



༄། །རྩེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པ་འི་མགུར་འབྱམ་ནས་སེམས་སྦྱོང་ཉམས་
ལེན་གལ་ཆེན་སྒོར་བྱར་འདོན་གཅེས་བཅུས་བྱས་སོ།།

༡། ༄ེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པའི་མགུར་འབྱམ་
ནས་སེམས་སྦྱང་ཉམས་ལེན་གལ་
ཆེན་སྐོར་བྱར་འདོན་
གཅེས་བཏུས་
ཞུགས་སོ།

ཇེ་མི་བསྦྱང་གི་ངོ་བོ་ཐུགས་ཇེ་ཅན།།སྒྲ་སྒྱར་མར་
པའི་བཀའ་ལུང་བཞིན།།པ་ཡུལ་བདུད་གི་བཙོན་ར་
རུ།།མི་ཉག་སྒྲ་མའི་སློབ་དཔོན་བྱང་།།སློབ་དཔོན་
བཟང་པོ་འདི་ཉིད་ལ།།ངས་ཤེས་འདྲོངས་པར་བྱིན་

གྲིས་ཚྭ་བས།།སྒྲིར་སྒྲུང་ཞིང་སྒྲིད་པའི་ཆོས་རྣམས་
ཀྱུན།།མི་རྟག་མི་བརྟན་འགྱུར་ཞིང་འགྲོ།།སྒྲིས་འཁོར་
བའི་ཆོས་ལ་སྒྲིང་པོ་མེད།།སྒྲིང་པོ་མེད་པའི་བྱ་བྱེད་
བས།།སྒྲིང་པོའི་ལྷ་ཆོས་བྱེད་དུ་འགྲོ།།དང་པོ་པ་ཡོད་
ཅ་ན་བྱ་ང་མེད།།བྱ་ཡོད་ཅ་ན་པ་ཡང་མེད།།གཉིས་
ཀ་འཛོམ་རུང་སྒྲིང་པོ་མེད།།བྱ་ང་སྒྲིང་པོའི་ལྷ་ཆོས་
བྱེད།།བྲག་དཀར་རྩ་སོར་སྒྲོམ་དུ་འགྲོ།།མ་ཡོད་ཅ་
ན་བྱ་ང་མེད།།བྱ་ང་སྒྲིབས་ཆེ་མ་ཆུན་གྲུམ།།གཉིས་
ཀ་འཛོམ་རུང་སྒྲིང་པོ་མེད།།བྱ་ང་སྒྲིང་པོའི་ལྷ་ཆོས་
བྱེད།།བྲག་དཀར་རྩ་སོར་སྒྲོམ་དུ་འགྲོ།།སྒྲིང་མ་
ཡོད་ཆེ་མིང་པོ་མེད།།མིང་པོ་སྒྲིབས་ཆེ་སྒྲིང་མ་

འབྲུར།།གཉིས་ཀ་འཛོམ་རུང་སྙིང་པོ་མེད།བྱ་ང་
སྙིང་པོའི་ལྷ་ཆོས་བྱེད།།བྲག་དཀར་རྟ་སོར་སྒྲིམ་དུ་
འགྲོ།།དམ་ཆོས་ཡོད་ཆེ་ཞབས་རྟོག་མེད།།ཞབས་
རྟོག་སླེབས་ཆེ་ཐེགས་པས་གདུངས།།གཉིས་ཀ་
འཛོམ་རུང་སྙིང་པོ་མེད།།བྱ་ང་སྙིང་པོའི་ལྷ་ཆོས་
བྱེད།།བྲག་དཀར་རྟ་སོར་སྒྲིམ་དུ་འགྲོ།།ཁང་བ་
ཡོད་ཆེ་བདག་པོ་མེད།།བདག་པོ་སླེབས་ཆེ་ཁང་
བ་རལ།།གཉིས་ཀ་འཛོམ་རུང་སྙིང་པོ་མེད།།བྱ་ང་
སྙིང་པོའི་ལྷ་ཆོས་བྱེད།།བྲག་དཀར་རྟ་སོར་སྒྲིམ་དུ་
འགྲོ།།བཞོས་ཞིང་ཡོད་ཆེ་བདག་པོ་མེད།།བདག་པོ་
སླེབས་ཆེ་འཇག་སྐྱས་འཕྱར།།གཉིས་ཀ་འཛོམ་རུང་

སྙིང་པོ་མེད།།བདག་པོ་སྙིང་པོའི་ལྷ་ཆོས་བྱེད།།བྲག་
དཀར་རྩ་སོར་སྒྲོམ་དུ་འགོ།།པ་ཡུལ་པ་ཁང་པ་ཞིང་
སོགས།།འཁོར་བ་སྙིང་པོ་མེད་པའི་ཆོས།།སྙིང་མེད་
སེམས་ཅན་སྲུ་དགའ་བྱིར།།རྣལ་འབྱོར་ང་ཐར་པ་
སྐྱབ་དུ་འགོ།།པ་ཐེན་ཅན་མར་པ་ལོ་རྩ་བ།།སྤང་རི་
ཁོད་ཟེན་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་བས།།

༥ རྩེ་ལྷ་མའི་སྐུ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།།སྤང་རི་ཁོད་
ཟེན་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་བས།།ང་སྤྱིད་པ་གཉེན་གྱིས་མ་
ཆོར་ཞིང་།།སྤྱག་པ་དག་ཡིས་མ་ཆོར་བར།།རི་ཁོད་
འདི་རུ་འཆི་བྱས་ན།།རྣལ་འབྱོར་བསམ་པ་རྫོགས་པ་
ཡིན།།གས་པ་གོགས་གྱིས་མ་ཆོར་ཞིང་།།ན་བ་སྤིང་

མོས་མ་ཆོར་བར། །རི་ཁྲོད་འདི་རུ་འཆི་བྱས་ན། །ནལ་
འབྱོར་བསམ་པ་རྫོགས་པ་ཡིན། །ཤེ་བ་མི་ཡིས་མ་
ཆོར་ཞིང་། །རོ་རུལ་བྱ་ཡིས་མ་མཐོང་བར། །རི་ཁྲོད་
འདི་རུ་འཆི་བྱས་ན། །ནལ་འབྱོར་བསམ་པ་རྫོགས་
པ་ཡིན། །ཤ་རུལ་སྤང་མས་འཛིབ་པ་དང་། །ཅ་རྒྱས་
འབྱ་ཡིས་བ་བ་རུ། །རི་ཁྲོད་འདི་རུ་འཆི་བྱས་ན། །ནལ་
འབྱོར་བསམ་པ་རྫོགས་པ་ཡིན། །ང་སྒོ་ན་མི་རྗེས་
མེད་པ་དང་། །ནང་ན་ཁྲག་རྗེས་མེད་པ་རུ། །རི་ཁྲོད་
འདི་རུ་འཆི་བྱས་ན། །ནལ་འབྱོར་བསམ་པ་རྫོགས་
པ་ཡིན། །རོ་ལ་འཁོར་མི་མེད་པ་དང་། །ཤེ་ན་རུ་མི་
མེད་པ་རུ། །རི་ཁྲོད་འདི་རུ་འཆི་བྱས་ན། །ནལ་འབྱོར་

བསམ་བ་རྫོགས་བ་ཡིན།། ང་གར་སོང་འདྲི་མི་མེད་
བ་དང་།། འདིར་སོང་གཏད་སོ་མེད་བ་བྱ།། རི་ཁྲོད་
འདི་བྱ་འཆི་བྱས་ན།། རྣལ་འབྱོར་བསམ་བ་རྫོགས་བ་
ཡིན།། མི་མེད་ལུང་བའི་བྲག་ཕྱག་ཏུ།། སྤང་པོ་འཆི་
བའི་སློན་ལམ་འདི།། འགྲོ་བའི་དོན་དུ་ཐེབས་བར་
ཤོག། ཐེབས་ན་བསམ་བ་རྫོགས་བ་ཡིན།།

༥ བྲག་ལ་སློམ་བའི་སློམ་ཆེན་དང་།། འཆོ་བ་སྦྱར་བའི་
ཡོན་བདག་གཉིས།། སངས་མཉམ་པོར་རྒྱ་བའི་རྟེན་
འབྲེལ་ཡིན།། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྤྲིང་པོ་བསྟོ་བ་ཡིན།

༦ བག་ཆགས་མཐུག་བས་རྒྱ་བྱས་ཏེ།། རང་སེམས་
འཁྲུལ་བའི་ཉེར་ལེན་གྱིས།། རྣམ་རྟོག་དག་བྱ་མ་

ལངས་ན།།ང་བྲག་སྲིན་དག་རུ་ཅི་ལ་ལྷང་།།ལར་
བག་ཆགས་བདུད་འདི་སེམས་ལས་བྱང་།།སེམས་
ཀྱི་དེ་ཉིད་མ་ཤེས་ན།།ཁྱོད་སོངས་ཤིག་བྱས་པས་
ང་མི་འགྲོ།།རང་སེམས་སྟོང་བར་མ་རྟོགས་ན།།འདྲེ་
ང་བས་མི་ཆད་གཞན་ཡང་ཡོད།།ཁྱོད་བདེན་ནོ་
བདེན་ནོ་འདྲེ་མོ་ངན།།ཆོག་དེ་བས་བདེན་པ་ཡོད་
རེ་སྐྱེན།།ང་སྟོན་ཆད་རྒྱལ་ཁམས་འགྲིམས་འགྲིམས་
ནས།།ཐུ་དེ་བས་སྟོན་པ་ཐོས་མ་སྟོང་།།མཁས་པ་
བརྒྱ་ཡི་ཞལ་བསྐྱར་ཡང་།།དོན་དེ་ལས་ལྷག་པ་
ཡོད་མི་སྲིད།།འདྲེ་ཁྱོད་ཀྱི་ཁ་ནས་ལེགས་བཤད་
བྱང་།།ལེགས་བཤད་གསེར་གྱི་བུར་མ་དེ།།མི་ཁོ་

བའི་ནམ་ཤེས་སྙིང་ལ་བརྒྱབ།།ནང་དངོས་པོ་འཛིན་
པའི་སྙིང་རྒྱང་བསལ།།མ་དེག་འབྲུལ་བའི་ཐུན་
ནག་སངས།།སྒོ་བརྒྱ་དཀར་པོ་ཁ་ཡང་ཕྱེ།།རང་
དེག་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་སྤར།།དན་པའི་ཡེ་ཤེས་
ཏུར་གྱིས་སད།།འདྲེ་བྱོད་པས་ཆེ་བ་ངར་འཛིན་
ཡིན།།འདྲེ་བྱོད་པས་མང་བ་འདུ་ཤེས་ཡིན།།འདྲེ་
བྱོད་པས་ངན་བ་བསམ་ངན་ཡིན།།འདྲེ་བྱོད་པས་
ཁོད་བ་ནམ་ཉིག་ཡིན།།འདྲེ་བྱོད་པས་ལང་ཤོར་
བག་ཆགས་ཡིན།།འདྲེ་འདྲེ་རུ་བབྱང་ན་གཞོད་བ་
ཡིན།།འདྲེ་སྙིང་པར་ཤེས་ན་སོང་བ་ཡིན།།འདྲེ་ཆོས་
ཉིད་དུ་གོ་ན་གྲོལ་བ་ཡིན།།འདྲེ་པ་མར་ཤེས་ན་ཟེན་

བ་ཡིན།།འདྲེ་སེམས་སུ་ཤེས་ན་རྒྱན་དུ་འཆར།།དེ་
ཡིན་ལྷགས་ཤེས་བས་ཐམས་ཅད་གྲོལ།།འདྲེ་དམན་
མོས་ཁྱེ་ཆོག་བདེ་བུ་བསྟན།།འདྲེར་སྒྲུང་དང་འདྲེར་
འཛིན་འདྲེར་རྟོག་གསུམ།།བྱུང་ཡང་རྣལ་འབྱོར་རང་
ལས་བྱུང་།།ཐེམ་ཡང་རྣལ་འབྱོར་རང་ལ་ཐེམ།།ལར་
བགེགས་རྣམས་སེམས་ཀྱི་ཆོ་འབྲུལ་ཏེ།།རང་སྒྲུང་
སྟོང་བར་མ་རྟོགས་བས།།འདྲེ་རང་རྒྱད་དུ་འཛིན་ན་
རྣལ་འབྱོར་འབྲུལ།།

༥ ལྷ་མ་སངས་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་སྐུ།།མ་ནོར་ཐར་
བའི་ལམ་སྟོན་བ།།ཐུགས་རྗེ་འབྲིན་ལས་འགོ་བའི་
དཔལ།།འབྲལ་མེད་གཙུག་གི་རྒྱན་དུ་བཞུགས།།ཁྲིད་

འདིར་བཞུགས་ཆོས་མཛད་ཉམས་ལེན་མཁན།།དམ་
ཆོས་བྱེད་ལུགས་མང་ན་ཡང་།།ཟབ་ལམ་བསྐྱེལ་བ་
སྐལ་བ་བཟང་།།བྱེད་ཆེ་གཅིག་སངས་རྒྱས་སྐུ་དུས་
སུ།།ཆེ་འདིའི་རང་འདོད་མ་ཆེ་ཞིག།ཆོས་ན་དག་
སྡིག་སྣ་ཆོགས་སྤྱད།།སྤྱད་ན་ངན་འགྲོར་ལྷུང་བར་
འགྱུར།།ཟླ་མའི་ཞབས་ཏོག་བྱེད་དུས་སུ།།ངས་བྱས་
ཁོང་ཡུས་མ་ཆེ་ཞིག།ཆོས་ན་དཔོན་སློབ་རེ་འཁང་
འབྱུང་།།བྱུང་ན་བསམ་པའི་དོན་མི་འགྱུར།།དམ་
ཆོག་སྤེལ་བ་སྤྱད་དུས་སུ།།མི་ནག་གྲོང་དུ་མ་ཉལ་
ཅིག།ཉལ་ན་མིག་སློབ་ངན་པ་སྐྱེ།།སྐྱེས་ན་དམ་
ཆོག་སྤེལ་བ་འཆར།།ཐོས་པའི་སློབ་གཉེར་བྱེད་དུས་

