



། གསེས་སྦྱོང་།





ॐ

གསོ་སྦྱང་



སངས་རྒྱལ་ཚེས་དང་ཚེགས་ཀྱི་མཚོག་རྣམས་ལ།  
 བྱང་ཚུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི།  
 བདག་གིས་སྦྱིན་སོགས་བཀྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས།  
 འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག།

(ལན་གསུམ།)



ས་གཞི་སྣོ་ས་ཚུས་བྱུགས་ཞིང་མེ་ཉོག་བགམ།  
རི་རབ་སྒྲིང་བཞི་ཉི་ལྷས་བརྒྱན་པ་འདི།  
སངས་རྒྱས་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་སྤུལ་བ་ཡིས།  
འགྲོ་ཀུན་རྣམ་དག་ཞིང་དུ་སྦྱོང་པར་ཞོག།



གཤམ་ལ་འབྲེལ་པ་ལེ

(འཕྲིན་པ་ཉེ་མཚམས་ལེ། ཉམ་ བདུ་ལེ་ག་པ་ལེ་འཕྲིན་པ་ལེ་ལེ། འཕྲིན་པ་ལེ་ལེ་ལེ། འཕྲིན་པ་ལེ་ལེ་ལེ། འཕྲིན་པ་ལེ་ལེ་ལེ། འཕྲིན་པ་ལེ་ལེ་ལེ། འཕྲིན་པ་ལེ་ལེ་ལེ། འཕྲིན་པ་ལེ་ལེ་ལེ།)

གསོ་སྦྱང་



སྐྱོགས་བརྩ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་། བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་དང་། བཙེམ་ལྡན་  
འདས་མཉམ་མེད་ལྡུའི་རྒྱལ་པོ་དང་། འཕགས་པ་  
རྒྱན་རས་གཟིག་དབང་ལྷུག་བདག་ལ་དགོངས་སུ་  
གསོལ། ལྷོ་བ་དཔོན་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ།



ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་

གསོ་སྦྱང་



རི་ལྷུར་སྒོན་གྱི་དེ་བཞིན་གཤམ་ལེགས་པ་དགྲ་བཙམ་པ་  
 ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཏུ་ཅང་ཤེས་  
 ལྷ་བྱ། སྤང་པོ་ཆེན་པོ། བྱ་བ་བྱས་ཤིང་། བྱེད་པ་  
 བྱས་པ། ལུང་པོར་བ། རང་གི་དོན་རྗེས་སུ་སྤོབ་པ།  
 སྤོད་པར་ཀུན་ཏུ་སྦྱོར་བ་ཡོངས་སུ་བྱེད་པ། ཡང་

གསོ་སྦྱོང་





དག་པའི་བཀའ། ལེགས་པར་རྒྱལ་པར་གྲོལ་བའི་  
ཐུགས། ལེགས་པར་རྒྱལ་པར་གྲོལ་བའི་ཤེས་རབ་  
ཅན་དེ་དག་གིས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་  
ཀྱི་སྲིར་དང་། བན་པར་བྱ་བའི་སྲིར་དང་། གྲོལ་བར་  
བྱ་བའི་སྲིར་དང་། རྒྱུ་མེད་པར་བྱ་བའི་སྲིར་དང་།



ལྷ་གོ་མེད་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་དང་། བྱང་ཚུབ་གྱི་  
སྤྱོད་གས་གྱི་ཚོས་རྣམས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་  
བྱ་བའི་སྤྱིར་དང་། ལྷ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་  
རྫོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་སྤྱོད་གས་པར་རྫོགས་པར་བྱ་བའི་  
སྤྱིར་། གསོ་སྦྱོང་ངེས་པར་མཛད་པ་དེ་བཞིན་



དུ། བདག་མིང་ (རང་མིང་) ཞེས་བགྱི་བས་ཀྱང་།  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་གྱི་སྲིར་དང་། བན་  
པར་བྱ་བའི་སྲིར་དང་། རྒྱལ་བར་བྱ་བའི་སྲིར་དང་།  
ནད་མེད་པར་བྱ་བའི་སྲིར་དང་། ལྷ་གོ་མེད་པར་  
བྱ་བའི་སྲིར་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྲོགས་ཀྱི་ཚོས་



