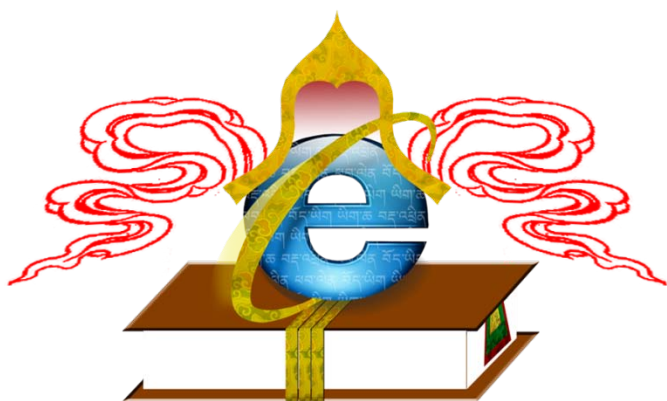


TB E-BOOKS བོད་ཡིག་ཆོག་ཟིན་ཏུ་གཏག་པའི་ལས་གཞི།

ཞེ་སའི་ཐོར་བྱ།



TB E-books རྩེ་ཆོག་སྤྱད་བ། <http://tb-ebook.weebly.com/>

དང་པོ།

གཟུགས་པོར་སྐྱ་གཟུགས་མགོ་ལ་དབྱ། མིག་ལ་སྐྱ་དང་སྐྱ་ལ་ཤངས།
ཁ་ལ་ཞལ་དང་སོ་ལ་ཆེམས། རྩ་ལ་སྐྱ་ཅོག་སྐྱ་ཅོག་ཟེར།
མཆུ་ཏྲོར་ཞལ་མཆུ་ལྷེ་ལ་ལྷགས། དབྱལ་བར་དབྱ་དབྱལ་སྐྱ་བོ་ལ།
དབྱ་སྐྱལ་ཞེས་དང་སྐྱ་ལ་ནི། དབྱ་སྐྱ་དབྱ་ལོ་ཞེས་སུ་བྲགས།
སྐྱེ་ལ་མགུལ་དང་མཇིང་བ་ལ། མགུལ་མཇིང་ཞེས་བྱ་ལག་བར་བྲག།
དབྱང་བར་བྲག་དབྱང་བྱས་མོར་ནི། ཞབས་བྱས་ཞབས་བྱས་ཞེས་བར་བྱ།
ཀྱང་བར་ཞབས་དང་ཀྱང་མཐེལ་ལ། ཞབས་མཐེལ་ཞེས་བྱ་མཇུབ་མོར་ནི།
བྲག་མཇུབ་ཞབས་མཇུབ་གཉིས་སུ་དབྱེ། སེན་མོར་བྲག་སེན་ཞབས་སེན་གཉིས།
གདོང་ལ་ཞལ་དང་ཞལ་རས་དང། ཞལ་བྲིམ་བཞིན་རས་ལ་སོགས་སྦྱར།
འབྲམ་བར་ཞལ་འབྲམ་མཁུར་ཆོས་ལ། ཞལ་ཆོས་ཞལ་ཆོས་ཞེས་བར་བྱ།
མིག་སྐྱ་མིག་ཟེ་མིག་སྐྱེ་ལ། སྐྱ་སྐྱ་སྐྱ་ཟེ་སྐྱ་སྐྱེ་ཟེར།
མིག་ལྷགས་སྐྱ་ལྷེབས་མིག་རིལ་ལ། སྐྱ་འབྲས་སྐྱ་འབྲས་ཞེས་སུ་འདོད།
མིག་གི་གི་གར་སྐྱ་གི་ཟེར། ཞོག་མར་ཞལ་ལེ་ཞོག་ཆོམ་ལ།
ཞལ་ཆོམ་ཞེས་བྱ་སྐྱ་རར་ནི། ཞལ་ར་ཞལ་རྒྱན་ཞེས་སུ་བྲགས།
གོད་བར་གསོལ་གོད་སྐྱེད་བར་ནི། སྐྱ་སྐྱེད་ཅེས་བྱ་སྐྱལ་བ་ལ།
སྐྱ་སྐྱེད་ཟེར་ཞིང་རྒྱབ་ལ་ནི། གཞང་འབོག་གཞང་འབོག་ཅེས་སུ་བྱ།

