༄༅། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བའི་ཕན་ཡོན་
ཚིགས་སུ་བཅད་པ་བཞུགས་སོ། །

༄༅། །རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ཙཻ་ཏྱ་པྲ་དཀྵི་ན་ག་ཐཱ། བོད་
སྐད་དུ། མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བའི་ཚིགས་སུ་བཅད་པ། དཀོན་
མཆོག་གསུམ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ཤེས་རབ་ལྡན་མཆོག་འཇིག་རྟེན་
ན༏ །ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྗེས་བསྐོར་བ། །ཤེས་རབ་ཆེན་པོ་ཤཱ་རིའི་
བུས༏ །སྟོན་པ་ལ་ནི་ཞུ་བ་ཞུས། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བགྱིས་པ་
ཡི༏ །རྣམ་པར་སྨིན་པ་ཅིར་འགྱུར་བ། །སྟོན་པ་ཆེན་པོ་འཇིག་རྟེན་
མཆོག །རྣམ་པར་འདྲེན་པས་བདག་ལ་གསུངས། །རྫོགས་སངས་
རྒྱས་པ་རྐང་གཉིས་མཆོག །སྟོན་པས་དེ་ལ་བཀའ་སྩལ་པ། །
མཆོད་རྟེན་དག་ལ་ཕྱག་བྱས་པའི། །ཡོན་ཏན་གང་ཡིན་ཕྱོགས་ཙམ་
བསྟན༏ །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །ལྷ་ཀླུ་དེ་བཞིན་གནོད་

༄༅། །སྤྲིན་དང་། །ཁ་ཟ་དེ་བཞིན་སྲིན་རྣམས་
ཀྱིས༔ །ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་མཆོད་པར་འགྱུར། །དལ་བ་རྙེད་དཀའ་
ཐོབ་གྱུར་ནས། །སྐད་ཅིག་གཅིག་ཙམ་བར་དུ་ཡང་། །མཆོད་རྟེན་
བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །མི་ཁོམ་བརྒྱད་རྣམས་སྤོང་བར་འགྱུར། །
མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །དྲན་དང་ལྡན་ཞིང་བློ་གྲོས་
ལྡན༔ །ཁ་དོག་ལྡན་ཞིང་མཛེས་པ་དང་། །ཐམས་ཅད་དུ་ནི་
མཆོད་པར་འགྱུར། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །ལྷ་དང་དེ་
བཞིན་མི་རྣམས་ཀྱི། །ཚེ་རིང་བ་ཡང་དེ་ཡིས་འཐོབ། །གྲགས་པ་
ཆེན་པོའང་འཐོབ་པར་འགྱུར། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་
ནི༔ །འཛམ་བུ་གླིང་དུ་རུས་ཀྱི་མཆོག །ཚེ་རིགས་ཡོངས་སུ་དག་

པར་ཡང་། །བློ་ལྡན་དེ་ནི་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །ཁ་བཞིན་
དག་ཀྱང་བཟང་བ་དང་། །མདོག་སྡུག་པ་དང་མཁས་པ་དང་། །བདེ་བར་གནས་པ་འཐོབ་
པར་འགྱུར། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །ཕྱུག་ཅིང་ནོར་ཡང་མང་བ་དང་། །སེར་
སྣ་མེད་ཅིང་གཏོང་ཕོད་དང་། །སྦྱིན་པ་དགའ་དགའ་བར་འགྱུར། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་
བྱས་པས་ནི། །ཡིད་དུ་འོང་ཞིང་བལྟ་ན་སྡུག །མདོག་བཟང་མཐོང་ན་དགའ་བ་དང་། །
ལོངས་སྤྱོད་ཆེན་པོ་འཐོབ་པར་འགྱུར། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །འདུ་བྱེད་སྟོང་
པར་མཐོང་ན་ཡང་། །དེ་ནི་ཆོས་ལ་རྨོངས་མི་འགྱུར། །མྱུར་དུ་དགའ་བ་འཐོབ་པར་
འགྱུར༑ །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །རྒྱལ་རིགས་མཆོག་ཏུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །བྲུ་
སྣད་དང་ཡང་ལྡན་པ་དང་། །སྟོབས་དང་བརྩོན་འགྲུས་ལྡན་པར་འགྱུར། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་
བ་བྱས་པས་ནི། །བྲམ་ཟེ་ཆེ་ཞིང་མཐོ་བར་སྐྱེ། །ཚུལ་ཁྲིམས་ལྡན་ཞིང་ཐོས་དང་ལྡན། །
རིག་བྱེད་གསང་སྔགས་ལྡན་པར་འགྱུར། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །ཁྱིམ་བདག
ཆེ་ཞིང་མཐོ་བར་སྐྱེ། །ཕྱུག་ཅིང་ནོར་ཡང་མང་བ་དང་། །ནོར་དང་འབྲུ་དང་ལྡན་པར་