སུ།།ཐ་སྙད་ང་རྒྱལ་མ་ཆེ་ཞིག།ཆེས་ན་དུག་ལྡེའི་མེ་རོ་
ལྡང་།།ལངས་ན་དགོ་སྒྲུར་བསམ་པ་འབྱུག།གྲོགས་
དང་ལྟན་ཅིག་སྒྲོམ་དུས་སུ།།བྱ་རྒྱ་བྱེད་རྒྱ་མ་མང་
ཞིག།མང་ན་ཟབ་མོའི་དགོ་སྒྲུར་གཡེངས།།གཡེངས་
ན་ལྟ་ཆོས་སྐལ་པ་འཆད།།ཐབས་ལམ་སྙན་བརྒྱད་
སྒྲོམ་དུས་སུ།།འདྲེ་འདུལ་བྱིན་རྒྱབས་མ་བྱེད་
ཅིག།བྱས་ན་རང་རྒྱད་འདྲེ་བྱ་ལྡང་།།ལངས་ན་གྲོང་
པའི་ཆོས་སྒྲུད་རེམ།།ཉམས་དང་རྟོགས་པ་ཤར་དུས་
སུ།།པོ་ཆོད་མངོན་ཤེས་མ་འཆད་ཅིག།བཤད་ན་
གསང་བའི་བད་སྐད་འཆར།།ཤོར་ན་ལམ་རྟགས་
ཡོན་ཏན་འགྲིབ།།སྒྲུན་དུ་ཤེས་ནས་སྤོང་བར་

མཛོད།། སྡིག་སྦྱོད་ཁམ་བས་བ་བ་དང་།། གཤིན་
པའི་རོ་དོམ་འཁུར་བ་དང་།། རོ་སྤང་གི་འདུན་མ་མ་
བྱེད་པར།། ཉམ་ཆུང་གིས་ལ་རང་མགོ་ཐོན།། ཞེས་
གསུངས།།

༥ རྗེ་བཀའ་ཤིན་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།། སྤང་
ཉམས་ལེན་བདེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་བས།། བྱེད་གསར་
བུའི་བྲིད་སྤྱག་གཞོན་ཅུ་ནམས།། ལས་དགེ་སྡིག་
གཡོ་སྦྱུའི་གྲོང་བྲིར་ན།། བུ་སྐལ་བ་མ་ཆད་ལྟ་ཆོས་
ཉན།། ལམ་ལོག་པར་མ་སོང་ང་དང་བྲད།། ཆོགས་
ཡང་ཡང་བསགས་པས་སྒོམ་སྦྱབ་བྱེད།། བྱིན་རྒྱུ་བས་
བྱིན་བུན་ཉམས་ཉོགས་སྦྱེས།། སྦྱེས་པས་མི་པན་

མགོ་འདོན་འཆལ།།རང་མགོ་འདོན་པའི་མན་ངག་
འདི།།བཅེ་བས་བཤད་གྱིས་ན་བས་ཉོན།།དབེན་
གནས་རི་ཁྲོད་འཛིན་དུས་སུ།།གྲོང་ཡུལ་གྱི་ཉྱད་
མོ་མ་བྲན་ཅིག།བྲན་ན་རང་སེམས་བདུད་གྱིས་
གཡེངས།།སྒྲོ་ནང་དུ་ཁྱག་ལ་རང་མགོ་ཐོན།།སྒྲོམ་
སྒྲིང་རུས་གནད་ནས་འདོན་དུས་སུ།།ནམ་འཆི་ཆ་
མེད་སེམས་བ་དང་།།འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བྲན་
བ་ཡིས།།ཆེ་འདིའི་སྐྱིད་འདོད་མ་བྲན་བར།།སྒྲུག་
བསྐྱེད་སྐྱིད་ལ་རང་མགོ་ཐོན།།ཟབ་མོའི་སྒྲོམ་བྲིད་ལྷ་
དུས་སུ།།སྒྲོབ་གཉེར་གྱི་ཤེས་འདོད་མ་ཆེ་ཞིག།ཆས་
ན་གྲོང་པའི་ཆས་སྐྱོད་རེམ།།རེམ་ན་མི་ཆེ་སྐྱོང་བད་

ཡོང་།། ཉམ་ཆུང་དུ་གྱིས་ལ་རང་མགོ་ཐོན།། ཉམས་
རྟོགས་ཉག་ཉག་སྒྲིེ་དུས་སུ།། བརྗོད་འདོད་གྱིས་
རང་ཅིས་མ་ཆེ་ཞིག། བརྗོད་ན་མ་དང་མཁའ་འགོ་
འཁྲུག། ཡོངས་མེད་དུ་སྒྲོམ་ཞིང་རང་མགོ་ཐོན།། ལྷ་
མ་དང་མཉམ་དུ་འགྲོགས་དུས་སུ།། བཟང་ངན་གྱི་
སྒྲོན་ཡོན་མ་རྟོག་ཅིག། བརྟགས་ན་སྒྲོན་གྱི་ཕུང་ཐོར་
མཐོང་།། དག་སྒྲུང་བྲེད་བཞིན་རང་མགོ་ཐོན།། མཆེད་
གྲོགས་དང་དབང་གྲལ་མཐུན་དུས་སུ།། གྲལ་མགོ་
དང་ཁ་ཁྱེན་མ་འདོད་ཅིག། འདོད་ན་ཆགས་སྒྲུང་གིས་
དམ་ཆེག་འཁྲུག། མཐུན་པོ་བྲེད་བཞིན་རང་མགོ་
ཐོན།། གྲོང་ཡུལ་དུ་སྒྲོམ་བུ་བྲེད་དུས་སུ།། ཆོས་ཐོག་

གིས་མི་མགོ་མ་སྐོར་ཅིག། བསྐོར་ན་རང་ཉིད་ངན་
འགོར་ལྟར་། ། ལས་བྱང་པོ་བསྐྱེས་ཤིང་རང་མགོ་
ཐོན། ། ལར་དུས་དང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ། ། རང་ཅིས་
དང་རང་འདོད་མ་ཆེ་ཞིག། ཆེས་ན་ཆོས་གཟུགས་
ཀྱིས་བྱེད་པོར་འགོ། ། རྩན་ཐོལ་ཐོག་སྤྲངས་ལ་རང་
མགོ་ཐོན། ། རང་མགོ་འདོན་པའི་སྐྱེས་བུ་ལ། ། རང་
བྱིན་ཆེ་བའི་གདམས་ངག་རྣམས། ། རང་གཞན་དོན་དུ་
ད་དུང་སྟེར། ། སྐྱོན་པ་སྟོང་གི་དཀྱིལ་དུ་ཟུངས། ། ཞེས་
གསུངས།

༥ རྩ་སྤྲ་མ་མཆོག་གི་ཞབས་ལ་འདུད། ། སེམས་དངོས་
པོར་འཛིན་པ་འཁོར་བའི་རྒྱ། ། གསལ་ལ་འཛིན་མེད་

རང་རིག་དེ། །ལྷན་གྲུབ་ཡིན་པར་ངོ་མེས་ན། །ཅེ་
གཅིག་མཐའ་རུ་བྱིན་པ་ཡིན། །བུང་འཇུག་ཟེར་ཞིང་
མཆོན་བཅས་བསྒྲུལ། །རྒྱ་འབྲས་ཟེར་ཞིང་ལོག་འཆོ་
བསྒྲུབ། །ཚྲངས་པ་ཀྱན་འབྱུང་བསྒྲུལ་པ་ལ། །ཅེ་གཅིག་
གི་རྣལ་འབྱོར་ཁོ་ལ་མེད། །གསལ་ལ་འཛིན་མེད་རང་
སེམས་དེ། །སྒྲོས་བྲལ་བདེ་བའི་སྣང་པོ་ཅན། །ངོ་བོ་
མཁའ་ལྟར་གསལ་ཅ་ན། །སྒྲོས་བྲལ་མཐའ་རུ་བྱིན་པ་
ཡིན། །སྒྲོས་མེད་ཟེར་ཞིང་སྒྲོས་པ་མང་། །བརྗོད་མེད་
ཟེར་ཞིང་ཐ་སྣང་མང་། །ཚྲངས་པ་ངར་འཛིན་བསྒྲུལ་
པ་ལ། །སྒྲོས་བྲལ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་ཁོ་ལ་མེད། །སྣང་
སྣང་གཉིས་མེད་གྱི་ཆོས་སྒྲུལ། །འཁོར་འདས་གཅིག་

དུ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་།།སངས་རྒྱས་སེམས་ཅན་འབྲེས་
པ་ན།།རོ་གཅིག་ཟེར་ཞིང་དུ་མར་སྤྱ།།ཉག་གཅིག་
ཟེར་ཞིང་བུན་དུ་གཙོད།།ཚྗངས་པ་ཡི་ཡང་ཚྗངས་པ་
ལས།།རོ་གཅིག་གི་རྣལ་འབྱོར་ཁོ་ལ་མེད།།རྣམ་ཏོག་
ཡི་ཤེས་ཀྱི་སྣང་པོ་ཅན།།ལྷན་གྲུབ་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་
སུ་མེད།།སྐྱ་གསུམ་རང་ལ་ཆང་ཅ་ན།།སྒྲིམ་མེད་
མཐའ་དུ་བྱིན་པ་ཡིན།།སྒྲིམ་མེད་ཟེར་ཞིང་ཡིད་ལ་
བྱེད།།འོད་གསལ་ཟེར་ཞིང་གཉི་ལྷག་བསྒྲིམ།།ཚྗངས་
པ་ཁ་ལྟ་སྤྱ་བ་ལ།།སྒྲིམ་མེད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ཁོ་ལ་
མེད།།ཅེས་གསུངས།

༥ དུལ་རག་མར་རབས་ཆད་བཟའ་མི་གཉིས་ཀྱིས་

གསོལ་བ། འོ་ན་ངེད་གྱི་བྱ་དོད་མཛོད། ངེད་ལ་ཡུལ་
གཞིས་བཟང་པོ་ཡང་ཡོད། བྲིད་རང་ཐུགས་འགྲོ་བའི་
བྱ་མོ་གཅིག་ཀྱང་ལེན། དེས་ཉེ་འཁོར་ཡང་ཤུགས་
གྱིས་ཡོང་བེད་བ་ལ། ངས་དེ་ཀུན་མི་དགོས་ངས་བོར་
བ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་མགུར་འདི་གསུངས་སོ། ། ཡུལ་
དང་པོ་ཉམས་དགའ་སྦྱིད་སྦྱིད་པོ། ། ལུས་ངག་ཡིད་
གསུམ་འབྲད་བའི་སེག་རྒྱུ་ཡིན། ། བར་དུ་མོ་རྒྱུ་འོ་
རེ་བརྒྱལ། ། ས་བོན་པར་བཏབ་ཚུར་མི་འབྱུང་། ། ཡུལ་
ངན་མུ་གའི་གྲོང་བྲིང་དེ། ། མགོན་མེད་འི་ཟའི་གནས་
དང་འདྲ། ། ཐ་མར་བསྐྱར་ནས་འགྲོ་བྱ་ཡིན། ། སྤྲིག་
གསོག་གི་གནས་ཁང་སེམས་ལ་གཟན། ། གནས་

སྐབས་ཀྱི་བཅོན་དོང་ང་མི་འདོད།། བྱིད་ཀྱི་བྱ་དོང་ང་
མི་བྱེད།། ཅེས་གསུངས་པས།

༥ ཁོང་གཉིས་ན་རེ་དེ་སྐད་མ་གསུང་། དེད་ཀྱིས་
བྱིད་རང་འཐད་པའི་པ་བཟང་གི་བྱ་མོ་ཞིག་བག་མར་
བསུ་བ་ཡིན་ཞུ་བའི་ལན་དུ་མགུར་འདི་གསུངས་
སོ།། གྲོགས་དང་པོ་ལྷ་མོ་བཞད་ཁ་མ།། བལྷ་བའི་
གདོང་ལ་ཆོག་རྒྱ་མེད།། བར་དུ་སློན་མོ་རོ་མིག་
མ།། པར་གཅིག་ལ་བ་ན་ཚུར་གཉིས་ཆོལ།། སྐྱ་ལ་
འཆང་ན་སྦྱིད་པར་འདུ།། དབྱུག་པ་བརྒྱབ་ན་གཟར་
བྱ་འཕྱར།། ཐ་མར་བ་ཀན་སོ་མེད་མ།། སློན་མོའི་སྤང་
མིག་སེམས་ལ་གཟན།། བདུད་མོའི་འཐབ་ཡ་སྤངས་

