

པའི་ཤིང་།		ཨོཾ རྩོམ་པ་ཆེན་པོ་སྡེ་གསུམ་ལས་ཨོཾ མདོ་བྱུང་རབ་ཏུ་གསལ་བ་བཞུགས་སོཾ རྩོམ་སྡེ་གསུམ་།			7

ཨོཾ

གཏོང་མཛོད་རྒྱལ་མཚན་སྡེ་གསུམ་མཚན་གྱི་

ཨོཾ་ བཅའ་ཚུལ་ཏུ་ བ་མོ་གུ་རུཾ་ ཚོས་།
པའི་སྐྱེཾ་ འཇིག་རྟེན་གུན་ཏུ་གྲགས་ཤིང་མི་སློབ་ཟུང་འཇུག་མངོན་གྱུར་
ཀཾ་ རྗེ་བཙུན་ཚེན་པོ་བཀའ་རྒྱུ་ཅན་གྱི་བདག་ཉིད་དེ་ལ་རྟག་ཏུ་གུས་
སེམས་བསྐྱེད་དེ་ སིལ་འི་རྒྱ་མཚོའི་གླིང་ཉིད་དུ་ རོ་མཚར་བརྟེན་



དབྱིངས་གྲོང་ནས་སྤང་བཞི་མཐར་ཕྱིན་སྐྱེ་ལྡོ་ཡོངས་རྗེ་གས་ཡོན་ཏན་རྒྱས་
སྐྱོ་སིང་ཾ་ གུན་གྱི་སྐྱིད་པ་ལ་ཚེན་པོར་གྱུར་པ་སྤྲུལ་དཔལ་ཚེན་ཏེ་རུ་
སྐྱུ་འཚལ་ཾ་ ཨོ་རྒྱན་པརྟེན་བདག་ཉིད་གྱིས་ཾ་ འགྲོ་དོན་བྱེད་པར་
སྤྲོད་དུ་འོང་ཾ་ རྒྱལ་བ་གུན་གྱིས་རབ་ཏུ་གནས་ཾ་ ཨོ་རྒྱན་རྒྱ་གར་

། ཐོགས་མའི་གཞི་ལ་མངོན་པར་བྱུང་རྒྱལ་པ། །དང་པོའི་སངས་རྒྱས་གུན་བཟང་གདོད་མའི་མགོན། །



ཨོཾ ལ་སོགས་པའི། མཁས་གྲུབ་བརྒྱ་དང་ཚུ་བརྒྱད་བསྟེན། སྟེ་སྟོན་གསུམ་དང་བྱུང་པར་བཞིའི། དགོངས་སྟོན་མ་ལུས་ལོན་པར་བྱས།
 མན་ངག་བཅུད་གྱི་སྒྲིང་པོར་དྲིལ། ལྷ་བ་དགོངས་སྟོང་མངོན་གྲུར་པའི། ཡེ་ཤེས་སྐྱ་ཅན་དཔལ་སངས་ལ། གདམས་པའི་མཐར་ཐུག་ལུས་པའི་ཚེ། མི་
 ཡུལ་ཀུན་ཏུ་མ་གྲགས་པའི། རིག་ཚུལ་དབང་མཚོ་ག་བདག་གིས་ཐོབ། དེ་ཉིད་བོད་དུ་སྟེལ་བའི་སྟོན། གཅིག་གྲུང་མ་མཚིས་གཤམ་པའི་ཚེ། མངའ་
 བདག་གི་སྟོང་ལྟུ་བཙན་དང། མཁས་པའི་དབང་པོ་བེ་རོ་དང། ཀུན་ལས་བྱུང་འཕགས་མཚོ་རྒྱལ་ཏེ། ལས་ཅན་སྐལ་ལྷན་གསུམ་གྱི་ངོར། ལྷོ་སོ་ཉའི་



།། ༡། འོད་གསལ་ལ་ཚོས་སྐྱའི་རྒྱར་སར་དབང་བསྐྱར་པའི། བྱུང་འཕགས་གྲུབ་པའི་སྟོན་པ་དཔལ་གྱི་སངས། །
 །། ༢། སྟེ་གསུམ་སྟོན་གྲོལ་མན་ངག་གདམས་པའི་དབྱིག། འཛད་མེད་ཆར་གྱིས་འགོ་སྟོལ་བརྒྱ་རྒྱལ། །

