



ཚུ། །མཉེ་བུ་བཅུ་ཕྱི་ལོ་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བཅུ་ལྷན། །



འཕགས་ལུང་གྲོ་བ་དབང་ཚོགས་ཚེན་བཞོན་འགན་གྲུ་སྡེ་མེང་ཉ་ཚོས་སྲིད་ཁང་ནས་བསྐྱེད་སྤེལ།



༄༅། །མདོ་གདུགས་སྒྲོལ་གསུམ་བརྒྱགས་སོ། །



འཕགས་ལུལ་གྱི་འབངས་རྫོགས་ཆེན་པོའི་བཞུགས་ཀྱི་སེང་གཞོན་གྲྲིག་ཁང་ནས་བཏུངས།

དཀར་ཆག

ལྷོན་ལྷོད།

ཅུམ་ལྷིག་ལང་།

ཤར་ལྷོད།

གཏུགས་དཀར་ལྷོག་པ།

ལྷོལ་བལྟོད་ཉེར་གཅིག་པ།

ལྷ་མོལ་གུམ།

ལྷོལ་མ་སྐབས་བཏུན་མ། །

འཛིགས་པ་བལྟོད་ལྷོབས་མ་སོགས།

ལྷོལ་བལྟོད་དང་ཕན་ཡོན།

པར་བུང་ལྷོན་ཆོག།

ཚུམ་སྐྱིག་ཁང་།

ཚུམ་སྐྱིག་ཁང་།

འཕགས་ལུལ་གྲུབ་དབང་རྫོགས་ཆེན་གྱི་སིང་ཚུམ་སྐྱིག་ཁང་ནས་བསྐྱིགས།
ཚུམ་སྐྱིག་འགན་འཛིན། རྫོགས་ཆེན་གྱི་སིང་ལས་ཐོག་མཁན་པོ་འཇམ་དཔལ་བསྟན་འཛིན།
ཚུམ་འཕུལ་ཡི་གེ་པ། ཚུམ་སྐྱིག་ཚོགས་མི།
འཕུལ་དབང་བཟོ་བཞེད་པ། རྣམས་ཕན་པ་བསོད་ནམས་ཚེ་རིང་།
ཁ་བུང་།

Dzogchen Monastrey P.O, Tibetan settlement, kollegal
Taluk , chamrajanagar dist. K.S. 571457
Website: www.dzogchen.org.in
www.dzogchengonpa.org
jamphal@gmail.com
0091 9986908589
Tel+91(0)8225273247
fax +91(0)8225273267

བདུད་བརྗོད་གྲུ་ན། **ན་མོ་**སྐྱེ་མ་ལ་སྤྱད་འཚལ་ལོ།སངས་རྒྱས་ལ་སྤྱད་འཚལ་ལོ། །ཚེས་ལ་སྤྱད་འཚལ་ལོ། །དགོ་འདུན་ལ་སྤྱད་འཚལ་ལོ། །ཡུམ་ཚེན་མོ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་ལ་སྤྱད་འཚལ་ལོ། །བདག་གི་བདེན་པའི་ཚིག་རྣམས་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག །
ཇི་སྲིད་སྟོན་ལྷན་དབང་པོ་རྒྱ་སྤྱིན་གྱིས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པའི་དོན་ཟབ་མོ་ཡིད་ལ་བསམ་ཤིང་ཚིག་ཁ་ཏོན་དུ་བྱས་པ་ལ་
བརྟེན་ནས། བདུད་སྤྱིག་ཅན་ལ་སོགས་པའི་མི་མཐུན་པའི་སྤྲོགས་ཐམས་ཅད་སྤྱིར་བརྗོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་བདག་གིས་ཀྱང་ཡུམ་ཚེན་མོ་
ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པའི་དོན་ཟབ་མོ་ཡིད་ལ་བསམ་ཞིང་ཚིག་ཁ་ཏོན་དུ་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། བདུད་སྤྱིག་ཅན་ལ་སོགས་པའི་
སྤུ་མཐུན་པའི་སྤྲོགས་ཐམས་ཅད་སྤྱིར་བརྗོད་པར་གྱུར་ཅིག་མེད་པར་གྱུར་ཅིག་ཞི་བར་གྱུར་ཅིག་སྤྱིར་བཏང་ཏུ་ཞི་བར་གྱུར་ཅིག ། ཅེས་པའི་མཚུགས་ཀྱི།
གང་གི་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འགྱུར། །འགགས་པ་མེད་པ་སྐྱེ་མེད་པ། །ཆད་པ་མེད་པ་རྟག་མེད་པ། །འོང་པ་མེད་པ་འགོ་མེད་པ། །ཐ་
དད་དོན་མིན་དོན་གཅིག་མིན། །སྤྲོས་པ་ཉིར་ཞི་ཞི་སྟོན་པ། །རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སྐྱེ་རྣམས་ཀྱིས། །དམ་པ་དེ་ལ་སྤྱད་འཚལ་ལོ། །
ཞེས་སོགས་དང་བཅུ་སྟོན་ཤིས་བརྗོད་བྱུང་། །