གཉིས་པ།

བ་མ་དང་ནི་ཁ་ལག་ལ། གསོལ་ཆོགས་ཞལ་ལག་ཅེས་ཟེར་ཞིང།
ཅམ་བར་གསོལ་ཞིབ་སྐྱགས་ལ་ནི། གསོལ་བ་ལྷགས་ཞིབ་ཅེས་སུ་བྱ།
ཇའི་རིགས་སྐྱེ་ལ་གསོལ་ཇ་དང། བསྐྱབས་མ་མངར་མོ་ཀོ་ཏེ་སོགས།
བྱེ་བྲག་སོ་སོའི་སྐྱ་མ་ལ། གསོལ་ཇ་གསོལ་ཇ་ཞེས་སུ་སྦྱར།

མར་དང་ཤ་དང་ཞོ་དང་ཚྲིགས། སོ་སོའི་སྤྱ་མར་གསོལ་སྤྱར་བས།
 གསོལ་མར་གསོལ་ཀྱམ་གསོལ་ཞོ་དང། གསོལ་ཚྲིགས་གསོལ་ཚྲིགས་ཞེས་འཛོལ་བོ།
 རྩེ་ལ་ཆབ་དང་ཆང་ལ་ནི། འབྲུངས་དང་མཚོད་ཆང་ཞེས་ཟེར་ཞིང།
 ཆང་བསྐོལ་ཡང་ན་བསྐོལ་ལྡན་ལ། རྩེ་བསྐོལ་བཞེས་ལྡན་ཞེས་སྤྱ་བ།
 ཁ་ཏོག་ལ་ནི་ཞལ་ཏོག་དང། ཁ་ཟས་ཉིད་ལ་བཞེས་སྤྱོད་ཟེར།
 ཐང་ངམ་ཁུ་བའི་ཞེ་ས་ལ། བཞེས་ཐང་ཀྱམ་ཐང་ཞེས་སྤྱ་བྱགས།
 ཟ་བྱེད་ཆེལ་དང་རུས་བར་ནི། བཞེས་ཆེལ་བཞེས་རུས་ཞེས་ཟེར་ཞིང།
 རྩེ་ལ་ལྷགས་རྩེ་སི་བན་ལ། ལྷགས་སྤོས་ལྷགས་སིལ་ཞེས་བར་བ།
 འབྲུས་དང་མོག་མོག་ཐུག་བ་དང། ཐ་མག་ཨ་རག་སྤོར་དང།
 ཐུར་ཐུད་ཆེལ་དང་མངར་ཆ་དང། ཤིང་འབྲུས་རིགས་མཐུན་བཞེས་སྤྱོད་ཅིག

གསུམ་པ།

ཁྱོན་ཆས་ལ་ནི་ན་བཟའ་དང། ལྷ་མོར་དབྱ་ལྷ་སྟོད་ཐུང་ལ།
 སྤྱ་སྟོད་ཅེས་བྱ་གོས་ཐུང་ལ། ཞབས་རྒྱེན་ཞབས་དོར་ཞེས་སྤྱ་བྱགས།
 འོག་འབྲུག་སྤྱོད་རགས་སོ་སོ་ལ། སྤྱ་འབྲུག་སྤྱ་རགས་ཞེས་བྱ་ཞིང།
 ལྷམ་ལ་ཞབས་ཐུགས་ལྷམ་སྤྱོད་ལ། ཞབས་སྤྱོད་ཞབས་སྤྱོད་ཅེས་སྤྱ་བྱགས།
 ལྷ་སྤྱག་ལ་ནི་ཞབས་སྤྱག་དང། ལག་ཤུབས་ཉིད་ལ་ཐུག་ཤུབས་ཟེར།
 ཁ་དྲིས་སྤྱོད་དྲིས་གཉིས་པོ་ལ། ཞལ་དྲིས་སྤྱ་དྲིས་ཞེས་སྤྱ་བྱགས།
 བང་གདན་ལ་ནི་སྤྱ་བང་དང། ཁ་རས་ཉིད་ལ་ཞལ་རས་ཟེར།
 ལག་ཕྱིས་དང་ནི་སྤྱ་ཕྱིས་ལ། ཐུག་ཕྱིས་ཤངས་ཕྱིས་ཞེས་བར་བ།
 གཟན་ལ་སྤྱ་གཟན་ཤམ་ཐབས་ལ། སྤྱ་ཤམ་ཞེས་བྱ་བེར་དང་ནི།
 རྩེ་གམ་གཉིས་ཀྱི་ཞེ་ས་ལ། སྤྱ་བེར་སྤྱ་རྩེ་ཞེས་སྤྱ་བྱགས།

