



# དག་ཡིག་ཕྱོགས་བསྒྲུས།

འཇམ་དབྱངས་ཐོན་མིས་འཕགས་ཡུལ་དུ།

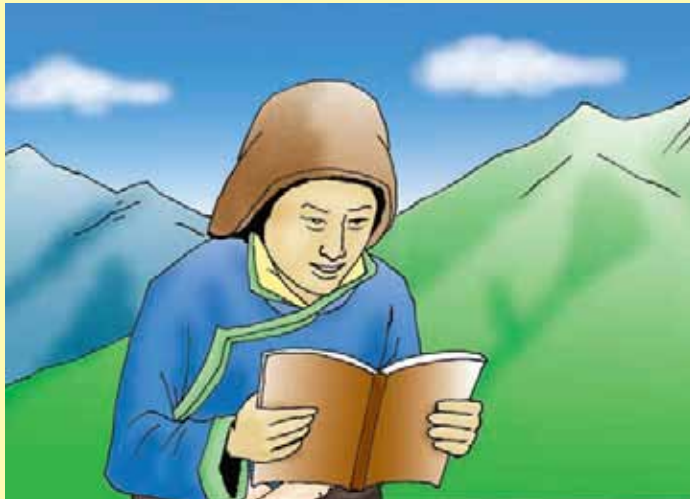
ཡིག་རིགས་ཀྱན་བསྐྱབས་གངས་ཅན་བདང།

མཁོ་བའི་གསལ་བྱེད་སྐུ་ཅུ་དང།

དབྱངས་བཞི་དང་བཅས་གཏན་ལ་ཤབ།



དག་ཡིག་མཁས་པ་དགའ་སྤྱོད། .....	1
དག་པར་བྱེད་པ་སྤེལ་སྤྱོད་རིན་ཆེན་གྱི་མཆོ། .....	15
ཐོད་ཀྱི་བད་སྤྱོད་དག་སྤྱོད་ཀྱི་ཅ་བ། .....	23
དག་ཡིག་སྤོ་གསར་གཞོན་ཀུ་དགའ་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ། .....	59



༢ གོང་ས་༢ སྐབས་མགོན་ཆུལ་བའི་དབང་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་  
རྩི་བཀྱིན་འོག ཐུན་གྱིས་གཞོན་སྤྱི་སྒྲོ་གསར་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ།  
ཀུ་ཤུ་ཉགས་ཅན་གྱི་ལག་ཐོག་ཁ་བར་དང་ iPad སྒྲོག་སྒྲུབ་སོགས་བརྒྱུད་  
ནས་དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་བོད་ཡིག་ལམ་ནས་གཟིགས་བདེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་  
བཅོས་བ་ཡིན། སྤྲད་ནས་ཀྱང་རིམ་བས་དཔེ་དེབ་དོ་བཤུས་ལག་ཏུ་འབྱོར་  
ཆེ་དེབ་བྲངས་མང་དུ་གཏོང་རྒྱུ་འོ་སྐབས་འོང་སྤྱི་ན་དེར་སྤྲོད་བའི་ལམ་  
སྟོན་བཀའ་སློབ་དགོངས་འཆར་ལྷན་སྤྱོད་ཡོང་བར་རེ་བསྐྱེད་ཞུ་རྒྱུ་དང་།  
ཞུ་དག་བསྐྱེད་མ་སོགས་ལ་རང་བྱས་གང་ཡོད་གྱིས་འབད་ཅོལ་གྱིས་ཁྱེད་  
བྱས་ཀྱང་ཆུད་ཆེད་ཞན་སྐབས་ནོར་འཁྱུལ་གང་ཤོར་རྣམས་བཅོད་གསོལ་ཞུ་  
རྒྱུ་བཅས།

སེར་སྤྲད་དམར་འཇམ་དབྱངས་བསོད་ནམས་གྱིས།

དེབ་བཅོས་ཟིན་བ་རྣམས་སྤུ་ལ་དགོས་ན་བྲུ་རྒྱུད་ནས་རིན་མེད་དུ་ཕུལ་ཆོག  
བྲུ་རྒྱུ་ཁ་བྱང་། [marjamson618@gmail.com](mailto:marjamson618@gmail.com)

# དག་ཡིག་མཁས་པ་དགའ་སྐྱོད།

དབྱངས་ཅན་རོལ་པའི་འོ་མཚོ།

༡༡། །རག་གི་དབང་ཕྱག་ལྟ་མོ་དབྱངས་ཅན་མ་ལ་ཕྱག་འཆ་ལ་ལོ། །

འདྲན་མཚོག་ཤུག་སེདྱེ་ཡིས། །  
ལེགས་གསུངས་ཚས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་དོན། །  
ཚུལ་བཞིན་དཔྱོད་པའི་ཤེས་རབ་མིག། །  
སྙེལ་མཛད་ལྟ་དང་སྒྲ་མར་འདུད། །

གང་དེའི་བསྟན་པའི་ཉིན་བྱེད་འབྲུམ། །  
གངས་ཅན་དགྲང་དུ་འདྲན་པའི་མཚོག། །  
ཐོན་མའི་གཞུང་ལས་ཉེར་མཁོའི་ཆ། །  
འགའ་ཞིག་བཏུས་ནས་འདིར་གཅིག་བྲ། །

འཇམ་དབྱངས་ཐོན་མིས་འཕགས་ལུལ་དུ། །  
ཡིག་རིགས་ཀྱན་བསྐྱབས་གངས་ཅན་བདེ། །

མཁོ་བའི་གསལ་བྱེད་སྐྱམ་ཅུ་དང་། །  
དབྱངས་བཞི་དང་བཅས་གཏན་ལ་ཕབ། །

གསལ་བྱེད་རྣམས་ལས་ཡ་བཏགས་བདུན། །ར་བཏགས་བཅུ་དང་  
ལ་བཏགས་དྲུག །ཤ་བཏགས་བཅུ་གཉིས་མགོ་ཅན་གསུམ། །འཕྱལ་དང་  
མཐའ་རྟེན་སོགས་སྐྱ་དབྱེ། །ཡ་བཏགས་བདུན་ནི་ཀ་ཁ་དང་། །ག་དང་པ་  
ཕ་བ་མའོ། །ར་བཏགས་ཀ་ཁ་ག་དང་ད། །པ་ཕ་བ་མ་ས་ཏའོ། །ལ་བཏགས་  
དྲུག་ནི་ཀ་དང་ག །བ་ཟ་ར་དང་ས་ཡིན་ནོ། །ཤ་བཏགས་ཀྱ་ཡི་འདབ་ཆགས་  
ལྷ། །བརྩ་བརྒྱད་ལྷ་བཞི་དྲ་སྐྱུག་བྲ། །རྩ་སྟོན་ལན་ལྔ་སྐྱུག་ལྷ་གྱེན། །རྩ་ཅོ་ལྷ་  
དྲག་ལྷ་བའི་དྲ། །ར་ལ་ས་ཡི་མགོ་ཅན་ནི། །ར་མགོ་ལྷན་པ་ཀ་ག་ང། །ཇ་ཉ་  
ཏ་དན་དང་ནི། །བ་མ་ཅ་དང་ཇ་ལ་འོ། །ལ་མགོ་བཅུ་ནི་ཀ་ག་ང། །ཅ་ཇ་ཏ་  
ད་པ་བ་ཏ། །ས་མགོ་ཀ་ག་ང་ཉ་ཏ། །དན་པ་བ་མ་ཅ་ལ་འོ། །ག་ད་བ་མ་འ་  
དང་ལྷ། །འཕྱལ་ཡིག་ཡིན་ལ་གས་འཕྱལ་ནི། །ཅ་ཉ་ཏ་དན་ཅ་ཞ །ཟ་ཡ་ཤ་  
ས་བཅུ་གཅིག་གོ །དས་འཕྱལ་དྲུག་ནི་ཀ་ག་ང། །པ་བ་དང་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །  
བས་འཕྱལ་བཅུ་ནི་ཀ་ག་ཅ། །ཏ་ད་ཅ་ཞ་ཟ་ཤ་ས་འོ། །མས་འཕྱལ་ཁ་ག་ང་ཆ་  
ཇ། །ཉ་ཟ་དན་ཆ་ཇ་འོ། །འས་འཕྱལ་ཁ་ག་ཆ་ཇ་ཟ། །ད་པ་བ་ཆ་ཇ་དང་བཅུ། །  
རྩེས་འཕྱལ་བཅུ་ནི་ག་ང་ད། །ན་བ་མ་འ་ར་ལ་ས། །སྟོན་རྩེས་གཉིས་པོ་ལས་  
གཞན་པའི། །ཡི་གེ་རྣམས་ནི་མིང་གཞིའོ། །ད་ནི་སྤྲ་མའི་ཆོག་ལྷགས་ཀྱིས། །



བྱི་མ་རྩི་ལྟར་འཐོབ་ཚུལ་བཤད། །ཐོག་མར་རྣམ་དབྱེ་བྲག་པ་ཡི། །གྱི་གི་གྱི་  
 རེ་ཡི་རྣམས་ནི། །ད་བ་ས་དང་ད་བྲག་དག །ཐོབ་མཐར་གྱི་(ཁྱོད་གྱི་རྒྱབ་གྱི་  
 གཡས་གྱི་གྱུར་ད་གྱི་ལྟ་བུའོ)དང་ག་ང་གི་(བདག་གི་གསུང་གི་ལྟ་བུའོ)། །ན་  
 མ་ར་ལ་བཞི་པོ་གྱི་(གཞན་གྱི་ལམ་གྱི་བར་གྱི་དཔལ་གྱི་ལྟ་བུའོ)། །མཐའ་  
 ཉེན་མེད་མཐར་འཁོར་(སེམས་པའི་ལྟ་བུ)ཅིང་། །རྒྱུ་པ་སྐྱོང་ཆེ་ཡི་ཞེས་  
 (ཆོག་ས་བཅད་གྱི་ཆོག་མ་ཆང་ཆེ་ཡི་བྱེད)འཐོབ། །འོ་འུ་འམ་གྱི་ཆོག་བྲིས་  
 ཡང་། །ཁ་སྐྱོང་ཁ་སྐྱོང་མིན་པས་དབྱེ། །དེ་ཡང་དགའ་འོ་བདེ་འོ་སོགས། །  
 རྩོགས་ཆོག་ལ་ནི་འོ་ཉིད་དེ། །མཛེས་དགའ་བོ་དང་ཀུན་དགའ་བོ། །མཛེས་  
 བོ་དཔའ་བོ་དོ་བོ་དང་། །སྤྱི་བོ་ལ་སོགས་མིང་གི་ཆ། །ཁ་སྐྱོང་ཉིད་དུ་འབྲི་  
 ཞིང་བཟླག །གྲག་བསྐྱེད་ཅན་དང་བཅེགས་པ་དང་། །མཐའ་ཉེན་ཅན་མཐར་  
 འ་མཐའ་སྤང་། །རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་ལ་དོན་གྱི། །ཏུ་ཏུ་སུ་རུའི་ཞབས་ཀྱི་  
 བྱི། །ག་བ་ད་བྲག་ཅན་མཐར་ཏུ་(དཔེར་ན་རྟག་ཏུ་རབ་ཏུ་ཤིན་ཏུ་བྱི་རོལ་ཏུ་ལྟ་  
 བུའོ)། །ང་ད་ན་མ་ར་ལ་ཏུ་(གང་ཏུ་བཤད་ཏུ་རྒྱན་ཏུ་བསམ་ཏུ་བར་ཏུ་དཔལ་  
 ཏུ་ལྟ་བུའོ)། །ས་སུ་(གནས་སུ)མཐའ་ཉེན་མེད་པ་དང་། །འ་མཐར་རུ་ཞེས་  
 (བདེ་རུ་དགའ་རུ་ལྟ་བུའོ)བརྩོད་པ་ཡིན། །ཆོག་སྤང་ག་བ་ད་རྩོགས་སུ། །ཅིང་  
 ཅེས་ཅེའོ་ཅེ་ན་ཅིག་(དཔེར་ན་རྟག་ཅིང་རྟག་ཅེས་རྟག་ཅེ་ན་རྟག་ཅིག་ལྟ་བུ་ནི་  
 ད་དང་བ་གཉིས་ལའང་འགྲེའོ)། །ང་འ་ན་མ་ར་ལ་དང་། །མཐའ་ཉེན་མེད་པའི་  
 རྩོགས་དག་ཏུ། །ཞིང་ཞེས་ཞེའོ་ཞེ་ན་ཞིག་(བཟང་ཞིང་དཔའ་ཞེས་སྤྲ་ཞིང་དང་

གང་ཞེན་གང་ཞིག་ལྟ་བུ་ནི་གཞན་རྣམས་ལ་རིགས་འགྲོའོ། །ས་མཐར་ཤིང་  
ཤེས་ཤེན་ཤིག་(མཁས་ཤིང་ཤེན་གྱིས་ཤིག་ལྟ་བུའོ། །ས་མཐར་ཤེས་ཟེར་  
བ་མི་ལེགས་པས་ཞེས་དམིགས་བསལ་གྱིས་འཛོལ།) །ད་དག་ཐོབ་ངེས་ན་  
ར་ལའི། །རྗེས་སྤྱ་ཅིང་སོགས་ལྟ་བུ་སྤྱོད་(དཔེར་ན་བྱོན་ཅིག་གྱུར་ཅིག་རོལ་  
ཅིག་ལྟ་བུའོ།) །ན་ར་ལ་ས་ད་དག་གི། །རྗེས་སྤྱ་ཏེ་རྒྱང་ད་མཐར་དེ་(མིན་ཏེ་  
ལའོར་ཏེ་མཇལ་ཏེ་བྱས་ཏེ་སྦྱལ་ད་ཏེ་ལྟ་བུ་དང་། བཤད་དེ་མོད་དེ་སོགས་  
ལྟ་བུའོ།) །གང་བ་མ་འདང་ནི། །མཐའ་ཏེན་མེད་རྗེས་སྤྱེ་ཞེས་འཛོལ་(རྟག་  
སྤྱེ་བཟང་སྤྱེ་བབ་སྤྱེ་བསམ་སྤྱེ་མངའ་སྤྱེ། ལྟ་སྤྱེ་མི་སྤྱེ་བུམ་བ་སྤྱེ་ཀ་བ་སྤྱེ་ལྟ་  
བུའོ།) །གང་བ་ས་ཉིད་དང་ནི། །ད་དག་ཐོབ་པའི་རྗེས་སྤྱ་གྲང་(བདག་གྲང་  
མཆོད་གྲང་བབ་གྲང་ཤེས་གྲང་ལྟ་བུའོ། །གྱུར་གྲང་བྱིན་ཆད་གྲང་རོལ་གྲང་  
ཞེས་བ་ལྟ་བུའོ།) །ང་འན་མ་ར་ལ་ཡང་། །མཐའ་ཏེན་མེད་མཐར་འང་དང་  
ནི་(གང་ཡང་མཇལ་ཡང་ཡིན་ཡང་བསམ་ཡང་འབར་ཡང་དཔལ་ཡང་ལྟ་བུ་ ལྟ་  
དང་། དེ་ལའང་ལྟའང་མིའང་ལྟ་བུའོ།) །རྒྱང་བ་སྤྱོད་ཆེ་ཡང་ཞེས་བྱ་(དཔེར་  
ན་སྤྱན་ཆོགས་ལྟན་བ་བདེ་ལ་ཡང་ལྟ་བུའོ།) །བྱི་དང་རྗོགས་ཆིག་སྐབས་སྤྱ་  
ནི། །མཐའ་ཏེན་མེད་མཐར་འམ་དང་འོ་(གཏམ་འདྲི་བ་སོགས་བདེའམ་བདེའོ་  
ལྟའམ་ལྟའོ་ལྟ་བུའོ།) །མཐའ་ཏེན་ཅན་རྣམས་རང་རང་དང་(དཔེར་ན་བདག་  
གམ་བདག་གོ་བཟང་ངམ་བཟང་འོ་ལྟ་བུའོ།) །ད་དག་ཅན་མཐར་ཏ་ཡིག་  
ལ། །རིམ་བཞིན་མ་དང་ན་རོ་གཉིས། །(ད་དག་ཅན་རྣམས་ལ་འདྲའོ། །དཔེར་

ན་བསྐྱུརད་ཏམ་བསྐྱུརད་ཏྱི་བྱོནད་ཏམ་བྱོནད་ཏྱི་རོལད་ཏམ་རོལད་ཏྱི་ལྷ་  
 བུའོ)མཁས་པས་ཡང་དག་སྦྱར་བར་བྱ། །མིང་མཐའི་པ་བའི་བྱད་པར་  
 བྱི། །ག་ད་ན་བ་མ་ས་དང་། །ད་བྱག་ཅན་མཐར་པ་དང་བྱི(དཔེར་ན་བྱག་པ་  
 མེད་པ་ལྷན་པ་སྐབ་པ་བསམ་པ་སངས་རྒྱས་པ་ལྷ་བུའོ། །བྱུརད་པ་བྱོནད་  
 པ་རོལད་པ་ལྷ་བུའོ)། །ང་འ་ར་ལ་མཐའ་མེད་མཐའི། །བ་བྱེད་མར་འབོད་  
 རྣམས་ལ་བ(དཔེར་ན་འབྲེང་བ་དགའ་བ་འབར་བ་རྒྱལ་བ་བདེ་བ་སྟོ་བ་ ལྷ་  
 བུའོ)། །གཞན་ལ་པ་ཉིད་སྦྱར་ཏེ་བཟླག(བདག་སྦྱ་ཐོབ་པའི་ཆེ་དཔེར་ན། སྤ་  
 བ། མདའ་བ། འར་བ། ལྟོ་བ། ཏྱ་བ་ལྷ་བུའོ) ། གཅོད་མཆམས་མཐའ་ཏེན་  
 ག་ཡིག་མཐར། །གཅིག་འད་ང་ཡིག་མ་གཏོགས་པའི། །འད་གོང་རྣམས་སྦྱ་  
 བྱི་ཆེག་སྦྱང་། །ཆིགས་སྦྱ་བཅད་པའི་རྒྱང་མཐའ་དང་། །ལྷག་པའི་སྡེ་ཆན་  
 རྩོགས་མཆམས་ཀྱི། །ན་རོ་ཅན་མཐར་ཉིས་འད་བྱ། །སྡེ་ཆན་ཆེན་པོ་རྩོགས་  
 མཆམས་དང་། །ལེ་བྱ་མཆམས་ལྷ་བུར་བཞི་འད་འཐོབ། །ཆེག་འད་དང་བྱི་  
 རྒྱང་འད་གཉིས། །འཐོབ་ཚུལ་རང་རང་སྐབས་དང་སྦྱོར། །

ད་བྱི་འཕུལ་དང་མཐའ་ཏེན་མགོ། །མེད་ལ་སྦྱར་དང་ཡོད་ལ་  
 སྦྱང་། །གདམ་ང་ཅན་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ། །འཛིན་པའི་འཕུལ་སྦྱང་ཅུང་བད་  
 བ་འད། །རྩ་ཡབ་གོ་སར་སེལ་སྟན་དང་། །མདོན་སུམ་སུན་སུམ་ཆེགས་  
 སོགས་ལ། །གས་འཕུལ་ནོར་རོ་ག་འཕམ་དང་། །ག་འགས་འབྱེད་སོགས་  
 ལ་མེད་ལ་ནོར། །སར་བ་ལྷ་བུར་གང་ཡང་བྱང་། །སྦྱིལ་བྱང་སོགས་ལ་དས་



འཕུལ་མེད། །དགུང་ལོ་མཚན་དགུང་ལོང་བྲིད་ཀྱི། །དམིགས་བྱ་སོགས་ལ་  
 མེད་ན་ནོར། །སྟན་དངགས་སོགས་ལ་གང་ཡང་རུང་། །ཕྱག་དར་ལག་དར་  
 གང་མོ་དང་། །སྐྱེ་ཤད་སོགས་ལ་བས་འཕུལ་སྤང་། །བསེར་བྱ་སྐྱོ་བསངས་  
 རྒྱ་མོ་བཟའ། །བྱི་བདར་སོགས་ལ་མེད་ན་ནོར། །སྒྲོ་སངས་ལྷ་བྱ་གང་ཡང་  
 རུང་། །ཐ་བྱ་ཐ་མ་ཆར་དུ་དངར། །ཆོན་ཅི་སོགས་ལ་མས་འཕུལ་སྤང་། །མཐེ་  
 བོ་མཆེ་མ་སྒྲོ་སྟན་མཆོ། །བྲིམ་མཆེས་སོགས་ལ་མེད་ན་ནོར། །ཐུན་མོང་  
 ལ་སོགས་གང་ཡང་རུང་། །ཆོང་འདུས་ཁམས་དང་ཆོགས་པ་ཆོམས། །ཕྱ་  
 མ་ཁོན་འཛིན་ཁོ་བ་ཁོས། །རིམ་གྱོ་ཕྱ་མོ་ཕོངས་པ་དང་། །ཕྱག་པོ་སོགས་  
 ལ་འས་འཕུལ་སྤང་། །མཐའ་འཁོབ་འབྲི་ཤིང་འཁུར་བ་དང་། །ཚུལ་འཆོས་  
 སོགས་ལ་མེད་ན་ནོར། །ཐིན་ལས་ཐེང་སོགས་གང་ཡང་རུང་། །ཡི་གེ་ཐུ་  
 གུ་ལུ་གུ་རྒྱད། ། །ལྡན་སོགས་ལ་ག་མཐའ་སྤང་། །ཕྱག་དོག་ཕྱག་གུར་མེད་  
 ན་ནོར། །ཕུས་མོའི་ལྷ་ང་སྒྲོ་ང་དང་། །སྤང་སོགས་ལ་ང་མཐའ་ནོར། །ཡི་  
 དམ་ཡི་རང་ཡི་དྲགས་སོགས། །སྤི་བྱ་སོགས་ལ་ད་མཐའ་ནོར། །སྤང་ཅིག་  
 ལྷ་བྱར་གང་ཡང་རུང་། །སེ་མོ་དོ་ལ་ན་མཐའ་སྤངས། །བྱན་མོ་ལྷ་བྱར་མེད་  
 ན་ནོར། །ལྷ་བཙུན་བཟའ་བཏུང་གདུ་བྱ་དང་། །ལེ་བཀན་སོགས་ལ་བ་མཐའ་  
 ནོར། །རྒྱ་འདྲེ་ཁ་མཆུ་ར་མདའ་དང་། །ར་མཉེན་བཟའ་རྩ་མཆོག་གོང་། །རྒྱ་  
 མཆོ་སོགས་ལ་མ་མཐའ་ནོར། །ལྷ་རྩེ་མདོ་རྒྱད་ང་རྒྱལ་ཅན། །བྱ་གོད་དོ་རྩེ་  
 མཐའ་རྟེན་དང་། །ལྷ་རྟེན་སོགས་ལ་ར་མཐའ་ནོར། །དུར་ཁྲོད་མདོར་བལྟས་

མེད་ན་ཞོར། །བདེ་གཤེགས་སོགས་ལ་གང་ཡང་རུང་། །སྒྱུར་གྱི་གསོ་སྒྱུར་  
ཁ་ཐོ་དང་། །བྲམ་ལྷ་སོགས་ལ་འཇམ་ཐའ་ཞོར། །རིག་སྒྲགས་གསུང་རབ་མཁྱེན་  
རབ་དང་། །ནམ་མཁའ་གོ་འཕང་གི་འཕང་མཆོག་ །བསྐྱེད་རིམ་རྫོགས་རིམ་  
འདུ་ཤེས་དང་། །མཁའ་སྐྱོད་ས་སྐྱོད་དོ་ཤལ་འཕྲེང་། །ཉམ་ཚུང་ཉམ་ཐག་ཉམ་  
ང་བ། །ལོག་ཏྟག་སོམ་ཉི་ཆོམ་རྒྱན་དང་། །ཆོ་ག་སོགས་ལ་ས་མཐའ་ཞོར། །  
ལྷས་བྱིན་ལྷས་བྱིན་གདམས་ངག་སོགས། །མང་པོ་ཞིག་ལ་མེད་ན་ཞོར། །དྲི་  
བཟང་རྒྱུད་མངས་གོ་རིམ་དང་། །འཁོར་ལོས་བསྐྱར་སོགས་གང་ཡང་རུང་། །  
ལྷད་ཀོར་སྟོད་ཀོར་གདུབ་ཀོར་དང་། །པད་ཀོར་ཐན་ཀོར་འོད་ཀོར་འཕྲེང་། །  
ཨ་ལྷ་སོགས་ལ་ས་མགོ་མེད། །དུར་སྐྱིག་སྐྱིག་རྒྱུར་མེད་ན་ཞོར། །ཡི་གེ་  
ཞལ་ཏ་ད་ལྟ་དང་། །ལ་སོགས་ཐ་དད་ཅེས་རྣམས་ལ། །བར་ཆེག་མི་བྱེད་སྒྱུན་  
པོའི་ལུགས། །འབྲུལ་སྟོང་འདི་ནི་ཆེས་ཆེར་དུ། །མཁོ་སྐྱར་ལོ་རྩེ་གསུང་  
དངོས་གྲིས། །

རྗེས་འཇུག་ག་སོགས་པལ་ཆར་ལ། །ཡང་འཇུག་ས་མཐའ་ཡོད་མེད་  
གྱི། །དོན་གྱི་བྱུང་པར་ཐ་དད་དུ། །འབྲེད་པའི་ཚུལ་དེ་ཅུང་ཞིག་སྤྲ། །རྒྱུན་དུ་  
རྟག་དང་རྟགས་མཆོན་དང་། །མི་རྟག་འཛིག་དང་སྒྲག་ནས་འཛིགས། །གཡང་  
སའི་གྲོག་དང་མཛའ་བའི་གྲོགས། །ཉིན་མཆོན་ཞག་དང་ཐག་པའི་ཞགས། །  
གཅན་གཟན་གཟིག་དང་སྐྱུན་གྱིས་གཟིགས། །མི་དགེ་སྤྲིག་དང་གཤེ་བའི་  
བསྤྲིགས། །གཞོད་པའི་གདུག་དང་འབྲུབ་པའི་གདུགས། །རུས་གྱི་གདུང་དང་

ཉི་མས་གདུངས། །ཞལ་གྱི་གདོང་དང་ཁ་མིག་གདོངས། །དུད་འགྲོའི་ལྷག་དང་  
 དཔེ་ཡི་ལྷགས། །ཞོར་གྱི་ལྷག་དང་དུད་འགྲོའི་ལྷགས། །ལུས་གྱི་ལག་དང་ཞེ་  
 སའི་ལགས། །སྒྲོ་ཡི་རིག་དང་རྒྱུད་གྱི་རིགས། །སྦྲ་བའི་ཆིག་དང་མཆམས་  
 གྱི་ཆིགས། །རི་མོའི་ཐིག་དང་ཟག་པའི་ཐིགས། །ཁ་དོག་ནག་དང་ཤིང་གི་  
 ནགས། །དུམ་བུར་ཆག་དང་ཡུལ་དེར་ཆགས། །རྩལ་གྱི་དྲིག་དང་སྟོབས་གྱི་  
 དྲིགས། །མིག་འབྲས་ལོང་དང་འཛོམ་པའི་ལོངས། །ཕྱིན་ཅི་ལོག་དང་ཟུར་གྱི་  
 ལོགས། །ཆུང་བའི་དོག་དང་དག་ལ་དོགས། །སྟེང་གི་ཐོག་དང་གཞན་གྱིས་  
 ཐོགས། །ཁྱེན་དུ་བསྐྱང་དང་སྟོང་མོ་བསྐྱངས། །གསོར་གྱིས་དབྱུག་དང་ཁ་  
 ཡི་དབྱུགས། །མིག་གིས་མཐོང་དང་ནམ་མཁའི་མཐོངས། །ཐམས་ཅད་ཆང་  
 དང་གཙང་བའི་ཆངས། །རིག་བྱའི་གང་དང་ཅིས་གྱི་གངས། །གངས་གྱི་སྟོང་  
 དང་ཟད་ནས་སྟོངས། །བྱ་གའི་ཁུང་དང་ལྷགས་གྱི་ཁུངས། །དྲི་བའི་གང་དང་  
 ཁ་བའི་གངས། །མཆན་མོའི་མདང་དང་ཆོན་གྱི་མདངས། །མཆམས་གྱི་དང་  
 དང་གསལ་བའི་དྲངས། །ཡོ་མེད་བྱང་དང་གནས་ནས་བྱངས། །རྒྱབ་པའི་བྱིང་  
 དང་པལ་ཆེའི་བྱིངས། །དུད་ཆོའི་གྲོང་དང་གུམ་པའི་གྲོངས། །བཏེགས་པའི་  
 ཡང་དང་རྒྱ་ཆེའི་ཡངས། །ནང་པར་སང་དང་རིག་པ་སངས། །སྐྱེད་བྱའི་ཐབ་  
 དང་སྒྲོ་ཡི་ཐབས། །བཟང་པོའི་རབ་དང་རིམ་པའི་རབས། །ཟས་སོགས་སྟོབ་  
 དང་ཤེད་མོང་སྟོབས། །སྒྲ་གཞུག་རིམ་དང་ཡམས་གྱི་རིམས། །བ་བའི་ཁམ་  
 དང་འབྱུང་བའི་ཁམས། །བརྗེད་པའི་རྩམ་དང་འབྱུག་པའི་རྩམས། །མདུན་གྱི་