༄༅། །གྲུབ་ཚེན་ལས་ཀྱི་རྗེ་རྒྱུས་མཛད་པའི་གདུགས་དཀར་རྒྱུ་པ་བཞུགས་སོ། །

བཅོམ་ཡུལ་གདུགས་དཀར་ལྷ་ཚོགས་རྣམས། །མཐུ་སྒོ་བས་ཐོགས་པ་མི་མངའ་ཞིང་། །ཐུགས་རྗེའི་སྒོ་ན་ལམ་མཐུ་བཅོམ་པས། །
བདག་གིས་གསོལ་བ་བཏབ་པ་བཞིན། །སངས་རྒྱལ་བསྐྱེད་པ་དར་བ་དང་། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་ལྷན་ཅིག། །རྒྱ་སྐྱོར་ཡོན་
བདག་འཁོར་བཅས་ཀྱི། །ཆག་ཚེ་ཉམས་རྒྱུ་ཏུ་གསོལ། །མི་ལམ་མཚན་མ་རན་པ་རྒྱུ་པ། །ཏུགས་དང་རྟེན་འབྲེལ་རན་པ་རྒྱུ་པ། །དགྲ་
འདྲའི་བསམ་སྐྱོར་རན་པ་རྒྱུ་པ། །ལྷ་ས་རན་བརྒྱུད་ཚུ་ཅ་གཅིག་བརྒྱུ་པ། །ཡི་འབྲོག་སྐྱུ་མ་བརྒྱུ་ཏུ་གུ་ཚུ་བརྒྱུ་པ། །ནད་རིགས་བཞི་བརྒྱ་ཅ་
བཞི་བརྒྱུ་པ། །བཞུགས་རིགས་སྐྱོར་ཕྱག་བརྒྱུད་བཏུ་བརྒྱུ་པ། །དུས་མིན་འཚི་བ་རྣམས་བརྒྱུད་བརྒྱུ་པ། །ཡས་ཀྱི་བདུད་དུག་ཡོས་པ་བརྒྱུ་པ། །
མས་ཀྱི་སྤྱི་ཏུ་ལངས་པ་བརྒྱུ་པ། །དཔལ་བའི་བཤེད་དུ་བཞེས་པ་བརྒྱུ་པ། །ཕ་མིས་དུར་སྤི་ལངས་པ་བརྒྱུ་པ། །མི་ལ་ནད་དུག་ཏེང་བ་
བརྒྱུ་པ། །སྐྱུགས་ལ་གོད་ཁ་བྱེད་པ་བརྒྱུ་པ། །གནམ་གྱི་དལ་ཁ་ཐེབས་པ་བརྒྱུ་པ། །ས་ཡི་དུག་མདའ་གཡོས་པ་བརྒྱུ་པ། །སྤྱི་བསྐྱར་ཁ་རན་
པ་བརྒྱུ་པ། །སྐྱེགས་དང་སྤུང་སྤི་ལངས་པ་བརྒྱུ་པ་ཏུ་གསོལ། །རྒྱུ་པ་གྲུབ་ཚེན་ལས་ཀྱི་རྗེ་རྒྱུས་མཛད་པའོ། །

