

༩༩། །ཅིས་ཀྱི་མན་ངག་ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་སྤང་བ་ཞེས་བྱ་བ་བརྒྱགས་སོ། །

ཐོད་སྤངས་མི་དམངས་དཔེ་སྟུན་ཁང་།

༄༅། ཚིས་ཀྱི་མན་ངག་ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་སྒྲུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་བརྒྱགས་སོ། །

པོད་སྒྲུངས་མི་དམངས་དཔེ་རྒྱན་ཁང་།

མཆོད་ཤིག་དེ་མོ་འབྲི་མཁན་བཟུན་ནས།
ཁྱེད་ཀྱི་པ་བཟུན་འཛིན་བཟུང་གིས་དང་བསྐྱོད་ཕུན།
དེ་མོ་མཁན་འགན་འཁུར་པ་བསྐྱོད་ཕུན།

ཆེ་མོ་ཕྱི་མན་རག་ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་ལྷན་པ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

རྒྱ་མི་ལ་བཅས་སོ།

※

ཐོད་ཕྱོང་ས་མི་དཔལ་ལྷན་ཁང་ནས་བཟུན།

ཐོད་ཕྱོང་ས་མི་དེ་མོ་མོར་ཁང་ནས་བཟུང་།

ཆེ་མོར་ཁྱོད་ཁྱེད་ཀྱི་ལྷན་པ་ལ་འདྲེབས་ཐོག་གྱུ་ནས་བཟུང་།

དེ་མོར་ 787×1092 བར 1/16 ཡིག་གཟུགས་ 220,000

1990ལོའི་ཟླ 6པར་གཞི་དང་པོ། 1990ལོའི་ཟླ 6པར་ཐེངས་དང་པོ་བཟུང་།

ISBN7—223—00255—7/P·7

བར་གྲངས་0001—2,500 རིན་ཤོད་མཚན་3.20

日光论

(藏文)

编著者：达莫师利

责任编辑：索朗平措

•
西藏人民出版社出版

西藏新华书店发行 西宁城西民族印刷厂印刷

开本：787×1092 横16开 印张：12.25 字数：220千字

1990年6月第1版 1990年6月西宁第1次印刷

印数：0001—2,500

ISBN7—223—00255—7/P·7

(民文)藏(6) 定价：3.20元

ཚམ་པ་པའི་མ་ཚུལ་མདོར་བསྟུན།

ཆེས་གཞུང་ཉིན་ཕྱིན་ལྷན་པ་འདི་ཉིད་རབ་བྱུང་བཅུ་གཉིས་པའི་ཤིང་རྩ་(1714)ལོར་བཙམས། ཚམ་པ་པའི་མ་ཚུལ་མདོར་བསྟུན་ཕྱི་མཆོག་
ནི། ཡབ་སྐུ་སྐྱེན་ཆེན་པོ་གསང་བདག་འཕྲིན་ལས་རྒྱན་གྱུ་བ་དང་། ཡུམ་ཤེལ་དཀར་རྩི་རྩེ་འཆོའི་སྐུ་ལ་པ་སྟ་འཛིན་དབྱངས་ཅན་སྐྱེན་མའི་ཡུ་སྐུ་
རབ་བྱུང་བཅུ་གཅིག་པའི་ཤིང་རྩ་(སྤྱི་ལོ་1654)ལོ་ཡུལ་གཤོར་པོ་ལྷ་ནང་གི་ཡུང་པའི་ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་ཕྱེད་ཤོན་དར་རྒྱས་ཆོས་མིང་ཞེས་བྱ་བར་སྐྱེ་
འབྱུངས། མཆོན་རྒྱ་དཀར་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ལས། རྣམས་པ་དོན་གྱུ་བ་ཏུ་གསོལ། དབྱང་ལོ་གསུམ་ཅན་ལ་ཐེབས་རྒྱས་བྱ་རྩེའི་གདོལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྐུ་
གྱི་བ་ཕྱག་རྟེ་རྣམས་མི་བདེ་བ་བྱུང་ཞིང་། དབྱང་ལོ་དབྱར་ཐེབས་པ་རབ་བྱུང་བཅུ་གཅིག་པའི་རྩ་སྟག་(སྤྱི་ལོ་1662)དཔེ་ཆུ་བའི་ཆོས་ཉི་ཤུ་གཉིས་
ལ་ཡབ་རྩེ་གསང་བདག་ཆེན་པོ་ཞིང་ཏུ་གསེགས་རྩིས། གཅེན་རིག་འཛིན་གཏིར་རྟེན་ཆེན་པོས་འཇིག་རྟེན་གྱི་རྩྭ་གས་ནས་པའི་དོད་དང་། ཆོས་
རྩྭ་གས་ནས་བཀའ་དྲིན་གསུམ་ལྟན་གྱི་ཆུ་མ་མཛད་ནས་བཙུང་བ་ཆེན་པོའི་སྐུ་རས་ཀྱིས་རྩིས་སྐུ་བཟུང་ཉེ་ལེགས་པར་བསྐྱུངས། གཅེན་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་པོ་
དང་མ་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱང་རྒྱས་ནས་སྐྱོད་ལང་ཏུ་མ་བཅང་བར་ཆོས་སྒྲོར་འདྲེན་པའི་མཐུན་རྒྱུན་སྐྱུར་བས། མཁུན་པ་ཐེག་པ་ནས་ཆོས་ལ་ཕྱོགས་པ་
ཐོབ་ཅིང་། བསམ་པ་རྟེན་པ་ནས་བཟུང་ཉེ་དམ་པའི་ཆོས་ལ་ངར་གིས་འཇུག་ཏུ་ཡོད་པའི་སྐལ་བ་ཐོབ། ཡབ་རྩེ་སྐུ་གསེགས་རྟེང་ལོ་གཉིས་གསུམ་
ཅན་གྱི་བར་གཅེན་ཆུ་མ་དམ་པ་སྐྱེ་མཆོད་དང་། མ་རིན་པོ་ཆེ་རྣམས་ལས་ཆེར་རྩྭ་གས་ཐེགས་འབའ་ཞིག་གིས་གཞིས་སྐུ་བཞུགས་མ་ཁོམ་པས། དེ་བར་
མའི་ཞལ་ཏུ་མ་བསམ་གྱུ་བ་ཆོས་འཛིན་གྱིས་བསྐྱུལ་རྟེ། ངག་བསྐྱུལ་གྱིས་གསོལ་འདེབས་ལེའུ་བཅུན་མ་ཕྱགས་དཔོན་པའི་འདོན་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོར་དང་།
གསོལ་དཔོན་མཆོག་གྱུར་ལས་ཡི་གེ་འབྲི་སྟོག དབྱུ་མཛད་བསྐྱེད་འཛིན་ཐོས་བསམ་གྱིས་ནམ་ཁོམ་དཔེ་རྒྱགས་ཐེབ་ལེན་གྱིས་རང་ལུགས་ཀྱི་ཆོག་འཕྲིན་
རྣམས་སྐྱགས་ལ་རྒྱབ་པར་མཛད། དབྱང་ལོ་བཅུ་གཉིས་པ་རབ་བྱུང་བཅུ་གཅིག་པའི་ཤིང་སྐུ་ལ་(སྤྱི་ལོ་1665)ལོ་ཆུ་བ་བཅུན་པའི་ཆོས་ཉེར་ལྷ་ལ་རྩེ་
གཏིར་ཆེན་ཆུ་མས་རྒྱལ་ཆོན་གྱི་དབྱིལ་འཁོར་ཏུ་རིག་འཛིན་སྐྱགས་ཐིག་གི་དབང་ལོ་དཔེ་སྐྱགས་རྒྱད་མེད་པར་མཛད། རྩིས་སྐུ་ཐོབ་པའི་སྐུ་བྱང་གི་
སྐུ་པ་གཉིས་པོ་དེ་ཡང་རྣམས་སྐུ་ལས་བྱེད་པའི་དེ་དང་དེའི་སྐུ་པའི་དོ་ཙམ་སྐྱེས་པས་སྐུ་པ་གསུམ་གྱིས་སྐྱགས་རྒྱད་བསྐྱུངས། དབྱང་ལོ་བཅུ་གསུམ་

