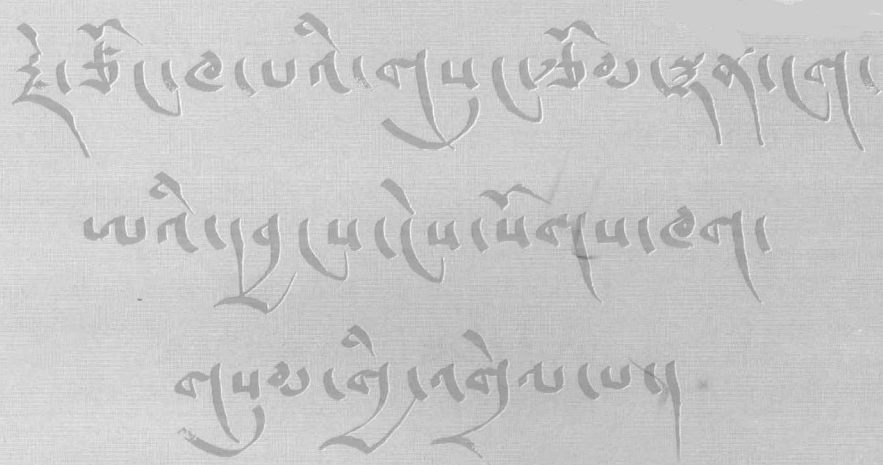


མཆོག་མཆོག་མཆོག་མཆོག་
མཆོག་མཆོག་མཆོག་མཆོག་

རྒྱུ་ལྡན་ཡུལ་ལྡན་ཡུལ་
ཡུལ་ལྡན་ཡུལ་ལྡན་ཡུལ་
ཡུལ་ལྡན་ཡུལ་ལྡན་ཡུལ་



མཆོག་མཆོག་མཆོག་མཆོག་



ཉིང་བྱང་ཨ་ཁུན་གྱིས་བརྒྱུལ།

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་སྒྲིག་འགན་ཁུར་པ།	ངག་དབང་ཕུན་ཚོགས།
责任编辑：	阿旺平措
ཁ་བྱང་རྩས་འགྲན་པ།	ཀམ་རྩི་ཇེ་ཚེ་རིང་།
封面设计：	吾 要
དཔེ་བསྐྱར་འགན་ཁུར་པ།	ཚེ་རིང་མཚོ་མ།
责任校对：	次仁措姆

༡༡། །རྗེ་ཚོང་ཁ་པ་འཇིགས་པ་ལྟར་ཚོམ་སྒྲན་ངག་ཡའི་
དབྱེངས་ལེས་སོགས་ཁག་གསུམ་གྱི་འབྲེལ་པ། །

*

ནོར་བུང་ཨ་རྒྱན་གྱིས་བཅམས།

མི་རིགས་དཔེ་སྒྲན་ཁང་གིས་བསྐྱར་ཞིང་འཁེམས་སྤེལ་བྱས།
ཡུང་གོའི་མི་རིགས་ཡིག་རྒྱུར་ལྟེ་གནས་ཀྱི་ཆིས་འཁོར་ནས་བསྒྲིགས།

1997ལོའི་ཟླ་8པར་པར་གཞི། 1 ང་བསྒྲིགས།

1997ལོའི་ཟླ་8པར་ལེ་ཅན་དུ་པར་ཐངས་དང་པོ་བརྒྱབ།

དེའི་རིང་ཚུར་8.00

དཔེ་སྒྲུབ་གསལ་བཤད།

དེ་ཡང་གཞུང་དངོས་ལས། དང་ལྷན་སྦྲེལ་བས་ཡང་དང་ཡང་། །ནུབ་མཛད་
རག་ལས་རབ་ཉན་པ། །སྒྲུབ་རག་གནས་ནམས་བ་དག་ལ། །མཁས་པས་ལྷག་
བསམ་དག་པས་བཅམས། །ཞེས་གངས་ཅན་མཁས་པའི་གཙུག་རྒྱུན་ཤར་ཅོང་
ཁ་པ་སྒོ་བཟང་གསལ་བ་མཆོག་གིས་བཤེས་གཞིན་སྦྲེལ་བས་བསྐྱེད་རྒྱུ་ལ་རྒྱུ་བཅམས་
པའི་སྒྲུབ་རག་སྒྲུབ་ཀྱི་ནང་གསེས་སྒྲུབ་ཉོག་གསལ་བ་བྱ་དགའ་བ་ཡིའི་དབྱངས་
ལས་ཀྱི་ཚུལ་ལྟར་བྱུང་བར་ཅན་ལ་བཞེན་ནས་ཟབ་མོ་དབྱུ་མའི་ལམ་དང་འབྲེལ་
བའི་དམ་ཆོས་སྒྲི་དང་ལྷག་པར་དུ་འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་
སྤངས་བྱང་གི་དོན་རྒྱུ་ལྟ་བུ་སྒྲུབ་ཀྱིས་པ་དེ་རང་ཤེ་རྒྱུ་ལྟར་ལྷག་ནམས་ཀྱིས་དེ་
ལྟའི་བརྒྱུད་དོན་ལྟ་ཅི་སྦྲེལ་སྒྲུབ་ཁོ་ནའི་དབང་དུ་བཏང་ནའང་ཡིད་ཐང་ཆད་
པའི་རྒྱ་ཏུ་བྱང་ཅིང་། དེ་ལྟ་ནའང་འབྲེལ་ཆེན་ནོར་བུ་ལྟ་བུ་མཆོག་གིས་
སྒྲུབ་ཚུལ་འདི་ཉིད་ཀྱི་ལོ་རིམ་རི་བཞིན་འབྲེལ་བྱེད་ཆོག་གི་སྒྲིབ་པས་མ་འབྱིབ།
འབྲེལ་བའི་དོན་ནམས་གཤམ་བཤམ་སྒྲུབ་ཟུར་ལྟར་མ་ལེར་བཤམ་པས་སྒྲུབ་རག་
ཅན་ལ་ཆོག་སྒྲུབ་དང་། དོན་གཞིར་ཅན་ལ་ཟབ་ཆོས་མཛོན་པ། མདོར་ན་
སྒྲུབ་པུ་སོ་སོའི་སྒོ་རྒྱུ་འཆོས་པའི་གཞིར་བྱ་གང་ཞིག་སྒྲིགས་པུ་འདི་ནས་ཆ་
ཅམ་རྟེན་བྱུང་བ་དང་། སྒྲུབ་སྦྲེལ་གསལ་བ་བྱང་རྒྱུ་དཔལ་བཟང་པོའི་རྟོགས་
པ་བརྒྱུད་པ་སྒྲུབ་རག་ཀྱི་སྒྲུབ་པུ་སྒྲུབ་པོ་ཞེས་བྱ་བ་བཅད་ལྷག་སྒྲེལ་མའི་
བདག་ཉིད་ཀྱི་བསྐྱེད་བཅས་འདིར་ཆ་བའི་ནང་དོན་ཆེ་བ་བཞི་ཏུ་བསྐྱེད་ཡོད་དེ་
དང་པོ་རབ་དུ་བྱུང་ཆུང་དང་། གཞིས་པ་རབ་དུ་བྱུང་ཞིང་བསྐྱེད་པར་རྟོགས་
ནས་རྒྱལ་ཀྱི་དམ་ཆོས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ། གསུམ་པ་ལྷུང་དང་རྟོགས་པའི་ཆོས་
ཀྱིས་འཁོར་ལོ་བསྐྱེད་པ། བཞི་བ་དགོངས་པ་ཡོངས་སྒྲུ་རྟོགས་པ་བཅས་