བཞི་པ།

རྒྱུ་ལོར་དངོས་རྒྱས་ཉིད་ལ་ནི། སྐྱེ་རྒྱུ་ཕྱག་རྒྱས་ཞེས་ཟེར་ཞིང།
 ཁང་བྲིས་ལ་ནི་གཟིམས་ཁང་དང། གཟིམས་ཤག་གཟིམས་ཤག་ཅེས་སུ་གྲགས།
 གདན་ལ་བཞུགས་གདན་ཉལ་ཆས་ལ། གཟིམས་ཆས་སྤྲས་ལ་དབྱ་སྤྲས་ཟེར།
 ཉལ་ཁྲིར་གཟིམ་ཁྲི་བཙུགས་སྤྱག་ལ། གཟིམས་སྤྱག་གཟིམས་སྤྱག་ཅེས་པར་བྲ།
 རྒྱབ་སྟེ་དག་ལ་སྐྱེ་སྟེ་ཟེར། ཅོག་ཅེར་གསོལ་ཅོག་སྐྱམ་ལ་ནི།
 ཕྱག་སྐྱམ་ཞེས་བྱ་ཅམ་པོར་ལ། བཞེས་པོར་བཞེས་པོར་ཞེས་སུ་གྲགས།
 ཁོག་སྟེར་ང་དམ་སོ་སོ་ལ། གསོལ་སྟེར་གསོལ་དམ་ཞེས་པར་བྲ།
 དཀར་ཡོལ་ལ་ནི་ཞལ་དཀར་དང། པོར་པར་གསོལ་ཞལ་མཆོད་ཞལ་ཟེར།
 ཐབ་ལ་གསོལ་ཐབ་མེ་ལ་ནི། ཞུགས་མེ་ཞེས་བྱ་བཞུ་མར་ལ།
 གཟིམས་བཞུ་ཟེར་ཞིང་འབྱུང་རྒྱས་ཀྱི། ཤིང་ལ་ཞུགས་ཤིང་ཞུགས་ཤིང་ཟེར།
 རྒྱ་ཐོམ་ལ་ནི་ཆབ་ཐོམ་དང། ཁོག་མར་བཞེས་ཁོར་སྟེར་མར་ནི།
 གསོལ་སྟེར་ཞེས་བྱ་ཆང་རྒྱན་ལ། རྩང་རྒྱན་རྩང་བན་ཞེས་སུ་གྲགས།
 སྐྱོགས་ལ་ཕྱག་སྐྱོགས་ཆབ་སྐྱོགས་སོགས། ཕྱགས་མར་ཕྱག་ཕྱགས་སྐྱོ་ལྷགས་ལ།
 ཕྱག་ལྷགས་ཟེར་ཞིང་ལྷེ་མིག་ལ། ཕྱག་ལྷེག་ཕྱག་ལྷེག་ཅེས་པར་བྲ།
 ཏུཏུ་ལ་བཞེས་ཏུར་ལུད་པོར་ལ། ཞལ་བཟེད་ཟེར་ཞིང་འཁར་རྒྱག་ཉིད།
 ཕྱག་འཁར་ཞེས་བྱ་ཅེད་འཛིའི་ཤོར། ཕྱག་ཤོ་ཕྱག་ཤོ་ཞེས་སུ་གྲགས།
 སྐྱོ་མར་བཞེས་སྐྱོམ་སྟོ་པད་ལ། གསོལ་པད་ཟེར་ཞིང་འཕོག་ལ་ནི།
 ཕྱག་འཕོག་ཅེས་བྱ་ཉི་གདུགས་ལ། དབྱ་གདུགས་དབྱ་གདུགས་ཞེས་སུ་གྲགས།
 གཅིན་གདན་ཉིད་ལ་ཆབ་གདན་དང། གཅིན་སྟོད་དག་ལ་གཟིམས་ཏོག་བྲ།
 གཞོང་པར་ཆབ་གཞོང་གསང་སྟོད་ལ། གཟིམས་སྟོད་གཟིམས་སྟོད་ཅེས་སུ་གྲགས།
 ཡེ་ཅིར་ཕྱག་ཡེ་ཨ་ཅོར་ལ། ཞལ་ཅོར་ཞེས་བྱ་སོ་འཁྱར་ནི།
 ཆེམས་འཁྱར་ཟེར་ཞིང་སོ་སྐྱན་ལ། ཆེམས་སྐྱན་ཆེམས་སྐྱན་ཞེས་སུ་གྲགས།