བདེ་བཤེགས་གཙུག་ཏེར་ལྷ་ས་མི་མངོན་པ་ལས། །ཉེར་འབྲུངས་རྒྱལ་བ་ཀུན་ཡུལ་གདུགས་དཀར་མོ། །མཚན་ཅོམ་བོས་པའི་རིག་
སྐྱེགས་མེ་ཡིས་ཀྱང་། །བདུད་སྤྱི་སྤེལ་བྱེད་བདེ་འབྲུང་ལྷག་པའི་ལྷ། །དཀར་གསལ་ལང་ཚོར་བརྗོད་སྐྱེགས་རྒྱ་གཞོན་གྱི། །སྤྱིང་བོ་ལས་
གྲུབ་གཞོན་གྱིས་མི་ཐུབ་མས། །མི་དང་མི་མིན་འབྲུང་ལས་བྱུང་བ་ཡི། །འགྲུལ་རྒྱུན་ཀུན་ཞི་ལེགས་ཚོགས་མ་ལུས་སྐྱོལ། །འབྲུང་པར་
ཕ་རོལ་མི་བསྐྱེད་བསམ་སྐྱོར་གྱིས། །སྐྱོ་གསུམ་མཚན་དང་བྱུད་སྐྱེམས་བཅིངས་ལ་སོགས། །ཉེར་འཚོས་མི་རྒྱུགས་སྤིར་རྒྱུ་པ་འཕྲིན་
ལས་ཀྱིས། །བདག་ཅག་རྣམས་པ་ཀུན་ཏུ་བསྐྱུང་དུ་གསོལ། །།

༡༡། ། ལྷོ་ལ་བསྟོན་ལྷ་མོ་ལ་གྲུས་བཞུགས་སོ། །

ལྷ་མོ་ལ་གྲུས་ཡང་དག་ལྷན་པའི། ལྷོ་ལྷན་གང་གིས་རབ་ཏུ་བརྟེན་དེ། ལྷོད་དང་ཐོ་རངས་ལངས་པར་བྱས་ནས། འབྲུག་པས་མི་
 འཇིགས་ཐམས་ཅད་རབ་སྟེར། ལྷིག་པ་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་ཞི་བྱེད། འངན་འགོ་ཐམས་ཅད་འཇོམས་པ་ཉིད་དོ། ལྷུལ་བསྐྱེ་བསྐྱེག་
 བདུན་རྣམས་ཀྱིས། ལྷུར་དུ་དབང་ནི་བསྐྱར་བར་འགྱུར་ལ། འདྲི་ལས་ཆེ་བ་ཉིད་ནི་ཐོབ་ཅིང་། ལས་སྐྱུ་གོ་འཕང་མཐར་ཐུག་
 དེར་འགོ། དེ་ཡི་དུག་ནི་དག་པོ་ཆེན་པོ། བསྟེན་ནས་པའམ་གཞན་ཡང་འགོ་བ། ཟེས་པ་དང་ནི་འཐུངས་པ་ཉིད་ཀྱང་། འབྲུག་པས་
 རབ་ཏུ་སེལ་བ་ཉིད་ཐོབ། ལགོན་དང་རིམས་དང་དུག་གིས་གཟེར་བའི། ལྷུག་བསྐྱེལ་ཚོགས་ནི་རྣམ་པར་སྤངས་ཏེ། ལེམས་ཅན་
 གཞན་པ་རྣམས་ལ་ཡང་ངོ། ལགོས་གསུམ་བདུན་དུ་མངོན་པར་བརྟེན་ན། ལྷུ་འདོད་པས་ནི་བྱ་ཐོབ་འགྱུར་ཞིང་། རྩོམ་འདོད་པས་
 རྩོམ་པ་རྣམས་ཉིད་ཐོབ། འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པར་འགྱུར་ལ། ལགོགས་རྣམས་མིང་ཅིང་སོ་སོར་འཇོམས་འགྱུར་ཅིག། འཕགས་མ་
ལྷོ་ལ་ལ་བསྟོན་ཅིང་ལྷུག་འཚལ་བ་ཉི་ཤུ་ཙུའི་གཞི་ལ་སོགས་སོ། ལྷུག་འཚལ་ཉེར་གཅིག་གི་བསྟོན་པ་འདྲི་ནི་ཡང་དག་པར་ཆོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམ་པར་སྤྲང་མཛད་ཆེན་པོས་གསུངས་པ་ལྷོ་ལྷུད་ལས་ལྷུང་བའོ། །