བཞོན་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི་ཁོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཁྱོན་ཡོངས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་སྒྲུབ་
 རུ་གྲགས་པ་བྱང་ཆུབ་འཆོ་བཞེས་སྐུའམ་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་ལ་དཔུང་ག་ཞེ་
 རིན་ཐང་ཆེས་ཆེ་བ་ལྟན་ཡོད། ཆོམ་ག་ཞེ་འདྲིའི་ཆོག་བཅད་སོ་སོར་འབྲེལ་བ་
 རོ་གང་ཉིད་ནས་ཆོག་རྒྱང་གང་ཞིག་ཆོག་རྒྱན་གང་དུ་གཏོགས་མིན་དབྱེ་འབྱེད་
 བྱས་པ་དེ་དག་ཆོག་འབྲེལ་སོ་སོའི་མཇུག་མའི་གྲག་རྟགས་ནང་བཅུག་ཡོད་པས་
 གྲོག་པ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱིས་ཞིབ་མའི་སྒྲོ་ཡིས་དཔུང་པ་གཏོང་རྒྱ་དེ་ནི་གནད་དུ་
 ལགས་པས་དགོངས་འཇགས་དང་། ཆོས་ཀྱི་རྗེ་གྲགས་པ་བྱང་ཆུབ་དཔལ་
 བཟང་པོའི་བསྟོད་པ་ཞེས་པ་དེ་ནི་གསལ་བྱེད་ལུས་ཅུའི་བྱ་དཀའི་རྒྱན་གྱི་སྒྲ་
 རས་གྲགས་པ་བྱང་ཆུབ་དཔལ་བཟང་པོའི་སྒྲ་གསུང་རྒྱགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལ་གྱས་
 སེམས་ཀྱིས་སྒྲག་འཆལ་དང་། ཡི་རང་གིས་བསྟོད་ཆོག་འབྲལ་བའི་ཆོག་སྒྱུར་
 སྒྲ་ཞིང་འཇེབས་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་མཆོམས་སྒྱུར་དང་བཅས།

མེ་རིགས་དཔེ་སྒྲན་ཁང་ནས།

དཀར་ཆག

པ་ཤེས་གཉེན་སྦྲེ་བ་ལ་གདམ་པ་བྱ་དཀར་བ་ཨའི་དབྱངས་ངེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་
བཞུགས་སོ། ། (1)

ཐུན་ཕྱ་གཤམ་པ་བྱང་རྒྱབ་དཔལ་བཟང་པོའི་རྟགས་བརྗོད་སྟུན་དངགས་
བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་ཐུན་པོའི་ཚིག་འགྲེལ་གསེར་འོད་འབྲུམ་འབྱེད་ཅེས་
བྱ་བ་བཞུགས་སོ། ། (118)

ཚས་ཀྱི་རྩེ་གཤམ་པ་བྱང་རྒྱབ་དཔལ་བཟང་པོའི་བརྟན་པ། (193)