རྒྱལ་ཤད་ལ་ནི་དབུ་ཤད་དང། ཤ་གསོས་ཉིད་ལ་ཞལ་གསོས་ཟེར།
 གཟུགས་བཞིན་ལྟ་བུ་དེ་ཤེས་སྒྲོ་ལ། མགུལ་ཤེས་མགུལ་ཤེས་ཞེས་སུ་གྲགས།
 ཁབ་ལ་མགུལ་ཁབ་སྐྱད་པར་ནི། ཕྱག་སྐྱད་ཅེས་བྲ་ཐེམ་ཅེ་ལ།
 ཕྱག་ཐེམ་ཟེར་ཞིང་གི་ལ་ནི། ཕྱག་ཤུན་ཕྱག་ཤུན་ཞེས་པར་བྲ།
 ཀླང་འཁོར་ལ་ནི་ཞབས་འཁོར་དང། གནམ་བྲ་བྲ་གཟིངས་གཉིས་པོ་ལ།
 ཐེབས་བྲ་བྲ་ཞིང་རྒྱངས་འཁོར་ཉིད། ཐེབས་སྒྲོ་ཐེབས་འོ་ཞེས་སུ་གྲགས།
 དེབ་དང་ཤོག་བྲ་སྒྲུབ་ལ། ཕྱག་དེབ་ཕྱག་ཤོག་ཕྱག་སྒྲུབ་ཟེར།
 ལྷག་ཆར་ཕྱག་ལྷག་ལྷག་བྲམ་ལ། ཕྱག་བྲམ་ཕྱག་བྲམ་ཞེས་སུ་འདོད།
 མར་མེད་སྒྲོད་ལ་མཆོད་ཀོང་དང། བདུག་སྒྲོས་ལ་ནི་གཟིམས་སྒྲོས་བྲ།
 ཉིང་ལ་ཆབ་ཉིང་ཟས་ཕྱད་ལ། གསོལ་ཕྱད་བཞེས་ཕྱད་ཅེས་པར་གྲགས།
 ཐང་གར་ཞལ་ཐང་སྐྱ་ཐང་ཟེར། འབྲ་གཟུགས་ལ་ནི་སྐྱ་འབྲ་དང།
 སྐྱ་བརྟན་ཞེས་བྲ་ནང་མཆོད་ཀྱི། ཀ་ལིར་ཞལ་ལི་ཞལ་ལི་འདོད།
 རོ་རྗེར་ཕྱག་རོར་བིལ་བྲར་ནི། ཕྱག་བིལ་ཞེས་བྲ་ཐེང་བ་ལ།
 ཕྱག་ཐེང་ཟེར་ཞིང་དཔེ་ཆ་ཉིད། ཕྱག་དཔེ་ཕྱག་དཔེ་ཞེས་སུ་གྲགས།
 སྤང་མདུད་དག་ལ་ལྷགས་མདུད་བྲ། ལག་རྟགས་ལ་ནི་ཕྱག་རྟགས་དང།
 གནང་སྐྱེས་ཟེར་ཞིང་ཁ་དར་ལ། མངལ་དར་སྟན་ཤལ་ཞེས་སོགས་འཛོལ།

ལྷ་བ།

རྒྱན་ཆ་སྤྱི་ལ་སྐྱ་རྒྱན་དང། མགོ་རྒྱན་ལ་ནི་དབུ་རྒྱན་ཟེར།
 སྤ་སྤྱག་དག་ལ་དབུ་སྤྱག་དང། ག་འུར་མགུལ་གའུ་མགུལ་གའུ་བྲ།
 སྤ་བསྐྱིངས་ལ་ནི་དབུ་བསྐྱིངས་དང། སྤ་གཞུག་ཉིད་ལ་དབུ་གཞུག་ཟེར།
 སྤ་འུབས་དབུ་འུབས་སྤ་རྩས་ལ། དབུ་ལན་དབུ་ལན་ཞེས་སུ་གྲགས།
 སྤ་སྒྲོར་ལ་ནི་དབུ་སྒྲོར་དང། སྤ་རྒྱན་དག་ལ་མགུལ་རྒྱན་ཟེར།
 སྤ་ཐེང་ལ་ནི་མགུལ་ཐེང་བྲ། ཅ་ཀོར་སྟན་ཀོར་སྟན་ཀོར་འཛོལ།

