར་ལ་
 བརྟེན་ནས་བོད་ཀྱི་རིག་པའི་གནས་ཉམས་པ་སོར་རྒྱད། མི་ཉམས་གོང་...
 འཕེལ་གཏོང་དགོས་པ་ནི་ང་ཚོ་བྱ་མི་བཀའ་གིན་ཅན་གྱི་རྗེས་འབྲུག་ཆོའི་ལས་
 འགན་གཟི་བཞིན་ཅན་གཞན་ལ་སྦྱར་བཅས་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་ནས་སྐབས་
 འདིར་རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་གསུང་ཚུལ་འདི་ཉིད་ཀྱི་བཟོད་བྱའི་དོན་དང་།
 རྗེད་བྱེད་ཆོག་གི་རོ་མཆར་སྟོ་གསར་གཞོན་ཏུ་རྣམས་གྱིས་གསལ་པོར་རྟོགས་
 པའི་ཆེད་ཏུ་རང་སྟོས་གང་དཔོག་གསལ་བར་འབྲེལ་བའི་ངལ་བ་ལ་ཞུགས་པ་
 གྱིང་གཞིའི་ཚུལ་ཏུ་ཞུས་ནས་སྐབས་དོན་གཞུང་དོན་དངོས་ལ་འབྲུག་པ་འདི་ལྟ་
 གྱི།

ཡང་དག་ལམ་ལ་རབ་གནས་པ། །ལས་ངན་བག་ཆགས་ཐམས་ཅད་...
 སྤངས། །གཞན་ལན་བཅས་མང་རབ་མངའ་བ། །དག་པ་སར་གནས་འཇམ་
 དབལ་དང་། །གཞན་ཡང་འཕགས་པ་ཐམས་ཅད་ལ། །སྤྱག་བསམ་དག་པས་
 རབ་དད་ནས། །ཟབ་ལམ་མན་རག་དམ་པ་འཆད། །སྤྱག་པར་དགའ་བས་
 མ་ཉན་པར་འཆལ། །

ཞེས་ཡུལ་དམ་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་བཟུགས་པ་བཟོད་ཅིང་། ཟབ་ལམ་
 མན་རག་འཆད་པར་དམ་བཅའ་བ་ནི། དེ་ཡང་སྤྲོ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་