༥	ཨྱི་ སྟོན་མཚན་ སྟོན་པའི་ཚུལ་ཅན་དེ་ལ་མཐའ་ནས་སྟེང་ གནས་གྱི་ཉེ་འདབས་འདི་རུ་ཉིན་ཏུ་འབྱུང་ ཅུ་བའི་ཚན་བཞི་རྒྱབ་ཚོས་རྣམ་པ་བཞི་ དཔེ་ལ་སྟོན་སྟེང་མ་བུ་ཉིད་དུ་ཡོད་ སྟེ་	༦
༦	དང་སྟེ་གསུམ་ཅུ་བའི་ཚོས་ཡིན་ལ་ བརྒྱད་གསུམ་སྟེ་ཡི་སྟེ་སྟེ་རྒྱབ་ཚོས་བཞི་ ཁོ་ག་ཕུབ་མན་ངག་མཐའ་ཕྱག་ཁུངས་བཅུན་པའོ་ འདི་བརྒྱད་ཀུན་ལས་ཅུ་བའི་ཚོས་བཞི་ཉི་ སྟེ་སྟོན་སེམས་སྟེ་ནམ་མཁའི་སྟོང་	༧
༧	ཡངས་དང་ རང་སྟོན་སྟོང་སྟེ་ཉི་མ་སྟོང་རྒྱབ་དང་ གསང་སྟོན་མན་ངག་འོད་ཟེར་མཐའ་ཡས་ཏེ་ སྟེ་སྟོན་ནམ་མཁའི་སྟོང་ཡངས་སྟོན་བརྒྱད་དང་ རང་སྟོན་ཉི་མ་སྟོང་རྒྱབ་སྟོན་དགུ་རྣམས་ སྟོན་དཔོན་བེ་རོ་	༨
༨	ཅན་ས་བོད་དུ་བསྐྱུང་ འདི་ནི་སྟེ་སྟེ་ཉི་མ་ཕྱགས་བཅུད་དེ་ ཟབ་ལ་འདྲི་ལ་ཞིང་ག་ཞན་ལ་མ་བསྟན་པ་ སྟོན་དཔོན་བདག་ལ་སྟེ་ལ་བར་བཀའ་གནང་མེད་ བེ་རོ་ལ་ནི་གནང་བ་བསྐྱུལ་འདུག་པས་ མ་བུར་	༩
༩	བསྟེ་བས་ཏེ་འདི་རུ་བཞག་པའོ་ མན་ངག་སྟོན་དགུ་འོད་ཟེར་མཐའ་ཡས་ཉི་ པརྒྱ་བདག་གིས་དཔལ་སེང་ཉིད་ལ་ཞུས་ ཟབ་པའི་མཐའ་ཕྱག་འདི་རུ་གདམས་པའི་ མན་ངག་ཉི་ཤུ་ཅུ་ག་བསྟན་པའོ་ སྟེ་	༡༠
༡༠	སྟོན་སྟེ་མ་སུམ་ཅུ་ཅུ་གཅིག་ལས་ སྟོན་དཔོན་རྣམས་གྱི་བསྟོན་ཚུལ་ཁྱད་པར་ཡང་ རིམ་པའི་ཚུལ་དུ་བསྟོན་གས་པར་མ་བུས་ཏེ་ ཅུ་བའི་སྟེ་མ་དབུས་སྟེ་སྟེ་མ་པ་ཡིན་ འགོ་འདུལ་སྟེ་མའི་སྟེ་བཟབས་ཟབ་པའི་	༡༡