༄༅། །འགྱུར༔ །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །འཛམ་བུ་གླིང་གི་
མངའ་བདག་རྗེ། །ས་སྟེང་མཐའ་དག་དབང་བྱེད་པའི། །ཆོས་དང་ལྡན་པའི་རྒྱལ་པོར་
འགྱུར༔ །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །རིན་ཆེན་བདུན་དང་ལྡན་པ་ཡི། །འཁོར་ལོས་
སྒྱུར་བའི་རྒྱལ་པོར་འགྱུར། །ཆོས་བཞིན་འཁོར་ལོ་སྐོར་བར་བྱེད། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་
བྱས་པས་ནི། །འདི་ནས་འཕོས་ནས་མཐོ་རིས་འགྲོ། །སངས་རྒྱས་བསྟན་ལ་དགའ་བ་
དང༌༔ །རྣལ་འབྱོར་ལྡན་ཞིང་རྫུ་འཕྲུལ་ཆེ། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །ལྷ་ཡུལ་
དག་ནས་འཕོས་ན་ཡང༌། །དེ་ནི་མི་ཡི་ནང་དུ་སྐྱེ། །རྨོངས་པ་མེད་པར་མངལ་དུ་འཇུག །
མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །མངལ་གྱི་སྐྱོན་དང་དྲི་མ་ཡིས། །དེ་ལ་གོས་པར་མི་
འགྱུར་ཏེ། །དེ་ནི་ཙོར་བུ་དག་པ་བཞིན། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །མ་ལྟོར་བདེ་
བར་གནས་པར་འགྱུར། །དེ་ནི་བདེ་བར་བཙའ་བ་དང༌། །བདེ་བར་ནུ་ཞོ་བཏུང་བར་
འགྱུར༔ །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །ཕས་ཀྱང་གཡོག་འཁོར་མང་པོ་ཡིས། །དེ་
ལ་གསོ་ཞིང་གནང་བར་འགྱུར། །མ་མས་རྟག་ཏུ་རིམ་གྲོ་བྱེད། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས

པས་ནི། །ཁ་ཟ་དང་ནི་སྲིན་རྣམས་ཀྱིས། །དེ་ལ་གནོད་པ་མི་ནུས་ཏེ། །ཡོངས་སྤྱོད་དག་ལ་
སྐྱོན་མེད་འགྱུར། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །བསྐལ་པ་བརྒྱར་ཡང་དེ་དག་
རྣམས༔ །ཞན་པ་སྦྲུར་པོར་ཡོང་མི་འགྱུར། །ལུས་ཀྱང་རྣམ་པར་དག་པར་འགྱུར། །མཆོད་
རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །མིག་ཀྱང་རྣམ་པར་དག་པ་དང་། །དཀྱུས་རིང་མཐོན་མཐིང་
སྨུག་པ་དང་། །ལྷ་ཡི་མིག་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཐོབ། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །ལུས་
བརྟན་སེམས་ཀྱང་བརྟན་པ་དང་། །དེ་བཞིན་བརྩོན་འགྲུས་བརྟན་པ་དང་། །དཔུང་མགོ་ཟླུམ་
ཞིང་བརྟན་པར་འགྱུར། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །སྟོབས་དང་བྱད་གཟུགས་ཕུན་
སུམ་ཚོགས། །ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་མཚན་རྣམས་ཀྱིས། །ལེགས་པར་བརྒྱན་ཅིང་ལྡན་པར་
འགྱུར༔ མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །སུམ་ཅུ་རྩ་གསུམ་དབང་ཕྱུག་རྗེ། །རྫུ་འཕྲུལ་
ཆེན་པོའི་བརྒྱ་བྱིན་དུ། །ལྷ་ཡི་དབང་པོ་ཆེན་པོར་འགྱུར། མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་
ནི༔ །འཐབ་བྲལ་ལྷ་ཡི་དབང་པོ་དང་། །དེ་བཞིན་ཡོངས་སུ་དགའ་ལྡན་དང་། །འཕྲུལ་
དགའ་གཞན་འཕྲུལ་དབང་བྱེད་འགྱུར། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །ཚངས་པའི་

