ཨོཾ།

ཟབ་གསང་མཁའ་འགྲོའི་སྙིང་ཐིག་ལས། ཏྲང་སྲོང་ལྷའི་བླ་མའི་བསྐང་གསོལ་ཡིད་བཞིན་འགོང་པོ་བཞུགས་སོ།

ཨཱཿ ནམ་གཟུང་བཏང་ཀར་ཡེ། ཐམ་ཏྲ་ཀཱ་ར། ལྷ་ཆེན་གཙུག་ནན་ཐུགས། ལྷག་པའི་ལྷུས་བྱ་གང་དགེ་ས། བསྐང་གསོལ་ལྷ་ད
པའི་ཐབས་ཐབས། རི་རབ་བདར་མི་ཁ་ལྷུ་ཆ། ལྷ་ངུ་ཁ་ཏོར་མ་ནོར་བུའི་བདུན་ས། དེ་ལ་ངར་ཐབ་ཚོགས་ཀྱིས་བརྒྱན། ཐང
རི་ལ་ངང་ཡོར་ཐགས་ཕྱན་བརྒྱད། ཁ་ཏེས་ཡར་ཁ་ཏོ་ཆུ་ཡར། ཁ་ཏེ་ཡར་ཁ་ཏོ
ཆུ་ཐན། ཁ་ཏེས་ངང། ཁ་ལྷ་ཁ་ཐུགས་ཐགས་ལྷ་ཚོགས་ཁ་ཏོ། དེ་ཆགས་ལྷ་ལྷ་ཕ
ཆེ། ཁ་ཏོ་ཆ་ཐ་ལ་ཁ། ཁ་ལ་ཆ་ལ་ཁ། ཁ་ཏ་ལ་ཁ། ཁ་ཏ
ལ་ཁ། ཁ་ཏ
ལ
ཁ
ཁ
ཁ

ཐུགས། གསལ་གསལ་སྟོང་པོ་ཆོས་ཀྱི་སྐུ། ཡེ་ཡིན་མངོན་གྱུར་ཤེས་རབ་ཀྱིས། འགོར་འདས་ཡོངས་ལ་མངའ་དབང་བྱེད།
ཀུན་གཞི་ཀུན་སྐྱང་བགོངས་པ་ཡི། འགོར་བའི་དབང་ཕྱུག་ལྷ་ཆེན་པོ། ཁྱོད་ཀྱི་འཕྲུལ་ཏིད་འདོད་པའི་རྒྱལ། ཡིད་ཀྱི་དབང་ཕྱུག་ཆོས་ཀྱི
བདག། ཡེ་ནས་འབྲལ་མེད་ལྷན་གྱིས་ལྡན། གང་གིས་བསྒྲབ་བྱ་སྒྲུབ་བྱེད་ལས། འདས་ཀྱང་ཡུལ་ལ་མངོན་ཞེན་པའི། དབང་གྱུར་རང་སྣང
ཕྱིར་བཟུང་བརྟན། སེམས་སྣང་རང་དབང་མ་གྱུར་པའི། ཏྲི་ཀྱིས་འཆིང་བ་ངང་གྲོལ་ཕྱིར། རང་གི་སྒྲུབ་པར་རང་གིས་བྱས། ཚུར་ཐུགས