གཏེར་མཛོད་རྒྱུ་མཛོད་ཀྱི་སྐུ་མཛོད་ཀྱི་སྐུ་མཛོད་ཀྱི་སྐུ་མཛོད་

གདམས་མཛོད་ དེ་ཡི་དུས་སྐོར་མཛོད་ཀྱི་སྐུ་མཛོད་ ཡི་གེར་བཏབ་སྟེ་གཏེར་དུ་སྐྱེས་པར་བརྩམས་ བྲིད་ཀྱི་དངོས་གཞི་བར་བཞིན་སྐོར་ཚུལ་ཡང་ ལྟ་བུ་རང་སངས་སྐོར་ཡངས་ཞེས་བྱའོ། རྗེས་འབྲེལ་འཕམ་འབྲེལ་
ནམ་མཁའ་ལྗོངས་ལྟེ་འབྲེལ་ཅེས་ རང་སྐོར་རིམ་པ་དགུ་པོ་དེ་ཡིས་རྗོགས་ མན་ངག་སྐོར་ལ་ཐོག་མར་བརྒྱ་བདག་ རྒྱ་གར་ཡུལ་ནས་དཀར་བ་མང་པོ་ཡིས་ མཉེས་པ་གསུམ་གྱིས་སྐོབ་དཔོན་བསྟན་པ་རྣམས་ བམས་ཅད་ཡེ་ཤེས་སྐྱེ་ཅན་འགྲུག་སྟེ། དེ་དག་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། ལྷ་མ་ཡོངས་རྗོགས་སྐོར་པའི་གསེང་ལམ་ཞེས་ བྱིན་རྒྱ་བས་སྐྱེ་ལས་བྱུང་པར་མཚན་དང་ནི། སྐྱེ་ཡི་རྣམ་པས་སྐོར་དུ་སྐྱེས་དབང་
བསྐྱར་ གསུང་ལ་གདམས་པ་བྱུགས་ལ་རྗོགས་སྟེ། དགོངས་པའི་ཉམས་སྐྱོང་བཞི་ཡིས་རྗོགས་པ་ལ། དབང་བསྐྱར་དགོངས་པ་མཐར་ཕྱིན་ཞེས་བྱའོ། ཡི་དམ་བརྒྱའི་སྐྱོང་ཏིག་ཞི་བོ་གཉིས་ ཐོག་ལེ་ལྷ་
རྗོགས་འོད་ཟེར་སྐོར་ཐོམ་ཞེས་ ལྟ་བུ་སྐོར་ཡངས་དབྱིངས་ཀྱི་རྗོང་དང་ལྷན་ རིག་པ་རང་བྱུང་འཕྲང་གི་སྐོར་ལྷགས་ཚུལ་ རྗོང་འཕྲང་དབྱེར་མེད་བདེ་གཤེགས་འདུས་པ་ཞེས་ དབང་གི་མདོ་བྱང་སྐྱེ་བྱུགས་ཞེས་བྱུ་
འོ། ཞི་བོའི་དབང་ཚེན་རྗོགས་སྐྱོང་འོ། བྲིད་ཀྱི་སྐོར་འགོ་སྐོར་བཅས་སྐོར་མེད་དང་ འགྲུ་སྐོར་མེད་རབ་ཏུ་སྐོར་མེད་དེ། བད་སར་འབྲེལ་བའི་ཡེ་ཤེས་གསེང་ལམ་མོ། ལྟ་བུ་དངོས་གཞི་ལྷོ་སྐོར་ལོ།

༥	ཨྱིཾ གདམས་པའི་གཟེར་བདུན་སེམས་ལ་བཏབ་ཚུལ་ནི། ཡེ་ཤེས་རིག་པའི་རལ་གྱི་ཞེས་བྱའོ། རྗེས་འབྲེལ་ལྟ་བུ་སྒྲུབ་བརྒྱུད་རྣམ་གསུམ་ནི། གདམས་པ་ཀུན་གྱི་མཐར་ཐུག་སྤྱི་ཏིར་རྫོགས། ཡེ་	༥
༦	ཤེས་ལྟ་བའི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་བྱའོ། འདི་ནི་གསང་བའི་གྲོང་དགུ་འདིའི་མཐའ་རུ། མན་ངག་དགོངས་པའི་ཞེ་སྤྱགས་བཏགས་པ་ཡི། ཚེ་གཅིག་ཟུང་འཇུག་སྐྱེ་རུ་འགྱུར་བ་སྟེ། གདམས་པའི་མཐར་ཐུག་འདི་འདྲ་སྒྲོན་མ་	༦
༧	བསྟན། ཚིག་བརྒྱུད་གཞུབས་ཚེན་མཁར་ཚེན་རྣམས་ལ་སྟེལ། དེ་ཞིག་སུམ་ཅུ་དུས་གྱི་མར་གཤམ་ལ། གདམས་པ་མ་བུ་རྣམ་མཁའི་གྲོང་དུ་མཇལ། བར་ཚུན་གཤམ་སྤྱད་བེ་འི་སྐྱེས་མཐའ་ཞིག། སློ་གྲོས་མིང་	༧
༨	ཅན་དེ་ལ་བདག་པོར་གཏད། དེ་ལ་གཅེས་པའི་སྡེ་དུག་བསྟན་པ་ནི། ལོ་རྒྱུས་སློང་གི་ཏི་ཀ་ཚེན་པོ་དང་། ལུང་བསྟན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་གཤམ་རྒྱ་ཅན། བྱུང་པར་ཤིན་ཏུ་གཅེས་པའི་སློང་གི་བྲག། མཁའ་འགོ་	༨
༩	དགོངས་པ་གྲོང་གསལ་ལས་བཏུས་པའི། སྤོན་ལས་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགོའི་དགོངས་རྒྱན་དང་། ཟབ་པ་ཡུམ་གྱི་དབང་བསྐྱར་རྣམ་པ་གཉིས། ཤིན་ཏུ་གཅེས་པས་ལོ་གསུམ་ཁོངས་དག་ལ། ལྷོ་ཡི་ཕྱོགས་ནས་སྟེལ་	༩
༡༠	གྱི་ལོ་པ་འམ། ཏྲ་ཡི་ལོ་པ་སློང་གར་སྟེ་བ་དམར། གྱིས་པའི་རྒྱལ་ཅན་དེ་ཉིད་བདག་པོར་འགྱུར། མའོངས་ཡབ་སྐུས་གཉིས་པོ་མཇལ་བའི་ཚེ། དེ་དུས་གཉིས་པོས་ཉམས་ལེན་བྱེད་པ་ལས། ལྷུང་ཕྱོགས་ཅམ་	༡༠