རྣམས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱ་བའི་སྲིར་དང་།  
 ལྷ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
 ལྷག་པར་རྫོགས་པར་བྱ་བའི་སྲིར་། དུས་འདི་ནས་  
 བཟུང་སྟེ། ཇི་སྲིད་སང་ཉི་མ་མ་ཉར་གྱི་བར་དུ།  
 གསོ་སྦྱང་ངེས་པར་ཡང་དག་པར་སྦྱང་བར་བསྐྱོའོ།



མཚན་མོ་རྒྱུ་ལེ



དེང་ནས་སློབ་གཙུག་གཅིག་ལྟར་། གཞན་གྱི་ཚོར་  
 ཡང་སྤང་མི་བྱ། འབྲིབ་པའི་ཚེས་ཀྱང་མི་སྤྱད་  
 ཅིང་། རྩོམ་གྱི་ཚིག་ཀྱང་མི་སྤྲོད། རྩོམ་ནི་མང་པོ་  
 ཉེར་བཞེན་པའི། ཆང་ནི་ཡོངས་སུ་སྤང་བར་བྱ།  
 བྱི་སྤྲོད་ཆེ་མཐོ་མི་བྱ་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུས་མ་



ཡིན་པའི་ཟས། ཇི་དང་སྐྱེང་བ་དང་ནི་རྒྱུ། གར་  
 དང་སྐྱེ་སོགས་སྐྱང་བར་བྱ།

(ཡན་གསུམ།)

ཇི་ལྟར་དག་བཅོམ་ཉལ་ཏུ་ནི། སོག་བཅོལ་ལ་  
 སོགས་མི་བྱེད་ལྟར། དེ་ལྟར་སོག་བཅོལ་ལ་



སོགས་སྤང་། རྩ་མེད་བྱང་ཚུབ་སྦྱར་ཐོབ་ཤོག  
ལྷོག་བསྐྱེད་མང་དགུགས་སེམས་ཅན་རྣམས།  
སྲིད་པའི་མཚོ་ལས་འདོན་པར་ཤོག

\*\*\*





ཨོཾ་ཨཱཾ་མཱཾ་ཎཱཾ་གཱཾ་ཀཱཾ་ཀཱཾ་

ཨོཾ་ཨཱཾ་མཱཾ་ཎཱཾ་གཱཾ་ཀཱཾ་ཀཱཾ་  
མཱཾ་ཎཱཾ་གཱཾ་ཀཱཾ་ཀཱཾ་ཀཱཾ་ཀཱཾ་  
མཱཾ་མཱཾ་མཱཾ་མཱཾ་མཱཾ་མཱཾ་  
(མཱཾ་གཱཾ་ཀཱཾ་)



འཇལ

གསོ་སྦྱང་



ཁྱིམ་སྐྱོད་ལྟུང་ཁྱིམ་སྐྱོད་མེད་ཅིང་། ལྟུང་ཁྱིམ་སྐྱོད་  
ལྟུང་ལྟུང་དག་དང་ལྟུང་། ལྟུང་ལྟུང་མེད་པའི་ལྟུང་  
ཁྱིམ་སྐྱོད་ལྟུང་། ལྟུང་ཁྱིམ་སྐྱོད་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་།

\*



# མཐ་མདུན།





གཡུ་མེད་ལྟེན་ལྟེན་།

འོགས་པ་རྩུ་ཚོད་བདུན་པར་སངས་རྒྱས་བཙེམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་སྐུ་ཉིན་ཡོད་ན་དེའི་  
མདུན་ནམ། སྐུ་ཉིན་མེད་ན་རང་གི་མདུན་ཀྱི་ནམ་མཁར་སངས་རྒྱས་ཤུག་སྐྱབ་པ་  
སྐུ་མདོག་གསེར་ཀྱི་མདོག་ཅན་སྐུ་ལས་འོད་ཟེར་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འཕྲོ་བ་ཞིག་  
དམིགས་པ་བྱས་ཏེ་སྐྱོམས། དེའི་མདུན་དུ་རང་ཉིད་ལུས་ཚོ་གཡས་པའི་སྣང་ས་ལ་  
བརྩུགས་ནས་བྱུག་གཉིས་སྦྱང་གར་ཐལ་ཚོ་སྐྱར་ཏེ་གསོ་སྦྱང་ལེན་དགོས།