༡༡། །བཤེས་གཉེན་སྐྱ་བ་ལ་གདམས་པ་ བྱ་དཀའ་བ་ཡི་དབྱངས་ལ་རེས་པ་ ཞེས་བྱ་བ་བཟུགས་སོ། །

ཟས་གཙང་སྐྱ་བ་སྐྱ་བ་ཡང་དག །གསལ་མཛད་འཇམ་དབྱངས་
སྐྱ་མ་དང་། །རབ་དཀར་མདངས་གསལ་ཚངས་སྐྱ་མར། །ཡང་ཡང་དད་ལ་
བསམ་པར་འཚལ། །མང་མང་བཀའ་རྒྱལ་མ་འགལ་བ། །གང་ཟག་གང་
དག་འཚང་རྒྱ་བར། །བསྐྱ་བ་ཟབ་ལམ་མན་ངག་དག །གསལ་བར་བཀྲལ་
ལ་བསམ་པར་འཚལ། །ཟབ་ལམ་ཡང་དག་རབ་གསལ་བ། །མན་ངག་གང་
ལས་ལྟག་པ་གཞན། །མང་མང་དཀར་བ་བསམ་བྱས་ནས། །ཡང་ཡང་.....
བསྐྱ་གསལ་ནས་བསམ་པར་འཚལ། །ཞེས་ཤིས་པ་བརྗོད་པ་སྐྱ་དུ་འགྲོ་བའི་སྐྱ་
ནས་སྐྱ་བས་དོན་མྱོང་བར་བྱ་བ་ནི། །གངས་རིའི་ཁྲོད་ཀྱི་སྐྱ་དང་གསལ་སྐྱ་བའི་
གཙུག་རྒྱ་རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོ་སྐྱོ་བ་ཟབ་གསལ་པའི་དཔལ་གྱིས་བཤེས་གཉེན་
སྐྱ་བ་ལ་གདམས་པ་ཟབ་ལམ་མན་ངག་སྐྱ་དང་གསལ་བྱ་དཀའ་བ་དབྱངས་ཡ་ལ་
རེས་པ་སྐྱ་དང་གསལ་སྐྱ་རྒྱ་བའི་ནང་ནས་ཆེས་དཀའ་བའི་ཚོམ་ཚུལ་ཁྱད་པར་
ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་ཟབ་མོ་དབྱ་མའི་ལམ་ངང་འབྲེལ་བ་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་གནས་
ལྷགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་གསལ་བར་བསྐྱ་བ་འདིའི་ཐོག་ནས་རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་
དཔག་པར་དཀའ་བའི་མཁྱེན་ལྡན་ལ་སྐྱ་བྱང་འགྲན་པར་མི་བྱས་པ་དང་།
ཁོང་གིས་རྒྱལ་བའི་བསྐྱ་ལ་རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་མཛད་པ་མད་དུ་བྱུང་བ་སྐྱ་
བཞེས་པའི་བཀའ་དྲིན་སོ་སྐྱེའི་སྐྱོད་ལྷལ་ལས་འདས་པ་ཡང་མཚོན་ཅིང་། ད་

ཏུང་བཀའ་ཚུལ་འདིའི་ཐོག་ནས་འཇམ་དབྱངས་མི་ཡི་རྣམ་རྟལ་བྱ་མི་བཀའ་
 འིན་ཅན་གྱིས་གསར་གཏོད་མཛད་པའི་ད་ལྟའི་བོད་ཡིག་འདི་ལ་གསལ་བྱེད་
 གུལ་ཅུ་དང་། དབྱངས་བཞིའམ་དབྱངས་ལྔར་བཞིན་པ་ཡང་ཏུང་བ་.....
 དབྱངས་གསལ་གུལ་ཅུ་མོ་བཞི་ཆ་ཚང་བཀོལ་བར་འཇིག་རྟེན་དང་། འཇིག་
 རྟེན་ལས་འདས་པའི་དོན་རིམ་བཞི་ལྟར་བྱས་པར་སྒྲིམ་མི་དགོས་པ་སྟེ་ཅི།
 གལ་སྲིད་དབྱངས་གསལ་ཆེ་གེ་མོ་ཁོ་ནའི་སྡེ་བ་སྟོར་ལ་བརྟེན་ནས་བཅུམས་པའི་
 བརྟན་བཅས་ཀྱིས་ཁྱང་བྱ་ཆེའི་དོན་གསལ་པོར་སྟོན་བྱས་པ་རྩེ་ཙུང་ཁ་པ་ཆེན་
 པོའི་བཀའ་ཚུལ་འདི་ཉིད་ནི་མཚོན་དཔེ་བྱས་ལྟར་ཞིག་ཡིན་པས་རེ་ཚུས་འདི་ལྟ་
 ཏུའི་ར་མཚར་ལྟར་པའི་ཡི་གེ་འདི་ཉིད་ཀྱི་བྱུང་དུ་འཕགས་པའི་ར་མཚར་ལ་
 བརྟེན་ནས་བོད་ཀྱི་རིག་པའི་གནས་ཉམས་པ་སོར་རྒྱུ། མི་ཉམས་སོང་...
 འཕེལ་གཏོང་དགོས་པ་ནི་ར་ཚོ་བྱ་མི་བཀའ་འིན་ཅན་གྱི་རྩིས་འཇུག་ཆོའི་ལས་
 འགན་གཟི་བཞིན་ཅན་གཞན་ལ་སྦྱར་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་ནས་སྐབས་
 འདིར་རྩེ་ཙུང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་གསུང་ཚུལ་འདི་ཉིད་ཀྱི་བརྟན་བྱའི་དོན་དང་།
 རྩོད་བྱེད་ཆོག་གི་ར་མཚར་སྟོན་གསར་གཞིན་བྱ་རྣམས་ཀྱིས་གསལ་པོར་རྟོགས་
 པའི་ཆེད་དུ་རང་སྟོས་གང་དཔོན་གསལ་བར་འགྲེལ་བའི་རལ་བ་ལ་བྱུགས་པ་
 ཟེང་གཞིའི་རྩལ་དུ་བྱས་ནས་སྐབས་དོན་གཞུང་དོན་དངོས་ལ་འཇུག་པ་འདི་ལྟ་
 ཟེ།