པ་ལ་སྒྲུབ་པ་བཟུང་ཅིང་། རྗེ་གཏིང་ཆེན་ལྷ་མ་ལ་གཙུག་ལྷན་སྤྱུལ་ཏེ་མཆན་བཏབ་འཛིན་འཇམ་དབྱངས་དབང་པོ་ཞེས་སྒྲུལ། སྒྲུབས་གསུམ་འཛིན་པའི་
 དག་བཞེན་གྱི་སྒྲུབ་པའང་ཐོབ། དབྱང་ལོ་བཅུ་བཞི་པ་ལ་ཐེན་ནོར་བྱ་དར་རྒྱས་གྱིས་མཆོམས་སྦྱར་ཏེ། མངའ་རིས་བྱང་མང་གི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་བཞེས་
 གཞེན་ནམ་རྒྱལ་དཔོན་པར་ཐེབས་སྐབས་ཀ་ལྷ་པའི་མཆོམས་སྦྱར་ལྷའི་རི་མོ་ཅམ་དང་། བོད་ཡིག་བཟུང་སྒྲོབ་མཛད། གཅེན་རྒྱལ་སྤྱུལ་རིན་པོ་ཆེས་
 སྤལ་སྤལ་གྱི་ཞལ་ཏ་དང་ཕྱག་འཕེབས་སྐོག་ས་བཟུལ་ཕྱག་གནང་བས་ཡི་གེ་རྩ་གས་མ་དང་ཤར་མིས་གཉིས་ཀ་བྱང་བར་མཆིན། དེའི་ཕྱི་ལོ་བྱང་མང་པ་ཏ་
 ཆེན་སྦྱར་ཡང་ཐེབས་པར་ཀ་ལྷ་པའི་བཤད་པ་དང་ས་རིས་ལྷས་ནས། ཡོངས་རྒྱུག་གྱི་རི་མོ་ལྷགས་སྤྱུགས་སྐོག་ནས་གཙང་དག་སྤེལ་འདུལ་མཛད། དེ་
 རྗེས་སྤེལ་སྦྱར་གྱི་བཤད་པ་དང་། ཞ་ལྷ་ལོ་ཆེན་གྱི་ཀ་ལྷ་པའི་སྤྱི་ཀྱི་གཉིས་གྱི་ལྷང་། གཞན་ཡང་ཆངས་པའི་ཡི་གེ་ལུ་ན་དང་། དེ་དང་ཆ་མཐུན་
 པར་རྩ་རི་ཀ་དང་དེའི་མཐོ་ཁྱེན་ཏུ་བཟེད་པ་རྒྱ་གར། དེའི་མཐོ་སྦྱར་ཏུ་བཀྲག་པ་ལུ་ལའི་ཡི་གེ་དང་། ཀའ་རྒྱ་ར། རྒྱ་མཆོ་མཐའ། དུས་ལྡན་
 དག་འཛོམས་གྱི་ཡི་གེ་སྐོག་ས་སྦྱང་པ་མཛད་པས་དེ་དག་ལ་ཕྱག་སོར་གྱི་འདུ་འགྲོད་མཁས་པར་བྱུང་། རྒྱང་སོར་བཟང་ལྷལ་གྲོང་གསར་ཏུ་སྤུམ་ཉགས་
 གྱི་བཤད་པའང་གསན་ཏེ་བདེ་སྦྱང་ཡན་ལག་དང་བཅས་པ་ལ་བྱང་བར་མཛད། དབྱང་ལོ་བཅོ་ལྷ་པ་ལ། རྗེ་ཐམས་ཅད་མཆིན་པ་ལྷ་པ་ཆེན་པོ་ལས་
 རབ་ཏུ་བྱང་སྤྱོད། མཆན་དག་དབང་ཆོས་དཔལ་ཞེས་གསལ་ཞིང་དག་ཚུལ་གྱི་སྒྲུབ་པ་བཟུང་། དར་སྤྱིང་ཏུ་བན་གཙང་པ་བཟུང་ཟུ་ཞིག་དང་། དེ་
 རྒྱང་དབྱང་ལོ་བཅུ་བརྒྱན་པའི་སྐོག་ལོག་མིན་སོ་རྒྱུན་སྤྱིན་སོལ་སྤྱིང་གི་ཟུ་ཆང་གསར་ཏུ་རྩ་གས་སྐབས་ཟུ་རྒྱར་ལྷགས་ཏེ། ཟུ་སའི་འདོན་ཆོས་སྦྱར་གྱི་དཔེ་
 འཛིན་དང་། ཤར་མིག་དབྱངས་གསུམ་གྱི་ཕྱག་བཞེས་ནམས་བྱང་བར་སྦྱངས་ཤིང་དེ་དག་གི་རུས་སྐབས་ཅི་རིགས་པར་སྦྱོས་ཁང་པ་རིན་ཆེན་རྒྱལ་.....
 མཆན་གྱིས་མཛད་པའི་ཤིང་ཕྱིན་གྱི་འགྲེལ་རྒྱང་དང་དོན་བརྒྱན་ཏུ་འཛིན་པ། ས་པ་ཏ་གྱི་སྒྲུབ་གསུམ་རབ་དབྱེ། ལྷ་མ་རྒྱལ་པའི་དག་སྦྱོར་གི་བསྐྱབ་བྱ་
 རམས་དང་། ཐེམས་ཉིད་རལ་གསལ་གཞུང་སྤྱུགས་འཛིན་གནང་། དབྱང་ལོ་བཅུ་བརྒྱན་ལ་རྒྱལ་པོར་ཐེས་ཅིས་རིག་པ་ཆེན་པོ་དོན་ཟུབ་དབང་རྒྱལ་
 གྱི་བྱང་ནས། དབྱུ་མཐའི་རྒྱར་བཞོས་ནས་བཙམས་ཞལ་ལྷང་མ་བྱ་ཆང་མའི་སྐར་ཅིས་ནམས་ཉིན་མོ་ས་རིས། མཆན་ལ་བྱི་པའི་སྤྱ་གཙོད་དང་།
 ལྷན་མར་ལ་བཞེན་ནས་དཔེ་འབྲི་པ་སྐོག་སྤྱང་སྤྱན་སོར་ལྷག་ཏུ་ཤིན་ཏུ་འབད་པར་མཛད་དེ། ཉིན་ཞག་དང་། ཆོས་ཞག ཁྱིམ་ཞག་དང་
 འགྲོགས་པའི་འབྲས་བྱ་དང་། སྦྱར་བ། བྱེད་པ། ཉིན་འབྲེལ། ཉི་མ་ས་བདག་གིས་ཁོངས་སྦྱང་པའི་རུས་དེའི་སྦྱང་དོར་གྱི་གནས་ཕྱིན་ཅི་མ་
 སྐོག་པར་རྩོན་པའི་སྐར་ཅིས་གྱི་རིག་པ་ལྷ་བཟུས་དང་། གཟའ་ལ། ཞག་གསུམ། རམ་པར་དབྱེ་བ། རུས་གྱི་སྦྱོར་པ་ལ་སྐོག་ས་ཐེགས་པར་འབྱོངས།
 དེ་ཞོར་དབྱངས་འཆར་གྱི་བཤད་པ་དང་འཁོར་ལོའི་རོ་སྦྱང་། འབྱང་ཅིས་གྱི་དེའུ་འབྲིམ་པ་ནམས་གསན། གཅེན་རྒྱལ་སྤྱུལ་རིན་པོ་ཆེ་ལས་བྱང་ཅིས་
 གྱི་མོ་པའི་སྤྱ་གཙོད་དང་། འདུལ་པའི་ལག་ལེན་དང་བདེ་ཆད་ནམས་གསན། རྒྱ་སྦྱོན་ཀམ་ཀུན་མཆིན་ལ་རུས་འཁོར་འཛིག་ཉིན་བཏབ་ལེ་དང་།

གཞན་དོན་བཟུངས་པར་མཛད་པ་ཡང་། བཟུང་བ་སྤྱི་དང་ཕྱི་ལག་སྤང་བཟུང་རྒྱུ་རྒྱུ་ཡིན་པ་། ཡང་སྤྲོས་གཏོར་ཆེན་གྱི་མཛད་ལུགས་ཀྱི་བཟུང་བ་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཉིད་སྤྱི་ཐམས་ཅད་ནས་སྤྲོས་ཀྱིས་ཀྱང་དང་ཞིང་ཆུས་པར་བཟུང་ན་ཅི་མ་ཅད་སྤྲོས་པའི་སྤྲོས་པས་མ་གྱི་སྤྱིར་སྤྲོས་པས་ཤིག་པར་བཟུངས་ཏེ། བཟུང་བ་རིན་པོ་ཆེ་གྱི་སྤྲོས་ཆེན་ཏེ་མ་ཆེ་ཉིད་ཀྱི་ཞལ་སྤྱོད་ཏེ་ཟུང་བ་ཞེ། ས་སྤྱི་བདག་ཆེན་དག་དཔལ་དཔལ་ཀྱང་དཔལ་བཟུང་ཡོད། ཡང་འཕྲོག་སྤྱིར་ཞལ་ཀྱང་ཡལ་ཡོད། ཟུན་ཆོག་སྤྱིར་དཔེ་སྤྱོད་འཕྲུང་གནས། གསར་སྤྲོས་སྤྱིར་གཏུང་བཟུང་མཆོད་བཅས། ཉམ་སྤྱི་པོ་སྤྱུལ་པའི་སྤྱི། གཏུང་སྤྱུལ་པའི་སྤྱི། རིན་པོ་ཆེ་དག་དཔལ་ཀྱང་བཟུང་བ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཡིན་པ་། དཔལ་པོ་སྤྱུལ་པའི་སྤྱི། བར་འཕྲོག་སྤྱུལ་པའི་སྤྱི། བར་ལ་མཁུང་སྤྱུལ་པའི་སྤྱི། པོན་ཏུང་སྤྱུལ་པའི་སྤྱི།