བྱང་དང་བྱངས་ནས་འབྱིན། །ཆ་ལང་སོགས་དང་གྲེན་ལ་ལངས། །ཁ་བསྐྱང་  
 བ་དང་ཐུགས་དམ་བསྐྱངས། །རྩ་ཡི་འཇག་མ་འཐས་པའི་འཇགས། །ཀྱང་  
 པ་འཁུམ་དང་ཤེས་པ་འཁུམས། །འབྲུག་ནས་འཁོབ་དང་ཆུམ་པའི་འཁོབས།  
 །ཟིན་པའི་གྲུབ་དང་ཆགས་འབྱོར་གྲུབས། །ཐག་རིང་རྒྱང་དང་མངོན་པའི་  
 རྒྱངས། །ཀྱང་པའི་རྒྱག་དང་ཇ་སོགས་རྒྱགས། །བྲབ་པའི་ལྷག་དང་མགར་  
 བའི་ལྷགས། །འདབ་ཆགས་སྒྲག་དང་བསྐྱ་ཐབས་སྒྲགས། །རྩོ་སོགས་བཅག་  
 དང་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས། །ཁང་པའི་ལྷོག་དང་སྒྲོ་ཡིས་ལྷོགས། །བརྟུང་  
 བའི་ཆབ་དང་ལྷན་ཅིག་ཆབས། །བཅག་པའི་ཆོགས་དང་རུང་བའི་ཆོག །  
 ཉམ་ང་བ་དང་ཉམས་རྟོགས་བཟང་། །སྒྲོམ་འཇུག་སོགས་དང་ཀྱུན་ལ་  
 སྒྲོམས། །སྒྲ་བའི་གཏམ་དང་མངོད་ཀྱི་གཏམས། །ཐ་གས་བཏག་དང་དེ་ལ་  
 བཏགས། །རྣམ་རྟོག་སོགས་དང་སྒྲོ་ཡིས་རྟོགས། །ནགས་ཀྱི་སྟག་དང་ཡས་  
 སྟགས་དང་། །སྐས་ཀྱི་གདང་དང་སྐད་ཀྱི་གདངས། །གདེང་ཐོབ་པ་དང་ཞལ་  
 སྒོ་གདེངས། །རྣམ་གྲངས་སོགས་དང་མང་པོའི་རྣམས། །བདེན་རྒྱུན་དཔང་  
 དང་མཐོན་པོའི་དཔངས། །ས་གཞིའི་སྤང་དང་ཉེས་པ་སྤངས། །དད་པའི་ཕྱག་  
 དང་ས་རྩལ་ཕྱགས། །ལྷ་མའི་གོ་འཕང་རྒྱང་དུ་འཕངས། །སྐྱེན་པོའི་འཕོང་  
 དང་ལུས་ཀྱི་འཕོངས། །གཡོ་འགྲུལ་འཕག་དང་མཐོ་བའི་འཕགས། །ལྷག་  
 པའི་ལྷག་དང་ཐོན་པའི་ལྷགས། །འག་གཟུག་དང་ནི་དབྱིབས་ཀྱི་གཟུགས། །  
 རིམ་དག་དང་རི་དྲགས་སོགས། །བྲན་ཀྱི་གཡོག་དང་ཐུམ་ཀྱིས་གཡོགས།།

ལག་པའི་འདོམ་དང་གསང་གནས་འདོམས། ། རྒྱབ་བྱར་སྤྲ་དང་མཆོན་  
 ཆའི་འབྲས། ། སྤྲོད་གྱི་སྤྲིང་དང་སྤྲོགས་སྤྲིངས། ། འབྲུང་པའི་བྱག་དང་  
 ལྷ་ཡི་བྱགས། ། རོར་རྩེས་སོགས་དང་མང་སྤྱད་སོགས། ། འདི་འདྲ་ཆིག་  
 གི་གདངས་མཐུན་ཀྱང་། རྟོན་བྱད་ས་མཐའ་ཁོ་ན་ཡིས། ། འབྲེད་དགོས་  
 སྤྲིང་ན་མཁས་རྣམས་ཀྱིས། ། ས་མཐའ་ཡོད་མེད་ཤེས་གལ་ཆེ། རྟོན་ཀྱང་  
 འདས་དང་སྤྱུལ་ཆིག་འགར། ། ཡང་འཇུག་ཐོབ་ངེས་སྐབས་ཤེས་དགོས། །

ཆེ་ག་ཅ་མ་མ་སྤྱན་པ་ལ་འབྲུལ་ནས།                      །ཡི་གེ་ལོག་པར་བྲིས་པ་  
 དེའི།    །སེམས་ཀྱི་ཚྲིངས་པ་བསལ་བའི་བྱིང།    །བྱང་པར་ཅུང་ཟད་སྡེ་སྡེ་  
 བཤད།    །རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ས་བསྟན་ལ།    །མི་འགྱུར་བརྟན་པ་ར་བརྟན་  
 ཡིན།    །རང་གིས་བསྟེན་པ་ས་བསྟེན་ལ།    །གཞན་ལ་བརྟེན་པ་ར་བརྟེན་  
 ཡིན། །གཞོན་པའི་དབྱ་ནི་ད་དབྱ་ལ། །སྟན་པའི་སྤྲ་ནི་ས་སྤྲ་ཡིན། །ལུས་ཀྱི་  
 མགོ་ནི་མ་མགོ་ལ། །ནད་སོགས་འགོ་བ་འ་འགོ་ཡིན། །རིན་ཆེན་དངུལ་  
 ནི་ད་དངུལ་ལ། །ལུས་ཀྱི་རྩལ་ནི་ར་རྩལ་ཡིན། །མགྲིན་པའི་མགྲུལ་ནི་  
 མ་མགྲུལ་ལ། །གཡོ་བའི་འགྲུལ་ནི་འ་འགྲུལ་ཡིན། །ཕན་པའི་བྲིན་ནི་ད་  
 བྲིན་ལ། །ཉོ་ཆོང་བྲིན་པ་བ་བྲིན་ཡིན། །སྟོབས་ཀྱི་བྲིགས་པ་ད་བྲིགས་ལ། །  
 བྲིགས་སུ་བྲགས་པ་ག་བྲགས་ཡིན། །གཞན་ལ་སྤུལ་བ་ས་སྤུལ་ལ། །ལུས་  
 ཀྱི་རྩལ་ནི་ར་རྩལ་ཡིན། །སྤྱན་ཐུབ་བཟོད་ནི་བ་བཟོད་ལ། །རྗེས་ཀྱི་གཟོད་



རི་ག་གཞོན་ཡིན། །ཐུང་ཐུང་བསྐྱངས་པ་ས་བསྐྱངས་ལ། །ཉེས་པའི་ཐུང་བ་  
 ལ་ཐུང་ཡིན། །མཛའ་བའི་གྲོགས་རི་ག་གྲོགས་ལ། །ཁུར་པའི་རྫོགས་རི་ད་  
 རྫོགས་ཡིན། །ལྟན་ཅིག་འགྲོགས་པ་ག་འགྲོགས་ལ། །བྲེད་ནས་འཛོགས་  
 པ་ད་འཛོགས་ཡིན། །འགྲུགས་པའི་དགྲུག་རི་ད་དགྲུག་ལ། །གྲོགས་པོས་  
 སྐྱག་པ་ས་སྐྱག་ཡིན། །ཡི་གེ་སྟོག་པ་ག་སྟོག་ལ། །སྤྱི་ནང་སྟོག་པ་ས་  
 སྟོག་ཡིན། །མཚུངས་པའི་འགྲེ་བ་ག་འགྲེ་ལ། །གཞོན་པའི་འདྲེ་རི་ད་འདྲེ་  
 ཡིན། །མཐོ་བའི་སྐང་རི་ས་སྐང་ལ། །ཆུ་སྟོད་སྐང་རི་ལ་སྐང་ཡིན། །སྟོ་རིག་  
 གྱུང་བ་ག་གྱུང་ལ། །མདུན་གྱི་བྱུང་རི་ད་བྱུང་ཡིན། །མི་གཙང་རྟུག་རི་ར་རྟུག་  
 ལ། །འཐུག་པའི་སྐྱག་རི་ས་སྐྱག་ཡིན། །རི་དྲགས་སྒྲ་བ་ག་སྒྲ་ལ། །ཆེགས་  
 ཆུང་སྒྲ་བ་ས་སྒྲ་ཡིན། །སྟེང་གི་སྒྲ་རི་བ་སྒྲ་ལ། །ལུས་ཀྱི་བཟུ་རི་ར་བཟུ་ཡིན། །  
 གཙོད་པའི་སྟེ་ཁུ་ས་སྟེ་ཁུ་ལ། །ཞོད་མའི་རྟེ་ཁུ་ར་རྟེ་ཁུ་ཡིན། །ནང་རོལ་རྒྱ་མ་  
 ར་རྒྱ་ལ། །མི་བདེན་རྒྱ་མ་ས་རྒྱ་ཡིན། །འཕོང་གི་སྐྱེན་རི་ས་སྐྱེན་ལ། །མཐུན་  
 པའི་སྐྱེན་རི་ར་སྐྱེན་ཡིན། །གནས་སོགས་སྟོར་བ་ས་སྟོར་ལ། །དགོན་  
 མཆོག་དགོར་རི་ད་དགོར་ཡིན། །ཆུ་ལ་བཀལ་བ་ར་བཀལ་ལ། །ལུས་ཀྱི་  
 སྐལ་བ་ས་སྐལ་ཡིན། །ས་བདག་སྐྱ་རི་ག་སྐྱ་ལ། །སྟན་པའི་སྐྱ་རི་ག་སྐྱ་ཡིན། །  
 རེག་བྱ་འཇམ་པ་ཇ་འཇམ་ལ། །བྱུང་པའི་འབྱུངས་པ་བ་འབྱུངས་ཡིན། །སྤྱ་  
 བའི་རྩོ་རི་ར་རྩོ་ལ། །བསྐྱ་བའི་བསྐྱོ་རི་ས་བསྐྱོ་ཡིན། །དུས་ཀྱི་དབྱར་རི་ད་  
 དབྱར་ལ། །རྩོམ་པ་གཡར་བ་ག་གཡར་ཡིན། །རྩམ་ཤེས་གཡེང་བ་འགྲེང་

ཅན་ལ། །གད་པའི་གཡང་ནི་འབྱེད་མེད་གཡང་། །གྲག་ཅན་དབྱིངས་ནི་  
 ཆོས་དབྱིངས་ལ། །གྲག་མེད་དབྱངས་ནི་སྐད་དབྱངས་ཡིན། །གནམ་གྱི་  
 སྐར་མ་ས་སྐར་ལ། །ཁ་དོག་དཀར་བ་ད་དཀར་རོ། །ར་རྟག་ས་རྟག་ལ་རྟག་  
 རྣམས། །མི་འགྱུར་གཅན་གཟན་མགོ་བོའི་རྒྱལ། །ར་རྒྱང་ས་སྒྱང་ལ་སྒྱང་  
 རྣམས། །འདོགས་ཐག་གཤེད་སྟན་ལས་ལངས། །ར་རྒྱ་ས་སྒྱ་ད་དཀྱ་  
 རྣམས། །གསང་ལེན་ཞེས་ལུས་གྱི་བྱུང། །ར་རྒྱ་ས་སྒྱ་ད་དགའ་རྣམས། །ན་  
 ཆོད་བཞོན་ཆས་སེམས་ཡིད་སྟོ། །ར་ར་ས་སྒྱ་ལ་སྒྱ་རྣམས། །བརྒྱང་བྱ་དུས་  
 དང་ཅིས་གྱི་གངས། །ར་ར་ས་སྒྱ་ལ་སྒྱ་རྣམས། །ཁྱ་བྱ་མི་མའོན་མགུལ་བའི་  
 རྒྱ། །ར་རྒྱ་ས་སྒྱ་བ་བགོ་རྣམས། །རི་དྲགས་ཁང་སྟོ་གོས་རྣམས་གྱོན། །  
 ར་རྒྱ་ད་དགའ་ས་སྐར་རྣམས། །ཁྱ་ལམ་མི་རུས་སྟེ་ཡི་ཡུལ། །ལ་སྐལ་ས་སྐལ་  
 བ་བསྐལ་རྣམས། །མེད་དང་ཐོབ་དང་དུས་ཡིན་ནོ། །ག་གལ་ད་བལ་བ་བལ་  
 རྣམས། །བསྐྱེགས་དང་རལ་བ་གྲེས་པའོ། །ག་ག་ད་བ་བ་བ་རྣམས། །ཆོགས་  
 པ་གོས་བཟོས་སེམས་སྟོར་རོ། །ག་གི་ད་བི་བ་བི་རྣམས། །མཆོན་དང་སྒྱ་  
 ཡི་ཡུལ་ཉམས་པའོ། །ག་གེད་ད་བེད་བ་བེད་རྣམས། །འབྱེད་དང་དུད་འབྱོ་  
 སྐྱེངས་པའོ། །ག་གོད་ད་བོད་བ་བོད་རྣམས། །བས་སྟོད་ཆ་བ་ཡིད་དགའོ། །  
 འདི་འདྲི་ཆིག་མཐུན་ལ་འཁྱུལ་ནས། །ཡི་གེ་གང་བྱུང་གིས་བྱུར་ན། །དོན་  
 རྣམས་ལོག་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར། །རྟག་རྟ་མཁས་པའི་གཞུང་རྣམས་བསྟེན། །

རྣམ་དགེ་བརྒྱད་ལས་ཐུག་པ་དང་། །གསུམ་པའི་བྱད་པར་ཅུང་ཟད་  
 དགེ། །ཆ་ཅན་དང་ནི་ཆ་ཤས་ཀྱི། །བར་གྱི་གྱི་སོགས་ཐུག་པའི་སྒྲ། །ཡིན་ཆེ་  
 ས་མཐའ་མི་ཐོབ་དཔེར། །ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱེད་དང་བདག་གི་ལུས། །སྤྲོད་ཀྱི་བཅུད་དང་  
 མཁས་པའི་སྒོ། །ལྟ་ཡི་སྤྲོད་སོགས་ལྟ་བུའོ། །རྣམ་དགེ་གསུམ་པ་བྱེད་ཅན་  
 དང་། །བྱ་བའི་བར་གྱི་གྱི་སོགས་ཀྱིས། །ས་མཐའ་ངེས་པར་འཐོབ་དགོས་  
 དཔེར། །ཁྱོད་ཀྱིས་ཆོས་བྱེད་རང་གིས་མཐོང་། །སྤྲོད་ཀྱིས་ནད་གསོས་མང་  
 བོས་བཀྱར། །ལྟ་ཡིས་ཆར་པབ་མཁས་པས་མཆོད། །ཉི་ཟླས་ཐུན་སེལ་ལྟ་  
 བུ་སོགས། །རྣམ་དགེ་ས་མཐའ་ཡོད་མེད་ཀྱི། །དོན་ལ་བྱད་པར་ཆེ་བའི་  
 བྱིར། །མཁས་པས་འདི་ལ་ནན་ཏན་མཛོད། །ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཀྱན་གྱི་  
 གཞི། །ཡི་གེའི་གཙུག་ལག་ཡིན་པའི་བྱིར། །སྒྲོ་ལྟན་སྐྱེ་བོ་གང་གིས་ཀྱང་།  
 རྒྱ་ཆེན་གཞུང་ལ་བརྟན་པ་སྐྱེད། །མཁས་མཆོག་གསུང་གིས་བསྐྱེལ་བའི་  
 རོར། །མདོར་བསྐྱེས་ཅམ་ཞིག་བརྗོད་པ་འདིས། །དག་བའི་དཔག་བསམ་  
 འབྲས་བུ་ལ། །ལུས་ཅན་ཡོངས་ཀྱིས་སྦྱོང་གྱུར་ཅིག །

ཅེས་དག་ཡིག་མཁས་པ་དགའ་སྐྱེད་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི་གསོ་བ་རིག་  
 པའི་གཞུང་ལུགས་མཐའ་དག་ལ་སྒྲོ་བྱོས་ཀྱི་སྒྲོ་བས་པ་མཆོག་ཏུ་ཡངས་པ་  
 དག་སྒྲོང་བསོད་ནམས་བསྟན་པའི་གསུང་གིས་བསྐྱེལ་བ་ལྟར། ཡི་གེ་སྒྲེབ་  
 སྦྱོར་ལ་སྐྱེ་བའི་ལྷགས་ཅུང་ཟད་རིང་བ་དབྱངས་ཅན་རོལ་བའི་འོ་མཆོར་

འབོད་པས།      འཇམ་སྒྲིང་ཡོངས་ལ་གྲགས་པའི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ཐོན་མི་  
སྒྲོལ། རྫོག་ལོ་རྩ་བ་སློ་ལྡན་ཤེས་རབ། རྗེ་བྱམས་པ་སྒྲིང་བ། ཞ་ལུ་ལོ་རྩ་  
བ་ཆེན་པོ།    དཔལ་ཁང་ལོ་རྩ་བ་སོགས་ཀྱི་གསུང་རབ་རྒྱ་མཆོ་ལྟ་བུ་ལས་  
ཉིང་མཁོའི་ཆ་ནམས་བསྐྱས་ཏེ་རབ་བྱུང་བཅུ་གཉིས་པའི་མོས་ལྡན་ཞེས་པ་  
ས་མོ་ཡོས་ཀྱི་དབོ་རྒྱ་བའི་དམར་ཕྱོགས་ཀྱི་བཟང་པོ་གཉིས་པར་སྐྱར་བ་ཇ་  
ཡུ། །



# དག་པར་བྱེད་པ་སྒྲེབ་སྦྱོར་རིན་ཆེན་རྒྱ་མཚོ།

ས་པཎ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན།

༡༡། །སྦྱིར་ནི་བོད་ཀྱི་ཡི་གེ་ལ། །དབྱངས་དང་གསལ་བྱེད་གཉིས་  
སྦྱ་དབྱེ། །དབྱངས་ཡིག་ཨི་ཨུ་ཨེ་ཨོ་བཞི། །གསལ་བྱེད་ཀ་མོགས་སུམ་  
ཅུ་ཡིན། །གསལ་བྱེད་ཡི་གེ་སུམ་ཅུ་ལས། །རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཅུ་དབྱེང་  
ལ། །དེ་ལས་སྡོན་འཇུག་ལྔ་དབྱེང་བྱ། །ག་ད་བ་མ་འ་སྡོན་འཇུག་ །ག་ད་ད་ན་  
བ་མ་ལ། །ར་ལ་ས་ཀླམས་རྗེས་འཇུག་གོ་ །ད་ས་གཉིས་ནི་ཡང་འཇུག་སྟེ། །ད་  
ནི་ན་ར་ལ་གསུམ་དང་། །ས་ནི་ག་ད་བ་མ་ར་ཐོབ། །སྦྱ་རུ་ར་དུ་ན་ལ་ཏུ། །ལ་  
དོན་ཀླམ་པ་བདུན་དུ་འདོད། །ས་སྦྱ་ག་བ་ད་བླག་ཏུ། །ད་ད་ན་མ་ར་ལ་དུ། །འ་  
དང་མཐའ་མེད་ར་དང་རུ། །གི་གྱི་གྱི་འི་ཡི་ལྔ་པོ། །ཀླམ་དབྱེ་བླག་པ་འབྲེལ་  
སྒྲ་དང་། །དེ་ཀླམས་ས་མཐའ་ཅན་ལྔ་ནི། །ཀླམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་པའི་  
སྒྲ། །སྦྱོར་ཚུལ་ན་མ་ར་ལ་གྱི། །ད་བ་ས་གྱི་ག་ད་གི། །འ་དང་མཐའ་མེད་འི་  
དང་ཡི། །ཀྱང་ཡང་འང་གསུམ་རྒྱན་སྦྱད་དེ། །ག་ད་བ་ས་བླག་མཐར་ཀྱང་།  
ད་ན་མ་ར་ལ་མཐར་ཡང་། །འ་དང་མཐའ་ཏེན་མེད་པའི་མཐར། །འང་དང་ཡང་  
གཉིས་སྐབས་བསྐྱེད་སྦྱོར། །དེ་ཏེ་སྟེ་གསུམ་ལྷག་བཅས་ཏེ། །ན་ར་ལ་ས་བླག་



མཐར་ཏེ། །ད་དེ་ག་ང་བ་མ་ལ། །མཐར་མེད་རྣམས་ལ་ས་སྟེ་འཛོལ། །ཕྱད་དང་  
རྣམ་དབྱེ་ལ་མེད་ས་ན། །སྒྲེབ་ལེགས་ཆོག་སྤེང་སྒྲེལ་རུས་མིན། །དེ་སྤྱིར་བརྟ་  
སྒྲོད་གཞུང་དོན་ལ། །བཙོན་པ་དྲག་པོས་སྒྲོབ་པར་འཆོལ། །

ཀ་ར་ཀུ་ལུའི་ཞལ་ཟས་དང་། །ཀ་བ་ཀོ་བ་ཀ་རྒྱང་ཡིན། །སྒྲོར་བ་སྒྲོར་  
དང་སྒྲོར་(དཀོར)མཛོད་དང་། །ས་མཐར་སྒྲོར་བ་ས་སྒྲོར་ཡིན། །རྒྱལ་བའི་སྐུ་  
ནི་ས་སྐུ་ལ། །རྒྱན་མ་དག་ནི་ར་རྒྱ་ཡིན། །ཀུ་ཙེ་བྱེད་པ་ཀུ་རྒྱང་ལ། །སྐྱགས་པ་  
དག་ནི་ལ་སྐྱགས་ཡིན། །བཀྲ་ཤེས་ཆོན་བཀྲ་བ་བཀྲ་ལ། །མགོ་བོའི་སྐྱ་ནི་ས་  
སྐྱ་ཡིན། །མགོ་མཐུག་མགོ་ནི་མ་མགོ་ལ། །ནད་སོགས་འགོ་བ་འ་འགོ་ཡིན། །  
དུས་ཆོད་སྒྲ་བ་ས་སྒྲ་ལ། །སྐྱགས་ལ་མངའ་བ་མ་མངའ་ཡིན། །བརྟུང་བྱའི་  
ར་ནི་ར་ར་ལ། །གྲངས་གྱི་སྒྲ་ནི་ལ་སྒྲ་ཡིན། །གོང་མས་མངག་པ་མ་མངག་  
ལ། །སྐྱགས་འདྲན་པ་དང་སྐྱགས་པ་རྣམས། །ས་སྐྱགས་ཡིན་པས་ཤེས་པར་  
བྱ། །གོང་མའི་བྱང་ནི་ད་བྱང་ལ། །སྐྱང་བྱང་འཛོམས་པ་ག་བྱང་ཡིན། །བྱང་  
དུ་མཇལ་བ་མ་མཇལ་ལ། །བྱ་ལོན་འཇལ་བ་འ་འཇལ་ཡིན། །འབྲུ་ཡི་གོ་ནི་  
ག་གོ་ལ། །མེ་དང་ཉི་མ་དཔྲོ་ཡིན། །ཤིང་གི་འཁན་པ་འ་འཁན་ལ། །མཁན་  
པོ་མཁས་པའི་དབང་པོ་དང་། །མཁར་བྱང་ལ་སོགས་མ་ཡིས་འཕྱལ། །དུས་  
ལས་འདའ་བ་འ་འདའ་ལ། །ལྷང་པའི་མདའ་དང་འཕེན་པའི་མདའ། །མ་  
མདའ་ཡིན་པས་ཤེས་པར་བྱ། །གནམ་གྱི་ཆོ་བ་གོགས་གྱི་ཆོ། །ཆོག་པ་ཆུ་མ་  
པོ་ཆོ་བ་དང་། །ཆོས་གར་ལ་སོགས་བ་ལ་འདོགས། །གརྒྱའི་བྱང་དང་ཆུ་

གླུང་སོགས། །ཀ་གླུང་ཡིན་པས་ཤེས་པར་བྱ། །ས་བདག་གླུ་ནི་ཀ་གཡེལ་  
 ལ། །ལེན་པའི་གླུ་ནི་ག་གླུ་ཡིན། །སྒྲོན་པོ་དག་ནི་བ་སྒྲོན་ལ། །ངན་པས་སྒྲུ་  
 བ་ས་སྒྲུ་ཡིན། །འབྱུང་བའི་རླུང་ནི་ར་རླུང་ལ། །ཡི་གེ་སྒྲོག་པ་ཀ་སྒྲོག་ཡིན། །  
 གོན་པའི་སྒྲོག་པ་ས་སྒྲོག་ལ། །སྒྲོ་གྲོས་སྒྲོ་ལྟན་བ་སྒྲོ་ཡིན། །ལུས་ཀྱི་སྒྲོ་བ་  
 ལེབ་མོར་སྒྲེབ། །སྒྲེགས་བམ་སྒྲེགས་ཤིང་སྒྲེགས་ཐག་དང་། །སྒྲིང་བྱ་སྒྲེན་པ་  
 སྒྲོག་དམར་དང་། །སྒྲུ་བ་སྒྲུང་མ་སྒྲིང་བཞི་སོགས། །ག་ལ་ལ་འདོགས་ཤེས་  
 པར་བྱ། །ཡིད་དགའ་བ་ནི་ད་དགའ་ལ། །དུད་འགྲོའི་སྐྱ་ནི་ས་སྐྱ་ཡིན། །ཁྲིད་  
 མ་ཀླན་མོར་ཀླན་ལ། །དགོན་པ་དག་ནི་ད་དགོན་ཡིན། །ཆུ་ལ་ཀལ་བ་ར་ཀལ་  
 ལ། །ལུས་ཀྱི་སྐལ་བ་ས་སྐལ་ཡིན། །མང་དུ་བསྐྱོན་པ་ས་བསྐྱོན་ལ། །གནན་  
 པར་བྱེད་པ་ག་གནན་ཡིན། །སྒྲུག་པའི་སྒྲོད་དང་སྒྲོད་བཅུད་ནམས། །ས་སྒྲོད་  
 ཡིན་པས་ཤེས་པར་བྱ། །ནམ་མཁའི་གཟའ་ནི་ག་གཟའ་ལ། །ཁ་རུ་བཟའ་བ་  
 བ་བཟའ་ཡིན། །གོང་མས་གནང་བ་ག་གནང་ལ། །མདོན་སུམ་སྒྲུང་བ་ས་སྒྲུང་  
 ཡིན། །ས་བདག་གཉན་ནི་ག་གཉན་ལ། །སྒྲ་སྒྲན་སྒྲད་སྒྲན་སྒྲན་ཁྱེད་དང་། །སྒྲན་  
 དག་ལ་སོགས་ས་སྒྲན་ཡིན། །གདོང་གི་གཉེར་མ་ག་གཉེར་ལ། །བཞིན་  
 རས་སྒྲེར་བ་ས་སྒྲེར་ཡིན། །འདིང་བའི་སྒྲན་ནི་ས་སྒྲན་ལ། །གཏན་འདུན་  
 གཏན་ཆིགས་ག་གཏན་ཡིན། །མིག་གིས་ལྟ་བ་ལ་ལྟ་ལ། །ཞོན་པའི་རྟ་ནི་ར་  
 རྟ་ཡིན། །སྒྲ་མ་བསྒྲན་པ་ས་བསྒྲན་ལ། །གཞན་ལ་བརྟེན་པ་ར་བརྟེན་ཡིན། །  
 ལྷགས་རིགས་ཞ་ཉེ་ཞ་རྒྱང་ལ། །འཕྱར་བའི་བྱ་ནི་བ་བྱ་ཡིན། །འཕྱར་བའི་