ན་ལོང་ལ་ནི་སྟན་ལོང་དང། སོག་བྱིལ་དག་ལ་སྟན་བྱིལ་ཟེར།
ལག་གཏུབ་དང་ནི་རྟེན་གཏུབ་ལ། ལྷག་གཏུབ་ཞབས་གཏུབ་ཅེས་པར་བྱ།
ན་རྒྱལ་ལ་ནི་ཤངས་རྒྱལ་དང། མཛུབ་དགྲིས་ཡང་ན་སོར་གཏུབ་བཅ།
ཆོག་ས་ཁེབས་བཅས་པའི་ཞེ་ས་ལ། ལྷག་རྒྱལ་ལྷག་རྒྱལ་ཞེས་སུ་གྲགས།

བྱག་པ།

སྐྱེད་བྱེད་ཨ་པར་ཡབ་ཆེན་དང། ཡབ་དང་ཡབ་ཇེ་སྤྲ་ལགས་ཟེར།
སྐྱེད་བྱེད་ཨ་མར་ཡུམ་ཆེན་དང། ཡུམ་དང་ཨ་མ་ལགས་ཞེས་བྱ།
གཅེན་པོར་ངོ་ལགས་ཅོ་ཅོ་ལགས། སྐྱ་ཡི་གཅེན་པོ་ཞེས་པར་བྱ།
གཅེན་མོར་ཨ་ཅག་ལགས་དང་ནི། སྐྱ་ཡི་གཅེན་མོ་ཞེས་སུ་གྲགས།
གཙུང་པོ་གཙུང་མོར་ཨོའོ་ལགས་ཟེར། ལྷ་གྲུ་བྱ་ལ་སྤྲས་དང་ནི།
བྱ་མོར་སྤྲས་མོ་ཆ་མོ་ལ། སྐྱ་ཆ་སྐྱ་ཆ་ཞེས་པར་བྱ།
ཨ་ཞང་ལ་ནི་སྐྱ་ཞང་དང། ཨ་ཞང་ལགས་ཟེར་ཨ་ཁྱ་དང།
སྐྱ་མོ་ཨ་ནི་སྐྱ་མོའི་མཐར། ལགས་ཞེས་སྐྱར་ན་འཐུས་པ་ཡིན།
མག་པར་སྐྱ་བག་མནའ་མར་ནི། བག་མ་མགོན་ཆེན་ཞེས་པར་བྱ།
བྱིམ་ཐབ་བཟང་ཆོར་སྐྱ་ཆེན་དང། སྤངས་དབྱལ་གཏན་ཞལ་ཞེས་སུ་གྲགས།
རྒྱལ་པོར་ས་ཡི་དབང་ལྷག །ས་བདག་མི་དབང་ཞེས་སོགས་བྱ།
བཙུན་མོར་སྐྱེ་དགྲའི་བདག་མོ་དང། ས་སྐྱོད་མ་དང་རྒྱལ་མོ་ཟེར།
དགེ་ཆེན་སྐྱེ་ལ་ཆེན་ལགས་དང། སྐྱོབ་དཔོན་དགེ་བའི་བཞེས་གཉེན་བྱ།
ཡང་སྐོས་སྤྲ་མའི་དགེ་ཆེན་ལ། ཡོངས་འཛིན་ཡོངས་འཛིན་ཞེས་སུ་གྲགས།
རྒྱལ་པོར་བ་ཏུ་བྱང་བ་ཡི། ཞེ་ས་ལ་ནི་སྤྲ་སྤྲ་མ།
སྤྲ་བ་སྤྲ་མར་སྐྱ་ཉེན་དང། སྐྱ་ཁོག་ཆོས་ཇེ་ཞེས་པར་བྱ།
སྤྲ་མར་སྐྱལ་སྐྱ་རིན་པོ་ཆེ། སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་ཞེས་སོགས་འཛོལ།
དེ་ཡི་མདུན་མར་གསང་ཡུམ་དང། ལྷག་རྒྱལ་དང་རིག་མ་ཟེར།