གཏེན་མཛེན་རྒྱལ་མཚོན་སྤྱི་ལུ་མཚོན་མཛེན་གྱི་

ཡང་གཞན་ལ་བསྐྱབ་མི་རུང་། བཀའ་ཡི་སྤྱང་མ་རྟེན་ས་པ་སྟེ་གསུམ་གྱི་། སྤོན་ལས་སྟོན་གི་སྤྱི་གི་མ་བུ་བཅས་། མཐའ་རྟེན་ཚེ་ཡི་གདམས་པ་གསང་བའི་ལམ་། འཚི་མེད་བདུད་རྩི་ལྷན་ལུང་ཚེན་མོ་སྟེ་། སྤྱི་ལུ་
པའི་གནས་མཚོན་ཚེན་པའི་དཀར་ཆག་ཅན་། སྤོན་ལས་ལ་གཅེས་བུང་བུ་བཅུ་སྟེ་། ཆད་ལྷག་མེད་པར་ཡོངས་སུ་རྩོགས་པ་འོ་། དེ་ཉིད་ས་སྟེང་འབྱུང་བའི་བསྐྱལ་པའི་དུས་། རྒྱ་ཡི་ཡུལ་སྟོན་ས་སྟེན་པ་
འབྱུགས་པ་འདྲ་། བལ་བའི་ཡུལ་ནི་བྲག་མཚོ་བོལ་བ་འདྲ་། བོད་གྱི་ཡུལ་ནི་རྩ་ཐོག་སྤོན་མ་བཞིན་། སྟོད་སྤྱད་ཟིང་ཟིང་ཡོང་ཡོང་གྱུར་པ་ན་། ས་གནད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་འབྱི་ལུང་དུ་། བྲག་མ་ཡི་བྲག་ས་སྤྱི་བཞེན་
མོ་ཡི་། ཚོགས་གྱི་འཁོར་ལོ་འབྱུམ་སྟེན་བཅུན་པ་དང་། མཁོ་མཐིང་མ་ཡི་བདེ་གཤེགས་འདུས་པ་ཡི་། ལས་གྱི་སྤྱོད་བའི་གཟེར་ཚེན་གདབ་པར་བུ་། ཤེལ་སྤྱག་མ་ཡི་བཀའ་བརྒྱུད་རྩོང་འབྲང་གི་། བདུད་རྩི་
སྤོན་གྱི་སྤྱབ་པ་བྱེད་པ་སོགས་། རྟེན་འབྲེལ་གོ་མ་འགགས་པར་བསྐྱབ་ས་པ་ན་། སྟོད་སྤྱད་ཀུན་གྱི་གཡོ་འབྱུགས་ཅུང་ཞིག་ཞི་། དེ་ནས་སྤྱགས་སྟེལ་ལོ་ཡི་སྤྱི་རྩོམ་ལ་། འབྱུགས་པའི་སྤྱབ་ས་ཞི་སྤྱི་བའི་བསྐྱལ་པ་
འབྱུང་། སྤྱི་རོང་སྟོན་ས་སྟེན་ཡི་གཏེར་ཁ་སྤྱས་། བྱི་སྟོན་སྟོན་ས་སྟེན་རིན་ཚེན་གཏེར་ཁ་སྤྱས་། ཤོད་ཚེན་བཅོ་བརྒྱུད་གཏེར་གྱིས་སྤྱོད་བུར་བཀའ་། རོང་མདོ་རྣམས་སུ་བརྟན་མར་མདོས་བྱ་ཞིང་། མ་མོ་རྣམས་གྱི་

