

		༄༅། །རྩོམ་སྒྲིལ་མ་ལ་བསྟོད་པ་བྱས་འཆའ་ཉིད་གཅིག་པ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།		
--	--	--	--	--

ལྷན་སྐྱོད་ཀྱི་སྐུ་ལོ་	༄༅། །ན་མོ་ལྷན་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལོ། འཕགས་པ་སྐྱུན་མས་གཟིགས་དབང་སྐྱུག་སྐྱུགས་རྩེ་
	གཏེར་ལ་སྐྱུག་འཆའ་ལོ། །ཨོྭ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་། ༄། སྐྱུག་འཆའ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་
	དཔའ་མོ། །རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལིས་འཇིགས་པ་མེལ་མ། །རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་
ལྷན་སྐྱོད་ཀྱི་སྐུ་ལོ་	མ། །སྐྱུ་རྒྱུ་ལི་ག་བྱིད་ལ་འདུད་དོ། ༄། །ཨོྭ་རྒྱུ་རྒྱུ་མ་འཕགས་མ་སྐྱུ་ལ་མ་ལ་སྐྱུ་

ཡུལ་བསྐྱོད་

དཀྱིལ་

༄༅། །འཆ་པ་ལོ། །ཕྱག་འཆ་པ་སྒྲོལ་མ་སྐྱུར་མ་དཔའ་མོ། །སྐྱོན་ནི་སྐད་ཅིག་
སྒྲོག་དང་འདྲ་མ། །འཇིག་རྟེན་གསུམ་མགོན་ཆུ་སྐྱེས་ཞལ་གྱི། །གེ་སར་བྱེ་བ་ལས་ནི་
བྱུང་མ། །ཕྱག་འཆ་པ་སྐྱོན་ཀའི་ཁྲ་བ་ཀུན་ཏུ། །གང་བ་བརྒྱ་ནི་བརྟེན་པ་པའི་ཞལ་མ། །
སྐར་མ་སྟོང་ཕྱག་ཆོག་པ་རྣམས་གྱིས། །རབ་ཏུ་སྤྱེ་བའི་འོད་རབ་འབར་མ། །ཕྱག་

འཆ་པ་གསེར་སྟོ་ཆུ་ནས་སྐྱེས་གྱི། །པརྣམས་ཕྱག་ནི་རྣམ་པར་བརྒྱན་མ། །སྐྱིན་པ་བརྟོན་
འགྲུས་དཀར་ཐུབ་ཞི་བ། །བཟོད་པ་བསམ་གཏན་སྟོང་ཡུལ་ཉིད་མ། །ཕྱག་འཆ་པ་དེ་
བཞིན་གཤེགས་པའི་གཙུག་ཏོར། །མཐའ་ཡས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བར་སྟོང་མ། །མ་ལུས་པ་
རོལ་སྤྱིན་པ་ཐོབ་པའི། །རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་གྱིས་ཤིན་ཏུ་བསྟེན་མ། །ཕྱག་འཆ་པ་ཏུའྲུ་ར་ཏྲུ་

ལྷན་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཉན་ཏེ།

པ་རྣམས་

༄༅། །ཡི་གེས། །འདོད་དང་སྤྱོད་པ་དང་ནམ་མཁའ་གང་མ། །འཛིག་རྟེན་
བདུན་པོ་ཞབས་ཀྱིས་མཉན་ཏེ། །ལུས་པ་མེད་པར་འགྲུགས་པར་རུས་མ། །ཕྱག་འཆའ་
བརྒྱ་གྲིན་མེ་ལྷ་ཆངས་པ། །རླུང་ལྷ་སྒྲ་ཆོགས་དབང་ཕྱག་མཆོད་མ། །འབྱུང་པོ་རོ་
ལངས་ཇི་བཟུངས་དང་། །གཞོན་སྤྱོད་ཆོགས་ཀྱིས་མཉན་ནས་བསྟོད་མ། །ཕྱག་འཆའ་