ཡང་དག་ལམ་ལ་རབ་གནས་པ། །ལས་རན་བག་ཆགས་ཐམས་ཅད་
 ཟུངས། །གཞན་ལན་ཐབས་མང་རབ་མངའ་བ། །དག་པ་སར་གནས་འཇམ་
 དཔལ་དང་། །གཞན་ཡང་འཕགས་པ་ཐམས་ཅད་ལ། །སྟག་བསམ་དག་པས་
 རབ་དད་ནས། །ཟབ་ལམ་མན་རག་ནམ་པ་འཆད། །སྟག་པར་དགའ་བས་
 མཉན་པར་འཆལ། །

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

རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་མངོན་པར་འཛང་རྒྱ་བའི་ལམ་སྟེ་དང་པོར་བྱང་ཆུབ་
 མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་ཆོགས་ཀྱི་ལམ་དང་། སྦྱོར་བའི་ལམ་དང་།
 མཛང་བའི་ལམ་དང་། བསྐྱོམ་པའི་ལམ་རྣམས་རིམ་གྱིས་བསྟོན་ནས་མཐར་
 ཟུན་པའི་ལམ་མཆོག་ལ་རབ་ཏུ་གནས་པ། མདོ་ལྟེ་བརྒྱ་པ་ལས། ལས་
 རྣམས་ཀྱང་ནི་སྤྲོ་ཆོགས་ལས། །དེ་ཡི་འགྲོ་འདི་སྤྲོ་ཆོགས་བྱས། །ཞེས་དང་
 མཛོད་ལས། འཇིག་རྟེན་སྤྲོ་ཆོགས་ལས་ལས་སྟེས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།
 འཁོར་འདས་ཀྱི་ཆོས་མཐའ་དག་དགེ་དང་མི་དགའི་ལས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འགྲོ་ལྟོག་
 བྱེད་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ལས་དགེ་བ་ལ་འབྲས་བུ་བདེ་བ་ཐོབ་པ་དང་། ལས་མི་
 དགེ་བ་ལ་འབྲས་བུ་སྟག་བསྐལ་བསྐྱེད་པའི་མི་དགེ་བའི་ལས་ནི་ལུས་ཀྱི་སྒོ་ནས་
 སྟོག་གཅོད་པ་དང་། བཤུན་པ་ལེན་པ། སྟོག་གཤམ་དང་གསུམ། དག་
 གི་སྒོ་ནས་རྒྱུན་སྟེ་བ། སྤྲུམ། ཆོག་རྒྱུབ། དག་ཀྱལ་དང་བཞི། ཡིད་ཀྱི་
 སྒོ་ནས་བརྒྱབ་སེམས་དང་། གཞོད་སེམས། སྟོག་ལྟ་དང་གསུམ་བཅས་མི་
 དགེ་བའི་ལས་རན་བག་ཆགས་བཅས་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་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བ་སྦྱུའི་ཁྲུང་ཏུ་རེ་རེ་ལས་ཀྱང་། གྲངས་ལས་
 འདས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་འཁོར་ཆད་མེད་པ་དང་
 བཅས་པ་སྐྱེད་ཅིག་ལ་སྟོན་པར་རུས་པ་དང་། ལྟ་དང་མི་ལ་སྟོགས་པའི་འགྲོ་
 བ་མང་པོ་ཡང་སྟོན་རུས་སོ། །གདུལ་བྱ་གང་ལ་གང་འདུལ་དུ་བརྒྱ་བྱིན་དང་།
 ཆངས་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་སྦྱོར་བ་དང་། རྒྱལ་པོ་དང་། ཉན་རང་དང་།
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྦྱར་རྒྱལ་ནས་ཆོས་སྟོན་པར་རུས་པ་སྟོགས་ཀྱིས་འགྲོ་
 བའི་དོན་ལ་ཐབས་དང་། རྒྱ་འབྲུལ་མང་པོ་རབ་ཏུ་མངའ་བ། དག་པ་ས་
 གསུམ་གྱི་མཐའ་མ་ས་བརྒྱ་པར་གནས་པའི་ཚུལ་འཛིན་པ། རྒྱལ་ཀྱན་བསྐྱེད་
 པའི་ཡབ་གཅིག་འཕགས་པ་འཇམ་དབལ་དང་། གཞན་ཡང་ས་བརྒྱའི་
 དབང་རྒྱལ་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་ཆབ་ཆེན་པོ་མི་པམ་མགོན་པོ་ལ་སྟོགས་པ་འཕགས་པ་

ཐམས་ཅད་ལ། རྟག་བསམ་རྣམ་པར་དག་པས་རབ་རྒྱ་དད་པ་སྐྱེས་ནས
 རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཀྱི་གནད་བསྟུས་པ། ཤིང་ན་ཆེན་པོ་སྤྱུ་སྤྱུབ་དང་།
 ཐོགས་མེད་གཉིས་ཀྱི་ལམ་སྟོན། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་སར་འགྲོ་
 བའི་སྐྱེ་ཁོ་མཆོག་གི་ཆོས་ལུགས། སྐྱེས་བྱ་གསུམ་གྱིས་ཉམས་སྤྱུ་བྱང་བའི་རིམ་
 པ་མདོར་བསྟུས་པ། སྤལ་བ་དང་ལྷན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་འབྱིད་པའི་ཟབ་
 མའི་ལམ་གྱི་མན་རག་དམ་པ་ཤར་ཙོང་ཁ་པ་སྟོ་བཟང་གསལ་པའི་དཔལ་བདག་
 གིས་འཆད་པར་བྱ་བ་འདི་ལ་དད་པ་དང་དང་བའི་སྟོ་དང་ལྷན་པ་བཤེས་་་
 གཉིན་སྤྱི་བ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཡིད་རྟུག་བར་དགའ་བས་ལེགས་པར་མཉམ་པར་འཆལ་
 ར་ཞེས་ཉན་པ་པོ་སྟོ་བ་བསྐྱངས་པའི་ཆེད་དུ་གསུངས་པའོ། །