ཇ་ནི་ཇ་རྒྱུད་ལ། །སྒྲོན་ཤིང་ལྡང་ཁུ་ལ་ལྡང་ཡིན། །གྲེན་ལ་འཛེན་པ་ད་འཛེན་  
ལ། །དངོས་རྩ་ལ་འགྲེམ་པ་ག་འགྲེམ་ཡིན། །རྣམ་པ་མང་པོ་ར་རྣམ་ལ། །སྒྲ་  
ཆོག་ས་དག་ནི་ས་སྒྲ་ཡིན། །དུས་ཀྱི་དབྱར་ནི་ད་དབྱར་ལ། །གཡར་དམ་  
གཡོར་བ་ག་གཡོར་ཡིན། །ཁོག་པའི་སྒྲིང་ནི་ས་སྒྲིང་ལ། །གསར་རྩིང་རྩིང་  
ནི་ར་རྩིང་ཡིན། །གཙོད་པའི་གྲི་ནི་ག་གྲི་ལ། །མནམ་པའི་བྲི་ནི་ད་བྲི་ཡིན། །  
གཞན་ལ་སྒྲེར་བ་ས་སྒྲེར་ལ། །མཛོད་ཀྱི་གཏེར་ནི་ག་གཏེར་ཡིན། །དངོས་  
པོ་འཇོད་པ་འ་འཇོད་ལ། །བྱ་བ་མཇོད་དང་ཁང་པའི་མཛོད། །མཛེས་མ་ལ་  
སོགས་མ་ཡིས་འཕུལ། །སེམས་ཀྱི་རྟོག་པ་ར་རྟོག་ལ། །ཁུངས་སུ་གཏོགས་  
པ་ག་གཏོགས་ཡིན། །འོར་བའི་སྒྲོར་བ་ས་སྒྲོར་ལ། །གཏོར་མ་གཏོར་བ་ག་  
གཏོར་ཡིན། །སྒྲེ་བ་དག་ནི་ས་སྒྲེ་ལ། །སྐྱུ་ཁམས་བདེ་བ་བ་བདེ་ཡིན། །དབང་  
དུ་སྐྱུད་པ་ས་སྐྱུད་ལ། །བར་ཆད་བདུད་ནི་བ་བདུད་ཡིན། །ནང་དུ་གཤེགས་  
པ་ག་གཤེགས་ལ། །སྒྲིག་པ་བཤགས་པ་བ་བཤགས་ཡིན། །མཐོ་བའི་སྐྱང་  
ནི་ས་སྐྱང་ལ། །སྒྲེ་སྒྲོད་དགང་བ་ད་དགང་ཡིན། །གནས་ནས་སྤྲགས་པ་ས་  
སྤྲགས་ཡིན། །དཔག་ཏུ་མེད་པ་ད་དཔག་ཡིན། །པགས་པ་འབྲི་ཆེ་པགས་  
རྒྱུད་ལ། །སྒྲག་སྤྲགས་སོགས་ལ་ལ་སྤྲགས་འབྲི། །དཔལ་འབྱོར་དཔེ་ཆ་ལ་  
སོགས་པ། །ད་ཡིས་འཕུལ་བས་ཤེས་པར་བྱ། །སྒྲོན་ཤིང་སྒྲག་པ་དུད་འགྲོའི་  
སྒྲག་ །ས་སྒྲག་ཡིན་པས་ཤེས་པར་བྱ། །དམིགས་ལུལ་དམིགས་བསལ་  
ད་དམིགས་ལ། །དུད་འགྲོའི་མིག་པ་ར་མིག་ཡིན། །འཆོ་བྱེད་སྒྲན་པ་ས་

སྒྲན་ལ། །སྒྲུས་ཀ་དམན་པ་ད་དམན་ཡིན། །ཁང་པའི་སྒྲོ་ནི་ས་སྒྲོ་ལ། །སྒྲལ་  
དུ་བགོ་བ་བ་བགོ་ཡིན། །མགྲོགས་པར་འགྲོ་བ་མ་མགྲོགས་ལ། །ཡར་  
ལ་འགྲོགས་པ་འ་འགྲོགས་ཡིན། །བྲག་དུ་བཞེས་པ་བ་བཞེས་ལ། །དུས་  
ཀྱི་གཞེས་པ་ག་གཞེས་ཡིན། །རྩ་ཆོད་གཞོན་པ་ག་གཞོན་ལ། །བཞོན་ཏྲ་  
བཞོན་མ་བ་བཞོན་ཡིན། །ཤིང་གི་སྒྲུག་མ་ས་སྒྲུག་ལ། །གཉུག་མར་གནས་  
པ་ག་གཉུག་ཡིན། །ཉེ་བའི་གཉེན་དང་བཤེས་གཉེན་དང་། །གཉེན་སོ་ལ་  
སོགས་ག་གཉེན་ལ། །ཚུར་ལ་བསྐྱེན་པ་ས་བསྐྱེན་ཡིན། །ཁྲིག་པ་ཁྲོན་པ་  
ཁྲངས་པ་ཆེ། །ར་ལ་ལ་འདོགས་ཤེས་པར་བྱ། །གཡང་ས་གཡང་ནོར་ག་  
གཡང་ལ། །དབྱངས་ལེན་པ་ནི་ད་དབྱངས་ཡིན། །མིག་འཕྱལ་སྒྲུ་མ་ས་སྒྲུ་  
ལ། །ལུས་ཀྱི་རྒྱ་མ་ར་རྒྱ་ཡིན། །རིན་ཆེན་མཆའ་ནི་མ་མཆའ་ལ། །ཞེ་  
སའི་འཆའ་ནི་འ་འཆའ་ཡིན། །རྒྱ་མཚོ་དག་ནི་མ་མཚོ་ལ། །སྒྲུགས་ཐོག་  
འཚོ་བ་འ་འཚོ་ཡིན། །ཏྲ་སོགས་འཆར་བ་འ་འཆར་ལ། །འབྲོག་གི་མཆར་  
ས་མ་མཆར་ཡིན། །རིན་ཆེན་གསེར་ནི་ག་གསེར་ལ། །བསེར་བྱ་ལྡང་བ་བ་  
བསེར་ཡིན། །འཛིན་བྱེད་རྩི་དང་སོ་ཡི་རྩི་ལ། །ཐོབ་པའི་རྩི་སོགས་ར་མགོ་  
ཡིན། །སྒྲན་པའི་སྒྲ་ནི་ས་སྒྲ་ལ། །སྒྲང་བའི་དབྲ་ནི་ད་དབྲ་ཡིན། །གོང་མའི་  
གསུང་ནི་ག་གསུང་ལ། །དྲི་བསུང་དག་ནི་བ་བསུང་ཡིན། །བྱ་བ་བཞོལ་བ་  
བ་བཞོལ་ལ། །ཞིང་ཆོ་གཞོལ་ནི་ག་གཞོལ་ཡིན། །སངས་རྒྱས་བསྐྱེན་པ་  
ས་བསྐྱེན་ལ། །མི་འགྱུར་བརྟན་པ་ར་བརྟན་ཡིན། །རིན་ཆེན་གཟེ་ནི་ག་གཟེ་

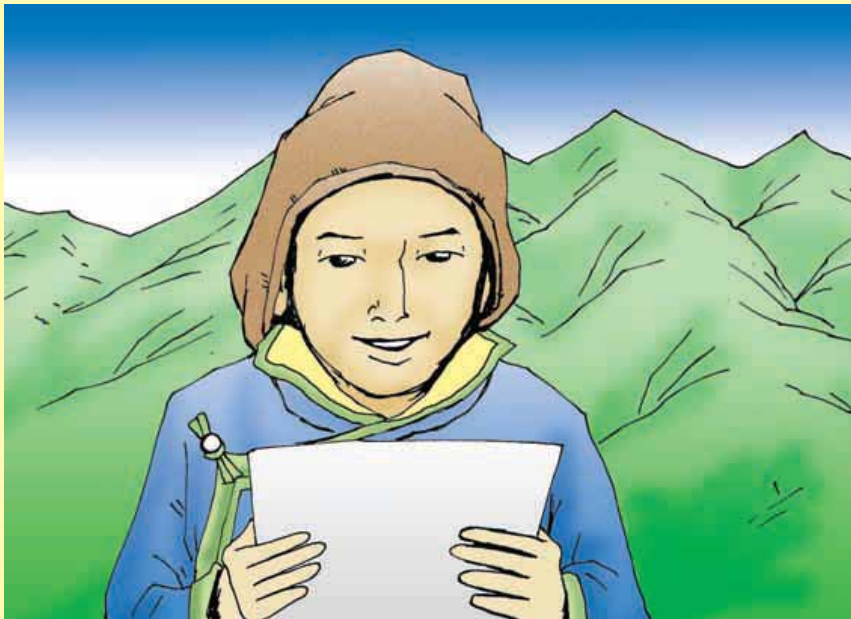
ལ། །ཆང་གིས་བཟི་བ་བ་བཟི་ཡིན། །ཁ་ལ་མངར་བ་མ་མངར་ལ། །ཆར་དུ་  
 དངར་བ་ད་དངར་ཡིན། །འབྱུང་བའི་རྩོམ་རྩོམ་ལ། །དར་བའི་བདོ་རི་བ་བདོ་  
 ཡིན། །འཛེག་པའི་སྐྱས་རི་ས་སྐྱས་ལ། །ཆུ་ཡི་རྒྱ་རི་ར་རྒྱ་ཡིན། །སྤྱག་བསྐྱལ་  
 བ་རི་ས་བསྐྱལ་ལ། །མངལ་ནས་སྦྱེས་བ་མ་མངལ་ཡིན། །ལུས་ཀྱི་མ་རི་ར་  
 མ་ལ། །ཁ་སྦྱ་སྦྱ་ར་ས་སྦྱ་ཡིན། །མི་གསོད་དམེ་བོ་ད་དམེ་ལ། །ལུས་ཀྱི་སྦྱེ་  
 བ་ས་སྦྱེ་ཡིན། །ལྷང་མ་ལྷུག་མ་གཞུ་བྱེད་ལྷུག །ལྷེབ་དང་ལྷུགས་དང་ལྷེ་ལ་  
 སོགས། །ལ་མགོ་ཅན་ཀྱི་ལྷ་ཡིན་ནོ། །གཙང་ནད་སྒོག་གཙང་གཙང་རྩང་  
 དང་། །གཙེར་བྱ་གཙེས་སྤྱག་ག་ཡིས་འཕུལ། ། འདོགས་པའི་རྩོད་རི་ར་རྩོད་  
 ལ། །ལུས་ཀྱི་སྦྱོད་རི་ས་སྦྱོད་ཡིན། །ཁོད་པོ་བྱ་ཁོད་ར་ཁོད་ལ། །གད་མོ་  
 དགོད་པ་ད་དགོད་ཡིན། །ཡོད་དེ་མེད་དེ་དེ་རྒྱང་ལ། །ལུས་དང་ས་ཡི་ལྷེ་བ་  
 དང་། །རང་ཐག་ལྷེ་བ་ལ་ལྷེ་ཡིན། །གངས་ཀྱི་སྦྱོང་སྤྱག་ས་སྦྱོང་ལ། །གཟུང་  
 བ་གཏོང་བ་ག་གཏོང་ཡིན། །མདུན་དུ་བཞུགས་པ་བ་བཞུགས་ལ། །གོས་  
 ཀྱི་གཞུགས་དང་གཞུགས་སྤྱང་སོགས། །ག་ཡིས་འཕུལ་བས་ཤེས་པར་བྱ། །  
 མཚོག་དཀར་གཞུ་རི་ག་གཞུ་ལ། །སྦྱང་མོ་བྱེད་པ་ག་སྦྱང་ཡིན། །ཟས་སྦྱོང་  
 བ་རི་ས་སྦྱོང་ལ། །གོད་པ་སྦྱོགས་པ་ལ་སྦྱོགས་ཡིན། །ཅི་མོའི་རྟོག་རི་རྟ་སྦྱར་  
 རྟོག །ཆུང་བའི་དོག་རི་ད་སྦྱ་ཡིན། །བྱང་ཀྱི་སྦྱ་རི་ས་སྦྱ་ལ། །ཉན་བྱེད་ན་བ་  
 ར་ན་ཡིན། །དག་འབྱེན་མནའ་རི་མ་མནའ་ལ། །ན་ཚོད་ན་ཟུག་ན་རྒྱང་ཡིན། །  
 དཔང་པོ་བྱེད་པ་ད་དཔང་ལ། །པང་དུ་སྦྱོད་པ་བ་རྒྱང་ཡིན། །སྒྲེ་ཡི་སྦྱ་བ་ལ་



སྒྲ་དང་། །ནང་དུ་སྒྲ་བ་ས་སྒྲ་ལ། །ཆུ་ཡི་ཐ་ནི་ར་ཐ་ཡིན། །སྒྲ་ལ་བ་དག་ནི་ས་  
སྒྲ་ལ། །གྲ་ལ་ལ་སྒྲོད་པ་ག་གྲ་ལ་ཡིན། །སོག་ལེས་དྲས་པ་ད་དྲས་ལ། །སྒྲ་རེ་  
དག་ནི་ས་སྒྲ་ཡིན། །སྒྲ་བསང་བྱེད་པ་བ་བསང་ལ། །གསང་གཏམ་བྱེད་པ་ག་  
གསང་ཡིན། །མཚོན་ཆ་གདེང་དང་གདེང་ཐོབ་དང་། །ཁ་གདང་སོགས་ལ་ག་  
ཡིས་འཕུལ། །ཉེས་པ་སྒྲོན་པ་ས་སྒྲོན་ལ། །ཤེས་པ་སྒྲོ་བ་ས་སྒྲོ་ཡིན། །གཉིད་  
ལོག་པ་དེ་ག་གཉིད་ལ། །ཆོད་པས་རྙིང་པ་ར་རྙིང་ཡིན། །གདམས་ངག་ཁྱུ་བ་  
ག་གདམས་ལ། །ཐག་པས་བསྐྱམས་པ་ས་བསྐྱམས་ཡིན། །ཅེད་མོ་ཅེ་བ་ར་  
ཅེ་ལ། །གཞོད་པའི་གཅེ་བ་ག་གཅེ་ཡིན། །གངས་བཅི་བཅི་སེམས་བཅོན་  
འགྲུས་དག། །ར་མགོ་བས་འཕུལ་ཅན་ཡིན་ནོ། །སེམས་ཅམ་པ་ནི་ཅམ་རྒྱང་  
ལ། །ཁ་ཐས་རྩམ་པ་ར་རྩམ་ཡིན། །དབུས་གཙང་གཙང་མ་ག་གཙང་ལ། །  
ལུས་ཀྱི་རྩ་ནི་ར་རྩ་ཡིན། །རི་ཁྲོད་དབེན་དང་དབེན་བཅུག་བྱེད། །ད་ཡིས་  
འཕུལ་བས་ཤེས་པར་བྱ། །འཕྱིགས་པའི་གསོར་ནི་ག་གསོར་ལ། །བསོད་  
ནམས་བསོད་སྒྲོམས་བ་བསོད་ཡིན། །འཆིང་བྱེད་ཞགས་པ་ཞ་ཞགས་ལ། །  
ཕྱགས་མ་དག་ནི་ས་ཕྱགས་ཡིན། །བགས་པ་མཉེན་པ་མ་མཉེན་ལ། །གཞོད་  
འཆེད་ཉེན་ཁ་འཕུལ་མེད་ཉེན། །ཡུལ་སྒྲོངས་སྒྲོན་སྒྲོན་སྒྲེ་ཡི་སྒྲགས། །ལ་  
མགོ་ཅན་ཀྱི་ང་ཡིན་ནོ། །རྣམ་འགྱུར་རྣམ་གཡེང་ར་རྣམ་ལ། །སྒྲམ་བྱ་སྒྲམ་  
སྒྱར་ས་སྒྲམ་ཡིན། །སྒྲག་ཆ་དག་ནི་ས་སྒྲག་ལ། །རྣག་ཁྲག་རྣག་ནི་ར་རྣག་  
ཡིན། །སྒྲོ་ང་དག་ཀྱང་ས་སྒྲོ་ལ། །ཕྱགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ད་དགོངས་ཡིན། །

གངས་ཀྱི་བཞི་ནི་བ་བཞི་ལ། །ས་གཞི་དག་ནི་ག་གཞི་ཡིན། །སྐལ་ལྷན་དག་  
ནི་ས་སྐལ་ལ། །དུས་ཀྱི་བསྐལ་བ་བས་འཕུལ་སྐལ། །དུད་འགྲོ་གཡི་དང་རིན་  
ཆེན་གཡུ། །གཡུལ་ཁ་ལ་སོགས་ག་ཡིས་འཕུལ། །ཅིག་པའི་ཆང་ནི་ར་ཆང་  
ལ། །འབྲས་བུ་སྒྲིན་བ་ས་སྒྲིན་ཡིན། །མངའ་ཐང་མངའ་ནི་མ་མངའ་ལ། །ང་  
ཚོ་ང་རྒྱལ་ང་རྒྱང་ཡིན། །མཚོན་ཆས་གསོད་བ་ག་གསོད་ལ། །དུས་ཀྱི་སྔོད་  
ནི་ར་བཏགས་སྔོད། །སྡེ་བ་ཁ་སྡེ་བ་སྒྲོར་ས་སྡེ་བ་ལ། །སྒྲོན་ལམ་འདེབས་བ་འ་  
འདེབས་ཡིན། །

དག་པར་བྱེད་པའི་སྡེ་བ་སྒྲོར་རིན་ཆེན་རྒྱ་མཚོ་ཞེས་བྱ་བ་རྫོགས་སོ།



༣༩། །ཀུན་མཁུན་ལྷན་ཀམ་པ། །ཀ་ར་ཀ་ཏན་ཀ་ཤེ་ཀ། །ནགས་  
 ལྷང་ཆུ་ལྷང་དབང་ལྷོང་ལྷ། །ཀ་དག་ལྷོང་ཡངས་ལྷོང་དུ་གྱུར། །ཀ་ཀྱ་ལྷ་ཡ་  
 ཀ་དལ། །ཀ་ལྷ་ཀྱ་ལྷ་ཀ་མ་ལ། །ཀྱུན་ཀྱ་ལྷང་ཀིང་ལྷ་ཀ། །ཀ་ར་ལྷོར་ཀེ་ཏ་  
 ཀ། །ཤེང་ཀུན་ཨ་ཤོང་དར་ཡ་ཀན། །ཀ་ཤེང་ཀྱ་བ་ཀིམ་ཤེང་ལྷས། །ཀུན་  
 ཀ་རི་གཡང་གི་མ། །ན་རྩེ་ཀེ་ལ་ཀ་ཀོ་ལ། །ཀེ་ལ་ལྷ་དང་ཀ་ལི་རྒྱ། །ཀོ་ལྷོ་ལྷོ་  
 དང་ཀོ་ས་ལ། །ཀ་མ་ཏ་དང་ཀོ་ཏུ་ཤེ་ཀ། །ཀྱུ་ཡ་ན་ཀོ་རྩེ་བྱ། །ཀེ་ཏུ་ཆང་དུ་  
 ཀོ་ཁང་དང་། །ལྷངས་ཀར་ཀ་རུ་ཐོང་ལེ་ཀོར། །ཀྱ་ལྷ་གྱར་ཀྱམ་ཀ་ཅ་ཀྱན།  
 བསགས་ཀྱང་ལྷབ་ཤོལ་ལྷང་ཤོལ་རྒྱ། །ཤེ་མ་ཤེ་རུང་ཤེ་ཏོ་ཀྱ། །ཤེ་ཤེ་ཤོང་  
 ཤོང་ཀོང་ཀོང་དུ། །ཤོག་ཤོག་ཤབ་ཤབ་མགོ་ཤོག་ཤོག། །ཤོང་ཤོང་ཀོག་གིས་  
 ཀེར་ལངས་ནས། །ཀྱ་རེས་དོ་ཀེར་ཀོ་རྩོ་ལེགས། །ཀྱ་ཅོ་ཀྱལ་ཀ་ལྷན་ཀེ་  
 རྒྱ། །འོན་ཀྱང་ལན་ཀན་ཉེན་ཀོར་དུ། །ཀ་ལན་ཏ་ཀ་ཅོ་ཀ་དང་། །ཀ་ལ་ལི་རྒྱའི་  
 ཀྱར་ཀྱར་རྒྱ། །ཀེ་ཏུ་ཀུན་དོང་ཀག་ཀི་ཀང་། །རྩོད་ཀོར་ལྷང་ཀོར་ལྷང་དོན་  
 དང་། །ཀེ་ལྷ་ལྷབས་ཀྱ་ལྷགས་ཀྱས་བཏབ། །ཀར་ཀར་ལྷག་ལངས་བད་ཀན་  
 རྩེ། །ཀྱ་ཡ་ཀན་འོག་ཅ་ཀྱལ་ཀྱལ། །རུས་ཀྱང་ཀྱང་དེ་ལྷོལ་ཀྱང་བཅས།  
 ལྷམས་ལྷས་མཐའ་ལྷས་ལྷོག་ཀྱང་ལྷག། །རྩོན་ཀ་དཔྱིད་ཀ་གཉིས་ཀེ་

དུས། །སྒྲང་ཆེན་ཐལ་ཀར་བེར་ཀས་བརྟུངས། །ཀ་ལྷ་པ་ཡིས་སྒྲ་སྒྲོ་བཅོམ།  
 ཀ་བ་ཀ་ཅ་མི་རྣམས་སྒྲུབས། །ཀ་རྒྱ་པ་ཏ་ཀེ་ཀེ་རུ། །ཀང་ཀ་འདི་ཀོ་སྒྲག་ཅོར་  
 ཆེ། །ཀེང་རུས་ཀ་མི་དེ་སྒྲད་པ་བ། །ཀུན་ནས་ཀུན་ཏུ་པགས་ཀབ་ཀོབ། །ཀུ་  
 ཏུ་འེ་མགྲིན་སོགས་ཀ་རྒྱང་དོ། །དཀར་ཆག་མ་དགྲགས་དཀོར་མཛོད་  
 དགྲོགས། །དཀྱིལ་འཁོར་དཀྱིལ་དུ་དགྲོང་བསྐྱེད་དཀའ། །དཀའ་ཐུབ་དཀའ་  
 སྐྱེད་དཀོན་ཅོག་དཀོན། །མདོག་དཀར་དཀྱིལ་ཆེ་སྐྱུན་དཀྱུས་རིང་། །དཀྱུས་  
 མའི་དཀོར་རྩ་ས་རི་མ་དག། །དཀོས་ཐག་ཀུན་དཀྱིས་གོས་ཀྱིས་དཀྱིས། །  
 དཀྱ་སྐབས་དཀྱ་ལྷུ་མ་དཀྱ་མ་རྟོངས། །སྐྱེན་དཀྱིགས་ཞོ་དགྲོགས་རོལ་མོ་  
 དགྲོལ། །དཀར་ཡོལ་ཆག་དཀྱུ་མ་དཀྱུ་སར་དཀྱུས། །དཀའ་འགྲེལ་དཀྱིགས་  
 ཐག་དཀར་གཟར་པོ། །པན་ཚུན་དཀྱགས་སོགས་ད་འཕུལ་ཀའོ། །བཀྲ་ཤིས་  
 བཀྲག་མདངས་ཆོན་བཀྲ་བཀྲམ། །བཀའ་བསྐྱོས་ཁལ་ཁལ་སྐད་བུ་བཀའ།  
 བོ་ཉ་སྒྲོན་མོ་འོད་སྐྱུལ་བཀྲ། །དགོངས་པ་ཁལ་བཀྲལ་དགོངས་བཅིངས་  
 བཀྲོལ། །རི་མ་བཀྱ་བཀྱས་བཀྲན་ཅིང་བཀྲས། །བཀར་ནས་བཀྱིགས་ཏེ་  
 སྒོག་བཀྱམས་བཀྲོངས། །བཀད་སར་སྒྲོད་བཀང་ཐུགས་དམ་བཀང་། །  
 བསྐྱེན་བཀྱར་བཀྱར་སྐྱེས་གོང་དུ་བཀྱར། །བཀོད་ལེགས་བདེར་བཀོད་བྱར་  
 བཀོལ་དང་། །ཤིང་བཀྱག་བཀས་ཤིང་གཡོག་ཏུ་བཀོལ། །གནང་བཀག་  
 སྐྱན་བཀྱ་བཀྱས་ཏེ་བོར། །གོས་བཀབ་གཞུ་བཀང་ཅ་བ་བཀོག། །བཀའ་རིན་  
 བཀའ་བཏགས་བཀའ་སྒྲོ་བདེ། །བཀའ་བཀྲོན་བརྒྱད་བཀག་ཁོན་དུ་བཀོན། །

[illegible]



སྐལ་སྟེ་མཆེད་ཐུགས་དམ་སྟོང་། །བྱ་སྟོན་སྟེ་དཀར་སྟེ་ཆེའི་འབྲ། །སྟེ་མ་  
 ལ་བཅན་སྟེ་ལ་ཁྱད་སྟེད། །སྟེ་རེས་ཞལ་སྟེན་སར་བཏགས་ཀའོ། །འདྲོད་  
 ལ་བཀམ་བས་བརྟ་བྱ་བརྟས། །སྟེ་བརྟད་ལག་བརྟད་བཞོ་བྱ་བཞོས། །བས་  
 འཕུལ་ར་མགོ་ལྟན་བའི་ཀའོ། །བྱག་བ་བསྟེ་བསྟེས་ལག་བསྟེམ་བསྟེམས། །  
 འཕྱེན་འགན་དབང་བསྟེར་ཆོས་ལ་བསྟེལ། །ཁོར་བསྟེ་བསྟེས་དང་སྟེན་བ་  
 བསྟེལ། །གོས་བསྟོན་ཏར་བསྟོན་བསྟེར་ནས་བསྟེད། །གཅིམ་བསྟེདས་བས་  
 བསྟེ་བསྟེད་ཅིང་བསྟེན། །བསྟེལ་མེས་མཆོ་བསྟེམས་ཅུ་བསྟེལ་བསྟེམས། །  
 བསྟེལ་དོན་བསྟེདས་ཤིང་འཛིགས་བསྟེབས་བསྟེདས། །འཕོ་བསྟེས་རྒྱད་  
 བསྟེར་བྱ་བ་བསྟེདས། །མི་བསྟོད་རྒྱ་བསྟེད་བཟེད་བའི་བསྟེད། །བས་འཕུལ་  
 ས་མགོ་ལྟན་བའི་ཀའོ། །

གོ་ཁབ་ཁྱི་ཐག་ཁག་ཁྱིག་ཁུར། །ཁོང་ཁོ་ཁོན་འཛིན་ཁོ་བོ་ཁོས། །ཁོ་  
 དང་ཁོལ་ཆགས་ཁུད་ཁུས་ཁུས། །ཁོང་ཁག་ཁག་ཁུག་ཁུང་ཁུང་ཁུ། །ཅུལ་  
 ཁྱིམས་ཁྱིས་འཛགས་ཁྱིམས་གྱི་ཁལ། །ཁུ་གང་ཁུན་རིང་ཁམ་ཁ་ཁ། །ཁོམ་  
 ཁོད་ཁྱི་སྟང་ཁང་ཁྱིམ་ཁུམས། །བྱ་ཁྱིས་ཁྱེར་ཁྱོར་བ་ཁྱེ། །ཁོ་ར་ཁོར་ཡུག་  
 ཁོན་ཅུ་ཁྱིམས། །སིལ་ཁོལ་ཁམས་གསུམ་ཁམ་བས་ཁྱེལ། །དུར་ཁོད་སྟེ་ཁྱིད་  
 ཁུམས་སྟོད་སྟེད། །ཁོ་གཉིར་ཁྱ་ཏ་ཁ་རྒྱད་རོ། །མཁན་པོས་ས་མཁར་མཁང་  
 མཁྱེགས་མཁྱེན། །མཁུད་སྟེད་དཔེ་མཁུད་ཁུ་མཁན་མཁོ། །མ་མཁལ་མཁལ་  
 མ་མཁུར་འཇུ་མ་མཁས། །མཁན་ཁོད་མཁོས་པབ་སྟེ་མཁོ་བཞིན། །མཁལ་

མཉམ་མཁྲིས་ནད་མེད་པར་མཁྲེན། །ཚུ་མཁྲིས་མཁྲིག་མ་མས་འཕུལ་ཁའོ།།  
 སྒྲོ་འཁུམས་ཞེ་འཁོན་འཁང་ཞིང་འཁུ། །འཁུགས་ནས་མཐའ་འཁོབ་འཁུར་  
 ཞིང་འཁུམས། །རྒྱས་འཁོགས་འཁོས་ཚུང་རྒྱང་འཁུམ་འཁྲོག། །འཁྲོར་འཁྲོམ་  
 འཁར་བར་འཁྲིལ་འཁྲིས་འཁུད། །འཁྲིག་ཆིག་དག་འཁུལ་འཐབ་འཁུག་  
 འཁུལ། །འཁྲི་བ་འཁུ་འཁུད་འཁྲི་ཤིང་འཁུངས། །གདུགས་འཁྲིར་བློ་འཁྲབ་  
 འཁར་རྩ་འཁྲོལ། །སེམས་འཁོལ་སེམས་འཁུགས་འཁུག་པོར་འཁུས། །ཁུར་  
 འཁུར་ཁུལ་འཁྲི་འོད་འཁྲིམས་འཁྲིལ། །འཁོར་བར་འཁྲེན་པ་འཁྲས་ཤིང་  
 འཁར། །མ་འཁྲིག་མ་འཁྲེར་སྐྱམ་འཁུར་འཁུར། །མ་འཁུར་བྲེད་འཁྲིམས་  
 འཁམས་ཤིང་འཁུན། །འཁོར་ལོ་འཁོད་ཀྱང་འཁོར་བཅས་འཁོབས། །གཡོག་  
 ཏུ་འཁུལ་འཁོལ་སྤང་བུ་འཁལ། །འཁྲ་སར་མ་འཁྲོལ་འཁྲིད་པར་འཁུམས། །  
 ཏུས་གྱི་འཁོན་སོགས་འས་འཕུལ་ཁའོ། །

