



དྲུག་གཅིག་དུས་སྟོན།

ནམ་ཆུ་སྟོན་གྱིས་མ་བསྐྱབས་ཤིང་། །
ལོ་རྒྱུ་འབྱུག་གིས་མ་བསྐྱབས་པར། །
མཛེས་པའི་སྤང་ཐང་ཡངས་མོ་རུ། །
ཆུ་དྲུག་མེ་རྟོག་སྤྱུ་གྲུ་བུ། །

ཤེས་རིག་པསྟེ་དགའ་ཆོལ་ན། །
ལང་ཆོ་མེ་རྟོག་བཞིན་མདངས་རྒྱས། །
ན་རྒྱུང་རྒྱུང་དྲུག་འབྱུ་ཆོག་གི། །
ནམ་དཔྱད་རིག་པའི་ཆོལ་ལག་གྲོལ། །

སྤྱོད་སྤྱོད་པསྟེ་རྟོ་ར་རུ། །
སྤྱོད་པར་རིག་པའི་གེ་སར་རྒྱས། །
ན་རྒྱུང་བྱང་བའི་འབྱུ་ཆོག་གིས། །
ཤེས་བྱ་སྤྱོད་ཆེད་བཅུད་ལ་རོལ། །

ཡིད་འོང་དབྱར་ཆུ་དྲུག་པའི་ནང་། །
མེ་རྟོག་ལྟ་བུའི་བྱིས་པ་ཆོས། །
ཀུལ་འོང་དབྱར་སྤྱོད་པ་ལྟར། །
ཀུལ་འོང་སྤྱོད་པའི་འབྱུག་པར་རོལ། །

དེ་རིང་དྲུག་གཅིག་དུས་སྟོན་ལ། །
ལུས་ལ་གཟུང་འཛོར་ལེགས་སྤྱོད། །
བཀྲ་ཤིས་པའི་མང་རོལ་མོ་ལ། །
བདེ་ལེགས་གཞས་དང་ཞབས་ཤོ་འབྲུ། །

ཀྱུན་སྤྱོད་ནམ་དག་དྲངས་གཙང་ཞིང་། །
འཛུམ་རྒྱུང་ཆུ་འོད་ཟེགས་མ་འདྲ། །
པ་མའི་སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་ཆོན་ཆོ། །
སྤྱོད་གསར་བྱིས་པའི་དུས་ཆེན་བསུ། །

ཁྱེད་ཆོ་འབྱུང་འབྱུར་བདག་པོ་ཡིན། །
ཁྱེད་ཆོ་པ་མའི་སྤྱོད་ལོ་ཡིན། །
ཁྱེད་ཆོ་མི་རིགས་སྤྱོད་ལོན། །
ཁྱེད་ཆོ་ཁ་པའི་གཅེས་ལོ་ཡིན། །

དེ་རིང་དྲུག་གཅིག་ཉིན་བཟང་ལ། །
ཡིད་འོང་སྤྱོད་གསར་གཞོན་ལྟ་རྒྱུས། །
སྤྱོད་ལུས་དཔག་བསམ་ལྟོན་པ་ལ། །
ཤེས་རིག་འདབ་ལོ་རྒྱས་པར་ཤོག། །

ལང་ཆོ་པསྟེ་མེ་རྟོག་ལ། །
སད་སེར་བར་ཆད་མེད་པར་སྤྱོན། །
བསམ་པའི་དོན་ཀྱུན་འབྱུབ་པ་དང་། །
ཤེས་རིག་འོད་སྤྱོད་འབར་བར་ཤོག། །

༼མེ་ཆར༽

ཐུང་པ་འདི་འཆིག་པ་ཡི།

སྤྱོད་སྤྱོད་པསྟེ་པོ་ཞིག་གི་སྤྱོད་
མོས་ཆོལ། །
ཀུལ་འོང་དབྱར་སྤྱོད་པ་ལྟར་མོ་
ངག་ལྟ་ཐོགས། །
ཡིད་འོང་དབྱར་གཟུགས་ཁྱེད་ཉེ་སྤྱོད་
ལ་བཅོན། །
མ་འོངས་ལྟགས་བསམ་འཛོལ་བ་
བྱིས་པའི་མགོན། །
འབྲུལ་བཞུད་རིང་མོ་ཞིག་གི་པ་
རོལ་ན། །
སེམས་ལ་དགའ་མགུ་ལྟེར་བའི་ནོམ་
པོ་ཆོགས། །
བྱིས་པའི་དུས་ནས་སྤྱོད་པའི་ལས་
སྤྱོད། །
ནར་སོན་བརྒྱུད་རིམ་ཁྱེད་ནས་ཅིས་
ཀྱང་མཁོ། །