ལས་རན་བག་ཆགས་བསགས་པ་ལས། །མངལ་དང་གཞན་ཡང་གནས་
 རན་འགར། །རང་དབང་སྤངས་ནས་བཅས་པ་དང་། །རྣམ་མང་ན་ཆས་ཡང་
 ཡང་མནར། །ཆས་པས་ཡན་ལག་ཉམས་དང་འདར། །རྒྱ་ལག་ཞ་དང་་་་
 མདངས་རན་པ། །ཐམས་ཅད་ལས་རན་དབང་ལས་ལགས། །ལས་རན་ཆགས་
 རྒྱང་མ་སྤངས་ན། །རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ལས་རན་ལས། །ནམ་ཡང་ཐར་
 བར་དགའ་བས་ན། །ཆགས་སྤང་སྤང་ལ་འབད་བར་འཆལ། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། དང་པོར་བྱང་རྒྱལ་མཆོག་རྒྱ་མཚན་བསྐྱེད་པ་དང་།
 བར་དུ་ལམ་ཉམས་སྤེལ་ནས་མཐར་འབྲས་བྱ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཁོ་འཕང་རིན་
 པོ་ཆེ་མ་ཐོབ་པ་འཁོར་བ་ལ་གནས་པའི་སྐྱེ་འགྲོ་རྣམས་ནི་བདེ་བ་རྒྱང་ཟད་དང་།
 རྟག་བསམ་རྒྱུན་མར་སྟོད་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། རྟག་པར་དཔུལ་བ་དང་།
 ཡི་དྲུགས། དུད་འགྲོ་ལ་སོགས་པ་རན་འགྲོར་གནས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྟག་་་
 བསྟུལ་མི་བཟང་པ་རྟག་རྒྱ་སྟོང་དགོས་ཤིང་། བདེ་འགྲོར་གནས་པ་རྣམས་
 ཀྱང་རྟག་བསམ་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་སྟོང་དགོས་པ་ནི་ལས་རན་བག་ཆགས་་་
 བསགས་པའི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་མྱེན་པའི་སྟོང་བྱ་བ་སྟོན་རྒྱུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན།

ཟག་བཅས་ཀྱི་དགོ་བས་བདེ་འགྲོ་རྟེན་ཐོབ་པ་ལའང་མི་འདྲ་བའི་རྟུག་

བསྐྱེད་ཡོད་པ་ལས། མིའི་འགྲོ་བར་མཚོན་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་བརྒྱད་ཡོད་པ་...
 མངལ་འབྲུག་གི་མདོ་ལས། གྱེ་བ་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡོ། །ཞ་བ་ཡང་སྤྱག་...
 བསྐྱེད་ཡོ། །ན་བ་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡིན་ནོ། །འཆི་བ་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡོ། །
 སྤྱག་པ་དང་བྲ་བ་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡིན་ནོ། །མི་སྤྱག་པ་དང་སྤང་པ་ཡང་སྤྱག་
 བསྐྱེད་ཡིན་ནོ། །གང་འདོད་པ་བཅའ་ཏེ་མ་རྟེན་པ་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡིན་ནོ། །
 ཡོད་པ་བསྐྱེད་དཀར་བ་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལས་
 གྱེ་བ་དང་། ཞ་བ་དང་། ན་བ་དང་། འཆི་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱག་བསྐྱེད་
 ཏེ་འགྲོ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་བཞིར་མཚོན་ན།

དང་པོ། གྱེ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ནི། སྤྱག་བསྐྱེད་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་
 ཅ་བ་ཡང་ཡིན་ལ། མངལ་གྱེས་དང་། མྱོང་གྱེས། དྲོད་གཤེར་གྱེས།
 རྩལ་གྱེས་དང་གྱེ་གནས་བཞིར་གསུངས་པ་ལས་མིའི་པལ་ཆེར་མངལ་ནས་གྱེ་བ་
 ཡིན་ཅིང་། མངལ་གྱེས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། དང་པོ་མིང་པ་བར་དོན་ནས་
 མངལ་དུ་འབྲུག་ཁར་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་འདི་ལྟར་ཡོད་དེ། བར་དོའི་མིང་པ་
 ཐམས་ཅད་རྩ་འབྲུག་དང་ཐུན་པ། ཉམ་མཁའ་ལ་འགྲོ་ཞིང་སྤྱིའི་མིག་བཞིན་
 དུ་གྱེ་གནས་ཐག་རིང་པོ་ཡང་མཐོང་བར་བྱས་སོ། །དེ་ཡང་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་
 ཡོག་པའི་སྤང་བ་བཞིན་འཆར་ཏེ། དཔེར་ན་རྒྱུར་ཆེན་པོ་ལངས་པ་དང་།
 ཆར་ཆེན་པོ་བབ་པ་དང་། ཉམ་སྤྱོད་པ་དང་། གྱེ་བོ་མང་པོའི་སྤྱི་ཅ་ཅ་
 འཛིགས་སྤྱུ་རུང་བ་གྲག་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་ཡུལ་དུ་ཤར་བས། ལས་བཟང་རབ་རི་
 ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་བརྒྱ་འབྲུང་བར་འབྲུར་ཏེ།
 བདག་གི་གཞལ་མེད་ཁང་དུ་འབྲུག་གོ་སྒྲམ་པ་དང་། ཁང་པ་བཅེགས་པའི་
 རྟེན་དུ་འཛིག་གོ་སྒྲམ་པ་དང་། ཁྲི་ལ་འཛིག་གོ་སྒྲམ་པ་དང་། རྩའི་སྤྱིལ་
 དུར་འབྲུག་གོ་སྒྲམ་པ་དང་། ཡོ་མའི་བྱིམ་དུ་འབྲུག་གོ་སྒྲམ་པ་དང་། རྩ་
 གསེབ་དུ་འབྲུལ་ཡོ་སྒྲམ་པ་དང་། ཉམས་ཀྱི་ནང་དུ་འབྲུག་གོ་སྒྲམ་པ་དང་།
 ཅིག་པའི་བྱ་གར་འཛུལ་ཡོ་སྒྲམ་པ་དང་། མོག་མའི་གསེབ་དུ་འཛུལ་ཡོ་སྒྲམ་