སྒྲོན་པར་ཞེས་ཆེ་ལགས་དང་ནི། ལྷ་རྩེ་ལྷ་སྒྲོན་པ་ཞེས་བྲ།
འགོ་ཁྱིད་པ་ལ་དབྱ་ཁྱིད་དང། དབྱ་འབྲེན་དབྱ་གཙོ་ཞེས་སོགས་འཛོལ།
གྲ་པར་དགོ་འདུན་པ་དང་ནི། བཙུན་པ་བེར་ཞིང་ཨ་ནི་ལ།
ཆོས་ལགས་བཙུན་མ་རྩེ་བཙུན་མ། རྩེ་བཙུན་སྐྱེ་ཞབས་ཞེས་སུ་གྲགས།
གཉིར་པར་ཕྱག་མཛོད་ཡིག་མཁན་ལ། ཕྱག་བྲིས་གནང་མཁན་སྐྱེ་སྐྱར་བར།
གསུང་སྐྱེ་བ་བེར་ལག་རྩལ་བར། ཕྱག་རྩལ་བ་ཞེས་འཛོལ་ལགས་སོ།

བདུན་པ།

ལྷོག་པར་ལྷགས་ལྷོག་སྐྱོན་དང་ནི། གནང་ཞེས་བྲ་ཞིང་བསྐྱར་བ་ལ།
སྐྱོངས་དང་འབྲལ་ལམ་ཁྱུས་ཞེས་བྲ། ལྷོམ་པར་སྐྱེམས་པ་ཁོ་ན་འདུག།
བསྐྱེལ་བར་ཐེབས་སྐྱེལ་ཁྱུས་དང་ནི། འབྲལ་ལམ་ཁྱུས་ཞེས་སོ་སོར་སྐྱོར།
གཞན་ཡང་མནའ་སོགས་བསྐྱེལ་བ་ལ། དབྱ་མནའ་བཞེས་དང་དབྱ་སྐྱོང་མཛོད།
སྐྱེས་པར་འབྲུངས་དང་བསྐྱེལ་བྲ་ལ། བསྐྱོད་པར་ཐེབས་དང་ཐད་ཅེས་གྲགས།
སྐྱག་པར་ཐུགས་ཁུམ་བསྐྱེན་པར་ནི། གསར་བཞེངས་ཕྱག་བཏབ་ཅེས་པར་བྲ།
འབྲལ་པར་བསེལ་བ་བྲེར་བར་བསྐྱེལ་མ། འབྲུད་པ་ལ་ཡང་བསེལ་བ་བེར།
དགའ་བར་ཐུགས་མཉེས་ཐུགས་དགྲེས་བྲ། གད་མོ་བགད་པར་ཞལ་མོ་བཞད།
ན་བར་གོ་བར་གསན་པ་དང། སེམས་ཀྱིས་གོ་བར་མཐུན་པ་བྲ།
ཀླས་པར་བགྲེས་པ་འགྲོ་བར་ནི། ཐད་པ་ཐེབས་པ་ཆེབས་བསྐྱར་གནང།
གྲོན་པར་བཞེས་དང་མཆོད་གཉིས་འཛོལ། མགྲོགས་པོར་རྩལ་པོ་ཞེས་བྲ་ཞིང།
དུས་པར་བལྟམས་དང་ངེས་པར་ནི། ཐུགས་ལ་འཇགས་ཞེས་བྲ་བ་ཡིན།
མངགས་པའི་ཞེ་སར་བཀའ་མངགས་གནང། འཆི་བའི་ཞེ་ས་དགཉིད་ལ།
སྐྱེ་གཤེགས་པ་དང་སྐྱེ་འདས་པ། དགོངས་པ་རྫོགས་སོགས་ཤིན་ཏུ་མང།
བརྩེད་པར་ཐུགས་བསྐྱེལ་ཐུགས་གཡེལ་བྲ། བརྩོད་པར་གསུངས་པ་ཞེས་བྲ་ཞིང།
ཉན་པར་གསན་པ་ཉལ་བ་ལ། གཟིམས་པ་ཞེས་སུ་གྲགས་པ་ཡིན།