ལས་སྤྱོད་པོ་སྤྱོད་དཔྱད་པའི་
འཛོལ་ཡང་། །
བྱིས་པའི་སྤྱོད་པ་གཞོན་དུས་ལྟར་
ལྟ་མཛེས། །
ཤེས་རིག་མཐའ་རྒྱ་ཡངས་པའི་
རྒྱུགས་ལམ་དུ། །
རེ་བའི་རྟོ་པོ་བཞོན་ནས་བཅོན་
པས་བྲུབ། །
པ་ཁྱིམ་དོན་མོ་གཅིག་ལྟེ་སྤྱོད་སྤྱོད་
ལས། །
ཆེད་འཛོལ་བཟང་པོ་ཞིག་ལྟེ་
དབྱངས་གསལ་བྱུང་། །
སྤྱོད་པའི་ལས་དབང་ཞིག་གིས་
ཡུན་གྱིས་ཅེ། །
བྱིས་དུས་སྤྱོད་པ་དྲངས་པས་སྤྱོད་
གྱིས་ཁོངས། །
དོན་ལའི་ལྟ་བུ་བསམ་ཞིང་།

བསམ་པའི་མཐར། །
བྱིས་པའི་དུས་ཆེན་སྤྱོད་པར་ཁ་
ཐག་བྱུང་། །
སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་པ་ཆོགས་ཀྱང་དྲན་
པ་ཅོམ། །
ཡིན་ཡང་ཆེས་དྲན་བཟང་བས་
གཏན་དུ་དྲན། །
མཆོག་མཐར་རིགས་གཅིག་ཀྱུན་གྱི་
བྱིས་པ་ལ། །
པ་སྤྱོད་པ་ཡིག་སྤྱོད་པའི་རེ་
འདུན་ཞིག །
བྱིས་པའི་དུས་ཆེན་འདི་ལ་ལེགས་
སྤྱོད་ཆོལ། །
ལྟ་མཛེས་དགའ་དཀར་སེམས་ཀྱིས་
ལུས་བ་ཡིན། །

༼ཁམས་འོད་གསལ༽



ན་རྒྱུང་བྱིས་པའི་དུས་སྟོན་བསུ།

སྤྱོད་ཡིག་སྤྱོད་ལོལ་གྱི་བདག་པོ་རྒྱུ་པ། །
མས་པོའི་ལུས་འཛོན་གྱི་ལུས་སྤྱོད་རྒྱུ་པ། །
རང་སེམས་རྒྱུ་དག་གི་མེ་ལོང་དོས་སུ། །
ལུས་སྤྱོད་གཞས་གཤིས་ཀྱི་རི་མོ་ལྷོས་དང་། །

དེ་རིང་སྤྱོད་རྒྱུང་གིས་བསམ་པ་དག་པས། །
གསར་སྤྱོད་མེ་རྟོག་གི་ཆོ་བོ་ཆོ་མོར། །
བཀྲ་ཤིས་ཁ་བཏགས་ཀྱི་ཆེ་སྤྱོད་སྤྱོད་མོས། །
དྲུག་གཅིག་དུས་སྟོན་ལ་རྟོན་འབྲེལ་ལུ་འོ། །

ལང་ཆོ་འཛོན་ལྟར་མཛེས་ཤིང་སྤྱོད་ཅིང་། །
ནང་སེམས་ནམ་མཁའ་བཞིན་དྲངས་ཤིང་གསལ་བའི། །
ཤེས་རིག་སྤྱོད་ཆོགས་ཀྱི་སྤྱོད་ལྟེ་སྤྱོད་ནས། །
ཀུལ་འོང་དབྱར་སྤྱོད་དེ་དྲོལ་མཛེས་མ་འཛོག། །

གཞན་སྤྱོད་བཤད་པ་དེ་རྒྱུ་དུ་བྱེད་ཅིང་། །
རང་སྤྱོད་ཆོ་སྤྱོད་བཞིན་གཅེས་ཤིང་བཀྲ་པའི། །
པ་སྤྱོད་པ་ཡིག་གི་རྟོན་གཞིར་ལྟར་བའི། །
བྱིས་པ་རྒྱུང་རྒྱུང་ཆོ་ཆོ་རིང་ནད་མེད། །