ཚུར་བྱོན་ལྷན་སྐྱེས་ལྟ། མིང་དང་དངོས་པོ་བཟང་དང་ངན། ཕན་གནོད་རེ་དོགས་བདེ་དང་སྡུག། གང་ཞར་གང་སྣང་ཁྱོད་ཀྱིས་འཕྲལ། གང་ནས་པོས་ཀྱང་ཁྱོད་ཀྱི་མིང་། ཤ་ཀ་ཏ
ཎི་ཎི་ཆོག་གིས་འགོད། ཏང་ཏང་ཐོ་དང་ཡིད་ཀྱིས་སེམས། ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་མ་ལག་ས་མ། སྟོན་ཆད་མངོན་ཏུ་ལྷུར་པ། ཏ་ནི་མངོན་ཏུ་འགྱུར་བར་མཛོད། འགོར་བ་ལུགས
སུ་ལྟོག་བྱས་ཆེ། སྐལ་ངན་གཏོད་མའི་གཞི་ཏུ་ཤེག། ཁྱབ་བདག་དབང་ཕྱུག་ཉིད་ཏུ་ཤེགས། བདག་ཏོག་གཞི་ཏུ་མ་ཞིག་པར། རང་གཞན་སྡུང་སེམས་དབང་ཏུ་སྡུས། ཐམས
ཅད་ཡི་དབང་ཏུ་བསྡུར། ཏྲཾ་ཏྲཾ། ངང་པ་ངང་ནི་དམ་ཚིག་གིས། དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ་སྦྱན་འདེན་ཀ་ཤེགས། འཕྲད་པའི་ཆུལ་པོ་ཀ་ཤེགས་ས་ནས་ལོ། ཚོགས་ཀྱི་བདག་པོ་ཀ་ཤེགས
ས་ནས་ལོ། བཅུན་མོ་ཕྱུ་མ་ཀ་ཤེགས་ས་ནས་ལོ། ལྷ་ལ་པའི་ལྷ་མོ་རྣམ་བཞི་བྱོན། བཀའ་སྟོད་དཔལ་མགོན་བདུན་ཏུ་བྱོན། འགོར་འཁའ་ལས་སྡུང་ཕྱིད་ཏེ་ཀས་ཚོགས་བྱོན། ལྷན་ཕྱེས
བདེ་ཆེན་གཏན་ལ་བཞུགས། ཧཱུ ཏྲཾ་ཝཾ་ཧཱ། ཏྲཾ། བདག་ཏོག་མ་ཏཾ་ཀ་ར་ཏ། འཕྲད་པ་ལྟ་ཡི་ལུས་བཟང་ནས། ཕྱི་པ་རྣམ་བཞིའི་རྣམ་འགྱུར་ངོ་མས། ཕྱི་མཆེད་བཅུ་གཉིས་ས

ཐོ།ཁ ལམ་བྱེད། འདོད་ཡོན་ལྷ་ཡི་འཕྲལ་ལ་དགའ། བདེ་སྡུག་བར་གསུམ་གཞན་དུ་འཕྲལ། འདི་དག་ངང་ཚུགས་ཀྱི་དབང། གཟུགས་ཀྱི་གཟུགས་མཆོག
རྒྱང་ཞགས་དབང། བསྐང་བའི་ཕས་མཆོག་ཏུ་ནམ། ཐུ་ཡི་མཆོག་གྱུར་ཐུ་འཛིན་དབང། བསྐང་བའི་ཕས། ཏེ་ཡི་མཆོག་གྱུར་ཏེ་འཛིན་མཁན། བསྐང་བའི་ཕས། ཏོ་ཡི
ཁ ལ ཁ
ཁ
ཁ

དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོའི་ཐུགས་དམ་བསྐང་ངོ། འདོད་པའི་རྒྱལ་པོའི། ཚོགས་ཀྱི་བདག་པོའི། འཁོར་དང་བཅས་པའི་ཐུགས་དམ་བསྐང་ངོ། རྡུངས། ཡང་ཅིག་ཐུགས་དམ་བསྐང་བ་ནི། ཕྱིད་པ་སྟོང་ལ་མ་བརྟེན་མེད། སྟོང་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་བཡི་དབང་། དེ་ཡང་བསྐང་བའི་ཐུགས་ཐུ་ཆགས་ལས། སྐྱེ་འགྲོ་ས་ཕམས་ལ་མི་བརྟེན་མེད། གལ་པ་བཅུད་ཀྱང་བཡི་དབང་། དེ་ཡང་ བསྐང་བའི་ཐུགས་ཐུ་བསོད། སྐྱེ་བ་རྣམ་བཞི་བློ་འབྲས་ཅིང་། སྟོང་བ་ཐུ་མའི་འཕྲལ་ཐུང་ངོ། དེ་ཡང་བསྐང་བའི་ཐུགས་ཐུ་ཕོ། སྐྱེ་ཆ་ནས་ཁ་ཅིག་ལ། ཕ་ཡ་ཁ་ཁ་ཅིག ཁ་ཁ ཁ ཁ