བ་ཡིན།། བྲིད་ཀྱི་གཞིན་གྲོགས་ང་མི་འདོད།། ཅེས་
གསུངས་བས།

༥ སྒྲ་མ་ལགས། ཀས་ནས་ཤི་ལ་ཐུག་ཆེ། གཞིན་
ཆེ་བཞིན་མི་ཡོང་བར་གདའ། རང་ལ་བྱ་རེ་མེད་
ན་ཡིད་འཕམ་བ་ལ་ཆད་ལས་འདས་བ་རེ་ཡོང་
གིན་འདུག་དེས་ན་བྲིད་ལའང་བྱ་རེ་དགོས་ལགས་
སམ་ཟེར་བའི་ལན་དུ་མགྱར་འདི་གསུངས་སོ།། བྱ་
དང་པོ་ལྷ་བྱ་ཡིད་འོང་སོ།། སྟོང་བཅེ་བའི་སེམས་
ལ་བཟོད་སྒྲགས་མེད།། བར་དུ་བྱ་ལོན་འདེད་དག་
སོ།། ཐམས་ཅད་བྱིན་ཡང་མགྱ་དུས་མེད།། མི་ཡི་བྱ་
མོ་ནང་དུ་བརྟུག། དེན་ཅན་ས་མ་བྱི་བྱ་ཐུང།། བ་ཡིས་

བོས་ཀྱང་ལན་མི་སྟེར། །མ་ཡིས་བོས་ཀྱང་ཨང་མི་
ཁྱགས། །ཐ་མར་བྲིམ་མཆོས་སྟེང་རིང་པོ། །ཁྱམ་
བའི་ཁ་ཆོས་བྱས་བས་ལུང་། །རང་སྦྱེས་ཀྱི་དག་བོ་
སེམས་ལ་གཟན། །འཁོར་བའི་བཤལ་ཐག་སྤངས་
བ་ཡིན། །འཛིག་ཏེན་གྱི་བྱ་ཆ་ང་མི་འདོད། །ཅེས་
གསུངས་བས།

༥ ཁོང་གཉིས་ན་རེ། རང་སྦྱེས་ཀྱི་དག་བོ་ཡིན་
ནའང་ཡིན། ལུ་མོ་གཅིག་ཡོད་རུང་ཆོག་པར་འདུག་
སྟེ། མེད་བས་སྒོ་མ་བདེ་བར་བའི་ལན་དུ་མགུར་འདི་
གསུངས་སོ། །ལུ་མོ་དང་པོ་སྟ་སྟག་འཇུམ་ཁ་མོ། །ནོར་
གང་དམར་འབྲེར་བའི་དབང་མོ་ཆེ། །བར་དུ་ལན་

ཆགས་འཁོར་མེད་མ། ། ས་ལ་དངོས་སུ་བསྐྱངས་
ནས་འབྱེད། ། མ་ལ་སྒྲོག་ཏུ་བརྒྱས་ནས་འབྱེད། ། བྱིན་
པ་དོ་སོར་མི་བྱེད་པ། ། བྱིན་ཅན་པ་མའི་སྙིང་རྒྱང་
སྒྲོང་། ། ཐ་མར་གྱི་མོ་གདོང་དམར་མ། ། ལེགས་ན་
གཞན་གྱི་དཔལ་སྦྱིད་མ། ། ཉེས་ན་རང་གི་བྱུར་སྦྱང་
མ། ། སྦྱང་བྱེད་གྱི་གྱི་མོ་སེམས་ལ་གཟན། ། སངས་མེད་
གྱི་སྦྱང་ན་སྦྱངས་པ་ཡིན། ། སྦྱང་གཞིའི་བྱ་མོ་ང་མི་
འདོད། ། ཅེས་གསུངས་པས།

༥ ཁོང་གཉིས་ན་རེ། བྱ་དང་བྱ་མོ་མི་དགོས་
བྱང་། གཉེན་གཞན་རེ་མེད་ན་ཁ་ཞན་པའི་སྦྱག་བསྐྱལ་
རང་བཟོད་སྒྲགས་མི་འདུག་ཟེར་བའི་ལན་དུ་མགྱུར་

འདི་གསུངས་སོ།། གཉེན་དང་པོ་སྤང་དགའ་མཐོང་
 འཇུ་མ་པོ།། འདིར་བྱོན་དང་འདིར་བཞུགས་ཀྱིས་ལུང་
 བ་འགོངས།། བར་དུ་ལ་ཆང་གི་ཟས་ལན་ཅན།། པར་
 གཅིག་ལན་དུ་ཚུར་གཅིག་སྟེར།། ཐ་མར་ཆགས་
 སྤང་གི་འགྱོད་གཞི་ཅན།། སྤྱག་འགྲོས་ཀྱི་གྲོད་ཅ་
 སེམས་ལ་གཟན།། སྐྱིད་ཆེའི་བ་གྲོགས་དེ་སྤངས་པ་
 ཡིན།། འདི་གཉེན་གྱི་ཉེ་དུང་མི་འདོད།། ཅེས་གསུངས་
 བས།

༥ ཡང་ཁོང་གཉིས་ན་རེ། བྱིད་གཉེན་ཉེ་རིང་གང་
 ཡང་མི་འདོད་རུང་དེ་ཡིན། དེ་ལ་ནོར་ལོངས་སྤྱོད་
 ཀྱིས་ཆོག་པ་ཡོད། འདི་ནམས་ཀྱི་བདག་པོ་ཅེས་གྲང་

མཛད་པར་བྱ་བེར་བྱ་བ་ནན་གྱིས་འབུལ་དུ་བྱང་
 བ་ལ། རྗེ་བཙུན་གྱི་ཞལ་ནས། ཡུལ་ཆུང་གཅིག་གི་
 ལུན་པ་སེལ་བྱེད་ཉི་ལྔ་བསྐྱད་མི་འོང་ངས་ཀྱང་སྒྲུབ་
 པ་དང་འགྲོ་བ་མང་པོའི་དོན་སྦྱོར་བཏང་ནས་བྱེད་
 གཉིས་ཀྱི་ཆེ་འདིའི་བུ་དོད་མི་བྱེད། ང་དང་སྐད་པ་
 རང་གིས་བྱེད་གཉིས་ཀྱི་འདི་བྱེད་དོན་གྲུབ། བྱི་མ་ལྷ་
 རྒྱན་དུ་འཛོམས་པའི་སྦྲོན་ལམ་འདེབས་ཞེས་མགྱུར་
 འདི་གསུངས་སོ། ། རྗེར་དང་པོ་བདག་སྦྱིད་གཞན་
 སྦྲོན་པོ། ། ཅི་ཅམ་ཡོད་ཀྱང་ཆོག་ཤེས་མེད། ། བར་
 དུ་སེར་སྒྲའི་མདུད་པས་འཆིང་། ། དགོ་བའི་སྤྱོད་པས་
 སུ་གཏོང་མི་པོད། ། དག་འདྲེ་གཉིས་ཀྱི་གཡལ་མོ་

ཡིན།།རང་གིས་བསོགས་པ་མི་ཡིས་སྟོང་།།ཐ་མར་
 སྟོག་གི་བདུད་དུ་འོང་།།དག་པོའི་ཚོར་གཉེར་སེམས་
 ལ་གཟན།།འཁོར་བའི་བསྐྱེད་སྤངས་པ་ཡིན།།བདུད་
 གྱི་མགོ་སྐོར་དེ་ང་མི་འདོད།།ཅེས་གསུངས།སྐྱེས་
 བུ་སྐལ་ལྡན་དམ་པ་རྣམས།།ཆེ་འདི་སྐྱེ་བྱེད་ཡིན་
 པ་ཆ་མེད་དམ།།ལོངས་སྟོང་སྐྱེ་བུ་མ་ཡིན་པ་ཆ་མེད་
 དམ།།འཁོར་བ་ཞི་བ་ཡིན་པ་ཆ་མེད་དམ།།བདེ་
 བ་མི་ལམ་ཡིན་པ་ཆ་མེད་དམ།།བསྟོད་སྦྱང་བྲག་
 ཅ་ཡིན་པ་ཆ་མེད་དམ།།སྤང་བ་སེམས་ཉིད་ཡིན་
 པ་ཆ་མེད་དམ།།རང་སེམས་སངས་རྒྱས་ཡིན་པ་
 ཆ་མེད་དམ།།སངས་རྒྱས་ཆོས་སྐྱེ་ཡིན་པ་ཆ་མེད་

དམ། ། ཆོས་སྐྱོ་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པ་ཆ་མེད་དམ། ། ཉོགས་
ན་ཅི་སྒྲུང་སེམས་སུ་འདུས། ། སེམས་ལ་ཉིད་དང་
མཆན་དུ་ལྟོས། ། སེམས་ལ་བལྟས་པས་མཐོང་བ་
མེད། ། མཐོང་བ་མེད་པའི་ངང་ལ་ཞོག། ང་ཉིད་ཕྱག་རྒྱ་
ཆེན་པོ་ལ། ། རང་བཞིན་ལྷག་པ་བསམ་དུ་མེད། ། ཞེས་
པ་མི་བཟུང་དང་ལ་བཞག། མཉམ་བཞག་རྗེས་ཐོབ་
དབྱེར་མེད་པས། ། བསྐྱོམ་པའི་རིམ་པ་བདག་ལ་
མེད། ། ཇི་ལྟར་སྒྲུང་ཡང་ངོ་བོས་སྟོང་། ། དན་པས་
བཟུང་དང་མ་བཟུང་མེད། ། མ་སྐྱེས་པ་ཡི་རོ་སྟུང་
བས། ། དེ་བཞིན་སྐྱོམ་པ་ཉོགས་པ་ཡིས། ། ལས་ཀྱི་
ཕྱག་རྒྱ་བསྐྱོམ་པ་དང་། ། ཅ་རྒྱུང་ཐིག་ལེ་བསྐྱོམ་པ་

དང་།།སྒྲགས་བཞུས་པ་དང་ལྷ་སྒྲོམ་དང་།།ཆངས་
པའི་གནས་གཞི་བསྒྲོམ་ལ་སོགས།།ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་
འཇུག་ཐབས་ཅམ།།དེ་རྣམས་ཆེད་དུ་བསྒྲོམས་པས་
ཀྱང་།།ཆགས་སྒྲུང་ཅ་བ་མི་སྟོངས་ཀྱིས།།སྒྲུང་བ་རང་
གི་སེམས་ཉིད་ལགས།།སེམས་ཉིད་སྟོང་པར་ཤེས་
པར་ཀྱིས།།རྟོགས་པ་ཉམས་དང་མ་བཤམ་ན།།ཚུལ་
བྲིས་མཆོད་སོགས་དགེ་བའི་ཆོགས།།ཐམས་ཅད་
མ་ལུས་དེ་ལ་ཆང་།།ཞེས་གསུངས་པས།།

༥ སྒྲུང་བའི་མཆོན་ཉིད་སྐྱེ་བ་མེད།།སྐྱེ་བ་བྱུང་ན་
དངོས་འཛིན་ཡིན།།འཁོར་བའི་མཆོན་ཉིད་གཞི་ཅ་
བཤམ།།གཞི་ཅ་བྱུང་ན་རྣམ་རྟོག་ཡིན།།སེམས་ཀྱི་

མཆན་ཉིད་བུ་དུ་འབྱུག། བྱོགས་ཆ་བུ་ན་ཞེ་འདོད་
ཡིན།། སྒྲ་མའི་མཆན་ཉིད་རྒྱད་པར་ལྡན།། རང་བཟོ་
བྱེད་ན་སྒྲིངས་པ་ཡིན།། སེམས་ཉིད་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་
ལ།། རྣམ་ཏོག་སྟོ་སྟོན་ལྟ་བུས་བསྐྱབས།། མཆན་ལྡན་
སྒྲ་མའི་མན་ངག་འདི།། འབྱུང་བ་སྦྱི་སེར་གྱི་ཚུལ་དུ་
གདལ།། ཏོག་པ་རང་ཡང་འོད་གསལ་དང་།། ཉམས་
སྟོང་ཉི་ཟླ་ལྟ་བུ་ཤར།། བྱོགས་བཅུ་དུས་གསུམ་
མེད་པར་གསལ།། རོས་བཟུང་མེད་པས་བརྗོད་བྲལ་
དང་།། རེས་ཤེས་གཟའ་སྐར་ལྟ་བུ་ཤར།། གང་ཤར་
དུས་ན་བདེ་བ་ཆེ།། རང་བཞིན་སྟོས་བྲལ་ཆོས་ཀྱི་
སྒྱ།། ཆོགས་དུག་རྒྱུན་སྒྲིང་སྟོང་པའི་ངང་།། འབད་

མེད་ཤུགས་འབྱུང་བཀ་མེད་འདི།།རང་བཞིན་ལྷག་
པའི་ངང་ཞིག་ལ།།འཇིན་མེད་ཡེ་ཤེས་རྒྱན་པར་
གནས།།འབྲལ་མེད་སྐྱ་གསུམ་ངོ་མཆར་ཆེ།།ལས་
ཀྱི་ཤུག་རྒྱ་བསྐྱོམ་པ་དང་།།ཅ་རྒྱུང་ཐིག་ལེ་བསྐྱོམ་པ་
དང་།།སྒྲགས་བཞེས་པ་དང་ལྟ་སྐྱོམ་དང་།།ཆངས་
པའི་གནས་གཞི་བསྐྱོམ་ལ་སོགས།།ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་
འཇུག་ཐབས་ཅམ།།དེ་རྣམས་ཆེད་དུ་བསྐྱོམས་པས་
ཀྱང་།།ཆགས་སྒྲུང་ཅ་བ་མི་སྤྲངས་ཀྱིས།།སྒྲུང་བ་རང་
གི་སེམས་ཉིད་ལགས།།སེམས་ཉིད་སྤྲང་པར་ཤེས་
པར་ཀྱིས།།རྟོགས་པ་ཉམས་དང་མ་བྲལ་ན།།ཚུལ་
བྱིས་མཆོད་སོགས་དགེ་བའི་ཆོགས།།ཐམས་ཅད་