རྒྱལ་པོ་ཕྱང་རྒྱལ་ཏུ་མདོན་པར་འཆང་རྒྱ་བའི་ལམ་སྟེ་དང་པོར་ཕྱང་རྒྱལ་
 མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་ཆོགས་ཀྱི་ལམ་དང་། རྒྱུར་བའི་ལམ་དང་།
 མཐོང་བའི་ལམ་དང་། བསྐྱོམ་པའི་ལམ་རྣམས་རིམ་གྱིས་བསྐྱེད་ནས་མཐར་
 ཕྱིན་པའི་ལམ་མཆོག་ལ་རབ་ཏུ་གནས་པ། མདོ་སྟེ་བརྒྱ་པ་ལས། ལས་
 རྣམས་ཀྱང་ནི་རྣ་ཆོགས་ལས། །དེ་ཡི་འགྲོ་འདི་རྣ་ཆོགས་བྱས། །ཞེས་དང་
 མཛོད་ལས། འཇིག་རྟེན་རྣ་ཆོགས་ལས་ལས་སྐྱེས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།
 འཁོར་འདས་ཀྱི་ཆོས་མཐའ་དག་དགེ་དང་མི་དགེའི་ལས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འགྲོ་རྟེན་
 ཕྱིད་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ལས་དགེ་བ་ལ་འབྲས་བུ་བདེ་བ་ཐོབ་པ་དང་། ལས་མི་
 དགེ་བ་ལ་འབྲས་བུ་སྐྱག་བཟུལ་བསྐྱེད་པའི་མི་དགེ་བའི་ལས་ནི་ལུས་ཀྱི་རྣ་ནས་
 གྲོག་གཙོད་པ་དང་། མ་ཕྱིན་པ་ལེན་པ། ཡོག་གཡེམ་དང་གསུམ། དག་
 གི་རྣ་ནས་རྒྱན་སྒྲུབ། སྤུམ་ཆོག་རྒྱལ། དག་ཀྱང་དང་བཞི། ཡིད་ཀྱི་
 རྣ་ནས་བརྒྱབ་སེམས་དང་། གཞོད་སེམས། ཡོག་ལྟ་དང་གསུམ་བཙས་མི་
 དགེ་བའི་ལས་རན་བག་ཆགས་ཐམས་ཅད་སྤངས་ནས་དུས་ཅག་ཏུ་འགྲོ་བ་
 གཞན་ལ་ཕན་པའི་ཐབས་མང་པོ་རབ་ཏུ་མངའ་བ་སྟེ་དེ་ཡང་ས་བརྒྱལ་གནས་
 པའི་ཕྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་བ་སྤྱི་ཁྱད་ཁྱད་པུ་རེ་རེ་ལས་ཀྱང་། བྱངས་ལས་
 འདས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་ཕྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་འཁོར་ཆད་མེད་པ་དང་
 བཙས་པ་སྐྱད་ཅིག་ལ་སྟོན་པར་བྱས་པ་དང་། ལྟ་དང་མི་ལ་སོགས་པའི་འགྲོ་
 བ་མང་པོ་ཡང་སྟོན་བྱས་སོ། །གདུལ་བྱ་གང་ལ་གང་འདུལ་དུ་བརྒྱ་བྱིན་དང་།
 ཆངས་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་སྦྱོང་བ་དང་། རྒྱལ་པོ་དང་། ཉན་རང་དང་།
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རྒྱར་རྒྱལ་ནས་ཆོས་སྟོན་པར་བྱས་པ་སོགས་ཀྱིས་འགྲོ་
 བའི་དོན་ལ་ཐབས་དང་། རྒྱ་འབྱུལ་མང་པོ་རབ་ཏུ་མངའ་བ། དག་པ་ས་
 གསུམ་གྱི་མཐའ་མ་ས་བརྒྱུ་པར་གནས་པའི་རྒྱལ་འཛིན་པ། རྒྱལ་ཀྱན་བསྐྱེད་
 པའི་ཡབ་གཅིག་འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་དང་། གཞན་ཡང་ས་བརྒྱའི་
 དབང་རྒྱལ་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་ཆབ་ཆེན་པོ་མི་པམ་མགོན་པོ་ལ་སོགས་པ་འཕགས་པ་

ཐམས་ཅད་ལ། ལྷག་བསམ་ནམ་པར་དག་བས་རབ་ཏུ་དད་པ་སོ་སྒྲིལ་ནས་
རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཀྱི་གནད་བཟུས་པ། ཤིང་ན་ཆེན་པོ་ལྷ་རྒྱལ་དང་།
ཐོག་ས་མེད་གཉིས་ཀྱི་ལམ་སྤྲོལ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་སར་འགྲོ་
བའི་སྒྲིལ་པ་མཆོག་གི་ཆོས་ལུགས། སྒྲིལ་བུ་གསུམ་གྱིས་ཉམས་སྤྲུབ་བའི་རིམ་
པ་མདོར་བཟུས་པ། སྤལ་བ་དང་ལྡན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་འཁྲིད་པའི་ཟབ་
མོའི་ལམ་གྱི་མན་རག་དམ་བ་ཤར་ཙོང་ཁ་པ་སྤོ་བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་བདག་
གིས་འཆད་པར་བྱ་བ་འདི་ལ་དད་པ་དང་དད་བའི་སྤོ་དང་ལྡན་པ་བཤེས་་་
གཉེན་སྦྲ་བ་ཁྱོད་གྱིས་ཡིད་ལྷག་བར་དགའ་བས་ལེགས་པར་མཉམ་པར་འཆལ་
སོ་ཞེས་ཉན་པ་པོ་སྤོ་བ་བསྐངས་པའི་ཆེད་ཏུ་གསུངས་པའོ། །