འཇིགས་པ་བརྒྱད་སྐོབ་མ་སོགས།

༥ མོ། འཇིགས་པ་བརྒྱད་སྐོབ་མ་ལ་སྤྱད་འཚལ་ལོ། །བཀྲ་ཤིས་དཔལ་འབར་མ་ལ་སྤྱད་འཚལ་ལོ། །ངན་སོང་སྐོ་འགོགས་མ་ལ་
སྤྱད་འཚལ་ལོ། །མཐོ་མེས་ལམ་བསྟན་མ་ལ་སྤྱད་འཚལ་ལོ། །རྟག་ཏུ་བྱིས་སྤྱང་བར་བྱ། །ད་དུང་བྱིས་སྤྱབས་ཏུ་གསོལ། །
རྗེ་བཙུན་འཕགས་མ་སྐོལ་མ་བྱེད་མ་བྱེད་ལོ། །འཇིགས་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀུན་ལས་སྤྱབས་ཏུ་གསོལ། །

༥ རྗེ་བཙུན་བཙོམ་ལྷན་འདས་མ་ཐུགས་རྗེ་ཅན། །བདག་དང་མཐའ་ཡས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །སྤྱི་བ་གཉིས་བྱང་ཞིང་ཚོགས་
གཉིས་སྤྱར་རྗེ་གསལ་ནས། །རྗེ་གསལ་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །དེ་མ་ཐོབ་ཀྱི་ཚོ་རབས་ཀུན་ཏུ་ཡང་། །ལྷ་དང་མི་ཡི་
བདེ་བ་མཚོག་ཐོབ་ནས། །ཐམས་ཅད་མ་བྱེད་པ་སྤྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ། །བར་ཆད་དོན་བགོགས་རིམས་དང་ནད་ལ་སོགས། །དུས་མིན་
འཚི་བར་འགྱུར་བ་སྤྱོ་ཚོགས་དང་། །མི་ལམ་ངན་དང་མཚན་མ་ངན་པ་དང་། །འཇིགས་པ་བརྒྱད་སོགས་ཉི་བར་འཚོ་བ་རྣམས། །
སྤྱར་དུ་ཞི་ཞིང་མེད་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །འཇིག་རྟེན་འཇིག་རྟེན་ལས་ནི་འདས་པ་ཡི། །བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་སྤྱན་སྤྱུ་ཚོགས་པ་
རྣམས། །འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་དོན་རྣམས་མ་ལུས་པ། །འབད་མེད་ལྷན་གྱིས་བྱུང་བར་མཛད་དུ་གསོལ། །བསྐྱབ་ལ་བཙོན་ཞིང་དམ་
ཚོས་འཕེལ་བ་དང་། །རྟག་ཏུ་བྱིས་སྤྱབ་ཞལ་མཚོག་མཐོང་བ་དང་། །སྐོང་ཉིད་དོན་རྟོགས་བྱང་སེམས་རིན་པོ་ཆེ། །ཡར་ངོའི་རྩེ་ལྷར་
འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པར་མཛོད། །། རྗེ་བཙུན་གྲགས་རྒྱལ་གྱིས་གསུངས་སོ། །

༥ བདག་གི་ཚོ་རབས་སྟོན་ནས་བསྐྱབས་པའི་ལྷ། །དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་སྤོན་ལས་དཔལ། །སྤྱོང་ཞལ་ཅིག་སྤྱད་གཉིས་
སྤྱར་ཞི་དཔལ། །ཡུམ་གྱུར་ལྷ་རྒྱལ་བུ་ལས་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། །འགོ་མགོན་ཚོས་རྒྱལ་འཕགས་པ་རིན་པོ་ཆེའི་གསུངས་སོ། །