གྲུབ་མཐའ་གྲུབ་ཐོབ་གངས་མེད་གྲོལ། །རལ་གྱི་གྲོ་གས་གྲིལ་ཞེས་  
 གྲག། །གྲུལ་བུམ་གང་ནད་གྲུམ་བུས་གྲོངས། །མོན་གྲུ་ནམ་གྲུ་གྲེ་གྲོ་བཞིན།།  
 ཆོས་གྲུའི་གྲུལ་དུ་རིམ་གྲོ་གྲབས། །ཡུལ་གྲུ་གྲུ་བཞི་གྲུ་ཁའི་གྲོང་། །ག་མ་  
 སྐྱ་གྱི་གྲུ་འཛིན་རི། །མོན་ལུག་སྒྲ་སྒྲང་གྲོའི་སྒྲང་སྒྲུམ། །ག་ཕུབ་གྲོ་མ་མོན་  
 སན་གྲེའུ། །གྲོད་པ་གྲོན་ཅན་གྲུང་ཞིང་གྲིམས། །གམ་པ་ཚུ་གྲོག་གྲེ་བའི་  
 གྲོགས། །གྲིབ་མར་གྲོས་སྒྲེང་རེ་གྲོན་མེད། །སྒྲ་ཅི་སྒྲ་རྩན་སྒྲུད་ལྟར་སྒྲེན། །  
 འཛམ་སྒྲིང་སྒྲེགས་བམ་སྒྲིང་བུའི་སྒྲ། །པོ་སྒྲང་སྒྲང་ལྷ་སྒྲོག་པའི་ནད། །སྒྲོ་

བའི་སྒྲོ་དགོག་ལེབ་མོར་སྒྲེབས། །སྒྲང་ཆེན་སྒྲོས་པབ་སྒྲོད་ནས་སྒྲལ། །སྒྲོ་  
 འབྲུར་སྒྲོ་བྲུར་སྒྲོ་རྟེན་སྒྲོག། །སྒྲལ་ས་སྟེད་ལན་སྒྲན་ལྷན་པ་སྒྲན། །སྒྲོ་སྒྲེགས་  
 ཆོས་གོས་སྒྲེགས་བུའི་གྲ། །སྒྲ་གོར་ཞོ་ཤ་མདུན་མ་སྒྲེད། །བྲ་སྒྲག་གྲོག་མ་  
 གྲིབ་གྲིབ་གཞོན། །གྲོག་པོར་གྲུ་མོ་ཆག་གྲུམ་གྲུབས། །དངོས་གྲུབ་གྲུ་ཆར་  
 འབེབས་པར་གྲགས། །ཤ་བའི་གྲ་དོར་ག་རྒྱང་དོ། །དགོ་བསྟེན་དགོ་ཚུལ་  
 དགའ་དགྲེས་དགོད། །དགྲུང་སྟོན་དགྲུ་ཆིགས་དགྲེ་ཞིང་དགྲ། །ཉིན་དགྲུང་  
 དགོ་བཤེས་ཡོད་དགྲུ་དགྲུག། །དགོ་སྒྲོང་དགོ་སྒྲོང་དགོ་འདུན་དགྲུས། །དགྲ་  
 བཅོམ་དགོངས་དགྲོལ་ཡི་གོར་དགོད། །དགག་སྒྲུབ་སྒྲོད་དགང་དགོན་པར་  
 དགར། །དགོ་བས་པ་བ་དགོ་དགོ་དགས། །ཁལ་དགལ་ལྷན་པ་དགབ་དང་  
 དགོག། །སྒྲེ་དགྲུས་དགོ་ལེགས་དགོ་སྒྲུབ་དགོས། །དགོངས་མོ་བློང་དགམ་  
 མེ་ཉོག་དགམ། །དགྲུན་དུང་ཅན་དུ་དགྲུན་ཀ་སྟོད། །དགྲུང་ལོ་ལ་སོགས་  
 དས་འཕུལ་གཞོ། །བཀའ་བགྲོ་བགྲོ་སྒྲེད་བགྲི་བགྲིད་བགྲིས། །གོ་བགོས་  
 བགོགས་གྲིས་བགྲོད་ལམ་བགགས། །དུས་འགྲུངས་ཆོད་བགམ་བགོ་བ་  
 བགོས། །བགྲེས་པོས་མིག་བགྲད་བགྲང་སྒྲེད་བགྲངས། །བགྲུས་པའི་འབྲས་  
 བགོས་གད་མོ་བགད། །གོམ་པ་བགོམས་ཤིང་རྟོག་མ་བགྲུངས། །བགོ་སྒྲལ་  
 ལ་སོགས་བས་འཕུལ་གཞོ། །མགོ་མགྲུར་མགྲུལ་མགྲིན་མགར་མགོན་  
 མགྲ། །མགལ་དུམ་མགལ་མེ་གཏོར་མགྲོན་མགྲོགས། །ཡ་མགལ་མ་མགལ་  
 མས་འཕུལ་གཞོ། །འགྲོ་འགྲེང་འགྲིམ་འགྲུལ་འགྲིང་འགྲོས་འགན། །འགྲངས་

འགོངས་འགག་འགོག་འགགས་འགས་འགྲིབ།      |འགྲངས་འགོར་འགྲེས་  
 འགྲོགས་དགོངས་འགྲེལ་འགྲོལ།      |འགྲེལ་འགྲིལ་འགྲོངས་འགྲུམ་འགལ་  
 འགས་འགྲོད། |འགོལ་སར་འགམ་འགུལ་ནོར་འགྲེ་འགྲོད། |འགན་འཁུར་  
 འགོང་པོའི་འགོ་ནད་འགོས། |འཕེལ་འགྲིབ་འགྲུར་འགྲུས་མི་འགོང་དང་།  
 ལམ་འགྲོན་འགའ་འགྲུགས་ཅིག་འགམ་འགོད། |བཙོན་འགྲུས་འགོ་མའི་ཆུ་  
 འགྲེམས་འགྲུབ། |མགོ་འགོམས་རིགས་འགྲེ་ཆེས་གྱི་འགྲིབ། |འཐབ་མོ་  
 འགྲོད་སོགས་འས་འཕུལ་གཤོ། |ཁྲིད་པོ་ཆུ་མཆོར་ཀལ་ཕྱིར་ཆུ། |གཏམ་  
 ཆུད་ཐེང་ཆུད་ཆུད་མང་ཆུན། |བྱ་ཁྲིད་ཀན་པོ་ཀ་ཤིའི་ཆུད། |པས་ཀོལ་  
 ཆུང་འཕེན་མགོ་ལ་ཆྲོབ། |ཁྲིད་མའི་ཆུབ་ཆུས་ཆུང་རིང་ཆུག། |ཆུ་བོ་དམུ་  
 ཁྲིད་ཕྱག་ཆུར་ཆྲོ། |ཆུ་ཆ་ཆུམ་ཆ་ཆུགས་ཕྱེའི་ཆུགས། |ཆུ་མཆོན་པོ་ཆུས་  
 ཕྱིང་ཁྲིད་ཆུ། |ཆུལ་བའི་ཆུད་ཆུལ་ཆུ་སྐར་ཆུལ། |ཤེས་ཆུད་ཆུས་བཏབ་ང་  
 ཆུལ་ཆུགས། |ཆུ་གམ་ཆུན་པོ་ཆུན་དང་ཆུལ། |ཆུན་འབྲུམ་ཆུ་ཤུག་ཉ་ཆུར་  
 ཆུ། |ཆུས་བ་ཆུ་མ་ཕུ་བུ་ཆུད། |བྱ་ཆྲོངས་ཆུང་ཤིང་སྒྲིག་ཆུའི་ཆུན། |ཆུ་  
 ལུལ་ཆུ་ཆེ་ཉྱོ་ཆུབ་སྒྲིད། |ཆུལ་མཆོན་ཆུལ་སོགས་རར་བཏགས་གཤོ། |ལ་  
 སྐྱེས་པ་གཅིག་ཕྱར་ངེས། |སྒྲོམ་ཆེན་སྒྲོ་སྐམ་སྒྲོན་པོར་སྒྲུན། |ཕྱགས་སྒྲོག་  
 སྒྲོར་མོར་སྒྲིམ་ཞིང་སྒྲིལ། |སྒྲིད་སྒྲུར་སྒྲིད་ཕྱག་སྒྲིད་ཕུ་སྒྲིལ། |སྒྲུ་ཅལ་  
 གཤོ་སྒྲུ་སྒྲུ་མ་སྒྲུང་། |སྐམ་སྒྲོམ་སྒྲོ་བ་སྒྲེ་སྒྲེ་ལ། |སྒྲུག་མོས་སྒྲོང་སྒྲོག་ཐོས་  
 སྒྲིགས། |སྒྲིག་སྒྲིབ་ཆུ་སྒྲོལ་ཆོས་སྒྲ་སྒྲོགས། |བྱ་སྒྲོ་བ་ཤད་སྒྲོས་མཆུ་སྒྲོས་

སྒྲིགས། །སྒྲུལ་ཆིགས་སྒྲུལ་སྟོད་སྒྲིག་སྟེ་འགའ་ཤེས། །སྟོན་མོར་སྟོད་ཀྱི་སྟེག་  
 མོ་སྒྲུག། །སྟོད་པར་གོས་སྒྲུབ་སྟོད་གྲུས་སྟོག། །དབང་སྒྲུར་ལའོར་མོ་སྒྲུར་སྒྲུར་  
 གྱེད། །ལག་སྟོང་བས་སྟོང་བྱ་རམ་སྟོར། །སྒྲར་དུ་ཉ་སྒྲས་སྟོན་མེ་སྒྲིག། །སྟོད་  
 སྒྲུབ་སྒྲུ་སྒྲུབ་སྟོལ་མ་སྒྲུག། །མནའ་སྟོག་སྟོགས་དོས་སྒྲུ་དོ་གཙོག། །ད་སྟོས་  
 སྟོས་སྒྲུ་ཅིག་པ་སྟོན། །སྒྲུ་སྟེགས་སྒྲར་གཤོངས་ཆ་སྟོ་ཅན། །སྟོབ་དང་སྟོམ་  
 སོགས་སར་བཏགས་གཤོ། །བཀལ་བཏག་བཀལ་ལན་བརྒྱད་ཅུ་བརྒྱད།  
 སྟེང་བ་བརྒྱ་ཕྱག་བརྒྱས་པས་བརྒྱན། །ཅུ་བཀལ་འོ་བརྒྱལ་བྱན་མེད་  
 བརྒྱལ། །བརྒྱད་པ་ལམ་བརྒྱགས་སྟོ་བའི་བརྒྱད། །ལེ་བཀན་གད་བརྒྱངས་  
 སྟོ་བའི་བརྒྱ། །བརྒྱགས་ཤིང་བརྒྱངས་པར་བརྒྱད་མར་བརྒྱབ། །བས་འཕུལ་  
 ར་མགོ་ལྟན་པའི་གཤོ། །བྱ་རམ་བསྒྲར་ཞིང་བསྒྲངས་ནས་བསྟོངས། །ཆོས་  
 བསྒྲུར་མདོག་བསྒྲུར་བཀའ་བསྟོ་བསྟོས། །ཅུ་བསྒྲལ་ཆོས་བསྒྲགས་ཉིང་  
 འདྲིན་བསྟོམས། །མགོ་བསྟེས་དིགས་བསྟེས་རྒྱལ་མཆན་བསྟེངས། །མནའ་  
 བསྒྲགས་ལམ་བསྒྲགས་སེང་གེ་བསྟོངས། །བག་ཆགས་བསྟོ་བསྟོས་སྟོགས་  
 གཙོག་བསྟོགས། །འོད་བསྟོབས་སྟོ་བསྟོམས་སྟང་བྱ་བསྟོམས། །བསྒྲུབ་པ་  
 བསྒྲུབ་བྱ་བསྒྲུན་མི་རུས། །བསྟོན་མི་ཐོད་དང་བྱ་བའི་བསྒྲར། །བསྟེལ་ཞིང་  
 སྟོ་བསྒྲགས་ཅིས་ཀྱིས་བསྒྲུར། །གཞན་ཀྱིས་མི་བསྒྲལ་ནོར་ཀྱིས་བསྒྲར། །  
 བ་འཕུལ་ས་མགོ་ལྟན་པའི་གཤོ། །



སྟོན་དངགས་བེལ་དངར་ཆར་དུ་དངར།      །གསེར་དངུལ་དངོས་ཆེ་  
 དངོས་དངོས་མེད།      །དངོས་གྲུབ་དངོས་གཞི་དངོས་བཤམས་དངོས།      །  
 དངངས་སྒྲག་དངན་འཐེན་འབབ་ཆུའི་དངོ།      །གྲི་འི་དངོ་སོགས་དས་འཕུལ་  
 ངའོ།      །མངའ་རིས་མངའ་ཞབས་མངའ་ཐང་མངའ།      །མངའ་མཛེད་མངའ་  
 བདག་མངག་གཞུག་མངགས།      །མངོན་སྲུམ་མངོན་གྱུར་མངོན་མཆོན་  
 མངལ།      །མངོན་སྟོན་མངའ་བརྟེས་མངན་མི་བགྱང་།      །ཆོས་མངོན་མངོན་  
 ཞེས་མངར་བའི་རོ།      །ཐུགས་ལ་མངའ་སོགས་མས་འཕུལ་ངའོ།། རྩོན་པའི་  
 ར་ཡབ་ར་རེུ་ཆུང་།      །རམ་པའི་བགེས་རབ་ར་མོ་རེུ།      །རྩོམ་བརྩེད་རམ་  
 འཛིགས་རྩོ་བག་ཅན།      །དབྱགས་རུབ་རུག་རུས་རྩོད་མཁན་རུལ།      །རྩོས་  
 ཁྱེར་རེུ་རྩོག་སྒྲ་རན་དང་།      །རྩོག་མཐུག་རམ་རྩོ་མི་ཐོགས།      །རན་ཆེན་རྩ་  
 ར་རུ་མ་དང་།      །རུས་ཀྱི་རྩོག་སོགས་རར་བཏགས་ངའོ།      །ཞལ་སྒྲ་སྟོན་སྒྲ་སྒྲ་  
 སོར་སྟོན།      །གསང་སྒྲགས་སྒྲགས་པ་མདོག་སྟོན་སྟོ།      །སྟོ་སྟོས་ལ་སྟུར་བ་  
 ཆེ།      །སྟུ་དུས་སྟོ་སྟོགས་མོན་སྟན་སྟེུ།      །སྟེ་སྟེ་སྟུན་དུ་སྟོ་བར་བྱེད།      །མཆང་  
 ནས་སྟོག་སོགས་སར་བཏགས་ངའོ།      །བརན་ཡང་བརམས་ནས་བཅས་མ་  
 བརས།      །བྱད་མེད་བརྩོད་དང་རྩོན་པས་བརྩོན།      །ཆང་བརྩབས་བས་འཕུལ་  
 རར་བཏགས་ངའོ།      །སྟུག་བསྟུལ་བསྟོད་བསྟུགས་བསྟོ་བས་བསྟོས།      །རྩམ་  
 བར་བསྟོས་དང་མཆང་བསྟོག་སོགས།      །བས་འཕུལ་ས་མགོ་སྟོན་པའི་ངའོ།      །

ཅི་སྒྲོད་ཅི་ཕྱིར་ལྡན་པའི་ཙན། །བདག་ཙག་སྒྱི་ཅེར་སུམ་ཅུ་དང་། །བྲག་  
 ཅུ་བདུན་ཅུ་བརྒྱད་ཅུ་རྣམས། །ལྡན་ཅིག་ཐབས་ཅིག་སྒྲོད་ཅིག་ཙམ། །ཁྱེད་  
 ཙག་སེམས་ཙན་ཡོད་དོ་ཙག། ཙན་ཅེ་ཙབ་ཙབ་ཆང་ཙེ། །ཏ་ཙང་ཙས་ཅུས་  
 བབ་ཙལ་མང་། །ཅི་སྟེ་ཅུང་ཟད་ཕྱིན་ཅི་ལོག། །ཙང་ཤེས་ཅིག་ཤོས་ཅི་ནས་  
 གྲང་། །ཙེ་ཏེ་ཤི་ཐོར་ཙག་ཙད་པན་དང་། །རྒྱ་ཙང་བེ་ཙན་ལྟ་ཅི་སྒྲོས། །ཙེ་ཙེ་  
 ཙལ་ཙལ་སྒྱ་ཙར་དང་། །ཙེ་ཤི་ཅིག་ཙར་ཙམ་གྱིས་ཤེས་ཙེ་ག་སྒྲུར་ཙར་  
 དེ་མིག་ཅེ་དེ། །ལན་ཅིག་ཅིས་གྲང་ཅིར་མི་ཏྲོག། །ཁ་ཅིག་ཙང་མི་ཤེས་གྲང་  
 ཙང་། །ཙང་དང་ཙང་ཏེ་ཏུ་ཅི་ཡང་བརྟུང་། །ཅུ་གང་ཅུང་ཞི་ཅུར་ནིས་ཟ། །ཅི་  
 སྒྲུང་བྲག་ཙས་ཅི་ཞིག་བྲ། །ཙག་ཅེ་ཐོ་ཙས་ཅུང་སེང་ཟ། །ཅི་ག་ལ་སོགས་  
 ཙ་རྒྱང་དོ། །ཁྲོས་གཙམ་གཙང་ནད་གཙད་བྲ་གཙོད། །ཁོན་གཙུགས་ཡིད་  
 གཙུགས་གཙེན་དང་གཙུང་། །གཙུང་བོར་ལག་གཙུས་གཙུར་ཞིང་གཙུན།  
 རྣམ་གཙོད་ཡོངས་གཙོད་ཞལ་སྟེ་གཙོད། །གཙོང་རོང་གཙོང་སྒྲོད་གཙེན་  
 གཙེ་བ། །གཙོད་བཞིན་གཙེས་མེད་གཙེག་གིས་གཙེག། །གཙམ་བྲ་ཁ་གཙད་  
 གཙུགས་མེད་གཙེས། །ཆར་གཙོད་གཙུ་གལ་ཡིད་ལ་གཙགས། །སྒྲུ་གཙན་  
 གཙན་གཙན་ལ་གཙན་པ། །གཙེག་ཏུ་གཙལ་བཟམ་གྲངས་ཀྱི་གཙེག། །རོ་  
 གཙེག་རྩས་གཙེག་གཙེར་བྲ་གཙོག། །གཙེ་ཏུ་ཤི་སྒྲོན་སོགས་གས་འཕུལ་  
 ཙའོ། །བཙོམ་ལྡན་དག་བཙོམ་བཙས་པས་བཙགས། །དམ་བཙའ་བྲིམས་  
 བཙའ་བཙེང་བས་བཙེངས། །ཤེང་བཙད་རྒྱན་བཙེར་བཙའ་ཡོས་བཙམ། །

ཆེགས་བཅད་བཅའ་གཞི་བསྟན་བཅོས་བཅང་། །ལོགས་བཅར་བཅའ་སྒྲ་  
 བཟའ་བཅའི་བཅུད། །མིག་བཅར་སྤྱིར་བཅིལ་ཁྱ་བཅུར་བཅུག །ཞོར་བཅལ་  
 ལག་བཅངས་ཆགས་བཅག་བཅོལ། །བཅར་བའི་རྟར་བཅིབས་ཞལ་ལྷེ་  
 བཅད། །ཆར་བཅད་སྒྲོས་བཅལ་བཅས་རང་བཅབས། །རྩོ་བཅག་ཤིང་བཅར་  
 གྲོས་བཅོམ་བཅུམ། །བཅུ་དང་བཞི་བཅུ་ལྔ་བཅུ་དང་། །དགུ་བཅུ་བཅོ་ལྔ་བཅོ་  
 བརྒྱད་བཅོས། །བཅོས་བྱའི་རས་སོགས་བས་འཕྱལ་ཅའོ། །མཉེན་ལྷུག་ལྷུག་  
 ལྷན་ལྷང་མའི་ལྷག །མགོ་ལྷོགས་ཆས་ལྷེ་སྒྲོ་ཡིས་ལྷོགས། །གནམ་ལྷགས་  
 ལྷེ་འབབ་མེ་ལྷེར་ལྷེབ། །ལྷང་ལོ་ཅན་གྱི་ལྷགས་རིའི་ལྷོག །ཉ་ལྷེབས་སྤལ་  
 ལྷོང་ལྷང་ཀའི་ལྷེ། །རེ་ལྷུག་ལྷུ་བ་ལྷམ་བ་ལྷུམ། །ལག་ལྷེབས་ཆ་ལྷེབས་སྒྲོ་  
 ལྷེབས་དང་། །སྤྱན་ལྷེབས་ལྷམ་དལ་སྤྱིའི་ལྷང་ལོ། །ལྷེ་བ་ལྷག་པོད་སྤྱས་ལྷག་  
 ལྷེབ། །ཆོག་འབྲུ་ལྷེབས་སོགས་ལར་བཏགས་ཅའོ། །

ཆེམ་ཆེམ་ཆལ་ཆེལ་ཆོས་ཁྱའི་ཆར། །ཆགས་བྲལ་ཆོག་ཤེས་ཆོག་འི་  
 ཆད། །གོ་ཆ་མཆོན་ཆའི་ཆ་ལྷགས་ཆོས། །བྱང་ཁྱབ་བར་ཆད་ཆམ་ལ་པོབ། །  
 རིན་ཆེན་ཁྱུན་པོ་ཆབས་ཅིག་ཁྱར། །ཁྱ་ཞིང་ཆ་མཉམ་ཆེམ་མེ་བ། །ཆེབས་  
 བ་ཆ་དེ་ཆེབས་ལ་ཆོགས། །སྒོག་ཆགས་ཆག་ཆག་ཆལ་མར་བདབ། །ཆོ་  
 ལོས་ཆེ་གའི་ཆ་རྒྱུན་ཆད། །ཆད་བས་ཆོད་ལ་ཁྱང་མ་ཆོལ། །ཆང་ཆེམས་ཆེ་  
 ཁྱང་ལྷགས་སྤྱུ་ཁྱད། །མཐར་ཆགས་ཆགས་ཆོགས་ཆེར་གྱིས་ཆེར། །ཆབ་  
 འོག་ཆོམ་རྒྱན་ཆས་ཆར་ཁྱན། །ཆོམས་ཤིག་ཆེངས་ཤིག་ཆབ་སྒྲོ་ཆོག །

ཆར་ཆོད་ཐག་ཆོད་ཆབ་འོག་ཚུག། །ཆ་ཆོ་མ་ཆོད་ཆ་མེད་ཆས། །ཟན་ཆང་  
 འབྲས་ཆན་ཆབ་ནས་ཚུས། །ཆ་ལང་མལ་ཆ་ཆེ་ཞེད་ཆས། །ཆོ་རིགས་ཚུད་  
 ཟོས་ཆམ་པའི་ནད། །ཆབ་ཤོག་ཁ་ཆེམས་ཆིག་རྒྱུང་ཆོད། །བག་ཆགས་ཆོ་  
 འཕྲུལ་ཆོ་ངེ་འདོན། །ཆ་ག་པ་སོགས་ཆ་རྒྱུང་ངོ། །མཆོག་ཏུ་སྐྱབས་མཆི་  
 དགོན་མཆོག་མཆོད། །མཆིས་མལ་མཆིས་ལྷམ་མཆིག་མཆིག་གྲ། །སྐྱུ་  
 མཆེད་མཆན་གྱི་མཆིས་བྲང་མཆོར། །མཆི་མ་མཆིལ་མ་མཆེར་པ་མཆིན། །  
 ཞལ་མཆུར་ཁ་མཆུདེ་བཀའ་མཆེད་མཆིས། །སྐྱེ་མཆེད་མཆིང་བྱ་རྒྱ་མཆོའི་  
 མཆིང་། །རྩ་མཆོག་མེ་མཆེད་མཆིལ་པའི་མཆོངས། །གཞུ་མཆོག་སྐྱུ་མའི་  
 མཆན་བྱ་མཆན། །མཆིལ་པ་མཆིམས་སོགས་མས་འཕྲུལ་ཆའོ། །ཆོས་  
 འཆད་ཁྲིམས་འཆའ་འཆག་སར་འཆག། །ཚུལ་འཆོས་གར་འཆམས་སྟོག་  
 འཆད་འཆི། །འཆུམས་པའི་གནས་འཆའ་འཆེལ་པར་འཆུར། །འཆལ་པའི་  
 འཆར་སྒྲོར་མི་འཆགས་འཆབ། །ཉི་འཆར་ཚུ་འཆོར་ལས་འཆོལ་འཆུན། །  
 གྲོས་འཆོམས་ཁས་འཆེ་འཆིང་ཞགས་འཆང་། །འཆོལ་དང་འཆུས་སོགས་  
 འས་འཕྲུལ་ཆའོ། །

ཇི་ལྟ་ཇི་སྟེད་ཇི་བཞེན་གཟིགས། །ཇི་ལྟར་ཇི་སྲིད་ཇི་སྐད་སྒྲ། །ཇོ་ཇོའི་  
 ཇོ་མོ་ཇོ་བོའི་ཇ། །ཇེ་ཞིག་ཇག་པ་ཇུ་བོ་འཕངས། །ཇ་ཉོང་ཇ་རིལ་ཇེ་མཐོར་  
 སོང་། །ཇེ་དང་ཇེ་སོགས་ཇ་རྒྱུང་ངོ། །མཇལ་འཕྲད་མཇིང་པ་མཇུག་མ་  
 མཇེ། །མི་མཇེད་ཞིང་སོགས་མས་འཕྲུལ་ཇའོ། །འཇག་མ་འཇི་བ་འཇིམ་པ་

འཇགས། །འཇིག་རྟེན་འཇིག་པའི་འཇིགས་པ་འཇོམས། །འཇུས་ནས་ཤ་  
 འཇོག་འཇར་ནས་འཇབས། །འཇའ་ཞིང་འཇུངས་པའི་སྟོན་འཇིལ་འཇེམ། །  
 འཇུ་བ་ཁྲག་འཇིབ་བས་འཇུ་འཇང་། །འཇུད་མ་ཐུན་འཇོལ་འཇོལ་འཇོ་སྒྲིག་  
 འཇོག །འཇོར་བྱ་དབྱིབས་འཇོང་འཇུར་ཞིང་འཇུན། །ལུས་འཇམ་འཇོག་པོ་  
 མཆོ་འཇིང་འཇུག །འཇམ་དབྱངས་སྟན་འཇེབས་མཉམ་པར་འཇོག །སྟོས་  
 འཇལ་ཆད་འཇལ་འདོད་པ་འཇོ། །ཁྲིམས་འཇགས་འཇའ་ས་འཇའ་མོ་དང་། །  
 འཇའ་བརྟེན་འཇའ་ཆོན་སྟད་བྱའི་འཇུར། །སྟོད་འཇིང་ཤ་འཇུམས་རྩ་འཇིང་  
 གཉེན། །ཐོབ་གྱིས་འཇལ་སོགས་ལས་འཕུལ་ཇའོ། །རྗེ་བཙུན་རྗེས་འཇུག་རྟོ་  
 རྗེའི་རྗེས། །རྗེ་དཔོན་ལྷ་རྗེ་རྗེད་པའི་འོས། །ས་རྗེན་ཤ་རྗེན་རྗེ་ངར་རྟུང། །རྟོད་  
 བྱེད་སྟོང་རྗེའི་ལག་རྗེས་དང་། །ཐུགས་རྗེས་རྗེས་བསྐྱངས་རྗེ་བྱའི་རིགས། །  
 ཉིལ་གྱི་རྗེང་སོགས་རར་བཏགས་ཇའོ། །བརྗེད་ངས་བརྗེད་བྱེད་གཟེ་བརྗེད་  
 བརྗེད། །བརྗེ་བརྗེས་མ་བརྗེད་བརྗེད་བྱ་བརྗེད། །བས་འཕུལ་ར་མགོ་ལྷན་  
 པའི་ཇའོ། །ཡུལ་ལྗོངས་ལྷང་བྱའི་ལྷན་ལྷན་ཁོད། །ལྷན་ཤིང་ལྷིད་ལྷེ་སྟན་  
 ལྗོངས་ལྷང་། །རོ་འཇིན་ལྷགས་སོགས་ལར་བཏགས་ཇའོ། །

ཉམས་ཉོགས་ཉིང་ཁུ་ཉག་གཅིག་ཉབ། །ཉ་མ་ཉག་མོ་ཉིས་འབྱུར་ཉང་། །  
 ལྷ་ཉག་ཉལ་ཉིལ་ཉ་སྟོ་བ། །ཉམ་ཉིས་ཉོན་མོངས་ཉམ་ངར་ཉ། །ཉིང་ཤིང་ཉོད་  
 པ་ཉིས་འབྱུང་ཉོན། །ཉམ་རྩུང་ཉམ་ཐག་ཉོན་མཆོན་ཉལ། །ཉམས་དགའི་ཉིང་  
 དགོས་ཉེ་བར་ཉོན། །སྟོས་ཉུག་ལག་ཉས་ཉན་ཐོས་ཉམས། །པོ་ཉ་ཉི་མའི་ཉོན་