ལས་རན་བག་ཆགས་བསགས་པ་ལས། །མངལ་དང་གཞན་ཡང་གནས་
རན་འགན། །རང་དབང་སྤངས་ནས་བཙས་པ་དང་། །རྣམ་མང་ན་ཆས་ཡང་
ཡང་མནན། །ཆས་པས་ཡན་ལག་ཉམས་དང་འདན། །རྒྱང་ལག་ཉ་དང་་་་
མདངས་རན་པ། །ཐམས་ཅད་ལས་རན་དབང་ལས་ལགས། །ལས་རན་ཆགས་
སྤང་མ་སྤངས་ན། །རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ལས་རན་ལས། །ནམ་ཡང་ཐར་
བར་དགའ་བས་ན། །ཆགས་སྤང་སྤང་ལ་འབད་པར་འཆལ། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། དང་པོར་བྱང་རྒྱལ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་།
བར་ཏུ་ལམ་ཉམས་སྤྲུལ་ནས། མཐར་འབྲས་བྱ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་རིན་
པོ་ཆེ་མ་ཐོབ་པ་འཁོར་བ་ལ་གནས་པའི་སྒྲིལ་པ་རྣམས་ནི་བདེ་བ་ཏུར་བྱེད་དང་།
ལྷག་བསམ་རྒྱན་མར་སྤྱོད་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། ལྷག་པར་དཔུལ་བ་དང་།
ཡི་དྲགས། ཏུད་འགྲོ་ལ་སོགས་པ་རན་འགྲོར་གནས་པ་རྣམས་གྱིས་ལྷག་་་
བསམ་མི་བཟད་པ་ཉག་ཏུ་སྤྱོད་དགོས་ཤིང་། བདེ་འགྲོར་གནས་པ་རྣམས་
ཀྱང་ལྷག་བསམ་མཐར་ཡས་པ་ཞིག་སྤྱོད་དགོས་པ་ནི་ལས་རན་བག་ཆགས་
བསགས་པའི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་ཚུང་བྱ་བསྐྱོག་ཏུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན།

་་་ ཐག་བཙས་ཀྱི་དག་བས་བདེ་འགྲོའི་རྟེན་ཐོབ་པ་ལའང་མི་འདྲ་བའི་ལྷག་

བསྐྱེད་ཡོད་པ་ལས། མིའི་འཕྲོ་བར་མཆོན་ན་ཕྱག་བསྐྱེད་བརྒྱད་ཡོད་པ་
 མངལ་འབྲུག་གི་མདོ་ལས། རྩེ་བ་ཡང་ཕྱག་བསྐྱེད་ལོ། །ཀྱ་བ་ཡང་ཕྱག་
 བསྐྱེད་ལོ། །ན་བ་ཡང་ཕྱག་བསྐྱེད་ཡིན་ནོ། །འཆི་བ་ཡང་ཕྱག་བསྐྱེད་ལོ། །
 ཕྱག་པ་དང་བྲ་བ་ཡང་ཕྱག་བསྐྱེད་ཡིན་ནོ། །མི་ཕྱག་པ་དང་བྲ་བ་ཡང་ཕྱག་
 བསྐྱེད་ཡིན་ནོ། །གང་འདོད་པ་བཅའ་ཏེ་མ་རྟེན་པ་ཡང་ཕྱག་བསྐྱེད་ཡིན་ནོ། །
 ཡོད་པ་བསྐྱེད་དཀའ་བ་ཡང་ཕྱག་བསྐྱེད་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལས་
 རྩེ་བ་དང་། ཀྱ་བ་དང་། ན་བ་དང་། འཆི་བའི་ཕྱག་བསྐྱེད་ཕྱག་བསྐྱེད་
 ཏེ་འཕྲོ་བའི་ཕྱག་བསྐྱེད་བཞིར་མཆོན་ན།