༥ རྒྱལ་ཡུམ་སྐོལ་མ་བྱེད་སྤྱི་ཅི་འདྲ་དང་། །འཁོར་དང་སྤྱོ་ཚོའི་ཚད་དང་ཞིང་ཁམས་དང་། །བྱིས་ཀྱི་མཚན་མཚོག་བཟང་པོ་ཅི་འདྲ་བ།
དེ་འདྲ་ཁོ་ནར་བདག་སོགས་འགྱུར་བར་ཤོག། །མདོ་སྤྱོ་ལས་རྟོག་འགྱུར་བའོ། །

སྒྲོལ་བསྐྱོད་དང་ཕན་ཡོན།

༡༡། སྒྲོལ་མའི་བསྐྱོད་པ་དང་དེའི་ཕན་ཡོན་སོགས་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་ལྷུ་རྩུ་ཉར་ཡི། འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་སྤྲུག་ཐུགས་རྗེའི་གཏེར་ལ་སྤྲུག་འཚལ་ལོ། ། བོ་ཉ་ལ་ཡི་གནས་མཚོག་
ནས། །ཉི་ཡིག་ལྷུང་གྲུ་ལས་འཁྲུངས་ཞིང་། །ཉི་ཡིག་འོད་གྱིས་འགོ་བསྐྱོལ། །སྒྲོལ་མ་འཁོར་བཅས་གཤེགས་སུ་གསོལ། །ལྷ་དང་
ལྷ་མིན་ཅོད་པན་གྱི། །ཞབས་གཉིས་པརྫོལ་བཏུད་ནས། །སོངས་པ་ཀུན་ལས་སྒྲོལ་མཛད་མ། །སྒྲོལ་མ་ཡུམ་ལ་སྤྲུག་འཚལ་ལོ། །

༥ རྗེ་བཙུན་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་དང་། །སྤྲུགས་བཏུ་དུས་གསུམ་བཞུགས་པ་ཡི། །རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་ཐམས་ཅད་ལ། །ཀུན་ནས་དང་
བས་སྤྲུག་བགྱིའོ། །མེ་ཉེག་བདུག་སྒྲོལ་མར་མེ་རྩི། །ཞལ་ཟས་རོལ་མོལ་སོགས་པ། །དངོས་འབྱོར་ཡིད་གྱིས་སྤུལ་ནས་འབྱུལ། །
འཕགས་མའི་ཚོགས་རྣམས་བཞེས་སུ་གསོལ། །ཐོག་མ་མེད་ནས་ད་ལྟའི་བར། །མི་དགོ་བཏུ་དང་མཚམས་མེད་སྤྱི། །སེམས་ནི་ཉོན་
མོངས་དབང་གྱུར་པའི། །སྤྲིག་པ་ཐམས་ཅད་བཤུགས་པར་བགྱི། །ཉན་ཐོས་རང་རྒྱལ་བྱང་རྒྱབ་སེམས། །སོ་སོའི་སྤྱོ་བོལ་སོགས་
པས། །དུས་གསུམ་དགོ་བཅེ་བསགས་པའི། །བསོད་ནམས་ལ་ནི་བདག་ཡི་རང་། །སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པ་དང་། །སྒྲོལ་གྱི་
བྲག་རྗེ་ལྷ་བར། །ཆེ་རྒྱུང་ཐུན་མོང་ཐེག་པ་ཡི། །ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་དུ་གསོལ། །འཁོར་བ་རྗེས་སྤོང་བར། །སྤྲུང་ན་མི་འདའ་
ཐུགས་རྗེ་ཡིས། །སྤྲུག་བསྤུལ་རྒྱ་མཚོར་བྱིང་བ་ཡི། །སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གཟིགས་སུ་གསོལ། །བདག་གིས་བསོད་ནམས་ཅི་
བསགས་པ། །ཐམས་ཅད་བྱང་རྒྱབ་རྒྱུར་གྱུར་ནས། །རིང་པོར་མི་ཐོགས་འགོ་བ་ཡི། །འབྲེན་པའི་དཔལ་དུ་བདག་གྱུར་ཅིག། །ཅུ་པ་འདི་ནི་

དགོས་པའི་སྒྲོལ་མ་དཔལ་མོས་མཛད་པར་གྲགས་སོ།།