ཀོར་དུ། །ཉ་ལ་ཉ་ག་ཉི་ཤུ་ཉིས། །ཉིང་ཉོར་ཚུ་ཉིག་ཉེ་རེག་ཉང་། །ཉེ་གནས་ཉུག་  
 རུམ་ཉན་ན་ཉིད། །ཉག་ཐན་ཉ་རྒྱས་ཉ་རྒྱང་ངོ། །དཔུང་གཉན་བཤེས་གཉན་  
 གཉིས་གྱི་གཉན། །གཉའ་ཤིང་གཉར་པ་ཁྲོ་གཉར་དང་། །བཀའ་གཉན་གཉན་  
 བད་དུད་འགོ་གཉན། །གཉའ་བོ་དོན་གཉར་གཉན་གཉགས་གཉོས། །གཉིད་  
 གྱི་གཉན་པོར་གཉའ་ལྷག་གཉུལ། །གཉི་གཟེར་གཉིག་ཏུ་ལུས་གཉོད་ཚུང་། །  
 གཉའ་རེངས་གཉེ་མ་ཉག་པོར་གཉག། །གཉུག་མའི་དོན་སོགས་གས་འཕུལ་  
 ཉའོ། །མཉན་པ་ཐུགས་མཉེས་ན་བས་མཉན། །མཉེད་མཉེས་ཤིང་མཉན་  
 མཉན་ཡོད་གནས། །མཉམ་གཞག་མཉམ་མེད་མཚུངས་པའི་མཉམ། །ར་མཉེ་  
 མཉེས་གཤེན་མས་འཕུལ་ཉའོ། །འདམ་རྩྭ་རྩྭ་བཀྱར་གསར་རྩྭ་རྩྭ། །  
 སོ་རྩྭ་ལ་རྩྭ་མ་རྩྭ་དང་རྩྭ། །ལུང་རྩྭ་མ་རྩྭ་ལ་ལྷ་རྩྭ་ལ། །རྒྱང་པ་རྩྭ་སོགས་  
 རར་བཏགས་ཉའོ། །གོ་སྒྲོད་སྒྲོད་པོ་སྒྲོད་མའི་སྒྲོད། །སྒྲུ་སྒྲུ་ཆང་སྒྲུ་སྒྲུ་  
 བུང་སྒྲུ་ལ། །ཐ་སྒྲོད་ངེ་སྒྲོད་དེ་སྒྲོད་སྒྲུམ། །སྒྲེམས་དང་སྒྲུབ་མེད་སྒྲུབ་ཤལ་  
 སྒྲི། །སྒྲེམས་འཇུག་བཏང་སྒྲེམས་སྒྲེམ་ལས་དང་། །བསོད་སྒྲེམས་སྒྲུགས་  
 སྒྲིངས་སྒྲེག་སར་སྒྲོགས། །སྒྲིང་ཇེ་འི་སྒྲེམ་པ་སྒྲོབས་ལ་སྒྲེས། །སྒྲོན་མོངས་  
 སྒྲོད་འདོགས་རྒྱལ་མཆོན་སྒྲོལ། །གཏམ་སྒྲུབ་སྒྲེགས་དུས་སྒྲུད་པ་སྒྲོད། །སྒྲོང་  
 སྒྲོགས་སེམས་སྒྲེམས་སར་བཏགས་ཉའོ། །གཟུགས་བརྒྱན་སྒྲུབ་བརྒྱན་གཞན་  
 ལ་བརྒྱས། །མངའ་བརྒྱེས་ཐུག་བརྒྱན་བརྒྱན་པོའི་བརྒྱས། །གོས་བརྒྱངས་ཁ་  
 བརྒྱགས་སྒྲོང་བརྒྱན་བརྒྱན། །བས་འཕུལ་ར་མགོ་ལྷན་པའི་ཉའོ། །དགོ་བསྒྲེན་

བསྟེན་གནས་བསྟེན་རྫོགས་བསྟེན། །བསྟེན་ཅན་བསྟེན་དོར་བསྟེན་ཉིལ་  
 དང་། །བསྟེན་སྐྱབ་བསྟེན་བཀྱར་སྤྱེ་མར་བསྟེལ། །གཏམ་བསྟད་བསྟམས་  
 རས་ལག་པ་བསྟལ། །སྤྱིར་བསྟེལ་མལ་བསྟལ་ལྷུང་བཟེད་བསྟེགས། །ལག་  
 བསྟབས་བསྟུང་གཞིས་བསྟུན་པས་བསྟེངས། །བསྟེལ་མེད་ནས་བསྟོར་ཡོ་  
 བྱད་བསྟུངས། །བསྟེན་སྤིང་བས་བསྟོད་སྐྱུ་གང་བསྟུག། །བསྟེམས་པས་རྗེས་  
 བསྟེགས་ཁོ་གཉེར་བསྟེར། །བས་འཕུལ་ས་མགོ་ལྡན་པའི་ཉའོ། །

ཉེ་པོར་ཉེ་སེར་ཉལ་མར་སོང་། །རྩེ་ཉི་ཉང་ཀུན་ཉིག་ཉ་ཉིལ། །ཉུག་ཉུག་  
 ཉོང་ཉོང་ཉོག་ཉོག་སྒྲ། །ཉེལ་པ་ཉོག་ཅེ་དབྱུག་ཉོ་དང་། །གཙུག་ཉོར་ཐོར་ཉོ་  
 སྤྱི་ཉོར་ཉོག། །ཐུ་ཉིག་མེ་ཉོག་ཉ་སྤུལ། །ལོ་ཉོག་ཅེ་ཉོག་བ་མ་ཉོག། །ཉིང་འཛིན་  
 དཀོན་མཆོག་ཉ་ལ་ལ། །ཉིང་ལོ་ཉལ་ཅམ་ཉིག་ཉིག་མེད། །ལོན་ཉན་ཞབས་  
 ཉོག་ནན་ཉན་དང་། །ནན་ཉར་གལ་ཉེ་གོ་ཉུ་ཉ་མ། །ཁ་ཉོན་ཞལ་ཉ་ནན་ཉར་  
 བཟང་། །ཉ་ཟིག་ཉ་མིང་ཉའི་སི་ཉ། །ཉི་ཤི་ཉ་དབེན་ཉ་ཉུང་དང་། །ཉར་ཉ་དང་  
 ཉེ་ཉེ་ཉིང་ཁྱི། །ཉམ་སྤུ་ར་དང་ཉིང་ཉིང་ཤག། །ཉོ་ཉི་ཉ་ལ་ཉེས་སམ་དང་། །ཤང་  
 ཤང་ཉེ་ཉེ་ཉེ་ཉེ་བརྟུང་། །འོན་ཉང་ལིང་ཉོག་ཉ་རྒྱང་ངོ་། །གཏན་གྱི་བསམ་  
 གཏན་གཏན་ཆོགས་གཏམ། །གཏུན་སྤུ་ལག་གཏད་གཏུན་ཤིང་གཏུབས། །  
 བརྟུང་གཏག་གཏོང་དང་གཏང་རག་གཏང་། །གཏེར་མཛོད་ཡོངས་གཏམས་  
 གཏོར་བན་གཏོར། །ཁོར་གྱི་གཏའ་མ་གཏེང་པ་གཏལ། །གཏན་པ་མེད་པའི་  
 སྤྱིན་གཏོང་གཏང་། །གཏམ་པོའི་ཞབས་གཏུགས་བད་པའི་གཏུགས། །ལྷ་ཆེན་

གཏོགས་འདོད་གཞན་ལ་གཏོད། །འབེམ་ལ་གཏོད་དང་དམིགས་པ་གཏོད། །  
 གཏི་ཐུག་གཏོད་མེད་མཚང་ནས་གཏོད། །ཁྲག་གཏར་ཐུ་གཏིགས་སེ་གོལ་  
 གཏོགས། །བཙུག་པའི་གཏམས་དང་གངས་ཀྱི་གཏམས། །སྒྲོ་གཏན་གཏིང་  
 ཟབ་ཐུན་པ་གཏིབས། །གཏར་བུ་སྒྲོས་གཏུལ་རི་བོའི་གཏོས། །མགོ་གཏམས་  
 མཐའ་གཏུགས་ཁོངས་སུ་གཏོགས། །གཏན་ལ་འབེབས་སོགས་གས་འཕུལ་  
 ཏའོ། །སྒྲོ་བཏགས་མིང་བཏགས་ཁ་བཏགས་བཏགས། །སྦྱིར་བཏང་སྒྲོས་  
 བཏང་སྒྲགས་བཏུ་བཏུས། །སྒྲོལ་བཏོད་གདན་བཏིང་ས་བོན་བཏབ། །བཏང་  
 བཟུང་ལྷས་བཏེག་གསོལ་བཏབ་བཏུད། །བཏག་སོ་རྒྱས་བཏབ་བཟའ་བཏུང་  
 བཏུབ། །སྦྱ་བཏོགས་རྩ་བཏོན་བཏགས་ཤིང་བཏུལ། །མགྱིན་པ་བཏེག་  
 སོགས་བས་འཕུལ་ཏའོ། །མི་རྟག་རྟབ་རྟབ་དབང་རྟུལ་རྟགས། །མི་རྟོག་ཡིད་  
 རྟོན་རྟོག་ལྡན་རྟོགས། །རྟག་རྟུ་རྟུལ་རྟེན་སྦྱེས་རྟིང་། །རྟོལ་གོག་རྟིང་པ་རྟོད་  
 བས་བཅིངས། །རྩ་རྟས་ཉམས་རྟས་གནས་སུ་རྟོལ། །མོང་རྟུལ་རྟུལ་མོད་རྟོན་  
 རྟོན་འབྲེལ། །མཚོད་རྟོན་རྟ་བབས་བྲ་མ་རྟ། །རྟ་ཐུལ་རྟ་དབྱངས་རྟོག་གོ་པ། །  
 མི་གཙང་རྟག་སོགས་རར་བཏགས་ཏའོ། །སྒྲོས་འགྲོའི་ལྷག་པ་དེ་ལྷ་བྲ། །སྒྲོ་  
 འཕྲེའི་ལྷ་བར་ལྷད་མོ་ལྷ། །སྒྲོ་བ་སྒྲོ་ཡིས་སྒྲོར་གྱིས་བཀང་། །བྲར་ལྷང་འགང་  
 ལྷགས་ད་ལྷ་སྒྲོས། །ལྷར་སྒྲང་ལྷག་ཚོད་ལྷ་ལོག་གི། །ལྷང་བས་ལྷས་ངན་ལྷ་ཅི་  
 སྒྲོས། །ལྷང་རྒྱས་ལྷང་ཀ་ལྷམ་གྱིས་བཀང་། །རེ་སྒྲོས་ལྷ་ཞོག་མདའ་ཡི་སྒྲོང་། །  
 ལྷར་ལྷར་ལྷམ་རྒྱང་ལར་བཏགས་ཏའོ། །སྒྲོན་པའི་བཞུགས་སྐྱངས་བཀྱར་སྒྲེ་

སྟོབས། །སྟེས་དབང་ཐུ་སྟེགས་བྱང་སྟེམས་ཀྱིས། ། མི་སྟོ་ལྟ་སྟངས་མེ་སྟག་  
 སྟེགས། །སྟ་གོན་སྟོང་ཐོགས་ཤུག་བྱེད། །གཞོགས་སྟེགས་སྟངས་སྟབས་  
 སྟ་བྱར་སྟོན། །ཤིང་སྟག་སྟུག་ཁོང་སྟོབས་ཅན་སྟག །དབྱ་སྟ་སྟ་རེ་སྟེའུ་  
 སྟོར། །སྟར་ཁྱེན་སྟར་གཤི་སྟོན་མོ་སྟེར། །སྟོང་ལ་སྟན་དང་སྟུ་མ་སྟོན། །སྟོན་  
 དཔྱིད་གང་སྟོང་ཡ་སྟགས་སྟོང་། །སྟེམ་བྱེད་སོ་སྟོར་སྟོར་ཁུང་དང་། །སྟང་  
 ཟེལ་སྟབས་གཅིག་སྟར་བརྒྱས་སྟེང་། །སྟོང་བ་སྟོང་ཉིད་སར་བཏགས་ཏའོ།  
 བཏག་དབྱང་གནས་བཏན་ཀྱན་བཏགས་བཏགས། །ཡིད་བཏན་བཏང་བ་  
 བཏུལ་ཁྱགས་བཏན། །སྟབས་བཏོལ་བཏུན་བ་སྟེ་བཏོལ་བཏབས། །ཡོངས་  
 འདུ་ས་བཏོལ་བཏག་བ་བཏུལ། །བཏོན་བ་ལ་བཏོན་སྟར་བྱས་བཏོད། །བས་  
 འཕུལ་ར་མགོ་ལྟན་པའི་ཏའོ། །བསྟོས་ས་བསྟོས་ཆོས་བསྟར་རུང་བསྟས། །  
 བསྟ་བྱ་སྟུ་བསྟམས་གོས་བསྟབ་སོགས། །བས་འཕུལ་ལ་མགོ་ལྟན་པའི་ཏའོ།  
 བསྟེ་སྟང་བསྟུད་པའི་བསྟེ་གནས་བསྟར། །བྱབ་བསྟན་དང་བསྟུན་བསྟོད་འོས་  
 བསྟོན། །བསྟང་བས་མ་བཟུང་བསྟན་བཅོས་བསྟན། །ཐག་བསྟངས་སྟ་གཏང་  
 འགོ་ཆས་བསྟད། །བསྟེང་ཆིག་བསྟེམ་པས་མི་བསྟོངས་ཀྱང་། །བསྟེར་མེད་  
 མངོན་བསྟོད་བྱིན་ལེན་བསྟབས། །བས་འཕུལ་ས་མགོ་ལྟན་པའི་ཏའོ། །

སྟན་མོང་སྟ་བོ་ཐ་གྲ་ཆེ། །སྟ་མི་ཐོར་ཅོག་ཐོར་ཚུགས་དང་། །ཐ་མ་ཐ་  
 བ་ཐིག་ཐིག་སྟ། །སྟར་དང་ཐ་མལ་ཐ་རྒྱང་ངོ། །མཐོ་རིས་མཐའ་དག་མཐའ་  
 གྲས་མཐོང་། །མཐར་སྟག་རྒྱས་མཐུ་མཐུན་མི་མཐུན། །ལག་མཐིལ་མཐེ་

བོད་མཐེ་ཁུ་ཆུང་། །མཐོན་ག་མཐོན་མཐིང་མཐང་གོས་མཐུག། །མཐར་གྱིས་  
 ཏྲ་མཐུར་མཐོ་གང་མཐུད། །མཐོ་འཆ་མས་མཐོལ་བཤགས་མཐོ་ཡོར་མཐོ།  
 མཐོན་པོའི་རྒྱ་མཐོངས་མཐའ་འཁོབ་མཐའ། །མཐིང་རིལ་མཐིང་ཁ་མས་  
 འཐུལ་ཐའོ། །འཐབ་མོར་འཐོན་ཡང་གོགས་སུ་འཐམས། །སྒྲིན་འཐིབས་རྒྱ་  
 འཐོར་འཐོར་འཐུང་དང་། །སྒྲོ་འཐུམས་མགོ་འཐོམས་དུ་བ་འཐུལ། །སྲ་འཐས་  
 འཐེམས་ནན་ནན་ཏན་འཐན། །རྒྱ་འཐུངས་ཤ་ནས་འཐེན་ཞིང་འཐོག། །སྒྲོད་  
 ཆིག་འཐིང་སྒྲོད་འཐེན་པ་འཐད། །ཟས་ལ་འཐུ་འཐུས་ཕྱེ་མར་འཐག། །ཞ་འཐིང་  
 མལ་གོས་འཐིབ་གྱིས་འཐུམ། །དུམ་བུར་འཐུབ་སོགས་འས་འཐུལ་ཐའོ། །

གཞན་ངིང་མི་འཛོག་བཀའ་ངིན་བན། །ངེལ་བུ་ངི་མཆོག་བ་བ་ཕྱེད།  
 རྒྱ་ངོ་ཕྱེ་ངོའི་ངི་ངིས་ལན། །བང་དོན་གཡུང་བྱང་བང་སོང་བྱག། །ཁྲིམས་བལ་  
 ལུམ་བལ་ཟས་བངས་བྲོངས། །བང་པོའི་ཞིང་བྱང་ངེལ་ངེལ་ཕྱེད་ཐོག། །མོན་ངེ་  
 སྒྲིན་བྱག་མ་ངོས་མཆོ། །ངེག་ནས་ངེག་པ་ངེ་མ་དང་། །ཁ་བྱག་བྱག་ཤུལ་  
 ས་ལ་བྱད། །བྲོད་དང་བྲོ་བ་བན་བྲོན་ངེལ། །ངེད་ལྷགས་བས་བྱབས་ངེས་  
 མས་བྱགས། །ངེད་པོ་བྱ་བུའི་བ་བར་བངས། །ངེལ་བསྐྱགས་བ་མ་གནས་  
 སུ་བྲོངས། །ངེགས་པ་བྱང་བྱང་ཁ་ཡི་བྲོག། །ནད་བྱག་བྱ་བྱག་བྱ་བའི་འབྲ། །  
 ཐལ་བའི་བྱགས་སོགས་ད་རྒྱང་ངོ། །གདུགས་མེད་གདོང་པ་གདུགས་གྱིས་  
 གདུངས། །གདོན་ལྟར་གདུག་པའི་གདོལ་པ་གདུལ། །གདམས་དག་གསལ་  
 གདབ་གདིང་བ་གདན། །གདུ་བུ་གདང་དང་གདུང་མར་གདགས། །གདུང་



རུས་སྐད་གདངས་སྐས་ཀྱི་གདང་། །གདུང་བརྒྱད་གདུང་འཛིན་གསོལ་  
 གདབ་གདོན། །གཉིར་གདམས་བཙེལ་གདམས་ཉིད་ལ་གདུ། །མིང་གདགས་  
 ལྷན་གདངས་ས་བོན་གདབ། །ཁ་གདངས་མཆོན་གདེངས་གདོན་མི་བ། །ད་  
 གདོད་སོས་གདལ་གདེང་ཐོབ་གདལ། །གདོས་པ་ཐུད་གདར་སྤང་ལ་གདེག  
 གདགས་པའི་བསྟན་བཙེལ་གདམ་ང་བྱེད། །གདེངས་ཅན་གདུལ་བྱ་དམ་ལ་  
 གདགས། །བྱབ་གདལ་གདོད་ནས་གདགས་གཞི་བྲལ། །གདེངས་ཅན་ཀྱན་  
 ར་གས་འཕུལ་དའོ། །བདག་བདེན་བདུད་བདུན་མདུན་དུ་བདར། །བདེ་བདོ་  
 ཟས་བདའ་བདུག་སྒྲོས་བདུག །བདའ་དེད་བདག་པོས་བདའ་ཞིང་བདས། །  
 བདེ་གཤེགས་བདེ་ལེགས་བདེན་པ་བདར། །གཞུ་བདུངས་བདོག་པའི་སྐྱེལ་  
 བདར་བདོག །བདེན་གཉིས་བདུད་ཅི་སྤེལ་མར་བདར། །ཕྱག་བདར་སྤྱི་བདར་  
 བས་འཕུལ་དའོ། །མདའ་མདུང་མདེའུ་ལམ་མདོའི་མདོས། །མདུན་མདོངས་  
 མདོག་མདངས་མདོར་བསྐྱས་མདོ། །མདངས་སང་མདོང་གསོལ་ར་མདའ་  
 དང་། །མདུད་པ་ལ་སོགས་མས་འཕུལ་དའོ། །སྤྱང་ན་འདའ་འདས་འདུན་  
 པས་འདུད། །འདམ་ཁྲོད་འདུར་འདུར་འདོང་ཞིང་འདུག །འདོམ་དུས་རྗེས་  
 འདེད་གསོལ་འདེབས་འདོན། །ལྷ་འདྲེ་ཤིང་འདྲུད་ཁུང་བྱ་འདྲ། །འདུ་བྱེད་  
 འདུས་བྱས་འདྲེས་མ་འདྲ། །འདྲུལ་བའི་གཏམ་འདྲི་ཡི་གོ་འདྲི། །འདྲིད་ཅིང་  
 ཁྲིམས་འདལ་སྒོག་འདོར་འདར། །འདེགས་པ་འདི་འདོད་འདུལ་བས་འདུལ།  
 ། འདམ་བྱའི་འདབ་མར་འདབ་ཆགས་འདུ། །རི་འདབས་འདོལ་སར་འདག་

གུ་འདག། །སྒྲོ་འདྲོགས་ཞབས་འདྲེད་འདྲེད་ཅིང་འདྲེད། །འདྲེན་བས་ཆས་  
 འདྲོམས་དགོ་འདྲུན་འདྲུས། །འདྲོ་མེད་འདྲོམས་སྤྱ་འདྲོམ་གང་འདྲོགས། །  
 འདྲོད་ཆགས་འདྲུ་ཤེས་འདྲུ་འཛིར་འདྲིས། །འདྲེག་མཁན་འདྲེང་ཕྱིར་འདྲོ་རྟ་  
 འདམ། །འདས་པོའི་འདད་ཀྱིས་འཁོར་འདབ་འདྲུམས། །མིང་འདྲོགས་ཚུ་  
 འདལ་སྒྲོ་མ་འདལ། །འདག་ཆལ་གོ་འདྲུན་དེ་མ་འདྲོག། །དྲི་མ་འདག་སོགས་  
 འས་འབྱལ་དའོ། །གྲོང་རྩལ་ཐོག་རིབ་རྩོ་རྩེའི་རྩལ། །རྩོ་རྩེའུ་རྩོག་པོ་རྩོག་གྲང་  
 རྩགས། །རྩང་འཆོག་ཕེག་རྩོབ་ཆ་ལང་རྩོག། །སྒྲོ་རྩོག་རྩབ་འཆལ་ལྷས་རྩོས་  
 ཆེ། །ལག་རྩམ་སྒྲོ་རྩོལ་དབྱ་བ་རྩོས། །གྲི་རྩོར་རྩོལ་ཆས་རར་བཏགས་དའོ། །  
 མཁའ་ཕྱིང་འབྱུག་ཕྱིར་ཕྱབ་ཕྱིབ་སྐད། །ཕྱ་ཕྱི་ཕྱི་མིག་ཡོད་པའི་ཕྱན། །མགོ་  
 ཕྱོག་ཕྱོ་ཕྱིར་ཕྱར་ཕྱར་ཕྱགས། །སེང་ཕྱིང་ཕྱིམ་ཕྱིམ་ཕྱིར་བཟོའི་ཕྱིབས། །  
 ཕྱིང་རོས་ངད་ཕྱིང་ཕྱི་གྲུ་བྱུག། །འཇུག་ཕྱོག་ཕྱོབ་སྒྲིབ་ཕྱིར་མི་ཕྱོག། །སྒྲོམ་  
 ཕྱུད་མེ་ཕྱི་མིང་གི་ཕྱི། །ཕྱུམ་རའི་ཕྱུམ་བྱ་ཕྱབ་ཕྱོབ་དང་། །བཅོམ་ཕྱན་ཕྱིམ་  
 དགོངས་དྲིས་ལན་ཕྱོན། །བསྐྱར་ཕྱབ་ཉིས་ཕྱབ་ལྷག་མ་ཕྱས། །ཕྱན་པའི་  
 སོ་ཕྱོག་མིག་གྲང་ཕྱོངས། །ཞེའུ་ཕྱིང་ཕྱོམ་བྱ་སྟན་ལས་ཕྱིང་། །ཕྱིང་ཆད་ལ་  
 སོགས་ལར་བཏགས་དའོ། །ཞེ་ཕྱིང་ཕྱིང་མིག་ཕྱོགས་མཇུབ་ཕྱོག། །ཕྱིར་མ་  
 བདེ་སྤྱུག་དགོ་ཕྱོག་ཕྱོམ། །ཕྱིངས་ཀྱི་ཕྱིང་པོ་ཕྱིང་བུའི་ཕྱི། །སྒྲོག་དང་སྒྲོ་ཞིང་  
 ཕྱི་ཆོན་ཕྱོག། །སྒྲོག་ཆགས་སྒྲོམ་ཕྱོག་ཕྱོར་མོ་རྟོ། །སྒྲོམ་པ་བསྐྱང་སྒྲོམ་སྒྲོད་  
 གནས་སྒྲོད། །ཕྱོབ་སྒྲོར་མཛེས་སྤྱུག་ཞོར་སོགས་སྤྱད། །སྤྱུམ་པར་མཆོད་

སྐོར་སྐྱུ་མ་བྱས་བསྐྱོར། །སྐྱེར་མའི་ཐུག་སྐྱེར་ལག་བས་སྐྱེ། །བཀའ་སྐྱོད་  
 སྐྱེ་སྐྱོད་སར་བཏགས་དེ། །གྱི་བརྒྱུད་བརྒྱུད་འཆོས་བརྒྱུད་བྱ་བརྒྱུད་ས། །  
 ཁ་བརྒྱུད་སྐྱ་བརྒྱུད་ཆལ་བརྒྱུད་བརྒྱུད་ས། །རྒྱུད་བརྒྱུད་བྱོ་བརྒྱུད་གོ་བྱེད་བརྒྱ།  
 ཆལ་མར་བརྒྱུད་ནས་བརྒྱུད་ཞིང་བརྒྱུད། །བས་འཕུལ་ར་མགོ་ལྷན་པའི་  
 དེ། །བལྟ་བས་ནས་བལྟ་བ་བལྟ་ཅིང་བལྟ། །བས་འཕུལ་ར་མགོ་ལྷན་  
 པའི་དེ། །བསྐྱུ་བྱ་བསྐྱུ་བསྐྱུ་ས་བསྐྱུ་ར་ནས་བསྐྱུ། །ཉེས་བསྐྱུ་མས་བསྐྱུ་མས་  
 རས་སྐྱོག་དང་བསྐྱུ་ས། །འོག་བསྐྱུ་གས་ཉེར་བསྐྱུ་གས་གཞན་ལ་བསྐྱུ་གས། །  
 སྐྱོག་གས་དང་བསྐྱུ་ས་བསྐྱུ་བས་སྐྱུ་ཐག་བསྐྱུ་གས། །འགལ་བསྐྱུ་མ་བས་འཕུལ་  
 སར་བཏགས་དེ། །

མན་གཞོད་གནས་སྐྱབས་གནང་བཀག་གནད། །གཞོན་སྐྱེན་གནག་  
 ཐུགས་གནམ་ལྟར་གནག། །གནས་བརྒྱུད་ཉེར་གནས་གནས་ཁང་གནས། །  
 གཞོད་བྱེད་ཟེལ་གཞོན་གནའ་མི་གཞུབས། །ཞི་གནས་གནས་འགྱུར་གནས་  
 ཐུགས་ཉོགས། །གནངས་གཞེས་གནམ་རུ་རྒྱུད་པས་གཞོན། །ཞི་གཞོད་  
 གནད་གཅོད་གནས་ངན་ལེན། །གཞོད་གནས་ལ་སོགས་གས་འཕུལ་ནེ།  
 མནལ་གཟེམས་མནའ་མ་འོག་ཏུ་མནན། །མནབ་རྩལ་ཁྱི་མནམ་མནར་མེད་  
 མནར། །མནར་སེམས་ཟས་མནོག་མནོག་ཆུང་བ། །མནོལ་རིགས་མནའ་  
 བསྐྱུལ་ན་བཟའ་མནབས། །མནོ་བསམ་མནོས་སོགས་མས་འཕུལ་ནེ། །  
 རྒྱུ་ཤེས་རྒྱུ་ཤེས་ཤེས་འགྱུར་རྒྱུ་ས། །རྒྱུ་ཉོག་རྒྱུ་གངས་རྒྱུ་པ་མང་།

ན་གཤེག་ཅེ་ནོ་ནལ་མའི་དོན། །ཁྱལ་ན་ནག་ཁག་ཞིང་ནང་མ། །ཆིག་མང་  
 ནམ་པར་རར་བཏགས་ནའོ། །སྒར་མ་སྟོན་སྒྲུབས་སྒྲག་ཆ་སྒྲུབ། །སྒར་བ་  
 སྒྲ་ཆོགས་སྒྲ་ཡི་སྒྲུབས། །སྒྲམ་བྱའི་སྒྲམ་སྒྲུར་སྒྲལ་མའི་སྒྲེ། །བར་སྒར་སྒར་  
 གསལ་སྒྲུམ་དེ་སྒྲོམ། །ལམ་སྒར་སྒྲ་བོའི་སྒྲག་དབོན་སྒར། །སྒྲར་སྒར་སྒྲ་  
 མང་སྒྲེལ་ཞི་སྒྲོད། །ཡུག་སྒྲམ་སྒྲམ་ཕན་སྒྲ་མ་སྒྲེའུ། །སྒྲད་ཡར་སེར་སྒྲའི་  
 སྒྲོན་མར་སྒྲོམས། །རྒྱབ་གྱི་སྒྲམ་ལོགས་སར་བཏགས་ནའོ། །བརྒྱག་སེམས་  
 སྟོ་ལ་བརྒྱན་ཡང་བརྒྱངས། །བརྒྱག་དཀའི་བརྒྱག་པས་མདུན་དུ་བརྒྱུ། །སྒྲས་  
 པའི་བརྒྱོགས་དང་ངེས་བཟུང་བརྒྱན། །བས་འཕུལ་ར་མགོ་ལྡན་པའི་ནའོ། །  
 གནད་བསྒྲུན་མཆོན་བསྒྲུན་རུ་མ་བསྒྲུན། །སྟོལ་བསྒྲུབས་གོང་འོག་བསྒྲོར་  
 ཞིང་བསྒྲོལ། །མཆོན་བསྒྲུམས་དུས་བསྒྲུར་ཞིབ་མོར་བསྒྲུབ། །མདུག་བསྒྲར་  
 དེ་བསྒྲུམས་ནེམ་ནེམ་བསྒྲེམས། །མང་དུ་བསྒྲན་ནས་འདྲེས་པར་བསྒྲོས། །  
 བས་འཕུལ་ས་མགོ་ལྡན་པའི་ནའོ། །