དང་པོ། རྩེ་བའི་ཕྱག་བསྐྱེད་ནི། ཕྱག་བསྐྱེད་གཞན་ཐམས་ཅད་གྱི་
 མ་བ་ཡང་ཡིན་ལ། མངལ་རྩེས་དང་། མྱོང་རྩེས། དྲོད་གཤེར་རྩེས།
 རྩེས་རྩེས་དང་རྩེ་གནས་བཞིར་གསུངས་པ་ལས་མི་ནི་པལ་ཆེར་མངལ་ནས་རྩེ་བ་
 ཡིན་ཅིང་། མངལ་རྩེས་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། དང་པོ་སྤྱིད་པ་བར་དོ་ནས་
 མངལ་དུ་འབྲུག་ཁར་ཡང་ཕྱག་བསྐྱེད་འདི་ལྟར་ཡོད་དེ། བར་དོའི་སྤྱིད་པ་
 ཐམས་ཅད་རྩེ་འབྲུལ་དང་ལྟན་པ། བཅ་མཁའ་ལ་འཕྲོ་ཞིང་ལྟའི་མིག་བཞིན་
 དུ་རྩེ་གནས་ཐག་རིང་པོ་ཡང་མཐོང་བར་བྱས་སོ། །དེ་ཡང་ལས་གྱི་དབང་གིས་
 ལྷག་པའི་ལྟངས་པ་བཞིན་འཆར་ཏེ། དཔེར་ན་རྒྱུང་ཆེན་པོ་ལངས་པ་དང་།
 ཆར་ཆེན་པོ་བབ་པ་དང་། བཅ་སྒྲུབ་པ་དང་། རྩེ་མ་མང་པོའི་སྒྲ་ཅ་ཅ་
 འཇིགས་སྒྲ་རྒྱུང་བ་གྲག་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་ལུལ་དུ་གར་བས། ལས་བཟང་རྒྱ་རི་
 ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་བཅུ་འབྱུང་བར་འཁྱུར་ཏེ།
 བདག་ནི་གཞལ་མེད་ཁང་དུ་འབྲུག་གོ་སྟམ་པ་དང་། ཁང་པ་བཅེགས་པའི་
 རྩེ་དུ་འཇོག་གོ་སྟམ་པ་དང་། ཁྱི་ལ་འཇོག་གོ་སྟམ་པ་དང་། རྩེ་ལྱིལ་
 དུར་འབྲུག་གོ་སྟམ་པ་དང་། ལོ་མའི་བྱིམ་དུ་འབྲུག་གོ་སྟམ་པ་དང་། ལྷ་
 གསེབ་དུ་འབྲུལ་ལོ་སྟམ་པ་དང་། བགས་གྱི་ནང་དུ་འབྲུག་གོ་སྟམ་པ་དང་།
 རྩེ་པའི་བྱ་གར་འབྲུལ་ལོ་སྟམ་པ་དང་། སོག་མའི་གསེབ་དུ་འབྲུལ་ལོ་སྟམ་