རྒྱུ་ལ་ཕེབས་པའི་སྐབས་སུ། རྒྱ་པོ་གཏུང་བརྒྱུད། ཆབ་མདོ་འཕགས་པ་ལྟ་བུའི་པ་རྒྱ་མཚོ། རྟེན་གཤེད་ལྷ་མ་རབ་འབྱམས་པ། མི་དབང་
བསོད་ནམས་སྟོབས་རྒྱལ། མདོ་མཁར་ཞབས་རྒྱུང་ཆེ་རིང་དབང་རྒྱལ་སོགས་མཁས་པའི་དབང་པོ་དེ་སྟེང་མཆིས་པ་རྣམས་ལ་སྐྱ་མདོ་ཀ་ཙན་དབྱངས་
གཞུམ། སྟན་རག་ཕྱེབ་སྦྱར། ཆིས་ཀྱི་ས་རིས། སྟིང་པོ་ལྷུང་ཀྱི་བཤད་པ། སྐམ་གཞུམ་རྣམ་པའི། སར་སྟན་འདུལ་བ་སོགས་གཞུང་
མང་པོ་ལྟ་བུ་པ་མཛད།

བཟུན་པ་ལྟན་རིང་ཏུ་གནས་སྟེང་ཆོས་པ་མཛད་པའང་སྐྱེ་འཕྲུལ་ཙུང་གསར་སྟིང་ལ་འབྲེལ་པ་དང་། སྟི་དོན། དཀྱིལ་འཁོར་སྟོན་བསྐྱངས་
ཀྱི་རྣམ་བཞག་ མདོ་དབང་སྟོར། རྒྱུང་དང་མན་རག་གི་སྟོར། ཆིས་གཞུང་། ཕྱེབ་སྦྱར། རྣམ་ཐར། འབེལ་གཏམ་ལེ་ཆན། སྟི་ནང་
གི་ཆོས་སྦྱང། ཆོ་གའི་སྟོར། སྟེང་རྒྱལ་ཀྱི་སྟོར་སོགས་མཐའ་ཡས་པ་ལོ་ཆེན་ཉིད་ཀྱི་བཀའ་འབུམ་ཀྱི་དཀར་ཆག་ཏུ་འཁོད་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ལྟར་འཆད་
ཆོས་ཀྱིས་གཞན་པན་རྣམ་དཀར་ཀྱི་བཞེད་དོན་འབྲུབ་པ་ལྟར། ཏུས་གཞུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟེང་གཞུགས་གཏེར་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་རིགས་
བདག་ཏུ་མི་འབྲལ་ཞིང་ཟབ་དོན་མན་རག་གི་བཏུད་ཆེ་རོམས་པ་མཛད་པར་གསལ་བས་སྐུགས་རྒྱུད་སྟོལ་ཏེ། གཞན་པན་འཕྲིན་ལས་རྒྱ་ཆེ་ལ་རྒྱན་མི་འཆད་
པར་དབག་བསམ་ཀྱི་ཤིང་དང་། ཏུམ་པ་བཟང་པོ་དང་། ཡིད་བཞིན་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་རིན་པོ་ཆེ་ལྟར་འབད་ཆོལ་མཛད་པར་སྟུན་གྱིས་གྲུབ་པས། རྒྱུབ་
བཟུན་སྟེང་དང་བྱེ་བྲག་སྐྱ་འཕྱར་རྟོ་རྟེ་ཐེག་པའི་བཟུན་པ་རིན་པོ་ཆེ་འགྲོ་བའི་མཆོད་སྦྱང་ཏུ་མི་ཏུབ་པའི་ཉི་མ་དང་། མི་འབྲིབ་པའི་རྒྱ་བ་ལྟར་འདོན་
སྦྱང་སྟེལ་གཞུམ་ཀྱི་མཛད་པ་རྒྱུ་པ་པོ་ཆེས་ཏུས་འདའ་བར་མཛད་དེ་དབྱང་གྲངས་རྒྱལ་ཙུ་རེ་གཞུམ་བཞེས་པ་རབ་བྱུང་བཅུ་གཉིས་པའི་མེ་བུ་(སྟེ་མ་
1717)ལོར་ཨོ་རོ་ད་རྒྱན་གར་བས་པོ་ད་ལ་དཔུང་འཇུག་གིས་སྟིང་ལྷགས་དཔོན་གནས་གཏོར་ཞིང་། པོ་ད་ཀྱི་གཞུགས་ཅན་སྐྱ་ཆེན་ཁ་ཤས་ཀྱི་སྐྱ་སྟོན་
འཕྲག་པ་སོགས་མི་སྟུན་སྐྱ་སྟོན་ཆེས་སྦྱང་ཀྱིས་ཁེལ་སྐུ་གསར་ཅན་ཀྱི་སྐྱ་འཕྱར་བཟུན་པའི་མིག་རྒྱ་མིན་སྟིང་ལོ་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་ཡང་སྟེང་ཆུང་ལོ་འབྲམ་ཏུ་
བསྟོར་ལ་རེས། པོ་ད་ཀྱང་སྟེང་འཆིར་མངའ་བཞེས་པའི་སྟེས་ཏུ་དམ་པ་འདིས་དམ་རན་གཏུག་པའི་ཁྲག་བག་རལ་ཀྱི་ལྷུབ་རེག་སྐྱ་ལ་མ་བཞེས་པར་.....
ཏུང་ཟད་སྐུགས་སྟོན་ཀྱི་རྒྱལ་ཏུ་བཞུགས་ནས་པོ་ད་སྐར་ཏེ་སྟིང་རྟེན་སྐུགས་ཀྱིས་དམ་ཕྱེད་རྒྱལ་ལ་སྟེངས་པ་ཕྱིར་བར་མཛད་དང་ཞིང་གཞན་ཏུ་གཤེགས་
ཞེས་སྟོན་པ་ལགས་སོ། །

བཟུན་པའི་སྟོན་ཐེས།

རིང་པ་ཚེགས་ཆེན་སྒྲུལ་པའི་སྒྲུ། རྣ་པོ་གཏུང་བརྒྱད། ཆབ་མདོ་འཕགས་པ་ལྟ་བུལ་བ་རྒྱ་མཚོ། རྩེ་དགའི་སྒྲུ་མ་རབ་འབྲམས་པ། མི་དབང་
 བསོད་ནམས་སྟོབས་རྒྱལ། མདོ་མཁར་ཞབས་རྒྱུང་ཆེ་རིང་དབང་རྒྱལ་སོགས་མཁས་པའི་དབང་པོ་རི་སྟེང་མཆིས་པ་རྣམས་ལ་སྒྲུ་མདོ་ཀ་ཙན་དབྱངས་
 གཞུམ། སྟན་ངག་ལྟེན་སྦྲུང་། ཆིས་ཀྱི་ས་རིས། སྟིང་པོའི་རྒྱད་ཀྱི་བཤད་པ། སྟོམ་གཞུམ་རྣམ་ངེས། སར་ཕྱིན་འདུལ་བ་སོགས་གཞུང་
 མང་པོའི་བཤད་པ་མཛད།