ཏུ་ཅེས་བྱ་དང་ཕུ་ཀྱིས། །པ་རོལ་འབྲུལ་འཁོར་རབ་ཏུ་འཛོམས་མ། །གཡས་བསྐྱམས་གཡོན་བརྒྱུད་ཞབས་ཀྱིས་
མཉན་ཏེ། །མེ་འབར་འབྲུག་པ་ཤིན་ཏུ་འབར་མ། །ཕྱག་འཆའ་ཏུ་རེ་འཛིགས་པ་ཆེན་པོ། །བདུད་ཀྱི་དཔའ་བོ་རྣམ་པར་
འཛོམས་མ། །རྒྱ་སྐྱེས་ཞལ་ནི་ཁྲོ་གཉེར་ལྡན་མཛད། །དབྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་གསོད་མ། །ཕྱག་འཆའ་དཀོན་མཆོག་
གསུམ་མཆོན་ཕྱག་རྒྱའི། །སོར་མོས་ཐུགས་ཀར་རྣམ་པར་བརྒྱན་མ། །མ་ལུས་སྤྱོད་ཀྱི་འཁོར་ལོས་བརྒྱན་པའི། །པར་
གི་འོད་ཀྱི་ཆོགས་རྣམས་འབྲུག་མ། །ཕྱག་འཆའ་རབ་ཏུ་དགའ་བ་བཟིང་པའི། །དབུ་རྒྱུན་འོད་ཀྱི་སྤེང་བ་སྤེལ་མ། །

ལྟོ་	༄༅། །བཞད་པ་རབ་བཞད་ཏུ་རྩེ་ཡིས། །བདུད་དང་འཛིག་ཏེན་དབང་དུ་མཛད་མ། །ཕྱག་འཆོལ་ས་གཞི་ སྐྱོང་བའི་ཚོགས་རྣམས། །ཐམས་ཅད་འགྲུགས་པར་རུས་མ་ཉིད་མ། །ཁྲོ་གཉེར་གཡོ་བའི་ཡི་གེ་རྩེ་གིས། །པོངས་པ་	7
ལྟོ་	ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་སྐྱོལ་མ། །ཕྱག་འཆོལ་སྐྱོང་བའི་དུམ་བུས་དབུ་བརྒྱན། །བརྒྱན་པ་ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་འབར་མ། །རལ་ པའི་ཁྲོད་ན་འོད་དཔག་མེད་ལས། །ཏྲག་པར་ཤིན་ཏུ་འོད་རབ་མཛད་མ། །ཕྱག་འཆོལ་བསྐྱལ་པའི་ཐ་མའི་མེ་ལྟར། །	
ལྟོ་	འབར་བའི་སྤང་བའི་དབུས་ན་གནས་མ། །གཡས་བརྒྱངས་གཡོན་བསྐྱམས་ཀུན་ནས་བསྐྱོར་དགའི། །དབྱ་ཡི་དབུང་ནི་	

	རབ་ཏུ་འཛོམས་མ། །ཕྱག་འཆོལ་ས་གཞིའི་ངོས་ལ་ཕྱག་གི །མཐིལ་གྱིས་བསྐྱུན་ཅིང་ཞབས་ཀྱིས་བརྟུང་མ། །ཁྲོ་གཉེར་ སྐྱུན་མཛད་ཡི་གེ་རྩེ་གིས། །རིམ་པ་བདུན་པོ་རྣམས་ནི་འགོམས་མ། །ཕྱག་འཆོལ་བདེ་མ་དགོ་མཞི་མ། །མྱ་ངན་འདས་ནི་ སྐྱོད་ཡུལ་ཉིད་མ། །སྤྲུལ་ཨོྲོ་དང་ཡང་དག་ལྟར་པས། །སྤྲིག་པ་ཆེན་པོ་འཛོམས་པ་ཉིད་མ། །ཕྱག་འཆོལ་ཀུན་ནས་བསྐྱོར་ རབ་དགའ་བའི། །དབྱ་ཡི་ལུས་ནི་རྣམ་པར་འགོམས་མ། །ཡི་གེ་བརྩུ་པའི་དག་ནི་བཞོད་པའི། །རིག་པ་རྩེ་ལས་སྐྱོལ་མ་ ཉིད་མ། །ཕྱག་འཆོལ་ཏུ་རེ་ཞབས་ནི་བརྟུངས་པས། །རྩེ་གི་རྣམ་པའི་ས་བོན་ཉིད་མ། །རི་རབ་མཚུར་དང་འཕྱགས་བྱེད།	8
--	--	---