ཏུ་མེམས་པ་ལྟེ། དེ་ལྟར་མེམས་པ་དང་པ་མ་འཁྲིག་པ་སྦྱོད་པ་དེ་ཐག་རིང་པོ་
 བས་ཀྱང་མཐོང་ནས་དེར་འགྲོ་ལྟེ། དེ་ཡང་བསོད་ནམས་ཆེར་བསགས་པ།
 གྱེ་གནས་མཐོན་པོ་འཛིན་པ་ནམས་ཀྱིས་ནི། གཞལ་མེད་ཁང་དང་། ཁང་
 པ་བཅེགས་པ་ལ་སོགས་པར་མཐོང་ནས་དེར་རྒྱག་གོ། །བསོད་ནམས་འབྲིང་
 ཏུ་བསགས་པ་དང་། གྱེ་གནས་འབྲིང་ཏུ་འཛིན་པ་ནམས་ཀྱིས་ནི། ལྷའི་
 རྒྱལ་བུ་ལ་སོགས་པར་མཐོང་ནས་དེར་རྒྱག་གོ། །བསོད་ནམས་མ་བསགས་པ་
 གྱེ་གནས་རན་པ་འཛིན་པ་ནམས་ཀྱིས་ནི། ཅིག་པའི་བྱ་ག་ལ་སོགས་པར་
 མཐོང་ནས་དེར་རྒྱག་གོ། །དེ་དག་ཏུ་མྱིན་པ་དང་། གལ་ཏེ་རང་མོར་གྱེ་བ་
 ཡིན་ན་མ་ལ་ཆགས་པ་སྟེ་ལ། བ་ལ་ཞེ་སྤང་བར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་རང་མོར་
 གྱེ་བ་ཡིན་ན། བ་ལ་ཆགས་པ་སྟེ་ལ། མ་ལ་ཞེ་སྤང་བར་འགྱུར་རོ། །ཆགས་
 སྤང་གཉིས་ཀྱིས་ས་མའི་མི་གཙང་བའི་རྣམ་དང་བར་དོའི་ཤེས་པ་འདྲེལ་སོ། །
 དེ་ནས་བཟུང་ནས་ཞག་བདུན་ཕྱག་སྐམ་ཅུ་ཙུ་བརྒྱད་ཏུ་མངལ་ཏུ་གནས་པར་
 གསུངས་ལ། ཁ་ཅིག་ནས་ཟླ་བ་བརྒྱད་དམ་ཟླ་བ་དགུ་འཕ། ཟླ་བ་བཅུ་རི་
 བར་ཏུ་གནས་པར་ཡང་གསུངས་སོ། །ཁ་ཅིག་ལ་མ་ངེས་ཏེ་ལྷ་བྱ་ཅུ་རི་བར་ཏུ་
 མངལ་ཏུ་བསྟན་པ་ཡང་གསུངས་ཡོད་དོ། །དེ་ཡང་ཞག་བདུན་ཕྱག་དང་པོའི་
 ཚེ་མའི་མངལ་ཏུ། ཟངས་ཆ་བའི་ནང་ཏུ་བཙོས་ཤིང་བརྗོད་པ་ཙམ་ཏུ།
 ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་དང་ནམ་པར་ཤེས་པ་ལྷན་ཅིག་ཏུ་སྐྱུག་བཟལ་མི་བཟད་པ་
 མུང་ལྟེ། དེ་ནི་མེར་མེར་པོ་ཞེས་བྱའོ། དེའི་དབྱིབས་ནི་འབྲས་ཀྱི་ཁུ་བའཕ།
 ཞོའི་སྒྲིས་མ་དང་འདྲའོ། །དེ་ནས་ཞག་བདུན་ཕྱག་གཉིས་པ་ལ་མའི་མངལ་
 བས་ཀྱང་། །ཀུན་ཏུ་རག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱང་བྱང་ནས་མངལ་ལ་རེག་པས་
 ཁམས་རྣམ་པ་བཞི་མངོན་ཏུ་སྤང་བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ནི་རྩར་རྩར་པོ་ཞེས་བྱ་
 བའོ། །དེའི་དབྱིབས་ནི་ཞོ་ཀའཕ། མར་འབྲུགས་པ་དང་འདྲའོ། །དེ་ནས་
 ཞག་བདུན་ཕྱག་གསུམ་པ་ལ་མའི་མངལ་ནས། མངོད་ཀ་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱང་
 བྱང་ནས། མངལ་དེ་ལ་རེག་པས་ཁམས་བཞི་པོ་དག་ཤིན་ཏུ་མངོན་ཏུ་སྤང་