བཟན་པ་ཡུན་རིང་རྒྱ་གནས་ཕྱིར་ཆོས་པ་མཛད་པའང་སྒྲུ་འབྲུལ་ཙ་རྒྱད་གསར་སྟིང་ལ་འབྲེལ་པ་དང་། སྒྱི་དོན། དཀྱིལ་འཁོར་སྟོས་བསྐྱེད་
 ཀྱི་རྣམ་བཞག་མདོ་དབང་སྟོར། རྒྱད་དང་མན་ངག་གི་སྟོར། ཆིས་གཞུང་། ལྟེན་སྦྲུང་། རྣམ་ཐར། འབེལ་གཏམ་ལེ་ཆན། སྒྱི་མ་
 གི་ཆོས་སྟོར། ཆོ་གའི་སྟོར། སྟེང་ཚེགས་ཀྱི་སྟོར་སོགས་མཐའ་ཡས་པ་ལོ་ཆེན་ཉིད་ཀྱི་བཀའ་འབུམ་གྱི་དཀར་ཆག་རྒྱ་འཁོར་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ལྟར་འཇམ་
 ཆོས་ཀྱིས་གཞན་པན་རྣམ་དཀར་གྱི་བཞེད་དོན་འབྲུབ་པ་ལྟར། རྒྱས་གཞུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྱི་གཞུགས་གཏོར་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་རིམ་
 བདག་རྒྱ་མི་འབུལ་ཞིང་ཟབ་དོན་མན་ངག་གི་བརྒྱད་ཆེ་རོམས་པ་མེད་པར་གསོལ་བས་སྒྲུགས་རྒྱད་སྟོལ་ཏེ། གཞན་པན་འཕྱིན་ལས་རྒྱ་ཆེ་ལ་རྒྱན་མི་འཇམ་
 པར་དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་དང་། རུམ་པ་བཟང་པོ་དང་། ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ལྟར་འབད་ཆོལ་མེད་པར་རྒྱན་གྱིས་བྱུང་བས། རྒྱ་
 བཟན་སྒྱི་དང་བྱེ་བྲག་སྤུ་འབྲུར་དོ་རྩེ་ཐོག་པའི་བཟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་འགྲོ་བའི་མཚན་སྟོང་རྒྱ་མི་རུབ་པའི་ཉི་མ་དང་། མི་འབྲིབ་པའི་ལྷ་བ་ལྟར་འཇམ་
 སྟོང་སྟེལ་གཞུམ་གྱི་མཛད་པ་རྒྱ་བས་པོ་ཆེས་རྒྱས་འདའ་བར་མཛད་དེ་དབྱང་གངས་རྒྱལ་ཅུ་རེ་གཞུམ་བཞེས་པ་རབ་བྱུང་བཅུ་གཉིས་པའི་མེ་བྱེ་(སྒྱི་མ་
 1717)ལོར་ཨོ་རྩེ་རྒྱན་གར་བས་པོད་ལ་དབྱང་འཇུག་གིས་སྟིང་ལུགས་དཔོན་གནས་གཏོར་ཞིང་། པོད་ཀྱི་གཞུགས་ཅན་སྒྲུ་ཆེན་ཁ་ཤས་ཀྱི་སྒྲུ་མ་
 འཕྲོག་པ་སོགས་མི་སྒྲུན་སྒྲུ་མའི་ཆིངས་སྟོང་གིས་བེལ་སྐབས་གངས་ཅན་གྱི་སྤུ་འབྲུར་བཟན་པའི་མིག་རྒྱན་སྟོན་སྟོང་པོ་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་ཡང་སྟེང་རྒྱུ་རྒྱུ་མའི་འབྲུམ་
 བཞོང་ལ་ངེས། འོན་ཀྱང་སྒྱི་འཆིར་མངའ་བཞེས་པའི་སྒྱིས་བྱུ་དམ་པ་འདིས་དགྲ་ངན་གཏུག་པའི་ཁྲག་བག་རལ་གྱི་རི་རྒྱུབ་རེག་སྒྲུ་ལ་མ་བཞེས་པར་
 ཅུང་ཟད་སྒྲུགས་སྟོན་གྱི་རྒྱལ་རྒྱུ་བཞུགས་ནས་པོ་བ་སྤར་ཏེ་སྟིང་རྩེའི་སྒྲུགས་ཀྱིས་དགྲ་ལྟེ་རྒྱལ་ལ་སྟེངས་པ་ལྟར་བར་མཛད་དང་ཞིང་གཞན་རྒྱ་གཞུག་
 ཞེས་ཐོས་པ་ལགས་སོ། །

བཟན་པའི་སྟོན་ཐེས།

དཀར་ཆ་ག

ཞབས་དང་པོ།	ཚེ་འཕྲོ་བུ་པའི་རིམ་པ།	(1)
ཞབས་གཉིས་པ།	ཐ་སྟོད་ནམ་གངས་བསྟན་པ།	(3)
ཞབས་གསུམ་པ།	བསྟན་ཅིས་ནམ་གཞག་བཤད་པ།	(7)
ཞབས་བཞི་པ།	བྱེད་པ་དང་ཡུབ་པའི་ཅིས་འཕྲོ་བཤད་པ།	(12)
ཞབས་ལྔ་པ།	བྱེད་པའི་ཡན་ལག་ལྔ་བཤད་པ།	(15)
ཞབས་དྲུག་པ།	ཡུབ་པའི་ཡན་ལག་ལྔ་བཤད་པ།	(17)
ཞབས་བརྒྱུན་པ།	བྱེད་པའི་ལོ་འཕོ་དང་ལྔ་འཕོ་བཤད་པ།	(19)
ཞབས་བརྒྱད་པ།	སྐྱ་གཅན་གྱི་རིས་པ་བཤད་པ།	(20)
ཞབས་དབུ་པ།	ཉིན་ཞག་ལ་སྟོད་པའི་ཡུབ་མཐའི་གཟའ་ལྔ་བཤད་པ།	(21)
ཞབས་བརྒྱ་པ།	ཁྱིམ་ཅོས་ལ་སྟོད་པའི་ཡུབ་པའི་གཟའ་ལྔ་འཕྲོ་ཅོས་ཆོས་བཤད་པ།	(23)
ཞབས་བརྒྱ་གཅིག་པ།	མཇུག་རིང་འཆར་པའི་རིས་པ་བཤད་པ།	(25)
ཞབས་བརྒྱ་གཉིས་པ།	ཉི་ལྔ་ལྔ་གཅན་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ།	(26)
ཞབས་བརྒྱ་གསུམ་པ།	ས་དང་ཁྱིམ་གྱི་གོ་ལ་བཤད་པ།	(28)
ཞབས་བརྒྱ་བཞི་པ།	རྒྱ་པའི་འཕྲོ་ལོ་དང་བཅས་པའི་གཟེར་བཤད་པ།	(33)
ཞབས་བརྒྱ་ལྔ་པ།	རྒྱ་ལྔ་བཤད་པ།	(34)

སྐབས་བཅུ་དྲུག་པ།	གཟའ་ནམས་ཀྱི་ཡུལ་རྒྱུ་ལོ་གནས་རྒྱུ་ལོ་གནས་ཞིབ་བཤད་པ།	(37)
སྐབས་བཅུ་བརྒྱུ་པ།	ཞག་གཞུག་གི་དཀྱིལ་འཁོར་དང་ཡོངས་སྤྱོད་ནམ་པར་དབྱེ་བ་བཤད་པ།	(38)
སྐབས་བཅུ་བརྒྱད་པ།	རང་རང་གི་འཁོར་ཡོངས་སྤྱོད་པར་ངེས་པ་ལྟར་པའི་ཚུལ་བཤད་པ།	(46)
སྐབས་བཅུ་དགུ་པ།	སྤྱི་ཡོངས་ངེས་པ་སྤྱི་ཚུལ་བཤད་པ།	(49)
སྐབས་ཉི་ལྔ་པ།	རྒྱ་བ་ཡར་ལོག་བཤད་པ།	(49)
སྐབས་ཉེར་གཅིག་པ།	རེ་ལྷ་མིག་སྤེལ་བའི་ཁ་བྱང་བཤད་པ།	(49)
སྐབས་ཉེར་གཉིས་པ།	མཐུགས་ཅིས་ལ་བརྟེན་ནས་རྡོ་བྱ་སྤྱོད་དཀྱིལ་བཤད་པ།	(54)
སྐབས་ཉེར་གཞུག་པ།	ཅིས་འབྲས་རོ་ལོན་དང་བཅས་པ་བཤད་པ།	(63)

ཉིན་མར་བྱ་ཡིག་དཀར་ཆག

དང་པོ།	ལག་ཅིས་པར་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་བརྟན་ཅིས།	(129)
གཉིས་པ།	རྡོ་བྱ་དཀྱིལ་བ་ལ་མཁོ་བའི་ཤོག་ཁ།	(134)
གཞུག་པ།	འབྲས་ཅིས་རོ་ལོན་དང་བཅས་པ་ལས་འབྲས་པའི་ཤོག་ཁ།	(169)