ལྷན་	༄༅། །འཇིག་རྟེན་གསུམ་རྣམས་གཡོ་བའི་ཉིད་མ། །ཕྱག་འཆའ་ལྷ་ཡི་མཆོ་ཡི་རྣམ་པའི། །རི་དྲགས་རྟགས་	༩
ལྷ	ཅན་ཕྱག་ན་བསྐྱམས་མ། །རྟ་ར་གཉིས་བཟོད་པར་གྱི་ཡི་གེས། །དུག་རྣམས་མ་ལུས་པ་ནི་སེལ་མ། །ཕྱག་འཆའ་ལྷ་ཡི་	
	ཆོགས་རྣམས་རྒྱལ་པོ། །ལྷ་དང་མིའམ་ཅི་ཡིས་བསྟེན་མ། །ཀུན་ནས་གོ་ཆ་དགའ་བའི་བཟིང་གིས། །ཚོད་དང་མི་ལམ་	
ལྷ	ངན་པ་སེལ་མ། །ཕྱག་འཆའ་ཉི་མ་རྩ་བ་རྒྱས་པའི། །སྤྱན་གཉིས་པོ་ལ་འོད་རབ་གསལ་མ། །རྟ་ར་གཉིས་བཟོད་རྟུ་ར་	
ལྷ	ཡི། །ཤིན་རྟུ་དྲག་པོའི་རིམས་ནད་སེལ་མ། །ཕྱག་འཆའ་དེ་ཉིད་གསུམ་རྣམས་བཀོད་པས། །ཁི་བའི་མཐུ་དང་ཡང་དག་	

	ལྷན་མ། །གདོན་དང་རོ་ལངས་གཞོད་སྤྱིན་ཆོགས་རྣམས། །འཛོམས་པ་རྟ་རེ་རབ་མཆོག་ཉིད་མ། །རྩ་བའི་སྤྲགས་གྱིས་	10
	བསྟོད་པ་འདི་དང་། །ཕྱག་འཆའ་བ་ནི་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་། །ལྷ་མོ་ལ་གུས་ཡང་དག་ལྷན་པས། །སློ་ལྷན་གང་གིས་རབ་	
	དང་བཟོད་དེ། །སློད་དང་ཐོ་རངས་ལངས་པར་བྱས་ནས། །དྲན་པས་མི་འཇིགས་ཐམས་ཅད་རབ་སྟེར། །སྤྲིག་པ་ཐམས་	
	ཅད་རབ་རྟུ་ཞི་བས། །ངན་འགོ་ཐམས་ཅད་འཛོམས་པ་ཉིད་ཐོབ། །རྒྱལ་བ་བྱེ་བ་ཕྱག་བདུན་རྣམས་གྱིས། །སྤྱུང་དུ་དབང་	
	ནི་བསྐྱུར་བར་འགྱུར་ལ། །འདི་ལས་ཆེ་བའི་ཉིད་ནི་ཐོབ་ཅིང་། །སངས་རྒྱས་གོ་འཕང་མཐར་ཐུག་དེར་འགོ། །དེ་ཡི་དུག་ནི་	

<p>ལྷན་ ལྷ ལྷ</p>	<p>༄༅། །ཐག་པོ་ཆེན་པོ། །བཏུན་གནས་པ་འཕམ་གཞན་ཡང་འགྲོ་བ། །ཐོས་པ་དང་ནི་འཕྱང་བ་ཉིད་ཀྱང་། །ཐུན་པས་རབ་རྟ་སེལ་བ་ཉིད་འཐོབ། །གདོན་དང་རིམས་དང་དྲུག་གིས་གཟིར་བའི། །སྤྱག་བསྐྱལ་ཚོགས་ནི་རྣམ་པར་སྤངས་ཏེ། །སེམས་ཅན་གཞན་པ་རྣམས་ལ་ཡང་ངོ་། །གཉིས་གསུམ་བདུན་དུ་མངོན་པར་བརྗོད་ན། །བྱ་འདོད་པས་ནི་བྱ་ཐོབ་འགྱུར་ཞིང་། །ཞོར་འདོད་པས་ནི་ཞོར་རྣམས་ཉིད་འཐོབ། །འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པར་འགྱུར་ལ། །བགོགས་རྣམས་མེད་ཅིང་སོ་སོར་འཛུམས་འགྱུར་ཅིག །ཇེ་བཅུན་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་ལ་ཡང་དག་པར་རྗོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམ་པར་སྤང་མཛད་ཆེན་པོས་བསྟོད་པ་གསུངས་</p>	<p>=</p>
---------------------------	---	----------

	<p>པ་རྗོགས་སོ། །</p> <p>སྟོབ་དཔོན་འཕགས་པ་ལྷ་སྤྱོད་ནས་བརྒྱུད་པ་ལོ་ཙཱ་བ་གཉན་གྱིས་བསྐྱུར་བ། །ཇེ་བཅུན་ཆེན་པོ་གྲགས་པ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་གཏན་ལ་ཐབ་པའོ། །</p> <p>ཇེ་བཅུན་སྒྲོལ་མ་ལ་བསྟོད་པ་སྤྱག་འཆལ་ཉེར་གཅིག་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་བཞིན་ཐུབ་བསྟན་བཤད་སྤྱོད་དར་རྒྱས་སྤིང་གི་ཚོགས་མི་དག་སྟོང་བསོད་ནམས་བསྟན་འཛིན་གྱིས་སྤྱི་ལོ་</p> <p>༡༩༩༩ ལོར་དཔར་བསྐྱུན་ཞུས་པས་ཀུན་ལ་ཐན་པའི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིག།</p> <p style="text-align: center;">དགོའོ། ། སང་མཆུམྱ། །</p>	<p>12</p>
--	---	-----------