པར་པར་པར་བྱ་བེ་མང་འཛིན། །གཅིག་ཕྱར་བེར་གྱིས་པ་ཏ་བེས། །ཕྱ་  
 རྒྱའི་ཕྱ་ཕྱད་ཕྱར་གྱིས་ཕྱར། །ཕྱུརྩི་ཀ་བེ་བེ་ལིང་། །པ་ཞི་བརྒྱ་པ་ལ་ཤ། །  
 ཕྱས་བཙུགས་པོག་པོར་ག་ཕྱར་འཕུལ། །པར་མའི་པོ་ཉི་པརྩི་ཏ། །ཟེ་ཕྱོག་  
 ཕྱོག་ཞུ་འོག་པག་དང་། །ཕྱར་ཁང་པར་ཏང་པོ་ཏ་ལ། །ཕྱ་ས་ལ་དང་ཕྱ་ཞེལ་  
 ཅེ། །པ་སངས་ཕྱ་པབ་བེ་ཡརྩ། །པགས་པ་ལག་པོད་པོ་ཟོས་ཀྱང་། །པར་  
 གྱིས་འཔར་སོགས་པ་རྒྱང་ངོ། །དཔག་ཆད་རྩེས་དཔག་དཔག་བྱ་དཔོག། །

རྒྱལ་པོའི་དབྱ་ཁལ་དབྱང་ཐག་དབྱངས། །དཔག་མེད་དཔག་དབྱང་དབྱང་  
 བྱ་ཚུང་། །དཔེར་ན་དཔེ་བྱད་དཔེ་ཆ་དཔེན། །རྣམ་དཔྱད་རྟོག་དཔྱད་བཏག་  
 དབྱད་དང་། །རྗེ་དཔོན་སྟོབ་དཔོན་སེམས་དཔའ་ཆེ། །དབྱིད་དུས་དབྱལ་  
 བར་དབྱི་མགོ་དཔྱད་ས། །ཤིང་ང་དབྱང་བཅད་དབྱང་རྒྱན་དང་། །དར་  
 དབྱངས་དཔངས་མཐོ་དཔག་བསམ་ཤིང་། །དཔའ་བོ་དཔའ་བའི་དཔང་པོས་  
 དཔོད། །གསོ་དབྱད་དབྱིས་བྱིན་དབྱས་མི་འདོགས། །དཔལ་ལྷན་དཔང་  
 ལོ་དས་འཕུལ་བའོ། །པ་སྟད་སྟུན་ཟླ་སྟང་བྱ་སྟངས། །སྟང་པོའི་སྟར་མོའི་སྟ་  
 དབྱག་སྟད། །སྟོས་སྟོན་སྟོ་སྟོས་ལོངས་སྟོད་སྟོད། །སྟང་སྟོས་སྟར་སྟོར་སྟོན་  
 སྟོལ་སྟོ། །སྟོན་རྟོག་སྟུག་གིས་སྟུད་བས་སྟ། །གནས་སྟར་བྱ་སྟར་གཞན་དུ་  
 སྟགས། །མགོ་སྟ་སྟུག་སྟུག་ཐགས་གྱི་སྟན། །སྟེའུའི་གཅེས་སྟས་སྟུད་དངོས་  
 སྟེལ། །སྟ་མ་སྟུ་མ་སྟུ་བ་སྟངས། །སྟ་ཆལ་སྟོད་དང་ཞོ་སྟོས་སྟགས། །འཐབ་མོ་  
 སྟད་སྟོད་སྟོས་ནས་སྟུགས། །སྟོ་སྟོས་སྟེལ་མར་འཕྱེན་སྟོང་སྟོངས། །ལྷན་  
 སྟུལ་སྟོང་བ་སྟོངས་སྟོད་བ། །ཚུར་སྟོན་དཀར་སྟུད་ཆོས་སྟོད་སྟོར། །སྟོས་  
 བལ་སྟུལ་བ་གཟའ་སྟོན་བ། །གོས་སྟོ་ཚུར་སྟོངས་སྟོ་ཆོལ་སྟོན། །ཁེ་སྟོགས་  
 སྟང་གི་སྟ་སྟེའུ། །སྟང་པོའི་སྟོབས་བས་དགེ་མི་སྟོམ། །སྟོ་བླགས་ཁ་སྟུབ་  
 རྒྱན་གྱིས་སྟས། །སྟོ་བོ་རུལ་སྟུགས་རུལ་གྱི་སྟབས། །སྟོད་བ་སྟ་བཞོང་རི་  
 ཡི་སྟོ། །ཁིག་གི་སྟུན་སོགས་སར་བཏགས་བའོ། །སྟག་སྟགས་ལ་སོགས་  
 ལར་བཏགས་བའོ། །



པར་པར་སྤྱན་ཆོག་ས་སྤྱན་ཆོག་ས་ཤིང་། །སྤྱག་གུ་དང་སྤང་རྩལ་སྤན་  
སྤ། །བརྒྱ་སྤག་སྤང་སྤལ་སྤལ་སྤང་རེ། །སྤྱག་པོའི་སྤྱིར་དུ་སྤྱོག་ས་བརྒྱར་  
སྤྱིན། །སྤྱག་དར་སྤྱི་སའི་སྤྱེ་མ་སྤྱེ། །སྤྱ་མཁན་པོངས་པས་སྤྱིང་རྩལ་སྤྱར། །  
སྤྱི་བདར་གྱིས་སྤྱིས་སྤྱག་ས་མས་སྤྱག་ས། །ནམ་སྤྱེད་སྤྱེན་གཏོང་སྤྱི་རྡོ་པར་།  
དབང་སྤྱག་དབྱག་ས་སྤྱང་སྤྱོ་སྤྱེ་ནས། །སྤྱག་ས་སྤྱམ་སྤན་ཆོག་ས་སྤྱིང་བ་  
སྤྱོག་ས། །སྤྱ་མེན་སྤྱིན་ལས་ས་སྤྱོད་ཆེ། །སྤྱག་ས་གྱི་སྤྱ་མ་སྤྱེ་མ་ལེབ། །སྤྱ་བའི་  
སྤྱིར་སྤྱང་སྤྱག་གིས་སྤྱོར། །སྤྱིན་སྤྱག་སྤྱག་འཆལ་ཉིན་མཆོན་སྤྱད། །སྤྱ་མ་  
སྤྱག་དོག་སྤྱག་པ་སྤྱལ། །སྤྱིན་ཆད་ཡིད་སྤྱང་སྤྱན་ཅི་སྤྱིན། །སྤྱིར་འབྱང་སྤྱིར་  
སྤྱོག་ས་སྤྱིན་ཅི་ལོག། །མི་པམ་ཆོག་སྤྱད་རྣམ་དབྱེ་སྤྱེད། །སྤྱ་མ་སྤྱར་གཡེང་  
པ་རྒྱང་རོ། །གཞན་ལ་འབྱ་འབྱས་འོད་འཕྲོ་འཕྲོས། །འབྱི་བ་འབྱེ་བོ་དུས་འབྱི་  
འབྱིས། །རྣམ་འབྱལ་སྤྱ་འབྱལ་མདའ་འཕེན་འཕངས། །རྣམ་འཕང་སྤྱི་འཕང་  
གོ་འཕང་འཕྲོག། །མཆོ་འབྱར་དུང་འབྱར་ལམ་འབྱག་འབྱག་ས། །སྤྱིང་འབྱོའི་  
འབྱོན་མས་སྤྱེ་འབྱར་འཕངས། །འཕོངས་གྱི་འཕག་འཕག་མགོ་སྤྱམ་འབྱར།  
འཕོང་གིས་གཞན་འཕམ་འཕལ་ག་འགྲིག། །འབྱན་ཞིང་འབྱོ་སྤྱིང་དར་འབྱར་  
འབྱལ། །འབྱིན་འབྱོད་འཆི་འབྱས་སེམས་ལ་འབྱང་། །འབྱལ་བ་སྤྱ་འབྱིངས་  
སྤྱག་དར་འབྱག། །འབྱང་དང་འབྱེ་བ་འས་འབྱལ་པའོ། །

སྤྱ་མའི་སྤྱ་ན་སྤྱ་བྱེ་བྱེས། །བྱམས་པས་བྱད་བྱར་བྱབས་པས་བྱེར། །བྱེ་  
ཡི་བྱེ་མས་བྱབས་པས་བྱང་། །བྱན་གཡོག་བྱེས་བྱོན་བྱག་པ་བྱིན། །བྱིས་

བས་བྱ་རའི་བྱ་བ་བྱོས། །བམ་ཟེ་བྲག་རིའི་བྱང་དུ་བྱོལ། །བྱ་བྱིའུ་བྱི་བ་བྱི་  
 ལའི་བྱད། །བྱོལ་སོང་བྱང་འགྲོའི་བྱང་བྱིལ་བྱིལ། །སྒྲ་གཤ་སྒྲ་གོས་སྒྲས་ཀྱང་  
 སྒྲ། །སྒྲུན་པོ་འདས་བྱིང་སྒྲོ་སྒྲོང་སྒྲོང་། །བྲོ་ནད་ཐབས་བལ་བྲོ་བོར་བྲོས། །བྲན་  
 མའི་བྱི་བོར་རང་བྲན་ཅུད། །བྲག་མཁན་བྲོ་གར་བྲེ་བས་བྲེལ། །སོས་སྒྲད་  
 ཅུ་སྒྲད་ཟས་བྲིམས་བྲོད། །བྲ་ནའི་ཡོ་བྲད་བྲུར་བྲུར་སྒྲུགས། །ད་བྲིད་རོ་བྲོ་  
 བ་བའི་བྲུན། །དོང་བྲུབས་ཅུ་བྲུག་བྲུ་བ་ཙ། །གོས་བྲེར་བཙོ་སྒྲག་གོས་གྱིས་  
 བྲིབས། །སྒྲ་ཆེ་བྱང་བྲུར་བ་སྒྲ་བྲུགས། །ཁས་སྒྲངས་སྒྲ་ཐབས་ས་སྒྲས་བྲིལ།  
 སྒྲོ་བྲིད་སྒྲ་དྲགས་ཡི་གེར་བྲིས། །སྒྲུ་བྲི་ཆ་བྲད་གཟི་བྲན་བྲི། །བྲི་བཞིན་བ་  
 ཉེར་བ་བྲེ་བྲོ། །བྲུག་རིས་བྲ་བའི་བྲེ་བྲག་ལ། །རྒུལ་སྒྲོན་སྒྲོ་མིག་བདེ་སྒྲག་  
 བྲེད། །སྒྲང་དོར་སྒྲོན་འདེབས་སྒྲ་བོ་ལ། །རབ་བྲུང་སྒྲ་བྲེགས་ན་བ་སྒྲགས། །  
 ལྷོ་གོས་བྲེང་བྲེང་བྲ་དགར་བྲིན། །སྒྲན་སྒྲ་བྱང་ཅུབ་སྒྲ་ན་མེད། །བྲིན་སྒྲབས་  
 བྲུ་བྲུ་བ་རྒྱང་རོ། །དབྲེན་དང་དབྲེ་བལ་ཆོས་དབྲིངས་དབྲིབས། །དབྲེར་  
 མེད་དབྲུ་མ་དབྲང་དང་དབྲས། །དབྲུ་བྲུ་དབྲེག་པ་དབྲུག་པ་དབྲུགས། །རྗེང་  
 དབོལ་ཅུ་དབོ་སྐར་མའི་དབོ། །བྲིར་དབྲུང་སྒྲན་དབྲུང་མཆོན་གྱིས་དབྲུག་  
 དབྲུལ་པོས་དབྲུགས་དབྲུང་ནོར་མི་དབྲོག །ཆོན་དབྲི་དབྲེག་མོ་དབྲེག་  
 དབྲེག་དབྲུར། །དབོན་པོས་དབྲངས་དབྲུལ་སྒྲ་མི་དབབ། ། དབྲེག་གཉན་  
 དབྲུ་ལ་གདུགས་ཀྱང་དབྲུབ། །དབང་བསྐྱར་བྲིན་དབབ་གཏན་ལ་དབབ། །  
 བྲུང་དབོག་ནོར་དབོག་དབེན་སར་དབལ། །དབང་བྲུག་དབང་ལྷན་དབང་

བང་དབྱར། །དབང་པོ་དབྱིག་མང་དབྱལ་དབྱེས་ཆེ། །དབའ་རྒྱབས་དབྱ་བ་  
 རྒྱུན་གྱིས་དབགས། །དབྱེ་བཙོག་ཁ་དབྱི་ཞེ་སའི་དབའ། །དབལ་ནི་ལ་ཉམས་  
 ཅེ་རྫོད་ཏོག། །ཞ་ཉིའི་དབྱར་འདབ་དས་འཕུལ་བའོ། །རབ་འབྱམས་འབྱམས་  
 གས་འབྱུང་བཞི་འབྱུག། །འབྱལ་མེད་དང་འབྱེལ་འབྱས་བྱ་འབྱ། །འབྱིང་པོ་  
 འདམ་འབྱིང་འབྱམ་ནད་འབྱང། །འབྱོག་གི་འབྱི་འབྱོང་རུས་གྱི་འབྱོམ། །  
 འབྱུང་འབྱུར་ཆེ་འབྱིད་འབྱེད་པའི་འབྱིད། །སྐྱ་འབལ་འབེལ་གཏམ་སྒོ་འབྱེ་  
 འབྱེད། །འབྱས་ཆན་ལྷེས་འབྱོག་ཆང་འབྱོ་འབྱངས། །འབྱོམ་སྒྲོན་འབྱོན་དུས་  
 འབྱོས་ཤིང་འབྱང། །འབྱུབ་ཁུང་ཁ་འབྱེད་འབྱོལ་ཞིང་འབྱེར། །མཆང་འབྱའི་  
 ཆིག་འབྱིན་ཆོན་འབྱུག་འབྱོངས། །ཁ་འབྱི་ཚུ་འབྱུབ་སྐྱར་བའི་འབྱར། །འབྱུང་  
 པོའི་འབྱོར་བ་འས་འཕུལ་བའོ། །ཁྱི་བད་བབ་སྒྲིལ་ཁ་བད་ཆེ། །ནད་གྱི་སྐྱ་  
 བབ་སྐྱ་བད་ཚོད། །ཚོད་མ་སྐྱེལ་སོགས་རར་བཏགས་བའོ། །ལྷ་བ་ལྷ་བ་ལར་  
 བཏགས་བའོ། །འོར་སྐྱིན་གའོད་སྐྱིན་སྐྱིན་བདག་སྒྲོན། །སྐྱོན་པ་སྤངས་དང་  
 སྤང་མས་སྤངས། །སྐྱག་ཏུ་འོར་སྐྱ་སྐྱས་སྒྲོས་སྒྲེད། ། ཉིས་སྐྱག་སྐྱ་འབྱུབས་  
 སྒྲེལ་ནས་སྐྱར། །སྒྲེས་ནས་སྐྱར་མར་མེ་སྐྱར་སྒྲོད། །ཆུས་སྐྱས་བས་སྐྱས་  
 རྒྱུགས་གཅིག་སྒྲོམས། །སྐྱམ་མ་ལྟོ་སྒྲོས་སྒྲོག་ཆགས་སྒྲེ། །ཕྱག་སྐལ་ཕྱོག་  
 སྐྱར་སྐལ་བ་སྐྱལ། །ཕྱོགས་སྐྱན་སྐྱངས་སྐྱེད་སྐྱད་པའི་སྐྱབས། །སྐྱིག་མོར་  
 སྐྱིག་ཅིང་སྒྲེ་ག་སྐྱོང། །སྐྱག་ཆེ་ལུས་སྐྱིད་སྐྱ་འཁར་སྒྲོམ། །ལ་སྐྱང་སྐྱང་མ་  
 སྐྱང་དང་སྐྱགས། །སྐྱེད་བྱེད་གསེར་སྐྱམ་ས་ལེ་སྐྱམ། །སྐྱོར་བ་སྐྱང་བྱ་སྐྱོང་

གེད་ལྷུངས། །དགེ་ལྷོང་གསེ་ལྷོང་གཙང་ལྷ་ལྷོང། །འདོམས་ཀྱི་ལྷ་བ་སར་  
བཏགས་བཞོ། །

རོ་ཐུགས་ཐུག་ཐུག་ནགས་ཐུལ་ཐུབ།     | ཉམས་ཐོང་ཐུ་གུའི་རོ་ཐུང་  
 ཐོས།     | ཐུང་འདས་ཐུང་ཐུང་ཐུག་ཐུག་དང།     | ཐུ་ངན་ཐུ་ངམ་མ་རྒྱུ་རོ།  
 དམག་གི་ཉེས་དམིགས་དམངས་རིགས་དམན།     | དམེ་པོ་དམུས་ལོང་  
 དམིགས་བྱ་མེད།     | དམུ་ཁོད་དམུ་ཚུ་འདྲེ་སྤོང་དམུ།     | ཁྲོ་དམུན་དམུས་བྱང་  
 བྱ་གུའི་དམིག     | གཙང་དམེ་འཇུ་མ་དམུལ་དམིགས་པ་གཏོད།     | ལག་དམར་  
 ཁ་དམར་ཁ་དོག་དམར།     | ཉམས་དམས་དམོད་བཙུགས་དམོད་པ་འདོར།     |  
 དམུལ་བ་གནས་དམའ་དམིགས་བསལ་དང།     | ཐུག་ཐུག་དམུགས་སོགས་  
 དས་འཕུལ་མའོ།     | མཛད་བྱང་ཐུགས་འཛིན་མི་ལམ་མིས།     | མཛད་ནས་མོ་མོས་  
 མོན་དོར་དང།     | མོངས་ཐུགས་བྲིས་ཐུར་ཐུགས་པའི་མ།     | མེན་པ་ཏ་མིག་སྒྲ་  
 ཡི་མེད།     | མོངས་བྱ་མེག་མེད་སུན་པའི་ཐུས།     | སེར་མེ་བསྐྱེས་མེ་དོ་མཚར་  
 མད།     | མོ་མོ་བལ་མེལ་བྲིས་པའི་མས།     | མ་བྱ་ཁམས་མུ་བྱ་ཐུང་བྱེད།     | མོག་  
 དང་དབུ་མོག་རར་བཏགས་མའོ།     | སྒྲན་དང་སྒྲན་པའི་གཏམ་སྒྲ་སྒྲོས།     | སྒྲིག་  
 རྒྱ་སྒྲིག་རུམ་བོང་མིན་སྒྲར།     | སྒྲན་ཐོངས་སུག་སྒྲེལ་སྒྲིག་ཤད་དང།     | སྒྲིག་  
 མ་སྒྲི་གུ་སྒྲིག་མ་སྒྲིན།     | ཆེ་སྒྲད་སྒྲ་པབ་སྒྲད་རས་སྒྲོད།     | མགོ་སྒྲུང་སྒྲུང་དང་  
 སྒྲེ་སྒྲགས་སྒྲས།     | བྱ་སྒྲད་མིང་སྒྲོས་སྒྲུན་ཀ་བྱེད།     | འུར་སྒྲིག་ནམ་སྒྲིན་སྒྲོས་  
 ཅི་དགོས།     | སྒྲུང་གནས་དུས་སྒྲུར་སྒྲོན་པ་སྒྲོ།     | སྒྲོན་འདྲིན་བྲི་མེད་སྒྲོན་ལམ་

སྒྲོན། ། སྒྲོན་དུག་སྒྲོན་པོ་སྒྲོན་དུག་བྲ། །སྒྲོ་བ་སྒྲོག་ཅི་ཁ་དོག་སྒྲོག །སྒྲོ་ར་  
སྒྲོན་མ་སྒྲོ་ལ་ཅན། །ཅིས་གྱི་སྒྲོ་བ་སར་བཏགས་མཛོ། །

ཅ་བ་ཅུ་བ་མི་བྱ་ཅོག་ཅོག་བྲ། །ཅན་དན་ཅུ་ཏ་ཅམ་བ་ཀ། །ཅ་ཀོ་ར་  
དང་ཅི་ཏི་མོ། །ནེ་ཅོ་དེ་ཅམ་དེ་ཅུག་ལགས། །ཅེ་ནེ་ཅེ་རེ་ཅ་རི་བ། །ཅུ་རུའི་  
བཟའ་བ་ཅ་ན་ཀ། །ཅུག་ཅུག་སྒྲོ་སོགས་ཅ་རྒྱུང་དོ། །གཅུག་ཏོར་སྒྲི་གཅུག་  
གཅང་ཁང་གཅང་། །མི་གཅིགས་སྒྲོད་པ་གཅུག་ལག་ཁང་། །གཅོད་རུས་  
གཅེས་ཤིང་གཅེར་བས་གཅེས། །མཆེ་གཅིགས་གཅུ་བ་ཤིང་གཅུ་བ་གཏན་  
གཅུ་བས། །གཅོ་བོ་གཅིགས་ཆེ་གཅགས་བྲས་གཅགས། །གཅང་སྒྲོགས་  
གཅང་ཅུ་གས་འཕྱལ་ཅོ། །བཅན་པོ་བཀའ་བཅན་རྫོང་བཅན་དང་། །  
བཅན་མོར་བྲ་བཅས་བྲ་བཅས་བཅལ། །བཅན་པ་མིག་བཅུ་མས་བཅོན་  
རར་བཅུད། ། །གོས་བཅེམས་བཅག་དང་བཅོད་གྱིས་བཅོས། །བཅན་དུག་  
ཆགས་གྱིས་བཅགས་ཤིང་བཅོར། །བཅས་སྒྲིར་འབགས་བཅོག་བཅོ་སྒྲག་  
མཁན། །མཐོ་བཅུ་མས་དེག་བཅོག་བཅོག་པོ་དེག །བཅན་རྒྱོད་བཅན་ཐབས་  
གསེར་བཅོ་མ། །སྒྲོལ་བཅུགས་ཤིང་བཅུགས་སྒྲོག་བཅོང་བཅོངས། །བཅད་  
པོ་བཅས་མ་བས་འཕྱལ་ཅོ། །ཅ་ལག་ཅ་ཅེ་ཆོན་ཅི་ཅིང་། །ཅི་མར་ཅི་ཤིང་  
ཅི་ཐོག་རྒྱ། །འཐབ་ཅོད་ཅོད་མོ་ཅི་ཅིས་ཅིན། །ལུས་ཅིན་སྒྲུམ་ཅིན་ཅིས་ཅིས་  
མཁན། །ཅི་བ་མའི་ཅ་རྒྱས་ཅིད་པ་རྒྱབ། །ཁ་ཅང་ཅེ་རྒྱོད་ཅམ་རིན་ཅིག །  
ཅབས་གཅོད་ཅད་གཅོད་ཆེར་མའི་ཅང་། །སྒྲོབས་ཅལ་འབད་ཅོལ་ཅོམ་པ་



ཅོམ། །ཞོ་ཅ་བས་ཅ་བ་མོ་སེར་ཅ་འི་གོས། །ཅིག་པ་ཅིག་མཁན་འཁོར་ལོའི་  
 ཅིབས། །ཅངས་པ་སྒོག་ཅོལ་རར་བཏགས་ཅའོ། །བཀའ་སྒྱལ་དངོས་གྲུབ་  
 སྒྱལ་དང་སྒྱེལ། །སྒྲིན་པ་སྒྱལ་བའི་བའི་ད་དུ་སྒྱལ། །སྒྱལ་དུ་གསོལ་སོགས་  
 སར་བཏགས་ཅའོ། །བཙོན་འགྲུས་སྒྲིང་བཅེ་བཅེ་བ་ཅན། །བཙད་ཅིང་བྲིས་  
 བས་བཙམ་བྱ་བཙམས། །ཁང་བཙེགས་བཙེགས་ཤིང་བཙེ་བྱ་བཙེས། །སོ་  
 བཙེ་ཏ་ཅང་བཙེངས་པའི་གོས། །བས་འཕྲལ་ར་མགོ་ལྡན་པའི་ཅའོ། །

ནགས་ཆལ་སྒྲེད་ཆལ་ཆི་གྲའི་ཆིགས། །ཆོགས་པའི་སྒྲེ་ཆན་ལྷས་ལང་  
 ཆོ། །ཆོན་ཅི་སྒྲེ་ཆོམ་ཆར་དུ་དངར། །ཐེ་ཆོམ་ཆམ་རམས་འཇུ་བྲེད་མ། །ཁང་  
 པའི་ཆོམས་སོགས་ཆ་རྒྱང་དོ། །དོ་མཆར་མཆན་དཔེ་མཆོ་དང་མཆེ་བྱ།  
 མཆེ་མ་མཆམས་བཙད་མཆན་གཞི་དང། །མཆན་ཉིད་མཆོན་བྱ་མཆན་  
 མས་མཆོན། །སྒྲོགས་མཆམས་སྒྲིན་མཆང་མཆན་མོ་མཆར། །མཆར་  
 སྒྲིན་ཁ་མཆལ་མཆལ་དང་མཆུངས། །རྒྱལ་མཆན་མཆའ་མེས་ཏྲ་མཆའ་  
 ལ། །མཛེས་སྒྲུག་བྲིམ་མཆེས་མཆེ་དང་མཆན། །མཆམས་མཛེད་ལ་མཆར་  
 དུར་མཆེད་མཆུན། །མཆོན་ཆའི་སྒྲུག་མཆན་མཆོག་མར་འཕྱར། །མིང་གི་  
 མཆན་སོགས་མས་འཕྲལ་ཆའོ། །སྒྲོ་འཆབས་རྒྱ་འཆག་ནང་དུ་འཆངས། །  
 ཉེར་མཆིར་མེས་འཆིག་དུ་བ་འཆུབས། །ཟས་འཆེད་ལྷས་འཆོ་འཆོ་བྲེད་  
 འཆེངས། །འཆེ་མཛེད་འཆག་བཟང་འཆལ་མ་འཆལ། །ཞོར་འཆོལ་སྒྲུགས་  
 འཆོ་འཆོག་ཆས་འཆོང། །བཛེག་འཆོག་ངལ་འཆོ་འོད་འཆར་ཞིང། །སྒྲོ་དང་

འཆ་མས་པར་སྒྲིག་པ་འཆ་བ། །གདུང་འཆོབ་འཆང་རྒྱ་ལོངས་པའི་འཆར། །  
 རྒྱག་འཆལ་ཤེས་དང་ཆོག་པའི་འཆལ། །འཛོམས་པའི་འཆག་སོགས་འས་  
 འཕུལ་ཆའོ། །

ཇ་རག་ཇ་ལང་ཇ་བོ་ཤིང་། །ཇ་ཡ་ཅན་སོགས་ཇ་རྒྱང་ངོ། །དཔའ་  
 འཛངས་མཛའ་བོའི་བང་མཛོད་མཛེས། །གཞོད་མཛེས་མཛུབ་མོ་མཛོད་སྒྲུ་  
 དཀར། །མཛོ་ཉའི་མཛེར་པ་མཛེན་དང་། །མཛོལ་བྱ་བསྐྱང་བའི་མཛོད་  
 པ་མཛོད། །ཡ་རབས་མཛངས་སོགས་མས་འཕུལ་ཇའོ། །འཛིངས་པས་  
 གོས་འཛར་ལག་པས་འཛིན། །འཛག་དང་འཛིར་བའི་སྒྲོད་འཛེད་འཛེམ། །  
 འཛུར་ཞིང་སྒྲོར་འཛུལ་འཛེག་སྐྱས་འཛུགས། །བཞིན་འཛུམ་འཛིན་པ་སྒྲོད་  
 དུ་འཛུད། །འཛམ་སྒྲིང་དུ་འཛོམ་ཞོར་འཛངས་འཛད། །འཛབ་བཟླས་སྐྱད་  
 འཛེར་ཞོར་བའི་འཛོལ། །འདུ་འཛི་ཆུད་འཛའ་འཛོ་ཡི་འཛེང་། །འཕྱགས་པའི་  
 འཛག་འཛོག་འས་འཕུལ་ཇའོ། །ཀྱན་ཇོབ་རྩན་གྱི་རྩབ་རྩབ་དང་། །ཕྱགས་  
 ཇིའི་ཇོངས་སུ་ཇིའུ་བྱིན། །ཇིང་བུར་རྩས་སྒྲིས་འདམ་རྩབ་ཇོག །ཇི་ཕྱགས་  
 རྩ་མའི་བྱ་ཇི་དང་། །ཇི་མེད་ཇི་མ་བེན་པའི་ཇོགས། །མཁར་ཇོང་ཞོར་རྩས་རྩ་  
 འཕུལ་དང་། །ཇོགས་སངས་རྒྱས་སོགས་རར་བཏགས་ཇའོ། །གཞན་གྱིས་  
 མི་བཇི་ཁྱོ་བོར་བརྩས། །རལ་པ་གྱེན་བཇེས་སྒོག་ཆགས་བཇེས། །བན་  
 བཇེས་ལུལ་གཞན་བཇུངས་པ་སོགས། །བས་འཕུལ་ར་མགོ་ལྡན་པའི་ཇའོ། །