7

དོ། །དེ་ལྟར་རྒྱུ་དེ་མིན་དུ་མངལ་གྱི་རྒྱུ་ཟངས་ཆ་བ་དང་། རབ་རྒྱ་ཆ་བ
 ལྟ་བུས་ནི་བཙོས་ཤིང་བརྟོས། རྒྱང་མི་འདྲ་བ་ཉི་ཤུ་ཙམ་བརྒྱད་གྱིས་ནི་རེག
 ཅིང་བརྟེན། མའི་ཟས་ལ་མོགས་པའི་དྲངས་མས་ནི་སྤེལ་ཞིང་བརྟེན་པས།
 མེར་མེར་པོ་ནས་ལྷས་ཀྱན་རྫོགས་པའི་བར་དུ་ལྷུར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་མངལ་
 འཇུག་གི་མདོ་ལས། དང་པོ་མེར་མེར་པོ་ལས་ནི། །ཤ་ཡི་རྩ་བར་སྦྱོར་བར་
 འཇུར། །རྩ་བར་ལས་ནི་ལྟར་ལྟར་སྦྱོར། །ལྟར་ལྟར་པོ་ལས་མཁྲུང་བར་འཇུར། །
 མཁྲུང་བ་རྣམས་པར་འཇུར་ནས་ནི། །མགོ་དང་ཡན་ལག་བཞི་སྦྱོས་པས། །རྒྱས་
 པ་འདུས་ནས་ལྷས་གྲུབ་པ། །ཐམས་ཅད་ལས་གྱི་རྩ་ལས་ལྷུང་། །

ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ནས་ཁ་ཐུར་དུ་ལྟ་བུ་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱང་འཇུར་ལྟེ།
 རྒྱང་དེས་མགོ་ཐུར་དུ་བརྟོག་ནས་ལག་པ་བརྒྱང་ལྟེ་ཕྱིར་འཇུང་བར་འཇུར་
 རོ། །དེའི་ཆེ་ལྷགས་གྱི་འཇུར་མིག་ནས་འདྲེན་པ་ལྟ་བུའི་སྤྱག་བསྐལ་ཡོད་དོ། །
 །ཁ་ཅིག་མངལ་ཉིད་དུ་ཤི་ནས་འཇུང་བར་འཇུར་རོ། །ཁ་ཅིག་མ་དང་མཉམ་དུ་
 འཆེ་བར་འཇུར་རོ། །ཡང་དེ་བཙས་ནས་ས་ལ་རྒྱང་བའི་རྒྱས་སྤྱུ་ཆེར་ཁྲུང་དུ་
 བརྒྱར་བ་ལྟར་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་ཡོད་དོ། །ཕྱིས་པའི་རྒྱས་སྤྱུ་བགས་པ་བཤུས་ནས་
 ཆི་ཀ་ཟུར་ལ་ཐད་པ་ལྟར་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་ཡོད་དོ། །དེར་ཡུན་དེ་མིན་དུ་མངལ་དུ་
 གནས་ཏེ། བ་ཆ་ཆེ་རྒྱང་དེ་འདྲ། རོག་མི་དོག་དེ་འདྲ། ལྷན་པ་ནག་མི་
 ནག་དེ་འདྲ། གཙང་མི་གཙང་དེ་འདྲ་སྟེ། ད་ལྟ་ཅི་ཙམ་འདོད་པ་ཆེ་བ་ཅིག་
 ཡིན་ཡང་མི་གཙང་བའི་དོང་དུ་རྒྱུད་ཞག་གསུམ་ཉིད། །ཁ་བཙང་ལ་བཞག་
 ཞག་གསུམ་གྱི་ནངས་པར་གཤེར་སྤང་གསུམ་སྦྱིན་གྱི་ཟེར་ན་སྤྱས་ཀྱང་མི་རྒྱས་ཏེ།
 མངལ་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་ནི་དེ་ལས་སྤྱོད། །དེ་ལྟར་ཡང་སྤོབ་སྦྱིང་ལས།

ཤིན་རྒྱ་མི་བཟད་དྲི་ང་གཅེར་བས་འགགས། །རབ་རྒྱ་དོག་པ་སྤྱན་ནག་
 འཐིབས་པོར་འདུག་པ་ཡི། །མངལ་གནས་དཔུལ་བ་ལྟ་བུའི་ནང་དུ་དེ་ལྷགས་
 ནས། །ལྷས་ཡོངས་བཀུམ་ལ་སྤྱག་བསྐལ་ཆེན་པོར་གནས་དགོས་སོ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་མའི་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་ནང་ནས་ཀྱང་སྦྱོར་བའི་སྤྱག་

བསྐྱེད་པ་དང་། འཆི་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་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་འཕེན་པས་རང་དབང་སྤངས་པ་སྟེ་རང་དབང་དང་བྲལ་ནས་རང་
ཉིད་གང་ཏུ་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་གནས་ངན་པ་དེར་བཅས་པ་དང་། སྐྱེ་བ་སྤངས་ནས་
ཀྱང་ངན་འགྲོའི་སྤྱག་བསྐྱེད་མི་བཟད་པ་མུང་དགོས་པ་དེ་ལས་ཐར་པའི་ཐབས་
དོན་དུ་གཉེར་དགོས་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ། ཅ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ནི། མངལ་དུ་འཇུག་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་
མི་བཟད་པ་མུང་ནས་རང་ཉིད་མིའི་འགྲོ་བར་སྐྱེ་བ་སྤངས་པ་དེ་ལ་ཡང་།
འབྱུང་བཞིའི་འདུ་བ་མི་སྟོམ་པ་སོགས་ལ་བཞེན་ནས་རྣམ་མང་ན་ཆས་ཡང་ནས་
ཡང་དུ་མཛན་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་མདོར་བསྟུན་པ་ལྟ་ཡོད་པར་གསུངས་པ་ནི།
ལྷས་ཀྱི་རང་བཞིན་འབྱུང་བ་ནི། ལྷས་ཀྱི་ཤ་ཁུ་པགས་པ་བསྐྱེད་པ་སོགས་
སོ། །