ལྟོ་	༄༅། །རྩེ་བཙུན་འཕགས་མ་སྒོལ་མ་དང་། །སྟོགས་བཙུ་དུས་གསུམ་བཞུགས་པ་ཡི། །རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་ཐམས་ཅད་ལ། །ཀུན་ནས་དང་བས་ཕྱག་བགྱིའོ། །མེ་ཏོག་བདུག་སྒོས་མར་མེ་དྲི། །ཞལ་ཟས་རོལ་མོལ་སོགས་པ། །དངོས་བཤམས་ཡིད་གྱིས་སྤྱལ་ནས་འབུལ། །འཕགས་པའི་ཚོགས་རྣམས་བཞེས་སུ་གསོལ། །ཐོག་མ་མེད་ནས་ད་ལྟའི་བར། །མི་དགེ་བཙུ་དང་མཚམས་མེད་ལྷ། །སེམས་ནི་ཉོན་མོངས་དབང་གྱུར་པས། །བགྱིས་པ་ཐམས་ཅད་བཤགས་པར་བགྱ། །ཉན་ཐོས་རང་རྒྱལ་བྱང་ཆུབ་སེམས། །སོ་སོ་སྐྱེ་བོལ་སོགས་པས། །དུས་གསུམ་	13
------	---	----

	དགེ་བ་ཅི་བསགས་པའི། །བསོད་ནམས་ལ་ནི་བདག་ཡི་རང་། །སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པ་དང་། །སྒོ་ཡི་བྱེ་བྲག་ཇི་ལྟ་བར། །ཆེ་ཆུང་ཐུན་མོང་ཐེག་པ་ཡི། །ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་དུ་གསོལ། །འཁོར་བ་ཇི་སྤིད་མ་སྟོངས་བར། །སྤྱང་ན་མི་འདའ་ཐུགས་རྩེ་ཡིས། །སྤྱུག་བསྐྱལ་རྒྱ་མཚོར་བྱིང་བ་ཡི། །སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གཟིགས་སུ་གསོལ། །བདག་གིས་བསོད་ནམས་ཅི་བསགས་པ། །ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་རྒྱུར་གྱུར་ནས། །འིང་པོར་མི་ཐོགས་འགྲོ་བ་ཡི། །འདྲན་པའི་དཔལ་དུ་བདག་གྱུར་ཅིག །ཅེས་ཡན་ལག་བདུན་པ་འབུལ།	14
--	---	----

ལྟོ་	༄༅། །རྩེ་བཙུན་བཙེམ་ལྟན་འདས་མ་སྤྲུགས་རྩེ་ཅན། །བདག་དང་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི།།	
ལྟོ་	སྤྱི་བ་གཉིས་བྱང་ཞིང་ཚོགས་གཉིས་སྤྱུར་རྩོགས་ནས། །རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །དེ་མ་ཐོབ་	15
ལྟོ་	ཀྱི་ཚེ་རབས་ཀུན་ཏུ་ཡང་། །ལྟ་དང་མི་ཡི་བདེ་བ་མཚོགས་ཐོབ་ནས། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྤྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ། །བར་	
	ཆད་གདོན་བགོགས་རིམས་དང་ནད་ལ་སོགས། །དུས་མིན་འཆི་བར་གྱུར་པ་སྣ་ཚོགས་དང་། །མི་ལམ་ངན་དང་མཚན་	
	མ་ངན་པ་དང་། །འཇིགས་པ་བརྒྱད་སོགས་ཉེ་བར་འཚོ་བ་ནམས། །ལྟར་དུ་ཞི་ཞིང་མེད་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །	