རྒྱ་གར་སྐད་ཀྱི། ག་ཅི་ཏི་པ་དེ་ཤ་དི་བླ་ཏུ་ཀ་རྒྱ་པ་རྒྱ་ས་རྒྱ་མ། བོད་སྐད་ཀྱི། ཅིས་ཀྱི་མན་ངག་ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་སྐད་བ་ཞེས་བྱ་བ། ལྷ་
 མ་དང་རྩེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་གཉིས་སྒྲ་མེད་པ་ལ་གྲུས་པས་བྲག་འཆལ་ལོ། །གང་གི་གསུང་བེར་ཆ་ཅམ་ལྷངས་པས་ཀྱང་། །དཔག་ལས་
 ཉིད་གི་སྒྲན་པ་རབ་བསལ་ནས། །ཡང་དག་སྒྲོ་ཡི་སྐད་བ་རྒྱས་མཛད་པ། །གཏིར་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་ཞབས་ལ་འདུད། །མཆོག་ཏུ་མི་འགྱུར་
 བདེ་ཆེན་རྩི་རྩེའི་རུས། །སྤྱད་ཞིའི་འཁོར་ལོ་ཀྱན་འགྲོ་བྱུང་བདག་ཆེ། །གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་དཔལ་ལྷན་རུས་འཁོར་ལོ། །དད་བརྒྱའི་གཙུག་གི་
 པརྒྱས་ཏུ་མཆོད། །རྒྱལ་པོན་དགུ་བཅུ་ཅ་རྒྱལ་སྤྱི་པོ་ཡིས། །རབ་བརྟེན་གདོང་ལཱའི་བྱི་ལ་ཞབས་བཀོད་ནས། །གསང་ཆེན་རྩི་རྩེའི་
 རྒྱལ་འབྱོར་གསལ་མཛད་པ། །ཆོས་རྒྱལ་རིགས་ལྷན་ཆོགས་ལའང་བྲག་བཅུའོ། །རྣམ་དག་ཅིས་ཀྱི་བྱུང་མཐའ་སྟོན་པའི་གཞུང་། །སྤྱོད་དགུ་ཀྱན་
 ཀྱིས་བདེ་ལྷག་རྟོགས་པའི་ཆེད། །རྒྱད་འགྲེལ་ལུང་རིགས་སྒྲ་མའི་མན་ངག་ལ། །བརྟེན་ནས་ལེགས་བཤད་ཉིན་བྱེད་སྐད་བ་བཅམས། །གང་
 འདི་ཕྱི་ནང་ཁྱད་རུའི་བྱེད་པ་ལ། །ཞེན་པའི་མཁས་སྒྲོ་མ་རྣམས་ཀྱི་སྦྱོད་ལྷལ་མིན། །བརྟེན་ཞིང་རྟོགས་དཀའ་བྱུང་མཐའ་སྐར་ཅིས་གནད། །
 འདི་ཡིས་གསལ་བར་སྟོན་ཕྱིར་བཅམ་པར་རིགས། །སྟོན་འགྲོ་བྱུ་པའི་རིམ་པ་དང་། །མ་སྟོད་རྣམ་གྲངས་བསྟན་པ་དང་། །བསྟན་པའི་ཅིས་དང་ཅིས་
 འཕྲོ་དང་། །བྱེད་པ་བྱུང་པའི་ཡན་ལག་ལ། །ལོ་བདག་ལྷ་འཕྲོ་གཅན་དང་། །གཟའ་ལཱའི་ཉིན་ཞག་དལ་ལྷུང་ལས། །བྱིས་ཆོས་དེས་མཆོན་
 རུ་བ་དང་། །ཉི་ཟླར་སྒྲ་གཅན་འཇུག་པའི་རྒྱལ། །ས་དང་བྱིས་ཀྱི་གོ་ལ་དང་། །རུས་བཞི་རུས་སྦྱར་ལྷལ་རུས་སྤྱིག །ཞག་གསུམ་དཀྱིལ་འཁོར་
 ལོངས་སྦྱོད་དང་། །དེས་པ་སྦྱད་དང་སྦྱོ་བའི་རྒྱལ། །ཞར་བྱང་ཡར་ལོག་དེས་པ་དང་། །རེའུ་མིག་སྤེལ་བའི་ཁ་བྱང་དང་། །རྩི་སྦྱར་དགྲལ་
 ཅིས་འབས་ཀྱི། །གནད་རྣམས་ལེགས་བརྒྱས་གོ་བདེ་བར། །དོན་གཉེར་རྣམས་ལ་བཤད་ཀྱི་ཉིན། །༥ སྟོན་འགྲོ་བྱུ་པའི་རིམ་པ་ནི། །
 འདི་བཤད་སྟོན་པ་གཡས་ནས་བཅམ། །བསྐྱར་བཤོད་འཕྱིད་པ་གཡོན་ནས་ལོ། །སྐྱར་བྱེད་མཐའི་ཐིག་གལ་མཐར་དཤོད། །བཤོད་བྱེད་ཐིག་
 ལེས་མ་མཐའ་བཀག །སྐྱར་བྱེད་སྟོངས་ན་བསྐྱར་བྱ་དཔྱི། །བཤོད་བྱེད་སྟོངས་ན་བཤོ་བྱ་མེད། །བསྐྱར་བཤོད་བར་སྟོངས་ཐིག་ལེས་འཛིན། །
 བསྐྱར་བྱེད་འོག་ཏུ་སྐྱར་བྱེད་ཀྱི། །མ་མ་བཞག་ནས་རིམ་བཞིན་བསྐྱར། །རྒྱད་བཤོད་རི་ཅམ་ཐོབ་པ་བྱིར། །སྤྱགས་བཤོད་འོག་མའི་ཆེད་དང་

རྒྱུར། །གཉིས་ལ་སྐྱེས་པས་བརྒྱུར་བ་ན། །རྒྱུར་བྱེད་གངས་ལྷ་བརྒྱུར་བྱ་འཕེལ། །གཅིག་གིས་བརྒྱུར་ལ་འཕེལ་འགྲིབ་མེད། །བཞོན་པའི་
 རོན་ནི་བཞོན་བྱ་དེ། །བཞོན་བྱེད་གངས་ལྷ་རྒྱུད་པ་ཡིན། །རྟེན་གཅིག་གཅིག་དགུ་དགུ་རང་ཡིན། །དགུ་གཉིས་གཉིས་དགུ་བཙོ་བརྒྱད་ལ། །
 དགུ་གསུམ་གསུམ་དགུ་ཉི་ཤུ་བརྒྱན། །དགུ་བཞི་བཞི་དགུ་གསུམ་ཅུ་ལྷག །དགུ་ལྷ་ལྷ་དགུ་བཞི་བརྒྱ་ལ། །དགུ་ལྷག་ལྷག་དགུ་ལྷ་བརྒྱ་བཞི། །
 དགུ་བརྒྱན་བརྒྱན་དགུ་ལྷག་ཅུ་གསུམ། །དགུ་བརྒྱད་བརྒྱད་དགུ་བརྒྱན་ཅུ་གཉིས། །དགུ་དགུ་བརྒྱད་ཅུ་གཅིག་གོ །བརྒྱད་གཅིག་གཅིག་
 བརྒྱད་བརྒྱད་རང་ཡིན། །བརྒྱད་གཉིས་གཉིས་བརྒྱད་བརྒྱ་ལྷག་རྟེ། །བརྒྱད་གསུམ་གསུམ་བརྒྱད་ཉི་ཤུ་བཞི། །བརྒྱད་བཞི་བཞི་བརྒྱད་གསུམ་ཅུ་
 གཉིས། །བརྒྱད་ལྷ་ལྷ་བརྒྱད་བཞི་ཅུ་ཐམ། །བརྒྱད་ལྷག་ལྷག་བརྒྱད་བཞི་བརྒྱ་བརྒྱད། །བརྒྱད་བརྒྱན་བརྒྱན་བརྒྱད་ལྷ་བརྒྱ་ལྷག །བརྒྱད་
 བརྒྱད་ལྷག་ཅུ་རེ་བཞི་འོ། །བརྒྱན་གཅིག་གཅིག་བརྒྱན་བརྒྱན་རང་ཡིན། །བརྒྱན་གཉིས་གཉིས་བརྒྱན་བརྒྱ་བཞི་ལ། །བརྒྱན་གསུམ་གསུམ་
 བརྒྱན་ཉི་ཤུ་གཅིག །བརྒྱན་བཞི་བཞི་བརྒྱན་ཉི་ཤུ་བརྒྱད། །བརྒྱན་ལྷ་ལྷ་བརྒྱན་གསུམ་ཅུ་ལ། །བརྒྱན་ལྷག་ལྷག་བརྒྱན་བཞི་བརྒྱ་གཉིས། །
 བརྒྱན་བརྒྱན་བཞི་བརྒྱ་ཞེ་དགུ་འོ། །ལྷག་གཅིག་གཅིག་ལྷག་ལྷག་རང་ཡིན། །ལྷག་གཉིས་གཉིས་ལྷག་བརྒྱ་གཉིས་ལ། །ལྷག་གསུམ་གསུམ་ལྷག་
 བཙོ་བརྒྱད་དོ། །ལྷག་བཞི་བཞི་ལྷག་ཉི་ཤུ་བཞི། །ལྷག་ལྷ་ལྷ་ལྷག་གསུམ་ཅུ་ཐམ། །ལྷག་ལྷག་གསུམ་ཅུ་སྐྱེ་ལྷག་གོ །ལྷ་གཅིག་གཅིག་ལྷ་ལྷ་རང་
 ཡིན། །ལྷ་གཉིས་གཉིས་ལྷ་བརྒྱ་ཐམ་པ། །ལྷ་གསུམ་གསུམ་ལྷ་བཙོ་ལྷ་རྟེ། །ལྷ་བཞི་བཞི་ལྷ་ཉི་ཤུ་ཐམ། །ལྷ་ལྷ་ཉི་ཤུ་ཅ་ལྷ་འོ། །བཞི་གཅིག་
 གཅིག་བཞི་བཞི་རང་ཡིན། །བཞི་གཉིས་གཉིས་བཞི་བརྒྱད་ཡིན་ནོ། །བཞི་གསུམ་གསུམ་བཞི་བརྒྱ་གཉིས་ལ། །བཞི་བཞི་དག་ནི་བརྒྱ་ལྷག་གོ །
 གསུམ་གཅིག་གཅིག་གསུམ་གསུམ་རང་ཡིན། །གསུམ་གཉིས་གཉིས་གསུམ་ལྷག་ཏུ་འགྱུར། །གསུམ་གསུམ་ལ་ནི་དགུ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་གཅིག་
 གཅིག་གཉིས་གཉིས་རང་ཡིན། །གཉིས་གཉིས་བཞི་ཅུ་ཤེས་པར་བྱ། །གཅིག་གཅིག་གཅིག་ཉིད་ཐིག་ལེ་སྟོང་། །གཅིག་བརྒྱ་སྟོང་ཁྲི་འབུམ་
 དང་། །ས་ལ་བྱེ་བ་རྒྱུར་ཏེ། །དགུ་པོ་རྒྱུར་པའི་གངས་ལྷ་བརྒྱད། །ཐེང་འབུམ་ཁྲག་ཁྲིག་རབ་བཟུང་དང་། །གཏམས་དཀྱིགས་མི་འཁྲུགས་
 ཁྲད་འཕྱིན་དང་། །སྤང་རྟེན་དེད་འདྲེན་མཐའ་སྤང་དང་། །རྒྱ་རིག་འོད་མཛེས་དབང་པོ་དང་། །ལེགས་ཕྱིན་རྟོགས་འགྲོ་འཕྱིན་རྒྱལ་དང་། །
 རྒྱ་རྟགས་སྟོབས་འཁོར་བརྟེན་ཤེས་དང་། །རྣམ་བྱུང་སྟོབས་མིག་བྱམས་སྟིང་དགའ། །བཏང་སྟོམས་རྣམས་ཉི་ཆེན་པོར་བཅས། །ལྷ་བརྒྱ་ཁྲག་པའི་
 གངས་ཡིན་ཏེ། །གངས་མེད་པ་ནི་ཐ་མ་འོ། །ཞོང་ནས་ཞོང་ཏུ་བརྒྱ་འགྱུར་བཞེ། །རྟེན་གསུམ་ནི་ཁྲག་པ་ལྷག་ལ་སྤང་། །རྒྱ་སྤང་ལྷག་ཅུ་ལ་རྒྱ་
 ཆོད། །རྒྱ་ཆོད་ལྷག་ཅུ་ཉིན་ཞག་གཅིག །འབྲུང་རྟེན་ལྷག་ལྷ་ཆོད་ཡིན། །ཁྲིམ་ཆོས་ཞག་ལྷ་ཉིན་ཞག་དང་། །བརྒྱན་ནས་བཙོ་བར་བྱ་
 དགོས་ཕྱིར། །རྒྱུར་བཞོན་དེ་དང་མཐུན་པར་མཛད། །རྒྱ་སྤང་དྲུག་ཀྱང་བཅས་ལ། །རྒྱ་ཆོད་གཅིག་ཏུ་མཛད་པ་ནི། །རྟེན་པའི་ཆོས་སྐྱེས་