༄༅། །འཇིག་རྟེན་ཚངས་པ་ཡི། །དབང་ཕྱུག་ཉིད་དུ་དེ་འགྱུར་ཞིང་། །ལྷ་
རྣམས་བྱེ་བ་སྙེད་ཀྱིས་མཆོད། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །བསྐལ་པ་བྱེ་བ་སྟོང་
དག་དང་། །ཁྲག་ཁྲིག་ཕྲག་བརྒྱ་དག་ཏུ་ཡང་། །ཤེས་རབ་ལྡན་པས་རྟག་ཏུ་མཆོད། །
མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །བསྐལ་པ་བྱེ་བ་སྟོང་དག་ཏུ། །ལུས་གཙང་གོས་ཀྱང་
གཙང་བ་དང་། །དཀར་པོའི་ཆོས་དང་ལྡན་པར་འགྱུར། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་
ནི༑ །སྟོབས་དང་བརྩོན་འགྲུས་ཕུན་སུམ་ཚོགས། །དེ་ནི་ལེ་ལོ་མེད་པ་དང་། །ཤིན་ཏུ་སྒྲུབ་
ཀྱང་ཡོད་པར་འགྱུར། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །བརྩོན་འགྲུས་བརྟན་ཞིང་མཐུ་
ཡང་བརྟན། །རྩོལ་བརྟན་ཅེས་ཀྱང་མི་ཚུགས་ཤིང་། །དོན་རྣམས་མྱུར་དུ་གྲུབ་པར་བྱེད། །
མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །གདུངས་སྐྲན་གསུམ་ཡང་མཐོ་བ་དང་། །ཡིད་དུ་འོང་
བའི་ང་རོ་ཅན། །གནོད་པ་མེད་ཅིང་ནད་མེད་འགྱུར། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །
ང་ཉིད་ཀྱིས་ནི་བསྟན་པ་ཡི། །གནས་དང་མྱུར་དུ་བདེར་འགྲོ་ཞིང་། །ཤེས་ཆེར་སྐྱེ་བ་འཐོབ་
པར་འགྱུར། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །དྲན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་བཞི། །སེམས་

ཀྱི་ཚད་མེད་བཞི་པོ་དང་། །རྫུ་འཕྲུལ་རྐང་པའི་དབང་ཡང་འཐོབ། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་
བྱས་པས་ནི། །འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་པ་དང་། །དབང་པོ་རྣམས་དང་སྟོབས་རྣམས་
དང་༑ བྱང་ཆུབ་ཡན་ལག་འབྲས་བུ་འཐོབ། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །མངོན་
ཤེས་དྲུག་ལྡན་ཟག་མེད་པ། ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་སྤྱངས་པ་ཡི། །དགྲ་བཅོམ་རྫུ་འཕྲུལ་
ཆེན་པོར་འགྱུར། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །འདོད་ཆགས་ཞེ་སྡང་སྤྱངས་པ་
དང་༑ །འཁོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་སྤྱངས་པ་དང་། །རང་རྒྱལ་བྱང་ཆུབ་འཐོབ་པར་
འགྱུར༑ །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བ་བྱས་པས་ནི། །འཇིག་རྟེན་དག་ཏུ་དེ་བཞིན་གཤེགས། །
མཚན་རྣམས་ཀྱིས་ནི་བརྒྱན་པ་དང་། །གསེར་གྱི་སྐུ་མདོག་འཐོབ་པར་འགྱུར། །ལུས་ཀྱི་
ལས་ཀྱང་བསྐོར་བ་ཡིན། །ངག་གི་ལས་ཀྱང་བསྐོར་བ་ཡིན། །ཡིད་ཀྱི་ལས་ཀྱང་བསྐོར་བ་
ཡིན༑ །སྨོན་ལམ་བཏབ་པའང་བསྐོར་བ་ཡིན། །འདིར་ནི་བསྐོར་བ་བྱས་པ་ཡིས། །སྤྲོད་ཁ་
བདེ་དགུར་དོན་རྣམས་འགྲུབ། །འཇིག་རྟེན་མགོན་པོའི་མཆོད་རྟེན་ལ། །བསྐོར་བ་བྱས་པའི་
ཡོན་ཏན་གང་། །དེ་ནི་ཚིག་ཙམ་ཉི་ཚེ་ཡིས། །ལེགས་པར་བསྟན་པར་མི་ནུས་སོ། །སེམས་