	<p>འཇིག་རྟེན་འཇིག་རྟེན་ལས་ནི་འདས་པ་ཡི། །བཀྲ་གིས་བདེ་ལོགས་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པ་ནམས། །འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པས་</p> <p>དོན་ནམས་མ་ལུས་པ། །འབད་མེད་སྤུན་གྱིས་གྲུབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །སྤྱབ་ལ་བརྩོན་ཞིང་དམ་ཚོས་འཕེལ་བ་</p> <p>དང་། །རྟོག་ཏུ་བྱོད་སྤྱབ་ཞལ་མཚོགས་མཐོང་བ་དང་། །སྟོང་ཉིད་དོན་རྟོགས་བྱང་སེམས་རིན་པོ་ཆེ། །ཡར་ངོའི་ཁྱེད་ལྟར་</p> <p>འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པར་མཛོད། །རྒྱལ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་བཟང་ཞིང་དགའ་བ་དེར། །པརྫོད་མ་པ་གིན་ཏུ་མཛོས་ལས་</p> <p>སྤྱེས། །སྤྲང་བ་མཐའ་ཡས་རྒྱལ་བས་མངོན་སུམ་དུ། །ལྟང་བསྟན་པ་ཡང་བདག་གིས་དེར་ཐོབ་ཤོག །བདག་གིས་ཚེ་</p>	16
--	--	----

<p>ལྷན་ དཔྱད་ པ་</p>	<p>༄༅། །རབས་སྒོན་ནས་བསྐྱབས་པའི་ལྷ། །དུས་གསུམ་སངས་རྒྱལ་ཀུན་གྱི་འཕྲིན་ལས་མ། །སྒོ་ལྷང་ནལ་ གཅིག་ཕྱག་གཉིས་སྒྱུར་ནི་མ། །ཡུམ་གྱུར་ཅུངྭ་པ་བསྐྱམས་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག ༥ །རྒྱལ་ཡུམ་སྒོལ་མ་ཁྱེད་སྐྱུ་ཅི་འདྲ་ དང་། །འཁོར་དང་སྐྱ་ཆེད་ཆད་དང་ཞིང་ཁམས་དང་། །ཁྱེད་གྱི་མཆོན་མཆོག་བཟང་པོ་ཅི་འདྲ་བ། །དེ་འདྲ་ཁོ་ནར་ བདག་སོགས་འགྱུར་བར་ཤོག །ཁྱེད་ལ་བསྟོད་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས། །བདག་སོགས་གང་དུ་གནས་པའི་ ས་ཕྱོགས་དེར། །ནད་གདོན་དབྱལ་ཕོངས་འཐབ་ཅོད་ནི་བ་དང་། །ཆོས་དང་བཀྲ་ཤིས་འཕེལ་བར་མཛད་དུ་གསོལ། ། །</p>	<p>17</p>
------------------------------	---	-----------

	<p>༥ །རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡེ་ཤེས་སྒྱུ་མ་ཡིས། །ཆོ་འཕྲུལ་ནམ་པར་སྒྱལ་པའི་ལྷ་མ་དི། །སྒྲ་མོ་གང་གི་འཕྲུལ་གྱིས་ནད་གདོན་བགོགས། །ཀུན་དུ་ཞི་མཛད་མ་ལ་ཕྱག་འཆམ་ལོ། ། ཨོ་པེ་ལྷ་རྩྱུ་བརྟུ་མ་དི་རྩྱུ་རྩྱུ་པར་སྒྱུ། ཨོ་པེ་ལྷ་རྩྱུ་བརྟུ་མ་དི་སྒྲ་རྩྱུ་པར་གམ་ཏ་ཡེ་སྒྱུ། །དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྒྱུར་དུ་བདག །ལོ་མ་གྱོན་མ་གྱུ་བ་གྱུར་ཅིག །འགོ་བ་ གཅིག་གྲང་མ་ལུས་པ། །དེ་ཡིས་ལ་འགོད་པར་ཤོག །ཡོངས་བའི་རྒྱལ་ཁ་སྐྱིད་གངས་ལྗོངས་འདི། །ནད་ལུག་འཕྲུག་ཅོད་ལ་སོགས་མི་འབྱུང་ནིང་། །འགོ་ནམས་ཆོས་ འབྱོར་བདེ་སྐྱིད་འཆོ་བ་དང་། །ཕུན་ཆོགས་དཔལ་འབྱོར་ལོགས་ཆོགས་རྒྱལ་འགྱུར་ཅིག། །འདི་ཡང་ཐུབ་བསྟན་བཤད་སྐྱབ་དར་རྒྱས་སྤིང་གི་ཆོགས་མི་དགོ་སྒོང་བསོད་ནམས་ བསྟན་འཛིན་གྱིས་སྐྱེ་ལོ་༡༩༩༥ ལོར་དཔར་བསྐྱར་ཞུས་པས་ཀུན་ལ་ཕན་པའི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིག། དགོའོ། 1998 Dhargyey Buddhist Centre, New Zealand</p>	<p>18</p>
--	---	-----------