མ་སྒྲེས་པ་མང་ཆུང་མ་ཁ། །འགྱུ་ཕྱ་མང་མི་མང་འཇུ་མ་མང་མང་། །ཡིད་  
ལ་མལ་ལེ་མང་ལོང་དང་། །མ་ཏ་ཡུག་སོགས་མ་རྒྱུད་དོ། །

ཞ་བོའི་ཞ་མོ་ཞ་རྒྱུད་དོ། །མཉམ་གཞག་གཞལ་བྱ་གཞལ་མེད་ཁང་། །  
ཀུན་གཞི་རྣམ་གཞག་རྣམ་གཞག་གཏན། །གཞོན་ཅུ་གཞུང་བཟང་གཞལ་  
ཆོན་གཞུ། །གཞོགས་སྒྲོང་བདུད་གཞོམ་སྒྲོ་གཞོགས་ཀྱང་། །གནས་གཞི་  
གཞོང་པ་གཡང་གཞི་གཞན། །མངག་གཞུག་ཁུ་བ་གཞིབ་ལ་གཞོལ། །གཞལ་  
གསང་གཞོངས་སུ་ལྷག་གིས་གཞུ། །གཞི་བྱབ་གཞུང་ལུགས་བརྟག་གཞིག་  
གཞུག །གཞོགས་ཀྱི་ནད་གཞི་གཞང་འབྱམ་གཞིལ། །གཞར་ཡང་གཞུར་  
མེད་ཡིད་གཞུངས་གཞོབ། །གཞིས་ཀ་སྒྲུ་གཞས་འཆོ་ཞིང་གཞེས། །བར་པ་  
ཉེར་གཞག་བསྐྱེགས་པའི་གཞིབས། །གཞེན་བསྐྱལ་ནང་གཞུག་གས་འཕུལ་  
ཞའོ། །བཞག་ཟེན་བཞད་གད་བཞད་དཀར་བཞི། །བཞབས་ནས་སྐྱ་བཞར་  
བཞམས་བསྒྲོ་བྱེད། །གསོལ་བཞིའི་དགོངས་བཞེད་དེ་བཞིན་ཉིད། །བཞེངས་  
བཞུགས་འབྱོན་བཞུད་བཞོན་པ་ཞོན། །བཞོན་མ་བཞོ་བཞོས་བཞུན་བཞལ་  
བཞོགས། །གཡོག་བཞུན་མར་བཞུ་བཞུར་ནས་བཞེས། །བཞིན་རས་མེ་བཞི་  
གྲོ་བྱི་བཞིན། །འདི་བཞིན་ཁུར་བཞེས་དཔང་ཆེ་བཞི། །བཞི་མཉམ་བཞག་  
སོགས་གས་འཕུལ་ཞའོ། །

བླ་ཆོད་མི་བད་གཞན་ལ་སྒྲོ། །སྒྲགས་སྒྲོས་སྒྲོས་གར་སྒྲ་བ་སྒྲུལ། །སྒྲ་  
གས་སྒྲས་དབྱེ་སྒྲོག་པ་དང་། །སྒྲ་གྲོགས་ལོ་སྒྲ་སྒྲ་དན་སྒྲོ། །བསྐྱར་བའི་སྒྲོས་

སོགས་བ་རྒྱུད་དོ། །གཙན་གཟན་གཟིག་གི་གཟུགས་བརྟན་གཟིགས། །  
 གཟའ་སྐྱར་འོད་གཟེར་གཟེ་བརྟེན་གཟེ། །རྩལ་གཟན་སྤག་པར་གཟེད་ཅིང་  
 གཟར། །གཟོང་གི་གཟེབ་ལ་གཟེར་བྱ་གཟུགས། །གཟེགས་མ་གཟེགས་བན་  
 གཟེར་བར་གཟས། །ད་གཟོད་ཇིན་གཟོ་ཆུད་མི་གཟོན། །གཟུ་ལུམ་གཟུང་  
 འཛིན་གཟེག་ཆ་ཆུང་། །བྱག་གཟེར་ལ་གཟེམ་གཟེམ་མལ་གཟུད། །གཟེ་  
 མ་ཆེར་མ་གཟང་རིང་གཟན། །བྱ་གཟིངས་ཤ་གཟུག་བས་ཀྱི་གཟན། །ཕྱིང་  
 གཟར་གཟར་བྱ་དགང་ལྷགས་གཟར། །གཟེང་བསྟོད་གཟེ་མདངས་གཟོད་  
 མའི་དུས། །རི་གཟར་གཟུགས་མོ་བྱི་ཐུར་གཟུགས། །གཟར་ཐག་གཟུངས་  
 ཐག་གཟབས་ཀྱང་གཟགས། །གཟུངས་སྟོབས་གཟུངས་སྤགས་སྤགས་  
 གཟུ་བོ། །བསྟོ་བ་རྣར་གཟོན་གས་འཕུལ་བའོ། །བཟའ་བ་བཟའ་བཟས་བྱད་  
 མེད་བཟའ། །བཟའ་མི་བཟེ་ཞིང་མ་བལྷགས་ཀྱང་། །ན་བཟའ་བཟང་པོ་ལག་  
 པས་བཟུང་། །བཟོ་བོས་ལྷུང་བཟེད་བཟེད་ཞལ་བཟེད། །བཟེ་ཆུང་མི་བཟེད་  
 ལས་ལ་བཟུད། །བཟོད་པ་ཆོགས་བལྷམས་སྤགས་བལྷ་བལྷས། །མི་བལྷོག་  
 གཡུལ་བལྷོག་ཕྱ་ངན་བལྷ། །གཅིག་ཏུ་བལྷམས་སོགས་བས་འཕུལ་བའོ། །

འོངས་འོང་འོ་སྟོལ་འོན་པ་ཁྱག་པ་འོན་ཅིག་འོས་པ་འོལ་ཁ་ཁྱད་པོ་ཆེ་  
 འོག་མ་འོན་ཏང་འོ་མ་འོབས་འོད་བེར་འོ་དོད་སོགས་འཁྱིད་དོ། །

ཡི་རང་ཡི་ཆད་ཡི་དྲགས་དང་། །མདའ་ཡབ་རྩ་ཡབ་ཡ་རྒྱུད་དོ། །  
 གཡོར་མོ་གཡོ་གཡོས་གཡལ་མོ་གཡལས། །གཡོར་པོ་གཡུང་བ་གཡན་པ་

དག་པ། །གཡང་ས་མི་གཡོ་གཡུང་བྱང་གཡང་། །གཡེལ་མེད་གཡུར་བ་བས་  
གཡོ་གཡོས། །གཡང་གཞི་གཡོག་གཡོགས་གཡེར་མས་གཡིགས། །གཡི་  
ལྷགས་གཡར་ནས་གཡབ་གཡུག་གཡོབ། །གཡོན་མ་ལོག་གཡེམ་གཡེང་  
བས་གཡེངས། །གཡའ་སྟོག་སྟེ་གཡའ་ལྷགས་གཡའ་གཡུ། །གཡུང་མོ་གཡོ་  
སྟེ་གཡེར་བག་གཡག། །གཡས་གཡོན་གཡུལ་སྟོད་གཡུལ་ལས་གཡོག།  
། མིག་གཡོར་ཁ་གཡལ་གཡར་རོ་ཆ། །གཡར་ཁལ་གཡར་དམ་གཡར་ཁམས་  
དང་། །སྤང་གཡེལ་གཡེར་ཁ་གས་འཕུལ་ཡའོ། །

ར་ལུག་རྩ་ཅོ་རུལ་རུ་སྟོག། །མངོན་སྟོམ་སྟོམ་སེམས་བྱིན་སྟོབས་  
སྟོབས། །སྟོན་པ་སྟག་བྱེད་འདོམས་གྱི་སྟོག། །སྟོབས་ཆེན་དབང་སྟོབས་  
སྟངས་པ་སྟང་། །སྟམ་བྱིར་ཁག་སྟངས་སྟན་སྟོན་ཆང་། །སྟག་མོ་སྟགས་པ་  
ཁུང་བུའི་སྟོབས། །དུད་འགྱའི་སྟོད་བུ་བས་འཕུལ་མེད། །བཅོམ་བསྟག་ཆོག་  
བསྟང་བསྟག་བྱ་བསྟག། །བསྟ་ལ་སྟམ་བསྟན་ཡ་མ་བསྟ། །སྟོ་བསྟག་བཏན་  
བསྟེང་བྱིན་གྱིས་བསྟོབས། །གདོན་གྱིས་བསྟམས་སོགས་བས་འཕུལ་སྟའོ།།

ལྷ་ནི་གོས་གྱི་བྱེ་བྲག་ཡིན། །

ཤར་གྱི་ཤེང་ཁར་ཤང་ཤང་ཤེ། །ཤུལ་དུ་ཤེད་བན་ཤེལ་གྱི་ཤུབས། །ཤེད་  
བུ་ཤེད་བདག་ཤེད་ལས་སྟེས། །ཤུན་པགས་ཤམ་ཐབས་ཤུར་བུས་བཅིངས།།



ཤེས་ལྡན་ཤིན་ཏུ་ཤུབ་བྱ་སྟེ། །ཤེན་པ་ཤ་འོད་ཤ་རྒྱུ་རོ། །བདེ་གཤེགས་  
གཤེས་ལུགས་དེ་བཞིན་གཤེགས། །གཤེན་པོ་འི་གཤགས་འབྱེད་གཤེན་རྗེ་  
གཤེད། །གཤེན་རབས་གཤའ་དགོལ་དབྱ་སྟོག་གཤོར། །གཤེས་ངན་གཤུལ་  
གཤོམ་གཤུང་དང་གཤེ། །མོ་གཤམ་གཤའ་མ་ཡིན་ཏུ་གཤའ། །གཤོར་  
གྱིས་རྒྱ་གཤོ་ཤིང་གཤོག་གཤགས། །ཐོང་གཤོལ་གཤེག་ཅིང་འདབ་གཤོག་  
གཤེབས། །བརྒྱན་གཤེར་གྲེས་གཤོར་འཕྲང་ལ་གཤོར། །གཤམ་གྱི་སྤང་  
གཤོངས་ཞིང་ས་གཤིན། །གཤོང་བྱ་ལ་སོགས་གས་འཕུལ་ཤོ། །མཛེལ་  
བཤེས་དགོ་བཤེས་ལྟ་བཤོས་བཤམས། །སྤྲིག་བཤགས་སྤྲི་བཤོལ་བཤུལ་  
ལམ་བཤར། །བཤམ་བཤུམས་བཤལ་བྱང་བཤུད་ནས་བཤགས། །བཤའ་  
ཆེ་བཤོ་བཤའ་རི་དྲགས་བཤོར། །རྒྱབ་བཤུལ་པགས་བཤུས་བཤན་པས་  
བཤས། །མེར་བཤུར་རྒྱས་བཤལ་བཤང་གཅི་བཤོ། །མཁར་བཤིག་གྲེས་  
བཤར་འཕྲང་ལ་བཤོར། །སྤྱབས་བཤངས་དཔེ་བཤད་བས་འཕུལ་ཤོ། །

སངས་རྒྱས་སོར་མོ་སེན་མོ་སོ། །སིལ་སྟན་སིལ་སིལ་སེ་མོ་དོ། །ཆེ་  
སྤྲིག་སྤྲང་ཞིང་འོད་སྤྲང་སྤས། །སྤིད་པར་བྱང་སྤང་སྤལ་རྒྱགས་སྤིད། །སྤིད་  
དུས་ས་སྤོས་སྤེན་གསྤ། །སྤིན་པོ་ལུས་སྤལ་ས་སྤང་བྱ། །སྤབས་གྱི་ལམ་  
སྤང་སྤིད་དུ་སྤིངས། །ཡིད་སྤབས་གྱིས་སྤིག་སྤིང་མོར་སྤིད། །སྤུ་མོ་འི་སྤི་  
ཁྱ་སྤིའི་སྤི། །སྤེ་མོ་སྤིག་པ་སྤིན་བྱ་སྤམ། །སྤིན་བྱ་སྤོམ་སྤད་བྱ་སྤ། །རི་

སྲིད་དེ་སྲིད་སྲན་མའི་སྲུལ། །བསྟེན་སྲིད་སྲེག་བྱེད་སྲེག་སྲུགས་དང་། །རྒྱལ་  
 སྲིད་སྲན་སྲིབས་རྟ་ཡི་སྲབ། །སྲུབ་ཤིང་སྲུབ་ཐག་འཇལ་བྱེད་སྲང་། །སྟོབ་  
 དཔོན་སྟོ་མ་སྟོབ་གཉེར་སྟ། །སྟོབ་པ་སྟོབ་མར་སྟོང་མོ་སྟོང་། །སྟེ་བ་བྱེན་  
 སྟོང་སྟོག་ཀྱང་སྟེབ། །སྟེ་ཏེས་སྟུ་བྱུའི་ཚུ་སྟེ་མོ། །ཀྱུན་སྟོང་སྟེ་ཡོན་བསད་  
 པའི་སྟོ། །སྟར་ཞིང་སྟར་ཡང་སྟུ་མེད་སྟད། །སྟེ་འུ་སྟོག་པ་བྱི་ནང་སྟོག་ །སྟ་  
 དའི་སྟད་རོལ་བྱོགས་སྟུ་སྟོན། །སྟད་མར་སྟད་ནས་དུག་རོ་སྟོང་། །སྟ་བརྒྱང་  
 བཏིང་སོགས་ས་ཉིད་དོ། །གསར་བྱ་གསར་ནས་འཁར་གསེལ་གསོར། །ཁ་  
 གསག་གསོག་གསོབ་གསད་བྱ་གསོད། །གསང་སྟགས་སྟན་གསན་གསུང་  
 རབ་གསུངས། །གསོང་པོའི་ཆིག་གསོལ་གསོལ་འདེབས་གསོན། །གསེར་  
 མདོག་ནེ་འུ་གསིང་གསེག་མའི་གསེབ། །གསེབ་དང་གསའ་ཡིས་གསག་  
 གསིར་ཏེ། ། །ཤིང་གསོམ་གསོར་གྱིས་གསེལ་ཞིང་གསེས། །གསས་མོ་  
 གསོག་འཛོག་གསང་གཏམ་གསོང་། །གསོ་རས་སྟུ་གསེད་གསེང་གི་གསུར།  
 །གསུས་པ་གསོ་བྱིར་གསོལ་ཡང་གསུད། །སོ་གསོད་ལུས་གསིག་དིལ་  
 གསིལ་གསུམ། །སྐད་གསང་གསེག་ག་ཤང་གསེག་ག་ཡི། །གསོན་པོ་སྟན་  
 གསང་ཆུད་མ་གསོན། །འོད་གསལ་ནང་གསེས་དྲི་ཆུ་གསིལ། །གསལ་  
 ཤིང་ཆུད་གསན་གས་འཕུལ་སའོ། །སྟོ་བསངས་འབགས་བསངས་ཆོགས་  
 བསག་བསགས། །དམིགས་བསལ་སྟོན་བསལ་བསམ་བྱ་བསམས། །བསེ་  
 ཁབ་བསོད་ནམས་བསོད་སྟོམས་བསོགས། །ཆེ་བསྲིང་བསམ་སྟོ་དེན་

བསམ་བསམ་བསམ། །ཡོ་བསྐང་ཞོར་བསྐྱི་རྒྱང་བསྐྱིང་བསྐྱིངས། །དི་བསྐྱང་གིས་  
བསྐྱས་བསེ་རུ་བསད། །བསྐྱངས་པ་བསྐྱང་བྱ་བསྐྱེག་བྱ་བསྐྱེགས། །བཟོད་  
བསྐྱན་བསྐྱོ་ཁང་ཞོ་བསྐྱབས་བསྐྱེས། །བསོད་པའི་བས་བསྐྱེལ་རིང་བསྐྱེལ་  
བསྐྱིངས། །བྱ་བའི་བསྐལ་དང་སྐྱིབ་པ་བསྐབས། །བསེལ་བའི་བསོ་སྐྱངལ་  
བསོས་བྱ། །ཁ་བསྐམ་རྗེས་བསྐབས་བསེར་བྱ་བསེལ། །ལྷ་བསངས་མེ་  
བསངས་སྐྱོ་བསངས་དང་། །སྐྱོ་བསྐྱན་བསམ་བསེའུ་སྐྱ་བསྐྱི་མེད། །བསང་  
གཏོར་ཞབས་བསེལ་ཞལ་བསེལ་བསྐོ། །བསྐྱང་བྱ་བསྐྱང་ནས་བསྐྱ་བྱ་  
བསྐྱས། །བསྐྱང་བྱའི་ཞོར་བསྐྱངས་སྐྱོགས་སུ་བསྐྱན། །བསྐྱབ་བྱ་བསྐྱབ་པ་  
གྱེན་དུ་བསྐྱང་། །འདོད་པའི་བསོད་ཉམས་བས་འཕྱལ་སའོ། །

རལ་རལ་རལ་རལ་མིག་མིག་མིག །རུ་ཤང་ཉགས་དང་གོས་གྱི་རྒྱ། །  
ཅ་བ་རལ་ལ་སོགས་ཉ་ཉིད་དོ། །

ཨ་ཀ་རུ་དང་ཨ་རུ་ར། །ཨུ་དུསྐྱ་ར་ཨུ་རལ། །ཨོ་རྒྱན་ཨུ་མ་ཨརྒྱ་རྩིལ། །  
ཤིང་ཐོག་ཨ་སྐྱ་ཨེ་ལའི་འདབ། །ཨེ་རུ་ཡ་ན་ཨ་ཉིད་དོ། །

# དག་ཡིག་སྒྲོ་གསར་གཞིན་ཏུ་དགའ་བྱེད་ཅེས་བྲ་བ།

ཅོ་ནེ་རྗེ་བཙུན་གྲགས་པ་བཤད་སྤྱད།

༡༡། །ན་མོ་མཚུ་ཤྱི་ཡེ།

དངོས་བྲུབ་འབྱུང་གནས་རྗེ་བཙུན་འཕགས་མ་སྒྲོལ། །

འཆི་མེད་ཆེ་ཡི་དཔལ་སྟེར་རྣམ་པར་རྒྱལ། །

ཆོག་གི་མཆོག་སྦྱིན་དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོའི་ཞབས། །

དུས་གནས་བྱང་ཚུབ་བར་དུ་གཙུག་གིས་བསྟེན། །

ཡིག་སྒྲེབ་རྒྱས་པ་གཞན་དུ་བཤད་ཟིན་ཡང་། །

འདིར་ཡང་དོན་གཉིས་ཅན་གྱིས་བསྐྱེད་བའི་དོར། །

གསར་བྲུ་དག་ལ་གོ་སླའི་ཚུལ་གྱིས་དང་། །

ཅུང་ཟད་ཉོགས་དགའ་ཐོར་བྲུ་བསྐྱེད་ཏེ་བཤད། །

བ་བཀར་ལོགས་བཀར་ད་དཀར་ཁ་དོག་དཀར།      །ར་རྒ་ཚུའི་རྒ་ད་  
 དཀར་མི་རུས་དཀར། །བ་བཀར་བཀར་ལུང་རོ་བསྐྱ་བ་སའི་བསྐྱ། །བ་བཀལ་  
 ཁལ་བཀལ་ཁལ་བཀལ་སྐྱད་བ་བཀལ། །ས་སྐལ་ཐོབ་སྐལ་བསྐལ་བ་བ་སའི་  
 བསྐལ། །ར་རྒན་རྒན་ལུག་བ་བཀན་བྱེན་དུ་བཀན། །བ་སའི་བསྐྱོས་ནི་དཔོན་  
 དུ་བསྐྱོས་བ་སྟེ། །བ་རའི་བརྐྱོས་ནི་ས་སོགས་བརྐྱོས་བའི་མིང་། །ས་སྐྱར་  
 སྐྱར་འདེབས་ནོར་བསྐྱར་བ་སའི་བསྐྱར། །བ་སའི་བསྐྱས་ནི་ཆོན་སོགས་  
 བསྐྱས་བའི་མིང་། །བ་འོག་ར་བརྒྱ་མ་བྱེན་ལེན་པའོ། །ད་དཀྱོལ་རོལ་མོ་  
 བརྒྱང་བའི་མིང་ཡིན་ཏེ། །བ་བཀྱོལ་བཅིངས་བ་བཀྱོལ་བའི་མིང་དུ་འདོད། །  
 ས་སྐྱག་གའ་བ་ལ་སྐྱག་སྐྱ་མི་ཤེས། །ད་དཀྱ་ཉྩ་བྱར་ས་སྐྱ་ཐུང་མའི་སྐྱ། །ར་རྒྱ་  
 རྒྱ་པོ་བརྒྱས་བྱེན་བ་རའི་བརྒྱས། །བ་བཀྱམ་བསད་བ་ལག་བསྐྱམ་བ་སའི་  
 བསྐྱམ། །བ་བཀང་སྒོད་བཀང་ལུགས་བསྐྱང་བ་སའི་བསྐྱང་། །བ་རའི་བརྐྱངས་  
 བྱེ་རྒྱང་བ་སོགས་བརྐྱང་བ། །བ་སའི་བསྐྱངས་ནི་བྱེན་བྱེས་བསྐྱངས་པའོ། །  
 བ་བཀོན་གཞོད་ལན་ད་དཀོན་རྟེན་དཀར་དཀོན། །བ་སའི་བསྐྱོན་ནི་གོས་  
 སོགས་བསྐྱོན་བའི་མིང་། །བ་བཀྱ་མདོག་སོགས་བཀྱ་དང་བཀྱ་ཤེས་ཏེ། །ས་  
 བཏགས་སྐྱ་ནི་མགོ་ཡི་སྐྱ་ཡིན་ནོ། །བ་བཀྱག་འོད་ཆེ་ས་སྐྱག་འཛིགས་བའི་  
 མིང་། །ད་དཀྱེལ་དབུས་ཡིན་ས་སྐྱེལ་ཚུ་སྐྱེལ་སོགས། །བ་བཀྱན་ནོར་མེད་  
 ས་སྐྱན་ནད་བྱེ་མིང་། །བ་བཀའི་བཀྱོན་ནི་བཀའ་བཀྱོན་གནང་བ་སྟེ། །བ་  
 སའི་བསྐྱོན་ནི་རྩ་ལ་བསྐྱོན་པའོ། །



མ་མཁུར་མཁུར་ཚོས་འཁུར་ཁུར་པོ་འཁུར། །

ད་དགའ་སེམས་དགའ་ར་ཀ་ན་ཚོད་ཀ། །ས་སྒྲ་ཏྲ་སྒྲ་སྒྲ་ལ་བཏགས་  
སྒྲ། །ད་དགོ་རི་དྲགས་ས་སྒྲོ་ཁང་པའི་སྒྲོ། །བ་བགོ་གོས་གོན་བཀའ་བསྒྲོ་བ་  
སའི་བསྒྲོ། །འ་འགོ་ནད་འགོ་ཐོག་མའི་འགོ་བ་སྟེ། །མ་མགོ་ལུས་ཀྱི་མགོ་  
སོགས་ཅེ་མོའི་དོན། །བ་བགོ་བགོ་སྒྲེང་ས་སྒྲོ་བྱ་སོགས་སྒྲོ། །བ་བགོས་  
བགོས་སྒྲལ་ས་སྒྲོས་སྒྲོས་སུ་བཀར། །བ་འོག་ས་བསྒྲོས་བག་ཆགས་བསྒྲོས་  
པའོ། །ས་སྒྲར་དམག་སྒྲར་ད་དགར་བྱར་དུ་དགར། །ད་དགར་སྒྲོད་དགར་  
བ་འོག་ས་བཏགས་བསྒྲར། །བྱ་བའི་གཞུང་སྟེ་ས་སྒྲར་མཐོ་བའི་མིང་། །བ་  
བགམ་ཚོད་ལེན་ས་སྒྲམ་ཤིང་སྒྲམ་ཟེ། །ར་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱེན་ནང་ཁོལ་རྒྱ་མ་  
སྟེ། །ས་སྒྱ་སྒྱ་མ་མཁན་དང་གཡོ་སྒྱའི་སྒྱ། །ར་རྒྱབ་ལུས་རྒྱབ་རྒྱུ་བ་ཅིག་  
ཅེས་བ་སྟེ། །བ་རའི་བརྒྱབ་ནི་དབྱུག་པས་བརྒྱབ་ཟིན་མིང་། །ས་སྒྱག་སྒྱག་  
མོ་ར་རྒྱགས་མཁྱོགས་པར་འགོ། །བ་བགག་ལམ་བཀག་མནའ་བསྒྲག་བ་  
སའི་བསྒྲག། །ད་དགོལ་མདུད་སྟོད་ས་སྒྲོལ་འཛིགས་ལས་སྒྲོལ། །བ་བགས་  
ཀས་པ་རིགས་བསྒྲེ་བ་སའི་བསྒྲེས། །ར་རྒྱོང་ཕྱི་དྲོམ་ཡང་ན་ད་ཡི་  
དགོངས། །ཕྱི་དྲོམ་ཤེས་པའི་ཞེ་སར་འདོད་པ་ཡིན། །མ་མགུལ་མགྱིན་བ་  
འཁྱུལ་གཡོ་ཞིང་འགུལ། །

མ་མངའ་ཡོད་པ་ས་སྒྲ་དུས་ཀྱི་སྒྲ། །ལ་སྒྲ་གངས་དང་ར་རྒྱ་བརྒྱའི་  
ར། །ས་སྒྲོ་ཁ་དོག་ར་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། །ད་དངོ་གི་སོ་བསྒྲོ་བྱ་བ་སའི་བསྒྲོ། །མ་

མངར་རོ་མངར་ད་དངར་ཆར་དུ་དངར། །ད་དུལ་རིན་ཆེན་ར་རུལ་ལུས་ཀྱི་  
ལྷ། །ས་སྒྲགས་གསང་སྒྲགས་མ་མངགས་པོ་ཉ་བཏང། །

བ་བཅལ་རིན་བཅལ་གཅལ་བཟམ་ག་ཡི་གཅལ། །ག་གཅི་རྟག་བ་ལ་  
ལྷེ་ལྷེད་ལྷེ་བ། །

མ་མཆུ་ཁ་མཆུ་འ་འཆུ་ཆུ་སོགས་འཆུ། །མ་མཆོར་མཛེས་བ་འ་འཆོར་  
བྱ་བ་འཆོར། །

ག་གཉན་ཉེ་དུ་མ་མཉན་རེག་བྱ་འངམ། །བ་སའི་བསྟན་ནི་ཉེ་བའི་  
དོན་དུ་འདོད། །ག་གཉན་ས་བདག་མ་མཉན་ཉན་བྱའི་སྒྱ། །ས་སྟན་སྟན་བ་  
གཟུགས་བརྟན་བ་རའི་བརྟན། །ས་སྟམ་ཡིད་བསམ་མ་མཉམ་མཆུངས་བའི་  
མཉམ། །ས་སྟེད་མང་པོ་ར་རྟེད་གསར་དུ་རྟེད། །མ་མཉེད་ཀོ་བ་ལ་སོགས་  
མཉེད་བའི་མིང་། །ས་སྟེས་སྒྲས་ལ་སྟེས་བའོ་བ་རའི་བརྟེས། །གོ་འཕང་ཐོབ་  
བ་སོགས་ཀྱི་མིང་ཡིན་ནོ། །ག་གཉུག་དབེན་བ་ས་སྟུག་ཤིང་གི་སྟུག་།ར་རྟིང་  
རྟིང་བ་ས་སྟིང་ནང་ཁོལ་སྟིང་། །ར་རྟི་འཛིན་བྱེད་ས་སྟེ་སྒྲ་མིན་སྟེ། །ས་སྟད་  
སྟད་འདོགས་བཤད་བ་བ་སའི་བསྟད། །

ག་གཏར་ཁྲག་གཏར་བྱི་དོར་བ་སའི་བསྟར། །ག་གཏན་རྒྱན་དུ་ས་སྟན་  
གདན་བྱི་མིང་། །བ་འོག་ས་བསྟན་ཆོས་བསྟན་རྒྱལ་བའི་བསྟན། །ཁྲ་མ་  
བསྟན་དང་བ་འོག་ར་བརྟན་ནི། །མི་འབྱུར་བརྟན་བ་ཉིད་དུ་འདོད་བ་ཡིན། །ར་