མ་ལུས་དེ་ལ་ཆང་།།ཞེས་གསུངས།

༥ རྩེ་བཅུན་གྱིས་ཀན་མོ་བྲིད་གྱིས་ང་ལ་ཐལ་བ་དེག་
ལོང་ལོང་བས།ཅུང་ཟད་ཅིག་ང་མི་ལ་རས་པའི་སྤྱི་
འདིར་ཉོན་ཅིག་གསུངས་ནས་ཨ་ཕྱི་ལ་དོན་དགུ་དང་
ལྡན་པའི་མགུར་འདི་གསུངས་སོ།།ཡར་མཐོ་རིས་
ཐར་པའི་བདེ་བ་དང་གཅིག་།མར་ངན་སོང་གསུམ་
གྱི་སྤྱག་བསྐལ་དང་གཉིས།།བར་གར་སྦྱི་རང་དབང་
མེད་པ་དང་གསུམ།།གསུམ་དེ་གསུམ་འཛོམས་པའི་
དུས་ཆོད་ན།།ཨ་ཕྱི་ཆོས་དང་འཁོན་པའི་ཞེ་གནག་
མ།།བྲིད་ལྟ་ཉོག་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོངས།།བྲིད་ན་
དམ་པའི་ལྟ་ཆོས་གྱིས།།བསྟེན་ན་མཆོན་ལྡན་སྒྲ་མ་

སྟེན།། ཁྱོད་དང་པོ་བྲིས་ལ་བཏང་དུས་ན།། འདི་འབྲེ་
མ་ཞིག་ཨེ་བྱང་སོམས།། སྔ་རྩོམ་ལྷང་བའི་སྔ་མ་དང་
གཅིག། དགོང་མོ་ཉལ་བའི་བྱི་མ་དང་གཉིས།། ཟེན་
པ་མེད་པའི་བྱ་ལས་དང་གསུམ།། གསུམ་དེ་གསུམ་
འཛོམས་པའི་དུས་ཆོད་ན།། ཨ་བྱི་སྒྲ་སྟོ་མེད་པའི་བྲན་
ཁོལ་མ།། ཁྱོད་ལྟ་རྟོག་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོངས།། བྱེད་
ན་དམ་པའི་ལྟ་ཆོས་གྲིས།། བསྟེན་ན་མཆན་ལྡན་སྒྲ་
མ་སྟེན།། དེ་ནས་འདི་འབྲེ་ཨེ་བྱང་སོམས།། གལ་པོ་
ཆེ་ཡི་བཟའ་དཔོན་དང་གཅིག། མེད་ཀྱང་དགོས་པའི་
ཁྲལ་སྟེད་དང་གཉིས།། མེད་མི་རུང་གི་བྱ་ཆ་དང་
གསུམ།། གསུམ་དེ་གསུམ་འཛོམས་པའི་དུས་ཆོད་

ན།།ཨ་ཕྱི་གལ་ཆུང་རང་ལ་དགོས་པའི་སྐལ་མེད་
མ།།ཁྱོད་ལྟ་ཉོག་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོངས།།བྱེད་ན་
དམ་པའི་ལྟ་ཆོས་གྱིས།།བསྟེན་ན་མཆན་ལྡན་ལྷ་
མ་སྟེན།།དེ་རྗེས་འདི་འདྲ་ཨེ་བྱུང་སོམས།།ཐོབ་ན་
བརྟུ་བའི་རྟུན་མ་དང་གཅིག།མ་ཐོབ་འཕྲོག་པའི་
རྒྱག་པ་དང་གཉིས།།འདི་མས་མེད་པའི་འཁྲུག་པ་
དང་གསུམ།།གསུམ་དེ་གསུམ་འཛོམས་པའི་དུས་
ཆོད་ན།།ཨ་ཕྱི་དབང་ཕུགས་ནས་ལངས་པའི་མེ་རྒྱག་
མ།།ཁྱོད་ལྟ་ཉོག་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོངས།།བྱེད་
ན་དམ་པའི་ལྟ་ཆོས་གྱིས།།བསྟེན་ན་མཆན་ལྡན་
ལྷ་མ་སྟེན།།དེ་རྗེས་འདི་འདྲ་ཨེ་བྱུང་སོམས།།མའི་

བྱ་མའི་ངོ་འཛིན་དང་གཅིག་། རང་གི་བྱ་ཆའི་ཆོག་
 སྒྲུབ་དང་གཉིས། ། ཆ་ཡུག་མང་པོའི་ཅ་ལ་དང་
 གསུམ། ། གསུམ་དེ་གསུམ་འཛོམས་པའི་དུས་ཆོད་
 བ། ། ཨ་ཕྱི་བཟོད་པ་སྒྲིམ་པའི་ན་ཐེག་ཅན། ། ཁྱོད་ལྟ་
 ཉོག་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོངས། ། བྱེད་ན་དམ་པའི་ལྟ་
 ཆོས་གྲིས། ། བསྟེན་ན་མཆན་ལྡན་སྒྲ་མ་སྟེན། ། དེ་
 རྗེས་འདི་འདྲ་ཨེ་བྱུང་སོམས། ། བརྟོད་ལུང་འདོན་
 པའི་ལྡང་ལུགས་དང་གཅིག་། བྱ་ལ་འཇབ་པའི་འགོ་
 ལུགས་དང་གཉིས། ། ས་དོ་ཆད་པའི་སྟོད་ལུགས་
 དང་གསུམ། ། གསུམ་དེ་གསུམ་འཛོམས་པའི་དུས་
 ཆོད་བ། ། ཨ་ཕྱི་སྐྱུ་ལུས་རྒྱད་པའི་ཡིད་པམ་མ། ། ཁྱོད་

ལྟ་རྟོག་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོངས།།བྱེད་ན་དམ་པའི་
ལྟ་ཆོས་གྱིས།།བསྟེན་ན་མཆན་ལྡན་སྒྲ་མ་སྟེན།།དེ་
རྗེས་འདི་འདྲ་ཨེ་བྱུང་སོམས།།ཕྱི་བགས་པ་འདུས་
པའི་གཉེར་མ་དང་གཅིག།ནང་ཤ་ཁྲག་ཟད་པའི་
རུས་འབོར་དང་གཉིས།།བར་སྟེན་སྐྱགས་འོན་ལོང་
ཐོམ་ཡོར་དང་གསུམ།།གསུམ་དེ་གསུམ་འཇོམས་
པའི་དུས་ཆོད་ན།།ཨ་ཕྱི་མི་སྦྱག་སྟོན་པའི་ཁྲོ་གཉེར་
མ།།སྟོད་ལྟ་རྟོག་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོངས།།བྱེད་ན་
དམ་པའི་ལྟ་ཆོས་གྱིས།།བསྟེན་ན་མཆན་ལྡན་སྒྲ་
མ་སྟེན།།ད་ལྟ་འདི་འདྲ་ཨེ་འདུག་སོམས།།གྲང་ལ་
ཉོག་པའི་བཟའ་བརྟུང་དང་གཅིག།ལྷི་ལ་རུལ་པའི་

དུག་པོ་དང་གཉིས།། བག་པོ་བཞི་སྟུང་གི་མལ་ས་
དང་གསུམ།། གསུམ་དེ་གསུམ་འཛོམས་པའི་དུས་
ཆོད་ན།། ཨ་ཕྱི་མིས་འགོམ་བྱིས་འགོམ་གི་ཉླགས་
ལྷན་མ།། བྱིད་ལྟ་ཉླག་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོངས།། བྱིད་
ན་དམ་པའི་ལྟ་ཆོས་གིས།། བསྟེན་ན་མཆན་ལྷན་
སྒྲ་མ་སྟེན།། ད་ནི་འདི་འདྲ་ཡོང་བས་སོམས།། ཡར་
མཐོ་རིས་དང་ཐར་པ་ནི་ཉིན་མོའི་སྐར་མ་བས་
བཀོན།། མར་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་ནི་ཤ་གཟུག་
སྟན་པས་བྱིན།། ད་ལྟ་ཡིད་པམ་བེམ་རིག་འགྲེས་དུས་
འདིར།། ཨ་ཕྱི་འཆི་བྱོད་གདེང་ཆད་མེད་པའི་གཞོང་
ཅན་མ།། བྱིད་ལྟ་ཉླག་རང་གི་སེམས་ལ་ཐོངས།། བྱིད་

ན་དམ་པའི་ལྷ་ཆོས་མཛོད།།བསྟེན་ན་མཆན་ལྡན་ཟླ་
མ་སྟེན།།ཅེས་གསུངས།

༥ བྱང་ཏྲ་སྒོར་ཡུལ་པའི་བྱ་མོ་ཉ་མ་དཔལ་དར་འབུམ་
གྲིས་གསོལ་བ། ཨང་ཀེ་རྩེ་བཙུན་རིན་པོ་ཆེ།།འོ་ན་
སྒྲིས་མཆོག་སྤུལ་པའི་སྤྱ།།ངས་ནམ་མཁའ་བསྟོམ་
དུ་བདེ་ལགས་དེ།།ལྷོ་སྤྱིན་བསྟོམ་དུ་ཅུང་མ་བདེ།།ད་
ལྷོ་སྤྱིན་བསྟོམ་པའི་གདམས་ངག་ལྷ།།ཉི་ཟླ་བསྟོམ་
དུ་བདེ་ལགས་ཏེ།།གཟའ་སྐར་བསྟོམ་དུ་ཅུང་མ་
བདེ།།ད་གཟའ་སྐར་བསྟོམ་པའི་གདམས་ངག་ལྷ།།རི་
བོ་བསྟོམ་དུ་བདེ་ལགས་ཏེ།།ཅི་ཡིང་བསྟོམ་དུ་ཅུང་
མ་བདེ།།ད་ཅི་ཡིང་བསྟོམ་པའི་གདམས་ངག་ལྷ།།རྒྱ་

མཆོ་བསྐྱེམ་དུ་བདེ་ལགས་ཏེ།། ཅ་རྒྱབས་བསྐྱེམ་
དུ་ཅུང་མ་བདེ།། ད་ཅ་རྒྱབས་བསྐྱེམ་པའི་གདམས་
ངག་ལྟ།། རང་སེམས་བསྐྱེམ་དུ་བདེ་ལགས་ཏེ།། རྣམ་
རྟོག་བསྐྱེམ་དུ་ཅུང་མ་བདེ།། ད་རྣམ་རྟོག་བསྐྱེམ་པའི་
གདམས་ངག་ལྟ།། ཞེས་ཞུས་པས།

༥ ཡང་གེ་ཉ་མ་དཔལ་དར་འབྱམ།། ཉོན་དང་ཕྱག་མོ་
དད་ཅན་མ།། རྣམ་མཁའ་བསྐྱེམ་དུ་བདེ་ལགས་ན།། ལྟོ་
སྒྲིན་རྣམ་མཁའི་ཆོ་འཕྲུལ་ཡིན།། རྣམ་མཁའ་རང་གི་
ངང་དུ་ཞོག། ཉི་ཟླ་བསྐྱེམ་དུ་བདེ་ལགས་ན།། གཟའ་
སྐར་ཉི་ཟླའི་ཆོ་འཕྲུལ་ཡིན།། ཉི་ཟླ་རང་གི་ངང་དུ་
ཞོག། རི་བོ་བསྐྱེམ་དུ་བདེ་ལགས་ན།། ཅི་ཤིང་རི་བོའི་

ཆོ་འཕྲུལ་ཡིན།།རི་བོ་རང་གི་ངང་དུ་ཞོག།རྒྱ་མཚོ་
བསྐྱོམ་དུ་བདེ་ལགས་ན།།ཐ་ཆ་བས་རྒྱ་མཚོའི་ཆོ་
འཕྲུལ་ཡིན།།རྒྱ་མཚོ་རང་གི་ངང་དུ་ཞོག།རང་སེམས་
བསྐྱོམ་དུ་བདེ་ལགས་ན།།ནམ་ཉིག་སེམས་ཀྱི་ཆོ་
འཕྲུལ་ཡིན།།སེམས་ཉིད་རང་གི་ངང་དུ་ཞོག།ཅེས་
གསུངས།

༥ བྱ་སྒྲིང་ནས་ལྟ་ཆོས་བྱ་བསམས་ན།།དད་པ་ཞིག་
གཉིང་ནས་སྐྱེ་བ་ན།།ཆོ་འདི་ལ་སྤྱི་མིག་མི་བལྟ་
ན།།བདེན་པར་ང་སྤྱིར་འབྲང་བ་ན།།གཉིན་ཆོན་བདུད་
ཀྱི་བཞོལ་འདེབས་ཡིན།།བདེན་ནོ་མ་སྦྱམ་འབྲི་བ་
ཆོད།།ཟས་ནོར་བདུད་ཀྱི་སོ་བ་ཡིན།།འདྲིས་ཤིང་ངན་

ནོ་འཛིན་ཆགས་སྒྲིངས།།འདོད་ཡོན་བདུད་ཀྱི་ཞགས་
པ་ཡིན།།འཆིང་བར་ངེས་སོ་ཞེན་པ་ཐོངས།།གཞོན་
གྲོགས་བདུད་ཀྱི་བྱ་མོ་ཡིན།།བསྐྱུ་བར་ངེས་སོ་ཁོང་
ཐོན་གྱིས།།པ་ཡུལ་བདུད་ཀྱི་བཙོན་ར་ཡིན།།ཐར་
པར་དཀའ་འོ་སྒྱར་དུ་བློས།།ལར་ཐམས་ཅད་བཞག་
ནས་འགོ་དགོས་ཏེ།།དུས་ད་ལྟ་བཞག་ན་དོན་ཆེན་
ལགས།།སྒྱུ་ལུས་ཀྱི་ཐོ་ཡོར་ཅིས་ཀྱང་འགྲེལ།།དུས་
ད་ལྟ་ཏེན་འབྲེལ་བསྐྱིགས་ན་ལེགས།།སེམས་ཀྱི་བྱ་
གྲོད་ཅིས་ཀྱང་འཕྱར།།དུས་ད་ལྟ་ནམ་འཕང་བཅད་ན་
ལེགས།།མི་ང་བེར་དེ་ཆོ་ཉན་སྒྲིད་ན།།བྱ་བྲིད་ལ་ལྟ་
ཆོས་སྐལ་བ་ཡོད།།འདུག་སྒོ་དབང་དང་བྱིན་རྒྱལས་