པ་མ་ཆ་ཆས་ཆོད་དཔལ་བའི་མིག་བྱུང་། །
དགོ་ཆ་དམ་པ་ཆོད་རེ་བའི་བྱུ་བཞིན། །
རང་རིགས་སྤྱོད་ཆུ་ཡི་པ་ལྟེ་སྤྱོད་བའི། །
རིགས་ཀྱི་ཁྱེད་ཆོར་སྤྱོད་སེམས་འཕེལ་ཤོག། །

དབྱར་ཆུ་དྲུག་པ་ཡི་མཛེས་སྤྱོད་སྤྱོད་ནས། །
ཞལ་རས་དགའ་སྤྱོད་ལས་བཟས་པའི་བྱིས་པ། །
པ་མེས་ཡལ་མེས་ཀྱི་ཆེས་སྤྱོད་བཞིན། །
དྲངས་གཙང་སེམས་པ་ལ་རྟོག་པ་མེད་ཤོག། །

དྲིན་ཆེན་པ་མ་ཆོད་པར་ནས་སོན་ཞིང་། །
ཆེད་ར་བྱུ་བཞི་ལ་སེམས་པ་སྤྱོད་པའི། །
ན་རྒྱུང་བྱིས་པ་ཆོད་ལུས་དང་སེམས་སུ། །
མི་འདོད་རྟོན་དཔར་གྱི་བར་ཆད་མེད་ཤོག། །

དུས་ཆོད་དེས་མེད་ཀྱི་ལྟག་ཀྱི་རེ་ནས། །
སྤྱོད་པའི་ཆོ་སྤྱོད་ལ་འོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཞིང་། །
ཤེས་བྱ་མེ་རྟོག་གི་སྤྱོད་ཆེ་འབྱུང་བའི། །
སྤྱོད་གསར་གཞོན་ལྟོ་ཆོར་ཤེས་རབ་འཕེལ་ཤོག། །

གཞན་དུས་དྲངས་ཀྱི་སྤྱོད་ཆ་སྤྱོད་ཞིང་། །
ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་གི་སྤྱོད་ལུང་འབྱུངས་པའི། །
ཁ་དཀར་གཞུང་དྲང་གི་བྱ་སྤྱོད་རྒྱུ་ལ། །
ཁ་དགོ་བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་སྤྱོད་ལམ་བཏབ་ཡོད། །

༼འོད་འཛོན་མ༽

༡

དེ་རིང་ནི་བྱིས་པའི་དུས་ཆེན་ཉེ་གནམ་
འོག་གི་བྱིས་པ་ཡོངས་ལ་དབང་བའི་ཆེས་ཡིད་
འོང་གི་ཉིན་མོ་ཞིག་རེད། ཡིད་འོང་གི་ཉིན་མོ་
འདིའི་ཡོང་ཁུངས་ནི་ཆེས་ཡིད་དུ་མི་འོང་པའི་
དངོས་ཟིན་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་སྤྱོད་ཀྱི་ཡིད་ལ་
བཞེན་ནས་བྱུང་བ་གྲགས་ཤིང་། བྱིས་སྤྱོད་ཉིན་མོ་
དེ་དྲན་གསོ་བྱ་བྱིར་རམ་ཡང་ན་སྤྱོད་ཡང་སྤྱོད་གར་
ཆེན་པོ་དེ་དང་ཆ་འདྲ་བའི་སྤྱོད་ནས་དང་གདུག་
རྒྱུ་བྱི་བྱི་སྤྱོད་དག་གཏན་ནས་སྤྱོད་མི་འབྱུང་
བའི་བྱིར། ཉིན་མོ་འདི་བྱིས་པ་རྒྱུས་ལ་དབང་
བའི་ཉིན་མོ་འཛོན་སྤྱོད་རང་བཞིན་གྱིས་གཏན་
འབེབས་བྱས་པ་རེད་ཟེར། བྱིས་པ་ནི་མི་རིགས་
ཤིག་གི་སྤྱོད་ཆ་འཛོན་ལམ་དང་མི་རིགས་ཤིག་
གི་མདུན་ལམ་འོད་སྤྱོད་བསྐྱར་མཁུ་གྱི་མཁའ་
དབྱངས་ཀྱི་སྤྱོད་མ་འོད་ཆེན་རེ་རེ་དུ་དེས་པས།
བྱིས་པ་ཆོད་ལྟ་མེད་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ལང་ཆོད་
འདབ་མའི་དོས་སུ། བདེན་དགོ་མཛེས་གསུམ་གྱི་
བཅེས་ཟིན་པའི་སྤྱོད་གསོའི་ཆར་ཟིམ་དང་བྱམས་
བཅེད་ཉེ་ཟེར་བྱུང་སྤྱོད་ཀྱིས་སྤྱོད་བཞིན་པ་མ་དང་
དགོ་ཆ་དག་གི་འོས་བབ་སྤྱོད་ལྟར།