ཉེས་པར་ཕྱག་འཇུག་གནང་ཞེས་དང། ཉེས་པར་སྐྱུ་གཟིགས་གནང་ཞེས་བྲ།
གང་ཟག་བསྐྱེད་བའི་ཞེས་ལ། སྐྱུ་གཟིགས་ཁྱེད་ཞེས་བྲ་བ་ཡིན།
རྟོགས་པར་མཐུན་པ་གཟིགས་པ་དང། རྟོགས་པར་གསོལ་བྱོད་བཅོམ་ཞེས་ཟེར།
མིག་གིས་བསྐྱེད་བའི་ཞེས་ལ། སྐྱེད་འབྱུང་ཁྱེད་ཞེས་བྲ་བ་ཡིན།
བསྐྱེད་པར་སྐྱེད་གྱིས་གཟིགས་བྲ་ཞིང། སྐྱེད་བར་བསྐྱེད་དང་ཕྱལ་གཉིས་འཛོལ།
ཕྱག་པར་མངལ་དང་ཐོན་པར་ནི། ཐེབས་དོག་ཐོན་ཞེས་བྲ་བ་ཡིན།
མིག་གིས་མཐོང་བར་སྐྱེད་གྱིས་གཟིགས། འཕྱང་བར་མཆོད་དང་བཞེས་བྲ་ཞིང།
མགོ་བོ་འཛོམས་བའི་ཞེས་ལ། དབྱ་འཛོམས་ཞེས་པར་བྲ་བ་ཡིན།
ན་ཆ་བྲག་པར་སྐྱེད་གཞི་དྲངས། ཡིད་ལ་བྲན་པར་ཕྱགས་འཕྲེང་བ།
ལན་སོགས་འདེབས་པར་སྐྱོན་པ་དང། གྲུར་སོགས་འདེབས་པར་དབྱ་གྲུར་བཞེངས།
མིང་འདོགས་པ་ལ་མཆོན་གསོལ་བ། ལངས་པའི་དོན་གྱི་ལྡང་བ་དང།
འབོར་ཆོད་ལོངས་པའི་ལྡང་བ་ལ། བཞེངས་པ་ཞེས་སྐྱུ་གཟིགས་པའོ།
བསྐྱེད་བའི་ཞེས་པར་བཞུགས་པ་དང། བཞུགས་གདན་འཇགས་དང་སྐྱུ་བཞུགས་གནང།
ན་བར་སྐྱེད་བ་སྐྱེད་པ་དང། སྐྱུ་ལྟམ་སྐྱེད་གཞི་བཞེས་སོགས་བྲ།
སྐྱེད་པར་གོང་དུ་ཕྱལ་བ་དང། འོག་ལ་གནང་བ་ཞེས་བྲ་ཞིང།
གཏོང་དང་སྐྱུར་དོན་སྐྱིང་བ་ལ། སྐྱེད་པ་དང་ནི་གནང་བ་ཟེར།
ཕྱིན་པར་ཐད་པ་ཐེབས་པ་དང། ཞབས་སོར་བཏེགས་པ་ཞེས་སོགས་བྲ།
ལག་ཏུ་འཕྲོད་བའི་ཞེས་ལ། ཕྱག་ལ་སོན་དང་ཕྱག་ལ་འབྱོར།
འབོད་པར་གསུང་ཁྱེད་བ་དང་ནི། གདན་འཕྲོད་ཁྱེད་ཞེས་བྲ་བ་ཡིན།
ཅ་དངོས་འབྱོར་བར་ཕྱག་འབྱོར་དང། གནས་སྐྱུ་འབྱོར་བར་ཞབས་སོར་འཁོད།
འབྲལ་བའི་ཞེས་པར་ཞལ་གྱེས་དང། ཡི་གེ་འབྲི་བར་ཕྱག་བྲིས་གནང།
ཅ་དངོས་སྐྱེད་བའི་ཞེས་ལ། འབྱུང་བ་དང་ནི་གསོལ་རས་སྐྱེད།