བྲ།།ཟབ་མོ་སྙན་བརྒྱད་ཀྱི་གདམས་པ་སྦྱིན།།བྱ་ཁྱིད་
 ཀྱི་ལམ་སྒྲ་ཟེན་ཏེ་མཆོ།།རྣལ་འབྱོར་ང་ཡང་སྦྱོ་བ་
 སྦྱེ།།ཁྱེའུ་ཆུང་གི་སེམས་ལ་དེ་ལྟར་ཞོག།རྗེ་བཙུན་
 གྱིས་དེ་སྐད་གསུངས།

༥ རས་ཆུང་མས་ཁྱུས་པ།གངས་དཀར་ཏེ་སེ་སྐད་
 པ་དེ།།མ་མཐོང་རྒྱུད་ནས་སྒྲ་ཆེ་བ།།གངས་ཤེལ་གྱི་
 མཆོད་ཏེན་འབྲེལ་སྐད།།མཐོང་ནས་བྱུང་བྱུ་བསྐྱེབས་
 ཅ་ན།།རི་མགོ་ཁ་བས་གདུམས་པ་གཅིག།དེ་མཐའ་
 གངས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་གཅིག།དེ་མཐའ་སྤང་རིས་
 བརྒྱན་པ་གཅིག།དེ་ལ་ངོ་མཆར་ཆེ་རྒྱ་མེད།།དེ་ལ་
 ཡ་མཆན་ཅི་ཆེ་ཨང་།།མ་པམ་གཡུ་མཆོ་སྐད་པ་

དེ། །མ་མཐོང་དུས་ན་སྤྲ་ཆེ་བ། །མཆོ་གཡུའི་མཐུལ་
 འབྲེ་སྐད། །མཐོང་ནས་བྱང་དུ་བསྐྱེབས་ཅ་ན། །ཀོ་
 མོག་ཆབ་ཀྱིས་གང་བ་གཅིག། དེ་ལ་ཚུ་ཐིགས་བཏབ་
 བ་གཅིག། དེ་སྤང་དང་བྲག་གིས་བསྐྱོར་བ་གཅིག། དེ་
 ལ་ངོ་མཆར་ཆེ་རྒྱ་མེད། །དེ་ལ་ཡ་མཆན་ཅི་ཆེ་
 ཡང་། །ཁྱེད་རས་ཆེན་རས་ཚུངས་སྐད་པ་དེ། །མ་མཐོང་
 གོང་ནས་སྤྲ་ཆེ་བ། །གྲུབ་ཐོབ་ནལ་འབྱོར་ལགས་སོ་
 སྐད། །མཐོང་ནས་བྱང་དུ་བསྐྱེབས་ཅ་ན། །ཀྱན་བྱིས་
 ངོ་ཆ་མེད་པ་གཉིས། །ཁྱེད་མེད་གཅེར་ཉལ་བྱེད་པ་
 གཉིས། །ཁ་ནས་སྤྲ་ཚུངས་ལེན་པ་གཉིས། །ཆ་ལུགས་
 གང་དགར་སྟོན་པ་གཉིས། །ལུས་ལ་རས་གོས་གྱོན་

བ་གཉིས།།འཆོ་བ་སྤང་བས་བ་གཉིས།།སྤྱད་པ་ཅི་
དགའ་བྱེད་པ་གཉིས།།དེ་ལ་ངོ་མཆར་ཆེ་རྒྱ་མེད།།དེ་
ལ་ཡ་མཆན་ཅི་ཆེ་ཨང་།།ཅེས་སྤྲས་པའི་ལན་དུ།

༥ གངས་དཀར་ཉི་མེ་སྐད་པ་དེ།།མ་མཐོང་རྒྱང་
ནས་སྤྲ་ཆེ་བ།།ཞེལ་དཀར་གྱི་མཆོད་རྟེན་འབྲུའི་
སྐད།།མཐོང་ནས་བྱང་དུ་བསྐྱེབས་ཅ་ན།།རི་མགོ་ཁ་
བས་གཡོགས་པ་གཅིག།རི་མགོ་ཁ་བས་གཡོགས་
པ་དེ།།སྔོན་བདེ་གཞེགས་ཉིད་གྱིས་ལུང་བསྟན་
བ།།རི་བོ་གངས་ཅན་བྱ་བ་ཡིན།།སྤྱིར་འཇམ་བུའི་
སྤིང་གི་ལྟེ་བ་ཡིན།།སང་གི་དཀར་མོའི་འབྲིང་ས་
ཡིན།།ཞེལ་དཀར་གྱི་མཆོད་རྟེན་འབྲུ་བ་དེ།།དཔལ་

འཁོར་ལོ་སྒྲིམ་པའི་ཕོ་བྲང་ཡིན།།དེ་མཐའ་གངས་
རིས་བསྐྱར་བ་དེ།།དག་བཅོམ་ལྔ་བརྒྱའི་བཞུགས་
གནས་ཡིན།།སྤེ་བརྒྱད་ཀུན་གྱིས་མཆོད་པའི་རྟེན།།དེ་
མཐའ་སྤང་རིས་བསྐྱར་བ་དེ།།སྒྲིམ་ངད་ལྡན་པའི་
རི་བོ་ཡིན།།སྒྲན་ཤི་གསེས་ཀྱི་བདུད་ཅི་འབྱུང་ས་
ཡིན།།གྲུབ་པ་ཐོབ་པའི་གནས་ཆེན་ཡིན།།ཟག་མེད་
ཉིང་འཛིན་བརྟེན་ས་ཡིན།།ངོ་མཆར་དེ་བས་ཆེ་བ་
མེད།།ཡ་མཆན་དེ་བས་ཆེ་བ་མེད།།མ་པམ་གཡུ་
མཆོ་སྐད་པ་དེ།།མ་མཐོང་རྒྱང་ནས་སྤྲེ་ཆེ་བ།།མཆོ་
གཡུའི་མཐུལ་འབྲེལ་སྐད།།མཐོང་ནས་བྱུང་བྱ་
བསྐྱེབས་ཅན།།ཀོ་མོག་ཆབ་ཀྱིས་གང་བ་གཅིག་ཀོ་

མོག་ཆབ་ཀྱིས་གང་བ་དེ།།སྒྲོན་བདེ་གཤེགས་ཉིད་
ཀྱིས་ལུང་བསྟན་པའི།།མཆོ་མ་དྲོས་པ་ཞེས་བྱ་བ་
ཡིན།།སྒྱིར་ཚུ་བོ་བཞི་འདུས་ཀྱི་མགོ་བོ་ཡིན།།ཉ་
སྐམ་ནམས་ཀྱིས་འཕྲོ་ས་ཡིན།།མཆོ་གཡུང་མཐུལ་
འབྲ་བ་དེ།།སྒྱུ་ཆེན་བརྒྱད་ཀྱི་ཕོ་བྲང་ཡིན།།དེ་ལ་
ཚུ་ཐེགས་བཏབ་པ་དེ།།བདུད་ཅི་འོ་མའི་ཚུ་རྒྱན་
ཡིན།།ལྷ་མཆོད་སྒྱིན་བརྒྱ་བའི་ཁྲུས་ཆབ་ཡིན།།ཚུ་
ཡན་ལག་བརྒྱད་དང་ལྟན་པ་ཡིན།།དེ་མཐའ་སྤང་
དང་བྲག་གིས་བརྒྱན།།སྒྱུ་ཕན་ནམས་ཀྱི་བང་མཛོད་
ཡིན།།ཤིང་འཇམ་བུ་ཉི་ཤེས་སྒྱེ་གནས་ཡིན།།སྣ་
འཇམ་བུ་སྒྲིང་ཞེས་དེ་ལ་དཔེ།།ངོ་མཆར་དེ་བས་ཆེ་

བ་མེད།། ཅེས་གསུངས་སོ།།

༥ ཆེ་རིང་མཆེད་ལྡ་ལ་གསུངས་པ། བྲིད་སྒོ་དམན་
ནམས་ཀྱི་བསམ་པ་དང་།། བསྐྱུན་ནས་ཀྱན་མཁུན་
སངས་རྒྱས་ཀྱིས།། ཐམས་ཅད་ཡོད་ཅེས་གསུངས་
པ་ཡིན།། རོན་དམ་བདེན་པའི་དབང་དུ་ནི།། བགོགས་
བས་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱང་མེད།། སྒྲིམ་པ་པོ་མེད་
བསྒྲིམ་བྱ་མེད།། བཟོད་བྱ་ས་དང་ལམ་རྟགས་
མེད།། འབྲས་བུ་སྐྱུ་དང་ཡེ་ཤེས་མེད།། དེ་ཕྱིར་ཐུ་
ངན་འདས་པ་མེད།། མིང་དང་ཆོག་གིས་བཏགས་
པ་ཅིམ།། ཁམས་གསུམ་བརྟན་དང་གཡོ་བར་
བཅས།། གཤོད་ནས་མ་གྲུབ་སྐྱེ་བ་མེད།། གཞི་མེད་

ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པ་མེད། ། ལས་དང་ལས་ཀྱི་ནམ་སྟོན་
 མེད། ། དེ་བྱིར་འཁོར་བའི་མིང་ཡང་མེད། ། མཐར་ཐུག་
 དོན་ལ་དེ་ལྟར་གདའ། ། ཞེ་མ་སེམས་ཅན་མེད་གྱུར་
 བ། ། དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཅི་ལས་བྱུང་། ། རྒྱ་མེད་
 འབྲས་བུ་མི་སྟོན་པས། ། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་དབང་
 དུ་ནི། ། འཁོར་བ་དང་ནི་ཐུང་ན་འདས། ། ཐམས་ཅད་
 ཡོད་ཅེས་བྱུབ་པས་གསུངས། ། ཡོད་པ་དངོས་པོར་
 སྒྲུང་བ་དང་། ། མེད་པ་སྟོང་པའི་ཆོས་ཉིད་གཉིས། ། རོ་
 བོ་དབྱེར་མེད་རོ་གཅིག་པས། ། རང་རིག་གཞན་
 རིག་ཡོད་མིན་ཏེ། ། ཐམས་ཅད་བྱུང་འབྱུག་ཡངས་པ་
 ཡིན། ། དེ་ལྟར་རྟོགས་པའི་མཁས་པ་ཡིས། ། རྣམ་ཤེས་

མ་མཐོང་ཡེ་ཤེས་མཐོང་།།སེམས་ཅན་མ་མཐོང་
སངས་རྒྱས་མཐོང་།།ཆོས་ཅན་མ་མཐོང་ཆོས་ཉིད་
མཐོང་།།དེ་ལས་སྟོང་རྗེ་ཤུགས་འབྱུང་སྟེ།།སྟོབས་
དང་མི་འཇིགས་གཟུངས་ལ་སོགས།།སངས་རྒྱས་
ཡོན་ཏན་གང་ཡིན་པ།།ནོར་བུ་རིན་ཆེན་ཚུལ་དུ་
འབྱུང་།།དེ་ནས་འགྱུར་ང་ཡི་རྟོགས་ཆད་ཡིན།།ཁྱེད་
འདིར་ཆོགས་ལྷ་འདྲེའི་ན་ལམ་དུ།།ཆོས་ཟབ་མོ་
བས་ཀྱང་བོན་སྐྱ་སྟན།།ཨ་མྱི་ར་ཡི་རྒྱལ་ཁམས་
སུ།།མཁས་པ་བས་ཀྱང་སྟོན་པ་བྱིན།།དུར་ཁྱིམ་སྐྱུལ་
བའི་ཁ་སྐྱུང་ནམས།།སེལླེའི་ང་རོས་འཇིགས་ཤིང་
སྐྱག།འགའ་ཞིག་སྐལ་ལྷན་ཡོད་སྲིད་ན།།འདི་དོན་

ཐོས་བས་གྲོལ་བར་འགྱུར། ། ལར་མི་ང་ལ་དགའ་
བའི་ཉམས་ཤིག་སྐྱེས། ། བསོ་དགའ་འོ་སྐྱིད་དོ་ཐོ་ལེ་
རྒྱལ། ། ཞེས་བའི་མགྱུར་དེ་སྐྱད་གསུངས།

༥ བྱ་མོ་ས་ལེ་འོད་ལ་གསུངས་པ། དལ་འབྱོར་མི་
ལུས་ཐོབ་ནས་ཀྱང་། ། བདེ་ནས་བདེ་བར་འགོ་བའི་
ལམ། ། དམ་ཆོས་ལམ་དུ་འདུག་པ་མེད། ། བརྒྱལ་ཆོས་
སྒོར་ཞུགས་ན་ཡང་། ། དམ་ཆོག་ཚུལ་བཞིན་བསུང་བ་
ཅུང་། ། ས་རྩེ་བཙུན་གཅིག་གི་བཀའ་བློན་ལས། ། སྒྲང་
བ་ཐམས་ཅད་གསེར་དུ་ཡོད། ། ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲིང་རིག་ང་
མི་འདོད། ། ལྷ་དཔེ་ལྷ་དོན་དང་དུག་པོ་དེས། ། དང་
ཅན་ཉ་མའི་སྤྱུ་ལན་མཛོད། ། ཁྱོད་ད་ལྟར་ཀྱི་དད་པ་