གནས་སྐབས་འགར། །དཀོངས་ནས་གསུངས་ཀྱི་གཞན་ཏུ་མིན། །རྒྱ་སྐར་ཉི་ཤུ་ཙུ་བརྟན་གྱི། །སྐར་ཁོངས་རེ་རེ་ལོ་སྤྱོད་ལ། །འཇུག་ཏུ་རྩལ་པའི་ཆུ་ཚོད་དེ། །ལུས་ཀྱི་དབང་ཏུ་བྱས་པ་ཡིན། །དེ་རེ་ལོ་ཚུན་ལ་དཔག་ཚད་གྲངས། །ཉིས་བརྒྱ་སྤྱི་གཅིག་ལྷག་དང་བཅས། །དེ་ལས་སྤྱི་མ་ཆུ་ཚོད་དངོས། །ཕྱི་མ་བཏགས་མིན་ཆུ་ཚོད་ཡིན། །དེ་ལྷན་གྲངས་དང་རིམ་ལ། །འཇུག་པའི་ཡན་ལག་བཤད་པ་སྟེ། །བྱིས་པ་རྒྱལ་སྤྱི་དོན་ཏུ་འོ། །ཆིས་ཀྱི་མཁ་རག་ཉིན་བྱིད་སྐར་བ་ལས། །སྤྱོད་འཁྱུ་བྱ་བའི་རིམ་པ་བཤད་པའི་སྐབས་ཉི་དང་པོ་འོ། །

མ་སྟད་རྒྱལ་གྲངས་བཅུན་པ་ལས། །ཐོག་མར་གྲངས་ཀྱི་བརྒྱ་ཆད་བཤད། །རང་བཞིན་གསུགས་དང་བསེ་ཏུ་དང་། །རྒྱ་བ་རི་པོར་ཅན་རྒྱལ་སྤྱི་གཅིག་ལག་མིག་བྱུང་དང་བཤད་པ་དང་། །འབྲིག་སྒྱུར་གཤིན་རྒྱུ་མཆོ་མ་གཉིས། །འཇིག་རྟེན་ཏུས་དང་ཡོན་ཏན་དང་། །མེ་དང་ཆེ་མོ་ཅན་རྒྱལ་སྤྱི་གཅིག་ལ། །རྒྱ་མཆོ་ཆུ་གཏོར་ཆུ་པོ་ཏུས། །རིག་བྱེད་སྟེ་པ་བྱུང་ལྡན་བཞི། །མདའ་དབང་བྱུང་སྟེ་འབྱུང་བ་ལ། །རྩ་དང་སྟོ་བ་ཏུས་མཆོམས་ཏུ་གྱུ། །གཟའ་སྤྱིར་བྱུང་པ་རྩ་དྲུག་བརྟན། །རྒྱ་རྒྱལ་ལག་འཁྱུ་གདེངས་ཀ་ཅན། །ཐོར་ལྷ་ཐོར་དང་དབྱིག་རྒྱལ་སྤྱི་གཅིག་ལ། །ཅ་ཏུག་གཟའ་གཏོར་སྟེན་སྟེ་དཔྱུ། །རྒྱལ་སྤྱི་དང་རྒྱ་རྒྱལ་བརྒྱ་ལི་མིང་། །འཇུག་པོ་དབང་ཏུག་བདེ་བྱེད་དང་། །བདེ་འབྱུང་འཕྲིག་བྱེད་བརྒྱ་གཅིག་ལ། །ཉིན་བྱེད་ཉི་མ་བྱིས་བརྒྱ་གཉིས། །ལུས་མེད་དང་ནི་འདོད་པ་དང་། །རྒྱལ་བྱེད་རྒྱ་ཆོགས་བརྒྱ་གསུམ་མོ། །མ་ཏུ་ཤེད་ཏུ་ཡིད་སྤྱིང་པ། །སྤྱིང་པའི་གནས་རྒྱལ་སྤྱི་གཅིག་ལ། །ཆོས་ཞེས་བྱ་བ་བཅོ་ལྷའི་མིང་། །ཆ་ཤས་དང་ནི་རྒྱལ་པོ་དང་། །མི་བདག་ཅེས་པ་བརྒྱ་ཏུག་ལ། །ཉིས་པ་སྟེན་ནི་བཅོ་བརྒྱད་དོ། །རྒྱལ་བ་ཞེས་པ་ཉི་མ་བཞི་འོ། །ཉི་མ་ལྷ་ལ་ནི་དེ་ཉིད་དོ། །སྐར་མ་འཁོར་ལོ་ཉི་མ་བརྟན་མིང་། །སྤྱི་དང་གཉིས་སྟེན་སྟེན་མ་ཏུ་གཉིས། །གྲངས་ཀྱི་མིང་གི་རྒྱལ་གྲངས་ལོ། །དེ་ནས་ལོ་ལོ་མ་སྟད་བཤད། །བྱིས་རྒྱ་བརྒྱ་གཉིས་བཤད་གཉིས་དང་། །ཉི་མས་རྒྱ་སྐར་འཁོར་བ་དང་། །ཏུས་བཞི་རི་འཁོར་ལོ་རྒྱལ་སྤྱི་ལ། །སྤྱི་གཅིག་ཅེས་པའི་མ་སྟད་བཏགས། །སྤྱི་ལོ་ཐོག་མར་རབ་བྱུང་ཞེས། །རིག་བྱེད་ལུགས་ལས་བཤད་པ་བཞིན། །སྟོད་འབྲེལ་ལས་བྱུང་འདི་སྟད་ཏུ། །རབ་བྱུང་རྒྱལ་བྱུང་དཀར་པོ་དང་། །རབ་བྱུང་སྟེ་བདག་ལཱ་རི་ར། །དཔལ་གདོང་དངོས་པོ་ཆོད་ལྡན། །འཇིག་བྱེད་དབང་ཏུག་འབྱུང་མང་པོ། །རྒྱལ་ལྡན་རྒྱལ་གཞོན་ལྷ་མཆོག་དང་། །རྒྱ་ཆོགས་ཉི་མ་ཉི་ལྷལ་བྱེད། །སྤྱི་རྒྱུང་མི་ཟད་ཐམས་ཅད་འཇུག། །ཀུན་འཇིག་འགལ་བ་རྒྱལ་འབྱུང་དང་། །པོར་བྱུང་གཤམ་བ་རྒྱལ་རྒྱལ་ཉིད། །རྒྱལ་བ་སྟེན་བྱེད་གདོང་རན་དང་། །གསེར་འབྱུང་རྒྱལ་འབྱུང་རྒྱུར་བྱེད་དང་། །ཀུན་ལྡན་འཕར་བ་དག་བྱེད་དང་། །མཛེས་བྱེད་ཁོ་མོ་རྒྱ་ཆོགས་དབྱིག་ལ། །ཐིམ་གཞོན་སྟེན་སྟེན་སྟེན་དང་། །ཞི་བ་སྟེན་མོང་འགལ་བྱེད་དང་། །ཡོངས་འཇིག་བག་ཡོད་ཀུན་དགའ་དང་། །སྟེན་སྟེན་མེད་དམར་མེར་ཅན། །ཏུས་ཀྱི་སྟེན་ཉི་དོན་གྱུ་ཏུག་ལ། །སྟོང་ན་རྩ་ཆོད་ཁྲག་སྟེན་པ། །མིག་དམར་ཁོ་མོ་ཟད་པའོ། །རྒྱ་ནག་འབྱུང་ཀྱི་ཆིས་གཞུང་ལས། །བྱི་བ་ལོ་སྤྱོད་སྤྱི་གཅིག་