ཨཱཿ གཡོས། འོག་གཞི་ཆུ་གཱི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱུར། ཆུ་ལ་རང་བཞིན་བརྟན་པ་ལས། དཔལ་གསལ་རྡོ་གས་བྱལ་ཆུ་མཆོར་མཇོན། ཆུ་ལ་མཇོན་ཞེན་
བརྟན་པ་ལས། སྲ་བརྟན་ས་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱུར། ས་ལ་མེ་མཁན་ཆུ་བརྟེན་པས། འཕྱུང་བ་མེ་ཡི་རང་བཞིན་མཆེད། ཐམས་ཅད་ཆུ་གཱི་རང་བཞིན་ཏེ། ཆུ་གཱི་ངོ་བོ་ནམ་
མཁའ་ཆེ། ནམ་མཁའི་ངོ་བོ་འཇོན་པ་ཆུ། ཆུ་གཱི་དབང་པོ་དབང་ཕྱུག་ཆེ། དེ་ཕྱིར་ཁམས་གསུམ་ཁྱོད་ཀྱི་དབང་། གྱུབ་བརྒྱད་སྟེར་ཀྱང་ཁྱོད་ལ་མངའ། འཕྱུང་ལྷའི་རང་དབང་
ཁྱོད་ལ་ཡོད། ལོངས་སྤྱོད་དཔལ་ཀྱང་ཁྱོད་ལ་མཆོས། དགའ་ངང་བདེ་བ་ཁྱོད་ལ་ཡོད། ལེགས་པའི་བློ་གྲོས་ས་ལ་བཞུགས། ལྷོ་ག་ཁྱོད་ཀྱི་འོག་ནས་ལྷོ། འདས་ན་ཁྱོད་ཀྱི
ཁམས་ན་འདའ། ཁྱོད་ནི་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་ཀྱང་། འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་ཚུལ་བཟང་ནས། ཁམས་གསུམ་ཡོངས་ཀྱི་ཕྱོ་ཡང་བྱེད། ཕྱི་རོལ་ལྷ་བ་ལོག་པ་ལས། སྐྱབས་དང་མགོན
འཕྲལ་ལྷར་བྱེད་ནས། ནམ་མཁྱེན་ས་ལམ་བསྟོད་པ་དག། ཡལ་བར་དོར་ནས་ཁྱོད་ཀྱིས། ཐུགས་བསྟེད་དམ་བཅའ་འདོར་རམ་ཅི། དབང་ཕྱུག་ཐོག་པ་དོན་རེ་ཆུང། མ་གཡེལ་མ

འགྱུར་བས་དམ་ལ་འདུས། ང་དང་ཁྱོད་ཉིད་མི་འབྲལ་ཞིང་། དགེ་མེད་སྒྲོང་བའི་དམ་བཅའ་བཟུང་། བསྐྱབ་བསྟེན་གསོལ་མཆོད་ཅ་ཡིས་བྱེད། ཕྱིན་ལས་རབ་འབྱམས་ཁྱོད་ཀྱིས་
སྐྱབས། མནའ་ཐོ་ཡིན་ནོ་མནའ་མ་ཟ། དམ་བཅའ་ཡིན་ནོ་དམ་མ་ཉམས། ཁྱོད་ཉིད་ཅམས་གསུམ་དབང་ཕྱུག་གི། གོ་འཕང་ཐོབ་པ་དོན་མ་ཆུང། ནམ་མཁའ་འདོད་པའི་སྐྱེ་འགྲོ
ཡི། ཐོ་ལྡ་དམ་པའི་ཆོས་ལ་ཏྲོངས། ཐོ་ཕུག་གཏན་བདེའི་ས་ཏུ་ཟུངས། བསྟན་ལྡང་ཆུལ་པོ་དབང་ཕྱུག་ཆེ། མི་འབྲལ་བློ་ཁམས་ལ་ཤ་ཁ་ཁ་ལ་ཀ
ཤ། ངོ་ནུབ་ཕུག་ས་ནམ་ཀཏ་ཀ
ལ
ཤ
ཡ
ཀ
ཤ
ཡ
ཀ
ཤ
ཡ
ཀ