༢

ཁོ་པོ་ལ་མཆོན་ན་མི་ཆོད་ནང་གི་བྱིས་པའི་
དུས་ཆེན་བསུ་དུས་ཐོག་མ་ནི་པོ་དོ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་

༣

མི་པོ་བཅུ་ལྟག་ལྟག་གི་དེ་རིང་ཁོ་པོ་པོ་པོ་པོ་
དང་པ་མ་ཡོད་སའི་གནས་སྤྱོད་དབང་གིས་

ཐེངས་ཤིག་ལྟག་རྒྱུ་བྱུང་ཞིང་། ད་ནི་བྱིས་པ་ཞིག་
ལྟར་བྱུ་བྱེད་ཅི་ལ་འདྲ་མི་བྱེད་པར་རང་གར་ཅི་
ཞིག་ལ་གཡེང་གཡེང་ནས་བསྤྱོད་ཅིང་། མ་མས་
བཅོས་པའི་ཆོད་མ་དང་བཀའ་ལྟར་འབྲེལ་ཞོ་བོད་
གྲོ་སྤྱོད་བཅོས་མ་སོགས། ཉིན་ཞག་ཅིག་གི་དུས་
གསུམ་གྱི་ཁ་ཟས་ཁྱིམ་མི་དག་དང་སྤྱོད་ཅིག་ཀྱི་
རོལ་རྒྱུ་བྱུང་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་གཉེན་ཉེ་མང་དག་
ཅིག་དང་དོ་འཕྲད་དེ་སྤྱོད་སྤྱོད་གི་ཁ་བརྟ་
ཆོགས་ལབ་སྤྱོད་བྱ་རྒྱུ་བྱུང་། ད་དྲང་མི་ལམ་
འཛོལ་བའི་ལུས་སྤྱོད་ཟིན་ཐོ། ཞེས་པའི་བྱིས་སྤྱོད་
རང་བཞིན་གྱི་འགྲུལ་རིས་སྤྱོད་བརྟན་སྤྱོད་ཆེ་མོ་
ཞིག་ལ་བཏུས་པ་ཡིན། དེ་རིང་ཁོ་པོའི་བྱིས་དུས་
ཀྱི་སྤྱོད་བརྟན་མང་པོ་ཞིག་དྲན་དོགས་སྤྱོད་དབང་
མེད་དུ་འཁོར་ཡོང་ཞིང་། ཆོ་མོ་རྒྱུང་རྒྱུང་གི་
བཅོས་མེན་གྱི་ཆེད་དཀོད་དང་གཡོ་ལྟོད་མེད་པའི་
འཛོལ་མདངས་ཀྱིས་འགོག་མེད་ཀྱི་སྤྱོད་ལ་གཞན་
ཞིག་སྤྱོད་བར་བྱེད། འདི་ལྟར་དུས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་རིང་
མོས་ལྟར་ཆོད་གསོན་དོགས་ཀྱི་སྤྱོད་བར་རེ་
རྒྱུང་ནས་རྒྱུང་དུ་ཁྱེད་སོང་ན་ཡང་། བདེ་བདེ་
ཐང་ཐང་དང་དགའ་དགའ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་མི་ཆོད་
ཆ་གསལ་འདི་དང་འདི་འདྲ་བའི་ཉིན་ཞག་རེ་
བྱུང་ནམ་ཞར་བསྐྱལ་དུས་ཡོད་པ་འདི་ཡང་།
ཆོ་འདིའི་བདེ་སྤྱོད་ཅེས་པའི་གཟུགས་འདས་ཀྱི་
རེ་སྤྱོད་ཀྱི་དེ་དང་ཁ་ཐག་ཉེ་ཆུལ་རེ་ཅི་ལ་མེན་ཉེ་
ཡིན་པ་འདྲ་ལོ། །

༼རྒྱན་ཆར༽