རྟེན་མཆོད་རྟེན་ལ་སོགས་རྟེན་གྱི་མིང་། །བ་འོག་ར་བརྟེན་དེ་ལ་བརྟེན་  
 པའོ། །ག་གཏོགས་དེར་གཏོགས་བ་བཏོགས་སྐྱ་བཏོགས་པ། །ར་རྟོགས་  
 རོན་རྟོགས་ལ་སྟོགས་བཞེས་པའི་མིང་། །ཡང་ན་ར་རྟོག་རྣམ་རྟོག་རྟོག་པའོ།  
 ག་གཏམ་ཆིག་ཡིན་ཡང་ན་གང་བའི་གཏམས། །བ་ལའི་བལྟམས་ནི་སྐྱ་  
 ག་བྱགས་བལྟམས་པར་འདོད། །ར་རྟག་མི་འཇིག་ས་སྟག་གཙན་གཟན་ཏེ། །  
 བ་བཏགས་ཐགས་བཏགས་བརྟག་དབྱུང་བ་རའི་བརྟག། །ལ་ལྟག་གཉའ་ལྟག་  
 ར་རྟོད་ཕྱར་བྱ་རྟོད། །ས་སྟོད་ལུས་སྟོད་བསྟོད་བསྟགས་བ་སའི་བསྟོད། །བ་  
 བཏོད་སྟོལ་བཏོད་ག་གཏོད་དམིགས་པ་གཏོད། །གོ་གཏུན་གཏུན་བྱ་བྱགས་  
 བསྟུན་བ་སའི་བསྟུན། །ག་གཏར་མཛོད་ཡིན་ས་སྟེར་གཞན་ལ་སྟེར། །བ་  
 བཏུད་ཞབས་བཏུད་ག་གཏུབས་དུམ་བུར་གཏུབས། །ས་སྟེུ་མཆོན་ཆ་ར་  
 རྟེུ་རྟ་ཡི་བྱ། །ར་རྟ་དུད་འགོ་ལྟ་བྱེད་ལ་ལྟའོ། །མིག་གིས་བལྟས་པ་གཞན་  
 ལ་རག་ལས་བསྟོས། །བས་འཕུལ་ཡིན་ཏེ་སྟོས་ཤིག་བས་འཕུལ་མེད། །ག་  
 གཏོས་ཁྱོན་ཡིན་རྒྱས་པ་བ་རའི་བརྟས། །ལ་ལྟས་སྐྱ་རྟགས་སྟེས་དབང་ས་  
 སྟེས་ཡིན། །གཏོལ་མེད་ག་གཏོལ་རྣག་བརྟོལ་བ་རའི་བརྟོལ། །ར་རྟོང་རྟོང་པ་  
 ག་གཏིང་ཚུ་ཡི་གཏིང་། །བ་བཏགས་སྟེ་བཏགས་མིང་བཏགས་སྟོ་བཏགས་  
 སོ། །ར་རྟགས་མཆོན་བྱེད་སྐྱབ་བྱེད་རྟགས་ཀྱང་ཡིན། །ག་གཏོང་སྟེན་  
 གཏོང་ས་སྟོང་གངས་ཀྱི་མིང་། །ལ་སྟོང་མདའི་སྟོང་བ་བཏུལ་དག་སོགས་  
 བཏུལ། །ག་གཏུལ་སྟོས་གཏུལ་དུད་པ་གཏུལ་པའོ། །ར་རྟབ་ཙབ་ཙབ་བྱེན་

པ་བ་སའི་བལྟ་བས།    |ས་སྟོབས་མཐུ་ཡིན་བ་བཏབ་ས་བོན་བཏབ།    |བ་  
ལའི་བལྟ་བ་ནི་གོས་སོགས་བལྟ་བ་པའོ།    |ཏོག་རྒྱང་ཅེ་མོ་ག་གཏོག་སེ་གོལ་  
གཏོག།

མ་མཐུ་ཁུས་པ་འ་འཐུ་མེ་ཏོག་འཐུ།    |འ་འཐུར་འཐུར་དུ་མ་མཐུར་  
མཐུར་མདའི་མིང་།།

ག་གདའ་ཡོད་པ་བ་བདའ་ཁ་བས་ཞིམ།    |བ་འོག་ར་བད་ལག་པའི་བད་  
སོགས་བྱེད།    |བ་བདུག་སྟོས་ཡིན་ས་སྟུག་ཡིད་དུ་འོང་།    |ག་གདུག་གཞོད་  
བྱེད་འབྱུགས་པའི་གདུགས་ཀྱང་ཡིན།    |ར་རྟུག་ཐབས་རྟུག་སྟུག་བསྐལ་ས་  
སྟུག་ཡིན།    |ག་གདབ་གསོལ་གདབ་ས་བོན་གདབ་པ་སྟེ།    |བ་རའི་བདབ་ནི་  
ས་ལ་བདབས་པའོ།    |ར་རྟེག་བ་འོག་བདེག་ནི་རིམ་བཞིན་དུ།    |རྟེག་པར་བྱེད་  
དང་བདེག་པར་བྱས་པའོ།    |བ་བཏེགས་བྱེན་བཏེག་ས་སྟེགས་སྟེགས་བྱའི་  
སྟེགས།    |ག་གདུང་གདུང་མ་ར་རྟུང་ར་སོགས་རྟུང་།    |བ་བདུང་གཞུ་བདུང་  
ས་སྟོད་མི་འགྲུལ་སྟོད།    |བ་བདེ་བདེ་ལེགས་ས་སྟེ་སྟེ་པའོ།    |ར་རྟོ་རྟོ་ཉིད་ས་  
སྟོ་རྟོ་སྟོ་བ།    |བ་བདོ་རྒྱས་པའམ་དར་བའི་མིང་དུ་འདོད།    |ར་རྟུལ་རྟུལ་སྟན་  
ག་གདུལ་གདུལ་བྱའི་མིང་།    |འ་འདུད་གྲས་པ་མ་མདུད་མདུད་པའོ།    |འ་  
འདུན་བསམ་པ་མ་མདུན་ལུས་ཀྱི་མདུན།    |འ་འདོན་ཆོས་འདོན་སྤྱི་རུ་འདོན་  
པ་སྟེ།    |ག་གདོན་གཞོད་བྱེད་ལ་སྟོན་ལན་སྟོ་བ།    |འ་འདབ་ཉི་འདབས་ལོ་  
འདབ་པད་འདབ་སོགས།    |ལ་ལྟ་བ་བསྐྱར་ལྟ་བ་ར་རྟོབ་ལེག་རྟོབ་ཡིན།    |མ་

མདོངས་བྲ་སྒྲོ་ལ་སྒྲོངས་ཡོང་བ་སྟེ། །འ་འདོང་འགྲོ་བ་འ་འདུར་འདུར་རྒྱག་  
བྱེད། །ལ་ཡི་ལྷུར་ནི་ལྷུར་ལྷུར་བྱེད་པའོ། །ག་གནད་སྟན་ཡིན་ལ་སྟན་ཡོད་  
པའི་མིང་། །

ས་སྒྲོད་སྒྲོད་སྒྲུད་ག་གཞོད་མི་པན་གཞོད། །ག་གནག་མདོག་གནག་ར་  
རྒྱག་ཁག་རུལ་མིང་། །བ་རའི་བརྒྱག་ནི་སེམས་ལ་བསམས་པའི་དོན། །ག་  
གནད་བྱིན་པ་ས་སྒྲོང་སྒྲོ་ལ་སྒྲོང་། །མ་མནན་འོག་མནན་མང་བཏང་བ་སའི་  
བསྟན། །བ་རའི་བརྒྱན་ནི་ངེས་བཟུང་ནན་ཏན་མིང་། །ས་སྒྲོ་བྱི་འཛིན་ར་རྒྱ་  
འཛིན་ཏེ། །ག་གནའ་ཐོག་མ་མནའ་བྲས་མ་ཡི་མནའ། །མ་མནོ་ཡིད་སེམས་  
ར་རྒྱ་ཅེ་མོ་རྒྱ། །ག་གནད་གནད་དོན་ལུས་བསྟན་བ་སའི་བསྟན། །མ་མནབས་  
གོས་གྲོན་ཁ་ཅིག་བ་བནབས་ཟེར། །ས་སྒྲོབས་སྒྲོ་ཡི་སྒྲོབས་དང་ངར་སྒྲོབས་  
སོ། །ར་རྒྱམས་མང་པོ་ག་གནམ་ནམ་མཁའི་མིང་། །བ་འོག་ས་བསྟམས་བྲག་  
ཏུ་བསྟམས་པའོ། །ག་གནངས་སང་ཡིན་གནད་སྒྲིན་ཉིད་ཀྱང་སྟེ། །བ་རའི་  
བརྒྱངས་ནི་བས་ཀྱིས་བརྒྱངས་པའོ། །མ་མནར་སྒྲུག་བསྐྲལ་ཐག་སྒྲར་བ་སའི་  
བསྟན། །

ད་དཔའ་དཔའ་པོ་ས་སྒྲ་མཛེས་པའི་མིང་། །པད་རྒྱང་པད་པ་རི་སྒྲང་ས་  
ཡི་སྒྲང་། །ད་དཔང་དཔང་པོ་པར་རྒྱང་སྒྲུ་གཟུགས་པར། །ས་བཏགས་སྒྲར་  
ནི་གནས་སྒྲར་གོང་དུ་སྒྲར། །ད་དཔངས་བྱིན་དཔངས་ས་སྒྲངས་དོར་བའི་  
མིང་། །



ར་སྤ་ཚུ་འབྲུགས་ས་སྤ་མི་མངོན་སྤ། །ལ་སྤ་མགུལ་སྤ་འབྲུབས་སྤ་ས་  
བཏགས་སྤ། །འ་འབྱེད་སྒྲོ་འབྱེད་ག་འབྱེད་ཁལ་སོགས་འབྱེད། །ད་དམིག་བྲུ་  
ག་ར་མིག་དུད་འབྱོའི་ལྷམ། །

ད་དམོད་དམོད་པ་ས་སྒྲོད་སྒྲོན་ནས་སྒྲོད། །ར་མ་ལུས་མ་ད་དམའ་ས་  
ཕྱོགས་དམའ། །ད་དམིགས་ཡོད་པ་ར་མི་མི་ལམ་མི། །ད་དམར་ཁ་དོག་ས་  
སྤར་མང་བའི་དོན། །ས་སྤག་ཐུན་པ་ད་དམག་གཡུལ་གྱི་མིང་། །ར་མོས་ཞིང་  
མོ་ས་སྒྲོན་སྒྲོན་ལམ་འདེབས། །ས་སྤན་འཆོ་བྱེད་ད་དམན་ངན་པའོ། །ས་སྤེ་  
མི་གཙང་ད་དམེ་དམེ་པོ་སྤ། །ར་མེད་སྤ་མེད་ས་སྤེད་དི་བ་དིས། །

ར་ཅེ་ཅེ་མོ་ག་གཙེ་གཞོད་པ་བྱེད། །བ་རའི་བཅེ་ནི་སྤྱང་རྗེས་བཅེ་  
བའོ། །ག་གཙེ་གས་མཆེ་གཙེ་གས་བ་འོག་ར་བཅེ་གས་ནི། །ཅེ་ག་པ་ལ་སོགས་  
བཅེ་གས་པའི་མིང་དུ་འདོད། །ག་གཙག་གཙག་བྲུ་བ་བཙགས་ཆགས་གྱིས་  
བཙགས། །བ་བཙོན་བཙོན་ཁང་བཙོན་འབྲུས་བ་རའི་བཙོན། །ར་ཅེ་ལ་  
སྤྱབས་ཅེ་ལ་བ་བཙལ་ནོར་སོགས་བཙལ། །ར་རྩ་རྩ་སྒྲོན་བ་བཙལ་ལྷགས་  
གྱི་བཙལ། །ར་ཅེ་ས་བདག་ག་གཙང་དི་མ་བྲལ། །ཅོང་ཅོང་དབྱིབས་ཏེ་བ་  
བཙོང་སྒྲོག་པའི་ཕྱོགས། །ར་རྩ་བ་རེག་བྲུ་ག་གཙུབ་གཙུབ་ཞིང་མིང་། །བ་  
བཙམས་གཞོད་བྲུས་བཙམ་བྲུ་བ་རའི་བཙམ། །ར་ཅེ་ཅེ་ཐོག་བ་བཅེ་བཅེ་  
བར་བྲ། །བ་བཙོད་ཆོས་ཡིན་ར་ཅོད་རྒྱལ་བར་བྱེད། །ག་གཙེ་གཙེ་པོ་བ་  
བཙོ་གསེར་བཙོ་མ། །

མ་མཆོ་རྒྱ་མཆོ་འཁོར་སྒྲོག་འཆོ་བ། །མ་མཆར་མཛེས་པ་འཁོར་བྲ་  
བ་འཆར། །མ་མཆའ་ཆོན་ཡིན་འཁོར་ལེས་པའོ། །འཁོར་འོད་འཆར་  
མ་མཆར་ལས་ལ་མཆར། །

འཁོར་འཁོར་འཁོར་མ་མཆར་མཆར་མཆར་མཆར་མཆར་མཆར་མཆར་མཆར་  
མ་མཆར་མཆར་པ་མཆར། །འཁོར་འཁོར་མཆར་པ་མ་མཆར་ལ་རབས་མཆར། །

ག་གཞིས་བཞུགས་པ་བ་བཞིས་ཇ་སོགས་བཞིས། །ག་གཞིན་ན་ཆོད་  
བ་བཞིན་བཞིན་པའི་རྟ། །ག་གཞིག་སྒྲོ་གཞིག་བ་བཞིག་ཤིང་ལས་བཞིག་། །ག་  
གཞིའ་གཞིའ་ཆོན་བ་བཞིའ་ཆོན་གྱི་བཞིའ། །ག་གཞི་གཞི་མ་བ་བཞི་གྲངས་  
གྱི་མིང་། །ག་གཞི་གཞི་ཡིན་བ་བཞི་མར་བཞི་བ། །ག་གཞིག་མཉམ་གཞིག་  
བ་བཞིག་ས་ལ་བཞིག་། །ག་གཞིབས་བསྐྱེགས་པ་བ་བཞིབས་འཛིབས་པའི་  
མིང་། །

ག་གཞིའ་གཞིའ་སྐར་བ་བཞིའ་བས་བཞིའ་བ། །བ་བཞིས་བོས་བཞིན་ག་  
གཞིས་མདའ་སོགས་གཞིས། །ག་གཞིའ་གཞིའ་བྲ་བ་བཞིའ་བཞིའ་བཞིན་  
མིང་། །ག་གཞི་འོར་བྲ་བ་བཞི་ཆང་གིས་བཞི། །ག་གཞི་འོར་གཞི་བ་བཞི་གོས་  
སོགས་བཞི། །ག་གཞིའ་དང་པོ་བ་བཞིའ་བཞིའ་བཞིའ་བཞིའ་པའི་མིང་། །

ར་རྒྱུད་དུད་འགྲོ་རྩ་ནི་མགོ་ཡི་རྩ། །

ག་གཞིག་འདབ་གཞིག་འདིར་གཞིག་འཁྱུད་གཞིག་། །ག་གཞིགས་ཤིང་།

ག་ཤགས་བ་བ་ཤགས་སྡིག་པ་བ་ཤགས། །ག་ག་ཤོལ་ཐོང་ག་ཤོལ་བ་བ་ཤོལ་  
བྱ་བ་བ་ཤོལ། །བ་བ་ཤར་བྱེ་དང་འཕྲང་ལ་བ་ཤར་བའི་མིང་། །ཞིག་རྒྱང་ལུས་  
ཞིག་བ་ཞིག་པ་བ་བ་ཞིག་གོ །བ་བ་ཤོས་བས་མིང་ག་ག་ཤོས་ཆུ་ག་ཤོས་  
པ། །ག་ག་ཤིས་ག་ཤིས་ལུགས་གནས་ཆུལ་སྡོད་ལུགས་ཡིན། །ཤུལ་ནི་  
རྗེས་ཤུལ་བ་བ་ཤུལ་ལམ་གྱི་མིང་། །

སད་ནི་གཉིད་སད་བ་བསད་སྟོག་དང་བྲལ། །སོག་ནི་སོག་པ་ག་  
གསོག་རྩུན་གྱི་གསོག། །སང་ནི་ཐོ་རིངས་སངས་པ་སྐྱབ་སོགས་སངས། །ག་  
གསང་སྐས་པ་བ་བསངས་ལྷ་ཡི་བསངས། །སེར་རྒྱང་ཁ་དོག་ག་གསེར་རིན་  
པོ་ཆེ། །ག་གསེལ་དུམ་བྱར་བ་བསེལ་བྱང་ནས་བསེལ། །སོང་ནི་པར་སོང་  
ག་གསོང་སྟེད་པའི་མིང་། །ག་གསལ་འོད་གསལ་བ་བསལ་སྐྱོན་སོགས་  
བསལ། །ག་གསུང་དམ་ཆོས་བ་བསུང་བྱི་ཡི་མིང་། །

བ་སྒ་གོང་དང་ཆེ་སྒ་རུང་ཆོག་སོགས། །ས་སྒ་ལས་སྒ་གར་བ་མིན་  
པའི་སྒ། །ག་སྒ་རི་དྲགས་རྒན་པའི་སྒ་ནམས་ཡིན། །བ་འོག་ར་བརྒ་བརྒ་ཤ་  
ཡ་མ་བརྒ། །ཀ་སྒ་སྒ་ཡིན་ག་སྒ་སྐད་ཀྱི་སྒ། །བ་སྒ་རིན་བྱིན་ས་སྒ་གཞན་  
ཀྱིས་སྒ། །བ་སའི་བསྐས་ནི་བསྐས་བྱིན་ཞེས་པའི་ཆོག །ཀ་སྒང་མཆོ་  
སོགས་ར་རྒྱང་གཡོ་བའི་རྒྱང་། །ར་རྒྱངས་བྱོད་རྒྱངས་བ་རྒྱངས་ཁས་རྒྱངས་  
སོགས། །བ་འོག་བསྐངས་པ་བྱིན་བསྐངས་སྟོང་མོ་བསྐངས། །ཀ་སྟོང་  
དབུས་ཡིན་བ་སྟོང་ཡིད་སྟོང་སྟོང་། །ས་སྟོང་ནོར་སྟོང་སྐྱོན་བརྟོང་བ་རའི་

བརྗོང་། །ག་སྒྲང་དུད་འགྲོ་ཆིག་རྩ་བ་བ་རའི་བརྗོང་། །ག་སྒྲོག་ཆོས་འདོན་ག་  
 སྒྲོག་ནམ་མཁའི་སྒྲོག །བ་རྫོག་ཕྱིར་རྫོག་ས་སྒྲོག་ཕྱི་ནང་སྒྲོག །པགས་པའི་  
 གོས་ཏེ་ར་རྫོག་མེད་པར་བྱེད། །ག་སྒྲང་སྒྲང་པ་བ་སྒྲང་སོ་ཡིས་སྒྲང། །ས་  
 སྒྲང་རྗེས་མ་སྒྲོན་བསྒྲང་བ་སའི་བསྒྲང། །བ་སྒྲོ་ཤེས་པ་ག་སྒྲོ་སྒྲོ་བ་དང་། །སྒྲོ་  
 ཡི་སྒྲོ་དང་ལུས་ཀྱི་གཡས་གཡོན་སོགས། །བ་སྒྲུང་ར་སྒྲུང་ག་སྒྲུང་འབྲེ་ལ་  
 གཏོང་། །ག་སྒྲན་སྒྲན་པ་སྒྲན་དང་ར་རྒྲན་རྫོན། །བ་འོག་ས་བསྒྲན་ཕྱོགས་སུ་  
 གཏོགས་པའི་བསྒྲན། །བ་འོག་ར་བརྒྲན་རྒྲན་གྱིས་བརྒྲན་པར་བྱས། །ས་སྒྲེབ་  
 གནས་ཕྱིན་ག་སྒྲེབས་ལེབ་མོ་སྒྲེབས། །ར་རྒྲབས་རྩ་རྒྲབས་ཕྱིན་རྒྲབས་  
 ཕྱིན་རྫོབས་ཤིག །བ་རའི་བརྒྲབས་ནི་ཕྱིན་གྱིས་བརྒྲབས་པར་བྱས། །བ་  
 སའི་བསྒྲབ་ནི་བསྒྲབ་བྱ་བསྒྲབས་ཟེན་སོགས། །ག་སྒྲིང་སྒྲིང་བཞི་བརྟན་  
 བརྗོང་བ་རའི་བརྗོང་། །ག་སྒྲག་བྱ་སྒྲག་བ་སྒྲགས་ན་བ་གཏོང། །བ་འོག་ག་  
 བསྒྲག་དམ་ཆོས་བསྒྲག་པའི་མིང་། །བ་འོག་ར་བརྒྲག་ཐལ་བར་བརྒྲག་པའོ།  
 ར་རྒྲབས་ཁུང་བྱ་ག་སྒྲབས་གོས་བབང་གྱོན། །བ་ལ་ལ་བཏགས་རྩ་གྱོགས་  
 ནམ་མཁའི་རྩ། །མ་མདའ་སྒྲོ་ལྷན་འའདའ་ལྷ་དན་འདའ། །བ་རྫོགས་བསྒྲུར་བ་  
 མ་མདོས་བོན་གྱི་མདོས། །བ་བཀྱི་བྲིད་པ་ཞོ་སྤྱི་ས་པའི་སྤྱི། །སྒྲོད་ནི་ཕྱིར་  
 འདེད་སྒྲོད་ནི་འཐབ་མོ་སྒྲོད། །བ་སའི་བསྒྲད་ནི་གནས་ནས་ལུང་བའོ། །ད་  
 ཀའི་དགྲགས་ནི་རྩ་སོགས་དགྲགས་པ་སྟེ། །ས་པའི་སྒྲུག་ནི་གོས་སོགས་  
 སྒྲུག་པའོ། །བ་ཀའི་བཀྱལ་ནི་སོ་སོར་བཀྱལ་བ་སྟེ། །དས་འཕུལ་དཔུལ་ནི་

མོད་ཀྱི་དཔྱལ་བའོ། །ཁ་ཁག་ཁོང་ཁག་ཁག་ཁིག་ལ་སོགས་ཏེ། །པ་པག་བཅུ་  
 པག་བཅུ་པག་སྟོང་པག་སོགས། །ཁ་འབྱུལ་བྱིན་ལོག་པ་འབྱུལ་རྣམ་པར་  
 འབྱུལ། །ཁ་ཁ་བྱ་ཡིན་པ་པ་སྟོགས་པར་དགའ། །ཁ་ཁུ་ལག་ཁུ་པ་པུ་རྩ་ཡི་པུ།  
 །ཁ་ཁལ་དཔོན་ཁལ་པ་པལ་སོ་སོར་པལ། །ག་གོ་འབྱུ་ཡིན་ད་འོ་འོ་ཀྱི་མིང་།  
 །བ་གོ་མནའ་དང་གར་གྱི་བྱེ་བྲག་མིང་། །ག་གང་བསེལ་བ་ད་བྱང་བྱང་པོའི་  
 བྱང་། །བ་བྱང་ལུས་མདུན་ད་བྱངས་བས་བྱངས་བེན། །ག་གངས་ད་བྱངས་  
 ས་མཐའ་ཅན་དག་ནི། །གཅིག་སོགས་གངས་དང་གྱེན་ནམ་ཡར་བྱངས་  
 བེན། །ད་བྲག་བྲག་པོ་བ་བྲག་རི་ཡི་བྲག །ག་གགས་སྐྱ་གགས་ད་བྲགས་བྱ་  
 བ་ཐལ། །བ་བྲེགས་བཅད་པ་ད་བྲེགས་ཁེངས་པའི་མིང་། །ད་བྲིལ་གཅིག་  
 བྲིལ་ག་གིལ་གོས་ཀྱིས་གིལ། །ད་བྲོས་མེས་བྲོས་བ་བྲོས་གཞན་དུ་བྲོས། །ག་  
 བྲོངས་ཞི་བ་ད་བྲོངས་བྱེན་དུ་བྲོངས། །ག་བྲོད་བྲོད་པ་ད་བྲོད་འོད་ཀྱི་བྲོད། །  
 །བ་བྲོད་བྱ་བའི་ལས་ལ་སྒྲོ་བའོ། །ག་བྱུབ་དོན་བྱུབ་ད་བྱུབ་གོས་བྱུབ་པ། །ག་  
 གྱི་མཆོན་ཆ་ད་བྲི་སྒྲ་ཡི་ཡུལ། །བ་བྲི་ཁ་བྲི་ཡི་གེ་བྲི་བའི་མིང་། །དོང་བྱས་བ་  
 བྱས་བཞོན་བྱས་ད་ཡི་བྱས། །ག་གྲོགས་གྲོགས་མཆེད་ངམ་གྲོག་ས་མཐའ་  
 མེད། །ག་འབྱུབ་དོན་འབྱུབ་ད་འབྱུབ་ཆོས་གོས་འབྱུབ། །བ་བྱུབ་ཆུ་འབྱུགས་  
 དོང་དུ་སྐས་པའང་ཡིན། །ག་འགྲེ་རིགས་འགྲེ་ད་འདྲེ་གཞོད་པའི་འདྲེ། །ད་  
 བྲེད་དུད་འགྲོ་བ་བྲེད་འདྲིགས་པའི་མིང་། །ག་འབྲངས་སྟོ་འབྲངས་བ་འབྲངས་  
 རེས་སུ་འབྲངས། །ག་འབྲུལ་མགྲོན་པོ་ད་འབྲུལ་རུལ་བའི་མིང་། །ད་འདྲི་



གཏམ་འདྲི་བ་འདྲི་ཡི་གེ་འདྲི། །ད་དྲིས་གཏམ་དྲིས་བ་བྲིས་ཡི་གེ་བྲིས། །ག་  
འགྲེལ་དོན་འགྲེལ་བ་འགྲེལ་རག་ལས་འགྲེལ། །བ་འགྲོས་འཇིགས་འགྲོས་ག་  
འགྲོས་རྟ་ཡི་འགྲོས། །བ་འབྲས་འབྲུ་ཡིན་ག་འབྲས་ཞེ་འབྲས་བ། །ག་འགྲེལ་  
འབྲུར་འགྲེལ་ད་འདྲིལ་གཅིག་ཏུ་འདྲིལ། །ད་དབྱ་གཞོད་བྱེད་ས་སྐྱ་མཉན་  
བྱེ་སྒྲ། །ས་བཏགས་ག་སྒྲོན་སྒྲོན་མེའམ་སྟང་དུ་སྒྲོན། །ས་བཏགས་བ་  
སྒྲོན་ར་མདའ་བྱེད་པར་སྒྲོན། །ག་སྒྲིབ་སྒྲིབ་བ་བ་སྒྲིད་ལུས་སྒྲིད་བ། །བ་སའི་  
བསྐྱགས་ནི་སྐྱ་བསྐྱགས་བྲས་པའི་མིང་། །ས་བཏགས་བ་སྐྱགས་ཉིས་སྐྱགས་  
སུམ་སྐྱགས་སོགས། །ག་གཟུགས་མཛའ་བ་བ་བཟུག་ནང་དུ་བཟུག། །ག་  
གཅོད་ཤིང་གཅོད་སྒྲོ་འདོགས་ལ་སོགས་གཅོད། །ད་འོག་པ་དཔྱོད་གང་ཡིན་  
དཔྱོད་པ་སྟེ། །ས་བཏགས་སྒྲོད་པ་བྱ་བ་སྒྲོད་པའོ། །བ་བཅད་ཤིང་བཅད་  
ད་དབྱད་རྟོགས་པའི་དོན། །ས་བཏགས་སྒྲུད་པ་བྱ་བ་བྲས་པའི་མིང་། །ག་  
གཅིན་བཤའ་བ་འབྲུར་བྱེད་ས་བཏགས་སྒྲིན། །ཆན་ནི་འབྲས་ཆན་མ་མཆན་  
ཡི་གེའི་མཆན། །འ་འཆི་སྒོག་འགག་མ་མཆི་འགོ་བའི་མིང་། །ཉ་ཉས་ནོར་  
ཉས་མ་སྒྲོས་ཆང་གིས་སྒྲོས། །ག་ཡི་གཡར་ནི་གཡར་པོ་བྲས་པ་སྟེ། །ད་  
འོག་དབྱར་ནི་དུས་ཀྱི་དབྱར་ཡིན་ནོ། །ག་གཡང་འབོད་པ་དཔལ་གྱི་གཡང་  
ཡིན་ཏེ། །ད་དབྱངས་ཡན་ལག་དུག་ཏུ་གསུང་གི་དབྱངས། །དེས་མཆོན་  
གཞན་དག་དབྱད་དེ་ཤེས་པར་བྲ། །

ཞེས་དག་ཡིག་སྒྲིག་སར་གཞིན་ཏུ་དགའ་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི་དོན་  
གཉིས་ཅན་འགའ་ཞིག་གིས་བསྐྱེད་བའི་ངོར་ཤུགས་དག་སྒྲིང་བ་འད་སྐྱབ་  
མིང་ཅན་གྱིས་སྐྱར་བའི་ཡི་གེ་པ་ནི་ཀུན་དགའ་ལོར་བུའོ། ། བཟ་ཤེས།



ཡིག་ལོར་དང་ཆད་ལྷག་ཡོད་ཆེ་འབྲེལ་བ་གནང་ན་དགའ་སྒྲིའི་ངང་ནས་བཟོ་བཅས་ཞུ་ཆོག།

སྐྱ་རྒྱུ་ཁ་བྱང་། [marjamson618@gmail.com](mailto:marjamson618@gmail.com)