ཨཱཿ། གཏོར་མས། ལོངས་སྤྱོད་ཆར་ལྟར་འབེབས་པའི། ཞལ་ཟས་ཚོགས་ཀྱིས། ཕྱིན་ལས་ཐོགས་མེད་བསྐྱབ་པའི། བལྟེ་གཏོར་མས། དགོས་འདོད་རེ་བ
སྐོང་བའི་ཕྱིར། གཟུགས་འགྲོས་སྣ་ཚོགས་ཕྱུགས་དམ་བསྐང་། ཟས་ནོར་ཆར་ལྟར་འབེབས་པའི་ཕྱིར། ཟས་སྣ་དར་གོས་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐང་། བཅོན་དར་དཔའ་ཐུལ་བསྐྱེད་པའི
ཕྱིར། གཅན་གཟན་སྣ་ཚོགས་པཱས་པས་བས་བསྐང་། ཁམས་གསུམ་དབང་དུ་སྡུད་པའི་ཕྱིར། དབང་གི་ཐུས་མཆོག་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐང་། ནོར་ཕྱི་དངོས་གྲུབ་འདུ་བའི་ཕྱིར། རིན་ཆེན
སྣ་ཚོགས་ཕུགས་དམ་བསྐང་། དབང་ཐང་རིགས་བརྒྱད་ལྷུན་བའི་ཕྱིར། མདའ་དར་མཛེས་ལྷན་ཕུགས་དམ་བསྐང་། ལྷ་ལོག་བདུད་སྡེ་བཅོམ་པའི་ཕྱིར། གཤམ་ལྷུགས་འགོར་ལོས
ཕུགས་དམ་བསྐང་། དུས་འཁྱུགས་མཆོད་བསྐལ་ཟློག་པའི་ཕྱིར། གོ་ཁྲབ་མཆོད་ཆའི་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐང་། ནད་མེད་བསྐལ་པ་བཟློག་པའི་ཕྱིར། སྨན་དང་འདོད་འཇུང་ནོར་བུས
བསྐང་། གཤས་དང་ཡུལ་འཁས་བའི་ལྷན་ཕྱིར། རི་རབ་ལྷུན་པོས་ཕུགས། ཟབ་ཆོས་བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་ཕྱིར། རྒྱལ་ཕྱིད་སྣ་བདུན་ཕུགས། བརྒྱད་འཛིན་བཅུ་གཉིས་འཕེལ་བའི་ཕྱིར།

བཀྲ་ཤིས་ཐུར་བཀྲུད་ཕྱགས། བཤད་དང་སྒྲུབ་བསྟན་དར་རྒྱས་ཕྱིར། བཀྲ་ཤིས་རྒྱགས་བཀྲུད་ཕྱགས། བསྟན་པ་མི་ནུབ་དར་རྒྱས་ཕྱིར། མེ་ཏོག་སྣ་ཚོགས་ཕྱགས། ངག་བཅོལ་ལས་
གདུགས་པ་བསྐྱལ་བའི་ཕྱིར། ཕྱན་དང་ཐོར་ཁྱེམ་ཕྱགས། འདོད་ཁྱེད་དཔལ་ཡོན་ཕུན་ཚོགས་ཕྱིར། ཡོ་བྱད་དགོར་ནོར་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐང་། ཏཱ་ཏ
ངང་ལོངས་ཆེན་པོའི་ཕྱགས་དམ་བསྐང་། དགའ་དང་བདེ་བས་རྒྱས་འདེབས་མ། ལུ་མ་དེ་ལྷའི་ཕྱགས་དམ་བསྐང་། ལྷགས་ཀྱི་པདྨ་ཅན་ལམས་གསུམ་འགྲུགས། འགྲུགས་བྱེད་དམར
མོའི་ཕྱགས། ཞགས་པ་པདྨ་རིགས་ཚད་འཛིན། འཛིན་བྱེད་དམར་མོའི་ཕྱགས། ལྷགས་སྒྲོག་པདྨ་རིགས་ཚད་སྟོམ། ཕྱོམ་བྱེད་དམར་མོའི་ཕྱགས། དྲིལ་བུ་པདྨ་རིགས་ཚད་ཚྭོས།
ཚྭོས་བྱེད་དམར་མོའི་ཕྱགས། འདོད་པའི་ཁམས་ལ་མངའ་དབང་མཛད། འདོད་པའི་རྒྱལ་པོའི་ཕྱགས། སྡང་ཞིང་ཕྱིད་པ་དབང་བསྐྱར་དཔལ། ཚོགས་བདག་འཕོར་བཅས་ཕྱགས།
གཉིས་མེད་རོལ་པའི་བཀའ་སྟོད་པ། དཔལ་མགོན་བདུན་ཅུའི་ཕྱགས། འཇིག་རྟེན་དྲེགས་པར་དབང་བྱེད་པའི། སྡང་ཕྱིད་དྲེགས་ཚོགས་ཕྱགས། ཆུ་གསུང་ཕྱགས་ཀྱི་བཀོད་པའི་