བོ། །དབང་ཐང་ཁམས་ལཱ་འི་རིམ་པ་དང་། །དབང་ཐང་ཁམས་རེར་མོ་དང་མོར། །མེ་ཉི་ཐུར་བས་རྒྱག་ཅུ་འབྱུང་། །སྟོང་འབྲེལ་ལྷགས་ཀྱི་
 རབ་བྱུང་དང་། །རྒྱ་ཅིས་པ་ཡི་མེ་མོ་ཡོས། །དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཏེ། །ཉལ་རྣམས་རིམ་པར་དེད་དེ་ཐུར། ༥ །དེ་ནས་ཟླ་བའི་མ་
 ཉམས་བཤད། །ཟླ་བའི་དཀར་ཆ་འཕེལ་དང་འགྲིལ། །བཙུ་ལྷ་རེ་ཉི་ཞག་གུམ་ཅུར། །ཡངས་ཆེ་ཟླ་བའི་མ་ཉམས་བཤད། །ཡེ་རེ་ཟླ་བ་བཅུ་
 གཉིས་ལས། །ཟླ་བ་གང་དང་དེའི་ངོ་གཉིས། །གང་དང་གང་ལས་ཡོ་ཡི་འགོ། །འཛིན་པའི་འདོད་གཞུང་ལྷགས་མང་ཡང་། །སྐར་ཅིས་
 ལྷགས་འདིར་གཟུང་རྣམས་ཀྱི། །རྒྱ་ཡངས་མོག་མར་ལྷག་ཁྱིམ་ནས། །སྟོང་པའི་ཐུར་དང་འཇིག་རྟེན་ཏུ། །ཟླ་བ་སྟེན་མ་ཐག་པ་ནས། །
 དཀར་ཆ་དང་པོར་འཕེལ་བའི་ཐུར། །ཡར་ངོ་སྟོན་འཕྱེད་ནས་ཟླ་ནས། །ཡོ་འགོ་འཛིན་པ་གཙུ་པོར་བཞེད། །དེས་ན་དཔྱད་འབྲིང་ནས་ཟླ་
 དང་། །སྟོ་བསྟེན་ཟླ་བ་རེ་རེ་བཞིན། །རྒྱ་ཅིས་རྟེན་འབྲེལ་རྟོར་དང་པོད། །འཕགས་ལུ་ཁྱིམ་ཟླ་འི་རེས་པ་ཉི། །མ་ཉམས་རྒྱག་རྒྱག་སྟོ་ནས་
 འཆད། ༥ །རྒྱ་ནག་སྐད་ཏུ་མ་ཡོལ་ཞེས། །རྒྱ་ཟླ་དབྱར་འབྲིང་མིང་གཟུགས་ཟླ། །གསན་ཡོལ་རྟོར་ཟླ་གཟུམ་པ་ཉི། །དཔྱད་ཟླ་འབྲིང་པོ་
 ལེགས་སྟུར་སྐད། །ཅི་ཉི་ནག་པ་ལྷག་གི་ཁྱིམ། ༥ །རྒྱ་ནག་སྐད་ཏུ་ཡང་ཡོལ་ཞེས། །ལྷག་ཟླ་དབྱར་མ་སྟེ་མཆེད་ཟླ། །གསོ་ཡོལ་རྟོར་ཟླ་བཞི་པ་
 ཉི། །དཔྱད་ཟླ་མ་ཅུང་པེ་ཐུ་ཁར། །འཕྱོད་པ་ས་གཟུང་གི་ཁྱིམ། ༥ །རྒྱ་ནག་སྐད་ཏུ་ཏུ་ཏུ་ཡོལ། །སྟེལ་ཟླ་སྟོན་ར་རེག་པའི་ཟླ། །ལུ་ཡོལ་
 རྟོར་ཟླ་ལྷ་པ་ཉི། །དབྱར་ཟླ་ར་བ་ཅོལ་ཞེས། །སྟོན་ཀྱི་ཟླ་བ་འབྲིག་པའི་ཁྱིམ། ༥ །རྒྱ་ནག་སྐད་ཏུ་ཀྱི་ཡོལ་ཞེས། །བྱ་ཟླ་སྟོན་འབྲིང་ཆར་པའི་
 ཟླ། །སྟེལ་ཡོལ་རྟོར་ཟླ་རྒྱག་པ་ཉི། །དབྱར་ཟླ་འབྲིང་པོ་ལྷ་ཏུ་ཟླར། །འཕྱོད་པ་ཅུ་སྟོང་གཞུང་ཁྱིམ། ༥ །རྒྱ་ནག་སྐད་ཏུ་གཏུ་ཡོལ། །ཁྱི་ཟླ་སྟོན་
 མ་མེད་པའི་ཟླ། །ཆོ་ཡོལ་རྟོར་ཟླ་བཅུན་པ་ཉི། །དབྱར་ཟླ་མ་ཅུང་ཐུ་མ་ཏར། །འཕྱོད་པ་ལྷོ་བཞིན་ལོང་གེའི་ཁྱིམ། ༥ །རྒྱ་ནག་སྐད་ཏུ་རྒྱའི་
 ཡོལ་ཞེས། །ཕག་ཟླ་དབྱན་ར་ལེན་པའི་ཟླ། །ཐུ་ཡོལ་རྟོར་ཟླ་བཅུད་པ་ཉི། །སྟོན་ར་རྒྱ་བ་ད་ཞེས། །འཕྱོད་པ་ལུམས་ཟླ་བུ་མོའི་ཁྱིམ། ༥ །
 རྒྱ་ནག་སྐད་ཏུ་ལུམས་ཡོལ་ཞེས། །ཀྱི་བ་དབྱན་འབྲིང་མིང་པའི་ཟླ། །སྟེལ་ཡོལ་རྟོར་ཟླ་དབྱུ་པ་ཉི། །སྟོན་ཟླ་འབྲིང་པོ་ལྷ་སྟེ་ནས། །འཕྱོད་པ་
 དབྱུག་ཟླ་མང་གི་ཁྱིམ། ༥ །རྒྱ་ནག་སྐད་ཏུ་ལུམས་ཡོལ་ཞེས། །མང་ཟླ་དབྱན་ཟླ་སྟེ་པའི་ཟླ། །མིང་ཡོལ་རྟོར་ཟླ་བཅུ་པ་ཉི། །སྟོན་ཟླ་མ་ཅུང་ལྷ་རྟི་
 ཀར། །འཕྱོད་པ་སྟོན་རྒྱག་མིག་པའི་ཁྱིམ། ༥ །རྒྱ་ནག་སྐད་ཏུ་ལུམས་ཡོལ། །ཉལ་ཟླ་དཔྱད་ར་མ་མིའི་ཟླ། །དཔྱད་ཡོལ་རྟོར་ཟླ་བཅུ་གཅིག་པ། །
 དབྱན་ར་ཐུག་མིའི་ཞེས། །འཕྱོད་པ་མགོ་ཟླ་གཞུ་ཡི་ཁྱིམ། ༥ །རྒྱ་ནག་སྐད་ཏུ་ལུམས་ཡོལ་ཞེས། །ཡོས་ཟླ་དཔྱད་འབྲིང་མ་རིག་ཟླ། །མི་དཔྱི་
 ཡོལ་ཞེས་བཅུ་གཉིས་པ། །དབྱན་ཟླ་འབྲིང་པོ་ཅུ་ཏུ། །འཕྱོད་པ་ལུམས་ཟླ་ཆ་མིག་ཁྱིམ། ༥ །རྒྱ་ནག་སྐད་ཏུ་ལུམས་ཡོལ་ཞེས། །འབྲུག་ཟླ་དཔྱད་
 ཟླ་འབྱུང་ཟླ། །ཀྱི་ཡོལ་རྟོར་ཟླ་དང་པོ་ཉི། །དབྱན་ཟླ་མ་ཅུང་ཐུ་སྟེ་ཞེས། །འཕྱོད་པ་མཆུ་ཟླ་བུམ་པའི་ཁྱིམ། །རྒྱ་ནག་སྐད་ཏུ་ལུམས་