ཏུ་སེམས་པ་ལྟེ། དེ་ལྟར་སེམས་པ་དང་པ་མ་འབྲིག་པ་སྤྱད་པ་དེ་ཐག་རིང་པོ་
 རས་ཀྱང་མཐོང་ནས་དེར་འཛོལ་ལྟེ། དེ་ཡང་བསོད་ནམས་ཆེར་བསགས་པ།
 རྒྱེ་གནས་མཐོན་པོ་འཛོན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི། གཞལ་མེད་ཁང་དང་། ཁང་
 པ་བརྟེགས་པ་ལ་སོགས་པར་མཐོང་ནས་དེར་རྒྱག་གོ། །བསོད་ནམས་འབྲིང་
 ཏུ་བསགས་པ་དང་། རྒྱེ་གནས་འབྲིང་ཏུ་འཛོན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི། ལྷའི་
 རྒྱལ་བུ་ལ་སོགས་པར་མཐོང་ནས་དེར་རྒྱག་གོ། །བསོད་ནམས་མ་བསགས་པ་
 རྒྱེ་གནས་རན་པ་འཛོན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི། ཆིག་པའི་བྱ་ག་ལ་སོགས་པར་
 མཐོང་ནས་དེར་རྒྱག་གོ། །དེ་དག་ཏུ་མྱིན་པ་དང་། གལ་ཏེ་རང་སྤོར་རྒྱེ་བ་
 ཡིན་ན་མ་ལ་ཆགས་པ་རྒྱེ་ལ། ས་ལ་ཞེ་སྤང་བར་འཕྱར་རོ། །གལ་ཏེ་རང་སྤོར་
 རྒྱེ་བ་ཡིན་ན། ས་ལ་ཆགས་པ་རྒྱེ་ལ། མ་ལ་ཞེ་སྤང་བར་འཕྱར་རོ། །ཆགས་
 སྤང་གཉིས་ཀྱིས་ས་མའི་མི་གཙང་བའི་རྩས་དང་བར་དོའི་ཤེས་པ་འདྲེས་སོ། །
 དེ་ནས་བསྐྱང་ནས་ཞག་བདུན་སྟག་སྟམ་ཅུ་ཙུ་བརྒྱད་ཏུ་མངལ་ཏུ་གནས་པར་
 གསུངས་ལ། ཁ་ཅིག་ནས་རྩ་བ་བརྒྱད་དམ་རྩ་བ་དགུ་འཕམ། རྩ་བ་བརྒྱའི་
 བར་ཏུ་གནས་པར་ཡང་གསུངས་སོ། །ཁ་ཅིག་ལ་མ་དེས་ཏེ་ལོ་དྲུག་ཅུའི་བར་ཏུ་
 མངལ་ཏུ་བསྐྱད་པ་ཡང་གསུངས་ཡོད་དོ། །དེ་ཡང་ཞག་བདུན་སྟག་དང་པོའི་
 རྩ་མའི་མངལ་ཏུ། ཟངས་ཚ་བའི་ནང་ཏུ་བཙོས་ཤིང་བརྩོས་པ་ཅམ་ཏུ།
 ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལྟན་ཅིག་ཏུ་སྟག་བསྐལ་མི་བཟད་པ་
 མུང་ལྟེ། དེ་ནི་མེར་མེར་པོ་ཞེས་བྱ་ཏོ། དེའི་དབྱིབས་ནི་འབྲས་ཀྱི་ཁུ་བའཕམ།
 ཞོའི་སྤྱིས་མ་དང་འདྲ་ཏོ། །དེ་ནས་ཞག་བདུན་སྟག་གཉིས་པ་ལ་མའི་མངལ་
 རས་ཀྱང་། །ཀྱར་ཏུ་རག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱང་ལྷང་ནས་མངལ་ལ་རེག་པས་
 ཁམས་རྣམ་པ་བཞི་མཛོན་ཏུ་སྤང་བར་འཕྱར་ཏེ། དེ་ནི་རྩར་རྩར་པོ་ཞེས་བྱ་
 བའོ། །དེའི་དབྱིབས་ནི་ལོ་གའཕམ། མར་འབྲུགས་པ་དང་འདྲ་ཏོ། །དེ་ནས་
 ཞག་བདུན་སྟག་གསུམ་པ་ལ་མའི་མངལ་ནས། མཛོད་ཀ་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱང་
 ལྷང་ནས། མངལ་དེ་ལ་རེག་པས་ཁམས་བཞི་པོ་དག་ཤིན་ཏུ་མཛོན་ཏུ་སྤང་

7

རྟོ། །དེ་ལྟར་དུས་དེ་མིན་དུ་མངལ་གྱི་རྒྱུ་ཟངས་ཚ་བ་དང་། རབ་ཏུ་ཚ་བ་
 ལྟ་བུས་ནི་བཙོས་ཤིང་བརྟེན། རྒྱུ་མི་འདྲ་བ་ནི་བྱ་ཙམ་བརྒྱུད་ཀྱིས་ནི་རེག་
 ཅིང་བརྟུན། མའི་ཟས་ལ་སྐྱེས་པའི་དྲངས་མས་ནི་སྤེལ་ཞིང་བརྟུན་པས།
 མེར་མེར་པོ་ནས་ལྷས་ཀྱན་རྫོགས་པའི་བར་དུ་ཐུར་རྟོ། །དེ་ལྟར་ཡང་མངལ་
 འཇུག་གི་མདོ་ལས། དང་པོ་མེར་མེར་པོ་ལས་ནི། །ཤ་ཡི་རྒྱ་བུར་སྦྱེ་བར་
 འཇུར། །རྒྱ་བུར་ལས་ནི་ལྟར་ལྟར་སྦྱེ། །ལྟར་ལྟར་པོ་ལས་མཁའ་བར་འཇུར། །
 མཁའ་བ་རྣམ་པར་འཇུར་ནས་ནི། །མགོ་དང་ཡན་ལག་བཞི་སྦྱེས་པས། །དུས་
 པ་འདུས་ནས་ལྷས་ཐུབ་པ། །ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱི་རྒྱ་ལས་ཐུབ། །

ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ནས་ཁ་ཐུར་དུ་ལྟ་བུ་ཞེས་བའི་རྒྱུར་འཇུར་ཞེ།
 རྒྱུར་དེས་མགོ་ཐུར་དུ་བརྫོགས་ནས་ལག་པ་བརྒྱུད་ཞེ་སྦྱེར་འཇུར་བར་འཇུར་
 རོ། །དེའི་ཚེ་རྒྱགས་ཀྱི་འཇུར་མིག་ནས་འདྲེན་པ་ལྟ་བུའི་རྒྱག་བསལ་ཡོད་དོ། །
 ཁ་ཅིག་མངལ་ཉིད་དུ་ཤི་ནས་འཇུར་བར་འཇུར་རོ། །ཁ་ཅིག་མ་དང་མཉམ་དུ་
 འཆི་བར་འཇུར་རོ། །ཡང་དེ་བཙས་ནས་ས་ལ་རྒྱུད་བའི་དུས་སུ་ཆོར་ཁུང་དུ་
 བརྒྱུར་བ་ལྟར་གྱི་རྒྱག་བསལ་ཡོད་དོ། །ཕྱིས་པའི་དུས་སུ་བགས་པ་བཤུས་ནས་
 ཆིག་བྱར་ལ་བྱང་བ་ལྟར་གྱི་རྒྱག་བསལ་ཡོད་དོ། །དེར་ཡུན་དེ་མིན་དུ་མངལ་དུ་
 གནས་ཏེ། བ་ཆ་ཆེ་རྒྱུད་དེ་འདྲ། རྟོག་མི་རྟོག་དེ་འདྲ། ལྷན་པ་ནག་མི་
 རག་དེ་འདྲ། གཙང་མི་གཙང་དེ་འདྲ་སྟེ། ད་ལྟ་ཅི་ཙམ་འདོད་པ་ཆེ་བ་ཅིག་
 ཡིན་ཡང་མི་གཙང་བའི་དོར་དུ་ཁྱོད་ཞག་གསུམ་སྟོན། ཁ་བཙང་ལ་བཞག་
 ཞག་གསུམ་གྱི་ནངས་པར་གསེར་སྒང་གསུམ་སྦྱིན་གྱི་ཟེར་ན་སུས་ཀྱང་མི་རྣམས་ཏེ།
 མངལ་གྱི་རྒྱག་བསལ་ནི་དེ་ལས་སྟོན། །དེ་ལྟར་ཡང་སྟོབ་སྦྱིང་ལས།

ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་དྲི་ང་གཅེར་བས་འགགས། །རབ་ཏུ་རྟོག་པ་ལྷན་ནག་
 འཐིབས་པོར་འདུག་པ་ཡི། །མངལ་གནས་དཔུལ་བ་ལྟ་བུའི་ནང་དུ་དེ་ཞུགས་
 བས། །ལུས་ཡོངས་བཀྱམ་ལ་རྒྱག་བསལ་ཆེན་པོར་གནས་དགོས་སོ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་མའི་རྒྱག་བསལ་གྱི་ནང་ནས་ཀྱང་སྦྱེ་བའི་རྒྱག་