ཐུགས། དཔལ། ཁམས་གསུམ་འགོར་གྱི་ཐུགས། ཆོས་བཅུད་རོལ་པའི་གར་བསྟར་བ། ལྷ་ས་ཁ་ལ་ཅུད་ཐུགས་དམ་བསྐང་། ཏཱཾ་ཏཱཾ། ལྷ་ཆེན་དབང་ཕྱུག
ཆེན་པོ་དང་། འདོད་ཆུལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་པོ་དགོངས། ཡུམ་མཆོག་ཡུ་མ་ཏྲེ་ཥི་དང་། སྤྱན་པའི་ལྷ་མོ་རྣམ་བཞི་དགོངས། སྤྱལ་དང་ཡང་སྤྱལ་གོ་ཊ་བྷནཾ། མ་ལུས་བདག་ལ
དགོངས་སུ་གསོལ། བདག་གིས་མ་རིག་མ་ཚོར་བས། ཐུབ་པ་གཡེལ་ཞིང་ལྷ་མ་གསལ། ལུགས་བཟློས་མ་དག་དམ་བཅའ་རལ། ཁྱོད་ཀྱི་ཐུགས་དང་འགལ་བ་ཅཱཀ
ལོངས་སྤྱོད་ཆུང་ཞིང་འཕྱོར་ཉམས་པས། ཐུབ་རྟེན་མཆོད་དང་བསྐང་བའི་ཕྱས། མ་འཕྱོར་མ་ཆེད་མ་ཚང་། མཐོ་ལོ་ཅཱཀ་ས་བསྐང་ལགས་ས། ངན
བར་མཛོད། ངས་ནི་རྒྱ་ཆུ་ཁྱོད་བརྟེན་མཆོད། ཁྱོད་དང་བདག་གཉིས་ངན་ལྟེར་མེད་ཏུ། འགོ་ཞིང་སྡུང་ཐོས་ཕྱིན་ལས་ཐུབ། མཉའ་ཐོ་ཁུས་ས་མཉའ་མ། ཅམ་ཚོ་ཡིན་ནོ་མ
འདའ་ཞིག། ལོངས་སྤྱོད་གཏེར་དང་འཕྱོར་ལྷན་ནོ། དབང་ཐང་བུ་དང་བཅོན་ཕྱུ་འཕན། ཕྱན་ས་ཆོ་ས་ཆོ་ཆོ་ས། ལ་ཁ་ཏ་ཀ་ཏ་ཏ་ཏ་ནས། ལ་ཁ

བསྐྱབ་བརྟན་མཆོད་གསོལ་བཅོས།ཁ ཁྱེད་ཀྱང་མ་གཡེལ་མ་འཁྱུང་བར། དགེ་སློང་བའི་ཞལ་དང་འགྲོ་ཁྲགས་སྟོན། ཕྱི་དགེ་མཐའ་དམག་གཡུལ་འཁྱེད་དང། ལྷ་ལོག་མུ་ཐེག་ཀླ
ཀློའི་ལྟེ། ནང་དགེ་འགྲུགས་ཅོད་དགེ་ཐབ་ཆོགས། མིང་གི་ལྷག་ཅམ་མ་ལུས་པར། མེ་ལྷག་ཆུ་ཡིས་བསད་བཞིན་ཏེ། ནད་རིམས་ཡམས་ནད་གོང་ཁ་དང། བཙན་སད་སེར
གསུམ་མུ་གེའི་ཆོགས། མ་ལུས་བསད་ཅིང་བཏོ་གར་མཛོད། ཕྱིད་ན་ཁྱོད་ལས་དབང་ཆེ་མེད། ང་ཡི་ཡིད་ལ་འདོད་དོན་ཀུན། མ་ལུས་འགྲུབ་པའི་ཕྱིན་ལས་མཛོད། ཇི་ལྟར་རྒྱ
བཅོན་ལྟར་ནས། དགེར་མེད་ཁྱོགས་མཛོད་ཕྱིན་ལས་བསྐྱབ། འགལ་ལས་ཉུང་ཕྲན་ཆགས་ཐམས་ཅད་སེལ། ཁཀ་ཤིས་དགེ་ལེགས་དཔལ་ཐོབ་ལྷུར། གཡར་སྐྱང་ཁྱབ་ལྟ
ཆེན་པོས་སྐྱང། ཕལ་ཆེ་ཁ་ཅིག ཕལ་ཆེ་ཁ་ཅིག ཟབ་ཆ། ཁམས་ཁ། ཁ་ཅིག ཕ
ཁ ཁ ཁ