ཕྱེད་ལོ་རྒྱུད་

“ཆང་”ཞེས་པ་ཆང་ཙམ་མ་ཡིན་པར་སྐྱོས་བྱེད་དམ་ལུས་དང་སེམས་མི་རུང་བར་  
བྱེད་པའི་རྗེས་ཀྱི་རིགས་ག་རེ་ཡིན་པར་དེ་ལ་གོ་དགོས། “དུས་མ་ཡིན་པའི་ཟས་”  
ནི་ཉིན་གུང་ཚུ་ཚོད་ ༡༢ པའི་ཁ་ལག་གི་རྗེས་ཀྱི་ཟས་ཡིན་ཅོ་ཙག་ལ་ཟེར་བ་ཡིན།  
ཉིན་གུང་རྗེས་ལ་ཚུ་དང་ཇ་དང་འོ་མ་དང་ཤིང་ཉོག་ཁུ་བ་བཙས་འཕྱང་རུང་།  
ཞོགས་པའི་མཆིན་ཅོན་ནི་ཚུ་ཚོད་ ༤ པའི་སྐྱོན་དུ་བཞེས་དགོས། ཉིན་གུང་ཇ་ར་ནི་  
ཚུ་ཚོད་ ༡༢ པ་མ་འགྲངས་པར་བཞེས་དགོས། མྱོག་འཕྱིན་དང་བརྟན་འཕྱིན་



དང་། ལྷ་དང་ཞབས་རྫོང་དང་ཚགས་ཤོག་སོགས་དོན་མེད་ཀྱི་བྱ་བ་ཚང་མ་  
 ལྷོང་དགོས། བཞེས་ལག་ལ་ཤ་རིགས་དང་སྒོག་བ། གཞན་ཡང་རྒྱུ་མ་ཞག་དང་  
 མངར་ཤུགས་དང་བརྒྱུར་ཤུགས་ཆེ་བའི་ཟས་རིགས་དང་། རང་རང་སོ་སོའི་  
 གཟུགས་ཤོའི་བབ་ལ་བརྒྱན་ནས་མི་འཕྲོད་པའི་ཟས་ཡིན་ནོ་ཙག་ལྷོང་དགོས།

།།།།།

ཉི་མ་གཅིག་གི་དགོང་རྫོ་ཁ་ལག་མ་བཟས་པའི་དོད་དེ་ཚོས་སྨྱན་བྱས་པ་  
 ཡིན་ན་བསོད་ནམས་ཆེན་པོ་འོང་། སོ་སོའི་ནམ་རྒྱན་ཟ་རྒྱའི་ཁ་ལག་གི་





རོད་དཔེར་ན་སྐོར་མོ་གསུམ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་དེ་ཞལ་འདེབས་རྒྱལ་དགོས།  
 དེ་བཞིན་སྐོར་བཞི་དང་ལྷ་དང་བྱུག་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ན་དེ་ཉིན་རེའི་རོད་  
 ཏུ་ཞལ་འདེབས་རྒྱལ་ཚོགས་ཡང་དཔེར་ན་ཉི་མ་སུམ་ཅུའི་རིང་ལ་གསོ་སྦྱང་  
 བྱས་པ་ཡིན་ན་ཉིན་རེའི་སྐོར་མོ་གསུམ་མམ་བཞིའམ་ལྷ་སོགས་གང་ཡིན་  
 ཏུང་དེ་སྦྱང་ཅིས་བྱས་ནས་སྐོར་གསུམ་བྱས་པ་སུམ་ཅུ་ཞལ་འདེབས་  
 རྒྱལ་སྐྱངས་དེ་འབྲ་ཡིན།

འཕྲིན་ལྷན་ཁག་གི་ཁྲིམས་འགྲུབ་དང་ཚོམ་ལྷན་གྱི་གྲོ་ལོ་  
(ཚེས་དང་ཕོ་)  
ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ལྷ་པོ་ ༢ ཚེས་པ་ ༢༢

---

Palden Sakya, New York, NY  
website: [vikramasila.org](http://vikramasila.org)  
email: [paldensakya@vikramasila.org](mailto:paldensakya@vikramasila.org)