སྒྲོ་བུར་ཡིན།། ཏྲག་ཏུ་འགྱུར་མེད་ཡོང་བ་དགལ།། དེ་
བས་བྱ་མོ་ལོག་པ་འཐད།། ཉམ་ཕྱགས་སྒྲོ་ཅེ་ཆས་
ལ་གཏོད།། བསྐྱོས་པའི་གཏན་གྲོགས་ལྷ་བཞིན་
ཁུར།། ལན་ཆགས་བྱ་ལ་བྱི་དོར་གྱིས།། ས་མཁར་
མཐོན་པོའི་ཞིག་རལ་གསོས།། བཤོས་ཞིང་རེམ་བ་
མཐའ་ནས་བྱལ།། བསྐྱོས་པའི་ཕྱགས་ལྷག་བྱ་བཞིན་
སྒྲོངས།། ཡར་ལ་སྒྲ་མ་དགོན་མཆོག་མཆོད།། མར་ལ་
སྐྱག་པོངས་བྱམས་བས་སྒྲོངས།། བར་དུ་གྲོས་སྐྱག་
ཞབས་ཏོག་གྱིས།། ཡུལ་མི་བྲིམ་མཆོས་ཀུན་དང་
སྐྱུན།། ཐུན་པོང་ལ་གསོལ་བ་ཐོབ།། ཉམ་ཕྱགས་ཆས་
དང་མཇལ་བར་སྒྲོན།། བཟ་ཤིས་ཆེ་རིང་སྒྲོན་ལམ་

འདེབས།།ཞེས་གསུངས་པ་ལ་ལན་འདི་འཕུལ་སོ།།

༥ ཇིན་ཅན་རྗེ་བཙུན་ཞབས་ལ་འདུད།།འདོད་དོན་
འབྲུག་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།།རྗེ་རས་པ་ཆེན་པོ་
སྟན་གསོན་དང་།།བདག་མོས་པའི་ཁྱ་བ་འབྲུལ་བ་
འདི།།རྩུན་ཁ་ཆེག་ཡིན་མིན་སྟགས་གྱིས་མཁྱེན།།རང་
ལ་རང་ཉིད་ཡི་ཐུག་ཆེ།།ཅི་བྲག་སེམས་གྱི་བསམ་
མཐོ་ལ།།མི་རྟག་འཆི་བ་གཏིང་ནས་བྲན།།རང་མ་
ལ་སྐྱེས་ནས་ད་བར་ལ།།ཀན་གཞོན་མང་པོ་ཞི་བ་
མཐོང་།།ཆེ་མི་རྟག་རྩ་ཁའི་བེལ་བ་འདྲ།།དེ་ཞག་
དང་བ་མས་མཆོར་འཇིང་།།གང་དུ་གནས་ཀྱང་མི་
འཆི་བའི།།ས་སྟོགས་གང་ནའང་མེད་པར་གོ།བདག་

ལ་ངེས་བར་འཆི་དགོས་ཤིང་།།ཤི་ནས་གར་སྐྱེ་
རང་དབང་མེད།།ངན་སོང་སྤྱག་བསྐྱེལ་བསམས་ཅ་
ན།།སྤྱག་བསྐྱེལ་སྐྱོང་སྦྲུལ་ཤིན་ཏུ་འཛིགས།།འཁོར་
བ་གཞན་གྱི་ཚུལ་ལ་བསམས།།ལས་ངན་བྲིམ་
ཐབ་བྱེད་དོ་ཞེས།།འཁོར་བའི་གཡོས་སྦྱོར་བྱས་ཅ་
ན།།པ་མ་དེན་ཅན་རྒྱབ་ཏུ་བོར།།རང་གཉའ་དེན་
མེད་མི་ལ་བསྐྱེལ།།ངན་སོང་གསུམ་གྱི་འགྲམ་གཞི་
བཏིང་།།མཐོ་ངེས་ཐར་བའི་སྤྱོད་བོ་བསྐྱེལ།།པ་མའི་
ཐས་ལོར་ཁུར་ནས་སུ།།དོན་མེད་མི་ཡི་གཡོག་
ལ་བཅོན།།འཁོར་བར་མཆོང་བའི་གཉའ་གྲོགས་
དེ།།དང་པོ་ལྷ་བུ་འཇུག་བག་ཅན།།བར་དུ་བདུད་པོ་

ངོ་ནག་པོ།།ཐ་མར་སྒྲང་བུ་རྩང་སྟེང་ཅན།།བསམས་
ཤིང་སྐྱོ་བ་ནང་ནས་སྐྱེས།།དེས་ན་བུ་མོ་ལྷ་ཆས་
བྱེད།།གྲོགས་སུ་རྩོམ་ཆེ་སྟུན་དང་འགྲོགས།།དེ་ནས་
ལུས་ལ་སྐྱེས་པའི་བུ།།བསོད་ནམས་ལྡན་པ་རེ་རེ་
ལ།།ལས་ཅན་རེ་ཅམ་བུང་བའང་སྟིད།།པལ་ཆར་
ལན་ཆགས་འདེད་མཁན་དེ།།དང་པོར་ལུས་ཀྱི་
མདངས་འཕྲོག་པོ།།བར་དུ་ཁ་ཡི་བས་འཕྲོག་པོ།།ཐ་
མར་ལག་གི་ནོར་འཕྲོག་པོ།།བསམས་ཤིང་སྐྱོ་བ་
ནང་ནས་སྐྱེས།།དེས་ན་བུ་མོ་ལྷ་ཆས་བྱེད།།སྐས་
བུ་རིག་པའི་བྱིལ་ཆུང་གསོ།།གཙུག་ལག་ཁང་དང་
མགོན་ཁང་སོགས།།བཙུགས་པ་དོན་ཡོད་རེ་རེ་

ཅམ།།འཁོར་བའི་བཙོན་དོང་ས་མཁར་དེ།།དང་
པོ་སེམས་ལ་སྒྲུག་བསྐྱེད་བསྒྲུར།།བར་དུ་ལུས་
ལ་ངལ་དུབ་བསྒྲུར།།ཐ་མར་ཞིག་རལ་ཕུང་ལ་
བཏང་།།བསམས་ཤིང་སྒྲོ་བ་ནང་ནས་སྐྱེས།།དེས་ན་
བུ་མོ་ལྷ་ཆོས་བྱེད།།འཛིག་མེད་བསམ་གཏན་མཁར་
བུ་ཅིག།བདེ་གཤེགས་གསུང་རབ་སྐྱ་གཟུགས་
དང་།།དད་ལྡན་དགོ་རྒྱན་མ་གཏོགས་པའི།།བཞོས་
ཞིང་ལས་རྣམས་དོན་མེད་ཡིན།།དང་པོར་ཐང་སྟོང་
ས་ལ་འཛིང་།།བར་དུ་འབྱུང་བ་ཚུ་ལ་འཛིང་།།ཐ་མར་
མགོ་ནག་མི་ལ་འཛིང་།།བསམས་ཤིང་སྒྲོ་བ་ནང་
ནས་སྐྱེས།།དེས་ན་བུ་མོ་ལྷ་ཆོས་བྱེད།།ཞིང་དུ་རང་

རྒྱུད་ཐ་མོད་ཀའདུལ།།གལ་ཏེ་སེམས་བསྐྱེད་བསམ་
བ་ཡིས།།ཟེན་ན་བསོད་ནམས་ཡོང་བའང་སྲིད།།མ་
ཟེན་ནོར་གྱི་འདུ་ཤེས་གྱིས།།ཕྱགས་ལྷག་བསྐྱེད་བ་
སྒྲིག་པའི་ལས།།དང་པོར་བརྟུན་སེམས་འདོད་བས་
ཕལ།།བར་དུ་ང་རྒྱལ་ཕྱག་དོག་འཕེལ།།ཐ་མར་དག་
བའི་གཡབ་མོ་བྱས།།བསམས་ཤིང་སྐྱོ་བ་ནང་ནས་
སྐྱེས།།དེས་ན་བུ་མོ་ལྷ་ཆོས་བྱེད།།ཕྱགས་ལྷག་
རིགས་བྱུག་སྒྲིང་རྗེས་སྐྱོང་།།རང་སྐྱོན་རང་གིས་མི་
ཟེན་པར།།མི་ཡི་སྐྱོན་ལ་རྒྱན་དུ་ཉ།།ཀུན་དང་མཐུན་
བ་གལ་འབྱུང་།།ཉེས་པའི་དྲི་མ་དང་བལ་བའི།།ཀུན་
མཁུན་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ལའང་།།སྒྲིག་ཅན་ལ་

སོགས་ནག་ཕྱོགས་ཀྱིས།།སྒྲིན་གྱི་ཕུང་པོ་དག་ཏུ་
མཐོང་།།དེ་ཕྱིར་ཀུན་དང་མི་མཐུན་ཞིང་།།མི་སེམས་
བཟུང་བས་བྱིན་དུས་མེད།།བསམས་ཤིང་སྒྲིབ་ནང་
ནས་སྒྲིས།།དེས་ན་བྱ་མོ་ལྷ་ཆོས་བྱེད།།ད་ནི་སེམས་
གྱི་རང་ཞལ་བལྟ།།སངས་རྒྱས་སྤྱལ་བ་ཁྲིད་ཉིད་
ཀྱིས།།སྒྲིང་བ་ཐམས་ཅད་གསེར་དུ་འཆར།།མ་ཤར་
ནའང་ཡོད་མེད་མེད།།ངེད་འཇིག་རྟེན་བ་ཡི་སྒྲིང་དེག་
འདི།།ཞེན་བ་སྒྲོང་ཕྱིར་ཅིས་ཀྱང་འབྱུལ།།ཞེན་བ་ཆེ་
བའི་དངོས་པོ་འདི།།སྒྲོང་བར་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་
གསུངས།།སྒྲུ་མ་ལྷ་བུའི་བས་ཞོར་ལ།།དགེ་བར་སྤྱད་
ན་བསོད་ནམས་སུ།།འགྲོ་ཞེས་སངས་རྒྱས་རྣམས་

གྲིས་གསུངས།།ཟེར་བ་བདག་གི་ན་བས་ཐོས།།དེ་
ཕྱིར་བྲིད་ལ་འབྲུལ་བ་ལགས།།མོས་པའི་ཉེན་འདི་
བཞེས་ནས་ཀྱང་།།བཀའ་དྲིན་ལྷ་ཆོས་གནང་བར་
ཞུ།།ཞེས་ཞུ་དོན་སྲུ་བ་ལ་བས།།རྩེ་བཙུན་གྲིས་མའི་
གསེར་རེ་ཞིག་བཞེས་ཏེ་སྦྲར་ཡང་མོ་རང་ལ་གནང་
ནས།།ཁྲིད་ཞི་མ་ཞི་མེད་པར་སྦྱང་ནས་ཆོས་བྲེད་ཨང་
གསུངས་སོ།།

༥ བྲག་ཕྱག་ཡུན་རིང་སྒྲ་བས་བཟུང་།།བྲ་ནག་
རྩོ་རྩེས་བཟླས་པ་མང་།།སྒྲིག་ཚུལ་གྱུར་མོ་ལྟ་
དཀར་བཟང་།།བཙུད་ལེན་དོམ་བྱ་བྱགས་དཀར་
མཁས།།འགོག་པའི་སྟོམས་འཇུག་འཕྲི་བས་

སྒྲིམ།།དཀའ་ཐུབ་ཡུན་རིང་བྲམ་བེས་བྱེད།།ཁ་བཤད་
 འདོན་པ་ནི་ཅོས་ཤེས།།ལར་གྲོལ་ཆ་སེམས་ལ་མ་
 ཤར་ན།།འདོད་པས་ཐར་ལམ་བཅལ་མི་རྟེན།།སེམས་
 རིང་ཆུ་བཞིན་དུ་བསྐྱེལ་བ་དེ།།རྟོག་པའི་འཕྲོ་འདུ་
 བཀག་པ་ཙམ།།འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོ་དེས་མི་སྒྲོལ།།
 ཎ བུ་ཆུང་ནས་བསྐྱེདས་པའི་རས་ཆུང་བ།།བྱིད་སྤྱག་
 ཡུས་མ་ཆེ་སྤྱ་འདི་ཉོན།།སྤྱ་དོན་ཆེན་གསེར་ཐིག་
 བྲིང་བའི་ངག།གདངས་སྟན་པོ་གསང་བའི་ངར་སྤྱ་
 སྒྲིག།དོན་འཐད་འཐད་འདྲ་ན་སེམས་ལ་ཞོག།ཡུས་
 མེད་མཁའ་འགྲོའི་ཆོས་སྐོར་ལ།།མངའ་གསོལ་
 གོང་དུ་མཁའ་འགྲོས་མཛད།།མི་ཆེན་པོ་རང་ཆེ་

འདོད་པ་དེ། མི་ངན་པའི་ལག་ཏུ་གི་རུ་འཆི། སྤྱག་
པོས་སེར་སྒྲིམ་གསོག་པ་དེ། སྤང་བའི་དབྱ་ལ་
ནོམ་པ་སྒྲིད། བརྒྱགས་ཤིང་ལོངས་སྤྱོད་འཆོལ་བ་
དེ། ལྟོགས་གིར་འཆི་བའི་སྤྲ་ལྟས་ཡིན། ངན་པ་རང་
ཆོད་མི་ཟེན་པ། རང་པམ་སར་འགྲོ་བའི་ཐབས་གཡོ་
ཡིན། དཔོན་ངན་གཡོག་པོ་འཛོམས་པ་དེ། ཡུལ་
བཟང་བརྒྱག་པའི་སྤང་འདྲེ་ཡིན། མི་ངན་ཇེ་བོ་མི་
འཁུར་བ། རང་ཉིད་སྤང་བའི་ལྟས་ངན་ཡིན། ཆོས་
པས་རང་ཚུགས་མི་བྱུང་བ། བསྟན་པ་བསྐྱབས་
པའི་སྤང་ཤིང་ཡིན། མཁའ་འགྲོའི་གདམས་ངག་མི་
གསང་བ། མཁའ་འགྲོ་འཁུག་པའི་རྩ་བ་ཡིན། ལྷ་