ཞེས། །སྤྱལ་ཆེ་དབྱར་ར་ནམ་ཤེས་ཆེ། །དབྱི་ཡལ་རྩར་ཆེ་གཉིས་པ་ཉི། །དབྱིད་ཆེ་ར་པ་སྤྱུ་རྒྱར། །འཕྲོད་པ་དཔོ་ཆེ་ཉི་ཁྱིམ་མོ། ༥ །
 གཞན་ཡང་བྱིམ་ཆེ་བཅུ་གཉིས་མིང་། །གདན་བཞི་རྩོ་ཆེ་མཁའ་འགྲོ་ལས། །གསུངས་པ་རྒྱལ་ཆེ་ནས་བཅམས་ཏི། །དེ་བཞིན་རྩ་བ་རི་ཁ་རྩ། །
 གུམ་ཨ་ཀ་ར་ཏ་དང་། །རྒྱ་མི་གི་རྩི་རི་ག །རྩེ་ཀྱུ་ཡི་དང་སྤྱད་དང་། །ཀ་མ་ཏ་དབང་བཅུ་དང་གཉིས། །ཞེས་གསུངས་བསྐྱར་ན་འཕེལ་བ་
 དང་། །གཏི་ཐུག་བཟང་པོ་རྩུ་མཆོག་མོ། །ཅུས་ཐལ་ཆུ་ཐིན་ཕྱགས་ས་མོ། །སྤྱོད་པ་འབྱུགས་པ་འཕྲོ་བ་དང་། །མི་ལམ་ས་ཡི་དབང་ཐུག་མོ། ༥ །
 དེ་ནས་ཆོས་ཀྱི་ཐ་སྙད་ནི། །དགའ་བ་བཟང་པོ་རྒྱལ་བ་དང་། །རྩོད་པ་རྩོགས་པ་ནམ་པ་ལ། །ཆེ་བ་རེ་བཞིན་ལན་རྒྱུ་འཁོར། ༥ །གཟའ་ཡི་
 ཐ་སྙད་འདི་ཉི་ཉི། །ཉི་ཆེ་དམར་ཉུག་ཕྱར་སངས་ཐེན། །རེས་ལ་འཆར་བའི་གཟའ་བཏུན་ཡིན། །སྤྱོད་གཅན་ཅུས་མེ་མཆུག་རིང་གསུམ། །
 བསྐྱན་པས་གཟའ་ནི་བཅུ་ཅ་གསལ། ༥ །གཟའ་ཡི་མིང་གི་ནམ་གངས་ནི། །ནམས་སོ་སྤྱོད་དང་ཆ་ཟེར་ཅན། །པརྒྱའི་གཉེན་དང་ཀྱུ་སྤྱད་དག།
 རྩ་བཏུན་རྩ་ལྡང་མི་སྤྱིན་སྤྱོད། །ནམ་མཁའི་རྩོར་བྱ་འོད་རྩོད་ལན། །ཉིན་བྱེད་ཉིན་མོའི་དབང་ཐུག་དང་། །འོད་ལན་ནམས་ནི་ཉི་
 མའི་མིང་། །མཆོན་མོའི་མགོན་པོ་རྒྱ་སྐར་བདག །བསལ་ཟེར་ཅན་དང་ཀྱུ་སྤྱད་གཉེན། །པརྒྱའི་དགུ་དང་རི་པོར་འཛིན། །འོད་
 དཀར་ཅན་སོགས་ཆེ་བའི་མིང་། །བཀྲ་ཤིས་ས་སྤྱོད་ས་ཡི་བྱ། །དམར་པོ་དང་ནི་ལྷས་དམར་དང་། །མཆོ་སྤྱོད་གཞོན་ཅུ་ས་ཉི་བྱ། །
 ཡན་ལག་དམར་ནམས་མིག་དམར་མིང་། །ཆེ་སྤྱོད་ཆེ་ཐུས་ཆེ་བའི་བྱ། །རྩ་མཆོམས་སྤྱོད་དང་རྩ་སངས་ནམས། །རྩག་པའི་མིང་གི་
 རམ་གངས་སོ། །ཆེ་མ་སྤྱོད་མཁའ་འཆོ་བྱེད་དང་། །རྩ་ཡི་ཆེ་མ་སྤྱོད་མཁའ་དང་། །ཆོ་ལན་ནམས་ནི་ཕྱར་བྱའི་མིང་། །སྤྱིན་བྱེད་
 རྩ་བ་ནམས་སོ་སྤྱོད། །རྩ་མིན་ཆེ་མ་སྤྱོད་དག་མཁའ་དྲུག་། །དཀར་པོ་ནམས་ནི་པ་སངས་མིང་། །དལ་འགྲོ་ཉི་སྤྱོད་ཉི་མའི་བྱ། །ཞི་
 འགྲོ་གཤིན་རྩེའི་བ་དན་ནམས། །སྤྱོད་པའི་མིང་གི་ནམ་གངས་སོ། །སྐབས་གསུམ་འཇིགས་བྱེད་ཉི་ཆེ་གཟའ། །ཤིང་གསུམ་ནམ་རྒྱལ་
 མིག་སྤྱོད་མཛོག་། །དག་པོའི་གཞུགས་ཅན་བཏུད་ཅི་བ། །ནག་པ་སྤྱོད་ནམས་སྤྱོད་གཅན་མིང་། །མཆུག་མར་མེ་དང་ཅུས་མེ་ཟེར། །
 ཀེ་ཏུ་ཏུ་བ་མཆུག་མོད་དང་། །སྤྱོད་ཅན་ནམས་མཆུག་རིང་མིང་། ༥ །དེ་ནས་སྐར་མའི་ཐ་སྙད་ནི། །ཐ་སྐར་བ་ཉི་མིན་རྒྱུག་དང་། །
 རྩར་མ་མགོ་ལག་ནམས་སོ་རྒྱལ། །སྐག་མཆོ་བྱེད་པོ་མེ་བཞི་ནག །ས་རི་ས་ག་རྩ་མཆོམས་སྤྱོད། །རྩུབས་དང་རྩ་རྩོད་རྩ་སྤྱད་དང་། །ཐོ་བཞིན་
 མོན་རྩོ་མོན་གྱ་དང་། །སྤྱམས་རྩོད་སྤྱམས་སྤྱད་ནམ་གྱེ། །རྒྱ་སྐར་ཉི་བྱ་ཅ་བཏུན་ཡིན། །བྱི་བཞིན་ཞེས་པ་ཐོ་བཞིན་མཐར། །སྤྱར་ན་ཉི་བྱ་
 ཅ་བཅུད་འབྱུང་། །ཕྱལ་སྤྱོད་ལ་ཡའི་ཐ་སྙད་ལ། །ཐ་སྐར་ལ་ནི་དབྱུག་པ་དང་། །མིན་རྒྱུག་ལ་ནི་སྤྱན་རྒྱུག་དང་། །རྩར་མར་མི་རྩོ་མགོར་
 རྩལ་པོ། །ནམས་སོར་རྒྱལ་རྩོད་རྒྱལ་རྒྱལ་སྤྱད། །སྐག་མ་མཆོ་ལ་རྩ་ཆེན་དང་། །ཤེ་ལ་རྩ་རྩུང་དཔོ་ལ་བྱ། །བྱ་མ་མེ་བཞི་བྱུ་ནག་པ། །

6