བཟུལ་དང་། འཆི་བའི་སྤྱག་བཟུལ་གཉིས་པོ་ནན་ཏན་དུ་བསམ་དགོས་པ་
དང་། གཞན་ཡང་གནས་ངན་འགར་ཏེ་གནས་ངན་འགའ་ཞིག་ཏུ་མི་དགེ་
བའི་ལས་ཀྱི་འཕྲིན་པས་རང་དབང་སྤངས་པ་སྟེ་རང་དབང་དང་བྲལ་ནས་རང་
ཉིད་གང་དུ་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་གནས་ངན་པ་དེར་བཅས་པ་དང་། སྐྱེ་བ་སྤངས་ནས་
ཀྱང་ངན་འགྱུར་སྤྱག་བཟུལ་མི་བཟད་པ་མུང་དགོས་པ་དེ་ལས་ཐར་བའི་ཐབས་
དོན་དུ་གཉེར་དགོས་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ། ན་བའི་སྤྱག་བཟུལ་ནི། མངལ་དུ་འཇུག་པའི་སྤྱག་བཟུལ་
མི་བཟད་པ་མུང་ནས་རང་ཉིད་མིའི་འགྲོ་བར་སྐྱེ་བ་སྤངས་པ་དེ་ལ་ཡང་།
འཇུང་བཞིའི་འདུ་བམི་སྒྲིམ་པ་སོགས་ལ་བཞེན་ནས་རྒྱུ་མང་ན་ཆས་ཡང་ནས་
ཡང་དུ་མཚན་བའི་སྤྱག་བཟུལ་མདོར་བཟུ་ན་ལྟ་ཡོད་པར་གསུངས་པ་ནི།
ལུས་ཀྱི་རང་བཞིན་འཇུར་བ་ནི། ལུས་ཀྱི་ཤ་སྒུ་པགས་པ་བསྐྱམས་པ་སོགས་
སོ། །

སྤྱག་བཟུལ་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་འཕེལ་ཞིང་དེ་ལ་ཤས་ཆེར་གནས་པ་ནི།
ལུས་ཀྱི་ཁྱུ་ལ་སོགས་པའི་ཁམས་རྣམས་ཆ་མི་མཉམ་པར་ཤས་ཆེ་ཆུང་དུ་འཇུགས་
པས་ལུས་ལ་བྱུག་བྱེར་དུག་པོ་བཏབ་པ་ལ་སོགས་པའི་གདུང་བ་བསྐྱེད་ཅིང་།
དེས་སེམས་ལ་མི་བདེ་བ་སྐྱེད་པས་ཉིན་མཚན་འདའ་དགོས་པ་འོ། །

ལུ་ཀྱི་ཡོངས་སྤྱད་ཡིད་དུ་འོང་བ་མི་འདོད་པ་ནི། ཡིད་དུ་འོང་བའི་
ལུ་རྣམས་ལ་ནད་ལ་གཞོད་བྱེར་ནས་འདོད་བཞིན་དུ་སྤྱད་དབང་མེད་པ་སྟེ།
སྤྱད་ལམ་ཡང་གང་འདོད་པ་རྣམས་བྱར་མེད་པ་འོ། །

ལུ་ཀྱི་ཡོངས་སྤྱད་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ལ་མི་འདོད་བཞིན་དུ་སྤྱད་དགོས་པ་
ནི། སྤྱན་དང་བཟའ་བཏུང་སོགས་ཡི་གར་མི་འོང་བ་ནན་གྱིས་སྤྱད་དགོས་
ཤིང་། དེ་བཞིན་དུ་མེས་བཞེག་པ་དང་། མཚོན་གྱིས་འབྲུག་པ་སོགས་ཀྱི་
དཔུང་རྩལ་པོ་རྣམས་ཀྱང་བཞེན་དགོས་པ་འོ། །