གདམས་ངག་རང་ཅིས་ཆེ་བ་དེ།།རང་རྒྱད་ངན་པར་
འཆར་འདོད་ཡིན།།ཆོག་སྟོང་ཆོས་བཤད་མང་བ་
དེ།།ཉམས་བཟང་སྒྲིམ་འསྟོ་གཙང་འདོད་ཡིན།།ངས་
བྱས་ཁོང་ཡུས་ཆེ་བ་དེ།།སྒྲ་མ་སྟོང་ལེན་བྱེད་འདོད་
ཡིན།།སྟོབ་མས་སྒྲ་མ་མི་འཁུར་ན།།གྲོད་ལ་དེ་ལས་
ཆེ་བ་མེད།།སྒྲིམ་ཆེན་རི་ལ་མི་བྱག་ན།།གོད་ལ་དེ་
ལས་ཆེ་བ་མེད།།ཆོས་པས་ཉེ་རིང་མ་སྤངས་ན།།ཕྱང་
ལ་དེ་བས་ཆེ་བ་མེད།།མཁས་པས་ཉམས་ལེན་མ་
བྱས་ན།།བྲིལ་ལ་དེ་བས་ཆེ་བ་མེད།།བཙུན་པས་ཚུལ་
བྲིམས་མ་བསྐྱངས་ན།།ངོ་ལ་དེ་བས་ཆེ་བ་མེད།།བྱ་
རས་ཚུང་ཟེར་བའི་བཞིན་ལེགས་པོ།།དོན་འཐད་ན་

རང་གི་བྱུགས་ལ་བུངས།།མི་འཐད་དགོངས་ན་གང་
དགའ་མཛོད།།

༥ བྱ་པ་དང་མཐུན་པ་ཞིན་ཏུ་ལེགས།།ཀུན་དང་
མཐུན་ན་རྒྱལ་པོ་ཡིན།།པ་དང་མཐུན་ན་ཡང་རྒྱལ་
ཡིན།།སྤྱི་དང་མི་མཐུན་ཐན་ཡིན་ཏེ།།པ་དང་མི་
མཐུན་འདྲེ་ཐན་ཡིན།།བཟང་སྤྱོད་པ་དང་མཐུན་ན་
ལེགས།།དྲིན་ལན་མ་ལ་བཅལ་ན་འཁོར།།སྤྱོད་པ་
མི་དང་མཐུན་ན་མཛེས།།བསམ་པ་མཆེད་གྲོགས་
མཉེས་པས་འགྲུབ།།བྱིན་རྒྱལ་ས་སྤྲོ་མ་མཉེས་པས་
འོང་།།རང་དོན་རང་ཅིས་རྒྱུང་བས་འགྲུབ།།ཆོས་
པ་གཞིས་ངན་སྤངས་ན་ཡིན།།མི་ཁ་དྲིན་ཅན་

བཀྱར་ན་བྱམས།།གཏམ་སྒྲན་སྒྲུམ་ཆུང་བསྐྱངས་
ན་ཡོང་།།དམ་ཆེག་ངོ་སྒྲོག་མེད་ན་གཙང་།།ཡོན་
ཏན་རྗེ་དང་འགྲོགས་ན་སྦྱེ།།འདྲེ་ཁ་རྣམ་ཏྲོག་ཆུང་
ན་ཁེགས།།བཟང་པོ་བྱང་སེམས་ཆེན་འོང་།།ལར་
མཁས་པའི་ཉེ་བ་ཐམས་ཅད་ཡིན།།སྒྲུན་པོས་དག་
གཉེན་ངོ་མི་ཤེས།།ཞེས་གསུངས།

༥ བྱ་ཡང་ཞིག་གསོན་དང་རས་ཆུང་བ།།སྲ་བའི་
ཤིང་དང་གྲོང་བའི་རྒ།།བཀྱག་ན་ཁྱག་ཙམ་གདའ་
ལགས་ཏེ།།རང་སེམས་གྲོང་པོ་འདི་ལ་ཁྱག་དུས་
མེད།།རང་སེམས་ནང་དུ་ཁྱག་ཅིག་རས་ཆུང་བ།།སྒྲོ་
ཁའི་སྒྲག་དང་བྱང་ཁའི་འགྲོང་།།བདུལ་ན་བུལ་ཙམ་

གདའ་ལགས་ཏེ།།བདག་འཛིན་དེགས་པ་འདི་ལ་
ཐུལ་དུས་མེད།།བདག་འཛིན་དེགས་པ་ཐུལ་ཅིག་
རས་ཆུང་བ།།གནམ་གྱི་བྱ་དང་ས་ཡི་བྱི།།བབྱང་
ན་ཟེན་ཅམ་གདའ་ལགས་ཏེ།དྲན་རིག་འབྱུལ་བ་
འདི་ལ་ཟེན་དུས་མེད།།འབྱུལ་བ་དྲན་པས་བྱངས་
ཤིག་རས་ཆུང་བ།།ཐོས་པའི་ཆོས་དང་བསམ་པའི་
ཆོས།།བསྐྱབས་ན་ཤེས་ཅམ་གདའ་ལགས་ཏེ།།རང་
སེམས་དངོས་མེད་འདི་ལ་ཤེས་དུས་མེད།།སེམས་
ཉིད་སྐྱེ་མེད་སྒྲིམས་ཤིག་རས་ཆུང་བ།།བཅེ་བའི་
པ་དང་བྱམས་པའི་མ།།བསྐྱར་ན་འབྱར་ཅམ་གདའ་
ལགས་ཏེ།།གཤེས་ངན་རང་ཅིས་འདི་ལ་འབྱར་

དུས་མེད།།གཤེས་ངན་རང་ཅིས་སྐྱར་ཅིག་རས་
 ཟུང་བ།།པ་ཡུལ་མཁར་དང་ནང་གི་འོར།།སྤངས་
 ན་འཕོངས་ཅམ་གདའ་ལགས་ཏེ།།སྦྱིད་འདོད་སོ་
 བསོད་འདི་ལ་འཕོངས་དུས་མེད།།ཞི་བདེ་དོན་
 གཉེར་སྤྱངས་ཤིག་རས་ཟུང་བ།།མཆོར་པོའི་རྒྱན་
 དང་མཛེས་མའི་གྲོགས།།སྤངས་ན་འཕོངས་ཅམ་
 གདའ་ལགས་ཏེ།།མལ་བདེ་འཇམ་འདི་ལ་འཕོངས་
 དུས་མེད།།གཉི་ཟུག་རོ་ཉལ་སྤྱངས་ཤིང་རས་ཟུང་
 བ།།པ་རིའི་རི་དང་ཚུར་རིའི་བྲག།སྤྱད་ན་འཕྱོད་ཅམ་
 གདའ་ལགས་ཏེ།།ཡེ་ཤེས་རང་ངོ་འདི་ལ་འཕྱོད་དུས་
 མེད།།སེམས་ཉིན་རང་ཞལ་སྟོས་ཤིག་རས་ཟུང་

བ།། རྒྱལ་པོའི་བཀའ་དང་བཙུན་མོའི་ལུང་།། ལྷས་
ན་གནང་ཙམ་གདའ་ལགས་ཏེ།། འཆི་བདག་གཤེན་
རྩེ་འདི་ལ་ལྷ་ས་མེད།། འཆི་བ་ལམ་དུ་སློངས་ཤིག་
རས་ཆུང་བ།། རང་རྒྱད་ངན་པའི་སྤང་བ་སྒྲིག་སློང་བ་
ངན་པའི་རྣམ་འགྱུར་ཞོག། རང་རྒྱད་རྩལ་མོའི་བསམ་
བ་ཐོངས།། བདུད་ཀྱི་བར་ཆད་ལོག་ལྟ་བོར།། བདག་
འཇིན་འགོང་བོའི་སྒྲིགས་པོ་སློངས།། ཤི་ཡང་ཁ་
ཆེམས་དེ་ལས་མེད།། གསོན་ཀྱང་སྤྲོང་གཏམ་དེ་
ལས་མེད།། དེ་རྒྱད་ལ་ཁོལ་ཅིག་རས་ཆུང་བ།། ཞེས་
གསུངས།

༥ འཁོར་བ་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ལ།། སྐྱོ་བ་སྐྱོ་

བའི་ཆོས་བཤད་ཀྱང་།། ཞེན་པ་ལོག་པའི་མི་རེ་
ཉུང་།། ཆེ་ཡོངས་སུ་བཤད་པའི་ལྷག་མ་ལ།། བསྐྱད་
ལོང་མེད་དོ་བྱས་ལགས་ཀྱང་།། འཆི་བ་བྲན་པའི་མི་
རེ་ཉུང་།། དལ་འབྱོར་མི་ལུས་ཐོབ་དུས་སུ།། གཏན་
ཁྲིམས་སྤང་བ་དགོན་ལགས་ཀྱང་།། བསྟེན་གནས་
ཉིན་རེ་ཙམ་སྤང་བའི་མི་རེ་ཉུང་།། མཐོ་རིས་ཐར་པའི་
པན་ཡོན་དང་།། འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བཤད་
ལགས་ཀྱང་།། ཆོས་སྒྲོར་ཞུགས་པའི་མི་རེ་ཉུང་།། ལྷན་
བརྒྱད་གྱི་གདམས་ངག་ཟབ་མོ་ལ།། སངས་སེམས་
མེད་པར་བསྟེན་ལགས་ཀྱང་།། ཉམས་སུ་ལེན་པའི་
མི་རེ་ཉུང་།། དམ་ཆོས་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ།། ཁྲིད་དང་

ངོ་སྤྲོད་བྱས་ལགས་ཀྱང་།། སེམས་ངོ་ཤེས་པའི་མི་
 རེ་ཉུང་།། ཟླ་མའི་ཐུགས་དགོངས་རི་ཁྲོད་ལ།། ཉག་
 པར་སྤྱོད་བ་བསྐྱེད་ལགས་ཀྱང་།། སྐྱབ་བ་བྱེད་པའི་མི་
 རེ་ཉུང་།། རྒྱ་རོའི་ཐབས་ལམ་ཟབ་མོ་ལ།། སྤྲ་བསྐྱེད་
 པར་བསྐྱེད་ལགས་ཀྱང་།། རྫོད་ཉགས་ཐོན་པའི་མི་
 རེ་ཉུང་།། ཁྲོད་དལ་འབྱོར་མི་ལུས་འདི་ཉིད་ལ།། རོན་
 ཡོད་བྱེད་ན་ང་ཕྱིར་འདོང་།། ཞེས་གསུངས།

༥ འོ་ན་ཡོན་བདག་དད་པ་ཅན།། སྤྱི་བའི་སྤྱག་
 བསྐྱེད་བཞག་ཅ་ན།། ཀྱན་གཞི་བར་དོར་འབྲམས་པོ་
 དེ།། ཆགས་སྤང་གཉིས་ཀྱིས་མངལ་དུ་ཞུགས།། མ་
 ཡི་མངལ་དུ་ཞུགས་ཅ་ན།། ཉ་མོ་དོལ་ལ་འབྲམས་པ་

འདྲ། ། ཁྲག་ཚུ་སེར་ནང་དུ་ཉལ་ཅ་ན། ། མི་གཙང་བ་ལ་
སྤུས་གདན་བྱས། ། ལས་ངན་དབང་གིས་ལུས་ངན་
བྱུང། ། གནས་ངན་ནང་དུ་སྤྱག་བསྐལ་སྒྲིང། ། ཆེ་སྒོན་
དན་ཡང་སྐད་མ་ཐོན། ། ཆ་གང་སྒྲ་ཆོགས་ཉམས་སུ་
སྒྲིང་། ། ཟླ་དགུ་དོ་བཅུ་དཔྱལ་བར་ལུས། ། མ་ལས་
སྒྲེ་བའི་དུས་སུ་ཡང་། ། ལུས་འཇུར་མིག་འཕྲང་ལས་
དངས་པ་འདྲ། ། མ་ཡི་མངལ་སྒྲོར་ཐོན་ཅ་ན། ། ཆེར་
མའི་དོང་དུ་བསྐྱར་བ་འདྲ། ། མའི་བང་དུ་ཟླངས་ཅ་
ན། ། བྱིུ་ཚུང་ཁ་ཡིས་བྲེར་བ་འདྲ། ། མི་གཙང་ལུ་མ་
བྱིས་ཅ་ན། ། གསོན་པོར་བགས་པ་བཤུས་པ་འདྲ། ། ལྟེ་
བའི་ཐག་པ་བཅད་ཅ་ན། ། ཁོང་པའི་སྒོག་རྩ་བཅད་

བ་འདྲ། ། ཆང་བྱ་མལ་དུ་བཅུག་ཅ་ན། ། བཀྱིགས་
ནས་བཙོན་དོང་ཐོར་བ་འདྲ། ། ལར་སྐྱེ་མེད་དོན་ཞིག་
མ་རྟོགས་ན། ། སྐྱེ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་བསམ་ལས་
འདས། ། འཆི་ཀར་དགོས་པའི་ལྷ་ཆོས་ལ། ། བྱི་བཞོལ་
བྱས་པས་སྐལ་བ་ཆད། ། འབྱུངས་ནས་ལྷ་ཆོས་བྱས་
བ་འཐད། ། ཅེས་གསུངས།