༄༅། །ཅན་རྣམས་ལ་སློང་བརྩེའི་ཕྱིར། ཤཱ་རིའི་བུས་ནི་ཞུས་ནས་ཀྱང་། །
མཆོད་རྟེན་ཕྱག་བྱས་ཡོན་ཏན་གང་། །འཇིག་རྟེན་མགོན་པོས་བསྟན་པ་ཡིན། །རྟ་བརྒྱ་དང་ནི་
གསེར་སྲང་བརྒྱ། །རི་མོའི་ཤིང་རྟ་བརྒྱ་དག་དང་། །རྫོང་མ་བརྒྱ་ཡི་ཤིང་རྟ་རྣམས། །རིན་
ཆེན་སྣ་ཚོགས་བཀང་བ་ཡང་། །བསྐོར་བའི་གོམ་པ་གཅིག་བོར་བའི། བཅུ་དྲུག་ཆར་ཡང་
མི་ཕོད་དོ། །ཀམ་པོ་ཛ་ཡི་བུ་མོ་བརྒྱ། །ནོར་བུ་རྣ་ཆ་གདུབ་གོར་སོགས། །གསེར་གྱི་དཔུང་
རྒྱན་འཆང་བ་དང་། །མགྲིན་པ་གསེར་གྱིས་ལེགས་བརྒྱན་པ། །བསྐོར་བའི་གོམ་པ་གཅིག
བོར་བའི། །བཅུ་དྲུག་ཆར་ཡང་མི་ཕོད་དོ། །གངས་ཀྱི་གླང་ཆེན་བརྒྱ་སྐྱེད་དང་། །ལུས་
ཆེན་ནམ་ཁོང་ཡངས་པ་དང་། །སྣ་ཡང་གཡོལ་མདའ་འདྲ་བའི་གླང་། །གསེར་དང་ནོར་
བུས་བརྒྱན་པ་ཡང་། །བསྐོར་བའི་གོམ་པ་གཅིག་བོར་བའི། །བཅུ་དྲུག་ཆར་ཡང་མི་ཕོད་
དོ༔ །མཁས་པ་གང་གིས་སངས་རྒྱས་མཆོད་རྟེན་ལ། དགའ་བའི་སེམས་ཀྱིས་གོམ་པ་
གཅིག་བོར་བ། །འཛམ་བུ་ཆུ་ཀླུང་གསེར་སྲང་འབུམ་ཕྲངས་སྙེད། །དེ་ནི་དེ་དང་མཚུངས་པ་
ཡོད་མ་ཡིན། །མཁས་པ་གང་གིས་སངས་རྒྱས་མཆོད་རྟེན་ལ། །དགའ་བའི་སེམས་ཀྱིས