སྤྱག་གི་དབང་པོ་དང་འབྲལ་བར་འཇུར་བ་ནི། ནད་ཀྱིས་མི་འཆོ་བར་

མཚོང་ནས་ཕྱག་བསྐྱེད་པ་ལྟེ། དེ་རྒྱལ་ལ་ཞིབ་ཏུ་སེམས་པ་ལོ། །ལྷག་
 པར་མཛོ་ནད་ལ་སྐྱེས་པའི་ནད་པམ་པས་མཐར་ན། གསོན་པ་ཉིད་ནས་ཤི་
 པ་དང་འདྲ། མིའི་ལྷན་པ་ལྟེ། སྤྱིར་ནད་པ་ཐམས་ཅད་རང་གཤོག་རང་
 གིས་མི་རྒྱུས། ནད་ཆོག་རྩིས་པས་གཞན་གྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་མིག་སྤར་མི་
 འབབས། རྒྱུད་སྤར་ལས་ཕྱོད་། ནད་ལུན་རིང་དྲགས་ན་ནད་གཤོག་ཕྱིད་
 མཁན་ཡང་སྤྱོད་ནས་རི་བཞིན་མི་ཉན། དུས་ཅག་ཏུ་ན་པའི་ཆོར་པས་ཞེན་
 ནས་ཕྱག་བསྐྱེད་མི་བཟད་པ་ཕྱོད་དགོས་པ་རྒྱ་ཆེར་རྒྱུ་ལས་ལས་ཀྱང་། ནད་
 བརྒྱ་མང་དང་ནད་ཐིབས་ཕྱག་བསྐྱེད་གྱིས། །འཕྲོ་བ་གཅེས་ཏེ་མི་ཡིས་ཡི་
 དྲགས་བཞིན། །རྒྱ་དང་ན་པས་བཅོམ་པའི་འཕྲོ་ལྷོས་ལ། །ཕྱག་བསྐྱེད་ལས་ནི་
 འཕྱར་བ་ཕྱར་ཤོད་ཅིག །དཔེར་ན་དཀྱུན་སྒྲོལ་རྒྱུད་དང་ཁ་བ་ཆེ། །རྩ་ཤིང་
 གེལ་བ་ནགས་སྤྱོད་མདངས་ཀྱང་འཕྲོག །དེ་ལྟར་ནད་འདིས་འཕྲོ་བའི་
 མདངས་འཕྲོག་ཅིང་། །དབང་པོ་གཟུགས་དང་སྤྱོད་པས་ནི་ཉམས་པར་ཕྱིད། །
 རོར་འབྱུ་རོར་ཆེན་ཅ་མར་བཟད་པར་ཕྱིད། །ནད་ནི་རྩག་ཏུ་འཕྲོ་བ་བརྟམས་པར་
 ཕྱིད། །གནོད་པ་ཕྱིད་ཅིང་ཕྱག་ལ་སྤར་པར་ཕྱིད། །ཡོངས་སུ་གཏུང་ཕྱིད་
 མཁའ་ལ་ཉི་མ་བཞིན། །གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

གསུམ་པ། བར་ཏུ་ན་པའི་ཕྱག་བསྐྱེད་ནི། ན་པའི་ཕྱག་བསྐྱེད་ཡང་
 དཔག་ཏུ་མེད་པ་མདོར་བསྟན་ན་བཅུ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་ལྟེ། དེ་ཡང་.....
 གཟུགས་ཡོངས་སུ་འབྱུར་བ། རྒྱ་ཡོངས་སུ་འབྱུར་བ། པགས་པ་ཡོངས་སུ་
 འབྱུར་བ། ཁ་དྲོག་ཡོངས་སུ་འབྱུར་བ། བསྐྱེད་པས་ཡོངས་སུ་འབྱུར་བ།
 གཟི་བརྗིད་ཡོངས་སུ་འབྱུར་བ། བསོད་ནམས་ཡོངས་སུ་འབྱུར་བ། ནད་
 མེད་པ་ཡོངས་སུ་འབྱུར་བ། སེམས་ཡོངས་སུ་འབྱུར་བ། གནས་སྐབས་
 འདས་ཤིང་ཆོའི་མཆུག་བརྒྱལ་པ་ལོ། །

གཟུགས་ཡོངས་སུ་འབྱུར་བ་ནི། སྤར་གྱི་གཟུགས་དྲང་ཞིང་བརྟན་ལ་
 མཁའ་བ་དེ་འབྱུར་ནས་རྒྱུར་པོ་རྒྱུག་པོ་འཁར་བར་བཞེན་དགོས་པར་འཕྲོ་