༡	ཨྱི་ རྩུང་དུ་མདོས་ཆེན་སྤུལ་། རྩུང་ཆེན་པོ་བཞི་རུ་གྲུ་གཏའ་བསྐྱམས་། དེ་ཡིས་སྤྱི་གོའི་བསྐྱེད་པ་ཅུང་བདེ་ཞི་། ཞིང་སྤྱི་གོའི་ཡི་སྤྱི་རྩེས་ཐམས་ཅད་ལ་། སྤྱི་གོའི་བསྐྱེད་པ་ཞི་ནད་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་འབྱུང་།	༢
༢	ལྷ་རི་ཅེ་ལྷ་རྩེ་གྱི་སྤྱི་བ་པ་བྱེ་། སེང་གོ་རྩོང་ག་སྤུམ་སྤེན་གྱི་གཏེར་ཆེན་སྤུམ་། དབུས་གཙང་ཁམས་ལ་སྤེན་གྱི་འབྲེད་ཆེན་བྱེ་། རྩུང་སྤྱི་གོའི་ལ་སྤྱི་གོའི་མཐའ་ལུང་འདྲོ་ག་། བསམ་ཡས་མཐིལ་དུ་བདེ་གཤེགས་	༣
༣	འདུས་པ་སྤྱི་བ་པ་། ཡོངས་རྩོགས་སྤྱི་གོའི་ལས་སྤྱི་བ་བྱེ་། རི་བོ་བཟུ་བཟང་འདབས་སུ་མཆོད་རྟེན་བཞེངས་། དེ་ཡིས་སྤྱི་གོའི་གཡོ་འབྲུགས་ཅུང་ཞི་གཞི་། ཞིང་སྤྱི་གོའི་ལ་སྤྱི་གོའི་མཐིལ་དག་ཏུ་།	༤
༤	གཏམ་ངན་སྤྱི་གོའི་གནས་སྤྱི་གོའི་ལས་པ་འབྱུང་། དེ་ལ་མན་སྤྱི་གོའི་གཙང་གི་སྤྱི་གོའི་ཆེན་། བདེ་གཤེགས་འདུས་པའི་སྤྱི་བ་ཆེན་ལན་གསུམ་བྱེ་། ལྷ་སའི་མཐིལ་དུ་རྩོང་འཛིན་རྣམས་ཀྱིས་། ར་ཡི་སྤྱི་བ་པ་བར་ཆད་ཀུན་	༥
༥	སེལ་གྱི་། སྤྱི་བ་པ་ལས་སྤྱི་གོའི་མཐའ་རྩོགས་ཡང་ཡང་བྱེ་། མེ་བྱེ་ལོ་ལ་སྤྱི་གོའི་ཐམས་ཅད་དུ་། ཅི་ཅི་རྩོང་འཛིན་གྱིས་བཞིན་པའི་དུས་། བསམ་ཡས་མཆིམས་སྤྱི་གོའི་ཆེན་གྱིན་འབེབ་བྱེ་། བོད་ཀྱི་མཆོ་ཆེན་	༦
༦	ལྷ་ལ་སྤྱི་གོའི་བསྐྱེད་པ་། ལྷ་གས་ཀྱི་ལོ་ལ་སྤྱི་གོའི་ལས་ལྷུགས་། བོད་ཀྱི་ཡུལ་ཀུན་སེལ་བུར་འཕྲོར་བའི་ཆེ་། སྤྱི་གོའི་སྤྱི་གོའི་ལས་རྩོང་འཛིན་མིང་ཅན་ཞི་། ལྷ་གས་ལོ་ལ་སྤྱི་གོའི་ལས་སྤྱི་གོའི་ལས་ལྷུགས་། སྤུམ་པའི་	༧