སྤྱག་བསྐྱེད་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་འཕེལ་ཞིང་དེ་ལ་ཤས་ཆེར་གནས་པ་ནི།
ལྷས་ཀྱི་ཚུལ་སོགས་པའི་ཁམས་རྣམས་ཆ་མི་མཉམ་པར་ཤས་ཆེ་ཆུང་དུ་འབྲུགས་
པས་ལྷས་ལ་བྱུག་ཟེར་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། །

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

ལྷས་ཀྱི་ཡོངས་སྤྱོད་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ལ་མི་འདོད་བཞིན་དུ་སྤྱད་དགོས་པ་
ནི། སྤྱན་དང་བཟའ་བཅུང་སོགས་ཡི་གར་མི་འོང་བ་ནན་གྱིས་སྤྱད་དགོས་
ཤིང་། དེ་བཞིན་དུ་མེས་བསྐྱེད་པ་དང་། མཚོན་གྱིས་འབྲུག་པ་སོགས་ཀྱི་
དབྱང་རྒྱུ་བཤོ་རྣམས་ཀྱང་བསྟེན་དགོས་པ་འོ། །

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

མཚོང་ནས་རྒྱལ་བཟའ་ཕྱིན་པ་སྟེ། དེ་ནས་ལ་ཞིབ་ཏུ་སེམས་པ་འོ། །ལྷག་
 པར་མཆོད་ནད་ལ་སྐྱེས་པ་འདི་ནད་རན་པ་ལ་མཚར་བ་། གསོན་པ་ཤིང་ནས་ཤི
 བ་དང་འདྲ། མེད་ལྷོ་ནས་བྱུང་། ལྷོར་ནད་པ་ཐམས་ཅད་རང་གཤེག་རང་
 ཤིས་མི་བྱས། བད་ཆོག་ཐོས་པས་གཞན་གྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་མིག་སྐར་མི
 འབབས། ལྷོར་སྐར་ལས་ལྷོང་། བད་ལྷོ་རྒྱ་རིང་དྲགས་ན་ནད་གཤེག་ལྷོང་
 མཁམ་ཡང་རྒྱལ་ནས་ཐེ་བཞེན་མི་ཉན། དུས་ཉག་ཏུ་ན་བའི་ཆོར་བས་ཉེན་
 བས་རྒྱག་བསྐལ་མི་བཟད་པ་ལྷོར་དགོས་པ་རྒྱ་ཆེར་རྒྱལ་པ་ལས་ཀྱང་། བད་
 བརྒྱ་མང་དང་བད་ཐིབས་རྒྱག་བསྐལ་གྱིས། །འཕྲོ་བ་གཙོས་ཏེ་མི་ཡིས་ཡི་
 དྲགས་བཞེན། །རྒྱ་དང་ན་བས་བཙོམ་པའི་འཕྲོ་སྟོས་ལ། །རྒྱག་བསྐལ་ལས་ནི་
 འཕྱུར་བ་ལྷོར་ཤོད་ཅིག །དཔེར་ན་དཔུན་སྒྲོན་རྒྱུང་དང་ཁ་བ་ཆེ། །རྩ་ཤིང་
 ཤེལ་བ་ནགས་སྒྲོན་མདངས་ཀྱང་འཕྲོག །དེ་ལྷོར་ནད་འདིས་འཕྲོ་བའི་
 མདངས་འཕྲོང་ཅིང་། །དབང་པོ་གཞུགས་དང་རྒྱལ་མི་ཉམས་པར་བྱེད། །
 རྫོང་འཕྱུར་ལྷོར་ཆེན་ཐམས་ཅད་པར་བྱེད། །ནད་ནི་ཉག་ཏུ་འཕྲོ་བ་བརྟམས་པར་
 བྱེད། །གཙོད་པ་བྱེད་ཅིང་རྒྱག་ལ་སྐར་བར་བྱེད། །ཡོངས་སུ་གཏུང་བྱེད་
 མཁའ་ལ་ཉི་མ་བཞེན། །གསུངས་པ་རྒྱར་རོ། །

གསུམ་པ། བར་དུ་རྒྱ་བའི་རྒྱག་བསྐལ་ནི། རྒྱ་བའི་རྒྱག་བསྐལ་ཡང་
 དཔག་ཏུ་མེད་པ་མདོར་བསྟུན་བཅུ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་
 གཞུགས་ཡོངས་སུ་འཕྱུར་བ། རྒྱ་ཡོངས་སུ་འཕྱུར་བ། བགས་པ་ཡོངས་སུ་
 འཕྱུར་བ། ཁ་དོག་ཡོངས་སུ་འཕྱུར་བ། བརྒྱ་སྟོབས་ཡོངས་སུ་འཕྱུར་བ།
 གཞི་བརྒྱན་ཡོངས་སུ་འཕྱུར་བ། བསྟོད་ནམས་ཡོངས་སུ་འཕྱུར་བ། བད་
 མེད་པ་ཡོངས་སུ་འཕྱུར་བ། སེམས་ཡོངས་སུ་འཕྱུར་བ། གནས་སྐབས་
 འདས་ཤིང་ཆེད་མཁུག་བརྒྱལ་པ་འོ། །

གཞུགས་ཡོངས་སུ་འཕྱུར་བ་ནི། སྐར་གྱི་གཞུགས་དྲང་ཞིང་བརྟམ་ལ་
 མཁའ་བ་དེ་འཕྱུར་ནས་རྒྱར་པོ་རྒྱག་པོ་འཁར་བར་བཞེན་དགོས་པར་འཕྲོ་