མོལ་བར་ཞལ་མོལ་གནང་བ་དང། མཆིད་མོལ་གནང་བ་ཞེས་སུ་བྱ།
བཅའ་བར་འཁུངས་དང་སྐྱབ་ལྟམས་ཟེར། བཅེམས་པར་ཕྱག་འཆོམ་བསྐྱོན་ཞེས་གྲགས།
བཅོངས་པར་སྐྱས་ཁ་གནང་དང་ནི། སྐྱས་འཆོང་གནང་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན།
དཔེ་ཆ་ལ་སོགས་བཅུམས་པ་ལ། བཀའ་ཚུལ་གནང་དང་ལྡགས་ཚུལ་གནང།
ཆང་བའི་ཞེ་སར་བཞེངས་པ་དང། རིང་ཐུང་ཆད་པར་སྐྱེ་ཆད་བསྐྱོན།
ཆང་བར་བྱུབ་པ་ཆོར་བར་ནི། མཐུན་པ་གཟིགས་པ་གསུན་པ་བཅས།
ལག་པར་འཛིན་པ་ཕྱག་ཏུ་སྒྲིམ། གློ་རུ་འཛིན་པ་ཐུགས་ལ་མངའ།
ཅ་དངོས་འཇུགས་དང་རྒྱལ་འཇུགས་པར། འཇགས་འཇུགས་གནང་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན།
མིག་བྱམ་དཔྱལ་བའི་དོན་གྱི་འཇུམ། སྐྱུན་འཇུམ་ཞལ་འཇུམ་མཛད་ཅེས་ཟེར།
མངགས་དང་གཏོང་བའི་དོན་རྫོང་ལ། ཐེབས་རྫོང་ཁྲུས་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན།
བཞོན་པར་ཆིབས་པ་སྟོ་ཆས་སོགས། ཟ་བར་མཆོད་པ་བཞེས་པ་བྱ།
འཆོག་པ་ཟ་བའི་ཞེ་ས་ལ། དགོངས་པ་ཆོམས་པ་ཞེས་སུ་གྲགས།
བཟི་བར་སྐྱར་བད་པ་ཟེར། བཟོས་པར་ཕྱག་བཟོ་མཛད་ཅེས་བྱ།
འོང་བར་ཕྱག་ཐེབས་གནང་དང་ནི། ཆིབས་སྐྱར་གནང་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན།
ཡོད་པར་མངའ་བ་ཁ་དར་སོགས། གཡོགས་པར་བསྐྱོན་པ་ཞེས་གྲགས་ཤིང།
སེམས་དང་མིག་གིས་རིག་པ་ལ། ཐུགས་ཀྱིས་མཐུན་དང་སྐྱུན་ཀྱིས་གཟིགས།
ལས་པར་གནང་བ་མཛད་པ་ཟེར། ལངས་པར་བཞེངས་པ་ཞེས་བྱ་ཞིང།
ལོག་པར་སྤྱར་ཐེབས་ཞེས་དང་ནི། ཚུར་ཐེབས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན།
ཤེ་བར་ཞིང་དུ་གཤེགས་དང་ནི། དགོངས་པ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་ཐིམ་པ།
གཟུགས་སྐྱའི་བཀོད་པ་ཡོངས་བསྐྱས་པ། སྐྱ་ཆེ་འཕོས་སོགས་བགྱང་དུ་མེད།
ཤེས་ཡོན་ལ་སོགས་ཤེས་པ་ལ། མཐུན་པ་དང་ནི་ཐུགས་ལ་ཚུད།
གཤེ་བར་བཀའ་སྐྱོན་གནང་ཞེས་བྱ། བཤད་པར་གསུངས་པ་ཞེས་སུ་འཛོལ།

སོང་བར་ཐེབས་པ་དང་ཐད་པ། གནས་སུ་སོན་པ་ཞབས་སོར་འཁོད།
ལག་རྒྱ་སོན་པ་ཕྱག་ལ་སོན། སྤང་པོ་སླེག་པར་ཞུགས་འབྲལ་ཞུས།
སླེབས་པར་ཐེབས་འགྱོར་ཟིན་ཞེས་བྲ། བསད་པར་བགྱོངས་པ་བསུས་པ་ལ།
ཐེབས་བསུ་ཞུས་པ་ཞེས་བྲ་ཞིང། བསྐྱངས་པར་སྐྱ་བཞེངས་ཞུས་ཞེས་གྲགས།
དེ་ཡང་ཞེ་ཆོག་ཚུ་གཏེར་ཆེན་པོ་ལས། ཉེར་མཁོའི་ཚུ་ཡི་ཐིག་སྤོང་བཅུས་པ་དག
།སློ་གསར་ཡིད་ཀྱི་ཞིང་སར་རབ་སེམས་ཏེ། འབྲས་བྱ་བཟང་པོས་ཁྱོན་ཀྱན་འགོངས་གྱུར་ཅིག །