༥ འོ་ན་ཡོན་བདག་གཞུང་བཟང་པོ། ། ཀས་པའི་སྐྱུག་
བསྐྱེལ་བཞད་ཅ་ན། ། རང་ལུས་འབྱུང་བཞི་རྒྱད་པ་
ཡི། ། ཀས་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཡི་རེ་ཐུག། བྲང་ཐོར་སྐྱེས་
པའི་ལུས་པོ་སྐྱུར། ། བརྟན་ཐོར་བཞག་ཀྱང་གོམ་པ་
འཁྱོར། ། ཉག་པོར་སྐྱེས་པའི་སྐྱ་ལོ་དཀར། ། དབང་

བོའི་དྲངས་མ་མིག་ཀྱང་འགྲིབས། ། ཡན་ལག་གཙོ་བོ་
མགོ་བོ་འཁོར། ། སྐྱ་ནམས་ཉན་བྱེད་ན་བ་འོན། ། མཁུར་
ཆོས་ཁྲག་གི་རྒྱ་མཆོ་བསྐྱམས། ། བྱད་ཀྱི་རྒྱངས་ཤིང་
སྒྲ་ཡང་ཞོམ། ། རུས་པའི་དྲངས་མ་དྲང་སོ་བྱད། ། སྐྱ་
བའི་རྒྱལ་པོ་ལྷེ་ཡང་ལྷིབ། ། ཞིག་སྤོའི་བྱ་ལོན་བསད་
བཞིན་མང་། ། ཟས་དང་གཉེན་འདུན་བསྐྱས་ཀྱང་
བྲོས། ། སྐྱག་བསྐྱལ་ཡི་ཆད་སྤངས་ཤིང་འཁོར། ། བདེན་
པར་སྐྱས་ཀྱང་ཉན་མཁན་མེད། ། གཅེས་པར་གསོས་
པའི་བྱ་ཆ་སྤང་། ། བསོགས་ཆད་བྱིན་ལ་བྲིན་གཙོ་
མེད། ། ཞི་འབྲིས་ཟེར་ཞིང་དཔོན་མོ་མང་། ། ལར་
ཀས་མེད་དོན་ཞིག་མ་རྟོགས་ན། ། ཀས་པའི་སྐྱག་

བསྐྱལ་བསམ་ལས་འདས།།གས་ནས་ལྷ་ཆོས་མི་
བན་པ།།སྒྲོན་གྱི་ལས་གྱི་ནམ་སྒྲིན་ཡིན།།ད་ལྟ་ཁ་
དབྱགས་ཡོད་རིང་ལ།།དམ་པའི་ལྷ་ཆོས་བྱས་ན་
ལེགས།།ཞེས་གསུངས།

༥ འོ་ན་ཡོན་བདག་སྒྲོ་གས་ཅན།།ན་བའི་སྤྱག་
བསྐྱལ་བ་འད་ཅ་ན།།ལུས་སྒྲོ་བྱར་ཉིད་ལ་ནད་གྱིས་
བཏབ།།བྱག་གཟེར་ཡིད་ལ་མེད་པར་ལངས།།རྒྱང་
མཁྲིས་བད་ཀན་བདུད་དུ་བབས།།ཁྲག་དང་ཚུ་
སེར་ཁོལ་ཞིང་ན།།ནད་དང་གཟེར་གྱིས་དབང་
བོ་བསྐྱས།།མལ་བདེ་མོར་ཉལ་གྱང་འདྲེ་སྒྲོག་
མང་།།སྒྲོན་སེར་སྒྲ་བྱས་པའི་ལས་དབང་གིས།།ཟས་

བཟང་པོ་བྱིན་ཡང་ཁ་ནས་སྒྲོག།གནས་བསིལ་བར་
བསྐྱད་ཀྱང་མེ་བས་ཆ།།གོས་ངོ་བར་གཡོགས་ཀྱང་
ཆུ་བས་བྱང་།།གཉེན་བཞེས་རྣམས་ཀྱིས་མཐའ་
བསྐྱོར་ཡང་།།ན་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་བགོ་ཐབས་
མེད།།མོ་བོན་སྤྲོན་བ་ཐབས་མཁས་ཀྱང་།།སྤྲོན་
ལས་ངན་ན་ཆ་སེལ་བར་དཀའ།།ལར་ན་མེད་དོན་
ཞིག་མ་ཉོགས་ན།།ན་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་བསམ་ལས་
འདས།།ན་ཆ་ནམ་པོག་མི་ཞེས་བས།།སྤྱག་དོགས་
ལྷ་ཆོས་བྱས་ན་འཐད།།ཅེས་གསུངས།

༥ འོ་ན་ཡོན་བདག་ངས་འབྱུང་ཅན།།འཆི་བའི་
སྤྱག་བསྐྱལ་སྤྱི་རེ་བྱན།།ལན་ཅིག་འཆི་བ་བྱུང་བའི་

ཆོ།།གཤིན་རྗེའི་ཕོ་ཉམས་ཟིན་པ་ན།།ཕུག་པོའི་ལོར་
 གྱིས་བསྐྱ་ས་མེད།།དཔའ་བོས་རལ་ཁ་སྤྲད་ས་
 མེད།།མཛངས་མས་བསྐྱ་བྱིད་བྱ་ས་མེད།།མཁས་
 པས་ལོ་རྒྱས་བཀོལ་ས་མེད།།ཕོངས་པས་ཁྱ་བ་བྱ་
 ས་མེད།།ངན་པས་བསྟོན་ཏོལ་བྱ་ས་མེད།།སྒར་མས་
 ཨ་བློས་བྱ་ས་མེད།།ཡན་ལག་ཅ་རྣམས་མཐའ་ནས་
 བསྐྱས།།པན་ཚུན་རི་བོས་མནན་པ་འབྲ།།དབང་བོའི་
 དུལ་རྣམས་ཐམས་ཅད་བསྐྱས།།པན་དུ་རེ་བའི་སྤྲན་
 པས་བོར།།སྐྱབ་དུ་རེ་བའི་མོ་བོན་བློས།།བསྟོན་
 སྐྱབ་བྱས་པའི་ལྷ་སྤང་ཡར།།བརྟ་དང་གཏམ་ལ་
 ལན་མི་ཐེབས།།དབུགས་སྤྱི་ནང་འགྱུ་བ་མ་ཆད་

ནའང་། ། ལུས་ལ་གཞི་གཞི་བྱི་མ་ཆགས། ། རྫོང་མེ་སྟག་
 ཅམ་དེ་མཐའ་ནས་སྤྱད། ། ལ་ལ་གཟའ་དང་སྐར་མ་
 བཅི། ། ལ་ལ་སྤྱག་བསྐྱེལ་འོ་དོད་འབོད། ། ལ་ལ་བས་
 དང་ཞོར་ལ་སྒྲིམ། ། རང་གིས་བསོགས་པ་གཞན་
 གྱིས་སྤྱོད། ། སེམས་བཅེ་བ་མང་ཡང་གཅིག་ཕྱར་
 འགྲོ། ། གྲོགས་བཟང་པོ་ཡོད་ཀྱང་སྤྱག་བྱོ་ལྟ། ། གཅས་
 པའི་ལུས་པོ་སྤུམ་བཞུག་བྱས། ། ཕྱང་པོ་རྒྱང་དུ་
 བསྐྱར་ནས་བྱོས། ། མེར་བསྐྱེགས་ཆུར་བཅུག་དོང་
 དུ་བསྐྱར། ། མེད་པ་བྱིན་ཆེ་ཁོ་ཐག་ཆོད། ། དེ་བཟོད་
 པར་འདུག་གམ་དད་པ་ཅན། ། དབུགས་འགྲུ་བ་ཆད་
 པའི་ནངས་པར་དེ། ། འཇམ་སྤིང་ཞོར་གྱིས་གང་

ན་ཡང་།།བདག་ལ་པན་པ་མི་འདུག་པས།།སེར་
སྒྲ་ཅན་ཆོ་ཅི་སེམས་ན།།བྱམས་པའི་གཉེན་གྱིས་
མཐའ་བསྒྲོར་ཡང་།།པན་པ་སྐད་ཅིག་སྐྱབ་ཐབས་
མེད།།ཐམས་ཅད་འབྲལ་བ་མཐོང་ཅ་ན།།བཅི་གདུང་
ཅན་ཆོ་ཅི་བྱེད་ཨང་།།དེ་འདྲིའི་དུས་གཅིག་བྱུང་
ཅ་ན།།དམ་པའི་ལྷ་ཆོས་མ་ལགས་པ།།གང་གིས་
པན་པ་ཡོད་པ་མིན།།འཆི་དུས་མི་འགྲོད་ཅམ་རེ་
དགོས།།འཆི་ཁར་མི་འཆར་ཅམ་རེ་མཛོད།།ཅེས་
གསུངས།

༥ ལྷ་མཆོད་སྒྲིང་རྩེ་མེད་པ་དེ།།ཐེན་རང་ལྷ་རུ་མཆོད་
པ་འདྲ།།བདག་གཞན་གཉིས་སྤང་ཡ་རེ་ཆ།།སེམས་

བསྐྱེད་མེད་པའི་ཆོས་སྤྱོད་དེ། ། ལྷན་པོ་མགོ་སྐོར་བ་
བ་འདྲ། ། འདོད་པ་འབར་བ་ཡ་རེ་ཆ། ། རྩུགས་རིས་
ཅན་གྱི་སྤྱན་པ་དེ། ། ཁ་ལན་སྟོན་མའི་རེ་མོས་འདྲ། ། རེ་
འཁང་མང་བ་ཡ་རེ་ཆ། ། ཞིང་ས་མེད་པའི་འབྲུལ་
བ་དེ། ། ལྷན་པས་ནོར་བཅོལ་གཏད་པ་འདྲ། ། འབྲུལ་
གཞི་འགྱུར་བ་ཡ་རེ་ཆ། ། སྤྱིང་རྩེ་མེད་པའི་སྤྱན་གཏོང་
དེ། ། ཀ་བ་འབྲེང་བས་བྲབས་པ་འདྲ། ། རང་ལ་འཁྲིལ་
བ་ཡ་རེ་ཆ། ། རང་རྒྱུད་མ་ཐུལ་ལྟ་བ་དེ། ། ལུང་གོག་
མད་གཏམ་བྱེད་པ་འདྲ། ། རྒྱ་འབྲས་བྱེད་གསོད་ཡ་
རེ་ཆ། ། གནད་དུ་མ་སོང་སྒྲོམ་པ་དེ། ། རྩན་མས་བོལ་
ཁང་འབྲུབས་པ་འདྲ། ། ཡོད་ལོ་བྱེད་པ་ཡ་རེ་ཆ། ། རྟེན་

འབྲེལ་མ་ཤར་སྐྱོད་པ་དེ། །སྐྱོན་པས་ཆ་ཆུ་འབྲུངས་
པ་འདྲ། །འདོད་སྤེད་འཕེལ་བ་ཡ་རེ་ཆ། །ཆོས་བརྒྱད་
སྤྱིགས་པའི་དམ་ཆོག་དེ། །མི་གཙང་དར་དུ་གཏུམས་
པ་འདྲ། །ནང་ནས་རུལ་བ་ཡ་རེ་ཆ། །རང་འདོད་མ་
སྤངས་འབྲས་བུ་དེ། །རྩ་ལ་མི་གཟུགས་བཅོས་པ་
འདྲ། །སྐྱེན་གྱིས་འཛིག་པ་ཡ་རེ་ཆ། །ཞེས་གསུངས།
༥ ཉོན་དང་གསོན་དང་ལེགས་སེ་འབྲུམ། །སྤྱོད་ལུས་
ལ་སྐྱོད་འདོད་འདུག་པ་ན། །འདུས་པའི་གཉོན་དང་
གསོན་འབྲལ་གྱིས། །བསོགས་པའི་ལོར་རྣམས་སྐྱེན་
པར་སྤངས། །ཆགས་ཞེན་མེད་པའི་ངང་ལ་སྤྲོད། །ངག་
ལ་སྦྱ་འདོད་འདུག་པ་ན། །འཛིག་ཉེན་ཆོས་བརྒྱད་རྒྱུ་

ཏུ་བོར།།ར་རྒྱལ་རང་མཐོང་རྒྱང་ལ་སྒྱུར།།ར་རྒྱལ་
མེད་པའི་ངང་ལ་སྡོད།།སེམས་ལ་ནམ་ཉིག་འདུག་པ་
ན།།རང་སེམས་བློ་པའི་ལྷགས་ཀྱས་བུངས།།འཁོར་
འདས་གཉིས་སུ་མི་འཇོན་པར།།མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ངང་
ལ་སྡོད།།གང་ཤར་རྗེས་མེད་ངང་དུ་སྒྱུངས།།ད་དུང་
སྒོམ་རྒྱུ་འདུག་པ་ན།།སེམས་ཅན་ནམས་ལ་སྦྱང་རྗེ་
སྒོམས།།རང་ལུས་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོར་སྒོམས།།སྤྱི་
པོར་རྩ་བའི་སྒྲ་མ་སྒོམས།།སྦྱང་པ་ཉིད་ལ་སྒོམ་ཡུན་
སྤངས།།རྗེས་ལ་བསྡོམས་པའི་རྒྱ་ཡིས་སྦོབ།།དེ་གོ་བར་
བྱིས་ལ་ལྷ་ཆོས་མཛོད།།ཅེས་གསུངས་སོ། །

དག་ལེགས་འཕེལ།།།