འཛིམ་གོང་གཅིག་པོར་ན། །འཛམ་བུ་ཆུ་ཀླུང་གསེར་གྱི་ཕ་བོང་འབུམ། །དེ་ནི་དེ་དང་
མཚུངས་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །མཁས་པ་གང་གིས་སངས་རྒྱས་མཆོད་རྟེན་ལ། །དགའ་བའི་
སེམས་ཀྱིས་མེ་ཏོག་སིལ་མ་སྤྲུངས། །འཛམ་བུ་ཆུ་ཀླུང་གསེར་སྡོང་འབུམ་བཞག་པ། །དེ་ནི་
དེ་དང་མཚུངས་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །མཁས་པ་གང་གིས་སངས་རྒྱས་མཆོད་རྟེན་ལ། །དགའ་
བའི་སེམས་ཀྱིས་མེ་ཏོག་འཕྲེང་བ་འདོགས། །འཛམ་བུ་ཆུ་ཀླུང་གསེར་ཁལ་བྱེ་བ་གཉིས། །
དེ་ནི་དེ་དང་མཚུངས་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །མཁས་པ་གང་གིས་སངས་རྒྱས་མཆོད་རྟེན་ལ། །
དགའ་བའི་སེམས་ཀྱིས་སྤོས་ཆུས་དབང་བསྐུར་བ། །འཛམ་བུ་ཆུ་ཀླུང་གསེར་གྱི་ཕུང་པོ་
འབུམ༔ །དེ་ནི་དེ་དང་མཚུངས་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །མཁས་པ་གང་གིས་སངས་རྒྱས་མཆོད་
རྟེན་ལ། །དགའ་བའི་སེམས་ཀྱིས་མར་མེ་འབུལ་བྱེད་པ། །འཛམ་བུ་ཆུ་ཀླུང་གསེར་གྱི་བྱེ་བ་
འབུམ༔ །དེ་ནི་དེ་དང་མཚུངས་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །མཁས་པ་གང་གིས་སངས་རྒྱས་མཆོད་
རྟེན་ལ། །དགའ་བའི་སེམས་ཀྱིས་རྒྱལ་མཚན་ཕན་གདུགས་འདོགས། །གསེར་གྱི་རི་བོའི་
ལྷུན་པོ་ཚད་འབུམ་ཡང་། །དེ་ནི་དེ་དང་མཚུངས་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །འདི་ནི་དཔག་མེད་དེ་

༄༅། །བཞིན་གཤེགས། །རྒྱ་མཚོ་འདྲ་བའི་རྫོགས་སངས་རྒྱས། །དེང་
དཔོན་བླ་ན་མེད་པ་ལ། །ཕྱུལ་བའི་ཕན་ཡོན་བསྟན་པ་ཡིན། །བཞུགས་པའི་ཚེ་ན་གང་གིས་
མཆོད༔ །སྒྲ་དང་འདས་འོག་གང་གིས་མཆོད། །སེམས་དགའ་བ་ཞི་མཚུངས་གྱུར་པ། །
བསོད་ནམས་ལ་ཡང་ཁྱད་པར་མེད། །དེ་ལྟར་སངས་རྒྱས་བསམ་མི་ཁྱབ། །སངས་རྒྱས་
ཆོས་ཀྱང་བསམ་མི་ཁྱབ། །བསམ་མི་ཁྱབ་ལ་དད་རྣམས་ཀྱི། །རྣམ་པར་སྨིན་པའང་བསམ་
མི་ཁྱབ། །མཆོད་རྟེན་བསྐོར་བའི་ཚིགས་སུ་བཅད་པ་རྫོགས་སོ།། །།དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་
དགྲ་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཤཱཀྱ་ཐུབ་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ཏདྱ་ཐཱ།
ཨོཾ་མུ་ནེ་མུ་ནེ་མ་ཧཱ་མུ་ནེ་ཡེ་སྭཱ་ཧཱ། ལན་ཅིག་བཟླས་བརྗོད་བྱས་ན་བསྐལ་པ་བྱེ་བ་བརྒྱ་ཕྲག་
བརྒྱད་ཁྲིའི་བར་དུ་སྡིག་པ་བྱས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་འབྱང་བར་འགྱུར་རོ། །
འཕགས་པ་ཤཱཀྱ་ཐུབ་པའི་སྙིང་པོའི་གཟུངས་རྫོགས་སོ།། །།མངྒ་ལཾ།། །།